



©静岡県
生きがいと健康づくり
イメージキャラクター
ちゃっぴー

特定健康診査受診実態調査

静岡県健康福祉部国民健康保険課

ご協力をお願い

静岡県では、「健康寿命の延伸」と「生活の質の向上」を目標とした健康増進計画を策定し、県民一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組み、全ての県民が健康でいきいきとした人生を送っていただけるよう、学校や企業、行政などが連携した健康づくりに取り組んでいるところです。

そこで、県では、県民の皆様の健康に関する実態やお考えを把握し、特定健康診査・特定保健指導を軸として、健康づくり施策を効果的に推進していくため、この「特定健康診査受診実態調査」を実施することとしました。

調査は、県内各市町の選挙人名簿より無作為に抽出いたしました40歳から74歳までの方、7,200人の皆様をお願いしております。

つきましては、ご多忙中のところ誠に恐縮ですが、本調査の趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますよう、お願い申し上げます。

※ 調査の結果については、県のホームページに掲載するとともに、できるだけ多くの県民の方に特定健康診査・特定保健指導を受けていただくための施策に活用する予定です。

※ 本調査票の記入内容については、本調査の目的にのみ利用し、皆様の個人データあるいは個人を特定するようなデータを外部に出さないことをお約束します。

調査についてのお問い合わせ先

調査主体	静岡県 健康福祉部医療健康局 国民健康保険課 谷川	電 話 : 054-221-2835 ファックス : 054-251-7188 E-mail : kokuho@pref.shizuoka.lg.jp
実施機関	株式会社 SBSプロモーション 特定健診調査事務局	電 話 : 054-275-0635 ファックス : 054-251-9692

※ 調査目的や結果の利用方法などについてはご質問は調査主体へお問い合わせください

(お問い合わせの受付時間)

電話：祝日を除く月～金の午前9時～午後5時まで／ファックス・E-mail：常時

ご記入が終わりましたら、同封の返信用封筒に入れ、12月27日(木)までに、切手を貼らずに投函願います。

ご記入にあたってのお願い

- 1 この調査はあなた(宛名の方)自身について記入してください。ご自分での記入が難しい場合は、ご家族のどなたかが代わりに記入していただいてもかまいません。
- 2 答えは、質問ごと用意した答えの中から、あなたの考えに当てはまる番号に○印をつけてください。「その他」に当てはまる場合は、指定の欄に具体的内容を記入してください。
- 3 一部の方だけに答えていただく質問もありますが、その場合は(→)で示したり、説明を加えたりしていますので、指示に従ってお答えください。
- 4 ご記入は、赤色以外ならどんな筆記用具でもかまいません。

あなた自身についてお伺いします

※ この質問により個人が特定されることはありません

問1 あなたの性別を選んでください

- 1 : 男 2 : 女

問2 あなたの年齢区分を選んでください

- 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歳以上

問3 あなたのお住まいの市町を選んでください

伊豆	1 : 熱海市	2 : 伊東市	3 : 下田市	4 : 東伊豆町	5 : 河津町
	6 : 南伊豆町	7 : 松崎町	8 : 西伊豆町		
東部	9 : 沼津市	10 : 三島市	11 : 富士宮市	12 : 富士市	13 : 御殿場市
	14 : 裾野市	15 : 伊豆市	16 : 伊豆の国市	17 : 函南町	18 : 清水町
	19 : 長泉町	20 : 小山町			
中部	21 : 静岡市	22 : 島田市	23 : 焼津市	24 : 藤枝市	25 : 牧之原市
	26 : 吉田町	27 : 川根本町			
西部	28 : 浜松市	29 : 磐田市	30 : 掛川市	31 : 袋井市	32 : 湖西市
	33 : 御前崎市	34 : 菊川市	35 : 森町		

問4 あなたの現在のお仕事などを教えてください

- 1 : 収入のある仕事をしている 2 : 専業主婦(主夫)
3 : 無職 4 : その他()

問5 あなたの勤務時間帯を教えてください

- 1 : 日中 2 : 夜間 3 : 不定期 4 : その他()

問6 あなたの週休日を教えてください

- 1 : 土・日 2 : 平日 3 : 不定期 4 : その他()

特定健康診査についてお伺いします

「特定健康診査」とは…

平成 20 年 4 月から従来の基本健診に代わって始まった、生活習慣病を予防するため「メタボリックシンドローム※」に着目した、40 歳から 74 歳までの人を対象とした健康診査のことです。

会社員やその御家族の方で職場の事業主健診を受けている人は、健康診断に特定健康診査の健診項目が含まれています。そのため、**職場の健康診断を受けていれば特定健康診査を受診していることになります。**

※「メタボリックシンドローム」

内臓脂肪が蓄積することによって、血圧・血糖が高くなったり、血中の脂質異常を起こしたりして、食事や運動などの生活習慣を改善しなければ、心筋梗塞や脳卒中などが起こりやすくなる状態のこと

問 7 あなたの加入している健康保険は何ですか

- 1 : 国民健康保険 2 : 国民健康保険以外の健康保険

問 8 「メタボリックシンドローム」を知っていますか

- 1 : どんなものか知っていた
2 : 言葉は知っているが内容は知らなかった
3 : 知らなかった

問 9 特定健康診査(以下「特定健診」)を知っていますか

- 1 : どんなものか知っていた
2 : 言葉は知っているが内容は知らなかった
3 : 知らなかった
- } (問 10 へ進んでください)
(問 11 へ進んでください)

問 10 特定健診を知ったのは何からですか (複数回答可)

- 1 : 地域の広報誌 2 : ポスター 3 : ラジオ
4 : テレビCM 5 : 新聞 6 : 受診券が届いた
7 : 会社からの案内 8 : 知人に聞いた 9 : 医師に勧められた
10 : 宣伝カー 11 : ホームページ 12 : 自治会の回覧板
13 : その他 (下枠内に内容をご記入ください)

問 11 過去に特定健診を受診したことはありますか

- 1 : ある (問 12 へ進んでください)
2 : ない
3 : わからない } (問 14 へ進んでください)

問 12 問 11 で「1 : ある」と答えた方にお伺いします

受診の頻度はどれくらいですか

- 1 : 毎年欠かさず受診している 2 : 毎年ではないが何回か受診した
3 : 一度だけ受診したことがある 4 : わからない

問 13 問 11 で「1 : ある」と答えた方にお伺いします

受診してよかったこと感じたことはありますか (複数回答可)

- 1 : 健康状態の把握ができた 2 : 生活習慣を改善することができた
3 : 病気を早期発見できた 4 : 健康に対する意識が変わった
5 : その他 (下枠内に内容をご記入ください)

問 14 平成 24 年度の特健診は受診しましたか

- 1 : 受診した } (問 15 へ進んでください)
2 : これから受診する }
3 : 受診しない (問 16 へ進んでください)
4 : わからない (問 17 へ進んでください)

問 15 問 14 で「1 : 受診した」又は「2 : これから受診する」と答えた方にお伺いします

理由は何ですか (複数回答可)

- 1 : 健康チェックのため 2 : 病気を早く見つけるため
3 : 医師に勧められたため 4 : 生活習慣を見直すきっかけにするため
5 : 家族・友人に勧められたため 6 : 受診券が送られてきたため
7 : その他 (下枠内に内容をご記入ください)

→ 問 17 へ進んでください

問 16 問 14 で「3 : 受診しない」と答えた方にお伺いします

理由は何ですか (複数回答可)

- 1 : 定期的に病院で受診しているから 2 : 人間ドックを受けているから
3 : 病気が見つかるのが怖いから 4 : 健康に自信があるから
5 : 仕事などが忙しくて時間がないから 6 : 日時・場所がわからないから
7 : 健診項目が希望と違うから 8 : 特に理由はないが面倒に思うから
9 : その他 (下枠内に内容を自由にご記入ください)

問 17 特定健診がどのような体制・内容であれば受診しやすいと思いますか
(複数回答可)

- 1 : 会場が家に近い
- 2 : 待ち時間が短く、短時間ですぐ終わる
- 3 : お金がかからない
- 4 : 夜間、休日いつでも受診できる
- 5 : 予約不要でいつでも受診できる
- 6 : 託児できる
- 7 : 健診項目が充実している (下枠内に希望する健診項目をご記入ください)

8 : その他 (下枠内に内容を自由にご記入ください)

問 18 どのような広報が特定健診の受診のPRに効果的だと思いますか (複数回答可)

- 1 : テレビのCM
- 2 : ラジオのCM
- 3 : ポスター
- 4 : 新聞広告
- 5 : 自治会の回覧板
- 6 : 医師からの勧め
- 7 : 宣伝カー
- 8 : ホームページ
- 9 : 市町や会社の広報誌
- 10 : その他 (下枠内に内容を自由にご記入ください)

特定保健指導についてお伺いします

「**特定保健指導**」とは…

特定健診の結果を受けて、生活習慣の改善が必要な方に対し実施されるもので、「積極的支援」と「動機付け支援」があります。

生活習慣病のリスク(危険性)が高い方には「積極的支援」行われ、比較的リスク(危険性)の高くない方には「動機付け支援」が行われます。

どちらも、専門的知識と技術を持つ保健師や管理栄養士によって、対象の方に合わせた生活習慣改善のための計画が立てられ、実践的なアドバイスを受けることができます。

問 19 特定保健指導を知っていますか

- 1 : どんなものか知っていた
- 2 : 言葉は知っているが内容は知らなかった
- 3 : 知らなかった

問 20 特定保健指導の対象になった場合、あなたは受けますか

- 1 : 受ける (問 21 へ進んでください)
 - 2 : 受けない
 - 3 : わからない
- } (問 22 へ進んでください)

問 21 問 20 で「1 : 受ける」と答えた方にお伺いします
理由は何ですか (複数回答可)

- 1 : 専門のスタッフのアドバイスを受けながら、生活習慣を見直したいから
- 2 : 病気を予防したいから
- 3 : 家族・友人に勧められたから
- 4 : 特定保健指導利用券が届いたから
- 5 : 無料で受けられるから
- 6 : その他 (下枠内に内容を自由にご記入ください)

問 22 問 20 で「2 : 受けない」「3 : わからない」と答えた方にお伺いします
理由は何ですか (複数回答可)

- 1 : 今の生活習慣を変えたくないから
- 2 : 時間的余裕がないから
- 3 : 何を言われるか不安だから
- 4 : 特定保健指導がどんなものかわからないから
- 5 : 何かあったら病院を受診するから
- 6 : その他 (下枠内に内容を自由にご記入ください)

問 23 特定保健指導を受ける場合、あなたにとって受けやすい方法はどれですか
(複数回答可)

- 1 : 自宅への訪問による指導
- 2 : 職場への訪問による指導
- 3 : 市役所や町役場、保健福祉センター等の会場での指導
- 4 : 特定健診を受診した医療機関での指導
- 5 : 夜間、休日等開催日時を工夫した指導
- 6 : その他 (下枠内に内容を自由にご記入ください)

あなたの健康状態や生活習慣についてお伺いします

問 24 現在、たばこを習慣的に*喫煙していますか

(※「これまでに通算 100 本以上又は 6 か月以上にわたって吸っていて、かつ、最近 1 か月間も吸っている状態」に該当する場合は「はい」とお答えください)

1 : はい 2 : いいえ

問 25 20 歳の時の体重から 10 k g 以上増加していますか

1 : はい 2 : いいえ

問 26 1 回 30 分以上の軽く汗をかく運動を週 2 日以上、1 年以上実施していますか

1 : はい 2 : いいえ

問 27 日常生活において歩行又は同等の身体活動を 1 日 1 時間以上実施していますか

1 : はい 2 : いいえ

問 28 ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速いですか

1 : はい 2 : いいえ

問 29 人と比較して食べる速度が速いですか

1 : はい 2 : いいえ

問 30 朝食を抜くことが週 3 回以上ありますか

1 : はい 2 : いいえ

問 31 食事の栄養バランスに気をつけていますか

1 : 気をつけている 2 : 少々気をつけている 3 : 気をつけていない

問 32 お酒を飲む頻度はどれくらいですか

1 : 毎日

2 : 時々

3 : ほとんど飲まない (飲めない)

} (問 33 へ進んでください)

(問 34 へ進んでください)

問 33 問 32 で「1 : 毎日」「2 : 時々」と答えた方にお伺いします

飲酒日の 1 日当たりの飲酒量は、清酒 1 合を目安にするとどれくらいですか
清酒 1 合 (180m l) の目安 : ビール中瓶 1 本 (約 500m l)

焼酎 35 度 (80m l)

ウィスキーダブル 1 杯 (60m l)

ワイン 2 杯 (240m l)

1 : 1 合未満 2 : 1 ~ 2 合未満 3 : 2 ~ 3 合未満 4 : 3 合以上

問 34 この1 か月間に、不満、不安、悩み、苦勞などによるストレスを感じたことがありましたか

- 1 : はい 2 : いいえ

問 35 睡眠で休養が十分とれていますか

- 1 : はい 2 : いいえ

問 36 あなたの現在の健康状態はいかがですか

- 1 : とてもよい 2 : まあよい
3 : どちらともいえない 4 : あまりよくない
5 : よくない

問 37 かかりつけの医師がいますか

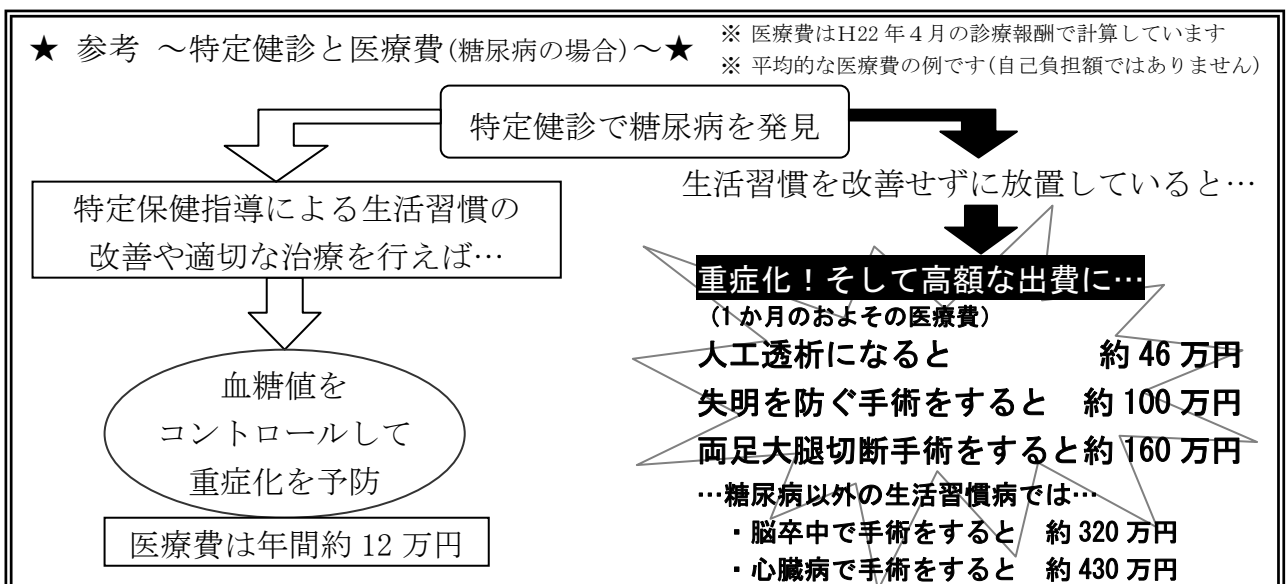
- 1 : はい 2 : いいえ

問 38 現在以下の薬を使用していますか、使用しているものすべてに○をつけてください

- 1 : 血圧を下げる薬
2 : インスリン注射又は血糖を下げる薬
3 : コレステロールを下げる薬

問 39 平均すると1 か月で診察、入院、薬代にどのくらい(自己負担で)支出しますか

- 1 : 0 円 2 : 1 円以上 5 千円未満
3 : 5 千円以上 1 万円未満 4 : 1 万円以上 5 万円未満
5 : 5 万円以上 10 万円未満 6 : 10 万円以上



.....
以上です、ご協力ありがとうございました
.....



©静岡県
生きがいと健康づくりイメージキャラクター
ちゃっぴー