

「まちと家族の健康調査」 ～2017年調査結果のご報告～



5年ぶりの調査
いろいろ変わったこと
がありました！

2010年開始以来、東京大学「まちと家族の健康調査」では、ご参加いただいたかたやそのご家族のみなさんのご協力のおかげで、まちと家族の健康を取り巻く、社会・経済などの問題について調査・分析を進めてまいりました。

東京都足立区・三鷹市・千葉県柏市・埼玉県所沢市で、のべ1万7千人以上のかたからご協力をいただいたのおかげで、学術面だけではなく、自治体の健康づくりをサポートする政策支援も進めることができました。その成果もあって、足立区が2017年度厚生労働省健康寿命アワード（自治体部門）で健康局長賞を受賞され、さらに欧州の経済開発協力機構（OECD）（フランス・パリ本部）の公衆衛生部門チームからその取り組みについて視察されました！

このたび、2017年秋・冬にかけて5年ぶりに実施されました追跡調査についてお礼を兼ねて結果をご報告申し上げます。

調査企画及び実施管理

国立大学法人 東京大学 113-0033 東京都文京区本郷 7-3-1

調査実施事務局；大学院医学系研究科公共健康医学専攻保健社会行動学分野

研究事業のご紹介：<http://mental.m.u-tokyo.ac.jp/sdh/top.html>

調査のご紹介：<http://webpark1166.sakura.ne.jp/jshine/>

本調査は平成29年度内閣府革新的研究開発推進プログラム（ImPACT）（社会リスクを低減する超ビッグデータプラットフォーム）と平成29年度厚生労働省科学研究費補助循環器など生活習慣病対策総合研究事業（H27-循環器等—一般-002）による研究補助を受け実施された学術調査です。企業から寄付は一切なく、特定の政治団体とも関連はありません。

「まちと家族の健康調査」とは？

2010年7月から2011年2月にかけて、4つの市区の住民基本台帳からくじ引きで選ばれた25歳から50歳までのかたを対象に、まちでの生活やご家族の健康についてお聞きしたアンケート調査です。その後、配偶者・パートナー調査、子ども調査など実施させていただきました。

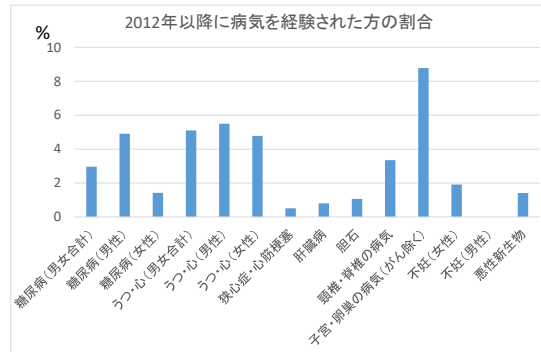
インターネットもしくはお貸ししたコンピューターで、健康状態・生活習慣、医療サービスの受療状況、お仕事、ご家族のこと、収入や資産・支出のこと、これまでの成育歴などについてお尋ねしました。

2017年度は2012年以来5年ぶりの本人調査で、紙の質問票でのご回答を訪問留め置きにてお願いしました。

5年間の健康状態の変化について

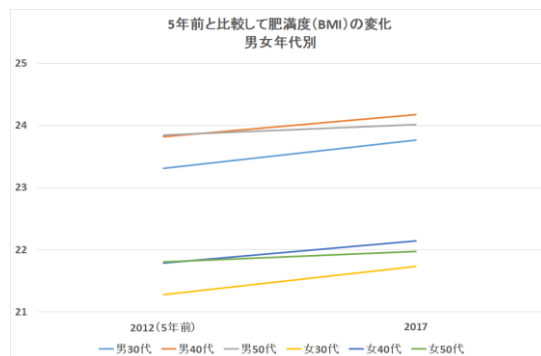
まだまだ若い20-50代ですが、5年もたつと健康状態に少しずつ変化が見られてくるようです。

この5年間のうちに、男性の約20人に1人が新たに糖尿病になりました。また男女とも「うつ・心」の問題が約20人に1人の割合で新たに見られていました。女性では12人に1人の割合で「子宮・卵巣の病気（がんを除く）」のために治療されていました。そして1.4%のかたが新たに悪性新生物で治療を受けるようになっていました。



その一方、2010・2012年の段階で悪性新生物の治療を受けておられたかたが46人おられましたが、そのうち31人はいまでは治療が終了し、今回の調査に参加いただいています。がんを患ったかたの多くがこうして社会復帰されている様子も確認されました。

年代的に気になるのが肥満です。肥満は糖尿病など生活習慣病の危険因子のひとつです。2017年時点の年齢層・性別に5年前と肥満度を比較したところ、男女ともに、40代のかたが一番肥満度の上昇が見られていました。ご協力いただいた腹囲測定の結果を分析したところ、増え幅は男女とも40代で1.7センチと最大でした。



肥満対策は食事や運動に個人が気をつけることも重要ですが、健康的な食事や運動をする機会を手に入れやすい環境を整備することも大切です。足立区では野菜を食べることをテーマにした食育の取り組みを学校給食や商店街も交えた町ぐるみで展開したことが注目され、2018年2月22日に経済開発協力機構（OECD）の公衆衛生査察団の取材を受けました。



OECD 査察団と足立区長谷川副区長

今回実施した食事調査では、一昨年実施した子ども調査と同様、緑黄色野菜の摂取量が軒並み低下傾向にあることが確認され、やはり野菜の高騰・消費税率引き上げなどの影響と考えられました。そのなか、足立区ではその低下傾向が抑えられていたことから、町ぐるみの環境づくりの効果が確認されました。

SNS の普及で、コミュニケーションのありかたは変化したでしょうか？

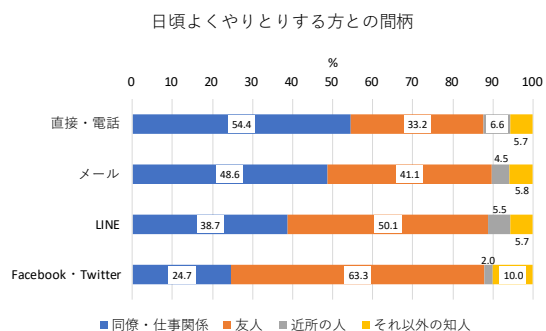
いまでは当たり前になってきていますが、2010年まちと家族の健康調査を開始したころは、いまのようにLINEもFacebookも普及しておらず、

インスタはまだありませんでした。この5年間でもっとも大きな変化といえば、SNSの普及によりひととのコミュニケーションの取りかたの変化といえるかもしれません。

そこで今回の調査では、みなさんに普段よくやり取りをするかたを最大4名挙げていただき、その人たちとのコミュニケーションの取りかたについて詳しくうかがいました。コミュニケーション手段としては、「直接会う・電話」、「携帯やパソコンのメール」、「LINE」、「Facebook・Twitter」をそれぞれどの程度利用しているかをうかがいました。

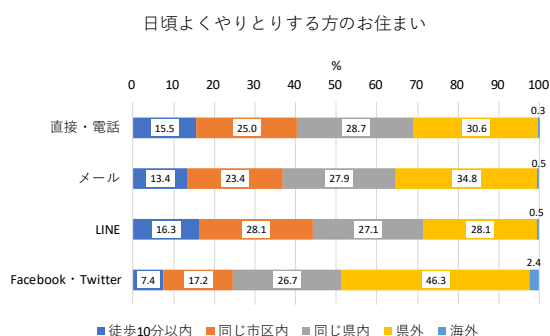
コミュニケーション手段によって、相手の属性、居住地に差

直接・電話やメールでやりとりしている人は同僚・仕事関係の人が比較的多く、LINE、Facebook・Twitterといった新しいソーシャルメディアでやりとりをしている人は友人が多くなっていました。つまり、相手によりコミュニケーション手段が大きく異なっていることがわかりました。



また直接・電話、メール、LINE と比べて、Facebook・Twitter は地理的に遠い人とつながるツールとして使用されていることがわかりました。

LINE は電話・メールのような昔からのコミュニケーション手段と同様に距離的にも心理的にも近い人々とのコミュニケーションに使用されており、Facebook や Twitter は距離的にも、付き合いの的にも比較的離れているひととの付き合いに使われていました。ソーシャルメディアでも種類によって使用目的が異なることが示唆されました。



SNS は健康などの情報源として活用されている

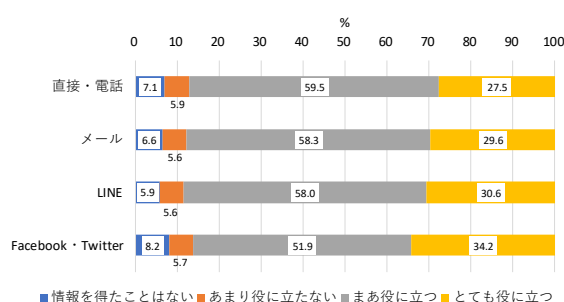
SNS を健康関連情報（健康に良い食事・運動・習慣・情報など）を探すためにどのように使っておられるかを質問しました。

Facebook・Twitter でつながっている人は、メールやLINE でつながっているひとよりも「健康のことについてよく知っている」と回答したかたの割合が一番高く、また Facebook・

Twitter からの情報は「とても役に立つ」と答えたかたが他のつながりよりも多い傾向が見られました。

つながりかたと同様に、メールやLINE は自分と同じような考えかたや知識を持つひととの連絡に使われている一方、Facebook や Twitter は自分の考えかたや知識とは異なるものを持っているひととのつながる機会になっていることがうかがえました。

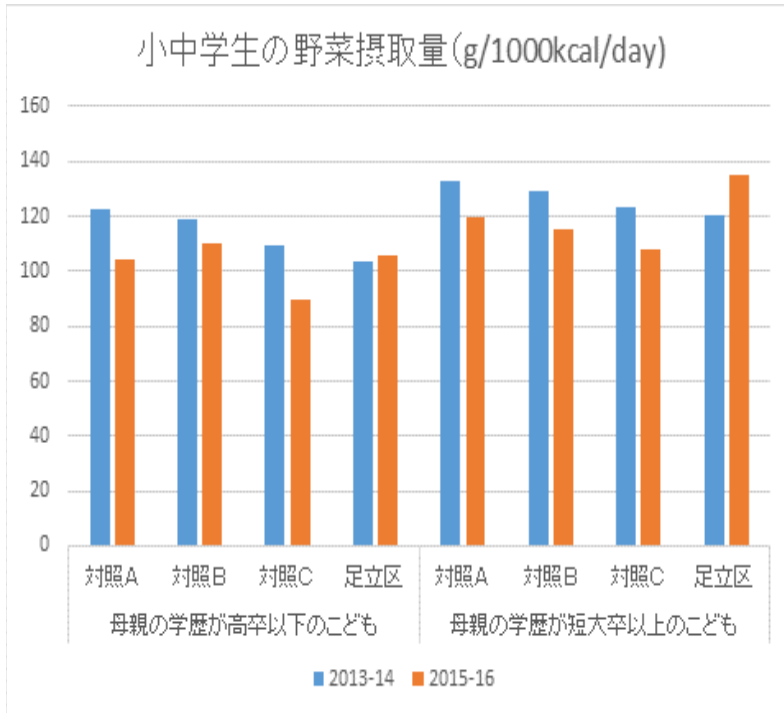
日頃よくやりとりする方から得られる情報はどれくらい役に立ちますか



今後、さらに分析を進め、SNS 社会におけるコミュニケーションやひととのつながりかたが、どのように健康や健康関連行動に影響するのかについて検討していく予定です。

「まちと家族の健康」調査は、地域に住まうひとびと、子どもの豊かな生活を守るために、保健・経済・社会のそれぞれの政策がどのような取り組みをすべきかを示すために、調査・分析・そして発信を続けてまいります。なにとぞ引き続きのご理解・ご協力を賜りたくお願い申し上げます。

付属資料



野菜摂取量の推移（成人対象）

