

豊明市の健康づくりアンケート

(特定健診・特定保健指導実施計画策定のための調査)

調査のあらまし

調査の目的

本調査は、本市の健康診査や生活習慣病予防の事業を充実するため、本市の国民健康保険被保険者の皆さんの健康状態、生活習慣病予防への意見・要望を伺い、仮称「特定健診・特定保健指導実施計画」策定に生かすものです。

調査対象者

本市の国民健康保険の被保険者から無作為抽出した2,000人
ただし、35～64歳。

調査方法

郵送法（郵送による調査票の配布・回収）

調査期間

平成19年7月12日～31日

調査基準日（年齢などの基準となる日）

平成19年6月1日

回収結果

対象者数 2,000人

回答数 624人（回収率31.2%）

(アンケート用紙に同封した案内文)



1. 本市の国民健康保険加入者の状況

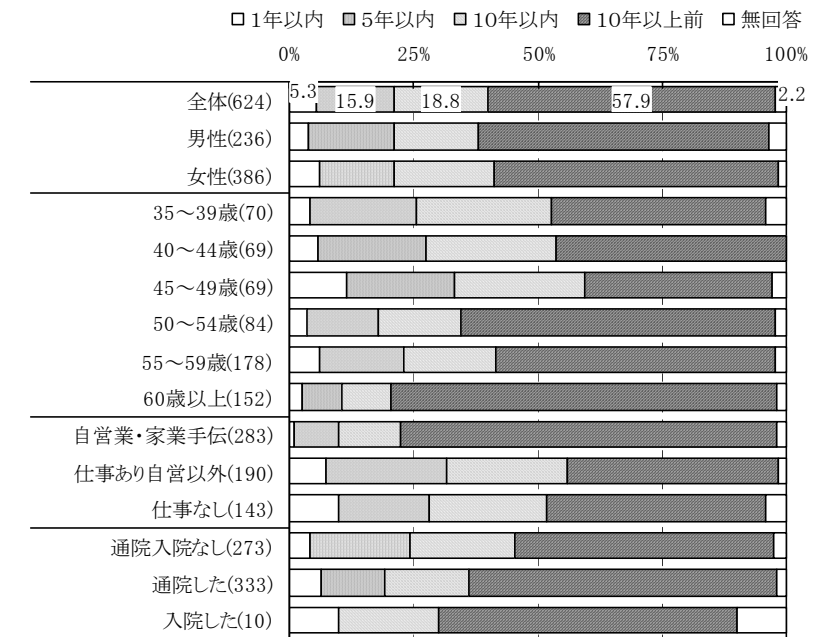
本市の国民健康保険に加入している35～64歳（被保険者）のうち、自営業・家業手伝いという人は半数に満たない。約2割は、パート・アルバイト・非常勤であり、数%は正社員や派遣・登録社員などである。（下図）

本市の国保での加入期間は、被保険者の過半数が10年以上としている。しかし、自営以外の仕事をもつ被保険者では過半数が10年以内である。（右上図）

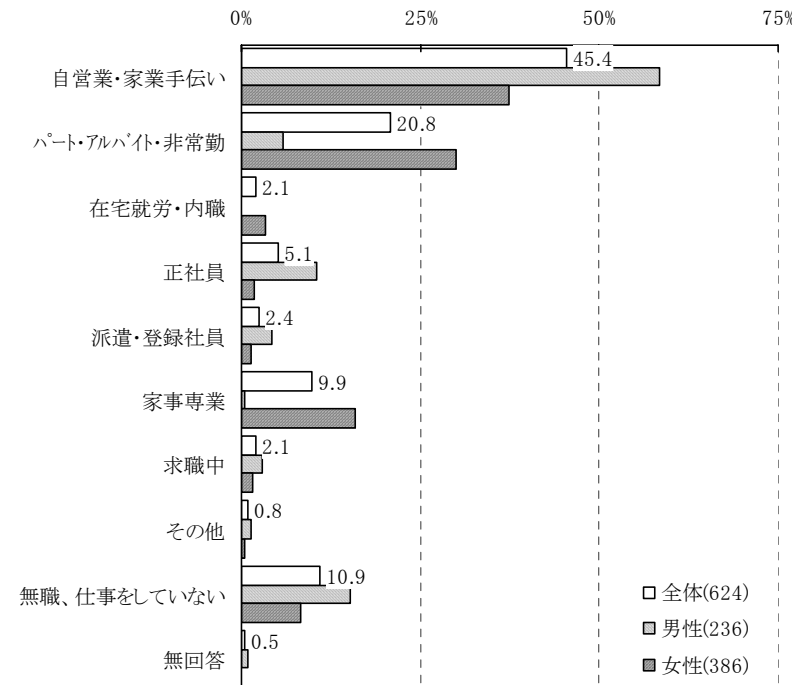
被保険者の家族構成は、約4分の3が夫婦のみ、または2世代である。（右下図）

特定健康診査・特定保健指導（特定健診等）では、このような社会的背景に配慮して、スケジュールや実施会場を定めるとともに、関係団体等に働きかけていく必要がある。

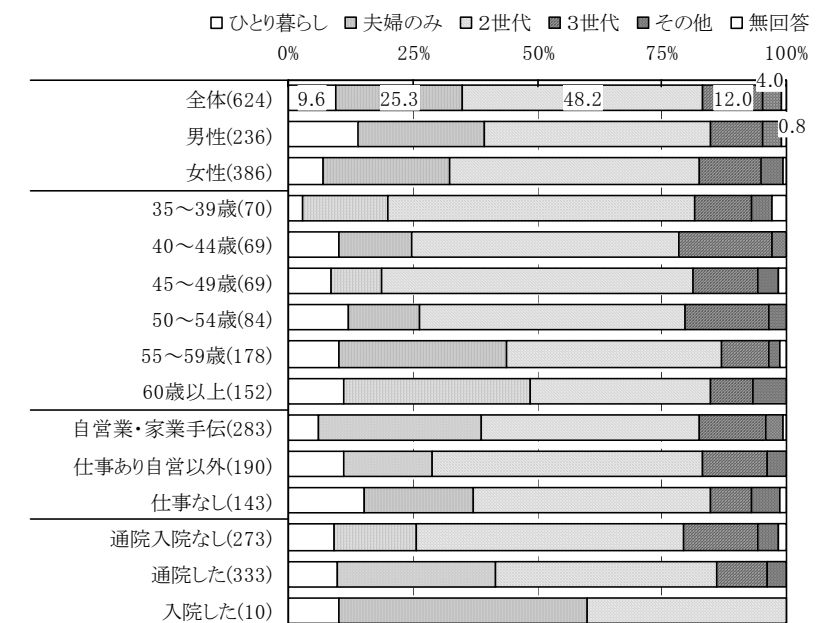
問 本市の国民健康保険にいつから入っていますか



問 あなたは、お仕事をしていますか？



問 同居のご家族は、いらっしゃいますか？



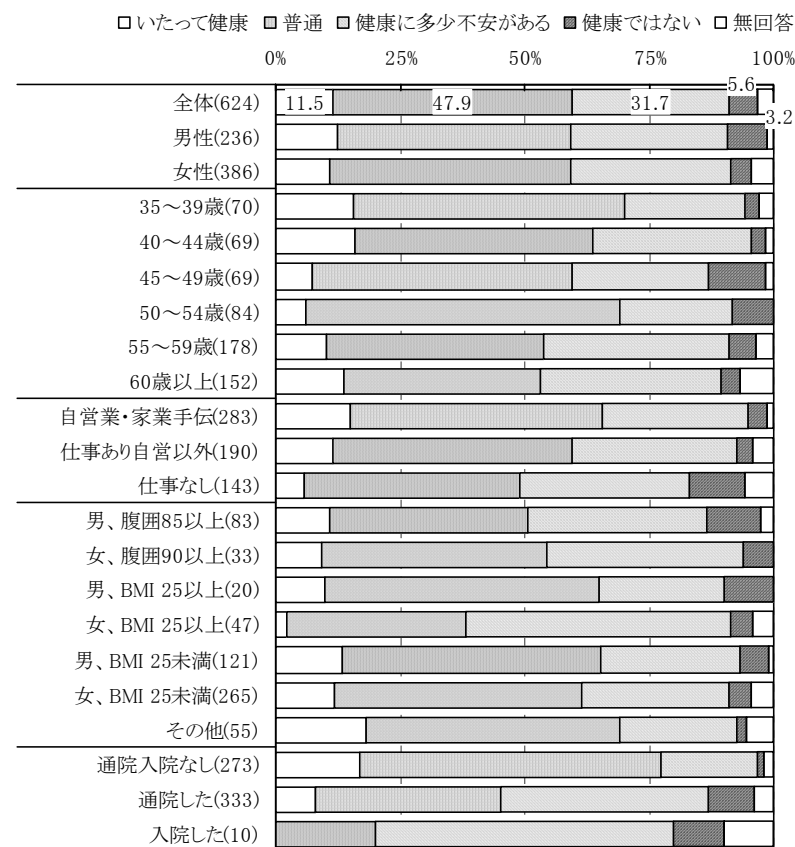
2. 健康状態と受療状況

被保険者の健康状態は、過半数が健康または普通と感じている。健康に不安がある被保険者は、年齢が高くなるほど多くなる。また、女性でBMI値（身長体重の回答から集計時に計算）が大きい被保険者では、不安感をもつ人が多い。（下図）

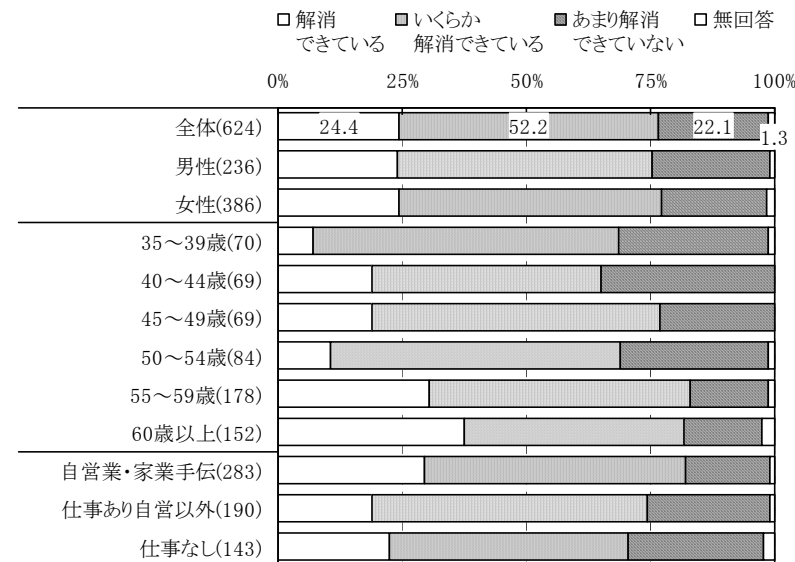
ふだんのストレスは、被保険者の約2割が、あまり解消できていないと感じている。この割合は、44歳以下と50～54歳、仕事がない、または自営業以外の仕事に就く被保険者が多い。（右上図）

被保険者の過半数は、調査の前月（6月）に通院または入院している。年齢が高いほど、この割合が大きい。腹囲やBMI値が大きい被保険者では、そうでない被保険者に比べ受療している人の割合が高い。（右下図）

問 現在、健康状態はいかがですか？



問 ふだんのストレスを解消できていますか？



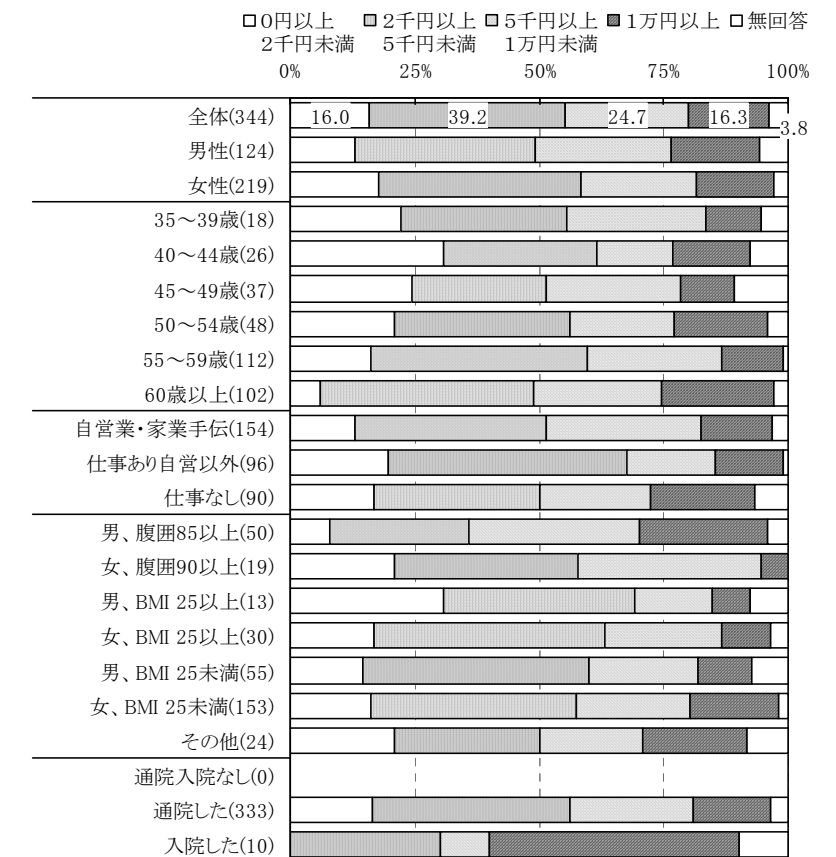
受療中の被保険者について、調査の前月（6月）1か月における自己負担額を尋ねた。この金額には、保険外の治療費やサービス費用等も含んでいると考えられる。

約4割は2～5千円未満としており、年齢が高くなるほどこの階層が占める比率が大きい。

1万円以上は1割台であるが、男性で腹囲が大きい被保険者や、入院していた被保険者で、この階層が占める比率が大きい。（下図）

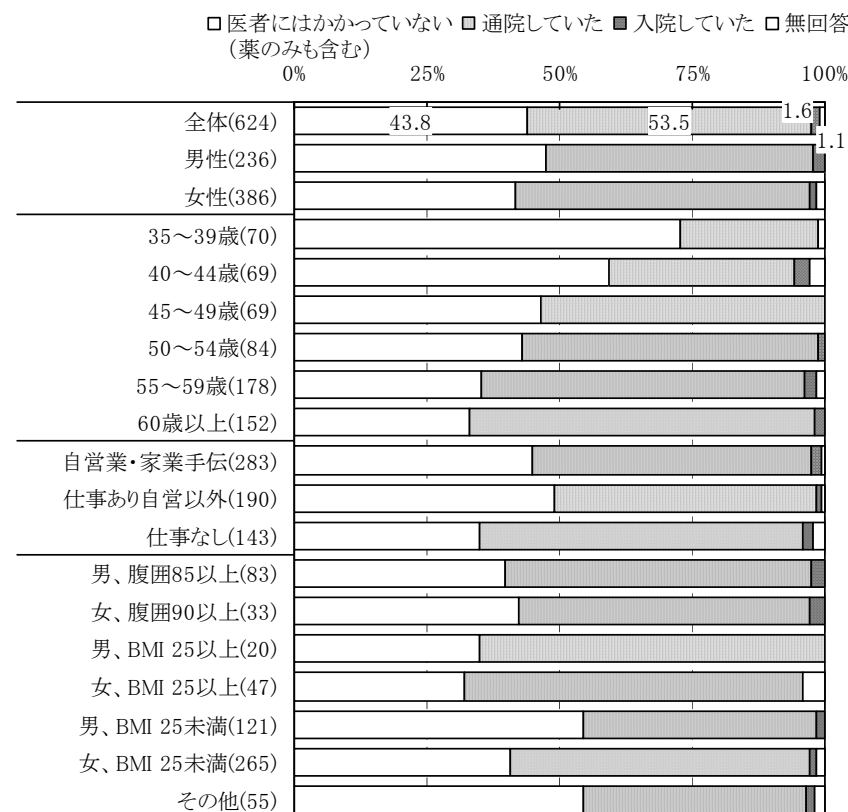
以上の実態は、中高年やメタボリックシンドロームの被保険者が多くなるほど、国保にかかる医療費が高まる可能性があることを示している。

問 6月中の医療費はだいたいどのくらいですか？ （医院・病院に支払った額）



[通院または入院している回答者のみ]

問 6月中、通院や入院をされていましたか？



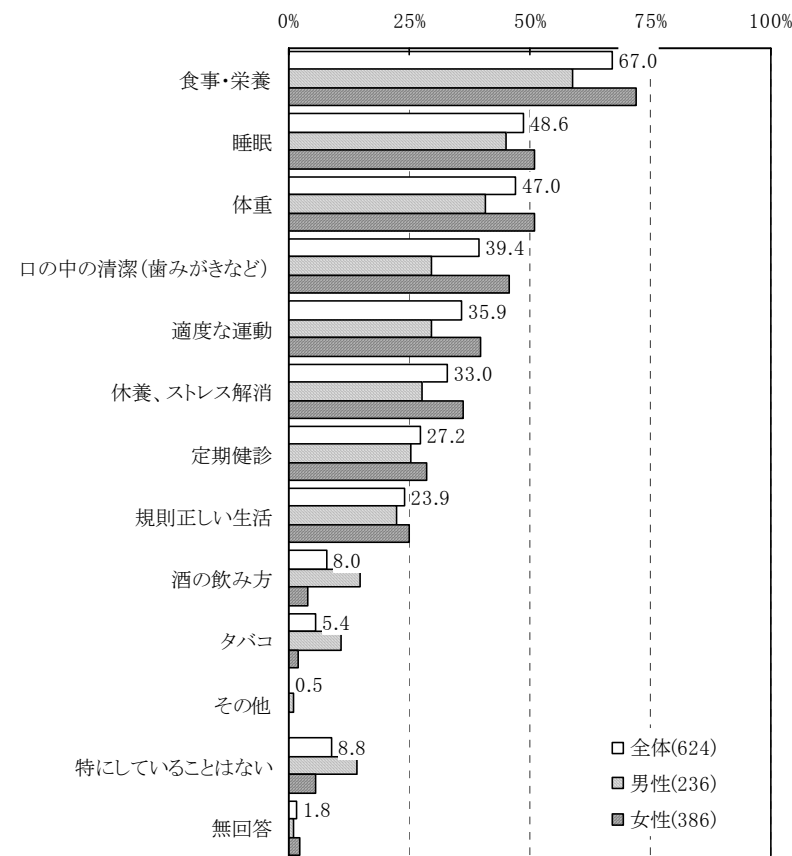
3. 健康のために気をつけていますか

被保険者の約3分の2は、健康のため、食事・栄養に気をつけている。次いで、睡眠、体重、口の中の清潔、適度な運動、休養・ストレス解消などに留意している。気をつけている被保険者の割合は、いずれも女性が多く、男性の割合が高いのは酒・タバコのみである。（下図）

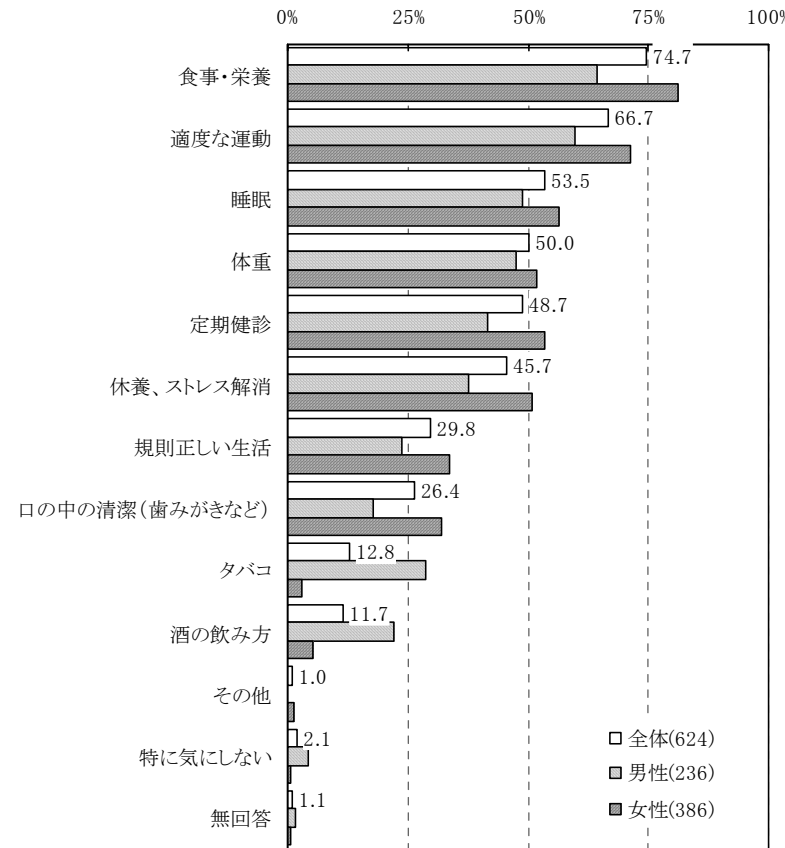
「今後」気をつけたいこと（右図）をあわせて尋ねたところ、現在気をつけていること（下図）と順位が異なっており、被保険者の実態と関心の違いが表れている。適度な運動に取り組む必要があると感じている（が、現在は取り組んでいない）被保険者が約3分の2である。

特定健診等では、このような被保険者の関心をとらえたプログラムや支援体制の構築を図る必要がある。

【広報掲載】問 健康のために、気をつけていることはありますか？



問 今後、健康を維持・改善するため気をつけたいことは何ですか？

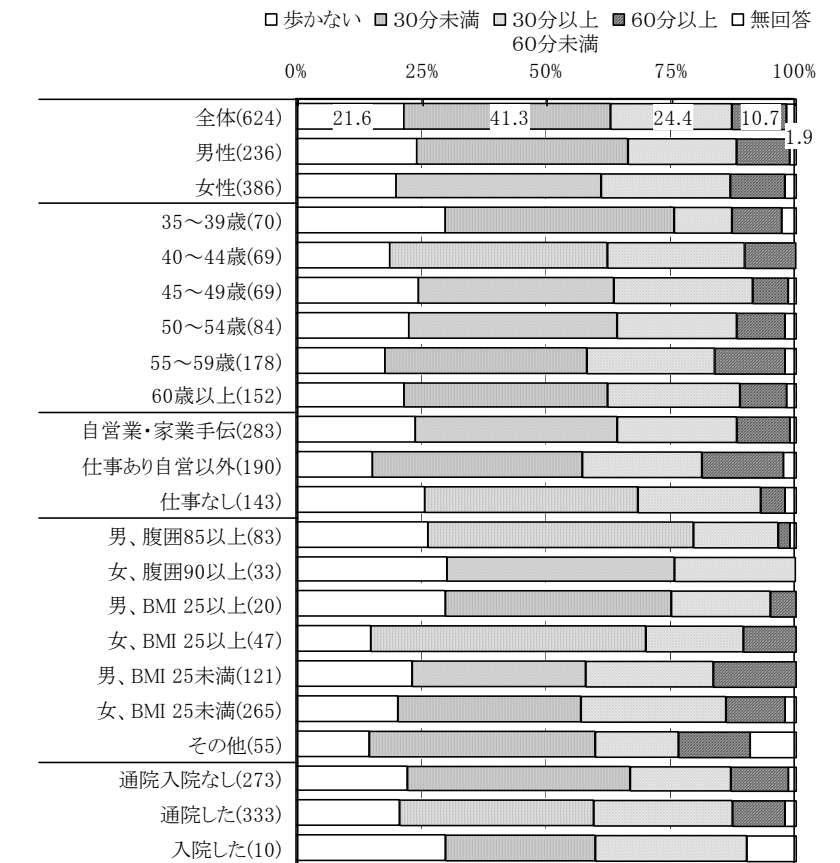


被保険者のうち約2割は、日常生活のなかでほとんど歩いていない。30分未満は約4割で、以上を合計すると約6割である。

なお、この設問は本市市民全体の健康増進計画「とよあけ健康基本計画21」の目標指標値のひとつであり、2011年度（平成23年度）に40%とする目標を掲げている。平成15年6月におこなった16歳以上の本市市民全体の回答では30分未満で44%である。

被保険者の運動不足が浮き彫りになっている。

問 1日平均どのくらい歩きますか？

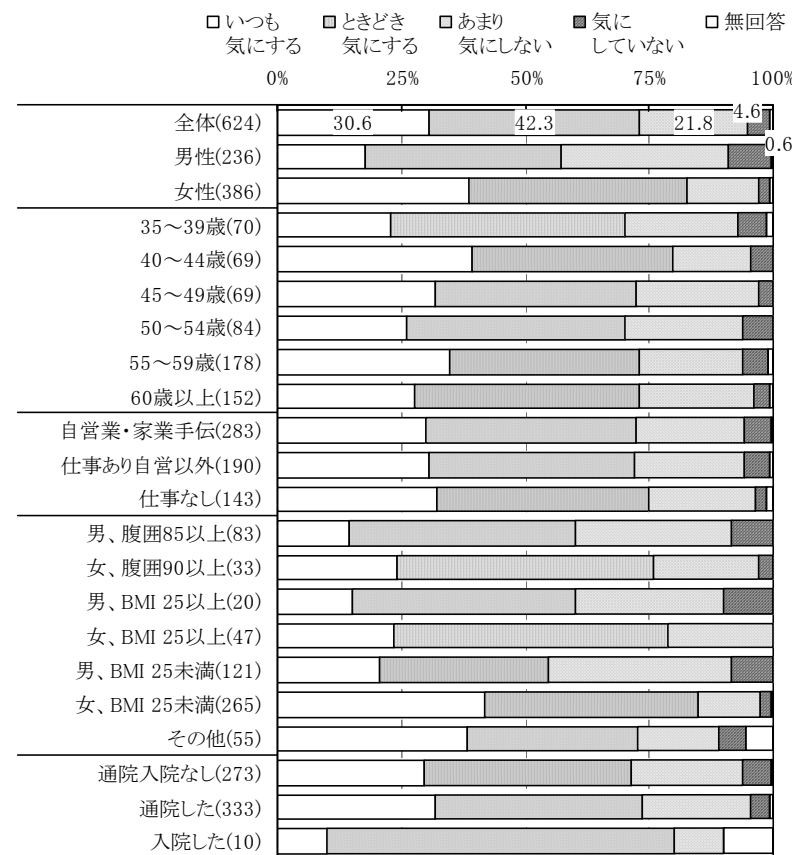


4. メタボリックシンドローム

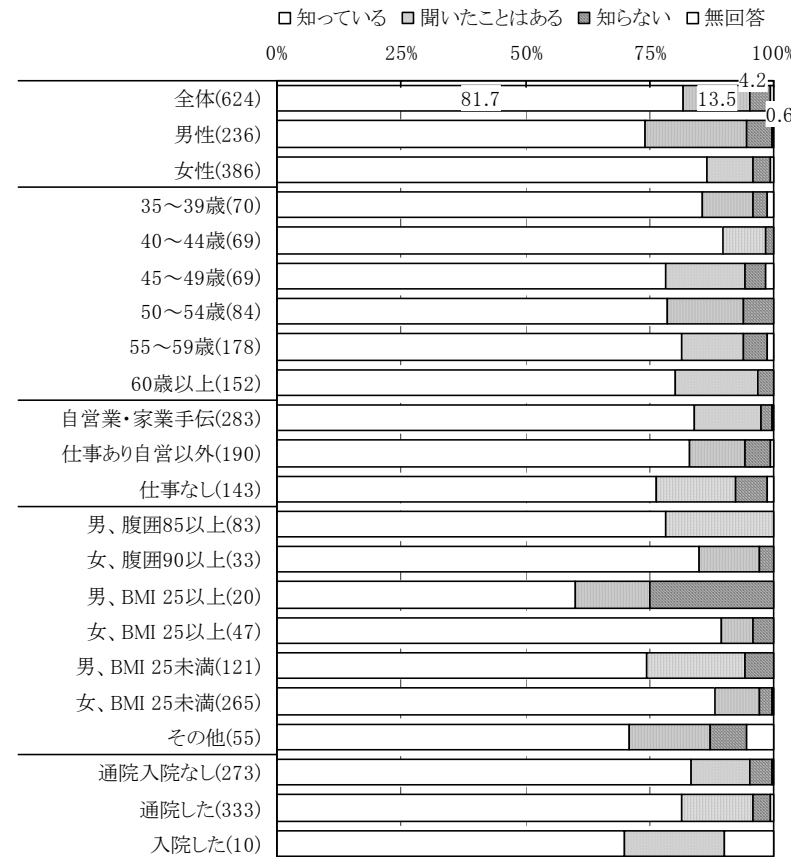
1日の食事について栄養バランスや量をいつも気にしているのは約3割である。この割合は、女性、とりわけBMI値が低い女性で高い。（下図）

「メタボリックシンドローム」（内臓脂肪型肥満）という言葉を知っている被保険者は約8割であり、聞いたことがある人を含めると9割超である。（右図）

問 1日の食事について、
栄養バランスや量を気にするようにしていますか？



問 「メタボリックシンドローム」という言葉を知っていますか？

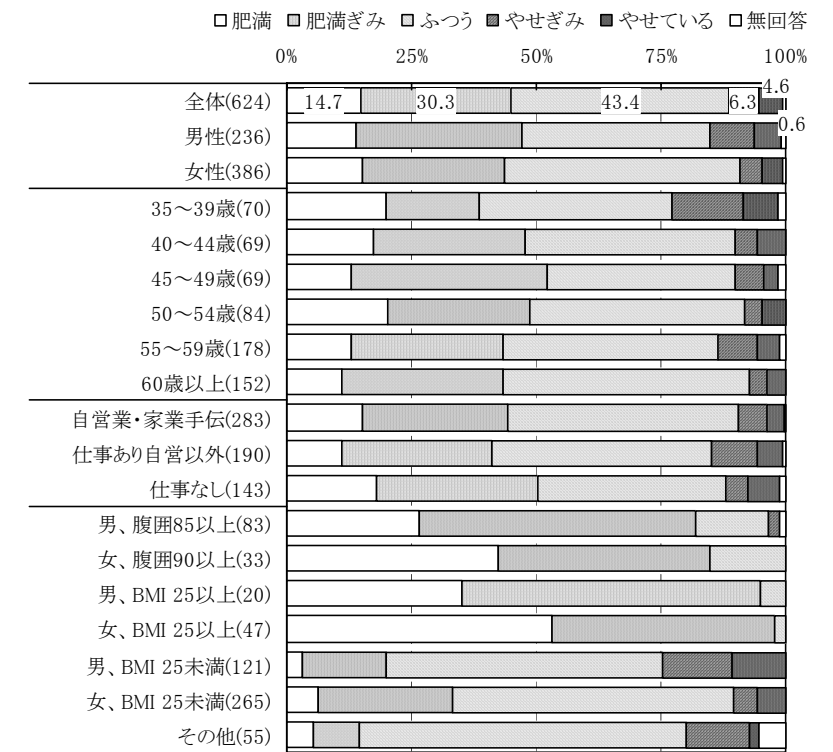


自身が、肥満または肥満ぎみと感じている被保険者は、半数弱を占めている。腹囲やBMI値が大きい被保険者では、肥満または肥満ぎみと感じている人の割合が高く、男性より女性のほうがより強く感じている。

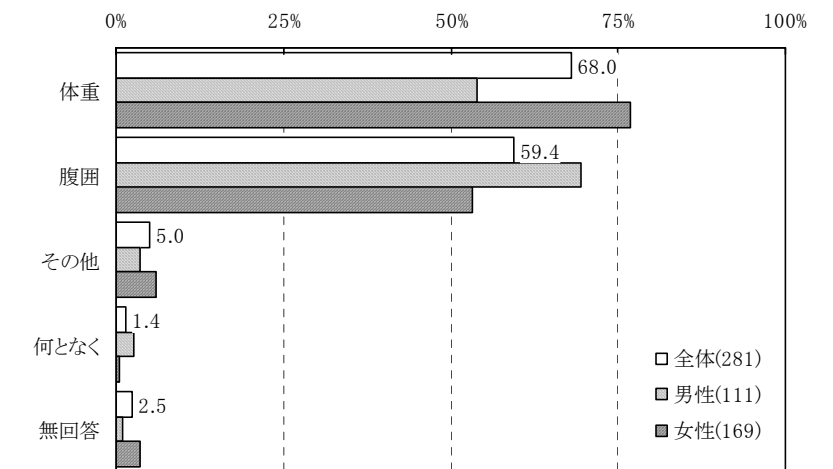
腹囲やBMI値が大きい被保険者でも、自身をふつうと感じている人があること、BMI値が低い被保険者でも肥満ぎみと感じている人があることに留意しておく必要がある。（右上図）

肥満または肥満ぎみと感じている被保険者のうち、気になっていることとして、体重を挙げる人は女性に多く、腹囲を挙げる人は男性に多い。（右下図）

【広報掲載】問 ご自身が肥満だと思いますか？



問 ご自身のどんな点が気になりますか？



【肥満または肥満ぎみと感じる回答者のみ】

5. 特定健康診査・特定保健指導の方向性

特定健康診査の実施体制を検討するため、基本健康診査等を中心として受診する予定のない被保険者に対し、「受けやすくするには」何を望むか尋ねている。（左上図）

約半数は「年間を通じて受診できること」を望み、次いで「いつ・どこで受診できるかわかりやすい情報」を指摘している。

特定健康診査のスケジュールや実施会場の確保、被保険者への案内の際に留意していく必要がある。

特定保健指導の実施機関を検討するため、これまでに健康のためになるアドバイスを受けた場所を尋ねている。（左下図）

約半数の被保険者は「医院・病院」を挙げている。次いで「家族親族」「友人・知人」からアドバイスを受けた被保険者が多い。また、約2割の被保険者は、そのような経験がない。

特定保健指導の実施にあたっては、医療機関との連携が欠かせない。また、家庭や地域・職場などの身近な人間関係を意識した指導プログラムづくり重要である。

特定保健指導の実施形態を検討するため、生活習慣病を予防するための知識を得る手段は何がよいか尋ねている。（右上図）

過半数の被保険者は「資料」を挙げており、次いで「講習」が多い。一方、通信型（ファックス、電子メール、電話）の情報提供を考えている被保険者は、少数だが一定数ある。

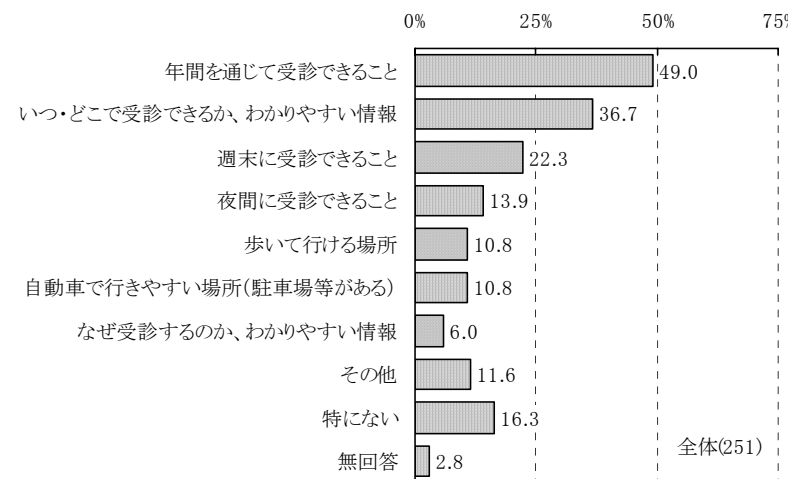
特定健康診査の結果通知、特定保健指導のプログラムづくりにあたっては、資料と講習という基本的な形態の充実・向上が必要である。

保健センターが特定保健指導の実施機関となることを想定し、そこでの相談や講習を受けたいか尋ねている。（右下図）

保健センターで相談や講習を受けたいと回答した被保険者は約4割で、約5割は「わからない」としている。

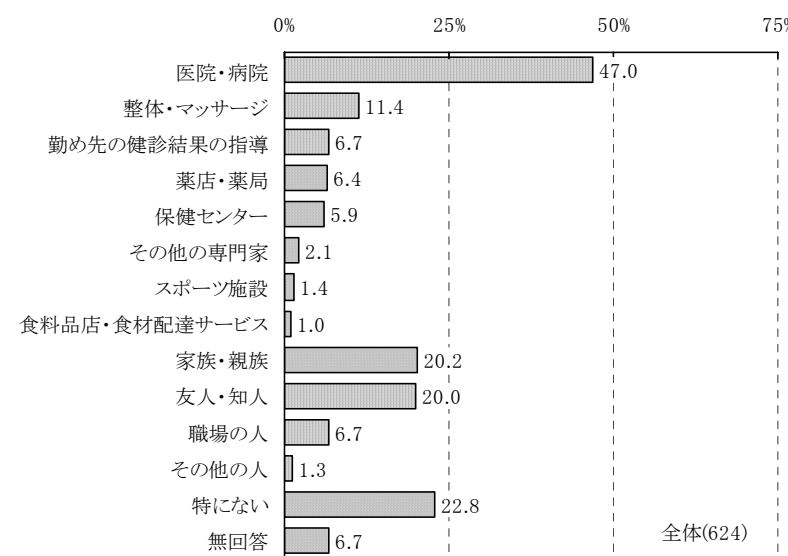
特定健診等の実施機関・会場を設定する際、一定割合が保健センターでは「受けたくない」と回答していることに留意しておく必要がある。

【広報掲載】問 健診を受けやすくするには、どのようなことを望まれますか？

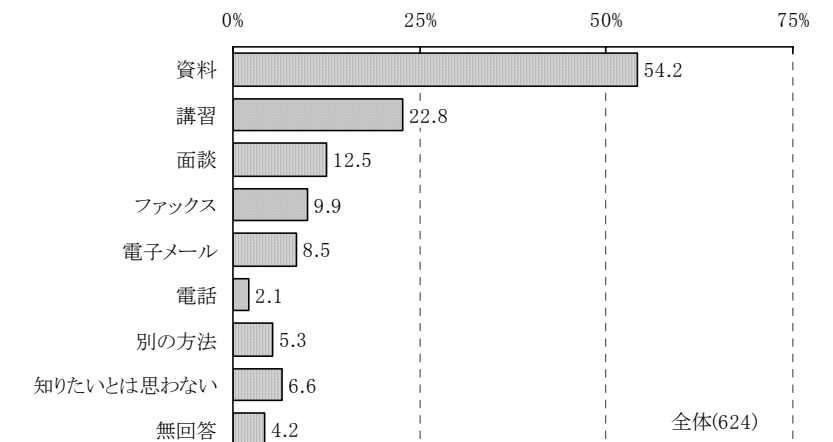


[ことし健診を受ける予定のない回答者のみ]

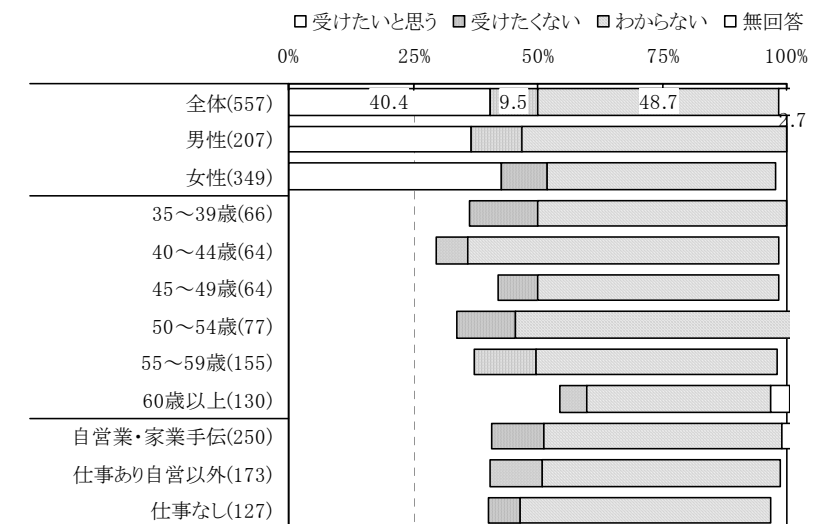
問 これまでに、健康のためになるアドバイスを、受けたことはありますか。過去5年くらいの経験でお答えください。



【広報掲載】問 生活習慣病を予防するための知識をどのように知りたいですか？



問 保健センターが行う相談や講習は、受けたいと思いますか？



[生活習慣病予防の知識を何らかのかたちで知りたい回答者のみ]