

第1章 調査の概要

1. 調査の目的

栄区の高齢化率（平成31年3月末時点）は30.8%であり、横浜市の行政区の中で最も高い値となっています。国立社会保障・人口問題研究所が公表した『日本の地域別将来推計人口』によると、栄区の高齢化率は2040年には40.3%に達することが見込まれています。

高齢期では、メタボリックシンドロームと健康寿命との関連が弱くなるのに対し、フレイル（心身機能の低下によって要介護に陥る危険性が高まっている状態）が中長期的な健康寿命と強く関連します。したがって、今後ますます高齢化が進む中においては、フレイルや認知症予防の視点を取り入れた健康づくりが喫緊の課題といえます。また、65歳時点の心身機能には、すでに大きな個人差がみられることが示されており、中年期における生活実態を把握することの重要性も指摘されています。

このような観点から、栄区と東京都健康長寿医療センターは、栄区の中高齢者が抱える課題や生活実態を明らかにし、その解決策を探るため、「栄区民の健康状態実態調査」を共同で実施しました。本調査結果は、今後実施する取り組みの効果評価を行なう上で、その事前評価としても活用することが可能です。

2. 調査対象者

令和元年8月23日時点で栄区に在住する55-84歳の男女12,600名を年齢階級（55-64歳、65-74歳、75-84歳）と性別によって層化無作為抽出し、調査の対象者としました。表1には、参考値として、7地区別の調査票発送数を示しました。

3. 調査時期および調査方法

令和元年10月8日から9日にかけて、調査票、依頼文書、返信用封筒を上記対象者に郵送しました。令和元年10月28日を第1次締め切りとし、この日までに返送がなかった対象者には返送協力依頼はがきを郵送しました。最終締め切りは令和元年11月8日としました。

4. 調査項目

食習慣や運動習慣が健康状態に影響することはよく知られていますが、他にも

人や社会とのつながり、社会経済状態、地域・社会環境等も健康に影響することが明らかとなっています。

本調査では、健康づくりの重要指標であるフレイルや運動・食・社会活動習慣、精神的健康状態等に加え、下記に示すような幅広い健康関連要因について調査しました。

- 既往歴（高血圧、脂質異常症、心臓病、脳卒中、糖尿病、がん、等）
- 関節痛（肩痛、腰痛、膝痛）
- 基本的な生活習慣（飲酒習慣、喫煙習慣、睡眠時間、等）
- 世帯情報
（婚姻状況、世帯構成、世帯人数、居住年数、居住住宅、等）
- 社会経済状態（教育歴、等価所得、暮らし向き、等）
- 総合的な健康状態（身体的健康、精神的健康、フレイル、日常生活機能、等）
- 運動習慣・体力（運動種目、身体活動量、座位時間、移動能力制限、体力、等）
- 食習慣・栄養（体格指数、食事回数、孤食、食品摂取多様性得点、口腔機能、喫食状況、等）
- 外出・社会参加（外出頻度、地域とのつながり、就労状況、等）
- その他（よこはまウォーキングポイント、かかりつけ医の有無、がん検診受診状況、情報通信機器の利用状況、等）

5. 回収状況と回収率

図1に、最終的な回収状況と有効回答率を示しました。調査対象者12,600名のうち、9,204名から調査票を回収できました（回収率73.0%）。55-64歳の回収数は2,597名（回収率61.8%）、65-84歳の回収数は6,566名（回収率78.2%）であり、極めて高い結果でした。この9,204名のうち、あて名不明者など、計280名を除いた8,924名を有効回答者（有効回答率70.8%）としました。

図2には、7つの自治会・町内会区域の地理的位置を、表1には、参考値として、地区・年齢階級別の発送数と回収数（回収率）および有効回収数（有効回収率）を、表2には性・年齢階級別の回収数と回収率をそれぞれ示しました。

なお、本報告書では、統計学的に意味のある差を「有意な差」と表記しました。

発送

栄区に在住※1する55-84歳の男女12,600名※2

※18月23日のデータ抽出時点
※2性（男性・女性）と年齢層（55-64歳、65-74歳、75-84歳）による層化無作為抽出
55-64歳：4200名、65-74歳：4201名、75-84歳：4199名

回収

9204名
(回収率73.0%)

55-64歳：2597名 (61.8%)
65-84歳：6566名 (78.2%)
※IDが特定可能な9163名

除外280名
入院・入所中、
あて名不明、
無記入など

解析

8924名
(有効回答率70.8%)

55-64歳：2562名 (61.0%)
65-84歳：6362名 (75.7%)

図1 最終的な回収状況と有効回答率



図2 7つの自治会・町内会区域の地理的位置

表1. 地区・年齢階級別発送数と回収数

地区	発送数				回収数(回収率)				有効回収数(有効回収率)			
	55-64歳	65-74歳	75-84歳	計	55-64歳	65-74歳	75-84歳	計	55-64歳	65-74歳	75-84歳	計
豊田地区	1080	990	969	3039	683 (63.2%)	735 (74.2%)	779 (80.4%)	2197 (72.3%)	671 (62.1%)	726 (73.3%)	739 (76.3%)	2136 (70.3%)
笠間地区	629	586	396	1611	391 (62.2%)	439 (74.9%)	316 (79.8%)	1146 (71.1%)	383 (60.9%)	428 (73.0%)	301 (76.0%)	1112 (69.0%)
小菅ヶ谷地区	555	539	518	1612	342 (61.6%)	381 (70.7%)	414 (79.9%)	1137 (70.5%)	339 (61.1%)	374 (69.4%)	396 (76.4%)	1109 (68.8%)
本郷中央地区	689	741	892	2322	421 (61.1%)	567 (76.5%)	736 (82.5%)	1724 (74.2%)	414 (60.1%)	561 (75.7%)	707 (79.3%)	1682 (72.4%)
本郷第三地区	658	545	473	1676	407 (61.9%)	398 (73.0%)	397 (83.9%)	1202 (71.7%)	403 (61.2%)	389 (71.4%)	377 (79.7%)	1169 (69.7%)
上郷西地区	233	313	482	1028	146 (62.7%)	255 (81.5%)	398 (82.6%)	799 (77.7%)	145 (62.2%)	248 (79.2%)	389 (80.7%)	782 (76.1%)
上郷東地区	356	487	469	1312	207 (58.1%)	364 (74.7%)	387 (82.5%)	958 (73.0%)	207 (58.1%)	360 (73.9%)	367 (78.3%)	934 (71.2%)
計	4200	4201	4199	12600	2597 (61.8%)	3139 (74.7%)	3427 (81.6%)	9163 (72.7%)	2562 (61.0%)	3086 (73.5%)	3276 (78.0%)	8924 (70.8%)

・回収数は、回収できた9204名のうち、IDが特定できた9163名の結果(宛名不明を除外)
 ・対象者の抽出は8月23日時点、地区情報は9月1日時点のため、地区別の発送数と回収数は参考値

表 2. 性・年齢階級別回収数と回収率

	55-64歳 (回収率)	65-74歳 (回収率)	75-84歳 (回収率)	計 (回収率)
男性	1200 (57.1%)	1547 (73.7%)	1744 (83.0%)	4491 (71.3%)
女性	1397 (66.5%)	1592 (75.8%)	1683 (80.1%)	4672 (74.1%)
栄区全体	2597 (61.8%)	3139 (74.7%)	3427 (81.6%)	9163

		65-84歳(高齢者全体) (回収率)	
男性		3291 (78.4%)	
女性		3275 (78.0%)	
栄区全体		6566 (78.2%)	

回収数は、回収できた9204名のうち、IDが特定できた9163名の結果
(宛名不明を除外)

