

生活習慣病予防についてのアンケート結果

腎臓や病気についての認知度などを調査し、早期発見をするための体制づくりや啓発活動の参考とするためアンケートを実施しました。

★調査時期:平成27年8月6日～8月24日

★対象者:県政モニター398人

★回答数:340人(回収率85.4%)

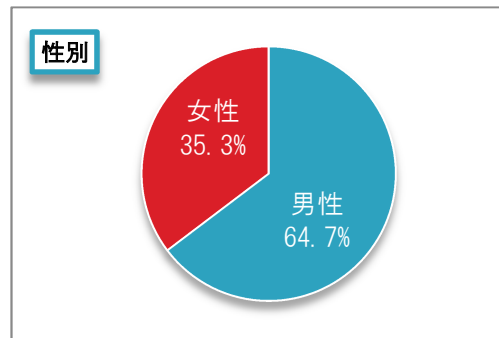
★担当課:健康医療課

(※四捨五入により割合の合計が100.0%にならない場合があります。)

【属性】

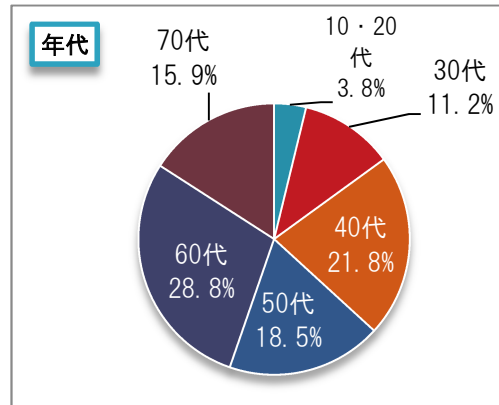
◆性別

項目	人数(人)	割合(%)
男性	220	64.7%
女性	120	35.3%
合計	340	100%



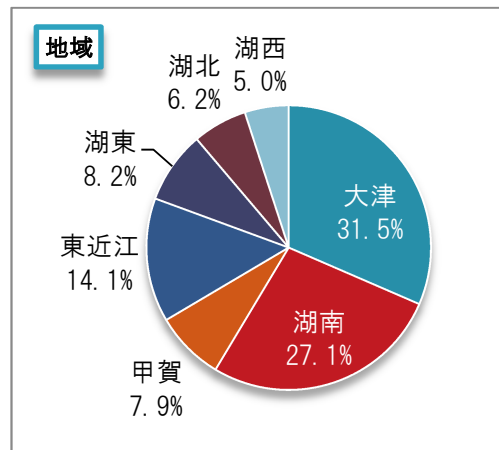
◆年代

項目	人数(人)	割合(%)
10・20歳代	13	3.8%
30歳代	38	11.2%
40歳代	74	21.8%
50歳代	63	18.5%
60歳代	98	28.8%
70歳以上	54	15.9%
合計	340	100%



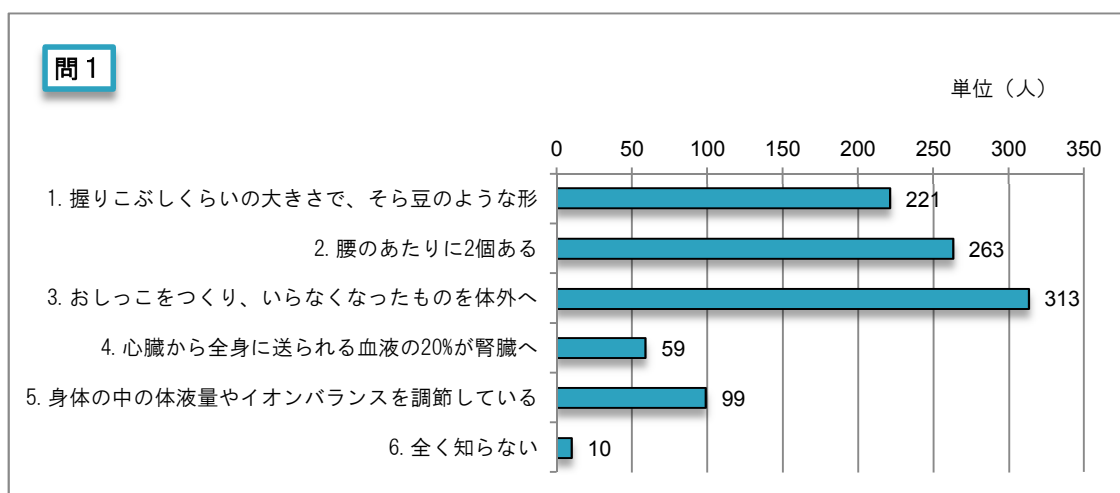
◆地域

項目	人数(人)	割合(%)
大津地域	107	31.5%
湖南地域	92	27.1%
甲賀地域	27	7.9%
東近江地域	48	14.1%
湖東地域	28	8.2%
湖北地域	21	6.2%
湖西地域	17	5.0%
合計	340	100%



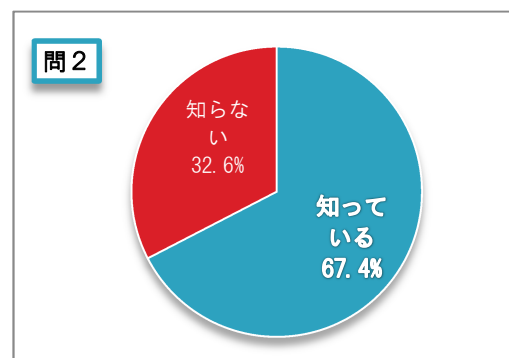
【問1】腎臓について、知っていることはありますか。(回答チェックはいくつでも。 n=340)

項目	人数(人)	割合(%)
1. 握りこぶしくらいの大きさで、そら豆のような形をしている	221	65.0%
2. 腰のあたりに2個ある	263	77.4%
3. おしっこをつくり、いらなくなったものを身体の外に出す働きがある	313	92.1%
4. 心臓から全身に送られる血液の20%が腎臓に流れている	59	17.4%
5. 身体の中の体液量やイオンバランスを調節している	99	29.1%
6. 全く知らない	10	2.9%



【問2】糖尿病や高血圧症、高脂血症といった生活習慣病は、腎臓の働きを低下させる危険因子となります。このように生活習慣病と腎臓の働きが関連していることを知っていますか。(回答チェック1つだけ n=340)

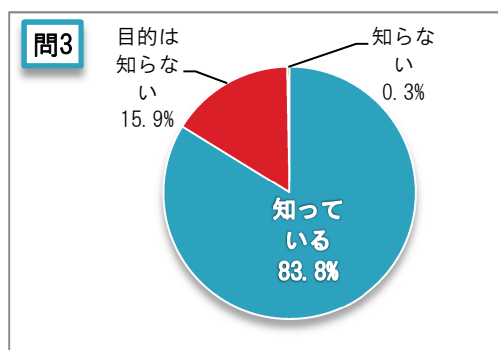
項目	人数(人)	割合(%)
1. 知っている	229	67.4%
2. 知らない	111	32.6%
合計	340	100%



【問3】腎臓の働きが低下すると、透析療法が必要になることを知っていますか。

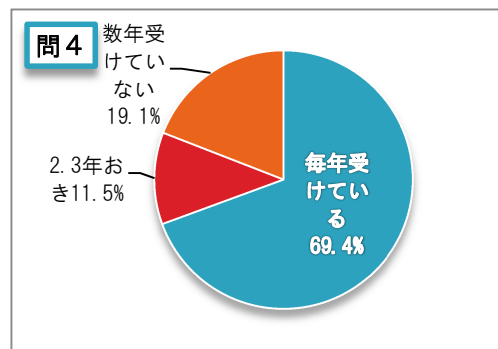
(回答チェックは1つだけ n=340)

項目	人数(人)	割合(%)
1. 透析という言葉も、目的も知っている	285	83.8%
2. 透析という言葉は知っているが、目的は知らない	54	15.9%
3. 透析という言葉を知らない	1	0.3%
合計	340	100%



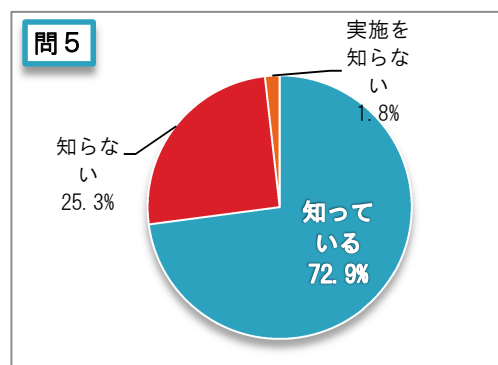
【問4】健康診断では、腎臓の働きを確認するために、尿や血液の検査などを行っています。毎年職場や市町、医療機関などで健康診断を受けていますか。(回答チェックは1つだけ n=340)

項目	人数(人)	割合(%)
1. 毎年健康診断を受けている	236	69.4%
2. 2.3年おきに健康診断を受けている	39	11.5%
3. ここ数年は健康診断を受けていない	65	19.1%
合計	340	100%



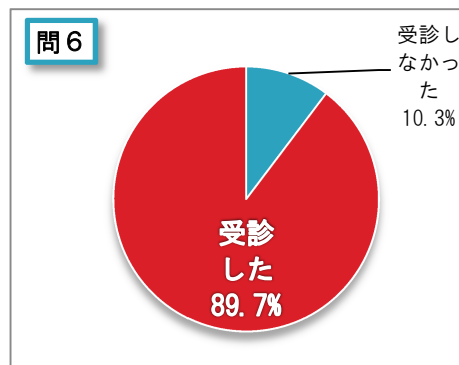
【問5】腎臓に障害があると、血液中のたんぱく質が尿に漏れ出します。そのため、腎の状態を確認する1つの方法として、尿検査(検尿)を行います。腎臓の働き調べるために尿検査を実施することを知っていますか(回答チェックは1つだけ n=340)

項目	人数(人)	割合(%)
1. 尿検査を行う目的を知っている	248	72.9%
2. 尿検査を行っていることは知っているが、目的は知らない	86	25.3%
3. 尿検査を行っていることを知らない	6	1.8%
合計	340	100%



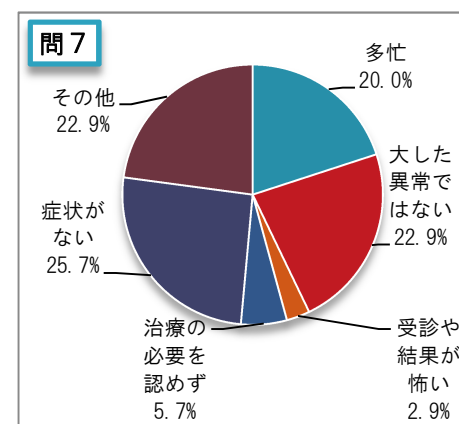
【問6】健康診断の結果、尿検査や血液検査で異常があったとき、医療機関を受診しましたか。または受診しようと思いますか。(回答チェックは1つだけ n=340)

項目	人数(人)	割合(%)
1. 受診しなかった(受診しようと思わない)	35	10.3%
2. 受診した(受診しようと思う)	305	89.7%
合計	340	100%



【問7】問6で「1. 受診しなかった(受診しようと思わない)」と回答された方におたずねします。医療機関を受診しなかった(受診しようと思わない)理由を教えてください。(回答チェックは1つだけ n=35)

項目	人数(人)	割合(%)
1. 多忙のため	7	20.0%
2. 大した異常だと思わないから	8	22.9%
3. 受診することや結果を聞くことが怖いから	1	2.9%
4. 前に受診したが、そのとき治療の必要がないと言われたから	2	5.7%
5. 症状がないから	9	25.7%
6. その他	8	22.9%
合計	35	100%

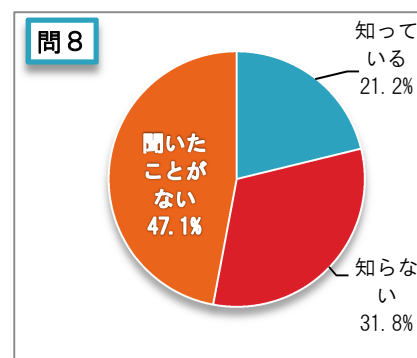


【問7】「6. その他」と回答された方の理由(抜粋)

- ・30年以上前に指摘を受け、医療機関を受診したが特に問題ないと診断され、その後検査結果の数値に変化がないため受診していない。
- ・2年ほどして気に入った受診機会があれば受診しようと思う
- ・待たされるのが嫌だから
- ・お金がかかる
- ・体質的な軽微な異常であるため

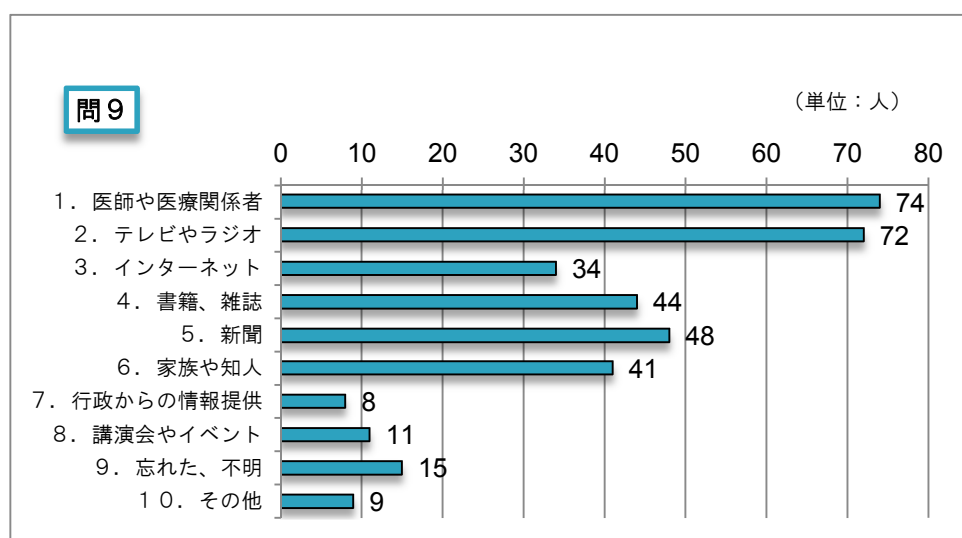
【問8】慢性腎臓病(CKD)は、自覚症状がほとんどなく、腎臓の働きが低下する病気です。これは、成人の8人に1人が該当します。この慢性腎臓病(CKD)という病気を知っていますか。
(回答チェックは1つだけ n=340)

項目	人数(人)	割合(%)
1. 聞いたことがあり、どんな病気かも知っている	72	21.2%
2. 聞いたことがあるが、どんな病気か知らない	108	31.8%
3. 聞いたことがない	160	47.1%
合計	340	100%



【問9】問8で「1. 聞いたことがあり、どんな病気かも知っている」「2. 聞いたことはあるが、どんな病気か知らない」と回答された方にお尋ねします。慢性腎臓病(CKD)を知ったのは、どのような方法ですか。(回答チェックはいくつでも n=180)

項目	人数(人)	割合(%)
1. 医師や医療関係者	74	41.1%
2. テレビやラジオ	72	40.0%
3. インターネット	34	18.9%
4. 書籍、雑誌	44	24.4%
5. 新聞	48	26.7%
6. 家族や知人	41	22.8%
7. 行政からの情報提供	8	4.4%
8. 講演会やイベント	11	6.1%
9. 忘れた、不明	15	8.3%
10. その他	9	5.0%

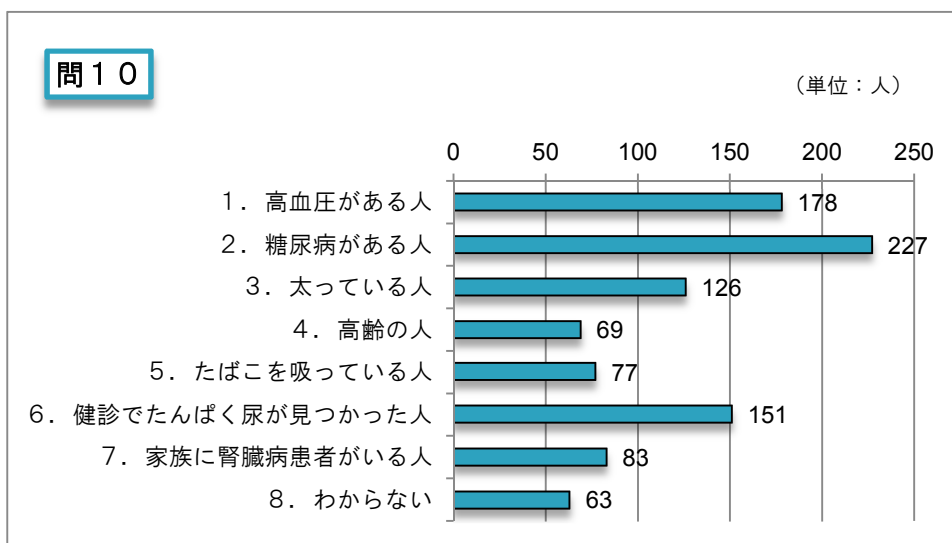


【問9】「10. その他」と回答された方の知った方法(抜粋)

- ・若いころ、仕事場に同病の人が2人居たのでその怖さを痛感しています。
- ・以前、会社の同僚が慢性腎臓病にかかり、やがて人工透析を始めるに至った。

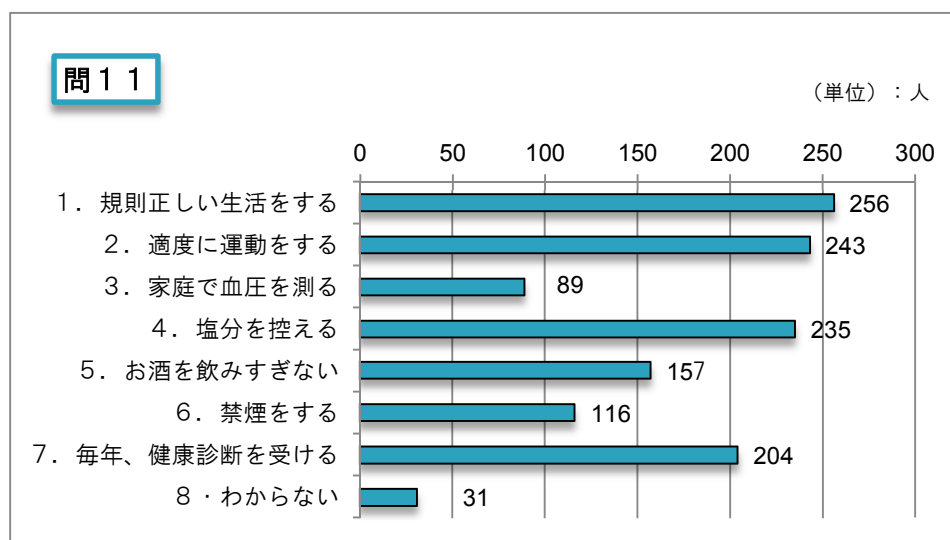
【問10】慢性腎臓病(CKD)は、どのような人になりやすいと思いますか。(回答チェックはいくつでも n=340)

項 目	人数(人)	割合(%)
1. 高血圧がある人	178	52.4%
2. 糖尿病がある人	227	66.8%
3. 太っている人	126	37.1%
4. 高齢の人	69	20.3%
5. たばこを吸っている人	77	22.6%
6. 健診でたんぱく尿が見つかった人	151	44.4%
7. 家族に腎臓病患者がいる人	83	24.4%
8. わからない	63	18.5%



【問11】慢性腎臓病(CKD)の発症や重症化を予防するために、どのようなことに取り組むとよいと思いますか。(回答チェックはいくつでも n=340)

項目	人数(人)	割合(%)
1. 規則正しい生活をする	256	75.3%
2. 適度に運動をする	243	71.5%
3. 家庭で血圧を測る	89	26.2%
4. 塩分を控える	235	69.1%
5. お酒を飲みすぎない	157	46.2%
6. 禁煙をする	116	34.1%
7. 毎年、健康診断を受ける	204	60.0%
8. わからない	31	9.1%

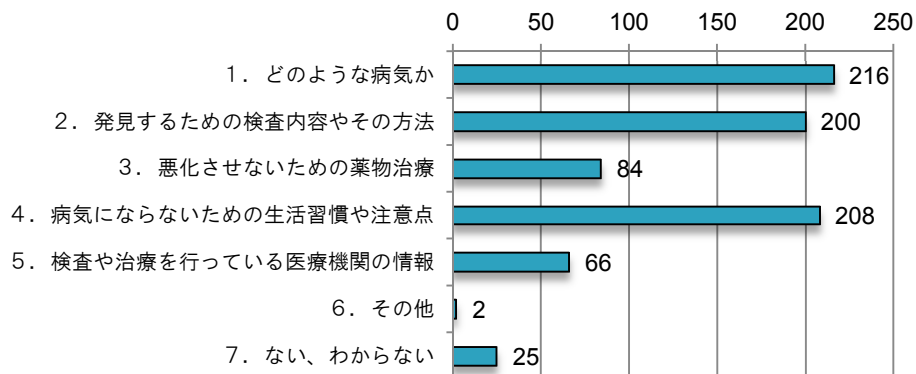


【問12】慢性腎臓病(CKD)について今後、どのようなことが知りたいですか。(回答チェックは3つまで n=340)

項目	人数(人)	割合(%)
1. どのような病気か、病気の原因	216	63.5%
2. 発見するための検査内容やその方法	200	58.8%
3. 悪化させないための薬物治療	84	24.7%
4. 病気にならないための生活習慣や注意すること	208	61.2%
5. 検査や治療を行っている医療機関の情報	66	19.4%
6. その他	2	0.6%
7. ない、わからない	25	7.4%

問12

(単位) : 人



【問12】「6. その他」と回答された方の意見(抜粋)

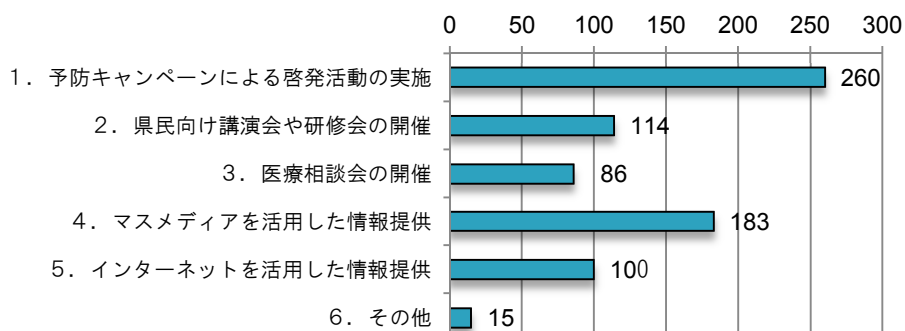
- ・透析を遅らせるための適切な指導を行っている医療機関の情報について。
- ・自己チェックが簡単にできる検査材が広まるとよい(リマスではない安価な検査材)

【問13】慢性腎臓病(CKD)の早期発見や普及啓発について、今後どのような取組が必要だと思いますか。(回答チェックは3つまで n=340)

項目	人数(人)	割合(%)
1. 予防キャンペーンによる啓発活動の実施	260	76.5%
2. 県民向け講演会や研修会の開催	114	33.5%
3. 医療相談会の開催	86	25.3%
4. マスメディアを活用した情報提供	183	53.8%
5. インターネットを活用した情報提供	100	29.4%
6. その他	15	4.4%

問13

(単位) : 人



【問13】「6. その他」と回答された方の意見(抜粋)

- ・自治体広報誌を通じた案内を希望
- ・自治会向け回覧情報提供
- ・公民館活動・老人会等で啓蒙活動として講演をしてもらう。
- ・定期健康診断で情報提供すること
- ・健康診断の受診機会(日程・場所)を増やす
- ・健診を受けない人に健診事業の一部を負担してもらう。
- ・健診で早期発見された場合の適切な生活指導。
- ・各科病院の待合室への張り紙。
- ・不可逆的な状態になる前に塩分制限や血圧の管理などを徹底して継続指導することが大切。
- ・医者に、健康診断時に注意されない限り生活態度は変えられない

【問14】その他、慢性腎臓病(CKD)などの生活習慣病対策についてご意見がありましたらお聞かせください。(一部抜粋)

(啓発・情報提供について)

- ・周りに、この疾患になった人がいないので、どんな病気なのかもっと啓発してほしい。
- ・予防知識の啓発活動に努めて欲しい。
- ・できれば色々な所に啓発用のリーフレットなどがあれば助かります。
- ・早期発見、症状など詳しく知りたいです。
- ・健康推進委員会の活動目標に掲げてもらう。
- ・生活習慣病を未然に防ぐことは自身の健康を増進するだけでなく、医療費削減にもつながる。生活習慣病になるとどんなリスクがあるのか、もっと広める必要があると思う。
- ・生活習慣病に対する告知の継続発信、注意を喚起するためのマスメディアを活用した情報提供、定期健康診断を受診する周知徹底
- ・病気のことばかり考えていては、人生も味気ないし健康第一ということで生活習慣病の啓発活動をされてはどうですか。
- ・社会福祉向上のためにも、また個人の健康管理のためにも「生活習慣病」対策について、大々的なキャンペーン実施が、必要であると思います。
- ・滋賀県のホームページを改めて確認したら、CKDのキャンペーンをしていることを初めて知った。新たな国民病とも言われており、更なる啓蒙・普及の取り組みが必要であると思う。
- ・健康で、受診機会の少ない方に対する啓発は必要に思います。
- ・キャンペーンやマスメディアを通じて、国民に広く、この病気に関する情宣がなされることを願うばかりです。
- ・自分で生活習慣病にならないように気をつける人を増やすため、もっと啓発活動が必要だと思う。
- ・健康体のため、全く関心がないが知識は必要と思う。
- ・透析療法というもののはどのようなものか、透析療法を長く続けていくと、どのような弊害が体に生じてくるかを、県民につたえ、慢性腎臓病にならないよう自ら予防策をとっていきようにしたほうが良い。

- ・講演会、研修会、インターネット等の広報活動も、行動に移しにくく、最も日常的なTV広報が有効かと思われます。身近に感じてこそその必要性を知るのだと痛感します。
- ・病名の普及啓発活動は、結果として県民の病気を減らすので、良いことだと思います。運動をしたくてもできない方(お年寄りや、身体の不自由な人等)の場合はどうすれば良いのかを併記してもらうと、より多くの方の参考になって良いと思います。
- ・一つ一つの病気について個別にPRするというよりは、総合的に健康的な生活をおくるための情報をPRすることが良いと思う。
- ・個人レベルで意識し予防できるように情報を的確に流し、危機感を持ってもらうことが大切だと思います。また、無意識の人が自然に体に良い生活習慣を身に着けられるような環境作りも大切。
- ・健康診断を毎年受けて、尿検査もしてもらっているが、CKD という病名は知らなかった。単なる啓発活動ではなく健康診断とリンクした形での啓発を望む。
- ・他の病気に比べて、早めの傾向発見の大切さがあるように思う。そうなってしまったからの対策以前の事前対策を心がける必要性を多くの人に知っていただく必要があるように思います。
- ・自治会単位で所属住民の生活習慣を変えることにつながる取組み活動が行えるよう施策展開すべきかと思う。
- ・健康への意識は若いうちから持つことが重要。高齢化社会の医療費低減にもつながるのではないかな。
- ・生活習慣病対策は大人だけでなく、親から引き継ぐ生活習慣が大きな影響を与えると思うので、子どもも大人もみんなに啓発していくほうが良いと思います。
- ・学校や職場などで、腎臓病などの具体例、どのような症状が出て何が原因でなる、治療が困難などもっと分かる説明会もしくは健康診断で啓発するなどしてほしいです。
- ・病院、医院や薬局などの窓口に啓発ポスターやパンフレットを備え、啓発に努めることが必要。
- ・人工透析という言葉には説得力がありますので、啓蒙を推進していくことが重要と考えます。
- ・マスメディアを活用した対策などの情報が必要である。特集の形でPR するのも良策である。低学年から健康問題に興味を持たせる必要がある。給食時に食べ物の効用を示すのも良い。
- ・潜在的な患者はいると思われるので、行政から積極的な啓発、啓蒙を行って欲しい。

(食事・運動について)

- ・生活習慣病の対策は、やはり規則正しい生活、健全な食生活と適度な運動にあると思います。これらを地域や職場で取り組んでいけるような仕組み作りを進めることも重要であると思う。
- ・小さいうちから、食べ物に対する教育が必要。何をどう食べたらいいのか、食べたいものを我慢するのではなく、どう食べればいいのかを教育することにより、疾病予防になると考える。
- ・県民一人ひとりの健康を考えると、ストレスの軽減できる職場環境作りや食生活の見直しなど、もっとより具体的に知らせて行っても良いと思います。
- ・生活習慣病を減らすには、行政が積極的な企業や学校に運動を推奨するとともに食事のバランスの重要性を指導することが有効な手段と思われる。
- ・行政や職場でも、もっと食事や運動への積極的な対策が必要だと思う。中小企業で運動場を設けるのが厳しければ民間の施設を利用させたり、近隣の何社か共同で場所を借りて利用させる。隙間時間を利用して必ず何かしらの運動・リフレッシュをさせるなど。

- ・各個人においては、規則正しい生活習慣が予防の一番大切なところと聞いている。塩分過多に陥りやすいし、高タンパク質の食物も多くあるので、特に中高年以降は注意するべきだと思う。
- ・食事療法をしたほうがいい場合、家庭内で食事を作っている人間がきちんと知らないと対処できません。腎臓病になったら、まず 家庭にも連絡するということができるかな、と思っています。
- ・秋田市が健康増進また、中心市街地活性化のために「タニタ食堂」を誘致したそうですが、ぜひタニタ食堂を出店させて、健康増進に役立ててほしい。

(健診について)

- ・公的な費用はかかるとは思いますが、やはり「体の安心」のため「健康診査」の制度化は続けるべき。
- ・健康診断の検査項目をどの頻度で実施するのか、検査費用も健康保険を投入して更に安く、誰もが安心して検査できる体制を更に整備して欲しいと思います。
- ・定期的に検診を行う癖づけができる各自の意識向上が必要と考えます。
- ・生活習慣病の情報が増えてきてはいるが、30 代の市町による検診があまりないため、検診を受けづらい。また、小さい子どもがいる人にとっては、検診も受けづらいため、託児のできる検診が増えるといいのではないかと思う。
- ・定期的な健診の普及徹底
- ・検査等の金銭的補助を行政の取り組みにて、生活困窮者にも必ず受診できる環境作りが大事。
- ・健康診断の受診機会(日程・場所)を増やす
- ・健康診断時に、医者からこの病気に関する情報を伝える。
- ・結婚して退職してから健康診断に行っていない。自費だと思うとなかなかいけない

(医療について)

- ・一度や二度話を聞いただけでは理解と実施は困難。診療所であれば患者さんが見えるたびにフォローすることができるので、診療所への管理栄養士の配置をすることにより効果がアップする。
- ・一般の開業医では、腎臓が悪化しているのに単に降圧剤を与え続けるだけで、専門医を紹介することがない。知識が乏しい開業医がいるので、医者もCKDの知識を持って欲しい。
- ・片腎となった際の毎日の指導事項はありませんでした。医療機関相互の連携をとって戴き、実際に課題を抱えた者への納得できる説明が必要だと思います。
- ・かかりつけのお医者さんでの検査で発見して貰いたい。
- ・どのような診療科目を揚げた医療機関でも検査、治療は一応してくれるが真に専門なのか分からない、転院すれば同じ検査の繰り返し。医療機関同士の連携が欲しい、薬も同じ