

V 血液検査・体力測定結果の前後比較

○体重およびBMIに関しては、継続（28）モニターにおいて、事後で事前比1%水準で有意な増加が確認された。継続（18）モニター、新規モニターにおいては、6ヶ月後に減少傾向が見られたが有意な差はなかった。腹囲に関しては、継続（28）モニターにおいて、6ヶ月後に事前比1%水準で有意な減少（▲3.4 cm）が確認された。新規モニターでは、殆ど変化は見られなかった（図表V-1~3）。

○血液検査項目については、総体的に大きな変化は確認できなかった。その中において、TG と HbA1c に関しては、新規モニターで前後比有意な改善傾向（TG：▲17.85/5%水準、HbA1c：▲0.08）/1%水準）が見られた（図表V-10、V-20）。また、基準値内人数もそれぞれ約10%、約15%（5%水準で有意差あり）の増加が確認された（図表V-11、V-21）。

○体力測定項目については、総体的に大きな変化は確認できなかった。その中において、上体起こしに関しては、いずれのモニターも前後比で有意な向上が確認された（継続（28）モニター：+1.8回/5%水準、継続（18）モニター：+1.3回/5%水準、新規モニター：+1.3回/1%水準）（図表V-24）。

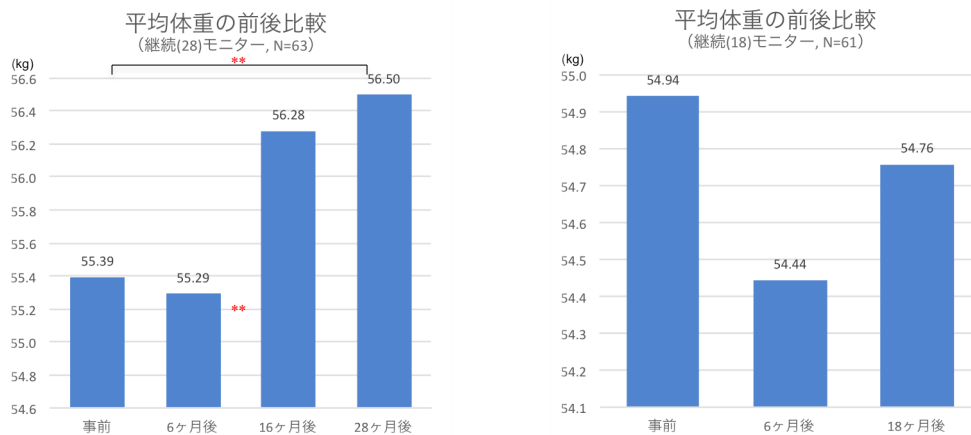
(1) 体組成データの前後比較

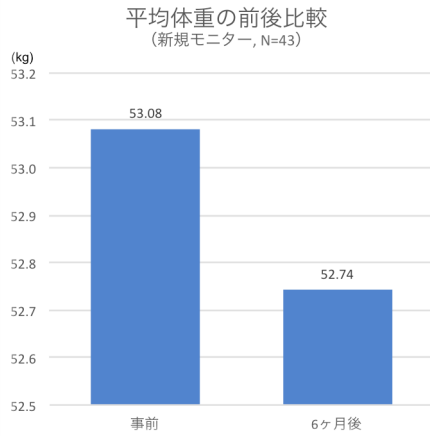
①体重の変化

–継続（28）モニターは、事後において事前比1%水準で有意に増加。

–継続（18）モニター及び新規モニターは、6ヶ月後に減少するも有意な差はなし。

【図表V-1】平均体重の変化



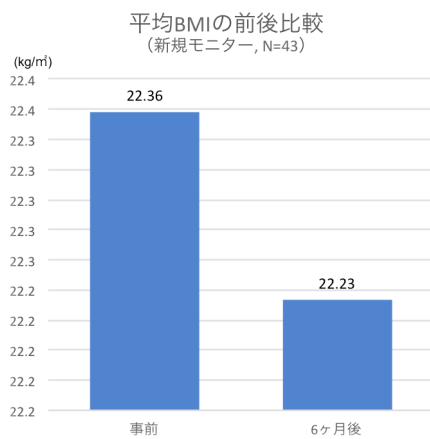
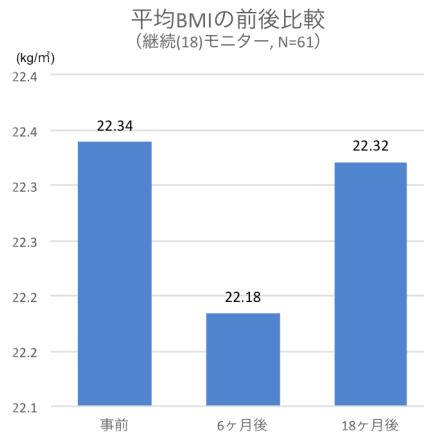
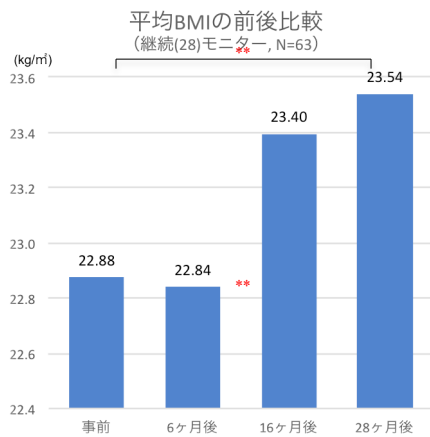


②BMI の変化

—継続 (28) モニターは、事後において事前比 1%水準で有意に増加。

—継続 (18) モニター及び新規モニターは、6ヶ月後に減少するも有意な差はなし。

【図表 V-2】 平均 BMI の変化

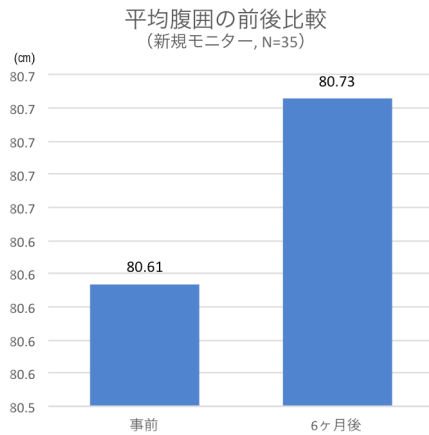
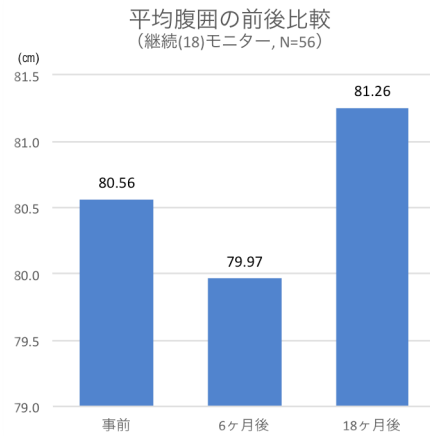
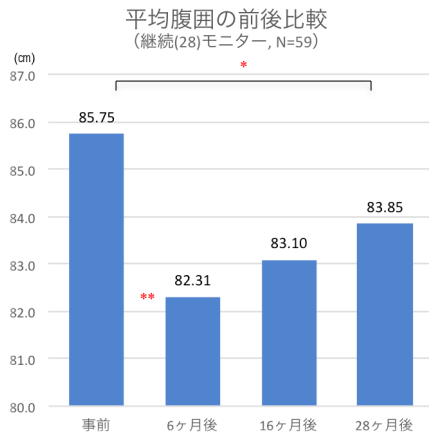


③腹囲の変化

-継続モニターは、開始後4~6ヶ月で減少傾向が見られた。特に、継続(28)モニターは、4ヶ月後において事前比1%水準、事後において事前比5%水準で有意に減少。

-新規モニターに関しては、前後比較で殆ど変化はなかった。

【図表V-3】平均腹囲の変化



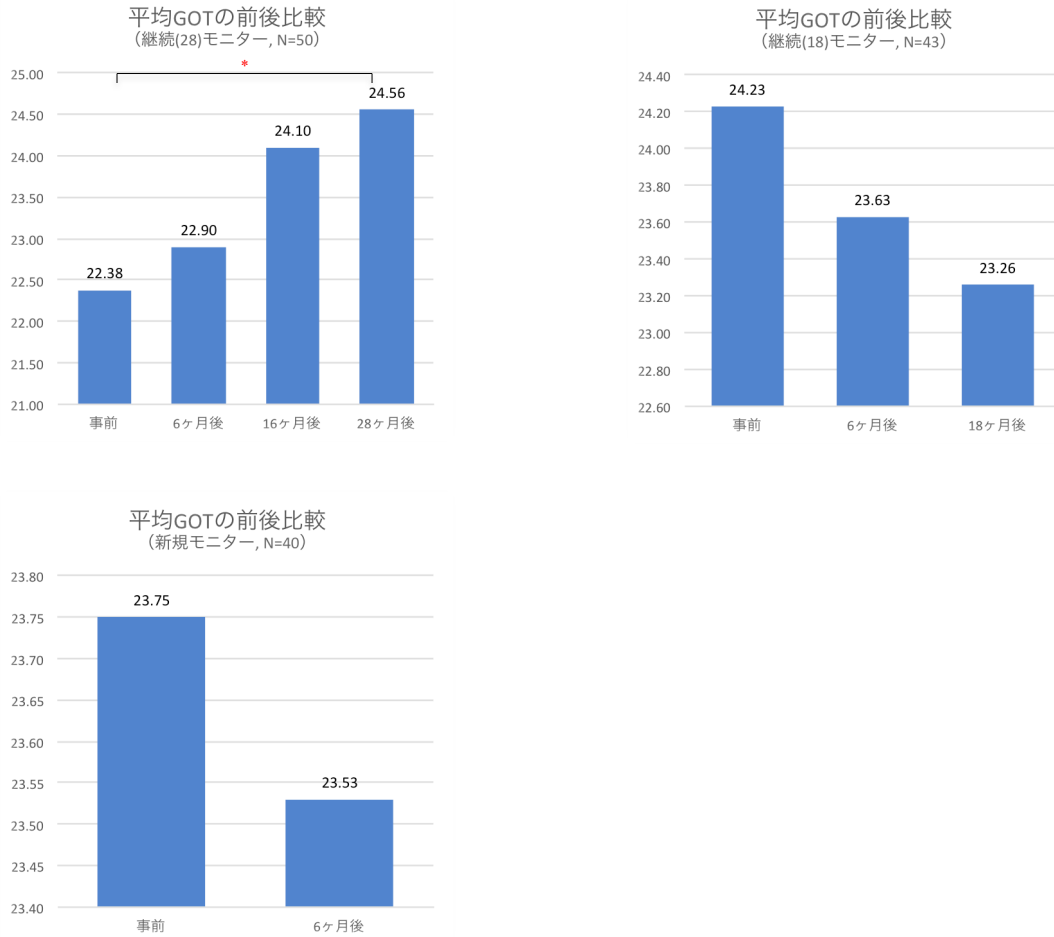
(2) 血液検査結果の前後比較

① GOT（基準値：30以下）の変化

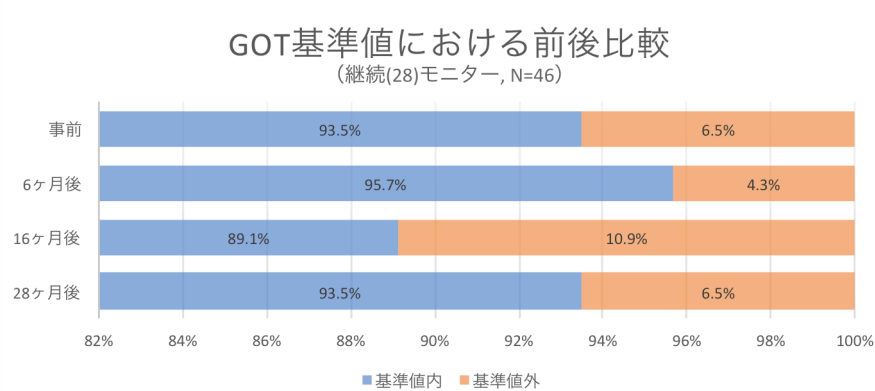
—一部において有意な上昇が見られるも、基準値内での変動。

—前後比較における基準値内の人数に変動はほぼなかった。

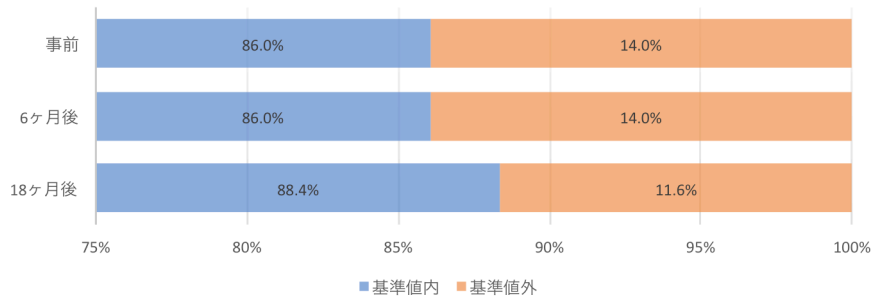
【図表V-4】平均GOTの変化



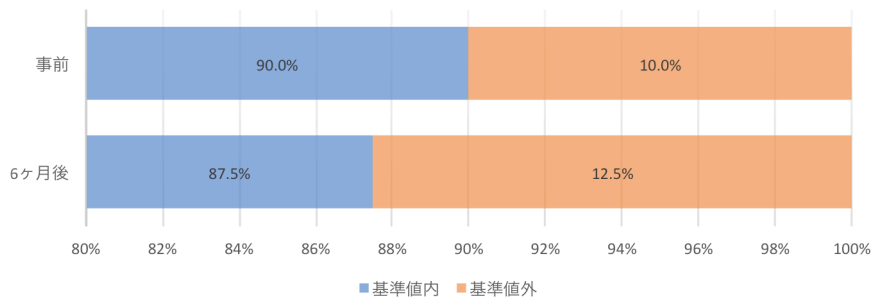
【図表V-5】GOT 基準値における変化



GOT基準値における前後比較 (継続(18)モニター, N=43)



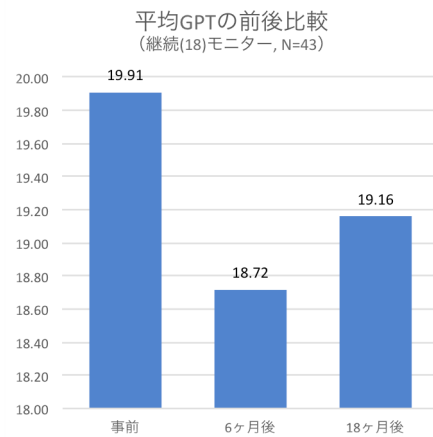
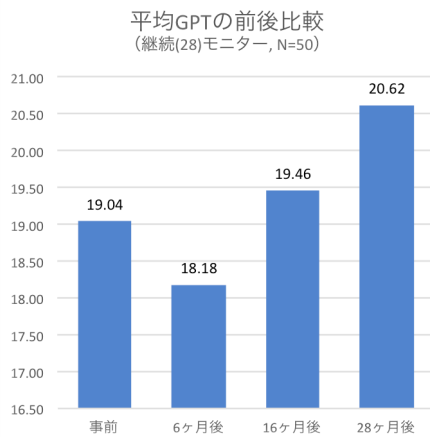
GOT基準値における前後比較 (新規モニター, N=40)

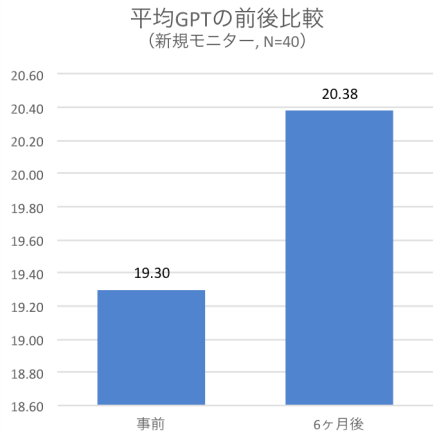


② GPT (基準値 : 30 以下) の変化

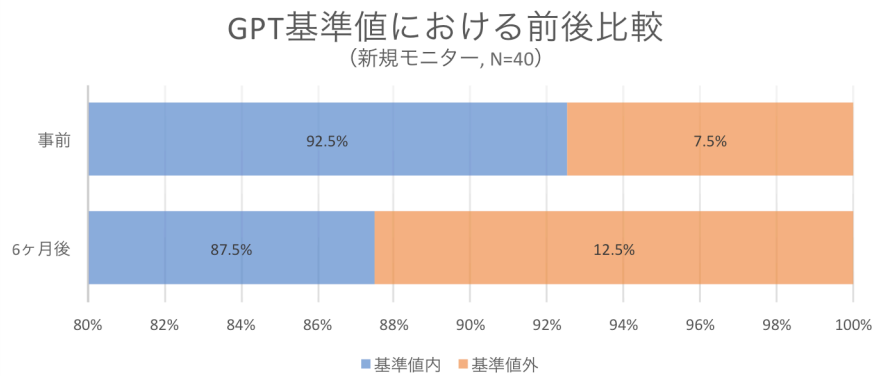
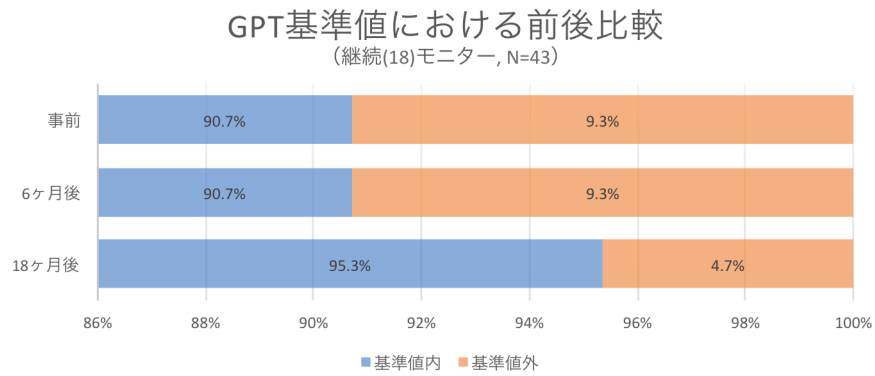
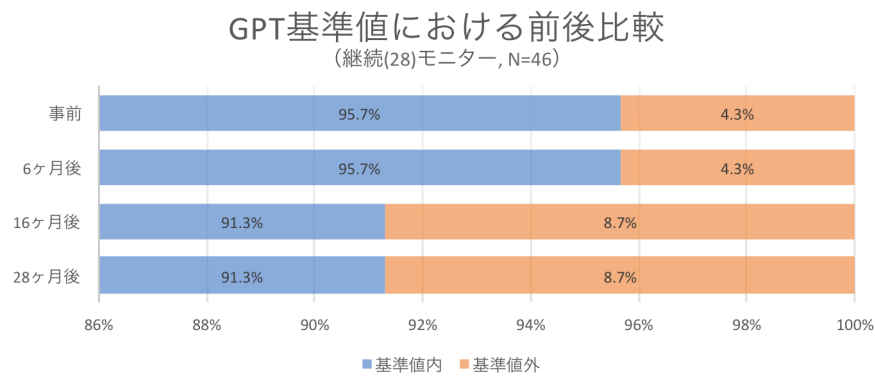
-前後比較における基準値内の人数に変動はほぼなかった。

【図表 V-6】 平均 GPT の変化





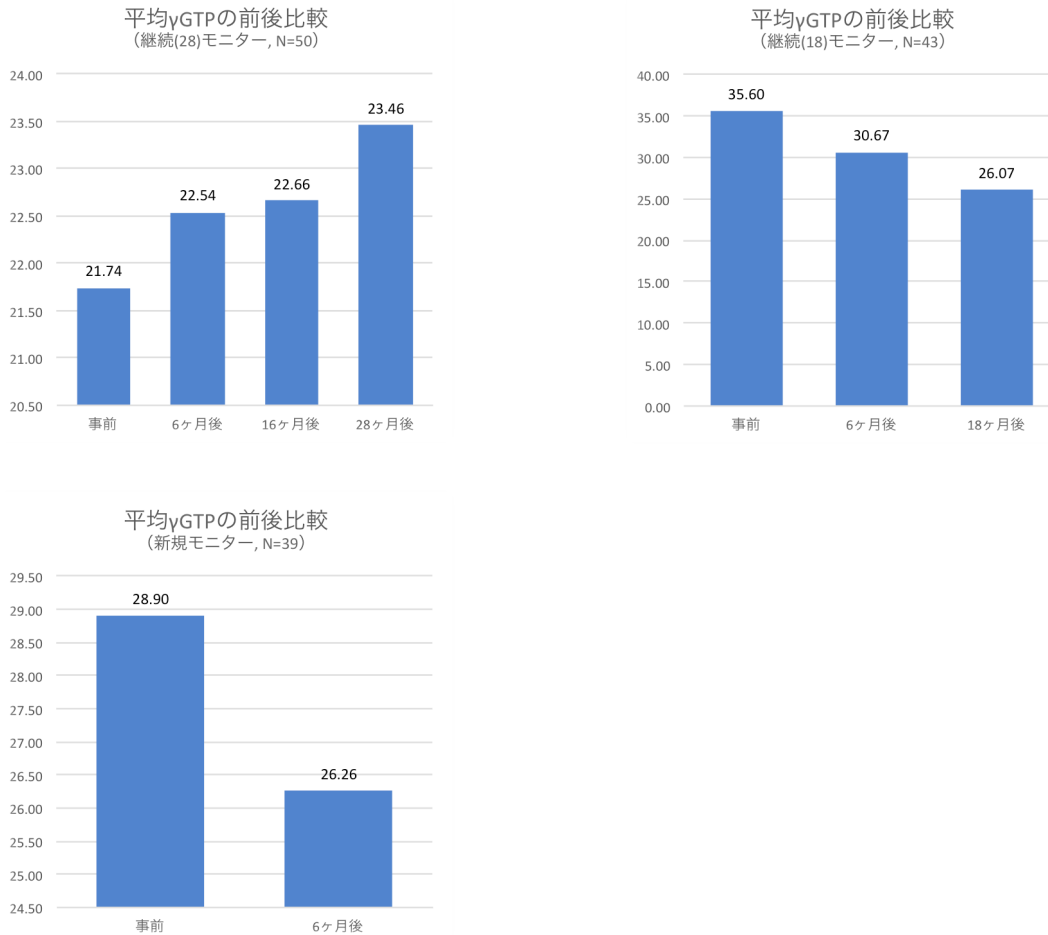
【図表V-7】 GPT 基準値における変化



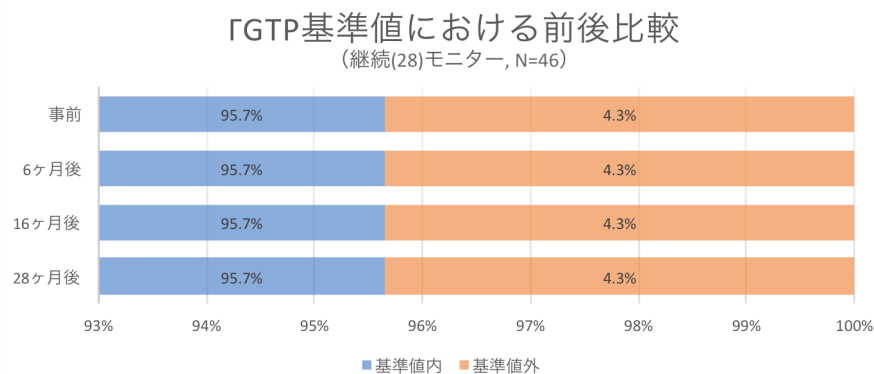
③ γ GTP（基準値：50 以下）の変化

-前後比較における基準値内の人数に変動はほぼなかった。

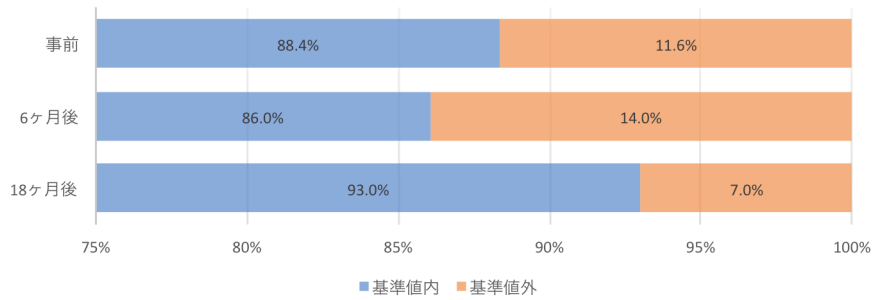
【図表 V-8】 平均 γ GTP の変化



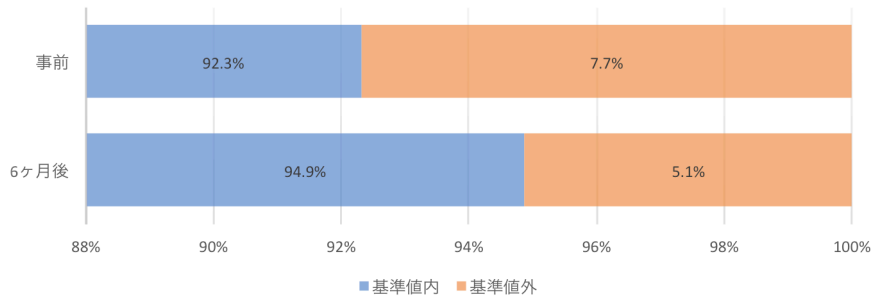
【図表 V-9】 γ GTP 基準値における変化



「TG基準値における前後比較 (継続(18)モニター, N=43)



「TG基準値における前後比較 (新規モニター, N=39)



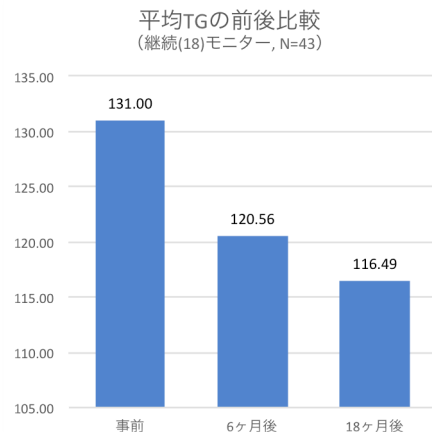
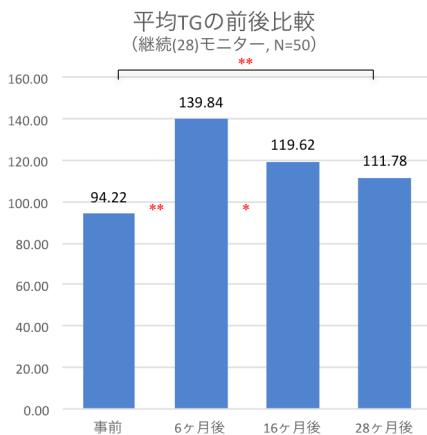
④ TG (基準値 : 150 未満) の変化

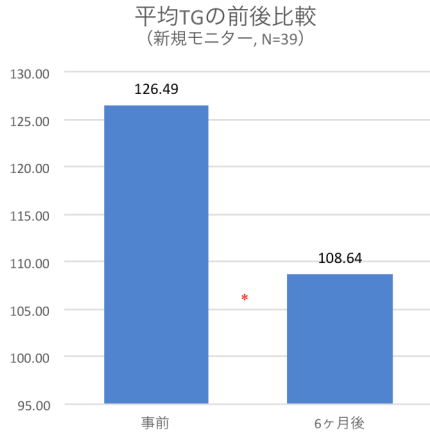
-継続 (28) モニターは、基準値内での増減ではあるが、期間中に有意な変動が見られた。

-新規モニターは、6ヶ月後に事前比5%水準で有意に減少 (▲17.85)。

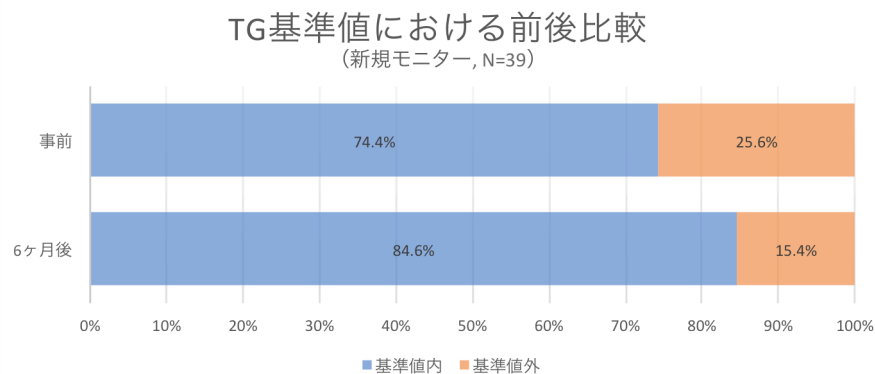
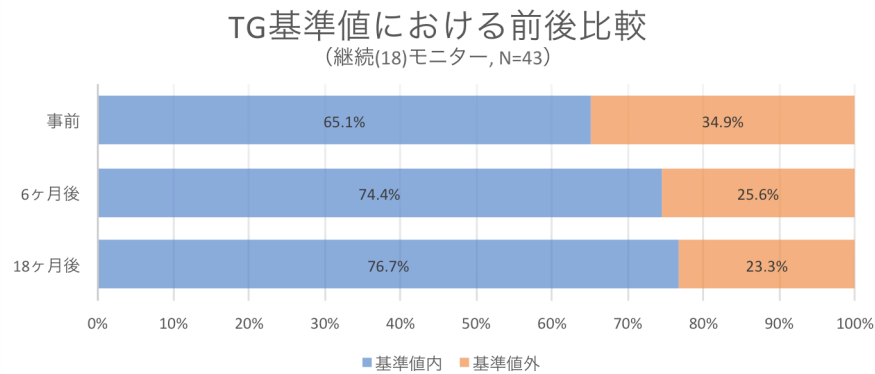
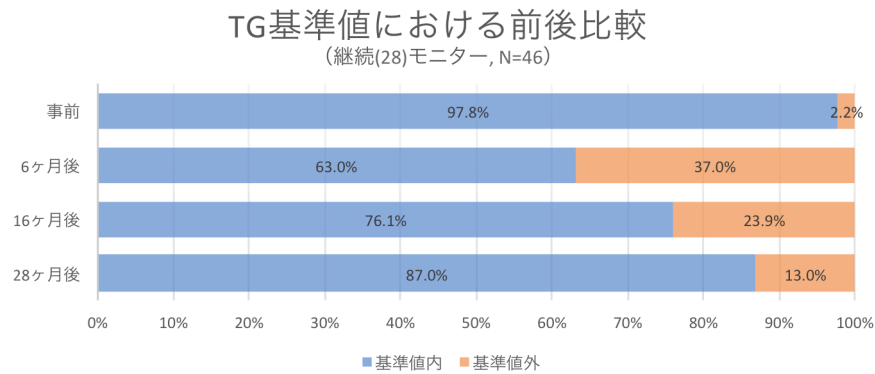
-継続モニター (18) および新規モニターにおいて、基準値内人数が10%程度増加。

【図表V-10】 平均TGの変化





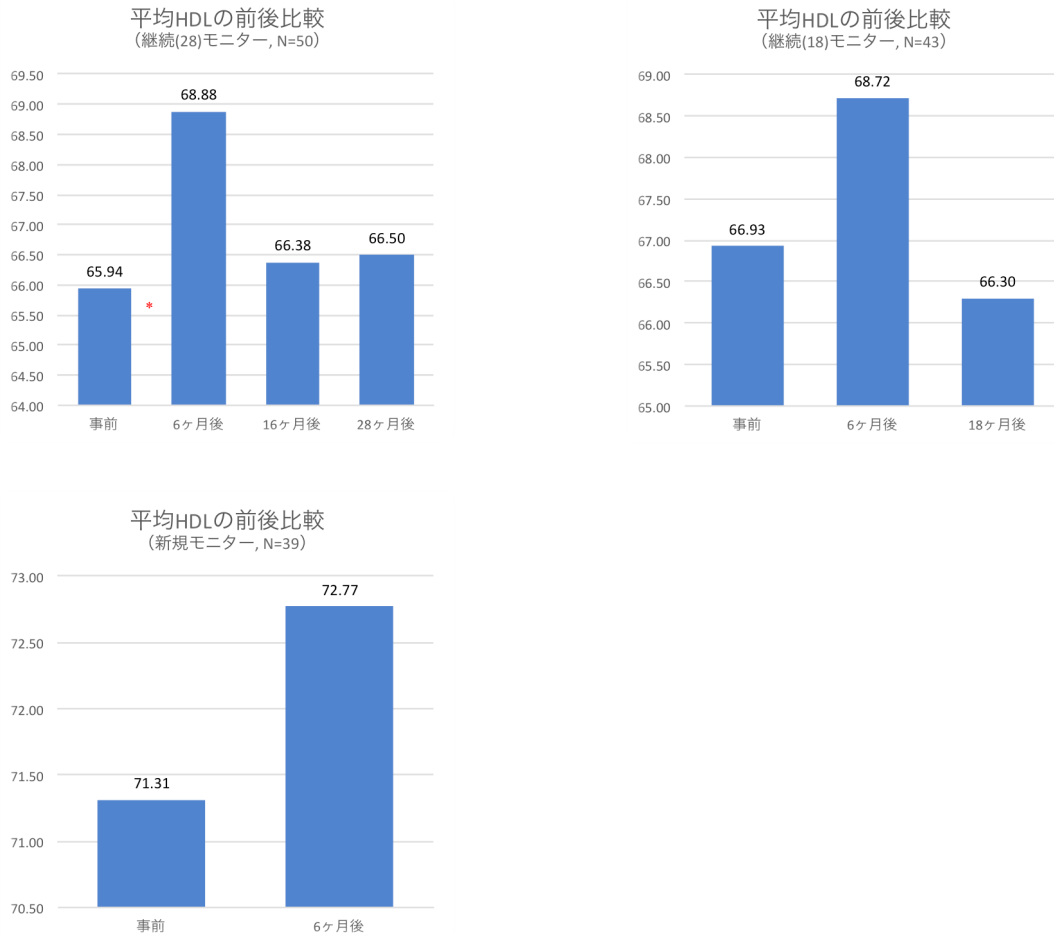
【図表V-11】 TG 基準値における変化



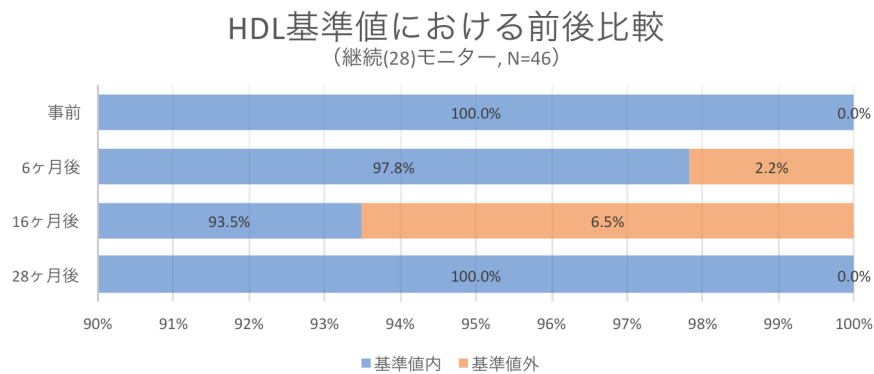
⑤ HDL（基準値：40以上）の変化

-前後比較における基準値内の人数に変動はほぼなかった。

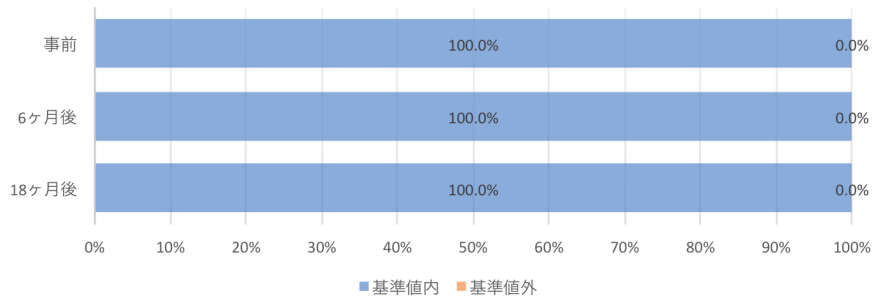
【図表V-12】平均HDLの変化



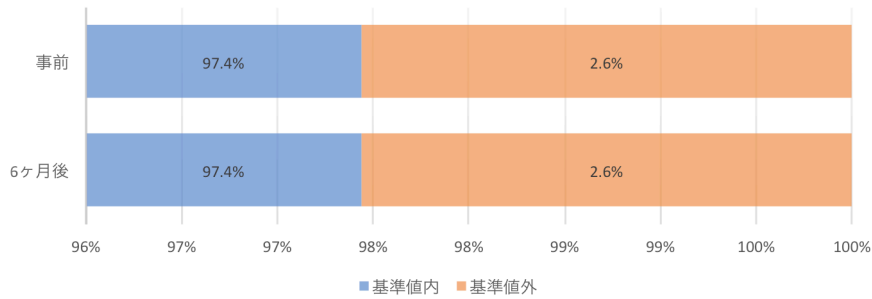
【図表V-13】HDL基準値における変化



HDL基準値における前後比較 (継続(18)モニター, N=43)



HDL基準値における前後比較 (新規モニター, N=39)

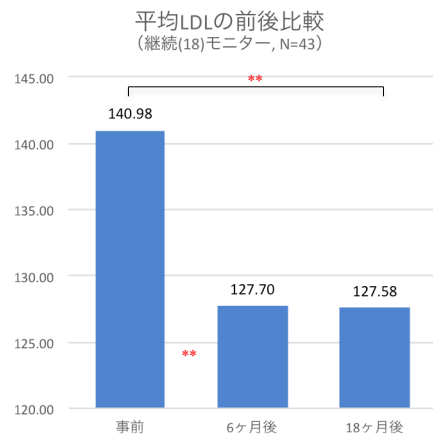
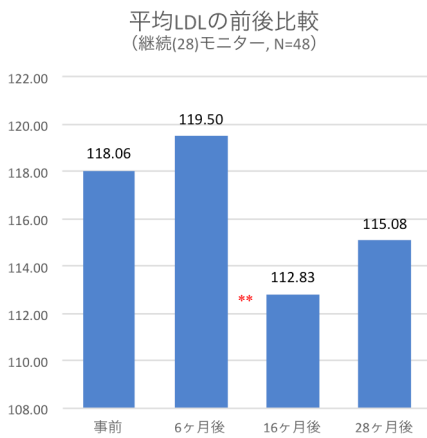


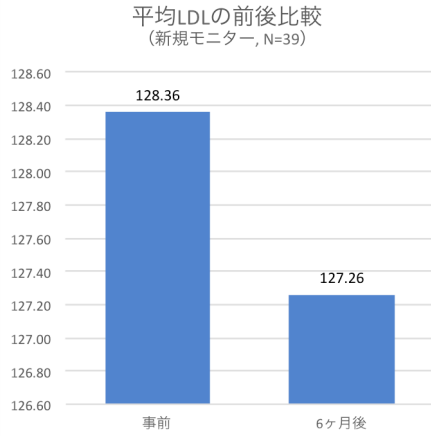
⑥ LDL (基準値: 120 未満) の変化

-継続 (18) モニターにおいて、前後比 1%水準で有意に減少。

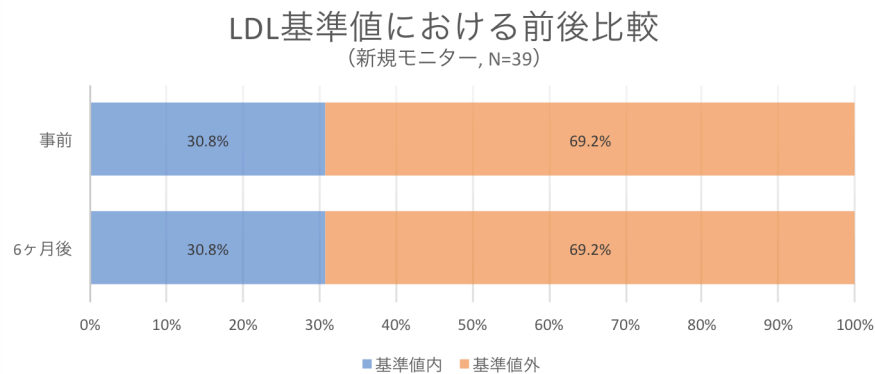
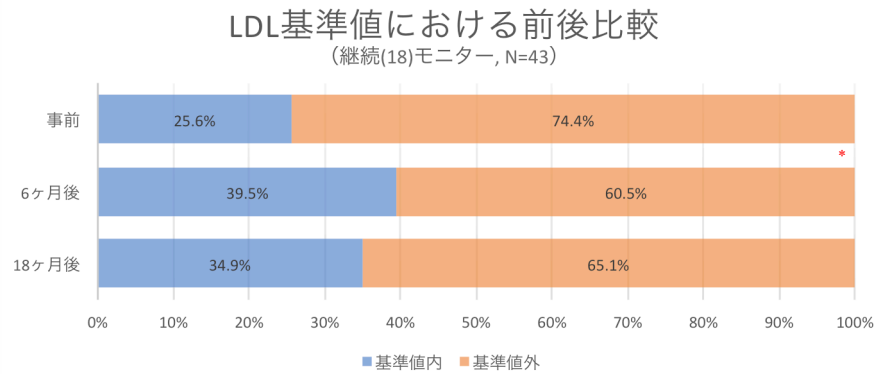
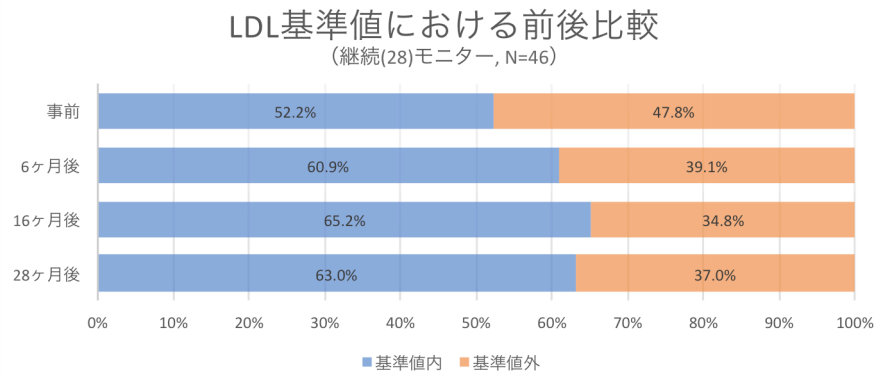
-継続モニターにおいて、基準値内人数が 10%程度増加。

【図表 V-14】 平均 LDL の変化





【図表V-15】 LDL 基準値における変化

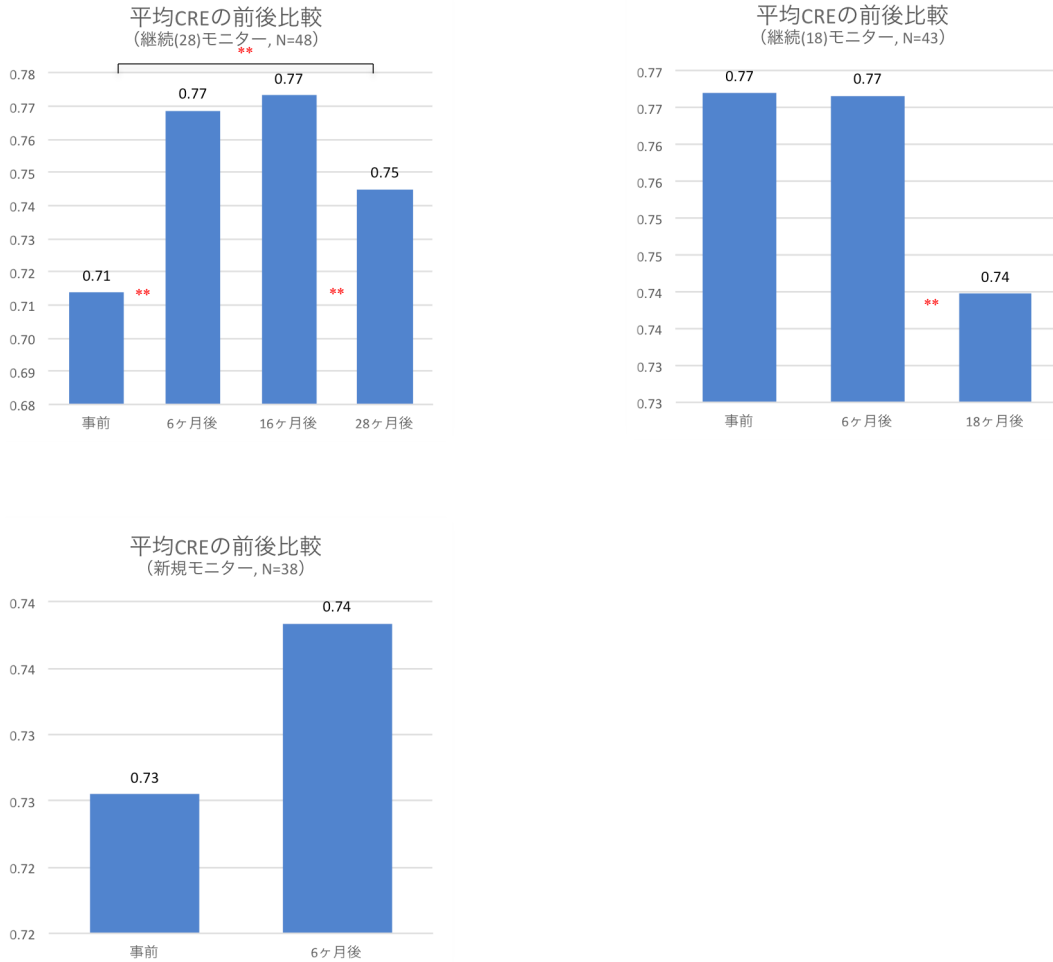


⑦ CRE（基準値：1.1以下）の変化

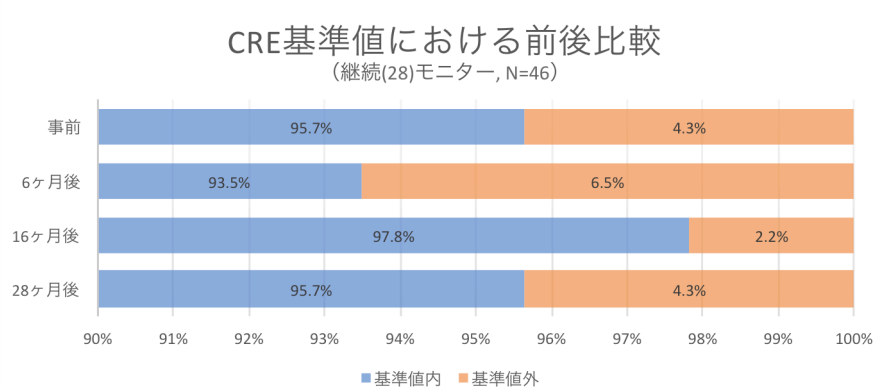
-継続（28）モニターは、基準値内での増減ではあるが、期間中に有意な変動が見られた。

-前後比較における基準値内の人数に変動はほぼなかった。

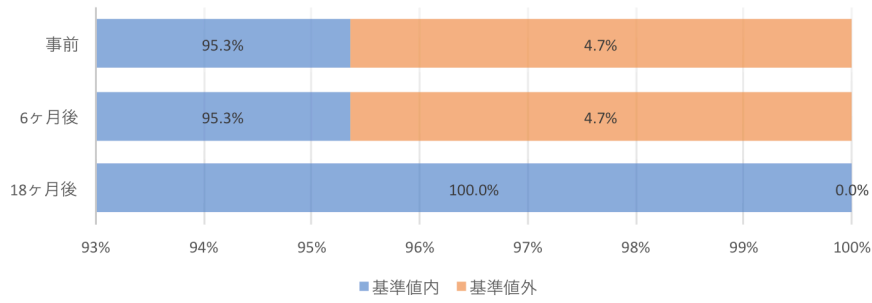
【図表V-16】平均CREの変化



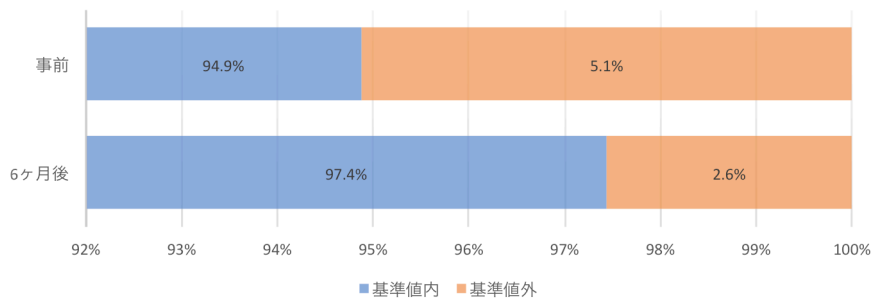
【図表V-17】CRE 基準値における変化



CRE基準値における前後比較 (継続(18)モニター, N=43)



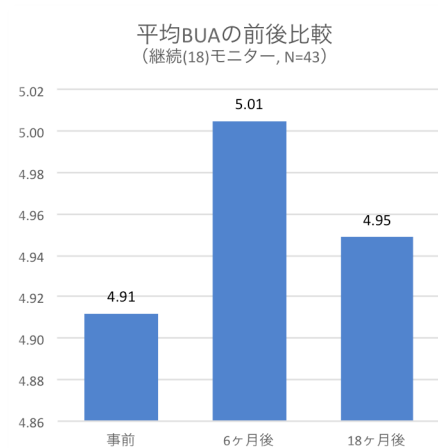
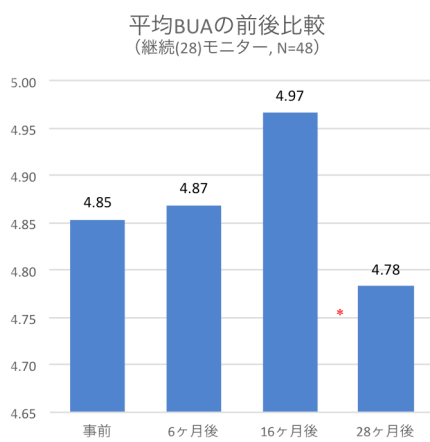
CRE基準値における前後比較 (新規モニター, N=39)

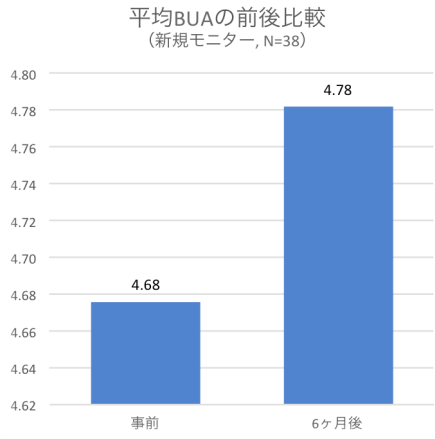


⑧ BUA（基準値：6.9以下）の変化

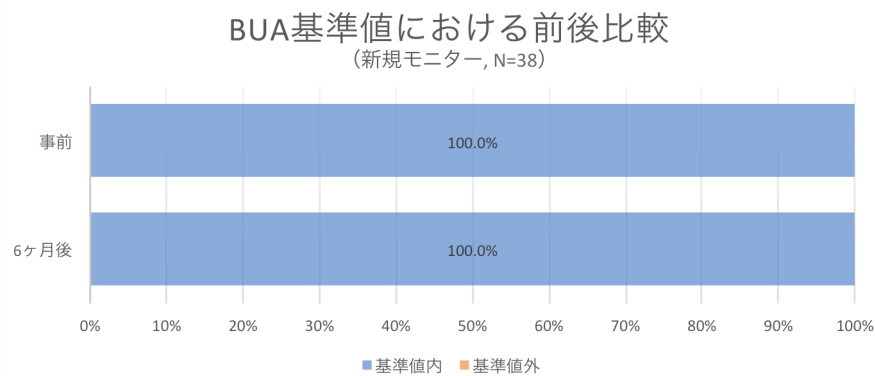
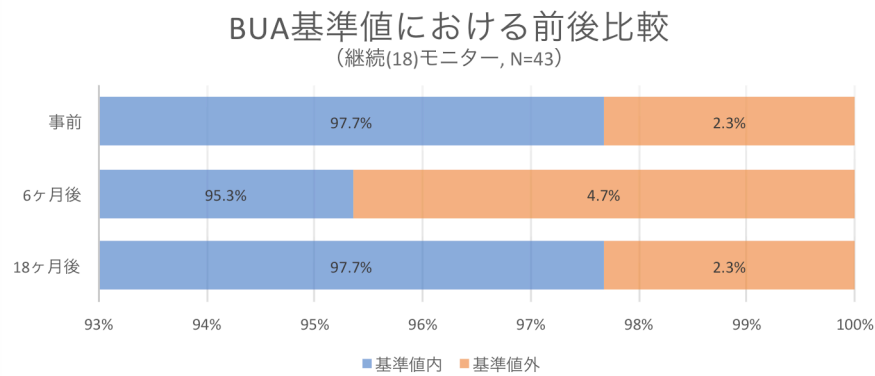
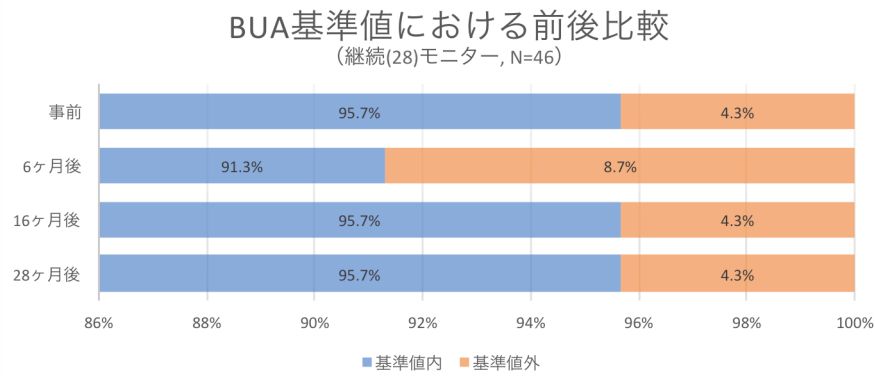
-前後比較における基準値内の人数に変動はほぼなかった。

【図表V-18】平均BUAの変化





【図表V-19】BUA 基準値における変化



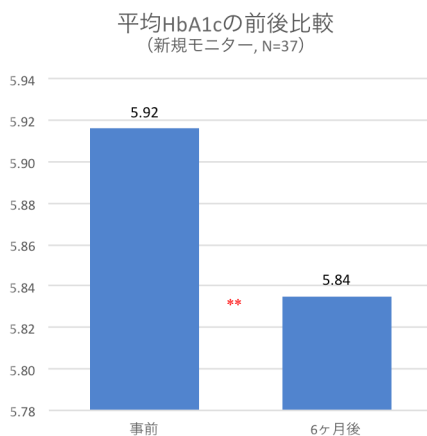
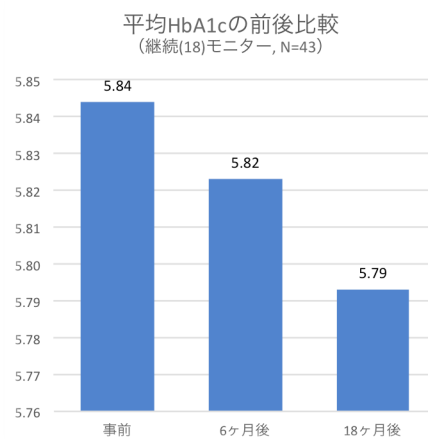
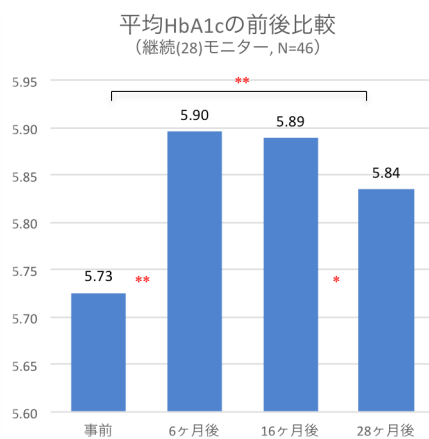
⑨ HbA1c（基準値：5.6 未満）の変化

-継続（28）モニターにおいて、前後比 1%水準で有意に上昇。基準値内の人数も時間の経過とともに減少している。

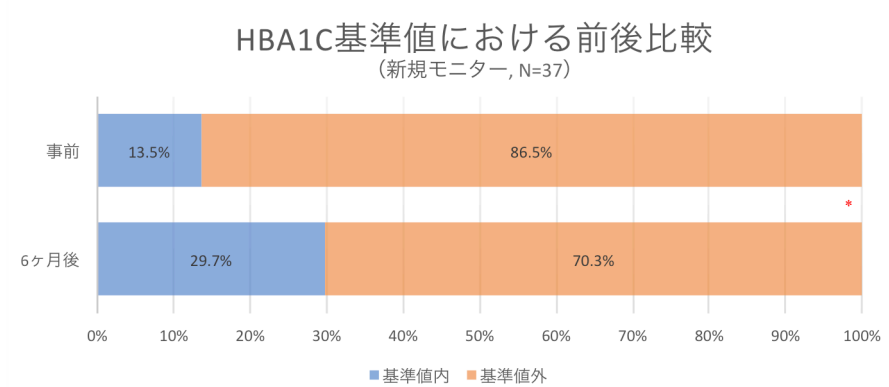
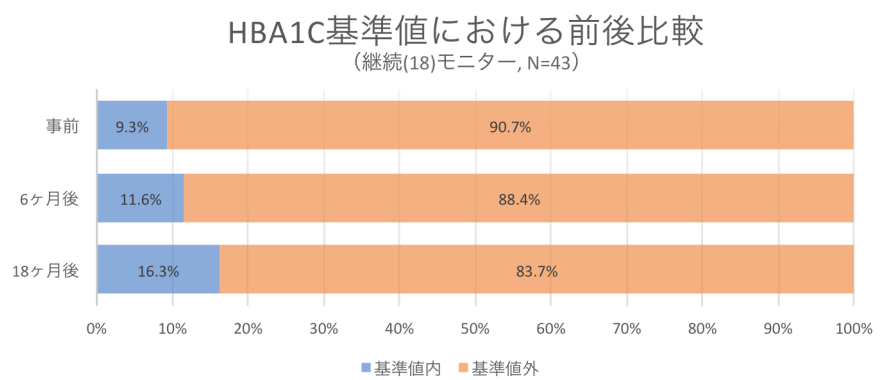
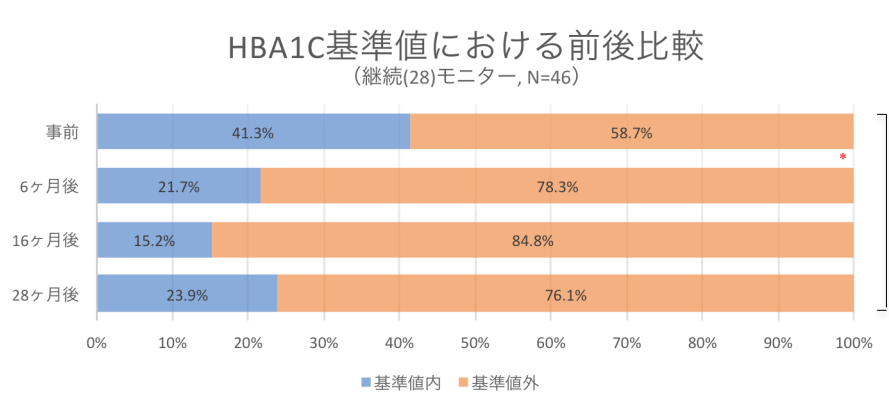
-新規モニターにおいて、前後比 1%水準で有意に減少。基準値内の人数も前後比 5%水準で増加している。

※HbA1c は、赤血球のヘモグロビン A と血液中のブドウ糖とが結合したもので「グリコヘモグロビン」という。血糖検査では、血液を採取したときの血糖値しか分からないが、HbA1c は約 120 日間血液中に存在するため、1~2 か月間の血糖の状態を推測することができる。そのため、HbA1c は糖尿病の確定診断の指標となったり、病気の経過を観察したりするのに役立つ。基準値より高い場合は、1~2 か月間の血糖値が高いことや糖尿病の管理がうまくいっていないことを示している。

【図表V-20】平均HbA1c の変化



【図表V-21】HbA1c 基準値における変化

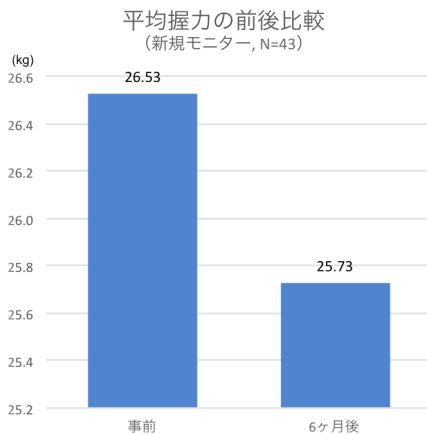
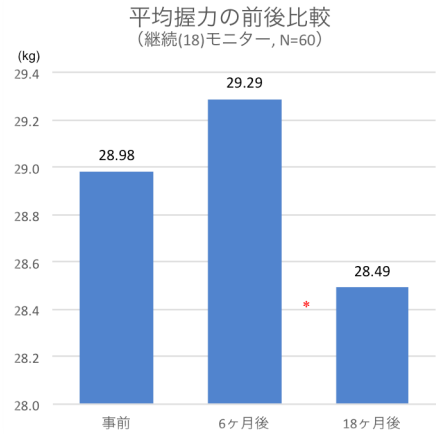
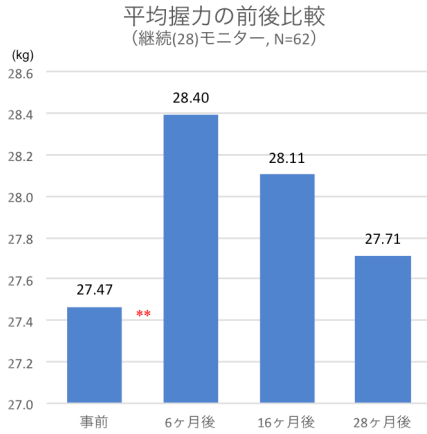


(3) 体力測定結果の前後比較

①握力の変化

-大きな変化は確認できなかった。

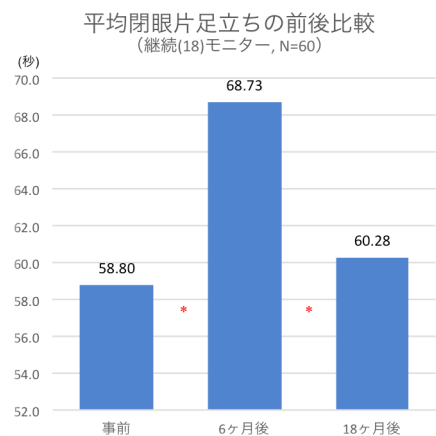
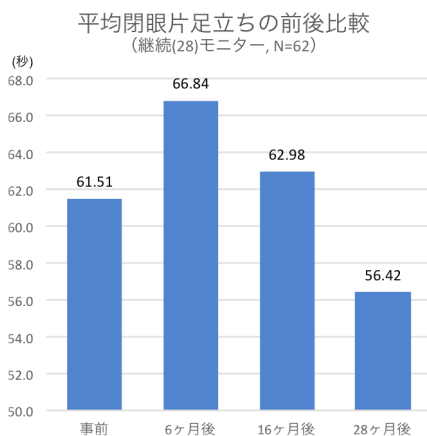
【図表 V-22】 平均握力の変化

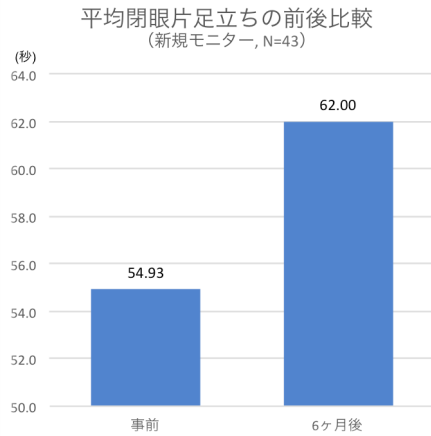


②開眼片足立ちの変化

-6ヶ月後において、事前比で上昇傾向が見られた（継続（18）モニターは5%水準で有意差あり）。

【図表 V-23】 平均開眼片足立ちの変化

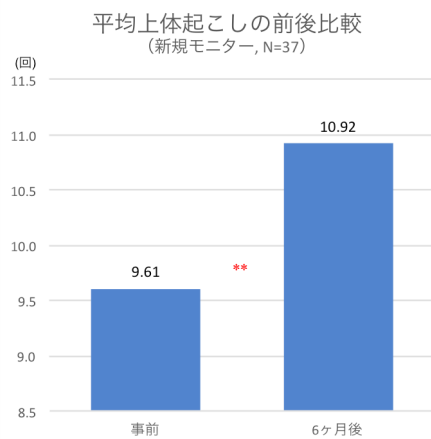
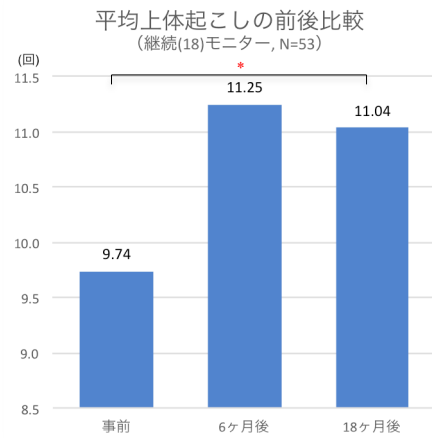
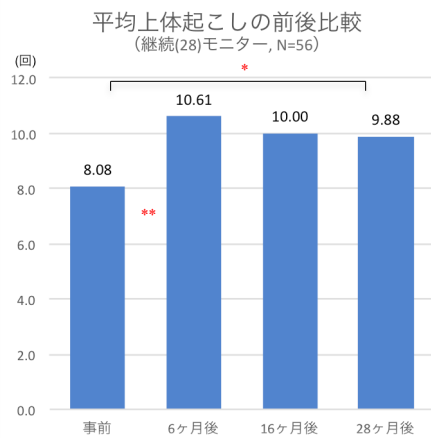




③ 上体起こしの変化

—継続モニター、新規モニターともに、前後比で有意に増加（継続（28）モニターおよび継続（18）モニター：5%水準、新規モニター：1%水準）。

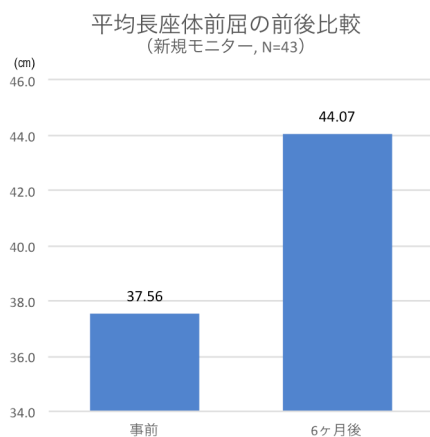
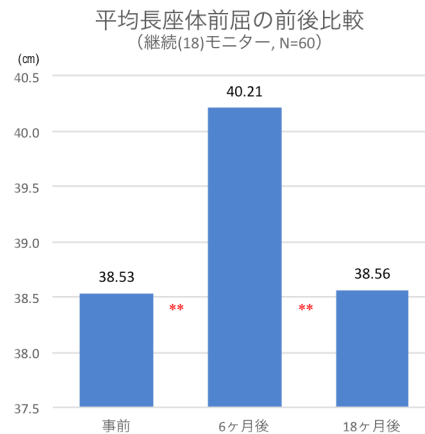
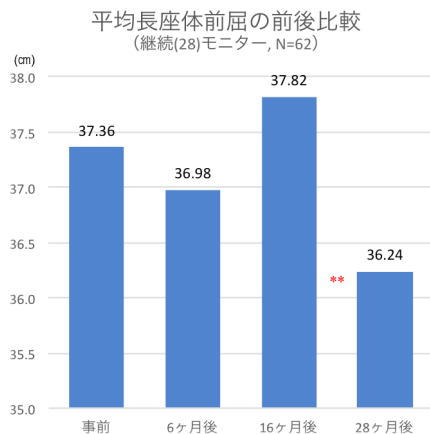
【図表V-24】平均上体起こしの変化



④長座体前屈の変化

-新規モニターにおいて、顕著な上昇が見られたが有意差はなし。

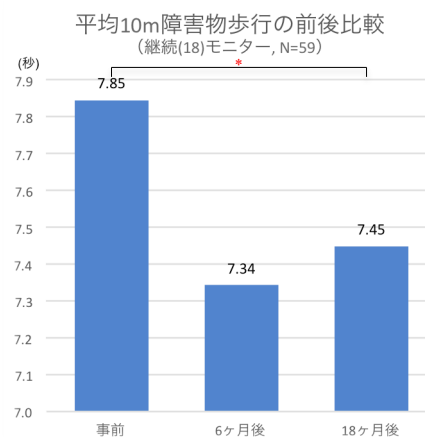
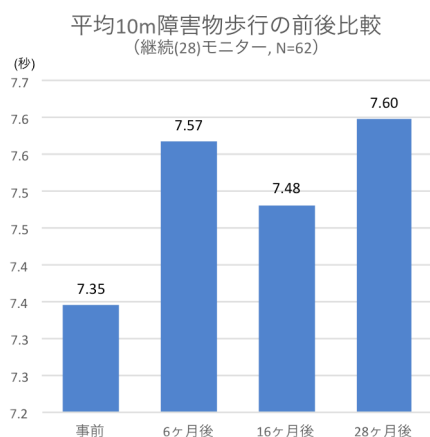
【図表 V-25】 平均長座体前屈の変化



⑤10m 障害物歩行の変化

-大きな変化は見られなかった。

【図表 V-26】 平均 10m 障害物歩行の変化



平均10m障害物歩行の前後比較
(新規モニター, N=43)

