

■研究・実践の課題（テーマ）

最適化保健指導法の構築

■主任研究者 藤木理代

■共同研究者 近藤志保

■研究・実践の目的、方法、結果、考察や提案等の概要

【背景および目的】

管理栄養士が最適な保健指導法を論理的に理解し、対象者が納得して行動変容できる保健指導法の確立を目的に、健康診断受診者を対象に、健診結果の推移を解析し、健診結果に影響する因子を同定する。今年度は健診結果の内、BMI、中性脂肪値(TG 値)、LDL コレステロール値の因果関係をパス解析により評価した。

【対象】

過去 5 年以上の健診結果のある者で、文書により同意を得た成人 21 名（男性 2 名、女性 19 名、平均年齢  $56 \pm 14$  歳）を対象とした。

【方法】

個々の対象について、過去 5 年以上の BMI、TG 値、LDL コレステロール値の推移から、BMI の TG 値および LDL 値への影響、BMI が TG 値に直接影響する度合い、LDL を介した影響の度合いをパス解析により評価した。パス解析には IBM SPSS Amos 25 を用い、有意水準を 5%とした。

【結果】

BMI が TG 値に影響を及ぼす者は 8 名、BMI が LDL 値に影響を及ぼす者は 4 名、BMI が TG 値または LDL 値に影響を及ぼさない者は 9 名であった。BMI が直接 TG 値に影響する程度が LDL を介して影響する程度より大きい者は 7 名、BMI が LDL を介して TG 値に影響する程度が直接 TG 値に影響する程度より大きい者は 1 名であった。

【考察】

本解析により、BMI の TG 値や LDL コレステロール値への影響には個人差があることがわかった。TG 値や LDL コレステロール値の改善に、体重コントロールが有効な者とそうでない者を区別し、体重コントロールが有効な者には減量を、そうでない者には運動を取り入れるなどの保健指導を行うといった、対象者が納得して行動変容できる保健指導を行うことの重要性が示された。