

◆◆◆ 使用上の注意 ◆◆◆

- このツールは、簡便性を重視して作成されております。
このため、このツールで指導効果が認められたとしても、それが指導対象者の体質や指導内容以外の健康行動の変化や他のコンサルティングを受けたことなどによるものかもしれません。科学的により厳密な効果判定には、無作為割り付け比較試験(RCT: Randomized Controlled Trial)の実施が必要です。
- このツールの判定結果は、統計学的に有意な効果があったか否かを示すもので、他の指導と比べて指導効果が大きい小さいかを判定するものではありません。

特定保健指導評価ツール
使用の手引き
(保健指導担当者用)

●●● 特定保健指導評価ツールのダウンロードは ●●●
茨城県立健康プラザホームページから
<http://www.hsc-i.jp/>

【連絡先】

●茨城県保健福祉部保健予防課
〒310-8555茨城県水戸市笠原町978-6
TEL: 029-301-3229 FAX: 029-301-3239

●茨城県立健康プラザ企画情報部
〒310-0852茨城県水戸市笠原町993-2
TEL: 029-243-4216 FAX: 029-243-9785

茨城県保健福祉部保健予防課
茨城県立健康プラザ

(2009年7月作成)
(2009年9月改訂)

◆◆◆ 特定保健指導評価ツールとは ◆◆◆

茨城県立健康プラザでは、特定保健指導の事前・事後の健診結果を入力するだけで、事前検査値と推定値との比較により、判定結果から自動的にグラフを作成し、指導の効果を適切に評価することができるツールを開発しました。

今までの保健指導は、生活習慣病の一次予防策として、基本健康診査受診後の保健指導（いわゆる事後指導）が行われてきていましたが、近年、保健指導においてもPDCA（plan-do-check-act）サイクルが重要とされ、保健指導（実施）後の評価が求められております。その中で、平成20年度からの特定健康診査・特定保健指導では、健診によってスクリーニングされた者への保健指導を行った後の評価が求められています。

また、指導の効果を適切に評価するためには、前後の比較だけでなく、指導がなされなかった場合との比較をする必要があります。しかし、保健指導事業の中で指導しないグループを作ることは現実的ではありません。

茨城県では独自に、健診受診者生命予後追跡調査事業（基本健康診査の受診者約9万6千人の方を12年以上にわたり追跡した調査）を行い、この疫学調査の結果をもとに特定保健指導評価ツールを作成しました。

このツールは、指導を受けなかった場合の翌年の健診結果（平均への回帰）を推定し、実際に指導を受けた場合の健診結果と比較することができるため、保健指導の評価に利用できます。

◆◆◆ 用語の説明 ◆◆◆

平均への回帰

平均への回帰とは、1回目の検査結果の値が高かった人は2回目の検査結果では低くなりやすく、反対に1回目の検査結果の値が低かった人は2回目の検査結果では高くなりやすい現象のことをいいます。

この結果、健診で異常と判定された人の中には、指導を受けなくても正常に戻ってしまう人が少なからずいることとなります。このような現象があるため、指導した人だけに着目してよくなったと評価しても、じつは指導しなくても同じ効果が出たのかもしれないということになってしまいます。

そこで、指導効果を評価するために、指導しなかった場合と指導した場合の比較が必要となるのです。

予測式

この予測式は、茨城県の疫学調査結果によって得られた、平成17年度と18年度の男女34,499人の健診データを用いて、両年度の各検査値の変化量と平成17年度の年齢、各検査値を基に作成しています。

予測式には年齢と各検査値を入力するので、対象者の年齢層が変われば平均への回帰も変化します。

◆◆◆ 使用方法 ◆◆◆

Step1 事前・事後健診結果の入力

No	名前	年齢	事前検査 (要入力)							事後検査 (要入力)									
			身長 cm	体重 kg	BMI (自動計算) kg/cm ² *10000	収縮期血圧 mmHg	拡張期血圧 mmHg	中性脂肪 mg/dl	HDL-C mg/dl	血糖 mg/dl	HbA1c %	身長 cm	体重 kg	BMI (自動計算) kg/cm ² *10000	収縮期血圧 mmHg	拡張期血圧 mmHg	中性脂肪 mg/dl	HDL-C mg/dl	血糖 mg/dl
1		52	158.4	77.6	30.9	135	86	93	64	157.8	74.6	30.0	108	73	83	65			
2		58	152.9	68.0	29.1	119	74	188	51	152.9	59.0	25.2	108	64	79	49			
3		62	158.8	73.0	28.9	137	92	70	51	159.0	70.5	27.9	126	76	79	44			
4		61	160.6	70.0	27.1	126	77	82	55	160.2	64.9	25.3	122	73	89	47			
5		50	160.5	69.8	27.1	150	98	106	67	160.4	66.3	25.8	144	89	111	70			
6		63	153.6	62.7	26.6	140	88	94	63	153.5	59.0	25.0	115	74	83	58			
7		55	154.3	63.2	26.5	140	72	134	80	154.3	55.0	23.1	118	70	50	74			
8		56	156.0	62.0	25.4	160	90	117	50	155.5	52.8	21.8	130	80	69	47			
9		61	152.5	57.8	24.9	129	73	39	83	152.3	53.3	23.0	110	70	46	75			
10		62	155.8	61.3	25.3	111	59	46	66	155.7	57.8	23.8	115	65	64	60			
11		52	161.6	53.1	20.3	140	70	103	80	161.5	47.8	18.3	131	77	67	73			
12		63	163.6	56.7	21.2	128	77	135	61	162.9	53.2	20.0	124	76	39	70			
13		57	148.2	66.4	30.2	139	83	99	58	148.7	63.8	28.9	121	78	113	56			
14		61	152.9	65.3	27.9	135	88	104	76	152.4	62.5	26.9	133	82	72	79			
15		60	147.2	59.3	27.4	100	62	118	49	147.3	53.8	24.8	79	58	90	48			
16		59	145.0	55.5	26.4	122	75	118	50	144.5	49.3	23.6	107	64	111	45			

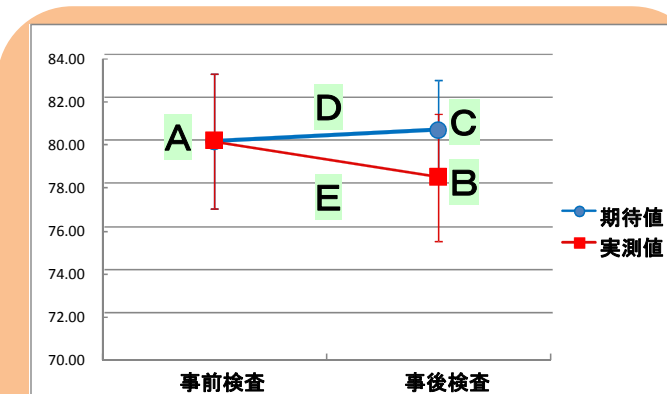
入力シートに対象者の名前、年齢、事前と事後の健診結果（身長、体重、収縮期血圧、拡張期血圧、中性脂肪、HDLコレステロール、血糖、HbA1c）の数値を入力します。
※BMIは自動計算されますので、入力しないでください！

Step2 データの出力

各対象者における事後検査値の目安 (自動計算：入力不要)										各対象者における事後検査値と事前検査値の差 (自動計算：入力不要)										各対象者における変化量の目安 (自動計算：入力不要)									
体重	BMI	収縮期血圧	拡張期血圧	中性脂肪	HDL-C	血糖	HbA1c	体重	BMI	収縮期血圧	拡張期血圧	中性脂肪	HDL-C	血糖	HbA1c	体重	BMI	収縮期血圧	拡張期血圧	中性脂肪	HDL-C	血糖	HbA1c						
77.0	30.7	131.6	83.3	100.0	65.2			-3.0	-1.0	-27.0	-13.0	-10.0	1.0			-0.6	-0.2	-3.4	-2.7	7.0	1.2								
67.5	28.9	120.8	74.7	160.1	53.5			-9.0	-3.8	-11.0	-10.0	-109.0	2.0			-0.5	-0.2	1.8	0.7	-27.9	2.5								
72.3	28.7	134.5	88.1	90.1	53.3			-2.5	-1.1	-11.0	-16.0	9.0	-7.0			-0.7	-0.2	-2.5	-3.9	20.1	2.3								
69.4	27.0	126.3	77.0	97.0	56.9			-5.1	-1.9	-4.0	-4.0	7.0	-8.0			-0.6	-0.2	0.3	0.0	15.0	1.9								
69.4	27.0	142.2	92.1	107.1	67.9			-3.5	-1.3	-6.0	-9.0	5.0	3.0			-0.4	-0.1	-7.8	-5.9	1.1	0.9								
62.2	26.4	136.8	85.2	105.1	63.9			-3.7	-1.5	-25.0	-14.0	-11.0	-5.0			-0.5	-0.2	-3.2	-2.8	11.1	0.9								
62.9	26.4	135.7	73.1	126.1	79.2			-8.2	-3.4	-22.0	-2.0	-84.0	-6.0			-0.3	-0.1	-4.3	1.1	-7.9	-0.8								
61.7	25.3	150.4	86.4	116.2	52.7			-9.2	-3.6	-30.0	-10.0	-48.0	-3.0			-0.3	-0.1	-9.6	-3.6	-0.8	2.7								
57.5	24.8	128.5	74.1	70.9	81.7			-4.5	-1.9	-19.0	-3.0	7.0	-8.0			-0.3	-0.1	-0.5	1.1	31.9	-1.3								
60.9	25.1	115.5	63.8	75.5	66.6			-3.5	-1.4	4.0	6.0	18.0	-6.0			-0.4	-0.1	4.5	4.8	29.5	0.6								
53.1	20.4	135.2	71.5	106.1	79.3			-5.3	-2.0	-9.0	7.0	-36.0	-7.0			0.0	0.1	-4.8	1.5	3.1	-0.7								
56.4	21.2	128.1	77.1	130.0	62.2			-3.5	-1.1	-4.0	-1.0	-96.0	9.0			-0.3	0.0	0.1	0.1	-5.0	1.2								
65.9	30.0	135.2	81.3	105.7	59.7			-2.6	-1.4	-18.0	-5.0	14.0	-2.0			-0.5	-0.2	-3.8	-1.7	6.7	1.7								
64.8	27.8	132.9	85.2	110.3	75.5			-2.8	-1.0	-2.0	-6.0	-32.0	3.0			-0.5	-0.2	-2.1	-2.8	6.3	-0.5								
59.0	27.2	107.2	65.9	118.4	51.6			-5.5	-2.6	-21.0	-4.0	-28.0	-1.0			-0.3	-0.2	7.2	3.9	0.4	2.6								
55.3	26.3	123.1	75.5	118.0	52.6			-6.2	-2.8	-15.0	-11.0	-7.0	-5.0			-0.2	-0.1	1.1	0.5	0.0	2.6								

入力シートに事前・事後の健診結果を入力後、事後健診結果入力欄の隣に、指導を受けなかった場合の推定値、実際の変化量（事後－事前）、予想される変化量が出力されます。ここでは個人の結果を数字で見ることが出来ます。
※自動計算にて出力されますので、入力しないでください！

Step3 結果（評価）シートの出力



- A：事前検査の平均値
- B：事後検査の平均値
- C：事後推定値（予測式による）
- D：予測式による推移（平均への回帰）
- E：実際の推移

体重、BMI、各検査項目のそれぞれに結果（評価）シートが用意されており、左図のような評価グラフと判定結果が表示されます。そのままご使用いただいても、また別の形式に変更してご使用いただいても構いません。

年齢	事前検査	事後検査	事後検査 (推定値)	全対象者数
55.4	80.2	78.5	80.7	31

統計学的にみた事前検査値との比較
有意な差が認められる

統計学的にみた判定結果が赤文字で返されます