

## 国保ヘルスアップモデル事業

- A票 -

※A票はモデル事業全体のことについてお答えください。

(個別健康支援プログラムごとのことについては、B票でご記入いただきます)

1. 自治体名・回答者		
自治体名	稲美町	
回答者	氏名	藤原美輪
	所属	健康福祉部 健康福祉課 健康推進グループ
	連絡先	TEL( 0794-92-9138 ) FAX( 0794-92-8030 )

2. モデル事業の実施概要	
事業実施期間	平成 16 年 4 月 ~ 平成 19 年 3 月
対象とする生活習慣病名	高血圧 高脂血症 糖尿病 肥満症
個別健康支援プログラムのメニュー  ※同じプログラム内容でも、対象や時期が異なる場合は個別にお書きください	①ダイエット教室(個別介入) ②健康支援員研修会(地域介入) ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩

3. 事業実施体制

実施主体	事業実施本部	<p>町長</p> <p>健康福祉部：部長・課長・健康推進グループリーダー・保健師・糖尿病療養指導士(理学療法士)・事務職員 国保年金グループリーダー・担当職員</p> <p>関係各課：産業課・生活環境課・生涯学習振興課</p>
	実務者会議	<p>国立京都病院臨床研究センター予防医学研究室長 医学博士 坂根 直樹氏 プロシード株式会社 取締役 企画部長 前 真司氏 有限会社ヒューマンモア代表取締役 松井 浩氏 加古川健康福祉事務所健康増進課 保健師 兵庫県国保連合会保健事業課・電算システム課 担当職員 日本電子計算株式会社 公共システム事業部 開発グループ 担当職員 健康福祉部：部長・課長・健康推進グループリーダー・保健師・事務職員・ 国保年金グループリーダー・担当職員 関係各課：産業課・生活環境課・生涯学習振興課 担当職員</p>
評価主体		大阪大学大学院医学系研究科社会環境医学講座教授 森本 兼麩 氏

国保ヘルスアップモデル事業

－ B票－

※B票は個別健康支援プログラムのことについてお答えください。

※個別健康支援プログラムごとに1票作成してください。

※時間や場所、もしくは対象年齢層が異なるだけでプログラムの内容としては同じものを実施している場合には、1つのプログラムとして1票でご記入下さい。

1. 個別健康支援プログラムの概要	
個別健康支援プログラムの名称	ダイエット教室
介入期間	平成16年 6月～平成19年 3月
対象とする生活習慣病名	高血圧・高脂血症・糖尿病・肥満症
対象年齢層	30歳～64歳
個別健康支援プログラムのねらい ※このプログラムを企画した意図やねらいをお書きください。	高血圧・高脂血症・糖尿病のいずれかをもつ肥満者(マルチプルリスクファクター)が、減量に成功し維持することによって健康度が改善し、その結果として医療費抑制をめざす。
個別健康支援プログラムの特色 ※先に挙げたねらいを達成するために特にプログラムに組みこんだこと、プログラム実施上の工夫、その他プログラムの特色についてお書きください。	<p>① 介入群には、事業開始1年目の6ヵ月間を強力介入期とし、2週間に1回程度計6回の教室ののち、維持(フォローアップ)期として1～3ヵ月ごと計2回の教室を開催。 2年目は実践継続期、3年目は効果判定期とし、継続フォローする。</p> <p>② 個人の目標は、5%の減量とその維持。</p> <p>③ 教室は体験参加型。個別指導に加え、グループワーク、演習等実践の契機となる内容が中心。</p> <p>④ 16年度は特にドロップアウト防止に重点を置いて、個別相談等に対応できるよう体制を強化する。</p>

## 2. 介入群と対照群の設定状況

介入群	対象年齢層	30 歳 ~ 64 歳
	実践者数	実践者数 150 人
	選定基準 ※母集団の設定状況、選定条件(検査値など具体的な情報も含む)	① 30~64 歳国保加入者にアンケート調査を実施。 ② ①の結果から高血圧・高脂血症・糖尿病のいずれかをもつ肥満者を抽出し、介入群・対照群の教室受講者を募集。 ③ 受講者を年齢、性、BMIを照合し、介入群と対照群に振り分ける。 ④ 選定基準：1.BMI 25 以上 2.20代頃から 7Kg 以上の体重増加のいずれかがあり、 ア高血圧 イ糖尿病(耐糖能異常含む) ウ高脂血症 のいずれかを有する。
	介入群を集める際の工夫 ※参加の呼びかけにあたっての工夫	①広報・有線放送による募集。 ②アンケートにより希望を募る。 ③文書・電話等による個別の呼びかけを行なう。
	ドロップアウト防止のための対策 ※途中脱落者が出ないための工夫	1ヵ月ごとの文書によるフォローアップ 電話によるフォローアップ 健康相談(来所)でのフォローアップ
	グループ分けの状況(有無・方法) ※同一プログラム参加者の中でのグループ分けの有無と方法	無
対照群	対象年齢層	30 歳 ~ 64 歳
	対照者数	対照者数 150 人
	選定基準 ※母集団の設定状況、選定条件(検査値など具体的な情報も含む)	⑤ 30~64 歳国保加入者にアンケート調査を実施。 ⑥ ①の結果から高血圧・高脂血症・糖尿病のいずれかをもつ肥満者を抽出し、介入群・対照群の教室受講者を募集。 ⑦ 受講者を年齢、性、BMIを照合し、介入群と対照群に振り分ける。 ⑧ 選定基準：1.BMI 25 以上 2.20代頃から 7Kg 以上の体重増加のいずれかがあり、 ア高血圧 イ糖尿病(耐糖能異常含む) ウ高脂血症 のいずれかを有する。
	対照群を集める際の工夫 ※参加の呼びかけにあたっての工夫	①広報・有線放送による募集。 ②アンケートにより希望を募る。 ③文書・電話等による個別の呼びかけを行なう。

3. 個別健康支援プログラムの具体的内容		
プログラムの 内容・方法	内容 ※あてはまるものすべてに○	○食事／○栄養 ・ ○運動 ・ その他( )
	介入方法 ※あてはまるものすべてに○	○個別指導 ・○集団指導 ・○通信指導(電話・手紙) ○実技(体験) ・○グループワーク ・○ゲーム形式 メール等IT活用 ・ その他( )
個別健康支援プログラムの 具体的内容 【→別紙にご記入ください】		別 紙

4. 対照群に対しての保健事業		
対照群に 対して行った 保健事業	内容 ※あてはまるものすべてに○	特になし／食事／栄養 ・ 運動 ・○その他( 肥満予防講演会 )
	介入方法 ※あてはまるものすべてに○	個別指導 ・○集団指導 ・ 通信指導(電話・手紙) 実技(体験) ・ グループワーク ・ ゲーム形式 メール等IT活用 ・ その他( )
保健事業の具体的内容		※個別健康支援プログラムの具体的内容と同様にご記入ください。  別 紙

国保ヘルスアップモデル事業

－ B票－

※B票は個別健康支援プログラムのことについてお答えください。

※個別健康支援プログラムごとに1票作成してください。

※時間や場所、もしくは対象年齢層が異なるだけでプログラムの内容としては同じものを実施している場合には、1つのプログラムとして1票でご記入下さい。

1. 個別健康支援プログラムの概要	
個別健康支援プログラムの名称	健康支援員研修会
介入期間	平成16年 6月～平成19年 3月
対象とする生活習慣病名	高血圧・高脂血症・糖尿病・肥満症
対象年齢層	20歳～64歳
個別健康支援プログラムのねらい ※このプログラムを企画した意図やねらいをお書きください。	健康支援員を地区別に育成することにより、地域住民の健康度が向上し、その結果として医療費抑制をめざす。
個別健康支援プログラムの特色 ※先に挙げたねらいを達成するために特にプログラムに組みこんだこと、プログラム実施上の工夫、その他プログラムの特色についてお書きください。	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 介入群をおおむね25地区選定し、地区ごとに健康支援員を2～3名募集(計50名)する。</li> <li>② 介入群については、健康支援員への研修を通じて3カ年の地域介入を行う。</li> <li>③ 介入地域の健康支援活動は、健康支援員自らのアイデアで展開。健康実践に役立つツール(健康チャレンジブック等)の活用、関係団体との連携によるイベント、各種教室、勉強会を企画する。</li> </ol>

## 2. 介入群と対照群の設定状況

介入群	対象年齢層	20 歳 ~ 64 歳
	実践者数	実践者数 300 人
	選定基準 ※母集団の設定状況、選定条件(検査値など具体的な情報も含む)	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 町内全地区(自治会単位)のうち、健康支援員に応募した地域を介入群とする。</li> <li>② 各地区の人口・高齢化率をマッチさせた対照地域を抽出する。</li> <li>③ 介入群地域において、国保アンケート調査実施者から対象者を300名集める。</li> </ol>
	介入群を集める際の工夫 ※参加の呼びかけにあたっての工夫	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 健康支援員を通じて地区ごとに呼びかけを行う。</li> <li>② 自治会を通じて地区ごとに呼びかけを行う。</li> <li>③ 関連団体等を通じて地区ごとに呼びかけを行う。</li> </ol>
	ドロップアウト防止のための対策 ※途中脱落者が出ないための工夫	文書によるフォローアップ 健康支援員によるフォローアップ 地区担当保健師によるフォローアップ
	グループ分けの状況(有無・方法) ※同一プログラム参加者の中でのグループ分けの有無と方法	健康支援員のグループ分け:任期年数ごと(1年目・2年目)  介入地域対象者のグループ分け:地区単位でグループ分け
対照群	対象年齢層	20 歳 ~ 64 歳
	対照者数	対照者数 300 人
	選定基準 ※母集団の設定状況、選定条件(検査値など具体的な情報も含む)	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 町内全地区(自治会単位)のうち、健康支援員のいない地域の中から人口・高齢化率をマッチさせた対照地域を抽出する。</li> <li>② 対照群地域において、国保アンケート調査実施者から対象者を300名集める。</li> </ol>
	対照群を集める際の工夫 ※参加の呼びかけにあたっての工夫	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 自治会を通じて地区ごとに呼びかけを行う。</li> <li>② 関連団体等を通じて地区ごとに呼びかけを行う。</li> </ol>

3. 個別健康支援プログラムの具体的内容		
プログラムの 内容・方法	内容 ※あてはまるものすべてに○	○食事／○栄養 ・○運動 ・○その他( )
	介入方法 ※あてはまるものすべてに○	○個別指導 ・○集団指導 ・○通信指導(電話・手紙) ○実技(体験) ・○グループワーク ・○ゲーム形式 ○メール等IT活用 ・ ○その他(健康イベント等地域活動 )
個別健康支援プログラムの 具体的内容 【→別紙にご記入ください】		別 紙

4. 対照群に対しての保健事業		
対照群に対 して行った 保健事業	内容 ※あてはまるものすべてに○	特になし／食事／栄養 ・ 運動 ・○その他(アンケート調査 )
	介入方法 ※あてはまるものすべてに○	個別指導 ・ 集団指導 ・ 通信指導(電話・手紙) 実技(体験) ・ グループワーク ・ ゲーム形式 メール等IT活用 ・○その他(アンケート調査 )
保健事業の具体的内容		※個別健康支援プログラムの具体的内容と同様にご記入ください。  別 紙



ダイエット教室（個別介入）

回数	プログラム開始からの期間	内容	スタッフ	会場
1回目 H16年 7月 第4週	1日目 諸測定	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受付</li> <li>・検査、測定(血液検査)</li> <li>・検査、測定(尿検査)</li> <li>・検査、測定(形態測定)/身体状況調査 (写真撮影含む)</li> </ul>	事務(1) 検査センター(2) 検査センター(1) その他(2)	コミセンロビー
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・検査、測定(血圧測定)</li> <li>・健康度測定問診票・健康度指標アンケート(事前記入)の回収</li> <li>・生活習慣調査票の記入</li> <li>・承諾書の記入・回収</li> <li>・オリエンテーション(教室の目的について)/スタッフ紹介</li> <li>・参加者自己紹介</li> <li>・全体写真(ビデオ含む)撮影</li> </ul>	保健師(2) 保健師(1)兼 保健師(1) 事務(1) 保健師(1) 保健師(1)兼	コミセンホール
2回目 8月 第2週	2週間目 動機づけ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受付</li> <li>・体重測定</li> </ul>	事務(1) その他(2)	コミセンロビー
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・集団指導「生活習慣病と肥満の関連について学ぶ」(90分)</li> <li>・検査等結果説明(健康度測定個人結果票により指導)(30分)</li> <li>・目標体重の設定</li> <li>・個別指導</li> </ul>	医師(1) 運動指導士(1) 保健師(1)	コミセンホール
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・調査票の回収</li> <li>・全体写真(ビデオ含む)撮影</li> <li>・ニュースレター発送</li> </ul>	保健師(1) 保健師	
3回目 8月 第4週	1ヵ月目 実践指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受付</li> <li>・体重測定</li> </ul>	事務(1) その他(2)	コミセンロビー
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・集団指導「効果的な運動の実際1」(30分)</li> <li>・集団指導「食生活のさまざまな気づきと工夫1」(90分)</li> <li>・個別指導</li> </ul>	医師(1) 運動指導士(1) 保健師(1)	コミセンホール
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・全体写真(ビデオ含む)撮影</li> <li>・ニュースレター発送</li> </ul>	保健師(1) 保健師	
4回目 9月 第2週	1.5ヵ月目 実践指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受付</li> <li>・体重測定</li> </ul>	事務(1) その他(2)	コミセンロビー
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・集団指導「効果的な運動の実際2」(30分)</li> <li>・集団指導「食生活のさまざまな気づきと工夫2」(90分)</li> <li>・個別指導</li> </ul>	医師(1) 運動指導士(1) 保健師(1)	コミセンホール
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・ニュースレター発送</li> </ul>	保健師	
5回目 9月 第4週	2ヵ月目 実践指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受付</li> <li>・体重測定</li> </ul>	事務(1) その他(2)	コミセンロビー
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・集団指導「運動の習慣化について1」(30分)</li> <li>・集団指導「食生活のアイデア成功例1」(90分)</li> <li>・個別指導</li> </ul>	医師(1) 運動指導士(1) 保健師(1)	コミセンホール
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・全体写真(ビデオ含む)撮影</li> <li>・ニュースレター発送</li> </ul>	保健師(1) 保健師	
6回目 H16年 10月 第2週	2.5ヵ月目 諸測定 実践指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受付</li> <li>・検査、測定(血液検査)</li> <li>・検査、測定(尿検査)</li> <li>・検査、測定(形態測定)/身体状況調査 (写真撮影含む)</li> </ul>	事務(1) 検査センター(2) 検査センター(1) その他(2)	コミセンロビー
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・検査、測定(血圧測定)</li> <li>・健康度測定問診票・健康度指標アンケート(事前記入)の回収</li> <li>・生活習慣調査票の記入</li> <li>・集団指導「運動の習慣化について2」(30分)</li> <li>・集団指導「食生活のアイデア成功例2」(90分)</li> <li>・個別指導</li> </ul>	保健師(2) 保健師(1) 保健師(1) 医師(1) 運動指導士(1) 保健師(1)	コミセンホール
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・全体写真(ビデオ含む)撮影</li> <li>・ニュースレター発送</li> </ul>	保健師(1) 保健師	

ダイエット教室（個別介入）

7回目 11月 第4週	4ヵ月目 実践指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受付</li> <li>・体重測定</li> <li>・集団指導「運動の習慣化について3」（30分）</li> <li>・集団指導「食生活のアイデア成功例3」（60分）</li> <li>・検査等結果説明(健康度測定個人結果票により指導)(30分)</li> <li>・個別指導</li> <li>・全体写真(ビデオ含む)撮影</li> <li>・宿題の回収</li> </ul>	事務(1) その他(2) 医師(1) 運動指導士(1) 保健師(1) その他(2) 保健師(1)兼	コミセンロビー コミセンホール
12月 第4週	5ヵ月目	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ニュースレター発送</li> <li>・ニュースレター発送</li> </ul>	保健師 保健師	
8回目 H17年 1月 第4週	6ヵ月目 諸測定 実践指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受付</li> <li>・検査、測定(形態測定)/身体状況調査(写真撮影含む)</li> <li>・検査、測定(血圧測定)</li> <li>・健康度測定問診票・健康度指標アンケート(事前記入)の回収</li> <li>・生活習慣調査票の記入</li> <li>・修了式/表彰式</li> <li>・集団指導「運動の習慣化総集編」（30分）</li> <li>・集団指導「生活習慣のまとめとこれからの目標」（60分）</li> <li>・個別指導</li> <li>・全体写真(ビデオ含む)撮影</li> </ul>	事務(1) その他(2) 保健師(2) 保健師(1) 保健師(1) 保健師(1) 医師(1) 運動指導士(1) 保健師(1) その他(2) 保健師(1)兼	コミセンロビー コミセンホール
2月 第4週	7ヵ月目	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ニュースレター発送</li> <li>・検査等結果と文書によるアドバイス(郵送)</li> </ul>	保健師	

肥満予防教室（個別対照群）

回数	プログラム開始からの期間	内容	スタッフ	会場
1回目 H16年 7月 第3週	1日目 諸測定	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受付</li> <li>・検査、測定(血液検査)</li> <li>・検査、測定(尿検査)</li> <li>・検査、測定(形態測定)/身体状況調査 (写真撮影含む)</li> </ul>	事務(1) 検査センター(2) 検査センター(1) その他(2)	コミセンロビー
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・検査、測定(血圧測定)</li> <li>・健康度測定問診票・健康度指標アンケート(事前記入)の回収</li> <li>・生活習慣調査票の記入</li> <li>・承諾書の記入・回収</li> <li>・オリエンテーション(教室の目的について)/スタッフ紹介</li> <li>・参加者自己紹介</li> <li>・全体写真(ビデオ含む)撮影</li> </ul>	保健師(2) 保健師(1) 保健師(1)兼 事務(1) 保健師(1)	コミセンホール
2回目 8月 第1週	2週間目 動機づけ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受付</li> <li>・体重測定</li> </ul>	事務(1) その他(2)	コミセンロビー
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・講演会「生活習慣病と肥満の予防」(90分)</li> <li>・検査等結果説明(健康度測定個人結果票について)(30分)</li> <li>・目標体重の設定</li> </ul>	医師(1) 保健師(1)	コミセンホール
3回目 H17年 1月 第3週	6ヵ月目 諸測定  実践指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受付</li> <li>・検査、測定(形態測定)/身体状況調査 (写真撮影含む)</li> </ul>	事務(1) その他(2)	コミセンロビー
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・検査、測定(血圧測定)</li> <li>・健康度測定問診票・健康度指標アンケート(事前記入)の回収</li> <li>・生活習慣調査票の記入</li> <li>・全体写真(ビデオ含む)撮影</li> </ul>	保健師(2) 保健師(1) 保健師(1) 保健師(1)兼	コミセンホール

健康支援員1年目（地域介入1）

回数	プログラム開始からの期間	内容	スタッフ	会場
1回目 H16年 4月	1日目 諸測定	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受付</li> <li>・検査、測定(血液検査)</li> <li>・検査、測定(尿検査)</li> <li>・検査、測定(形態測定)</li> </ul>	事務(1) 検査センター(2) 検査センター(1) 療法士(1) その他(2)	コミセンロビー
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・検査、測定(血圧測定)</li> <li>・健康度測定問診票・健康度指標アンケート(事前記入)の回収</li> <li>・承諾書の記入・回収</li> <li>・オリエンテーション(教室の目的について)/スタッフ紹介</li> <li>・委嘱状交付</li> <li>・参加者自己紹介</li> <li>・ふれあいストレッチ(アイスブレイク) (30分)</li> <li>・集団指導「地域を元気にするには、まず自分を元気にすることから」(90分) 内容:グループワーク中心に健康支援員のイメージ化と共有</li> <li>・宿題(次回までの課題)</li> <li>・全体写真(ビデオ含む)撮影</li> </ul>	保健師(2) 保健師(1) 事務(1) 保健師(1) 町長 医師(1) 運動指導士(1)	コミセンホール
2回目 5月	1ヵ月目 動機づけ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受付</li> <li>・個別写真撮影</li> </ul>	事務(1) その他(2)	コミセンロビー
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・ふれあいストレッチ ～ペアで実践できるストレッチの指導1～(30分)</li> <li>・集団指導「生活習慣と健康について学ぶ」(90分)</li> <li>・検査等結果説明(健康度測定個人結果票により指導)</li> <li>・宿題を中心にグループワーク・個別指導</li> <li>・宿題(次回までの課題)</li> <li>・前回宿題の回収</li> <li>・全体写真(ビデオ含む)撮影</li> </ul>	医師(1) 運動指導士(1) 保健師(1) その他(2)	コミセンホール
3回目 6月	2ヵ月目 実践指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受付</li> <li>・ふれあいストレッチ ～ペアで実践できるストレッチの指導2～(30分)</li> <li>・集団指導「地域で健康づくりを広めよう1」(90分)</li> <li>・行動学的手法を学ぶ(家族の健康度を上げる工夫)</li> <li>・宿題を中心にグループワーク・個別指導</li> <li>・宿題(次回までの課題)</li> <li>・前回宿題の回収</li> <li>・全体写真(ビデオ含む)撮影</li> </ul>	事務(1) 医師(1) 運動指導士(1) 保健師(2) その他(2)	コミセンロビー  コミセンホール
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・宿題(次回までの課題)</li> <li>・前回宿題の回収</li> <li>・全体写真(ビデオ含む)撮影</li> </ul>	保健師(1)兼	
4回目 7月	3ヵ月目 実践指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受付</li> <li>・ふれあいストレッチ ～ペアで実践できるストレッチの指導3～(30分)</li> <li>・集団指導「地域で健康づくりを広めよう2」(90分)</li> <li>・社会心理学的手法を学ぶ(指導より支援)</li> <li>・宿題を中心にグループワーク・個別指導</li> <li>・宿題(次回までの課題)</li> <li>・前回宿題の回収</li> <li>・全体写真(ビデオ含む)撮影</li> </ul>	事務(1) 医師(1) 運動指導士(1) 保健師(2) その他(2)	コミセンロビー  コミセンホール
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・宿題(次回までの課題)</li> <li>・前回宿題の回収</li> <li>・全体写真(ビデオ含む)撮影</li> </ul>	保健師(1)兼	
5回目 9月	5ヵ月目 実践指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受付</li> <li>・ふれあいストレッチ ～ペアで実践できるストレッチの指導4～(30分)</li> <li>・集団指導「地域で健康づくりを広めよう3」(90分)</li> <li>・効果的なグッズを考えよう(健康づくり媒体の活用例)</li> <li>・宿題を中心にグループワーク・個別指導</li> <li>・宿題(次回までの課題)</li> <li>・前回宿題の回収</li> <li>・全体写真(ビデオ含む)撮影</li> </ul>	事務(1) 医師(1) 運動指導士(1) 保健師(2) その他(2)	コミセンロビー  コミセンホール
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・宿題(次回までの課題)</li> <li>・前回宿題の回収</li> <li>・全体写真(ビデオ含む)撮影</li> </ul>	保健師(1)兼	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・ニュースレター発送</li> </ul>	保健師	

健康支援員1年目（地域介入1）

6回目 10月	6ヵ月目 実践指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受付</li> <li>・ふれあいストレッチ ～ペアで 実践できるストレッチの指導5～（30分）</li> <li>・集団指導「地域で健康づくりを広めよう4」（90分）</li> <li>・困った点と克服法（個人・地域の実践報告を中心に）</li> <li>・宿題を中心にグループワーク・個別指導</li> <li>・宿題（次回までの課題）</li> <li>・前回宿題の回収</li> <li>・全体写真（ビデオ含む）撮影</li> <li>・ニュースレター発送</li> </ul>	事務(1) 医師(1) 運動指導士(1) 保健師(2) 療法士(1) その他(2)	コミセンロビー       コミセンホール
7回目 12月	8ヵ月目 実践指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受付</li> <li>・ふれあいストレッチ ～ペアで 実践できるストレッチの指導6～（30分）</li> <li>・集団指導「地域の健康づくりの評価法」（90分）</li> <li>・実践評価とアセスメントの仕方</li> <li>・宿題を中心にグループワーク・個別指導</li> <li>・宿題（次回までの課題）</li> <li>・前回宿題の回収</li> <li>・全体写真（ビデオ含む）撮影</li> <li>・ニュースレター発送</li> </ul>	事務(1) 医師(1) 運動指導士(1) 保健師(2) その他(2)	コミセンロビー       コミセンホール
8回目 H17年 3月	11ヵ月目 諸測定 実践指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受付</li> <li>・検査、測定（血液検査）</li> <li>・検査、測定（尿検査）</li> <li>・検査、測定（形態測定）</li> <li>・検査、測定（血圧測定）</li> <li>・健康度測定問診票・健康度指標アンケート（事前記入）の回収</li> <li>・ふれあいストレッチ ～ペアで 実践できるストレッチの指導7～（30分）</li> <li>・集団指導「地域での健康づくり活動実践報告」（90分）</li> <li>・成果とこれからの展望</li> <li>・宿題を中心にグループワーク・個別指導</li> <li>・宿題（次回までの課題）</li> <li>・前回宿題の回収</li> <li>・全体写真（ビデオ含む）撮影</li> <li>・ニュースレター・抄録集発送</li> </ul>	事務(1) 検査センター(2) 検査センター(1) 療法士(1) その他(2)	コミセンロビー       コミセンホール

健康支援員2年目（地域介入2）

回数	プログラム開始からの期間	内容	スタッフ	会場		
1回目 H16年 5月	1日目 諸測定	・受付	事務(1)	コミセンロビー  コミセンホール		
		・検査、測定(血液検査)	検査センター(2)			
		・検査、測定(尿検査)	検査センター(1)			
		・検査、測定(形態測定)	療法士(1) その他(2)			
		・検査、測定(血圧測定)	保健師(2)			
		・健康度測定問診票・健康度指標アンケート(事前記入)の回収	保健師(1)兼			
		・オリエンテーション(教室の目的について)/スタッフ紹介	保健師(1)			
		・参加者・スタッフが近況・意気込みを語る				
		・ふれあいストレッチ(アイズプレイク) (30分)	医師(1)			
		・集団指導「私の地域の健康づくり活動～チャレンジブックの作成～」 (90分) 内容:地域住民の健康支援のためのツール作成	運動指導士(1)			
		・宿題(次回までの課題)				
		・全体写真(ビデオ含む)撮影	保健師(1)兼			
		・ニュースレター発送	保健師			
		2回目 6月	1ヵ月目 動機づけ	・受付	保健師(1)兼	コミセンロビー  コミセンホール
・ふれあいストレッチ～地域で実践できるストレッチの指導～ (30分)	医師(1) 運動指導士(1)					
・集団指導「地域での健康づくり活動の実際～チャレンジブックの活用～」 (60分)	保健師(2)					
・検査等結果説明(健康度測定個人結果票により指導)	療法士(1)					
・宿題を中心にグループワーク・個別指導	その他(2)					
・集団指導「これなら続く！効果的な運動1」 (30分)						
・運動実践の個別指導						
		・宿題(次回までの課題)				
		・前回宿題の回収				
		・全体写真(ビデオ含む)撮影	保健師(1)兼			
		・ニュースレター発送	保健師			
		3回目 7月	2ヵ月目 実践指導	・受付	保健師(1)兼	コミセンロビー  コミセンホール
				・ふれあいストレッチ～地域実践もこれで安心！～ (30分)	医師(1)	
				・集団指導「地域での健康づくり活動の実際～アンケート・媒体の活用～」 (60分)	運動指導士(1) 保健師(2)	
・宿題を中心にグループワーク・個別指導	療法士(1) その他(2)					
・集団指導「これなら続く！効果的な運動2」 (30分)						
・運動実践の個別指導						
・宿題(次回までの課題)						
		・前回宿題の回収				
		・全体写真(ビデオ含む)撮影	保健師(1)兼			
		・ニュースレター発送	保健師			
		4回目 9月	4ヵ月目 実践指導	・受付	保健師(1)	コミセンロビー  コミセンホール
				・ふれあいストレッチ～地域実践実演～ (30分)	医師(1)	
				・集団指導「地域での活動実践2～仲間の輪を広げよう～」 (60分)	運動指導士(1) 保健師(2)	
				・人と人をつなげる行動学的アプローチ	療法士(1)	
・宿題を中心にグループワーク・個別指導	その他(2)					
・集団指導「地域で広げる健康運動1」 (30分)						
・運動実践の個別指導						
		・宿題(次回までの課題)				
		・前回宿題の回収				
		・全体写真(ビデオ含む)撮影	保健師(1)兼			
		・ニュースレター発送	保健師			

健康支援員2年目（地域介入2）

5回目 11月	6ヵ月目 実践指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受付</li> <li>・ふれあいストレッチ～地域実践編～ (30分)</li> <li>・集団指導「地域での活動実践3～関係団体との連携～」 (60分)</li> <li>・関連団体とのネットワークについて</li> <li>・宿題を中心にグループワーク・個別指導</li> <li>・集団指導「地域で広げる健康運動2」 (30分)</li> <li>・運動実践の個別指導</li> <li>・宿題(次回までの課題)</li> <li>・前回宿題の回収</li> <li>・全体写真(ビデオ含む)撮影</li> <li>・ニュースレター発送</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>保健師(1)</li> <li>医師(1)</li> <li>運動指導士(1)</li> <li>保健師(2)</li> <li>療法士(1)</li> <li>その他(2)</li> <li>保健師(1)兼</li> <li>保健師</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>コミセンロビー</li> <li>コミセンホール</li> </ul>
6回目 H17年 2月	9ヵ月目 諸測定 実践指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受付</li> <li>・検査、測定(血液検査)</li> <li>・検査、測定(尿検査)</li> <li>・検査、測定(形態測定)</li> <li>・検査、測定(血圧測定)</li> <li>・健康度測定問診票・健康度指標アンケート(事前記入)の回収</li> <li>・ふれあいストレッチ～総集編～ (30分)</li> <li>・集団指導「地域での活動実践4～今後の課題～」 (60分)</li> <li>・地域での実践報告と今後の工夫</li> <li>・宿題を中心にグループワーク・個別指導</li> <li>・集団指導「最新情報！地域で広げる健康運動3」 (30分)</li> <li>・運動実践の個別指導</li> <li>・宿題(次回までの課題)</li> <li>・前回宿題の回収</li> <li>・全体写真(ビデオ含む)撮影</li> <li>・ニュースレター発送</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>保健師(1)</li> <li>検査センター(2)</li> <li>保健センター(1)</li> <li>療法士(1)</li> <li>その他(2)</li> <li>保健師(2)</li> <li>保健師(1)兼</li> <li>医師(1)</li> <li>運動指導士(1)</li> <li>保健師(2)</li> <li>その他(2)</li> <li>保健師(1)兼</li> <li>保健師</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>コミセンロビー</li> <li>コミセンホール</li> </ul>

対照地域

回数	プログラム開始からの期間	内容	スタッフ	会場
1回目 H16年 5月	1日目 調査	・健康度測定問診票・健康度指標アンケートの発送	委託先	
		・健康度測定問診票・健康度指標アンケートの回収	委託先	
2回目 12月 H17年 1月	7か月目 調査	・健康度測定問診票・健康度指標アンケートの発送	委託先	
		・健康度測定問診票・健康度指標アンケートの回収	委託先	