

# 特定保健指導でのオンライン面接は 対面面接と比べて減量効果は変わらない？

～翌年のBMI減少量は劣っていないことが明らかに～

新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、特定保健指導においてオンライン面接が急激に増えました。しかし、対面面接と比べて減量効果が劣らないのか不明でした。そこで、2020年度に特定保健指導を受けた1,431人のデータをもとに、面接方法別に翌年のBMI(Body Mass Index)の変化を比較しました。その結果、対面面接と比較してオンライン面接のBMIの変化は0.014ほど多く減量しており、劣っていないことが明らかになりました。特定保健指導には対面だけでなく、オンラインを活用していくことも有用である可能性が示されました。

お問合せ先: 帝京大学大学院公衆衛生学研究科 准教授 金森 悟 [satoru\\_kanamori@med.teikyo-u.ac.jp](mailto:satoru_kanamori@med.teikyo-u.ac.jp)

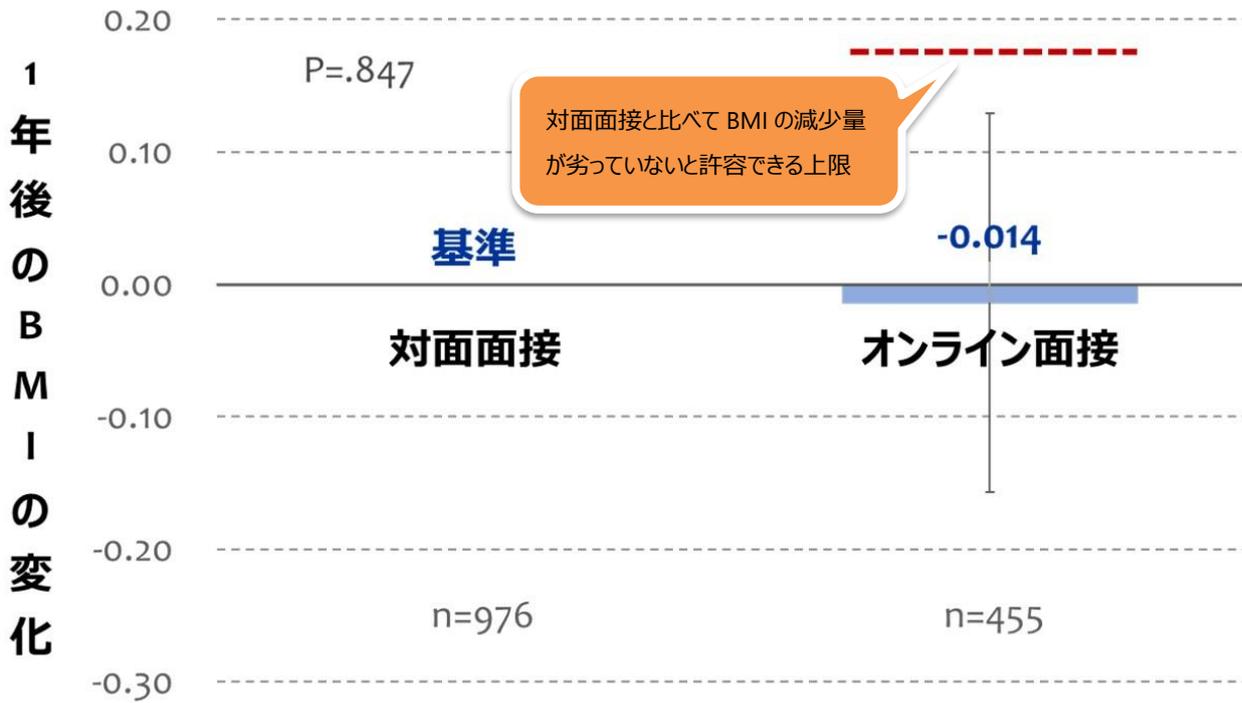


図. 面接方法別の1年後のBMIの変化 (n=1,431)

赤色の破線は、この基準を下回ると対面面接と比べてBMIの減少量が劣っていないと許容できる上限を意味する。今回の結果は、オンライン面接のBMI減少量は劣っていないと許容できる範囲にあることを意味する。年齢、性別、本社所在地、企業規模、保健指導区分、収縮期血圧、肝機能、脂質、HbA1c、喫煙、運動、飲酒頻度を考慮した分析を実施。

## ■背景

新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、特定保健指導においてオンライン面接が急激に増えたものの、対面面接と比べて減量効果が劣らないのか明らかにされていませんでした。そこで、本研究では、特定保健指導において対面面接に対し、オンライン面接はBMI減少量が劣っていないかどうかを検証することを目的としました。

## ■対象と方法

本研究は、デパート健康保険組合に加入する被保険者を対象に、特定健康診査・特定保健指導に関するデータを用いた縦断研究です。対象者は、2020年度の特定健康診査で積極的支援または動機づけ支援に該当し、2020年度にオンライン面接または対面面接を受けた者、さらに、2020年度に2019年度の特定健康診査の結果をもとにした対面面接またはオンライン面接を受けた者を合計した1,936人です。これらのうち、次年度の特定健康診査を未受診の者等を除外した1,431人を解析しました。調査項目は、ベースライン時の基本属性と面接方法、問診項目を含む特定健康診査の結果、およびフォローアップ時のBMIとしました。目的変数をBMIの変化、説明変数を面接方法とし、傾向スコアを用いた逆確率重み付け推定法を行いました。非劣性マージン(対面面接と比べてBMIの減少量が劣っていないと許容できる上限)は先行研究に基づき0.175としました。

## ■結果

対面面接群は976人(68.2%)、オンライン面接群は455人(31.8%)でした。対面面接群は平均年齢51.1歳、男性491人(50.3%)、オンライン面接群は平均年齢49.9歳、男性214人(47.0%)でした。1年間のBMIの変化は、対面面接群ではベースライン時の27.61から1年後に27.42、オンライン面接群では27.68から27.48に減少していました。オンライン面接は対面面接と比較して、BMIの変化量が0.014ほど多く減量していましたが、統計学的には有意な差ではありませんでした( $p=0.847$ )。またこの際に、統計学的に算出した信頼区間の上限は、事前に検討した非劣性マージンを下回っていました。

## ■結論

オンライン面接のBMIに対する減量効果は、対面面接よりも劣っていない可能性が高いことが明らかになりました。

## ■本研究の意義

特定保健指導においてオンライン面接でも減量効果は変わらないことが示唆されたことから、オンライン面接の活用可能性を広げることができると考えられます。

## ■発表論文

Kanamori S, Tomiyama K, Haruyama Y. Comparison of BMI changes in Japanese adults receiving face-to-face versus online counseling for specific health guidance: a non-inferiority prospective observational study. *Journal of Occupational Health*(早期公開)

<https://academic.oup.com/joh/advance-article/doi/10.1093/joccu/uae026/7668424?login=true>

## ■謝辞

本研究は、厚生労働省およびJSPS科研(23K16526)の助成を受けて実施しました。記して深謝します。