

＜表 2＞ 特定健診の受診率の推移（山梨県 K 市）

	H20 年度	H21 年度	H22 年度
特定健診 対象者数	8,159 人	8,099 人	8,296 人
総合健診＜8～11 月＞ 受診者数 (受診率)		1,993 人 (24.6%)	1,998 人 (24.1%)
追加健診＜1 月＞ 受診者数 (受診率)		412 人 (5.1%)	531 人 (6.4%)
個別医療機関健診 受診者数 (受診率)			43 人 (0.5%)
全体	2,544 人 (31.2%)	2,823 人 (34.5%)	3,087 人 (37.2%)

#### D. 考察・まとめ

山梨県内の 2 市で平成 20 年度に実施した健診未受診者の特性や未受診理由を明らかにするための調査の結果をふまえ、平成 21 年度から K 市で特定健診の受診率向上のための対策を開始した。そして、今年度は昨年度の研究成果をふまえ、さらなる対策の実施を行った。

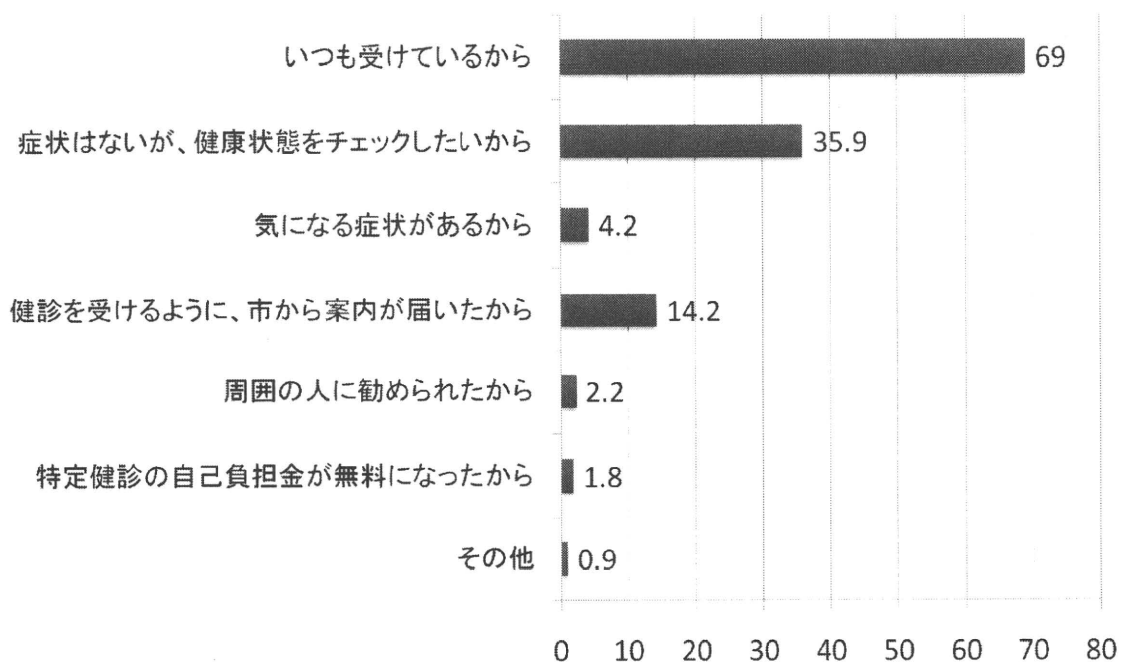
健診未受診者を対象に「どのようにすれば特定健診を積極的に受けられるようになると思いますか？」と調査したところ、「健診の自己負担費用を安くする」という回答が多くみられた。そこで、今年度は健診の自己負担金を 1,000 円から 0 円に変更した。しかし、8～11 月に実施の総合健診受診率は昨年度よりもやや低下し、また、健診時に実施した調査でも健診を受けようと思った理由として「特定健診の自己負担金が無料になったから」を挙げたものはごくわずかであった。総合健診は国保加入者以外も受診し、それ

らの者は自己負担金が発生するために、国保加入者の自己負担金「無料化」をアピールすることができなかった。今後、この「自己負担金無料」をどのように広めるかということについて検討することが重要である。

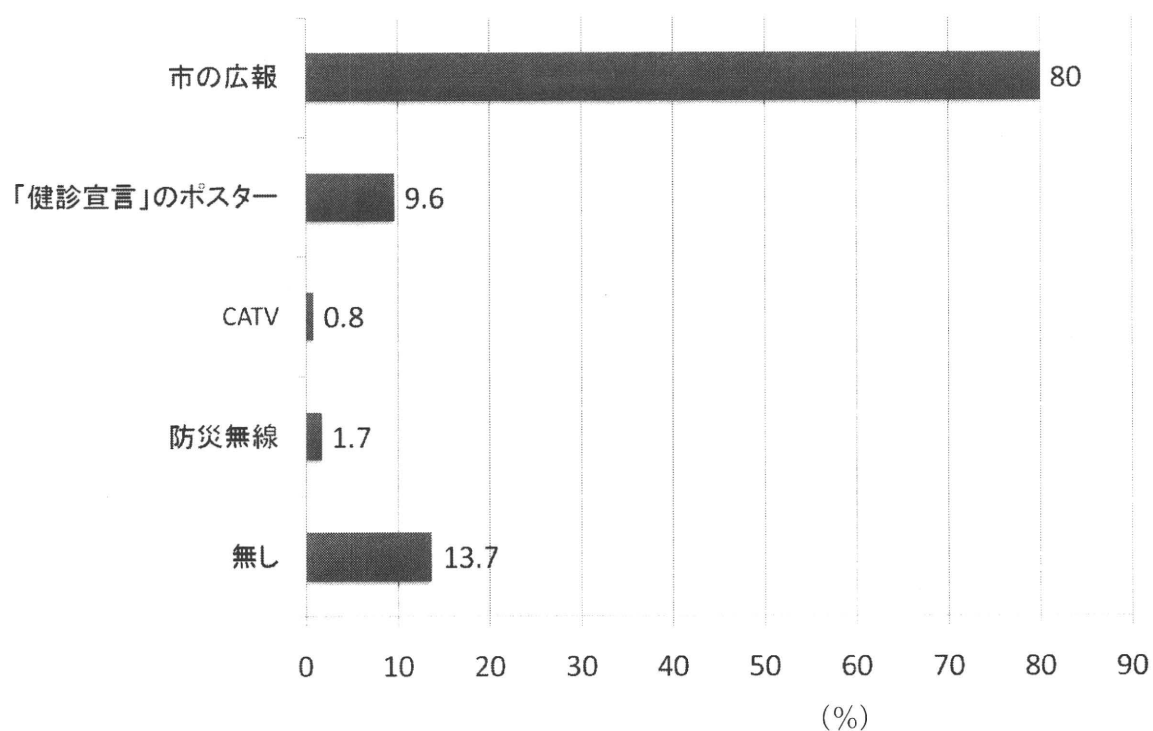
今回、健診の受診を呼びかける媒体として、ポスターやチラシ、CATV、防災無線などを用いた。しかし、CATV や防災無線は対象者にとってあまり効果的でない媒体の可能性が考えられた。特に今回、CATV の番組作成にかなりの時間と労力を費やしたが、CATV をみた者は健診受診者の 2 割程度であった。今後、力を入れる媒体とそうでない媒体を整理する必要がある。

なお、来年度以降はこの 2 年間で実施した手法の中から効果が高かったものを選択し、また、手法の一部改善を行いながら、市が主体となって健診受診率向上のための方策を行っていく予定である。

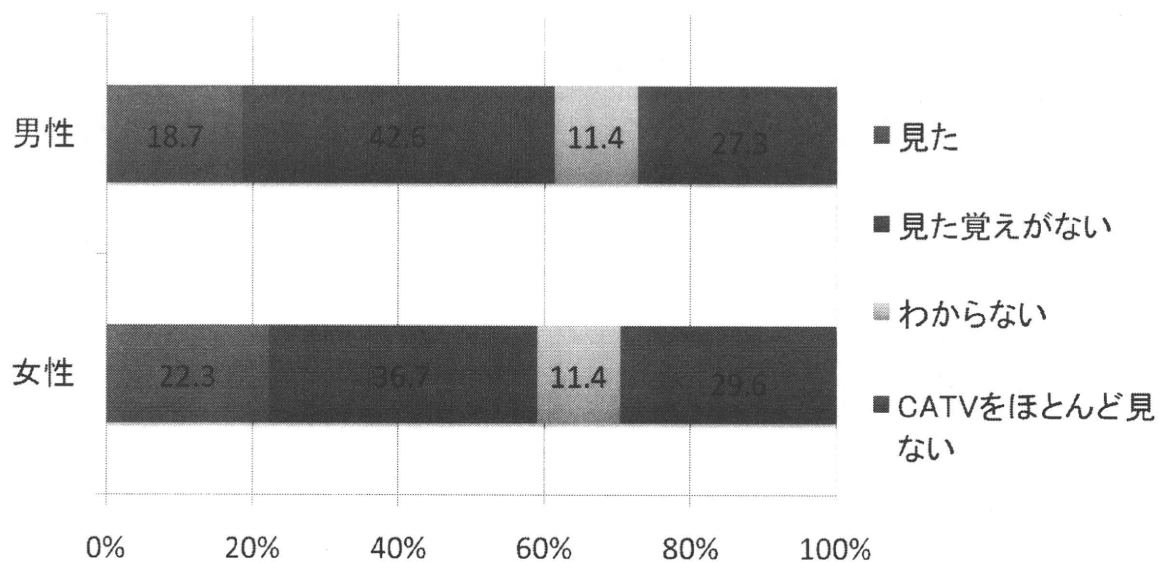
<図1> 今日の健診を受けようと思った主な理由 (当てはまるもの全てに○)



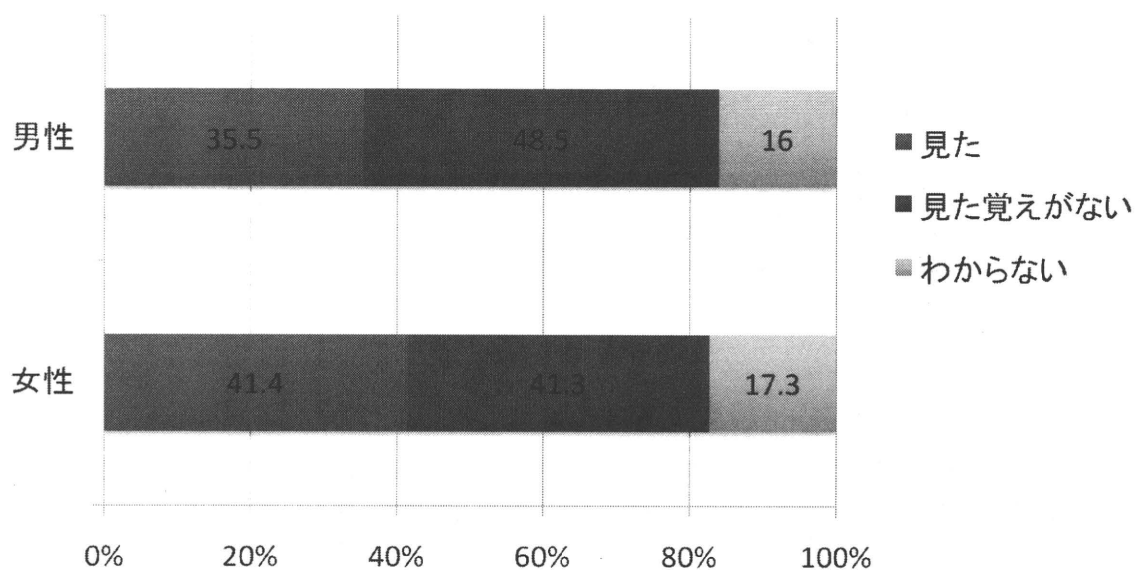
<図2> 次の選択肢の中で健診を受けるきっかけとなったもの (○はいくつでも)



<図 3> CATV で健診の案内が放映されていましたが、見ましたか？



<図 4> 市内各所にポスターが掲示されていましたが、見ましたか？



市内各所に掲示した受診啓発用のポスター

**市民のみなさまへ**

**甲 州 市**

**健 診 宣 言**

私は  
健診を  
受けます!

みんなで 元気に 暮らすじゃん



功刀さん 藤沼  
明日は我が身ですもんね



三枝さん 大柳  
夫婦で仲良く行くじゃんけ



矢崎さん 坂山  
近所の人を誘って受けます

**心筋梗塞  
脳卒中**

原因  
糖尿病

原因  
高血圧

原因  
脂質異常症

- 高血糖、高血圧、脂質異常の小さな異常は症状がありません。
- 小さな異常でも合わせ持つと脳卒中や心筋梗塞になりやすくなります。
- 症状がないうちに健診を受けましょう!



◎年に一度は健診を受診しましょう。  
健診についてのお問い合わせは、皆様の保険者（健康保険証の発行元）までお願いします。

**甲州市役所健康増進課**

- ※ モデルは地域団体の代表者等に依頼
- ※ 写真のモデルの方からの一言メッセージも掲載

平成22年度 健診のご案内

甲州市 健診宣言

私は 健診を受けます!

みんなで元気に暮らすじやん

心筋梗塞  
脳卒中  
糖尿病  
高血圧  
脂質異常症

●高血糖、高血圧、脂質異常の小さな異常は症状がありません。  
●小さな異常でも合わせ持つと脳卒中や心筋梗塞になりやすくなります。  
●症状がないうちに健診を受けましょう!

明日は我が身ですもんね  
夫婦で仲良く行くしやんけ  
近所の人を誘って受けます

●甲州市では今年も総合健診を実施します。(詳細はこの案内をご覧ください。)  
●健康診断 各部署電話 Tel.32-5014 ○健康診断 法人健康診断 Tel.33-7813  
●甲州健診所 甲州保健会 市民生活課 Tel.44-1111 ○甲州健診所 市民生活課 Tel.48-2111

甲州市役所健康増進課

総合健診受診時の注意事項 ★安全で正確な検査を行うために、必ずお読みください★

- ① 前日の夕食は午後9時までに済ませ 当日は朝食をしないでください  
特に胃がん、腹部超音波検査は朝食していると検査できません。
- ② 高血圧や心臓病の薬を継続して服用している方は、少なめの水(コップ1杯以下)で服用してきてください。糖尿病の薬を服用している方は検査当日の服用について、必ず主治医にご相談ください。
- ③ 指定健診に尿検査がありますので、出かける前に排尿しないでください。
- ④ 妊娠中または、その可能性がある方は、各種X線検査(胃型X線検査・胸部X線検査)が受診できません。  
以下の項目に当てはまる方は、**胸部X線検査ができません**の場合がありますのでご相談ください。  
○ 過去にバウム腫瘍でアレルギーの症状、過敏症の症状が出現した方 ○ 骨粗鬆症と診断されている方  
○ 最近便秘がひどくなった方、高齢で便秘症の方 ○ 骨粗鬆症と診断されている方  
○ 授乳中の方 ○ 体位変換が困難な方 ○ 普段の飲食の際にむせる方  
○ 普段から最高血圧が180以上、最低血圧が110以上の方
- ⑤ 既往歴・体調によっては医師の判断により検査をお控えいただく場合もございますので、ご了承ください。
- ⑥ 検査当日の身丈について、次のものは写真に写るので外していただきます。  
○ フラジャー、ネックレス(胸部レントゲン、胃がん検査)  
○ ブラジャー、ネックレス(胸部レントゲン、胃がん検査)

◎ 特定健康診査 個別医療機関健診

甲州市では、今年度からかかりつけの病院・診療所でも特定健康診査が受けられるようになります。  
対象者：甲州市国民健康保険加入者で40～74歳までの方  
実施場所：甲州市及び山梨市の指定医療機関 個人負担金：1,000円  
受診方法：同封の特定健康診査券と国民健康保険証を持って指定医療機関へ(予約が必要です)

● 個別医療機関健診 指定医療機関

医療機関名	所在地	電話番号	予約	健診日時等
本みやま病院	甲州市坂上井原1419	0553-32-6611	心療	11月～12月を除く月曜～土曜日 午前8時30分～午後5時15分
旭中野町甲州病院	甲州市旭野町菅野291	0553-44-0613	内科	おかりのりの方のみ対応・予約健診
須山市民病院	甲州市須山町西田53-1	0553-32-5111	内科	月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時
甲州中央病院	甲州市山梨工業団地1-1	0553-38-2049	内科	月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時(祝日を除く)
甲州市民病院	甲州市山梨公園2-66	0553-44-1169	内科	月～木、土の午前9時～午後5時
松葉診療所	甲州市山梨三日月堂183-1	0553-39-3353	内科	予約健診
長谷診療	山梨市長谷544	0553-32-7521	内科	予約健診
感徳診療	山梨市中原5	0553-22-0016	内科	予約健診
甲州学院病院	山梨市上野村山1309	0553-22-2811	内科	予約健診(緊急は除く)
赤井診療	山梨市上野村1174	0553-22-0029	内科	朝野口牛乳の分庫は、 月曜日～土曜日(土曜日の前日)
おたけ診療所	山梨市上野村41-67	0553-22-0028	内科	月曜日～土曜日(土曜日の前日)
アパルティオ	山梨市上野村38-25	0553-20-8158	内科	予約健診
牛車診療所	山梨市上野村107-1	0553-20-1233	内科	予約健診
須山病院	山梨市須山町菅野27	0553-38-2061	内科	月曜日～土曜日(午前のみ)
聖徳診療	山梨市須山町141	0553-20-1555	内科	予約健診
山梨聖三診療	山梨市須山町266	0553-20-1311	内科	予約健診(緊急は除く)
須山病院	山梨市須山町24-1	0553-20-4506	内科	月曜日～土曜日(午前のみ)・緊急は除く

中野野内町は総合健診の特定健康診査と照し検査内容になります。  
中野野内町、須山町健康増進課、国民健康保険センターが、特定健康診査を実施してください。

## 平成22年度 甲州市 健診のご案内

★まずはあなたの受診できる検診項目を確認してみましょう。

平成23年3月31日時点で

75歳以上の方

総合健診 かみ検査、健康診査(希望者) → Aへ  
(※健康診査については、高血圧、高脂血症、糖尿病の検診が希望者の方は発します)

40～74歳の方

総合健診 特定健康診査、かみ検査 → Aへ  
※特定健康診査のみ、腎臓(指圧尿潜血検査)も受診可能 → Cへ  
または 国民健康保険(35歳～69歳の国民健康保険加入者) → Bへ  
※国民健康保険(甲州市国民健康保険)以外加入者

20～39歳の方

総合健診 かみ検査、特定健康診査(未作あり) → Aへ  
総合健診 かみ検査、健康診査 → Aへ  
(※健康診査については、職場等で受診機会がある方は)

65歳以上の方は、総合健診(無料)が受診できます。  
※国民健康保険加入者には受診券(フリーパス)の用紙)を同封しています。  
※乳がん、子宮頸がん検診、糖尿病検診については総合健診の会場で受診券を発行し、健康増進課、勝沼・大和地域総合市民福祉センターの窓口でも受診券を印刷して発行しています。

## A 総合健診

● 健診内容 対象者は、平成22年度内に下記年齢に達する方とします

検診名	対象者	内容	自己負担金
特定健康診査	甲州市国民健康保険加入者で40～74歳までの方	検診は甲州市から送迎	無料
健康診査	特定健康診査(国民健康保険)の40～74歳の被保険者 国民健康保険(国民健康保険)の40～74歳の被保険者 国民健康保険(国民健康保険)の40～74歳の被保険者 国民健康保険(国民健康保険)の40～74歳の被保険者	問診、身体計測、検尿、検血は国民健康保険加入者 問診、身体計測、検尿、検血は国民健康保険加入者 問診、身体計測、検尿、検血は国民健康保険加入者 問診、身体計測、検尿、検血は国民健康保険加入者	国民健康保険 500円 国民健康保険 500円 国民健康保険 500円 国民健康保険 500円
健康診査	75歳以上で発症される方 (高血圧、高脂血症、糖尿病の内臓病検査は発症します)	問診、身体計測、検尿、検血は甲州市から送迎	1,000円
健康診査	20～39歳で職場等で受診の機会がない方	問診、身体計測、検尿、検血は甲州市から送迎	500円
がん検診	甲州市国民健康保険加入者で65歳以上の方	問診、身体計測、検尿、検血は甲州市から送迎	200円
がん検診	甲州市国民健康保険加入者で65歳以上の方	問診、身体計測、検尿、検血は甲州市から送迎	400円
がん検診	甲州市国民健康保険加入者で65歳以上の方	問診、身体計測、検尿、検血は甲州市から送迎	1,000円
がん検診	甲州市国民健康保険加入者で65歳以上の方	問診、身体計測、検尿、検血は甲州市から送迎	500円

※1 40歳以上の場合は、必ず受診してください。  
※2 甲州市国民健康保険加入者とは、加入している国民健康保険に加入している方(国民健康保険)を指します。  
※3 甲州市国民健康保険加入者とは、加入している国民健康保険に加入している方(国民健康保険)を指します。

## ● 総合健診 日程

検診日	対象地区	会場
8月28日(日)	大和	大和保健センター
9月2日(木)	上野、上奥、下野	徳山保健福祉センター
9月3日(金)	下中、下西、中央、町屋	徳山保健福祉センター
9月6日(月)	赤坂、下野原	徳山保健福祉センター
9月9日(木)	下松、西	徳山保健福祉センター
9月10日(金)	下松、西	徳山保健福祉センター
9月21日(火)	沖金	沖金公民館
9月22日(水)	東郷	勝沼保健福祉センター
9月27日(月)	勝沼	勝沼市公民館
9月28日(火)	勝沼	勝沼市公民館
10月4日(月)	上井尻	井尻公民館
10月5日(火)	松屋	松屋公民館
10月7日(木)	大勝	大勝公民館
10月8日(金)	大勝	大勝公民館
10月12日(火)	大勝	大勝公民館
10月13日(水)	大勝	大勝公民館
10月14日(木)	上野後	徳山保健福祉センター
10月16日(土)	徳山	徳山保健福祉センター
10月18日(月)	船野	徳山保健福祉センター
10月19日(火)	花岡、門田	徳山保健福祉センター
10月20日(水)	北牛橋	徳山保健福祉センター
10月23日(土)	祝	祝小学校体育館
10月25日(月)	千野上	徳山北公民館
10月26日(火)	千野上	徳山北公民館
10月27日(水)	勝沼、東郷	勝沼市公民館
10月28日(木)	勝沼、東郷	勝沼市公民館
10月29日(金)	下松、西	徳山保健福祉センター
10月30日(土)	玉置	玉置小学校体育館
11月2日(火)	玉置	玉置小学校体育館
11月5日(金)	全市	徳山保健福祉センター
11月6日(土)	全市	徳山保健福祉センター
11月7日(日)	全市	徳山保健福祉センター
11月8日(月)	全市	徳山保健福祉センター

※地区別日程を指定しております。対象地区での受診にご協力ください。指定地区以外で受診する場合は、希望の会場が遠くても、北地区(新倉・大勝)・玉置地区はJA厚生連、それ以外は山梨厚生病院、問診票の書き出しや今までの検診結果が打ち出されない場合がありますのでご了承ください。

## ● 総合健診 受付時間、持ち物など

受付時間	持ち物
午前8時30分から 午前11時	● 自己負担金 ● 健康保険証 ● 総合健診受診券(同封) ● 特定健康診査受診券 (※特定健康診査を受診される方) (受診券は国民健康保険の方のみ同封) ● 各種受診券(記入してお持ちください)
● 個人情報の取り扱い 受診者の個人情報、法令が及ぶ範囲内で本人の同意なく利用することはできません。 また、お預かりした個人情報につきましては最大限考慮して安全に蓄積・保管いたします。	★ 転居コーナーがあります★ 育児中で健診を受けたいが大変な方のため に、転居の予定日を教えてください。希望の方は、1週間前までに申し込みください。 ● 検診日 9/29(水)・10/14(木)・11/2(火) ● 託児時間 午前9時から ● 定員 10名(定員になり次第締め切ります) ● 申込締切 希望健診日の1週間前まで ● 申込先 健康増進課 保健予防担当 TEL 32-5014 (直通)

(注) 総合健診を受診される際は裏面の注意事項を必ずお読みください。

## B 国民健康保険加入者

対象者：甲州市国民健康保険加入者で、昭和16年4月1日から昭和51年3月31日生まられた方  
ただし、総合健診を受診しない希望の方、前年度に国民健康保険加入者であった方は受診できません。  
実施会場：徳山保健福祉センター、勝沼保健福祉センター、甲州市立勝沼病院、甲州市立勝沼病院、JA山梨厚生連  
定員：600名、自己負担金：1人につき20,000円(甲州市から助成)  
受診期間：平成23年2月28日、申込期間：平成23年2月25日まで  
申込場所：健康増進課、勝沼・大和地域総合市民福祉センター(国民健康保険課)を併用してください。

受診券とともに送付した短冊

**1月に健診を受診された方へ**

今年は特定健診が  
無料です！

こんにちは 甲州市健康増進課です。

※がん検診の自己負担金は従来通りです。

市では8月末から11月にかけて、市内各地区で総合健診を行います。

総合健診では「がん検診」も実施しています。

☆ **健診を毎年の恒例行事に！**

☆ **今年は「がん検診」も受けて身体の点検をばっちり！！**

**昨年、市の健診を受診されなかった方へ**

今年は特定健診が  
無料です！

こんにちは 甲州市健康増進課です。

※がん検診の自己負担金は従来通りです。

昨年、市の健診を受診されませんでした。調子はいかがですか？

市では8月末から11月にかけて、市内各地区で健診を行います。

☞ **普段から病院で薬をもらっているという方**

診てもらっている病気以外に何か隠れていないか、健診でチェックしましょう！

☞ **「具合も悪くないし、何かみつかったら怖い」という方**

生活習慣病は症状がない場合が多いので、検査での確認が必要です！！

また、がんには早期発見・早期治療が重要です。

(健康増進課 使用欄) →→  
 受診券整理番号 (下4桁)

--	--	--	--

## 健診に関するアンケート

甲州市役所健康増進課 / 山梨大学医学部社会医学講座

今後の健診をより良いものにするために、アンケートにご協力の程、よろしくお願いします。

【1】 お住まいの地区はどちらですか？ (1つに○)

- |       |        |       |       |        |        |
|-------|--------|-------|-------|--------|--------|
| 1. 塩山 | 2. 奥野田 | 3. 玉宮 | 4. 大藤 | 5. 神金  |        |
| 6. 松里 | 7. 勝沼  | 8. 祝  | 9. 東雲 | 10. 菱山 | 11. 大和 |

【2】 年齢および性別： \_\_\_\_\_ 歳    男性 ・ 女性 (どちらかに○)

【3】 今日の健診を受けようと思った主な理由は何ですか？ (当てはまるもの全てに○)

- |                 |                          |
|-----------------|--------------------------|
| 1. いつも受けているから   | 2. 症状はないが、健康状態をチェックしたいから |
| 3. 気になる症状があるから  | 4. 健診を受けるように、市から案内が届いたから |
| 5. 周囲の人に勧められたから | 6. 特定健診の自己負担金が無料になったから   |

それは誰ですか？

- |          |           |          |          |
|----------|-----------|----------|----------|
| 1. 知人や家族 | 2. かかりつけ医 | 3. 地区の役員 | 4. 市の保健師 |
|----------|-----------|----------|----------|

7. その他 ( \_\_\_\_\_ )

【4】 次の選択肢の中で健診を受けるきっかけとなったものはありますか？ (○はいくつでも)

- |         |                |         |         |       |
|---------|----------------|---------|---------|-------|
| 1. 市の広報 | 2. 「健診宣言」のポスター | 3. CATV | 4. 防災無線 | 5. 無し |
|---------|----------------|---------|---------|-------|

【5】 あなたは過去5年間に市の健診を何回、受けましたか？ (今回の健診を含みません。)

( \_\_\_\_\_ ) 回    ※一度も受けていない場合は「0回」と記入して下さい。

【6】 市から送付されてきた「健診のご案内」(健診日程表などの載ったカラー印刷のもの)の印象はどうでしたか？ (1つに○)

- |               |       |               |          |
|---------------|-------|---------------|----------|
| 1. 見やすかった(良い) | 2. 普通 | 3. 見づらかった(悪い) | 4. わからない |
|---------------|-------|---------------|----------|

【7】 CATVで健診の案内が放映されていましたが、見ましたか？ (1つに○)

- |       |            |          |                 |
|-------|------------|----------|-----------------|
| 1. 見た | 2. 見た覚えがない | 3. わからない | 4. CATVをほとんど見ない |
|-------|------------|----------|-----------------|

【8】 市内各所に右下のポスターが掲示されていましたが、ご覧になりましたか？ (1つに○)

- |       |            |          |
|-------|------------|----------|
| 1. 見た | 2. 見た覚えがない | 3. わからない |
|-------|------------|----------|

【9】 昨年度の市の健診を受けていない方には、「昨年、市の健診を受診されなかった方へ」という短冊状の案内(緑色)を同封しましたが、見ましたか？ (1つに○)

- |               |            |          |
|---------------|------------|----------|
| 1. 見た         | 2. 見た覚えがない | 3. わからない |
| 4. 昨年度の健診を受けた |            |          |

ポスター →

アンケートは以上です。ご協力ありがとうございました。

なお、本アンケートの結果と今回の健診での皆様の検査結果等を受診番号で連結し、アンケート結果を様々な角度から検討する場合があります。その際、個人が特定されない匿名化されたデータを用い、全て統計的に処理します。





厚生労働科学研究費補助金（循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業）  
分担研究報告書

生活習慣病予防のための未受診者対策を含めた健診・保健指導を用いた  
地域保健クリティカルパスの開発と実践に関する研究

研究分担者 西脇祐司 慶応義塾大学医学部准教授

研究要旨

長野県の地域住民に特定健診に関する質問票調査を実施し、高い回収率を得ている。そのデータを用いて、「ほとんど健診を受けていない者」の特性を明らかにし、受診率向上のための施策立案の基礎資料とするのが本報告の目的である。

その結果、「ほとんど健診をうけていない」者は、女性ではやや年齢の高い無職、男性ではやや年齢の若い自営業が多いことが明らかとなり、受診率向上のための取組のメインターゲットは、男女で異なる可能性が示唆された。また、「ほとんど健診をうけていない」者は、喫煙率高く、運動習慣なく、朝食を抜く、自覚的健康度低い、など不健康なライフスタイルであり、健康教室、その他の行事にも非積極的であることも判明した。このことから、「ほとんど健診をうけていない」者こそ、ハイリスク集団であり、予防活動の良いターゲットであることが改めて浮き彫りになった。

これらの情報は、今後健診受診率向上のための政策立案にむけての基礎的な情報になると考えられた。

**A. 研究目的**

特定健診・特定保健指導の充実のためには、未受診者への対策を通じた受診率の向上が大切である。本研究班では、そのアプローチとして、未受診者の特性解明を実施してきた。

本分担研究では、長野県の地域住民に特定健診に関する質問票調査を実施し、高い回収率を得ている。そのデータを用いて、「ほとんど健診を受けていない者」の特性を明らかにし、受診率向上のため

の施策立案の基礎資料とするのが本報告の目的である。

**B. 研究方法**

長野県小海町では、健康づくり活動の一環として、町在住の40歳以上全員を対象として質問票調査を2008年度と2009年度の2回実施した。質問票を配布し、各地区担当の保健推進員に回収を依頼した。

使用した質問票は、研究班共通の質問

項目を基盤とし、地域の事情、要望などを勘案してオリジナルの質問項目を加えて作成したもので、性別、年齢、職業、家族構成、健康保険の種類、健診受診の有無、受診理由、未受診理由、よりよい健診のための改善点・所要時間、各種健康教室への参加の有無、メタボリックシンドロームに対する知識、生活習慣、既往などから構成される。町村で回収、入力後、個人情報除外した上でデータの提供を受けた。

(なお、質問票は、資料として添付した)



各年度の質問票の回収数(率)は、2008年 2695名(80%)、2009年 2791名(85%)といずれの年度でも高い回収率を示した。

解析の対象者は、国保および後期高齢者保険加入者に限定した。さらに、健診未受診の理由が、

- 「職場で健診を受けていたから」
- 「人間ドックを受けていたから」
- 「個人で医師にかかっていたから」

の者を除外した。残った者を、以下の3群にグループ分けした。すなわち、健診(がん検診を含まず)を

- 「ほぼ毎年受診していた」群
- 「時々受けていた」群
- 「ほとんど受けていなかった」群。

この3群間で、特性を比較検討した。

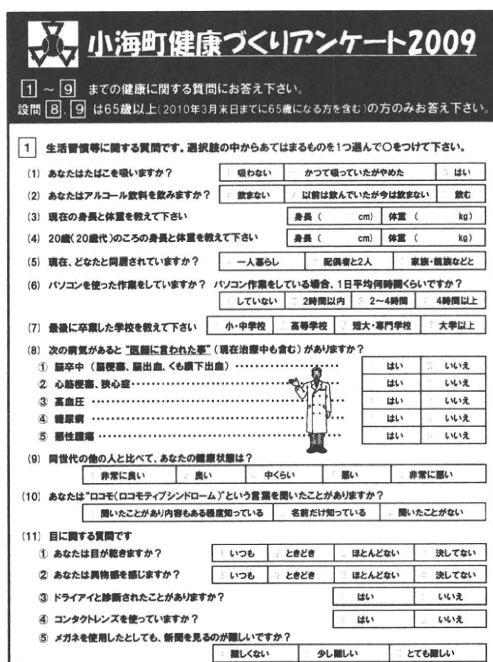
### C. 研究結果

#### 年齢分布

まず3群の年齢分布を男女別に表1、2、図1、2に示す。

表1 平均年齢および標準偏差(女性)

ほぼ毎年受診 (n = 384)	時々受けていた (n = 66)	ほとんど受けていなかった (n = 111)
66.8 ± 10.8	64.3 ± 14.6	67.9 ± 15.4



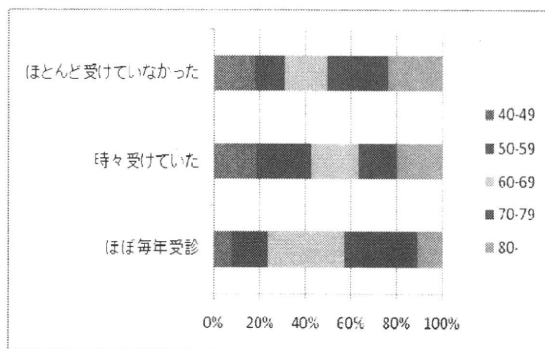


図1 年齢分布 (女性)

表2 平均年齢および標準偏差 (男性)

ほぼ毎年 受診 (n = 241)	時々受けて いた (n = 63)	ほとんど受け ていなかった (n = 131)
67.0 ± 11.4	67.5 ± 13.6	63.7 ± 12.9

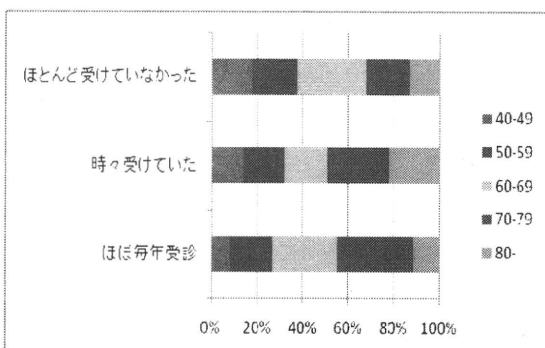


図2 年齢分布 (男性)

平均年齢を見てもわかる通り、「ほとんど受けていなかった」群では、他の2群に比べて、女性では年齢が高く、一方男性では反対に年齢が若かった。

## 職業

つぎに職業の内訳を図3、4に示した。「ほとんど受けていなかった」群では、

女性では、無職が多く、男性では自営業の割合が多かった。

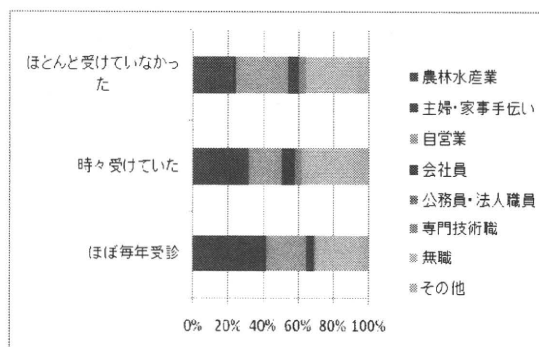


図3 職業 (女性)

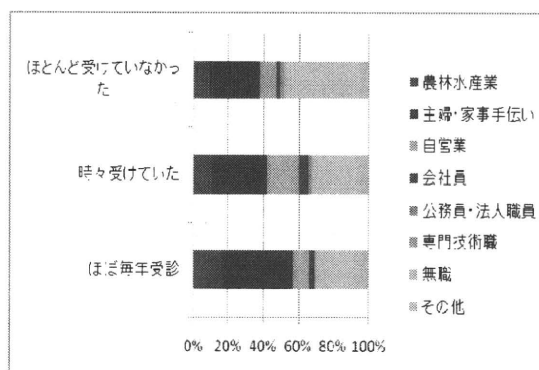


図4 職業 (男性)

## 喫煙

喫煙率を図5、6に示した。男女とも「ほとんど受けていなかった」群では、喫煙率が高かった。

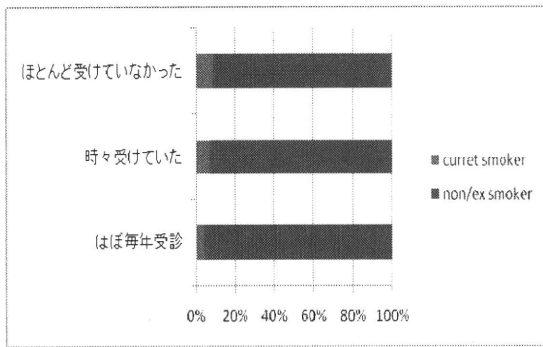


図5 喫煙率 (女性)

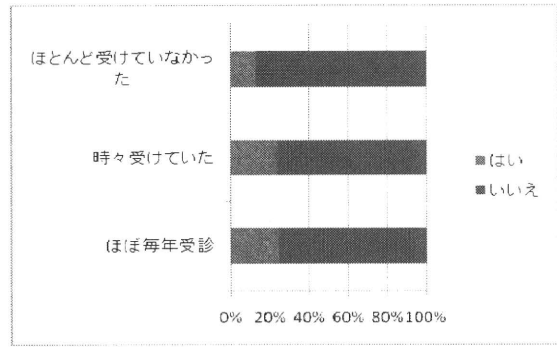


図7 運動習慣 (女性)

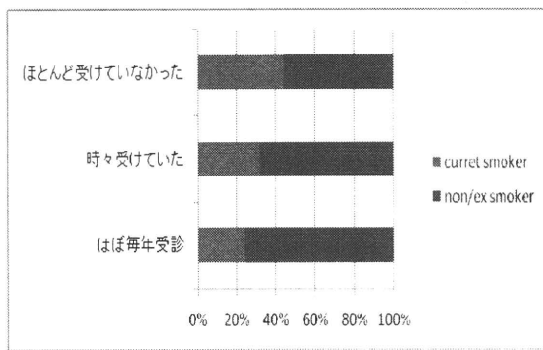


図6 喫煙率 (男性)

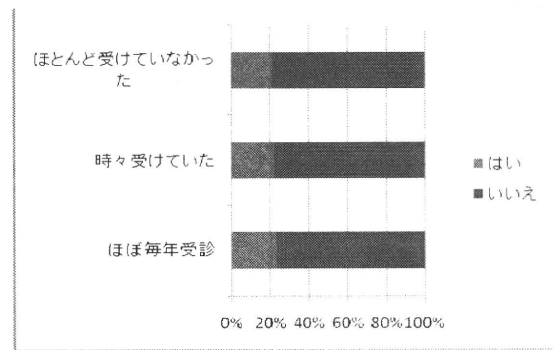


図8 運動習慣 (男性)

## 身体活動

### 運動

1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上1年以上継続しているかを調べた結果を図7、8に示す。とくに女性では、「ほとんど受けていなかった」群において、継続者の割合が低かった。

日常生活で歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施するか否かについての回答結果を、図9、10に示す。

男女とも、「ほとんど受けていなかった」群において、はいと答えた者の割合が少なかった。

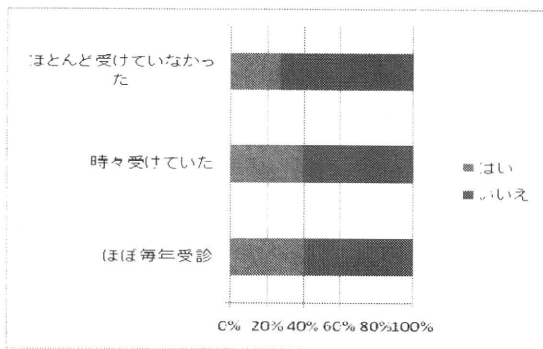


図9 身体活動 (女性)

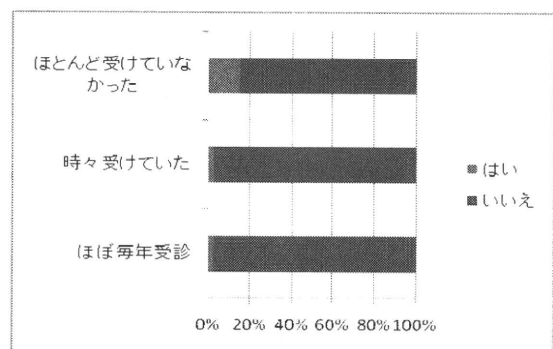


図11 朝食の欠食 (女性)

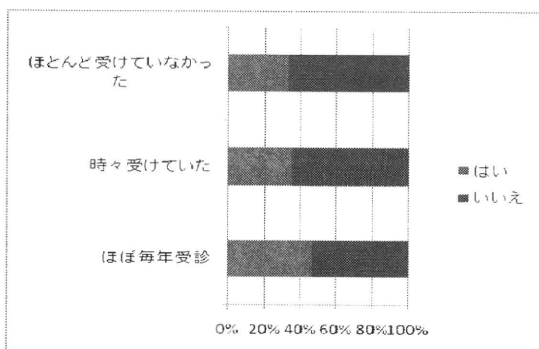


図10 身体活動 (男性)

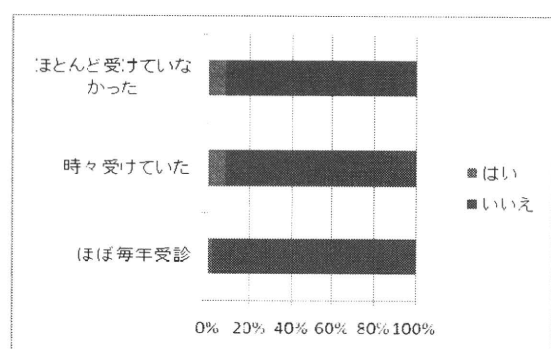


図12 朝食の欠食 (男性)

## 食事習慣

「朝食を抜くことが週に3回以上ありますか？」という設問に対する回答を図11、12に示す。

男女とも、「ほとんど受けていなかった」群では、はいと答える者の割合が多かった。

## 健康教室への参加

「今までに肥満、高血圧、糖尿病、高脂血症等に関する健康教室に参加したことがありますか？」に対する回答結果を図13、14に示す。「ほとんど受けていなかった」群では、はいと答える者の割合が男女とも少なかった。

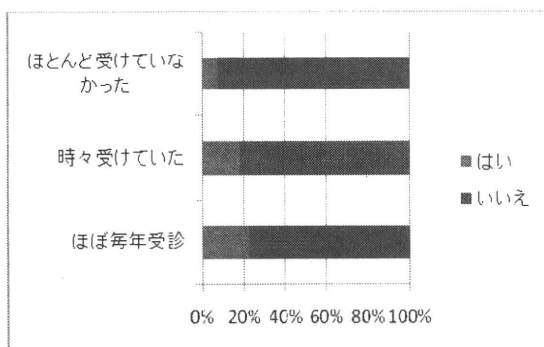


図 13 健康教室への参加 (女性)

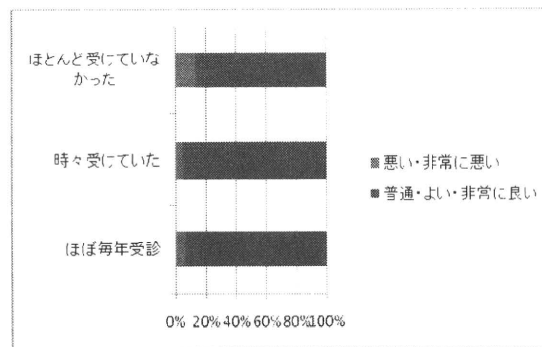


図 15 自覚的健康度 (女性)

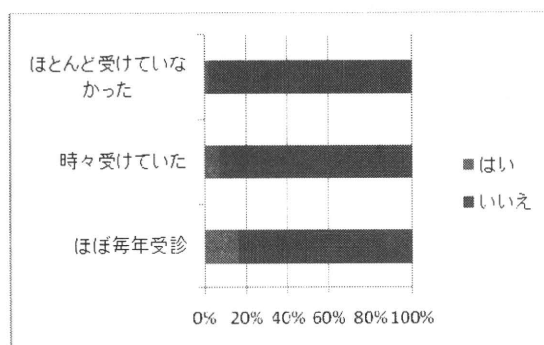


図 14 健康教室への参加 (男性)

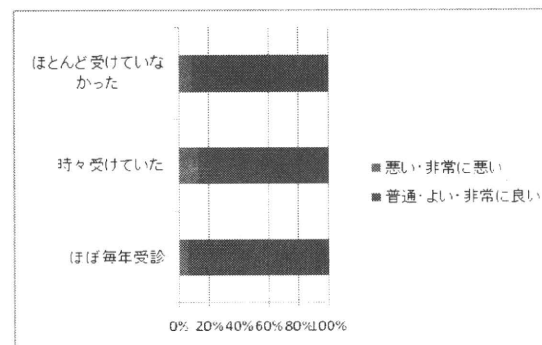


図 16 自覚的健康度 (男性)

## 自覚的健康度

自覚的健康度（非常に良い/良い/普通/悪い/非常に悪い）を5段階で尋ねた。悪いおよび非常に悪いと答えた者の割合を図15および16に示す。

「ほとんど受けていなかった」群では、この割合が女性では高かった。一方男性では、その傾向は明らかではなかった。

## D. 考察

健診受診率の向上には、当然のことであるが、未受診者への対策が欠かせない。これまでも未受診者の特性を明らかにする試みは行われてきたが、多くは、ある年度の健診を受診したか否かでグループ分けをし、その特性比較するものがほとんどであった。本分担報告では、小海町での質問票調査のデータを利用し、複数年度にわたる健診への参加の有無から、「ほぼ毎年受診していた」群、「時々受けていた」群、「ほとんど受けていなかった」群にグループ分けを行い、その特性を比較することとした。

その結果、「ほとんど健診をうけていない」者は、女性ではやや年齢の高い無職、男性ではやや年齢の若い自営業が多いことが明らかとなり、受診率向上のための取組のメインターゲットは、男女で異なる可能性が示唆された。また、「ほとんど健診をうけていない」者は、喫煙率高く、運動習慣なく、朝食を抜く、自覚的健康度低い、など不健康なライフスタイルであり、健康教室、その他の行事にも非積極的であることも判明した。このことから、「ほとんど健診をうけていない」者こそ、ハイリスク集団であり、予防活動の良いターゲットであることが改めて浮き彫りになった。

これらの情報は、今後健診受診率向上のための政策立案にむけての基礎的な情報になると考えられた。

## E. 結論

健診をほとんど受診しない者の特性は男女で違いがあり、受診率向上のための取組のメインターゲットは、男女で異なる可能性が示唆された。

## F. 健康危険情報

なし

## G. 研究発表

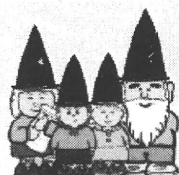
1. 論文発表  
なし
2. 学会発表  
なし

## H. 知的財産権の出願・登録状況 (予定を含む。)

1. 特許取得  
なし
2. 実用新案登録  
なし
3. その他  
なし

資料

2008年、2009年に実施した質問票を掲載する。



# 小海町健康づくり アンケート2008

ご職業:	1 農林水産業	5 公務員・独立行政法人・特殊法人の一般職			
	2 主婦(主夫)、家事手伝い	6 政専門・技術職(医療関係や教育、研究なども含む)			
	3 自営業(専門・技術除く)	7 無職			
	4 会社員	8 その他 (自由記載)			
家族構成:	1 一人暮らし	2 夫婦のみ	3 夫婦と子ども	4 親・子・孫	5 その他

設問は ① ~ ③ まであります。  
とくに指示がない限り、選択肢の中から一つ選んで○をつけて下さい。

## ① 生活習慣に関する設問です

【1】 これまでに、医師から以下の病気にかかっているとされたことや、治療を受けたことはありますか(現在、治療中の場合も含みます)? 該当するもの全てを選んで下さい。

- |                 |                  |               |
|-----------------|------------------|---------------|
| 1 脳卒中(脳出血、脳梗塞等) | 2 心臓病(狭心症、心筋梗塞等) | 3 慢性腎不全(人工透析) |
|-----------------|------------------|---------------|



【2】 現在、医師から以下の薬をもらって飲んでいますか? 該当するもの全てを選んで下さい。

- |           |                    |                |
|-----------|--------------------|----------------|
| 1 血圧を下げる薬 | 2 インスリン注射又は血糖を下げる薬 | 3 コレステロールを下げる薬 |
|-----------|--------------------|----------------|

【3】 現在、タバコを習慣的に吸っていますか? (習慣的に吸っている人とは、「今までに合計100本以上または6ヶ月以上吸っている人」のうち「最近、1ヶ月も吸っている人」です)

1 はい	2 いいえ
------	-------

【4】 お酒を飲む頻度はどのくらいですか?

1 毎日	2 時々	3 飲まない(飲めない)
------	------	--------------

【5】 メガネを使用したとしても新聞を見るのが難しいですか?

1 難しいくない	2 少し難しい	3 とても難しい
----------	---------	----------

【6】 (補聴器をつけたとしても)静かな部屋で普通に話しかけられても、言っていることを聞き取ったり、理解することが難しいですか?

1 難しいくない	2 少し難しい	3 とても難しい
----------	---------	----------

【7】 20歳の時の体重から10kg以上増加していますか?

1 はい	2 いいえ
------	-------

【8】 1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上1年以上続けていますか?

1 はい	2 いいえ
------	-------

【9】 日常生活で歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施していますか?

1 はい	2 いいえ
------	-------

【10】 ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速いですか?

1 はい	2 いいえ
------	-------

【11】 この1年間で体重が3kg以上増えたり減ったりしましたか?

1 はい	2 いいえ
------	-------

【12】 人と比べて食べるのが速いですか?

1 はい	2 いいえ
------	-------



【13】 寝る前2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ありますか?

1 はい	2 いいえ
------	-------

【14】 夕食後に間食(夜食)をとることが、週に3回以上ありますか?

1 はい	2 いいえ
------	-------

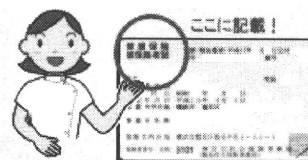
【15】 朝食を抜くことが週に3回以上ありますか?

1 はい	2 いいえ
------	-------



2 健診および保健指導に関する設問です

【1】平成20年3月までは基本的な健診は市町村か会社が実施していましたが、今回の制度改正で健康保険証の発行者(保険者)が健診の実施主体となる特定健診が始まりました。あなたの健康保険の種類をお答え下さい。



1 国民健康保険(小海町)	6 政府管掌健康保険(現 全国健康保険協会) (社会保険事務所発行)(本人)
2 国民健康保険(建設国保、理容組合など)	7 政府管掌健康保険(現 全国健康保険協会) (社会保険事務所発行)(扶養家族)
3 後期高齢者保険	8 共済保険(本人)
4 会社の健康保険組合(本人)	9 共済保険(家族)
5 会社の健康保険組合(扶養家族)	10 その他(自由記載)
	11 わからない



【2】あなたの平日、日中の就業場所(主に生活されている場所)はどこですか？

1 小海町内	2 小海町外(長野県内)	3 長野県外
--------	--------------	--------

【3】あなたは昨年まで町の健診(総合セット健診)を受けていましたか？  
(ここでいう健診は血圧測定や採血のことで、「がん」検診は含みません)

1 ほぼ毎年受診していた	2 時々受けていた	3 ほとんど受けていなかった
--------------	-----------	----------------



【4】あなたは今年、特定健診(10月に実施した総合セット健診)を受診しましたか？  
(特定健診は腹囲(ウエスト)測定や採血のことで、「がん」検診は含みません)

1 はい	2 いいえ
------	-------



▶ 以下、「いいえ」とお答え頂いた方におたずねします

(4-1) 現時点で受診されていない理由は何ですか？(あてはまるもの全てを選んで下さい)

1 特に自覚症状もなく健康だったから	7 身体の調子が悪く外出できなかったから
2 仕事などで時間の都合がつかなかったから	8 健診があることを知らなかったから
3 面倒くさかったから	9 健診の内容に不満があるから
4 職場で健診をうけていたから	10 健診を受ける時の自己負担費用が高いから
5 人間ドックをうけていたから	11 健診会場が不便だから(足がない)
6 個人で医師にかかっていたから	12 これから受診する予定である
	13 その他(自由記載)

(4-2) どうすれば積極的に受診できるようになるとお思いますか？(あてはまるもの全てを選んで下さい)

1 平日時間外(早朝・夜間)に受けられるようにする	5 検査項目など健診の内容をもっと充実させる
2 休日に受けられるようにする	6 待ち時間や健診に要する時間をもっと短くする
3 健診実施機関や場所を増やす	7 健診結果に基づいた保健指導や健康教育を実施する
4 がん検診と同時に受けられるようにする	8 健診の際の自己負担費用を安くする(無料にする)
	9 その他(自由記載)

【5】 健診の待ち時間と健診に要する時間の合計はどのくらいまでなら我慢できますか？

1 30分以内	3 1~2時間未満	5 3~4時間未満
2 30~1時間未満	4 2~3時間未満	6 4時間以上でもいい



【6】 特定健診では、全員に問診、血圧測定、ウエスト計測、採血、尿検査などが実施されています。また詳細な健診項目（選択検査）として、安静時心電図検査と眼底検査が行なわれています。これ以外にどのような検査があったらいいと思いますか？（あてはまるもの全てを選んで下さい）

1 頸部エコー検査（超音波で首の血管に動脈硬化がないかどうかを調べます）
2 心エコー検査（心臓の動きや大きさを超音波で調べます）
3 糖負荷検査（ブドウ糖の入った甘い液体を飲み、2時間後にどれくらい血糖値が上がるかを調べます）
4 負荷心電図検査（心電図を付けたまま運動してもらい、運動中の心電図に変化がないかどうかを調べます）
5 四肢血圧検査（横になって手と足の血圧を同時に測り、足の血管が詰まっているかどうか調べます）
6 24時間血圧測定（腰に下げて持ち歩ける血圧計を貸し出して、1日の血圧の変化を測定します）
7 24時間心電図測定（腰に下げて持ち歩ける心電計を貸し出して、1日の心電図の変化を記録します）
8 その他（自由記載）



【7】 あなたは今までに肥満、高血圧、糖尿病、高脂血症などの改善のために、食生活の改善や運動を増やすなど生活習慣の改善を勧められた事がありますか？

1 ある      2 ない      3 覚えていない

(7-1) “ある”場合、それはどこで勧められましたか？（あてはまるもの全てを選んで下さい）

1 医院や病院(健診以外での受診時)	3 職場の健診	5 知人・家族
2 町の健診・役場	4 人間ドック	6 その他( )

【8】 あなたは今までに肥満、高血圧、糖尿病、高脂血症などに関して食生活の改善や運動量を増やすための健康教室に参加したことがありますか？

1 ある      2 ない      3 覚えていない

【9】 あなたは“メタボリックシンドローム”という言葉を知ったことがありますか？

1 聞いたことがあり内容もある程度知っている      2 名前だけ知っている      3 聞いたことがない

【10】 メタボリックシンドローム(以下、メタボ)とは、肥満に、血圧上昇、血糖値上昇、高脂血症などが重なって、脳卒中や心臓病などをおこしやすくなった状態です。もしあなたがメタボと判定されたら、メタボの予防や改善のための健康教室（保健指導や運動・栄養教室）が町で開催された場合、参加しようと思いませんか？

1 思う      2 思わない      3 よく分からない

(10-1) “思う”場合、健康教室(保健指導等)の参加に自己負担費用の支払いが必要な場合でも、参加しようと思いませんか？

1 無料なら参加する	3 分からない
2 費用が高くなければ参加 ( )円までなら参加しようと思う	

(10-2) “思わない”理由は次のうちどれですか？（あてはまるもの全てを選んで下さい）

1 特に自覚症状もなく健康だから	6 どうせ体重や血圧の改善につながらないから
2 仕事などで時間の都合がつかないから	7 面倒だから
3 身体の調子が悪く外出できないから	8 生活習慣に干渉されるのは嫌だから
4 いつも同じことしか言われないから	9 会場が不便だから
5 医師にかかっているから	10 その他(自由記載)

裏面もご記入ください！

3 運動器(腰や膝)に関する設問です



【1】この1年間で“腰痛”はありましたか？

1 いいえ	2 ときに	3 しばしば	4 いつも
-------	-------	--------	-------

➤ 以下、“ときに、しばしば、いつも”とお答え頂いた方におたずねします

(1-1) 腰の痛みの程度はどのくらいですか？

1 軽度	2 中等度	3 強度
------	-------	------

(1-2) 腰の痛みの事を相談するのはどなたですか？

1 誰にも相談しない	3 医療機関(病院、診療所)	5 鍼灸、整骨、薬局
2 家族・親戚	4 保健師	6 その他 ( )

(1-3) 最近1年間、腰の痛みの事で医療機関(病院、診療所)を受診した事がありますか？

1 はい	2 いいえ
------	-------

【2】この1年間で“膝の痛み”はありましたか？

1 いいえ	2 ときに	3 しばしば	4 いつも
-------	-------	--------	-------



➤ 以下、“ときに、しばしば、いつも”とお答え頂いた方におたずねします

(2-1) 膝の痛みの程度はどのくらいですか？

1 軽度	2 中等度	3 強度
------	-------	------

(2-2) 膝の痛みの事を相談するのはどなたですか？

1 誰にも相談しない	3 医療機関(病院、診療所)	5 鍼灸、整骨、薬局
2 家族・親戚	4 保健師	6 その他 ( )

(2-3) 最近1年間、膝の痛みの事で医療機関(病院、診療所)を受診した事がありますか？

1 はい	2 いいえ
------	-------

【3】次の部位にしびれ、痛み、場合によってはほてりがありますか？

(3-1) 太ももからふくらはぎ、すねにかけて

1 はい	2 いいえ
------	-------

(3-2) 足の裏

1 はい	2 いいえ
------	-------

(3-3) おしりのまわり

1 はい	2 いいえ
------	-------



➤ 上記いずれかの部位で、“はい”とお答え頂いた方におたずねします

(3-4) それはしばらく歩くと強くなり、休むと楽になりますか？

1 はい	2 いいえ
------	-------

(3-5) それはしばらく立っているだけでも感じますか？

1 はい	2 いいえ
------	-------

(3-6) 前かがみになると、楽になりますか？

1 はい	2 いいえ
------	-------



# 小海町健康づくりアンケート2009

1 ~ 9 までの健康に関する質問にお答え下さい。

設問 8, 9 は65歳以上(2010年3月末日までに65歳になる方を含む)の方のみお答え下さい。

1 生活習慣等に関する質問です。選択肢の中からあてはまるものを1つ選んで○をつけて下さい。

(1) あなたはたばこを吸いますか？

1 吸わない	2 かつて吸っていたがやめた	3 はい
--------	----------------	------

(2) あなたはアルコール飲料を飲みますか？

1 飲まない	2 以前は飲んでいたが今は飲まない	3 飲む
--------	-------------------	------

(3) 現在の身長と体重を教えてください

身長 (      cm)	体重 (      kg)
---------------	---------------

(4) 20歳(20歳代)のころの身長と体重を教えてください

身長 (      cm)	体重 (      kg)
---------------	---------------

(5) 現在、どなたと同居されていますか？

1 一人暮らし	2 配偶者と2人	3 家族・親族など
---------	----------	-----------

(6) パソコンを使った作業をしていますか？ パソコン作業をしている場合、1日平均何時間くらいですか？

1 していない	2 2時間以内	3 2~4時間	4 4時間以上
---------	---------	---------	---------

(7) 最後に卒業した学校を教えてください

1 小・中学校	2 高等学校	3 短大・専門学校	4 大学以上
---------	--------	-----------	--------

(8) 次の病気があると「医師に言われた事」(現在治療中も含む)がありますか？

- ① 脳卒中(脳梗塞、脳出血、くも膜下出血) .....
- ② 心筋梗塞、狭心症 .....
- ③ 高血圧 .....
- ④ 糖尿病 .....
- ⑤ 悪性腫瘍 .....



1 はい	2 いいえ
1 はい	2 いいえ
1 はい	2 いいえ
1 はい	2 いいえ
1 はい	2 いいえ

(9) 同世代の他の人と比べて、あなたの健康状態は？

1 非常に良い	2 良い	3 中くらい	4 悪い	5 非常に悪い
---------	------	--------	------	---------

(10) あなたは「ロコモ(ロコモティブシンドローム)」という言葉を知っていますか？

1 聞いたことがあり内容もある程度知っている	2 名前だけ知っている	3 聞いたことがない
------------------------	-------------	------------

(11) 目に関する質問です

① あなたは目が乾きますか？

1 いつも	2 ときどき	3 ほとんどない	4 決していない
-------	--------	----------	----------

② あなたは異物感を感じますか？

1 いつも	2 ときどき	3 ほとんどない	4 決していない
-------	--------	----------	----------

③ ドライアイと診断されたことがありますか？

1 はい	2 いいえ
------	-------

④ コンタクトレンズを使っていますか？

1 はい	2 いいえ
------	-------

⑤ メガネを使用したとしても、新聞を見るのが難しいですか？

1 難しくない	2 少し難しい	3 とても難しい
---------	---------	----------