

毎年の特定健診でますます健康に！

～特定健診を受診されていない方は気がかりな結果でした～

平成20年より特定健診（メタボ健診）がスタートしました。毎年、皆様へ健診について各種のご案内を行っておりますが、健診を受診いただいている方の人数は横ばいのままとなっております。そこで、平成23年1～2月、今後の特定健診（メタボ健診）のあり方や健康づくりのための保健福祉サービスの充実に

役立てることを目的に、特定健診の対象者である40歳～74歳の国民健康保険加入者の皆様へ健康や日常生活の様子についてのアンケート調査を実施しました。今回、アンケート結果の分析などご協力をいただいている大阪府立大学の和泉先生から集計結果の一部を次のとおりいただいております。（保険年金課）

40歳～74歳の国民健康保険加入者アンケート調査の結果について



大阪府立大学看護学部
准教授 和泉 京子 博士（保健学）

40歳～74歳の国民健康保険加入者の21,101人の皆様へアンケート調査を実施し、8,632人（回収率40.9%）よりご回答をいただきました。集計結果を40歳～64歳（壮年期）と65歳～74歳（高齢期）にわけてご報告いたします。

3. 特定健診を毎年受けていない方は体調が悪くても受診を先送りにする傾向がありました

「病院へ受診した方がよいのではないかと思われる体調不良がありますか」とおたずねしたところ、壮年期・高齢期ともに「毎年」受けている方に比べそうではない方は「体調

1. 高齢期の方に比べ壮年期の方の受診率が低いことがわかりました

「特定健診はどのくらいの間隔で受けられていますか」とおたずねしたところ、「毎年」受けている方が高齢期の方では58.2%おられました。壮年期の方では41.2%でした。「2～3年に1回程度」の方は高齢期の方では15.3%、壮年期の方では19.8%、「まったく受診しない」方は高齢期の方では16.3%、壮年期の方では29.3%もおられました。高齢期の方に比べ壮年期の方は健診を毎年受診されていない方の割合が多い結果となっていました。

2. 特定健診を毎年受けている方はよい生活習慣を心がけておられました

特定健診を「毎年」受けている方とそうではない方の生活習慣を比較したところ、壮年期・高齢期ともに「適度な睡眠をとる」「朝食をとる」「栄養のバランスを考えて食べる」「間食やおやつをたべすぎない」「塩分をとりすぎない」「お酒を飲みすぎない」「たばこを吸わない」「定期的な運動をする」「適正体重を保つ」といった生活習慣のすべての項目において気をつけていると回答した方の割合は「毎年」受けている方のほうがそうではない方に比べ多い結果となっていました。言い換えれば、特定健診を毎年受けていない方は生活習慣に気をつけていない傾向にあることがわかりました。また、壮年期の方に比べ高齢期の方のほうが生活習慣のすべての項目において気をつけていると回答した方の割合が多くなっていました（図1）。

不良がある」と回答した方の割合が多くなっていました。また、「体調不良がある」方の今後の受診予定は「近いうちに受診予定」と回答した方が、壮年期では49.9%、高齢期では69.3%、「もっと悪くなったら受診する」が壮年期では35.1%、高齢期では21.7%、「受診予定はない」が壮年期では15.0%、高齢期では9.0%でした。健診を「毎年」受けている方に比べてそうではない方が、また高齢期より壮年期の方が、『体調が悪くても受診を先送りにするもしくは受診しない』傾向が見られました。

4. 健康づくりに毎年の特定健診を活用しましょう

今回の調査結果からは、高齢期の方に比べて壮年期の方は、特定健診を毎年受けている割合が少なく、さらに生活習慣について気をつけている割合も少なく、体調が悪くても受診を先送りにするもしくは受診しない割合が多いことがわかりました。壮年期の方は家庭の内外の役割で忙しく過ごされている場合が多いため、なかなかご自分の健康に目を向けることが難しいと思いますが、生活習慣病のリスクは壮年期より高まります。一年に一度、健診を受診してご自分の健康について知り、よりよい生活習慣の改善等に生かしていただき健康な壮年期、引き続いて健康な高齢期を過ごされることを願っております。

