

平成29年度実施

特定保健指導 アンケートの 結果から

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

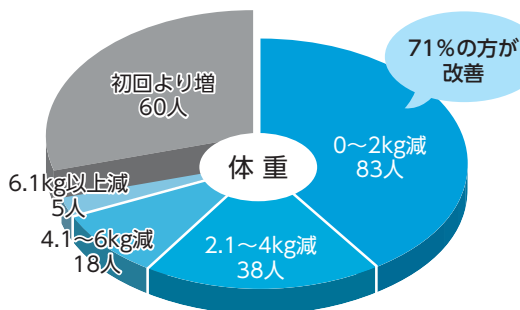
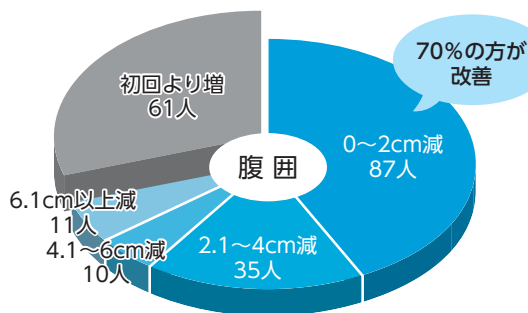
また、特定保健指導を受けた方に終了後のアンケート調査を実施しましたので、寄せられた感想等をご紹介します。



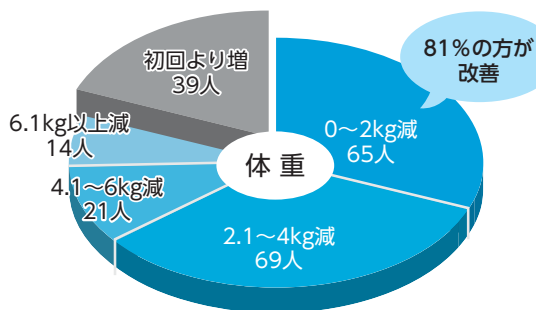
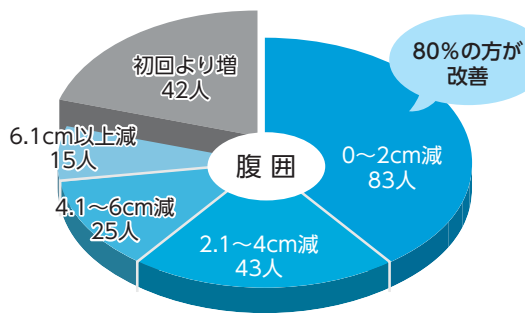
特定保健指導の結果(腹囲・体重)

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、指導により動機付け支援の方は約7割の方に、積極的支援の方は約8割の方に改善効果が見られました。

動機付け支援<調査対象人数 204人>



積極的支援<調査対象人数 208人>



食生活の改善や運動について、なかなかきっかけがなく取り組むことができなかつたのですが、今回の指導を受けて始めることができました。とても丁寧にご指導いただいたので自分自身納得もでき、ぜひ始めようと思つてきました。今後も継続し健康管理をしていきたいと思つております。

(積極的支援 女性 腹囲 -0.9cm、体重 ±0kg)

無理せず食事内容を変えることができ、現在も続けているので習慣になつたと思つた。6ヵ月と期間が長めのため、指導内容を習慣化できたと思つた。また、保健指導以外に栄養指導も行つていただき大変参考になつた。

(積極的支援 男性 腹囲 -7.0cm、体重 -8.1kg)



アンケートでは他にも「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つた」との声が多く寄せられ、指導を受けた方の生活習慣改善につながつています。

特定保健指導で生活習慣を改善すれば、病気のリスク減少につながるのので、特定保健指導に該当した場合はご活用いただくことをお勧めします。