

Yes	93	35.0
合計	266	100.0

Q28. コーヒー・紅茶に入れるもの: ミルク

	N	%
No	141	53.0
Yes	125	47.0
合計	266	100.0

Q28. コーヒー・紅茶に入れるもの: 上記は入れない・飲まない

	N	%
No	144	54.1
Yes	122	45.9
合計	266	100.0

SQ30-1. 飲用するアルコール飲料: ビール

	N	%
No	22	11.8
Yes	165	88.2
合計	187	100.0
システム欠損値	79	
合計	266	

SQ30-1. 飲用するアルコール飲料: 日本酒

	N	%
No	128	68.4
Yes	59	31.6
合計	187	100.0
システム欠損値	79	
合計	266	

SQ30-1. 飲用するアルコール飲料: 焼酎

	N	%
No	101	54.0
Yes	86	46.0
合計	187	100.0
システム欠損値	79	
合計	266	

SQ30-1. 飲用するアルコール飲料:ワイン

	N	%
No	133	71.1
Yes	54	28.9
合計	187	100.0
システム欠損値	79	
合計	266	

SQ30-1. 飲用するアルコール飲料:ウィスキー

	N	%
No	160	85.6
Yes	27	14.4
合計	187	100.0
システム欠損値	79	
合計	266	

SQ30-1. 飲用するアルコール飲料:その他

	N	%
No	170	90.9
Yes	17	9.1
合計	187	100.0
システム欠損値	79	
合計	266	

3. メタボ×非メタボのクロス集計と検定結果

F1. 性別

	非メタボ		メタボ		Total	p-value	
男性	76	66.7%	131	87.3%	207	78.4%	0.000 *
女性	38	33.3%	19	12.7%	57	21.6%	
合計	114	100.0%	150	100.0%	264	100.0%	

F2. 年齢

	非メタボ		メタボ		Total	p-value	
40代	64	56.1%	72	48.0%	136	51.5%	0.266
50代	24	21.1%	39	26.0%	63	23.9%	

60代	21	18.4%	30	20.0%	51	19.3%
70代	5	4.4%	9	6.0%	14	5.3%
合計	114	100.0%	150	100.0%	264	100.0%

Q1. 1日の食事の回数

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
	N	%	N	%	N	%	
3食	95	83.3%	109	72.7%	204	77.3%	0.017 *
3食と2食が半々	14	12.3%	23	15.3%	37	14.0%	
2食	5	4.4%	17	11.3%	22	8.3%	
その他	0	0.0%	1	0.7%	1	0.4%	
合計	114	100.0%	150	100.0%	264	100.0%	

Q2. 食事の時間

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
規則的	85	74.6%	101	67.3%	186	70.5%	0.127
不規則	29	25.4%	49	32.7%	78	29.5%	
合計	114	100.0%	150	100.0%	264	100.0%	

Q3. 食事を食べる早さ

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
早い	41	36.0%	83	56.1%	124	47.3%	0.003 *
普通	61	53.5%	58	39.2%	119	45.4%	
ゆっくり	12	10.5%	7	4.7%	19	7.3%	
合計	114	100.0%	148	100.0%	262	100.0%	

Q4. 食事の量

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
どちらかという大食	27	23.7%	54	36.7%	81	31.0%	0.073
普通	79	69.3%	83	56.5%	162	62.1%	
どちらかという小食	8	7.0%	10	6.8%	18	6.9%	
合計	114	100.0%	147	100.0%	261	100.0%	

Q5. 塩としょう油による味付け

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
濃い	25	21.9%	59	40.1%	84	32.2%	0.004 *
普通	71	62.3%	64	43.5%	135	51.7%	
薄い	18	15.8%	24	16.3%	42	16.1%	
合計	114	100.0%	147	100.0%	261	100.0%	

Q9. 夕食後寝るまでの摂食の有無

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
はい	46	40.4%	71	47.3%	117	44.3%	0.157
いいえ	68	59.6%	79	52.7%	147	55.7%	
合計	114	100.0%	150	100.0%	264	100.0%	

Q13. 1回あたりに食べるご飯の量

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
1膳程度	72	63.2%	85	56.7%	157	59.5%	0.548
～1.5膳程度	32	28.1%	48	32.0%	80	30.3%	
それ以上	10	8.8%	17	11.3%	27	10.2%	
合計	114	100.0%	150	100.0%	264	100.0%	

SQ13-1. 茶碗の大きさ

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
大きめ	16	14.2%	43	28.9%	59	22.5%	0.004 *
普通	86	76.1%	101	67.8%	187	71.4%	
小さめ	11	9.7%	5	3.4%	16	6.1%	
合計	113	100.0%	149	100.0%	262	100.0%	

Q14. 1回あたりに食べるパンの量

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
1枚	55	48.2%	65	43.3%	120	45.5%	0.204
2枚	52	45.6%	66	44.0%	118	44.7%	
その他	7	6.1%	19	12.7%	26	9.8%	

合計	114	100.0%	150	100.0%	264	100.0%
----	-----	--------	-----	--------	-----	--------

Q15. 1回あたりに食べる種類の量

	非メタボ		メタボ		Total	p-value
大盛り	29	25.4%	53	35.6%	82	31.2%
普通	82	71.9%	94	63.1%	176	66.9%
少量	3	2.6%	2	1.3%	5	1.9%
合計	114	100.0%	149	100.0%	263	100.0%

Q16. 魚介類と肉類のおかずの比率

	非メタボ		メタボ		Total	p-value
魚介類	32	28.3%	43	28.7%	75	28.5%
肉類	34	30.1%	47	31.3%	81	30.8%
同じくらい	47	41.6%	60	40.0%	107	40.7%
合計	113	100.0%	150	100.0%	263	100.0%

Q20. 緑黄色野菜を食べる頻度

	非メタボ		メタボ		Total	p-value
ほとんど毎日	46	40.4%	49	32.7%	95	36.0%
1週間に3~4日	56	49.1%	79	52.7%	135	51.1%
あまり食べない	12	10.5%	22	14.7%	34	12.9%
合計	114	100.0%	150	100.0%	264	100.0%

Q21. 淡泊野菜を食べる頻度

	非メタボ		メタボ		Total	p-value
ほとんど毎日	45	39.5%	55	36.7%	100	37.9%
1週間に3~4日	62	54.4%	85	56.7%	147	55.7%
あまり食べない	7	6.1%	10	6.7%	17	6.4%
合計	114	100.0%	150	100.0%	264	100.0%

Q27. 牛乳を飲む頻度

	非メタボ		メタボ		Total	p-value
ほとんど毎日	41	36.0%	49	32.7%	90	34.1%

1週間に3~4日	19	16.7%	26	17.3%	45	17.0%
あまり飲まない	54	47.4%	74	49.3%	128	48.5%
欠損	0	0.0%	1	0.7%	1	0.4%
合計	114	100.0%	150	100.0%	264	100.0%

SQ27-1. 主に飲む牛乳の種類

	非メタボ		メタボ		Total	p-value	
特濃	1	1.7%	3	4.1%	4	3.0%	0.708
普通	44	73.3%	54	73.0%	98	73.1%	
低脂肪	15	25.0%	17	23.0%	32	23.9%	
合計	60	100.0%	74	100.0%	134	100.0%	

SQ27-2. 1日に飲む牛乳の量

	非メタボ		メタボ		Total	p-value	
~150ml 未満	4	6.7%	8	10.8%	12	9.0%	0.093
~200ml 未満	11	18.3%	4	5.4%	15	11.2%	
~250ml 未満	29	48.3%	36	48.6%	65	48.5%	
~300ml 未満	8	13.3%	6	8.1%	14	10.4%	
~400ml 未満	3	5.0%	8	10.8%	11	8.2%	
400ml 以上	5	8.3%	12	16.2%	17	12.7%	
合計	60	100.0%	74	100.0%	134	100.0%	

SQ30-2-1. ビールの飲用量

	非メタボ		メタボ		Total	p-value	
~1本未満	13	20.0%	14	14.7%	27	16.9%	0.798
~2本未満	41	63.1%	63	66.3%	104	65.0%	
~3本未満	7	10.8%	13	13.7%	20	12.5%	
3本以上	4	6.2%	5	5.3%	9	5.6%	
合計	65	100.0%	95	100.0%	160	100.0%	

SQ30-2-2. 日本酒の飲用量

	非メタボ		メタボ		Total	p-value	
~1合未満	2	9.1%	2	5.4%	4	6.8%	0.902
~2合未満	13	59.1%	21	56.8%	34	57.6%	

～3 合未満	6	27.3%	11	29.7%	17	28.8%	
3 合以上	1	4.5%	3	8.1%	4	6.8%	
合計	22	100.0%	37	100.0%	59	100.0%	

SQ30-2-3. 焼酎の飲用量

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
～1 杯未満	5	15.2%	1	2.0%	6	7.2%	0.029 *
～2 杯未満	13	39.4%	12	24.0%	25	30.1%	
～3 杯未満	8	24.2%	22	44.0%	30	36.1%	
3 杯以上	7	21.2%	15	30.0%	22	26.5%	
合計	33	100.0%	50	100.0%	83	100.0%	

SQ30-2-4. ワインの飲用量

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
～1 杯未満	2	8.7%	2	6.5%	4	7.4%	0.373
～2 杯未満	13	56.5%	12	38.7%	25	46.3%	
～3 杯未満	2	8.7%	8	25.8%	10	18.5%	
～3 杯以上	6	26.1%	9	29.0%	15		
合計	23	100.0%	31	100.0%	54	100.0%	

SQ30-2-5. ウィスキーの飲用量

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
～1 杯未満	2	18.2%	2	13.3%	4	15.4%	0.794
～2 杯未満	2	18.2%	5	33.3%	7	26.9%	
～3 杯未満	6	54.5%	6	40.0%	12	46.2%	
3 杯以上	1	9.1%	2	13.3%	3	11.5%	
合計	11	100.0%	15	100.0%	26	100.0%	

SQ30-2-6. その他の飲用量

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
～1 杯未満	0	0.0%	1	8.3%	1	5.9%	0.319
～2 杯未満	4	80.0%	4	33.3%	8	47.1%	
～3 杯未満	1	20.0%	4	33.3%	5	29.4%	
～3 杯以上	0	0.0%	3	25.0%	3	17.6%	

合計	5	100.0%	12	100.0%	17	100.0%
----	---	--------	----	--------	----	--------

Q10. 食生活の留意点:量を減らしている

	非メタボ		メタボ		Total	p-value	
No	97	85.1%	105	70.0%	202	76.5%	0.003 *
Yes	17	14.9%	45	30.0%	62	23.5%	
合計	114	100.0%	150	100.0%	264	100.0%	

Q10. 食生活の留意点:味付けを薄くしている

	非メタボ		メタボ		Total	p-value	
No	81	85.1%	108	70.0%	202	76.5%	0.486
Yes	33	28.9%	42	28.0%	75	28.4%	
合計	114	100.0%	150	100.0%	264	100.0%	

Q10. 食生活の留意点:野菜を多く取っている

	非メタボ		メタボ		Total	p-value	
No	44	38.6%	66	44.0%	110	41.7%	0.225
Yes	70	61.4%	84	56.0%	154	58.3%	
合計	114	100.0%	150	100.0%	264	100.0%	

Q10. 食生活の留意点:油ものを控えている

	非メタボ		メタボ		Total	p-value	
No	76	66.7%	97	64.7%	173	65.5%	0.418
Yes	38	33.3%	53	35.3%	91	34.5%	
合計	114	100.0%	150	100.0%	264	100.0%	

Q10. 食生活の留意点:その他

	非メタボ		メタボ		Total	p-value	
No	103	90.4%	139	92.7%	242	91.7%	0.324
Yes	11	9.6%	11	7.3%	22	8.3%	
合計	114	100.0%	150	100.0%	264	100.0%	

Q10. 食生活の留意点:特になし

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
No	90	78.9%	112	74.7%	202	76.5%	0.253
Yes	24	21.1%	38	25.3%	62	23.5%	
合計	114	100.0%	150	100.0%	264	100.0%	

Q11. 食生活で困っていること:朝食をとる時間がない

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
No	104	91.2%	132	88.0%	236	89.4%	0.262
Yes	10	8.8%	18	12.0%	28	10.6%	
合計	114	100.0%	150	100.0%	264	100.0%	

Q11. 食生活で困っていること:付き合いでの外食が多い

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
No	110	96.5%	132	88.0%	242	91.7%	0.010 *
Yes	4	3.5%	18	12.0%	22	8.3%	
合計	114	100.0%	150	100.0%	264	100.0%	

Q11. 食生活で困っていること:付き合いでの大量飲酒が多い

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
No	108	94.7%	136	90.7%	244	92.4%	0.158
Yes	6	5.3%	14	9.3%	20	7.6%	
合計	114	100.0%	150	100.0%	264		

Q11. 食生活で困っていること:その他

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
No	101	88.6%	124	82.7%	225	85.2%	0.120
Yes	13	11.4%	26	17.3%	39	14.8%	
合計	114	100.0%	150	100.0%	264	100.0%	

Q11. 食生活で困っていること:特になし

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
No	29	25.4%	61	40.7%	90	34.1%	0.007 *

Yes	85	74.6%	89	59.3%	174	65.9%
合計	114	100.0%	150	100.0%	264	100.0%

Q28. コーヒー・紅茶に入れるもの:砂糖

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
No	67	58.8%	105	70.0%	172	65.2%	0.039 *
Yes	47	41.2%	45	30.0%	92	34.8%	
合計	114	100.0%	150	100.0%	264	100.0%	

Q28. コーヒー・紅茶に入れるもの:ミルク

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
No	63	55.3%	78	52.0%	141	53.4%	0.344
Yes	51	44.7%	72	48.0%	123	46.6%	
合計	114	100.0%	150	100.0%	264	100.0%	

Q28. コーヒー・紅茶に入れるもの:上記は入れない・飲まない

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
No	59	51.8%	83	55.3%	142	53.8%	0.325
Yes	55	48.2%	67	44.7%	122	46.2%	
合計	114	100.0%	150	100.0%	264	100.0%	

SQ30-1. 飲用するアルコール飲料:ビール

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
No	10	12.8%	12	11.2%	22	11.9%	0.455
Yes	68	87.2%	95	88.8%	163	88.1%	
合計	78	100.0%	107	100.0%	185	100.0%	

SQ30-1. 飲用するアルコール飲料:日本酒

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
No	56	71.8%	70	65.4%	126	68.1%	0.224
Yes	22	28.2%	37	34.6%	59	31.9%	
合計	78	100.0%	107	100.0%	185	100.0%	

SQ30-1. 飲用するアルコール飲料:焼酎

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
	N	%	N	%	N	%	
No	43	55.1%	56	52.3%	99	53.5%	0.411
Yes	35	44.9%	51	47.7%	86	46.5%	
合計	78	100.0%	107	100.0%	185	100.0%	

SQ30-1. 飲用するアルコール飲料:ワイン

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
	N	%	N	%	N	%	
No	55	70.5%	76	71.0%	131	70.8%	0.533
Yes	23	29.5%	31	29.0%	54	29.2%	
合計	78	100.0%	107	100.0%	185	100.0%	

SQ30-1. 飲用するアルコール飲料:ウィスキー

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
	N	%	N	%	N	%	
No	67	85.9%	91	85.0%	158	85.4%	0.523
Yes	11	14.1%	16	15.0%	27	14.6%	
合計	78	100.0%	107	100.0%	185		

SQ30-1. 飲用するアルコール飲料:その他

	非メタボ		メタボ		Total		p-value
	N	%	N	%	N	%	
No	73	93.6%	95	88.8%	168	90.8%	0.196
Yes	5	6.4%	12	11.2%	17	9.2%	
合計	78	100.0%	107	100.0%	185	100.0%	

4. メタボ×非メタボの連続変数平均値比較と検定結果

	メタボ			非メタボ			p-value
	N	Mean	SD	N	Mean	SD	
Q6. ファーストフード利用回数	148	1.78	0.937	114	1.61	0.793	0.122
Q7. 外食回数	146	3.01	2.127	114	2.55	1.983	0.075
Q8. 既製品・インスタント食品利用回数	150	2.84	1.687	114	2.40	1.274	0.022
Q17. 大豆や大豆製品を食べる	150	4.74	2.064	114	5.00	2.162	0.322

回数							
Q18. 揚げ物を食べる回数	150	3.23	1.526	114	3.01	1.448	0.227
Q16. 魚介類と肉類のおかずの比率	150	2.11	0.824	113	2.13	0.829	0.851
Q19. 卵を食べる個数	150	4.91	1.963	114	5.27	1.869	0.135
Q22. 果物を食べる回数	150	4.55	2.390	114	4.42	2.409	0.674
Q23. 和菓子を食べる回数	150	2.57	1.530	114	2.46	1.482	0.556
Q24. 洋菓子を食べる回数	150	3.00	1.868	114	3.39	2.029	0.103
Q25. アイスクリームを食べる回数	150	1.97	1.435	114	1.96	1.513	0.954
Q26. スナック菓子を食べる回数	150	2.66	1.820	114	2.48	1.658	0.415
Q29. 糖分入り飲料を飲む本数	150	4.01	2.686	114	3.11	2.348	0.005
Q30. アルコール飲料を飲む日数	150	4.49	2.969	114	4.11	2.845	0.294
SQ30-2-1. ビールの飲用量	95	1.19	0.698	65	1.36	1.543	0.419
SQ30-2-2. 日本酒の飲用量	37	1.53	0.849	22	1.34	0.625	0.376
SQ30-2-3. 焼酎の飲用量	50	2.186	1.0895	33	1.803	1.4249	0.170
SQ30-2-4. ワインの飲用量	31	1.88	1.053	23	1.83	1.427	0.880
SQ30-2-5. ウィスキーの飲用量	15	1.667	0.9574	11	1.818	1.2303	0.727
SQ30-2-6. その他の飲用量	12	2.59	3.232	5	1.20	0.447	0.361

5. 欠損値数のまとめ

有効回答数と欠損値

	度数	
	有効	欠損値
Q1. 1日の食事の回数	266	0
Q2. 食事の時間	266	0
Q3. 食事を食べる早さ	264	2
Q4. 食事の量	263	3
Q5. 塩としょう油による味付け	263	3
Q6. ファーストフード利用回数	264	2
Q7. 外食回数	262	4
Q8. 既製品・インスタント食品利用回数	266	0
Q9. 夕食後寝るまでの摂食の有無	266	0
Q13. 1回あたりに食べるご飯の量	266	0

SQ13-1. 茶碗の大きさ	264	2
Q14. 1回あたりに食べるパンの量	266	0
Q15. 1回あたりに食べる麺類の量	265	1
Q16. 魚介類と肉類のおかずの比率	265	1
Q17. 大豆や大豆製品を食べる回数	266	0
Q18. 揚げ物を食べる回数	266	0
Q19. 卵を食べる回数	266	0
Q20. 緑黄色野菜を食べる頻度	266	0
Q21. 淡泊野菜を食べる頻度	266	0
Q22. 果物を食べる回数	266	0
Q23. 和菓子を食べる回数	266	0
Q24. 洋菓子を食べる回数	266	0
Q25. アイスクリームを食べる回数	266	0
Q26. スナック菓子を食べる回数	266	0
Q27. 牛乳を飲む頻度	266	0
SQ27-1. 主に飲む牛乳の種類	134	132
SQ27-2. 1日に飲む牛乳の量	134	132
Q29. 糖分入り飲料を飲む本数	266	0
Q30. アルコール飲料を飲む日数	266	0
SQ30-2-1. ビールの飲用量	162	104
SQ30-2-2. 日本酒の飲用量	59	207
SQ30-2-3. 焼酎の飲用量	83	183
SQ30-2-4. ワインの飲用量	54	212
SQ30-2-5. ウィスキーの飲用量	26	240
SQ30-2-6. その他の飲用量	17	249
Q32. 食習慣改善の実行状況	265	1
Q33. 適正な飲酒習慣の実行状況	266	0
Q34. 禁煙の実行状況	266	0
Q35. 定期的な運動の実行状況	266	0
F1. 性別	266	0
F2. 年齢	266	0
F1×F2. 性年齢別	266	0
F3-1. 身長	266	0
F3-2. 体重	266	0
F3-3. 腹囲	264	2
F3-4. BMI値	266	0
調査対象者区分	266	0
メタボ	264	2

Q10. 食生活の留意点:量を減らしている	266	0
Q10. 食生活の留意点:味付けを薄くしている	266	0
Q10. 食生活の留意点:野菜を多く取っている	266	0
Q10. 食生活の留意点:油ものを控えている	266	0
Q10. 食生活の留意点:その他	266	0
Q10. 食生活の留意点:特になし	266	0
Q11. 食生活で困っていること:朝食をとる時間がない	266	0
Q11. 食生活で困っていること:付き合いでの外食が多い	266	0
Q11. 食生活で困っていること:付き合いでの大量飲酒が多い	266	0
Q11. 食生活で困っていること:その他	266	0
Q11. 食生活で困っていること:特になし	266	0
Q28. コーヒー・紅茶に入れるもの:砂糖	266	0
Q28. コーヒー・紅茶に入れるもの:ミルク	266	0
Q28. コーヒー・紅茶に入れるもの:上記は入れない・飲まない	266	0
SQ30-1. 飲用するアルコール飲料:ビール	187	79
SQ30-1. 飲用するアルコール飲料:日本酒	187	79
SQ30-1. 飲用するアルコール飲料:焼酎	187	79
SQ30-1. 飲用するアルコール飲料:ワイン	187	79
SQ30-1. 飲用するアルコール飲料:ウイスキー	187	79
SQ30-1. 飲用するアルコール飲料:その他	187	79

Q 2 1. 淡白野菜（白菜、キャベツ、レタス等）はどの程度食べますか？（○は1つ）

1. ほとんど毎日
2. 1週間に3～4日
3. あまり食べない

Q 2 2. 果物は1週間に何回位食べていますか？

1週間に（ ）回位

■お菓子類について伺います。

* 1週間に食べる頻度（1日の回数×日数）を記入

Q 2 3. 和菓子（まんじゅう・だんご等）は？

1週間に（ ）回位

Q 2 4. 洋菓子（クッキー・ケーキ・チョコ等）は？

1週間に（ ）回位

Q 2 5. アイスクリームは？

1週間に（ ）回位

Q 2 6. スナック菓子（ポテトチップス等）は？

1週間に（ ）回位

■飲み物について伺います。

Q 2 7. 牛乳をどの程度飲んでますか？（○は1つ）

1. ほとんど毎日
2. 1週間に3～4日
3. あまり飲まない（→Q 2 8へ）

SQ 2 7 - 1. 主に飲む牛乳の種類は？（○は1つ）

1. 特濃
2. 普通
3. 低脂肪

SQ 2 7 - 2. 1日に飲む牛乳の量は？

1日に（ ）ml（ミリリットル）位

Q 2 8. コーヒーまたは紅茶に入れるものは？（○はいくつでも）

1. 砂糖
2. ミルク
3. 上記は入れない／飲まない

Q 2 9. 糖分入り飲料（缶コーヒー・紅茶・ジュース・炭酸飲料・スポーツドリンク等）を1週間に何本位飲みますか？

1週間に（ ）本位

Q 3 0. アルコール飲料は1週間に何日位飲みますか？

※全く飲まない方は「x」に○を！

1週間に（ ）日位
x. 全く飲まない（→Q 3 1へ）

SQ 3 0 - 1. どのようなアルコール飲料を飲まれますか？

回答表にあげた種類に○をつけて下さい。
（○はいくつでも）

SQ 3 0 - 2. 【SQ 3 0 - 1で○をつけたものについて】

1日あたりに飲む量を具体的にご記入ください。

■サプリメント（ドリンク剤も含む）について伺います。

Q 3 1. 常用しているサプリメント（ドリンク剤も含む）があればその名称を具体的にご記入下さい。

■以下にあげる生活習慣の項目について、最もあてはまるものをお答えください。

Q 3 2. 食習慣改善について最もあてはまるものは？（○は1つ）

1. 改善しなくてはいけないと思うが、実行できない
2. 今すぐにも実行したい
3. 改善を実行して6ヶ月未満である
4. 改善を実行して6ヶ月以上である
5. 関心はない

Q 3 3. 適正な飲酒習慣は、1日1合までとし、同時に週に最低2日は休肝日をつくることです。このような習慣について最もあてはまるものは？（○は1つ）

1. 酒は全く飲まない
2. 意識しなくても適量内である
3. 適正な飲酒をしなくてはいけないと思うが、実行できない
4. 適正な飲酒を1ヶ月以内に実行したい
5. 適正な飲酒を実行して6ヶ月未満である
6. 適正な飲酒を実行して6ヶ月以上である
7. 関心はない

Q 3 4. 禁煙することについて最もあてはまるものは？（○は1つ）

1. タバコは吸わない（経験なし）
2. 関心はあるが、今後6ヶ月以内に禁煙しようとは思わない
3. 今後6ヶ月以内に禁煙しようと考えているが、この1ヶ月以内に禁煙する考えはない
4. この1ヶ月以内に禁煙しようと考えている
5. 禁煙を実行して6ヶ月未満である
6. 禁煙を実行して6ヶ月以上である
7. 関心はない

Q 3 5. 週1日、1日60分以上の定期的な運動を行うことについて最もあてはまるものは？（○は1つ）

1. 運動しなくてはいけないと思うが実行できない
2. 今すぐにも実行したい
3. 時々やっている（やったりやらなかったり）
4. 定期的な運動を実行して6ヶ月未満である
5. 定期的な運動を実行して6ヶ月以上である
6. 関心はない

【最後にあなた（回答者）ご自身について伺います】

F 1. あなたの性別は？ 1. 男性 2. 女性

F 2. あなたの年齢は？（ ）歳

F 3. 身長・体重・腹囲は？

身長（ ）cm（センチ）

体重（ ）kg（キログラム）

腹囲（ ）cm（センチ）

★腹囲はズボンやスカートなどのウエストの位置ではなく、おへその高さで、衣類をつけず状態で測ります。

以上、ご協力ありがとうございました。

↑送信方向

回答用紙

調査No. 1 ●-01「健康に関するアンケート」(●●対象)

締切日時: ●月●日(●)午前9時 送信先: 0120-36-1944 または 0120-78-7620



↑送信方向

会員NO		登録代表者		回答者氏名	
------	--	-------	--	-------	--

Q1	1. 2. 3. 4 ()	Q23	1週間に () 回位																							
Q2	1. 2.	Q24	1週間に () 回位																							
SQ2-1	理由:	Q25	1週間に () 回位																							
Q3	1. 2. 3.	Q26	1週間に () 回位																							
Q4	1. 2. 3.	Q27	1. 2. 3.																							
Q5	1. 2. 3.	SQ27-1	1. 2. 3.																							
Q6	1週間に () 回位	SQ27-2	1日に () ml位																							
Q7	1週間に () 回位	Q28	1. 2. 3.																							
Q8	1週間に () 回位	Q29	1週間に () 本位																							
Q9	1. 2.	Q30	1週間に () 日位 x.																							
SQ9-1	具体的に:	<table border="1"> <tr> <td></td> <td>SQ30-1</td> <td></td> <td>SQ30-2</td> </tr> <tr> <td>1. ビール</td> <td>1</td> <td rowspan="6">→左記で○をつけたものについて</td> <td>中びんで () 本位</td> </tr> <tr> <td>2. 日本酒</td> <td>2</td> <td>() 合位</td> </tr> <tr> <td>3. 焼酎</td> <td>3</td> <td>25度 1/2合を () 杯位</td> </tr> <tr> <td>4. ワイン</td> <td>4</td> <td>グラスで () 杯位</td> </tr> <tr> <td>5. ウィスキー</td> <td>5</td> <td>ダブルで () 杯位</td> </tr> <tr> <td>6. 上記1.~5. 以外</td> <td>6</td> <td>グラスで () 杯位</td> </tr> </table>			SQ30-1		SQ30-2	1. ビール	1	→左記で○をつけたものについて	中びんで () 本位	2. 日本酒	2	() 合位	3. 焼酎	3	25度 1/2合を () 杯位	4. ワイン	4	グラスで () 杯位	5. ウィスキー	5	ダブルで () 杯位	6. 上記1.~5. 以外	6	グラスで () 杯位
	SQ30-1		SQ30-2																							
1. ビール	1	→左記で○をつけたものについて	中びんで () 本位																							
2. 日本酒	2		() 合位																							
3. 焼酎	3		25度 1/2合を () 杯位																							
4. ワイン	4		グラスで () 杯位																							
5. ウィスキー	5		ダブルで () 杯位																							
6. 上記1.~5. 以外	6		グラスで () 杯位																							
Q10	1. 2. 3. 4. 5 () 6.	サブリエメント名:																								
Q11	1. 2. 3. 4 () 5.	Q31																								
Q12	嫌いな食品:	Q32	1. 2. 3. 4. 5.																							
Q13	1. 2. 3.	Q33	1. 2. 3. 4. 5. 6. 7.																							
SQ13-1	1. 2. 3.	Q34	1. 2. 3. 4. 5. 6. 7.																							
Q14	1. 2. 3 ()	Q35	1. 2. 3. 4. 5. 6.																							
Q15	1. 2. 3.	F1	1. 2.																							
Q16	1. 2. 3.	F2	() 歳																							
Q17	1週間に () 回位	F3	身長 () cm 体重 () kg 腹囲 () cm																							
Q18	1週間に () 回位																									
Q19	1週間に () 個位																									
Q20	1. 2. 3.																									
Q21	1. 2. 3.																									
Q22	1週間に () 回位																									

1●●-01

以上、ご協力ありがとうございました。

FAXアンケート会員各位

(株)日本能率協会総合研究所
FAXアンケート係
調査No.20●-01

「健康に関するアンケート」の 回答者を募集しています!

前略 皆様にはいつもFAXアンケートにご協力いただきありがとうございます。
さて、この度私どもでは「健康に関するアンケート」を実施することになりました。
つきましては、以下の概要をお読みの上、このアンケートにご協力いただける方は、右記申込書にご記入の上、FAXにてご返送下さい。

なお、募集数に限りがあるため、お申し込みいただいた方全員にはアンケート
がいかない場合がありますので、あらかじめご了承ください。 草々

記

1. 対象者： 2007年1月以降に、健康診断や人間ドック
を受けた●●の方お一人

2. 調査方法： FAXアンケート

3. 調査予定日時： 3月●旬～●旬

◆お申し込み希望者は右記の申込書にご記入の上、FAXにてご返送下さい。

申込締切日時： 3月●日 (●) 午前9時

送信先： 0120-36-1944 または 0120-78-7620

■「健康に関するアンケート」申込書

対象条件に該当される方お一人がお答え下さい。

Q1. あなたは2007年1月以降で、いつ健康診断・人間ドックを受診されましたか？
(○はいくつでも)

1. 2007年1月に受診した
2. 2007年2月に受診した
3. 2007年3月に受診した
4. 2007年4月に受診した
5. 2007年5月に受診した
6. 2007年6月に受診した
7. 2007年7月に受診した
8. 2007年8月に受診した
9. 2007年9月に受診した
10. 2007年10月に受診した
11. 2007年11月に受診した
12. 2007年12月に受診した
13. 2008年1月に受診した
14. 2008年2月に受診した
15. 受診していない (→今回は対象外ですので、ご返送いただくことなく結構です)

Q2. その際に、あなたは、医師から診断された疾患がありますか？(★検査値が高いため、注意を促された程度のもは含まず、診断された疾患のみをお答えください) (○はいくつでも)

1. メタボリック症候群
2. 糖尿病
3. 高脂血症
4. 高血圧
5. 虚血性心疾患
6. 脳血管障害
7. 閉塞性動脈硬化症
8. 悪性腫瘍
9. その他
10. 特に診断された疾患はない

Q3. それでは、その健康診断・人間ドックを受ける以前に、医師から診断されていた疾患がありますか？既に診断されていた疾患をお答えください。(○はいくつでも)

1. メタボリック症候群
2. 糖尿病
3. 高脂血症
4. 高血圧
5. 虚血性心疾患
6. 脳血管障害
7. 閉塞性動脈硬化症
8. 悪性腫瘍
9. その他
10. その健康診断・人間ドック以前に、特に診断された疾患はない

F1. あなたの性別は？

1. 男性
2. 女性

F2. あなたの年齢は () 歳

会員番号	
登録代表者	
回答者	

20●-01



厚生労働科学研究費補助金（地域医療基盤開発推進研究事業）
（分担）研究年度終了報告書

健診・保健指導実施体制からの新たなエビデンス創出手法の開発
（脂質異常症スクリーニングに関する研究：最適な再評価期間と測定項目）

研究分担者 高橋 理 聖路加国際病院一般内科 副医長

研究要旨：脂質異常症は心血管性疾患の重要なリスクファクターの一つであり、高脂血症に対する治療薬にて、その予後が改善することより、脂質異常症スクリーニングは個人的にも、公衆衛生的にも重要である。しかし、スクリーニングによる早期発見・早期治療は良い面だけでなく、偽陽性による不必要な治療、それに伴う副作用、経済的負担など注意が必要な面もある。そこで、本研究では、偽陽性の一つの原因となりうる短期的個人内変動を考慮し、コレステロールの個人の変化をとらえるには、どれくらいのスクリーニング期間が妥当であるのか、また、その変化をとらえるのに適切な測定項目を比較検討した。その結果、3年以上の測定期間が個人内変動に対してコレステロールの変化をとらえるのに必要であると推定され、毎年測定においては慎重に行うべきであることが推測された。また、測定項目として、総コレステロール/HDL 比や LDL コレステロール/HDL 比が、よりよい測定項目であることが推測された。よって、脂質異常症スクリーニングにおける、再測定期間は3年以上必要であり、総コレステロール/HDL 比か LDL コレステロール/HDL 比を用いるべきであると結論づけた。

A. 研究目的

短期個人内変動と長期的測定値変動を基に、脂質異常症スクリーニングにおける、最適な再評価期間と測定項目を推定する。

B. 研究方法

研究デザインは、後ろ向きコホート研究。対象は、2005年に聖路加国際病院付属予防医療センターを健康診断のために受診し、高脂血症治療を行っていない20歳以上の成人40037名とした。2005年から2008年までの4年間追跡調査をした。対象者に対して、毎年、問診、身体検査、血液検査が行われた。あらかじめ作成した測定項目表を用いて、当センターの電子カルテの中から、測定項目（総コレステロール(TC)、LDL コレステロール(LDL)、HDL コレ

ステロール(HDL)など)を抽出した。また、それらを利用して、TC/HDL 比、LDL/HDL 比をそれぞれ計算した。それら5つの関連測定値の短期個人内変動と長期的測定値変動を Direct 法を用いて推定した。最適測定期間と最適測定項目については、短期個人内変動 (Noise:N)と長期的測定値変動 (Signal:S)の比、Signal/Noise 比を用いて比較検討した。

C. 研究結果

4年間連続でフォローアップされたのは15810名であった(follow-up: 42%)。平均年齢は49歳(範囲: 21歳から92歳)で、約半数(53%)が男性であった。初年度での平均値は、それぞれ、TC: 205.0 mg/dl (SD: 34.5mg/dl), LDL: 116.0 mg/dl (SD: 30.9 mg/dl), HDL:

61.9 mg/dl (SD: 15.5 mg/dl), TC/HDL: 3.5 (SD: 1.0), LDL/HDL: 2.0 (SD: 0.8) であった。個人内変動は、それぞれ、TC: 0.12 (coefficient of variation(CV): 6.4%), LDL: 0.08 (CV: 9.4%), HDL: 0.17 (CV: 7.9%), TC/LDL: 0.08 (CV: 7.9%), LDL/HDL: 0.05 (10.6%), S/N比は、1年目では、それぞれ、TC: 0.3, LDL: 0.4, HDL: 0.2, TC/LDL: 0.5, LDL/HDL: 0.4 であった、3年目においては、それぞれ、TC: 0.8, LDL: 0.99, HDL: 0.7, TC/LDL: 1.6, LDL/HDL: 1.5 であった。

D. 考察

今回の研究の結果から、1年ごとに高脂血症関連脂質を測定した場合、その変動のほとんどが個人内変動によるものであることがわかった。これを基に、健康診断において、高脂血症に対する内服を行っていない対象者に対しては、測定期間は3年以上必要であると考えられた。1年ごとの測定では、過大評価による偽陽性が増加し、必要以上の内服、それによる副作用が増える可能性が示唆された。また、TC, LDL, HDL に比較して、TC/HDL, LDL/HDL が再測定項目としてより感度の高い脂質関連測定項目であると思われた。

TC (CV: 7.9%), LDL (CV: 9.4%), HDL (CV: 7.9%)の個人内変動は、今まで報告されている個人内変動とほとんど同様であった。例えば、同様に毎年測定したコホート研究 (n=14,600) によると、TCのCVは7%と報告されている。また、ほかの先行研究によると、LDLのCVは9.5%、7.4%であった。

スクリーニングにおいては、初年度の測定値を解釈するだけでなく、その後の再測定に関する情報の解釈も重要である。再測定に関する情

報の一つとして、本研究では、個人内変動 (noise) と長期的測定値変動の比である、signal:noise比を利用した。これにより、個人内変動に対して、実際の測定値の変動を発見するために必要な間隔・期間が推定される。また、実際の変動に関する感受性を、異なった測定項目間で比較するのに有用であると思われた。しかし、個々人に対する、適切な測定期間は、患者の生活習慣や内服の変化をも考慮して行うべきであろう。

E. 結論

健康診断において、高脂血症に対する内服を行っていない対象者に対しては、再測定期間は最低3年以上必要であると考えられた。また、再測定を行う場合の測定項目としては、TC/HDL比、または、LDL/HDL比がTC, LDL, HDLよりも有用であろう。

F. 研究発表

1. 論文発表: Lipid Re-screening: what is the best measure and interval? Osamu Takahashi; Paul P. Glasziou; Rafael Perera; Takuro Shimbo; Jiro Suwa; Sonoe Hiramatsu; Tsuguya Fukui (投稿中)
2. 学会発表: Society for Academic Primary Care Annual Research Meeting, Winchester, UK. 5-6 March, 2009.

G. 知的財産権の出願・登録状況

なし