

第3章

データから見る釜石の健康

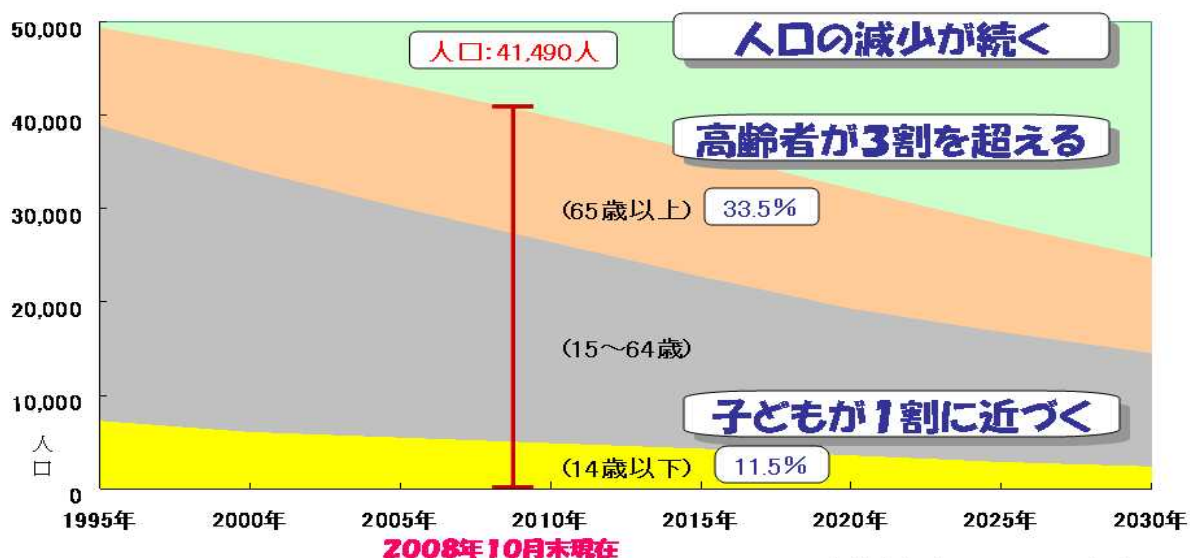
- 1 人口と世帯数
- 2 疾病の状況
- 3 健康診査の状況
- 4 早世と自殺
- 5 「健康かまいし21プラン」市民生活習慣状況調査結果

1 人口と世帯数

釜石市の人口は1960年代から減少が続き、平成17(2005)年は42,987人となっています。また、高齢化率は年々増加し、平成17年、65歳以上人口比率は31.2%と、県全体と比較し高率となっており、75歳以上の後期高齢者の割合も増加しています。

地域の現状

人口の移り変わり



1世帯あたりの人数

(住民基本台帳/年度末)



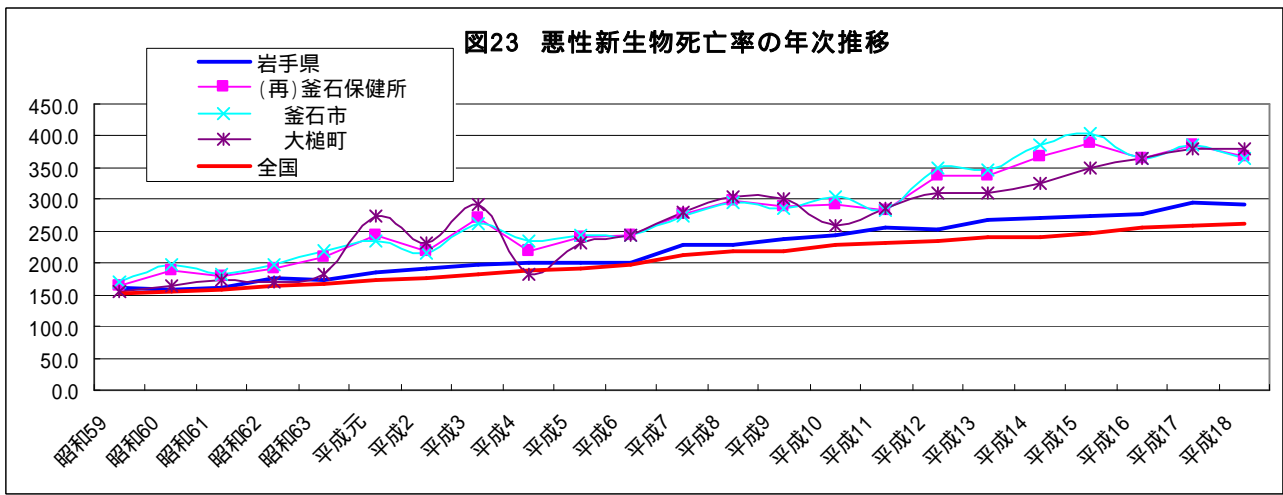
2 疾病の状況

高齢者の増加などを背景に、当市のがん（悪性新生物）や心疾患、脳血管疾患などの生活習慣病による死亡者数は年々増加傾向にあり、がん・心疾患・脳血管疾患の死亡率とも全国、岩手県を上回っています。

(1) がん

昭和56年から、「がん」がわが国の死因の第1位となり、死亡率は上昇し続けています。

当市は、がんによる死亡率が高い地域であり、県内最高位にあります。



資料：岩手県環境保健研究センター

(2) 脳血管疾患

脳血管疾患による死亡は、がん、心疾患に次ぎ3番目に多く、年齢調整死亡率（平成17年）では岩手県値を下回るものの、全国値に比較すると大きく上回っています。

性差別死亡率では、男性が女性よりも高率となっているが、性差別での岩手県値との比較では、女性が岩手県値を上回って推移している傾向にあります。（図1、2）

図1 脳血管疾患の年齢調整死亡率の推移【男】

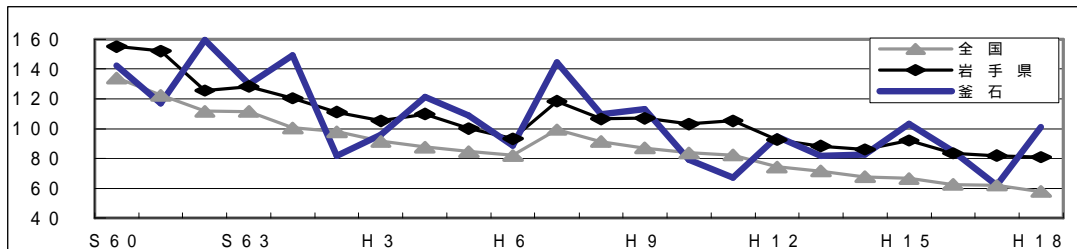
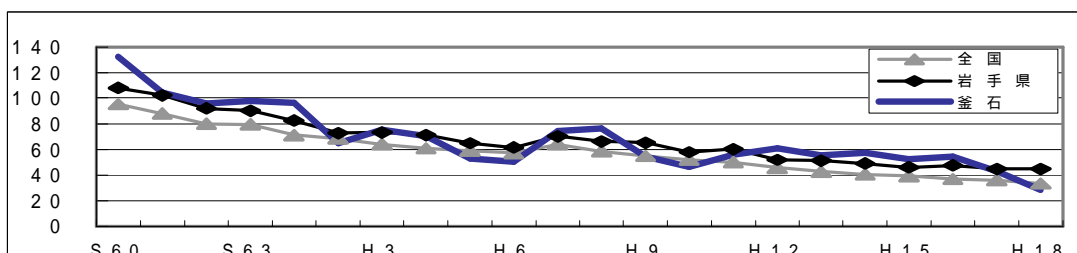


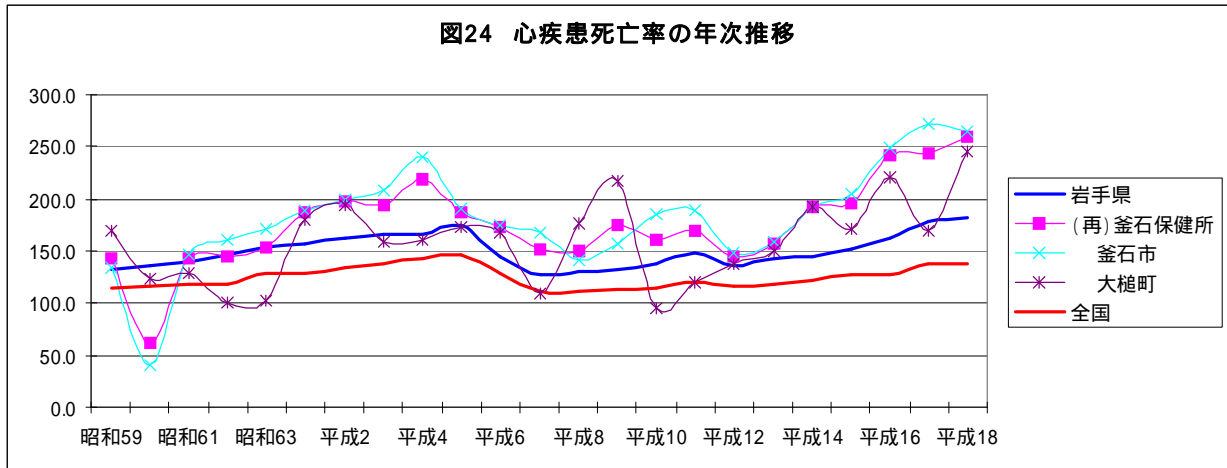
図2 脳血管疾患の年齢調整死亡率の推移【女】



資料：人口動態統計

(3) 心疾患

がんに次いで死亡率が高く、上昇傾向が続いています。



資料:岩手県環境保健研究センター

(4) 糖尿病

糖尿病は、高血圧症や脂質異常症等とともに、脳卒中や心疾患の重要な起因因子であり、さらに、糖尿病の合併症である糖尿病性網膜症、糖尿病腎症、糖尿病神経障害等の発症は、生活の質を著しく低下させるだけでなく、生命予後に大きく影響します。

平成18年度の基本健康診査の糖尿病関連の受診率は31.9%と、岩手県全体の44.7%に比べ低くなっています。

平成18年度基本健康診査 糖尿病有所見者数

	対象者 (a)	受診者数(b)	受診率 (b/a)	有所見者数 (c)	(再掲) 要指導	(再掲) 要医療	有所見率 (c/b)
全国	29,720,448	12,469,872	42.0 %	2,583,601	1,440,799	1,442,802	20.7 %
岩手県	408,470	182,618	44.7 %	54,244	34,499	19,745	29.7 %
釜石市	18,425	5,884	31.9 %	1,036	420	616	17.6 %

資料:地域保健・老人保健事業

(5) 生活習慣病有病者(平成19年5月医療機関診療分)

「医療制度大綱」における政策目標は、平成27年度には平成20年度と比較して生活習慣病有病者・予備群を25%減少させ、中長期的な医療費の伸びの適正化を図ることとされています。

(割合の母数は被保険者数)

男性

年代	被保険者数	生活習慣病 A~Eの合計		脳血管疾患 A		虚血性心疾患 B		糖尿病 C		高血圧 D		その他内分泌 E		人工透析	
		数	割合	数	割合	数	割合	数	割合	数	割合	数	割合	数	割合
20歳代以下	912	7	1%	0	0%	0	0%	1	0%	4	0%	2	0%	0	0%
30歳代	458	11	2%	1	0%	1	0%	2	0%	7	2%	0	0%	0	0%
40歳代	543	32	6%	0	0%	0	0%	6	1%	23	4%	3	1%	3	1%
50歳代	1,068	198	19%	17	2%	15	1%	34	3%	122	11%	10	1%	12	1%
60歳代	2,069	623	30%	74	4%	27	1%	96	5%	399	19%	27	1%	4	0%
70~74歳	1,355	459	34%	48	4%	24	2%	77	6%	277	20%	33	2%	0	0%
合計	6,405	1,330	21%	140	2%	67	1%	216	3%	832	13%	75	1%	19	0%

女性

年代	被保険者数	生活習慣病 A～Eの合計		脳血管疾患 A		虚血性心疾患 B		糖尿病 C		高血圧 D		その他内分泌 E		人工透析	
		数	割合	数	割合	数	割合	数	割合	数	割合	数	割合	数	割合
20歳代以下	911	4	0%	0	0%	0	0%	2	0%	0	0%	2	0%	0	0%
30歳代	385	8	2%	0	0%	0	0%	2	1%	2	1%	4	1%	0	0%
40歳代	451	32	7%	1	0%	1	0%	4	1%	16	4%	10	2%	2	0%
50歳代	1,082	208	19%	15	1%	5	0%	27	2%	134	12%	27	2%	5	0%
60歳代	2,691	861	32%	73	3%	26	1%	75	3%	580	22%	107	4%	5	0%
70～74歳	1,725	731	42%	72	4%	17	1%	85	5%	471	27%	86	5%	0	0%
合計	7,245	1,844	25%	161	2%	49	1%	195	3%	1,203	17%	236	3%	12	0%

総数

年代	被保険者数	生活習慣病 A～Eの合計		脳血管疾患 A		虚血性心疾患 B		糖尿病 C		高血圧 D		その他内分泌 E		人工透析	
		数	割合	数	割合	数	割合	数	割合	数	割合	数	割合	数	割合
20歳代以下	1,823	11	1%	0	0%	0	0%	3	0%	4	0%	4	0%	0	0%
30歳代	843	19	2%	1	0%	1	0%	4	0%	9	1%	4	0%	0	0%
40歳代	994	64	6%	1	0%	1	0%	10	1%	39	4%	13	1%	5	1%
50歳代	2,150	406	19%	32	1%	20	1%	61	3%	256	12%	37	2%	17	1%
60歳代	4,760	1,484	31%	147	3%	53	1%	171	4%	979	21%	134	3%	9	0%
70～74歳	3,080	1,190	39%	120	4%	41	1%	162	5%	748	24%	119	4%	0	0%
合計	13,650	3,174	23%	301	2%	116	1%	411	3%	2,035	15%	311	2%	31	0%

資料：岩手県保険者協会

3 健康診査の状況

国民総医療費の約3分の1、死亡原因の約6割（平成16年度国民医療費）を生活習慣病が占めています。釜石市でも国民健康保険の総医療費に対する生活習慣病の割合が平成18年は約37%となっており、生活習慣病の予防が大きな課題となっています。

これまでの健診は、病気の早期発見・早期治療が目的でしたが、平成20年度から始まった特定健診は、それぞれの医療保険者が40歳～74歳の人を対象にした生活習慣病予防のための健診をします。

75歳以上の人は長寿医療制度（後期高齢者医療制度）が実施する健診になります。

特定健診の項目

- * 問診
- * 身体計測（身長・体重・腹囲・BMI）
- * 血圧測定
- * 血液検査（脂質検査・肝機能検査・血糖検査）
- * 尿検査

医師が必要と認めた場合には、貧血検査を追加します。

65歳以上の人は、このほかに「介護予防」に関する検査項目が増える場合があります。

長寿医療制度（後期高齢者医療制度）に加入している人は、「腹囲測定」はありません。

BMI：肥満度を表す指数

（計算方法）
 $\text{BMI} = \frac{\text{体重 (kg)}}{\text{身長 (m)}^2}$
 25以上...肥満
 18.5以上25未満...標準
 18.5未満...やせ

標準体重 BMIの値22

釜石市における平成 17 年度の基本健康診査の受診率は 29.9%と岩手県平均の 46.2%、全国の 43.8%を下回っています。

基本健康診査受診者と検査結果状況

	対象者	受診者数	受診率	血圧		総コレステロール			糖尿病			
				受診者数	有所見者数 (軽度・中等 度・重症)	有所見率	受診者数	有所見者数 (要指導・ 要医療)	有所見率	受診者数	有所見者数 (要指導・ 要医療)	有所見率
岩手県	398,422	183,904	46.2%	176,277	52,636	29.9%	174,736	62,963	36.0%	176,110	44,765	25.4%
釜石圏域	24,299	7,626	31.4%	7,626	1,921	25.2%	7,626	2,543	33.3%	7,626	1,481	19.4%
釜石市	18,699	5,583	29.9%	5,583	1,240	22.2%	5,583	1,708	30.6%	5,583	895	16.0%
大槌町	5,600	2,043	36.5%	2,043	681	33.3%	2,043	835	40.9%	2,043	586	28.7%

資料:地域保健・老人保健事業報告

特定健診の結果、メタボリックシンドローム該当者及び予備群と判定された人には、生活習慣改善のための特定保健指導が各医療保険者において行われます。

長寿医療制度（後期高齢者医療制度）に加入している人には「腹囲測定」のほか「特定保健指導」はありません。

基本健康診査（平成 20 年度からは特定健康診査）、各種がん検診の受診率が低い状況です。

平成 20 年度釜石市健診結果集計（国保 40 歳～74 歳/後期高齢者/生活保護受給者）

対象者数	受診者数	受診率	血圧		BMI		血糖	
			有所見者数	有所見率	有所見者数	有所見率	有所見者数	有所見率
17,337	5,357	30.9%	2,335	43.6%	1,976	36.9%	644	12.0%

資料:岩手県保健予防協会

4 早世と自殺

(1) 早世の割合の推移

早世率（65 歳未満で死亡する人の割合）も全国や県全体よりも高い状況にあります。

平成 12 年・平成 17 年の平均寿命を比較すると、男性は、1.5 歳短縮して県内最下位となり、女性は 1.5 歳延伸しましたが、下位 3 位です。

男性の早世の割合が高い。

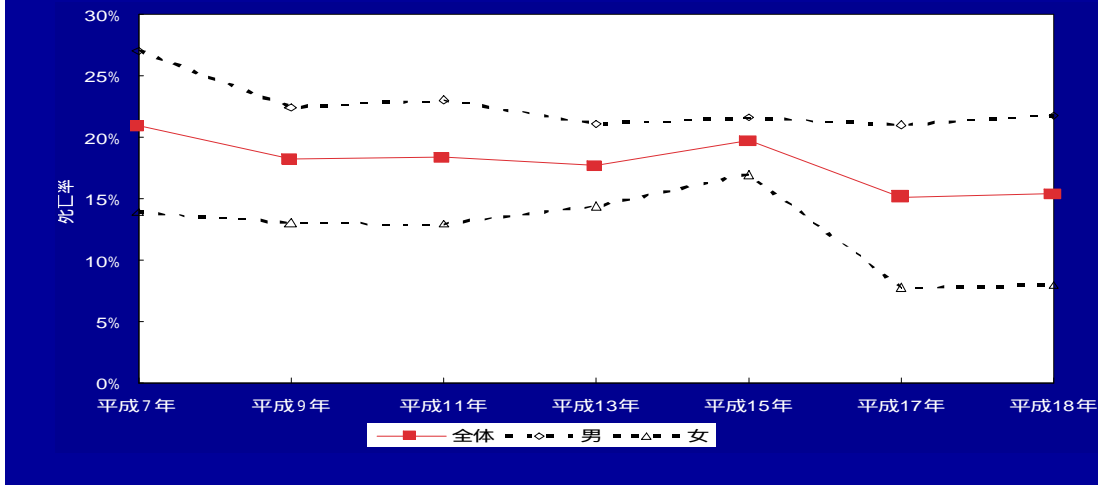
年齢調整死亡率は、県内で最も高い。この傾向は、沿岸・県北にも共通します。

* 平均寿命：ある集団に生まれた人間が平均して何年生きられるかの期待値であり、0 歳児の平均余命

* 年齢調整死亡率：人口規模や年齢が異なる地域の死亡数を比較するため補正した指標

性別	平成 12 年	平成 17 年	増減	伸び率
男	77.5 歳（県内 13 位）	76.0 歳（県内最下位）	1.5 歳	1.94%
女	83.1 歳（県内最下位）	84.6 歳（県内 33 位）	1.5 歳	1.81%

図 早世の割合の推移



資料:岩手県環境保健研究センター

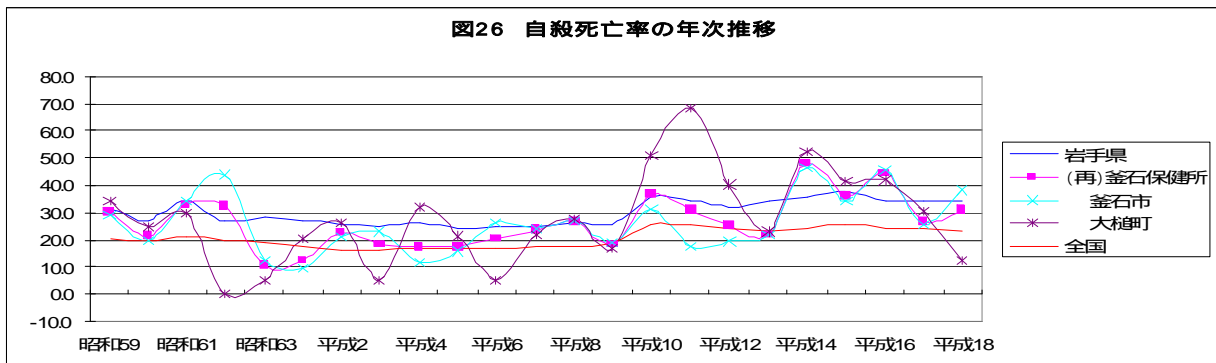
(2) 自殺死亡の推移

男性の自殺による死亡割合が高い地域であり、県内では久慈地域に次いで第2位となっています。

岩手県は、全国と比較して自殺による死亡率が高く、秋田県に次いで全国第2位という状況です。

自殺による死亡率が高い傾向は、北東北地方にも共通している課題です。

自殺者には、うつ病などの精神障害が多く認められます。



資料:岩手県環境保健研究センター

5 「健康かまいし 21 プラン」市民生活習慣状況調査結果

《市民生活状況調査の概要》

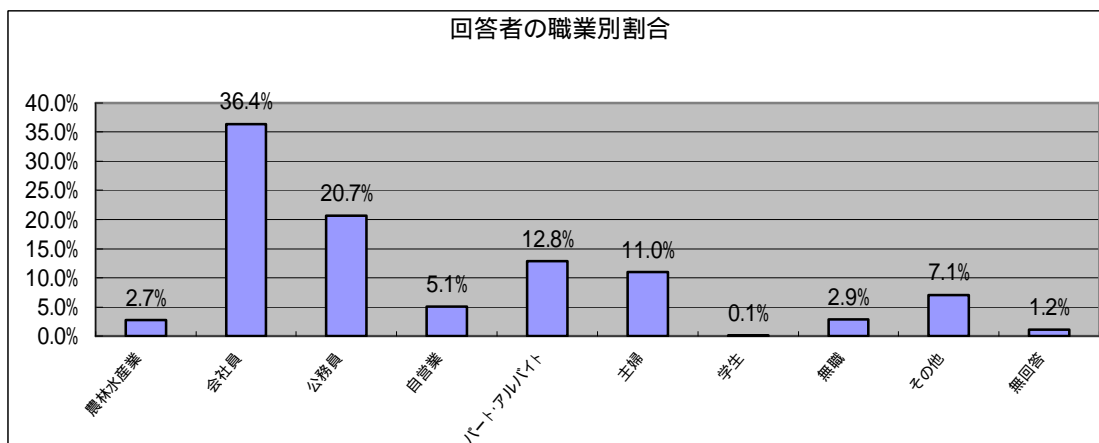
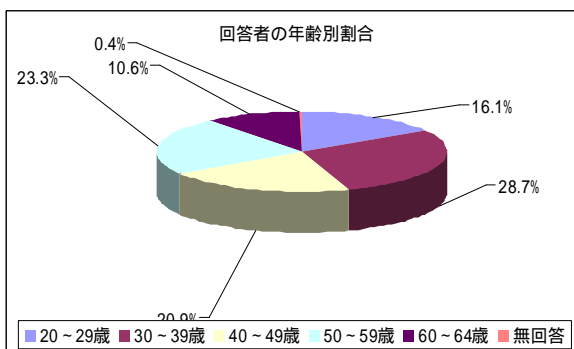
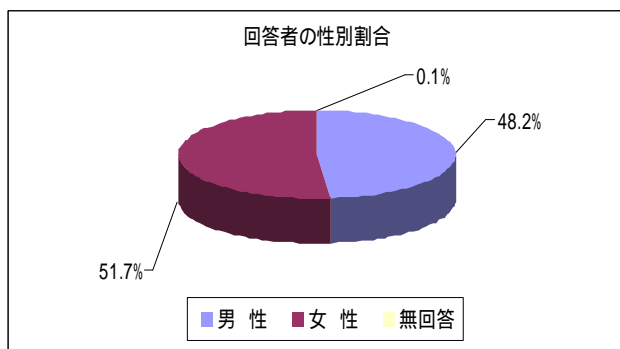
「健康かまいし 21 プラン」の改定にあたり、平成 20 年 10 月 20 日（月）から平成 20 年 11 月 14 日（金）の期間で、市保健師等による対面、聞き取りを主方法として、生活習慣や健康管理、健康づくりに関する状況等を把握するため、プラン策定時と同内容（健診の名称等変更あり）の「市民生活習慣状況調査」を実施し、764 名から回答を得ました。

（調査項目）

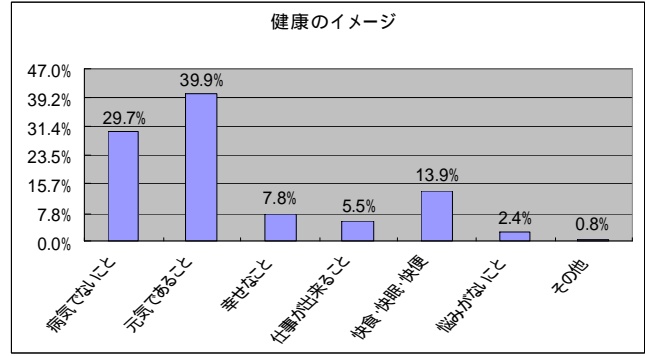
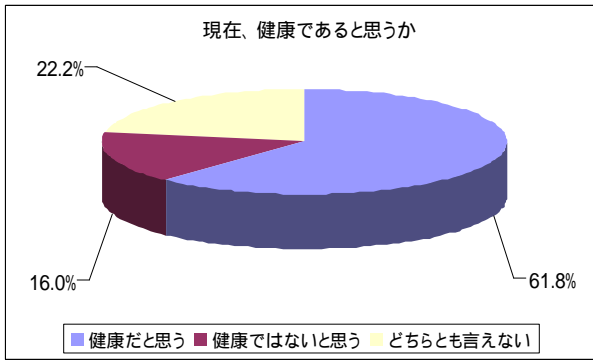
健康に関する意識 栄養 運動 喫煙や禁煙に関する意識
 飲酒の状況 歯科に関する意識 がん検診の受診状況
 循環器検診の受診状況・循環器疾患に関する意識 糖尿病
 救急法 交通ルール 心の健康に関する意識

（回答者 764 名の内訳）

	20～29 歳	30～39 歳	40～49 歳	50～59 歳	60～64 歳	無回答 (人)	計(人)
男 性	55	100	77	99	37	0	368
女 性	68	118	83	79	44	3	395
不 明		1					1
計(人)	123	219	160	178	81	3	764

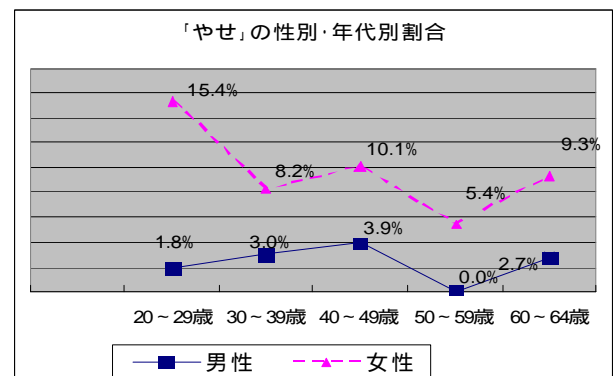
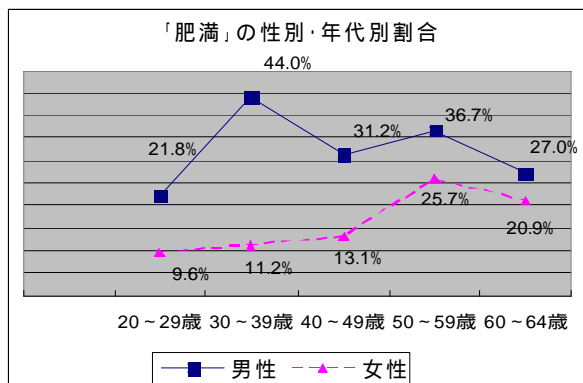
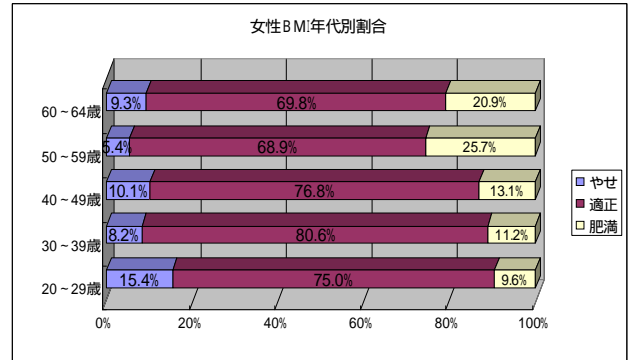
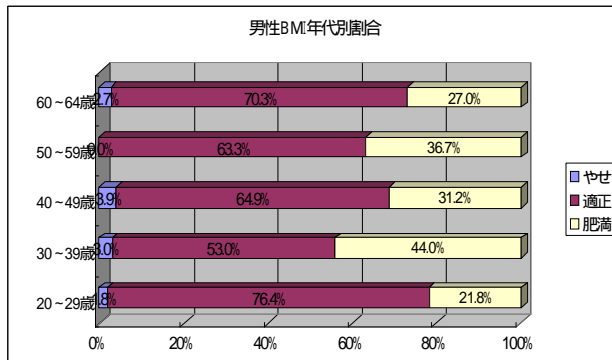


健康観について



県民生活習慣実態調査（H16 県保健衛生課）での岩手県の「健康だと思う人」の割合40.9%と比較すると20.9% 上回っています。

「健康のイメージ」は「元気であること」が最も多く、次いで「病気でないこと」であり、合わせて約7割を占めています。

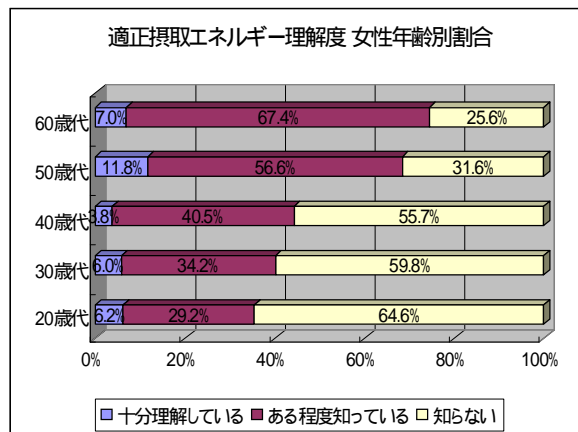
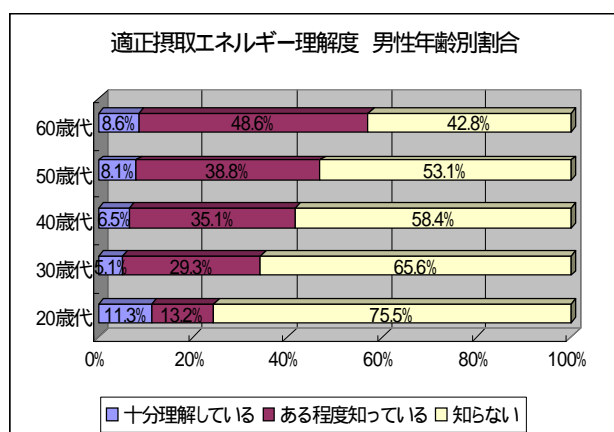
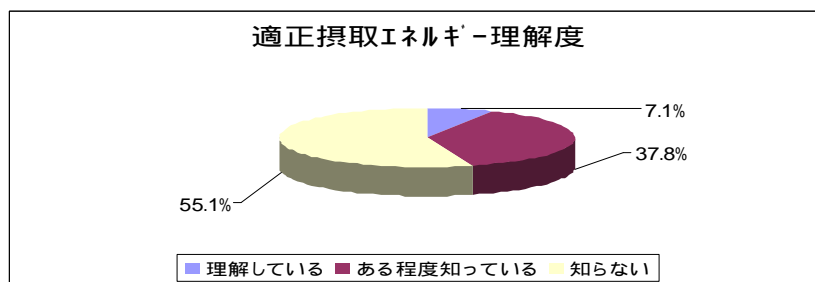


男女ともすべての年代で「適正」の割合が最も多い。

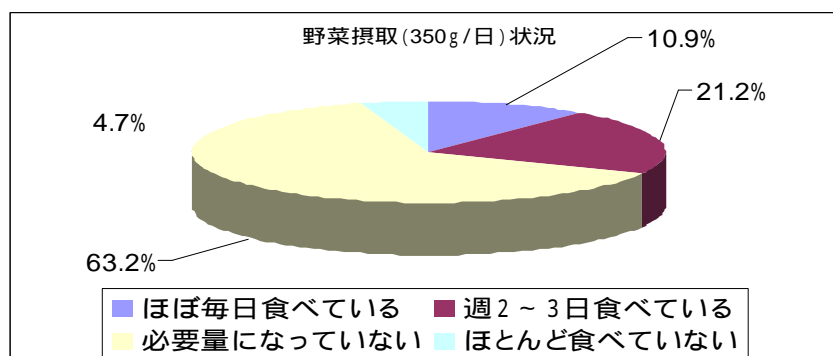
「肥満」の割合は男性の30歳代では4割を超えており、女性では50歳代から20%を超えています。すべての年代において、男性の「肥満」の割合が女性の割合を上回っています。

「やせ」の性別・年代別割合を比較すると、すべての年代において女性の割合が男性の割合を上回っています。

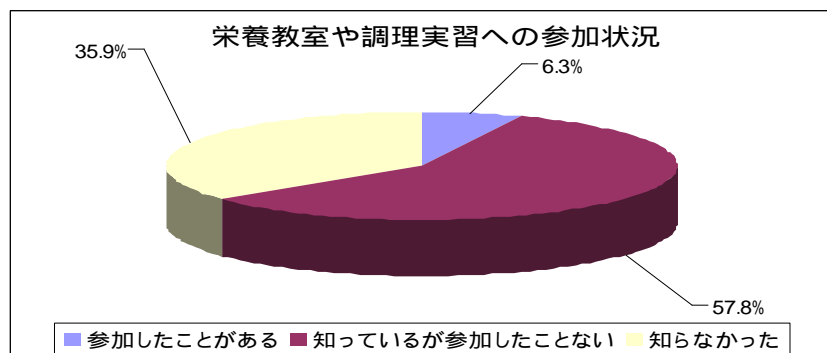
栄養に関する知識や取り組みについて



「十分理解している」と「ある程度知っている」を合わせると44.9%ですが、「知らない」の55.1%を下回っています。



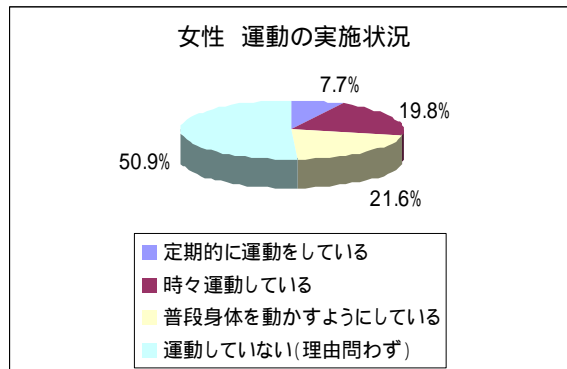
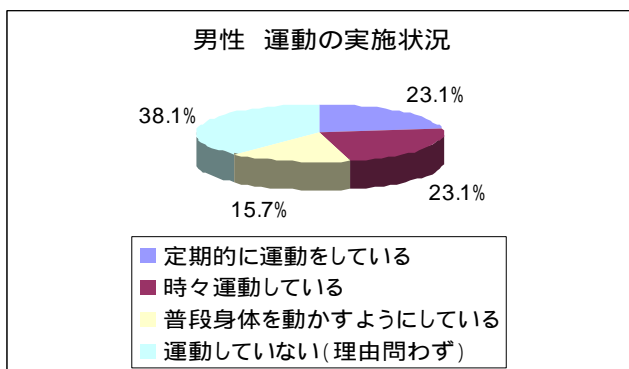
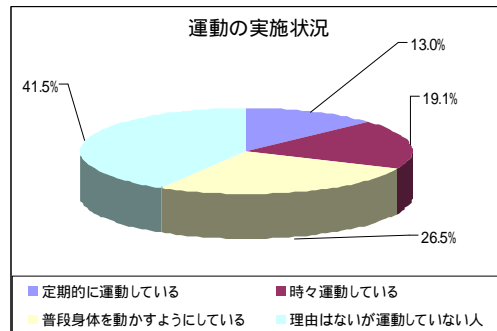
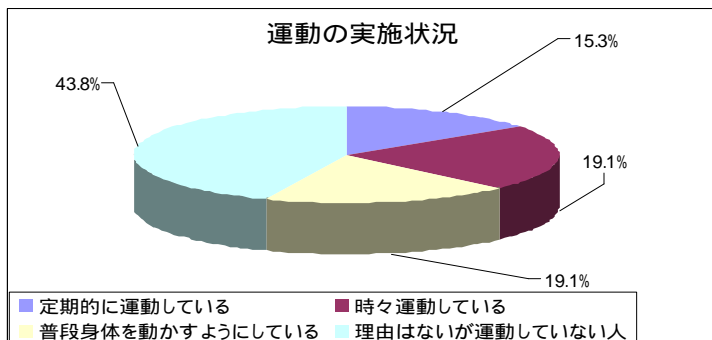
(1日に必要な野菜の量 350g)「食べてはいるが、必要量になっていない」と答えた人が最も多く63.2%です。



「知っているが参加したことはない」と「知らなかった」と答えた人を足すと9割を超える人が「講習会」に参加したことがない状況です。

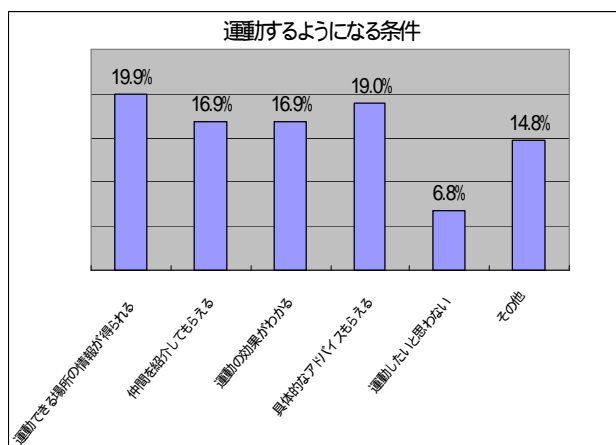
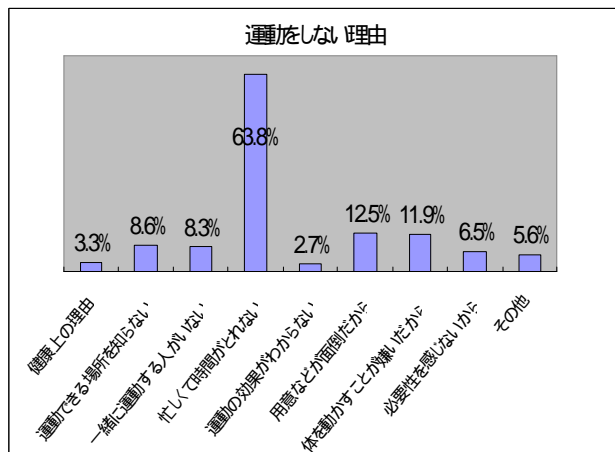
運動の状況について

《参考》H14 市民生活習慣状況調査



「健康上の理由はない」が「ほとんど運動をしていない」と答えた人の割合が最も多く、43.8%です。

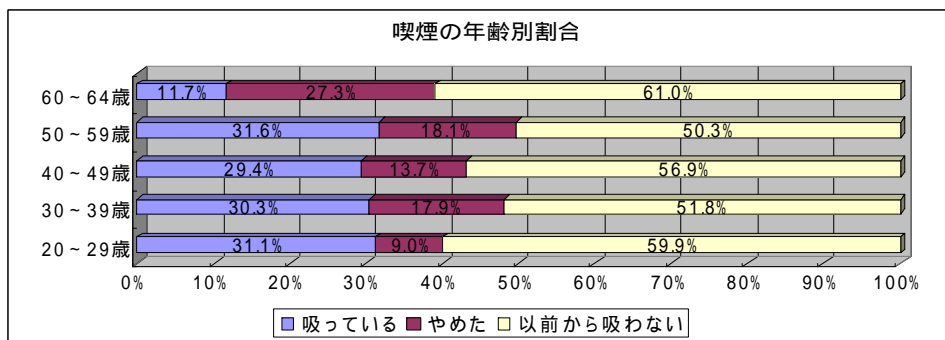
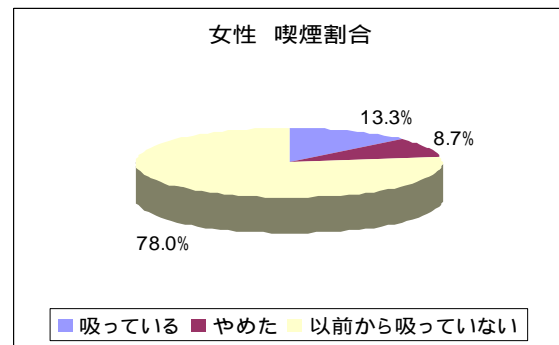
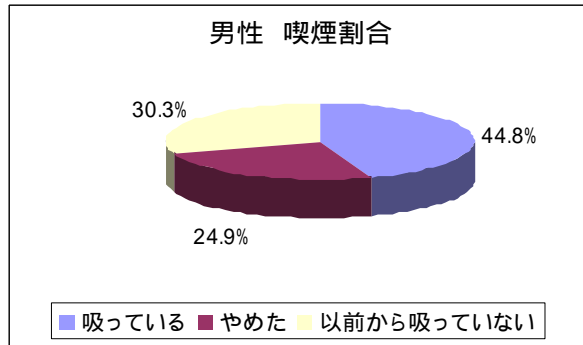
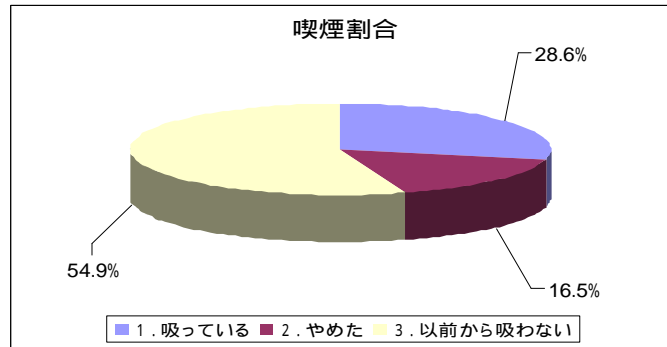
「(理由を問わず)ほとんど運動をしていない」と答えた人の割合は、年齢別では男女とも30歳代が最も多い結果です。



複数回答ではあるが、「運動をしない理由」に、6割を超える人が「忙しくて時間がとれない」をあげています。

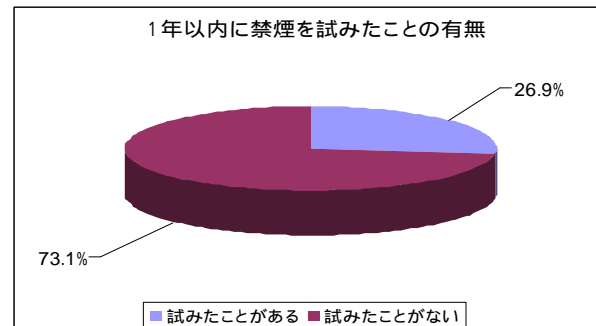
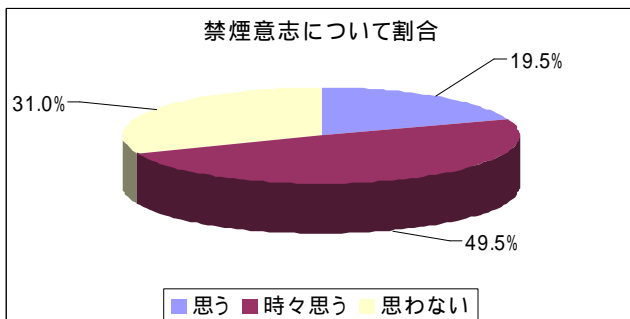
「運動するようになる条件」では、「運動できる場所を紹介してもらえる」「仲間を紹介してもらえる」「運動の効果がわかる」「具体的なアドバイスが増える」などそれぞれ16%~20%の人が考えています。また、「運動したいと思わない」という人も6.8%います。

喫煙の状況について



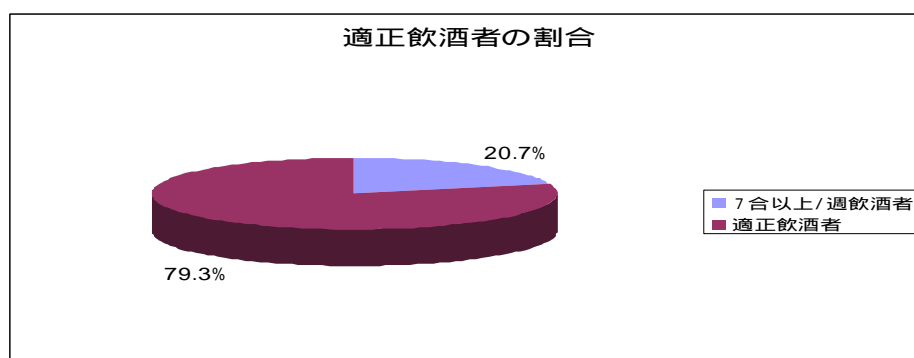
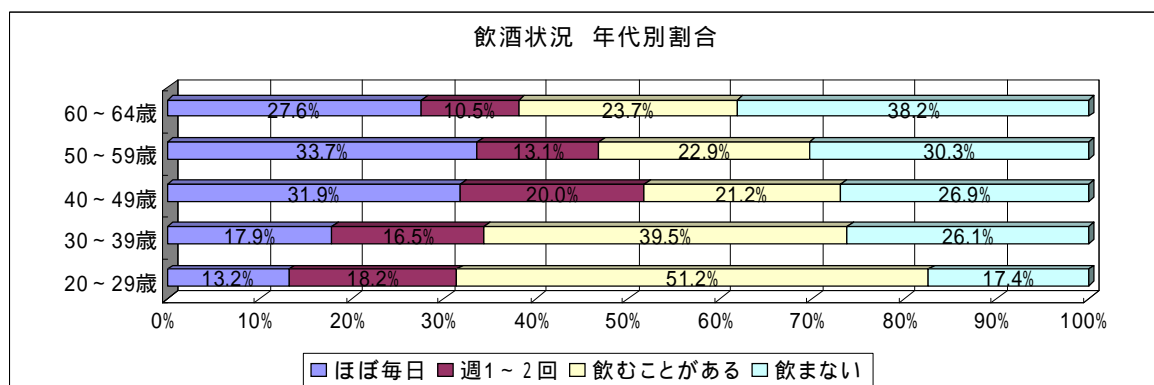
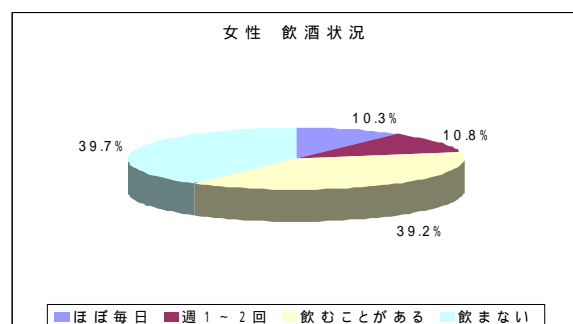
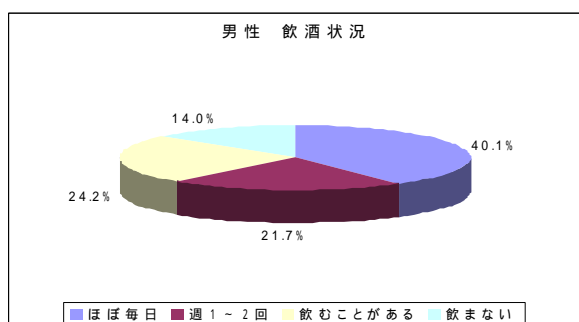
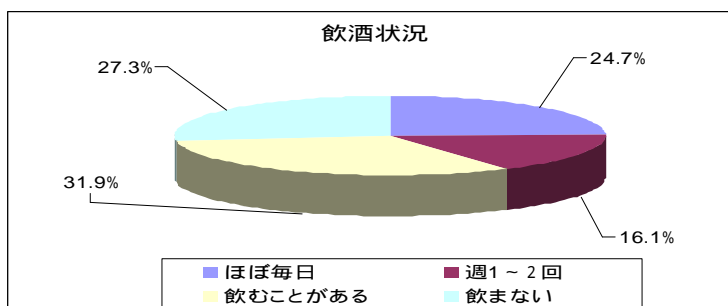
喫煙率は28.6%となっており、県民生活習慣実態調査（H16 県保健衛生課）での岩手県の「成人の喫煙率」23.5%（男性43.9%、女性7.8%）と比較すると、5.1%（男性0.9%、女性5.5%）上回っています。

年代ごとの喫煙率は、60歳以外でほぼ3割である。全年代で「以前から吸わない」と答えた人が5割を超えています。



喫煙者のうち「やめたい」と思っている人の割合は「思う」「時々思う」を合わせると69.0%である。喫煙者のうちで、1年以内に禁煙を試みたことがある人の割合は26.9%です。

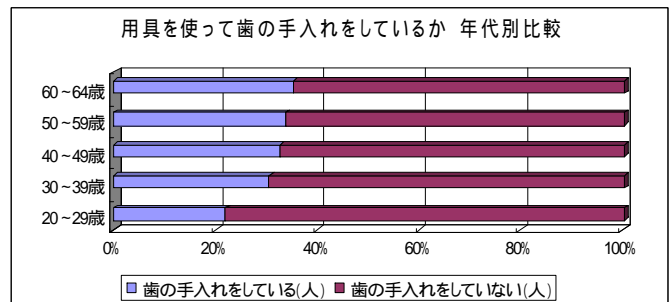
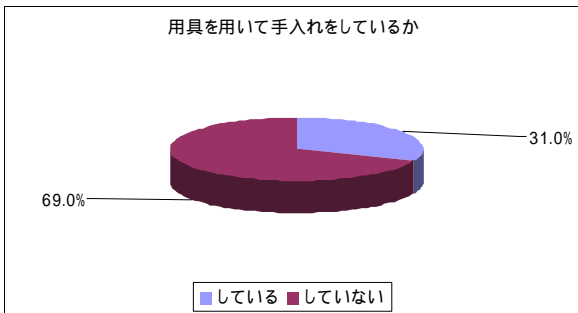
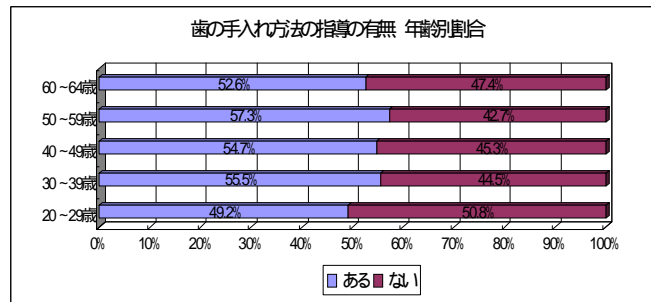
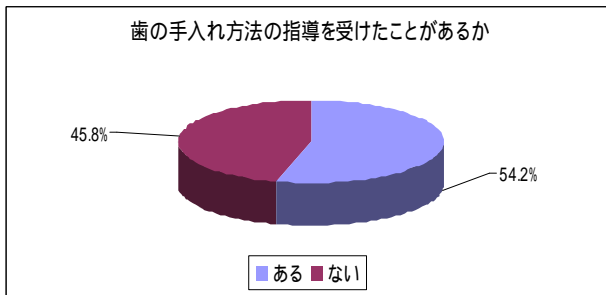
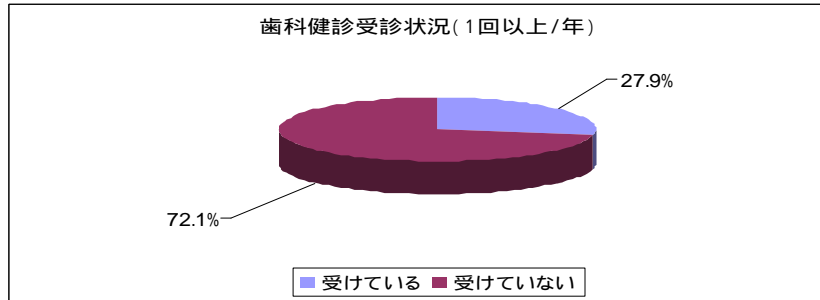
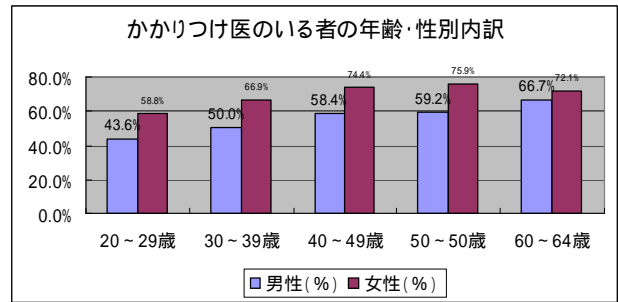
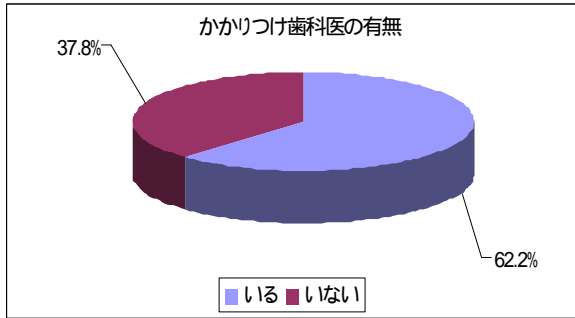
飲酒の状況について



(「健康かまいし21プラン」策定時、「適正飲酒者」を「週7合未満」と定義)

「ほぼ毎日飲酒」と答えた人の割合が24.7%、「週1~2回飲酒」が16.1%です。
 プラン策定時の(H14)市民生活習慣状況調査では、「適正飲酒者(週0~7合)の割合」が87.6%であったので、比較すると8.3%少なくなっています。

歯の健康について



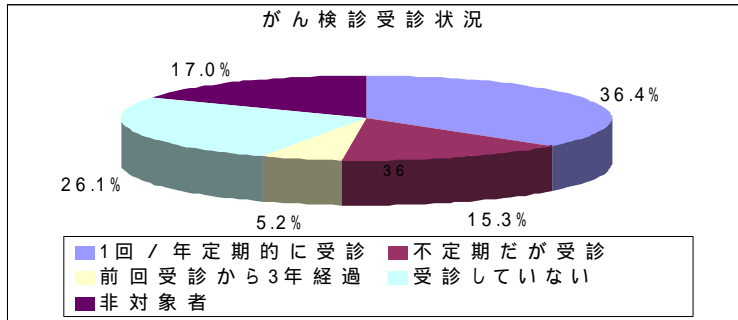
「かかりつけ歯科医のいる」人の割合は、プラン策定時の（H14）市民生活習慣状況調査では、56.0%であったので、比較すると6.2%高くなっています。「かかりつけ歯科医」のいる人の内訳を年齢・性別で見ると、どの年齢でも女性が多い結果です。

「年に1回以上歯科健診を受けている」人の割合も比較すると、18.3%から27.9%と9.6%高くなっています。

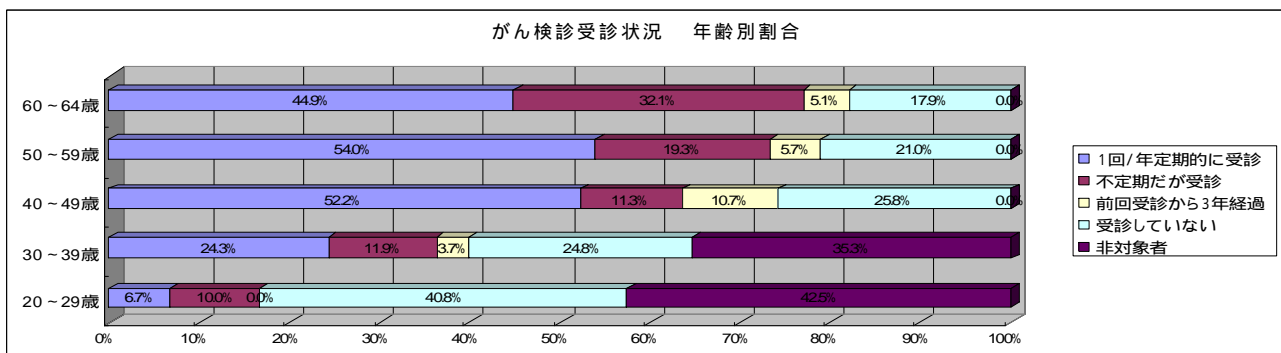
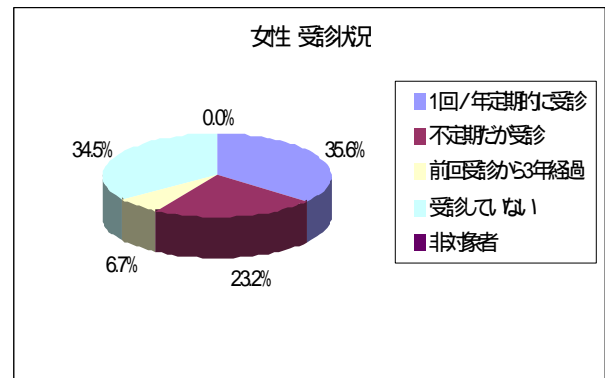
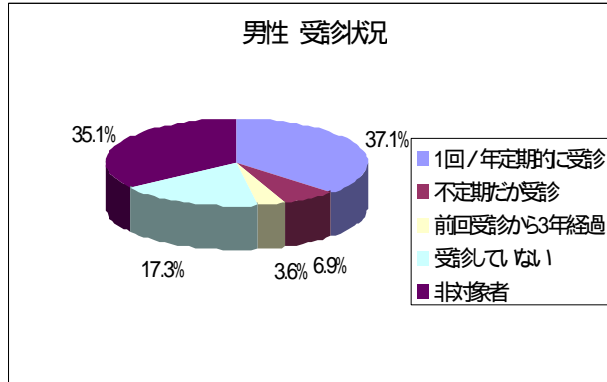
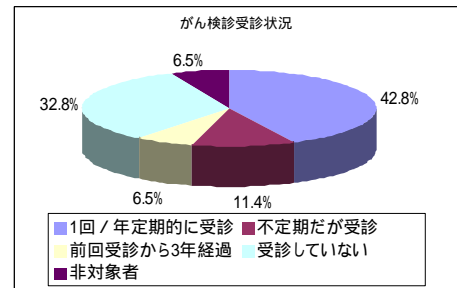
「歯の手入れ方法の指導」について年齢別で見ると、20歳代以外では「指導を受けたことがある」と答えた人が50%を超えています。

年代が高くなるにつれて「（糸ようじや歯間ブラシなど）用具を使って歯の手入れをしている」人の割合が高い結果です。

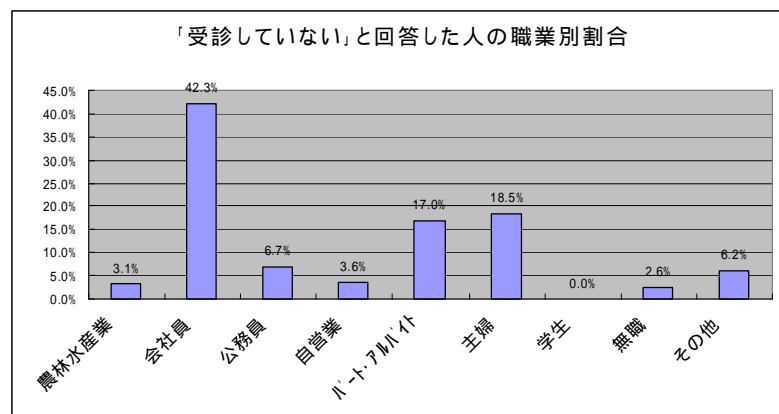
がん検診の受診状況について



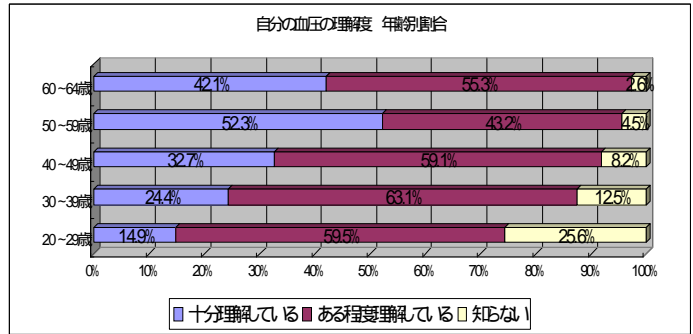
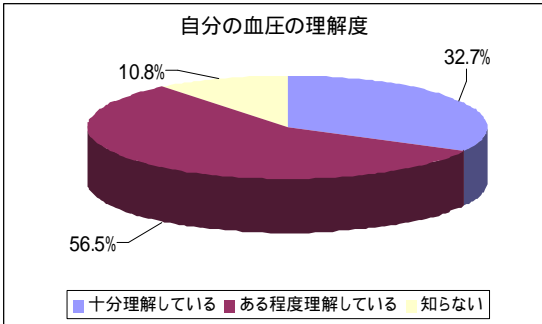
《参考》H14 市民生活習慣状況調査



「年に1回は定期的に受診している」と答えた人の割合が、36.4%で最も多かったが、プラン策定時の（H14）市民生活習慣状況調査では、42.8%であったので、比較すると6.4%低くなっています。

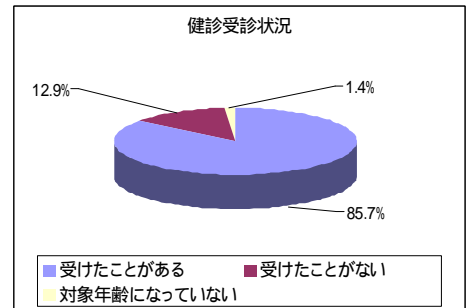
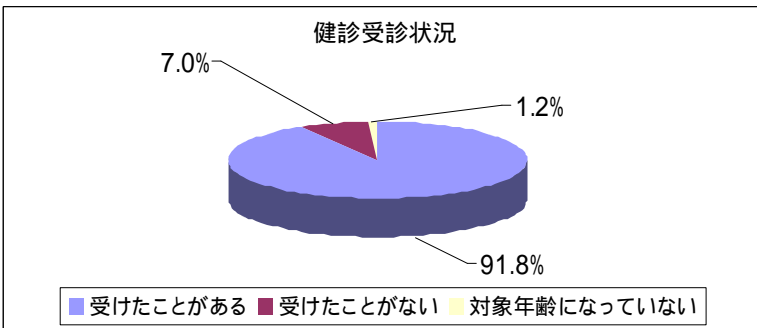


循環器疾患に関することについて

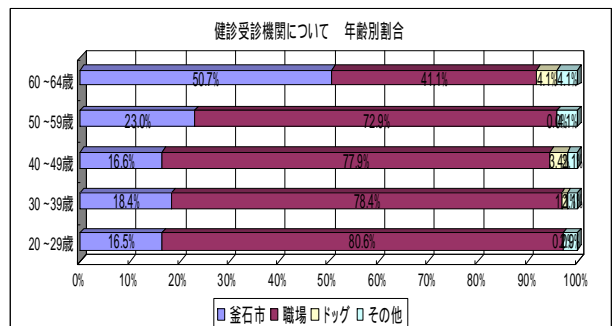
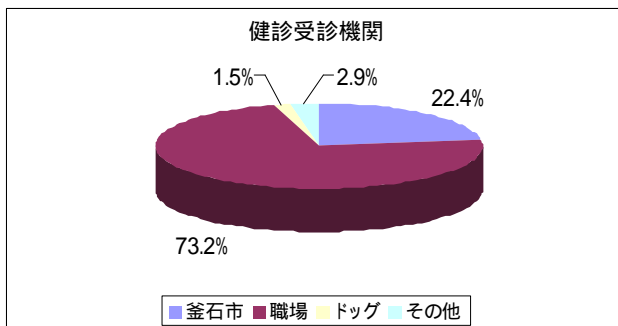
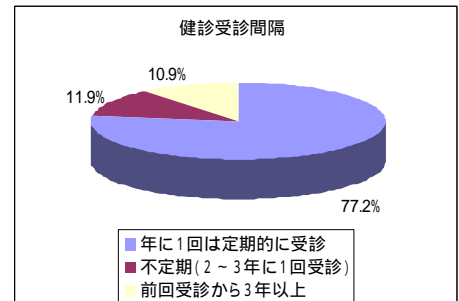
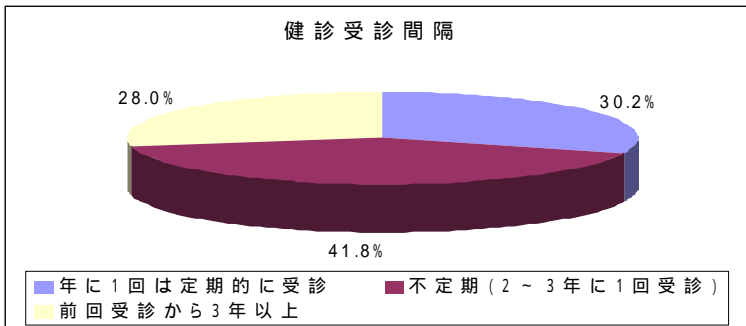


「ある程度理解している」と「十分理解している」を足すと、約9割の人が自分の血圧を理解しています。どの年代でも「ある程度理解している」と答えた人の割合が最も多い。「知らない」と答えた人の割合が一番多かったのは20歳代です。

《参考》H14 市民生活習慣状況調査

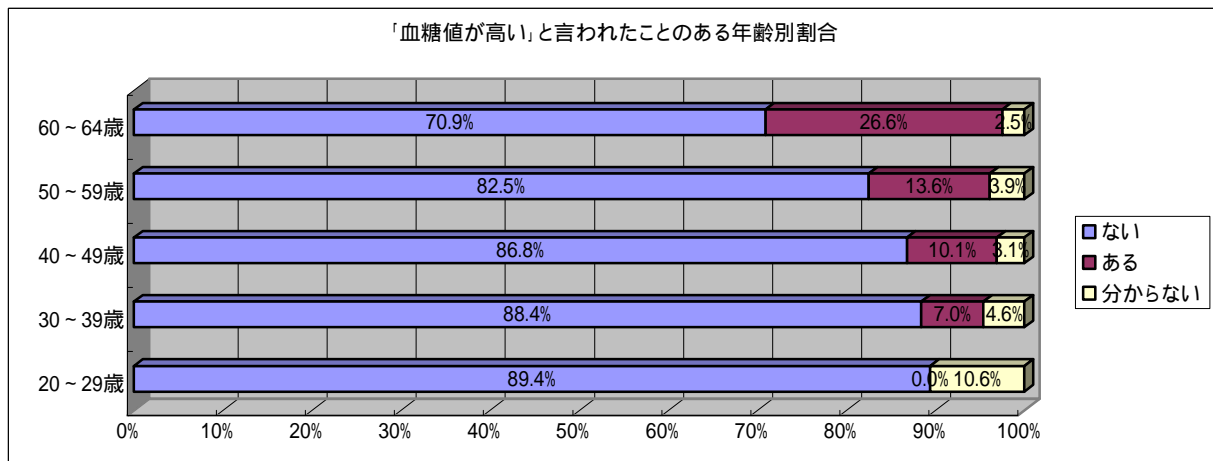
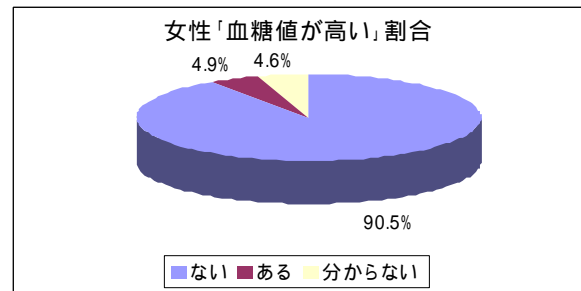
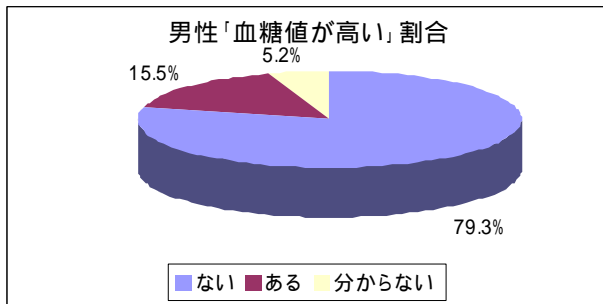
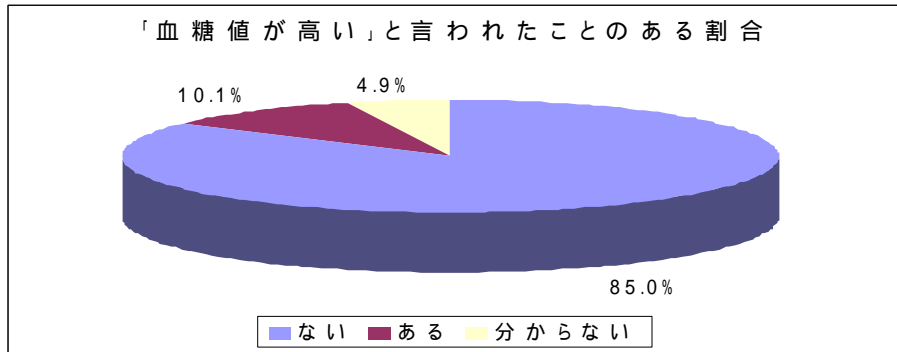


《参考》H14 市民生活習慣状況調査



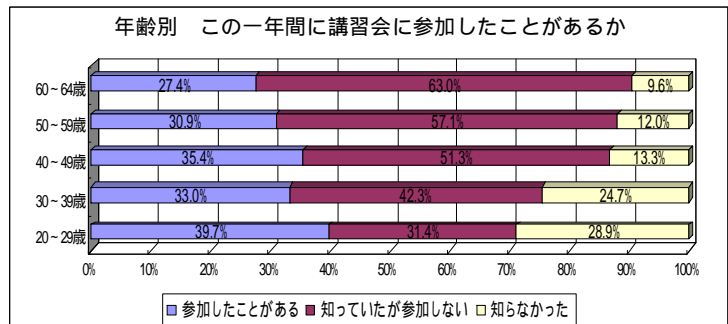
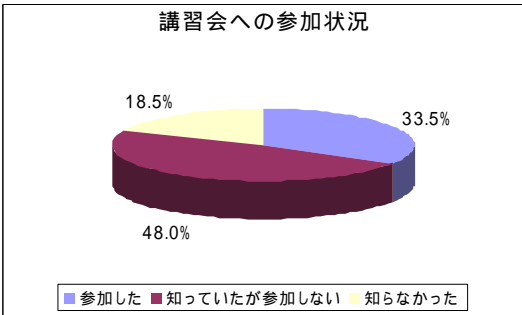
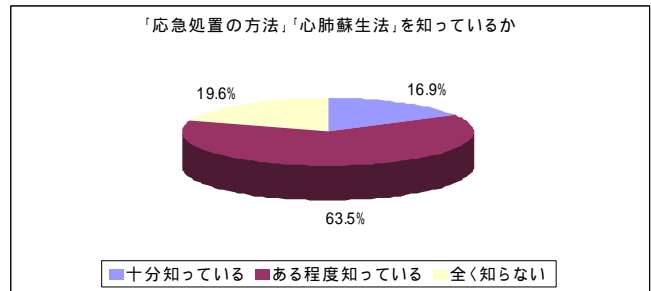
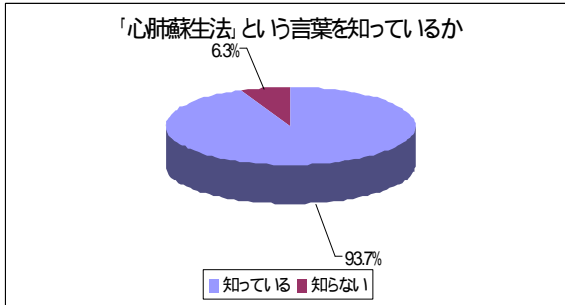
「健診を受けたことがある」人の割合は9割を超えています。(H14)市民生活習慣状況調査より6.1%上回っていますが、「年に1回は定期的に受診している」人の割合は(H14)市民生活習慣状況調査の値と比較すると大幅に下回っています。

糖尿病について

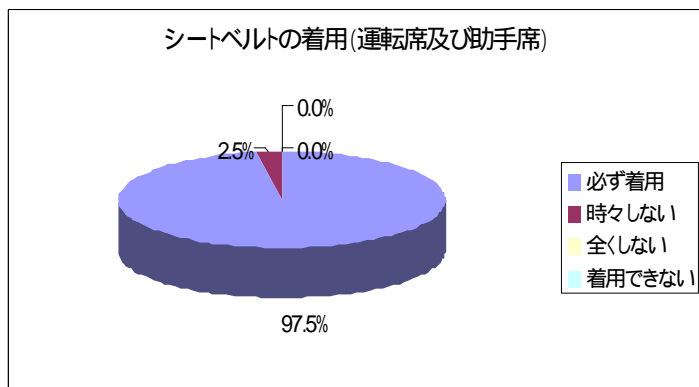


「血糖値が高い」と言われたことのある人の割合は、年代が上がるにつれて高い結果です。

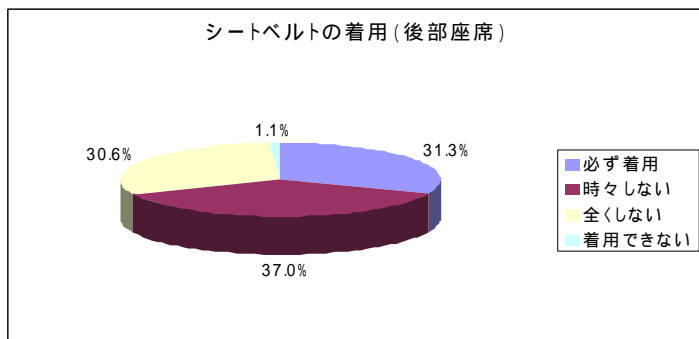
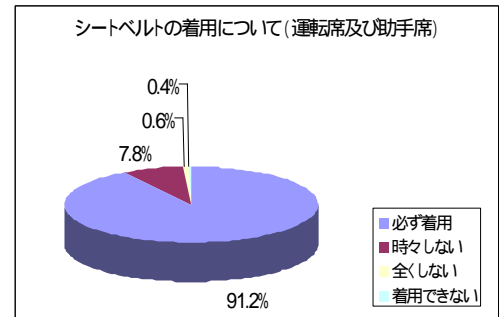
救急法・交通ルールについて（不慮の事故対策）



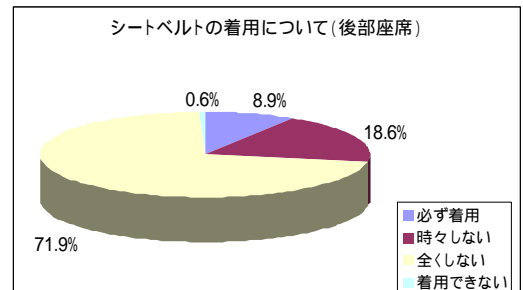
「心肺蘇生法」という言葉を知っていると答えた人は9割を超えていますが、講習会への参加の割合は約3割です。応急処置や心肺蘇生法については、企業や地域における講習会への参加を促し、一層の普及を図る必要があります。



《参考》H14 市民生活習慣状況調査

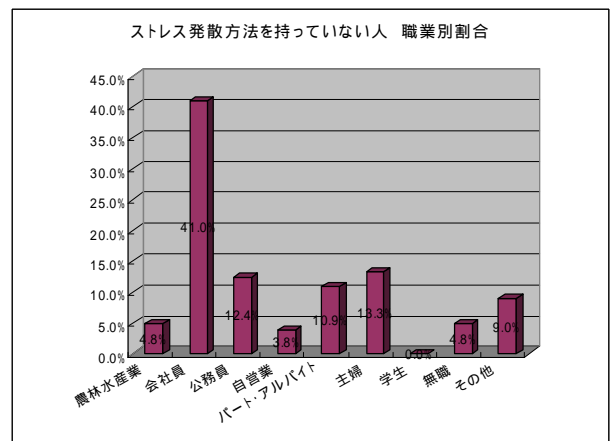
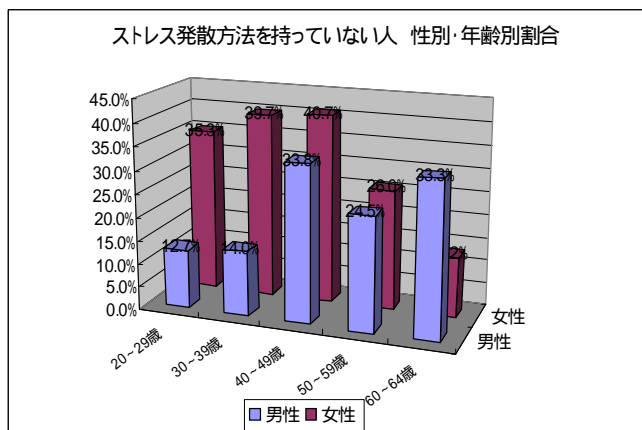
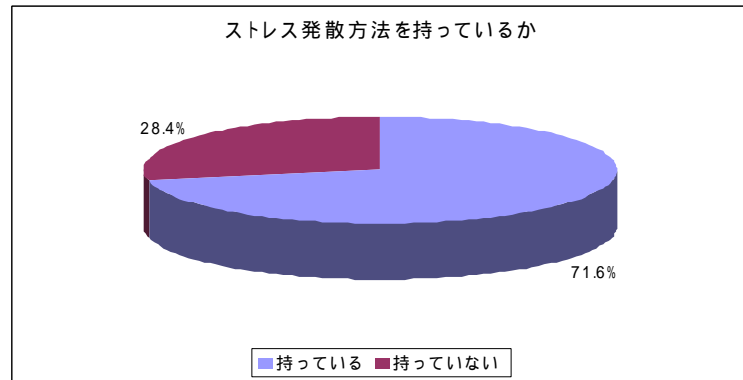


《参考》H14 市民生活習慣状況調査

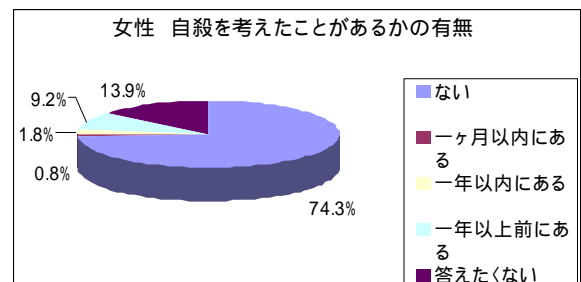
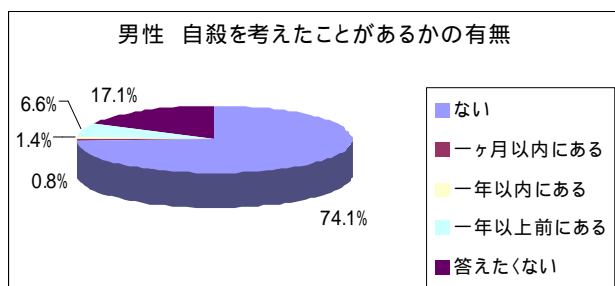
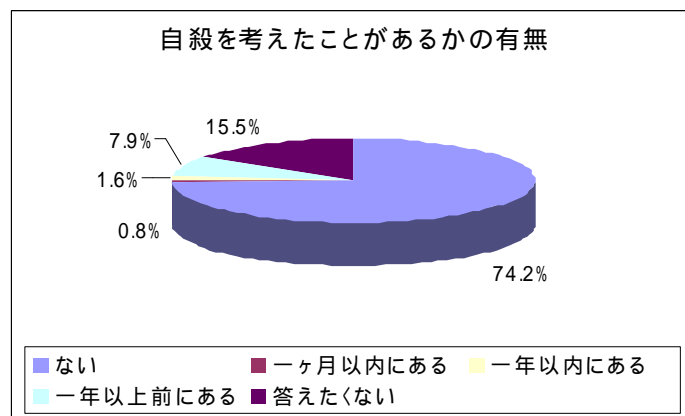


「運転席及び助手席でシートベルトを必ず着用する」と答えた人の割合は、（H14）市民生活習慣状況調査より6.3%上回っています。「後部座席で必ず着用する」と答えた人の割合も策定時より22.4%増加しています。「全くしない」と答えた人の割合は、策定時より41.3%少なくなっています。

XI 心の健康について

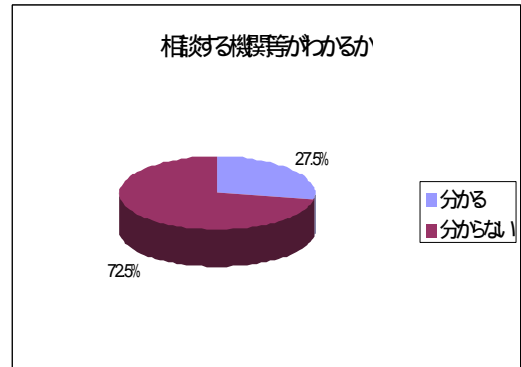
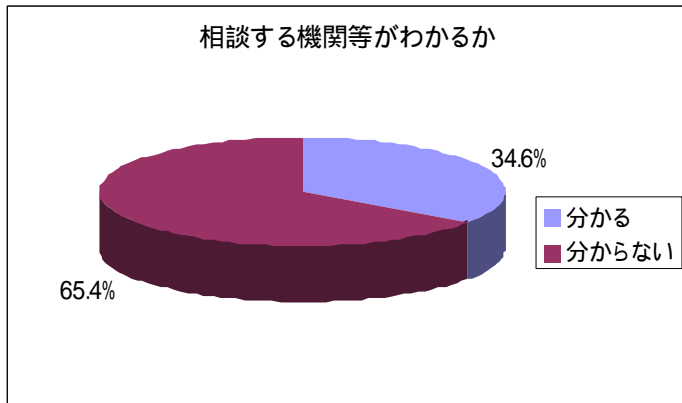


「ストレス発散方法を持っていない」と答えた人の割合は、60歳代以外の年代では女性の方が多い。



「自殺を考えたことがない」と答えた人の割合は、(H14)市民生活習慣状況調査では77.3%であり、3.1%減少しています。

《参考》H14 市民生活習慣状況調査



「相談する機関等が分かる」と答えた人は34.6%です。（H14）市民生活習慣状況調査より7.1%増加しています。

参考資料 1 「健康かまいし 21 プラン」中間評価・中間見直しの経過

年月日	会議の名称等	主な内容
H16. 9 .27	平成 16 年度釜石市健康づくり推進協議会	プランの推進検討・保健事業計画等検討
H17. 9 .27	平成 17 年度釜石市健康づくり推進協議会	プランの推進検討・保健事業計画等検討
H18. 9 .29	平成 18 年度釜石市健康づくり推進協議会	保健事業計画等検討
H19.10.12	平成 19 年度釜石市健康づくり推進協議会	保健事業計画等検討
H20.10.20 ~ H20.11.14	「健康かまいし 21 プラン」市民生活習慣状況調査	
H20.10.21	第 1 回(庁内)健康かまいし 21 プラン見直し検討会	プラン中間評価・中間見直し(素案)検討
H20.12.15	「釜石市健康づくりの集い」担当者会議	プラン中間評価・中間見直し(素案概要)説明
H20.12.22	第 2 回(庁内)健康かまいし 21 プラン見直し検討会	プラン中間評価・中間見直し(素案)検討
H20.12.22 ~ H21. 1 .23	関係団体等によるプラン中間評価・中間見直し(素案)検討	
H21. 1 .14	第 3 回(庁内)健康かまいし 21 プラン見直し検討会	プラン中間評価・中間見直し(素案)検討
H21. 1 .23	平成 20 年度第 1 回釜石市健康づくり推進協議会	プラン中間評価・中間見直し(素案)検討
H21. 2 . 4 ~ H21. 3 . 5	パブリックコメント	
H21. 3 .10 (予定)	第 4 回(庁内)健康かまいし 21 プラン見直し検討会	プラン中間評価・中間見直し(素案パブリックコメント結果)検討
H21. 3 .10 (予定)	平成 20 年度第 2 回釜石市健康づくり推進協議会	プラン中間評価・中間見直し(素案パブリックコメント結果)検討
H21. 3 .末	健康かまいし 21 プラン策定	

参考資料 2

釜石市健康づくり推進協議会要綱

平成12年3月27日
告示第31号

(設置)

第1 釜石市の生涯を通じた健康づくり対策を総合的に推進するため、釜石市健康づくり推進協議会(以下「協議会」という。)を設置する。

(所掌事項)

第2 協議会の所掌事項は、次のとおりとする。

- (1) 健康づくりに関する保健活動の総合的な審議企画に関すること。
- (2) 「健康かまいし21プラン」の検討に関すること。
- (3) 健康づくりに関する知識の啓蒙普及に関すること。
- (4) 保健活動地区組織の育成に関すること。
- (5) その他前各号に準ずる事項に関すること。

(組織)

第3 協議会は、市長が委嘱する委員20人以内をもって組織する。

2 協議会に会長及び副会長1人を置き、それぞれ委員の互選により定める。

(任期)

第4 委員の任期は2年とする。ただし、欠員が生じた場合における補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(会長等の職務)

第5 会長は会務を総理し、会議の議長となる。

2 副会長は、会長を補佐し、会長に事故あるとき又は会長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第6 協議会は、会長が招集する。

2 協議会は委員の半数以上が出席しなければ開くことができない。

3 協議会の議事は、出席委員の過半数で決し、可否同数のときは議長の決するところによる。

(検討委員会)

第7 協議会に検討委員会を置くことができる。

(庶務)

第8 協議会の庶務は、健康福祉部健康推進課において処理する。

(補則)

第9 この要綱に定めるもののほか、協議会の運営に関し必要な事項は、会長が別に定める。

附 則

この告示は、平成12年4月1日から施行する。

附 則(平成15年7月1日告示第78号の2)

この告示は、平成15年7月1日から施行する。

附 則(平成16年4月1日告示第52号の13)

この告示は、平成16年4月1日から施行する。

附 則(平成19年4月1日告示第62号)

この告示は、平成19年4月1日から施行する。

参考資料3

釜石市健康づくり推進協議会委員

No	所 属	職 名	氏 名
1	岩手県釜石保健所	所 長	菅 原 智
2	釜石市健康づくり推進協議会会長 釜石医師会	副会長	堀 晃
3	釜石歯科医師会	理 事	三 浦 孝
4	釜石薬剤師会	会 長	森 田 圭 一
5	釜石市公衆衛生組合連合会	会 長	平 田 裕 彌
6	釜石市老人クラブ連合会	会 長	野 田 忠兵衛
7	釜石市体育協会	事務局長	下 村 恵 壽
8	釜石市食生活改善推進員協議会	副会長	藤 野 佐千子
9	釜石商工会議所女性会	会 長	佐々木 暁 美
10	釜石市母子保健推進員	代 表	藤 原 政 子
11	新日本製鐵健康保険組合 釜石支部健康センター	館 長	水 戸 博 安
12	地域生活支援センター釜石	精神保健福祉士	伊 藤 慶 展
13	岩手県栄養士会沿岸支部 釜石地区会	会 長	金 子 敬 子
14	岩手県歯科衛生士会沿岸支部 気仙・釜石地区	歯科衛生士	鈴 子 真佐美
15	釜石市教育委員会事務局 生涯学習スポーツ課	課 長	菊 池 郁 夫
16	釜石市健康福祉部 高齢介護福祉課	課 長	久 喜 真

参考資料 4

(庁内) 健康かまいし 21 プラン見直し検討会委員

	課 名	役職名	氏 名
1	少子化対策・男女共同参画推進室	主任	中 平 貴 之
2	市民課	主 査	山 崎 博 美
3	地域福祉課	主任保健師	千 葉 由 利 子
4	地域包括支援センター	係 長	三 浦 功 喜
5	教育委員会総務学事課	主 事	佐 藤 佳 代
6	教育委員会生涯学習スポーツ課	課長補佐	佐々木 研 一
7	〃	課長補佐	板 沢 英 樹
8	栗橋地区生活応援センター	係 長	洞 口 祐 子
9	唐丹地区生活応援センター	主任保健師	白 澤 まき子

問9 運動しない理由は何ですか。 (該当するものすべてを選択)

- | | |
|-----------------------|-------------------|
| 1. 健康上の理由により運動はできないから | 2. 運動できる場所を知らないから |
| 3. 一緒に運動する人がいないから | 4. 忙しくて時間がとれないから |
| 5. 運動の効果がわからないから | 6. 用意などが面倒だから |
| 7. 体を動かすことが嫌いだから | 8. 運動の必要性を感じないから |
| 9. その他 () | |

問10 どうしたら運動するようになると思いますか。 (該当するものすべてを選択)

1. どこに運動できる場所があるか情報が得られること
2. 一緒に運動する仲間を紹介してもらえること
3. 運動の効果がわかること
4. 運動の具体的な方法や種類等について相談、アドバイスをもらえること
5. 何があっても運動したいとは思わない
6. その他 ()

喫煙の状況についてお伺いします。

問11 あなたは「たばこ」を吸っていますか。

1. たばこを吸っている
2. 以前は吸っていたが現在は吸っていない
3. 以前から吸っていない

問12～問13までの質問は、問11で「1. たばこを吸っている」と回答した方のみにお伺いします。

問12 たばこをやめたいと思いますか。

- | | | |
|-------|---------|---------|
| 1. 思う | 2. 時々思う | 3. 思わない |
|-------|---------|---------|

問13 この1年間に禁煙を試みたことがありますか。

- | | |
|-------------|-------------|
| 1. 試みたことがある | 2. 試みたことがない |
|-------------|-------------|

問14～問15までの質問は、問11で「2. 以前は吸っていたが現在は吸っていない」と回答した方のみにお伺いします。

問14 禁煙しようと思ったきっかけは何ですか。 (該当するものすべてを選択)

- | | |
|------------------------|--------------------|
| 1. 自分の健康を思って | 2. 家族や知人の健康を思って |
| 3. 家族の勧めで | 4. 子供が生まれる(生まれた)から |
| 5. 検診の結果から | 6. 知人が亡くなって |
| 7. 職場や公共の場で禁煙が普及してきたから | 8. テレビなどメディアを見て |
| 9. 医療機関の勧めや健康教室等を受けて | 10. その他 () |

問15 禁煙を維持するためには何が必要だと考えますか。 (該当するものすべてを選択)

- | | |
|-----------------------|---------------------|
| 1. 家族の協力・励まし | 2. 禁煙による効果の高さ |
| 3. 禁煙・分煙環境の普及 | 4. 医療機関や公的機関からのサポート |
| 5. 「問14のきっかけ」の影響が続くこと | 6. その他 () |

禁煙教室への案内をご希望される方は、下記のご記入をお願いします。

氏名 _____ 住所 _____ 電話番号 _____

飲酒の状況についてお伺いします。

問16 あなたは日頃どの程度お酒を飲みますか。 (1つだけ選択)

- | | |
|--------------------|-------------------|
| 1. ほぼ毎日お酒を飲む | 2. 週に1、2回程度はお酒を飲む |
| 3. 機会は少ないが、飲むことがある | 4. お酒は飲まない、飲めない |

問 17 問 16 で「1. ほぼ毎日お酒を飲む」または「2. 週に1、2 回程度はお酒を飲む」と回答した方にお伺いします。 お酒を飲む量は、1 週間で何合くらいになりますか。
1 週間で約 _____ 合 (1 日平均約 _____ 合)

1 合とは

ビール(中瓶 1 本)・・・約 500ml 清酒 (ワンカップ 1 個)・・・約 180ml
焼酎 25 度(水割り 2 杯程度)・・・約 180ml ワイン・・・120ml
ウイスキー・ブランデー (ダブル 1 杯)・・・約 60ml

あなたの歯の健康についてお伺いします。

問 18 かかりつけの歯科医はいますか。

1. いる 2. いない

問 19 年に 1 回以上歯の健診を受けていますか。

1. 受けている 2. 受けていない

問 20 歯の手入れ方法について、歯科医や歯科衛生士から指導を受けたことがありますか。

1. ある 2. ない

問 21 週 1 回以上は糸ようじや歯間ブラシを使って、歯の手入れをしていますか。

1. している 2. していない

あなたのがん検診の受診状況についてお伺いします。

問 22 あなたは、がん検診(肺・乳・胃・大腸・子宮の中で一つ以上)を定期的に受診していますか。(1 つだけ選択)

1. 1 年に 1 回は定期的に受診している
2. 不定期だが、2 ~ 3 年に 1 回は受診している
3. 前回受診してから 3 年を越えている
4. 受診していない
5. 受診対象年齢になっていない

循環器疾患(脳血管疾患・心疾患・高血圧・高脂血症)に関することについてお伺いします。

問 23 自分の血圧の値を知っていますか (1 つだけ選択)

1. 十分理解している 2. ある程度知っている 3. 知らない

問 24 あなたは、今までに職場健診・基本健康診査・特定健康診査・人間ドックなどの健診を受けたことがありますか。(1 つだけ選択)

1. 受けたことがある 2. 受けたことがない 3. 対象年齢になっていない

問 25 ~ 問 26 は問 24 で「1. 受けたことがある」と回答した方にお伺いします。

問 25 健診を受診する間隔はどの程度ですか。(1 つだけ選択)

1. 1 年に 1 回は定期的に受診している
2. 不定期だが 2 ~ 3 年に 1 回は受けている
3. 前回受診してから 3 年を越えている

問 26 あなたは、どこが実施した健康診断を受けていますか。(1 つだけ選択)

1. 釜石市(特定健康診査) 2. 職場
3. 人間ドック 4. その他()

糖尿病についてお伺いします。

問 27 あなたは、健診で「血糖値が高い」と言われたことがありますか。

1. ない 2. ある 3. わからない

救急法・交通ルール等についてお伺いします。

問 28 「心肺蘇生法」という言葉を知っていますか。

1. 知っている 2. 知らない

問 29 「応急処置の方法」や「心肺蘇生法」を知っていますか。

1. 十分知っている 2. ある程度知っている 3. まったく知らない

問 30 この1年間に「応急処置の方法」や「心肺蘇生法」の講習会に参加したことがありますか。

1. 参加したことがある
2. 講習会があるのは知っているが、参加したことはない
3. 講習会を開催していることを知らなかった

問 31 シートベルトの着用について、最近1年間の状況をお答えください。

運転席及び助手席の場合 (1つだけ選択)

1. 必ず着用している 2. ときどき着用しないことがある 3. まったく着用しない
4. 健康上の理由や妊娠のため着用できない

後部座席の場合 (1つだけ選択)

1. 必ず着用している 2. ときどき着用しないことがある 3. まったく着用しない
4. 健康上の理由や妊娠のため着用できない

心の健康についてお伺いします。

問 32 あなたは、日常生活の中で、ストレスを発散できる「生きがい」や「やりがい」となる何か(趣味、特技、仕事など)を持っていますか。

1. 持っている 2. 持っていない

問 33 あなたはこれまでに、本気で自殺をしたいと思ったことはありますか。 (1つだけ選択)

1. 自殺したいと思ったことはない 2. 1ヶ月以内に自殺したいと思うことがあった
3. 1年以内に自殺したいと思うことがあった 4. 1年以上前に自殺したいと思うことがあった
5. 答えたくない

問 34 あなたは、行き詰まった時や悩みを抱えているときに、相談、受診できる医療機関や公的機関、カウンセラーなどの専門家について、具体的にどこにいけばよいか、心あたりはありますか。

1. どこに行けばよいか心あたりがある 2. どこに行けばよいかわからない

あなたご自身についてお伺いします。

問 35 あなたがお住まいの町名をご記入ください

釜石市 _____ 町

問 36 性別

1. 男性 2. 女性

問 37 年齢

1. 20歳代 2. 30歳代 3. 40歳代
4. 50歳代 5. 60歳代

問 38 あなたの主な職業をお尋ねします。

- | | | |
|---------|-------------|----------|
| 1．農林水産業 | 2．会社員 | 3．公務員 |
| 4．自営業 | 5．パート、アルバイト | 6．主婦 |
| 7．学生 | 8．無職 | 9．その他() |

釜石市の健康づくりへの取り組みや、本調査へのご意見をご自由に記入ください。

ご協力ありがとうございました。

【問合せ】 釜石市健康福祉部健康推進課
(TEL 22 -0179)

参考資料 6

関係機関

名 称	電話番号	備 考
岩手県釜石保健所	25-2702	保健福祉一般
釜石医師会	23-7875	
釜石市体育協会	23-1061	
釜石市役所(代表)	22-2111	
市民課(医療給付係・国保年金係)	22-2111	国民健康保険・医療給付
健康推進課(保健予防係)	22-0179	がん検診・母子保健・予防接種
地域福祉課	22-0177	障害者福祉・児童福祉
高齢介護福祉課	22-0178	介護保険
地域包括支援センター	22-2620	高齢者の総合相談窓口
釜石地区生活応援センター	22-0180	公民館・保健事業・地域会議
平田地区生活応援センター	26-7655	〃
甲子地区生活応援センター	23-5524	〃
小佐野地区生活応援センター	23-5544	〃
鵜住居地区生活応援センター	28-2137	〃
栗橋地区生活応援センター	57-2111	〃
唐丹地区生活応援センター	55-2111	〃
釜石市教育委員会 総務学事課	22-8833	
〃 生涯学習スポーツ課(生涯学習係)	22-8835	生涯学習まちづくり出前講座等
〃 (スポーツ振興係)	22-8836	釜石市体育指導委員協議会