

COIのあらゆる成果を集約:『新・行動変容プログラム:QOL健診』

健康意識が低く、まだ症状がない住民(生活者)、健康無関心層(含若者層)をターゲットとした新行動変容プログラム

QOL健診 の特徴 (ポイント)

- ①「メタボ」、「口腔保健」、「ロコモ」、「うつ病・認知症」の4重要テーマを総合的に健診
- ②半日(健診自体は約2時間)で完結 → 検査結果は即日その場で還元
- ③健診(健康度チェック)のみにとどまらず、健康教育(啓発)に力点

※QOL(生活の質):Quality Of Life

※誰でも、楽しく、速く(即日)
(3F)が最大の特徴(強み)

受診者



《聞き取り調査》

- ① 既往歴・家族歴、② 食生活、③ 運動習慣、④ 喫煙、⑤ 飲酒、⑥ 睡眠・休養、⑦ 便通・排尿習慣、⑧ 服薬状況など

《メタボリックシンドローム》



- ① 肥満度 : 体組成
- ② 高血圧 : 血圧測定
- ③ 脂質異常症 : コレステロールなど
- ④ 糖尿病 : HbA1c、血糖など
- ⑤ 動脈硬化 : PWV、ABI測定

《口腔保健》



歯周病・う蝕(虫歯)
: 歯科・口腔健診

《ロコモティブシンドローム》



- ① 骨そしょう症 : 骨密度
- ② 筋減弱症 : 体力測定

《うつ病・認知症》



- ① うつ度 : CES-D
- ② 認知機能 : MMSE

迅速な測定結果(2hr後には本人に詳細結果フィードバック)

《健康の教科書》



健診データを使って、その場で“健康教育”を行う

健やかカアップシートを活用→その後の有効フォローにつなげる

※本プログラムを進化させた『DX-QOL健診』で、自宅にいながらでもチェック&フォローが可能に

《健やかカアップシート(結果表)》



本人の気づきによる強いモチベーションと楽しみながらの行動変容

※内閣府規制改革当局と連携し特区制度等活用しながら、本プログラムの国内標準健診化へ。ISO国際標準化へも協議中