

平成 23 年度

佐呂間町健康栄養基礎調査の概要

平成 24 年 3 月

佐呂間町保健福祉課

(栄養指導係・保健推進係)

目次

	ページ番号
I 調査の概要	1 ～
II 結果の概要	
第1章 身体状況、健康意識、一日の歩数について	
1 生活習慣病を有している者の状況	4
2 BMI の状況	5
3 適正体重を認識している者の状況	6
4 適正体重を目指した取り組みの状況	7
5 健康づくりにむけた取り組みの状況	8
6 歯の状況について	9
7 一日の歩行数の状況について	10
第2章 栄養素、食品の摂取状況について	
1 摂取エネルギーの状況	12 ～
2 脂肪の状況	14 ～
3 炭水化物の状況	16 ～
4 たんぱく質の状況	18
5 カルシウムの状況	19 ～
6 食物繊維の状況	22 ～
7 食塩相当量の状況	24 ～
8 コレステロールの状況	26 ～
9 亜鉛の状況	28 ～
10 野菜摂取量	30
11 漬物摂取量	31
12 乳類摂取量	32
第3章 生活習慣病（喫煙、飲酒、朝食、睡眠、ストレス）の状況について	
1 喫煙の状況	34
2 飲酒習慣の状況（身体状況調査）	35
3 実際のアアルコール量（栄養摂取状況調査）	36 ～
4 朝食の状況	38
5 睡眠の状況	39
6 朝の目覚め（睡眠の質）の状況	40
7 睡眠のための導入剤及びアルコールの飲料	41
8 ストレスの状況	42
III 統計資料	
統計資料 1～20	44 ～

I. 調査の概要

1) 調査の目的

佐呂間町健康づくり行動計画（推進期間：平成 16 年度～25 年度）の最終評価並びに計画見直しを行うため、健康・栄養水準に係る指標評価のデータ収集を目的とする。なお、現在の健康・栄養水準に係る指標は平成 14 年度調査結果に基づき設定されており、今回の調査結果との比較を行い、評価並びに見直しを行うこととする。

2) 調査の対象と客体

調査地区は、佐呂間町内行政区を 11 地区に振り分け、そこに在住する世帯及び世帯員を対象とし、各行政区から無作為に抽出（各行政区にクラスター抽出法による抽出単位を設定）した 100 世帯（約 300 人程度）の調査客体を目標とし、調査拒否を除いた 87 世帯を調査した。内訳は下記のとおりである。

（単位：人）

対象の内訳	全体	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
身体状況 健康意識調査	192	-	-	6	18	24	24	36	55	29
栄養摂取状況調査	196	8	10	6	16	22	21	36	51	26
歩数調査	169	-	-	-	15	21	23	38	45	27

3) 調査項目

本調査は、厚生労働省が実施している「国民健康栄養調査」の技法を参考にし、次の調査を実施した。また、それぞれの調査票及び調査項目は次のとおりである。

①身体状況・生活習慣等健康意識調査票 ※調査対象：満 15 歳以上

ア 身長・体重、その他生活習慣病の罹患有無など

イ 健康全般に関する意識、心の健康、健診受診状況、歯の健康等について

・身体状況について 2 週間以内の状況について、生活習慣等健康意識調査は、1 ヶ月以内の状況について記入。

②歩数記録表・栄養摂取状況等調査票

ア 世帯状況「氏名、性別、生年月日、妊産婦（週数）、授乳婦別、仕事の種類、日常生活活動強度」

※以下、イ・ウについては、満 1 歳以上全員

- イ 食事状況（1日）「朝・昼・夕食別、家庭食・外食・欠食の区別」
- ウ 食物摂取状況調査（1日）「料理名、食品名、使用量、廃棄量、世帯員ごとの摂取比率（朝・昼・夕・間食別）」
- エ 歩数計の記録表 ※調査対象：満 20 歳以上
 - ・歩数は調査期間中の平日の 1 日について測定。
 - ・食事状況及び食物摂取状況調査については、調査期間中の平日の 1 日分について使用した食材等を秤量ならびに計量したものを記録。

4) 調査時期及び調査日

調査時期は 6 月～7 月中に実施し、第 1 期 6 月（地区番号 8～11）、第 2 期 7 月（地区番号 1～7）に分けて実施した。

5) 調査等の方法

- ①調査員 保健福祉課保健推進係・栄養指導係により構成。
- ②配布 調査員が世帯を訪問して世帯の代表者及び食事づくりの担当者に面接の上、記入方法を説明した。
- ③回収 調査員が世帯に訪問して、調査票の回収を行なった。特に食物摂取状況調査については、記載されているか確認し、不足している部分については、確認できる範囲で聞き取った。

6) 調査器具の選定

- ①歩数計（各世帯 1 個）
 - 機能：計測値（1 万～10 万歩まで測定可能なもの）
- ②クッキングスケール（各世帯 1 個）
 - 機能：最大計量が 1 kg 以上のもの
 - 最小表示単位が 10 g までついているもの

7) 集計

佐呂間町健康管理システム ver1.10（栄養診断システム）により、栄養素摂取等の計算を実施する。栄養素摂取基準は、日本人の食事摂取基準 2010 に基づき設定する。食品成分値は、5 訂食品成分表の数値を用いて計算する。標本全体の集計について、栄養素量ならびに食品群別摂取量についてはデータ抽出 CSV 作成ツール（EiyoGCSV ver.1.20）を使用し、集計を行なうこととする。