

平成27年度実施

# 特定保健指導 アンケート 結果報告

共済組合では、組合員および被扶養者に特定健康診査を実施し、生活習慣の改善が必要な方に、改善の度合いに応じた特定保健指導を行っています。

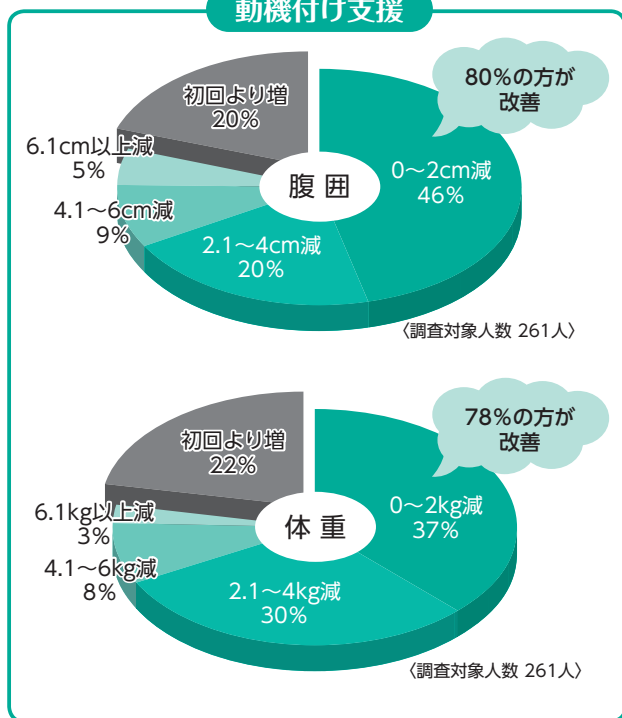
また、特定保健指導を受けた方に終了後のアンケート調査を実施しましたので、寄せられた感想等をご紹介します。



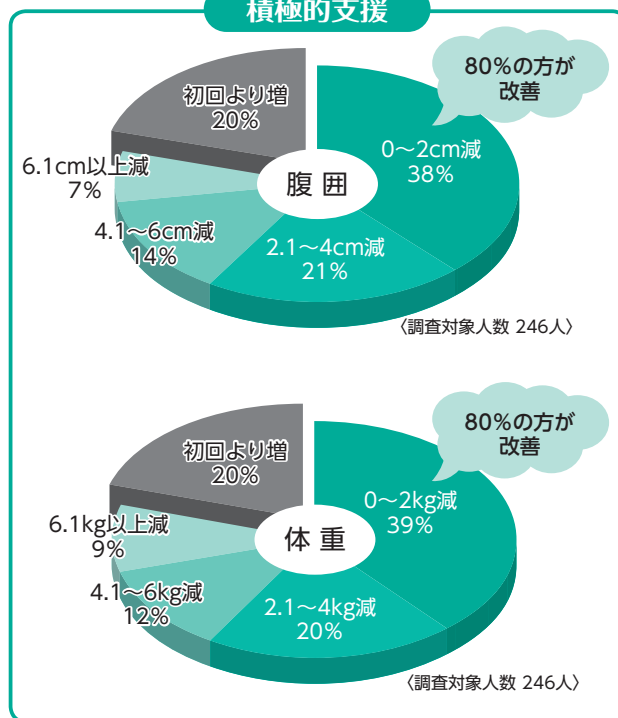
## 特定保健指導の結果(腹囲・体重)

特定保健指導を受けた方の、受診前後における腹囲および体重の変化割合は下記のとおりとなり、約8割の方が指導により改善効果が得られました。

### 動機付け支援



### 積極的支援



アンケートでは、「保健指導員のアドバイスで生活習慣に対する意識変化があった」との声も多く寄せられ、指導を受けた方の生活習慣改善につながっています。

今まで特に病気を患ったことがなく、継続的に運動もしていたので、体重や食生活等は気にしたことがありませんでした。しかし、保健指導により具体的な数値をもとに「今すぐではなく将来的にどうなるか」を教えてください、年齢も考え私生活を見直すきっかけとなりました。健康で楽しい未来を実現するために、継続して今できることを実施していこうと思います。

(動機付け支援 男性 腹囲-4.5cm、体重-2.6kg)

メールや電話等を通じて定期的に連絡を取っていたので、質問等にきめ細やかな対応をとっていただきました。どのような改善を行ったらよいか、わかりやすく指導してください、無理せず行うことができました。指導を受けたことを継続していきたいです。

(積極的支援 女性 腹囲±0cm、体重-1.3kg)