

## 平成21年度特定保健指導実績について

### 1 特定保健指導実績について(平成21年度)

(1) 団体別実施件数・終了率(主な実施機関のみ)

団体	積極的支援 初回支援 者数	終了者	終了率	動機付け支 援初回支援 者数	終了者	終了率	
A健康保険組合	4	2	50%	1	1	100.0%	
B健康保険組合	30	19	63%	-	-	-	
C健康保険組合	2	1	50.0%	4	4	100.0%	
D国民健康保険組合	7	3	43%	12	9	75%	
E国民健康保険組合	1	1	100%	4	4	100%	
F国民健康保険組合	4	3	75%	7	7	100%	
G共済組合	40	31	78%	175	174	99%	
H共済組合	265	151	57.0%	146	140	95.9%	
集合契約等	4	4	100.0%	4	4	100.0%	
合 計	21年度実績 (11団体)	357	215	60.2%	353	343	97.2%
	20年度実績 (6団体)	522	281	53.8%	977	892	91.3%

(2) 圏域別出張保健指導回数

圏域	市 町	H20年	H21年
神戸	神戸市	88回	105回
阪神南	西宮市	21回	26回
	芦屋市		
	尼崎市		
阪神北	伊丹市	15回	18回
	宝塚市		
	川西市		
	三田市		
	猪名川町		
東播磨	明石市	19回	29回
	加古川市		
	高砂市		
	稲美町		
	播磨町		
北播磨	西脇市	8回	14回
	三木市		
	小野市		
	加西市		
	加東市		
	多可町		
中播磨	姫路市	14回	25回
	神河町		
	市川町		
	福崎町		
西播磨	相生市	16回	12回
	たつの市		
	赤穂市		
	宍粟市		
	太子町		
	上郡町		
	佐用町		
但馬	豊岡市	21回	12回
	養父市		
	朝来市		
	香美町		
	新温泉町		
丹波	篠山市	12回	15回
	丹波市		
淡路	洲本市	12回	16回
	南あわじ市		
	淡路市		
県外	徳島市		1回
計		226回	273回



## 2 特定保健指導体験者報告

平成 21 年度に積極的支援を受けられ改善された方の、取り組みの状況と結果をご紹介します。

支援終了後も、生活習慣改善計画の実践は続いており、減量した体重も維持されています。

対象者	47 歳 男性 事務職																		
健康診断結果	H21 年度		H22 年度																
血圧 (最高/最低)	137/87		132/83																
中性脂肪	358		122																
HDL コレステロール	44		58																
空腹時血糖	80		87																
喫煙歴	なし		なし																
体重・腹囲の変化	健診時	3 か月後	6 か月後	1 年後															
腹囲	88.0	84.0	78.5	76.2															
体重	66.3	63.7	58.7	56.5															
腹囲・体重の変化のグラフ	<table border="1"> <caption>腹囲・体重の変化のグラフ</caption> <thead> <tr> <th>時期</th> <th>腹囲 (cm)</th> <th>体重 (kg)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>健診時</td> <td>88.0</td> <td>66.3</td> </tr> <tr> <td>3 か月後</td> <td>84.0</td> <td>63.7</td> </tr> <tr> <td>6 か月後</td> <td>78.5</td> <td>58.7</td> </tr> <tr> <td>1 年後</td> <td>76.2</td> <td>56.5</td> </tr> </tbody> </table>				時期	腹囲 (cm)	体重 (kg)	健診時	88.0	66.3	3 か月後	84.0	63.7	6 か月後	78.5	58.7	1 年後	76.2	56.5
時期	腹囲 (cm)	体重 (kg)																	
健診時	88.0	66.3																	
3 か月後	84.0	63.7																	
6 か月後	78.5	58.7																	
1 年後	76.2	56.5																	
生活習慣改善計画	①昼食後ウォーキング																		
	②通勤の往復 1 駅歩く																		
	③休日は 60 分歩く																		
	④週 1 回休肝日を作る																		
支援について	(きっかけ)	毎年健診結果が悪いことが気になっていた																	
	(参加して)	話を聞いて、自分で計画を立てて、とりあえずやってみようと思えた																	
	(終了して)	ウォーキングや山登りが習慣化できた																	
	(支援について)	担当者が丁寧に適切なアドバイスしてくれた、大変満足している。																	