

## 「生活習慣病予防」についてのアンケート結果

県では、生活習慣病を予防し、悪化を防ぐ仕組みを作ることによって、県民の健康づくりに取り組んでいます。

国民病といわれている、慢性腎臓病(まんせいじんぞうびょう)(CKD)や脳卒中、心不全という病気をご存じでしょうか。今回は、病気についての認知度などを調査し、早期発見をするための体制づくりや啓発活動の参考とするためアンケート調査を実施しました。

★調査時期:令和3年7月

★対象者:県政モニター298人

★回答数:264人(回収率88.6%)

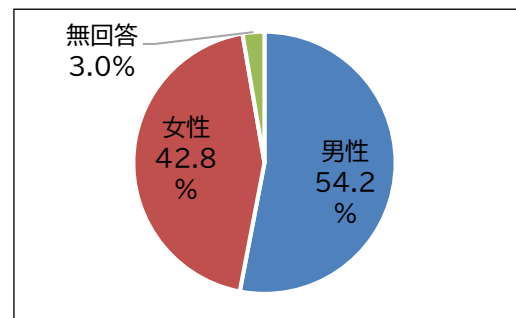
★担当課:健康寿命推進課

(※四捨五入により、割合の合計が100.0%にならない場合があります。)

### 【属性】

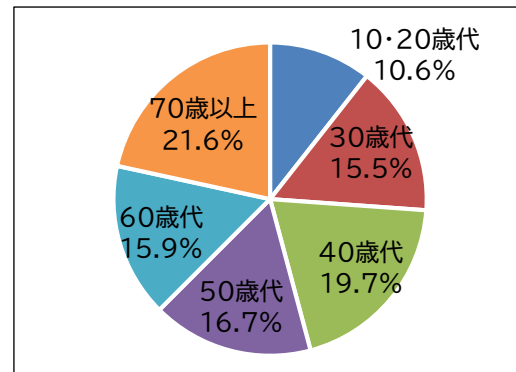
#### ◆ 性別

項目	人数(人)	割合(%)
男性	143	54.2
女性	113	42.8
無回答	8	3.0
合計	264	100.0



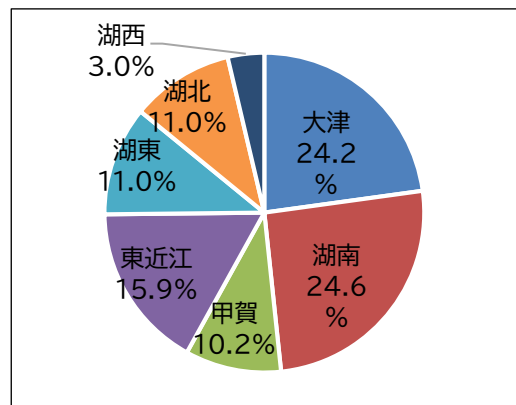
#### ◆ 年代

項目	人数(人)	割合(%)
10・20歳代	28	10.6
30歳代	41	15.5
40歳代	52	19.7
50歳代	44	16.7
60歳代	42	15.9
70歳以上	57	21.6
合計	264	100.0



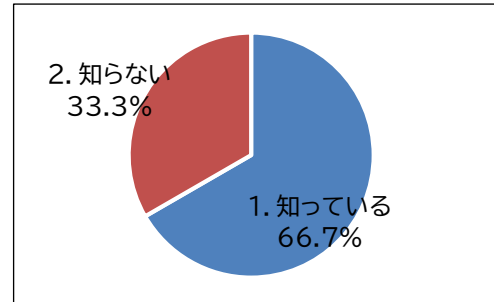
#### ◆ 地域

項目	人数(人)	割合(%)
大津地域	64	24.2
湖南地域	65	24.6
甲賀地域	27	10.2
東近江地域	42	15.9
湖東地域	29	11.0
湖北地域	29	11.0
湖西地域	8	3.0
合計	264	100.0



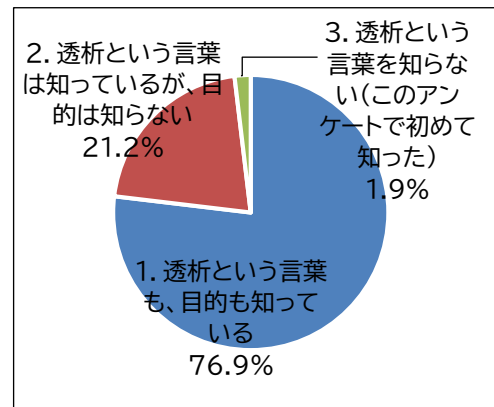
【問1】糖尿病や高血圧、高脂血症といった生活習慣病は、腎臓(じんぞう)の働きを低下させる危険因子となります。このように生活習慣病と腎臓の働きが関連していることを知っていますか。(回答チェック1つだけ)(n=264)

項目	人数(人)	割合(%)
1. 知っている	176	66.7
2. 知らない(このアンケートで初めて知った)	88	33.3
合計	264	100.0



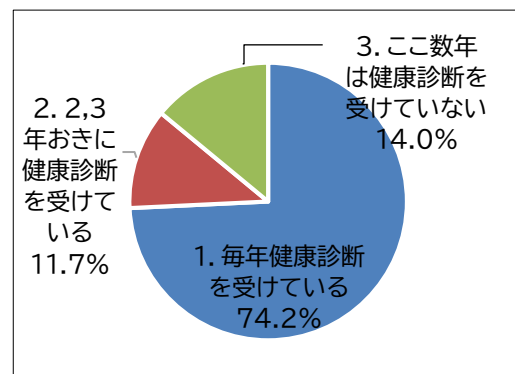
【問2】腎臓の働きが低下すると、透析療法(とうせきりょうほう)が必要になりますが、「透析」を知っていますか。(回答チェックは1つだけ)(n=264)

項目	人数(人)	割合(%)
1. 透析という言葉も、目的も知っている	203	76.9
2. 透析という言葉は知っているが、目的は知らない	56	21.2
3. 透析という言葉を知らない(このアンケートで初めて知った)	5	1.9
合計	264	100.0



【問3】健康診断では、腎臓の働きを確認するために、尿や血液の検査などを行っています。毎年職場や市町、医療機関などで健康診断を受けていますか。(回答チェックは1つだけ)(n=264)

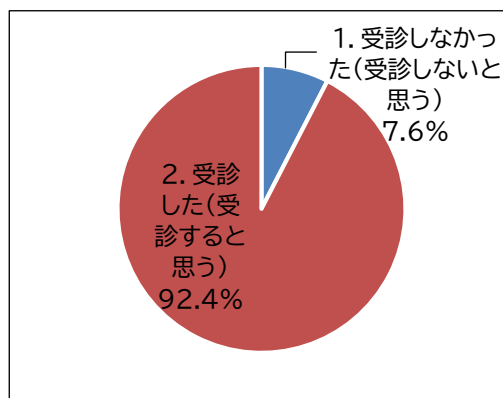
項目	人数(人)	割合(%)
1. 毎年健康診断を受けている	196	74.2
2. 2, 3年おきに健康診断を受けている	31	11.7
3. ここ数年は健康診断を受けていない	37	14.0
合計	264	100.0



【問4】健康診断の結果、尿検査や血液検査で異常があったとき、医療機関を受診しましたか。または異常があったと仮定した場合、医療機関を受診しようと思いますか。

(回答チェックは1つだけ)(n=264)

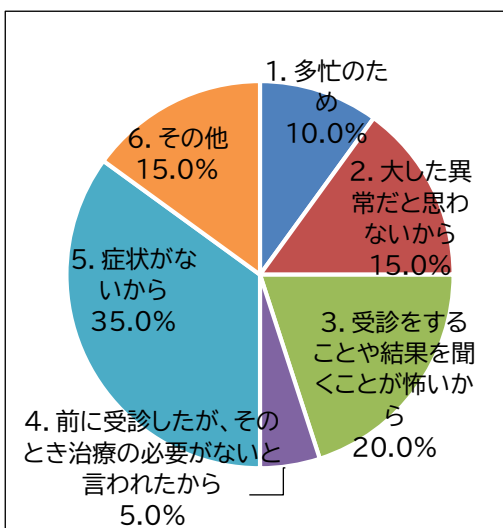
項目	人数(人)	割合(%)
1. 受診しなかった(受診しないと思う)	20	7.6
2. 受診した(受診すると思う)	244	92.4
合計	264	100.0



【問5】問4で「1. 受診しなかった(受診しないと思う)」と回答された方におたずねします。医療機関を受診しなかった(受診しないと思う)理由を教えてください。

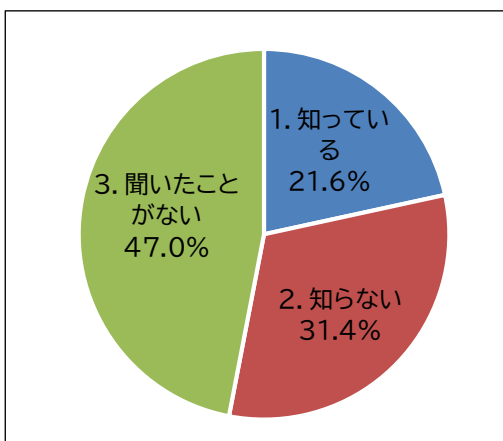
(回答チェックは1つだけ)(n=20)

項目	人数(人)	割合(%)
1. 多忙のため	2	10.0
2. 大した異常だと思わないから	3	15.0
3. 受診をすることや結果を聞くことが怖いから	4	20.0
4. 前に受診したが、そのとき治療の必要がないと言われたから	1	5.0
5. 症状がないから	7	35.0
6. その他	3	15.0
合計	20	100.0



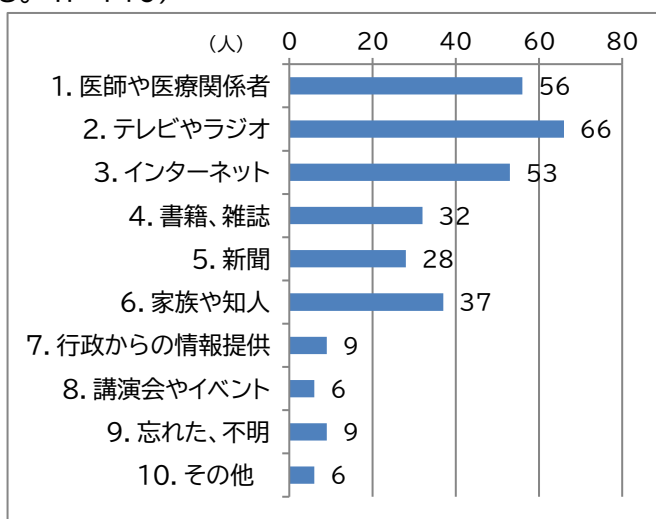
【問6】慢性腎臓病(まんせいじんぞうびょう)(CKD)は、自覚症状がほとんどなく、腎臓の働きが低下する病気です。これは、成人の8人に1人が該当します。この慢性腎臓病(CKD)という病気を知っていますか。(回答チェックは1つだけ)(n=264)

項目	人数(人)	割合(%)
1. 慢性腎臓病(CKD)という病名を聞いたことがあり、どんな病気かも知っている	57	21.6
2. 慢性腎臓病(CKD)という病名を聞いたことはあるが、どんな病気か知らない	83	31.4
3. 慢性腎臓病(CKD)という病名を聞いたことがない	124	47.0
合計	264	100.0



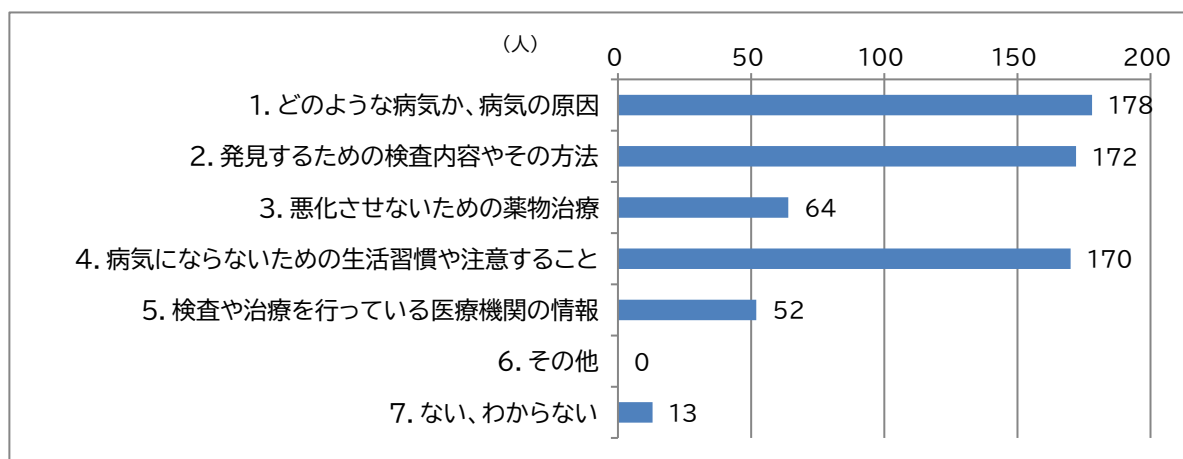
【問7】問6で「1. 聞いたことがあり、どんな病気かも知っている」「2. 聞いたことはあるが、どんな病気か知らない」と回答された方におたずねします。どこで慢性腎臓病(CKD)という言葉を知りましたか。(回答チェックはいくつでも。n=140)

項目	人数(人)	割合(%)
1. 医師や医療関係者	56	40.0
2. テレビやラジオ	66	47.1
3. インターネット	53	37.9
4. 書籍、雑誌	32	22.9
5. 新聞	28	20.0
6. 家族や知人	37	26.4
7. 行政からの情報提供	9	6.4
8. 講演会やイベント	6	4.3
9. 忘れた、不明	9	6.4
10. その他	6	4.3



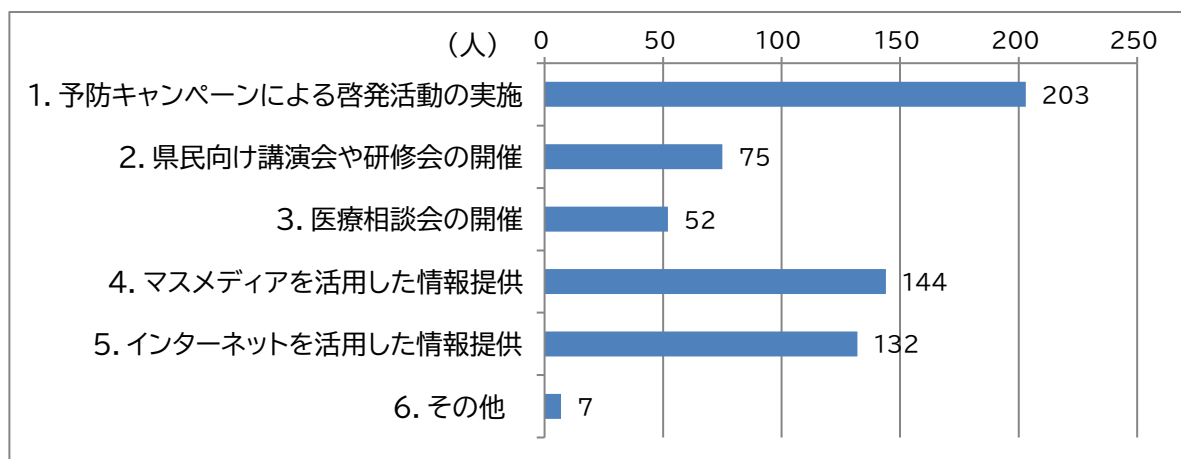
【問8】慢性腎臓病(CKD)について今後、どのようなことが知りたいですか。  
(「7. ない、わからない」を選択した場合を除き、回答チェックは3つまで)(n=264)

項目	人数(人)	割合(%)
1. どのような病気か、病気の原因	178	67.4
2. 発見するための検査内容やその方法	172	65.2
3. 悪化させないための薬物治療	64	24.2
4. 病気にならないための生活習慣や注意すること	170	64.4
5. 検査や治療を行っている医療機関の情報	52	19.7
6. その他	0	0.0
7. ない、わからない	13	4.9



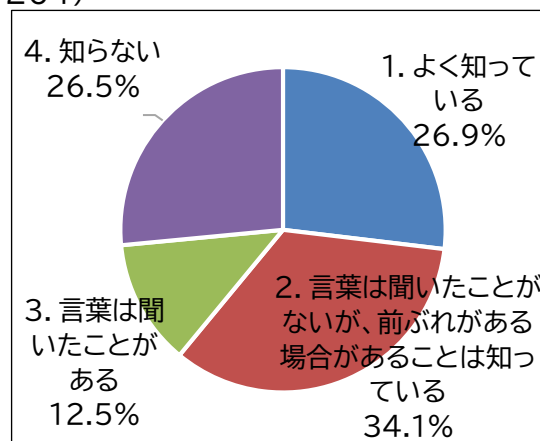
【問9】慢性腎臓病(CKD)の早期発見や普及啓発について、今後どのような取組が必要だと思いますか。(回答チェックは3つまで)(n=264)

項目	人数(人)	割合(%)
1. 予防キャンペーンによる啓発活動の実施	203	76.9
2. 県民向け講演会や研修会の開催	75	28.4
3. 医療相談会の開催	52	19.7
4. マスメディアを活用した情報提供	144	54.5
5. インターネットを活用した情報提供	132	50.0
6. その他	7	2.7



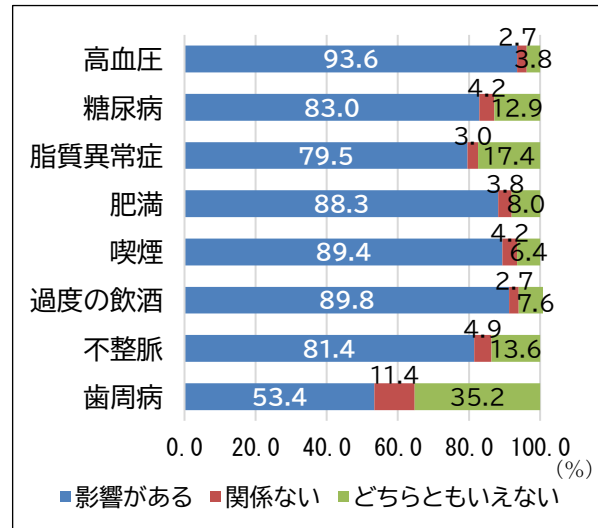
【問10】脳卒中(脳梗塞や脳出血)には、突然にロレツが回らなくなる、言葉が出ない、物が二重に見えるなどの症状が数分から一週間で消えるという前ぶれ「一過性脳虚血発作」があることを知っていますか。(回答チェックは1つだけ)(n=264)

項目	人数(人)	割合(%)
1. よく知っている	71	26.9
2. 言葉は聞いたことがないが、前ぶれがある場合があることは知っている	90	34.1
3. 言葉は聞いたことがある	33	12.5
4. 知らない	70	26.5
合計	264	100.0



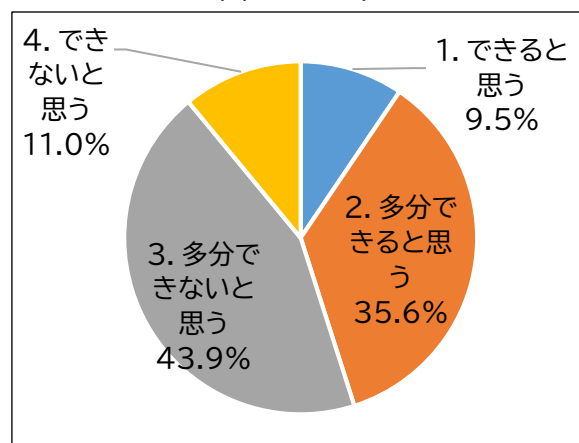
【問11】脳卒中や心筋梗塞の危険因子を知っていますか。知っているものについて当てはまるものを選んでください。(回答チェックはそれぞれ1つだけ)(n=264)

項目	影響がある	関係ない	どちらともいえない
(ア)高血圧	247	7	10
(イ)糖尿病	219	11	34
(ウ)脂質異常症	210	8	46
(エ)肥満	233	10	21
(オ)喫煙	236	11	17
(カ)過度の飲酒	237	7	20
(キ)不整脈	215	13	36
(ク)歯周病	141	30	93



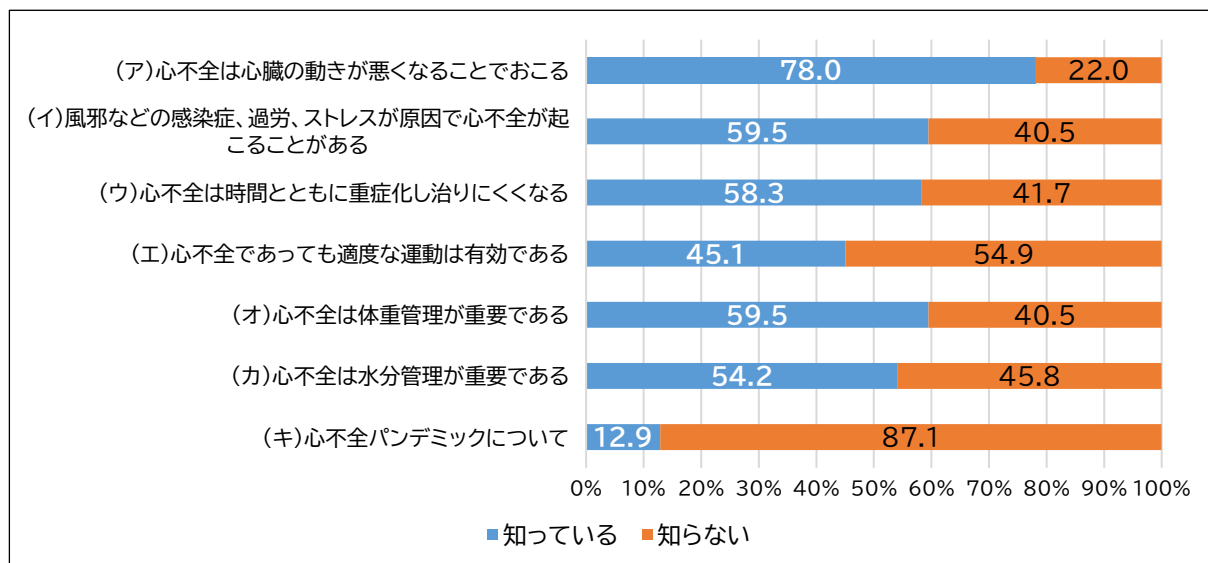
【問12】あなたは、目の前で人が倒れてしまったとき、心肺蘇生(そせい)(胸骨圧迫と人工呼吸)といった応急手当が出来ると思いますか。(回答チェックは1つだけ)(n=264)

項目	人数(人)	割合(%)
1. できると思う	25	9.5
2. 多分できると思う	94	35.6
3. 多分できないと思う	116	43.9
4. できないと思う	29	11.0



【問13】心不全について、知っていることについて当てはまるものを選んでください。  
 (それぞれ回答チェックは1つだけ)(n=264)

項目	知っている	知らない
(ア)心不全は心臓の動きが悪くなることでおこる	206	58
(イ)風邪などの感染症、過労、ストレスが原因で心不全が起こることがある	157	107
(ウ)心不全は時間とともに重症化し治りにくくなる	154	110
(エ)心不全であっても適度な運動は有効である	119	145
(オ)心不全は体重管理が重要である	157	107
(カ)心不全は水分管理が重要である	143	121
(キ)心不全パンデミックについて	34	230



【問14】その他、慢性腎臓病(CKD)、脳卒中、心臓病などの生活習慣病対策について御意見がありましたらお聞かせください。(自由記載)(一部抜粋)

<啓発・情報提供について>

- ・若年層の健康管理について、生活習慣病についてもっと広報して欲しい。
- ・糖尿病は馴染みがあるが慢性腎臓病の知名度が低いと思う。
- ・生活習慣病についてもっと広報してほしい。自らもしっかりと管理していきたい。
- ・生活習慣病にかかる人が県民でどの程度いるか、何がよくないのか、具体的な数字を示してから啓発活動を始めた方がいいと思う。
- ・健康志向が高くなり、スポーツジムへ通い、筋トレや運動をしてプロテイン系の食べ物を摂る人が増えているが、摂取過多の身体への影響、正しい知識の広報が必要だと思う。
- ・子どもの頃から予防のことを教えていく必要があるのではないか。
- ・脳梗塞の最新治療など、広報して欲しい。
- ・今回のテーマの慢性腎臓病(CKD)、脳卒中、心臓病などの生活習慣病対策について県広報誌やマスメディア等でもPRと予防の呼びかけをしてほしい。
- ・高齢者は自分から求めない限り、運動したり、情報を得る機会が減ってしまいがちである。
- ・普段注意すべきポイントを簡潔に具体的に教えてほしい。

<食事・運動など生活習慣について>

- ・生活習慣を変えていくことは難しい。細かくアドバイスしてくれる機関があればよい。
- ・健康維持のために、減塩や野菜摂取など食生活が大切だと思う。  
学校でも生活習慣が大切であることや、健康寿命を延ばすための指導をして欲しいと思う。
- ・行政は、健康寿命の延伸、医療費の削減のために地域の団体を支援して、身近に健康教室等に参加しやすいよう手助けして欲しい。
- ・健康アプリなどでお得なものが得られるとよい。
- ・生活習慣病を自分自身の問題と捉えて健康管理をしていきたい。
- ・各地域のNPOを支援し、健康教室に高齢者が参加しやすいように手助けしてほしい。

<健診について>

- ・健診の重要性についてしっかりと伝えることが大切だと思う。
- ・健診で、検査値の異常を指摘されることがあるが、すぐ医療受診か、様子見でよいのか自分が判断できないことがあるため、受診すべきときは企業や医師が強く受診勧奨をして欲しい。書類だけでは迷いが出てしまう。

<医療について>

- ・受診すると薬は処方してもらえすが、具体的な生活改善など個別指導してもらえらるラインやメールなどがあればいい。
- ・かかりつけ医を持つこととかかりつけ医から専門医へ適切につなぐことが大切だと思う。

<心肺蘇生法について>

- ・心肺蘇生法は、以前に講習を受けたが忘れていたので機会があれば受講しないとすぐに使えないことを再認識した。
- ・AEDは機械が言う通りにすればいいと説明を受けたが、実際に冷静にできるだろうかと思う。