

A 学区の特定健康診査結果分析と生活習慣の特徴の把握(第一報)

静岡市葵区役所健康支援課 ○小長井美由紀、石上博世、服部雅子、平井理香子
山本彩加、大西知美、大井由紀子

【要旨】

A 学区の地区活動中に塩分摂取量が多い生活をしているように感じた。そこで、A 学区住民の健康状態や生活習慣の特徴を明らかにするために、特定健康診査の問診内容・健診結果のデータを A 学区住民と葵区住民で比較検討した。さらに、A 学区住民へ訪問等によるアンケート調査を行い、生活習慣等について県民健康基礎調査と比較検討を行った。

その結果、A 学区住民は、高血圧症にて内服している人の割合が高い傾向にあり、さらに「濃い味が好きで美味しく食べたい」や「薄味が好きで取り過ぎていない」と回答した人の割合が県より有意に高いことがわかった。また、糖や脂質に関する数値にも有意差がある事がわかった。現在も住民へ訪問等によるアンケート調査を継続中であるが、これまでの結果について報告する。

【目的】

A 学区の地区活動中に、複数人から「イチゴに塩をかける」という話を聞く等、塩分摂取量が多い様子が伺えた。そこで、A 学区住民の生活習慣病等の健康状態や、それに関連する生活習慣の特徴を明らかにし、今後の保健活動に活かしていきたいと考えた。

【方法】

平成 26 年度に特定健康診査を受診した葵区住民 13,305 名の問診内容・健診結果のデータ（国民健康保険加入者）と平成 25～26 年度に特定健康診査を受診した A 学区住民 102 名の問診内容・健診結果のデータ（国民健康保険加入者）を比較検討する。また、40 歳～74 歳の A 学区住民 675 名を対象に訪問等によるアンケート調査を実施し、平成 28 年 8 月末までにアンケートを回収できた 122 名の生活習慣等について、県民健康基礎調査 1,199 名と比較検討を行う。アンケートは標準的な質問票 22 項目から 16 項目を抽出し、県民健康基礎調査生活状況調査票 20 問中 5 問を抽出し、さらに保健活動に必要な項目を追加し、全 32 問の質問項目で作成した。検定方法は、t 検定と χ^2 検定を用いた。

【結果】

アンケート調査は、平成 28 年 8 月末現在、138 名（20.4%）に訪問し、122 名からアンケートを回収でき、回収率 88.4%であった。それぞれの有効回答数は設問ごと異なる。

平成 26 年度に特定健康診査を受診した葵区住民 13,305 名のうち男性 5,809 名（43.7%）、女性 7,496 名（56.3%）、平均年齢 65.0 歳であった。また平成 25～26 年度に特定健康診査を受診した A 学区住民 102 名のうち男性 45 名（44.1%）、女性 57 名

（55.9%）、平均年齢 64.6 歳であり、葵区住民と A 学区住民の平均年齢、男女の割合に差は見られなかった。

表 1 A 学区と葵区の検査項目別平均値

	A 学区			葵区		
	度数	平均値	標準偏差	度数	平均値	標準偏差
BMI	102	22.7	3.45	13302	22.6	3.39
収縮期血圧	102	130.6	21.04	13296	128.5	16.86
拡張期血圧	102	75.8	10.92	13296	75.8	12.60
中性脂肪	102	107.5	50.28	13303	112.1	77.34
HDL コレステロール	102	60.7	13.43	13305	64.2	17.30
LDL コレステロール	102	130.3	27.91	13305	124.4	30.36
AST(GOT)	102	25.4	11.02	13305	24.6	13.11
ALT(GPT)	102	21.3	13.03	13305	21.2	14.78
γ -GT(γ -GTP)	102	29.5	21.45	13305	34.3	45.12
血清尿酸	102	5.3	1.47	13303	5.2	1.48
e-GFR	102	71.1	16.37	13300	70.3	13.66
HbA1c	102	5.8	0.49	13303	5.7	0.58

1. A 学区と葵区の健診データの比較

A 学区と葵区の検査項目別平均値は表 1 のとおり。

A 学区は、LDL コレステロールが有意に高く ($p=0.01$)、HDL コレステロールが有意に低かった ($p=0.01$)。また、 γ -GTP は有意に低かった ($p=0.02$)。(t 検定)

LDL コレステロール受診勧奨値 140mg/dl 以上の人の割合が葵区(28.4%)より A 学区(37.3%)の方が有意に高かった。($p=0.049$)

HbA1c 保健指導判定値 5.6%以上の人の割合が葵区(57.1%)より A 学区(66.7%)の方が高い傾向にあった ($p=0.053$)。また、高血圧症にて内服している人の割合が葵区(34.8%)より A 学区(43.3%)の方が高い傾向にあった ($p=0.051$)。

2. 生活習慣等の状況

体重増加、喫煙状況、食事摂取状況は A 学区と葵区の割合は変わらなかった。

〈運動〉 1 日 30 分以上軽く汗をかく運動を週 2 日以上 1 年以上実施している人の割合が葵区 45.5%、A 学区 33.3%と A 学区が低く ($p=0.01$)、ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い人が葵区 52.8%、A 学区 40.6%と A 学区が低く ($p=0.01$)、どちらも有意差がみられた。

〈飲酒〉 飲酒頻度はほぼ同じだった。しかし、葵区は 1 日あたりの飲酒量「2 合以上」の人がいなかったのに対し、A 学区は 12.0%であり、有意に高かった ($p=0.004$)。

〈塩分〉

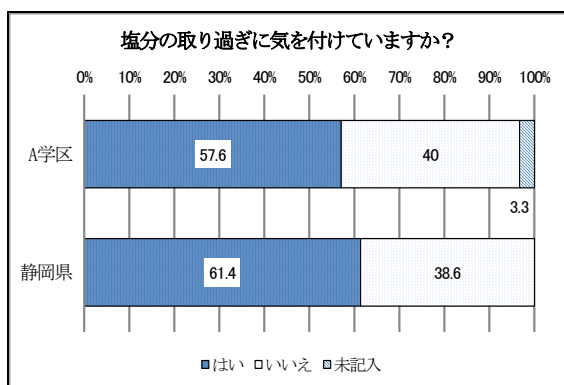


図 1 塩分摂取に関する意識

塩分の取り過ぎに気を付けている人の割合は A 学区と静岡県との差は見られなかった。

塩分の取り過ぎに気を付けている具体的な内容は、1 項目を除き A 学区の割合が少ない傾向にあった。

塩分の取り過ぎに気を付けていない理由で、最も多かった項目が静岡県では「意識した事がない」38.2%に対し、A 学区では「濃い味が好きで美味しく食べたい」52.1%であり、県より有意に高かった ($p=0.03$)。また、「薄味が好きで取り過ぎていない」についても県より有意に高かった ($p=0.008$)

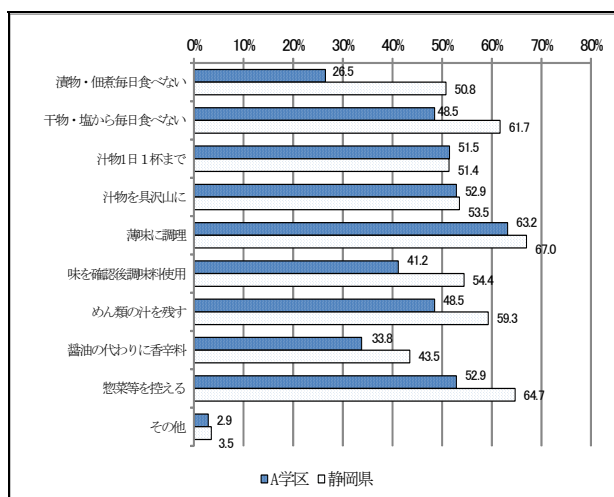


図 2 塩分の取り過ぎに気を付けている具体的な内容 (複数回答)

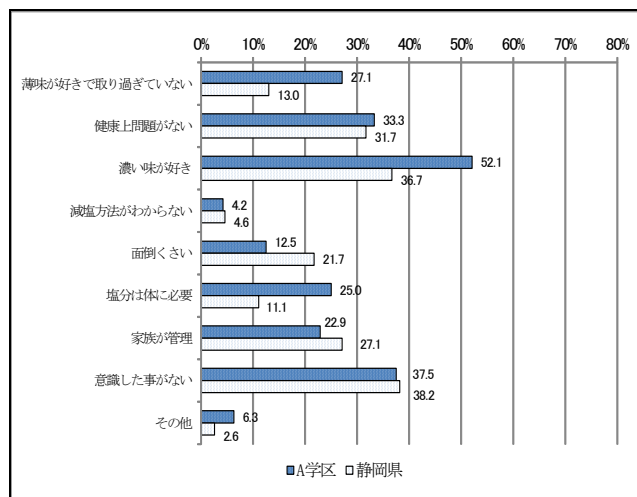


図 3 塩分の取り過ぎに気を付けていない理由 (複数回答)

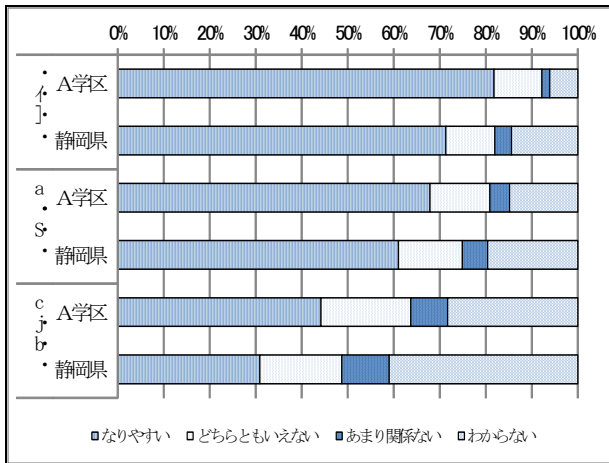


図4 高血圧と重症化のリスク

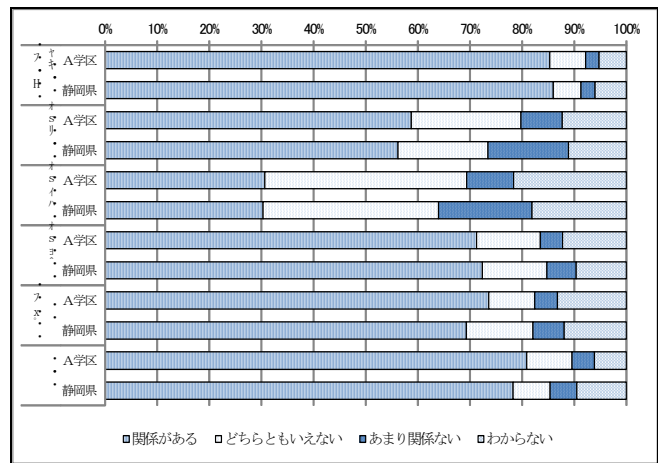


図5 血圧と生活習慣等の関連

重症化のリスクについて、高血圧の人は脳卒中になりやすいと思う人の割合は、A学区 81.7%であり、静岡県 71.1%と比較して有意差はなかったが、A学区の方が高かった。

血圧と生活習慣等の関連については、A学区と静岡県で差がみられる項目はなかった。

【考察】

A学区では血圧と生活習慣の関連、高血圧と重症化のリスクについて関係性を知っている人が8割を超えている。しかし、高血圧症にて内服している人の割合がA学区で高い傾向にあり、塩分の取り過ぎに気を付けている内容が少なかった。また、塩分の取り過ぎに気を付けていない理由として「濃い味が好きで美味しく食べたい (52.1%)」、「薄味が好きで取り過ぎていない (27.1%)」が多いが、あくまでも本人の主観であり、実際は塩分を多く摂取している可能性がある。よって、塩分摂取量の実態を明らかにし、塩分摂取の現状や塩分が体に与える影響を伝え、行動変容を起こす動機づけとしたい。

アンケート訪問を実施する中で、「夏だから塩分が必要」「農作業をして汗をかくから」という声が聞かれた。今回は夏季に実施したアンケートであることから、塩分を意識的に摂っていた可能性がある。今後もアンケート訪問を継続していく中で、仕事や季節による意識や行動の違いについても考慮していく。

健診結果よりHbA1cの保健指導判定値以上の割合が高いことや、LDLコレステロール値が高く、HDLコレステロール値が低いことが分かった。A学区の高血糖・脂質異常と生活習慣の関連については、運動習慣が少ないことが明らかになった。また、他の地域からの転入者がA学区の食習慣について「白米を食べないと食べた気がしない」「味が濃い」「甘い味を好む」と感じていることから、今わかっていること以外にも高血糖や脂質異常になる生活習慣があるのではないかと考えられる。そのため、今後、栄養士とも連携し、糖や脂質に関するアンケート項目を追加し、残り79.5%の訪問等によるアンケート調査を継続していく。

さらに、健診実施医療機関である、かかりつけ医にも、A学区の健康状態と生活習慣について意見を頂きながら、最終的な結果を導き出したいと考える。