

表2. グループ支援前の生活習慣質問項目とドロップアウトとの関連(女性)

項目	定義	非脱落	脱落	X ²	RR(95%信頼区間)	P値
BMI	25以上	124	26	0.02	1.05	0.99
	25未満	93	20		(0.56-1.98)	
年齢	65歳以上	58	19	3.15	0.56	0.11
	64歳以下	159	29		(0.29-1.07)	
朝食	食べない	8	1	0.29	1.77	0.92
	食べる	208	46		(0.22-14.50)	
コーヒー	週1杯未満	54	15	0.91	0.72	0.44
	週1杯以上	161	32		(0.36-1.42)	
栄養バランス	考えない	151	35	0.39	1.26	0.66
	考える	65	12		(0.61-2.57)	
間食	とる	95	15	2.31	0.60	0.17
	とらない	121	32		(0.31-1.17)	
塩分	控えない	133	29	-	1.01	0.88
	控えている	83	18		(0.53-1.92)	
緑黄色野菜	食べない	155	33	0.05	0.93	0.97
	食べる	61	14		(0.46-1.85)	
果物	食べない	162	37	0.29	1.23	0.73
	食べる	54	10		(0.57-2.65)	
脂肪	控えていない	124	34	3.59	1.94	0.08
	控えている	92	13		(0.97-3.88)	
アルコール	1合以上	5	1	0.01	0.92	0.64
	1合未満	211	46		(0.10-8.04)	
運動	週2回未満	124	36	5.97	2.43	0.02
	週2回以上	92	11		(1.17-5.02)	
ストレス	多い	53	18	3.71	1.91	0.08
	普通・少ない	163	29		(0.98-3.71)	
タバコ	吸う	2	0	0.44	0.00	0.99
	吸わない	214	47		(-)	
睡眠時間	6時間未満	45	8	0.35	0.78	0.70
	6時間以上	171	39		(0.34-1.79)	
労働時間	9時間以上	24	4	0.28	0.74	0.79
	9時間未満	191	43		(0.24-2.24)	
勤務状態	仕事あり	130	36	4.47	2.17	0.05
	仕事なし	86	11		(1.05-4.48)	

平成 22 年度厚生労働科学研究費補助金（循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業）
生活習慣病対策における行動変容を効果的に促す食生活支援の手法に関する研究

分担研究報告書

特定保健指導受診者における初回面接直後の取組みに対する態度について

分担研究者	林 芙美	千葉県立保健医療大学健康科学部栄養学科
	西村節子	大阪府立健康科学センター
	武見ゆかり	女子栄養大学栄養学部
研究協力者	奥山 恵	東松山医師会健診センター
	山崎亜希子	女子栄養大学栄養学部

研究要旨

【目的】特定保健指導においては行動変容の準備性に着目した支援の重要性が強調されているが、事前の問診票等で把握した特性による減量成功の予測は困難であるとの指摘もある。しかし、我々が前年度に行った個別インタビューによる減量の成功要因に関する質的な検討では、取組み開始時における強い動機付けは減量成功に影響する可能性が示唆された。そこで、初回面接直後に対象者の行動変容に対する準備性を把握することは、特定保健指導における有効な指標の一つになり得るかを検討することを目的とし、初回面接直後問診票を作成し検討を行った。本研究では、6ヵ月後評価時まで対象者を追跡することを今後の予定としているが、ここでは初回面接直後の対象者の態度についての記述的な整理、及び態度の変化に関する要因の検討を目的とした。

【方法】平成 22 年 4 月から 3 月末までに大阪府及び埼玉県にある 2 つの健診機関において特定保健指導の初回面接を受けた者のうち、初回面接時に特定保健指導の対象として国が定めた年齢の基準（40 歳～74 歳）未満であった者、及び初回面接直後問診票への回答に不備があった者を除く 383 名（男性 332 名、女性 51 名）を分析対象者とした。初回面接直後問診票は、平成 21 年度に実施した量的・質的分析から抽出された減量の成功要因を基に作成した。初回面接直後問診票の結果について、男女別、支援タイプ別（動機づけ、積極的）、及び喫煙の有無別（吸う、吸わない）に分け、記述的整理を行った。さらに、対象者の初回面接直後の取組みに対する態度の変化への影響要因について検討するために、取組み前の対象者の状況や、初回面接直後に把握した対象者の取組みに対する位置づけ、周囲のサポートに対する認知、及び困難状況における自信度との関連を検討した。対象者の分類は、初回面接直後問診票で「あなたは、これから 6 ヶ月間、取り組んでみようと思いますか」との問いに対して「本気でやろうと思う」と回答した者のうち、事前問診票で把握した行動変容ステージが「前熟考期」「熟考期」あるいは「準備期」であった者を取り組みに対する態度が「改善」と分類した。また、「少しやろうと思う」と回答した者で、事前が「前熟考期」であった者も「改善」とした。それ以外の者は「変化なし」あるいは「悪化」に分類した。

【結果】男性では、事前問診票で得られた行動変容ステージと初回面接直後の態度に有意な関係が示されたが、女性では事前の行動変容ステージと初回面接直後のやる気には関係が認められなかった。また、喫煙者全体では事前の準備性と初回面接直後の態度に有意な関係がなかったが、男性では、喫煙者・非喫煙者共に事前の準備性と面接直後の態度に有意な関係が認められた。取組前の状況では、体重・BMI・腹囲が大きいほど初回面接直後の態度は改善することが示された。また、事前の身体状況等を考慮し、周囲のサポートに対する認知及び困難な状況における自信度と、初回面接直後の態度の変化について検討したところ、自信度のみ有意な関係が示された。女性では、周囲のサポートの有無に関わらずやる気は高かったが、男性はサポートが「十分に得られる」と回答した者に比べ、それ以外の者で「本気でやろうと思う」が少なかった。

【結論】肥満度が高い人や、困難な状況でもやっていく自信がある者では初回面接直後にやる気の高まりが認められた。事前ステージと面接直後のやる気には関係が認められたが、今後は 6 ヶ月後評価時まで追跡し、事前のステージだけでなく、初回面接直後にやる気が極端に高まった者とそうでない者では減量にどのような違いがみられるか検討する予定である。

A. 研究目的

特定保健指導においては行動変容の準備性に着目した支援の重要性が強調されているが、既存のデータをもとにした検討¹⁾では、事前問診票で把握した保健指導前の行動変容の準備性は、4%以上の減量成功に影響する要因ではなかった。また、減量希望者における結果ではあるが、1ヵ月後の減量や運動の目標達成数等は減量維持と関連するが、事前に把握した特性による予測は困難と報告している²⁾。しかし、前年度に行った、個別インタビューによる減量の成功要因に関する質的な検討では、取組み開始時における強い動機付けは減量成功に影響する可能性が示唆された³⁾。そこで、初回面接直後に対象者の行動変容に対する準備性を把握することは、特定保健指導における有効な指標の一つになり得るかを検討することを目的とし、初回面接直後問診票を作成し検討を行った。本研究では、6ヵ月後及び1年後健診時まで対象者を追跡することを今後の予定としているが、本報では初回面接直後の対象者の態度についての記述的な整理、及び態度の変化に対する要因の検討を目的とした。

B. 研究方法

1. 対象者

平成22年4月から3月末までに大阪府及び埼玉県にある2つの健診機関において特定保健指導の初回面接を受けた者のうち、男女402名(男性343名、女性59名)から初回面接直後問診票への回答が得られた。そのうち、初回面接時に特定保健指導の対象として国が定めた年齢の基準(40歳~74歳)未満であった者、及び初回面接直後問診票への回答に不備があった者を除く383名(男性332名、女性51名)を分析対象者とした。

2. 調査項目

初回面接直後問診票は、平成21年度に実施した量的・質的分析から抽出された減量の成功要因を基に作成した。問診票の項目は、別紙1の通りである。問診票の作成においては、対象者の負担を軽減するために枚数をA4サイズ1枚までとし、内容については研究班全体で協議した。

その他、健診データから、対象者の基本属性(性

別、年齢、支援タイプ、保険の種類)、及び身体データ(身長、体重、BMI、腹囲、血圧、空腹時血糖値、HbA1c、中性脂肪、HDL)を把握した。また、事前問診票から、減量に対する準備性(前熟考期、熟考期、準備期、実行期)、喫煙習慣(吸う、吸わない)、及び飲酒習慣(現在飲む、飲まない)について把握した。

3. 解析

初回面接直後問診票の結果について、男女別、支援タイプ別(動機づけ、積極的)、及び喫煙の有無別(吸う、吸わない)に分け、記述的整理を行った。また、事前問診票から得られた減量に対する行動変容ステージと、初回面接直後問診票から得られた準備性のクロス集計を行った。全ての検討において、質的変数では χ^2 検定を行い、量的な2群間の検討においては対応のないt検定を行った。

さらに、事前問診票で行動変容ステージが「前熟考期」であった者で、初回面接直後に取り組みに対して「本気でやろうと思う」「少しやろうと思う」を、取り組みに対する態度が「改善」した者と定義した。また、事前問診票では「熟考期」「準備期」であったが、初回面接直後の問診票では「本気でやろうと思う」と回答した者も「改善」と定義した。それ以外の者は「変化なし」あるいは「悪化」に分類した。対象者の分類については表1に示したとおりである。対象者の初回面接直後の取り組みに対する態度の変化への影響要因について、初回面接直後の態度の変化を従属変数とし、性、年齢、取り組み前の身体状況、目標体重、及び喫煙・飲酒習慣を独立変数とするロジスティック回帰分析を用いて検討した。さらに、初回面接直後の取り組みの位置づけ、周囲のサポート及び困難状況における自信が初回面接直後の態度の変化に影響するかどうか、性及び支援タイプで調整した多重ロジスティック回帰分析を用いて検討した。

全ての統計解析にはIBM SPSS Statisticsを用い、有意水準は5%未満とした。

表1：取り組みに対する態度の変化の分類基準

事前 問診 票	初回面接直後の意欲(問2)				
	本気で やろうと 思う	少しやろ うと思う	どちらと も言えな い	あまりや ろうと思 わない	全くやろ うと思わ ない
前熟 考期	改善	改善	変化なし	変化なし	変化なし
熟考 期	改善	変化なし	変化なし	変化なし	変化なし
準備 期	改善	変化なし	変化なし		
実行 期	変化なし	変化なし			

4. 倫理面への配慮

問診票による調査は、日常的な特定健診・特定保健指導業務の一部として実施され、初回面接終了後に無記名で回答を得た。尚、個人情報の漏洩を防ぐために、データは全てIDで管理され、個人特定情報及び身体データと、問診票に付与したIDの突合は健診機関の担当者が行った。データの二次利用に関する倫理的配慮及び手続きについては、各健診機関に設置された倫理審査委員会により審査及び承認を受けた。

C. 研究結果

1) 対象者の属性について

事前問診票から、対象者の年齢層、支援タイプ、保険者の種類、行動変容ステージ、喫煙・飲酒習慣を把握し、男女別に結果を示した(表2)。事前の行動変容ステージでは、男女間で有意差はなかったが、いずれも準備期が最も多く(男性42.5%、女性45.1%)、前熟考期が最も少なかった(男性10.2%、女性3.9%)。喫煙習慣では、男性で有意に喫煙者が多かった。

2) 初回面接直後における対象者の態度について

初回面接直後に実施した問診票の結果を、男女別、支援タイプ別、及び喫煙習慣の有無別に記述的整理を行い、表3から表20にその結果を示した。取り組みに対する準備性では、「本気でやろうと思う」が女性で男性よりも多かった(表4)。また、取り組みに対する位置づけでは、男女とも「自分の生活や仕事において重要なこと」と回答した者が最も多かったが、男性で「家族にとって重要なこと」と回答した者が女性に比べて多かった(表5)。取り組みの際に得られる周囲のサポートについての認識は男女間で差はなかった(表6)

が、そのサポート源として「配偶者」を選んだ男性は80.4%であり、女性の51%に比べて有意に多かった。一方、女性は男性に比べて「その他の家族」、「知人・友人」を選んだ者が有意に多かった(表7)。また、困難な場面でも、何とかやっつけられるかとの問いに対しては、女性のほうが「自信がある」と回答した者の割合が多かった(表8)。

支援タイプ別に、男性と女性それぞれの初回面接直後の態度を検討したところ、有意差が認められたのは、女性の取り組みにおける周囲のサポートとそのサポート源のみであった(表12_b、表13_b)。女性の積極的支援の対象者は、動機づけ支援の対象者に比べて、周囲のサポートが得られると認識していた。また、積極的支援の対象者の78.6%は「配偶者」からサポートが得られると回答していたのに対して、動機づけ支援者は17.4%と有意差が認められた($p<0.001$)。

喫煙習慣の有無別では、取り組みの際のサポート源として「その他の家族」と回答した者が非喫煙者で有意に多かった。結果では示していないが、男女別に喫煙習慣の有無別の検討を行ったが、男女計の結果と同様、ほとんどの項目で有意差は認められなかった。

3) 事前問診票と初回面接直後の態度の違いについて

図1から図8に、事前問診票から得られた取り組み前の対象者の行動変容ステージと、初回面接直後の準備性のクロス集計の結果を示した。その結果、男性は女性と比べて、事前問診票の行動変容ステージと、初回面接直後の準備性に有意な関連性が示された(図1)。一方、女性は、事前問診票の行動変容ステージにかかわらず、ほとんどが初回面接直後に「本気でやろうと思う」「少しやろうと思う」と回答していた(図2)。また、喫煙習慣のある者では、事前と初回面接直後の準備性に有意な関係は示されなかったが、非喫煙者では事前問診票の行動変容ステージと初回面接直後の準備性に有意な関係が示された(図8)。

4) 初回面接直後の取り組みに対する態度の変化に影響を与える要因について

表 21 から表 24 に、初回面接直後に行動変容の準備性が改善した者とそれ以外の者の人数及び割合を、支援タイプ別、男女別に示した。その結果、特に有意差は認められなかった。初回面接直後の取り組みに対する準備性の変化に影響を及ぼす要因として、事前問診票または健診データを用いて検討を行ったところ、体重、BMI、腹囲が高いほど改善する可能性が高まることが示された(表 25)。また、対象者の腹囲が太くなるほど、初回面接直後に準備性が改善する可能性は低かった。

また、対象者の取り組みに対する態度別(位置づけ、周囲のサポート、及び困難な状況に対する自信)に、初回面接直後の取り組みに対する準備性の変化への影響を検討した。その結果、「何があってもやっていく自信がある」、「多少できないときもあるかもしれないが、なんとかやっていく自信がある」と回答した者では「自信はない/今の時点ではわからない」に比べて態度が改善する可能性が性や支援タイプ、腹囲等の影響を考慮しても高いことが示された(表 28)。

D. 考察

本研究では、初回面接直後に取り組みに対する態度が改善することが、減量の成功要因となりうるか検討するために、量的・質的調査から得られた知見をもとに初回面接直後問診票を作成した。本報は、初回面接時の対象者の態度について記述的整理を行ったものである。その結果、取り組みに対する位置づけや準備性、周囲のサポートに対する態度に男女間で差が認められた。

周囲のサポートでは、男性で女性に比べて「配偶者」と回答した者が有意に多かった。しかし、今年度行った非成功事例への個別インタビューでは、「心配かけたくない」「関心がない」などの理由から、配偶者に協力を求めない職域男性も多く報告された。そこで、特定保健指導の際に、対象者は周囲から何らかの支援を得ているか把握するとともに、配偶者に協力を求めやすい環境づくりの支援や、実際にどのような協力を求めると受け入れてもらえやすいかなど、具体的な対策も必要だと思われた。

また、困難な状況でも「何があってもやっていく自信がある」と回答した者は男性で 5.7%、女性で 0%と非常に少なかった。そこで、特定保健指導では、困難な場面における具体的な対処方法について、対象者の状況に応じた支援を実施する重要性が示唆された。また、初回面接直後は、ほとんどが「多少できない時もあるかもしれないが、何とかやっていく自信がある」と回答していたが、取り組み開始から 1 ヶ月後、2 ヶ月後など定期的に対象者の状況をモニタリングしていく必要性があると考えられた。また、自信がない者も少ないことから、そのような対象者については、無理のない行動目標の設定(スモールステップ)や、専門家による励ましなどの正の強化により対象者の自己効力感を高める支援が必要であると考えられた。今後は、対象者を、6 ヶ月後、さらに 1 年後健診時まで追跡し、事前のステージだけでなく、初回面接直後にやる気が極端に高まった者とそうでない者では減量にどのような違いがみられるか検討する予定である。

E. 結論

本研究では、男女間に取り組みに対する位置づけや準備性、周囲のサポートに対する態度に差が認められた。また、肥満度が高い人や、困難な状況でもやっていく自信がある者では初回面接直後にやる気の高まりが認められた。今後は、6 ヶ月後終了時及び 1 年後健診まで対象者を追跡し、事前のステージだけでなく、初回面接直後にやる気が極端に高まった者とそうでない者では減量にどのような違いがみられるか検討する予定である。

F. 参考資料

1. 西村節子. 個別支援を中心とした効果的な食生活支援手法に関する研究-体重の 4%以上減量に影響する要因の検討-平成 21 年度厚生労働科学研究費補助金(糖尿病戦略等研究事業)生活習慣病対策における行動変容を効果的に促す食生活支援の手法に関する研究, 36-45 (2010).
2. 足達淑子, 田中みのり. 非対面減量プログラ

ム利用者における9ヵ月後の減量維持を予測する要因の検討.肥満研究 2008; 14: 244-250.

3. 林芙美, 武見ゆかり, 西村節子, 赤松利恵. 特定保健指導対象の職域男性における減量成功要因:個別インタビューによる質的検討. 平成21年度厚生労働科学研究費補助金(糖尿病戦略等研究事業)生活習慣病対策における行動変容を効果的に促す食生活支援の手法に関する研究, 69-88 (2010).

G. 研究発表

1. 論文発表

なし

2. 学会発表

1. 林芙美、蝦名玲子、西村節子、松岡幸代、赤松利恵、奥山恵、武見ゆかり. 特定保健指導対象の職域男性における減量成功要因:個別インタビューによる質的検討. 第19回日本健康教育学会学術大会, 2010年6月, 京都
2. 林芙美、赤松利恵、山崎喜比古、饗場直美、中出麻紀子、片山千栄、武見ゆかり. 「暮らしのゆとり感」と食育への関わり、食習慣、及び食事の満足度の関係. 第69回日本公衆衛生学会学術総会, 2010年10月, 東京

H. 知的財産権の出願・登録状況

(予定を含む)

1. 特許取得
2. 実用新案登録
3. その他

表2:対象者の属性(男女別)

	男性 (n=332)		女性 (n=51)		p値
	n	%	n	%	
年齢層					
40-49歳	167	50.3	22	43.1	0.001
50-59歳	129	38.9	14	27.5	
60歳以上	36	10.8	15	29.4	
支援タイプ					
積極的	197	59.3	28	54.9	0.55
動機づけ	135	40.7	23	45.1	
保険者の種類					
国保	30	9.0	16	31.4	<0.001
職域健保	302	91.0	35	68.6	
行動変容ステージ					
前熟考期	34	10.2	2	3.9	0.36
熟考期	107	32.2	15	29.4	
準備期	141	42.5	23	45.1	
実行期	50	15.1	11	21.6	
喫煙習慣					
喫煙者	99	29.8	5	9.8	0.003
非喫煙者	233	70.2	46	90.2	
飲酒習慣					
飲酒習慣あり	217	65.4	31	60.8	0.52
飲酒習慣なし	115	34.6	20	39.2	

表3: 取り組みの重要性の認知(男女別)

	男性 (n=332)		女性 (n=51)		p値
	n	%	n	%	
強くそう思った	173	52.1	34	66.7	0.95
少しそう思った	138	41.6	15	29.4	
どちらともいえない	15	4.5	1	2.0	
あまりそう思わなかった	4	1.2	1	2.0	
全くそう思わなかった	2	0.6	0	0	

問1) あなたは、初回面接を受けて、これから6か月間の取り組みが、自分にとって本当に必要で意味のあることだと思いましたか？に対する回答

表4: 取り組みに対する準備性(男女別)

	男性 (n=332)		女性 (n=51)		p値
	n	%	n	%	
本気でやろうと思う	205	61.7	34	66.7	0.049
少しやろうと思う	118	35.5	16	31.4	
どちらともいえない	7	2.1	1	2.0	
あまりやろうと思わない	1	0.3	0	0.0	
全くやろうと思わない	1	0.3	0	0.0	

問2) あなたは、これから6か月間、取り組んでみようと思いますか？に対する回答

表5: 取り組みに対する位置づけ(男女別)

	男性 (n=332)		女性 (n=51)		p値
	n	%	n	%	
あまり意味のないこと	7	2.1	1	2.0	0.049
個人的に意味はないが、決められた	4	1.2	1	2.0	
自分の生活や仕事にとって重要なこ	228	68.7	43	84.3	
家族にとって重要なこと	88	26.5	4	7.8	
その他	5	1.5	2	3.9	

問3) 減量や生活習慣の改善に取り組むことは、あなたにとって、どういう意味がありますか？に対する回答

表6: 取り組みにおける周囲のサポートについて(男女別)

	男性 (n=332)		女性 (n=51)		p値
	n	%	n	%	
十分に得られると思う	161	48.5	19	37.3	0.55
少しは得られると思う	131	39.5	23	45.1	
どちらとも言えない	28	8.4	6	11.8	
あまり得られないと思う	11	3.3	3	5.9	
全く得られないと思う	1	0.3	0	0	

問4) あなたがこれから6か月間の取り組みを行うに当たり、家族など、周囲からの協力や支援が得られると思いますか？に対する回答

表7: 協力や支援を期待できる相手(男女別)

		男性(n=332)		女性(n=51)		p値
		n	%	n	%	
配偶者	なし	65	19.6	25	49.0	<0.001
	あり	267	80.4	26	51.0	
子ども	なし	256	77.1	33	64.7	0.055
	あり	76	22.9	18	35.3	
その他の家族	なし	314	94.6	39	76.5	<0.001
	あり	18	5.4	12	23.5	
知人・友人	なし	324	97.6	46	90.2	0.007
	あり	8	2.4	5	9.8	
職場の同僚・上司・部下	なし	323	97.3	49	96.1	0.63
	あり	9	2.7	2	3.9	
その他	なし	329	99.1	50	98.0	0.49
	あり	3	0.9	1	2.0	

表8: 困難な状況に対する自信(男女別)

	男性(n=332)		女性(n=51)		p値
	n	%	n	%	
何があってもやっていく自信がある	19	5.7	0	0.0	0.008
多少できない時もあるかもしれないが、何とかやっていく自信がある	254	76.5	46	90.2	
困難な状況になったら、やっていく自信はあまりない	42	12.7	3	5.9	
困難な状況になったら、やっていく自信は全くない	1	0.3	2	3.9	
困難な状況であろうがなかろうが、自信はない	1	0.3	0	0.0	
今の時点ではわからない	15	4.5	0	0.0	

問6)これから6か月間、取り組みを勧める上で忙しかったり疲れたり、仕事上の付き合いなど、いろいろ困難な状況が生じることも予想されますが、あなたは、自分なら何とかやっていけるだろうと思いますか？に対する回答

表9_a: 取り組みの重要性の認知(男性)

	積極的支援 (n=197)		動機づけ支援 (n=135)		p値
	n	%	n	%	
強くそう思った	99	50.3	74	54.8	0.29
少しそう思った	84	42.6	54	40.4	
どちらともいえない	11	5.6	4	3.0	
あまりそう思わなかった	1	0.5	3	2.2	
全くそう思わなかった	2	1.0	0	0.0	

問1) あなたは、初回面接を受けて、これから6か月間の取り組みが、自分にとって本当に必要で意味のあることだと思えましたか？に対する回答

表10_a: 取り組みに対する準備性(男性)

	積極的支援 (n=197)		動機づけ支援 (n=135)		p値
	n	%	n	%	
本気でやろうと思う	124	62.9	81	60.0	0.77
少しやろうと思う	67	34.0	51	37.8	
どちらともいえない	4	2.0	3	2.2	
あまりやろうと思わない	1	0.5	0	0.0	
全くやろうと思わない	1	0.5	0	0.0	

問2) あなたは、これから6か月間、取り組んでみようと思えますか？に対する回答

表11_a: 取り組みに対する位置づけ(男性)

	積極的支援 (n=197)		動機づけ支援 (n=135)		p値
	n	%	n	%	
あまり意味のないこと	2	1.0	5	3.7	0.56
個人的に意味はないが、決められたこと	2	1.0	2	1.5	
自分の生活や仕事にとって重要なこと	137	69.5	91	67.4	
家族にとって重要なこと	53	26.9	35	25.9	
その他	3	1.5	2	1.5	

問3) 減量や生活習慣の改善に取り組むことは、あなたにとって、どういう意味がありますか？に対する回答

表12_a: 取り組みにおける周囲のサポートについて(男性)

	積極的支援 (n=197)		動機づけ支援 (n=135)		p値
	n	%	n	%	
十分に得られると思う	93	47.2	68	50.4	0.89
少しは得られると思う	80	40.6	51	37.8	
どちらとも言えない	17	8.6	11	8.1	
あまり得られないと思う	6	3.0	5	3.7	
全く得られないと思う	1	0.5	0	0.0	

問4) あなたがこれから6か月間の取り組みを行うに当たり、家族など、周囲からの協力や支援が得られると思えますか？に対する回答

表13_a: 協力や支援を期待できる相手(男性)

		積極的支援 (n=197)		動機づけ支援 (n=135)		p値
		n	%	n	%	
配偶者	なし	37	18.8	28	20.7	0.66
	あり	160	81.2	107	79.3	
子ども	なし	147	74.6	109	80.7	0.19
	あり	50	25.4	26	19.3	
その他の家族	なし	190	96.4	124	91.9	0.07
	あり	7	3.6	11	8.1	
知人・友人	なし	191	97.0	133	98.5	0.36
	あり	6	3.0	2	1.5	
職場の同僚・上司・部下	なし	192	97.5	131	97	0.82
	あり	5	2.5	4	3	
その他	なし	194	98.5	135	100.0	0.15
	あり	3	1.5	0	0.0	

表14_a: 困難な状況に対する自信(男性)

	積極的支援 (n=197)		動機づけ支援 (n=135)		p値
	n	%	n	%	
何があってもやっていく自信がある	9	4.6	10	7.4	0.64
多少できない時もあるかもしれないが、何とかやっていく自信がある	152	77.2	102	75.6	
困難な状況になったら、やっていく自信はあまりない	26	13.2	16	11.9	
困難な状況になったら、やっていく自信は全くない	1	0.5	0	0.0	
困難な状況であろうがなかりうが、自信はない	0	0.0	1	0.7	
今の時点ではわからない	9	4.6	6	4.4	

問6)これから6か月間、取り組みを勧める上で忙しかったり疲れたり、仕事上の付き合いなど、いろいろ困難な状況が生じることも予想されますが、あなたは、自分なら何とかやっていけるだろうと思いますか？に対する回答

表9_b: 取り組みの重要性の認知(女性)

	積極的支援 (n=28)		動機づけ支援 (n=23)		p値
	n	%	n	%	
強くそう思った	17	60.7	17	73.9	0.55
少しそう思った	9	32.1	6	26.1	
どちらともいえない	1	3.6	0	0.0	
あまりそう思わなかった	1	3.6	0	0.0	
全くそう思わなかった	0	0.0	0	0.0	

問1)あなたは、初回面接を受けて、これから6か月間の取り組みが、自分にとって本当に必要で意味のあることだと思いましたか？に対する回答

表10_b: 取り組みに対する準備性(女性)

	積極的支援 (n=28)		動機づけ支援 (n=23)		p値
	n	%	n	%	
本気でやろうと思う	19	67.9	15	65.2	0.61
少しやろうと思う	8	28.6	8	34.8	
どちらともいえない	1	3.6	0	0.0	
あまりやろうと思わない	0	0.0	0	0.0	
全くやろうと思わない	0	0.0	0	0.0	

問2)あなたは、これから6か月間、取り組んでみようと思いますか？に対する回答

表11_c: 取り組みに対する位置づけ(女性)

	積極的支援 (n=28)		動機づけ支援 (n=23)		p値
	n	%	n	%	
あまり意味のないこと	1	3.6	0	0	0.63
個人的に意味はないが、決められたこと	1	3.6	0	0	
自分の生活や仕事にとって重要なこと	22	78.6	21	91.3	
家族にとって重要なこと	3	10.7	1	4.3	
その他	1	3.6	1	4.3	

問3)減量や生活習慣の改善に取り組むことは、あなたにとって、どういう意味がありますか？に対する回答

表12_b: 取り組みにおける周囲のサポートについて(女性)

	積極的支援 (n=28)		動機づけ支援 (n=23)		p値
	n	%	n	%	
十分に得られると思う	11	39.3	8	34.8	0.03
少しは得られると思う	16	57.1	7	30.4	
どちらとも言えない	1	3.6	5	21.7	
あまり得られないと思う	0	0.0	3	13.0	
全く得られないと思う	0	0.0	0	0.0	

問4)あなたがこれから6か月間の取り組みを行うに当たり、家族など、周囲からの協力や支援が得られると思いますか？に対する回答

表13_b: 協力や支援を期待できる相手(女性)

		積極的支援 (n=28)		動機づけ支援 (n=23)		p値
		n	%	n	%	
配偶者	なし	6	21.4	19	82.6	<0.001
	あり	22	78.6	4	17.4	
子ども	なし	15	53.6	18	78.3	0.07
	あり	13	46.4	5	21.7	
その他の家族	なし	24	85.7	15	65.2	0.09
	あり	4	14.3	8	34.8	
知人・友人	なし	26	92.9	20	87.0	0.48
	あり	2	7.1	3	13.0	
職場の同僚・上司・部下	なし	28	100.0	21	91.3	0.11
	あり	0	0.0	2	8.7	
その他	なし	28	100.0	22	95.7	0.27
	あり	0	0.0	1	4.3	

表14_b: 困難な状況に対する自信(女性)

	積極的支援 (n=28)		動機づけ支援 (n=23)		p値
	n	%	n	%	
何があってもやっていく自信がある	0	0.0	0	0.0	0.14
多少できない時もあるかもしれないが、何とかやっていく自信がある	27	96.4	19	82.6	
困難な状況になったら、やっていく自信はあまりない	0	0.0	3	13.0	
困難な状況になったら、やっていく自信は全くない	1	3.6	1	4.3	
困難な状況であろうがなかろうが、自信はない	0	0.0	0	0.0	
今の時点ではわからない	0	0.0	0	0.0	

問6)これから6か月間、取り組みを勧める上で忙しかったり疲れたり、仕事上の付き合いなど、いろいろな困難な状況が生じることも予想されますが、あなたは、自分なら何とかやっていけるだろうと思いますか？に対する回答

表15: 取り組みの重要性の認知(男女計)

	喫煙者 (n=104)		非喫煙者 (n=279)		p値
	n	%	n	%	
強くそう思った	48	46.2	159	57.0	0.055
少しそう思った	47	45.2	106	38.0	
どちらともいえない	8	7.7	8	2.9	
あまりそう思わなかった	0	0.0	5	1.8	
全くそう思わなかった	1	1.0	1	0.4	

問1)あなたは、初回面接を受けて、これから6か月間の取り組みが、自分にとって本当に必要で意味のあることだと思えましたか？に対する回答

表16: 取り組みに対する準備性(男女計)

	喫煙者 (n=104)		非喫煙者 (n=279)		p値
	n	%	n	%	
本気でやろうと思う	60	57.7	179	64.2	0.34
少しやろうと思う	40	38.5	94	33.7	
どちらともいえない	3	2.9	5	1.8	
あまりやろうと思わない	1	1.0	0	0.0	
全くやろうと思わない	0	0.0	1	0.4	

問2)あなたは、これから6か月間、取り組んでみようと思いますか？に対する回答

表17: 取り組みに対する位置づけ(男女計)

	喫煙者 (n=104)		非喫煙者 (n=279)		p値
	n	%	n	%	
あまり意味のないこと	1	1.0	7	2.5	0.85
個人的に意味はないが、決められた	2	1.9	3	1.1	
自分の生活や仕事にとって重要なこ	75	72.1	196	70.3	
家族にとって重要なこと	24	23.1	68	24.4	
その他	2	1.9	5	1.8	

問3)減量や生活習慣の改善に取り組むことは、あなたにとって、どういう意味がありますか？に対する回答

表18: 取り組みにおける周囲のサポートについて(男女計)

	喫煙者 (n=104)		非喫煙者 (n=279)		p値
	n	%	n	%	
十分に得られると思う	47	45.2	133	47.7	0.92
少しは得られると思う	42	40.4	112	40.1	
どちらとも言えない	11	10.6	23	8.2	
あまり得られないと思う	4	3.8	10	3.6	
全く得られないと思う	0	0	1	0.4	

問4)あなたがこれから6か月間の取り組みを行うに当たり、家族など、周囲からの協力や支援が得られると思いますか？に対する回答

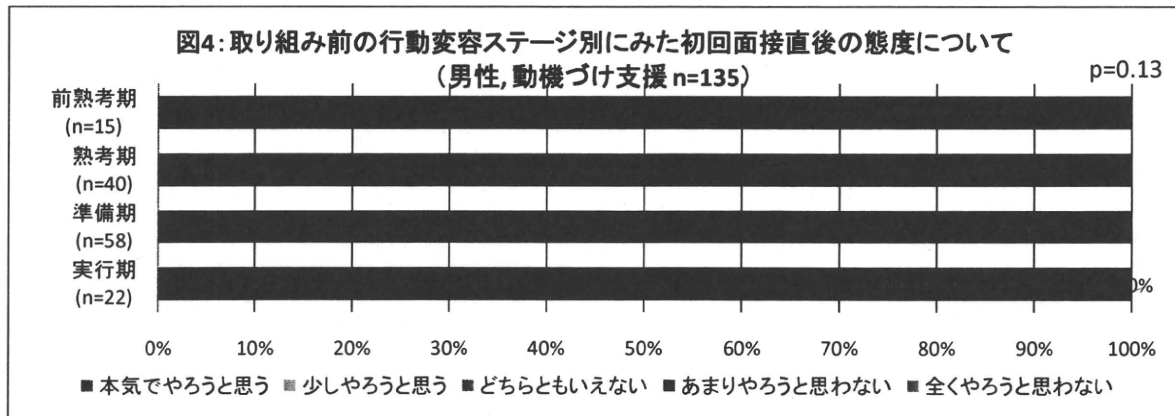
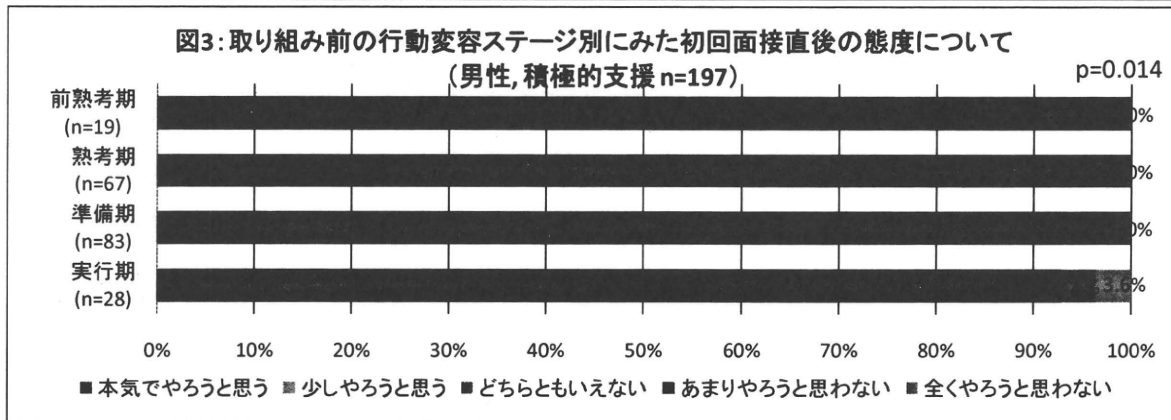
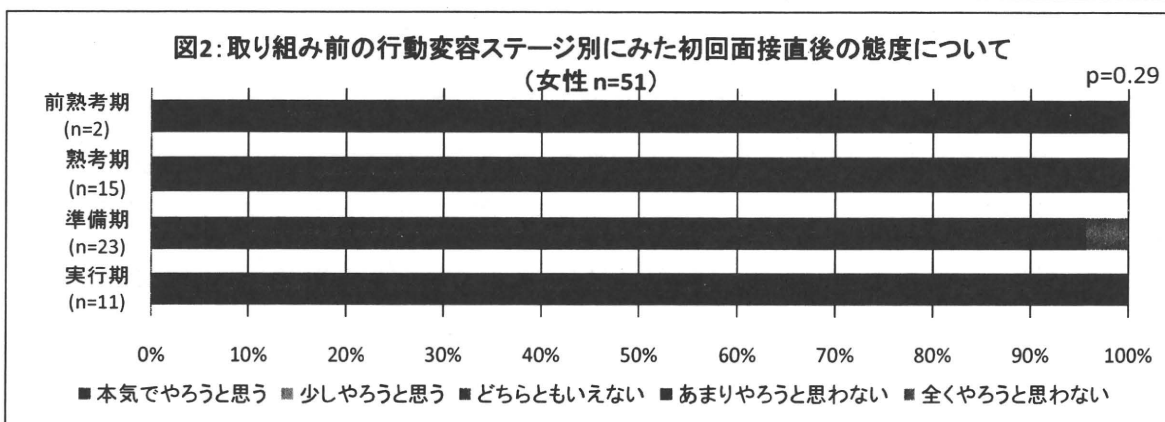
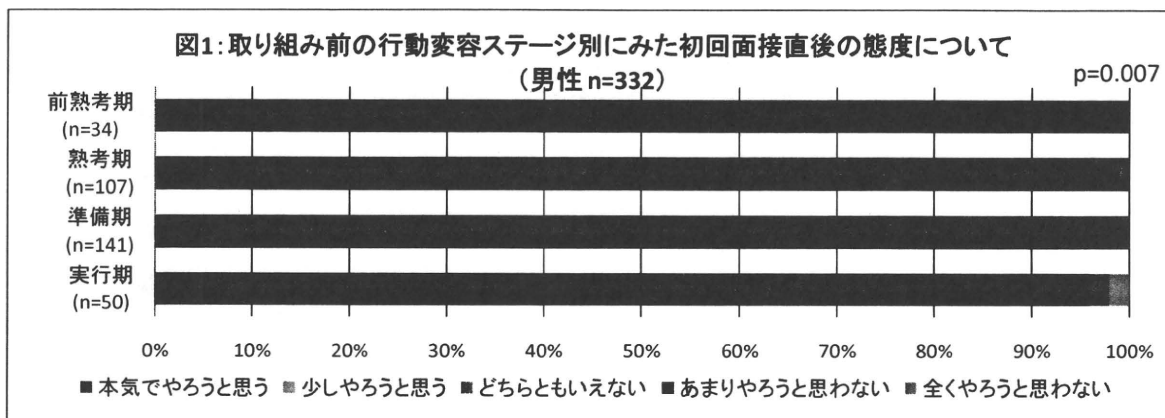
表19: 協力や支援を期待できる相手(男女計)

		喫煙者 (n=104)		非喫煙者 (n=279)		p値
		n	%	n	%	
配偶者	なし	22	21.2	68	24.4	0.51
	あり	82	78.8	211	75.6	
子ども	なし	74	71.2	215	77.1	0.23
	あり	30	28.8	64	22.9	
その他の家族	なし	101	97.1	252	90.3	0.028
	あり	3	2.9	27	9.7	
知人・友人	なし	100	96.2	270	96.8	0.77
	あり	4	3.8	9	3.2	
職場の同僚・上司・部下	なし	103	99.0	269	96.4	0.17
	あり	1	1.0	10	3.6	
その他	なし	102	98.1	277	99.3	0.30
	あり	2	1.9	2	0.7	

表20: 困難な状況に対する自信(男女計)

	喫煙者 (n=104)		非喫煙者 (n=279)		p値
	n	%	n	%	
何があってもやっていく自信がある	2	1.9	17	6.1	0.41
多少できない時もあるかもしれないが、何とかやっていく自信がある	83	79.8	217	77.8	
困難な状況になったら、やっていく自信はあまりない	15	14.4	30	10.8	
困難な状況になったら、やっていく自信は全くない	0	0.0	3	1.1	
困難な状況であろうがなかろうが、自信はない	0	0.0	1	0.4	
今の時点ではわからない	4	3.8	11	3.9	

問6) これから6か月間、取り組みを勧める上で忙しかったり疲れたり、仕事上の付き合いなど、いろいろ困難な状況が生じることも予想されますが、あなたは、自分なら何とかやっていけるだろうと思いますか？に対する回答



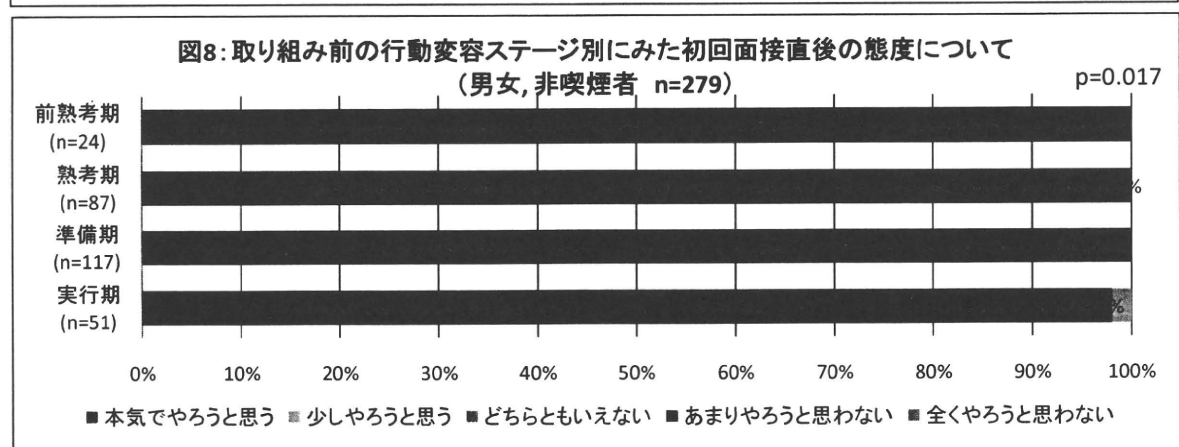
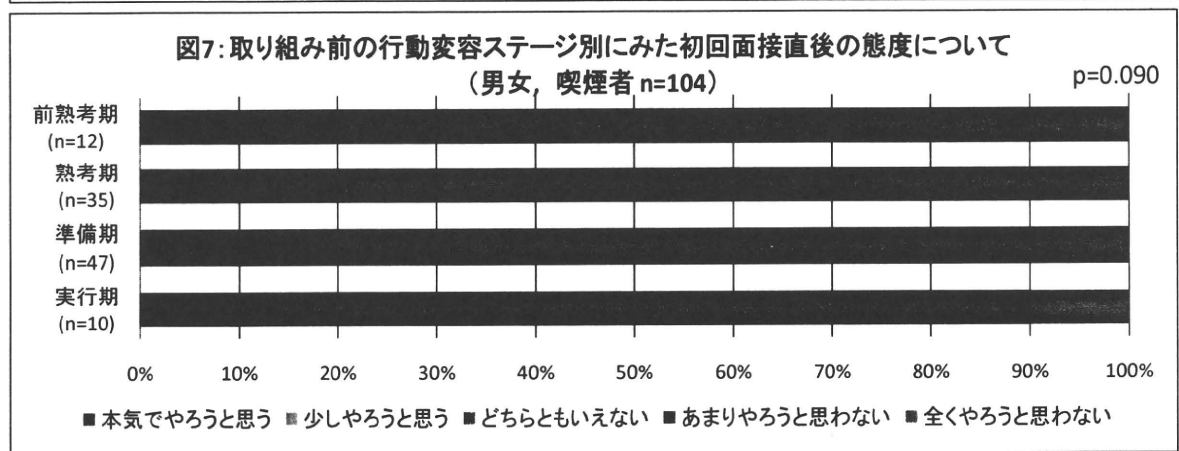
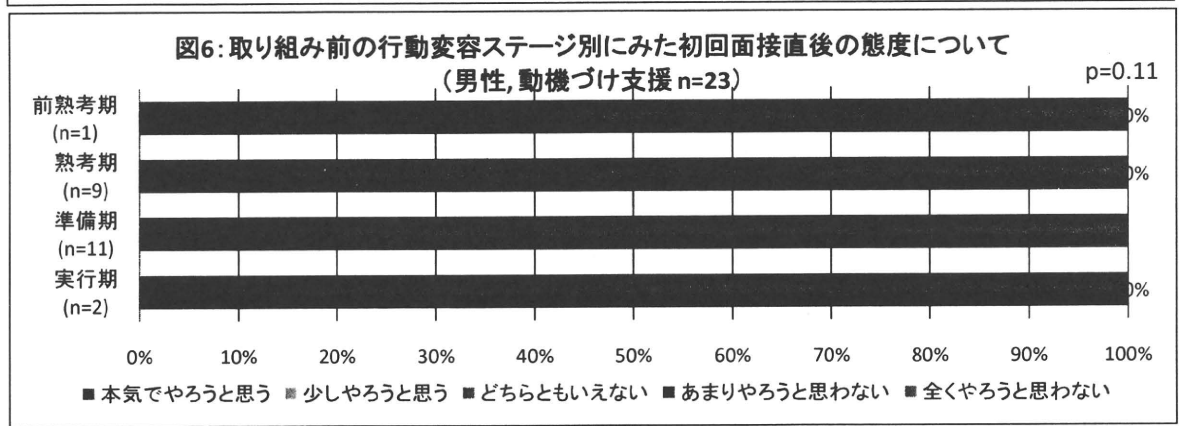
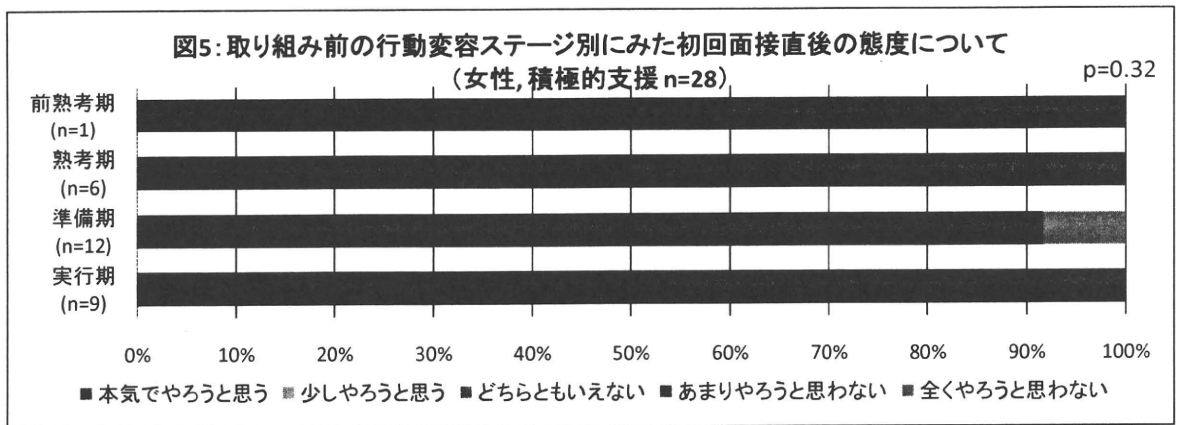


表21: 男女別にみた初回面接直後の態度の変化状況について

	男性 (n=332)		女性 (n=51)		p値
	n	%	n	%	
改善	138	41.6	22	43.1	0.83
変化なし・悪化	194	58.4	29	56.9	

表22: 支援タイプ別にみた初回面接直後の態度の変化状況について(男女計)

	積極的支援 (n=225)		動機づけ支援 (n=158)		p値
	n	%	n	%	
改善	92	40.9	68	43.0	0.68
変化なし・悪化	133	59.1	90	57.0	

表23: 支援タイプ別にみた初回面接直後の態度の変化状況について(男性)

	積極的支援 (n=197)		動機づけ支援 (n=135)		p値
	n	%	n	%	
改善	79	40.1	59	43.7	0.51
変化なし・悪化	118	59.9	76	56.3	

表24: 支援タイプ別にみた初回面接直後の態度の変化状況について(女性)

	積極的支援 (n=28)		動機づけ支援 (n=23)		p値
	n	%	n	%	
改善	13	46.4	9	39.1	0.60
変化なし・悪化	15	53.6	14	60.9	

表25: 初回面接直後の取り組みに対する準備性の変化に影響を及ぼす要因 (n=383)

	オッズ比	95% 信頼区間		p値
		下限	上限	
支援タイプ(積極的/動機づけ)	1.09	0.72	1.65	0.68
年齢*	0.99	0.96	1.01	0.30
性別(男性/女性)	1.07	0.59	1.94	0.83
身長*	1.00	0.98	1.03	0.95
体重*	1.03	1.00	1.05	<u>0.03</u>
BMI*	1.10	1.02	1.19	<u>0.01</u>
腹囲*	1.04	1.01	1.08	<u>0.02</u>
中性脂肪	1.00	1.00	1.00	0.67
HDL	0.99	0.98	1.01	0.40
収縮期血圧	0.99	0.98	1.00	0.18
拡張期血圧	0.99	0.97	1.01	0.42
喫煙習慣(なし/あり)	0.98	0.62	1.54	0.92
飲酒習慣(なし/あり)	1.12	0.73	1.72	0.60

*連続変数として強制投入法により投入

空腹時血糖値及びHbA1cについてはデータに不備があった者がいたため解析から除外した。

表26: 取り組みに対する態度別にみた初回面接直後の態度が「改善」するオッズ比

	n	オッズ比	95% 信頼区間		p値
			下限	上限	
あまり意味のないこと	8	1.00			
個人的に意味はないが、決められた	5	0.76	0.08	7.48	0.82
自分の生活や仕事にとって重要なこ	271	1.44	0.35	6.00	0.87
家族にとって重要なこと	92	1.13	0.26	4.91	0.87
その他	7	0.81	0.10	6.33	0.84

性・支援タイプ・体重・BMI・腹囲で調整

表27: 周囲のサポートに対する認識別にみた初回面接直後の態度が「改善」するオッズ比

	n	オッズ比	95% 信頼区間		p値
			下限	上限	
十分に得られると思う	180	1.67	0.56	4.94	0.36
少しは得られると思う	154	0.82	0.28	2.42	0.71
どちらとも言えない	34	1.21	0.35	4.22	0.77
あまり・全く得られないと思う	15	1.00			

性・支援タイプ・体重・BMI・腹囲で調整

表28: 困難な状況に対する自信度別にみた初回面接直後の取り組みに対する態度が「改善」するオッズ比

	n	オッズ比	95% 信頼区間		p値
			下限	上限	
何があってもやっていく自信がある	19	3.41	1.14	10.21	<u>0.03</u>
多少できない時もあるかもしれないが、なんとかやっていく自信がある	300	2.36	1.35	4.14	<u>0.003</u>
困難な状況になったら自信はない/ 今の時点ではわからない	64	1.00			

性・支援タイプ・体重・BMI・腹囲で調整