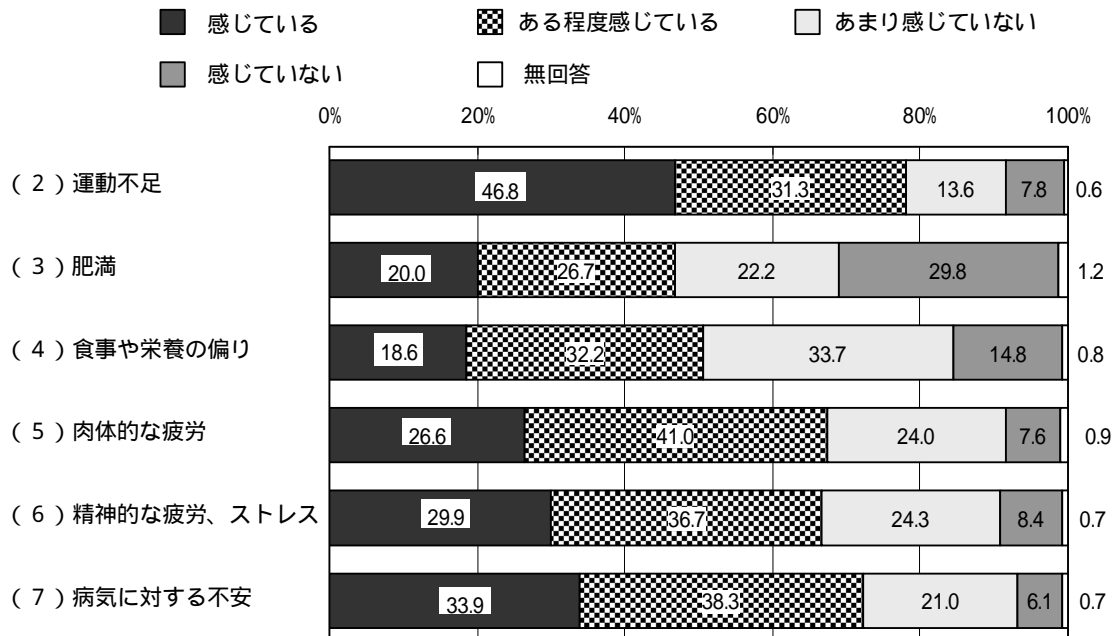
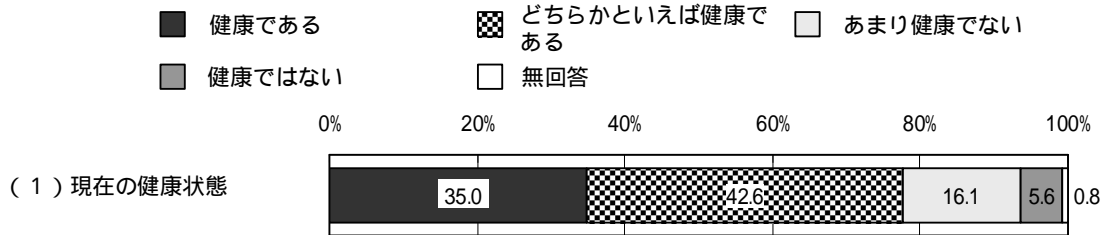


# 生活習慣病の予防について

高齢化の急速な進展や生活スタイルの変化に伴い、肥満症や糖尿病等の生活習慣病の予防に重点を置いた取組が重要な課題となっています。生活習慣病は、生活習慣を見直すことで発症・重症化を予防することが可能です。そのため、平成20年度から生活習慣病の予防を目的とした健診・保健指導を実施する予定です。

そこで、健診・保健指導などについての市民の皆さまの考え方などをおたずねし、今後の事業実施の参考とするものです。

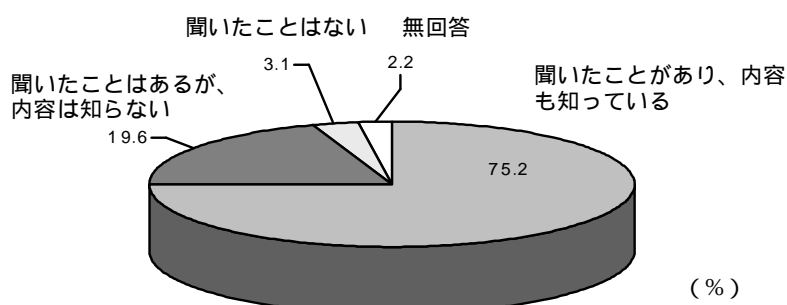
## 問1 あなたは、ご自分の健康や生活習慣についてどのように感じていますか。 (各1つ)



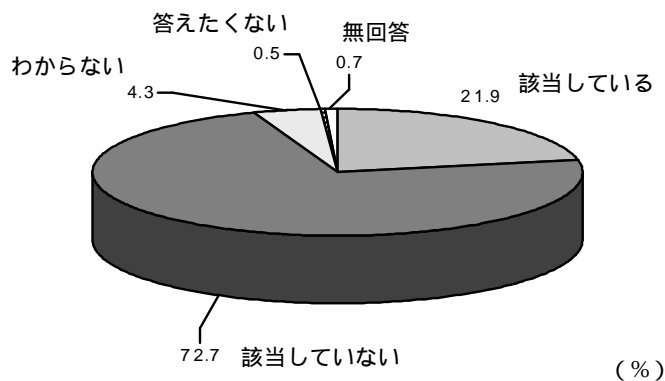
メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）とは、内臓脂肪型肥満に加え、2つ以上の生活習慣病の危険因子（高血糖・高血圧・脂質異常）を持っている状態のことをいいます。この状態が続くと、動脈硬化を進行させ、心臓病や脳卒中といった命にかかわる合併症を招くことになります。

メタボリックシンドロームを解消するには、食べ過ぎや偏った食事、運動不足などの不健康な生活習慣を改善し、内臓脂肪を減らすことが重要です。

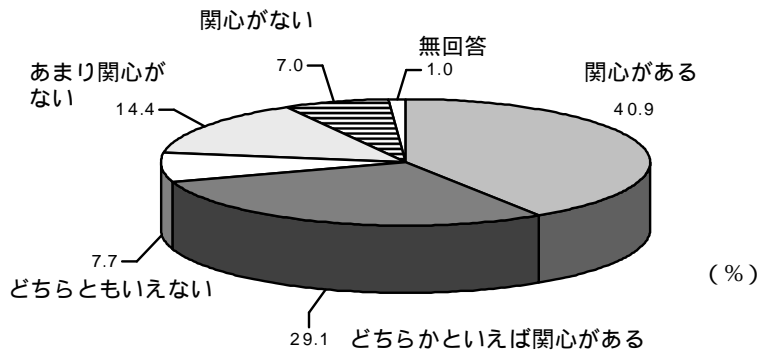
**問2 あなたは、「メタボリックシンドローム」という言葉を聞いたことがありますか。（1つだけ）**



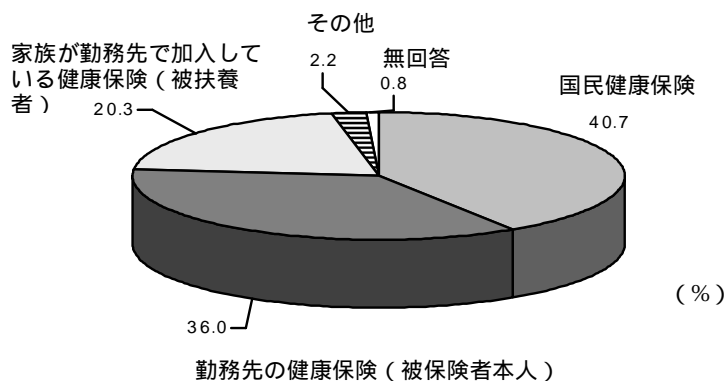
**問3 メタボリックシンドロームの診断基準の一つとして、腹囲（おへそまわり）の値が利用されます(基準値として、男性は85cm以上、女性は90cm以上)。あなたは、この基準値に該当していますか。（1つだけ）**



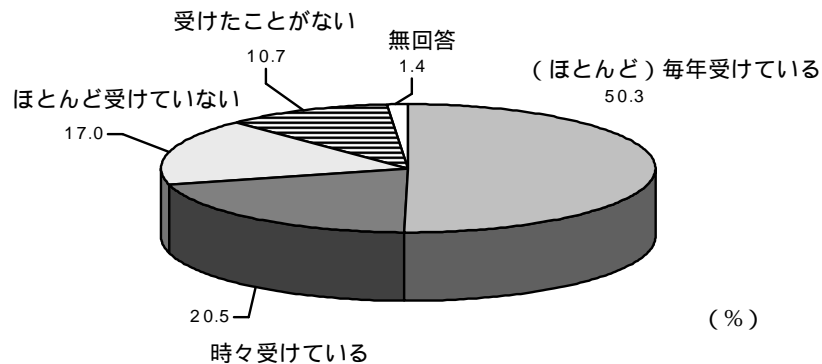
問4 あなたは、メタボリックシンドロームの改善やその予防に対して関心がありますか。  
(1つだけ)



問5 現在、あなたはどの医療保険に加入していますか。(1つだけ)

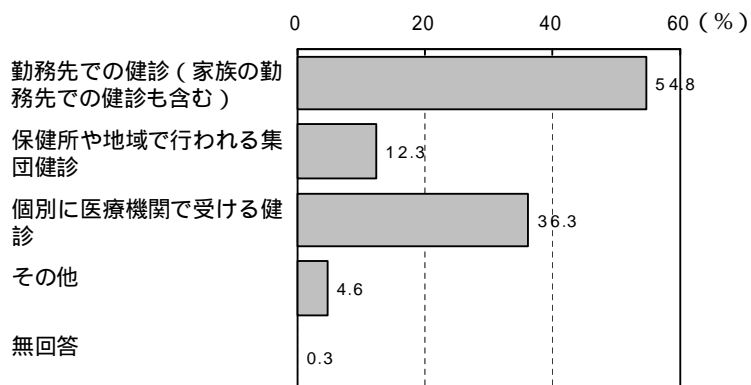


**問6 あなたは、健診(定期健診や人間ドックなど)を受けていますか。(1つだけ)**



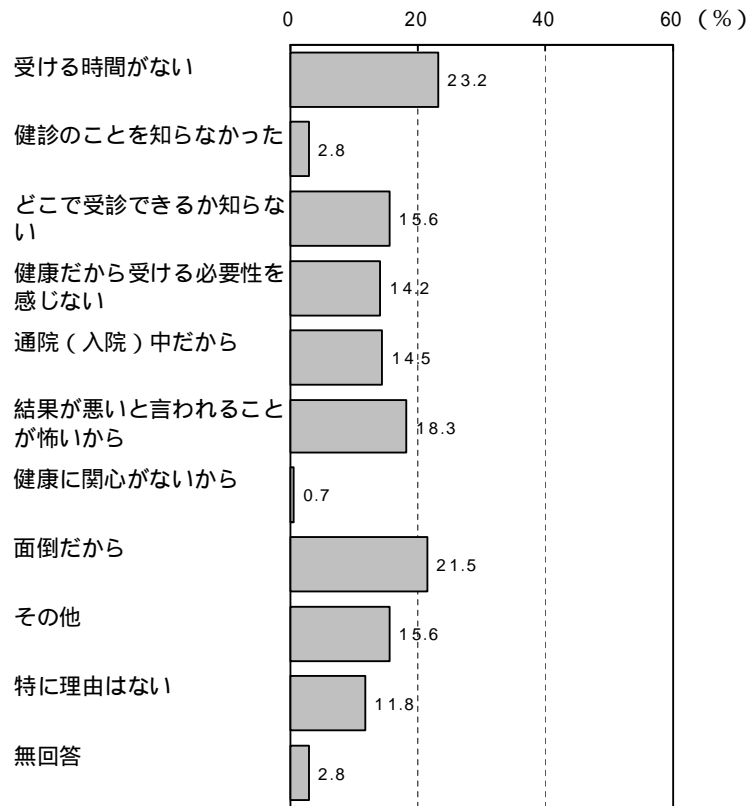
問6で1、2(健診を受けている)と答えた方におたずねします。

**問7 どのような機会に受診しましたか。(いくつでも)**



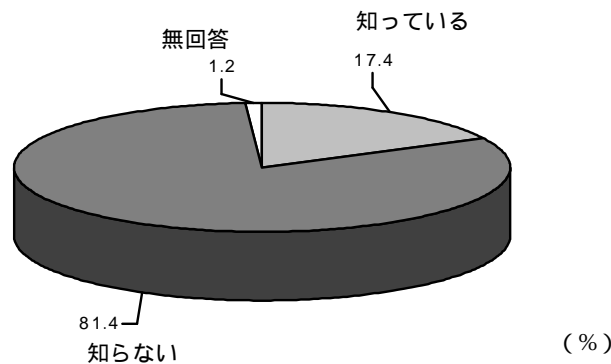
問6で3、4（健診を受けていない）と答えた方におたずねします。

**問8 健診を受けない理由は何ですか。（いくつでも）**

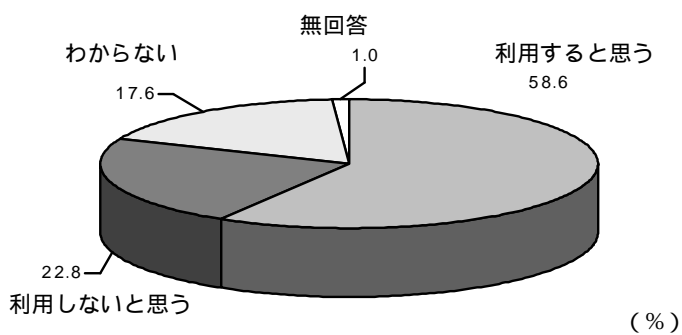


平成20年度から、国民健康保険や健康保険組合などが、40～74歳の加入者に対して、糖尿病等の生活習慣病の発病や重症化を予防するための健診・保健指導を実施することになりました。

**問9 あなたは、平成20年度から40～74歳の医療保険加入者に対して、生活習慣病予防のための健診や保健指導が実施されることを知っていますか。(1つだけ)**

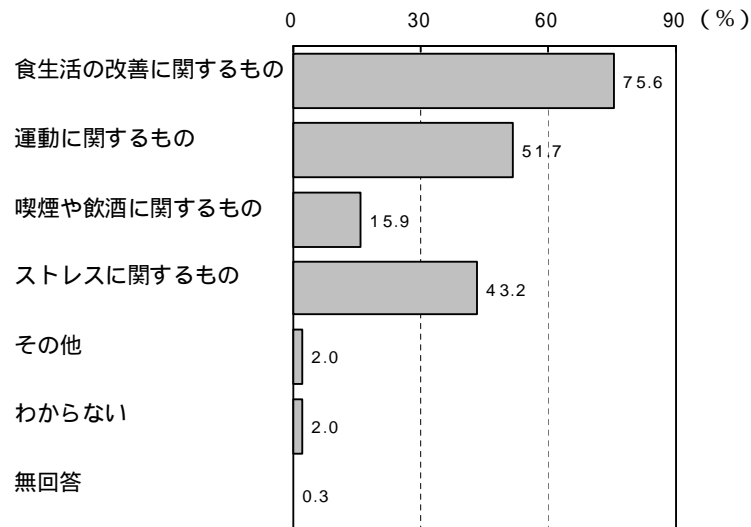


**問10 あなたは、健康の維持や生活習慣病予防のために、医師や保健師などから健康や食生活、生活習慣の改善に関する指導やアドバイスを受ける機会があれば、利用すると思いますか。(1つだけ)**



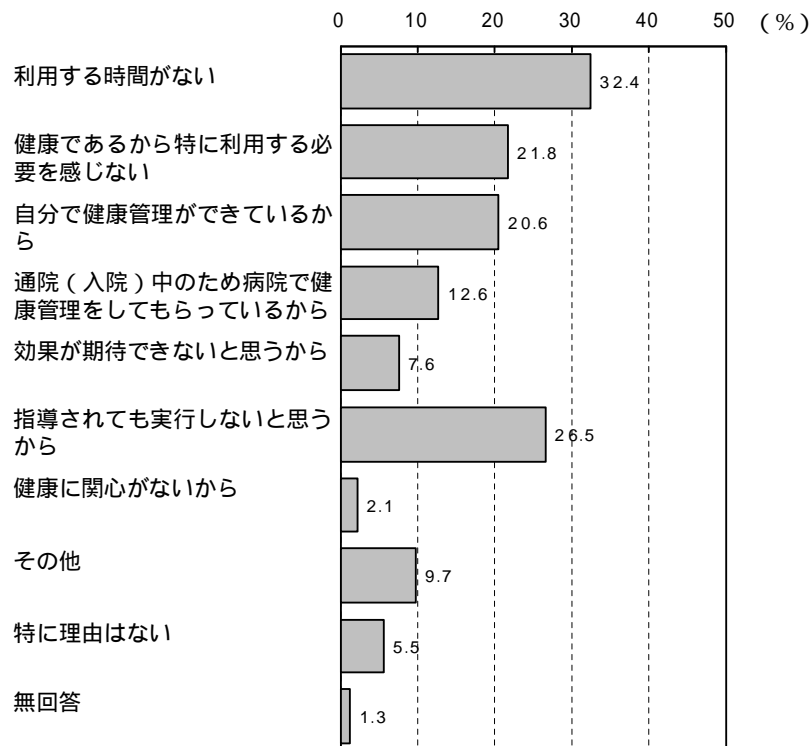
問10で1（利用すると思う）と答えた方におたずねします。

**問11 どのような内容の指導を希望しますか。（いくつでも）**



問10で2（利用しないと思う）と答えた方におたずねします。

**問12 利用しないと思う理由は何ですか。（いくつでも）**



**問13 健康診査に関して改善して欲しいと思うことは何ですか（いくつでも）**

