

# お礼状

株式会社 大宝建設 御中

平成 27 年 7 月  
長崎県立大学 看護学科  
学生代表 池田さくら  
石田詩織、岸川ひとみ  
古賀夏子、下村成美、山崎菜実

拝啓

この度は私たちの「しまの健康実習」においてご多忙中にも関わらず丁寧なご対応誠にありがとうございました。

皆様のご厚意によりアンケートにご協力して頂いたことで建設業者の方々の生活習慣や健康について知ることが出来ました。心から感謝申し上げます。今回頂いた貴重な意見を今後の学びに活かして、立派な看護師になれるよう努力して参ります。

まずはお礼を申し上げたくお便りを差し上げました。ありがとうございました。

敬具

追伸

この実習での学びをまとめた発表資料を同封しております。お目を通して頂けると幸いです。



## 新上五島町に暮らす建設業者の健康観 ～糖尿病と健診に焦点をあてて～

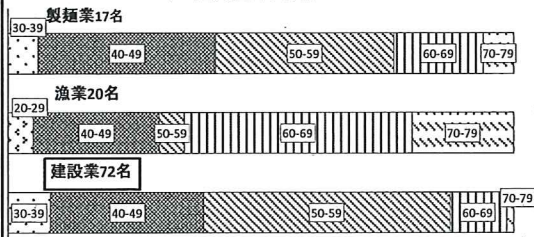


新上五島町 建設班  
現場監督: 立石 憲彦  
土木系女子: 池田さくら 石田詩織 岸川ひとみ  
古賀夏子 下村成美 山崎菜実




【アンケート(全体)より】

### ▼アンケート回答者の年齢層

アンケート対象: 漁業・製麺業・建設業の働き盛り世代の方  
(三種共通の内容)

【地域看護活動実習資料より】



### ◆テーマの選定理由

新上五島町では、糖尿病患者が多い。

	新上五島町	長崎県	国
糖尿病の有病率(%)	26.6	25.2	20.9



↓

糖尿病患者が多いと透析患者が多くなる。  
新上五島町の医療費の増大につながる。

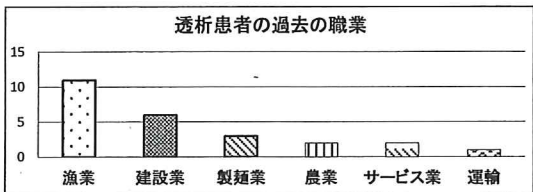



### ◆実習目的・目標

- ①新上五島町で暮らす建設業者の生活習慣を知り、糖尿病の関連因子を検討する
- ②新上五島町で暮らす建設業者の健康観・保健行動を知り、健診の受診率向上につなげる
- ③新上五島町で暮らす健診を受けていない建設業者に簡易健康診断を実施し現状を把握し、健康に対する意識づけにつなげる

### 透析患者の過去の職業は、肉体労働者が多い



【地域看護活動実習資料より】

↓


糖尿病を予防したい

↓

健診の受診率が低い

### ◆実施方法

- 対象者: 新上五島町の建設業者
- 方法
  - ①密着・インタビュー(40～50代の男性4人)  
一人の方の始業時から終業時まで密着、インタビュー
  - ②アンケート(7社、72人、平均年齢46.1歳)
  - ③簡易健診(16人: 20代～60代、平均年齢51.3歳)  
職場に直接訪問  
体組成計(体重・体脂肪率、BMI、体内年齢等)、血圧、血糖、腹囲、問診、教育(水分摂取について)
- インタビュー、アンケートの内容
  - 生活習慣(食事、水分摂取、運動、飲酒、喫煙)
  - 仕事内容(仕事時間、職種)
  - 健康行動(血圧・体重測定、健診の受診状況)
  - 糖尿病に関する知識と意識



### ◆新上五島町の建設業者

会社数: 60社

職種: 土木、建築、港湾、電気、塗装、左官

年齢層: 20-30代が少なく40-60代が多い

保険加入: 大規模会社は社会保険

小規模会社は国民健康保険



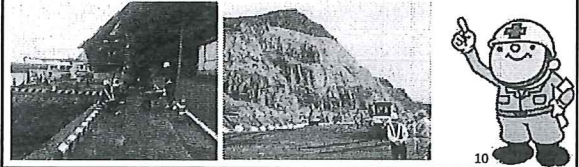
7

【密着取材、アンケート結果より】

### ◆建設業者の1日

例) 50歳男性 Mさん (土木業)

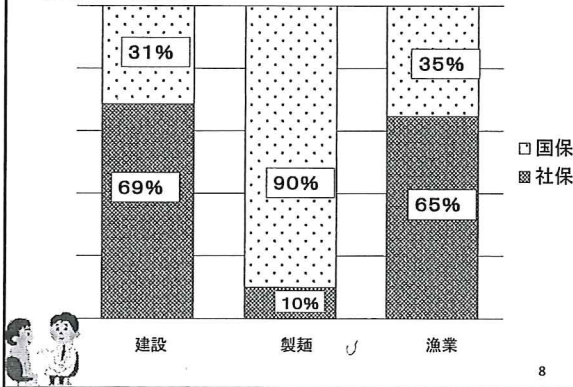
起床	朝食	仕事	休憩	仕事	昼食	仕事	休憩	仕事	夕食	就寝	
6:00	6:30	8:00	10:00	10:20	12:00	13:00	15:00	15:20	17:00	19:00	23:00



10

### ◆保険の種類

【アンケート(全休)より】

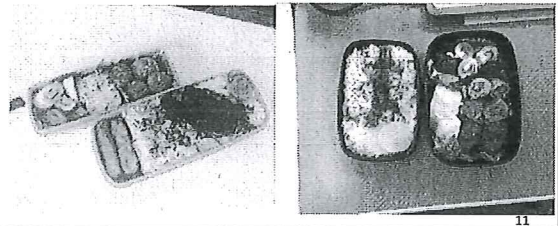


8

【密着取材より】

### ◆食事内容

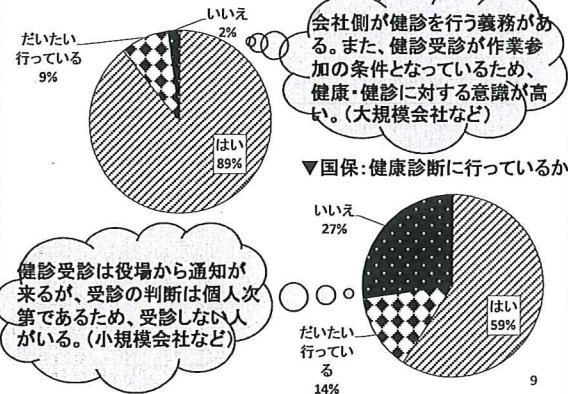
妻帯者: 基本的に食事内容は和食中心。  
バランスのとれた食事内容。



11

### ▼社保: 健康診断に行っているか

【アンケート(建設)より】



9

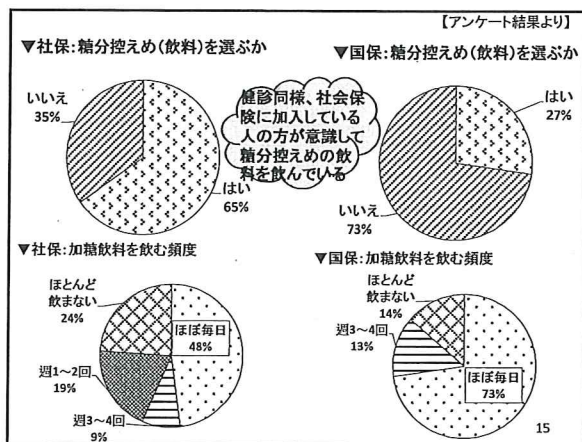
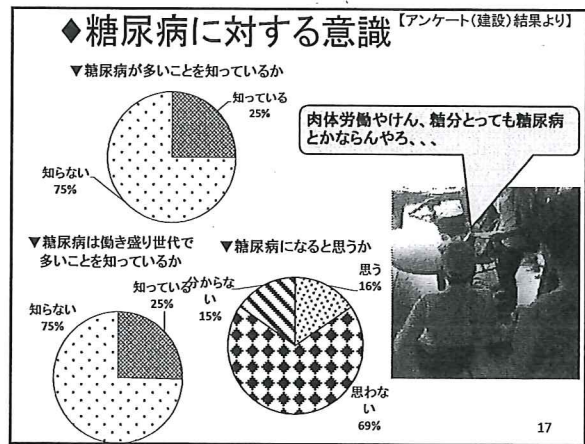
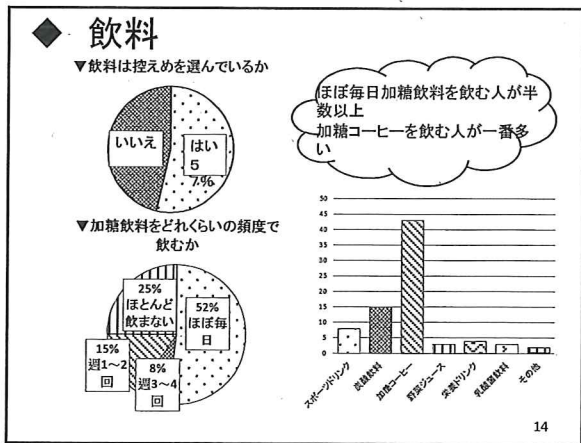
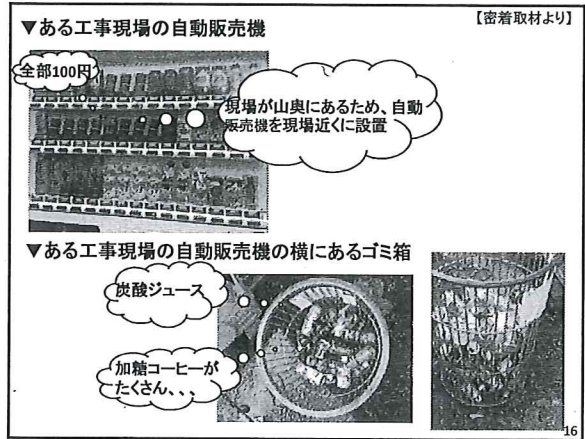
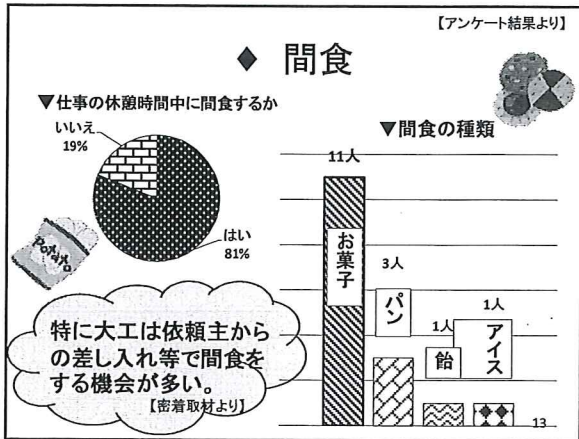
【密着取材より】

### 独身者: 自炊をする機会が少ない。

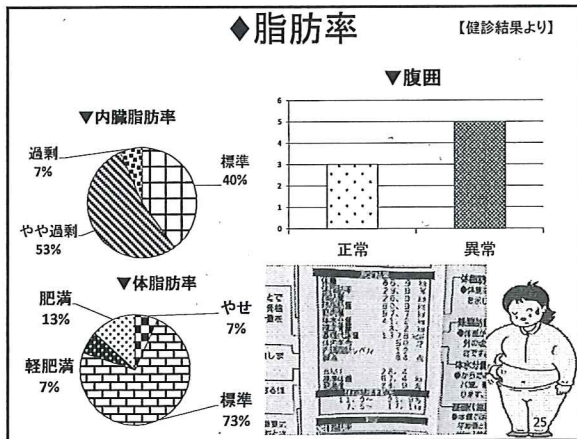
市販のカップラーメンやお弁当など  
個人の好みに合わせたものが多く、  
脂っこいものやカロリーが高いものを食べる。



12







### 課題(糖尿病)

- ①糖尿病に罹患する因子が多い。
- ②意識が低いため、予防行動に移すことができていない。

### 課題(健診)

- ①健診に関する情報が行き渡っていない。
- ②健康に対する意識が低い。
- ③危機感がない。

28

内臓脂肪率、体脂肪率が高い傾向にある。腹囲が基準を少し超えている人が多い。

↓

今後、糖尿病予備軍が増加する可能性が高い

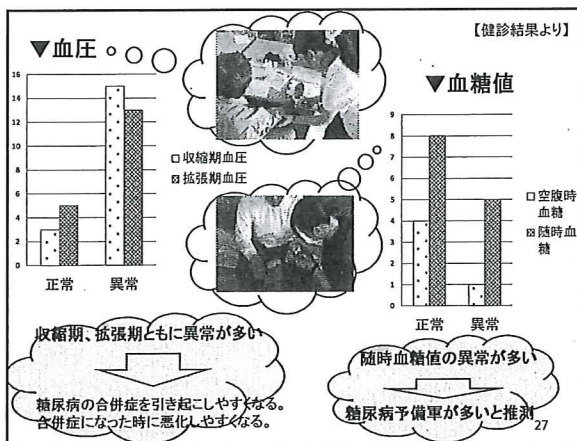
26

【密着取材より】

30代だから健診の対象になってないけん、行く必要ない

精密な検査するとにお金のかかるけんせん

29



### ◆健康になってもらうために

- ①健診をしていない会社に対して、健診を行うためのきっかけ作りが必要  
提案：出張健診を行う。
- ②若年層に対して、予防の必要性を伝える。  
提案：安全講習会などで保健師などの専門家による講話を行う。

30

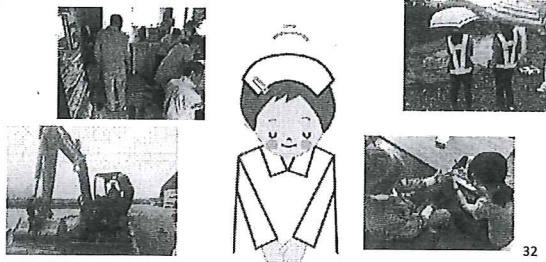
③病院が健診内容と結果からわかることを  
わかりやすく伝える。  
提案:健診結果を看護師や保健師が説明する。

④血圧や体重など自分の家や会社で測定し、  
自身の健康状態を把握してもらう。  
提案:職場への血圧計、体重計の設置を促す。



31

「しまの健康実習」でご指導いただいた  
新上五島町役場の保健師さんをはじめ  
職員の皆様、ご協力いただいた建設業関係者の  
方々、地域住民の皆様に深く感謝申し上げます。



32



33