

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)
特定健診保健指導における地域診断と保健指導実施効果の包括的な評価および
今後の適切な制度運営に向けた課題克服に関する研究

総合研究報告書

特定保健指導の効果の評価に関する国内文献の動向

—2008年～2012年—

研究分担者 成木 弘子 国立保健医療科学院 統括研究官

研究要旨：【目的】我が国における特定保健指導の効果の評価に関する研究の動向を探ることを目的とし、2008年以降から2012年に至るまでの文献の検討を行った。

【方法】医学中央雑誌のWeb版(医中誌Web) Ver5を用い、キーワードを「特定保健指導」及び「『効果』あるいは『評価』」とし文献検索を行った。該当した485編の文献の種類別件数について年次推移をまとめた。原著論文の108編の内、特定保健指導の効果の評価に関する30の論文に関しては、論文内容を精読し、その記述内容について比較検討した上で、研究の内容を分類した。

【総括】論文種類別件数では、原著論文108編、解説88編、総説6編、会議録280編、その他3編であった。原著論文の内、30編に関しては内容を分析し、「情報提供・動機付け支援・積極的支援の支援別効果の比較(9編)」など5つに分類された。効果の評価に関する報告はまだ十分とは言えず、今後の報告に期待するものである。

A. 研究目的

2008年4月から開始された特定健診・特定保健指導は、本年で第一期である5年が過ぎ2012年度から開始される第2期に向けていくつかの見直しの検討会に開催医された。2013年4月からは、「保険者による健診・保健指導等に関する検討会」が開催され、2013年、25年度から29年度までの特定健康診査・特定保健指導の在り方等について検討された¹⁾。また、「健診・保健指

導の在り方に関する検討会」も開催され、「標準的な健診・保健指導プログラム」改訂の最終案が提示された²⁾。そのなかでは成果も確認されたが、課題も確認され特定健診・特定保健指導の実施には改善する余地が多く残されている。

そこで本研究では、我が国における特定保健指導の効果の評価に関する2008年から2012年に至る期間の研究の動向を探ることを目的とした。

B. 研究方法

医学中央雑誌の Web 版（医中誌 Web）Ver5 を用い、キーワードを「特定保健指導」及び「『効果』あるいは『評価』」とし文献検索を行った。

該当した 485 編の文献の種類別件数について年次推移をまとめた（2013 年 3 月 10 日現在）。原著論文の 108 件の内、特定保健指導の効果および評価に関する 30 編に関しては、論文内容を精読し、その記述内について比較検討した上で、研究の内容を分類した。

C. 研究結果

1. 医学中央雑誌分類別文献の推移

2008 年～2012 年（2013 年 3 月 10 日現在）の間に発表された論文を医学中央雑誌の種類別件数でみると、原著論文 108 編（22.3%）、解説 88 編（18.1%）、総説 6 編（1.2%）、会議録 280 編（57.7%）、その他 3 編（0.7%）、合計 485 編（100%）であり、会議録の割合が最も高く、次いで原著であった。また、会議録は原著論文の 2.6 倍に及

んでいる。

発表数の年次推移を見ると特定健診が開始された当初 2 年間の発表件数は平均 86.5 編に留まっていた。それに対しその後の 3 年間は発表された文献は増加し、2010 年から 3 年間の平均は 104 編に昇っている。しかし、その 3 年間の推移に着目すると、2010 年 103 編、2011 年 102 編、2012 年 107 編とほぼ横ばいである。

2. 評価の視点からの分類

原著論文のうち特定保健指導の「効果」及び「評価」に関する文献は 30 編であり、年次推移は、2008 年 5 編、2009 年 2 編、2010 年 9 編、2011 年 7 編、2012 年 7 編であった。評価の視点から分類すると、1) 新しい介入方法の開発と検証（10 編）³⁾⁻¹²⁾、2) 情報提供・動機付け支援・積極的支援の支援別効果の比較（9 編）¹³⁾⁻²¹⁾、3) 脱落要因・継続要因の探求（4 編）²²⁾⁻²⁵⁾、4) 介入方法の工夫による効果の検証（3 編）²⁶⁻²⁸⁾、5) 特定保健指導に関連する事柄の評価（4 編）²⁹⁻³²⁾ であった。

表 1：特定保健指導に関する評価及び効果に関する文献の年次推移（2013.3.10現在）

年	合計(%)	内訳（再掲(%)）				
		原著	解説	総説	会議録	その他
2012	107(100)	25(23.3)	18(16.9)	1(0.9)	63(58.9)	0(0.0)
2011	102(100)	28(27.4)	11(10.8)	0(0.0)	63(61.8)	0(0.0)
2010	103(100)	23(22.3)	7(6.8)	1(1.0)	71(68.9)	1(1.0)
2009	83(100)	15(18.1)	13(15.7)	4(4.8)	51(61.4)	0(0.0)
2008	90(100)	17(18.9)	39(43.3)	0(0.0)	32(35.6)	2(2.2)
総計	485(100)	108(22.3)	88(18.1)	6(1.2)	280(57.7)	3(0.7)

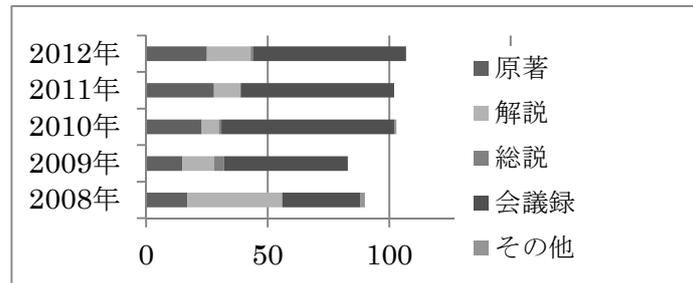


図1：特定保健指導に関する評価及び効果に関する文献の年次別割合 (2013.3.10現在)

1) の内訳をみると、介入群と非介入群の比較を行い厳密にプログラムの効果を検証したものは、足達³⁾による非対面プログラムの開発、瀬古⁴⁾によるサポートウェアの開発の2編であった。また、2) の内訳は、3種類の支援の比較を行ったもの2編¹³⁾⁻¹⁴⁾、動機付け支援と積極的支援の比較の実施5編¹⁵⁾⁻¹⁹⁾、積極的支援の支援前後の比較をおこなったもの2編²⁰⁾⁻²¹⁾である。

D. 考察

1. 発表されている文献は、会議録が多い状態であり、実践報告のまとめが中心となっている。特定保健指導を改善・発展させて行くためには、エビデンスとして活用できる原著論文としてのとりまとめが求められる。

2. 効果の評価を行っている原著論文を検討すると、保健指導実施直後から新しい手法の開発に取り組んでいる先駆的な報告もある一方、実践の状況を評価しているものが多数であり、調査の精度を高めていく必要があると考えられる。

E. 結論

2008年～2012年に国内で発表された特定保健指導に関する効果の評価について文献検索を行い、該当した文献の種類別件数について年次推移をまとめた。当初2年間に比較して3年目以降は発表された文献は平均して1.2倍増加するも、その後は横ばいとなっている。分類としては会議録が6割近くを占めていることが確認された。

特定保健指導に関する「評価」及び「効果」に関する30編の原著論文を評価の方法から分類したところ、新しい介入方法の開発と検証(10編)など5項目に分類された。

検討結果から特定保健指導の効果の評価の課題として研究的な調査の蓄積の必要性が示唆された。

F. 健康危険情報

なし

G. 研究発表

なし

H. 知的財産権の出願・登録状況 なし

I. 引用文献

- 1) 今後の特定健康診査・特定保健指導の在り方について～「保険者による健診・保健指導等に関する検討会」とりまとめ～. <http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000002f66b.html>
- 2) 第7回健診・保健指導の在り方に関する検討会資料. <http://www.mhlw.go.jp/stf/shingi/2r9852000002tngb.html>
- 3) 瀬古晃督, 中村丁次(2010). 保健指導サポートソフトウェアの使用による保健指導の品質改善の試み. 臨床栄養. 117(6)巻. 699-705.
- 4) 足達淑子, 石野祐三子, 伊藤恵子ほか4名(2010). 非対面プログラム「健康達人Pro」を用いた職域における特定保健指導比較試験のプロトコールと実施可能性. 日本病態栄養学会誌. 13(2). 147-156.
- 5) 鈴木順子, 西村一弘, 藤原恵子ほか5名(2012). 平成22年度東村山市における特定健診・特定保健指導(積極的支援)の取り組み. 東京都医師会雑誌. 65(6). 604-609.
- 6) 鈴木順子, 西村一弘, 藤原恵子ほか4名(2011). 特定保健指導前後における介入結果と受診者アンケート結果の報告. 東京都医師会雑誌. 64(4). 459-466.
- 7) 松永里香, 小池城司, 黒田利香ほか7名(2010). 多理論統合モデルに基づく行動変容ステージ別特定保健指導プログラムの開発とその妥当性の検討. 日本循環器病予防学会誌. 45(3). 169-179.
- 8) 富田早苗, 二宮一枝, 福原弘子(2010). 糖尿病予防のための特定保健指導プログラムの効果に関する取り組み. 日本公衆衛生雑誌. 57(10). 921-931.
- 9) 松永里香, 小池城司, 樗木晶子(2012). 特定保健指導における行動変容ステージ別アプローチ方法. 保健師ジャーナル. 68(1). 50-56.
- 10) 工藤明美, 竹中晃二. 行動変容技法を用いた特定保健指導の効果 事例からの検討. 保健師ジャーナル. 68(2). 126-133.
- 11) 笹井浩行, 西連地利己, 入江ふじこ他3名(2008). 特定保健指導での活用を目指した糖尿病発症リスク予測シートの開発. 日本公衆衛生雑誌. 55(5). 287-294.
- 12) 加瀬澤信彦, 遠山和成, 中野求ほか3名(2011). 総合健診・保健支援におけるメタボリックシンドローム評価ツールとしての自己組織化マップ(SOM)の有用性. 総合健診. 38(5). 574-583.
- 13) 市川知美, 東沖啓子, 国信清香ほか4名(2009). メタボリックシンドロームの改善における特定保健指導の役割. 県立広島大学人間文化学部紀要. 4. 19-29.
- 14) 今井博久(2010). 全国データ解析結果による特定健診保健指導の初年度評価 地域のメタボ対策の検証. 公衆衛生. 74(11). 941-943.
- 15) 三村友恵, 伊藤智子, 野間祥子ほか2名(2010). 【生活習慣病】 特定健診・特定保健指導の成果と課題. 三友堂病院医学雑誌. 11(1). 9-15.
- 16) 富沢尚子, 北村実穂子, 稲葉理恵ほか11名(2011). 平成20年度特定保健指導実施報告書(第2報) 特定保健指導委託機関からの報告 6ヵ月後アンケート集計報告. 東京都医師会雑誌. 64(6).

- 694-699.
- 17) 石田紘美, 清水碧, 小坂橋友里ほか 10 名(2011). 特定保健指導後の最終評価を行えた者への指導の有用性についての検討. 群馬医学. 93. 133-134.
- 18) 福田吉治(2011). 特定保健指導の評価 国保データを用いた積極的支援と動機づけ支援の比較. 日本衛生学雑誌. 66(4). 731-735.
- 19) 小松恵美加, 久徳智子, 芝野紀代子(2011). 愛仁会総合健康センターにおける特定保健指導の成績. 愛仁会医学研究誌. 42. 42-44.
- 20) 村本あき子, 山本直樹, 中村正和ほか 4 名(2010). 特定健診・特定保健指導における積極的支援の効果検証と減量目標の妥当性についての検討. 肥満研究. 16(3). 182-187.
- 21) 酒元誠治, 棚町祥子, 高橋陽子(2008). 栄養指導の現場から 評価に耐え得る特定保健指導の試行事例について. 保健の科学. 50(11). 777-781.
- 22) 紙尾朋美, 野田潤子, 岡本弥生ほか 9 名(2012). 特定保健指導終了後の減量維持に関連する要因についての検討. 予防医学ジャーナル. 465. 60-63.
- 23) 石神明子, 富井綾子, 菊田晴代(2010). 特定保健指導プログラムに対する利用者の評価. 善仁会研究年報. 31. 72-75.
- 24) 宮地元彦, 安永明智, 石澤伸弘, 柳川尚子(2009). 【メタボリックシンドローム対策の新しい動向】 特定保健指導の脱落要因 国保ヘルスアップ事業の結果より. 臨床スポーツ医学. 26(12). 1501-1506.
- 25) 池邊淑子(2012). 特定健診・特定保健指導の評価からみた効果的な行動目標の設定に関する研究. 保健医療科学. 61(5). 467-468.
- 26) 吉田涼子(2011). 特定保健指導の一年後の健診結果から見た効果と課題. 新潟県厚生連医誌. 20(1). 50-53.
- 27) 清水碧, 小坂橋友里, 石田紘美ほか 10 名(2012). 特定保健指導の実施開始日の違いによる最終評価の効果についての検討. 群馬医学. 96. 229-231.
- 28) 沖島照子, 佐藤 忍(2012). 行動変容ステージと メタボリックシンドロームリスクの関係からみた特定保健指導の効果. 人間ドック. 27(4). 701-706.
- 29) 大西美智恵, 越田美穂子, 片山陽子ほか 4 名(2010). 特定保健指導実践者のスキルアップ研修の効果評価. 香川大学看護学雑誌. 14(1). 47-56.
- 30) 松岡芳子, 福田純子, 藤浪明ほか 4 名(2008). 職場の健康診断でみつける 40 歳未満のメタボリックシンドローム. 交通医学. 62(3-4). 73-77.
- 31) 伊地知久美子, 小島真二, 石川奈美ほか 9 名(2008). 特定保健指導での実施を想定した肥満改善プログラムの評価 学校法人職員を対象とした取り組み. 医学と生物学. 152(2). 66-72. 229-231.
- 32) 前田裕子, 鈴木菜摘, 矢島裕子, 米田香織(2008). 特定保健指導実施に向けた平成 19 年度実施結果報告. 予防医学ジャーナル. 439. 32-36.

