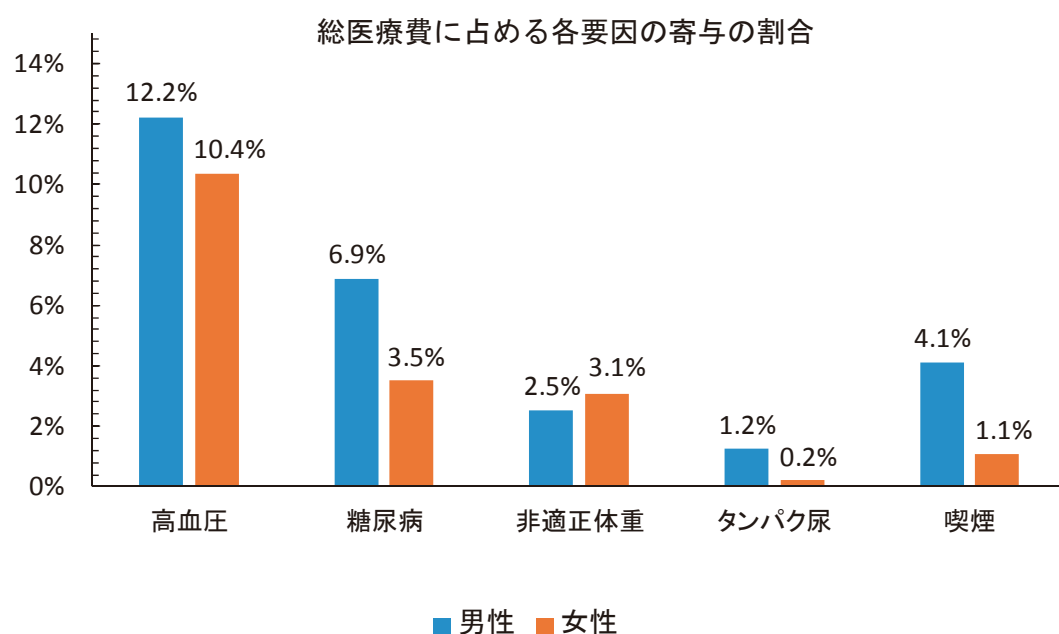


健康づくり, 介護予防および医療費適正化のための
大規模コホート研究事業報告書
(調査期間:平成21年度～平成27年度)



もし全員所見がなかったとしたら、医療費は何割少なくなっていたか？

平成30年3月

茨城県

茨城県立健康プラザ

(公財)茨城県総合健診協会

はじめに

茨城県における年齢調整死亡率は年々下降する傾向にあるものの、全国に比べると心臓病、脳卒中の死亡率が高い状態が続いています。また、高齢化の影響などにより医療費・介護費は年々増大しております。このような状況の中で社会保障を持続していき、県の総合計画にある「誰もが安心して健やかに暮らすことのできる『住みよいいばらき』」を実現するために、疾病の発生を予防し、県民の健康寿命を延ばすことが重要になってきております。そして、科学的な根拠に基づいて、健康寿命を延伸する政策を実行していくことが必要だとされております。

このため、本県においては、『健康いばらき21プラン』、『医療費適正化計画』等を策定して、さまざまな健康施策を実行しているところです。

医療制度改革における医療費適正化対策の一環として、医療保険者には、平成20年度から特定健康診査と特定保健指導の実施が義務づけられ、健康診査データとレセプトデータの統合分析結果をもとに、被保険者に対してより効果的な保健指導を行うことが求められています。市町村国保においては、どのような生活習慣や健診結果を呈した加入者において、将来的にどの程度医療費が上昇する傾向があるかを分析するとともに、特定保健指導の効果を検証することにより、有効な予防対策を講ずることが可能になると考えられます。

しかしながら、このような分析を医療保険者(市町村国保)で個々に行っても、データ規模が小さく詳細な解析ができない、あるいは他の保険者との比較が困難となるという問題が生じます。そこで本研究は、生活習慣や健診結果と、死亡、医療および介護の発生との関連について定量的に検討することを目的として、平成21年度から開始されました。この目的を達成するためには、長い観察期間を必要としますが、研究成果の一つとして、平成28年度に『データヘルス計画支援ツール』を開発しました。この報告書は、医療費に関するこれまでの分析結果をまとめたものです。今後も、定期的な中間報告等を公表していきますので、本研究の成果が市町村の施策に活用され、本県の健康寿命の延伸と持続可能な社会保障に寄与することを祈念いたします。

平成30年3月

(公財)茨城県総合健診協会
茨城県立健康プラザ
管理者 大田仁史

目 次

1. 調査の概要	1
2. 結果の概要	3
(1) 解析対象者	3
(2) 解析方法	3
(3) 主な結果	3
① 血圧	3
② 糖代謝	5
③ 体格指数 (body mass index: BMI)	7
④ 尿蛋白	9
⑤ 喫煙	11
⑥ みそ汁	13
⑦ 集団寄与危険割合	15
3. 参考資料	17
(1) 入院医療費の医療費比 (男性)	17
(2) 入院医療費の医療費比 (女性)	22
(3) 外来医療費の医療費比 (男性)	27
(4) 外来医療費の医療費比 (女性)	32
(5) 総医療費の医療費比 (男性)	37
(6) 総医療費の医療費比 (女性)	42
4. 実施要領	47

1. 調査の概要

平成 20 年度に協力市町村を募集し、協力の同意が得られた 21 市町村において、平成 21 年度の特健康診査受診者を対象に生活習慣に関するアンケートを実施した。調査協力に関する依頼文書とアンケート調査票を特定健康診査受診券とともに配布し、特定健康診査時に回収した。調査協力に関して同意の署名が得られ、健診結果データとのマッチングが可能であった 53,339 人を調査の対象とした(表1)。

本研究では、国保連合会の協力を得て、市町村から対象者に関する特定健康診査結果情報、特定保健指導情報、被保険者資格取得喪失情報、診療報酬請求情報、要介護給付情報を継続して収集することとしている(図1)。

本報告書では、平成 21 年度の健診結果およびアンケートと平成 21 年度～平成 27 年度の医療費(医科・歯科・調剤)との関連を分析した結果を報告する。

表 1 市町村別対象者数

市町村	アンケート 配布数	特定健診 対象者数	アンケート 回収枚数	左の内、 署名有り 枚数(A)	特定健診 受診者数	健診 マッチ数(B)	マッチング率 (B)/(A)
土 浦 市	2,500	28,019	1,222	1,222	7,114	1,205	98.6%
古 河 市	14,000	30,860	6,725	6,645	9,832	5,578	83.9%
下 妻 市	10,500	9,581	3,027	2,990	4,117	2,887	96.6%
常 総 市	15,500	13,628	3,010	2,979	3,842	2,622	88.0%
北茨城市	10,500	8,878	2,347	2,310	2,864	2,197	95.1%
笠 間 市	18,600	16,445	4,412	4,254	5,608	3,996	93.9%
牛 久 市	15,000	13,946	4,776	4,769	5,623	4,469	93.7%
鹿 嶋 市	16,500	15,457	3,459	3,387	4,514	3,228	95.3%
筑 西 市	26,000	23,451	4,628	4,620	7,736	3,695	80.0%
坂 東 市	15,300	13,558	1,885	1,856	4,296	1,672	90.1%
稲 敷 市	3,000	10,279	1,371	1,354	3,153	1,235	91.2%
桜 川 市	12,000	10,739	3,264	2,326	4,368	2,114	90.9%
行 方 市	11,000	10,085	3,070	3,054	3,896	2,930	95.9%
鉾 田 市	7,000	15,072	4,942	4,886	5,520	4,706	96.3%
小美玉市	11,500	10,767	2,312	2,293	3,658	2,100	91.6%
茨 城 町	8,200	7,785	1,726	1,677	2,719	1,386	82.6%
大 洗 町	4,800	4,463	846	833	1,409	800	96.0%
城 里 町	5,100	4,548	1,562	1,549	2,204	1,290	83.3%
東 海 村	5,800	5,488	2,181	2,176	2,786	2,091	96.1%
阿 見 町	3,200	8,739	1,614	1,611	2,980	1,459	90.6%
八千代町	6,000	5,379	1,982	1,966	2,203	1,679	85.4%
計	222,000	267,167	60,361	58,757	90,442	53,339	90.8%

2. 結果の概要

(1) 解析対象者

本報告では、調査対象者 53,339 人のうち、資格台帳が確認できなかった者、健診受診日以降の追跡期間中における受給資格日数が1日未満であった者、心臓病、脳卒中、腎不全の既往歴のある者、データに欠損値(未回答等)があった者を除外して、33,864 人(男性 15,303 人、女性 18,561 人)を解析の対象とした。

(2) 解析方法

医療費は、正規分布と呼ばれる山型の分布ではないため、単純な平均値を解析に用いることは不適切とされる。そこで、今回は Tweedie 分布と呼ばれる特殊な分布を用いて、1人1年あたりの医療費(医科、歯科、調剤を含む)の「比」として示すこととした。なお、「医療費比」は、高血圧者は高齢者であることが多い等、今回取り上げた項目間の影響を統計学的に除外して、当該項目のみの医療費との関連(以下、「多変量調整医療費比」という。)を示すこととした。

なお、本文中の「有意」とは、真の値(例えば全数調査をした時の値など)が 1.0 である可能性が低いことを意味し、p 値とは、真の値が 1.0 である確率のことである。また、参考資料表中の「95%信頼区間」は、95%の確率で、その中に真の値があるであろうと推定される範囲を示している。

(3) 主な結果

① 血圧

図2に血圧と入院医療費との関連を示す。正常血圧を基準とすると、男性では正常高値(130 mmHg ≤ 収縮期血圧 ≤ 139 mmHg; 85 mmHg ≤ 拡張期血圧 ≤ 89 mmHg)である群と高血圧(収縮期血圧 ≥ 140 mmHg; 拡張期血圧 ≥ 90 mmHg)(治療中を含む)である群で有意に高くなっており、女性では高血圧群で有意に高くなっていた。

図2 血圧区分別の多変量調整医療費比(入院)

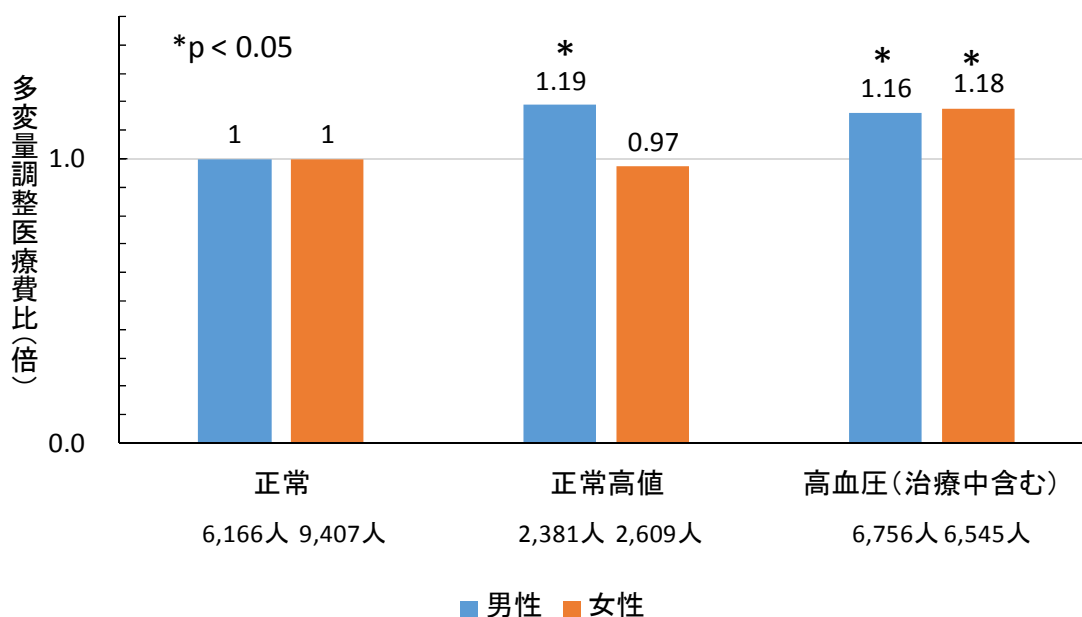


図3に血圧と入院外(以下,「外来」という。)医療費との関連を示す。正常血圧を基準とすると,男女とも高血圧である群で有意に高くなっていた。

図3 血圧区分別の多変量調整医療費比(外来)

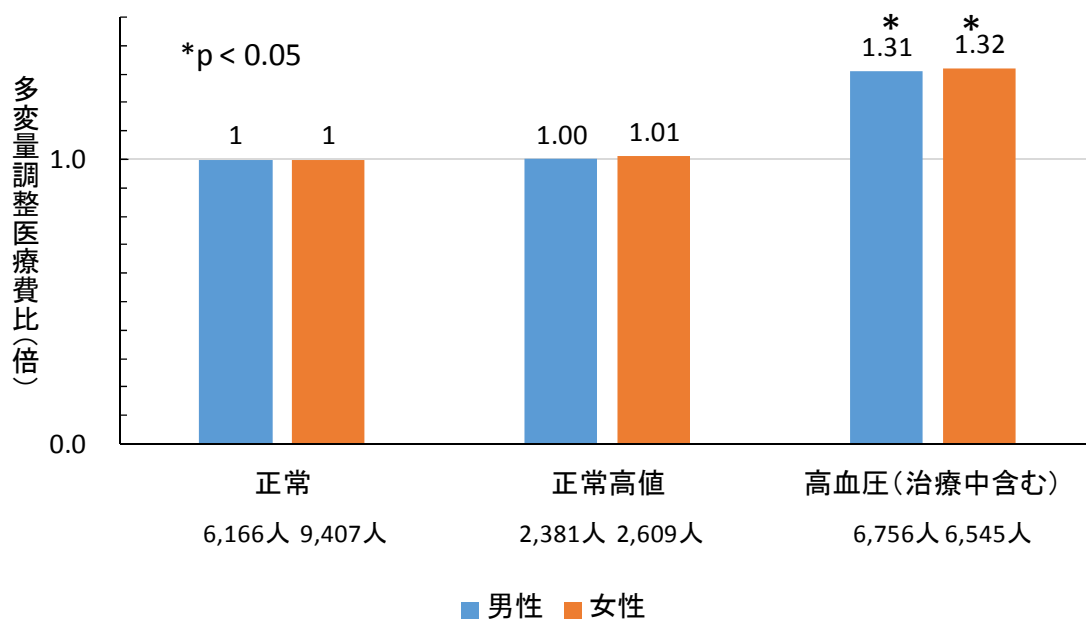
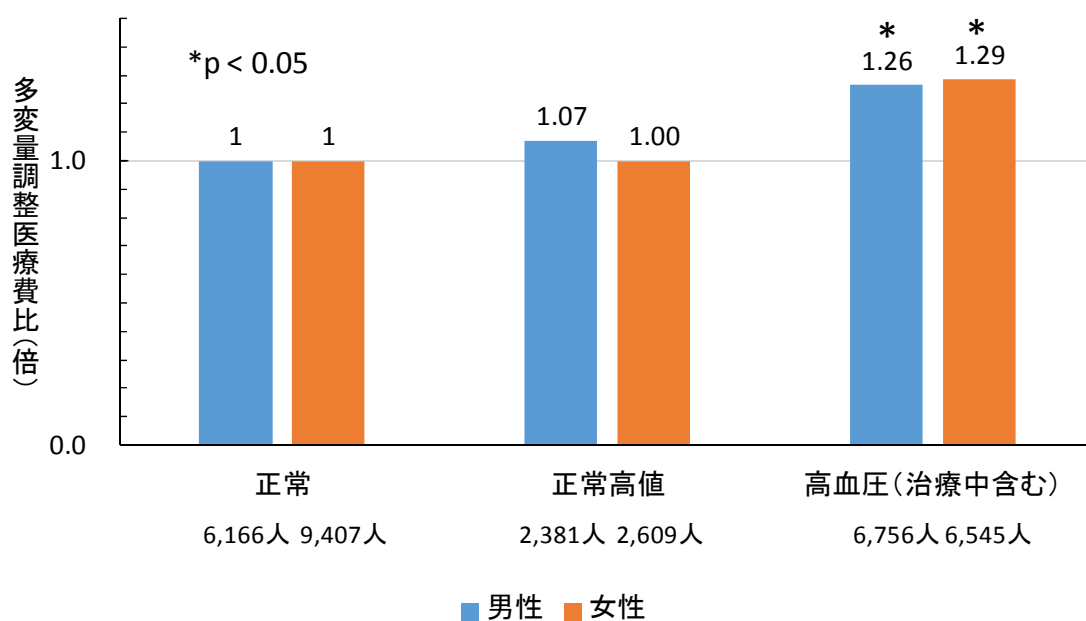


図4に血圧と入院と入院外の合計医療費(以下,「総医療費」という。)との関連を示す。正常血圧を基準とすると,男女とも高血圧である群で有意に高くなっていた。

図4 血圧区分別の多変量調整医療費比(総医療費)



②糖代謝

図5に糖代謝と入院医療費との関連を示す。正常型を基準とすると、男女とも糖尿病型（空腹時血糖 ≥ 126 mg/dl または HbA1c $\geq 6.5\%$ ）（治療中を含む）である群で有意に高くなっていた。

図5 糖代謝区分別の多変量調整医療費比（入院）

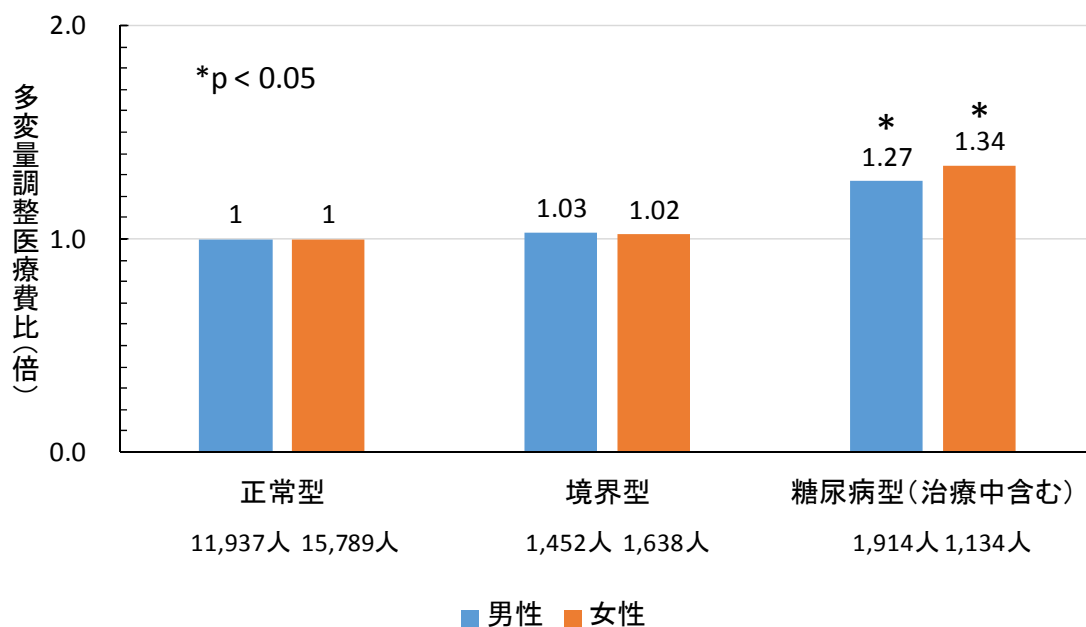


図6に糖代謝と外来医療費との関連を示す。正常型を基準とすると、男女とも境界型（ 110 mg/dl \leq 空腹時血糖 ≤ 125 mg/dl; $6.0\% \leq$ HbA1c $\leq 6.4\%$ ）および糖尿病型（治療中を含む）である群で有意に高くなっていた。

図6 糖代謝区分別の多変量調整医療費比（外来）

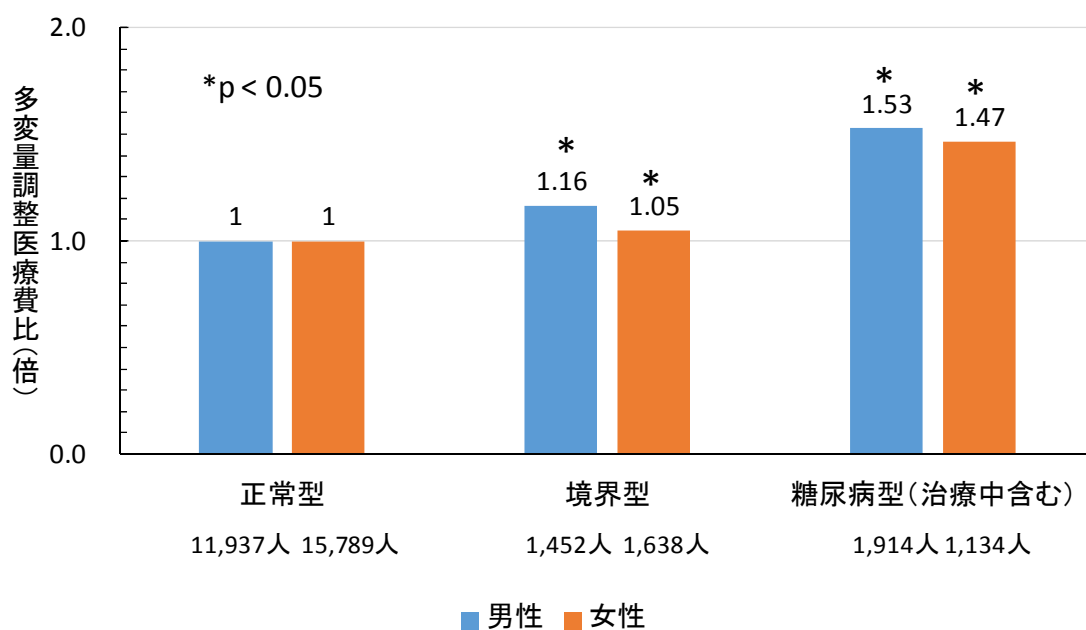
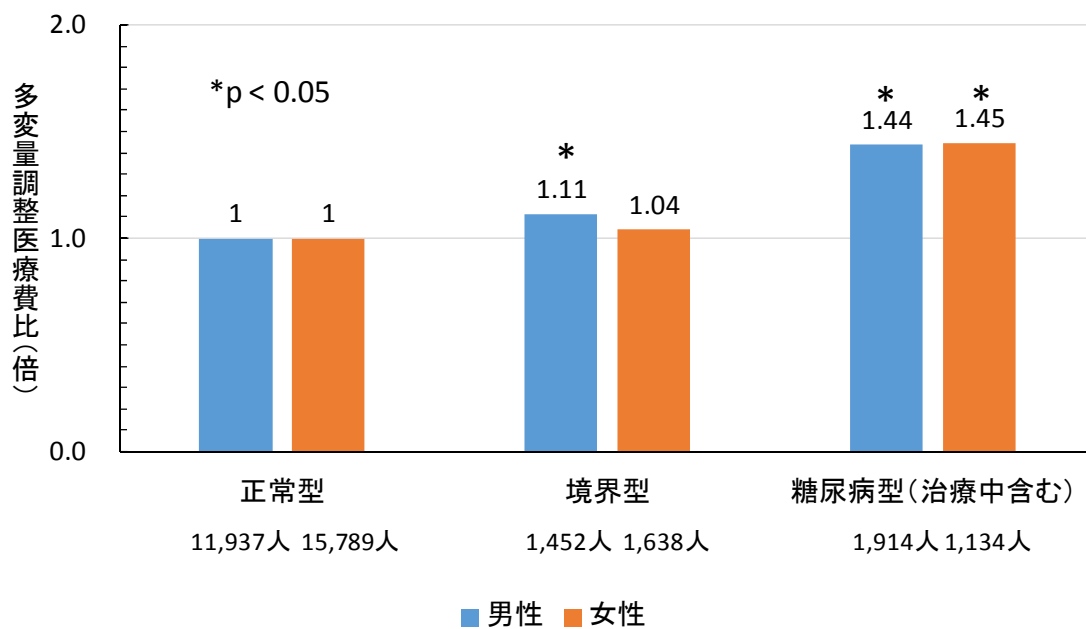


図7に糖代謝と総医療費との関連を示す。正常型を基準とすると、男性では境界型および糖尿病型(治療中を含む)である群で有意に高く、女性では糖尿病型(治療中を含む)である群で有意に高くなっていた。

図7 糖代謝区分別の多変量調整医療費比(総医療費)



③体格指数 (body mass index: BMI)

図8に BMI と入院医療費との関連を示す。適正体重 ($18.5 \text{ kg/m}^2 \leq \text{BMI} \leq 24.9 \text{ kg/m}^2$) を基準とすると、女性では、やせ ($\text{BMI} < 18.5 \text{ kg/m}^2$) である群および肥満 ($\text{BMI} \geq 25.0 \text{ kg/m}^2$) である群で有意に高かった。

図8 BMI 区分別の多変量調整医療費比 (入院)

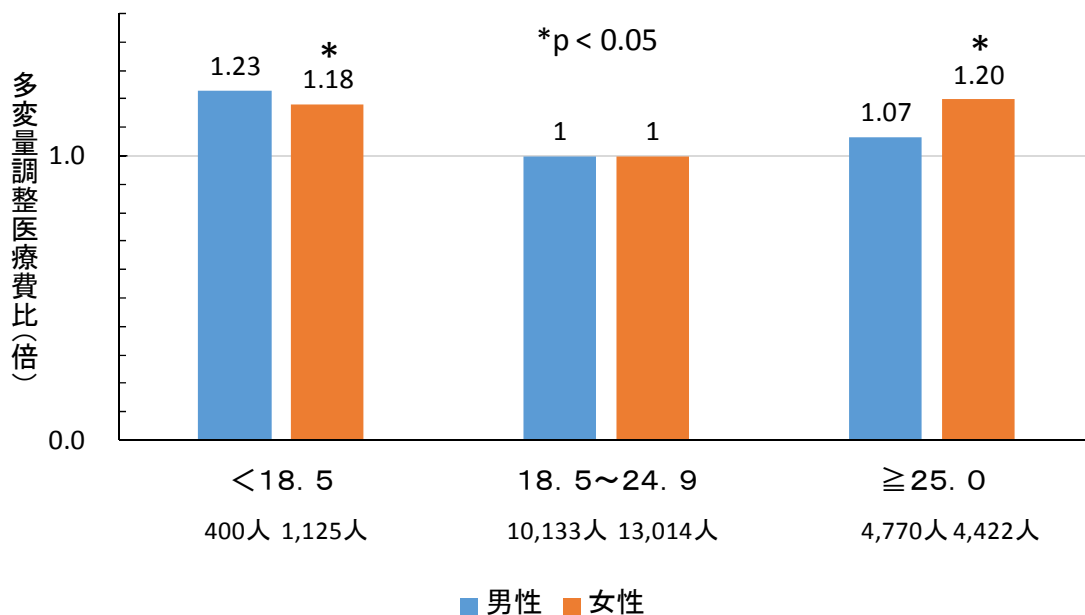


図9に BMI と外来医療費との関連を示す。適正体重を基準とすると、男女とも、肥満である群で有意に高かった。

図9 BMI 区分別の多変量調整医療費比 (外来)

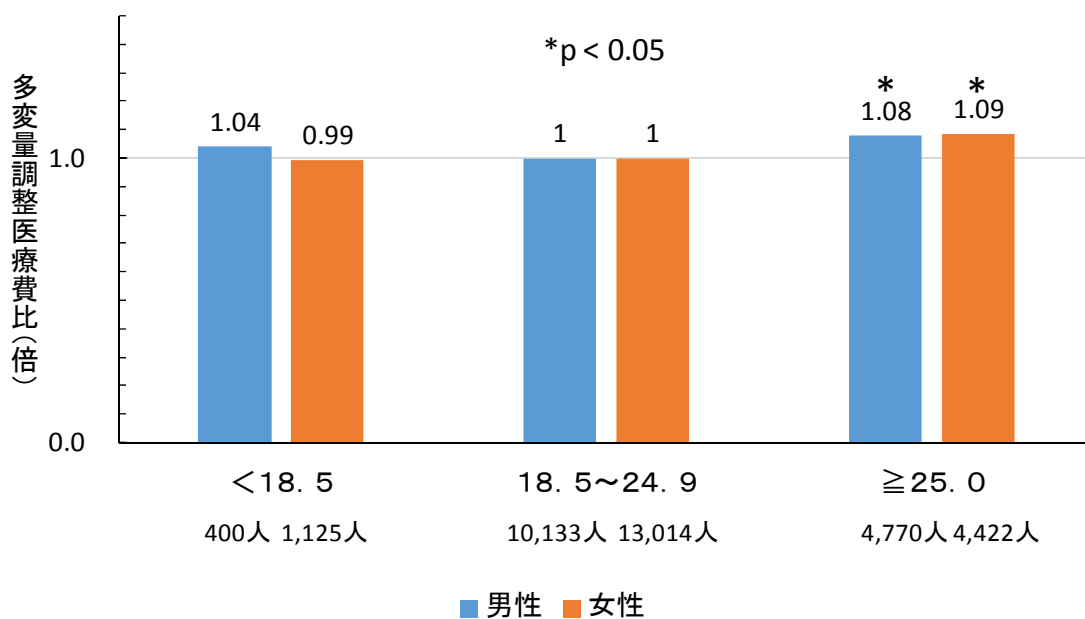
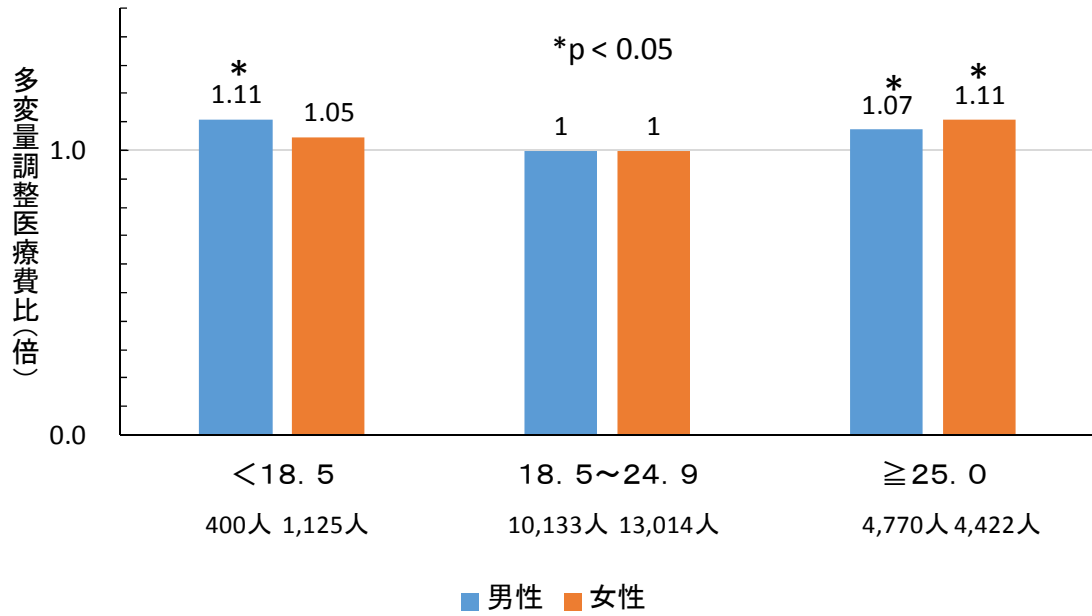


図 10 に BMI と総医療費との関連を示す。適正体重を基準とすると、男性では、やせである群と肥満である群で高く、女性では肥満である群で有意に高かった。

図 10 BMI 区分別の多変量調整医療費比（総医療費）



④尿蛋白

図 11 に尿蛋白と入院医療費との関連を示す。(一)を基準とすると、男性では、(+), (2+)および(3+)である群で有意に高かった。

図 11 尿蛋白区分別の多変量調整医療費比（入院）

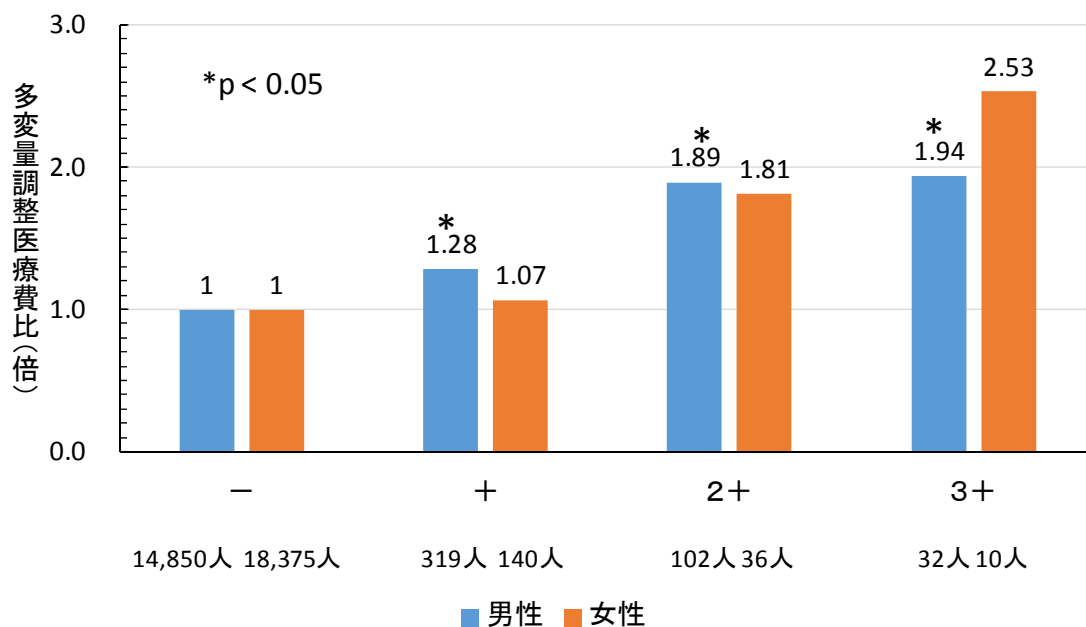


図 12 に尿蛋白と外来医療費との関連を示す。(一)を基準とすると、男性では、(+), (2+)および(3+)である群で有意に高く、女性では、(+)および(3+)である群で有意に高かった。

図 12 尿蛋白区分別の多変量調整医療費比（外来）

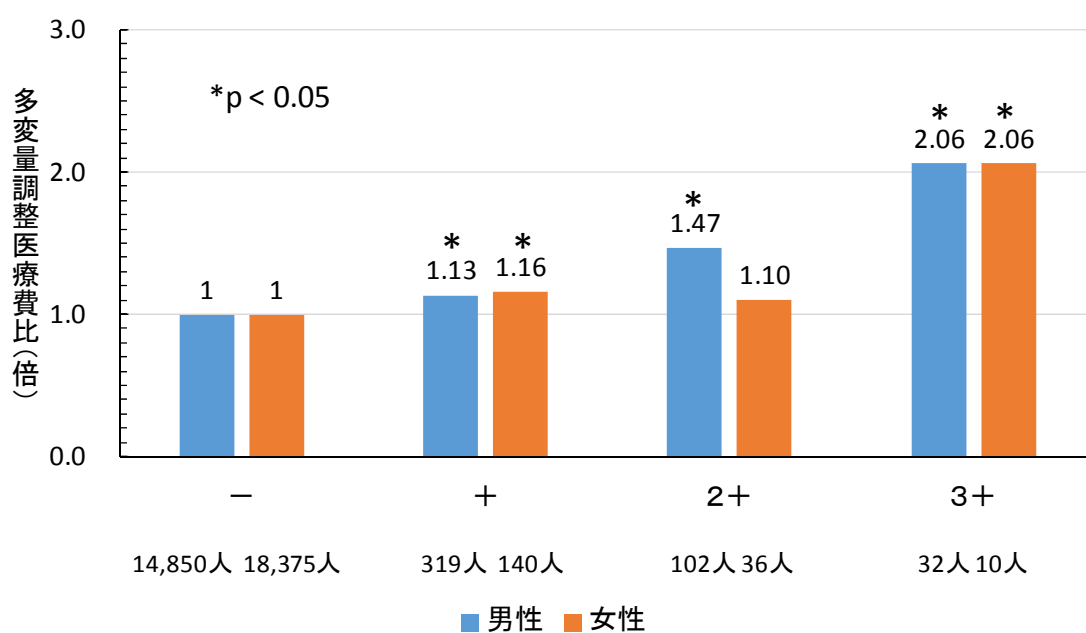
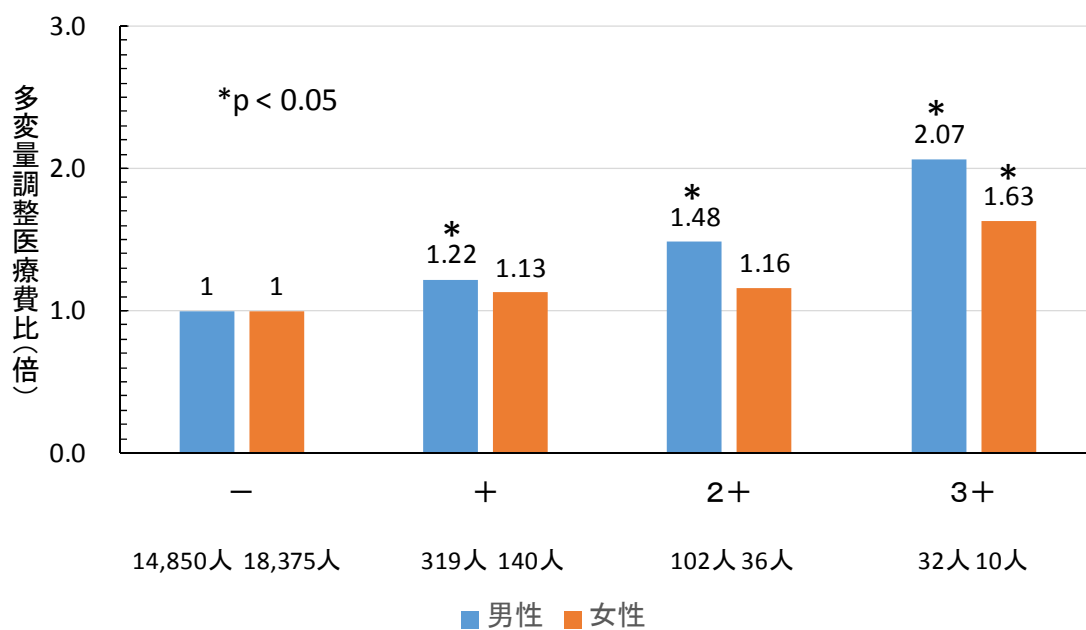


図 13 に尿蛋白と総医療費との関連を示す。(一)を基準とすると、男性では、(+), (2+)および(3+)である群で有意に高く、女性では、(3+)である群で有意に高かった。

図 13 尿蛋白区分別の多変量調整医療費比（総医療費）



⑤喫煙

図 14 に喫煙と入院医療費との関連を示す。まったく吸ったことが無い群を基準とすると、男女とも、今は(この1ヶ月間以上)吸っていない群、ときどき吸ってる群および毎日吸う群で有意に高かった。

図 14 喫煙区分別の多変量調整医療費比（入院）

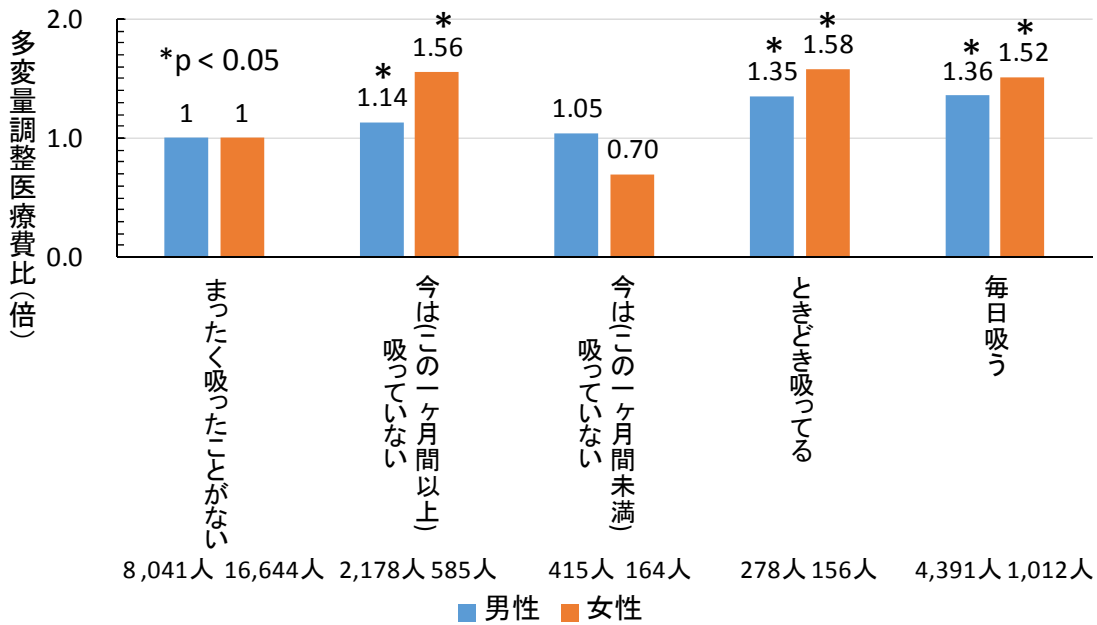


図 15 に喫煙と外来医療費との関連を示す。まったく吸ったことが無い群を基準とすると、男性では、今は(この1ヶ月間以上)吸っていない群で高く、女性では、ときどき吸ってる群で高かった。

図 15 喫煙区分別の多変量調整医療費比（外来）

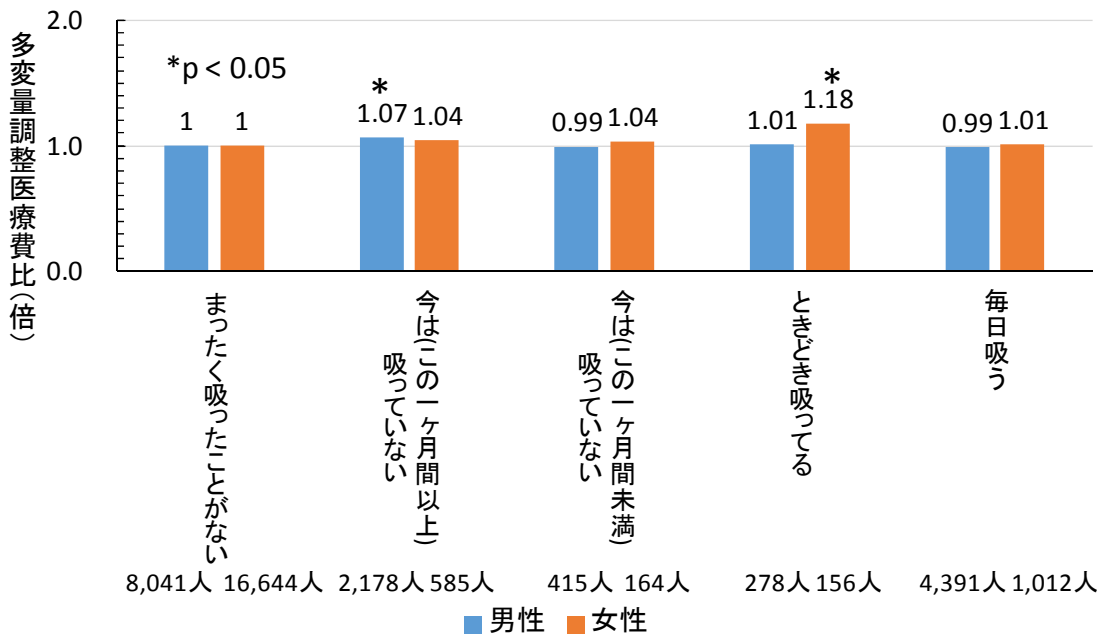
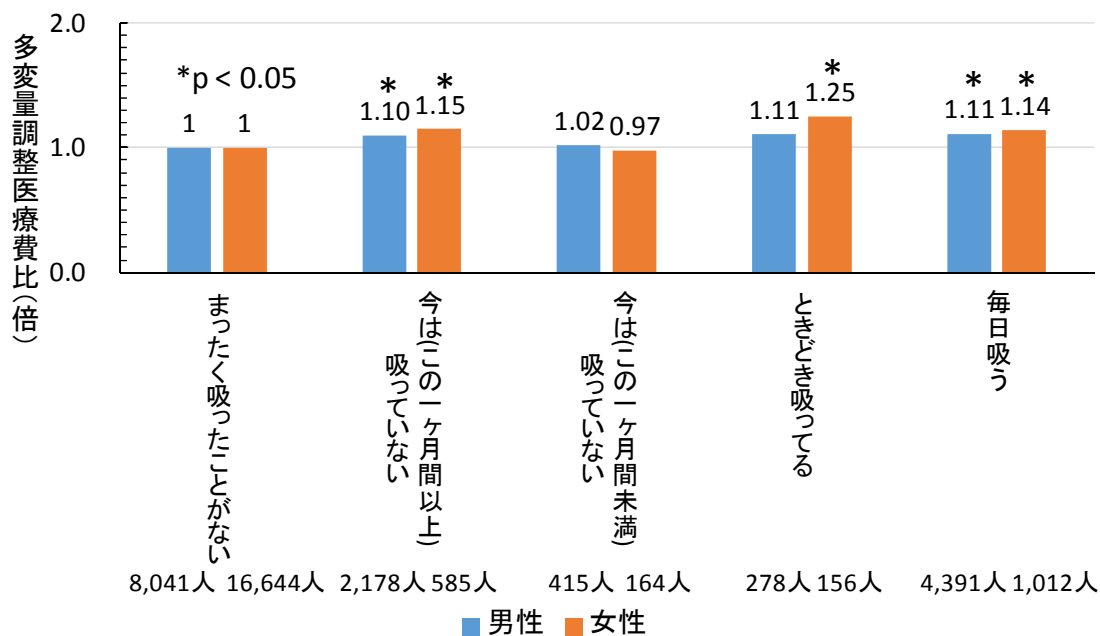


図16に喫煙と総医療費との関連を示す。まったく吸ったことが無い群を基準とすると、男性では、今は(この1ヶ月間以上)吸っていない群および毎日吸う群で有意に高く、女性では、今は(この1ヶ月間以上)吸っていない群、ときどき吸ってる群および毎日吸う群で有意に高かった。

図 16 喫煙区分別の多変量調整医療費比（総医療費）



⑥みそ汁

図 17 に味噌汁と入院医療費との関連を示す。男女とも、有意な関連は認められなかった。

図 17 みそ汁区分別の多変量調整医療費比（入院）

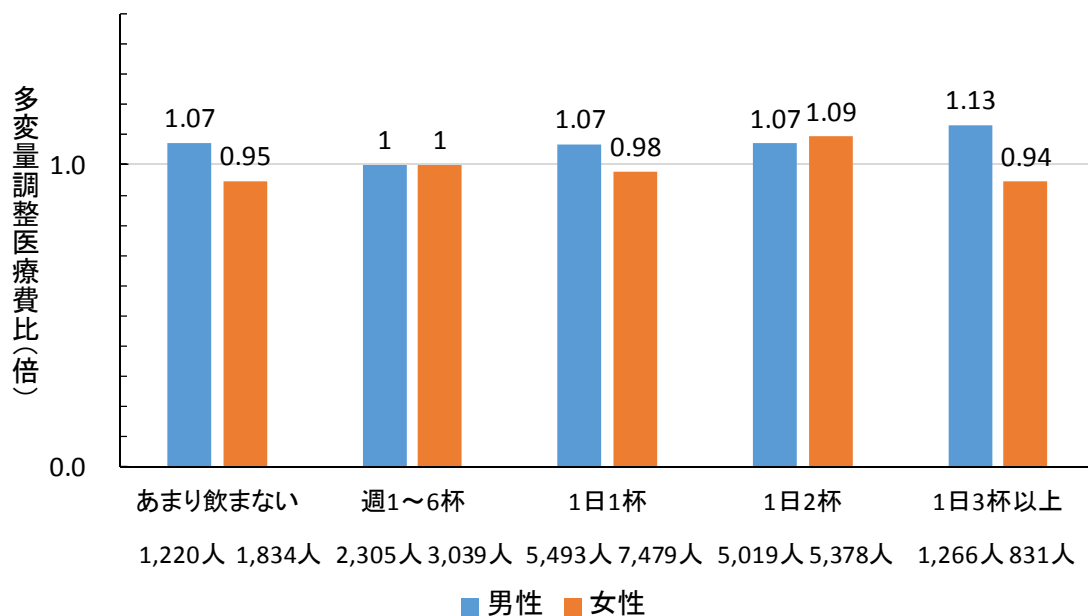


図 18 に味噌汁と外来医療費との関連を示す。週 1~6 杯の群を基準とすると、男性では、あまり飲まない群、1 日 1 杯群、1 日 2 杯群および 1 日 3 杯以上群で有意に高く、女性では有意な関連は認められなかった。

図 18 みそ汁区分別の多変量調整医療費比（外来）

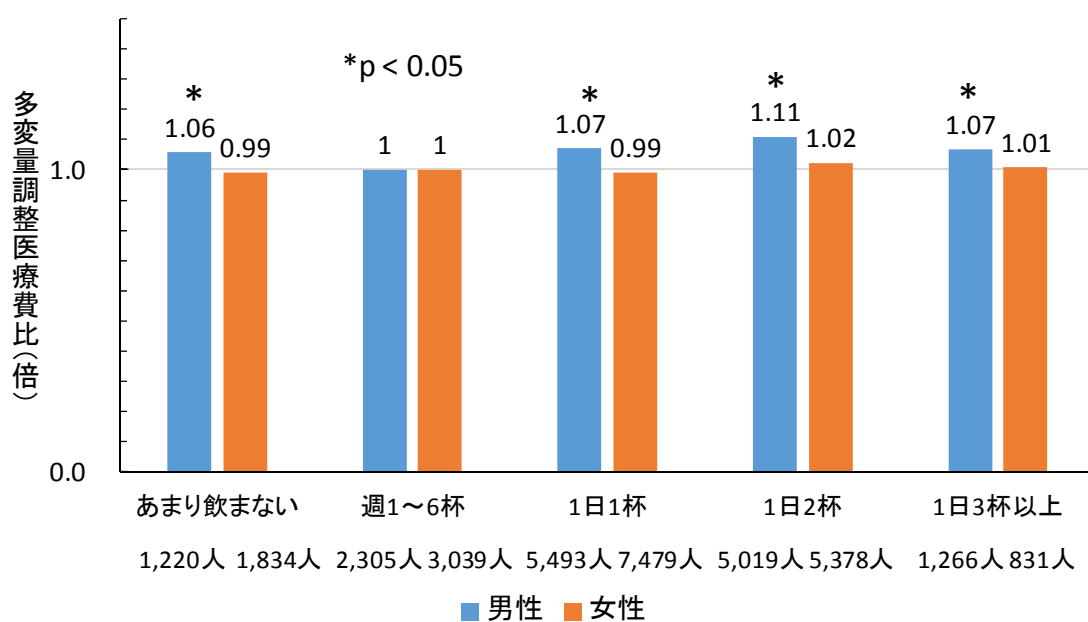
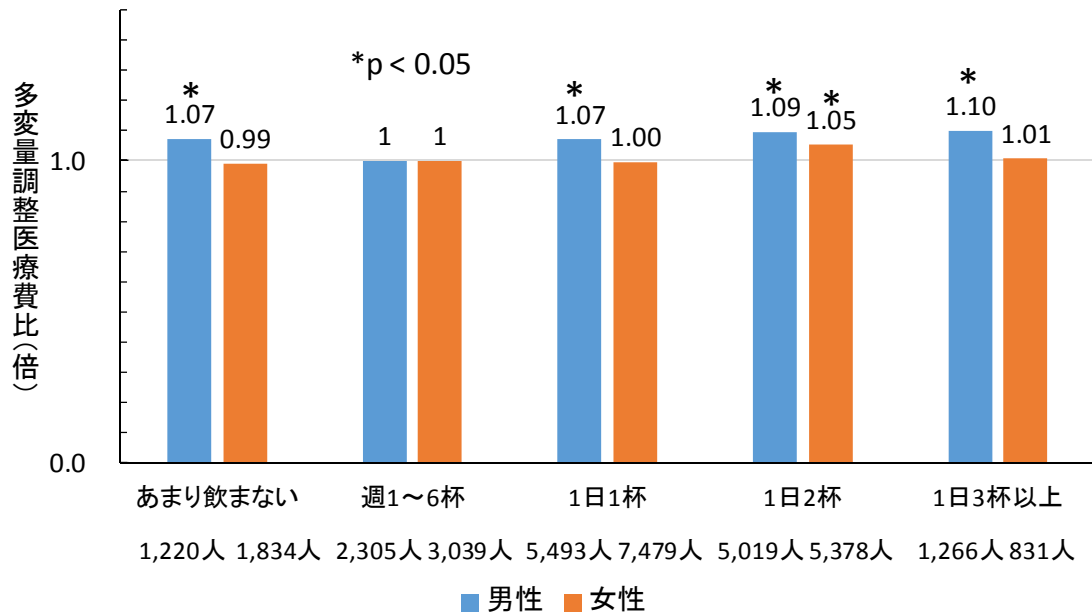


図 19 に味噌汁と外来医療費との関連を示す。週 1～6 杯の群を基準とすると、男性では、あまり飲まない群、1 日 1 杯群、1 日 2 杯群および 1 日 3 杯以上群で有意に高く、女性では、1 日 2 杯群で有意に高かった。

図 19 みそ汁区分別の多変量調整医療費比（総医療費）



⑦集団寄与危険割合

図 20 に入院医療費に示す各要因の集団寄与危険割合(調査対象集団において、当該要因が寄与したと思われる医療費の割合)を示す。最も寄与が大きかったのは、男性は喫煙で、女性では血圧であった。

図 20 入院医療費に占める各要因の寄与の割合

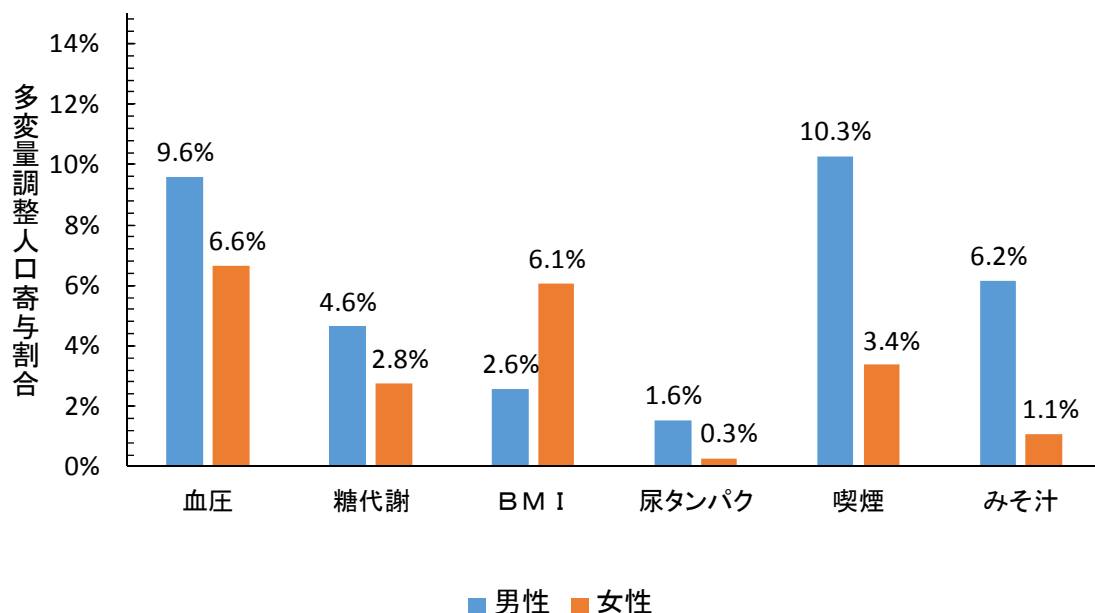


図 21 に外来医療費に示す各要因の集団寄与危険割合を示す。最も寄与が大きかったのは、男女とも血圧であった。

図 21 外来医療費に占める各要因の寄与の割合

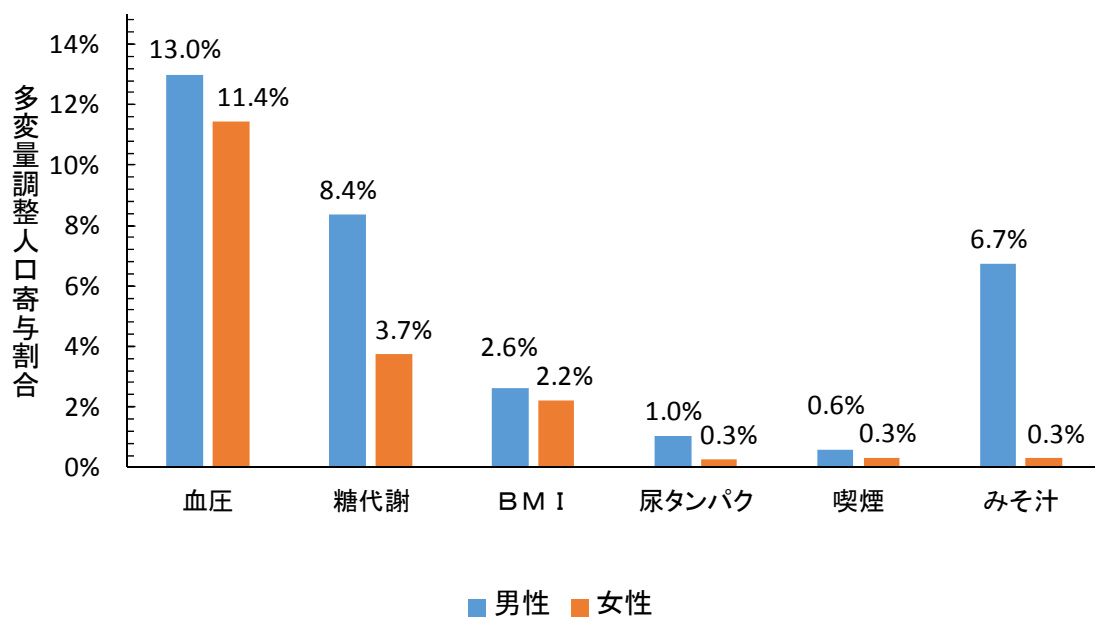
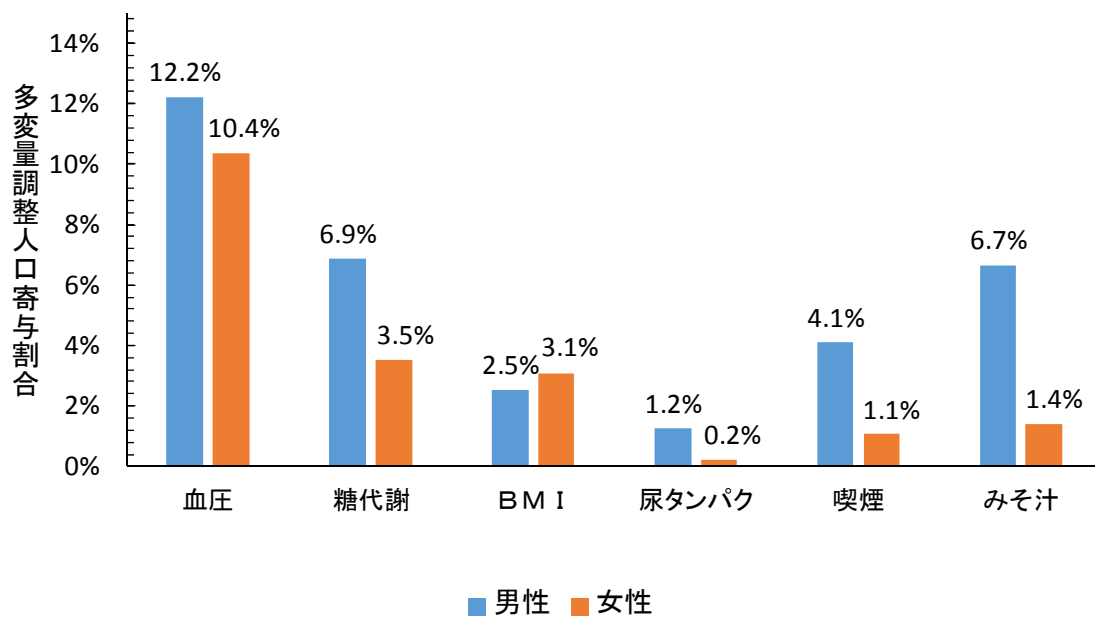


図 22 に総医療費に示す各要因の集団寄与危険割合を示す。最も寄与が大きかったのは、男女とも血圧であった。

図 22 総医療費に占める各要因の寄与の割合



3. 参考資料

(1) 入院医療費の医療費比（男性）

項目	人数	追跡人年	保険点数	1人年あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
問1 現在の健康状態はどうか						
とてもよい	3,039	20,220.5	189,356,431	9,365	1 (ref.)	1 (ref.)
まあよい	11,095	73,810.3	757,392,779	10,261	1.11 (1.01-1.21)	1.11 (1.01-1.22)
あまりよくない	1,084	7,043.3	100,120,357	14,215	1.51 (1.31-1.75)	1.33 (1.14-1.56)
よくない	85	519.8	10,774,318	20,727	2.28 (1.50-3.46)	1.55 (1.00-2.40)
問2 塩分を控えることに関して、何か実行していますか						
現在実行している	7,240	48,324.1	541,915,403	11,214	1.00 (1.00-1.00)	1 (ref.)
現在は実行していない	4,944	32,738.1	331,333,148	10,121	0.99 (0.92-1.07)	0.95 (0.87-1.03)
実行したことはない	3,119	20,531.8	184,395,334	8,981	0.98 (0.89-1.08)	0.93 (0.83-1.04)
問3 魚、肉、卵、乳製品、野菜などをバランスよく摂るように気をつけていますか						
現在実行している	10,432	69,538.3	748,811,097	10,768	1 (ref.)	1 (ref.)
現在は実行していない	2,999	19,767.6	194,176,709	9,823	1.06 (0.97-1.15)	1.03 (0.93-1.14)
実行したことはない	1,872	12,288.1	114,656,079	9,331	1.08 (0.97-1.21)	1.07 (0.93-1.23)
問4.1 魚は食べますか						
毎日食べる	1,855	12,443.7	147,041,090	11,817	0.90 (0.80-1.01)	0.95 (0.84-1.08)
週5~6回	2,259	15,084.5	157,140,742	10,417	0.85 (0.76-0.95)	0.89 (0.79-1.00)
週3~4回	6,710	44,720.1	463,755,314	10,370	0.90 (0.83-0.98)	0.96 (0.87-1.05)
週1~2回	4,348	28,505.7	282,365,182	9,906	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	131	839.9	7,341,557	8,741	1.05 (0.71-1.57)	1.19 (0.79-1.79)
問4.2 肉は食べますか						
毎日食べる	433	2,906.3	29,643,139	10,199	0.91 (0.73-1.12)	0.84 (0.66-1.06)
週5~6回	1,127	7,388.7	77,856,893	10,537	1.04 (0.91-1.20)	1.07 (0.93-1.24)
週3~4回	5,814	38,599.6	368,723,041	9,553	0.91 (0.85-0.98)	0.97 (0.90-1.05)
週1~2回	7,548	50,232.4	554,240,197	11,034	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	381	2,466.8	27,180,615	11,018	1.01 (0.81-1.26)	0.96 (0.77-1.21)
問4.3 植物油を使った料理は食べますか						
毎日食べる	322	2,140.8	24,301,730	11,352	0.97 (0.77-1.23)	1.03 (0.79-1.33)
週5~6回	791	5,184.2	57,135,476	11,021	1.02 (0.87-1.19)	1.01 (0.85-1.19)
週3~4回	3,766	24,957.2	237,165,045	9,503	0.90 (0.83-0.98)	0.91 (0.83-0.99)
週1~2回	9,778	65,023.3	688,011,437	10,581	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	646	4,288.5	51,030,197	11,899	1.06 (0.90-1.25)	1.03 (0.87-1.22)
問4.4 牛乳または乳製品は食べますか						
毎日食べる	4,996	33,401.6	368,139,401	11,022	0.93 (0.85-1.01)	1.07 (0.97-1.17)
週5~6回	1,609	10,717.9	103,811,244	9,686	0.84 (0.74-0.95)	0.91 (0.80-1.04)
週3~4回	2,577	17,054.9	180,864,411	10,605	0.99 (0.89-1.10)	1.04 (0.94-1.16)
週1~2回	4,341	28,666.0	285,702,440	9,967	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	1,780	11,753.6	119,126,389	10,135	0.97 (0.86-1.09)	0.91 (0.81-1.03)
問4.5 大豆製品は食べますか						
毎日食べる	4,513	30,232.8	328,427,972	10,863	0.88 (0.79-0.98)	0.95 (0.85-1.07)
週5~6回	2,879	19,146.3	205,483,138	10,732	0.95 (0.85-1.06)	1.03 (0.92-1.17)
週3~4回	4,848	32,190.6	332,101,072	10,317	0.98 (0.88-1.08)	1.01 (0.90-1.12)
週1~2回	2,961	19,362.7	185,995,017	9,606	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	102	661.6	5,636,686	8,520	1.06 (0.69-1.63)	1.00 (0.64-1.57)

注) aMER: 年齢調整医療費比, mMER: 多変量調整医療費比, CI: 信頼区間

項目	人数	追跡人年	保険点数	1人年あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
問 4.6 果物は食べますか						
毎日食べる	3,569	23,945.3	260,264,574	10,869	0.89 (0.81-0.98)	0.97 (0.87-1.09)
週5~6回	2,332	15,573.4	169,883,640	10,909	0.98 (0.88-1.09)	1.07 (0.95-1.20)
週3~4回	4,002	26,644.1	304,505,477	11,429	1.09 (1.00-1.20)	1.17 (1.06-1.29)
週1~2回	4,544	29,914.3	278,376,266	9,306	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	856	5,516.8	44,613,928	8,087	0.99 (0.83-1.17)	0.94 (0.79-1.12)
問 5 みそ汁は飲みますか						
1日3杯以上	1,266	8,460.3	93,884,510	11,097	1.10 (0.94-1.27)	1.13 (0.97-1.32)
1日2杯	5,019	33,529.5	358,755,702	10,700	1.08 (0.97-1.21)	1.07 (0.96-1.20)
1日1杯	5,493	36,370.2	391,119,419	10,754	1.07 (0.96-1.19)	1.07 (0.96-1.19)
週1~6杯	2,305	15,278.1	139,962,786	9,161	1 (ref.)	1 (ref.)
あまり飲まない	1,220	7,955.9	73,921,468	9,291	1.11 (0.95-1.30)	1.07 (0.92-1.26)
問 6 卵は食べますか						
1日2個以上	173	1,129.1	14,155,880	12,537	1.40 (1.02-1.91)	1.22 (0.88-1.69)
1日1個	2,994	19,788.2	216,223,114	10,927	1.01 (0.92-1.11)	1.02 (0.92-1.12)
週に3~6個	5,645	37,528.5	370,214,491	9,865	0.94 (0.87-1.02)	0.98 (0.90-1.06)
週に1~2個	5,397	35,962.3	378,186,942	10,516	1 (ref.)	1 (ref.)
あまり食べない	1,094	7,185.8	78,863,458	10,975	1.07 (0.93-1.23)	1.09 (0.94-1.26)
問 7 野菜は食べますか						
1日3回以上	2,035	13,729.3	158,487,506	11,544	0.93 (0.82-1.05)	1.00 (0.88-1.15)
1日2回	4,530	30,279.9	336,871,418	11,125	0.92 (0.83-1.02)	0.99 (0.89-1.10)
1日1回	4,847	32,165.3	317,407,785	9,868	0.93 (0.84-1.02)	0.95 (0.86-1.06)
週1~6回	3,099	20,246.5	191,561,249	9,461	1 (ref.)	1 (ref.)
あまり食べない	792	5,173.0	53,315,927	10,307	1.06 (0.89-1.25)	0.94 (0.79-1.12)
問 8 ついついお腹いっぱい食べるほうですか						
はい	7,574	50,244.9	475,031,842	9,454	0.90 (0.84-0.97)	0.94 (0.87-1.01)
いいえ	7,729	51,349.0	582,612,043	11,346	1 (ref.)	1 (ref.)
問 9 食べる速さはどうですか						
かなり速い	1,134	7,474.7	67,681,655	9,055	0.97 (0.84-1.11)	0.99 (0.86-1.14)
やや速い	5,587	37,048.7	354,422,078	9,566	0.95 (0.88-1.02)	0.96 (0.89-1.04)
ふつう	7,120	47,447.3	517,915,270	10,916	1 (ref.)	1 (ref.)
やや遅い	1,293	8,518.5	101,618,230	11,929	1.03 (0.91-1.17)	1.05 (0.92-1.19)
かなり遅い	169	1,104.7	16,006,652	14,490	1.16 (0.85-1.58)	1.03 (0.75-1.41)
問 10 あなたは週に何日位お酒を飲みますか						
毎日	5,754	38,373.8	401,800,768	10,471	0.99 (0.90-1.08)	0.94 (0.86-1.04)
週5~6日	1,932	12,838.8	127,091,442	9,899	0.91 (0.80-1.02)	0.90 (0.80-1.02)
週3~4日	1,392	9,290.0	84,834,725	9,132	0.90 (0.78-1.03)	0.88 (0.77-1.01)
週1~2日	1,160	7,638.9	65,382,949	8,559	0.80 (0.69-0.93)	0.85 (0.73-0.99)
月に1~3日	1,070	7,082.4	76,112,693	10,747	1.05 (0.90-1.21)	1.10 (0.95-1.27)
やめた(1年以上やめている)	438	2,756.4	50,644,854	18,374	1.78 (1.47-2.15)	1.70 (1.40-2.06)
ほとんど飲まない(飲めない)	3,557	23,613.6	251,776,454	10,662	1 (ref.)	1 (ref.)
問 12 この1か月間、あなたはたばこを吸っていますか						
毎日吸う	4,391	28,776.6	317,157,871	11,021	1.41 (1.30-1.52)	1.36 (1.25-1.48)
ときどき吸ってる	278	1,800.7	22,454,116	12,469	1.48 (1.15-1.89)	1.35 (1.05-1.75)
今は(この1ヶ月間未満)吸っていない	415	2,782.3	30,358,126	10,911	1.11 (0.90-1.37)	1.05 (0.85-1.29)
今は(この1ヶ月間以上)吸っていない	2,178	14,413.0	147,381,188	10,226	1.15 (1.04-1.27)	1.14 (1.02-1.26)
まったく吸ったことがない	8,041	53,821.3	540,292,584	10,039	1 (ref.)	1 (ref.)

注) aMER: 年齢調整医療費比, mMER: 多変量調整医療費比, CI: 信頼区間

項目	人数	追跡人年	保険点数	1人年あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
問 14 余暇でスポーツや運動は平均して 1週間にどのくらいしていますか						
7 時間以上	1,862	12,531.1	135,845,408	10,841	0.82 (0.73-0.92)	0.93 (0.82-1.06)
5~6 時間	1,914	12,825.2	136,529,164	10,645	0.85 (0.76-0.95)	0.90 (0.80-1.02)
3~4 時間	2,649	17,701.3	189,177,549	10,687	0.93 (0.84-1.03)	0.96 (0.86-1.07)
1~2 時間	2,988	19,770.3	228,611,548	11,563	1.09 (0.99-1.19)	1.09 (0.98-1.20)
ほとんどしない	5,890	38,765.9	367,480,216	9,479	1 (ref.)	1 (ref.)
問 15 日常生活の中で、室内または戸外 で歩く時間は平均して1日にどのく らいですか						
2 時間以上	3,901	26,052.1	241,617,283	9,274	0.82 (0.70-0.95)	0.92 (0.79-1.08)
1 時間以上~2 時間未満	4,135	27,695.0	282,916,662	10,215	0.82 (0.71-0.96)	0.93 (0.79-1.10)
30 分以上~1 時間未満	4,141	27,408.2	321,471,606	11,729	1.00 (0.86-1.16)	1.10 (0.94-1.29)
30 分位	2,099	13,767.1	141,891,809	10,307	0.93 (0.79-1.10)	0.97 (0.82-1.15)
ほとんどしない	1,027	6,671.4	69,746,525	10,454	1 (ref.)	1 (ref.)
問 16 睡眠時間は平均して何時間ですか						
10 時間以上	152	1,009.5	17,576,638	17,411	1.66 (1.23-2.26)	1.47 (1.08-2.00)
9 時間位	975	6,492.1	97,345,275	14,994	1.27 (1.10-1.46)	1.19 (1.03-1.37)
8 時間位	4,123	27,438.7	302,317,990	11,018	1 (ref.)	1 (ref.)
7 時間位	5,202	34,769.5	338,554,486	9,737	0.92 (0.85-1.01)	0.94 (0.86-1.03)
6 時間位	3,649	23,980.3	227,584,331	9,490	0.93 (0.85-1.03)	0.93 (0.84-1.03)
5 時間位	1,097	7,232.3	67,544,383	9,339	0.94 (0.81-1.09)	0.90 (0.77-1.05)
4 時間以下	105	671.5	6,720,782	10,008	0.92 (0.60-1.41)	0.68 (0.43-1.06)
問 17 この1か月間、睡眠が充分とれてい ますか						
充分取れている	5,519	36,680.2	424,051,088	11,561	1 (ref.)	1 (ref.)
まあまあとれている	8,533	56,743.0	550,761,387	9,706	0.90 (0.84-0.97)	0.94 (0.86-1.02)
あまりとれていない	1,230	8,051.7	80,647,959	10,016	0.99 (0.86-1.14)	1.04 (0.89-1.22)
全くとれていない	21	119.0	2,183,451	18,350	1.61 (0.66-3.91)	3.34 (1.27-8.78)
問 18 いびきをかきますか						
毎日	2,943	19,535.9	187,081,175	9,576	1.05 (0.94-1.17)	1.02 (0.90-1.16)
ときどき	7,364	48,845.9	512,721,219	10,497	1.09 (1.00-1.19)	1.08 (0.98-1.18)
ほとんどかかない	3,299	21,967.4	221,162,963	10,068	1 (ref.)	1 (ref.)
わからない	1,697	11,244.7	136,678,528	12,155	1.18 (1.04-1.34)	1.14 (1.01-1.30)
問 19 睡眠中に息が止まる、又は、いびき が急に止まると言われたことがあり ますか						
よく言われる	690	4,551.5	40,570,085	8,914	0.93 (0.78-1.11)	0.93 (0.77-1.12)
ときどき言われる	1,212	8,060.1	89,036,344	11,047	1.16 (1.02-1.31)	1.09 (0.96-1.25)
たまに言われる	2,645	17,517.0	197,654,396	11,284	1.12 (1.03-1.23)	1.12 (1.01-1.23)
言われたことがない	10,756	71,465.4	730,383,060	10,220	1 (ref.)	1 (ref.)
問 20 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						
ほぼ毎日	5,427	36,134.8	371,905,603	10,292	0.94 (0.84-1.04)	1.01 (0.90-1.13)
週に1~5 回程度	6,656	44,193.8	463,812,008	10,495	0.97 (0.87-1.07)	1.03 (0.93-1.14)
月に1~3 回程度	2,344	15,482.9	163,608,582	10,567	1 (ref.)	1 (ref.)
ほとんどない	876	5,782.4	58,317,692	10,085	0.94 (0.80-1.12)	0.88 (0.74-1.05)
問 21 仕事上または生活上で「ストレス」 を感じるがありますか						
大いにある	538	3,462.4	26,205,395	7,568	1.05 (0.85-1.29)	1.02 (0.81-1.28)
かなりある	1,814	11,805.7	99,479,857	8,426	0.99 (0.87-1.13)	0.91 (0.79-1.06)
少しある	8,897	59,191.5	591,969,684	10,001	0.94 (0.87-1.01)	0.92 (0.84-1.00)
ほとんどない	4,054	27,134.4	339,988,949	12,530	1 (ref.)	1 (ref.)

注) aMER: 年齢調整医療費比, mMER: 多変量調整医療費比, CI: 信頼区間

項目	人数	追跡人年	保険点数	1人あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
問 22 この1か月間、気分が沈み込んで、 何が起っても気が晴れないように 感じましたか						
いつも	119	742.3	8,566,220	11,540	1.35 (0.91-1.99)	0.84 (0.53-1.35)
たいてい	240	1,508.8	9,194,580	6,094	0.79 (0.57-1.09)	0.62 (0.43-0.89)
ときどき	1,996	13,052.2	137,892,727	10,565	1.15 (1.03-1.28)	1.11 (0.97-1.28)
少しだけ	5,961	39,452.3	402,241,959	10,196	1.05 (0.98-1.13)	1.07 (0.98-1.17)
まったくない	6,987	46,838.3	499,748,399	10,670	1 (ref.)	1 (ref.)
問 23 この1か月間、何をしても骨折 りだと感じましたか						
いつも	154	979.3	14,308,332	14,610	1.91 (1.39-2.63)	1.56 (1.08-2.24)
たいてい	286	1,822.9	19,799,359	10,862	1.23 (0.95-1.59)	1.09 (0.82-1.44)
ときどき	2,180	14,314.8	155,153,747	10,839	1.13 (1.02-1.26)	1.01 (0.89-1.15)
少しだけ	6,486	43,095.4	438,637,087	10,178	1.03 (0.96-1.11)	1.00 (0.91-1.09)
まったくない	6,197	41,381.5	429,745,360	10,385	1 (ref.)	1 (ref.)
問 24 「生きがい」をどの程度感じていま すか						
大いに感じている	1,926	12,806.9	142,467,393	11,124	1 (ref.)	1 (ref.)
感じている	9,217	61,466.4	615,623,786	10,016	0.94 (0.84-1.04)	0.91 (0.81-1.02)
あまり感じていない	3,951	25,996.5	285,611,349	10,987	1.12 (1.00-1.26)	1.04 (0.91-1.19)
全く感じていない	209	1,324.1	13,941,357	10,529	1.15 (0.85-1.57)	1.05 (0.76-1.43)
問 25 家族、友達または知り合いと話をす る機会がありますか						
毎日	10,699	71,358.7	715,853,669	10,032	1 (ref.)	1 (ref.)
週 5~6 回	1,506	9,966.2	114,054,610	11,444	1.10 (0.99-1.24)	1.11 (0.99-1.25)
週 3~4 回	1,610	10,595.3	117,830,347	11,121	1.08 (0.96-1.21)	1.07 (0.95-1.20)
週 1~2 回	1,031	6,754.9	75,575,468	11,188	1.09 (0.95-1.25)	1.04 (0.90-1.21)
あまりない	457	2,918.9	34,329,791	11,761	1.34 (1.10-1.63)	1.23 (0.98-1.53)
問 26 困ったときや助けが必要なときに、 力になってくれる人がいると思いま すか						
大いに思う	2,644	17,550.6	186,397,698	10,621	1 (ref.)	1 (ref.)
思う	10,142	67,463.4	707,214,271	10,483	0.94 (0.86-1.03)	0.90 (0.81-0.99)
あまり思わない	2,305	15,174.4	147,994,539	9,753	0.92 (0.81-1.04)	0.79 (0.69-0.91)
全く思わない	212	1,405.6	16,037,377	11,410	1.04 (0.77-1.41)	0.82 (0.60-1.12)
問 27 ボランティアをしていますか						
している	3,446	23,111.9	243,786,211	10,548	0.92 (0.85-1.00)	0.98 (0.90-1.07)
していない	11,857	78,482.0	813,857,674	10,370	1 (ref.)	1 (ref.)
尿タンパク						
-	14,850	98,649.0	1,004,958,975	10,187	1 (ref.)	1 (ref.)
+	319	2,095.2	34,017,101	16,236	1.56 (1.25-1.93)	1.28 (1.03-1.60)
2+	102	645.8	13,865,839	21,471	1.94 (1.35-2.80)	1.89 (1.31-2.74)
3+	32	204.0	4,801,970	23,542	2.42 (1.32-4.44)	1.94 (1.01-3.71)
糖代謝						
正常型	11,937	79,209.7	769,367,381	9,713	1 (ref.)	1 (ref.)
境界型	1,452	9,714.0	107,165,391	11,032	1.02 (0.91-1.15)	1.03 (0.92-1.16)
糖尿病型または治療中	1,914	12,670.2	181,111,113	14,294	1.35 (1.22-1.49)	1.27 (1.15-1.40)
血圧						
正常	6,166	40,651.1	348,764,543	8,579	1 (ref.)	1 (ref.)
正常高値	2,381	15,847.8	160,767,255	10,144	1.16 (1.04-1.28)	1.19 (1.07-1.32)
高血圧または治療中	6,756	45,095.0	548,112,087	12,155	1.19 (1.10-1.28)	1.16 (1.07-1.26)

注) aMER: 年齢調整医療費比, mMER: 多変量調整医療費比, CI: 信頼区間

項目	人数	追跡人年	保険点数	1人あたり 点数	aMER(95%CI)		mMER(95%CI)	
LDL-C								
<80	1,312	8,576.8	120,183,976	14,013	1.48	(1.31-1.66)	1.42	(1.25-1.60)
80~119	6,314	42,088.9	444,329,590	10,557	1	(ref.)	1	(ref.)
120~139	3,450	22,892.3	227,531,134	9,939	0.96	(0.88-1.05)	0.99	(0.90-1.08)
≥140または治療中	4,227	28,035.9	265,599,185	9,474	0.94	(0.86-1.02)	0.92	(0.85-1.01)
BMI								
<18.5	400	2,614.7	35,864,184	13,717	1.35	(1.11-1.66)	1.23	(1.00-1.51)
18.5~24.9	10,133	67,422.1	689,933,669	10,233	1	(ref.)	1	(ref.)
≥25.0	4,770	31,557.2	331,846,032	10,516	1.07	(1.00-1.16)	1.07	(0.99-1.15)

注) aMER:年齢調整医療費比, mMER:多変量調整医療費比, CI:信頼区間

(2) 入院医療費の医療費比（女性）

項目	人数	追跡人年	保険点数	1人あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
問1 現在の健康状態はどうか						
とてもよい	3,168	20,946.2	113,113,672	5,400	1 (ref.)	1 (ref.)
まあよい	13,893	91,843.3	545,116,198	5,935	1.10 (0.99-1.21)	1.02 (0.91-1.14)
あまりよくない	1,420	9,305.8	107,974,900	11,603	2.15 (1.85-2.49)	1.69 (1.43-2.00)
よくない	80	487.9	8,218,413	16,843	3.58 (2.27-5.64)	1.65 (1.00-2.73)
問2 塩分を控えることに関して、何か実行していますか						
現在実行している	13,418	89,334.3	575,271,249	6,440	1.00 (1.00-1.00)	1 (ref.)
現在は実行していない	3,681	23,928.8	145,072,535	6,063	1.06 (0.96-1.17)	1.02 (0.92-1.13)
実行したことはない	1,462	9,320.3	54,079,399	5,802	1.13 (0.98-1.30)	1.01 (0.85-1.20)
問3 魚、肉、卵、乳製品、野菜などをバランスよく摂るように気をつけていますか						
現在実行している	15,392	102,134.0	651,889,599	6,383	1 (ref.)	1 (ref.)
現在は実行していない	2,367	15,271.3	90,880,207	5,951	1.09 (0.97-1.22)	0.99 (0.87-1.12)
実行したことはない	802	5,178.0	31,653,377	6,113	1.17 (0.97-1.41)	1.06 (0.85-1.32)
問4.1 魚は食べますか						
毎日食べる	2,153	14,502.4	110,193,071	7,598	1.08 (0.95-1.23)	1.03 (0.89-1.19)
週5~6回	3,116	20,901.5	148,177,522	7,089	1.09 (0.97-1.23)	1.06 (0.93-1.20)
週3~4回	8,598	57,027.7	348,650,860	6,114	0.96 (0.88-1.06)	0.98 (0.89-1.09)
週1~2回	4,572	29,421.9	163,296,890	5,550	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	122	729.8	4,104,840	5,625	1.33 (0.82-2.16)	1.13 (0.69-1.87)
問4.2 肉は食べますか						
毎日食べる	548	3,634.1	31,045,613	8,543	1.37 (1.11-1.69)	1.18 (0.93-1.48)
週5~6回	1,599	10,445.6	70,927,536	6,790	1.21 (1.05-1.38)	1.21 (1.05-1.39)
週3~4回	8,090	53,468.1	323,039,221	6,042	0.99 (0.91-1.07)	0.99 (0.91-1.07)
週1~2回	7,681	50,809.6	321,332,357	6,324	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	643	4,225.9	28,078,456	6,644	1.13 (0.92-1.38)	1.02 (0.83-1.26)
問4.3 植物油を使った料理は食べますか						
毎日食べる	390	2,550.2	20,498,138	8,038	1.21 (0.95-1.55)	1.01 (0.78-1.31)
週5~6回	874	5,789.1	39,041,459	6,744	1.06 (0.89-1.26)	0.91 (0.76-1.08)
週3~4回	3,907	25,645.2	168,384,977	6,566	1.07 (0.97-1.17)	0.98 (0.89-1.08)
週1~2回	12,315	81,473.4	495,626,327	6,083	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	1,075	7,125.5	50,872,282	7,140	1.17 (1.00-1.36)	1.15 (0.99-1.35)
問4.4 牛乳または乳製品は食べますか						
毎日食べる	8,193	54,420.5	341,975,027	6,284	0.93 (0.84-1.03)	0.95 (0.85-1.06)
週5~6回	2,598	17,121.9	109,042,174	6,369	1.02 (0.89-1.16)	1.05 (0.92-1.21)
週3~4回	3,413	22,568.9	143,019,054	6,337	1.00 (0.89-1.14)	1.07 (0.94-1.21)
週1~2回	3,398	22,088.4	135,228,670	6,122	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	959	6,383.7	45,158,258	7,074	1.11 (0.93-1.33)	0.93 (0.77-1.12)
問4.5 大豆製品は食べますか						
毎日食べる	6,991	46,822.7	314,533,998	6,718	0.86 (0.76-0.97)	0.85 (0.74-0.98)
週5~6回	4,330	28,470.7	173,514,143	6,094	0.84 (0.73-0.96)	0.83 (0.72-0.96)
週3~4回	5,068	33,282.4	196,868,439	5,915	0.83 (0.73-0.95)	0.83 (0.72-0.95)
週1~2回	2,101	13,546.3	87,564,736	6,464	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	71	461.2	1,941,867	4,210	0.77 (0.40-1.48)	0.42 (0.21-0.86)

注) aMER: 年齢調整医療費比, mMER: 多変量調整医療費比, CI: 信頼区間

項目	人数	追跡人年	保険点数	1人年あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
問 4.6 果物は食べますか						
毎日食べる	7,131	47,754.8	324,563,917	6,796	0.99 (0.89-1.11)	1.10 (0.97-1.25)
週5~6回	3,474	23,088.0	144,655,242	6,265	0.98 (0.86-1.11)	1.07 (0.94-1.23)
週3~4回	4,492	29,529.8	180,166,848	6,101	1.00 (0.88-1.13)	1.07 (0.94-1.21)
週1~2回	3,063	19,699.4	108,290,274	5,497	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	401	2,511.4	16,746,902	6,668	1.42 (1.08-1.86)	1.23 (0.92-1.63)
問 5 みそ汁は飲みますか						
1日3杯以上	831	5,605.9	34,845,156	6,216	0.98 (0.81-1.20)	0.94 (0.77-1.16)
1日2杯	5,378	35,853.1	245,790,344	6,855	1.07 (0.95-1.20)	1.09 (0.97-1.23)
1日1杯	7,479	49,555.4	306,482,112	6,185	0.97 (0.87-1.09)	0.98 (0.87-1.10)
週1~6杯	3,039	19,700.2	116,283,530	5,903	1 (ref.)	1 (ref.)
あまり飲まない	1,834	11,868.7	71,022,041	5,984	1.03 (0.88-1.20)	0.95 (0.81-1.11)
問 6 卵は食べますか						
1日2個以上	79	505.0	3,832,035	7,588	1.02 (0.58-1.81)	1.00 (0.57-1.75)
1日1個	3,084	20,295.4	145,977,802	7,193	1.13 (1.02-1.26)	1.09 (0.98-1.22)
週に3~6個	7,335	48,451.1	285,672,989	5,896	0.95 (0.87-1.04)	0.98 (0.90-1.07)
週に1~2個	6,465	42,751.1	271,269,070	6,345	1 (ref.)	1 (ref.)
あまり食べない	1,598	10,580.8	67,671,287	6,396	0.99 (0.86-1.14)	0.99 (0.85-1.14)
問 7 野菜は食べますか						
1日3回以上	4,003	27,015.4	190,347,452	7,046	0.97 (0.85-1.12)	1.09 (0.94-1.27)
1日2回	6,981	46,437.3	300,999,961	6,482	0.94 (0.83-1.07)	1.06 (0.92-1.21)
1日1回	4,862	31,703.1	182,486,895	5,756	0.92 (0.81-1.06)	0.99 (0.87-1.14)
週1~6回	2,207	14,135.9	80,139,578	5,669	1 (ref.)	1 (ref.)
あまり食べない	508	3,291.6	20,449,297	6,213	1.06 (0.82-1.36)	1.03 (0.79-1.33)
問 8 ついついお腹いっぱい食べるほうですか						
はい	10,293	67,822.0	421,613,921	6,216	1.03 (0.95-1.11)	0.95 (0.88-1.03)
いいえ	8,268	54,761.3	352,809,262	6,443	1 (ref.)	1 (ref.)
問 9 食べる速さはどうですか						
かなり速い	667	4,353.4	27,144,056	6,235	1.11 (0.91-1.37)	1.01 (0.82-1.24)
やや速い	5,265	34,498.9	222,541,341	6,451	1.11 (1.02-1.20)	1.07 (0.98-1.17)
ふつう	10,739	71,175.1	446,671,924	6,276	1 (ref.)	1 (ref.)
やや遅い	1,721	11,452.5	68,372,049	5,970	0.96 (0.84-1.09)	0.91 (0.80-1.04)
かなり遅い	169	1,103.4	9,693,813	8,785	1.59 (1.11-2.26)	1.21 (0.83-1.76)
問 10 あなたは週に何日位お酒を飲みますか						
毎日	887	5,769.6	37,383,341	6,479	1.25 (1.05-1.49)	1.09 (0.91-1.31)
週5~6日	593	3,830.7	24,297,667	6,343	1.24 (1.01-1.53)	1.24 (1.00-1.53)
週3~4日	901	5,896.2	31,096,083	5,274	0.84 (0.70-1.00)	0.87 (0.72-1.04)
週1~2日	1,240	8,192.3	48,115,494	5,873	0.94 (0.81-1.09)	0.99 (0.85-1.15)
月に1~3日	1,642	10,770.1	57,990,584	5,384	0.87 (0.76-1.00)	0.90 (0.79-1.03)
やめた(1年以上やめている)	166	1,031.2	9,099,683	8,824	1.73 (1.20-2.50)	1.60 (1.11-2.31)
ほとんど飲まない(飲めない)	13,132	87,093.1	566,440,331	6,504	1 (ref.)	1 (ref.)
問 12 この1か月間、あなたはたばこを吸っていますか						
毎日吸う	1,012	6,217.8	45,102,463	7,254	1.69 (1.43-1.99)	1.52 (1.28-1.80)
ときどき吸ってる	156	1,014.1	8,576,023	8,457	1.51 (1.03-2.23)	1.58 (1.07-2.34)
今は(この1ヶ月間未満)吸っていない	164	1,045.1	4,109,726	3,932	0.72 (0.46-1.14)	0.70 (0.45-1.09)
今は(この1ヶ月間以上)吸っていない	585	3,653.9	26,425,196	7,232	1.60 (1.30-1.97)	1.56 (1.26-1.93)
まったく吸ったことがない	16,644	110,652.4	690,209,775	6,238	1 (ref.)	1 (ref.)

注) aMER: 年齢調整医療費比, mMER: 多変量調整医療費比, CI: 信頼区間

項目	人数	追跡年	保険点数	1人あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
問 14 余暇でスポーツや運動は平均して 1週間にどのくらいしていますか						
7 時間以上	1,371	9,168.4	49,946,211	5,448	0.73 (0.63-0.85)	0.88 (0.75-1.03)
5~6 時間	1,998	13,507.8	83,834,082	6,206	0.80 (0.70-0.91)	0.97 (0.85-1.11)
3~4 時間	3,806	25,395.1	162,309,429	6,391	0.90 (0.81-1.00)	1.00 (0.90-1.12)
1~2 時間	4,159	27,320.9	183,001,470	6,698	0.96 (0.87-1.06)	1.03 (0.93-1.14)
ほとんどしない	7,227	47,191.0	295,331,991	6,258	1 (ref.)	1 (ref.)
問 15 日常生活の中で、室内または戸外 で歩く時間は平均して1日にどのく らいですか						
2 時間以上	5,527	36,671.6	208,036,919	5,673	0.64 (0.54-0.76)	0.74 (0.62-0.88)
1 時間以上~2 時間未満	4,721	31,277.4	194,965,749	6,233	0.69 (0.58-0.81)	0.75 (0.63-0.90)
30 分以上~1 時間未満	4,968	32,949.2	202,053,710	6,132	0.68 (0.57-0.81)	0.75 (0.63-0.89)
30 分位	2,361	15,448.2	119,873,569	7,760	0.87 (0.72-1.04)	0.89 (0.74-1.08)
ほとんどしない	984	6,236.9	49,493,236	7,935	1 (ref.)	1 (ref.)
問 16 睡眠時間は平均して何時間ですか						
10 時間以上	45	280.2	5,175,418	18,468	3.01 (1.69-5.36)	1.71 (0.91-3.22)
9 時間位	412	2,752.0	23,145,023	8,410	1.01 (0.79-1.29)	0.94 (0.73-1.20)
8 時間位	3,148	20,954.7	157,220,515	7,503	1 (ref.)	1 (ref.)
7 時間位	6,490	42,842.8	253,573,762	5,919	0.82 (0.74-0.92)	0.89 (0.80-0.99)
6 時間位	6,126	40,512.2	230,775,696	5,696	0.83 (0.74-0.92)	0.87 (0.78-0.97)
5 時間位	2,176	14,172.0	98,914,415	6,980	1.03 (0.90-1.18)	0.98 (0.84-1.14)
4 時間以下	164	1,069.4	5,618,354	5,254	0.83 (0.55-1.26)	0.65 (0.41-1.01)
問 17 この1か月間、睡眠が充分とれてい ますか						
充分取れている	5,000	33,173.7	227,186,107	6,848	1 (ref.)	1 (ref.)
まあまあとれている	11,529	76,278.1	460,346,885	6,035	0.95 (0.87-1.03)	0.93 (0.85-1.02)
あまりとれていない	1,989	12,855.8	84,729,187	6,591	1.18 (1.04-1.35)	0.99 (0.85-1.17)
全くとれていない	43	275.7	2,161,004	7,837	1.33 (0.62-2.81)	2.70 (1.24-5.89)
問 18 いびきをかきますか						
毎日	1,169	7,806.6	58,791,374	7,531	1.37 (1.18-1.61)	1.13 (0.96-1.34)
ときどき	7,469	49,274.9	305,795,760	6,206	1.04 (0.95-1.13)	0.99 (0.90-1.08)
ほとんどかかない	6,057	39,990.1	247,839,758	6,198	1 (ref.)	1 (ref.)
わからない	3,866	25,511.8	161,996,291	6,350	0.99 (0.89-1.10)	0.95 (0.85-1.05)
問 19 睡眠中に息が止まる、又は、いびき が急に止まると言われたことがあり ますか						
よく言われる	127	847.7	4,480,668	5,285	0.88 (0.55-1.40)	0.67 (0.42-1.07)
ときどき言われる	277	1,833.1	15,111,489	8,244	1.38 (1.03-1.84)	1.08 (0.80-1.46)
たまに言われる	864	5,725.9	44,761,971	7,817	1.28 (1.08-1.51)	1.14 (0.96-1.35)
言われたことがない	17,293	114,176.5	710,069,055	6,219	1 (ref.)	1 (ref.)
問 20 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						
ほぼ毎日	9,114	60,229.7	370,401,381	6,150	0.93 (0.81-1.07)	1.01 (0.87-1.17)
週に1~5 回程度	7,486	49,517.0	316,339,390	6,389	0.97 (0.84-1.12)	1.01 (0.87-1.17)
月に1~3 回程度	1,472	9,656.1	60,515,714	6,267	1 (ref.)	1 (ref.)
ほとんどない	489	3,180.5	27,166,698	8,542	1.38 (1.08-1.77)	1.04 (0.79-1.35)
問 21 仕事上または生活上で「ストレス」 を感じるがありますか						
大いにある	977	6,238.9	45,319,617	7,264	1.49 (1.24-1.78)	1.07 (0.86-1.32)
かなりある	2,872	18,566.3	115,896,655	6,242	1.19 (1.05-1.35)	0.99 (0.85-1.15)
少しある	11,247	74,580.6	452,740,520	6,070	1.01 (0.92-1.11)	0.95 (0.85-1.05)
ほとんどない	3,465	23,197.5	160,466,391	6,917	1 (ref.)	1 (ref.)

注) aMER: 年齢調整医療費比, mMER: 多変量調整医療費比, CI: 信頼区間

項目	人数	追跡年	保険点数	1人年あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
問 22 この1か月間、気分が沈み込んで、 何が起っても気が晴れないように 感じましたか						
いつも	206	1,230.3	9,308,925	7,566	1.61 (1.13-2.29)	0.52 (0.34-0.80)
たいてい	357	2,266.6	18,834,163	8,310	1.78 (1.37-2.31)	0.96 (0.70-1.31)
ときどき	3,018	19,736.2	130,515,129	6,613	1.27 (1.14-1.42)	0.95 (0.82-1.09)
少しだけ	7,361	48,477.7	310,261,313	6,400	1.15 (1.06-1.25)	1.03 (0.94-1.14)
まったくない	7,619	50,872.6	305,503,653	6,005	1 (ref.)	1 (ref.)
問 23 この1か月間、何をしても骨折 りだと感じましたか						
いつも	183	1,128.1	21,674,086	19,213	4.01 (2.96-5.42)	2.70 (1.88-3.87)
たいてい	406	2,637.2	20,296,819	7,696	1.58 (1.23-2.03)	1.14 (0.86-1.52)
ときどき	3,017	19,725.0	136,695,726	6,930	1.34 (1.20-1.50)	1.17 (1.02-1.34)
少しだけ	8,400	55,427.8	352,184,470	6,354	1.19 (1.09-1.29)	1.12 (1.02-1.23)
まったくない	6,555	43,665.2	243,572,082	5,578	1 (ref.)	1 (ref.)
問 24 「生きがい」をどの程度感じていま すか						
大いに感じている	2,041	13,558.9	82,644,642	6,095	1 (ref.)	1 (ref.)
感じている	11,776	78,097.5	483,885,133	6,196	1.08 (0.95-1.21)	1.04 (0.91-1.18)
あまり感じていない	4,543	29,641.3	197,443,872	6,661	1.28 (1.12-1.46)	1.07 (0.92-1.25)
全く感じていない	201	1,285.7	10,449,536	8,127	1.84 (1.30-2.61)	1.02 (0.69-1.51)
問 25 家族、友達または知り合いと話をす る機会はありますか						
毎日	14,178	93,743.9	567,064,795	6,049	1 (ref.)	1 (ref.)
週 5～6 回	1,611	10,663.5	77,970,759	7,312	1.09 (0.96-1.24)	1.03 (0.90-1.18)
週 3～4 回	1,644	10,855.5	77,133,176	7,105	1.07 (0.95-1.22)	0.99 (0.87-1.14)
週 1～2 回	833	5,456.7	34,843,976	6,386	1.05 (0.88-1.26)	0.86 (0.71-1.04)
あまりない	295	1,863.6	17,410,477	9,342	1.80 (1.37-2.36)	1.29 (0.94-1.77)
問 26 困ったときや助けが必要なときに、 力になってくれる人がいると思いま すか						
大いに思う	4,809	31,632.4	187,459,011	5,926	1 (ref.)	1 (ref.)
思う	12,257	81,198.5	519,572,311	6,399	1.07 (0.99-1.17)	1.06 (0.97-1.16)
あまり思わない	1,385	9,036.2	61,316,111	6,786	1.20 (1.03-1.40)	1.03 (0.87-1.22)
全く思わない	110	716.2	6,075,750	8,483	1.85 (1.18-2.89)	0.83 (0.49-1.40)
問 27 ボランティアをしていますか						
している	3,372	22,599.0	144,126,904	6,378	0.93 (0.85-1.03)	1.00 (0.91-1.11)
していない	15,189	99,984.3	630,296,279	6,304	1 (ref.)	1 (ref.)
尿タンパク						
－	18,375	121,353.4	763,068,801	6,288	1 (ref.)	1 (ref.)
＋	140	927.1	7,855,865	8,474	1.17 (0.78-1.75)	1.07 (0.72-1.59)
2＋	36	242.4	2,526,718	10,425	1.53 (0.72-3.26)	1.81 (0.85-3.85)
3＋	10	60.5	971,799	16,065	2.22 (0.58-8.53)	2.53 (0.64-9.95)
糖代謝						
正常型	15,789	104,068.0	619,495,951	5,953	1 (ref.)	1 (ref.)
境界型	1,638	10,969.0	77,250,729	7,043	1.05 (0.92-1.19)	1.02 (0.90-1.16)
糖尿病型または治療中	1,134	7,546.3	77,676,503	10,293	1.59 (1.38-1.82)	1.34 (1.16-1.55)
血圧						
正常	9,407	61,344.0	317,052,303	5,168	1 (ref.)	1 (ref.)
正常高値	2,609	17,380.7	97,838,813	5,629	0.96 (0.85-1.07)	0.97 (0.87-1.09)
高血圧または治療中	6,545	43,858.6	359,532,067	8,198	1.26 (1.16-1.37)	1.18 (1.08-1.28)

注) aMER:年齢調整医療費比, mMER:多変量調整医療費比, CI:信頼区間

項目	人数	追跡人年	保険点数	1人あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
LDL-C						
<80	665	4,252.3	34,152,413	8,031	1.33 (1.08-1.62)	1.21 (0.98-1.48)
80~119	5,666	36,990.7	230,876,743	6,241	1 (ref.)	1 (ref.)
120~139	4,192	27,710.9	163,139,023	5,887	0.88 (0.79-0.98)	0.94 (0.84-1.04)
≥140または治療中	8,038	53,629.4	346,255,004	6,456	0.88 (0.81-0.97)	0.91 (0.83-0.99)
BMI						
<18.5	1,125	7,320.6	49,665,647	6,784	1.34 (1.15-1.57)	1.18 (1.01-1.39)
18.5~24.9	13,014	85,973.3	487,132,925	5,666	1 (ref.)	1 (ref.)
≥25.0	4,422	29,289.5	237,624,611	8,113	1.32 (1.21-1.44)	1.20 (1.10-1.31)

注) aMER:年齢調整医療費比, mMER:多変量調整医療費比, CI:信頼区間

(3) 外来医療費の医療費比（男性）

項目	人数	追跡人年	保険点数	1人年あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
問1 現在の健康状態はどうか						
とてもよい	3,039	20,220.5	386,276,675	19,103	1 (ref.)	1 (ref.)
まあよい	11,095	73,810.3	1,661,284,615	22,507	1.20 (1.16-1.24)	1.16 (1.12-1.20)
あまりよくない	1,084	7,043.3	233,953,595	33,217	1.76 (1.67-1.86)	1.60 (1.52-1.70)
よくない	85	519.8	20,890,159	40,187	2.53 (2.15-2.98)	2.09 (1.78-2.45)
問2 塩分を控えることに関して、何か実行していますか						
現在実行している	7,240	48,324.1	1,205,709,402	24,950	1.00 (1.00-1.00)	1 (ref.)
現在は実行していない	4,944	32,738.1	716,360,597	21,882	0.95 (0.92-0.97)	0.96 (0.93-0.99)
実行したことはない	3,119	20,531.8	380,335,045	18,524	0.87 (0.84-0.90)	0.93 (0.89-0.96)
問3 魚、肉、卵、乳製品、野菜などをバランスよく摂るように気をつけていますか						
現在実行している	10,432	69,538.3	1,657,494,866	23,836	1 (ref.)	1 (ref.)
現在は実行していない	2,999	19,767.6	419,252,826	21,209	1.00 (0.96-1.03)	1.02 (0.98-1.05)
実行したことはない	1,872	12,288.1	225,657,352	18,364	0.93 (0.89-0.97)	0.98 (0.93-1.03)
問4.1 魚は食べますか						
毎日食べる	1,855	12,443.7	312,661,054	25,126	1.00 (0.96-1.05)	0.99 (0.95-1.04)
週5~6回	2,259	15,084.5	360,804,065	23,919	1.01 (0.97-1.06)	1.03 (0.99-1.07)
週3~4回	6,710	44,720.1	1,026,421,108	22,952	1.00 (0.97-1.03)	1.02 (0.99-1.06)
週1~2回	4,348	28,505.7	585,380,767	20,536	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	131	839.9	17,138,050	20,406	1.19 (1.03-1.38)	1.16 (1.01-1.34)
問4.2 肉は食べますか						
毎日食べる	433	2,906.3	66,984,132	23,048	0.99 (0.92-1.07)	0.97 (0.89-1.05)
週5~6回	1,127	7,388.7	152,976,483	20,704	0.92 (0.87-0.97)	0.95 (0.90-1.00)
週3~4回	5,814	38,599.6	827,066,630	21,427	0.94 (0.92-0.97)	0.97 (0.95-1.00)
週1~2回	7,548	50,232.4	1,196,682,866	23,823	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	381	2,466.8	58,694,933	23,794	1.02 (0.94-1.11)	0.96 (0.88-1.04)
問4.3 植物油を使った料理は食べますか						
毎日食べる	322	2,140.8	50,305,796	23,499	0.97 (0.89-1.07)	0.98 (0.90-1.08)
週5~6回	791	5,184.2	114,219,121	22,032	0.96 (0.90-1.01)	0.97 (0.92-1.03)
週3~4回	3,766	24,957.2	539,119,511	21,602	0.97 (0.94-1.00)	0.98 (0.95-1.01)
週1~2回	9,778	65,023.3	1,489,424,706	22,906	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	646	4,288.5	109,335,910	25,495	1.08 (1.02-1.15)	1.03 (0.97-1.10)
問4.4 牛乳または乳製品は食べますか						
毎日食べる	4,996	33,401.6	837,001,051	25,059	1.06 (1.02-1.09)	1.08 (1.05-1.12)
週5~6回	1,609	10,717.9	250,223,074	23,346	1.04 (0.99-1.09)	1.08 (1.03-1.13)
週3~4回	2,577	17,054.9	383,459,923	22,484	1.04 (1.00-1.09)	1.07 (1.03-1.11)
週1~2回	4,341	28,666.0	588,877,702	20,543	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	1,780	11,753.6	242,843,294	20,661	0.95 (0.91-1.00)	0.95 (0.91-0.99)
問4.5 大豆製品は食べますか						
毎日食べる	4,513	30,232.8	757,705,324	25,062	1.01 (0.97-1.05)	0.99 (0.95-1.03)
週5~6回	2,879	19,146.3	439,013,589	22,929	1.00 (0.95-1.04)	0.97 (0.93-1.01)
週3~4回	4,848	32,190.6	694,185,932	21,565	0.99 (0.95-1.02)	0.97 (0.93-1.01)
週1~2回	2,961	19,362.7	399,570,542	20,636	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	102	661.6	11,929,657	18,031	0.92 (0.78-1.09)	0.86 (0.73-1.01)

注) aMER: 年齢調整医療費比, mMER: 多変量調整医療費比, CI: 信頼区間

項目	人数	追跡人年	保険点数	1人年あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
問 4.6 果物は食べますか						
毎日食べる	3,569	23,945.3	616,772,934	25,758	1.04 (1.00-1.08)	1.01 (0.97-1.05)
週5~6回	2,332	15,573.4	371,646,810	23,864	1.03 (0.99-1.08)	1.01 (0.97-1.05)
週3~4回	4,002	26,644.1	607,227,258	22,790	1.03 (1.00-1.07)	1.03 (0.99-1.06)
週1~2回	4,544	29,914.3	602,621,543	20,145	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	856	5,516.8	104,136,499	18,876	1.05 (0.99-1.12)	1.04 (0.98-1.10)
問 5 みそ汁は飲みますか						
1日3杯以上	1,266	8,460.3	186,633,710	22,060	1.01 (0.95-1.07)	1.07 (1.01-1.13)
1日2杯	5,019	33,529.5	792,265,198	23,629	1.09 (1.05-1.13)	1.11 (1.07-1.15)
1日1杯	5,493	36,370.2	851,564,291	23,414	1.08 (1.04-1.13)	1.07 (1.03-1.11)
週1~6杯	2,305	15,278.1	307,048,253	20,097	1 (ref.)	1 (ref.)
あまり飲まない	1,220	7,955.9	164,893,592	20,726	1.09 (1.03-1.15)	1.06 (1.00-1.12)
問 6 卵は食べますか						
1日2個以上	173	1,129.1	22,061,711	19,539	0.91 (0.81-1.04)	0.91 (0.80-1.02)
1日1個	2,994	19,788.2	458,080,451	23,149	0.99 (0.96-1.03)	0.99 (0.95-1.02)
週に3~6個	5,645	37,528.5	818,321,268	21,805	0.96 (0.94-0.99)	0.97 (0.94-1.00)
週に1~2個	5,397	35,962.3	830,180,143	23,085	1 (ref.)	1 (ref.)
あまり食べない	1,094	7,185.8	173,761,471	24,181	1.08 (1.03-1.14)	1.07 (1.01-1.12)
問 7 野菜は食べますか						
1日3回以上	2,035	13,729.3	344,082,039	25,062	1.00 (0.95-1.04)	1.00 (0.95-1.05)
1日2回	4,530	30,279.9	716,157,743	23,651	0.96 (0.92-1.00)	0.95 (0.91-0.99)
1日1回	4,847	32,165.3	701,601,225	21,812	0.97 (0.93-1.00)	0.96 (0.93-1.00)
週1~6回	3,099	20,246.5	427,362,443	21,108	1 (ref.)	1 (ref.)
あまり食べない	792	5,173.0	113,201,594	21,883	1.06 (0.99-1.13)	1.02 (0.96-1.09)
問 8 ついついお腹いっぱい食べるほうですか						
はい	7,574	50,244.9	1,096,315,502	21,819	1.00 (0.98-1.03)	1.00 (0.97-1.02)
いいえ	7,729	51,349.0	1,206,089,542	23,488	1 (ref.)	1 (ref.)
問 9 食べる速さはどうですか						
かなり速い	1,134	7,474.7	170,086,722	22,755	1.14 (1.09-1.20)	1.09 (1.04-1.14)
やや速い	5,587	37,048.7	819,870,085	22,130	1.04 (1.01-1.07)	1.01 (0.98-1.04)
ふつう	7,120	47,447.3	1,087,509,089	22,920	1 (ref.)	1 (ref.)
やや遅い	1,293	8,518.5	197,687,509	23,207	0.99 (0.94-1.04)	1.00 (0.95-1.04)
かなり遅い	169	1,104.7	27,251,639	24,669	1.01 (0.90-1.15)	0.98 (0.88-1.11)
問 10 あなたは週に何日位お酒を飲みますか						
毎日	5,754	38,373.8	821,669,671	21,412	0.90 (0.87-0.93)	0.90 (0.87-0.93)
週5~6日	1,932	12,838.8	287,058,140	22,359	0.92 (0.88-0.96)	0.90 (0.86-0.94)
週3~4日	1,392	9,290.0	207,822,409	22,370	0.94 (0.90-0.99)	0.92 (0.88-0.97)
週1~2日	1,160	7,638.9	172,034,504	22,521	0.96 (0.91-1.01)	0.94 (0.89-0.99)
月に1~3日	1,070	7,082.4	160,558,094	22,670	0.98 (0.93-1.04)	0.96 (0.92-1.02)
やめた(1年以上やめている)	438	2,756.4	92,605,656	33,597	1.43 (1.33-1.55)	1.29 (1.20-1.39)
ほとんど飲まない(飲めない)	3,557	23,613.6	560,656,570	23,743	1 (ref.)	1 (ref.)
問 12 この1か月間、あなたはたばこを吸っていますか						
毎日吸う	4,391	28,776.6	554,213,496	19,259	0.96 (0.93-0.99)	0.99 (0.96-1.02)
ときどき吸ってる	278	1,800.7	40,327,475	22,395	1.00 (0.91-1.10)	1.01 (0.92-1.11)
今は(この1ヶ月間未満)吸っていない	415	2,782.3	65,711,490	23,618	1.00 (0.93-1.09)	0.99 (0.92-1.07)
今は(この1ヶ月間以上)吸っていない	2,178	14,413.0	341,057,166	23,663	1.08 (1.03-1.12)	1.07 (1.03-1.11)
まったく吸ったことがない	8,041	53,821.3	1,301,095,417	24,174	1 (ref.)	1 (ref.)

注) aMER: 年齢調整医療費比, mMER: 多変量調整医療費比, CI: 信頼区間

項目	人数	追跡人年	保険点数	1人年あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
問 14 余暇でスポーツや運動は平均して 1週間にどのくらいしていますか						
7 時間以上	1,862	12,531.1	321,511,606	25,657	1.02 (0.98-1.07)	1.06 (1.01-1.10)
5~6 時間	1,914	12,825.2	327,202,682	25,512	1.05 (1.01-1.10)	1.05 (1.01-1.10)
3~4 時間	2,649	17,701.3	420,408,578	23,750	1.02 (0.98-1.06)	1.03 (0.99-1.07)
1~2 時間	2,988	19,770.3	470,855,180	23,816	1.07 (1.03-1.11)	1.06 (1.02-1.10)
ほとんどしない	5,890	38,765.9	762,426,998	19,667	1 (ref.)	1 (ref.)
問 15 日常生活の中で、室内または戸外 で歩く時間は平均して1日にどのく らいですか						
2 時間以上	3,901	26,052.1	562,025,279	21,573	1.00 (0.95-1.06)	1.04 (0.98-1.10)
1 時間以上~2 時間未満	4,135	27,695.0	651,692,457	23,531	1.03 (0.98-1.09)	1.03 (0.97-1.09)
30 分以上~1 時間未満	4,141	27,408.2	649,356,975	23,692	1.08 (1.02-1.15)	1.07 (1.01-1.13)
30 分位	2,099	13,767.1	311,699,330	22,641	1.10 (1.03-1.17)	1.07 (1.01-1.14)
ほとんどしない	1,027	6,671.4	127,631,003	19,131	1 (ref.)	1 (ref.)
問 16 睡眠時間は平均して何時間ですか						
10 時間以上	152	1,009.5	27,361,391	27,104	1.13 (0.99-1.29)	1.06 (0.94-1.20)
9 時間位	975	6,492.1	176,112,971	27,127	1.08 (1.03-1.15)	1.08 (1.02-1.14)
8 時間位	4,123	27,438.7	628,345,828	22,900	1 (ref.)	1 (ref.)
7 時間位	5,202	34,769.5	785,625,243	22,595	1.02 (0.99-1.05)	1.01 (0.97-1.04)
6 時間位	3,649	23,980.3	505,759,032	21,091	0.97 (0.94-1.01)	0.93 (0.90-0.96)
5 時間位	1,097	7,232.3	162,662,164	22,491	1.02 (0.97-1.08)	0.95 (0.90-1.01)
4 時間以下	105	671.5	16,538,415	24,628	1.12 (0.96-1.31)	0.92 (0.79-1.08)
問 17 この1か月間、睡眠が充分とれてい ますか						
充分取れている	5,519	36,680.2	828,753,198	22,594	1 (ref.)	1 (ref.)
まあまあとれている	8,533	56,743.0	1,289,933,521	22,733	1.05 (1.02-1.08)	1.03 (1.00-1.06)
あまりとれていない	1,230	8,051.7	181,007,637	22,481	1.13 (1.07-1.19)	1.05 (1.00-1.12)
全くとれていない	21	119.0	2,710,688	22,781	1.24 (0.87-1.76)	0.99 (0.69-1.40)
問 18 いびきをかきますか						
毎日	2,943	19,535.9	451,093,051	23,090	1.13 (1.09-1.18)	1.03 (0.99-1.08)
ときどき	7,364	48,845.9	1,109,825,146	22,721	1.04 (1.01-1.08)	1.01 (0.97-1.04)
ほとんどかかない	3,299	21,967.4	484,614,787	22,061	1 (ref.)	1 (ref.)
わからない	1,697	11,244.7	256,872,060	22,844	1.04 (1.00-1.10)	1.00 (0.95-1.04)
問 19 睡眠中に息が止まる、又は、いびき が急に止まると言われたことがあり ますか						
よく言われる	690	4,551.5	110,935,223	24,373	1.17 (1.10-1.25)	1.06 (0.99-1.13)
ときどき言われる	1,212	8,060.1	189,200,339	23,474	1.11 (1.06-1.16)	1.01 (0.96-1.06)
たまに言われる	2,645	17,517.0	419,796,002	23,965	1.07 (1.03-1.10)	1.02 (0.99-1.06)
言われたことがない	10,756	71,465.4	1,582,473,480	22,143	1 (ref.)	1 (ref.)
問 20 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						
ほぼ毎日	5,427	36,134.8	822,383,320	22,759	0.98 (0.94-1.02)	1.01 (0.97-1.05)
週に1~5 回程度	6,656	44,193.8	997,067,607	22,561	0.99 (0.95-1.03)	1.00 (0.96-1.04)
月に1~3 回程度	2,344	15,482.9	342,888,561	22,146	1 (ref.)	1 (ref.)
ほとんどない	876	5,782.4	140,065,556	24,223	1.13 (1.06-1.21)	1.11 (1.04-1.18)
問 21 仕事上または生活上で「ストレス」 を感じるがありますか						
大いにある	538	3,462.4	69,211,568	19,989	1.19 (1.11-1.29)	1.02 (0.94-1.10)
かなりある	1,814	11,805.7	228,897,345	19,389	1.05 (1.00-1.10)	0.95 (0.90-1.00)
少しある	8,897	59,191.5	1,331,999,211	22,503	1.03 (1.00-1.06)	0.98 (0.95-1.01)
ほとんどない	4,054	27,134.4	672,296,920	24,777	1 (ref.)	1 (ref.)

注) aMER: 年齢調整医療費比, mMER: 多変量調整医療費比, CI: 信頼区間

項目	人数	追跡年	保険点数	1人あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
問 22 この1か月間、気分が沈み込んで、 何が起っても気が晴れないように 感じましたか						
いつも	119	742.3	19,208,710	25,878	1.44 (1.25-1.67)	1.02 (0.87-1.20)
たいてい	240	1,508.8	31,746,705	21,041	1.19 (1.07-1.33)	0.93 (0.83-1.04)
ときどき	1,996	13,052.2	286,189,222	21,926	1.09 (1.04-1.13)	1.00 (0.95-1.05)
少しだけ	5,961	39,452.3	899,463,889	22,799	1.08 (1.05-1.11)	1.04 (1.01-1.07)
まったくない	6,987	46,838.3	1,065,796,518	22,755	1 (ref.)	1 (ref.)
問 23 この1か月間、何をしても骨折 りだと感じましたか						
いつも	154	979.3	25,062,656	25,592	1.39 (1.22-1.58)	1.10 (0.95-1.26)
たいてい	286	1,822.9	45,659,164	25,048	1.33 (1.21-1.46)	1.12 (1.01-1.24)
ときどき	2,180	14,314.8	333,353,481	23,287	1.15 (1.10-1.19)	1.06 (1.01-1.11)
少しだけ	6,486	43,095.4	978,286,902	22,700	1.07 (1.04-1.10)	1.04 (1.01-1.07)
まったくない	6,197	41,381.5	920,042,841	22,233	1 (ref.)	1 (ref.)
問 24 「生きがい」をどの程度感じていま すか						
大いに感じている	1,926	12,806.9	303,425,538	23,692	1 (ref.)	1 (ref.)
感じている	9,217	61,466.4	1,391,178,337	22,633	1.00 (0.96-1.04)	0.95 (0.91-0.99)
あまり感じていない	3,951	25,996.5	575,476,500	22,137	1.06 (1.01-1.11)	0.97 (0.92-1.02)
全く感じていない	209	1,324.1	32,324,669	24,412	1.27 (1.13-1.43)	1.13 (1.01-1.27)
問 25 家族、友達または知り合いと話をす る機会はありますか						
毎日	10,699	71,358.7	1,589,036,388	22,268	1 (ref.)	1 (ref.)
週 5～6 回	1,506	9,966.2	236,382,213	23,718	1.05 (1.00-1.09)	1.05 (1.00-1.09)
週 3～4 回	1,610	10,595.3	255,178,649	24,084	1.04 (1.00-1.09)	1.02 (0.98-1.06)
週 1～2 回	1,031	6,754.9	155,450,053	23,013	1.03 (0.98-1.09)	0.97 (0.92-1.02)
あまりない	457	2,918.9	66,357,741	22,733	1.11 (1.03-1.20)	1.00 (0.92-1.08)
問 26 困ったときや助けが必要なときに、 力になってくれる人がいると思いま すか						
大いに思う	2,644	17,550.6	412,283,036	23,491	1 (ref.)	1 (ref.)
思う	10,142	67,463.4	1,528,863,440	22,662	0.97 (0.93-1.00)	0.94 (0.91-0.97)
あまり思わない	2,305	15,174.4	330,772,059	21,798	0.95 (0.91-1.00)	0.89 (0.84-0.93)
全く思わない	212	1,405.6	30,486,509	21,689	0.98 (0.87-1.10)	0.88 (0.78-0.99)
問 27 ボランティアをしていますか						
している	3,446	23,111.9	551,265,959	23,852	0.98 (0.95-1.01)	0.98 (0.95-1.01)
していない	11,857	78,482.0	1,751,139,085	22,313	1 (ref.)	1 (ref.)
尿タンパク						
－	14,850	98,649.0	2,192,875,953	22,229	1 (ref.)	1 (ref.)
＋	319	2,095.2	67,781,800	32,351	1.39 (1.28-1.52)	1.13 (1.05-1.23)
2＋	102	645.8	28,022,905	43,393	1.91 (1.65-2.21)	1.47 (1.28-1.68)
3＋	32	204.0	13,724,386	67,284	2.63 (2.05-3.36)	2.06 (1.63-2.60)
糖代謝						
正常型	11,937	79,209.7	1,593,115,987	20,113	1 (ref.)	1 (ref.)
境界型	1,452	9,714.0	255,082,165	26,259	1.21 (1.16-1.26)	1.16 (1.12-1.21)
糖尿病型または治療中	1,914	12,670.2	454,206,892	35,848	1.67 (1.61-1.74)	1.53 (1.47-1.58)
血圧						
正常	6,166	40,651.1	730,899,687	17,980	1 (ref.)	1 (ref.)
正常高値	2,381	15,847.8	303,285,399	19,137	0.99 (0.95-1.03)	1.00 (0.96-1.04)
高血圧または治療中	6,756	45,095.0	1,268,219,958	28,123	1.35 (1.31-1.39)	1.31 (1.27-1.35)

注) aMER: 年齢調整医療費比, mMER: 多変量調整医療費比, CI: 信頼区間

項目	人数	追跡人年	保険点数	1人あたり 点数	aMER(95%CI)		mMER(95%CI)	
LDL-C								
<80	1,312	8,576.8	223,890,538	26,104	1.21	(1.15-1.27)	1.17	(1.12-1.23)
80~119	6,314	42,088.9	941,957,516	22,380	1	(ref.)	1	(ref.)
120~139	3,450	22,892.3	476,798,636	20,828	0.94	(0.91-0.98)	0.95	(0.92-0.98)
≥140または治療中	4,227	28,035.9	659,758,354	23,533	1.08	(1.04-1.11)	1.03	(1.00-1.07)
BMI								
<18.5	400	2,614.7	58,862,406	22,513	1.01	(0.93-1.10)	1.04	(0.96-1.12)
18.5~24.9	10,133	67,422.1	1,460,600,094	21,664	1	(ref.)	1	(ref.)
≥25.0	4,770	31,557.2	782,942,544	24,810	1.19	(1.16-1.23)	1.08	(1.05-1.11)

注) aMER:年齢調整医療費比, mMER:多変量調整医療費比, CI:信頼区間

(4) 外来医療費の医療費比（女性）

項目	人数	追跡人年	保険点数	1人あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
問1 現在の健康状態はどうか						
とてもよい	3,168	20,946.2	363,317,874	17,345	1 (ref.)	1 (ref.)
まあよい	13,893	91,843.3	1,947,618,553	21,206	1.23 (1.20-1.27)	1.18 (1.14-1.22)
あまりよくない	1,420	9,305.8	284,817,020	30,606	1.79 (1.71-1.88)	1.60 (1.53-1.68)
よくない	80	487.9	21,987,876	45,064	2.84 (2.44-3.31)	2.18 (1.87-2.54)
問2 塩分を控えることに関して、何か実行していますか						
現在実行している	13,418	89,334.3	1,995,296,897	22,335	1.00 (1.00-1.00)	1 (ref.)
現在は実行していない	3,681	23,928.8	463,276,916	19,361	0.95 (0.93-0.98)	0.98 (0.95-1.00)
実行したことはない	1,462	9,320.3	159,167,510	17,078	0.90 (0.86-0.94)	0.96 (0.91-1.00)
問3 魚、肉、卵、乳製品、野菜などをバランスよく摂るように気をつけていますか						
現在実行している	15,392	102,134.0	2,228,305,362	21,817	1 (ref.)	1 (ref.)
現在は実行していない	2,367	15,271.3	300,580,654	19,683	1.01 (0.98-1.04)	0.98 (0.94-1.01)
実行したことはない	802	5,178.0	88,855,307	17,160	0.92 (0.87-0.97)	0.94 (0.88-1.00)
問4.1 魚は食べますか						
毎日食べる	2,153	14,502.4	337,041,525	23,240	0.98 (0.94-1.02)	0.99 (0.95-1.04)
週5~6回	3,116	20,901.5	476,691,716	22,807	1.02 (0.98-1.05)	1.04 (1.00-1.08)
週3~4回	8,598	57,027.7	1,219,459,899	21,384	0.98 (0.95-1.01)	1.00 (0.98-1.03)
週1~2回	4,572	29,421.9	571,313,188	19,418	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	122	729.8	13,234,995	18,135	1.10 (0.95-1.26)	1.00 (0.87-1.15)
問4.2 肉は食べますか						
毎日食べる	548	3,634.1	81,974,669	22,557	1.00 (0.93-1.06)	1.00 (0.94-1.07)
週5~6回	1,599	10,445.6	207,063,132	19,823	0.90 (0.87-0.94)	0.91 (0.87-0.95)
週3~4回	8,090	53,468.1	1,102,253,971	20,615	0.95 (0.92-0.97)	0.97 (0.94-0.99)
週1~2回	7,681	50,809.6	1,138,104,326	22,399	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	643	4,225.9	88,345,225	20,906	0.97 (0.92-1.04)	0.94 (0.89-1.00)
問4.3 植物油を使った料理は食べますか						
毎日食べる	390	2,550.2	54,735,203	21,463	0.93 (0.86-1.01)	0.94 (0.87-1.01)
週5~6回	874	5,789.1	129,609,209	22,388	1.02 (0.97-1.07)	1.00 (0.95-1.05)
週3~4回	3,907	25,645.2	530,525,489	20,687	0.98 (0.95-1.01)	0.98 (0.95-1.01)
週1~2回	12,315	81,473.4	1,737,257,141	21,323	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	1,075	7,125.5	165,614,281	23,243	1.05 (1.00-1.10)	1.04 (0.99-1.09)
問4.4 牛乳または乳製品は食べますか						
毎日食べる	8,193	54,420.5	1,222,044,856	22,456	1.06 (1.03-1.09)	1.09 (1.06-1.13)
週5~6回	2,598	17,121.9	367,925,303	21,489	1.05 (1.01-1.09)	1.08 (1.04-1.12)
週3~4回	3,413	22,568.9	464,806,742	20,595	1.03 (0.99-1.07)	1.04 (1.01-1.08)
週1~2回	3,398	22,088.4	429,108,707	19,427	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	959	6,383.7	133,855,715	20,968	1.02 (0.96-1.07)	0.99 (0.94-1.04)
問4.5 大豆製品は食べますか						
毎日食べる	6,991	46,822.7	1,047,332,414	22,368	0.96 (0.93-1.00)	0.95 (0.92-0.99)
週5~6回	4,330	28,470.7	610,366,627	21,438	0.97 (0.93-1.01)	0.97 (0.93-1.01)
週3~4回	5,068	33,282.4	681,335,522	20,471	0.96 (0.92-1.00)	0.96 (0.92-0.99)
週1~2回	2,101	13,546.3	270,019,468	19,933	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	71	461.2	8,687,292	18,836	1.05 (0.88-1.27)	1.01 (0.85-1.21)

注) aMER: 年齢調整医療費比, mMER: 多変量調整医療費比, CI: 信頼区間

項目	人数	追跡人年	保険点数	1人年あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
問 4.6 果物は食べますか						
毎日食べる	7,131	47,754.8	1,087,002,563	22,762	0.99 (0.96-1.03)	1.00 (0.97-1.04)
週5~6回	3,474	23,088.0	500,705,514	21,687	1.00 (0.96-1.04)	1.01 (0.97-1.05)
週3~4回	4,492	29,529.8	606,637,204	20,543	0.97 (0.94-1.01)	0.98 (0.95-1.02)
週1~2回	3,063	19,699.4	379,477,295	19,263	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	401	2,511.4	43,918,747	17,488	1.03 (0.95-1.12)	0.98 (0.90-1.06)
問 5 みそ汁は飲みますか						
1日3杯以上	831	5,605.9	117,305,267	20,925	0.97 (0.91-1.03)	1.01 (0.95-1.07)
1日2杯	5,378	35,853.1	789,711,503	22,026	1.01 (0.97-1.04)	1.02 (0.99-1.06)
1日1杯	7,479	49,555.4	1,073,866,498	21,670	0.99 (0.95-1.02)	0.99 (0.96-1.02)
週1~6杯	3,039	19,700.2	396,178,068	20,110	1 (ref.)	1 (ref.)
あまり飲まない	1,834	11,868.7	240,679,987	20,279	1.03 (0.98-1.07)	0.99 (0.95-1.03)
問 6 卵は食べますか						
1日2個以上	79	505.0	8,687,799	17,203	0.78 (0.65-0.93)	0.78 (0.66-0.92)
1日1個	3,084	20,295.4	444,501,336	21,902	1.00 (0.97-1.04)	1.01 (0.98-1.04)
週に3~6個	7,335	48,451.1	989,006,391	20,412	0.95 (0.93-0.98)	0.97 (0.94-0.99)
週に1~2個	6,465	42,751.1	934,617,571	21,862	1 (ref.)	1 (ref.)
あまり食べない	1,598	10,580.8	240,928,226	22,770	1.04 (0.99-1.08)	1.04 (1.00-1.08)
問 7 野菜は食べますか						
1日3回以上	4,003	27,015.4	603,779,052	22,349	0.96 (0.92-1.00)	0.98 (0.94-1.02)
1日2回	6,981	46,437.3	1,005,234,965	21,647	0.97 (0.93-1.00)	0.99 (0.95-1.02)
1日1回	4,862	31,703.1	660,655,643	20,839	0.99 (0.95-1.03)	0.99 (0.96-1.03)
週1~6回	2,207	14,135.9	278,177,760	19,679	1 (ref.)	1 (ref.)
あまり食べない	508	3,291.6	69,893,903	21,234	1.08 (1.00-1.16)	1.01 (0.94-1.08)
問 8 ついついお腹いっぱい食べるほうですか						
はい	10,293	67,822.0	1,431,531,294	21,107	1.03 (1.01-1.06)	1.01 (0.99-1.03)
いいえ	8,268	54,761.3	1,186,210,029	21,661	1 (ref.)	1 (ref.)
問 9 食べる速さはどうですか						
かなり速い	667	4,353.4	87,158,995	20,021	1.07 (1.01-1.13)	1.00 (0.94-1.06)
やや速い	5,265	34,498.9	720,678,963	20,890	1.02 (1.00-1.05)	0.99 (0.97-1.02)
ふつう	10,739	71,175.1	1,540,811,097	21,648	1 (ref.)	1 (ref.)
やや遅い	1,721	11,452.5	243,131,507	21,230	0.98 (0.94-1.02)	0.99 (0.96-1.03)
かなり遅い	169	1,103.4	25,960,761	23,528	1.12 (1.00-1.26)	1.06 (0.95-1.18)
問 10 あなたは週に何日位お酒を飲みますか						
毎日	887	5,769.6	104,612,283	18,132	0.93 (0.88-0.98)	0.93 (0.88-0.98)
週5~6日	593	3,830.7	67,474,465	17,614	0.87 (0.82-0.93)	0.90 (0.85-0.96)
週3~4日	901	5,896.2	108,518,642	18,405	0.86 (0.81-0.90)	0.89 (0.85-0.94)
週1~2日	1,240	8,192.3	167,486,095	20,444	0.96 (0.92-1.01)	0.99 (0.95-1.03)
月に1~3日	1,642	10,770.1	214,442,946	19,911	0.92 (0.89-0.96)	0.95 (0.91-0.98)
やめた(1年以上やめている)	166	1,031.2	23,698,684	22,981	1.28 (1.14-1.44)	1.17 (1.04-1.30)
ほとんど飲まない(飲めない)	13,132	87,093.1	1,931,508,208	22,177	1 (ref.)	1 (ref.)
問 12 この1か月間、あなたはたばこを吸っていますか						
毎日吸う	1,012	6,217.8	108,371,408	17,429	1.01 (0.96-1.07)	1.01 (0.96-1.06)
ときどき吸ってる	156	1,014.1	22,251,072	21,941	1.17 (1.04-1.32)	1.18 (1.05-1.32)
今は(この1ヶ月間未満)吸っていない	164	1,045.1	19,020,511	18,200	1.04 (0.93-1.18)	1.04 (0.92-1.16)
今は(この1ヶ月間以上)吸っていない	585	3,653.9	69,072,328	18,904	1.07 (1.00-1.14)	1.04 (0.98-1.11)
まったく吸ったことがない	16,644	110,652.4	2,399,026,004	21,681	1 (ref.)	1 (ref.)

注) aMER: 年齢調整医療費比, mMER: 多変量調整医療費比, CI: 信頼区間

項目	人数	追跡年	保険点数	1人あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
問 14 余暇でスポーツや運動は平均して 1週間にどのくらいしていますか						
7 時間以上	1,371	9,168.4	213,988,512	23,340	1.00 (0.96-1.05)	1.10 (1.05-1.15)
5~6 時間	1,998	13,507.8	292,555,833	21,658	0.95 (0.91-0.99)	1.01 (0.97-1.05)
3~4 時間	3,806	25,395.1	574,270,865	22,613	1.02 (0.99-1.05)	1.06 (1.03-1.09)
1~2 時間	4,159	27,320.9	600,726,498	21,988	1.03 (1.00-1.06)	1.03 (1.00-1.06)
ほとんどしない	7,227	47,191.0	936,199,615	19,839	1 (ref.)	1 (ref.)
問 15 日常生活の中で、室内または戸外 で歩く時間は平均して1日にどのく らいですか						
2 時間以上	5,527	36,671.6	728,259,878	19,859	0.86 (0.82-0.91)	0.91 (0.87-0.96)
1 時間以上~2 時間未満	4,721	31,277.4	682,211,228	21,812	0.92 (0.87-0.97)	0.95 (0.90-1.00)
30 分以上~1 時間未満	4,968	32,949.2	725,587,777	22,021	0.93 (0.88-0.98)	0.95 (0.90-1.00)
30 分位	2,361	15,448.2	351,938,886	22,782	1.00 (0.94-1.06)	1.01 (0.95-1.06)
ほとんどしない	984	6,236.9	129,743,554	20,802	1 (ref.)	1 (ref.)
問 16 睡眠時間は平均して何時間ですか						
10 時間以上	45	280.2	9,211,788	32,872	1.54 (1.25-1.91)	1.50 (1.23-1.83)
9 時間位	412	2,752.0	71,334,470	25,921	1.09 (1.01-1.17)	1.07 (1.00-1.15)
8 時間位	3,148	20,954.7	489,646,784	23,367	1 (ref.)	1 (ref.)
7 時間位	6,490	42,842.8	901,312,850	21,038	0.94 (0.91-0.97)	0.95 (0.92-0.98)
6 時間位	6,126	40,512.2	821,874,422	20,287	0.93 (0.90-0.96)	0.92 (0.90-0.96)
5 時間位	2,176	14,172.0	301,191,121	21,253	0.98 (0.94-1.02)	0.93 (0.89-0.97)
4 時間以下	164	1,069.4	23,169,888	21,666	0.96 (0.85-1.08)	0.91 (0.80-1.02)
問 17 この1か月間、睡眠が充分とれてい ますか						
充分取れている	5,000	33,173.7	706,391,331	21,294	1 (ref.)	1 (ref.)
まあまあとれている	11,529	76,278.1	1,635,277,331	21,438	1.05 (1.03-1.08)	1.03 (1.00-1.06)
あまりとれていない	1,989	12,855.8	270,517,476	21,043	1.12 (1.07-1.16)	1.03 (0.98-1.08)
全くとれていない	43	275.7	5,555,185	20,147	1.08 (0.86-1.37)	0.97 (0.77-1.23)
問 18 いびきをかきますか						
毎日	1,169	7,806.6	180,873,220	23,169	1.23 (1.18-1.29)	1.10 (1.05-1.16)
ときどき	7,469	49,274.9	1,043,848,910	21,184	1.04 (1.02-1.07)	1.00 (0.98-1.03)
ほとんどかかない	6,057	39,990.1	824,576,685	20,620	1 (ref.)	1 (ref.)
わからない	3,866	25,511.8	568,442,508	22,282	1.05 (1.02-1.09)	1.03 (1.00-1.06)
問 19 睡眠中に息が止まる、又は、いびき が急に止まると言われたことがあり ますか						
よく言われる	127	847.7	18,452,803	21,767	1.07 (0.94-1.23)	0.90 (0.79-1.02)
ときどき言われる	277	1,833.1	42,564,340	23,220	1.13 (1.03-1.24)	1.00 (0.92-1.09)
たまに言われる	864	5,725.9	135,964,832	23,746	1.14 (1.09-1.20)	1.03 (0.98-1.08)
言われたことがない	17,293	114,176.5	2,420,759,348	21,202	1 (ref.)	1 (ref.)
問 20 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						
ほぼ毎日	9,114	60,229.7	1,253,460,452	20,811	0.91 (0.87-0.95)	0.98 (0.94-1.02)
週に1~5 回程度	7,486	49,517.0	1,073,023,656	21,670	0.93 (0.90-0.98)	0.98 (0.94-1.02)
月に1~3 回程度	1,472	9,656.1	217,653,985	22,541	1 (ref.)	1 (ref.)
ほとんどない	489	3,180.5	73,603,230	23,142	1.06 (0.98-1.15)	1.00 (0.93-1.08)
問 21 仕事上または生活上で「ストレス」 を感じるがありますか						
大いにある	977	6,238.9	136,202,331	21,831	1.30 (1.23-1.38)	1.12 (1.05-1.19)
かなりある	2,872	18,566.3	389,535,166	20,981	1.17 (1.13-1.22)	1.05 (1.01-1.09)
少しある	11,247	74,580.6	1,585,648,245	21,261	1.06 (1.03-1.09)	1.01 (0.98-1.04)
ほとんどない	3,465	23,197.5	506,355,581	21,828	1 (ref.)	1 (ref.)

注) aMER: 年齢調整医療費比, mMER: 多変量調整医療費比, CI: 信頼区間

項目	人数	追跡年	保険点数	1人あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
問 22 この1か月間、気分が沈み込んで、 何が起っても気が晴れないように 感じましたか						
いつも	206	1,230.3	28,246,052	22,959	1.25 (1.12-1.39)	0.88 (0.78-0.99)
たいてい	357	2,266.6	54,159,184	23,895	1.39 (1.28-1.51)	1.03 (0.94-1.13)
ときどき	3,018	19,736.2	448,212,178	22,710	1.21 (1.17-1.25)	1.07 (1.03-1.11)
少しだけ	7,361	48,477.7	1,032,210,920	21,292	1.08 (1.05-1.10)	1.03 (1.00-1.05)
まったくない	7,619	50,872.6	1,054,912,989	20,736	1 (ref.)	1 (ref.)
問 23 この1か月間、何をしても骨折 りだと感じましたか						
いつも	183	1,128.1	33,643,028	29,823	1.64 (1.47-1.83)	1.25 (1.12-1.40)
たいてい	406	2,637.2	65,607,937	24,878	1.41 (1.31-1.52)	1.09 (1.00-1.19)
ときどき	3,017	19,725.0	457,024,780	23,170	1.23 (1.19-1.27)	1.07 (1.03-1.11)
少しだけ	8,400	55,427.8	1,179,213,802	21,275	1.08 (1.06-1.11)	1.02 (0.99-1.05)
まったくない	6,555	43,665.2	882,251,776	20,205	1 (ref.)	1 (ref.)
問 24 「生きがい」をどの程度感じていま すか						
大いに感じている	2,041	13,558.9	295,931,450	21,826	1 (ref.)	1 (ref.)
感じている	11,776	78,097.5	1,674,600,177	21,442	1.02 (0.99-1.06)	0.95 (0.92-0.99)
あまり感じていない	4,543	29,641.3	617,016,628	20,816	1.06 (1.02-1.11)	0.92 (0.88-0.96)
全く感じていない	201	1,285.7	30,193,068	23,483	1.26 (1.12-1.40)	0.97 (0.87-1.09)
問 25 家族、友達または知り合いと話をす る機会はありますか						
毎日	14,178	93,743.9	1,944,358,243	20,741	1 (ref.)	1 (ref.)
週 5～6 回	1,611	10,663.5	258,897,344	24,279	1.09 (1.05-1.13)	1.06 (1.02-1.10)
週 3～4 回	1,644	10,855.5	250,097,819	23,039	1.05 (1.01-1.09)	1.01 (0.97-1.05)
週 1～2 回	833	5,456.7	124,750,382	22,862	1.10 (1.04-1.16)	1.02 (0.97-1.08)
あまりない	295	1,863.6	39,637,535	21,269	1.12 (1.02-1.22)	0.96 (0.87-1.05)
問 26 困ったときや助けが必要なときに、 力になってくれる人がいると思いま すか						
大いに思う	4,809	31,632.4	682,729,331	21,583	1 (ref.)	1 (ref.)
思う	12,257	81,198.5	1,726,902,309	21,268	0.97 (0.95-1.00)	0.95 (0.93-0.97)
あまり思わない	1,385	9,036.2	193,814,011	21,449	1.02 (0.98-1.07)	0.93 (0.89-0.98)
全く思わない	110	716.2	14,295,672	19,960	1.04 (0.90-1.20)	0.88 (0.76-1.02)
問 27 ボランティアをしていますか						
している	3,372	22,599.0	485,242,039	21,472	0.94 (0.91-0.96)	0.97 (0.94-1.00)
していない	15,189	99,984.3	2,132,499,284	21,328	1 (ref.)	1 (ref.)
尿タンパク						
－	18,375	121,353.4	2,577,842,654	21,242	1 (ref.)	1 (ref.)
＋	140	927.1	27,942,143	30,141	1.34 (1.18-1.51)	1.16 (1.03-1.30)
2＋	36	242.4	7,319,923	30,202	1.41 (1.11-1.79)	1.10 (0.88-1.38)
3＋	10	60.5	4,636,603	76,651	3.13 (2.07-4.75)	2.06 (1.38-3.07)
糖代謝						
正常型	15,789	104,068.0	2,083,573,240	20,021	1 (ref.)	1 (ref.)
境界型	1,638	10,969.0	264,706,948	24,132	1.11 (1.07-1.16)	1.05 (1.01-1.09)
糖尿病型または治療中	1,134	7,546.3	269,461,135	35,708	1.66 (1.59-1.73)	1.47 (1.41-1.53)
血圧						
正常	9,407	61,344.0	1,057,420,850	17,238	1 (ref.)	1 (ref.)
正常高値	2,609	17,380.7	333,423,726	19,184	1.03 (0.99-1.06)	1.01 (0.98-1.04)
高血圧または治療中	6,545	43,858.6	1,226,896,747	27,974	1.40 (1.37-1.44)	1.32 (1.29-1.35)

注) aMER: 年齢調整医療費比, mMER: 多変量調整医療費比, CI: 信頼区間

項目	人数	追跡人年	保険点数	1人あたり 点数	aMER(95%CI)		mMER(95%CI)	
LDL-C								
<80	665	4,252.3	98,753,527	23,223	0.95	(0.92-0.98)	1.19	(1.12-1.26)
80~119	5,666	36,990.7	744,742,050	20,133	1	(ref.)	1	(ref.)
120~139	4,192	27,710.9	540,008,690	19,487	1.05	(1.02-1.08)	0.94	(0.91-0.97)
≥140または治療中	8,038	53,629.4	1,234,237,056	23,014	1.04	(1.04-1.04)	1.01	(0.98-1.03)
BMI								
<18.5	1,125	7,320.6	142,477,850	19,463	1.00	(0.95-1.05)	0.99	(0.95-1.04)
18.5~24.9	13,014	85,973.3	1,735,849,461	20,191	1	(ref.)	1	(ref.)
≥25.0	4,422	29,289.5	739,414,012	25,245	1.22	(1.19-1.25)	1.09	(1.06-1.11)

注) aMER:年齢調整医療費比, mMER:多変量調整医療費比, CI:信頼区間

(5) 総医療費の医療費比（男性）

項目	人数	追跡人年	保険点数	1人あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
問1 現在の健康状態はどうか						
とてもよい	3,039	20,220.5	575,633,106	28,468	1 (ref.)	1 (ref.)
まあよい	11,095	73,810.3	2,418,677,394	32,769	1.16 (1.12-1.21)	1.14 (1.10-1.19)
あまりよくない	1,084	7,043.3	334,073,952	47,432	1.68 (1.57-1.79)	1.53 (1.43-1.64)
よくない	85	519.8	31,664,477	60,913	2.48 (2.03-3.02)	1.88 (1.54-2.30)
問2 塩分を控えることに関して、何か実行していますか						
現在実行している	7,240	48,324.1	1,747,624,805	36,165	1.00 (1.00-1.00)	1 (ref.)
現在は実行していない	4,944	32,738.1	1,047,693,745	32,002	0.96 (0.92-0.99)	0.95 (0.91-0.99)
実行したことはない	3,119	20,531.8	564,730,379	27,505	0.90 (0.87-0.94)	0.92 (0.87-0.96)
問3 魚、肉、卵、乳製品、野菜などをバランスよく摂るように気をつけていますか						
現在実行している	10,432	69,538.3	2,406,305,963	34,604	1 (ref.)	1 (ref.)
現在は実行していない	2,999	19,767.6	613,429,535	31,032	1.01 (0.97-1.05)	1.02 (0.98-1.07)
実行したことはない	1,872	12,288.1	340,313,431	27,695	0.97 (0.93-1.02)	1.01 (0.95-1.07)
問4.1 魚は食べますか						
毎日食べる	1,855	12,443.7	459,702,144	36,943	0.96 (0.91-1.01)	0.97 (0.91-1.02)
週5~6回	2,259	15,084.5	517,944,807	34,336	0.96 (0.91-1.01)	0.97 (0.92-1.02)
週3~4回	6,710	44,720.1	1,490,176,422	33,322	0.96 (0.93-1.00)	0.99 (0.95-1.03)
週1~2回	4,348	28,505.7	867,745,949	30,441	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	131	839.9	24,479,607	29,147	1.15 (0.97-1.36)	1.14 (0.96-1.36)
問4.2 肉は食べますか						
毎日食べる	433	2,906.3	96,627,271	33,247	0.97 (0.88-1.06)	0.93 (0.84-1.03)
週5~6回	1,127	7,388.7	230,833,376	31,241	0.97 (0.91-1.03)	1.00 (0.94-1.06)
週3~4回	5,814	38,599.6	1,195,789,671	30,979	0.94 (0.91-0.97)	0.98 (0.94-1.01)
週1~2回	7,548	50,232.4	1,750,923,063	34,856	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	381	2,466.8	85,875,548	34,812	1.03 (0.93-1.13)	0.96 (0.87-1.06)
問4.3 植物油を使った料理は食べますか						
毎日食べる	322	2,140.8	74,607,526	34,851	0.97 (0.87-1.08)	0.98 (0.88-1.10)
週5~6回	791	5,184.2	171,354,597	33,053	0.98 (0.91-1.05)	0.98 (0.91-1.05)
週3~4回	3,766	24,957.2	776,284,556	31,105	0.95 (0.92-0.99)	0.95 (0.92-0.99)
週1~2回	9,778	65,023.3	2,177,436,143	33,487	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	646	4,288.5	160,366,107	37,395	1.08 (1.00-1.17)	1.03 (0.96-1.12)
問4.4 牛乳または乳製品は食べますか						
毎日食べる	4,996	33,401.6	1,205,140,452	36,080	1.01 (0.97-1.06)	1.08 (1.03-1.12)
週5~6回	1,609	10,717.9	354,034,318	33,032	0.97 (0.92-1.02)	1.02 (0.96-1.08)
週3~4回	2,577	17,054.9	564,324,334	33,089	1.03 (0.98-1.08)	1.06 (1.02-1.12)
週1~2回	4,341	28,666.0	874,580,142	30,509	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	1,780	11,753.6	361,969,683	30,796	0.96 (0.91-1.01)	0.93 (0.88-0.98)
問4.5 大豆製品は食べますか						
毎日食べる	4,513	30,232.8	1,086,133,296	35,926	0.97 (0.93-1.02)	0.98 (0.94-1.04)
週5~6回	2,879	19,146.3	644,496,727	33,662	0.98 (0.94-1.04)	1.00 (0.95-1.05)
週3~4回	4,848	32,190.6	1,026,287,004	31,882	0.99 (0.94-1.03)	0.99 (0.95-1.04)
週1~2回	2,961	19,362.7	585,565,559	30,242	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	102	661.6	17,566,343	26,551	1.02 (0.84-1.23)	0.86 (0.71-1.05)

注) aMER: 年齢調整医療費比, mMER: 多変量調整医療費比, CI: 信頼区間

項目	人数	追跡人年	保険点数	1人年あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
問 4.6 果物は食べますか						
毎日食べる	3,569	23,945.3	877,037,508	36,627	0.99 (0.94-1.03)	1.00 (0.95-1.04)
週5~6回	2,332	15,573.4	541,530,450	34,773	1.01 (0.97-1.06)	1.04 (0.99-1.09)
週3~4回	4,002	26,644.1	911,732,735	34,219	1.06 (1.01-1.10)	1.09 (1.04-1.13)
週1~2回	4,544	29,914.3	880,997,809	29,451	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	856	5,516.8	148,750,427	26,963	1.03 (0.96-1.11)	1.01 (0.94-1.09)
問 5 みそ汁は飲みますか						
1日3杯以上	1,266	8,460.3	280,518,220	33,157	1.05 (0.98-1.12)	1.10 (1.03-1.18)
1日2杯	5,019	33,529.5	1,151,020,900	34,329	1.10 (1.04-1.15)	1.09 (1.04-1.15)
1日1杯	5,493	36,370.2	1,242,683,710	34,168	1.08 (1.03-1.14)	1.07 (1.02-1.12)
週1~6杯	2,305	15,278.1	447,011,039	29,258	1 (ref.)	1 (ref.)
あまり飲まない	1,220	7,955.9	238,815,060	30,017	1.11 (1.04-1.19)	1.07 (1.00-1.15)
問 6 卵は食べますか						
1日2個以上	173	1,129.1	36,217,591	32,076	1.10 (0.95-1.27)	1.01 (0.87-1.17)
1日1個	2,994	19,788.2	674,303,565	34,076	1.00 (0.96-1.04)	0.99 (0.95-1.03)
週に3~6個	5,645	37,528.5	1,188,535,759	31,670	0.96 (0.92-0.99)	0.97 (0.93-1.00)
週に1~2個	5,397	35,962.3	1,208,367,085	33,601	1 (ref.)	1 (ref.)
あまり食べない	1,094	7,185.8	252,624,929	35,156	1.08 (1.01-1.15)	1.06 (1.00-1.13)
問 7 野菜は食べますか						
1日3回以上	2,035	13,729.3	502,569,545	36,606	0.97 (0.92-1.03)	1.00 (0.94-1.06)
1日2回	4,530	30,279.9	1,053,029,161	34,777	0.94 (0.90-0.99)	0.96 (0.92-1.01)
1日1回	4,847	32,165.3	1,019,009,010	31,680	0.95 (0.91-1.00)	0.97 (0.92-1.01)
週1~6回	3,099	20,246.5	618,923,692	30,569	1 (ref.)	1 (ref.)
あまり食べない	792	5,173.0	166,517,521	32,190	1.06 (0.99-1.15)	1.00 (0.93-1.08)
問 8 ついついお腹いっぱい食べるほうですか						
はい	7,574	50,244.9	1,571,347,344	31,274	0.97 (0.94-1.00)	0.98 (0.95-1.01)
いいえ	7,729	51,349.0	1,788,701,585	34,834	1 (ref.)	1 (ref.)
問 9 食べる速さはどうですか						
かなり速い	1,134	7,474.7	237,768,377	31,810	1.08 (1.02-1.15)	1.06 (1.00-1.13)
やや速い	5,587	37,048.7	1,174,292,163	31,696	1.01 (0.97-1.04)	0.99 (0.96-1.02)
ふつう	7,120	47,447.3	1,605,424,359	33,836	1 (ref.)	1 (ref.)
やや遅い	1,293	8,518.5	299,305,739	35,136	1.00 (0.95-1.06)	1.01 (0.96-1.07)
かなり遅い	169	1,104.7	43,258,291	39,158	1.07 (0.92-1.23)	0.99 (0.86-1.15)
問 10 あなたは週に何日位お酒を飲みますか						
毎日	5,754	38,373.8	1,223,470,439	31,883	0.92 (0.89-0.96)	0.91 (0.87-0.95)
週5~6日	1,932	12,838.8	414,149,582	32,258	0.91 (0.86-0.96)	0.90 (0.85-0.95)
週3~4日	1,392	9,290.0	292,657,134	31,502	0.93 (0.87-0.98)	0.90 (0.85-0.96)
週1~2日	1,160	7,638.9	237,417,453	31,080	0.90 (0.85-0.96)	0.90 (0.85-0.96)
月に1~3日	1,070	7,082.4	236,670,787	33,417	1.00 (0.94-1.07)	1.00 (0.94-1.07)
やめた(1年以上やめている)	438	2,756.4	143,250,510	51,971	1.60 (1.46-1.75)	1.49 (1.36-1.63)
ほとんど飲まない(飲めない)	3,557	23,613.6	812,433,024	34,405	1 (ref.)	1 (ref.)
問 12 この1か月間、あなたはたばこを吸っていますか						
毎日吸う	4,391	28,776.6	871,371,367	30,281	1.10 (1.06-1.14)	1.11 (1.07-1.15)
ときどき吸ってる	278	1,800.7	62,781,591	34,864	1.15 (1.02-1.29)	1.11 (0.99-1.24)
今は(この1ヶ月間未満)吸っていない	415	2,782.3	96,069,616	34,529	1.04 (0.95-1.14)	1.02 (0.93-1.12)
今は(この1ヶ月間以上)吸っていない	2,178	14,413.0	488,438,354	33,889	1.11 (1.06-1.16)	1.10 (1.05-1.15)
まったく吸ったことがない	8,041	53,821.3	1,841,388,001	34,213	1 (ref.)	1 (ref.)

注) aMER: 年齢調整医療費比, mMER: 多変量調整医療費比, CI: 信頼区間

項目	人数	追跡人年	保険点数	1人年あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
問 14 余暇でスポーツや運動は平均して 1週間にどのくらいしていますか						
7 時間以上	1,862	12,531.1	457,357,014	36,498	0.94 (0.90-0.99)	1.02 (0.96-1.07)
5~6 時間	1,914	12,825.2	463,731,846	36,158	0.98 (0.93-1.03)	1.00 (0.94-1.05)
3~4 時間	2,649	17,701.3	609,586,127	34,437	0.99 (0.94-1.03)	1.01 (0.96-1.05)
1~2 時間	2,988	19,770.3	699,466,728	35,380	1.08 (1.03-1.13)	1.08 (1.03-1.13)
ほとんどしない	5,890	38,765.9	1,129,907,214	29,147	1 (ref.)	1 (ref.)
問 15 日常生活の中で、室内または戸外 で歩く時間は平均して1日にどのく らいですか						
2 時間以上	3,901	26,052.1	803,642,562	30,847	0.94 (0.88-1.00)	1.01 (0.95-1.08)
1 時間以上~2 時間未満	4,135	27,695.0	934,609,119	33,747	0.96 (0.89-1.02)	1.00 (0.93-1.07)
30 分以上~1 時間未満	4,141	27,408.2	970,828,581	35,421	1.06 (0.99-1.13)	1.09 (1.01-1.16)
30 分位	2,099	13,767.1	453,591,139	32,947	1.03 (0.96-1.11)	1.04 (0.97-1.12)
ほとんどしない	1,027	6,671.4	197,377,528	29,585	1 (ref.)	1 (ref.)
問 16 睡眠時間は平均して何時間ですか						
10 時間以上	152	1,009.5	44,938,029	44,515	1.39 (1.19-1.61)	1.30 (1.12-1.51)
9 時間位	975	6,492.1	273,458,246	42,121	1.15 (1.08-1.23)	1.13 (1.06-1.20)
8 時間位	4,123	27,438.7	930,663,818	33,918	1 (ref.)	1 (ref.)
7 時間位	5,202	34,769.5	1,124,179,729	32,332	0.98 (0.94-1.02)	0.98 (0.95-1.02)
6 時間位	3,649	23,980.3	733,343,363	30,581	0.95 (0.91-1.00)	0.93 (0.89-0.98)
5 時間位	1,097	7,232.3	230,206,547	31,830	0.99 (0.93-1.06)	0.95 (0.89-1.02)
4 時間以下	105	671.5	23,259,197	34,636	1.04 (0.87-1.26)	0.87 (0.72-1.06)
問 17 この1か月間、睡眠が充分とれてい ますか						
充分取れている	5,519	36,680.2	1,252,804,286	34,155	1 (ref.)	1 (ref.)
まあまあとれている	8,533	56,743.0	1,840,694,908	32,439	1.00 (0.96-1.03)	0.99 (0.96-1.03)
あまりとれていない	1,230	8,051.7	261,655,596	32,497	1.07 (1.01-1.14)	1.03 (0.97-1.11)
全くとれていない	21	119.0	4,894,139	41,131	1.33 (0.88-2.03)	1.11 (0.73-1.69)
問 18 いびきをかきますか						
毎日	2,943	19,535.9	638,174,226	32,667	1.10 (1.05-1.16)	1.02 (0.97-1.08)
ときどき	7,364	48,845.9	1,622,546,365	33,218	1.05 (1.01-1.10)	1.03 (0.99-1.07)
ほとんどかかない	3,299	21,967.4	705,777,750	32,128	1 (ref.)	1 (ref.)
わからない	1,697	11,244.7	393,550,588	34,999	1.08 (1.02-1.15)	1.04 (0.98-1.10)
問 19 睡眠中に息が止まる、又は、いびき が急に止まると言われたことがあり ますか						
よく言われる	690	4,551.5	151,505,308	33,287	1.09 (1.01-1.17)	1.02 (0.94-1.11)
ときどき言われる	1,212	8,060.1	278,236,683	34,520	1.12 (1.06-1.19)	1.04 (0.98-1.10)
たまに言われる	2,645	17,517.0	617,450,398	35,249	1.09 (1.05-1.13)	1.06 (1.01-1.10)
言われたことがない	10,756	71,465.4	2,312,856,540	32,363	1 (ref.)	1 (ref.)
問 20 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						
ほぼ毎日	5,427	36,134.8	1,194,288,923	33,051	0.97 (0.92-1.01)	1.01 (0.96-1.06)
週に1~5 回程度	6,656	44,193.8	1,460,879,615	33,056	0.98 (0.94-1.03)	1.00 (0.96-1.05)
月に1~3 回程度	2,344	15,482.9	506,497,143	32,713	1 (ref.)	1 (ref.)
ほとんどない	876	5,782.4	198,383,248	34,308	1.08 (1.00-1.16)	1.01 (0.94-1.09)
問 21 仕事上または生活上で「ストレス」 を感じるがありますか						
大いにある	538	3,462.4	95,416,963	27,558	1.16 (1.06-1.27)	1.07 (0.97-1.18)
かなりある	1,814	11,805.7	328,377,202	27,815	1.03 (0.97-1.09)	0.94 (0.88-1.00)
少しある	8,897	59,191.5	1,923,968,895	32,504	1.00 (0.96-1.04)	0.96 (0.93-1.00)
ほとんどない	4,054	27,134.4	1,012,285,869	37,306	1 (ref.)	1 (ref.)

注) aMER: 年齢調整医療費比, mMER: 多変量調整医療費比, CI: 信頼区間

項目	人数	追跡年	保険点数	1人年あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
問 22 この1か月間、気分が沈み込んで、 何が起っても気が晴れないように 感じましたか						
いつも	119	742.3	27,774,930	37,418	1.47 (1.23-1.75)	0.89 (0.73-1.08)
たいてい	240	1,508.8	40,941,285	27,135	1.06 (0.93-1.20)	0.80 (0.70-0.92)
ときどき	1,996	13,052.2	424,081,949	32,491	1.11 (1.05-1.16)	1.02 (0.96-1.08)
少しだけ	5,961	39,452.3	1,301,705,848	32,994	1.07 (1.04-1.11)	1.05 (1.01-1.09)
まったくない	6,987	46,838.3	1,565,544,917	33,424	1 (ref.)	1 (ref.)
問 23 この1か月間、何をしても骨折 りだと感じましたか						
いつも	154	979.3	39,370,988	40,202	1.61 (1.38-1.87)	1.26 (1.07-1.49)
たいてい	286	1,822.9	65,458,523	35,910	1.29 (1.15-1.45)	1.14 (1.01-1.29)
ときどき	2,180	14,314.8	488,507,228	34,126	1.14 (1.08-1.19)	1.04 (0.98-1.10)
少しだけ	6,486	43,095.4	1,416,923,989	32,879	1.06 (1.02-1.09)	1.02 (0.99-1.06)
まったくない	6,197	41,381.5	1,349,788,201	32,618	1 (ref.)	1 (ref.)
問 24 「生きがい」をどの程度感じていま すか						
大いに感じている	1,926	12,806.9	445,892,931	34,817	1 (ref.)	1 (ref.)
感じている	9,217	61,466.4	2,006,802,123	32,649	0.97 (0.93-1.02)	0.95 (0.90-0.99)
あまり感じていない	3,951	25,996.5	861,087,849	33,123	1.07 (1.02-1.13)	0.99 (0.94-1.05)
全く感じていない	209	1,324.1	46,266,026	34,941	1.28 (1.11-1.47)	1.19 (1.04-1.37)
問 25 家族、友達または知り合いと話をす る機会はありますか						
毎日	10,699	71,358.7	2,304,890,057	32,300	1 (ref.)	1 (ref.)
週 5～6 回	1,506	9,966.2	350,436,823	35,163	1.08 (1.02-1.14)	1.07 (1.02-1.13)
週 3～4 回	1,610	10,595.3	373,008,996	35,205	1.06 (1.00-1.11)	1.04 (0.99-1.10)
週 1～2 回	1,031	6,754.9	231,025,521	34,201	1.05 (0.99-1.12)	0.99 (0.93-1.06)
あまりない	457	2,918.9	100,687,532	34,494	1.19 (1.09-1.30)	1.08 (0.98-1.19)
問 26 困ったときや助けが必要なときに、 力になってくれる人がいると思いま すか						
大いに思う	2,644	17,550.6	598,680,734	34,112	1 (ref.)	1 (ref.)
思う	10,142	67,463.4	2,236,077,711	33,145	0.95 (0.91-0.99)	0.92 (0.88-0.96)
あまり思わない	2,305	15,174.4	478,766,598	31,551	0.94 (0.89-1.00)	0.85 (0.80-0.91)
全く思わない	212	1,405.6	46,523,886	33,099	0.99 (0.87-1.14)	0.86 (0.75-0.99)
問 27 ボランティアをしていますか						
している	3,446	23,111.9	795,052,170	34,400	0.96 (0.93-1.00)	0.98 (0.94-1.01)
していない	11,857	78,482.0	2,564,996,759	32,683	1 (ref.)	1 (ref.)
尿タンパク						
－	14,850	98,649.0	3,197,834,928	32,416	1 (ref.)	1 (ref.)
＋	319	2,095.2	101,798,901	48,587	1.46 (1.32-1.62)	1.22 (1.10-1.35)
2＋	102	645.8	41,888,744	64,863	1.93 (1.61-2.30)	1.48 (1.25-1.76)
3＋	32	204.0	18,526,356	90,825	2.67 (1.96-3.62)	2.07 (1.52-2.81)
糖代謝						
正常型	11,937	79,209.7	2,362,483,368	29,826	1 (ref.)	1 (ref.)
境界型	1,452	9,714.0	362,247,556	37,291	1.15 (1.09-1.21)	1.11 (1.06-1.17)
糖尿病型または治療中	1,914	12,670.2	635,318,005	50,143	1.57 (1.50-1.64)	1.44 (1.38-1.51)
血圧						
正常	6,166	40,651.1	1,079,664,230	26,559	1 (ref.)	1 (ref.)
正常高値	2,381	15,847.8	464,052,654	29,282	1.06 (1.01-1.11)	1.07 (1.02-1.12)
高血圧または治療中	6,756	45,095.0	1,816,332,045	40,278	1.29 (1.25-1.34)	1.26 (1.22-1.31)

注) aMER: 年齢調整医療費比, mMER: 多変量調整医療費比, CI: 信頼区間

項目	人数	追跡人年	保険点数	1人あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
LDL-C						
<80	1,312	8,576.8	344,074,514	40,117	1.33 (1.25-1.40)	1.28 (1.21-1.35)
80~119	6,314	42,088.9	1,386,287,106	32,937	1 (ref.)	1 (ref.)
120~139	3,450	22,892.3	704,329,770	30,767	0.95 (0.91-0.99)	0.96 (0.92-1.00)
≥140または治療中	4,227	28,035.9	925,357,539	33,006	1.04 (1.00-1.08)	1.00 (0.96-1.04)
BMI						
<18.5	400	2,614.7	94,726,590	36,229	1.15 (1.04-1.26)	1.11 (1.01-1.22)
18.5~24.9	10,133	67,422.1	2,150,533,763	31,897	1 (ref.)	1 (ref.)
≥25.0	4,770	31,557.2	1,114,788,576	35,326	1.15 (1.11-1.19)	1.07 (1.04-1.11)

注) aMER:年齢調整医療費比, mMER:多変量調整医療費比, CI:信頼区間

(6) 総医療費の医療費比（女性）

項目	人数	追跡人年	保険点数	1人あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
問1 現在の健康状態はどうか						
とてもよい	3,168	20,946.2	476,431,546	22,745	1 (ref.)	1 (ref.)
まあよい	13,893	91,843.3	2,492,734,751	27,141	1.20 (1.16-1.24)	1.14 (1.10-1.18)
あまりよくない	1,420	9,305.8	392,791,920	42,209	1.88 (1.78-1.98)	1.62 (1.53-1.72)
よくない	80	487.9	30,206,289	61,907	3.07 (2.56-3.68)	2.14 (1.78-2.57)
問2 塩分を控えることに関して、何か実行していますか						
現在実行している	13,418	89,334.3	2,570,568,146	28,775	1.00 (1.00-1.00)	1 (ref.)
現在は実行していない	3,681	23,928.8	608,349,451	25,423	0.98 (0.94-1.01)	0.99 (0.95-1.02)
実行したことはない	1,462	9,320.3	213,246,909	22,880	0.96 (0.91-1.00)	0.98 (0.92-1.03)
問3 魚、肉、卵、乳製品、野菜などをバランスよく摂るように気をつけていますか						
現在実行している	15,392	102,134.0	2,880,194,961	28,200	1 (ref.)	1 (ref.)
現在は実行していない	2,367	15,271.3	391,460,861	25,634	1.02 (0.99-1.07)	0.98 (0.94-1.02)
実行したことはない	802	5,178.0	120,508,684	23,273	0.98 (0.91-1.04)	0.96 (0.89-1.03)
問4.1 魚は食べますか						
毎日食べる	2,153	14,502.4	447,234,596	30,839	1.00 (0.96-1.05)	1.00 (0.95-1.05)
週5~6回	3,116	20,901.5	624,869,238	29,896	1.04 (0.99-1.08)	1.05 (1.00-1.09)
週3~4回	8,598	57,027.7	1,568,110,759	27,497	0.97 (0.94-1.00)	1.00 (0.97-1.03)
週1~2回	4,572	29,421.9	734,610,078	24,968	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	122	729.8	17,339,835	23,760	1.16 (0.99-1.37)	1.03 (0.88-1.22)
問4.2 肉は食べますか						
毎日食べる	548	3,634.1	113,020,282	31,100	1.08 (1.01-1.17)	1.04 (0.96-1.12)
週5~6回	1,599	10,445.6	277,990,668	26,613	0.99 (0.94-1.03)	0.99 (0.95-1.04)
週3~4回	8,090	53,468.1	1,425,293,192	26,657	0.95 (0.93-0.98)	0.97 (0.94-1.00)
週1~2回	7,681	50,809.6	1,459,436,683	28,724	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	643	4,225.9	116,423,681	27,550	1.00 (0.93-1.08)	0.94 (0.88-1.01)
問4.3 植物油を使った料理は食べますか						
毎日食べる	390	2,550.2	75,233,341	29,501	1.00 (0.92-1.10)	0.96 (0.88-1.05)
週5~6回	874	5,789.1	168,650,668	29,132	1.02 (0.96-1.09)	0.96 (0.91-1.02)
週3~4回	3,907	25,645.2	698,910,466	27,253	0.99 (0.96-1.03)	0.98 (0.95-1.01)
週1~2回	12,315	81,473.4	2,232,883,468	27,406	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	1,075	7,125.5	216,486,563	30,382	1.08 (1.03-1.14)	1.07 (1.02-1.13)
問4.4 牛乳または乳製品は食べますか						
毎日食べる	8,193	54,420.5	1,564,019,883	28,740	1.04 (1.00-1.07)	1.06 (1.02-1.10)
週5~6回	2,598	17,121.9	476,967,477	27,857	1.06 (1.01-1.11)	1.08 (1.03-1.13)
週3~4回	3,413	22,568.9	607,825,796	26,932	1.03 (0.98-1.07)	1.05 (1.01-1.10)
週1~2回	3,398	22,088.4	564,337,377	25,549	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	959	6,383.7	179,013,973	28,042	1.05 (0.98-1.12)	0.98 (0.92-1.04)
問4.5 大豆製品は食べますか						
毎日食べる	6,991	46,822.7	1,361,866,412	29,086	0.94 (0.90-0.98)	0.93 (0.89-0.98)
週5~6回	4,330	28,470.7	783,880,770	27,533	0.93 (0.89-0.97)	0.93 (0.89-0.98)
週3~4回	5,068	33,282.4	878,203,961	26,386	0.92 (0.88-0.96)	0.92 (0.88-0.97)
週1~2回	2,101	13,546.3	357,584,204	26,397	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	71	461.2	10,629,159	23,047	0.99 (0.80-1.22)	0.89 (0.72-1.10)

注) aMER: 年齢調整医療費比, mMER: 多変量調整医療費比, CI: 信頼区間

項目	人数	追跡人年	保険点数	1人年あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
問 4.6 果物は食べますか						
毎日食べる	7,131	47,754.8	1,411,566,480	29,559	1.00 (0.96-1.04)	1.03 (0.99-1.07)
週5~6回	3,474	23,088.0	645,360,756	27,952	1.00 (0.96-1.05)	1.04 (1.00-1.09)
週3~4回	4,492	29,529.8	786,804,052	26,644	0.98 (0.94-1.03)	1.01 (0.97-1.05)
週1~2回	3,063	19,699.4	487,767,569	24,761	1 (ref.)	1 (ref.)
食べない	401	2,511.4	60,665,649	24,156	1.12 (1.02-1.23)	1.00 (0.91-1.10)
問 5 みそ汁は飲みますか						
1日3杯以上	831	5,605.9	152,150,423	27,141	0.98 (0.92-1.05)	1.01 (0.94-1.08)
1日2杯	5,378	35,853.1	1,035,501,847	28,882	1.03 (0.99-1.07)	1.05 (1.01-1.10)
1日1杯	7,479	49,555.4	1,380,348,610	27,855	0.99 (0.95-1.03)	1.00 (0.96-1.04)
週1~6杯	3,039	19,700.2	512,461,598	26,013	1 (ref.)	1 (ref.)
あまり飲まない	1,834	11,868.7	311,702,028	26,262	1.03 (0.98-1.08)	0.99 (0.94-1.04)
問 6 卵は食べますか						
1日2個以上	79	505.0	12,519,834	24,791	0.82 (0.67-1.01)	0.83 (0.68-1.00)
1日1個	3,084	20,295.4	590,479,138	29,094	1.04 (1.00-1.08)	1.03 (0.99-1.07)
週に3~6個	7,335	48,451.1	1,274,679,380	26,309	0.95 (0.92-0.98)	0.97 (0.94-1.00)
週に1~2個	6,465	42,751.1	1,205,886,641	28,207	1 (ref.)	1 (ref.)
あまり食べない	1,598	10,580.8	308,599,513	29,166	1.02 (0.98-1.08)	1.03 (0.98-1.08)
問 7 野菜は食べますか						
1日3回以上	4,003	27,015.4	794,126,504	29,395	0.96 (0.91-1.00)	0.99 (0.94-1.04)
1日2回	6,981	46,437.3	1,306,234,926	28,129	0.96 (0.92-1.00)	0.99 (0.95-1.04)
1日1回	4,862	31,703.1	843,142,538	26,595	0.97 (0.93-1.02)	0.99 (0.95-1.04)
週1~6回	2,207	14,135.9	358,317,338	25,348	1 (ref.)	1 (ref.)
あまり食べない	508	3,291.6	90,343,200	27,447	1.07 (0.98-1.17)	0.99 (0.91-1.08)
問 8 ついついお腹いっぱい食べるほうですか						
はい	10,293	67,822.0	1,853,145,215	27,324	1.03 (1.01-1.06)	0.99 (0.97-1.02)
いいえ	8,268	54,761.3	1,539,019,291	28,104	1 (ref.)	1 (ref.)
問 9 食べる速さはどうですか						
かなり速い	667	4,353.4	114,303,051	26,256	1.08 (1.00-1.16)	1.00 (0.93-1.07)
やや速い	5,265	34,498.9	943,220,304	27,341	1.04 (1.01-1.07)	1.02 (0.99-1.05)
ふつう	10,739	71,175.1	1,987,483,021	27,924	1 (ref.)	1 (ref.)
やや遅い	1,721	11,452.5	311,503,556	27,200	0.97 (0.93-1.02)	0.97 (0.93-1.01)
かなり遅い	169	1,103.4	35,654,574	32,313	1.25 (1.10-1.43)	1.10 (0.97-1.25)
問 10 あなたは週に何日位お酒を飲みますか						
毎日	887	5,769.6	141,995,624	24,611	1.01 (0.95-1.07)	0.97 (0.91-1.03)
週5~6日	593	3,830.7	91,772,132	23,957	0.97 (0.90-1.04)	0.99 (0.92-1.07)
週3~4日	901	5,896.2	139,614,725	23,679	0.85 (0.80-0.90)	0.89 (0.84-0.94)
週1~2日	1,240	8,192.3	215,601,589	26,318	0.96 (0.91-1.01)	0.99 (0.94-1.04)
月に1~3日	1,642	10,770.1	272,433,530	25,295	0.91 (0.87-0.95)	0.93 (0.89-0.97)
やめた(1年以上やめている)	166	1,031.2	32,798,367	31,805	1.40 (1.23-1.61)	1.29 (1.13-1.47)
ほとんど飲まない(飲めない)	13,132	87,093.1	2,497,948,539	28,681	1 (ref.)	1 (ref.)
問 12 この1か月間、あなたはたばこを吸っていますか						
毎日吸う	1,012	6,217.8	153,473,871	24,683	1.17 (1.10-1.24)	1.14 (1.07-1.20)
ときどき吸ってる	156	1,014.1	30,827,095	30,398	1.24 (1.08-1.43)	1.25 (1.09-1.43)
今は(この1ヶ月間未満)吸っていない	164	1,045.1	23,130,237	22,132	0.98 (0.85-1.12)	0.97 (0.85-1.11)
今は(この1ヶ月間以上)吸っていない	585	3,653.9	95,497,524	26,136	1.18 (1.10-1.27)	1.15 (1.07-1.23)
まったく吸ったことがない	16,644	110,652.4	3,089,235,779	27,918	1 (ref.)	1 (ref.)

注) aMER: 年齢調整医療費比, mMER: 多変量調整医療費比, CI: 信頼区間

項目	人数	追跡年	保険点数	1人あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
問 14 余暇でスポーツや運動は平均して 1週間にどのくらいしていますか						
7 時間以上	1,371	9,168.4	263,934,723	28,787	0.94 (0.90-0.99)	1.06 (1.00-1.11)
5~6 時間	1,998	13,507.8	376,389,915	27,865	0.91 (0.87-0.95)	1.00 (0.96-1.05)
3~4 時間	3,806	25,395.1	736,580,294	29,005	1.00 (0.96-1.03)	1.05 (1.02-1.09)
1~2 時間	4,159	27,320.9	783,727,968	28,686	1.01 (0.98-1.05)	1.03 (1.00-1.07)
ほとんどしない	7,227	47,191.0	1,231,531,606	26,097	1 (ref.)	1 (ref.)
問 15 日常生活の中で、室内または戸外 で歩く時間は平均して1日にどのく らいですか						
2 時間以上	5,527	36,671.6	936,296,797	25,532	0.79 (0.75-0.84)	0.86 (0.81-0.92)
1 時間以上~2 時間未満	4,721	31,277.4	877,176,977	28,045	0.85 (0.80-0.90)	0.89 (0.84-0.95)
30 分以上~1 時間未満	4,968	32,949.2	927,641,487	28,154	0.85 (0.80-0.91)	0.89 (0.84-0.95)
30 分位	2,361	15,448.2	471,812,455	30,542	0.95 (0.89-1.02)	0.97 (0.91-1.03)
ほとんどしない	984	6,236.9	179,236,790	28,738	1 (ref.)	1 (ref.)
問 16 睡眠時間は平均して何時間ですか						
10 時間以上	45	280.2	14,387,206	51,340	1.96 (1.53-2.51)	1.82 (1.43-2.32)
9 時間位	412	2,752.0	94,479,493	34,331	1.07 (0.98-1.17)	1.03 (0.95-1.13)
8 時間位	3,148	20,954.7	646,867,299	30,870	1 (ref.)	1 (ref.)
7 時間位	6,490	42,842.8	1,154,886,612	26,956	0.90 (0.87-0.94)	0.93 (0.90-0.97)
6 時間位	6,126	40,512.2	1,052,650,118	25,984	0.90 (0.87-0.93)	0.91 (0.88-0.95)
5 時間位	2,176	14,172.0	400,105,536	28,232	0.99 (0.94-1.04)	0.94 (0.90-0.99)
4 時間以下	164	1,069.4	28,788,242	26,920	0.93 (0.81-1.07)	0.87 (0.76-1.01)
問 17 この1か月間、睡眠が充分とれてい ますか						
充分取れている	5,000	33,173.7	933,577,438	28,142	1 (ref.)	1 (ref.)
まあまあとれている	11,529	76,278.1	2,095,624,216	27,473	1.03 (1.00-1.06)	1.00 (0.97-1.04)
あまりとれていない	1,989	12,855.8	355,246,663	27,633	1.14 (1.09-1.19)	1.02 (0.97-1.08)
全くとれていない	43	275.7	7,716,189	27,984	1.13 (0.86-1.48)	1.02 (0.77-1.34)
問 18 いびきをかきますか						
毎日	1,169	7,806.6	239,664,594	30,700	1.26 (1.20-1.34)	1.12 (1.06-1.18)
ときどき	7,469	49,274.9	1,349,644,670	27,390	1.04 (1.01-1.07)	0.99 (0.96-1.02)
ほとんどかかない	6,057	39,990.1	1,072,416,443	26,817	1 (ref.)	1 (ref.)
わからない	3,866	25,511.8	730,438,799	28,631	1.04 (1.00-1.07)	1.00 (0.97-1.04)
問 19 睡眠中に息が止まる、又は、いびき が急に止まると言われたことがあり ますか						
よく言われる	127	847.7	22,933,471	27,052	1.01 (0.87-1.18)	0.84 (0.72-0.98)
ときどき言われる	277	1,833.1	57,675,829	31,463	1.18 (1.06-1.31)	1.00 (0.90-1.11)
たまに言われる	864	5,725.9	180,726,803	31,563	1.18 (1.11-1.25)	1.04 (0.98-1.11)
言われたことがない	17,293	114,176.5	3,130,828,403	27,421	1 (ref.)	1 (ref.)
問 20 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						
ほぼ毎日	9,114	60,229.7	1,623,861,833	26,961	0.91 (0.86-0.95)	0.98 (0.93-1.03)
週に1~5 回程度	7,486	49,517.0	1,389,363,046	28,058	0.93 (0.89-0.98)	0.97 (0.93-1.02)
月に1~3 回程度	1,472	9,656.1	278,169,699	28,808	1 (ref.)	1 (ref.)
ほとんどない	489	3,180.5	100,769,928	31,683	1.13 (1.03-1.23)	1.01 (0.92-1.11)
問 21 仕事上または生活上で「ストレス」 を感じるがありますか						
大いにある	977	6,238.9	181,521,948	29,095	1.34 (1.26-1.43)	1.09 (1.02-1.18)
かなりある	2,872	18,566.3	505,431,821	27,223	1.18 (1.13-1.24)	1.04 (0.99-1.09)
少しある	11,247	74,580.6	2,038,388,765	27,331	1.05 (1.02-1.09)	1.00 (0.96-1.03)
ほとんどない	3,465	23,197.5	666,821,972	28,745	1 (ref.)	1 (ref.)

注) aMER: 年齢調整医療費比, mMER: 多変量調整医療費比, CI: 信頼区間

項目	人数	追跡年	保険点数	1人あたり 点数	aMER(95%CI)	mMER(95%CI)
問 22 この1か月間、気分が沈み込んで、 何が起っても気が晴れないように 感じましたか						
いつも	206	1,230.3	37,554,977	30,525	1.32 (1.17-1.49)	0.78 (0.68-0.90)
たいてい	357	2,266.6	72,993,347	32,204	1.48 (1.35-1.63)	1.02 (0.92-1.14)
ときどき	3,018	19,736.2	578,727,307	29,323	1.23 (1.19-1.28)	1.05 (1.00-1.10)
少しだけ	7,361	48,477.7	1,342,472,233	27,693	1.09 (1.06-1.13)	1.04 (1.00-1.07)
まったくない	7,619	50,872.6	1,360,416,642	26,742	1 (ref.)	1 (ref.)
問 23 この1か月間、何をしても骨折 りだと感じましたか						
いつも	183	1,128.1	55,317,114	49,036	2.13 (1.88-2.41)	1.52 (1.32-1.74)
たいてい	406	2,637.2	85,904,756	32,574	1.45 (1.33-1.58)	1.10 (0.99-1.21)
ときどき	3,017	19,725.0	593,720,506	30,100	1.26 (1.22-1.31)	1.09 (1.04-1.14)
少しだけ	8,400	55,427.8	1,531,398,272	27,629	1.11 (1.08-1.14)	1.04 (1.00-1.07)
まったくない	6,555	43,665.2	1,125,823,858	25,783	1 (ref.)	1 (ref.)
問 24 「生きがい」をどの程度感じていま すか						
大いに感じている	2,041	13,558.9	378,576,092	27,921	1 (ref.)	1 (ref.)
感じている	11,776	78,097.5	2,158,485,310	27,638	1.03 (0.99-1.08)	0.97 (0.93-1.01)
あまり感じていない	4,543	29,641.3	814,460,500	27,477	1.11 (1.06-1.16)	0.95 (0.90-1.00)
全く感じていない	201	1,285.7	40,642,604	31,611	1.39 (1.22-1.58)	1.00 (0.88-1.15)
問 25 家族、友達または知り合いと話をす る機会はありますか						
毎日	14,178	93,743.9	2,511,423,038	26,790	1 (ref.)	1 (ref.)
週 5~6 回	1,611	10,663.5	336,868,103	31,591	1.09 (1.04-1.14)	1.05 (1.01-1.10)
週 3~4 回	1,644	10,855.5	327,230,995	30,144	1.06 (1.01-1.11)	1.01 (0.96-1.06)
週 1~2 回	833	5,456.7	159,594,358	29,248	1.08 (1.02-1.15)	0.97 (0.91-1.03)
あまりない	295	1,863.6	57,048,012	30,611	1.27 (1.14-1.40)	1.00 (0.89-1.11)
問 26 困ったときや助けが必要なときに、 力になってくれる人がいると思いま すか						
大いに思う	4,809	31,632.4	870,188,342	27,509	1 (ref.)	1 (ref.)
思う	12,257	81,198.5	2,246,474,620	27,666	1.00 (0.97-1.03)	0.97 (0.94-1.00)
あまり思わない	1,385	9,036.2	255,130,122	28,234	1.07 (1.01-1.13)	0.96 (0.90-1.01)
全く思わない	110	716.2	20,371,422	28,443	1.22 (1.03-1.44)	0.89 (0.75-1.05)
問 27 ボランティアをしていますか						
している	3,372	22,599.0	629,368,943	27,849	0.94 (0.91-0.97)	0.98 (0.95-1.01)
していない	15,189	99,984.3	2,762,795,563	27,632	1 (ref.)	1 (ref.)
尿タンパク						
-	18,375	121,353.4	3,340,911,455	27,530	1 (ref.)	1 (ref.)
+	140	927.1	35,798,008	38,615	1.29 (1.12-1.49)	1.13 (0.98-1.30)
2+	36	242.4	9,846,641	40,627	1.43 (1.08-1.89)	1.16 (0.88-1.52)
3+	10	60.5	5,608,402	92,716	2.87 (1.73-4.78)	1.63 (1.01-2.61)
糖代謝						
正常型	15,789	104,068.0	2,703,069,191	25,974	1 (ref.)	1 (ref.)
境界型	1,638	10,969.0	341,957,677	31,175	1.09 (1.05-1.14)	1.04 (0.99-1.09)
糖尿病型または治療中	1,134	7,546.3	347,137,638	46,001	1.65 (1.57-1.74)	1.45 (1.38-1.52)
血圧						
正常	9,407	61,344.0	1,374,473,153	22,406	1 (ref.)	1 (ref.)
正常高値	2,609	17,380.7	431,262,539	24,813	1.01 (0.97-1.04)	1.00 (0.96-1.04)
高血圧または治療中	6,545	43,858.6	1,586,428,814	36,171	1.36 (1.32-1.40)	1.29 (1.25-1.32)

注) aMER: 年齢調整医療費比, mMER: 多変量調整医療費比, CI: 信頼区間

項目	人数	追跡人年	保険点数	1人あたり 点数	aMER(95%CI)		mMER(95%CI)	
LDL-C								
<80	665	4,252.3	132,905,940	31,255	1.24	(1.16-1.34)	1.16	(1.08-1.25)
80~119	5,666	36,990.7	975,618,793	26,375	1	(ref.)	1	(ref.)
120~139	4,192	27,710.9	703,147,713	25,374	0.93	(0.90-0.96)	0.93	(0.90-0.96)
≥140または治療中	8,038	53,629.4	1,580,492,060	29,471	1.00	(0.97-1.03)	0.97	(0.94-1.00)
BMI								
<18.5	1,125	7,320.6	192,143,497	26,247	1.08	(1.03-1.15)	1.05	(0.99-1.10)
18.5~24.9	13,014	85,973.3	2,222,982,386	25,857	1	(ref.)	1	(ref.)
≥25.0	4,422	29,289.5	977,038,623	33,358	1.23	(1.20-1.27)	1.11	(1.08-1.14)

注) aMER:年齢調整医療費比, mMER:多変量調整医療費比, CI:信頼区間

4. 実施要領

健康づくり，介護予防および医療費適正化のための 大規模コホート研究事業実施要領

1. 目的

医療制度改革における医療費適正化対策の一環として，医療保険者には，平成 20 年度から特定健康診査と特定保健指導の実施が義務づけられたのと併せ，健康診査データとレセプトデータの統合分析をもとに，被保険者に対する効果的な保健指導も求められている。

このため，県内の市町村国民健康保険に加入している特定健康診査受診者を対象として，生活習慣や健診成績，特定保健指導と医療費，要介護状態区分などとの関連を調査・分析することにより，生活習慣病予防及び介護予防対策の根拠となる資料を作成するとともに，効果的な保健指導に役立つツールを開発・提供して，健康づくり，介護予防及び医療費の適正化を包括的に推進する。

2. 事業実施主体

茨城県

3. 事業実施部署等

茨城県立健康プラザ，茨城県国民健康保険団体連合会，
公益財団法人 茨城県総合健診協会，公益財団法人 日立メディカルセンター，
公益社団法人 取手市医師会 取手北相馬保健医療センター医師会病院

4. 事業対象地域

特定健康診査の集団健診の実施を，（公財）茨城県総合健診協会，（公財）日立メディカルセンター及び（公社）取手市医師会取手北相馬保健医療センター医師会病院に委託している市町村のうち，本コホート研究に協力が得られる次の市町村を対象地域とする。

なお，平成 22 年度以降に本研究への協力が得られる市町村があった場合には，随時，対象地域を追加する。

対象市町村	土浦市，古河市，下妻市，常総市，北茨城市，笠間市，牛久市，鹿嶋市，筑西市，坂東市，稲敷市，桜川市，行方市，鉾田市，小美玉市，茨城町，大洗町，城里町，東海村，阿見町，八千代町
-------	--

5. 調査対象者

上記 4 の事業対象市町村の国民健康保険加入者で，集団健診により平成 21 年度特定健康診査を受診する者（40 歳～74 歳）のうち，データの提供等について同意が得られた者を調査対象者とする。

なお，平成 22 年度以降に協力が得られる市町村があった場合は，協力が得られる年度の特定健康診査においてデータの提供等に同意が得られた者を調査対象とする。

6. 調査対象とするデータ

- (1) 別紙2「健康づくり、介護予防および医療費適正化のための大規模コホート研究事業」への協力同意書に含まれる、健康に関するアンケートのデータ
- (2) 特定健康診査の成績及び特定保健指導の内容に関するデータ(21年度以降分)
- (3) 国民健康保険の加入状況(死亡年月日・転出年月日)と医療費に関するデータ
- (4) 介護保険の要介護及び要支援認定に関する状況(認定年月日・状態区分)と介護費に関するデータ
- (5) 健康診査の成績(平成5～20年度分)に関するデータ
- (6) 死因に関するデータ

7. 調査対象データの収集方法等

【上記6(1)のデータ】(初年度のみ)

- (1) 対象市町村は、国民健康保険加入者で特定健康診査(集団健診)の対象となる者に平成21年度の受診券を配付する際、別紙1「調査への協力のお願い」及び別紙2「同意書・健康に関するアンケート」を併せて配布する。
- (2) 対象市町村は、特定健康診査(集団健診)の受付等を行う際、データの提供等について協力が得られる受診者から(1)で配付した別紙2を回収する。
- (3) 県は、対象地域の市町村の特定健康診査(集団健診)が終了した後、随時、別紙2を市町村から収集し、県立健康プラザで施錠保管するとともに、電子データを作成する。

【上記6(2)～(4)のデータ】(平成21年度以降、毎年)

- (1) 対象市町村は、国民健康保険者の業務の一環として作成している、特定健康診査成績(検査結果+問診票)と特定保健指導内容に関する電子データ、及び被保険者の加入状況(死亡年月日・転出年月日)と医療費に関する電子データを、茨城県国民健康保険団体連合会に提出する。
- (2) 対象市町村は、介護保険者の業務の一環として作成している、介護保険の要介護・要支援認定に関する状況(認定年月日・状態区分)と介護費に関する電子データを、茨城県国民健康保険団体連合会に提出する。
- (3) 県は、調査対象者に関する(1)、(2)のデータの取得に関し、各対象市町村から同意を得る。
- (4) 茨城県国民健康保険団体連合会は、上記(1)、(2)のデータについて、統合が可能なID等を付したデータセットを作成し、受診者の氏名等を削除した上で県に提供する。
- (5) 県は、提供を受けたデータセットについて、茨城県立健康プラザで調査対象者以外のデータを削除し、調査対象者のデータのみを茨城県立健康プラザ内のスタンドアローンのパソコンに保管する。

【上記6(5)のデータ】(初年度のみ)

- (1) 県は、調査対象者の平成5年から平成20年度分の健康診査データの取得に関し、各対象市町村から同意を得る。
- (2) 各市町村は、委託している健診機関の協力を得て、保有している平成5年以降の健康診査の電子データについて、統合が可能なID等を付したデータセットを作成し、受診者の氏名等を削除した上で県に提供する。
- (3) 県は、提供を受けたデータセットについて、茨城県立健康プラザで調査対象者以外のデ

ータを削除し、調査対象者分のデータのみを茨城県立健康プラザ内のスタンドアローンのパソコンに保管する。

【上記 6 (6) のデータ】(平成 21 年度以降、毎年)

- (1) 県は、人口動態死亡票の目的外使用に関し、総務省の承認を得、死因に関するデータを取得する。
- (2) 茨城県立健康プラザは、調査対象者のうちの死亡者について、市町村コード、生年月日、性別、死亡年月日をキーとして、県から提供を受けた人口動態死亡票との照合を行い、死因の同定を行う。

なお、平成 22 年度以降に協力が得られることになった市町村があった場合には、遡って各データを取得することとする。

8. 調査対象期間及び調査時期

(1) 調査対象期間

平成 21 年度から平成 30 年度(平成 21 年 4 月 1 日～平成 33 年 3 月 31 日)

(2) 調査時期

- ①上記 6 (1) : 平成 21 年 4 月～平成 22 年 2 月
- ②上記 6 (2)～(4) : 各年度の 1 月～3 月
- ③上記 6 (5) : 平成 22 年 1 月～3 月(一部例外有り)
- ④上記 6 (6) : 各年の 3～4 月頃

調査対象期間	調査実施時期	
	死亡・転出の追跡 (住民基本台帳との照合)	死亡者の死因の同定 (人口動態死亡票との照合)
H21 年 4 月～12 月	H26 年 2～3 月	H24 年 3～4 月
H22 年 1 月～12 月		H25 年 3～4 月
H23 年 1 月～12 月		
H24 年 1 月～12 月	H26 年 2～3 月 ^{※1}	H26 年 3～4 月
	H27 年 2～3 月 ^{※2}	
H25 年 1 月～12 月	H26 年 2～3 月 ^{※3}	H27 年 3～4 月
	H27 年 2～3 月 ^{※4}	
H26 年 1 月～12 月	H28 年 2～3 月	H28 年 3～4 月
H27 年 1 月～12 月	H28 年 2～3 月 ^{※5}	H29 年 3～4 月
	H29 年 2～3 月 ^{※6}	
H28 年 1 月～12 月	H29 年 2～3 月 ^{※7}	H30 年 3～4 月
	H30 年 2～3 月 ^{※8}	
H29 年 1 月～12 月	H30 年 2～3 月 ^{※9}	H31 年 3～4 月
	H31 年 2～3 月	
H30 年 1 月～12 月	H31 年 2～3 月	H32 年 3～4 月

※ 1 : 土浦市, 古河市, 下妻市, 常総市, 北茨城市, 笠間市, 鹿嶋市, 筑西市
坂東市, 稲敷市, 大洗町, 八千代町

- ※ 2 : 牛久市, 桜川市, 行方市, 鉾田市, 小美玉市, 茨城町, 城里町, 東海村, 阿見町
- ※ 3 : 下妻市, 筑西市, 大洗町, 八千代町
- ※ 4 : 土浦市, 古河市, 常総市, 北茨城市, 笠間市, 牛久市, 鹿嶋市, 坂東市, 稲敷市, 桜川市, 行方市, 鉾田市, 小美玉市, 茨城町, 城里町, 東海村, 阿見町
- ※ 5 : 土浦市, 古河市, 下妻市, 常総市, 北茨城市, 笠間市, 牛久市, 鹿嶋市, 筑西市, 坂東市, 稲敷市, 桜川市, 行方市, 鉾田市, 小美玉市, 茨城町, 大洗町, 八千代町
- ※ 6 : 城里町, 東海村, 阿見町
- ※ 7 : 土浦市, 古河市, 常総市, 北茨城市, 笠間市, 鹿嶋市, 坂東市, 稲敷市, 桜川市, 行方市, 鉾田市, 小美玉市, 茨城町, 城里町, 東海村, 阿見町
- ※ 8 : 下妻市, 牛久市, 筑西市, 大洗町, 八千代町
- ※ 9 : 土浦市, 古河市, 下妻市, 常総市, 北茨城市, 笠間市, 牛久市, 鹿嶋市, 筑西市, 坂東市, 稲敷市, 桜川市, 行方市, 鉾田市, 大洗町, 八千代町

9. 研究方法

(1) 前向きコホート研究

平成 21 年度の特定健康診査成績, 保健指導内容及び別紙 2 「健康に関するアンケート」をベースラインとして, 国民健康保険の医療費, 介護保険の介護費及び要介護状態区分, 死亡, 高血圧や糖尿病等の生活習慣病の発症 (平成 22 年度以降の健診成績から把握) をエンドポイントとし, 多変量解析により医療費, 介護費や要介護状態区分, 生命予後, 疾病発症と関連する要因について, 定量的評価を行う。

また, 調査開始から数年後に, 郵送により, 対象者の QOL (生活の質) を把握する調査を行い, 生活習慣病の危険因子と QOL との関連について調査することも検討する。

(2) 症例対照研究

調査対象者に平成 5 年～20 年度の健康診査の受診歴がある場合, その結果と平成 21 年度以降の医療費及び要介護状態等との関連について分析する。

10. 集計・解析等

収集したデータについては, 茨城県立健康プラザ健康づくり情報部のコンピュータ室内のパソコンに保管し, 集計・解析を行う。

データの解析にあたっては, 茨城県立健康プラザの嘱託職員及び客員研究員が所属する機関等を共同研究機関として, 協力を得る。

〈共同研究機関〉

- ・大阪大学大学院医学系研究科社会環境医学講座公衆衛生学
- ・自治医科大学地域医療学センター公衆衛生学部門
- ・筑波大学大学院人間総合科学研究科スポーツ医学専攻スポーツ医学分野
- ・筑波大学医学医療系社会健康医学
- ・筑波大学医学医療系循環器内科学
- ・土浦協同病院循環器内科
- ・東京大学大学院総合文化研究科
- ・島根大学人間科学部身体活動・健康科学コース
- ・獨協医科大学医学部公衆衛生学講座

- ・慶應義塾大学医学部衛生学公衆衛生学教室
- ・筑波大学附属病院腎臓内科
- ・筑波大学医学医療系臨床医学域顎口腔外科学

集計・解析の結果等に関しては、健康いばらき推進協議会茨城県健康研究検討部会において評価を行った上で、県民、保健所、市町村に還元する。

11. 目指す成果

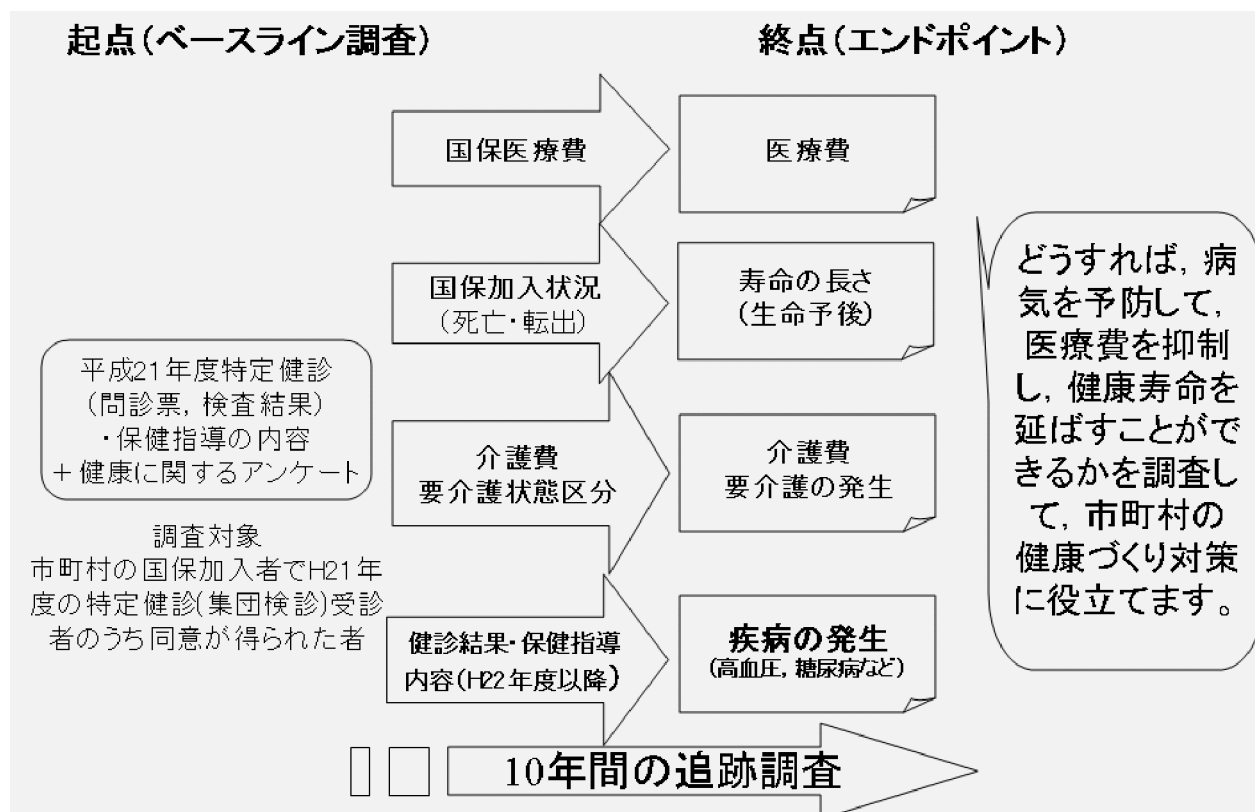
- (1) 生活習慣病予防，介護予防，医療費適正化の観点から，
 - ・ハイリスク者の選択方法（どのような生活習慣や健診結果の受診者をハイリスク者として抽出し，重点的な保健指導を行うべきか）
 - ・ハイリスク者に対する特定保健指導の効果についての基礎資料を作成する。
- (2) 生活習慣や検査値が健康寿命に与える影響，生活習慣が医療費・介護費や生命予後に与える影響，などを予測することのできる保健指導に役立つツールを作成する。

12. その他(成果の公表等)

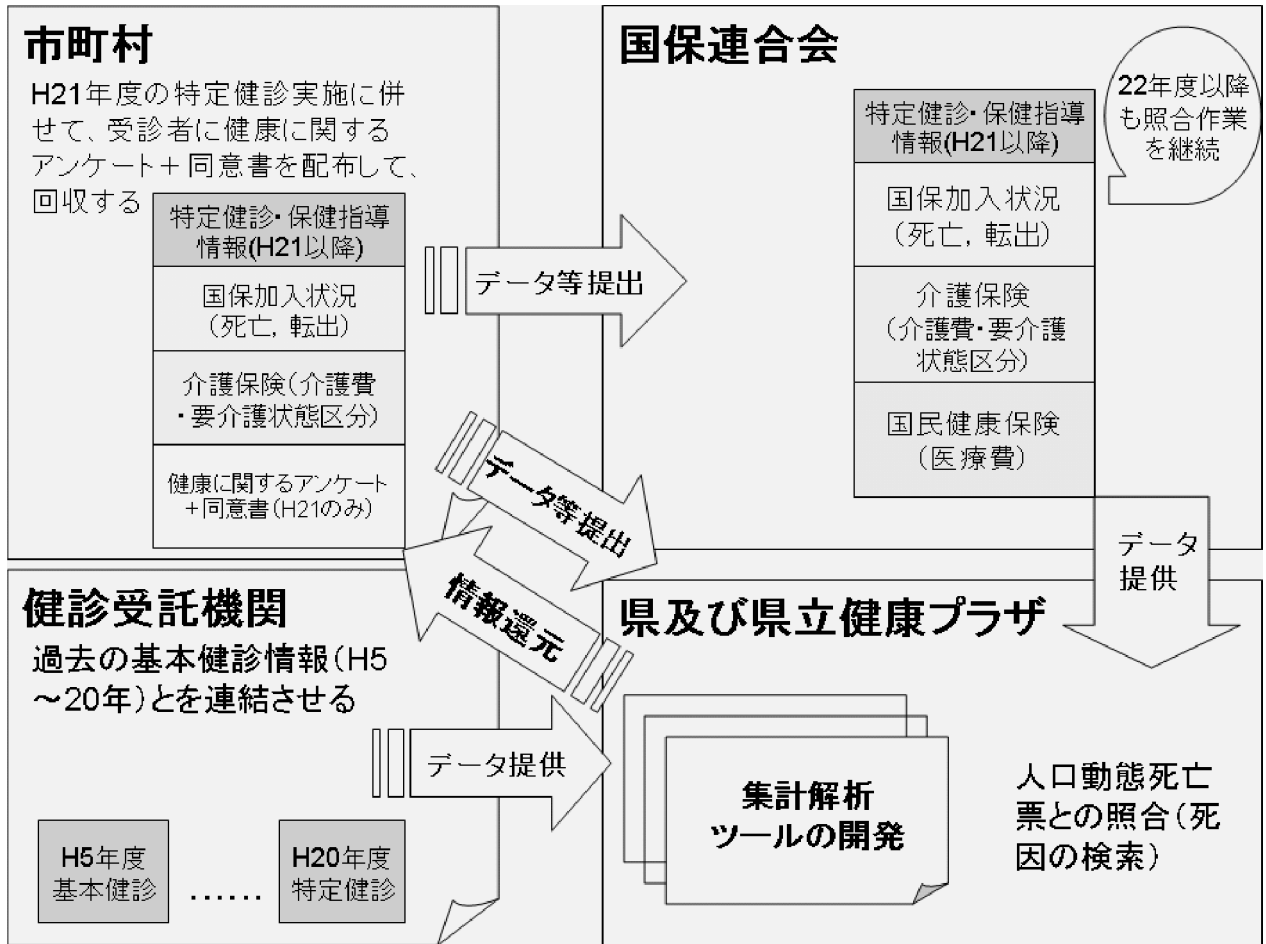
集計解析結果の評価は、健康いばらき推進協議会茨城県健康研究検討部会において行うとともに、研究事業から得られた成果については、協力市町村及び県の事業に活用しやすい形にして還元する。

また、概ね3年ごと(29年度，32年度を予定)に研究報告書を作成する。

【事業概念図】



【データ収集 フロー図】



平成 21 年度特定健康診査
受診者の皆様へ

**「健康づくり、介護予防および医療費適正化のための
大規模コホート研究事業」への協力をお願い**

茨城県では、県民の皆様が、生涯にわたって健康で豊かな生活を送るための健康づくりや介護予防対策を立案することを目的に、大規模コホート研究事業を実施します。

現在、生活習慣病の原因は、食生活、タバコ、アルコール、ストレスなどにあると考えられていますが、まだ十分にはわかっていません。そこで、今回、国民健康保険に加入し、40～74歳の特定健康診査を受診する方を対象として、茨城県独自の調査研究を行い、病気や要介護の発生を予防するための方策を明らかにして、皆様の健康づくり・介護予防に役立てたいと考えました。

生活習慣などと病気・要介護との関連を明らかにするためには、個々人の生活習慣などを調査した後、追跡調査を行っていくことが必要です。そのため、皆様の健康診断の結果（平成5～20年度分と21年度以降の分）、特定保健指導の内容のほか、国民健康保険の加入状況（死亡・転出日）と医療費、介護保険の要介護・要支援認定に関する状況（認定年月日、状態区分）と介護費、死因、について、今後継続的に追跡調査させていただきたいと考えています。更に、数年後には、生活習慣や健康状態に関するアンケート調査を再度実施することも予定しています。これらの追跡調査をもとに、どうすれば病気の予防ができ、健康で長生きできるようになるのかを研究してまいります。

これら研究に利用する情報は、お住まいの市町村を通じて県に提供されることとなりますので、皆様に新たな負担が生じることはありません。

また、県が提供を受けた情報は、茨城県立健康プラザにおいて厳重に管理するとともに、調査研究の結果については、統計解析処理をした上で公表いたしますので、個人のプライバシーは守られます。

以上の趣旨をご理解いただき、大規模コホート研究事業にご協力下さいますようお願いいたします。

なお、ご協力頂ける場合には、同封の「健康づくり、介護予防および医療費適正化のための大規模コホート研究事業」への協力同意書に署名いただくとともに、《健康に関するアンケート》にもご回答下さいますようお願いいたします。

*この大規模コホート研究事業への協力の有無は、個人の自由意思によるものであり、回答を拒否したり、途中から協力を中止したりした場合でも、不利益を受けることはありません。但し、途中から協力中止の申し出があった場合は、それ以前に提供を受けた情報に関しては継続して利用させていただきますので、ご了承ください。



茨城県

【事業についての問い合わせ、協力を中止する際の連絡先】

茨城県保健福祉部保健予防課 健康づくりグループ

TEL 029-301-3229

茨城県立健康プラザ 企画情報部

TEL 029-243-4216

コホート研究とは：一定の調査対象集団を定め、この集団について一定期間将来へ向かって対象者の健康状態や疾患の発生状態を調べて、どのような因子や所見を持っている人がどのような疾患に罹りやすいかを調べるものです。

※ これまで茨城県では、平成10年度から、「健診受診者生命予後追跡調査事業」を実施して、基本健康診査結果などの健診情報と死亡との関連を調査して、茨城県独自の「脳卒中危険度予測ツール」や「糖尿病危険度予測シート」などを開発しています。

脳卒中危険度予測ツールは、健康診断の結果を入力すると、自分が将来、脳卒中で死亡するリスクの大きさが予測できるものです。

5年予測	年齢	65	性別	<input checked="" type="radio"/> 男 <input type="radio"/> 女	氏名	茨城 太郎	グラフ表示	脳卒中
------	----	----	----	--	----	-------	-------	-----

	あなたの値	県民の平均値	望ましい値
身長(cm)	181	159.8	59.6kg以上
体重(kg)	80	58.9	70kg未満
BMI	23.1	23.1	23以上27未満
最高血圧(収縮期血圧)(mmHg)	185	130	120以下
高血圧治療 内服中	<input type="radio"/> はい <input checked="" type="radio"/> いいえ	いいえ	
尿蛋白	(-)	(-)	(-)
総コレステロール (mg/dl)	200	190	160-219
HDLコレステロール (mg/dl)	120	52	40以上
GOT(AST) (IU/l)	37	27	49以下
GPT(ALT) (IU/l)	48	22	49以下
クレアチニン(mg/dl)	0.8	1.0	0.5-0.9
血糖値(mg/dl)	140	105	日時間未満 200未満 日時間以上 126未満
食後から採血までの時間 8時間	<input type="radio"/> 未満 <input checked="" type="radio"/> 以上	日時間以上	
糖尿病内服治療中	<input type="radio"/> はい <input checked="" type="radio"/> いいえ	いいえ	いいえ
現在喫煙状況 喫煙	<input checked="" type="radio"/> あり <input type="radio"/> なし	なし	なし
アルコール (1日あたり日本酒換算)	~1合	飲まない	2合未満

あなたの死亡率は、望ましい値の2.7倍です

「検査値が望ましい値の人にと比べると、あなたの死亡率は2.7倍」
……リスクの大きさを数字で表示

現在値を確定

糖尿病危険度予測シートは、健康診断の結果をもとに、糖尿病リスクスコア(個人の糖尿病発症を予測するスコア)を算出し、将来、糖尿病にどのくらいかかりやすいかを3カテゴリー(ふつう、やや危険、とっても危険)で表示するものです。

日時: 2008年 4月 20日

メタボリックシンドローム改善のための糖尿病危険度予測シート

男性用

このシートは糖尿病の発症前の40歳~69歳の男性用に作成されています。すでに疾患のある方は生活習慣について医師と相談されることをお勧めします。

生年月日: 1955年 8月 9日 年齢: 52歳 氏名: 茨城 太郎

検査項目	値	点数
BMI	<19.0	0.8
	19.0-20.9	0.9
	21.0-22.9	1.0
	23.0-24.9	1.1
	25.0-26.9	1.2
27.0-29.9	1.3	
30.0以上	1.4	
空腹時血糖	<80	0.5
	80-89	0.6
	90-99	0.8
	100-109	0.8
	110-119	1.2
	120-129	1.4
	130-139	1.8
	140-149	2.2
	150-159	2.7
	160-169	3.4
170-179	4.2	
180-189	5.2	
190-199	6.4	
200	10.0	
空腹時HbA1c	<5.7	0.0
	5.7-6.4	0.5
	6.5-7.4	1.0
	7.5-8.4	1.5
	8.5以上	2.0
空腹時HbA1c	<1.0	0.0
	1.0-1.29	0.9
	1.30-1.39	1.1
	1.40-1.49	1.3
	1.50以上	1.5
空腹時HbA1c	<1.0	0.0
	1.0-1.29	0.9
	1.30-1.39	1.1
	1.40-1.49	1.3
	1.50以上	1.5
空腹時HbA1c	<1.0	0.0
	1.0-1.29	0.9
	1.30-1.39	1.1
	1.40-1.49	1.3
	1.50以上	1.5

①×②×③×④×⑤×⑥ = 1.87

点数	判定
1.0未満	A
1.0以上1.5未満	B
1.5以上	C

※ BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) × 身長(m)
 ※ 非空腹時採血で、HbA1cを測定し、結果は、空腹時血糖値を換算して「非空腹」として下さい。

判定の解説

A ふつう
 将来糖尿病になる可能性は高くありません。ただし、日本人はもともと糖尿病になりやすい生活習慣が気をつけましょう。

B やや危険
 将来糖尿病になる可能性が高く、生活習慣を改善する必要があります。保健師等に相談して下さい。

C とっても危険
 すでに糖尿病を発症しているか、将来糖尿病になる可能性が高いため、早急に生活習慣を改善する必要があります。保健師や管理栄養士と話し、適切な食生活や運動を実施しましょう。

注意 検査項目の中で「C」域に入っている項目がひとつある方は、医療機関を受診されることをお勧めします。

基本情報チェック

質問	回答
◆腰囲(両側)は85cm以上ですか?	<input checked="" type="radio"/> はい <input type="radio"/> いいえ
◆BMIは25以上ですか?	<input checked="" type="radio"/> はい <input type="radio"/> いいえ
◆20歳の時の体重から10kg以上増加していますか?	<input checked="" type="radio"/> はい <input type="radio"/> いいえ
◆この1年間で、体重が3kg以上増えましたか?	<input checked="" type="radio"/> はい <input type="radio"/> いいえ
あなたの血圧で糖尿病にかかったことがありますか?	<input type="radio"/> はい <input checked="" type="radio"/> いいえ
あなたの家族に糖尿病にかかったことがありますか?	<input type="radio"/> はい <input checked="" type="radio"/> いいえ
この3ヵ月間に、いびきをかきましたか?	<input type="radio"/> はい <input checked="" type="radio"/> いいえ

◆この質問に1つ以上「はい」と答えた人は、体重の5%の減量を勧めましょう。

現在の体重 80.0 kg × 0.05 = 4.0 kgの減量

生活習慣チェック

改善	質問項目	回答
○	食事の栄養バランスを考えて食べていますか?	<input checked="" type="radio"/> あまり考えない <input type="radio"/> たまに考える <input type="radio"/> いつも考える
	毎朝の2杯以内の夕食を食べることができていますか?	<input checked="" type="radio"/> 3回以上 <input type="radio"/> 2回未満 <input type="radio"/> ほとんどない
○	朝食を1日1回とりますか?	<input checked="" type="radio"/> 3回以上 <input type="radio"/> 2回 <input type="radio"/> 1回以下
	朝食はほとんど食べません。朝食はほとんど食べません。	<input checked="" type="radio"/> 多い <input type="radio"/> 少し多い <input type="radio"/> 少し食べない <input type="radio"/> 食べない
○	夕食を食べますか?	<input checked="" type="radio"/> よく食べる <input type="radio"/> たまに食べる <input type="radio"/> あまり食べない
	よく噛んで食べますか?	<input checked="" type="radio"/> あまり噛まない <input type="radio"/> 少し噛んでいる <input type="radio"/> よく噛んでいる
○	ながら食いをすることがありますか?	<input checked="" type="radio"/> 多い <input type="radio"/> たまに <input type="radio"/> ほとんどない
	おなかいっぱい食べますか?	<input checked="" type="radio"/> いつも食べる <input type="radio"/> たまに食べる <input type="radio"/> 腹八分
○	菓物を1日1回とりますか?	<input checked="" type="radio"/> 3回以上 <input type="radio"/> 2回 <input type="radio"/> 1回以下

改善できそうな項目に○印をつけましょう。
 ※すでに疾患のある方は生活習慣について医師と相談されることをお勧めします。

※ 茨城県健診受診者生命予後追跡調査の詳細は、茨城県立健康プラザのホームページ (<http://www.hsc-i.jp>) をご覧ください。

事務局使用欄	特定健診受診番号又は整理番号

「健康づくり、介護予防および医療費適正化のための 大規模コホート研究事業」への協力同意書

茨城県保健福祉部長 殿

私は、別紙「健康づくり、介護予防および医療費適正化のための大規模コホート研究事業への協力のお願ひ」の内容を理解し、以下の項目について同意して研究に協力します。

1. 茨城県が、健康診断の結果(平成 5～20 年度分、及び 21 年度以降の分)、特定保健指導の内容、国民健康保険の加入状況(死亡・転出日)と医療費、介護保険の要介護及び要支援認定に関する状況(認定年月日、状態区分)と介護費、死因、に関するデータを、市町村から提供を受けること。
2. 数年後、生活習慣や健康状態についてのアンケート調査を実施する場合があること。
3. 茨城県が提供を受けたデータは、茨城県立健康プラザで管理して疫学研究に利用され、統計解析した結果が公表されること。
4. 研究事業への協力の判断は、茨城県保健予防課若しくは茨城県立健康プラザへ連絡することで撤回可能であること。但し、途中から協力中止の申し出をした場合でも、それ以前に提供されたデータについては継続して利用されること。

平成 年 月 日

署名(お名前をご記入ください): _____

以下の《健康に関するアンケート》にもご記入いただき、受診券とあわせて、健診日に忘れずにお持ちください。

《健康に関するアンケート》

以下の質問について、あてはまるものに○印をつけてください。

○健康状態についてお聞きします。

問 1. 現在の健康状態はどうですか？

- | | | | |
|----------|---------|------------|---------|
| 1) とてもよい | 2) まあよい | 3) あまりよくない | 4) よくない |
|----------|---------|------------|---------|

○食習慣についてお聞きします。

問 2. 塩分を控えることに関して、何か実行していますか？

(例えば、おかずの味付けを薄くする。みそ汁やつけものを減らす、めん類の汁を残す、味がついたものにはしょう油をかけない等)

- | | | |
|-------------|---------------|--------------|
| 1) 現在実行している | 2) 現在は実行していない | 3) 実行したことはない |
|-------------|---------------|--------------|

問 3. 魚、肉、卵、乳製品、野菜などをバランスよく摂るように気をつけていますか？

- | | | |
|-------------|---------------|--------------|
| 1) 現在実行している | 2) 現在は実行していない | 3) 実行したことはない |
|-------------|---------------|--------------|

問 4. 現在の食生活についておたずねします。次の項目ごとに1つ○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

問 5. みそ汁は飲みますか？

- 1) 1日3杯以上 2) 1日2杯 3) 1日1杯 4) 週1~6杯 5) あまり飲まない

問 6. 卵は食べますか？

- 1) 1日2個以上 2) 1日1個 3) 週に3~6個 4) 週に1~2個 5) あまり食べない

問 7. 野菜(漬け物を除く)食べますか？

- 1) 1日3回以上 2) 1日2回 3) 1日1回 4) 週1~6回 5) あまり食べない

問 8. ついついお腹いっぱい食べるほうですか？

- 1) はい 2) いいえ

問 9. 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 10. あなたは週に何日位お酒(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(飲めない)

(問 10で1, 2, 3, 4, 5と答えた方にお聞きします。)

問 11. 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？

- 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

清酒1合(180ml)は、次の量にほぼ相当します。
ビール・発泡酒中瓶1本(約500ml), 焼酎20度(135ml), 焼酎35度(80ml),
チューハイ7度(350ml), ウィスキーダブル1杯(60ml), ワイン2杯(240ml)

裏面につづく→

問 12 現在(この1ヶ月間)、あなたはたばこを吸っていますか？

- | | | |
|-------------------------|-----------------|-------------------------|
| 1) 毎日吸う | 2) ときどき吸っている | 3) 今は (この1ヶ月間以上) 吸っていない |
| 4) 今は (この1ヶ月間未満) 吸っていない | 5) まったく吸ったことがない | |

(問 12 で 1, 2 と答えた方にお聞きします。)

問 13. あなたは、通常、1日に何本のたばこを吸いますか？(吸っていましたか？)

(「ときどき吸う方」は、吸うときの1日の本数をお答え下さい。)

	本
--	---

○運動に関することについてお聞きします。

問 14. 余暇でスポーツや運動(ウォーキングを含む)は平均して1週間どのくらいしていますか？

- | | | | |
|------------|----------|----------|----------|
| 1) 7時間以上 | 2) 5~6時間 | 3) 3~4時間 | 4) 1~2時間 |
| 5) ほとんどしない | | | |

問 15. 日常生活の中で、室内または戸外で歩く時間は平均して1日にどのくらいですか？

- | | | |
|----------|----------------|----------------|
| 1) 2時間以上 | 2) 1時間以上~2時間未満 | 3) 30分以上~1時間未満 |
| 4) 30分位 | 5) ほとんどしない | |

○休養・ストレス・生きがいについてお聞きします。

問 16. 睡眠時間は平均して何時間ですか？

- | | | | |
|-----------|---------|----------|---------|
| 1) 10時間以上 | 2) 9時間位 | 3) 8時間位 | 4) 7時間位 |
| 5) 6時間位 | 6) 5時間位 | 7) 4時間以下 | |

問 17. この1ヶ月間、睡眠が充分とれていますか？

- | | | |
|-------------|--------------|--------------|
| 1) 充分とれている | 2) まあまあとれている | 3) あまりとれていない |
| 4) 全くとれていない | | |

問 18. いびきをかきますか？

- | | | | |
|-------|---------|-------------|----------|
| 1) 毎日 | 2) ときどき | 3) ほとんどかかない | 4) わからない |
|-------|---------|-------------|----------|

問 19. 睡眠中に息が止まる、又は、いびきが急に止まると言われたことがありますか？

- | | | | |
|-----------|-------------|------------|--------------|
| 1) よく言われる | 2) ときどき言われる | 3) たまに言われる | 4) 言われたことがない |
|-----------|-------------|------------|--------------|

問 20. 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) 週に1~5回程度 | 3) 月に1~3回程度 | 4) ほとんどない |
|---------|-------------|-------------|-----------|

問 21. 仕事上または生活上で「ストレス」を感じることはありますか？

- | | | | |
|----------|----------|---------|-----------|
| 1) 大いにある | 2) かなりある | 3) 少しある | 4) ほとんどない |
|----------|----------|---------|-----------|

問 22. この1ヶ月間、気分が沈み込んで、何が起っても気が晴れないように感じましたか？

- 1) いつも 2) たいてい 3) ときどき 4) 少しだけ 5) まったくない

問 23. この1ヶ月間、何をするのも骨折りだと感じましたか？

- 1) いつも 2) たいてい 3) ときどき 4) 少しだけ 5) まったくない

問 24. 「生きがい」をどの程度感じていますか？

- 1) 大いに感じている 2) 感じている 3) あまり感じていない 4) 全く感じていない

問 25. 家族、友だちまたは知り合いと話をする機会がありますか？

- 1) 毎日 2) 週5~6回 3) 週3~4回 4) 週1~2回 5) あまりない

問 26. 困ったときや助けが必要なときに、力になってくれる人がいると思いますか？

- 1) 大いに思う 2) 思う 3) あまり思わない 4) 全く思わない

問 27. ボランティアをしていますか？

- 1) している 2) していない

問 28. 学校には何歳まで通いましたか？(各種専門学校を含む。)

-

 歳

○以下は、65歳以上の方のみにお聞きします。

問 29. 現在、収入のある仕事(農業も含みます。)をしていますか？

- 1) はい 2) いいえ

問 30. 次のそれぞれの質問について、過去1ヶ月の間はどのようであったか、「はい」又は「いいえ」に○をつけてください。

バスや電車を使って一人で外出できますか？	はい	いいえ
日用品の買い物ができますか？	はい	いいえ
自分で食事の用意ができますか？	はい	いいえ
請求書の支払いができますか？	はい	いいえ
銀行預金、郵便貯金の出し入れができますか？	はい	いいえ

* 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。
記入漏れ等がないか、お確かめのうえ、健診日に受診券と一緒に持ち下さい。

健康づくり，介護予防および医療費適正化のための
大規模コホート研究事業報告書
(調査期間：平成 21 年度～平成 27 年度)

平成 30 年 3 月

茨城県

茨城県立健康プラザ

(公財)茨城県総合健診協会

〒310-0852 茨城県水戸市笠原町 993-2
電話 029-243-4171 FAX: 029-243-9785

Copyright©2018

茨城県，茨城県立健康プラザ，(公財)茨城県総合健診協会. All rights reserved.