

健康と医療に関する調査結果

2015年7月

株式会社シーエヌエス

I ■ 調査の概要

1. 調査時期

2015年7月10日(金)～7月15日(水)

2. 調査対象

首都圏(東京都、千葉県、神奈川県、埼玉県)、愛知県、関西(大阪府、京都府、兵庫県)
在住の40代～70代までの男女。

3. 調査方法

WEBアンケート

4. 回収サンプルサイズ

3, 145サンプル

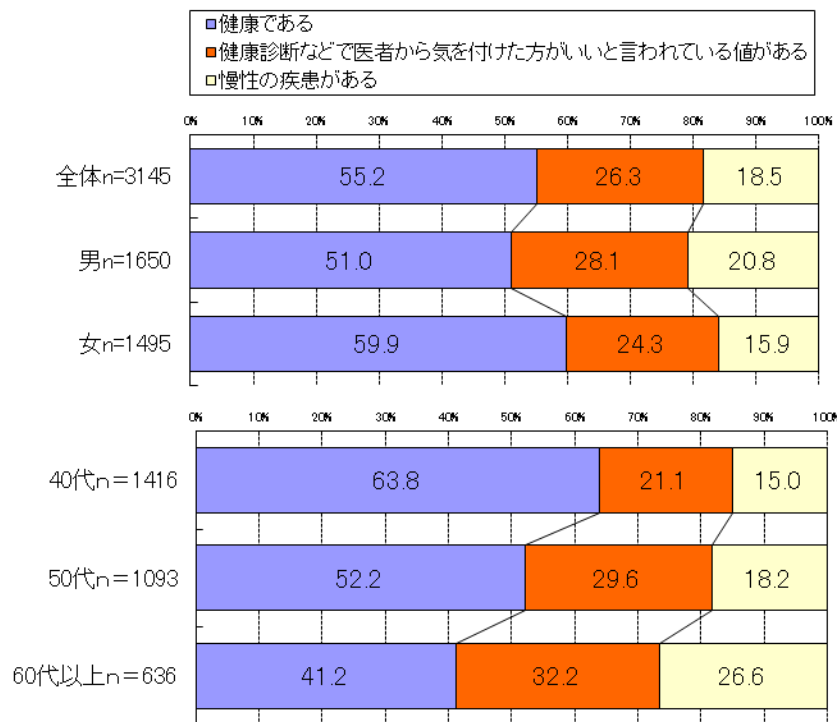
5. 調査項目

- 1) 現在の健康状態
- 2) 医者に気をつけたほうが良いと言われている値
- 3) 現在かかえている慢性疾患
- 4) 慢性疾患を改善するため行っている事
- 5) 食生活の改善内容(食生活を改善していると回答した層)
- 6) 介護を要する人の存在と要介護のレベル
- 7) 回答者の体型/飲酒状況/喫煙状況
- 8) 職業
- 9) 医療福祉関係者の仕事内容
- 10) 医者の診療科名

Ⅱ ■ 調査の結果

1. 現在の健康状態

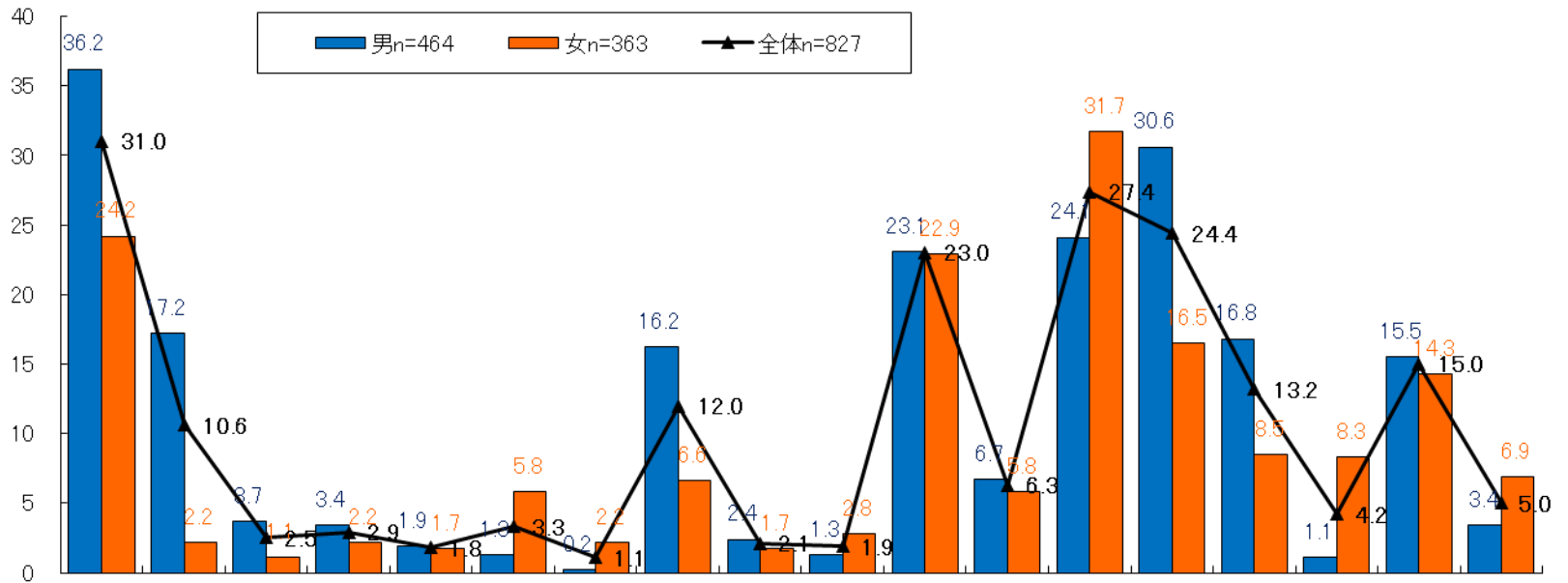
- ・55%と過半数は「健康である」と回答しているが、「医者から気を付けた方がいいと言われている値がある」26%、「慢性の疾患がある」19%と、健康に何らかの問題を抱えている層が45%存在する。
- ・健康に何らかの問題を抱えている割合は女性より男性に高く、また年代が高くなるに従いその割合は高くなる傾向にある。
- ・なお体型別にみると、太りすぎの層は他の体型の層に比べ「慢性の疾患がある」とする割合が高い。また喫煙状況で、吸っていたが止めた層に「慢性の疾患がある」とする割合が高くなっているが、これは慢性疾患が生じたので禁煙に踏み切った、そんな層がそれなりに存在しているという結果なのであろう。



		n	健康である	健康診断などで医者から気を付けた方がいいと言われている値がある	慢性の疾患がある
体型別	太りすぎ	246	30.1	34.6	35.4
	太り気味	946	45.7	33.6	20.7
	普通(標準)	1433	63.6	21.2	15.1
	痩せ気味	410	63.4	22.7	13.9
	痩せすぎ	110	53.6	24.5	21.8
飲酒状況別	毎日飲む	828	52.7	28.7	18.6
	時々飲む	1207	57.4	27.0	15.6
	飲まない	1110	54.8	23.7	21.5
喫煙状況別	吸う	706	55.7	26.1	18.3
	吸わない	1754	58.1	26.4	15.5
	吸っていたが止めた	685	47.4	26.3	26.3

2. 医者から気をつけたほうがいいと言われている値（複数回答）

- ・医者から気をつけた方がいいと言われている値の上位5項目は、1位「**血圧値**」31.0%、2位「**悪玉コレステロール値**」37.1%、3位「**中性脂肪値**」24.4%、4位「**総コレステロール値**」23.0%、5位「**肥満度(BMI)**」15.0%である。
- ・なお性別に見ると、「**血圧値**」を挙げる割合は男性の方が高く、「**悪玉コレステロール値**」を挙げる割合は女性の方が高い。



	血圧値	尿酸値	尿糖値	尿蛋白値	尿潜血値	ヘモグロビン値	ヘマトリック値	血糖値	白血球数	赤血球数	総コレステロール値	HDLコレステロール値	LDL(悪玉)コレステロール値	中性脂肪(TG)値	肝機能	骨密度	肥満度(BMI)	その他
40代n=299	25.8	7.0	2.3	3.0	2.0	3.7	1.3	7.7	3.0	3.0	17.7	5.0	22.7	20.1	11.7	2.0	16.4	7.4
50代n=323	29.4	11.8	2.2	3.4	1.9	4.0	1.5	13.0	2.2	2.2	27.6	8.4	32.8	30.3	15.8	3.7	16.7	2.2
60代以上n=205	41.0	14.1	3.4	2.0	1.5	1.5	-	16.6	0.5	-	23.4	4.9	25.9	21.5	11.2	8.3	10.2	5.9

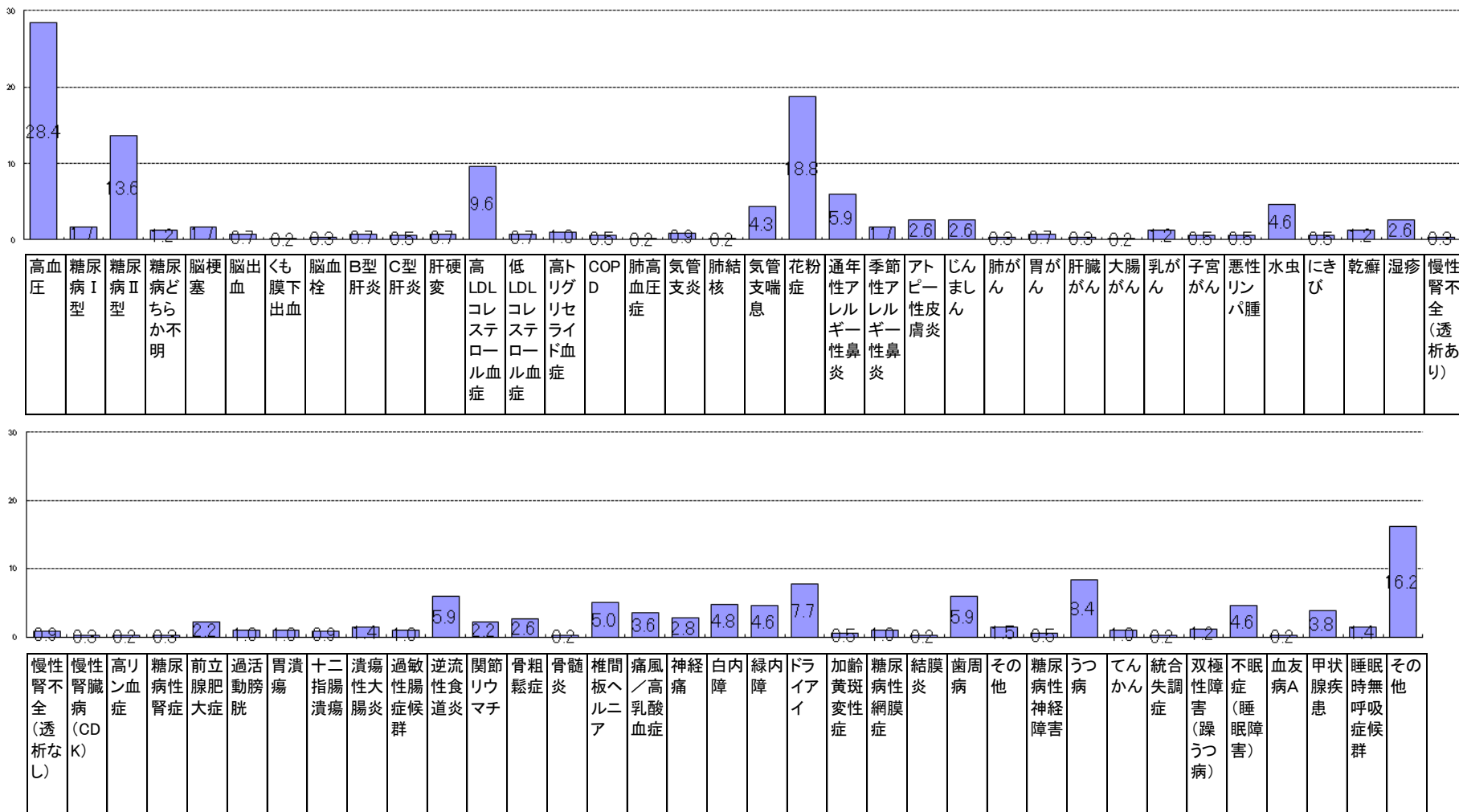
2. 医者から気をつけたほうがいいと言われている値（複数回答）

- ・体型別にみると、太りすぎは他の体型に比べ「血圧値」「中性脂肪(TG)値」「肝機能」「肥満度(BMI)」を挙げる割合が高く、また飲酒状況別には、毎日飲む層はそうでない層に比べ「血圧値」「尿酸値」が高い。
- ・なお喫煙状況別には、吸う層はそうでない層に比べ「中性脂肪(TG)」を挙げる割合が高くなっている。

		n	血圧値	尿酸値	尿糖値	尿蛋白値	尿潜血値	ヘモグロビン値	ヘマトリック値	血糖値	白血球数	赤血球数	総コレステロール値	HDLコレステロール値	LDL(悪玉)コレステロール値	中性脂肪(TG)値	肝機能	骨密度	肥満度(BMI)	その他
体型別	太りすぎ	85	47.1	10.6	3.5	-	-	-	-	12.9	1.2	3.5	20.0	10.6	27.1	36.5	24.7	2.4	56.5	1.2
	太り気味	318	34.9	16.0	2.5	3.1	1.6	2.8	0.6	12.9	1.9	0.6	23.6	6.9	28.6	31.4	15.1	2.5	21.1	3.8
	普通(標準)	304	27.3	6.6	2.6	3.0	2.0	3.6	2.0	9.9	2.6	3.3	22.4	5.6	28.9	18.4	8.9	4.6	2.0	6.3
	痩せ気味	93	14.0	8.6	2.2	3.2	2.2	7.5	1.1	12.9	1.1	-	28.0	4.3	22.6	15.1	12.9	7.5	2.2	8.6
	痩せすぎ	27	33.3	-	-	7.4	7.4	-	-	18.5	3.7	3.7	14.8	-	14.8	3.7	3.7	14.8	3.7	3.7
飲酒状況別	毎日飲む	238	42.0	18.5	2.5	3.8	2.1	1.3	-	13.0	3.8	2.1	23.5	5.9	22.3	28.6	18.1	1.7	15.5	5.0
	時々飲む	326	27.9	9.2	3.1	1.8	1.5	2.5	0.9	12.3	1.2	1.5	25.5	7.1	28.5	25.2	11.7	3.1	15.0	4.0
	飲まない	263	24.7	5.3	1.9	3.4	1.9	6.1	2.3	10.6	1.5	2.3	19.4	5.7	30.8	19.8	10.6	8.0	14.4	6.1
喫煙状況別	吸う	184	32.1	16.3	1.6	1.6	1.6	1.6	1.1	14.1	2.7	2.7	24.5	9.8	26.1	32.6	14.7	2.2	15.2	6.0
	吸わない	463	29.8	6.5	3.0	2.6	1.9	4.5	1.3	9.3	1.9	2.4	22.0	5.8	29.4	21.2	9.9	6.3	13.8	4.8
	吸っていたが止めた	180	32.8	15.6	2.2	5.0	1.7	1.7	0.6	16.7	1.7	-	23.9	3.9	23.9	24.4	20.0	1.1	17.8	4.4

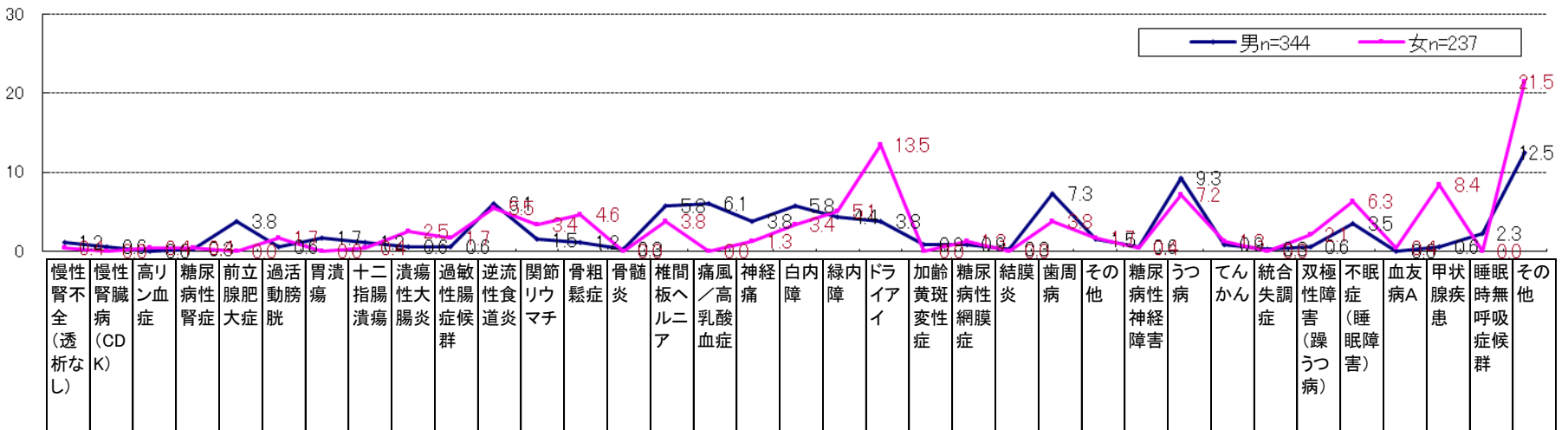
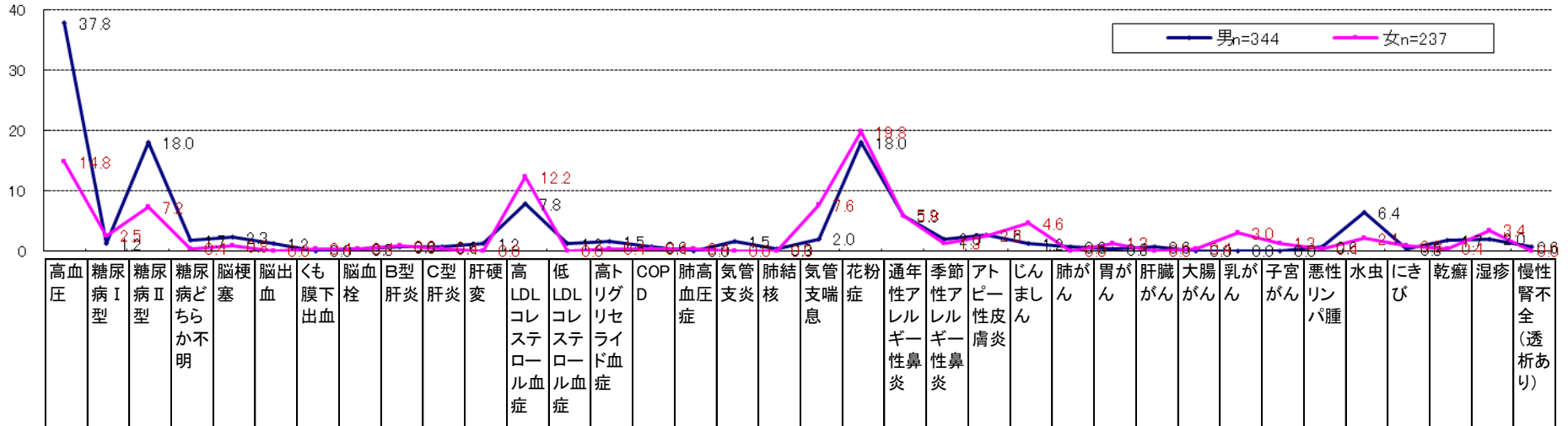
3. 現在かかえている慢性疾患（複数回答） 1. 全体 n=581

・慢性疾患で多い項目は、1位「高血圧」28.4%、2位「花粉症」18.8%、3位「糖尿病Ⅱ型」13.6%、4位「高LDLコレステロール血症」9.6%、5位「うつ病」8.4%、6位「ドライアイ」7.7%、7位「通年アレルギー性鼻炎」「逆流性食道炎」「歯周病」5.9%、8位「椎間板ヘルニア」5.0%、9位「白内障」4.8%、10位「緑内障」「不眠症」「水虫」4.6%となっている。



3. 現在かかえている慢性疾患（複数回答） 2. 性別

・性別に見ると、「高血圧」、「糖尿病Ⅱ型」、「痛風」、「水虫」は男性に多く、「高LDLコレステロール血症」、「気管支喘息」、「ドライアイ」、「不眠症」、「甲状腺疾患」は女性の方が多くなっている。



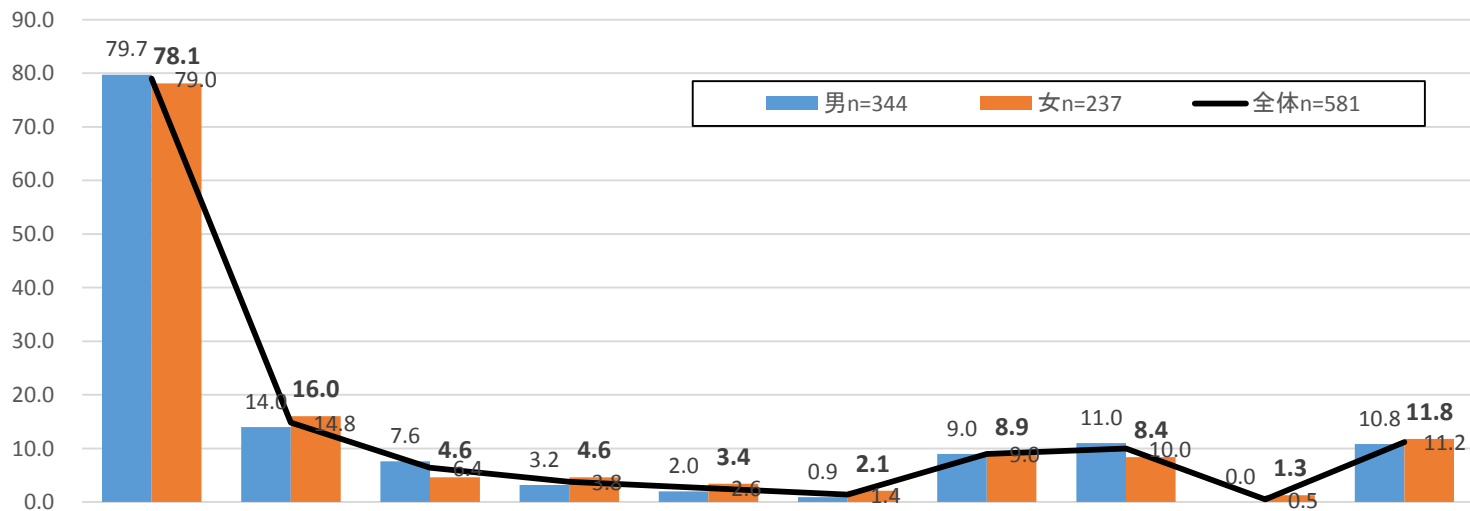
3. 現在かかえている慢性疾患（複数回答） 3. 年代別

	高血圧	糖尿病I型	糖尿病II型	糖尿病どちらか不明	脳梗塞	脳出血	くも膜下出血	脳血栓	B型肝炎	C型肝炎	肝硬変	高LDLコレステロール血症	低LDLコレステロール血症	高トリグリセライド血症	COPD	肺高血圧症	気管支炎	肺結核	気管支喘息	花粉症	通年性アレルギー性鼻炎	季節性アレルギー性鼻炎	アトピー性皮膚炎	じんましん	肺がん	胃がん	肝臓がん	大腸がん	乳がん	子宮がん	悪性リンパ腫	水虫	にきび	乾癬	湿疹	慢性腎不全(透析あり)
40代n=213	13.1	2.3	6.1	2.3	1.9	0.5	0.5	0.9	0.5	0.9	0.9	4.2	0.5	0.5	-	0.5	0.5	0.5	6.1	22.5	5.2	1.9	5.2	3.3	-	0.9	0.5	-	0.9	0.9	0.5	3.8	0.9	0.9	2.3	-
50代n=199	31.7	1.0	14.6	0.5	1.0	-	-	-	0.5	-	-	11.6	0.5	1.0	1.5	-	1.0	-	4.0	18.1	7.5	2.5	2.0	2.0	0.5	-	-	-	1.0	0.5	-	5.0	0.5	1.5	2.5	0.5
60代以上n=169	43.8	1.8	21.9	0.6	2.4	1.8	-	-	1.2	0.6	1.2	14.2	1.2	1.8	-	-	1.2	-	2.4	14.8	4.7	0.6	-	2.4	0.6	1.2	0.6	0.6	1.8	-	1.2	5.3	-	1.2	3.0	0.6

	慢性腎不全(透析なし)	慢性腎臓病(CDK)	高リン血症	糖尿病性腎症	前立腺肥大症	過活動膀胱	胃潰瘍	十二指腸潰瘍	潰瘍性大腸炎	過敏性腸症候群	逆流性食道炎	関節リウマチ	骨粗鬆症	骨髄炎	椎間板ヘルニア	痛風/高尿酸血症	神経痛	白内障	緑内障	ドライアイ	加齢黄斑変性症	糖尿病性網膜症	結膜炎	歯周病	その他	糖尿病性神経障害	うつ病	てんかん	統合失調症	双極性障害(躁うつ病)	不眠症(睡眠障害)	血友病A	甲状腺疾患	睡眠時無呼吸症候群	その他
40代n=213	0.5	-	0.5	-	0.5	0.5	0.5	0.9	2.8	1.4	5.2	1.4	1.4	-	5.2	2.3	2.8	2.8	4.2	9.9	-	0.5	-	6.6	2.3	0.5	11.7	1.9	0.5	2.8	7.0	-	6.6	3.8	17.8
50代n=199	0.5	0.5	-	-	1.0	1.0	1.0	1.5	1.0	1.5	6.0	3.0	1.5	0.5	5.5	4.5	3.0	1.0	5.0	8.5	0.5	1.5	0.5	4.5	0.5	1.0	9.5	1.0	-	0.5	3.5	-	2.0	-	12.6
60代以上n=169	1.8	0.6	-	1.2	5.9	1.8	1.8	-	-	-	6.5	2.4	5.3	-	4.1	4.1	2.4	11.8	4.7	4.1	1.2	1.2	-	6.5	1.8	-	3.0	-	-	3.0	0.6	2.4	-	18.3	

4. 慢性疾患を改善するため行っている事（複数回答）

- ・「定期的に医療機関に通院している」の割合が78.1%と圧倒的に高い。
なお60代以上の層の「定期的に医療機関に通院している」割合が94.7%と、他の年代に比べ高いのが目につく。



	定期的に医療機関に通院している	最近1年以内に医療機関を受診した	1年以上前に医療機関を受診した	定期的に市販薬を服用している	最近1年以内に市販薬を服用した	1年以上前に市販薬を服用した	食生活を改善した	定期的に運動をしている	その他	特に何もしていない
40代n=213	70.0	12.7	6.1	1.4	2.8	1.9	9.9	6.6	0.9	19.2
50代n=199	75.4	17.6	7.0	7.5	3.5	1.5	6.0	8.0	-	10.6
60代以上n=169	94.7	14.2	5.9	2.4	1.2	0.6	11.2	16.6	0.6	1.8

5. 食生活の改善内容（食生活を改善していると回答した層の自由回答）

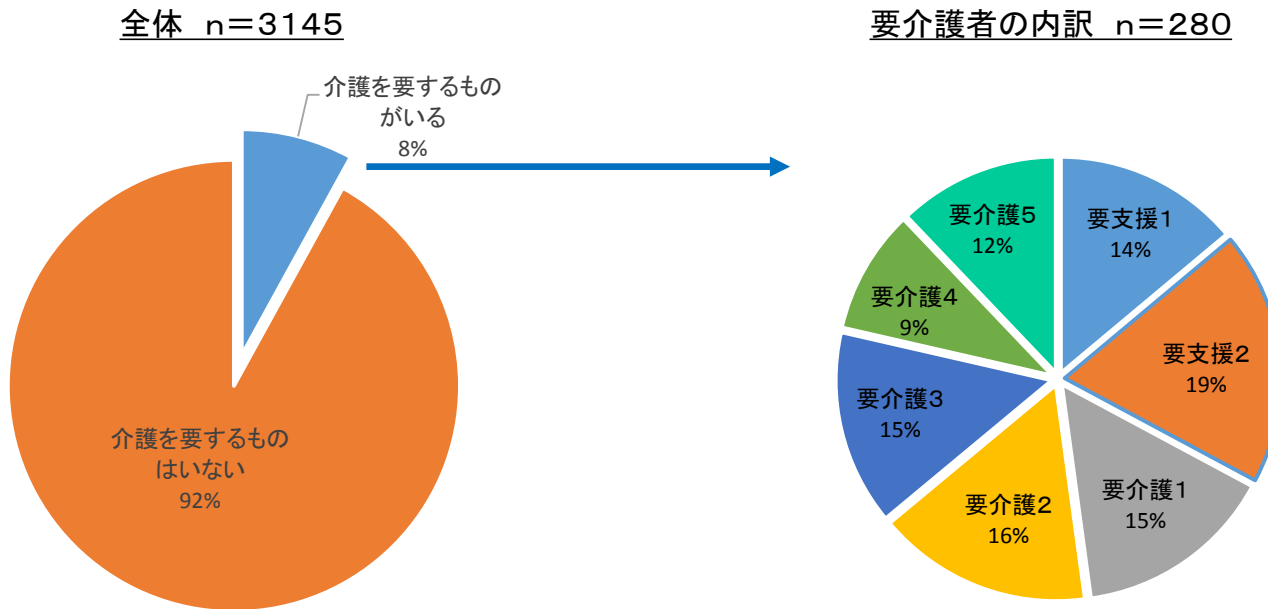
・野菜の摂取、大豆製品や海藻類の摂取、塩分を控える、カロリーを抑える、等が食生活上の主な改善内容になっている。

・ 糖質制限食を取り入れている
・ カロリー制限
・ 長岡式酵素玄米を食べている
・ 21時以降、食べない
・ 野菜を必ず食事の初めに食べる。大豆製品や海藻食品を取り入れる。
・ 牛乳かヨーグルトの どちらか1品を1日1回取り入れる。
・ バランスよく野菜と魚を中心とした和食にする。
・ 野菜を多く取り、魚、肉などタンパク質も多く。でんぷん質を取りすぎないようにしております。
・ 無農薬、無添加の食品を食べる
・ 和食を中心に、商家のよいものになっている。
・ 無添加食材でバランスの良いメニュー。食物繊維、乳酸菌を多くとる。
・ 添加物を摂ってしまったら活性炭サプリでデトックスする。
・ コレステロールを控える
・ 食べすぎない。塩分は極力控える。ウォーキングを毎日実施している。
・ 塩分控えめ・肉から魚へ・緑黄色野菜を1日1回以上接種努力（量的には不足かも？）
・ 野菜を多くとり、大豆製品を毎日とる
・ 食物繊維をしっかりとって便秘を防止
・ 塩分を控えめにしている
・ 和食中心
・ 野菜中心で腹八分目 肉魚バランスよく
・ 野菜や魚中心 脂質は控える できるだけ手作り 出来るだけ
・ 規則正しい時間に 原材料にこだわ 暴飲暴食は避ける
・ 野菜を多くとる、三食時間を決めてとる
・ カロリー制限
・ 甘いものを避ける
・ 野菜を食べるようにしています。肉とか卵は家では食べないようにしています。

・ 塩分・蛋白質を制限(しているつもり)
・ カロリー制限、糖質制限、塩分制限、間食を採らない様にしています
・ 食べ過ぎない。たんぱく質の制限
・ 糖質制限
・ 脂っこいものを減らす
・ カロリー制限
・ 糖質の摂取やカロリーに気をつけている。
・ カロリー制限をしている
・ 食事の塩分を減らしている
・ 野菜を多く摂る
・ 高脂肪品を避ける、
・ 朝食は野菜しか食べない。
・ カフェインや砂糖をとらない。レバーやアーモンドを食べる。
・ 低糖
・ 大豆製品と乳酸菌の摂取を増やした。
・ 塩分とカロリーを押さえています。
・ カロリーを気にしている
・ カロリー制限 塩分の多いものは食べない
・ 塩分・カロリー過多にならず野菜を多く取る様にしている。
・ 塩分を控える
・ カロリーコントロール
・ 大盛りをしない、20時以降食事をしない、間食をしない、脂肪分を控える、魚中心の食事、ゆっくり咀嚼して、
・ へらしている
・ 野菜や肉 魚などのバランスのとれた食事を取るよう心がけています
・ 野菜を多く摂取したり、ノンアルコールの糖質やプリン体などトクホ的な食事や飲み物をとったする。

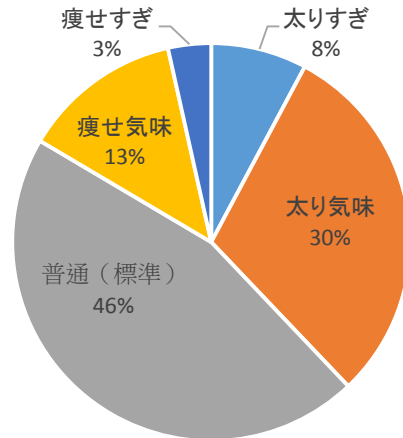
6. 介護を要する人の存在と要介護のレベル

- ・「介護を要するものがある」世帯の割合は8%である。
- ・なお「介護を要するものがある」と回答した層の要介護者の内訳を見ると、「要支援2」19% 「要介護2」16% 「要介護1」と「要介護3」15%となっている。

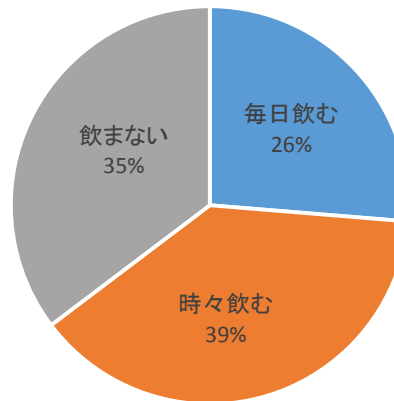


7. 回答者の体型／飲酒状況／喫煙状況

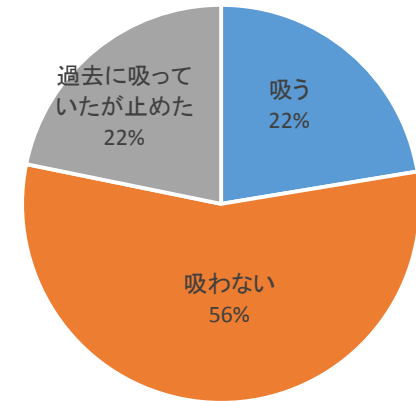
＜体型＞
全体n=3145



＜飲酒状況＞
全体n=3145



＜喫煙状況＞
全体n=3145



	太りすぎ	太り気味	普通(標準)	痩せ気味	痩せすぎ
男n=1650	8.4	35.4	41.9	11.0	3.3
女n=1495	7.2	24.2	49.6	15.3	3.7

40代n=1416	7.8	29.0	45.3	14.0	4.0
50代n=1093	8.8	29.4	45.4	13.0	3.5
60代以上n=636	6.3	33.8	46.5	11.0	2.4

	毎日飲む	時々飲む	飲まない
	35.6	38.7	25.6
	16.1	38.0	46.0

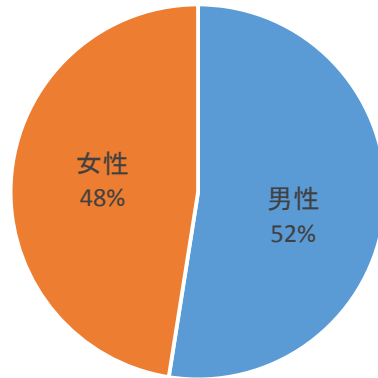
	21.2	41.2	37.6
	28.7	39.9	31.4
	33.6	29.6	36.8

	吸う	吸わない	過去に吸っていたが止めた
	30.5	41.9	27.6
	13.5	71.1	15.4

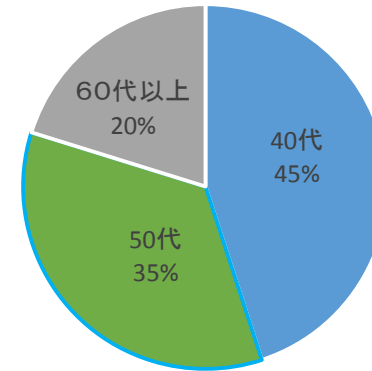
	20.6	61.2	18.1
	24.6	53.4	22.0
	22.8	47.6	29.6

8. 回答者プロフィール n=3145

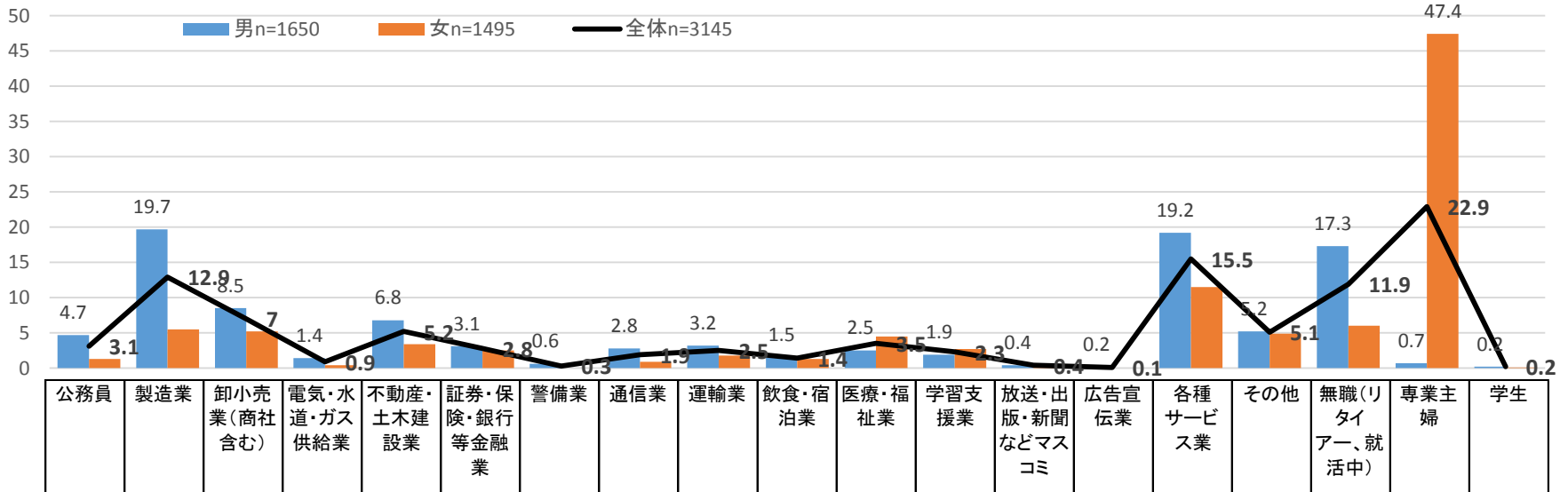
<性別>



<年代>



<職業>



9. 回答者数(データベース数)

1. 慢性疾患者

項目	数
高血圧	165
糖尿病Ⅰ型	10
糖尿病Ⅱ型	79
糖尿病(Ⅰ型かⅡ型か不明)	7
脳梗塞	10
脳出血	4
くも膜下出血	1
脳血栓	2
B型肝炎	4
C型肝炎	3
肝炎(BかCか不明)	0
肝硬変	4
高LDLコレステロール血症	56
低LDLコレステロール血症	4
高トリグリセライド血症	6
COPD	3
肺高血圧症	1
肺塞栓症	0
気管支炎	5
肺結核	1
気管支喘息	25
花粉症	109
通年性アレルギー性鼻炎	34
季節性アレルギー性鼻炎	10
アトピー性皮膚炎	15
じんましん	15
肺がん	2
胃がん	4

項目	数
食道がん	0
肝臓がん	2
大腸がん	1
乳がん	7
子宮がん	3
悪性リンパ腫	3
水虫	27
にきび	3
乾癬	7
湿疹	15
慢性腎不全(透析あり)	2
慢性腎不全(透析なし)	5
慢性腎臓病(CDK)	2
腎性貧血	0
高リン血症	1
糖尿病性腎症	2
前立腺肥大症	13
過活動膀胱	6
胃潰瘍	6
十二指腸潰瘍	5
潰瘍性大腸炎	8
過敏性腸症候群	6
逆流性食道炎	34
クローン病	0
関節リウマチ	13
骨粗鬆症	15
骨髄炎	1
骨肉腫	0

項目	数
椎間板ヘルニア	29
痛風/高尿酸血症	21
神経痛	16
白内障	28
緑内障	27
ドライアイ	45
加齢黄斑変性症	3
糖尿病性網膜症	6
結膜炎	1
歯周病	34
その他	9
糖尿病性神経障害	3
うつ病	49
注意欠陥/多動性障害(ADHD)	0
てんかん	6
統合失調症	1
双極性障害(躁うつ病)	7
不眠症(睡眠障害)	27
パーキンソン病	0
認知症	0
血友病A	1
血友病B	0
甲状腺疾患	22
深部静脈血栓症	0
睡眠時無呼吸症候群	8
その他	94

9. 回答者数(データベース数)

2. 医者に注意を促されている値

項目	数
血圧値	256
尿酸値	88
尿糖値	21
尿蛋白値	24
尿潜血値	15
ヘモグロビン値	27
ヘマトリック値	9
血糖値	99
白血球数	17
赤血球数	16
総コレステロール値	190
HDLコレステロール値	52
LDL(悪玉)コレステロール値	227
中性脂肪(TG)値	202
肝機能	109
骨密度	35
肥満度(BMI)	124
その他	41

3. 要支援者、要介護者

項目	数
要支援1レベル	39
要支援2レベル	53
要介護1レベル	42
要介護2レベル	45
要介護3レベル	41
要介護4レベル	26
要介護5レベル	34

4. 医療・福祉関係従事者

項目	数
開業医である	9
勤務医(大学病院)である	4
勤務医(公立病院)である	1
勤務医(私立病院)である	7
看護師である	8
医療施設で事務の仕事をしてい	10
薬剤師である	10
ケアマネージャーである	6
ホームヘルパーである	7
介護士である	5
介護福祉士である	3
社会福祉士である	1
福祉施設で事務の仕事をしてい	9
その他	29