

函館市健康課題と 令和3年度_市民アンケートの解析

2023.2.20

札幌医科大学医学部 公衆衛生学講座

講師 小山 雅之

教授 大西 浩文

健康はこだて 2 1 (2次) の目指す姿

- 4つの柱の充実：運動・食・検診・情報発信
- 産学官連携 8 項目：
 - はこだて市民健幸大学
 - 健幸アプリの開発
 - スマートバランスレストラン
 - がん検診
 - 口腔保健推進事業
 - 健康情報発信事業
 - 健康経営推進事業
 - たばこ対策

函館市の現状 (厚労省、KDB などを利用したデータより)

- 函館市民の主な死因 (R1) vs. 全国 (R1. 保健所概要、H22-R1 北海道健康づくり財団)
 - がん 1.5 倍、腎不全 2.1 倍 全国に比べて高い
- 平均寿命のみならず健康寿命が短い (H27 厚労省生命表の概要、R2 保健福祉部の概要)
- 働く世代 (特に女性) の不健康 (R2 北海道健康課題見える化事業、KDB)
 - 運動・野菜摂取の不足、若年での血圧治療者が多く、がん検診受診率や特定保健指導の実施率が低い
- 生活習慣病や透析医療費が高いが、生活習慣の改善や保健指導への関心が低い (R2 KDB)
- 間食割合は低い、oral frail の問題、早喰いが多い (R2 KDB)

- がんの死亡率抑制 ～ 検診受診率の向上
- CKD 死亡率 ～ 透析導入に至る手前の CKD 時点からの早期介入に向けた取り組み
- 生活習慣改善に向けた市民意識の醸成 ～ 情報発信と啓発活動

○ 令和3年度市民の健康意識・生活アンケート調査（郵送）

- ・ 調査期間 令和3年11月29日（月）～12月24日（金）
- ・ 調査票配布数 3,773 件
- ・ 回答数 **1,297 件**（用紙回答 1,092 件, Web 回答 205 件）
- ・ 回答率 34.4 %

○ 令和3年度函館市健康づくり Web アンケート（Web）

- ・ 調査期間 令和3年12月27日（月）～令和4年31日（月）
- ・ 回答数 **105 件**

合計 **1,402 件**（男性 637 名 [45%], 女性 750 名 [53%], その他 15 名）

働く世代（20-60代）が 約7割の回答（1-1）

調査から見てきた「働く世代」の課題：

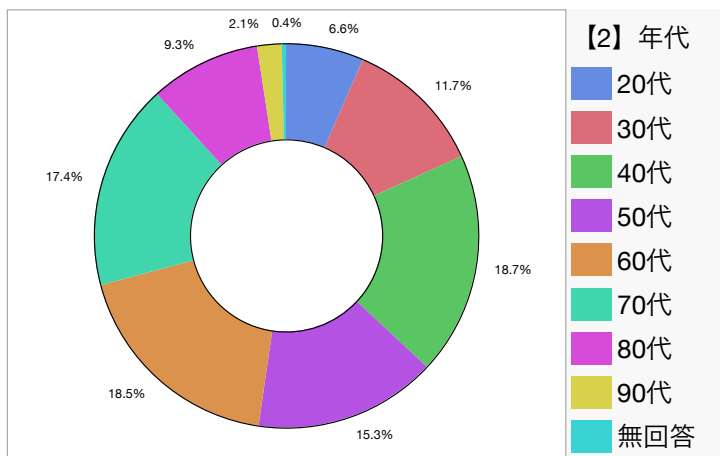
- ・ 高血圧未治療割合は約1割（2-2）
- ・ 血圧未測定者が多く、介入ポイントのひとつ（2-3）
- ・ 高血糖で未治療者は40-50代の男性に多い（2-6）
- ・ 健診/検診受診率は女性の方が低い（2-7）
- ・ 健診/検診を受診しなかった理由としては、「知らなかった」、「時間や場所、コスト」、「受ける機会がなかった」（2-9）
- ・ 「働く世代」の肥満者は朝食をあまり食べない（2-14）
- ・ 40-60代の飲酒習慣者の割合が高い（2-16）
- ・ 「働く世代」の運動習慣には大きな課題がある（2-18）
- ・ 働く世代は3割が禁煙をしたいと思っている。行政の支援は？（2-22）

特に若年世代（20-30代）における課題：

- ・ 健康面に対する心がけが不十分（2-1）
- ・ 健診/検診受診動機が低く、半数は未受診（2-7）
- ・ 20-40代でも歯の健康問題はすでに約1割に生じている（2-10）
- ・ 行動変容ステージと運動について、30代の無関心期の割合が高い（2-20）

1. 基本情報

1-1. 基本情報_回答者の年代



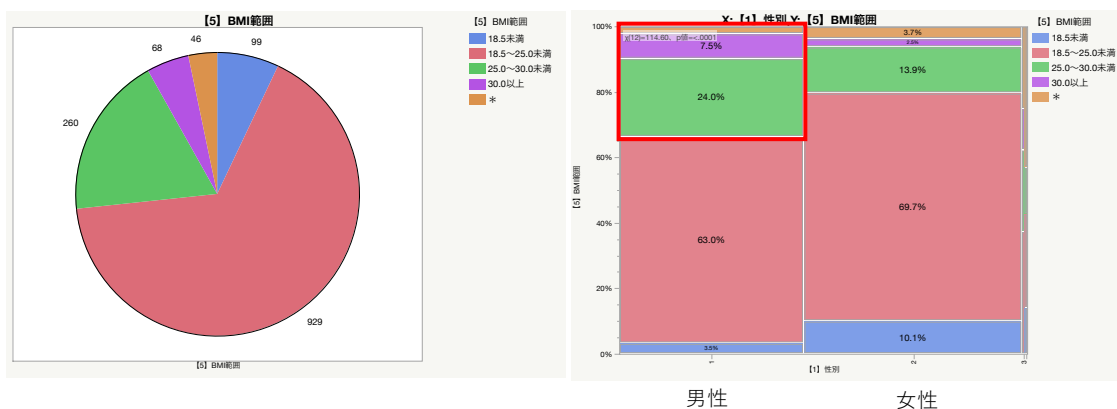
1-2. 基本情報_回答者圏域別の年代構成

③性別、年代、圏域別回収率(%) ※その他(性別、年代、圏域が無回答)を除く 1,257回答分

圏域	20~29歳		30~39歳		40~49歳		50~59歳		60~69歳		70~79歳		80~89歳		90歳以上		合計	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
西部	33.3%	27.3%	16.7%	16.7%	46.2%	25.0%	38.1%	42.1%	38.9%	42.1%	58.8%	45.5%	57.1%	45.0%	100.0%	11.1%	41.1%	34.8%
中央部第1	17.2%	15.8%	27.6%	33.3%	16.7%	22.2%	25.0%	28.0%	47.8%	60.9%	55.6%	37.5%	42.9%	22.7%	50.0%	20.0%	29.7%	31.0%
中央部第2	20.6%	17.2%	17.6%	41.7%	31.7%	30.3%	17.8%	51.6%	50.0%	41.4%	21.1%	59.3%	62.5%	30.4%	50.0%	20.0%	27.8%	37.9%
東央部第1	15.4%	8.7%	27.3%	25.9%	37.2%	37.1%	21.2%	32.4%	51.9%	42.4%	59.1%	65.6%	72.7%	48.3%	0.0%	54.5%	36.0%	39.3%
東央部第2	15.6%	13.3%	23.1%	44.4%	24.2%	15.4%	24.1%	28.6%	53.8%	50.0%	62.5%	58.6%	66.7%	40.9%	50.0%	11.1%	35.7%	35.6%
北東部第1	7.7%	13.6%	24.1%	36.4%	34.3%	21.4%	3.8%	25.9%	30.0%	31.8%	64.7%	59.1%	25.0%	52.6%	0.0%	28.6%	25.2%	33.1%
北東部第2	17.6%	16.2%	20.8%	26.3%	36.5%	34.0%	24.4%	40.5%	48.5%	51.4%	40.0%	58.1%	30.0%	21.7%	50.0%	22.2%	29.8%	35.1%
北東部第3	16.1%	23.1%	26.3%	37.9%	21.2%	45.0%	31.7%	41.0%	44.1%	61.1%	57.1%	30.3%	90.0%	50.0%	0.0%	11.1%	33.5%	40.6%
北部	8.0%	19.4%	13.2%	25.0%	25.8%	48.9%	30.0%	24.3%	58.6%	42.9%	42.9%	55.6%	87.5%	9.5%	50.0%	40.0%	27.5%	33.5%
東部	22.2%	16.7%	18.2%	14.3%	14.3%	11.1%	41.7%	25.0%	30.8%	30.8%	36.4%	23.1%	33.3%	50.0%	50.0%	0.0%	28.2%	24.7%
合計	15.9%	17.0%	21.3%	31.2%	29.4%	32.7%	24.9%	34.7%	47.0%	47.0%	50.5%	50.8%	58.3%	36.6%	40.0%	23.6%	31.2%	35.4%

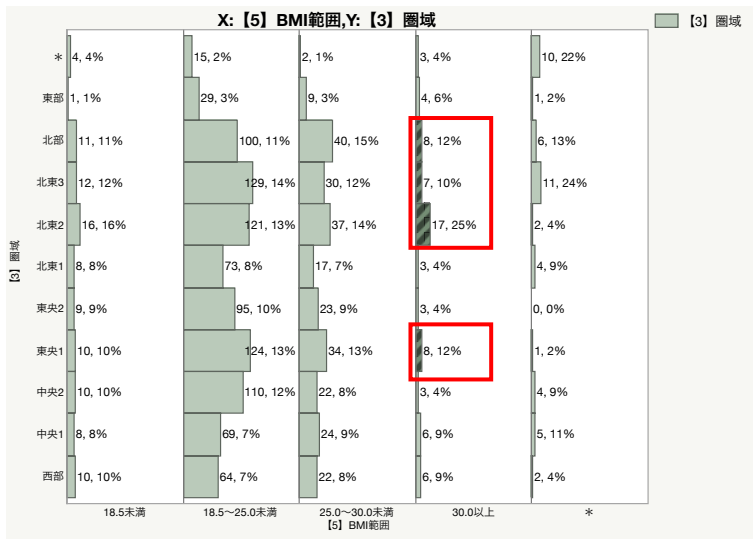
- 東部の回答者割合が低く、結果の解釈に注意が必要

1-3. 基本情報-回答者のBMI



- All: BMI: 18.5-25.0 が最も多い
- 女性と比べると、男性で BMI 25 以上がやや多い

1-4. 基本情報-回答者圏域別のBMI分布



- BMI > 30 が多い圏域：北東2、北部、東央、北東3
- 東部で元々の回答数が少ないことに留意が必要

2. 働く世代を中心とした解析

働く世代の定義：生産年齢人口は一般的に 15-64 歳であるが、今回のアンケート調査では、10 歳刻みの年齢階級での回答を得たため、20-60 歳代を「働く世代」と定義する。

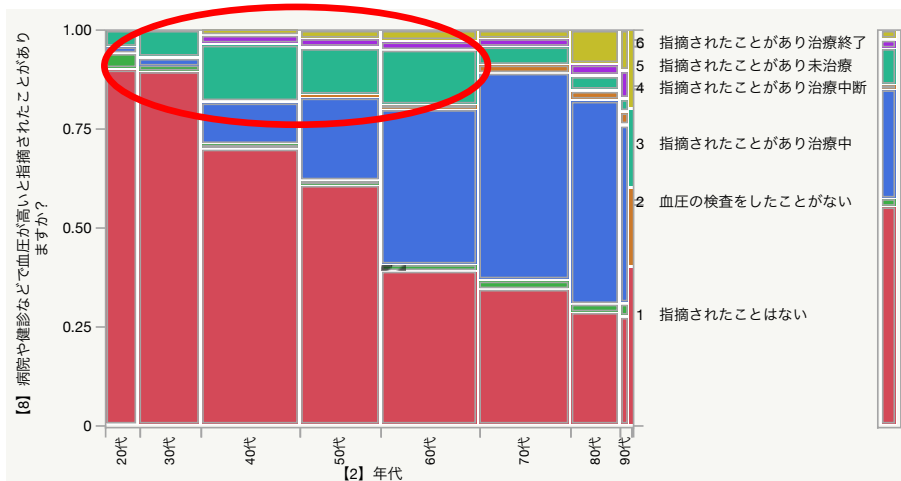
2-1. 健康に対する意識づけ

【設問6】 普段、健康面で心がけていることはありますか？（複数回答）

[6]	[2] 年代		20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	90代	無回答	すべて
			合計	全体に対する%	合計	全体に対する%	合計	全体に対する%	合計	全体に対する%	合計	全体に対する%
[6] 1：休養や睡眠を十分にとる	合計		73	122	195	141	181	188	99	25	0	1024
	全体に対する%		7.13%	11.91%	19.04%	13.77%	17.68%	18.36%	9.67%	2.44%	0.00%	100.00%
[6] 2：栄養バランスのとれた食事をとる	合計		32	73	129	112	144	160	84	21	2	757
	全体に対する%		4.23%	9.64%	17.04%	14.80%	19.02%	21.14%	11.10%	2.77%	0.26%	100.00%
[6] 3：健康診断などを定期的に受ける	合計		7	40	106	91	133	132	71	16	0	596
	全体に対する%		1.17%	6.71%	17.79%	15.27%	22.32%	22.15%	11.91%	2.68%	0.00%	100.00%
[6] 4：酒やたばこを控える	合計		20	33	53	42	54	54	26	10	0	292
	全体に対する%		6.85%	11.30%	18.15%	14.38%	18.49%	18.49%	8.90%	3.42%	0.00%	100.00%
[6] 5：散歩やスポーツをする	合計		24	42	106	70	97	126	51	3	1	520
	全体に対する%		4.62%	8.08%	20.38%	13.46%	18.65%	24.23%	9.81%	0.58%	0.19%	100.00%
[6] 6：地域の活動に参加する	合計		0	2	2	3	11	22	16	3	0	59
	全体に対する%		0.00%	3.39%	3.39%	5.08%	18.64%	37.29%	27.12%	5.08%	0.00%	100.00%
[6] 7：ストレスをためないようにする	合計		31	60	93	91	117	107	60	15	0	574
	全体に対する%		5.40%	10.45%	16.20%	15.85%	20.38%	18.64%	10.45%	2.61%	0.00%	100.00%
[6] 8：趣味を持つ	合計		39	56	70	62	85	117	60	7	1	497
	全体に対する%		7.85%	11.27%	14.08%	12.47%	17.10%	23.54%	12.07%	1.41%	0.20%	100.00%
[6] 9：医療・健康に関する知識を持つ	合計		18	39	64	48	82	87	43	9	1	391
	全体に対する%		4.60%	9.97%	16.37%	12.28%	20.97%	22.25%	11.00%	2.30%	0.26%	100.00%
[6] 10：その他	合計		2	1	4	5	13	8	2	2	0	37
	全体に対する%		5.41%	2.70%	10.81%	13.51%	35.14%	21.62%	5.41%	5.41%	0.00%	100.00%
[6] 11：特に心がけていることはない	合計		15	26	34	18	25	19	16	8	0	161
	全体に対する%		9.32%	16.15%	21.12%	11.18%	15.53%	11.80%	9.94%	4.97%	0.00%	100.00%

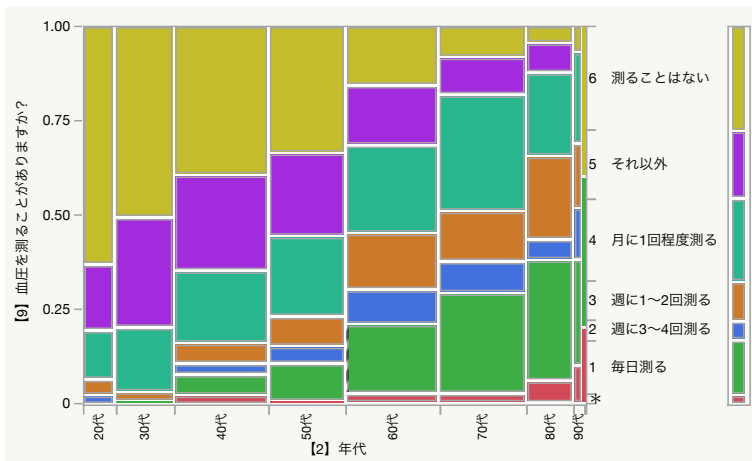
- 全年代で、休養や睡眠をとる、栄養バランスに心がける、健診受診、散歩・スポーツをする、ストレスをためないようにする意識が高く、酒やたばこを控えたり、地域の活動に参加するといったことは少ない。
- 特に 20-30 代の若年世代の健康面での心がけが不十分

2-2. 高血圧：病院や健診などで血圧が高いと指摘されたことがありますか？

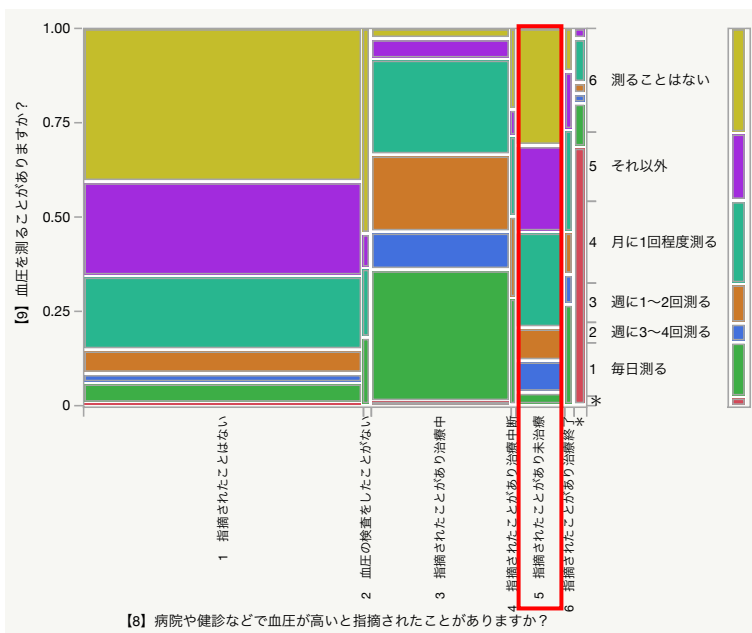


- 年代が上がるにつれ、高血圧を「指摘されたことがある」 or 「治療中」が増加
- (30) 40-60 代の「働く世代」の高血圧未治療者の割合（エメラルドグリーン）は 9.6% と高値

2-3. 血圧測定：血圧を測ることがありますか？

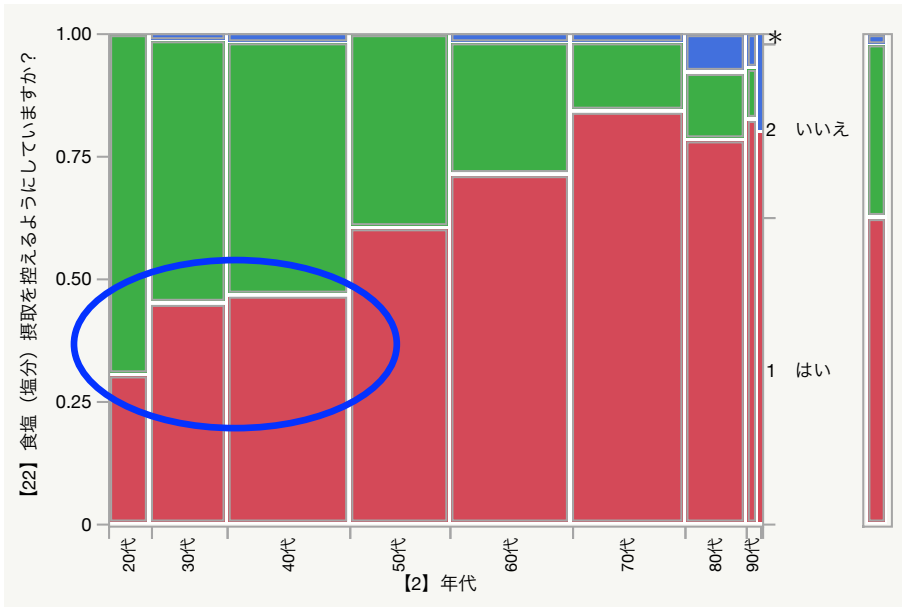


- 年代が上がるにつれ、血圧の測定頻度は上昇している。
- 30-60代「働く世代」の未測定者の割合(黄色)は順に 50.6%, 39.3%, 33.5%, 15.8%



- 血圧高値を指摘されたことがあるが、未治療である(赤枠) → 血圧未測定者の割合が多く(黄色)、まずは家庭血圧を測定するのが重要。

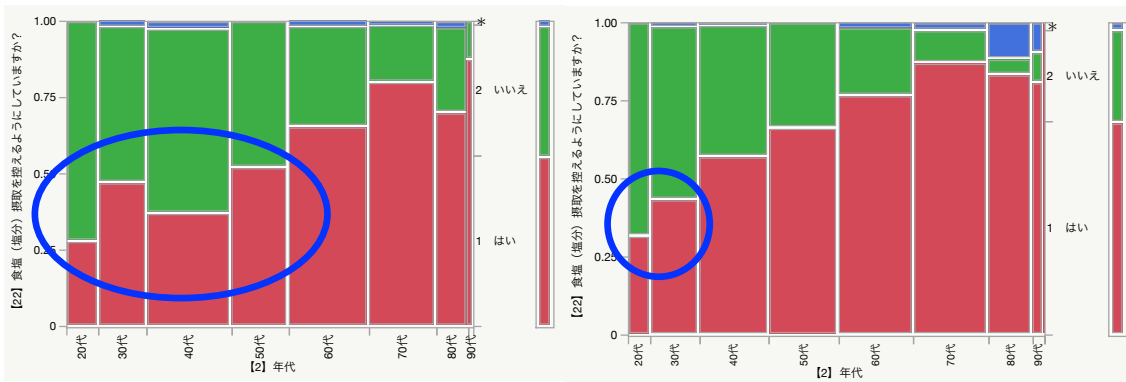
2-4. 食塩摂取（年代別）：食塩（塩分）摂取を控えるようにしていますか？- 年代別



- 年代が上がるにつれ、塩分摂取を控えていると回答
- 「働く世代」の課題

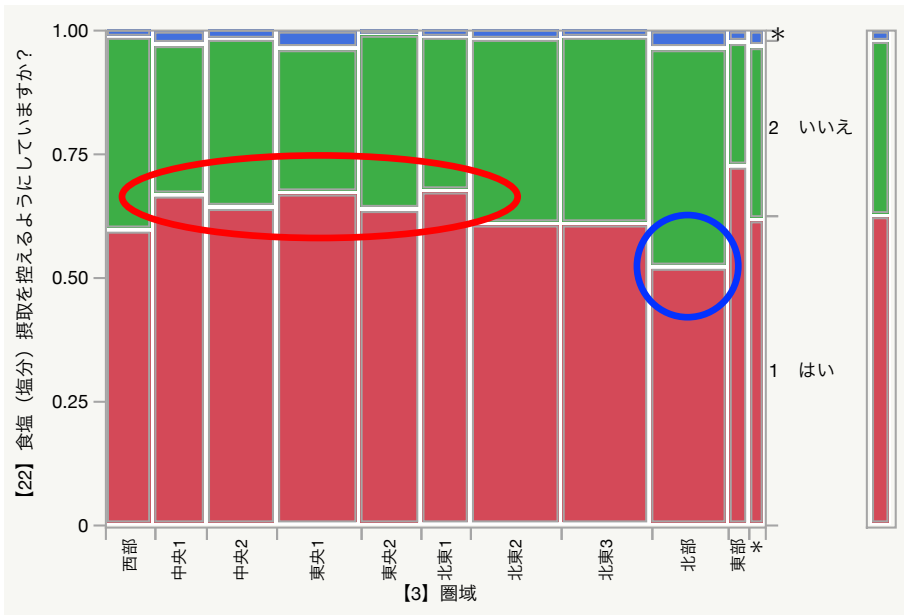
男性

女性



- 女性の方が塩分摂取を控えている、と回答。20-30代の若年世代は減塩に対する意識は低く、特に「働く世代」の男性への意識づけが課題。

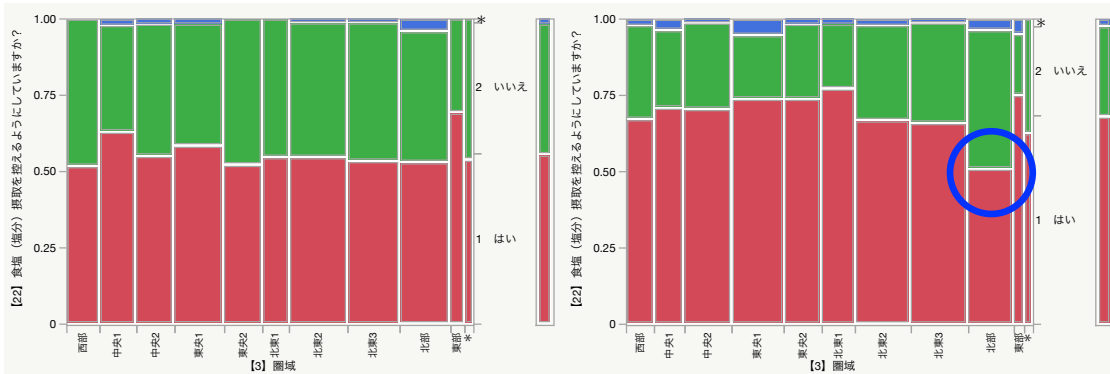
2-5. 食塩摂取（地域別）：食塩（塩分）摂取を控えるようにしていますか？- 地域別



- 中央1、東中央1、北東1の「はい」が多く、北部の「はい」が少ないが目立つ

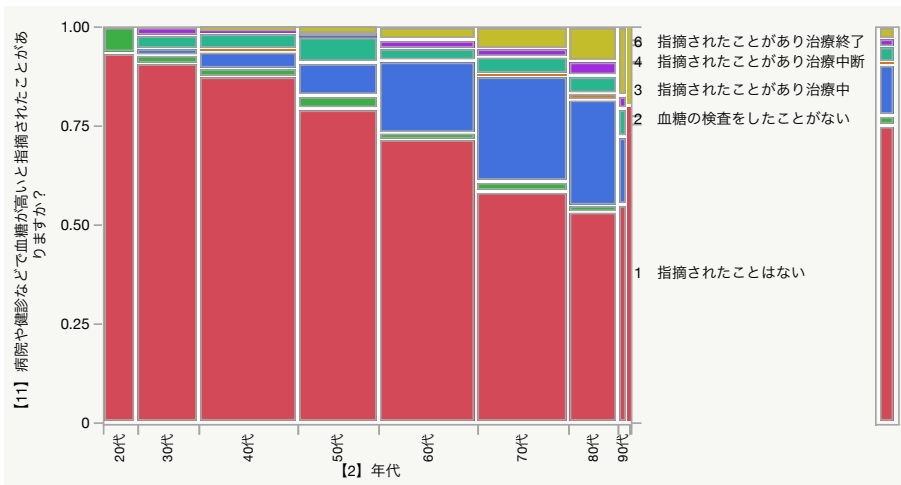
男性

女性



- 全地域で女性の方が減塩への意識は高そうだが、その中では、北部女性は減塩に対する意識が低い

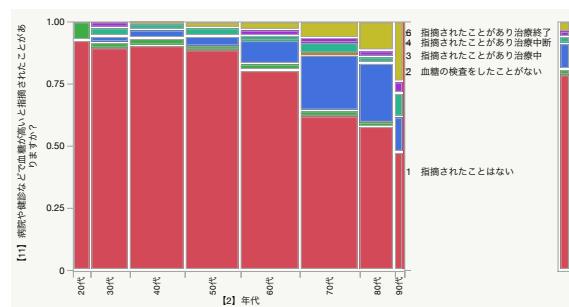
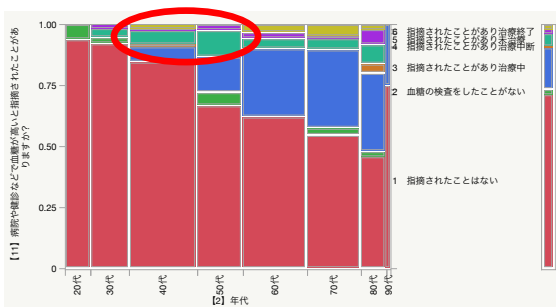
2-6. 高血糖：病院や健診などで血糖が高いと指摘されたことがありますか？



- 年代が上がるにつれ、血糖高値の頻度は上昇している。
- 30-60代「働く世代」の血糖高値を指摘されたが未治療者の割合（エメラルドグリーン）は、順に 3.7%, 4.2%, 6.5%, 3.1%

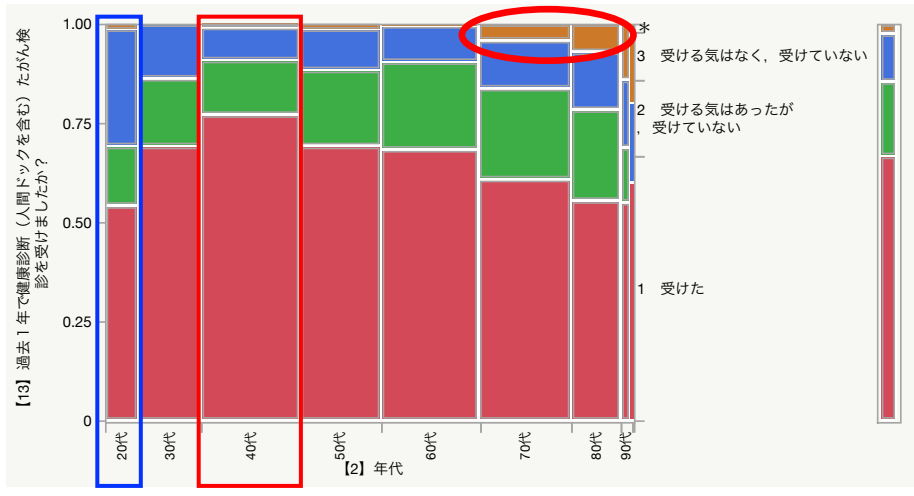
男性

女性



- 血糖高値を指摘されたが、未治療者（エメラルドグリーン）は、40-50代の男性に多い（8%）。

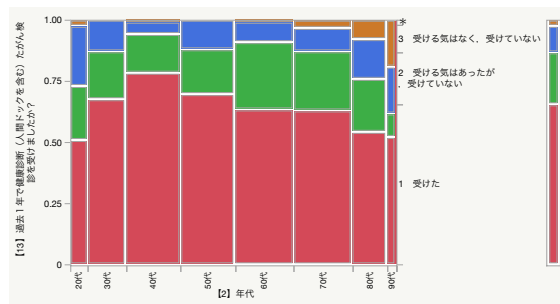
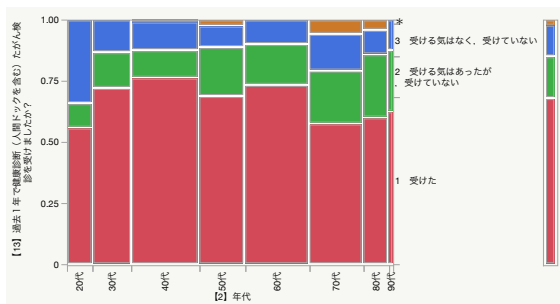
2-7. 健診受診（年代別）：過去1年で健康診断（人間ドックを含む）または、がん検診を受けましたか？ - 年代別



- 40代が最も健診/検診受診率が高い。
- 「受ける気はあったが、受けていない」(緑) → 介入すると受診率↑につながる可能性がある。
- 20代に限ると、受ける気持ちの有無に関わらず、半数は受診していない。
- 70-80代の「受ける気はなく未受診」(黄色) 者が目につく。健診対象外ではあるが、今後は検討の余地があるか。

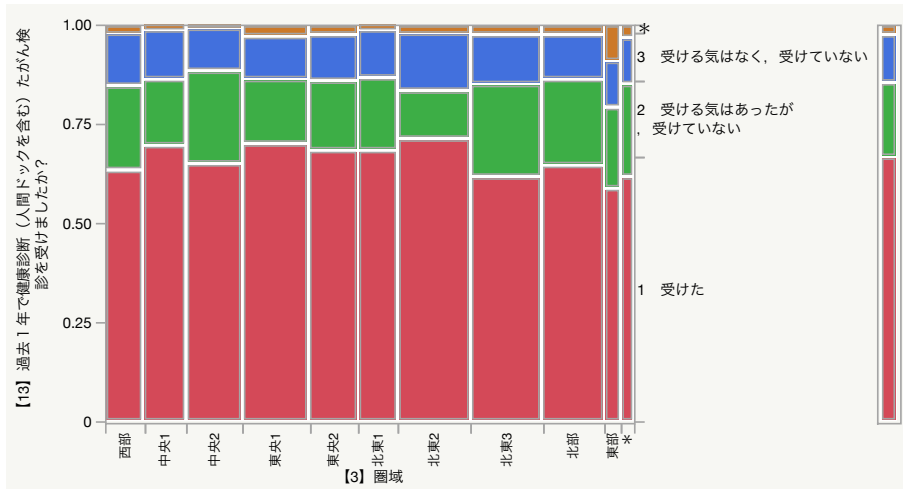
男性

女性



- 女性の方が健診/検診受診率は低い。
- 「受ける気はあったが、受けていない」(緑) への介入を検討すべき。

2-8. 健診受診（地域別）：過去1年で健康診断（人間ドックを含む）または、がん検診を受けましたか？ - 地域別



- 中央1、東央1、東央2、北東1、北東2の健診/検診受診率が高い（回答者数の少ない東部がやや少ない）。
- 「受ける気はあったが、受けていない」（緑）→ 介入すると受診率↑につながる可能性がある。

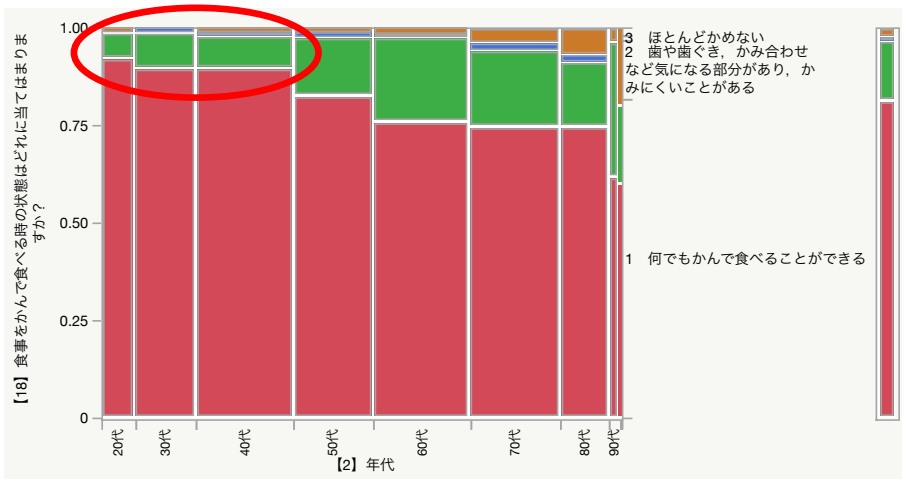
2-9. 健診を受診しなかった理由：

【設問14】 【13】で「2」と「3」の方 【13】過去1年で健康診断（人間ドックを含む）またはがん検診を受けましたか？
【2】年代

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	90代	無回答	すべて
【14】1：知らなかった	33	31	31	34	51	39	19	6	1	245
【14】2：時間がとれなかった	22	30	30	35	23	16	10	2	0	168
【14】3：場所が遠いから	9	8	14	21	27	19	9	1	0	108
【14】4：費用がかかるから	16	22	18	28	24	27	8	3	1	147
【14】5：検査等に不安があるから	2	1	4	5	9	7	0	0	0	28
【14】6：その時に、医療機関に入院していたから	0	0	0	1	0	0	2	0	0	3
【14】7：毎年受ける必要性を感じないから	1	3	5	8	11	12	7	3	1	51
【14】8：健康に自信があり、必要性を感じないから	4	4	6	5	5	7	3	0	1	35
【14】9：心配な時はいつでも医療機関を受診できるから	2	4	5	12	17	41	30	5	0	116
【14】10：受診結果が不安なため、受けたくない	0	0	3	8	10	8	0	1	0	30
【14】11：面倒なから	7	7	8	8	12	5	6	1	1	55
【14】12：受けつ機会がなかった	15	18	11	8	11	5	7	1	0	76
【14】13：コロナ禍だから	8	10	14	20	22	18	7	1	0	100
【14】14：その他	5	0	5	4	10	10	3	3	0	40

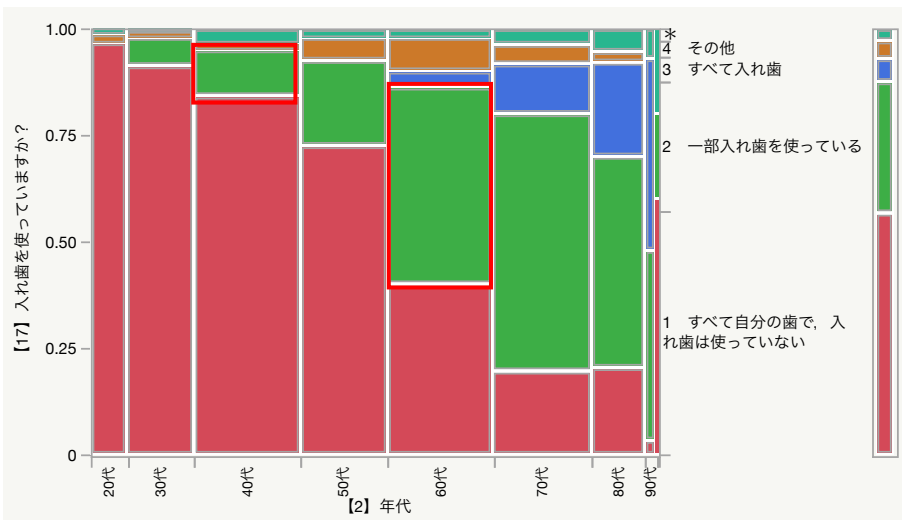
- 「知らなかった」→ 広報の改善点。
- 「時間や場所、コスト」→ ハード面の課題。受診者特典など検討
- 「受ける機会がなかった」→ どんな人？機会の創出は可能か？

2-10. 咀嚼：食事をかんで食べる時の状態はどれに当てはまりますか？



- 20-40代でも歯の健康問題はすでに約1割に生じており、50-80代では14.9%, 21.5, 19.7, 16.8%において歯の健康問題（緑より上）が表出している。

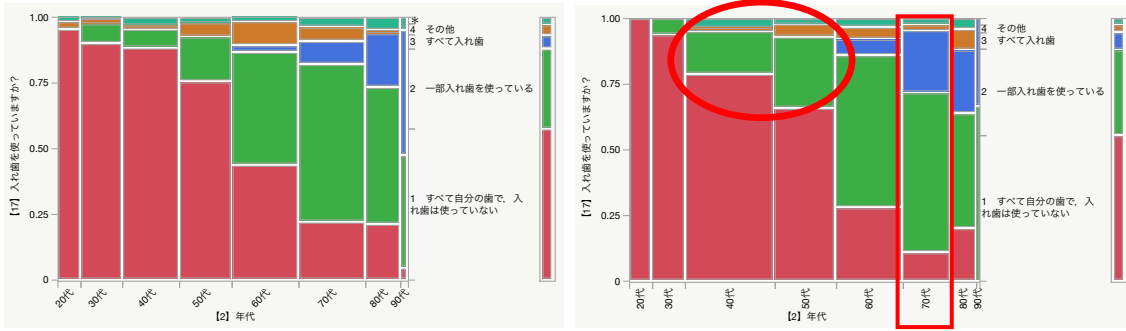
2-11. 入れ歯：入れ歯を使っていますか？



- 年代が上がるにつれ、入れ歯（緑：一部、青：総入れ歯）の割合は上昇。
- 40代でも1割（10.7%）が入れ歯（緑：一部、青：総入れ歯）を使用している。60代では46.5%と約半数に達している。

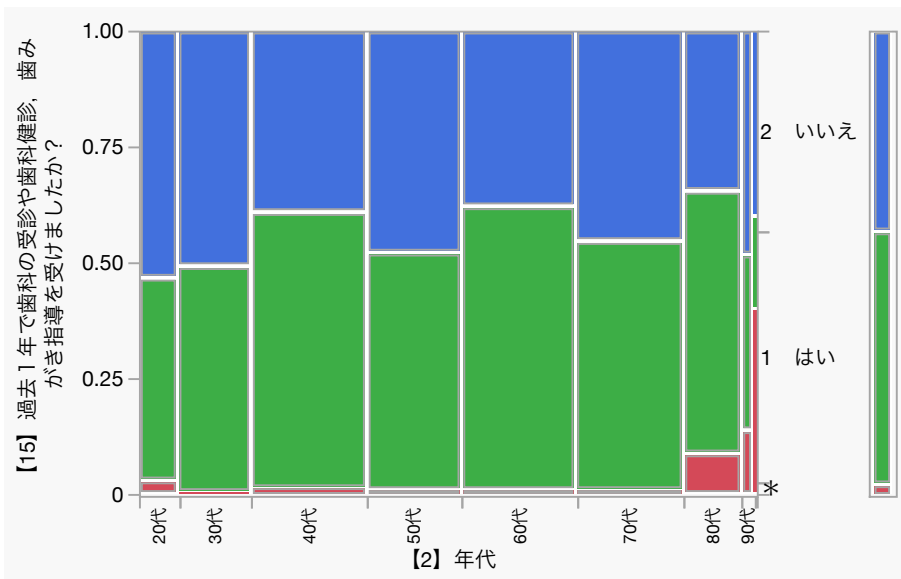
BMI<25

BMI ≥ 25



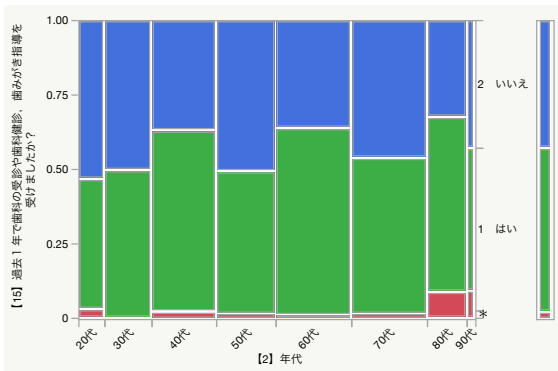
- 肥満者では、40-50代の入れ歯の割合が高い。70代の総入れ歯の割合（青）も上昇している。

2-12. 歯科受診・健診率（年代別）：過去1年で歯科の受診や歯科健診，歯みがき指導を受けましたか？ - 年代別

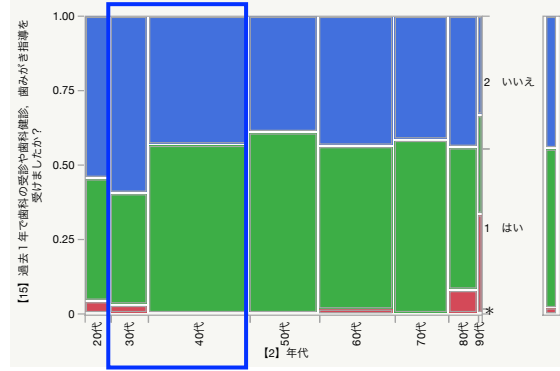


- 「働く世代」もそれ以降も歯科関連の受診率は概ね半数

BMI < 25

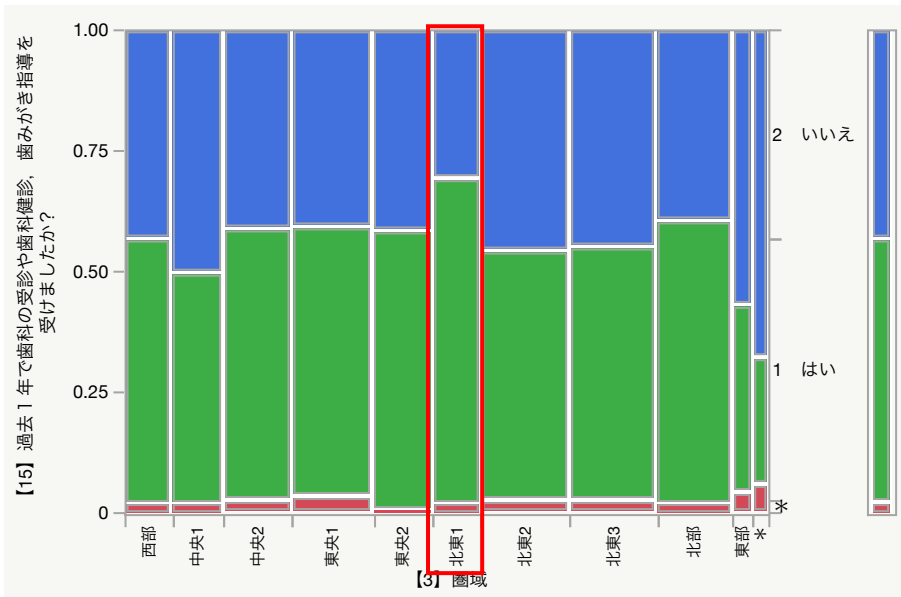


BMI ≥ 25



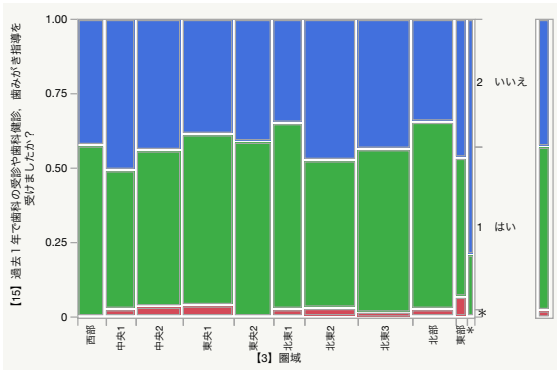
- 30-40 代の肥満者は歯科健診受診や歯磨き指導の受診率が低下。

2-13. 歯科受診・健診率（地域別）：過去 1 年で歯科の受診や歯科健診，歯みがき指導を受けましたか？ - 地域別

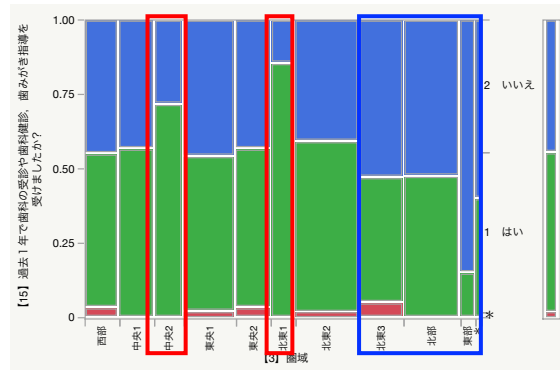


- 北東 1 が歯科健診受診や歯磨き指導の受診率が多い
- 地域差が出る要因はあるか？あればモデルケースとなりうるか（e.g. 歯医者が多いなど）

BMI<25

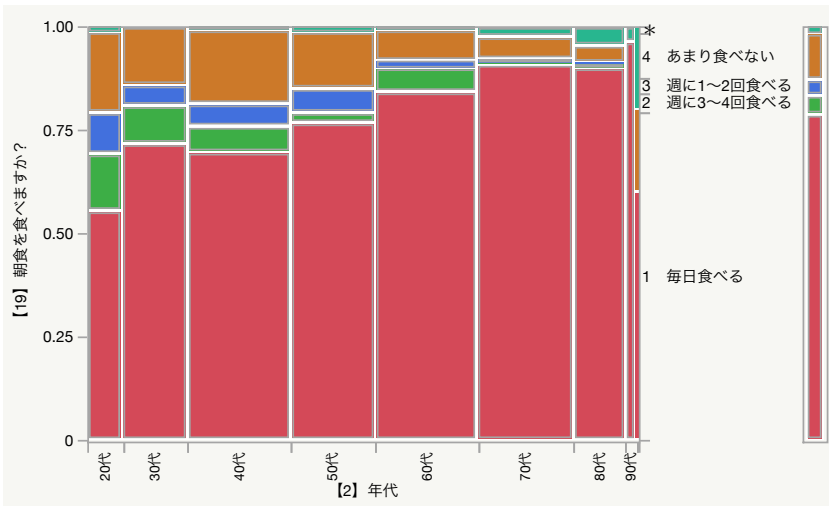


BMI ≥ 25



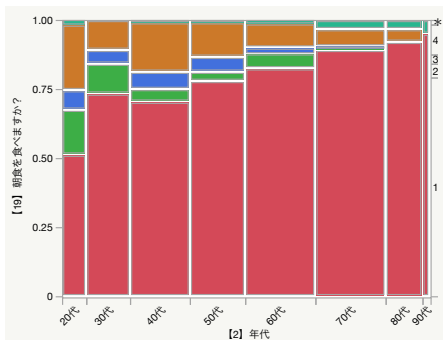
- 中央2、北東1の肥満者は歯科健診受診や歯磨き指導の受診率が高いが、東部、北部、北東3の肥満者は歯科健診受診や歯磨き指導の受診率が低い

2-14. 朝食：朝食を食べますか

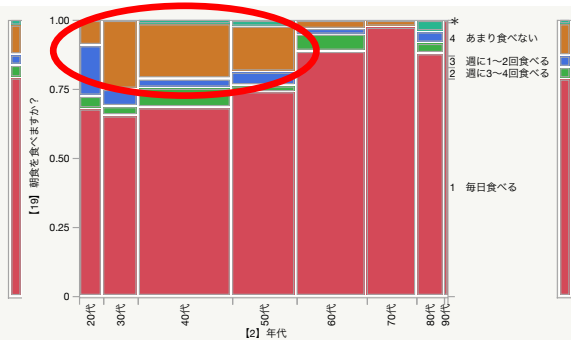


- 30-50代 で7割くらいは朝食を食べている。

BMI<25



BMI ≥ 25



- 「働く世代」の肥満者は朝食をあまり食べない。

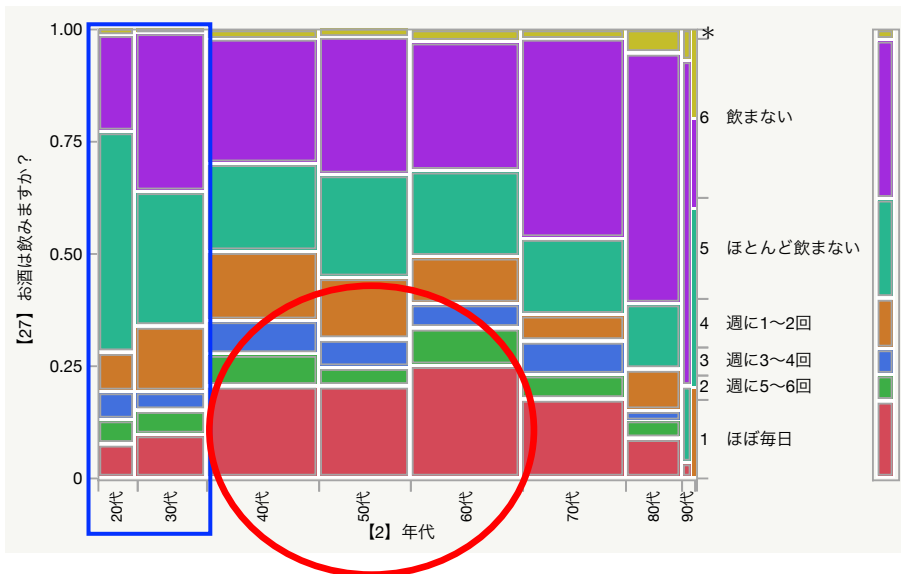
2-15. 健康な食習慣の阻害因子：あなたの健康な食習慣の妨げになっていることは何か？

【設問26】あなたの健康な食習慣の妨げになっていることは何ですか？（複数回答）

[26]	項目	[2] 年代										すべて
		20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	90代	無回答	すべて	
[26] 1	特にない	31	60	91	85	161	182	98	24	2	734	
	全体に対する%	4.22%	8.17%	12.40%	11.58%	21.93%	24.80%	13.35%	3.27%	0.27%	100.00%	
[26] 2	忙しくて時間がない	22	58	84	62	29	6	0	0	1	262	
	全体に対する%	8.40%	22.14%	32.06%	23.66%	11.07%	2.29%	0.00%	0.00%	0.38%	100.00%	
[26] 3	外食が多い	14	16	27	18	6	3	3	1	0	88	
	全体に対する%	15.91%	18.18%	30.68%	20.45%	6.82%	3.41%	3.41%	1.14%	0.00%	100.00%	
[26] 4	自分を含めて、協力・対応してくれる人がいない	7	10	26	17	21	11	13	1	0	106	
	全体に対する%	6.60%	9.43%	24.53%	16.04%	19.81%	10.38%	12.26%	0.94%	0.00%	100.00%	
[26] 5	経済的な余裕がない	18	25	39	33	27	22	7	0	2	173	
	全体に対する%	10.40%	14.45%	22.54%	19.08%	15.61%	12.72%	4.05%	0.00%	1.16%	100.00%	
[26] 6	面倒くさい	30	42	62	42	30	13	7	0	1	227	
	全体に対する%	13.22%	18.50%	27.31%	18.50%	13.22%	5.73%	3.08%	0.00%	0.44%	100.00%	
[26] 7	その他	5	5	14	11	17	11	4	0	0	67	
	全体に対する%	7.46%	7.46%	20.90%	16.42%	25.37%	16.42%	5.97%	0.00%	0.00%	100.00%	
[26] 8	分からない	5	9	14	14	17	13	9	1	0	82	
	全体に対する%	6.10%	10.98%	17.07%	17.07%	20.73%	15.85%	10.98%	1.22%	0.00%	100.00%	

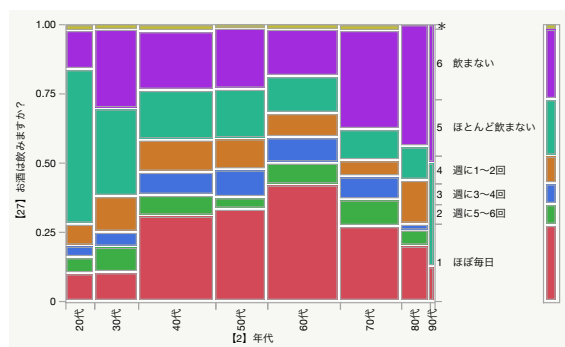
- 「忙しくて時間がない」、「経済的な余裕がない」、「面倒くさい」が健康な食習慣の妨げになっている TOP 3

2-16. 飲酒習慣：お酒は飲みますか？

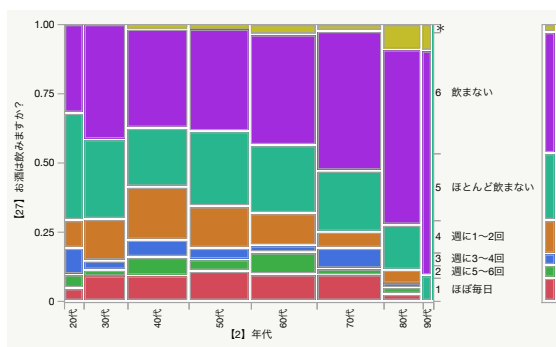


- 40-60代と比べると若年者の飲酒習慣は低い。40-60代は週3回以上の飲酒習慣者の割合が高い。

男性

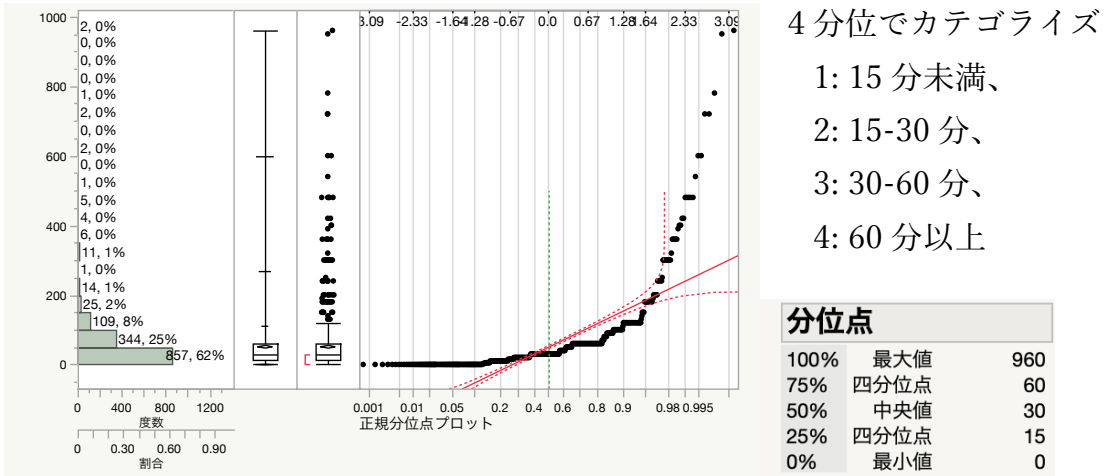


女性

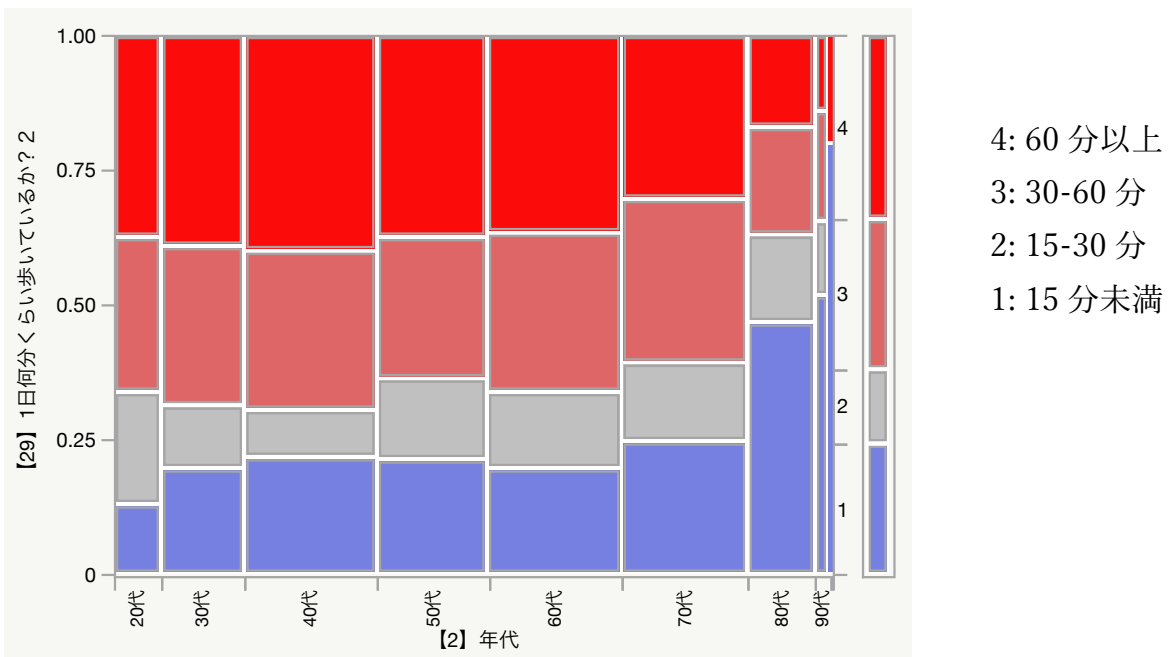


- 女性の方が男性より飲酒習慣者の割合は少ない

2-17. 運動：日常生活の中で室内の家事や移動，散歩等を含めて，1日何分くらい歩いていますか？ 単位：分



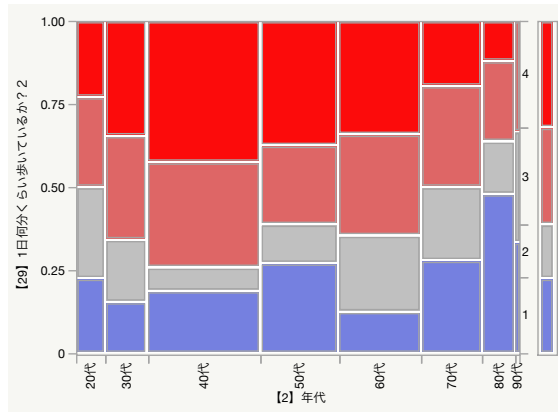
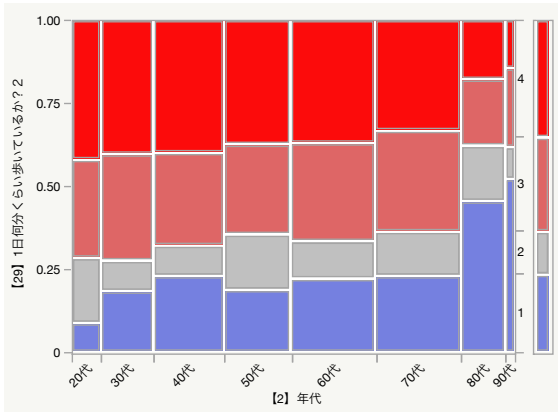
2-18. 運動（年代・BMI別）：日常生活の中で室内の家事や移動，散歩等を含めて，1日何分くらい歩いていますか？ 単位：分



- 「働く世代」の運動習慣には大きな課題がある

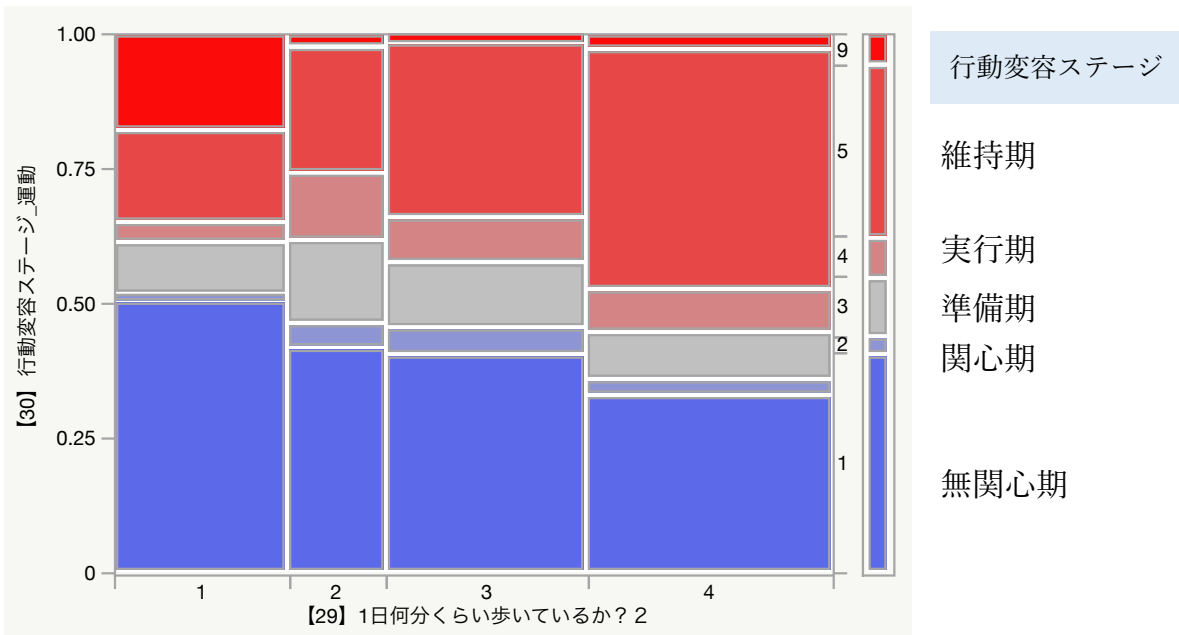
BMI < 25

BMI ≥ 25



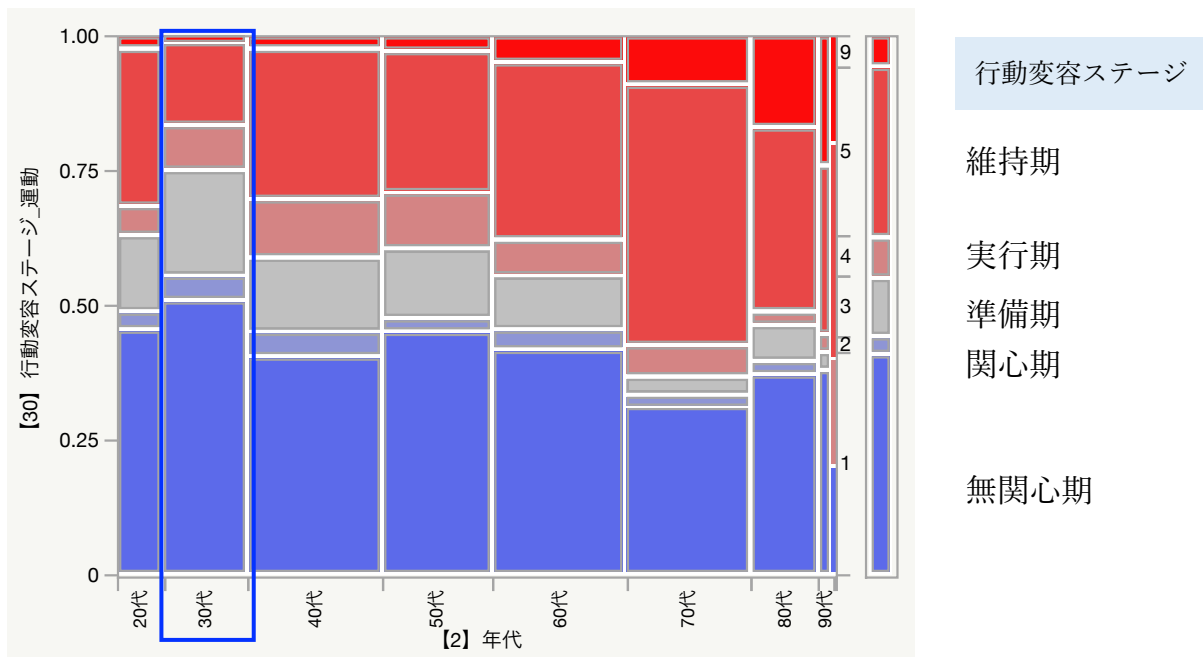
- 非肥満者では年代と Linear な関係、肥満者では U カーブに見える

2-19. 運動と行動変容ステージ：運動についてどのように考えていますか？



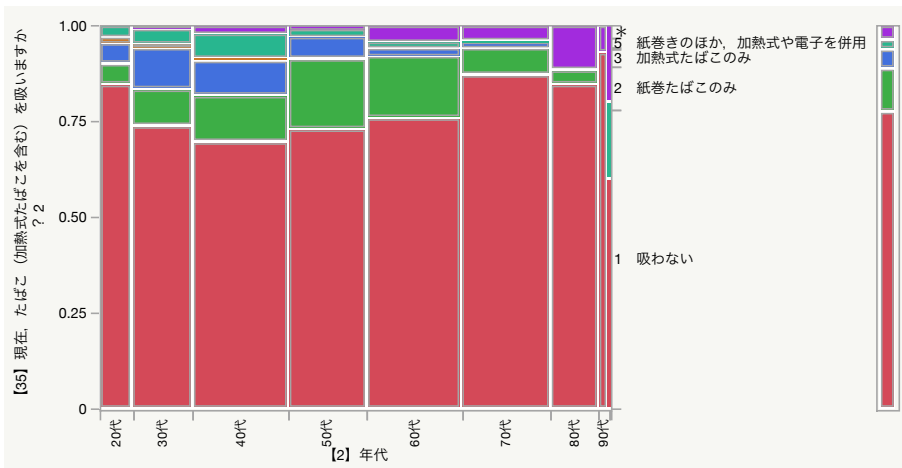
- 行動変容ステージと歩行（分）には正の相関関係を認める

2-20. 行動変容ステージと年代：運動についてどのように考えていますか？



- 30代の無関心期の割合が高い

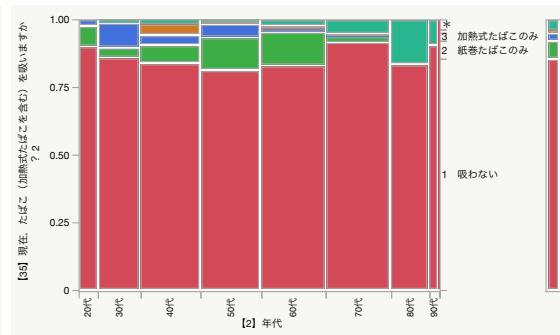
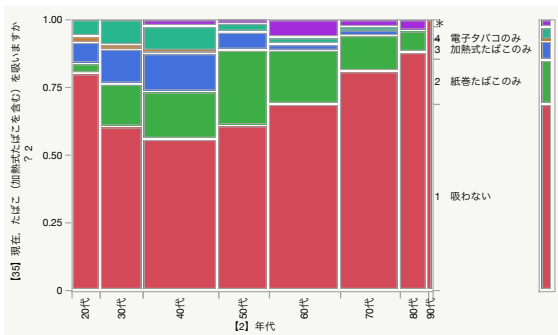
2-21. 喫煙：現在、たばこ（加熱式たばこを含む）を吸いますか？



- Uカーブ：40代の喫煙率が高い（加熱式たばこ[ブルームテック、アイコス、グローなど]、電子たばこ[ペープなど]）

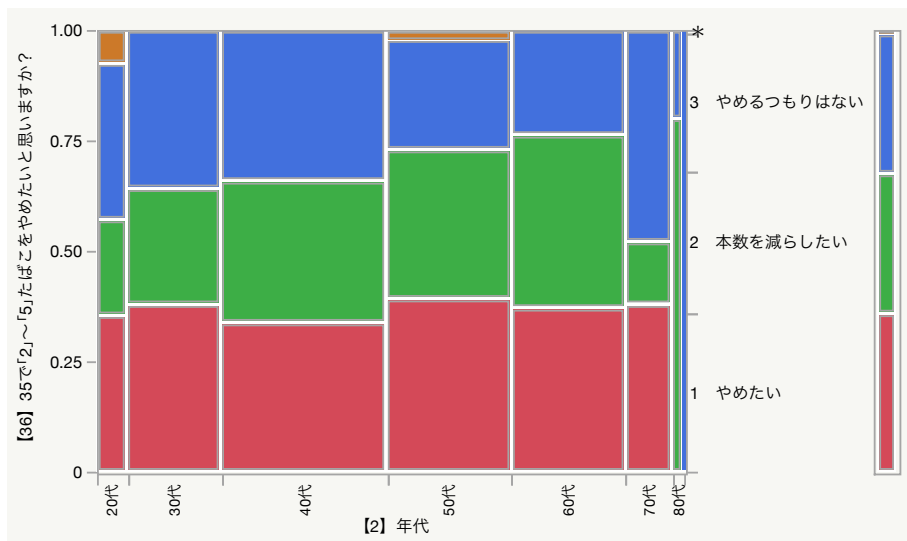
男性

女性



- 男性はUカーブ：20-40代の電子タバコ、加熱式の割合も多い

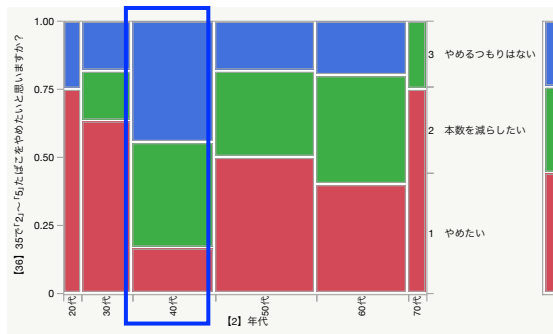
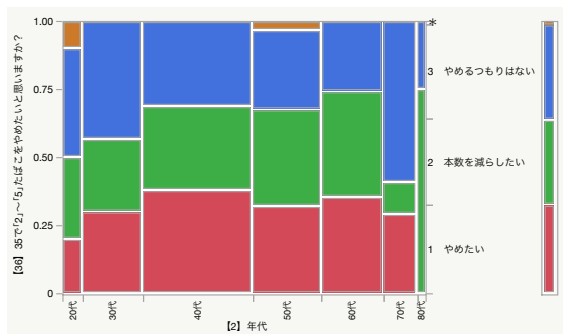
2-22. たばこをやめたいと思いますか？



- 70-90代まで愛煙家だとすでにやめる気はない？
- 「働く世代」・やめたい/本数を減らしたい人への行政の支援とは？

男性

女性



- 40代女性を除けば、女性の方がタバコをやめたいと思っている