

平成 24 年 12 月 10 日
厚 生 労 働 省

第 35 回人口・社会統計部会において出された意見等に対する回答

◎ 調査事項の追加、変更等

健康票 補問 4－1「傷病名」

選択肢「03 高脂血症（高コレステロール血症等）」について、近年、コレステロールは LDL（悪玉）コレステロールが高い場合だけでなく、HDL（善玉）コレステロールが低い場合も問題になっている。医療機関では「脂質異常症」といった疾病名が一般的になってきていること等を踏まえ、例えば「脂質異常症（高脂血症、高コレステロール血症等）」などの形に変更した方がよいのではないか。

（回答）

ご意見のとおり、「脂質異常症（高コレステロール血症等）」に変更する。

健康票 質問 12「飲酒の状況」

- ・ 選択肢 6「やめた（1年以上やめている）」について、一般的に疫学、公衆衛生学では、飲酒の頻度を調査する場合、やめた場合はやめてる期間をあまり明示しておらず、また、半年やめている場合は該当する選択肢がないことなどから、「やめた」の後にやめた期間を限定するような記載は必要がないのではないか。
- ・ 選択肢 7「ほとんど飲まない（飲めない）」について、「ほとんど」の文言は、報告者が回答を選択するに当たって紛れが生じるおそれがあることから、記載する必要がないのではないか。

（回答）

ご意見のとおり、「やめた」と「飲まない（飲めない）」に変更するが、この変更では、「月 1～3 日」以上でまったく「飲まない（飲めない）」の間の者、例えば、3 ヶ月に 1 日、半年に 1 日等の飲酒頻度の者の選択肢がないため、以下のとおり「ほとんど飲まない」を選択肢の 6 に追加いたしたい。

1 毎 日	6 や め た	1 毎 日	6 ほとんど飲まない
2 週 5～6 日	（1 年以上やめている）	2 週 5～6 日	7 やめた
3 週 3～4 日	7 ほとんど飲まない	3 週 3～4 日	8 飲まない（飲めない）
4 週 1～2 日	（飲めない）	4 週 1～2 日	
5 月 1～3 日		5 月 1～3 日	

健康票 質問 14「日ごろ健康のために実行している事柄」

選択肢について、ストレスの解消が健康のための一つの重要な対象法と考えられるため、例えば「ストレスをためないようにしている」などの選択肢を追加した方がよいのではないか。また、当該選択肢の追加に当たっては、他の選択肢との関係性や与える影響などを考慮する必要があるのではないか。

(回答)

「ストレスをためないようにしている」などの選択肢を追加するに当たり、他の選択肢との関係性について検討するため、「ストレスの対処法等」を質問事項としている調査を調べてみたところ、厚生労働省では、参考 1 のとおり平成 19 年国民健康・栄養調査、平成 12 年保健福祉動向調査、平成 9 年労働者健康状況調査において「ストレスの対処法等」を把握しており、その選択肢は「体を動かして運動する」、「睡眠や休息をとる」などが、健康票の質問 14 の選択肢と重なっていた。

また、それらの調査では「たばこを吸う」、「酒を飲む」といった選択肢があるが、質問 14 の選択肢では「たばこを吸わない」、「お酒を飲みすぎないようにしている」という選択肢となっており、健康のために実行している事柄が「たばこを吸ってストレスをためないようにする」、「お酒を飲んでストレスをためないようにしている」となると、前述の「運動」や「睡眠」と同様に、選択肢との関係性が変わってくることから、質問 14 にストレスの選択肢はなじまないものとする。

次に、「ストレスの対処法等」を把握することの重要性から、質問 8 の「悩みやストレスの有無」にそれに関する質問事項を入れられないか検討してみた。質問 8 では、最初に悩みやストレスのある者とない者に分けられてしまうので、全員に質問することができないこと、悩みやストレスのある者だけに「ストレスの対処法等」などを質問しても偏った結果が得られることから、参考 2 のとおりストレスのない者に対しての質問を考えてみたが、「悩みやストレスの有無」は、医療計画（精神疾患）の医療体制構築に係る現状把握のための指標として利用されている重要な項目であり、参考 3 のとおり一定の結果が時系列で得られていることから、質問を入れることによるその乱れが懸念されるため、ここに入れることは適当でないと考える。

さらに、質問 8 で悩みやストレスの対処法として、選択肢から複数選択する質問を置くことを考えたが、その対処法（解消法）はまちまちであって、際限なく選択肢を追加しなければならないことが想定されるため、これも適当でないと考える。これらを考えあわせると、適当な位置に適当な質問を置くことが、この調査票では考えられなかった。

しかしながら、参考 4 のとおり厚生労働省が実施している中高年者縦断調査において、日頃健康維持のために心がけていることという質問事項の選択肢として、「ストレスをためない」を入れており、その結果を構成割合で見ると、参考 5 のとおり男性は 38.3%で最も高く、女性は 45.8%で二番目となっていて、男女ともに高い割合を示している。

また、日ごろ健康のために実施している事柄は昭和 61 年から把握しており、新しく選択肢を加えることによる他の選択肢に与える影響について調べてみたところ、参考 6 のとおり影響があまり見られなかったことから、平成 13 年以降 10 年間の健康行動の変容の把握を目的として質問 14 に置いたのではあるが、参考 7 のとおり「ストレスをためないようにしている」を選択肢に加え、今後これを把握して、時系列の新たな形成を見ていくこととしたい。

[参考1]

平成19年国民健康・栄養調査

問20 ストレスがあったときの対処法は次のうちどれですか。
あてはまる番号をすべて選んで○印をつけて下さい。

- | | |
|------------------------|-----------------------|
| 1 積極的に問題の解決に取り組む | 8 なんとかなると楽観的に考えようと努める |
| 2 体を動かして運動する | 9 刺激や興奮を求める |
| 3 趣味を楽しんだりリラックスする時間をとる | 10 酒を飲む |
| 4 テレビを見たり、ラジオを聴く | 11 たばこを吸う |
| 5 家族や友人に悩みを聞いてもらう | 12 食べる |
| 6 解決を諦めて放棄する | 13 特にない |
| 7 我慢して耐える | 14 その他 |

平成12年保健福祉動向調査

質問5 あなたは、不満、なやみ、苦労、ストレスなどがあったとき、どのようにしていますか。あてはまるものすべての番号に○をつけてください。

- | | |
|----------------------------|----------------------|
| 01 なやみやストレスの内容の解決に積極的に取り組む | 09 テレビを見たりラジオをきいたりする |
| 02 計画的に休暇を取る | 10 のんびりする |
| 03 人に話して発散する | 11 ギャンブル・勝負ごとをする |
| 04 周囲の人や専門家などに相談する | 12 タバコをすう |
| 05 趣味・スポーツにうちこむ | 13 アルコール飲料（酒）をのむ |
| 06 動物（ペット）と遊ぶ | 14 じっとたえる |
| 07 なにか食べる | 15 ねてしまう |
| 08 買い物をする | 16 その他（ ） |
| | 17 特になし |

平成9年労働者健康状況調査

問10 ①疲労の回復状況、疲労・ストレスの解消法についてお答えください。

② あなたの疲労・ストレスの解消法は何ですか。
（該当する番号すべてに○をつけてください。）

- | | |
|-------------------|---------------|
| 01 睡眠や休息をとる | 08 読書をする |
| 02 スポーツをする | 09 ドライブ、旅行をする |
| 03 酒を飲む | 10 見物、鑑賞をする |
| 04 たばこを吸う | 11 けいこ事などをする |
| 05 カラオケを歌う | 12 雑談をする |
| 06 テレビを見る（ラジオを聴く） | 13 外食、買い物をする |
| 07 麻雀、パチンコをする | 14 その他 |

[参考2]

質問8 あなたは**現在**、日常生活で悩みやストレスがありますか。

1 ある 2 ない → **質問9へ**

↓

質問8 あなたは**現在**、日常生活で悩みやストレスがありますか。

1 ない → なぜ悩みやストレスがないのですか。 1 うまく解消できている → **質問9へ**
 2 ある 2 もともとない

[参考3]

悩みやストレスの有無別構成割合の年次推移
(単位：%)

	平成13年	平成16年	平成19年	平成22年
ある	49.0	49.1	48.2	46.5
ない	44.0	45.0	45.6	42.6
不詳	7.1	5.8	6.2	10.9

[参考4]

平成17年中高年齢者縦断調査

問16 あなたが日頃健康維持のために心がけていることはありますか。
 あてはまる番号すべてに○をつけてください。

1 お酒を飲み過ぎない	8 適正体重を維持する
2 たばこを吸い過ぎない	9 食後の歯磨きをする
3 適度な運動をする	10 適度な休養をとる
4 年1回以上人間ドックを受診する	11 ストレスをためない
5 食事の量に注意する	12 その他
6 バランスを考え多様な食品をとる	13 特にない
7 錠剤、カプセル、顆粒、ドリンク状のビタミンやミネラルを摂取する	

[参考5]

被調査者数、性・健康維持のために心がけていること（複数回答）別

	被調査者数（人）			構成割合（%）		
	総数	男	女	総数	男	女
総数	33,815	16,415	17,400	100.0	100.0	100.0
心がけていることがある	29,478	13,913	15,565	87.2	84.8	89.5
お酒を飲み過ぎない	6,914	5,208	1,706	20.4	31.7	9.8
たばこを吸い過ぎない	4,443	3,199	1,244	13.1	19.5	7.1
適度な運動をする	12,909	5,773	7,136	38.2	35.2	41.0
年1回以上人間ドックを受診する	5,344	3,028	2,316	15.8	18.4	13.3
食事の量に注意する	13,888	5,904	7,984	41.1	36.0	45.9
バランスを考え多様な食品をとる	12,800	4,515	8,285	37.9	27.5	47.6
錠剤、カプセル、顆粒、ドリンク状のビタミンやミネラルを摂取する	7,146	2,743	4,403	21.1	16.7	25.3
適正体重を維持する	12,214	5,348	6,866	36.1	32.6	39.5
食後の歯磨きをする	11,271	4,168	7,103	33.3	25.4	40.8
適度な休養をとる	12,139	5,357	6,782	35.9	32.6	39.0
ストレスをためない	14,251	6,282	7,969	42.1	38.3	45.8
その他	646	290	356	1.9	1.8	2.0
心がけていることは特にない	3,618	2,151	1,467	10.7	13.1	8.4
不詳	719	351	368	2.1	2.1	2.1

資料：平成17年中高年齢者縦断調査

[参考6]

日ごろ健康のために実行している事柄の構成割合の年次推移（20歳以上）

	構成割合（％）					
	昭和61年	平成元年	平成4年	平成7年	平成10年	平成13年
総数	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
実行している	87.7	88.5	88.4	86.5	88.5	...
規則正しく朝・昼・夕の食事をとっている	39.9	66.4	66.7	61.5	59.1	51.2
バランスのとれた食事をしている	35.1	47.1	48.7	41.8	42.3	36.9
うす味のもの食べている	39.6	40.7	40.9	35.1	35.7	30.9
睡眠時間を十分にとっている	...	52.3	54.1	49.4	46.8	38.0
適度に運動（スポーツを含む）をするか身体を動かしている	...	...	...	...	38.7	33.1
たばこを吸わない	...	...	...	...	45.0	35.7
食べ過ぎないようにしている	...	...	...	...	45.5	38.5
お酒を飲みすぎないようにしている	...	...	...	...	41.3	27.1
その他	...	...	...	...	...	1.1
特になにもしていない	...	...	...	...	...	16.3
決まった時間に寝ている	33.0	...	...	...	...	...
8時間以上寝ている	37.5	...	...	...	...	...
腹八分目にしている	61.9	39.6	39.3	32.8	...	...
気分転換やレクレーションのための時間をとっている	25.1	29.9	32.9	29.7	...	...
定期的に運動（スポーツ）をするか身体を動かしている（散歩を含む）	29.2	29.1	30.6	26.6	...	...
実行していない	12.3	11.5	11.6	11.6	8.4	...
不詳	-	-	-	1.9	3.1	5.0

[参考7]

質問14 あなたは日ごろ、健康のために次のような事柄を実行していますか。
あてはまるすべての番号に○をつけてください。

- 1 規則正しく朝・昼・夕の食事をとっている

2 バランスのとれた食事をしている

3 うす味のもの食べている

4 食べ過ぎないようにしている

5 適度に運動（スポーツを含む）をするか身体を動かしている

6 睡眠を十分にとっている

7 たばこを吸わない

8 お酒を飲み過ぎないようにしている

9 ストレスをためないようにしている

10 その他

11 特に何もしていない