

さいたま市国民健康保険
特定健康診査・特定保健指導に関する
アンケート調査
報告書

令和4年 12月
さいたま市

目 次

第1章 調査概要	1
1.調査目的	1
2.調査項目	1
3.調査設計	1
4.回収結果	1
5.この報告書の見方	2
第2章 アンケート結果の概要	3
1.結果概要	3
2.まとめ	8
第3章 回答者の属性	9
1.性別	9
2.年齢	9
3.就労状況	10
4.同居者	11
5.居住区	11
6.国民健康保険加入年数	12
7.居住区、性別ごとの回答人数割合	12
8.居住区、年齢ごとの回答人数割合	13
9.居住区、就労状況ごとの回答人数割合	13
第4章 調査結果	14
1.のびのび健診（特定健康診査）、特定保健指導などの認知度	14
(1) 「のびのび健診（特定健康診査）」の認知度	14
(2) 「特定保健指導」の認知度	16
(3) 「生活習慣病」の認知度	18
(4) 「メタボリックシンドローム」の認知度	20
(5) 『のびのび健診（特定健診）』が生活習慣病の健診であることの認知度	22
(6) 健診や人間ドックの受診結果提出によるプレゼントの認知度	24

2.のびのび健診（特定健診）の受診状況等	26
(1) のびのび健診（特定健診）の令和3年度受診状況.....	26
(2) 健診を受診した理由.....	27
(3) 健診を受診した感想.....	30
(4) 健診を受診した感想の理由.....	31
(5) 健診の予約希望月と実際の受診月.....	32
(6) のびのび健診（特定健診）を受けなかった理由.....	33
(7) 健診未受診者が多忙だった理由.....	37
(8) 健診未受診者が受診したいと思う条件.....	39
(9) パンフレットのわかりやすさ.....	41
(10) 特定健康診査についての考え方.....	42
3.日頃の健康状態、生活習慣	44
(1) 体重の変化について.....	44
(2) 運動の継続実施状況について.....	45
(3) 就寝前の食事について.....	46
(4) 習慣的に喫煙をするか.....	47
(5) 睡眠による休養が十分とれているか.....	48
(6) 飲酒の頻度.....	49
(7) 飲酒日の飲酒量.....	50
(8) 運動や食生活等の改善意向.....	51
(9) 運動や食生活等の改善をしない理由.....	53
4.新型コロナウイルス感染拡大後の生活習慣の変化.....	56
(1) 新型コロナウイルス感染拡大後の生活習慣の変化.....	56
第5章 アンケート用紙.....	57

第1章 調査概要

1. 調査目的

特定健康診査・特定保健指導に対する意識や意向、さらに健康状態や生活習慣を把握することで、より効果的かつ効率的な健診制度にすることを目的とし、令和5年度に予定している次期計画「第4期特定健康診査等実施計画（令和6年度～令和11年度）」及び「第3期保健事業実施計画（データヘルス計画）（令和6年度～令和11年度）」の策定における基礎資料とする。

2. 調査項目

- ① 回答者の属性（性別、年齢、職業、家族構成、居住区、国民健康保険加入年数）
- ② 特定健康診査、特定保健指導などの認知度
- ③ のびのび健診（特定健診）の受診状況等
- ④ 日頃の健康状態、生活習慣
- ⑤ 新型コロナウイルス感染拡大後の生活習慣の変化

3. 調査設計

調査対象者	さいたま市国民健康保険に加入している40～74歳の被保険者
調査対象者数	10,000人（層化無作為抽出）
調査方法	郵送配布・郵送回収またはインターネット回答
調査時期	令和4年7月19日～令和4年8月31日

4. 回収結果

有効回答数：3,774件（有効回収率37.7%）

うち、郵送による回答3,471件（92.0%）

インターネットによる電子回答303件（8.0%）

5. この報告書の見方

- 図中の「n」（number of case の略）は、各設問の回答者数を示し、比率算出の基礎である。
- 調査結果の比率は、小数点第2位を四捨五入して算出している。したがって、全ての比率を合計しても100.0%にならないことがある。また、複数の選択肢の比率の合計は、件数を合計して算出しているため、比率の合計と一致しないことがある。
- 図表中の選択肢の表記は、場合によって語句を一部簡略化している。
- クロス集計の図表については、表側となる設問に「回答なし」がある場合、これを表示しない。ただし、全体の件数には含めているので、各分析項目の件数の合計が、全体の件数の合計と一致しないことがある。
- 性別のクロス集計において、「その他」の回答数は少数（3件）であったため、グラフ内の掲載を省略している。
- 健診受診状況別において、「受診者」は令和3年度特定健康診査を受診した方、「未受診者」は受診されていない方を表している。
- 前回調査（平成29年度）の調査対象者は特定健康診査未受診者のみであったため、経年比較においては特定健康診査未受診者のみで比較を行っている。

第2章 アンケート結果の概要

1. 結果概要

さいたま市国民健康保険に加入している40～74歳の被保険者を対象とした、今回の調査の結果概要は以下のとおりとなっている。

(1) 特定健康診査、特定保健指導などの認知度

No.	観点	結果概要
1	特定健康診査（のびのび健診）の認知度	<ul style="list-style-type: none">• 全体の91%が「言葉も内容も知っている」「言葉は聞いたことがある」と回答しており認知度は高く、年齢が上がるにつれて高くなる傾向があった。一方、9%が「まったく聞いたことがない」と回答しており女性よりも男性の方が認知度が低く、中でも40歳代の認知度が低かった。• 経年比較では、前回調査に比べて「言葉も内容も知っている」「言葉は聞いたことがある」と回答した割合が高かった。
2	特定保健指導の認知度	<ul style="list-style-type: none">• 全体の80%が「言葉も内容も知っている」「言葉は聞いたことがある」と回答しており認知度は高く、年齢が上がるにつれて高くなる傾向にある。一方、17%が「まったく聞いたことがない」と回答しており、40歳代の認知度が低かった。• 特定健診の受診状況別では未受診者の認知度が低かった。
3	生活習慣病の認知度	<ul style="list-style-type: none">• 全体の97%が「言葉も内容も知っている」「言葉は聞いたことがある」と回答しており、認知度は高かった。
4	メタボリックシンドロームの認知度	<ul style="list-style-type: none">• 全体の96%が「言葉も内容も知っている」「言葉は聞いたことがある」と回答しており、認知度は高かった。一方、年齢別では40歳代の認知度が低かった。
5	特定健康診査（のびのび健診）が生活習慣病の健診と知っているか	<ul style="list-style-type: none">• 全体の69%が「知っている」と回答しており、認知度は高かった。一方、「知らなかった」と回答している方は28%であった。• 年齢別では、40歳代と50歳代の認知度が低かった。• 就労状況別では、自営業の認知度が低かった。
6	健診結果の提供に伴うプレゼントの認知度	<ul style="list-style-type: none">• 全体の77%が「知らなかった」と回答しており、認知度は低かった。

(2) のびのび健診（特定健診）の受診状況等

No.	観点	結果概要
1	特定健康診査を受診した理由 (複数回答)	(令和3年度に特定健康診査を受診した方が対象) <ul style="list-style-type: none"> • 全体の76%が「毎年受けているから」と回答しており、継続的に受診されている方が多数である事がわかった。また、14%が「市からの電話やはがきが来たから」と回答しており、市からのアプローチにより受診をした方が一定数いる事がわかった。 • 年齢別では、「毎年受けているから」は年齢が上がるにつれておおむね高くなる傾向があった。
2	特定健康診査を受診した感想	(令和3年度に特定健康診査を受診した方が対象) <ul style="list-style-type: none"> • 「とても満足」「やや満足」合わせて89%が満足と回答しており、満足度は高かった。一方、9%が「やや不満」「不満」と回答していた。
3	特定健康診査を受診した感想の理由	(令和3年度に特定健康診査を受診した方が対象) <ul style="list-style-type: none"> • 特定健康診査を受診した感想別にみると、「とても満足」「やや満足」と回答した方はいずれも「受診した医療機関の対応・スムーズさ」が最も高く、満足度が高くなった。一方、「やや不満」と回答した方は「検査項目の適切さ」が45%と、不満の理由で最も高かった。
4	健診の予約希望月と実際の受診月	(令和3年度に特定健康診査を受診した方が対象) <ul style="list-style-type: none"> • 希望月と受診月の割合の差をみると、「4・5月」「10月」「12月」「3月」で差が大きくなっていることがわかった。「4・5月」「10月」は予約希望数より実際の受診件数が少なく、一方、12月～3月は予約希望数より実際の受診件数が多くなっており、希望月に対して遅い時期に受診をしている傾向があった。
5	特定健康診査の未受診理由 (複数回答)	(令和3年度に特定健康診査を受診していない方が対象) <ul style="list-style-type: none"> • 全体の28%が「通院中のため、日頃から検査を行っているから」と最も高かった。また、「特に理由はない」が20%であった。 • 年齢別では、若い年代では「多忙である」の割合が高いが、年齢が上がるにつれて「通院中のため、日頃から検査を行っている」の割合が高くなる傾向があった。 • 就労状況別では、「職場で健診を受けたから」は仕事に勤めている方で27%、「多忙だから」は勤め(フルタイム)、自営業で割合が高かった。

No.	観点	結果概要
6	未受診者が多忙だった理由・どのように状況が変化したら受診したいと思うか (複数回答)	<p>(令和3年度に特定健康診査を受診していない方、かつ未受診理由が「多忙だから」と回答した方が対象)</p> <ul style="list-style-type: none"> 多忙だった理由は、全体の72%が「仕事」、45%が「家族(家事全般、子育て、介護など)」と回答しており、自己都合以外での忙しさが原因であることがわかった。 どのように状況が変化したら受診したいと思うかについては、全体の69%が「自分の時間に余裕ができる」と回答しており、忙しさが解消すれば受診したいと考えている方が多い。また、「受診手続きが簡単になる」が24%と手続き面での内容を挙げた方も一定数いた。
7	受診券に同封されているパンフレットのわかりやすさ	<ul style="list-style-type: none"> 全体の79%が「とてもわかりやすかった」「わかりやすかった」「ふつう」と回答しており、内容の認知度は高い。一方、「わかりにくかった」「とてもわかりにくかった」は2%であり内容に大きな問題はなかったと考えられる。 健診受診状況別では、未受診者の25%が「見ていない・覚えていない」と回答しており、未受診者の認知度が低かった。
8	特定健康診査についての考え方	<ul style="list-style-type: none"> 全体の83%が「年一回必ず受けるべき」「受けないより、受けた方がよい」と回答しており、特定健康診査に前向きな意識を持っている方が多い。 性別では、男性では「年一回必ず受けるべき」の割合が高く、女性では「受けないより、受けた方がよい」の割合が高い傾向があった。 年齢別では、45～54歳で「年一回必ず受けるべき」の割合が他の年代と比べて低かった。 健診受診状況別では、「年一回必ず受けるべき」の割合が受診者では未受診者より51ポイント高くなり、未受診者では受診意識が低かった。

(3) 日頃の健康状態、生活習慣

No.	観点	結果概要
1	日頃の健康状態、生活習慣	<ul style="list-style-type: none"> 「20歳からの体重変化」「運動の継続実施」「就寝前の食事」「喫煙の有無」「睡眠の充足」のすべての項目において、特定健康診査の受診者が未受診者より良好な結果となった。
2	飲酒の頻度	<ul style="list-style-type: none"> 全体の45%が「毎日飲む」「時々飲む」と回答しており、5割弱の方が一定頻度で飲酒をしている。また、「ほとんど飲まない」「まったく飲まない」は52%であった。 性別では、男性では「毎日飲む」「時々飲む」が60%と高く、女性では「ほとんど飲まない」「まったく飲まない」が63%と、男性の飲酒率が高い。
3	飲酒日の飲酒量	<p>(飲酒頻度の設問で「毎日飲む」「時々飲む」と回答した方が対象)</p> <ul style="list-style-type: none"> 全体の48%が「1合未満」、34%が「1～2合未満」と回答しており、約8割が2合未満であった。 年齢別では、40～59歳で「3合以上」の割合が高い傾向があった。 飲酒頻度別では、「毎日飲む」と回答した方が「時々飲む」と回答した方より飲酒量が多い。
4	運動や食生活等の改善意向	<ul style="list-style-type: none"> 全体の88%が「改善してみようと思う」「既に改善している」「改善が必要だと思うが今はできない」と回答しており、改善意識を持っている人が多い。一方、「改善しようと思わない」は9%であった。 性別では、「改善してみようと思う」は女性が男性と比べて高かった。一方、「すでに改善している」は男性が女性と比べて高かった。 年齢別では、「改善が必要だと思うが今はできない」は40～64歳で2割前後と高かった。また、「既に改善している」は年齢が上がるにつれておおむね高くなる傾向があった。 健診受診状況別では、「既に改善している」は受診者が未受診者に比べて高くなっている。
5	運動や食生活等を改善しない理由	<p>(運動や食生活等の改善意向の設問で「改善が必要だと思うが今はできない」「改善しようと思わない」と回答した方が対象)</p> <ul style="list-style-type: none"> 性別では、「もともと生活習慣に気を遣っており、これ以上改善する必要がないから」は女性が高く、一方、「改善するのが面倒だから」は男性が高くなっており、女性の健康意識が高い。 年齢別では、「仕事が忙しいから」は45～59歳で高く、仕事により改善が阻まれていることがわかった。 健診受診状況別では、「もともと生活習慣に気を遣っており、これ以上改善する必要がないから」は受診者が未受診者に比べて高くなっている。

No.	観点	結果概要
6	新型コロナウイルス感染拡大後の生活習慣の変化	<ul style="list-style-type: none">・「精神的な不安やおそれ」が増加し、「運動の頻度」が減少している。・「体重の増減」は増えた人、減った人がそれぞれ一定数いた。

2. まとめ

アンケート結果から、特定健康診査等に関する認知度は、“特定健康診査”や“特定保健指導”、“生活習慣病”、“メタボリックシンドローム”、“特定健康診査が生活習慣病の健診であること”については高い結果となった。しかし、40～50歳代については“特定健康診査”や“特定保健指導”、“メタボリックシンドローム”の認知度が低く、年代や性別を踏まえて周知方法を検討していく必要がある。

また、“特定保健指導”については、特定健康診査未受診者において認知度が低い結果となったため、パンフレットの内容などPRの工夫をするとともに、健診の受診を促す取組が重要である。

特定健康診査の受診理由は、「毎年受けているから」が最も高く、継続的に健診を受診している方が多数である事がわかった。受診した感想は満足度も高かったが、不満と回答した方も一定数いた。

特定健康診査未受診の理由は、「通院中のため、日頃から検査を行っているから」が最も高く年齢が上がるにつれて高くなる傾向があり、また、「特に理由はない」も多いため、毎年健診を受けることで定期的な生活習慣の見直しや早期治療につなげられる利点をPRするなど、受診の動機づけについて検討していく必要がある。

若い世代の特定健康診査未受診の理由は「多忙である」の割合が高く、また、“どのような状況変化があれば特定健康診査を受診するか”については「自分の時間に余裕ができる」の割合が高かった。

特定健康診査の予約希望月と実際の受診月を比べると、10月は希望数が受診数を上回り、12月～3月は受診数が希望数を上回ることから、希望の月より遅い時期に受診をしている傾向がわかったため、早期から受診をする取組の強化が必要である。

特定健康診査についての考え方は、「年一回必ず受けるべき」「受けないより、受けた方がよい」が多数となったが、「年一回必ず受けるべき」は特定健康診査の未受診者が受診者より低く、また、年齢別では45～54歳を中心に低くなっているため、若い人たちへの健康意識を高める働きかけを強化する必要がある。

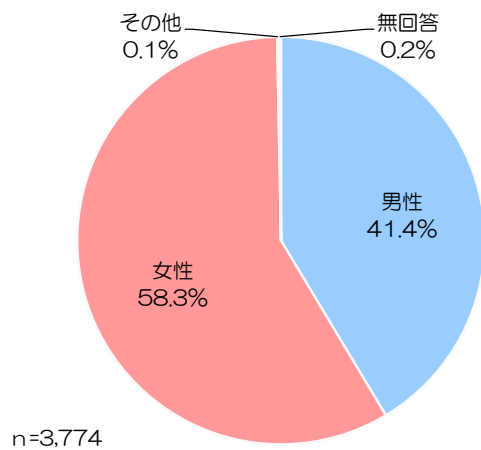
パンフレットのわかりやすさは、「わかりにくかった」「とてもわかりにくかった」は少数であり、内容に大きな問題はなかったと考えられる。

アンケートの結果、年齢や性別、職業などの属性によって、受診理由・未受診理由の傾向が異なることが分かった。今後はアンケート結果を活かし、全体的なアプローチに加え、個別の傾向に沿った施策を強化していき、特定健康診査受診率及び特定保健指導実施率の向上につなげていく。

第3章 回答者の属性

1. 性別

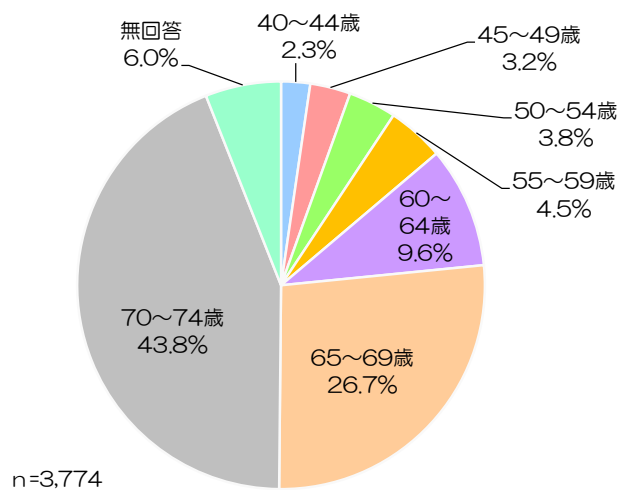
【図表3-1 性別】



回答内容	回答件数	回答割合
男性	1,562	41.4%
女性	2,202	58.3%
その他	3	0.1%
無回答	7	0.2%

2. 年齢

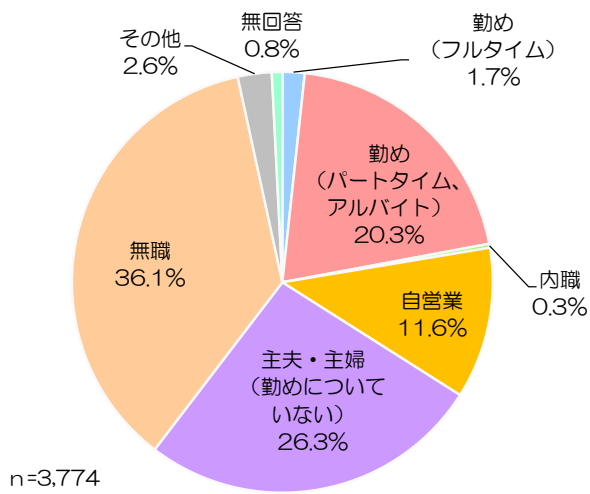
【図表3-2 年齢】



回答内容	回答件数	回答割合
40~44歳	88	2.3%
45~49歳	122	3.2%
50~54歳	143	3.8%
55~59歳	168	4.5%
60~64歳	364	9.6%
65~69歳	1,008	26.7%
70~74歳	1,653	43.8%
無回答	228	6.0%

3. 就労状況

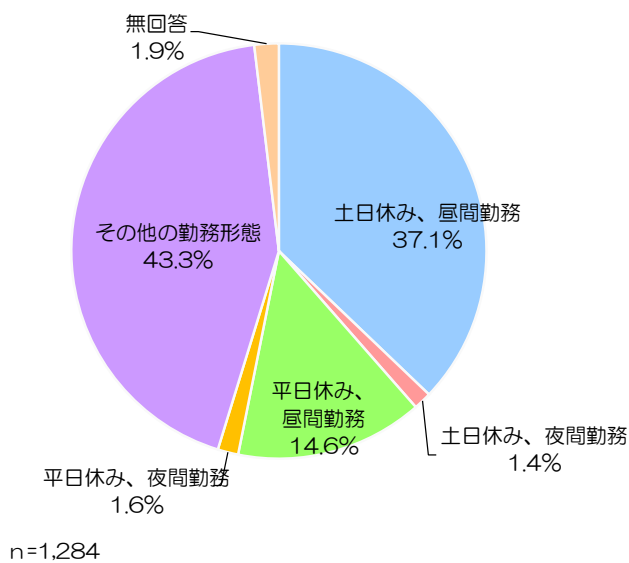
【図表3-3 就労状況】



回答内容	回答件数	回答割合
勤め (フルタイム)	66	1.7%
勤め (パートタイム、アルバイト)	766	20.3%
内職	13	0.3%
自営業	439	11.6%
主夫・主婦 (勤めについていない)	994	26.3%
無職	1,364	36.1%
その他	100	2.6%
無回答	32	0.8%

※勤務形態 (常勤、非常勤、自営業と回答した方のみ)

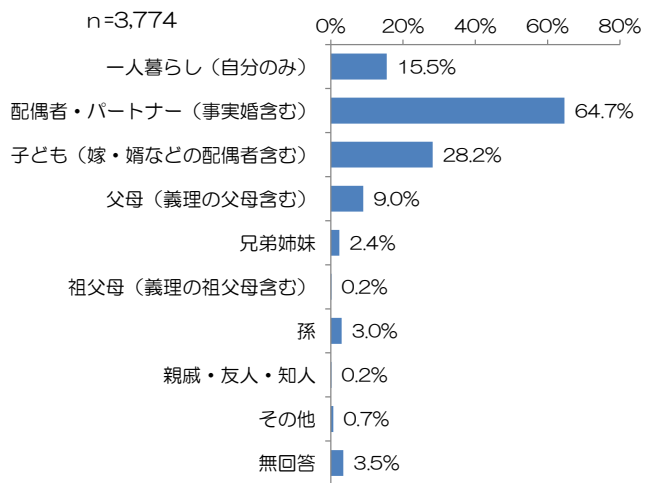
【図表3-4 勤務形態】



回答内容	回答件数	回答割合
土日休み、昼間勤務	477	37.1%
土日休み、夜間勤務	18	1.4%
平日休み、昼間勤務	188	14.6%
平日休み、夜間勤務	21	1.6%
その他の勤務形態	556	43.3%
無回答	24	1.9%

4. 同居者

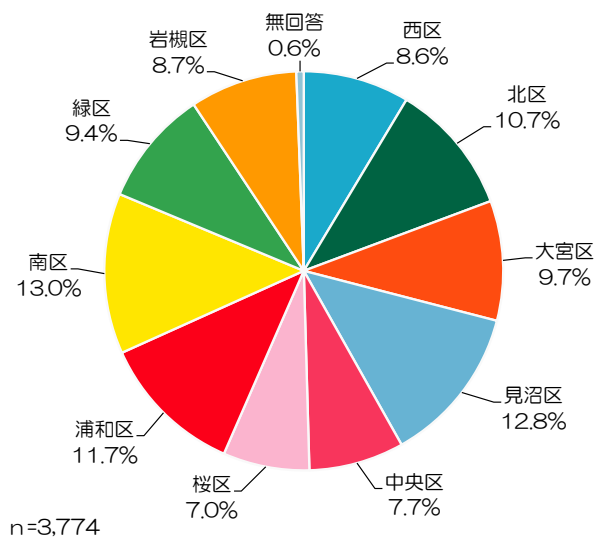
【図表3-5 同居者】



回答内容	回答件数	回答割合
一人暮らし(自分のみ)	585	15.5%
配偶者・パートナー(事実婚含む)	2,442	64.7%
子ども(嫁・婿などの配偶者含む)	1,066	28.2%
父母(義理の父母含む)	341	9.0%
兄弟姉妹	89	2.4%
祖父母(義理の祖父母含む)	8	0.2%
孫	113	3.0%
親戚・友人・知人	8	0.2%
その他	26	0.7%
無回答	132	3.5%

5. 居住区

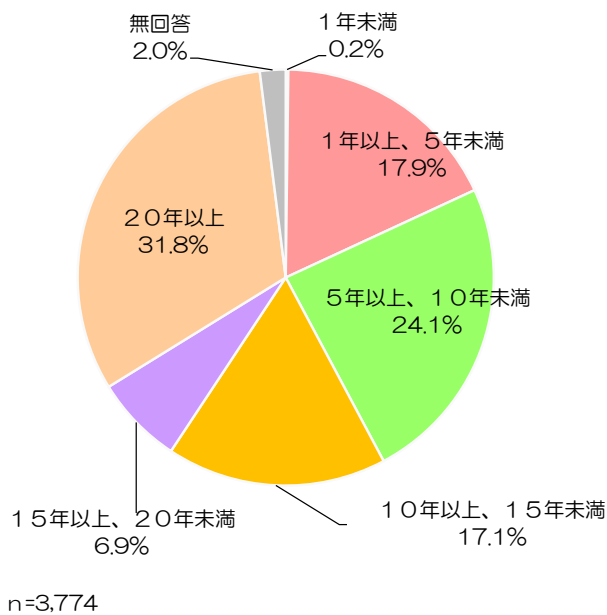
【図表3-6 居住区】



回答内容	回答件数	回答割合
西区	324	8.6%
北区	403	10.7%
大宮区	367	9.7%
見沼区	483	12.8%
中央区	292	7.7%
桜区	266	7.0%
浦和区	442	11.7%
南区	491	13.0%
緑区	353	9.4%
岩槻区	330	8.7%
無回答	23	0.6%

6. 国民健康保険加入年数

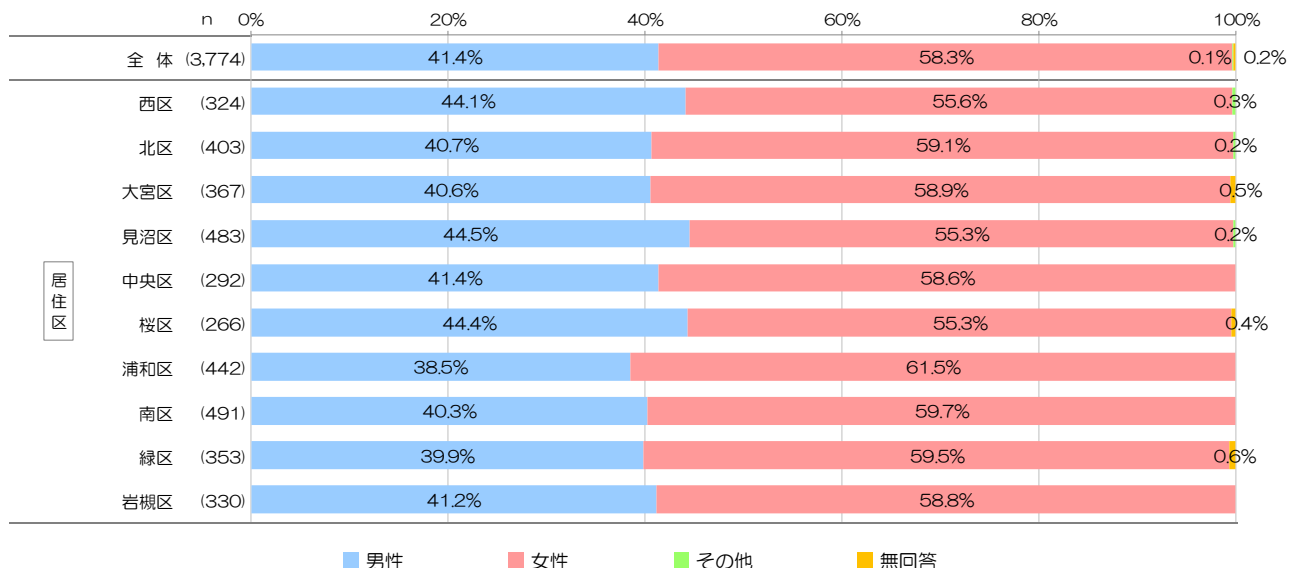
【図表3-7 国民保険加入年数】



回答内容	回答件数	回答割合
1年未満	7	0.2%
1年以上、5年未満	674	17.9%
5年以上、10年未満	908	24.1%
10年以上、15年未満	646	17.1%
15年以上、20年未満	260	6.9%
20年以上	1,202	31.8%
無回答	77	2.0%

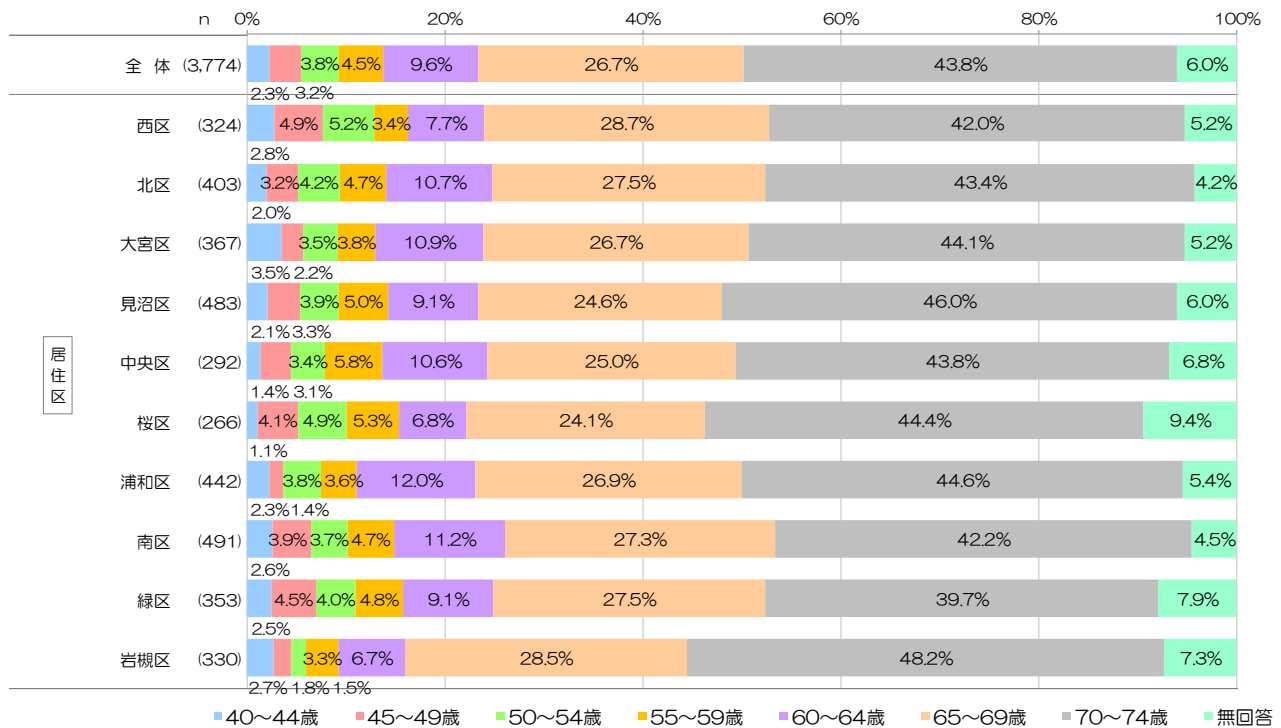
7. 居住区、性別ごとの回答人数割合

【図表3-8 性別×居住区】



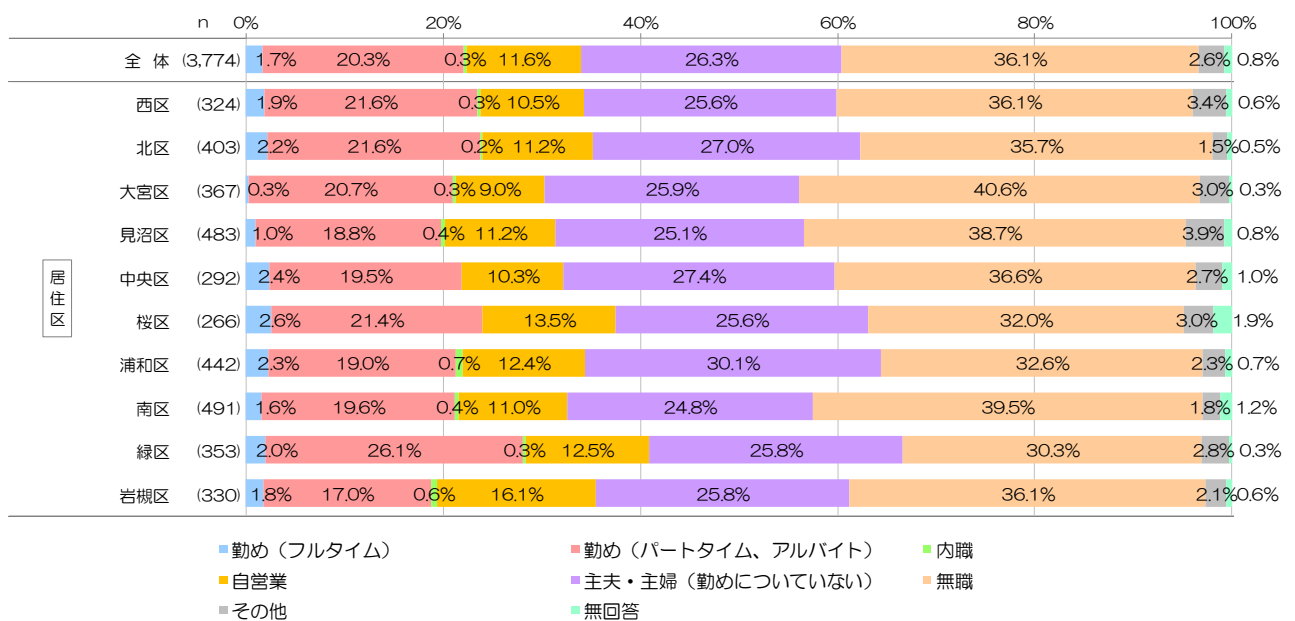
8. 居住区、年齢ごとの回答人数割合

【図表3-9 年齢×居住区】



9. 居住区、就労状況ごとの回答人数割合

【図表3-10 就労状況×居住区】



第4章 調査結果

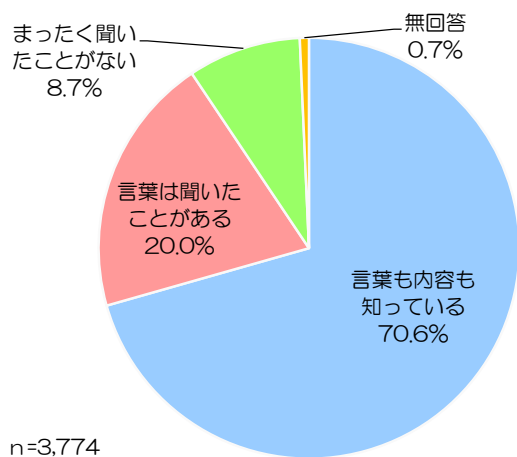
1. のびのび健診（特定健康診査）、特定保健指導などの認知度

(1) 「のびのび健診（特定健康診査）」の認知度

Q2-1 ア：『のびのび健診（特定健康診査）』について知っていますか。（単一回答）

「言葉も内容も知っている」は70.6%、「言葉は聞いたことがある」は20.0%で、全体の90.6%の方については『のびのび健診（特定健康診査）』を知っていると回答している。また、「まったく聞いたことがない」は8.7%となっている。

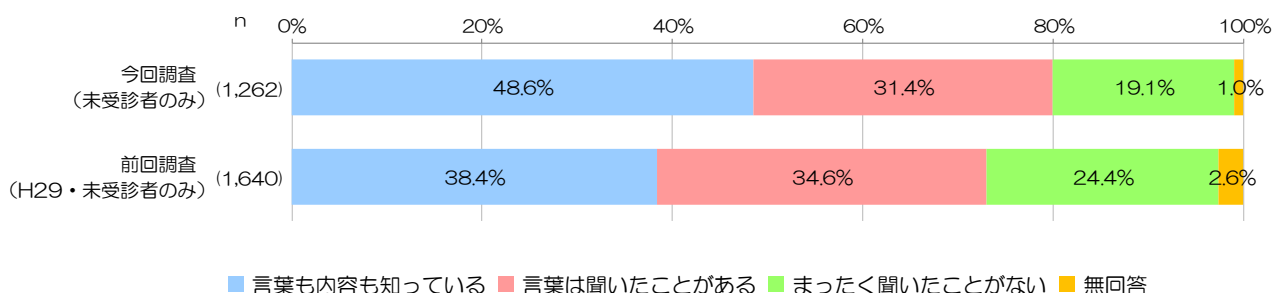
【図表4-1 「のびのび健診」の認知度】



回答内容	回答件数	回答割合
言葉も内容も知っている	2,666	70.6%
言葉は聞いたことがある	753	20.0%
まったく聞いたことがない	329	8.7%
無回答	26	0.7%

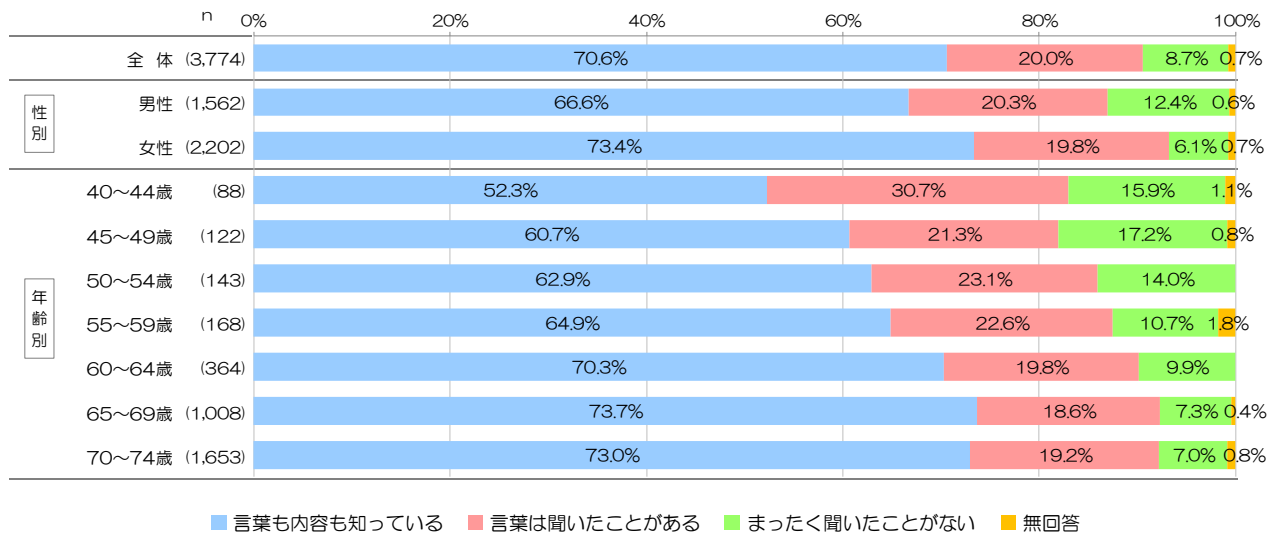
経年比較をみると、「言葉も内容も知っている」は前回調査より10.2ポイント高くなっている。また、「言葉は聞いたことがある」は前回調査より3.2ポイント低くなっており、『のびのび健診（特定健康診査）』を知っていると回答した方は7.0ポイント高くなっている。

【図表4-2 「のびのび健診」の認知度一経年比較】



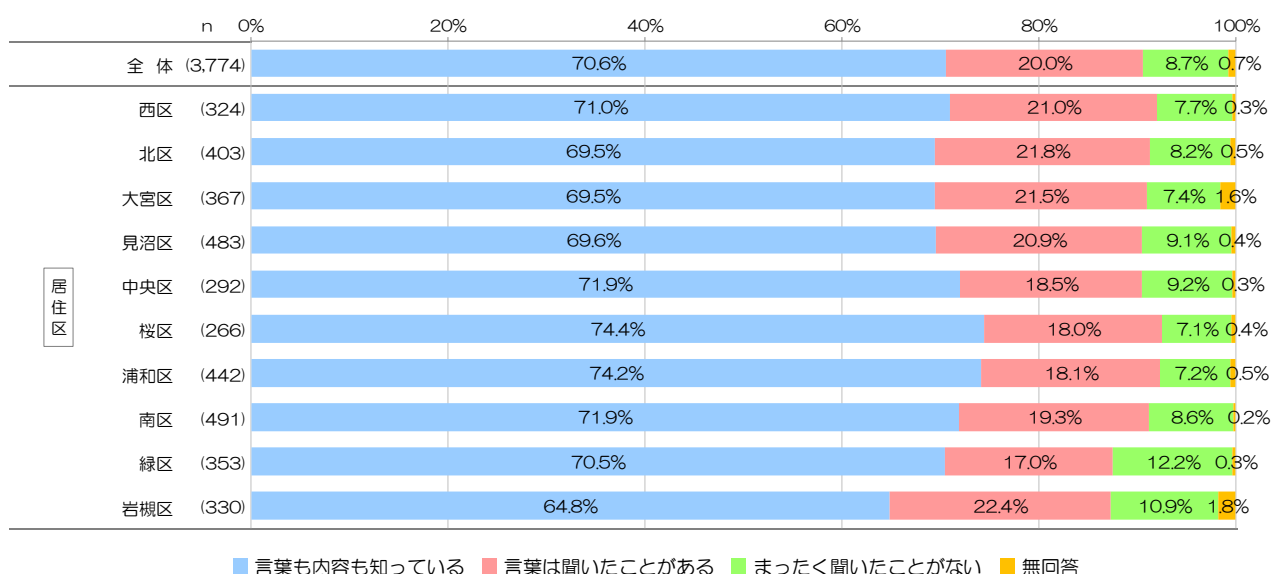
性別にみると、「言葉も内容も知っている」は女性（73.4%）が男性（66.6%）よりも6.8ポイント高くなっている。年齢別にみると、「言葉も内容も知っている」は40～44歳（52.3%）で5割強と低く、年齢が上がるにつれておおむね高くなっている。また、「言葉は聞いたことがある」は40～44歳（30.7%）で約3割と高くなっており、「まったく聞いたことがない」は40～44歳（15.9%）、45～49歳（17.2%）で1割半ばを超えて高くなっている。

【図表4-3 「のびのび健診」の認知度—性別、年齢別】



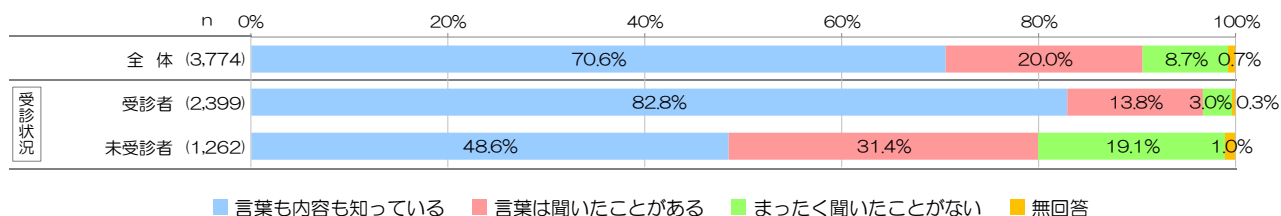
居住区別にみると、「言葉も内容も知っている」は桜区（74.4%）、浦和区（74.2%）で7割半ば近くと高くなっており、一方、岩槻区（64.8%）では6割半ば近くと低くなっている。また、「まったく聞いたことがない」は緑区（12.2%）、岩槻区（10.9%）で1割以上と高くなっている。

【図表4-4 「のびのび健診」の認知度—居住区別】



健診受診状況別にみると、「言葉も内容も知っている」は受診者（82.8%）が未受診者（48.6%）よりも34.2ポイント高くなっている。また、「まったく聞いたことがない」は未受診者（19.1%）が受診者（3.0%）よりも16.1ポイント高くなっている。

【図表4-5 「のびのび健診」の認知度—健診受診状況別】

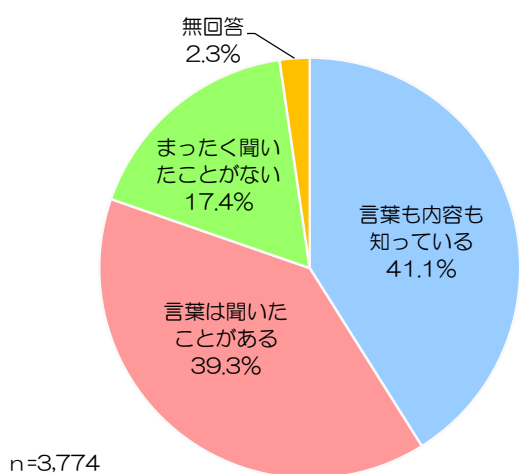


(2) 「特定保健指導」の認知度

Q2-1 イ：『特定保健指導』について知っていますか。（単一回答）

「言葉も内容も知っている」が41.1%、「言葉は聞いたことがある」が39.3%で、全体の80.4%の方については『特定保健指導』を知っていると回答している。また、17.4%が「まったく聞いたことがない」と回答している。

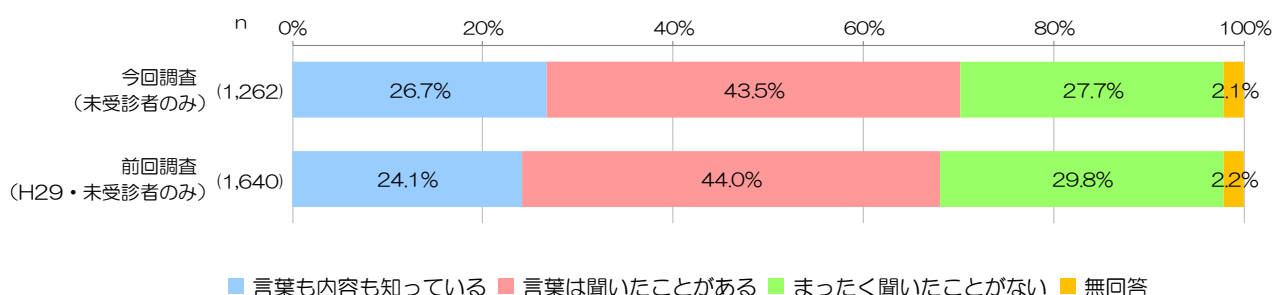
【図表4-6 「特定保健指導」の認知度】



回答内容	回答件数	回答割合
言葉も内容も知っている	1,551	41.1%
言葉は聞いたことがある	1,483	39.3%
まったく聞いたことがない	655	17.4%
無回答	85	2.3%

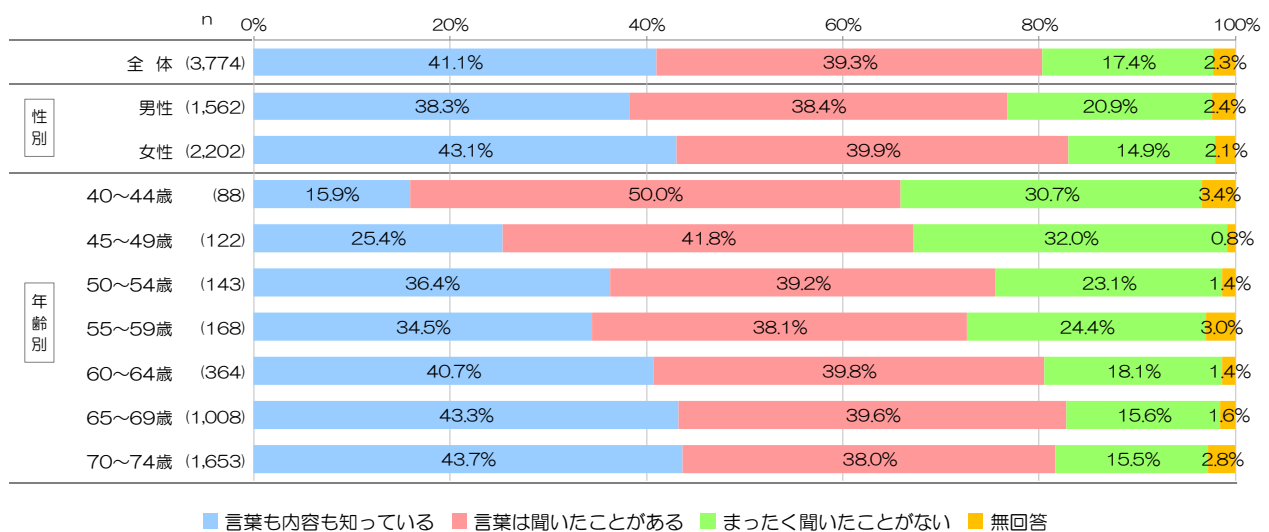
経年比較をみると、大きな差はみられなかった。

【図表4-7 「特定保健指導」の認知度—経年比較】



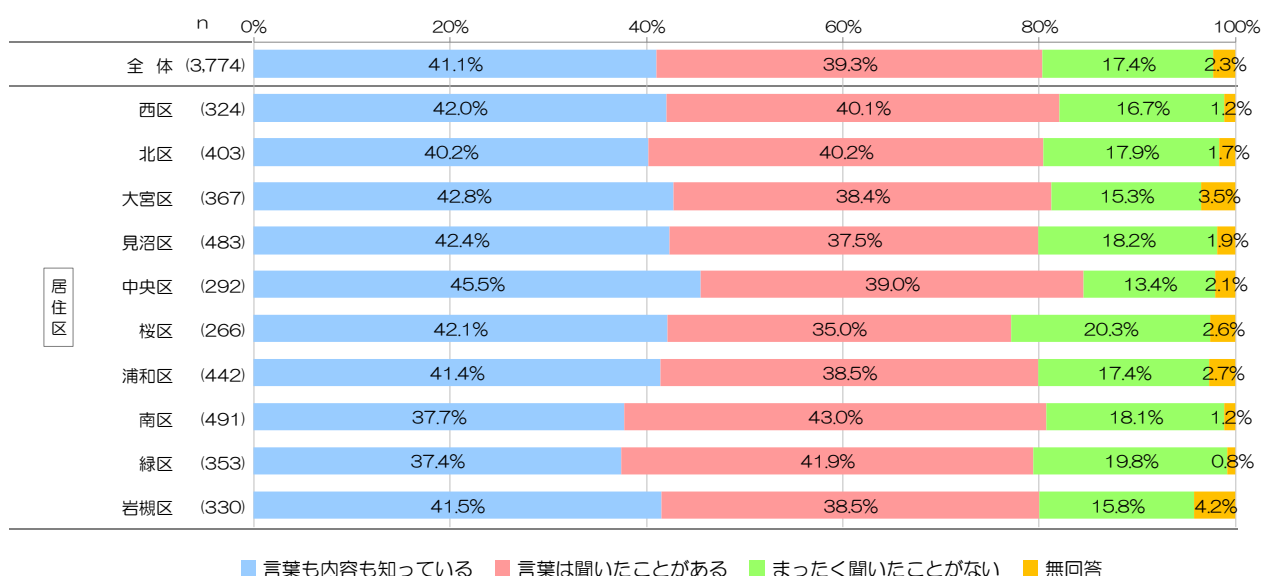
性別にみると、「言葉も内容も知っている」は女性（43.1%）が男性（38.3%）よりも4.8ポイント高くなっている。また、「まったく聞いたことがない」は男性（20.9%）が女性（14.9%）よりも6.0ポイント高くなっている。年齢別にみると、「言葉も内容も知っている」は40～44歳（15.9%）で1割半ばと低く、年齢が上がるにつれておおむね高くなっている。また、「言葉は聞いたことがある」は40～44歳（50.0%）で5割と高くなっており、「まったく聞いたことがない」は40～44歳（30.7%）、45～49歳（32.0%）で3割以上と高くなっている。

【図表4-8 「特定保健指導」の認知度—性別、年齢別】



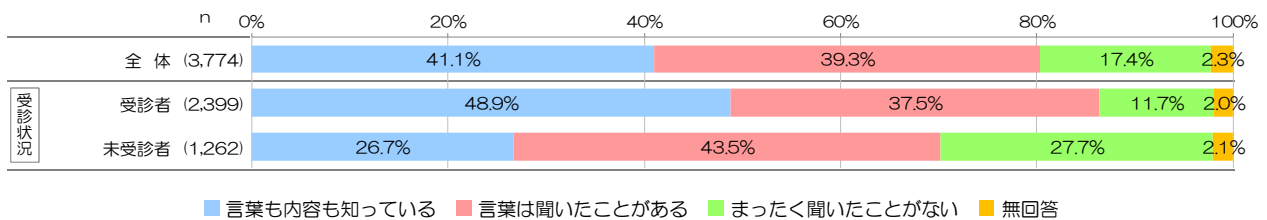
居住区別にみると、「言葉も内容も知っている」は中央区（45.5%）で4割半ばと高くなっている。

【図表4-9 「特定保健指導」の認知度—居住区別】



健診受診状況別にみると、「言葉も内容も知っている」は受診者（48.9%）が未受診者（26.7%）よりも22.2ポイント高くなっている。また、「まったく聞いたことがない」は未受診者（27.7%）が受診者（11.7%）よりも16.0ポイント高くなっている。

【図表4-10 「特定保健指導」の認知度－健診受診状況別】

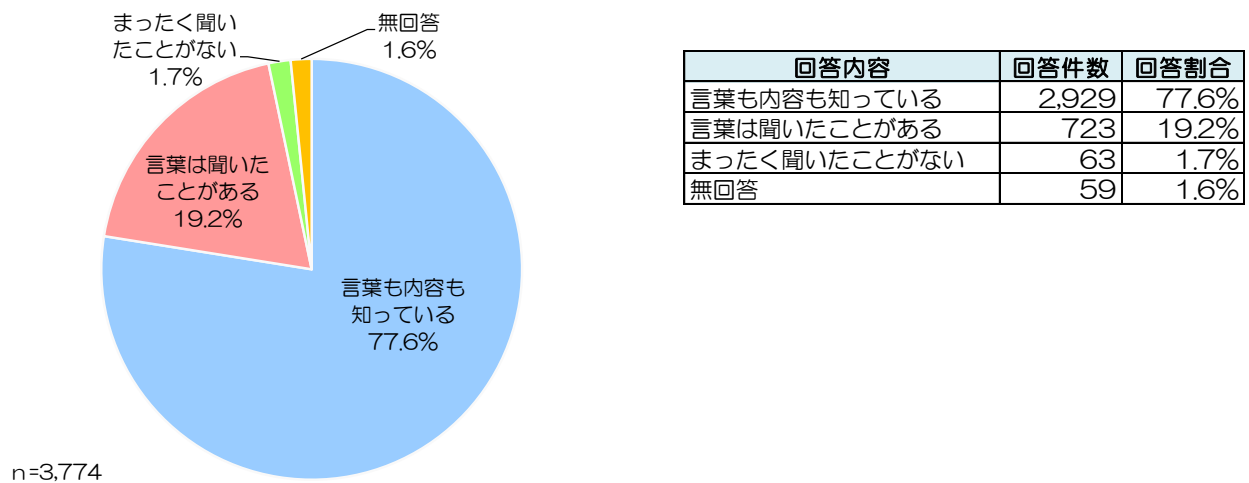


(3) 「生活習慣病」の認知度

Q2-1 ウ：『生活習慣病』について知っていますか。（単一回答）

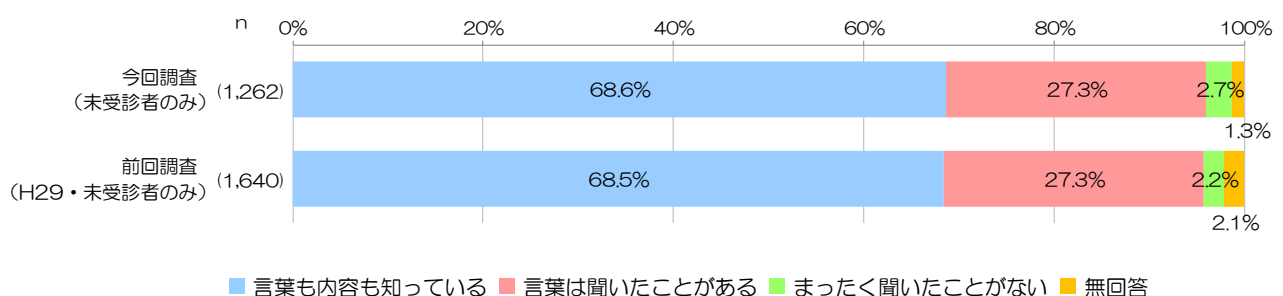
「言葉も内容も知っている」が77.6%、「言葉は聞いたことがある」が19.2%で全体の96.8%の方については『生活習慣病』を知っていると回答している。また、「まったく聞いたことがない」が1.7%と低くなっている。

【図表4-11 「生活習慣病」の認知度】



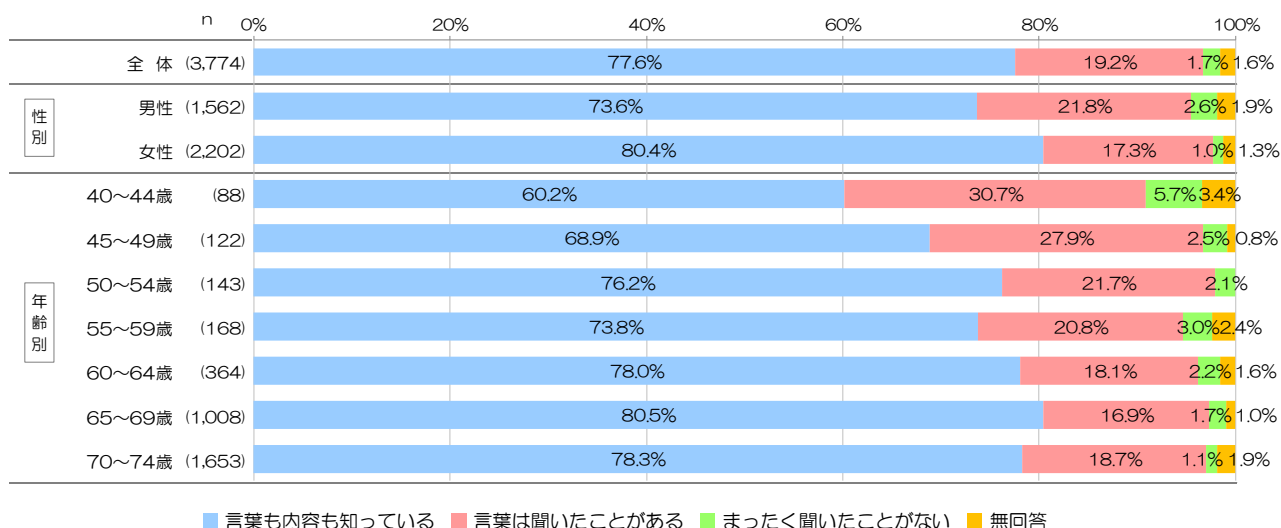
経年比較をみると、大きな差はみられなかった。

【図表4-12 「生活習慣病」の認知度－経年比較】



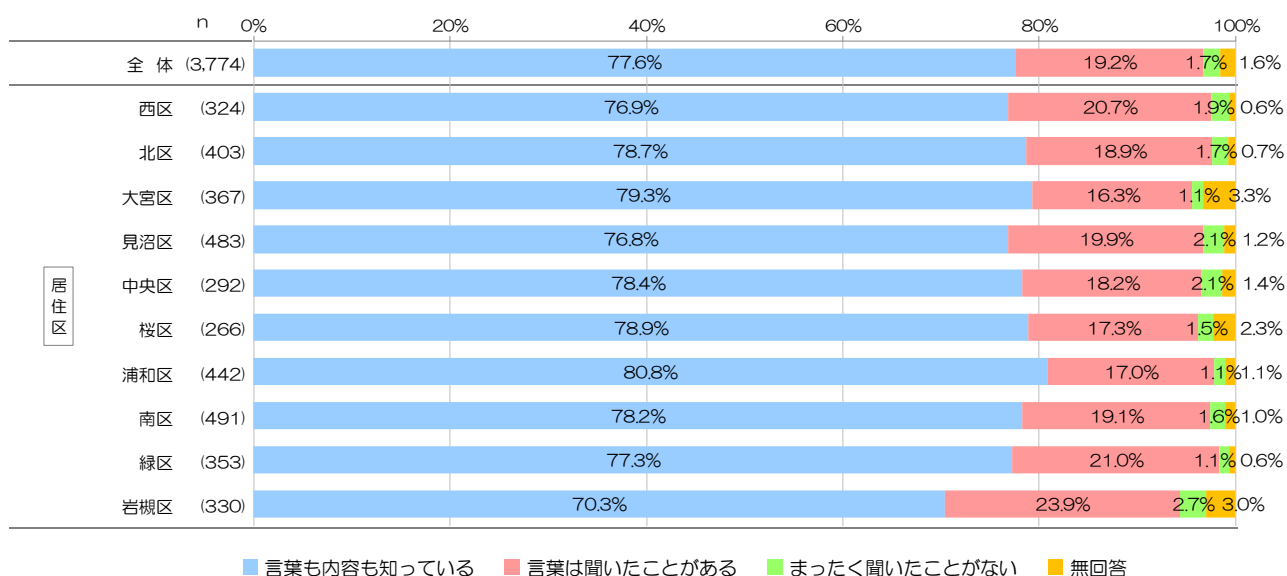
性別にみると、「言葉も内容も知っている」は女性（80.4%）が男性（73.6%）よりも6.8ポイント高くなっている。年齢別にみると、「言葉も内容も知っている」は40～44歳（60.2%）で約6割と低く、年齢が上がるにつれておおむね高くなっている。

【図表4-13 「生活習慣病」の認知度—性別・年齢別】



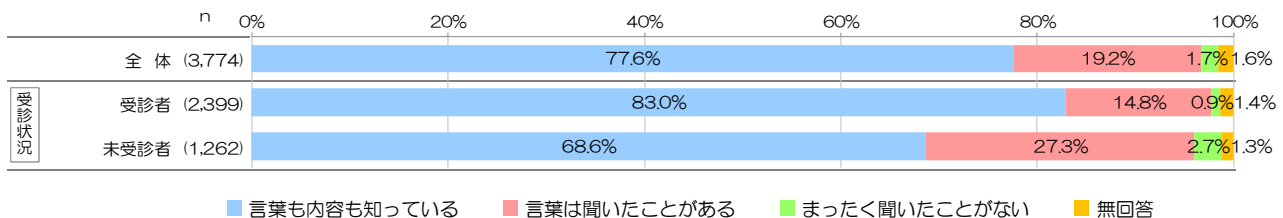
居住区別にみると、「言葉も内容も知っている」は浦和区（80.8%）で約8割と高くっており、一方、岩槻区（70.3%）で約7割と低くなっている。

【図表4-14 「生活習慣病」の認知度—居住区別】



健診受診状況別にみると、「言葉も内容も知っている」は受診者（83.0%）が未受診者（68.6%）を14.4ポイント上回っている。また、「言葉は聞いたことがある」は未受診者（27.3%）が受診者（14.8%）を12.5ポイント上回っている。

【図表4-15 「生活習慣病」の認知度—健診受診状況別】

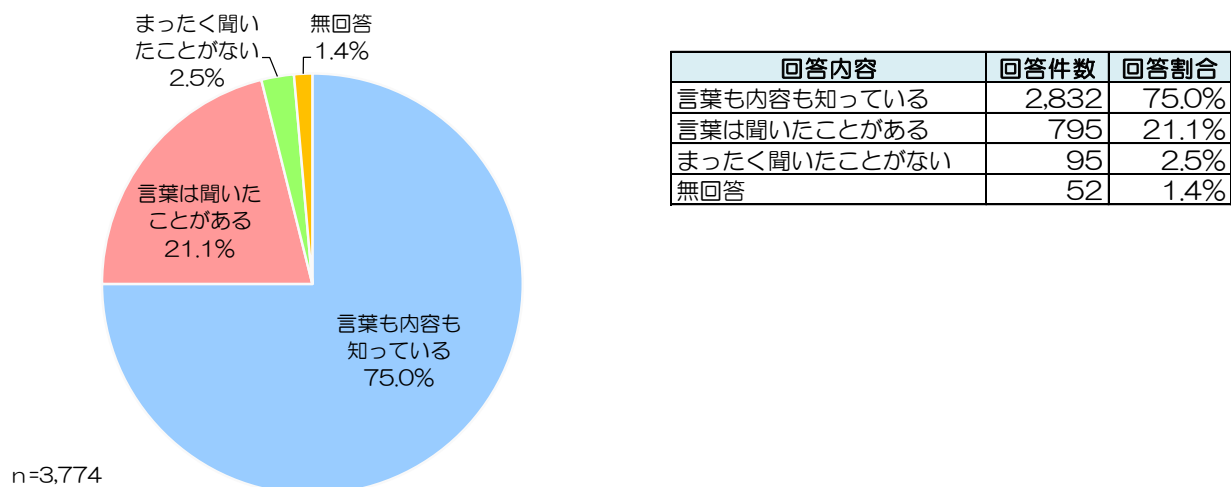


(4) 「メタボリックシンドローム」の認知度

Q2-1 エ：『メタボリックシンドローム』について知っていますか。（単一回答）

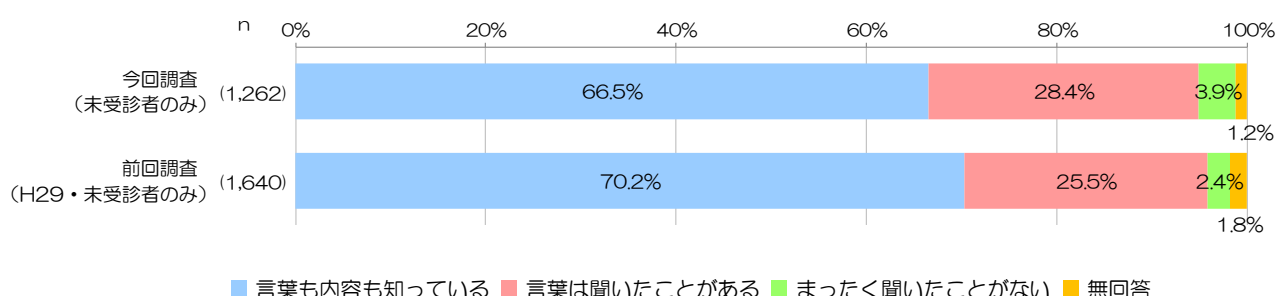
「言葉も内容も知っている」が75.0%、「言葉は聞いたことがある」が21.1%で全体の96.1%の方については『メタボリックシンドローム』を知っていると回答している。また、「まったく聞いたことがない」が2.5%と低くなっている。

【図表4-16 「メタボリックシンドローム」の認知度】



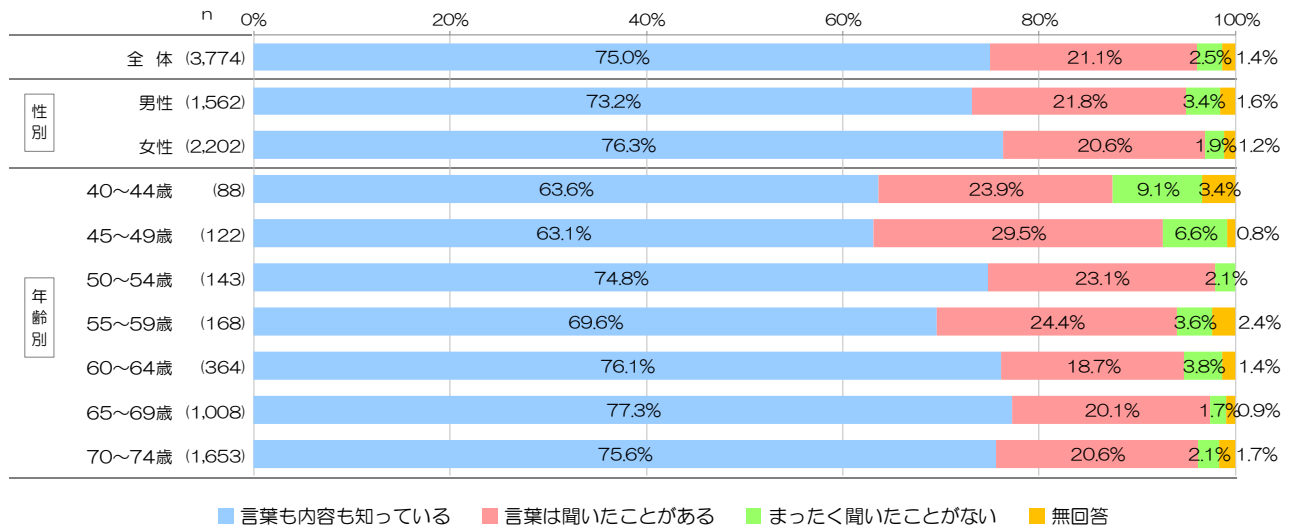
経年比較をみると、大きな差はみられなかった。

【図表4-17 「メタボリックシンドローム」の認知度—経年比較】



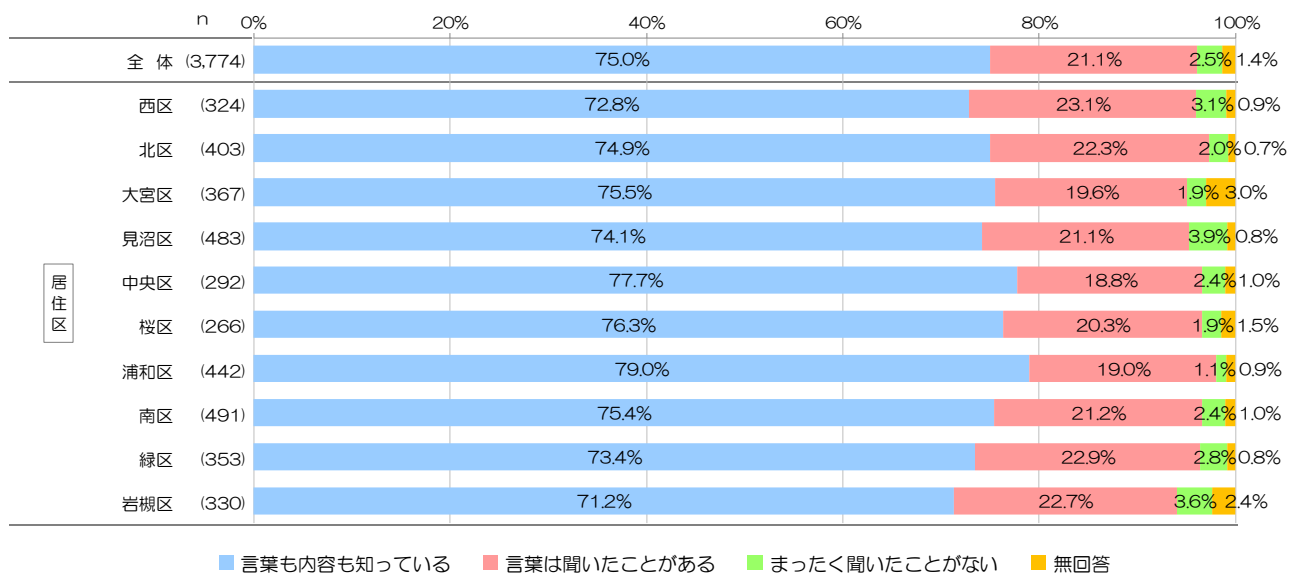
性別にみると、大きな差はみられなかった。年齢別にみると、40～44歳（63.6%）、45～49歳（63.1%）で6割半ばを下回り低くなっている。

【図表4-18 「メタボリックシンドローム」の認知度—性別・年齢別】



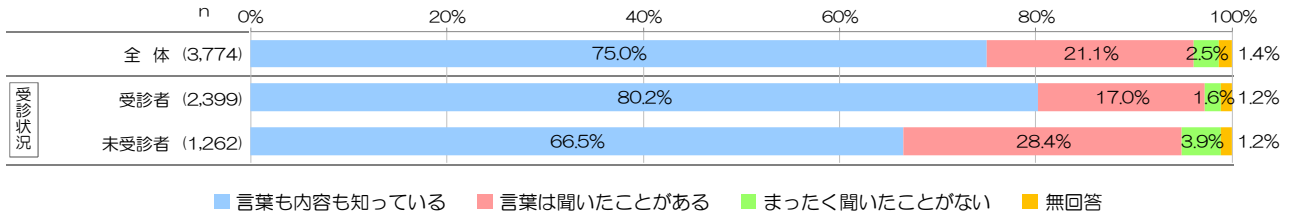
居住区別にみると、「言葉も内容も知っている」は浦和区（79.0%）で8割弱と高くなっている。

【図表4-19 「メタボリックシンドローム」の認知度—居住区別】



健診受診状況別にみると、「言葉も内容も知っている」は受診者（80.2%）が未受診者（66.5%）よりも13.7ポイント高くなっている。

【図表4-20 「メタボリックシンドローム」の認知度—健診受診状況別】

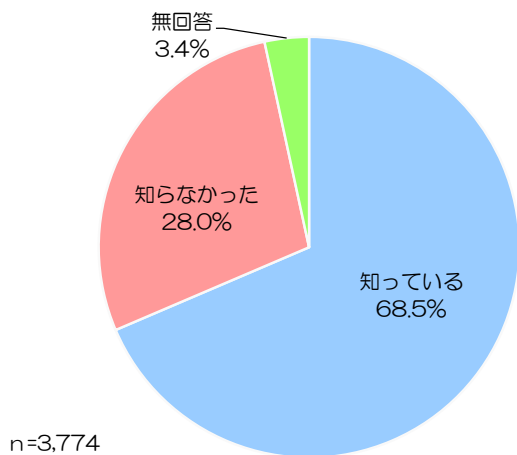


(5) 『のびのび健診（特定健診）』が生活習慣病の健診であることの認知度

Q2-2：『のびのび健診（特定健診）』は生活習慣病の健診ということは知っていますか。
（単一回答）

「知っている」が68.5%、「知らなかった」は28.0%となった。

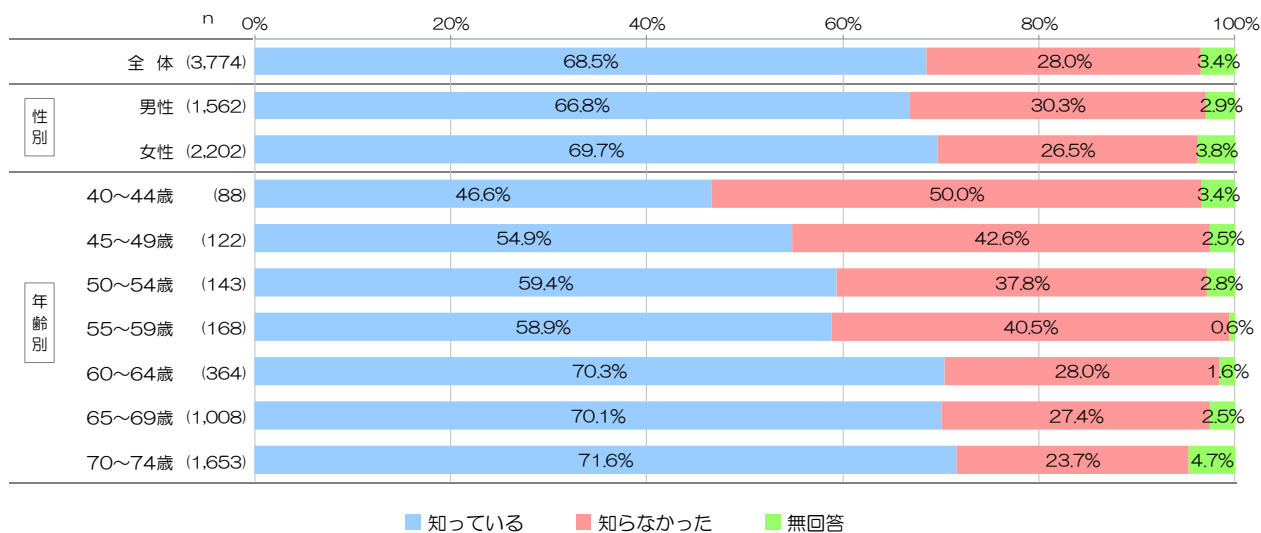
【図表4-21 のびのび健診が生活習慣病の健診と知っているか】



回答内容	回答件数	回答割合
知っている	2,587	68.5%
知らなかった	1,057	28.0%
無回答	130	3.4%

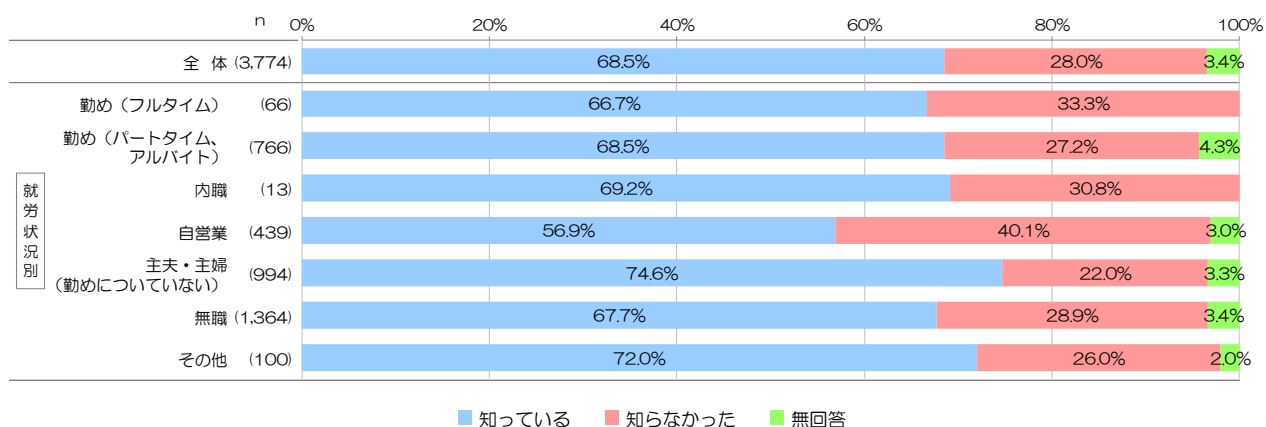
性別にみると、大きな差はみられなかった。年齢別にみると、「知っている」は40～44歳（46.6%）が4割半ばと低く、年齢が上がるにつれておおむね高くなっている。また、「知らなかった」は40～44歳（50.0%）と45～49歳（42.6%）と55～59歳（40.5%）で約4割と高くなっており、40～44歳では半数が「知らなかった」と回答している。

【図表4-22 のびのび健診が生活習慣病の健診と知っているかー性別、年齢別】



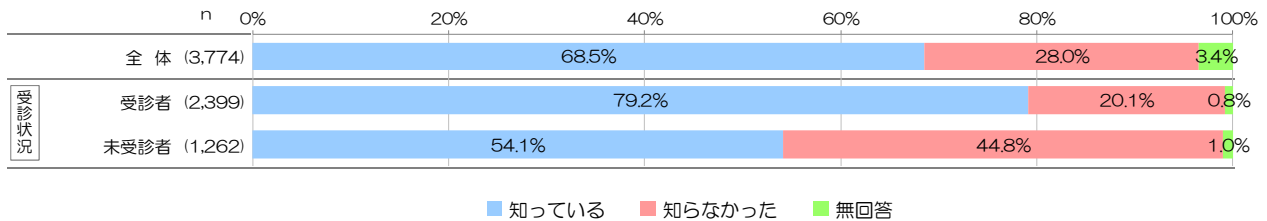
就労状況別にみると、「知っている」は主夫・主婦（74.6%）で7割半ば近くと高くなっている。また、「知らなかった」は自営業（40.1%）で約4割と高くなっている。

【図表4-23 のびのび健診が生活習慣病の健診と知っているかー就労状況別】



健診受診状況別にみると、「知っている」は受診者（79.2%）が未受診者（54.1%）よりも25.1ポイント高くなっている。

【図表4-24 のびのび健診が生活習慣病の健診と知っているかー健診受診状況別】

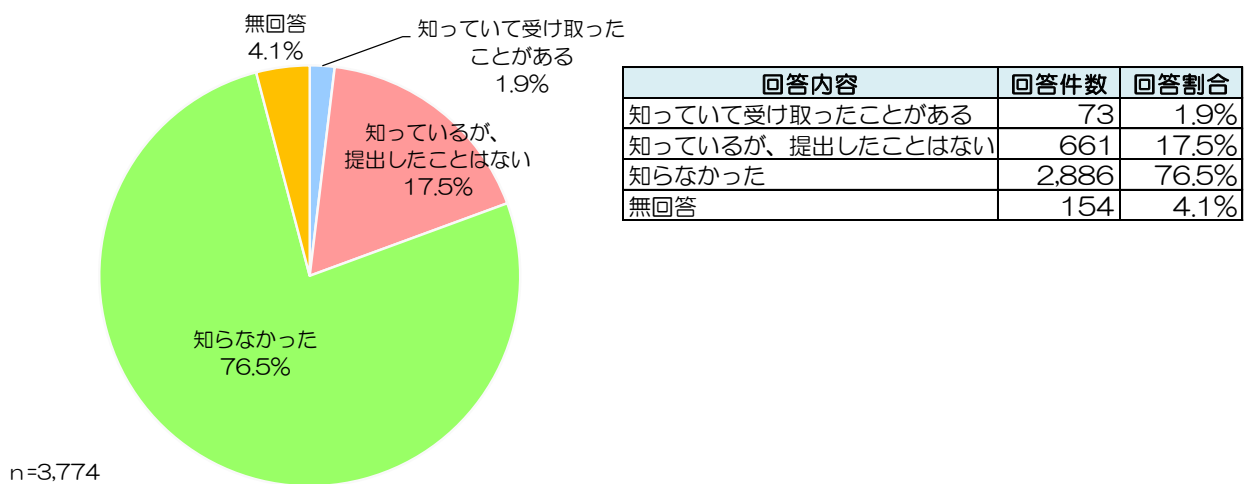


(6) 健診や人間ドックの受診結果提出によるプレゼントの認知度

Q2-3：職場の健診や自費での人間ドックを受診したとき、受診結果をさいたま市へ提出するとプレゼントを受け取れることを知っていますか。(単一回答)

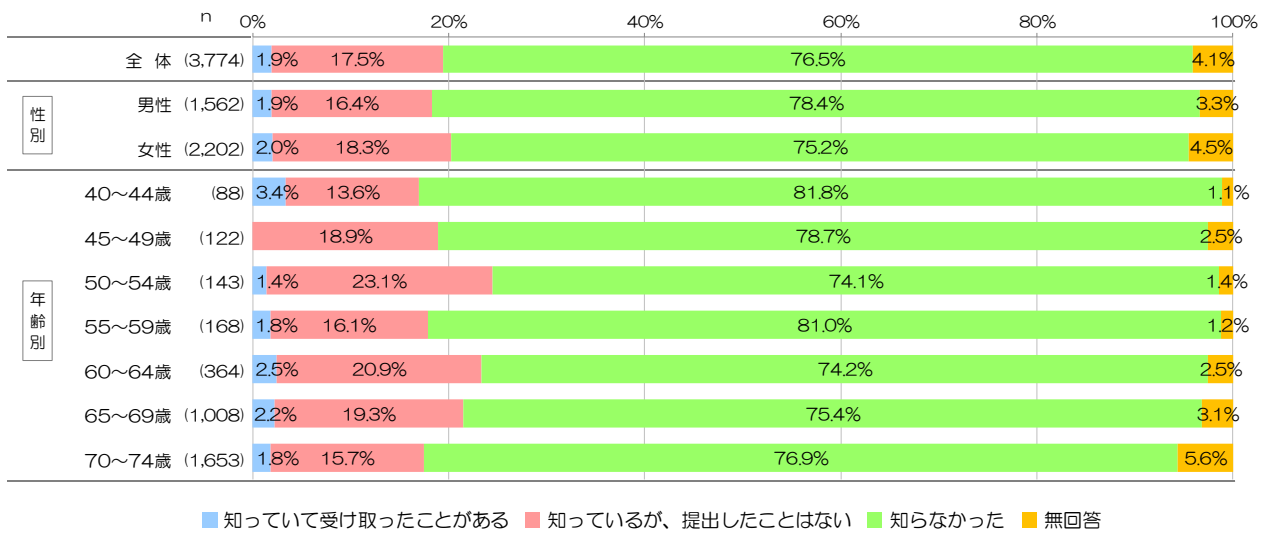
「知っていて受け取ったことがある」が1.9%、「知っているが、提出したことはない」が17.5%で、全体の19.4%の方については『プレゼントを受け取れる』ことを知っていると回答している。また、「知らなかった」が76.5%と高くなっている。

【図表4-25 プレゼントの認知度】



性別にみると、「知らなかった」は男性（78.4%）が女性（75.2%）よりも3.2ポイント高くなっている。年齢別にみると、すべての年齢で「知っている受け取ったことがある」の割合が低く、「知らなかった」の割合が高くなっている。

【図表4-26 プレゼントの認知度—性別、年齢別】



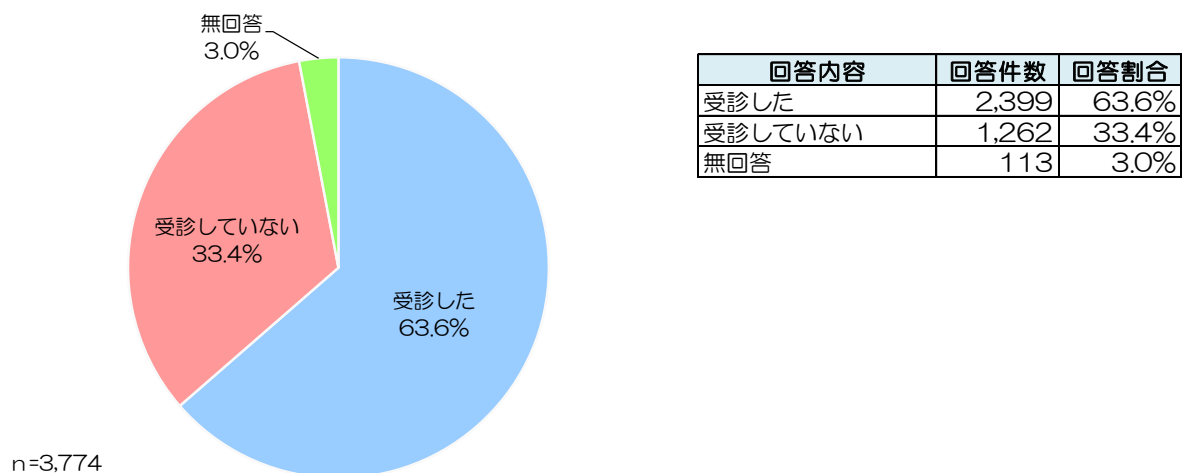
2. のびのび健診（特定健診）の受診状況等

（1）のびのび健診（特定健診）の令和3年度受診状況

Q3-1：令和3年度にのびのび健診（特定健診）を受診しましたか。（単一回答）

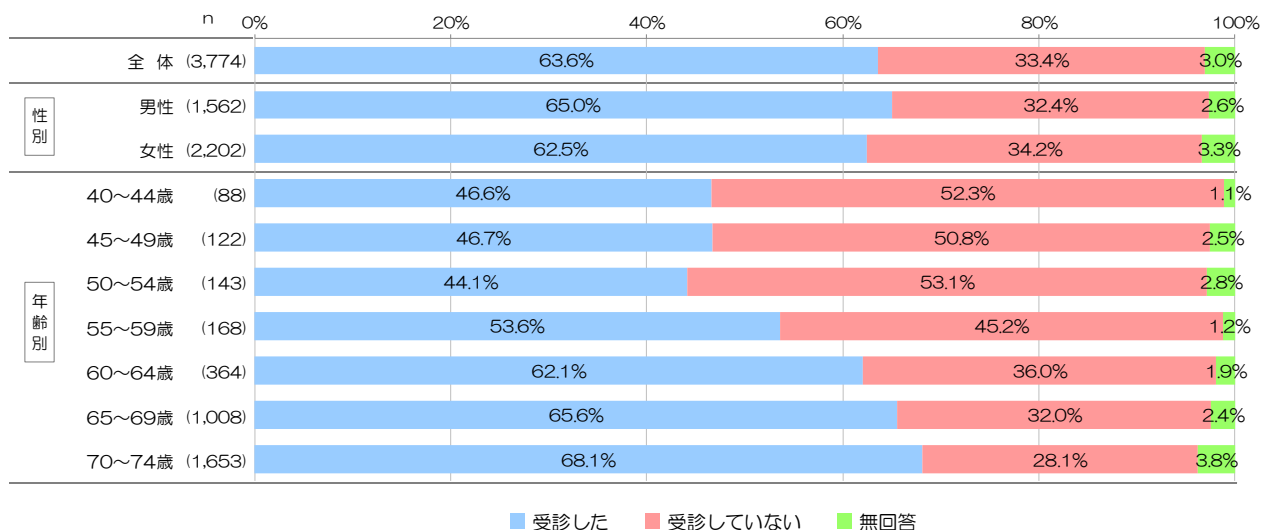
「受診した」が63.6%、「受診していない」が33.4%となっており、「受診した」と回答した方の割合が高くなっている。

【図表4-27 令和3年度の健診受診状況】



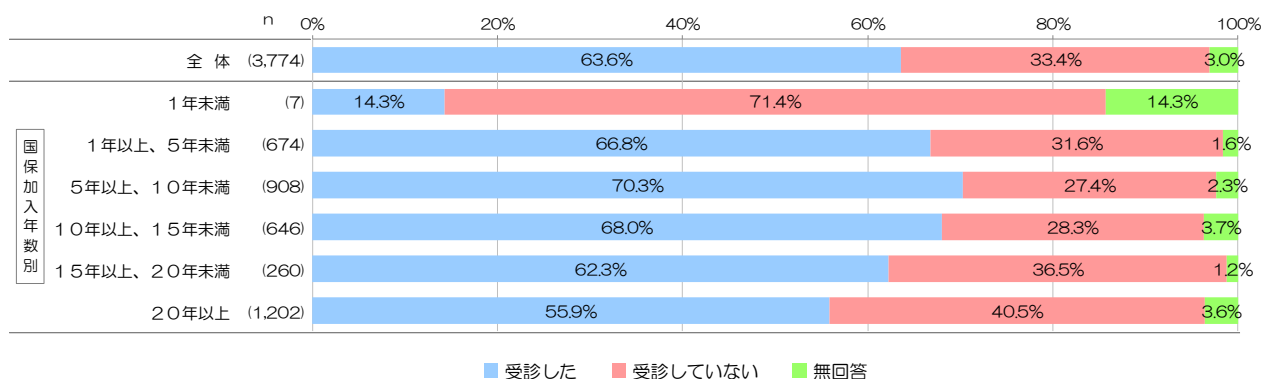
性別にみると、大きな差はみられなかった。年齢別にみると、「受診した」は70～74歳（68.1%）が7割近くと高く、年齢が高くなるにつれておおむね高くなっている。また、「受診していない」は40～44歳（52.3%）と45～49歳（50.8%）と50～54歳（53.1%）が5割半ば近くと高く、未受診率は年齢が下がるにつれておおむね高くなっている。

【図表4-28 令和3年度の健診受診状況—性別、年齢別】



国民保険加入年数別にみると、「受診した」は5年以上10年未満（70.3%）が約7割と高く、加入年数が短くなるにつれおおむね高くなっている。また、「受診していない」は20年以上（40.5%）が約4割と高くなっている。

【図表4-29 令和3年度の健診受診状況—国民保険加入年数別】

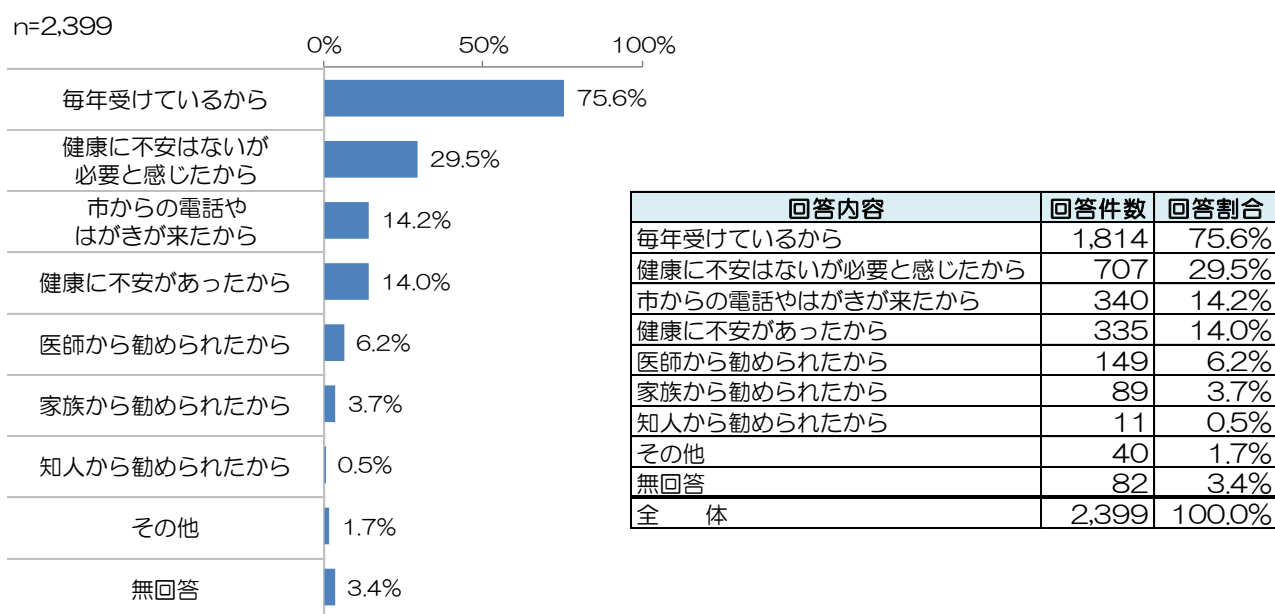


(2) 健診を受診した理由

Q3-2：のびのび健診（特定健診）の受診理由を教えてください。（複数回答）
 ※Q3-1で「受診した」と回答した方が対象

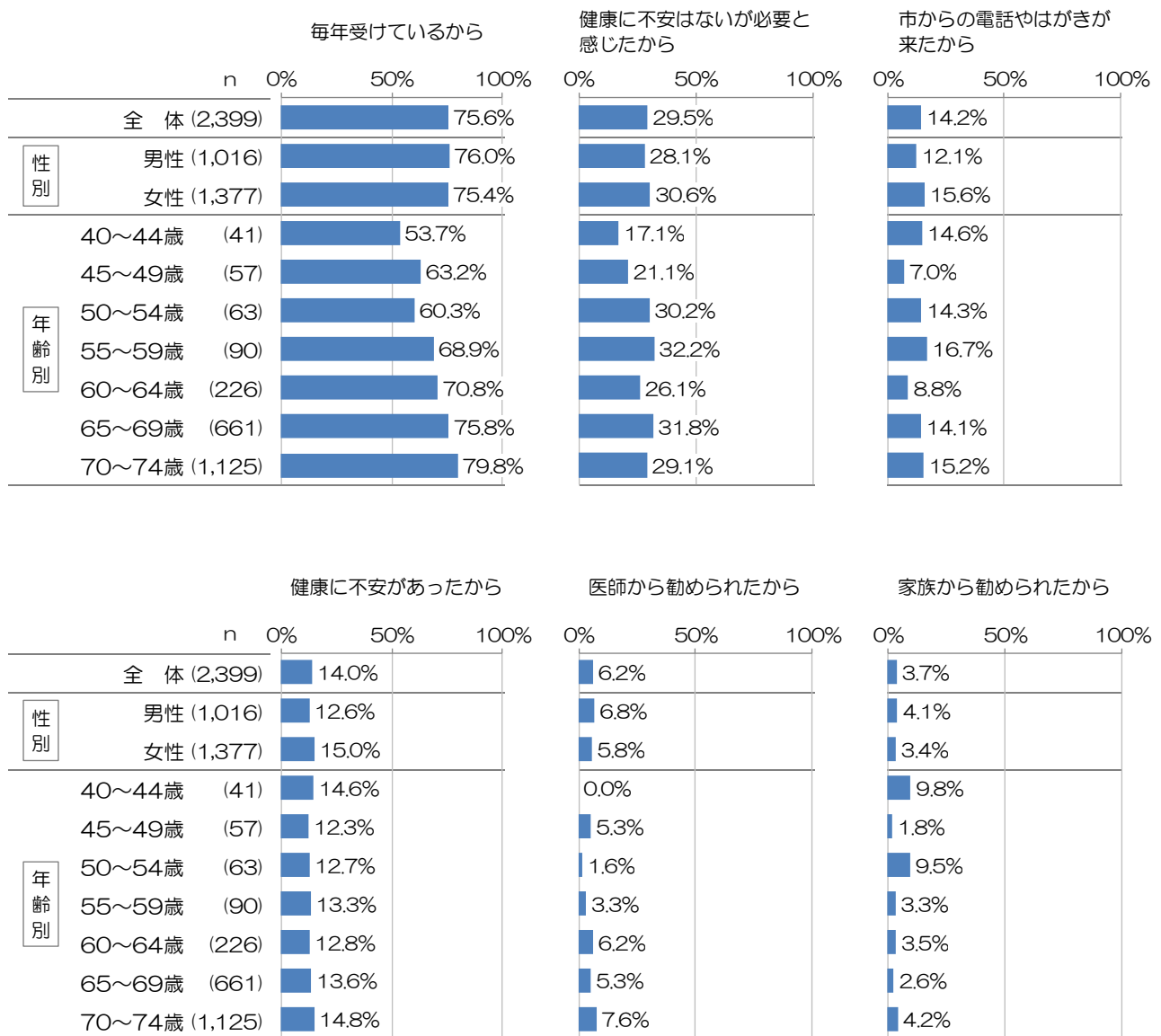
「毎年受けているから」（75.6%）が7割台半ばと最も高く、次いで「健康に不安はないが必要と感じたから」（29.5%）、「市からの電話やはがきが来たから」（14.2%）と続いた。

【図表4-30 健診を受診した理由】



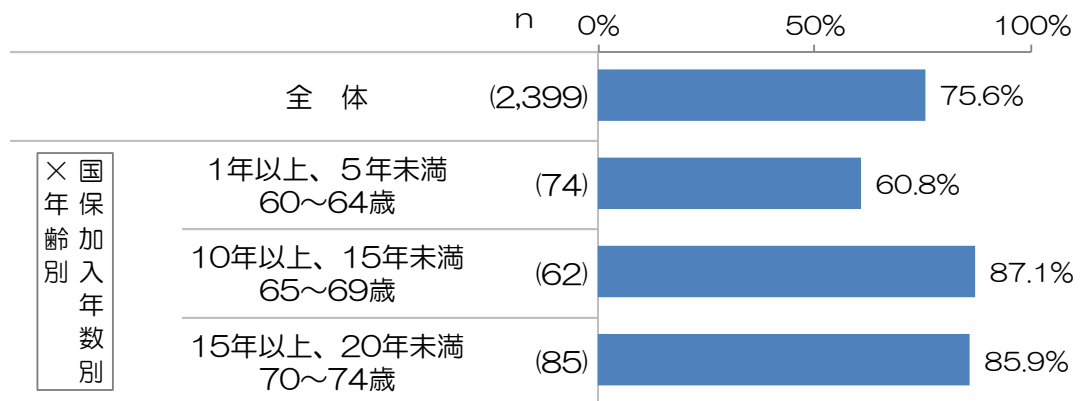
性別にみると、「市からの電話やはがきが来たから」は女性（15.6%）が男性（12.1%）よりも3.5ポイント高くなっている。年齢階級別にみると、「毎年受けているから」は70～74歳（79.8%）で約8割と高く、一方、40～44歳（53.7%）で5割強と低く、年齢が上がるにつれておおむね高くなる傾向があった。

【図表4-31 健診を受診した理由—性別、年齢別（上位6項目）】



「毎年受けているから」の回答者について加入年数別×年齢別にみると、[10年以上、15年未満・65～69歳]（87.1%）と[15年以上、20年未満・70～74歳]（85.9%）で8割半ばを超えて高くなっている。一方、[1年以上、5年未満・60～64歳]（60.8%）で約6割と低くなっている。

【図表4-32 健診を受診した理由－「毎年受けているから」×国保加入年数別×年齢別】



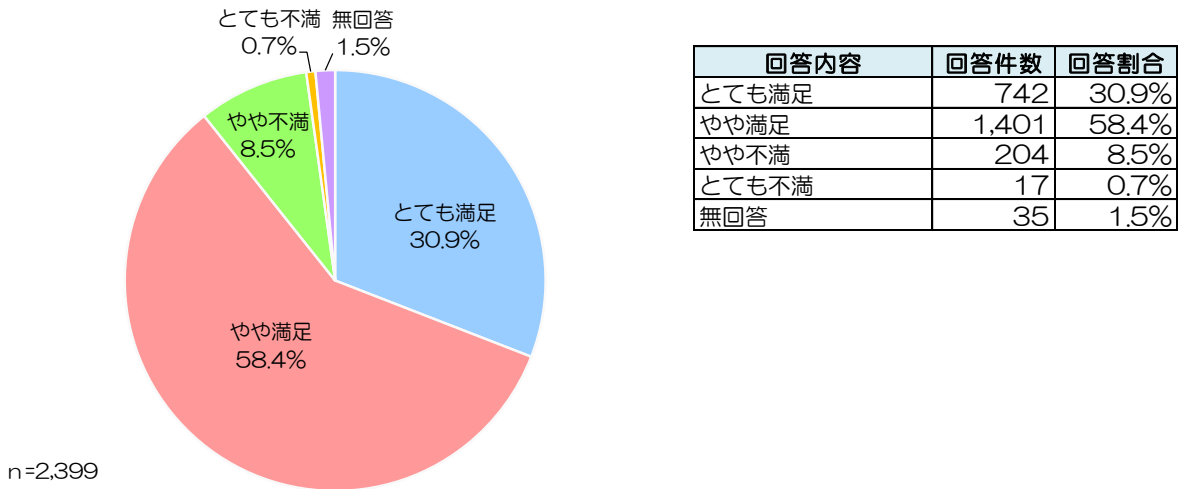
※多重クロス集計により回答者数が少ない属性が多くなるため、回答者数が30人以上かつ全体と比較し10.0ポイント以上の差が出た属性のみをピックアップしている。

(3) 健診を受診した感想

Q3-3：受診した感想を教えてください。(単一回答)
 ※Q3-1で「受診した」と回答した方が対象

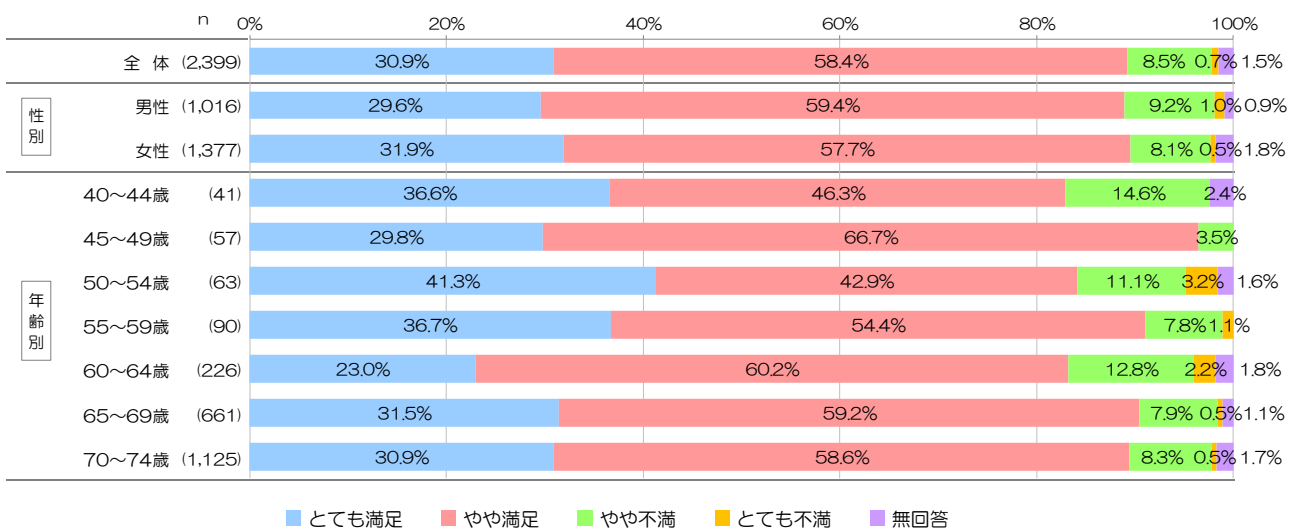
「やや満足」(58.4%)が6割近くで最も高く、次いで「とても満足」(30.9%)、「やや不満」(8.5%)と続いた。「とても満足」と「やや満足」を合わせた満足度は89.3%となっている。

【図表4-33 健診を受診した感想】



性別にみると、大きな差はみられなかった。年齢別にみると、「とても満足」は50～54歳(41.3%)で4割強と高くなっており、一方、60～64歳(23.0%)で2割台半ば近くと低くなっている。

【図表4-34 健診を受診した感想—性別、年齢別】

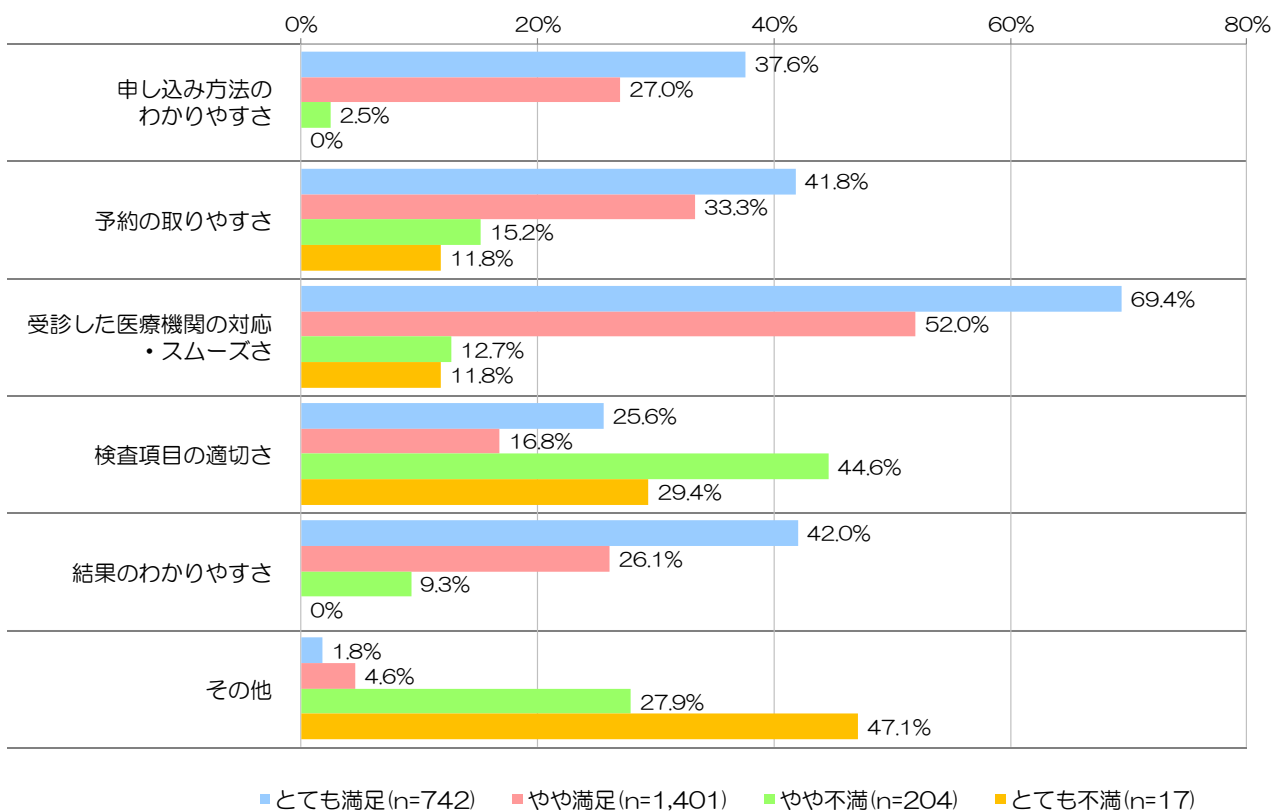


(4) 健診を受診した感想の理由

Q3-4：Q3-3の受診した感想を選んだ理由（複数回答）
 ※Q3-1で「受診した」と回答した方が対象

Q3-3の受診した感想別にみると、「受診した医療機関の対応・スムーズさ」はとても満足（69.4%）とやや満足（52.0%）で最も高くなっている。一方、「検査項目の適切さ」はやや不満（44.6%）で最も高くなっている。

【図表4-35 健診を受診した感想の理由—Q3-3 健診を受診した感想別】



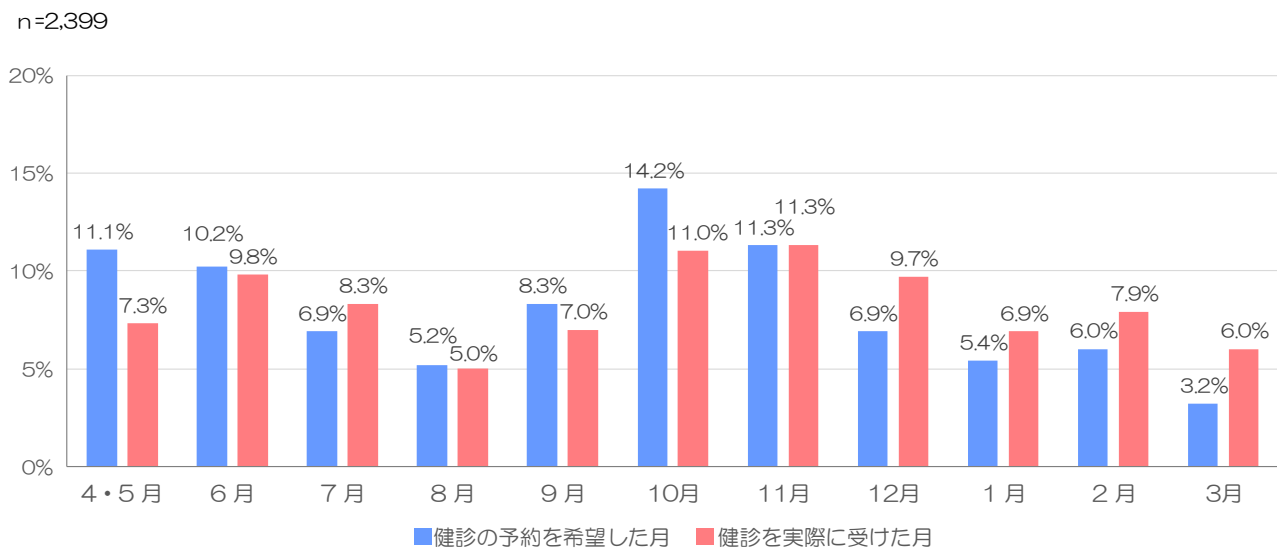
(5) 健診の予約希望月と実際の受診月

Q3-5：医療機関の予約について希望した月と実際に健診を受けた月を教えてください。
(自由回答)
※Q3-1で「受診した」と回答した方が対象

健診の予約を希望した月は「10月」(14.2%)が1割半ばで最も高く、次いで「11月」(11.3%)、「4・5月」(11.1%)と続いている。また、健診を実際に受けた月は「11月」が11.3%で最も高く、次いで「10月」(11.0%)、「6月」(9.8%)と続いている。

各月で健診の予約を希望した割合と実際に受けた割合の差をみると、「4・5月」(3.8ポイント差)が最も高く、次いで「10月」(3.2ポイント差)、「12月」「3月」(2.8ポイント差)と続いている。

【図表4-36 健診の予約希望月と実際の受診月】

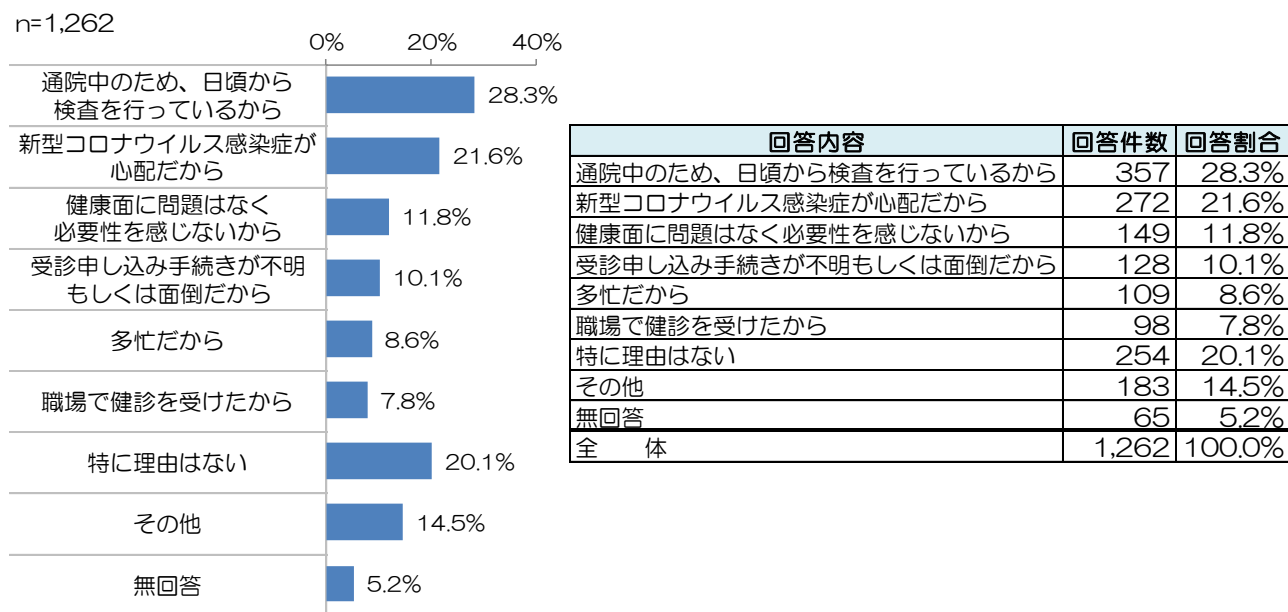


(6) のびのび健診（特定健診）を受けなかった理由

Q3-6：のびのび健診（特定健診）の未受診理由を教えてください（複数回答）
 ※Q3-1で「受診していない」と回答した方が対象

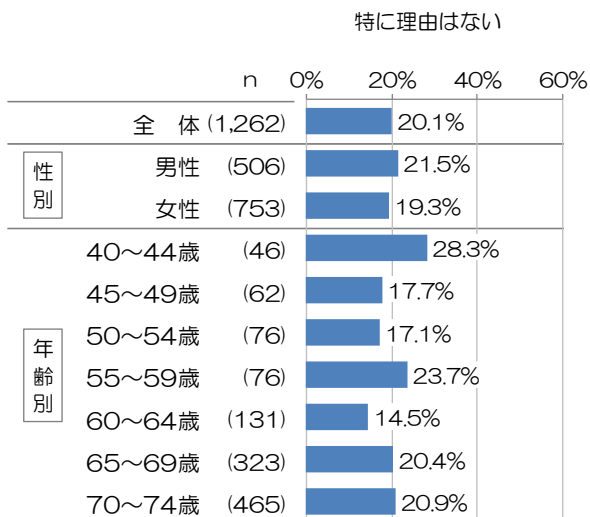
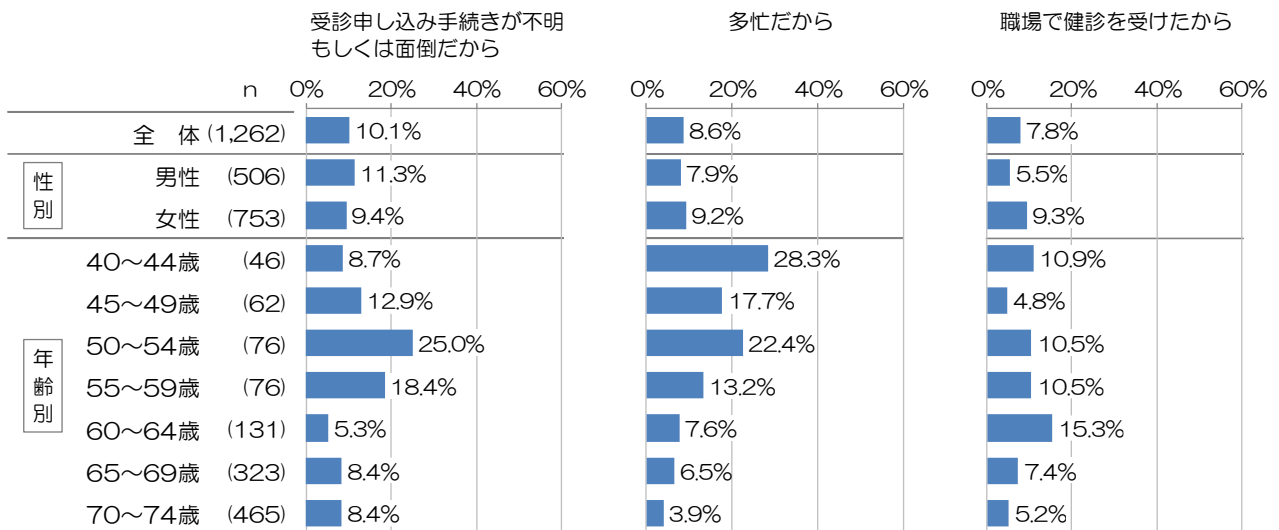
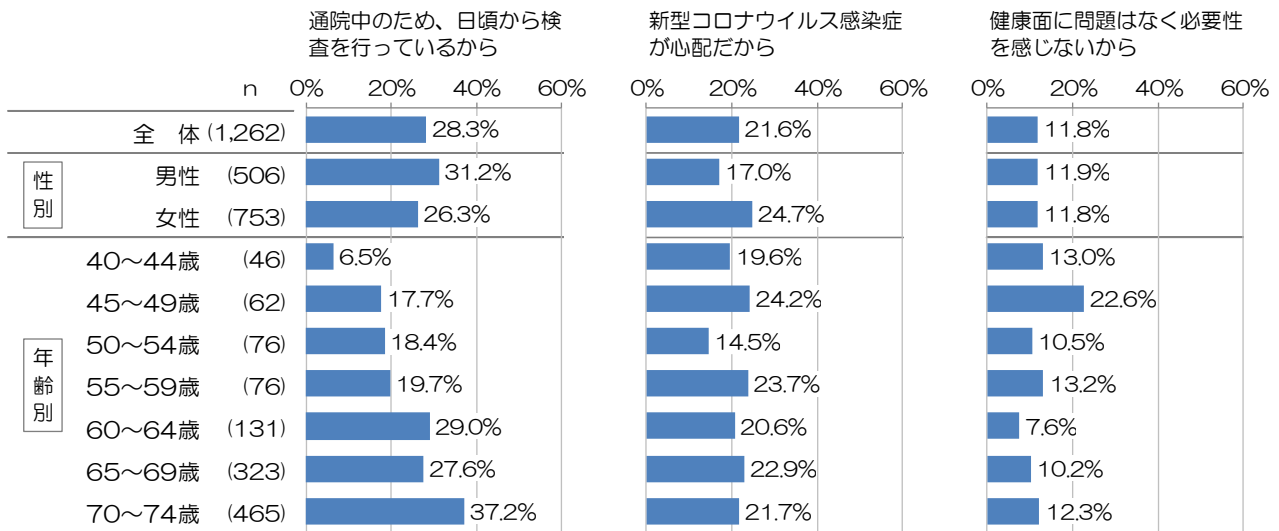
「通院中のため、日頃から検査を行っているから」（28.3%）が3割近くで最も高く、次いで「新型コロナウイルス感染症が心配だから」（21.6%）、「健康面に問題はなく必要性を感じないから」（11.8%）と続いた。また、「特に理由はない」は20.1%であった。

【図表4-37 健診を受けなかった理由】

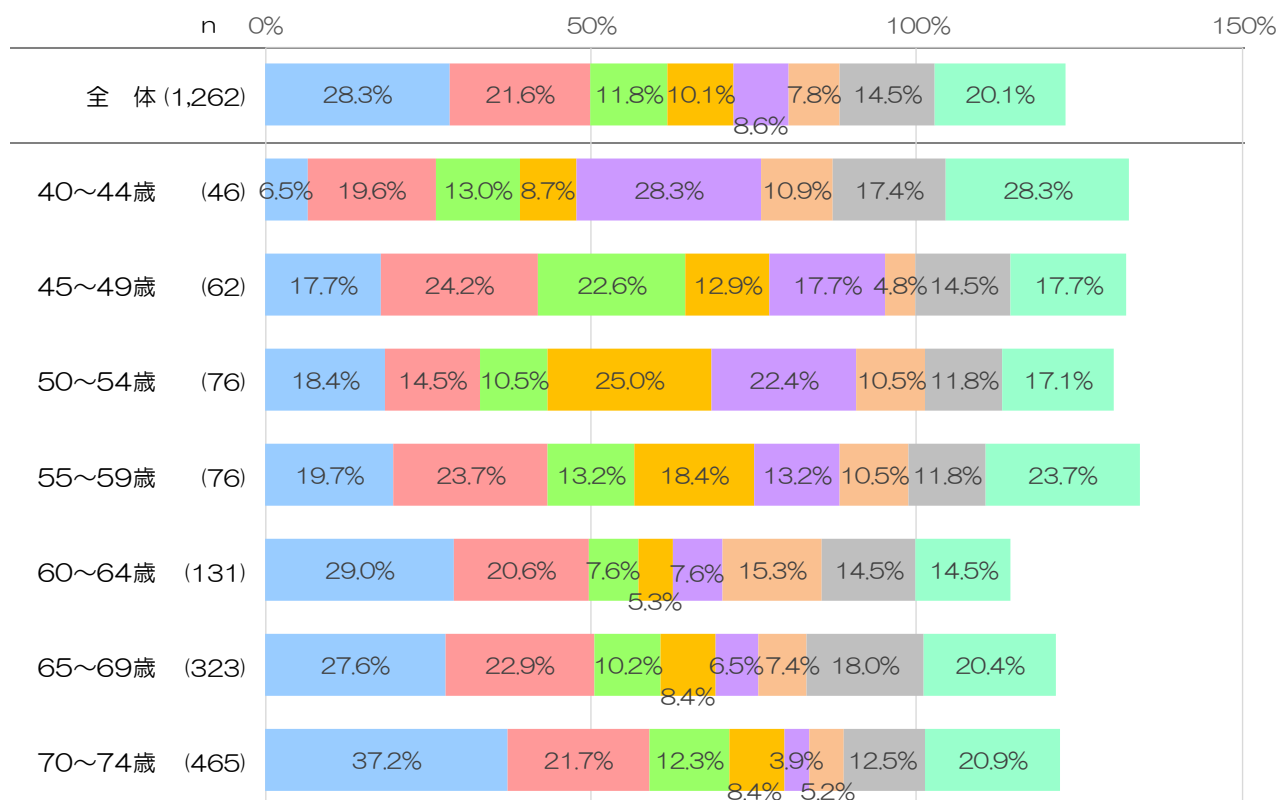


性別にみると、「通院中のため、日頃から検査を行っているから」は男性（31.2%）が女性（26.3%）よりも4.9ポイント高くなっている。また、「新型コロナウイルス感染症が心配だから」は女性（24.7%）が男性（17.0%）よりも7.7ポイント高くなっている。年齢別にみると、「通院中のため、日頃から検査を行っているから」は70～74歳（37.2%）で3割半ばを超えて高く、年齢が上がるにつれておおむね高くなっている。また、「受診申し込み手続きが不明もしくは面倒だから」は50～54歳（25.0%）と55歳～59歳（18.4%）で1割半ばを超えて高くなっており、「多忙だから」は40～44歳（28.3%）と50～54歳（22.4%）で2割強と高く、年齢が下がるにつれておおむね高くなっている。

【図表4-38 健診を受けなかった理由—性別、年齢別（「その他」を除く）】



【図表4-39 健診を受けなかった理由一年齢別（積み上げ）】

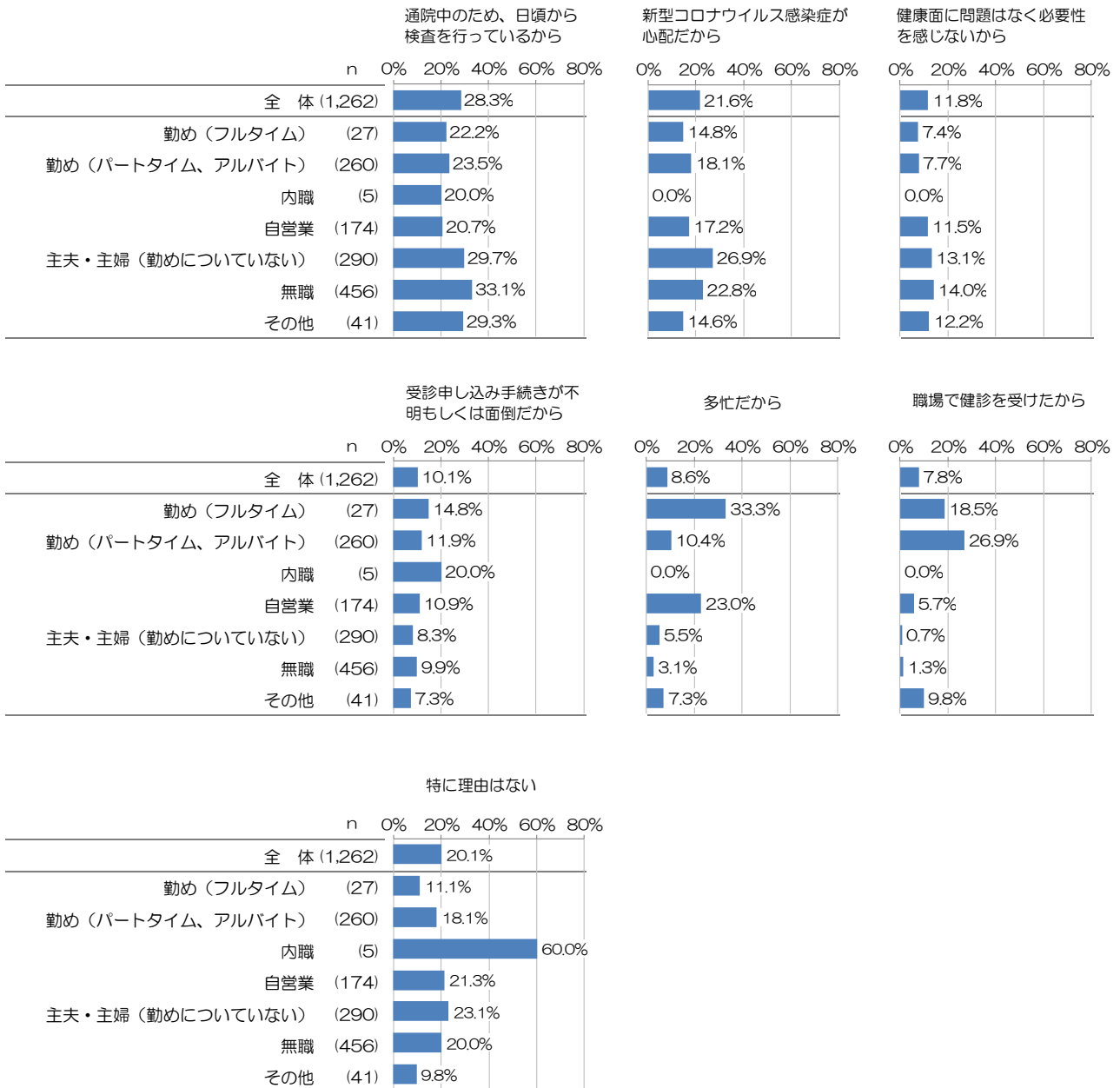


- 通院中のため、日頃から検査を行っているから
- 新型コロナウイルス感染症が心配だから
- 健康面に問題はなく必要性を感じないから
- 受診申し込み手続きが不明もしくは面倒だから
- 多忙だから
- 職場で健診を受けたから
- その他
- 特に理由はない

※本設問は複数回答のため、割合の合計は100%とにならない

就労状況別にみると、「多忙だから」は自営業（23.0%）で2割台半ば近くと高くなっている。また、「職場で健診を受けたから」は勤め（パートタイム、アルバイト）（26.9%）で2割半ばを超えて高くなっている。

【図表4-40 健診を受けなかった理由—就労状況別（「その他」を除く）】

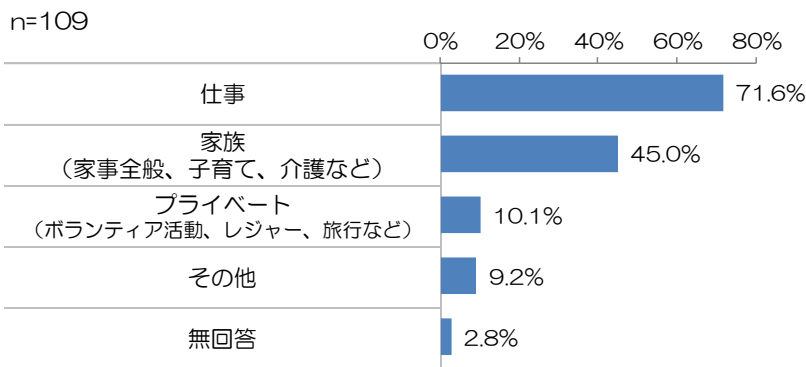


(7) 健診未受診者が多忙だった理由

Q3-6-1：多忙の理由を教えてください（複数回答）
 ※Q3-1で「受診していない」、かつQ3-6で「多忙だから」と回答した方が対象

「仕事」(71.6%) が7割を超えて最も高く、次いで「家族（家事全般、子育て、介護など）」(45.0%)、「プライベート（ボランティア活動、レジャー、旅行など）」(10.1%) と続いている。

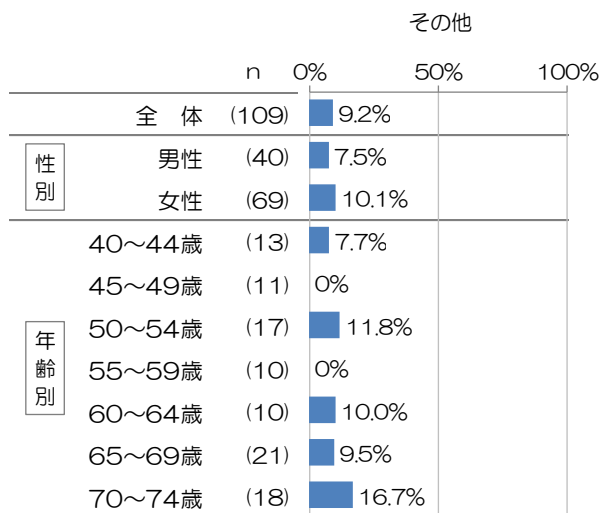
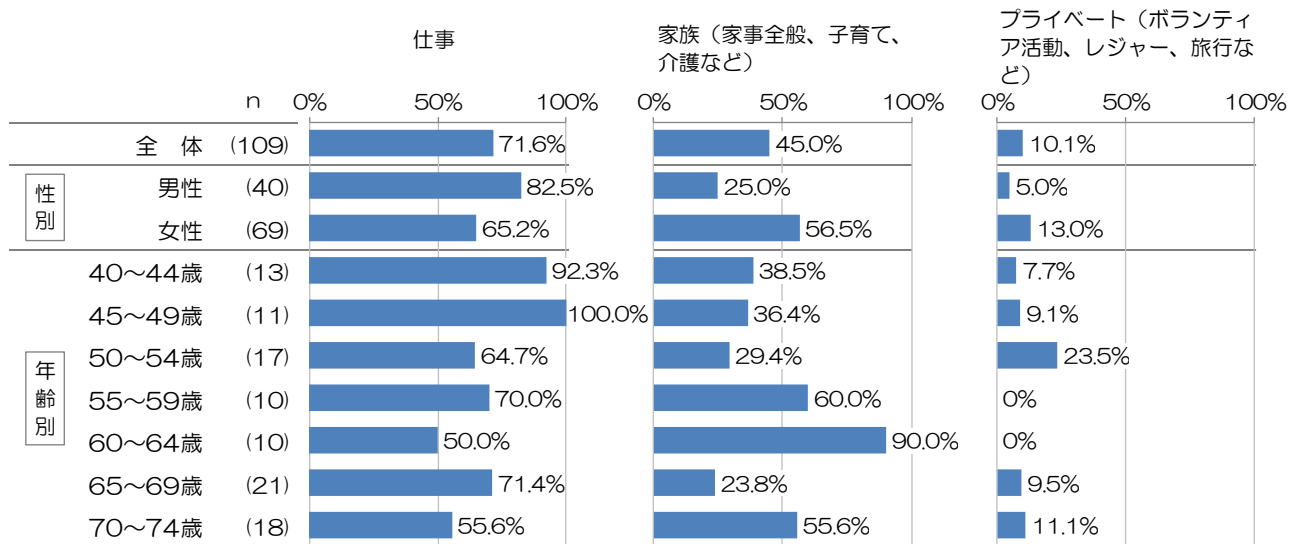
【図表4-41 健診未受診者が多忙だった理由】



回答内容	回答件数	回答割合
仕事	78	71.6%
家族（家事全般、子育て、介護など）	49	45.0%
プライベート（ボランティア活動、レジャー、旅行など）	11	10.1%
その他	10	9.2%
無回答	3	2.8%
全 体	109	100.0%

性別にみると、「仕事」は男性（82.5%）が女性（65.2%）よりも17.3ポイント高くなっている。また、「家族（家事全般、子育て、介護など）」は女性（56.5%）が男性（25.0%）よりも31.5ポイント高くなっている。

【図表4-42 健診未受診者が多忙だった理由—性別、年齢別】



(8) 健診未受診者が受診したいと思う条件

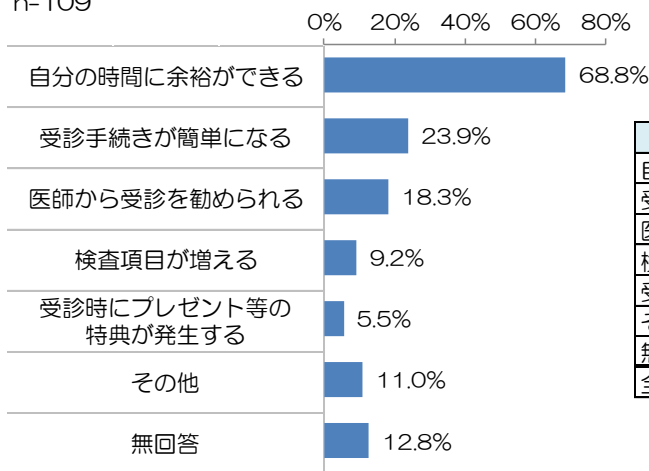
Q3-6-2：どのように状況が変化したら、のびのび健診（特定健診）を受けようと思えますか（複数回答）

※Q3-1で「受診していない」、かつQ3-6で「多忙だから」と回答した方が対象

「自分の時間に余裕ができる」（68.8%）が7割近くと最も高く、次いで「受診手続きが簡単になる」（23.9%）、「医師から受診を勧められる」（18.3%）と続いている。

【図表4-43 健診未受診者が受診したいと思う条件】

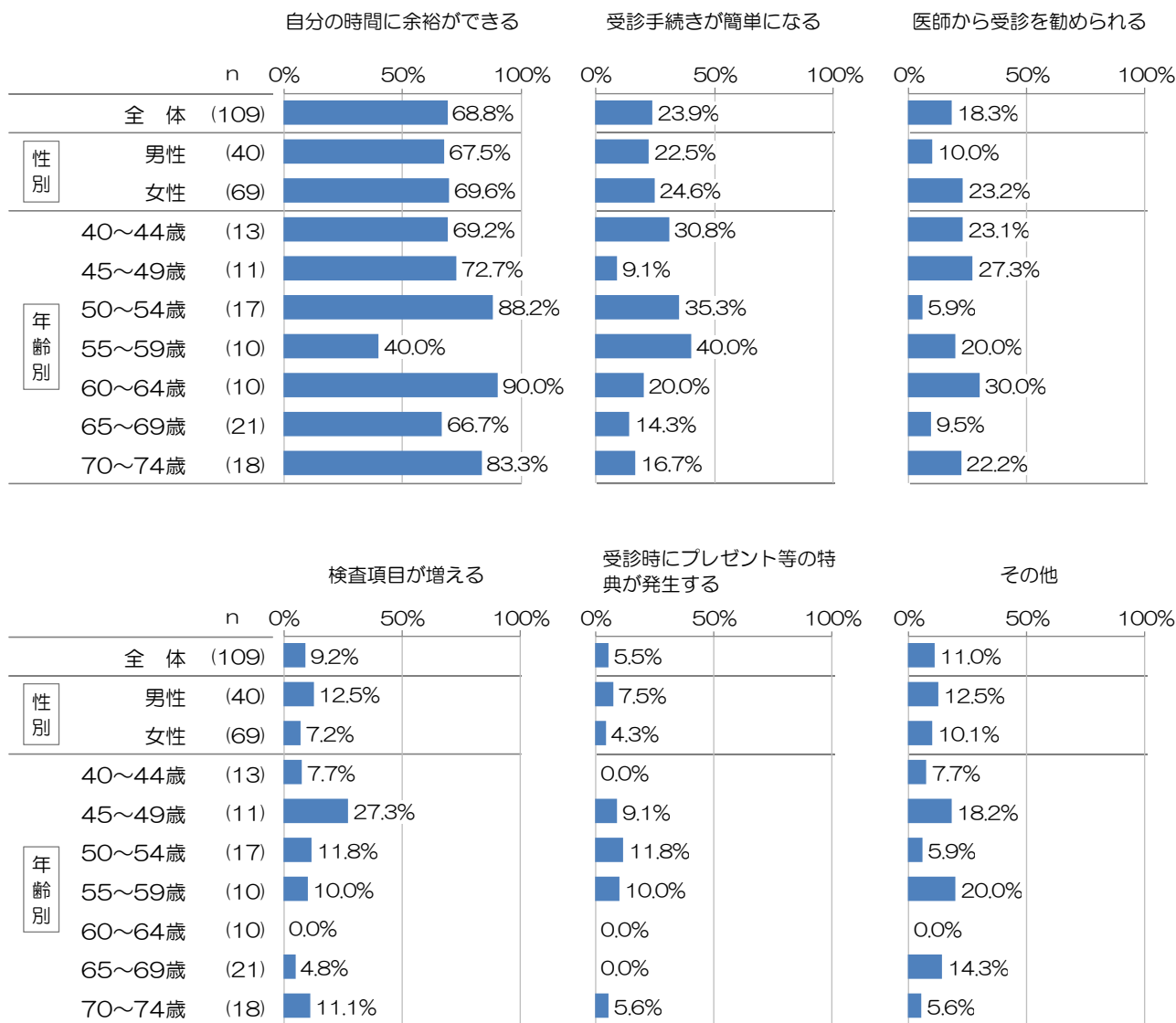
n=109



回答内容	回答件数	回答割合
自分の時間に余裕ができる	75	68.8%
受診手続きが簡単になる	26	23.9%
医師から受診を勧められる	20	18.3%
検査項目が増える	10	9.2%
受診時にプレゼント等の特典が発生する	6	5.5%
その他	12	11.0%
無回答	14	12.8%
全 体	109	100.0%

性別にみると、「医師から受診を勧められる」は女性（23.2%）が男性（10.0%）よりも13.2ポイント高くなっている。また、「検査項目が増える」は男性（12.5%）が女性（7.2%）よりも5.3ポイント高くなっている。

【図表4-44 健診未受診者が受診したいと思う条件—性別、年齢別】

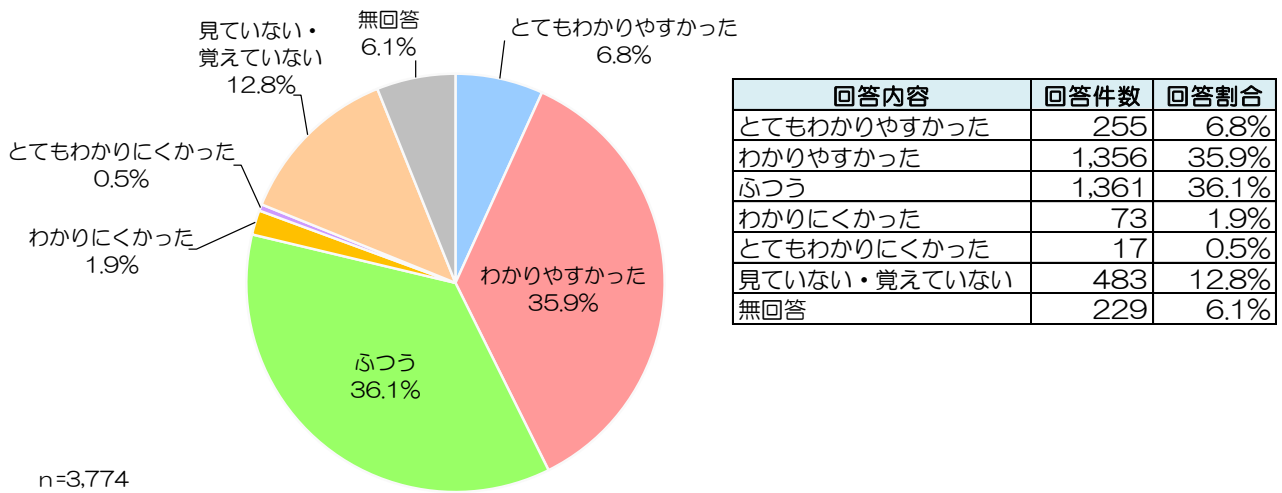


(9) パンフレットのわかりやすさ

Q3-7：受診券に同封している「のびのび健診（特定健診）・特定保健指導等のお知らせ」パンフレットの内容はいかがでしたか（単一回答）

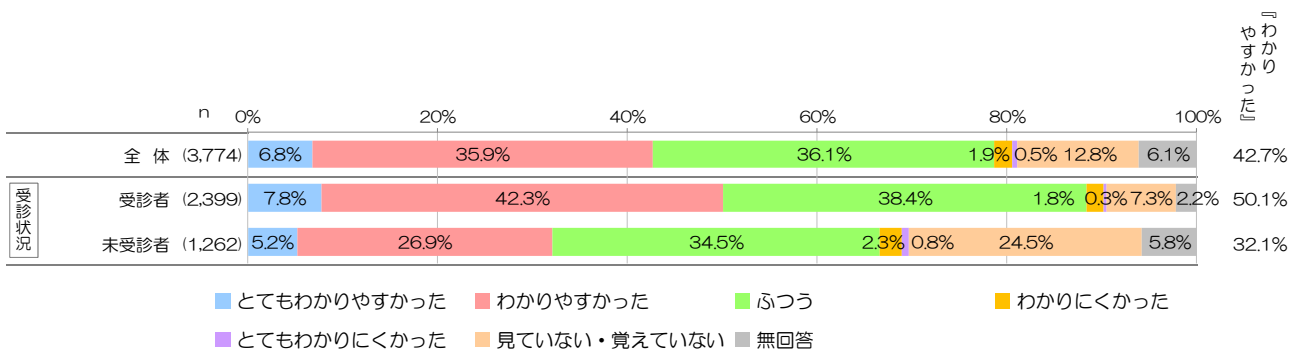
「ふつう」（36.1%）が3割半ばで最も高く、次いで「わかりやすかった」（35.9%）、「見ていない・覚えていない」（12.8%）と続いている。

【図表4-45 パンフレットのわかりやすさ】



健診受診状況別にみると、「とてもわかりやすかった」と「わかりやすかった」を足した『わかりやすかった』は受診者（50.1%）が未受診者（32.1%）よりも18.0ポイント高くなった。また、「見ていない・覚えていない」は未受診者（24.5%）で2割半ばと高くなっている。

【図表4-46 パンフレットのわかりやすさー健診受診状況別】

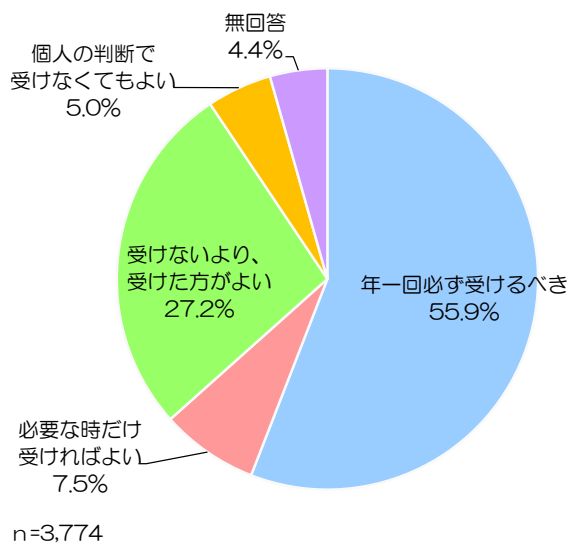


(10) 特定健康診査についての考え方

Q3-8：のびのび健診（特定健診）について、一番近い考えかたを教えてください。
（単一回答）

「年一回必ず受けるべき」（55.9%）が5割半ばと最も高く、次いで「受けないより、受けた方がよい」（27.2%）、「必要な時だけ受ければよい」（7.5%）と続いている。

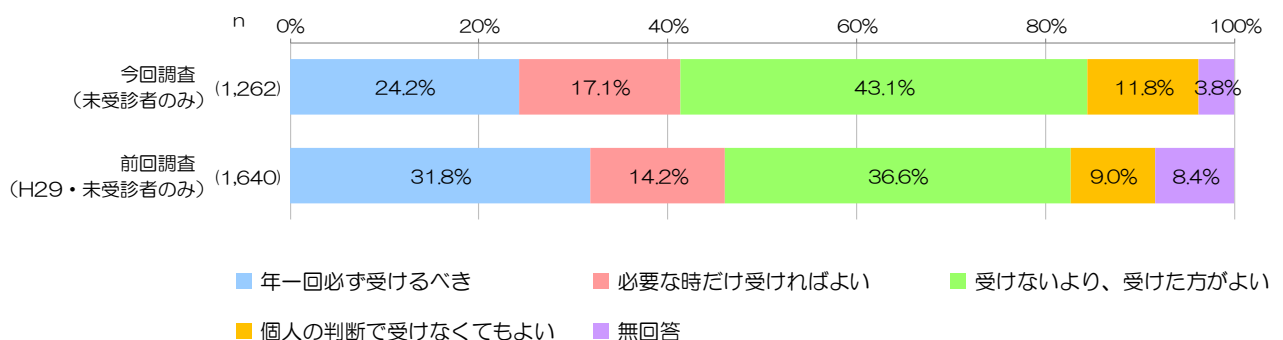
【図表4-47 特定健康診査についての考え方】



回答内容	回答件数	回答割合
年一回必ず受けるべき	2,111	55.9%
必要な時だけ受ければよい	283	7.5%
受けないより、受けた方がよい	1,026	27.2%
個人の判断で受けなくてもよい	187	5.0%
無回答	167	4.4%

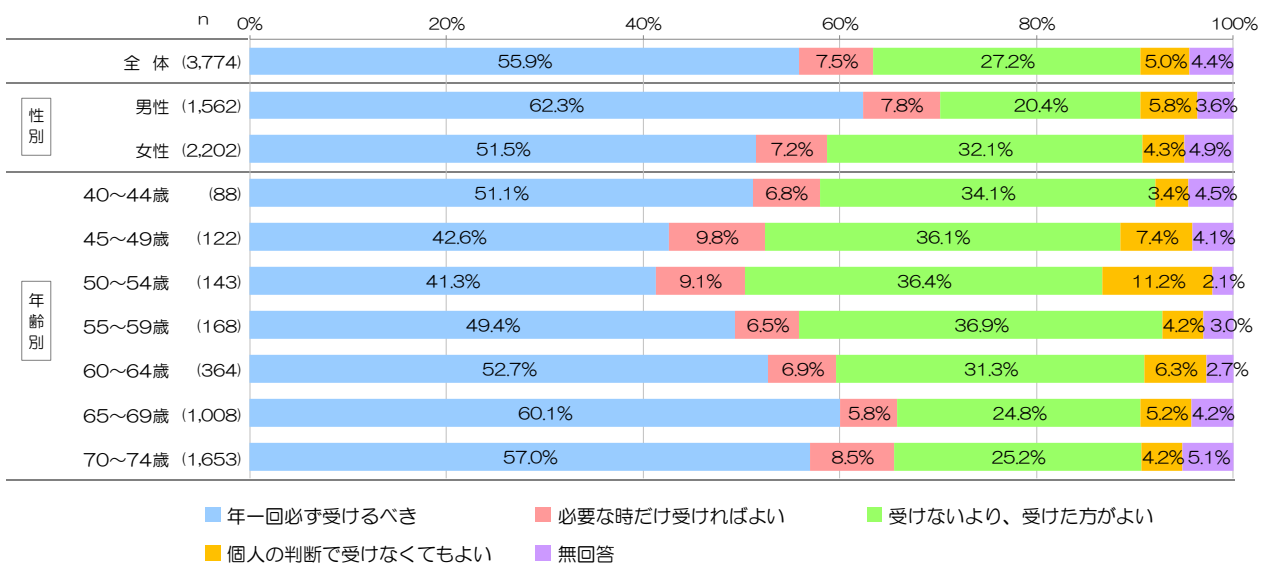
経年比較をみると、「受けないより、受けた方がよい」は前回調査よりも6.7ポイント高くなっている。一方、「年一回必ず受けるべき」は前回調査よりも7.6ポイント減少している。

【図表4-48 特定健康診査についての考え方—経年比較】



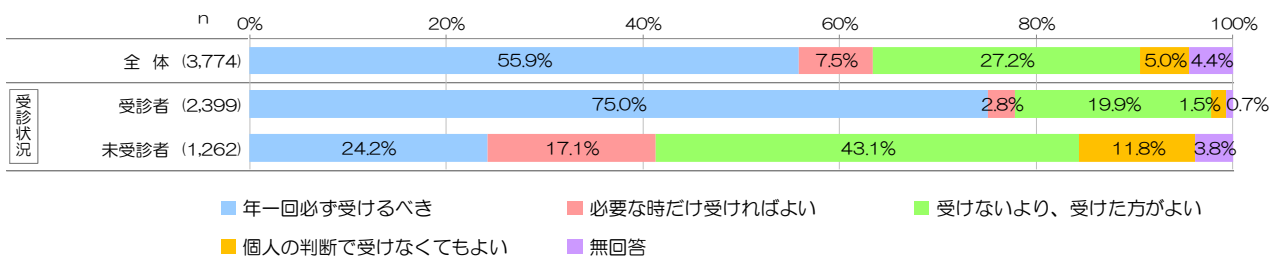
性別にみると、「年一回必ず受けるべき」は男性（62.3%）が女性（51.5%）よりも10.8ポイント高くなっている。また、「受けないより、受けた方がよい」は女性（32.1%）が男性（20.4%）よりも11.7ポイント高くなっている。年齢別にみると、「年一回必ず受けるべき」は45～49歳（42.6%）と50～54歳（41.3%）で4割強と低くなっている。また、「個人の判断で受けなくてもよい」は50～54歳（11.2%）で1割強と高くなっている。

【図表4-49 特定健康診査についての考え方—性別、年齢別】



健診受診状況別にみると、「年一回必ず受けるべき」は受診者（75.0%）が未受診者（24.2%）よりも50.8ポイント上回っている。また、「受けないより、受けた方がよい」は未受診者（43.1%）が受診者（19.9%）よりも23.2ポイント上回っている。

【図表4-50 特定健康診査についての考え方—健診受診状況別】



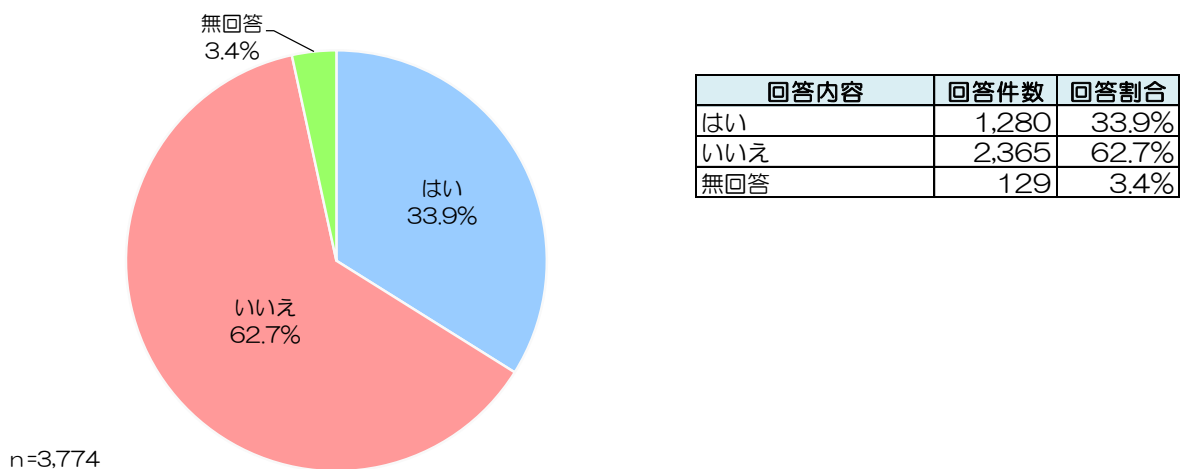
3. 日頃の健康状態、生活習慣

(1) 体重の変化について

Q4-1-ア：20歳の時から体重が10kg以上増加しているか（単一回答）

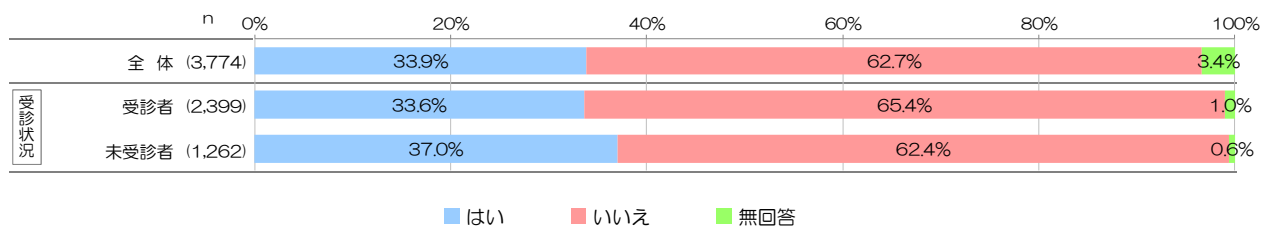
「はい」が33.9%、「いいえ」が62.7%となっており、「いいえ」と回答した方の割合が高くなっている。

【図表4-51 体重の変化】



健診受診状況別にみると、「はい」は未受診者（37.0%）が受診者（33.6%）よりも3.4ポイント高くなっている。

【図表4-52 体重の変化—健診受診状況別】

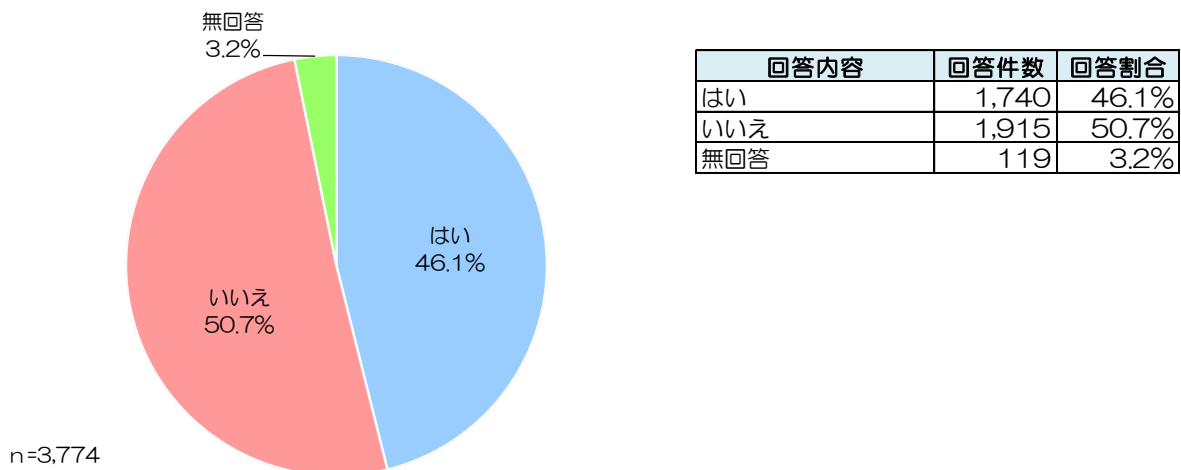


(2) 運動の継続実施状況について

Q4-1-イ：1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2回以上、1年以上実施しているか
(単一回答)

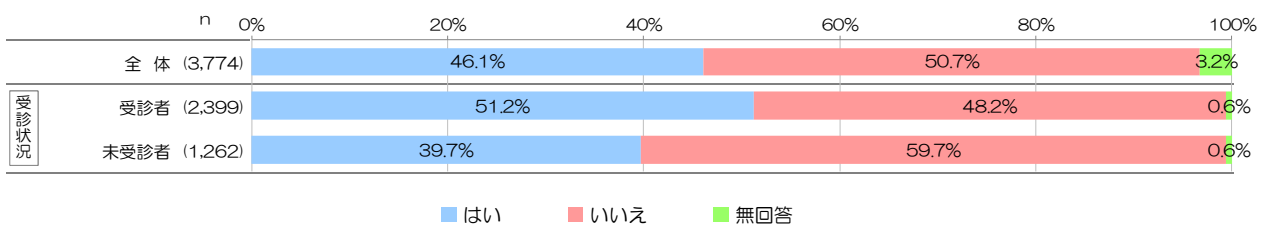
「はい」が46.1%、「いいえ」が50.7%となっており、ほぼ同様の割合となっている。

【図表4-53 運動の継続実施状況】



健診受診状況別にみると、「はい」は受診者（51.2%）が未受診者（39.7%）よりも11.5ポイント高くなっている。

【図表4-54 運動の継続実施状況—健診受診状況別】

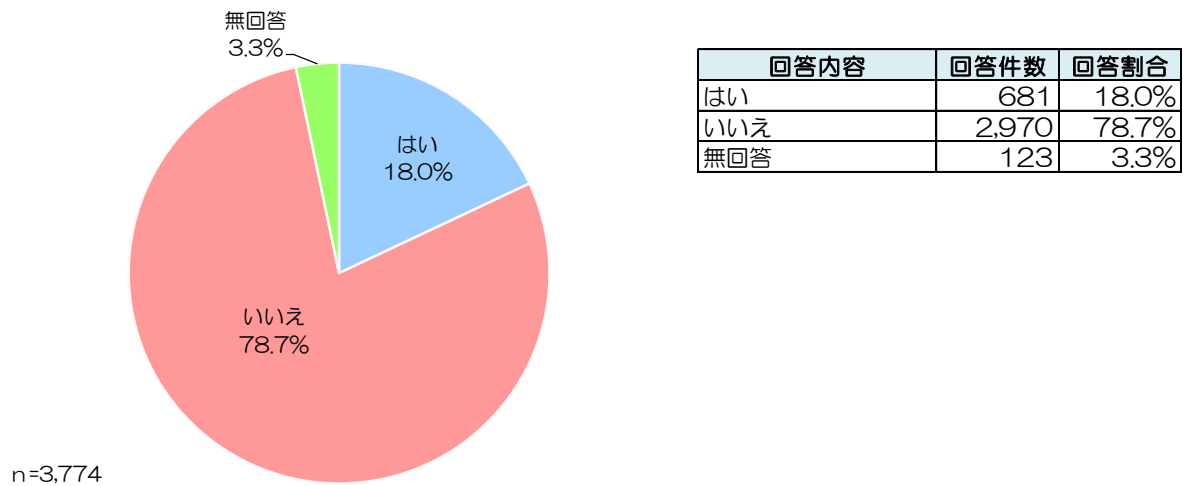


(3) 就寝前の食事について

Q4-1-ウ：就寝前の2時間以内に夕食をとることが、週3回以上ある（単一回答）

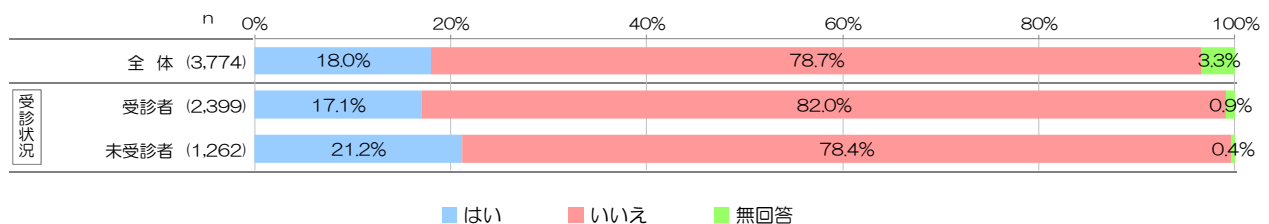
「はい」が18.0%、「いいえ」が78.7%となっており、「いいえ」と回答した方の割合が高くなっている。

【図表4-55 就寝前の食事】



健診受診状況別にみると、「はい」は未受診者（21.2%）が受診者（17.1%）よりも4.1ポイント高くなっている。

【図表4-56 就寝前の食事—健診受診状況別】

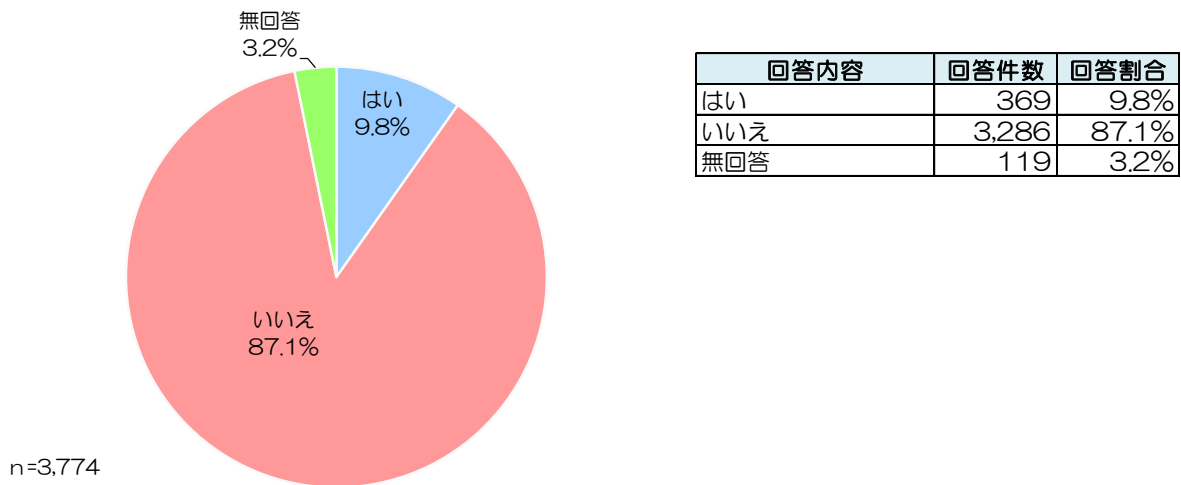


(4) 習慣的に喫煙をするか

Q4-1-エ：現在、たばこを習慣的に吸っているか（単一回答）

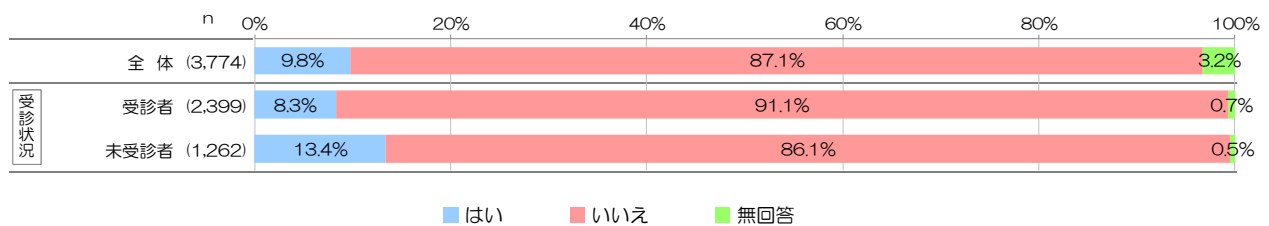
「はい」が9.8%、「いいえ」が87.1%となっており、「いいえ」と回答した方の割合が高くなっている。

【図表4-57 習慣的な喫煙の有無】



健診受診状況別にみると、「はい」は未受診者（13.4%）が受診者（8.3%）よりも5.1ポイント高くなっている。

【図表4-58 習慣的な喫煙の有無－健診受診状況別】

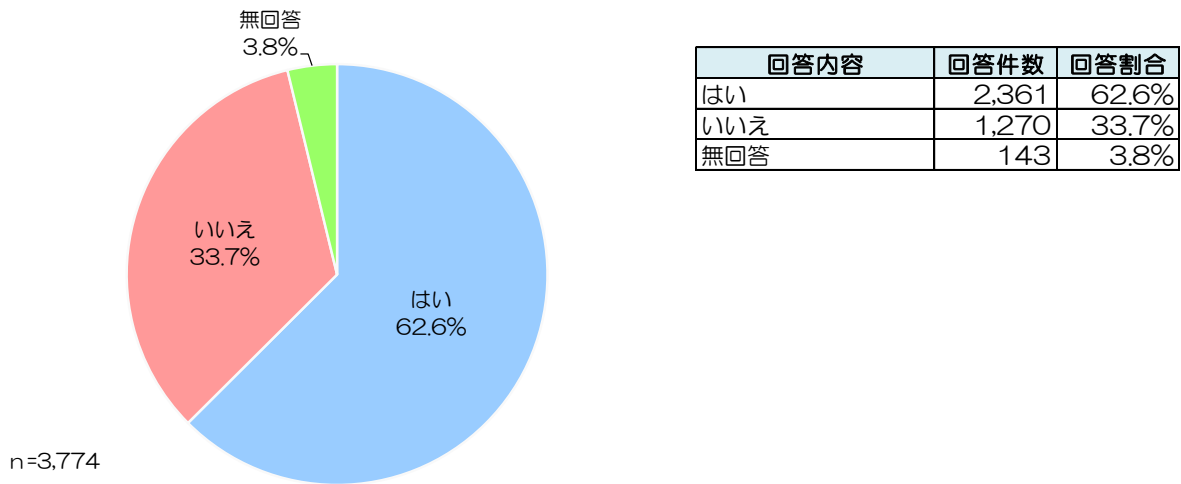


(5) 睡眠による休養が十分とれているか

Q4-1-才：睡眠で休養が十分とれているか（単一回答）

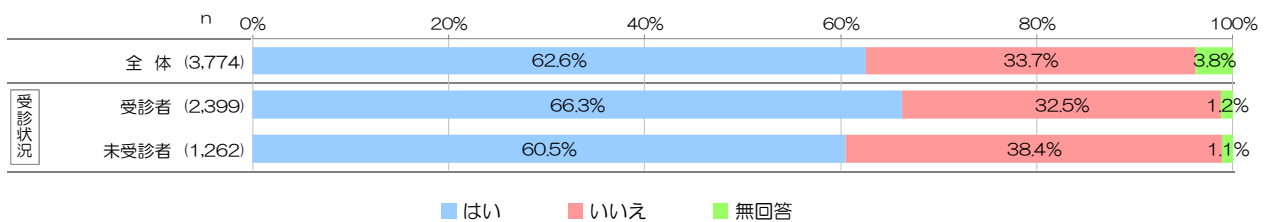
「はい」が62.6%、「いいえ」が33.7%となっており、「はい」と回答した方の割合が高くなっている。

【図表4-59 睡眠で休養がとれているか】



健診受診状況別にみると、「はい」は受診者（66.3%）が未受診者（60.5%）よりも5.8ポイント高くなっている。

【図表4-60 睡眠で休養がとれているか—健診受診状況別】

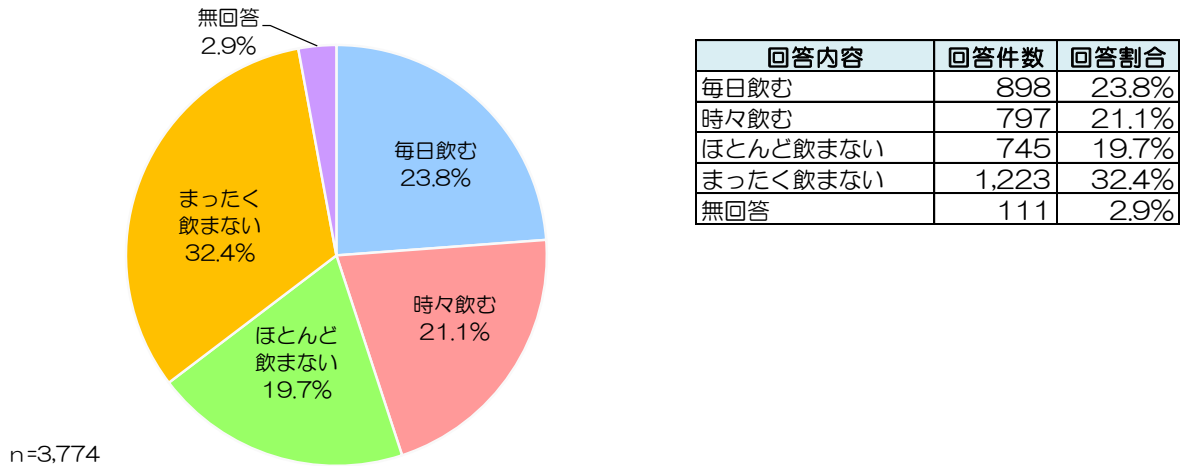


(6) 飲酒の頻度

Q4-2：お酒（日本酒・焼酎・ビール・ワイン等）は飲みますか。（単一回答）

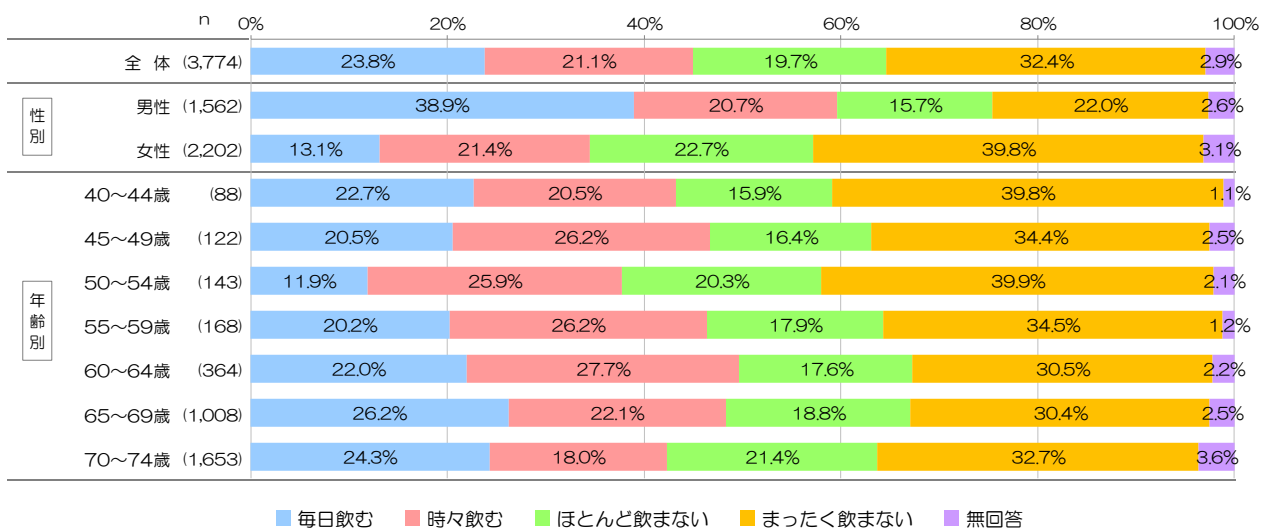
「まったく飲まない」（32.4%）が3割強で最も高く、次いで「毎日飲む」（23.8%）、「時々飲む」（21.1%）が続いている。

【図表4-61 飲酒の頻度】



性別にみると、「毎日飲む」は男性（38.9%）が女性（13.1%）よりも25.8ポイント高くなっている。また、「まったく飲まない」は女性（39.8%）が男性（22.0%）よりも17.8ポイント高くなっている。年齢別にみると、「毎日飲む」は50～54歳（11.9%）で1割強と低くなっている。また、「まったく飲まない」は40～44歳（39.8%）と50～54歳（39.9%）で4割弱と高くなっている。

【図表4-62 飲酒の頻度—性別、年齢別】



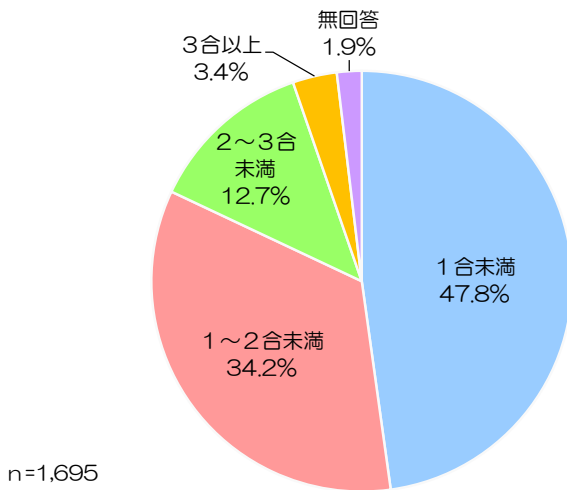
(7) 飲酒日の飲酒量

Q4-2-1：飲酒日の飲酒量はどの程度ですか。(単一回答)

※問4-2で「毎日飲む」「時々飲む」と回答した方が対象

「1合未満」(47.8%)が5割半ばを超え最も高く、次いで「1～2合未満」(34.2%)、「2～3合未満」(12.7%)と続いている。

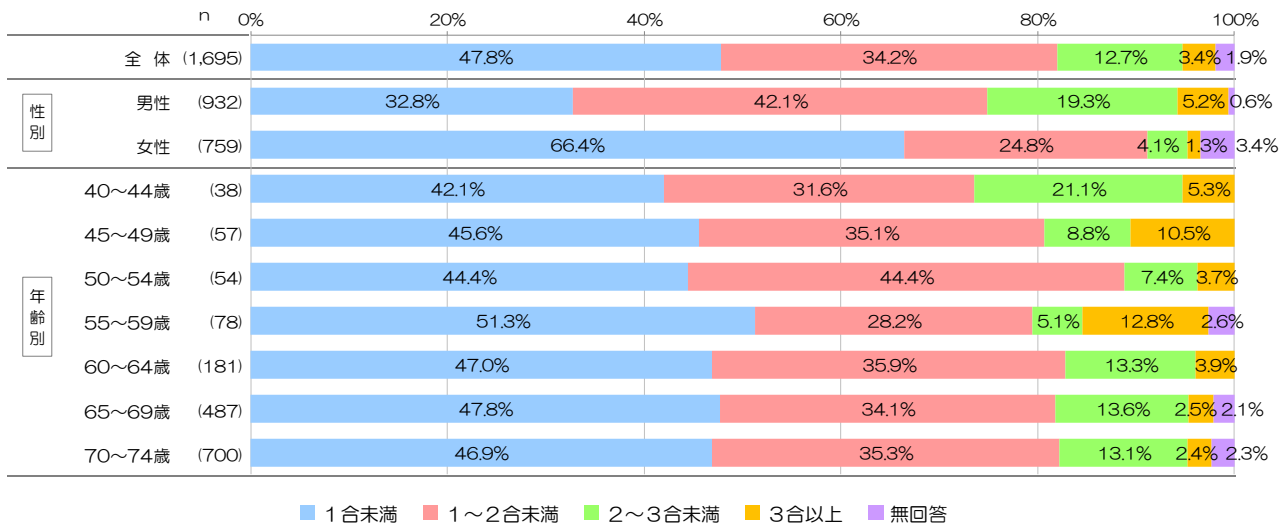
【図表4-63 飲酒日の飲酒量】



回答内容	回答件数	回答割合
1合未満	810	47.8%
1～2合未満	580	34.2%
2～3合未満	215	12.7%
3合以上	58	3.4%
無回答	32	1.9%

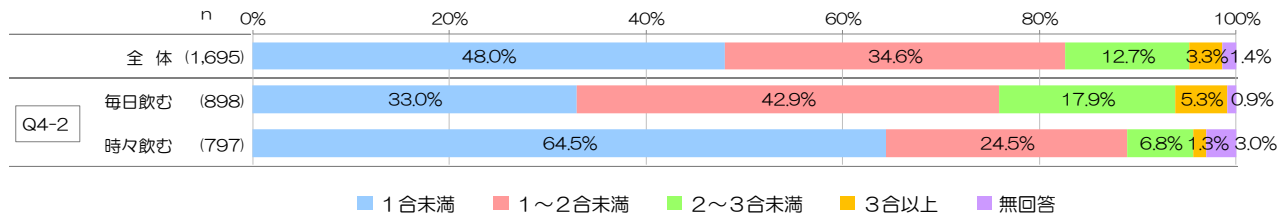
性別にみると、「1合未満」は女性(66.4%)が男性(32.8%)よりも33.6ポイント高くなっている。年齢別にみると、「1～2合未満」は50～54歳(44.4%)で4割半ば近くと高くなっている。

【図表4-64 飲酒日の飲酒量—性別、年齢別】



飲酒の頻度（Q4-2）別にみると、「1合未満」は時々飲む（64.5%）が毎日飲む（33.0%）よりも31.5ポイント高くなっている。また、「1～2合未満」は毎日飲む（42.9%）が時々飲む（24.5%）よりも18.4ポイント高くなっており、「2～3合未満」は毎日飲む（17.9%）が時々飲む（6.8%）よりも11.1ポイント高くなっている。

【図表4-65 飲酒日の飲酒量－飲酒の頻度別（Q4-2）】

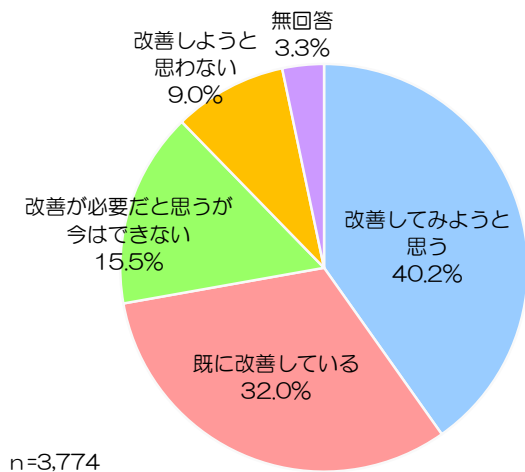


（8）運動や食生活等の改善意向

Q4-3：運動や食生活等の生活習慣を改善してみようと思いますか。（単一回答）

「改善してみようと思う」（40.2%）が約4割と最も高く、次いで「既に改善している」（32.0%）、「改善が必要だと思うが今はできない」（15.5%）と続いている。

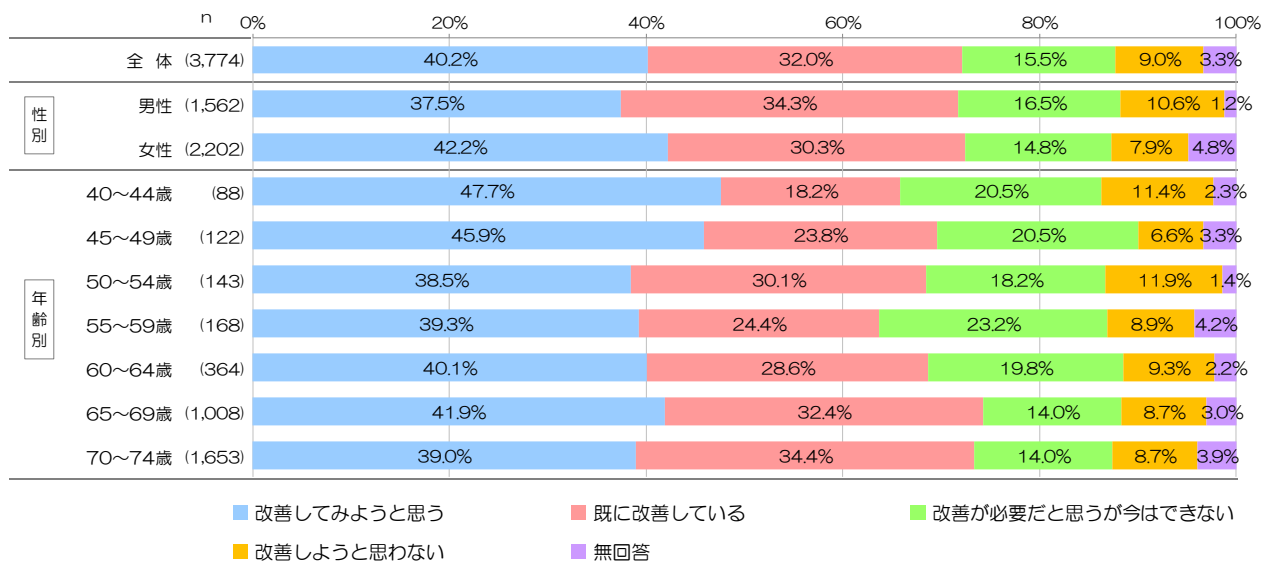
【図表4-66 運動や食生活等の改善意向】



回答内容	回答件数	回答割合
改善してみようと思う	1,516	40.2%
既に改善している	1,208	32.0%
改善が必要だと思うが今はできない	584	15.5%
改善しようと思わない	341	9.0%
無回答	125	3.3%

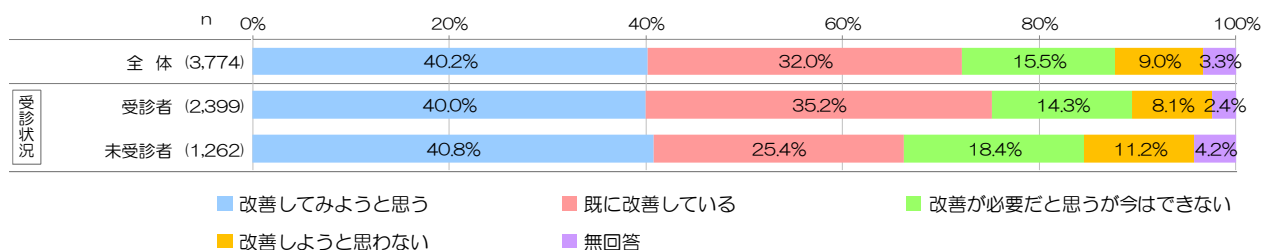
性別にみると、「改善してみようと思う」は女性（42.2%）が男性（37.5%）よりも4.7ポイント高くなっている。年齢別にみると、「改善してみようと思う」は40～44歳（47.7%）と45～49歳（45.9%）で4割半ば以上と高くなっている。また、「既に改善している」は40～44歳（18.2%）で2割近くと低く、年齢が上がるにつれておおむね高くなっている。

【図表4-67 運動や食生活等の改善意向—性別、年齢別】



健診受診状況別にみると、「既に改善している」は受診者（35.2%）が未受診者（25.4%）よりも9.8ポイント高くなっている。

【図表4-68 運動や食生活等の改善意向—健診受診状況別】



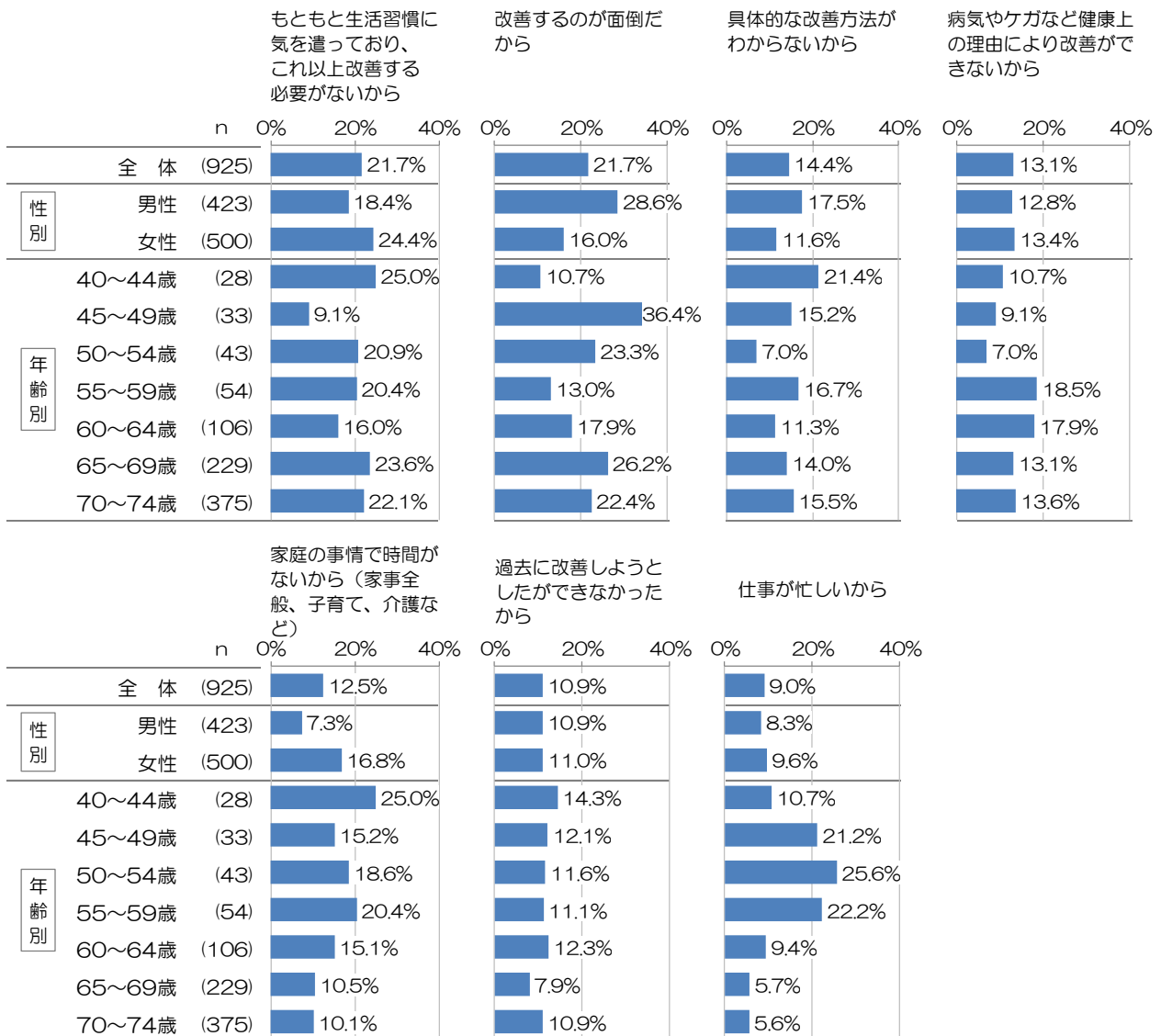
(9) 運動や食生活等の改善をしない理由

Q4-3-1：Q4-3 で改善ができない・しないと回答した理由（複数回答）

※問 4-3 で「改善が必要だと思うが今はできない」「改善しようと思わない」と回答した方が対象

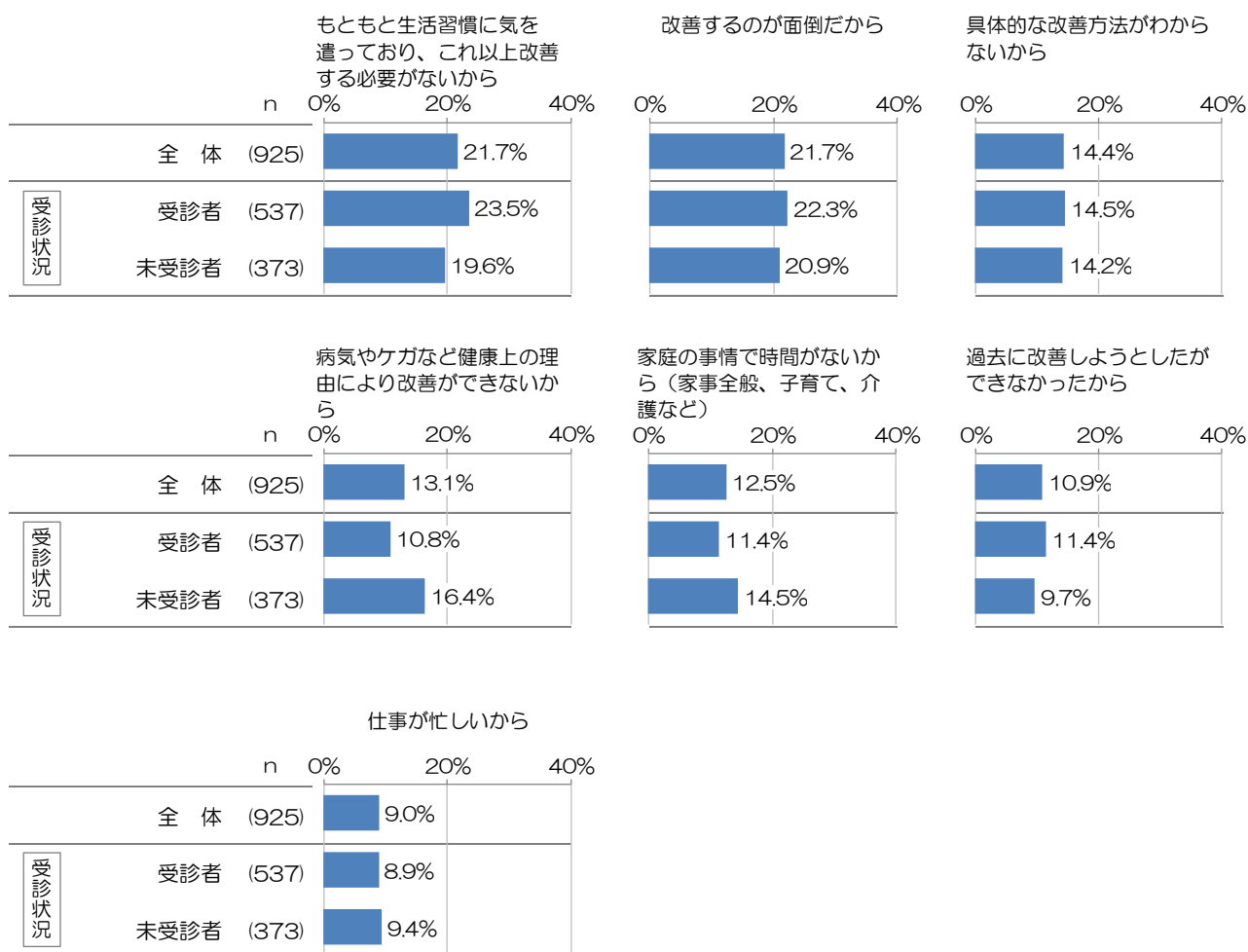
性別にみると、「改善するのが面倒だから」は男性（28.6%）が女性（16.0%）よりも12.6ポイント高くなっている。また、「家庭の事情で時間がないから（家事全般、子育て、介護など）」は女性（16.8%）が男性（7.3%）よりも9.5ポイント高くなっている。年齢別にみると、「もともと生活習慣に気を遣っており、これ以上改善する必要がないから」は45～49歳（9.1%）で1割弱と低くなっている。また、「改善するのが面倒だから」は45～49歳（36.4%）で3割半ばを超えて高くなっており、「仕事が忙しいから」は45～49歳（21.2%）と50～54歳（25.6%）と55～59歳（22.2%）で2割強以上と高くなっている。

【図表4-69 運動や食生活等を改善しない理由
—性別、年齢別（「その他」を除く）】



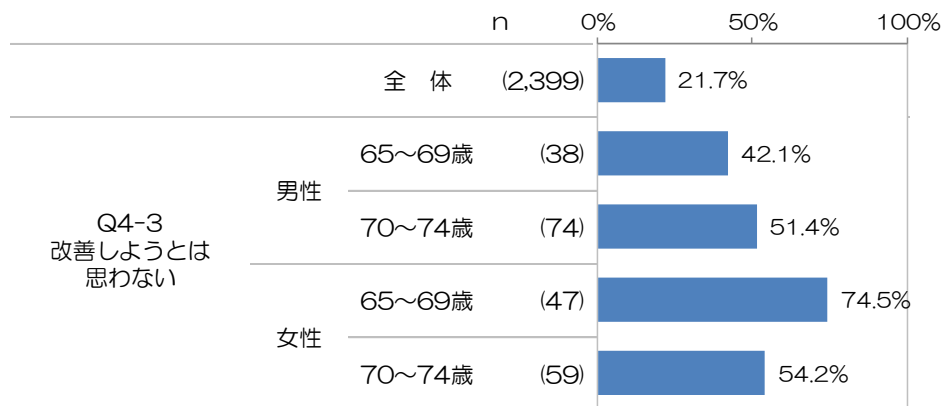
健診受診状況別にみると、「もともと生活習慣に気を遣っており、これ以上改善する必要がないから」は受診者（23.5%）が未受診者（19.6%）よりも3.9ポイント高くなっている。また、「病気やケガなど健康上の理由により改善ができないから」は未受診者（16.4%）が受診者（10.8%）よりも5.6ポイント高くなっている。

【図表4-70 運動や食生活等の改善をしない理由
—健診受診状況別（「その他」を除く）】



「もともと生活習慣に気を遣っており、これ以上改善する必要がないから」の選択肢についてQ4-3「改善しようとは思わない」と回答した方について性別×年齢別にみると、65～69歳、70～74歳では男女ともに全体より高くなっており、各年齢ともに女性が男性より高くなっている。

【図表4-71 運動や食生活等を改善しない理由—
「もともと生活習慣に気を遣っており、これ以上改善する必要がないから」×
Q4-3「改善しようとは思わない」×性別×年齢別】



※多重クロス集計により回答者数が少ない属性が多くなるため、回答者数が30人以上かつ全体と比較し10.0ポイント以上の差が出た属性のみをピックアップしている。

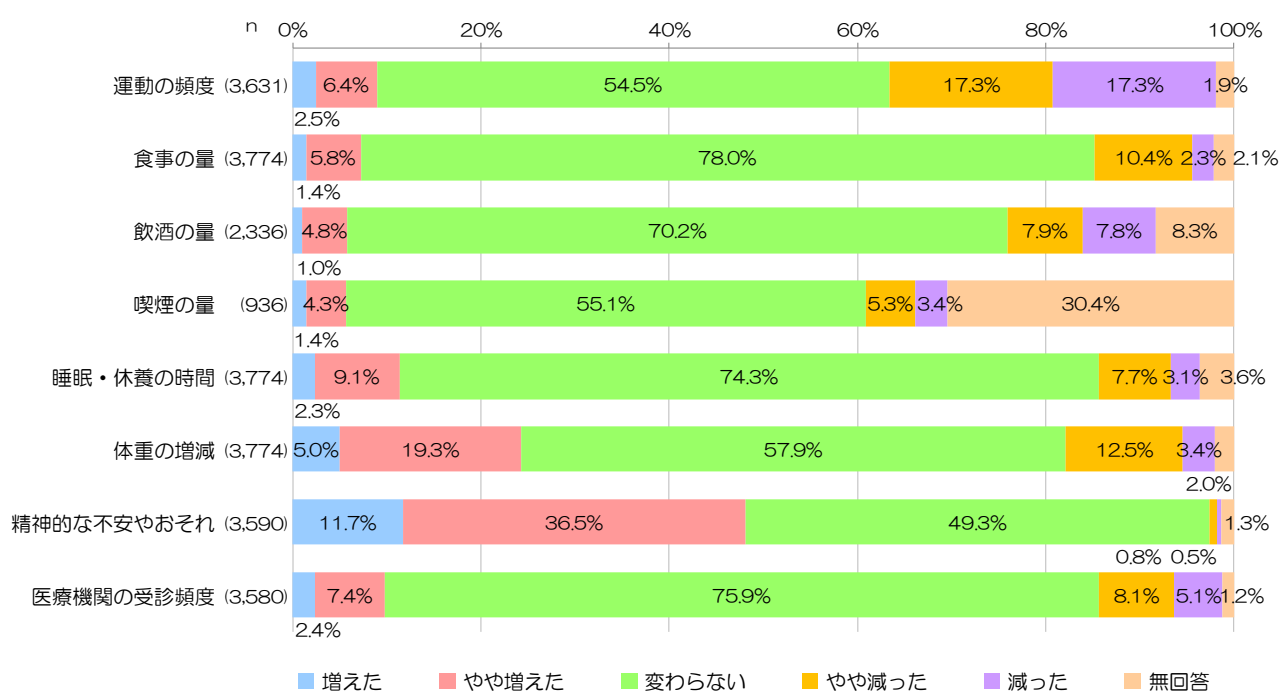
4. 新型コロナウイルス感染拡大後の生活習慣の変化

(1) 新型コロナウイルス感染拡大後の生活習慣の変化

Q5-1：新型コロナウイルス感染拡大後、以下の生活習慣等はどうに変わりましたか。(〇はそれぞれ1つずつ)

選択肢別にみると、「増えた」「やや増えた」はいずれも精神的な不安やおそれ(11.7%、36.5%)が最も高くなっている。また、「やや減った」「減った」はいずれも運動の頻度(17.3%、17.3%)が最も高くなっている。

【図表4-72 新型コロナウイルス感染拡大後の生活習慣の変化】



※選択肢「該当なし」の回答は集計から除外している

第5章 アンケート用紙

1. あなた自身のことについて、おうかがいします。

Q 1-1 あなたの性別と年齢を教えてください。(○は1つだけ)

1. 男性	2. 女性	3. その他	年齢 () 歳
-------	-------	--------	----------

Q 1-2 現在のあなたのお仕事は次のどれにあてはまりますか。(○は1つだけ)

1. 勤め (フルタイム)	2. 勤め (パートタイム、アルバイト)	3. 内職
4. 自営業	5. 主夫・主婦 (勤めについていない)	6. 無職
7. その他 ()		

Q 1-2-1 ※上記で1、2、3、4のいずれかを回答した方のみ、ご回答ください。

あなたの勤務形態について、一番近いものを教えてください。(○は1つだけ)

1. 土日休み、昼間勤務	2. 土日休み、夜間勤務	3. 平日休み、昼間勤務
4. 平日休み、夜間勤務		
5. その他の勤務形態 ()		

Q 1-3 現在のあなたの同居者はどなたですか。(○はあてはまるものすべて)

1. 一人暮らし (自分のみ)	2. 配偶者・パートナー (事実婚含む)
3. 子ども (嫁・婿などの配偶者含む)	4. 父母 (義理の父母含む)
5. 兄弟姉妹	6. 祖父母 (義理の祖父母含む)
7. 孫	8. 親戚・友人・知人
9. その他 ()	

Q 1-4 あなたは何区に住んでいますか。(○は1つだけ)

1. 西区	2. 北区	3. 大宮区	4. 見沼区	5. 中央区
6. 桜区	7. 浦和区	8. 南区	9. 緑区	10. 岩槻区

Q 1-5 あなたの国民健康保険加入年数を教えてください。(○は1つだけ)

1. 1年未満	2. 1年以上、5年未満	3. 5年以上、10年未満
4. 10年以上、15年未満		
5. 15年以上、20年未満		
6. 20年以上		

2. のびのび健診 (特定健診) 等について、おうかがいします。

Q 2-1 次のア～エの健診等について知っていますか。(○はそれぞれ1つずつ)

	言葉も内容も知っている	言葉は聞いたことがある	まったく聞いたことがない
ア 『のびのび健診 (特定健診)』	1	2	3
イ 『特定保健指導』	1	2	3
ウ 『生活習慣病』	1	2	3
エ 『メタボリックシンドローム』	1	2	3

Q2-2 『のびのび健診（特定健診）』は生活習慣病の健診ということは知っていますか。
（○は1つだけ）

- | | |
|----------|-----------|
| 1. 知っている | 2. 知らなかった |
|----------|-----------|

Q2-3 職場の健診や自費での人間ドックを受診したとき、受診結果をさいたま市へ提出するとプレゼントを受け取れることを知っていますか。（○は1つだけ）

- | | |
|--------------------|---------------------|
| 1. 知っていて受け取ったことがある | 2. 知っているが、提出したことはない |
| 3. 知らなかった | |

3. のびのび健診（特定健診）の受診状況等について、おうかがいします。

Q3-1 令和3年度にのびのび健診（特定健診）を受診しましたか。（○は1つだけ）

- | | |
|----------------|-------------------|
| 1. 受診した ⇒Q3-2へ | 2. 受診していない ⇒Q3-6へ |
|----------------|-------------------|

※Q3-2からQ3-5はQ3-1で1と回答した方のみ、ご回答ください。

Q3-2 のびのび健診（特定健診）の受診理由を教えてください。（○はあてはまるものすべて）

- | | |
|----------------------|--------------------------------|
| 1. 毎年受けているから | 2. 健康に不安があったから |
| 3. 健康に不安はないが必要と感じたから | 4. 医師から勧められたから |
| 5. 家族から勧められたから | 6. 知人から勧められたから |
| 7. 市からの電話やはがきが来たから | 8. その他（ ） |

Q3-3 受診した感想を教えてください。（○は1つだけ）

- | | | | |
|----------|---------|---------|----------|
| 1. とても満足 | 2. やや満足 | 3. やや不満 | 4. とても不満 |
|----------|---------|---------|----------|

Q3-4 Q3-3の回答の理由を教えてください。（○はあてはまるものすべて）

- | | |
|----------------------|--------------------------------|
| 1. 申し込み方法のわかりやすさ | 2. 予約の取りやすさ |
| 3. 受診した医療機関の対応・スムーズさ | 4. 検査項目の適切さ |
| 5. 結果のわかりやすさ | 6. その他（ ） |

Q3-5 医療機関の予約について希望した月と実際に健診を受けた月を教えてください。

予約を希望した月	（ ）月	実際に健診を受けた月	（ ）月
----------	-----------	------------	-----------

↳ Q3-5ご回答後はQ3-7へお進みください

※Q3-6からQ3-6-2はQ3-1で2と回答した方のみ、ご回答ください。

Q3-6 のびのび健診（特定健診）の未受診理由を教えてください。 ←

（○はあてはまるものすべて）

- | | |
|------------------------|--------------------------------|
| 1. 多忙だから ⇒Q3-6-1へ | 2. 通院中のため、日頃から検査を行っているから |
| 3. 健康面に問題はなく必要性を感じないから | 4. 受診申し込み手続きが不明もしくは面倒だから |
| 5. 職場で健診を受けたから | 6. 新型コロナウイルス感染症が心配だから |
| 7. 特に理由はない | 8. その他（ ） |

Q3-6-1 ※Q3-6で1を選択した方のみ、ご回答ください。

多忙の理由を教えてください。(○はあてはまるものすべて)

- | |
|--------------------------------|
| 1. 仕事 |
| 2. 家族 (家事全般、子育て、介護など) |
| 3. プライベート (ボランティア活動、レジャー、旅行など) |
| 4. その他 () |

Q3-6-2 ※Q3-6で1を選択した方のみ、ご回答ください。

どのように状況が変化したら、のびのび健診 (特定健診) を受けようと思いますか。

(○はあてはまるものすべて)

- | | |
|-----------------------|-----------------|
| 1. 自分の時間に余裕ができる | 2. 医師から受診を勧められる |
| 3. 検査項目が増える | 4. 受診手続きが簡単になる |
| 5. 受診時にプレゼント等の特典が発生する | 6. その他 () |

※Q3-7からは全ての方におうかがいします。

Q3-7 受診券に同封している「のびのび健診 (特定健診)・特定保健指導等のお知らせ」パンフレットの内容はいかがでしたか。(○は1つだけ)

- | | | |
|----------------|----------------|-----------------|
| 1. とてもわかりやすかった | 2. わかりやすかった | 3. ふつう |
| 4. わかりにくかった | 5. とてもわかりにくかった | 6. 見ていない・覚えていない |

Q3-8 のびのび健診 (特定健診) について、一番近い考えかたを教えてください。

(○は1つだけ)

- | | |
|-------------------|-------------------|
| 1. 年一回必ず受けるべき | 2. 必要な時だけ受ければよい |
| 3. 受けないより、受けた方がよい | 4. 個人の判断で受けなくてもよい |

4. 日頃の健康状態、生活習慣について、おうかがいします。

Q4-1 次のア～オについて、あてはまるほうをお答えください。(○はそれぞれ1つずつ)

	はい	いいえ
ア 20歳の時から体重が10kg以上増加している	1	2
イ 1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2回以上、1年以上実施している	1	2
ウ 就寝前の2時間以内に夕食をとることが、週3回以上ある	1	2
エ 現在、たばこを習慣的に吸っている	1	2
オ 睡眠で休養が十分とれている	1	2

Q4-2 お酒 (日本酒・焼酎・ビール・ワイン等) は飲みますか。(○は1つだけ)

- | | | | |
|---------|---------|-------------|-------------|
| 1. 毎日飲む | 2. 時々飲む | 3. ほとんど飲まない | 4. まったく飲まない |
|---------|---------|-------------|-------------|

Q4-2-1 ※Q4-2で1、2のいずれかを回答した方のみ、ご回答ください。

飲酒日の飲酒量はどの程度ですか。(○は1つだけ)

※清酒1合の目安：ビール中瓶1本(500ml)・焼酎35度(80ml)・

ウイスキーダブル1杯(60ml)・ワイン2杯(240ml)

- | | | | |
|---------|-----------|-----------|---------|
| 1. 1合未満 | 2. 1～2合未満 | 3. 2～3合未満 | 4. 3合以上 |
|---------|-----------|-----------|---------|

Q4-3 運動や食生活等の生活習慣を改善してみようと思いませんか。(○は1つだけ)

- | | |
|---------------------|---------------|
| 1. 改善してみようと思う | 2. 既に改善している |
| 3. 改善が必要だと思うが今はできない | 4. 改善しようと思わない |

Q4-3-1 ※Q4-3で3、4のいずれかを回答した方のみ、ご回答ください。

Q4-3の回答の理由を教えてください。(○はあてはまるものすべて)

- | | |
|---|-------------------------|
| 1. もともと生活習慣に気を遣っており、
これ以上改善する必要がないから | 2. 改善するのが面倒だから |
| 3. 具体的な改善方法がわからないから | 4. 過去に改善しようとしたができなかったから |
| 5. 家庭の事情で時間がないから
(家事全般、子育て、介護など) | 6. 仕事が忙しいから |
| 7. 病気やケガなど健康上の理由により改善ができないから | |
| 8. その他 () | |

5. 新型コロナウイルス感染拡大後の生活習慣について、おうかがいします。

Q5-1 新型コロナウイルス感染拡大後、ア～クの生活習慣等はどのように変わりましたか。

(○はそれぞれ1つずつ)

	増えた	やや増えた	変わらない	やや減った	減った	該当なし
ア 運動の頻度	1	2	3	4	5	6
イ 食事の量	1	2	3	4	5	/
ウ 飲酒の量	1	2	3	4	5	6
エ 喫煙の量	1	2	3	4	5	6
オ 睡眠・休養の時間	1	2	3	4	5	/
カ 体重の増減	1	2	3	4	5	/
キ 精神的な不安やおそれ	1	2	3	4	5	6
ク 医療機関の受診頻度	1	2	3	4	5	6

質問は以上となります。最後までご協力いただき、ありがとうございました。

同封の返信用封筒にて、8月31日(水)までにご投函ください。(切手は不要です。)

なお、インターネットからご回答された方は、調査票の郵送は不要です。

