

令和5年度第16回ヨコハマeアンケート 心臓リハビリテーションに関するアンケート

実施期間 令和5年11月10日（金）から11月20日（月）

事業所管課 医療局 がん・疾病対策課

回答者数 1,245人（回答率：25.9%）

【参考】eアンケートメンバー数 4,798人（11月10日時点）

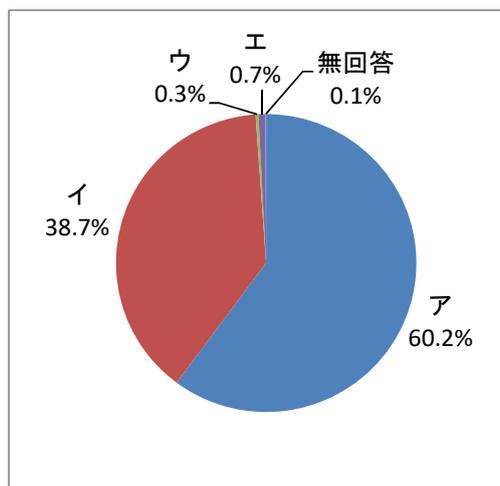
年代別、横浜市内在住・在勤・在学別の回答者構成比

	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上	計
横浜市内在住	0 (0.0%)	14 (1.1%)	78 (6.3%)	181 (14.5%)	371 (29.8%)	324 (26.0%)	268 (21.5%)	1,236 (99.3%)
横浜市内在勤	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (0.1%)	1 (0.1%)	2 (0.2%)	1 (0.1%)	2 (0.2%)	7 (0.6%)
横浜市内在学	1 (0.1%)	1 (0.1%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	2 (0.2%)
計	1 (0.1%)	15 (1.2%)	79 (6.3%)	182 (14.6%)	373 (30.0%)	325 (26.1%)	270 (21.7%)	1,245 (100.0%)

Q1 あなたの性別について教えてください。
(単一選択)

n = 1,245

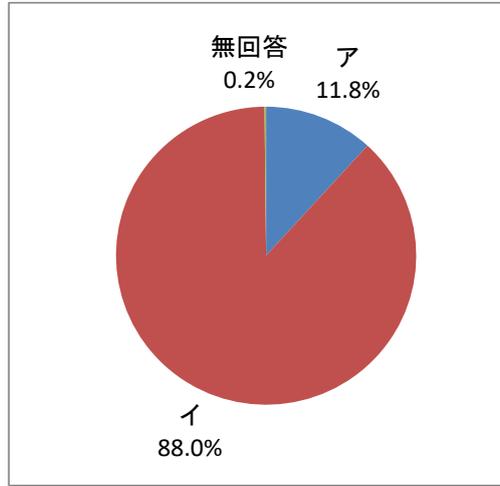
ア	男性	60.2%	749
イ	女性	38.7%	482
ウ	どちらでもない	0.3%	4
エ	答えたくない	0.7%	9
無回答		0.1%	1
		100.0%	1,245



Q2 あなたは心臓の病気と診断されたことはありますか。
(単一選択)

n = 1,245

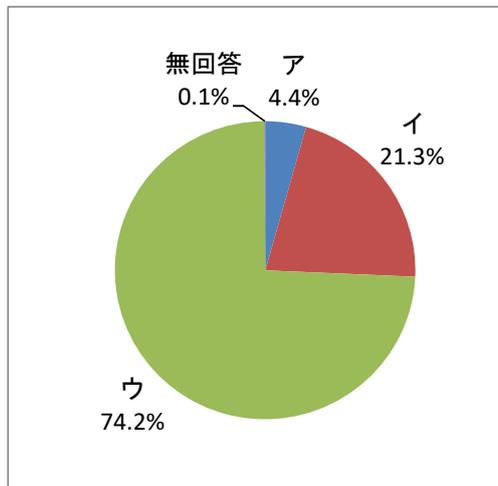
ア	ある	11.8%	147
イ	ない	88.0%	1,096
無回答		0.2%	2
		100.0%	1,245



Q3 横浜市では心臓病の治療の1つである「心臓リハビリテーション」の推進に取り組んでいます。「心臓リハビリテーション」という言葉や治療内容を知っていますか。
(単一選択)

n = 1,245

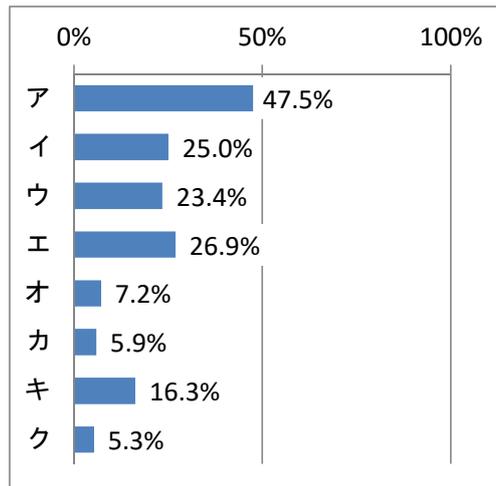
ア	言葉も治療内容についても知っている (Q4へ)	4.4%	55
イ	言葉は聞いたことがあるが、どんな治療内容かは知らない (Q4へ)	21.3%	265
ウ	言葉も治療内容についても知らない (Q5へ)	74.2%	924
無回答		0.1%	1
		100.0%	1,245



Q4 Q3で「ア 言葉も治療内容についても知っている」、「イ 言葉は聞いたことがあるが、どんな治療内容かは知らない」と回答された方にお聞きします。
 「心臓リハビリテーション」という言葉をどちらで聞きましたか。また、治療方法についてもどこで知りましたか。
 (複数選択可)

n = 320

ア	病院・診療所・薬局(医療従事者)	47.5%	152
イ	テレビ・ラジオ	25.0%	80
ウ	新聞・雑誌	23.4%	75
エ	インターネット	26.9%	86
オ	家族・親族	7.2%	23
カ	知人・友人	5.9%	19
キ	広報よこはま(2023年2月号「マンガで知る心臓リハビリテーション」)	16.3%	52
ク	その他	5.3%	17



その他(抜粋)

職場の近くに心臓リハビリのクリニックができたため。

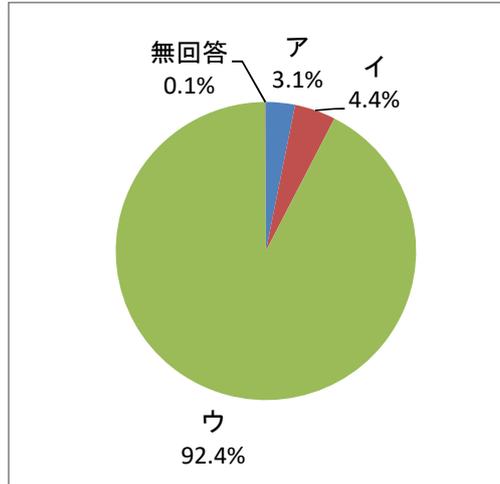
家族が治療を受けていました

横浜市サイト医療局ページ。関連各学会発行のガイドライン・広報物。

Q5 横浜市では市民向けに「心臓リハビリテーションをご存知ですか？」というマンガで分かる心臓リハビリテーション啓発冊子を作成しました。啓発冊子を読んだことはありますか？
【マンガで分かる心臓リハビリテーション啓発冊子】
https://www.city.yokohama.lg.jp/kurashi/kenko-iryo/iryo/gan/cr/rehabilitation.files/0019_20220706.pdf
 (単一選択)

n = 1,245

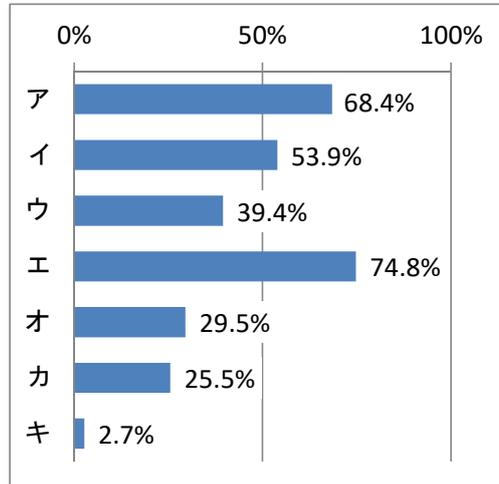
ア	読んだことがある	3.1%	39
イ	冊子については知っているが読んだことはない	4.4%	55
ウ	冊子があることも知らない	92.4%	1,150
無回答		0.1%	1
		100.0%	1,245



Q6 あなたは普段、医療に関する情報を何から得ていますか？
(複数選択可)

n = 1,245

ア	病院・診療所・薬局(医療従事者)	68.4%	852
イ	テレビ・ラジオ	53.9%	671
ウ	新聞・雑誌	39.4%	491
エ	インターネット	74.8%	931
オ	家族・親族	29.5%	367
カ	知人・友人	25.5%	317
キ	その他	2.7%	33



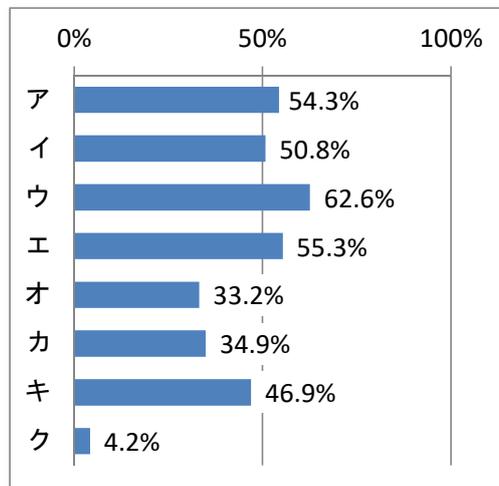
その他(抜粋)

加入している健康保険組合から
横浜市が発行している広報誌
区役所や地域ケアプラザでの配布物

Q7 あなたは心臓等の病気の予防のために普段から取り組んでいることはありますか。
(複数選択可)

n = 1,245

ア	栄養バランスの良い食事	54.3%	676
イ	定期的な運動	50.8%	632
ウ	定期的な健康診断の受診	62.6%	779
エ	たばこを吸わない、やめた	55.3%	689
オ	飲酒をしない、量を減らす	33.2%	413
カ	口腔ケア(定期的な歯科受診、セルフケア等)	34.9%	434
キ	睡眠(睡眠時間の確保、睡眠の質の向上)	46.9%	584
ク	その他	4.2%	52



その他(抜粋)

多少食事を気にしている。
ストレスをためないようにしている。

(抜粋)

<p>まだ「心臓リハビリテーション」を受けたことはありませんが、良い取組だと思いますので、更に充実させて下さい。積極的な広報も必要だと思います。</p>
<p>心拍数が多くなることがよくあり、かかりつけ医に相談しても、検査機器がなく、病院を紹介してくれません。医院の窓口や公共施設で入手できるように配布してほしいです。</p>
<p>心不全患者が全国で増加しているので、早期の段階でこうした心臓リハビリテーションが受けられるような対策が必要だと思う。ただし、あまり対象者を拡大すると、受け入れる施設側がパンクすると思う。在宅介護のように在宅でも取り組めるような、軽症者のためのより簡素にした取組も必要だと思う。</p>
<p>マンガの冒頭にもあるとおりが、心臓が悪いから寝てなさい、という人が多いと思いますが、ある程度の運動は必要だと再認識しました。思い込みが強い人も多いので、このマンガの内容や説明を易しく説明した動画もあると、わかってもらえる人が増えるのではないのでしょうか。</p>
<p>心臓リハビリテーション推進取組や内容を、本アンケートで知ることができました。大病を煩った経験から、このような取組は心身両面で非常に効果的だと思います。この取組は事後プログラムの一つですが、予防の観点からも定期的な循環器健診及び検診プログラムの充実に期待しています。</p>
<p>心臓に関わるというと、高血圧や肥満に由来する病気が多いという印象があります。そして、それらの予防には健康的な生活習慣を心がけることだと思います。心臓リハビリテーションは、名称から具体的にどのような物なのか分かりづらいつ感じます、そして心臓というキーワードから深刻な病気の後のリハビリテーションと最初に思いました。正しい内容の啓蒙方法を検討する必要があると思います。</p>
<p>家族が数年前に心筋梗塞となりました。今は経過観察の状態ですが、悪化する前である今の段階から「心臓リハビリテーション」の情報があることは患者にも家族にも安心材料となると思います。</p>
<p>今回のアンケートで初めて知った。回答前にサイトを閲覧したところ、横浜市大病院のサイトがとても分かりやすく、心臓リハビリテーションのことがよく分かった。だれでも心臓病になる可能性があり、心臓の手術だけで治療が終了ではなく、その後のリハビリテーションによって心身とも質の高い生活を保つことができる大切さを知った。最大週3回の利用を継続できるのは該当者にはとても励みになると思う。自分自身また家族がこのような状態になった時のために、このことを知ったことはとてもプラスになった。多くの市民にこの取り組みを周知してほしい。</p>