

201120044A

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

職域における生活習慣病予防のための  
ハイリスク・ポピュレーションアプローチの連動に関する研究

平成23年度 総括研究報告書

研究代表者 佐藤 潤

平成 24 (2012) 年 3月

# 目 次

## I. 総括研究報告

職域における生活習慣病予防のためのハイリスク・ポピュレーションアプローチの 連動に関する研究 -----	2
佐藤潤	

### (資料)

健康に関する調査 (WEB調査) 質問項目 -----	6
-----------------------------	---

分析結果図表 -----	15
--------------	----

II. 研究成果の刊行に関する一覧表 -----	23
--------------------------	----

職域における生活習慣病予防のためのハイリスク・ポピュレーションアプローチの連動に関する研究

研究代表者 佐藤 潤 東京医療保健大学 講師

#### 研究要旨

本研究は、ハイリスクアプローチとポピュレーションアプローチを効果的に連動させるためにポピュレーションアプローチの実態を調査し、その認知状況やその効果の感じ方と行動変容段階との関連を検討することを目的とする。ポピュレーションアプローチの手段によらず認知状況は低く、特に無関心期の者では多くのポピュレーションアプローチにおいて認識していない者が多かった。よって、まずは無関心期の者にポピュレーションアプローチの認識をさせることが重要である。

逆に、既に運動習慣のある者では、ポピュレーションアプローチの認知が高く、その効果もあると感じていたことから、ポピュレーションアプローチをきっかけとした生活習慣改善の可能性は否定できない。

また、今回の結果から女性の目を惹くポピュレーションアプローチを実施することが大きな効果へと繋がる可能性が示唆された。

#### 分担研究者

大塚 敏子 浜松医科大学 講師

加藤 憲司 大阪大学 特任教授

#### 研究協力者

牧 栄理 東京医療保健大学

いるのに留まっており、ハイリスクアプローチとポピュレーションアプローチとをどのように効果的に連動させるのかについては検討されていない。

そこで本研究では、ハイリスクアプローチとポピュレーションアプローチを効果的に連動させるために、ポピュレーションアプローチの実態を調査し、その認知状況やその効果の感じ方と行動変容段階との関連を検討する。また、ポピュレーションアプローチの認知や効果の感じ方に関連する因子を検討することで、今後ハイリスクアプローチとどのように連動させていくのが効果的であるかの示唆を得ることを目的とする。

#### （参考文献）

- 1) (社) 地域医療振興協会ヘルスプロモーション研究センター. 平成 19 年度地域保健総合推進事業 ポピュレーションアプローチ推進・評価事業 報告書. 2008.
- 2) The high-risk and population strategy for occupational health promotion (HIPOP-OHP) Study : study design and

#### A. 研究目的

近年、効果的な保健事業を実施するためには、ハイリスクアプローチとポピュレーションアプローチを連動させることが重要であると言われるようになり、その実践例も報告されはじめている<sup>1)</sup>。しかし、その対象は地域をベースとしたものが多く、生活習慣病予防において重要な対象である青・壮年期を多く含んだ職域における実践例は乏しい。また、報告書は実践した内容の報告に留まっており、ハイリスクアプローチとポピュレーションアプローチを効果的に連動させる方法については明確ではない。日本の職域におけるハイリスクアプローチとポピュレーションアプローチを連動させた研究も存在するものの<sup>2,3)</sup>、ハイリスクアプローチとポピュレーションアプローチを並列に実施した効果を対照群と比較して

cardiovascular risk factors at the baseline survey. J Hum Hypertens. 2004; 18:475-485.

- 3) Tanaka H, Yamamoto H, Tanaka T, et al. Effectiveness of a low-intensity intra-worksite intervention on smoking cessation in Japanese employees: a three-year intervention trial. J Occup Health. 2006; 48: 175-82.

## B. 研究方法

本調査では、一般の就労者に対して WEB を用いて、現在実施されているポピュレーションアプローチの認識および希望するポピュレーションアプローチに関する内容を検討した。WEB 調査は、インターネットリサーチ会社に調査を依頼し、モニター登録している者から 18 歳以上の現在就労している男女 1020 人を対象に平成 23 年 3 月に実施した。

調査項目は、以下の通りである（詳細は、資料 1 参照）。

### ①基本属性

性別、年齢、婚姻状況、雇用形態、業種、最終学歴

### ②生活習慣

喫煙状況、飲酒習慣、運動習慣、食習慣、睡眠時間

### ③現病歴

高血圧、糖尿病（耐糖能異常）、高脂血症、肥満、メタボリックシンドローム

### ④現在の仕事について

主な業務、1 週間の勤務日数、1 週間の勤務時間、自宅から会社への通勤時間（手段別）

### ⑤ポピュレーションアプローチについて

現在実施されているポピュレーションアプローチ、効果があると考えるポピュレーションアプローチ、希望するポピュレーションアプローチ（ポピュレーションアプローチの項目は、国内外の先行研究や症

例報告において多くみられたものを設定し、さらに産業保健分野での勤務経験を有する保健師への聞き取り調査も実施し選定項目を決定した）

### ⑥ヘルスリテラシーについて

インターネットを利用した健康情報入手、インターネット以外の情報源による情報の補完の有無

### ⑦現在の自覚的健康状態

現在の健康状態、将来の健康不安、現在の生活習慣の好ましさ、行動変容段階

ポピュレーションアプローチの認識・効果の感じ方と行動変容段階との関連には、Tukey 法による分散分析を用いた。ポピュレーションアプローチの認識や効果の感じ方に関連する因子の検討には、ロジスティック回帰分析を用いた。統計解析は、SPSS 17.0 を使用した。

### （倫理面への配慮）

研究の実施に際しては、研究代表者が研究開始時に所属していた国際医療福祉大学倫理審査委員会の承認を得た後に実施している（09-P-29）。また、今回の調査はインターネットリサーチ会社を通した WEB 調査であり、研究者と調査対象者との間には一切のやりとりがなく、調査結果には個人を特定できる情報がない状態で研究者の手元に届くようになっている。また、インターネットリサーチ会社と今回の調査対象者との間にはモニター規約の同意がなされた上で調査が実施されている。

## C. 研究結果

今回の調査結果は、以下の通りである（詳細な結果は、資料 2 参照）。

### ①ポピュレーションアプローチの認識と行動変容段階との関連

ポピュレーションアプローチの中で認知率の最も高かった（16.3%）パンフレットの配布は、既に変える試みをしている者（25.0%）と比較して生活習

慣を変える必要性を感じていない者(11.7%)において有意に認知率が低かった(以下すべてTukey法)。社内報での特集(全体での認知度11.1%)は、既に変える試みをしている者(19.3%)と比較して特に変える予定はない者(9.8%)、生活習慣を変える必要性を感じていない者(7.8%)において有意に認知率が低かった。希望者対象の健康教室(全体での認知度9.4%)は、既に変える試みをしている者(16.4%)と比較して生活習慣を変える必要性を感じていない者(7.3%)において有意に認知率が低かった。近隣スポーツジムとの提携(全体での認知度5.6%)は、既に変える試みをしている者(11.4%)と比較して特に変える予定はない者(4.9%)、生活習慣を変える必要性を感じていない者(3.9%)において有意に認知率が低かった。運動会やウォーキング大会の実施(全体での認知度5.3%)は、既に変える試みをしている者(13.6%)と比較して6ヶ月以内に変える予定のある者(1.6%)特に変える予定はない者(3.9%)、生活習慣を変える必要性を感じていない者(3.9%)において有意に認知率が低かった。ポスターの掲示、社員食堂でのヘルシーメニューの提供は、認知率と行動変容段階との間に有意な差はなかった。

#### ②ポピュレーションアプローチの効果の感じ方と行動変容段階との関連

効果があると考えるポピュレーションアプローチと行動変容段階との関連では、社内報等での特集が、生活習慣を変える必要性を感じていない者(3.9%)と比較して6ヶ月以内に変える予定の者(18.8%)、既に変える試みをしている者(13.6%)において有意に効果があると思う者の割合が高かった。それ以外のポピュレーションアプローチでは、行動変容との関連はみられなかった。

#### ③ポピュレーションアプローチの認識と関連する因子

ポピュレーションアプローチを認識していないことと関連する因子を検討した結果、年齢(OR=1.02,

95%CI=1.01 - 1.03)、女性(OR=1.49, 95%CI=1.10 - 2.01)、運動を月1回以上実施(OR=0.62, 95%CI=0.39 - 0.99)、運動を週1回以上実施(OR=0.64, 95%CI=0.47 - 0.90)、疾患がない(OR=1.52, 95%CI=1.14 - 2.03)において有意な関連がみられた。

#### ④ポピュレーションアプローチの効果の感じ方と関連する因子

ポピュレーションアプローチの効果がないと思うことと関連する因子を検討した結果、女性(OR=0.58, 95%CI=0.42 - 0.78)、運動を月1回以上実施している者(OR=0.56, 95%CI=0.34 - 0.92)、運動を週1回以上実施している者(OR=0.55, 95%CI=0.39 - 0.78)、運動を毎日実施している者(OR=0.42, 95%CI=0.26 - 0.68)において有意な関連がみられた。

#### D. 考察

今回の結果から、無関心期の者ではポピュレーションアプローチの手段によらず認識状況は低いことが明らかとなった。特に無関心期の者は多くのポピュレーションアプローチにおいて認識していない者が多かった。このことから、まずは無関心期の者にポピュレーションアプローチの認識をさせることが重要であると考えられる。

ポピュレーションアプローチの認識および効果の感じ方と関連する因子の検討の結果、運動習慣のある者はポピュレーションアプローチの認識が高く、その効果もあると感じていた。このことから、ポピュレーションアプローチをきっかけとした生活習慣改善の可能性が示唆された。また、今回の結果から女性の目を惹くポピュレーションアプローチを実施することが大きな効果へと繋がる可能性が示唆された。

#### E. 結論

ポピュレーションアプローチの手段によらず認識状況は低く、特に無関心期の者では多くのポピュレ

ーションアプローチにおいて認識していない者が多かった。よって、まずは無関心期の者にポピュレーションアプローチの認識をさせることが重要である。逆に、既に運動習慣のある者では、ポピュレーションアプローチの認識が高く、その効果もあると感じていたことから、ポピュレーションアプローチをきっかけとした生活習慣改善の可能性は否定できない。また、今回の結果から女性の目を惹くポピュレーションアプローチを実施することが大きな効果へと繋がる可能性が示唆された。

#### F. 健康危険情報

特になし

#### G. 研究発表

##### 1. 論文発表

特になし

##### 2. 学会発表

佐藤 潤, 大塚 敏子, 加藤 憲司, 牧 栄理, 山本 由加里, 清水 洋子, ポピュレーションアプローチに関する実態調査 - 行動変容段階との関連の検討 -, 第70回日本公衆衛生学会, 2011年10月20日, 秋田.

#### H. 知的財産権の出願・登録状況

##### 1. 特許取得

特になし

##### 2. 実用新案登録

特になし

##### 3. その他

特になし

## 資料 1

### 健康に関する調査（WEB 調査）質問項目

## 健康に関する調査

あなたご自身のことについてお伺いいたします。

問1 性別をお答えください。

1. 男性
2. 女性

問2 年齢をお答えください。

(                                  ) 歳

問3 婚姻状況をお答えください。

1. 未婚
2. 既婚（死別・離別を含む）

問4 雇用形態をお答えください。

1. 会社経営者・役員
2. 公務員・非営利団体職員
3. 正社員
4. 契約社員
5. 派遣社員
6. パート・アルバイト
7. 自営業
8. その他有職
9. 現在働いていない



問5 お勤め先の業種をお答えください。

1. 農林水産
2. 鉱業・電気・ガス・水道・その他エネルギー
3. 建設・土木・工事・プラント
4. 不動産
5. 製造
6. 運輸・倉庫・郵便業
7. 商業・卸売・小売
8. 飲食店
9. 金融・保険・投資、共済
10. 通信・IT関連サービス
11. その他のサービス
12. 新聞・出版・放送
13. 保険・医療・福祉関連
14. 学校・教育
15. 研究開発・研究機関
16. 政府・地方公共団体・各種法人・団体等
17. その他

問6 最終学歴についてお答えください。

1. 中学校・高等学校卒業
2. 専門学校・短期大学卒業
3. 大学卒業
4. 大学院卒業以上

あなたの普段の生活習慣についてお伺いいたします。

問7 喫煙の状況をお答えください。

1. 吸わない                                2. やめた                                3. 吸う

問8 普段の飲酒習慣についてお答えください。

1. 毎日飲む                                2. 時々飲む                                3. 飲まない

問9 運動習慣についてお答えください。

1. 毎日何かしらの運動を実施している
2. 週に1回以上何かしらの運動を実施している
3. 月に1回以上何かしらの運動を実施している
4. 特に運動は実施していない

問10 普段のお食事について3食規則正しく摂っていますか。

1. はい                                2. いいえ

問11 普段の平日の睡眠時間をお答えください。

(                                                        ) 時間

あなたの健康状態についてお伺いいたします。

問 12 これまで医師に指摘されたことのある症状についてあてはまるもの全てお選びください。

1. 血圧が高い（高血圧）
2. 血糖値が高い（糖尿病，耐糖能異常）
3. 血中脂質・中性脂肪が高い（高脂血症）
4. 太り気味である
5. メタボリックシンドローム
6. 上記にあてはまるものはない

あなたのお仕事についてお伺いいたします。

問 13 主な業務についてお答えください。

1. 管理職
2. 事務職
3. 営業職
4. 研究・開発職
5. 製造職
6. その他（ ）

問 14 1 週間の勤務日数は平均何日ですか。

（ ） 日

問 15 1 週間の勤務時間は平均何時間ですか。

（ ） 時間

問 16 普段の自宅から会社への通勤時間（片道）について手段別にお答えください。

※分単位でお答えください。 ※使用しない手段には0を入力してください。

電車 ( ) 分

自動車・バス・タクシー ( ) 分

自転車 ( ) 分

徒歩 ( ) 分

あなたの会社の生活習慣病予防対策についてお伺いいたします。

問 17 あなたの会社で実践している全社員向けの生活習慣病予防対策についてあてはまるものを全てお選びください。

1. パンフレットの配布
2. ポスターの掲示
3. 希望者対象の健康教室
4. 社内報等での特集
5. 近隣スポーツジムとの提携
6. 運動会やウォーキング大会の実施
7. 社員食堂でのヘルシーメニューの提供
8. その他 ( )
9. 特に何も実施していない

問 18 全社員向けの生活習慣病予防対策について効果があると思うもの全てをお選びください。

※あなたの会社で実践していない場合も、効果があると思うものを予想してお答えください。

1. パンフレットの配布
2. ポスターの掲示
3. 希望者対象の健康教室
4. 社内報等での特集
5. 近隣スポーツジムとの提携
6. 運動会やウォーキング大会の実施
7. 社員食堂でのヘルシーメニューの提供
8. その他 ( )
9. いずれも効果はないと思う

問 19 全社員向けの生活習慣病予防対策についてどのようなものがあるとよいと思いますか。

1. 特にない・わからない
2. 記入する

あなたご自身の健康対策についてお伺いいたします。

問 20 普段、インターネットを利用して健康に関する情報を入手していますか。

1. はい
2. いいえ

「インターネットを利用して健康に関する情報を入手している」方にお伺いいたします。

問 21 インターネットを利用して入手した情報を他の情報源でも補完・確認することはありますか。あてはまるもの全てをお選びください。

1. 本や雑誌で補完・確認する
2. テレビで補完・確認する
3. 専門家へ相談して補完・確認する
4. 知人や家族へ相談して補完・確認する
5. 他の情報源では確認しない

引き続き、あなたご自身の健康対策についてお伺いいたします。

問 22 現在の自分自身の健康状態に自信はありますか。

1. とても自信がある
2. 少し自信がある
3. あまり自信がない
4. 自信がない

問 23 将来の自分の健康についてどの程度心配に思いますか。

1. とても心配
2. 少し心配
3. あまり心配でない
4. 心配でない

問 24 ご自身の現在の生活習慣についてどう思いますか。

1. 非常に良いと思う
2. 良いと思う
3. 良くも悪くもないと思う
4. 悪いと思う
5. 非常に悪いと思う

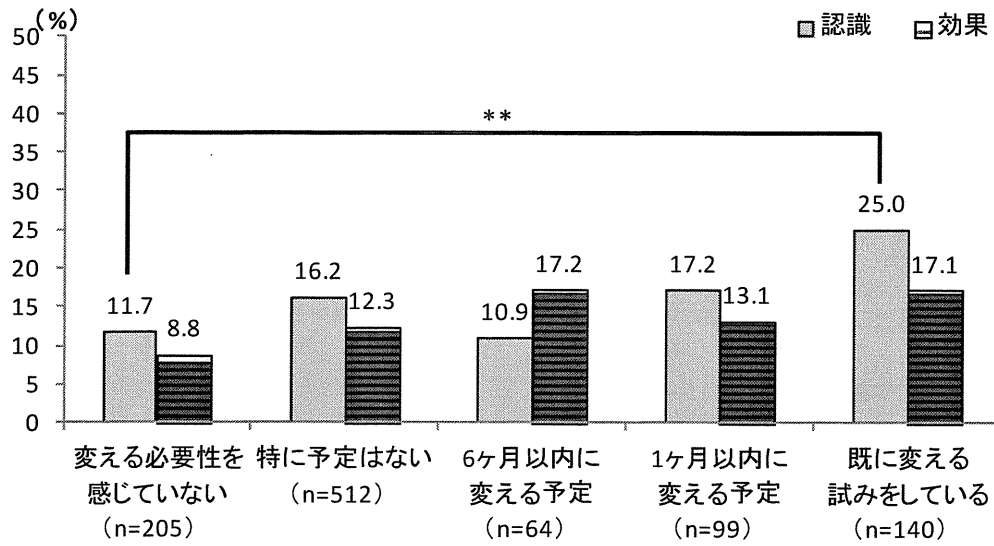
問 25 ご自身の現在の生活習慣を今後どのようにしたいと思いますか。

1. 既に生活習慣を変える試みをしている
2. 近いうち（1ヶ月以内）に生活習慣を変える予定を立てている
3. 暫くしたら（6ヶ月以内）に生活習慣を変える予定を立てている
4. 生活習慣を変えなければいけないとは思いますが特に予定はない
5. 変える必要性を感じていない

資料 2  
分析結果図表

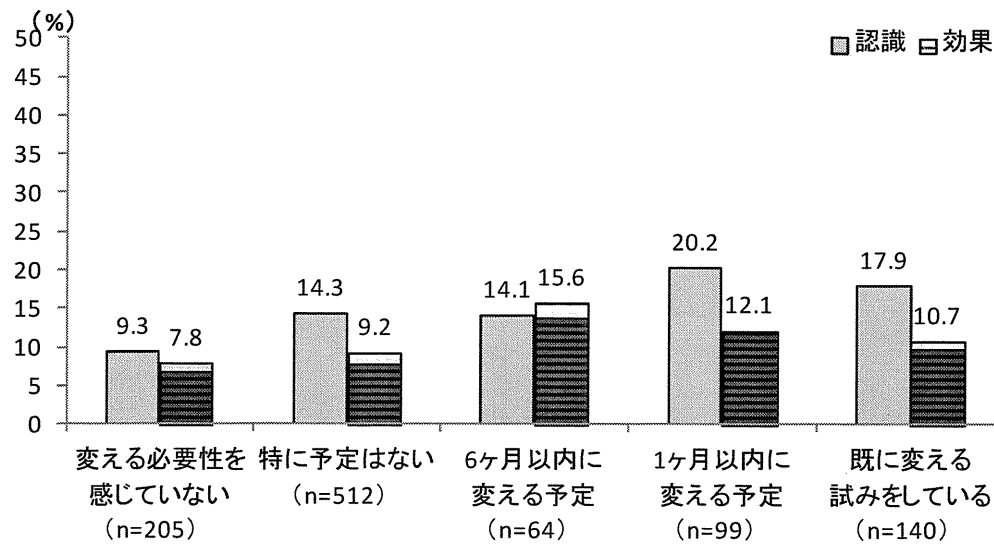


① ポピュレーションアプローチの認識および効果の感じ方と行動変容段階との関連  
 <パンフレットの配布>



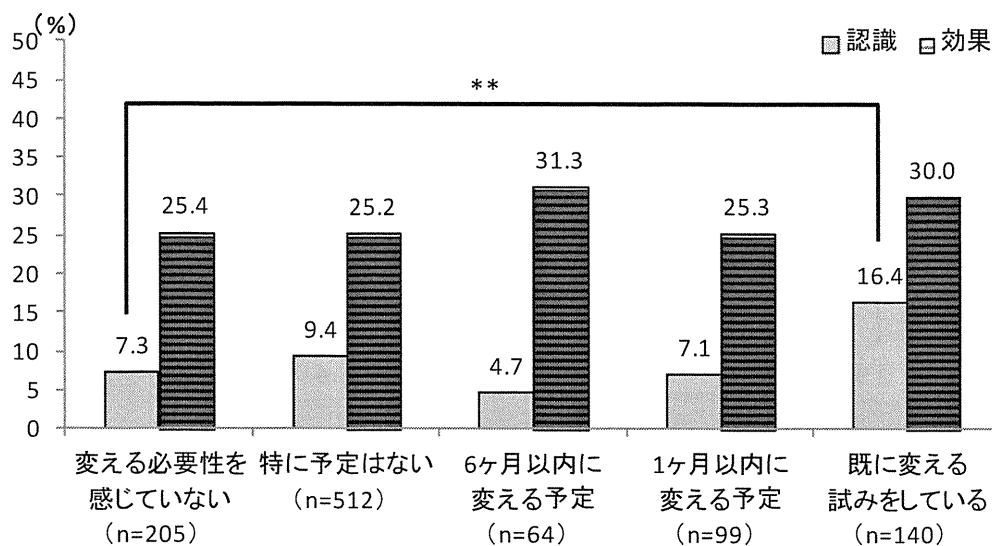
\*\* : p<0.05 Tukey 法

<ポスターの掲示>



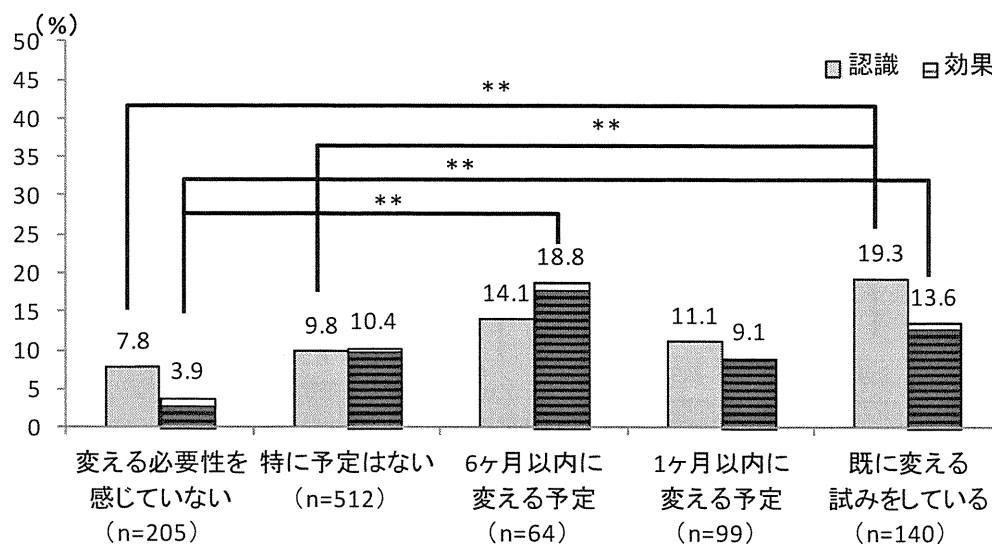
\*\* : p<0.05 Tukey 法

<希望者対象の健康教室>



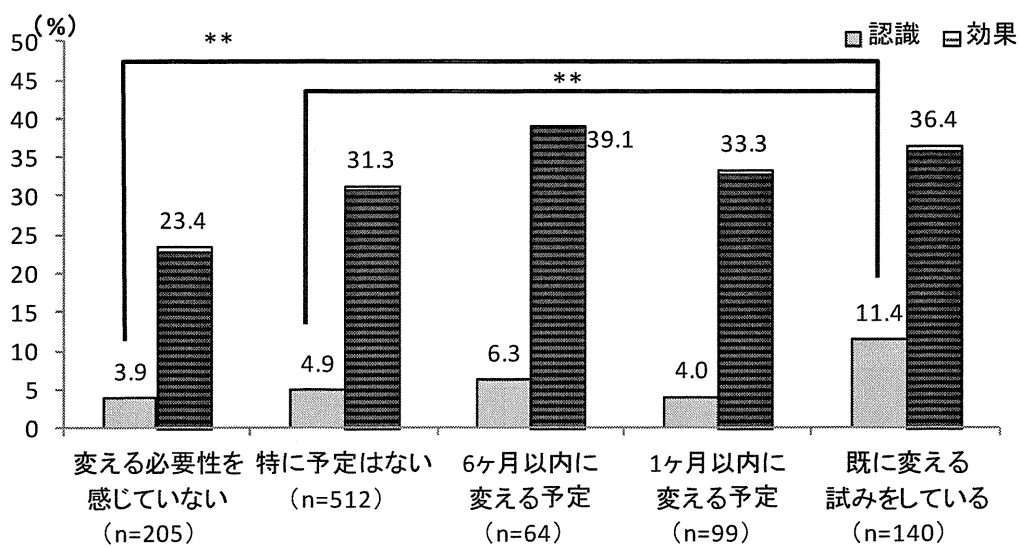
\*\* : p<0.05 Tukey 法

<社内報等での特集>



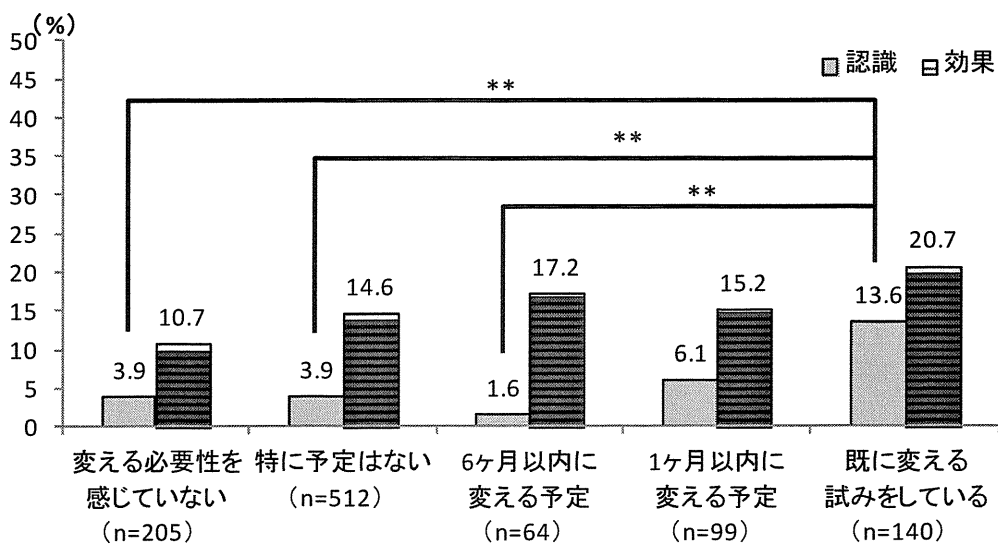
\*\* : p<0.05 Tukey 法

<近隣スポーツジムとの提携>



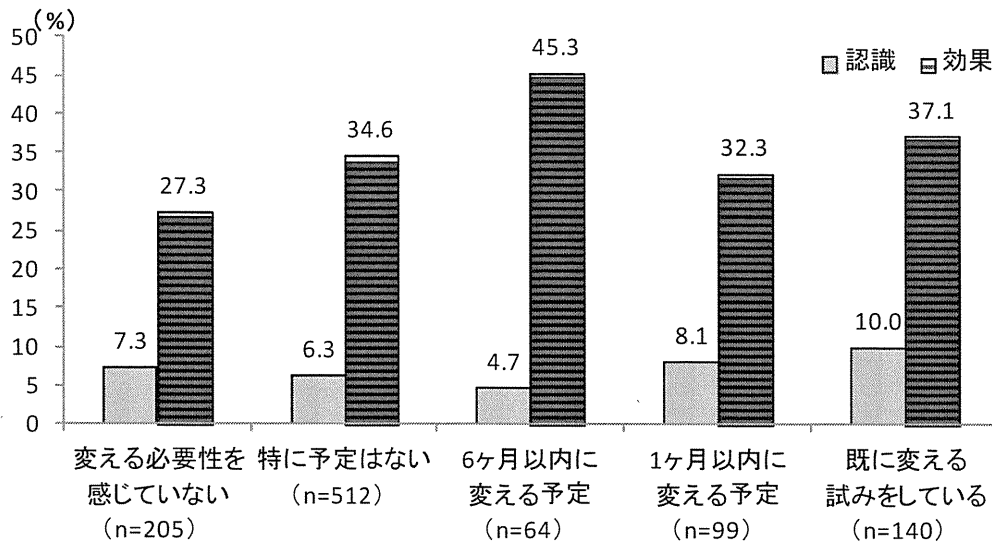
\*\* : p<0.05 Tukey 法

<運動会やウォーキング大会の実施>



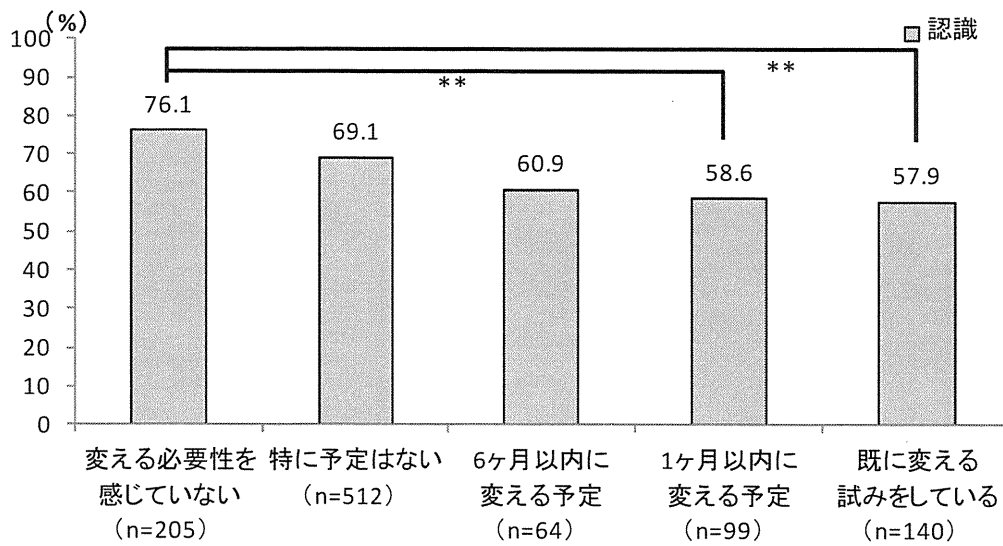
\*\* : p<0.05 Tukey 法

<社員食堂でのヘルシーメニューの提供>



\*\* : p<0.05 Tukey 法

<特になにも実施していない>



\*\* : p<0.05 Tukey 法