

日立市健康増進サービス事業のご紹介

2010年2月4日

日立市健康増進サービス事業コンソーシアム

1. 実証事業の背景

- ・これまでの健康サービスは、公的サービスを主体に提供されてきたが、多様化する国民の健康ニーズに、きめ細やかに対応するためには、民間サービスを含めた社会資源の活用・連携による新たな健康サービスモデルの創出について社会的な必要性が高まっている。
- ・民間の健康サービス事業者による専門的なサービスを提供するにあたり、医療・介護機関との連携やエビデンスに基づいたサービス内容や効果、安全性、品質など、消費者から高い信頼を受けるための環境作りが必要である。

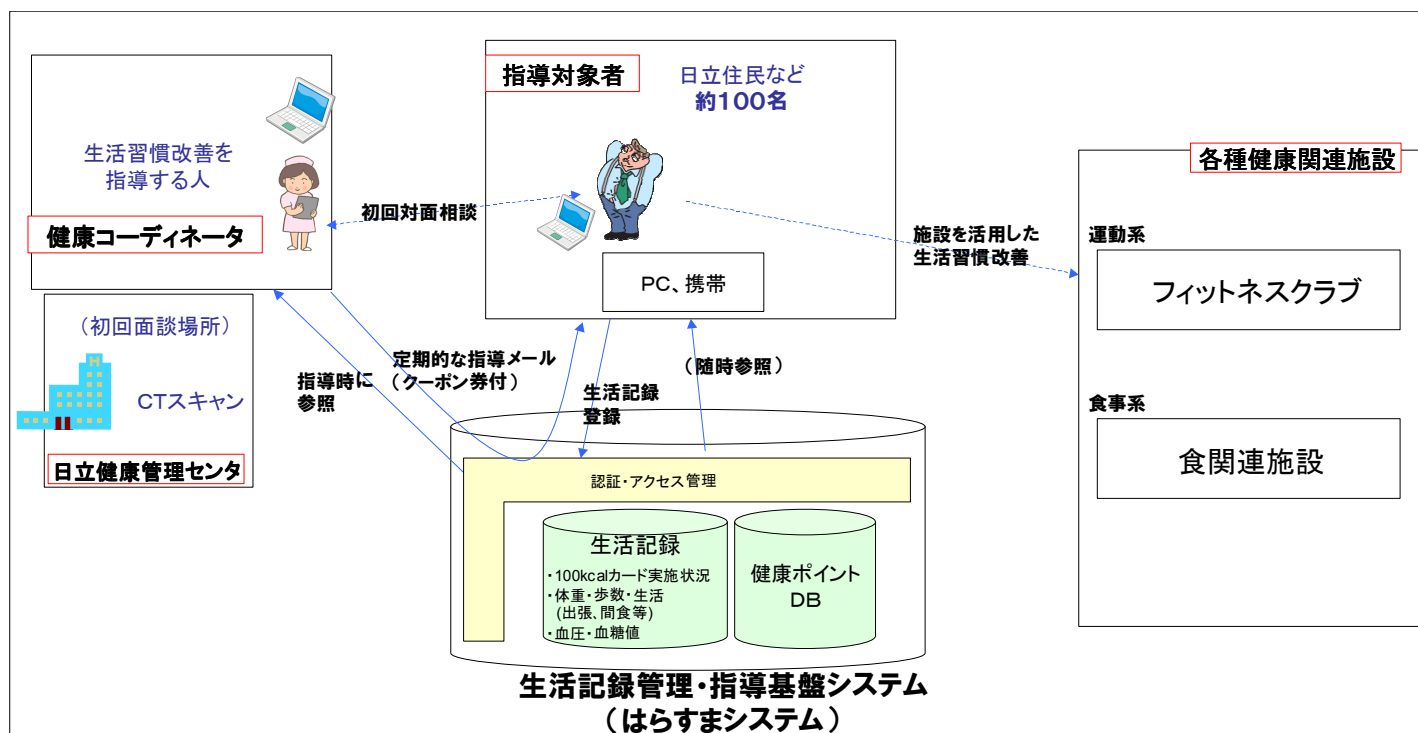
2. 実証事業の目的

企画した実証事業モデルについて、以下の検証を実施する。

- ①実証する疾病予防サービスモデルの有効性
- ②地域の疾病予防ビジネスモデル
- ③事業者間の連携等の在り方に関する検討
- ④サービス品質の維持・向上の在り方に関する検討
- ⑤サービス利用促進・行動の変容のための方策に関する検討
- ⑥全国展開・普及のための方策に関する検討

3. 日立市における実証事業の概要

はらすまシステムを基盤として活用し、地域の健康サービス産業連携による疾病予防の仕組みを実証した。



※参加者募集のための健康教室開催は、日立市と連携して実施

はらすまダイエットとは？

はらすまダイエットは、「90日間で体重の5%減量(引き続き90日間その体重を維持)」を目標に取り組むプログラムです。(株)日立製作所は、学校法人産業医科大学公衆衛生学研究室、(株)損保ジャパン総合研究所と共同で開発した後、特定保健指導への適用に向けて、日立社内で実証実験による手法改善や、効率的に行うための遠隔保健指導システムの開発を進めています。

社内のメタボリックシンドローム該当者に対して行った実験では、参加者のうち51.3%がメタボリック解消、平均で体重が4.7kg減少という非常に高い効果が実証されています。

参加者のメタボリック解消率(※1)

51.3%

終了時の平均体重(※2)

4.7kg減

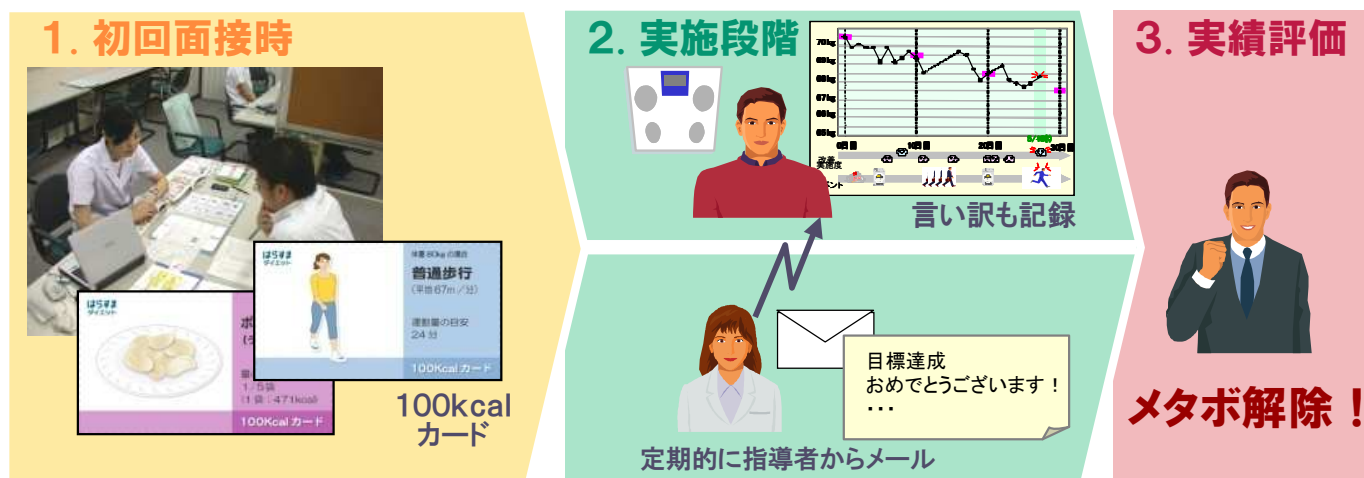
上記は、日立グループ全体において、本手法に基づき特定保健指導を実施した1,435人における実績です。

※1: 日立健康管理センタ6ヶ月終了者

※2: 開始時メタボに該当、終了時健診を受診した人

はらすまダイエットの流れ

はらすまダイエットを用いた減量は、以下の流れで行います。



1. 初回時面接

プログラムは、指導者と参加者が面談して、個々に応じた食事、運動など減量プランを決めることから始まります。この際に、参加者は指導者と相談しながら、現在150種類以上ある「100kcalカード」を用いて、それぞれの参加者が一番フィットする(無理せずにできそうな)具体的方法を選択します。

2. 実施段階

参加者は、初回時面接の計画に基づき、毎日①100kcalカードの実施状況と②朝晩の体重、③歩数を記録します。記録には主に携帯電話を使います(パソコンなども使用可能)。記録情報は遠隔地にいる指導者によって定期的に確認され、参加者には指導メールが送られます。

3. 実績評価

減量の記録およびその分析結果を、それぞれの参加者に対して送付します。参加者にとって、継続した生活習慣改善を心かけるきっかけになります。