

ネットリサーチDIMSDRIVE 第169回公開調査
『特定健康診査・特定保健指導』に関するアンケート

2008年2月20日

インターワイヤード株式会社

メタボリックシンドロームに着目した生活習慣病予防のための新しい健康診断、「特定健康診査」・「特定保健指導」が2008年4月から開始されます。

人々はどのように受け止めているのでしょうか？

インターワイヤード株式会社が運営するネットリサーチサービス「ディムドライブ」(本社:東京都品川区)は、『特定健康診査・特定保健指導』に関する調査を行い、結果をまとめました。

目次

- 7割が「運動不足」、4割が「睡眠不足」を改善したい
- 婦人科検診の受診、20代では3割、10代ではわずか2.9%
- 3割が、健康診断を「毎年受けていない」
- 結果が気になるのは「コレステロール値」・・・女性は「外見」、男性は「血液」に関する項目が気になる
- 健康診断を受けない理由・・・「費用がかかる」、「企業に所属してない」
- 48.6%が、「自分はメタボ・メタボ予備群」
- 特定健診・特定保健指導の認知率は43.5%
- わからない事が多い特定健診。最も知りたいのは「費用」
- 特定健診・保健指導での「生活習慣改善効果」を期待している人は半数

調査概要

調査方法	インターネットを利用した市場調査	
調査期間	2008年1月23日(水)～1月31日(木)	
調査対象者	DIMSDRIVEモニター 9,863人	
回収方法	DIMSDRIVEのモニターサイトにURL記載(配信なし)	

性別	N	%
男性	4610	46.7
女性	5253	53.3

年代	N	%
10代	123	1.2
20代	1458	14.8
30代	3573	36.3
40代	2872	29.1
50代	1283	13.0
60代以上	554	5.6

職業	N	%
会社役員・経営者	178	1.8
会社員	3852	39.2
自営業	663	6.7
パート・アルバイト	1165	11.8
公務員	339	3.4
自由業	262	2.7
専業主婦(主夫)	2163	21.9
学生	340	3.4
定年退職	150	1.5
無職	515	5.2
その他	236	2.4

調査項目

- ・改善したい生活習慣
- ・健康診断の受診経験
- ・健康診断を受ける頻度
- ・健診結果で気になる項目
- ・健康診断を受けない理由
- ・あなたはメタボリックシンドロームだと思いますか
- ・特定健康診査・特定保健指導の認知
- ・特定健診について、知りたいこと
- ・特定健診の受診で生活習慣は改善できるか

7割が「運動不足」、4割が「睡眠不足」を改善したい

■改善したいと思っている生活習慣

「良くない・改善したい」と思っている生活習慣を尋ねたところ、「運動不足」がダントツで多く、7割以上の75.4%が「改善したい」と思っていることがわかった。次いで「睡眠不足」40.9%、「長時間のパソコンの使用」37.7%、「不規則な生活」、「食べすぎ」33.9%と続いた。

『食』に関する項目は5番目に初めて「食べすぎ」が登場している。

◆男女別

男女別で見ると、「睡眠不足」は男女とも同じ数値で40.9%であった。

【男性の方が女性より多かった項目】「長時間のパソコンの使用」、「喫煙」、「飲酒・飲みすぎ」、「働きすぎる・忙しすぎる」であった。

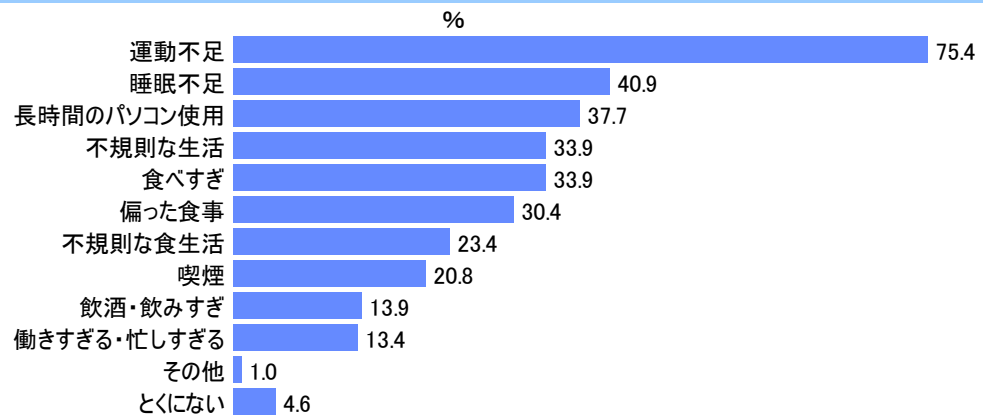
【女性の方が男性より多かった項目】「運動不足」、「不規則な生活」、「食べすぎ」、「偏った食事」、「不規則な食生活」であった。

『食』に関する項目はすべて、男性よりも女性のほうが多く回答している。

全員に伺います。

N=9863

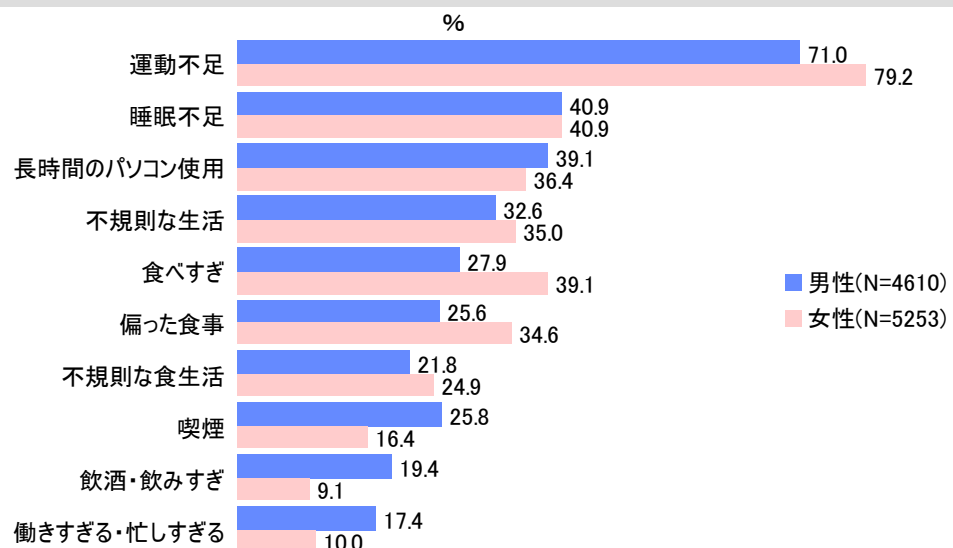
あなたが今、「良くない」または「改善したい」と思っている生活習慣はありますか。(複数回答)



「その他」の自由回答より抜粋

ストレス
冷え性
肩こり
便秘
水分摂取不足
だらだらと過ごす
他人との交流が少ない
神経質なところ
携帯の使いすぎ(メールやネットなどで目を酷使) ...など

◆男女別



婦人科健診の受診、20代では3割、10代ではわずか2.9%

■健康診断の受診経験

「健康診断の受診経験」については、“一般的な健康診断”の受診経験者は81.4%で8割である。“人間ドック”は2割の20.8%、“郵送検診、コンビニ検診などの“在宅検診”は1.9%とわずかであった。

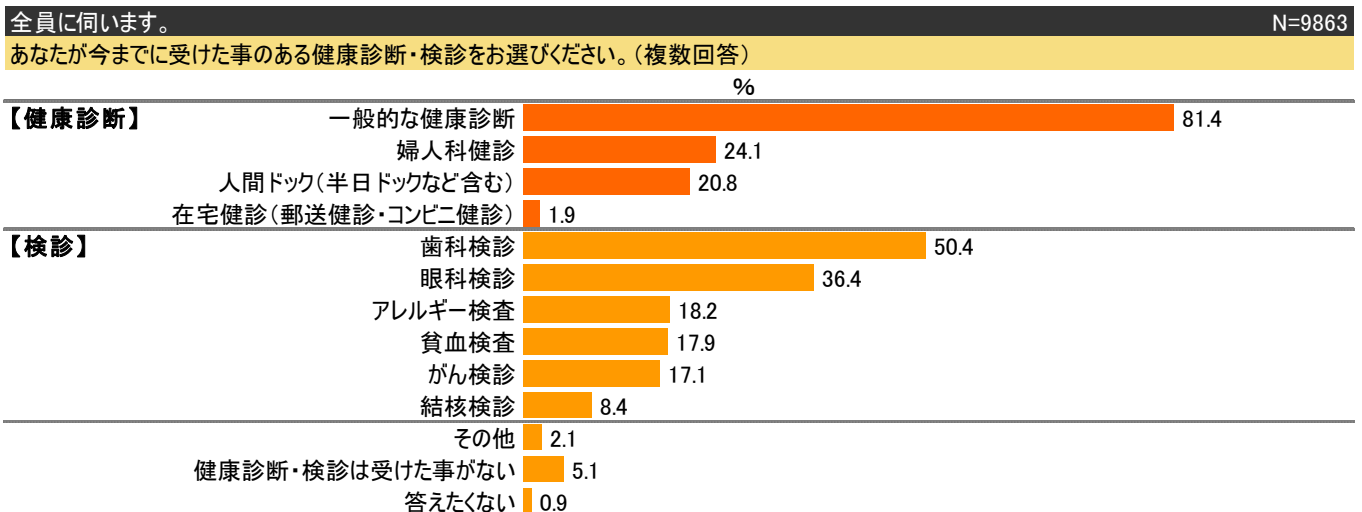
「検診の受診経験」については、“歯科検診”が50.4%と半数が回答した。“アレルギー検査”は18.2%と2割弱の人が受けたことがあり、“がん検診”は17.1%であった。

「その他」の自由回答では、“血液検査”、“メタボの検診”、“脳ドック”、“HIV検査”、“乳癌・子宮癌検診”などが挙げられた。

<女性年代別、「婦人科検診」の受診経験>

“婦人科健診”について、女性の年代別の回答を見ると、最も多いのは50代で54.1%であった。半数を超えたのは50代と、40代の52.6%のみであった。

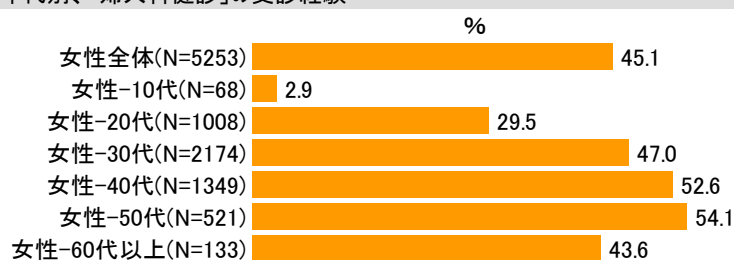
30代以上では4割を超えているが、20代では29.5%と3割ほどと少なく、10代では僅か2.9%であった。女性全体での割合は45.1%であった。



「その他」の自由回答より抜粋

血液検査	乳癌・子宮癌検診
メタボの検診	糖尿病検査
脳ドック	航空身体検査
HIV検査	肝炎ウイルス検査
	・・・など

◆女性年代別、「婦人科健診」の受診経験



3割が、健康診断を「毎年受けていない」

■健康診断を受ける頻度

健康診断（一般的な健康診断・婦人科健診・人間ドック・在宅健診）を受けたことがある人の、「受診頻度」は、“1年に1回”が圧倒的で60.6%と6割であった。次いで“2～3年に1回”14.8%、“1年に2回以上”9.4%と続いた。『毎年受けていない』人は30.0%と3割で、“20年に1回未満”の人が5.8%に上っている。

<回答者全体の『毎年受けている人』の割合>

回答者全体(N=9863)での、『毎年受けている人』の割合は62.9%で、『毎年受けていない』人は37.1%であった。

<性年代別>

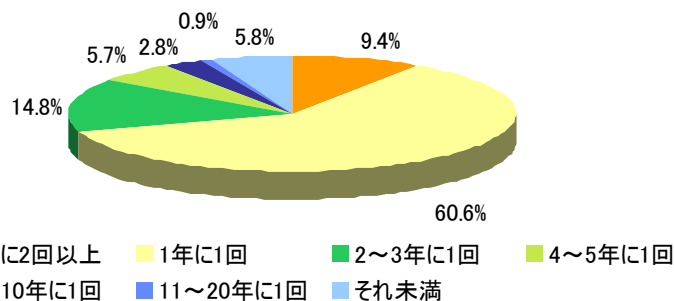
性年代別では、『1年に1回以上』受けている人はすべての年代で女性よりも男性の方が多く、20代以上の男性では1割以上が“1年に2回以上”健康診断を受けていると回答した。

“20年に1回未満”という回答については、10代～30代の女性は約1割と多い結果となった。

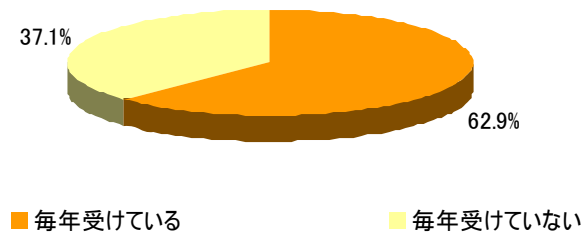
健康診断を受けた事がある人に伺います。

N=8863

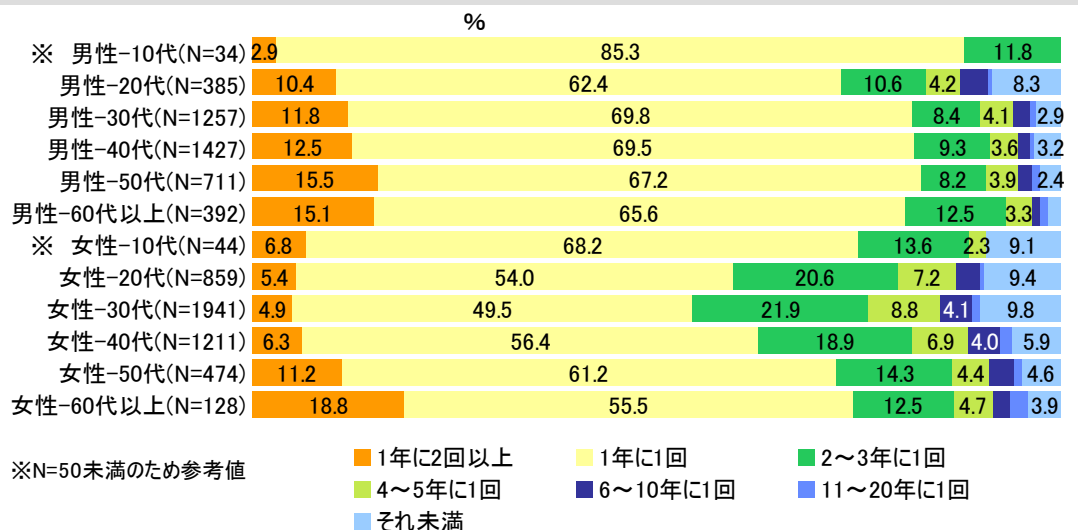
あなたが健康診断を受ける頻度はどのぐらいですか。（単一回答）



◆回答者全体のうち、毎年受けている人の割合



◆性年代別



結果が気になるのは「コレステロール値」・・・女性は「外見」、男性は「血液」に関する項目が気になる

■健診結果で気になる項目

一般的な健康診断の項目で、結果が気になるものを尋ねたところ、“コレステロール値”が最も多く51.4%であった。次いで“BMI・体脂肪率”50.2%、“中性脂肪・血中脂質”49.0%、“体重”42.1%と続き、『脂肪や肥満』に関連する項目が上位を占めた。

“血压”は36.8%、“血糖値”は32.5%であった。

<男女別>

いくつかの項目について男女別の回答を見ると、

【男性の方が女性より多かった項目】・・・“コレステロール値”、“中性脂肪・血中脂質”、“血压”、“血糖値”

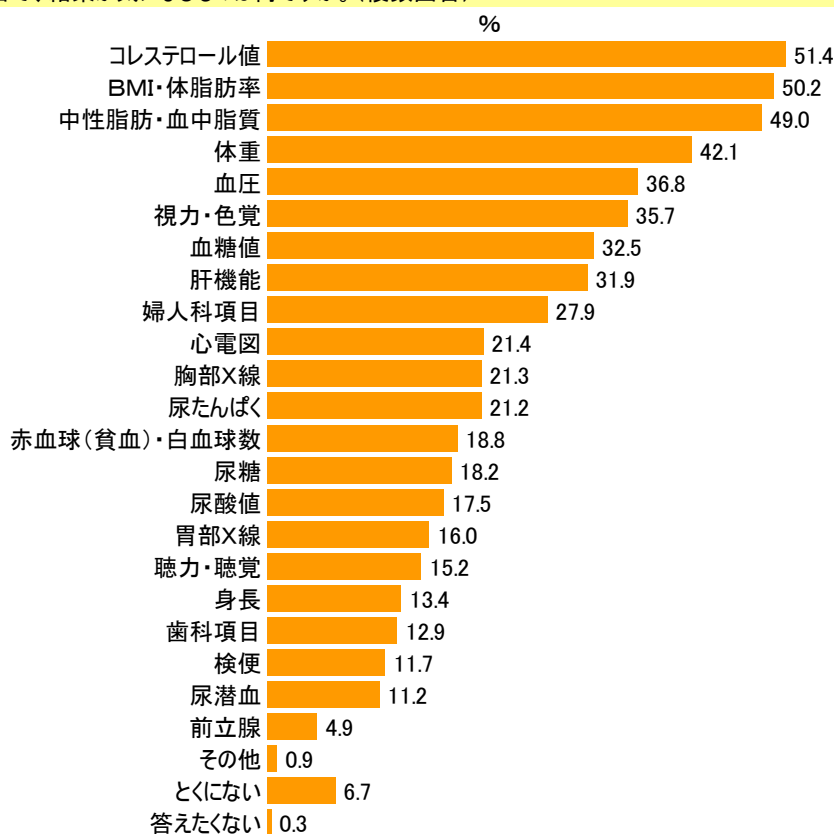
【女性の方が男性より多かった項目】・・・“身長”、“体重”、“BMI・体脂肪率”であった。

『外見』に関する項目は女性の方が、『血液』に関する項目は男性のほうが多く回答している。

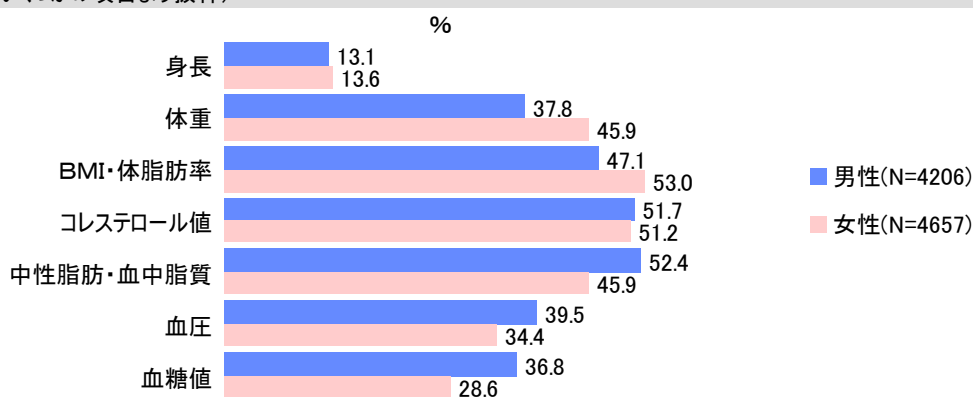
健康診断を受けた事がある人に伺います。

N=8863

一般的な健康診断の項目で、結果が気になるものは何ですか。(複数回答)



◆男女別(いくつかの項目より抜粋)



健康診断を受けない理由・・・「費用がかかる」、「企業に所属してない」

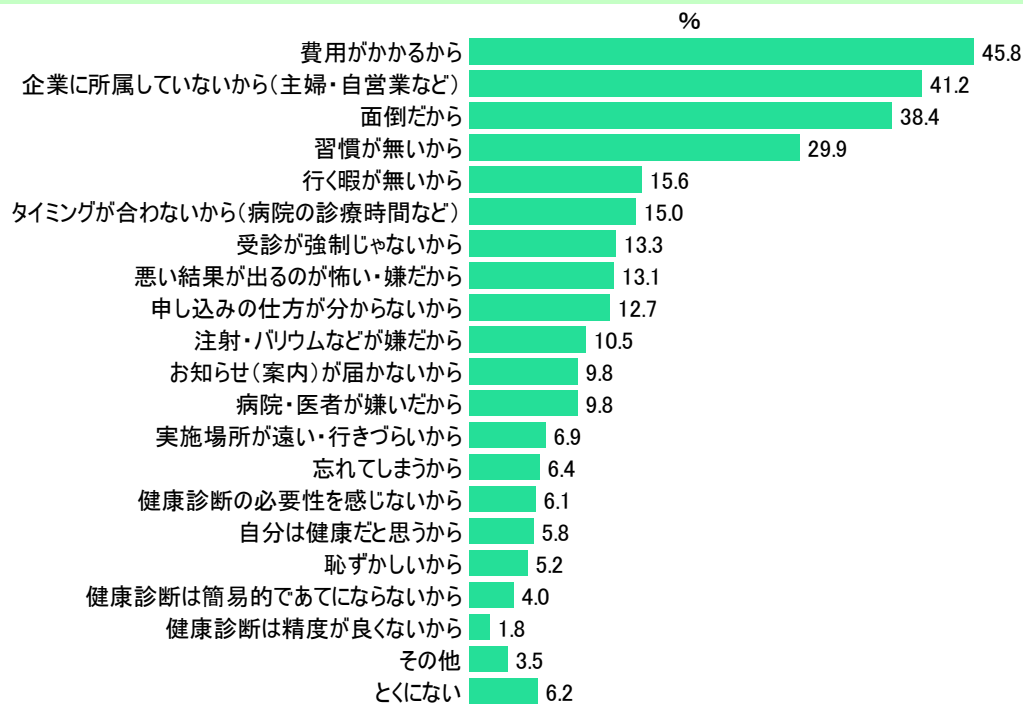
■健康診断を受けない理由

健康診断を受けたことがない人、受診頻度が3年に1回未満の人に「健康診断を受けていない・あまり受けていない理由」を尋ねたところ、“費用がかかるから”が最も多く45.8%であった。次いで“企業に所属していないから(主婦・自営業など)”41.2%、“面倒だから”38.4%、“習慣がないから”29.9%、“行く暇がないから”15.6%と続いた。“悪い結果が出るのが怖い・嫌だから”は13.1%であった。

「その他」の自由回答では“通院しているので”、“所属している企業に健診制度が無く、休みが取りにくい”、“強制されていないとどうしても腰が上がらない”などが挙げられた。

健康診断の受診頻度が3年に1回未満、または受けた事がない人に伺います。 N=1848

健康診断を受けていない・あまり受けていないのはなぜですか。(複数回答)



「その他」の自由回答より抜粋

- 通院しているので
- 診察を受けているので、何かあれば その都度診てもらえるから。
- 会社で健康診断が無い
- 所属している企業に健診制度が無く、休みが取りにくい
- 仕事をやめて受ける機会がなくなった
- 男性医師が嫌だから
- マンモは痛いから
- 保険の対象にならないから
- 40歳以上からの検診しか市がしないから。
- 子供を連れて行けないから
- 結果が悪いと人生を楽しめないから
- 強制されていないとどうしても腰が上がらない。
- 健康に興味がないから
- 朝、空腹で食べてしまうから

・・・など

48.6%が、「自分はメタボ・メタボ予備群」

■あなたはメタボ？

メタボリックシンドロームの定義を提示した上で、全員(N=9863)に「あなたご自身はメタボリックシンドロームだと思いますか」と尋ねたところ、“メタボリックシンドロームだと思う”人は16.0%、また、“メタボリックシンドロームの予備群だと思う”人は32.6%であった。

『メタボリックシンドローム・予備群だ』と回答した人は48.6%と約半数に上った。

<性年代別>

“メタボリックシンドロームだと思う”、“予備群だと思う”、ともに、すべての年代で女性よりも男性のほうが多く回答している。“メタボリックシンドロームだと思う”の回答が最も多かったのは40代男性で28.5%、次いで50代男性27.7%、60代以上男性23.8%と続いた。女性では最も多かった50代以上でも13.6%と少なかった。

『メタボリックシンドローム、または予備群だと思う』という人が最も多かったのは40代男性で65.8%、次いで50代男性65.2%であった。女性で最も多かったのは50代女性で48.3%、次いで40代女性43.1%であった。男性は、10代16.4%、20代41.3%と増え、30代以上はどの年代も60%台となった。女性は50代までは年代があがるにつれて増えている。

<メタボ自覚度別、健康診断受診頻度>

「メタボだと思う」、「予備軍だと思う」、「メタボではないと思う」別の、健康診断受診頻度を見ると、「メタボだと思う」人が最も頻度が高く、→「予備群だと思う」→「メタボではないと思う」という順に、受診頻度は低くなっている。

<メタボ自覚度別、健診結果で気になるもの>

また、健診結果で気になるものについては、“身長”以外の項目で、「メタボだと思う」→「予備群だと思う」→「メタボではないと思う」という順に、【気になる】という回答が減っている。

全員に伺います。

N=9863

質問にあたり、以下の説明文を提示：

内臓脂肪型肥満に加えて、高血糖、高血圧、脂質異常のうちいずれか2つ以上をあわせもった状態。

・腹囲(へそ周り) 男性 85cm以上、女性 90cm以上

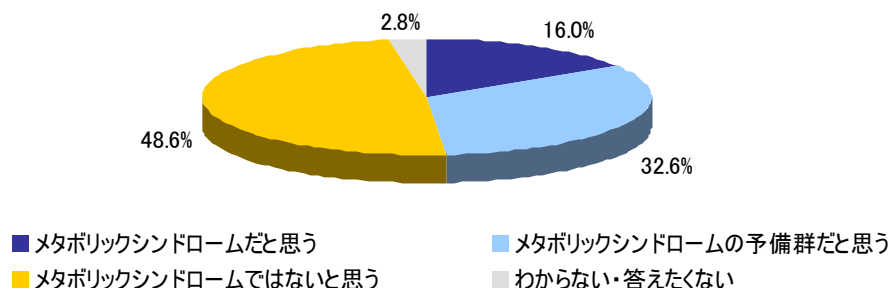
・中性脂肪150mg/dL以上、またはHDLコレステロール 40mg/dL未満 の、いずれか、または両方

・最高血圧 130mmHg以上、最低血圧 85mmHg以上の、いずれか、または両方

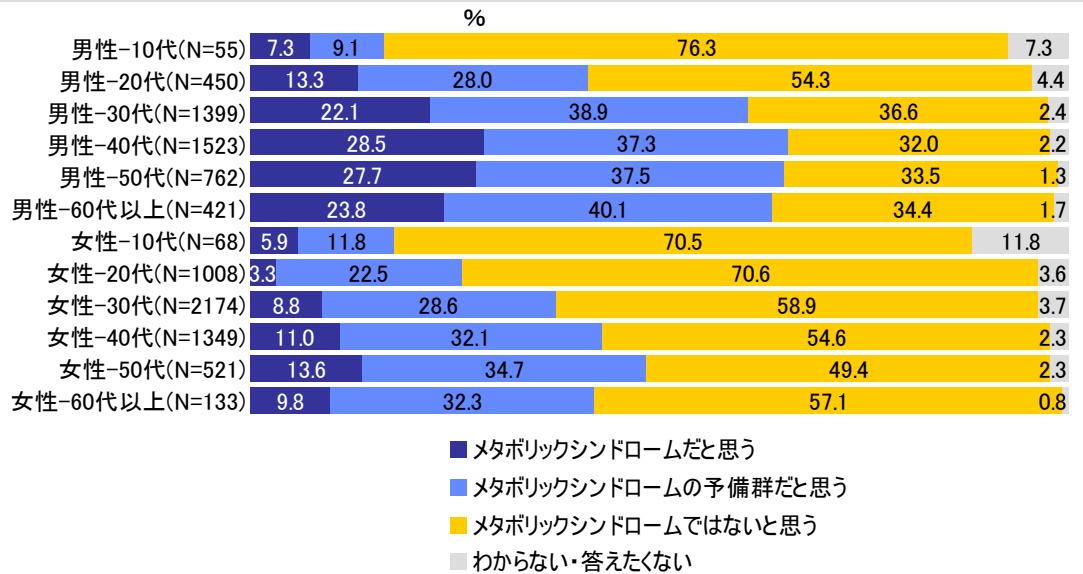
・空腹時血糖値 110mg/dL以上

が診断基準となっています。

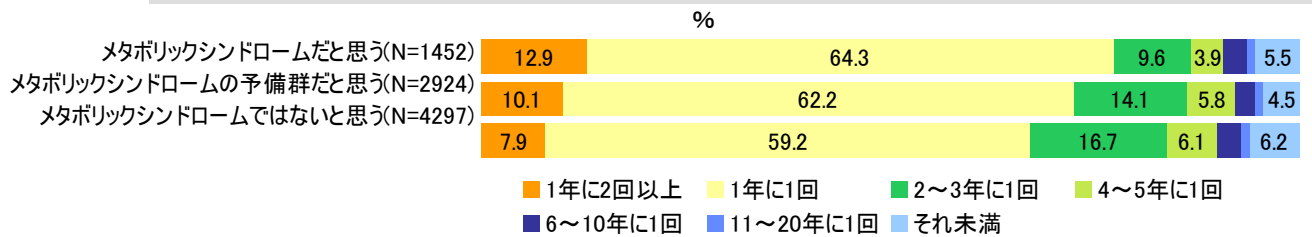
あなたご自身は、メタボリックシンドロームだと思いますか。(単一回答)



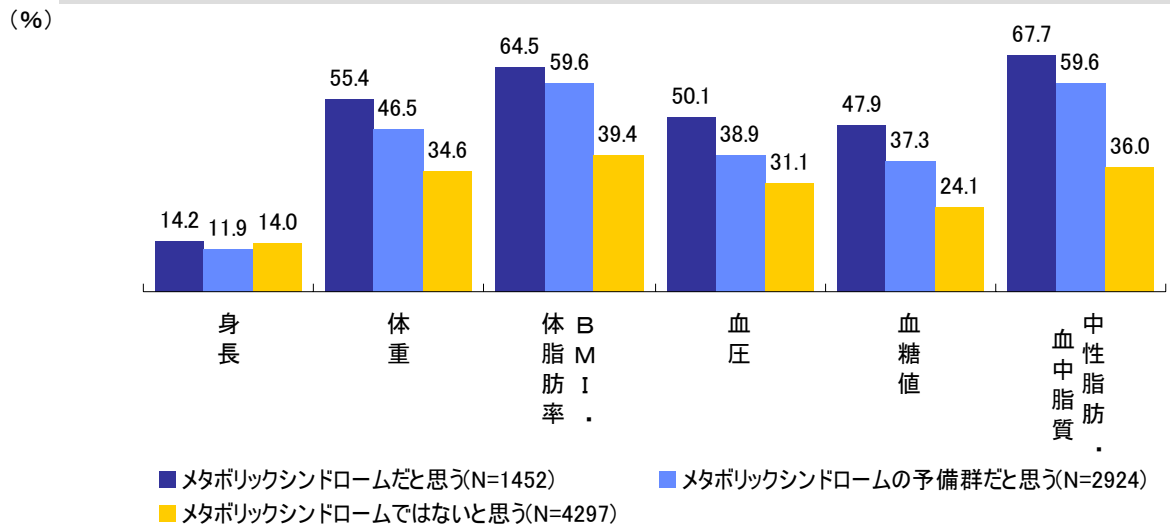
◆性年代別



◆メタボ自覚度別、健康診断受信頻度



◆メタボ自覚度別、健康診断の結果で気になるもの(抜粋)



特定健診・特定保健指導の認知率は43.5%

■特定健康診査・特定保健指導の認知度

2008年4月から始まる「特定健康診査(以下:特定健診)」、「特定保健指導(以下:保健指導)」について認知を尋ねたところ、“内容など、詳しく知っていた”という人は6.6%と僅かだった。

“実施されることは知っていた”は36.9%で、『知っていた』と回答した人は43.5%と4割だった。

<性年代別>

60代以上を除いたすべての年代で、女性よりも男性の方が『知っている』と回答した人が多い。男性は40代までは年代があがるにつれて認知率が高くなり、40代以上は51%台となっている。

女性も年代があがるにつれて認知率が高くなり、最も高い60代以上では54.1%、最も低い10代では20.6%と2割だった。

<健康診断受診頻度別>

健康診断の受診頻度別では、受診頻度が高いほど認知率も高く、最も高い【1年に2回以上】では57.4%、最も低い【20年に1回未満】では25.6%と半分以下となっている。

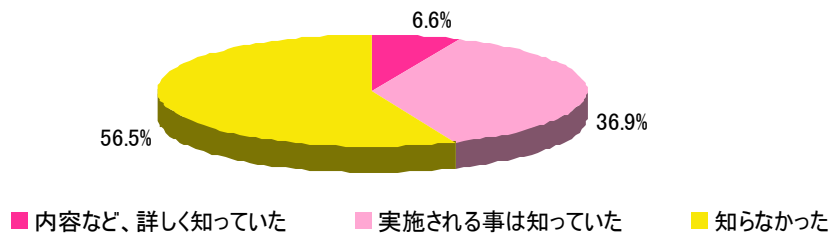
全員に伺います。

N=9863

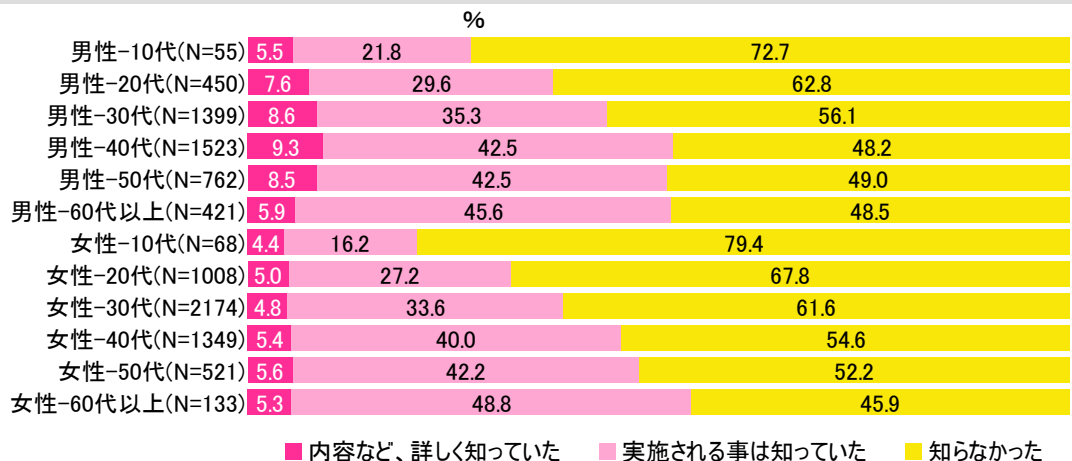
質問にあたり、以下の説明文を提示:

2008年4月から、メタボリックシンドロームに着目した生活習慣病予防のための新しい健康診断である「特定健康診査(特定健診)」・「特定保健指導」が実施されます。

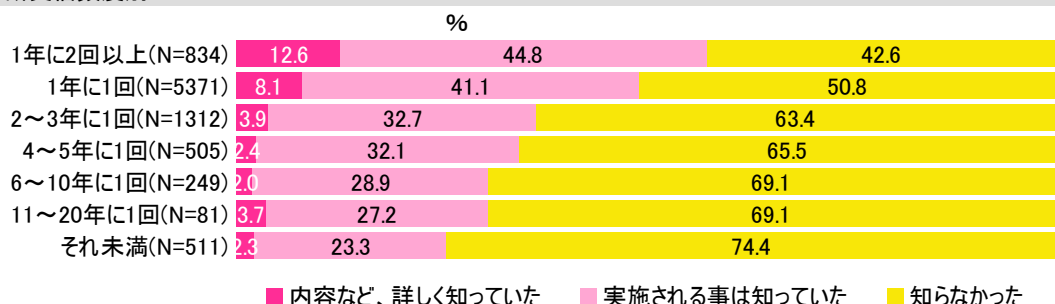
あなたは、「特定健康診査(特定健診)」・「特定保健指導」を知っていますか。



◆性年代別



◆健康診断受信頻度別



わからない事が多い特定健診。最も知りたいのは「費用」

■特定健診・保健指導についての疑問

特定健診・特定保健指導についての説明を提示した上で、「知りたいと思うこと」を尋ねた。

最も多かったのは“費用について”で68.6%とダントツ、次いで“受けられる場所について”45.9%、“検査内容について”45.7%、“申し込み方について”37.1%、“お知らせ(案内)の時期・内容について”34.1%、“結果の通知について”29.8%と続いた。

最も少なかった項目でも10%を超えており、知りたいことが多い、ということが伺える結果となった。

■思うこと・具体的な疑問

特定健診・特定保健指導についての「具体的な疑問」や「思うこと」を自由回答形式で書き込んでもらったところ、1000以上もの疑問・意見が寄せられた。

多かった内容は・・・

【疑問】では

「対象年齢外でも受けられるのか」、「費用についての疑問」、「本当に医療費の軽減につながるのか?」、「義務・強制的なのか?」、「効果があるのか?」、「案内・申し込み等について」、「健診内容・保健指導について」、「個人情報について」などが、

【意見】では

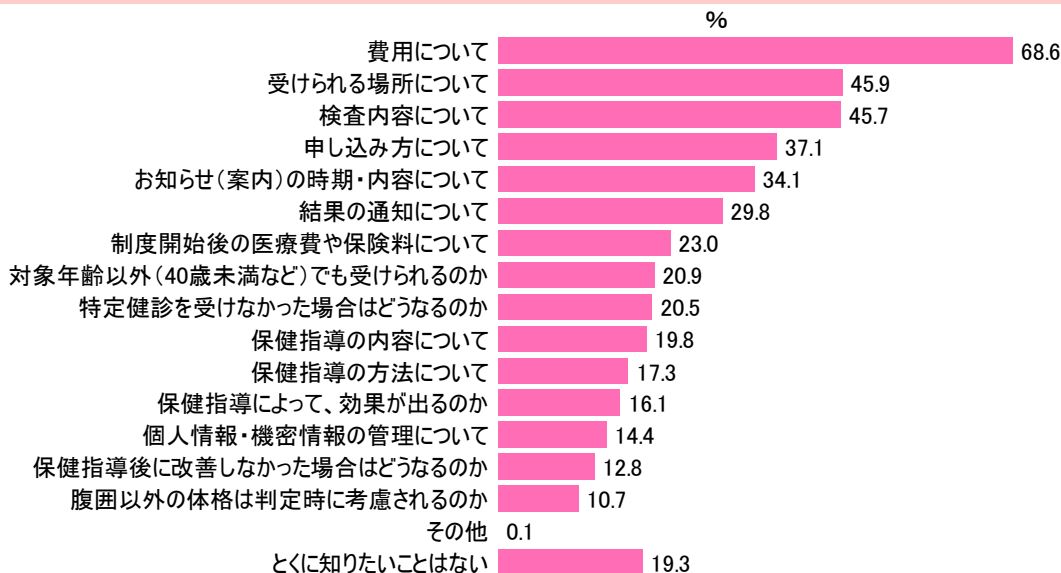
「もっと若い世代からのほうが良いのでは?」、「もっと告知・PRをしてほしい」、「メタボリックシンドロームの定義に疑問がある」、「会社で受ける場合の配慮や心配について」、などが挙げられている。

また、「わからない事が多すぎる」といった意見も多かった。

全員に伺います。

N=9863

「特定健康診査(特定健診)」、「特定保健指導」について、あなたが知りたいと思うことは何ですか。(複数回答)



「特定健康診査(特定健診)」・「特定保健指導」について、疑問や思うことなどがあればご記入ください。(自由回答)

<回答より一部抜粋>

◆対象年齢について

40歳からでは遅い気がする。
もっと若い世代も対象にした方がよい
40歳以上は希望者対象なのか、それとも全員が対象なのか。
75歳以上の人にはどうして特定健診はないのですか。これに変わるものはあるのですか？
主婦はどうなるのか？
メタボは若いうちなら改善しやすいと思うんですけど・・・
対象年齢外の人でも、メタボ予備軍に該当する人には、この制度は適用されるのか？また全額自費なのか？

◆費用について

やはり費用、時間、効果が知りたい
費用が安いとみんな受けやすいと思う
医療保険に加入していない場合の費用は？

◆医療費の軽減につながるのか

費用対効果が見合うのか？
結果的に高齢者医療費の将来的な削減に繋がるようにすることが大切だと思う。
メタボ予防が本当に医療費抑制になるのか疑問を感じる

◆義務・強制なのか

だらしのない性格なので 強制にして欲しいです。
強制なら、医療費を安くして欲しい
任意か義務かどちらか知りたい

◆効果があるのか？

本当に効果があるのか判らないものを強制されるようで嫌。正直言って、余計なお世話。
効果が得られるとは思えない。制度導入に際して、どのような効果試算をしたのかわかりたい。
一度だけでは、効果が無いと思う。
なかなか効果が得られない場合はどのような支援をするのか。

◆もっと告知・PRを

制度導入の狙い、メリットがあまり周知されていない上に、認知度が極めて低い。
あまり周知されていない感じを受けるので、もっと公に発信していったほうがよいと思う。

◆メタボリックシンドロームの定義に疑問

メタボリックシンドロームの定義に疑問がある。
メタボリックシンドロームの基準自体が疑問視されているのに、このような指導体制で大丈夫なのか。
なぜに腹囲85cmという基準ができたのか疑問

◆会社で受ける場合の弊害について

会社で昇進、昇給などに評価されるのか。
会社がどのくらい理解してくれるか疑問である
メタボリックと診断された場合、その後の保健指導で成果がない場合、クビになることもあるのでしょうか？

◆案内・通知・受け方について

自主的に申し込む必要があるのかないのか？問合せ窓口はどこか？
会社にいれば何もしないで自動的に受信できるのかどうか
退職後はどのようなになるのかが不安である。
どこで受診できるのか良く分からない。(会社の健康診断として受けられるのかどうか)
受診には予約が必要なのか
どのような形で案内があるのかが知りたい。
休日でも受けれるのでしょうか？
検査所要時間はどのくらいか？

◆保健指導について

保健指導の日程が組めない人はどうなるのだろうと思った
保健指導後に改善しなかった場合はどうなるのか
治療や病院等まで指導してくれるのか。

◆検診内容について

これまでの検査内容とどう違うのかが疑問。
内容をもっと詳しく知りたい
具体的な内容が今ひとつわからない
どのくらいのレベルなのか？会社の健康管理組合によって内容のレベルの差があるとなんだか納得いかない。

◆個人情報について

指導員は個人情報を全て知りえる点が気になります
個人情報なので心配・・・。

◆良いことだと思う

今回は、医療費を減少させることが目的だが、方法に予防を挙げたことが評価できる。
メタボに悩んでる人には良いと思う。

◆その他意見

世の中、メタボ、メタボ、と騒ぎすぎのように感じます。
保健指導の一例として、テストケースを掲示して欲しいですね。

特定健診・保健指導での「生活習慣改善効果」を期待している人は半数

■生活習慣は改善できる??

ご自身を「メタボリックシンドロームだと思う」、「予備群だと思う」と回答した人に、「特定健診・保健指導を受けた場合、あなたの生活習慣はどのくらい改善できると思いますか」と尋ねた。
その結果、“かなり改善できると思う”5.7%、“ある程度改善できると思う”45.1%、“少しだけ改善できると思う”36.9%となり、『改善できると思う』と回答した人は87.7%となった。

生活習慣の改善について、『【ある程度以上】の効果を期待している人』は50.8%と半数にとどまった。
“改善できない(今までと変わらない)と思う・しないと思う”と回答した人は12.3%と1割だった。

<性年代別>

20代以上の性年代別回答を見ると、『ある程度以上の効果を期待している』人は、女性は年代が上がるにつれて増えており、60代以上では67.8%であった。男性では40代までは年代が上がるにつれて減っており、40代が最も低く45.7%、その後年代が上がるにつれて増えている。
“改善できないと思う・しないと思う”については、男女とも40代が最も多かった。
40代の男性は17.5%、女性は11.0%であった。

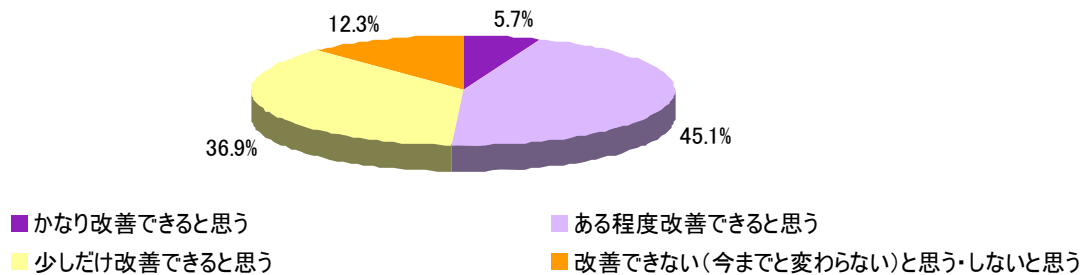
<メタボ自覚度別>

【メタボリックシンドロームだと思う】、【予備群だと思う】別の回答では、“かなり改善できると思う”と回答した人は【メタボだと思う】人のほうが多く、7.7%だったが(【予備群】は4.8%)、“ある程度改善できる”と回答した人は【予備群】のほうが多く47.2%で、【メタボだと思う】人の40.4%を上回った。
『ある程度以上の効果を期待している人』は、【メタボだと思う】人48.1%、【予備群だと思う】人52.0%で、【予備軍だと思う】人のほうが多くなっている。
“改善できないと思う・しないと思う”については、【予備軍だと思う】人は9.9%だったのに対し、【メタボだと思う】人は17.3%と2倍近くとなった。

<健康診断受診頻度別>

健康診断の受診頻度別では、『ある程度以上の効果を期待している』人は受診頻度が高いほど、多い傾向にあった。最も多い【1年に2回以上】の人は57.0%、最も少ない【20年に1回未満】の人は34.6%であった。

ご自身が「メタボリックシンドロームだと思う」「予備群だと思う」と回答した人に伺います。 N=4794
特定健診・特定保健指導を受けた場合、あなたの生活習慣はどのくらい改善できると思いますか。(単一回答)

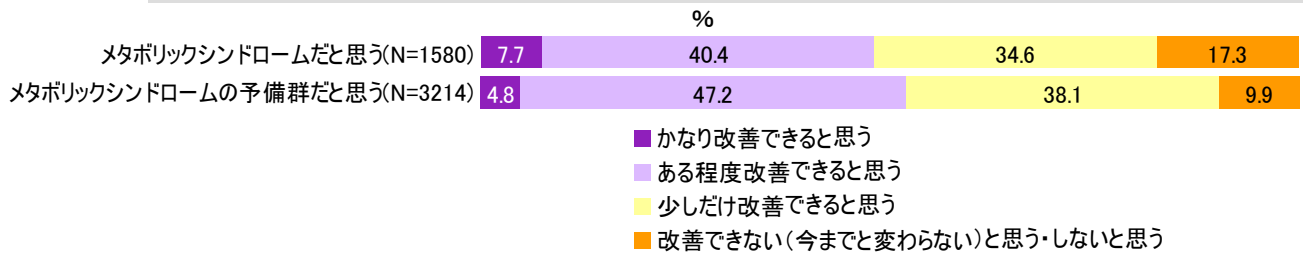


◆性年代別

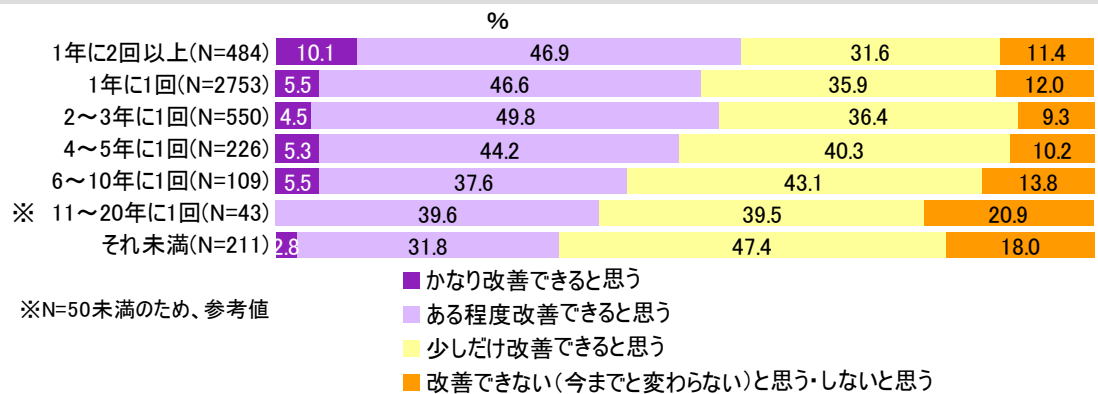
性年代別	かなり改善できると思う (%)	ある程度改善できると思う (%)	少しだけ改善できると思う (%)	改善できない(今までと変わらない)と思う・しないと思う (%)
男性-20代(N=186)	9.1	43.0	36.6	11.3
男性-30代(N=854)	6.0	43.8	35.2	15.0
男性-40代(N=1003)	4.7	41.0	36.8	17.5
男性-50代(N=497)	3.8	49.9	33.2	13.1
男性-60代以上(N=269)	9.3	55.0	27.1	8.6
女性-20代(N=260)	4.2	44.6	41.2	10.0
女性-30代(N=814)	5.9	44.6	41.6	7.9
女性-40代(N=582)	5.7	44.0	39.3	11.0
女性-50代(N=252)	5.6	50.0	37.3	7.1
女性-60代以上(N=56)	14.3	53.5	28.6	3.6

■ かなり改善できると思う
■ ある程度改善できると思う
■ 少しだけ改善できると思う
■ 改善できない(今までと変わらない)と思う・しないと思う

◆メタボ自覚度別



◆健康診断受信頻度別



■ネットリサーチのDIMSDRIVEについて■

インターワイヤード株式会社が運営する『DIMSDRIVE』は、全国に17万人のモニターを擁し、インターネットリサーチを通じて調査企画・設計から分析・提案までを提供する、マーケティングのトータルソリューションサービスです。広告効果測定や新製品需要調査など、目的に応じた調査でお客様の戦略立案をサポートしています。DIMSDRIVEホームページ <http://www.dims.ne.jp/>

■DIMSDRIVEの「Timely Research」(タイムリーリサーチ)について■

DIMSDRIVEの公開調査「タイムリーリサーチ」は、その時「旬」な商品やサービス、時事問題などをテーマとして取り上げ、独自で調査を行い、結果をWEB上で公開しています。毎週1回実施しており、アンケート数は150を超えました。

■インターワイヤード株式会社について■

<所在地> 東京都品川区東品川2-2-25 サンウッド品川天王洲タワー304
 <TEL> 03-5463-8255
 <FAX> 03-5463-2230
 <代表者> 齊藤 義弘
 <事業内容> ネットマーケティングリサーチサービス「DIMSDRIVE」運営

● 調査結果に関するお問い合わせ先 ●

インターワイヤード株式会社 DIMSDRIVE事務局(ディムスドライブ事務局) 担当: 三浦
 TEL: 03-5463-8256 E-mail: timely@dims.ne.jp