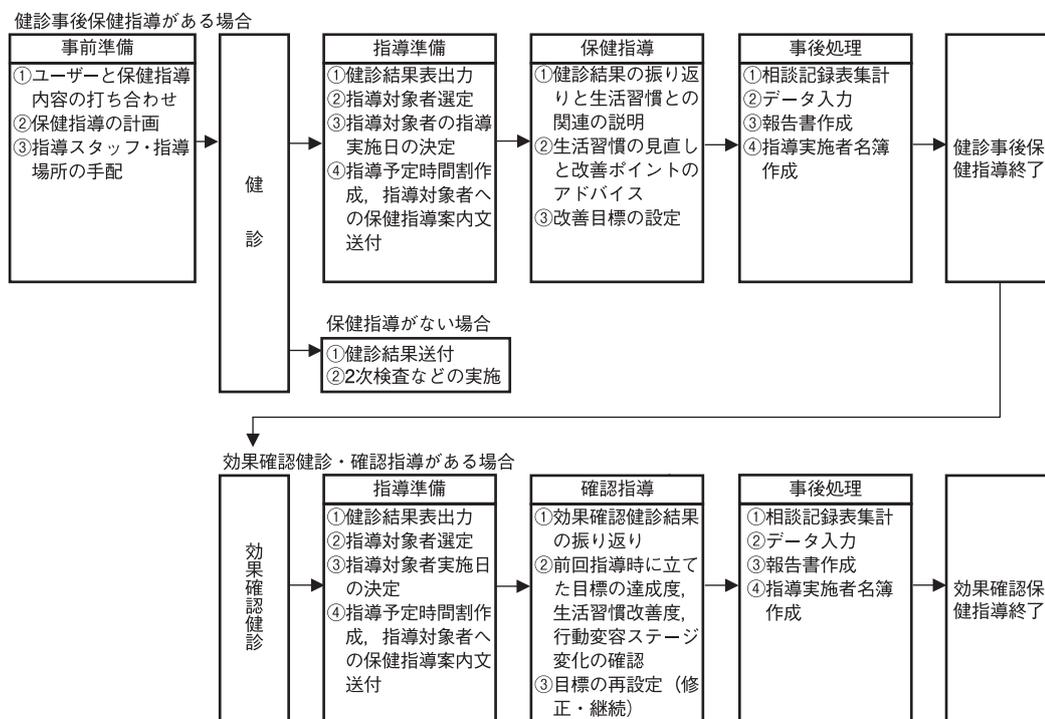


# 保健指導事業

健診から保健指導（健診事後の生活習慣改善指導）実施までのシステム



# 保健指導の実施成績

東京都予防医学協会健康増進部

## はじめに

東京都予防医学協会（以下、本会）では「健康寿命の延伸」を理念に掲げ、さまざまな健康づくりを支援する活動を行っている。2016（平成28）年度も積極的にそれらの活動を継続実施した。結果を以下に報告する。

## 2016年度の保健指導の実施数と内訳

2016年度の実施数を表（P90）に示した。また実施数の推移を、個別保健指導（図1）、集団保健指導（図2）に分けて示した。

実施数の内訳は、個別保健指導実施総数9,627人のうち、健診事後2職種一体型生活習慣改善保健指導（a）が629人（6.5%）、健診事後1職種型生活習慣改善保健指導（b）が295人（3.1%）、健診時・人間ドック

時保健相談（c）が7,590人（78.9%）、特定保健指導（d）が647人（6.7%）、その他（e）が466人（4.8%）であった。

特定保健指導は初回面接を実施した690人中、資格喪失（退職などによる医療保険者間の移動）となった4人と、途中終了者39人を除いた647人（継続率94.0%）を実施数とした（図3）。集団指導実施総数は9,716人であった。

2016年度の実施数は、個別指導、集団指導ともに増加した。集団指導は出張指導が増えたことが増加の要因となった。

本年度は、一昨年から開始した健診受診後の電話フォローの取り組みと、4年目になる食の情報提供に関する取り組みについて報告する。

図1 個別保健指導実施数推移（外来栄養除く）

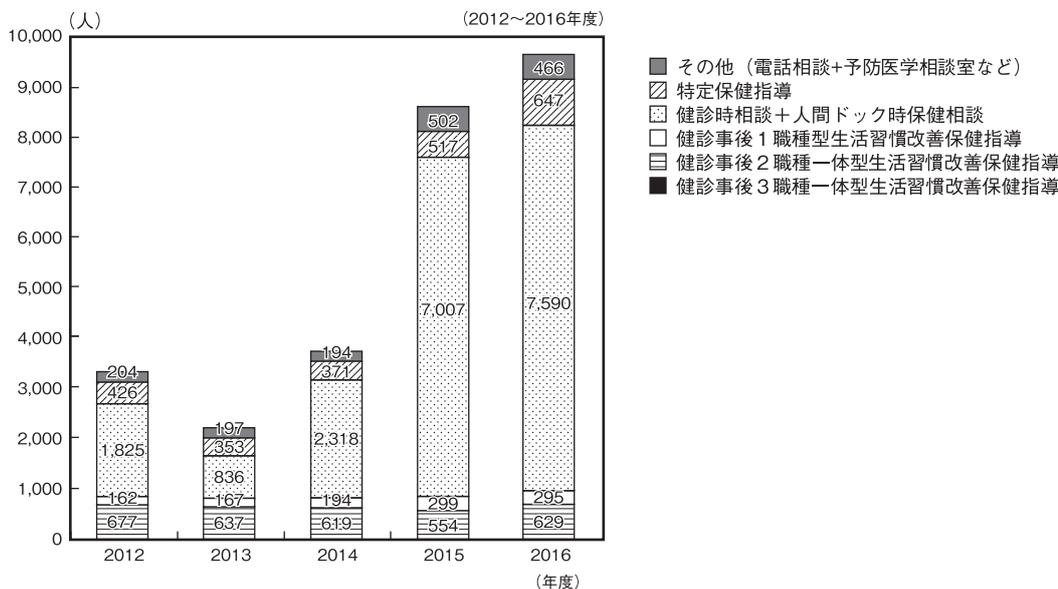


図2 集団保健指導実施数推移

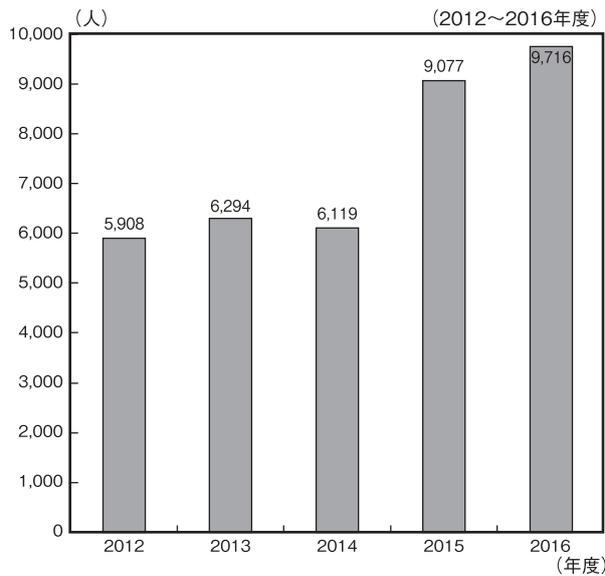
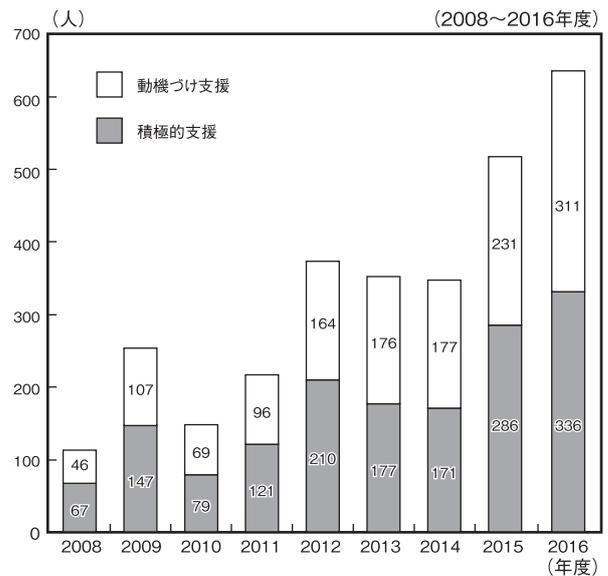


図3 特定保健指導実施数内訳 (評価終了者数)



- (注) a: 保健師, 管理栄養士, 健康運動指導士のうち、いずれか2つの専門職が指導に当たる。1人当たり40分前後となる形式
- b: 保健師, 管理栄養士のいずれかが指導に当たる。1人当たり20~30分となる形式
- c: 健診または人間ドックの一連の流れの中で、保健師, 管理栄養士, 健康運動指導士のいずれかによる個別保健相談。1人当たり10~20分程度
- d: 1人の保健師が初回面接から最終評価までを担当して支援に当たる。一部のプログラムでは、管理栄養士が受診者の食事分析を行い、食事診断結果票を作成し、それに基づき保健師が食事指導を行う
- e: 電話相談, 予防医学相談室などを指す

果の見方がわからない、その後のフォローをどうしたらよいかわからない、などの声が聞かれていた。健診後の精検受診率が低いことも国全体の問題となっていることから、健診受診者が健診結果に基づき自ら対応できるように、2015年度から健診結果についての電話問い合わせ対応を開始し、2016年度も継続して実施した。

[2] 実施内容

健診結果の問い合わせ窓口を開設し、事前に事業所の担当者に周知するとともに、健診結果票に「結果の見方, 検査数値所見の意味お問い合わせ先」を記載した。電話対応は本会の保健師が行い、問い合わせ内容を記録した。

[3] 実施結果

電話問い合わせ件数を過去6年間にさかのぼって比較すると、2011年度67人、2012年度64人、2013年度65人、2014年度81人、2015年度234人、2016年度251人で、開始以前と比較して2015年度は約3.4倍、2016年度には約3.6倍となった(図4)。2016年度の問い合わせ内容は、健診結果について152件(33.9%)、判定の意味について122件(27.2%)、受診後のフォローについて101件(22.6%)、その他73件(16.3%)であった(複数カウントあり)。問い合わせが多かった

健診受診後電話フォローの取り組みについて

[1] 背景

本会は、約1,400の事業所や自治体で年間約13万人の定期健診を実施しているが、委託元の事業所は産業保健スタッフが常勤する所から不在の所までさまざまである。これまでも健診後の問い合わせ対応は行っていたが、健診結果を手にした受診者から、結

表 保健指導実施数

指導方法	指導形式	指導パターン	担当者	契約形式(f)	実施形式	保健指導実施数		専門職数 (延べ数)	実施日 (延べ数)	事業 所数	保健数/ 自治体数	
						男	女				計	計
1. 健診事後指導(a)	2職種型	小	管理栄養士・健康運動指導士	随時契約	出張指導	192	479	192	96	1	1	629
			小計				192	479	192	96	1	1
2. 健診事後指導(b)	1職種型	小	保健師	定期契約	来館指導	3	2	3	2	1	1	3
			保健師	定期契約	出張指導	165	6	165	16	5	1	171
3. 健診時相談(c)	1職種型	小	保健師	定期契約	出張相談	46	271	46	45	8	1	295
			保健師	定期契約	来館相談	303	111	303	8	1	1	414
4. 人間ドック時相談(c)	1職種型	小	保健師	通年	来館相談	874	2,300	874	264	-	-	6,748
			管理栄養士	サービス	来館相談	108	63	108	108	-	-	150
5. 特定保健指導(d)	2職種型	小	保健師・管理栄養士	随時個別契約	出張指導	233	28	233	-	-	-	261
			保健師・管理栄養士	随時個別契約	出張指導	363	19	363	-	-	-	382
6. その他(e)	1職種型	小	管理栄養士	保険診療	来館相談	40	27	40	40	-	-	49
			保健師	サービス	電話相談	217	181	217	-	-	-	398
7. 集団指導	1職種型	小	医師(保健師)	サービス	来館相談	18	25	18	18	-	-	48
			管理栄養士	サービス	出張指導	1	1	1	1	1	-	4
8. 個別指導・相談	1職種型	小	管理栄養士	随時契約	出張指導	7	9	7	1	1	1	16
			管理栄養士	随時契約	出張指導	250	216	23	20	1	1	466
個別指導合計						28	14	1,406	688	14	14	9,627
集団指導合計						4	4	13	13	4	4	410
個別指導および健診後集団指導						1	2	25	25	2	2	2,257
人間ドック時集団指導						-	-	265	265	-	-	6,370
講演						3	3	126	63	3	3	284
小児生活習慣病						1	1	3	1	1	1	372
集団指導合計						9	4	433	368	4	4	4,566
個別指導、集団指導合計						37	18	1,839	1,056	18	18	19,343

(注) a. 健診事後2職種型(生活習慣改善)保健指導：保健師と管理栄養士による個別保健指導。1人当たり40分程度  
 b. 健診事後1職種型(生活習慣改善)保健指導：保健師または管理栄養士による個別保健指導。1人当たり20～30分程度  
 c. 健診時または人間ドック時相談：健康または人間ドックの一連の流れのなかで保健師、管理栄養士、健康運動指導士いずれかによる個別保健相談。1人当たり10～20分程度  
 d. 特定保健指導は、保健師が初回面談から最終評価まで支援に当たる。一部のプログラムで管理栄養士が食事分析を行い、食事診断結果表を作成する。実施数は、最終評価のデータが得られ、評価を実施した医師保険者に報告した人数を記載  
 e. その他：外来栄養等：本会クリニック受診者のうち医師より栄養指導の実施が必要とされた方に実施する栄養指導。外来栄養指導料として診療点数が発生する事業のため、他事業と区別し、保健指導実施総数には加えず  
 管理栄養士：外来栄養以外の栄養業務は、担当者に栄養士を含む  
 電話相談：本会健康相談室からの健康結果に対して随時行う保健相談  
 予防医学相談室：本会人間ドック受診者への事後相談。健康結果に対する質問や気になること等について医師から説明を行う(希望制)  
 協力指導事業：他団体からの指導協力要請事業  
 f. 契約形式は、前年度まで実施時契約としていた毎年定期的な実施されていたり、随時依頼され受託する方式を随時契約とした

所見は、腹部エコー、心電図、胃部レントゲン、胸部レントゲン、肝機能、脂質の順番で、判定区分は、経過観察「D」42人、差し支えなし「B」29人、要受診「E」20人、精密検査「H」19人、生活注意「C」6人の順であった。健診結果票に問い合わせ先を記載してから問い合わせ件数が34倍、36倍に増加したことは、問い合わせの潜在的なニーズを裏付けており、これまで問い合わせできなかった受診者が問い合わせできるようになったと推察される。問い合わせ内容は、所見の意味、判定の意味だけではなく、受診後のフォローに関するものも多く、精検や病院受診につなげる一助になったと考えられる。今後も周知を行い、産業保健スタッフが不在の事業所でも、一人でも多くの受診者が健診結果を健康増進に活かせるよう支援していきたいと考えている。

## 食の情報提供に関する取り組み——4年間の結果から

### [1] 背景

本会人間ドックでは、受診者に対して「待ち時間の有効活用」と「役立つ食の情報提供(食育)」を目的として、2013年度より昼食の弁当を用いた講話を開始した。同時に、定期的な受診者にアンケートを実施し、その結果を翌年度の弁当のテーマ、メニュー、講話の内容の改善に生かすPDCAサイクルを取り入れている。2013～2016年度のアンケート結果より、次の2点の傾向が認められた。

1. 本企画は受診者に好意的に受け止められており、満足度が高い。
2. 講話に参加した受診者の方が本企画に対する評価が高い。

これら2点から、満足度を維持し講話参加率を上げていくことが重要と考え、4年間取り組んできた。この継続的な改善の取り組みとその成果について報告する。

### [2] 実施内容

満足度の維持・向上と講話参加率を上げるための取り組みとして、各年6～8月にかけて人間ドックを

受診して弁当を喫食した受診者にアンケートを実施した。その結果を基に取り組んだ主な改善点を以下に示す。

#### 1. 満足度の維持・向上のための取り組み

- |        |   |
|--------|---|
| 2014年度 | 米飯が冷めないように1人用のおひつに入れて配膳。<br>デザートを採用。        |
| 2015年度 | 1人用のおひつに白米と雑穀米を半分ずつ盛り付ける。<br>塩の量に配慮した漬物を採用。 |
| 2016年度 | 米飯を受診者が着席したタイミングで配膳。<br>味噌汁の採用。<br>デザートの復活。 |

#### 2. 講話参加率を上げるための取り組み

- |        |   |
|--------|---|
| 2014年度 | 講話実施前に受診者に講話参加を呼び掛けるアナウンスを実施。                                     |
| 2015年度 | 講話の実施時間帯、回数を変更(2013～2014年度は昼食前に1回実施していたが、2015年度より昼食中に2～4回繰り返し実施)。 |
| 2016年度 | 講話を聞きやすいように席の配置を変更。   |

#### [3] 実施結果

各年度のアンケートには対象者の約8割が回答している。回答者数は2013年度1,449人、2014年度1,447人、2015年度1,478人、2016年度1,462人であっ

図4 問い合わせ件数 年次推移

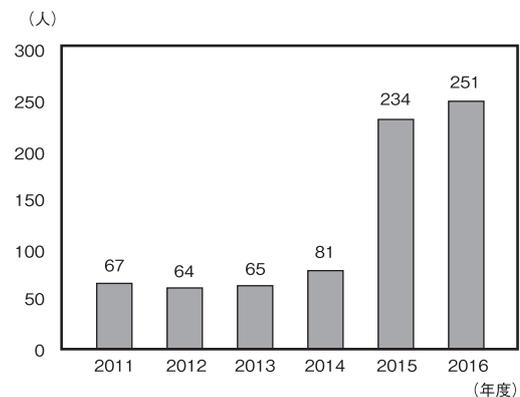
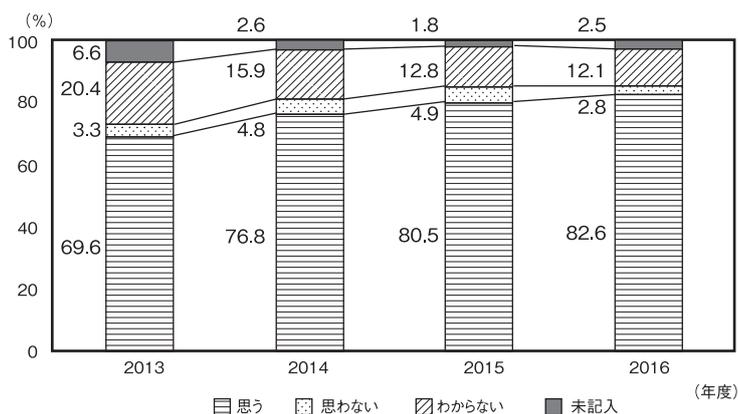


図5 今後このような企画のある人間ドックを受けたいと思うか



た。アンケート項目より「満足度」,「講話参加者」,「今後このような企画のある人間ドックを受けたいと思うか」,「受診する前から企画があることを知っていたか」について4年間の推移をみた。

「満足度」は、「満足・やや満足」とした受診者の割合が、2013年度1,075人(74.2%),2014年度1,182人(81.7%),2015年度1,138人(77.0%),2016年度1,174人(80.3%)であり、企画を開始した2013年度よりも高い割合を維持している。

「講話参加者」の割合は、2013年度527人(36.4%),2014年度541人(37.4%),2015年度992人(67.1%),2016年度1,160人(79.3%)と、講話実施時間帯を昼食前から昼食中に変更し、実施回数を増やした2015年度以降大幅に増加した。

「今後このような企画のある人間ドックを受けたいと思う」割合は、2013年度1,009人(69.6%),2014年度1,109人(76.8%),2015年度1,190人(80.5%),2016年度1,208人(82.6%)と漸増し(図5)、各年度とも講話参加者の方が不参加者より「今後も受けたいと思う」割合が有意に高い傾向を示した。

また「受診する前から企画があることを知っていた」割合は、2014年度477人(33.0%),2015年度570人(38.6%),2016年度650人(44.5%)と増加した。

知っている理由としては「昨年度受診したから」がほとんどであった。2015年度,2016年度において、事前に企画を知っていた受診者の方が知らなかった受診者よりも「今後も受けたいと思う」割合は有意に高い傾向を示した。

以上より、PDCAサイクルを導入し、講話参加者の増加、満足度の維持・向上を図ったことで、今後も企画に参加したいと思う受診者は増加し、リピーターにつながる可能性が示唆された。

今後も講話参加者数の維持・増加に努めるとともに、受診者に喜ばれる人間ドックづくりを目指し、関連部署、弁当業者とも連携しながらPDCAサイクルを継続していきたい。

#### [4] 今後に向けて

ホームページ、フェイスブック、営業等を通じ、このような企画のある人間ドックについて積極的に広報活動を行うことで、受診者のリピート率の増加、新規受診者の獲得につながることを期待している。

#### おわりに

昨年度の年報で、健診を受診している者とそうでない者とは運動習慣、喫煙状況等に差があると厚生労働省が発表していることを報告した。本会健康増進部では、健診を受診された方が、より自分に合った健康増進行動がとれることを目指して支援してきた。ここ数年の支援活動の、分析、結果評価等から、一定の効果が得られていると感じている。今後も私たち支援者の活動が受診者の健康寿命の延伸に寄与しているか、確認を怠らず日々精進していきたい。

(文責 加藤京子)