

メタボリックシンドローム と健康に関する調査報告書

令和5年度

秋田市市民生活部

特定健診課

目 次

第Ⅰ部 調査の概要	1
1 調査の目的	1
2 調査の設計	1
3 回収結果	1
4 集計・分析にあたって	1
5 有効回答数の基本属性	2
第Ⅱ部 調査結果の詳細	
問1 あなたが普段の食事で気をつけていることはありますか。	4
問2 あなたは、家事・就労・移動等、日常生活において1日60分以上動いていますか。	7
問3 あなたは、1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上していますか。	9
問4 問3で「2 していない（または、運動ができない）」と答えたかたのその理由。	11
問5 あなたは、お酒を飲みますか。	13
問6 あなたの1日の飲酒量は、どのくらいですか。 (問5 1～4と答えたかた)	15
問7 あなたは、たばこを吸いますか。	17
問8 あなたは、今後たばこをやめたいと思いますか。 (問7「吸う」と答えたかた)	19
問9 あなたは普段、休養や睡眠をとれていますか。	21
問10 あなたは健康に関する情報をどのような方法で入手していますか。	23
問11 あなたは普段の生活で、メタボリックシンドロームにならないように気をつけていることはありますか。	25
問12 あなたはメタボリックシンドローム予防のための生活習慣についてどのようなことを学びたいと思いますか。	27
問13 あなたは、市で実施している特定健診を知っていますか。	29
問14 市で実施している特定健診は無料で受けられます。あなたは、特定健診を受けたことがありますか。	32
問15 受けていない理由は何ですか。 (問14「受けたことがない」と答えたかた)	35
問16 特定健診または人間ドック等の健康診断（がん検診を除く）を受けた結果で、基準範囲以外の検査項目はありましたか。	38

問 1 7	健診の結果を受けて、あなたはどのような行動をとりましたか。 (問 1 6 「あった」と答えたかた) ……………	4 0
問 1 8	特定健診は医療機関で治療中のかたも受けられることを知っていますか。……………	4 2
	クロス集計 問 1 8 × 問 1 4	
	【治療中でも受診できることの認知状況別 健診受診状況】 ……	4 4
	クロス集計 問 1 8 × 問 1 5	
	【健診未受診理由別 治療中でも受診できることの認知状況】 ……	4 4
問 1 9	特定保健指導の対象となった場合、どのような方法で指導を希望しますか。……………	4 5
問 2 0	希望しない理由は何ですか。 (問 1 9 「希望しない」と答えたかた) ……………	4 7
問 2 1	特定保健指導を受けてから変化したことはありますか。……………	4 9
問 2 2	あなたは、市で実施しているがん検診を知っていますか。……………	5 1
問 2 3	国民健康保険加入者は、市で実施しているがん検診は無料で受けられます(肺がん・結核検診は除く)。 あなたは、がん検診を1種類でも受けたことがありますか。……………	5 3
問 2 4	受診する理由は何ですか。 (問 2 3 「市のがん検診を1種類でも受けたことがあるかた」) ……	5 5
問 2 5	受けていない理由は何ですか。 (問 2 3 「市のがん検診を受けていないかた」) ……………	5 7
付属資料	： 調査票 ……………	6 0

第 I 部 調査の概要

1 調査の目的

メタボリックシンドロームに着目した生活習慣病に関して、特定健康診査・特定保健指導の実施による健康意識の変化やその予防、改善の状況等を把握し、「第3期秋田市国民健康保険保健事業実施計画（データヘルス計画）」および「第4期秋田市特定健康診査・特定保健指導実施計画」の策定の基礎資料とする。

2 調査の設計

- (1) 調査地域：秋田市全域
- (2) 調査対象：40歳～74歳の秋田市国民健康保険被保険者男女
- (3) 標本数：3,000人
- (4) 調査手法：往復郵送によるアンケート方式
- (5) 調査期間：令和5年6月9日(金)～7月3日(月)
- (6) 調査機関：株式会社 フィデア情報総研

3 回収結果

- (1) 調査票回収数：1,842人(回収率 61.40%)
- (2) 有効回答数：1,841人(有効回答率 61.36%)

※一問以上に回答しているものを有効回答とする。

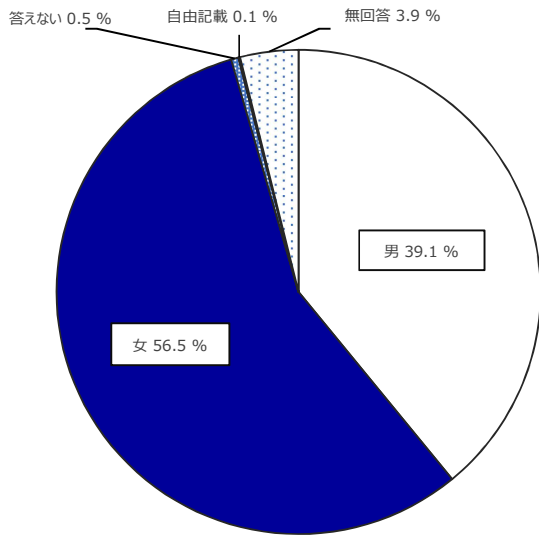
4 集計・分析にあたって

- (1) 比率(%)は小数点以下第2位を四捨五入して表示してある。0.1%に満たない場合は「0.0」と表記し該当者が皆無の場合は「-」と表記する。また、比率は小数点以下第2位を四捨五入してあるため、合計が100%にならないこと(99.9%、100.1%など)がある。

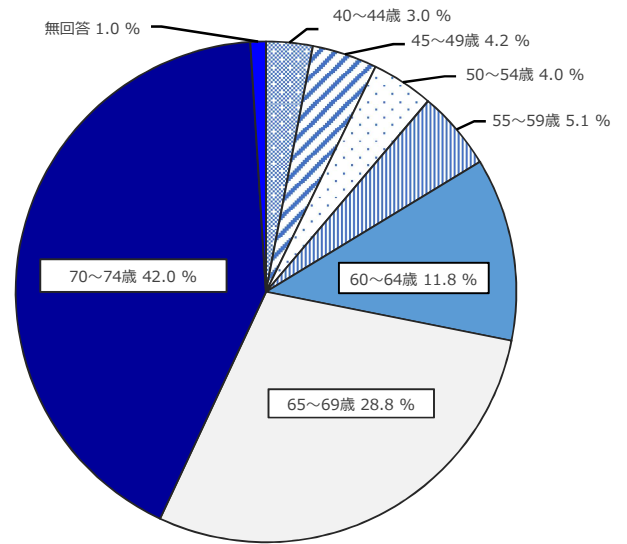
5 有効回答数の基本属性

属性		有効回答者	
		客体数 (人)	構成比 (%)
合 計		1,841	100.0
性別	男	719	39.1
	女	1,041	56.5
	答えない	9	0.5
	自由記載	1	0.1
	無回答	71	3.9
年齢	40歳～44歳	56	3.0
	45歳～49歳	78	4.2
	50歳～54歳	73	4.0
	55歳～59歳	94	5.1
	60歳～64歳	218	11.8
	65歳～69歳	530	28.8
	70歳～74歳	774	42.0
	無回答	18	1.0
居住地域	中央地域 (大町、旭北、旭南、川元、山王、高揚、保戸野、 泉、千秋、中通、南通、檜山、茨島、八橋)	450	24.4
	東部地域 (東通、手形、手形山、旭川、新東田、濁川、添川、 山内、仁別、広面、蛇野、柳田、横森、桜、桜ガ丘、 桜台、下北手、太平、大平台)	367	19.9
	西部地域 (新屋、浜田、下浜、豊岩)	175	9.5
	南部地域 (牛島、卸町、大住、仁井田、御野場、御所野、四ツ小屋、 上北手、山手台、南ヶ丘)	271	14.7
	北部地域 (寺内、外旭川、土崎、将軍野、港北、飯島、金足、 下新城、上新城)	475	25.8
	河辺地域	46	2.5
	雄和地域	40	2.2
	無回答	17	0.9
職業	農林漁業	29	1.6
	自営業	219	11.9
	パート、アルバイト	315	17.1
	会社員、団体職員	27	1.5
	家事従事者	253	13.7
	無職	930	50.5
	その他	44	2.4
	無回答	24	1.3
家族構成	一人(単身)	305	16.6
	配偶者・パートナーと二人(一世代)	790	42.9
	自分を含めた二世帯(自分と親、自分と子など)	543	29.5
	自分を含めた三世帯(自分と親と子、自分と子と孫など)	101	5.5
	その他	79	4.3
	無回答	23	1.2

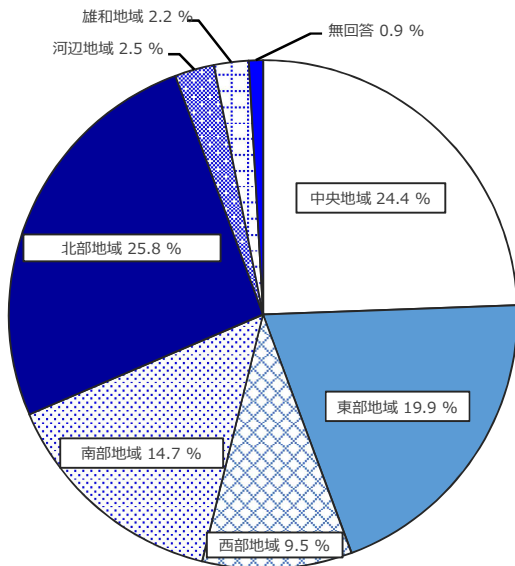
F1 あなたの性別を教えてください。



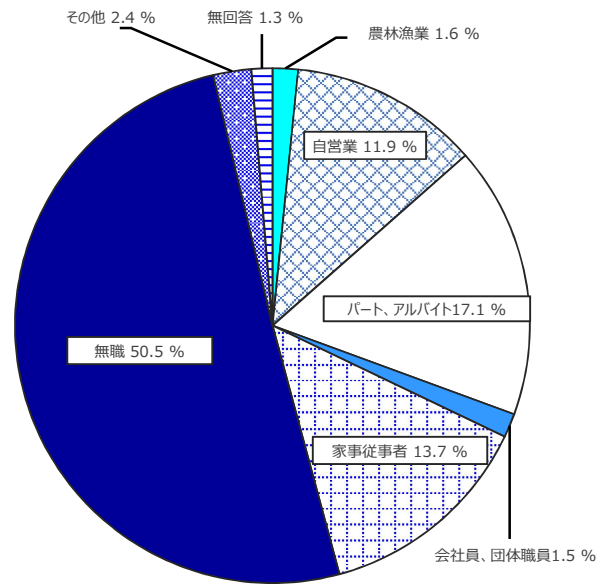
F2 あなたの年齢を教えてください(令和5年4月1日時点)。



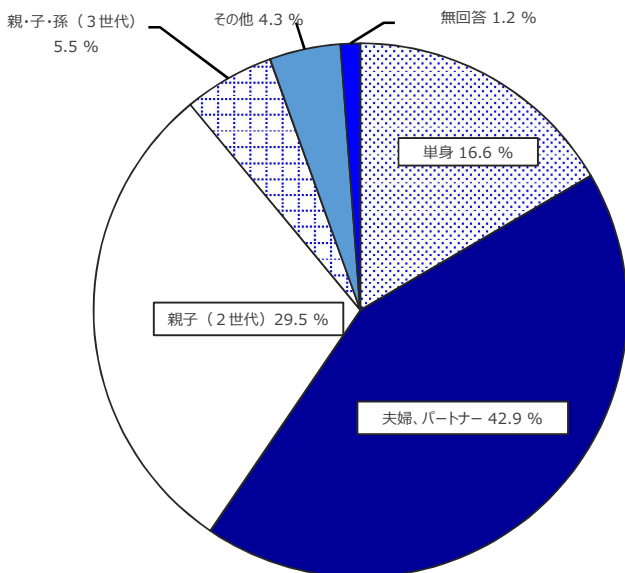
F3 あなたの住んでいる地域を選び、あてはまる番号を○で囲んでください。



F4 あなたの仕事の内容は次のどれですか。

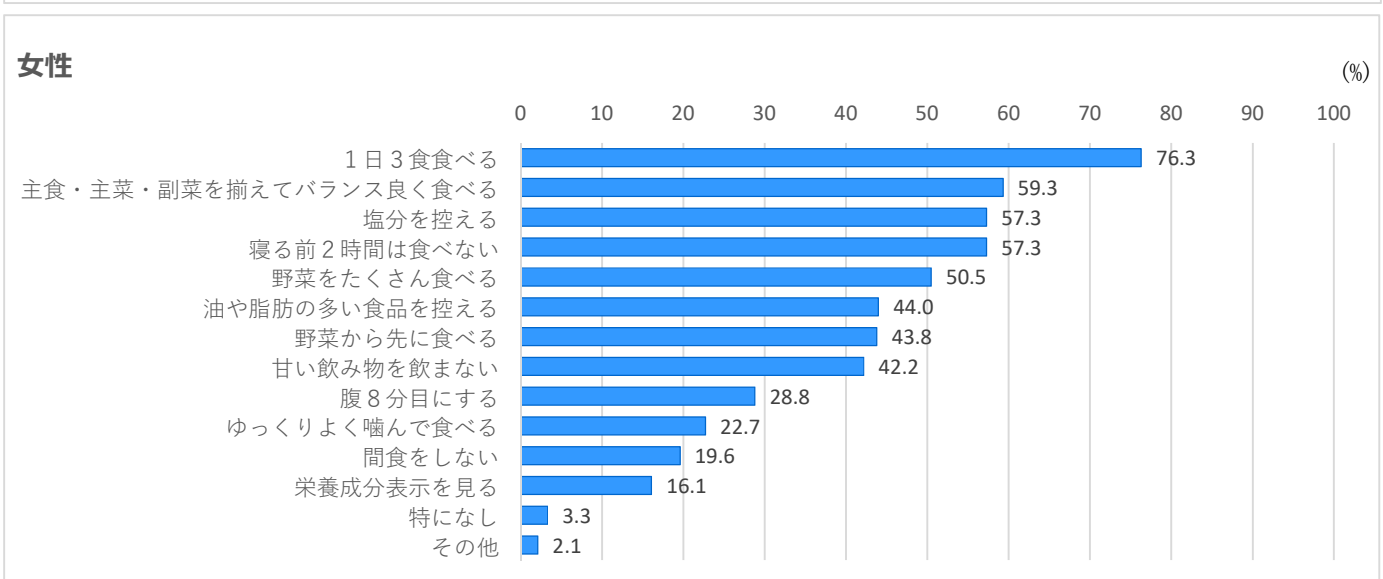
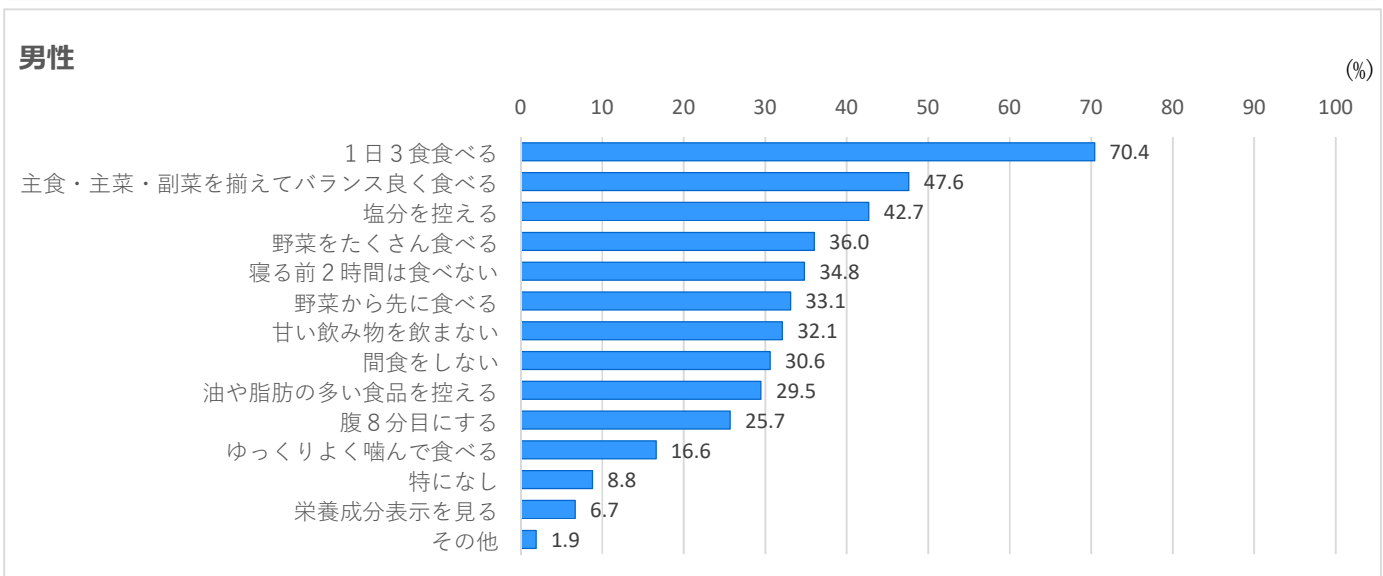
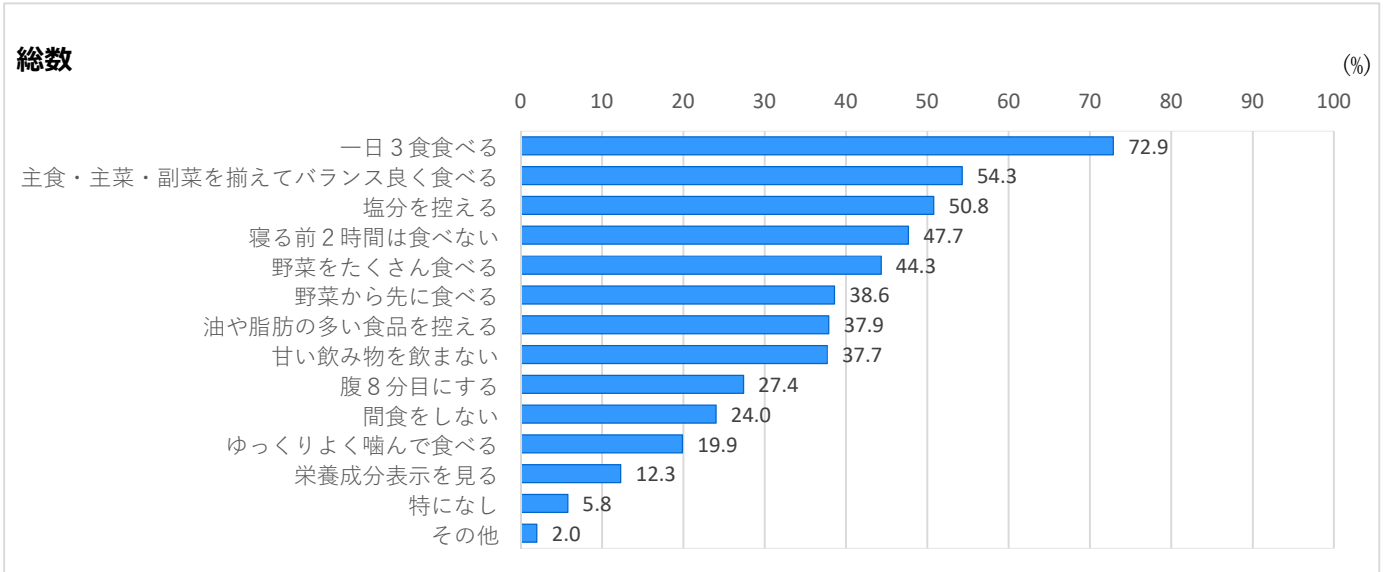


F5 あなたの家族構成は次のどれにあたりますか。



第Ⅱ部 調査結果の詳細

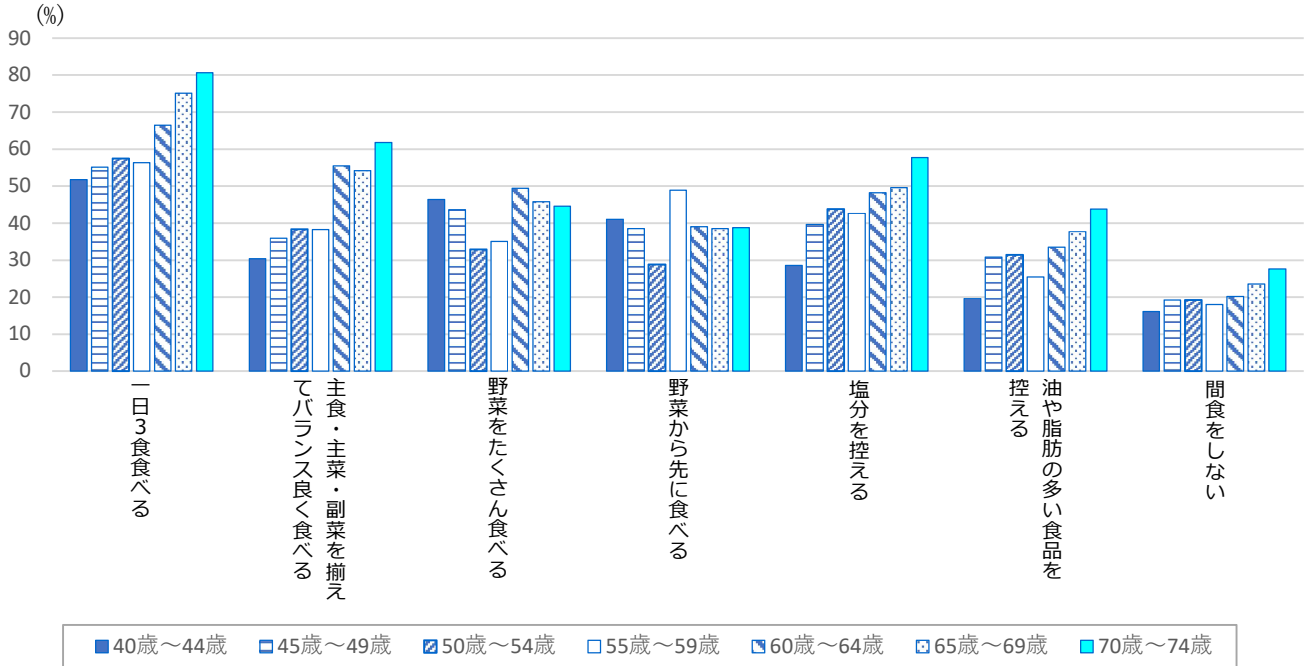
問1 あなたが普段の食事で気をつけていることはありますか。(複数回答)



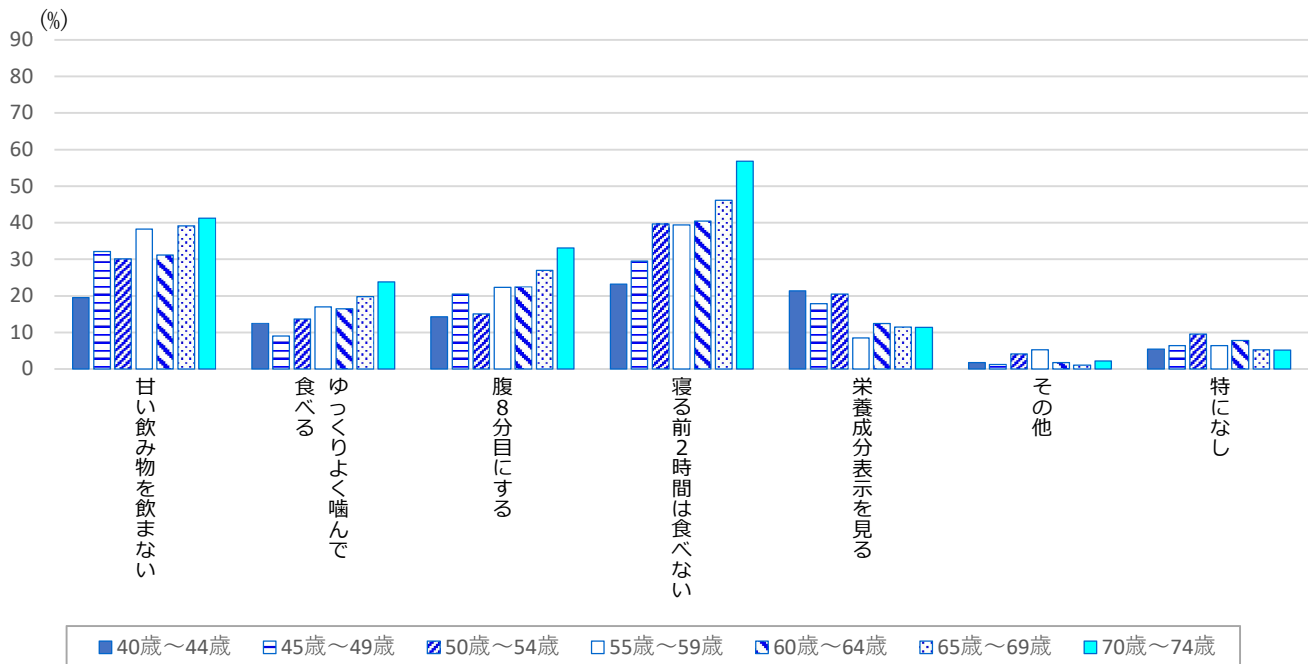
全体および男性、女性のいずれも「1日3食食べる」の割合が最も高く、次いで「主食・主菜・副菜を揃えてバランス良く食べる」が高くなっている。

※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

年齢別 回答1～7



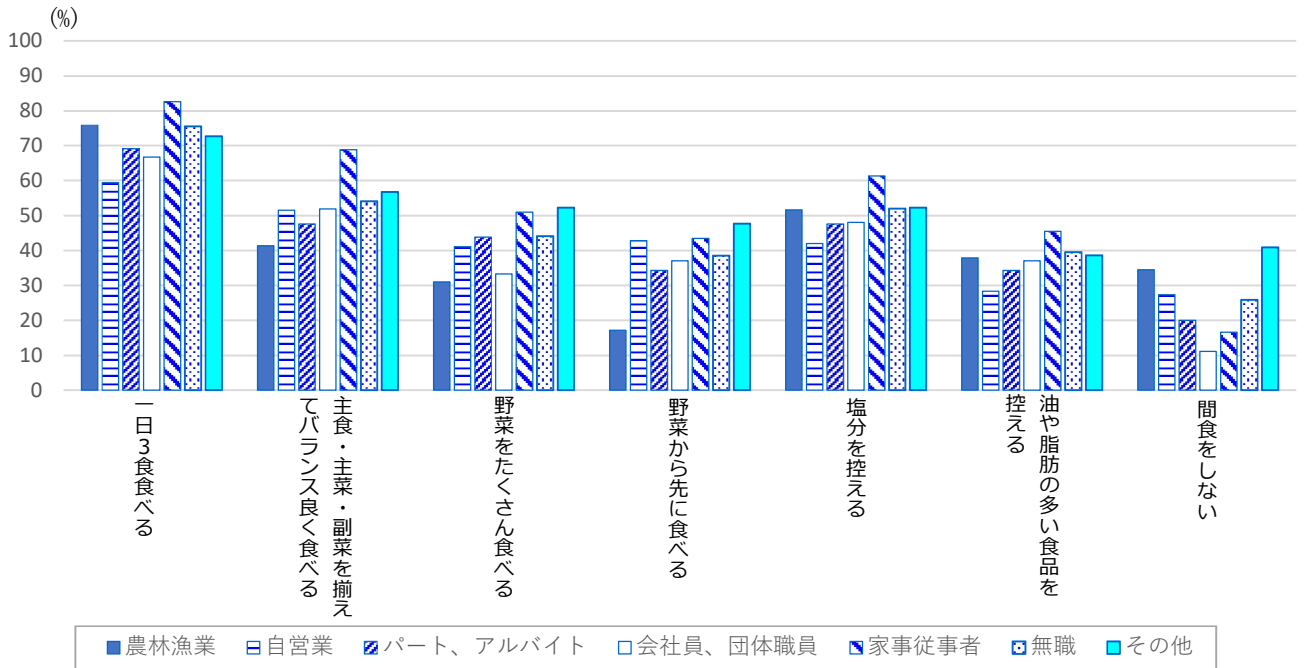
年齢別 回答8～14



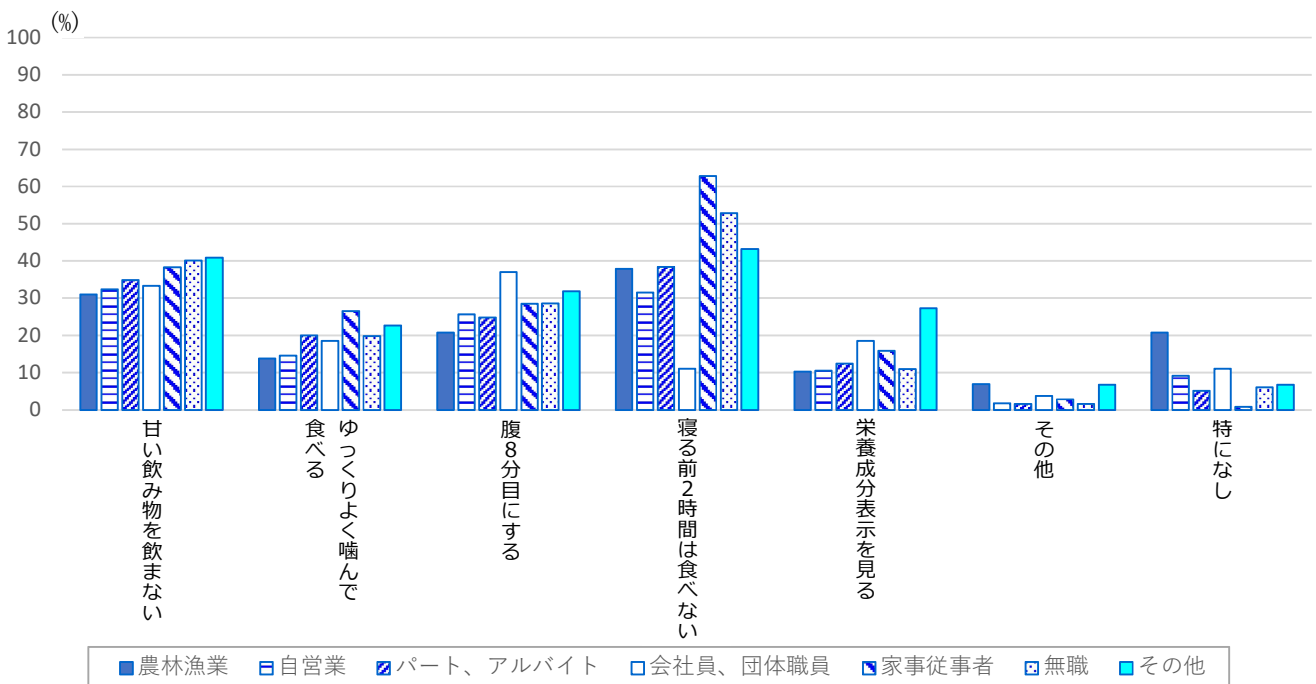
年齢別では、「1日3食食べる」の割合が5割を超えている。

※年齢を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

職業別 回答1～7



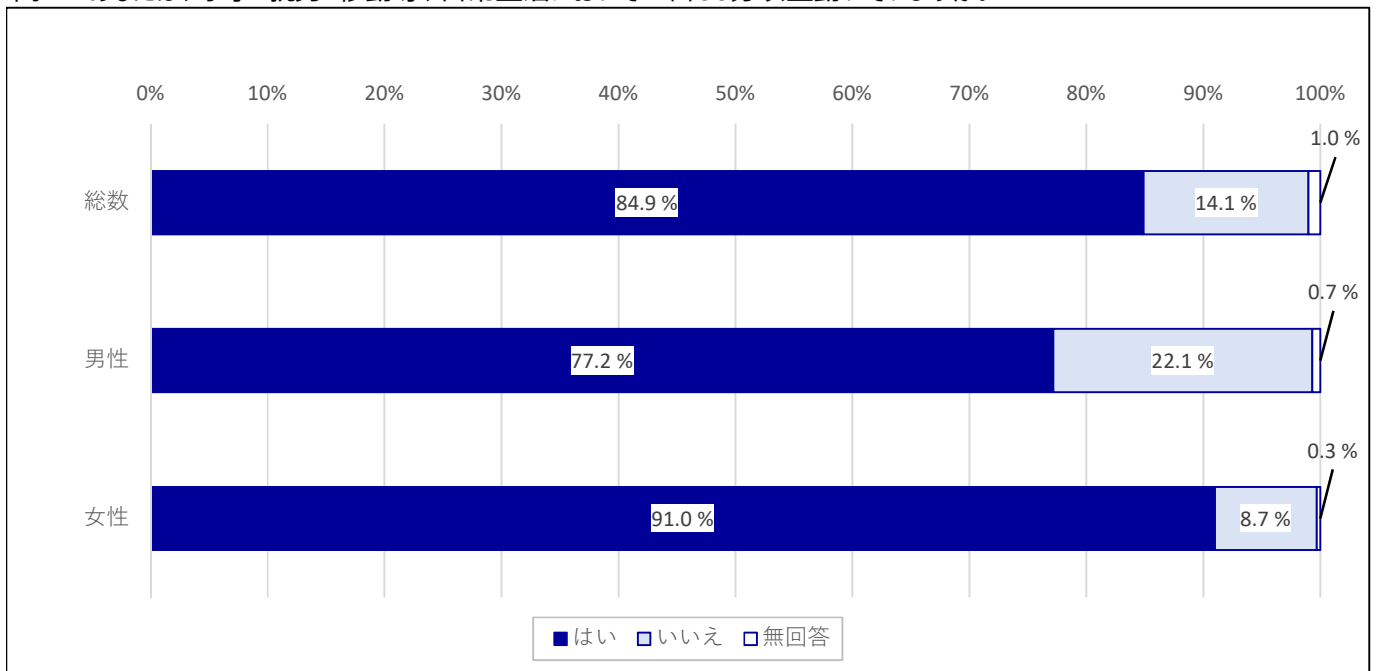
職業別 回答8～14



職業別ではすべての職業で「1日3食食べる」の割合が最も高い。また、家事従事者では「寝る前2時間は食べない」の割合も高くなっている。

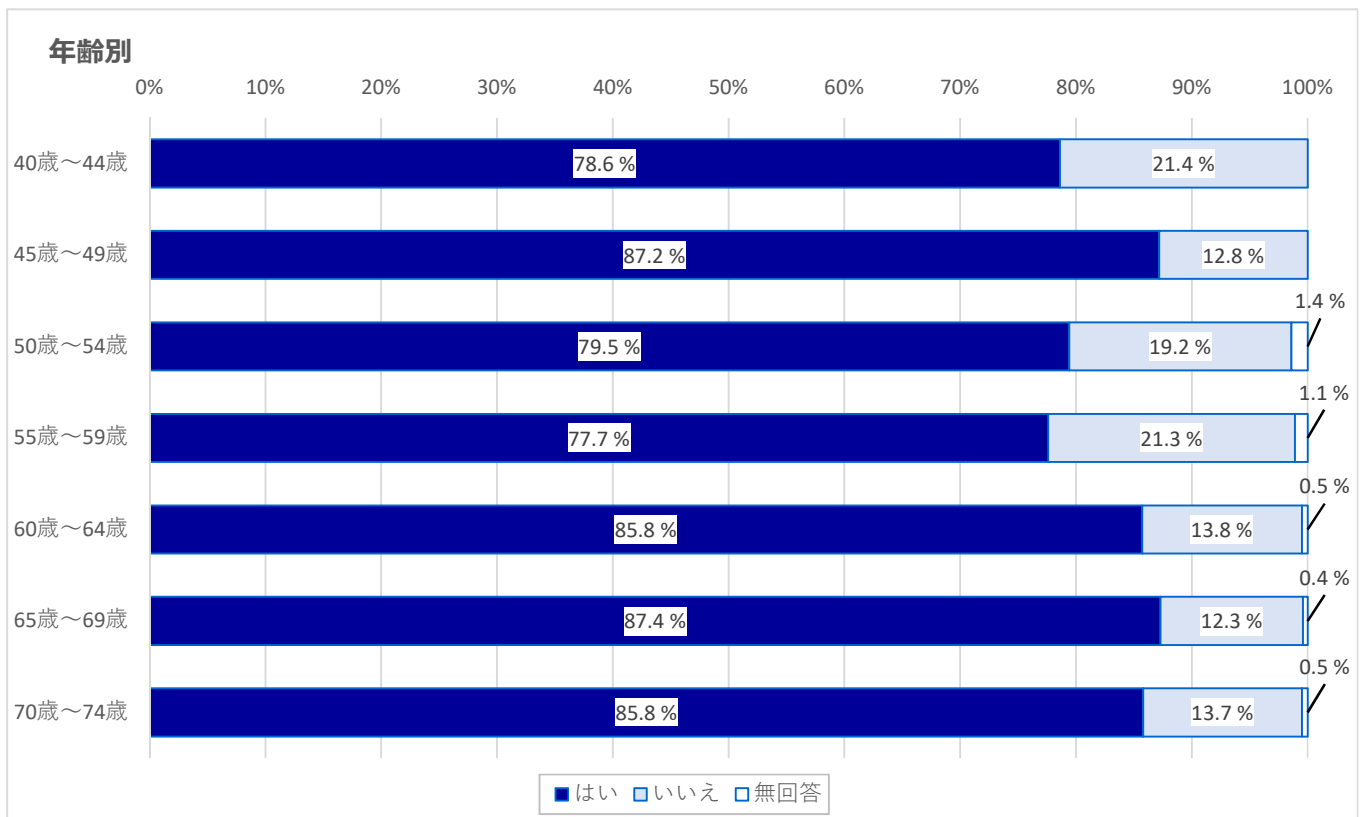
※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

問2 あなたは、家事・就労・移動等、日常生活において1日60分以上動いていますか。



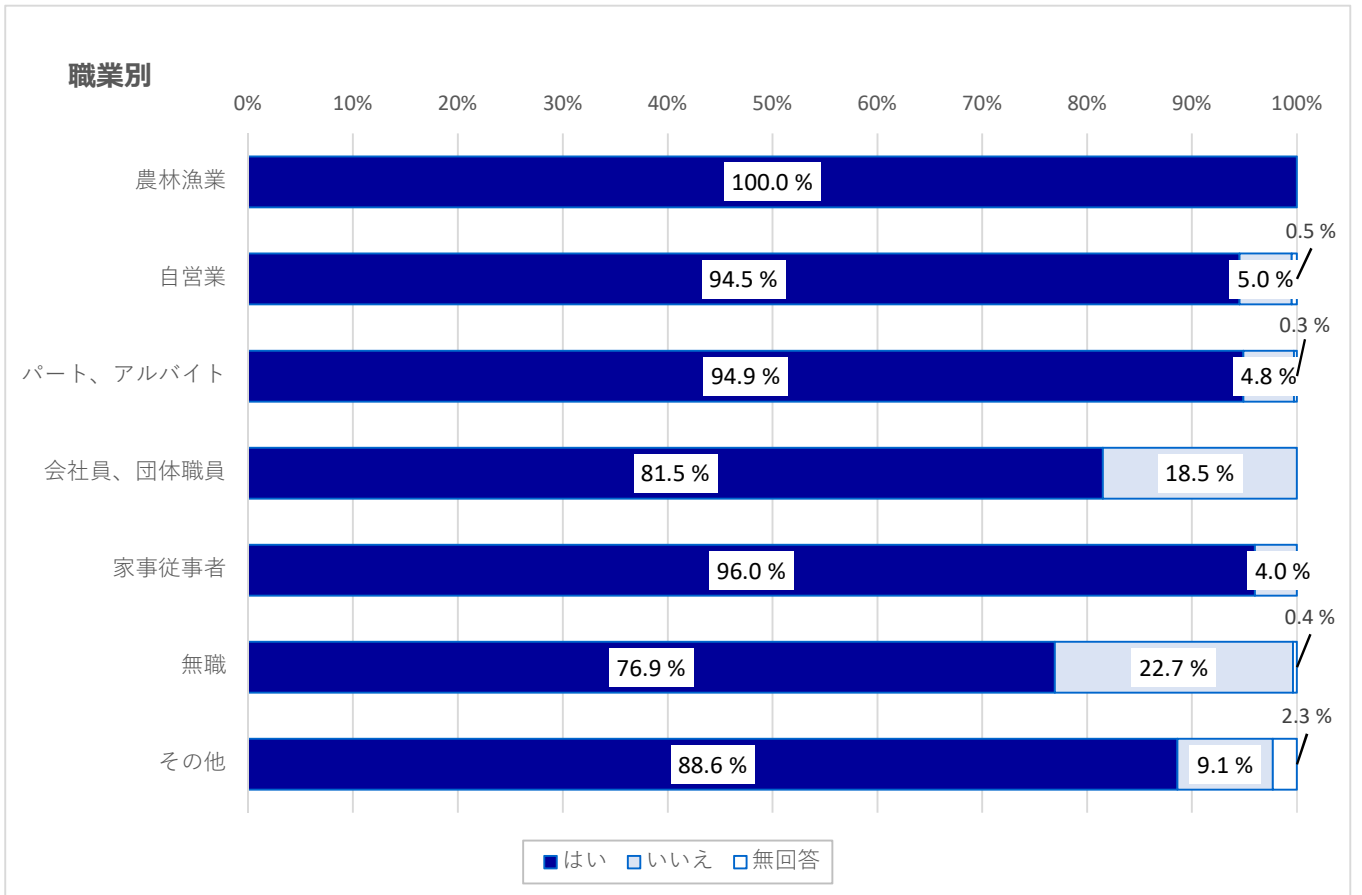
全体的および男性、女性のいずれも1日60分以上動いている割合が高く、7割を超えている。

※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



年齢別では、すべての年齢層で1日60分以上動いている割合が高い。

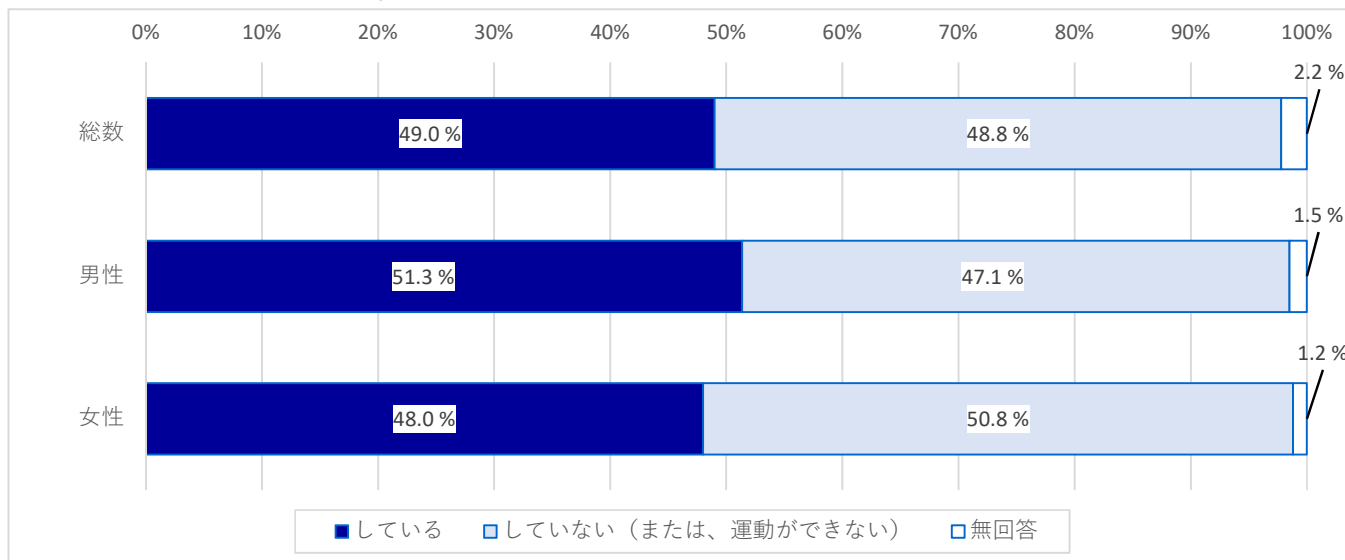
※年齢を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



職業別では、すべての職業で「はい」の割合が70%を超えている。農林漁業では100%となっており、次いで、家事従事者が96%と高くなっている。

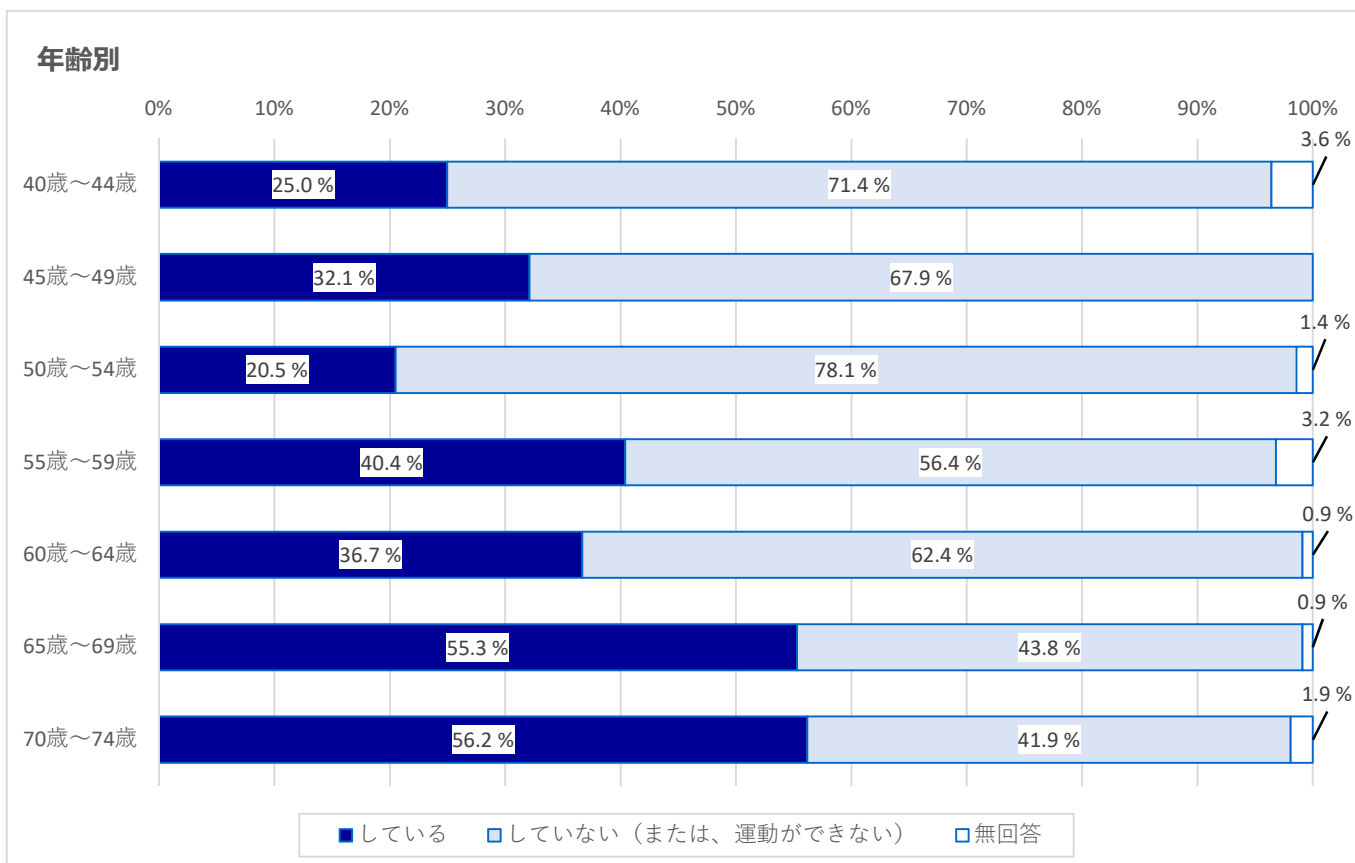
※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

問3 あなたは、1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上していますか。



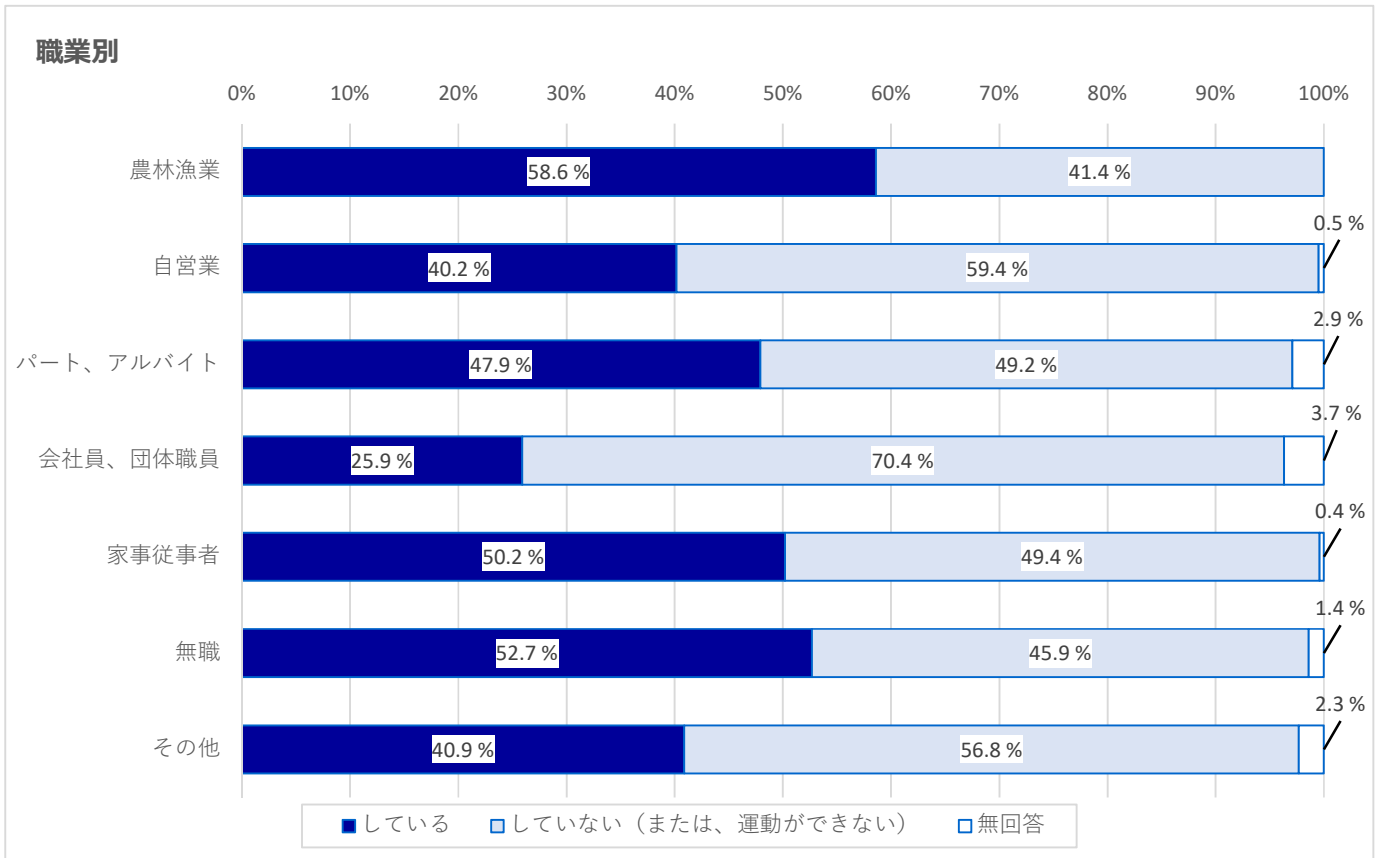
全体および男性のいずれも「している」の割合が「していない (または、運動ができない)」の割合を上回っているが、女性では「していない (または、運動ができない)」の割合が「している」の割合を上回っている。

※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



年齢別では、40歳から64歳の年齢層で「していない (または、運動ができない)」の割合が高くなっている。65歳～74歳の年齢層では「している」の割合が高くなっている。

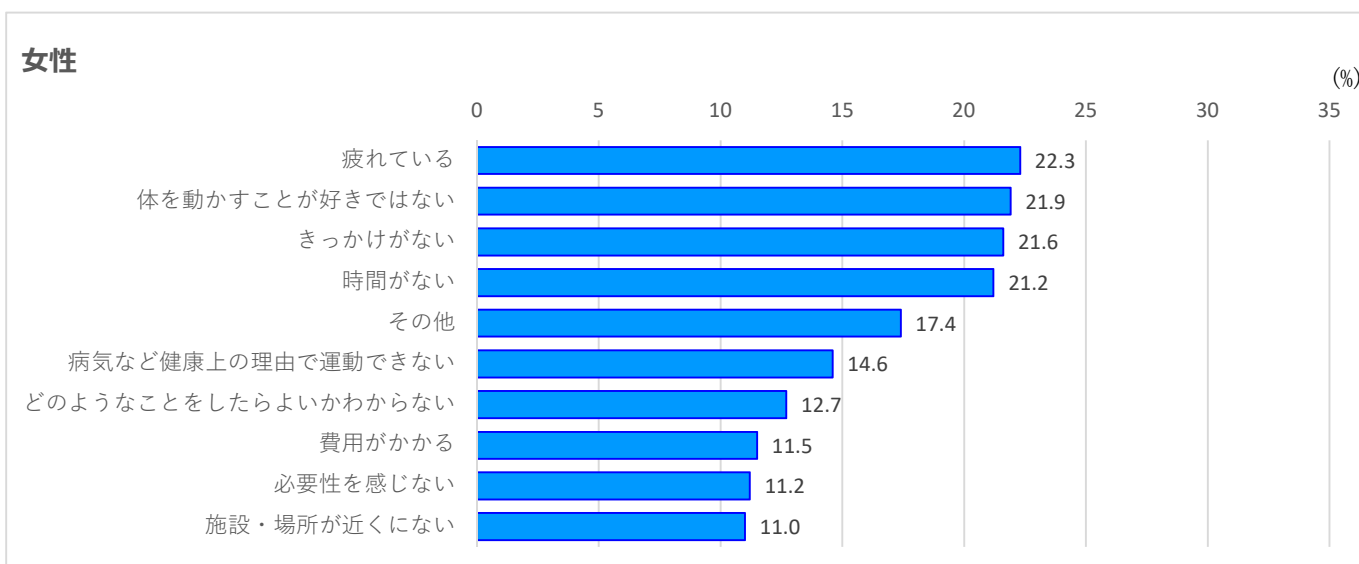
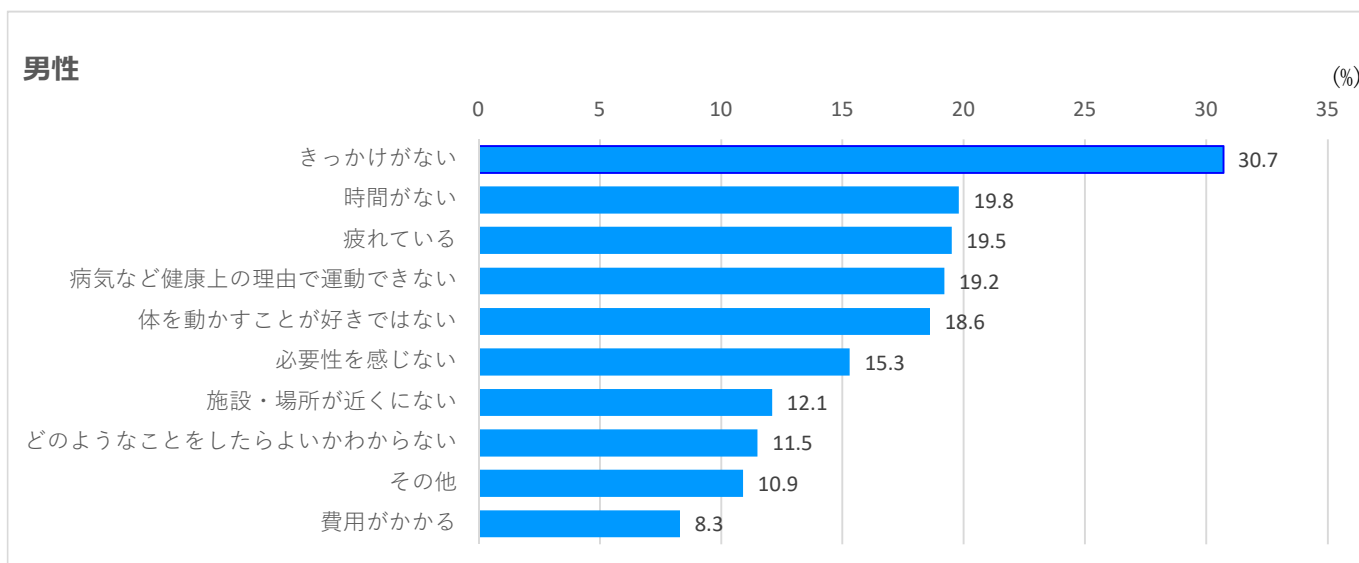
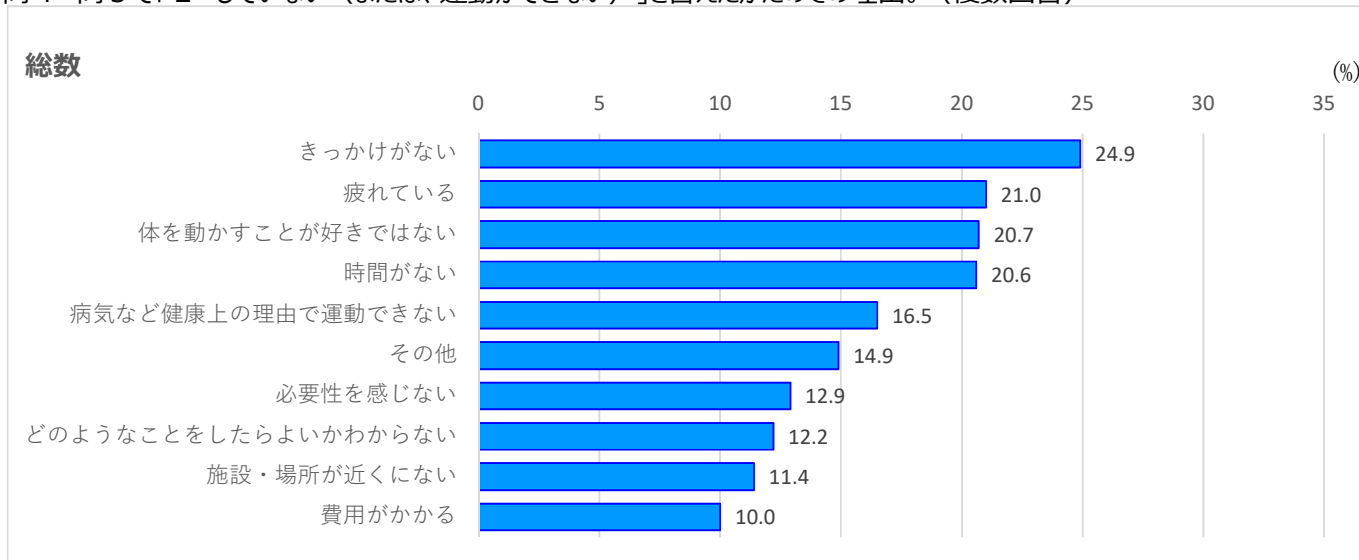
※年齢を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



職業別では、農林漁業、無職では「している」の割合が50%を超えている。会社員、団体職員では「している」の割合が最も低くなっている。

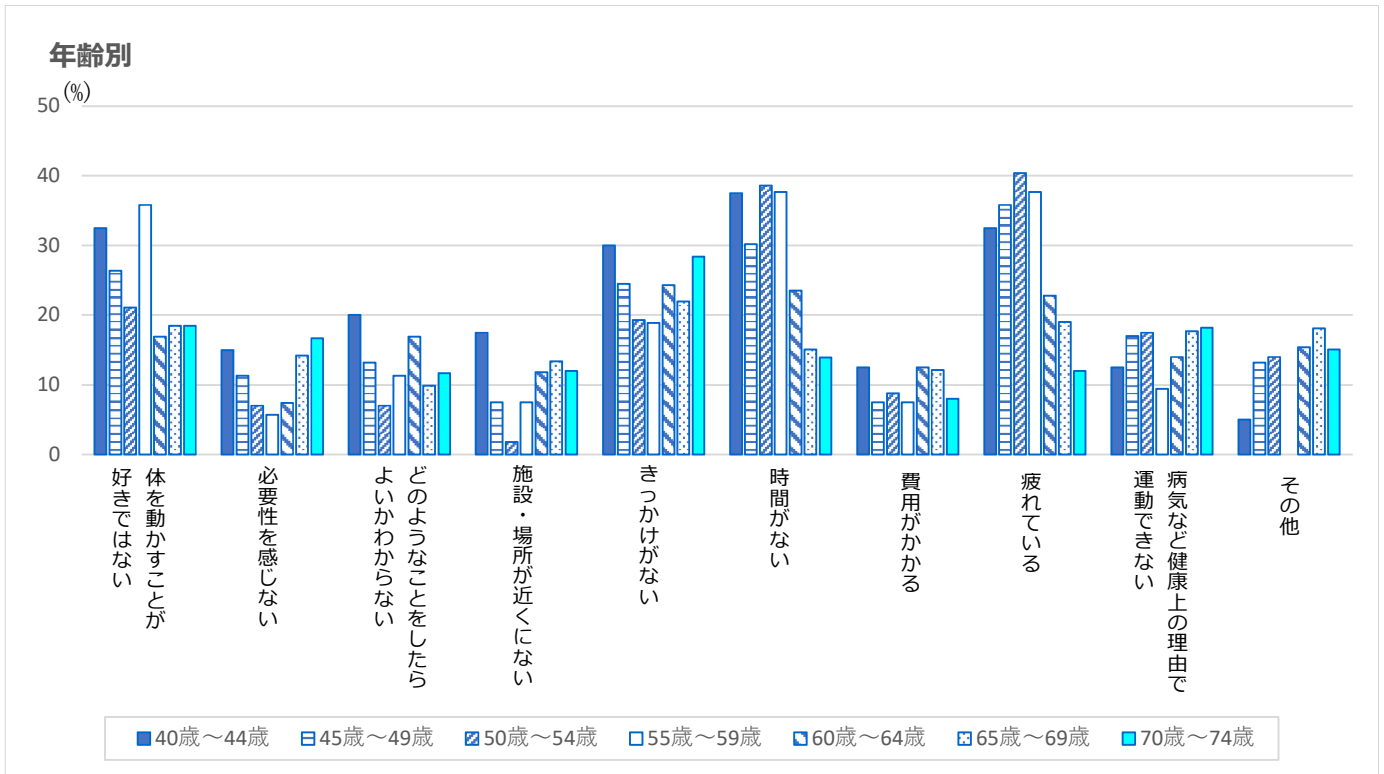
※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

問4 問3で「2 していない（または、運動ができない）」と答えたかたのその理由。（複数回答）



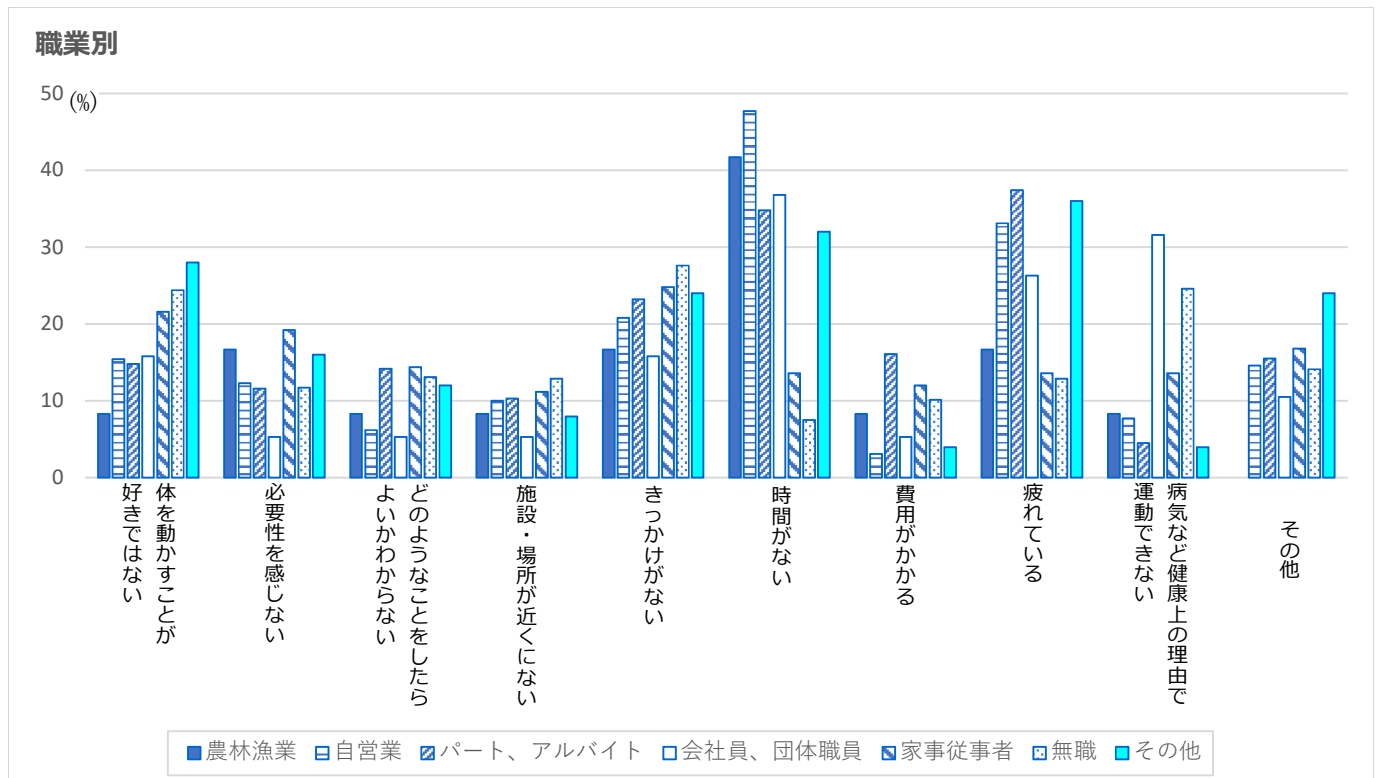
全体では「きっかけがない」の割合が高い。男女別で見ると、男性では「きっかけがない」が最も高く、女性では「疲れている」や「体を動かすことが好きではない」の割合が高くなっている。

※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



年齢別では、40～44歳では「時間がない」の割合が高く、45歳～49歳では「疲れている」の割合が高い。また、50歳～54歳では「時間がない」、「疲れている」の割合が高い。

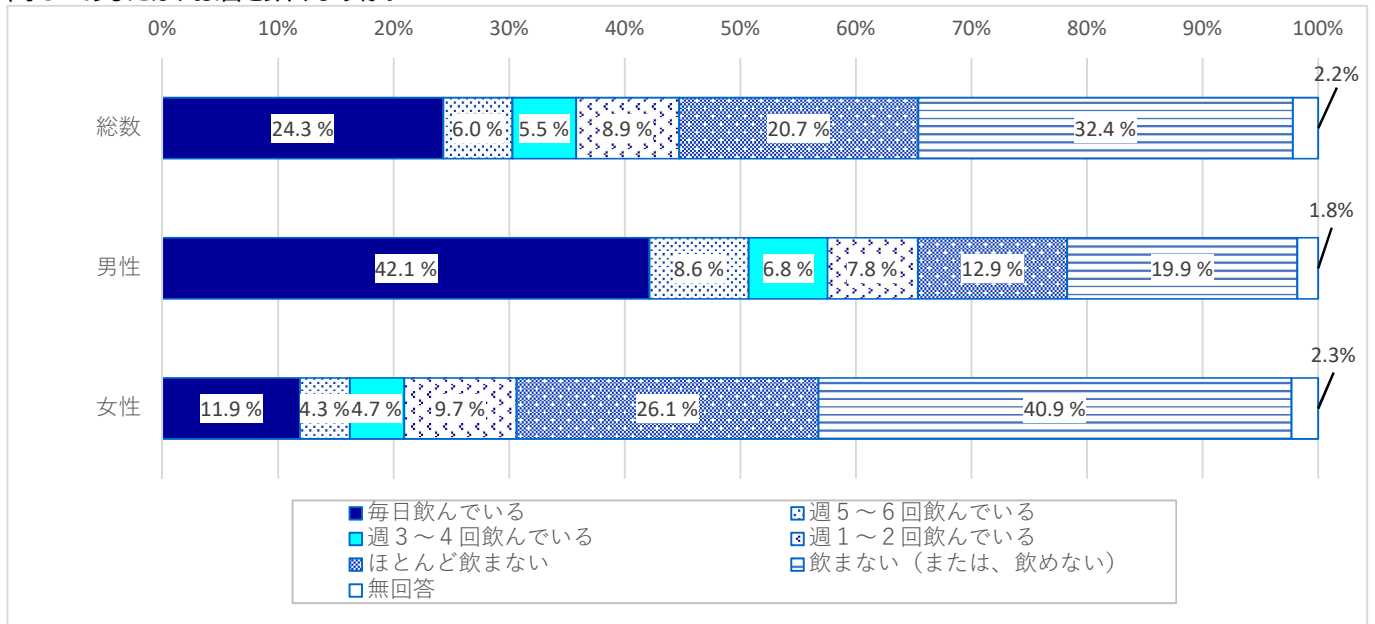
※年齢を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



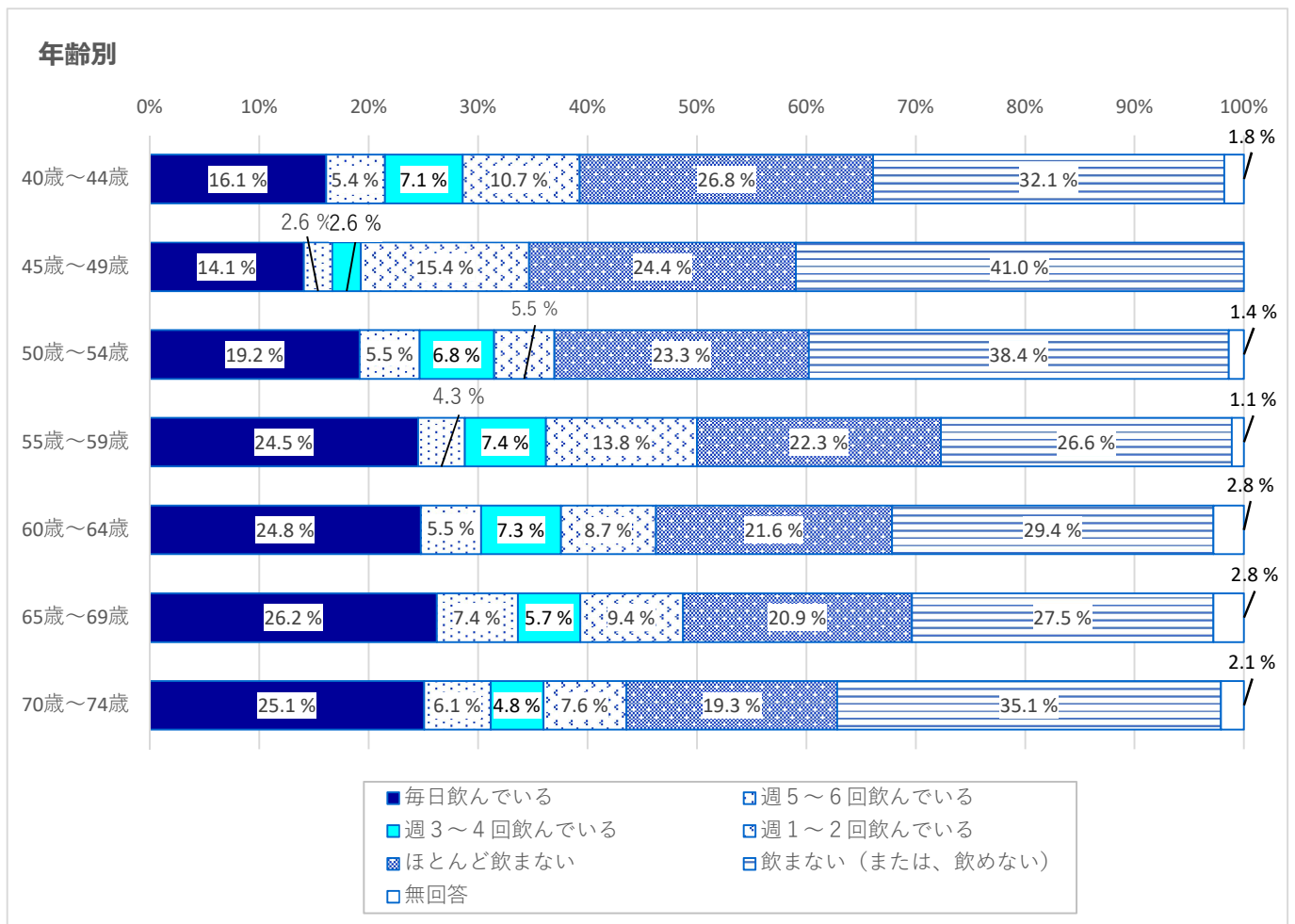
職業別では、農林漁業、自営業、会社員、団体職員で「時間がない」が最も高い。また、「疲れている」の割合も高くなっている。

※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

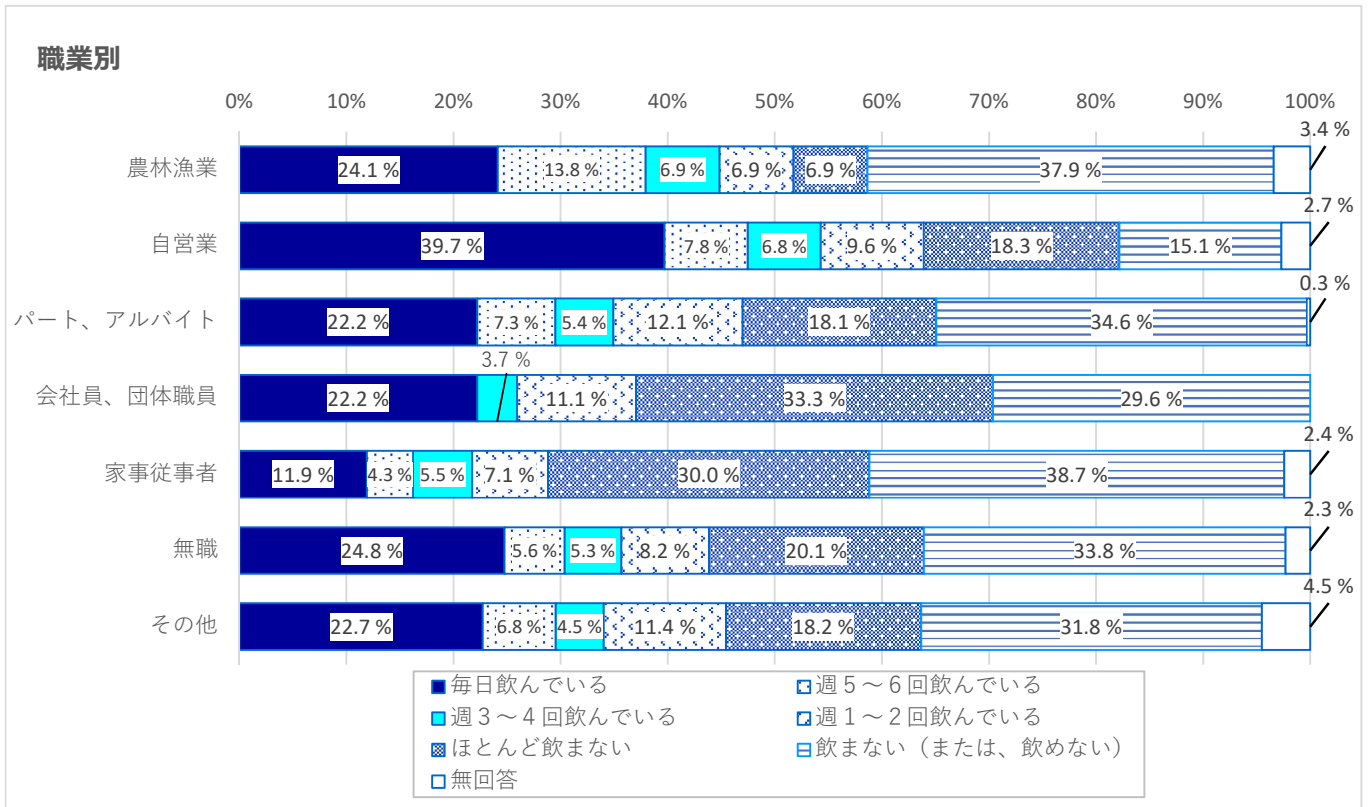
問5 あなたは、お酒を飲みますか。



全体では「飲まない（または飲めない）」の割合が最も高く、次いで「毎日飲んでいる」が続いている。男女別でみると、男性では「毎日飲んでいる」の割合が最も高くなっているのに対し、女性では「飲まない（または飲めない）」の割合が最も高い。
 ※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



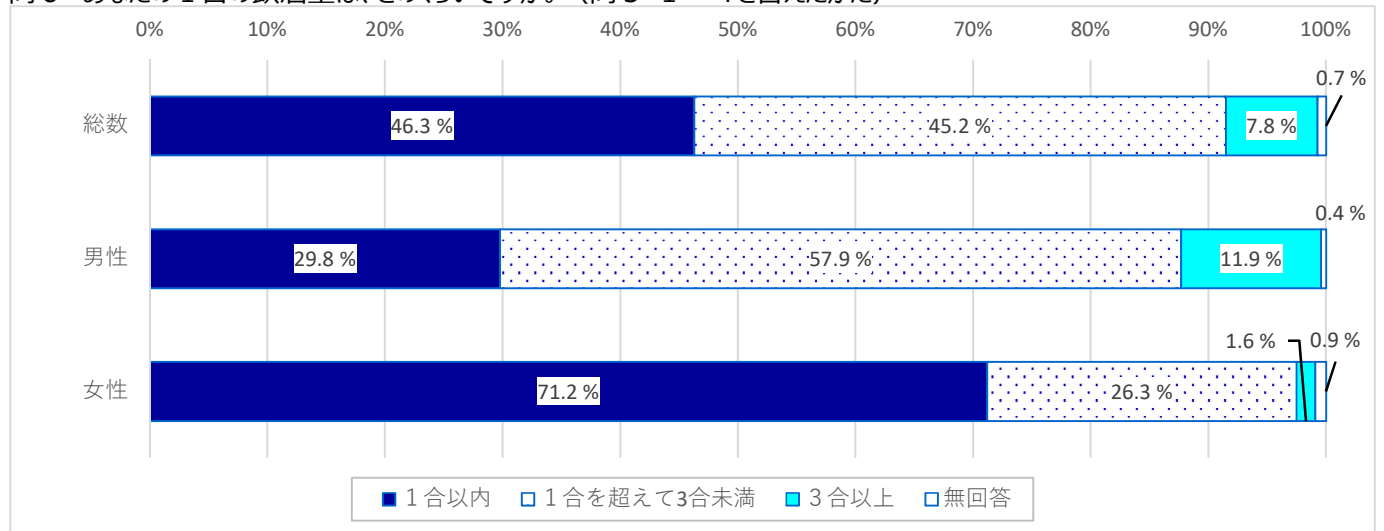
年齢別では、すべての年齢層で「飲まない（または飲めない）」の割合が最も高くなっている。
 ※年齢を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



職業別では、ほとんどの職業で「飲まない（または、飲めない）」の割合が最も高いのに対し、自営業では「毎日飲んでいる」割合が最も高くなっている。

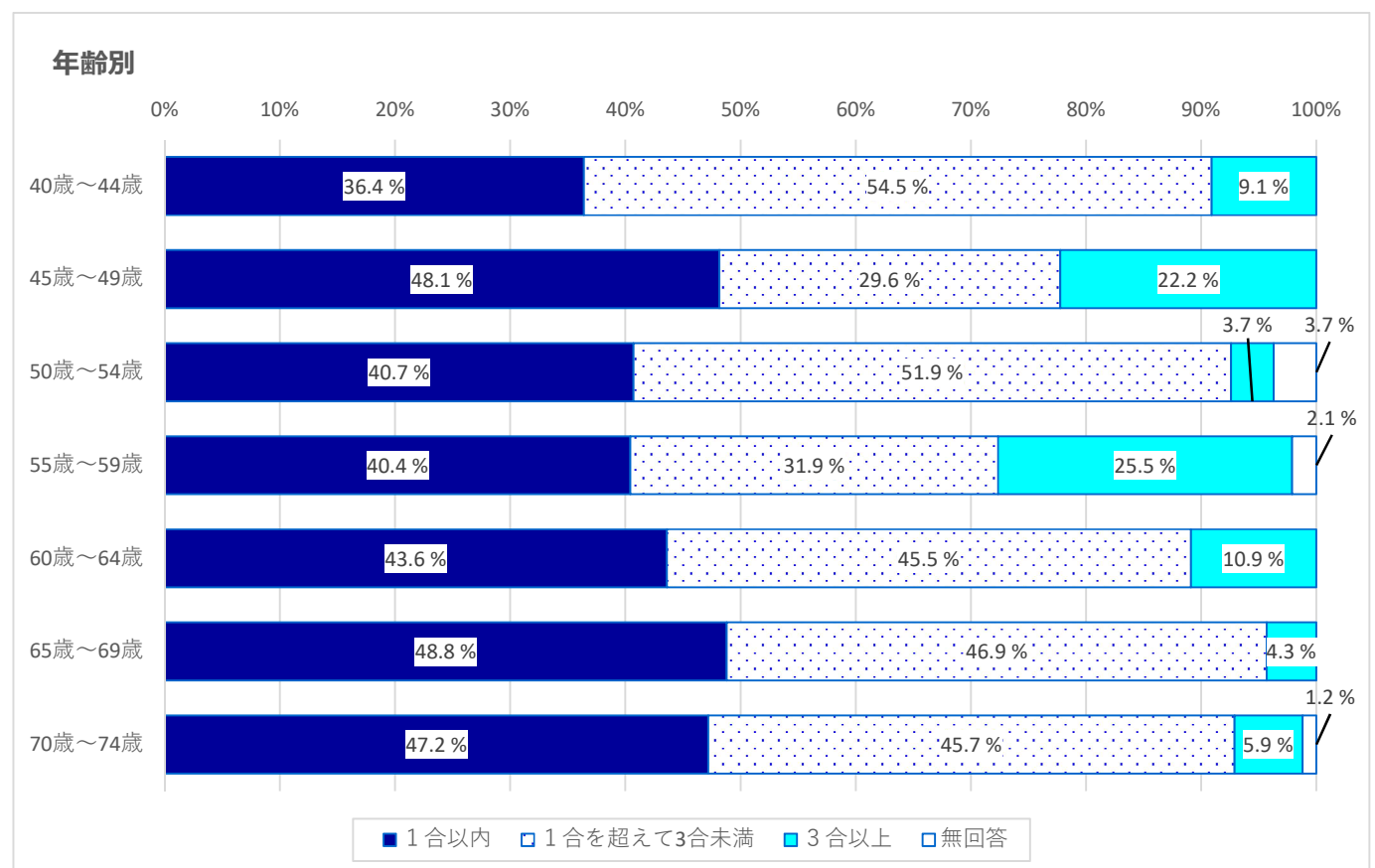
※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

問6 あなたの1日の飲酒量は、どのくらいですか。(問5 1～4と答えたかた)



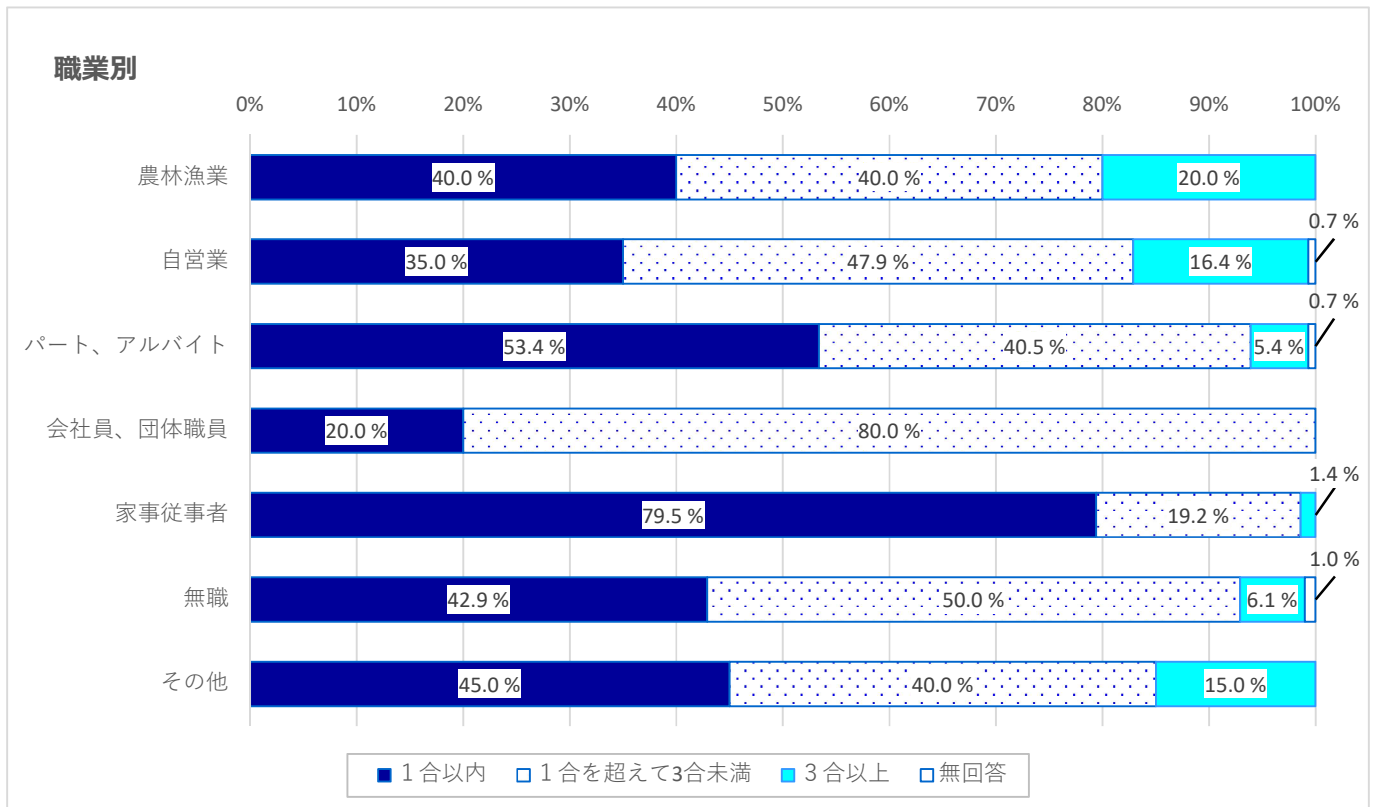
全体では、「1合以内」の割合が最も高く、次いで「1合を超えて3合未満」の割合となっている。男女別では、男性が「1合を超えて3合未満」の割合が最も高いのに対し、女性は「1合未満」の割合が高い。

※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



年齢別では、どの年齢層も「1合を超えて3合未満」または「1合以内」の割合が高くなっている。

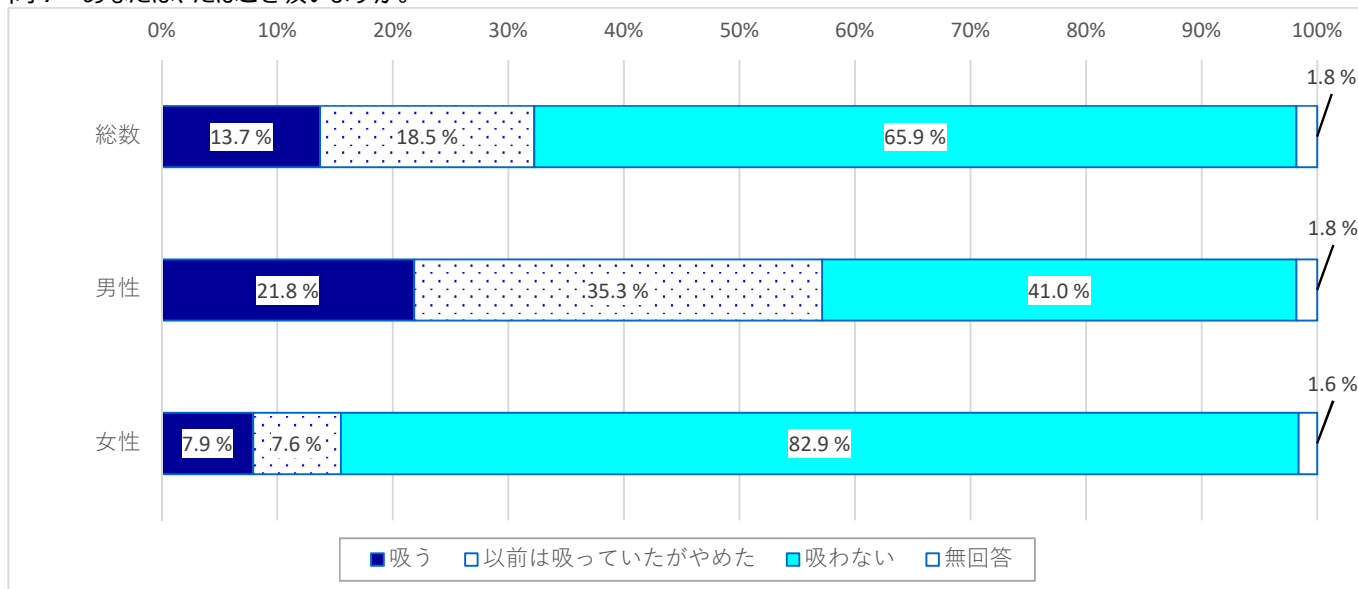
※年齢を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



職業別では、自営業、会社員、団体職員、無職で「1合を超えて3合未満」の割合が最も高くなっている。次いでほとんどの職業で「1合未満」の割合が高くなっている。

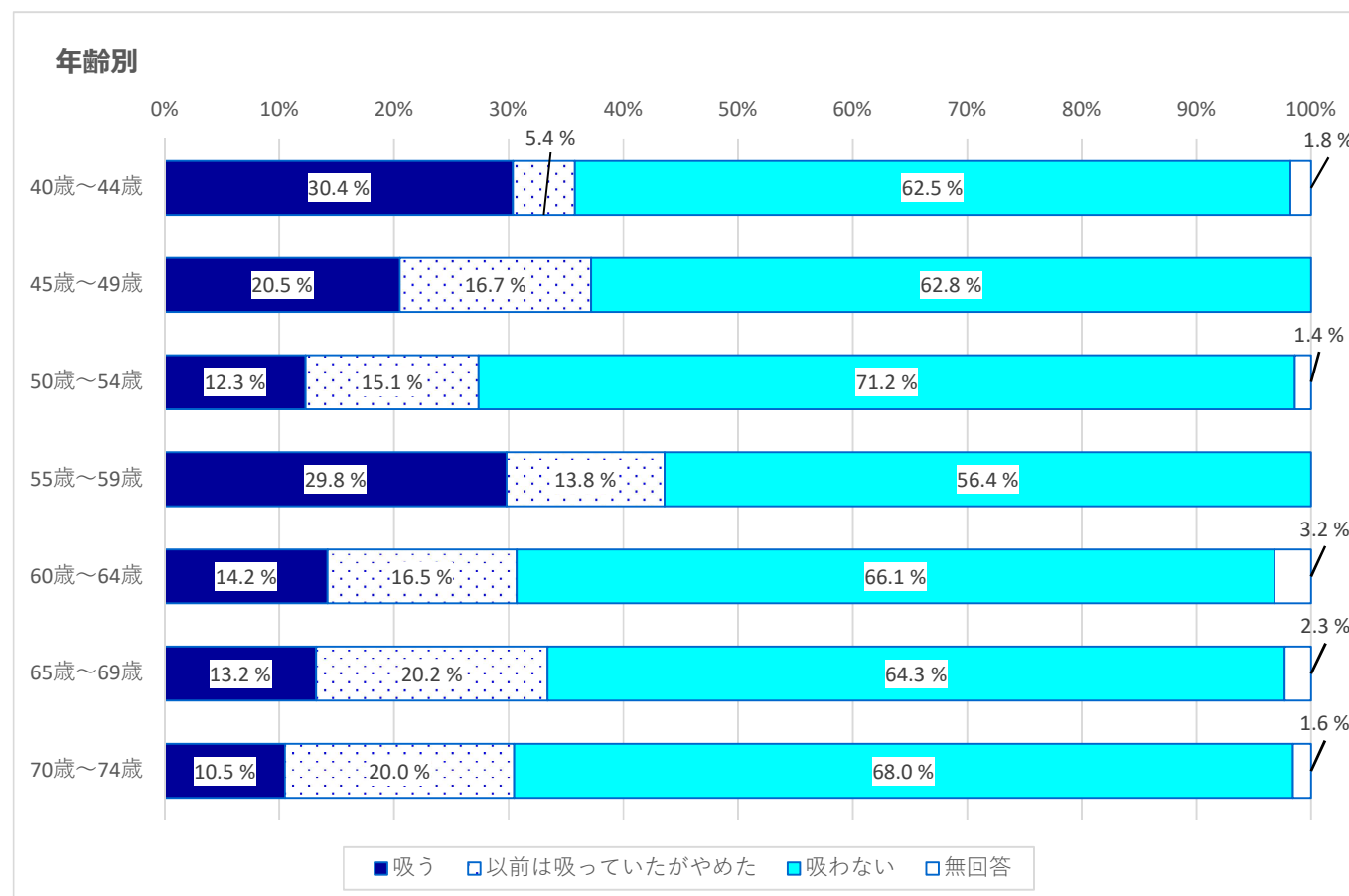
※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

問7 あなたは、たばこを吸いますか。



全体では「吸わない」の割合が最も高く、次いで「以前は吸っていたがやめた」と続いている。
男女別では、男性、女性ともに「吸わない」の割合が最も高く、女性は8割を超えている。

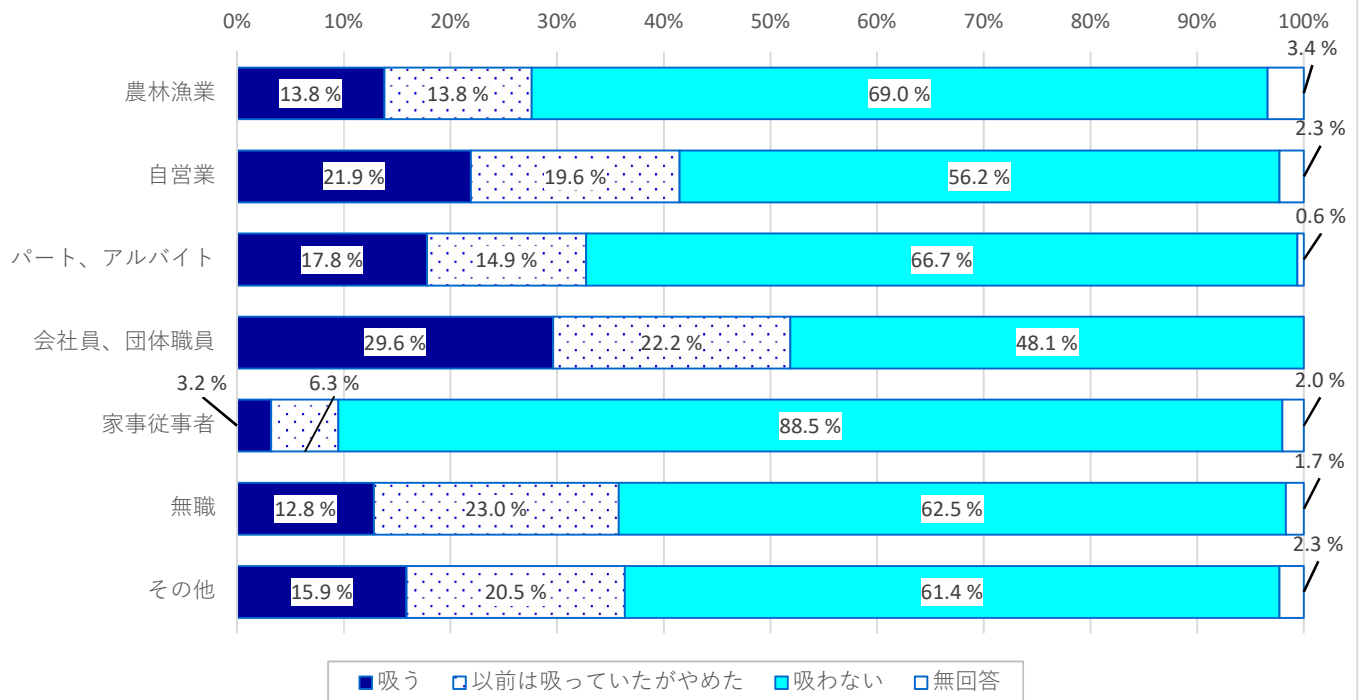
※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



年齢別では、すべての年齢層で「吸わない」の割合が最も高くなっている。

※年齢を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

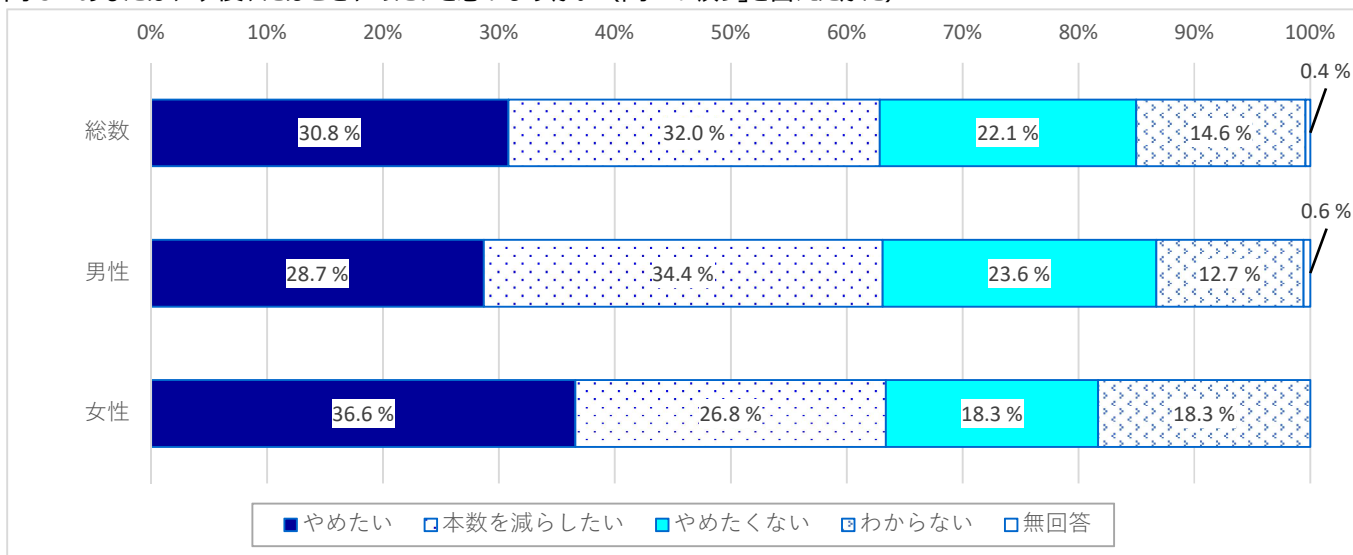
職業別



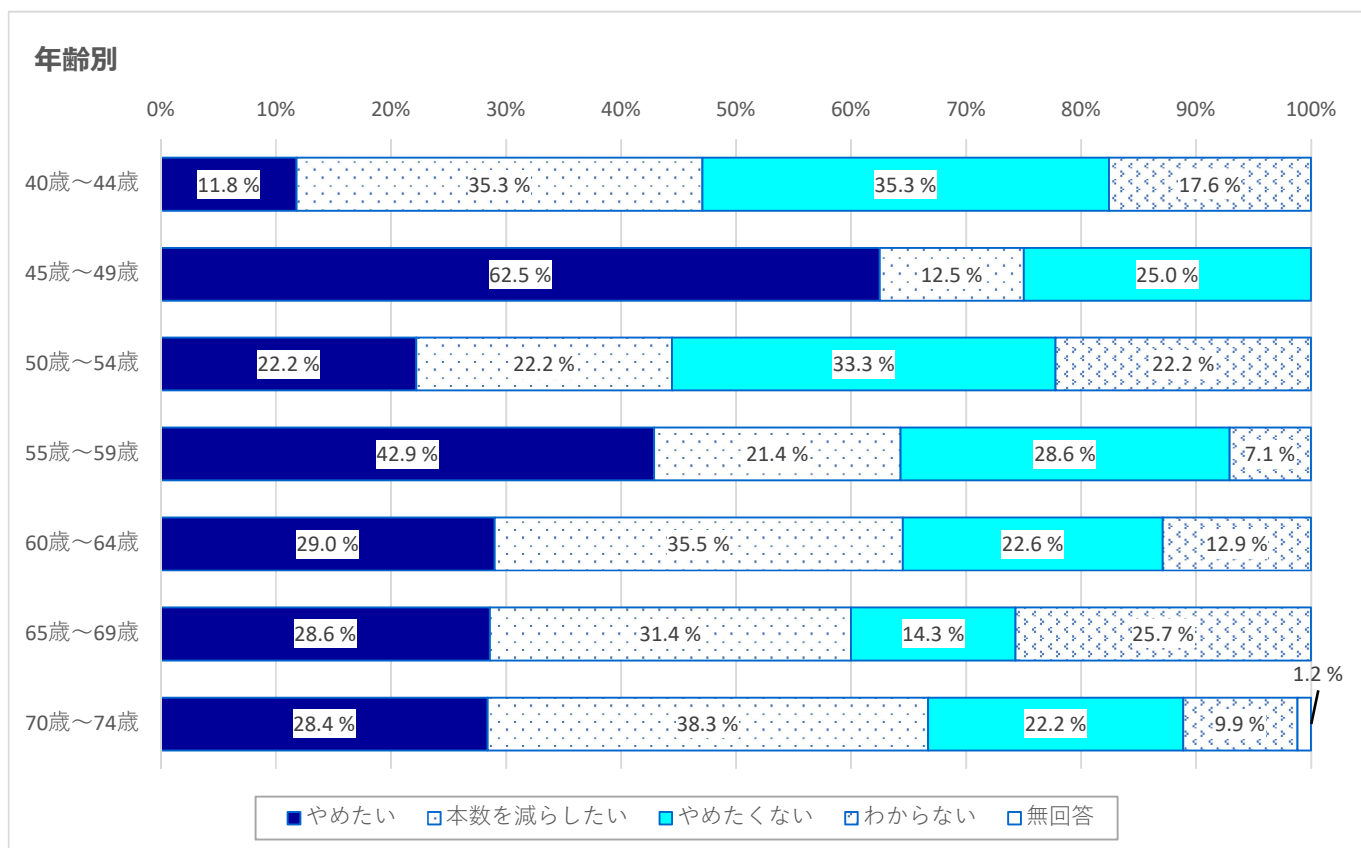
職業別では、すべての職業で「吸わない」の割合が高くなっている。また、会社員、団体職員で「吸う」の割合がほかの職業と比べて高くなっている。

※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

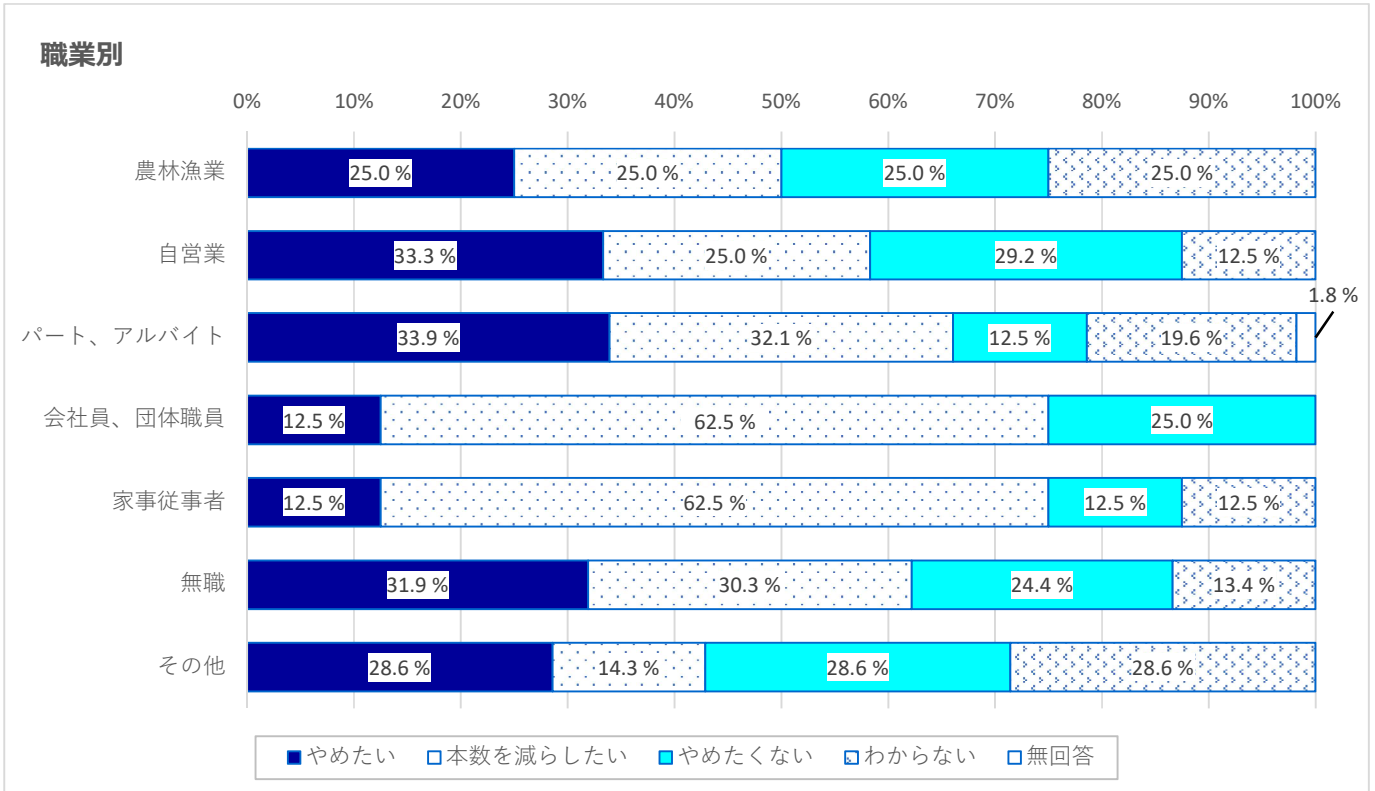
問8 あなたは、今後、たばこをやめたいと思いますか。（問7「吸う」と答えたかた）



全体では、「本数を減らしたい」の割合が最も高く、次いで「やめたい」と続いている。
 男女別では、女性では「やめたい」の割合が最も高いのに対し、男性では「本数を減らしたい」の割合が最も高くなっている。
 ※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



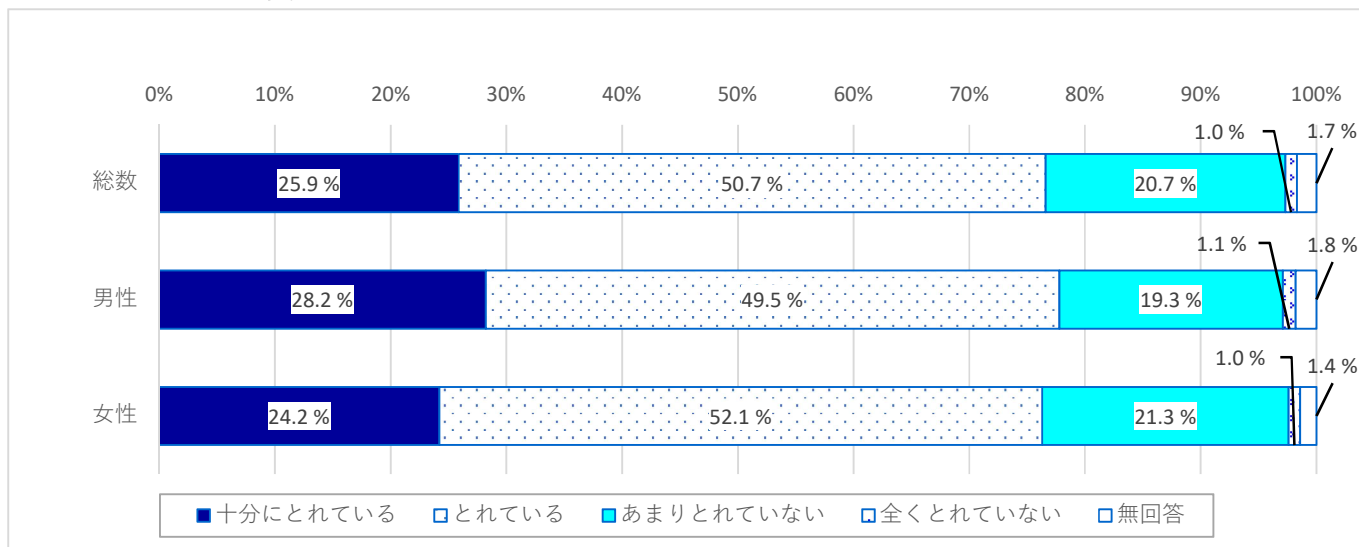
年齢別では、45歳～49歳の「やめたい」の割合が最も高くなっている。60歳～74歳では「本数を減らしたい」の割合が高くなっている。
 ※年齢を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



職業別では、自営業、パート・アルバイト、無職で「やめたい」の割合が高く、会社員、団体職員と家事従事者では「本数を減らしたい」の割合が最も高くなっている。

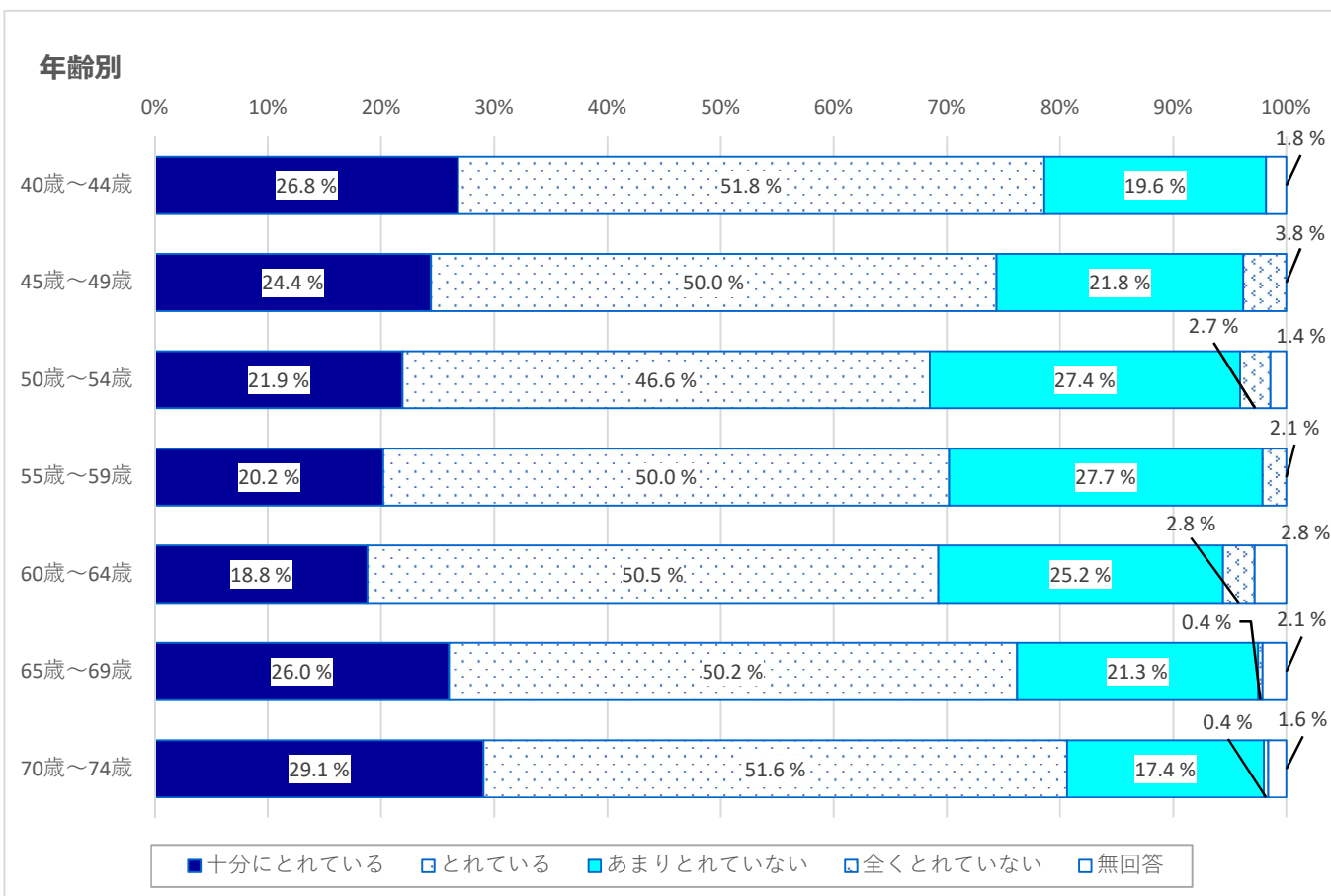
※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

問9 あなたは普段、休養や睡眠をとれていますか。



全体および男女別ともに休養や睡眠を「とれている」の割合が高い。

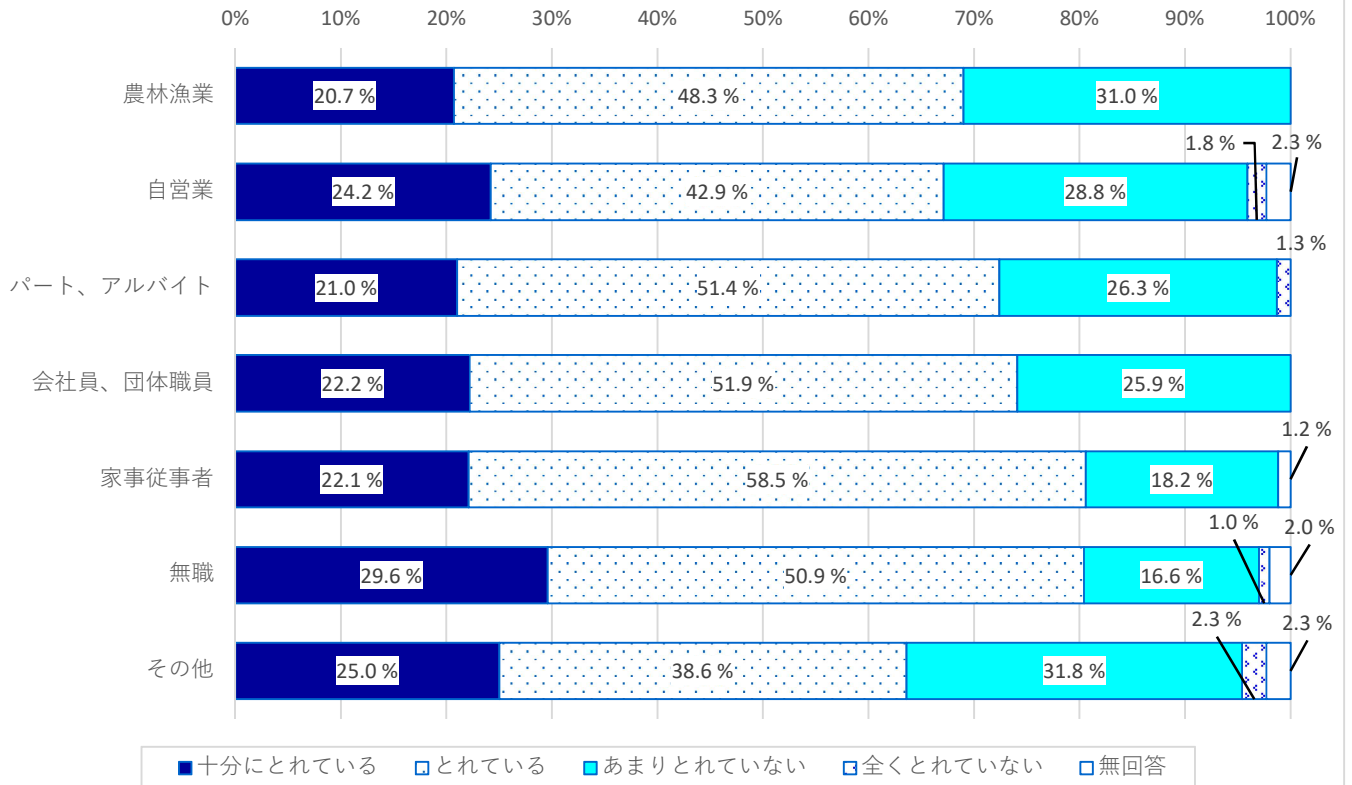
※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



年齢別では、すべての年齢層で「とれている」割合が最も高くなっているが、60歳～64歳では「十分にとれている」の割合が最も低くなっている。

※年齢を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

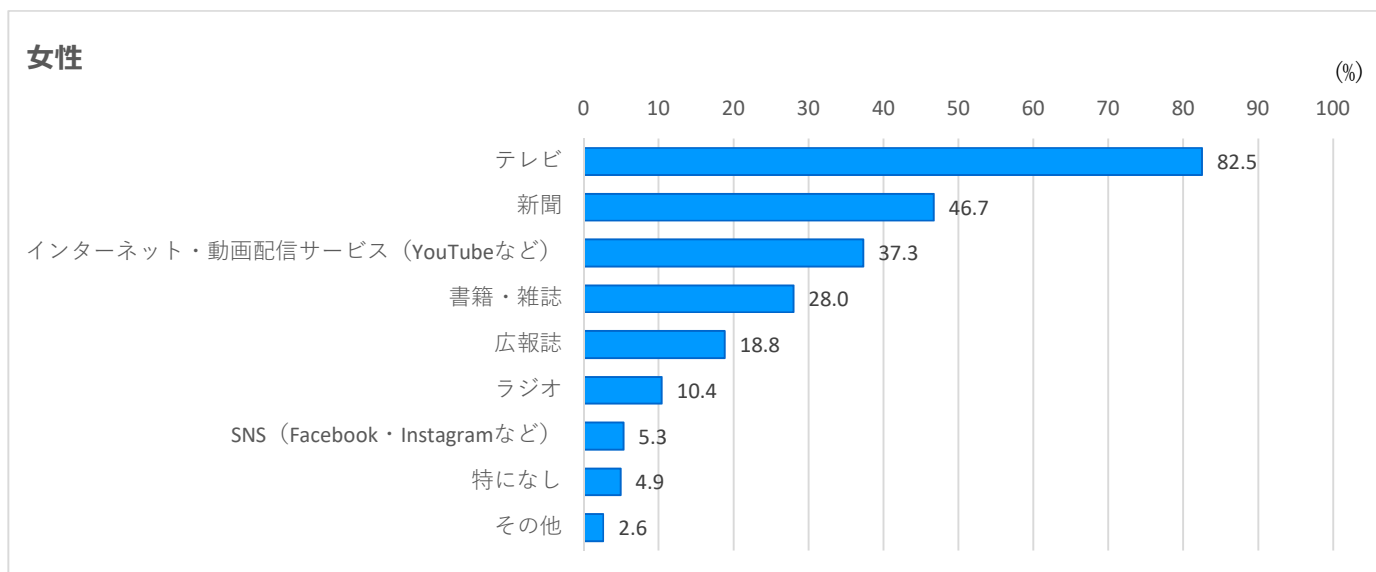
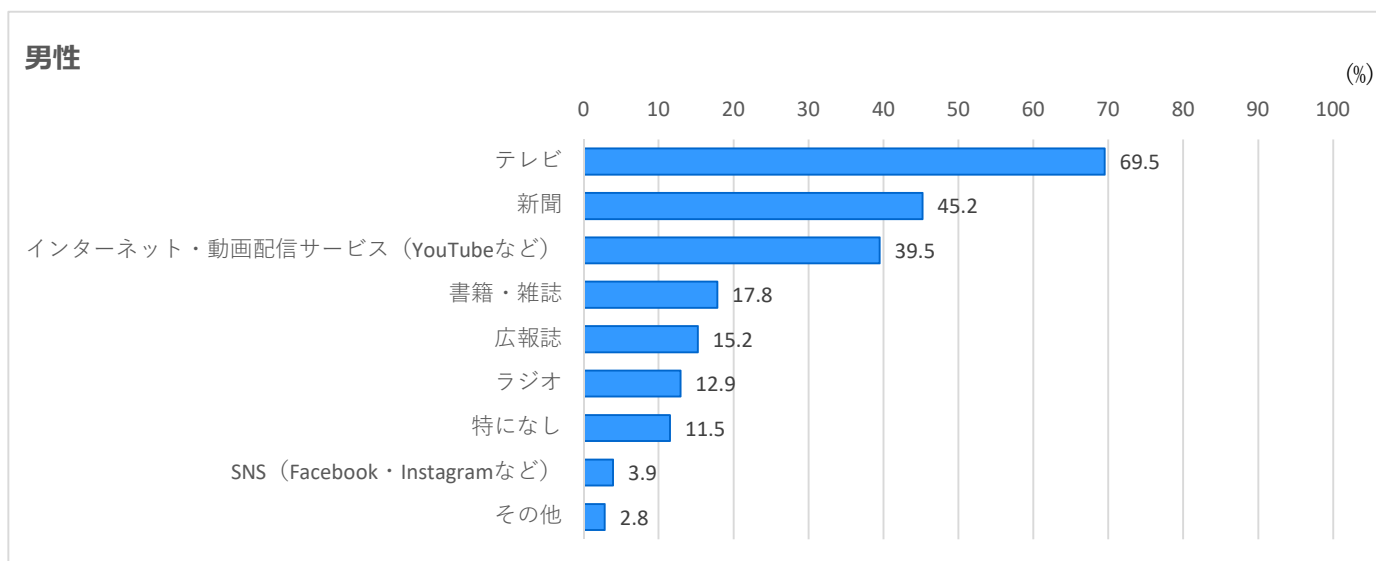
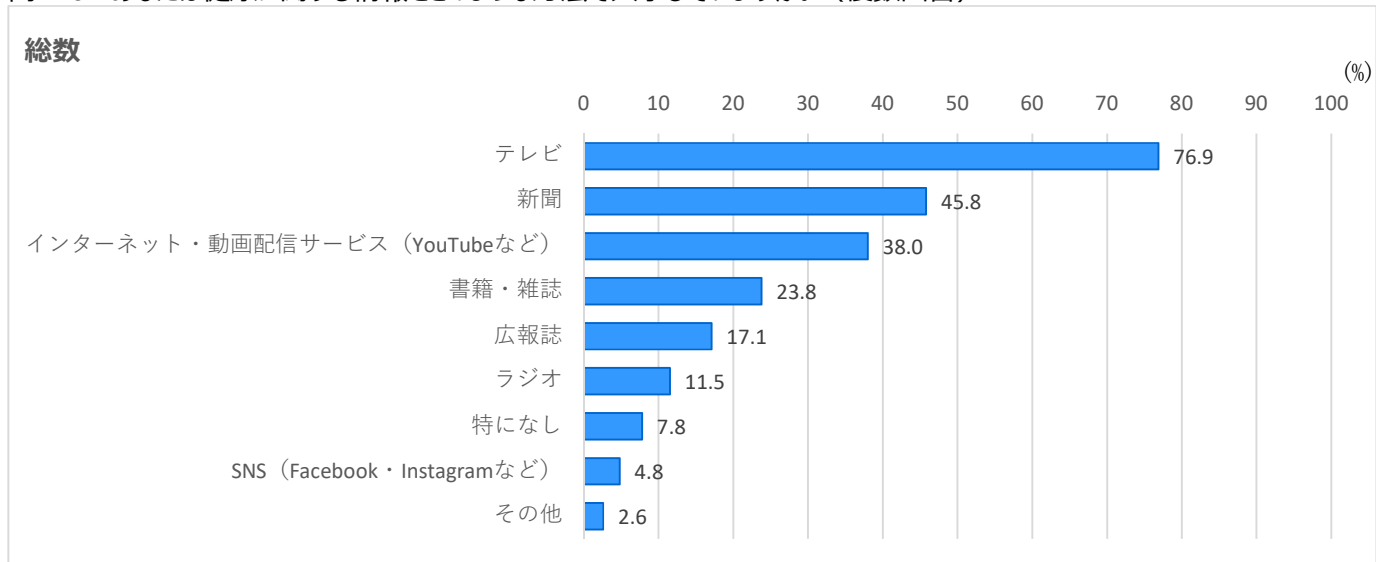
職業別



職業別では、すべての職業で「とれている」の割合が高くなっている。

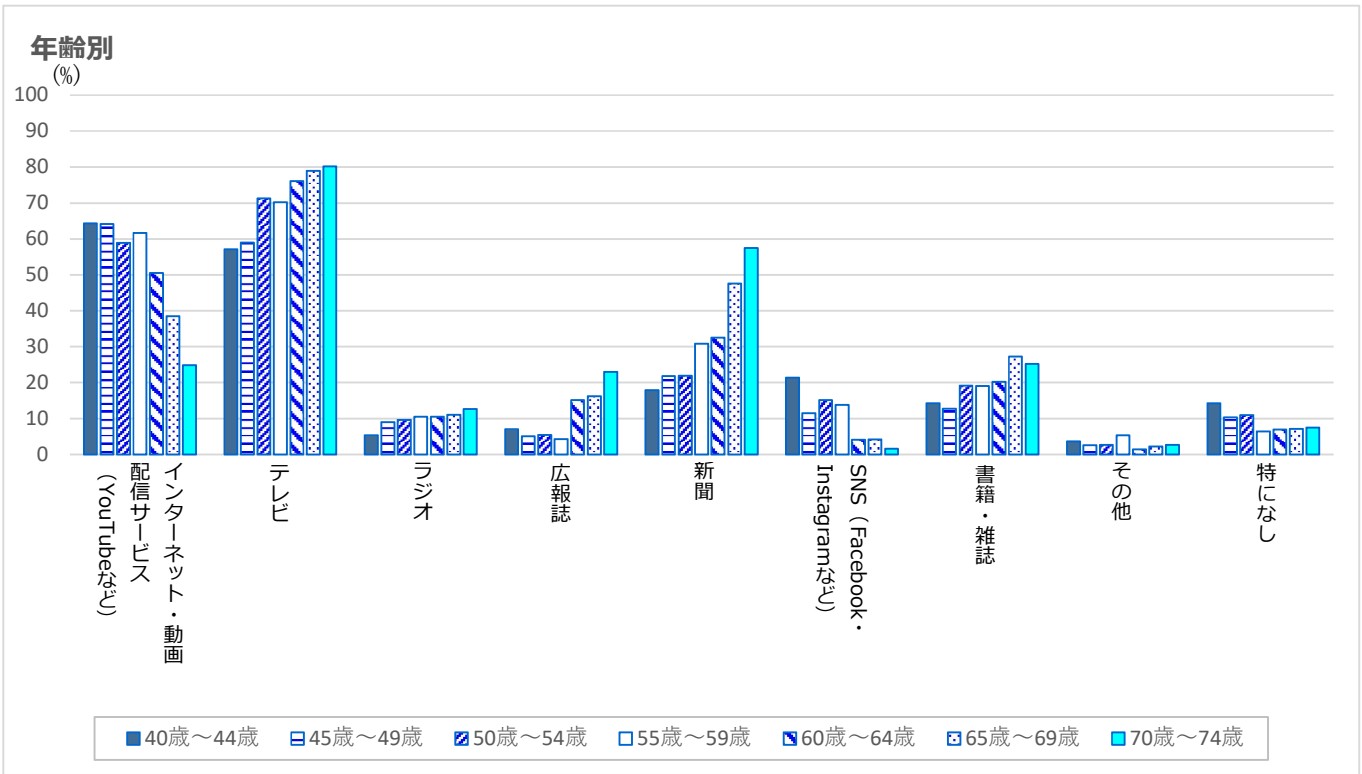
※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

問 1 0 あなたは健康に関する情報をどのような方法で入手していますか。（複数回答）

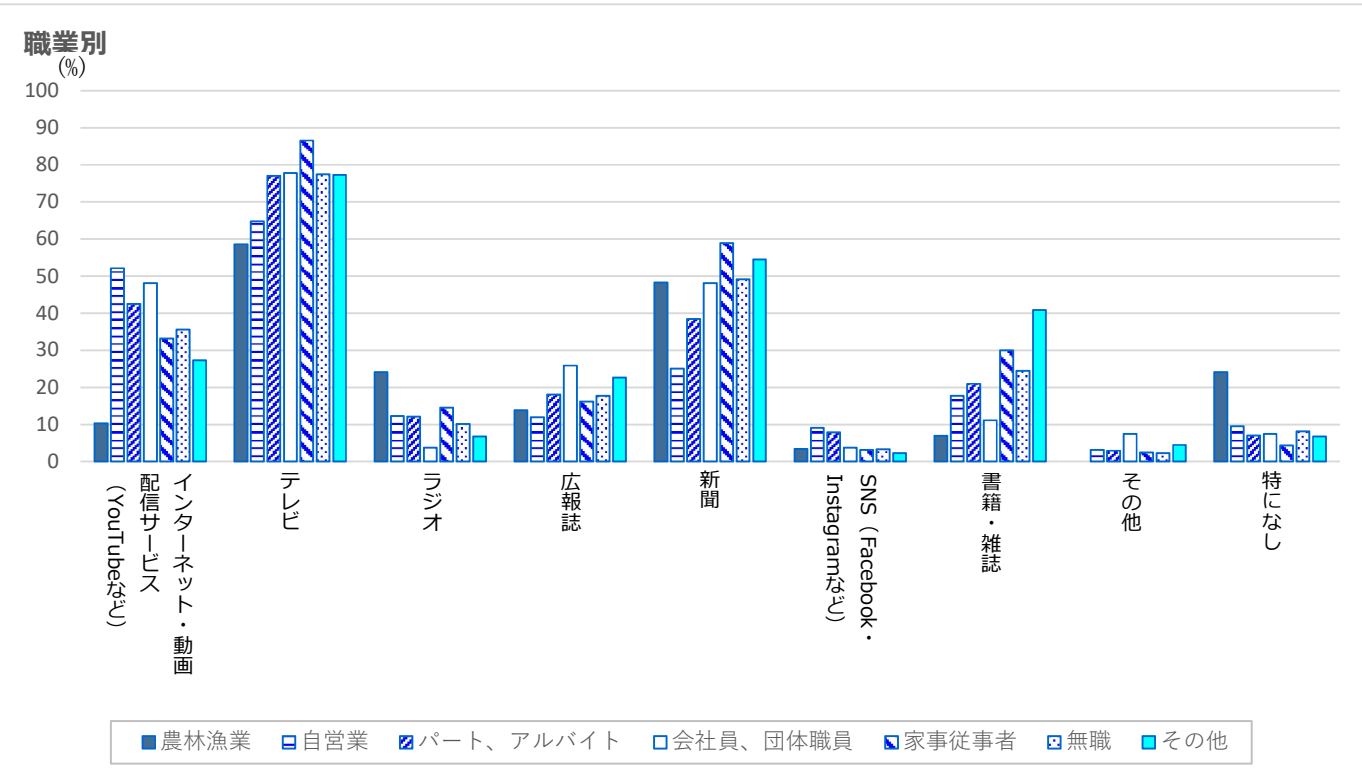


全体では「テレビ」の割合が最も高く次いで「新聞」となっている。
男女別では、男性、女性ともに「テレビ」の割合が高くなっている。

※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

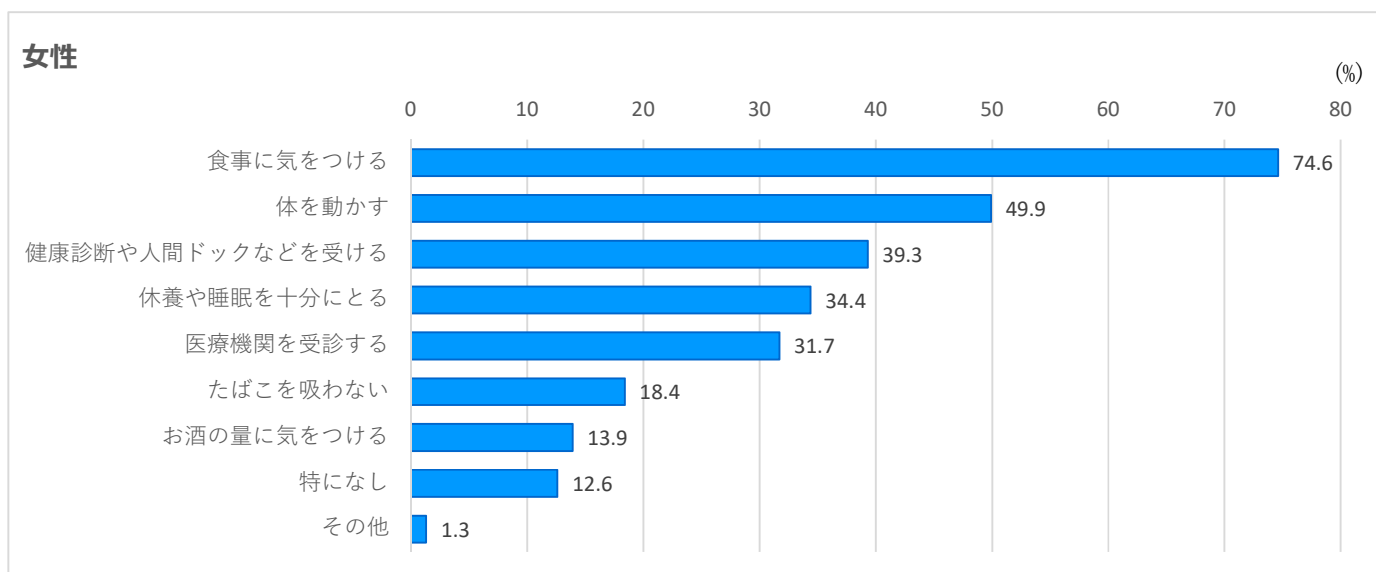
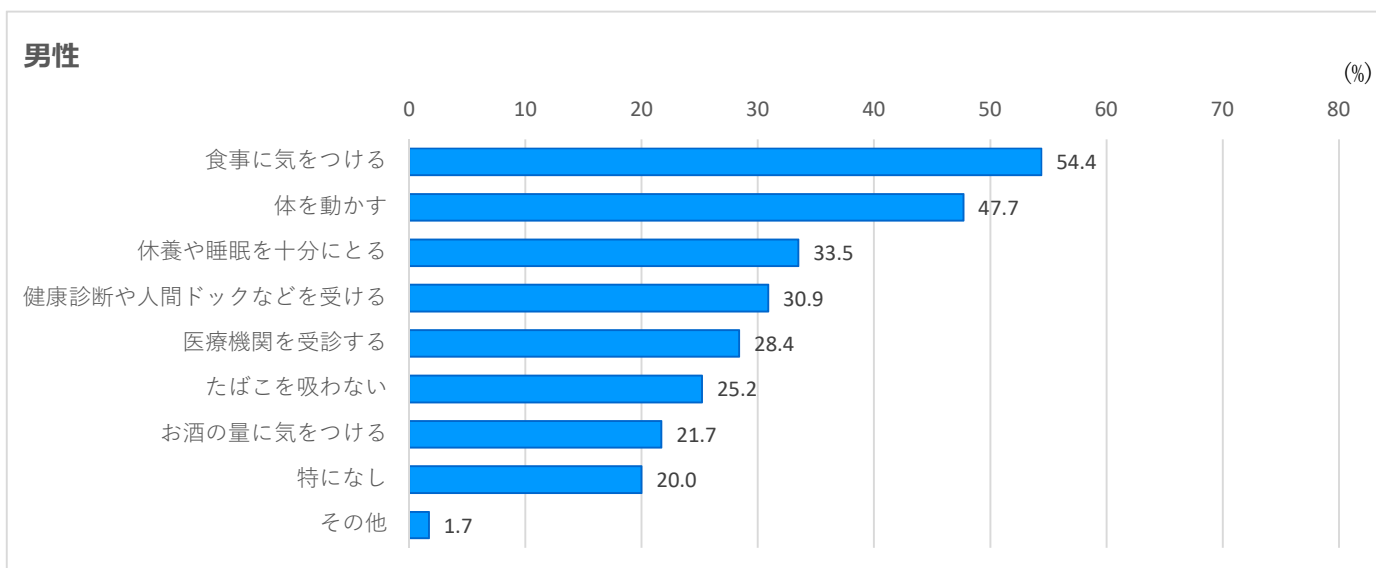
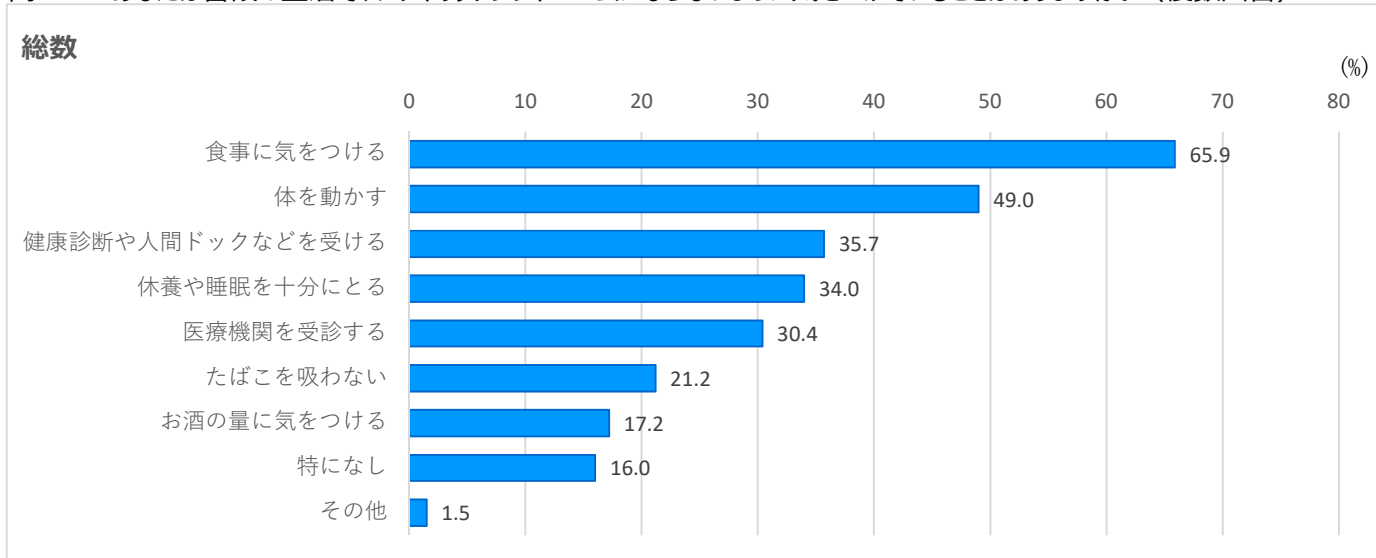


年齢別では、50歳～74歳の年齢層で「テレビ」の割合が最も高く、40歳～49歳の年齢層では「インターネット・動画配信サービス (YouTubeなど)」の割合が高くなっている。
 ※年齢を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



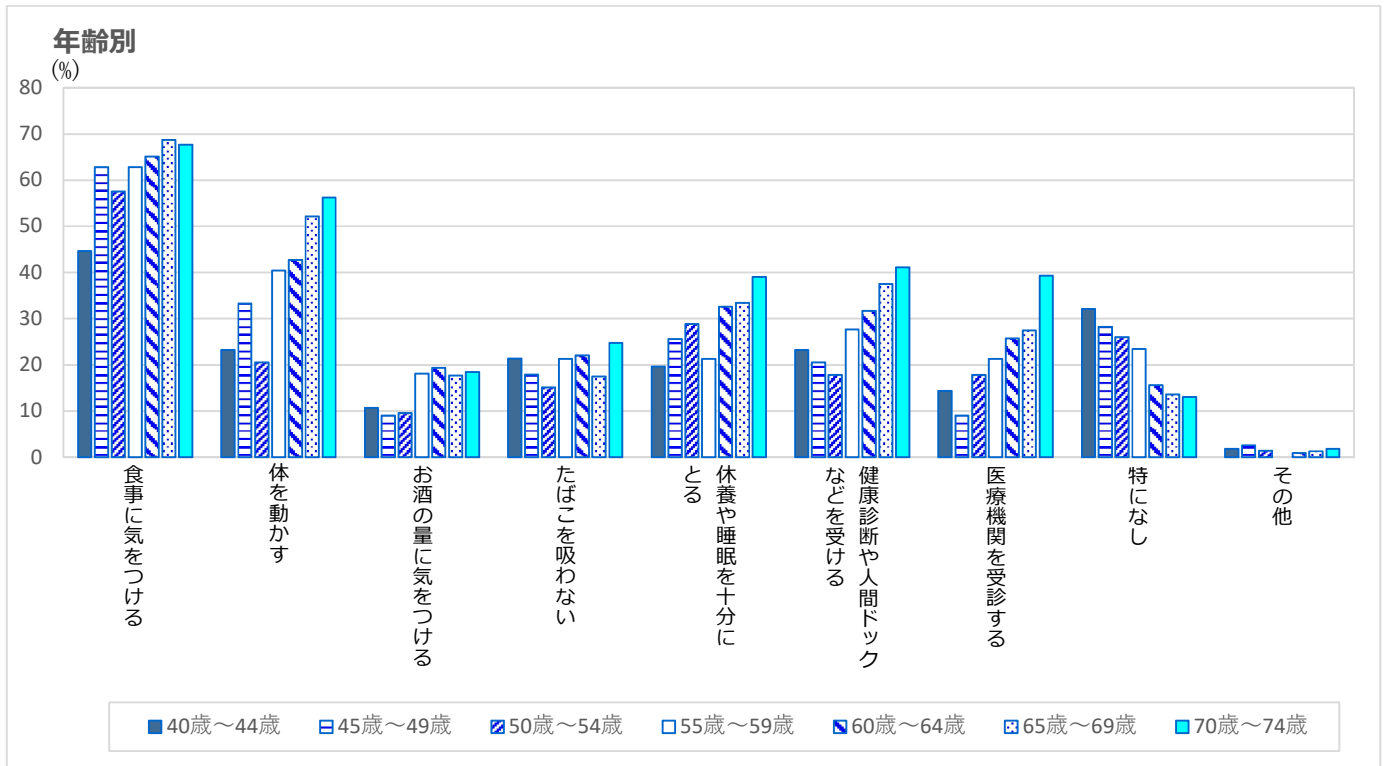
職業別では、ほとんどの職業で「テレビ」からの情報入手の割合が高く、家事従事者では8割を超えている。次いで、自営業、会社員、団体職員、パート、アルバイトで「インターネット・動画配信サービス (YouTubeなど)」が高い割合となっている。
 ※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

問 1 1 あなたは普段の生活で、メタボリックシンドロームにならないように気をつけていることはありますか。（複数回答）



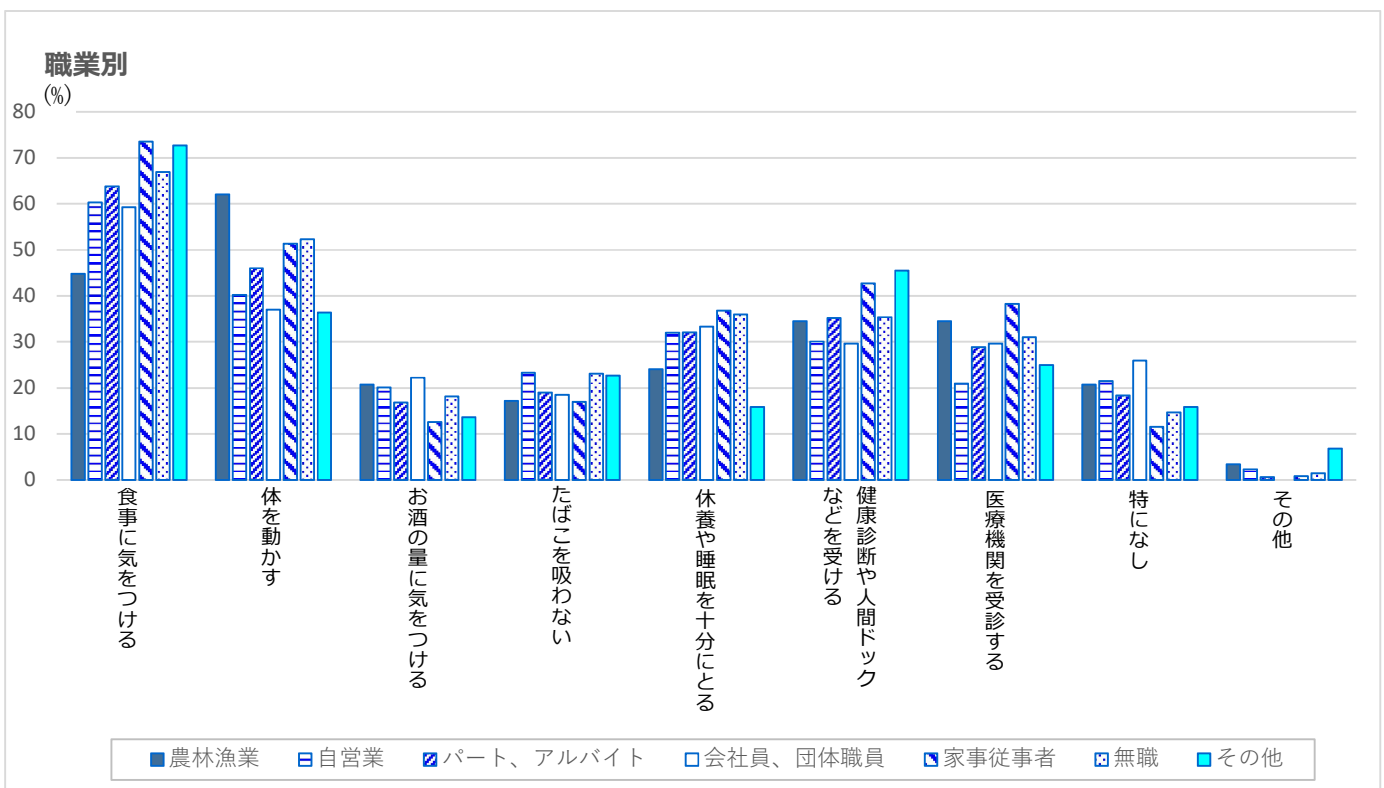
全体では「食事に気をつける」の割合が高く、次いで「体を動かす」となっている。
男女別では、男性、女性とも「食事に気をつける」の割合が高くなっている。

※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



年齢別では、すべての年齢層で「食事に気をつける」の割合が最も高くなっている。次いで50歳～54歳では「休養や睡眠を十分にとる」の割合が高く、45歳～49歳、55歳から74歳では「体を動かす」の割合が高くなっている。

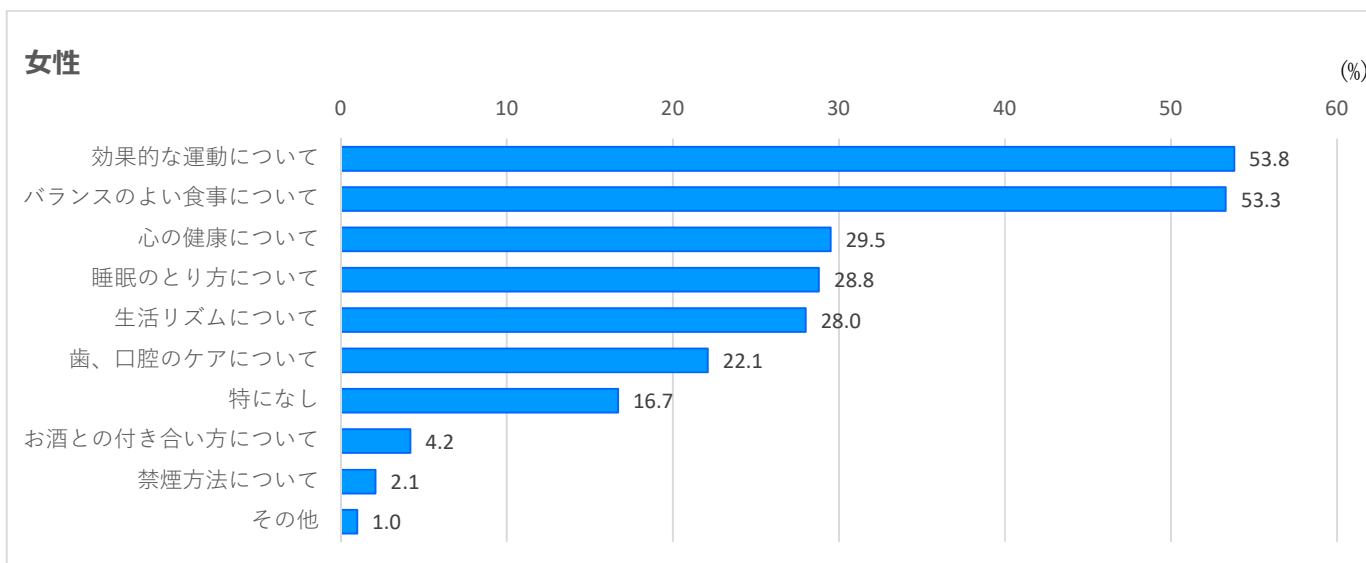
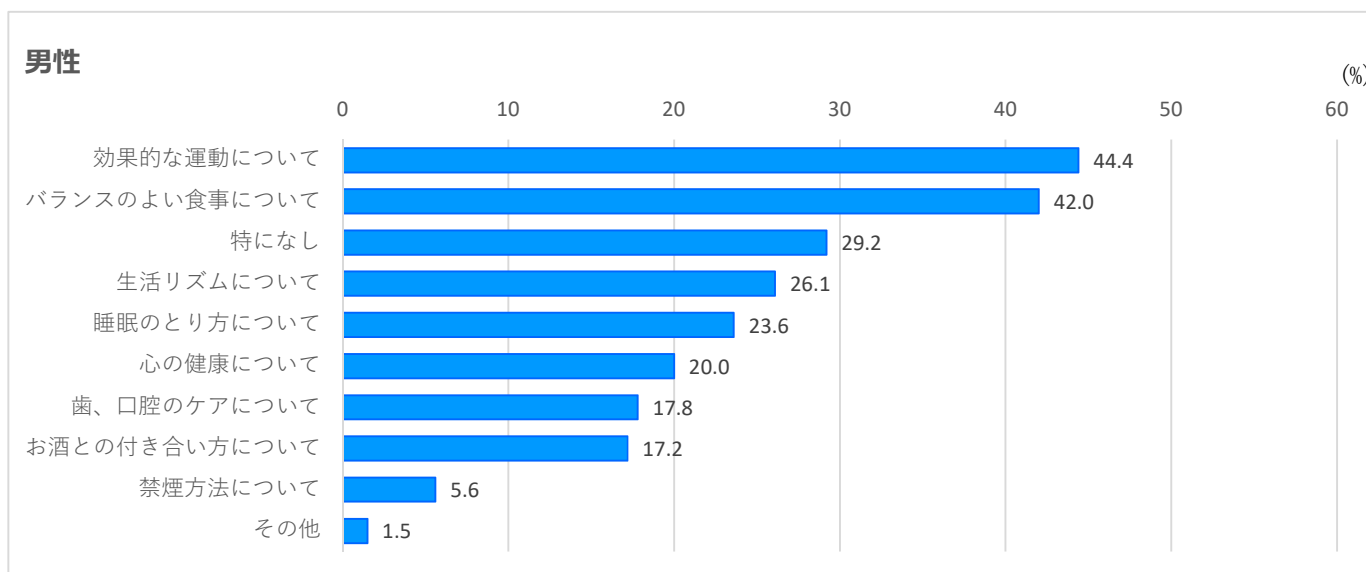
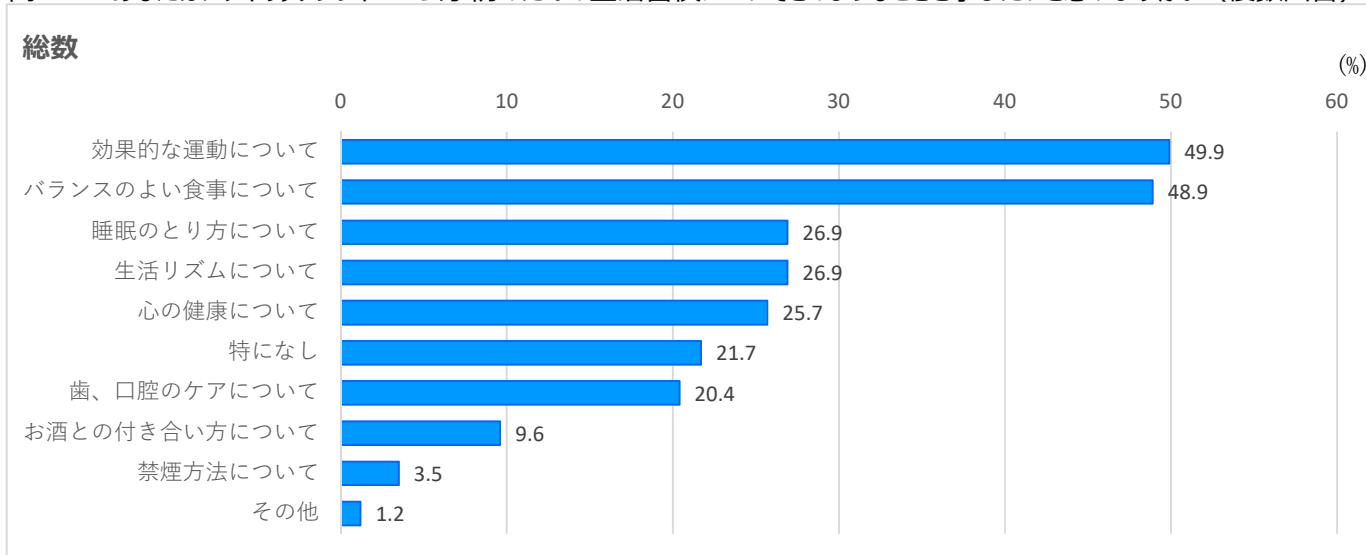
※年齢を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



職業別では、農林漁業以外の職業で「食事に気をつける」の割合が最も高く、5割を超えている。次いで、「体を動かす」の割合が高くなっている。

※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

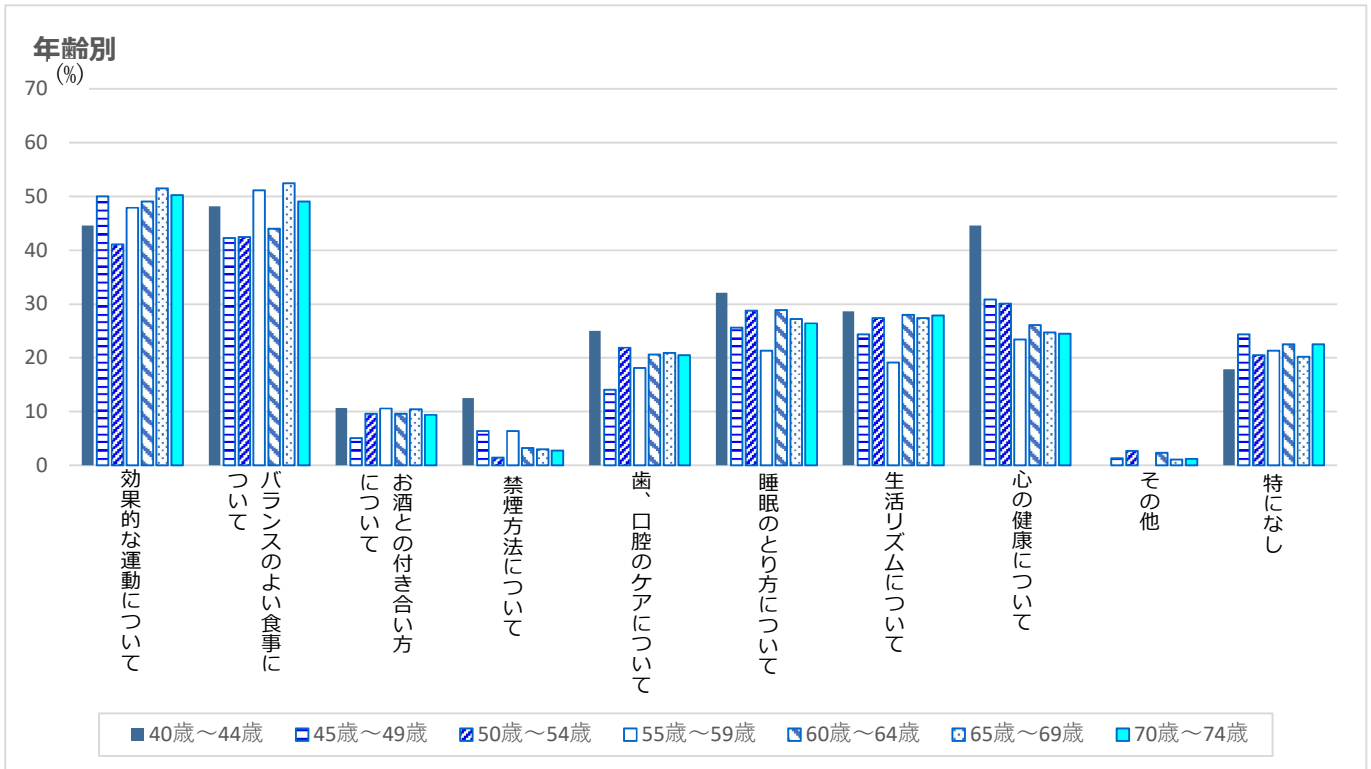
問 1 2 あなたはメタボリックシンドローム予防のための生活習慣についてどのようなことを学びたいと思いますか。（複数回答）



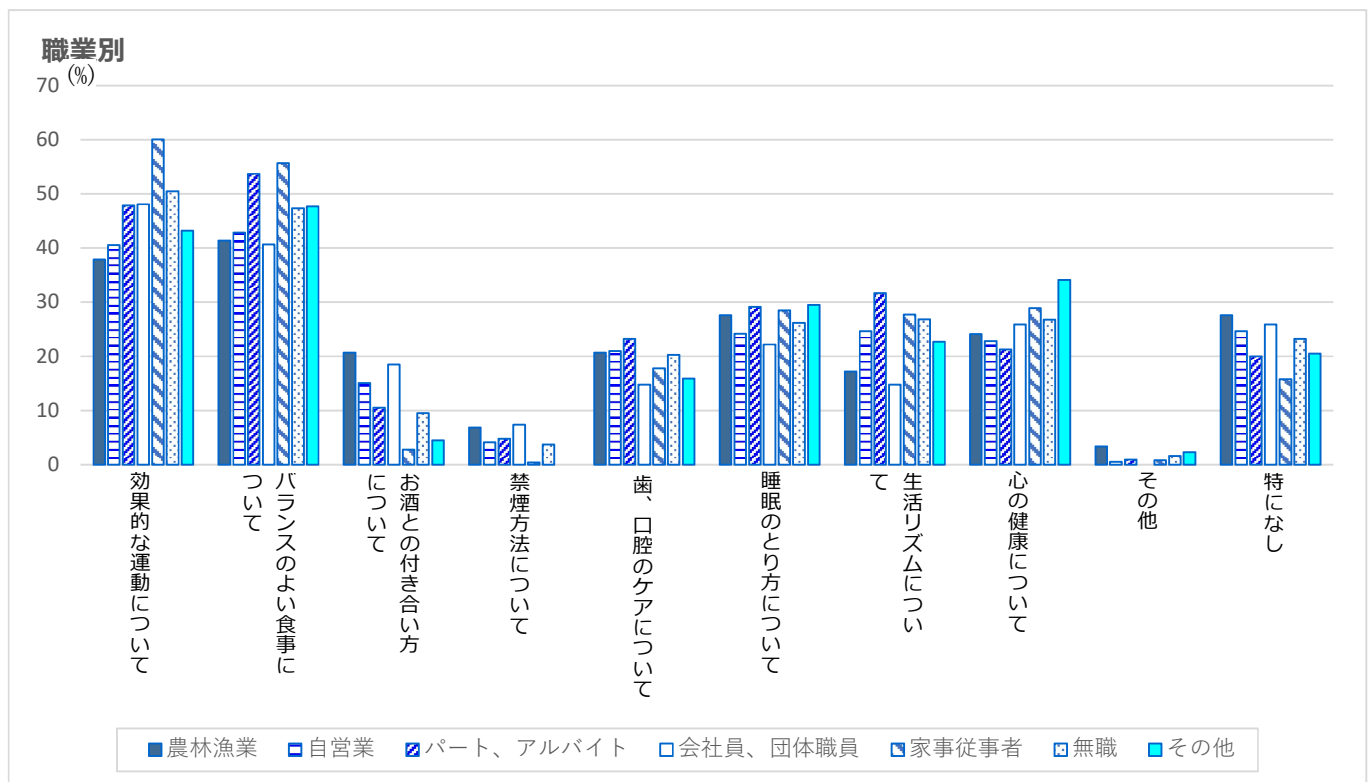
全体では、「効果的な運動について」の割合が最も高く、次いで「バランスの良い食事について」となっている。

男女別では、男性、女性とも「効率的な運動について」の割合が高くなっている。

※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

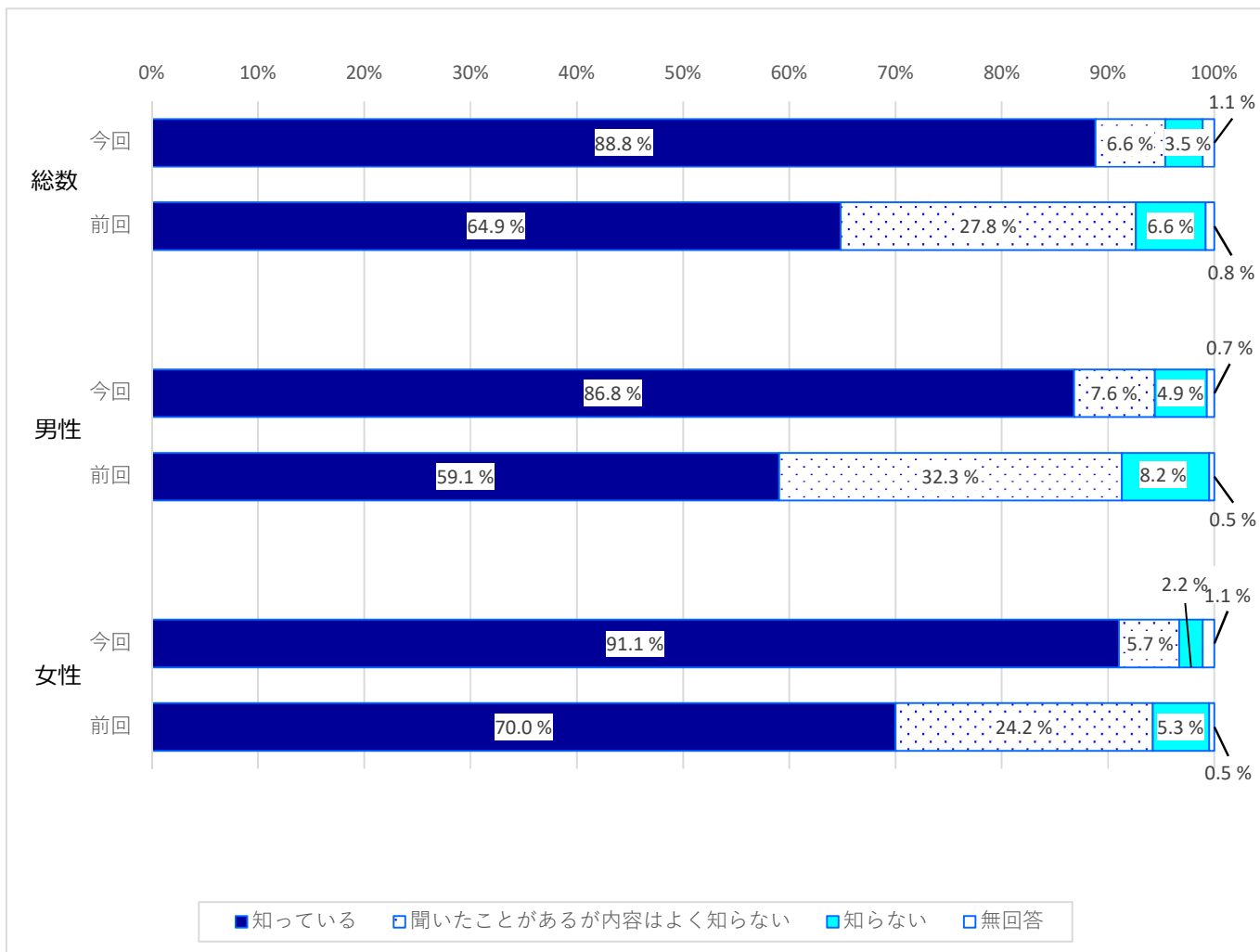


年齢別では、ほとんどの年齢層で「効果的な運動について」または「バランスの良い食事について」の割合が高くなっている。また、40歳～44歳の年齢層では「心の健康について」の割合も高くなっている。
 ※年齢を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



職業別では、「効果的な運動について」または「バランスの良い食事について」の割合が高くなっている。
 ※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

問 1 3 あなたは、市で実施している特定健診を知っていますか。

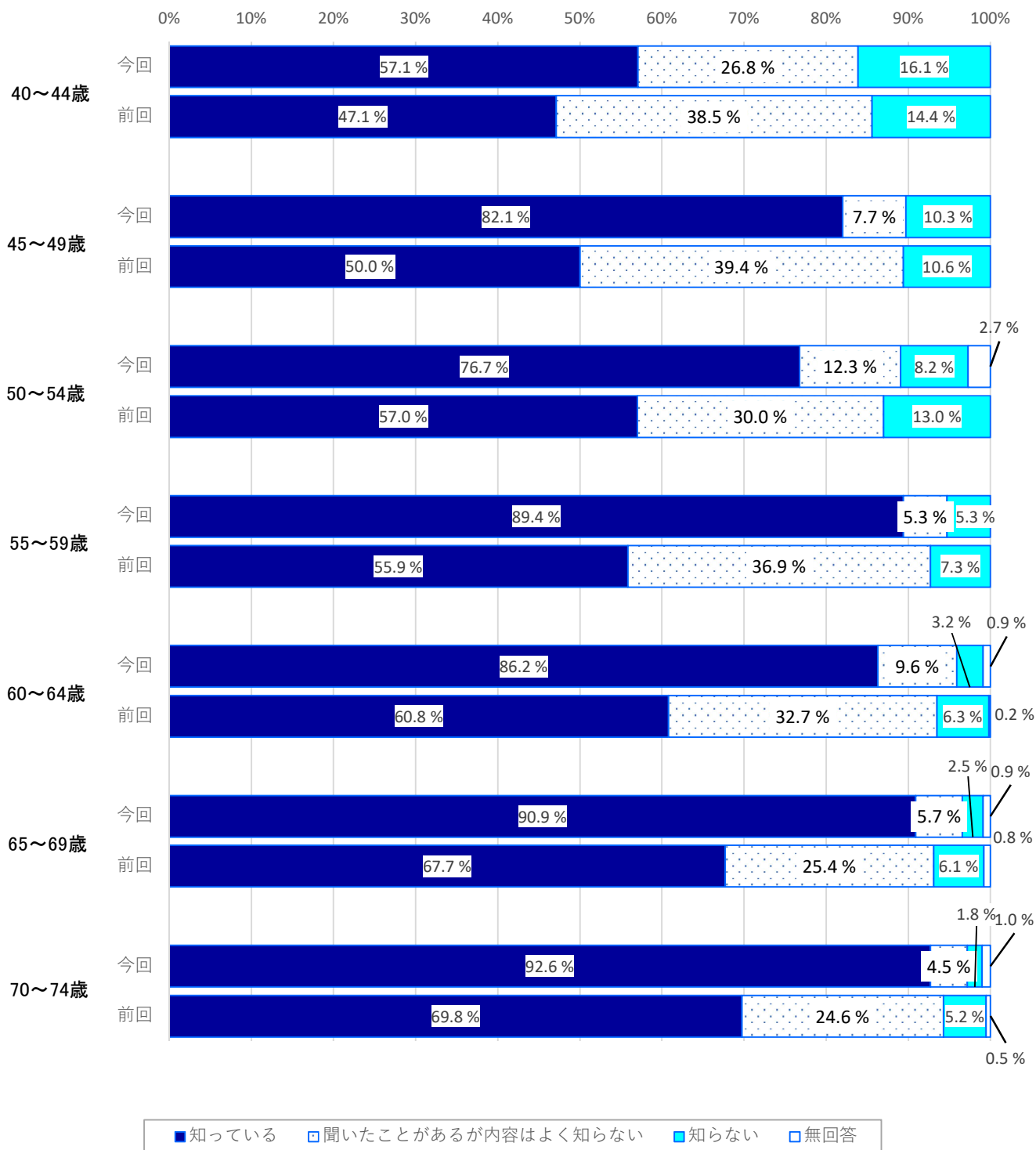


全体および男性、女性ともに「知っている」の割合が高くなっている。
 前回調査と比べて、「知っている」の割合も大幅に高くなっている。

※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

※前回は平成29年に調査

年齢別

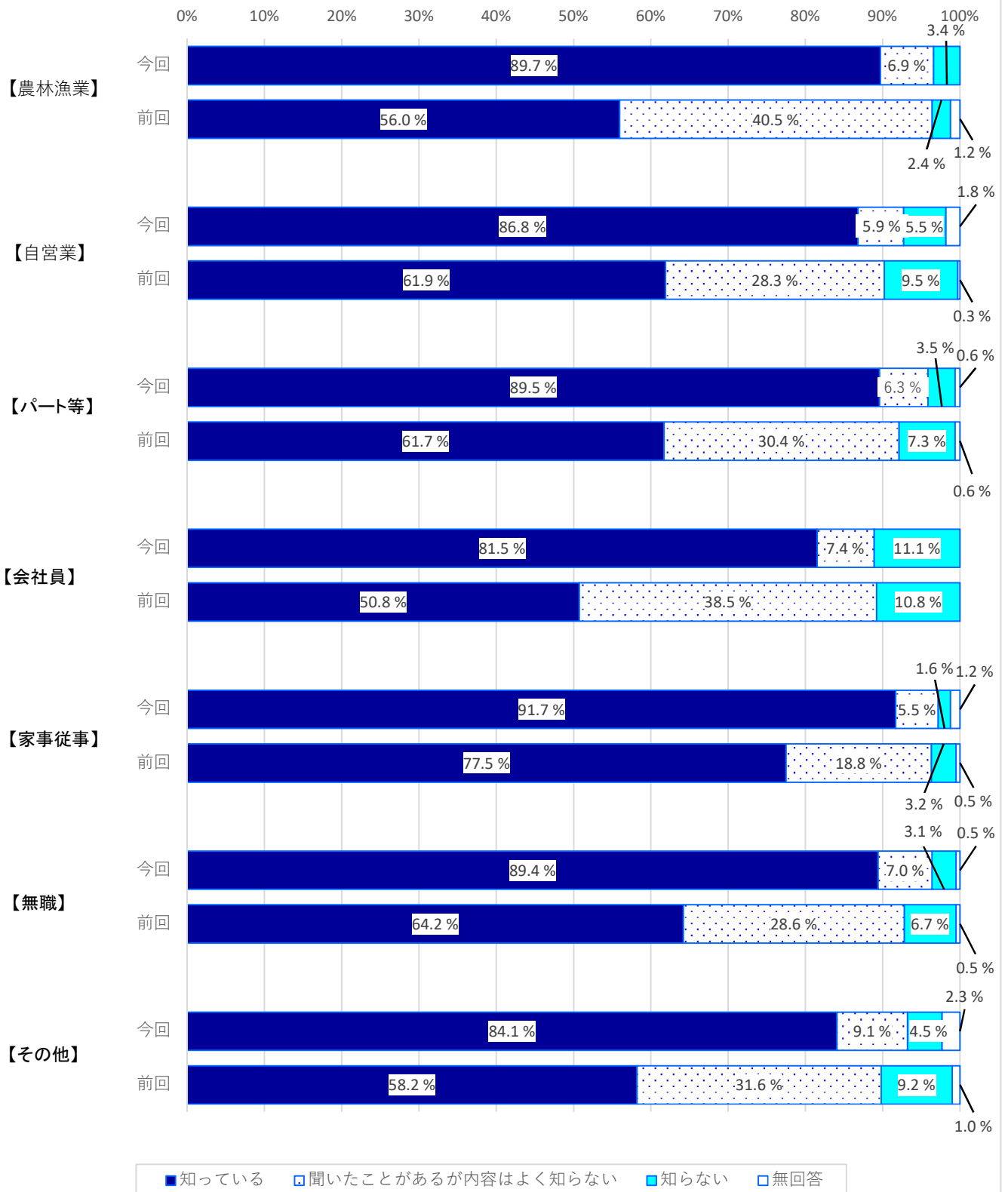


年齢別では、すべての年齢層で「知っている」の割合が最も高くなっている。前回と比較すると、40歳～44歳では「知っている」の割合が10ポイント増加しているが、他の年齢層に比べて認知度が低い。

※年齢を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

※前回は平成29年に調査

職業別

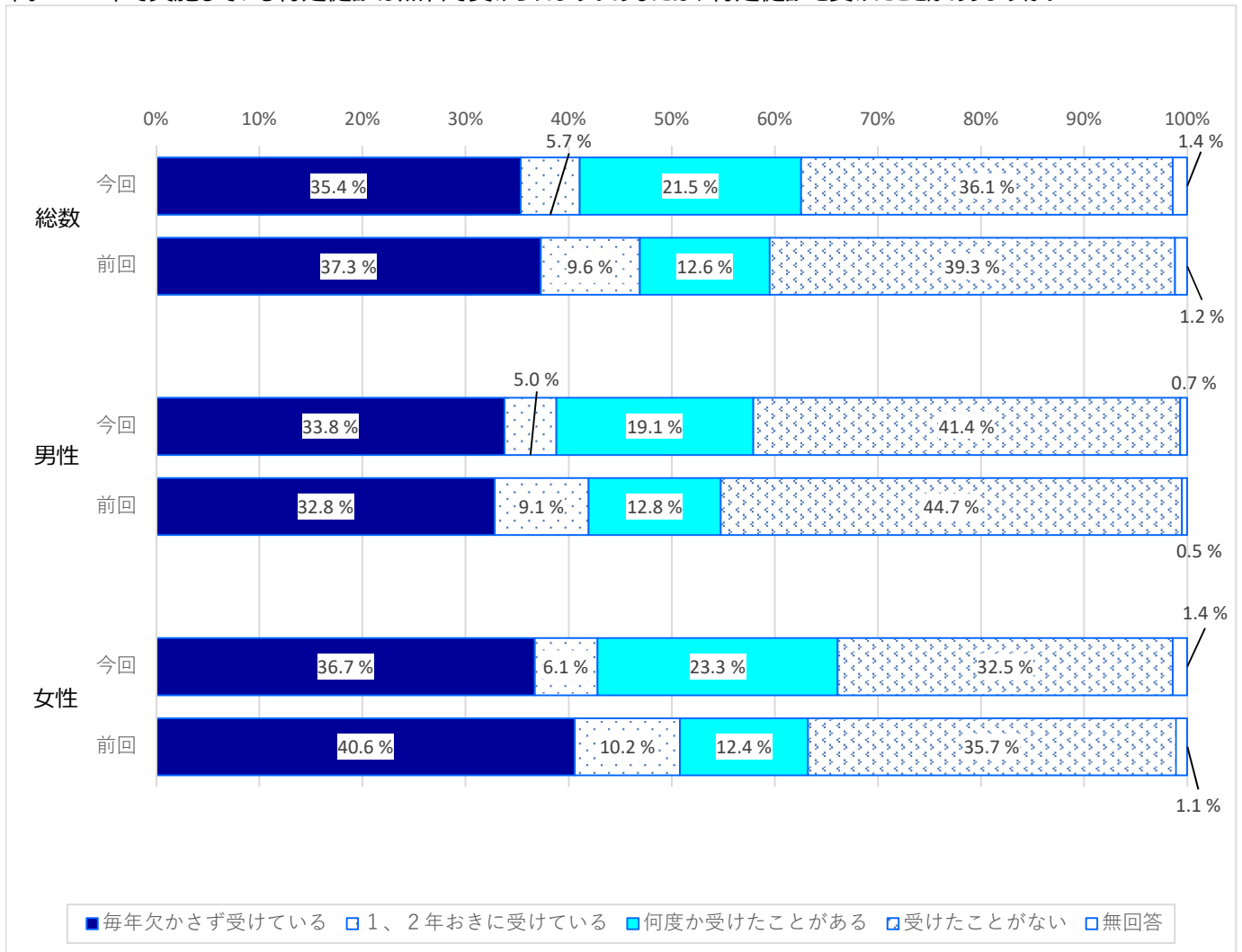


職業別では、すべての職種で「知っている」の割合が最も高くなっている。前回と比較しても「知っている」の割合が増加している。

※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

※前回は平成29年に調査

問 1 4 市で実施している特定健診は無料で受けられます。あなたは、特定健診を受けましたことがありますか。



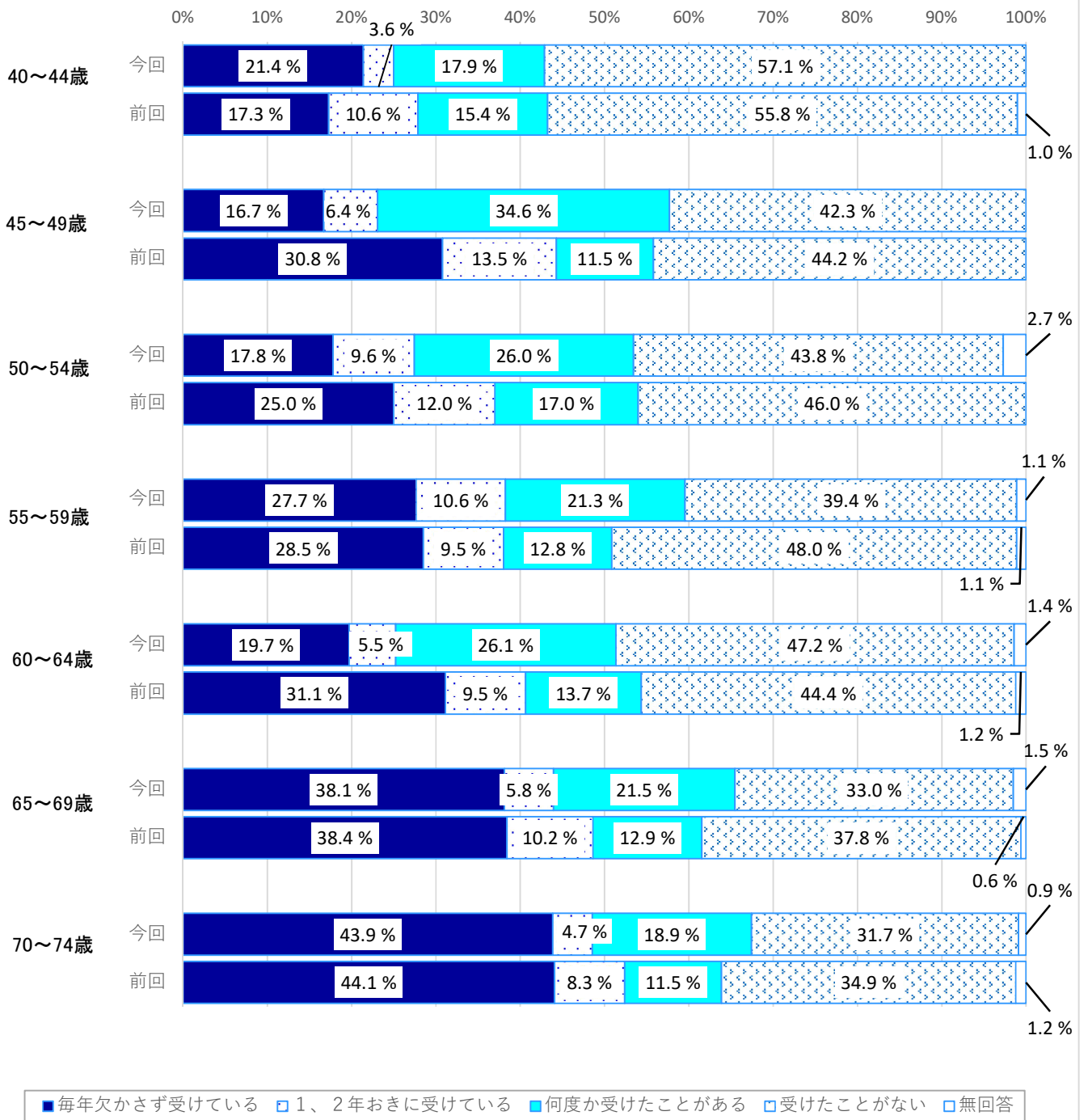
全体では、「毎年欠かさず受けている」の割合が前回と比較すると1.9ポイント減少している。

男女別では、女性が前回よりも「毎年欠かさず受けている」の割合が減少しており、「何度か受けたことがある」の割合が前回より10.9ポイント増加している。

※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

※前回は平成29年に調査

年齢別

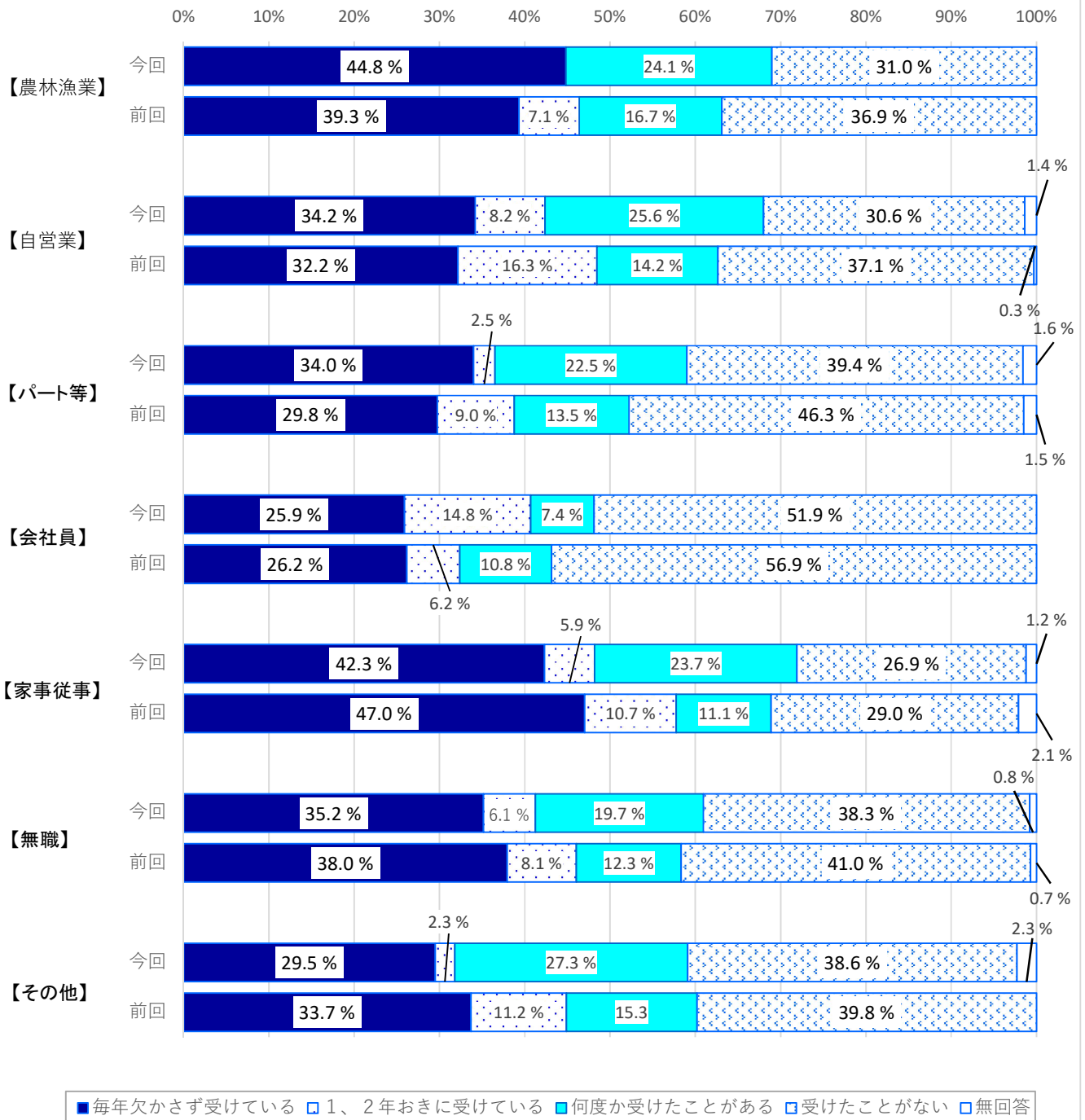


年齢別では、40歳～45歳の年齢層で「受けたことがない」の割合が最も高くなっている。次いで、60歳～64歳で「受けたことがない」の割合が47.2%となっている。

※年齢を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

※前回は平成29年に調査

職業別

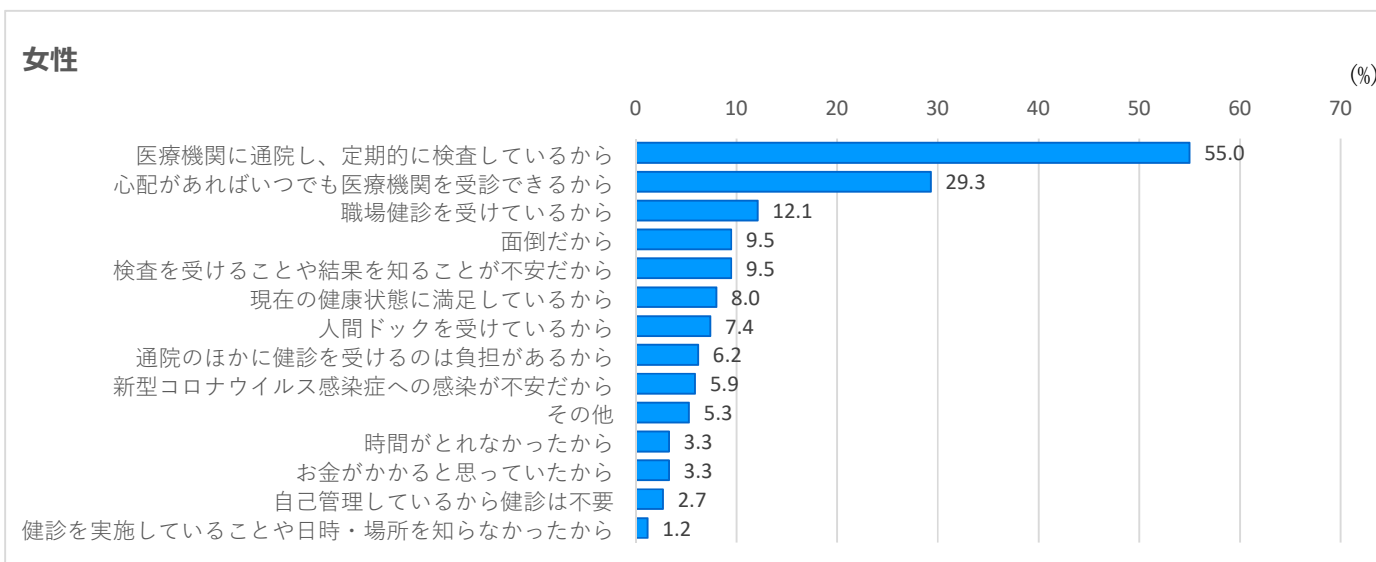
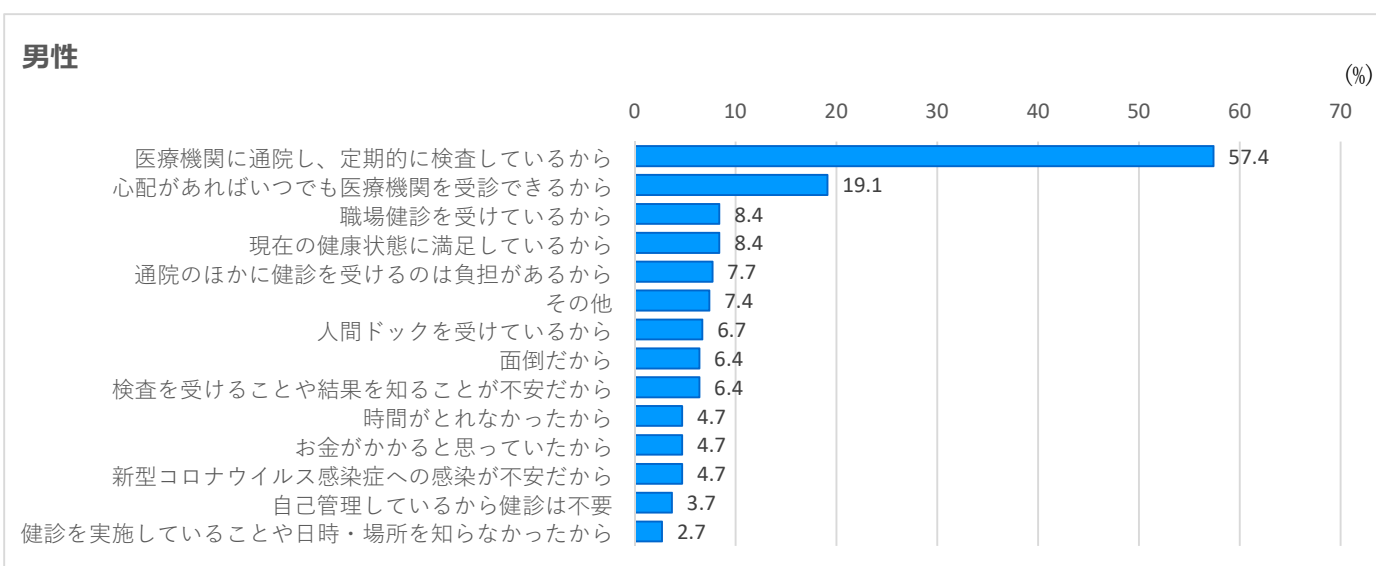
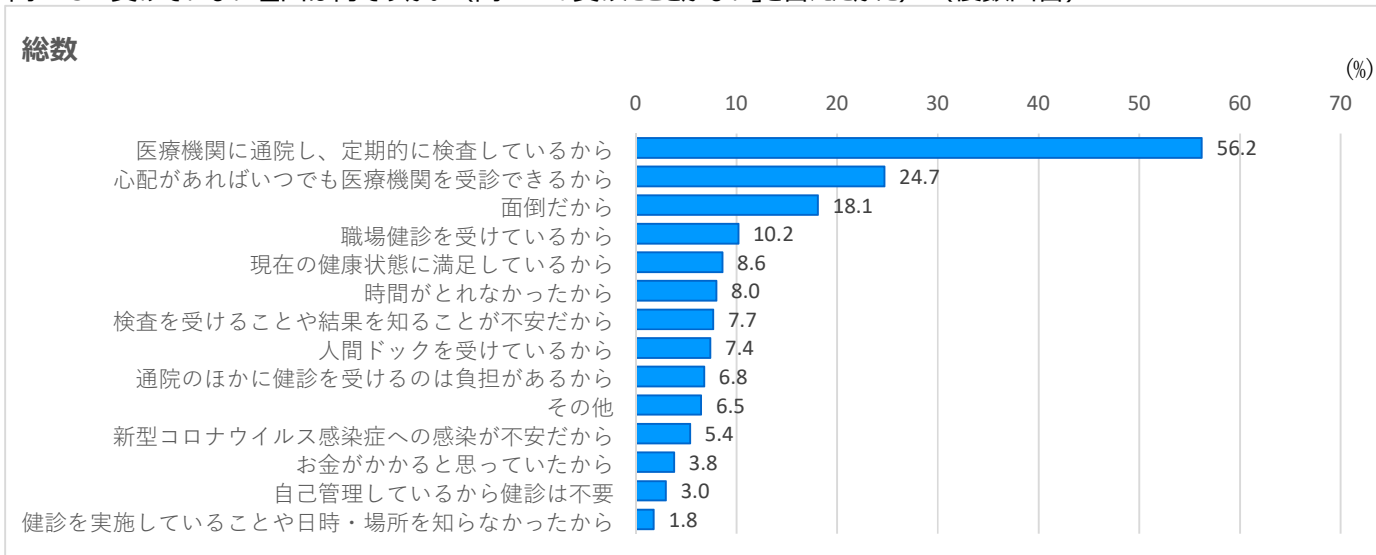


職業別では、会社員で「毎年欠かさず受けている」の割合がほかの職業より低い。

※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

※前回は平成29年に調査

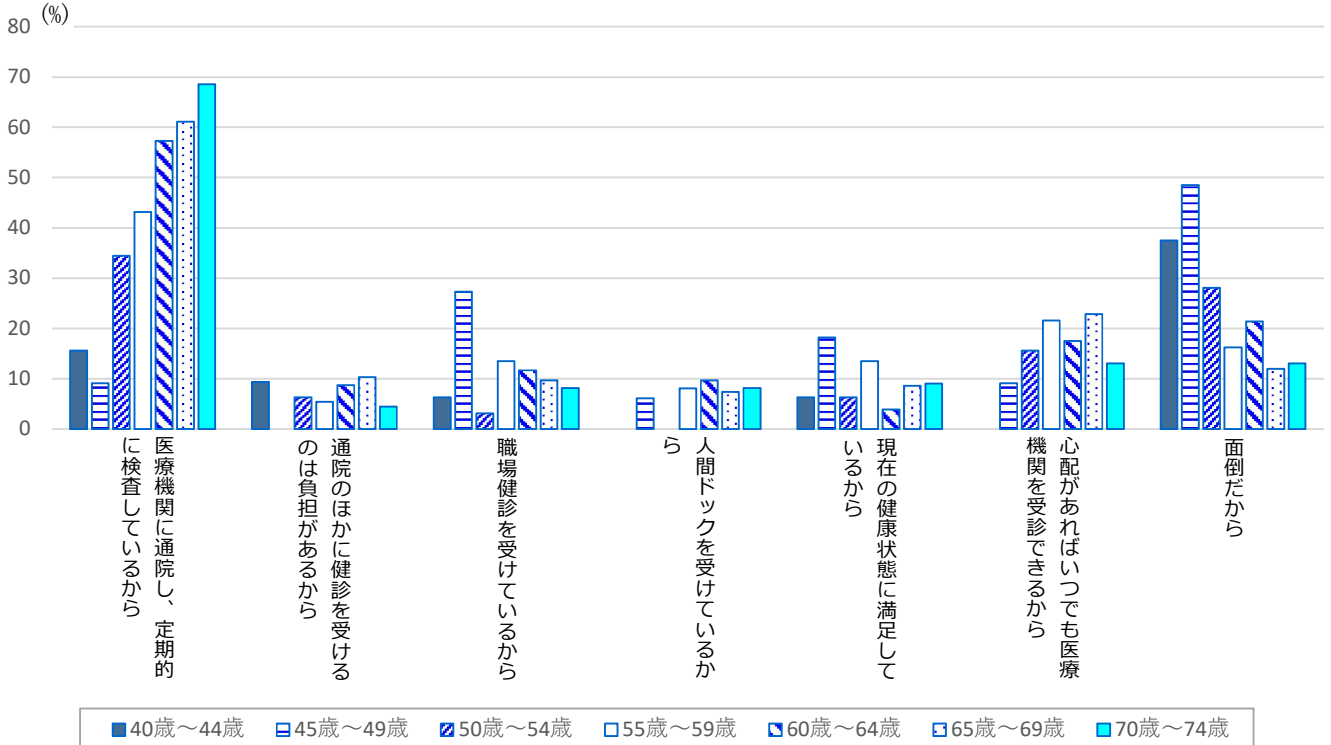
問 1 5 受けていない理由は何ですか。(問 1 4「受けたことがない」と答えたかた) (複数回答)



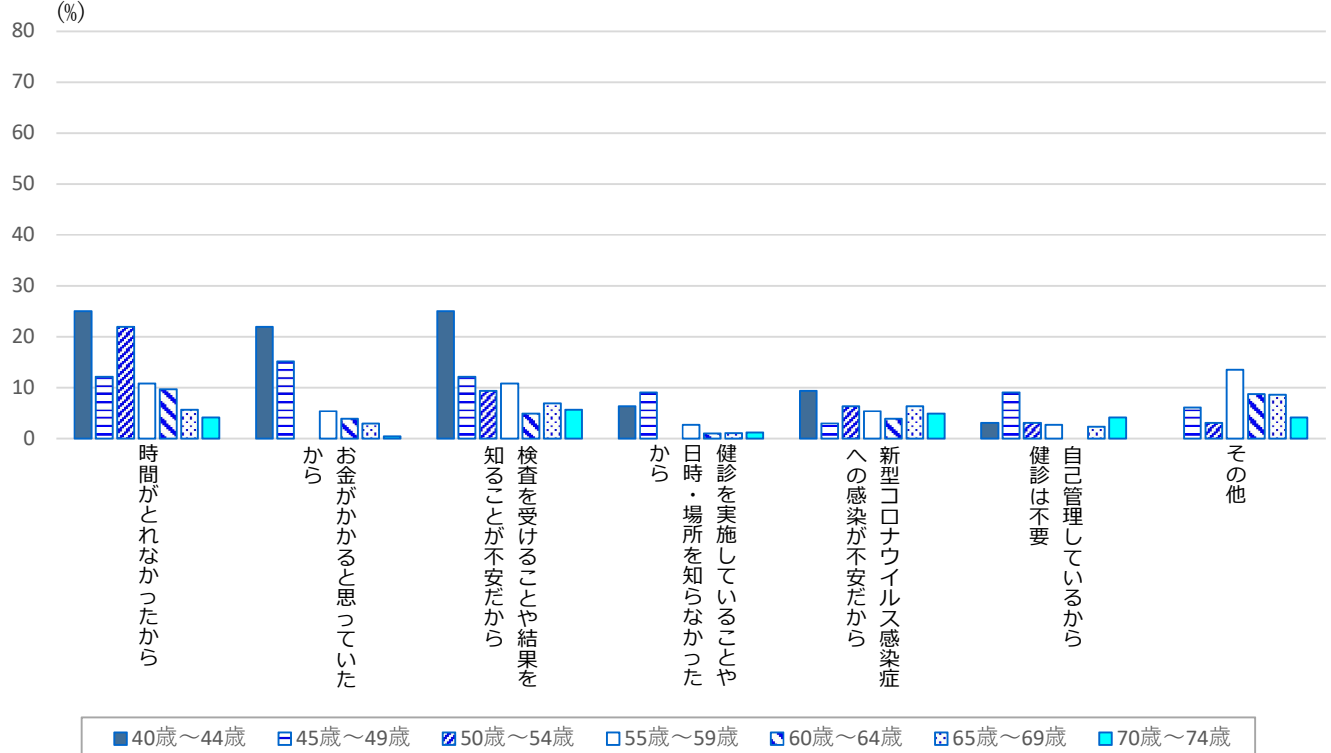
全体および男性、女性のいずれも「医療機関に通院し、定期的に検査しているから」の割合が高い。

※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

年齢別 回答1～7

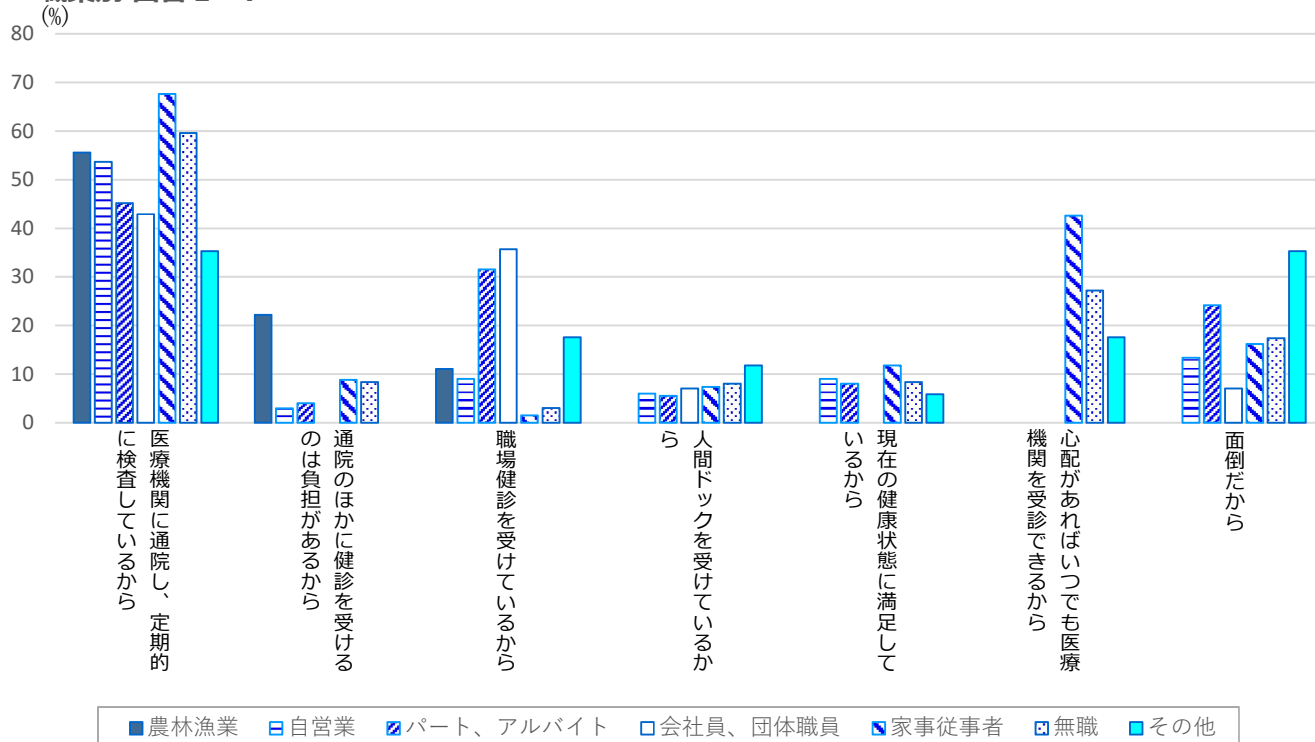


年齢別 回答8～14

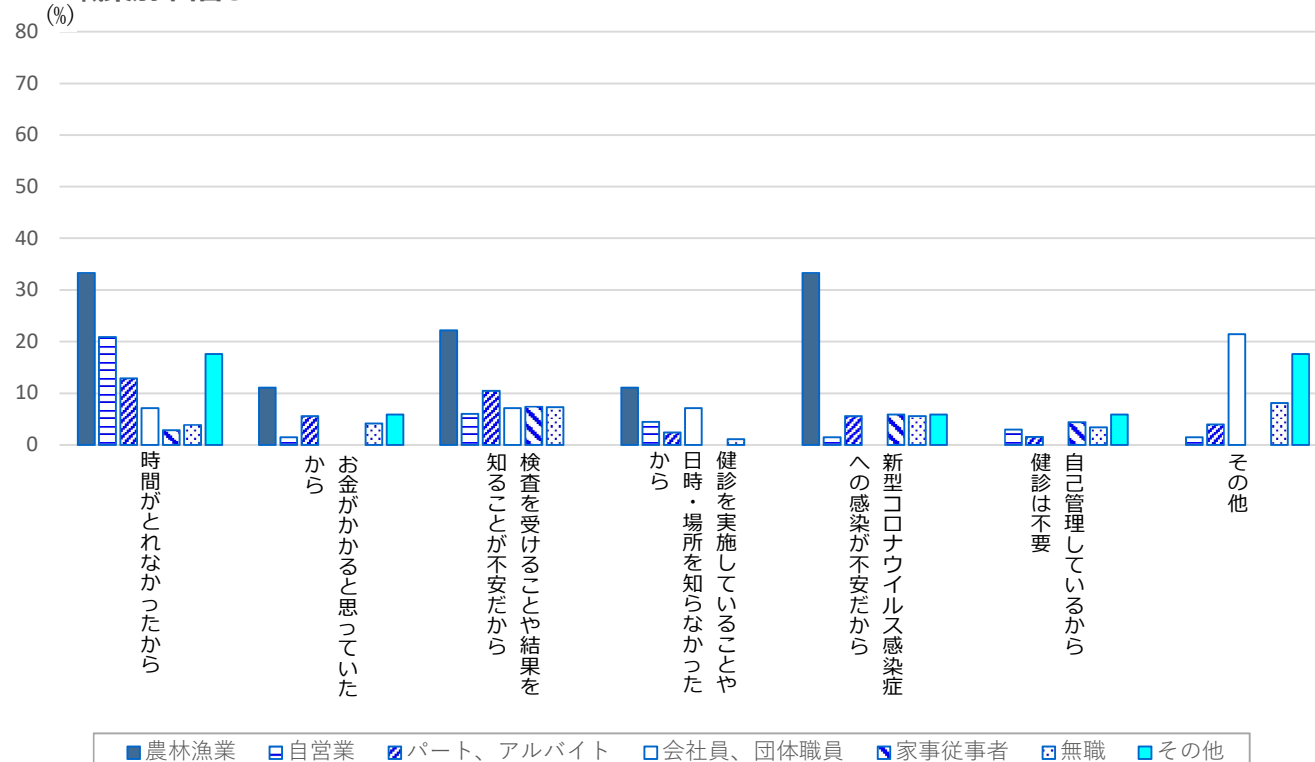


年齢別では、65歳から74歳の年齢層で「医療機関に通院し、定期的に検査しているから」の割合が高く、60%を超えている。一方、45歳～49歳の年齢層で「面倒だから」の割合が40%を超え50%近くになっている。

職業別 回答1～7



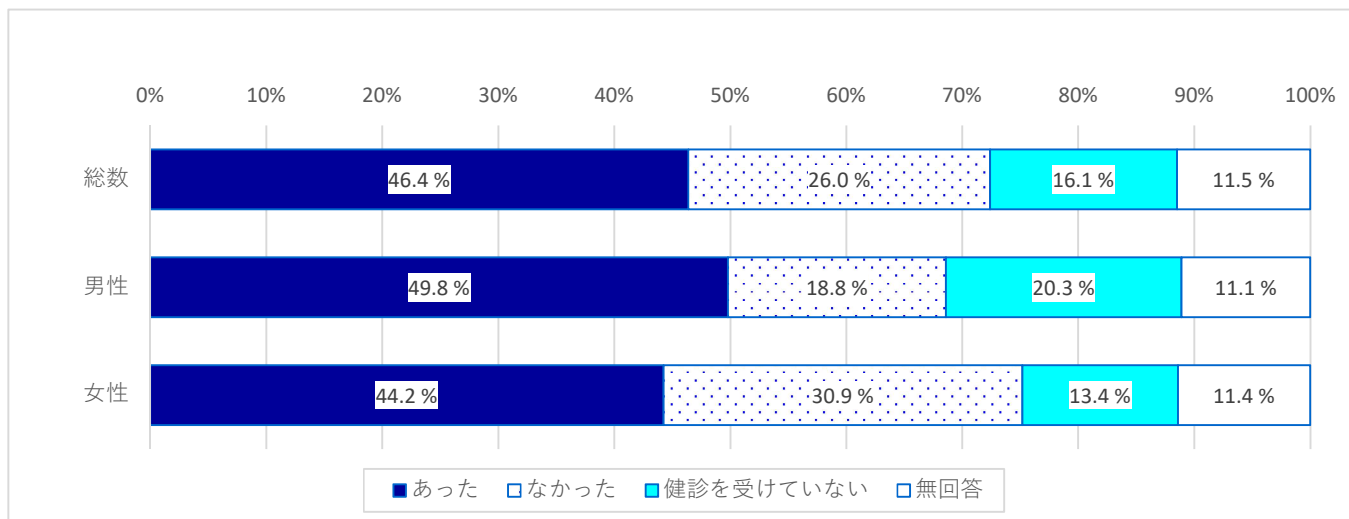
職業別 回答8～14



職業別では、ほとんどの職業で「医療機関に通院し、定期的に検査しているから」の割合が高くなっている。農林漁業では、「新型コロナウイルス感染症への感染が不安だから」が約30%とまだまだに感染症の影響が残っている。

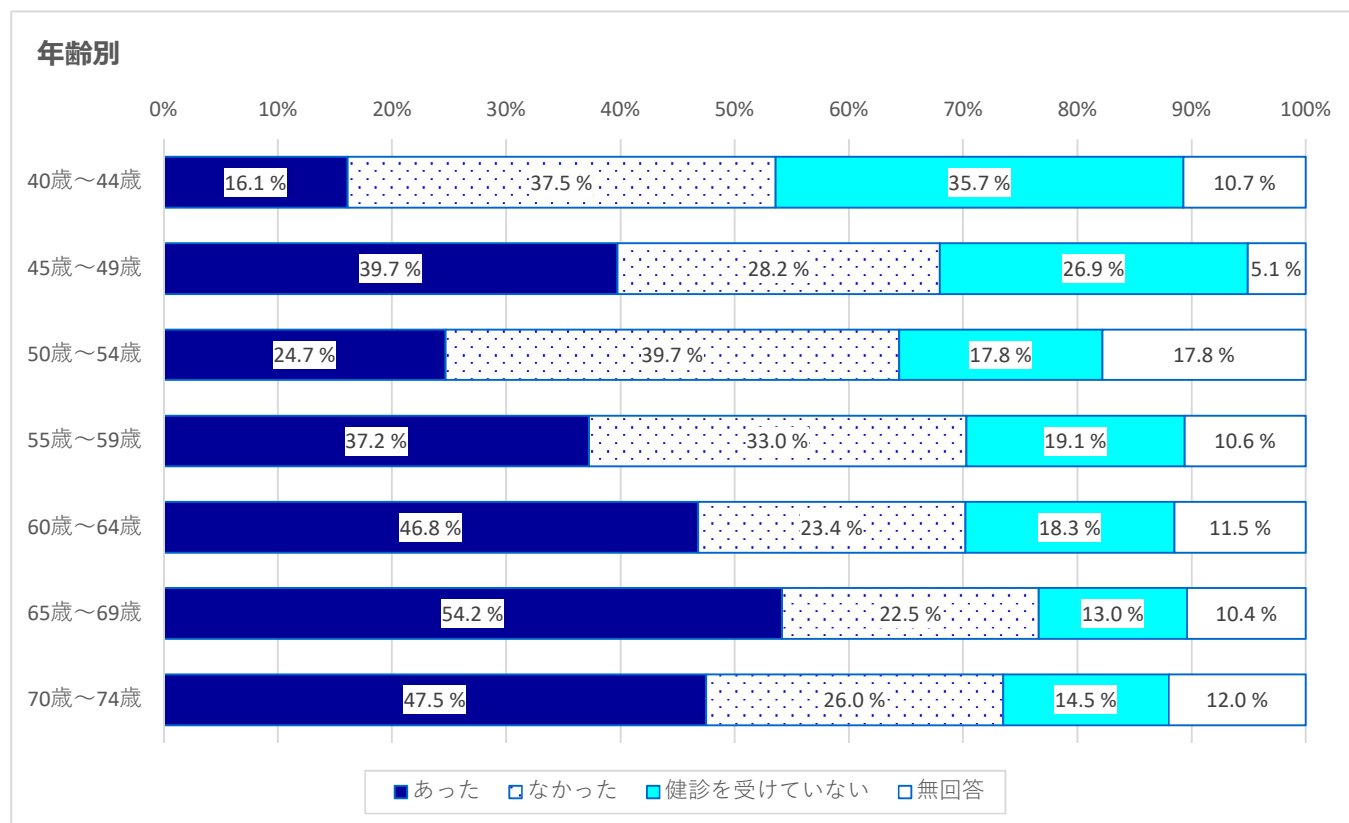
※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

問 1 6 特定健診または人間ドック等の健康診断（がん検診を除く）を受けた結果で、基準範囲以外の検査項目はありましたか。



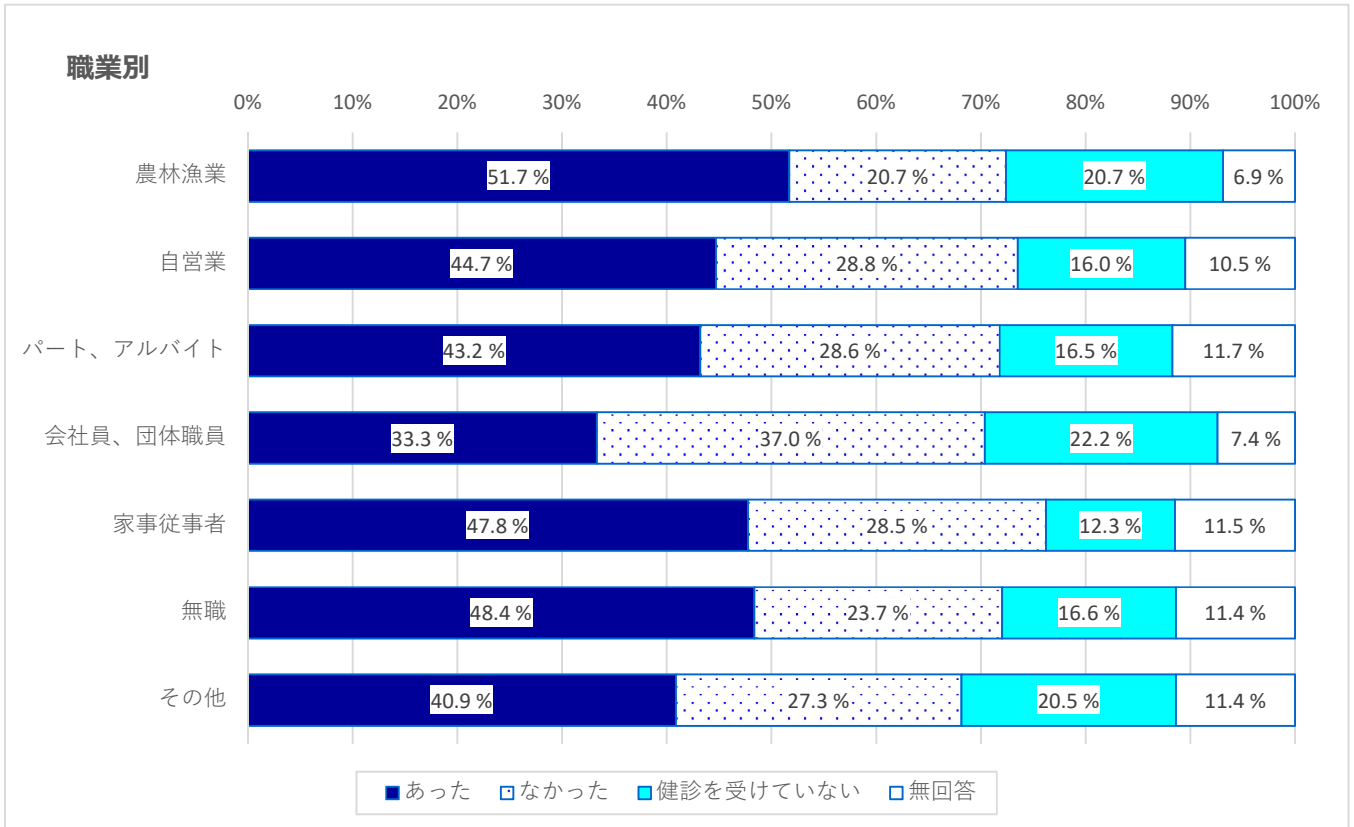
全体および男性、女性いずれも基準範囲以外の検査項目が「あった」の割合が高くなっている。男女別では「なかった」割合が男性に比べ、女性が約12%高い。

※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



年齢別では、65歳から69歳の年齢層で基準範囲以外の検査項目が「あった」の割合が最も高く、次いで70歳～74歳の年齢層となっている。

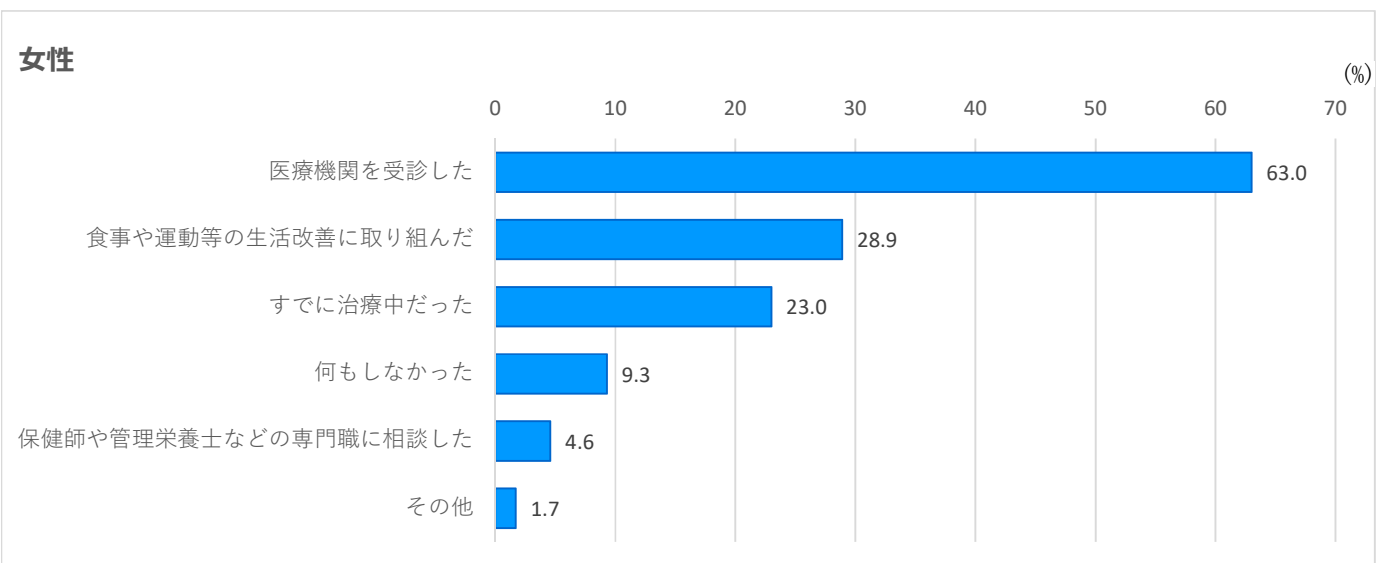
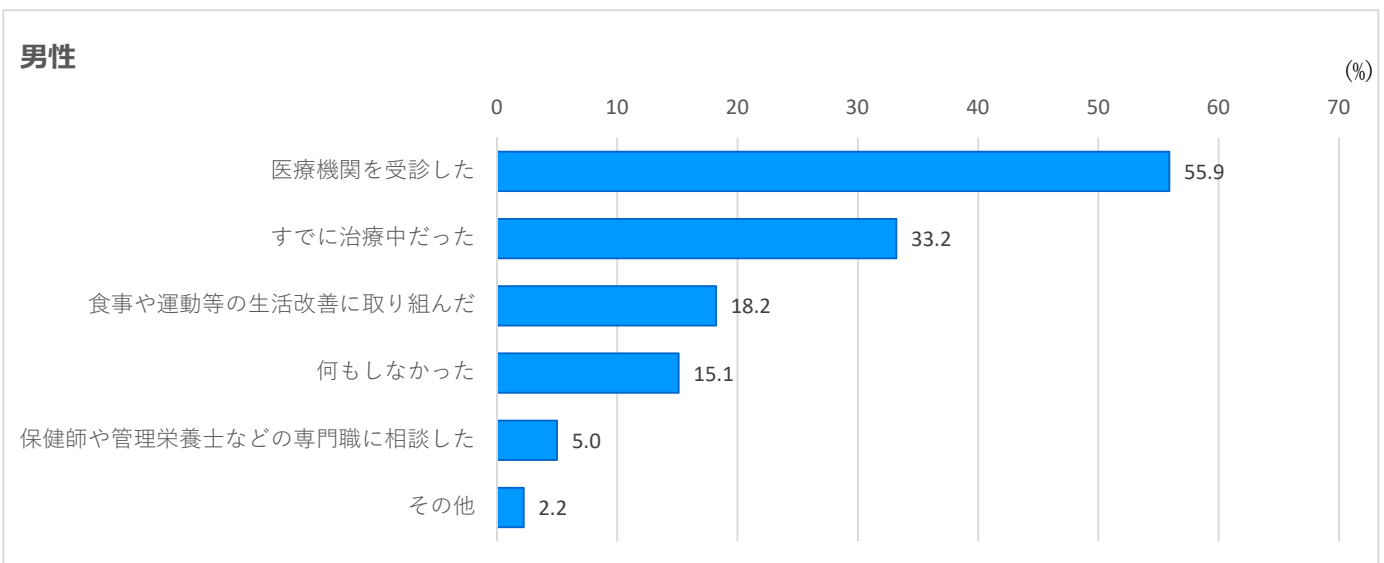
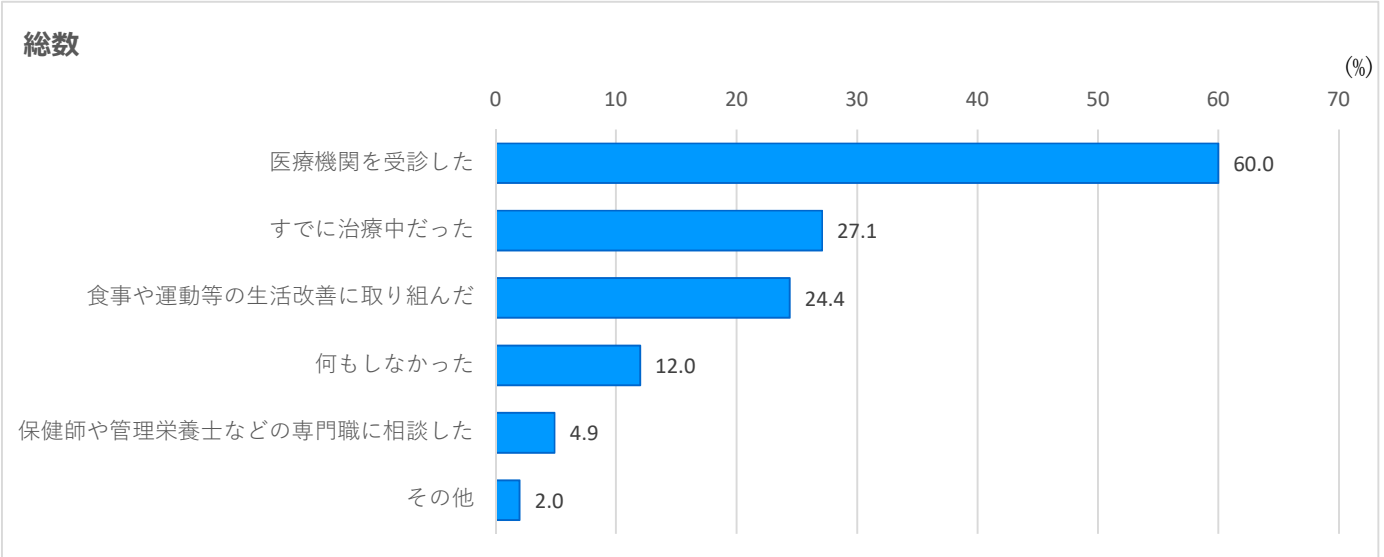
※年齢を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



職業別では、農林漁業の基準範囲以外の検査項目が「あった」の割合が最も高い。一方、会社員、団体職員は「あった」の割合が最も低く、「なかった」の割合もほかと比べ高い。

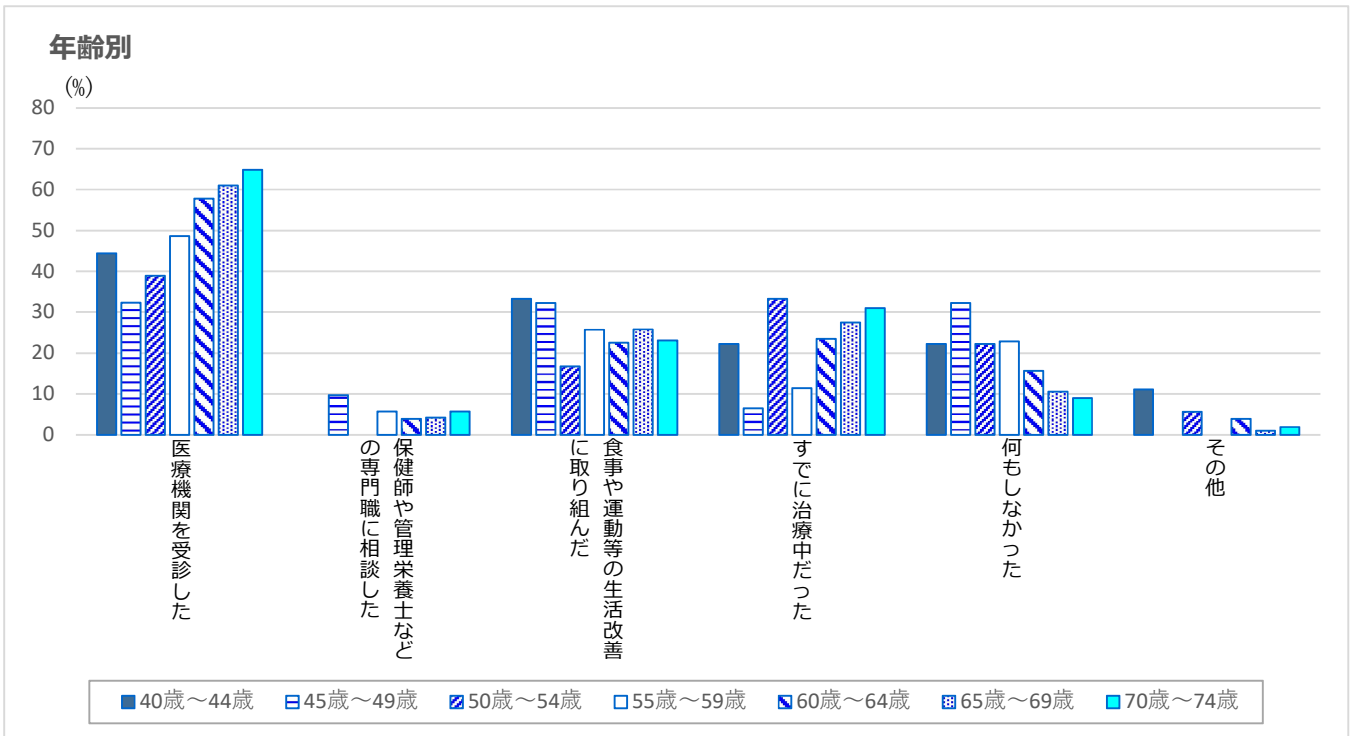
※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

問 1 7 健診の結果を受けて、あなたはどのような行動をとりましたか。（問 1 6「あった」と答えたかた）（複数回答）



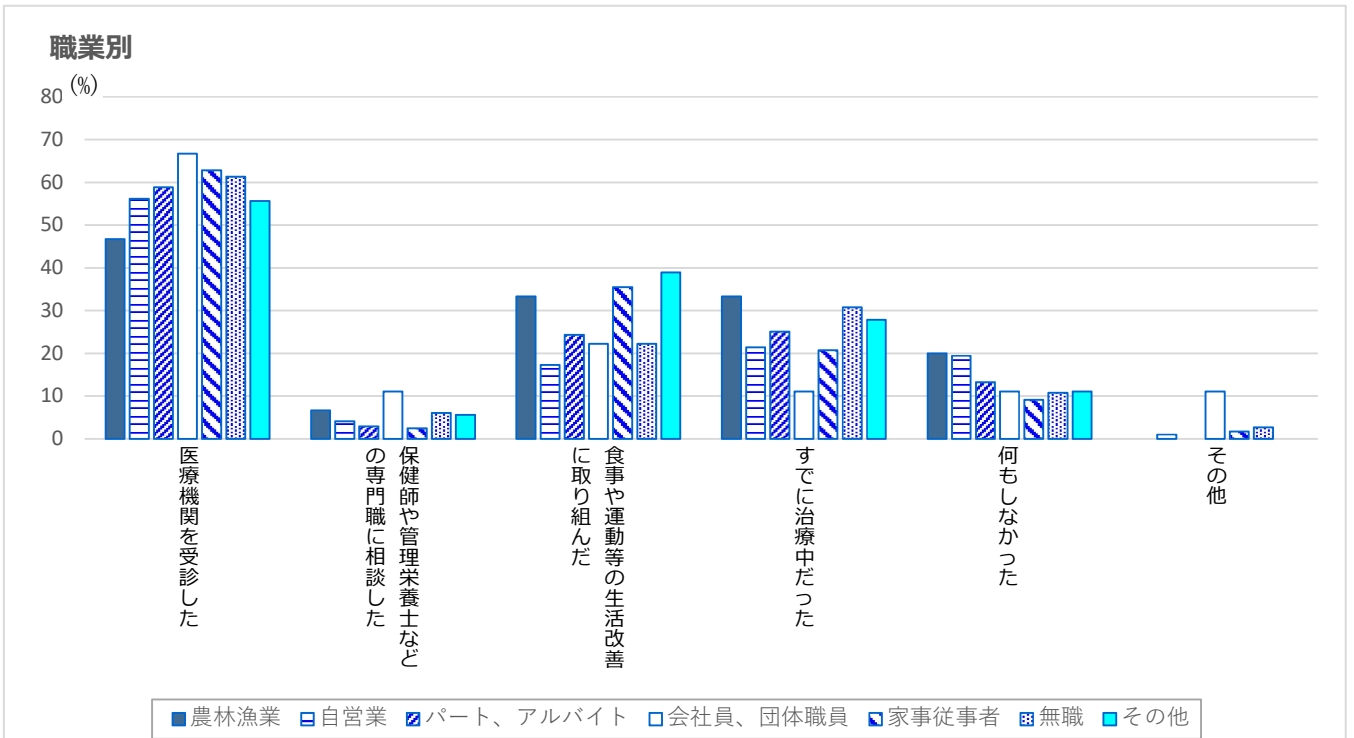
全体および男性、女性のいずれも「医療機関を受診した」の割合が最も高くなっている。また、女性は「食事や運動等の生活改善に取り組んだ」の割合も高くなっている。

※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



年齢別では、「医療機関を受診した」割合が50歳代以降、年齢が上がるごとに高くなっており、特に65歳から74歳の年齢層で60%を超えている。

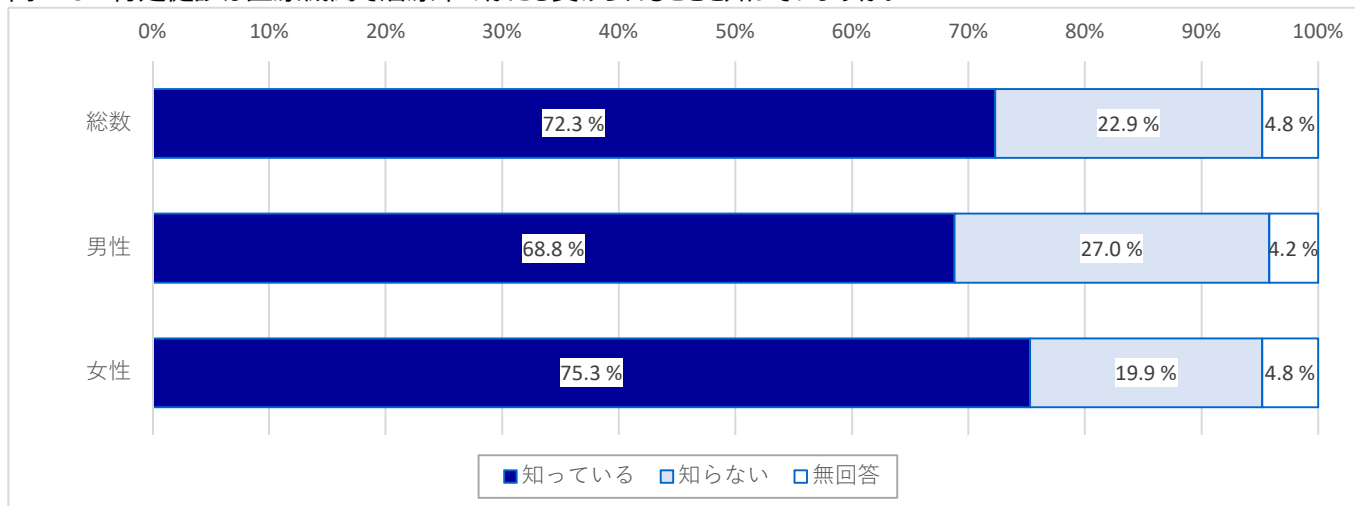
※年齢を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



職業別では、すべての職業で「医療機関を受診した」の割合が高くなっており、会社員、団体職員、家事従事者、無職で60%を超えている。

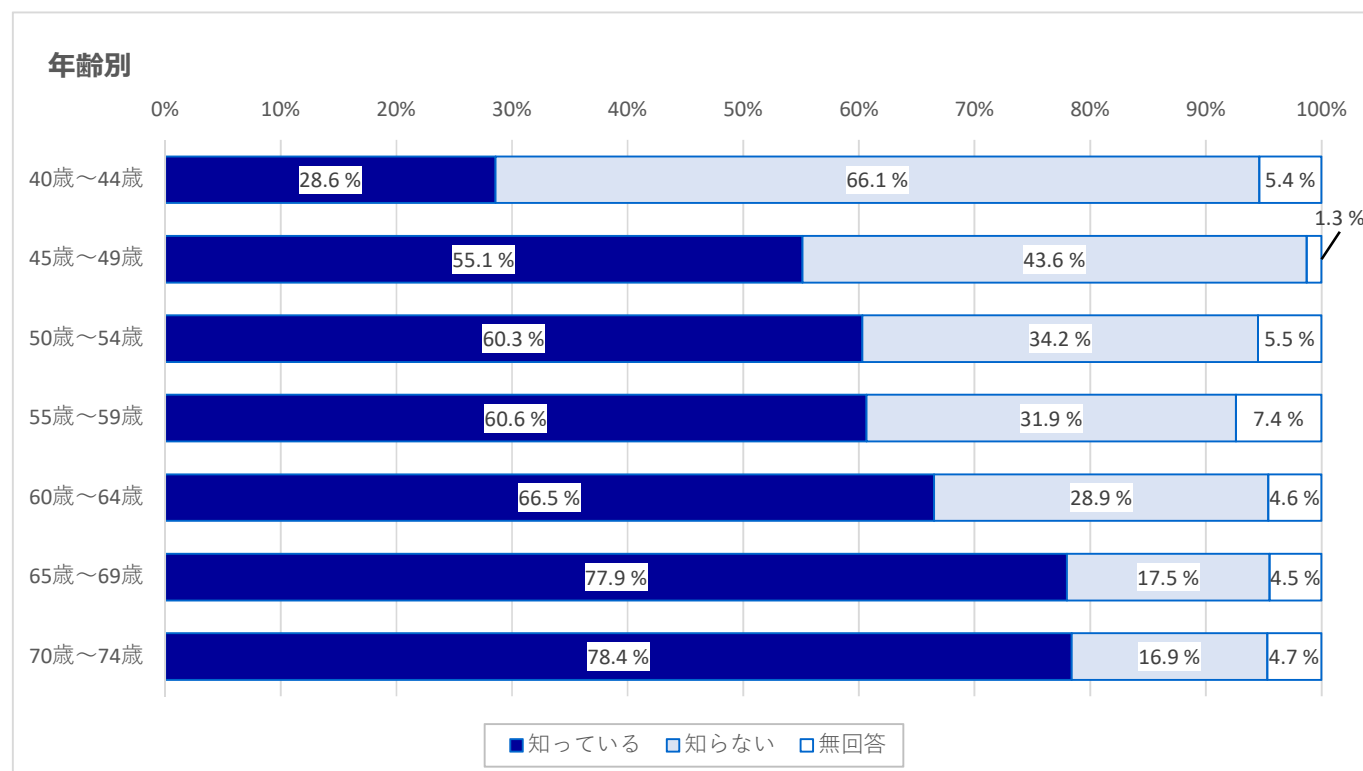
※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

問 1 8 特定健診は医療機関で治療中のかたも受けられることを知っていますか。



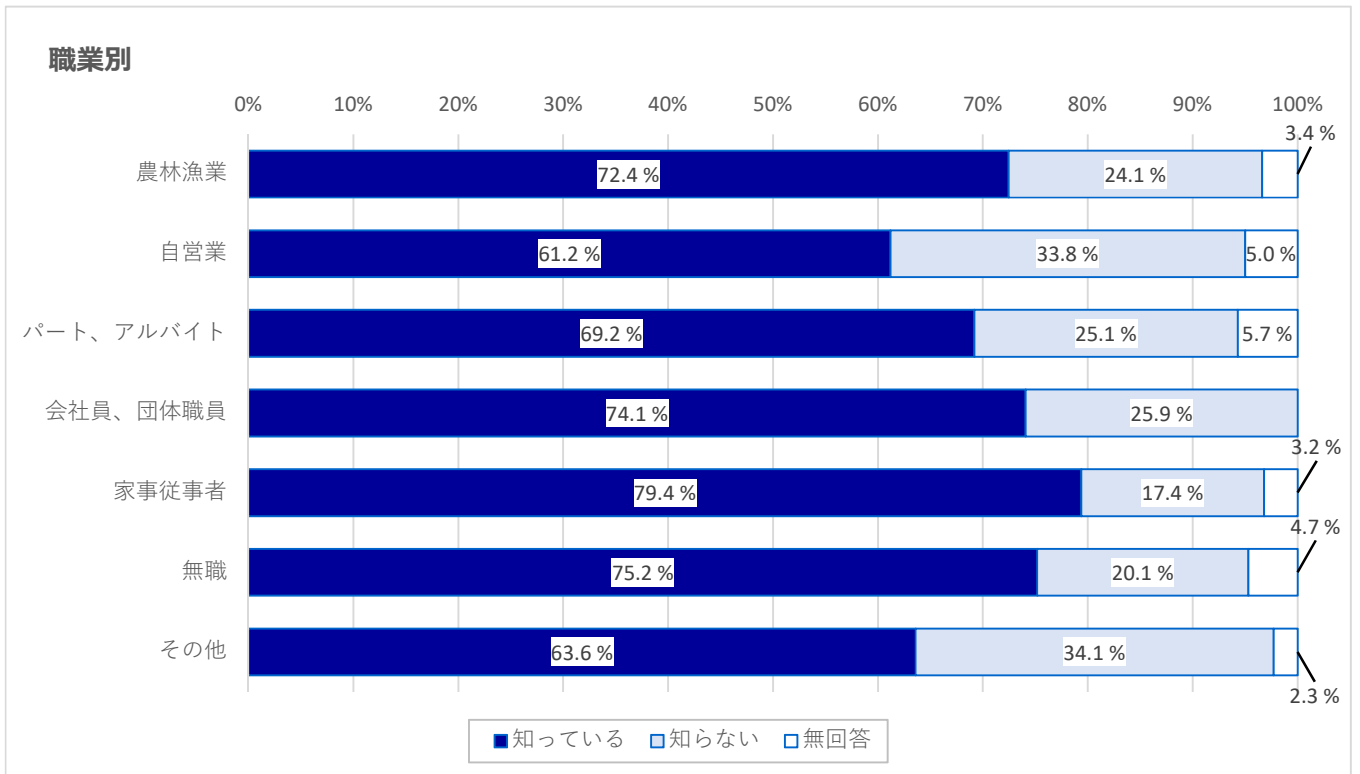
全体、男性、女性のいずれも「知っている」の割合が高く、全体で72.3%、女性は75.3%となっている。

※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



年齢別では、年齢層が高くなるほど治療中でも受けられることを「知っている」割合が高くなっており、70歳～74歳の年齢層で78.4%、65歳～69歳の年齢層では77.9%となっている。

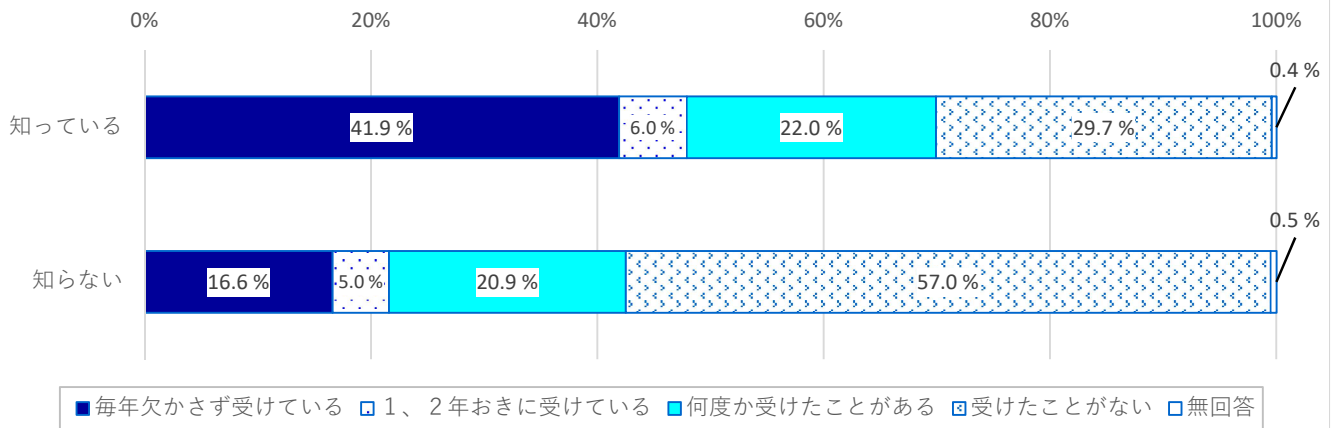
※年齢を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



職業別では、すべての職業で「知っている」の割合が高い。

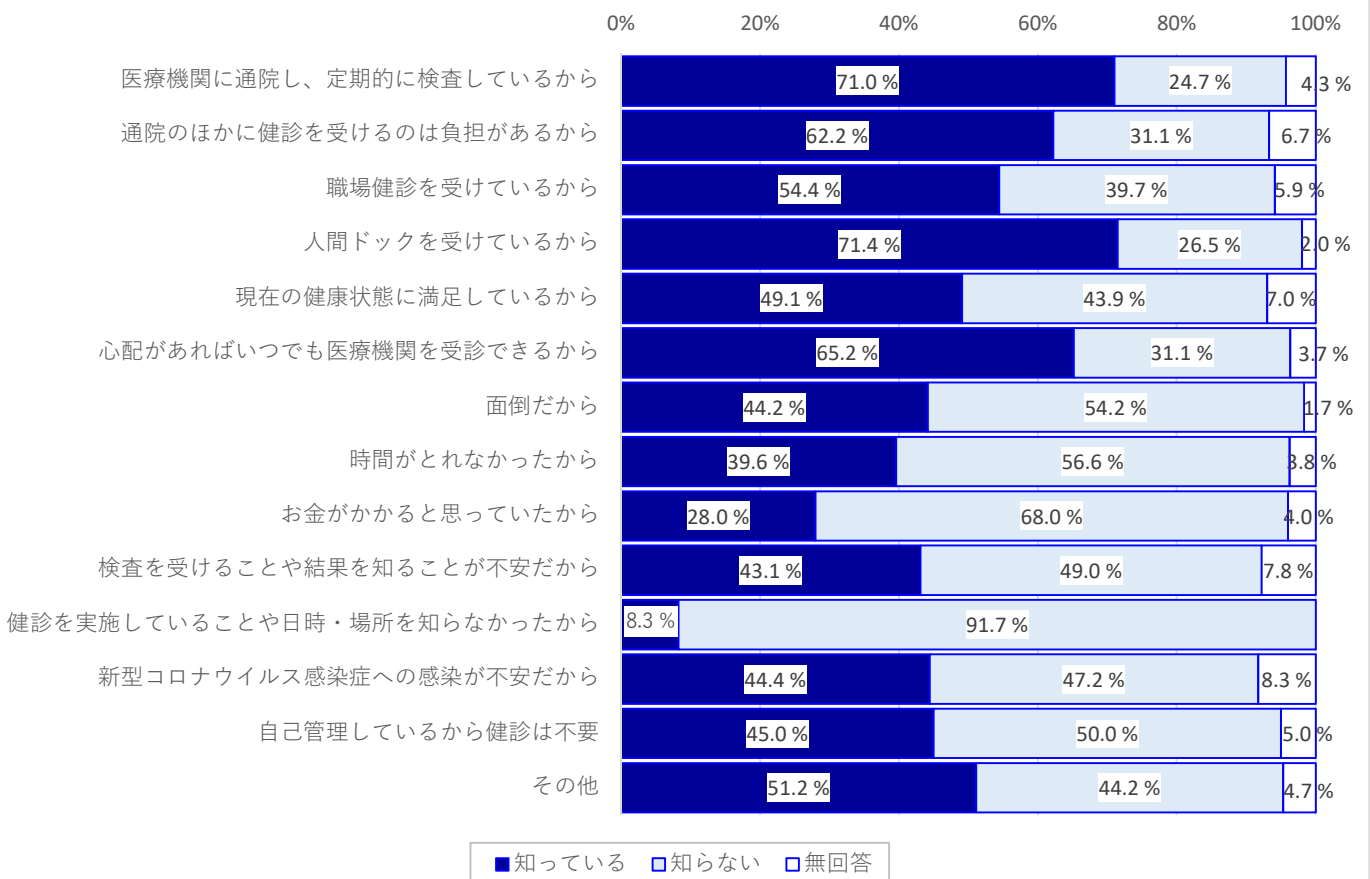
※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

問18×問14：治療中でも受診できることの認知状況別 健診受診状況



治療中でも受診できることを知っているかたでは「毎年欠かさず受けている」の割合が最も高い。知らないかたでは「受けたことがない」の割合が最も高い。

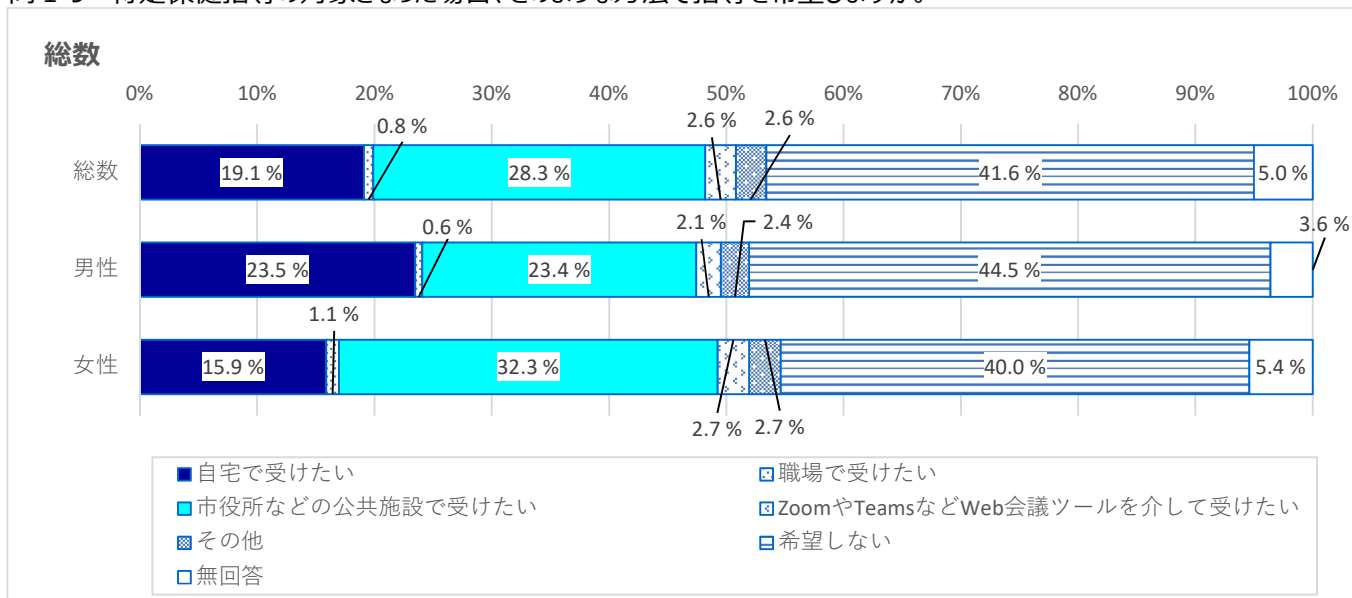
問18×問15：健診未受診理由別 治療中でも受診できることの認知状況



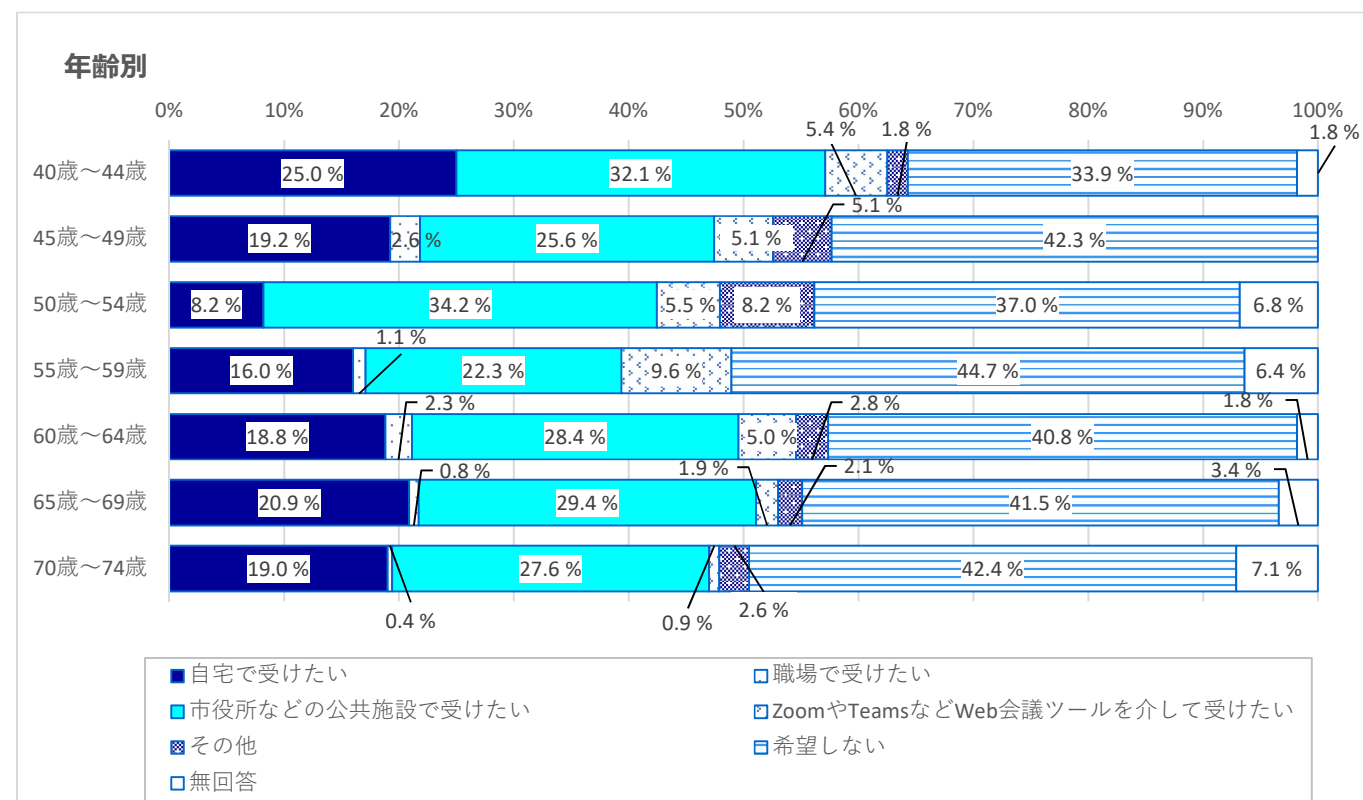
治療中でも特定検診を受診できることを知っているかたで健診を受けたことがないかたでは「人間ドックを受けているから」の割合が最も高く、次いで「医療機関に通院し定期的に検査しているから」となっている。

知らないかたでは「健診を実施していることや日時・場所を知らなかったから」の割合が最も高い。

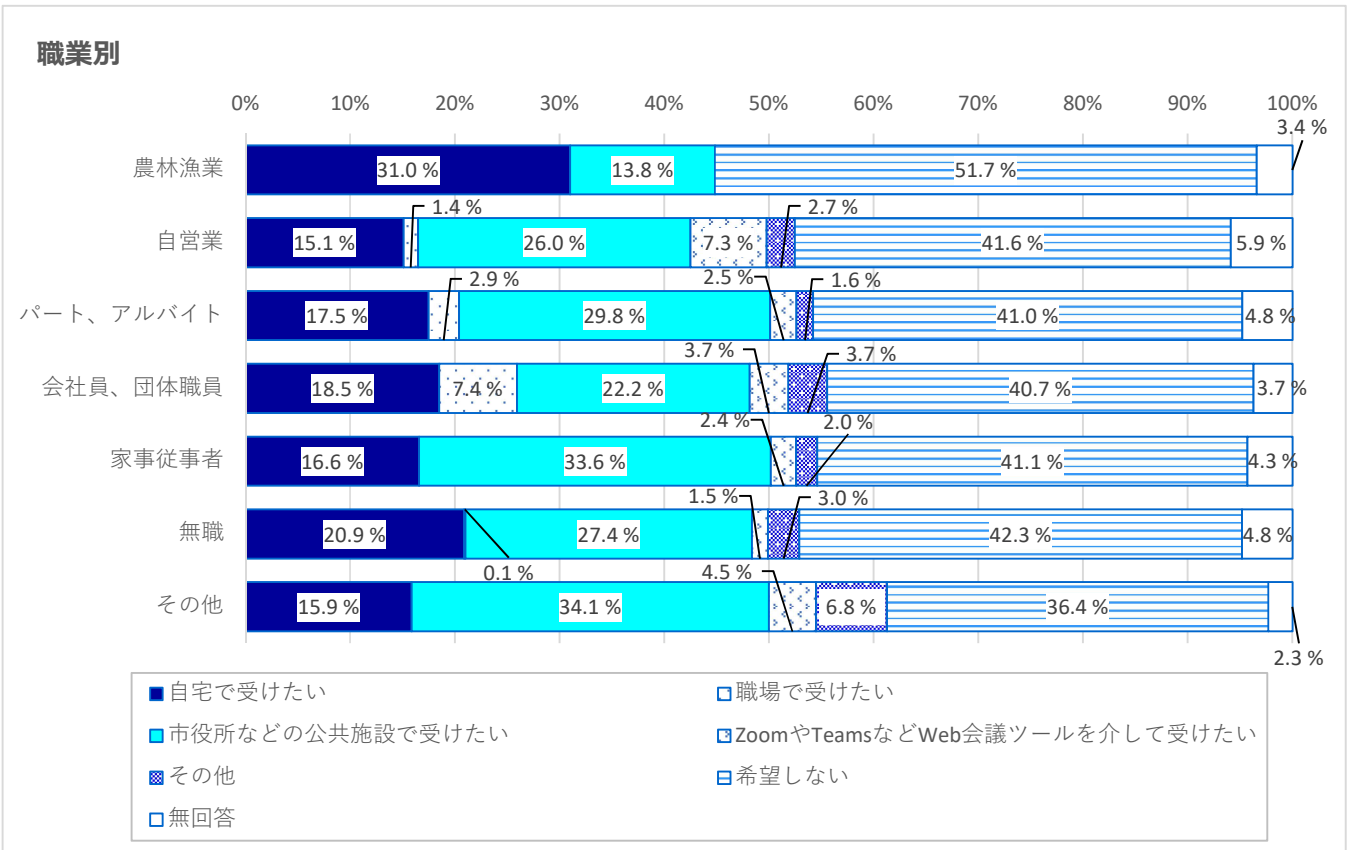
問 1 9 特定保健指導の対象となった場合、どのような方法で指導を希望しますか。



全体では、「市役所などの公共施設で受けたい」の割合が高く、次いで「自宅で受けたい」が続いている。男女別でみると、女性では「市役所などの公共施設で受けたい」の割合が高くなっているが、男性では「自宅で受けたい」が高い。
 ※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



年齢別では、ほとんどの年齢層で「市役所などの公共施設で受けたい」の割合が高く、次いで「自宅で受けたい」が続いている。
 ※年齢を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

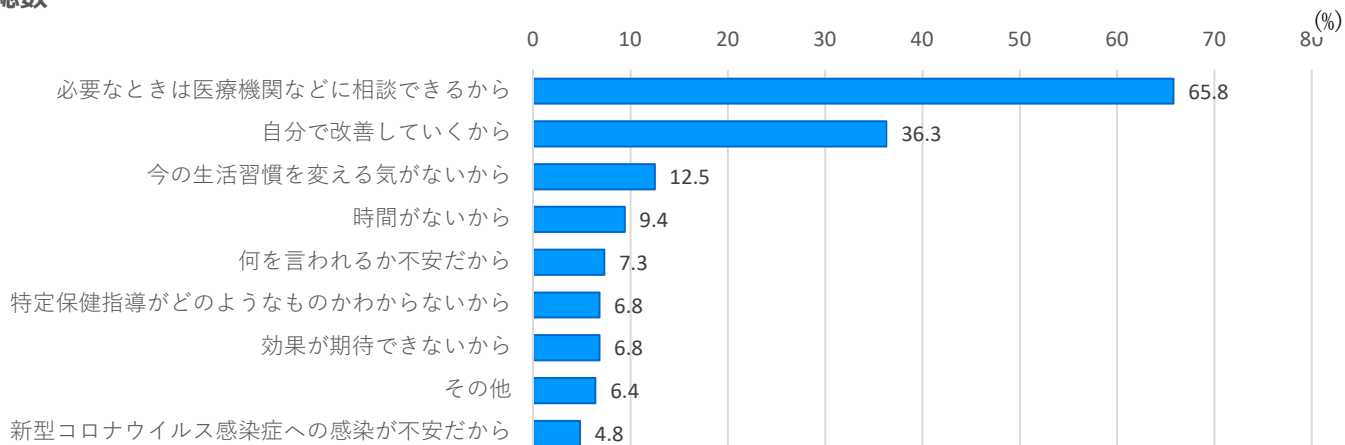


職業別では、農林漁業以外では「市役所などの公共施設で受けたい」の割合が高く、次いで「自宅で受けたい」が続いている。

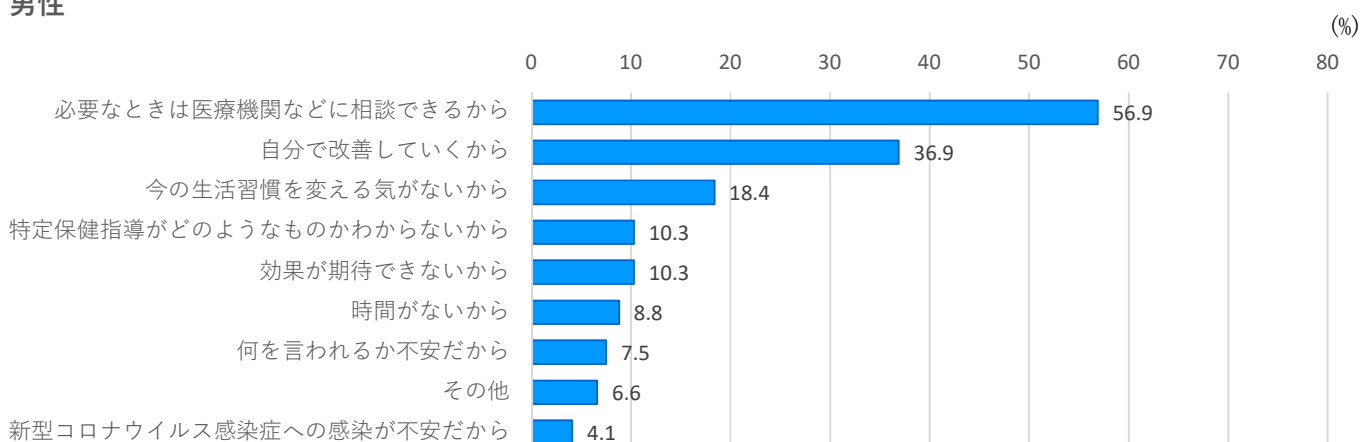
※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

問20 希望しない理由は何ですか。(問19「希望しない」と答えたかた) (複数回答)

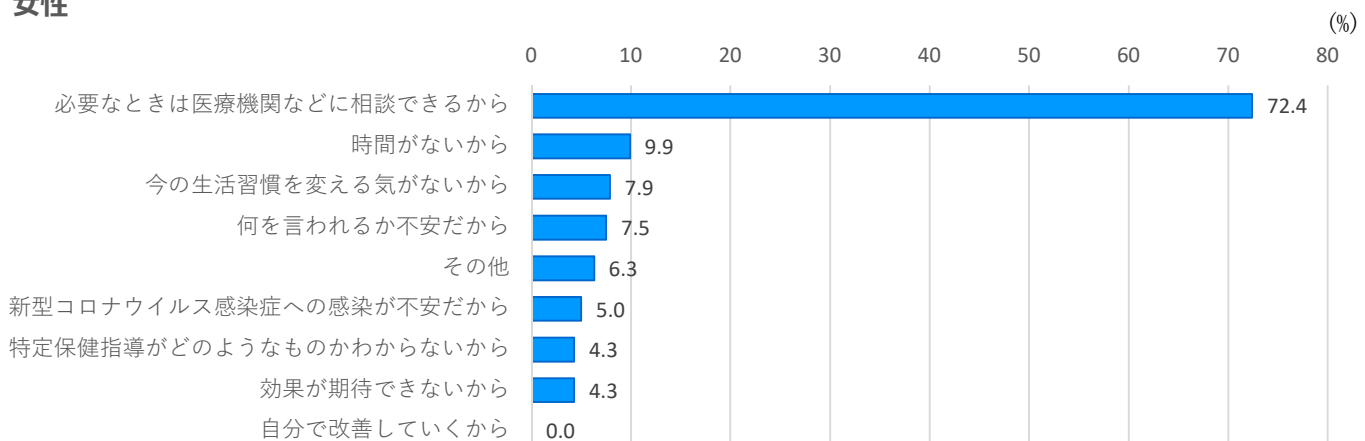
総数



男性



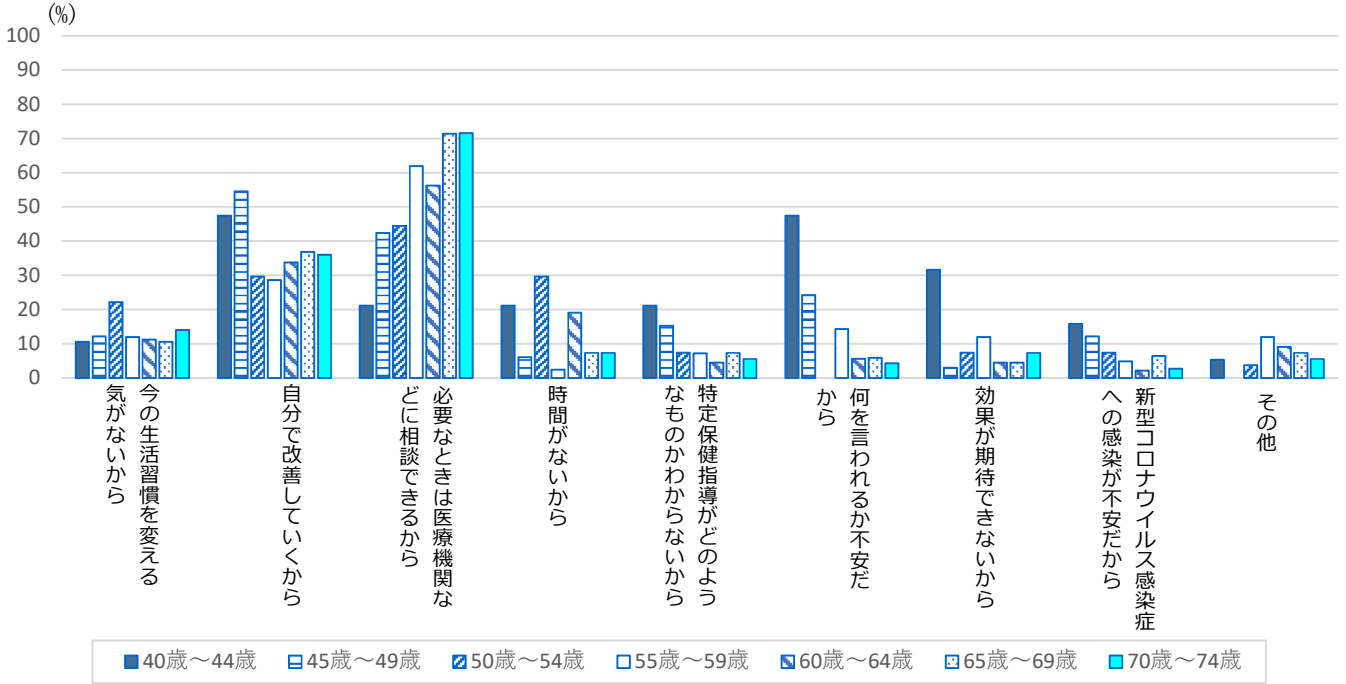
女性



全体および男性、女性のいずれも「必要なときは医療機関などに相談できるから」の割合が最も高い。

※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

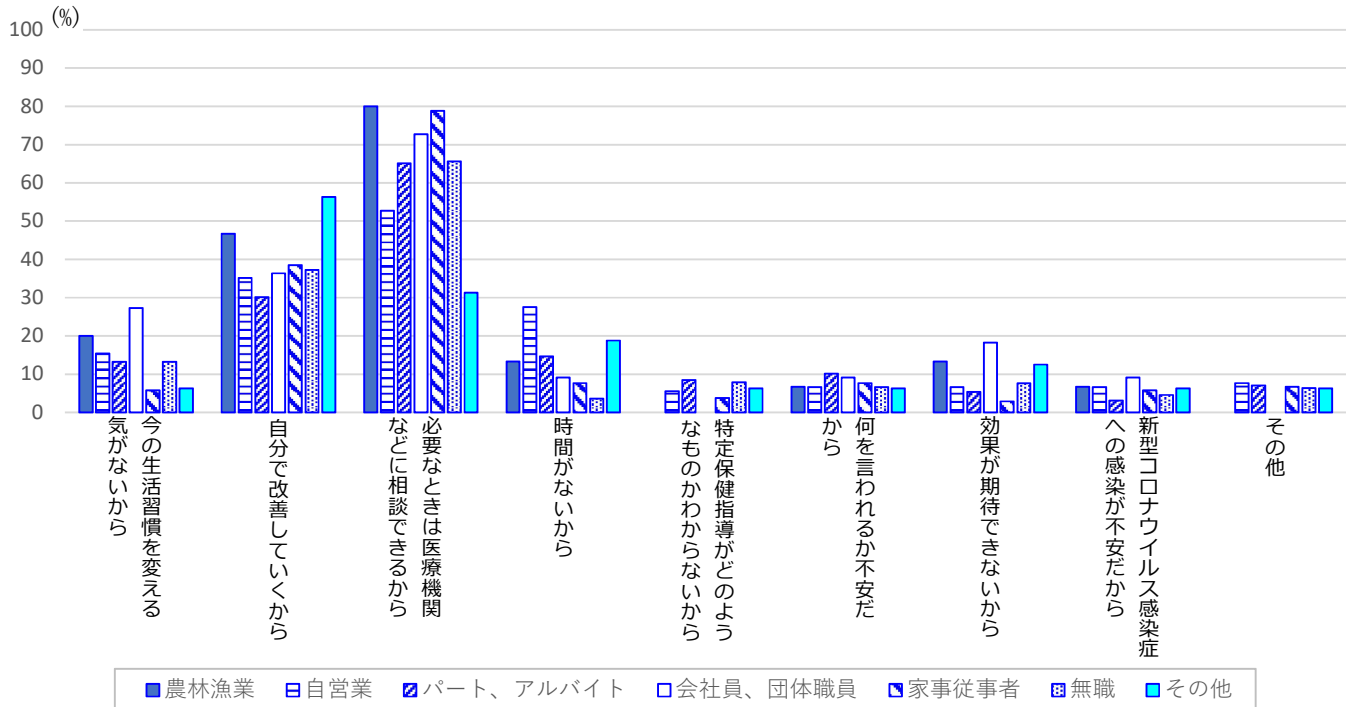
年齢別



年齢別では、40歳～49歳の年齢層では「自分で改善していくから」の割合が高くなっている。その他の年齢層では「必要なときは医療機関などに相談できるから」の割合が高く、65歳～74歳の年齢層では70%を超えている。

※年齢を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

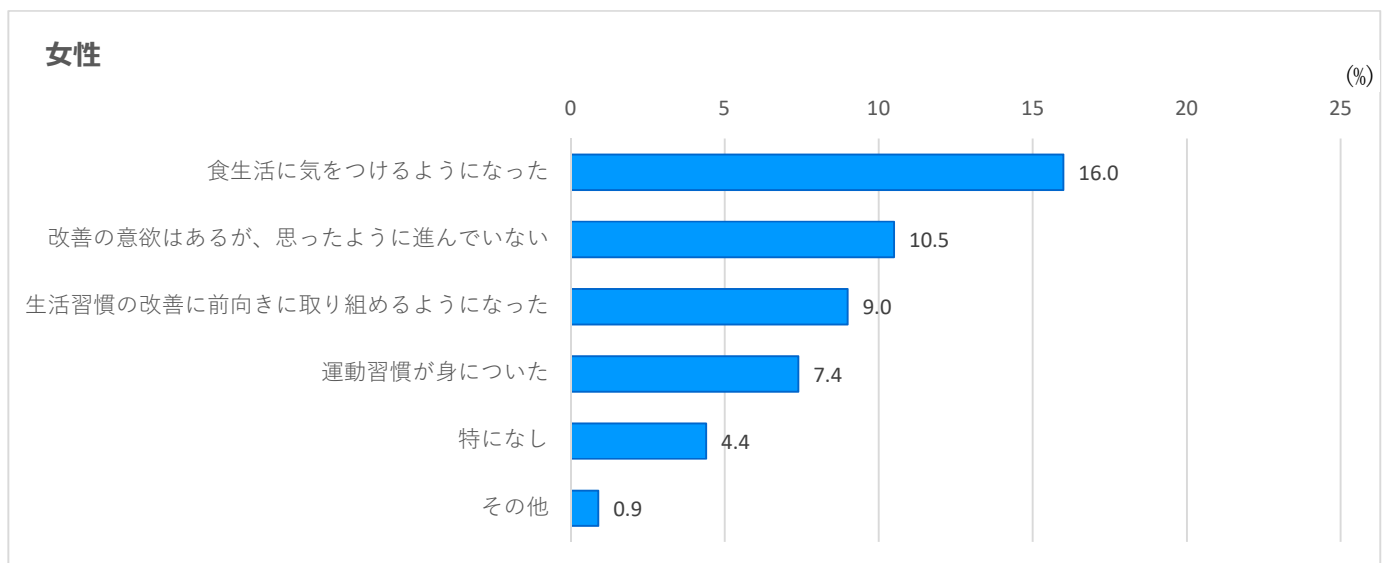
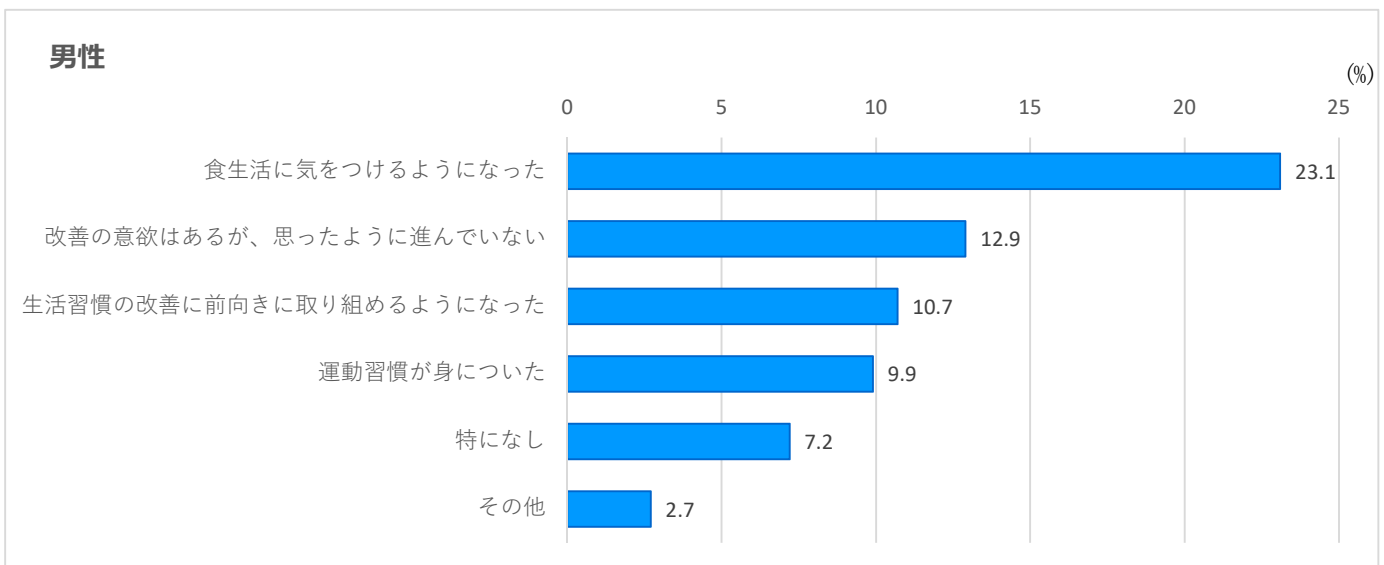
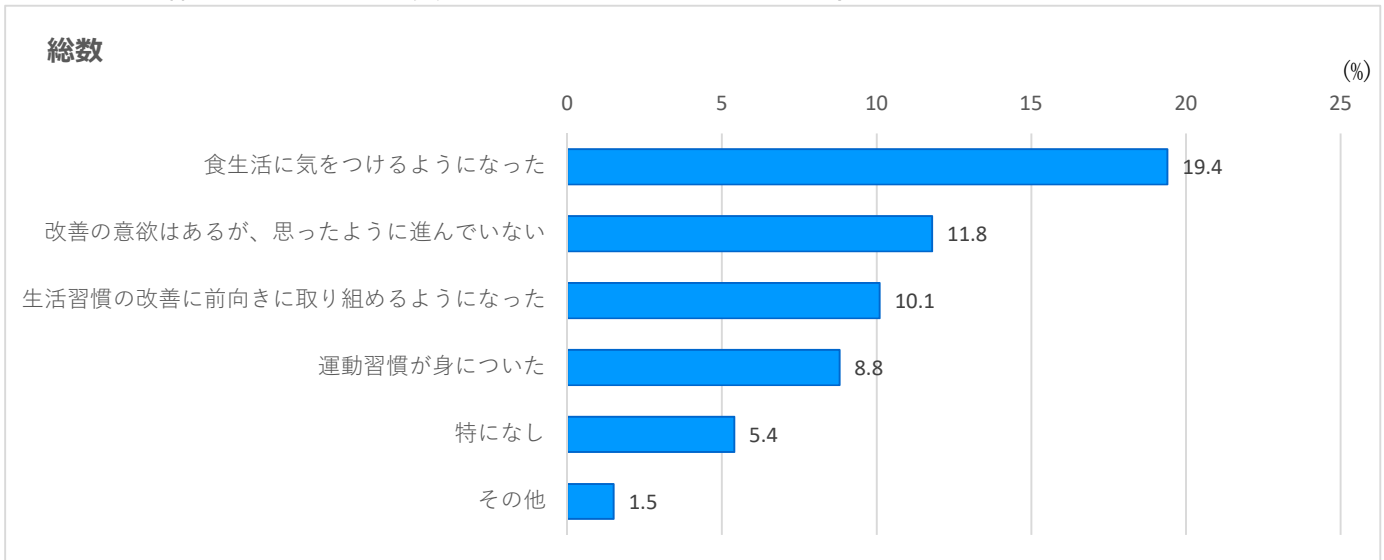
職業別



職業別では、ほとんどの職業で「必要なときは医療機関などに相談できるから」の割合が高く、次いで「自分で改善していくから」となっている。

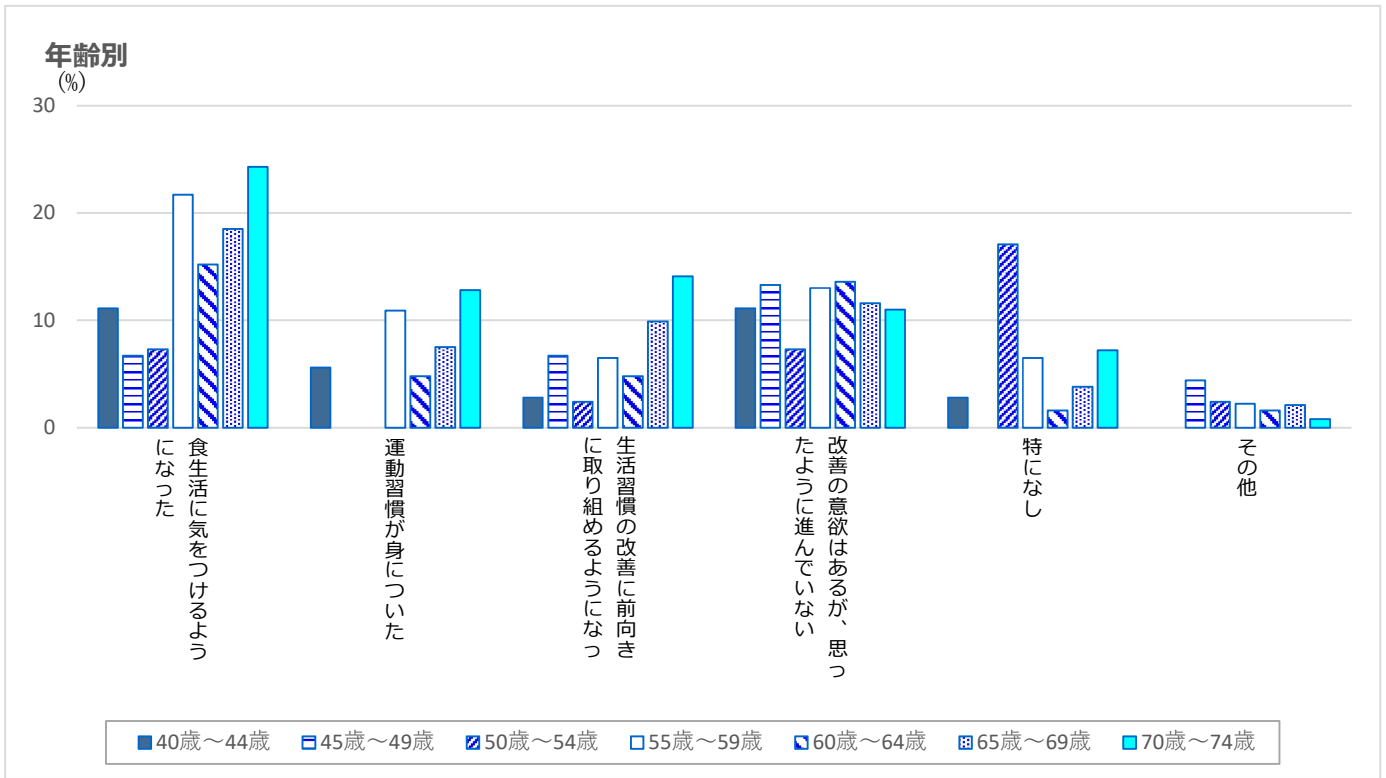
※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

問 2 1 特定保健指導を受けてから変化したことはありますか。(複数回答)



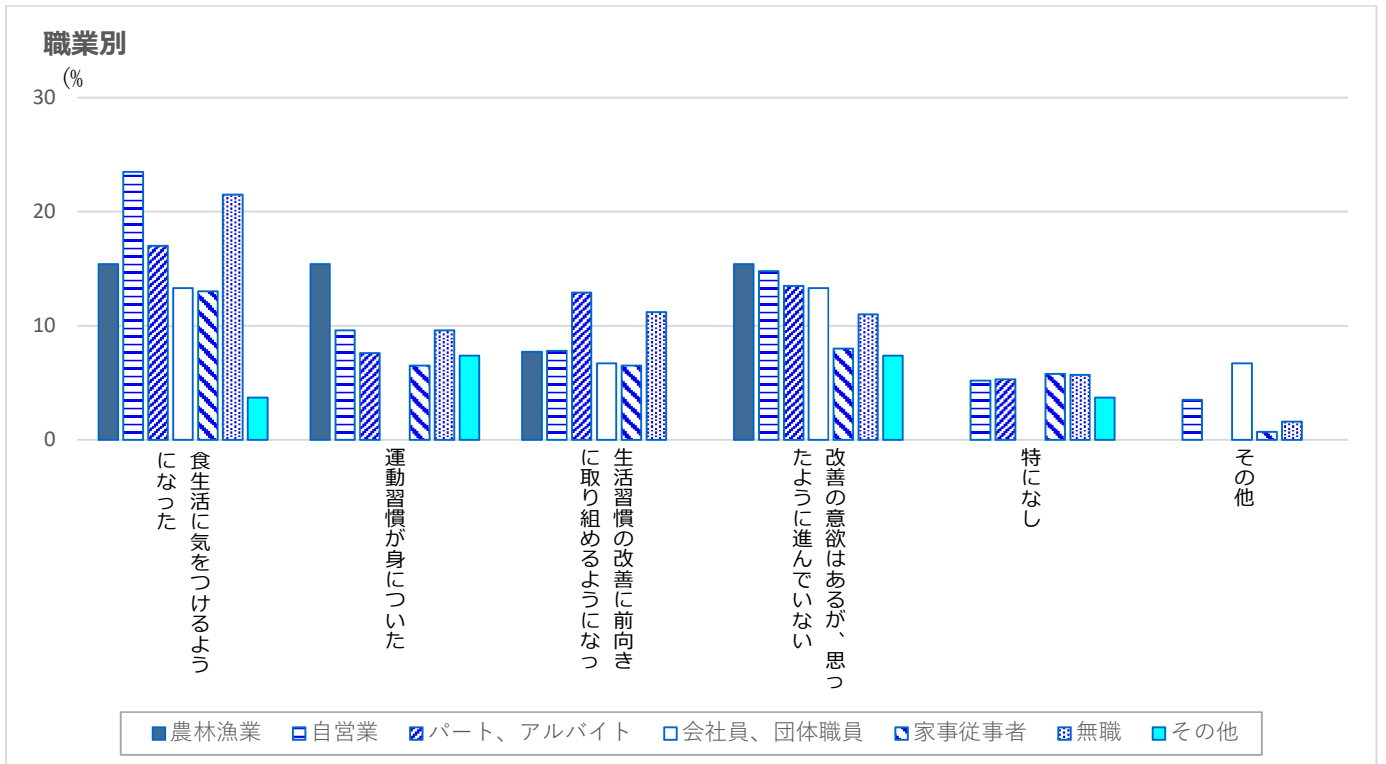
全体および男性、女性のいずれも「食生活に気をつけるようになった」の割合が最も高い。

※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



年齢別では、55歳～59歳、65歳～74歳の年齢層で「食生活に気をつけるようになった」の割合が高くなっているが、50歳～54歳の年齢層では「特になし」、45歳～49歳の年齢層では「改善の意欲はあるが、思ったように進んでいない」の割合が高くなっている。

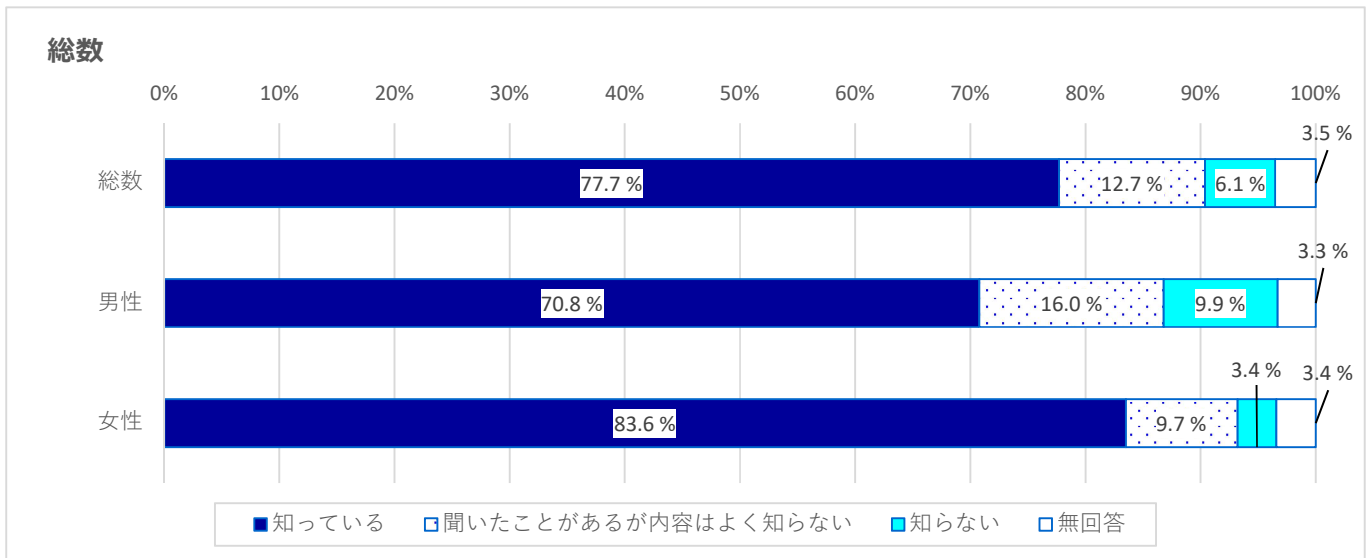
※年齢を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



職業別では、自営業、無職で「食生活に気をつけるようになった」の割合が高くなっている。また、農林漁業では「食生活に気をつけるようになった」、「運動習慣が身についた」、「改善の意欲はあるが、思ったように進んでいない」の割合がほぼ同じとなっている。

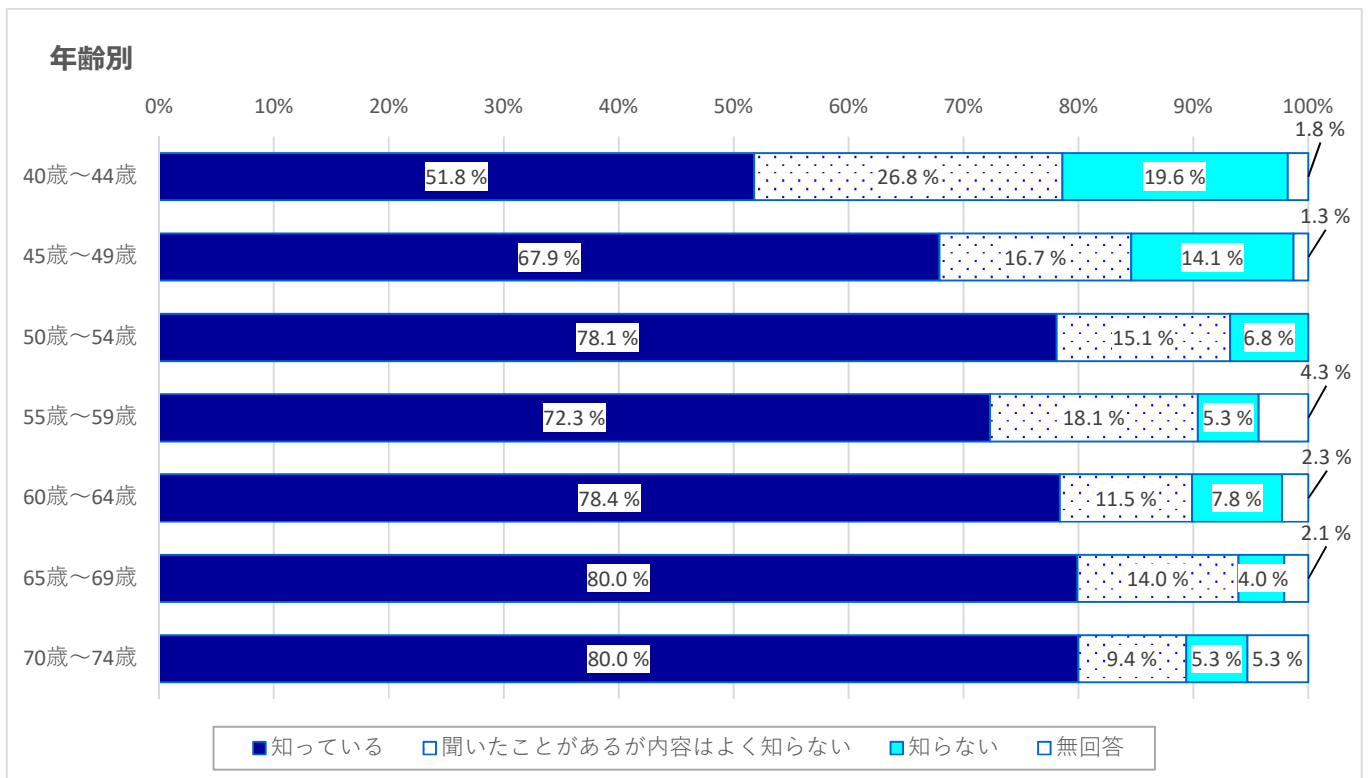
※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

問 2 2 あなたは、市で実施しているがん検診を知っていますか。



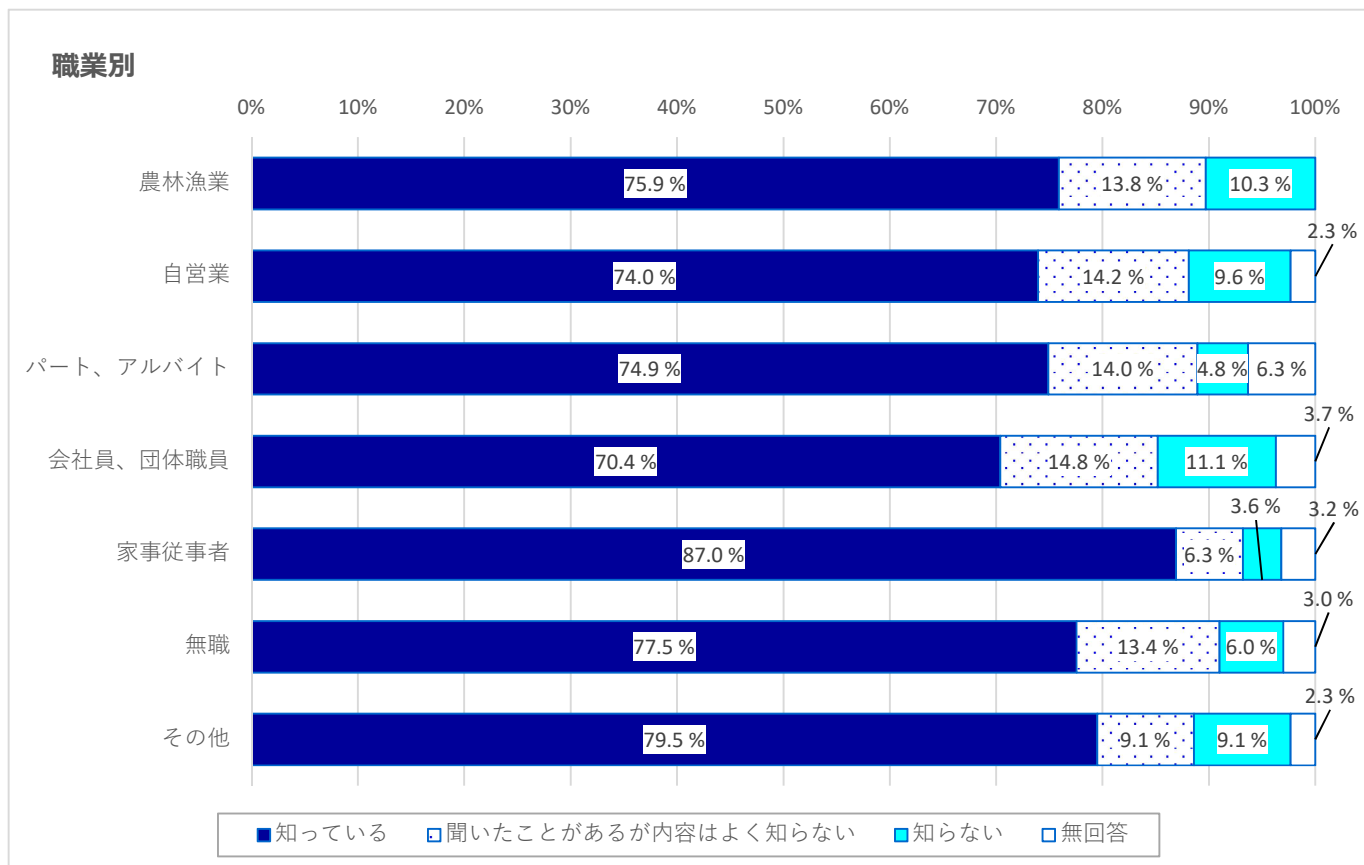
全体および男性、女性のいずれも「知っている」の割合が最も高い。

※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



年齢別で見ると、すべての年齢層で「知っている」の割合が高い。

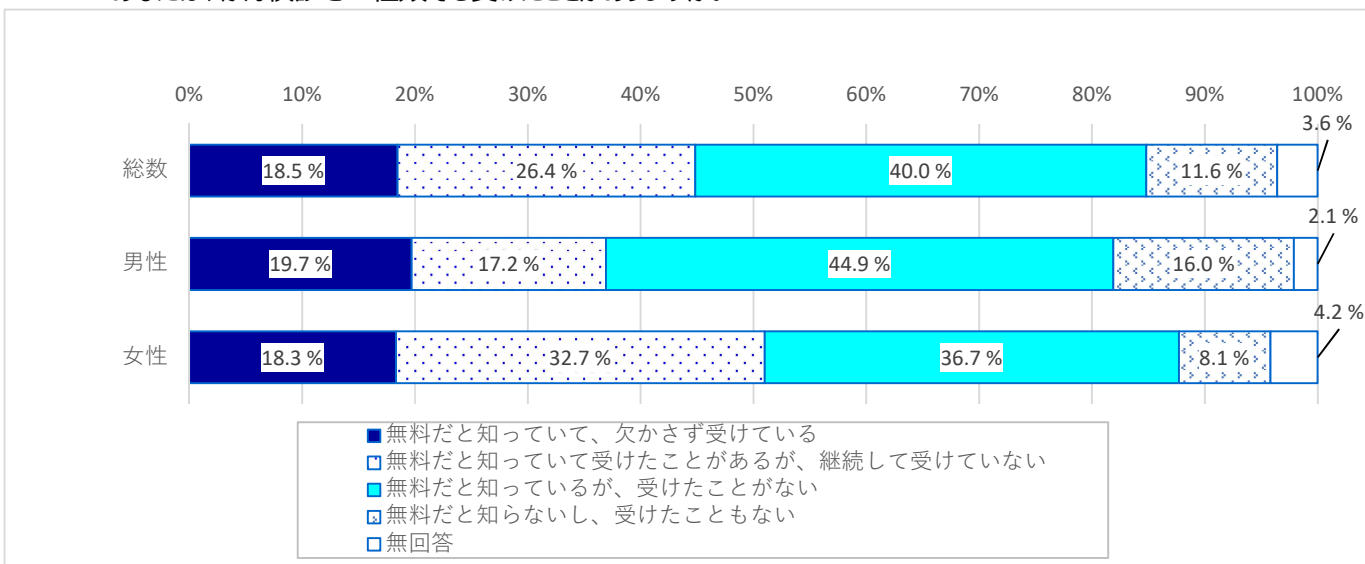
※年齢を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



職業別では、すべての職業で「知っている」の割合が高い。

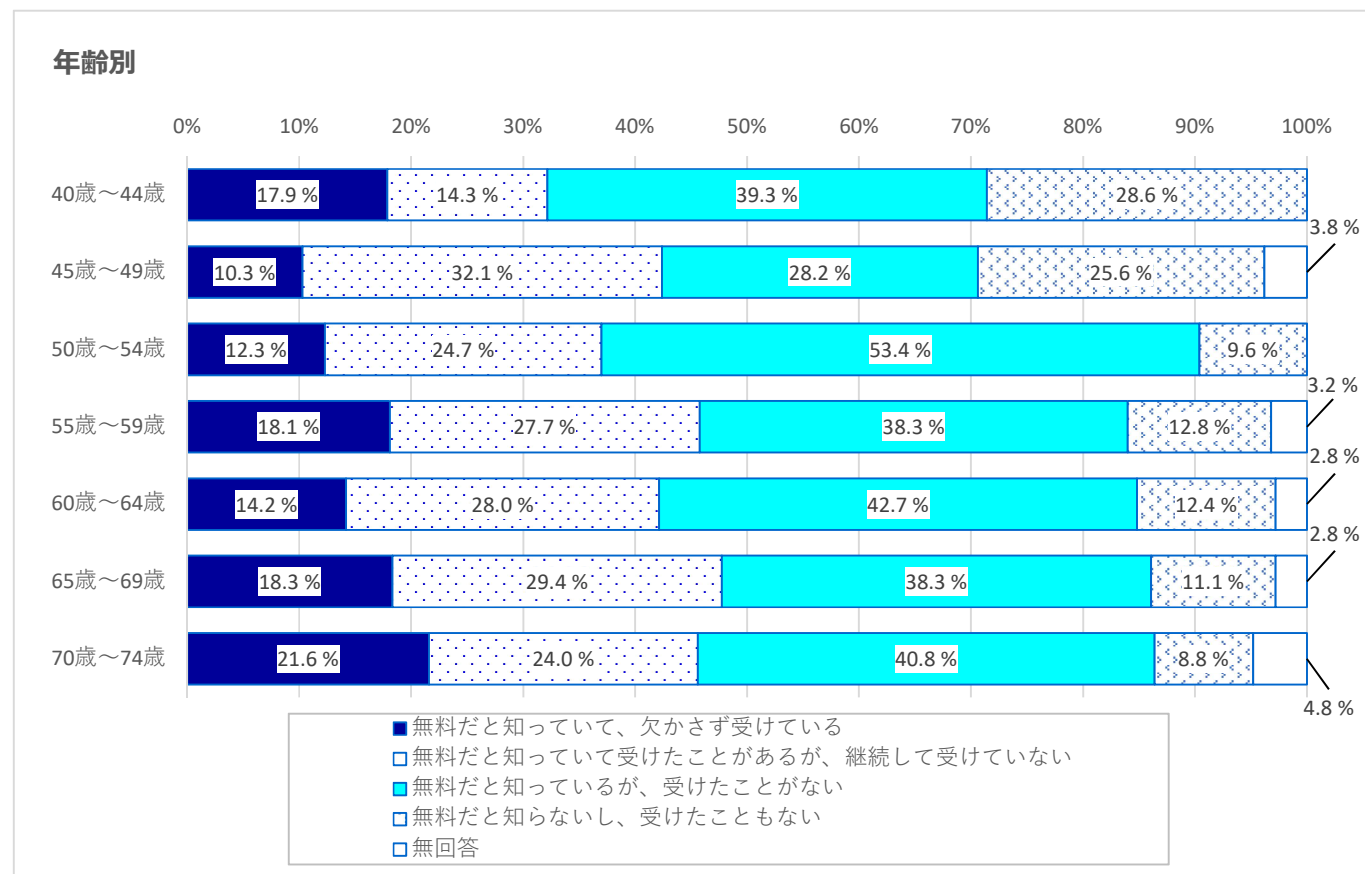
※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

問 2 3 国民健康保険加入者は、市で実施しているがん検診は無料で受けられます（肺がん・結核検診は除く）。あなたは、がん検診を1種類でも受けたことがありますか。



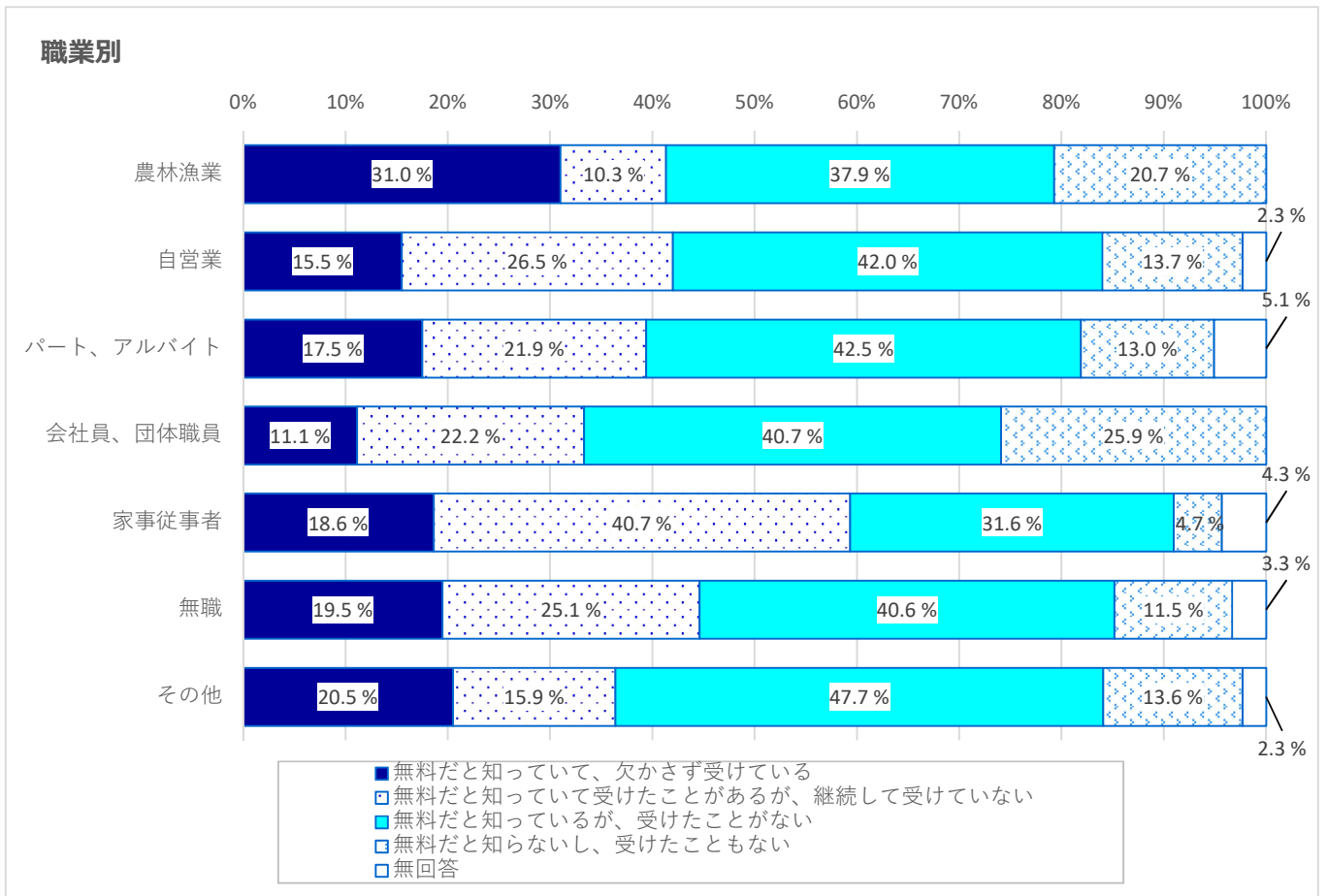
全体および男性、女性いずれも「無料だと知っているが、受けたことがない」の割合が高い。

※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



年齢別では、45歳～49歳の年齢層以外は「無料だと知っているが、受けたことがない」の割合が高くなっている。45歳～49歳の年齢層では「無料だと知っていて受けたことがあるが、継続して受けていない」が最も高い。

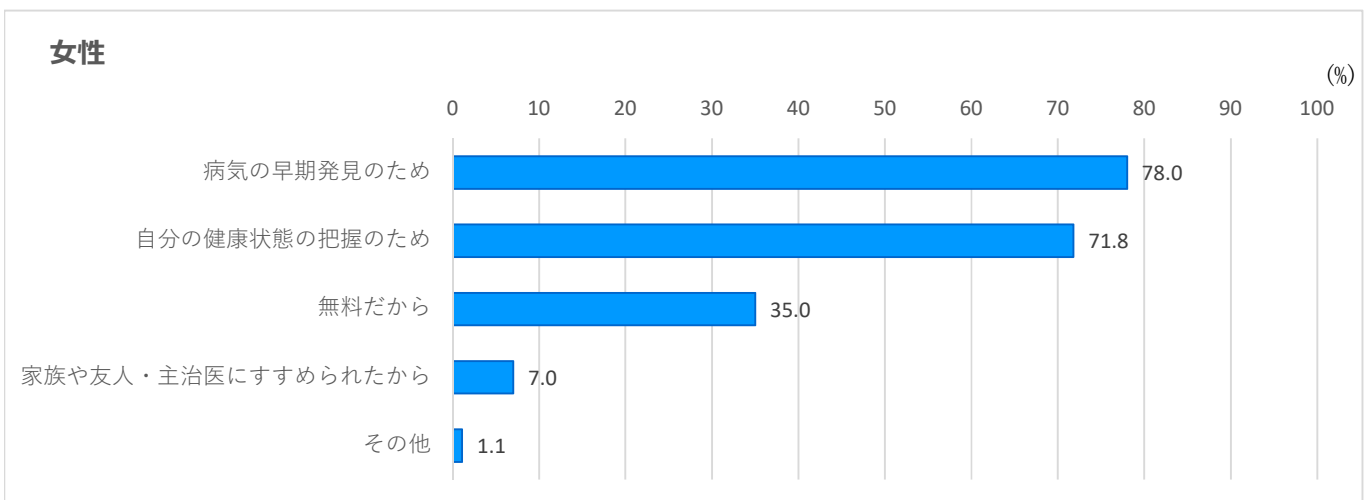
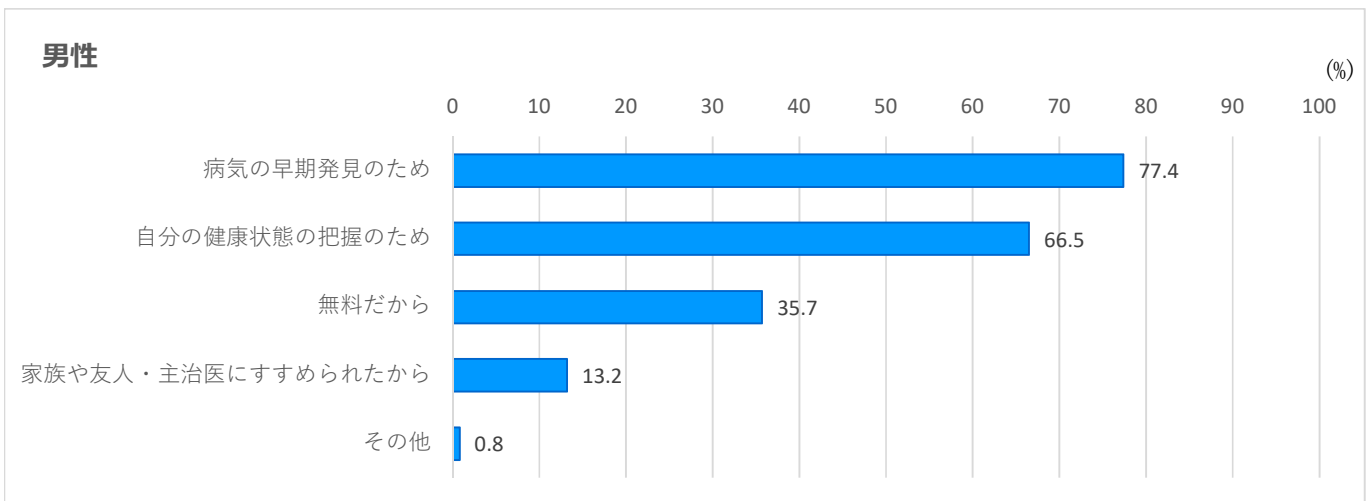
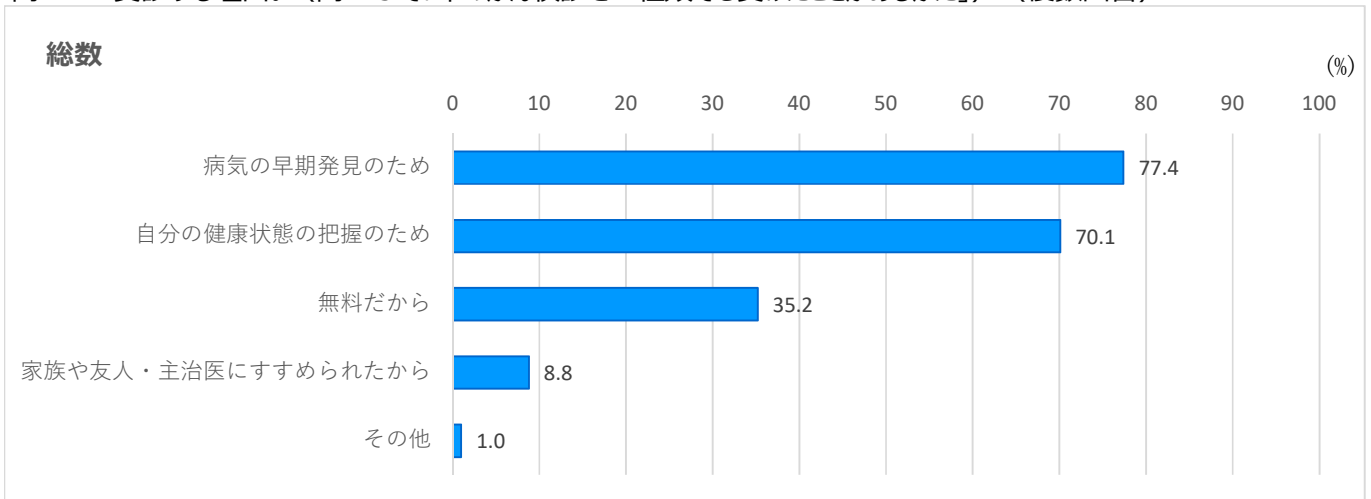
※年齢を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



職業別では、ほとんどの職業で「無料だと知っているが、受けたことがない」の割合が高い。一方、家事従事者は「無料だと知っていて受けたことがあるが、継続して受けていない」の割合が高く40.7%となっている。

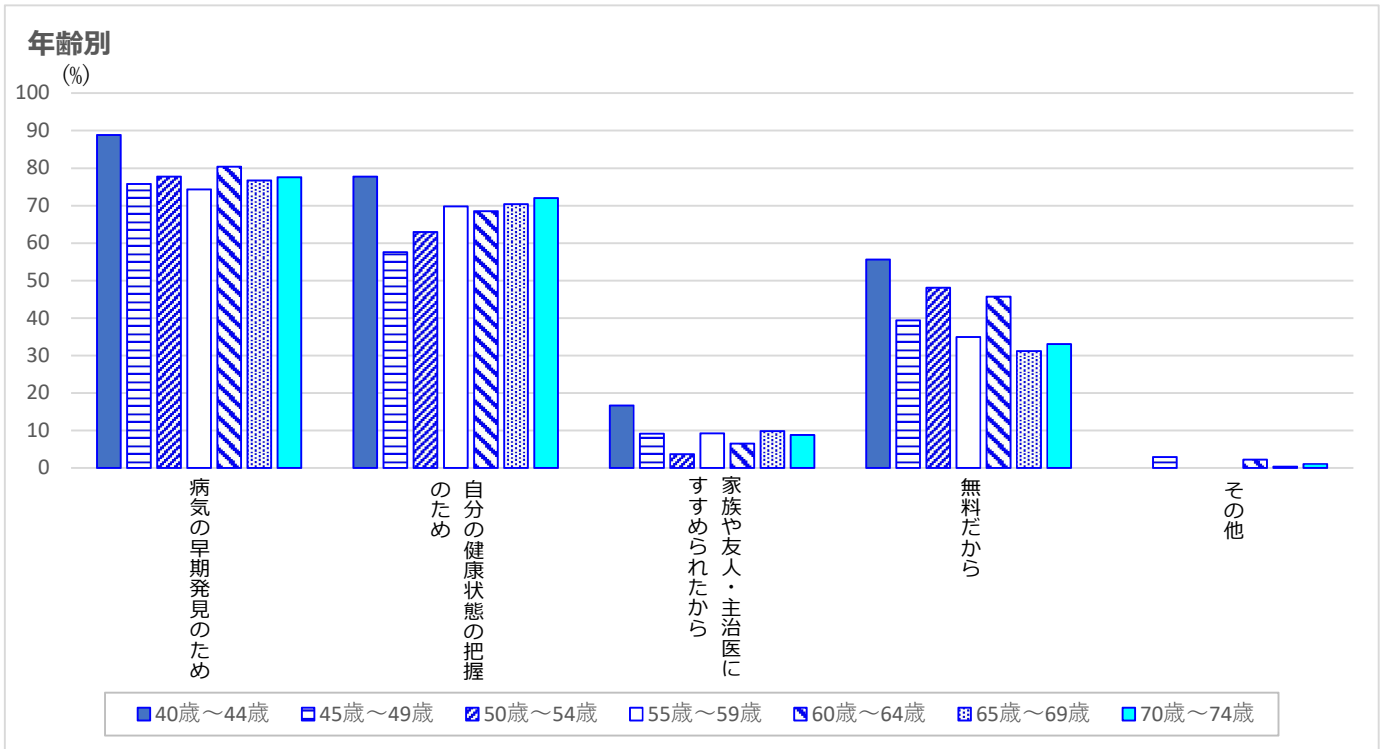
※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

問 2 4 受診する理由。(問 2 3で「市のがん検診を1種類でも受けたことがあるか」) (複数回答)



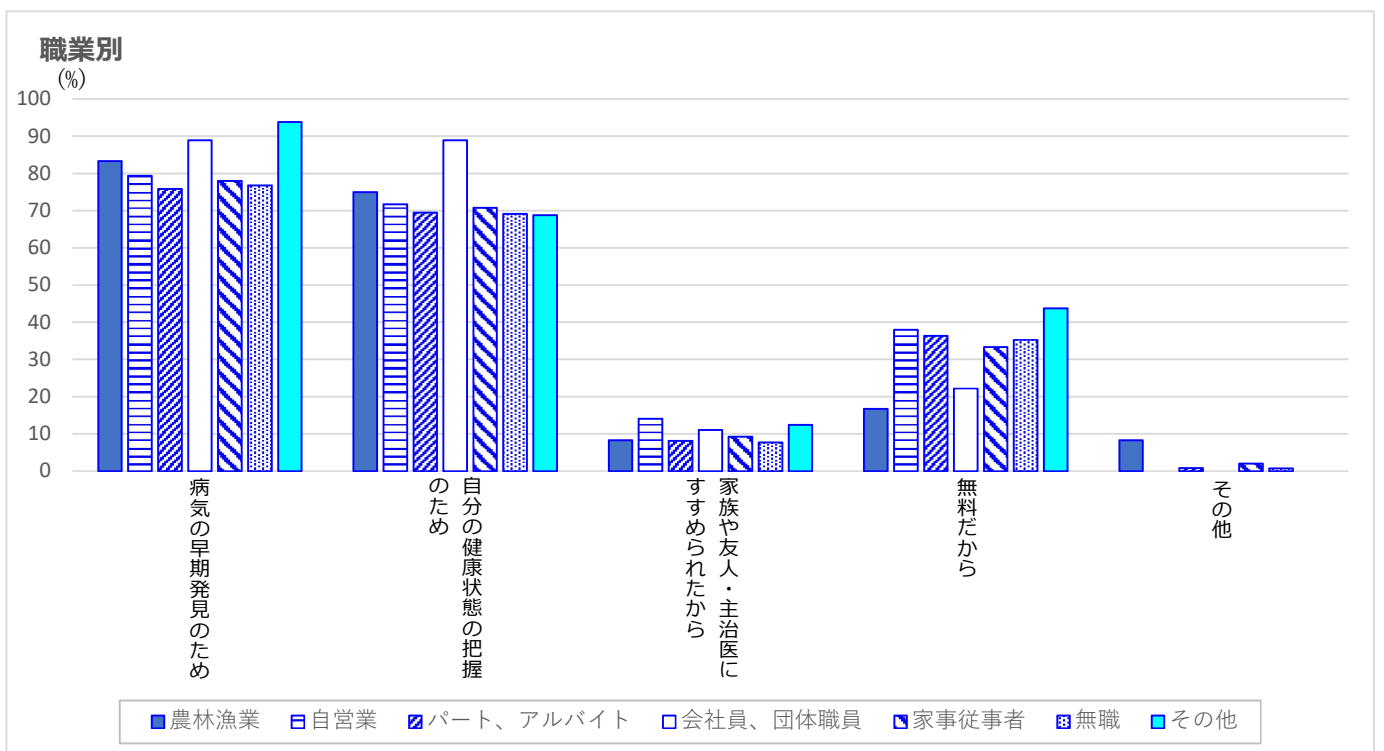
全体および男性、女性のいずれも理由として「病気の早期発見のため」、「自分の健康状態も把握のため」の割合が高くなっている。

※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



年齢別では、すべての年齢層で「病気の早期発見のため」、「自分の健康状態の把握のため」の割合が高くなっている。

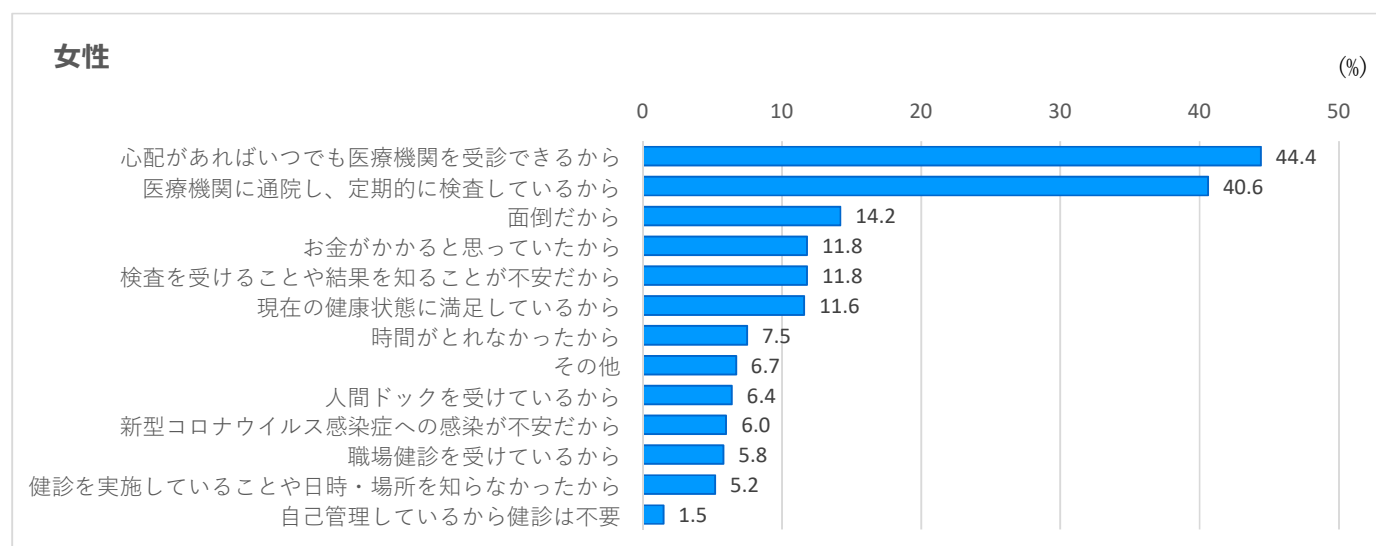
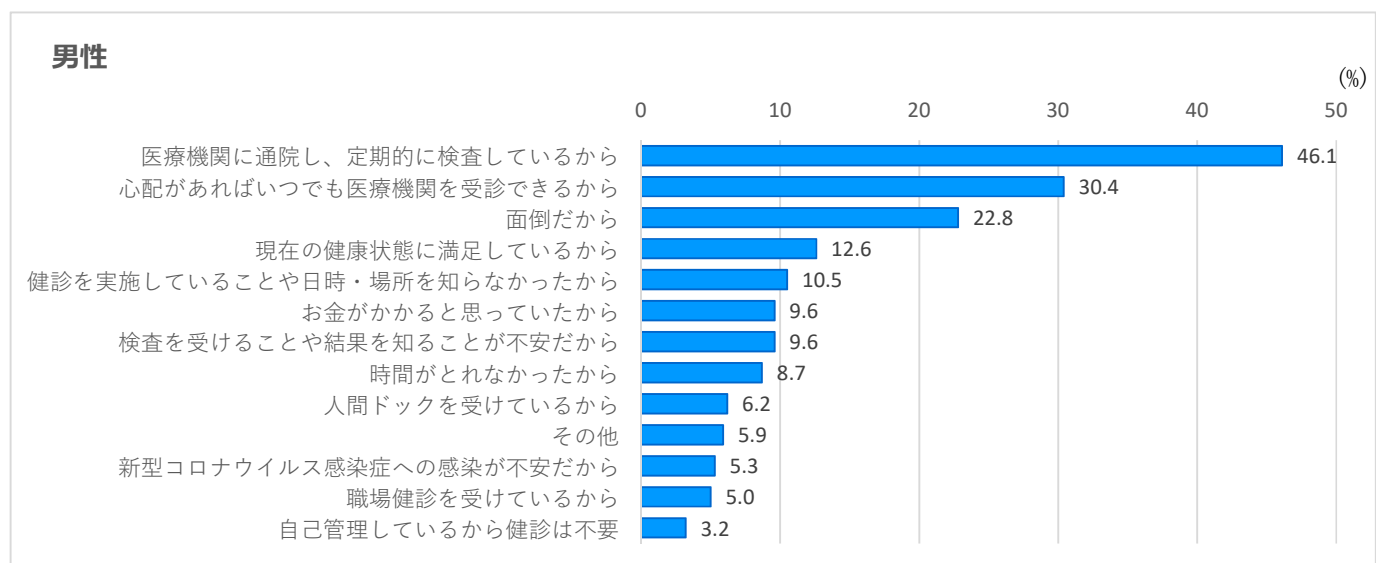
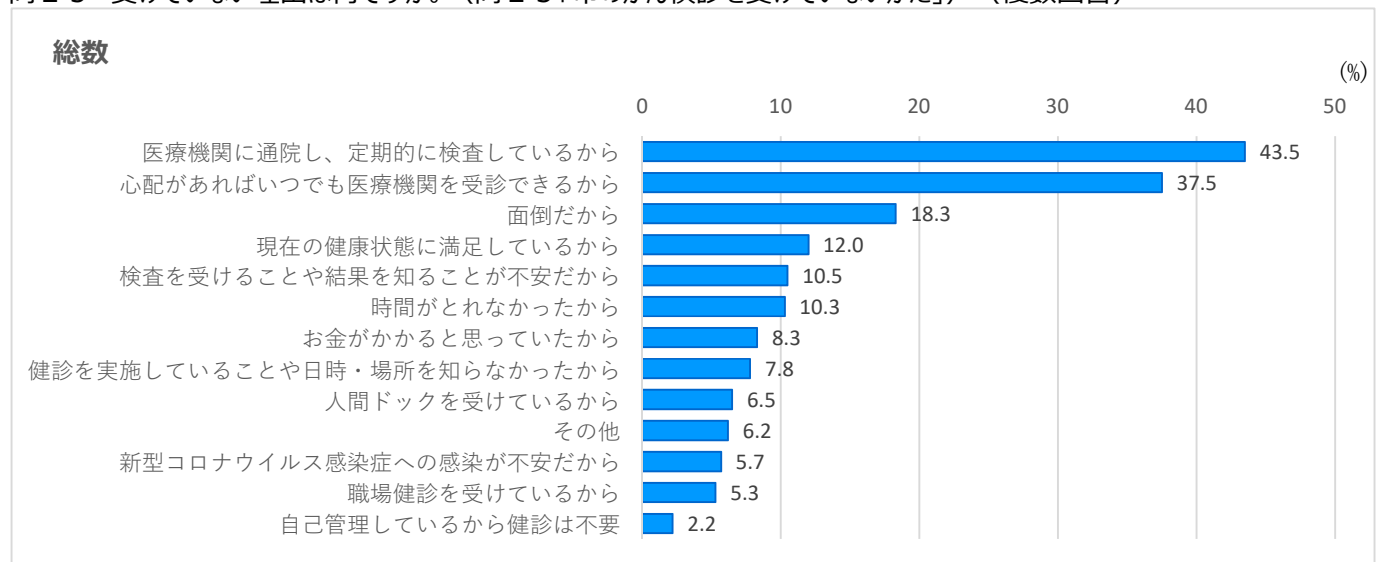
※年齢を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません



職業別では、すべての職業で「病気の早期発見のため」、「自分の健康状態の把握のため」の割合が高くなっている。

※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

問 2 5 受けていない理由は何ですか。(問 2 3「市のがん検診を受けていないかた」)(複数回答)

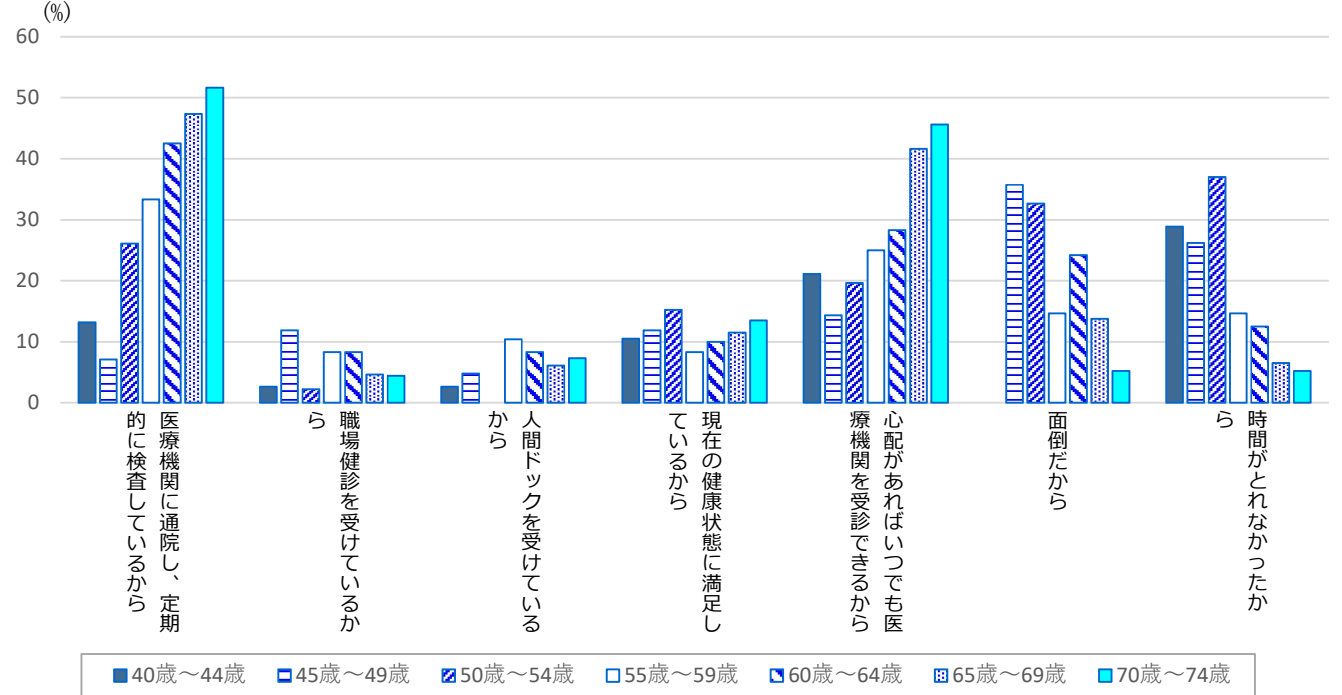


全体では、「医療機関に通院し、定期的に検査しているから」の割合が最も高く、次いで「心配があればいつでも医療機関を受診できるから」が続いている。

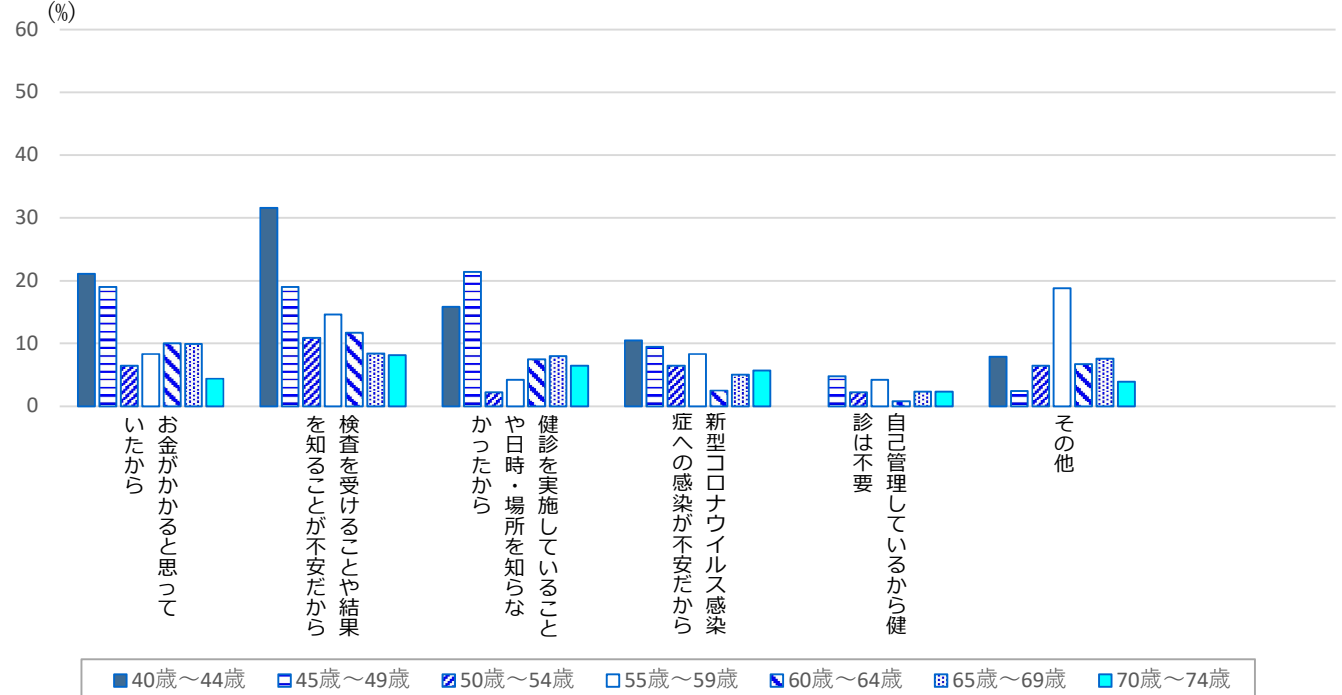
男女別では、男性は「医療機関に通院し、定期的に検査しているから」の割合が最も高く、次いで「心配があればいつでも医療機関を受診できるから」となっている。女性は「心配があればいつでも医療機関を受診できるから」の割合が最も高く、次いで「医療機関に通院し、定期的に検査しているから」となっている。

※性別を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

年齢別 回答1～7



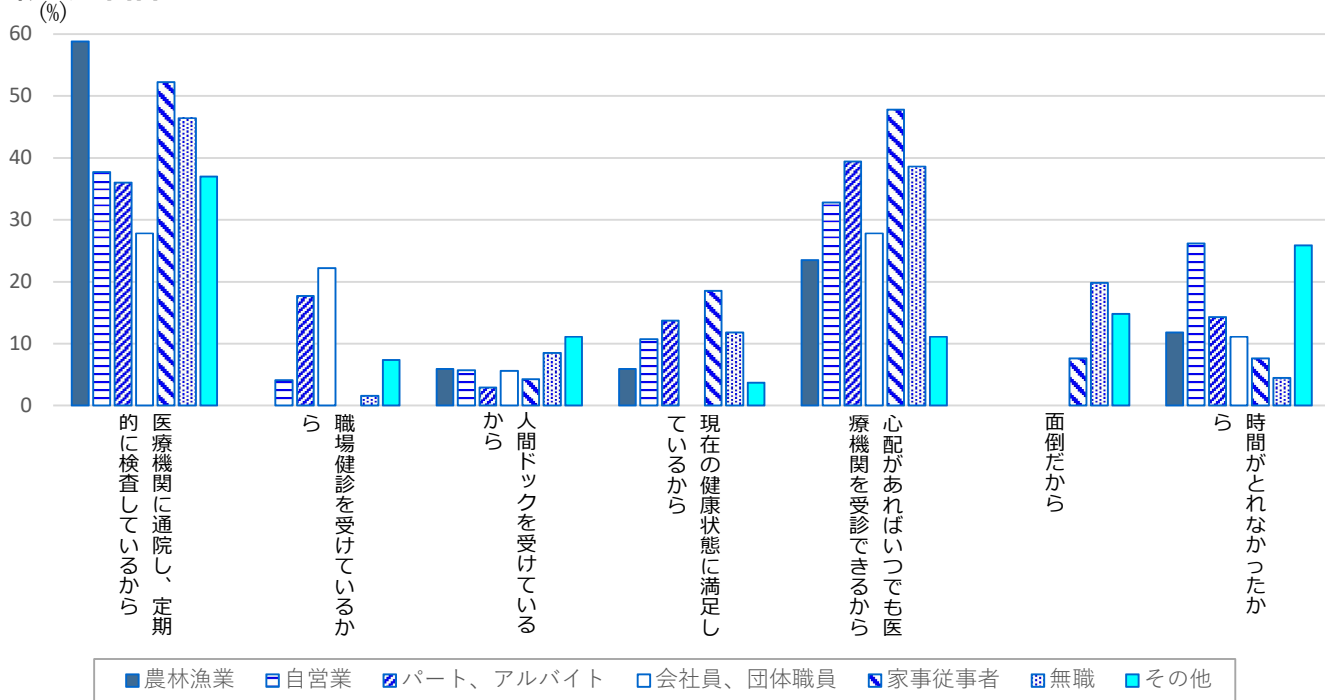
年齢別 回答8～13



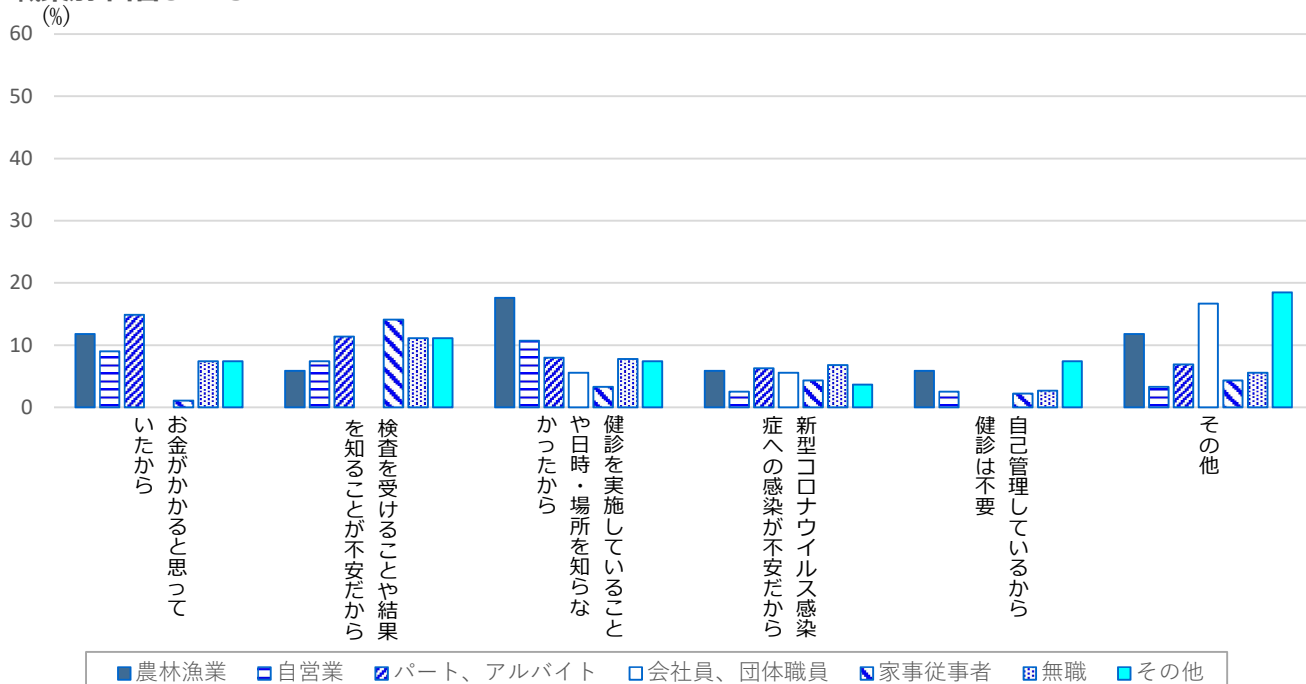
年齢別では、「医療機関に通院し、定期的に検査しているから」、「心配があればいつでも医療機関を受診できるから」の割合が高くなっているが、50歳～54歳の年齢層では「時間がとれなかったから」、40歳～44歳の年齢層では「検査を受けることや結果を知ることが不安だから」の割合が高くなっている。

※年齢を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

職業別 回答1～7



職業別 回答8～13



職業別では、ほとんどの職業で「医療機関に通院し、定期的に検査しているから」、「心配があればいつでも医療機関を受診できるから」の割合が高くなっている。農林漁業では「医療機関に通院し、定期的に検査しているから」の割合が特に高い。

※職業を無回答のかたの回答結果はグラフ化していません

秋田市メタボリックシンドロームと健康に関する調査へのご協力について

日頃より、市政に対しましてご理解とご協力をいただきありがとうございます。

本市では、「第2期秋田市国民健康保険保健事業実施計画（データヘルス計画）」および「第3期秋田市特定健康診査・特定保健指導実施計画」に基づき、メタボリックシンドロームに着目した生活習慣病に関して、特定健康診査・特定保健指導の実施や生活習慣病の重症化予防の保健事業を進めております。

このたび、40歳から74歳までの秋田市国民健康保険加入者のみなさまの中から3,000名のかたを無作為に抽出し、生活習慣や健康意識などを把握して、次期計画の策定に活用するため調査を実施することとしました。

なお、調査は無記名で統計的に処理するため個人が特定されることや、他の目的に使用されることはありません。

お忙しいところ誠に恐縮ですが、調査の趣旨をご理解いただきご協力をお願いいたします。

令和5年6月

秋田市長 穂積 志

<記入上のお願い>

- この調査は無記名となっておりますので、お名前のご記入は不要です。
- 回答のご記入は黒の鉛筆またはボールペンでお願いします。
- 該当する回答の番号を○で囲み、必要な場合は（ ）にご記入ください。
- 記入された調査票は、同封の返信用封筒(切手不要)に入れ、
7月3日(月)までにご返送ください。

※この調査票は令和5年4月25日現在で秋田市国民健康保険加入者のみなさまを対象にお送りしています。

※この調査は、株式会社フィデア情報総研に委託して実施しています。返送先は同社宛となっております。

問い合わせ先

秋田市 市民生活部 特定健診課

〒010-8560

秋田市山王一丁目1-1

電話：018-888-5636（直通）FAX：018-888-5637

F 1 あなたの性別を教えてください。あてはまる番号を○で囲んでください。

1 男	2 女	3 答えない	4 自由記載 ()
-----	-----	--------	------------

F 2 あなたの年齢を教えてください（令和5年4月1日時点）。あてはまる番号を○で囲んでください。

1 40歳～44歳
2 45歳～49歳
3 50歳～54歳
4 55歳～59歳
5 60歳～64歳
6 65歳～69歳
7 70歳～74歳

F 3 あなたの住んでいる地域を選び、あてはまる番号を○で囲んでください。

1 中央地域	〔大町、旭北、旭南、川元、川尻、山王、高陽、保戸野、泉、千秋、中通、南通、樫山、茨島、八橋〕
2 東部地域	〔東通、手形、手形山、旭川、新藤田、濁川、添川、山内、仁別、広面、蛇野、柳田、横森、桜、桜ガ丘、桜台、下北手、太平、大平台〕
3 西部地域	〔新屋、勝平、浜田、下浜、豊岩〕
4 南部地域	〔牛島、卸町、大住、仁井田、御野場、御所野、四ツ小屋、上北手、山手台、南ヶ丘〕
5 北部地域	〔寺内、外旭川、土崎、将軍野、港北、飯島、金足、下新城、上新城〕
6 河辺地域	
7 雄和地域	

F 4 あなたの仕事の内容は次のどれですか。あてはまる番号 1つ を○で囲んでください。

1 農林漁業	2 自営業	3 パート、アルバイト
4 会社員、団体職員	5 家事従事者	6 無職
7 その他 ()		

F 5 あなたの家族構成は次のどれにあたりますか。あてはまる番号 1つ を○で囲んでください。

1 一人(单身)
2 配偶者・パートナーと二人(一世代)
3 自分を含めた二世帯(自分と親、自分と子など)
4 自分を含めた三世帯(自分と親と子、自分と子と孫など)
5 その他 ()

問1 あなたが普段の食事で気をつけていることはありますか。あてはまる番号 すべて を○で囲んでください。

- | |
|----------------------------|
| 1 1日3食食べる |
| 2 主食・主菜・副菜（※）を揃えてバランス良く食べる |
| 3 野菜をたくさん食べる |
| 4 野菜から先に食べる |
| 5 塩分を控える |
| 6 油や脂肪の多い食品を控える |
| 7 間食をしない |
| 8 甘い飲み物を飲まない |
| 9 ゆっくりよく噛んで食べる |
| 10 腹8分目にする |
| 11 寝る前2時間は食べない |
| 12 栄養成分表示を見る |
| 13 その他（) |
| 14 特になし |

※主食：ごはん、パン、麺類などの料理

主菜：魚介類、肉類、卵類、大豆・大豆製品を主材料にした料理

副菜：野菜類、海藻類、きのこ類を主材料にした料理

問2 あなたは、家事・就労・移動等、日常生活において1日60分以上動いていますか。あてはまる番号 1つ を○で囲んでください。

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

問3 あなたは、1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上していますか。あてはまる番号 1つ を○で囲んでください。

- | |
|----------------------------|
| 1 している ➡ 問5へ |
| 2 していない（または、運動ができない） ➡ 問4へ |

問4 問3で「2 していない（または、運動ができない）」と答えたかたにお聞きします。その理由であてはまる番号 すべて を○で囲んでください。

- | |
|-----------------------|
| 1 体を動かすことが好きではない |
| 2 必要性を感じない |
| 3 どのようなことをしたらよいかわからない |
| 4 施設・場所が近くにない |
| 5 きっかけがない |
| 6 時間がない |
| 7 費用がかかる |
| 8 疲れている |
| 9 病気など健康上の理由で運動できない |
| 10 その他（) |

問5 あなたは、お酒を飲みますか。あてはまる番号 **1つ** を○で囲んでください。

1 毎日飲んでいる	}	➡ 問6へ
2 週5～6日飲んでいる		
3 週3～4日飲んでいる		
4 週1～2日飲んでいる		
5 ほとんど飲まない	}	➡ 問7へ
6 飲まない(または、飲めない)		

問6 問5で1～4と答えたかたにお聞きします。あなたの1日の飲酒量は、どのくらいですか。あてはまる番号 **1つ** を○で囲んでください。

1 1合以内	2 1合を超えて3合未満	3 3合以上
--------	--------------	--------

お酒の1合の目安：次にあげるもののいずれかひとつです。

日本酒 180ml、ビール中瓶1本(500ml)、焼酎 110ml(25度)、
缶酎ハイ 350ml(7度)、ウイスキーダブル1杯(60ml)、
ワイン2杯(12度・240ml)

問7 あなたは、たばこを吸いますか。あてはまる番号 **1つ** を○で囲んでください。

1 吸う	➡ 問8へ	
2 以前は吸っていたがやめた	}	➡ 問9へ
3 吸わない		

問8 問7で「1 吸う」と答えたかたにお聞きします。あなたは、今後たばこをやめたいと思いますか。あてはまる番号 **1つ** を○で囲んでください。

1 やめたい
2 本数を減らしたい
3 やめたくない
4 わからない

問9 あなたは普段、休養や睡眠をとれていますか。あてはまる番号 **1つ** を○で囲んでください。

1 十分にとれている
2 とれている
3 あまりとれていない
4 全くとれていない

問10 あなたは健康に関する情報をどのような方法で入手していますか。
あてはまる番号を3つまで○で囲んでください。

- | | | |
|---|------------------------------|---|
| 1 | インターネット・動画配信サービス（YouTube など） | |
| 2 | テレビ | |
| 3 | ラジオ | |
| 4 | 広報誌 | |
| 5 | 新聞 | |
| 6 | SNS（Facebook・Instagram など） | |
| 7 | 書籍・雑誌 | |
| 8 | その他（ | ） |
| 9 | 特になし | |

問11 あなたは普段の生活で、メタボリックシンドローム（※）にならないように気をつけていることはありますか。あてはまる番号すべてを○で囲んでください。

- | | | |
|---|------------------|---|
| 1 | 食事に気をつける | |
| 2 | 体を動かす | |
| 3 | お酒の量に気をつける | |
| 4 | たばこを吸わない | |
| 5 | 休養や睡眠を十分にとる | |
| 6 | 健康診断や人間ドックなどを受ける | |
| 7 | 医療機関を受診する | |
| 8 | 特になし | |
| 9 | その他（ | ） |

※メタボリックシンドローム

内臓脂肪の蓄積によって動脈硬化の危険因子である「高血糖」、「脂質異常」、「高血圧」をあわせ持った状態で、放置すると糖尿病、脳卒中、心臓病を発症するリスクが高まります。

問12 あなたはメタボリックシンドローム予防のための生活習慣についてどのようなことを学びたいと思いますか。あてはまる番号すべてを○で囲んでください。

- | | | |
|----|---------------|---|
| 1 | 効果的な運動について | |
| 2 | バランスのよい食事について | |
| 3 | お酒との付き合い方について | |
| 4 | 禁煙方法について | |
| 5 | 歯、口腔のケアについて | |
| 6 | 睡眠のとり方について | |
| 7 | 生活リズムについて | |
| 8 | 心の健康について | |
| 9 | その他（ | ） |
| 10 | 特になし | |

問13 あなたは、市で実施している特定健診(※)を知っていますか。あてはまる番号1つを○で囲んでください。

- | | |
|---------|----------------------|
| 1 知っている | 2 聞いたことがあるが内容はよく知らない |
| 3 知らない | |

※特定健診

メタボリックシンドロームを中心とした糖尿病、高血圧症、脂質異常症などの生活習慣病を早期発見、予防し、生活習慣改善のきっかけとするための健診。

問14 市で実施している特定健診は無料で受けられます。あなたは、特定健診を受けたことがありますか。あてはまる番号1つを○で囲んでください。
(内容：身体計測・腹囲測定・血圧測定・尿検査・血液検査など)

- | | |
|----------------|----------|
| 1 毎年欠かさず受けている | } → 問16へ |
| 2 1、2年おきに受けている | |
| 3 何度か受けたことがある | |
| 4 受けたことがない | → 問15へ |

問15 問14で「4 受けたことがない」と回答したかたにお聞きします。受けていない理由は何ですか。あてはまる番号すべてを○で囲んでください。

- | |
|-------------------------------|
| 1 医療機関に通院し、定期的に検査しているから |
| 2 通院のほかに健診を受けるのは負担があるから |
| 3 職場健診を受けているから |
| 4 人間ドックを受けているから |
| 5 現在の健康状態に満足しているから |
| 6 心配があればいつでも医療機関を受診できるから |
| 7 面倒だから |
| 8 時間がとれなかったから |
| 9 お金がかかると思っていたから |
| 10 検査を受けることや結果を知ることが不安だから |
| 11 健診を実施していることや日時・場所を知らなかったから |
| 12 新型コロナウイルス感染症への感染が不安だから |
| 13 自己管理しているから健診は不要 |
| 14 その他 () |

問16 特定健診または人間ドックなどの健康診断(がん検診を除く)を受けた結果で、基準範囲以外の検査項目はありましたか。あてはまる番号1つを○で囲んでください。

- | | |
|-------------|----------|
| 1 あった | → 問17へ |
| 2 なかった | } → 問18へ |
| 3 健診を受けていない | |

問17 問16で「1 あった」と回答したかたにお聞きします。
健診の結果を受けて、あなたはどのような行動をとりましたか。
あてはまる番号すべてを○で囲んでください。

- | | |
|------------------------|--|
| 1 医療機関を受診した | |
| 2 保健師や管理栄養士などの専門職に相談した | |
| 3 食事や運動などの生活改善に取り組んだ | |
| 4 すでに治療中だった | |
| 5 何もしなかった | |
| 6 その他 () | |

問18 特定健診は医療機関で治療中のかたも受けられることを知っていますか。
あてはまる番号1つを○で囲んでください。

- | | |
|---------|--------|
| 1 知っている | 2 知らない |
|---------|--------|

問19 特定健診の結果、あなたがメタボリックシンドローム(予備群を含む)に該当した場合、特定保健指導(※1)の対象になります。その際、どのような方法で指導を希望しますか。あてはまる番号1つを○で囲んでください。

- | | |
|--|----------|
| 1 自宅で受けてたい | } → 問21へ |
| 2 職場で受けてたい | |
| 3 市役所などの公共施設で受けてたい | |
| 4 Zoom や Teams など Web 会議ツール(※2)を介して受けてたい | |
| 5 その他 () | |
| 6 希望しない → 問20へ | |

※1 特定保健指導: 保健師や管理栄養士の面接による食事や運動、生活習慣に関する指導
※2 Web会議ツール: 離れた場所でパソコンなどを使用しインターネットを通じて会話できるサービス

問20 問19で「6 希望しない」と答えたかたにお聞きします。
希望しない理由は何ですか。あてはまる番号すべてを○で囲んでください。

- | | |
|--------------------------|--|
| 1 今の生活習慣を変える気がないから | |
| 2 自分で改善していくから | |
| 3 必要なときは医療機関などに相談できるから | |
| 4 時間がないから | |
| 5 特定保健指導がどのようなものかわからないから | |
| 6 何を言われるか不安だから | |
| 7 効果が期待できないから | |
| 8 新型コロナウイルス感染症への感染が不安だから | |
| 9 その他 () | |

問21 特定保健指導を受けたことがあるかたへお聞きします。特定保健指導を受けてから変化したことはありますか。あてはまる番号すべてを○で囲んでください。特定保健指導を受けたことがないかたは、問22へお進みください。

- | |
|---------------------------|
| 1 食生活に気をつけるようになった |
| 2 運動習慣が身についた |
| 3 生活習慣の改善に前向きに取り組めるようになった |
| 4 改善の意欲はあるが、思ったように進んでいない |
| 5 特になし |
| 6 その他 () |

問22 あなたは、市で実施しているがん検診を知っていますか。あてはまる番号1つを○で囲んでください。

- | | |
|---------|----------------------|
| 1 知っている | 2 聞いたことがあるが内容はよく知らない |
| 3 知らない | |

問23 国民健康保険加入者は、市で実施しているがん検診は無料で受けられます(肺がん・結核検診は除く)。あなたは、がん検診を1種類でも受けたことがありますか。あてはまる番号1つを○で囲んでください。

(内容：胃がん検診・大腸がん検診・乳がん検診・子宮頸がん検診・前立腺がん検診)

- | | |
|---------------------------------|----------|
| 1 無料だと知っていて、欠かさず受けている | } → 問24へ |
| 2 無料だと知っていて受けたことがあるが、継続して受けていない | |
| 3 無料だと知っているが、受けたことがない | } → 問25へ |
| 4 無料だと知らないし、受けたこともない | |

問24 問23で市のがん検診を1種類でも受けたことがあるかたにお聞きします。受診する理由で、あてはまる番号すべてを○で囲んでください。

- | |
|----------------------|
| 1 病気の早期発見のため |
| 2 自分の健康状態の把握のため |
| 3 家族や友人・主治医にすすめられたから |
| 4 無料だから |
| 5 その他 () |

問25 問23で市のがん検診を受けていないかたにお聞きします。受けていない理由は何ですか。あてはまる番号すべてを○で囲んでください。

- 1 医療機関に通院し、定期的に検査しているから
- 2 職場健診を受けているから
- 3 人間ドックを受けているから
- 4 現在の健康状態に満足しているから
- 5 心配があればいつでも医療機関を受診できるから
- 6 面倒だから
- 7 時間がとれなかったから
- 8 お金がかかると思っていたから
- 9 検査を受けることや結果を知ることが不安だから
- 10 検診を実施していることや日時・場所を知らなかったから
- 11 新型コロナウイルス感染症への感染が不安だから
- 12 自己管理しているから検診は不要
- 13 その他（ ）

これでアンケートは終わりです。ご協力ありがとうございました。

令和5年度
秋田市メタボリックシンドローム
と健康に関する調査報告書

令和5年9月

発行 秋田市 市民生活部 特定健診課

〒010-8560 秋田県秋田市山王1丁目1番1号

TEL 018-888-5636 FAX 018-888-5637

調査機関 株式会社フィデア情報総研

〒010-0951 秋田県秋田市山王3丁目4番23号

TEL 018-883-0200 FAX 018-883-0209