

5. アンケート調査結果からみる現状

1. 調査概要

(1) 調査の目的

健康増進法に基づき市民の健康づくりの推進と病気予防体制の充実を図るため、市民の健康に対する意識や生活習慣などを把握し、「けんこう仙北21計画」に反映させるためアンケート調査を実施しました。

(2) 調査対象者及び抽出方法

調査対象者は市内に住む20歳以上80歳未満の住民のうち、住民基本台帳から地区別、年齢層別の二層化無作為抽出により、1,800人を抽出しました。

(3) 調査手法及び実施期間

調査手法:健康づくり推進員による配布、回収

実施期間:平成20年8月18日～9月5日

(4) 調査内容

◇ 健康感について

普段の健康感、健康不安の要因、健康保持増進の方法、健康づくりに対する関心事、健康づくりの情報源を把握します。

◇ こころの健康について

最近の不安や悩み等、精神的ストレスの有無、悩み等を相談できる人の有無、生きがいやストレス解消方法の有無、睡眠について把握します。

◇ 歯の健康について

歯の健康に対する認識、むし歯の有無、むし歯菌の認識、歯磨きの状況、歯の健診の受診について把握します。

◇ 運動について

運動に対する認識、運動の頻度、運動を継続する方法に対する考え方について把握します。

◇ 食事について

朝食摂取の有無、夕食のとり方、緑黄色野菜、淡色野菜、油を使った料理、甘い飲み物、塩辛いものの摂取状況を把握します。

(5) 配布回収結果

配布数1,800件に対して回収数1,005件で回収率は56%です。

地区名	配布数	回収数	回収率	備考
田沢湖地区	691	402	58.2%	
角館地区	801	435	54.3%	
西木地区	308	162	52.6%	
		6		地区不明

2. 調査結果

【基本項目】

問1. 地区別回答者 (小数点以下四捨五入)

	人数	比率(%)
田沢湖	402	40
西木	162	16
角館	435	43
無記入	6	1
計	1,005	100

問2. 性別

	人数	比率(%)
男	468	47
女	531	53
無記入	6	1
計	1,005	100

問3. 年代

	人数	比率(%)
20歳代	131	13
30歳代	146	15
40歳代	160	16
50歳代	202	20
60歳代	222	22
70歳代	138	14
無記入	6	1
計	1,005	100

問4. 職業

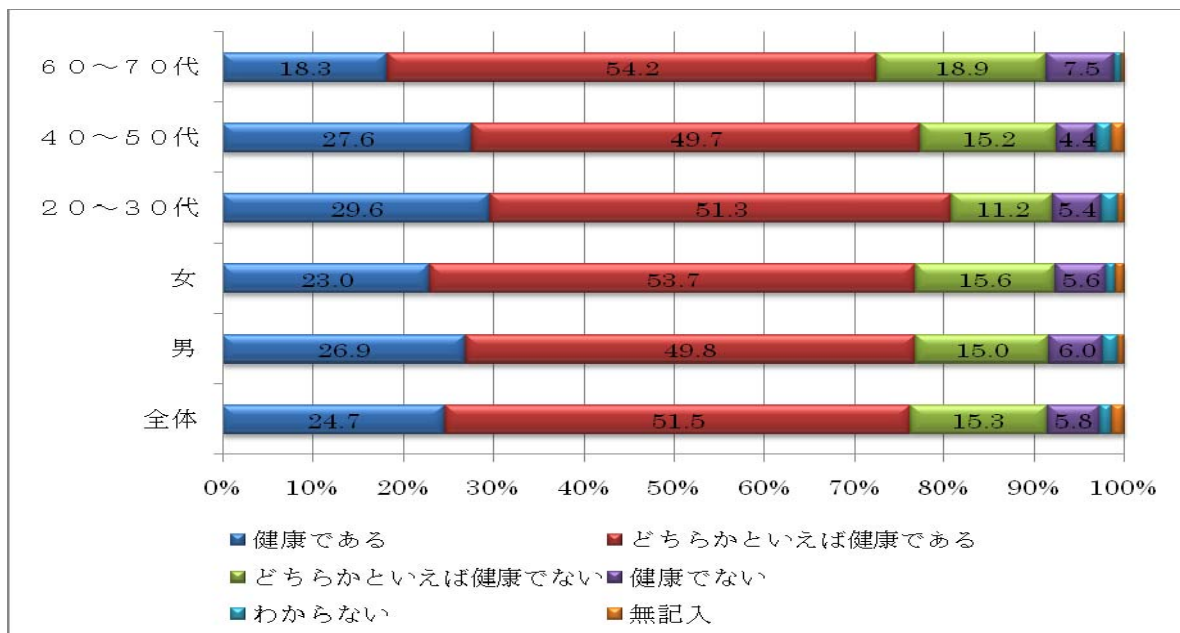
	人数	比率(%)
農林業	93	9
会社員	319	32
自営業	88	9
パート・アルバイト	111	11
無職	274	27
その他	104	10
無記入	16	2
計	1,005	100

問5. 家族構成

	人数	比率(%)
一人(単身)	58	6
夫婦のみ	152	15
親と子供	415	41
親と子と孫	174	17
その他	191	19
無記入	15	1
計	1,005	100

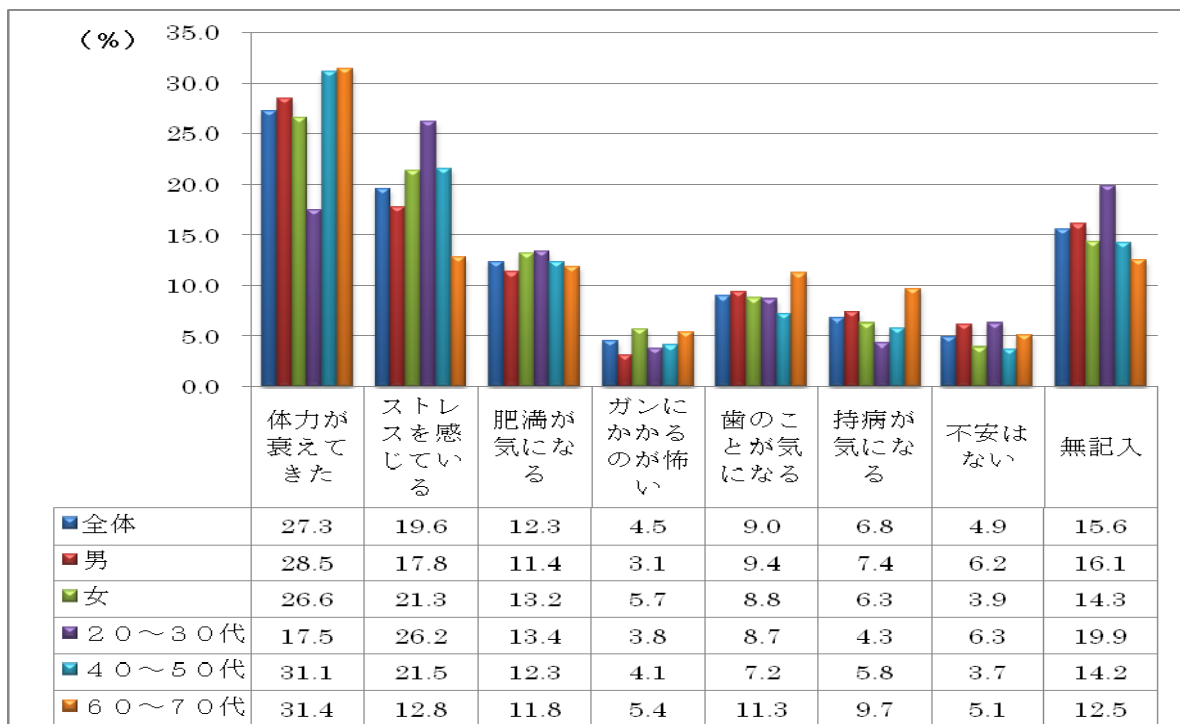
【あなたの健康感について】

問1. あなたは普段健康だと感じていますか。



「健康である」「どちらかといえば健康である」をあわせると全体の 76.2%です。

問2. 最近、健康に関して不安を感じることはありますか。(2つまでの回答)



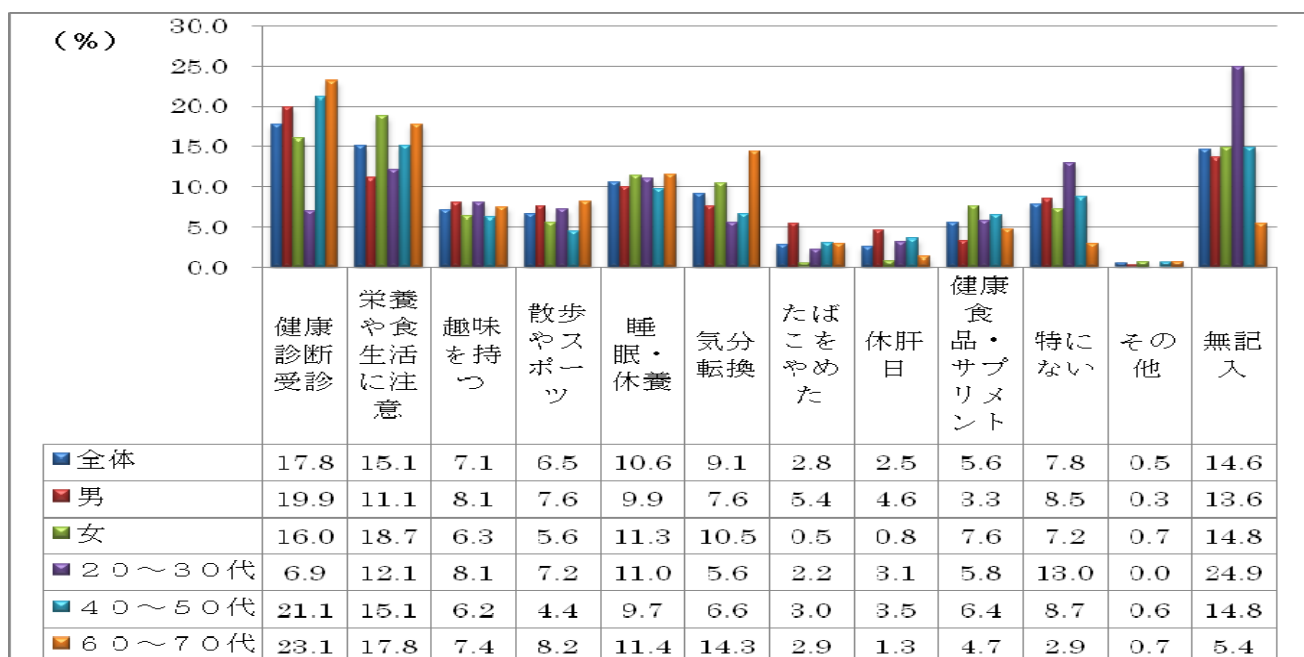
「体力が衰えてきた」27.3%「ストレスを感じている」19.6%をあわせると 46.9%約半数です。

「肥満が気になる」が全体の 12.3%です。

20～30代は、「ストレスを感じている」26.1%「肥満が気になる」13.4%です。

なにかしら不安を感じている人が全体の 79.5%です。

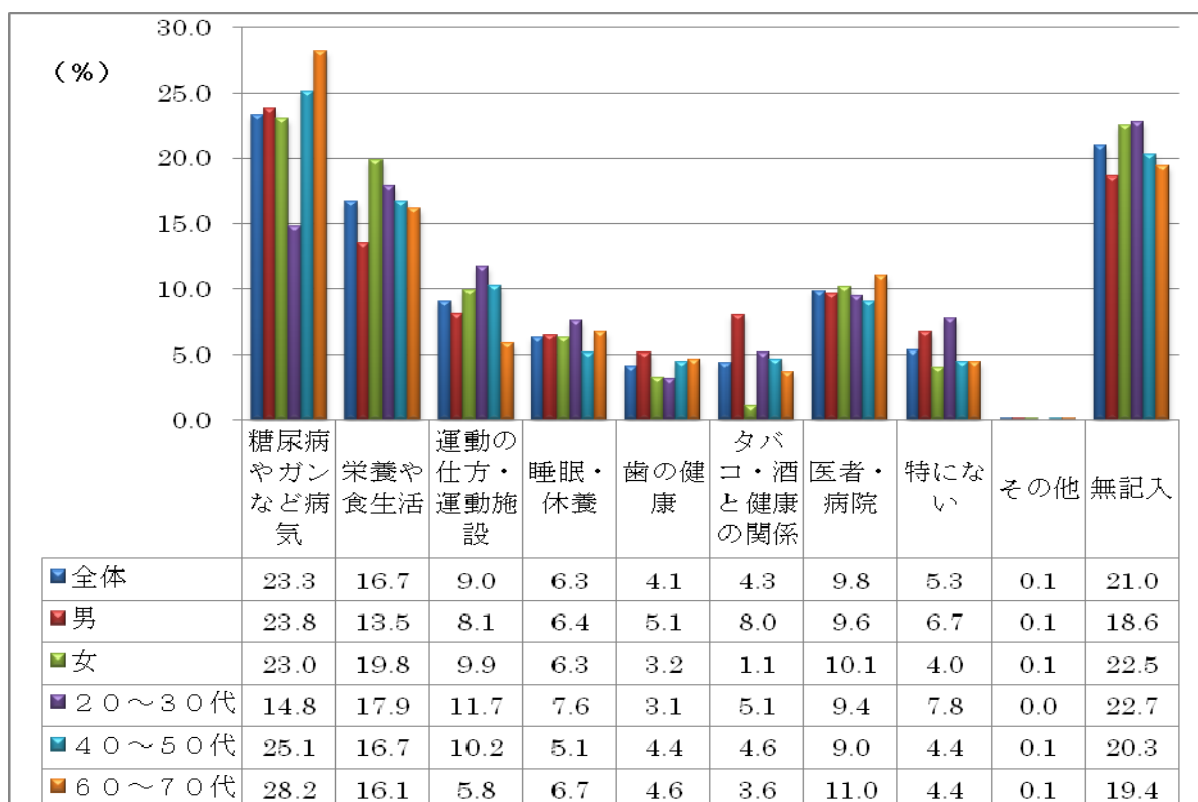
問3. 健康の保持、増進のために心がけていることがありますか。(2つまでの回答)



60～70代は「栄養や食生活に注意している」17.8%です。

「健康診断受診」が40～50代21.1%、60代以上23.1%で20～30代の6.9%の3倍以上です。

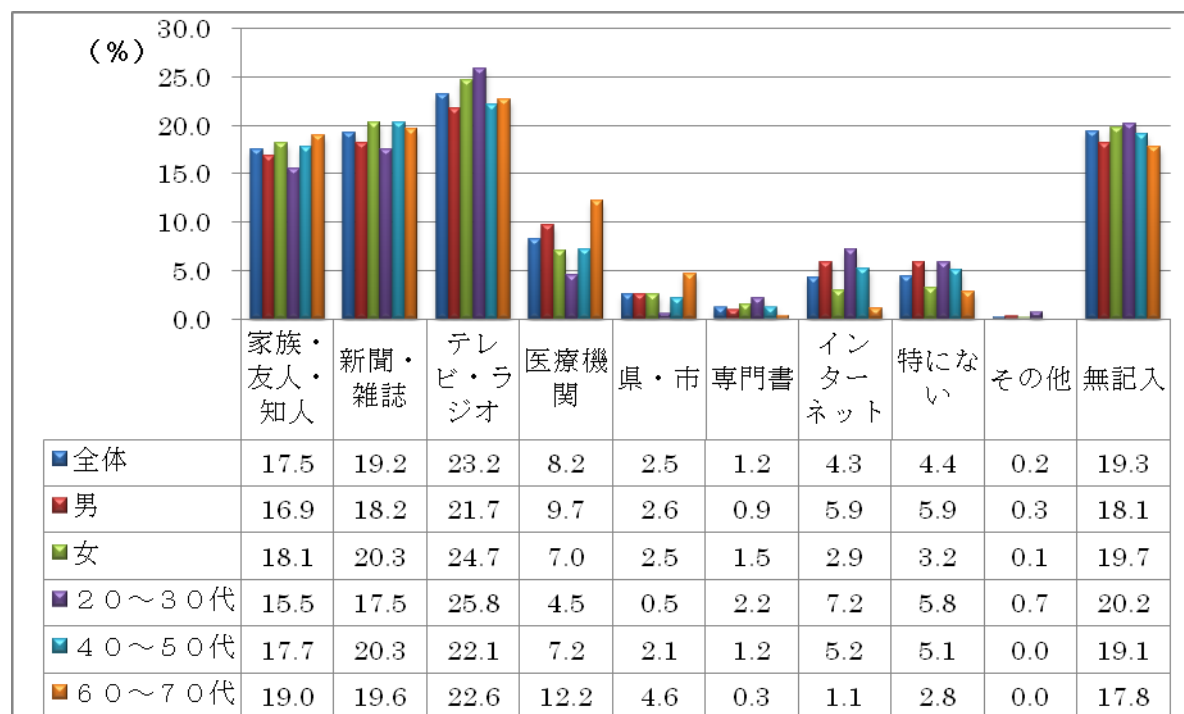
問4. 健康づくりに関して関心のあることは何ですか(2つまでの回答)



「糖尿病やがんなどの病気に関心がある」23.3%、又「栄養や食生活に関心がある」16.7%です。

「タバコ・酒と健康の関係」男性が8%であり、女性の1.1%の8倍近くになっています。

問5. 健康づくりに関する情報源はどこですか(2つまでの回答)

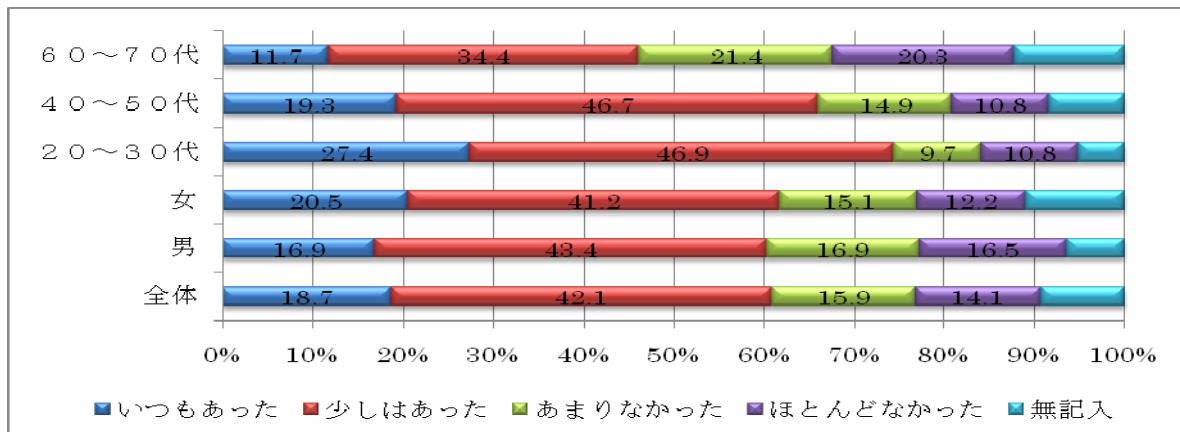


「テレビ・ラジオ」「新聞・雑誌」等からの情報源をあわせると42.4%です。

又、「インターネット」からは20~30代が7.2%・60~70代は1.1%です。

【こころの健康について】

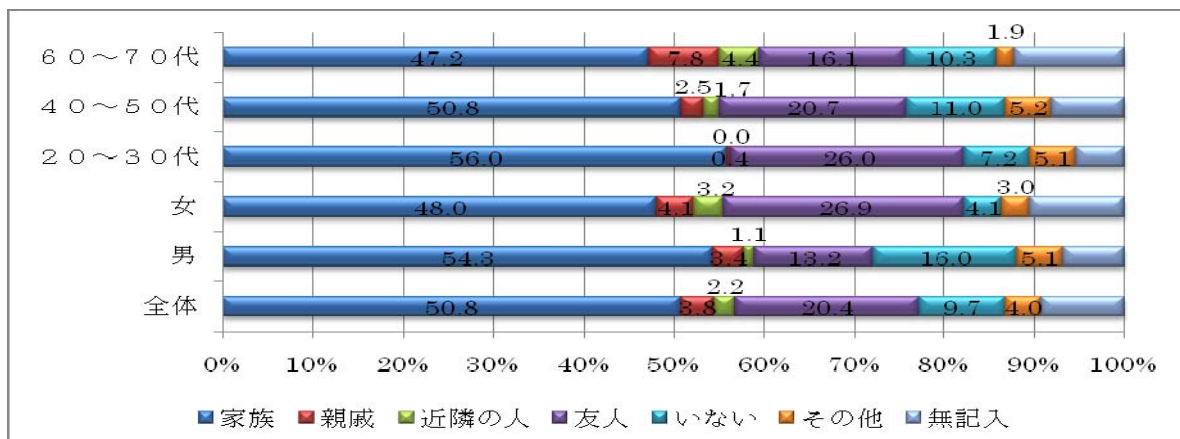
問1. 2～3週間の間に精神的なストレスがありましたか



精神的ストレスが「いつもあった」「少しはあった」をあわせると全体の60.8%です。

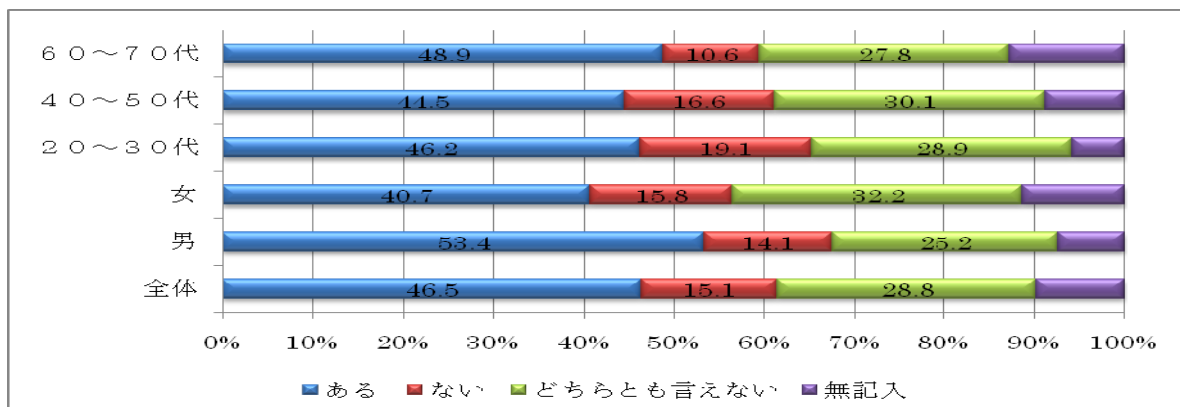
又「いつもあった」が、20～30代で27.4%です。

問2. 心配ごとや悩みごとを聞いてくれる人はいますか



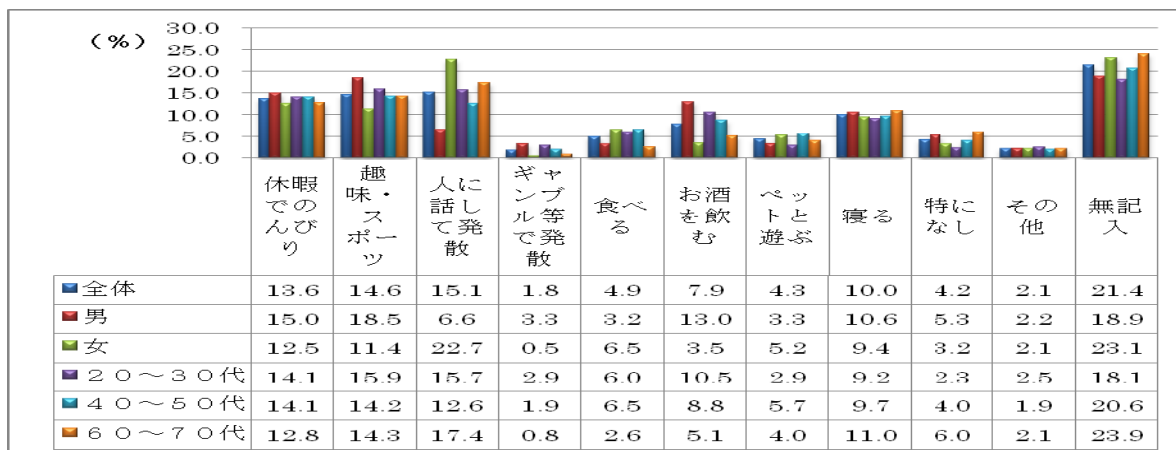
「家族」が全体の50.8%です。

問3. 趣味やボランティアなど、何か生きがいがありますか



男性の53.4%が趣味やボランティアなどの生きがいをもっています。

問4. あなたのストレス解消法はありますか(2つまでの回答)

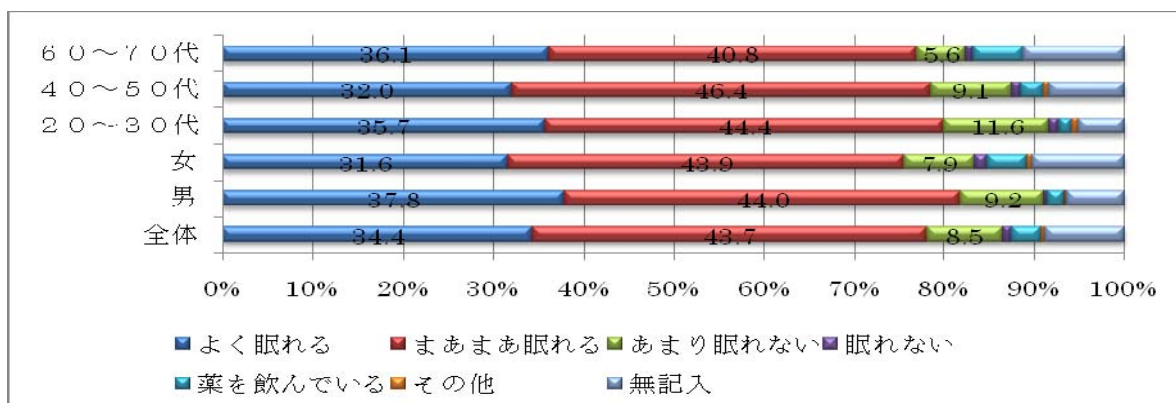


ストレス解消法は、女性は、「人に話して発散している」が22.7%と男性より高くなっています。

又、男性は「趣味・スポーツ」が18.5%です。

「お酒を飲む」は特に20～50代の男性が19.3%と高くなっています。

問5. あなたは良く眠れていますか

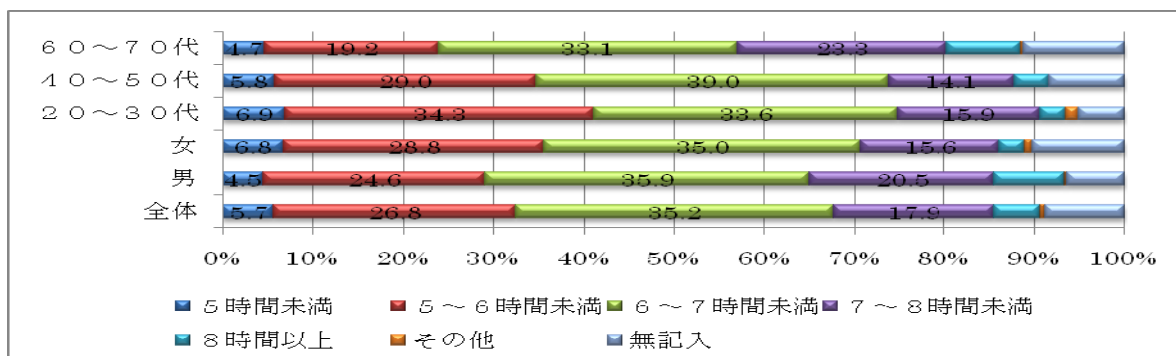


「よく眠れる」「まあまあ眠れる」をあわせると全体の78.1%です。

20～30代では「あまり眠れない」「眠れない」をあわせると12.7%です。

又、60～70代で「薬を飲んでいる」が5.6%です。

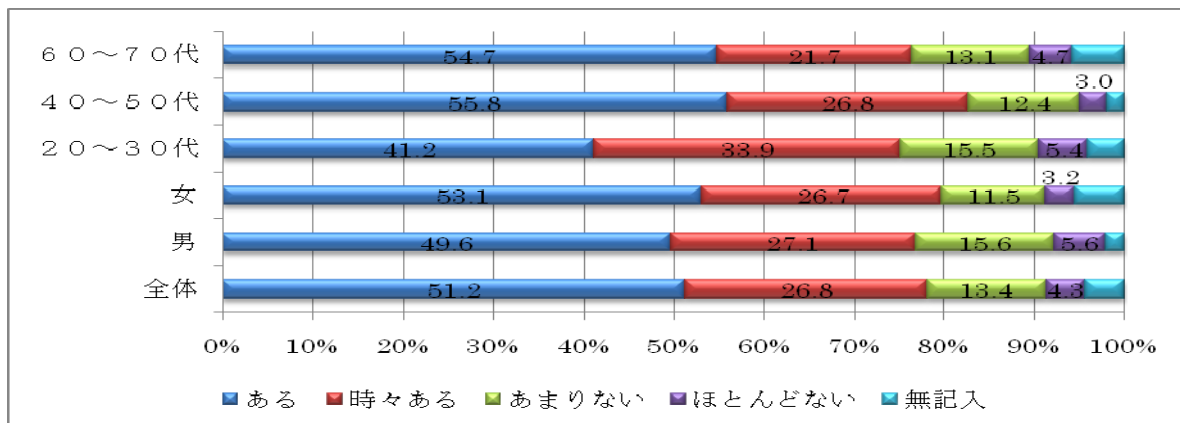
問6. 一日の睡眠時間



「5～7時間」が全体の62%です。「5時間未満」が20～30代で6.9%です。

【歯の健康について】

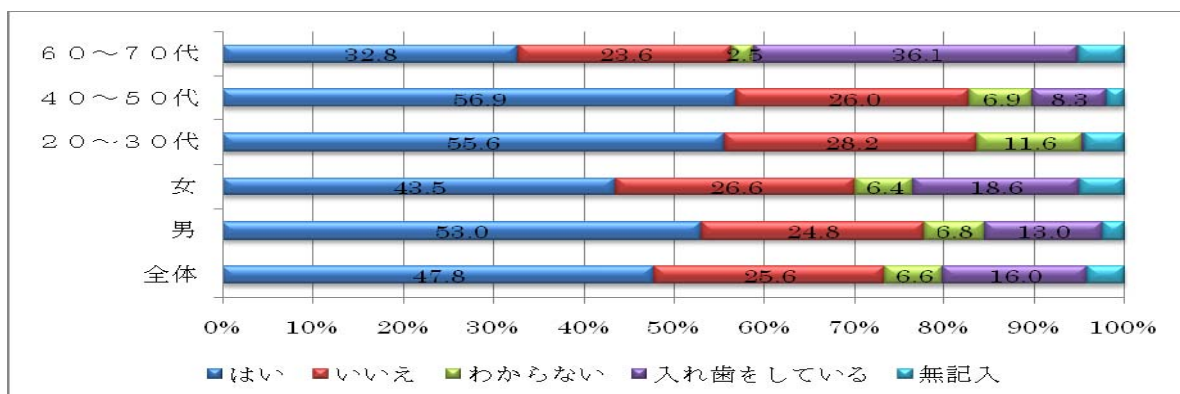
問1. 歯の健康を考えたことがありますか



「考えたことがある」が全体で50%以上です。

20～30代で「考えていない」が5.4%です。

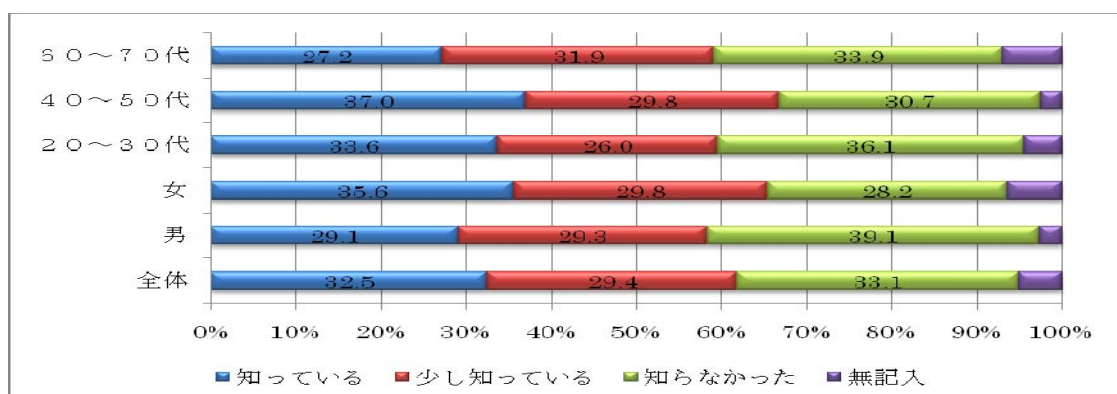
問2. あなたは虫歯がありますか



「虫歯がある」は全体の47.8%です。

「虫歯があるかわからない」が20～30代で11.6%です。

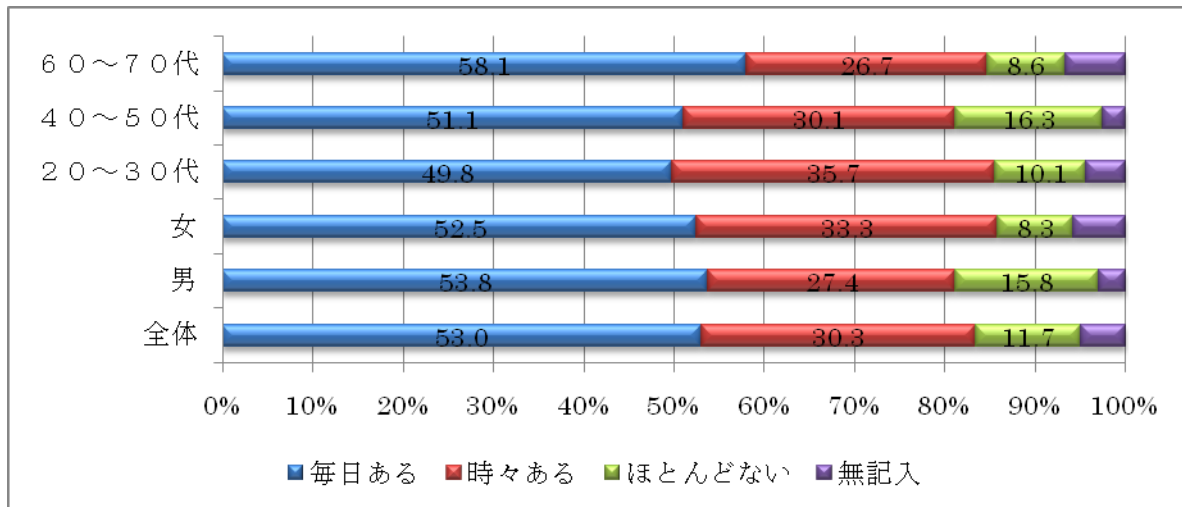
問3. むし菌はミュータンス菌によって感染することを知っていますか



「知っている」が全体の61%です。

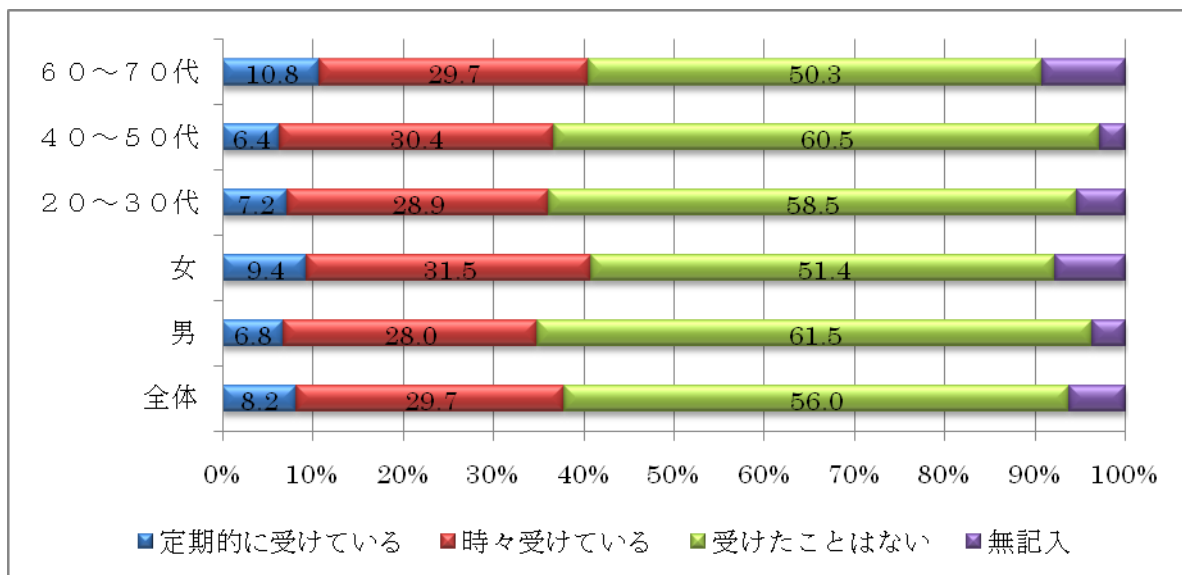
又、知らない人も全体の33.1%です。20～30代は36.1%です。

問4. 1日1回以上時間をかけて歯を磨くことがありますか



「毎日時間をかけて磨くことがある」がどの年代も50%以上です。
 しかし「時間をかけて磨くことがほとんどない」が男性の15.8%です。

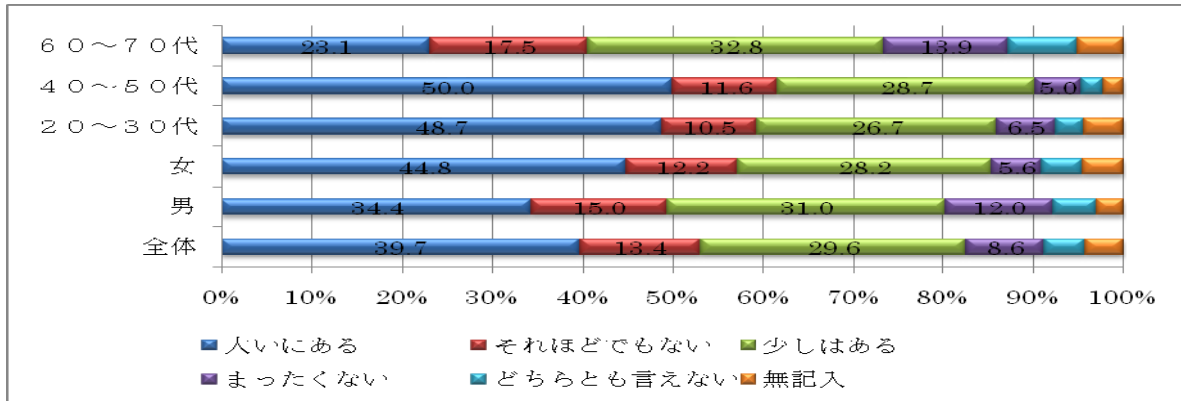
問5. 歯の健診を受けていますか



「受けたことはない」が全体の56%で半数以上です。
 「定期的に健診を受けている」が20～30代は10%に満たないです。

【運動について】

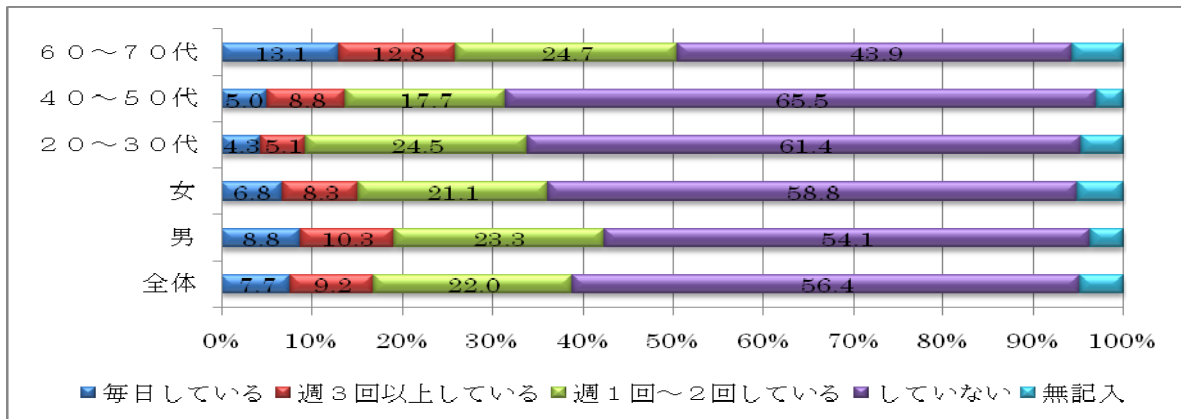
問1. 最近、運動不足を感じることはありませんか



「大いと感じている」が全体の 39.7%です。

60～70 代では、「全く感じていない」が 13.9%です。

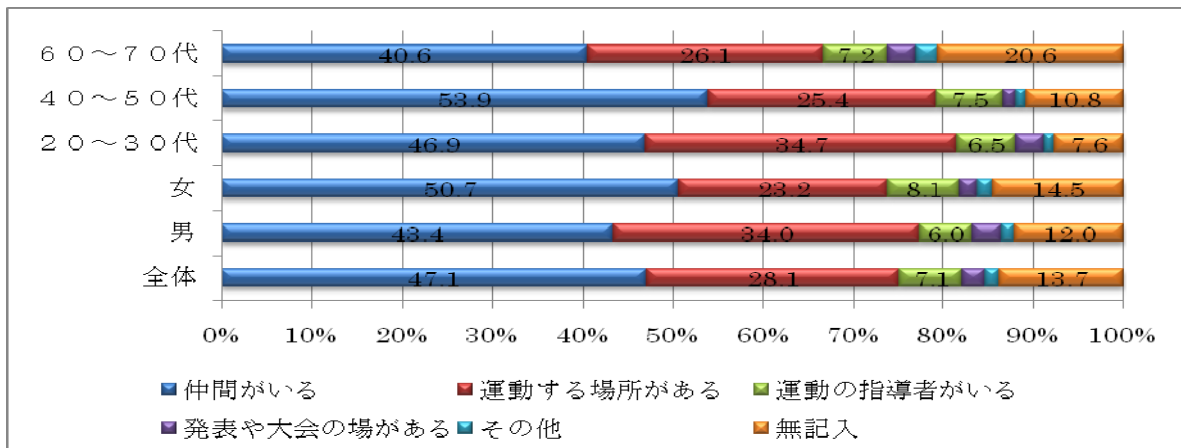
問2. あなたは、週何回運動をしていますか



「運動をしていない」が、全体の 56.4%です。

60～70 代は「週に1～3回は運動している」が 50.6%と他の年代よりも高率になっています。

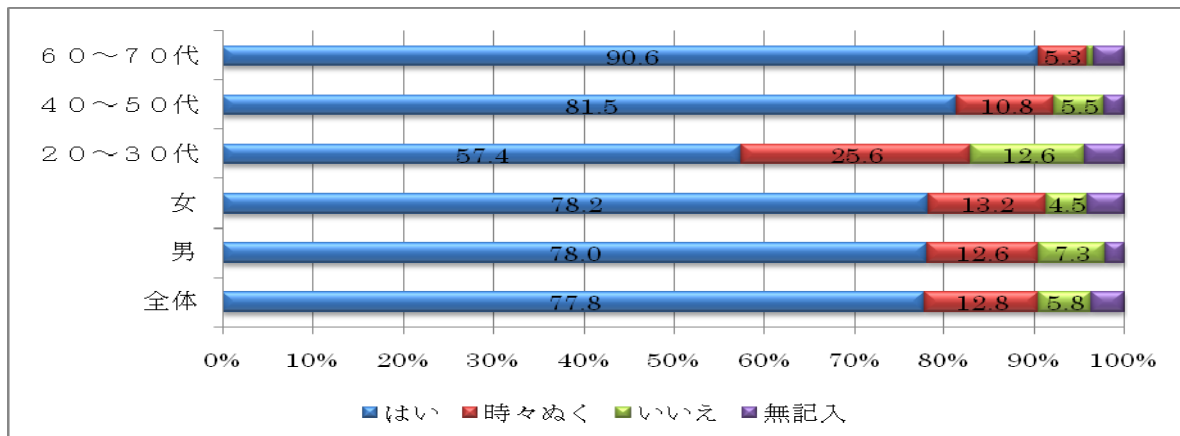
問3. どうすれば運動が長続きできると思いますか



「仲間がいればよい」が全体の 47%です。「運動する場所がある」が 28.1%です。

【食事について】

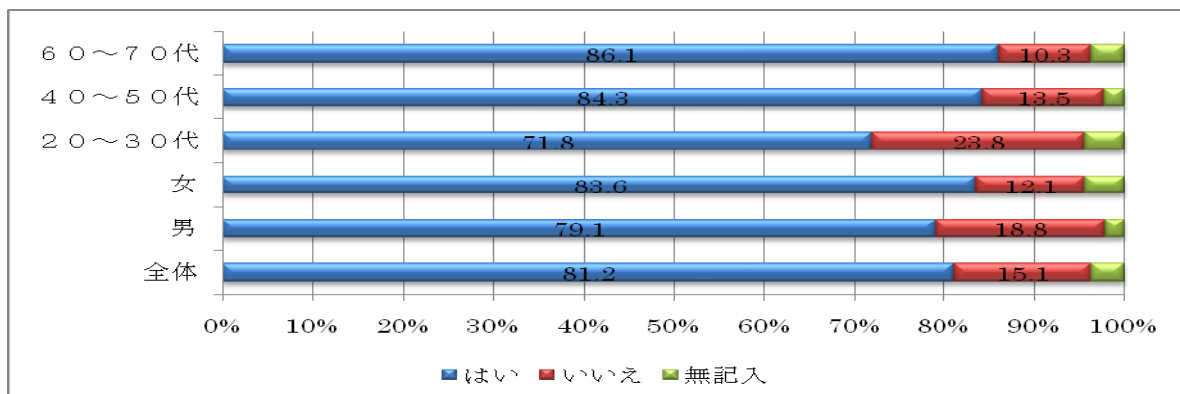
問1. 朝食をとっていますか



「朝食をとっている」が全体の 77.8%です。

しかし、20～30代で「時々ぬく」「いいえ」をあわせると 40%です。

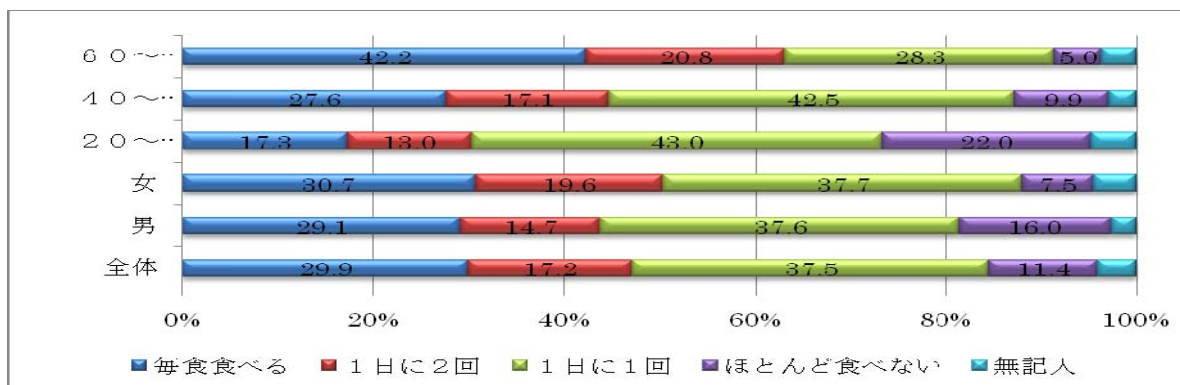
問2. 夕食は家族と一緒に食べますか



「家族と一緒に食べる」が全体の 81.2%です。

しかし、20～30代で 23.8%が家族と一緒に食べていません。

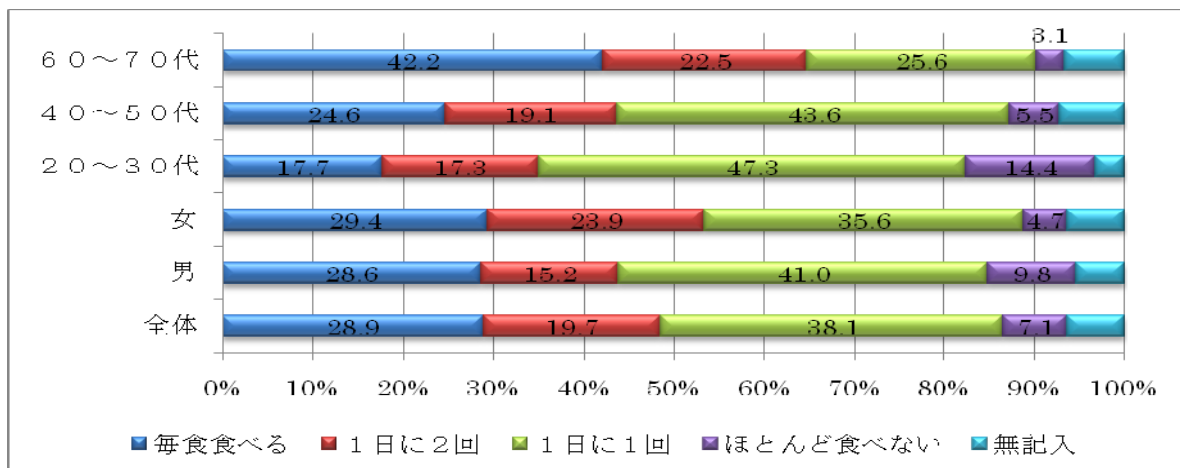
問3. 緑黄色野菜(ほうれん草、人参、トマトなど)を食べていますか



「毎食食べている」が 60～70代が 42.2%と高率です。

20～30代は「ほとんど食べない」が 22%です。

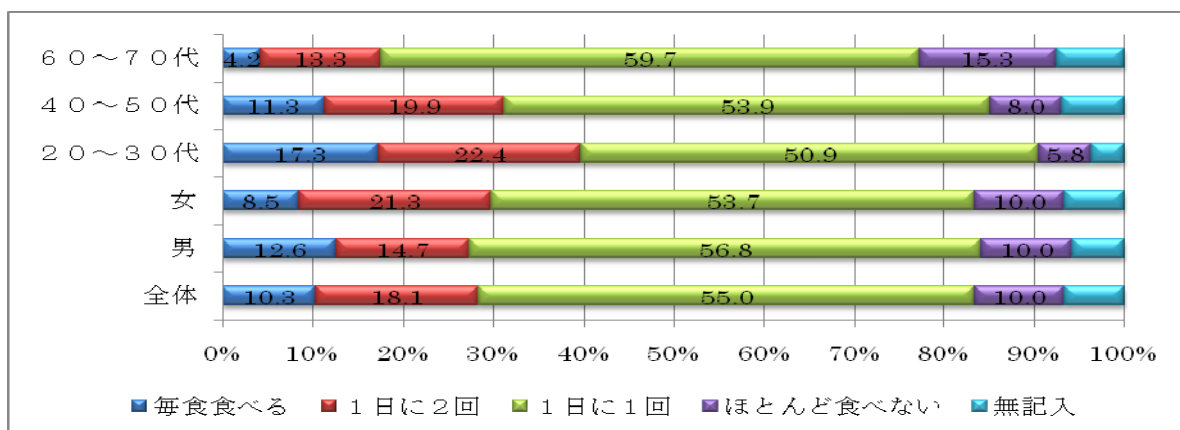
問4. 淡色野菜(キャベツ、大根、キュウリなど)は食べていますか



「毎食食べる」が60～70代で42.2%と高率です。

20～30代で、「ほとんど食べない」が14%です。

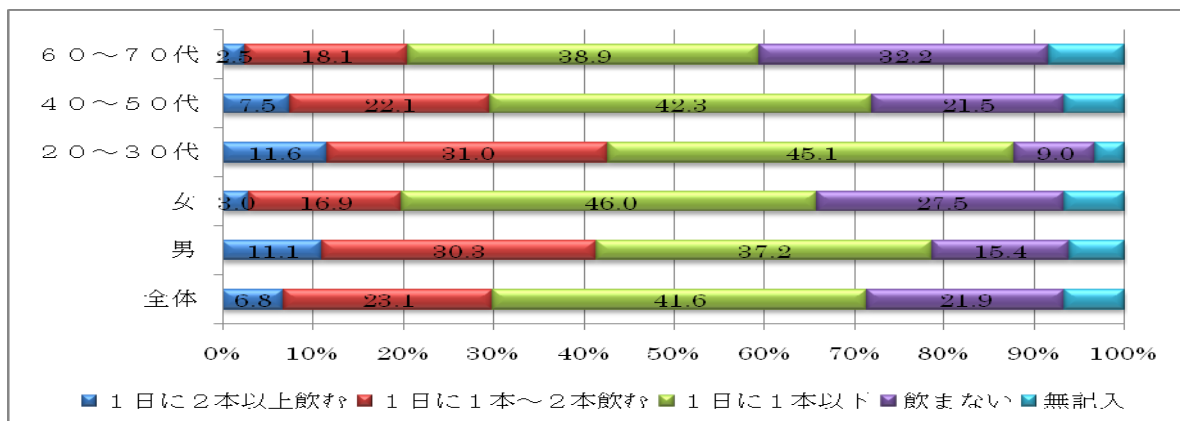
問5. 油を使った料理は1日何食食べていますか



「1日に1回食べる」が全体の50%です。

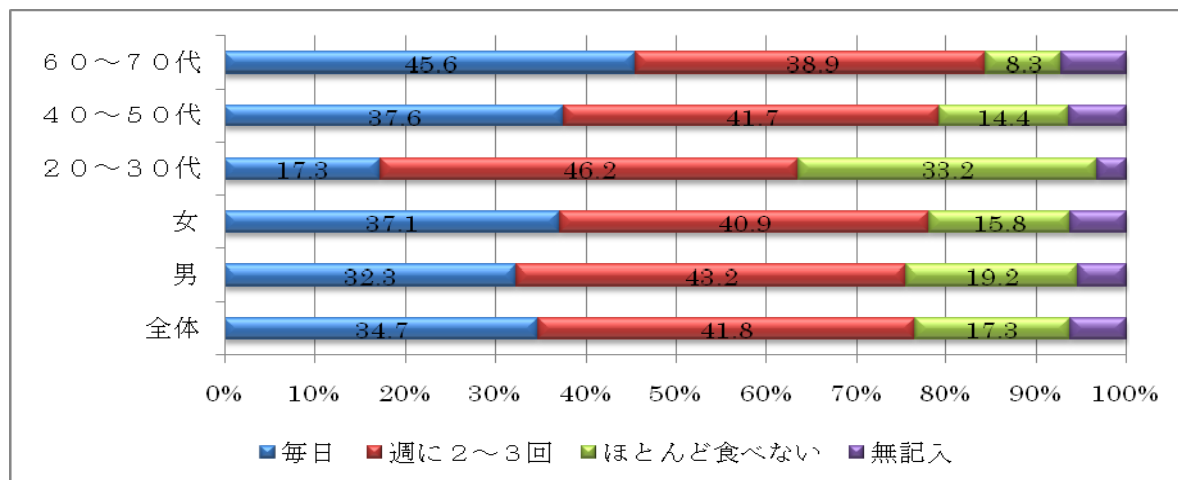
60～70代は「ほとんど食べない」が15.3%です。

問6. 水、お茶以外に甘い飲み物(ジュース、スポーツドリンク、缶コーヒーなど)は飲みますか



「飲まない」が20～30代は9%に対し、60～70代は32.2%です。

問7. 塩辛い物(佃煮、塩さけ、漬物など)はどの程度食べますか



「毎日食べている」が60~70代が45.6%と高率になっています。

反対に「ほとんど食べない」が20~30代に33.2%と高率になっています。

6. 国民健康保険の医療費からみた疾病状況

仙北市の国民健康保険の医療費状況では、件数、費用額共に消化器系と循環器系が多く、全体の4割です。循環器系の中でも高血圧疾患が非常に多く、特に入院外での割合が多いようです。また、消化器系では歯肉炎・歯周疾患が多くなっています。

精神障害、新生物は、疾病件数としては少ないものの、費用としては高額になっています。統合失調症等の精神障害や、新生物においては、入院が長期化することにより入院費が費用額の多くを占めています。

19分類多発疾病件数順位(一般+退職+老人) 平成20年5月診療分(入院+入院外)			
一般+退職+老人		男女	
順位	疾病名	件数	構成比
1位	11 消化器系	1,763	20.93%
2位	09 循環器系	1,655	19.64%
3位	13 筋骨格系	878	10.42%
4位	04 内分泌	731	8.68%
5位	07 眼疾患	624	7.41%
6位	10 呼吸器系	582	6.91%
7位	05 精神障害	379	4.50%
8位	02 新生物	357	4.24%
9位	12 皮膚疾患	317	3.76%
10位	14 腎尿路生殖器	260	3.09%
他	その他	879	10.43%
計	合計	8,425	100.00%

19分類多発疾病費用額順位(一般+退職+老人) 平成20年5月診療分(入院+入院外)			
一般+退職+老人		男女	
順位	疾病名	費用額	構成比
1位	09 循環器系	30,677,420	17.47%
2位	11 消化器系	29,768,690	16.96%
3位	02 新生物	28,976,030	16.50%
4位	05 精神障害	18,038,590	10.27%
5位	13 筋骨格系	14,732,580	8.39%
6位	04 内分泌	12,947,760	7.38%
7位	14 腎尿路生殖器	10,251,650	5.84%
8位	19 損傷、中毒	6,082,600	3.46%
9位	06 神経系	5,472,180	3.12%
10位	07 眼疾患	5,444,510	3.10%
他	その他	13,170,380	7.50%
計	合計	175,562,390	100.00%