

健康に関するアンケート調査結果について

1 目的

日吉津村健康づくり連絡会で健康を維持し増進を図ることを願い、今後のよりよい健康づくり事業につなげるため、40歳代の健康・健診・こころの健康への意識や状況の実態把握を目的とした。

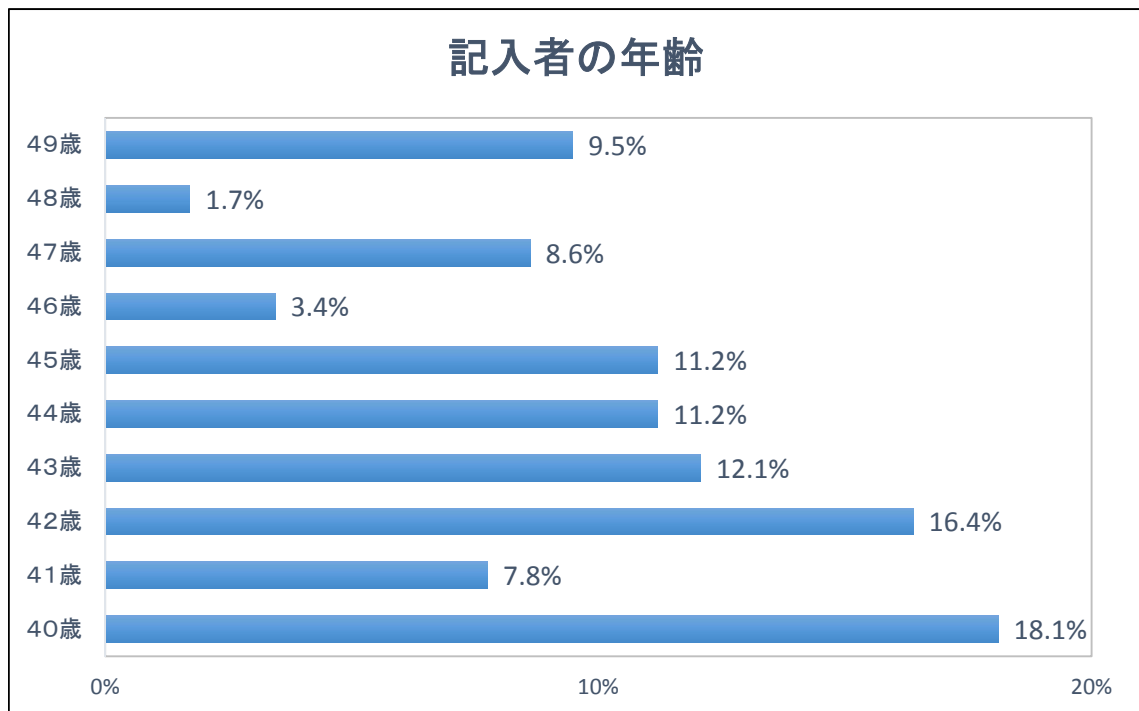
2 調査方法

- (1) 対象 40～49歳の住民 449名（平成27年4月1日現在の年齢）
- (2) 時期 平成26年10月29日（水）～11月14日（金）
- (3) 方法 アンケート用紙・返信用封筒を郵送し、各自治会公民館・役場福祉保健課・中央公民館・保育所に設置の回収箱で回収。

3 結果

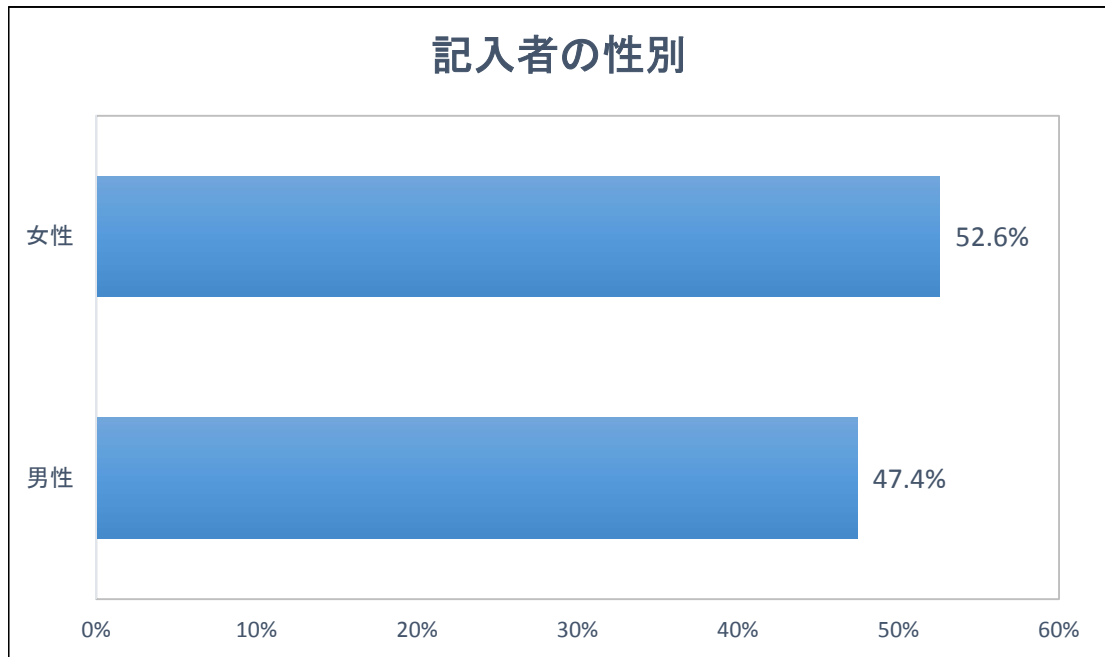
回収率 25.8%（回収数 116枚）

（1）記入者の年齢



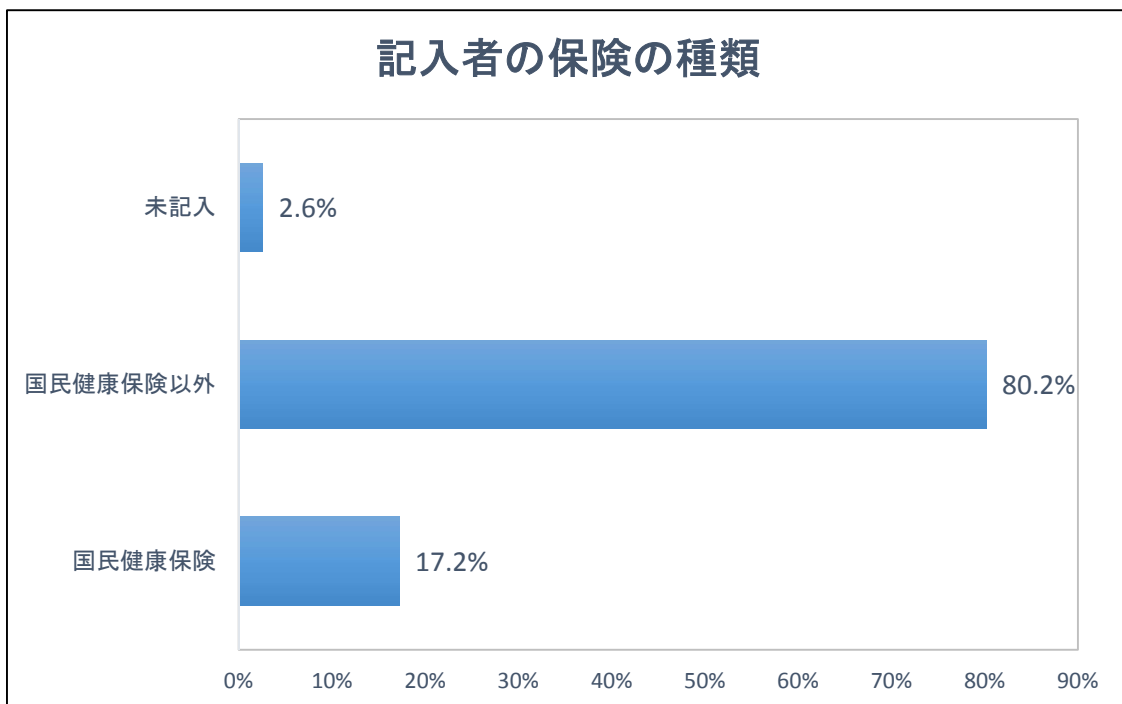
40歳の記入者が、最も多かった。

(2) 記入者の性別



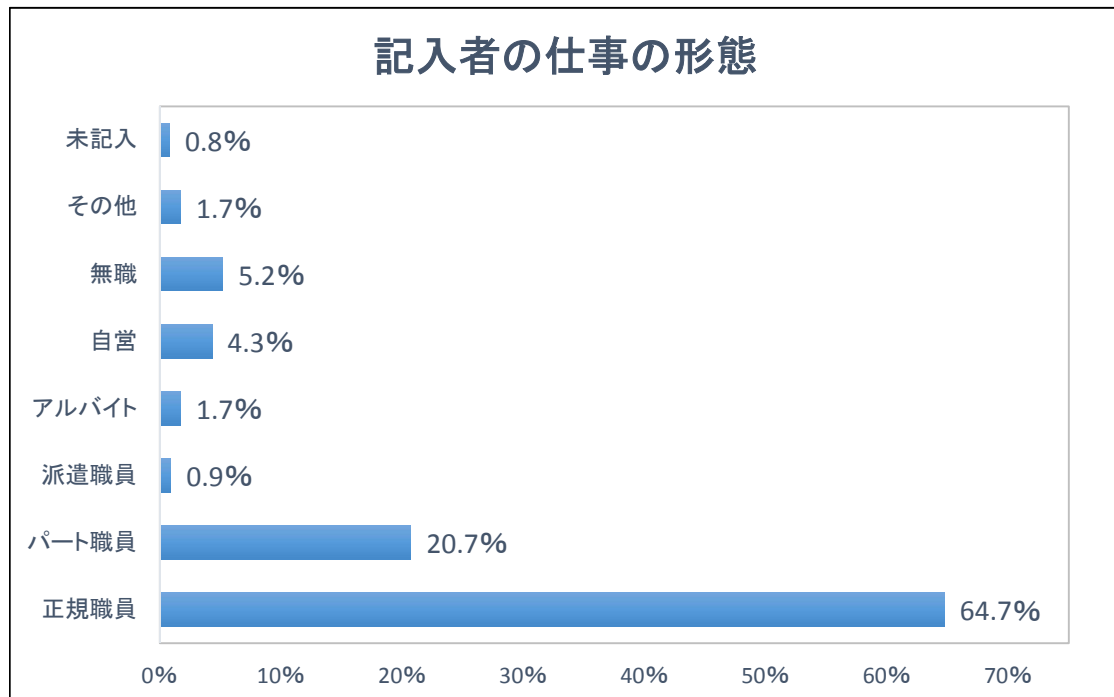
女性が52.6%と、男性よりも多かった。

(3) 記入者の保険の種類



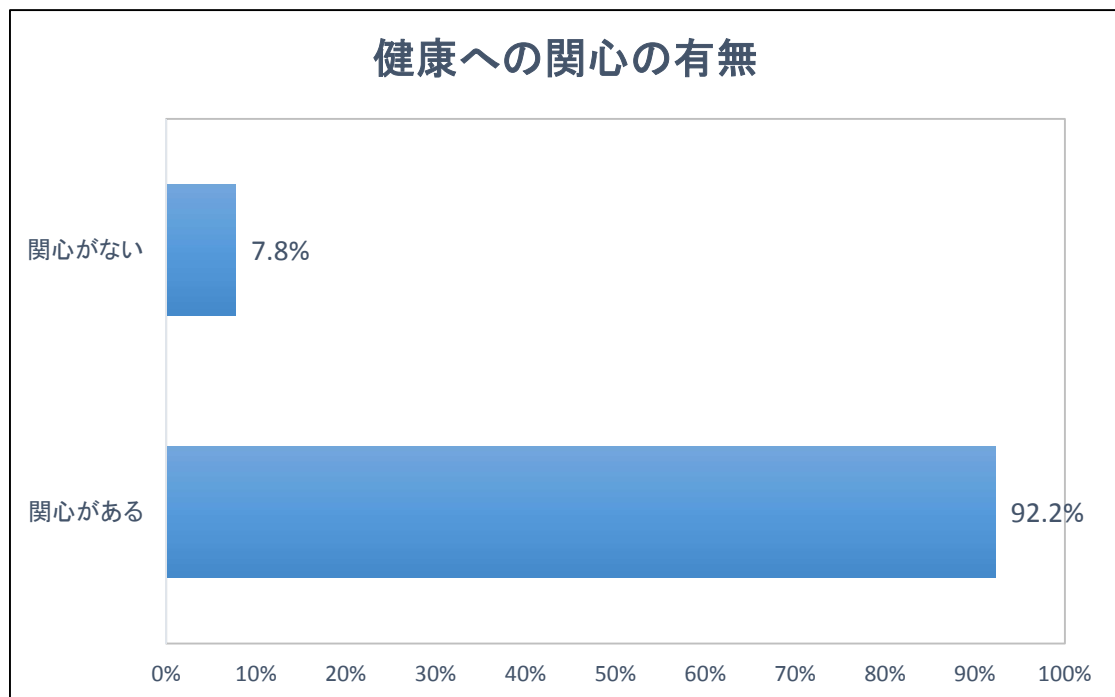
国民健康保険以外の人が80.2%と、国民健康保険の人より約4.7倍多かった。

(4) 記入者の仕事の形態



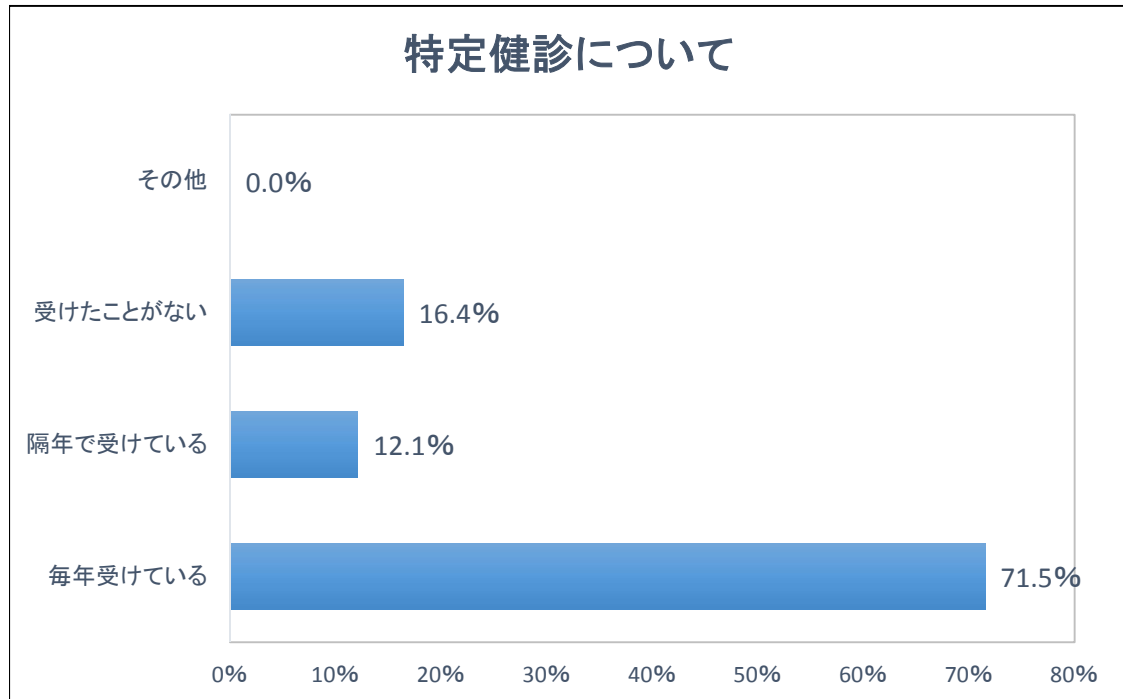
正規職員の人が64.7%と最も多く、次いでパート職員の人が多かった。

(5) 健康について



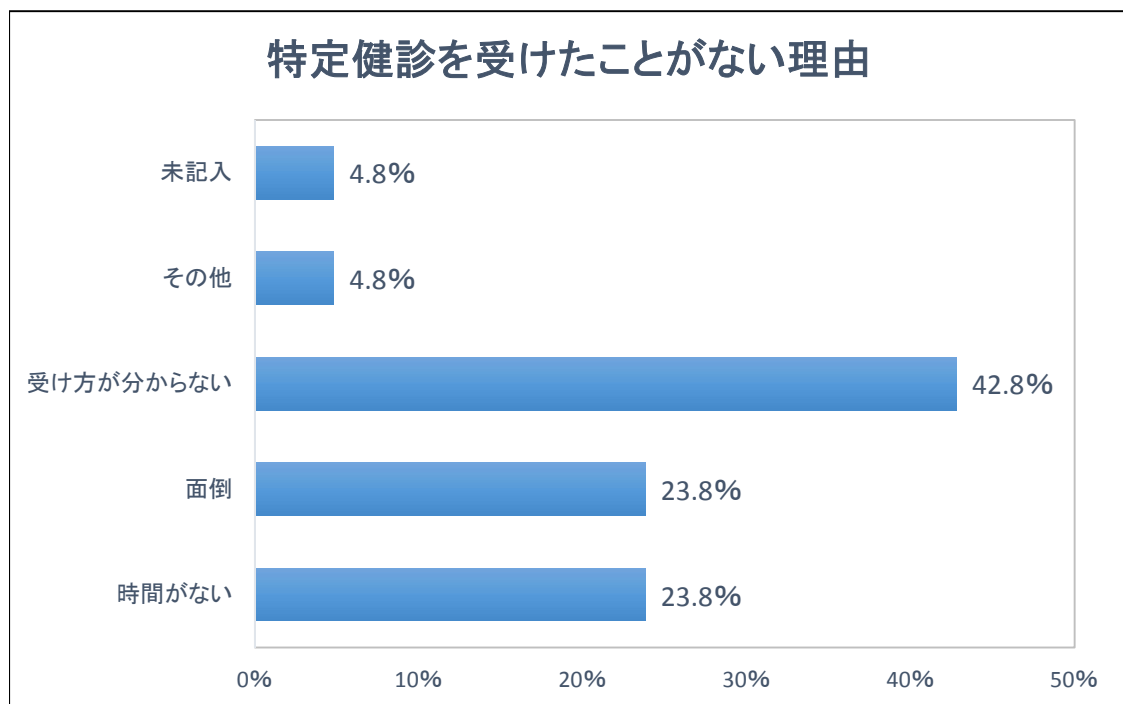
健康に関心がある人が92.2%と、関心がない人より約11.8倍多かった。

(6) 特定健診について



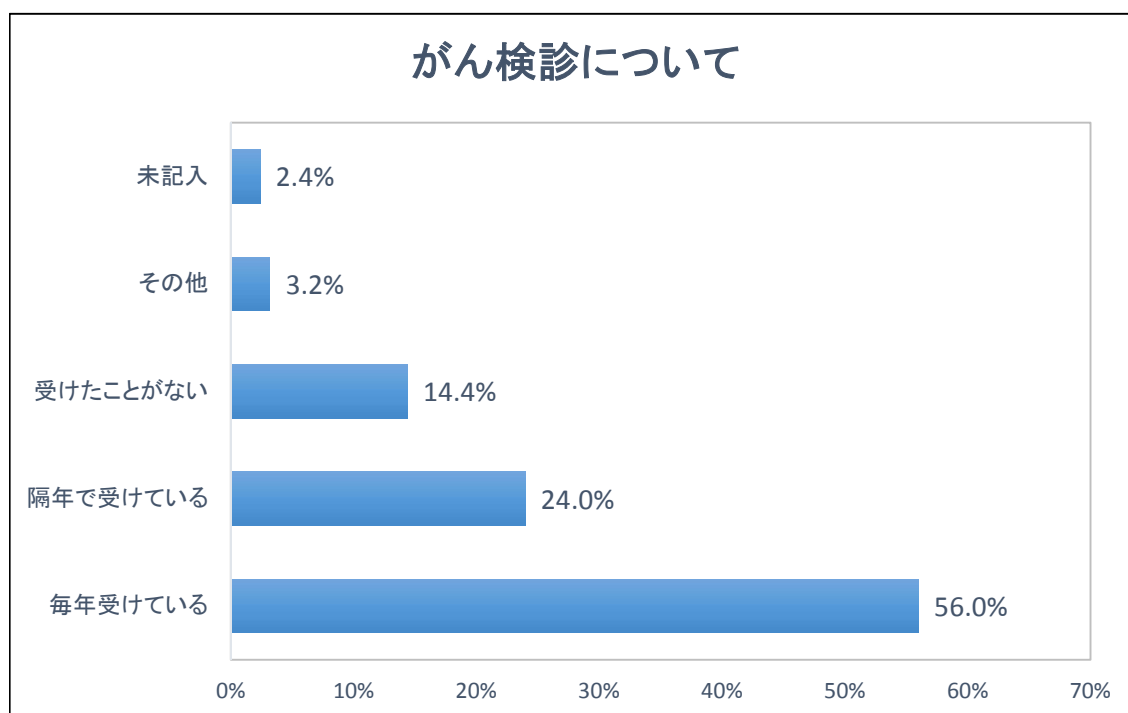
特定健診を毎年受けている人が71.5%と最も多く、次いで受けたことがないという人が多かった。

(6) ①特定健診を受けたことがない理由について



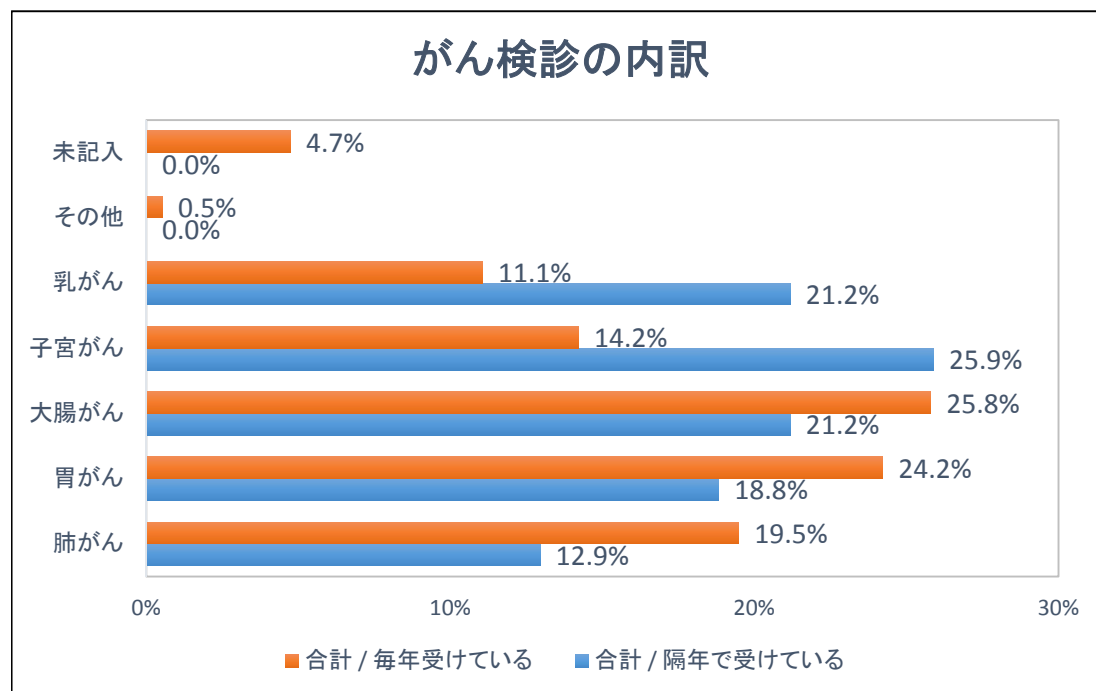
受け方が分からないという人が42.8%と最も多く、次いで時間がない・面倒が多かった。

(7) がん検診について



毎年受けている人が56.0%と最も多く、次いで隔年で受けている人が多かった。

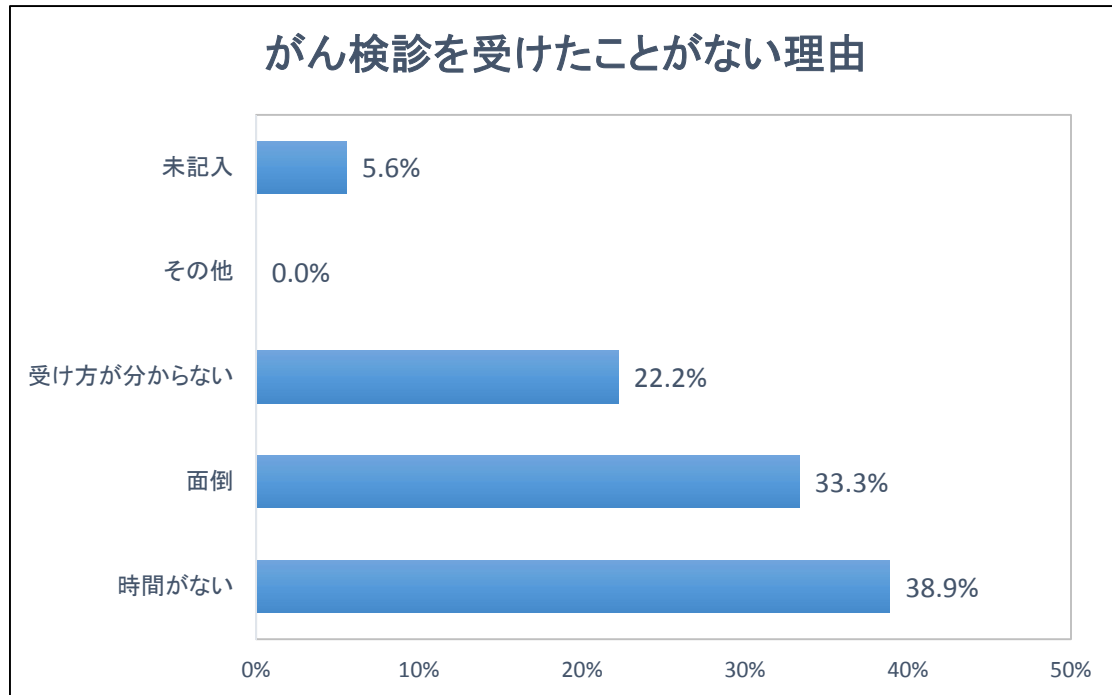
(7) ①がん検診の内容について



がん検診を毎年受けている人では大腸がんが25.8%と最も多く、次いで胃がんが多かった。

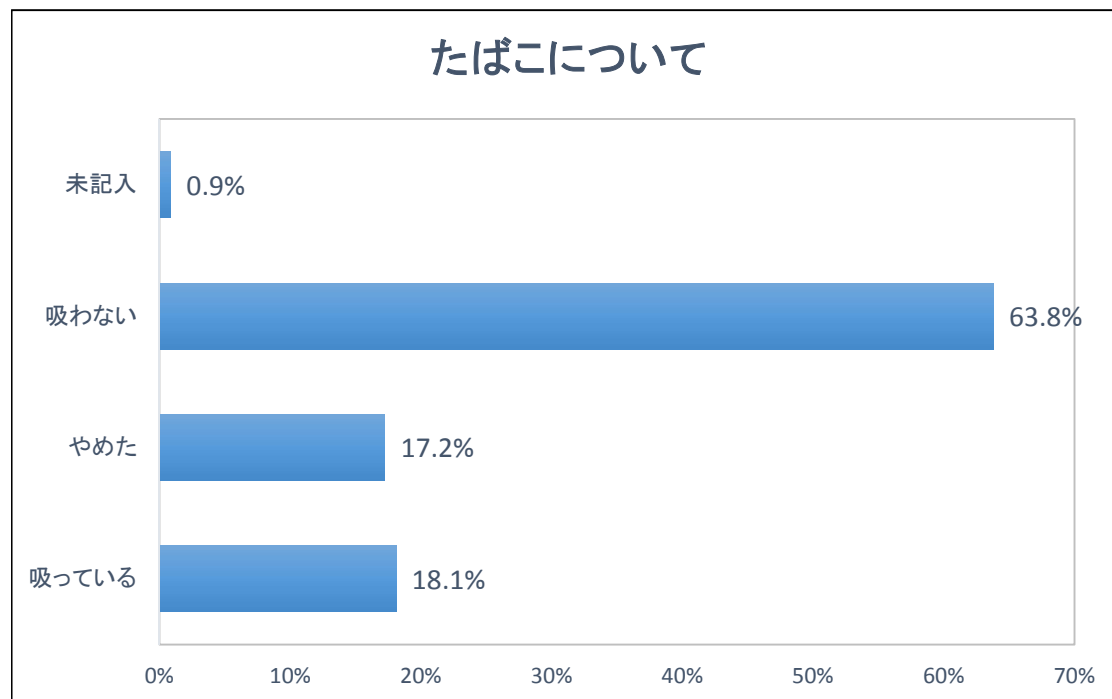
隔年で受けている人では子宮がんが25.9%と最も多く、次いで大腸がん・胃がんが多かった。

(7) ②がん検診を受けたことがない理由について



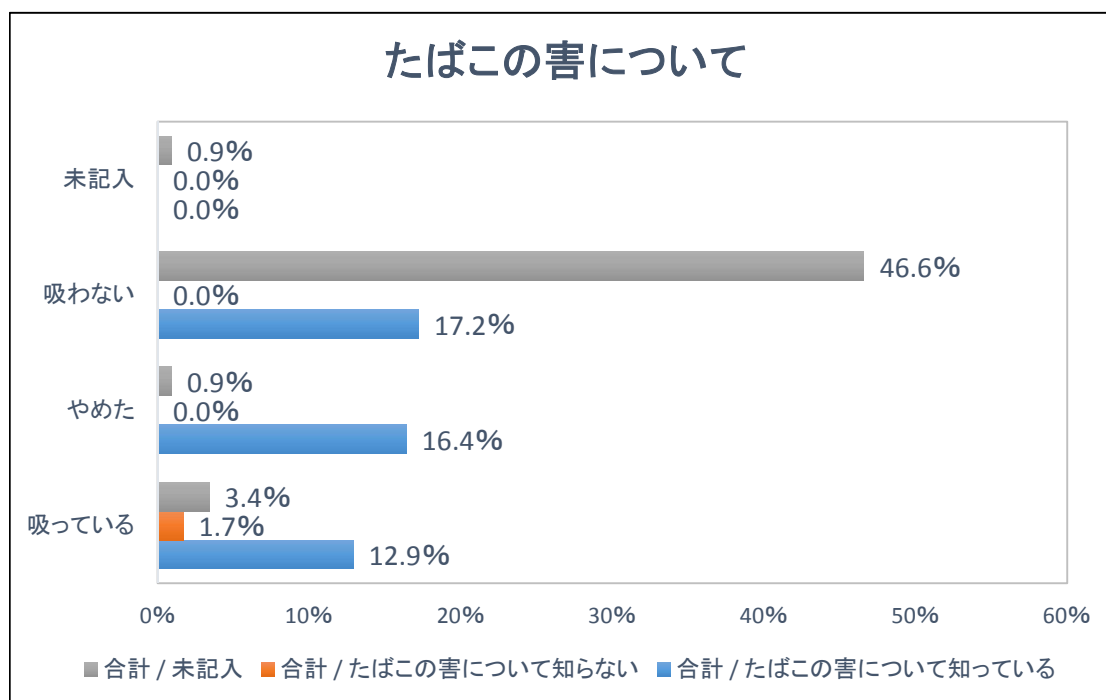
時間がないが38.9%と最も多く、次いで面倒が多かった。

(8) たばこについて



吸わない人が63.8%と最も多く、次いで吸っている人が多かった。

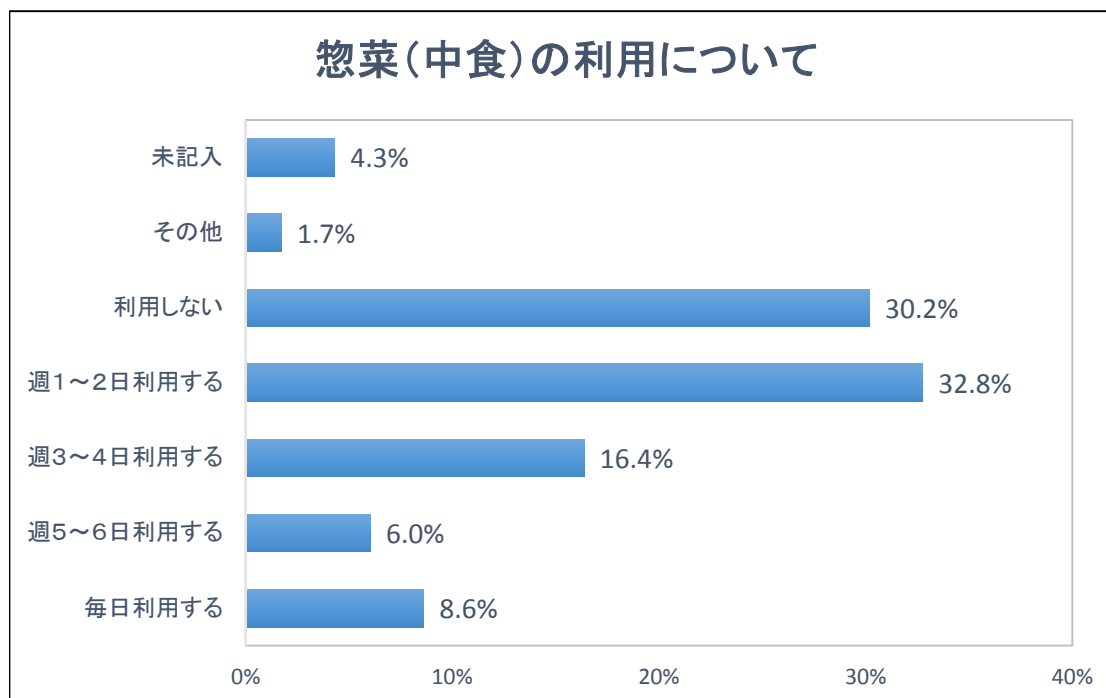
(8) ①たばこの害について



たばこを吸わない人の未記入が46.6%と最も多く、次いで吸わない人のたばこの害について知っているが17.2%と多かった。

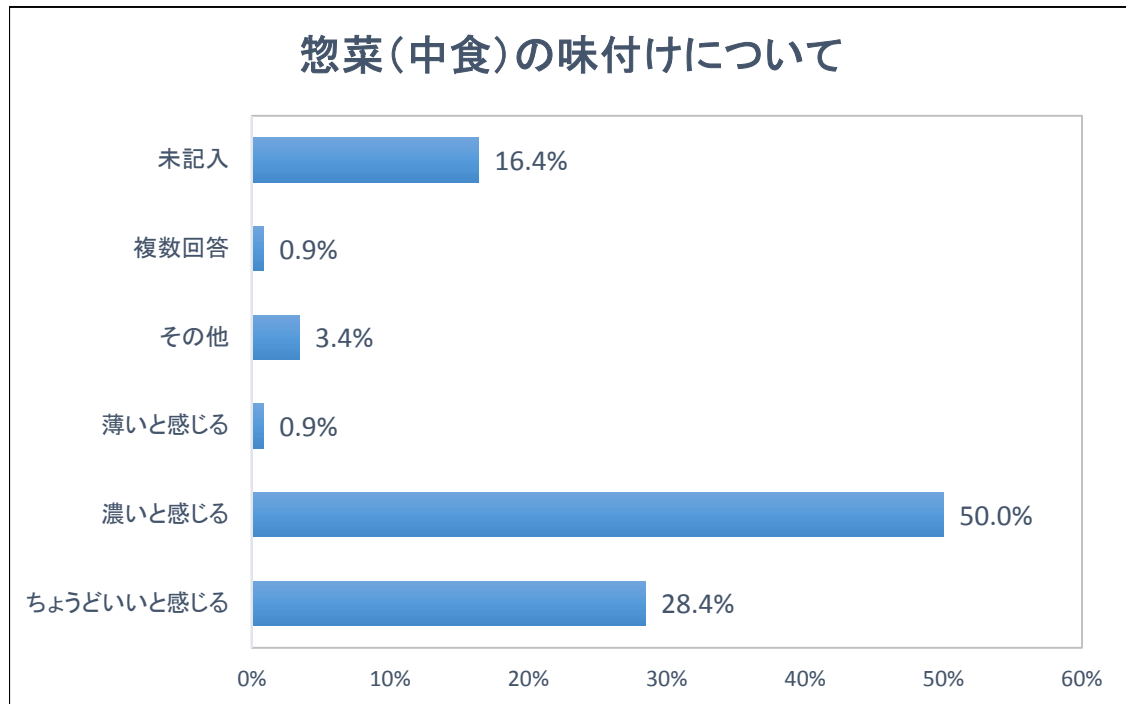
たばこを吸っている人では、たばこの害について知らないが1.7%あった。

(9) 惣菜（中食）の利用について



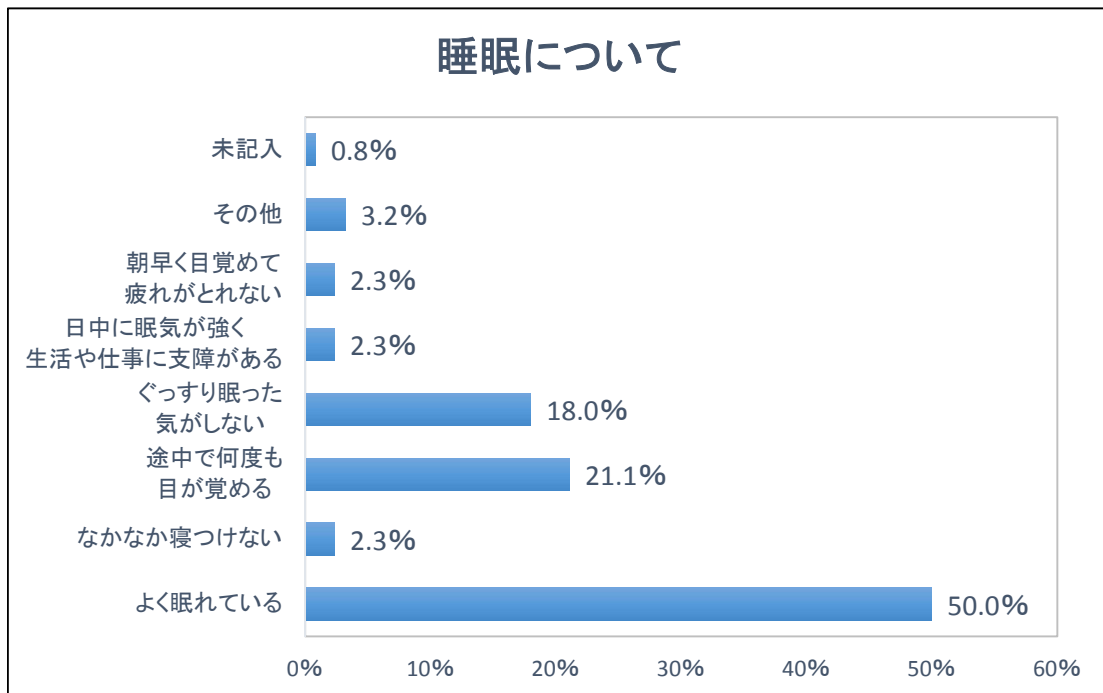
週1～2日利用する人が32.8%と最も多く、次いで利用しないが多かった。

(10) 惣菜（中食）の味付けについて



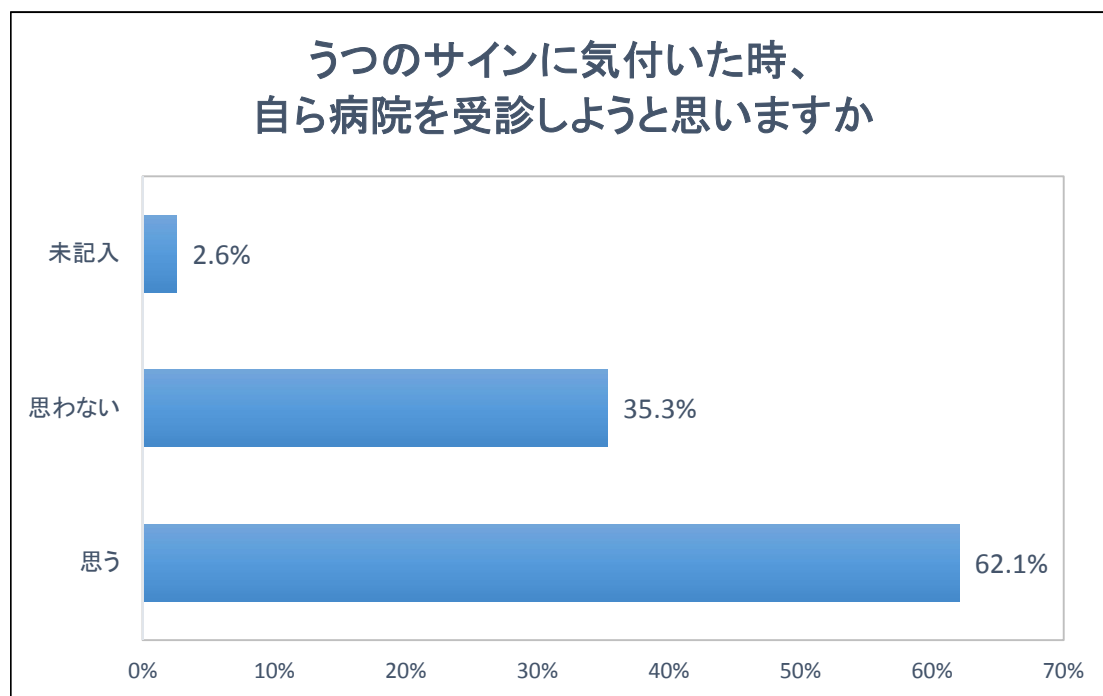
濃いと感じる人が50.0%と最も多く、次いでちょうどいいと感じる人が多かった。

(11) 睡眠について



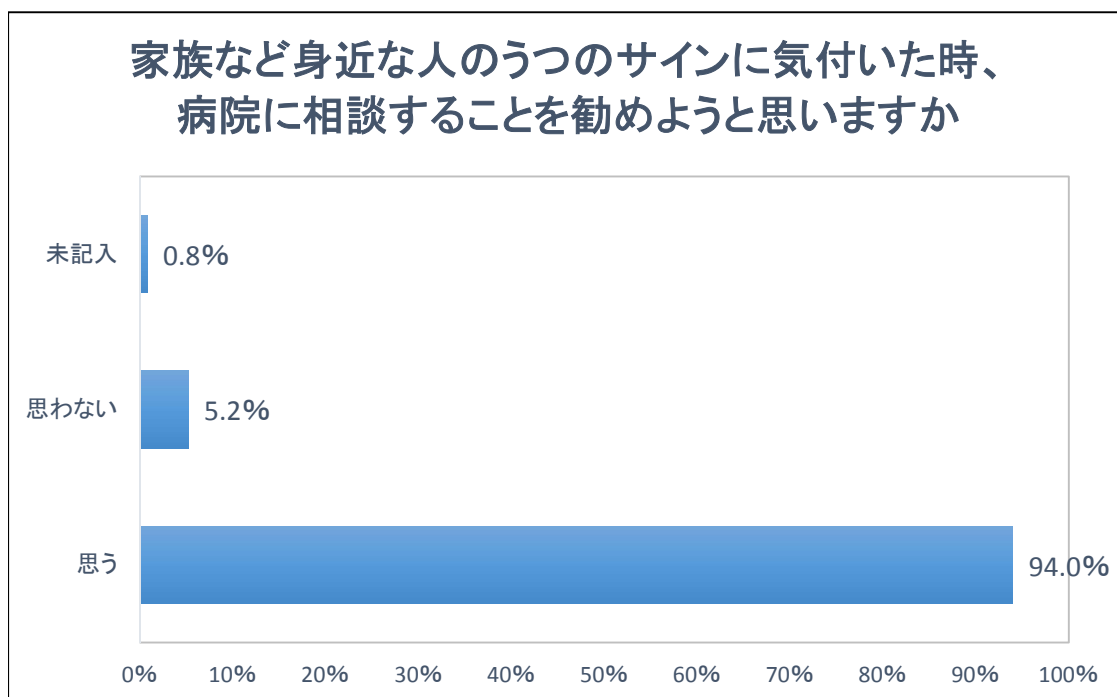
よく眠れている人が50.0%と最も多く、次いで途中で何度も目が覚める人が多かった。

(12) うつのサインに気付いた時、自ら病院を受診しようと思いますか



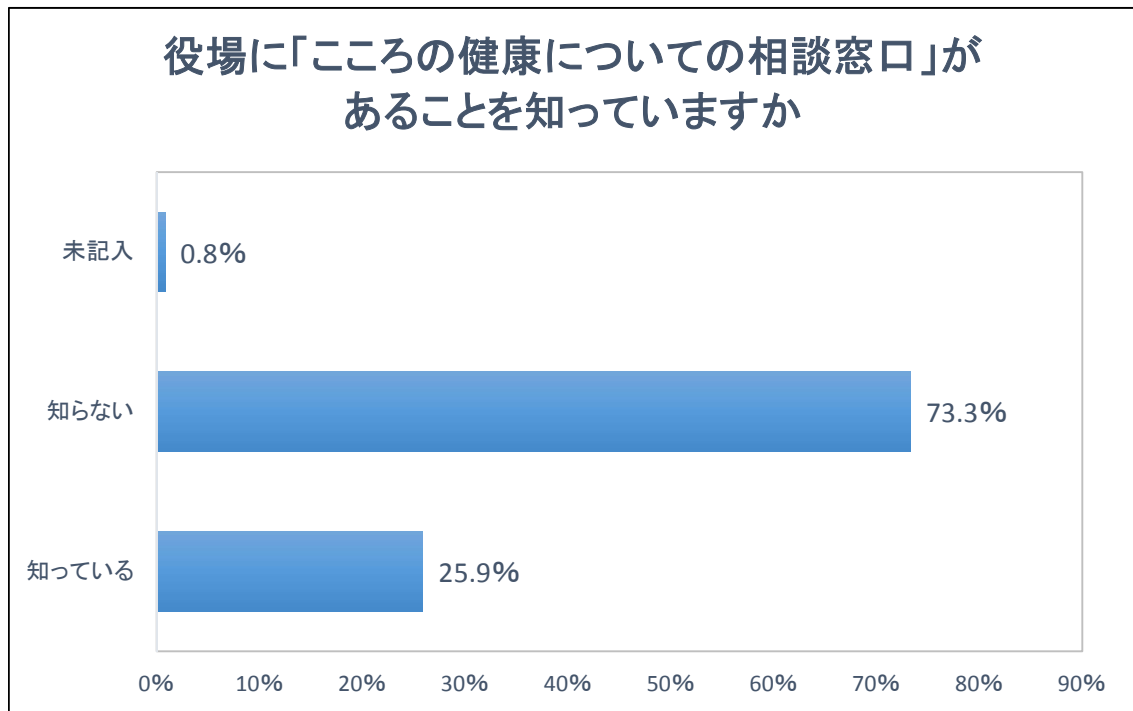
自ら受診しようと思う人が62.1%と、思わない人より約1.8倍多かった。

(13) 身近な人のうつのサインに気付いた時、病院に相談することを勧めようと思いますか



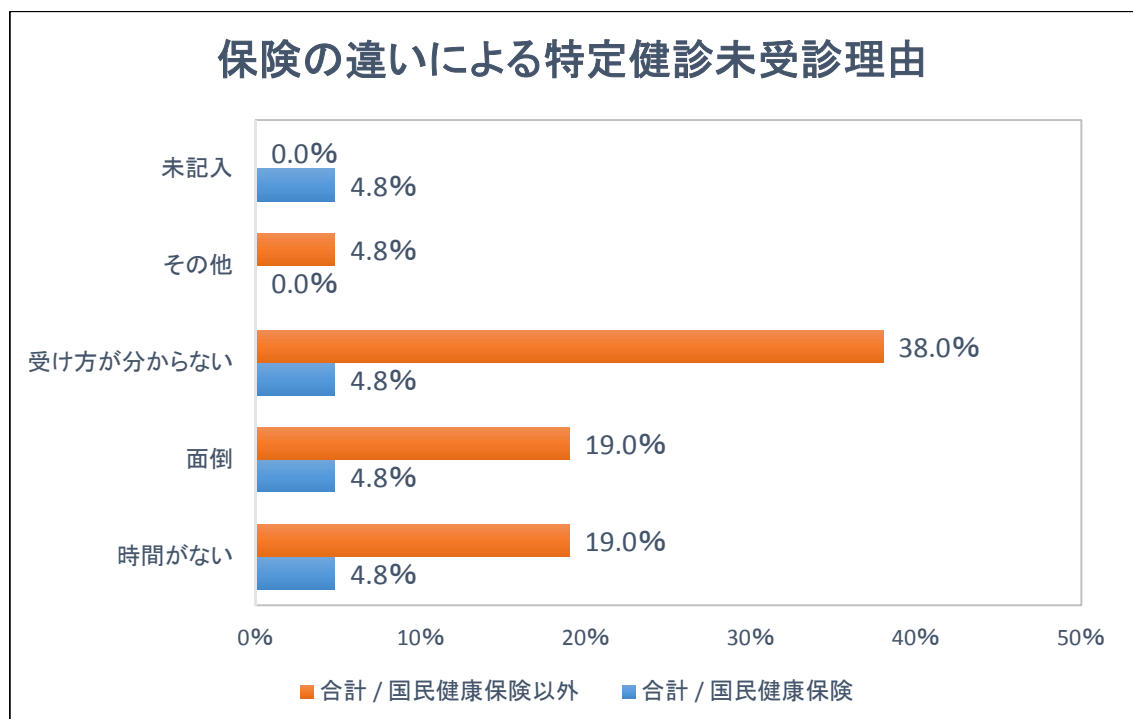
病院に相談することを勧めようと思う人が94.0%と、最も多かった。

(14) 日吉津村役場に、「こころの健康についての相談窓口」があることを知っていますか



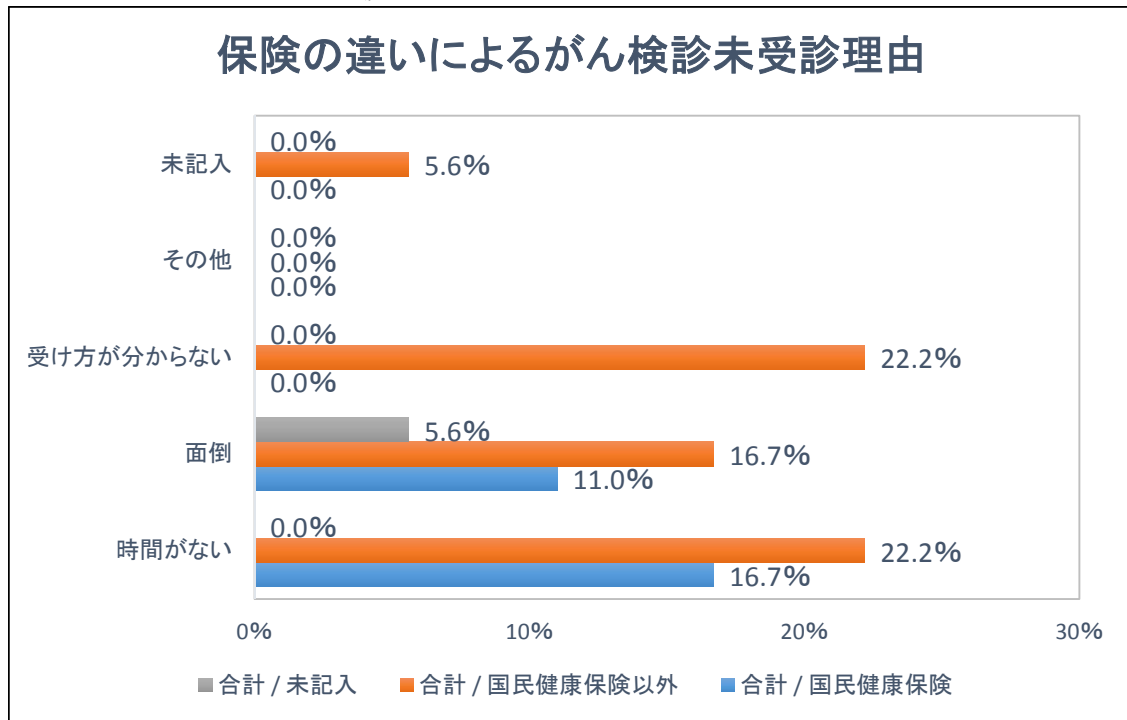
知らない人が73.3%と、知っている人より約2.8倍多かった。

(15) 保険の違いと特定健診を受けていない理由



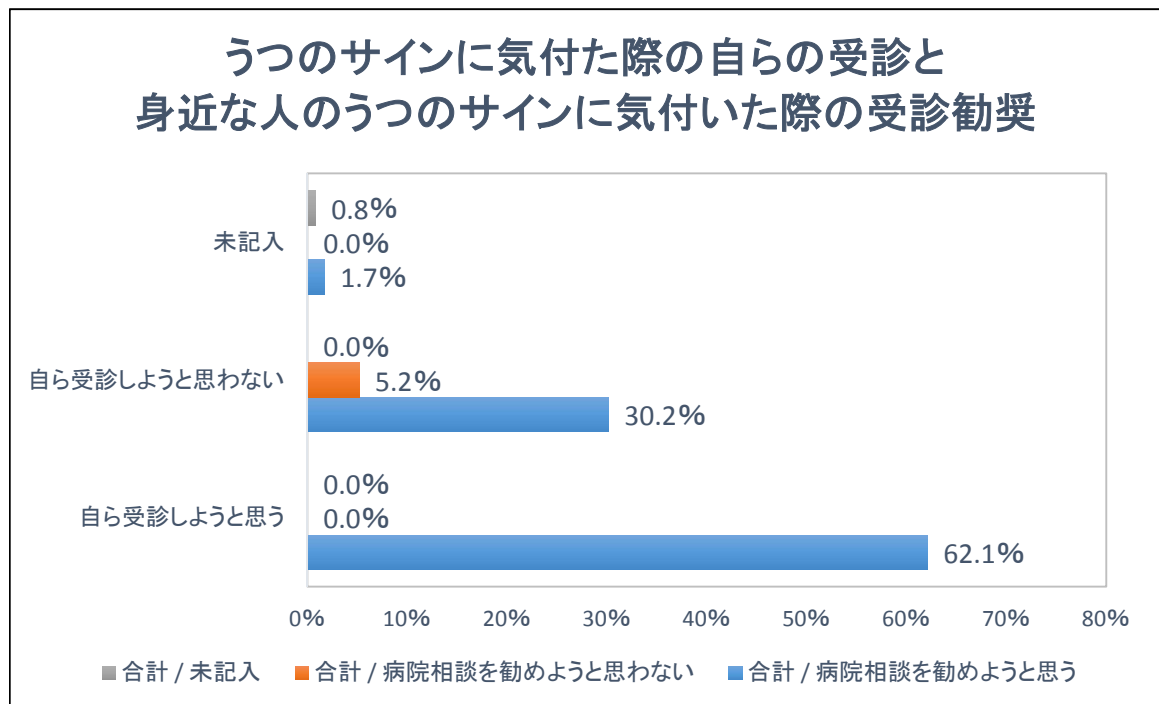
受け方が分からない人では国民健康保険以外の人約7.9倍多く、差が大きかった。

(16) 保険の違いとがん検診を受けていない理由



受け方が分からない人は、国民健康保険以外の人のみだった。

(17) 自分のうつサインに気付いた時の対応と身近な人のうつサインに気付いた時の対応



自ら受診しようと思う人は身近な人にも病院相談を勧めると思う人が多く、自ら受診しようと思わない人では身近な人に病院相談を勧めようと思わない人が多かった。

(18) 考察

健康に関心がある人は92.2%と、40歳代の方が健康への関心が高い事が伺えた。しかし、特定健診の受診は毎年受けている人が71.5%、がん検診を毎年受けている人が56.0%と、健診の受診率はあまり高くなかった。特定健診を受けたことがない理由では、国民健康保険以外の保険で受け方が分からない人が38.0%と多かったので、勤務先での説明が不十分であることが考えられる。また、がん検診を受けたことがない理由では、国民健康保険以外の保険で受け方が分からない人と時間がない人が22.2%ずつと多かった所以、勤務先での説明が不十分な部分と役場から送付するがん検診の案内をよく見ていただけていないことが考えられる。そして、職場で特定健診やがん検診を受けやすい環境作りも必要ではないかと感じた。

たばこは吸わない人が多かったが、吸っている人のみたばこの害について知らないという人がおられた。たばこの害については、かなり浸透してきていると思っていたが、まだ足りていないと感じた。

惣菜(中食)の利用については、利用しない人が約1/3おられた。惣菜(中食)の味付けについて、ちょうどいいと感じる人は家庭での味付けが濃いめの可能性が高いが約1/3おられたので、減塩活動(薄味の推奨)がまだまだ必要なことが伺えた。

睡眠については、よく眠れている人が半数あったが、途中で何度も目が覚める・ぐっすり眠った気がしないという人もおられたので、よく眠れるようにストレス解消法を見つけてもらうことが望まれる。

うつのサインに気付いた時の受診については、自分自身の場合に受診しようと思う人は、身近な人にも病院受診を勧める人が多く、自分自身の場合に受診しようと思わない人では、身近な人にも病院受診を勧めようと思わない人がおられた。うつのサインに気付いた時に誰もが受診をしようと思えるよう、うつについての正しい知識や対処法についての普及啓発が必要だと感じた。

こころの健康についての相談窓口が役場にあることの認知度はまだ低く、引き続き啓発が必要だと感じた。

健康寿命延伸のため、必要な情報の発信や正しい情報提供及び啓発を継続し、みんなが健康に関心を持ち健康意識を高められるよう、今後も健康づくり事業を実施していきたい。