

秘

総務省届出済

東京都指定統計調査第4号

この調査票に記入された事項は、統計以外の目的に使用したり、他に漏らしたりすることは絶対にありませんので、ありのままを記入してください。

調査番号					No

令和6年度東京都福祉保健基礎調査 調査票②

－健康と医療に関する実態と意識－

<調査期間>

令和6年10月16日（水曜日）～11月15日（金曜日）

※郵送回答の方は、11月15日（金曜日）までに返送してください。

<この調査についてのお問合せ先>

東京都 福祉局 総務部 総務課 統計調査担当

電話 平日 03-5321-1111（代表）内線39-025

土曜日 03-5320-4011（直通）

受付時間は、午前9時から午後5時15分までです。

WEB URL : <https://logoform.jp/f/rnsAH>

URL からアクセスしていただくか、
右記の2次元コードを読み取っていただき、
WEB フォームよりお問い合わせください。



この調査票の回答方法

1 この調査票の対象範囲

- この調査票は、調査票①を回答いただいた世帯に属する「満 20 歳以上の世帯員の方」に、日常生活における健康と医療に関する意識や、東京都の福祉や保健医療に関する施策について記入していただく内容となっています。
- 対象となる世帯員 1 人について、1 冊ずつご記入ください。

2 回答方法

- 令和6年10月16日時点の状況について、黒のボールペンで記入してください。
- **問**：特に断りがない限り、全ての方がお答えください。
- **問**：**問** で特定の回答をした方のみが対象となります。
- 「その他」を選んだ場合は、その具体的な内容を（ ）内に記入してください。
※（ ）内に書ききれない場合は欄外に記入してください。

例 1：あなたの性別を教えてください。

①	男
2	女
3	その他

番号の欄が白の場合は、あてはまるものに1 っだけ○をつけてください。

例 2：同居している方を教えてください。

①	配偶者
②	子ども
3	兄弟姉妹

番号の欄がグレーで塗りつぶされている場合は、あてはまるものすべてに○をつけてください。

例 3：悩みごとがありますか。

1	病気
2	仕事
3	人間関係

または

①	病気
2	仕事
③	人間関係

④	ない
---	----

4	ない
---	----

白とグレーの両方がある場合は、どちらか一方に○をつけてください。
白の番号を選んだ場合は○は1 っだけ、
グレーの番号を選んだ場合は、あてはまるものすべてに○をつけてください。

基本事項

あなたの性別・年齢（令和6年10月16日現在）を教えてください。

性 別			年 齢
1	男	3	歳
2	女		

健康づくりについて

問 1 あなたは、ご自分の健康状態をどのように感じていますか。（○は1つだけ）

1	よい
2	まあよい
3	あまりよくない
4	よくない

問 2 あなたは、普段の1日の食事（3食）のうち、何回、主食（ご飯、パン、麺類など）、主菜（肉、魚、卵、豆腐などの豆製品を使ったおかず）、副菜（野菜を使ったおかず）をそろえた食事をしていますか。（○は1つだけ）

1	1日1食はそろえている
2	1日2食はそろえている
3	3食ともそろえている
4	特に気にしていない

問 3 あなたは、普段朝食を食べない（欠食する）ことがありますか。（○は1つだけ）

※「菓子、果物、乳製品、嗜好飲料などの食品のみを食べた場合」「錠剤などのサプリメント、栄養ドリンク剤のみの場合」は欠食とします。

1	朝食は必ず食べる
2	週に1～2日食べないことがある
3	週に3～4日食べないことがある
4	朝食はほとんど食べない

問 4

あなたは自分の健康のために、食生活の改善や運動量の増加などの生活習慣をより良い方向にすることに興味がありますか。(○は1つだけ)

1	大いにある
2	少しある
3	あまりない
4	まったくない

問 5

日常生活における歩数の増加のために、以下の目標が示されています。

あなたは、この目標を達成していますか。

最近1週間の1日あたりの平均歩数を基準にお答えください。

歩数が不明な場合は、以下【目標値】の(参考)から、目標を達成しているかご確認ください。(○は1つだけ)

【目標値】

20～64 歳 : 男性 8,000 歩、女性 8,000 歩

65 歳以上 : 男性 6,000 歩、女性 6,000 歩

(参考) 10 分の歩行で約 1,000 歩に相当します。

なお、「日常生活における歩数」は、主として、労働場面(荷物の運搬等)・家庭場面(掃除をするなど)・移動場面(階段を上るなど)における歩数の総数を指します。

(出典:「健康日本21(第三次)」 厚生労働省)

1	達成している
2	達成していない

問 6

あなたは、運動(※)をしていますか。(○は1つだけ)

※ 運動

スポーツやフィットネスなどの健康・体力の維持・増進を目的として、計画的・定期的に行うもの

(出典:「健康日本21(第三次)」 厚生労働省)

1	運動している
2	運動していない
3	医師等から運動を禁止されている

問 7

へ

問 6-1

運動の日数、時間、継続年数について、お答えください。
(○はそれぞれ1つつ)

① 1 週間の運動日数	1	週に 1 日	5	週に 5 日
	2	週に 2 日	6	週に 6 日
	3	週に 3 日	7	週に 7 日
	4	週に 4 日		
②運動を行う日の 平均運動時間	1	30 分未満		
	2	30 分以上 60 分未満		
	3	60 分以上 120 分未満		
	4	120 分以上 180 分未満		
	5	180 分以上		
③運動の継続年数	1	1 年未満		
	2	1 年以上		

問 7

歯や歯肉の健康を保つために行っていることはありますか。
(あてはまるものすべてに○)

1	1 日 1 回は丁寧な歯磨き (10 分程度の時間をかけて) や義歯 (入れ歯) の洗浄をしている
2	デンタルフロス (糸ようじなど) や歯間ブラシを週 1 回以上使っている
3	フッ素 (フッ化物) 入りの歯磨き剤を使っている
4	歯や歯肉を週に 1 回以上観察し、異常がないか確認をしている
5	歯科医院で定期的に健診や予防処置を受けている
6	歯科医院で歯磨き指導を受けている
7	歯科医院で歯石除去や歯のクリーニングを受けている
8	歯周病予防のためにも禁煙している
9	その他 ()
10	特に何も行っていない

問 8

あなたが普段お酒を飲む頻度はどれくらいですか。(○は1つだけ)

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
7	ほとんど飲まない(飲めない)

問 9

へ

問 8-1

お酒を飲む日の1日の平均的な飲酒量はどれくらいですか。
清酒に換算(※)し、お答えください。(○は1つだけ)

1	1合未満
2	1～2合未満
3	2～3合未満
4	3～4合未満
5	4～5合未満
6	5合以上

※ 清酒 1 合(アルコール度数 15 度・180mL)は、
次の量にほぼ相当します。

- ・ビール中瓶 1 本 (アルコール度数 5 度・500mL)
- ・焼酎 0.6 合 (アルコール度数 25 度・約 110mL)
- ・ワイン 1/4 本 (アルコール度数 14 度・約 180mL)
- ・ウィスキーダブル 1 杯 (アルコール度数 43 度・60mL)
- ・缶チューハイ 1.5 缶 (アルコール度数 5 度・約 520mL)

問 9 現在、紙巻たばこまたは加熱式たばこを吸いますか。(○は1つだけ)

1	吸っている
2	以前は吸っていたが、1か月以上吸っていない
3	まったく吸ったことがない

問 10 へ

問 9-1 現在、あなたが吸っているたばこ製品はどれですか。
(あてはまるものすべてに○)
たばこの種類ごとに喫煙年数、喫煙状況、1日の喫煙本数をお答えください。

		(1) 喫煙年数	(2) 現在の喫煙状況 (どちらかに○)	(3) 1日の喫煙本数
1	紙巻たばこ	年	毎日吸う・時々吸う	本
2	加熱式たばこ	年	毎日吸う・時々吸う	本

※1日の喫煙本数について(2)で「時々吸う」を選んだ方は、吸うときの1日の本数を記入して下さい。

加熱式たばこ

たばこ葉やたばこ葉を用いた加工品を燃焼させず、専用機器を用いて電気で加熱することで煙を発生させるものです。(たばこ葉を使用せず、装置内または専用カートリッジ内の液体(リキッド)を電気加熱させ、蒸気を発生させる電子たばこは含みません。)

問 9-2 あなたは、たばこをやめたいと思いますか。(○は1つだけ)

1	やめたいと思う
2	できればやめたいと思う
3	あまり思わない
4	まったく思わない

健康食品について

問 10 あなたの考える健康食品のイメージはどのようなものですか。
(あてはまるものすべてに○)

1	有害な作用がなく、安心である
2	病気の予防や治療につながる
3	栄養補給に必要である
4	美容・ダイエットに役立つ
5	効果が期待できない
6	安全性に疑問がある
7	高価である・お金がかかる
8	適切な価格である
9	その他 ()
10	特にない

問 11 あなたは、これまでに健康食品を使用したことがありますか。(○は1つだけ)

1	毎日、使用している
2	時々、使用している
3	以前は使用していたが、現在は使用していない
4	一度も使用したことがない

→ **問 12** へ

問 11-1 あなたが健康食品を使用する目的は何ですか。
(あてはまるものすべてに○)

1	病気の予防や治療
2	健康維持
3	栄養補給
4	ダイエット
5	美容
6	その他 ()

問 11-2

あなたが健康食品を使用するようになったきっかけは何ですか。
(あてはまるものすべてに○)

1	商品のチラシ・パンフレット	6	新聞・雑誌の広告
2	テレビ・ラジオの番組や CM	7	販売店の店員の勧め
3	企業の HP や SNS	8	医師の勧め
4	WEB メディア (SNS 以外)	9	インフルエンサー・著名人の影響
5	家族・友人・知人の口コミ	10	その他()

問 11-3

あなたはどこで健康食品を購入（入手）していますか。
(あてはまるものすべてに○)

1	薬局、ドラッグストア	6	訪問販売
2	コンビニエンスストア、スーパー、デパート、健康食品専門店等	7	個人輸入
3	スポーツジム、エステサロン等	8	知人等から購入する
4	通信販売（テレビ、新聞、雑誌等）	9	知人、家族等からもらう
5	インターネット販売	10	その他()

問 11-4

健康食品を使い始める前に誰かに相談しましたか。
(あてはまるものすべてに○)

1	医師・薬剤師等の医療関係者
2	ドラッグストア・健康食品専門店等の店員
3	スポーツジム、エステサロン等の店員
4	健康食品のアドバイザリースタッフ(※)
5	知人・家族
6	その他 ()
7	特に相談していない

※ アドバイザリースタッフ

いわゆる「健康食品」の摂取を検討されている方または既に摂取されている方が、自らの健康づくりを進める上で目的にあった食品や、食生活の状況、健康状態に応じて、安全かつ適切に選択することができるように、健康食品に含まれる成分の機能や活用方法等について、正しく情報を提供できる助言者のこと。

(出典：「いわゆる「アドバイザリースタッフ」ホームページ」厚生労働省)

悩みやストレスについて

問 12 あなたは毎日の生活の中で、悩みやストレスがありますか。(○は1つだけ)

よくある	たまにある	あまりない	ほとんどない
1	2	3	4

問 13 へ

問 12-1

あなたの悩みやストレスの原因は何ですか。
(あてはまるものすべてに○)

1	家族との人間関係	10	収入・家計・借金等
2	家族以外との人間関係	11	家族の仕事
3	恋愛・性に関すること	12	いじめ・ハラスメント
4	結婚	13	自分の病気や障害
5	妊娠・出産	14	家族の病気や障害・介護
6	育児・子供の将来	15	家族や親しい人等との離別・死別
7	家事	16	自由にできる時間がない
8	住まいや生活環境 (公害、安全及び交通事情を含む)	17	生きがいに関すること
9	就職(求職)・仕事に関すること	18	その他 (具体的に：)
		19	わからない

問 12-2

悩みがあるとき、誰に(どこに)相談していますか。
(あてはまるものすべてに○)

1	家族や親族に相談している
2	友人・知人に相談している
3	職場の上司・同僚に相談している
4	公的な機関(保健所、福祉事務所、精神保健福祉センター等)の相談窓口 (電話等での相談を含む)を利用している
5	民間の機関の相談窓口(電話等での相談を含む)を利用している
6	病院・診療所の医師に相談している
7	テレビ、ラジオ、新聞等の相談コーナーを利用している
8	SNS やインターネットの掲示板等で相談している
9	その他(具体的に：)
10	相談したいが、誰にも(どこにも)相談できないでいる
11	相談する必要がないので、誰にも(どこにも)相談していない

問 13 あなたは、普段の睡眠時間は足りていますか。(○は1つだけ)

1	十分足りている
2	ほぼ足りている
3	やや不足している
4	全く足りていない

問 14 睡眠のために、以下のような内容が推奨されています。
あなたは、この内容を実行していますか。(あてはまるものすべてに○)

1	眠くなってから寢床に入り、起きる時間は遅らせないようにしている
2	朝、目が覚めたら日光を取り入れている
3	しっかり朝食を食べている
4	就寝前には喫煙やカフェイン、アルコールの摂取を避けている
5	ぬるめの入浴など、自分に合ったリラックス方法を工夫している
6	寝室の照明が明るすぎないようにしている
7	就寝直前にはパソコンや携帯電話の操作などを避けている
8	眠れないことが続く場合は、医療機関等の専門家への相談をしている
9	その他 ()
10	特に何も行っていない

問 15 あなたは、体を休めること以外に、趣味や運動、スポーツ、学習活動、地域活動など余暇の過ごし方は充実していますか。(○は1つだけ)

1	非常に充実している
2	充実している
3	あまり充実していない
4	まったく充実していない

次ページの **問16** は、

令和6年3月31日時点で40歳以上75歳未満の方に

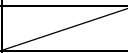
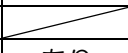
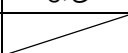
特定健康診査・特定保健指導についてお聞きします。

特定健康診査・特定保健指導とは

○特定健康診査とは、40歳から74歳の方を対象に、メタボリックシンドロームに着目して糖尿病や高血圧症、脂質異常症のリスクを早期に発見するための検査です。
検査は問診、計測(身長・体重・腹囲)、血液・血圧検査、尿検査などを行います。

○特定保健指導とは、以下に該当する方を対象としています。

<対象者>

腹囲	血糖、脂質、血圧	喫煙歴	対象	
			40-64 歳	65-74 歳
男性 85 cm以上・ 女性 90 cm以上の方	2つ以上該当		積極的支援	動機付け支援
	1つ該当	あり なし		
男性 85 cm未満・ 女性 90 cm未満の方で、 BMI(体重(kg) /身長(m) ²)が 25 以上の方	3つ該当		積極的支援	動機付け支援
	2つ該当	あり なし		
	1つ該当			

<指導の種類>

- ・動機付け支援・・・原則1回の保健指導を受けます。
- ・積極的支援・・・3～6か月の間、複数回、継続的に保健指導(面接・電話・メールなど)を受けます。

該当ではない方は

15 ページ (**問 17**) へお進みください。



令和 6 年 3 月 31 日時点で、40 歳以上 75 歳未満の方にお聞きします。
※それ以外の方は、問 17 (15 ページ) へお進みください。

特定健康診査・特定保健指導について

問 16 あなたは過去 1 年間に、特定健康診査を受けましたか。(○は 1 つだけ)

※加入する医療保険者が実施する特定健康診査のほか、職場の事業主が実施する定期健康診断や人間ドックにおいて受けている場合も含まれます。

※がん検診のみの受診、妊産婦健診、歯の健康診査、病院や診療所で行う診療としての検査は含みません。

受けた	受けていない
1	2

問 16-1 特定健康診査を受けなかった理由は何ですか。
(あてはまるものすべてに○)

1	現在、健康に問題はなく、必要性を感じないから
2	毎年受ける必要性を感じないから
3	医者にかかっているから
4	どこで受けられるかわからないから
5	検査が怖い(苦痛)から
6	忙しかったから、時間がとれなかったから
7	結果が不安だから
8	費用がかかるから
9	忘れていたから
10	その他(具体的に:)

問 16-2

受診した特定健康診査の種類、方法、時期について、お答えください。
(○はそれぞれ1つずつ)

①特定健康診査の種類	1	区市町村が実施する健診 (医療機関で行う場合を含む。)
	2	職場の事業主 (または加入する医療保険者 (1 以外)) が実施する健診 (医療機関で行う場合を含む。)
	3	個人的に受ける健診 (人間ドックなど)
	4	その他()
②特定健康診査の方法	1	個別健診 (医療機関や健診機関等へ申込み、個別に受ける健診)
	2	集団健診 (区市町村保健センター、職場等の決められ た場所へ、指定された期日に出向いて受ける健診)
	3	その他()
③受診した時間帯	1	平日 昼間 (午後6時まで)
	2	平日 夜間 (午後6時以降)
	3	休日 昼間 (午後6時まで)
	4	休日 夜間 (午後6時以降)

問 16-3

過去 1 年間に受けた特定健康診査の結果、次のような指摘を受けましたか。
(あてはまるものすべてに○)

(注) 特定健康診査結果にあわせて書面に、「血圧が高めなので、塩分の摂取を控えましょう」
「再検査を受けてください」等記載されている場合を含みます。

1	肥満
2	高血圧
3	糖尿病 (血糖値が高い)
4	脂質異常 (中性脂肪が高い・HDL コレステロールが低い・LDL コレステロールが高い)
5	1～4 の指摘はなかった

問 17 へ

問 16-4

特定健康診査の結果、特定保健指導を受けましたか。(○は1つだけ)

1	受けた
2	特定保健指導の案内はあった(利用券が送付されてきた)が受けなかった
3	特定保健指導の案内はなかった
4	わからない

問 16-5

へ

問 16-4-1

受けた特定保健指導は、どのようなものでしたか。(○は1つだけ)

1	動機付け支援(面談などによる、1回の指導)
2	積極的支援 (面談、電話、メールなどにより3か月から6か月の間、継続的に行われる指導)
3	その他()
4	覚えていない

問 16-4-2

特定保健指導で計画した内容をどの程度実行していますか。(○は1つだけ)

1	おおむね実行している
2	一部実行している
3	実行していたが、継続していない
4	実行していない

問 16-4-3

特定保健指導を受けなかった理由は何ですか。
(あてはまるものすべてに○)

1	現在、健康に問題はなく必要性を感じないから
2	指導を受けなくても生活習慣改善について知識があり必要性を感じないから
3	いつも同じことを言われるから
4	どのような指導内容かわからないから
5	忙しかったから、時間がとれなかったから
6	費用がかかるから
7	医者にかかっているから
8	その他(具体的に:)

問 16-5

医療機関を受診するように勧められましたか。(○は1つだけ)

(注) 特定健康診査結果の説明を受けた時に口頭で勧められた場合のほか、
特定健康診査結果と同時、または別途書面にて勧められた場合も含まれます。

1	はい
2	いいえ
3	覚えていない

→ **問 17** へ

→ **問 16-5-1** その後、医療機関に行きましたか。(○は1つだけ)

1	はい
2	いいえ

がん検診について

問 17

あなたはがん検診を定期的に受診していますか。(○はそれぞれに1つずつ)

(注) これらのがん検診については、健診等(健康診断、健康診査及び人間ドック)の中で受診したものも含まれます。

		1年に2回以上	1年に1回程度	2年に1回程度	3～5年に1回程度	6年以上に1回程度	定期的ではないが 受診したことがある	受診したことがない
胃がん検診 (バリウムによるレントゲン撮影や胃カメラなど)		1	2	3	4	5	6	7
大腸がん検診 (便潜血反応検査(検便)など)		1	2	3	4	5	6	7
肺がん検診 (胸のレントゲン検査など)		1	2	3	4	5	6	7
【女性のみ】	乳がん検診 (マammography撮影など)	1	2	3	4	5	6	7
	子宮頸がん検診 (子宮の細胞診検査など)	1	2	3	4	5	6	7

肝炎ウイルス検査について

問 18

あなたは、区市町村や保健所で肝炎ウイルス検査が行われていることを知っていますか。
(○は1つだけ)

1	知っている
2	知らない

肝炎ウイルス検査は、B型・C型肝炎ウイルスへの感染の有無を調べる血液検査です。感染すると、気づかないうちに肝臓の炎症が進み、慢性肝炎となり、肝硬変や肝臓がんに進行する場合がありますが、検査で感染を発見し、早期の受検、適時適切な治療につなげることで、進行を抑えることや完治することが期待できます。

糖尿病について

問 19

糖尿病は、生活習慣の改善による発症予防が大切ですが、あなたは、以下の内容を知っていましたか。(あてはまるものすべてに○)

1	糖尿病は大きく分類すると、膵臓のインスリンを作る細胞が破壊され、体の中のインスリンの量が絶対的に足りなくなることによって発症する1型と、過食や運動不足などの生活習慣等によるインスリンの作用不足により発症する2型があり、日本人の糖尿病の多くは2型である
2	肥満の人は糖尿病になりやすいが、欧米人と比べてもともとインスリン分泌能力が低い日本人・アジア人は太っていても糖尿病になる危険性がある
3	糖尿病を予防するには、適切な量と質の食習慣や、階段利用などの日常生活の工夫による運動習慣に気を付けるとともに、ストレスをためない生活習慣の実践をすることが大切である
4	インスリンの働きを悪くする要因として、ストレスも関連していると考えられるため、夜更かしを控えて適切な睡眠をとり、趣味を楽しむなど、心にゆとりを持つことが大切である
5	いずれも知らない

インスリンは、体の中で唯一血糖値を下げるホルモンで、食後に血糖値が上がらないように調節する働きなどがある。

問 20

あなたは、健診等の検査の結果、糖尿病と言われたことがありますか。
(○は1つだけ)

- | | |
|---|-----------------------------------|
| 1 | 「糖尿病である」と言われたことがある |
| 2 | 「血糖値が高い」「糖尿病になりかけている」などと言われたことがある |
| 3 | 何も言われたことはない |
| 4 | 健診、検査を受けていない |

問 21

へ

問 20-1

食事指導や運動指導、糖尿病の治療を受けたことがありますか。
(○は1つだけ)

- | | |
|---|-----------------------|
| 1 | 現在、受けている |
| 2 | 以前に受けたことがあるが、現在受けていない |
| 3 | まったく受けたことがない |

問 21

へ

問 20-1-1

その内容はどのようなものでしたか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|---|---------|
| 1 | 食事指導 |
| 2 | 運動指導 |
| 3 | 服薬 |
| 4 | インスリン注射 |
| 5 | その他 () |

問 21

糖尿病が悪化することで、次のような状態になることを知っていますか。
(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|---|---|
| 1 | 腎臓の機能が低下し、症状が悪化すると人工透析が必要な状態になる |
| 2 | 手足のしびれや痛みなどの症状がでる |
| 3 | 眼の網膜にある血管がつまったり出血しやすくなり、症状が悪化すると失明にいたることがある |
| 4 | 心臓の血管がつまりやすくなり、心筋梗塞や狭心症などの心臓病を起こしやすい |
| 5 | 脳の血管がつまりやすくなり、脳梗塞などを起こしやすい |
| 6 | いずれも知らない |

感染症について

問 22

家庭内に発熱や咳、下痢など感染症かもしれない症状がある方がいる場合、家庭内の感染対策はどのように行いますか。
(あてはまるものすべてに○)

1	アルコール手指消毒や手洗いの回数を増やす
2	症状がある人と食事時間や場所を分ける
3	症状がある人と同じ部屋にいる時はマスクをする
4	症状がある人が使ったトイレは消毒する (または専用のトイレとする)
5	症状がある人が使うタオルは、別の人と分ける
6	一人暮らしなので、何もしない
7	特に何もしない

問 23

発熱や咳、下痢など感染症かもしれない症状がある場合、通勤・通学や買物、レジャーなどのために外出をしますか。(○は1つだけ)

1	症状がある間は、外出は一切しない
2	レジャーや会食などは控える(不要不急の外出は避ける)が、用事によっては外出する
3	マスクをするなど感染対策をするが、行動に制限はしない
4	特に制限はしない

問 24 へ

問 23-1

どのような用事で外出するか選んでください。(あてはまるものすべてに○)

1	通勤・通学
2	買物(生活必需品)
3	その他()

問 24

あなたは、感染症（インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症、感染性胃腸炎（ノロウイルスなど）など）の情報に関心はありますか。（○は1つだけ）

1	関心があり、チェックしている
2	関心はあるが、チェックしていない
3	関心がない

問 25

問 24-1

チェックしている情報源を選んで下さい。(あてはまるものすべてに○)

1	都のインターネットサイト
2	都のSNS（X、Facebook、Instagram、LINE など）
3	都の広報誌
4	区市町村のインターネットサイト、SNS
5	区市町村の広報誌
6	国のインターネットサイト、SNS
7	国の広報誌
8	専門機関・専門家のインターネットサイト、SNS
9	個人ユーザーのインターネットサイト、SNS
10	医療機関
11	テレビ、ラジオ
12	新聞、雑誌
13	学校や職場（生徒・職員向けのお知らせなど）
14	家族や友人・知人
15	その他（ ）

結核について

問 25

あなたは、この1年以内に住民健診や職場の健康診断で胸のレントゲン検査を受けたことがありますか。(○は1つだけ)

1	ある
2	ない

問 25-1

胸のレントゲン検査を受けなかったのはなぜですか。
(あてはまるものすべてに○)

1	現在、健康に問題はなく、必要性を感じないから
2	どこで受けられるのかわからないから
3	受ける機会がないから
4	時間がとれなかったから
5	医者にかかっているから
6	妊娠中だから
7	費用がかかるから
8	その他（具体的に： ）

問 26

あなたは、結核について次のようなことをご存知ですか。
(あてはまるものすべてに○)

1	日本では、かかる人がまだたくさんいる
2	感染してもすぐに発病するとは限らない
3	きちんと薬を飲めば治る病気である
4	発見が遅れると重症化する
5	周りの人にうつすおそれのある病気である
6	結核菌は肺の中で増えることが多く、咳・たん・微熱など、症状は風邪と似ている
7	2週間以上、咳が続くときは、結核にかかっている可能性がある
8	東京では、全国と比べて、20 歳代の結核が多い
9	全国的に、80 歳以上の結核が多い
10	職場の定期健診の胸部レントゲン検査は、結核の早期発見につながる
11	相談は保健所で受けられる
12	治療費の一部を公費で負担する制度がある
13	感染した場合、入院しなければならないことがある
14	いずれも知らない

医療機関の受診状況について

問 27 この1年間に病院や診療所を受診しましたか。(○は1つだけ)

はい	いいえ
1	2

問 28 へ

問 27-1 どのような傷病で受診しましたか。(あてはまるものすべてに○)
また、その中で最も気になる傷病名の番号を番号記入欄に記入してください。

(内分泌・代謝障害)		(歯)	
1	糖尿病	24	歯の病気 (虫歯を含む)
2	肥満症	(皮膚)	
3	脂質異常症 (高コレステロール血症等)	25	アトピー性皮膚炎
4	甲状腺の病気	26	その他の皮膚の病気
(精神・神経)		(筋骨格系)	
5	うつ病やその他のこころの病気	27	痛風
6	認知症	28	関節リウマチ
7	パーキンソン病	29	関節症
8	その他の神経の病気 (神経痛・麻痺等)	30	肩こり症
(眼・耳)		31	腰痛症
9	眼の病気	32	骨粗しょう症
10	耳の病気	(尿路生殖器系)	
(循環器系)		33	腎臓の病気
11	高血圧症	34	前立腺肥大症
12	脳卒中 (脳出血、脳梗塞)	(婦人科・産科系)	
13	狭心症・心筋梗塞	35	乳腺の病気
14	その他の循環器系の病気	36	子宮・卵巣の病気
(呼吸器系)		37	不妊症
15	急性鼻咽頭炎 (かぜ)	38	妊娠・産褥 (切迫流産、前置胎盤等)
16	アレルギー性鼻炎	39	閉経期又は閉経後障害 (更年期障害等)
17	慢性閉塞性肺疾患 (COPD)	(損傷)	
18	喘息	40	骨折
19	花粉症	41	骨折以外のけが・やけど
20	その他の呼吸器系の病気	(その他)	
(消化器系)		42	貧血
21	胃・十二指腸の病気	43	血液の病気
22	肝臓・胆のうの病気	44	悪性新生物 (がん)
23	その他の消化器系の病気	45	その他

○を付けた番号の中で最も気になる傷病名の番号 1 つ

(番号)

問27-2

最も気になる傷病について、受診した病院または診療所の所在地(区市町村名)はどこですか。最も気になる傷病について、病院と診療所を両方受診した場合は、それぞれご記入ください。

※ 都外の病院・診療所を受診した場合も、市町村名をご記入ください。

病院所在地

区・市・町・村

診療所所在地

区・市・町・村

病 院	20 床以上の入院施設が整った医療機関
診療所	入院施設が 20 床に満たない、または、まったく入院施設がない医療機関 「〇〇医院」「□□クリニック」「◇◇診療所」などの名称が多く用いられている

問 28

あなたは医療情報をどのようにして入手していますか。
(あてはまるものすべてに○)

本・雑誌・テレビ等	
1	健康関連の本・雑誌
2	新聞
3	テレビ・ラジオ
4	東京都や区市町村等の広報紙
インターネット等	
5	医療機関のホームページ
6	「医療情報ネット (ナビイ)」
7	医師会ホームページ
8	福祉医療機構の福祉・保健・医療の情報サイト「WAM NET」
9	日本医療機能評価機構の医療情報サービス「Minds」
10	SNS や上記以外のインターネット情報
11	その他 ()
その他	
12	医師からの情報
13	友人・知人からの情報
14	保健所・保健センターなどの公的な相談機関
15	東京都医療機関案内サービス「ひまわり」(電話案内)
16	その他 ()
17	特にない

問 29 医療機関を選ぶために欲しい情報はどのような情報ですか。
(あてはまるものすべてに○)

1	かかりたい医療機関の所在地・連絡先等
2	診療日・診療時間
3	医師・看護師などのスタッフの人数
4	医師・歯科医師の氏名、略歴、専門分野など
5	医療機器の保有状況
6	実施している手術・治療の内容や件数等の診療実績
7	連携している医療機関名
8	病室や待合室などの施設設備の快適さ
9	診療以外のサービスの実施の有無（人間ドック、健康診断、健康相談など）
10	診療にかかる自己負担の額（差額ベッド代など）
11	第三者評価機関（日本医療機能評価機構など）が実施した病院の評価結果
12	運営方針や患者サービスの基本方針
13	医療費や診療内容に関する相談窓口の有無（医療費や診療内容に関することなど）
14	セカンドオピニオン実施の有無
15	その他（具体的に： _____ ）
16	特にない

がん医療・在宅医療・リハビリテーション医療について

問 30

がん医療対策について、どのようなことに力をいれてほしいと思いますか。
(あてはまるものすべてに○)

1	高度ながん医療の提供 (患者の病状にあわせ、高い水準で適切な治療が受けられるような体制の整備)
2	がん医療について専門的な知識を有する医師や看護師などの育成
3	がん患者や家族が、治療法や不安・悩みなどを気軽に相談できる窓口の充実
4	緩和ケアの充実
5	がん医療に関する情報の提供
6	住み慣れた家庭や地域で療養ができるような在宅医療体制の充実
7	働きながら治療が可能な医療提供体制の整備、都民や企業等への理解促進
8	医療連携体制の整備
9	がん登録の推進
10	その他 ()
11	特にない

緩 和 ケ ア：がん治療の初期段階から、がん患者の身体的・精神的な苦痛を取りのぞき、患者と家族にとって、自分らしい生活を送れるようにするための医療。

医療連携体制：高度ながん医療を提供できる病院、地域の病院、かかりつけ医等、必要に応じて各医療機関が連携し、切れ目のない医療の提供を行うこと。

が ん 登 録：今後のがん治療に役立てるため、ひとりひとりのがん患者に関する診断・治療データや、その後の経過、生存状況について、統計情報を得るもの。

問 31

もしもご自身ががんと診断された場合、専門の相談窓口へ相談したいと思うのはどのようなものですか。(あてはまるものすべてに○)

1	がんの治療法（体調に応じた治療方法や痛みへの対応、薬の副作用など）
2	不安な気持ちへの対応
3	治療費等の経済的負担
4	家族や周囲の人への伝え方や相談の仕方
5	家事、子育て、介護
6	食事や運動など生活への影響
7	仕事への影響
8	医療機関の選び方
9	セカンドオピニオンの方法
10	医師や看護師等の医療従事者との関係
11	在宅療養を支えてくれる医療・介護施設
12	がんに関する情報の収集方法
13	その他（具体的に：)
14	特にない

問 32

在宅医療について伺います。脳卒中の後遺症や末期がんなどで長期の療養が必要になった場合、あなたは理想として自宅で療養を続けたいと思いますか。

(○は1つだけ)

1	そう思う
2	そう思わない
3	わからない

問 33

へ

問 32-1

ご自宅での療養は実現可能だと思いますか。(○は1つだけ)

1	実現可能だと思う
2	実現は難しいと思う
3	わからない

問 32-1-1

「実現は難しいと思う」のは、なぜですか。

(あてはまるものすべてに○)

1	在宅医療や在宅介護でどのようなケアを受けられるかわからないから
2	急に病状が変わったときの対応が不安だから
3	訪問診療・往診してくれる医師がいないから
4	地域の訪問看護や介護の体制が不十分だから
5	家族に負担をかけるから
6	介護してくれる家族がいないから
7	療養できる部屋やトイレなど住宅環境が整っていないから
8	お金がかかるから
9	その他 ()
10	特に理由はない

問 32-2

あなたは、自分の最期をどのように過ごしたいですか。(○は1つだけ)

1	自宅で最後まで療養したい
2	自宅で療養して、最後は医療機関に入院したい
3	自宅で療養して、必要になったら特別養護老人ホームなどの介護保険施設に入所したい
4	その他 ()
5	わからない

問 33

リハビリテーションまたは在宅医療を利用したことがありますか。

(○はそれぞれいくつでも)

また、「回復期リハビリテーション」や「訪問診療」を利用した場合は、その医療機関の所在地をそれぞれご記入ください。

(1) リハビリテーション	
1	回復期リハビリテーション
	利用した医療機関の所在地 区・市 町・村 ※都外の場合も、市町村名をご記入ください。
2	通所・通院リハビリテーション
3	訪問リハビリテーション
4	その他（医師の指示のもと自宅で 行うリハビリテーションなど）
5	利用したことがない

(2) 在宅医療	
1	訪問診療
	利用した医療機関の所在地 区・市 町・村 ※都外の場合も、市町村名をご記入ください。
2	訪問看護
3	利用したことがない

回復期リハビリテーション

脳卒中や骨折などの病気で、急性期治療が終わって、リハビリが必要（家に帰れる状態ではない等）な場合に、入院してリハビリテーションを行うこと。

訪問診療

自宅において療養を行っていて、通院が困難な場合に、定期的に医師が訪問して行う診療のこと（歯科においては、歯科医師が居宅を訪問して行う診療のこと）。

通所・通院リハビリテーション

施設や医療機関に通って行うリハビリテーションのこと。

訪問看護

自宅において継続して療養を受ける場合に、看護師等が自宅に訪問して行う看護（療養上の世話または必要な診療の補助）のこと。

訪問リハビリテーション

理学療法士等が自宅を訪問して行うリハビリテーションのこと。

保健医療施策等について

問 34

このアンケートに答えていただく以前から、以下の項目について、内容をご存知ですか。
なお、「知っている」は、利用経験の有無別（一部を除く）にお選びください。

項 目		知っている		中身は知らないが 言葉は聞いたことがある	知らない
		利用経験あり	利用経験なし		
1 8020 運動（歯科）	1	2	3	4	5
2 特定健診・特定保健指導	1	2	3	4	5
3 フレイル	1	2	3	4	5
4 緩和ケア	1	2	3	4	5
5 がん登録	1	2	3	4	5
6 東京都がんポータルサイト	1	2	3	4	5
7 救急医療の東京ルール	1	2	3	4	5
8 救急搬送トリアージ	1	2	3	4	5
9 救急外来トリアージ	1	2	3	4	5
10 COPD（慢性閉塞性肺疾患）	1	2	3	4	5
11 保険適用による禁煙治療	1	2	3	4	5
12 とうきょう健康ステーション	1	2	3	4	5
13 妊娠相談ほっとライン	1	2	3	4	5
14 不妊・不育ホットライン	1	2	3	4	5
15 「東京都こども医療ガイド」	1	2	3	4	5
16 子供の健康相談室（小児救急相談）（#8000）	1	2	3	4	5
17 救急相談センター（#7119）	1	2	3	4	5
18 「暮らしの中の医療情報ナビ」	1	2	3	4	5
19 東京都医療機関案内サービス「ひまわり」（電話案内）	1	2	3	4	5
20 「医療情報ネット（ナビイ）」	1	2	3	4	5

1 8020 運動（歯科）

おいしく食べて、健康で長生きをするために一生自分の歯を保つことを目指して「80 歳になっても自分の歯を 20 本以上保とう」という運動。厚生労働省と日本歯科医師会の呼びかけで、平成元年から進められています。

2 特定健診・特定保健指導

40 歳から 74 歳の方にメタボリックシンドロームに着目した健診を受けていただき、その結果、生活習慣病の発症のリスクがあり、生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が多く期待できる方に対して、生活習慣を見直すサポートを実施するものです。平成 20 年度から医療保険者が実施しています。

3 フレイル

加齢とともに、心身の活力（例えば筋力や認知機能等）が低下し、生活機能障害、要介護状態、そして死亡などの危険性が高くなった状態をいうが、一方で、適切な介入・支援により、生活機能の維持向上が可能な状態像

4 緩和ケア

がん治療の初期段階から、がん患者の身体的・精神的・社会的な苦痛を取りのぞき、患者と家族にとって、自分らしい生活を送れるようにするための医療

5 がん登録

今後のがん治療に役立てるため、ひとりひとりのがん患者に関する診断・治療データや、その後の経過、生存状況について、統計情報を得るもの

6 東京都がんポータルサイト

患者・家族の医療機関の選択や療養上の悩みの解決、都民のがんに対する理解の促進を支援するため、がんに関する各種の情報を掲載したポータルサイトです。

7 救急医療の東京ルール

迅速・的確な救急医療体制の確保に向け、東京都が平成 21 年度から開始した新たな取組。救急患者受入のための仕組みの強化や、救急医療の適正利用に向けた普及啓発などからなります。

8 救急搬送トリアージ

救急車を呼んだ時に、緊急性の認められない傷病者に対して、本人の同意の上で、自分で医療機関に行ってもらうシステム

9 救急外来トリアージ

専門的な知識をもった看護師等が、救急外来で診療の優先順位を判断し、緊急度が高い患者を優先して診療をするシステム

10 COPD（慢性閉塞性肺疾患）

COPDは、有毒な粒子やガスの吸入による進行性の疾患です。主な原因は喫煙で、他に粉塵や化学物質などが考えられます。重症化すると、酸素吸入が必要になるなど、生活に大きく影響します。

11 保険適用による禁煙治療

一定の条件（ニコチン依存のスクリーニングテストで「ニコチン依存症」と診断される等）を全て満たして医師が必要と認めた場合、禁煙補助薬（ニコチンパッチやバレニクリン）の処方や禁煙実行のためのアドバイスなどの禁煙治療が一定期間保険適用となります。

12 とうきょう健康ステーション

都民の健康づくりを支援するため、生活習慣をチェックできるコンテンツや、がんなどの生活習慣病に関する情報などを掲載したポータルサイトです。

13 妊娠相談ほっとライン

妊娠・出産に関する様々な悩みについて、看護師等が電話またはメールで相談に応じています。

＜電話受付時間帯＞ 月曜日～日曜日（元日はお休み） 午前10時～午後10時

14 不妊・不育ホットライン

不妊・不育に関する悩みについて、専門のカウンセラーが電話で相談に応じています。

＜実施時間帯＞ 毎週火曜日（祝日・年末年始を除く。） 午前10時～午後7時
毎月1回土曜日 午前10時～午後4時

15 「東京都こども医療ガイド」

主に0歳から就学前までの子供の「病気やけがの対処の仕方」「病気の基礎知識」「子育てアドバイス」等の情報提供を行っているホームページです。携帯電話やモバイル端末でも利用することができます。

16 子供の健康相談室（小児救急相談）（#8000）

子供の健康・救急に関する相談に、経験豊富な保健師や助産師がお答えしています。また、必要に応じて小児科医師が対応します。（電話相談のため、医師が診断をするものではありません。）

＜実施時間帯＞ 月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く。）	午後6時～翌朝8時
土曜日・日曜日・祝日・年末年始	午前8時～翌朝8時

17 救急相談センター（#7119）

救急車を呼んだ方がいいかどうか判断に迷った時に、救急隊経験者や看護師等がアドバイスをします。

18 「暮らしの中の医療情報ナビ」

医療を受ける際の仕組みや医療費について、正しく理解し、医療機関への適切な受診を支援するため、小冊子やホームページによる情報提供を行っています。

19 東京都医療機関案内サービス「ひまわり」（電話相談）

医療機能情報提供制度により、都内の医療機関から報告を受けた情報を電話・ファクシミリで案内しています。

20 「医療情報ネット（ナビイ）」

医療機能情報提供制度・薬局機能情報提供制度により、医療機関・薬局から報告を受けた情報をインターネットを通じて公表している全国統一的な情報提供システムです。診療日や診療科目といった一般的な情報に加え、対応可能な疾患・治療内容、提供しているサービスなどさまざまな情報から、全国の医療機関・薬局を検索することができます。

ご意見・ご要望

東京都の保健医療行政についてご意見やご要望がありましたら、お聞かせください。

※記載内容につきましては個人が特定できないよう加工した上で、報告書に掲載される場合があります。

- ◆ 長時間にわたりご協力いただきまして、ありがとうございました。
- ◆ この調査の結果は、まとめ次第公表し、東京都の福祉保健施策の重要な基礎資料とします。