

平成23年度 SPS(スポーツ・プログラム・サービス)の受診者の傾向 ～ 一般・高齢者のみの集計 ～

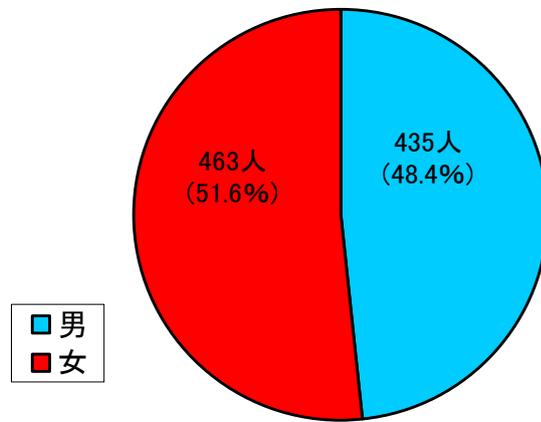
SPS(スポーツ・プログラム・サービス)とは？

SPSは、医学的検査と体力測定をセットで行う「スポーツ版人間ドック」です。一般の健康診断や人間ドックでは行われない運動負荷試験(運動中及び運動前後の心電図や症状から、循環器系疾患の有無を調べ、運動中の突然死を未然に防止するための検査)や各種体力測定を行うのが特徴です。検査結果はすべてその日のうちにお渡しし、その結果に基づいて医師・管理栄養士・スポーツ科学員が適切にアドバイスをを行います。

1 実施回数と受診者数

| | | |
|-------------|----|------|
| 実施回数 (回) | 月 | 20回 |
| | 水 | 28 |
| | 木 | 26 |
| | 金 | 18 |
| | 土 | 22 |
| | 合計 | 114 |
| 受診者数 (人) | 男 | 435人 |
| | 女 | 463 |
| | 合計 | 898 |

受診者に占める男・女の割合



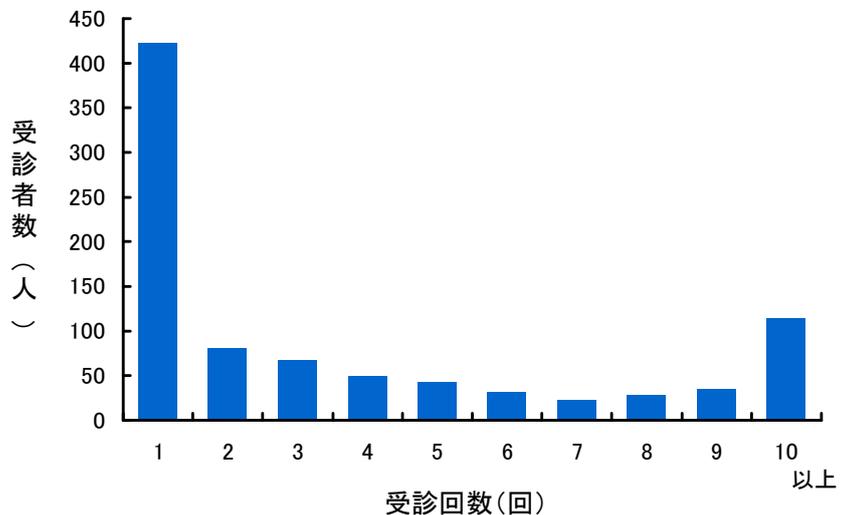
平成23年度はSPSを年間114回実施しました。平日に限らず、土曜日も実施しました。受診者人数は合計で898人となり、男性が435人、女性が463人で男女比はほぼ同じでした。

実施日は、原則実施月の2か月前にホームページ等でお知らせしています。

2 受診者の受診回数(リピート回数)

| | | | |
|------------------|-------|------|---------|
| 受診回数別受診者数 (人) | 1回 | 423人 | (47.1%) |
| | 2 | 81 | (9.0%) |
| | 3 | 68 | (7.6%) |
| | 4 | 50 | (5.6%) |
| | 5 | 43 | (4.8%) |
| | 6 | 32 | (3.6%) |
| | 7 | 23 | (2.6%) |
| | 8 | 29 | (3.2%) |
| | 9 | 35 | (3.9%) |
| | 10回以上 | 114 | (12.7%) |

平成23年度 SPS受診者の受診回数

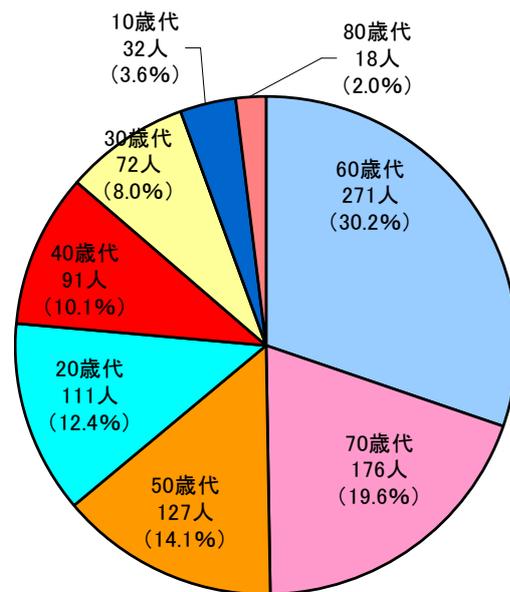


初めて受診されるお客様が約半数を占める中、受診回数が10回を越える方も114名(約12.7%)と非常に多くいらっしゃいました。リピーターのお客様が多いのもSPSの特徴です。

3 年代別の受診者数

| 各年代別受診者数（人） | 年代 | 総数 | 割合 | 性別 | |
|-------------|------|---------|----|------|---|
| | | | | 男 | 女 |
| 10～19歳 | 32人 | (3.6%) | 男 | 20人 | |
| | | | 女 | 12人 | |
| 20～29歳 | 111人 | (12.4%) | 男 | 52人 | |
| | | | 女 | 59人 | |
| 30～39歳 | 72人 | (8.0%) | 男 | 36人 | |
| | | | 女 | 36人 | |
| 40～49歳 | 91人 | (10.1%) | 男 | 46人 | |
| | | | 女 | 45人 | |
| 50～59歳 | 127人 | (14.1%) | 男 | 48人 | |
| | | | 女 | 79人 | |
| 60～69歳 | 271人 | (30.2%) | 男 | 128人 | |
| | | | 女 | 143人 | |
| 70～79歳 | 176人 | (19.6%) | 男 | 90人 | |
| | | | 女 | 86人 | |
| 80～89歳 | 18人 | (2.0%) | 男 | 13人 | |
| | | | 女 | 5人 | |

各年代別受診者数とその割合



60歳代以上の方が半数以上を占める中、20歳代から40歳代の方も全体の30%を数え、幅広い年齢層の方がSPSを受診されています。また、過去には最高で92歳の男性も受診されています。

4 受診者の身体活動水準と受診目的

| ※身体活動水準 | 人数 | 割合 |
|---------|------|---------|
| 5 | 114人 | (12.5%) |
| 4 | 332人 | (36.5%) |
| 3 | 273人 | (30.0%) |
| 2 | 149人 | (16.4%) |
| 1 | 41人 | (4.5%) |

| 受診目的（人） | 人数 | 割合 |
|-----------------------|------------|---------|
| 運動をするための健康診断 | 549 / 898人 | (61.1%) |
| 内科的疾患の予防 | 388 / 898 | (43.2%) |
| 自分に合った運動プログラムを立てて実行する | 387 / 898 | (43.1%) |
| 整形外科的疾患の予防 | 312 / 898 | (34.7%) |
| スポ医科を利用する | 205 / 898 | (22.8%) |
| 競技力向上のため | 110 / 898 | (12.2%) |
| その他 | 105 / 898 | (11.7%) |

※身体活動水準（横浜市スポーツ医科学センター作成）

※3つまでの複数回答

- 5 マラソン、水泳等高強度の運動（スポーツ）を多く含み、週4～5日以上行っている（競技レベル）
- 4 ウォーキング等、低強度の運動を中心に、週4～5日以上運動を行っている（健康運動レベル）
- 3 ウォーキング等低強度の運動を中心に、週2～3日程度定期的に運動を行っている
- 2 週1日は定期的に運動を行っている（ランニング、水泳、ウォーキング、等）
- 1 定期的な運動をほとんど行っていない

SPSを受診される方で、日頃週2～3日以上運動されている方（身体活動水準3以上）は、719人と全体の79.0%を占めていました。受診目的としては「内科的疾患があるけれど、運動してもいいのかな・・・？」「健康づくりのためにこれから運動を始めようと思っているけど、何からはじめたらいいのかな？」という普段運動をされない方も、多く受診されていました。

このように、SPSでは定期的に運動されている方から、ほとんど運動を行っていない方まで運動習慣の有無に関係なく、様々な目的で受診されています。

5 受診者の既往歴および現在治療中の病気

| | | | |
|-----------------------|-------------|-------|---------|
| 既往歴および現在治療中の病気 (人) | 脂質異常症 | 320 人 | (30.9%) |
| | 高血圧 | 184 | (17.8%) |
| | 糖尿病または耐糖能異常 | 111 | (10.7%) |
| | 肝機能障害 | 93 | (9.0%) |
| | 高尿酸血症・痛風 | 68 | (6.6%) |
| | その他 | 259 | (25.0%) |

上位を占めている脂質異常症、高血圧、糖尿病などは生活習慣病に含まれる病気です。これらの疾患を持つ方は、心血管疾患の発症リスクが高くなるといわれています。SPSでは、医学的検査と体力測定をセットで行うので、安心して受診して頂けます。また、SPSでは、お客様の結果に基づいて運動実施の可否や生活習慣等を考慮した運動内容をご紹介します。