

宮崎県民の健康と食生活の現状

平成18年度県民健康・栄養追加調査の結果

宮崎県福祉保健部

平成19年3月

はじめに

宮崎県では、すべての県民が健やかで心豊かに生活できることを目指して、平成12年度に「健康みやざき行動計画21」を策定し、県民の方々および関係機関団体といっしょになって健康づくり運動を進めております。

一方、国においては、平成18年6月に医療制度改革関連法が成立し、その中で、特に、生活習慣病の予防が中長期的な医療費適正化対策の柱の1つとして位置づけられたところです。今後、国民の健全な生活習慣の形成に向け、メタボリックシンドロームの概念を導入した健診・保健指導を充実するなどの対策を平成20年度から推進していくことになっております。

こうした状況の変化を受けて、県では「健康みやざき行動計画21」を改定することとし、平成18年度に「県民健康・栄養追加調査」などを実施し、今回本報告書としてその結果をまとめました。この結果を、本県の健康増進計画の基礎データとして県民の更なる健康づくりのための施策に活用してまいりたいと思います。

また、市町村や関係機関における住民の生活習慣病対策のための基礎データとしても御活用いただければ幸いです。

終わりに、この調査の実施にあたり御協力いただきました県民の皆様へ感謝申し上げますとともに、調査関係者及び解析に御尽力、御指導いただきました関係各位に厚くお礼申し上げます。

平成19年3月

宮崎県福祉保健部長 河野 博

目 次

第1章	調査の概要	1
1	調査の目的	2
2	調査客体	2
3	調査客体の概要	2
4	調査項目	2
5	調査の時期	2
6	調査の方法	2
7	結果の集計及び公表	2
8	本書利用上の留意点	3
第2章	生活習慣調査結果	5
1	健診受診率	6
2	健診結果	7
3	保健指導利用率	12
4	保健指導内容実行率	13
5	医療機関受診勧奨率	14
6	医療機関受診率	15
7	メタボリックシンドロームの内容を知っている割合	16
8	睡眠による休養不足者の割合	17
9	飲酒	18
10	喫煙	20
資料		23
調査様式		35

第1章

調査の概要

1 調査の目的

この調査は、県民の生活習慣状況を把握することにより、本県の健康づくり事業の根拠とするためのデータを得ることを目的とする。

特に「健康みやざき行動計画 21」の改定の基礎データとして活用する。

2 調査客体

県内 31 市町村ごとに無作為に抽出した 20 歳以上の県民を客体とした。

3 調査客体の概要

対象数は 2,998 人、回答数は 1,139 人であった。

性別年代別状況

年代	男性	女性	計
20歳代	35	48	83
30歳代	49	99	148
40歳代	71	84	155
50歳代	117	145	262
60歳代	105	119	224
70歳代	101	91	192
80歳代	28	40	68
90歳代	2	5	7
計	508	631	1,139

4 調査項目

生活習慣調査(健診受診、保健指導利用、医療機関受診、休息、飲酒、喫煙等の生活習慣に関するアンケート調査)

5 調査の時期

平成 19 年 1 月の間の 1 日

6 調査の方法

対象者へ郵送で調査票を依頼し、郵送で返送した。

7 結果の集計及び公表

調査に係る集計・入力作業は委託し、解析は保健所職員が専門機関の協力を得て実施した。

8 本書利用上の留意点

(1) 血中の脂質異常について

血中の総コレステロール、LDLコレステロールや中性脂肪が高い、またはHDLコレステロールが低い状態。

(2) メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）について

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、血中の脂質異常をおこしたりして、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。

メタボリックシンドロームの診断基準

内臓脂肪(腹腔内脂肪)蓄積	
ウエスト周囲径	男性 $\geq 85\text{cm}$ 女性 $\geq 90\text{cm}$
(内臓脂肪面積 男女とも $\geq 100\text{cm}^2$ に相当)	
上記に加え以下のうち2項目以上	
高トリグリセライド血症 かつ/または 低HDLコレステロール血症	$\geq 150\text{mg/dl}$ $< 40\text{mg/dl}$ 男女とも
収縮期血圧 かつ/または 拡張期血圧	$\geq 130\text{mmHg}$ $\geq 85\text{mmHg}$
空腹時高血糖	$\geq 110\text{mg/dl}$

メタボリックシンドローム診断基準検討委員会による。

(3) 喫煙の状況について

ア 現在習慣的に喫煙している者

「合計 100 本以上、または 6 ヶ月以上吸っている（吸っていた）者」のうち、「現在（この 1 ヶ月間）毎日またはときどき吸っている」と回答した者。

イ 過去習慣的に喫煙していた者

「これまで合計 100 本以上又は 6 ヶ月以上吸っている（吸っていた）者」のうち、「現在（この 1 ヶ月間）吸っていない」と回答した者。

ウ 喫煙しない者

「まったく吸ったことがない」または「吸ったことはあるが、合計 100 本未満で 6 ヶ月未満である」と回答した者。

第 2 章

生活習慣調査結果

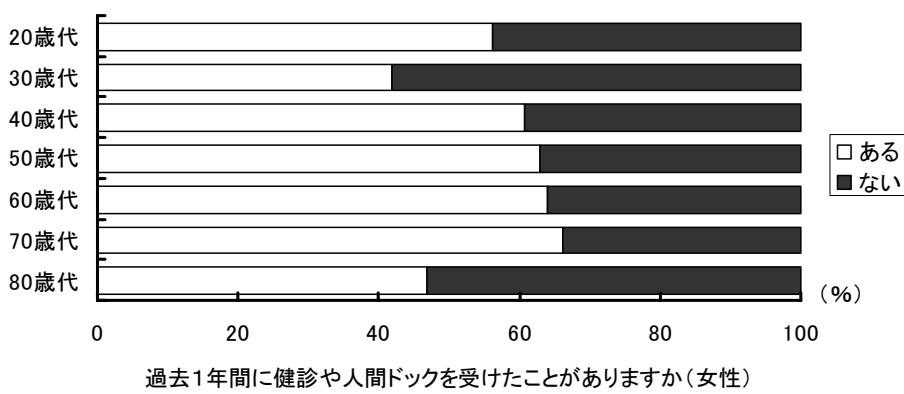
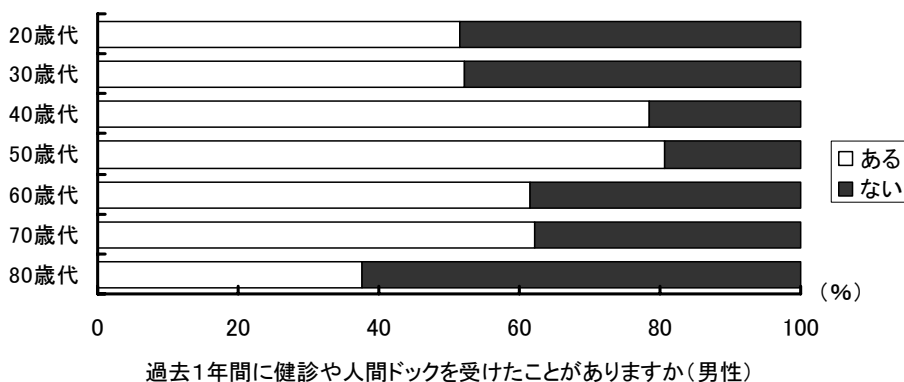
1 健診受診率

受診したのは男性 65.4%、女性 58.1%

40歳代、50歳代では男性の約8割、女性の約6割が健診や人間ドックを受診していた。

過去1年間に健診や人間ドックを受けたことがありますか

	男性			女性		
	対象数	ある	ない	対象数	ある	ない
20歳代	35	18	17	48	27	21
30歳代	48	25	23	98	41	57
40歳代	70	55	15	84	51	33
50歳代	109	88	21	140	88	52
60歳代	96	59	37	114	73	41
70歳代	90	56	34	83	55	28
80歳代	24	9	15	32	15	17
90歳代	2	0	2	5	1	4
合計	474	310	164	604	351	253



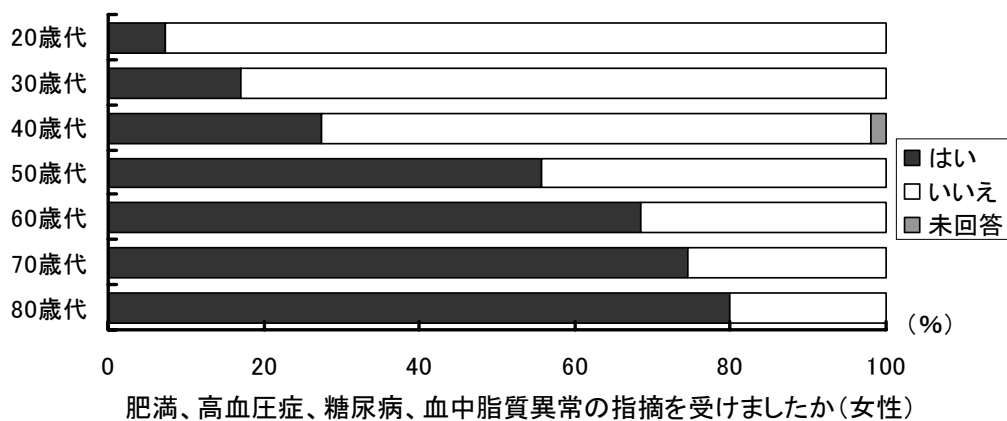
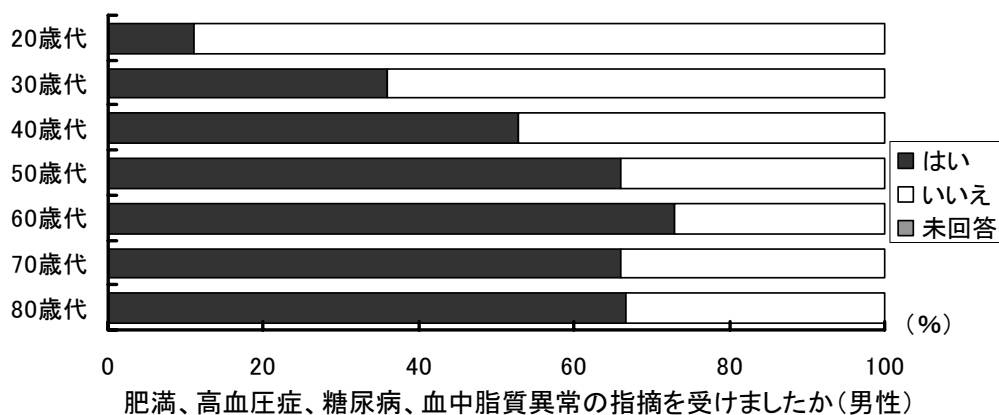
2 健診結果

(1) 肥満、高血圧症、糖尿病、脂質異常の指摘

指摘を受けたのは男性 59.4%、女性 50.1%

肥満、高血圧症、糖尿病、血中脂質異常の指摘を受けましたか

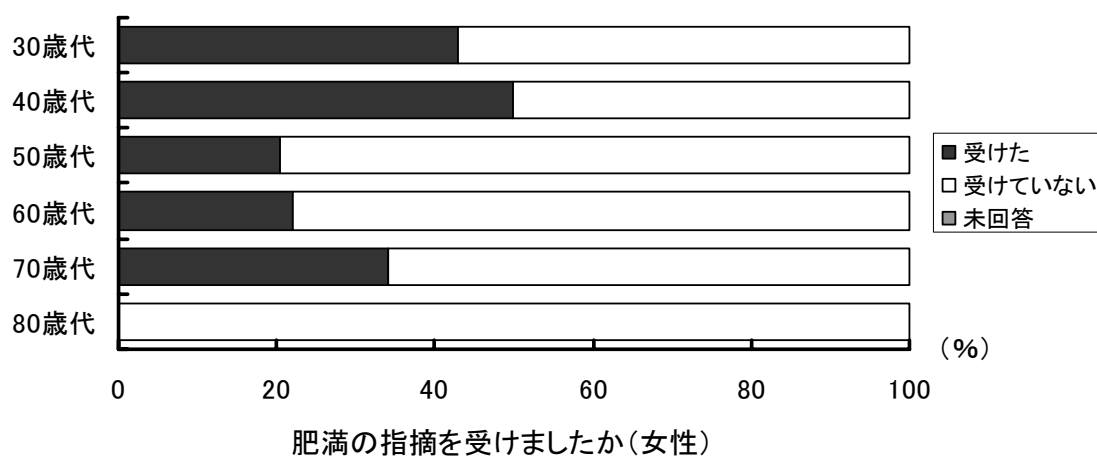
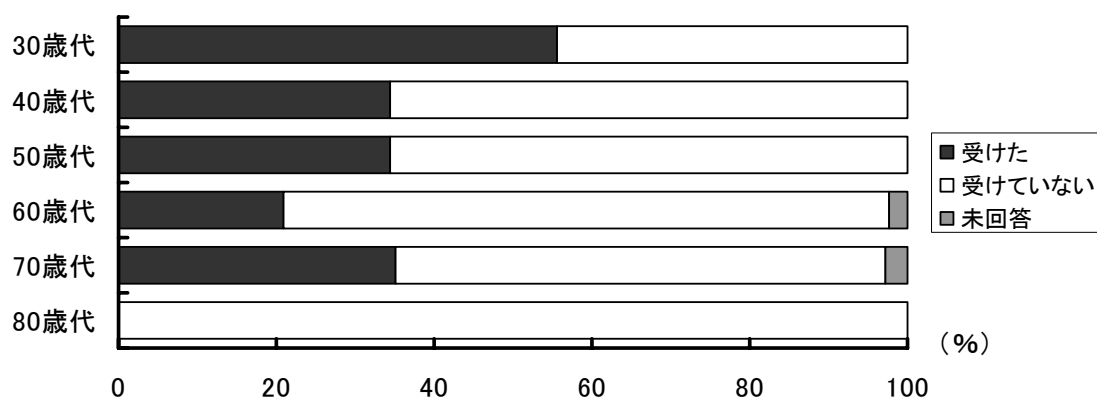
	男性				女性			
	対象数	はい	いいえ	未回答	対象数	はい	いいえ	未回答
20歳代	18	2	16	0	27	2	25	0
30歳代	25	9	16	0	41	7	34	0
40歳代	55	29	26	0	51	14	36	1
50歳代	88	58	30	0	88	49	39	0
60歳代	59	43	16	0	73	50	23	0
70歳代	56	37	19	0	55	41	14	0
80歳代	9	6	3	0	15	12	3	0
90歳代	0	0	0	0	1	1	0	0
合計	310	184	126	0	351	176	174	1



(2) 肥満の指摘

肥満の指摘を受けたのは男性 31.0%、女性 25.6%

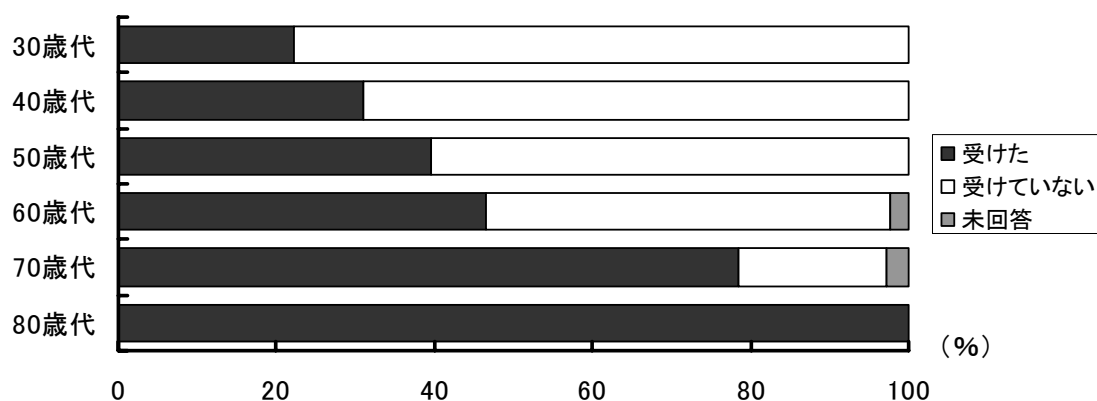
	肥満の指摘を受けましたか							
	男性				女性			
	対象数	受けた	受けていない	未回答	対象数	受けた	受けていない	未回答
20歳代	2	0	2	0	2	0	2	0
30歳代	9	5	4	0	7	3	4	0
40歳代	29	10	19	0	14	7	7	0
50歳代	58	20	38	0	49	10	39	0
60歳代	43	9	33	1	50	11	39	0
70歳代	37	13	23	1	41	14	27	0
80歳代	6	0	6	0	12	0	12	0
90歳代	0	0	0	0	1	0	1	0
合計	184	57	125	2	176	45	131	0



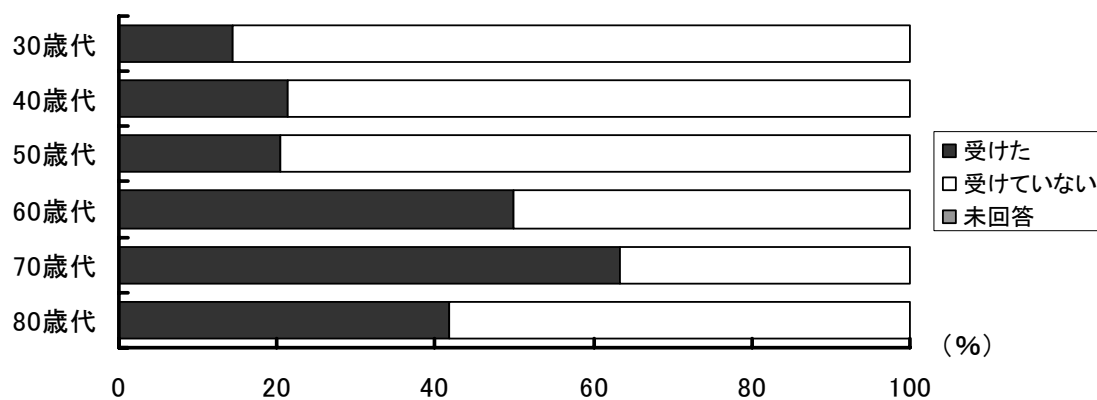
(3) 高血圧症の指摘

高血圧症の指摘を受けたのは男性 48.9%、女性 40.3%

	高血圧症の指摘を受けましたか							
	男性				女性			
	対象数	受けた	受けていない	未回答	対象数	受けた	受けていない	未回答
20歳代	2	1	1	0	2	0	2	0
30歳代	9	2	7	0	7	1	6	0
40歳代	29	9	20	0	14	3	11	0
50歳代	58	23	35	0	49	10	39	0
60歳代	43	20	22	1	50	25	25	0
70歳代	37	29	7	1	41	26	15	0
80歳代	6	6	0	0	12	5	7	0
90歳代	0	0	0	0	1	1	0	0
合計	184	90	92	2	176	71	105	0



高血圧症の指摘を受けましたか(男性)

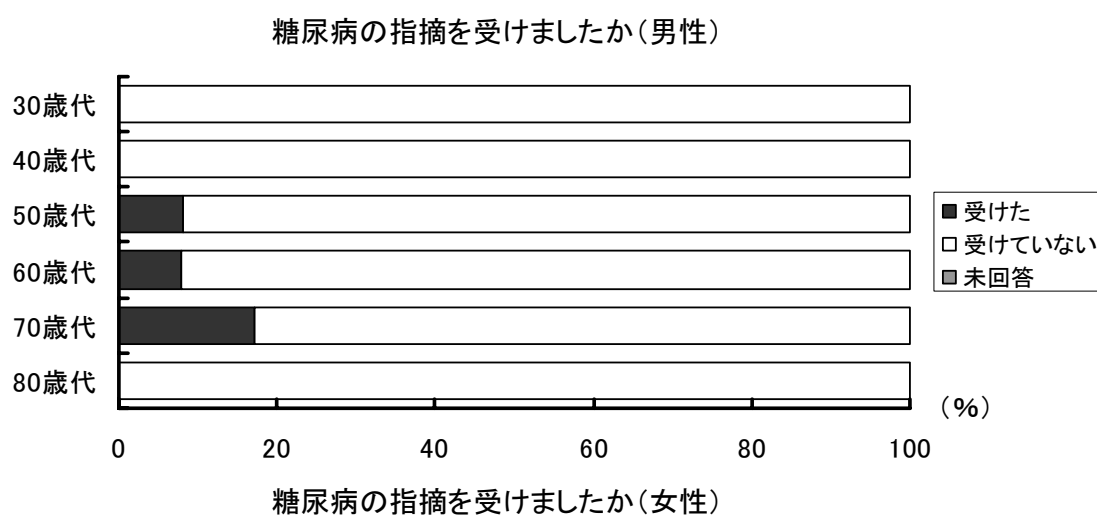
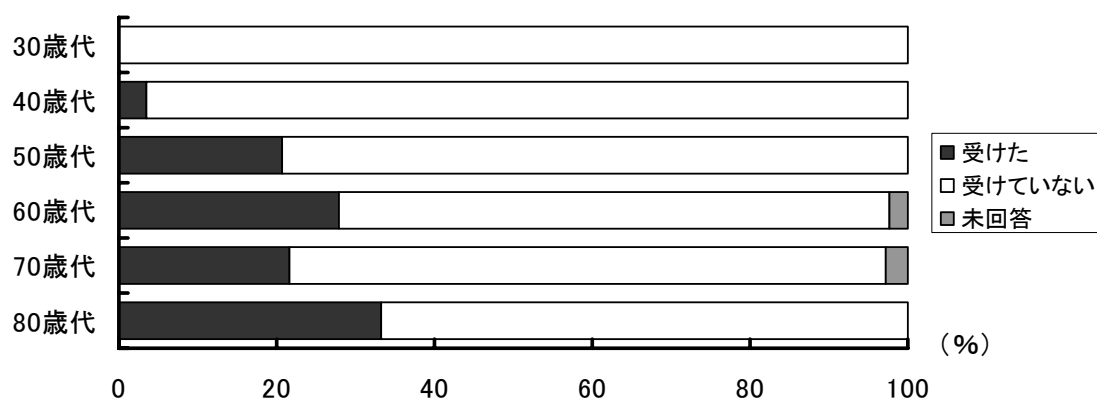


高血圧症の指摘を受けましたか(女性)

(4) 糖尿病の指摘

糖尿病の指摘を受けたのは男性 19.0%、女性 8.5%

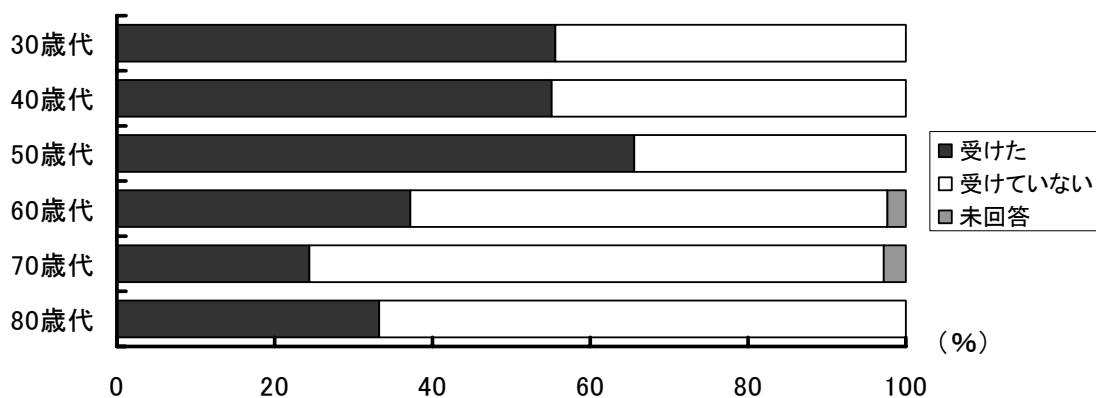
	糖尿病の指摘を受けましたか							
	男性				女性			
	対象数	受けた	受けていない	未回答	対象数	受けた	受けていない	未回答
20歳代	2	0	2	0	2	0	2	0
30歳代	9	0	9	0	7	0	7	0
40歳代	29	1	28	0	14	0	14	0
50歳代	58	12	46	0	49	4	45	0
60歳代	43	12	30	1	50	4	46	0
70歳代	37	8	28	1	41	7	34	0
80歳代	6	2	4	0	12	0	12	0
90歳代	0	0	0	0	1	0	1	0
合計	184	35	147	2	176	15	161	0



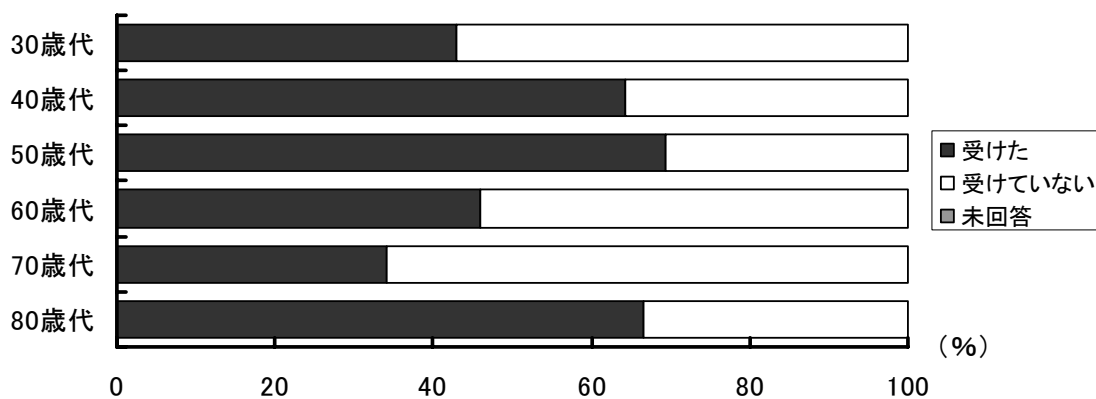
(5) 血中脂質異常の指摘

血中脂質異常の指摘を受けたのは男性 47.3%、女性 52.8%

	血中脂質異常の指摘を受けましたか							
	男性				女性			
	対象数	受けた	受けていない	未回答	対象数	受けた	受けていない	未回答
20歳代	2	1	1	0	2	2	0	0
30歳代	9	5	4	0	7	3	4	0
40歳代	29	16	13	0	14	9	5	0
50歳代	58	38	20	0	49	34	15	0
60歳代	43	16	26	1	50	23	27	0
70歳代	37	9	27	1	41	14	27	0
80歳代	6	2	4	0	12	8	4	0
90歳代	0	0	0	0	1	0	1	0
合計	184	87	95	2	176	93	83	0



血中脂質異常の指摘を受けましたか(男性)



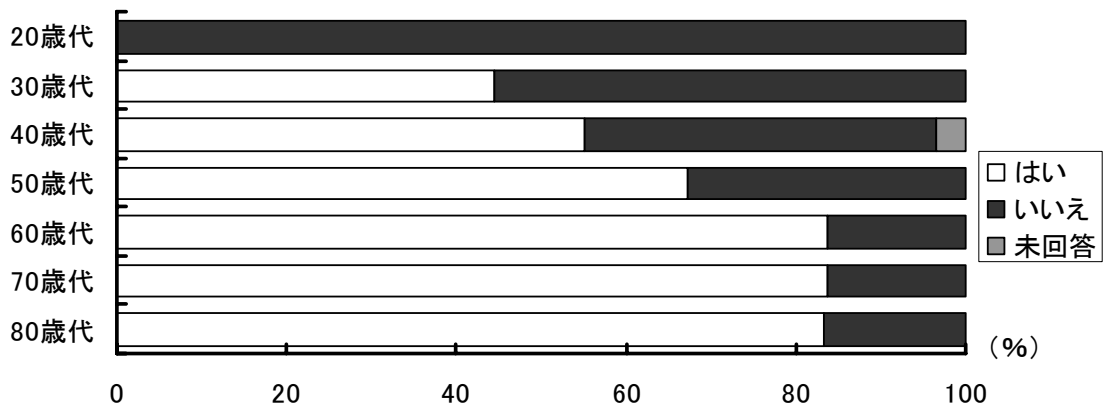
血中脂質異常の指摘を受けましたか(女性)

3 保健指導利用率

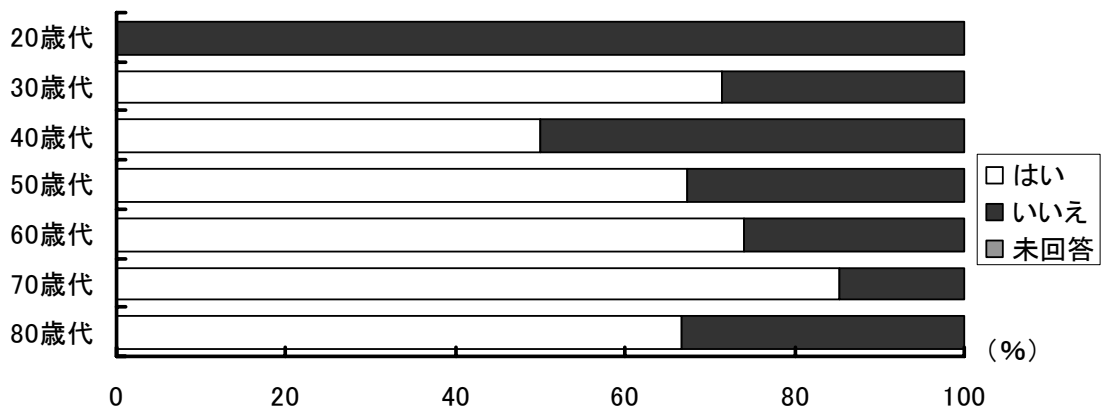
指導を受けたのは男性 71.2%、女性 71.6%

指摘を受けたことについて、保健指導を受けましたか

	男性				女性			
	対象数	はい	いいえ	未回答	対象数	はい	いいえ	未回答
20歳代	2	0	2	0	2	0	2	0
30歳代	9	4	5	0	7	5	2	0
40歳代	29	16	12	1	14	7	7	0
50歳代	58	39	19	0	49	33	16	0
60歳代	43	36	7	0	50	37	13	0
70歳代	37	31	6	0	41	35	6	0
80歳代	6	5	1	0	12	8	4	0
90歳代	0	0	0	0	1	1	0	0
合計	184	131	52	1	176	126	50	0



指摘を受けたことについて、保健指導を受けましたか(男性)

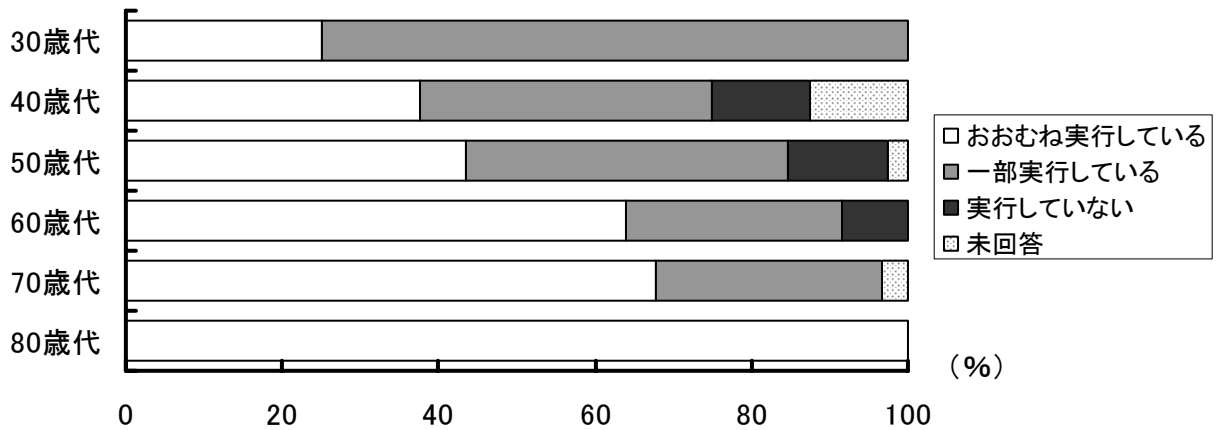


指摘を受けたことについて、保健指導を受けましたか(女性)

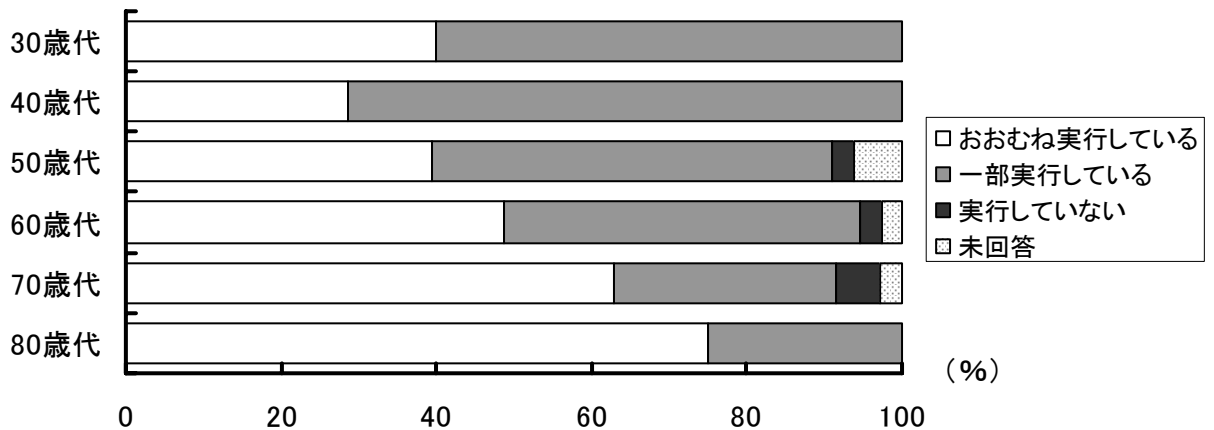
4 保健指導内容実行率

おおむね実行しているのは男性 55.7%、女性 50.8%

指導された内容についてどの程度実行していますか										
	男性					女性				
	対象数	おおむね実行している	一部実行している	実行していない	未回答	対象数	おおむね実行している	一部実行している	実行していない	未回答
30歳代	4	1	3	0	0	5	2	3	0	0
40歳代	16	6	6	2	2	7	2	5	0	0
50歳代	39	17	16	5	1	33	13	17	1	2
60歳代	36	23	10	3	0	37	18	17	1	1
70歳代	31	21	9	0	1	35	22	10	2	1
80歳代	5	5	0	0	0	8	6	2	0	0
90歳代	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0
合計	131	73	44	10	4	126	64	54	4	4



指導された内容についてどの程度実行していますか(男性)

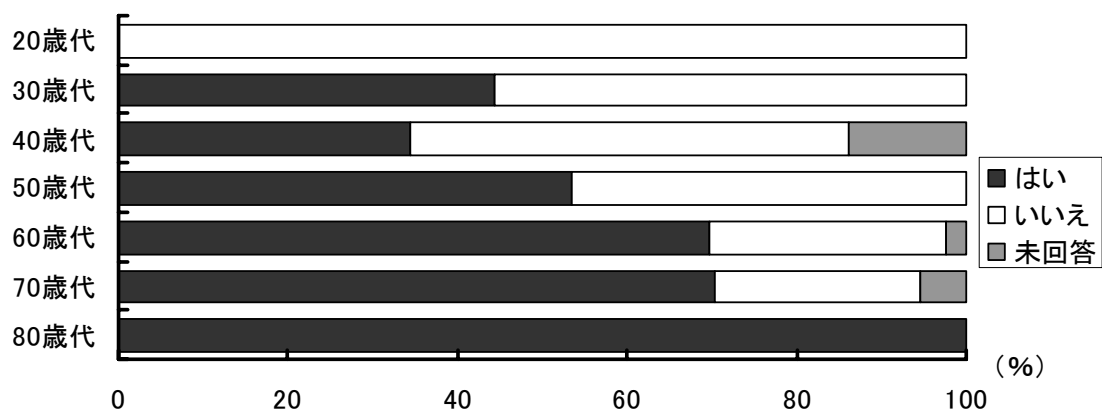


指導された内容についてどの程度実行していますか(女性)

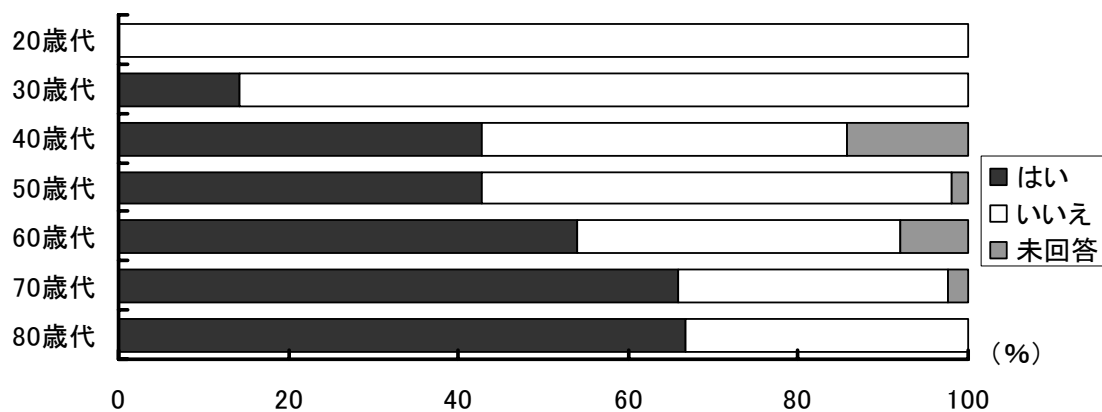
5 医療機関受診勧奨率

勧められたのは男性 58.2%、女性 51.1%

最終的に、医療機関を受診するように勧められましたか								
	男性				女性			
	対象数	はい	いいえ	未回答	対象数	はい	いいえ	未回答
20歳代	2	0	2	0	2	0	2	0
30歳代	9	4	5	0	7	1	6	0
40歳代	29	10	15	4	14	6	6	2
50歳代	58	31	27	0	49	21	27	1
60歳代	43	30	12	1	50	27	19	4
70歳代	37	26	9	2	41	27	13	1
80歳代	6	6	0	0	12	8	4	0
90歳代	0	0	0	0	1	0	1	0
合計	184	107	70	7	176	90	78	8



最終的に、医療機関を受診するように勧められましたか(男性)



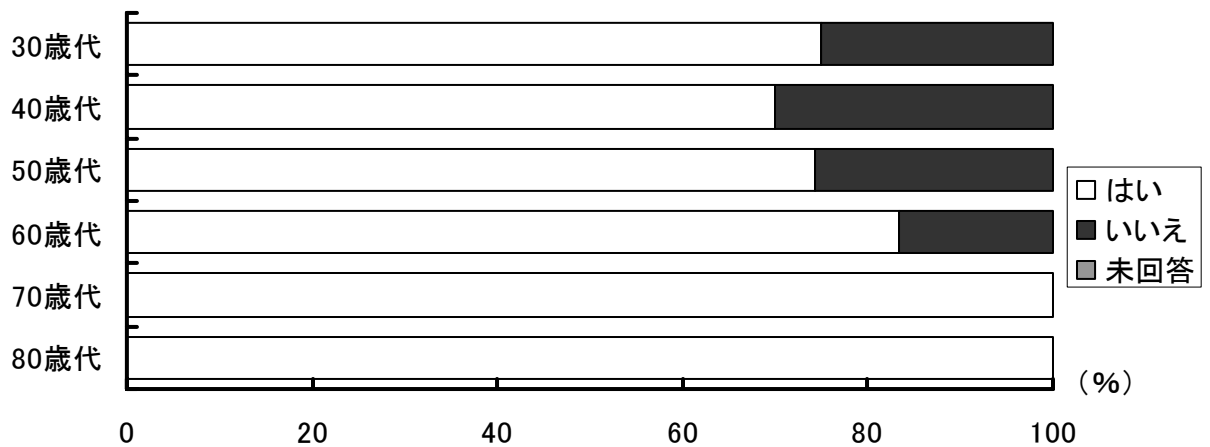
最終的に、医療機関を受診するように勧められましたか(女性)

6 医療機関受診率

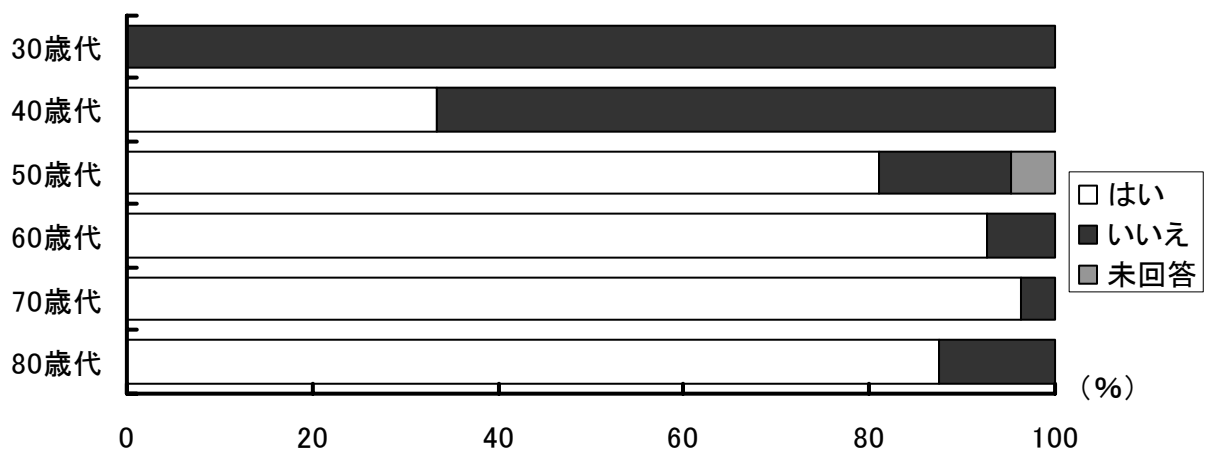
受診したのは男性 84.1%、女性 85.6%

その後、医療機関に行きましたか

	男性				女性			
	対象数	はい	いいえ	未回答	対象数	はい	いいえ	未回答
30歳代	4	3	1	0	1	0	1	0
40歳代	10	7	3	0	6	2	4	0
50歳代	31	23	8	0	21	17	3	1
60歳代	30	25	5	0	27	25	2	0
70歳代	26	26	0	0	27	26	1	0
80歳代	6	6	0	0	8	7	1	0
合計	107	90	17	0	90	77	12	1



その後、医療機関に行きましたか(男性)



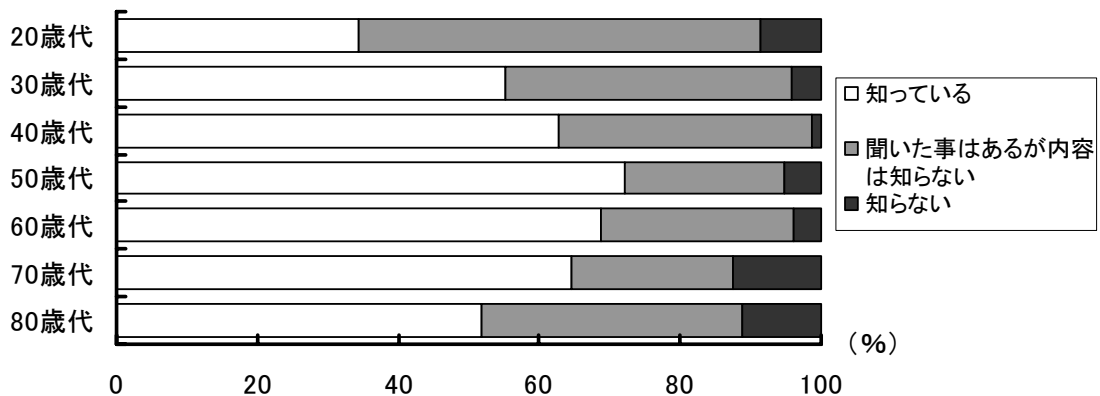
その後、医療機関に行きましたか(女性)

7 メタボリックシンドロームの内容を知っている割合

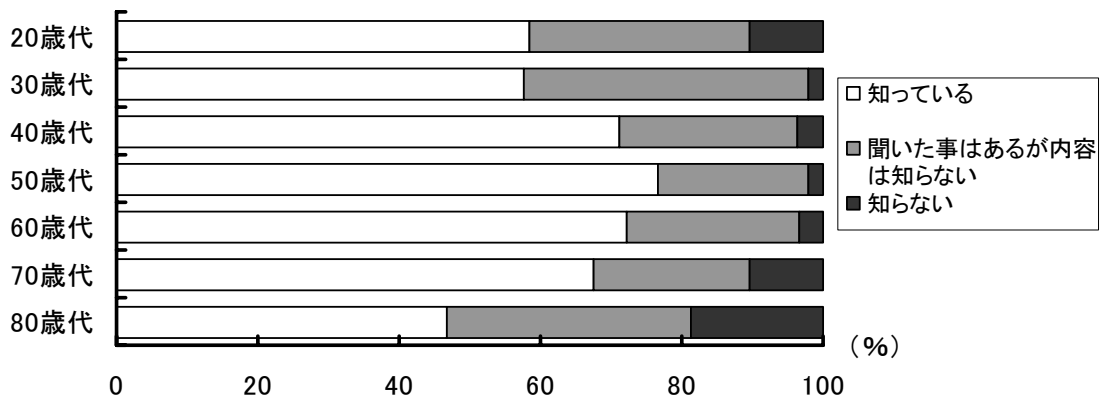
知っているのは男性 63.1%、女性 67.0%

メタボリックシンドロームの内容を知っていますか

	男性				女性			
	対象数	知っている	聞いた事はあるが 内容は知らない	知らない	対象数	知っている	聞いた事はあるが 内容は知らない	知らない
20歳代	35	12	20	3	48	28	15	5
30歳代	49	27	20	2	99	57	40	2
40歳代	70	44	25	1	83	59	21	3
50歳代	115	83	26	6	141	108	30	3
60歳代	102	70	28	4	115	83	28	4
70歳代	96	62	22	12	86	58	19	9
80歳代	27	14	10	3	32	15	11	6
90歳代	1	0	0	1	5	0	4	1
合計	495	312	151	32	609	408	168	33



メタボリックシンドロームの内容を知っていますか(男性)

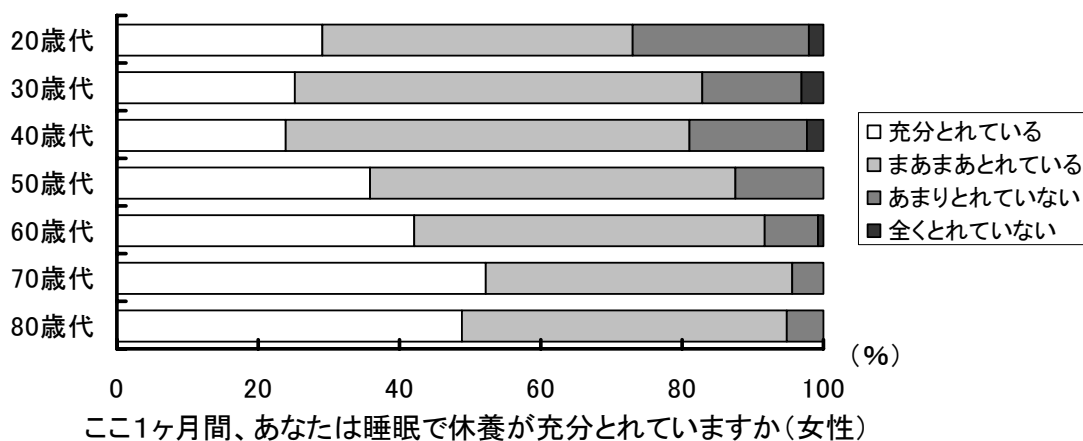
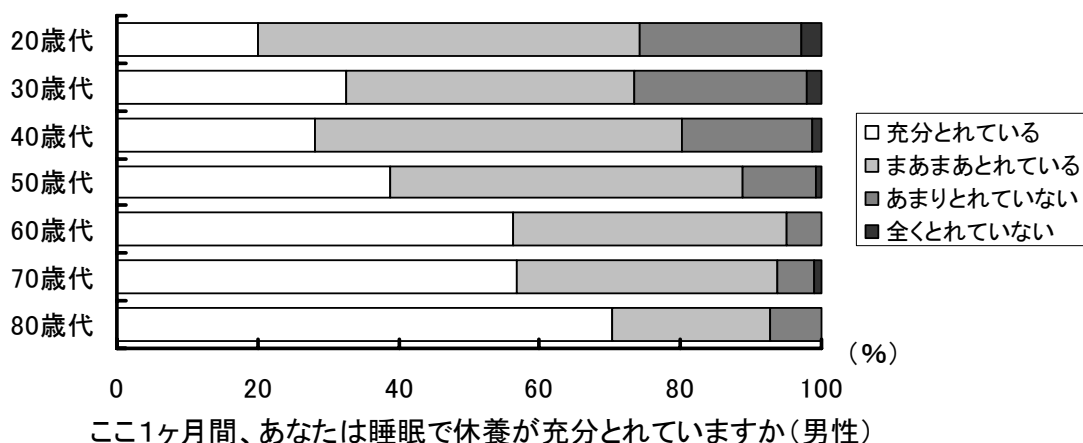


メタボリックシンドロームの内容を知っていますか(女性)

8 睡眠による休養不足者の割合

睡眠による休養が不足しているのは男性 12.4%、女性 12.7%

ここ1ヶ月間、あなたは睡眠で休養が充分とれていますか										
	男性					女性				
	対象数	充分とれて いる	まあまあとれ ている	あまりとれ ていない	全くとれて いない	対象数	充分とれて いる	まあまあとれ ている	あまりとれ ていない	全くとれて いない
20歳代	35	7	19	8	1	48	14	21	12	1
30歳代	49	16	20	12	1	99	25	57	14	3
40歳代	71	20	37	13	1	84	20	48	14	2
50歳代	116	45	58	12	1	145	52	75	18	0
60歳代	103	58	40	5	0	119	50	59	9	1
70歳代	97	55	36	5	1	90	47	39	4	0
80歳代	27	19	6	2	0	39	19	18	2	0
90歳代	2	1	1	0	0	5	2	3	0	0
合計	500	221	217	57	5	629	229	320	73	7



9 飲酒

(1) 飲酒の状況

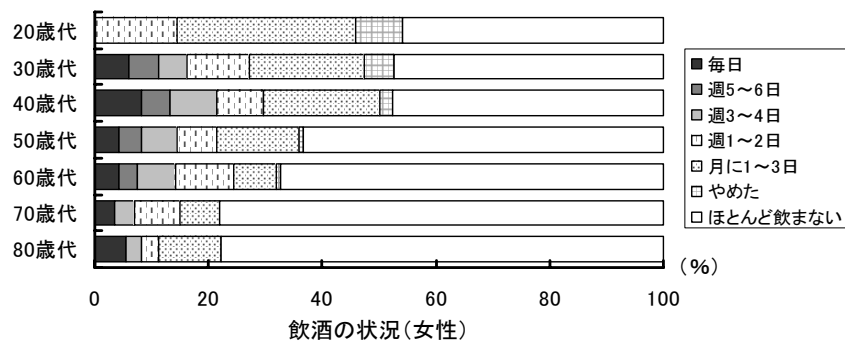
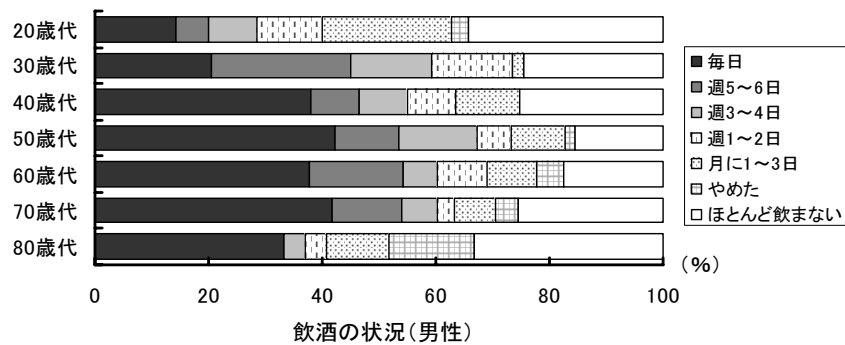
毎日飲酒するのは男性 36.1%、女性 4.7%

飲酒の状況(男性)

	対象数	毎日	週5～6日	週3～4日	週1～2日	月に1～3日	やめた	ほとんど飲まない
20歳代	35	5	2	3	4	8	1	12
30歳代	49	10	12	7	7	1	0	12
40歳代	71	27	6	6	6	8	0	18
50歳代	116	49	13	16	7	11	2	18
60歳代	103	39	17	6	9	9	5	18
70歳代	98	41	12	6	3	7	4	25
80歳代	27	9	0	1	1	3	4	9
90歳代	2	1	0	0	0	0	1	0
合計	501	181	62	45	37	47	17	112

飲酒の状況(女性)

	対象数	毎日	週5～6日	週3～4日	週1～2日	月に1～3日	やめた	ほとんど飲まない
20歳代	48	0	0	0	7	15	4	22
30歳代	99	6	5	5	11	20	5	47
40歳代	84	7	4	7	7	17	2	40
50歳代	145	6	6	9	10	21	1	92
60歳代	119	5	4	8	12	9	1	80
70歳代	87	3	0	3	7	6	0	68
80歳代	36	2	0	1	1	4	0	28
90歳代	5	0	0	0	0	0	1	4
合計	623	29	19	33	55	92	14	381



(2) 飲酒日の1日当たりの飲酒量

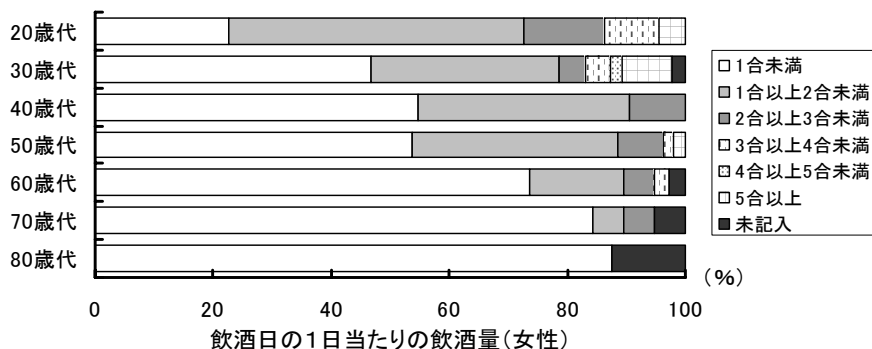
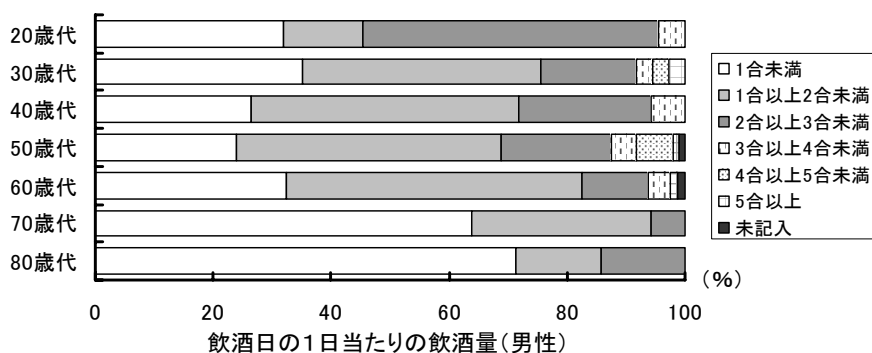
3合以上飲酒するのは男性 5.9%、女性 5.6%

飲酒日の1日当たりの飲酒量(男性)

	対象数	1合未満	1合以上 2合未満	2合以上 3合未満	3合以上 4合未満	4合以上 5合未満	5合以上	未回答
20歳代	22	7	3	11	1	0	0	0
30歳代	37	13	15	6	1	1	1	0
40歳代	53	14	24	12	3	0	0	0
50歳代	96	23	43	18	4	6	1	1
60歳代	80	26	40	9	3	0	1	1
70歳代	69	44	21	4	0	0	0	0
80歳代	14	10	2	2	0	0	0	0
90歳代	1	1	0	0	0	0	0	0
合計	372	138	148	62	12	7	3	2

飲酒日の1日当たりの飲酒量(女性)

	対象数	1合未満	1合以上 2合未満	2合以上 3合未満	3合以上 4合未満	4合以上 5合未満	5合以上	未回答
20歳代	22	5	11	3	2	0	1	0
30歳代	47	22	15	2	2	1	4	1
40歳代	42	23	15	4	0	0	0	0
50歳代	52	28	18	4	1	0	1	0
60歳代	38	28	6	2	1	0	0	1
70歳代	19	16	1	1	0	0	0	1
80歳代	8	7	0	0	0	0	0	1
90歳代	0	0	0	0	0	0	0	0
合計	228	129	66	16	6	1	6	4



10 喫煙

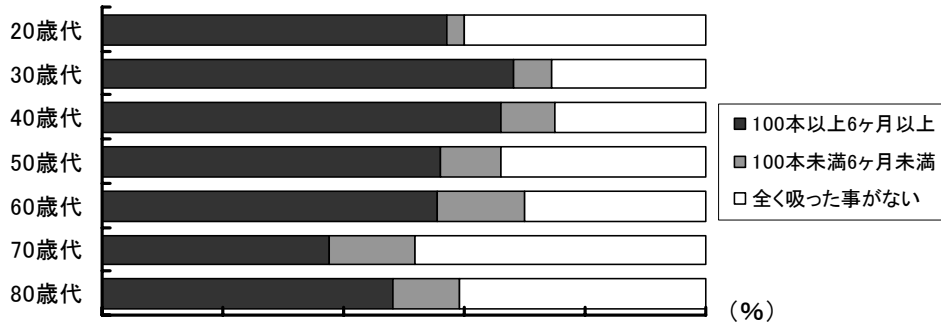
(1) 喫煙経験

喫煙未経験者は男性 34.6%、女性 83.2%

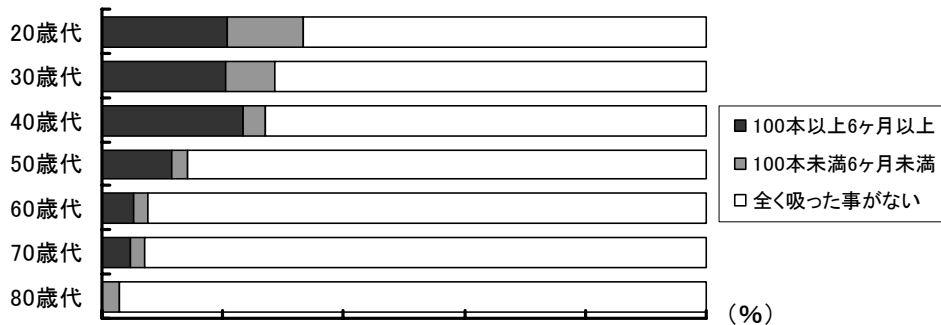
女性の喫煙未経験者は、20歳代 66.7%、30歳代 71.4%、40歳代 72.8%で若い年代ほど少なかった。

喫煙経験の状況

	男性			女性				
	対象数	100本以上 6ヶ月以上	100本未満 6ヶ月未満	全く吸った 事がない	対象数	100本以上 6ヶ月以上	100本未満 6ヶ月未満	全く吸った 事がない
20歳代	35	20	1	14	48	10	6	32
30歳代	47	32	3	12	98	20	8	70
40歳代	68	45	6	17	81	19	3	59
50歳代	109	61	11	37	140	16	4	120
60歳代	90	50	13	27	117	6	3	108
70歳代	85	32	12	41	84	4	2	78
80歳代	27	13	3	11	35	0	1	34
90歳代	1	0	0	1	5	0	0	5
合計	462	253	49	160	608	75	27	506



喫煙経験の状況 (男性)



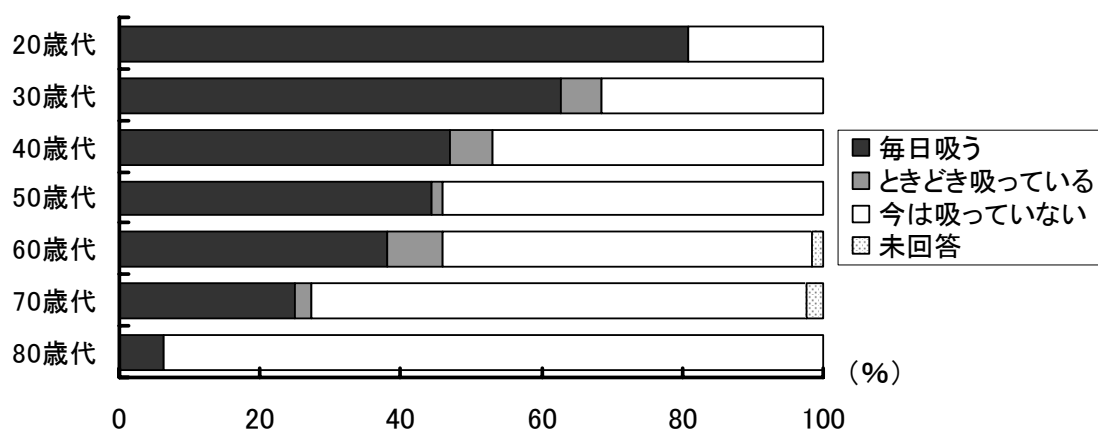
喫煙経験の状況 (女性)

(2) 現在の喫煙状況

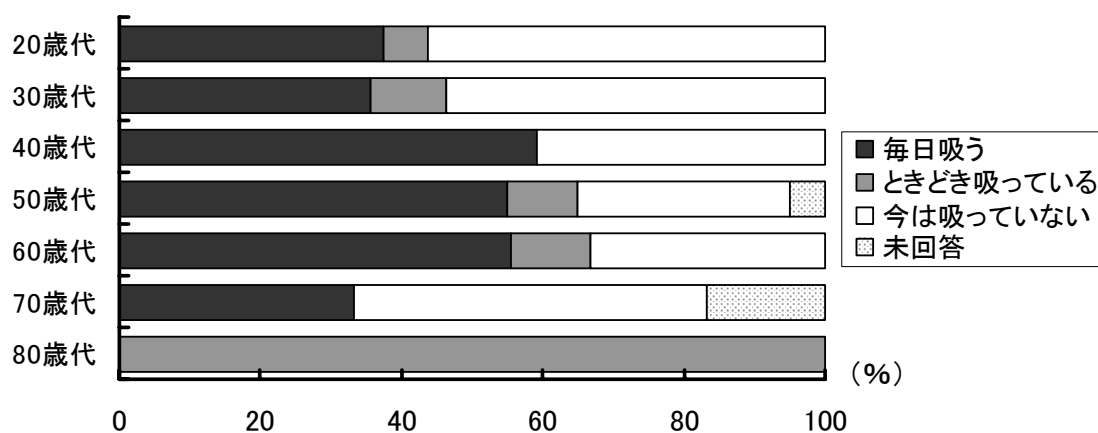
喫煙経験者のうち、毎日吸っているのは男性 51.0%、女性 58.7%

現在(この1ヶ月間)、たばこを吸っていますか

	男性					女性				
	対象数	毎日吸う	ときどき吸っている	今は吸っていない	未回答	対象数	毎日吸う	ときどき吸っている	今は吸っていない	未回答
20歳代	21	17	0	4	0	16	6	1	9	0
30歳代	35	22	2	11	0	28	10	3	15	0
40歳代	51	24	3	24	0	22	13	0	9	0
50歳代	72	32	1	39	0	20	11	2	6	1
60歳代	63	24	5	33	1	9	5	1	3	0
70歳代	44	11	1	31	1	6	2	0	3	1
80歳代	16	1	0	15	0	1	0	1	0	0
合計	302	131	12	157	2	102	47	8	45	2



現在(この1ヶ月間)、たばこを吸っていますか(男性)



現在(この1ヶ月間)、たばこを吸っていますか(女性)

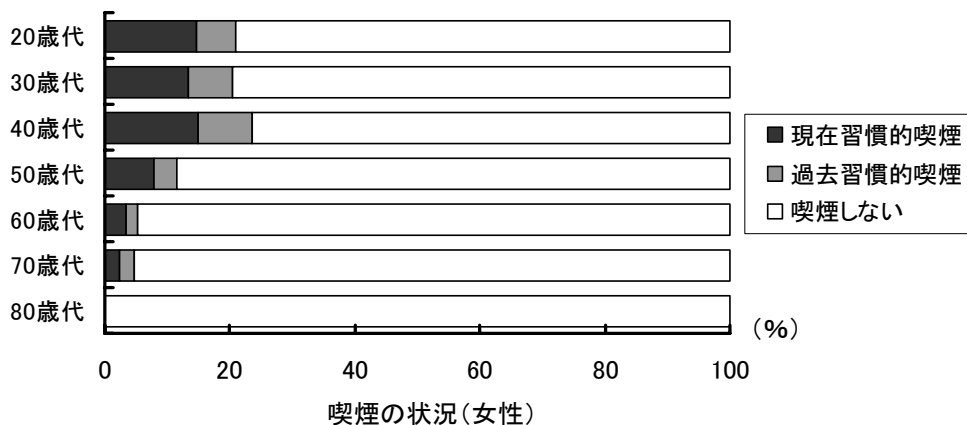
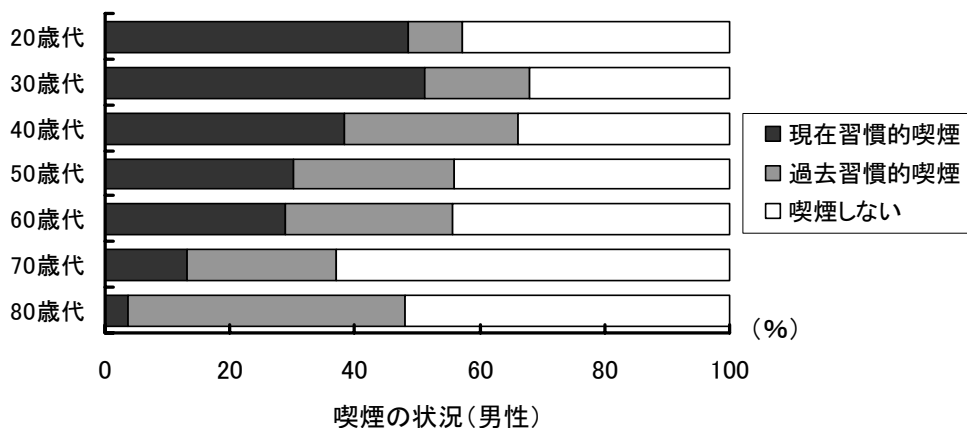
(3) 喫煙状況

現在習慣的に喫煙しているのは男性 29.9%、女性 8.1%

現在習慣的に喫煙者が多いのは男性では20歳代48.6%、30歳代51.1%、女性では20歳代14.6%、30歳代13.3%、40歳代14.8%であった。

喫煙の状況

	男性				女性			
	対象数	現在習慣的喫煙	過去習慣的喫煙	喫煙しない	対象数	現在習慣的喫煙	過去習慣的喫煙	喫煙しない
20歳代	35	17	3	15	48	7	3	38
30歳代	47	24	8	15	98	13	7	78
40歳代	68	26	19	23	81	12	7	62
50歳代	109	33	28	48	140	11	5	124
60歳代	90	26	24	40	117	4	2	111
70歳代	84	11	20	53	84	2	2	80
80歳代	27	1	12	14	35	0	0	35
90歳代	1	0	0	1	5	0	0	5
合計	461	138	114	209	608	49	26	533



資料

問1 あなたは過去1年間に、健診（健康診断や健康診査）や人間ドックを受けたことがありますか。

※がんのみの検診、妊産婦検診、歯の健康診査、病院や診療所で行う診療としての検査は、健診に含みません。

	男性			女性		
	対象数	ある	ない	対象数	ある	ない
20歳代	35	18	17	48	27	21
30歳代	48	25	23	98	41	57
40歳代	70	55	15	84	51	33
50歳代	109	88	21	140	88	52
60歳代	96	59	37	114	73	41
70歳代	90	56	34	83	55	28
80歳代	24	9	15	32	15	17
90歳代	2	0	2	5	1	4
合計 (再掲)	474	310	164	604	351	253
40-74歳	327	231	96	382	244	138
65-74歳	99	55	44	105	70	35
75歳以上	64	36	28	76	39	37

問1-1 健診の結果、肥満、高血圧症（血圧が高い）、糖尿病（血糖が高い）、血中の脂質異常〔総コレステロール、LDL（悪玉）コレステロールや中性脂肪が高い、または、HDL（善玉）コレステロールが低い〕に関する指摘を受けましたか。
(問1で1を選んだ方)

※健診結果にあわせて書面に、「血圧が高めなので、塩分の摂取を控えましょう」「再検査を受けてください」等記載されている場合を含みます。

	男性				女性			
	対象数	はい	いいえ	未回答	対象数	はい	いいえ	未回答
20歳代	18	2	16	0	27	2	25	0
30歳代	25	9	16	0	41	7	34	0
40歳代	55	29	26	0	51	14	36	1
50歳代	88	58	30	0	88	49	39	0
60歳代	59	43	16	0	73	50	23	0
70歳代	56	37	19	0	55	41	14	0
80歳代	9	6	3	0	15	12	3	0
90歳代	0	0	0	0	1	1	0	0
合計 (再掲)	310	184	126	0	351	176	174	1
40-74歳	231	151	80	0	244	138	105	1
65-74歳	55	41	14	0	70	52	18	0
75歳以上	36	22	14	0	39	29	10	0

問1-1-1 次のどのようなことについて、指摘を受けましたか。(複数回答)

	肥満							
	男性				女性			
	対象数	受けた	受けていない	未回答	対象数	受けた	受けていない	未回答
20歳代	2	0	2	0	2	0	2	0
30歳代	9	5	4	0	7	3	4	0
40歳代	29	10	19	0	14	7	7	0
50歳代	58	20	38	0	49	10	39	0
60歳代	43	9	33	1	50	11	39	0
70歳代	37	13	23	1	41	14	27	0
80歳代	6	0	6	0	12	0	12	0
90歳代	0	0	0	0	1	0	1	0
合計 (再掲)	184	57	125	2	176	45	131	0
40-74歳	151	45	104	2	138	39	99	0
65-74歳	41	10	29	2	52	16	36	0
75歳以上	22	7	15	0	29	3	26	0

	高血圧症(血圧が高い)							
	男性				女性			
	対象数	受けた	受けていない	未回答	対象数	受けた	受けていない	未回答
20歳代	2	1	1	0	2	0	2	0
30歳代	9	2	7	0	7	1	6	0
40歳代	29	9	20	0	14	3	11	0
50歳代	58	23	35	0	49	10	39	0
60歳代	43	20	22	1	50	25	25	0
70歳代	37	29	7	1	41	26	15	0
80歳代	6	6	0	0	12	5	7	0
90歳代	0	0	0	0	1	1	0	0
合計 (再掲)	184	90	92	2	176	71	105	0
40-74歳	151	68	81	2	138	53	85	0
65-74歳	41	28	11	2	52	32	20	0
75歳以上	22	19	3	0	29	17	12	0

糖尿病(血糖が高い)

	男性				女性			
	対象数	受けた	受けていない	未回答	対象数	受けた	受けていない	未回答
20歳代	2	0	2	0	2	0	2	0
30歳代	9	0	9	0	7	0	7	0
40歳代	29	1	28	0	14	0	14	0
50歳代	58	12	46	0	49	4	45	0
60歳代	43	12	30	1	50	4	46	0
70歳代	37	8	28	1	41	7	34	0
80歳代	6	2	4	0	12	0	12	0
90歳代	0	0	0	0	1	0	1	0
合計	184	35	147	2	176	15	161	0
(再掲)								
40-74歳	151	31	118	2	138	13	125	0
65-74歳	41	12	27	2	52	8	44	0
75歳以上	22	4	18	0	29	2	27	0

血中の脂質異常

[総コレステロール、LDL(悪玉)コレステロールや中性脂肪が高い、または、HDL(善玉)コレステロールが低い]

	男性				女性			
	対象数	受けた	受けていない	未回答	対象数	受けた	受けていない	未回答
20歳代	2	1	1	0	2	2	0	0
30歳代	9	5	4	0	7	3	4	0
40歳代	29	16	13	0	14	9	5	0
50歳代	58	38	20	0	49	34	15	0
60歳代	43	16	26	1	50	23	27	0
70歳代	37	9	27	1	41	14	27	0
80歳代	6	2	4	0	12	8	4	0
90歳代	0	0	0	0	1	0	1	0
合計	184	87	95	2	176	93	83	0
(再掲)								
40-74歳	151	76	73	2	138	76	62	0
65-74歳	41	13	26	2	52	21	31	0
75歳以上	22	5	17	0	29	12	17	0

問 1 - 1 - 2 指摘を受けたことについて、保健指導（食事や生活習慣の改善の指導）を受けましたか。

※医療機関で受けた指導も含みます。

	男性				女性			
	対象数	はい	いいえ	未回答	対象数	はい	いいえ	未回答
20歳代	2	0	2	0	2	0	2	0
30歳代	9	4	5	0	7	5	2	0
40歳代	29	16	12	1	14	7	7	0
50歳代	58	39	19	0	49	33	16	0
60歳代	43	36	7	0	50	37	13	0
70歳代	37	31	6	0	41	35	6	0
80歳代	6	5	1	0	12	8	4	0
90歳代	0	0	0	0	1	1	0	0
合計 (再掲)	184	131	52	1	176	126	50	0
40-74歳	151	109	41	1	138	98	40	0
65-74歳	41	35	6	0	52	43	9	0
75歳以上	22	18	4	0	29	23	6	0

(不問) 指導された内容についてどの程度実行していますか。(問 1 - 1 - 2 で 1 を選んだ方)

	男性					女性				
	対象数	おおむね実行している	一部実行している	実行していない	未回答	対象数	おおむね実行している	一部実行している	実行していない	未回答
30歳代	4	1	3	0	0	5	2	3	0	0
40歳代	16	6	6	2	2	7	2	5	0	0
50歳代	39	17	16	5	1	33	13	17	1	2
60歳代	36	23	10	3	0	37	18	17	1	1
70歳代	31	21	9	0	1	35	22	10	2	1
80歳代	5	5	0	0	0	8	6	2	0	0
90歳代	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0
合計 (再掲)	131	73	44	10	4	126	64	54	4	4
40-74歳	109	59	37	10	3	98	44	46	4	4
65-74歳	35	25	9	1	0	43	23	17	2	1
75歳以上	18	13	4	0	1	23	18	5	0	0

問 1 - 1 - 3 最終的に、医療機関を受診するように勧められましたか。
※検査目的の受診は除きます。

	男性				女性			
	対象数	はい	いいえ	未回答	対象数	はい	いいえ	未回答
20歳代	2	0	2	0	2	0	2	0
30歳代	9	4	5	0	7	1	6	0
40歳代	29	10	15	4	14	6	6	2
50歳代	58	31	27	0	49	21	27	1
60歳代	43	30	12	1	50	27	19	4
70歳代	37	26	9	2	41	27	13	1
80歳代	6	6	0	0	12	8	4	0
90歳代	0	0	0	0	1	0	1	0
合計	184	107	70	7	176	90	78	8
(再掲)								
40-74歳	151	86	60	5	138	71	59	8
65-74歳	41	31	10	0	52	35	14	3
75歳以上	22	17	3	2	29	18	11	0

(不問) その後、医療機関に行きましたか。(問 1 - 1 - 3 で 1 を選んだ方)

	男性				女性			
	対象数	はい	いいえ	未回答	対象数	はい	いいえ	未回答
30歳代	4	3	1	0	1	0	1	0
40歳代	10	7	3	0	6	2	4	0
50歳代	31	23	8	0	21	17	3	1
60歳代	30	25	5	0	27	25	2	0
70歳代	26	26	0	0	27	26	1	0
80歳代	6	6	0	0	8	7	1	0
合計	107	90	17	0	90	77	12	1
(再掲)								
40-74歳	86	70	16	0	71	60	10	1
65-74歳	31	28	3	0	35	33	2	0
75歳以上	17	17	0	0	19	17	1	1

問2 内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）とは、「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、血中の脂質異常をおこしたりして、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」のことです。この内容を知っていますか。

※血中の脂質異常とは、総コレステロール、LDL（悪玉）コレステロールや中性脂肪が高い、または、HDL（善玉）コレステロールが低いことをいいます。

	男性				女性			
	対象数	知っている	聞いた事はあるが内容は知らない	知らない	対象数	知っている	聞いた事はあるが内容は知らない	知らない
20歳代	35	12	20	3	48	28	15	5
30歳代	49	27	20	2	99	57	40	2
40歳代	70	44	25	1	83	59	21	3
50歳代	115	83	26	6	141	108	30	3
60歳代	102	70	28	4	115	83	28	4
70歳代	96	62	22	12	86	58	19	9
80歳代	27	14	10	3	32	15	11	6
90歳代	1	0	0	1	5	0	4	1
合計 (再掲)	495	312	151	32	609	408	168	33
40-74歳	343	236	91	16	383	279	91	13
65-74歳	104	69	27	8	106	73	27	6
75歳以上	68	37	20	11	79	44	22	13

問3 ここ1ヶ月間、あなたは睡眠で休養が充分とれていますか。

	男性					女性				
	対象数	充分とれている	まあまあとれている	あまりとれていない	全くとれていない	対象数	充分とれている	まあまあとれている	あまりとれていない	全くとれていない
20歳代	35	7	19	8	1	48	14	21	12	1
30歳代	49	16	20	12	1	99	25	57	14	3
40歳代	71	20	37	13	1	84	20	48	14	2
50歳代	116	45	58	12	1	145	52	75	18	0
60歳代	103	58	40	5	0	119	50	59	9	1
70歳代	97	55	36	5	1	90	47	39	4	0
80歳代	27	19	6	2	0	39	19	18	2	0
90歳代	2	1	1	0	0	5	2	3	0	0
合計 (再掲)	500	221	217	57	5	629	229	320	73	7
40-74歳	346	154	156	34	2	394	145	201	45	3
65-74歳	105	62	37	6	0	109	50	51	8	0
75歳以上	70	44	22	3	1	88	45	41	2	0

問4 あなたは週に何日位お酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲みますか。

男性

	対象数	毎日	週5～6日	週3～4日	週1～2日	月に1～3日	やめた	ほとんど飲まない
20歳代	35	5	2	3	4	8	1	12
30歳代	49	10	12	7	7	1	0	12
40歳代	71	27	6	6	6	8	0	18
50歳代	116	49	13	16	7	11	2	18
60歳代	103	39	17	6	9	9	5	18
70歳代	98	41	12	6	3	7	4	25
80歳代	27	9	0	1	1	3	4	9
90歳代	2	1	0	0	0	0	1	0
合計	501	181	62	45	37	47	17	112
(再掲)								
40-74歳	346	143	42	31	24	30	10	66
65-74歳	104	40	15	4	7	8	5	25
75歳以上	71	23	6	4	2	8	6	22

女性

	対象数	毎日	週5～6日	週3～4日	週1～2日	月に1～3日	やめた	ほとんど飲まない
20歳代	48	0	0	0	7	15	4	22
30歳代	99	6	5	5	11	20	5	47
40歳代	84	7	4	7	7	17	2	40
50歳代	145	6	6	9	10	21	1	92
60歳代	119	5	4	8	12	9	1	80
70歳代	87	3	0	3	7	6	0	68
80歳代	36	2	0	1	1	4	0	28
90歳代	5	0	0	0	0	0	1	4
合計	623	29	19	33	55	92	14	381
(再掲)								
40-74歳	394	20	14	25	34	52	4	245
65-74歳	109	6	3	5	13	7	1	74
75歳以上	82	3	0	3	3	5	1	67

問4-1 お酒を飲む日は1日あたり、どれくらいの量を飲みますか。(問4で1, 2, 3, 4, 5と答えた方)

飲酒日の1日当たりの飲酒量(男性)

	対象数	1合未満	1合以上 2合未満	2合以上 3合未満	3合以上 4合未満	4合以上 5合未満	5合以上	未回答
20歳代	22	7	3	11	1	0	0	0
30歳代	37	13	15	6	1	1	1	0
40歳代	53	14	24	12	3	0	0	0
50歳代	96	23	43	18	4	6	1	1
60歳代	80	26	40	9	3	0	1	1
70歳代	69	44	21	4	0	0	0	0
80歳代	14	10	2	2	0	0	0	0
90歳代	1	1	0	0	0	0	0	0
合計 (再掲)	372	138	148	62	12	7	3	2
40-74歳	270	87	120	43	10	6	2	2
65-74歳	74	36	33	4	1	0	0	0
75歳以上	43	31	10	2	0	0	0	0

飲酒日の1日当たりの飲酒量(女性)

	対象数	1合未満	1合以上 2合未満	2合以上 3合未満	3合以上 4合未満	4合以上 5合未満	5合以上	未回答
20歳代	22	5	11	3	2	0	1	0
30歳代	47	22	15	2	2	1	4	1
40歳代	42	23	15	4	0	0	0	0
50歳代	52	28	18	4	1	0	1	0
60歳代	38	28	6	2	1	0	0	1
70歳代	19	16	1	1	0	0	0	1
80歳代	8	7	0	0	0	0	0	1
90歳代	0	0	0	0	0	0	0	0
合計 (再掲)	228	129	66	16	6	1	6	4
40-74歳	145	89	40	11	2	0	1	2
65-74歳	34	23	5	3	1	0	0	2
75歳以上	14	13	0	0	0	0	0	1

問5 あなたは、これまでにたばこを吸ったことがありますか。

喫煙経験の状況

	男性				女性			
	対象数	100本以上 6ヶ月以上	100本未満 6ヶ月未満	全く吸った 事がない	対象数	100本以上 6ヶ月以上	100本未満 6ヶ月未満	全く吸った 事がない
20歳代	35	20	1	14	48	10	6	32
30歳代	47	32	3	12	98	20	8	70
40歳代	68	45	6	17	81	19	3	59
50歳代	109	61	11	37	140	16	4	120
60歳代	90	50	13	27	117	6	3	108
70歳代	85	32	12	41	84	4	2	78
80歳代	27	13	3	11	35	0	1	34
90歳代	1	0	0	1	5	0	0	5
合計 (再掲)	462	253	49	160	608	75	27	506
40-74歳	318	179	36	103	383	44	12	327
65-74歳	93	42	13	38	107	6	3	98
75歳以上	62	22	9	31	79	1	1	77

問6 現在（この1ヶ月間）、あなたはたばこを吸っていますか。

現在(この1ヶ月間)、たばこを吸っていますか

	男性					女性				
	対象数	毎日吸う	ときどき 吸っている	今は吸って いない	未回答	対象数	毎日吸う	ときどき 吸っている	今は吸って いない	未回答
20歳代	21	17	0	4	0	16	6	1	9	0
30歳代	35	22	2	11	0	28	10	3	15	0
40歳代	51	24	3	24	0	22	13	0	9	0
50歳代	72	32	1	39	0	20	11	2	6	1
60歳代	63	24	5	33	1	9	5	1	3	0
70歳代	44	11	1	31	1	6	2	0	3	1
80歳代	16	1	0	15	0	1	0	1	0	0
合計 (再掲)	302	131	12	157	2	102	47	8	45	2
40-74歳	215	86	9	118	2	56	31	3	20	2
65-74歳	55	16	3	35	1	9	4	0	4	1
75歳以上	31	6	1	24	0	2	0	1	1	0

喫煙状況

喫煙の状況

	男性				女性			
	対象数	現在習慣 的喫煙	過去習慣 的喫煙	喫煙しない	対象数	現在習慣 的喫煙	過去習慣 的喫煙	喫煙しない
20歳代	35	17	3	15	48	7	3	38
30歳代	47	24	8	15	98	13	7	78
40歳代	68	26	19	23	81	12	7	62
50歳代	109	33	28	48	140	11	5	124
60歳代	90	26	24	40	117	4	2	111
70歳代	84	11	20	53	84	2	2	80
80歳代	27	1	12	14	35	0	0	35
90歳代	1	0	0	1	5	0	0	5
合計	461	138	114	209	608	49	26	533
(再掲)								
40-74歳	317	91	87	139	383	29	15	339
65-74歳	92	16	25	51	107	4	2	101
75歳以上	62	6	16	40	79	0	1	78

調査様式

健康づくりについてのアンケートのお願い

厳冬の候 皆様におかれましてはますます御清栄のこととお慶び申し上げます。

さて、宮崎県では、2010年を目標として具体的に項目や数値目標を設定した「健康みやざき行動計画21」を策定して、県民のみなさまの健康づくりを推進しております。

このような中、本年度からスタートしました医療制度改革にともない本県の「健康みやざき行動計画21」を改定することになり、今回、県民のみなさまにアンケートを実施することにいたしました。このアンケートは、県民の中から無作為抽出した方にお送りしており、お答えいただいた内容は県で集計分析を行い、個人の特定はできないような形で公表する予定にしております。(統計目的以外に使用することはありません)

お忙しいところ誠に恐れ入りますが、本アンケートに御協力いただきますようよろしくお願い申し上げます。

なお、御協力いただきましたアンケートは、同封しております返信用封筒に入れ、平成19年1月26日までに、ご投函くださいますようお願いいたします。

平成19年1月 宮崎県福祉保健部長

性別

1 男	2 女
-----	-----

 (どちらかに○をつけてください)

年齢

 歳 (年齢を書いてください)

*裏のページからは該当する番号に○印をつけてください。

裏へ続く→

お問い合わせ先
宮崎県福祉保健部健康増進課生涯健康担当
電話 0985-26-7078 FAX 0985-26-7336

問1 あなたは過去1年間に、健診（健康診断や健康診査）や人間ドックを受けたことがありますか。

※がんのみの検診、妊産婦検診、歯の健康診査、病院や診療所で行う診療としての検査は、健診に含みません。

1 ある 2 ない → 問2へ

↓
(問1-1) 健診の結果、肥満、高血圧症（血圧が高い）、糖尿病（血糖が高い）、血中の脂質異常[総コレステロール、LDL(悪玉)コレステロールや中性脂肪が高い、または、HDL(善玉)コレステロールが低い]に関する指摘を受けましたか。

※健診結果にあわせて書面に、「血圧が高めなので、塩分の摂取を控えましょう」「再検査を受けてください」等記載されている場合を含みます。

1 はい 2 いいえ → 問2へ

↓
(問1-1-1) 次のどのようなことについて、指摘を受けましたか。
あてはまる番号をすべて選んで○印をつけて下さい。

- 1 肥 満
- 2 高血圧症（血圧が高い）
- 3 糖 尿 病（血糖が高い）
- 4 血中の脂質異常[総コレステロール、LDL(悪玉)コレステロールや中性脂肪が高い、または、HDL(善玉)コレステロールが低い]

(問1-1-2) 指摘を受けたことについて、保健指導（食事や生活習慣の改善の指導）を受けましたか。※医療機関で受けた指導も含みます。

1 はい 2 いいえ

↓
(付問) 指導された内容についてどの程度実行していますか。
あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 おおむね実行している
- 2 一部実行している
- 3 実行していない

(問1-1-3) 最終的に、医療機関を受診するように勧められましたか。
※検査目的の受診は除きます。

1 はい 2 いいえ → 問2へ

↓
(付問) その後、医療機関に行きましたか。

1 はい 2 いいえ

問2 内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）とは、

「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、血中の脂質異常をおこしたりして、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」の事です。この内容を知っていますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

※血中の脂質異常とは、総コレステロール、LDL(悪玉)コレステロールや中性脂肪が高い、または、HDL(善玉)コレステロールが低いことをいいます。

- 1 内容を知っている
- 2 言葉を聞いたことはあるが内容は知らない
- 3 知らない（今回の調査で初めて聞いた場合を含む）

問3 ここ1ヶ月間、あなたは睡眠で休養が充分とれていますか。

あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- | | |
|-------------|--------------|
| 1 充分とれている | 2 まあまあとれている |
| 3 あまりとれていない | 4 まったくとれていない |

問4 あなたは週に何日位お酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲みますか。

あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- | | | |
|------------------|----------|---------|
| 1 毎日 | 2 週5～6日 | 3 週3～4日 |
| 4 週1～2日 | 5 月に1～3日 | |
| 6 やめた（1年以上やめている） | —————→ | 問5へ |
| 7 ほとんど飲まない（飲めない） | —————→ | 問5へ |

（問4で1，2，3，4，5と答えた方にお聞きします。）

（問4-1） お酒を飲む日は1日あたり、どれくらいの量を飲みますか。

清酒に換算し、あてはまる番号を1つ選び○印をつけて下さい。

- | | |
|-------------------|-------------------|
| 1 1合（180ml）未満 | 2 1合以上2合（360ml）未満 |
| 3 2合以上3合（540ml）未満 | 4 3合以上4合（720ml）未満 |
| 5 4合以上5合（900ml）未満 | 6 5合（900ml）以上 |

清酒1合（180ml）は、次の量にほぼ相当します。
ビール・発泡酒中瓶1本（約500ml）、焼酎20度（135ml）、焼酎35度（80ml）、
チューハイ7度（350ml）、ウイスキーダブル1杯（60ml）、ワイン2杯（240ml）

問5 あなたは、これまでにたばこを吸ったことがありますか。

あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 合計100本以上、または6ヶ月以上吸っている（吸っていた）→問6へ
- 2 吸ったことはあるが合計100本未満で6ヶ月未満である→問6へ
- 3 まったく吸ったことがない →

「3 まったく吸ったことがない」 と答えた方は、ここで終了です。

問6 現在(この1ヶ月間)、あなたはたばこを吸っていますか。

あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 毎日吸う
- 2 ときどき吸っている
- 3 今は(この1ヶ月間)吸っていない

御協力ありがとうございました。

宮崎県民の健康と食生活の現状

発行 平成19年3月
編集 宮崎県健康づくり推進センター
発行者 宮崎県福祉保健部健康増進課
〒880-8501
宮崎県宮崎市橘通東2-10-1