

# 蕨市

## ～平成 22 年度特定保健指導未受講者に対するアンケート～

### (1) 蕨市の概要

#### (ア) 蕨市の基本情報

蕨市は、埼玉県の南部に位置し、都心から約 20 km圏内で、東京駅から J R 京浜東北線で約 35 分の距離にある。東と北を川口市、西をさいたま市、南を戸田市と接し東西 4.0 km、南北 1.7 kmのほぼ長方形をなし、人口密度は全国で最も高い市となっている。

成年式発祥の地としても知られ、古くから中山道の宿場町として、江戸時代から明治時代にかけては織物の生産地として栄えた。第二次世界大戦後は東京に近いことから、通勤・通学等への利便性の高さから住宅都市として発展し、昭和 34 年 4 月に県下で 23 番目の市となった。

①	面積	5.10km <sup>2</sup>
②	人口	72,521 人
③	②のうち 65 歳以上人口 (再掲) ※【 】内は高齢化率	14,869 人 【20.5%】

(平成 24 年 1 月 1 日現在。町 (丁) 別人口調査)

#### (イ) 人口分布概要と見込み

昭和 40 年代をピークに人口は減少傾向にはあるが、現在はほぼ横ばい状態である。高齢化率は県平均とほぼ同じで、毎年、年々増加しており今後も急速に高齢化が進展すると予想される。

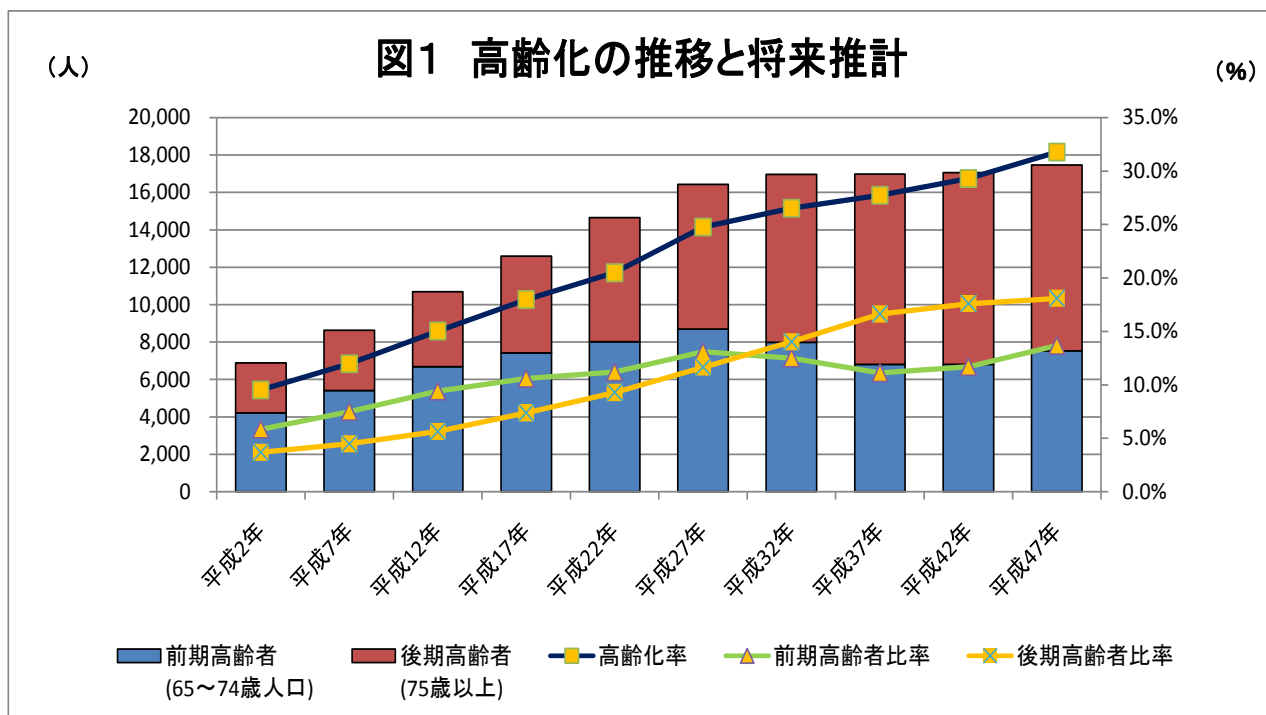
表1 高齢化の推移と将来推計人口

(人)

年	国勢調査人口					将来推計人口				
	平成2年	平成7年	平成12年	平成17年	平成22年	平成27年	平成32年	平成37年	平成42年	平成47年
総人口	72,160	72,021	71,063	70,010	71,502	66,367	63,937	61,231	58,242	54,999
前期高齢者 (65～74歳人口)	4,218	5,402	6,690	7,425	8,012	8,700	7,993	6,810	6,816	7,526
後期高齢者 (75歳以上)	2,663	3,228	4,002	5,166	6,638	7,734	8,969	10,175	10,246	9,948
高齢化率	9.5%	12.0%	15.0%	18.0%	20.5%	24.8%	26.5%	27.7%	29.3%	31.8%
前期高齢者比率	5.8%	7.5%	9.4%	10.6%	11.2%	13.1%	12.5%	11.1%	11.7%	13.7%
後期高齢者比率	3.7%	4.5%	5.6%	7.4%	9.3%	11.7%	14.0%	16.6%	17.6%	18.1%

平成22年までは、国勢調査人口

平成27年以降は、『日本の市区町村別将来推計人口』(平成20年12月推計)(H17国勢調査から推計)



## (2) 蕨市の取組（アンケートの実施）

### (ア) 取組の概要と契機

特定健診・特定保健指導が始まるまでは、老人保健法に基づき、基本健康診査を実施し、その結果、血圧や血中脂質、血糖が基準値以上だった方に個別健康教育を行っていた。平成20年2月に策定された『蕨市国民健康保険 特定健康診査等実施計画』（以後『計画』）において、平成20年度から医療保険課が主管課となり、特定健診・特定保健指導が始まり、『計画』により特定保健指導の実施場所は平成24年度まで保健センターとなった。

特定健診の結果で“情報提供”“動機づけ支援”“積極的支援”に大別され、“動機づけ支援”“積極的支援”に該当した方には特定保健指導の通知をしている。そのほか、保健センターでは集団を対象として各種健康教育を実施し、広く市民へ健康の大切さや健康づくりの知識の啓発や普及を行っている。

特定保健指導に該当となった多くの方は、放っておくと将来、生活習慣病になりかねない。『計画』では特定保健指導の実施率の目標値は45%となっているが、平成22年度特定保健指導実施率(保健センター把握分)はわずか9.2%と低くなっている。まずは導入である初回面接を受ける人を増やしたいと考え、なぜ特定保健指導を受けなかったかなどのアンケートを実施した。

## 蕨市の特定保健指導

平成 22 年度は個別支援を基本とし、特定保健指導を申し込まれた方を対象に、希望する方へは別に運動と食事の講座を実施している。

運動講座：毎月 1 回、月曜日午後コースか木曜日午前コースのいずれか選んでいただき、健康運動指導士による運動の実践。特定保健指導申込～翌年 7 月まで実施した。

食事講座：10 月～3 月まで、1 クール 4 回、講義形式を中心に実施。管理栄養士による食生活の見直し、食生活改善のポイントをじっくりと学んだ。最終回（4 回目）は実践編として野菜と減塩に着目したデモンストレーションと試食で食べて日常の実践部分を感じていただいた。

### 特定保健指導者数（保健センター把握分）

注）法定報告数ではない

	H20 年度	H21 年度	H22 年度	H23 年度
積極的支援該当者	235	233	203	243
動機付け支援該当者	592	510	438	460
特定保健指導該当者計	827	743	641	703
初回面接実施者 「積極的支援」	6	14	12	12
初回面接実施者 「動機付け支援」	65	70	47	28
初回面接実施率（%）	8.6	11.3	9.2	5.7

### 初回面接実施者の年代別内訳

	40代		50代		60代		70代	
	積極的	動機付	積極的	動機付	積極的	動機付	積極的	動機付
平成 20 年度	1	2	2	1	3	42		20
平成 21 年度	4	4	3	5	7	28		33
平成 22 年度	4	1	1	2	7	18		26
平成 23 年度	5	3	2	2	5	8		15

## (イ) 取組の内容と結果

40代、50代の特定保健指導該当者の特定保健指導を受ける方が少なく、若い年代のうちから生活習慣に留意して過ごすことで将来の生活習慣病罹患率を下げられること、また特定保健指導実施率を少しでも高めることで医療費の削減につなげたいことから、平成22年度特定保健指導積極的支援未受講者186名に対し、なぜ特定保健指導を希望しなかったかなど簡単なアンケート調査を実施した。

設問は返送用郵便はがきに直接記載し、該当する部分に○をつけて回答していただき、すぐにポストに投函してもらえるように工夫した。

なお、締切日は送付後2週間程度とした。

### アンケート実施期間

平成23年7月

### アンケート項目（設問）

1. 性別
2. 年齢（41歳から5歳刻み）
3. 特定保健指導を受けなかった理由
4. 特定保健指導希望曜日と時間帯
5. 特定保健指導に関するご意見（自由記載）

### 回収数・回収率

54（男：37名 女17名）（回収率：29.0%）

年齢別回収数・率

年齢	郵送数	回収数	回収率 (%)
41～45	52	6	11.5
46～50	32	7	21.9
51～55	18	6	33.3
56～60	33	12	36.4
61～64	51	23	45.1

アンケート様式

【 特定保健指導についてのアンケート 】

1) あなたの性別に○をつけてください。

1. 男性 2. 女性

2) あてはまる年齢に○をつけてください。

1. 41～45歳 2. 46～50歳 3. 51～55歳  
 4. 56～60歳 5. 61～65歳 6. 66～70歳  
 7. 71～75歳 8. 76歳～

3) 保健指導をお受けにならなかった理由は何ですか？  
 (複数回答可)

1. 保健指導の内容がわからなかったから  
 2. この程度の結果なら、心配ないと思ったから  
 3. 忙しくて、健康を考える余裕がなかったから  
 4. 曜日や時間帯が合わなかったから  
 5. 受けても効果がないと思ったから  
 6. その他( )

4) 保健指導の曜日と時間帯についてお伺いします。  
 (複数回答可)

1. どの曜日なら指導を受けようと思いますか？  
 日・月・火・水・木・金・土  
 2. どの時間帯なら指導を受けようと思いますか？  
 ・7:30～8:30 ・8:30～12:00  
 ・13:00～17:00 ・17:00～20:00  
 ・どの時間帯も都合がつかない  
 ・その他( )

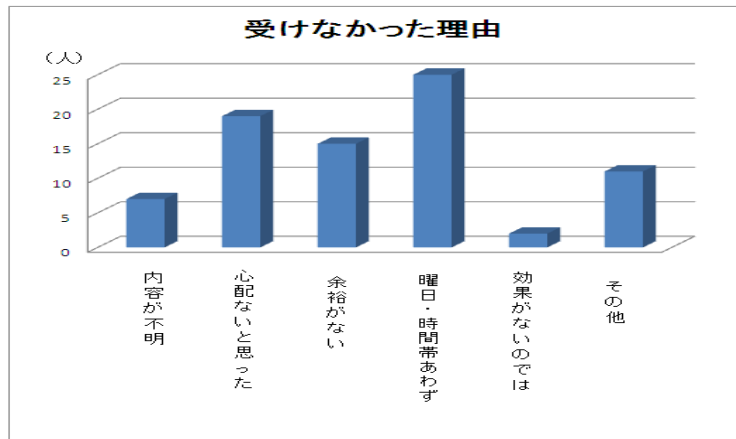
5) 特定保健指導について何かご意見がありましたらご自由にお書きください。

ご協力ありがとうございました

結果

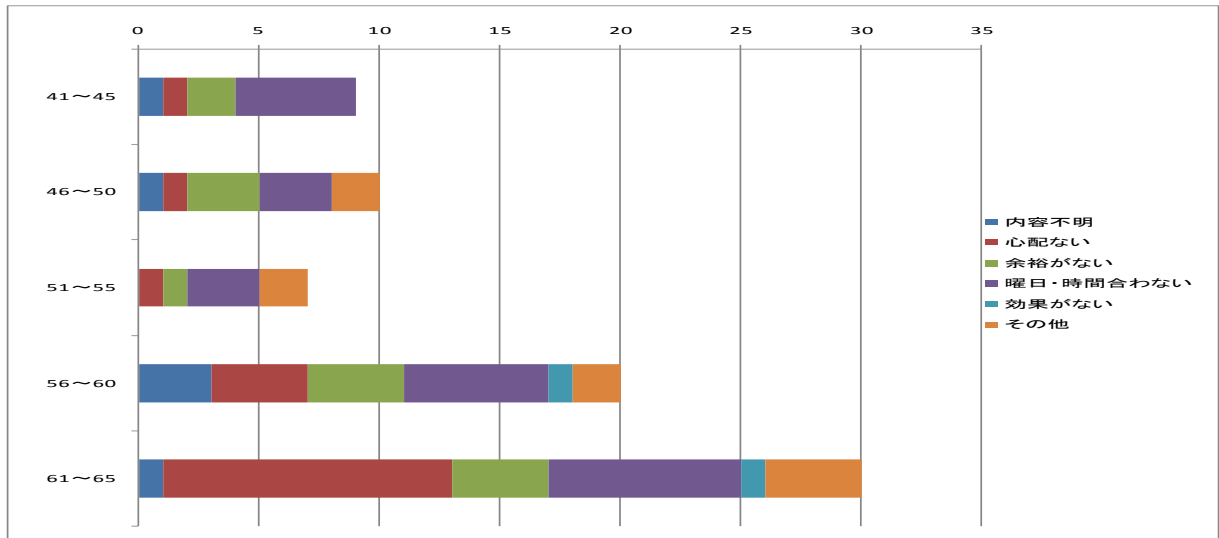
設問3 保健指導を受けなかった理由 (複数回答) 単位：人

内容がわからない	6
心配ない	19
余裕がない	14
曜日や時間が合わない	25
効果がない	2
その他	10



\*年齢別受けなかった理由 単位：人

年齢	内容不明	心配ない	余裕がない	曜日・時間 合わない	効果がな い	その他
41～45	1	1	2	5	0	0
46～50	1	1	3	3	0	2
51～55	0	1	1	3	0	2
56～60	3	4	4	6	1	2
61～65	1	12	4	8	1	4



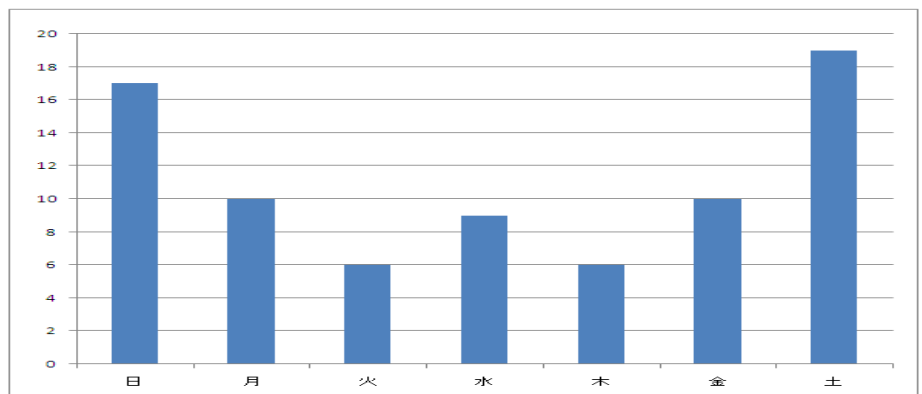
理由その他ご意見

- ・ 申込をすると決めていたが締切日をうっかりして間に合わず、電話したがダメでした
- ・ 受ける気持ちがないからです！！ ・ 親の介護のため ・ 腰痛のため
- ・ 働いていて時間がとれない為 ・ 自分でやってみようと思って
- ・ 注意をして運動をしたり食事に気をつけているけどやせないから
- ・ 他の病気の治療中のため ・ 指導によって生活面で制約を受けたくない
- ・ 毎月病院に行き、健診しているから ・ 医師に聞いたほうがよいと思ったから

設問4 保健指導の曜日と時間帯 (複数回答) 単位：人

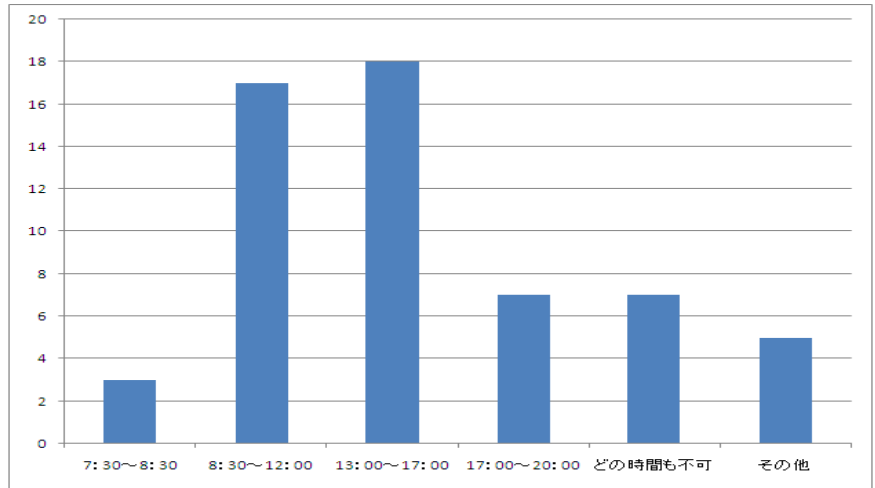
(a) 曜日

日	17
月	10
火	6
水	9
木	6
金	10
土	19



(b) 時間帯

7:30~8:30	3
8:30~12:00	17
13:00~17:00	18
17:00~20:00	7
どの時間も不可	7
その他	5



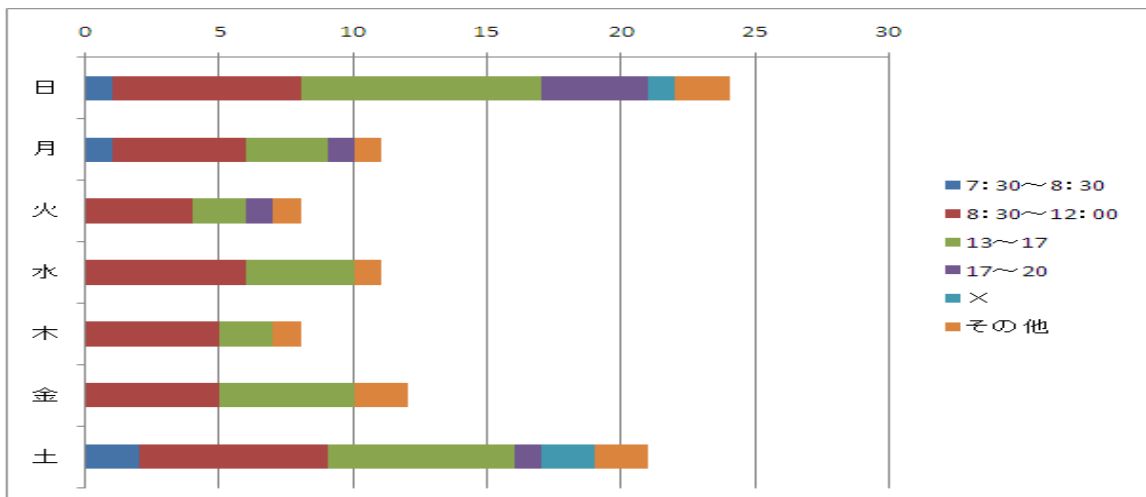
時間帯その他ご意見

- ・ 10:00~13:00
- ・ 指導の月によっても異なる
- ・ 時間帯と曜日が一定しない
- ・ 都合の悪い曜日以外ならいつでも
- ・ 休日が決まっていないので、仕事のない日ならいつでも
- ・ いつでもよい

(c) 曜日別時間帯 単位：人

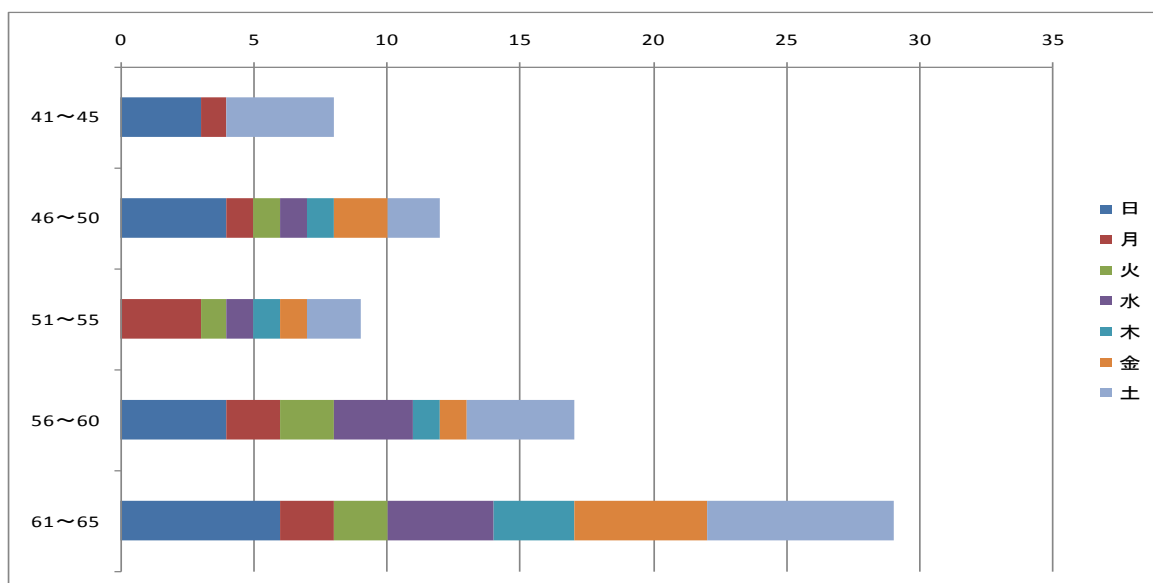
曜日	7:30~8:30	8:30~12:00	13:00~17:00	17:00~20:00	どの時間帯も不可(×)	その他
日	1	7	9	4	1	2
月	1	5	3	1		1
火		4	2	1		1
水		6	4			1
木		5	2			1
金		5	5			2
土	2	7	7	1	2	2

曜日別時間帯



#### (d) 年齢別希望曜日

年齢	日	月	火	水	木	金	土
41～45	3	1	0	0	0	0	4
46～50	4	1	1	1	1	2	2
51～55	0	3	1	1	1	1	2
56～60	4	2	2	3	1	1	4
61～65	6	2	2	4	3	5	7



#### 設問5 特定保健指導のご意見

- ・シフト制の仕事をしているので時間を作るのが難しい。いつも受けたいと思っているのですが。
- ・ありがたい指導をしてくれることを大変うれしく思います。ご苦労様です
- ・仕事をしていてとても忙しく、時間のゆとりが無い。検査結果はこの程度であれば大丈夫だと思っています
- ・指導は受けたい
- ・仕事で動いているので自然とやせられると思いました
- ・時間的にゆとりがないため、必要性は十分理解するが、参加が難しい

#### 考察

以上のような結果であった。今回のアンケートは、より生活習慣を見直していただきたい積極的支援に該当している方のみなので、回収数も少なかったのだが、今まで受けなかった方に対する調査を行っていなかったため意識等を確認できたことは、今後の特定保健指導を実施するうえでの参考になる。



### ① 特定保健指導を受けなかった理由

一番多かった理由が、『曜日や時間が合わない』でした。なかなか自分の健康を顧みるための時間をとることができない状況を垣間見ることができた。

特定保健指導日が平日でも比較的参加しやすいのではないかと考えていた 61～65 歳では、『この程度なら問題ない』が一番多く、自覚症状がでていないことによる安心感の方が大きいように思った。と同時に意識づけの難しさを痛感した。次に多かったのは『曜日や時間帯が合わない』で、仕事を続けていることがうかがえた。

### ② 保健指導日の都合のよい曜日と時間帯

現在は平日の昼間に実施しているが、どの曜日どの時間帯なら時間をとることができるのだろうかという思いで聞いてみた。

働いている人は、休日に参加するのはおっくうになってしまうので、勤務日の夜間なら参加しやすいのではと仮定したが、わずか2名にとどまった。

希望する曜日は、おおむねどの年代も土曜日と日曜日が一番多く、仕事がお休みの方も多く、そのような日のほうが受けやすいという結果となった。時間帯では午前中を希望する方も多いようであるが、全体で見ると午後の実施希望も多く、その方によって異なることも改めて感じた。

### ③ 特定保健指導担当者

平成 24 年度までの特定保健指導は保健センターが行うと『計画』で位置づけられているが、特定保健指導以外の業務も行っていることから対象者にあわせて時間を組むことが非常に難しい状況である。

## (ウ) 課題と今後の取組（アンケートのまとめ）

以上の結果から、今までは平日のみに実施していたが、対象者個人にあわせた時間帯での実施をしなければ実施率の向上につながらないことがはっきりとわかった。

しかしながら保健センターでは特定保健指導以外の業務も多々実施していることから、対象者のニーズにどれだけ答えることができるのか、少しでも多くの方に受けていただけるように、どんなことを工夫してすすめていくか探りながらの実施となりそうである。

平成 23 年度は、このアンケートの結果から、土曜日の午後にグループ支援形式の講座を取り入れてみた。

休日に行くことで少しでも受ける方が増えてくれればという思いであったが、申込者は非常に少なく、実施率の向上にはつながらない残念な結果となってしまった。けれども、特定保健指導を受けられない理由は『曜日や時間帯が合わない』という

より、実際のところは『この程度の結果なら心配ない』『忙しくて健康を考える余裕がない』という理由の方が大きいのではないかと推し量ることができた。

特定保健指導を受けて自身の健康を振りかえっていただく機会が少なくなることは、将来の生活習慣病の罹患者増が予測される。特定保健指導へのアプローチの工夫、例えば、蕨市の特定健康診査は医療機関へ委託し健診を受けた方は医療機関から結果を聞いているので、特定保健指導へつなげられるような流れを作ってみる。また特定保健指導を、時間を作ってでも受けようと思えるような事業の創意工夫を図る（人的・媒体含め）など、市民が健康で長く暮らしていけるよう自身の健康について振り返り、健診の結果、生活習慣を変えたほうが良い方への意識づけをどうアプローチし、魅力ある特定保健指導をどう実施していくかが大きな課題と取り組みと思われる。