

2020年度まちづくりネットモニター第4回調査結果  
 テーマ「郡山市国民健康保険保健事業（健康づくり）について」

本市では、国民健康保険被保険者の健康寿命の延伸と健康格差の縮小を目的に「第二期データヘルス計画」を策定し、直ちに取り組むべき課題、中長期的に取り組むべき課題を明確にし、事業を実施することにより、被保険者の健康増進及び医療費の適正化を推進しております。

今回のネットモニターでは、計画に掲げた目的・目標の達成状況の進捗確認や中間評価の参考にさせていただくため、アンケートを実施いたしましたので、その結果についてお知らせします。

(国民健康保険課)

**調査概要**

- 調査期間 令和2年7月1日(水)～7月10日(金) (10日間)
- 回答方法 専用ウェブサイトから回答を送信する。
- モニター数 360名 (男性 172名 女性 188名)
- 回答者数 327名 (男性 153名 女性 174名)
- 回答率 90.8%

**【分析】**

《回答者内訳（人）》

年代	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	合計
男性	7	5	15	29	31	17	41	8	153
女性	8	10	43	57	39	14	2	1	174
合計	15	15	58	86	70	31	43	9	327

《健康管理について》

- ・第二期データ計画について、全体の96%が知らないと回答
- ・全体の75.2%が過去1年間に健診を「受診した」と回答

《お薬手帳について》

- ・お薬手帳は全体の89.9%が持っていると回答
- ・お薬手帳を持っていないと回答した方のうち「必要性を感じない」が43.6%で最も高く、次に「病院にかかっていない」が23.1%と回答

《生活習慣病等について》

- ・20歳以上の7.4%がたばこを「吸っている」と回答
- ・たばこが健康に与える影響について、80.9%が「とても気になる」「気になる」と回答
- ・COPD（慢性閉塞性肺疾患）について、38.2%が「知らない」と回答
- ・健康管理について、26%が「食生活に気をつけている」と回答
- ・ロコモティブシンドローム（運動器症候群）について、39.4%が「知らない」と回答
- ・医療機関を受診する際に心がけていることについては、「かかりつけ医を受診するようにしている」と回答した方が44.7%と最も高い。

**【考察】**

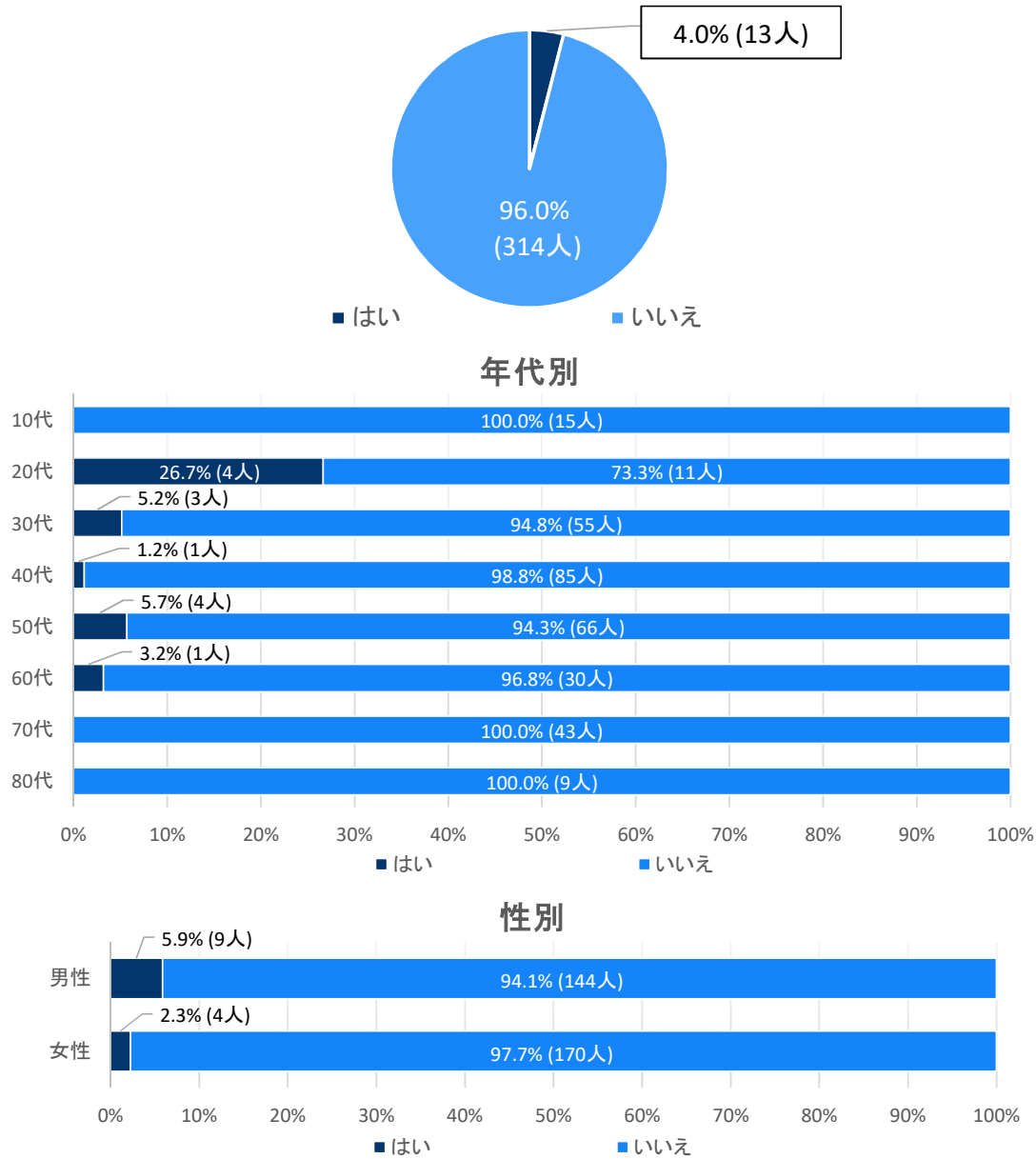
- ・自分自身の健康状態の管理・把握については、大多数の方が健診を定期的に受診していたり、主治医や専門家の支援や助言を受けているという意見が多く見られ、健康に関心が高い傾向が見られる。
- ・お薬手帳は約9割の方が持っており、病院や薬局に行くときに利用していると回答。持っていない方の約半数は「必要性を感じない」と回答していることから、今後、必要性について広く周知していく必要がある。
- ・成人の約6割以上の方は喫煙歴がないが、たばこを「吸っている」「以前は吸っていたがやめた」方の8割以上の方がたばこが健康に与える影響について「とても気になる」「気になる」と回答していることから、今後は、COPD（慢性閉塞性肺疾患）についての周知啓発を行い、認知度の向上および早期発見による重症化予防を図る必要がある。

※構成比は、端数を四捨五入しているため、合計が100.0%にならない場合があります。

## 第1章 健康管理について

### 問1 第二期データヘルス計画（※）をご存じですか？（1つ選択）

（回答者：327人）



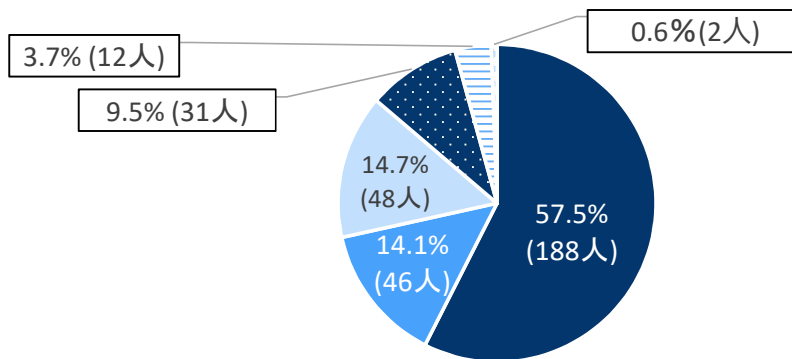
第二期データヘルス計画について、全体の96%が知らないと回答。  
年代別の認知度は、20代で「はい」と回答した方は26.7%と最も多く、70代と80代はすべて「いいえ」と回答。  
性別では男性の認知度が女性より3.6ポイント高い。  
今後は認知度向上のため、市のウェブサイト等を活用し、広く周知していく必要がある。

(※) 概要

健康や医療に関するデータに基づく、効率的・効果的な保健事業をP D C Aサイクル（計画・実施・評価・改善）で実施するための計画

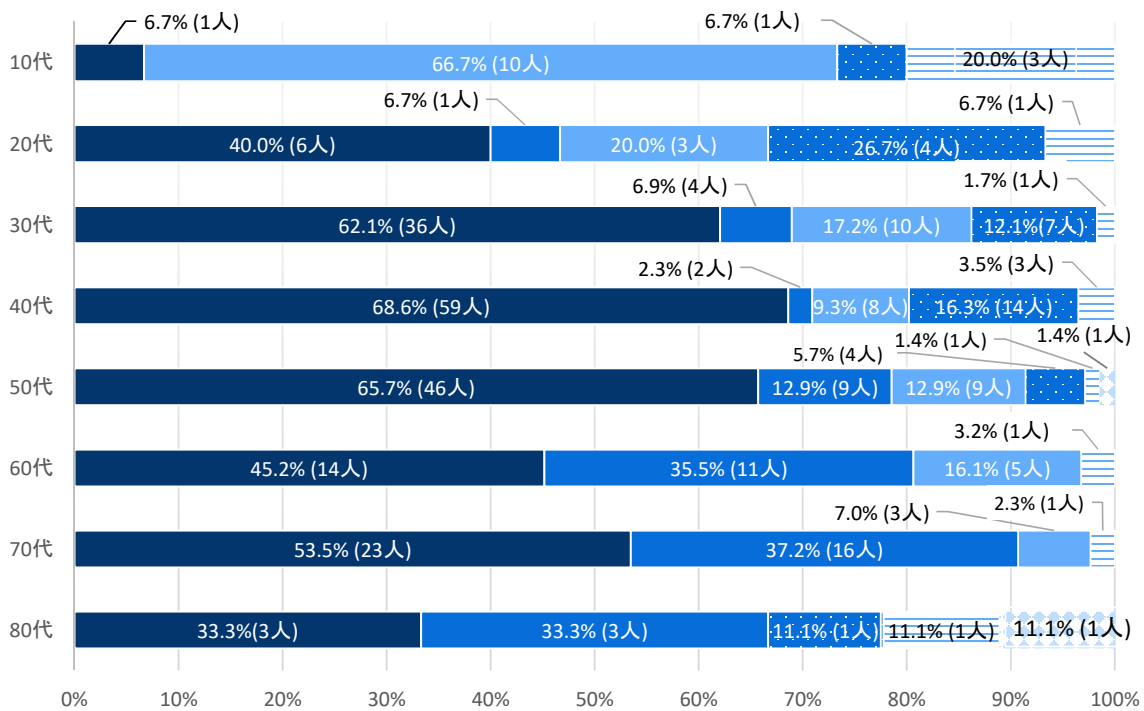
問2 ご自身の健康状態について、どのように管理・把握をしていますか？（1つ選択）

（回答者：327人）

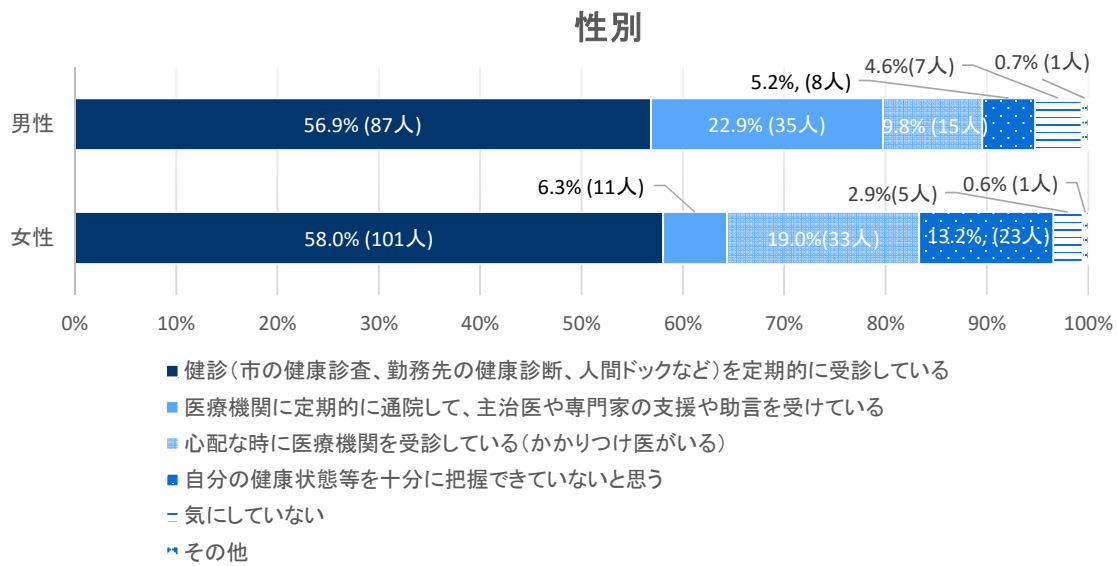


- 健診(市の健康診査、勤務先の健康診断、人間ドックなど)を定期的に受診している
- 医療機関に定期的に通院して、主治医や専門家の支援や助言を受けている
- 心配な時に医療機関を受診している(かかりつけ医がいる)
- 自分の健康状態等を十分に把握できていないと思う
- 気にしていない
- ◆ その他

年代別



- 健診(市の健康診査、勤務先の健康診断、人間ドックなど)を定期的に受診している
- 医療機関に定期的に通院して、主治医や専門家の支援や助言を受けている
- 心配な時に医療機関を受診している(かかりつけ医がいる)
- 自分の健康状態等を十分に把握できていないと思う
- 気にしていない
- ◆ その他

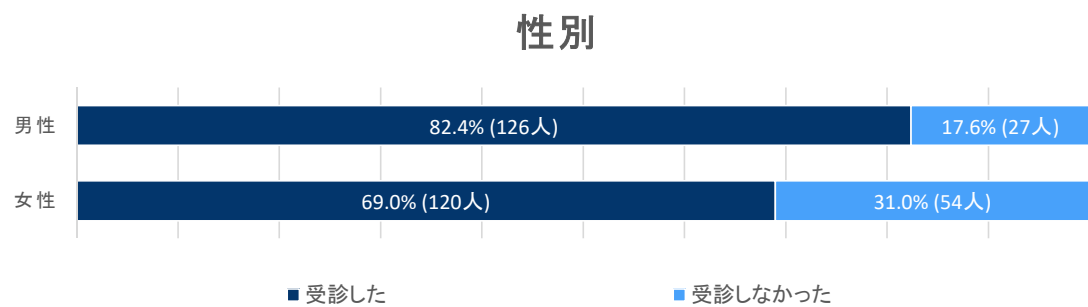
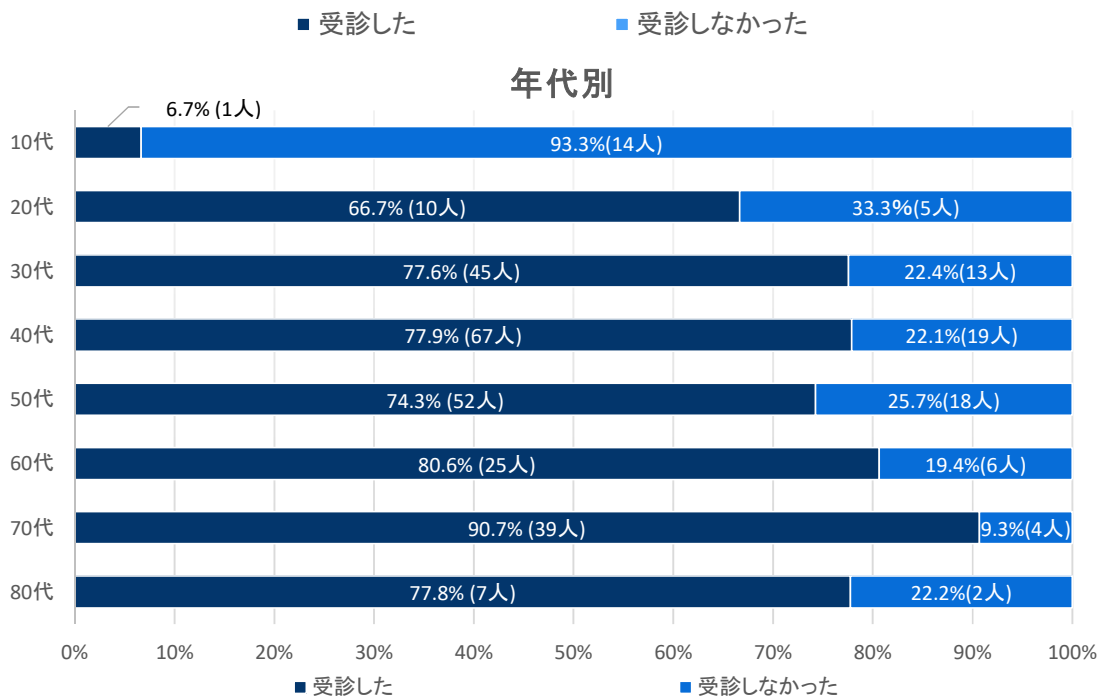
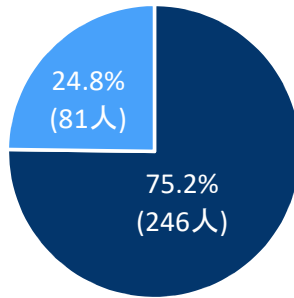


健康状態の管理・把握については、「健診(市の健康診査、勤務先の健康診断、人間ドックなど)を定期的に受診している」と回答した方が57.5%で最も多く、次に「心配な時に医療機関を受診している(かかりつけ医がいる)」が14.7%、次に「医療機関に定期的に通院して、主治医や専門家の支援や助言を受けている」が14.1%と回答。

年代別では、多くの世代で「健診(市の健康診査、勤務先の健康診断、人間ドックなど)を定期的に受診している」と回答した方が最も多い。

性別では、男性も女性も「健診(市の健康診査、勤務先の健康診断、人間ドックなど)を定期的に受診している」と回答した方が最も多い。

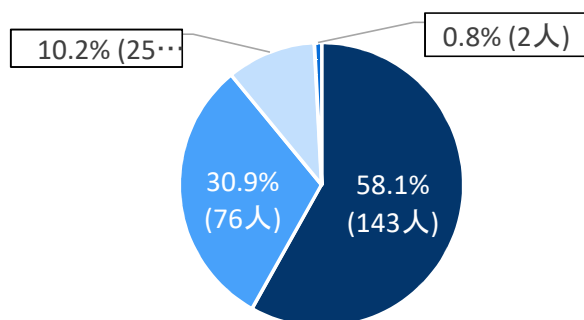
問3 あなたは過去1年間に健診を受診しましたか？（1つ選択）  
 （※）がん検診のみ、妊産婦健診、病院や診療所で行う診療としての検査は健診に含みません。  
 （回答者：327人）



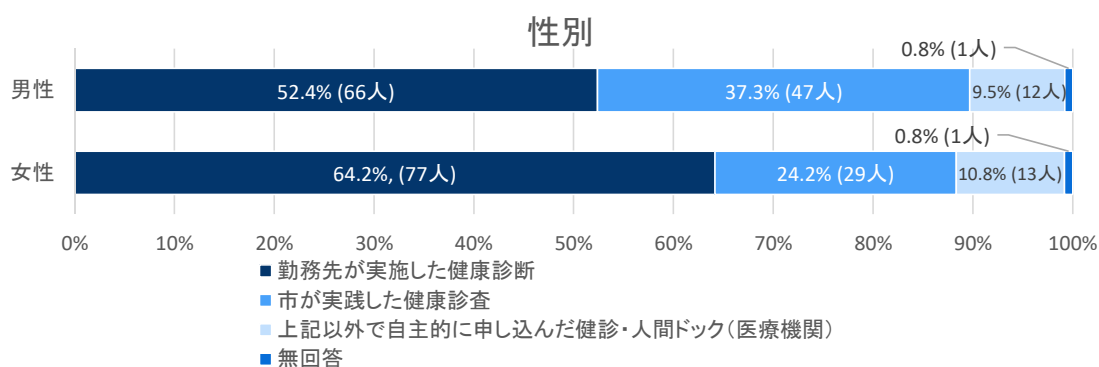
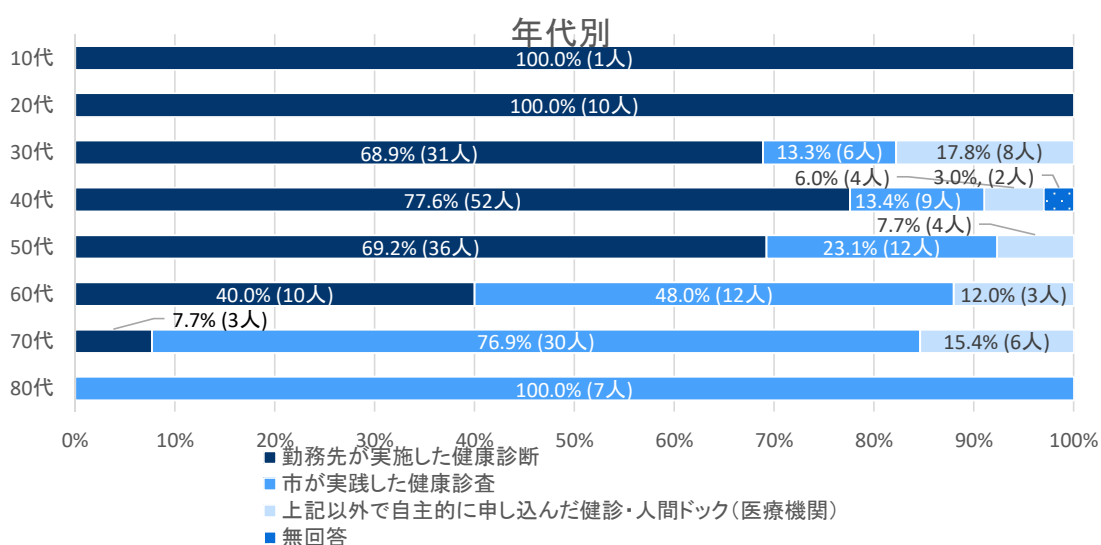
健診の受診については、全体の75.2%が「受診した」と回答。  
 年代別では、70代で「受診した」と回答した方は90.7%と最も多く、10代は6.7%と全世代で最も少ない。  
 性別では、「受診した」と回答した割合が、男性が女性より13.4ポイント高い。  
 全体の7割以上の方が健診を受診しており、健康に関心が高いことが読み取れる。

問4 問3で「受診した」を選択した方にお伺いします。どこで健診を受けましたか？  
(1つ選択)

(回答者：246人)



- 勤務先が実施した健康診断
- 市が実施した健康診査
- 上記以外で自主的に申し込んだ健診・人間ドック(医療機関)
- 無回答



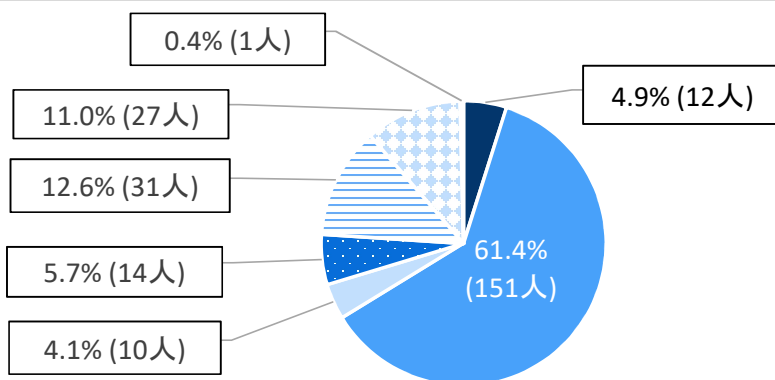
健診については、58.1%が「勤務先が実施した健康診断」、30.9%が「市が実施した健康診査」と回答。

年代別では、50代までが「勤務先が実施した健康診断」、60代から80代は「市が実施した健康診査」と回答した方が最も多い。

性別では、男性も女性も「勤務先が実施した健康診断」と回答した方が最も多く、「市が実施した健康診査」は男性が女性より13.1ポイント高い。

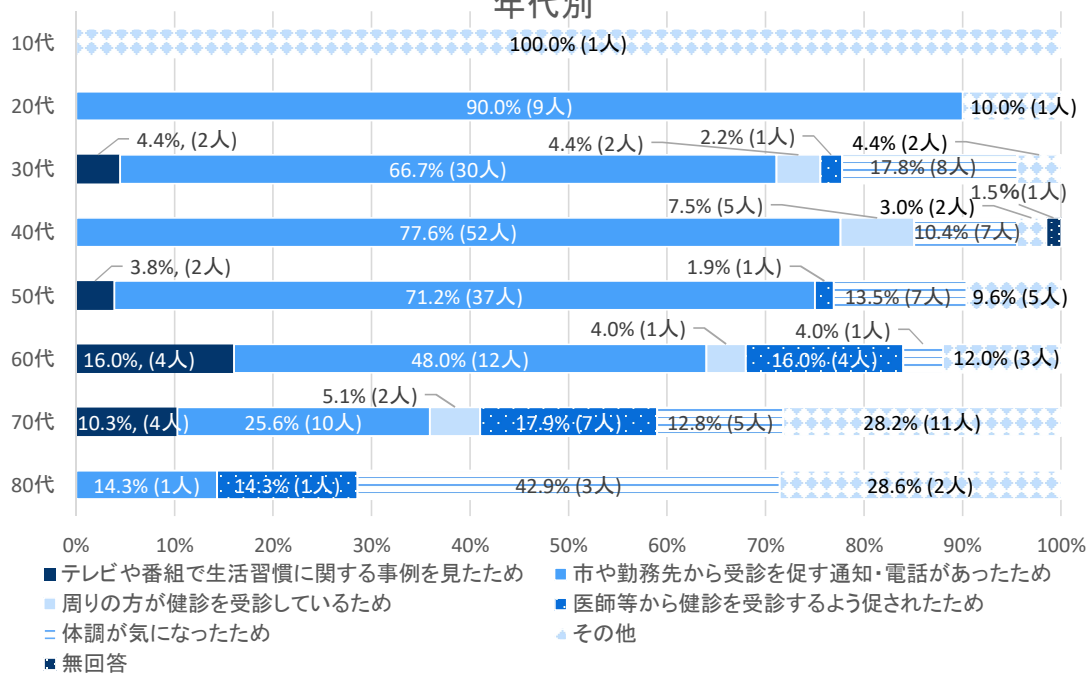
問5 問3で「受診した」を選択した方にお伺いします。受診しようと思った理由は何ですか？  
(1つ選択)

(回答者：246人)

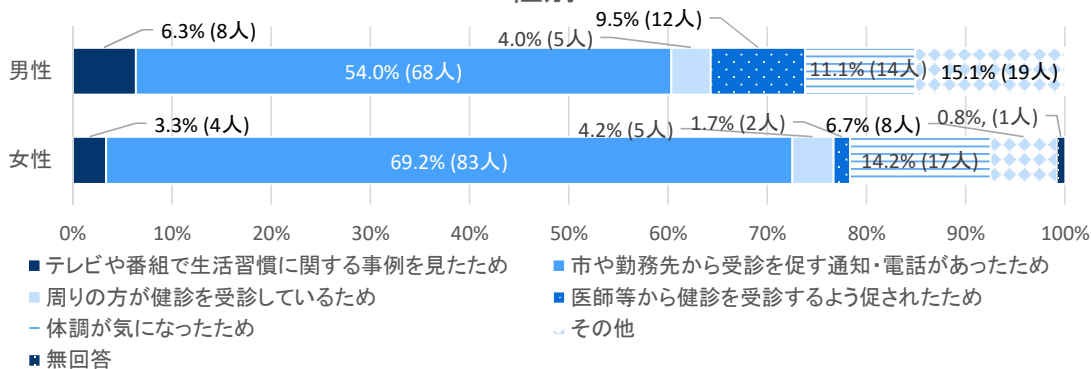


- テレビや番組で生活習慣に関する事例を見たため
- 市や勤務先から受診を促す通知・電話があったため
- 周りが健診を受診しているため
- 医師等から健診を受診するよう促されたため
- 体調が気になったため
- その他
- 無回答

年代別



性別



◆「その他」を選択した方の主な意見

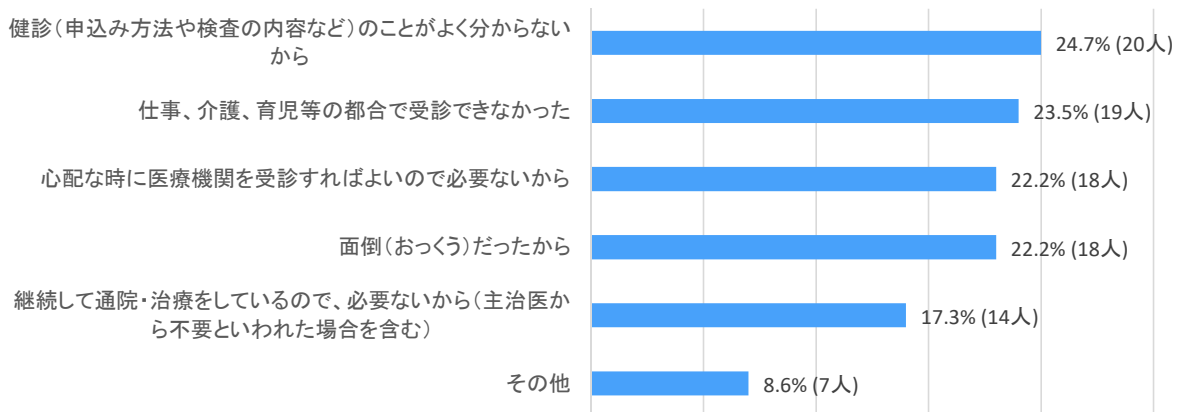
- ・「毎年定期的に受診している」
- ・「自身の数値の変化を確認したいから」
- ・「健康保持のため」
- ・「会社に検診結果を報告するため」
- ・「家族のすすめ」

受診しようとした理由については、61.4%が「市や勤務先から受診を促す通知・電話があったため」、12.6%が「体調が気になったため」と回答。  
年代別では、ほぼすべての世代で「市や勤務先から受診を促す通知・電話があったため」と回答した方が最も多い。  
性別では、男性も女性も「市や勤務先から受診を促す通知・電話があったため」と回答した方が最も多く、「医師等から健診を受診するよう促されたため」は男性が女性より7.8ポイント高い。

※回答の比率は、その設問の回答者数を基数として算出しました。したがって、複数回答の設問はすべての比率を合計すると100.0%を超えることがあります。

**問6 問3で「受診しなかった」を選択した方にお伺いします。受診しなかった理由は何ですか？（複数選択可）**

（回答者：81人）



◆「その他」を選択した方の主な意見

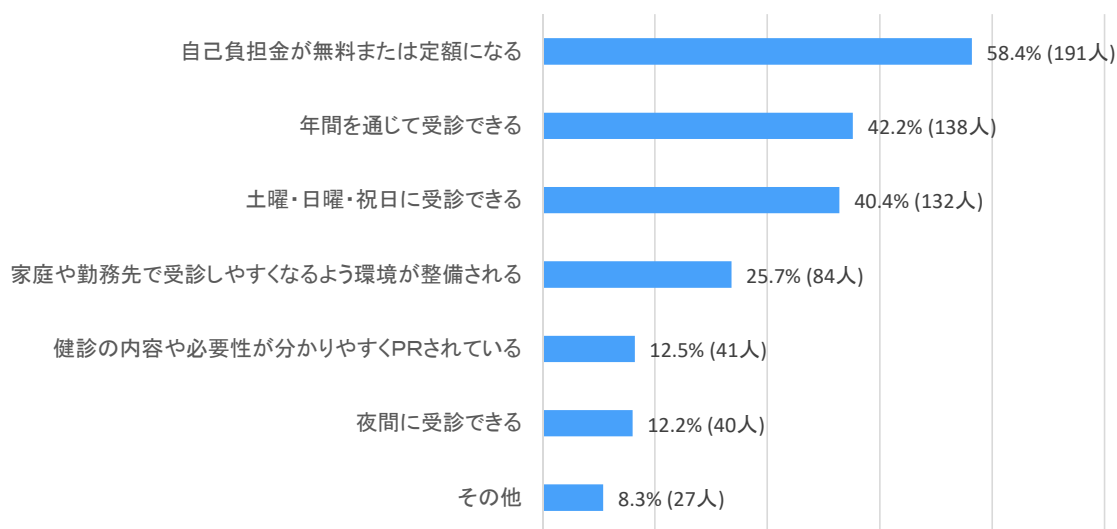
- ・「タイミングが合わなかった」
- ・「費用がかかる」
- ・「受診したかどうか忘れてしまった」

健診を「受診しなかった」と回答した方のうち、24.7%の方が「健診（申込み方法や検査の内容など）のことがよく分からないから」、23.5%の方が「仕事、介護、育児等の都合で受診できなかった」と回答。



問7 どのような条件や環境が改善されたら、健診を受診しやすくなりますか？  
(または受診しようと思いますか？) (複数選択可)

(回答者：327人)



◆「その他」を選択した方の主な意見

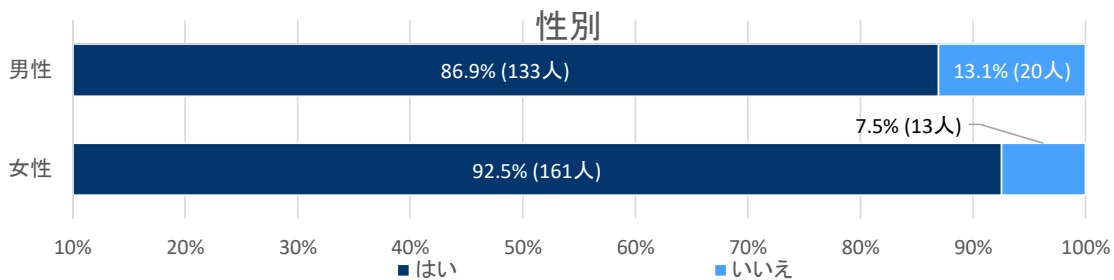
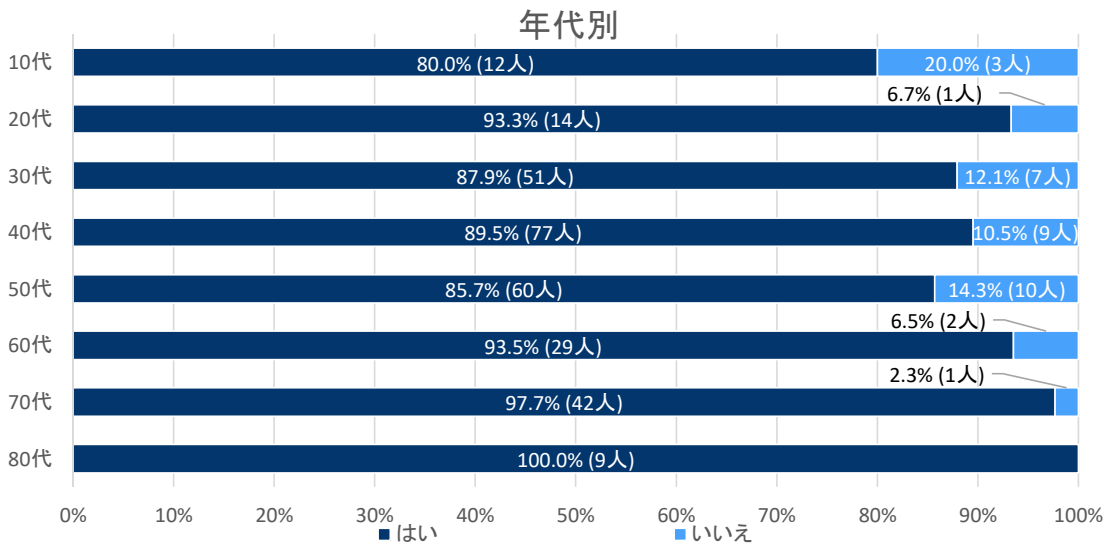
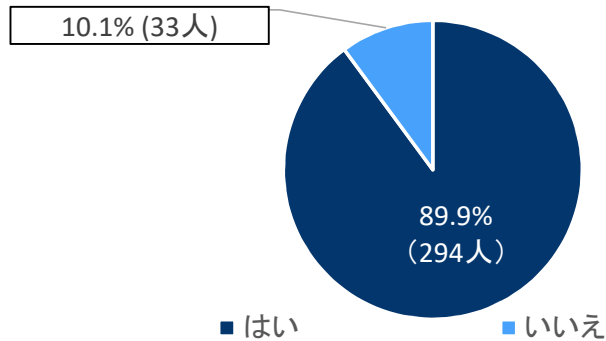
- ・「胃カメラの実施先を増やしてほしい」
- ・「前日予約で受診できる」
- ・「乳幼児を預けられる」
- ・「年代別や性別の、検査項目が限定されたコース分けがあるとよいのでは？」
- ・「受診期間や曜日にもっと幅があると良い」

58.4%が「自己負担金が無料または定額になる」、次いで「年間を通じて受診できる」が42.2%となっている。

## 第2章 お薬手帳について

### 問8 お薬手帳(※)はお持ちですか？(1つ選択)

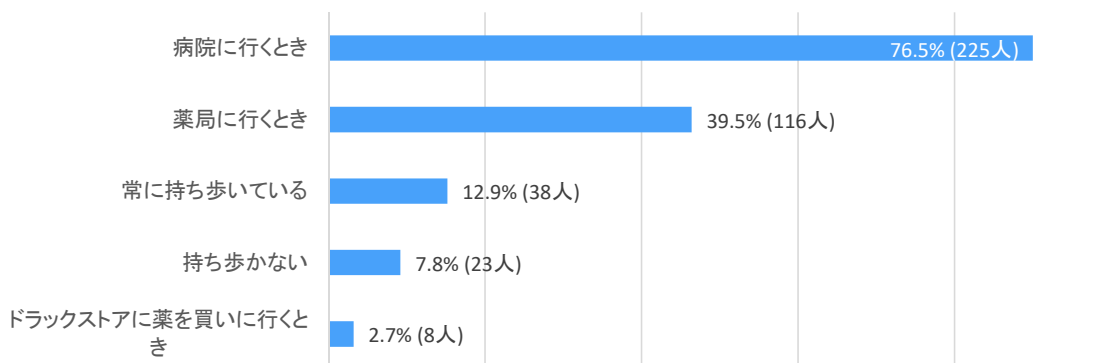
(回答者：327人)



お薬手帳について、全体の89.9%が持っていると回答。  
年代別では、全ての年代で8割以上の方が全員持っていると回答し、70代では97.7%、60代では93.5%が持っていると回答。  
性別では、女性が男性よりお薬手帳を持っていると回答した割合は、5.6ポイント高い。  
お薬手帳の所持率は約9割と高く、年代、性別を問わず普及していることが読み取れる。

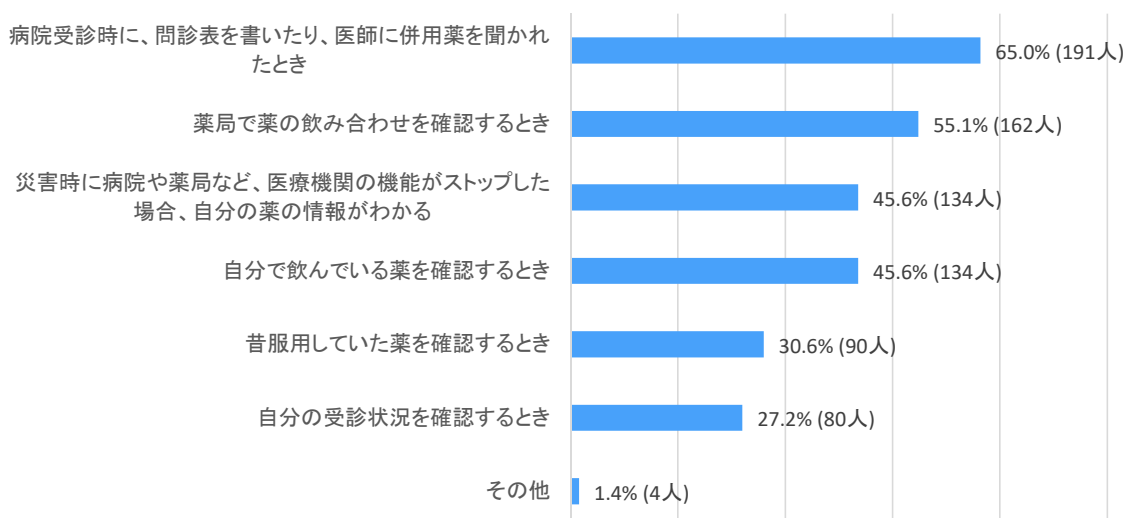
(※)お薬手帳は、処方された医薬品の名前や飲む量、回数、飲み方などを記録し、携帯するための手帳のことです。

**問 9 問 8 で「はい」を選択した方にお伺いします。お薬手帳はどのような時に持ち歩いて**  
(回答者：294人)



お薬手帳を持ち歩く理由として、「病院に行くとき」が76.5%で最も高く、次に「薬局に行くとき」が39.5%と回答。

**問 10 問 8 で「はい」を選択した方にお伺いします。お薬手帳はどのような時に役に立つ**  
**と思いますか？（複数選択）**  
(回答者：294人)



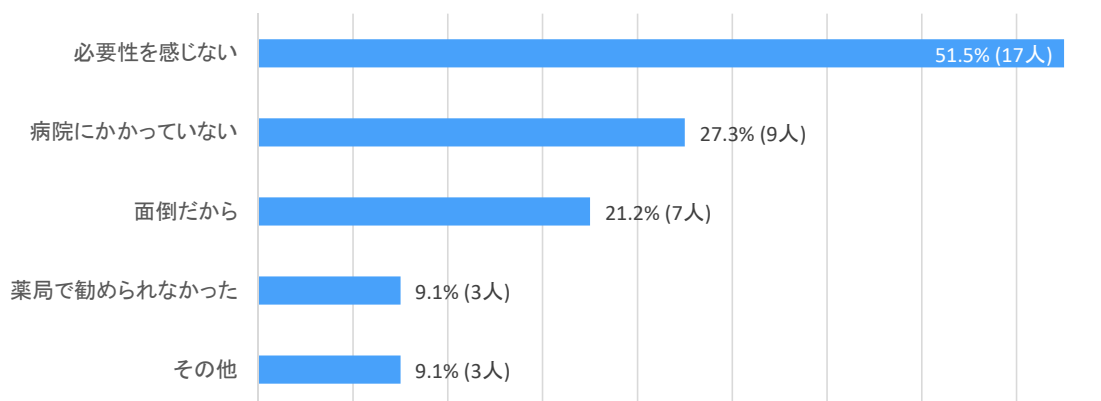
◆「その他」を選択した方の主な意見

- ・「薬に対するアレルギーの有無」
- ・「自分が倒れた時に分かるように」

お薬手帳が役に立つ理由として、「病院受診時に、問診表を書いたり、医師に併用薬を聞かれたとき」が65.0%で最も高く、次に「薬局で薬の飲み合わせを確認するとき」が55.1%と回答。

問11 問8で「いいえ」を選択した方にお伺いします。お薬手帳をお持ちでない理由は何ですか？（複数選択）

（回答者：33人）



◆「その他」を選択した方の主な意見

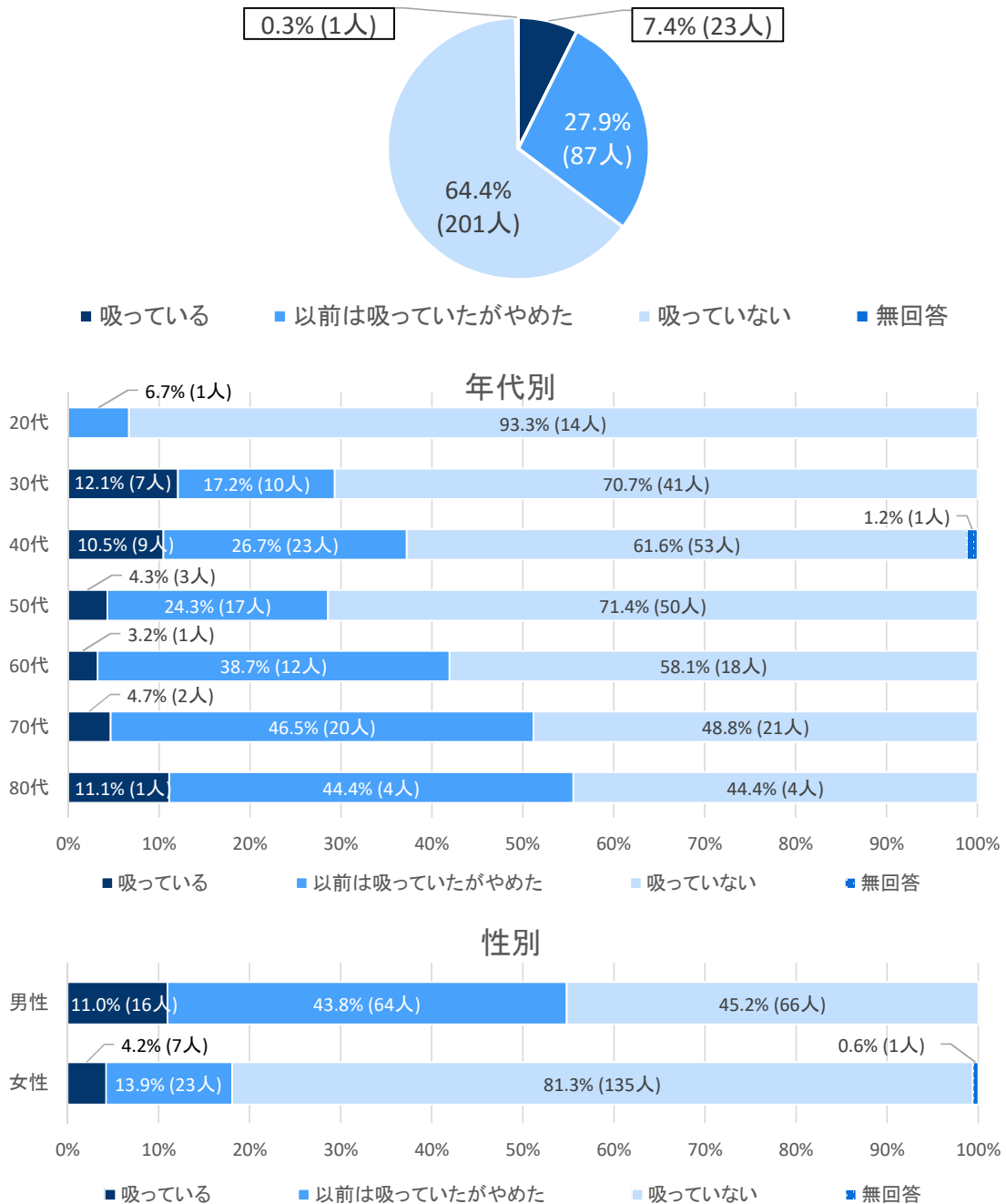
- ・「薬を飲んでいないから」
- ・「いつも使う物ではないので失くしてしまうから」
- ・「定期的に飲んでいない薬はないから」

お薬手帳を持ち歩かない理由として、「必要性を感じない」が51.5%で最も高く、次に「病院にかかっていない」が27.3%と回答。  
お薬手帳を持っていない方の約半数は「必要性を感じない」と回答していることから、今後、必要性について広く周知していく必要がある。

### 第3章 生活習慣病等について

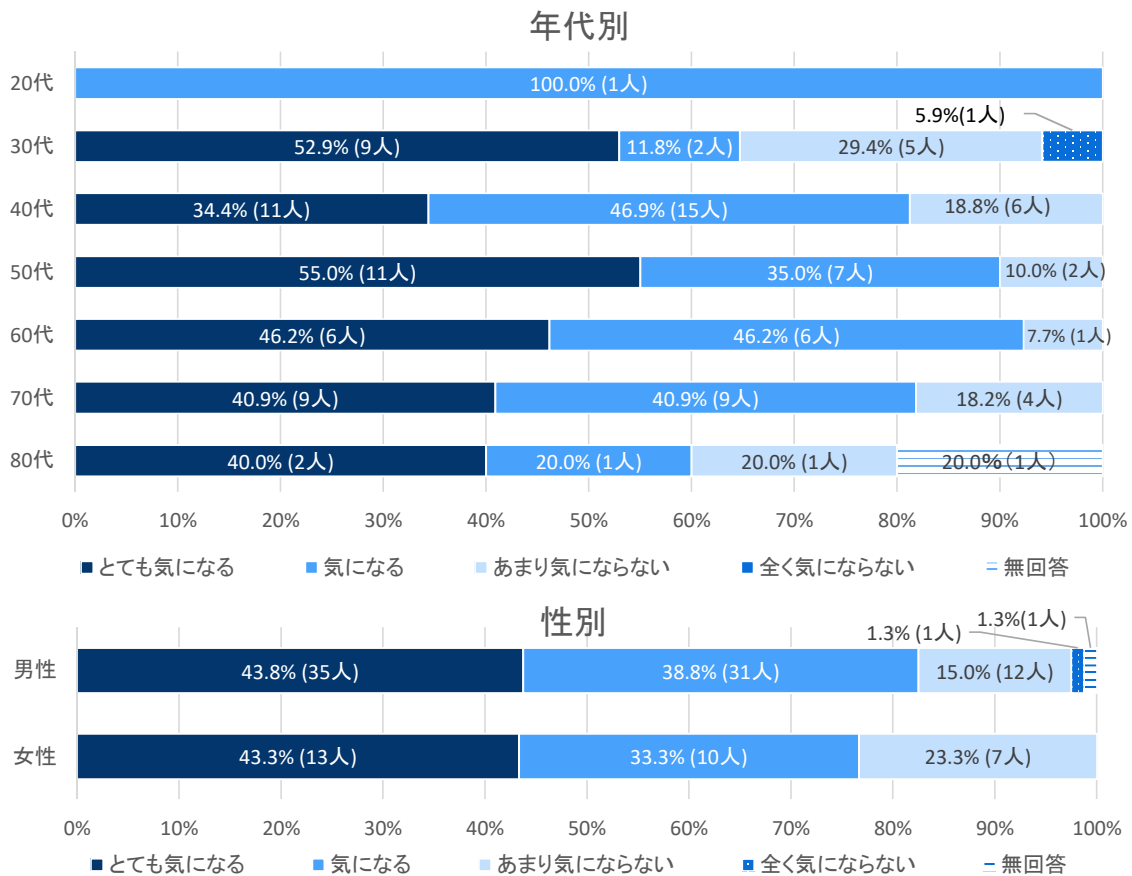
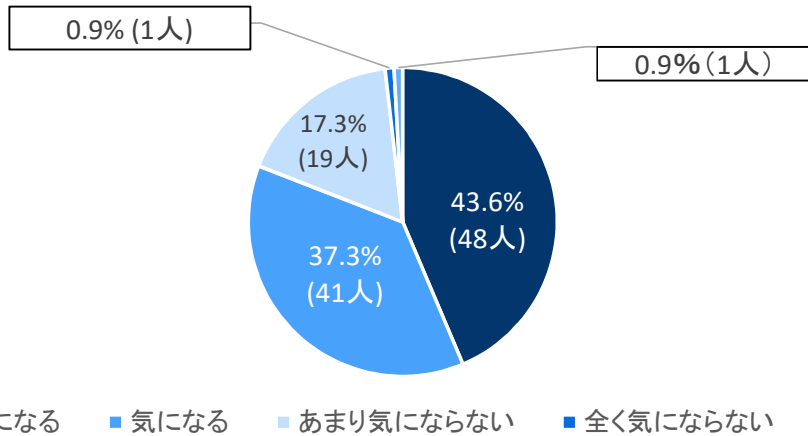
#### 問12 20歳以上の方にお伺いします。たばこを吸っていますか？（1つ選択）

（回答者：312人）



たばこについて、全体の64.4%が「吸っていない」と回答。次に「以前は吸っていたがやめた」と回答した方は27.9%であり、両方で全体の9割を超えている。  
 年代別では、20代の方から60代までの5割以上は「吸っていない」と回答。  
 性別では、女性が男性より「吸っていない」と回答した割合は、36.1ポイント高い。  
 成人の約6割以上の方は喫煙歴がないことが読み取れる。

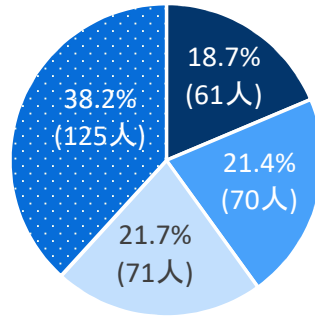
問 1 3 問 1 2 で「吸っている」、「以前は吸っていたがやめた」を選択した方にお伺いします。たばこが健康に与える影響について、どう思いますか？（1つ選択）  
 （回答者：110人）



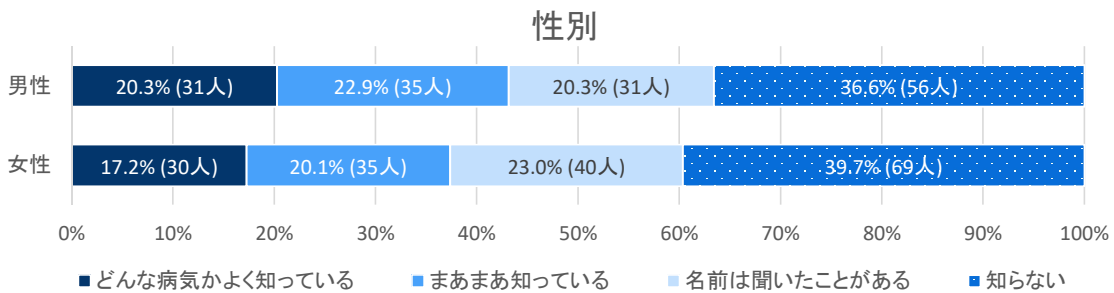
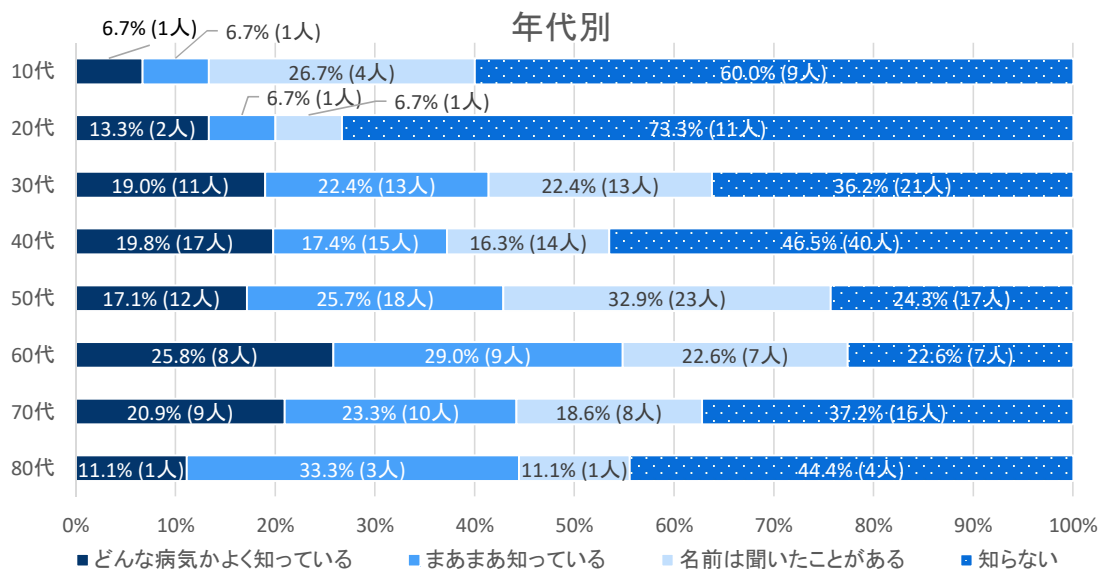
たばこが健康に与える影響について、「とても気になる」が43.6%、「気になる」が37.3%をあわせて全体の8割を超えており、たばこが健康に与える影響について関心が高いことがわかる。  
 性別では、「あまり気にならない」では女性が男性より8.3ポイント高い。

問 14 COPD（慢性閉塞性肺疾患）（※）をご存じですか？。（1つ選択）

（回答者：327人）



■ どんな病気かよく知っている ■ まあまあ知っている ■ 名前は聞いたことがある ■ 知らない

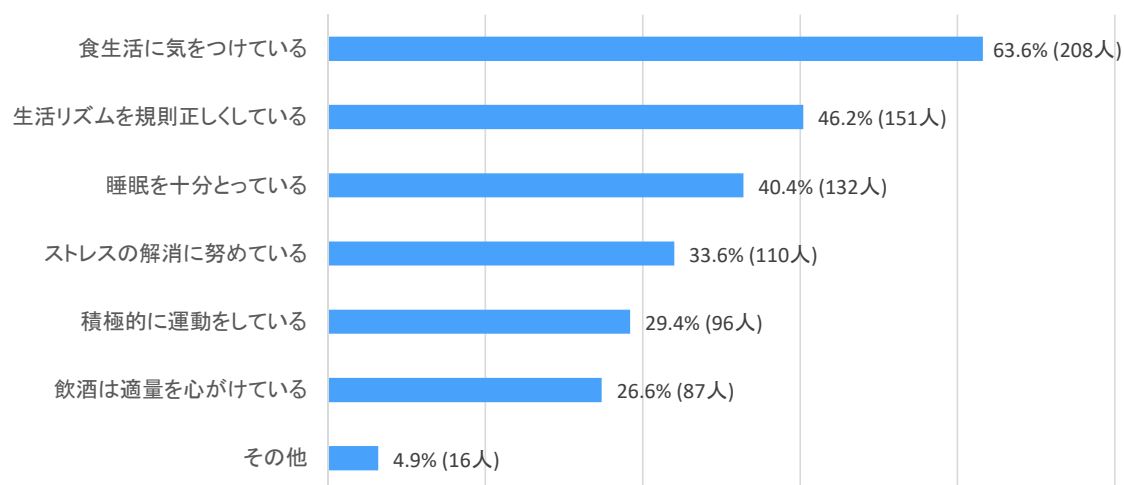


COPD（慢性閉塞性肺疾患）について、「知らない」と回答した方は38.2%。  
 年代別では、10代の60%、20代の73.3%が「知らない」と回答。  
 性別では、男女で大きな差は見られない。  
 約4割の方が「知らない」と回答していることから、今後は認知度の向上および早期発見による重症化予防を図る必要がある。

※ たばこの煙を主とする有害物質が長期に気道に触れることによって起きる炎症性の疾患で、主な症状として咳・痰・息切れがあり、徐々に呼吸障害が進行する疾患のことです。

問 15 普段から健康管理に気をつけていることはありますか？（複数選択）

（回答者：327人）



◆ 「その他」を選択した方の主な意見

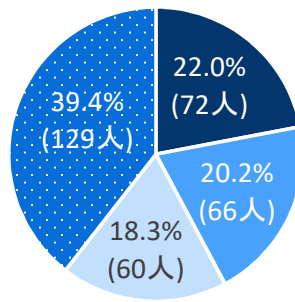
- ・ 「軽い運動になるほうを選ぶようにしている」
- ・ 「適度に出かけて日光を浴びたり外の空気を吸う」
- ・ 「毎朝のウォーキング」
- ・ 「生きていられることを感謝する生活態度」

健康管理については、「食生活に気をつけている」が63.6%で最も多く、次に46.2%の方が「生活リズムを規則正しくしている」と回答。



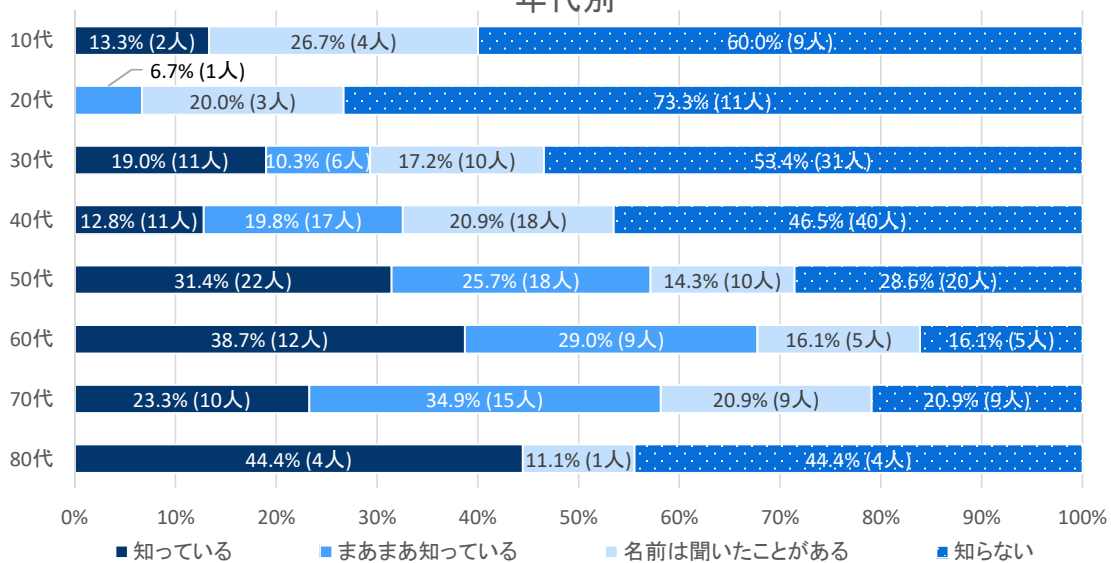
問 16 ロコモティブシンドローム（運動器症候群）（※）をご存じですか？（1つ選択）

（回答者：327人）

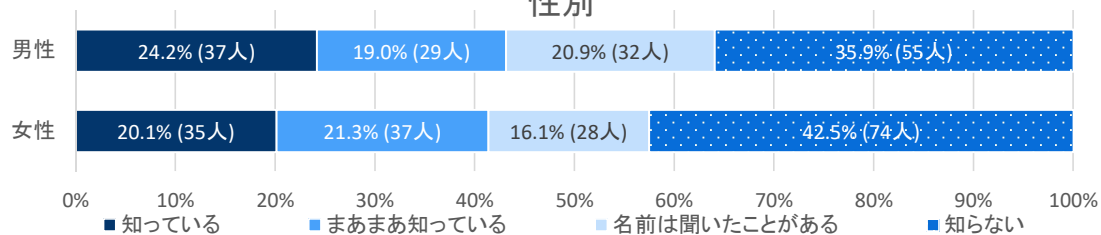


■ 知っている ■ まあまあ知っている ■ 名前は聞いたことがある ■ 知らない

年代別



性別



ロコモティブシンドローム（運動器症候群）について、「知らない」と回答した方は39.4%。

年代別では、10代の60%、20代の73.3%が「知らない」と回答。

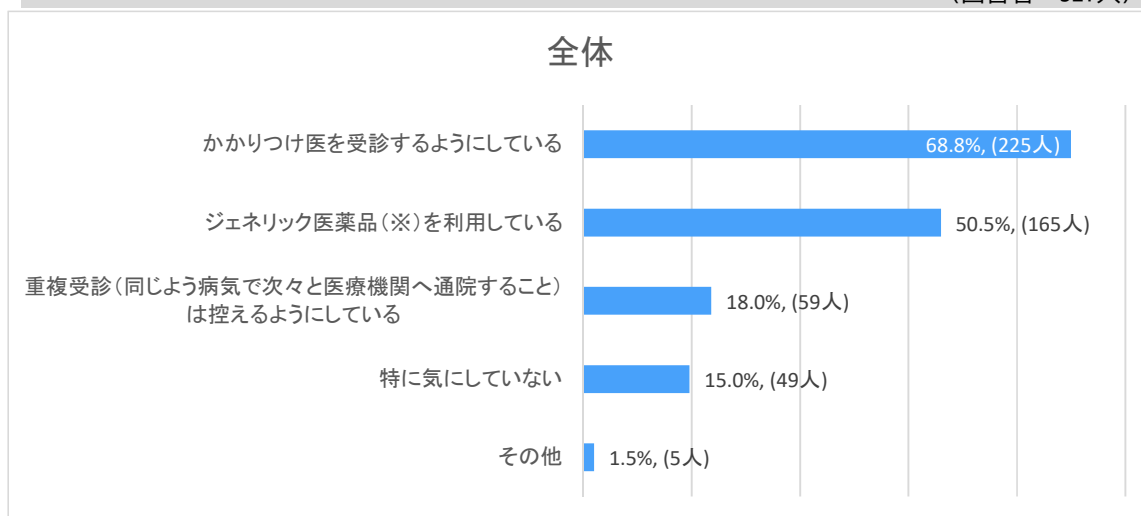
性別では、女性が男性より「知らない」と回答した割合は、6.6ポイント高い。

※ 筋肉、骨、関節、軟骨、椎間板といった運動器のいずれか、あるいは複数に障害が起こり、「立つ」、「歩く」といった機能が低下し、介護が必要になる可能性の高い状態のことです。

## 第4章 その他

### 問 17 医療機関を受診する際にどのようなことを心がけていますか？（複数選択可）

（回答者：327人）



#### ◆「その他」を選択した方の主な意見

- ・「知識の広い医師、他職種の意見に耳を傾けられる医師にかかるようにしている」
- ・「評判、きちんと診断してくれること」
- ・「医療機関の評判などを調べる」

医療機関を受診する際に心がけていることについては、「かかりつけ医を受診するようにしている」が68.8%で最も高く、次に50.5%の方が「ジェネリック医薬品を利用している」と回答。

※ 新薬の製造・販売の特許満了後に、同じ有効成分で作られ、同等の効用であることを国が承認した医薬品です。新薬に比べ低価格のため、薬代を節約することができます。保険証やお薬手帳に貼ることができるジェネリック医薬品希望シールを、ご希望の方に配布しています。

問 18 その他、ご意見がございましたら、ご記入ください。(自由記述)

(回答者：42人)

健康増進について

・福島県全体に言えることですが、太り過ぎや虫歯、成人病が多いと思います。普段から身体に気をつけるような周知や、受診しやすい環境が必要だと思います。また、検診では女性医が選べないことに不信感があります。専業主婦はただでさえ受診する機会が限られているので、育児の合間に受診、相談しやすい場所がほしいですね。(30代・女性)

・自分の健康は自分で守るようにしている。友人に医者嫌いがいるが、自慢にはならない。病気は早期発見、早期治療が大切と思うので検診はとっても大事。(70代・男性)

・医療機関や薬局で、健康に関する無料の冊子や掲示物があると待ち時間に見ることができ、健康への意識が高まると思うので、そのような冊子や掲示物が増えると良いと思います。(40代・女性)

・かかりつけ医に月1にて診療してもらっているので何でも相談できている。急な病の時も対応してくれる。レントゲン、心電図、エコー検査や胃の透視等、年に1度受けているため、健康診断は受けていない。(70代・男性)

・どんどん高齢化になっていくと思うので、医療費の負担軽減や介護関係の施設や労働者の人数や環境が充実するといいですね。(50代・女性)

・町内会役員時代、行政センターでロコモ運動の講座を4回開催。町内会の皆さまに健康体操の必要性をPR。自治体(町内会)で、朝・昼のラジオ体操の実施、ロコモ体操、輪投げ・ピンポンなど軽運動の普及で郡山市健康日本一めざしましょう！(30代・男性)

・自分のことを理解する意味で検診は定期的に受診した方がいいが、まだその重要性を分かっていない人が多いのではないかと思う。もう少しそういう病気があることを周知する場を設けた方がいいと思う。(30代・女性)

・健康づくり今後ますます大切、重要です。検診がさらに受けやすい状況、環境が大事だ。(50代・女性)

・健診で病院へ行くのは怖いような敷居が高いような気がします。健診センターのような機関が複数あると行きやすいのかなと思います。(50代・女性)

・健康に関する自己管理についてもっとPRを強化すべきだと思います。(80代・男性)

・主婦が健診を受けやすい環境になると助かります。(40代・女性)

・予約受診してもどうしても待ち時間が多く発生するため、受診に消極的になります。この辺を解消してほしいと思います。(40代・男性)

・50代になり老眼が進行している。病気ではないが、目の健康や、老化への対応への支援施策があると良い。(50代・男性)

## 医療費適正化について

・医療費の高騰は大きな問題だと思います。俗にいうコンビニ受診をさせないことや、予防医療を充実させ医者にかからないでも済むようにさせることなど、医療費を抑えることに取り組んでほしいです。（40代・男性）

・医療費の低減には健康診断は不可欠です。受診をしやすい環境を整えることが大事です。高度な医療が必要になる前に早期で発見する事で医療費を減らし、医療資源の有効活用を図ることができます。財政面では医学的に必要性の低い検査の中止等も検討する必要があります。費用対効果や財政負担を考慮していくのも大事かと思います。（50代・男性）

## お薬手帳について

・自分の健康管理は、自己責任ですので、食生活などに気をつけなければならないと思う。また、お薬手帳は、災害時など、処方箋がなくとも、薬が受け取り可能なので、持つ必要があると思います。（50代・男性）

・お薬手帳をアプリで管理できるならやりたいので、紹介してほしい。（20代・男性）

・スマホのお薬手帳アプリはとても便利ですが、薬局の薬剤師さんが使い方を知らないことがあるので、周知し活用した方が良いと思う。アプリによっては連携していないアプリもあるので、統一されたらなお良いと思う。（40代・女性）

## その他

・あまり病院に行くことがないので、かかりつけ医がないに等しいので、少し不安です。そもそもかかりつけ医をどうやって選んだら良いか分かりません。（60代・女性）