

表1-1-4(続き) 保健指導レベルによる市町の検査データのなどの変化

積極的支援のみの変化				動機づけ支援のみ変化							
	人数	平均値	標準偏差	標準誤差	P		人数	平均値	標準偏差	標準誤差	P
体重差最終vs09年	13	-0.63	2.48	0.69	0.325	G	48	-1.42	2.10	0.30	0.077
	120	-0.87	2.39	0.22		F	21	-1.37	6.55	1.43	
	43	-2.08	2.67	0.41		B	51	-0.94	2.23	0.31	
	31	-1.17	3.14	0.56		A	111	-0.45	1.98	0.19	
	1	-1.40				E	7	0.13	2.62	0.99	
	13	-1.12	1.84	0.51		C	89	-1.28	2.29	0.24	
	45	-0.92	3.55	0.53		D	58	-0.26	2.79	0.37	
合計	266	-1.11	2.74	0.17		合計	385	-0.84	2.69	0.14	
腹囲差最終vs09年	13	-2.68	5.16	1.43	0.799	G	48	-1.43	4.24	0.61	0.914
	120	-1.41	5.64	0.52		F	21	-1.60	5.34	1.17	
	40	-2.20	3.99	0.63		B	45	-1.02	3.69	0.55	
	31	-2.70	3.91	0.70		A	110	-1.11	4.53	0.43	
	1	2.50				E	7	-1.76	5.22	1.97	
	13	-1.96	2.44	0.68		C	88	-1.60	4.39	0.47	
	45	-1.74	5.47	0.81		D	58	-0.64	5.24	0.69	
合計	263	-1.81	5.04	0.31		合計	377	-1.22	4.52	0.23	
割合腹囲差最終vs09年	13	-2.75	5.76	1.60	0.836	G	48	-1.48	4.43	0.64	0.899
	120	-1.37	6.83	0.62		F	21	-1.52	5.55	1.21	
	40	-2.27	4.09	0.65		B	45	-1.10	4.02	0.60	
	31	-2.79	3.87	0.69		A	110	-1.06	4.99	0.48	
	1	2.67				E	7	-1.93	5.55	2.10	
	13	-2.12	2.65	0.73		C	88	-1.65	4.75	0.51	
	45	-1.83	5.96	0.89		D	58	-0.55	5.93	0.78	
合計	263	-1.84	5.79	0.36		合計	377	-1.22	4.94	0.25	
割合腹差最終vs09年	13	-2.75	5.76	1.60	0.836	G	48	-1.48	4.43	0.64	0.899
	120	-1.37	6.83	0.62		F	21	-1.52	5.55	1.21	
	40	-2.27	4.09	0.65		B	45	-1.10	4.02	0.60	
	31	-2.79	3.87	0.69		A	110	-1.06	4.99	0.48	
	1	2.67				E	7	-1.93	5.55	2.10	
	13	-2.12	2.65	0.73		C	88	-1.65	4.75	0.51	
	45	-1.83	5.96	0.89		D	58	-0.55	5.93	0.78	
合計	263	-1.84	5.79	0.36		合計	377	-1.22	4.94	0.25	
割合体重差最終vs09年	13	-0.87	3.60	1.00	0.360	G	48	-2.12	3.07	0.44	0.059
	120	-1.34	3.62	0.33		F	21	-1.64	8.08	1.76	
	43	-2.93	3.61	0.55		B	51	-1.54	3.55	0.50	
	31	-1.55	4.08	0.73		A	111	-0.80	3.13	0.30	
	1	-1.62				E	7	0.14	3.42	1.29	
	13	-1.69	2.75	0.76		C	89	-1.99	3.61	0.38	
	45	-1.15	5.00	0.74		D	58	-0.46	4.22	0.55	
合計	266	-1.58	3.91	0.24		合計	385	-1.32	3.90	0.20	

体重の差は2010年時の健診時のデータから2009年時の健診時のデータを引き出したものである。

体重(割合)は体重の差を基準年である2009年時のデータで除したものに100をかけたものである。

体重差最終vs09年は2009年の6ヶ月の保健指導終了時結果と2009年の健診時の結果を比較したものである

割合体重差最終vs09年は体重の差を基準年である2009年時のデータで除したものに100をかけたものである。

表1-1-5 保健指導レベルによる検査データのなどの変化(保健指導受診者と未受診者の比較)

保健指導受診者のうち積極的と動機づけ支援の違い						保健指導未受診者のうち積極的と動機づけ支援の違い						
		度数	平均値	標準偏差	有意確率			度数	平均値	標準偏差	標準誤差	有意確率
体重差	積極的	209	-0.69	3.37	0.23	体重差	積極的	384	-0.53	3.20	0.16	0.58
	動機付け	415	-1.14	2.48	0.12		動機付け	827	-0.43	2.62	0.09	
	合計	624	-0.99	2.82	0.11		合計	1211	-0.46	2.82	0.08	
腹囲差	積極的	209	-1.86	5.22	0.36	腹囲差	積極的	384	-1.01	4.28	0.22	0.40
	動機付け	415	-1.83	4.98	0.24		動機付け	826	-0.74	5.72	0.20	
	合計	624	-1.84	5.06	0.20		合計	1210	-0.82	5.31	0.15	
HBA1c差	積極的	218	-0.02	0.44	0.03	HBA1c差	積極的	381	-0.03	0.60	0.03	0.68
	動機付け	422	0.01	0.45	0.02		動機付け	825	-0.01	0.44	0.02	
	合計	640	0.00	0.45	0.02		合計	1206	-0.02	0.50	0.01	
LDL差	積極的	219	-6.58	25.52	1.72	LDL差	積極的	381	-3.38	23.96	1.23	0.31
	動機付け	422	-5.89	22.44	1.09		動機付け	825	-4.94	25.27	0.88	
	合計	641	-6.13	23.52	0.93		合計	1206	-4.44	24.86	0.72	
HDL差	積極的	219	0.17	8.17	0.55	HDL差	積極的	381	-1.15	8.30	0.43	0.44
	動機付け	422	-0.48	7.39	0.36		動機付け	825	-0.77	7.86	0.27	
	合計	641	-0.26	7.66	0.30		合計	1206	-0.89	8.00	0.23	
TG差	積極的	219	-24.60	119.97	8.11	TG差	積極的	381	-23.77	167.59	8.59	0.03
	動機付け	422	-12.70	85.64	4.17		動機付け	825	-7.85	82.04	2.86	
	合計	641	-16.76	98.79	3.90		合計	1206	-12.88	116.25	3.35	
体重差(割合)	積極的	209	-0.97	4.62	0.32	体重差(割合)	積極的	384	-0.74	4.27	0.22	0.66
	動機付け	415	-1.78	3.76	0.18		動機付け	827	-0.63	3.75	0.13	
	合計	624	-1.51	4.09	0.16		合計	1211	-0.66	3.92	0.11	
腹囲差(割合)	積極的	209	-1.96	5.61	0.39	腹囲差(割合)	積極的	384	-1.08	4.67	0.24	0.32
	動機付け	415	-1.90	5.50	0.27		動機付け	826	-0.72	6.30	0.22	
	合計	624	-1.92	5.53	0.22		合計	1210	-0.83	5.83	0.17	
HBA1c差(割合)	積極的	218	-0.23	0.77	0.46	HBA1c差(割合)	積極的	381	-0.02	7.27	0.37	0.94
	動機付け	422	0.14	0.49	0.32		動機付け	825	-0.06	5.83	0.20	
	合計	640	0.02	0.65	0.26		合計	1206	-0.05	6.32	0.18	
LDL差(割合)	積極的	219	-3.10	16.77	1.13	LDL差(割合)	積極的	381	-0.85	18.25	0.93	0.37
	動機付け	422	-3.07	14.67	0.71		動機付け	825	-1.83	17.47	0.61	
	合計	641	-3.08	15.40	0.61		合計	1206	-1.52	17.72	0.51	
HDL差(割合)	積極的	219	1.28	14.96	1.01	HDL差(割合)	積極的	381	-0.66	14.48	0.74	0.65
	動機付け	422	-0.02	12.82	0.62		動機付け	825	-0.28	13.36	0.47	
	合計	641	0.43	13.59	0.54		合計	1206	-0.40	13.72	0.40	
TG差(割合)	積極的	219	-0.45	49.75	3.36	TG差(割合)	積極的	381	2.75	60.48	3.10	0.34
	動機付け	422	3.50	55.67	2.71		動機付け	825	5.87	49.42	1.72	
	合計	641	2.15	53.72	2.12		合計	1206	4.89	53.16	1.53	
体重差最終vs09年	積極的	193	-1.09	2.81	0.20	体重差最終vs09年	積極的	72	-1.21	2.60	0.31	0.33
	動機付け	374	-0.79	2.30	0.12		動機付け	11	-2.45	8.82	2.66	
	合計	567	-0.89	2.48	0.10		合計	83	-1.37	3.94	0.43	
腹囲差最終vs09年	積極的	190	-2.00	4.41	0.32	腹囲差最終vs09年	積極的	72	-1.26	6.44	0.76	0.60
	動機付け	366	-1.19	4.51	0.24		動機付け	11	-2.35	5.05	1.52	
	合計	556	-1.47	4.49	0.19		合計	83	-1.41	6.25	0.69	
割合腹囲差最終vs09年	積極的	190	-2.09	4.77	0.35	割合腹囲差最終vs09年	積極的	72	-1.13	7.91	0.93	0.60
	動機付け	366	-1.18	4.93	0.26		動機付け	11	-2.43	5.25	1.58	
	合計	556	-1.49	4.89	0.21		合計	83	-1.31	7.60	0.83	
割合腹差最終vs09年	積極的	190	-2.09	4.77	0.35	割合腹差最終vs09年	積極的	72	-1.13	7.91	0.93	0.60
	動機付け	366	-1.18	4.93	0.26		動機付け	11	-2.43	5.25	1.58	
	合計	556	-1.49	4.89	0.21		合計	83	-1.31	7.60	0.83	
割合体重差最終vs09年	積極的	193	-1.50	3.91	0.28	割合体重差最終vs09年	積極的	72	-1.85	3.95	0.47	0.54
	動機付け	374	-1.27	3.54	0.18		動機付け	11	-2.91	10.71	3.23	
	合計	567	-1.35	3.67	0.15		合計	83	-1.99	5.26	0.58	

体重の差は2010年時の健診時のデータから2009年の健診時のデータを引いたものである。  
 体重(割合)は体重の差を基準年である2009年時のデータで除したものに100をかけたものである。  
 体重差最終vs09年は2009年の6ヶ月の保健指導終了時結果と2009年の健診時の結果を比較したものである  
 割合体重最終vs09年は体重の差を基準年である2009年時のデータで除したものに100をかけたものである。

表1-1-6 保健指導受講者と未受講者の検査データの比較(2010年と2009年の比較)

	保健指導有	N	平均値	標準偏差	平均値の 標準誤差	p
体重差	未受講	1211	-0.5	2.8	0.1	0.000
	受講	624	-1.0	2.8	0.1	
腹囲差	未受講	1210	-0.8	5.3	0.2	0.000
	受講	624	-1.8	5.1	0.2	
HBA1c差	未受講	1207	0.0	0.5	0.0	0.402
	受講	640	0.0	0.4	0.0	
LDL差	未受講	1207	-4.4	24.9	0.7	0.155
	受講	641	-6.1	23.5	0.9	
HDL差	未受講	1207	-0.9	8.0	0.2	0.104
	受講	641	-0.3	7.7	0.3	
TG差	未受講	1207	-12.9	116.2	3.3	0.475
	受講	641	-16.8	98.8	3.9	
体重差(割合)	未受講	1211	-0.7	3.9	0.1	0.000
	受講	624	-1.5	4.1	0.2	
腹囲差(割合)	未受講	1210	-0.8	5.8	0.2	0.000
	受講	624	-1.9	5.5	0.2	
HBA1c差(割合)	未受講	1207	-0.1	6.3	0.2	0.831
	受講	640	0.0	6.6	0.3	
LDL差(割合)	未受講	1207	-1.5	17.7	0.5	0.058
	受講	641	-3.1	15.4	0.6	
HDL差(割合)	未受講	1207	-0.4	13.7	0.4	0.220
	受講	641	0.4	13.6	0.5	
TG差(割合)	未受講	1207	4.9	53.1	1.5	0.298
	受講	641	2.1	53.7	2.1	

体重の差は2010年時の健診時のデータから2009年の健診時のデータを引いたものである。

体重(割合)は体重の差を基準年である2009年時のデータで除したものに100をかけたものである。

表1-2-1 行動変容ステージの変化

全体(保健指導受診者;未受診者)

p=0.000

			2009年健診時の行動変容ステージ					
			意思なし	意思あり6 か月以内	意思あり 近いうち	開始済み	取組済み6 か月以上	合計
2010年健診時の行動変容ステージ	意思なし	人数	281	110	29	20	37	477
		%	60.3	17.8	11.5	14.2	14.8	27.6
	意思あり6か月以内	人数	81	279	84	36	45	525
		%	17.4	45.1	33.2	25.5	18.0	30.4
	意思あり近いうち	人数	33	90	67	16	14	220
		%	7.1	14.6	26.5	11.3	5.6	12.7
	開始済み	人数	21	70	32	24	28	175
		%	4.5	11.3	12.6	17.0	11.2	10.1
	取組済み6か月以上	人数	50	69	41	45	126	331
		%	10.7	11.2	16.2	31.9	50.4	19.2
合計		人数	466	618	253	141	250	1728
		%	100	100	100	100	100	100

保健指導受診者

p=0.000

			2009年健診時の行動変容ステージ					
			意思なし	意思あり6 か月以内	意思あり 近いうち	開始済み	取組済み6 か月以上	合計
2010年健診時の行動変容ステージ	意思なし	人数	79	33	6	4	8	130
		%	53.4	15.6	7.7	7.1	11.1	23.0
	意思あり6か月以内	人数	17	82	23	12	10	144
		%	11.5	38.9	29.5	21.4	13.9	25.5
	意思あり近いうち	人数	13	32	21	7	4	77
		%	8.8	15.2	26.9	12.5	5.6	13.6
	開始済み	人数	13	27	11	9	5	65
		%	8.8	12.8	14.1	16.1	6.9	11.5
	取組済み6か月以上	人数	26	37	17	24	45	149
		%	17.6	17.5	21.8	42.9	62.5	26.4
合計		人数	148	211	78	56	72	565
		%	100	100	100	100	100	100

保健指導受診者

p=0.003

			2009年健診時の行動変容ステージ					
			意思なし	意思あり6 か月以内	意思あり 近いうち	開始済み	取組済み6 か月以上	合計
保健指導終了時の行動変容ステージ	意思なし	人数	10	5	1	0	1	17
		%	11.0	3.1	1.3	0.0	1.6	4.1
	意思あり6か月以内	人数	15	35	9	5	7	71
		%	16.5	21.9	11.8	17.9	11.5	17.1
	意思あり近いうち	人数	11	26	15	4	6	62
		%	12.1	16.3	19.7	14.3	9.8	14.9
	開始済み	人数	40	71	38	12	24	185
		%	44.0	44.4	50.0	42.9	39.3	44.5
	取組済み6か月以上	人数	15	23	13	7	23	81
		%	16.5	14.4	17.1	25.0	37.7	19.5
合計		人数	91	160	76	28	61	416
		%	100	100	100	100	100	100

表1-2-2 行動変容ステージの変化の比較(保健指導受診群と未受診群)

p=0.000

			保健指導		合計
			未受講	有受講	
行動変容ステージの変化	悪化・低下	人数	307	112	419
		%	26.4	19.8	24.2
	悪いまま維持	人数	445	182	627
		%	38.3	32.2	36.3
	良いまま維持	人数	96	54	150
		%	8.3	9.6	8.7
	改善	人数	315	217	532
		%	27.1	38.4	30.8
	合計	人数	1163	565	1728
		%	100	100	100

表1-2-3 保健行動の変化(保健指導を受けた人と受けていない人)

	保健行動の改善状況		保健指導			p
			無受講	有受講	合計	
喫煙	改善	人数	38	17	55	0.041
		%	3.1	2.9	3.1	
	維持保健行動	人数	889	455	1344	
		%	73.5	78.9	75.2	
	悪化維持非保健行動	人数	283	105	388	
%		23.4	18.2	21.7		
合計	人数	1210	577	1787		
		%	100	100	100	
運動習慣	改善	人数	135	90	225	0.033
		%	11.3	15.7	12.7	
	維持保健行動	人数	360	169	529	
		%	30.1	29.4	29.9	
	悪化維持非保健行動	人数	702	316	1018	
%		58.6	55.0	57.4		
合計	人数	1197	575	1772		
		%	100	100	100	
食事の速度	改善	人数	113	61	174	0.416
		%	9.4	10.6	9.8	
	維持保健行動	人数	684	308	992	
		%	56.8	53.6	55.7	
	悪化維持非保健行動	人数	408	206	614	
%		33.9	35.8	34.5		
合計	人数	1205	575	1780		
		%	100	100	100	
歩行速度	改善	人数	112	43	155	0.435
		%	9.4	7.6	8.8	
	維持保健行動	人数	565	277	842	
		%	47.6	48.9	48.1	
	悪化維持非保健行動	人数	509	246	755	
%		42.9	43.5	43.1		
合計	人数	1186	566	1752		
		%	100	100	100	
夕食後の間食	改善	人数	87	44	131	0.021
		%	7.4	7.8	7.5	
	維持保健行動	人数	903	459	1362	
		%	76.3	81.0	77.8	
	悪化維持非保健行動	人数	193	64	257	
%		16.3	11.3	14.7		
合計	人数	1183	567	1750		
		%	100	100	100	
身体活動	改善	人数	170	75	245	0.539
		%	14.2	13.1	13.8	
	維持保健行動	人数	491	251	742	
		%	41.1	43.7	41.9	
	悪化維持非保健行動	人数	535	248	783	
%		44.7	43.2	44.2		
合計	人数	1196	574	1770		
		%	100	100	100	
就寝前夕食	改善	人数	100	50	150	0.117
		%	8.4	8.7	8.5	
	維持保健行動	人数	781	399	1180	
		%	65.6	69.8	66.9	
	悪化維持非保健行動	人数	310	123	433	
%		26.0	21.5	24.6		
合計	人数	1191	572	1763		
		%	100	100	100	
飲酒習慣	改善	人数	82	34	116	0.572
		%	6.8	5.9	6.5	
	維持保健行動	人数	655	327	982	
		%	54.7	57.1	55.4	
	悪化維持非保健行動	人数	461	212	673	
%		38.5	37.0	38.0		
合計	人数	1198	573	1771		
		%	100	100	100	
朝食抜	改善	人数	68	22	90	0.118
		%	5.7	3.9	5.1	
	維持保健行動	人数	893	451	1344	
		%	75.5	79.4	76.8	
	悪化維持非保健行動	人数	222	95	317	
%		18.8	16.7	18.1		
合計	人数	1183	568	1751		
		%	100	100	100	
睡眠	改善	人数	110	43	153	0.397
		%	9.5	7.8	9.0	
	維持保健行動	人数	761	380	1141	
		%	65.9	68.6	66.8	
	悪化維持非保健行動	人数	284	131	415	
%		24.6	23.6	24.3		
合計	人数	1155	554	1709		
		%	100	100	100	

表1-3-1 市町ごとの保健指導のポイント数

		度数	平均値	標準偏差	p
ポイント支援A	G	30	180.5	171.0	0.000
	F	9	217.8	40.6	
	B	39	207.6	53.6	
	A	94	282.1	90.9	
	E	5	178.0	24.9	
	C	14	180.7	44.8	
	D	45	231.9	19.0	
	合計	236	236.6	96.1	
ポイント支援B	G	30	16.3	12.5	0.000
	F	9	26.1	4.9	
	B	40	22.6	4.9	
	A	0			
	E	5	22.0	4.5	
	C	15	28.0	13.2	
	D	45	20.0	0.0	
	合計	144	21.3	8.3	
ポイント合計	G	30	196.8	182.1	0.000
	F	9	243.9	43.9	
	B	39	235.4	55.7	
	A	97	284.5	95.4	
	E	5	168.0	86.7	
	C	14	207.9	46.1	
	D	45	251.9	19.0	
	合計	239	250.9	98.5	

表1-3-2 市町ごとの満足度の状況

			G	F	B	A	C	合計
満足度推薦	全く当てはまらない	人数	1	0	3	2	2	8
		%	1.2	0.0	3.6	2.5	2.1	2
	あまり当てはまらない	人数	14	0	12	3	11	40
		%	16.5	0.0	14.3	3.7	11.5	10
	やや当てはまる	人数	47	22	36	40	42	187
		%	55.3	40.7	42.9	49.4	43.8	46.8
当てはまる	人数	23	32	33	36	41	165	
%	27.1	59.3	39.3	44.4	42.7	41.3		
合計	人数	85	54	84	81	96	400	
%	100	100	100	100	100	100	100	
満足度役立	全く当てはまらない	人数	2	0	3	1	0	6
		%	1.8	0.0	3.4	1.2	0.0	1.5
	あまり当てはまらない	人数	9	1	6	0	2	18
		%	8.2	1.9	6.9	0.0	3.6	4.6
	やや当てはまる	人数	64	18	42	37	29	190
		%	58.2	33.3	48.3	43.5	51.8	48.5
当てはまる	人数	35	35	36	47	25	178	
%	31.8	64.8	41.4	55.3	44.6	45.4		
合計	人数	110	54	87	85	56	392	
%	100	100	100	100	100	100	100	
満足度合致	全く当てはまらない	人数	3	0	4	1	0	8
		%	2.8	0.0	4.5	1.2	0.0	1.8
	あまり当てはまらない	人数	7	2	9	3	7	28
		%	6.4	3.7	10.2	3.5	7.1	6.5
	やや当てはまる	人数	63	19	44	36	51	213
		%	57.8	35.2	50.0	42.4	52.0	49.1
当てはまる	人数	36	33	31	45	40	185	
%	33.0	61.1	35.2	52.9	40.8	42.6		
合計	人数	109	54	88	85	98	434	
%	100	100	100	100	100	100	100	
満足度時間	全く当てはまらない	人数	1	0	4	0	0	5
		%	0.9	0.0	4.6	0.0	0.0	1.2
	あまり当てはまらない	人数	15	1	10	4	2	32
		%	13.9	1.9	11.5	4.8	2.1	7.5
	やや当てはまる	人数	51	18	43	32	43	187
		%	47.2	33.3	49.4	38.6	44.8	43.7
当てはまる	人数	41	35	30	47	51	204	
%	38.0	64.8	34.5	56.6	53.1	47.7		
合計	人数	108	54	87	83	96	428	
満足度適切	全く当てはまらない	人数	0	1	3	0	0	4
		%	0.0	1.9	3.4	0.0	0.0	0.9
	あまり当てはまらない	人数	2	1	5	0	2	10
		%	1.9	1.9	5.7	0.0	2.0	2.3
	やや当てはまる	人数	57	16	44	28	37	182
		%	53.8	29.6	50.0	32.6	37.4	42.0
当てはまる	人数	47	36	36	58	60	237	
%	44.3	66.7	40.9	67.4	60.6	54.7		
合計	人数	106	54	88	86	99	433	
%	100	100	100	100	100	100	100	
満足度信頼	全く当てはまらない	人数	0	0	3	0	0	3
		%	0.0	0.0	3.4	0.0	0.0	0.7
	あまり当てはまらない	人数	0	0	6	1	1	8
		%	0.0	0.0	6.9	1.2	1.1	2.0
	やや当てはまる	人数	41	15	41	31	34	162
		%	48.8	27.8	47.1	36.0	35.8	39.9
当てはまる	人数	43	39	37	54	60	233	
%	51.2	72.2	42.5	62.8	63.2	57.4		
合計	人数	84	54	87	86	95	406	
%	100	100	100	100	100	100	100	



表2-1 健診時の行動変容ステージと保健指導への満足度(保健指導受診者のみ)

満足後	行動変容ステージ						合計
	意思なし	意思あり6 か月以内	意思あり 近いうち	開始済み	取組済み6 か月以上		
この 勧めの コースを 他の人 に も できる に も	全く当てはまらない	人 2	4	1	0	0	7
		% 2.9	3.4	1.7	0.0	0.0	2.2
	あまり当てはまらない	人 5	11	7	1	4	28
		% 7.1	9.5	11.9	5.0	8.5	9.0
	やや当てはまる	人 34	52	26	9	24	145
		% 48.6	44.8	44.1	45.0	51.1	46.5
	当てはまる	人 29	49	25	10	19	132
	% 41.4	42.2	42.4	50.0	40.4	42.3	
合計	人 70	116	59	20	47	312	
	% 100	100	100	100	100	100	
この コースは 私が 役立 った 目標を	全く当てはまらない	人 1	4	1	0	0	6
		% 1.4	3.5	1.8	0.0	0.0	2.0
	あまり当てはまらない	人 2	4	4	0	1	11
		% 2.9	3.5	7.1	0.0	2.1	3.6
	やや当てはまる	人 36	50	27	9	25	147
		% 51.4	43.9	48.2	50.0	52.1	48.0
	当てはまる	人 31	56	24	9	22	142
	% 44.3	49.1	42.9	50.0	45.8	46.4	
合計	人 70	114	56	18	48	306	
	% 100	100	100	100	100	100	
内容 は 自分 に よ く 合 っ た	全く当てはまらない	人 1	5	0	0	1	7
		% 1.3	3.8	0.0	0.0	1.9	2.0
	あまり当てはまらない	人 2	9	7	1	2	21
		% 2.6	6.9	11.1	4.8	3.7	6.1
	やや当てはまる	人 41	65	29	9	23	167
		% 52.6	50.0	46.0	42.9	42.6	48.3
	当てはまる	人 34	51	27	11	28	151
	% 43.6	39.2	42.9	52.4	51.9	43.6	
合計	人 78	130	63	21	54	346	
	% 100	100	100	100	100	100	
使 っ た 時 間 や 努 力 は 価 値 が あ っ た	全く当てはまらない	人 0	4	0	0	0	4
		% 0.0	3.2	0.0	0.0	0.0	1.2
	あまり当てはまらない	人 5	9	6	0	2	22
		% 6.5	7.1	9.7	0.0	3.7	6.5
	やや当てはまる	人 38	52	25	9	24	148
		% 49.4	41.3	40.3	42.9	44.4	43.5
	当てはまる	人 34	61	31	12	28	166
	% 44.2	48.4	50.0	57.1	51.9	48.8	
合計	人 77	126	62	21	54	340	
	% 100	100	100	100	100	100	
情 報 や ア ド バ イ ス は 適 切 だ っ た	全く当てはまらない	人 2	4	1	0	0	7
		% 2.9	3.4	1.7	0.0	0.0	2.2
	あまり当てはまらない	人 5	11	7	1	4	28
		% 7.1	9.5	11.9	5.0	8.5	9.0
	やや当てはまる	人 34	52	26	9	24	145
		% 48.6	44.8	44.1	45.0	51.1	46.5
	当てはまる	人 29	49	25	10	19	132
	% 41.4	42.2	42.4	50.0	40.4	42.3	
合計	人 70	116	59	20	47	312	
	% 100	100	100	100	100	100	
ア ド バ イ ス は 信 頼 で き る	全く当てはまらない	人 0	3	0	0	0	3
		% 0.0	2.5	0.0	0.0	0.0	0.9
	あまり当てはまらない	人 0	5	2	0	1	8
		% 0.0	4.2	3.3	0.0	2.1	2.5
	やや当てはまる	人 30	45	26	10	19	130
		% 41.7	37.5	43.3	50.0	40.4	40.8
	当てはまる	人 42	67	32	10	27	178
	% 58.3	55.8	53.3	50.0	57.4	55.8	
合計	人 72	120	60	20	47	319	
	% 100	100	100	100	100	100	

表2-2-1 保健指導への満足度と保健行動の変化の関係

表2-2-1-1 喫煙

			このコースを他の人にも勧めることができる				
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	合計
喫煙行動の変化	改善	人数	0	0	0	3	3
		%	0	0	0	7.9	3.0
	維持保健行動	人数	1	5	49	31	86
		%	100.0	100.0	89.1	81.6	86.9
	悪化維持非保健行動	人数	0	0	6	4	10
		%	0.0	0.0	10.9	10.5	10.1
合計	人数	1	5	55	38	99	
%		100	100	100	100	100	
			このコースは私が目標を設定するのに役立つ				
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	合計
喫煙行動の変化	改善	人数	0	0	1	4	5
		%	0	0	1.6	7.4	4.1
	維持保健行動	人数	3	4	57	43	107
		%	100.0	100.0	91.9	79.6	87.0
	悪化維持非保健行動	人数	0	0	4	7	11
		%	0.0	0.0	6.5	13.0	8.9
合計	人数	3	4	62	54	123	
%		100	100	100	100	100	
			内容は自分によく合ったものだった				
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	合計
喫煙行動の変化	改善	人数	0	1	1	3	5
		%	0.0	25.0	1.8	5.0	4.1
	維持保健行動	人数	2	3	52	50	107
		%	100.0	75.0	91.2	83.3	87.0
	悪化維持非保健行動	人数	0	0	4	7	11
		%	0.0	0.0	7.0	11.7	8.9
合計	人数	2	4	57	60	123	
%		100	100	100	100	100	

表2-2-1-2 運動習慣

			このコースを他の人にも勧めることができる				
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	合計
運動習慣の変化	改善	人数	0	1	7	6	14
		%	0.0	20.0	12.7	15.8	14.1
	維持保健行動	人数	1	3	22	11	37
		%	100.0	60.0	40.0	28.9	37.4
	悪化維持非保健行動	人数	0	1	26	21	48
		%	0.0	20.0	47.3	55.3	48.5
合計	人数	1	5	55	38	99	
	%	100	100	100	100	100	
			このコースは私が目標を設定するのに役立った				
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	合計
運動習慣の変化	改善	人数	0	0	4	12	16
		%	0.0	0.0	6.5	22.2	13.0
	維持保健行動	人数	0	1	30	20	51
		%	0.0	25.0	48.4	37.0	41.5
	悪化維持非保健行動	人数	3	3	28	22	56
		%	100.0	75.0	45.2	40.7	45.5
合計	人数	3	4	62	54	123	
	%	100	100	100	100	100	
			内容は自分によく合ったものだった				
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	合計
運動習慣の変化	改善	人数	0	1	8	8	17
		%	0.0	25.0	14.0	13.3	13.8
	維持保健行動	人数	0	2	21	28	51
		%	0.0	50.0	36.8	46.7	41.5
	悪化維持非保健行動	人数	2	1	28	24	55
		%	100.0	25.0	49.1	40.0	44.7
合計	人数	2	4	57	60	123	
	%	100	100	100	100	100	

表2-2-1-3 食事の速度

			このコースを他の人にも勧めることができる				合計	
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる		
食事の速度の変化	改善	人数	0	1	7	4	12	
		%	0.0	20.0	12.7	10.5	12.1	
	維持保健行動	人数	1	3	23	11	38	
		%	100.0	60.0	41.8	28.9	38.4	
	悪化維持非保健行動	人数	0	1	25	23	49	
		%	0.0	20.0	45.5	60.5	49.5	
	合計		人数	1	5	55	38	99
			%	100	100	100	100	100
			このコースは私が目標を設定するのに役立った				合計	
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる		
食事の速度の変化	改善	人数	0	1	6	5	12	
		%	0.0	25.0	9.7	9.3	9.8	
	維持保健行動	人数	0	2	30	21	53	
		%	0.0	50.0	48.4	38.9	43.1	
	悪化維持非保健行動	人数	3	1	26	28	58	
		%	100.0	25.0	41.9	51.9	47.2	
	合計		人数	3	4	62	54	123
			%	100	100	100	100	100
			内容は自分によく合ったものだった				合計	
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる		
食事の速度の変化	改善	人数	0	0	8	4	12	
		%	0.0	0.0	14.0	6.7	9.8	
	維持保健行動	人数	1	1	24	26	52	
		%	50.0	25.0	42.1	43.3	42.3	
	悪化維持非保健行動	人数	1	3	25	30	59	
		%	50.0	75.0	43.9	50.0	48.0	
	合計		人数	2	4	57	60	123
			%	100	100	100	100	100

表2-2-1-4 歩行の速度

			このコースを他の人にも勧めることができる				
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	合計
歩行速度の変化	改善	人数	0	0	5	2	7
		%	0.0	0.0	9.1	5.3	7.1
	維持保健行動	人数	0	2	25	15	42
		%	0.0	40.0	45.5	39.5	42.4
	悪化維持非保健行動	人数	1	3	25	21	50
		%	100.0	60.0	45.5	55.3	50.5
	合計	人数	1	5	55	38	99
		%	100	100	100	100	100
			このコースは私が目標を設定するのに役立った				
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	合計
歩行速度の変化	改善	人数	0	0	4	3	7
		%	0.0	0.0	6.6	5.6	5.7
	維持保健行動	人数	0	1	25	29	55
		%	0.0	25.0	41.0	53.7	45.1
	悪化維持非保健行動	人数	3	3	32	22	60
		%	100.0	75.0	52.5	40.7	49.2
	合計	人数	3	4	61	54	122
		%	100	100	100	100	100
			内容は自分によく合ったものだった				
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	合計
歩行速度の変化	改善	人数	0	1	4	2	7
		%	0.0	25.0	7.0	3.4	5.7
	維持保健行動	人数	0	1	26	29	56
		%	0.0	25.0	45.6	49.2	45.9
	悪化維持非保健行動	人数	2	2	27	28	59
		%	100.0	50.0	47.4	47.5	48.4
	合計	人数	2	4	57	59	122
		%	100	100	100	100	100

表2-2-1-5 夕食後の間食

			このコースを他の人にも勧めることができる				合計
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	
食べる習慣の変化	改善	人数	0	0	4	4	8
		%	0.0	0.0	7.4	10.5	8.2
	維持保健行動	人数	1	4	48	30	83
		%	100.0	100.0	88.9	78.9	85.6
	悪化維持非保健行動	人数	0	0	2	4	6
		%	0.0	0.0	3.7	10.5	6.2
合計	人数	1	4	54	38	97	
%		100	100	100	100	100	
			このコースは私が目標を設定するのに役立った				合計
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	
食べる習慣の変化	改善	人数	0	0	3	6	9
		%	0.0	0.0	4.9	11.1	7.4
	維持保健行動	人数	2	3	57	43	105
		%	66.7	100.0	93.4	79.6	86.8
	悪化維持非保健行動	人数	1	0	1	5	7
		%	33.3	0.0	1.6	9.3	5.8
合計	人数	3	3	61	54	121	
%		100	100	100	100	100	
			内容は自分によく合ったものだった				合計
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	
食べる習慣の変化	改善	人数	0	0	2	7	9
		%	0.0	0.0	3.6	11.7	7.4
	維持保健行動	人数	1	3	51	50	105
		%	50.0	75.0	92.7	83.3	86.8
	悪化維持非保健行動	人数	1	1	2	3	7
		%	50.0	25.0	3.6	5.0	5.8
合計	人数	2	4	55	60	121	
%		100	100	100	100	100	

表2-2-1-6 身体活動の変化

			このコースを他の人にも勧めることができる				
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	合計
身体活動の変化	改善	人数	0	0	7	7	14
		%	0.0	0.0	13.0	18.4	14.3
	維持保健行動	人数	1	4	23	18	46
		%	100.0	80.0	42.6	47.4	46.9
	悪化維持非保健行動	人数	0	1	24	13	38
		%	0.0	20.0	44.4	34.2	38.8
合計		人数	1	5	54	38	98
		%	100	100	100	100	100
			このコースは私が目標を設定するのに役立った				
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	合計
身体活動の変化	改善	人数	0	0	6	9	15
		%	0.0	0.0	9.8	16.7	12.3
	維持保健行動	人数	0	3	30	27	60
		%	0.0	75.0	49.2	50.0	49.2
	悪化維持非保健行動	人数	3	1	25	18	47
		%	100.0	25.0	41.0	33.3	38.5
合計		人数	3	4	61	54	122
		%	100	100	100	100	100
			内容は自分によく合ったものだった				
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	合計
身体活動の変化	改善	人数	0	0	6	9	15
		%	0.0	0.0	10.7	15.0	12.3
	維持保健行動	人数	1	2	25	33	61
		%	50.0	50.0	44.6	55.0	50.0
	悪化維持非保健行動	人数	1	2	25	18	46
		%	50.0	50.0	44.6	30.0	37.7
合計		人数	2	4	56	60	122
		%	100	100	100	100	100

表2-2-1-7 就寝前の夕食

			このコースを他の人にも勧めることができる				合計
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	
める 就寝前 の習慣 の变化 をた	改善	人数	1	0	2	8	11
		%	100.0	0.0	3.6	21.1	11.1
	維持保健行動	人数	0	4	48	25	77
		%	0.0	80.0	87.3	65.8	77.8
	悪化維持非保健行動	人数	0	1	5	5	11
		%	0.0	20.0	9.1	13.2	11.1
合計	人数	1	5	55	38	99	
%		100	100	100	100	100	
			このコースは私が目標を設定するのに役立った				合計
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	
める 就寝前 の習慣 の变化 をた	改善	人数	0	0	5	8	13
		%	0.0	0.0	8.1	14.8	10.7
	維持保健行動	人数	2	4	51	39	96
		%	100.0	100.0	82.3	72.2	78.7
	悪化維持非保健行動	人数	0	0	6	7	13
		%	0.0	0.0	9.7	13.0	10.7
合計	人数	2	4	62	54	122	
%		100	100	100	100	100	
			内容は自分によく合ったものだった				合計
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	
める 就寝前 の習慣 の变化 をた	改善	人数	0	0	3	10	13
		%	0.0	0.0	5.3	16.7	10.7
	維持保健行動	人数	1	3	48	44	96
		%	100.0	75.0	84.2	73.3	78.7
	悪化維持非保健行動	人数	0	1	6	6	13
		%	0.0	25.0	10.5	10.0	10.7
合計	人数	1	4	57	60	122	
%		100	100	100	100	100	

\* p=0.01



表2-2-1-8 飲酒習慣

			このコースを他の人にも勧めることができる				
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	合計
飲酒習慣の変化	改善	人数	0	0	2	1	3
		%	0.0	0.0	3.6	2.6	3.0
	維持保健行動	人数	1	2	31	28	62
		%	100.0	40.0	56.4	73.7	62.6
	悪化維持非保健行動	人数	0	3	22	9	34
		%	0.0	60.0	40.0	23.7	34.3
合計		人数	1	5	55	38	99
		%	100	100	100	100	100
			このコースは私が目標を設定するのに役立った				
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	合計
飲酒習慣の変化	改善	人数	0	0	4	3	7
		%	0.0	0.0	6.5	5.6	5.7
	維持保健行動	人数	2	3	31	39	75
		%	66.7	75.0	50.0	72.2	61.0
	悪化維持非保健行動	人数	1	1	27	12	41
		%	33.3	25.0	43.5	22.2	33.3
合計		人数	3	4	62	54	123
		%	100	100	100	100	100
			内容は自分によく合ったものだった				
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	合計
飲酒習慣の変化	改善	人数	0	0	4	3	7
		%	0.0	0.0	7.0	5.0	5.7
	維持保健行動	人数	2	2	29	42	75
		%	100.0	50.0	50.9	70.0	61.0
	悪化維持非保健行動	人数	0	2	24	15	41
		%	0.0	50.0	42.1	25.0	33.3
合計		人数	2	4	57	60	123
		%	100	100	100	100	100

表2-2-1-9 朝食抜きの習慣

			このコースを他の人にも勧めることができる				
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	合計
朝食抜き 変化の 習慣の	改善	人数	0	0	0	1	1
		%	0.0	0.0	0.0	2.6	1.0
	維持保健行動	人数	1	4	52	34	91
		%	100.0	80.0	94.5	89.5	91.9
	悪化維持非保健行動	人数	0	1	3	3	7
		%	0.0	20.0	5.5	7.9	7.1
合計		人数	1	5	55	38	99
		%	100	100	100	100	100
			このコースは私が目標を設定するのに役立った				
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	合計
朝食抜き 変化の 習慣の	改善	人数	1	0	1	1	3
		%	33.3	0.0	1.6	1.9	2.4
	維持保健行動	人数	2	2	57	51	112
		%	66.7	50.0	91.9	94.4	91.1
	悪化維持非保健行動	人数	0	2	4	2	8
		%	0.0	50.0	6.5	3.7	6.5
合計		人数	3	4	62	54	123
		%	100	100	100	100	100
			内容は自分によく合ったものだった				
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	合計
朝食抜き 変化の 習慣の	改善	人数	1	0	1	1	3
		%	50.0	0.0	1.8	1.7	2.4
	維持保健行動	人数	1	4	52	56	113
		%	50.0	100.0	91.2	93.3	91.9
	悪化維持非保健行動	人数	0	0	4	3	7
		%	0.0	0.0	7.0	5.0	5.7
合計		人数	2	4	57	60	123
		%	100	100	100	100	100

\* p=0.000

\* p=0.03

表2-2-1-10 睡眠

			このコースを他の人にも勧めることができる				
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	合計
睡眠習慣の変化	改善	人数	0	0	1	7	8
		%	0.0	0.0	1.9	18.4	8.2
	維持保健行動	人数	1	4	39	27	71
		%	100.0	80.0	72.2	71.1	72.4
	悪化維持非保健行動	人数	0	1	14	4	19
		%	0.0	20.0	25.9	10.5	19.4
合計	人数	1	5	54	38	98	
	%	100	100	100	100	100	
			このコースは私が目標を設定するのに役立つ				
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	合計
睡眠習慣の変化	改善	人数	0	0	4	7	11
		%	0.0	0.0	6.6	13.0	9.1
	維持保健行動	人数	3	2	43	41	89
		%	100.0	66.7	70.5	75.9	73.6
	悪化維持非保健行動	人数	0	1	14	6	21
		%	0.0	33.3	23.0	11.1	17.4
合計	人数	3	3	61	54	121	
	%	100	100	100	100	100	
			内容は自分によく合ったものだった				
			全く当てはまらない	あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	合計
睡眠習慣の変化	改善	人数	0	2	1	8	11
		%	0.0	50.0	1.8	13.3	9.0
	維持保健行動	人数	2	2	40	46	90
		%	100.0	50.0	71.4	76.7	73.8
	悪化維持非保健行動	人数	0	0	15	6	21
		%	0.0	0.0	26.8	10.0	17.2
合計	人数	2	4	56	60	122	
	%	100	100	100	100	100	

\* P=0.005

表2-2-2 保健行動の改善状況と保健指導の満足度(続き)

表2-2-2-1 喫煙2

			使った時間や努力は価値があった			
			あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	合計
喫煙習慣の変化	改善	人数			4	4
		%	.0%	.0%	6.7%	3.3%
	維持保健行動	人数	9	45	51	105
		%	100.0%	88.2%	85.0%	87.5%
喫煙習慣の変化	悪化維持非保健行動	人数		6	5	11
		%	.0%	11.8%	8.3%	9.2%
	合計	人数	9	51	60	120
		%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
			情報やアドバイスは適切であった			
			あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	合計
喫煙習慣の変化	改善	人数	1	1	3	5
		%	100.0%	2.1%	4.2%	4.2%
	維持保健行動	人数		43	61	104
		%	.0%	91.5%	84.7%	86.7%
喫煙習慣の変化	悪化維持非保健行動	人数		3	8	11
		%	.0%	6.4%	11.1%	9.2%
	合計	人数	1	47	72	120
		%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
			情報やアドバイスは信頼できた			
			あまり当てはまらない	やや当てはまる	当てはまる	合計
喫煙習慣の変化	改善	人数			3	3
		%	.0%	.0%	5.5%	3.0%
	維持保健行動	人数	1	42	45	88
		%	100.0%	93.3%	81.8%	87.1%
喫煙習慣の変化	悪化維持非保健行動	人数		3	7	10
		%	.0%	6.7%	12.7%	9.9%
	合計	人数	1	45	55	101
		%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

p=0.000