

葛飾区保健医療実態調査報告書

令和6年（2024年）3月

葛 飾 区



目 次

| | | |
|----|---|----|
| I | 調査の概要 | 1 |
| 1 | 調査の目的 | 1 |
| 2 | 調査の内容 | 1 |
| 3 | 調査の設計 | 1 |
| 4 | 回答状況 | 2 |
| 5 | 調査結果の表示方法 | 2 |
| 6 | 標本誤差について | 2 |
| II | 調査結果 | 3 |
| 1 | 区民向け調査 | 3 |
| | （1）調査回答者の属性 | 3 |
| | （2）健康づくりについて | 8 |
| | 問1 あなたが日頃、健康のために心がけていることは何ですか。 | 8 |
| | 問2 健康の維持・増進のために、「生活活動（日常生活で身体を動かすこと）」が推奨されていますが、あなたは実行していますか。 | 10 |
| | 問3 健康の維持・増進のために、「運動」が推奨されていますが、あなたは実行していますか。 | 13 |
| | （3）地域や社会とのつながりについて | 17 |
| | 問4 あなたは、ふだん（仕事のある日も含めて）外出することがありますか。 | 17 |
| | 問5 あなたはこの1年間に、次のことを行いましたか。 | 19 |
| | 問6 あなたは、ご近所の方とどのようにお付き合いをしていますか。 | 21 |
| | （4）健康診査の受診について | 23 |
| | 問7－（1） あなたが、過去1年以内に受診した健診はどれですか。 | 23 |
| | 問7－（2） 受診しなかった理由は何ですか。最もよくあてはまる番号に○を1つ付けてください。 | 26 |
| | 問8－（1） あなたが過去1年以内に受診したがん検診は、次のうち、どれにあてはまりますか。どこで受診したか（1～5）、及びがん検診の種別（①～⑦）のあてはまる番号すべてに○を付けてください。 | 29 |
| | 問8－（2） 受診しなかった理由は何ですか。最もよくあてはまる番号に○を1つ付けてください。 | 34 |
| | （5）かかりつけについて | 36 |
| | 問9 あなたは、かかりつけ医を持っていますか。 | 36 |
| | 問10 あなたは、かかりつけ歯科医を持っていますか。 | 39 |
| | 問11 あなたは、かかりつけ薬局を持っていますか。 | 42 |

| | |
|--|-----|
| （6）食生活について | 45 |
| 問 12 あなたは、朝食を食べていますか。 | 45 |
| 問 13 あなたは調理や食事をするとき、栄養バランスに注意していますか。 | 49 |
| 問 14 あなたは食事のとり方でどのようなことに気をつけていますか。 | 51 |
| 問 15 1日の野菜摂取量の目標は350g以上（調理前の生の状態）です。野菜料理では5皿分程度の量です。あなたは、ふだん1日でどれくらいの量の野菜をとっていますか。 | 53 |
| 問 16 あなたは、ふだん食品を購入するときに栄養成分表示を確認していますか。 | 55 |
| 問 17 1日の食塩摂取量の目標は男性が7.5g未満、女性が6.5g未満です。あなたが減塩のために実践していることは何ですか。 | 57 |
| 問 18 あなたは、外食（飲食店での食事）をどのくらい利用していますか。 | 59 |
| 問 19 あなたは、持ち帰りの弁当や惣菜、宅配食やデリバリーをどのくらい利用していますか。 | 63 |
| BMIについて | 66 |
| 高齢者（65歳以上）のBMIについて | 71 |
| （7）歯の健康について | 72 |
| 問 20 あなたが、歯や歯肉の健康を保つために行っていることは何ですか。 | 72 |
| 問 21 あなたが、歯科を受診する（受診した）理由は何ですか。 | 74 |
| （8）喫煙について | 76 |
| 問 22-（1） あなたは喫煙しますか。 | 76 |
| 問 22-（2） あなたは禁煙したいと思っていますか。 | 81 |
| 問 22-（3） あなたは、どうしたら、禁煙できると思いますか。 | 85 |
| 問 23 あなたは、葛飾区に喫煙禁止区域があることを知っていますか。 | 87 |
| 問 24 あなたはこの1か月間に、他の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会がありましたか、その場所についてあてはまる番号に○印をつけてください。 | 90 |
| （9）飲酒について | 94 |
| 問 25-（1） あなたはアルコールを飲みますか。 | 94 |
| 問 25-（2） 1日あたり、どれくらいの量を飲みますか。 | 98 |
| （10）こころの健康について | 102 |
| 問 26 あなたは、普段の生活の中で「自分の居場所がない」と感じることはありませんか。 | 102 |
| 問 27-（1） ここ1か月間、あなたの1日の平均睡眠時間はどのくらいでしたか。 | 104 |
| 問 27-（2） あなたは、眠れない日が続く時がありますか。 | 107 |
| 問 27-（3） 眠れない日が続く時は、どのように対応していますか。 | 110 |
| 問 28-（1） あなたは、普段の生活の中で、悩みやストレスがありますか。 | 112 |
| 問 28-（2） あなたの悩みやストレスの原因は何ですか。 | 115 |
| 問 28-（3） 悩みやストレスを、誰に相談していますか。または、誰に相談したいと思いませんか。 | 120 |
| 問 28-（4） あなたは悩み、ストレスがある時、周囲の人にどのように対応してほしいですか。 | 124 |
| （11）自殺対策について | 126 |
| 問 29-（1） あなたはこれまでに、自殺を考えたことはありますか。 | 126 |

| | | |
|-----------|---|------------|
| 問 29- (2) | 自殺を考えた理由や原因はどのようなことでしたか。 | 132 |
| 問 30 | もし身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時、あなたはどのように対応しますか。 | 138 |
| 問 31 | あなたが、自殺防止対策を推進したほうが良いと思う、対象（年代等）はどこだと思いますか。..... | 140 |
| 問 32 | あなたが、葛飾区の自殺対策の取組についてご存じのものはありますか。..... | 142 |
| 問 33 | あなたが、葛飾区の自殺対策の取組として効果的と思うものは何ですか。..... | 144 |
| (12) | 健康状態等について..... | 146 |
| 問 34 | あなたは、ご自分の健康状態をどのように感じていますか。..... | 146 |
| 問 35 | あなたが、健康について関心のあることは何ですか。..... | 148 |
| 問 36 | あなたは日頃、健康に関する情報をどのように入手していますか。..... | 150 |
| 問 37 | あなたは現在、医師から治療が必要と言われている病気がありますか。あてはまる病気の番号（1～17）と、その治療状況（①～②）に○を付けてください。..... | 154 |
| (13) | 保健医療施策に対する意見・要望..... | 158 |
| 問 38 | 葛飾区の保健医療施策に対するご意見・ご要望をお聞かせください。..... | 158 |
| 2 | 事業所向け調査 | 159 |
| (1) | 調査回答事業所の属性..... | 159 |
| 問 1 | 貴事業所の業種は次のうちのどれに当てはまりますか。..... | 159 |
| 問 2 | 貴事業所の従業員数は次のうちのどれに当てはまりますか。..... | 159 |
| 問 3 | 従業員が加入している主たる健康保険は何ですか。..... | 160 |
| (2) | 健康づくりの取組について..... | 161 |
| 問 4 | 貴事業所における健康づくりの取組について、項目ごとにお答えください。..... | 161 |
| 問 5 | 年1回の定期健康診断（雇い入れ時健康診断・人間ドックを含む）の従業員の受診状況を把握していますか。..... | 165 |
| 問 6 | 定期健診の事後措置として実施していることは何ですか。..... | 166 |
| 問 7 | 40歳以上の従業員の特定健診の受診状況を把握していますか。..... | 168 |
| 問 8 | 健康診断の結果、要指導及び要医療になった従業員の状況を把握していますか。..... | 169 |
| 問 9 | 協会けんぽや健康保険組合等と連携していますか。..... | 170 |
| 問 10 | 職場で実施しているがん検診はありますか。..... | 171 |
| 問 11-(1) | 従業員にストレスチェックを実施していますか。また、ストレスチェック結果から従業員のストレス状況を把握していますか。..... | 172 |
| 問 11-(2) | ストレスチェック結果の値が高い従業員やメンタル面などの相談を希望する従業員が利用できる相談体制はありますか。..... | 174 |
| 問 12 | 従業員の健康の維持・増進を進めるため、外部の専門家等を活用していますか。次のうち、当てはまるものを教えてください。..... | 175 |

| | | |
|------|--|-----|
| 問 13 | 従業員に対して健康に関する情報の提供を定期的に行っていますか。次のうち、当てはまるものを教えてください。 | 176 |
| 問 14 | 従業員に対して病気の治療と仕事の両立支援のための取組として、行っていることはありますか。 | 176 |
| 問 15 | 従業員向けの健康の維持・増進に向けた運動に関する取組として、行っていることはありますか。 | 178 |
| 問 16 | 従業員向けの健康的な食事等に関する取組として、行っていることはありますか。 | 178 |
| 問 17 | 従業員の喫煙・禁煙対策に関する取組として、行っていることはありますか。 ... | 179 |
| 問 18 | 受動喫煙防止に関する取組として、行っていることはありますか。 | 180 |
| (3) | 健康経営について | 184 |
| 問 19 | 「健康経営」を知っていますか。 | 184 |
| 問 20 | 「健康経営」の取組状況をお聞かせください。 | 186 |
| 問 21 | 従業員の健康の保持・増進に取り組むにあたり、区の支援で必要だと思うものはどれですか。 | 188 |
| (4) | 事業所での健康管理に対する意見・要望 | 190 |
| 問 22 | 事業所での健康管理について、お困り事やご意見、ご要望があればぜひお聞かせください。 | 190 |

Ⅲ 単純集計結果

| | | |
|---|---------------|-----|
| 1 | 区民向け調査 | 191 |
| 2 | 事業所向け調査 | 219 |

Ⅳ 調査票

| | | |
|---|---------------|-----|
| 1 | 区民向け調査 | 231 |
| 2 | 事業所向け調査 | 252 |

I 調査の概要

1 調査の目的

令和6年度に改定予定の「かつしか健康実現プラン」の基礎資料として、区民の栄養、食生活、健康状態及び運動等の実態を把握するため、調査を実施しました。

また、区内の事業所の健康経営の取組状況等を把握し、働く世代の健康づくり支援に繋げるため、区内事業所に初めて調査を実施しました。

2 調査の内容

(1) 区民向け調査

- ・健康づくり
- ・地域や社会とのつながり
- ・健康診査の受診
- ・かかりつけ
- ・食生活
- ・歯の健康
- ・喫煙
- ・飲酒
- ・こころの健康
- ・自殺対策
- ・健康状態等

(2) 事業所向け調査

- ・健康づくりの取組
- ・健康経営

3 調査の設計

(1) 区民向け調査

- ア 調査時期 令和5年7月13日～8月4日
- イ 調査地域 葛飾区全域
- ウ 調査対象 満18歳以上の区民
- エ 対象者数 2,400人
- オ 抽出方法 等間隔無作為抽出法
- カ 調査方法 郵送配布、郵送またはインターネットによる回答

(2) 事業所向け調査

- ア 調査時期 令和5年7月13日～8月4日
- イ 調査地域 葛飾区全域
- ウ 調査対象 従業員10人以上の事業所
- エ 対象事業所数 700事業所
- オ 抽出方法 単純無作為抽出法
- カ 調査方法 郵送配布、郵送またはインターネットによる回答

4 回答状況

| | 配布数 | 有効回答数 | 有効回答率 |
|---------|-------|-------|-------|
| 区民向け調査 | 2,400 | 991 | 41.3% |
| 事業所向け調査 | 700 | 350 | 50.0% |

5 調査結果の表示方法

- (1) 回答は各質問の回答者数（N）を基数とした百分率（%）で示してあります。また、小数点以下第2位を四捨五入しているため、内訳の合計が100.0%にならない場合があります。
- (2) 複数回答が可能な設問の場合、回答者が全体に対してどのくらいの比率であるかという見方になるため、回答比率の合計が100.0%を超える場合があります。
- (3) クロス集計の場合、無回答を排除しているため、クロス集計の有効回答数の合計と単純集計（全体）の有効回答数が合致しないことがあります。なお、クロス集計とは、複数項目の組み合わせで分類した集計のことで、複数の質問項目を交差して並べ、表やグラフを作成することにより、その相互の関係を明らかにするための集計方法です。
- (4) クロス集計の分析では、分析項目の基数（N）が10以下である項目は、他の項目と比較して顕著な傾向を示していても、分析の対象とせず文章中でもふれていない場合があります。
- (5) 報告書中の「ツイッター」は、令和6年3月時点の「X」を指します。

6 標本誤差について

今回のように全体(母集団)から一部を抽出して行う標本調査では、全体を対象に行った調査に比べて調査結果に差が生じることがあります。

そこで、区間推定の代表である95%信頼区間を用いて抽出による結果の誤差を計算します。標本誤差は、以下の計算式によって算出されます。

$$\text{(信頼度 95\%)} \quad \text{標本誤差} = \pm 1.96 \sqrt{\frac{N-n}{N-1} \times \frac{P(1-P)}{n}}$$

N = 母集団数、n = 回答者数、P = 回答比率(0 ≤ P ≤ 1)

標本数と回答の比率ごとに誤差を整理したものが以下の表となります。

回答者数（n）が991人であり、その設問中の選択肢の回答比率（P）が50%であった場合、その回答比率の誤差は±3.1%となり、46.9%～53.1%の範囲にあると考えられます。

| 回答者数 (n) | 回答比率 (P) | | | | | | | | | |
|-------------|----------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|-----------|
| | 50% | 45% 55% | 40% 60% | 35% 65% | 30% 70% | 25% 75% | 20% 80% | 15% 95% | 10% 90% | 5% 95% |
| 991 | 3.1% | 3.1% | 3.0% | 3.0% | 2.8% | 2.7% | 2.5% | 2.2% | 1.9% | 1.4% |
| 500 | 4.4% | 4.4% | 4.3% | 4.2% | 4.0% | 3.8% | 3.5% | 3.1% | 2.6% | 1.9% |
| 300 | 5.7% | 5.6% | 5.5% | 5.4% | 5.2% | 4.9% | 4.5% | 4.0% | 3.4% | 2.5% |