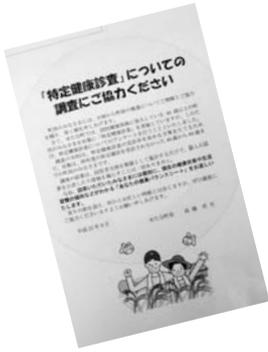


特定健診アンケートの結果をお知らせします

メタボ

対象者 1,325人
回答者 612人
回収率 45.9%



町では、昨年9～10月にかけて、40～69歳のせな町国民健康保険加入者で、平成22年度の特定健診を受けていない方を対象に、アンケートを実施しました。多くの皆さんから回答をいただき、結果がまとまりましたので、その一部をお知らせします。

回答者のうち58%は女性、60歳以上の方が60%強を占め、40歳代は10%未満でした。また職業別では有職者が59%、無職や家事専業は41%でした。

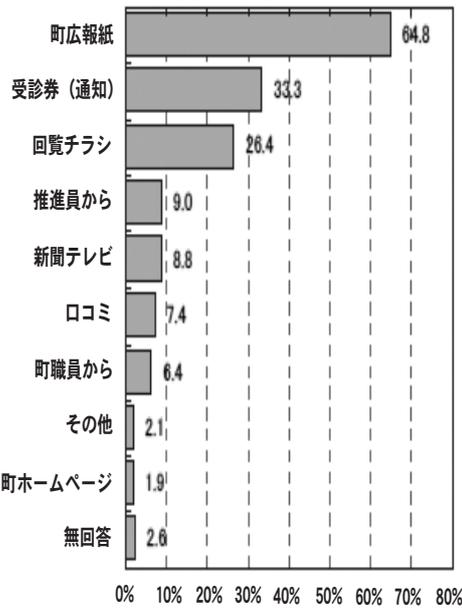
特定健診のこと

「特定健診をご存知ですか？」(図①)には、約70%の方が「知っている」と答え、「特定健診を知った方法は？」(図②)には、「町広報紙」が多く、毎年郵送している「受診券」についてご存知ですか？」(図③)には、「知らない」と回答した方が多いという結果でした。

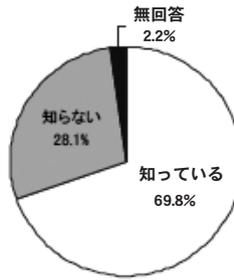
「今年度特定健診を受けますか？」には、回答者の約33%が「受ける」と答え、3人が1人が受診を希望するという結果から、皆さんに対して健診のお知らせをしました。

「受けると答えた方の理由」(図④)には、「健康状態のチェック」や「年齢から」「病気をみつける」が多くを占め、自分自身の判断に基づく理由が上位を占め、「受診券が届いたから」や「誰かに勧められたから」という理由は低い結果となりました。

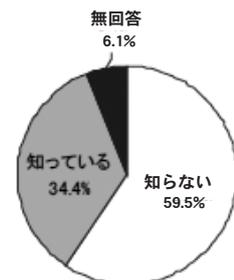
反対に「特定健診を受けない」(図⑤)と答えた方の約57%が「医療機関で受けているから」であり、「特定健診を知らなかった」は約3%でした。



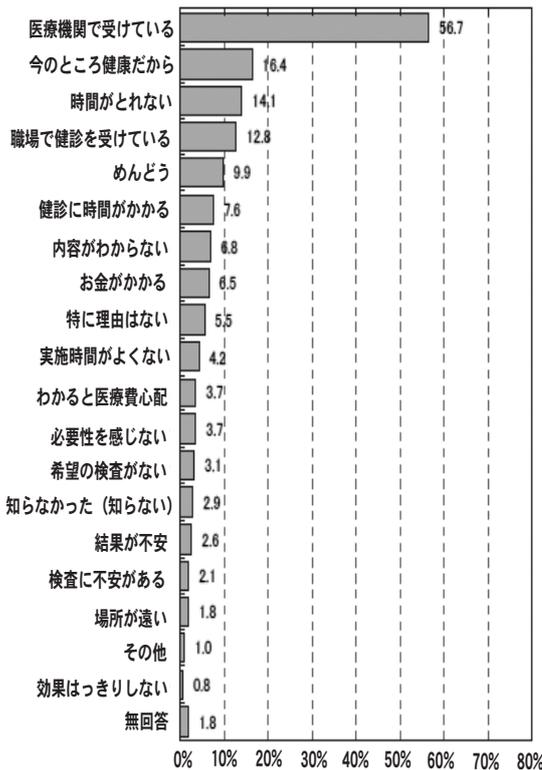
図②



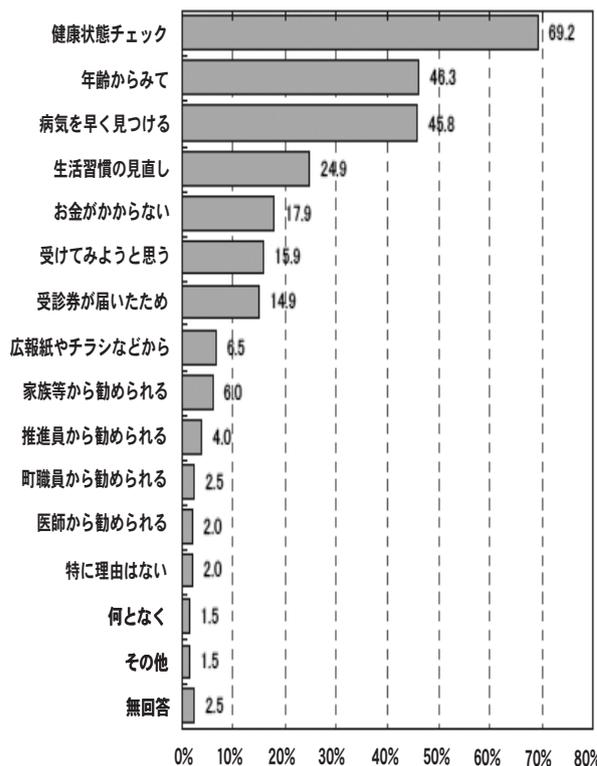
図①



図③



図⑤



図④

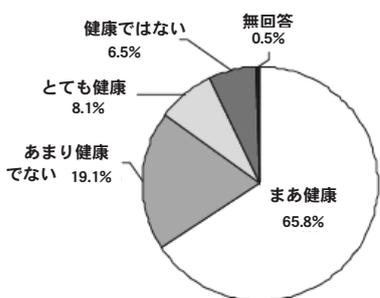
した。健診を受けやすい方法への意見は、時間(短時間で受診)や時期(冬期間など)。

身近な場所での希望が多くありました。

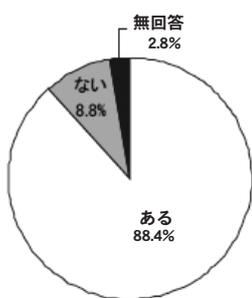
健康のこと

「自分の健康や健康増進に関心がありますか？」(図⑥)には、約88%が「ある」と回答、「現在の健康状態」(図⑦)については、「まあ健康」「とても健康」を合わせると約74%の方が健康と感じていました。

「現在又はここ1年間に医療機関へ通院していますか？」には、約69%の方が通院し、そのうち高血圧での通院が46.1%でした。

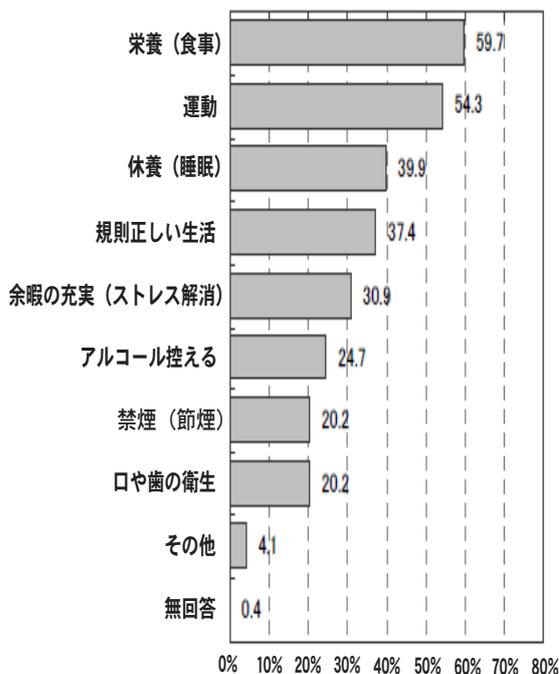


図⑦



図⑥

これから皆さんの健康生活をお手伝いします



図⑧

「健康のために何かしていますか？」には、約40%の方が「している」と回答し、約22%の方が「今後したい」との結果となりました。

「健康のためにしていることとは？」(図⑧)の内容として、約60%の方が「栄養(食事)」、「運動」は約54%、「休養(睡眠)」は約40%でした。

一方、「何かしたいが、していない」という方の理由は「やっても続かない」が約40%、「思っているだけ」が約38%、「きつかけがない」が約25%となっています。



普段の生活のこと

食生活では、食事の時間や回数、外食・間食の回数、食べる内容等を多くの方が気にしていました。

運動では、継続している方が約25%と少ないですが、なるべく体を動かすようにしている方が60%近くを占めました。

休養では、「睡眠で休養がとれる」、「休みの日は楽しく過ごしている」、「休みの日は無理せず過ごしている」方がそれぞれ60%を超えており、「疲労が重なったときには仕事を休んでいた」方は約45%と少ない結果となりました。

心の健康では、「生活へのメリハリがない」や「趣味がない」が約半数あり、「落ち込んだり、眠れないことがある」も約36%を占め、回答者の3人に1人が、落ち込んだり眠れないと感じていました。

ライフスタイルでは、「メタボリックシンドロームを知っている」や「規則正しい生活を心がけている」と回答する方は多かったが、「体重や血圧に気をつけている」は50%強とさほど多くありませんでした。

アルコールは、「休肝日がない」方や「1回の量が1合以上」の方もおり、たばこについては、吸っている方の半数以上がやめたいと思っていました。

今回の特定健診アンケートは、受診者の皆さんの現状を明らかにし、受診率の向上を図ることを目的に実施しました。

未受診者の現状は、病院に定期通院している方が多いこと、特定健診は知らないこと、健診を受ける(行動を起こす)ためには自分なりの動機付けが必要なことなど、今後受診率を向上させるために必要な情報を得ることができました。

また、健康への関心や日常生活からも、様々なことを知ることができました。

今後はこれらを活かした保健事業を考え、より皆さんが健康で生活できるように支援していきたいと思えます。

アンケートにご協力いただき、ありがとうございます。