

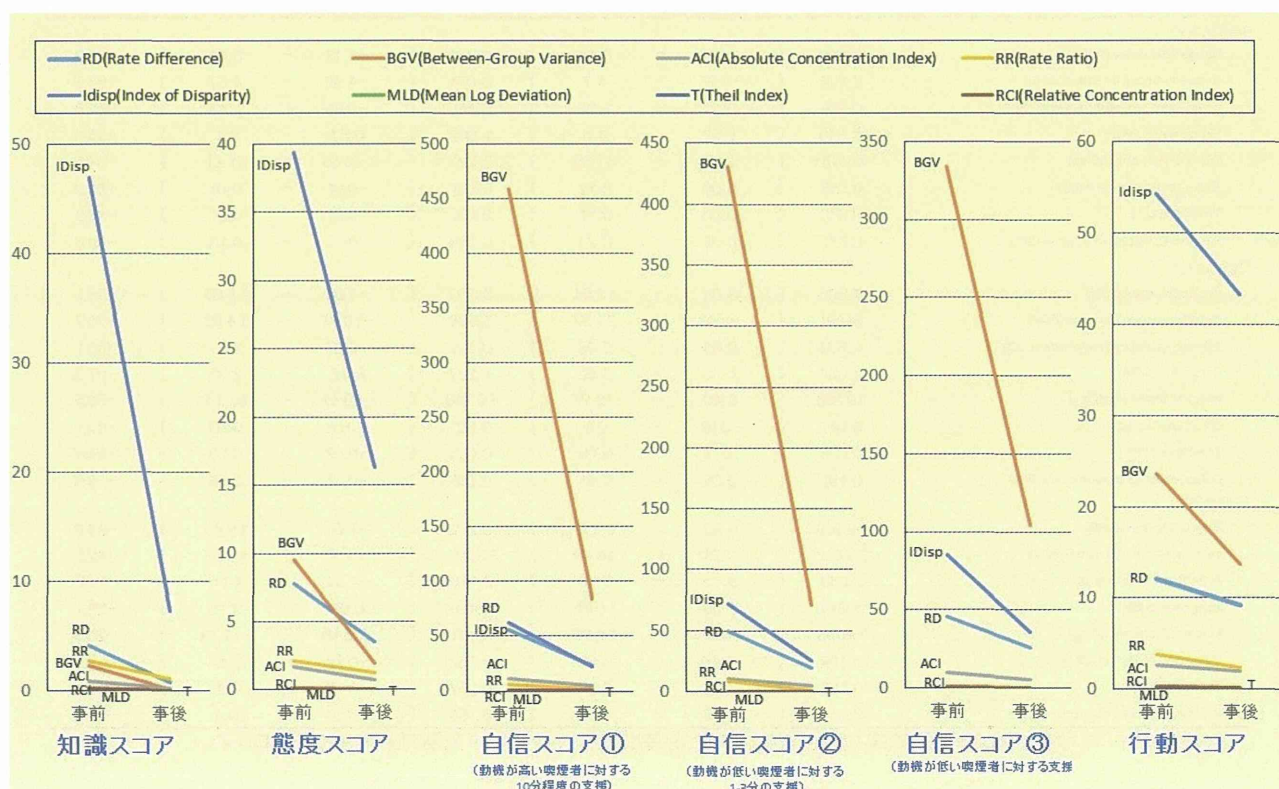
図表19(続き). トレーニングによる受講者間格差の変化－禁煙支援版(2011－13年)

	トレーニング前 値(95%CI)				トレーニング後 値(95%CI)				変化率
自信スコア①(動機が高い喫煙者に対する10分程度の支援)									
Range Difference (RD)	56.200	(	31.01	- 81.39)	23.800	(	-27.50	- 75.10)	-57.7
Between-Group Variance (BGV)	458.575	(	36.21	- 880.94)	84.652	(	-498.97	- 668.28)	-81.5
Absolute Concentration Index (ACI)	11.572	(	6.43	- 16.71)	4.949	(	-5.76	- 15.66)	-57.2
Range Ratio (RR)	5.569	(	1.58	- 19.64)	1.481	(	0.59	- 3.72)	-73.4
Index of Disparity (IDisp)	62.044	(	11.41	- 112.68)	22.783	(	-42.27	- 87.83)	-63.3
Mean Log Deviation (MLD)	0.199	(	-0.07	- 0.47)	0.012	(	-0.04	- 0.07)	-94.2
Theil Index (T)	0.164	(	-0.01	- 0.34)	0.011	(	-0.04	- 0.06)	-93.1
Relative Concentration Index (RCI)	0.298	(	0.16	- 0.44)	0.080	(	-0.10	- 0.26)	-73.1
自信スコア②(動機が高い喫煙者に対する1-3分の支援)									
Range Difference (RD)	50.000	(	21.99	- 78.02)	19.700	(	-35.21	- 74.61)	-60.6
Between-Group Variance (BGV)	430.574	(	-102.30	- 963.45)	71.080	(	-566.99	- 709.15)	-83.5
Absolute Concentration Index (ACI)	11.215	(	4.67	- 17.76)	4.484	(	-7.58	- 16.55)	-60.0
Range Ratio (RR)	9.333	(	1.75	- 49.80)	1.413	(	0.51	- 3.93)	-84.9
Index of Disparity (IDisp)	72.321	(	-9.55	- 154.19)	25.148	(	-53.75	- 104.05)	-65.2
Mean Log Deviation (MLD)	0.328	(	-0.07	- 0.73)	0.011	(	-0.05	- 0.07)	-96.7
Theil Index (T)	0.243	(	0.04	- 0.45)	0.011	(	-0.05	- 0.07)	-95.5
Relative Concentration Index (RCI)	0.356	(	0.22	- 0.49)	0.079	(	-0.14	- 0.29)	-77.9
自身スコア③(動機が低い喫煙者に対する支援)									
Range Difference (RD)	45.500	(	12.63	- 78.37)	25.800	(	-35.40	- 87.00)	-43.3
Between-Group Variance (BGV)	333.837	(	-208.18	- 875.85)	104.006	(	-724.06	- 932.07)	-68.8
Absolute Concentration Index (ACI)	9.579	(	2.85	- 16.31)	5.480	(	-7.69	- 18.65)	-42.8
Range Ratio (RR)	-				-				-
Index of Disparity (IDisp)	84.945	(	-49.06	- 218.95)	35.603	(	-78.60	- 149.81)	-58.1
Mean Log Deviation (MLD)	-				-				-
Theil Index (T)	-				-				-
Relative Concentration Index (RCI)	0.526	(	0.39	- 0.66)	0.126	(	-0.19	- 0.44)	-76.0

※各指標のトレーニング前のスコアや割合で3群(低・中・高群)に分け、格差と設定し、トレーニング前後の値で格差指標を算出した。

*各指標のトレーニング前のスコアや割合で3群(低・中・高群)に分け、格差を設定し、トレーニング前後の値で格差指標を算出した。

図表20. トレーニングによる受講者間格差の変化－禁煙支援版(2011－13年)



図表21. トレーニングによる受講者間格差の変化率(2010-13年)

	格差指標変化率							
	RD	BGV	ACI	RR	IDisp	MLD	T	RCI
禁煙指導版								
知識スコア	-71.0	-91.6	-70.9	-41.3	-85.1	-95.7	-95.4	-78.2
態度スコア	-61.5	-84.8	-61.2	-35.3	-76.9	-89.8	-89.4	-67.3
自信スコア1	-67.0	-88.6	-65.6	-65.1	-89.2	-94.5	-93.3	-71.8
自信スコア2	-64.4	-87.3	-64.4	-81.5	-92.9	-95.8	-94.5	-75.3
行動スコア	-28.2	-48.3	-28.3	-28.2	-44.7	-55.5	-53.4	-31.1
禁煙導入版								
知識スコア	-73.4	-93.0	-73.5	-54.9	-78.3	-97.6	-97.4	-83.8
態度スコア	-62.2	-85.1	-62.2	-38.8	-58.2	-90.7	-90.2	-68.9
自信スコア1	-62.1	-85.6	-62.1	-55.9	-64.2	-93.3	-92.5	-71.7
自信スコア2	-78.1	-95.2	-78.1	-88.2	-77.2	-98.7	-98.3	-86.2
行動スコア	-18.9	-33.4	-18.9	-24.7	-13.1	-46.7	-43.4	-23.8
禁煙支援版								
知識スコア	-82.9	-96.7	-82.4	-58.6	-84.6	-99.0	-98.9	-89.6
態度スコア	-55.1	-79.7	-55.1	-37.8	-58.5	-87.1	-86.8	-63.6
自信スコア①	-57.7	-81.5	-57.2	-73.4	-63.3	-94.2	-93.1	-73.1
自信スコア②	-60.6	-83.5	-60.0	-84.9	-65.2	-96.7	-95.5	-77.9
自信スコア③	-43.3	-68.8	-42.8	-	-58.1	-	-	-76.0
行動スコア	-24.0	-42.2	-24.0	-36.1	-20.3	-53.9	-50.2	-28.1

＊禁煙指導版、禁煙導入版 自信スコア1:動機が高い喫煙者に対する支援、自信スコア2:動機が低い喫煙者に対する支援
 ＊禁煙支援版 自信スコア①:動機が高い喫煙者に対する10分程度の支援、自信スコア②:動機が高い喫煙者に対する1-3分程度の支援、
 自信スコア③:動機が低い喫煙者に対する支援

図表22. トレーニング前後のスコア変化と各指標変化との関係ー禁煙治療版(2010-13年)

	変化マイナス群		変化低群		変化高群		分散分析およびTukeyの多重比較			
	平均	(±SD)	平均	(±SD)	平均	(±SD)	全体	マイナスVS 低	低VS高	マイナスVS 高
知識スコア										
態度スコア	1.5	(2.96)	2.1	(3.34)	2.8	(3.45)	p<0.001	p=0.101	p=0.019	p<0.001
自信スコア1	10.6	(18.71)	11.3	(18.18)	16.2	(23.85)	p=0.002	p=0.932	p=0.004	p=0.015
自信スコア2	12.5	(27.08)	18.1	(28.64)	20.1	(31.28)	p=0.002	p=0.122	p=0.636	p=0.024
行動スコア	0.3	(3.48)	0.7	(3.14)	0.5	(3.68)	p=0.568	p=0.595	p=0.729	p=0.920
態度スコア										
知識スコア	3.2	(3.31)	3.5	(3.26)	4.6	(3.66)	p<0.001	p=0.532	p<0.001	p<0.001
自信スコア1	7.3	(19.96)	11.2	(18.06)	20.6	(22.09)	p<0.001	p=0.051	p<0.001	p<0.001
自信スコア2	14.1	(28.80)	16.4	(27.35)	23.1	(31.69)	p=0.001	p=0.604	p=0.014	p=0.001
行動スコア	0.0	(3.20)	0.7	(3.24)	0.9	(3.75)	p=0.014	p=0.077	p=0.779	p=0.014

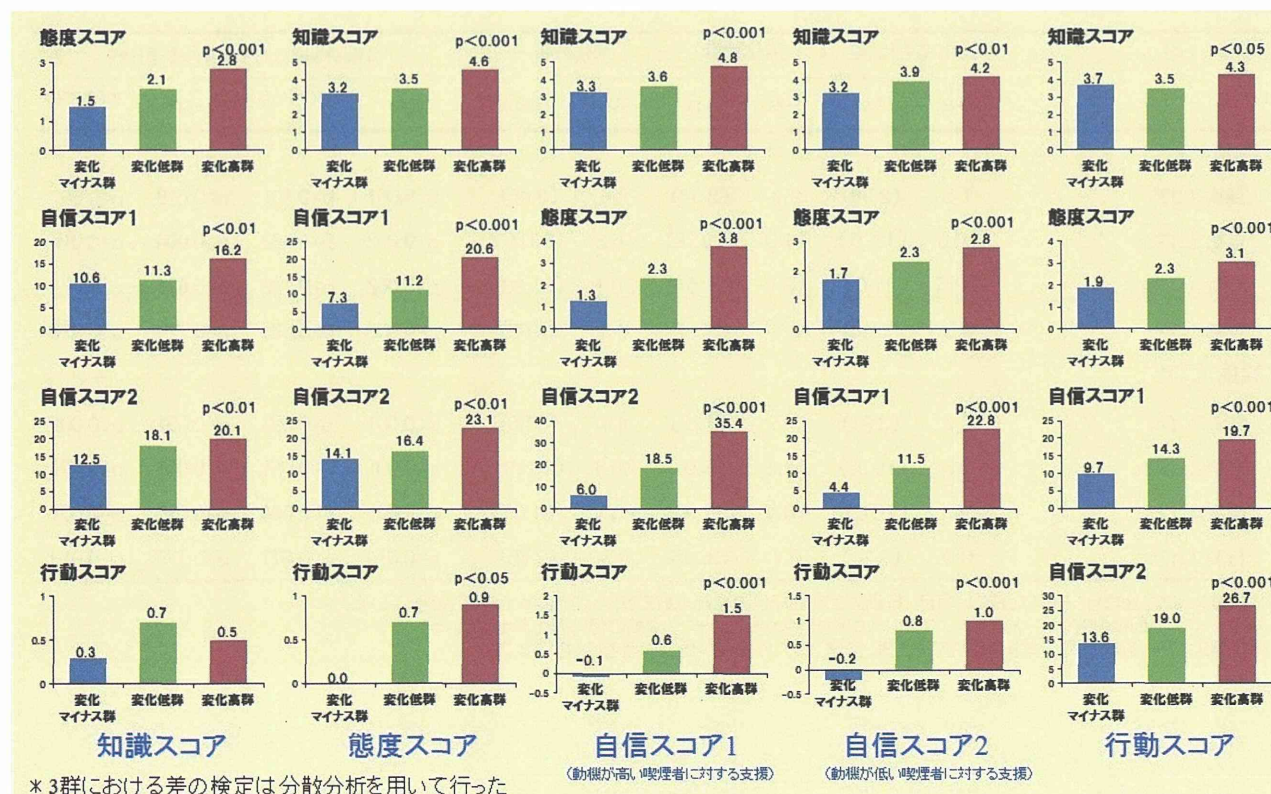
＊知識スコアは20項目、態度スコアは6項目、行動スコアは5項目の合計点数で算出、自信は0-100%で表記している。
 ＊トレーニング前後の変化は、トレーニング後のスコアや割合からトレーニング前の値の差を算出している。
 ＊自信スコア1:動機が高い喫煙者に対する支援、自信スコア2:動機が低い喫煙者に対する支援

図表22(続き). トレーニング前後のスコア変化と各指標変化との関係－禁煙治療版(2010－13年)

	変化マイナス群		変化低群		変化高群		分散分析およびTukeyの多重比較			
	平均	(±SD)	平均	(±SD)	平均	(±SD)	全体	マイナスVS 低	低VS高	マイナスVS 高
自信スコア1(動機が高い喫煙者に対する支援)										
知識スコア	3.3	(3.31)	3.6	(3.38)	4.8	(3.66)	p<0.001	p=0.590	p<0.001	p<0.001
態度スコア	1.3	(3.19)	2.3	(3.09)	3.8	(3.50)	p<0.001	p<0.001	p<0.001	p<0.001
自信スコア2	6.0	(25.75)	18.5	(26.16)	35.4	(31.92)	p<0.001	p<0.001	p<0.001	p<0.001
行動スコア	-0.1	(3.27)	0.6	(3.20)	1.5	(3.79)	p<0.001	p=0.020	p=0.005	p<0.001
自信スコア2(動機が低い喫煙者に対する支援)										
知識スコア	3.2	(3.44)	3.9	(3.27)	4.2	(3.58)	p=0.003	p=0.066	p=0.625	p=0.002
態度スコア	1.7	(3.23)	2.3	(3.06)	2.8	(3.60)	p<0.001	p=0.054	p=0.213	p<0.001
自信スコア1	4.4	(19.26)	11.5	(15.63)	22.8	(21.78)	p<0.001	p<0.001	p<0.001	p<0.001
行動スコア	-0.2	(3.00)	0.8	(3.44)	1.0	(3.68)	p<0.001	p=0.004	p=0.779	p<0.001
行動スコア										
知識スコア	3.7	(3.40)	3.5	(3.46)	4.3	(3.58)	p=0.027	p=0.830	p=0.035	p=0.054
態度スコア	1.9	(3.36)	2.3	(3.20)	3.1	(3.41)	p<0.001	p=0.435	p=0.049	p<0.001
自信スコア1	9.7	(19.06)	14.3	(20.17)	19.7	(23.69)	p<0.001	p=0.021	p=0.021	p<0.001
自信スコア2	13.6	(28.35)	19.0	(27.54)	26.7	(32.37)	p<0.001	p=0.065	p=0.021	p<0.001

※知識スコアは20項目、態度スコアは6項目、行動スコアは5項目の合計点数で算出、自信は0-100%で表記している。
 ※トレーニング前後の変化は、トレーニング後のスコアや割合からトレーニング前の値の差を算出している。

図表23. トレーニング前後のスコア変化と各指標変化－禁煙治療版(2010－13年)



図表24. トレーニング前後のスコア変化と各指標変化との関係－禁煙導入版(2011－13年)

	変化マイナス群		変化低群		変化高群		分散分析およびTukeyの多重比較			
	平均	(±SD)	平均	(±SD)	平均	(±SD)	全体	マイナスVS 低	低VS高	マイナスVS 高
知識スコア										
態度スコア	1.3	(3.89)	2.5	(3.64)	2.6	(3.67)	p=0.227	p=0.276	p=0.977	p=0.216
自信スコア1	12.1	(21.61)	18.3	(17.83)	20.2	(24.87)	p=0.214	p=0.372	p=0.824	p=0.185
自信スコア2	14.8	(25.30)	17.8	(27.69)	23.4	(27.50)	p=0.231	p=0.864	p=0.367	p=0.308
行動スコア	1.2	(3.32)	0.6	(3.16)	0.5	(3.22)	p=0.551	p=0.622	p=0.976	p=0.528
態度スコア										
知識スコア	2.9	(2.23)	2.6	(2.22)	3.3	(2.16)	p=0.168	p=0.799	p=0.151	p=0.474
自信スコア1	13.9	(19.87)	15.9	(20.89)	24.1	(22.87)	p=0.013	p=0.844	p=0.062	p=0.017
自信スコア2	16.9	(27.62)	14.4	(26.65)	27.3	(26.45)	p=0.011	p=0.846	p=0.012	p=0.067
行動スコア	0.2	(2.82)	0.6	(3.19)	1.0	(3.50)	p=0.335	p=0.773	p=0.700	p=0.304

＊知識スコアは20項目、態度スコアは6項目、行動スコアは5項目の合計点数で算出、自信は0-100%で表記している。

＊トレーニング前後の変化は、トレーニング後のスコアや割合からトレーニング前の値の差を算出している。

＊自信スコア1: 動機が高い喫煙者に対する支援、自信スコア2: 動機が低い喫煙者に対する支援

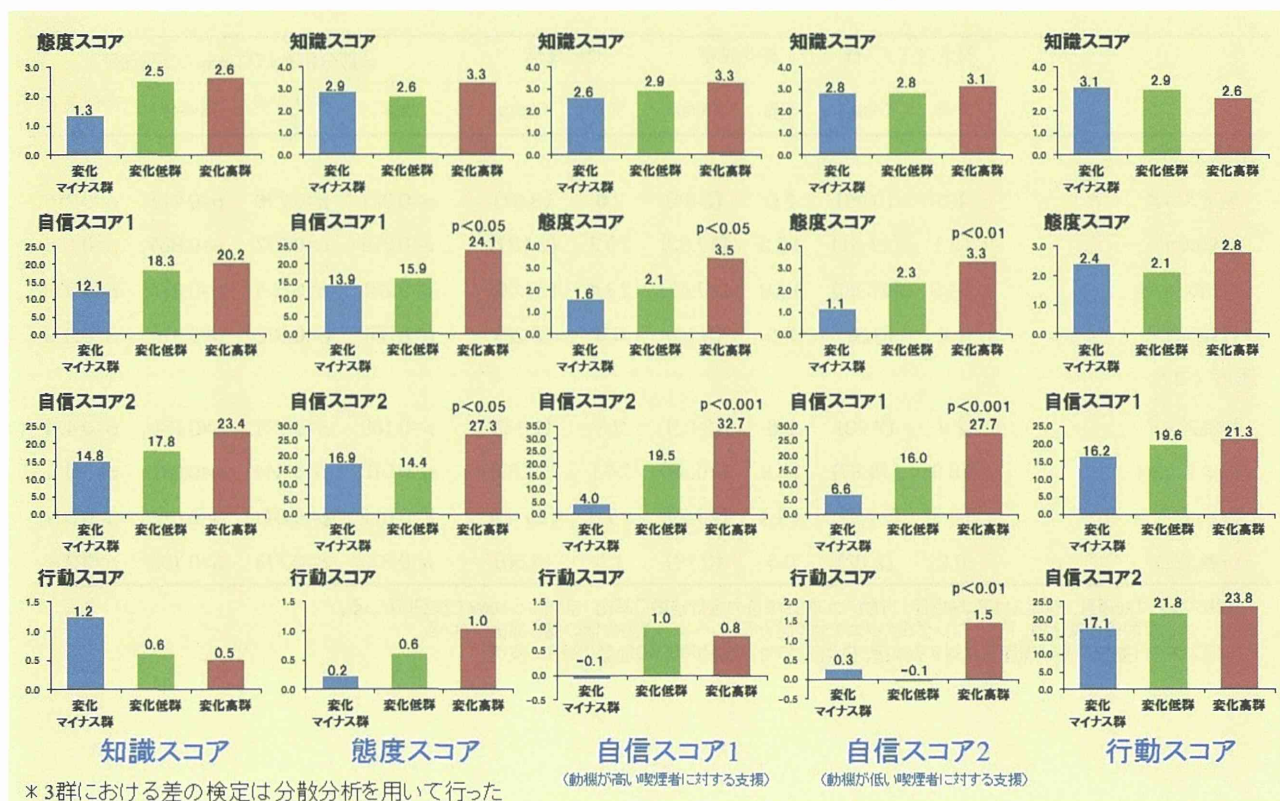
図表24(続き). トレーニング前後のスコア変化と各指標変化との関係－禁煙導入版(2011－13年)

	変化マイナス群		変化低群		変化高群		分散分析およびTukeyの多重比較			
	平均	(±SD)	平均	(±SD)	平均	(±SD)	全体	マイナスVS 低	低VS高	マイナスVS 高
自信スコア1(動機が高い喫煙者に対する支援)										
知識スコア	2.6	(2.17)	2.9	(2.28)	3.3	(2.14)	p=0.235	p=0.722	p=0.533	p=0.213
態度スコア	1.6	(3.98)	2.1	(3.29)	3.5	(3.76)	p=0.011	p=0.737	p=0.046	p=0.014
自信スコア2	4.0	(25.37)	19.5	(25.35)	32.7	(24.84)	p<0.001	p=0.001	p=0.005	p<0.001
行動スコア	-0.1	(3.27)	1.0	(3.11)	0.8	(3.23)	p=0.169	p=0.163	p=0.950	p=0.307
自信スコア2(動機が低い喫煙者に対する支援)										
知識スコア	2.8	(2.11)	2.8	(2.41)	3.1	(2.13)	p=0.680	p=1.000	p=0.726	p=0.754
態度スコア	1.1	(3.49)	2.3	(2.84)	3.3	(4.17)	p=0.003	p=0.158	p=0.244	p=0.002
自信スコア1	6.6	(18.12)	16.0	(16.85)	27.7	(23.10)	p<0.001	p=0.028	p=0.001	p<0.001
行動スコア	0.3	(3.19)	-0.1	(2.63)	1.5	(3.46)	p=0.009	p=0.863	p=0.012	p=0.071
行動スコア										
知識スコア	3.1	(2.36)	2.9	(1.74)	2.6	(2.32)	p=0.386	p=0.913	p=0.671	p=0.352
態度スコア	2.4	(3.39)	2.1	(4.22)	2.8	(3.80)	p=0.644	p=0.904	p=0.622	p=0.789
自信スコア1	16.2	(21.31)	19.6	(19.80)	21.3	(24.29)	p=0.362	p=0.632	p=0.925	p=0.379
自信スコア2	17.1	(25.75)	21.8	(29.58)	23.8	(28.26)	p=0.316	p=0.573	p=0.931	p=0.341

＊知識スコアは20項目、態度スコアは6項目、行動スコアは5項目の合計点数で算出、自信は0-100%で表記している。

＊トレーニング前後の変化は、トレーニング後のスコアや割合からトレーニング前の値の差を算出している。

図表25. トレーニング前後のスコア変化と各指標変化－禁煙導入版(2011－13年)



図表26. トレーニング前後のスコア変化と各指標変化との関係－禁煙支援版(2011－13年)

	変化マイナス群		変化低群		変化高群		分散分析およびTukeyの多重比較			
	平均	(±SD)	平均	(±SD)	平均	(±SD)	全体	マイナスVS低	低VS高	マイナスVS高
知識スコア										
態度スコア	2.2	(2.65)	2.4	(3.39)	3.1	(3.31)	p=0.088	p=0.910	p=0.113	p=0.190
自信スコア①	21.6	(20.93)	26.3	(23.13)	25.9	(24.74)	p=0.370	p=0.344	p=0.989	p=0.462
自信スコア②	17.9	(21.42)	22.7	(22.85)	25.9	(21.56)	p=0.072	p=0.308	p=0.366	p=0.061
自信スコア③	19.5	(22.12)	24.6	(24.94)	29.2	(24.74)	p=0.034	p=0.329	p=0.180	p=0.033
行動スコア	1.3	(3.64)	0.7	(3.92)	0.1	(3.30)	p=0.105	p=0.443	p=0.346	p=0.098
態度スコア										
知識スコア	3.1	(2.09)	3.1	(2.39)	3.5	(2.26)	p=0.211	p=0.994	p=0.242	p=0.367
自信スコア①	20.4	(23.51)	25.1	(22.29)	29.3	(23.64)	p=0.007	p=0.227	p=0.231	p=0.005
自信スコア②	14.3	(22.39)	24.3	(21.18)	27.4	(21.98)	p<0.001	p=0.001	p=0.388	p<0.001
自信スコア③	18.5	(25.85)	25.1	(20.56)	29.8	(26.38)	p=0.001	p=0.073	p=0.180	p<0.001
行動スコア	0.6	(4.06)	-0.1	(3.30)	1.2	(3.77)	p=0.004	p=0.240	p=0.003	p=0.366
行動スコア										
知識スコア	3.3	(2.32)	3.1	(2.26)	3.1	(2.18)	p=0.766	p=0.872	p=0.997	p=0.788
態度スコア	2.3	(3.21)	2.5	(3.04)	3.2	(3.54)	p=0.036	p=0.797	p=0.317	p=0.027
自信スコア①	24.4	(22.83)	23.2	(20.89)	29.5	(25.50)	p=0.080	p=0.921	p=0.135	p=0.112
自信スコア②	21.8	(21.95)	17.7	(20.61)	28.9	(23.28)	p=0.001	p=0.311	p=0.001	p=0.011
自信スコア③	22.3	(22.90)	25.5	(23.67)	30.8	(27.69)	p=0.008	p=0.566	p=0.272	p=0.005

※知識スコアは20項目、態度スコアは6項目、行動スコアは5項目の合計点数で算出、自信は0-100%で表記している。

※トレーニング前後の変化は、トレーニング後のスコアや割合からトレーニング前の値の差を算出している。

※自信スコア①:動機が高い喫煙者に対する10分程度の支援、自信スコア②:動機が高い喫煙者に対する1-3分程度の支援、自信スコア③:動機が低い喫煙者に対する支援

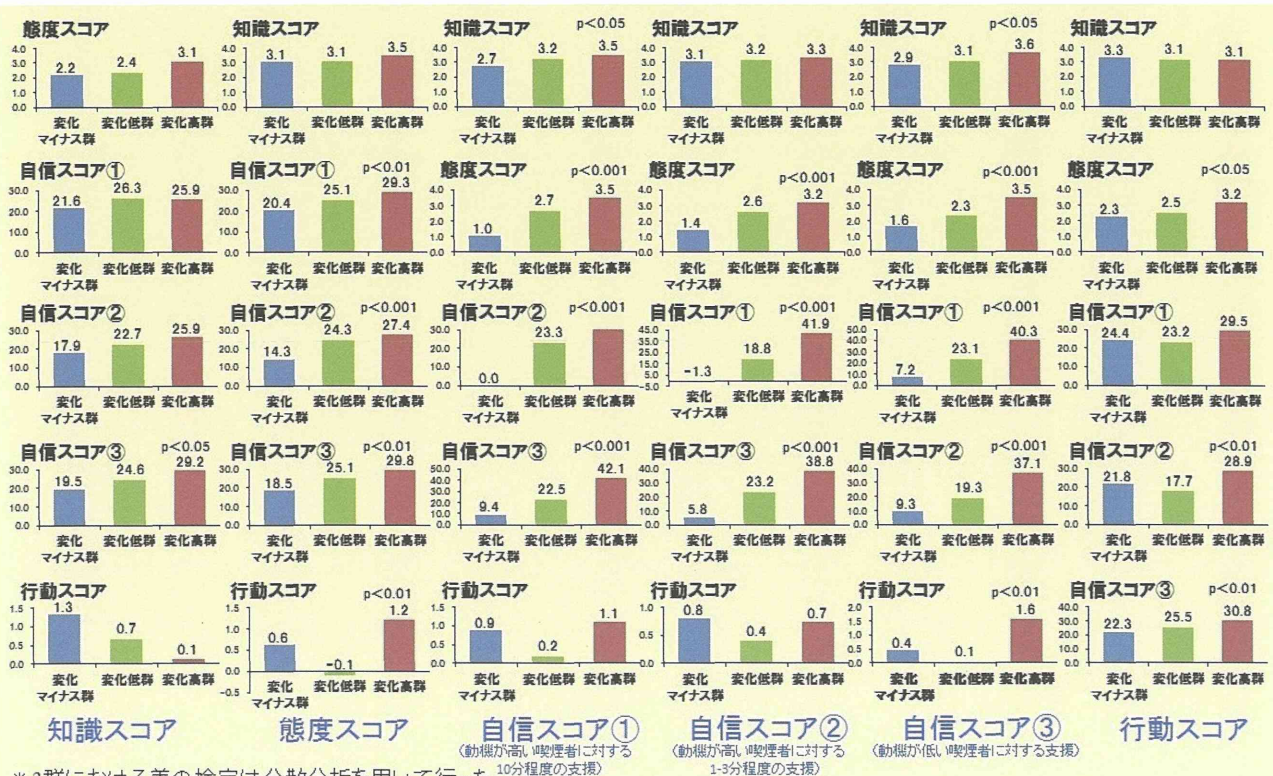
図表26(続き). トレーニング前後のスコア変化と各指標変化との関係ー禁煙支援版(2011-13年)

	変化マイナス群		変化低群		変化高群		分散分析およびTukeyの多重比較			
	平均	(±SD)	平均	(±SD)	平均	(±SD)	全体	マイナスVS 低	低VS高	マイナスVS 高
自信スコア①(動機が高い喫煙者に対する10分程度の支援)										
知識スコア	2.7	(2.44)	3.2	(2.29)	3.5	(2.05)	p=0.044	p=0.173	p=0.525	p=0.034
態度スコア	1.0	(3.71)	2.7	(2.95)	3.5	(3.17)	p<0.001	p<0.001	p=0.059	p<0.001
自信スコア②	0.0	(15.17)	23.3	(16.15)	48.7	(16.20)	p<0.001	p<0.001	p<0.001	p<0.001
自信スコア③	9.4	(23.77)	22.5	(20.37)	42.1	(22.62)	p<0.001	p<0.001	p<0.001	p<0.001
行動スコア	0.9	(3.96)	0.2	(3.32)	1.1	(4.16)	p=0.058	p=0.268	p=0.068	p=0.910
自信スコア②(動機が高い喫煙者に対する1-3分程度の支援)										
知識スコア	3.1	(2.31)	3.2	(2.29)	3.3	(2.23)	p=0.710	p=0.919	p=0.857	p=0.700
態度スコア	1.4	(3.64)	2.6	(2.99)	3.2	(3.30)	p<0.001	p=0.001	p=0.011	p<0.001
自信スコア①	-1.3	(17.30)	18.8	(14.15)	41.9	(16.72)	p<0.001	p<0.001	p<0.001	p<0.001
自信スコア③	5.8	(24.36)	23.2	(19.19)	38.8	(22.78)	p<0.001	p<0.001	p<0.001	p<0.001
行動スコア	0.8	(3.86)	0.4	(3.36)	0.7	(4.07)	p=0.567	p=0.643	p=0.660	p=0.986
自信スコア③(動機が低い喫煙者に対する支援)										
知識スコア	2.9	(2.22)	3.1	(2.31)	3.6	(2.18)	p=0.021	p=0.708	p=0.060	p=0.035
態度スコア	1.6	(3.49)	2.3	(3.06)	3.5	(3.33)	p<0.001	p=0.220	p=0.002	p<0.001
自信スコア①	7.2	(22.13)	23.1	(18.23)	40.3	(22.44)	p<0.001	p<0.001	p<0.001	p<0.001
自信スコア②	9.3	(22.10)	19.3	(18.53)	37.1	(20.89)	p<0.001	p<0.001	p<0.001	p<0.001
行動スコア	0.4	(4.03)	0.1	(3.49)	1.6	(3.75)	p=0.001	p=0.693	p<0.001	p=0.072

*知識スコアは20項目、態度スコアは6項目、行動スコアは5項目の合計点数で算出、自信は0-100%で表記している。

*トレーニング前後の変化は、トレーニング後のスコアや割合からトレーニング前の値の差を算出している。

図表27. トレーニング前後のスコア変化と各指標変化ー禁煙支援版(2011-13年)



Ⅲ. 研究成果物

<コアスライド集>

- 1) 実践者育成研修プログラム（基礎編）
- 2) 実践者育成研修プログラム（計画・評価編）
- 3) 実践者育成研修プログラム（技術編）
 - ①総論
 - ②初回面接（演習）
 - ③各論（健診結果、食生活、身体活動、たばこ、アルコール）
 - ④困難事例（演習）
 - ⑤保健指導の評価

※コアスライドは研究班ホームページよりダウンロードが可能
(<http://tokutei-kensyu.tsushitahan.jp/>)

実践者育成 研修プログラム 基礎編

- 1) 健診・保健指導の理念
- 2) 保健指導対象者の選定と階層化
- 3) 保健指導（概論） 保健指導の基本的事項
- 4) 保健指導（各論） 保健指導の特徴
- 5) ポピュレーションアプローチとの運動

あいち健康の森 健康科学総合センター 津下一代

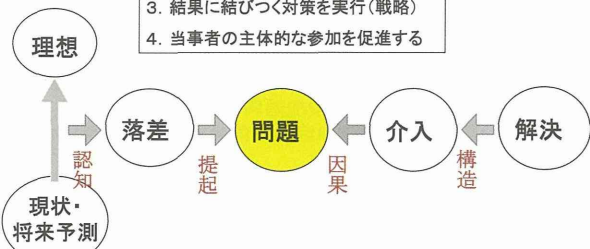
制度の全体像を把握しよう

- ・ 特定健診・特定保健指導のめざすところ
- ・ データヘルスの推進
- ・ 特定健診/特定保健指導のしくみ
- ・ 特定保健指導の効果
- ・ ポピュレーションアプローチとの運動

実践者育成 研修プログラム ▶ 基礎編

根拠に基づく政策(EBHP)とは

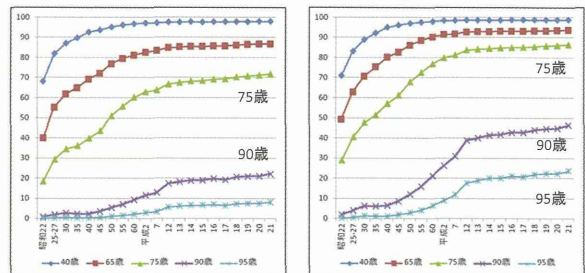
1. 現状を把握⇒将来予測
2. 解決しうる問題を明確にする
3. 結果に結びつく対策を実行（戦略）
4. 当事者の主体的な参加を促進する



実践者育成 研修プログラム ▶ 基礎編

男性は5人に1人、女性は半数が 90歳まで生きる長寿社会の到来

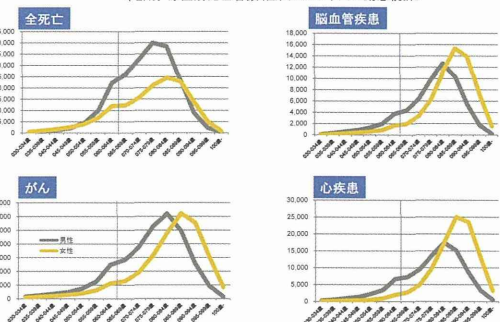
生命表上の特定年齢まで生存する者の割合
男性(90歳 22.2%、95歳 8.2%) 女性(90歳 46.4%、95歳 23.7%)



実践者育成 研修プログラム ▶ 基礎編

男性は女性より早世している 大きな要因は三大生活習慣病

年齢別・原因別死亡者数（出典：2011年人口動態統計）

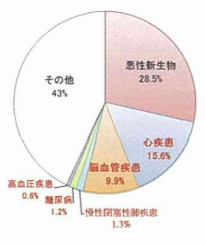


実践者育成 研修プログラム ▶ 基礎編

生活習慣病は、死亡数割合では約6割を占め 一般診療医療費の約3割を占める

死因別死亡割合（平成23年）
生活習慣病・・・57%

一般診療医療費（平成22年度）
生活習慣病・・・8,8兆円



（出典：人口動態統計 平成23年）

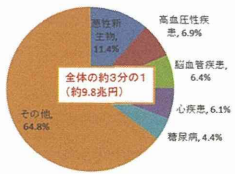
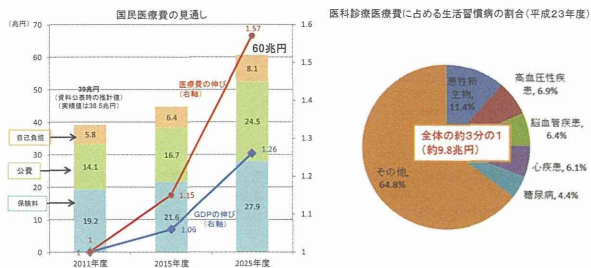
（出典：国民医療費 平成22年度）

実践者育成 研修プログラム ▶ 基礎編

増え続ける国民医療費

○ 少子高齢化が進む我が国においては、医療費が毎年増大しており、平成23年度に38兆円を突破。今後もGDPの伸びを超えるスピードで増加し、2025年度には約60兆円に達する見込み。

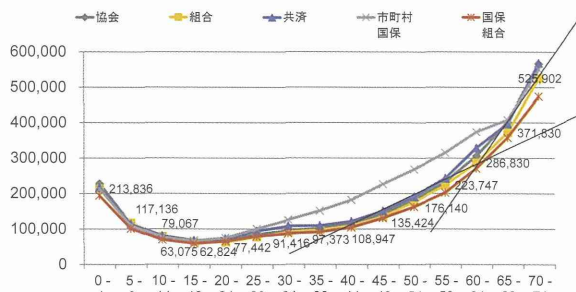
○ 国民医療費のうち、医科診療医療費の約3分の1（9.8兆円）は生活習慣病関連。



実践者育成 研修プログラム ▶ 基礎編

40歳頃から医療費は上昇する

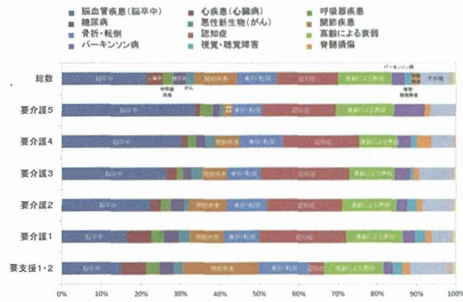
（市町村国保は他より早い年齢から上昇）
年齢階級別・制度別、1人当たり医療費（平成22年度）



実践者育成 研修プログラム ▶ 基礎編

要介護の原因の半数は脳卒中

介護が必要となった主な原因の構成割合(要介護度別)



(出典:平成22年国民生活基礎調査)

実践者育成 研修プログラム ▶ 基礎編

脳卒中の危険因子

- ① 高血圧
- ② 喫煙
- ③ 内臓脂肪型肥満
- ④ 食事
- ⑤ 身体活動度
- ⑥ 脂質
- ⑦ 糖尿病
- ⑧ 飲酒
- ⑨ ストレス・うつ
- ⑩ 心疾患



人口寄与リスク
90%

生活習慣そのもの
生活習慣に起因する疾病

(出典:Lancet2010;376:112-123)

実践者育成 研修プログラム ▶ 基礎編

男性の肥満者が増加傾向に

日本における肥満者(BMI $\geq$ 25)の割合の推移



(出典:国民健康栄養調査)

実践者育成 研修プログラム ▶ 基礎編

早急かつ実効力のある生活習慣病対策の必要性

- 死因の主要な原因:悪性新生物(がん等)が約3割、**心疾患及び脳血管疾患(脳卒中等)**の合計が約3割。
- 前期高齢者**要介護状態**の約半数は脳卒中。後期高齢者の生活機能にも関係。
- **増大する医療費**:国民医療費のうち、生活習慣病が約4割(がんが約1割、糖尿病、脳卒中、心疾患等の循環器系疾患が3割)。特に**糖尿病**は増加傾向。
- 糖尿病、高血圧症、高脂血症の**有病者及びその予備群**が増加。

⇒少子高齢化社会・・・

雇用延長、社会的負担の軽減、活力ある社会づくり

実践者育成 研修プログラム ▶ 基礎編

解決策の検討

- **医学的観点**
 - ☑ 病態の理解を踏まえた解決法の検討
- **行動科学的観点**:(病気につながる行動の同定)
 - ☑ 変えられること、に着目した解決法の検討
- **社会的な観点**:ソーシャルサポート
 - ☑ インフラなどの外部環境や制度へのアクセス
 - ☑ 活用できる社会資源(地域特性)
- **経済学的な観点**:予算規模、費用対効果
 - ☑ 自助・互助・共助・公助
 - ☑ 医療保険者としてすべきことは?
 - ☑ 行政としてすべきことは?

実践者育成 研修プログラム ▶ 基礎編

国としての戦略として 国民の「健康寿命」の延伸

日本再興戦略-JAPAN is BACK-平成25年6月14日
戦略市場創造プラン(安倍内閣)

- 世界や我が国が直面している社会課題のうち・・・

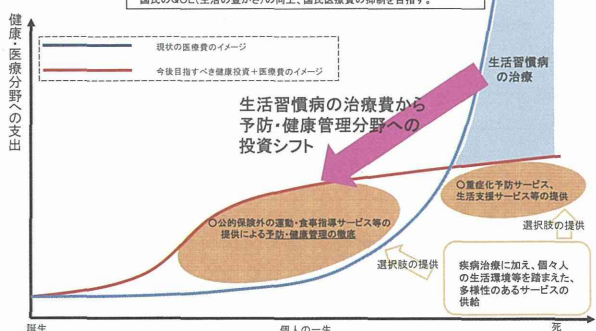
- ☑ 「日本が国際的に強み」を持ち、
 - ☑ 「グローバル市場の成長が期待」でき、
 - ☑ 「一定の戦略分野が見込めるテーマ」
- として、以下の4テーマを選定

- テーマ1:国民の「健康寿命」の延伸
- テーマ2:クリーンかつ経済的なエネルギー需給の実現
- テーマ3:安全・便利で経済的な次世代インフラの構築
- テーマ4:世界を惹きつける地域資源で稼ぐ地域社会の実現

実践者育成 研修プログラム ▶ 基礎編

目指すべき社会システムの姿

○生活習慣病にかかる費用を早期の予防・健康管理に対する投資へとシフト。
○これにより、公的保険外の予防・健康管理サービス市場の創出。
国民のQOL(生活の豊かさ)の向上、国民医療費の抑制を目指す。



実践者育成 研修プログラム ▶ 基礎編

生活習慣病の治療費から予防・健康管理分野へ 医療保険者の役割の変化

データヘルスの推進に関する政府の方針

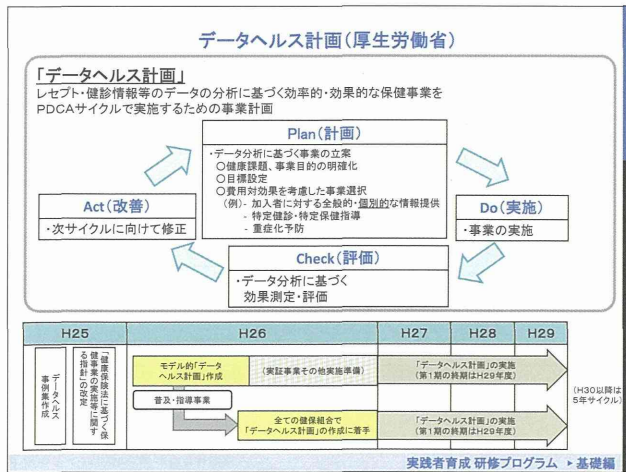
◇日本再興戦略

- ☑ 全ての**健康保険組合**に対し、レセプト等のデータの分析、それに基づく加入者の健康保持増進のための事業計画として「データヘルス計画」の作成・公表、事業実施、評価等の取組を求めるとともに、**市町村国保が同様の取組**を行うことを推進する。

◇健康・医療戦略

- ① 加入者の健康づくりや予防活動の促進が保険者の本来業務であることを周知、
- ② 医療費分析システム利用を促進するとともに、医療費分析に基づく事業に関して国が定める指針の内容を充実させる等により、保険者の取組を促進する。

実践者育成 研修プログラム ▶ 基礎編



「データヘルス計画」の特徴

～被用者保険の持つ強みや特性を踏まえた展開～

- レセプト・特定健診データの活用による
 - 組合や事業所における全体的な健康状況・受診状況・医療費状況の把握
 - 保健事業の効果が高い対象者の抽出
- 身の丈に応じた事業範囲
 - 加入者に対する全般的・個別的な情報提供(一次予防)
 - 特定健診・特定保健指導
 - 重症化予防
- コラボヘルス(事業主との協働)
- 外部専門事業者の活用

実践者育成 研修プログラム ▶ 基礎編

特定健康診査・特定保健指導の概要

基本的な考え方

○ メタボリックシンドロームに着目した健診及び保健指導を医療保険者の義務とすることにより、生活習慣病の予防及び医療費の適正化を目指す。

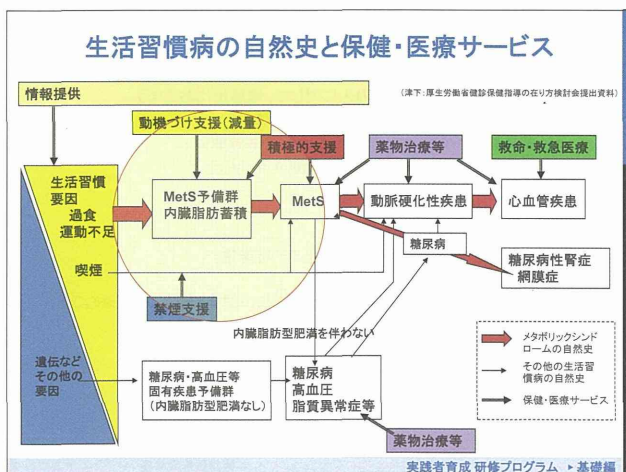
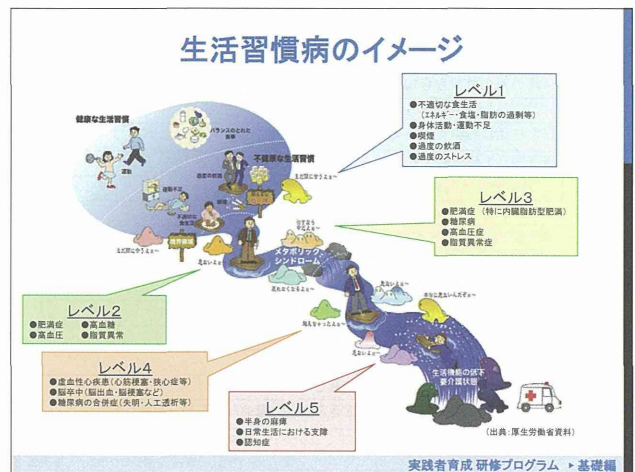
主な内容

○ 医療保険者は、40歳以上74歳以下の被保険者・被扶養者に対して特定健診を実施。
○ 健診の結果、一定の基準に当てはまる者に対して特定保健指導を実施。

【一定の基準】
腹囲が基準以上(男性85cm、女性90cm)でかつ、血糖・血圧・脂質の検査値が基準に当てはまる者。
注)リスクの程度によって指導内容が変化(喫煙者は一部の指導レベルが上昇する)

40-74歳の医療保険加入者＝約5,600万人

実践者育成 研修プログラム ▶ 基礎編



メタボリックシンドロームに着目した戦略とは

- ☑ わかりやすい
- ☑ 生活のなかで、対策を考える
- ☑ 目標設定が具体的である
- ☑ セルフモニタリング(チェック可能)
- ☑ ポジティブな解釈

実践者育成 研修プログラム ▶ 基礎編

内臓脂肪型肥満に着目した生活習慣病予防のための健診・保健指導の基本的な考え方

	かつての健診・保健指導	最新の科学的知見と、課題抽出のための分析	現在の健診・保健指導
健診・保健指導の目的	健診に付加した保健指導		内臓脂肪型肥満に着目した生活習慣病予防のための保健指導を実施する者を選出する健診
特徴	プロセス(過程)重視の保健指導		結果を出す保健指導
目的	個別疾患の早期発見・早期治療		内臓脂肪型肥満に着目した早期介入・行動変容リスクの軽減がある対象者に対し、医師、保健師、管理栄養士等が早期介入し、行動変容につながる保健指導を行う
内容	健診結果の伝達、理想的な生活習慣に係る一般的な情報提供		自己測定と行動変容 対象者が代謝等の身体メカニズムと生活習慣との関係を理解し、生活習慣の改善を自ら実践し、行動変容につなげる 健診受診者全員に対し、必要に応じて、簡便化された保健指導を提供 リスクに基づき優先順位をつけ、保健指導の必要性に応じて「情報提供」「動機づけ支援」「積極的支援」を行う
保健指導の対象者	健診結果で「重指導」と指摘され、健康教育等の保健事業に参加した者		健診結果の経年変化及び傾向を踏まえた保健指導データ分析等を通じて重症化リスクの高い者、目標に合った保健指導を計画的に実施 個人の健康状態を踏まえて、ライフスタイルを考慮した保健指導
方法	一時的な健診結果のみに基づく保健指導 画一的な保健指導		行動変容を促す手法
評価	アウトプット(事業実施量)評価 実施人数や参加人数		アウトカム(結果)評価 健康状態の改善率・予防率の25%減少 医療費削減

(出典: 標準的な健診・保健指導プログラム【改訂版】)

実践者育成 研修プログラム ▶ 基礎編

特定健康診査の検査項目等

対象者	実施年度中に40-74歳となる加入者(被保険者・被扶養者) 実施年度を通じて加入している(年度途中に加入・脱退がない)者 除外規定(妊産婦・長期入院・海外在住など)に該当しない者
基本的な健診項目	○ 質問票(服薬歴、喫煙歴 等) ○ 身体計測(身長、体重、BMI、腹囲) ○ 理学的検査(身体診察) ○ 血圧測定 ○ 血液検査 ・ 脂質検査(中性脂肪、HDL-コレステロール、LDL-コレステロール) ・ 血糖検査(空腹時血糖又はHbA1c) ・ 肝機能検査(AST、ALT、γ-GT) ○ 検尿(原糖、尿蛋白)
詳細な健診項目	○ 心電図検査 ○ 眼底検査 ○ 貧血検査(赤血球数、血色素量、ヘマトクリット値) (注) 一定の基準の下、医師が必要と認めた場合に実施

(出典: 標準的な健診・保健指導プログラム【改訂版】)

実践者育成 研修プログラム ▶ 基礎編