

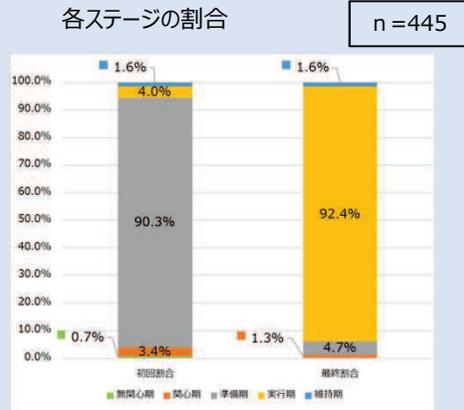
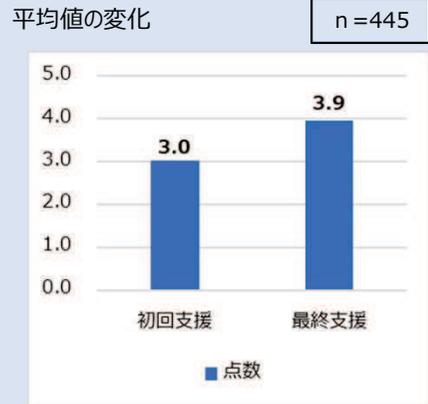
1. 保健指導 (3) 事業効果

ウ 保健指導修了者の行動変容の状況・達成度の分析 (1)

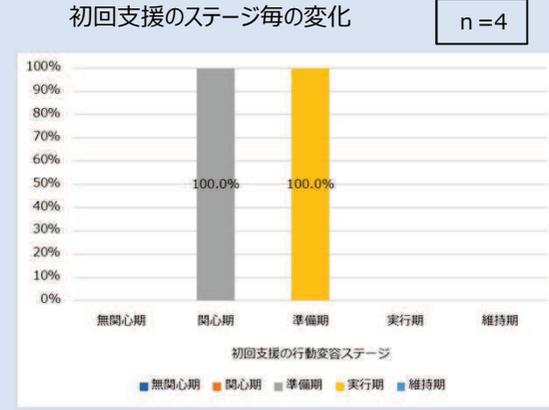
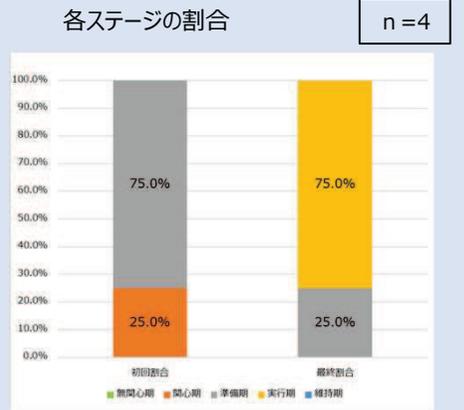
<行動変容ステージの変化>

初回支援及び最終支援において、生活習慣全般に対する行動変容ステージを指導員が評価し、比較した。

全体



宮代町



※行動変容ステージ点数換算表

行動変容ステージ	無関心期	関心期	準備期	実行期	維持期
点数	1	2	3	4	5
基準	6ヶ月以内に行動を変えようと思っていない	6ヶ月以内に行動を変えようと思っている	1ヶ月以内に行動を変えようと思っている	行動を変えて6ヶ月未満である	行動を変えて6ヶ月以上である

1. 保健指導 (3) 事業効果

※初回支援時に設定した目標に対する頻度や量の達成度合いを最終支援時に確認
 ※達成度合いは◎：8割以上できている ○：5～7割程度できている
 △：3～4割程度できている ×：2割以下しかできていない の4段階評価とした
 ※それぞれの行動計画で定めた目標に対して、修了者全体の達成度分布をグラフ化

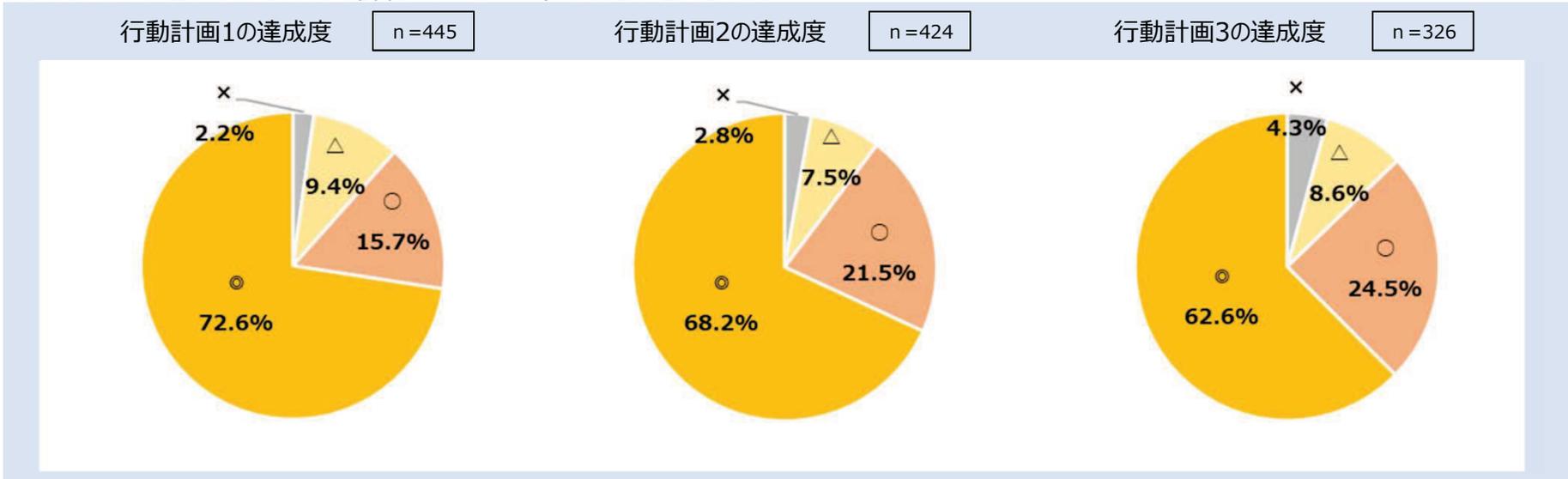


ウ 保健指導修了者の行動変容の状況・達成度の分析 (2)

<行動計画の達成度>

最終支援時において、指導員が評価 (◎○△×) したものを集計した

全体



宮代町



1. 保健指導 (3) 事業効果

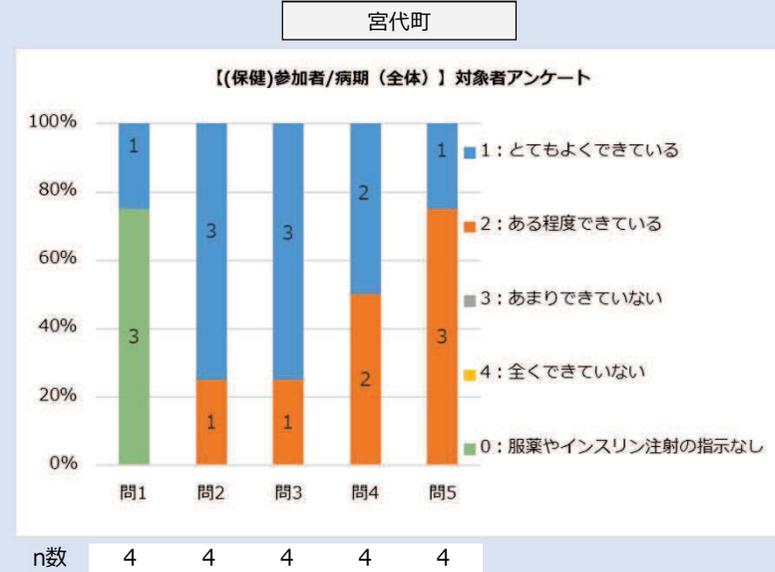
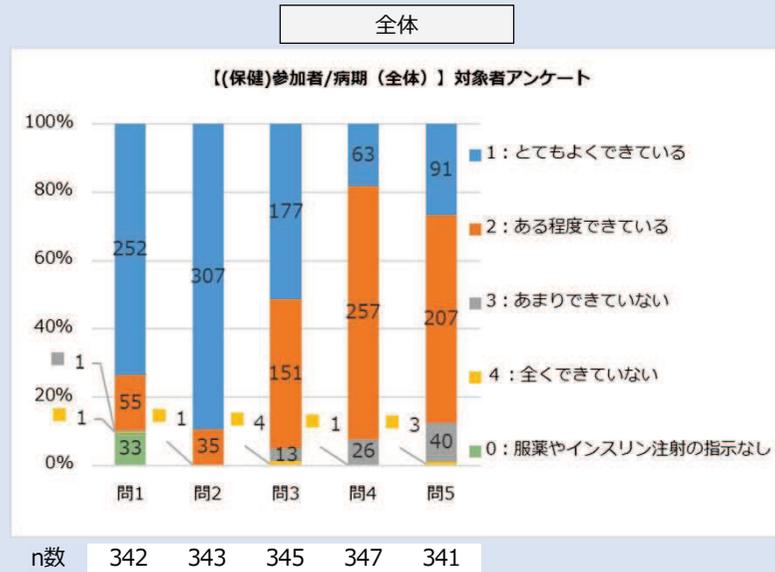
Ⅰ 対象者アンケート

	修了者数	回収数 (※1)	回収率 (※2)
全体	445人	347人	78.0%
宮代町	4人	4人	100.0%

対象者アンケート結果	
問1:	指示どおりの服薬やインスリン注射ができる。
問2:	指示どおりの通院をすることができる。
問3:	体重や血圧の測定を習慣化することができる。
問4:	指導があった食事(の方法)を継続することができる。
問5:	指導があった運動(の方法)を継続することができる。

(※1) 1月29日回収分まで。回収数はいずれかの問(問1～5)に回答があるものを集計
 (※2) 修了者数を母数とした割合

【(保健)参加者/病期(全体)]対象者アンケート結果(未回答除く)



この事業に参加して良かった点、苦労した点、ご要望などは以下の通り。(全市町から一部抜粋)

- 毎日の体重、血圧の測定をすることが、あたりまえのようになりました。歩くこともなるべく考えるようになり、自転車から降りて歩くようになりました。甘い物も日々考えて食べるようになりました。これから残りの人生楽しく生きていく為には、自己管理が一番大切だと思いました。
- 毎回の電話で励まされ、継続することができました。1年間ならもっとありがたいと思いました。
- 食事のコントロールが出きるようになった。
- 体重や血圧等自分で記録したことがなかったので何日も目にする食事の量、運動不足に気をを使うようになった。
- 体重や歩行等は以前アプリで記録していましたが、食事の記録はこの事業でつけ始めたのが、自分の食事の傾向や問題点が把握できて良かったと思います。
- 指導担当の方が、丁寧に説明下さり熱心だったので応えていきたいという気持ちになりました。
- かかりつけの医者とは別に自己管理の状況を一定期間、チェックして頂けるのはありがたいと思いました。
- 他の人がどうだったかフィードバックしてほしい。
- 以前より野菜を食べる様になりましたが、甘いものがなかなかやめられず苦労しています。
- 食事の内容を書きこむ欄がせますぎました。記録方法について、手書きでも良いのですが、Excel等で書きこめるとよいと思いました。