

演習テーマ：ARCSモデルを用いたメタボリックシンドローム対

策

グループ2

勝又祥文 谷口裕子 大浦康孝 木内花菜 笹聡一郎 筑後孝紀 野田陽子
三好学

■なぜメタボ対策が必要か？

- (1) メタボリックシンドロームは放置すれば虚血性心疾患や脳卒中、糖尿病や癌などの生活習慣病を発病するリスクが高いことがわかっている。
- (2) 生活習慣病が国民医療費全体の1/3を占めている。
- (3) 死因別死亡割合を見ても全体の半数以上が生活習慣病によるものとなっている。

■中年男性勤労者への保健指導の課題

メタボリックシンドロームに包括される生活習慣病の予防・改善には、食と運動の問題点を是正することが不可欠である。しかし、支援対象の大多数を占める中年男性勤労者、および勤労者を取り巻く環境には、以下のような課題がある。

- (1) 高脂血症、高血圧、糖尿病などメタボリックシンドロームの危険因子が集積していても、病識に乏しく、生活習慣改善に対するモチベーションも低い傾向があり、従来型の疾病理解や啓発による保健指導では効果は期待できない。
- (2) 時間的制約を伴う勤労者のため、従来型の対面教育への参加が困難である。
- (3) 特に中小の健保組合・事業所では、メタボリックシンドローム・ハイリスク者に対応しうる資源（プログラム・人員を含めた予算）が必ずしも確保されていない。
- (4) 2006年の国民・健康栄養調査でも、糖尿病患者・予備群は増加の一途をたどっている。

このような状況のもと、本年4月より開始された特定健診・特定保健指導の目標である、「平成27年までに糖尿病等の有病者・予備群を25%減少させ、医療費を適正化させる」を達成しうるプログラムの開発が喫緊の課題となっている。

■実習のゴール

今回我々は、メタボリックシンドローム・ハイリスク者の多い40代、50代の男性に的を絞って、この層のモチベーションを高める教材・プログラムを作成しようと考えた。そこで学習者の意欲を向上させるARCSモデルを活用して、既存のプログラムの改善を試みた。