

評価指標調書ver[1].1(14年度開始事業分) 食生活・運動3か月・Wify3か月コース(介入群)

		測定時期(○週目、○ヶ月目とご記入ください)																評価者によるコメント		
		介入時				3か月目				6か月目				9か月目						
		／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値	／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値	／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値	／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値			
身体 状況	血圧	収縮期血圧	129.5	20.1	33	0.66	123.9	18.2	29	0.34	126.3	18.4	29	0.98	125.5	12.7	29	0.98	事業開始時と比較して事業終了時で効果が あったと思われる項目 ※p値が0.05未満のもの、もしくは割合の差が 10ポイント以上のものについて記入して下さい。	
		拡張期血圧	74.8	10.6	33	0.34	73.7	9.2	29	0.24	72.2	10.4	29	0.21	71.0	8.0	29	0.57		
	血液 化学 検査	脂質代 謝	総コレステロール	184.7	33.6	31	0.68	178.8	32.6	29	0.44	180.0	22.8	29	0.30	180.4	26.0	29		0.46
			HDLコレステロール	65.9	16.3	31	0.91	53.9	10.9	29	0.17	51.9	5.1	29	0.52	53.5	7.2	29		0.23
		糖代謝	LDLコレステロール	104.8	86.2	31	0.79	93.1	75.6	29	0.83	83.8	36.6	29	0.14	102.6	104.8	29		0.87
			中性脂肪	106.6	26.8	31	0.50	107.4	18.5	29	0.89	93.0	18.6	29	0.95	102.9	24.3	29		0.66
			空腹時血糖																	
			ヘモグロビンA1c																	
		形態計測	BMI	24.1	2.8	33	0.85	23.9	2.7	29	0.89	23.6	3.1	29	0.79	23.8	3.0	29		0.73
			体脂肪率																	
生活 習慣 (行動)	食生活	酒腹への配慮																		
		食事の規則正しさ																		
		朝食の摂取状況																		
		間食摂取の有無																		
		食品バランスへの配慮	54.5%		33	0.41	55.2%		29	0.60	48.3%		29	0.60	51.7%		29	0.40		
		甘いものの摂取状況																		
		油ものの摂取状況																		
	塩分摂取状況																			
	栄養摂取状況	総カロリー																		
	飲酒状況	飲酒の頻度	71.9%		32	0.04	75.0%		28	0.13	81.5%		27	0.20	86.2%		29	0.18	飲酒の頻度が週5回以下の者の割合が9か月 目(介入終了後3か月後)で14.3ポイント増加 した。	
		飲酒量																		
	喫煙状況	喫煙の有無	69.7%		33	0.52	75.9%		29	0.50	75.9%		29	0.62	75.9%		29	0.50		
		喫煙本数																		
	禁煙への関心																			
運動状況	意識的な運動の有無																			
	1日の歩数	9766.5	3783.7	33	0.97	11496.1	5415.0	28	0.02	8294.9	4643.9	25	0.46	9479.1	4762.1	24	0.14	3か月目(介入中で運動プログラム終了直後) に多かった。		
	1回30分以上の運動を週2回以上	3.0%		33	0.72	13.8%		29	0.18	13.8%		29	0.06	6.9%		29	0.25			
睡眠休養状況 等	睡眠状況																			
	1日の睡眠時間																			
受療行動等 意識等	受療行動																			
	健康に対する自己認識																			

評価指標調書 食生活・運動3か月・Wify3か月コース(対照群)

			測定時期(○週目、○ヶ月目とご記入ください)																
			介入時				3か月目				6か月目				9か月目				
			／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値	／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値	／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値	／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値	
身体 状況	血压	収縮期血压	127.5	15.2	29	0.66	128.6	15.6	29	0.34	126.4	17.5	29	0.98	125.5	13.6	29	0.98	
		拡張期血压	77.6	12.3	29	0.34	76.9	11.3	29	0.24	75.6	9.7	29	0.21	72.2	7.6	29	0.57	
	血液 化学 検査	脂質代 謝	総コレステロール	188.1	25.7	23	0.68	185.3	27.8	25	0.44	185.7	18.3	27	0.30	185.0	19.5	28	0.46
			HDLコレステロール	65.3	20.5	24	0.91	49.9	10.2	25	0.17	51.0	5.3	27	0.52	55.9	7.6	28	0.23
		糖代謝	LDLコレステロール																
			中性脂肪	110.4	63.4	24	0.79	97.1	51.7	25	0.83	100.3	46.2	27	0.14	106.8	79.3	28	0.87
			空腹時血糖	101.5	29.8	24	0.50	106.8	13.7	25	0.89	93.3	17.1	27	0.95	100.7	10.2	28	0.66
			ヘモグロビンA1c																
		形態計測	BMI	24.0	2.7	29	0.85	23.8	2.6	29	0.89	23.4	2.6	29	0.79	23.5	2.9	29	0.73
			体脂肪率																
生活 習慣 (行動)	食生活	満腹への配慮																	
		食事の規則正しさ																	
		朝食の摂取状況																	
		間食摂取の有無																	
		食品バランスへの配慮	48.3%		29	0.41	55.2%		29	0.60	48.3%		29	0.60	58.6%		29	0.40	
		甘いものの摂取状況																	
		油ものの摂取状況																	
			塩分摂取状況																
		栄養摂取状況	総カロリー																
		飲酒状況	飲酒の頻度	92.9%		28	0.04	89.7%		29	0.13	92.9%		28	0.20	96.6%		29	0.18
	飲酒量																		
		喫煙状況	喫煙の有無	72.4%		29	0.52	72.4%		29	0.50	75.9%		29	0.62	72.4%		29	0.50
			喫煙本数																
	禁煙への関心																		
	運動状況	意識的な運動の有無																	
		1日の歩数	9806.1	3556.7	29	0.97	8468.6	3794.5	28	0.02	7435.2	3494.5	26	0.46	7720.9	3781.0	29	0.14	
		1回30分以上の運動を週2回以上	3.4%		29	0.72	3.4%		29	0.18	0.0%		29	0.06	0.0%		29	0.25	
	睡眠休養状況 等	睡眠状況																	
		1日の睡眠時間																	
	受療行動等	受療行動																	
	意識等	健康に対する自己認識																	

評価者コメント(食生活・運動3か月・Wifi3か月コース)

<p>評価指標でみられた効果 ※個々の評価指標でみられた効果について総合的にご記入ください。</p>	<p>介入前後での比較について</p>	<p>生活習慣(行動) 飲酒状況 「飲酒の頻度が週5回以下」の者の割合が9か月目(介入終了後3か月後)で14.3ポイント増加した。</p>
	<p>介入群と対照群の比較について</p>	<p>生活習慣(行動) 運動状況 「1日の歩数」が3か月目(介入中で運動プログラム終了直後)に多かった。</p>
<p>評価指標以外でみられた効果 ※評価指標上の効果としては現れていないが、それ以外にプログラムの効果としてみられたものをお書きください。</p>	<p>本人の希望と異なる群に配属されたものがあるにもかかわらず、介入時の会場(受講者)の雰囲気は総じて活気があった。「楽しかった」という感想が終了時にあった。事業終了後にも、介入に関連した内容を中心に健康づくりに関する話題が受講者間やその家族で多くなったということが事業協力推進協議会で受講者より報告された。</p>	
<p>問題点や課題 ※プログラムの実施にあたって問題点として把握されたこと、これからの課題として捉えられたことをお書きください。</p>	<p>検査結果を通知するだけの対照群においても改善が見られた原因については不明である。</p>	

評価指標調書ver[1].1(14年度開始事業分) Wify3か月・食生活・運動3か月コース(介入群)

			測定時期(○週目、○ヶ月目とご記入ください)																評価者によるコメント	
			介入時				3か月目				6か月目				9か月目					
			／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値	／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値	／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値	／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値		
身体 状況	血压	収縮期血压	133.8	18.1	35	0.14	131.1	17.5	32	0.49	132.3	19.4	32	0.22	130.0	18.3	32	0.28	事業開始時と比較して事業終了時で効果が あったと思われる項目 ※p値が0.05未満のもの、もしくは割合の差が 10ポイント以上のものについて記入して下さい。	
		拡張期血压	79.5	12.4	35	0.53	78.2	13.1	32	0.68	75.8	12.6	32	0.94	76.1	10.5	32	0.11		
	血液 化学 検査	脂質代 謝	総コレステロール	190.4	24.2	31	0.74	176.6	21.8	31	0.20	183.7	13.3	32	0.63	185.5	17.0	31		0.93
			HDLコレステロール	62.9	19.0	31	0.65	53.5	7.7	31	0.14	50.8	4.8	32	0.89	55.2	6.8	31		0.74
			LDLコレステロール																	
		糖代謝	中性脂肪	129.8	76.7	31	0.32	127.6	69.0	31	0.07	108.7	55.7	32	0.54	116.3	57.1	31		0.60
			空腹時血糖	96.6	21.9	31	0.48	110.5	13.2	31	0.31	95.3	18.7	32	0.68	100.5	11.9	31		0.95
			ヘモグロビンA1c																	
	形態計測	BMI	25.3	4.8	35	0.17	25.3	4.8	32	0.12	25.1	4.8	32	0.09	24.9	4.8	32	0.18		
		体脂肪率																		
生活 習慣 (行動)	食生活	満腹への配慮																		
		食事の規則正しさ																		
		朝食の摂取状況																		
		間食摂取の有無																		
		食品バランスへの配慮	68.6%		35	0.08	65.6%		32	0.28	65.6%		32	0.13	65.6%		32	0.38		
		甘いものの摂取状況																		
		油ものの摂取状況																		
	塩分摂取状況																			
	栄養摂取状況	総カロリー																		
	飲酒状況	飲酒の頻度	82.9%		35	0.21	84.4%		32	0.41	78.1%		32	0.11	81.3%		32	0.07		
		飲酒量																		
	喫煙状況	喫煙の有無	85.7%		35	0.16	84.4%		32	0.20	84.4%		32	0.30	87.5%		32	0.12		
		喫煙本数 禁煙への関心																		
運動状況	意識的な運動の有無																			
	1日の歩数	9855.3	3687.9	35	0.96	9058.9	3332.6	32	0.52	7210.8	3092.8	30	0.60	8339.2	3207.1	32	0.49			
	1回30分以上の運動を週2回以上	14.3%		35	0.15	15.6%		32	0.12	18.8%		32	0.02	12.5%		32	0.07			
睡眠休養状況 等	睡眠状況 1日の睡眠時間																			
受療行動等 意識等	受療行動 健康に対する自己認識																			

評価指標調書 Wify3か月・食生活・運動3か月コース(対照群)

			測定時期(○週目、○ヶ月目とご記入ください)																
			介入時				3か月目				6か月目				9か月目				
			／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値	／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値	／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値	／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値	
身体 状況	血圧	収縮期血圧	127.5	15.2	29	0.14	128.6	15.6	29	0.49	126.4	17.5	29	0.22	125.5	13.6	29	0.28	
		拡張期血圧	77.6	12.3	29	0.53	76.9	11.3	29	0.68	75.6	9.7	29	0.94	72.2	7.6	29	0.11	
	血液 化学 検査	脂質代謝	総コレステロール	188.1	25.7	23	0.74	185.3	27.8	25	0.20	185.7	18.3	27	0.63	185.0	19.5	28	0.93
			HDLコレステロール	65.3	20.5	24	0.65	49.9	10.2	25	0.14	51.0	5.3	27	0.89	55.9	7.6	28	0.74
		糖代謝	LDLコレステロール																
			中性脂肪	110.4	63.4	24	0.32	97.1	51.7	25	0.07	100.3	46.2	27	0.54	106.8	79.3	28	0.60
			空腹時血糖	101.5	29.8	24	0.48	106.8	13.7	25	0.31	93.3	17.1	27	0.68	100.7	10.2	28	0.95
			ヘモグロビンA1c																
	形態計測	BMI	24.0	2.7	29	0.17	23.8	2.6	29	0.12	23.4	2.6	29	0.09	23.5	2.9	29	0.18	
		体脂肪率																	
生活 習慣 (行動)	食生活	満腹への配慮																	
		食事の規則正しさ																	
		朝食の摂取状況																	
		間食摂取の有無																	
		食品バランスへの配慮	48.3%		29	0.08	55.2%		29	0.28	48.3%		29	0.13	58.6%		29	0.38	
		甘いものの摂取状況																	
	栄養摂取状況	油ものの摂取状況																	
		塩分摂取状況																	
	飲酒状況	総カロリー																	
		飲酒の頻度	92.9%		28	0.21	89.7%		29	0.41	92.9%		28	0.11	96.6%		29	0.07	
	喫煙状況	飲酒量																	
		喫煙の有無	72.4%		29	0.16	72.4%		29	0.20	75.9%		29	0.30	72.4%		29	0.12	
	運動状況	喫煙本数																	
		禁煙への関心																	
	睡眠休養状況 等	意識的な運動の有無																	
		1日の歩数	9806.1	3556.7	29	0.96	8468.6	3794.5	28	0.52	7435.2	3494.5	26	0.80	7720.9	3781.0	29	0.49	
受療行動等 意識等	1回30分以上の運動を週2回以	3.4%		29	0.15	3.4%		29	0.12	0.0%		29	0.02	0.0%		29	0.07		
	睡眠状況																		
	1日の睡眠時間																		
	受療行動																		
	健康に対する自己認識																		

評価者コメント(Wify3か月・食生活・運動3か月コース)

<p>評価指標でみられた効果 ※個々の評価指標でみられた効果について総合的にご記入ください。</p>	<p>介入前後での比較について</p>	
	<p>介入群と対照群の比較について</p>	<p>生活習慣(行動) 運動状況 「1日30分以上の運動を週2回以上実施している」者の割合が6か月目(介入終了直後)に多かった。</p>
<p>評価指標以外でみられた効果 ※評価指標上の効果としては現れていないが、それ以外にプログラムの効果としてみられたものをお書きください。</p>	<p>本人の希望と異なる群に配属されたものがあるにもかかわらず、介入時の会場(受講者)の雰囲気は総じて活気があった。「楽しかった」という感想が終了時にあった。 事業終了後にも、介入に関連した内容を中心に健康づくりに関する話題が受講者間やその家族で多くなったということが事業協力推進協議会で受講者より報告された。</p>	
<p>問題点や課題 ※プログラムの実施にあたって問題点として把握されたこと、これからの課題として捉えられたことをお書きください。</p>	<p>検査結果を通知するだけの対照群においても改善が見られた原因については不明である。</p>	

## 評価者コメント(事業全体)

<p>事業実施でみられた効果</p>	<p>統計的に有意である介入効果は「意識」「生活習慣」「検査値」のうちの少数の項目に認められるにとどまった。 町が従来実施してきた保健事業とは明らかに異なり、「やっていて楽しかった」「みんなと一緒に話したり、考えたりしたことでこれまでとは違った観点からも自分の健康を考えるようになった」といった感想、報告が受講生からあった。</p>
<p>問題点や課題</p>	<p>十分に多数の被験者を確保できなかった。 通常に生活している町民を無作為に割り付けて、本人の要望とは無関係に決められた内容の健康教育を行ったため、動機付けが難しかった。 検査結果を通知するだけの対照群においても改善が見られた原因については不明である。</p>