

第 67 回日本公衆衛生学会総会 平成 20 年 11 月 5 日～7 日 福岡

### 健康増進プログラムから見るメタボリック症候群と生活習慣の関連性および提供の意義

○荒井 喜美 (財) 兵庫県健康財団

【目的】平成 17 年度、兵庫県の委託を受け、兵庫県健康財団で「ひょうご健康増進プログラム」を開発した。健康増進プログラムは、健診結果、生活習慣に関する質問の回答をコンピュータに入力するとメタボリックシンドロームの判定や生活習慣の問題点、改善ポイントが提示されるアプリケーションソフトである。本調査では、平成 18 年度と 19 年度の定期健診時に健康増進プログラムを提供した者について、健診結果や生活習慣の変化を検討し、プログラムを提供する意義について考察した。【方法】(1) 平成 18 年および 19 年に実施した定期健康診断および健康増進プログラムを受診した 9964 名 (男性 6721 名 女性 3243 名) を解析対象とした。(2) 全受診者のうち、平成 18 年度のメタボリックシンドローム判定が該当および予備群であった男性 (2299 名) を 19 年度の腹囲減少量別に 3 群に分け、健診結果、生活習慣の変化を検討した。【結果・考察】(1) 18 年度と比較して 19 年度の健診結果については統計学的に有意な差は見られなかった。生活習慣アセスメントの得点については、高得点 (5 点満点で、点数が高いほどよい生活習慣を示す) へ移行しており、生活習慣に気がつけた方が増えたと推測される。(2) 19 年度腹囲が 3 cm 以上減少した群において健診結果の改善がみられた。このことから、腹囲が減少すれば健診結果の改善につながるものが、改めて確認できた。また、これらの群においては、生活習慣、特に運動、栄養といった具体的な実践に通じる項目に大きな改善がみられた。腹囲の改善、ひいてはメタボリックシンドロームの改善には、運動、栄養といった具体的な行動変容が影響していると考えられた。健康増進プログラムを実施することで、今回の調査のように、経年的な変化や集団としての評価が可能となった。このデータを活用することは、よりその集団に適した保健指導・健康教育の計画・立案につながると思われる。またその事業評価にも大いに役立つと考えられる。健康増進プログラムの実施は、対象者の生活習慣の改善だけでなく、保健指導の評価に活用できることから、大変意味があると考えられる。