

令和6年度 血圧管理サポート事業 アンケート
まとめ（概要）

【実施期間】 令和6年11月～令和7年2月

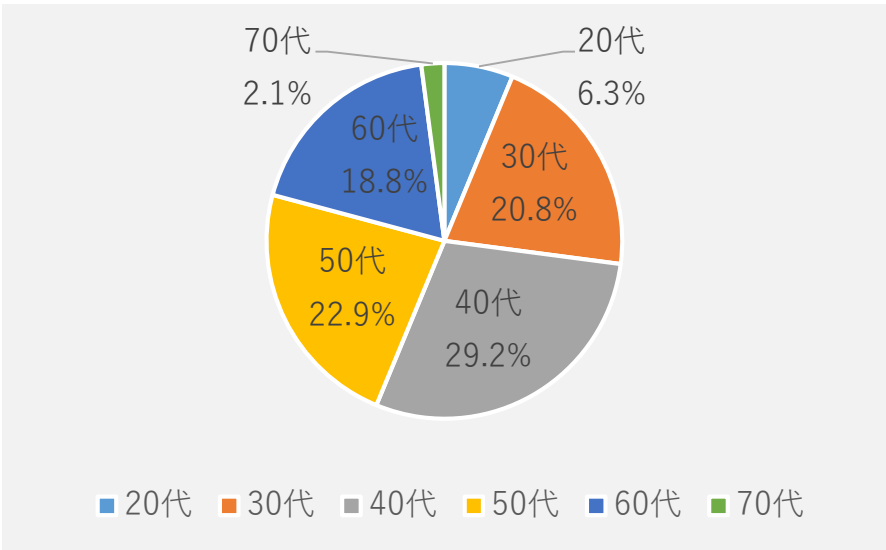
【回答事業所】 8事業所

事業所名	住所	業種	血圧計個数
A社	北上市	建設業	3
B社	北上市	不動産業	3
C社	花巻市	建設業	4
D社	紫波町	建設業	6
E社	盛岡市	サービス業	13
F社	盛岡市	建設業	6
G社	雫石町	建設業	5
H社	滝沢市	建設業	8

【参加人数計】 48人

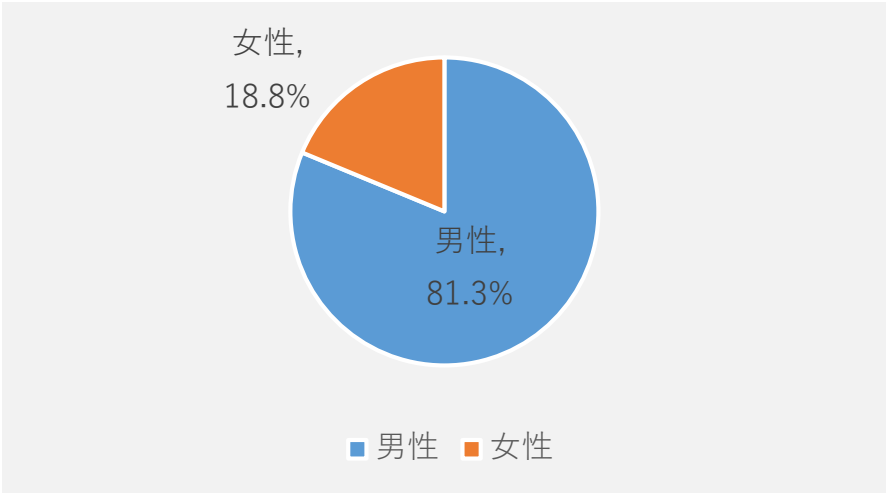
【年齢】

年齢	人数
20代	3
30代	10
40代	14
50代	11
60代	9
70代	1



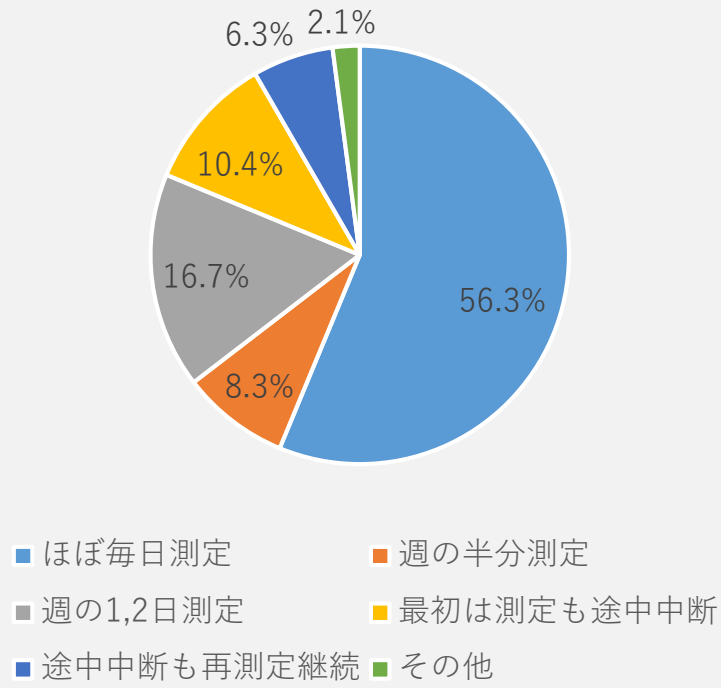
【性別】

性別	人数
男性	39
女性	9



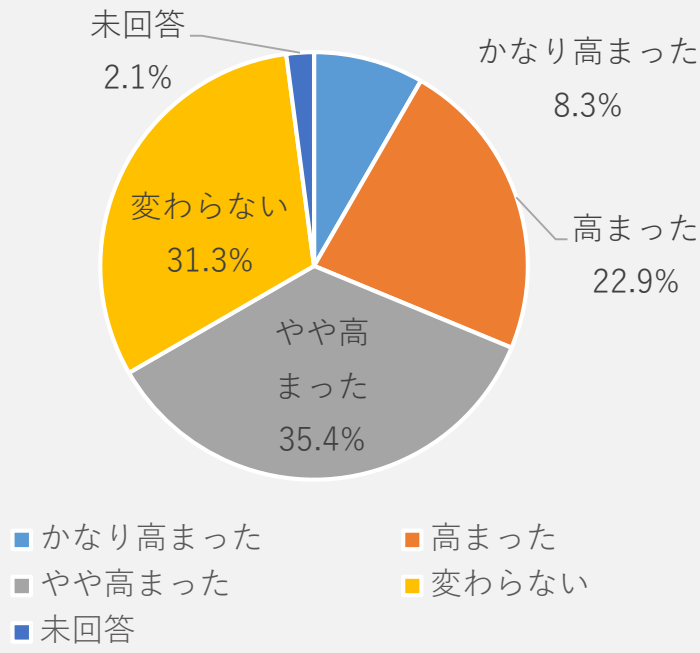
○取り組み期間中に継続して家庭血圧の測定ができましたか

	人数
ほぼ毎日測定できた	27
週の半分くらい測定できた	4
週の1～2日くらいしか測定できなかった	8
最初はほぼ毎回測定できていたが中断した	5
途中で中断したものの再び測定を継続できた	3
その他	1



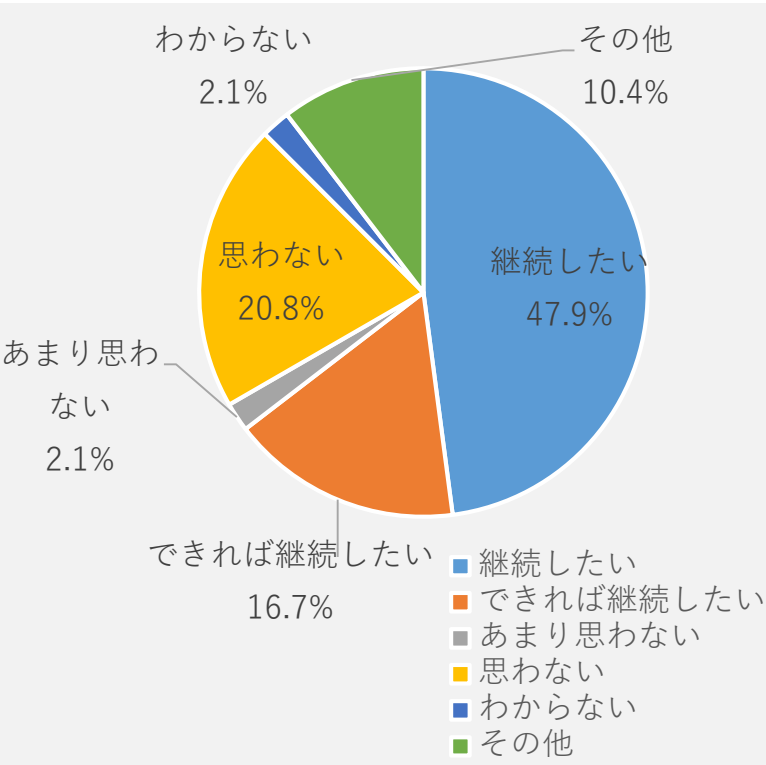
○家庭血圧の測定に対する意識の変化についてお聞かせください

	人数
かなり高まった	4
高まった	11
やや高まった	17
変わらない	15
未回答	1



○この取組をきっかけに個人的に家庭血圧の測定を継続したいと思いますか

	人数
継続したい	23
できれば継続したい	8
あまり思わない	1
思わない	10
わからない	1
その他	5



○食事・運動等の健康づくりの取組等へのつながり（主なもの）

- ・ 食事（塩分量など）を気をつけるようになった。
- ・ 冬で運動量が減っていたが、意識して運動するようになった。
- ・ 薬の服用を以前より意識づけるようになった。
- ・ 測定値が高いときには意識して運動するようになった。
- ・ 測定結果から病院受診へ繋がった。
- ・ 他の疾患で病院を受診した際に、アプリ内の測定結果をみてもらい、薬を処方してもらった。

○取り組んでみての感想（主なもの）

- ・ 血圧が安定していないことに気づき、普段の食生活を考えるきっかけとなった。
- ・ 継続が難しかったが、自分の血圧が知れるいい機会となった。
- ・ 健康意識が高まった。
- ・ 日々の業務に追われ、継続することが難しかった。
- ・ アプリと連動していることがよかった。
- ・ 面倒だった。
- ・ 日によって測定値に波があることが理解でき、食生活を見直すことで、体重減少へ繋がりたいと思った。
- ・ 測定回数を減らした（1日1回）方が継続できると思う。