

研究計画書

平成 28 年 10 月 3 日

1 研究課題名

小児期からの生活習慣病予防に関する研究

2 研究者職氏名

(1) 研究責任者

茨城県立健康プラザ管理者 大田 仁史

(2) 研究実施担当者

茨城県立健康プラザ管理者 大田 仁史

茨城県立健康プラザ研究員 西連地 利己

茨城県保健福祉部保健予防課 入江 ふじこ

筑波大学医学医療系社会健康医学講師 山岸 良匡

茨城県立健康プラザ研究員 佐田 みずき

3 研究予定期間

承認日から平成 33 年 3 月 31 日まで

4 実施主体

茨城県

5 研究の目的

本研究では、小児生活習慣病の予防に役立つ基礎資料を得ることを目的に、平成元年度に出生した県内の児について、これまで 4 回にわたりアンケート調査を行ってきた。平成 25 年 3 月には 4 回目のアンケート調査結果をまとめた報告書を作成し、平成 26 年 2 月には研究成果の一部から行政、母親・祖父母向けの啓発資料を作成したところである。

今日、就職や結婚等で生活習慣・食習慣が大きく変化する 20 歳代後半の調査は国内でも極めて限られており、茨城県在住の 27 歳を対象とした 5 回目の調査を行うことにより、現在の 20 歳代後半の生活習慣・食習慣を明らかにするとともに、5 回分の調査結果を総合的・縦断的に分析し、本県並びにわが国における小児期と成人期の生活習慣病との関連を調査し、小児期の生活習慣病予防に資する基礎資料を得ることを目的とする。

6 具体的な研究計画

対象は平成 4 年 10 月～平成 5 年 2 月の間に県内で三歳児健康診査の際に、保護者が健康アンケートに回答し、かつ 22 歳時の健康アンケートを送付した 3,517 名である。本人宛に 27 歳時生活習慣・食習慣等に関するアンケート調査を行い、本県における 20 歳代後

半における生活習慣の実態を分析する。その際、健診データの転記を併せて依頼し、健診結果と併せた分析を行う。

今回の研究計画により、引き続き3歳時、6歳時、12歳時、22歳時及び27歳時のアンケート調査結果と、12歳時、22歳時及び27歳時の健診結果を総合的に解析し、本県ならびにわが国における小児期と成人期の生活習慣病との関連を調査し、広く活用可能な情報を明らかにする。

7 研究の背景及び経緯

本研究は児童・生徒のライフスタイルが生活習慣病の危険因子にどのように影響を及ぼすかについて、その実態を継続的に把握するとともに、ライフステージに応じた適切な保健指導方法等についての検討するための基礎資料を得ることを目的に、平成4年度より開始された。

具体的には、平成元年度に出生した県内の児について、児の3歳時、6歳時、12歳時にアンケート調査を行い、対象児やその親の生活習慣等についての調査を行ってきた。また、12歳時調査では、一部の対象児について同年度に行われた小児生活習慣病予防健診の結果と併せた調査も行っている。平成23年度には、これらの児が成人を迎えたことから、22歳時アンケートとして調査を行い、職域や学校検診の結果も収集してきた。

しかしながら、就職や婚姻を機に大きく変化する20歳代後半の健康状態について検討した研究は少なく、27歳時の生活習慣・食習慣を把握することは、本県における今後の生活習慣病の予防政策を立案する上で欠かせないと考えられる。また、3歳時、6歳時、12歳時、22歳時及び本研究による27歳時のアンケート調査結果や、12歳時、22歳時及び本研究による27歳時の健診結果と併せた分析を行う。今回と併せて5回分の調査結果を引き続き総合的・縦断的に分析し、本県ならびにわが国における小児期と成人期の生活習慣病との関連を調査し、広く活用可能な情報を明らかにする。3歳児を成人になるまで追跡することに成功した研究、また20歳代後半を対象とした研究は、国内では極めて限られており、行政が主体となった疫学調査では他に例をみない研究と言える。

8 研究方法

【研究デザイン】

前向きコホート調査

【対象】

平成4年10月～平成5年2月の間に県内で三歳児健康診査の際に、保護者が健康アンケートに回答し、かつ22歳時の健康アンケートを送付した3,517名

【方法】

平成元年度出生コホートの3,517名に、生活習慣・食習慣等に関する健康アンケート調査への協力依頼文書（別紙1）と対象者固有のログインIDとパスワードを郵送し、自記式アンケート調査票（別紙2）について回答を依頼する。回答方法は郵送又はスマートフォン等を利用したインターネットにて行い、郵送の場合には署名、インターネットの場合には「アンケートの回答を活用することに同意する」のチェックボタンのチェックと回答を以って同意と見なす。その際、過去2年以内に健康診断を受診した者につい

ては、その情報を本人より提供を受け、アンケート結果と併せて分析を行うことについて、アンケート回答の際に同意を得る。また、アンケートに回答があった者の中から全員又は抽選で若干名に商品券を渡すことを明示する。収集したアンケートは、茨城県立健康プラザが共同研究機関（筑波大学医学医療系社会健康医学，獨協医科大学公衆衛生学，大阪大学大学院医学系研究科社会医学専攻公衆衛生学）の協力を得て分析を行う。

なお、共同研究機関の役割は、データの解析・報告書の作成を行うための人材を、茨城県立健康プラザに派遣することである。又、大阪大学においては、インターネットによる回答ページの作成及び回答データの収集を担当する。

9 研究対象者の保護

27 歳時調査については、平成 28 年度の生活習慣・食習慣等に関するアンケート調査実施時に、対象者に協力依頼文書（別紙 1）を配付することによって、研究計画の内容と不参加や中止による不利益はないことを説明する。説明文書には問合せ窓口を記載する。

なお、研究依頼文書（別紙 1）の送付先住所は、原則として 22 歳時の健康アンケート送付時の住所とし、市町村に研究実施の説明をし、承諾を得た上で、発送前に転出情報等の確認を行う。

対象者には、アンケート回答の際に郵送又はインターネットにより同意を得る。インターネットにより回答する際には、回答を送信する端末からシステムまでの通信は、第三者に解読されることのないよう、全て暗号化（SSL 方式）し、データとログイン ID は、共同研究機関である大阪大学が契約している REDCap システムのサーバー内に保管される。締め切り後に、REDCap システムのアカウントを持つ担当者がユーザー ID とパスワードを入力し、保管されたデータを出力する。出力したデータは、パスワードを付け、保存媒体にて茨城県立健康プラザに郵送し、プラザ内にてデータ内容の確認が出来次第、REDCap システムからデータを削除する。研究対象者のログイン ID と個人を特定する対応表は、茨城県立健康プラザ内でのみ管理し、大阪大学では個人情報とは扱わない。

また、既に収集されたデータについては、それぞれの時期に適切な手続きを経て収集されており、引き続き分析を行うことについて特段の支障はないと考えられる。4 回目のアンケート実施時に収集した健診データは、本人の同意を得て健診機関から提供を受けている。

収集したデータは全て、茨城県立健康プラザの『茨城県立健康プラザ健診情報等管理及び利用規定』に則り、茨城県立健康プラザ健康づくり情報部長を管理責任者として管理される。個人情報は秘密扱いとし、茨城県立健康プラザ内の施錠可能なコンピュータ室内に設置しているパソコン（ネットワークに接続していないもの）に保管するとともに、内容確認の際にはユーザー ID 及びパスワードの入力を必要とする等、セキュリティ管理を厳重に行い、統計処理を実施する。研究対象者からのアンケートや当該パソコンのバックアップ用 HDD については、コンピュータ室内の保管庫に施錠のうえ管理する。

なお、結果の公表では、統計解析した数値のみを示すため、個人が特定される可能性はない。

10 研究によって得られる結果及び貢献度

本研究により、27歳時の生活習慣・食習慣等を明らかにするとともに、3歳時、6歳時、12歳時あるいは22歳時の生活習慣が、27歳時の生活習慣にどのような影響を与えているか、また、肥満や高血圧などの循環器疾患の危険因子にどのような影響を与えているかが明らかになる。

本県は、脳卒中や心疾患といった循環器疾患の死亡率が全国に比べて高いことが明らかになっており、「健診受診者生命予後追跡調査」によって、循環器疾患死亡の主な危険因子として高血圧と喫煙及び高血糖が指摘され、これらがなければ、死亡率が男性32%、女性で19%下がるだろうと予測されている。

この調査結果は、成人における高血圧と喫煙および高血糖を予防することの重要性を示しており、高血圧の主要な予防因子といわれる減塩や適正体重の維持、果物野菜魚摂取や、高血糖の危険因子である肥満や喫煙率の低下が本県の重要な課題であるといえる。

本研究により3歳時、6歳時、12歳時、22歳時の生活習慣・食習慣と20歳代後半での高食塩、肥満、低体重、果物野菜魚摂取不足などとの関係を明らかにすることで、より早い時期に、どのような人々を対象に、どのような内容の指導をすべきかを知ることができ、そのことにより、本県における循環器疾患予防対策のより効果的な実施に資することができる。

11 研究結果の公表方法等

これまでに、平成7年度、15年度、24年度に報告書を作成してきた。また、研究成果の一部から平成15年7月には小児生活習慣病予防のための教材(小学生用、中学生用)を、平成26年2月には住民向け及び指導者向けの啓発資料を作成し、保健所、市町村保健センター、県教育委員会、市町村教育委員会、県内小・中学校等に配布した。

研究の実施方法や結果については、報告書を作成し県立健康プラザのホームページへの掲載や学会誌への論文発表等を行う予定である。

12 倫理審査委員会への研究成果の報告

平成33年5月を予定している。

「小児期からの生活習慣病予防に関する研究」へのご協力をお願い

〇〇 〇〇 様におかれましては、かねてより茨城県が実施しております「小児期からの生活習慣病予防に関する研究」のアンケート調査にご協力いただきまして誠にありがとうございます。

この研究では、平成 4 年に皆様の保護者の方にアンケートにお答えいただいた後、引き続き小学校 1 年時、中学校 1 年時、22 歳時に再度アンケートを行っております。おかげさまで、これまでご協力いただいたアンケート調査の結果をもとに、県民の皆様に研究の成果を還元しております。

(http://www.hsc-i.jp/03_seikatsu/shounikeihatu.htm)

今回は、これまでアンケート調査にご協力をいただいた皆様に、20 歳代後半の生活習慣に関するアンケートへのご協力をお願いしております。お答えいただいたアンケートをもとに、過去のアンケート結果を含めて分析し、小児期から成人期の生活習慣病予防に関する研究を行います。その成果を、皆様やお子さまの世代の健康づくりに役立てたいと考えております。このような長期にわたる追跡は先例が少なく、世界的にも貴重な研究となりますので、ぜひご協力をお願いいたします。なお、ご協力いただいた方に粗品（クオカード X00 円分）を進呈させていただきます。

今回の研究は、大阪大学が共同研究機関として参加し、〇〇 〇〇 様から Web を介して提供を受けた情報は、大阪大学のサーバーに一時保管し、その後、茨城県立健康プラザにおいて『茨城県立健康プラザ健診情報等管理及び利用規定』に則り、ネットワークに接続しない PC で厳重に管理されます。大阪大学に個人を特定できる情報は送られません。調査研究の結果については、集計結果のみを公表します。

恐縮ですが、ご回答は、こちらの QR コード、又は、URL の回答フォームからお願いいたします。回答に要する時間は、おおむね 10~15 分くらいですが、制限時間はありませんので、ご自分のペースでお進めください。また、記入漏れがないようご協力をお願いいたします。



http://www.xxxx.jp/xxxxxx/xxx/xxxx_xxxxxxx

ログイン ID 〇〇〇〇〇〇

パスワード xxxxxxxx

なお、郵送での提出を希望される場合には、上記の QR コード又は URL の問合せフォームから、あるいは下記の電話/FAX 番号へご連絡ください。早急に、アンケート用紙を送付いたします。

恐れ入りますが、x 月 x 日までにご回答がない場合には、再度お願いのご連絡をすることがあります。
ご希望されない場合は、お手数ですが、下記へご連絡をお願いいたします。

*この「小児期からの生活習慣病予防に関する研究」へのご協力は、個人の自由意志によるものであり、回答の有無や、回答後に協力中止の意思表示をした場合でも、不利益を受けることはありません。また、協力中止の意思表示をされた場合は、それ以降に分析される研究からは除外致します。担当窓口までご連絡ください。



【郵送希望、事業についての問合せ、協力を中止する際の連絡先】

茨城県立健康プラザ 健康づくり情報部

TEL : 029-243-4216 FAX : 029-244-4852

問い合わせ時間 9 時~17 時 (土・日・祝除く)

生活習慣に関するアンケート（案）

私は、別紙「小児期からの生活習慣病予防に関する研究」への協力をお願いの内容を理解し、以下のアンケートの回答を活用することに同意します。

1. 今回のアンケート調査と過去に回答していただいた生活習慣に関するアンケート調査結果を、茨城県立健康プラザにおいて解析します。
2. 提供されたデータは、茨城県立健康プラザで個人情報を厳重に管理し、集計結果のみを公表します。
3. 今回のアンケート調査への協力は、アンケートを提出したあとも、茨城県立健康プラザへ連絡することで、その時点から撤回できます。

記入日 平成 年 月 日

ふりがな

署名（お名前をご記入ください）

問1. 現在の職業は何ですか。

複数当てはまる場合には、最も時間をかけているもの一つに○印をつけてください。

- 1) 常勤（管理職） 2) 常勤（事務職） 3) 常勤（現業職） 4) パート・アルバイト 5) 自営
6) 農林業 7) 漁業 8) 主婦 9) 学生 10) 無職 11) その他（ ）

（問1で、1) 2) 3) 4) 5) 6) 7) と答えた方にお聞きます。）

問1-1. 雇用形態はどちらですか。

- 1) 日勤 2) 夜勤 3) 日勤・夜勤の交代勤務

問2. 現在どなたと一緒に住んでいますか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

- 1) 父 2) 母 3) 兄弟姉妹 4) 祖父 5) 祖母 6) 配偶者 7) 子供 8) 一人暮らし 9) その他

問3. 実の兄弟姉妹が何人いますか。人数を記入してください。いない時は0を記入してください。

- 1) 兄（ ）人 2) 姉（ ）人 3) 弟（ ）人 4) 妹（ ）人

問4. 現在の身長と体重をご記入ください。

身長（ ）cm 体重（ ）kg

問5. 最近あるいは過去1年間での血圧をご記入ください。

わからないときは「わからない」の項目に○印をつけてください。

- 1) 最高血圧（ ）mmHg ・ 最低血圧（ ）mmHg 2) わからない

問6. 1日の平均睡眠時間は何時間ですか。

- 1) 10時間以上 2) 9時間くらい 3) 8時間くらい 4) 7時間くらい 5) 6時間くらい
6) 5時間くらい 7) 4時間以下

問7. 普段何時頃に寝ますか。

- 1) 8時以前 2) 9時頃 3) 10時頃 4) 11時頃 5) 夜中12時頃 6) 夜中1時頃
7) 夜中2時頃 8) 夜中3時以降

問8. 同年代の同性と比較して歩く速度はどうか。

- 1) かなり速い 2) やや速い 3) ふつう 4) やや遅い 5) 遅い

問9. 1日に歩行または同程度の軽度の身体活動をどのくらい行っていますか。

- 1) 30分未満 2) 30～59分 3) 1～2時間 4) 2～3時間 5) 3～4時間 6) 4時間以上

問10. 余暇で、スポーツや運動はどのくらいしていますか。

- 1) 週に()回, 1回あたり()分, (1)強度・2)中等度)の身体活動をしている

◆強度の身体活動とは, 身体的にきついと感じるような, かなり呼吸が乱れるような活動を意味します。

(重い荷物の運搬, 自転車で坂道を上ること, ジョギング, テニスのシングルスなど)

◆中等度の身体活動とは, 身体的にやや負荷がかかり, 少し息がはずむような活動を意味します。

(軽い荷物の運搬, 子供との鬼ごっこ, ゆっくり泳ぐこと, テニスのダブルス, カートを使わないゴルフなど)

- 2) 月に1～3回またはほとんどしない

問11. 通勤・通学は主に何を利用してありますか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

- 1) 徒歩 2) 鉄道・電車 3) バス 4) 自家用車 5) オートバイ・原付 7) 自転車

- 8) その他()

問12. 仕事や学業以外で, 下記に費やす時間(機器を扱う時間)は, あわせてどのくらいですか。

「テレビ(ビデオ・DVDを含む)・パソコン(インターネット, メール, SNS, ブログ等を含む)・携帯電話(通話, メール, ウェブ, アプリ等を含む)・ゲーム・スマートフォン」

- 1) やらない 2) 1時間くらい 3) 2時間くらい 4) 3時間くらい 5) 4時間くらい
6) 5時間くらい 7) 6時間くらい 8) 7時間くらい 9) 8時間くらい 10) 9時間くらい
11) 10時間以上

問13. 1日に何食食べますか。

- 1) 1日4食以上 2) 1日3食 3) 1日2食 4) 1日1食

問14. 食べる速さはどうですか。

- 1) かなり速い 2) やや速い 3) ふつう 4) やや遅い 5) かなり遅い

問15. ついついお腹いっぱい食べることはどれくらいありますか。

- 1) 毎食 2) 1日に1～2回 3) 週に5～6回 4) 週に3～4回 5) 週に1～2回
6) 月に1～3回 7) ほとんどしない

問16. 子供や家族の食べ残しを食べることはどれくらいありますか。

- 1) ほぼ毎日 2) 週に3～6回 3) 週に1～2回 4) 月に1～3回 6) ほとんどないまたは食べない

問17. 自分で料理することがありますか。

- 1) 毎食 2) 1日に1～2回 3) 週に5～6回 4) 週に3～4回 5) 週に1～2回
6) 月に1～3回 7) ほとんどしない

問18. 朝食を欠食する(食べない)ことがありますか。

- 1) 欠食はほとんどない 2) 週1～2回欠食する 3) 週3～4回欠食する
4) 週5～6回欠食する 5) 毎日欠食する(食べない)

問19. 夕方, 夕食前に空腹を感じたとき, どうすることが多いですか。

- 1) 夕食まで待つ 2) 軽い食べ物を食べる 3) 好きなものを食べる 4) その他

問20. 夕食は, 普段, 何時頃に食べますか。

- 1) 午後6時以前 2) 7時頃 3) 8時頃 4) 9時頃 5) 10時頃 6) 11時頃 7) 夜中12時頃
8) 夜中1時頃 9) 夜中2時頃 10) 夜中3時以降 11) 食べない

問21. 夕食を外食することがありますか。

- 1) 毎日 2) 週に5～6回 3) 週に3～4回 4) 週に1～2回 5) 月に1～3回 6) ほとんどしない

問22. 夕方または夜に, 主に油を多く使った料理(揚げ物やカレー等)を食べることがありますか。

- 1) 毎日 2) 週に5～6回 3) 週に3～4回 4) 週に1～2回 5) 月に1～3回 6) ほとんどしない

問23. 居酒屋等で飲み会をする機会はどのくらいありますか。

- 1) 毎日 2) 週に5～6回 3) 週に3～4回 4) 週に1～2回 5) 月に1～3回 6) ほとんどしない

問24. 間食を食べますか。(お菓子類・あめ・グミ・砂糖の入った飲料等を含む)

1) 1日3回以上 2) 1日2回程度 3) 1日1回 4) 食べる習慣がない

(問24で、1) 2) 3)と答えた方にお聞きします。)

問24-1. お菓子を持ち歩いていますか(あめ・グミ・ガム等)。

1) いつも持ち歩いている 2) 時々持ち歩いている 3) 持ち歩いていない

問25. 夜食(夕食から寝るまでの間での間食)を食べますか。

1) 毎日 2) 週に5~6回 3) 週に3~4回 4) 週に1~2回 5) 月に1~3回 6) 食べない

問26. あなたは食品の栄養表示を見ますか。

1) いつも見る 2) 時々見る 3) あまり見ない

問27. 現在の食生活についてお尋ねします。次の項目ごとに1つ〇で囲んでください。

	毎日食べる	週5~6回	週3~4回	週1~2回	食べない
魚は食べますか	1	2	3	4	5
肉は食べますか	1	2	3	4	5
植物油を使った料理(天ぷら, 揚げ物など)は食べますか	1	2	3	4	5
牛乳または乳製品(ヨーグルト, チーズ等)は食べますか	1	2	3	4	5
大豆製品(豆腐, 油あげ, 納豆, 煮豆等)は食べますか	1	2	3	4	5
果物は食べますか	1	2	3	4	5
めん類(うどん, そば, ラーメン, パスタ等)は食べますか	1	2	3	4	5
丼物(牛丼, 親子丼, カツ丼, 天丼等)は食べますか	1	2	3	4	5

問28. 野菜(漬物を除く)は食べますか。

1) 1日に3回以上 2) 1日2回くらい 3) 1日に1回くらい 4) 2日に1回くらい
5) 週に1~2回 6) 月に1~3回 7) 食べない

問29. 味付けは濃い味を好む方ですか。

1) はい 2) いいえ

問30. 「家での味付け」はどうですか。

1) 濃い 2) ふつう 3) うすい

問31. 味噌汁は飲みますか。

1) 1日3杯以上 2) 1日2杯くらい 3) 1日1杯くらい 4) 2日に1杯くらい
5) 週に1~2杯 6) 月に1~3杯 7) 飲まない

問32. 漬物は食べますか。

1) 1日2回以上 2) 1日に1回くらい 3) 2日に1回くらい 4) 週に1~2回 5) 月に1~3回
6) 食べない

問33. 漬物は「浅漬け」と「古漬け」ではどちらが多いですか。

1) 浅漬けが多い 2) 古漬けが多い 3) どちらも同じくらい

問34. 漬物にしょうゆをかけますか。

1) かけない 2) 味をみてかけたり, かけなかったりする 3) 味をみずにかける

問35. 味付けしたおかずには、さらにしょうゆ, ソース, 塩などをかけますか。

1) かけない 2) 味をみてかけたり, かけなかったりする 3) 味をみずにかける

問36. 「塩で味つけした加工品」(塩鮭, たらこ, 明太子, 塩辛, 塩納豆など)を食べますか。

- 1) 1日2回以上 2) 1日に1回くらい 3) 2日に1回くらい 4) 週に1~2回 5) 月に1~3回
6) 食べない

問37. めん類(うどん, そば, ラーメンなど)を食べるとき, 汁(つけ汁を含む)を飲みますか。

- 1) ほとんど飲まない 2) 半分くらい飲む 3) ほとんど全部飲む

問38. 塩分を控えることについて何か実行していますか。

- 1) 現在実行している 2) 過去に実行したが現在は実行していない 3) 実行したことはない

問39. これまでに, あなたはタバコを吸っていますか。

- 1) 吸ったことはない
2) 吸っている(____歳から吸い始めて, 1日____本吸っている)
3) やめた(____歳から吸い始めて, 1日____本吸っていたが, ____歳の時にやめた)

(問39で, 2) 3)と答えた方にお聞きします。)

問39-1. あなたがタバコを吸い始めたきっかけについて, 最もあてはまるもの1つに○をつけてください。

- 1) 親 2) 兄弟姉妹 3) 年上の人・先輩 4) 友人 5) TV、映画、雑誌等の喫煙シーン
6) なんとなく 7) その他()

問40. あなたはこの1週間に, 自分以外の人吸っていたタバコの煙を吸う機会がありましたか。
次のアからウの場所について, あてはまる番号を1つ選んでください。

	ほとんど毎日	時々あった	全くなかった	わからない
ア. 家庭	1	2	3	4
イ. 職場	1	2	3	4
ウ. その他(飲食店など)	1	2	3	4

問41. 小学生の頃に, 家庭内でタバコを吸う人はいましたか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

- 1) 父 2) 母 3) 兄弟姉妹 4) 祖父 5) 祖母 6) いなかった

問42. あなたは週に何日くらいお酒(清酒, 焼酎, ビール, 洋酒など)を飲みますか。

- 1) 毎日 2) 週5~6日 3) 週3~4日 4) 週1~2日 5) 月に1~3日
6) やめた(1年以上やめている) 7) ほとんど飲まない 8) 飲めない

(問42で, 1) 2) 3) 4) 5)と答えた方にお聞きします。)

問42-1. お酒を飲む日は1日あたり, 清酒に換算し, どれくらいの量を飲みますか。
(ビール350ml 缶が清酒0.5合に相当します)

- 1) 1合(180ml)未満 2) 1合以上2合(360ml)未満 3) 2合以上3合(540ml)未満
4) 3合以上4合(720ml)未満 5) 4合以上5合(900ml)未満 6) 5合(900ml)以上

問43. 現在, あなたの年収(税込み)と同居している人(いれば)の年収(税込み)の合計はどのくらいですか。

- 1) 0~299万円 2) 300~599万円 3) 600~899万円 4) 900~1199万円 5) 1200~1499万円
6) 1500万円以上

問44. 小学生の頃に, 自家用車がありましたか。

- 1) あった(____台) 2) なかった

問45. あなたは, 1日に何回, 歯を磨きますか。

- 1) 4回以上 2) 3回 3) 2回 4) 1回 5) 毎日は磨かない

問46. あなたは, 1日に何回, 歯間ブラシを使っていますか。

- 1) 4回以上 2) 3回 3) 2回 4) 1回 5) 使っていない

問47. 歯を磨いた時に血が出ますか。

- 1) いつも出る 2) たまに出る 3) 出ない

問48. 近視(遠くの物が見えにくい状態)がありますか。

- 1) ある(____歳頃から) 2) ない

問49. 花粉症はありますか。

1) ある (____歳頃から) 2) ない

問50. 普段の生活で、声を出して笑う機会はどのくらいありますか。

1) ほぼ毎日 2) 週1~5回程度 3) 月1~3回程度 4) ほとんどない

問51. 気軽に個人的に相談ができる親しい友人や家族、親せきは何人いますか。

1) 4人以上 2) 3人 3) 2人 4) 1人 5) あまりいない

問52. 以前(5年くらい前)と比べて、以下のようなことがありますか。

次の項目ごとに、「はい」または「いいえ」に○印をつけてください。

1) 食欲が減ってきた。	はい・いいえ
2) 眠れなくなってきた。	はい・いいえ
3) 性欲が減ってきた。	はい・いいえ
4) 肩こりをするようになった、または以前よりひどくなってきた。	はい・いいえ
5) 腰痛が生じてきた、または以前よりひどくなってきた。	はい・いいえ
6) 目が疲れるようになってきた、または以前よりひどくなってきた。	はい・いいえ
7) 髪の毛がうすくなってきた、または以前よりうすくなってきた。	はい・いいえ
8) 体力がなくなってきた。	はい・いいえ

問53. 現在の健康状態はどうか。

1) とてもよい 2) まあよい 3) あまりよくない 4) よくない

問X 次の質問は、3を入力してください。(Web回答のシステム確認のため)

1) 2) 3) 4)

※問Xは、Webによる回答の場合のみ質問し、任意の場所に入れ込む。

<健康診断の結果についての同意>

市町村や会社、学校などの健康診断を受診していますか。 1) はい 2) いいえ

市町村や会社、学校などの健康診断を受診している方は、その結果を下記に転記していただくと、大変役立ちます。

ご協力いただける場合は、下記「1) 同意する」に○をつけて、健診結果を転記してください。アンケート結果と併せて分析を行います。ご協力いただけない場合は、「2) 同意しない」に○をつけてください。

1) 同意する：健診結果を転記する

- ・身体計測 身長 () cm ・ 体重 () kg
- ・尿検査 糖 () ・ 蛋白 ()
- ・血圧測定 最高血圧 () mmHg ・ 最低血圧 () mmHg
- ・血中脂質検査 総コレステロール () mg/dL ・ HDL コレステロール () mg/dL
LDL コレステロール () mg/dL ・ 中性脂肪 () mg/dL
- ・肝機能検査 AST (GOT) () U/I ・ ALT (GPT) () U/I
γ-GT (γ-GTP) () U/I
- ・血糖検査 空腹時血糖 () mg/dL ・ HbA1c (.) %
- ・心電図検査 ()
- ・空腹で（食後 10 時間以上空けて）健診を受診した (はい ・ いいえ)

* 検査を実施していない項目については、空欄のままで結構です。

2) 同意しない：健診結果を提供しない

*これで健康に関するアンケートは終わりです。ご協力いただき、ありがとうございました。

記入漏れがないか、お確かめの上、 ___ 月 ___ 日までにご提出ください。