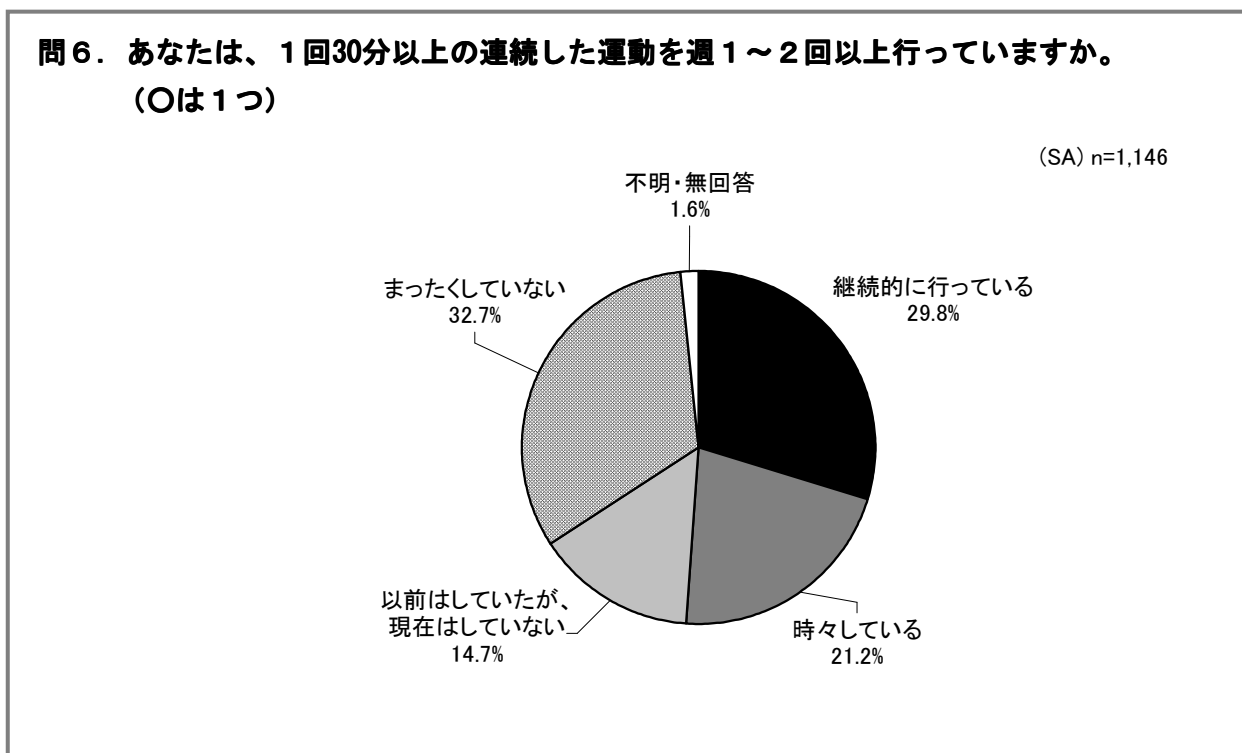


2 医療・健康面について

(1) 健康増進のための運動習慣

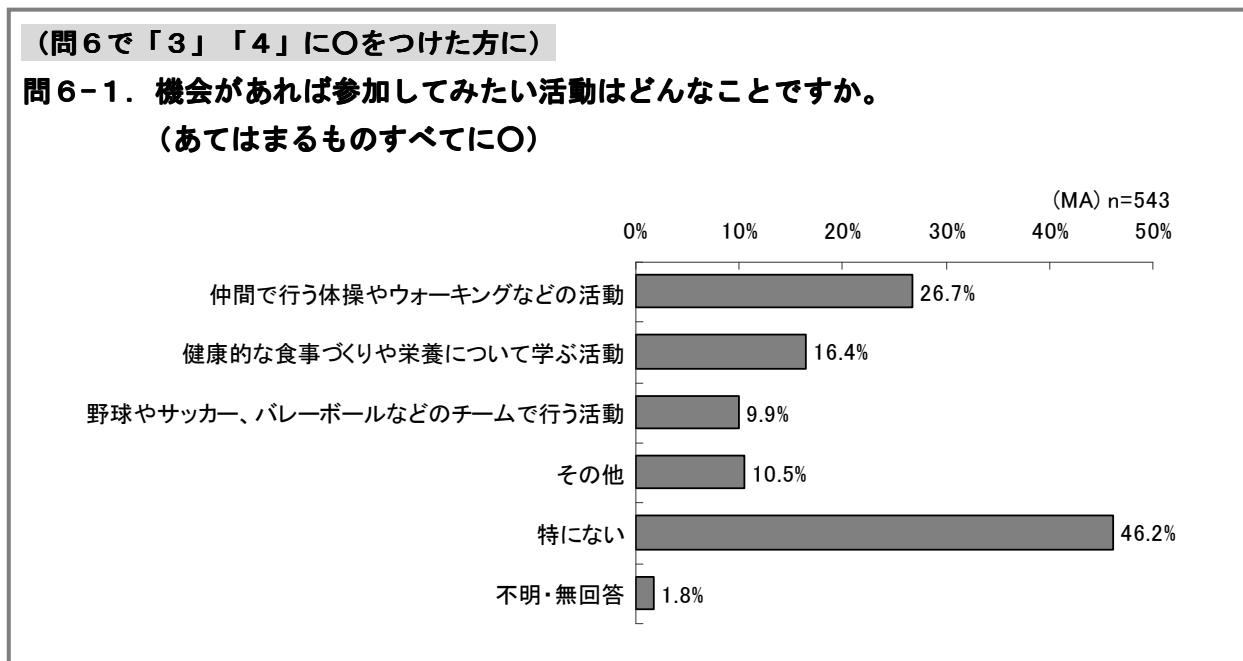
◆継続的に運動をしている人は約3割。



○健康増進のために、1回30分以上の連続した運動を週1～2回以上「継続的に行っている」(29.8%)は約3割で、「時々している」(21.2%)と合わせた『運動をしている』の回答は約半数となっている。一方、3人に1人は「まったくしていない」(32.7%)状況である。

(2) 機会があれば参加してみたい健康増進のための活動

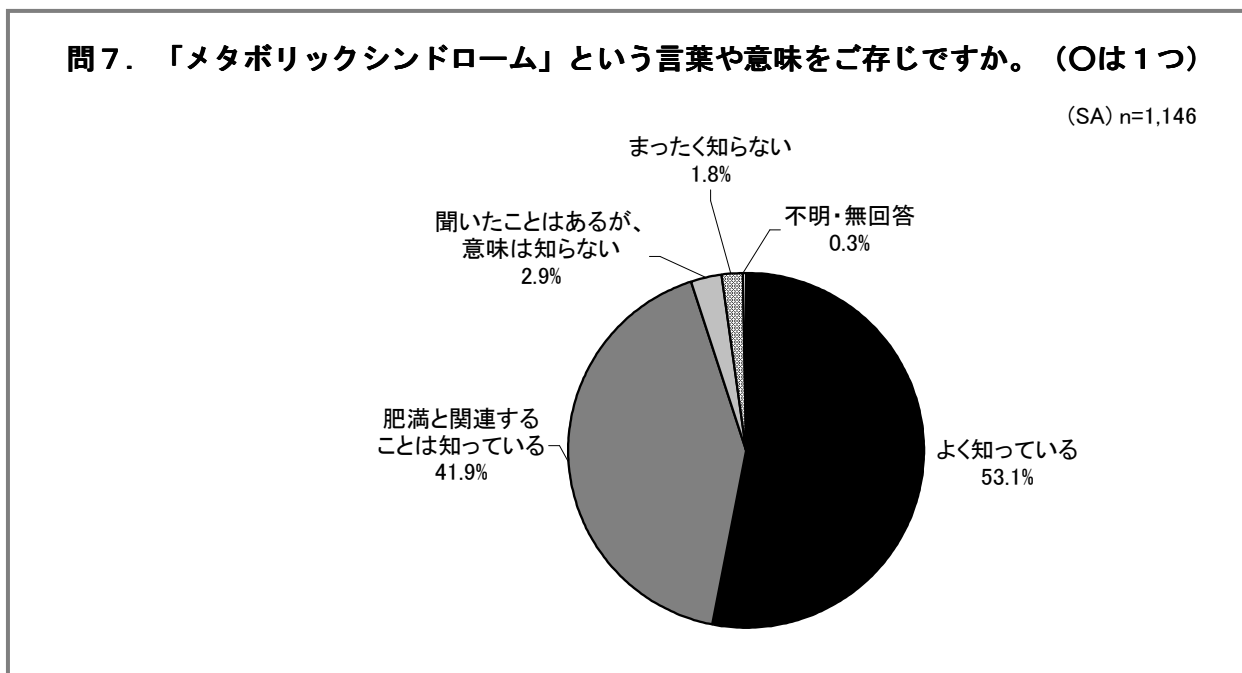
◆機会があれば参加してみたい活動は「特にない」が4割強。



○1回30分以上の連続した運動を週1～2回以上「以前はしていたが、現在はしていない」「まったくしていない」を選択した人のうち、機会があれば参加してみたい活動は「特にない」(46.2%)が約半数を占めて最も多く、次いで「仲間で行う体操やウォーキングなどの活動」(26.7%)、「健康的な食事づくりや栄養について学ぶ活動」(16.4%)などである。

(3) メタボリックシンドロームの認知度

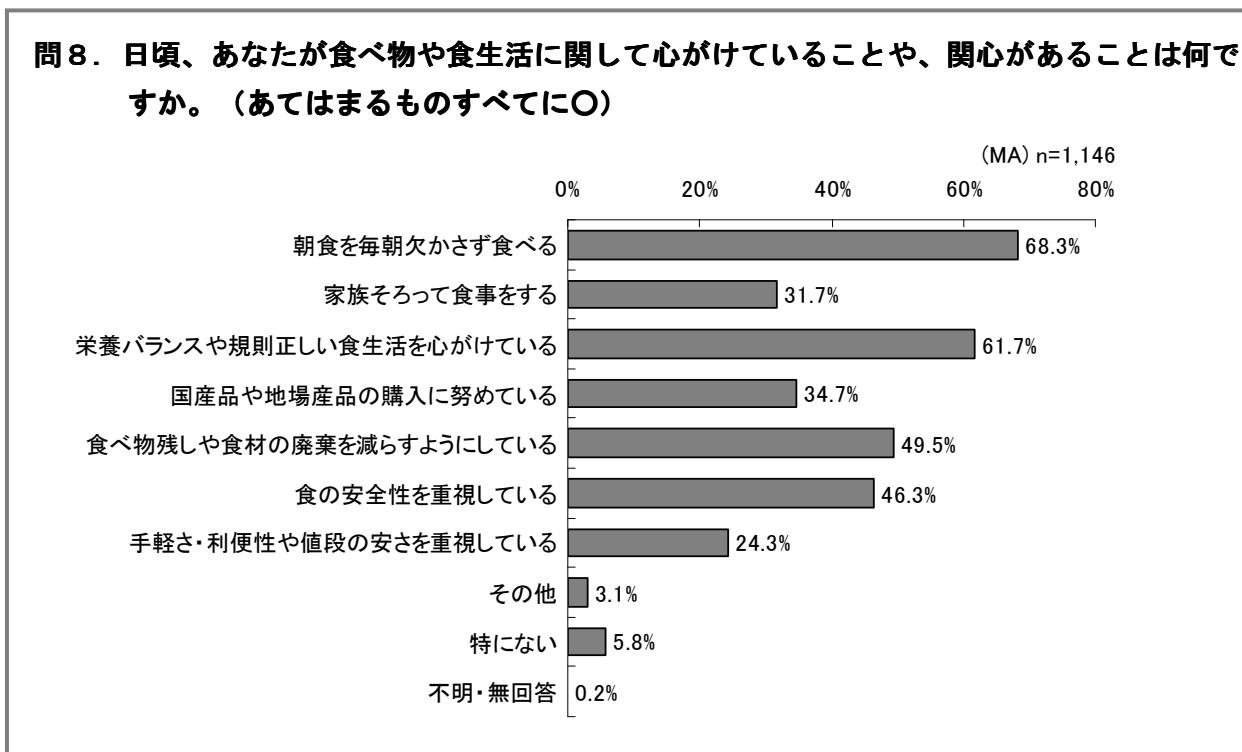
◆「メタボリックシンドローム」という言葉や意味を知っている人は9割強。



○「メタボリックシンドローム」の認知度については、「よく知っている」(53.1%)が半数以上で、「肥満と関連することは知っている」(41.9%)を合わせた『知っている』の回答が大半を占めている。

(4) 日頃の食生活で心がけていることや関心のあること

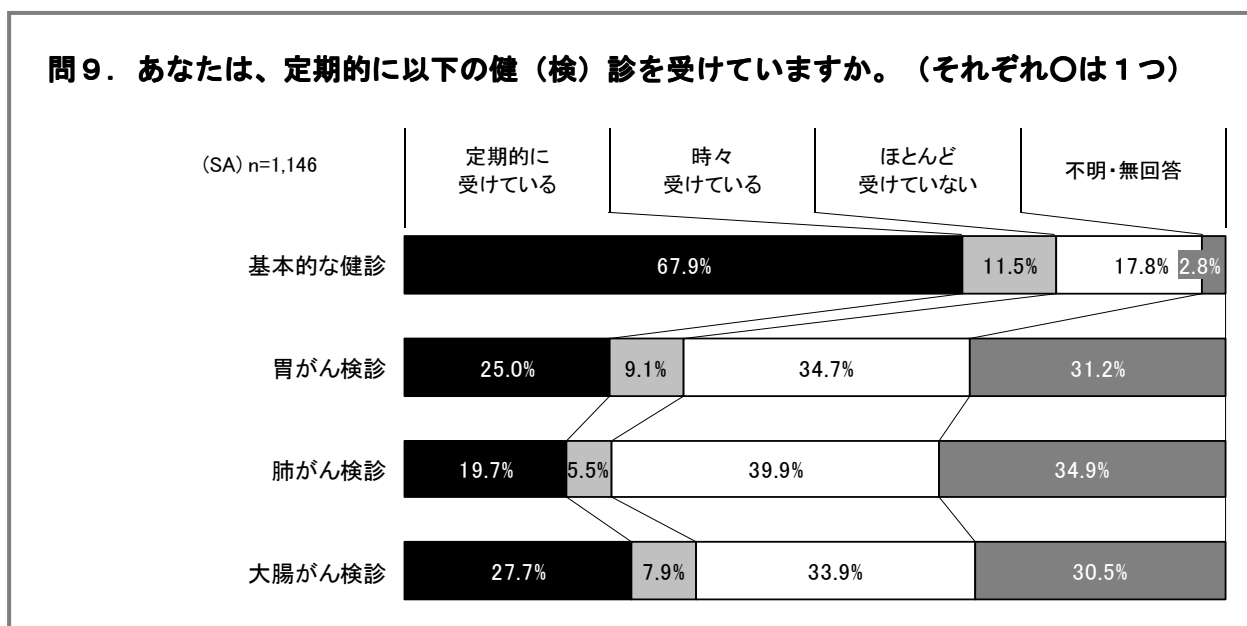
◆「朝食を毎朝欠かさずに食べる」が7割弱。



○日頃の食生活に関して心がけていることや関心があることは、「朝食を毎朝欠かさず食べる」(68.3%)が最も多く、次いで「栄養バランスや規則正しい食生活を心がけている」(61.7%)、「食べ物残しや食材の廃棄を減らすようにしている」(49.5%)、「食の安全性を重視している」(46.3%)などである。

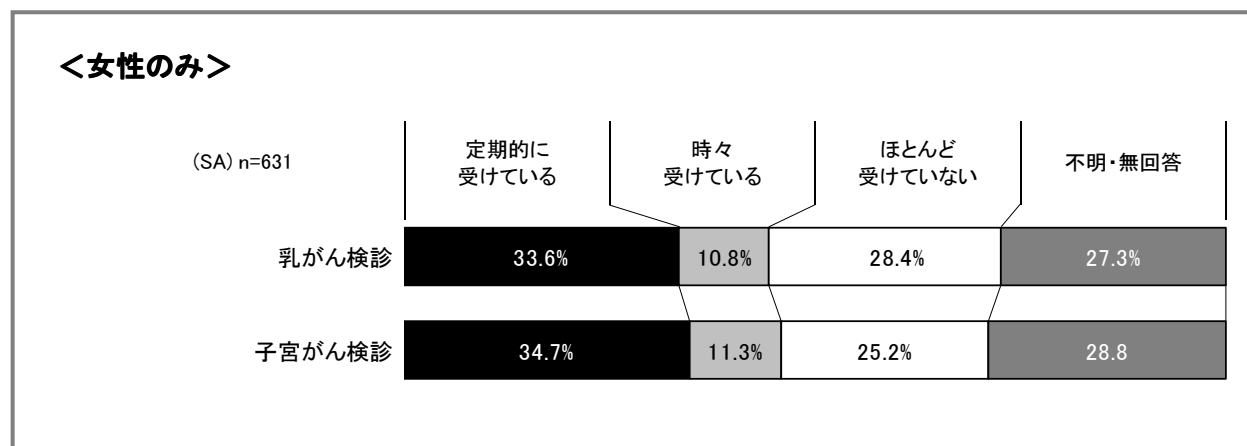
(5) 健(検)診の受診状況

◆基本的な健診は「定期的を受けている」が7割弱、それ以外の健(検)診は「ほとんど受けていない」が3割以上。



○定期的な健(検)診の受診を、「定期的を受けている」のは『基本的な健診』が約7割で最も多く、それ以外の健(検)診は「ほとんど受けていない」が最も多く3割にのぼる。

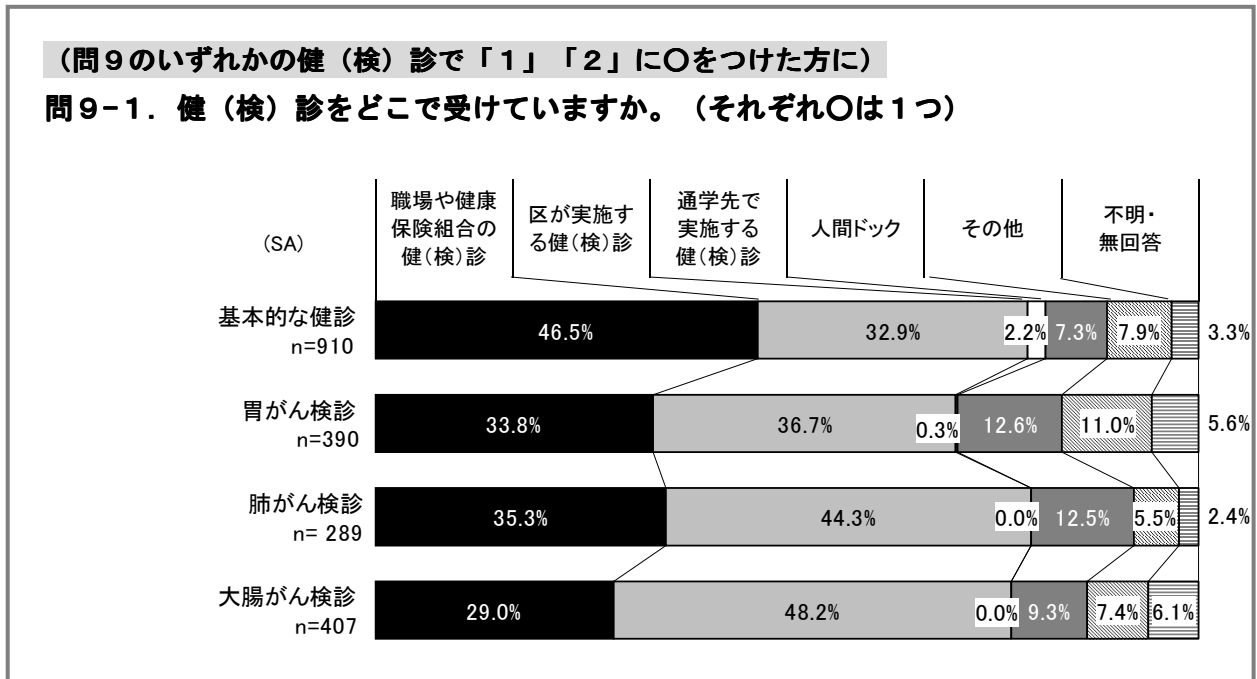
◆乳がん検診、子宮がん検診を「定期的を受けている」は3割強。



○女性のみの検診の受診は『乳がん検診』『子宮がん検診』ともに「定期的を受けている」が3割強で、「ほとんど受けていない」を若干上回っている。

(6) 健(検)診の受診場所

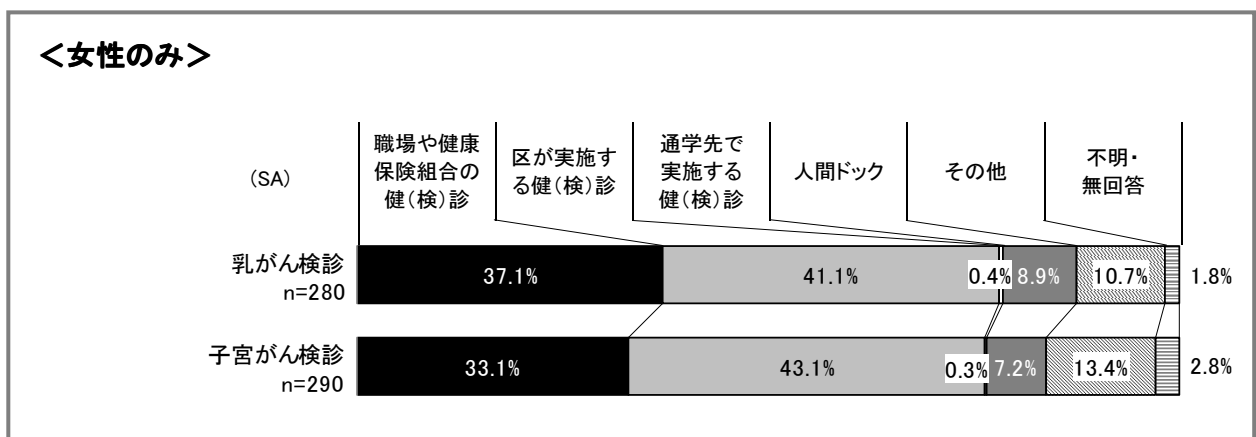
◆基本的な健診の受診先は「職場や健康保険組合の健(検)診」が4割強、それ以外の健(検)診の受診先は「区が実施する健(検)診」が3割以上。



○定期的な健(検)診を、「定期的を受けている」「時々を受けている」を選択した人のうち、健(検)診の受診先として『基本的な健診』は「職場や健康保険組合の健(検)診」(46.5%)が最も多い。『胃がん検診』では「職場や健康保険組合の健(検)診」(33.8%)と「区が実施する健(検)診」(36.7%)が同程度となっている。

『肺がん検診』『大腸がん検診』は「区が実施する健(検)診」が4割以上である。

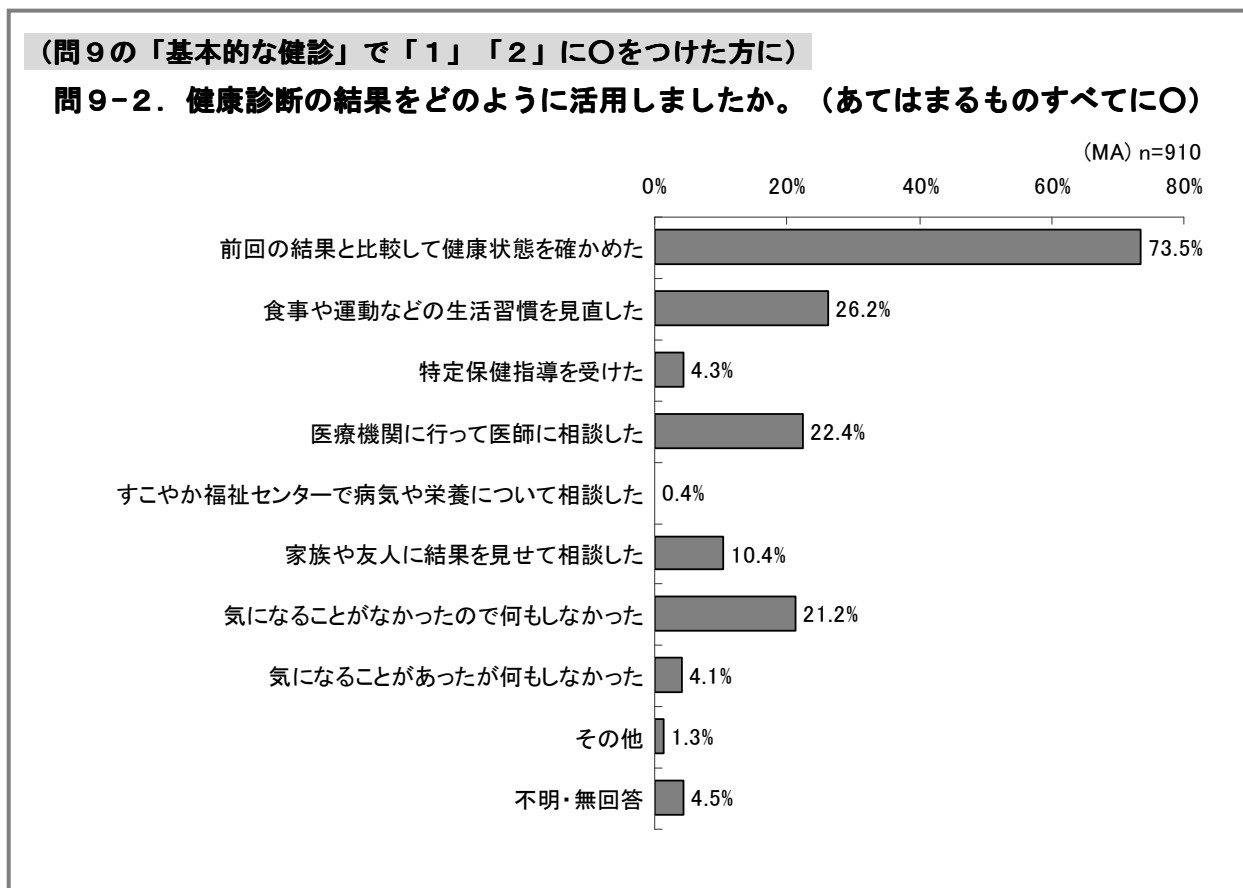
◆乳がん検診、子宮がん検診の受診先は「区が実施する健(検)診」が4割強。



○乳がん検診や子宮がん検診を、「定期的を受けている」「時々を受けている」を選択した人のうち、乳がん検診や子宮がん検診の受診先として、『乳がん検診』『子宮がん検診』ともに「区が実施する健(検)診」が4割強と最も多く、次いで「職場や健康保険組合の健(検)診」が3割強となっている。

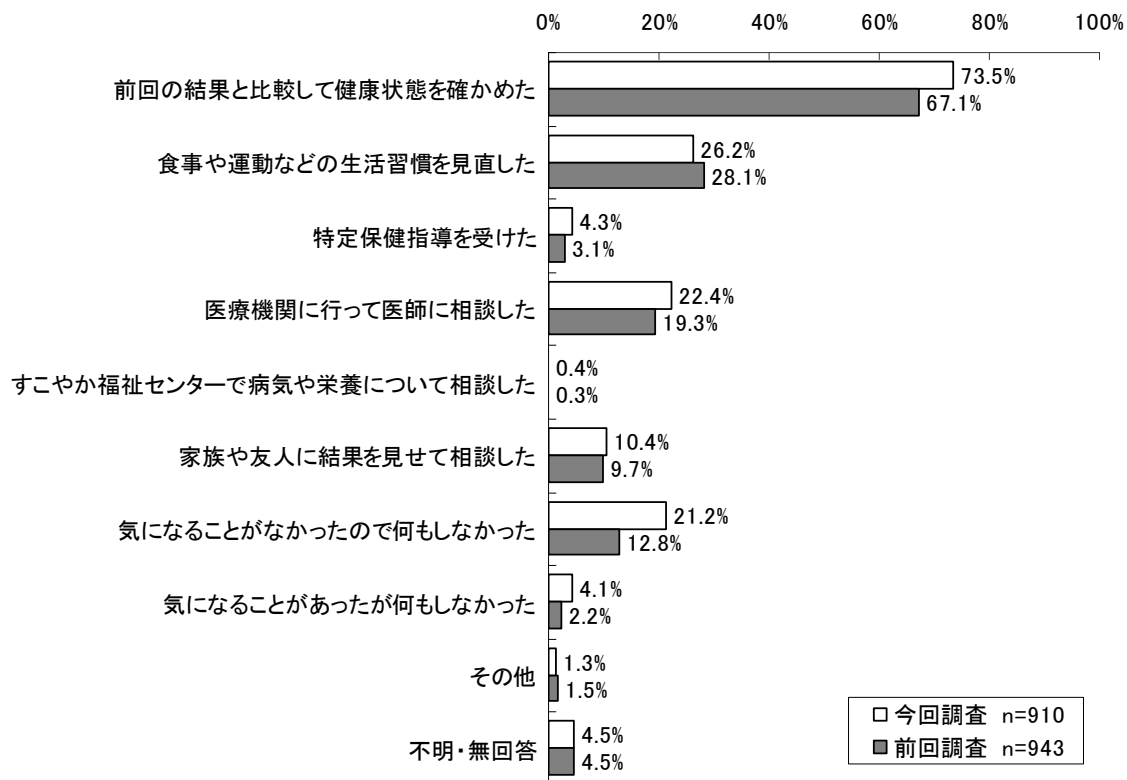
(7) 健診結果の活用状況

◆「前回結果と比較した」人が7割強。



○基本的な健診を「定期的に受けている」「時々受けている」を選択した人のうち、その診断結果を「前回の結果と比較して健康状態を確かめた」(73.5%)が7割以上と突出している。次いで「食事や運動などの生活習慣を見直した」(26.2%)、「医療機関に行って医師に相談した」(22.4%)及び「気になることがなかったので何もしなかった」(21.2%)のそれぞれが2割を超えている。

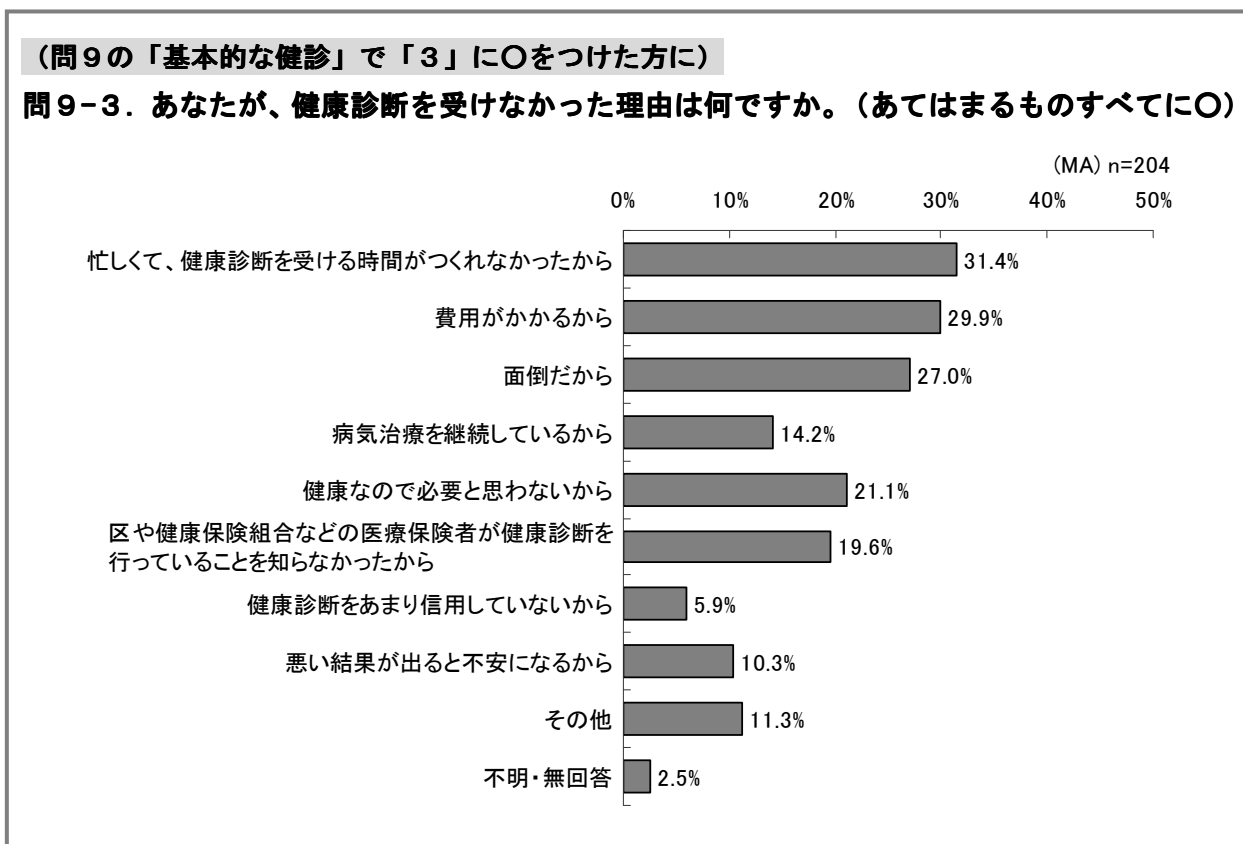
◆前回調査との比較



○今回調査結果を前回調査結果と比較すると、「気になることがなかったので何もしなかった」は 8.4 ポイント、「前回の結果と比較して健康状態を確かめた」は 6.4 ポイント、「医療機関に行って医師に相談した」は 3.1 ポイント増加した。一方で、「食事や運動などの生活習慣を見直した」は 1.9 ポイント減少した。

(8) 健診を受診しなかった理由

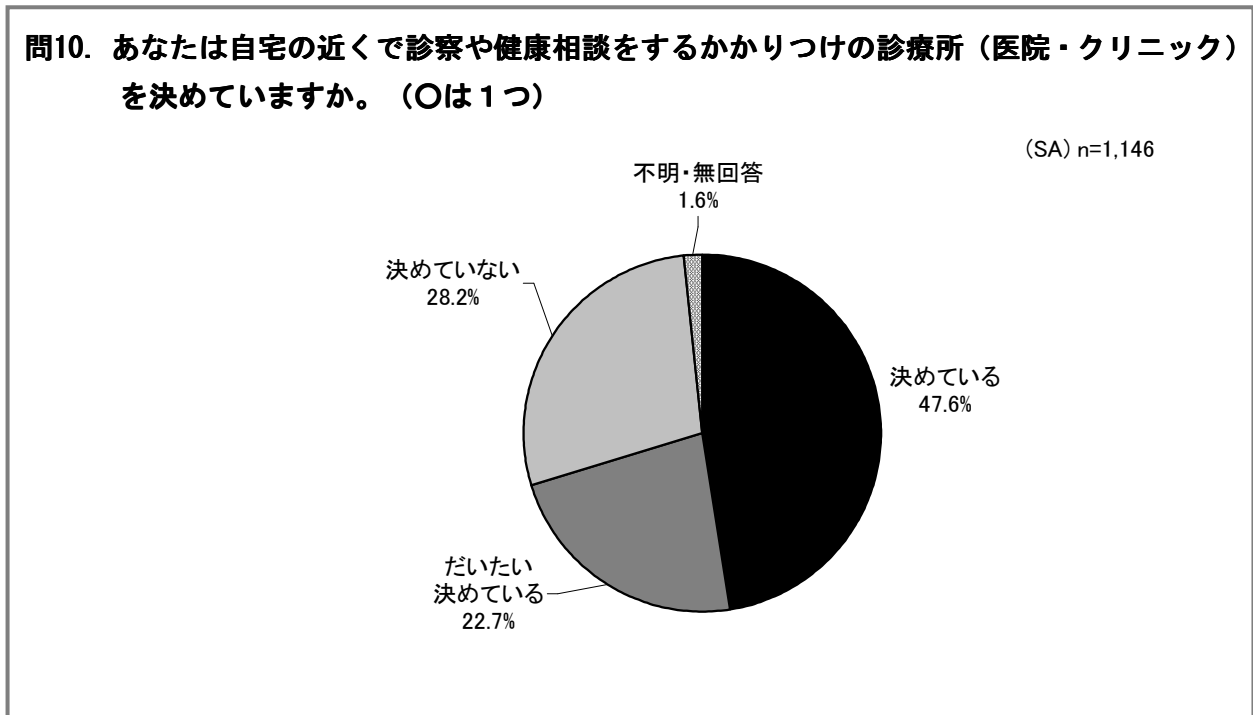
◆「忙しい」「費用がかかる」「面倒」などで受診しなかった。



○基本的な健診を「ほとんど受けていない」を選択した人のうち、その理由として「忙しくて、健康診断を受ける時間がつくれなかったから」(31.4%)と最も多く、次いで「費用がかかるから」(29.9%)、「面倒だから」(27.0%)及び「健康なので必要と思わないから」(21.1%)のそれぞれが2割を超え、「区や健康保険組合などの医療保険者が健康診断を行っていることを知らなかったから」(19.6%)は2割弱である。

(9) かかりつけの診療所の有無

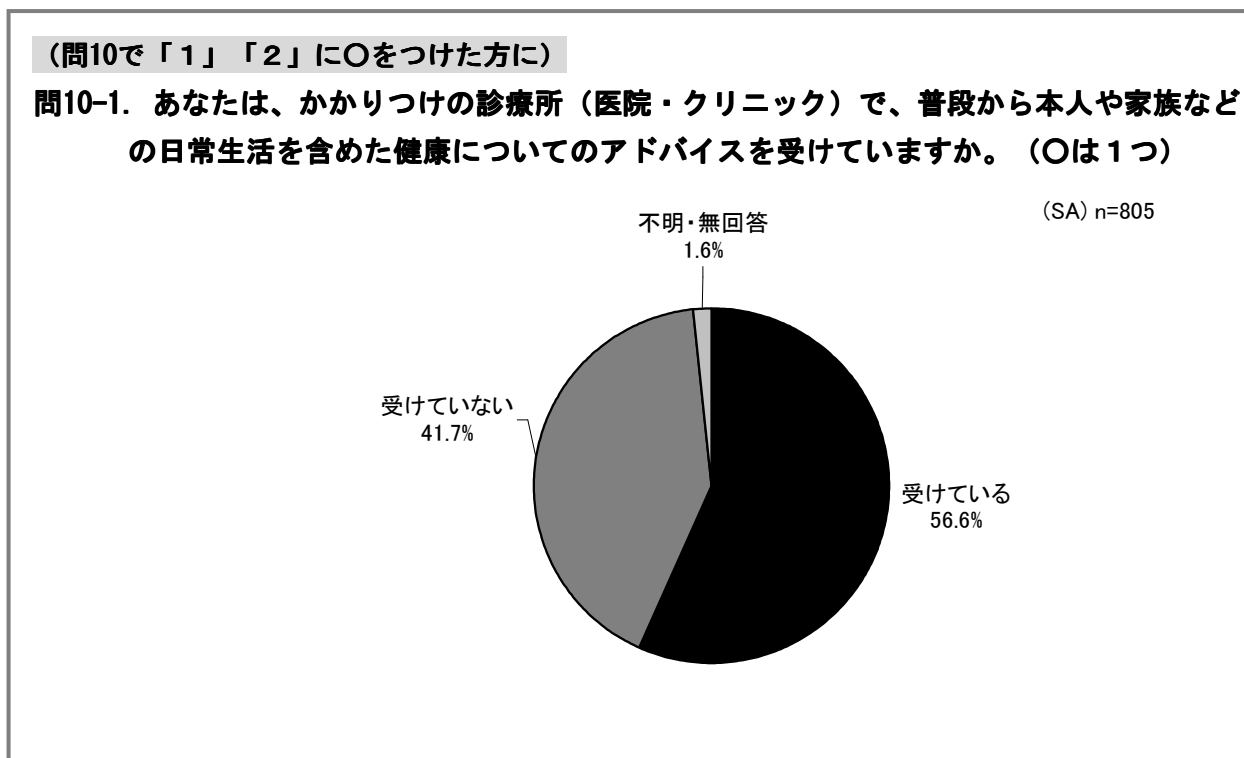
◆かかりつけの診療所を『決めている』は約7割。



○自宅の近くで診察や健康相談をするかかりつけの診療所（医院・クリニック）を「決めている」（47.6%）は5割弱、「だいたい決めている」（22.7%）と合わせた『決めている』の割合は約7割である。

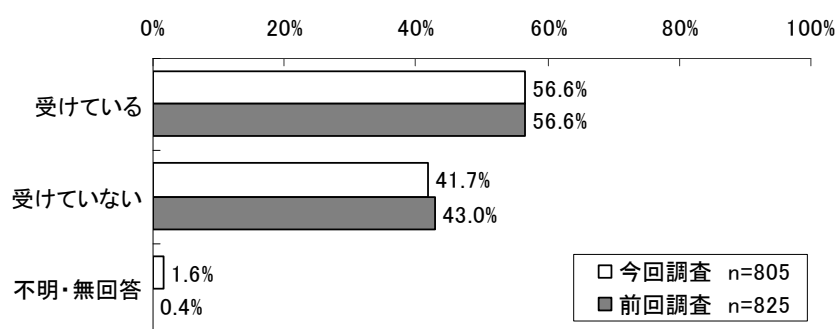
(10) かかりつけの診療所からのアドバイス

◆かかりつけの診療所からアドバイスを受けている人は 56.6%で、半数を占める。



○かかりつけ医を「決めている」「だいたい決めている」を選択した人に、かかりつけの診療所で普段から日常生活を含めた健康についてのアドバイスを受けているかたずねたところ、「受けている」（56.6%）が半数を超えて多く、「受けていない」（41.7%）は4割強である。

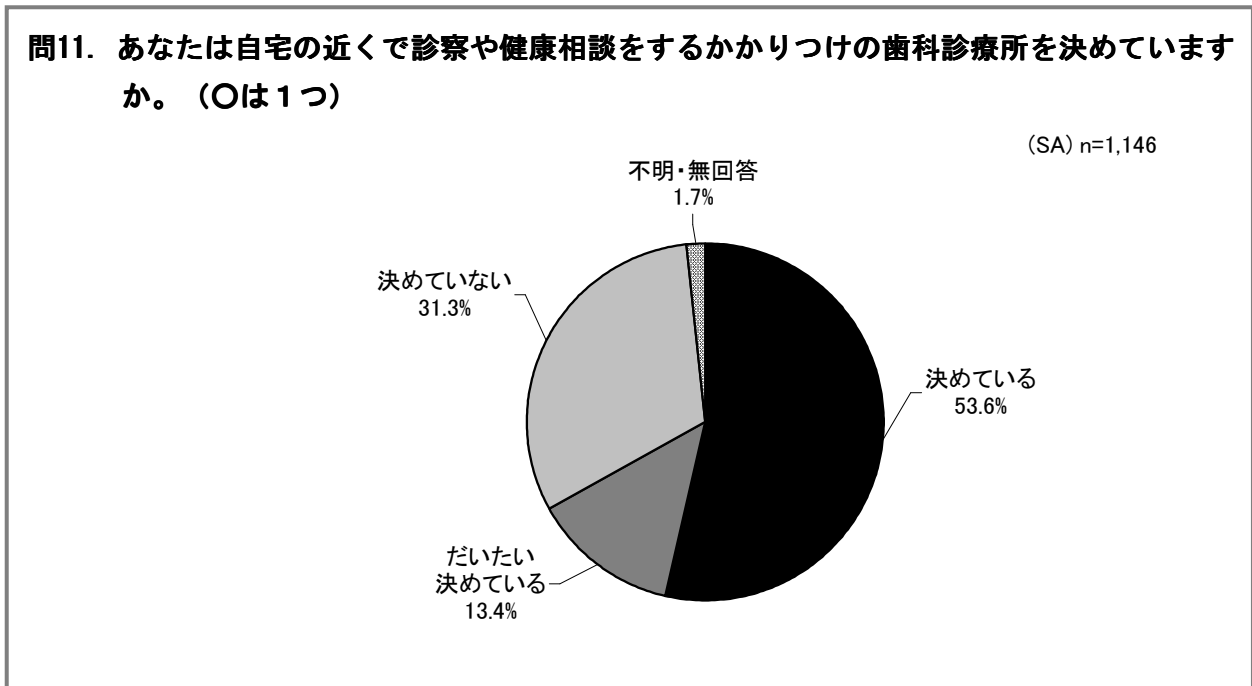
◆前回調査との比較



○今回調査結果を前回調査結果と比較すると、「受けている」は前回と同数であるものの、「受けていない」は1.3ポイント減少している。

(11) かかりつけの歯科診療所の有無

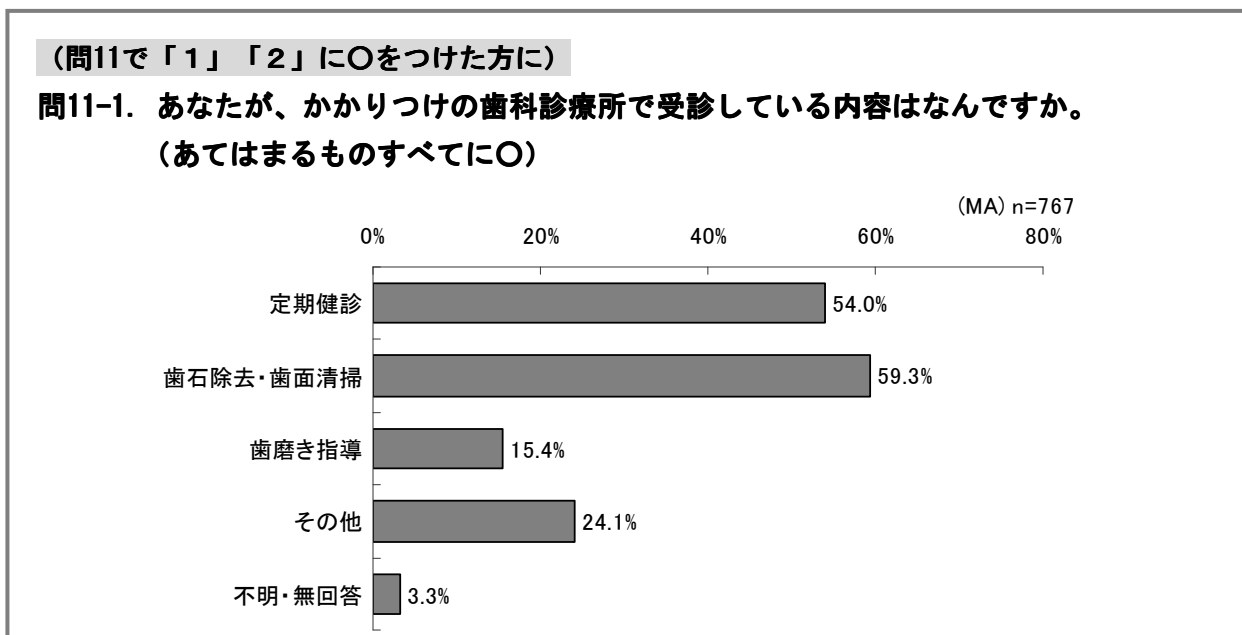
◆かかりつけの歯科診療所を『決めている』は6割以上。



○自宅の近くで診察や健康相談をするかかりつけの歯科診療所を「決めている」(53.6%)が半数以上を占め、「だいたい決めている」(13.4%)と合わせた『決めている』の割合は6割を超えている。

(12) かかりつけの歯科診療所での受診内容

◆かかりつけの歯科診療所での受診内容は、「歯石除去・歯面清掃」「定期健診」がそれぞれ5割以上となっている。



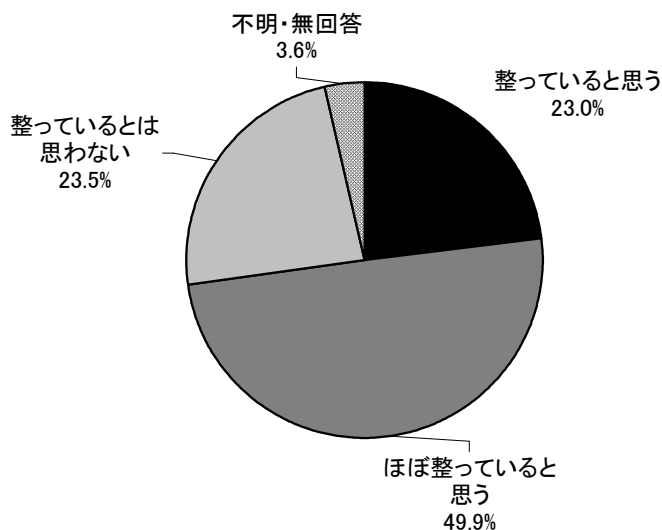
○かかりつけの歯科診療所を「決めている」「だいたい決めている」を選択した人に、かかりつけの歯科診療所での受診内容についてたずねたところ、「歯石除去・歯面清掃」(59.3%)と「定期健診」(54.6%)がそれぞれ5割を超えている。

(13) 地域の医療体制は整っているか

◆『整っている』は7割強となっているものの、前回調査より減少。

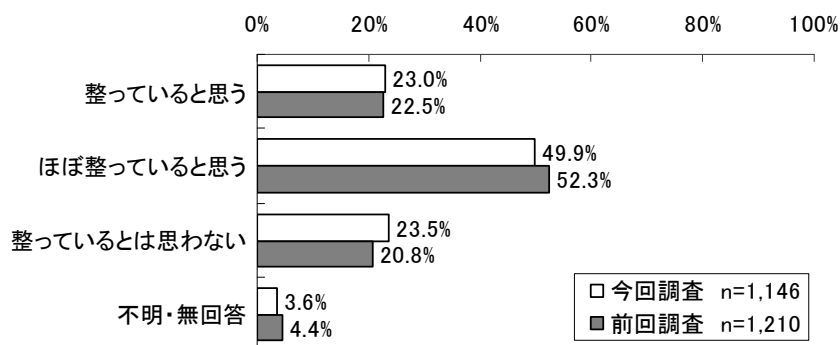
問12. あなたは、自宅のある地域で救急患者が出た場合に、病状に応じた適切な医療を受けられる環境が整っていると思いますか。（〇は1つ）

(SA) n=1,146



○自宅のある地域で救急患者が出た場合に、症状に応じた適切な医療を受けられる環境が「ほぼ整っていると思う」（49.9%）と約5割となっており、「整っていると思う」（23.0%）を合わせた『整っていると思う』の割合は7割を超えている。

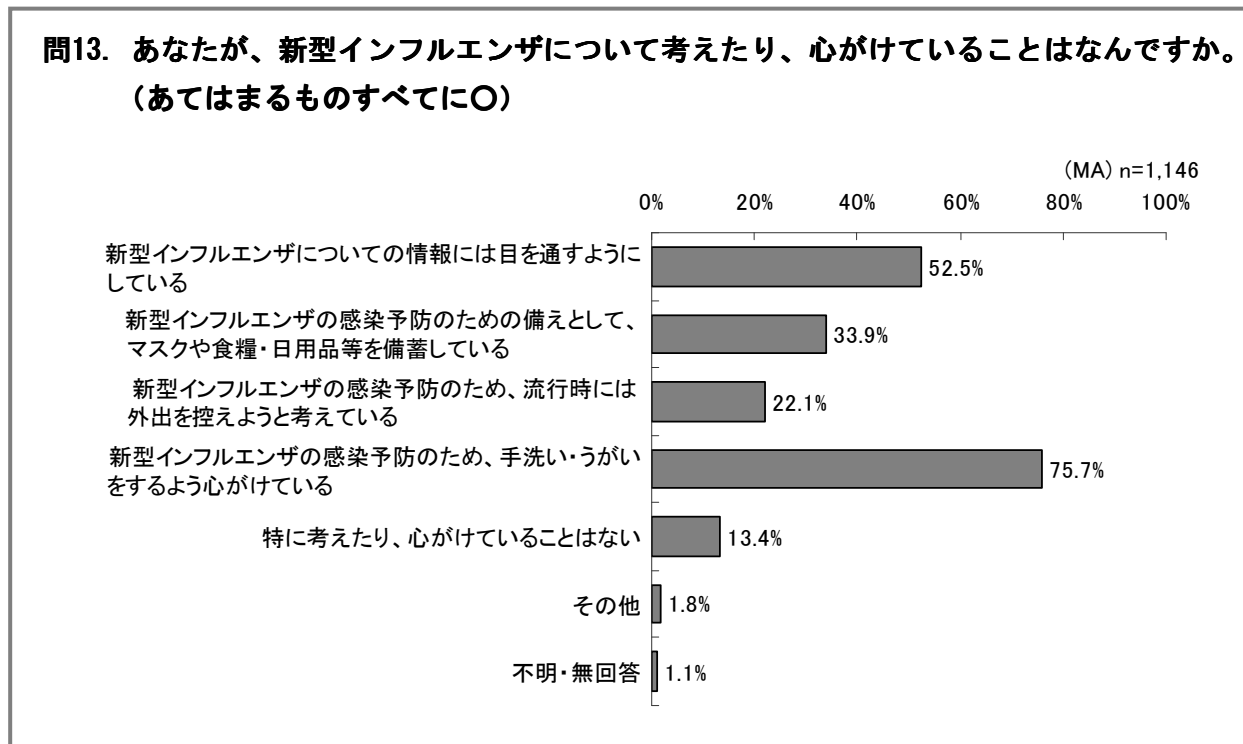
◆前回調査との比較



○今回調査結果を前回調査結果と比較すると、「ほぼ整っていると思う」は2.4ポイント減少し、「整っているとは思わない」は2.7ポイント増加している。

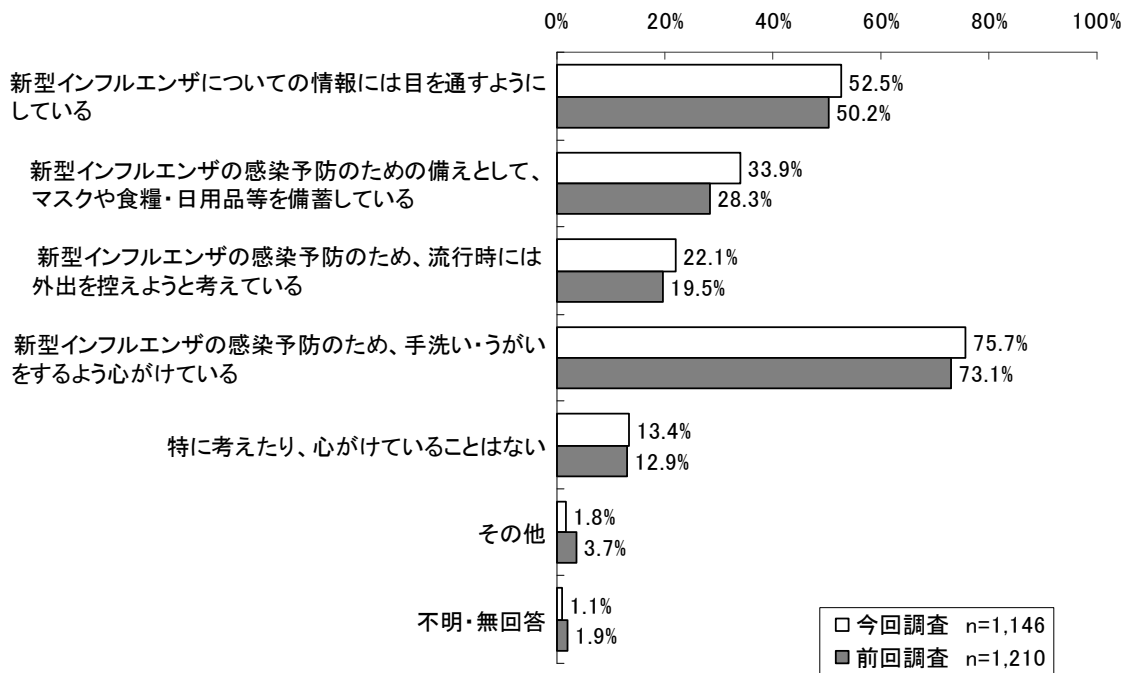
(14) 新型インフルエンザについて考えたり、心がけていること

◆「手洗い・うがい」が7割強。特に考えていないは1割強。



○新型インフルエンザについて考えたり、心がけていることは、「新型インフルエンザの感染予防のため、手洗い・うがいをするよう心がけている」(75.7%)が7割を超えて最も多く、次いで「新型インフルエンザについての情報には目を通すようにしている」(52.5%)は5割強、「新型インフルエンザの感染予防のための備えとして、マスクや食糧・日用品等を備蓄している」(33.9%)は3割強などである。

◆前回調査との比較



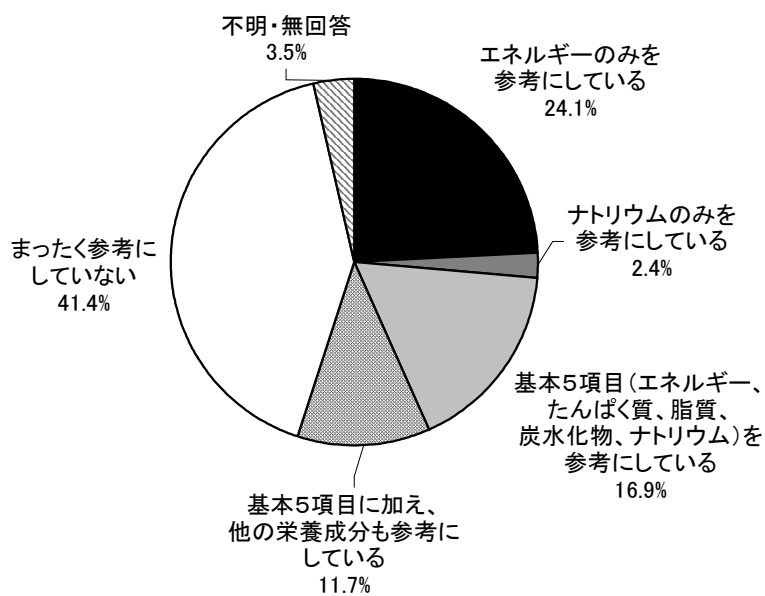
○今回調査結果を前回調査結果と比較すると、その他を除くすべての項目で回答が増加しており、なかでも「新型インフルエンザの感染予防のための備えとして、マスクや食糧・日用品等を備蓄している」は5.6ポイント増加している。

(15) 栄養成分表示を参考にしているか

◆「まったく参考にしていない」は4割強。

問14. 加工食品等のパッケージには、エネルギーやたんぱく質量等の表示がされている場合がありますが、それらの加工食品や調理済みの料理を購入する時に、表示されている栄養成分を参考にしていますか。(○は1つ)

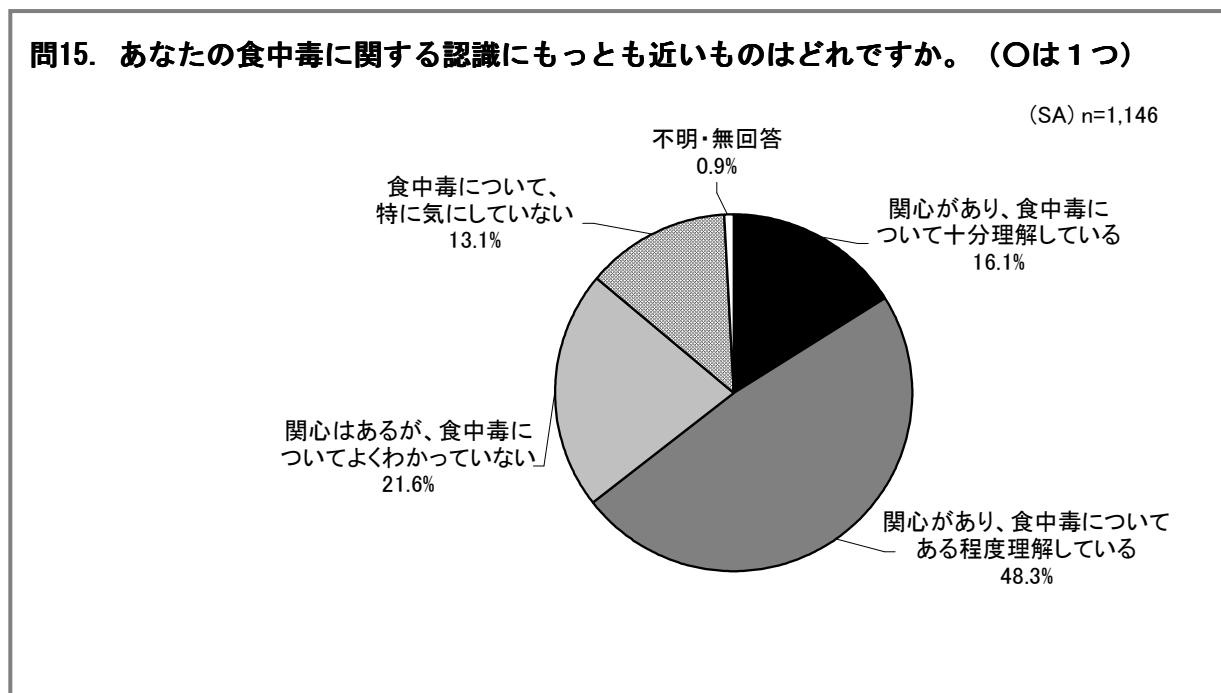
(SA) n=1,146



○加工食品や調理済みの料理を購入する時に、表示されている栄養成分について、「まったく参考にしていない」(41.4%)が最も多く、次いで「エネルギーのみを参考にしている」(24.1%)、「基本5項目(エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、ナトリウム)を参考にしている」(16.9%)などである。

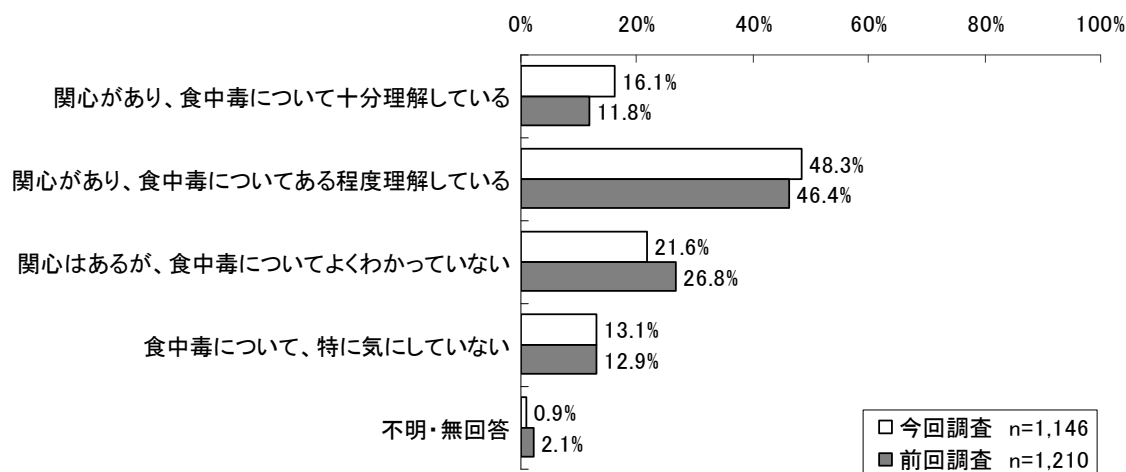
(16) 食中毒に関する認識

◆「関心があり、ある程度理解している」が5割弱。



○食中毒の認識として、「関心があり、食中毒についてある程度理解している」(48.3%)が5割弱、次いで「関心はあるが、食中毒についてよくわかっていない」(21.6%)は2割強、「関心があり、食中毒について十分理解している」(16.1%)は2割弱である。

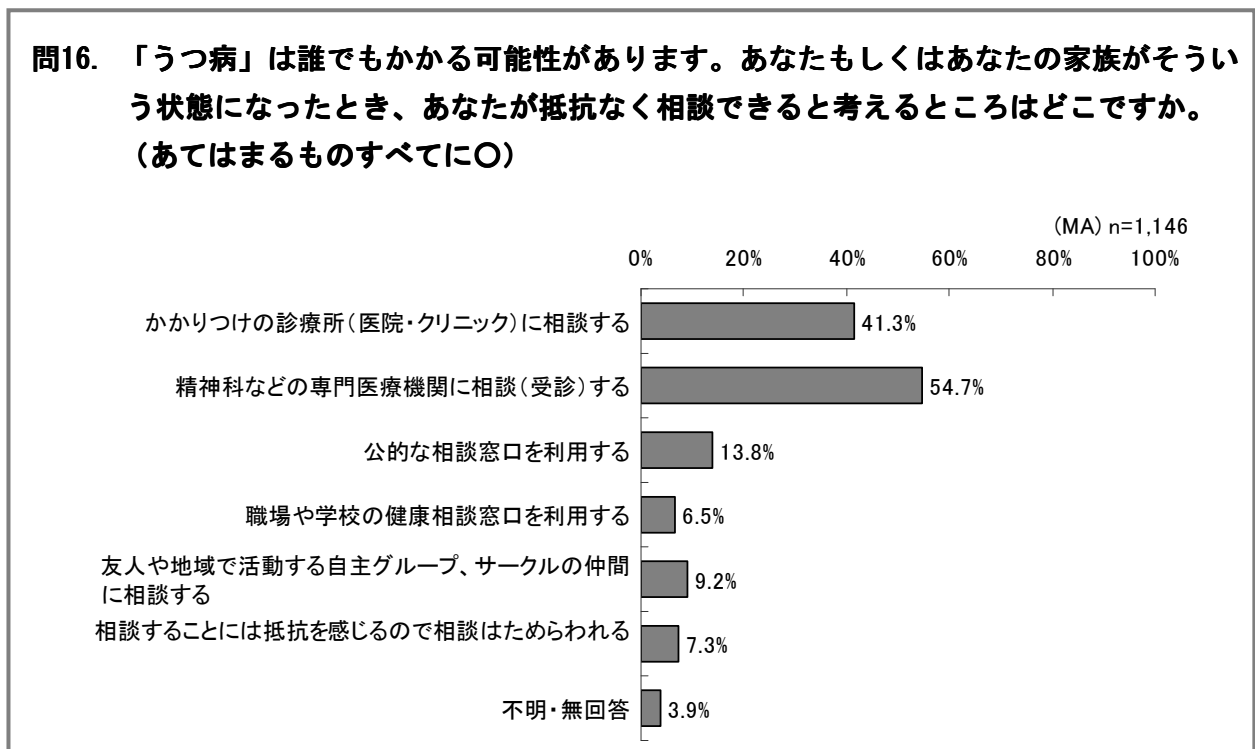
◆前回調査との比較



○今回調査結果を前回調査結果と比較すると、「関心があり、食中毒について十分理解している」は4.3ポイント、「関心があり、食中毒についてある程度理解している」は1.9ポイント増加し、「関心はあるが、食中毒についてよくわかっていない」は5.2ポイント減少しており、食中毒を理解している割合が増加している。

(17) うつ病について相談できるところ

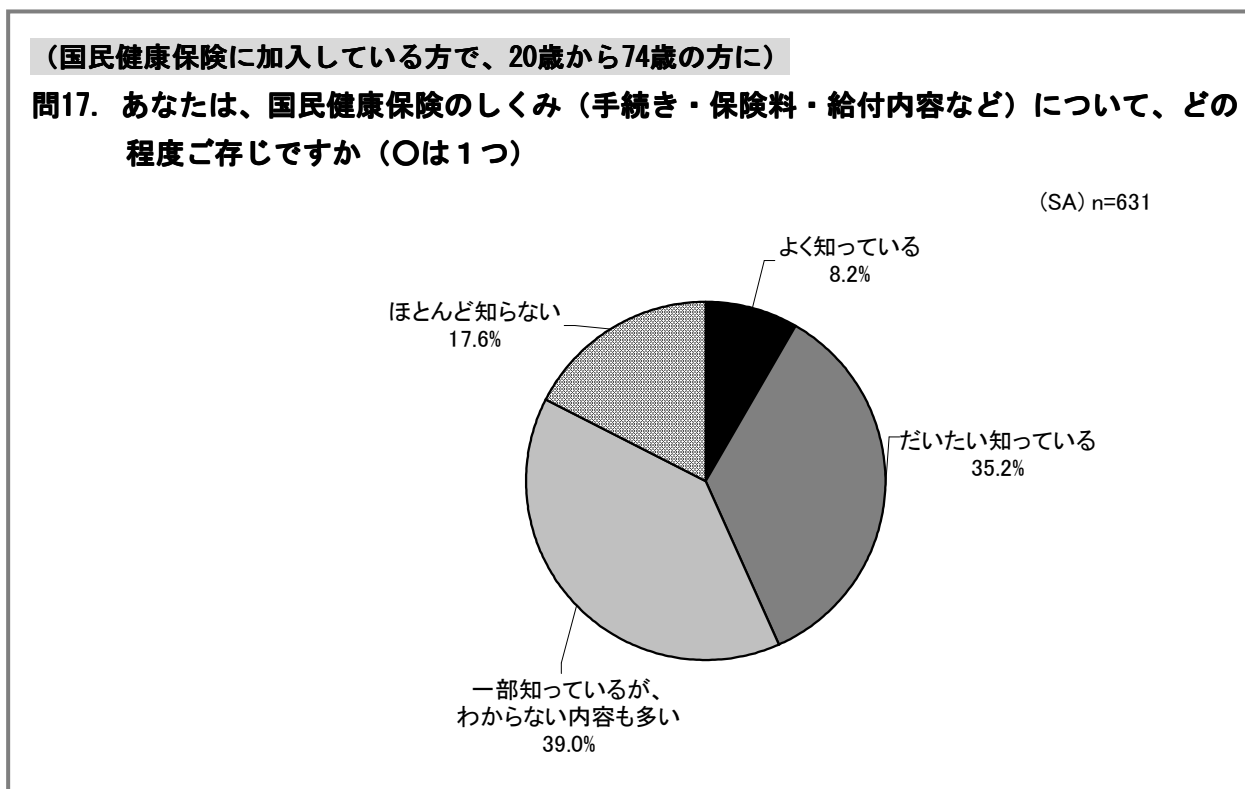
◆「専門医療機関に相談（受診）」が5割強。



○あなたもしくはあなたの家族がうつ病にかかったとき、「精神科などの専門医療機関に相談（受診）する」（54.7%）が半数を超えて多く、次いで「かかりつけの診療所（医院・クリニック）に相談する」（41.3%）4割と、医療機関に相談（受診）するという意向が上位2位を占める。「公的な相談窓口を利用」（13.8%）は1割強となっており、「友人や地域で活動する自主グループ、サークルの仲間に相談する」、「相談することには抵抗を感じるので相談はためられる」ともに1割未満である。

(18) 国民健康保険のしくみについての認識

◆『知っている』が4割強。



○国民健康保険に加入している方で、20歳から74歳の方に、国民健康保険の手続き・保険料・給付内容などのしくみについて、どの程度知っているかたずねたところ、「一部知っているがわからない内容も多い」（39.0%）が4割弱で最も多く、「よく知っている」（8.2%）と「だいたい知っている」（35.2%）を合わせた『知っている』割合は43.4%である。