

## 自分はメタボもしくは予備群の可能性有りと 3 割が自覚

～熊本市の女性のヘルスチェックに関するアンケート調査結果（概要）～

健康や体にいいこと、ダイエットなどへの関心は高く、新しい商品やサービスが絶えず発売されている。とりわけ今年の 4 月から 40～74 歳を対象に、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群、以下メタボ）に注目した特定健診・特定保健指導 - いわゆるメタボ健診 - が開始され、受診率に目標値も設定されていることから、生活改善、メタボ対策など新たな消費拡大への期待が膨らんでいる。

そこで今回、熊本市の女性を対象に日常のヘルスチェックやメタボに対する意識などを明らかにするためにアンケート調査を行った。

### 調査結果の概要

1. 人間ドックを含めた健康診断を毎年受けているのは約 6 割で、中でも職場で毎年受診する割合が高い。費用は半数近くは「0 円」（無料）で受診しているが、「1 万円以上」も 2 割近かった。
2. 「メタボリックシンドローム」や「メタボ」の意味はほとんどの人が知っており、短期間で広く認知されている。しかし 1 / 3 はメタボの判定基準が腹囲だけであると誤解していたし、保健指導のことについても半数近くは知らなかった。
3. 「メタボもしくは予備群である」、あるいは「かもしれない」と思っているのは、自分自身については 30.1%であったが、夫に関しては 44.6%と高くなっていった。
4. 特定健診の対象年齢である 40 歳以上でも、約 3 割は「健診を受けるつもりがない」と回答しており、国が定めた受診率はハードルが高そうである。
5. メタボ防止や健康・ダイエットのための消費を「増やそうと思う」は 13.1%と多くはないが、「減らそうと思う」はわずか 0.7%に過ぎず、堅調さがうかがえる。

### 調査概要

調査対象：熊本市内の女性モニター 500 人

調査時期：平成 20 年 5 月 16 日～28 日

調査方法：郵送法

有効回答数：443 人(有効回答率 88.6%)

### 回答者の属性

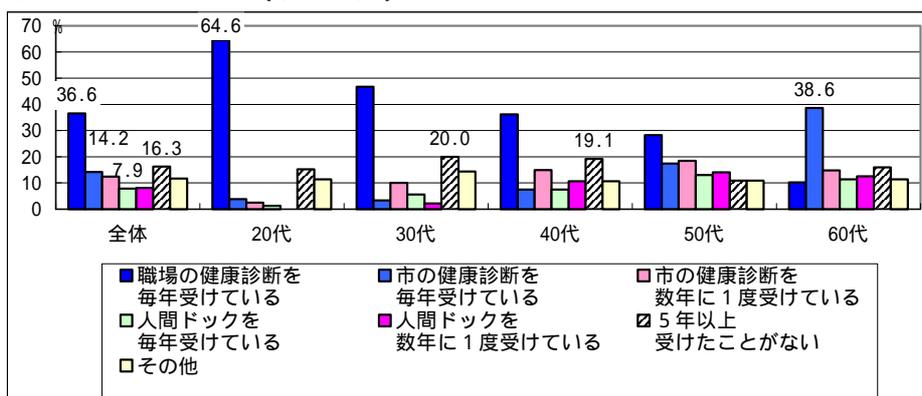
年代	人数	%
20代	79	17.8
30代	90	20.3
40代	94	21.2
50代	92	20.8
60代	88	19.9
全体	443	100.0

## 1. 定期的な健康診断

定期的な健康診断を受けているかどうかをみると（複数回答）「職場の健康診断を毎年受けている」が 36.6%で最も多く、職場が受診の機会を提供する重要な場になっていると言えそうである。複数回答なので、「市の健康診断を毎年受診している」（14.2%）、「人間ドックを毎年受診している」（7.9%）との間の重複を除くと「職場」や「市」、もしくは「人間ドック」のいずれかを毎年受診している人は 56.9%となり、6 割近くが年に 1 度は健康状態をチェックしていた。一方で「5 年以上受けたことがない」は 16.3%であった（図表 1）。

年代別にみると 20 代は「職場の健康診断を毎年受けている」が 6 割を超えたのが目立っており、20 代の回答者のほぼ 8 割が働いていることが背景にあると思われる。年代が上がるにしたがって職場での健診受診率は低下し、代わりに市の健康診断の受診率が高くなる傾向がみられ、60 代になると「市の健康診断を毎年受けている」（38.6%）が最も高くなっている。また 30 代、40 代では「5 年以上受けたことがない」がそれぞれ 20.0%、19.1%と「職場で毎年受診」に次いで高くなっており、受診機会が少ない年代となっているようだ。

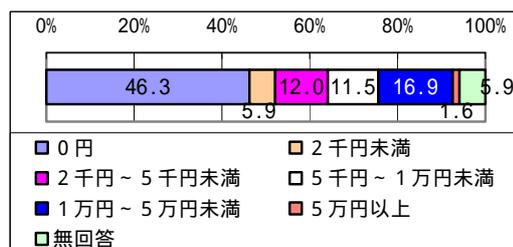
図表 1 定期的な健診（複数回答）



## 2. 健診等の費用

健康診断・人間ドックにかかる 1 年間の費用は、全体では「0 円」が 46.3%で最も多く、次いで「1 万円以上 5 万円未満」（16.9%）であった（図表 2）。職場の健診は無料であるし、熊本市の基本健診も昨年度までは無料だったので、「0 円」が最多なのは当然と思われるが、1 万円以上が 18.5%と多かったのは、人間ドックの利用などによるものと思われる。なお、熊本市は特定健診の自己負担額を千円としたので、これからは無料で受診する割合は減少すると予想される。

図表 2 健診の費用



### 3.“メタボ”について

さて、今年度から始まった特定健診・特定保健指導（以下、メタボ健診）では、実施前から判定基準の一つである“腹囲”（男性 85cm 以上、女性 90cm 以上）が話題となり、各種のメディアで取り上げられていたが、腹囲が基準を超えていても、血糖、脂質、血圧が基準を下回ればメタボには該当しない。メタボ該当もしくは予備群と判断されると、生活習慣改善の保健指導を受け、6 ヶ月後に確認される。こうした内容について理解しているかどうかを聞いてみた。

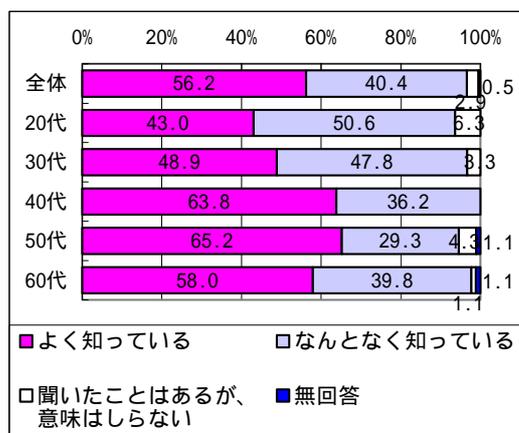
まず、「メタボリックシンドローム」、「メタボ」の意味を知っているかをみると、「よく知っている」が 56.2%、「なんとなく知っている」が 40.4%で、「聞いたことがない」は回答ゼロであった（図表 3 - ）。ほとんどの人が知っていると回答し、短期間で広く認知されたのが分かる。

年代別にみると健診対象である 40 代以上では対象外である 20 代、30 代よりも「よく知っている」の回答が多く、特に 40 代、50 代で 6 割を超えていた。

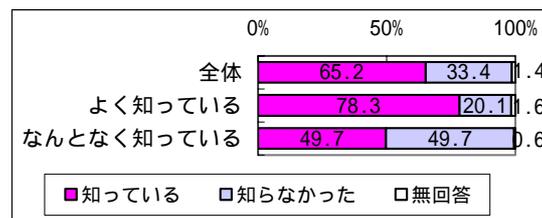
また、「判定基準が腹囲だけではない」ことを知っていたのは 65.2%とほぼ 2/3 で、約 1/3 は腹囲だけで判定されると誤解していた（図表 3 - ）。さらに、メタボあるいはその予備群と判定された場合、食事や運動などの生活習慣を改善するための個別目標を設定する「保健指導を受けなければならない」ことを知っていたのは 57.3%で、4 割はこのことを知らなかった（図表 3 - ）。

今回アンケートを実施した 5 月は健診がスタートしたばかりの時期であったので、今後健診が進めばこうした内容に対する正しい理解は進むと思われるが、“メタボ = 腹囲”というイメージがいかに浸透しているかを物語っているようだ。

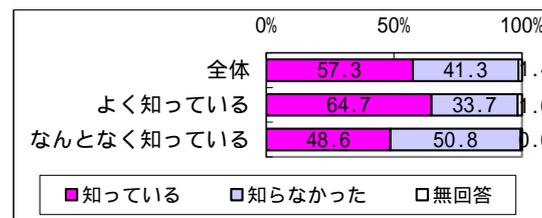
図表 3 メタボ健診に関する知識  
メタボについて



判定基準は腹囲だけでないのを知っているか



保健指導のことを知っているか



#### 4. メタボの可能性

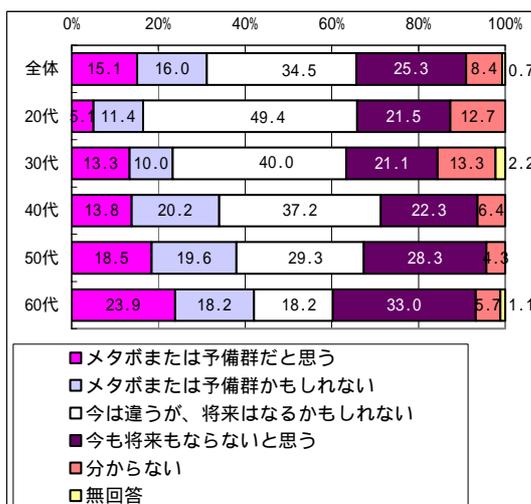
次に、自分がメタボまたはメタボ予備群かどうかを聞くと、「思う」は 15.1%、「かもしれない」は 16.0%で両者をあわせると 31.1%と 3 割を超えた。

年代別にみると、年代が上がるにつれて「思う」という割合は高くなり、「かもしれない」と両者をあわせると 40 代で 34.0%、50 代で 38.1%と徐々に高くなっていき、60 代では 42.1%と 4 割を超えていた（図表 4 - ）。

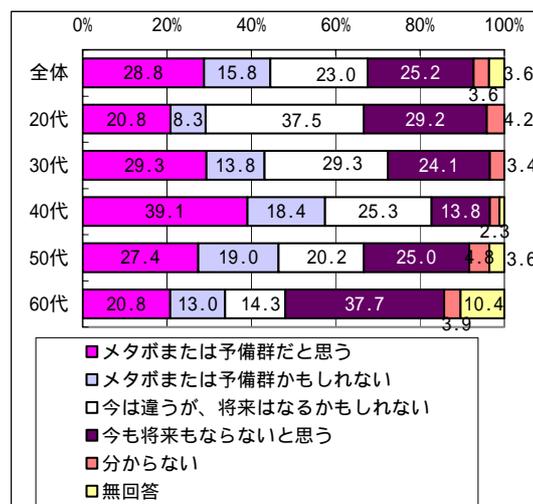
また、回答者のうち既婚者 330 人に夫がメタボまたは予備群かどうかを聞いたところ、「思う」は 28.8%で、自分自身よりも夫の方がメタボの可能性は高いと感じているのが分かる。「かもしれない」(15.8%)とあわせると 44.6%と半数近くがメタボの可能性を感じていた（図表 4 - ）。特に 40 代（アンケート回答者の年代）では 4 割近くが「思う」と回答し、「かもしれない」(18.4%)とあわせると実に 6 割近くになった。女性の場合は年代が上がるにつれてメタボではないかと思う割合は増えていたが、夫の状況に関しては 40 代がピークで 50 代、60 代と年代が上がるにつれて「思う」という回答が低くなっていった。

ちなみに、県の推計によれば、メタボもしくは予備群の割合は年代が上がるにつれて高くなっており 60 代が最も高い（女性 34.2%、男性 59.0%）。女性は 40 代までは 1 割以下、男性は 30 代が 2 割強であるが、40 代は 43.5%、50 代は 45.9%である（「平成 18 年度県民健康・栄養調査報告書」）。これに比べると今回のアンケートでは 30 代、40 代は自分自身のメタボの可能性を心配しすぎているように思われる。一方で 60 代は県の推計よりも少なく、関係ないと思っている割合が多いようである。実際に受診した結果がどうなるか、興味深い。

図表 4 メタボの可能性  
自分自身について



夫について



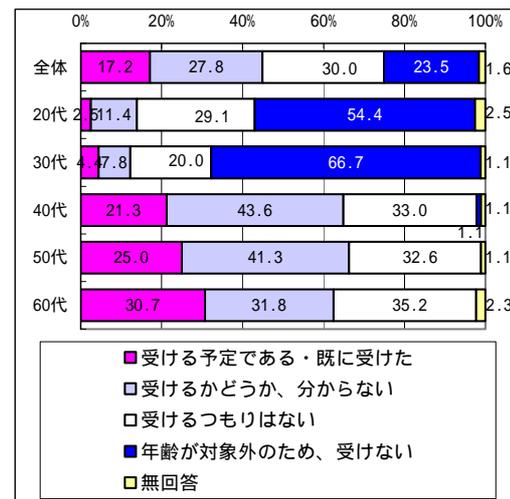
## 5. メタボ健診の受診予定

メタボ健診を受ける予定があるかどうかをたずねたところ、該当年齢である 40 代以上では、「受ける予定である・既に受けた」は 20～30%に過ぎず、「受けるかどうか分からない」が 30～40%、「受けるつもりはない」も 30%台の多さであった（図表 5）。

厚生労働省は受診率の目標値を健康保険組合 80%、市町村国保 65%と設定している。熊本市は平成 24 年度の目標を 65%とし、初年度は 30%に設定しており、段階的に受診率を高めていく計画だと思われるが、今回の結果を見る限り国の目標値はハードルが高そうである。

メタボ健診では家族の被扶養者にも市町村や健康保険組合から順次、受診券が届いていると思われるので、受診目標値を達成するには「受けるかどうか分からない」、「受けるつもりはない」という人たちに受診を働きかける必要があるのは間違いない。

図表 5 受診予定



## 6. 今後の支出

メタボ防止や健康・ダイエットのための支出を増やそうと思うかどうかを聞いてみると、「増やそうと思う」は 13.1%と多いとは言えないが、「減らそうと思う」がわずか 0.7%に過ぎないことをみれば、堅調だと言えるだろう（図表 6）。8 割以上は「今までと変わらない」と回答しており、今後新たに何かを始めるにしても、支出を増やさずにできることから行っていこうという意向が感じられる。

「増やそう」という回答は「メタボまたは予備群かもしれない」と感じている人が 23.9%で最も多かった。“かもしれない”と懸念している人のほうが支出に積極的で、“メタボになりたくない”という思いが強く、関連商品やサービスに関心が高いのではないと思われる。

最近ではガソリンや食品などの相次ぐ値上げの影響で車の利用や外食などが減ってきているが、家計の見直しが進むと同時に、歩いたり自転車の利用が増えるなど、健康面では思わぬ効果を生んでいるようだ。

図表 6 今後の支出

