

表 4. Wellnavi による栄養分析結果—1

	透析患者		
	男性	女性	全体
N	23	13	36
Energy (Kcal/day)	1786.2±205.6	1648.5±120.7	1733.6±188.5
Water (ml/day)	1072.2±206.6	1129.3±218.4	1092.8±209.7
Protein (g/day)	65.1±12.2	58.9±12.6	62.9±12.5
Fat (g/day)	56.6±11.8	42.6±12.1	51.6±13.5
Carbohydrates (g/day)	252.6±37.1	245.6±29.4	254.0±34.2
Sodium (mg/day)	3479.2±861.1	3235.7±765.5	3391.3±825.3
Potassium (mg/day)	2427.1±662.6	2247.0±510.9	2362.1±610.9
Calcium (mg/day)	380.4±150.0	313.6±100.1	356.3±136.6
Magnesium (mg/day)	240.0±63.3	218.8±34.4	232.4±55.1
Phosphorus (mg/day)	931.6±228.5	810.7±148.9	887.9±209.5
Salt (g/day)	8.8±2.2	8.2±2.0	8.6±2.1
Saturated fatty acid (g/day)	13.2±3.6	10.1±3.3	12.1±3.8
Monounsaturated fatty acid (g/day)	20.3±5.0	14.3±4.5	18.2±5.6
Polyunsaturated fatty acid (g/day)	14.2±3.8	12.1±3.9	13.4±3.9
Cholesterol (mg/day)	313.9±116.3	244.5±108.5	288.8±117.0
Dietary fiber, water-soluble (g/day)	2.8±0.8	3.2±0.5	2.9±0.7
Dietary fiber, water-insoluble (g/day)	10.5±2.2	10.5±1.9	10.5±2.1
Dietary fiber, total (g/day)	14.4±3.7	14.2±2.8	14.3±3.1

表 5 日本腎臓学会「血液透析患者の食事療法に関するガイドライン」との比較

	総エネルギー (kcal/kg*/day)	たんぱく質 (g/kg*/day)	脂質 (g/kg*/day)	カルシウム (mg/day)	リン (mg/day)	カリウム (mg/day)	食物繊維 (g/day)	塩分 (g/day)
「ガイドライン」	30-35	1.0-1.2	1.0-1.17	1500	700	600	20-25	8
透析患者	30.5±4.3	1.2±0.4	0.9±0.2**	2362.1±610.9**	887.9±209.5**	356.3±136.6**	14.3±3.1**	8.6±2.1

*: 標本体重

**p<0.05 1標本の検定

表 6 Wellnavi による栄養分析—2 (日本人の栄養所要量との比較)

	透析患者			日本人の栄養所要量(第6次改定)	
	男性	女性	全体	男性	女性
Iron (mg/day)	7.8±1.9*	6.7±1.0*	7.4±1.7	40	40
Zinc (mg/day)	7.9±1.4*	7.0±1.2*	7.6±1.4	11	10
Copper (mg/day)	1.1±0.2*	1.0±0.2*	1.1±0.2	1.8	1.6
Manganese(mg/day)	2.8±0.6*	2.9±0.5*	2.8±0.5	4	3.5
Retinol (μg/day)	174.0±105.4	137.2±88.9	160.8±100.1		
Carotene (μg/day)	4663.1±2269.8	5192.8±2322.3	4854.4±2270.2		
Retinol equivalents (μg/day)	948.8±344.7*	999.5±430.5*	967.1±372.7	600	540
Vitamine D (μg/day)	8.6±4.7	6.4±6.8	7.8±5.5	2.5	2.5
Vitamine E (μg/day)	9.6±2.4	8.5±2.9	9.2±2.6		
Vitamine K (μg/day)	234.4±132.0	248.5±116.8	239.5±125.2	65	55
Vitamine B1 (mg/day)	0.84±0.25	0.84±0.45	0.84±0.33	1.1	0.8
Vitamine B2 (mg/day)	1.05±0.23	0.92±0.25	1.00±0.24	1.2	0.8
Niacin (mg/day)	15.1±5.1	12.0±0.4	14.0±4.8	16	13
Vitamine B6 (mg/day)	1.2±0.3	1.0±0.3	1.1±0.3	1.6	1.2
Vitamine B12 (μg/day)	7.8±5.2	4.3±3.9	6.5±5.0	2.4	2.4
Folate (μg/day)	334.8±100.9	308.1±70.6	325.1±91.0	200	200
Pantothenic acid (mg/day)	5.4±0.9	4.9±0.8	5.2±0.9	5	5
Vitamine C (mg/day)	106.8±38.3	137.5±155.8	117.9±97.3	100	100

*: p<0.05 1標本のt検定 (透析患者 vs 日本人の栄養所要量)

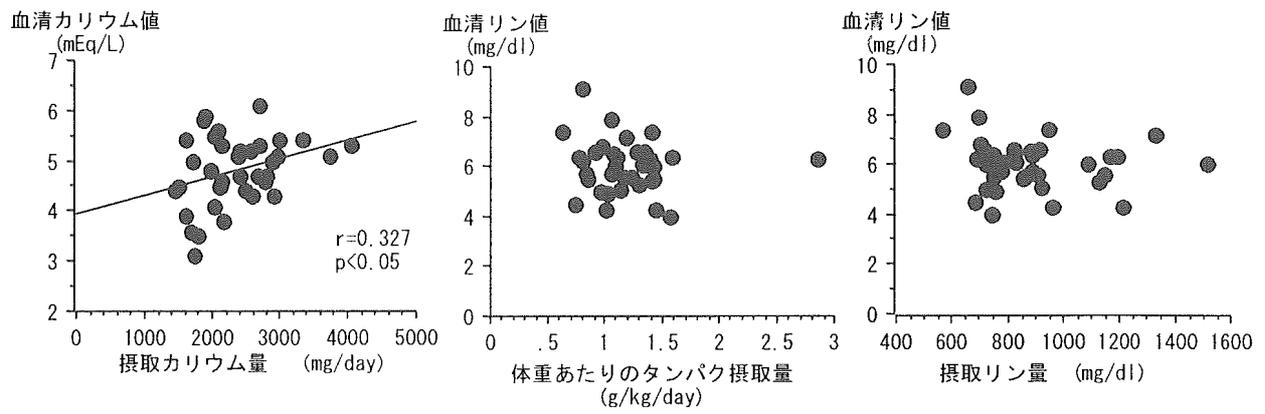


図1. 血清カリウム・P と摂取栄養量の関連

厚生労働科学研究費補助金（健康科学総合研究事業）

分担研究報告書

勤労者における「おかやま健康づくりアンケート」調査（1）

— 県および全国値との比較 —

分担研究者 鈴木 久雄 岡山大学教育学部

主任研究者 吉良 尚平 岡山大学大学院医歯学総合研究科

研究要旨

本研究は勤労成人を対象として健康づくりに関するアンケート調査を実施し、健康づくり推進に必要な基礎資料を収集することを目的とする。本対象者は身体活動・運動者が少なく、ストレスの解消が難しい者が比較的多く、生活習慣の改善意欲は高い傾向にあった。喫煙、飲酒は、県や全国参考値とほぼ同程度であった。男性は運動習慣、ストレス対策に加えて、喫煙対策、女性は食生活習慣、運動習慣、ストレスへの対策が重要と考えられる。

研究協力者

山本秀樹 岡山大学大学院医歯学総合研究科講師

杉本壮六 丸五ゴム工業総務部

藤木茂彦 (株)丸五

山下恵広 矢掛町健康管理センター 所長

妹尾文雄 矢掛町健康管理センター 次長

岩瀬珠子 矢掛町健康管理センター 保健師

宮武伸行 岡山県南部健康づくりセンター 医師

片上規夫 岡山大学大学院学生

定する必要がある。

そこで本研究では、勤労成人を対象として健康づくりに関するアンケート調査を実施し、職場の実情や特性に応じた健康づくり推進に必要な基礎資料を収集することを目的とする。

研究方法

岡山県矢掛町内の役場、病院、企業に勤務している 20 歳以上の成人を対象とした。調査は平成 14 年 3 月に行った。アンケートは 541 部配布し、回収は 493 部、回収率は 91.1% であった。このうち、協力依頼の署名記入のなかった 2 名を除いた男性 191 名、女性 300 名の計 491 名を分析対象とした。平均年齢は男性 43.7±12.3 歳、女性 41.9±10.6 歳であった。

調査内容は、「日ごろの健康管理」に関する 5 項目、「身長・体重」に関する 4 項目、「食生活習慣」に関する 17 項目、「運動習慣」に関する 8 項目、「ストレス」に関する 5 項目、「たばこ」に関する 4 項目、「たばこの影響」に関する 9 項目、「お酒」に関する 3 項目、「歯

研究目的

2000 年に、21 世紀の日本をすべての国民が健やかで心豊かに生活できる活力ある社会とするために、壮年期死亡の減少、健康寿命の延伸及び生活の質(QOL)の向上の実現に向け具体的な目標を提示した「21 世紀における国民健康づくり運動（健康日本 21）」¹⁾が示されている。これらの運動を効果的に推進するために、地域・職場等の実情に応じた健康づくり推進に関する具体的な計画を策

の健康」に関する5項目を作成した。さらに健康関連QOLの1つであるEuroQol-5Dimensions (以下EQ-5D)²⁾³⁾を追加した、計65項目の健康づくりに関するアンケート調査である。本調査用紙は昨年度報告書(p43-50)に掲載済みである。

統計解析ソフトには、SPSS10.0Jを用い、アンケートは各項目選択肢別に男、女、全体の分布割合を算出し、2群の比較にはノンパラメトリック検定Wilcoxonの順位和検定(Mann-WhitneyのU検定)、3群以上の比較にはKruskal-Wallisの順位和検定を行った。いずれも $p < 0.05$ をもって有意とした。

【倫理上の配慮】

当アンケート用紙には「疫学研究におけるインフォームド・コンセントに関するガイドライン」に沿い、岡山大学医学部倫理委員会の承認を受けた説明書をつけ、協力依頼への同意とともに署名を得た。

研究結果

本対象の人数、身長、体重、BMIの平均値と標準偏差(SD)、BMI25以上の割合を男性は表1、女性は表2に示した。BMI25以上は男性25.8%、女性16.0%であった。

(1) 「日ごろの健康管理」に関する項目

アンケートにおける男女別回答割合及び男女差、年代差は表3に示した。

健康状態が「あまりよくない」、「よくない」と答えた人数割合の合計は男女の順に12.0%、9.7%であった。治療中の病気では「高血圧」と答えた割合は男女の順に8.9%、8.0%、「心臓病」は2.1%、0.0%、「高脂血症」は4.2%、2.0%、「糖尿病」は5.8%、3.0%、「その他」と答えた割合は14.1%、11.3%であった。本対象の有病率は男性28.8%、女性22.0%であった。

健康状態(主観的)に関しては、年代間で差が認められた。高血圧、高脂血症、糖尿病治療者は年代間に差がみられ、心臓病には男

女差がみられた。

がん検診受診者数は、男女、年代とも差が認められ、健康情報の入手方法に関して男女差がみられた項目はテレビ・ラジオ、職場、友人・知人、市町村の広報、年代差がみられた項目は医療機関、家族、インターネット、市町村の広報であった。

(2) 「身長・体重」に関する項目

自分に適した体重を維持するため、何か意識的に行っていることが「ある」と答えた人数の割合は男女の順に24.0%、26.3%であった。男女間、年代間での人数の分布に有意な差はみられなかった。

(3) 「食生活習慣」に関する項目

栄養のバランスを「考えてとっている」及び「少しは考える」と答えた人数の割合は男女の順に74.0%、93.3%であった。朝食を「週に1-2回食べる」、「ほとんど食べない」と答えた割合は男女の順に19.3%、7.8%、間食(1日)を「食べない」と答えた割合は54.2%、15.0%であった。外食や食品を購入する時に栄養成分表示を「参考にする事が多い」と答えたのは4.8%、12.2%であった。自分に適した体重を維持することのできる食事を「知っている」は16.9%、34.3%であった。現在の食生活が「大変よい」及び「よい」は35.8%、29.3%、今後の食生活を「今よりよくしたい」は45.7%、68.2%であった。

男女間での人数分布割合に有意な差が認められた項目は、食事を共にする人、30分以上かけて食事、現在の食生活の3項目を除いた14項目であった。年代間での人数分布割合に有意な差が認められたのは10項目であった。

(4) 「運動習慣」に関する項目

健康維持・増進のために意識的に体を動かすように「いつも心がけている」と答えた人数の割合は男女の順に18.6%、18.9%、1日の歩数では「10,000歩以上」、「7,000-10,000

歩」、と答えた人も同様に 17.6%、19.0%であった。1回30分以上の運動頻度では「週3回以上」は順に11.8%、9.8%、運動期間では「なし」は48.7%、58.9%であった。現在の日常生活活動量や運動習慣では「大変よい」及び「よい」は27.8%、16.7%、今後の日常生活活動量や運動習慣では「日常生活活動量を増やす」、「運動習慣を増やす」、「日常生活活動量、運動習慣の両方を増やす」と答えた人は62.2%、77.2%であった。

「運動習慣」に関する8項目のうち男女間の人数分布割合では5項目、年代間では3項目で有意な差が認められ、男女差は運動期間、日常の外出状況、地域活動、今後の運動習慣、年代間では地域活動、現在の運動習慣、今後の運動習慣で有意であった。

(5) 「ストレス」に関する項目

ストレスが「多い」と答えた人の分布割合は男女の順に38.6%、42.7%、1日の睡眠時間では「7~8時間」は同様に40.3%、34.9%、睡眠によって休養が「十分とれている」は41.5%、41.3%であった。生活の中で十分に休養がとれ、上手にストレスの解消ができていく(現在の休養)では「はい」と答えた人は30.9%、36.5%、今後の休養では「積極的に休養をとりたい」は39.1%、39.5%であった。

男女間の人数分布割合では、眠りを助けるために睡眠補助品(睡眠薬など)やアルコールを利用する、悩みや心配事を気軽に相談できる家族や友人の2項目、年代間ではストレス、睡眠によって休養が十分とれている、悩みを相談できる人、現在の休養の4項目で有意な差が認められた。

(6) 「たばこ」に関する項目

現在、たばこを「吸っている」と答えた人の割合は男女の順に54.0%、2.2%であった。

男女間の人数分布割合では喫煙、喫煙本数、禁煙への関心、禁煙の意志の4項目すべてで有意な差が認められた。年代間の人数分布割

合では有意な差が認められなかった。

(7) 「たばこの影響」に関する項目

肺がんでは「知っている」と答えた人数の割合は95.4%、99.3%であった。男女とも気管支炎、喘息、心臓病、脳卒中、胃潰瘍、歯周病の順で「知っている」と答えた人が多かった。早産、小さい赤ちゃんが生まれやすいの項目では「知っている」と答えた割合はそれぞれ男女の順に52.4%、86.6%と47.3%、86.6%であった。

「たばこの影響」に関する9項目のうち、男女間の人数分布割合では3項目、年代間の人数分布割合では2項目で有意な差が認められた。男女差がみられたのは肺がん、早産がおこりやすい、小さい赤ちゃんが生まれやすい、年代差がみられたのは心臓病、胃潰瘍であった。

(8) 「お酒」に関する項目

アルコール類を「ほとんど毎日飲んでいる」、「週に3日以上飲む」と答えた人数の割合は男女の順に47.5%、9.1%であった。男女間の人数分布割合では飲酒頻度、飲酒量、年代間では飲酒の適量の知識で有意な差が認められた。

(9) 「歯の健康」に関する項目

歯の数では「全部ある」、「ほとんどある」と答えた人数の割合は男女の順に77.5%、88.9%であった。「歯の健康」に関する5項目のうち、男女間の人数分布割合では2項目、年代間では4項目で有意な差が認められた。歯の数と歯間清掃器具は男女間、年代間の両方で、歯周炎、歯石とりは年代間で差がみられた。

考察

1. アンケート結果の特徴

アンケート調査において、性差の認められた項目および項目群は、がん検診受診率や「食生活習慣」、「たばこ」、「お酒」で多くみ

られた。がん検診受診率は女性の方が約 10 ポイント高く、「食生活習慣」でも栄養のバランスや食品の摂取頻度、食生活の改善意欲などから、女性の方がよい食生活習慣であることがうかがえた。喫煙者や飲酒頻度及び飲酒の分量は、男性の方で人数割合が高く、日常生活習慣全般で、女性の方が健康づくりに対する意識や実施比率が高い結果となった。

本調査のアンケート項目のうち、「健康日本 21」¹⁾ または「健康おかやま 21」⁴⁾ で目標とされ、かつ参考にできる資料がある 16 項目について比較を行い、その結果を表 4 に示した。

「運動習慣」に関する項目のうち、1 日の歩数では、「7000 歩以上」と「7000 歩以下」の 2 群に分けたところ、7000 歩以上の人数割合は 27.6%であった。岡山県⁵⁾における成人(20~59 歳)の歩数の平均値が約 7500 歩であることから、本調査の方が歩数は少ないといえる。運動頻度が週 3 回以上であった者は 10.6%であった。徳島県の報告⁸⁾では週 3 回以上であった者は 26.7%であり、本調査の方が低い値を示した。全体的に運動習慣者が少ないため、その増加対策はもちろんであるが、日常生活での中等度活動を増加する方策も考慮するとよいと思われる¹¹⁾。

「ストレス」に関する項目では、睡眠によって休養が十分とれていない者の割合は 32.5%であった。岡山⁵⁾における成人(20~69 歳)で、睡眠によって休養が十分とれていない者の割合は 17.0%であり、本調査の方が高い値を示した。生活の中で十分に休養がとれ、上手にストレスの解消ができていない者の割合は 28.3%であった。岡山⁵⁾の成人で、ストレスにうまく対応できない者の割合は 9.8%であり、本調査の方が高い値であった。本調査の対象者は勤労者であり、仕事上のことでストレスを感じている者が多いと考えられる。

食生活に問題があると思う男性は 64.0%、女性は 70.5%であった。このうち改善意欲がある男性は 60.5%、女性は 82.7%であった。国民栄養調査⁷⁾では、食生活に問題があると思う男性は 31.6%、女性は 33.0%であり、このうち改善意欲がある男性は 55.6%、女性は 67.7%と報告され、本調査の方がどちらも高い値を示した。運動習慣に問題があると考え、かつ、それを改善したいと思っているのは、71.1%、82.4%であった。現在の休養に問題があると考え、かつ、改善したいと思っているのは、50.8%、63.4%であった。これらの結果から、生活習慣を改善しようとする意欲は高いことが推察される。

喫煙の項目では参考値⁵⁾と比べてほぼ同様な値であり、現在、喫煙しているもののうち禁煙へ関心がある者は 50.0%であった。たばこの影響に関する知識や禁煙への関心が高いにも関わらず喫煙者の割合が少なくなことは、具体的な禁煙対策の実施によって改善が期待できる。

以上より、本対象者の健康づくり推進のためには、運動習慣者が少なく、ストレスが多いことに対する認識と方策が必要であり、加えて、男性はたばこ、女性は食生活習慣の改善策を講じることが重要と思われる。

引用文献

- 1) 健康日本 21. 財団法人健康・体力づくり事業団, 2000.
- 2) EuroQol Group: EuroQol - a new facility for the measurement of health-related quality of life. Health Policy 16(3):199-208, 1990.
- 3) 池上直己, 福原俊一, 下妻晃二郎, 池田俊也: 臨床のための QOL 評価ハンドブック. 医学書院, 2001.
- 4) 岡山県: 健康おかやま 21-21 世紀における県民健康づくり運動-. 2001.

- 5) 岡山県：平成 11 年県民健康調査結果報告書. 2000.
- 6) 厚生省：平成 8 年国民栄養調査. 1997.
- 7) 健康・栄養情報研究会：国民栄養の現状 平成 10 年国民栄養調査結果第一出版, 2000.
- 8) 徳島県：県民健康・栄養の現状(平成 9 年県民健康・栄養調査結果). 1999.
- 9) 厚生省：平成 10 年度喫煙と健康問題に関する実態調査. 2000.
- 10) 厚生統計協会：歯科保健 平成 11 年保健福祉動向調査. 2001.
- 11) Dunn AL, Andersen RE, and Jakicic JM : Lifestyle physical activity interventions. history, short- and long-term effects, and recommendations. Am J Prev Med 15(4):398-412, 1998.

研究発表

なし

知的所有権の取得状況

なし

表1. 対象男性の身体的特徴

	n	身長 (cm)	体重 (kg)	BMI	BMI25以上(%)
20歳代	29	170.4±6.0	66.8±13.0	23.0±4.6	17.2
30歳代	48	169.7±5.4	66.6±11.6	23.1±3.7	23.9
40歳代	47	169.4±5.7	66.1± 9.6	23.0±3.2	28.3
50歳代	52	166.9±5.0	65.2± 9.8	23.4±3.2	33.3
60歳代	12	168.3±5.6	65.8± 8.7	23.2±2.4	9.1
70歳代	3	164.3±4.9	67.0± 8.7	24.9±4.3	33.3
平均	(191)	168.8±5.6	66.1±10.6	23.2±3.5	25.8

表2. 対象女性の身体的特徴

	n	身長 (cm)	体重 (kg)	BMI	BMI25以上(%)
20歳代	54	157.6±4.6	51.4±7.5	20.7±2.8	8.2
30歳代	66	158.0±5.0	52.0±7.5	20.8±3.0	7.7
40歳代	94	157.2±5.4	56.0±8.2	22.7±3.2	20.9
50歳代	81	155.0±5.3	55.8±8.0	23.2±3.2	23.1
60歳代	5	152.0±3.5	52.0±4.5	22.5±1.4	0.0
平均	(300)	156.8±5.3	54.2±8.0	22.1±3.2	16.0

表3. おかやま健康づくりアンケート集計結果

		男性	女性	全体	男女差		年代差		
					χ^2 値	p値	χ^2 値	p値	
(1)-1	健康状態	よい	24.3	29.3	27.4				
		まあよい	17.1	20.0	18.9				
		ふつう	46.4	41.0	43.1				
		あまりよくない	12.2	9.7	10.6				
		よくない	0.0	0.0	0.0				
(1)-2	健康診断(過去1年)	ある	78.7	90.0	85.7	10.823	**	38.923	***
		ない	21.3	10.0	14.3				
(1)-3*1	高血圧	ある	9.4	7.8	8.4			44.376	***
		ない	90.6	92.2	91.6				
(1)-3*2	心臓病	ある	2.2	0.0	0.8	6.334	*		
		ない	97.8	100.0	99.2				
(1)-3*3	高脂血症	ある	4.4	2.0	3.0			22.251	***
		ない	95.6	98.0	97.0				
(1)-3*4	糖尿病	ある	5.5	3.1	4.0			20.821	**
		ない	94.5	96.9	96.0				
(1)-3*5	その他	ある	14.4	11.3	12.4				
		ない	85.6	88.7	87.6				
(1)-4*1	胃がん検診	ある	22.7	36.9	31.4	12.763	***	105.379	***
		ない	77.3	63.1	68.6				
(1)-4*2	大腸がん検診	ある	11.6	25.9	20.5	17.543	***	68.054	***
		ない	88.4	74.1	79.5				
(1)-4*3	肺がん検診	ある	12.7	22.5	18.8	9.691	**	29.959	***
		ない	87.3	77.5	81.2				
(1)-4*4	乳がん検診	ある	0.0	52.6	32.5			87.484	***
		ない	100.0	47.4	67.5				
(1)-4*5	子宮がん検診	ある	0.0	57.7	35.7			68.067	***
		ない	100.0	42.3	64.3				
(1)-4*6	その他	ある	2.2	1.4	1.7				
		ない	97.8	98.6	98.3				
(1)-5*1	テレビ・ラジオ	ある	59.7	78.2	71.1	20.539	***		
		ない	40.3	21.8	28.9				
(1)-5*2	新聞・雑誌・図書	ある	46.4	61.1	55.5	10.999	**		
		ない	53.6	38.9	44.5				
(1)-5*3	職場	ある	18.8	34.1	28.3	14.254	***		
		ない	81.2	65.9	71.7				
(1)-5*4	医療機関	ある	22.1	29.4	26.6			19.575	**
		ない	77.9	70.6	73.4				
(1)-5*5	友人・知人	ある	14.4	25.3	21.1	9.294	**		
		ない	85.6	74.7	78.9				
(1)-5*6	家族	ある	13.3	16.0	15.0			11.199	*
		ない	86.7	84.0	85.0				
(1)-5*7	インターネット	ある	7.7	5.1	6.1			11.240	*
		ない	92.3	94.9	93.9				
(1)-5*8	市町村の広報	ある	15.5	22.2	19.6	4.404	*	25.309	***
		ない	84.5	77.8	80.4				
(2)-4	体重維持のため、意識的に 行っていることがある	はい	24.0	26.3	25.4				
		いいえ	76.0	73.7	74.6				
(3)-1	栄養のバランス	考えてとっている	11.7	23.6	19.1	39.662	***	33.020	***
		少しは考える	62.0	69.4	66.6				
		考えない	26.3	6.9	14.3				
(3)-2	脂肪分の多い食事	好んで食べる	30.2	19.4	23.6	8.039	**	24.559	***
		それほどでもない	69.8	80.6	76.4				
(3)-3	塩味	濃い方である	22.5	11.5	15.7	15.518	***		
		ふつうである	64.7	66.8	66.0				
		薄味にしている	12.7	21.7	18.3				
(3)-4	牛乳や乳製品	ほぼ毎日とる	31.5	52.4	44.4				
		週に3-5回程度とる	20.8	20.1	20.4	30.946	***	25.851	*
		週に1-2回程度とる	27.0	20.1	22.7				
		ほとんどとらない	20.8	7.3	12.4				
(3)-5	豆類や大豆製品	ほぼ毎日食べる	16.5	34.5	27.6	35.316	***	28.653	**
		週に3-5回程度食べる	30.1	35.9	33.7				
		週に1-2回程度食べる	46.6	26.5	34.1				
		ほとんど食べない	6.8	3.1	4.5				
(3)-6	緑黄色野菜	ほぼ毎日食べる	25.4	50.5	40.9	39.852	***		
		週に3-5回程度食べる	39.5	34.5	36.4				
		週に1-2回程度食べる	29.9	13.6	19.8				
		ほとんど食べない	5.1	1.4	2.8				
(3)-7	その他の野菜	ほぼ毎日食べる	31.5	57.3	47.4	37.347	***		
		週に3-5回程度食べる	42.7	31.9	36.1				
		週に1-2回程度食べる	23.6	10.4	15.5				
		ほとんど食べない	2.2	0.3	1.1				
(3)-8	果物	ほぼ毎日食べる	10.7	32.6	24.2	44.534	***	45.978	***
		週に3-5回程度食べる	24.7	26.7	26.0				
		週に1-2回程度食べる	41.0	31.6	35.2				
		ほとんど食べない	23.6	9.0	14.6				
(3)-9	朝食	ほぼ毎日食べる	75.1	87.8	83.0	16.728	**		
		週に3-5回程度食べる	6.8	4.2	5.2				
		週に1-2回程度食べる	4.0	2.4	3.0				
		ほとんど食べない	14.1	5.6	8.8				

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

表1. (続き)

		男性	女性	全体	男女差		年代差		
					χ^2 値	p値	χ^2 値	p値	
(3)-10	間食(1日)	食べない	54.2	15.0	30.0	80.597	***	25.697	**
		1-2回食べる	43.0	75.3	62.9				
		3回以上食べる	2.8	9.8	7.1				
(3)-11	食事を共にする人	いる	95.0	97.2	96.4			11.720	*
		いない	5.0	2.8	3.6				
(3)-12	30分以上かけて食事	はい	35.2	36.9	36.3				
		いいえ	64.8	63.1	63.7				
(3)-13	健康や栄養に関する催し	参加している	2.8	10.4	7.5	48.764	***	25.993	**
		参加したことがある	23.5	45.8	37.3				
		参加したことがない	73.7	43.8	55.2				
(3)-14	栄養成分表示	参考にすることが多い	5.0	12.5	9.6	86.061	***		
		ときどき参考にしている	16.2	44.1	33.4				
		あまり参考にしていない	59.8	42.0	48.8				
		栄養成分表示を知らない	19.0	1.4	8.1				
(3)-15	適した体重を維持する食事量	知っている	16.9	34.3	27.7				
		知らない	83.1	65.7	72.3				
(3)-16	自分の食生活について現在	大変よい	2.3	1.0	1.5			41.955	***
		よい	33.3	27.9	30.0				
		少し問題がある	53.7	57.2	55.9				
		問題が多い	10.7	13.8	12.6				
(3)-17	自分の食生活の今後	今よりよくしたい	46.0	68.2	59.8	24.296	***	19.569	*
		今のままでよい	30.1	18.3	22.8				
		特に考えていない	23.9	13.5	17.4				
		いつも心がけている	18.5	18.3	18.4				
(4)-1	健康維持・増進	ときどき心がけている	50.6	59.3	56.0			35.344	***
		心がけていない	30.9	22.4	25.6				
		10000歩以上	8.5	10.0	9.4				
(4)-2	1日の歩数	7000-10000歩	9.6	9.7	9.7			41.890	**
		5000-7000歩	25.4	19.8	21.9				
		5000歩未満	20.9	29.2	26.0				
		わからない	35.6	31.3	32.9				
(4)-3	1回30分以上の運動頻度	週3回以上	11.9	10.0	10.7				
		週2回程度	7.3	6.2	6.7				
		週1回程度	14.7	13.1	13.7				
		月1-2回程度	15.8	12.1	13.5				
		行っていない	50.3	58.5	55.4				
(4)-4	運動期間	なし	48.0	59.0	54.8	7.915	*		
		半年未満	13.6	13.8	13.7				
		半年-1年未満	5.6	5.2	5.4				
		1年以上	32.8	22.1	26.1				
(4)-5	日常の外出状況	積極的に外出する	42.4	52.8	48.8				
		仲間がいれば外出する	39.0	32.4	34.9				
		あまりしない	18.6	14.8	16.3				
(4)-6	地域活動	参加している	48.3	33.8	39.3			34.639	***
		参加していない	51.7	66.2	60.7				
(4)-7	日常生活活動量や運動習慣	大変よい	1.7	1.7	1.7	9.613	*		
		よい	26.6	15.6	19.7				
		少し問題がある	53.7	60.2	57.7				
		問題が多い	18.1	22.5	20.8				
(4)-8	今後の日常生活活動量や運動習慣	日常生活活動量を増やす	7.3	10.0	9.0	12.973	*		
		運動習慣を増やす	31.5	36.2	34.4				
		両方を増やす	24.7	31.0	28.6				
		今のままでよい	18.0	9.7	12.8				
		特に考えていない	18.5	13.1	15.2				
(5)-1	ストレス	多いと思う	39.4	42.9	41.6				
		普通と思う	50.3	48.8	49.4				
		少ないと思う	10.3	8.3	9.1				
(5)-2	1日の睡眠時間	7時間未満	58.2	63.7	61.6				
		7-8時間	40.7	35.3	37.3				
		9時間以上	1.1	1.0	1.1				
(5)-3	休養が十分とれている	はい	41.5	41.3	41.4			18.551	*
		いいえ	33.5	31.9	32.5				
		どちらともいえない	25.0	26.7	26.1				
(5)-4	睡眠補助品やアルコール	よく利用する	14.9	2.8	7.3	26.894	***		
		時々、利用する	14.3	11.7	12.7				
		利用しない	70.9	85.5	80.0				
(5)-5	悩みを相談できる人	はい	67.8	87.2	79.9	28.415	***	14.353	**
		いいえ	32.2	12.8	20.1				
(5)-6	休養をとりストレスの解消	はい	30.9	36.5	34.3			22.964	**
		いいえ	34.3	24.7	28.3				
		どちらともいえない	34.9	38.9	37.4				
(5)-7	自分の休養(今後)	積極的に休養をとりたい	41.1	39.6	40.2			35.768	***
		今のままでよい	34.9	31.9	33.0				
		特に考えていない	24.0	28.5	26.8				
(6)-1	たばこ	吸っている	54.0	2.2	22.2	255.832	***	16.135	*
		過去に吸っていた	20.5	2.2	9.3				
		以前から吸っていない	25.6	95.7	68.5				
(6)-2	本数(1日)	吸っていない	46.5	97.9	78.1	173.131	***		
		19本まで	15.7	1.7	7.2				
		20本以上	37.8	0.3	14.7				

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

表1. (続き)

		男性	女性	全体	男女差		年代差			
					χ^2 値	p値	χ^2 値	p値		
(6)-3	禁煙に関心があるか	はい	28.1	3.5	13.1	141.376	***			
		いいえ	28.1	3.5	12.7					
		回答無し	43.8	93.1	74.2					
(6)-4	6か月以内に禁煙したい	はい	9.8	1.0	4.2	157.716	***			
		いいえ	45.1	3.1	19.3					
		回答無し	45.1	95.8	76.5					
(7)-1	喫煙している人は、肺がんになりやすい	知っている	95.4	99.3	97.8	7.2	*			
		知らない	4.6	0.7	2.2					
(7)-2	喫煙している人は、喘息になりやすい	知っている	69.4	72.2	71.1					
		知らない	30.6	27.8	28.9					
(7)-3	喫煙している人は、気管支炎になりやすい	知っている	75.7	80.4	78.6					
		知らない	24.3	19.6	21.4					
(7)-4	喫煙している人は、心臓病になりやすい	知っている	62.4	60.5	61.2			23.549	***	
		知らない	37.6	39.5	38.8					
(7)-5	喫煙している人は、脳卒中になりやすい	知っている	59.5	60.5	60.1					
		知らない	40.5	39.5	39.9					
(7)-6	喫煙している人は、胃潰瘍になりやすい	知っている	48.3	44.2	45.8			14.181	**	
		知らない	51.7	55.8	54.2					
(7)-7	妊娠中に喫煙すると早産がおこりやすい	知っている	52.5	87.4	74.5	64.1	***			
		知らない	47.5	12.6	25.5					
(7)-8	妊娠中の喫煙は小さい赤ちゃんが生まれやすい	知っている	46.3	87.0	72.0	81.0	***			
		知らない	53.7	13.0	28.0					
(7)-9	喫煙している人は、歯周病になりやすい	知っている	37.4	44.7	41.9					
		知らない	62.6	55.3	58.1					
(8)-1	酒やビールなどのアルコール類	ほとんど毎日飲んでいる	39.2	4.5	17.7	112.264	***	51.897	***	
		週に3日以上飲む	8.5	4.9	6.3					
		週に1-2日飲む	9.7	6.6	7.8					
		たまに飲む	21.6	31.9	28.0					
		ほとんど飲まない	21.0	52.1	40.3					
(8)-2	1日に飲むアルコールの分量	ほとんど飲まない	20.9	52.8	40.6	89.137	***			
		1合まで	45.8	42.0	43.4					
		1合-2合未満	22.0	4.5	11.2					
		2合-3合未満	10.2	0.7	4.3					
(8)-3	飲酒の適量は、1日に日本酒1合	3合以上	1.1	0.0	0.4			42.475	***	
		知っている	65.5	67.4	66.7					
(9)-1	歯の数	知らない	34.5	32.6	33.3	16.283	**	144.862	***	
		全部ある	33.1	47.4	42.0					
		ほとんどある	44.4	41.5	42.6					
		半分くらいある	16.9	9.0	12.0					
		ほとんどない	4.5	2.1	3.0					
(9)-2	歯周炎のために歯科医にかかっている	全くない	1.1	0.0	0.4			24.161	***	
		はい	16.2	12.1	13.7					
(9)-3	歯と歯の間を清掃するための専用器具	いいえ	83.8	87.9	86.3	10.281	**	19.154	*	
		ほぼ毎日使っている	7.3	9.0	8.4					
		ときどき使っている	18.1	31.9	26.7					
(9)-4	歯科医で、歯石をとったことがあるか(過去1年)	使っていない	74.6	59.0	64.9			12.429	*	
		ある	46.1	46.9	46.6					
(9)-5	歯の健康診断を受けたことがあるか(過去1年)	ない	53.9	53.1	53.4					
		ある	36.5	42.7	40.3					
		ない	63.5	57.3	59.7					

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

表4. アンケート結果と参考資料の比較

		男	参考値	差	女	参考値	差	全体	参考値	差	文献
		(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	
健康状態	よい	88.0	81.3	6.7	90.2	85.8	4.4	89.3	83.7	5.6	5)
	よくない	12.0	18.7	-6.7	9.8	14.2	-4.4	10.7	16.2	-5.5	
治療中の病気	ある	28.8	30.2	-1.4	22.0	29.8	-7.8	24.6	30.0	-5.4	5)
	ない	71.2	69.8	1.4	78.0	70.2	7.8	75.4	70.0	5.4	
BMI	25未満	74.2	74.6	-0.4	84.0	76.5	7.5	80.2	75.7	4.5	5)
	25以上	25.8	25.4	0.4	16.0	23.5	-7.5	19.8	24.3	-4.5	
体重維持を意識的に 行っている	はい	24.0	62.6	-38.6	26.3	80.1	-53.8	25.4	-	-	6)
	いいえ	76.0	37.4	38.6	73.7	19.9	53.8	74.6	-	-	
朝食	ほぼ毎日	80.7	87.7	-7.0	92.2	95.2	-3.0	87.7	91.7	-4.0	5)
	ほとんど食べない	19.3	12.3	7.0	7.8	4.8	3.0	12.3	8.3	4.0	
間食	食べない	54.2	54.8	-0.6	15.0	22.8	-7.8	30.0	37.5	-7.5	5)
	1-2回	43.0	39.2	3.8	75.3	70.9	4.4	62.9	56.3	6.6	
	3回以上	2.8	6.0	-3.2	9.8	6.3	3.5	7.1	6.1	1.0	
栄養成分表示	いつも参考にする	4.8	3.7	1.1	12.2	11.1	1.1	9.3	7.7	1.6	5)
	ときどき参考	15.9	16.1	-0.2	44.7	40.9	3.8	33.5	29.5	4.0	
	参考にしない	79.4	80.3	-0.9	43.1	48.0	-4.9	57.2	62.9	-5.7	
食事量	知っている	16.9	65.6	-48.7	34.3	73.0	-38.7	27.7	-	-	7)
	知らない	83.1	34.4	48.7	65.7	27.0	38.7	72.3	-	-	
1日の歩数	7000歩以上	27.3	[平均 7499歩]	-	27.9	[平均 7587歩]	-	27.6	-	-	5)
	7000歩以下	72.7			72.1			72.4			
運動頻度	週3回以上	11.8	24.0	-12.2	9.8	28.9	-19.1	10.6	26.7	-16.1	8)
	週1-2回	21.4	12.3	9.1	19.3	12.2	7.1	20.1	12.2	7.9	
	行っていない	66.8	63.7	3.1	70.8	58.9	11.9	69.3	61.1	8.2	
睡眠による休養	はい	41.5	63.1	-21.6	41.3	62.7	-21.4	41.4	62.9	-21.5	5)
	いいえ	33.5	16.3	17.2	31.9	17.5	14.4	32.5	17.0	15.5	
	どちらともいえない	25.0	20.5	4.5	26.7	19.8	6.9	26.1	20.1	6.0	
ストレスの解消	はい	30.9	59.0	-28.1	36.5	55.1	-18.6	34.3	56.9	-22.6	5)
	いいえ	34.3	8.2	26.1	24.7	11.1	13.6	28.3	9.8	18.5	
	どちらともいえない	34.9	32.8	2.1	38.9	33.8	5.1	37.4	33.3	4.1	
喫煙	吸っている	54.0	55.1	-1.1	2.2	9.9	-7.7	22.2	30.7	-8.5	5)
	過去に吸っていた	20.5	18.5	2.0	2.2	3.2	-1.0	9.3	10.2	-0.9	
	吸っていない	25.6	26.4	-0.8	95.7	86.8	8.9	68.5	59.0	9.5	
たばこの影響・肺がん	知っている	95.4	-	-	99.3	-	-	97.8	84.5	13.3	9)
たばこの影響・喘息	知っている	69.4	-	-	72.2	-	-	71.1	59.9	11.2	
たばこの影響・気管支炎	知っている	75.7	-	-	80.4	-	-	78.6	65.5	13.1	
たばこの影響・心臓病	知っている	62.4	-	-	60.5	-	-	61.2	40.5	20.7	
たばこの影響・脳卒中	知っている	59.5	-	-	60.5	-	-	60.1	35.1	25.0	
たばこの影響・胃潰瘍	知っている	48.3	-	-	44.2	-	-	45.8	34.1	11.7	
たばこの影響・妊娠	知っている	58.3	-	-	90.8	-	-	78.8	79.6	-0.8	
たばこの影響・歯周病	知っている	37.4	-	-	44.7	-	-	41.9	27.3	14.6	
飲酒	ほぼ毎日	47.6	45.6	2.0	9.2	5.4	3.8	24.0	23.9	0.1	
	週1-2回	9.2	15.9	-6.7	6.4	10.9	-4.5	7.5	13.2	-5.7	
	たまに飲む	22.2	12.5	9.7	31.5	26.5	5.0	27.9	20.1	7.8	
	飲まない	21.1	26.1	-5.0	52.9	57.2	-4.3	40.6	42.9	-2.3	
歯	全部ある	33.1	36.5	-3.4	47.4	34.1	13.3	42.0	35.3	6.7	10)
	ほとんどある	44.4	39.7	4.7	41.5	38.2	3.3	42.6	38.9	3.7	
	半分くらい	16.9	11.6	5.3	9.0	12.1	-3.1	12.0	11.9	0.1	
	ほとんどない	4.5	7.3	-2.8	2.1	8.4	-6.3	3.0	7.8	-4.8	
	全くない	1.1	4.7	-3.6	0.0	6.8	-6.8	0.4	5.8	-5.4	

厚生労働科学研究費補助金（健康科学総合研究事業）
分担研究報告書

岡山県内の健康増進関連施設調査

主任研究者 吉良尚平 岡山大学大学院医歯学総合研究科

研究要旨

一般の人およびかかりつけ医に対して、身近で継続して利用できる健康づくりのための施設情報を提供することを目的として、岡山県内の健康増進関連施設の情報収集を行うとともに、その一覧をインターネット上で公開した。

研究協力者

逸見真理子 岡山県保健福祉部健康対策課
課長補佐

定金整司 岡山県保健福祉部健康対策課
主査

関 明彦 岡山大学大学院医歯学総合研究科
助手

研究目的

生活習慣病一次予防対策を実践していく上で、運動指導は栄養指導と並ぶ重要な柱の一つである。しかし、われわれのこれまでの調査から、かかりつけ医における生活習慣病患者、あるいはその予備群への指導において、運動指導は栄養指導に比べ必ずしも十分に行われているとは言いがたく、また、かかりつけ医と健康増進関連施設との連携もごく一部の医療施設に限られていた。

また一方で、広く一般の人が健康づくりを行う上では、身近に運動を継続して実践することができる施設がどこにあるのか、あるいはそこでどのようなことができるかなどの情報も必要である。

そこで、岡山県内の健康増進関連施設の情報をまとめ、かかりつけ医などが運動指導の際に容易に参照できる資料を作成し、生活習慣病対

策に活用できるようにすること、および、一般の人に対して身近にある健康増進関連施設についての情報を提供できるようにすることを目的として、本研究を実施した。

研究方法

岡山県保健福祉部と岡山大学医学部公衆衛生学教室（現 岡山大学大学院医歯学総合研究科公衆衛生学分野）が平成 11 年度に作成した「健康マップ 健康づくり施設・健康づくり指導者名簿」に収載の健康増進関連施設（274 施設）に対し、その後の異動などについて質問紙による調査を実施した。

同時に、未収載の健康増進関連施設の有無を県下の市町村および保健所に問い合わせ、該当する施設に対しても、その概要、サービスの種類、スタッフの構成などについて、質問紙による調査を実施した。寄せられた回答のうち、公開することの許可が得られた 143 施設について解析を行った。

以上により得られた情報をまとめるとともに、了承の得られた施設の情報についてはインターネット上で「岡山県健康づくり施設マップ」として公開した。

【倫理面への配慮】

対象となる健康増進関連施設に対して、まず

本調査の目的を説明した上で、回答を行うか否かは任意であることを説明した。その結果、回答の得られた施設についてのみ集計するとともに、健康増進関連施設一覧としてインターネット上に情報を掲載することを承諾した施設のみを掲載することとした。

研究結果

150 施設から回答が得られ、そのうち、143 施設についてインターネット上への情報掲載の承諾が得られた。この 143 施設分の情報をデータベースに入力し、ウェブページの閲覧者の操作により地域、施設・機器、サービスなどにより検索がかけられるようにウェブページを設計した。

ウェブページは「岡山県健康づくり施設マップ」として <http://www.okakenko.jp/kenkomap/> で公開している。なお、ウェブページの一部を別紙に添付する。

研究発表

なし

成果発表

インターネット上にて「岡山県健康づくり施設マップ」<http://www.okakenko.jp/kenkomap/>として公開

知的所有権

なし

⑤ 付帯施設	1 テニスコート 2 スカッシュコート 3 ラケットコート 4 宿泊施設 5 レストラン等飲食施設 6 その他 ()
--------	---

⑥ 運営形態	会員制の運営形態をとって (1 いる 2 いない) 会員制の区分 (1 会員制 2 ビジター制 3 両者の併用) 会員数 人 (平成 年 月 日現在) 1か月あたり平均利用者数 人
--------	---

⑦ 所有設備	1 体力・運動能力測定室 2 健康・運動指導相談室 3 健診室 4 休憩・休養室 5 研修室 6 浴室 7 シャワー 8 その他 ()
--------	--

⑧ 機器内容	形態測定機器	1 身長計 2 体重計 3 血圧計 4 体脂肪計 (種類) 5 座高計 6 その他 ()
	体力測定機器	1 握力計 2 脚筋力測定器 3 体前屈測定器 4 片足立ち測定器 5 全身反応測定器 6 負荷心電図測定装置 7 上体おこし測定器 8 背筋力計 9 垂直跳び測定器 10 肺活量計 11 その他 ()
	運動実践機器	1 自転車エルゴメーター 2 トレッドミル 3 昇降運動機器 4 ダンベル 5 バーベル 6 ローイングマシン 7 筋力系マシン 8 その他 ()

⑨ 施設へのアクセス等	駐車場 1 有 (台収容) 2 無 ----- 最寄りの交通機関 () 及び所要時間 (時間 分)
-------------	---

⑩ サービスの種類 教室?	1 ウェイトトレーニング 2 エアロビクスダンス 3 ジャズダンス 4 体操 5 水泳 6 ヨガ 7 太極拳 8 テニス 9 スカッシュ 10 ラケットボール 11 栄養指導・相談サービス 12 運動指導・相談サービス 13 健康情報提供サービス 14 リラクゼーションサービス 15 水中エアロビク 14 水中ウォーク 15 その他 ()
------------------	--

⑪ 運動指導の実施状況	1 個人別運動プログラムを提供 2 個人別運動実践指導を提供 3 集団に対する運動の実践指導を提供 4 実施していない
-------------	---

⑫ 利用者に対し	実施状況 1 入会時にのみ実施 2 定期的実施
----------	-------------------------

する健康診断 の実施状況	3 必要に応じて実施	4 健康診断書の提出のみ	5 実施していない
	実施場所・方法		
	1 付設医療機関で実施（機関名		）
	2 外部医療機関で実施（機関名		）
	3 問診表式健康チェックを実施（問診表コンピュータチェックを含む）		

⑬ 利用者に対 する体力測定 の実施状況	実施状況	1 入会時にのみ実施	2 定期的実施
		3 必要に応じて実施	4 実施していない
	実施場所	1 自施設で実施	
		2 他の施設に委託（施設名	
	実施内容	1 心肺持久力の測定	2 その他の体力運動能力の測定

⑭ 従事者数 (非常勤含む。 資格の重複所持 者は、複数回答)	合計	人（うち非常勤	人）
	医師	保健婦・士	看護婦・士
		準看護婦・士	管理栄養士
		栄養士	
	健康運動指導士	健康運動実践指導者	
	ヘルスケアトレーナー	ヘルスケアリーダー	
	インストラクター	その他の指導員	
	事務員	その他	

⑮ サービス開 始年月	(1 大正 2 昭和 3 平成) 年 月
	(事業所の開設年月ではなく、サービス開始年月を記入してください。)

⑯ 開館時間	平日	土曜
	日曜	祝祭日

⑰ 休館日	
-------	--

⑱ 運動指導員の派遣サービスを提供して (1 いる 2 いない)

⑲ 運動・健康関連研修サービスを提供して (1 いる 2 いない)

⑳ 厚生省から健康増進施設の認定を受けて (1 いる 2 いない)

21 その他施設の特徴または一般にPRしたいことなど

御協力誠にありがとうございました。

健康づくり施設マップ検索 - Microsoft Internet Explorer

ファイル(F) 編集(E) 表示(V) お気に入り(A) ツール(T) ヘルプ(H)

アドレス http://www.okakenko.jp/kenkomap/query.aspx#

岡山県健康づくり施設マップ

地域別検索 健康づくり施設マップとは？

県下全域 検索

高齢社会を迎えた今日、生活習慣病を予防して活力ある生活を長く保つためには、県民一人ひとりが健康増進の重要性を自覚し、楽しく継続して運動を実践することが重要となっています。

このため、身近で継続的に運動を実践することのできる施設についての情報を広く県民に提供することにより、県民の健康づくりを支援することを目的に、岡山県と岡山大学大学院歯学総合研究科公衆衛生学分野との共同事業として、健康づくり施設についての地域情報を収集整理することとしました。

施設名五十音検索
あかさたな
はまやらわ

最寄駅・バス停検索

検索

健康づくり施設マップとは？
掲載した施設
検索のしかた

戻る

お問い合わせ
〒700-0077
岡山県岡山市東区
岡山県健康増進部健康対策課
〒700-0077
岡山県 086-222-7283
FAX 086-222-7283
E-mail kentai@pref.okayama.jp
最終更新日 2002年10月25日

メンテナンス

健康づくり施設マップ検索 - Microsoft Internet Explorer

ファイル(F) 編集(E) 表示(V) お気に入り(A) ツール(T) ヘルプ(H)

アドレス http://www.okakenko.jp/kenkomap/query.aspx#

岡山県健康づくり施設マップ

地域別検索 掲載した施設

県下全域 検索

● 公営・民営を問わず、体育館、フィットネスクラブ、スポーツセンターなど、一般県民が継続的に運動を実践することのできる屋内型運動施設（屋外施設が併設された屋内施設や、全体施設の一部に運動スペースがあるものを含む）が対象です。ただし、公民館や武道場、学校施設については、除外しています。

● インターネットへの掲載は、掲載についての了承が得られた施設のみです。

戻る

施設名五十音検索
あかさたな
はまやらわ

最寄駅・バス停検索

検索

健康づくり施設マップとは？
掲載した施設
検索のしかた

お問い合わせ
〒700-0077
岡山県岡山市東区
岡山県健康増進部健康対策課
〒700-0077
岡山県 086-222-7283
FAX 086-222-7283
E-mail kentai@pref.okayama.jp
最終更新日 2002年10月25日

メンテナンス

地域別検索
[岡山市] [検索]

地域・内容検索
左の地域に内容を組み合わせて [検索] [すべてクリア]

< 内容 >

駐車場有無・運営形態等 [クリア]

駐車場有無 あり なし

会員の運営形態
 全員制はとっていない
 全員制をとっている(会員のみの利用可)
 全員制をとっている(ビクターも利用可)

バリアフリー設備
 車いす進入可
(車いすで進入できるよう出入口の段差が解消されている。)
 車いすトイレあり
(車いすで便所できるトイレが整備されている。)

障害者利用料金減免 あり なし

障害者補助金受取等
運動型健康増進施設 該当 非該当

設置目的・特徴
セールスポイント

運動施設の内容・付帯施設等 [クリア]

運動施設(屋内)の内容
 OR条件 AND条件

OR条件 AND条件
 OR条件 AND条件

付属の屋外運動施設 あり なし

付帯施設
 OR条件 AND条件

機器内容 [クリア]

形測定機器
 OR条件 AND条件

体力測定機器
 OR条件 AND条件

運動実験機器
 OR条件 AND条件

健康診断の実施状況 [クリア]

健康診断実施状況
 入会時のみ実施
 必要に応じて実施
 定期的に実施
 健康診断書の提出のみ
 実施していない

健康診断実施場所
 OR条件 AND条件
 付帯医療機関で実施
 外掛医療機関で実施
 簡易式健康チェックを実施(問診表コンピュータチェックを含む)

体力測定の実施状況 [クリア]

体力測定実施状況
 入会時のみ実施
 必要に応じて実施
 定期的に実施
 実施していない

体力測定実施場所
 自施設で実施
 他の施設に委託

体力測定実施内容
 OR条件 AND条件
 心肺持久力の測定
 その他の体力運動能力の測定

運動指導サービス [クリア]

運動指導サービス
 OR条件 AND条件

運動指導サービス
 OR条件 AND条件

その他のサービス
 OR条件 AND条件

エアロビクス教室
 ヨガ教室
 水泳教室
 水中エアロビ教室
 ジェスダンス教室
 水療教室

ウェイトトレーニング指導
 体操教室
 テニス教室
 水中ウォーク教室

個人別の運動要領指導

個人別運動プログラムの提供
 集団に対する運動の実践指導

施設外への運動指導員の派遣

栄養相談サービス
 健康情報提供サービス

最終更新日:2007年10月23日

ページ

