

## 01-1 特定健診における「標準的な質問票」から見える上小圏域の特徴

山岸昌平、赤塩真奈美（長野県上田保健福祉事務所）

キーワード：特定健診、標準的な質問票、健康課題

**要旨：**レセプト情報・特定健診等情報データベース（NDB）を利用し、特定健診における標準的な質問票への回答状況について集計・分析を行った。県内10圏域の比較により、上小圏域における男女共通の強みは、間食・甘い飲料を摂取する者、生活習慣の改善意欲がない者が少ないことであり、課題は20歳時から10kg以上の体重増加者が多いことであることが示された。体重増加の背景を明らかにするとともに、肥満対策や食育の推進をより一層充実していくことが求められている。

### A. 目的

医療保険者は効果的かつ効率的な保健事業の実施を推進するために、健康・医療情報の分析に取り組んでいる。例えば、レセプトデータや健診データは地域の現状を数量的に示すことができるという点で有用なものであり、生活習慣病等に関する地域の特徴を見出すことができる。一方、効果的・効率的な保健事業を実施するためには、生活習慣病の発症・増悪に影響を与えている背景要因を特定し、保健指導やポピュレーションアプローチの実践に活用することが求められている。そこで、本報告では、特定健診における「標準的な質問票」の分析を行うことで、生活習慣の状況や改善意欲といった背景要因に関する上小圏域の強みと課題の抽出を行った。

### B. 方法

レセプト情報・特定健診等情報データベース（NDB）の第7回オープンデータ（平成31年度特定健診情報）を利用し、県内10圏域における標準的な質問票への回答状況の把握・分析を行った。服薬状況・既往歴を除く15の質問項目の回答について、健康状態に与える影響が最も大きいと考えられる選択肢を項目ごとにひとつ選定し、その選択肢を選択した回答者の割合を算出した。また、15項目全てにおいて数値が低いほど良い状態を示すよう調整を行った。集計された数値を男女別・圏域別に昇順に並べ、上位2圏域（1位、2位）に該当した項目を「強み」、下位2圏域（9位、10位）に該当した項目を「課

題」と解釈した。

### C. 結果

上小圏域における集計結果を表1に、圏域間の比較結果を表2に示す（下線は男女共通の強み・課題を示す）。男性の強みは、間食・甘い飲料を摂取する者、生活習慣の改善意欲がない者、保健指導の利用を希望しない者が少ないことである。一方、20歳時から10kg以上体重が増加している者が多いことが課題である。女性については、歩行速度が遅い者、間食・甘い飲料を摂取する者、生活習慣の改善意欲がない者、運動習慣のない者、飲酒量が1合/日以上の方が少ないという強みがある一方、喫煙習慣がある者、10kg以上の体重増加者が多いことが課題である。

### D. 考察

上小圏域においては、20歳時からの大幅な体重増加が男女共通の課題である。国保データベース（KDB）で確認しても、10kg以上の体重増加者の割合は県平均が31.7%であるのに対し、上田市で33.9%、東御市で33.6%、長和町で40.1%、青木村で32.2%と、管内4市町村全てで、県平均を上回る数値となっている（令和3年度、男女合計）。10kg以上の体重増加は、メタボリックシンドロームや様々な生活習慣病の発症と関連<sup>1,2)</sup>しており、対策が急がれる。

岩手県民を対象とした大規模な調査では、20歳時からの10kg以上の体重増加は、朝食の欠食、9時間以上の睡眠、過去の喫煙歴と正の関連を示し、1時間/日以上歩行と負の関連を示すこと

が報告されている<sup>1)</sup>。また、10kg以上増加者の20歳時の体重は、10kg未満増加者と比べて有意に低いこと<sup>1)</sup>、20歳時に「やせ」の者に10kg以上の増加が確認されやすい<sup>3)</sup>ことが指摘されており、これらの報告は乳幼児期から思春期における食育の重要性を示唆するものである<sup>4)</sup>。

市町村においては、国保被保険者ひとりひとりの健診データや受療状況、標準的な質問票への回答結果を閲覧することができるため、体重増加と関連する要因を数量的に算出することが可能である。様々な視点から、大幅な体重増加につながる背景を明らかにすることが重要であり、それと並行して肥満対策や食育の推進をより一層充実していくことが求められている。

**E. まとめ**

上小圏域においては、20歳時からの10kg以上の体重増加が男女に共通した課題である。今後、体重増加の背景を明らかにし、実効性のある対策を実施していくことが必要である。

**F. 利益相反**

利益相反なし。

**G. 文献**

- 1) Takebe N, Tanno K, Ohmomo H, et al. : Weight Gain After 20 Years of Age is Associated with Unfavorable Lifestyle and Increased Prevalence of Metabolic Disorders. Diabetes, metabolic syndrome and obesity : targets and therapy14 : 2065-2075. 2021.
- 2) 溝下万里恵, 赤松利恵, 山本久美子, 他 : メタボリックシンドロームと生活習慣および体

重変化の関連の検討. 栄養学雑誌 70 (3) : 165-172. 2012.

- 3) 中島順一, 藤田智子 : 20歳時からの体重変化に関する一考察. 岐阜市立女子短期大学研究紀要 55 : 63-66. 2006.
- 4) 仲森隆子, 小栗さくみ, 世古口茂幸, 他 : 20歳時の体重を維持する重要性. 日本未病システム学会雑誌 13 (2) : 344-346. 2007.

表 1. 上小圏域の集計結果 (男女別)

集計対象	男性 (%)	女性 (%)
喫煙習慣あり	33.3	8.5
20歳から体重10kg以上増加	46.3	26.7
運動習慣なし	74.3	75.4
1時間/日の身体活動なし	60.3	53.9
歩行速度遅い	49.5	52.5
咀嚼に問題あり	17.8	14.1
食べる速度が速い	37.1	27.6
週3回以上就寝前夕食摂取	33.7	18.0
間食・甘い飲料摂取あり	66.2	84.7
週3回以上朝食欠食	16.8	9.3
毎日飲酒	38.7	12.2
飲酒1合/日以上	58.9	24.0
睡眠とれていない	32.7	34.1
生活習慣改善意欲なし	26.8	19.7
保健指導利用希望なし	62.2	59.8

表 2. 圏域間比較による上小圏域の特徴

順位	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
解釈	強み		—					課題		
男性	間食	改善意欲 保健指導	身体活動 歩行速度 飲酒量	咀嚼	—	朝食欠食 毎日飲酒	喫煙 運動習慣 眠前夕食	食事速度 睡眠	体重増加	—
女性	歩行速度 間食 改善意欲	運動習慣 飲酒量	睡眠	身体活動 保健指導	—	—	咀嚼 眠前夕食 毎日飲酒	食事速度 朝食欠食	—	喫煙 体重増加