

【資料】

平成 24 年度特定健診質問項目該当者率

●印は全国と比較し注意すべき項目

項 目		新得町 (%)	北海道 (%)	H22. 全国 (%)	
栄養・ 食生活	20 歳のときの体重から 10 kg 以上増加した	●29.2	29.2	25.5	
	この 1 年間で体重の増減が±3 kg 以上あった	●18.9	20.8	15.8	
	人と比較して食べる速度が速い	速い	21.4	23.8	20.2
		普通	56.0	54.9	52.2
		遅い	9.3	6.8	6.8
	就寝前の 2 時間以内に夕食をとることが週に 3 回以上ある	●17.9	13.5	13.3	
	夕食後に間食(3 食以外の夜食)をとることが週に 3 回以上ある	●14.6	14.0	9.4	
朝食を抜くことが週 3 回以上ある	7.8	8.4	6.2		
身体活動・ 運動	1 回 30 分以上軽く汗をかく運動を週 2 回以上、1 年以上実施	34.0	31.8	33.1	
	日常生活において歩行または同等の身体活動を 1 日 1 時間以上実施	45.9	41.2	43.2	
飲酒	お酒(清酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲む頻度	毎日	16.0	18.6	21.1
		時々	19.5	21.9	18.7
		ほとんど飲まない(飲めない)	51.0	46.1	47.3
	飲酒日の 1 日当たりの飲酒量	1 合未満	47.1	40.0	39.4
		1~2 合未満	14.2	14.8	13.3
		2 合以上	4.3	6.3	4.9
		3 合以上	0.6	1.9	1.4
喫煙	現在、たばこを習慣的に吸っている	12.3	17.3	13.4	
休養	睡眠で休養が十分とれている	●66.7	66.3	60.4	

※特定健診法定報告

新得町の地域福祉に関する意識調査

アンケート調査票 集計結果

◆アンケート調査の概要◆

■ 調査の目的

だれもが住みなれた地域で、安心して暮らせるまちづくりのため、町民・関係機関、団体と行政が連携し、地域住民が互いに助け合い、支えあう仕組みづくりを、共に考え、進めていく必要があります。

「新得町地域福祉計画」は、こうしたまちづくり・仕組みづくりの為の計画であり、この意識調査は、その策定に向けての取り組みの一環として実施するものです。この調査を通じて「地域福祉」に対する町民皆さんの考え方や意見を寄せていただき、「新得町地域福祉計画」策定にあたっての貴重な資料とさせていただきますとともに、今後の福祉施策の推進に役立てていきたいと思っております。

■ 調査の対象

本町在住の18歳以上の町民、3,000人（住民基本台帳から無作為抽出）

■ 調査方法

郵送による配布・回収

■ 調査期間

平成24年 9月10日～ 9月28日

■ 調査結果

○配布票数	3,000 票
○回収・有効票数	1,410 票
○回収率	47.0 %

◆健康増進の取組についてお伺いします◆

- ・健康についての関心が高いという回答は、32.6%であるが、日常生活で健康維持・増進に取り組んでいるといった回答は、61.7%と高い傾向にあった。
- ・最近の悩みでは、「自分の健康、病気」といった回答が17.3%だが、「家族の健康、病気」「家族、身内との関係」「身内の人の死」といった家族に関わる回答が23%となった。

問36 健康について自分は関心が高いと思いますか。【〇は1つだけ】

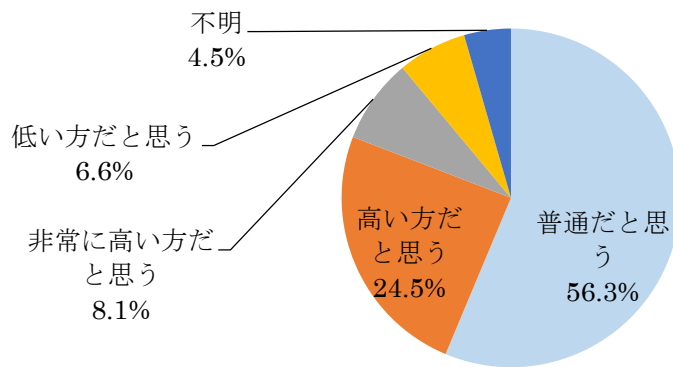


図1 健康に関する関心度

問37 日常生活で健康の維持・増進に取り組んでいますか。【〇は1つだけ】

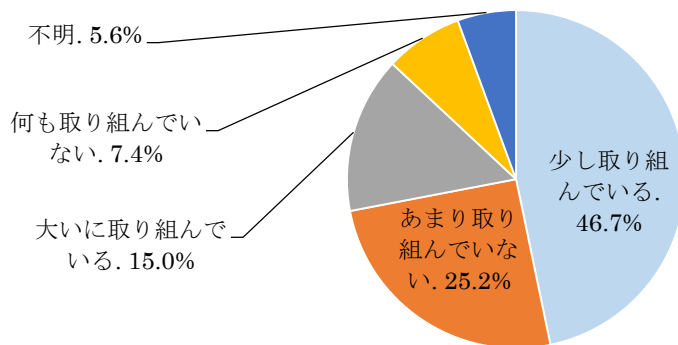


図2 日常での健康維持・増進の取組

問38 ストレスや悩みについてお伺いします。

(1)最近、悩みやストレス、不安などがありましたか。【○は1つだけ】

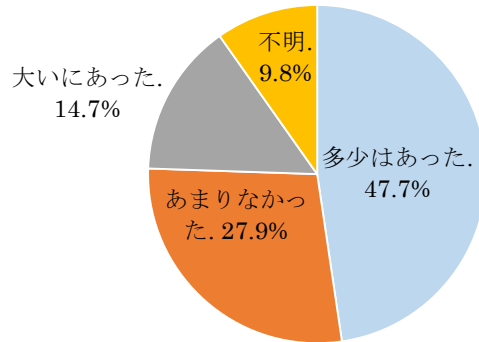


図3 最近の悩み・ストレス・不安状況

(2)その悩みはどのようなものですか【○はあてはまるものすべて】

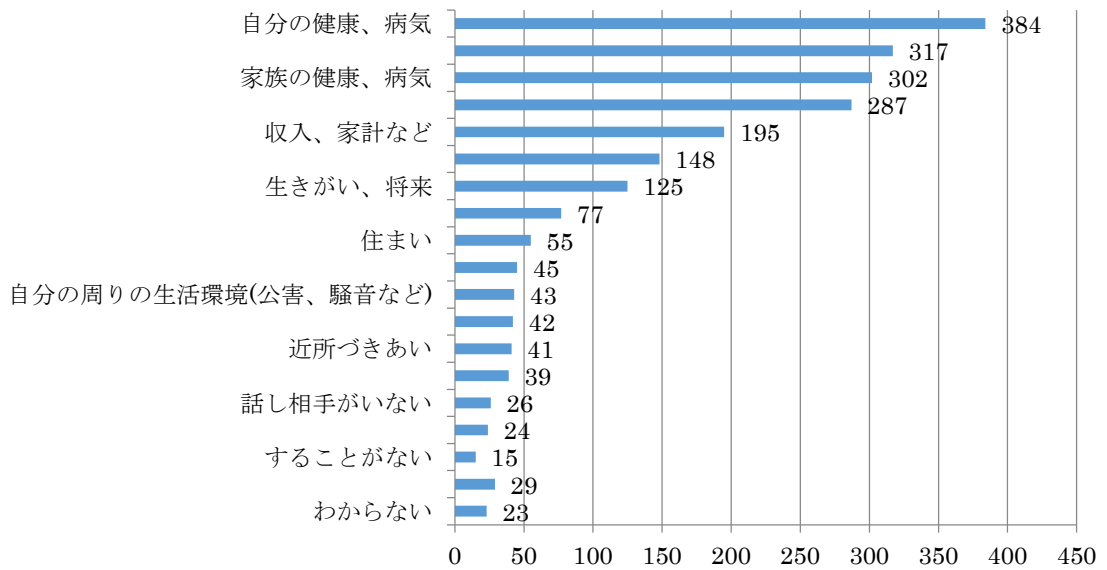


図4 悩みの主たる原因

問39 健診結果に異常値があったらどうしますか。【〇あてはまるものすべて】

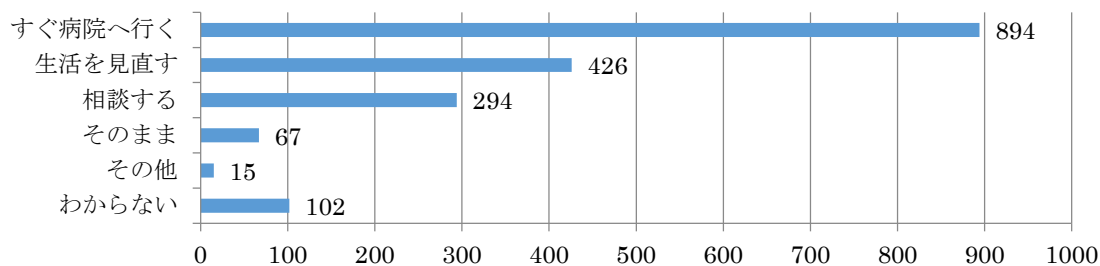


図5 検診結果が以上の場合

問40 健診で支払う料金はどのくらいの額なら負担できますか【〇は1つだけ】

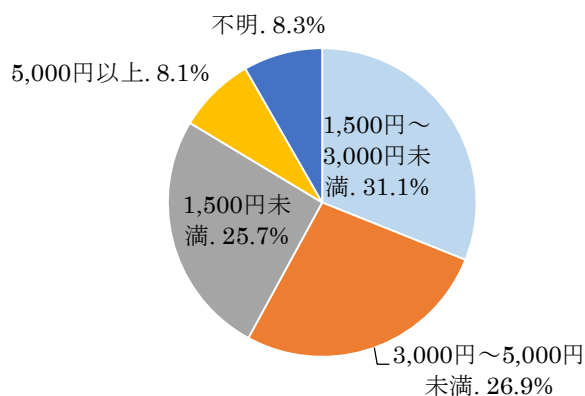


図6 検診料金の適正額

問41 健康づくりに関して充実してほしいものは何ですか。【〇あてはまるものすべて】

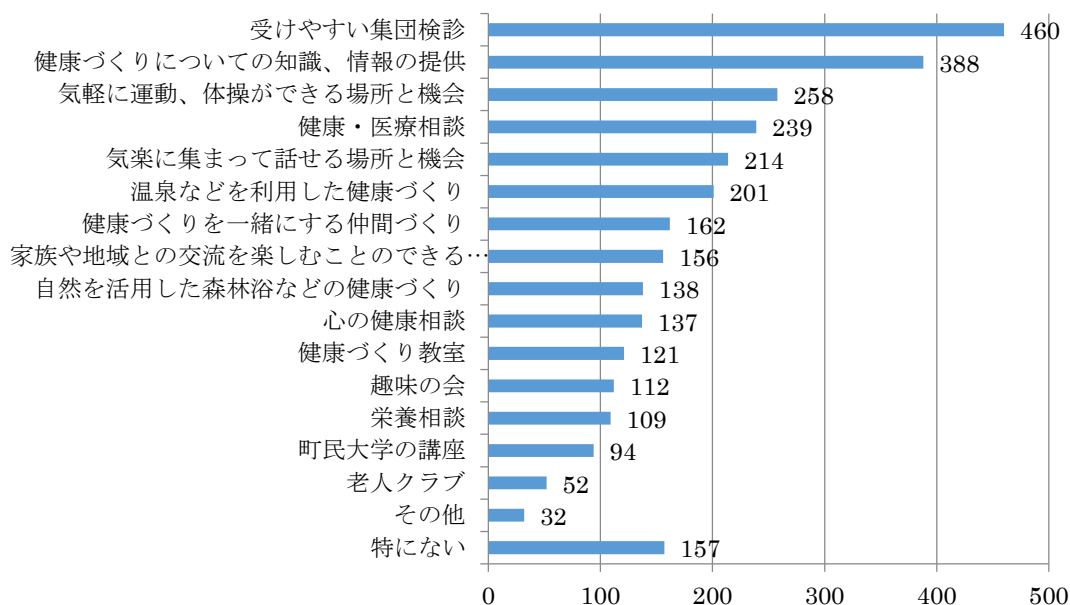


図7 健康づくりの為の町への希望

問42 1日のうち、主食(ごはん、パン、めん類)主菜(卵・肉・魚・大豆・大豆製品等が主体のおかず)副菜(野菜・海藻・いも類主体のおかず)のそろった食事をどのくらいとってますか。【〇は1つだけ】

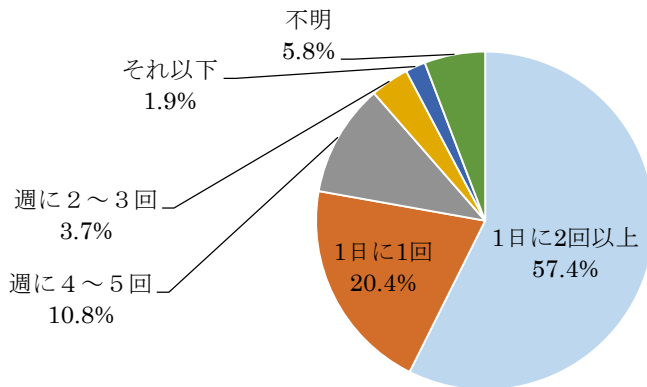


図8 一日の食事回数

問43 あなたの食生活について伺います。(ア)から(オ)までのそれぞれの項目について〇を1つだけつけてください。

(ア)朝食

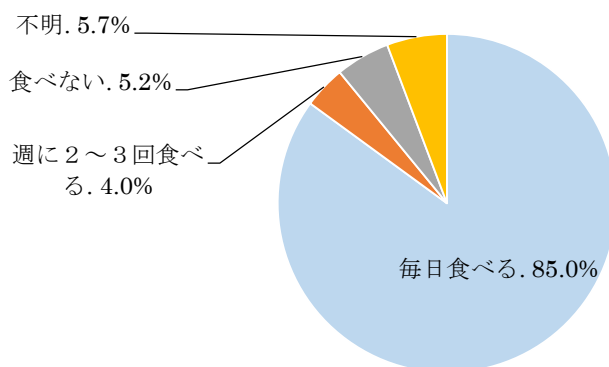


図9 朝食の摂取回数

(イ) 昼食

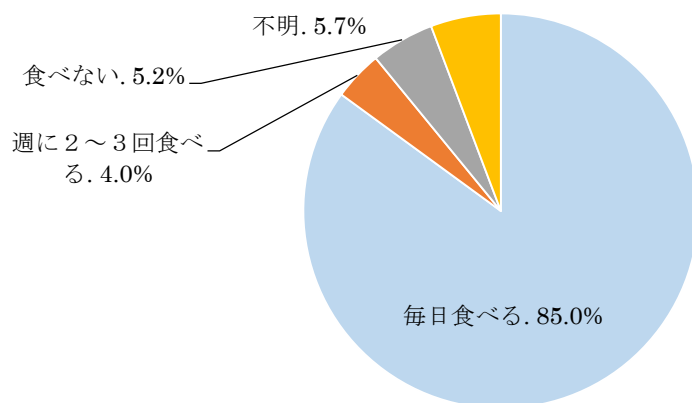


図 10 昼食の摂取回数

(ウ) 夕食

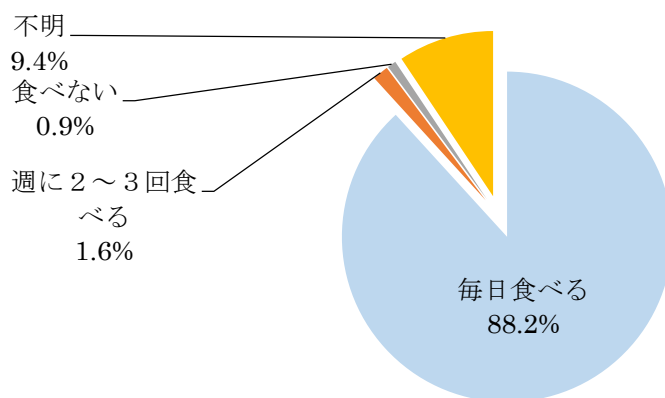


図 11 夕食の摂取回数

(エ) 夜食

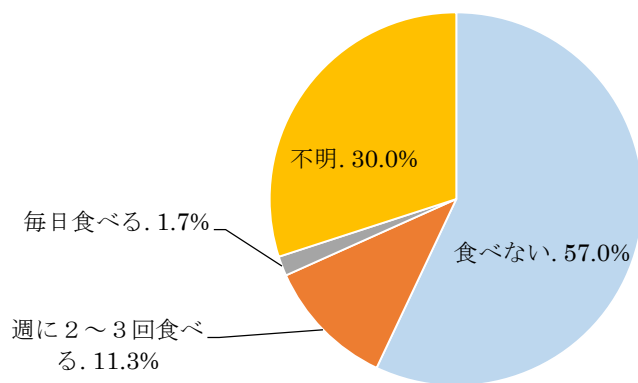


図 12 夜食の摂取回数

(オ) 間食

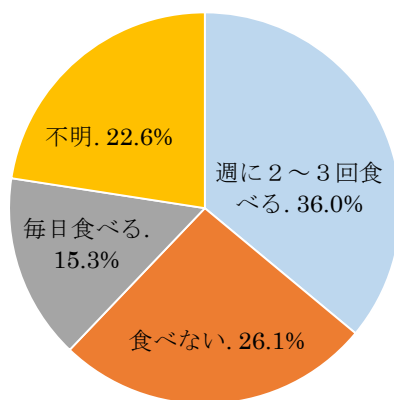


図 13 間食の摂取回数

問 4 4 この2年間における健康診断(病気で診断を除く)の受診についておうかがいします。※女性の方は、「妊産婦健康診断」を除いて下さい。

(1)受診の有無【〇は1つだけ】

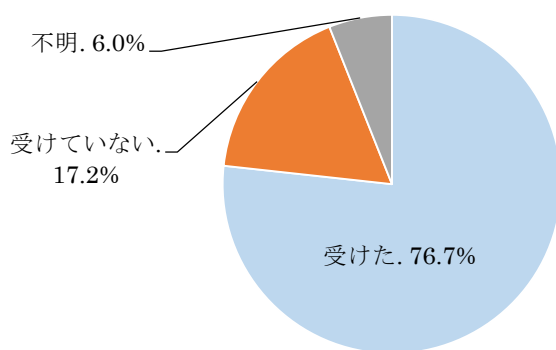


図 14 検診の有無の割合

(2)どこで受信しましたか【〇はあてはまるものすべて】

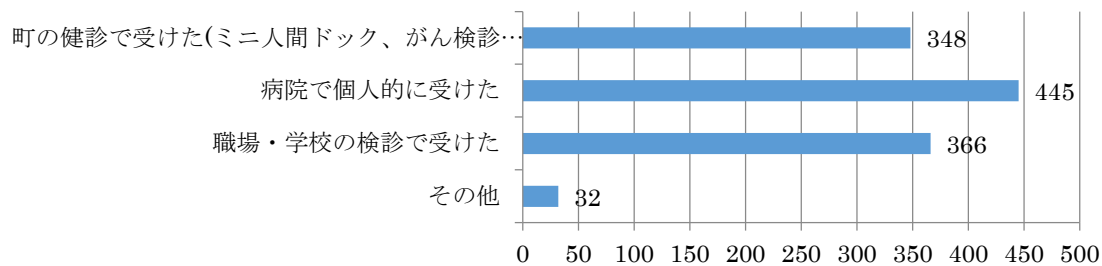


図 15 検診の受診先

(3)どのような検診を受けましたか【〇はあてはまるものすべて】

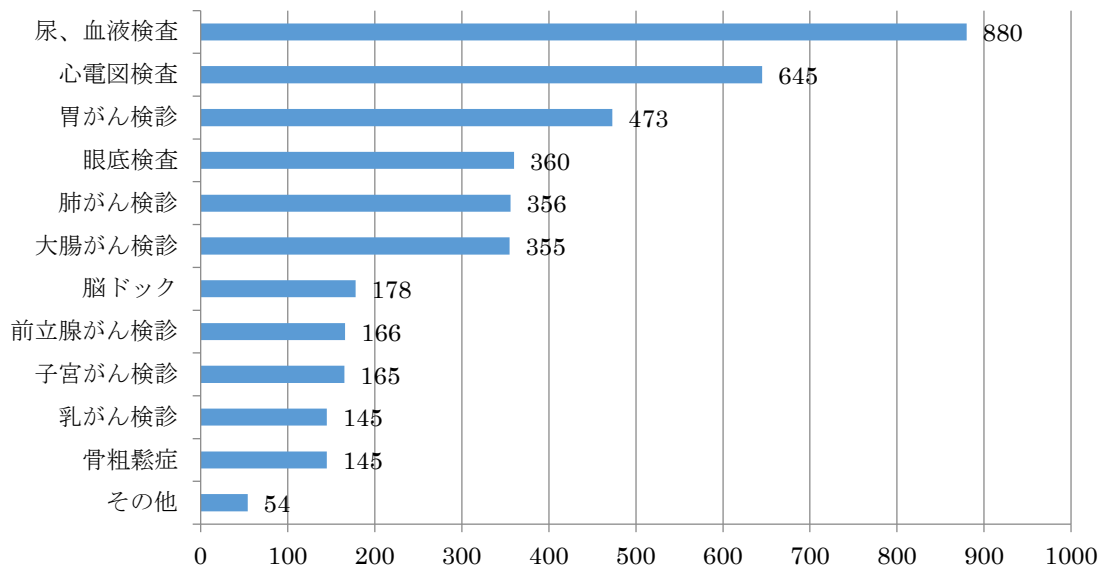


図 16 受診検診の種別

(4)受けなかった理由はなんですか【〇は1つだけ】

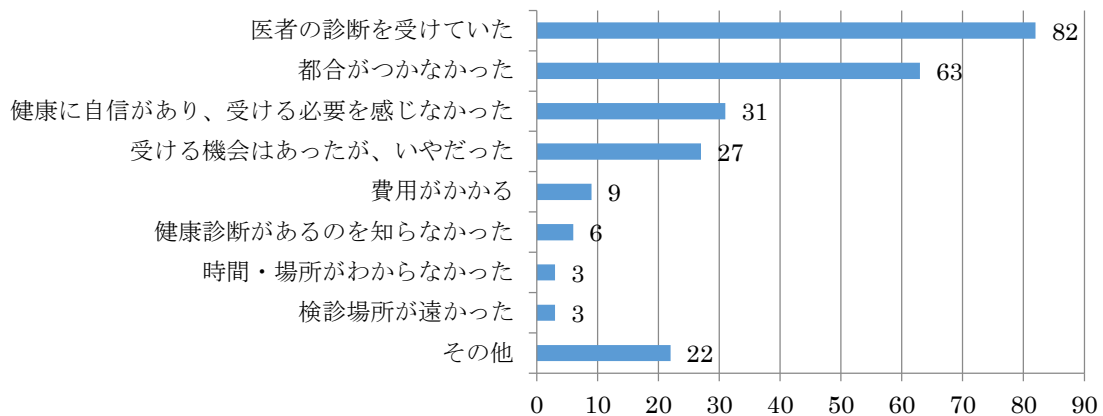


図 17 受診を受けなかった理由

問4 5 歯の健康維持のために心がけていることがありますか。

【〇はあてはまるものすべて】

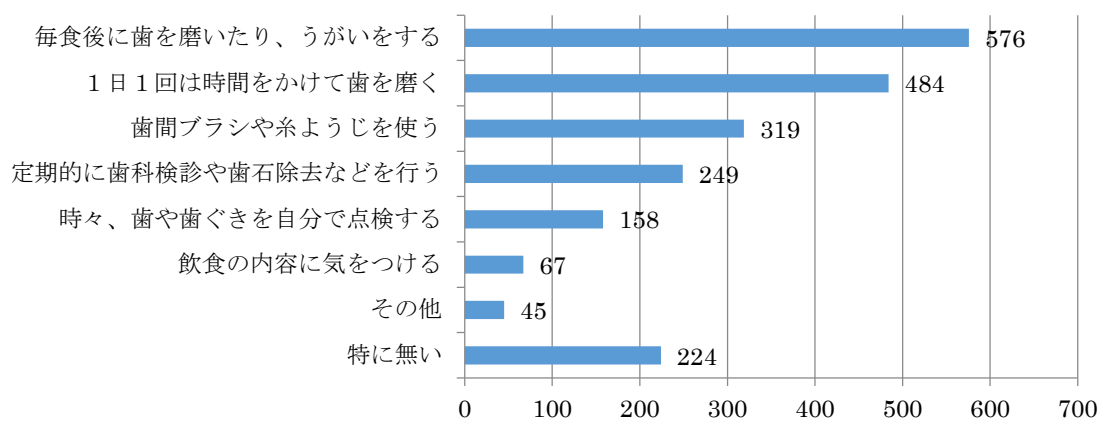


図 18 歯の健康維持の心掛け



用語の説明

あ行

【悪玉コレステロール（LDL コレステロール）】

細胞膜をつくる脂肪（脂質）の一種。「悪玉コレステロール」とも呼ばれ増加すると血管の壁にたまり動脈硬化を進め、心筋梗塞や脳梗塞を引き起こします。

か行

【虚血性心疾患】

冠動脈（心臓の周りの動脈）が詰まることなどにより心筋への血流が阻害され、心臓に障害が起こる疾患の総称。急性心筋梗塞や狭心症が含まれます。

【ゲートキーパー】

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守れる人のことです。家族や地域、職場、保健、医療、教育の場面など、誰もがなれます。

た行

【透析】

血液中の老廃物をろ過する役割を持つ腎臓の機能が低下した場合に、腎臓に代えて透析装置を用いて人工的に血液を浄化する治療法です。

【特定健診・特定保健指導】

平成20年度（2008年度）から医療保険者に義務付けられたメタボリックシンドロームに着目した健診・保健指導のこと。特定健診によって受診者は生活習慣病のリスクに応じて階層化され、その結果、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が多く期待できる者に対し「動機付け支援」「積極的支援」のいずれかの特定保健指導が行われます。

な行

【内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）】

内臓脂肪の蓄積を出発点にして高血圧、高血糖、脂質異常などが複合的に発症している状態。過食や運動不足などの生活習慣が続くことによって内臓に脂肪が蓄積し、それが原因となって代謝のバランスが崩れるようになり、放置すると動脈硬化となり、心筋梗塞や脳卒中などをひきおこします。

【年齢調整死亡率】

死亡数を人口で除した死亡率については、各地域の年齢構成に差があるため、高齢者の多い地域で高くなり、若年者の多い地域で低くなる傾向にあります。このため、年齢構成の異なる地域間で死亡状況の比較ができるよう補正した死亡率です。標準とした集団の死亡率（通常は全国）を100とした場合、当該市町村の死亡率がその何%に当たるのかを示します。

は行

【HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）】

過去1～2ヶ月間の平均的な血糖値が分かる検査です。糖尿病が疑われた場合の検査として有効です。

2012年4月から、医療機関では国際的に使用されている新しいHbA1c（NGSP）値が使われています。これまでのHbA1c（JDS）値と比べて、およそ0.4%高くなります。特定健診については、2013年4月からHbA1c（NGSP）値が使われています。



新得町役場保健福祉課健康推進係

〒081-8501 北海道上川郡新得町3条南3丁目

Tel:0156-64-0533 Fax:0156-64-0534

平成26年3月