

第1章 調査の概要

* 調査結果に掲載している数値は小数点2位以下を四捨五入しているため、内訳合計と総数とが一致しない場合があります。

1 調査の目的

本調査は、県の総合的な健康づくり指針である「第2次みやぎ21健康プラン」の中間時点での各目標の達成状況を評価し、計画最終年である平成34年度での各目標の達成に向けた事業の見直しや、より効果的な取組方策についての方向性を導き、今後の施策の一層の推進を図るための基礎データとするために実施した。

【計画の進行管理】

H25	H26	H27	H28	H29	H30	H31	H32	H33	H34
第2次プラン策定	健康調査		中間評価					最終評価	
			健康栄養調査	目標見直し			健康栄養調査		目標年度

2 実施主体 宮城県

3 調査時期 平成28年10月～11月

4 調査対象

(1) 対象地区

- ①県民健康調査：県内50地区
- ②栄養摂取状況調査：①のうち県内19地区（国民健康・栄養調査地区含む）
- ③歩行数調査：②と同地区

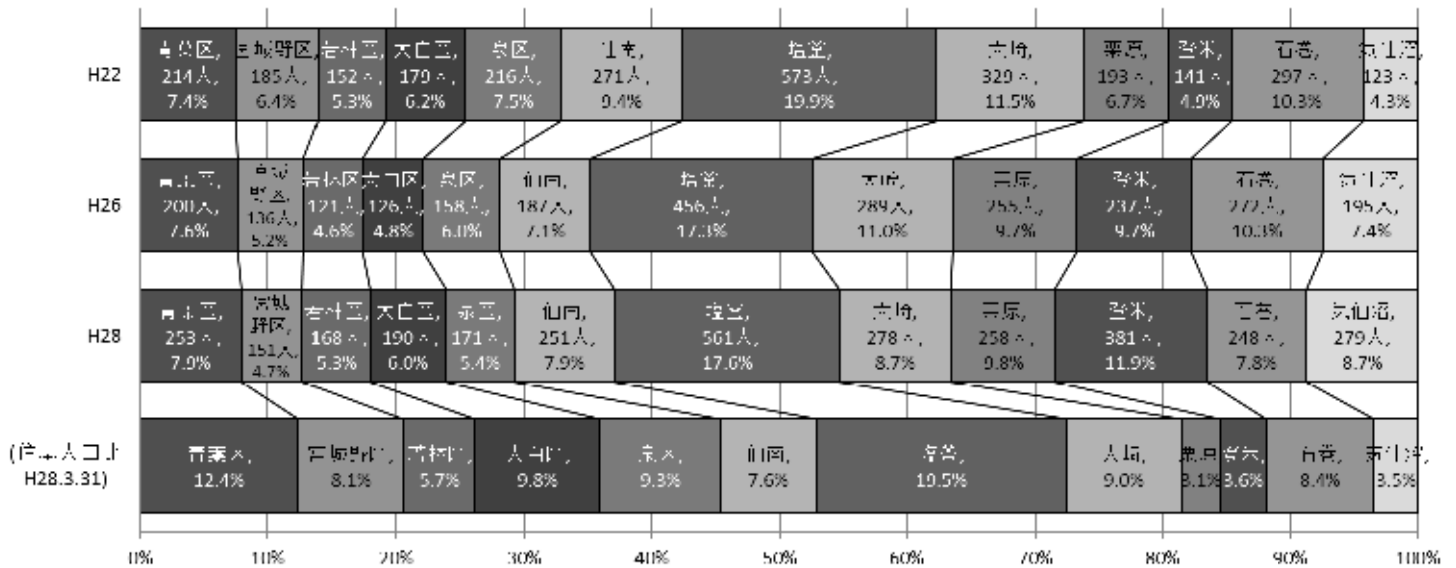
(2) 対象者

- ①県民健康調査：調査日現在に対象地区に居住する満20歳以上の男女（3,216人）
- ②栄養摂取状況調査：調査日現在に対象地区に居住する満1歳以上の男女（2,117人）
- ③歩行数調査：調査日現在に対象地区に居住する満15歳以上の男女（1,945人）

(3) 地区選定方法

- ①県民健康調査は平成28年国民生活基礎調査対象地区をブロック（県・仙台市各保健所の管轄区分）に分け、ブロックごとに無作為抽出（層化無作為抽出法）によって、50地区を抽出した。
- ②栄養摂取状況調査は、①の中から9地区を抽出し、平成28年国民健康・栄養調査対象地区10地区を上乗せし19地区を対象とした。
- ③歩行数調査は、②と同地区を対象とした。
- ④各ブロックの調査地区の割振りは、人口に応じた配分を基本としながらも、ブロックごとに分析ができるよう、各ブロックの回答者数が男女ともにおおむね100名以上となるよう調整した。

(4) 地区別抽出率の状況



5 調査協力状況

(1) 協力率の目標の設定

- ① 県民健康調査 : 協力率 80%
- ② 栄養摂取状況調査 : 協力率 60%
- ③ 歩行数調査 : 協力率 50%

(2) 協力率の状況

- ① 県民健康調査 : 協力率 84.5% (対象者 3,216 人に対し, 協力者 2,718 人)
- ② 栄養摂取状況調査 : 協力率 42.7% (対象者 2,117 人に対し, 協力者 904 人)
- ③ 歩行数調査 : 協力率 36.7% (対象者 1,945 人に対し, 協力者 713 人)

(3) 協力者の概況

① 全県 (総数)

区分	人	1-6 歳	7-14 歳	15-19 歳	20-29 歳	30-39 歳	40-49 歳	50-59 歳	60-69 歳	70 歳以上
健康調査	2,718				203	361	418	396	636	704
栄養摂取状況調査	904	52	80	36	46	88	130	91	181	200
歩行数調査	713			19	44	84	123	90	169	184

② 全県 (男性)

区分	計	1-6 歳	7-14 歳	15-19 歳	20-29 歳	30-39 歳	40-49 歳	50-59 歳	60-69 歳	70 歳以上
健康調査	1,266				95	180	201	180	304	306
栄養摂取状況調査	426	22	40	27	24	38	58	43	84	90
歩行数調査	333			14	24	36	55	42	77	85

③ 全県（女性）

区分	計	1-6 歳	7-14 歳	15-19 歳	20-29 歳	30-39 歳	40-49 歳	50-59 歳	60-69 歳	70 歳以上
健康調査	1,452				108	181	217	216	332	398
栄養摂取状況調査	478	30	40	9	22	50	72	48	97	110
歩行数調査	380			5	20	48	68	48	92	99

6 調査項目及び調査方法

(1) 県民健康調査

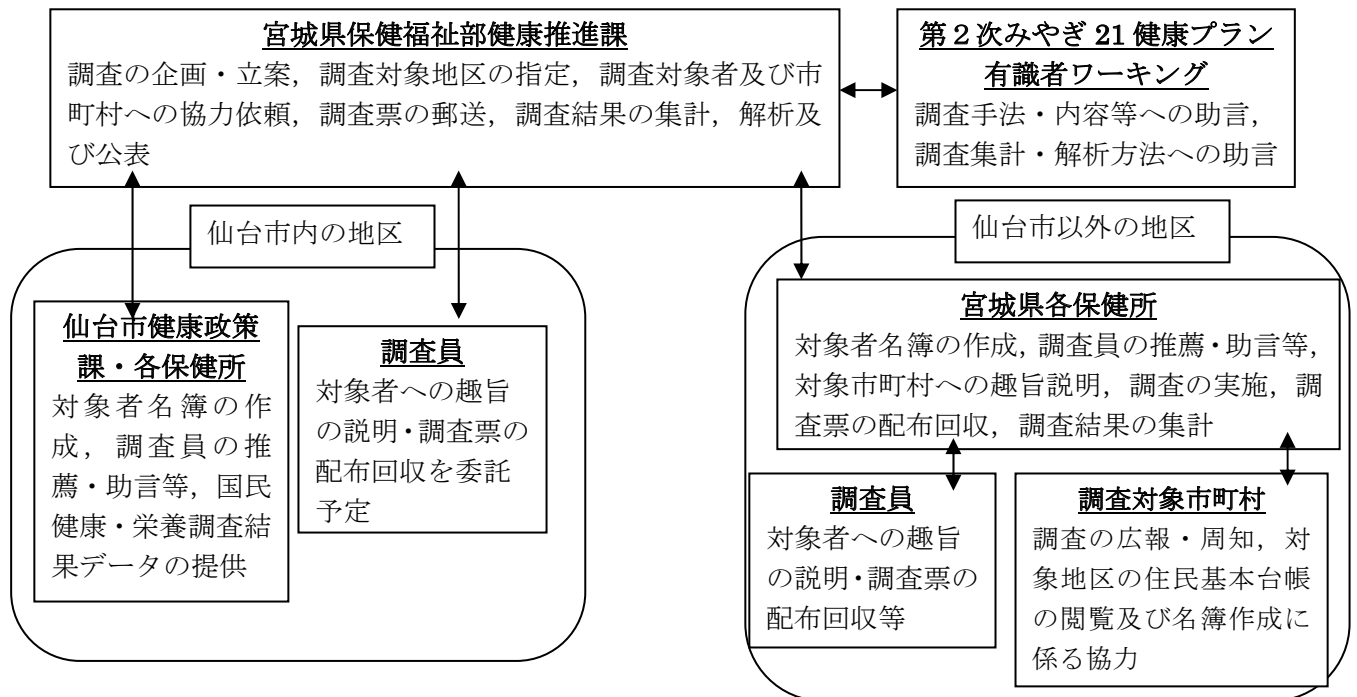
第2次みやぎ21健康プランの関連項目等について、無記名の自記式質問紙調査とする。

調査票は各世帯に郵送で配布し、郵送で回収後、未回収分のみ調査員等により訪問回収を行った。

(2) 栄養摂取状況調査及び歩行数調査

世帯状況、1日の食事摂取状況、1日の歩行数について、国民健康・栄養調査に準じた方法で調査を行った。県保健所職員及び栄養調査員が対象世帯を訪問し、食事の記録や歩行数の記録について、内容確認しながら調査票を回収した。

7 調査体制



8 結果集計・解析

厚生労働省「都道府県健康・栄養調査マニュアル」に基づき、集計解析を行った。

調査データの入力には県保健所、健康推進課が行い、結果の集計は仙台白百合女子大学が行い、解析は第2次みやぎ21健康プラン有識者ワーキングの指導・協力の下に健康推進課が行った。

9 補正方法

地区集計結果については、平成28年県民健康・栄養調査回答者の性別・年齢構成に合わせて補正を行った。

10 調査対象者及び協力者の状況

(1) 県民健康調査協力者

年代		総数	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上		
協力者数	総数	2,718	203	361	418	396	636	704		
	男性	1,266	95	180	201	180	304	306		
	女性	1,452	108	181	217	216	332	398		
年齢構成比	総数	100.0%	7.5%	13.3%	15.4%	14.6%	23.4%	25.9%		
	男性	100.0%	7.5%	14.2%	15.9%	14.2%	24.0%	24.2%		
	女性	100.0%	7.4%	12.5%	14.9%	14.9%	22.9%	27.4%		
男女比	総数	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%		
	男性	46.6%	46.8%	49.9%	48.1%	45.5%	47.8%	43.5%		
	女性	53.4%	53.2%	50.1%	51.9%	54.5%	52.2%	56.5%	男性	女性
保健所内訳人数	青葉	204	18	32	38	35	42	39	95	109
	宮城野	131	12	25	17	21	23	33	55	76
	若林	152	13	14	19	23	48	35	74	78
	太白	162	13	20	25	23	36	45	81	81
	泉	140	15	14	27	18	37	29	63	77
	仙南	232	17	28	31	32	55	69	106	126
	塩釜	464	42	78	59	64	113	108	213	251
	大崎	234	11	39	45	38	42	59	110	124
	栗原	258	19	29	30	36	71	73	128	130
	登米	331	17	40	52	44	80	98	155	176
	石巻	175	10	17	30	22	37	59	78	97
気仙沼	235	16	25	45	40	52	57	108	127	

(2) 栄養摂取状況調査協力者

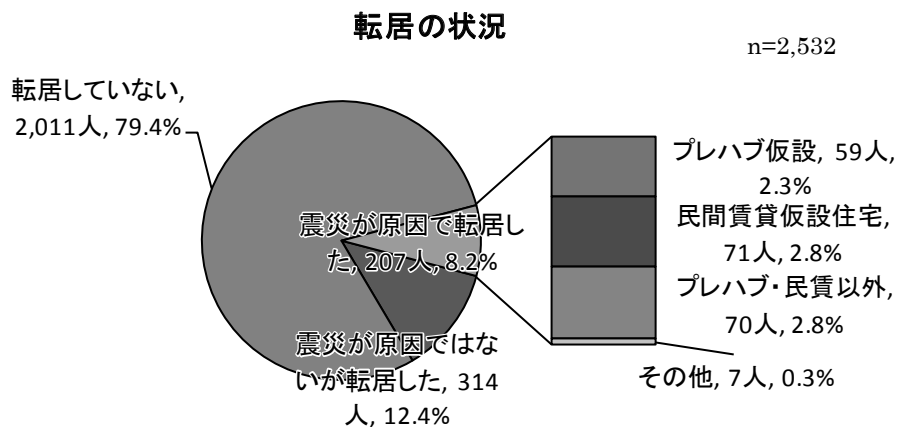
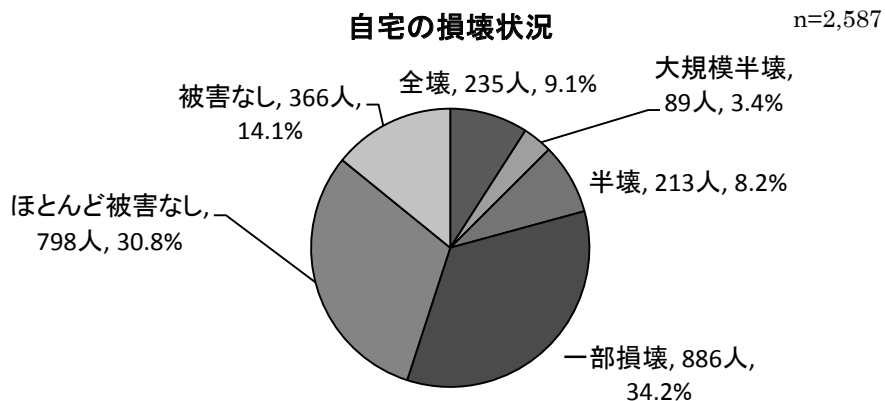
年代		総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上		
協力者数	総数	904	52	80	36	46	88	130	91	181	200		
	男性	426	22	40	27	24	38	58	43	84	90		
	女性	478	30	40	9	22	50	72	48	97	110		
年齢構成比	総数	100.0%	5.8%	8.8%	4.0%	5.1%	9.7%	14.4%	10.1%	20.0%	22.1%		
	男性	100.0%	5.2%	9.4%	6.3%	5.6%	8.9%	13.6%	10.1%	19.7%	21.1%		
	女性	100.0%	6.3%	8.4%	1.9%	4.6%	10.5%	15.1%	10.0%	20.3%	23.0%		
男女比	総数	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%		
	男性	47.1%	42.3%	50.0%	75.0%	52.2%	43.2%	44.6%	47.3%	46.4%	45.0%		
	女性	52.9%	57.7%	50.0%	25.0%	47.8%	56.8%	55.4%	52.7%	53.6%	55.0%	男性	女性
保健所内訳人数	青葉	56	7	3	1	3	9	6	6	9	12	26	30
	宮城野	26	1	5	5	2	4	3	2	2	2	12	14
	若林	21		2	1	1	2	3		3	9	9	12
	太白	50	4	4	3	4	4	10	2	7	12	26	24
	泉	57	2	4	1	1	3	5	4	15	22	30	27
	仙南	61		3		2	1	4	5	30	16	32	29
	塩釜	181	10	11	2	11	22	16	17	49	43	78	103
	大崎	152	20	24	7	9	26	26	18	17	5	72	80
	栗原	61		7	3	3	7	13	7	7	14	29	32
	登米	47	1	2	5	2	1	9	4	8	15	21	26
	石巻	142	7	13	5	8	7	26	20	23	33	66	76
	気仙沼	50		2	3		2	9	6	11	17	25	25

(3) 歩行数調査協力者

年代		総数	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上			
協力者数	総数	713	19	44	84	123	90	169	184			
	男性	333	14	24	36	55	42	77	85			
	女性	380	5	20	48	68	48	92	99			
年齢構成比	総数	100.0%	2.7%	6.2%	11.8%	17.3%	12.6%	23.7%	25.8%			
	男性	100.0%	4.2%	7.2%	10.8%	16.5%	12.6%	23.1%	25.5%			
	女性	100.0%	1.3%	5.3%	12.6%	17.9%	12.6%	24.2%	26.1%			
男女比	総数	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%			
	男性	46.7%	73.7%	54.5%	42.9%	44.7%	46.7%	45.6%	46.2%			
	女性	53.3%	26.3%	45.5%	57.1%	55.3%	53.3%	54.4%	53.8%	男性	女性	
保健所内訳人数	青葉	36		2	6	5	6	7	10	13	23	
	宮城野	20	3	3	4	3	3	2	2	11	9	
	若林	19		2	2	3		3	9	7	12	
	太白	40	1	4	4	10	2	7	12	20	20	
	泉	49		1	3	5	4	15	21	25	24	
	仙南	43		1	1	2	5	22	12	26	17	
	塩釜	148	2	10	21	17	16	48	34	65	83	
	大崎	98	3	8	26	24	16	16	5	45	53	
	栗原	50		3	7	12	7	7	14	26	24	
	登米	56	6	2	1	9	9	9	20	27	29	
	石巻	119	3	8	7	27	18	23	33	53	66	
	気仙沼	35	1		2	6	4	10	12	15	20	

(4) 協力者の被災状況

協力者の被災状況は、自宅の損壊状況が「全壊」「大規模半壊」「半壊」の者を合わせた割合が全体の20.7%、また、「震災が原因で転居した」者の割合は全体の8.2%であった。



調査票各様式

20歳以上対象

平成28年 宮城県 県民健康調査票

(満20歳以上の方にご記入をお願いします。)

宮城県県民健康調査への協力についてのお願い

宮城県では、県民一人ひとりが生きがいを持ち、充実した人生を健やかに安心して暮らせる健康みやぎの実現をめざして、県の健康増進計画として策定した「第2次みやぎ21健康プラン」(計画期間：平成25年度～平成34年度)に基づき、宮城県民に多い「メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)」と生活習慣病の予防対策として、「栄養・食生活」「身体活動・運動」「たばこ」分野の健全な生活習慣の形成・定着を重点に、健康づくりの各種施策を推進しております。

本調査では、県民の皆様の健康に関する意識や行動の変化など「第2次みやぎ21健康プラン」の目標値の中間評価や見直し等を行い、今後5年間の健康づくり施策に反映させる基礎資料とするものです。

この調査結果については、国、県、市町村の健康づくり施策及び学術研究目的以外の用途に使用することはありません。また、ご回答いただいた内容は個別に公表しないなど、個人情報の保護には十分配慮しますので、ご迷惑をおかけすることはございません。

以上のことをご理解の上、調査にご協力をお願いします。

問合せ先
宮城県保健福祉部健康推進課食育・栄養班
TEL 022-211-2637
E-mail kensuir-s@pref.miyagi.jp

記入上の注意

- 満20歳以上の方が対象ですので、ご家族の中で、満20歳以上となる成人の方全員がお答えください。
- 対象となられる方ご本人がお答えください。
本人が記入できない場合は、本人に聞きながら家族の方が記入してください。
- はっきりと、記入もれがないように、ご記入ください。
- 設問への回答の際には、あなたの感じていることや考えていることなどをとくに率直にお書きください。
- 記入が終わりましたら、家族分をすべて返信用封筒にまとめて入れて入れて投函ください。
(投函できない場合は、封筒のまま、調査員が訪問した際にお渡しください。)

問25 問2.4で2「はいえ」に○をつけた方がお答えください。
あなたは、1週間に1日以上運動していますか。

1 はい → 問30へ
2 いいえ

問26 問2.5で1「はい」に○をつけた方がお答えください。

1 週間で何日運動していますか。

※ この質問は、空欄の部分にあてはまる数字を記入してください。

日

問27 問2.5で1「はい」に○をつけた方がお答えください。
運動を行っている日の1日あたりの平均運動時間はどのくらいですか。

※ この質問は、空欄の部分にあてはまる数字を記入してください。

時間 分

問28 問2.5で1「はい」に○をつけた方がお答えください。
その運動はどのくらいの強さですか。

- 1 かなり息の乱れる運動 2 少し息の乱れる運動
3 あまり息の乱れない運動

問29 問2.5で1「はい」に○をつけた方がお答えください。
運動をどのくらいの年数継続していますか。

- 1 1年未満 2 1年以上

問30 震災前と比較して、身体を動かす機会は増えましたか。

- 1 とても増えた 2 少し増えた 3 同じくらい(変わらない)
4 少し少なくなった 5 とても少なくなった

問31 日頃外出する際は、何で出かけることが最も多いですか。

- 1 歩き 2 自転車 3 バスや電車 4 自家用車 5 その他

問32 自分の1日の歩数を知っていますか。

- 1 知っている 2 知らない

問33 1日の歩数を増やすように意識をしていますか。

- 1 している 2 していない

問34 普段の生活で歩行、そうじ、階段の上り下り、子どもと遊ぶなど身体を動かしていますか。

- 1 いつもしている 2 時々している 3 あまりしていません
4 ほとんどしていません

問35 *ロコモティブシンドロームを知っていますか。

- 1 内容まで知っている
2 内容は知らないが、言葉聞いたことはある
3 知らない(今回の調査で始めて知った)

*ロコモティブシンドローム(略称:ロコモ)は、運動器症候群ともいいます。詳しくはp17をご覧ください。

E 食生活のことについておたずねします

問36 朝食を食べますか。

- 1 毎日食べる 2 週に2~3日食べない
3 週に4~5日食べない 4 ほとんど食べない

問37 外食(市販の弁当などの利用も含む)をどのくらい利用しますか。

- 1 毎日2回以上利用する 2 毎日1回利用する
3 週2~5日利用する 4 ほとんど利用しない(週1日以下)

問38 市販の惣菜をどのくらい利用しますか。

- 1 毎日2回以上利用する
- 2 毎日1回利用する
- 3 週2～5回利用する
- 4 ほとんど利用しない(週1日以下)

問39 ふだん外食をするときや食品を買うときに、食品中の塩分カットや糖質ゼロなどの栄養成分の表示を参考にしていますか。

- 1 いつもしている
- 2 時々している
- 3 あまりしていません
- 4 ほとんどしていません

問40 飲食店、レストラン、食品売場および職場(学校)の給食施設・食堂等のような場所での食品や料理の栄養成分表示を見たことがありますか。

- 1 ある
- 2 ない
- 3 わからない

問41 最近1ヶ月で、漬物をどのくらい食べていますか。

- 1 毎日2回以上食べる
- 2 毎日1回食べる
- 3 週4～6回食べる
- 4 週2～3回食べる
- 5 週1回食べる
- 6 月1～3回食べる
- 7 食べない

問42 通常、めん類のスープや汁はどのくらい飲んでいきますか。

- 1 ほとんど全部飲む
- 2 8割くらい飲む
- 3 4～6割くらい飲む
- 4 2割くらい飲む
- 5 ほとんど飲まない

問43 あなたの食事についてお聞きます。

(1)毎日野菜料理をたっぷり(1日5皿、350g程度)食べることができていますか。

- 1 既にできている
- 2 するつもりがあり、頑張ればできる
- 3 するつもりはあるが、自信がない
- 4 するつもりはない

(2)主食・主菜・副菜をそろえて食べるようにしていますか。

- 1 はい
- 2 いいえ

(3)今食べている食事の量は適量を心がけていますか。

- 1 はい
- 2 いいえ

(4)外食と比べて、あなたの家庭の味付けはどうですか。

- 1 薄い
- 2 少し薄い
- 3 同じくらい
- 4 少し濃い
- 5 濃い

(5)間食や甘い飲み物をとる習慣はありますか。

- 1 毎日3回以上とる
- 2 毎日1～2回とる
- 3 週2～5日とる
- 4 ほとんどとらない(週1日以下)
- 5 全くとらない

(6)ゆっくりよりかんで食事をしていきますか。

- 1 はい
- 2 いいえ

F 歯のことについておたずねします

問44 あなたの歯の本数を教えてください。

あてはまる番号1つに○をつけてください。

- 1 全部ある(親知らず歯以外の28本ある)
- 2 ほとんどある(27本:1本歯が抜けている)
- 3 ほとんどある(26本:2本歯が抜けている)
- 4 ほとんどある(25本:3本歯が抜けている)
- 5 ほとんどある(24本:4本歯が抜けている)
- 6 だいたいある(20～23本)
- 7 半分くらいある(10～19本)
- 8 ほとんどない(1～9本)
- 9 まったくない(0本)

親知らず歯は数えません。さし歯は自分の歯として数えます。よくわからない場合は、抜けた歯の本数を数えてください。全部ある場合は約28本です。総入れ歯の方は0本です。

問45 お口(歯や歯ぐき、入れ歯など)の健康状態はどうですか。

- 1 よい
- 2 まあよい
- 3 あまりよくない
- 4 よくない

問46 この1年間に歯科医師などから歯科健康診査を受けたことがありますか。また、受けている場合は、どこで受けていますか。

- 1 受けていない
- 2 歯科診療所, 病院の歯科など (歯科医院)
- 3 保健所や市町村の保健センターなど
- 4 職場
- 5 学校
- 6 自宅 (訪問歯科診療)
- 7 その他

問47 歯科診療のみならず、むし歯や歯周病の予防や歯みがき指導、定期的な歯科健康診断をしてくれる「かかりつけ歯科医」をお持ちですか。

- 1 はい
- 2 いいえ

G 休養のことについておたずねします

問48 ここ1ヶ月間、あなたは睡眠で休養が充分とれていますか。

- 1 充分とれている
- 2 まあまあとれている
- 3 あまりとれていない
- 4 まったくとれていない

問49 よく眠れるように、睡眠薬や安定剤などの薬を飲むことがありますか。

- 1 まったくない
- 2 月1～2回くらいある
- 3 週1回くらいある
- 4 週2～3回くらいある
- 5 週4～6回くらいある
- 6 毎日ある

問50 この1ヶ月間に、不満、悩み、苦勞、ストレスなどを感じることはありませんか。

- 1 おおおいにあった
- 2 多少あった
- 3 あまりなかった
- 4 まったくなかった
- 5 わからない

問51 問50で1「おおいにあった」、2「多少あった」、3「あまりなかった」に○をつけた方がお答えください。それらの不満、悩み、苦勞、ストレスなどを自分なりの解消法で処理できていると思いますか。

- 1 充分できている
- 2 なんとか処理できている
- 3 あまりできていない
- 4 まったく処理できていない
- 5 わからない

問52 日常生活の中でどのような悩みや不安を感じていますか。あてはまるものを全てに○印をつけてください。

- 1 自分の健康について
- 2 家族の健康について
- 3 子育てについて
- 4 配偶者や親の介護について
- 5 仕事について
- 6 日々の食事に必要な食費について
- 7 収入や将来の生活設計について
- 8 天災(地震・台風・津波など)
- 9 その他
- 10 特に悩みや不安はない

問53 悩みなどを気軽に相談できる相手がいいますか。

- 1 いる
- 2 いない
- 3 わからない

H お酒のことについておたずねします

問54 週に何日くらいお酒(清酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲みますか。

- 1 毎日
- 2 週5～6日
- 3 週3～4日
- 4 週1～2日
- 5 月1～3日
- 6 飲むのを止めた
- 7 ほとんど飲まない

} → 問58へ

問55 問54で1「毎日」、2「週5～6日」、3「週3～4日」、4「週1～2日」、5「月1～3日」に○をつけた方がお答えください。

お酒を飲む日は1日あたり、どれくらいのを飲みますか。清酒に換算し、あてはまる番号を1つ選んでください。

- 1 1合(180ml)未満
- 2 1合以上2合(360ml)未満
- 3 2合以上3合(540ml)未満
- 4 3合以上4合(720ml)未満
- 5 4合以上5合(900ml)未満
- 6 5合(900ml)以上

*清酒1合(180ml)は、次の量にほぼ相当します。
ビール・発泡酒中瓶(約500ml)、焼酎20度(135ml)、焼酎25度(110ml)、
焼酎35度(80ml)、チウウハイ7度(350ml)、ウイスキーダブル1杯(60ml)、
ワイン2杯(240ml)

問54で1「毎日」、2「週5～6日」、3「週3～4日」、4「週1～2日」、

5「月1～3日」に○をつけた方がお答えください。

お酒を習慣的に飲み始めたのは何歳頃からですか。

※ この質問は、空欄の部分にあてはまる数字を記入してください。

--	--

歳頃

問62

問61で1「毎日吸う」、2「時々吸っている」に○をつけた方がお答えください。
たばこを習慣的に吸い始めたのは、何歳頃からですか。

※ この質問は、空欄の部分にあてはまる数字を記入してください。

--	--

歳頃

問54で1「毎日」、2「週5～6日」、3「週3～4日」、4「週1～2日」、

5「月1～3日」に○をつけた方がお答えください。

震災前と比較してお酒を飲む量は増えましたか。

- 1 増えた 2 同じくらい（変わらない） 3 減った

問58 「適度な飲酒量」とは、日本酒に換算して1日何合以下の飲酒量であると思いますか。

- 1 1合以下 2 2合以下 3 3合以下 4 わからない

問59 あなたは、未成年者（20歳未満）がお酒を飲むことについてどう思いますか。

- 1 ぜったいに飲むべきではない 2 時と場合によってはかまわない
3 別にかまわない 4 わからない

問60 あなたは、未成年者（20歳未満）がお酒を飲んでいたら注意しますか。

- 1 注意する 2 時と場合によっては注意する 3 注意しない

I たばこのことについておたずねします

問61 これまでにたばこを吸ったことがありますか。

- 1 毎日吸う
2 時々吸っている
3 以前は吸っていたが今は（又はこの1ヶ月）吸っていない } → 問66へ
4 以前から吸わない

問63

問61で1「毎日吸う」、2「時々吸っている」に○をつけた方がお答えください。
震災前と比較してたばこを吸う本数は増えましたか。

- 1 増えた 2 同じくらい（変わらない） 3 減った

問64

問61で1「毎日吸う」、2「時々吸っている」に○をつけた方がお答えください。
タバコをやめようとしたこと、やめたいと思っただけはありますか。

- 1 やめたい（やめようとした） 2 本数を減らしたい
3 やめたくくない 4 わからない

→ 問66へ

問65

問64で1「やめたい（やめようとした）」、2「本数を減らしたい」に○をつけた方がお答えください。

あなたは、禁煙のための指導を受けたいと思いますか。

- 1 ぜひ受けたい 2 時間帯等が可能であれば受けたい
3 受けたくない 4 わからない

問66

あなたは未成年者（20歳未満）がたばこを吸うことをどう思いますか。

- 1 ぜったいに吸うべきではない 2 時と場合によってはかまわない
3 別にかまわない 4 わからない

問67

あなたは未成年者（20歳未満）がたばこを吸っていたら注意しますか。

- 1 注意する 2 時と場合によっては注意する 3 注意しない

問68 たばこが健康に与える影響をどう思いますか。

それぞれの病気に、あてはまる番号を次から1つ選んで、○をつけてください。

病名毎に回答	たばこの煙を吸うと かかりやすくなる	どちらとも いえない	たばこも 関係ない	病気を 知らない
1) 肺がん	1	2	3	4
2) 喉頭がん	1	2	3	4
3) ぜんそく	1	2	3	4
4) 気管支炎	1	2	3	4
5) *COPD	1	2	3	4
6) 心臓病	1	2	3	4
7) 脳卒中	1	2	3	4
8) 胃かいよう	1	2	3	4
9) 妊娠の胎児への 影響(未熟児等)	1	2	3	4
10) 歯周病 (歯槽膿瘍等)	1	2	3	4
11) 高血圧	1	2	3	4

*COPDは、慢性閉塞性肺疾患ともいいます。詳しくはp17をご覧ください。

問69 この1ヶ月間に自分以外の人のたばこの煙を吸う機会がありましたか。それぞれの場所について、あてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

	ほとんど 毎日	週に 数回程度	週に 1回程度	月に 1回程度	全く なかった	行かない わからない
① 家庭	1	2	3	4	5	6
② 職場や学校	1	2	3	4	5	6
③ 飲食店 (食堂、居酒屋など)	1	2	3	4	5	6
④ その他の場所 (道路、公園、ホテルのロ ビー、パチンコ店、ゲー ムセンターなど)	1	2	3	4	5	6

問70 医療等の受診状況等についておたずねします

*メタボリックシンドロームについて、内容を知っていますか。

- 1 内容を知っている
- 2 内容は知らないが、言葉を聞いたことはある
- 3 知らない(今回の調査で初めて知った)

*メタボリックシンドローム
(略称:メタボ)は、内臓脂肪
症候群ともいいます。
詳しくはp17をご覧ください。

問71 あなたは過去1年間に、健診(健康診断や健康診査)や人間ドックを受けたことがありますか。

(かんのみの検診、妊産婦検診、歯の健康診査、病院や診療所で行う診察としての検査は、健診に含みません。)

- 1 ある
- 2 ない

問72 これまでに医師から糖尿病といわれたことがありますか。
(「境界型である」「糖尿病の気がある」「糖尿病になりかけている」「血糖値が高い」などのようにいわれた方も含みます。)

- 1 ある
 - 2 ない
- 問74へ

問73 問72で1「ある」に○をつけた方がお答えください。

糖尿病の治療を受けたことはありますか。

- 1 現在受けている
- 2 以前に受けたことがあるが、現在は受けていない
- 3 ほとんど治療を受けたことがない

問74 これまでに医師から高血圧といわれたことがありますか。
(「境界型である」「血圧が高め」などのようにいわれた方も含みます。)

- 1 ある
 - 2 ない
- 問76へ

問74で1「ある」に○をつけた方がお答えください。
 高血圧の治療を受けたことはありませんか。

- 1 現在受けている
- 2 以前に受けたことがあるが、現在は受けていない
- 3 ほとんど治療を受けたことがない

問76 これまでに医師から高脂血症または高脂質異常といわれたことがありますか。
 (コレステロール値が高い「中性脂肪が多い」などのようにいわれた方も含みます。)

- 1 ある
 - 2 ない
- 問78へ

問77 問76で1「ある」に○をつけた方がお答えください。
 高脂血症または脂質異常の治療を受けたことはありませんか。

- 1 現在受けている
- 2 以前に受けたことがあるが、現在は受けていない
- 3 ほとんど治療を受けたことがない

問78 昨年1年間に次のがん検診を受けましたか。
 また、受けたと回答した方はどこで行った検診ですか。(3～6のあてはまる場
 所に○をつけてください)

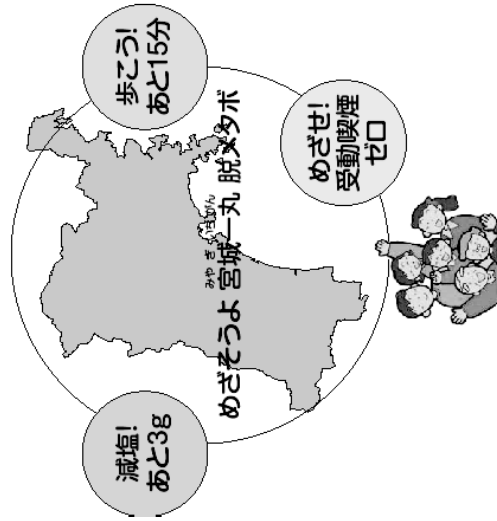
検診の種類	受診の有無	3	4	5	6
①胃がん検診 (バリウムレントゲン検査、 内視鏡検査)	1 受けた	市町村	職場		
	2 受けない	個人的に病院・医院 その他	個人		
②肺がん検診 (胸部レントゲン検査)	1 受けた	市町村	職場		
	2 受けない	個人的に病院・医院 その他	個人		
③大腸がん検診 (便潜血検査)	1 受けた	市町村	職場		
	2 受けない	個人的に病院・医院 その他	個人		
④乳がん検診(医師による視触 診、マンモグラフィ検査) ※一昨年も含めて2年間に	1 受けた	市町村	職場		
	2 受けない	個人的に病院・医院 その他	個人		
⑤子宮がん検診 (細胞診検査) ※一昨年も含めて2年間に	1 受けた	市町村	職場		
	2 受けない	個人的に病院・医院 その他	個人		

K みやぎ21健康プランについておたずねします

問79 あなたは、県が平成25年3月に策定した「第2次みやぎ21健康プラン」を知っていますか。

- 1 知っている
- 2 聞いたことはあるが内容は知らない
- 3 知らない(今回の調査で初めて知った)

調査はこれで終了です。皆様からいただいた結果は、今後の県の健康づくり施策に反映させていきたいと思っております。
 ご協力誠にありがとうございました。



用語解説

P6 「ロコモティブシンドロームとは」

ロコモティブシンドローム（略称：ロコモ）は、運動器症候群ともいいます。筋肉、骨、関節などといった運動器のいずれか、あるいは複数の障害が起こり、歩行や日常生活に何らかの障害をきたし、その運動器の障害のために移動能力の低下をきたして、要介護になったり、要介護になる危険の高い状態をいいます。

P13 「COPD（慢性閉塞性肺疾患）とは」

COPDは、慢性閉塞性肺疾患ともいいます。喫煙等の刺激による肺の慢性的な炎症反応を基本とする呼吸器の病気のことで、主な症状は慢性的な咳と息切れなどですが、ゆっくりと進行し繰り返すことで重症化し、息苦しさのために日常生活が著しく障害されます。COPDは日本人の死因の第9位（H24年）です。COPDを早期に発見し重症化を防ぐ治療を早期に開始することが重要です。

P14 「メタボリックシンドロームとは」

メタボリックシンドローム（略称：メタボ）は、内臓脂肪症候群ともいいます。内臓脂肪型肥満に加えて、高血圧、高血糖、脂質異常のうちいずれか2つ以上をあわせもった状態をいいます。食事や運動、喫煙などの生活習慣を改善しなければ、動脈硬化を進行させ、心疾患や脳血管疾患などが起こりやすくなる状態のことをいいます。

第2次みやぎ21健康プランとは

「県民一人ひとりが生きがいを持ち、充実した人生を健やかに安心して暮らせる健康みやぎの実現」をめざした、本県の総合的な健康づくりの指針です。

「栄養・食生活」「身体活動・運動」「たばこ」の3つの重点分野について、県民一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組むための目標を掲げて、県民の皆様が取組の具体的内容と県や市町村、企業などとの関係機関・団体の取組の方向性を示したプランです。

めざそうよ 宮城一丸 脱メタボ

「平成24年度防メタボ課題募集（中学生の部）」入賞作品

統計調査番号 平成28年度宮城県統計調査第5号

平成28年度宮城県民健康・栄養調査

栄養摂取状況調査票

地区番号

世帯番号

保健所名 _____

調査員氏名 _____

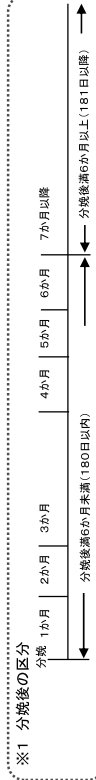
確認者氏名 _____

宮城県

I 世帯状況・II 食事状況

「栄養摂取状況調査票の書き方」に沿って、記入してください。

I 世帯状況		II 食事状況	
1. 世帯員番号	2. 氏名	3. 生年月日	4. 性別
01	1 明治 3 昭和	2 大正 4 平成	1 妊娠している
			2 分娩後満6か月未満で現在授乳している
			3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない
			4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
02	1 明治 3 昭和	2 大正 4 平成	1 妊娠している
			2 分娩後満6か月未満で現在授乳している
			3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない
			4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
03	1 明治 3 昭和	2 大正 4 平成	1 妊娠している
			2 分娩後満6か月未満で現在授乳している
			3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない
			4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
04	1 明治 3 昭和	2 大正 4 平成	1 妊娠している
			2 分娩後満6か月未満で現在授乳している
			3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない
			4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
05	1 明治 3 昭和	2 大正 4 平成	1 妊娠している
			2 分娩後満6か月未満で現在授乳している
			3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない
			4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
06	1 明治 3 昭和	2 大正 4 平成	1 妊娠している
			2 分娩後満6か月未満で現在授乳している
			3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない
			4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
07	1 明治 3 昭和	2 大正 4 平成	1 妊娠している
			2 分娩後満6か月未満で現在授乳している
			3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない
			4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
08	1 明治 3 昭和	2 大正 4 平成	1 妊娠している
			2 分娩後満6か月未満で現在授乳している
			3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない
			4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
09	1 明治 3 昭和	2 大正 4 平成	1 妊娠している
			2 分娩後満6か月未満で現在授乳している
			3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない
			4 分娩後満6か月以上で現在授乳している



6. 仕事の種類	7. 服薬状況
	1 高血圧の薬
	2 脂質異常症の薬
	3 糖尿病の薬 (インスリン含む)
	1 高血圧の薬
	2 脂質異常症の薬
	3 糖尿病の薬 (インスリン含む)
	1 高血圧の薬
	2 脂質異常症の薬
	3 糖尿病の薬 (インスリン含む)
	1 高血圧の薬
	2 脂質異常症の薬
	3 糖尿病の薬 (インスリン含む)
	1 高血圧の薬
	2 脂質異常症の薬
	3 糖尿病の薬 (インスリン含む)
	1 高血圧の薬
	2 脂質異常症の薬
	3 糖尿病の薬 (インスリン含む)
	1 高血圧の薬
	2 脂質異常症の薬
	3 糖尿病の薬 (インスリン含む)
	1 高血圧の薬
	2 脂質異常症の薬
	3 糖尿病の薬 (インスリン含む)
	1 高血圧の薬
	2 脂質異常症の薬
	3 糖尿病の薬 (インスリン含む)
	1 高血圧の薬
	2 脂質異常症の薬
	3 糖尿病の薬 (インスリン含む)

1. 世帯員 番号	8. 身体活動レベル								II 食事状況	
	仕事・家事		余暇・運動・移動		余暇・運動・移動		朝	昼		
	中強度	高強度	中強度	高強度	中強度	高強度				
01	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない				
	2 30分前後	2 15分前後	2 30分前後	2 30分前後	2 15分前後	2 15分前後				
	3 1時間前後	3 30分前後	3 1時間前後	3 1時間前後	3 30分前後	3 30分前後				
	4 たはそれ以上	4 1時間前後(ま たはそれ)以上	4 2時間前後(ま たはそれ)以上	4 たはそれ以上	4 1時間前後(ま たはそれ)以上	4 たはそれ以上				
02	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない				
	2 30分前後	2 15分前後	2 30分前後	2 30分前後	2 15分前後	2 15分前後				
	3 1時間前後	3 30分前後	3 1時間前後	3 1時間前後	3 30分前後	3 30分前後				
	4 2時間前後(ま たはそれ)以上	4 1時間前後(ま たはそれ)以上	4 2時間前後(ま たはそれ)以上	4 たはそれ以上	4 1時間前後(ま たはそれ)以上	4 たはそれ以上				
03	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない				
	2 30分前後	2 15分前後	2 30分前後	2 30分前後	2 15分前後	2 15分前後				
	3 1時間前後	3 30分前後	3 1時間前後	3 1時間前後	3 30分前後	3 30分前後				
	4 2時間前後(ま たはそれ)以上	4 1時間前後(ま たはそれ)以上	4 2時間前後(ま たはそれ)以上	4 たはそれ以上	4 1時間前後(ま たはそれ)以上	4 たはそれ以上				
04	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない				
	2 30分前後	2 15分前後	2 30分前後	2 30分前後	2 15分前後	2 15分前後				
	3 1時間前後	3 30分前後	3 1時間前後	3 1時間前後	3 30分前後	3 30分前後				
	4 2時間前後(ま たはそれ)以上	4 1時間前後(ま たはそれ)以上	4 2時間前後(ま たはそれ)以上	4 たはそれ以上	4 1時間前後(ま たはそれ)以上	4 たはそれ以上				
05	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない				
	2 30分前後	2 15分前後	2 30分前後	2 30分前後	2 15分前後	2 15分前後				
	3 1時間前後	3 30分前後	3 1時間前後	3 1時間前後	3 30分前後	3 30分前後				
	4 2時間前後(ま たはそれ)以上	4 1時間前後(ま たはそれ)以上	4 2時間前後(ま たはそれ)以上	4 たはそれ以上	4 1時間前後(ま たはそれ)以上	4 たはそれ以上				
06	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない				
	2 30分前後	2 15分前後	2 30分前後	2 30分前後	2 15分前後	2 15分前後				
	3 1時間前後	3 30分前後	3 1時間前後	3 1時間前後	3 30分前後	3 30分前後				
	4 2時間前後(ま たはそれ)以上	4 1時間前後(ま たはそれ)以上	4 2時間前後(ま たはそれ)以上	4 たはそれ以上	4 1時間前後(ま たはそれ)以上	4 たはそれ以上				
07	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない				
	2 30分前後	2 15分前後	2 30分前後	2 30分前後	2 15分前後	2 15分前後				
	3 1時間前後	3 30分前後	3 1時間前後	3 1時間前後	3 30分前後	3 30分前後				
	4 2時間前後(ま たはそれ)以上	4 1時間前後(ま たはそれ)以上	4 2時間前後(ま たはそれ)以上	4 たはそれ以上	4 1時間前後(ま たはそれ)以上	4 たはそれ以上				
08	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない				
	2 30分前後	2 15分前後	2 30分前後	2 30分前後	2 15分前後	2 15分前後				
	3 1時間前後	3 30分前後	3 1時間前後	3 1時間前後	3 30分前後	3 30分前後				
	4 2時間前後(ま たはそれ)以上	4 1時間前後(ま たはそれ)以上	4 2時間前後(ま たはそれ)以上	4 たはそれ以上	4 1時間前後(ま たはそれ)以上	4 たはそれ以上				
09	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない	1 ほとんどしない				
	2 30分前後	2 15分前後	2 30分前後	2 30分前後	2 15分前後	2 15分前後				
	3 1時間前後	3 30分前後	3 1時間前後	3 1時間前後	3 30分前後	3 30分前後				
	4 2時間前後(ま たはそれ)以上	4 1時間前後(ま たはそれ)以上	4 2時間前後(ま たはそれ)以上	4 たはそれ以上	4 1時間前後(ま たはそれ)以上	4 たはそれ以上				

況	身体状況調査項目		*調査員記入欄 (ここには、記入 しないで下さい) <small>欄外は、レ印をつけて下さい</small>
	一日の運動量(歩行数) (15歳以上)	通勤状況 朝起きてから 寝るまで(ほぼずっと着けていまし たが、(入浴、水泳中などを除く) たが、(入浴、水泳中などを除く)	
夕	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	はい <input type="checkbox"/> いいえ <input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/>	(いづれかに、レ印をつけて下さい)	
	<input type="checkbox"/>	はい <input type="checkbox"/> いいえ <input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/>	(いづれかに、レ印をつけて下さい)	
	<input type="checkbox"/>	はい <input type="checkbox"/> いいえ <input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/>	(いづれかに、レ印をつけて下さい)	
	<input type="checkbox"/>	はい <input type="checkbox"/> いいえ <input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/>	(いづれかに、レ印をつけて下さい)	
	<input type="checkbox"/>	はい <input type="checkbox"/> いいえ <input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/>	(いづれかに、レ印をつけて下さい)	
	<input type="checkbox"/>	はい <input type="checkbox"/> いいえ <input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/>	(いづれかに、レ印をつけて下さい)	
	<input type="checkbox"/>	はい <input type="checkbox"/> いいえ <input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/>	(いづれかに、レ印をつけて下さい)	
	<input type="checkbox"/>	はい <input type="checkbox"/> いいえ <input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/>	(いづれかに、レ印をつけて下さい)	

月 日【昼食】

2

食物摂取状況調査

料理名	食品名	使用量 (重量または 目安量と その単位)	残棄量	その料理は、どのように 家族で分けましたか？																			
				氏名 1	氏名 2	氏名 3	氏名 4	氏名 5	氏名 6	氏名 7	氏名 8	氏名 9	残										

2

調査員記入欄(ここには、記入しないで下さい)																								
料理・整理番号	食品番号	調理コード	採取量 (左記の家庭記録簿の使用量- 残棄量を記入、 外食の場合は、 「人前」)			案 分 比 率																		
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	残												

月 日【夕食】 食物摂取状況調査

3

料理名	食品名	使用量 (重量または 目安量と その単位)	廃棄量	その料理は、どのように 家族で分けましたか？									
				氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	残

3

調査員記入欄(ここには、記入しないで下さい)

料理・整理番号	食品番号	調理コード	摂取量 (左記の家庭記録の使用量- 廃棄量を記入。 外食の場合は、 「人前」)	案 分 比 率										
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	残	

月 日【問食】 食物摂取状況調査 4

料理名	食品名	使用量 (重量または 目安量と その単位)	残棄量	その料理は、どのように 家族で分けましたか？									
				氏名 1	氏名 2	氏名 3	氏名 4	氏名 5	氏名 6	氏名 7	氏名 8	氏名 9	残 食 分

4

料理・整理 番号	食品番号	調理 コード	摂取量 (左記の家庭記 録欄の使用量- 残棄量を記入。 外食の場合は、 「人前」)	案 分 比 率										
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	残	

月 日【準備】 食物摂取状況調査 5

料理名	食品名	使用量 (重量または 目安量と その単位)	廃棄量	その料理は、どのように 家族で分けましたか？										
				氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	残食分
				1	2	3	4	5	6	7	8	9		残

5 調査員記入欄(ここには、記入しないで下さい)

料理・整理番号	食品番号	調理コード	摂取量 (左記の家庭記録の使用量- 廃棄量を記入。 外食の場合は、 「人前」)	案 分 比 率									
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	残