

メタボリックシンドロームと特定健康診査の標準的な質問票との関連について  
○入道 優子、酒井 香名、紙名 祝子、南 智恵、白石 紀江、熊谷 仁人  
(公益財団法人 兵庫県健康財団 保健検診センター)  
林 千代  
(神戸大学大学院医学研究科地域社会医学・健康科学講座疫学分野)

【目的】

生活習慣改善の優先度の傾向が分かれば、効果的な特定保健指導が可能となる。優先度を明確にするため、標準的な質問票（以下、質問票）を用いてメタボリックシンドローム（以下、メタボ）群と非メタボ群を比較し、メタボと生活習慣の関連を検証した。また、24年度に特定保健指導を受けた対象者の25年度の結果から、改善群（メタボ判定が改善）と非改善群（判定が悪化または同じ）についても比較し、特定保健指導によって差が現れるか検証した。次に、24年度に特定保健指導を受けた者（指導群）、受けなかった者（非指導群）について、25年度のメタボ判定に差が現れるか検証した。

【方法】

A事業所の25年度特定健康診査を受けた39～65歳の男性6,116名を対象とした。質問票で運動・食事・アルコール・タバコに関連し、実施の有無や頻度を問う質問項目について、メタボ群（2,043名）と非メタボ群（4,073名）に分け、検定を行った（ $\chi^2$ 検定）。また、24年度特定保健指導を受けた男性39～58歳の対象者を改善群（積極的支援106名、動機付け支援105名）と非改善群（積極的支援104名、動機付け支援171名）に分け、質問票と保健指導レベル、メタボ関連の検査データ（以下、検査データ）の変化を検証した（ $t$ 検定、 $\chi^2$ 検定）。次に、24年度特定保健指導対象者を指導群（486名）、非指導群（414名）に分け、25年度のメタボの判定に差が現れるか検討した（ $\chi^2$ 検定）。

【結果】

メタボ群と非メタボ群では、「1回30分以上の運動習慣あり」（ $p < 0.01$ ）、「日常生活における身体活動を1日1時間以上実施」（ $p < 0.01$ ）、「夕食後の間食・夜食が週3回以上あり」（ $p < 0.01$ ）、「習慣的な喫煙あり」（ $p < 0.05$ ）に有意差があった。しかし、改善群と非改善群では質問票に有意差はなかった。保健指導レベルは、改善群と非改善群の間に有意差を認めた。検査データの変化は、改善群の体重、腹囲、血圧、中性脂肪、HDLコレステロールに有意差があり、非改善群ではなかった。次に、24年度特定保健指導対象者の25年度のメタボの判定は、指導群で有意に改善していた。（ $p < 0.005$ ）

【結語】

改善群と非改善群の検査データの差が認められていること、特定保健指導の実施の有無により翌年のメタボ判定に差が認められていることから、特定保健指導は有効であることがいえる。しかし、質問票上の生活習慣との関連は、メタボ群と非メタボ群では認められたが、保健指導を受けた改善群と非改善群では認められなかった。その理由として、1)保健指導による意識の高まりで、2)群の差が縮小した。2)質問票に現れない別の因子が存在する、が考えられる。今後、この検証で関連を認めた生活習慣を念頭に置いた保健指導を特に動機付け支援の人に行い、その影響を検証したい。

【謝辞】

ご指導頂いた神戸大学大学院医学研究科疫学分野西尾久英教授に深謝します。