

# 津山市健康基礎調査実施報告書



令和5年3月

津 山 市



## 目 次

第1章 調査概要 .....	1
1. 調査の目的 .....	1
2. 調査対象と調査方法 .....	1
3. 回収結果 .....	1
4. 調査結果の見方 .....	2
第2章 調査結果 .....	3
1. 幼児の健康・食育に関するアンケート（5歳児） .....	3
2. 健康づくりに関するアンケート（小学生） .....	8
3. 中学生の健康づくりアンケート .....	12
4. 高校生の健康づくりアンケート .....	23
5. 健康基礎調査アンケート（成人） .....	34
(1) 現在の状況 .....	34
(2) 食事の状況 .....	45
(3) 運動の状況 .....	71
(4) 心の健康 .....	77
(5) 健（検）診の状況 .....	94
(6) 歯と口の状況 .....	107
(7) 自殺対策 .....	114
第3章 分析結果 .....	140
資料編 アンケート調査票 .....	143
1. 幼児の健康・食育に関するアンケート（5歳児） .....	143
2. 健康づくりに関するアンケート（小学生） .....	144
3. 中学生の健康づくりアンケート .....	145
4. 高校生の健康づくりアンケート .....	147
5. 健康基礎調査アンケート（成人） .....	149



# 第 1 章 調査概要

## 1. 調査の目的

津山市の健康増進計画である「第 2 次健康つやま 21」、食育推進計画である「第 2 次津山市食育推進計画」及び自殺対策計画である「いのち支える津山市自殺対策計画」について、令和 5 年度に最終評価及び次期計画策定を実施する予定となっており、本調査は、その基礎資料を得ることを目的として実施しました。

## 2. 調査対象と調査方法

	① 5 歳児	②小学生	③中学生	④高校生	⑤成人
調査対象	保育園（所）・幼稚園・こども園	小学校	中学校	高等学校	市内在住 20 歳以上の住民 [層化抽出法（単純無作為）]
調査方法	直接配布、直接回収				郵送配布、郵送及び Web 回収
調査時期	令和 4 年 10～11 月				

- ① 5 歳児については、津山市内の保育園（所）・幼稚園・こども園に在園している年長児の保護者に調査票を園から配布し、記入いただいたものを園で回収しました。
- ②小学生については、津山市内の小学校に在籍している児童に調査票を学校から配布し、自宅に持ち帰って保護者に記入いただいたものを学校で回収しました。
- ③中学生と④高校生については、本人が記入したものを回収しました。
- ⑤成人については、郵送配布・郵送回収及びインターネット上の専用フォームからの回答も可能としました。

## 3. 回収結果

	① 5 歳児	②小学生	③中学生	④高校生	⑤成人
発送数	413 件	449 件	318 件	359 件	3,000 件
回収数	290 件	314 件	275 件	342 件	976 件
回答率	70.2%	69.9%	86.5%	95.3%	32.5%

※⑤成人の回収件数のうち、郵送回収は 759 件、Web 回収は 217 件となっています。

## 4. 調査結果の見方

- 図表中の「n」（Number of cases の略）は、設問に対する回答者の総数を示しており、回答者の構成比（％）を算出するための基数です。
- 比率は、原則として各設問の無回答を含む集計対象総数（副設問では設問該当対象数）に対する百分比（％）を表しています。1 人の対象に 2 つ以上の回答を求める設問では、百分比（％）の合計は 100％を超えます。
- 百分比（％）は、小数第 2 位を四捨五入し、小数第 1 位までを表示しました。四捨五入の結果、個々の比率の合計と全体を示す数値とが一致しないことがあります。
- 属性別の表中の百分比（％）は、すべて分類項目ごとの該当対象数を 100％として算出しました。
- 経年比較との比較については、比較する設問・選択肢の内容や選択条件（選択数など）が一致していないものもあります。
- 本文中の結果の数値は、小数第 1 位までを％で表示しましたが、他の数値との比較で大小関係を示す場合は、「・・・ポイント」という表現をしました。
- 報告書本文中の集計表は、上段が件数（人）、下段が構成比（％）を表しています。
- 本報告書では、時系列の傾向をみるために以下の 4 つの調査結果を引用・比較しています。ただし、今回調査と前回までの調査では、設問の内容や選択肢が異なっているものについては、比較できる設問、選択肢についてのみ引用・比較しています。
  - ・平成 28 年 健康つやま 21 アンケート調査
  - ・平成 23 年 健康つやま 21 アンケート調査
  - ・平成 28 年 幼児の食生活アンケート調査
  - ・平成 26 年 幼児の食生活アンケート調査

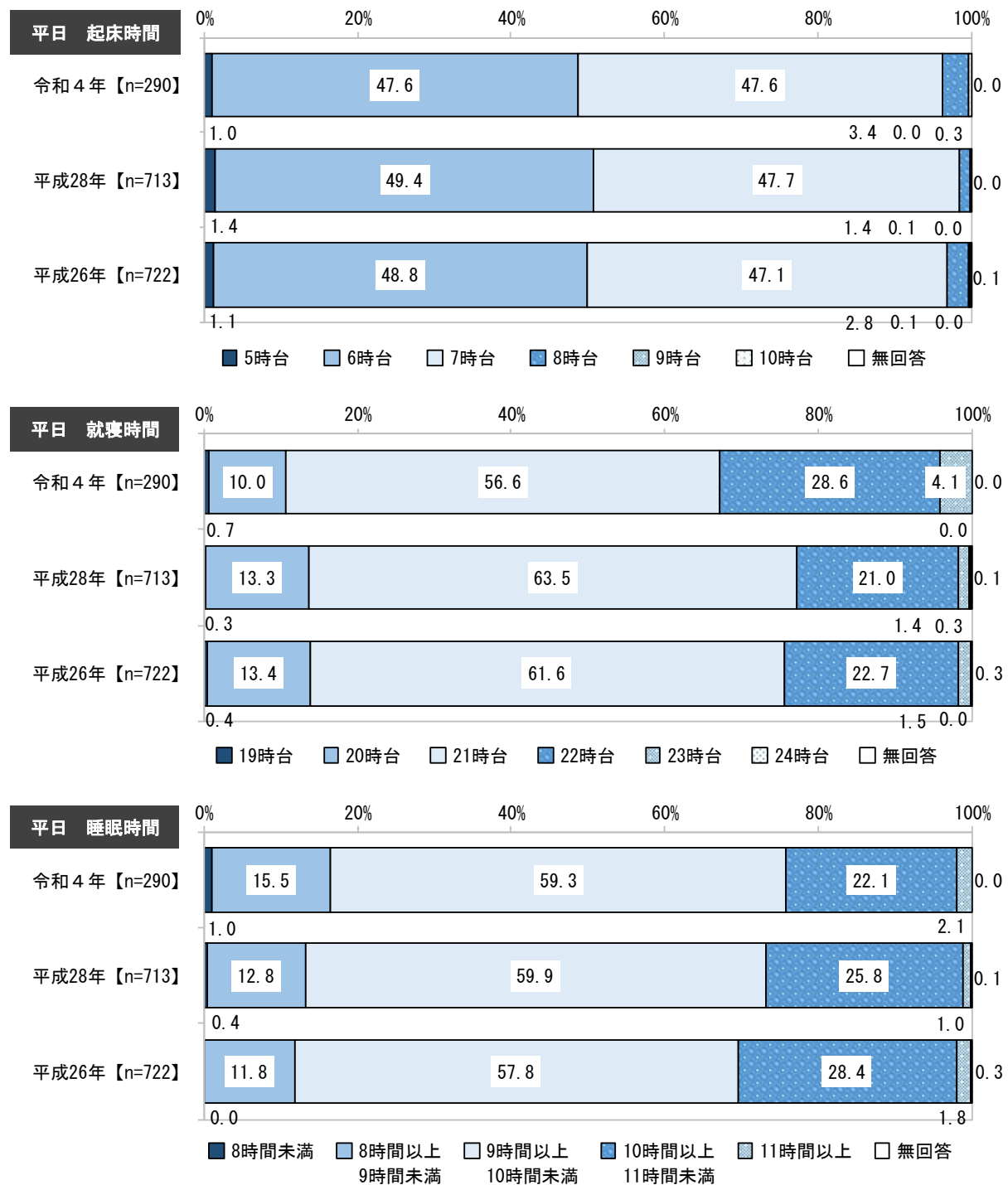
## 第2章 調査結果

### 1. 幼児の健康・食育に関するアンケート（5歳児）

問1 お子さんの起床、就寝は何時頃ですか。

数値記入

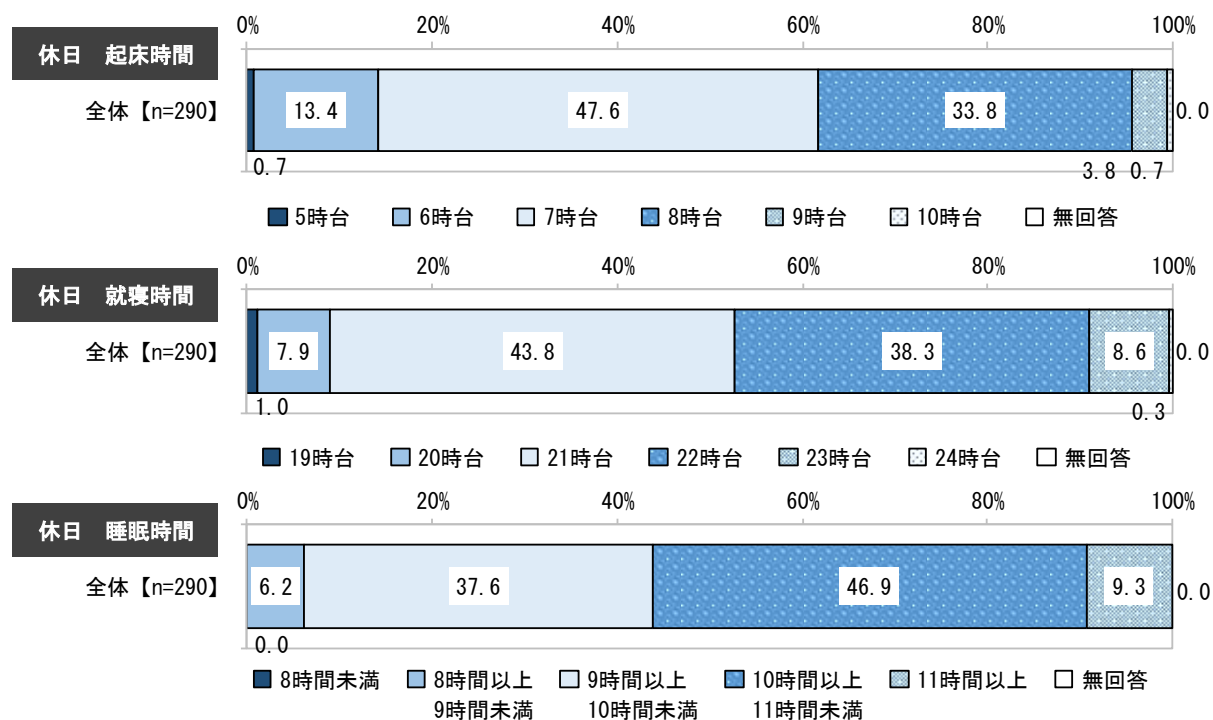
平日の起床時間は「6時台」「7時台」が47.6%と最も高く、平日の就寝時間は「21時台」が56.6%と最も高く、平日の睡眠時間は「9時間以上10時間未満」が59.3%と最も高くなっています（平均9.4時間）。



## 第2章 調査概要

### 幼児の健康・食育に関するアンケート（５歳児）

また、休日の起床時間は「7時台」が47.6%と最も高く、休日の就寝時間は「21時台」が43.8%と最も高く、休日の睡眠時間は「10時間以上11時間未満」が46.9%と最も高くなっています（平均9.8時間）。

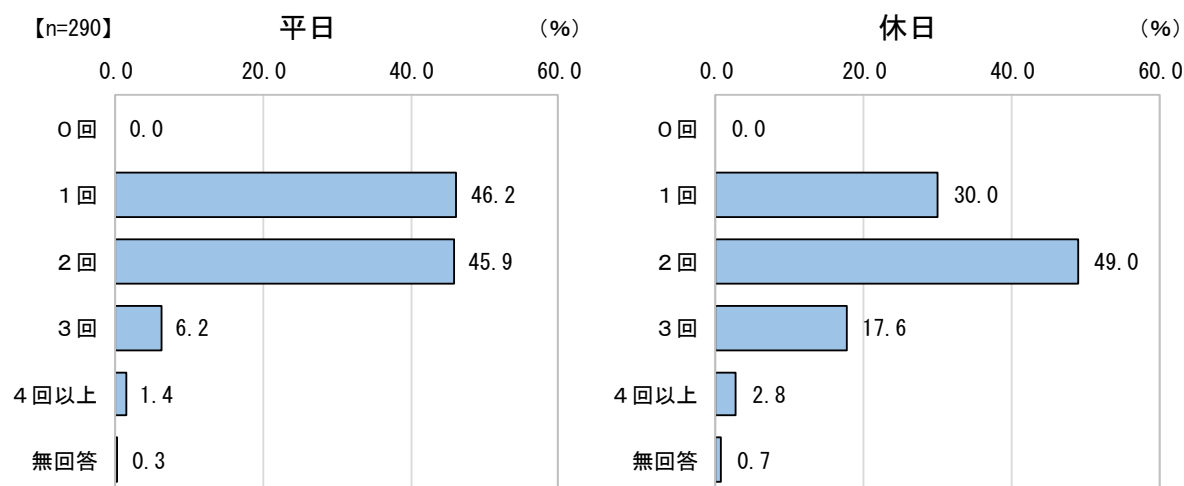


#### 問2

お子さんのおやつ回数は、1日に何回ですか。  
(園(所)でのおやつを含みます)

数値記入

1日あたりのおやつ回数について、平日では「1回」が46.2%と最も高く（平均1.6回）、休日では「2回」が49.0%と最も高くなっています（平均1.9回）。

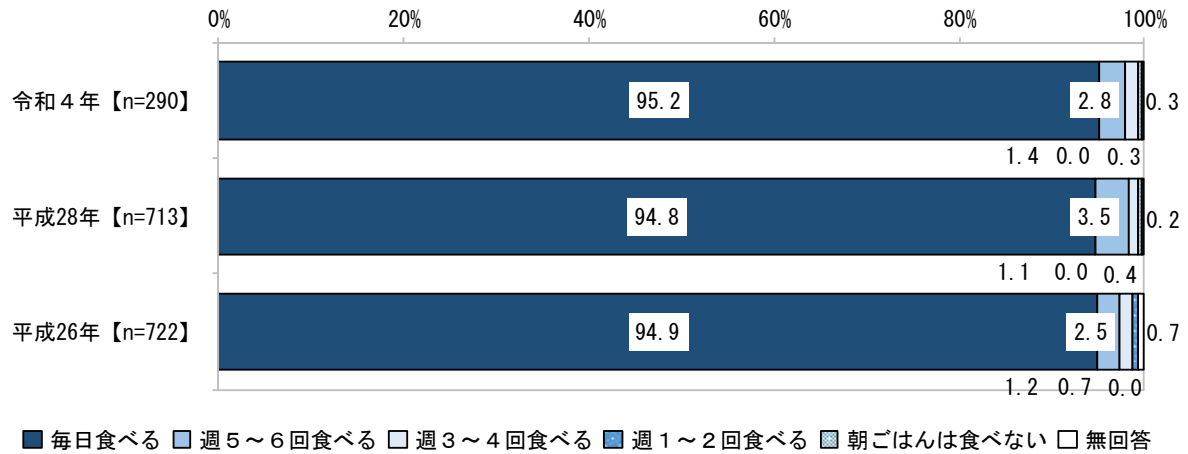




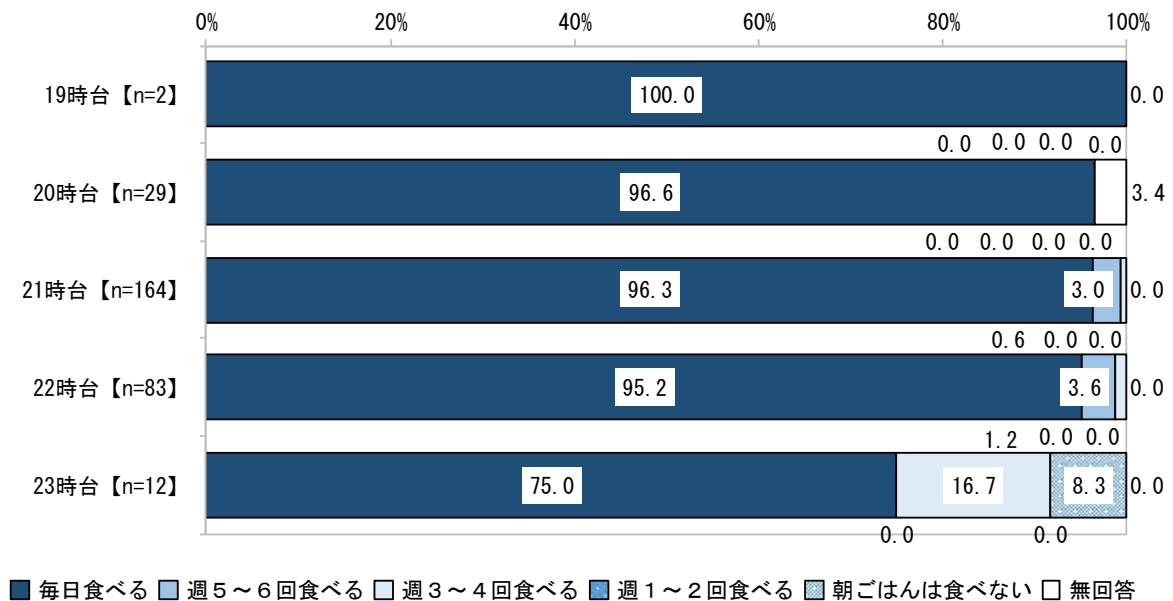
## 問3 お子さんは、朝ごはんを食べていますか。

○は1つ

朝ごはんを食べているかについて、「毎日食べる」が95.2%と最も高く、次いで「週5～6回食べる」が2.8%、「週3～4回食べる」が1.4%となっています。



また、平日の就寝時間別でみると、時間が遅くなるほど、「毎日食べる」割合が低くなっています。



## 第2章 調査概要

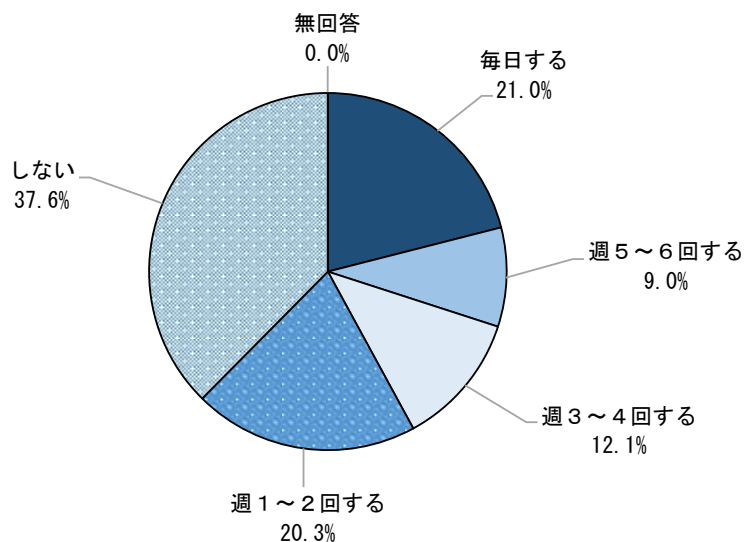
### 幼児の健康・食育に関するアンケート（5歳児）

**問4** お子さんは、夕食後に飲食しますか。（お茶・水は除きます）

○は1つ

夕食後に飲食しているかについて、「しない」が37.6%と最も高く、次いで「毎日する」が21.0%、「週1～2回する」が20.3%となっています。

【n=290】

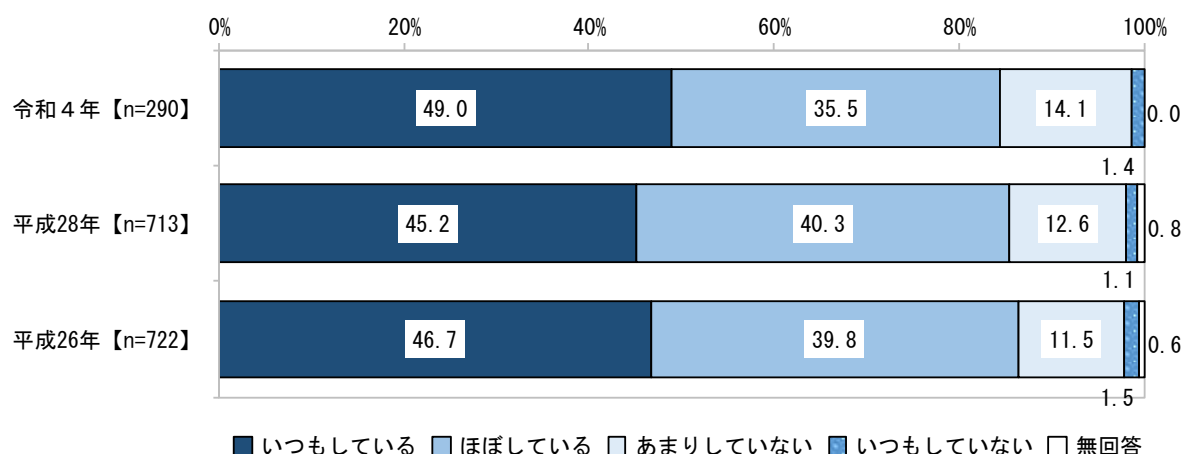


**問5** お子さんは、家庭で食事をする時「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしていますか。

○は1つ

家庭で食事をする時「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしているかについて、「いつもしている」が49.0%と最も高く、次いで「ほぼしている」が35.5%、「あまりしていない」が14.1%となっています。

また、平成28年と比較すると、「いつもしている」では45.2%から49.0%と3.8ポイント増となっています。



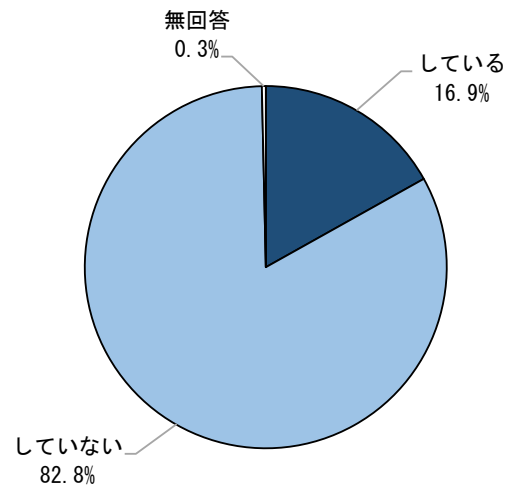
## 問6

保護者の方は、ご家庭や園（所）でのお子さんの身体計測結果（身長・体重）を、親子（母子）健康手帳のグラフに記録していますか。

○は1つ

家庭や園（所）での子どもの身体計測結果（身長・体重）を親子（母子）健康手帳のグラフに記録しているかについて、「している」が16.9%、「していない」が82.8%となっています。

【n=290】



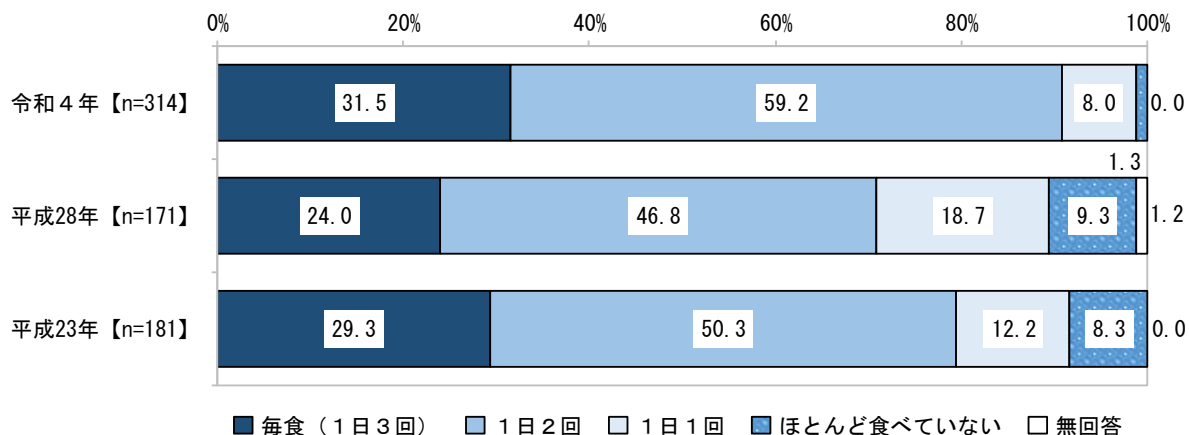
## 2. 健康づくりに関するアンケート（小学生）

**問1** お子様は、野菜料理を1日に何回程度食べていますか。

○は1つ

野菜料理を1日に何回程度食べているかについて、「1日2回」が59.2%と最も高く、次いで「毎食（1日3回）」が31.5%、「1日1回」が8.0%となっています。

また、平成28年と比較すると、「毎食（1日3回）」では24.0%から31.5%と7.5ポイント増となっています。



※平成28年及び平成23年の「2日に1回食べている」「1週間に1～2回食べている」「ほとんど食べていない」を「ほとんど食べていない」として表示しています。

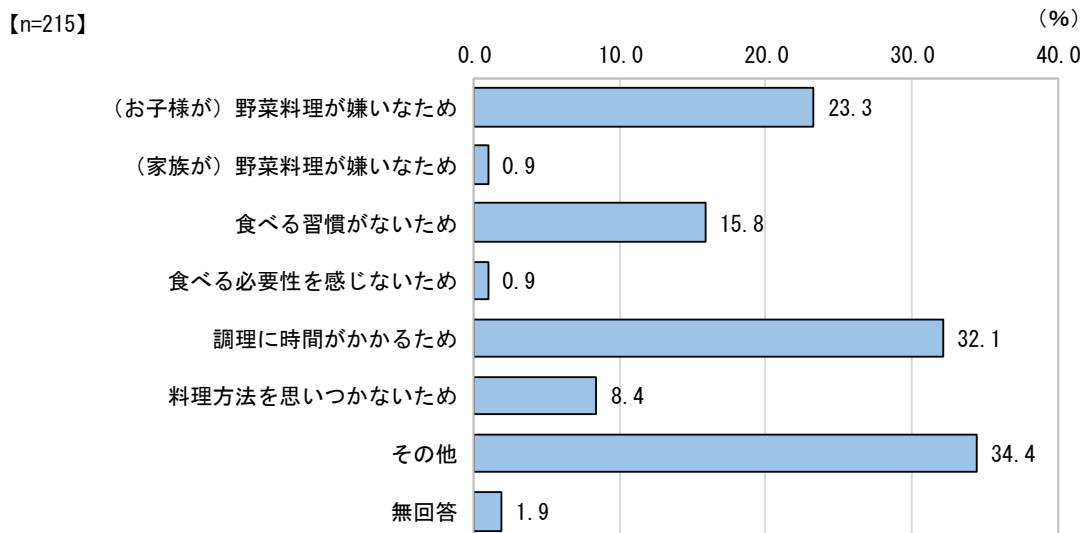
《問1で「毎食（1日3回）」以外に○をつけた方におたずねします。》

**問2** お様が野菜料理を毎食食べない理由すべてに○をつけてください。

複数回答可

野菜料理を毎食食べない理由について聞いたところ、「調理に時間がかかるため」が32.1%と最も高く、次いで「（お子様が）野菜料理が嫌いなため」が23.3%、「食べる習慣がないため」が15.8%となっています。

また、「その他」の主な意見としては、「朝食は簡単な食事に行っているため」「朝食はパンのみだから」「朝は時間がないから」などがありました。

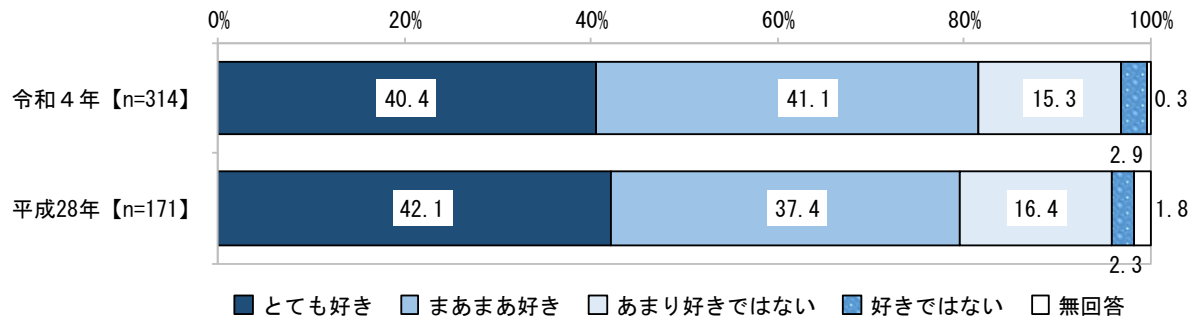


**問3** お子様は、普段から体を動かすことが好きですか。

○は1つ

普段から体を動かすことが好きかについて、「まあまあ好き」が41.1%と最も高く、次いで「とても好き」が40.4%、「あまり好きではない」が15.3%となっています。

また、平成28年と比較すると、『好き』（「とても好き」と「まあまあ好き」の合計）では79.5%から81.5%と2.0ポイント増となっています。

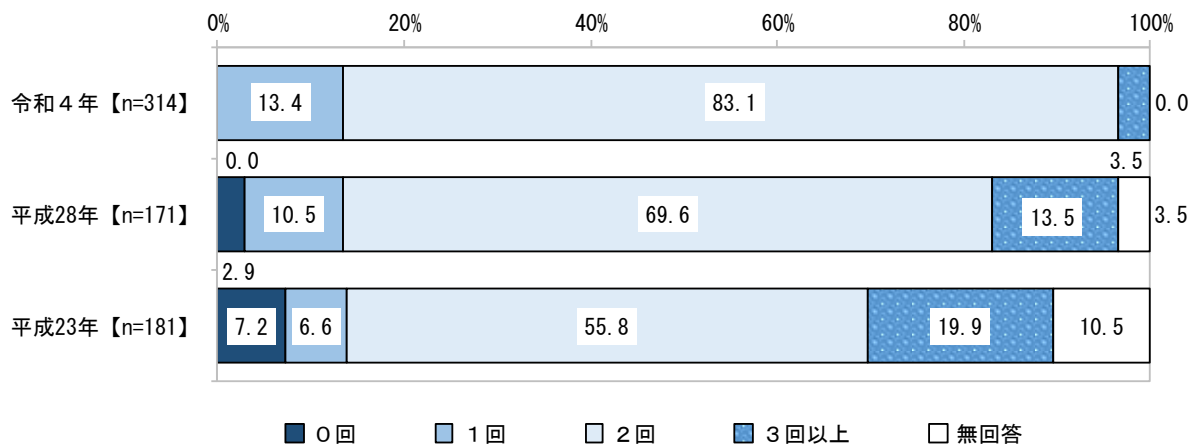


**問4** お子様は1日に何回歯みがきをしていますか。

数値記入

1日あたりの歯みがきの回数について、「2回」が83.1%と最も高く、次いで「1回」が13.4%、「3回以上」が3.5%となっています（平均1.9回）。

また、平成28年と比較すると、「2回以上」では83.1%から86.6%と3.5ポイント増となっています。



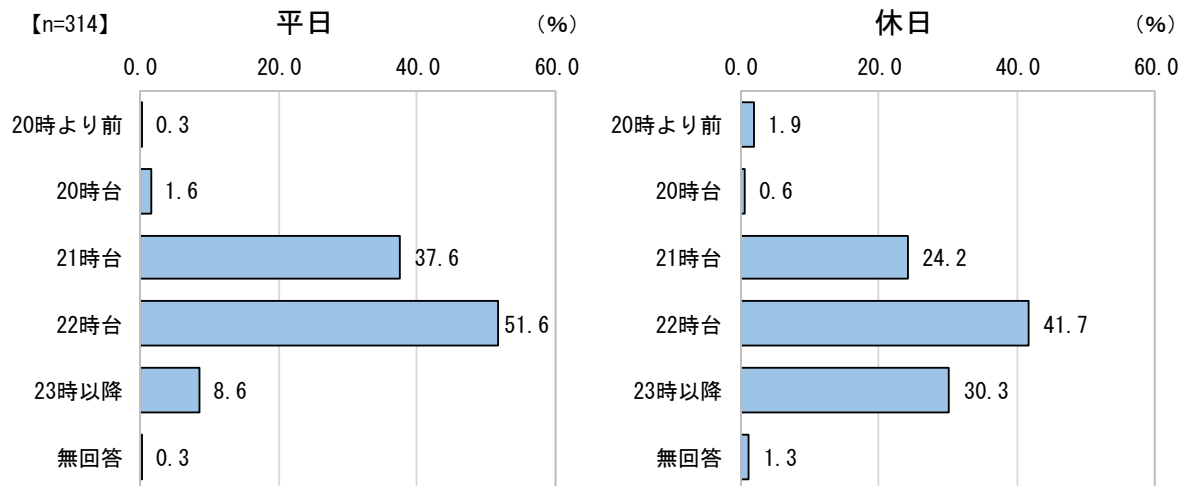
## 第2章 調査概要

### 健康づくりに関するアンケート（小学生）

**問5** お子様の就寝時間は何時ごろですか。

数値記入

就寝時間について、平日では「22 時台」が 51.6%と最も高く、休日では「22 時台」が 41.7%と最も高くなっています。

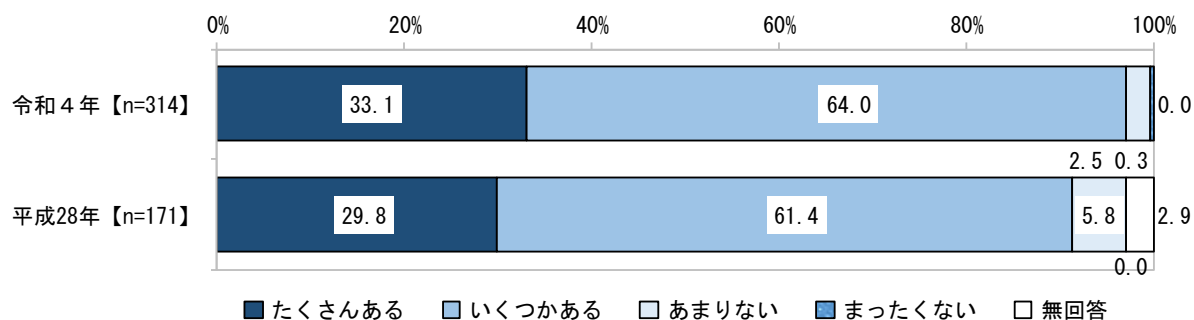


**問6** お子様は日々の生活の中で楽しみがありますか。

○は1つ

日々の生活の中で楽しみがあるかについて、「いくつかある」が 64.0%と最も高く、次いで「たくさんある」が 33.1%、「あまりない」が 2.5%となっています。

また、平成 28 年と比較すると、『ある』（「たくさんある」と「いくつかある」の合計）では 91.2%から 97.1%と 5.9 ポイント増となっています。

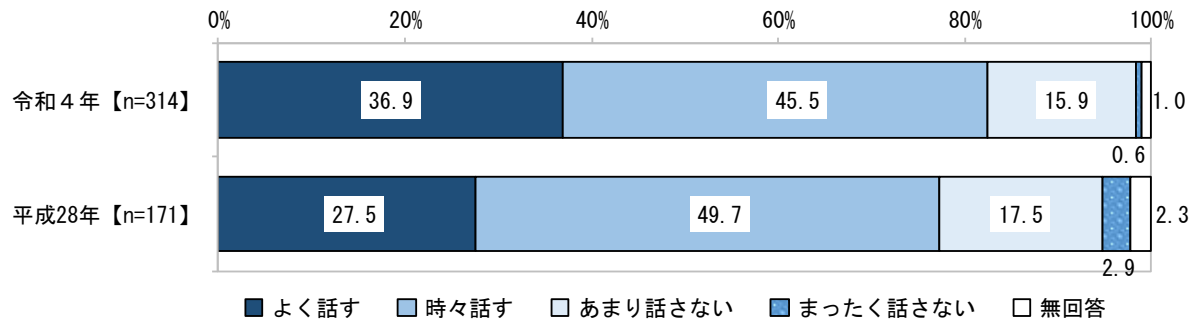


**問7** お子様は悩みを話してくれますか。

○は1つ

悩みを話してくれるかについて、「時々話す」が45.5%と最も高く、次いで「よく話す」が36.9%、「あまり話さない」が15.9%となっています。

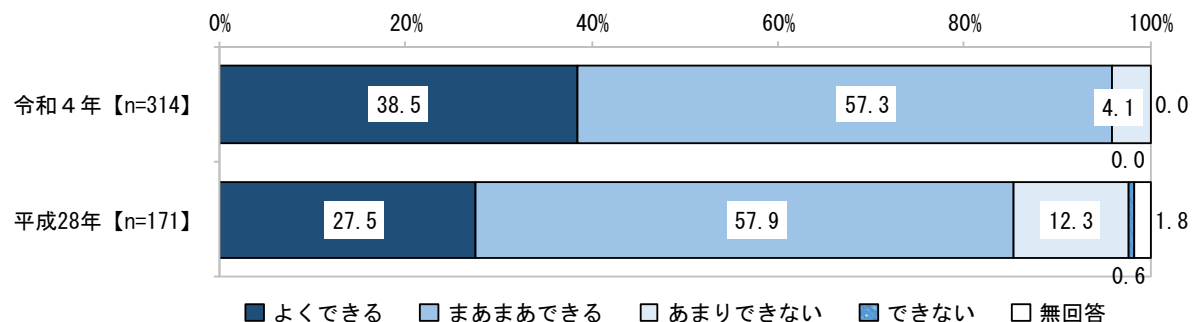
また、平成28年と比較すると、『話す』（「よく話す」と「時々話す」の合計）では77.2%から82.4%と5.2ポイント増となっています。

**問8** お子様は相手の気持ちを考えたり、思いやったりすることができますか。

○は1つ

相手の気持ちを考えたり、思いやったりすることができるかについて、「まあまあできる」が57.3%と最も高く、次いで「よくできる」が38.5%、「あまりできない」が4.1%となっています。

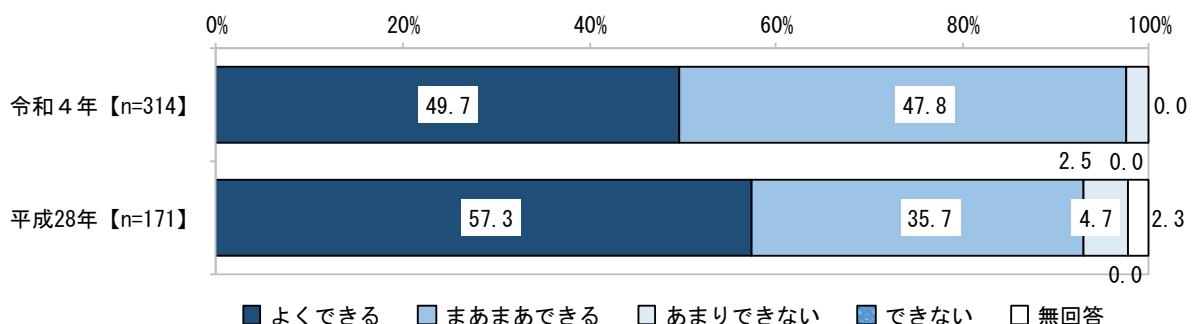
また、平成28年と比較すると、『できる』（「よくできる」と「まあまあできる」の合計）では85.4%から95.8%と10.4ポイント増となっています。

**問9** お子様はあなたと何でも話が出来ますか。

○は1つ

親と何でも話ができるかについて、「よくできる」が49.7%と最も高く、次いで「まあまあできる」が47.8%、「あまりできない」が2.5%となっています。

また、平成28年と比較すると、『できる』（「よくできる」と「まあまあできる」の合計）では93.0%から97.5%と4.5ポイント増となっています。



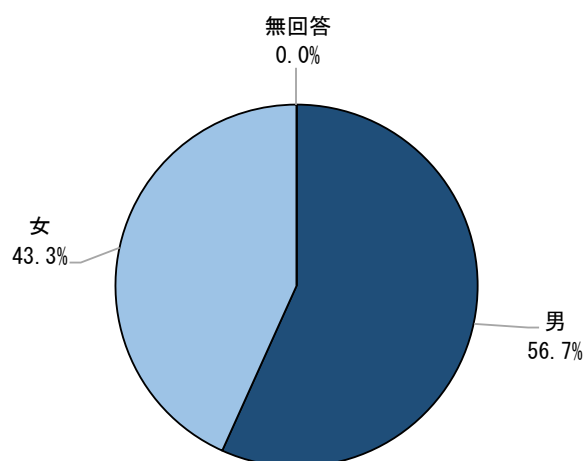
### 3. 中学生の健康づくりアンケート

問1 あなたの性別は。

○は1つ

性別について、「男」が56.7%、「女」が43.3%となっています。

【n=275】

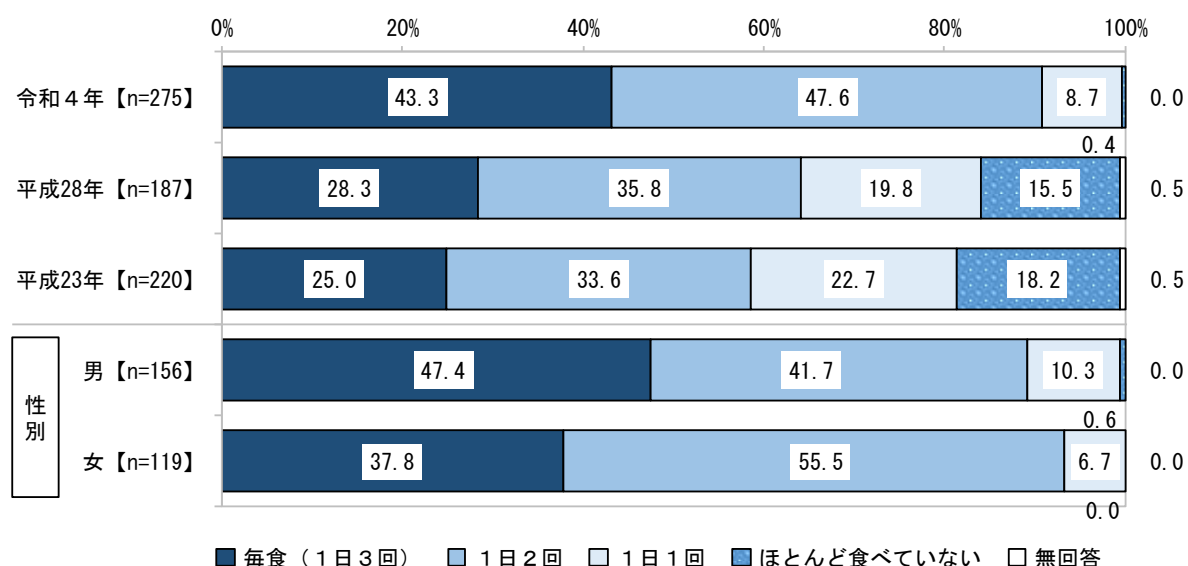


問2 野菜料理を1日に何回程度食べていますか。

○は1つ

野菜料理を1日に何回程度食べているかについて、「1日2回」が47.6%と最も高く、次いで「毎食（1日3回）」が43.3%、「1日1回」が8.7%となっています。

また、平成28年と比較すると、「毎食（1日3回）」では28.3%から43.3%と15.0ポイント増となっています。



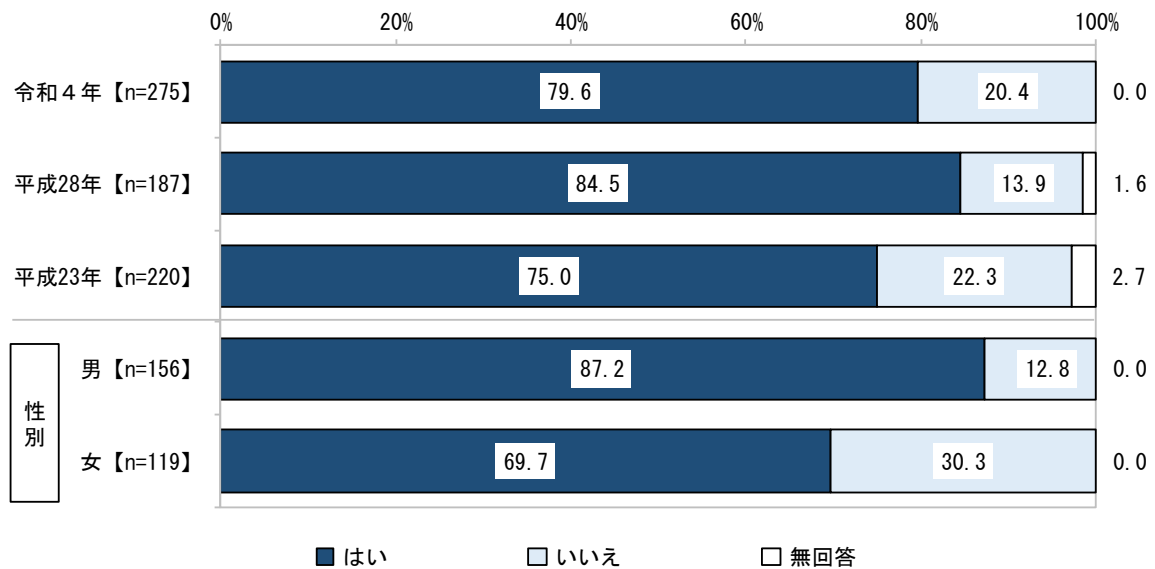
※平成28年及び平成23年の「2日に1回食べている」「1週間に1～2回食べている」「ほとんど食べていない」を「ほとんど食べていない」として表示しています。



問3	体育の授業以外で、運動・スポーツを週のうち3日以上していますか。 (部活動を含む)	○は1つ
----	--	------

体育の授業以外で、運動・スポーツを週のうち3日以上しているかについて、「はい」が79.6%、「いいえ」が20.4%となっています。

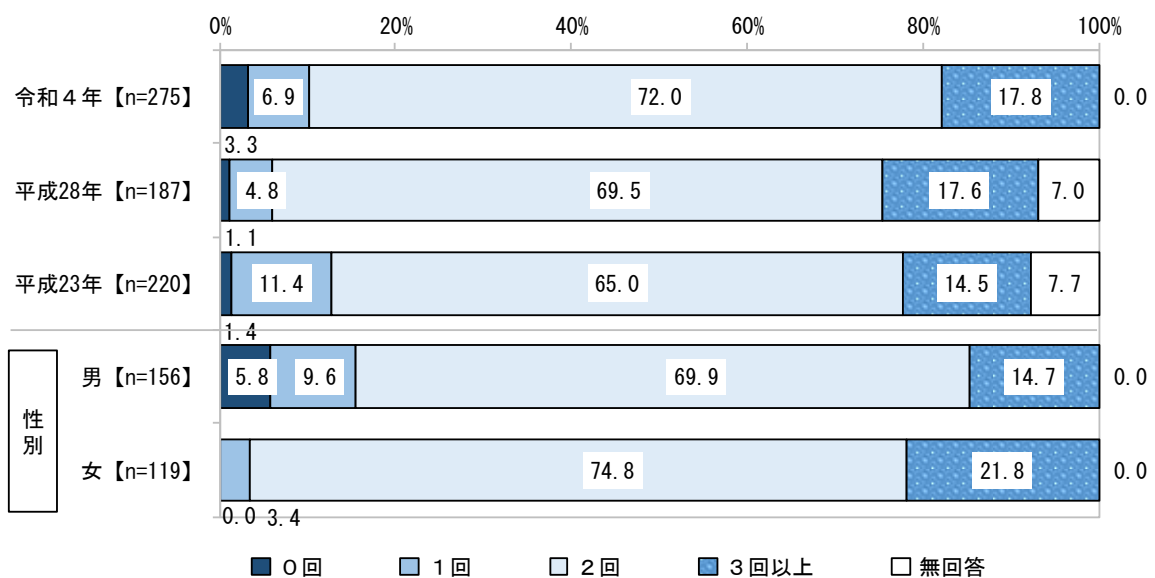
また、平成28年と比較すると、「はい」では84.5%から79.6%と4.9ポイント減となっています。



問4	歯みがきをしていますか。	○は1つ 数値記入
----	--------------	--------------

1日あたりの歯みがきの回数について、「2回」が72.0%と最も高く、次いで「3回以上」が17.8%、「1回」が6.9%となっています（平均2.1回）。

また、平成28年と比較すると、「2回以上」では87.1%から89.8%と2.7ポイント増となっています。



※「いいえ」を「0回」としてまとめています。

## 第2章 調査概要

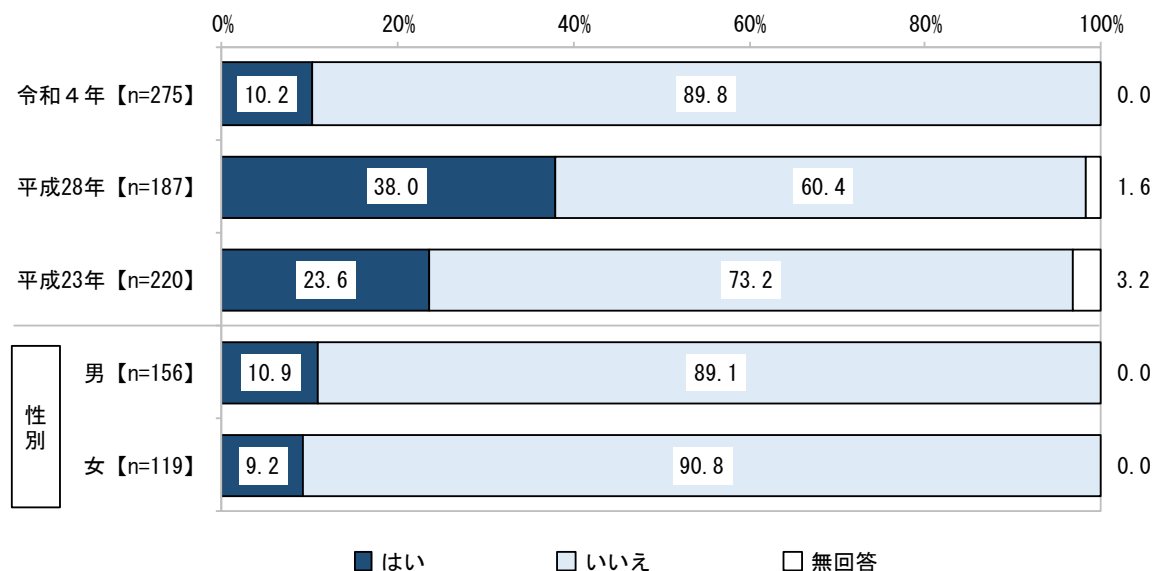
### 中学生の健康づくりアンケート

#### 問5 お酒を飲んだことがありますか。

○は1つ

お酒を飲んだことがあるかについて、「はい」が10.2%、「いいえ」が89.8%となっています。

また、平成28年と比較すると、「はい」では38.0%から10.2%と27.8ポイント減となっています。

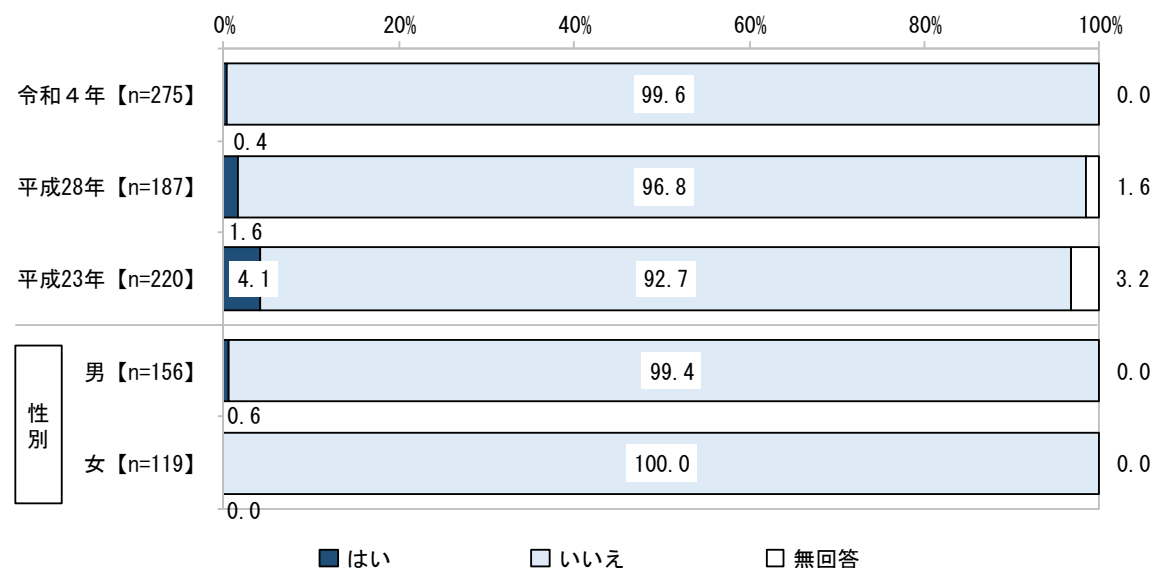


#### 問6 たばこ（加熱式たばこ含む）を吸ったことがありますか。

○は1つ

たばこを吸ったことがあるかについて、「はい」が0.4%、「いいえ」が99.6%となっています。

また、平成28年と比較すると、「はい」では1.6%から0.4%と1.2ポイント減となっています。

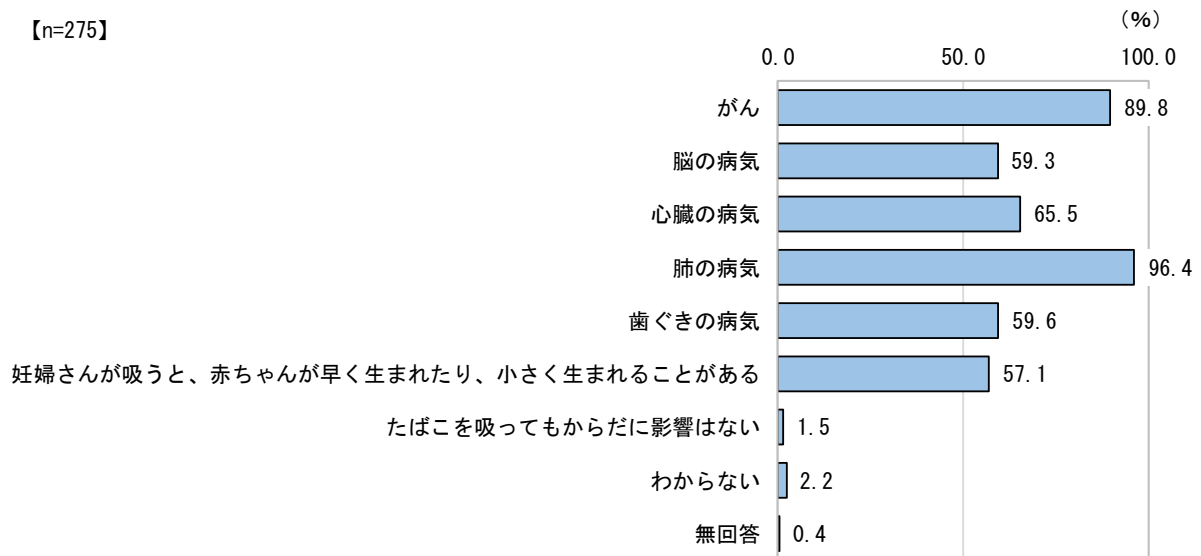


**問 7** たばこを吸うとかかりやすくなると思うものすべてに○をつけてください。

複数回答可

たばこを吸うとかかりやすくなると思うものについて、「肺の病気」が96.4%と最も高く、次いで「がん」が89.8%、「心臓の病気」が65.5%となっています。

【n=275】



	合計	問 7								
		がん	脳ของโรค	心臓の病気	肺の病気	歯ぐきの病気	妊婦さんが吸うと、赤ちゃんが早く生まれたり、小さく生まれることがある	たばこを吸ってもからだに影響はない	わからない	無回答
全体	275 100.0	247 89.8	163 59.3	180 65.5	265 96.4	164 59.6	157 57.1	4 1.5	6 2.2	1 0.4
性別	男	156 100.0	138 88.5	97 62.2	105 67.3	148 94.9	90 57.7	79 50.6	4 2.6	6 3.8
	女	119 100.0	109 91.6	66 55.5	75 63.0	117 98.3	74 62.2	78 65.5	0 0.0	0 0.0

## 第2章 調査概要

### 中学生の健康づくりアンケート

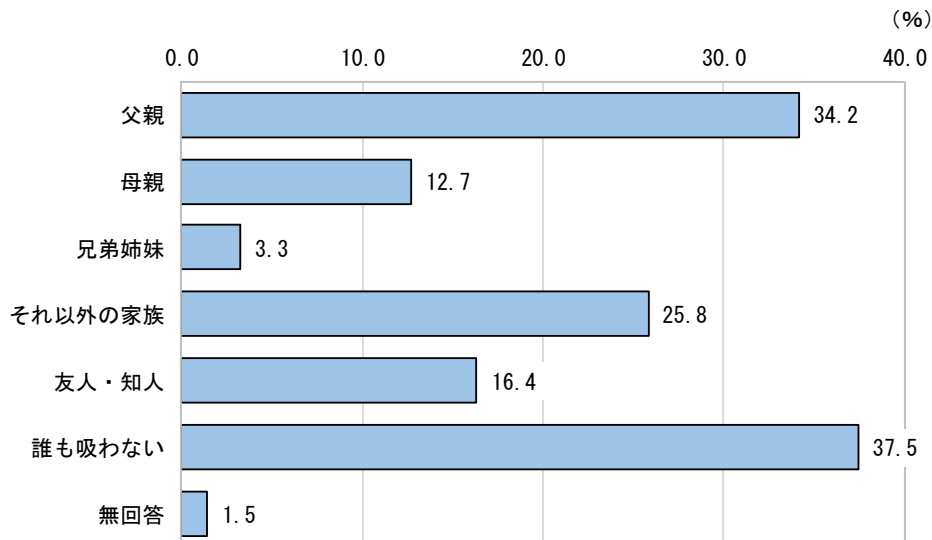
#### 問8

周りにたばこを吸う人がいますか。あてはまる人すべてに○をつけてください。

複数回答可

周りにたばこを吸う人がいるかについて、「誰も吸わない」が 37.5%と最も高く、次いで「父親」が 34.2%、「それ以外の家族」が 25.8%となっています。

【n=275】



		合計	問8						
			父親	母親	兄弟姉妹	それ以外の家族	友人・知人	誰も吸わない	無回答
全体		275 100.0	94 34.2	35 12.7	9 3.3	71 25.8	45 16.4	103 37.5	4 1.5
性別	男	156 100.0	49 31.4	18 11.5	1 0.6	36 23.1	26 16.7	64 41.0	2 1.3
	女	119 100.0	45 37.8	17 14.3	8 6.7	35 29.4	19 16.0	39 32.8	2 1.7

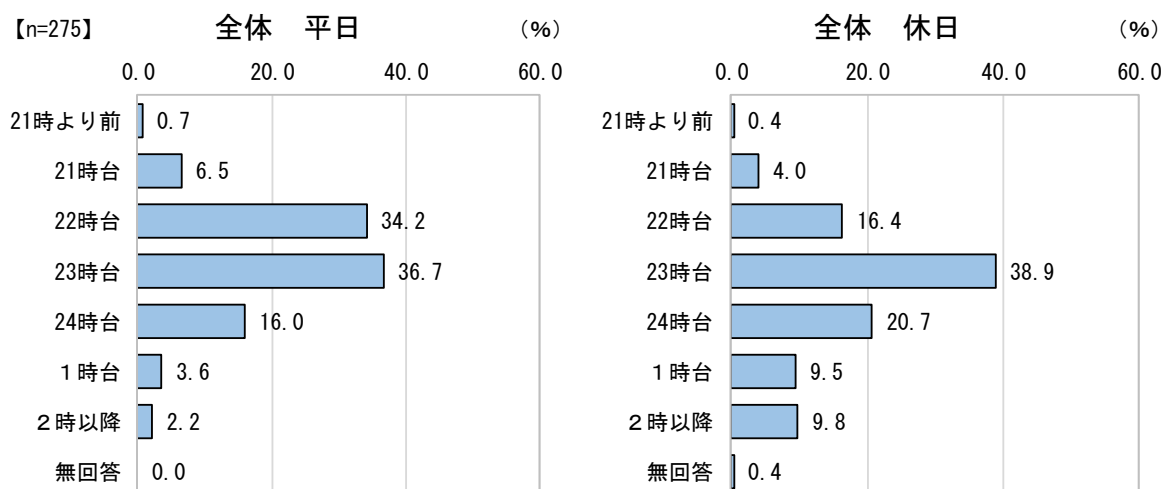
#### 問9

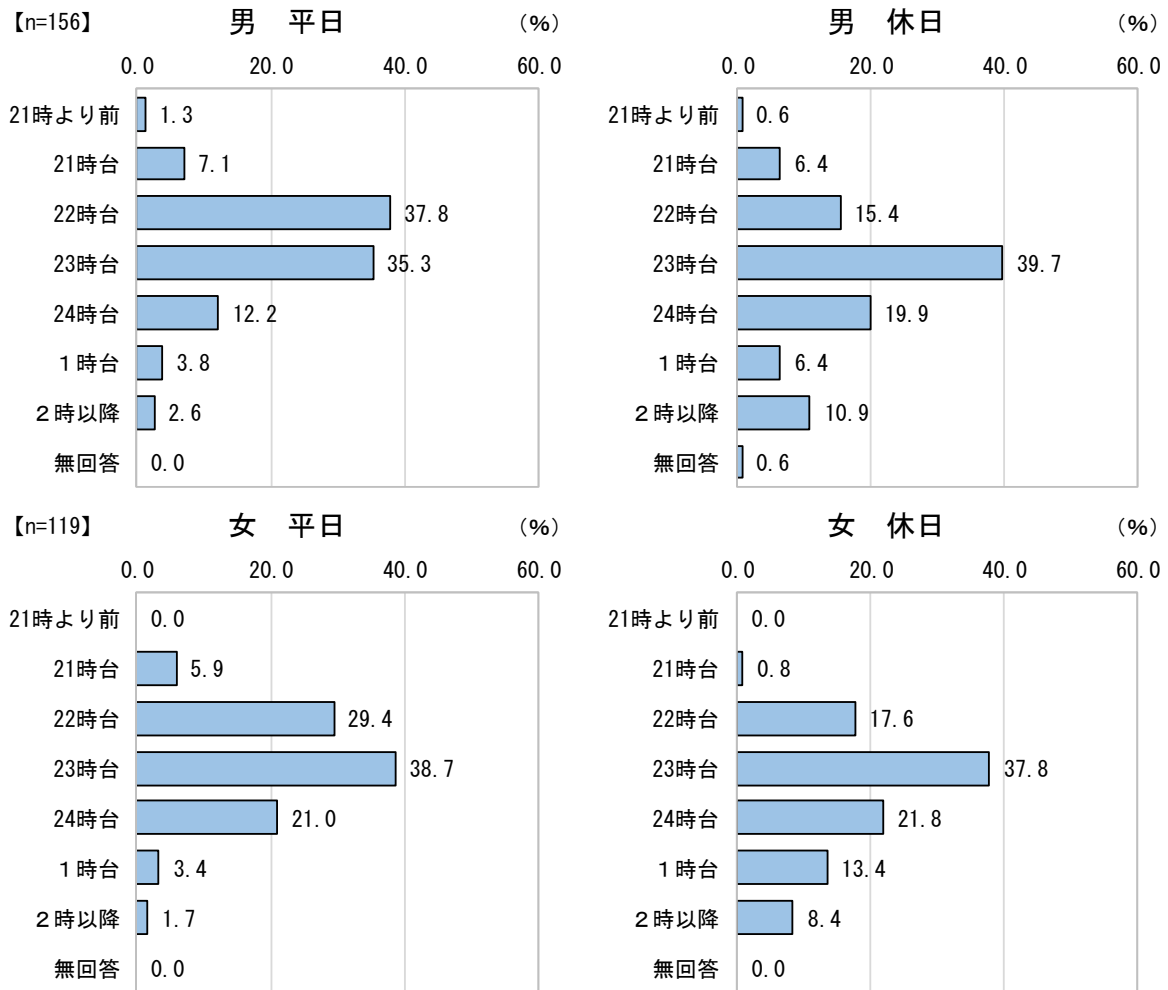
就寝時間は何時ごろですか。

数値記入

就寝時間について、平日では「23 時台」が 36.7%と最も高く、休日では「23 時台」が 38.9%と最も高くなっています。

【n=275】

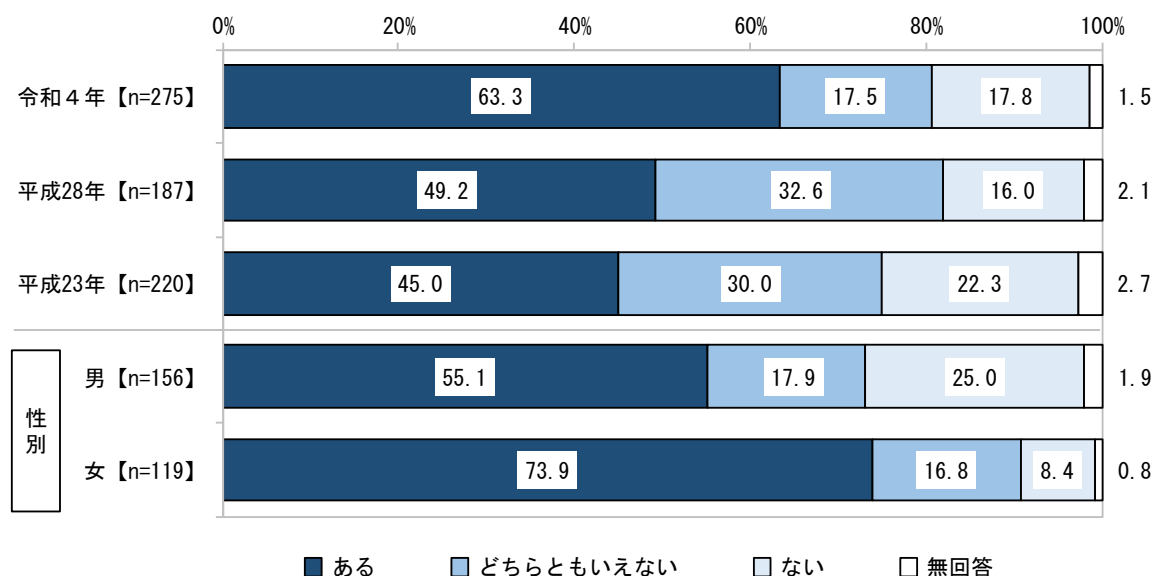




**問 10** 家庭、学校等でストレス（緊張・不安・あせりなど）を感じたことがありますか。 ○は1つ

家庭、学校等でストレスを感じたことがあるかについて、「ある」が 63.3%と最も高く、次いで「ない」が 17.8%、「どちらともいえない」が 17.5%となっています。

また、平成 28 年と比較すると、「ある」では 49.2%から 63.3%と 14.1 ポイント増となっています。



## 第2章 調査概要

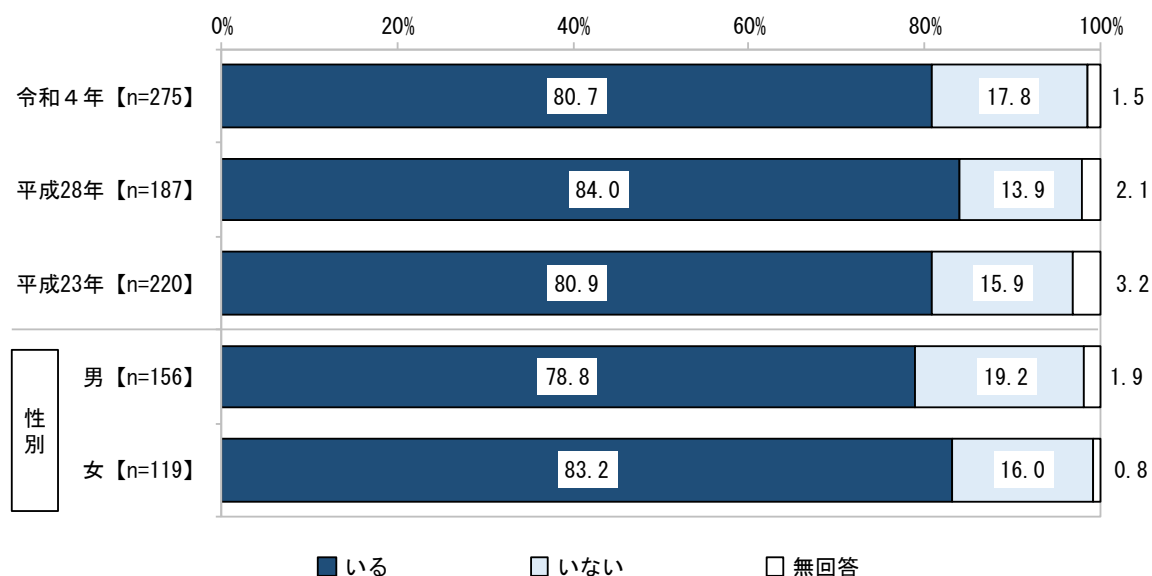
### 中学生の健康づくりアンケート

**問 11** ストレスを感じた時、相談できる相手がいますか。

○は1つ

ストレスを感じた時、相談できる相手がいるかについて、「いる」が80.7%、「いない」が17.8%となっています。

また、平成28年と比較すると、「いる」では84.0%から80.7%と3.3ポイント減となっています。

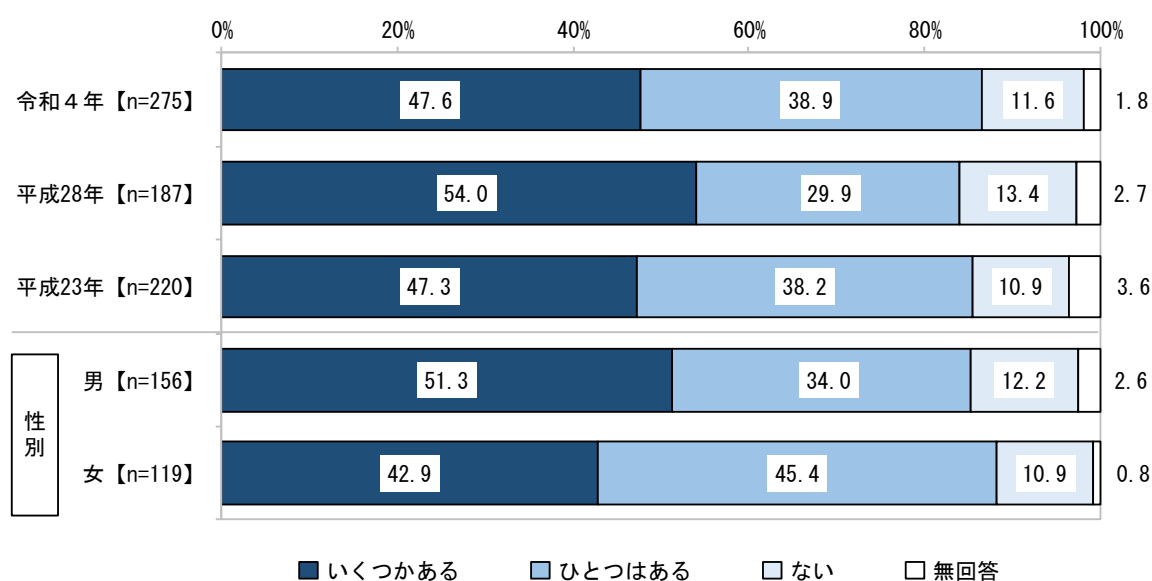


**問 12** ストレスを感じた時、それを自分で解決したり対処する方法がありますか。

○は1つ

ストレスを感じた時、それを自分で解決したり対処する方法があるかについて、「いくつかある」が47.6%と最も高く、次いで「ひとつはある」が38.9%、「ない」が11.6%となっています。

また、平成28年と比較すると、『ある』（「いくつかある」と「ひとつはある」の合計）では83.9%から86.5%と2.6ポイント増となっています。

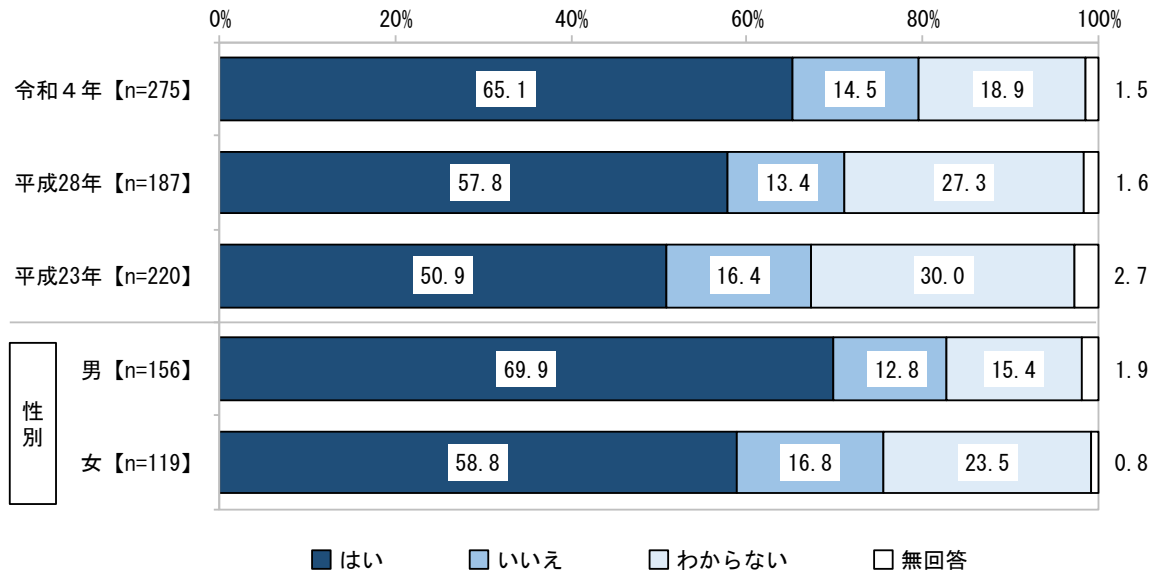


問 13 睡眠によって休養がとれたと感じますか。

○は1つ

睡眠によって休養がとれたと感じるかについて、「はい」が65.1%と最も高く、次いで「わからない」が18.9%、「いいえ」が14.5%となっています。

また、平成28年と比較すると、「はい」では57.8%から65.1%と7.3ポイント増となっています。

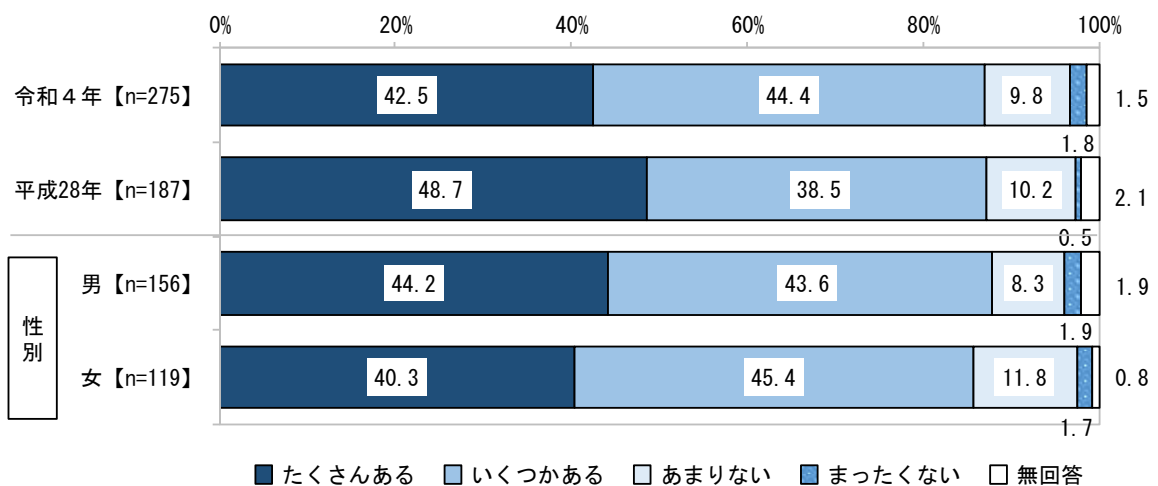


問 14 日々の生活の中で楽しみややりがいがありますか。

○は1つ

日々の生活の中で楽しみややりがいがあるかについて、「いくつかある」が44.4%と最も高く、次いで「たくさんある」が42.5%、「あまりない」が9.8%となっています。

また、平成28年と比較すると、『ある』（「たくさんある」と「いくつかある」の合計）では87.2%から86.9%と0.3ポイント減となっています。



## 第2章 調査概要

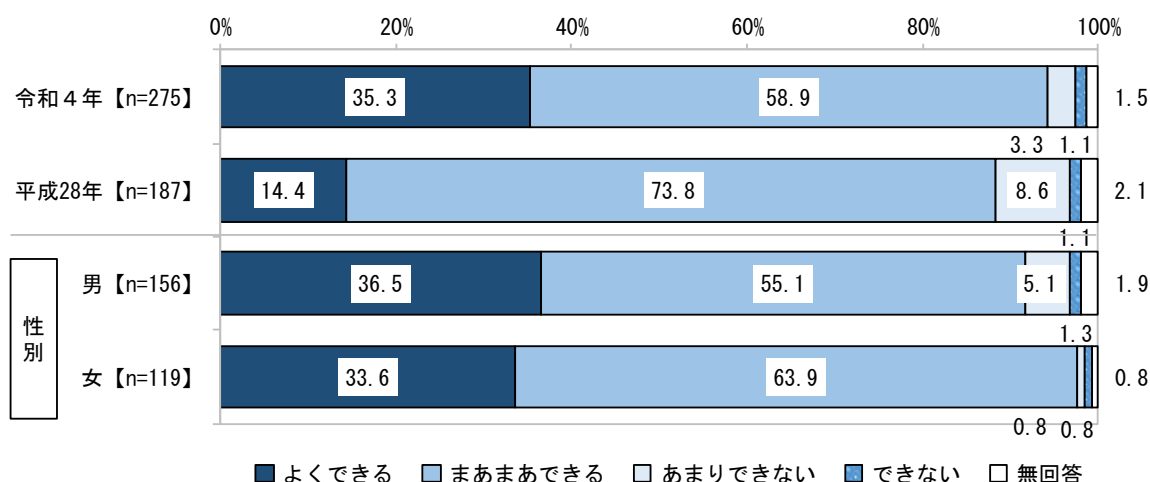
### 中学生の健康づくりアンケート

#### 問 15 相手の気持ちを考え、思いやることができますか。

○は1つ

相手の気持ちを考え、思いやることができるかについて、「まあまあできる」が58.9%と最も高く、次いで「よくできる」が35.3%、「あまりできない」が3.3%となっています。

また、平成28年と比較すると、『できる』（「よくできる」と「まあまあできる」の合計）では88.2%から94.2%と6.0ポイント増となっています。

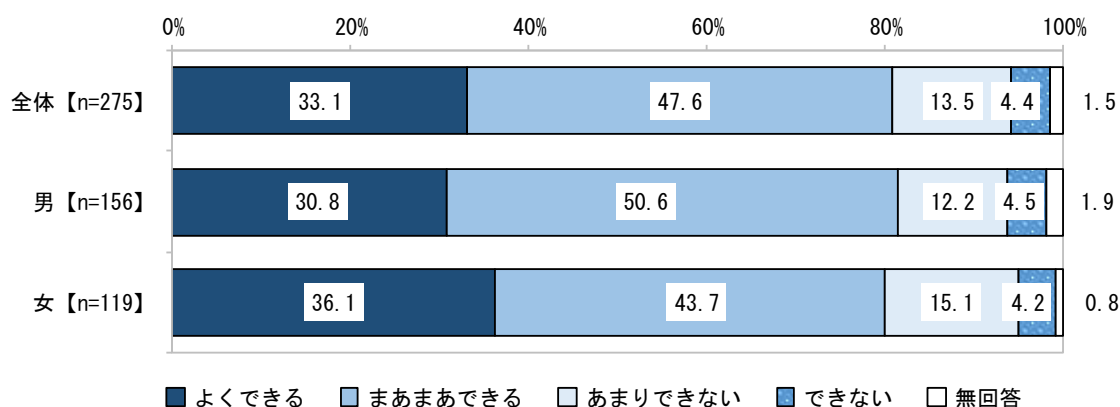


#### 問 16 親と何でも話し合いができますか。

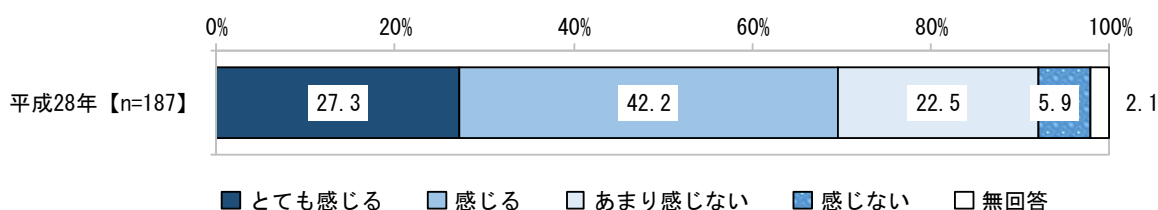
○は1つ

親と何でも話し合いができるかについて、「まあまあできる」が47.6%と最も高く、次いで「よくできる」が33.1%、「あまりできない」が13.5%となっています。

また、男女別でみると、『できる』（「よくできる」と「まあまあできる」の合計）では「男」が81.4%、「女」が79.8%で、男が1.6ポイント高くなっています。



<参考>あなたは、親と何でも話し合えると感じていますか。

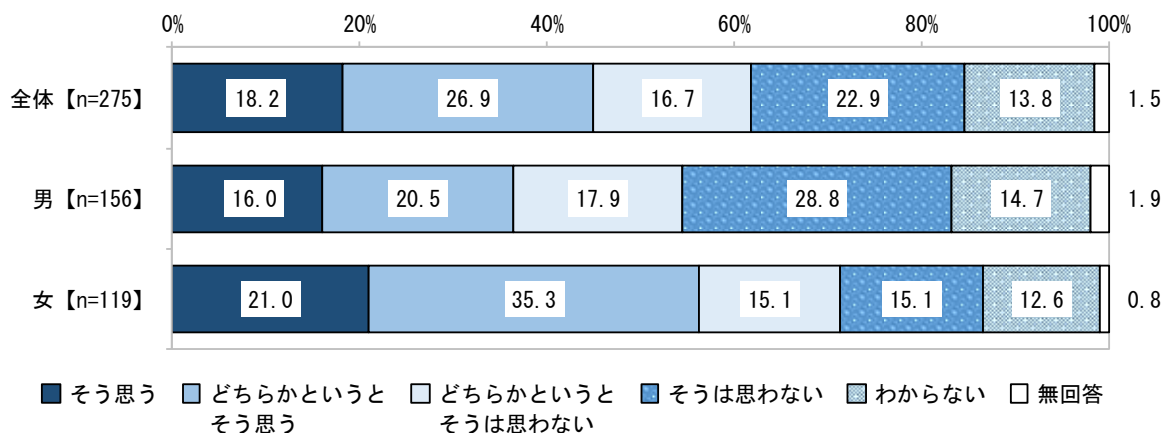




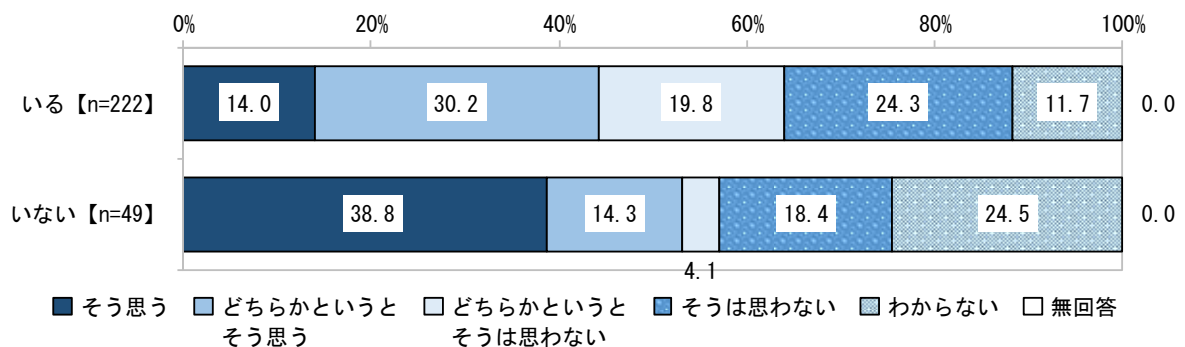
問 17	悩みを抱えた時やストレスを感じた時、誰かに悩みを相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じますか。	○は1つ
------	---	------

悩みを抱えた時やストレスを感じた時、誰かに悩みを相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じるかについて、「どちらかというと思う」が26.9%と最も高く、次いで「そう思わない」が22.9%、「そう思う」が18.2%となっています。

また、男女別でみると、『そう思う』（「そう思う」と「どちらかというと思う」の合計）では「男」が36.5%、「女」が56.3%で、女が19.8ポイント高くなっています。



さらに、ストレスを感じた時の相談相手の有無別でみると、「いる」では『そう思う』が44.2%、「いない」では『そう思う』が53.1%で、「いない」が8.9ポイント高くなっています。



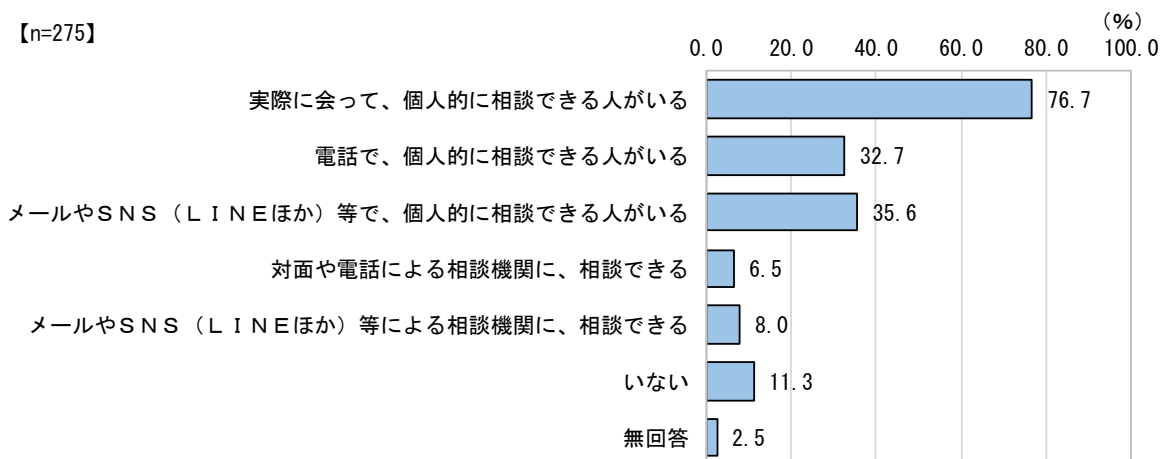
## 第2章 調査概要

### 中学生の健康づくりアンケート

<b>問18</b>	不満や悩みやつらい気持ちを受け止め、耳を傾けてくれる人はいると思いますか。あてはまるものすべてに○をつけてください。	複数回答可
------------	--	-------

不満や悩みやつらい気持ちを受け止め、耳を傾けてくれる人はいると思うかについて、「実際に会って、個人的に相談できる人がいる」が76.7%と最も高く、次いで「メールやSNS（LINEほか）等で、個人的に相談できる人がいる」が35.6%、「電話で、個人的に相談できる人がいる」が32.7%となっています。

【n=275】



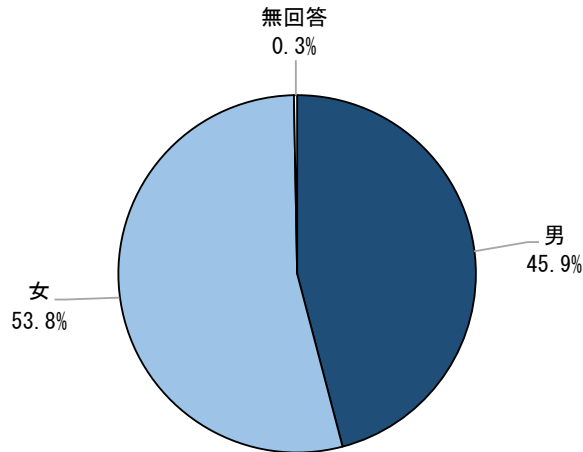
		合計	問18						
			実際に会って、個人的に相談できる人がいる	電話で、個人的に相談できる人がいる	メールやSNS（LINEほか）等で、個人的に相談できる人がいる	対面や電話による相談機関に、相談できる	メールやSNS（LINEほか）等による相談機関に、相談できる	いない	無回答
全体		275 100.0	211 76.7	90 32.7	98 35.6	18 6.5	22 8.0	31 11.3	7 2.5
性別	男	156 100.0	110 70.5	43 27.6	51 32.7	13 8.3	16 10.3	23 14.7	6 3.8
	女	119 100.0	101 84.9	47 39.5	47 39.5	5 4.2	6 5.0	8 6.7	1 0.8

## 4. 高校生の健康づくりアンケート

問1 あなたの性別は。

○は1つ

性別について、「男」が45.9%、「女」が53.8%となっています。

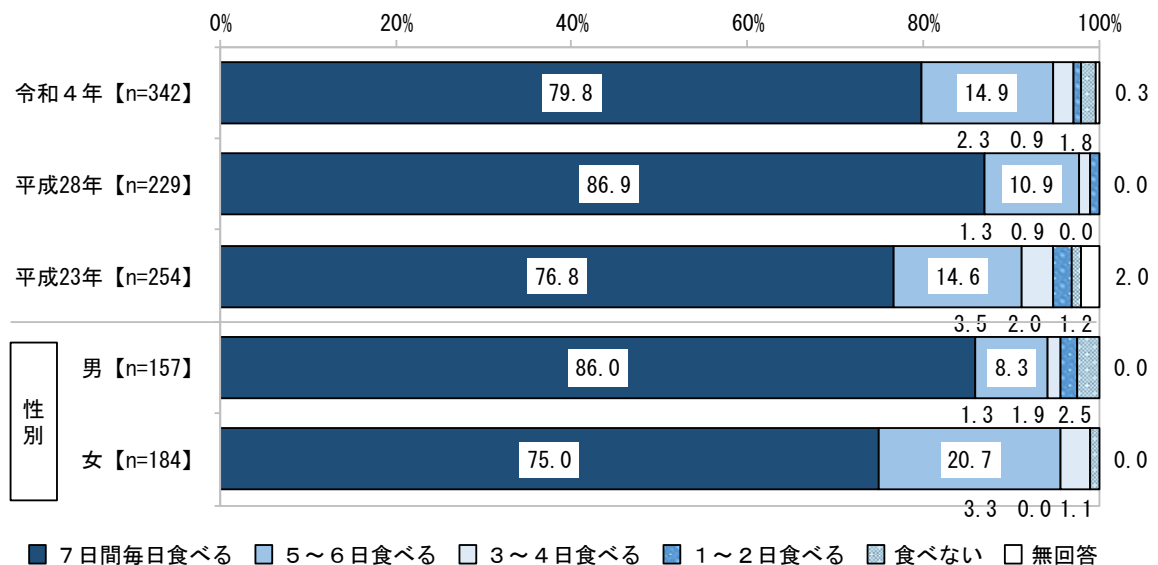


問2 1週間のうちで朝食を食べる日は何日ありますか。

○は1つ

1週間のうちで朝食を食べる日数について、「7日間毎日食べる」が79.8%と最も高く、次いで「5～6日食べる」が14.9%、「3～4日食べる」が2.3%となっています。

また、平成28年と比較すると、「7日間毎日食べる」では86.9%から79.8%と7.1ポイント減となっています。



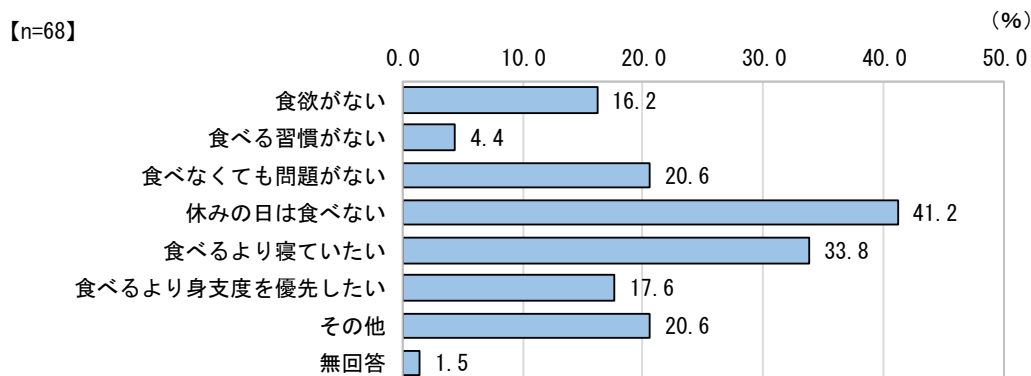
## 第2章 調査概要

### 高校生の健康づくりアンケート

《問2で「7日間毎日食べる」以外に○をつけた方におたずねします。》

<b>問2-1</b>	朝食を食べない理由すべてに○をつけてください。	複数回答可
-------------	-------------------------	-------

朝食を7日間毎日食べない人に、その理由について聞いたところ、「休みの日は食べない」が41.2%と最も高く、次いで「食べるより寝ていたい」が33.8%、「食べなくても問題がない」が20.6%となっています。

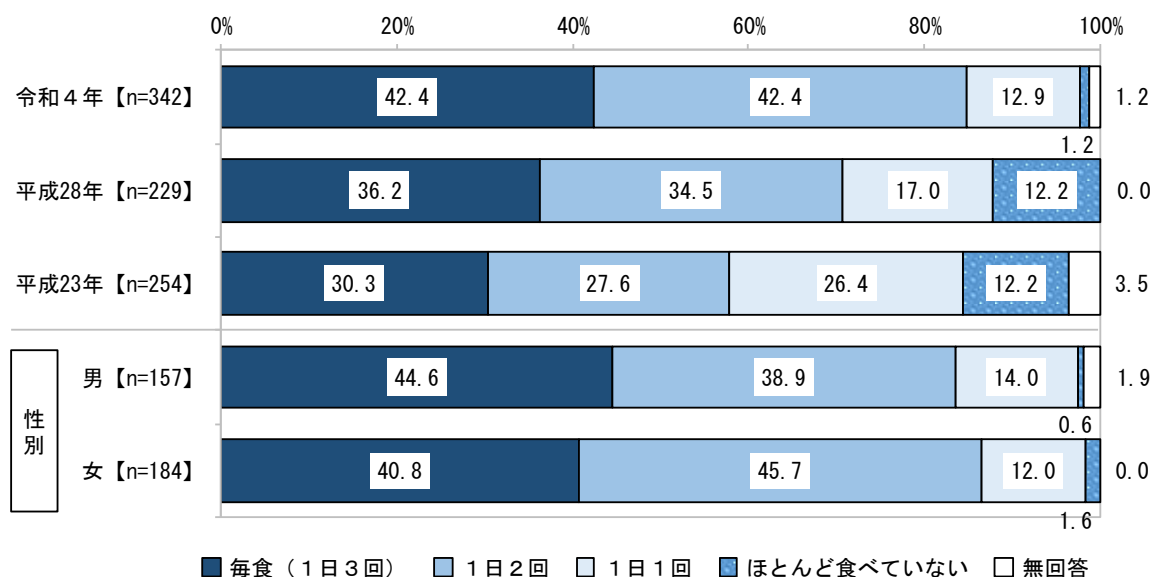


		合計	問2-1							
			食欲がない	食べる習慣がない	食べなくても問題がない	休みの日は食べない	食べるより寝ていたい	食べるより身支度を優先したい	その他	無回答
全体		68	11	3	14	28	23	12	14	1
		100.0	16.2	4.4	20.6	41.2	33.8	17.6	20.6	1.5
性別	男	22	3	2	9	7	6	3	3	0
		100.0	13.6	9.1	40.9	31.8	27.3	13.6	13.6	0.0
女		46	8	1	5	21	17	9	11	1
		100.0	17.4	2.2	10.9	45.7	37.0	19.6	23.9	2.2

<b>問3</b>	野菜料理を1日に何回程度食べていますか。	○は1つ
-----------	----------------------	------

野菜料理を1日に何回程度食べているかについて、「毎食（1日3回）」「1日2回」が42.4%と最も高く、次いで「1日1回」が12.9%、「ほとんど食べていない」が1.2%となっています。

また、平成28年と比較すると、「毎食（1日3回）」では36.2%から42.4%と6.2ポイント増となっています。

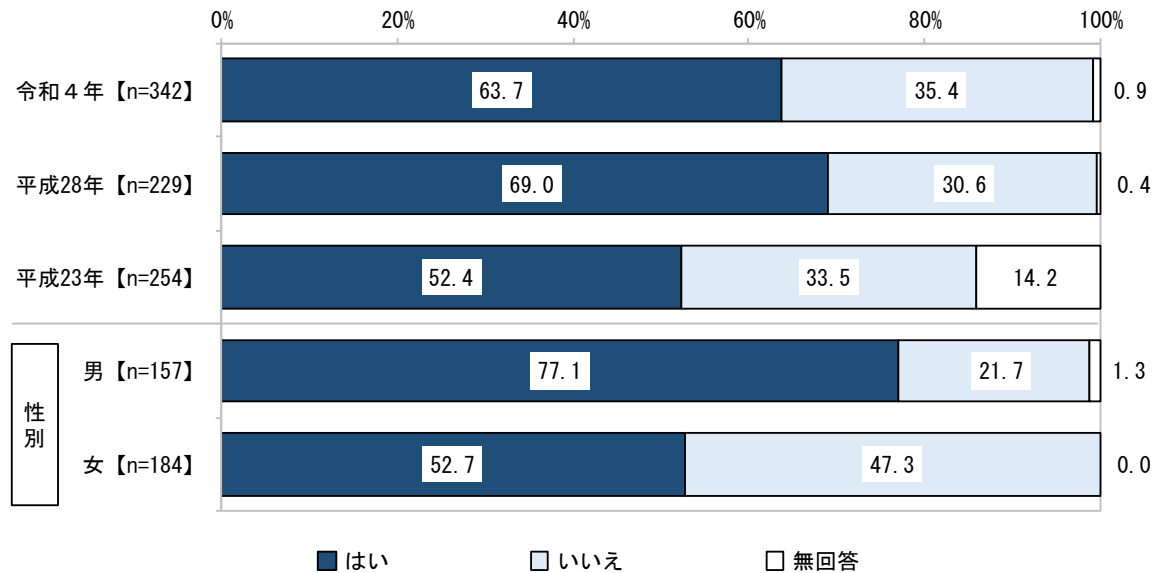


※平成28年及び平成23年の「2日に1回食べている」「1週間に1～2回食べている」「ほとんど食べていない」を「ほとんど食べていない」として表示しています。

問4	体育の授業以外で、運動・スポーツを週のうち3日以上していますか。 (部活動を含む)	○は1つ
----	--	------

体育の授業以外で、運動・スポーツを週のうち3日以上しているかについて、「はい」が63.7%、「いいえ」が35.4%となっています。

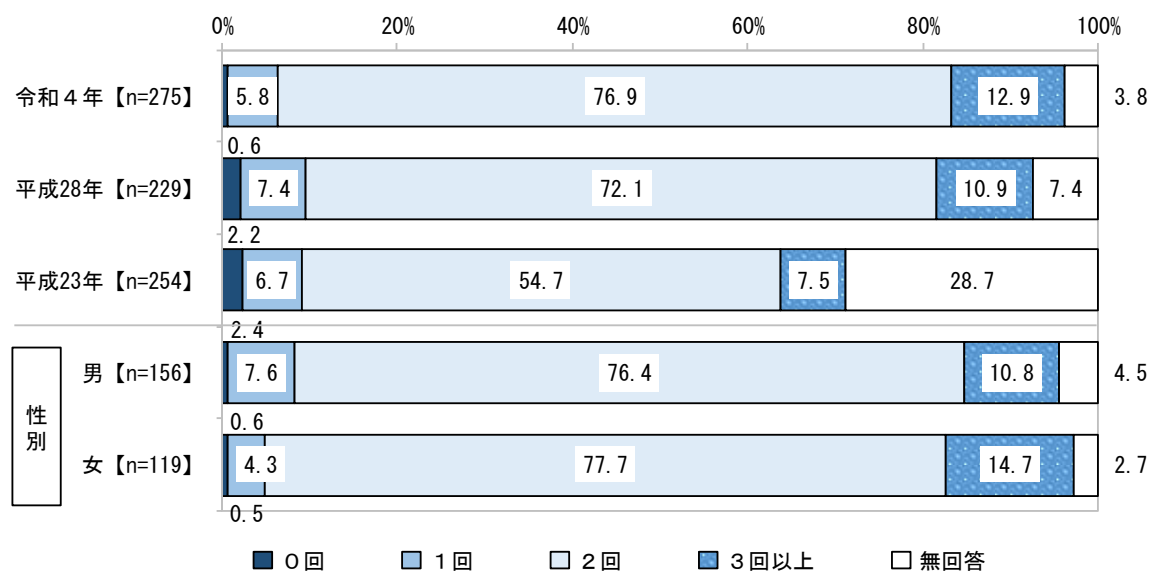
また、平成28年と比較すると、「はい」では69.0%から63.7%と5.3ポイント減となっています。



問5	歯みがきをしていますか。	○は1つ 数値記入
----	--------------	--------------

1日あたりの歯みがきの回数について、「2回」が76.9%と最も高く、次いで「3回以上」が12.9%、「1回」が5.8%となっています。

また、平成28年と比較すると、「2回以上」では83.0%から89.8%と6.8ポイント増となっています。



※「いいえ」を「0回」としてまとめています。

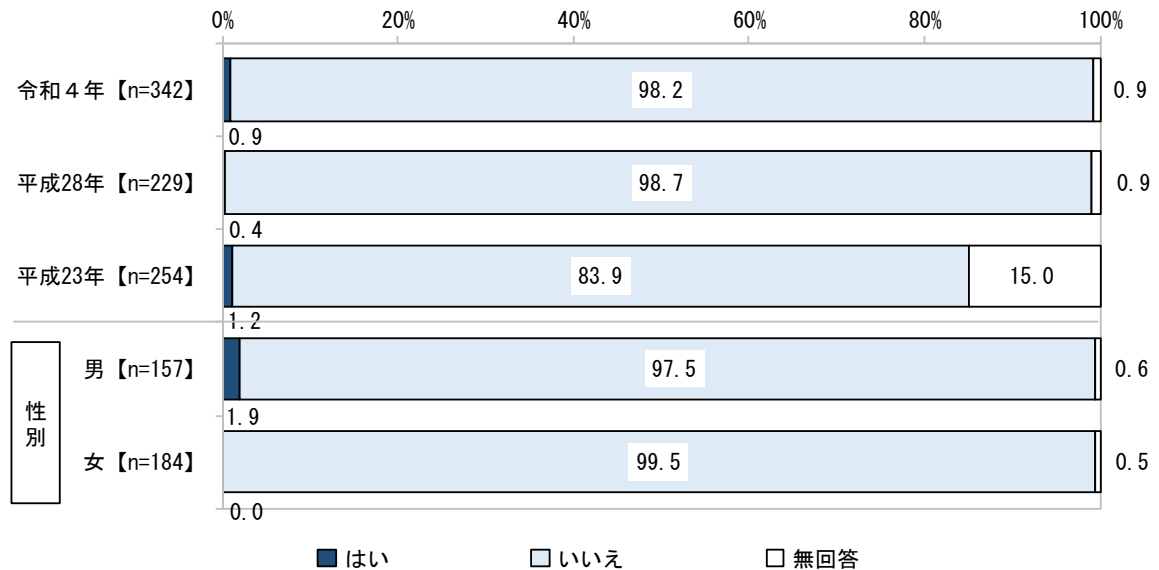
## 第2章 調査概要

### 高校生の健康づくりアンケート

**問 6** たばこ（加熱式たばこ含む）を吸ったことがありますか。

○は1つ

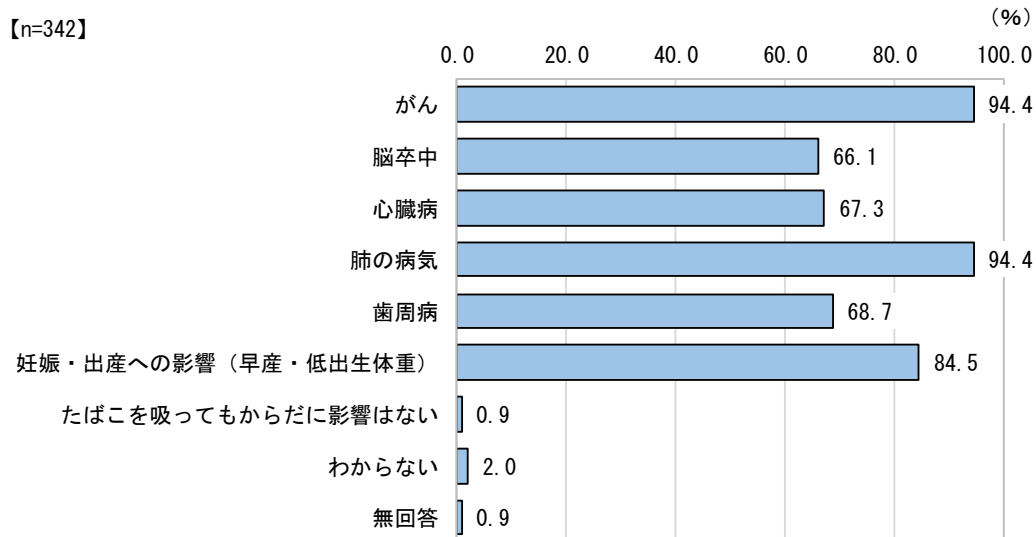
たばこを吸ったことがあるかについて、「はい」が0.9%、「いいえ」が98.2%となっています。  
また、平成28年と比較すると、「はい」では0.4%から0.9%と0.5ポイント増となっています。



**問 7** たばこを吸うとかかりやすくなると思うものすべてに○をつけてください。

複数回答可

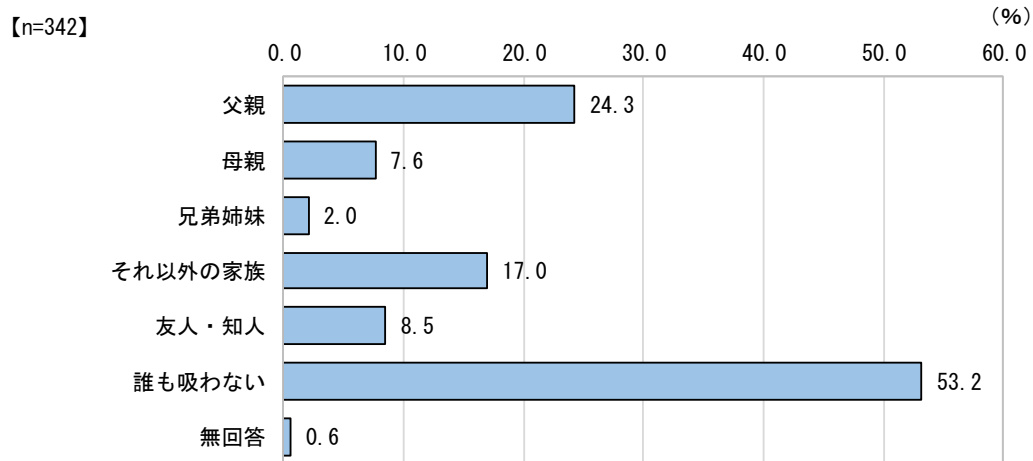
たばこを吸うとかかりやすくなると思うものについて、「がん」「肺の病気」が94.4%と最も高く、次いで「妊娠・出産への影響（早産・低出生体重）」が84.5%、「歯周病」が68.7%となっています。



		合計	問7								
			がん	脳卒中	心臓病	肺の病気	歯周病	妊娠・出産への影響（早産・低出生体重）	たばこを吸ってもからだに影響はない	わからない	無回答
全体		342	323	226	230	323	235	289	3	7	3
		100.0	94.4	66.1	67.3	94.4	68.7	84.5	0.9	2.0	0.9
性別	男	157	144	110	114	146	108	128	2	6	2
		100.0	91.7	70.1	72.6	93.0	68.8	81.5	1.3	3.8	1.3
性別	女	184	179	116	116	177	127	161	1	1	0
		100.0	97.3	63.0	63.0	96.2	69.0	87.5	0.5	0.5	0.0

**問 8** 周りにたばこを吸う人がいますか。あてはまる人すべてに○をつけてください。 複数回答可

周りにたばこを吸う人がいるかについて、「誰も吸わない」が 53.2%と最も高く、次いで「父親」が 24.3%、「それ以外の家族」が 17.0%となっています。

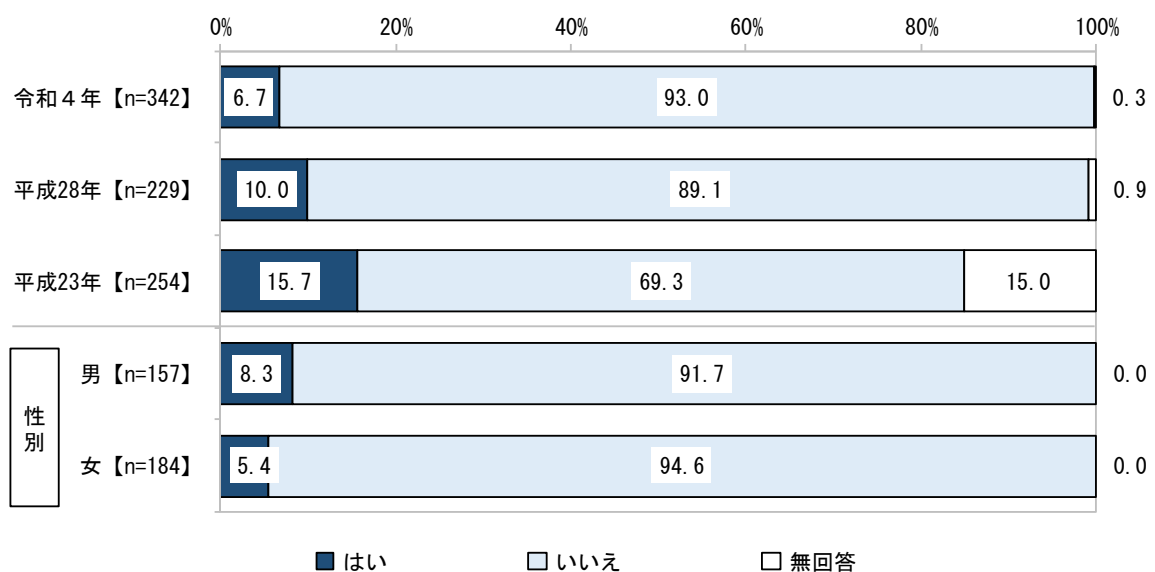


		合計	問 8						
			父親	母親	兄弟姉妹	それ以外の家族	友人・知人	誰も吸わない	無回答
全体		342	83	26	7	58	29	182	2
		100.0	24.3	7.6	2.0	17.0	8.5	53.2	0.6
性別	男	157	41	11	3	25	16	84	0
		100.0	26.1	7.0	1.9	15.9	10.2	53.5	0.0
性別	女	184	42	15	4	33	13	98	1
		100.0	22.8	8.2	2.2	17.9	7.1	53.3	0.5

**問 9** お酒を飲んだことがありますか。 ○は1つ

お酒を飲んだことがあるかについて、「はい」が 6.7%、「いいえ」が 93.0%となっています。

また、平成 28 年と比較すると、「はい」では 10.0%から 6.7%と 3.3 ポイント減となっています。



## 第2章 調査概要

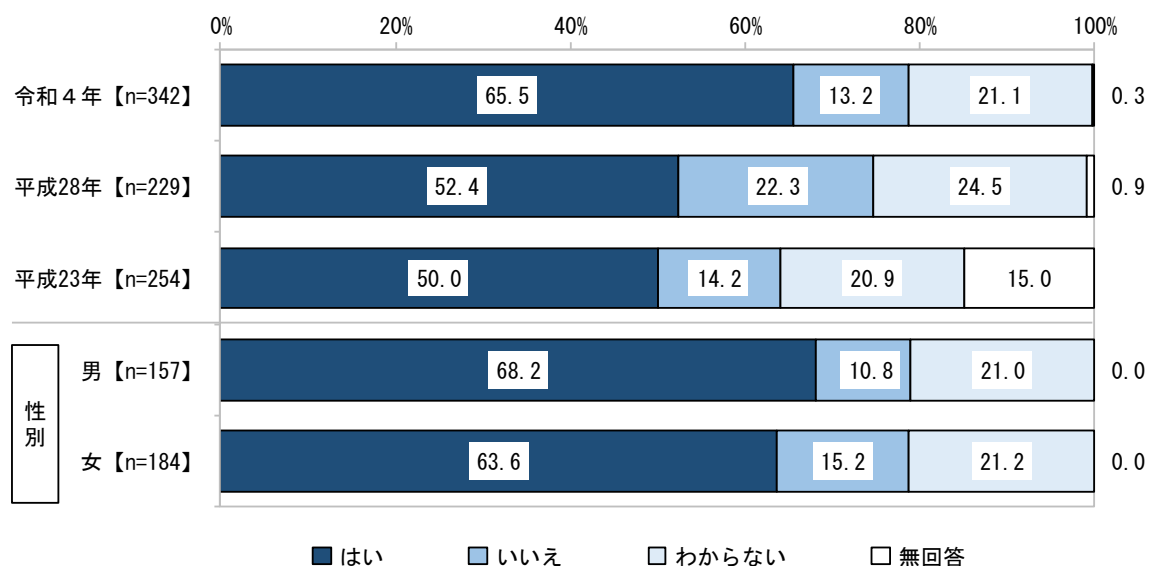
### 高校生の健康づくりアンケート

#### 問 10 睡眠によって休養がとれたと感じますか。

○は1つ

睡眠によって休養がとれたと感じるかについて、「はい」が65.5%と最も高く、次いで「わからない」が21.1%、「いいえ」が13.2%となっています。

また、平成28年と比較すると、「はい」では52.4%から65.5%と13.1ポイント増となっています。

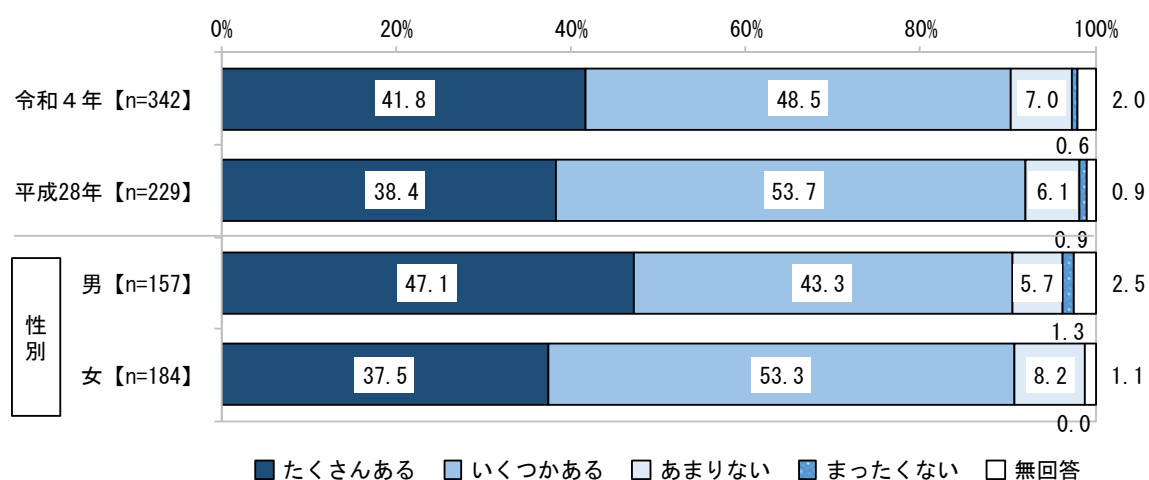


#### 問 11 日々の生活の中で楽しみややりがいがありますか。

○は1つ

日々の生活の中で楽しみややりがいがあるかについて、「いくつかある」が48.5%と最も高く、次いで「たくさんある」が41.8%、「あまりない」が7.0%となっています。

また、平成28年と比較すると、『ある』（「たくさんある」と「いくつかある」の合計）では92.1%から90.3%と1.8ポイント減となっています。



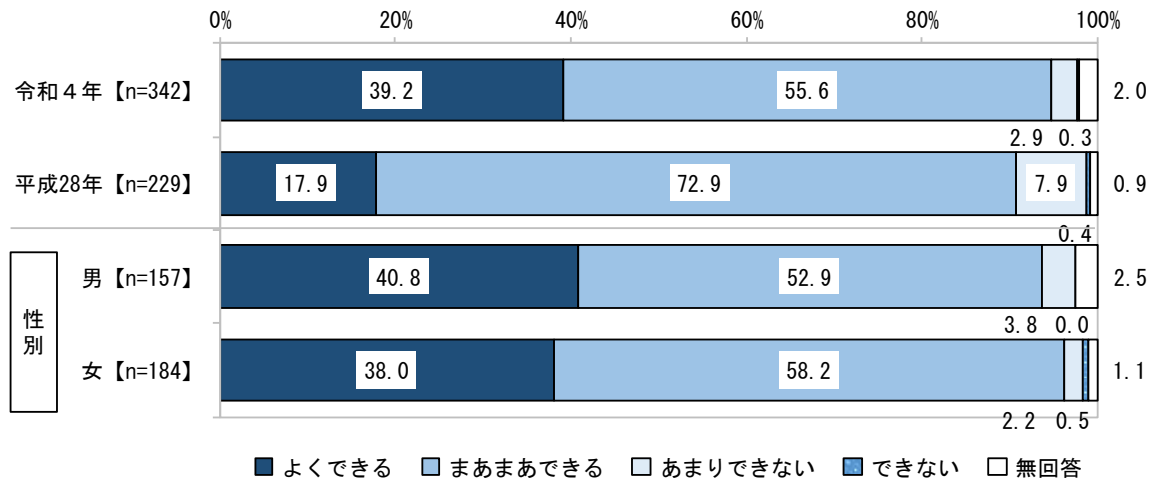


問12 相手の気持ちを考え、思いやることができますか。

○は1つ

相手の気持ちを考え、思いやることができるかについて、「まあまあできる」が55.6%と最も高く、次いで「よくできる」が39.2%、「あまりできない」が2.9%となっています。

また、平成28年と比較すると、『できる』（「よくできる」と「まあまあできる」の合計）では90.8%から94.8%と4.0ポイント増となっています。

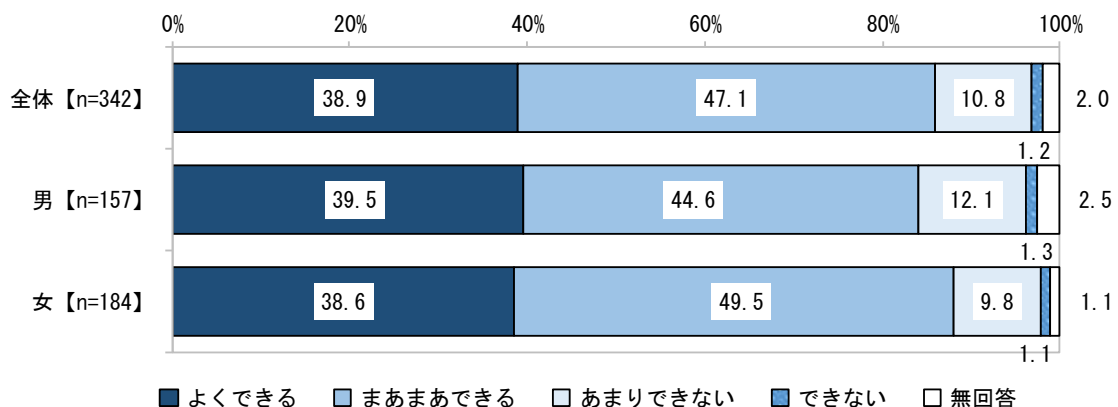


問13 親と何でも話し合いができますか。

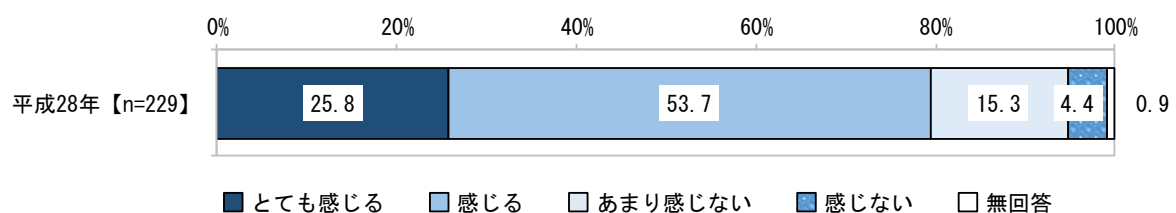
○は1つ

親と何でも話し合いができるかについて、「まあまあできる」が47.1%と最も高く、次いで「よくできる」が38.9%、「あまりできない」が10.8%となっています。

また、男女別でみると、『できる』（「よくできる」と「まあまあできる」の合計）では「男」が84.1%、「女」が88.1%で、女が4.0ポイント高くなっています。



<参考>あなたは、親と何でも話し合えると感じていますか。



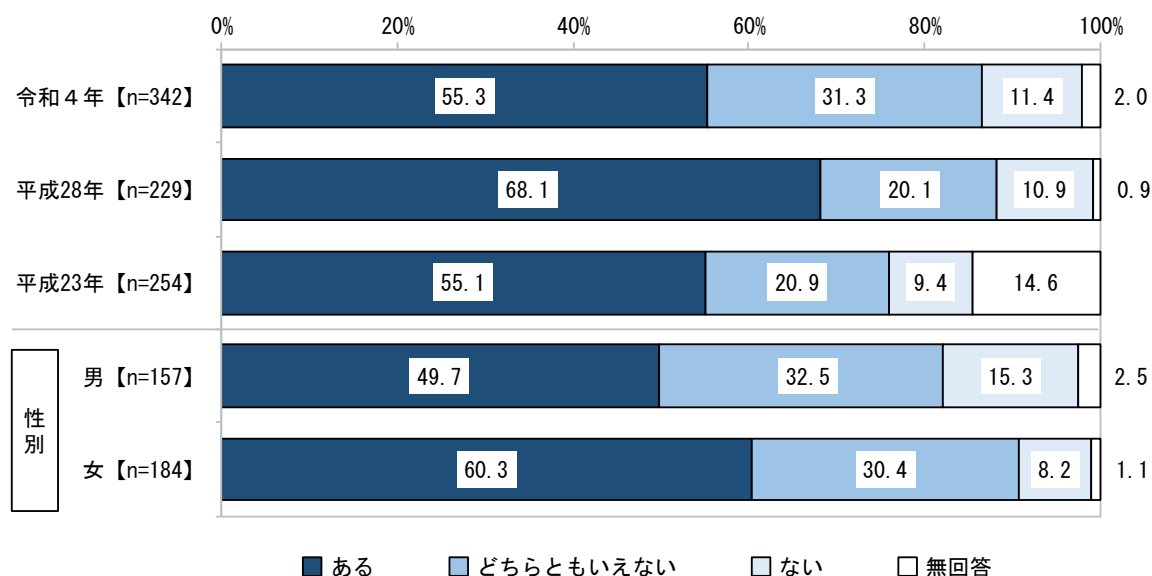
## 第2章 調査概要

### 高校生の健康づくりアンケート

**問 14** 家庭、学校等でストレス（緊張・不安・あせりなど）を感じたことがありますか。 ○は1つ

家庭、学校等でストレスを感じたことがあるかについて、「ある」が55.3%と最も高く、次いで「どちらともいえない」が31.3%、「ない」が11.4%となっています。

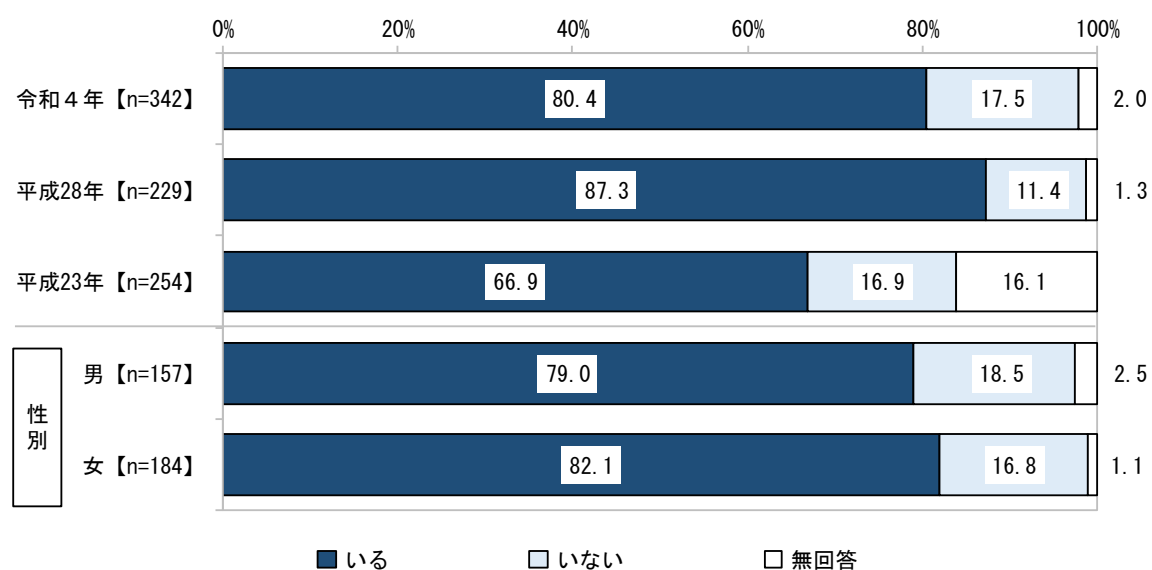
また、平成28年と比較すると、「ある」では68.1%から55.3%と12.8ポイント減となっています。



**問 15** ストレスを感じた時、相談できる相手がいますか。 ○は1つ

ストレスを感じた時、相談できる相手がいるかについて、「いる」が80.4%、「いない」が17.5%となっています。

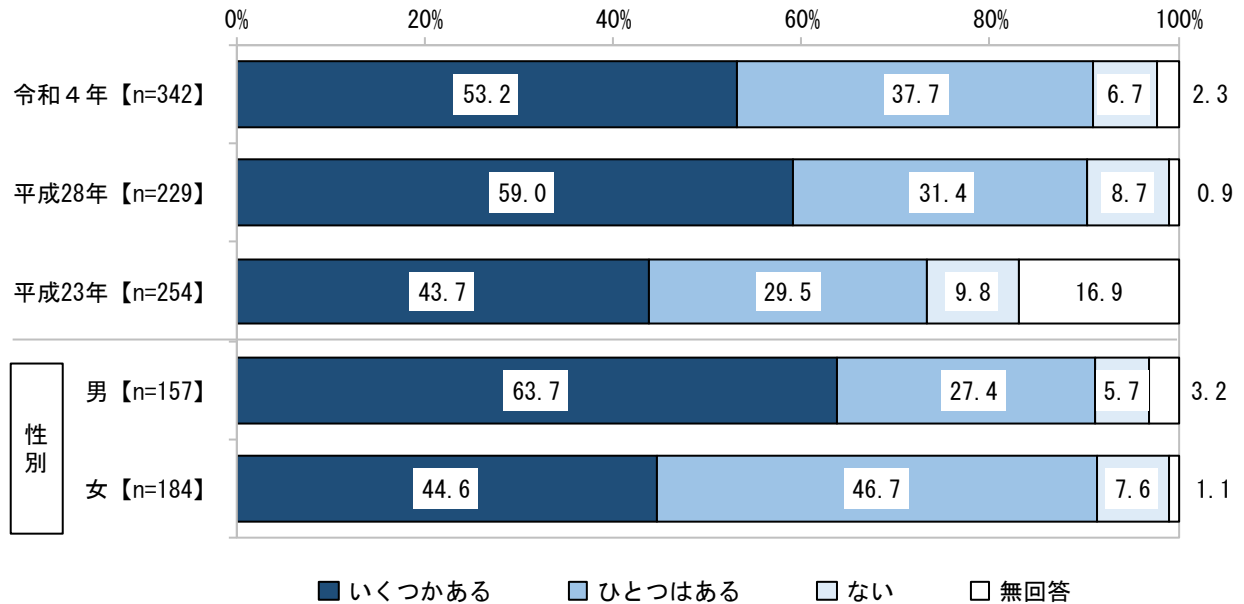
また、平成28年と比較すると、「いる」では87.3%から80.4%と6.9ポイント減となっています。



**問 16** ストレスを感じた時、それを自分で解決したり対処する方法がありますか。 ○は1つ

ストレスを感じた時、それを自分で解決したり対処する方法があるかについて、「いくつかある」が53.2%と最も高く、次いで「ひとつはある」が37.7%、「ない」が6.7%となっています。

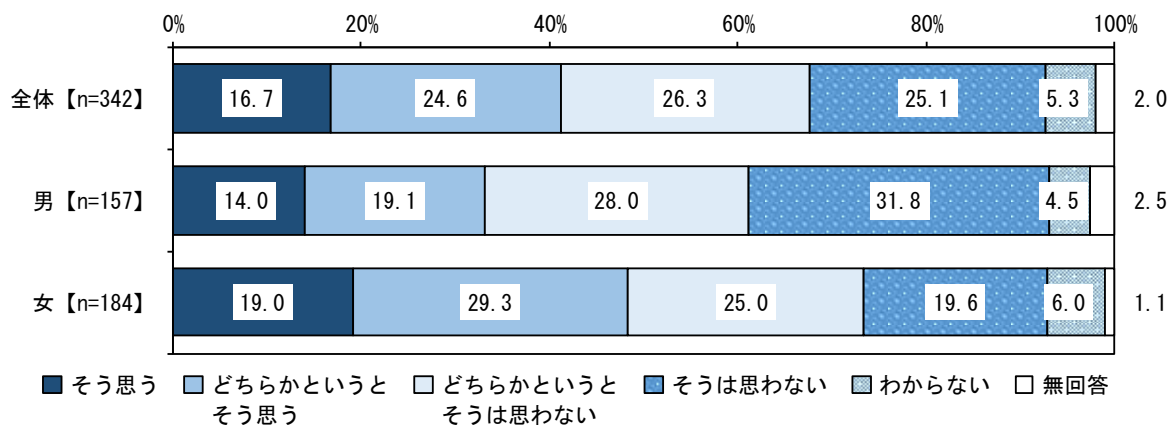
また、平成28年と比較すると、『ある』（「いくつかある」と「ひとつはある」の合計）では90.4%から90.9%と0.5ポイント増となっています。



**問 17** 悩みを抱えた時やストレスを感じた時、誰かに悩みを相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じますか。 ○は1つ

悩みを抱えた時やストレスを感じた時、誰かに悩みを相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じるかについて、「どちらかというとは思わない」が26.3%と最も高く、次いで「そうは思わない」が25.1%、「どちらかというと思う」が24.6%となっています。

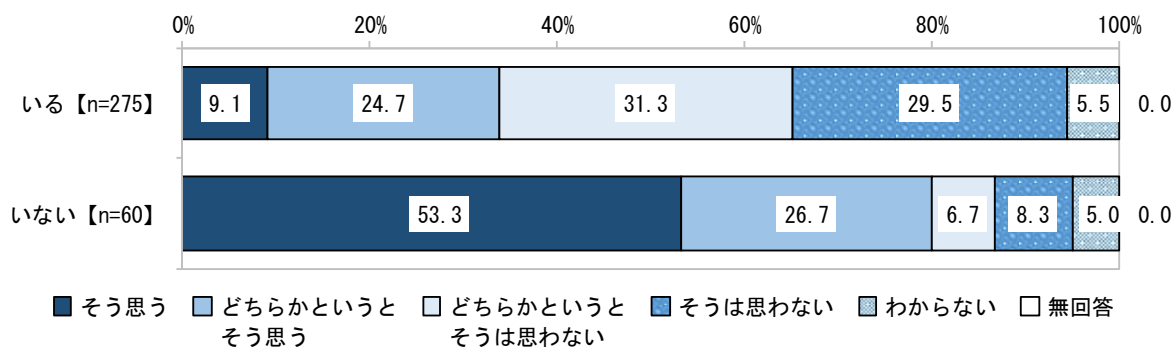
また、男女別でみると、『そう思う』（「そう思う」と「どちらかというと思う」の合計）では「男」が33.1%、「女」が48.3%で、女が15.2ポイント高くなっています。



## 第2章 調査概要

### 高校生の健康づくりアンケート

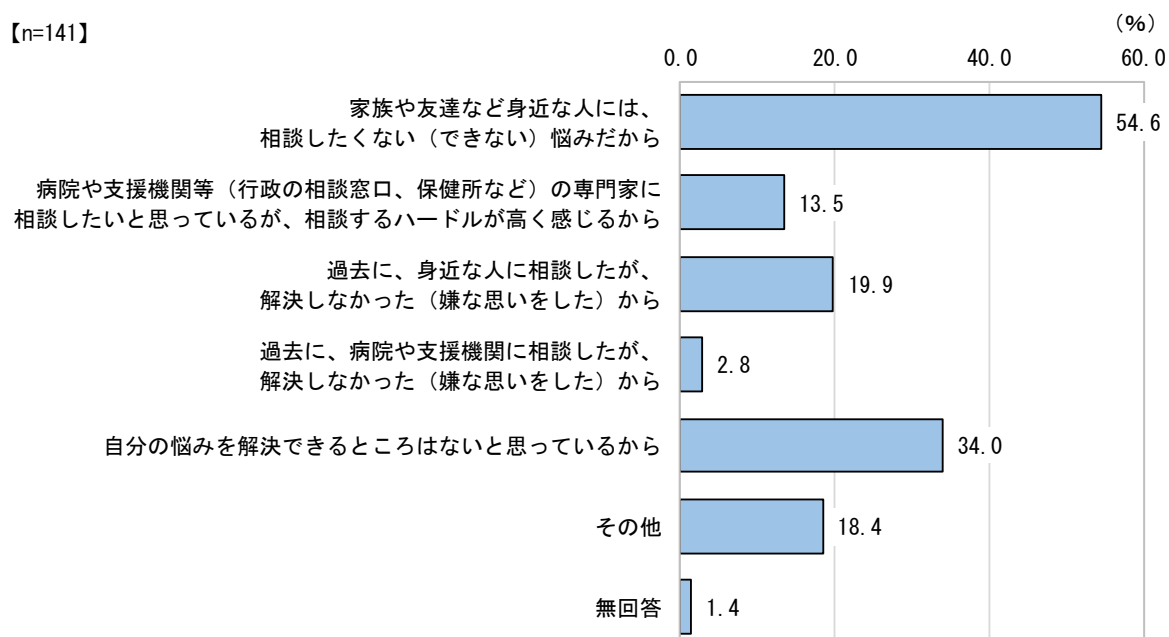
また、ストレスを感じた時の相談相手の有無別でみると、「いる」では『そう思う』が33.8%、「いない」では『そう思う』が80.0%で、「いない」が46.2ポイント高くなっています。



「問17で「そう思う」または「どちらかというそう思う」に○をつけた方におたずねします。」

<b>問17-1</b>	誰かに悩みを相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じる理由について、あてはまるものすべてに○をつけてください。	複数回答可
--------------	--	-------

悩みを抱えた時やストレスを感じた時、誰かに悩みを相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じる人に、その理由について聞いたところ、「家族や友達など身近な人には、相談したくない（できない）悩みだから」が54.6%と最も高く、次いで「自分の悩みを解決できるところはないと思っているから」が34.0%、「過去に、身近な人に相談したが、解決しなかった（嫌な思いをした）から」が19.9%となっています。



		合計	問17-1						
			家族や友達など身近な人には、相談したくない(できない)悩みだから	病院や支援機関等(行政の相談窓口、保健所など)の専門家に相談したいと思っているが、相談するハードルが高く感じるから	過去に、身近な人に相談したが、解決しなかった(嫌な思いをした)から	過去に、病院や支援機関に相談したが、解決しなかった(嫌な思いをした)から	自分の悩みを解決できる場所はないと思っているから	その他	無回答
全体		141 100.0	77 54.6	19 13.5	28 19.9	4 2.8	48 34.0	26 18.4	2 1.4
性別	男	52 100.0	32 61.5	8 15.4	6 11.5	1 1.9	21 40.4	6 11.5	0 0.0
	女	89 100.0	45 50.6	11 12.4	22 24.7	3 3.4	27 30.3	20 22.5	2 2.2

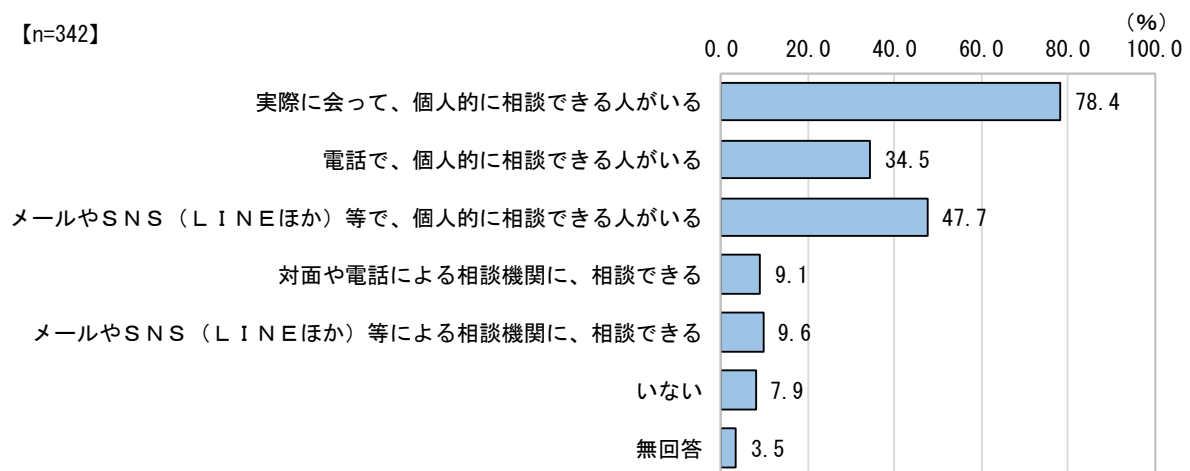
## 問18

不満や悩みやつらい気持ちを受け止め、耳を傾けてくれる人はいると思いますか。あてはまるものすべてに○をつけてください。

複数回答可

不満や悩みやつらい気持ちを受け止め、耳を傾けてくれる人はいると思うかについて、「実際に会って、個人的に相談できる人がいる」が78.4%と最も高く、次いで「メールやSNS（LINEほか）等で、個人的に相談できる人がいる」が47.7%、「電話で、個人的に相談できる人がいる」が34.5%となっています。

【n=342】



		合計	問18						
			実際に会って、個人的に相談できる人がいる	電話で、個人的に相談できる人がいる	メールやSNS（LINEほか）等で、個人的に相談できる人がいる	対面や電話による相談機関に、相談できる	メールやSNS（LINEほか）等による相談機関に、相談できる	いない	無回答
全体		342 100.0	268 78.4	118 34.5	163 47.7	31 9.1	33 9.6	27 7.9	12 3.5
性別	男	157 100.0	120 76.4	65 41.4	77 49.0	20 12.7	19 12.1	12 7.6	5 3.2
	女	184 100.0	148 80.4	53 28.8	86 46.7	11 6.0	14 7.6	15 8.2	6 3.3

## 5. 健康基礎調査アンケート（成人）

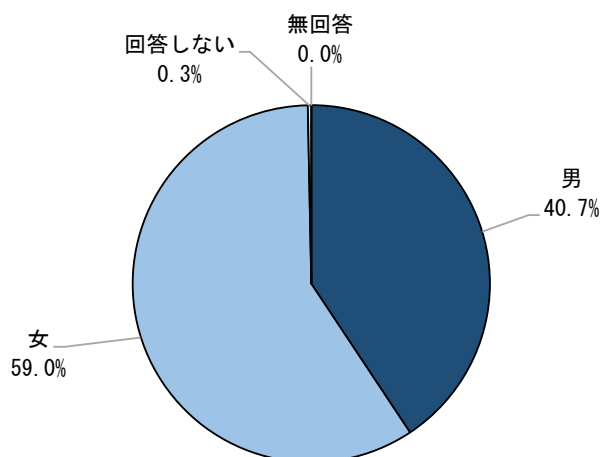
### （Ⅰ）現在の状況

**問1** 性別を教えてください。

○は1つ

性別について、「男」が40.7%、「女」が59.0%となっています。

【n=976】

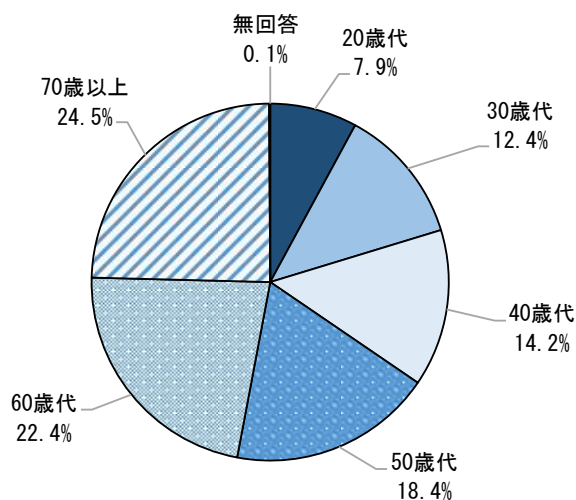


**問2** 年齢を教えてください。

数値記入

年齢について、「70歳以上」が24.5%と最も高く、次いで「60歳代」が22.4%、「50歳代」が18.4%となっています。

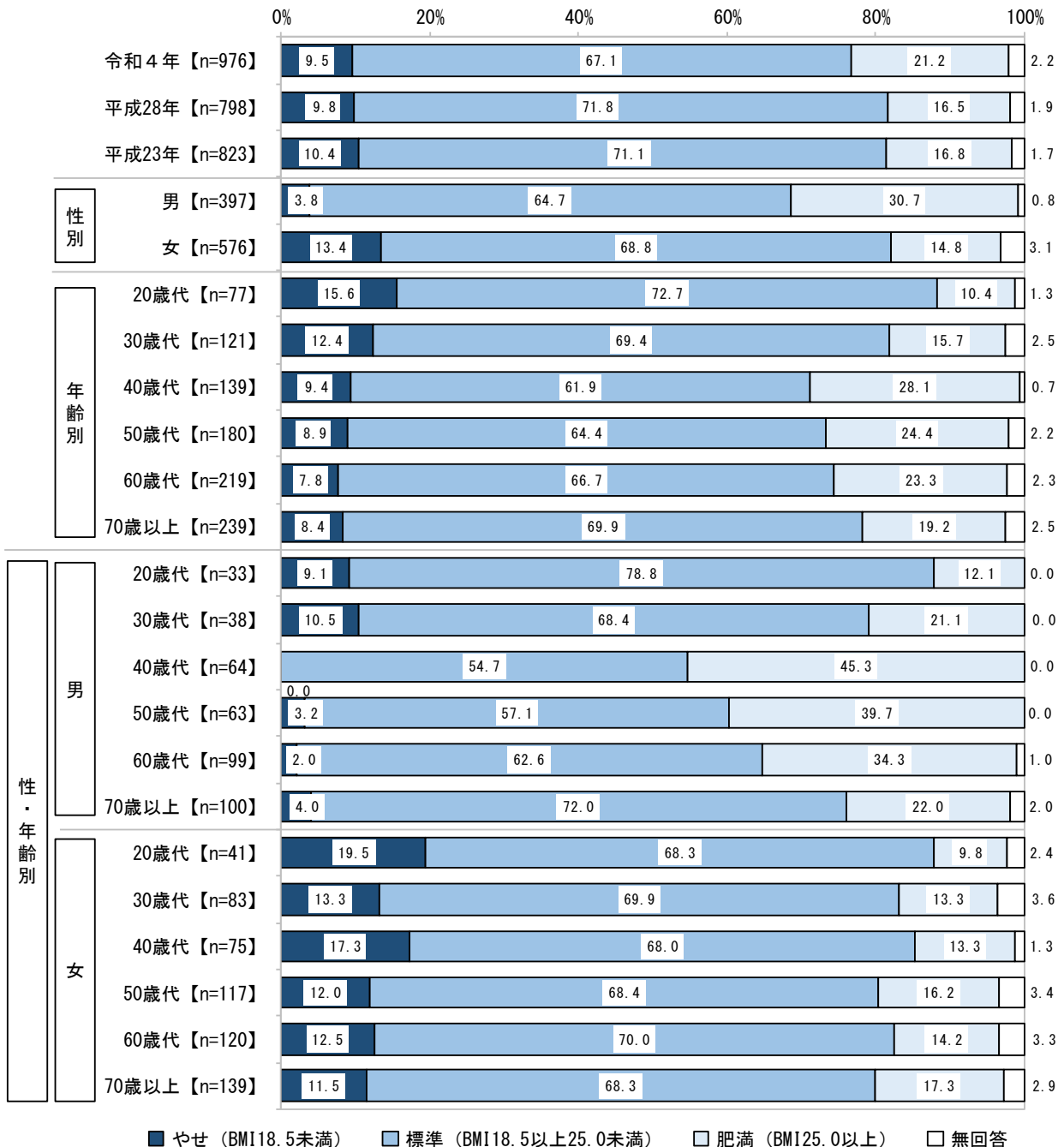
【n=976】



問3 身長・体重を教えてください。

数値記入

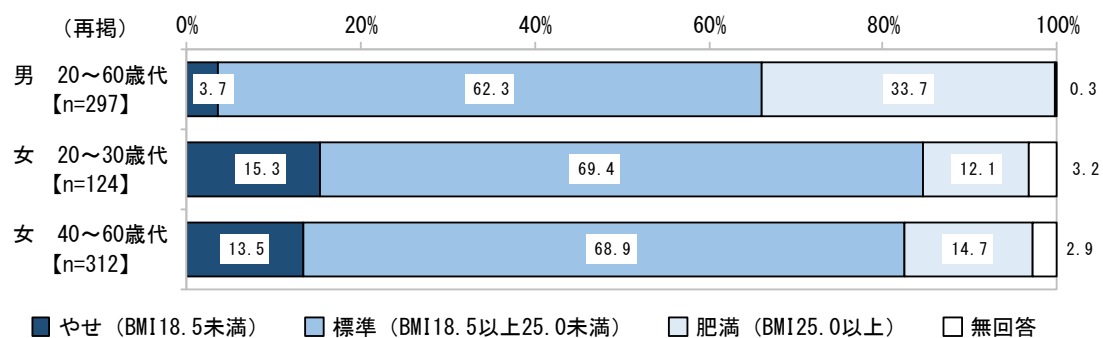
身長と体重から算出されたBMI値について、「標準（BMI18.5以上25.0未満）」が67.1%と最も高く、次いで「肥満（BMI25.0以上）」が21.2%、「やせ（BMI18.5未満）」が9.5%となっています。



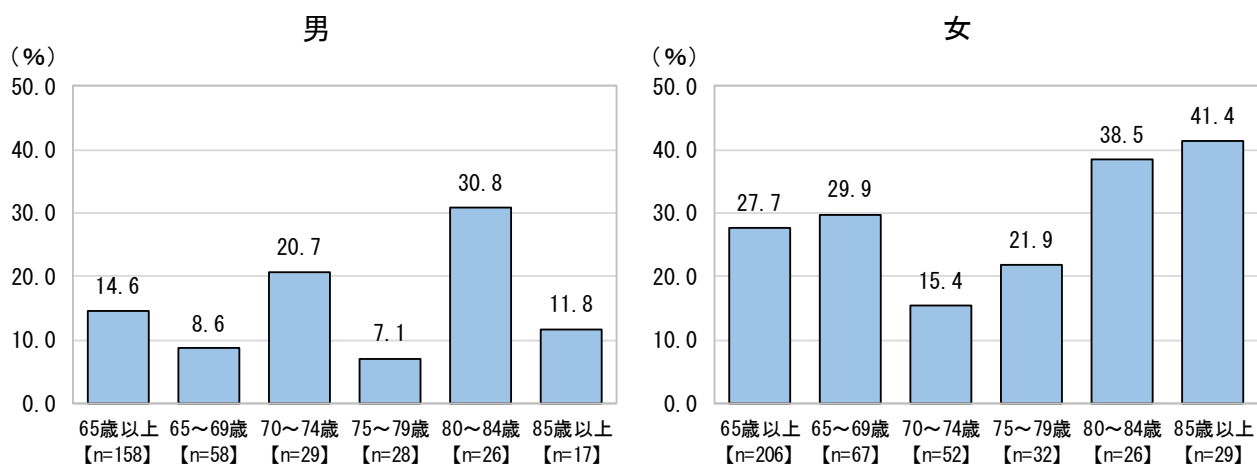
※BMI（「Body Mass Index」の略）とは、体重（kg）÷身長（m）÷身長（m）で計算される体格を表す指標です。

## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）



また、65歳以上の高齢者における低栄養傾向（BMI 20.0 以下）について、「男」が14.6%、「女」が27.7%となっています。



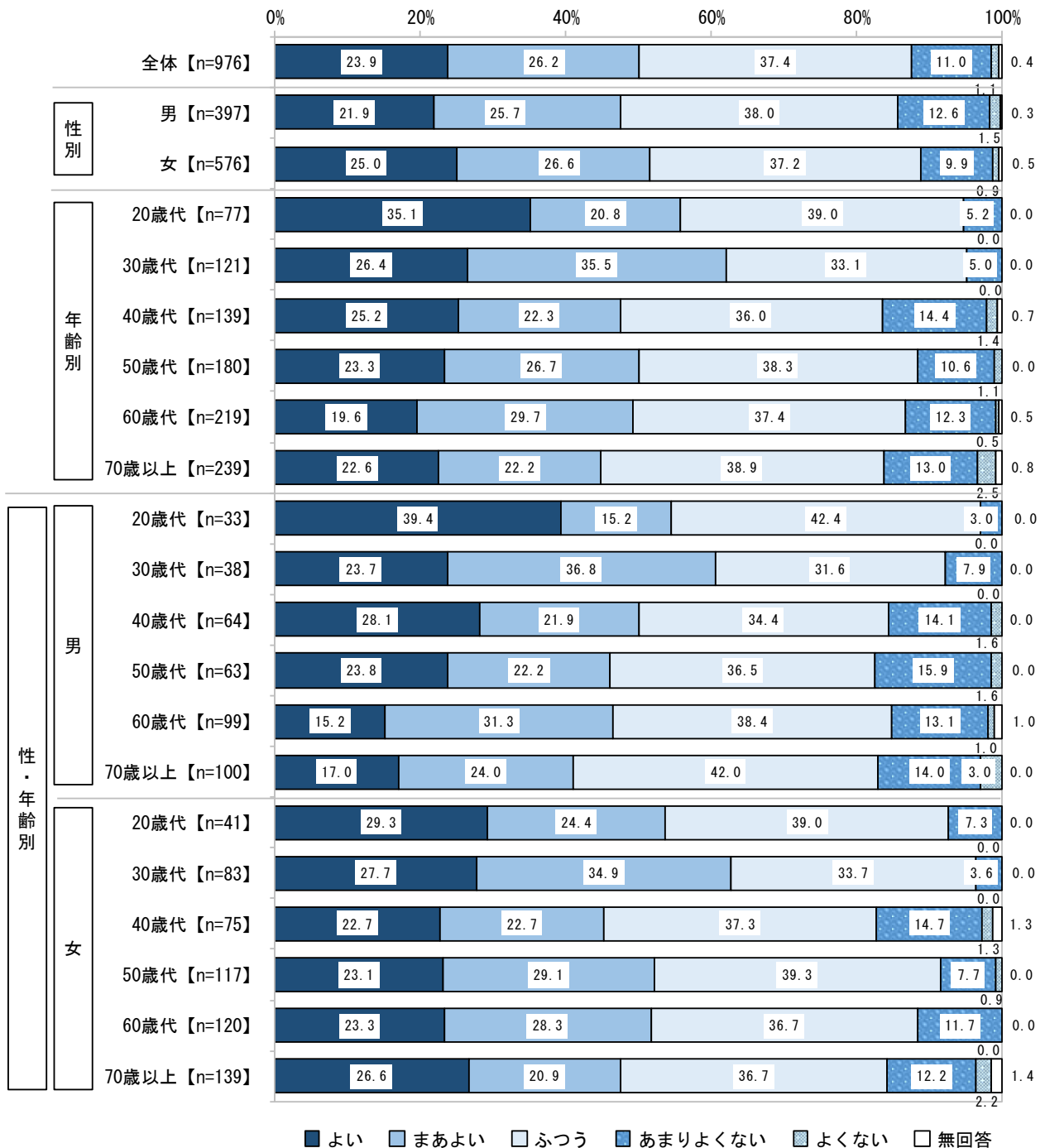


問4 健康状態はいかがですか。

○は1つ

主観的健康感について、「ふつう」が37.4%と最も高く、次いで「まあよい」が26.2%、「よい」が23.9%となっています。

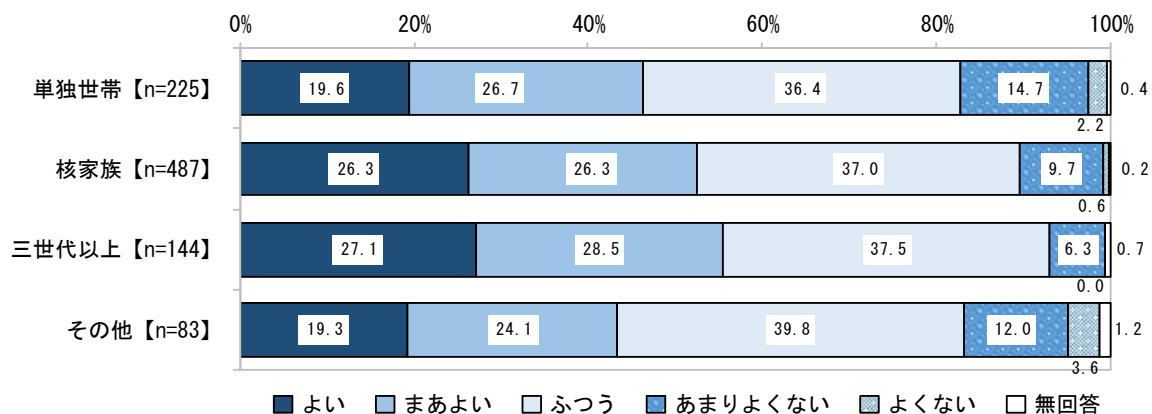
また、男女別でみると、『よい』（「よい」と「まあよい」の合計）では「男」が47.6%、「女」が51.6%で、女が4.0ポイント高くなっています。



## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

さらに、家族構成別でみると、『よい』（「よい」と「まあよい」の合計）では「単独世帯」が46.3%、「核家族」が52.6%、「三世代以上」が55.6%となっています。

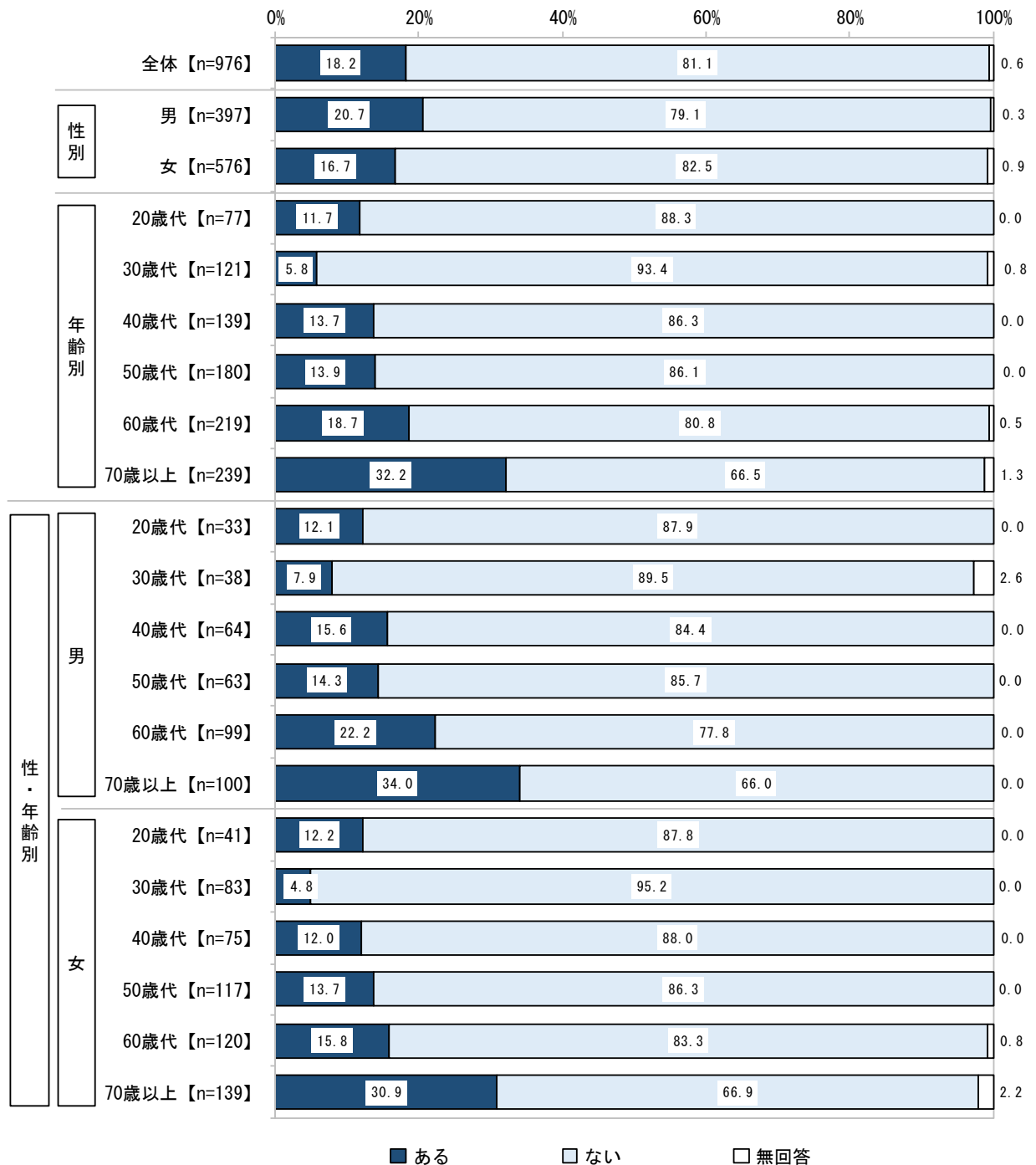


問5 健康上の問題で日常生活に何か影響がありますか。

○は1つ

健康上の問題で日常生活に何か影響あるかについて、「ある」が18.2%、「ない」が81.1%となっています。

また、男女別でみると、「ある」では「男」が20.7%、「女」が16.7%で、男が4.0ポイント高くなっています。



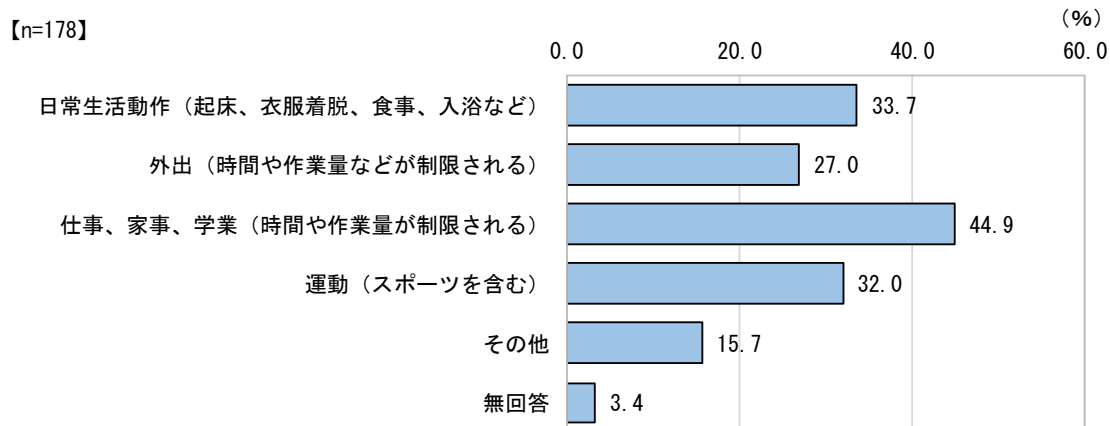
## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

《問5で「ある」に○をつけた方におたずねします。》

<b>問5-1</b>	どのようなことに影響がありますか。	複数回答可
-------------	-------------------	-------

健康上の問題で日常生活に影響がある人に、どのようなことに影響があるかについて聞いたところ、「仕事、家事、学業（時間や作業量が制限される）」が44.9%と最も高く、次いで「日常生活動作（起床、衣服着脱、食事、入浴など）」が33.7%、「運動（スポーツを含む）」が32.0%となっています。



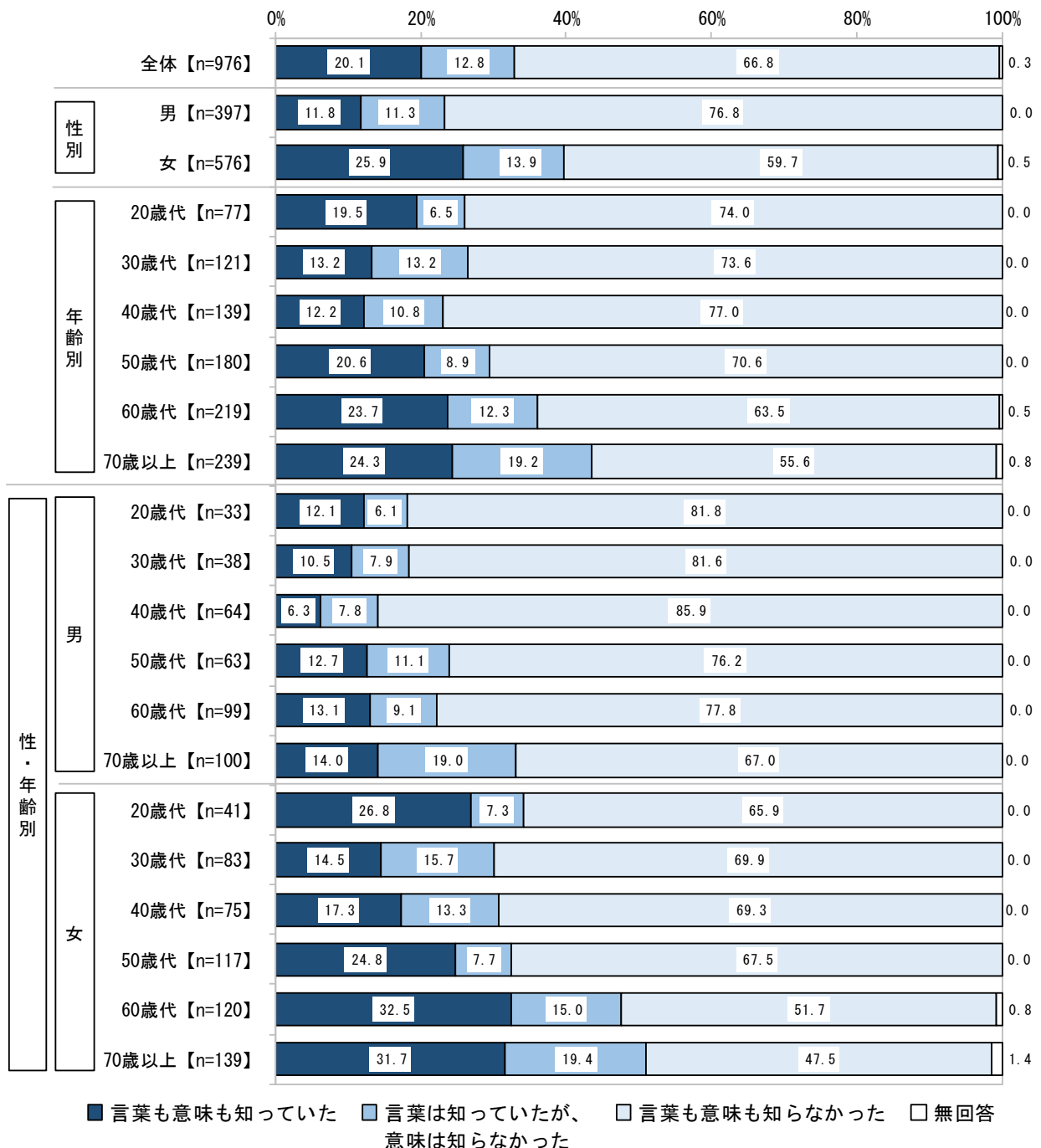
		合計	(1) 問5-1					
			日常生活動作（起床、衣服着脱、食事、入浴など）	外出（時間や作業量などが制限される）	仕事、家事、学業（時間や作業量が制限される）	運動（スポーツを含む）	その他	無回答
全体		178 100.0	60 33.7	48 27.0	80 44.9	57 32.0	28 15.7	6 3.4
性別	男	82 100.0	31 37.8	17 20.7	40 48.8	28 34.1	10 12.2	2 2.4
	女	96 100.0	29 30.2	31 32.3	40 41.7	29 30.2	18 18.8	4 4.2
年齢別	20歳代	9 100.0	5 55.6	4 44.4	6 66.7	1 11.1	0 0.0	0 0.0
	30歳代	7 100.0	2 28.6	1 14.3	2 28.6	3 42.9	0 0.0	1 14.3
	40歳代	19 100.0	7 36.8	6 31.6	8 42.1	7 36.8	5 26.3	0 0.0
	50歳代	25 100.0	5 20.0	4 16.0	15 60.0	7 28.0	5 20.0	0 0.0
	60歳代	41 100.0	13 31.7	10 24.4	18 43.9	15 36.6	3 7.3	3 7.3
	70歳以上	77 100.0	28 36.4	23 29.9	31 40.3	24 31.2	15 19.5	2 2.6
性・年齢別	男	20歳代	4 100.0	3 75.0	3 75.0	3 75.0	1 25.0	0 0.0
		30歳代	3 100.0	1 33.3	0 0.0	1 33.3	1 33.3	0 0.0
		40歳代	10 100.0	5 50.0	2 20.0	4 40.0	4 40.0	0 0.0
		50歳代	9 100.0	4 44.4	0 0.0	6 66.7	3 33.3	0 0.0
		60歳代	22 100.0	7 31.8	4 18.2	9 40.9	8 36.4	2 9.1
		70歳以上	34 100.0	11 32.4	8 23.5	17 50.0	11 32.4	7 20.6
	女	20歳代	5 100.0	2 40.0	1 20.0	3 60.0	0 0.0	0 0.0
		30歳代	4 100.0	1 25.0	1 25.0	1 25.0	2 50.0	0 0.0
		40歳代	9 100.0	2 22.2	4 44.4	4 44.4	3 33.3	4 44.4
		50歳代	16 100.0	1 6.3	4 25.0	9 56.3	4 25.0	5 31.3
		60歳代	19 100.0	6 31.6	6 31.6	9 47.4	7 36.8	1 5.3
		70歳以上	43 100.0	17 39.5	15 34.9	14 32.6	13 30.2	8 18.6

問6 「フレイル」という言葉を知っていましたか。

○は1つ

フレイルの認知度について、「言葉も意味も知らなかった」が66.8%と最も高く、次いで「言葉も意味も知っていた」が20.1%、「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」が12.8%となっています。

また、男女別でみると、フレイルの認知度（「言葉も意味も知っていた」割合）では「男」が11.8%、「女」が25.9%で、女が14.1ポイント高くなっています。



## 第2章 調査概要

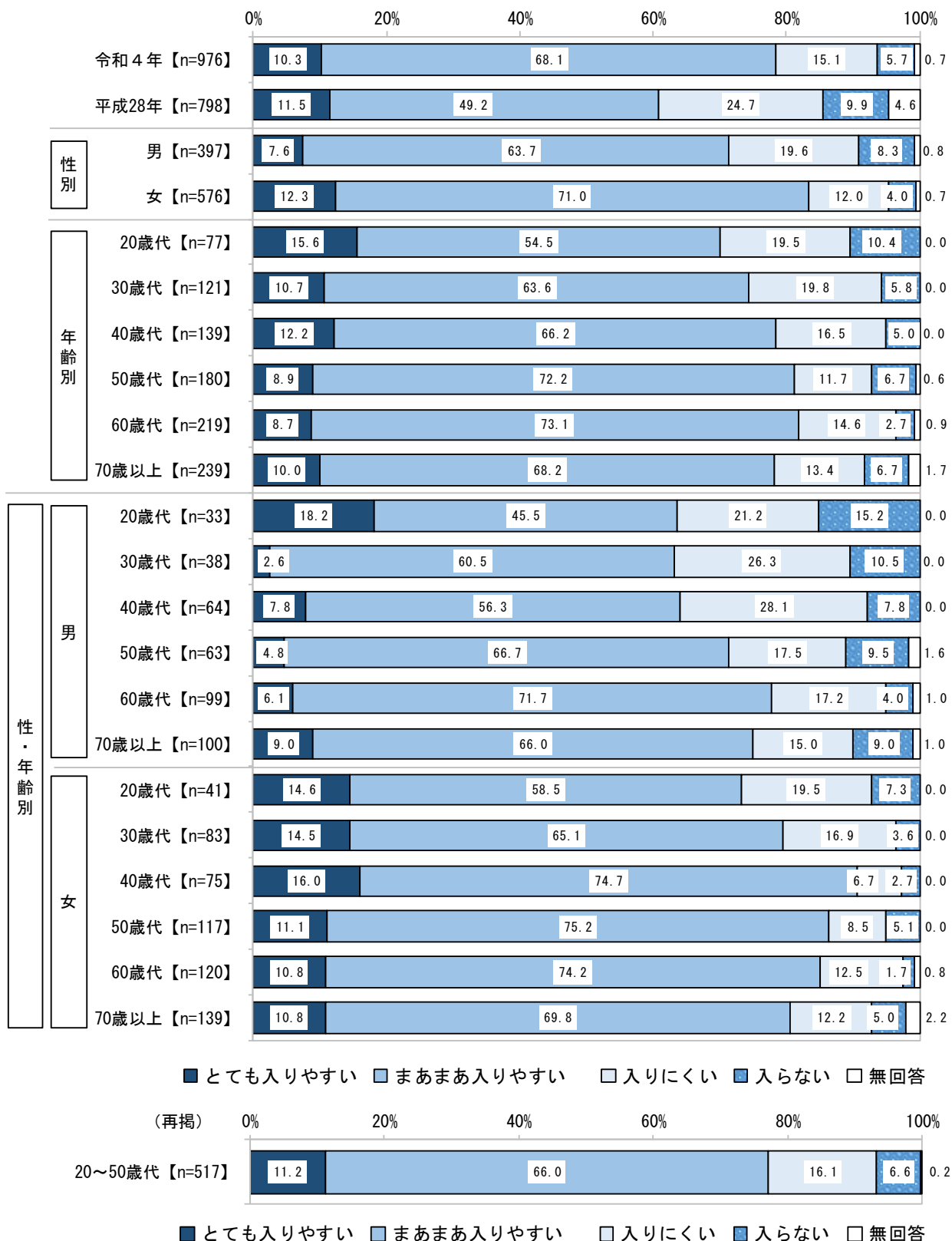
### 健康基礎調査アンケート（成人）

#### 問7 健康に関する情報が、気軽に手に入りますか。

○は1つ

健康に関する情報が、気軽に手に入るかについて、「まあまあ入りやすい」が68.1%と最も高く、次いで「入りにくい」が15.1%、「とても入りやすい」が10.3%となっています。

また、平成28年と比較すると、『入りやすい』（「とても入りやすい」と「まあまあ入りやすい」の合計）では60.7%から78.4%と17.7ポイント増となっています。

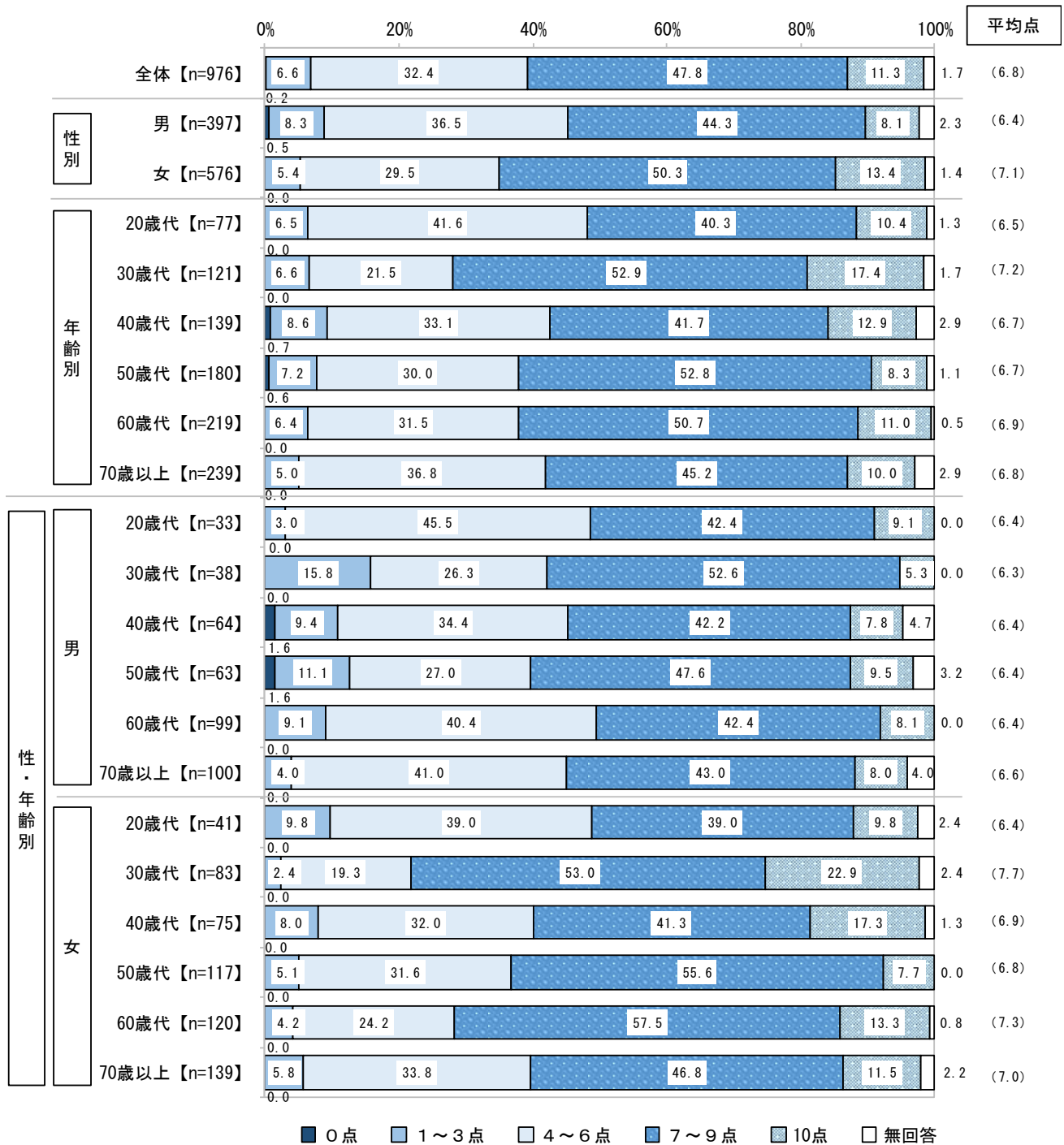


問8 今、幸せですか。

○は1つ

主観的幸福感について、「7～9点」が47.8%と最も高く、次いで「4～6点」が32.4%、「10点」が11.3%となっています（平均6.8点）。

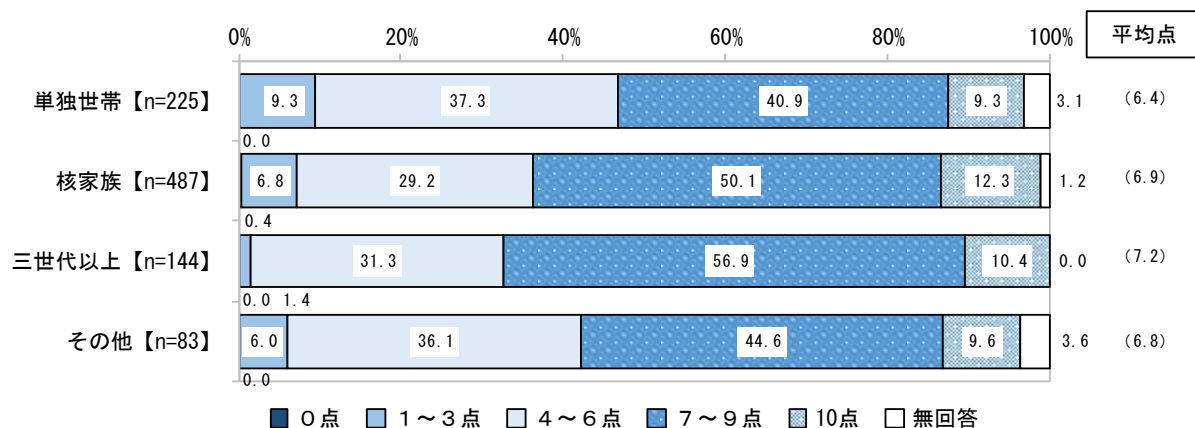
また、男女別でみると、平均点では「男」が6.4点、「女」が7.1点で、女が0.7点高くなっています。



## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

さらに、家族構成別の平均点では「単独世帯」が6.4点、「核家族」が6.9点、「三世代以上」が7.2点となっています。





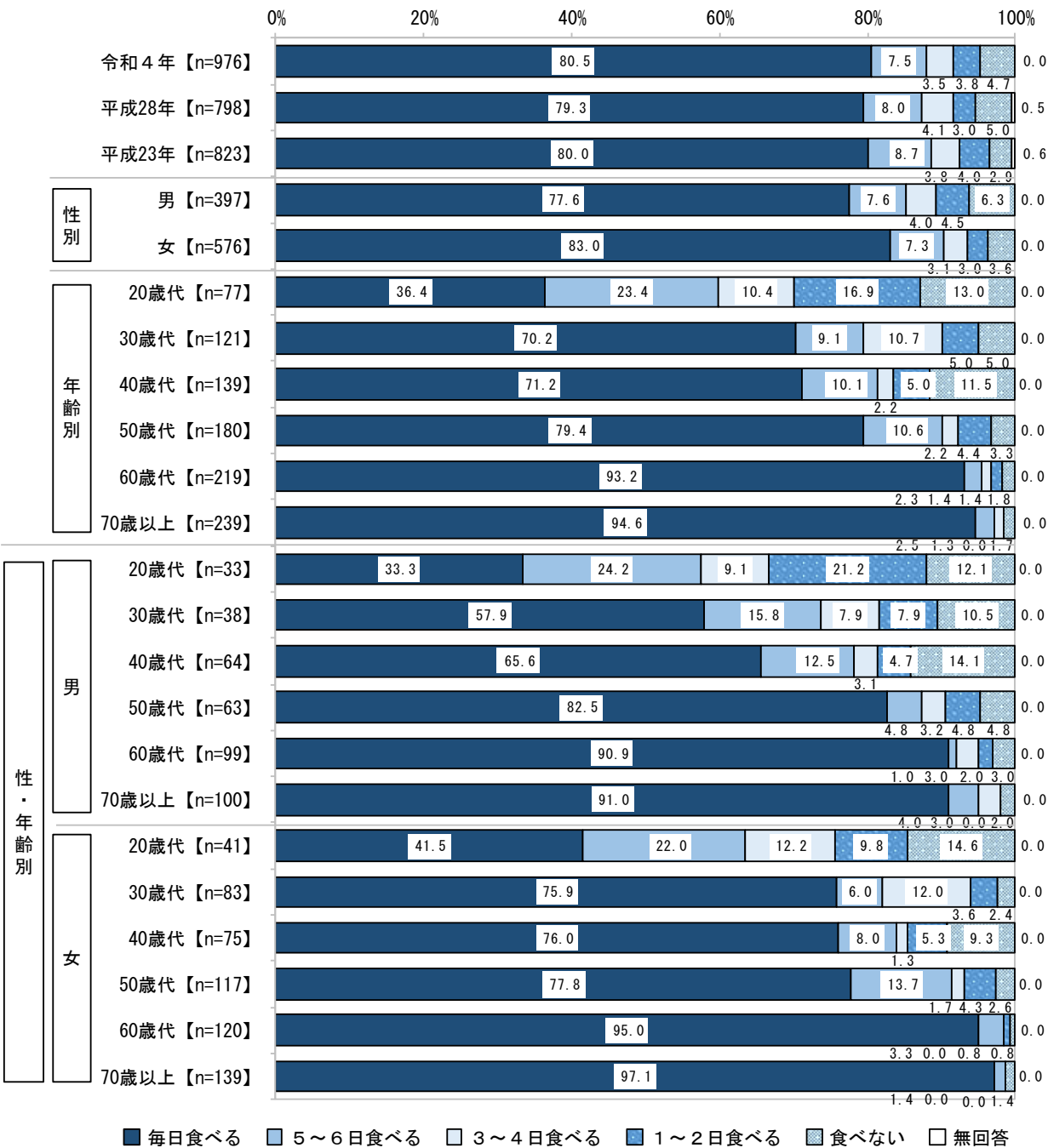
(2) 食事の状況

問1 1週間のうちで朝食を食べる日は何日ありますか。

○は1つ

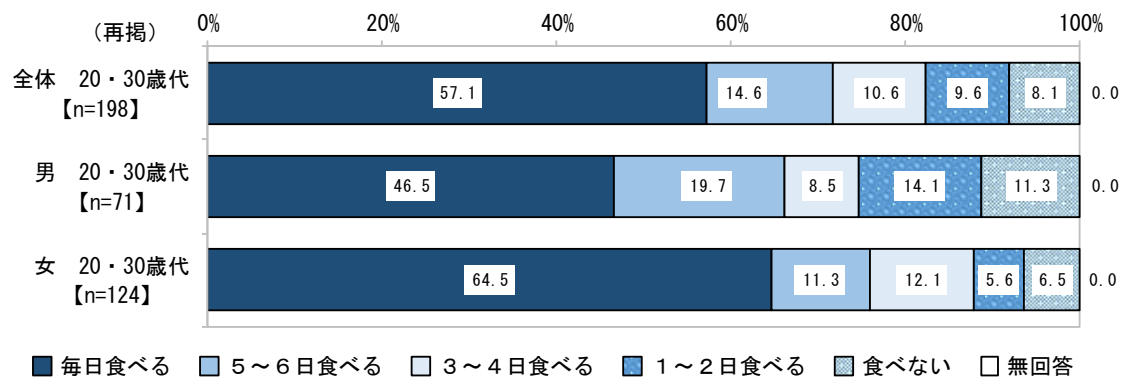
1週間のうちで朝食を食べる日数について、「毎日食べる」が80.5%と最も高く、次いで「5～6日食べる」が7.5%、「食べない」が4.7%となっています。

また、平成28年と比較すると、「毎日食べる」では79.3%から80.5%と1.2ポイント増となっています。



## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

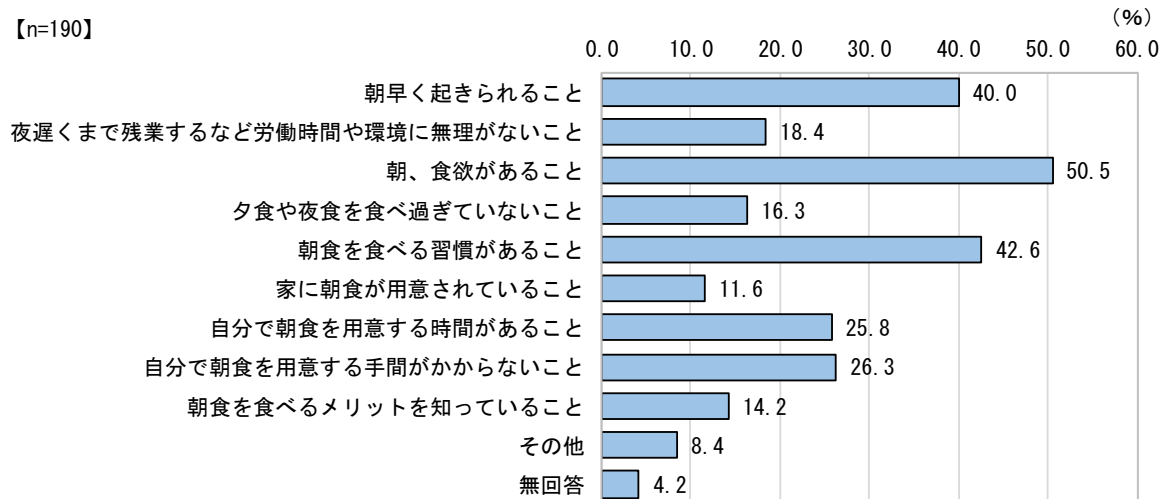


《問1で「毎日食べる」以外に○をつけた方におたずねします。》

問1-1	朝食を食べるためには、どのようなことが必要だと思いますか。	複数回答可
------	-------------------------------	-------

朝食を7日間毎日食べない人に、朝食を食べるために必要なことについて聞いたところ、「朝、食欲があること」が50.5%と最も高く、次いで「朝食を食べる習慣があること」が42.6%、「朝早く起きられること」が40.0%となっています。

【n=190】



		合計	(2) 問1-1											
			朝早く起きられること	夜遅くまで残業するなど労働時間や環境に無理がないこと	朝、食欲があること	夕食や夜食を食べ過ぎていること	朝食を食べる習慣があること	家に朝食が用意されていること	自分で朝食を用意する時間があること	自分で朝食を用意する手間がかからないこと	朝食を食べるメリットを知っていること	その他	無回答	
全体		190 100.0	76 40.0	35 18.4	96 50.5	31 16.3	81 42.6	22 11.6	49 25.8	50 26.3	27 14.2	16 8.4	8 4.2	
性別	男	89 100.0	31 34.8	15 16.9	46 51.7	11 12.4	39 43.8	12 13.5	16 18.0	21 23.6	18 20.2	7 7.9	6 6.7	
	女	98 100.0	44 44.9	20 20.4	48 49.0	20 20.4	42 42.9	10 10.2	31 31.6	29 29.6	8 8.2	9 9.2	2 2.0	
年齢別	20歳代	49 100.0	26 53.1	11 22.4	28 57.1	4 8.2	19 38.8	7 14.3	20 40.8	11 22.4	7 14.3	1 2.0	1 2.0	
	30歳代	36 100.0	16 44.4	6 16.7	17 47.2	5 13.9	18 50.0	5 13.9	11 30.6	15 41.7	5 13.9	4 11.1	2 5.6	
	40歳代	40 100.0	18 45.0	9 22.5	19 47.5	9 22.5	20 50.0	4 10.0	5 12.5	10 25.0	7 17.5	5 12.5	0 0.0	
	50歳代	37 100.0	10 27.0	7 18.9	18 48.6	6 16.2	14 37.8	3 8.1	10 27.0	8 21.6	4 10.8	4 10.8	1 2.7	
	60歳代	15 100.0	4 26.7	2 13.3	8 53.3	4 26.7	4 26.7	2 13.3	2 13.3	6 40.0	2 13.3	1 6.7	1 6.7	
	70歳以上	13 100.0	2 15.4	0 0.0	6 46.2	3 23.1	6 46.2	1 7.7	1 7.7	0 0.0	2 15.4	1 7.7	3 23.1	
性・年齢別	男	20歳代	22 100.0	11 50.0	3 13.6	14 63.6	2 9.1	9 40.9	4 18.2	5 22.7	6 27.3	5 22.7	0 0.0	0 0.0
		30歳代	16 100.0	5 31.3	3 18.8	8 50.0	1 6.3	8 50.0	2 12.5	4 25.0	6 37.5	2 12.5	3 18.8	2 12.5
		40歳代	22 100.0	9 40.9	5 22.7	11 50.0	4 18.2	9 40.9	1 4.5	2 9.1	3 13.6	5 22.7	3 13.6	0 0.0
		50歳代	11 100.0	3 27.3	2 18.2	3 27.3	1 9.1	4 36.4	3 27.3	4 36.4	1 9.1	2 18.2	1 9.1	1 9.1
		60歳代	9 100.0	1 11.1	2 22.2	5 55.6	1 11.1	3 33.3	2 22.2	0 0.0	5 55.6	2 22.2	0 0.0	1 11.1
		70歳以上	9 100.0	2 22.2	0 0.0	5 55.6	2 22.2	6 66.7	0 0.0	1 11.1	0 0.0	2 22.2	0 0.0	2 22.2
		70歳以上	9 100.0	2 22.2	0 0.0	5 55.6	2 22.2	6 66.7	0 0.0	1 11.1	0 0.0	2 22.2	0 0.0	2 22.2
	女	20歳代	24 100.0	14 58.3	8 33.3	12 50.0	2 8.3	10 41.7	3 12.5	13 54.2	5 20.8	1 4.2	1 4.2	1 4.2
		30歳代	20 100.0	11 55.0	3 15.0	9 45.0	4 20.0	10 50.0	3 15.0	7 35.0	3 15.0	1 5.0	0 0.0	0 0.0
		40歳代	18 100.0	9 50.0	4 22.2	8 44.4	5 27.8	11 61.1	3 16.7	3 16.7	7 38.9	2 11.1	2 11.1	0 0.0
		50歳代	26 100.0	7 26.9	5 19.2	15 57.7	5 19.2	10 38.5	0 0.0	6 23.1	7 26.9	2 7.7	3 11.5	0 0.0
		60歳代	6 100.0	3 50.0	0 0.0	3 50.0	3 50.0	1 16.7	0 0.0	2 33.3	1 16.7	0 0.0	1 16.7	0 0.0
		70歳以上	4 100.0	0 0.0	0 0.0	1 25.0	1 25.0	0 0.0	1 25.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 25.0	1 25.0
		70歳以上	4 100.0	0 0.0	0 0.0	1 25.0	1 25.0	0 0.0	1 25.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 25.0	1 25.0

## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

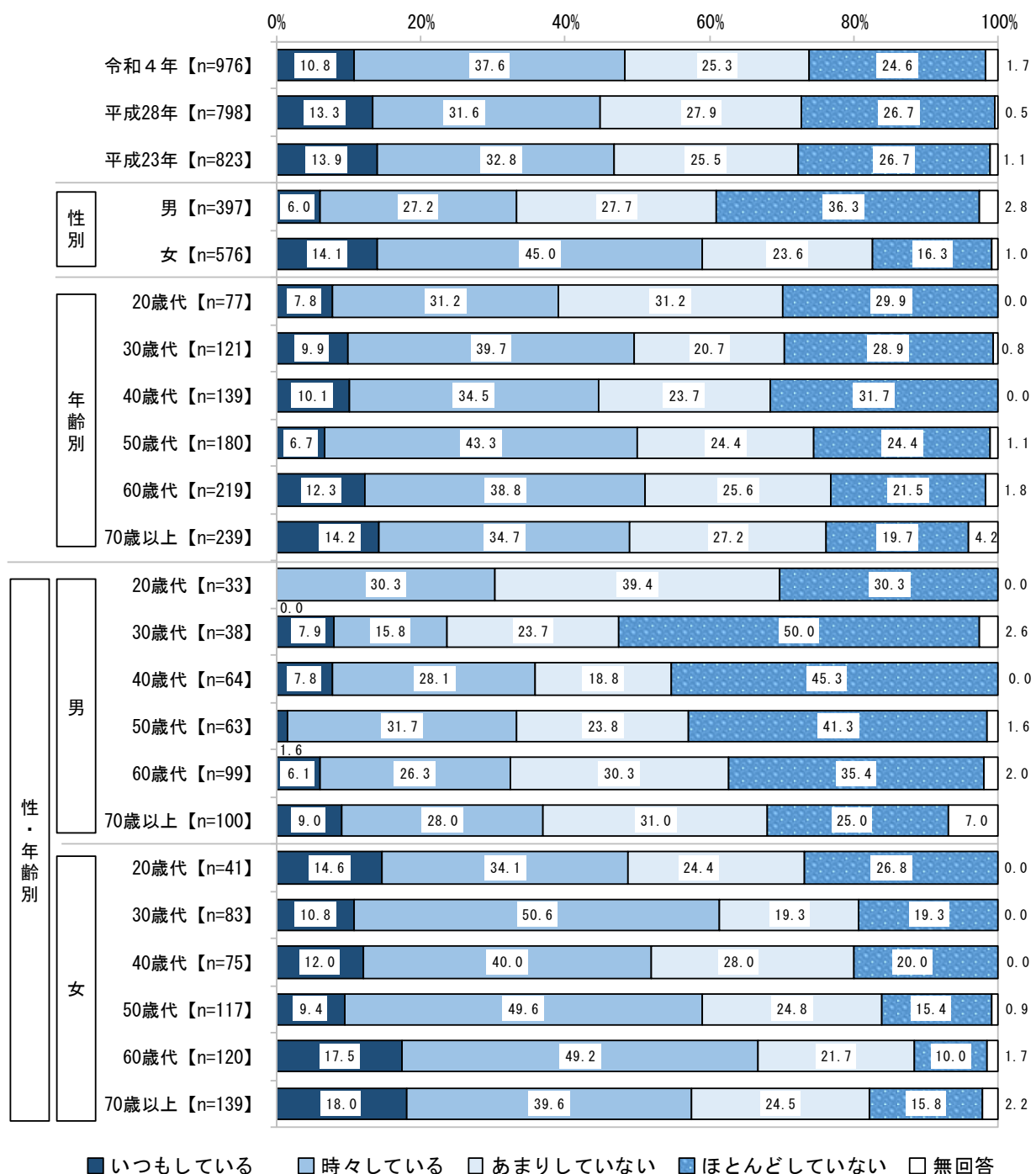
#### 問2

ふだん外食する時や食品を購入する時に、栄養成分表示を参考にしていますか。

○は1つ

ふだん外食する時や食品を購入する時に、栄養成分表示を参考にしているかについて、「時々している」が37.6%と最も高く、次いで「あまりしていない」が25.3%、「ほとんどしていない」が24.6%となっています。

また、平成28年と比較すると、『している』（「いつもしている」と「時々している」の合計）では44.9%から48.4%と3.5ポイント増となっています。

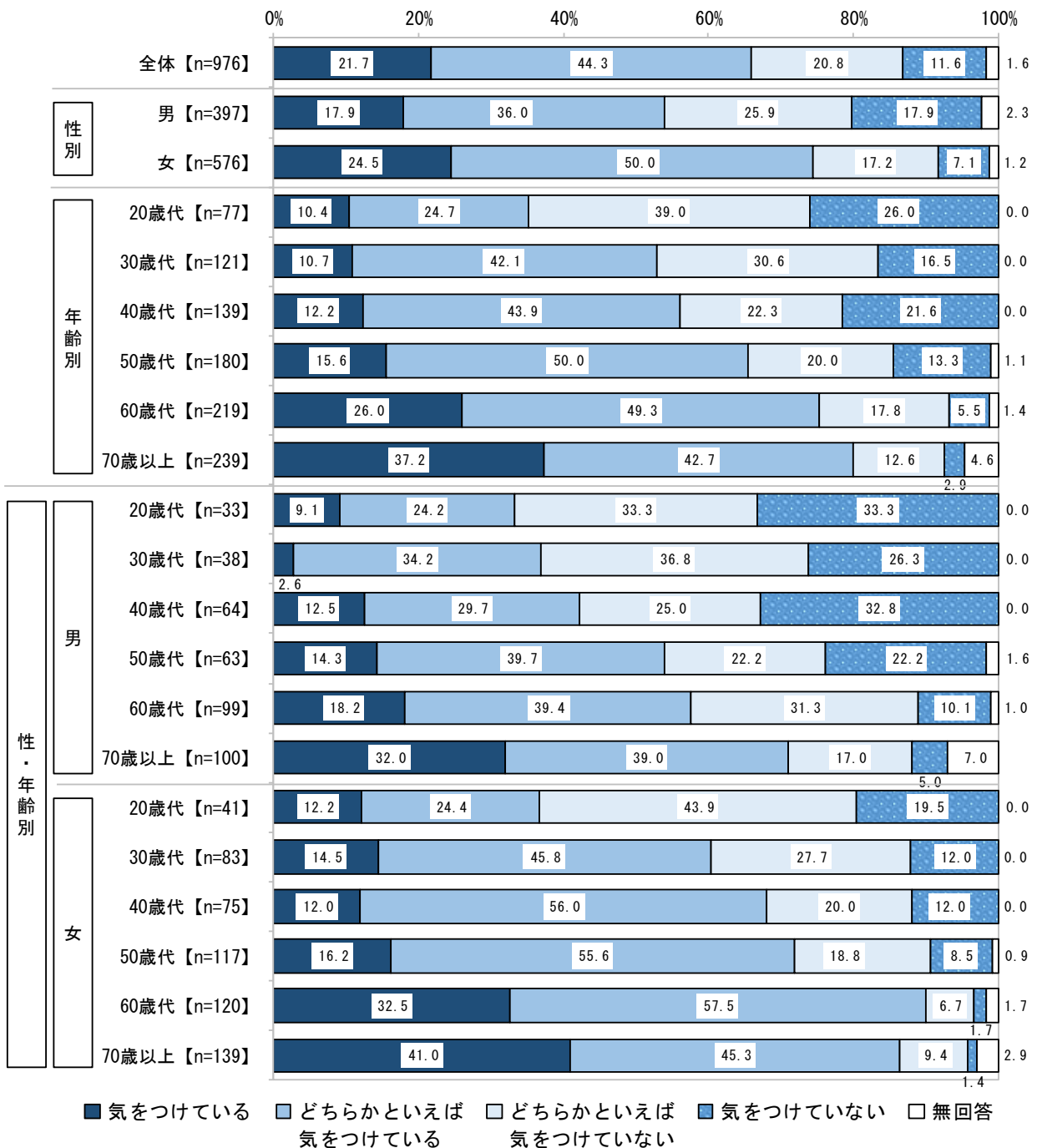


問3 塩分を取り過ぎないように気をつけていますか。

○は1つ

塩分を取り過ぎないように気をつけているかについて、「どちらかといえば気をつけている」が44.3%と最も高く、次いで「気をつけている」が21.7%、「どちらかといえば気をつけていない」が20.8%となっています。

また、男女別でみると、『気をつけている』（「気をつけている」と「どちらかといえば気をつけている」の合計）では「男」が53.9%、「女」が74.5%で、女が20.6ポイント高くなっています。



## 第2章 調査概要

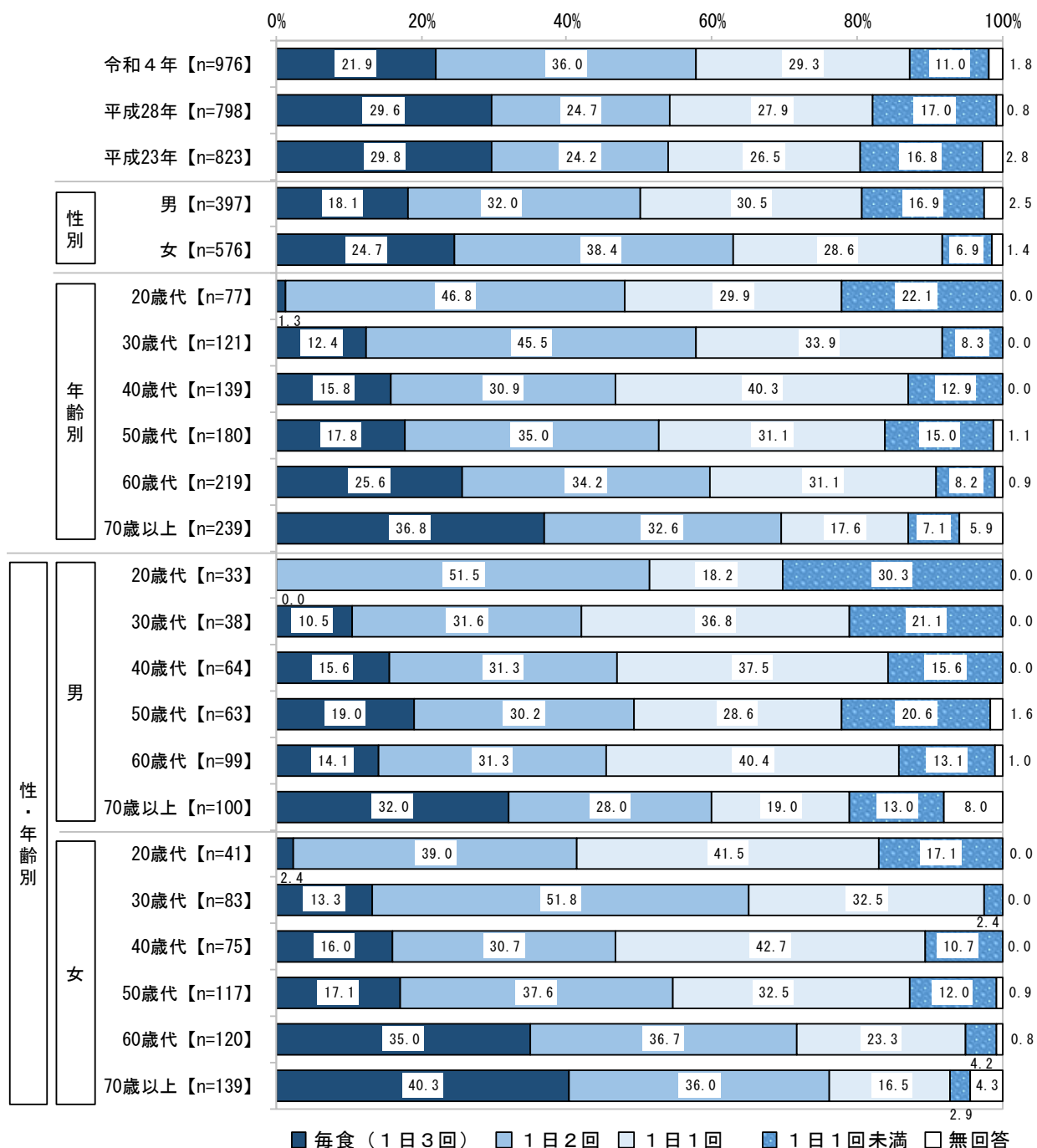
### 健康基礎調査アンケート（成人）

#### 問4 野菜料理を1日に何回程度食べていますか。

○は1つ

野菜料理を1日に何回程度食べているかについて、「1日2回」が36.0%と最も高く、次いで「1日1回」が29.3%、「毎食（1日3回）」が21.9%となっています。

また、平成28年と比較すると、「毎食（1日3回）」では29.6%から21.9%と7.7ポイント減となっています。

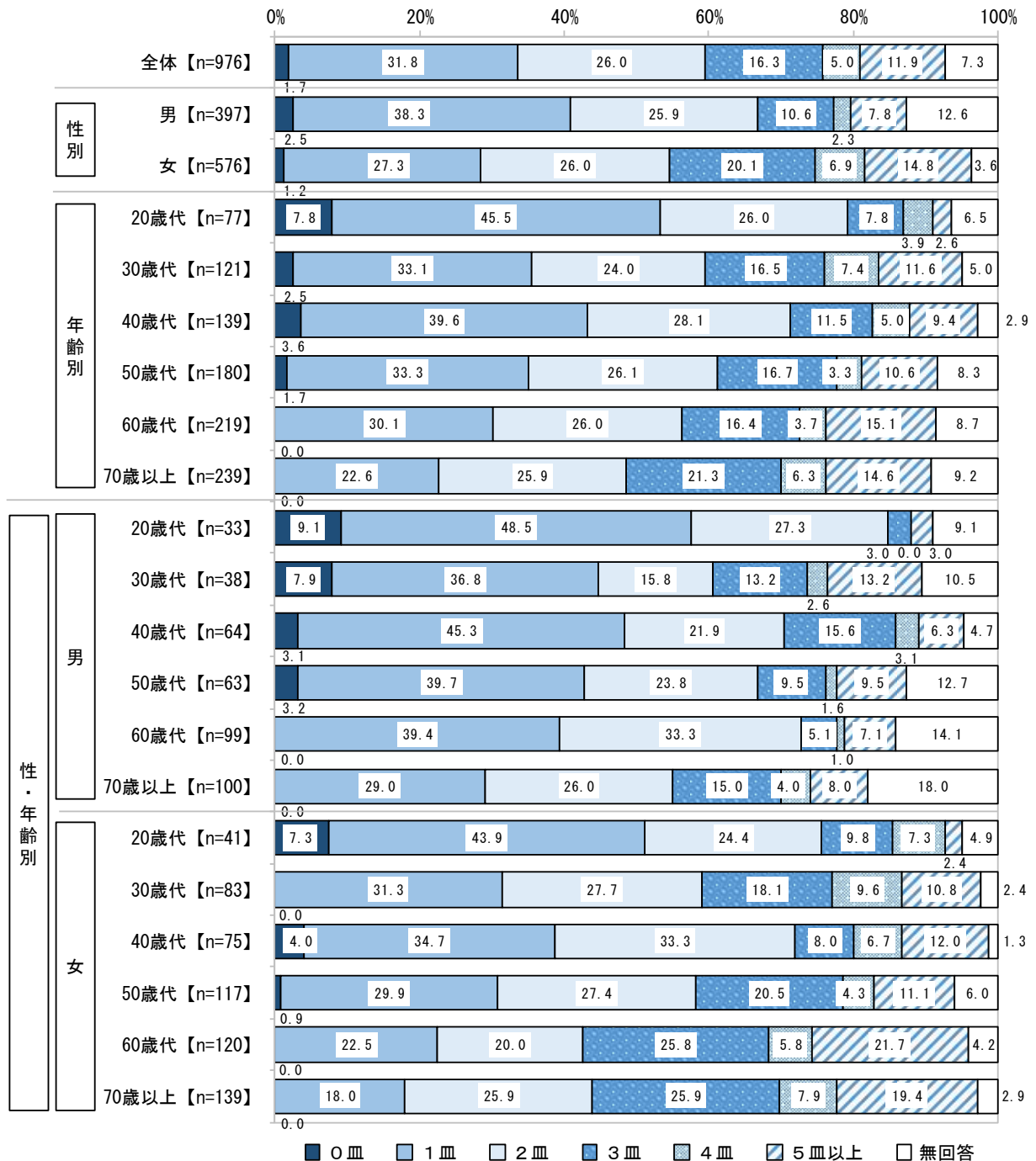


※平成28年及び平成23年の「2日に1回食べている」「1週間に1～2回食べている」「ほとんど食べていない」を「1日1回未満」として表示しています。

問5	野菜料理を1日に何皿程度食べていますか。（1皿分の目安は、1人前のおひたしや野菜サラダ、具たくさんの汁物など約70gです。）	数値記入
----	--	------

野菜料理を1日に何皿程度食べているかについて、「1皿」が31.8%と最も高く、次いで「2皿」が26.0%、「3皿」が16.3%となっています。

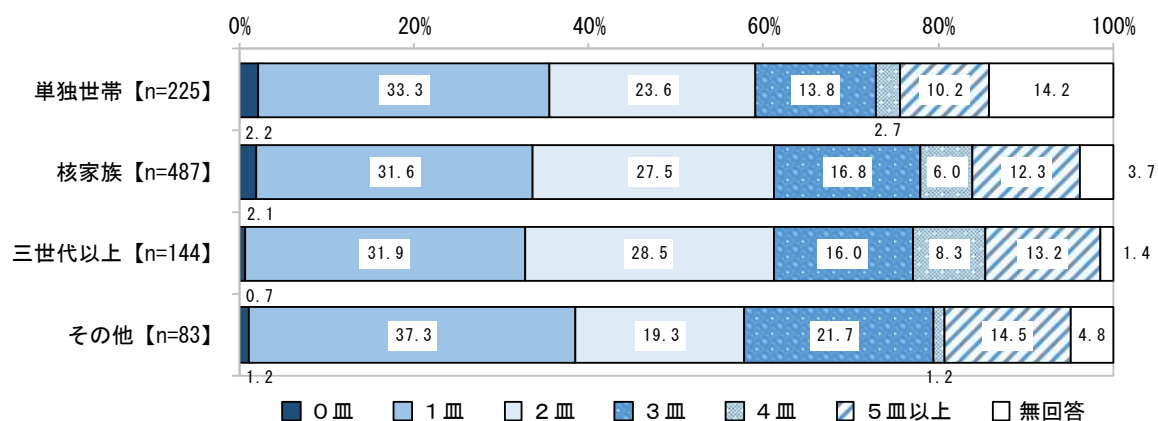
また、男女別でみると、「5皿以上」では「男」が7.8%、「女」が14.8%で、女が7.0ポイント高くなっています。



## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

さらに、家族構成別でみると、「5皿以上」では「単独世帯」が10.2%、「核家族」が12.3%、「三世代以上」が13.2%となっています。

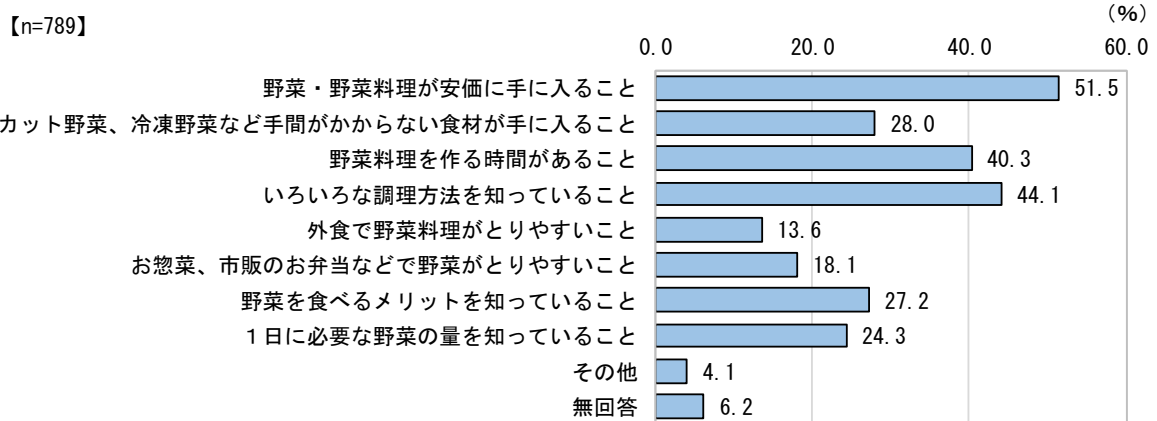




《問5で「5皿未満」と回答された方におたずねします。》

問5-1	野菜料理を5皿以上食べるためには、どのようなことが必要だと思いますか。	複数回答可
------	-------------------------------------	-------

野菜料理が1日に5皿未満の人に、野菜料理を5皿以上食べるために必要なことについて聞いたところ、「野菜・野菜料理が安価に手に入ること」が51.5%と最も高く、次いで「いろいろな調理方法を知っていること」が44.1%、「野菜料理を作る時間があること」が40.3%となっています。



		合計	(2) 問5-1									
			野菜・野菜料理が安価に手に入ること	カット野菜、冷凍野菜など手間がかからない食材が手に入ること	野菜料理を作る時間があること	いろいろな調理方法を知っていること	外食で野菜料理がとりやすいこと	お惣菜、市販のお弁当などで野菜がとりやすいこと	野菜を食べるメリットを知っていること	1日に必要な野菜の量を知っていること	その他	無回答
全体		789 100.0	406 51.5	221 28.0	318 40.3	348 44.1	107 13.6	143 18.1	215 27.2	192 24.3	32 4.1	49 6.2
性別	男	316 100.0	139 44.0	89 28.2	77 24.4	114 36.1	47 14.9	74 23.4	83 26.3	75 23.7	14 4.4	22 7.0
	女	470 100.0	265 56.4	131 27.9	240 51.1	234 49.8	60 12.8	69 14.7	131 27.9	115 24.5	18 3.8	27 5.7
年齢別	20歳代	70 100.0	47 67.1	24 34.3	27 38.6	28 40.0	16 22.9	17 24.3	14 20.0	14 20.0	4 5.7	1 1.4
	30歳代	101 100.0	61 60.4	44 43.6	51 50.5	50 49.5	21 20.8	28 27.7	17 16.8	17 16.8	2 2.0	1 1.0
	40歳代	122 100.0	69 56.6	44 36.1	53 43.4	56 45.9	19 15.6	20 16.4	33 27.0	32 26.2	5 4.1	6 4.9
	50歳代	146 100.0	76 52.1	36 24.7	67 45.9	68 46.6	25 17.1	37 25.3	30 20.5	33 22.6	3 2.1	7 4.8
	60歳代	167 100.0	88 52.7	37 22.2	67 40.1	77 46.1	19 11.4	18 10.8	48 28.7	45 26.9	6 3.6	9 5.4
	70歳以上	182 100.0	64 35.2	36 19.8	52 28.6	68 37.4	7 3.8	23 12.6	72 39.6	50 27.5	12 6.6	25 13.7
	70歳以上	182 100.0	64 35.2	36 19.8	52 28.6	68 37.4	7 3.8	23 12.6	72 39.6	50 27.5	12 6.6	25 13.7
性・年齢別	男	20歳代	29 100.0	19 65.5	9 31.0	7 24.1	10 34.5	6 20.7	8 27.6	3 10.3	8 27.6	0 0.0
		30歳代	29 100.0	13 44.8	12 41.4	11 37.9	10 34.5	8 27.6	12 41.4	4 13.8	2 6.9	1 3.4
		40歳代	57 100.0	27 47.4	19 33.3	16 28.1	23 40.4	12 21.1	14 24.6	18 31.6	2 3.5	4 7.0
		50歳代	49 100.0	23 46.9	11 22.4	16 32.7	19 38.8	9 18.4	17 34.7	10 20.4	1 2.0	2 4.1
		60歳代	78 100.0	34 43.6	21 26.9	17 21.8	30 38.5	11 14.1	14 17.9	22 28.2	3 3.8	6 7.7
		70歳以上	74 100.0	23 31.1	17 23.0	10 13.5	22 29.7	1 1.4	9 12.2	26 35.1	14 18.9	9 12.2
		70歳以上	74 100.0	23 31.1	17 23.0	10 13.5	22 29.7	1 1.4	9 12.2	26 35.1	14 18.9	9 12.2
	女	20歳代	38 100.0	26 68.4	14 36.8	19 50.0	18 47.4	10 26.3	9 23.7	10 26.3	4 10.5	1 2.6
		30歳代	72 100.0	48 66.7	32 44.4	40 55.6	40 55.6	13 18.1	16 22.2	13 18.1	0 0.0	0 0.0
		40歳代	65 100.0	42 64.6	25 38.5	37 56.9	33 50.8	7 10.8	6 9.2	15 23.1	3 4.6	2 3.1
		50歳代	97 100.0	53 54.6	25 25.8	51 52.6	49 50.5	16 16.5	20 20.6	20 20.6	2 2.1	5 5.2
		60歳代	89 100.0	54 60.7	16 18.0	50 56.2	47 52.8	8 9.0	4 4.5	26 29.2	3 3.4	3 3.4
		70歳以上	108 100.0	41 38.0	19 17.6	42 38.9	46 42.6	6 5.6	14 13.0	46 42.6	6 5.6	16 14.8
		70歳以上	108 100.0	41 38.0	19 17.6	42 38.9	46 42.6	6 5.6	14 13.0	46 42.6	6 5.6	16 14.8

## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

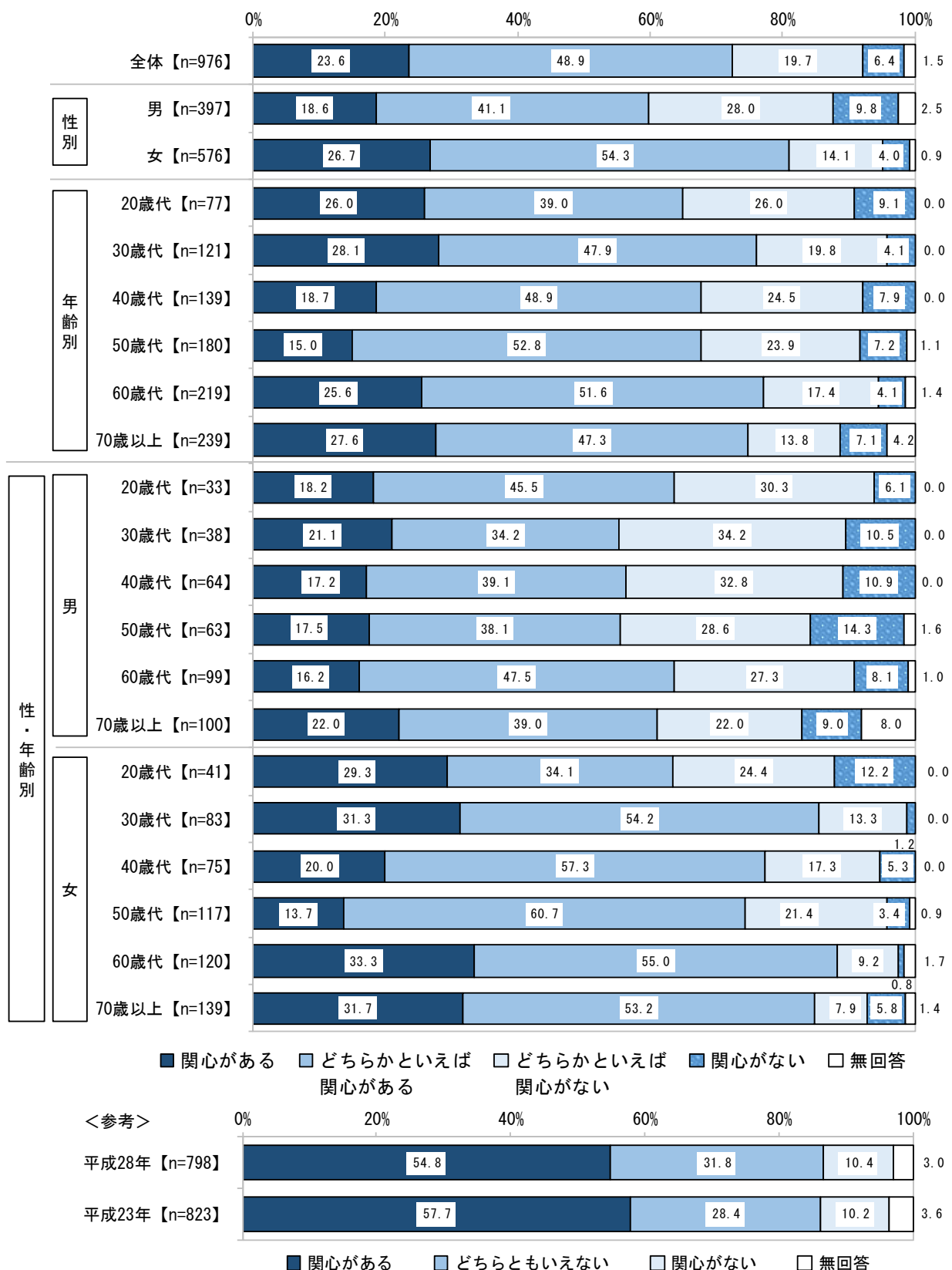
#### 問 6

「食育」に関心がありますか。

○は1つ

「食育」に関心があるかについて、「どちらかといえば関心がある」が48.9%と最も高く、次いで「関心がある」が23.6%、「どちらかといえば関心がない」が19.7%となっています。

また、男女別でみると、『関心がある』（「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」の合計）では「男」が59.7%、「女」が81.0%で、女が21.3ポイント高くなっています。

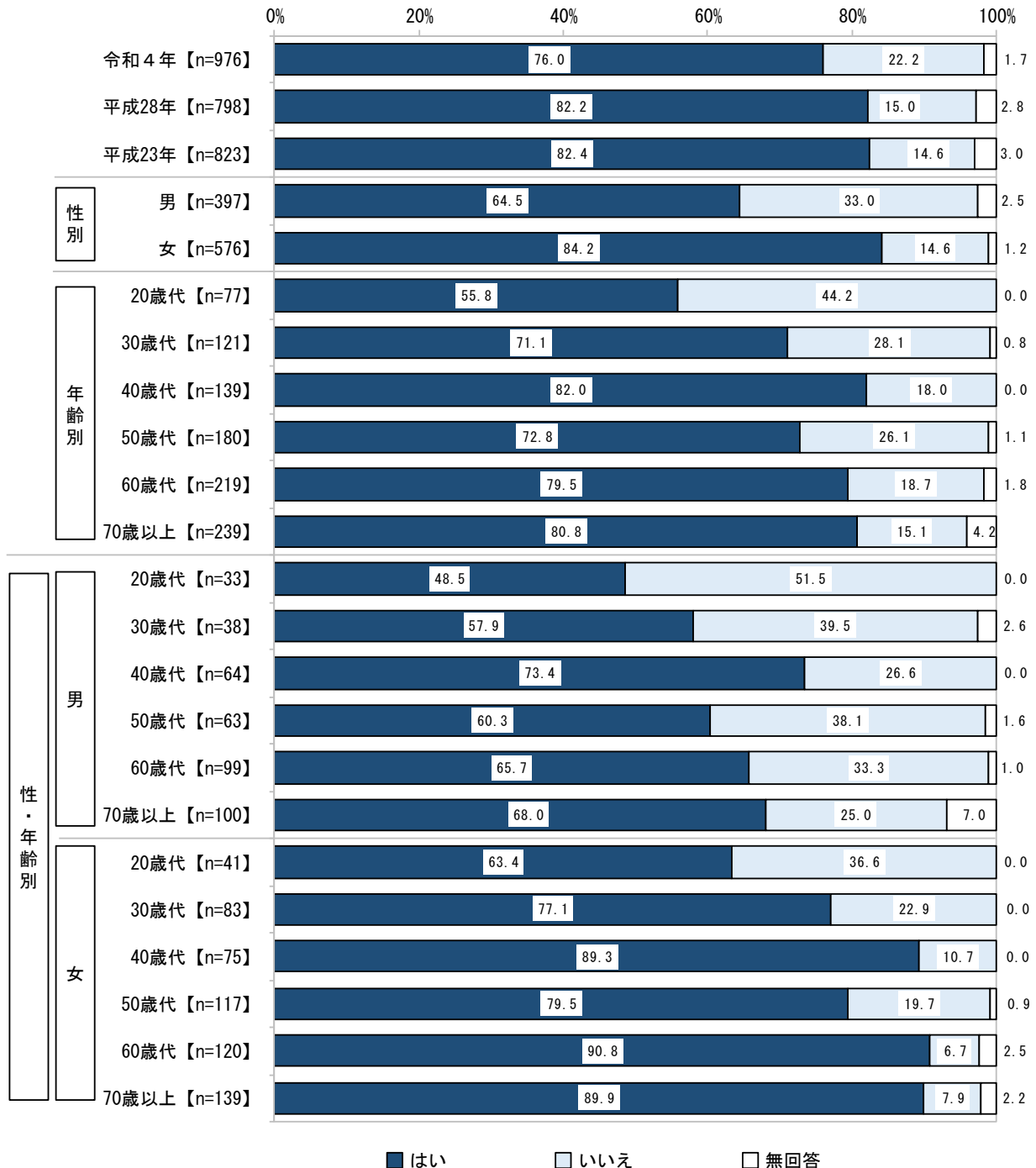


問7 食事に地域の産物や旬の食材を使用していますか。

○は1つ

食事に地域の産物や旬の食材を使用しているかについて、「はい」が76.0%、「いいえ」が22.2%となっています。

また、平成28年と比較すると、「はい」では82.2%から76.0%と6.2ポイント減となっています。



## 第2章 調査概要

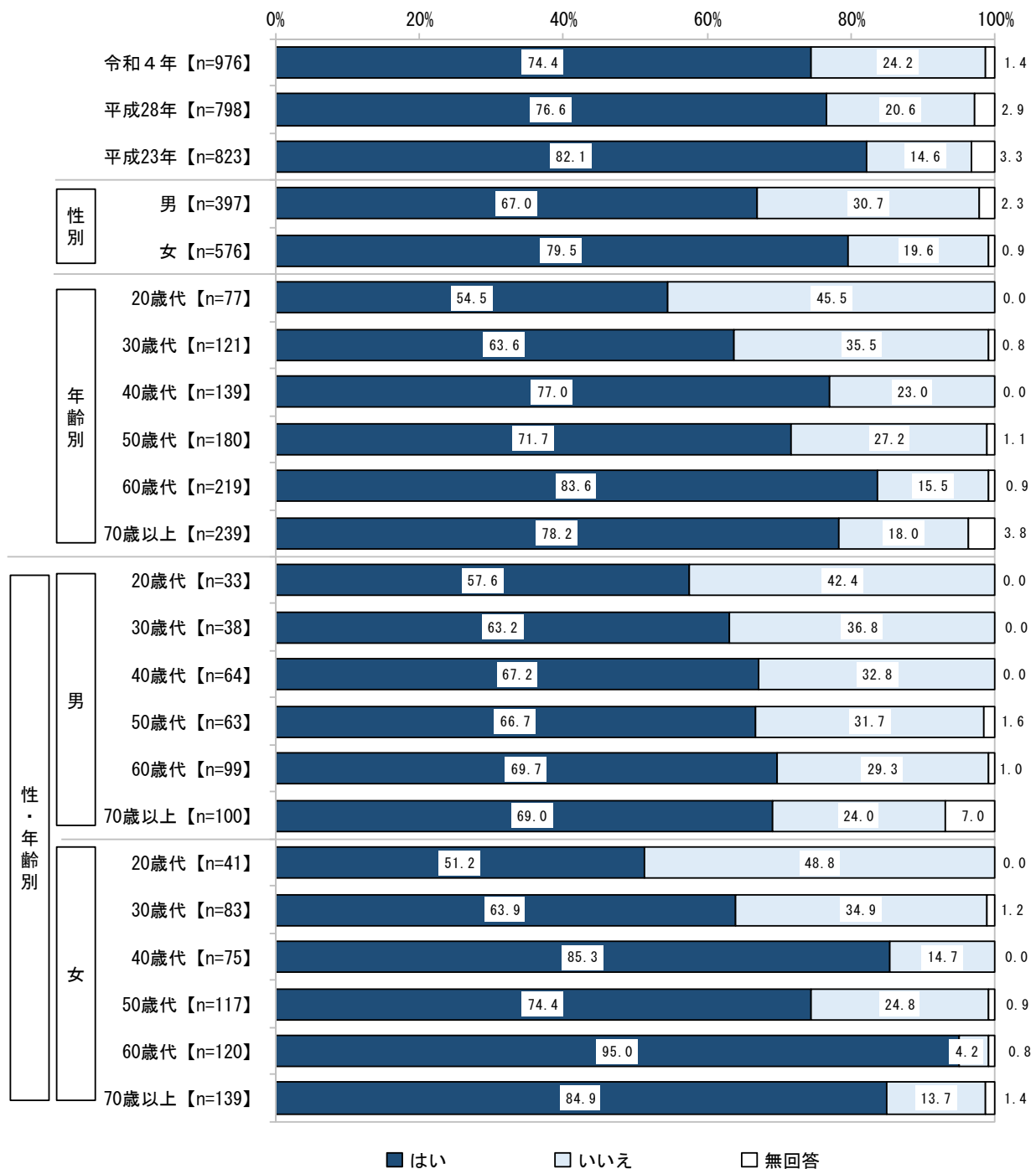
### 健康基礎調査アンケート（成人）

#### 問 8

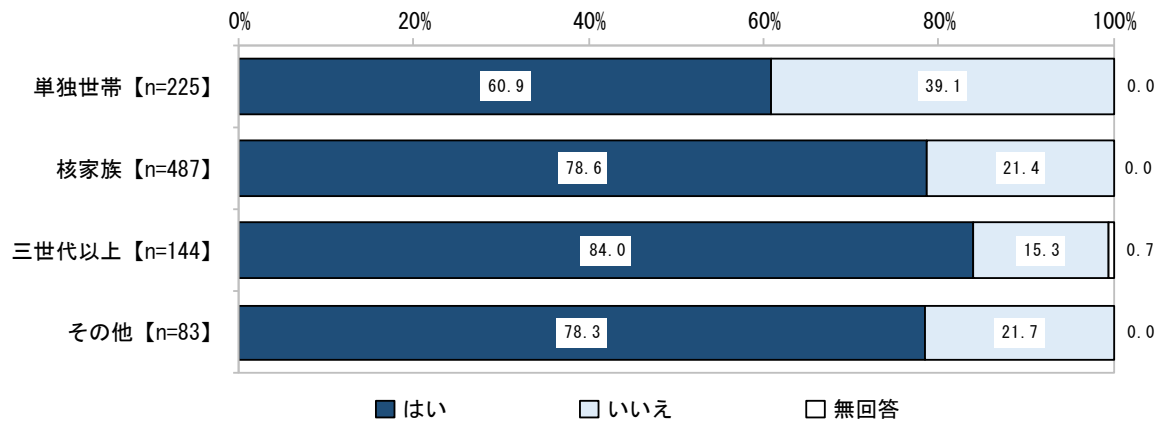
食事に行事食を取り入れていますか。  
（例：おせち料理・土用の丑のうなぎ・冬至のかぼちゃなど）

○は1つ

食事に行事食を取り入れているかについて、「はい」が74.4%、「いいえ」が24.2%となっています。  
また、平成28年と比較すると、「はい」では76.6%から74.4%と2.2ポイント減となっています。



さらに、家族構成別でみると、「はい」では「単独世帯」が60.9%、「核家族」が78.6%、「三世代以上」が84.0%となっています。



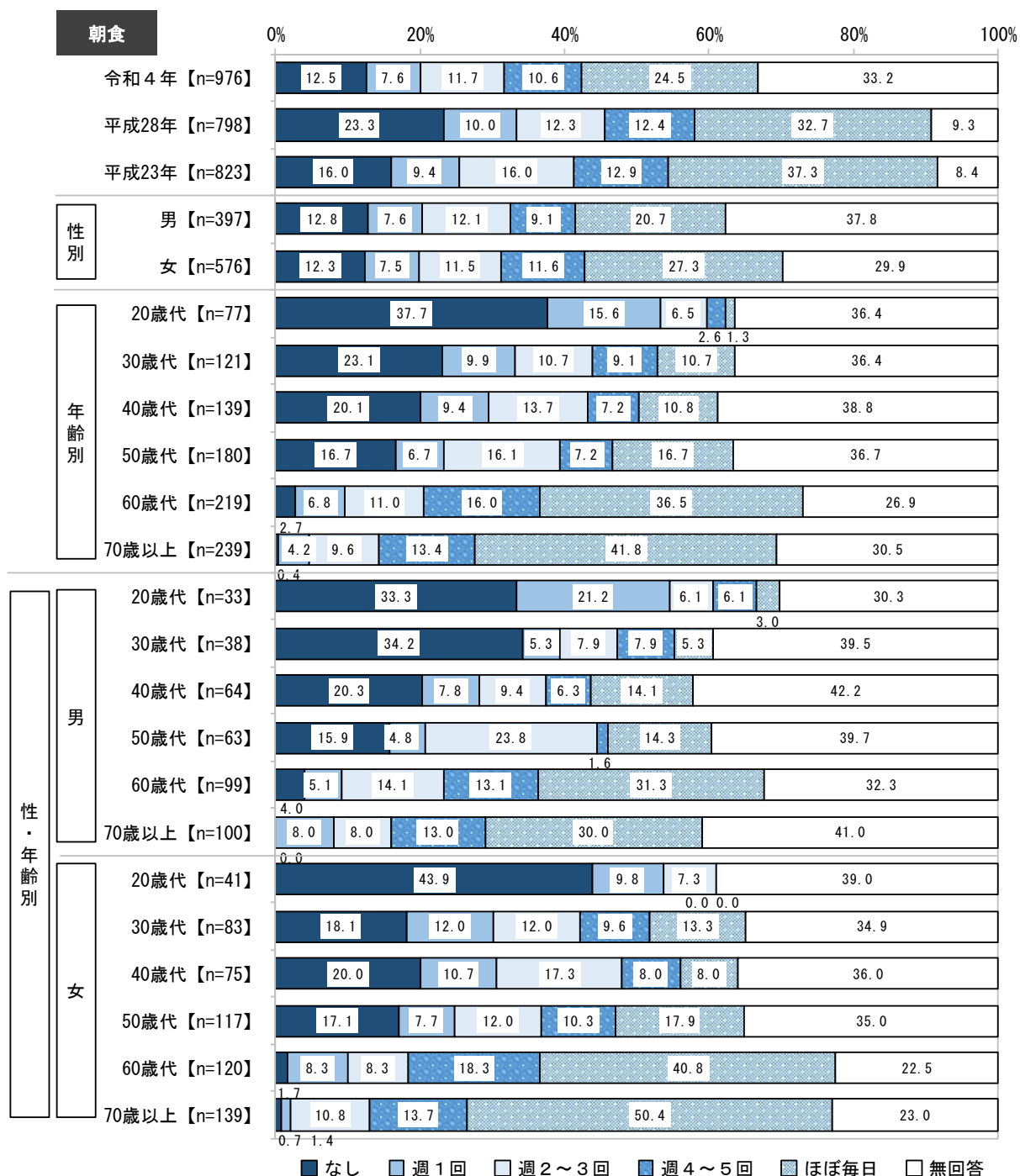
## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

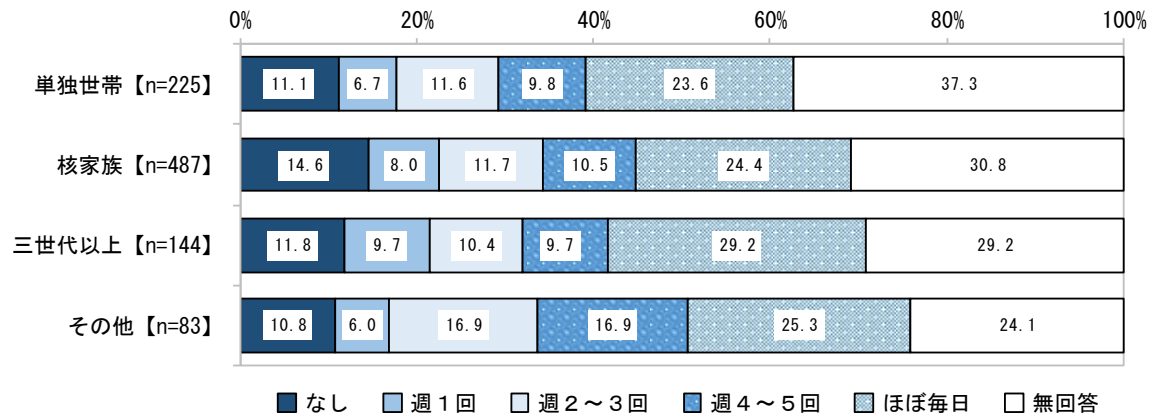
問9	主食・主菜・副菜がそろった食事をするのが1週間のうちでどれくらいありますか。	数値記入
----	--	------

主食・主菜・副菜がそろった朝食をとることが1週間のうちでどれくらいあるかについて、「ほぼ毎日」が24.5%と最も高く、次いで「なし」が12.5%、「週2～3回」が11.7%となっています。

また、平成28年と比較すると、「ほぼ毎日」では32.7%から24.5%と8.2ポイント減となっています。



さらに、家族構成別でみると、「ほぼ毎日」では「単独世帯」が23.6%、「核家族」が24.4%、「三世代以上」が29.2%となっています。

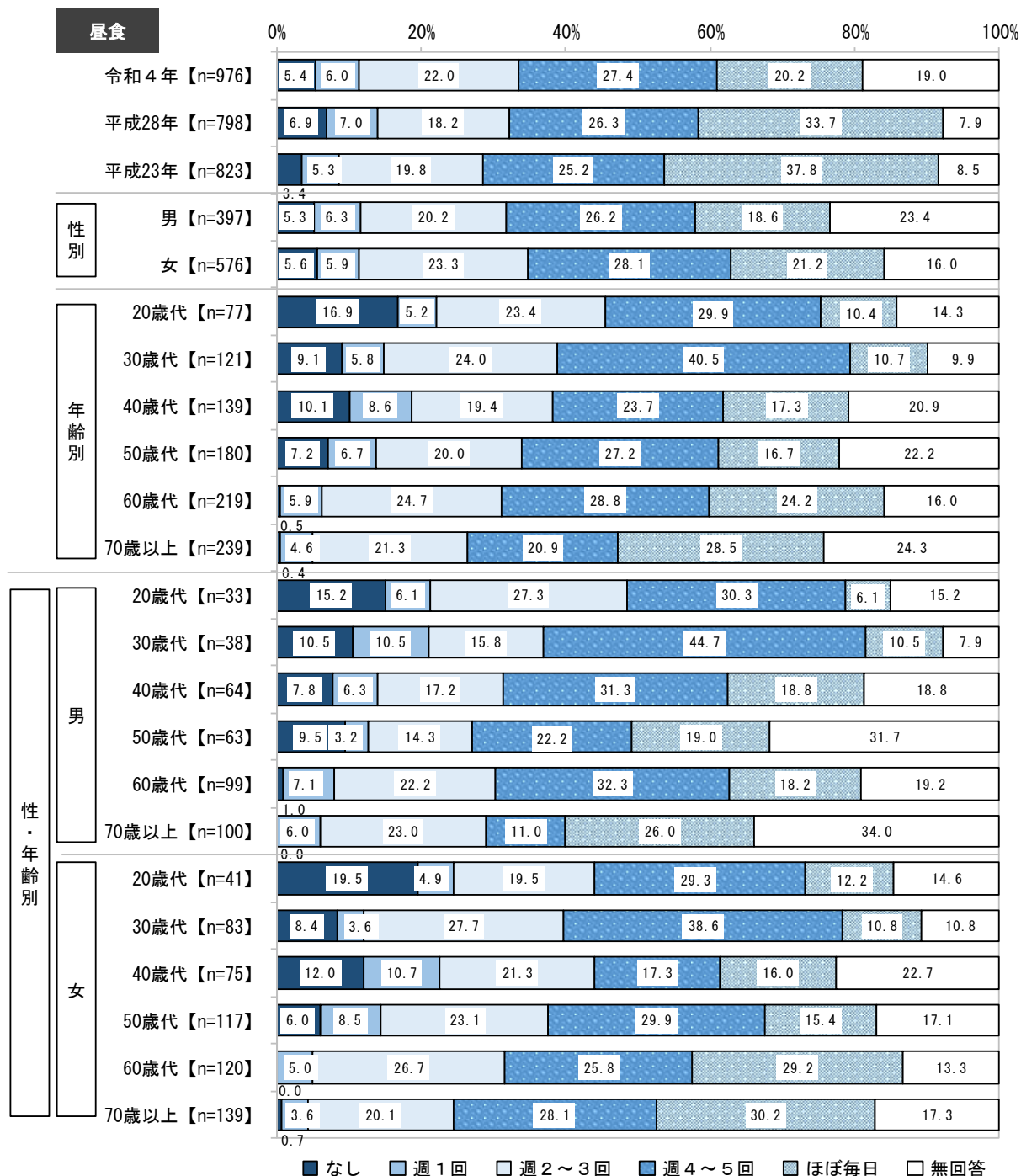


## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

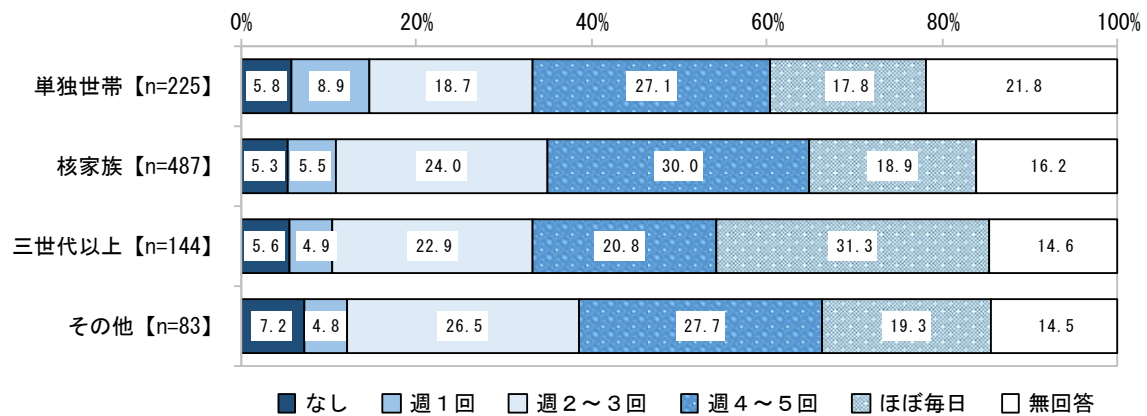
主食・主菜・副菜がそろった昼食をとることが1週間のうちでどれくらいあるかについて、「週4～5回」が27.4%と最も高く、次いで「週2～3回」が22.0%、「ほぼ毎日」が20.2%となっています。

また、平成28年と比較すると、「ほぼ毎日」では33.7%から20.2%と13.5ポイント減となっています。





さらに、家族構成別でみると、「ほぼ毎日」では「単独世帯」が17.8%、「核家族」が18.9%、「三世代以上」が31.3%となっています。

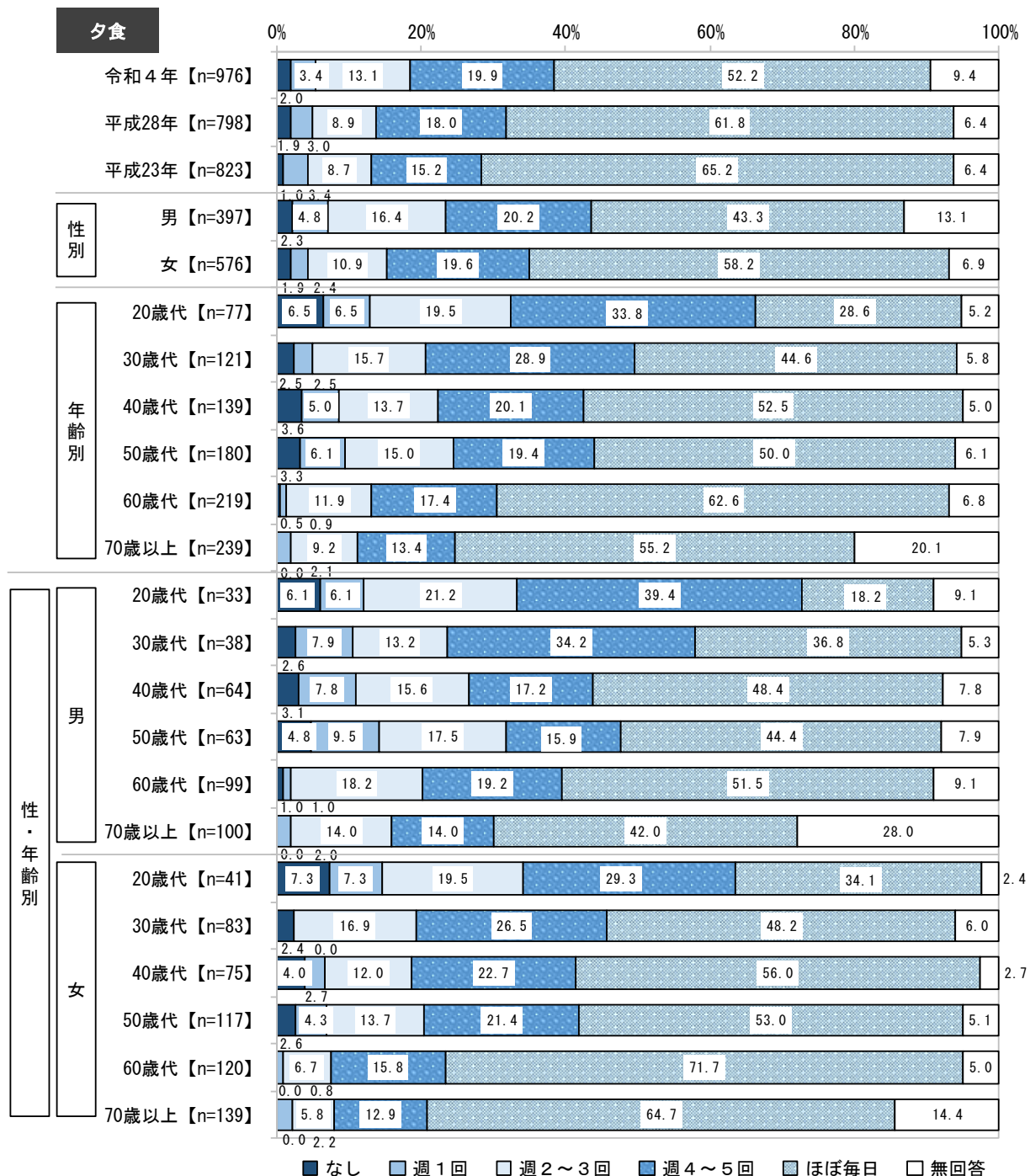


## 第2章 調査概要

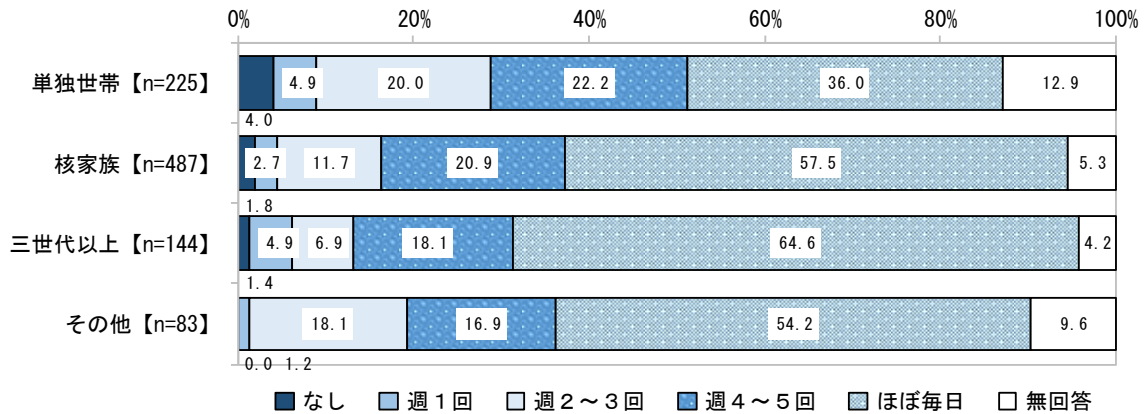
### 健康基礎調査アンケート（成人）

主食・主菜・副菜がそろった夕食をとることが1週間のうちでどれくらいあるかについて、「ほぼ毎日」が52.2%と最も高く、次いで「週4～5回」が19.9%、「週2～3回」が13.1%となっています。

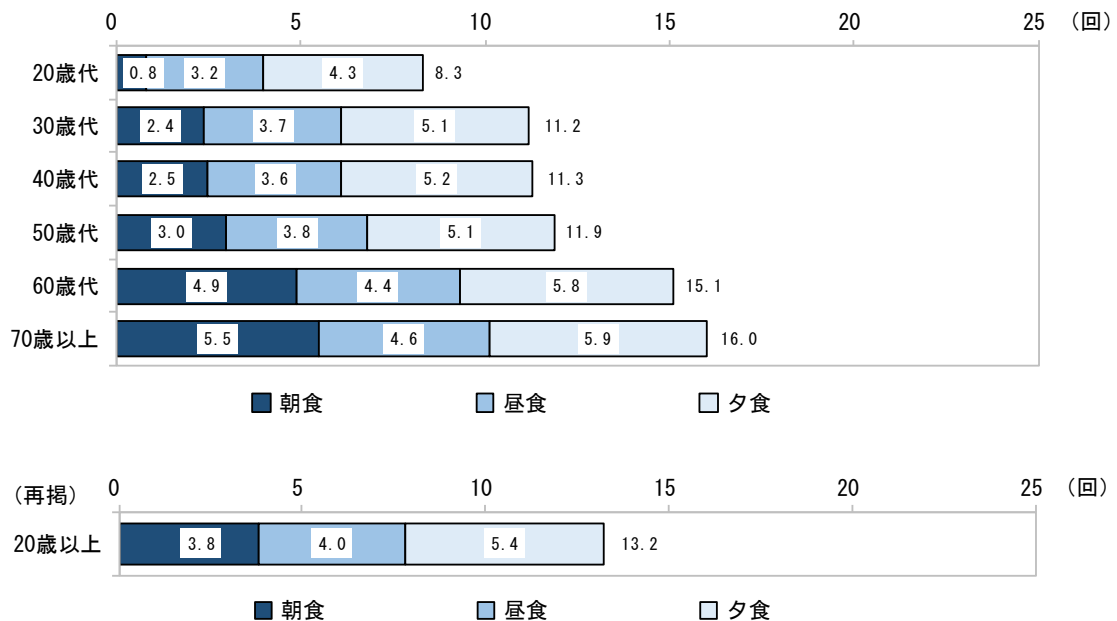
また、平成28年と比較すると、「ほぼ毎日」では61.8%から52.2%と9.6ポイント減となっています。



さらに、家族構成別でみると、「ほぼ毎日」では「単独世帯」が36.0%、「核家族」が57.5%、「三世代以上」が64.6%となっています。



朝食・昼食・夕食の平均値を合計すると、「70歳以上」が16.0回と最も高く、次いで「60歳代」が15.1回、「50歳代」が11.9回となっています。



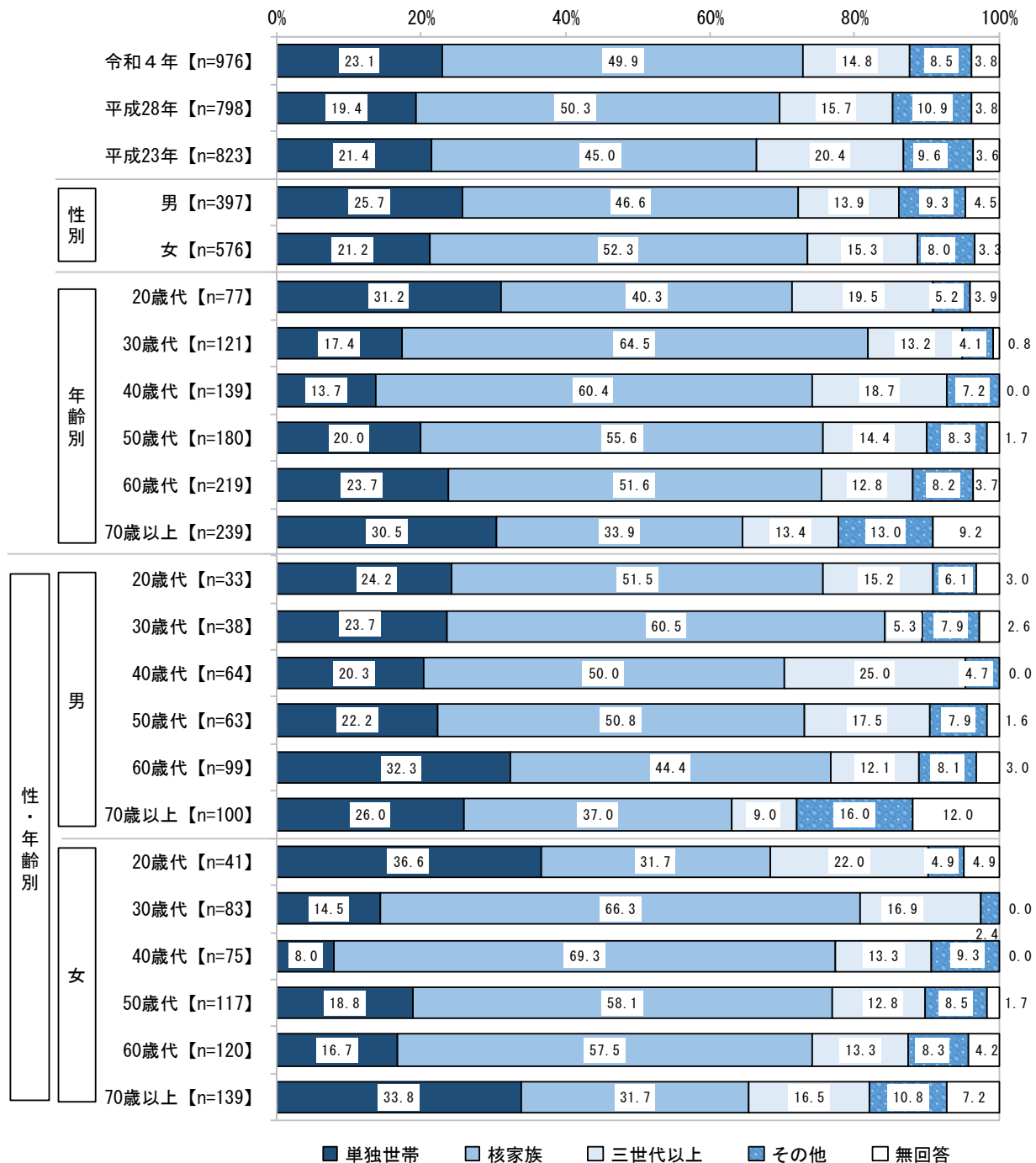
## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

**問 10** 家族構成は次のうちどれにあてはまりますか。

○は1つ

家族構成について、「核家族」が49.9%と最も高く、次いで「単独世帯」が23.1%、「三世代以上」が14.8%となっています。

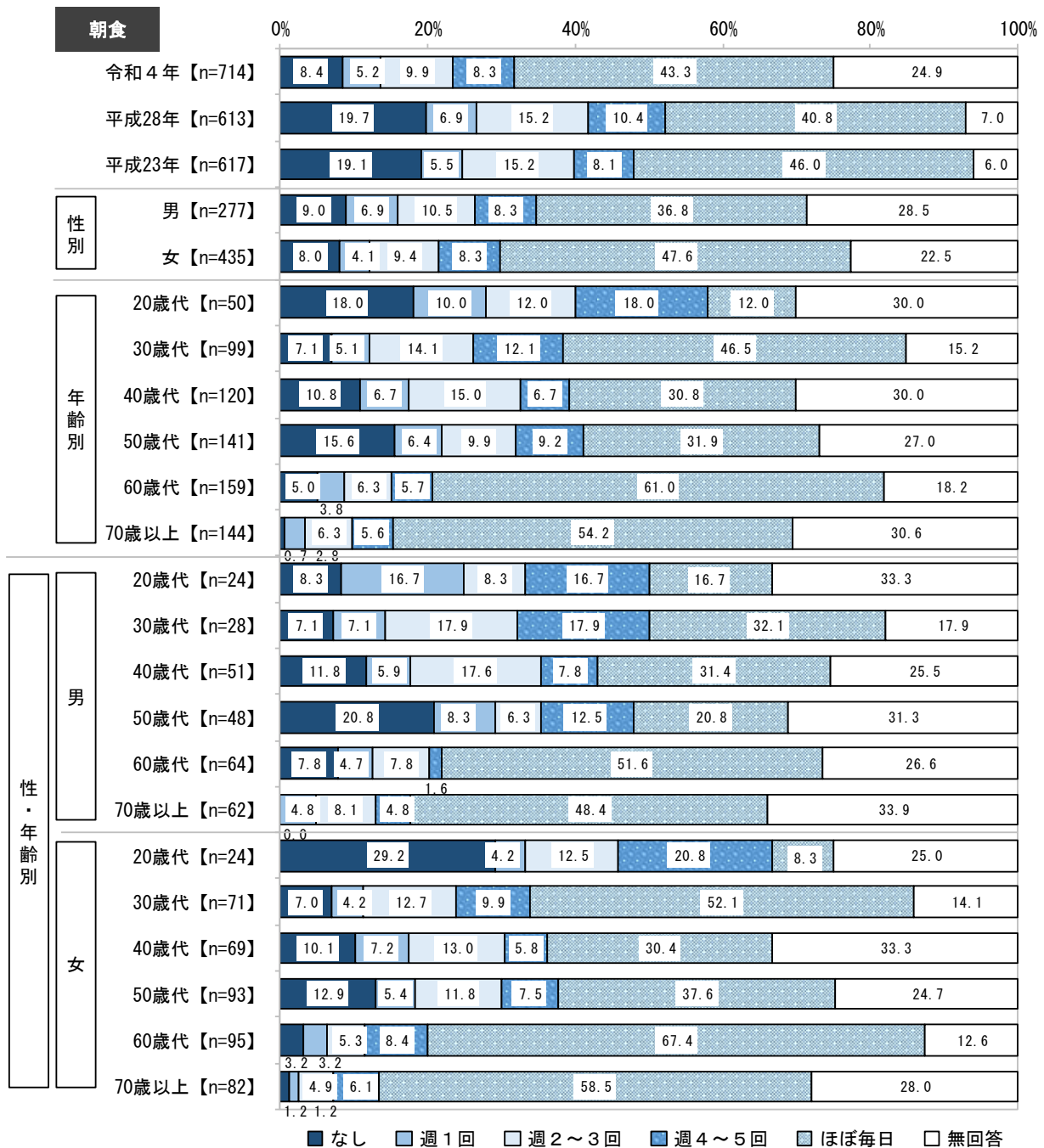


《問10で「単独世帯」以外（家族等と同居している）に回答された方におたずねします。》

問10-1	家族等と一緒に食事をする事が1週間のうちでどれくらいありますか。	数値記入
-------	----------------------------------	------

家族等と同居している人に、家族等と一緒に朝食をとる事が1週間のうちでどれくらいあるかについて聞いたところ、「ほぼ毎日」が43.3%と最も高く、次いで「週2～3回」が9.9%、「なし」が8.4%となっています。

また、平成28年と比較すると、「ほぼ毎日」では40.8%から43.3%と2.5ポイント増となっています。

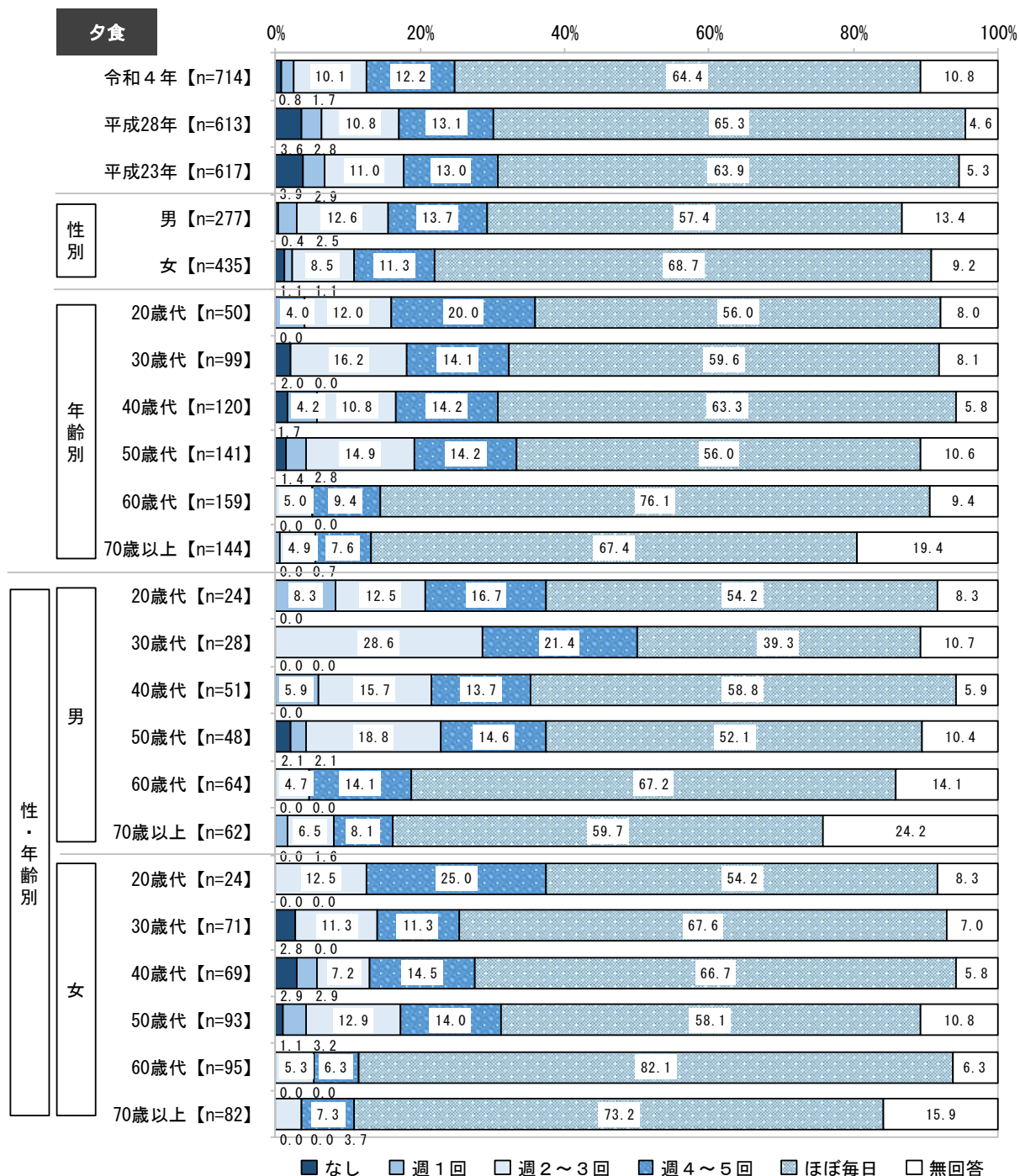


## 第2章 調査概要

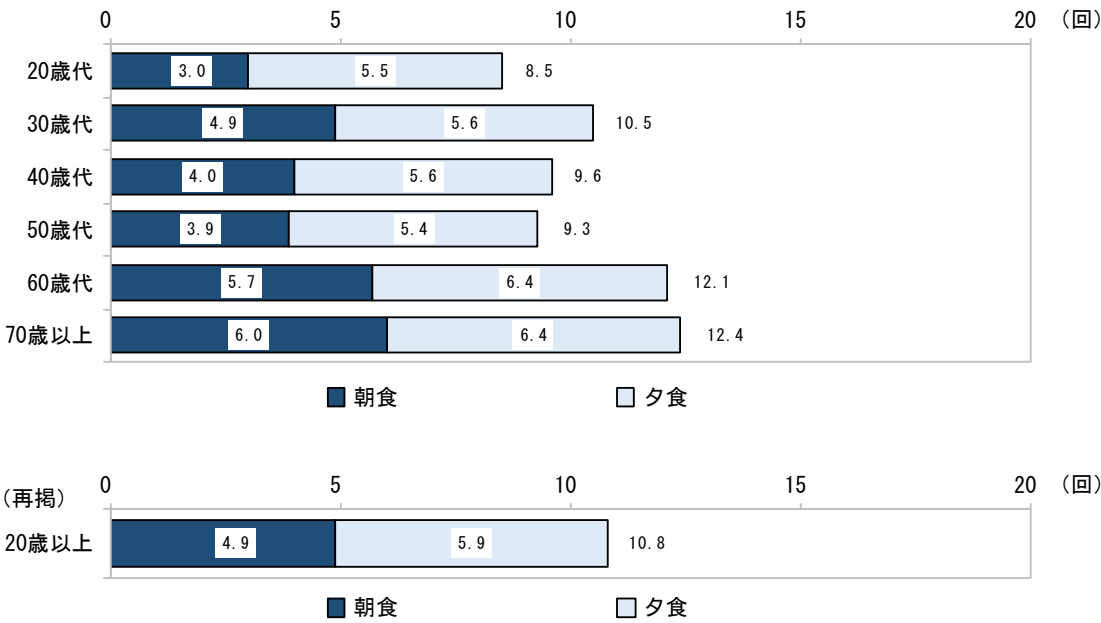
### 健康基礎調査アンケート（成人）

家族等と同居している人に、家族等と一緒に夕食をとる事が1週間のうちでどれくらいあるかについて聞いたところ、「ほぼ毎日」が64.4%と最も高く、次いで「週4～5回」が12.2%、「週2～3回」が10.1%となっています。

また、平成28年と比較すると、「ほぼ毎日」では65.3%から64.4%と0.9ポイント減となっています。



朝食・夕食の平均値を合計すると、「70 歳以上」が 12.4 回と最も高く、次いで「60 歳代」が 12.1 回、「30 歳代」が 10.5 回となっています。



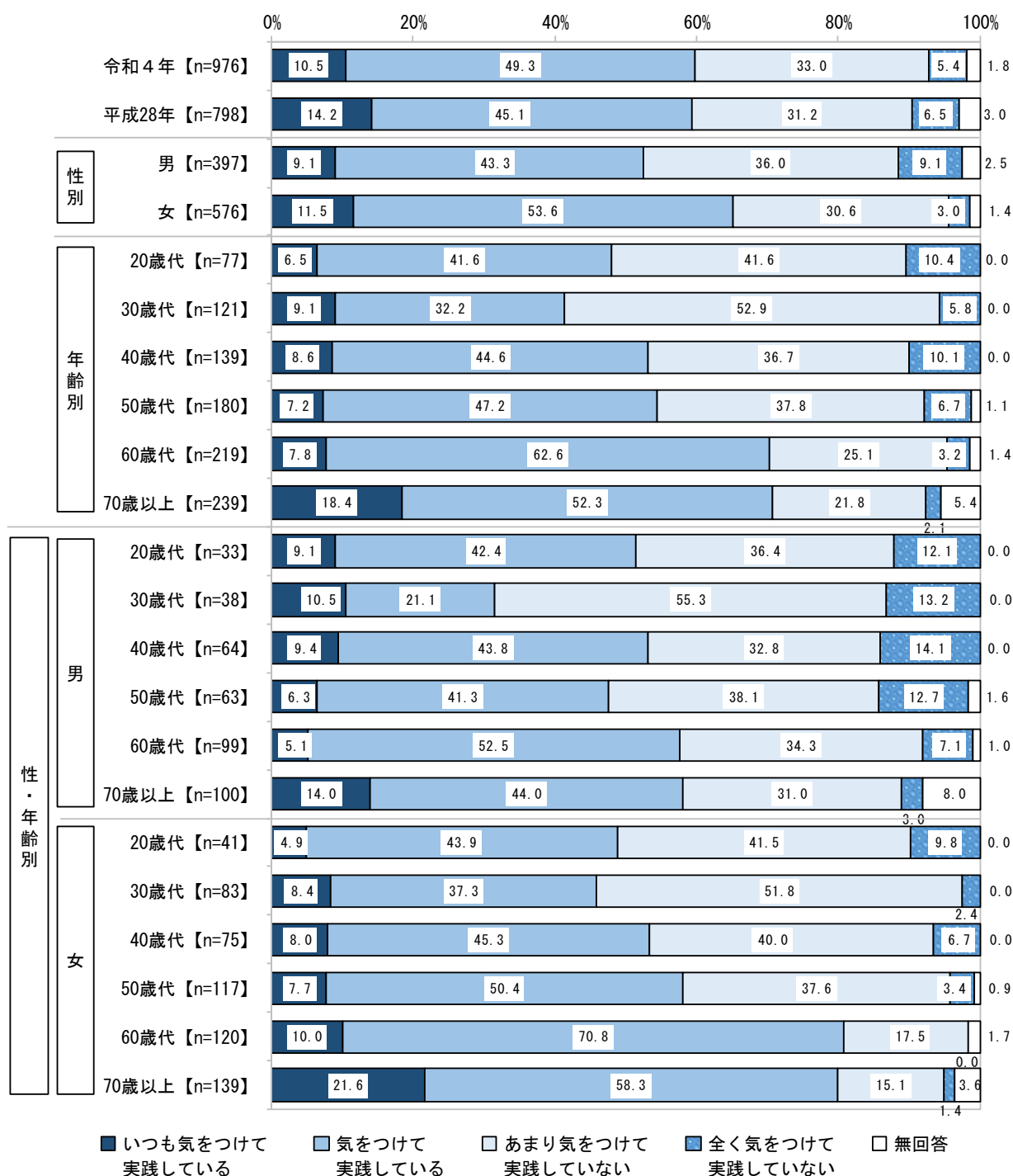
## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

問 11	生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから食生活に気をつけて実践していますか。（適正体重の維持や減塩等）	○は1つ
------	--	------

生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから食生活に気をつけて実践しているかについて、「気をつけて実践している」が49.3%と最も高く、次いで「あまり気をつけて実践していない」が33.0%、「いつも気をつけて実践している」が10.5%となっています。

また、平成28年と比較すると、『実践している』（「いつも気をつけて実践している」と「気をつけて実践している」の合計）では59.3%から59.8%と0.5ポイント増となっています。



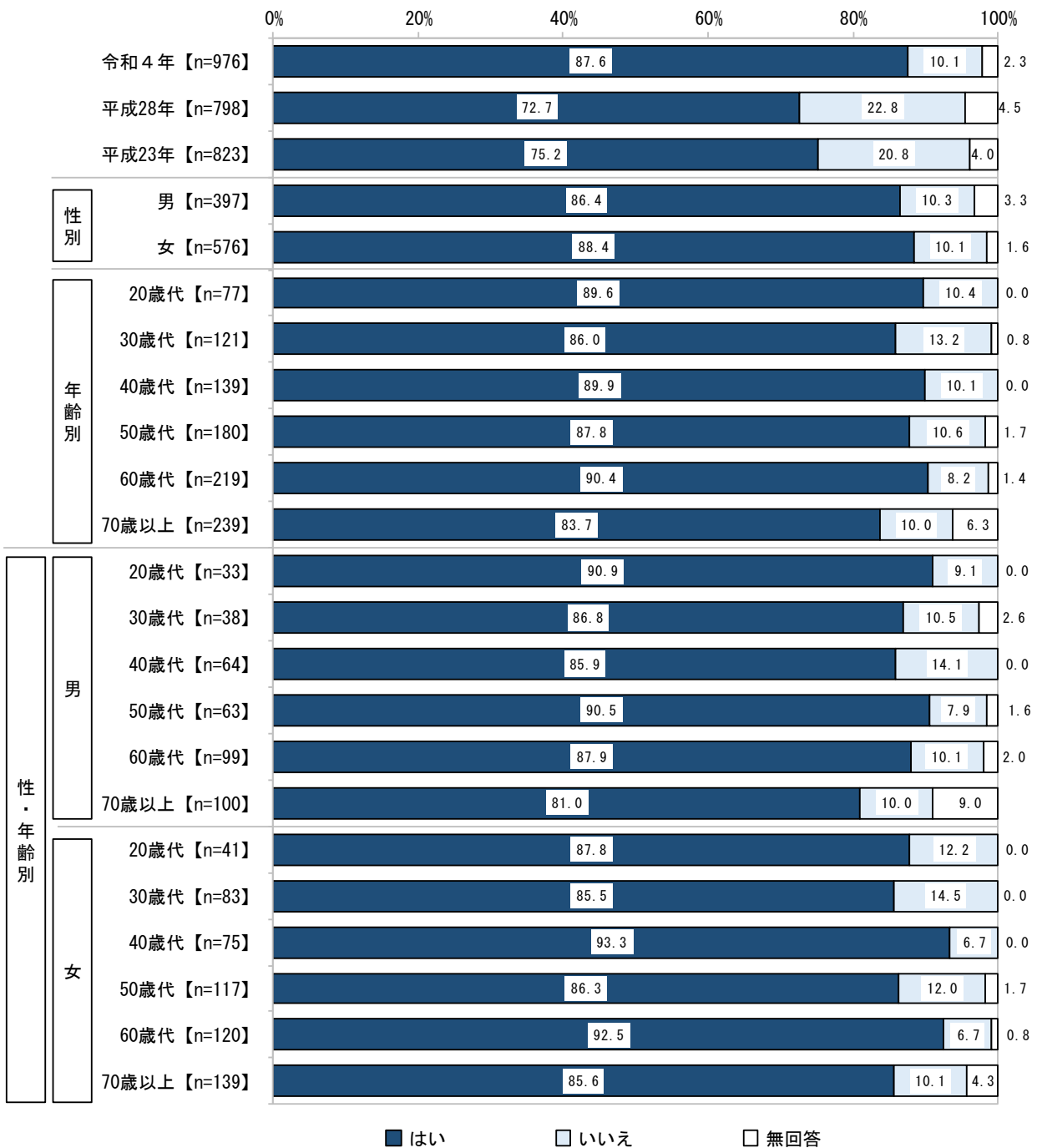


問12 食事を残さないように食べたり、無駄なく調理したりしていますか。

○は1つ

食事を残さないように食べたり、無駄なく調理したりしているかについて、「はい」が87.6%、「いいえ」が10.1%となっています。

また、平成28年と比較すると、「はい」では72.7%から87.6%と14.9ポイント増となっています。



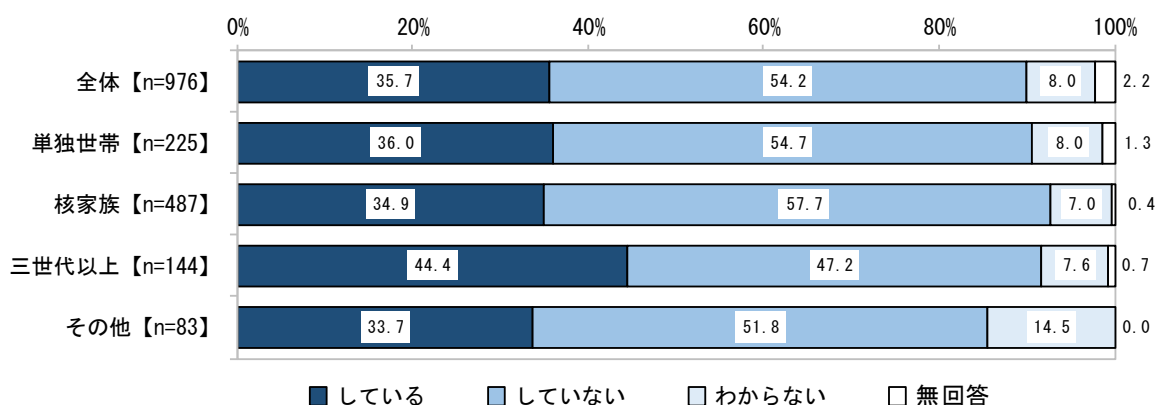
## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

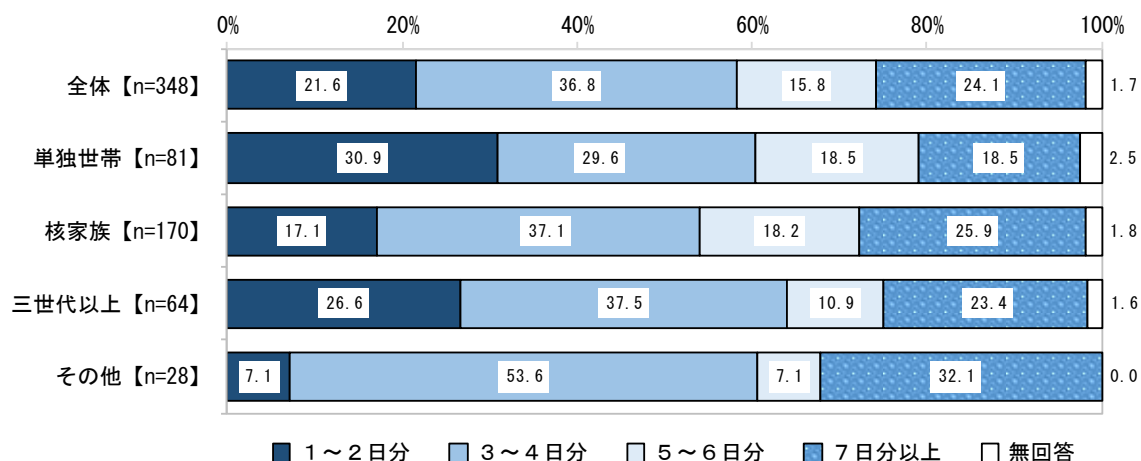
<b>問 13</b>	あなたの世帯は、災害時に備えて何日分の食料を用意していますか。（非常用の食料だけでなく、ローリングストックなども含めてお答えください。）	○は1つ 数値記入
-------------	--	--------------

災害時に備えて食料を用意しているかについて、「していない」が54.2%と最も高く、次いで「している」が35.7%、「わからない」が8.0%となっています。

また、家族構成別でみると、「している」では「三世代以上」が44.4%と最も高く、次いで「単独世帯」が36.0%、「核家族」が34.9%となっています。



災害時に備えて食料を用意している人に、何日分の食料を用意しているかについて聞いたところ、「3～4日分」が36.8%と最も高く、次いで「7日分以上」が24.1%。「1～2日分」が21.6%となっています。

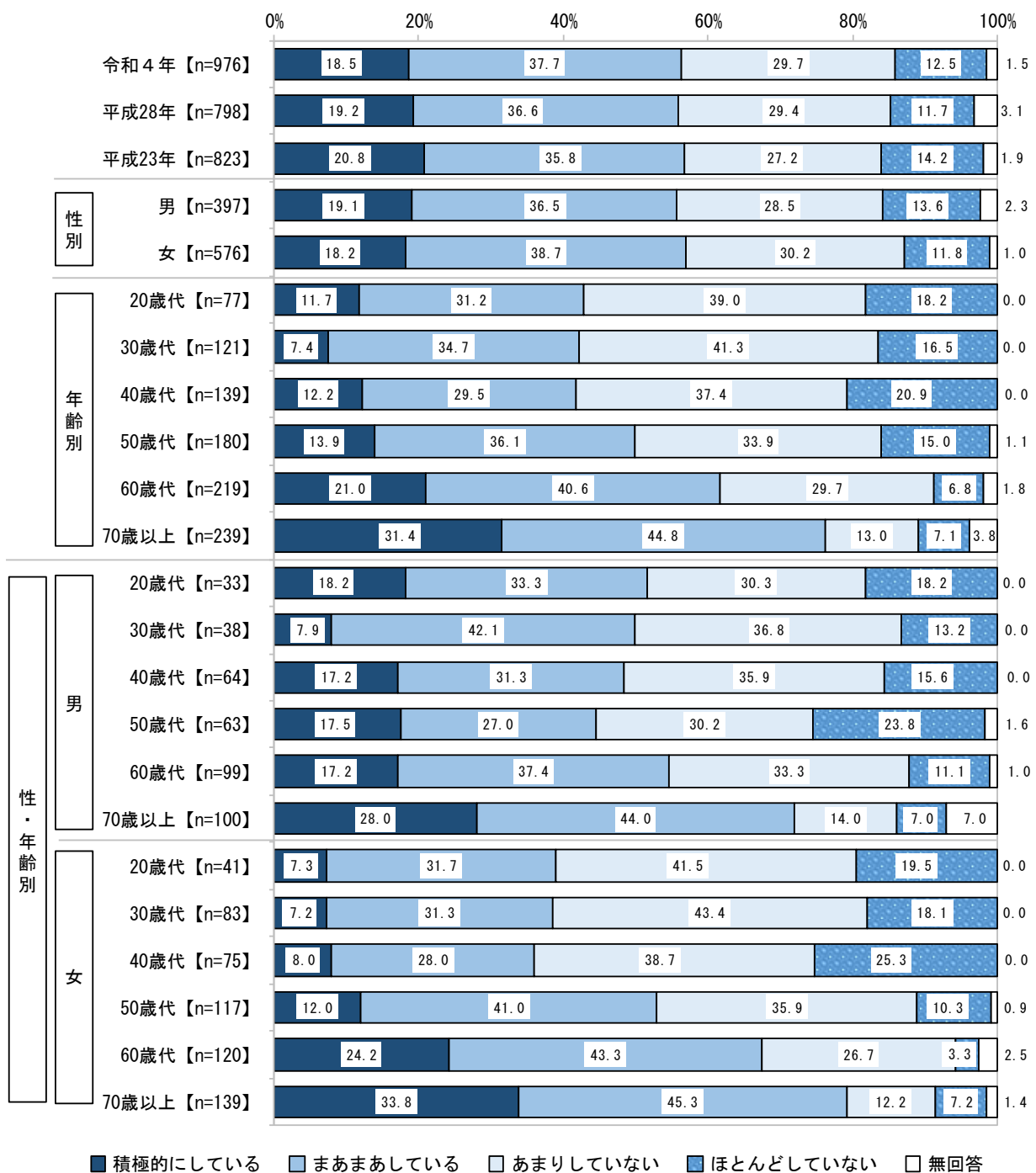


### （3）運動の状況

問1	健康のために仕事や家事の中でどれくらい意識的に身体を動かしていますか。	○は1つ
----	-------------------------------------	------

健康のために仕事や家事の中でどれくらい意識的に身体を動かしているかについて、「まあまあしている」が37.7%と最も高く、次いで「あまりしていない」が29.7%、「積極的にしている」が18.5%となっています。

また、平成28年と比較すると、『している』（「積極的にしている」と「まあまあしている」の合計）では55.8%から56.2%と0.4ポイント増となっています。



## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

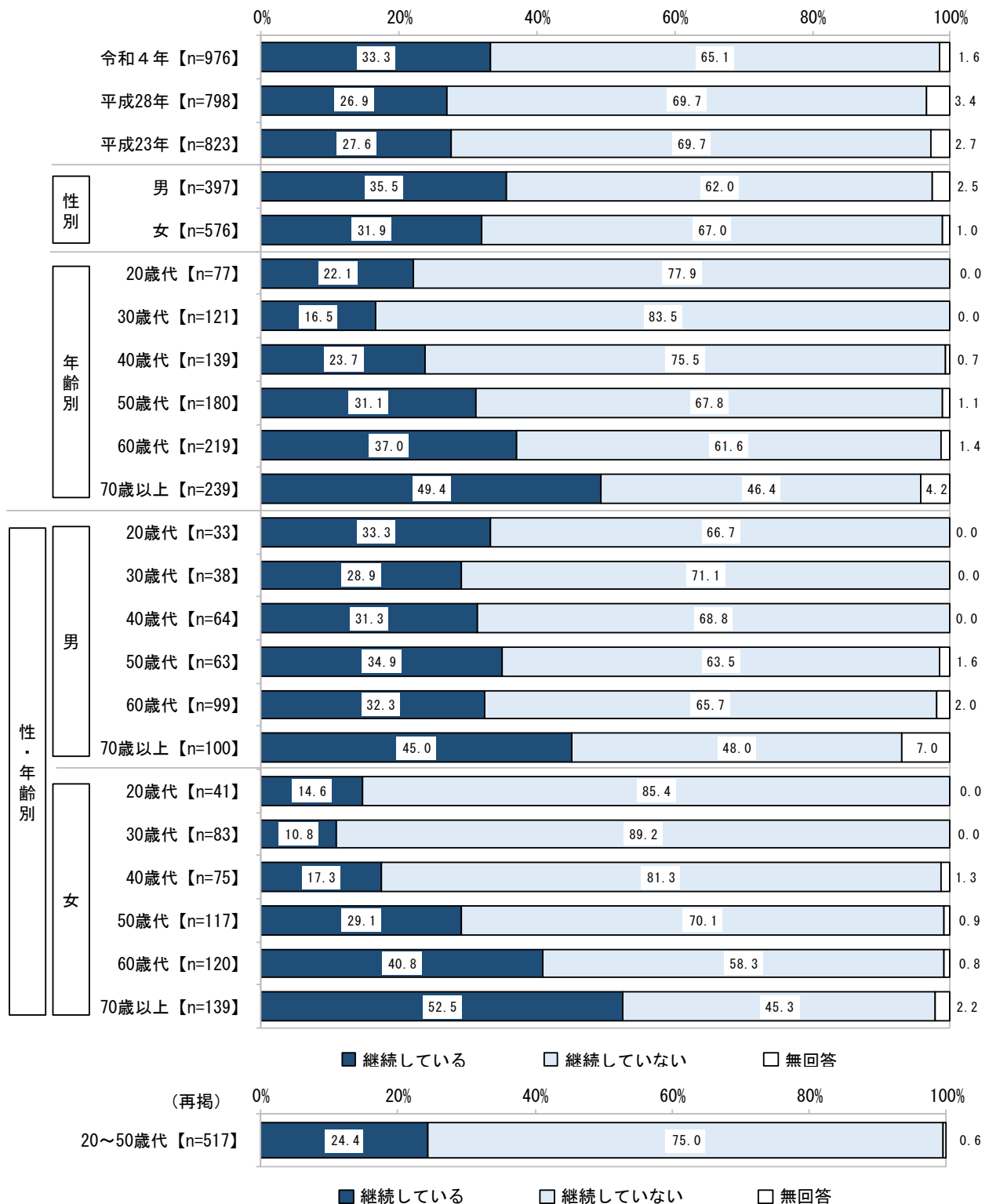
#### 問2

1回に30分以上の運動を週2回以上、1年以上継続していますか。

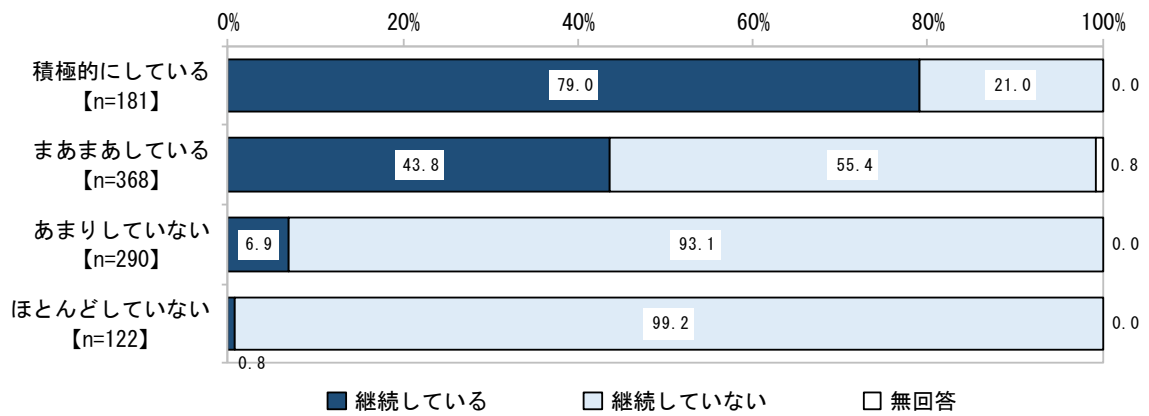
○は1つ

1回に30分以上の運動を週2回以上、1年以上継続しているかについて、「継続している」が33.3%、「継続していない」が65.1%となっています。

また、平成28年と比較すると、「継続している」では26.9%から33.3%と6.4ポイント増となっています。



さらに、健康のために仕事や家事の中で意識的に身体を動かしている頻度別でみると、「継続している」では「積極的にしている」が79.0%と最も高く、次いで「まあまあしている」が43.8%、「あまりしていない」が6.9%となっています。



## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

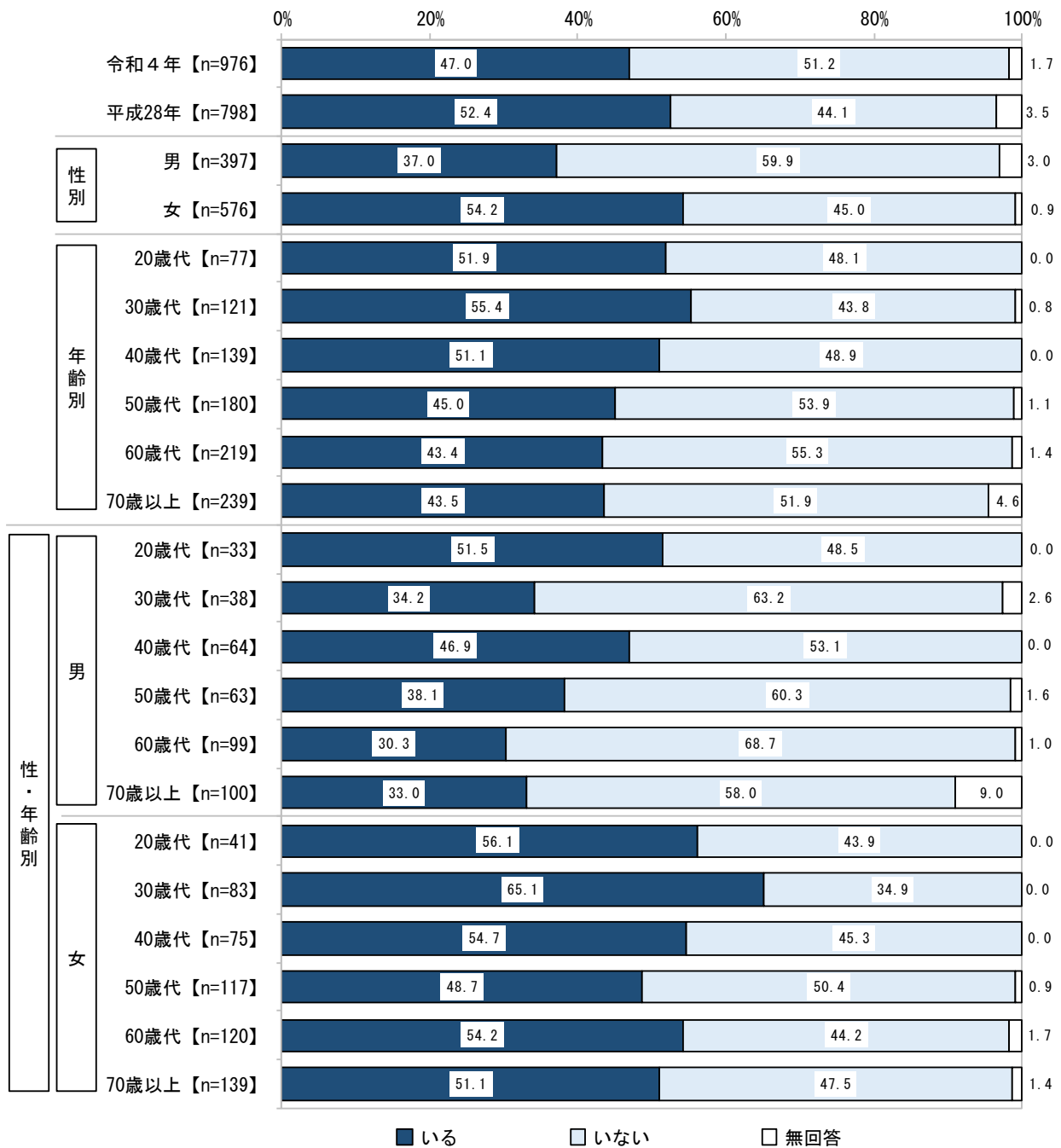
#### 問3

運動をする、もしくは運動しようと思った時に、一緒にできる家族や仲間がいますか。

○は1つ

運動をする、もしくは運動しようと思った時に、一緒にできる家族や仲間がいるかについて、「いる」が47.0%、「いない」が51.2%となっています。

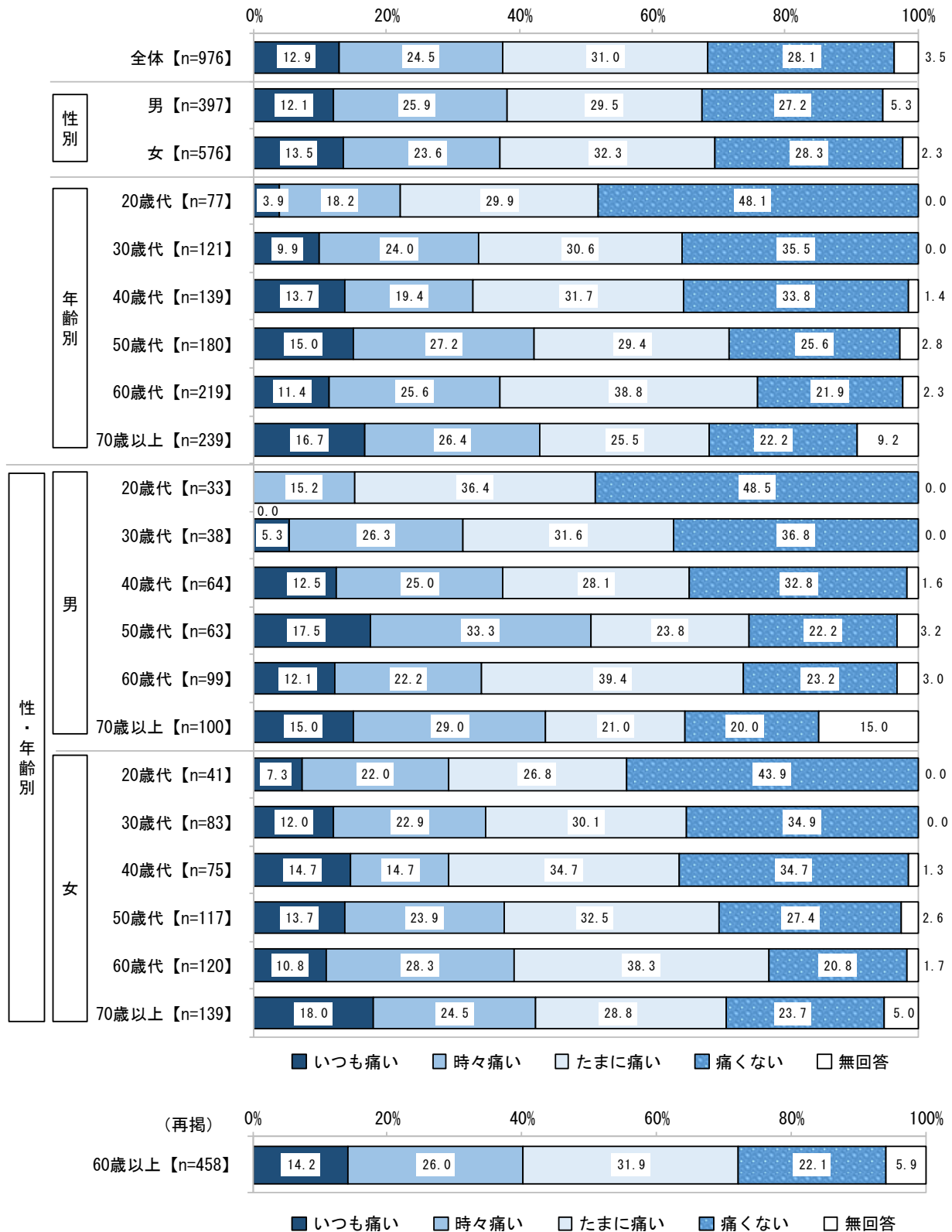
また、平成28年と比較すると、「いる」では52.4%から47.0%と5.4ポイント減となっています。



問4	現在、体に痛みがありますか。	○は1つ
----	----------------	------

①腰

現在、腰に痛みがあるかについて、「たまに痛い」が31.0%と最も高く、次いで「痛くない」が28.1%、「時々痛い」が24.5%となっています。

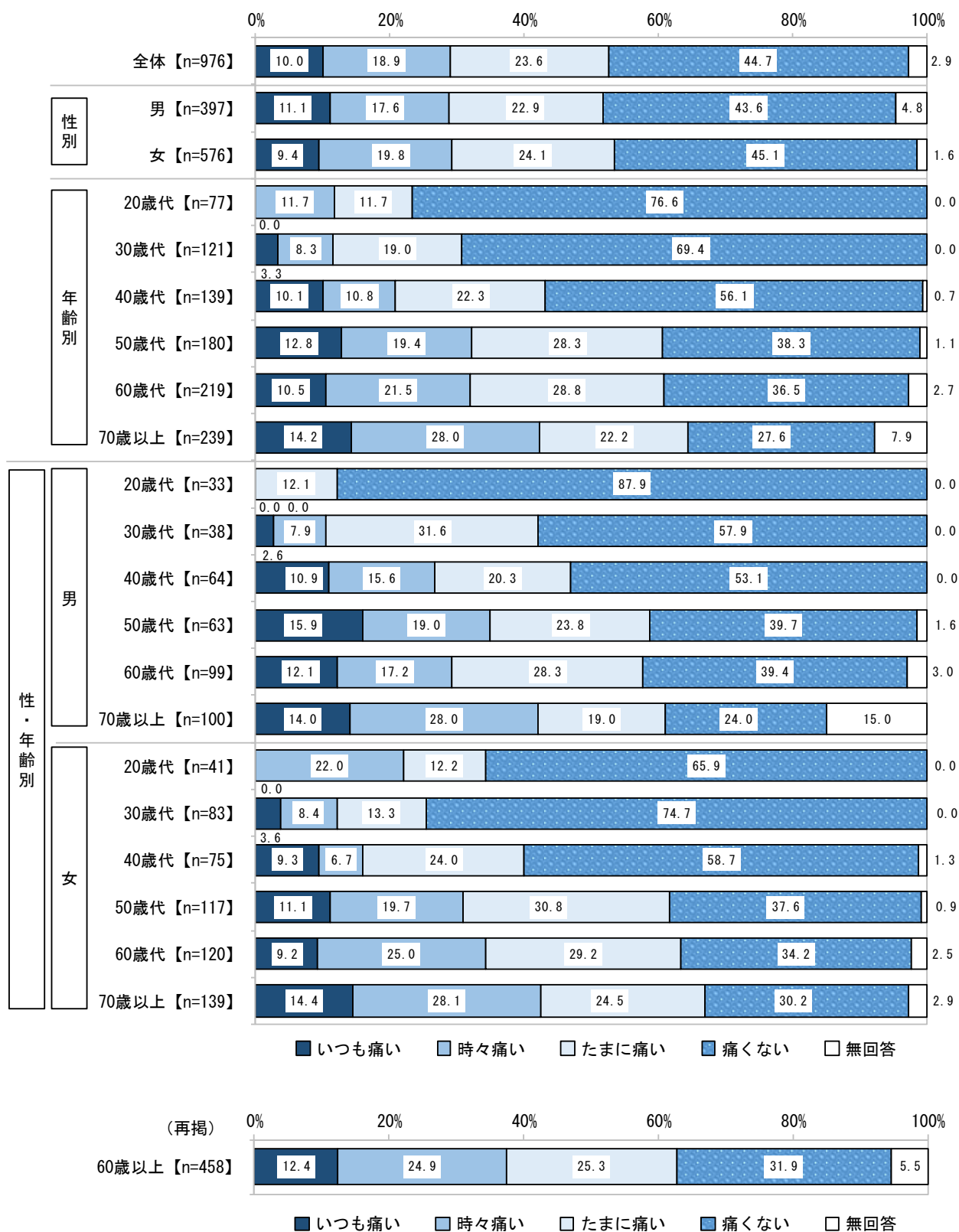


## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

#### ②手足の関節

現在、手足の関節に痛みがあるかについて、「痛くない」が44.7%と最も高く、次いで「たまに痛い」が23.6%、「時々痛い」が18.9%となっています。



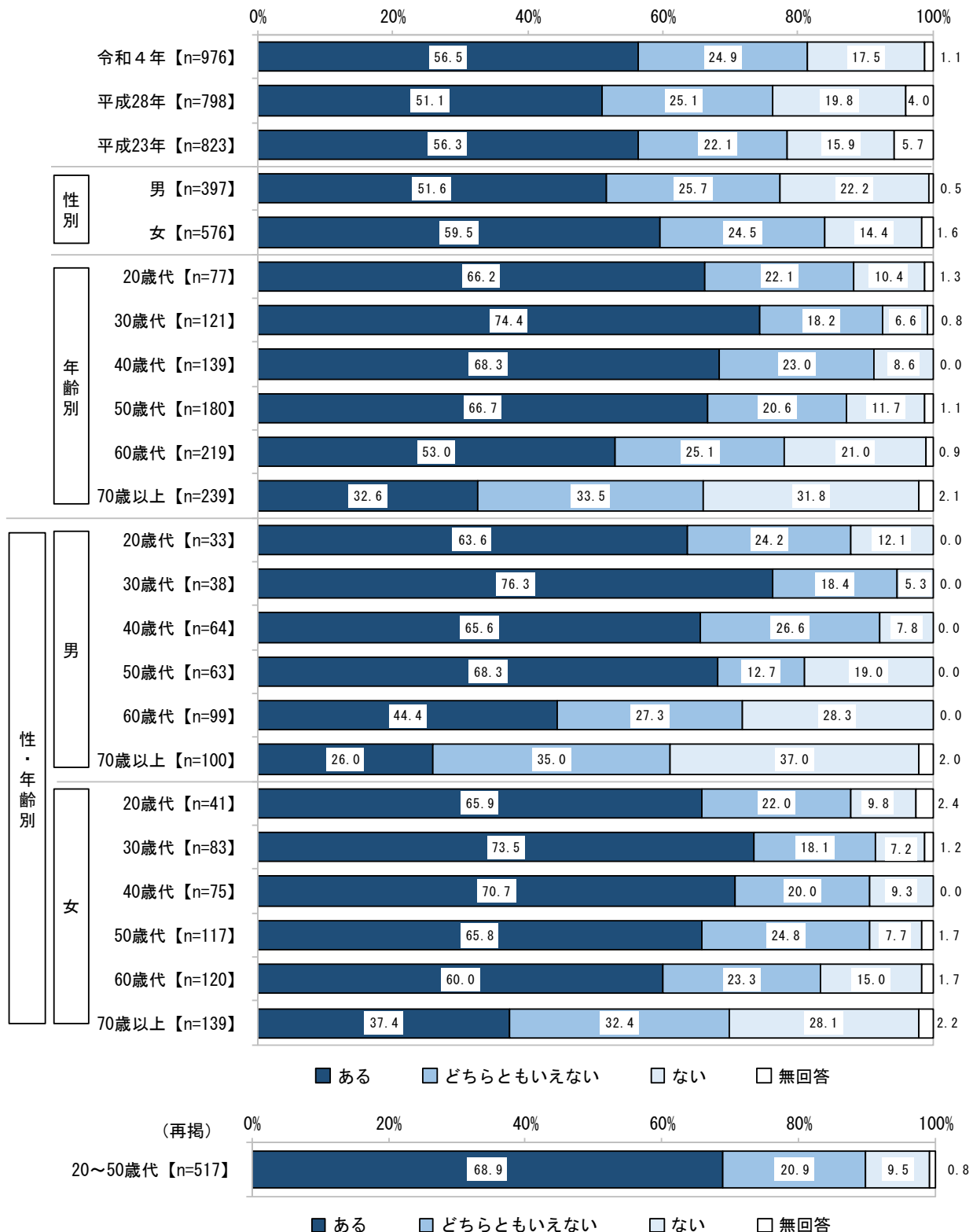


## （4）心の健康

問1 家庭、職場等でストレス（緊張・不安・あせりなど）を感じたことがありますか。 ○は1つ

家庭、職場等でストレスを感じたことがあるかについて、「ある」が56.5%と最も高く、次いで「どちらともいえない」が24.9%、「ない」が17.5%となっています。

また、平成28年と比較すると、「ある」では51.1%から56.5%と5.4ポイント増となっています。



## 第2章 調査概要

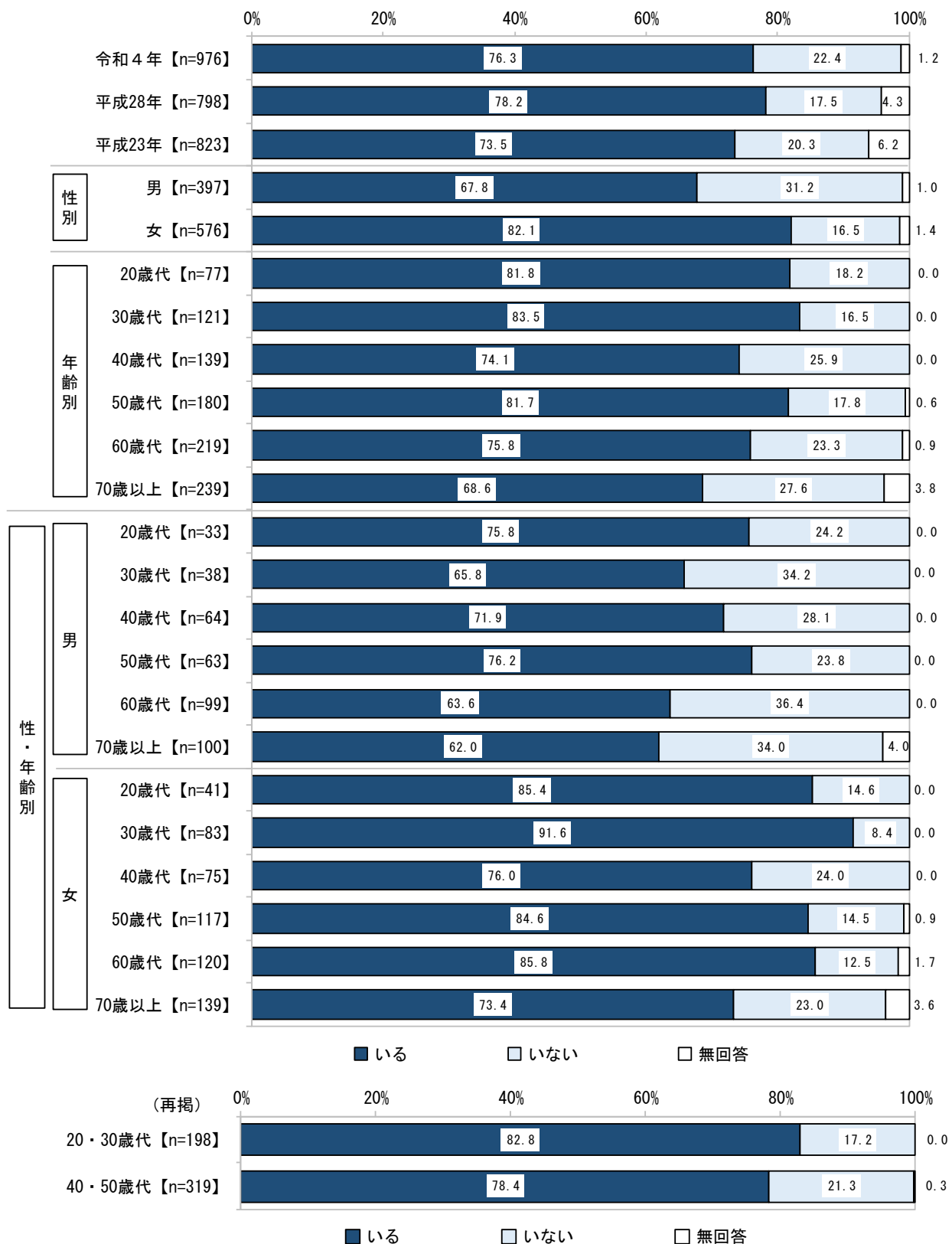
### 健康基礎調査アンケート（成人）

#### 問2 ストレスを感じた時、相談できる相手がいますか。

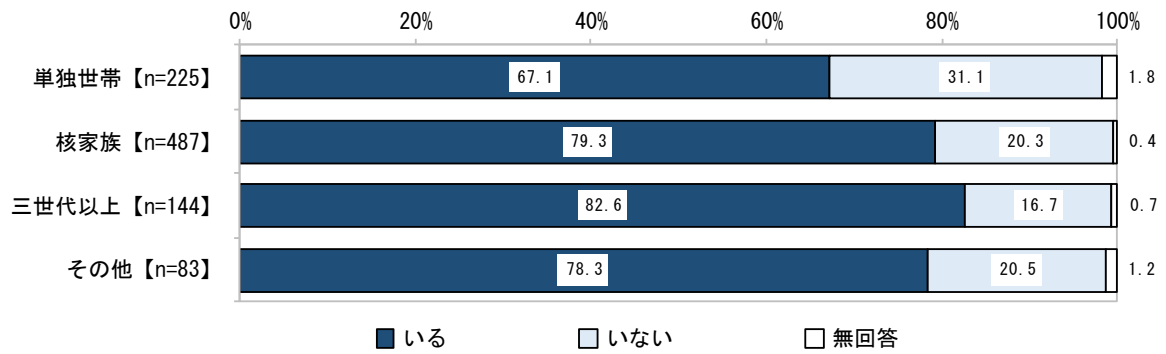
○は1つ

ストレスを感じた時、相談できる相手がいるかについて、「いる」が76.3%、「いない」が22.4%となっています。

また、平成28年と比較すると、「いる」では78.2%から76.3%と1.9ポイント減となっています。



さらに、家族構成別でみると、「いる」では「三世代以上」が82.6%と最も高く、次いで「核家族」が79.3%、「単独世帯」が67.1%となっています。



## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

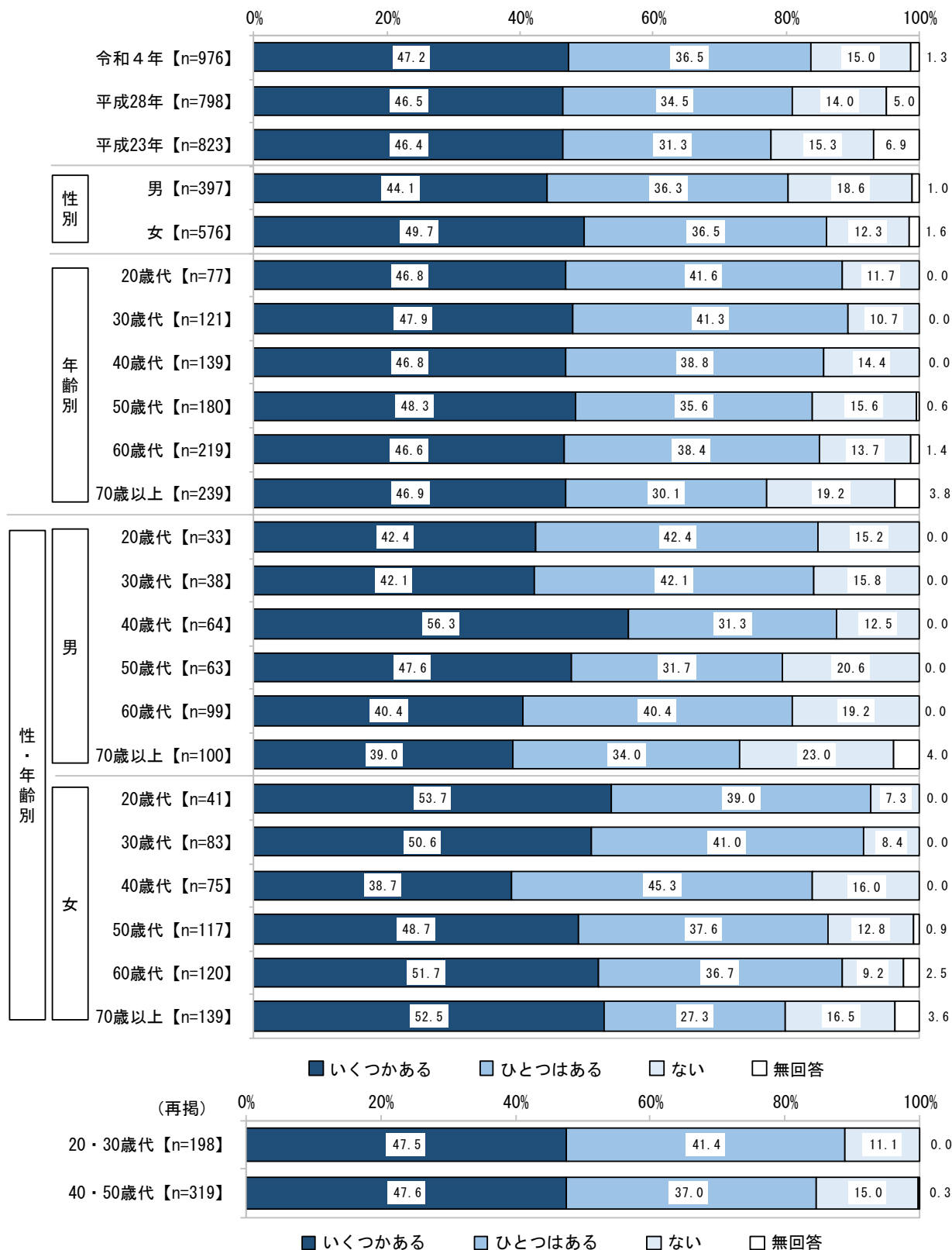
#### 問3

ストレスを感じた時、それを自分で解決したり対処する方法がありますか。

○は1つ

ストレスを感じた時、それを自分で解決したり対処する方法があるかについて、「いくつかある」が47.2%と最も高く、次いで「ひとつはある」が36.5%、「ない」が15.0%となっています。

また、平成28年と比較すると、『ある』（「いくつかある」と「ひとつはある」の合計）では81.0%から83.7%と2.7ポイント増となっています。



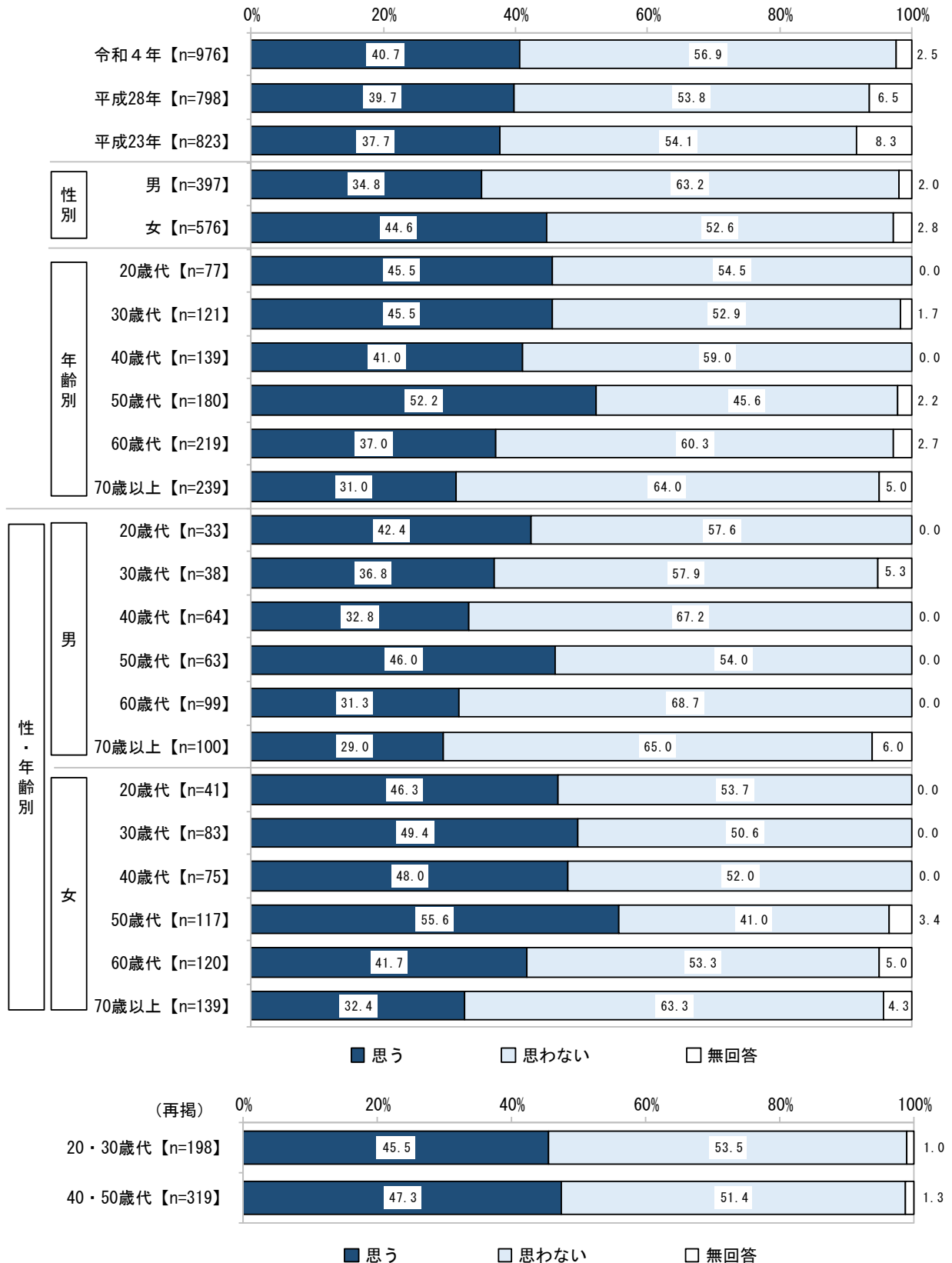
問4

自分でも対処できないほどのストレスを感じた時、専門機関に相談しようと思いますか。

○は1つ

自分でも対処できないほどのストレスを感じた時、専門機関に相談しようと思うかについて、「思う」が40.7%、「思わない」が56.9%となっています。

また、平成28年と比較すると、「思う」では39.7%から40.7%と1.0ポイント増となっています。



## 第2章 調査概要

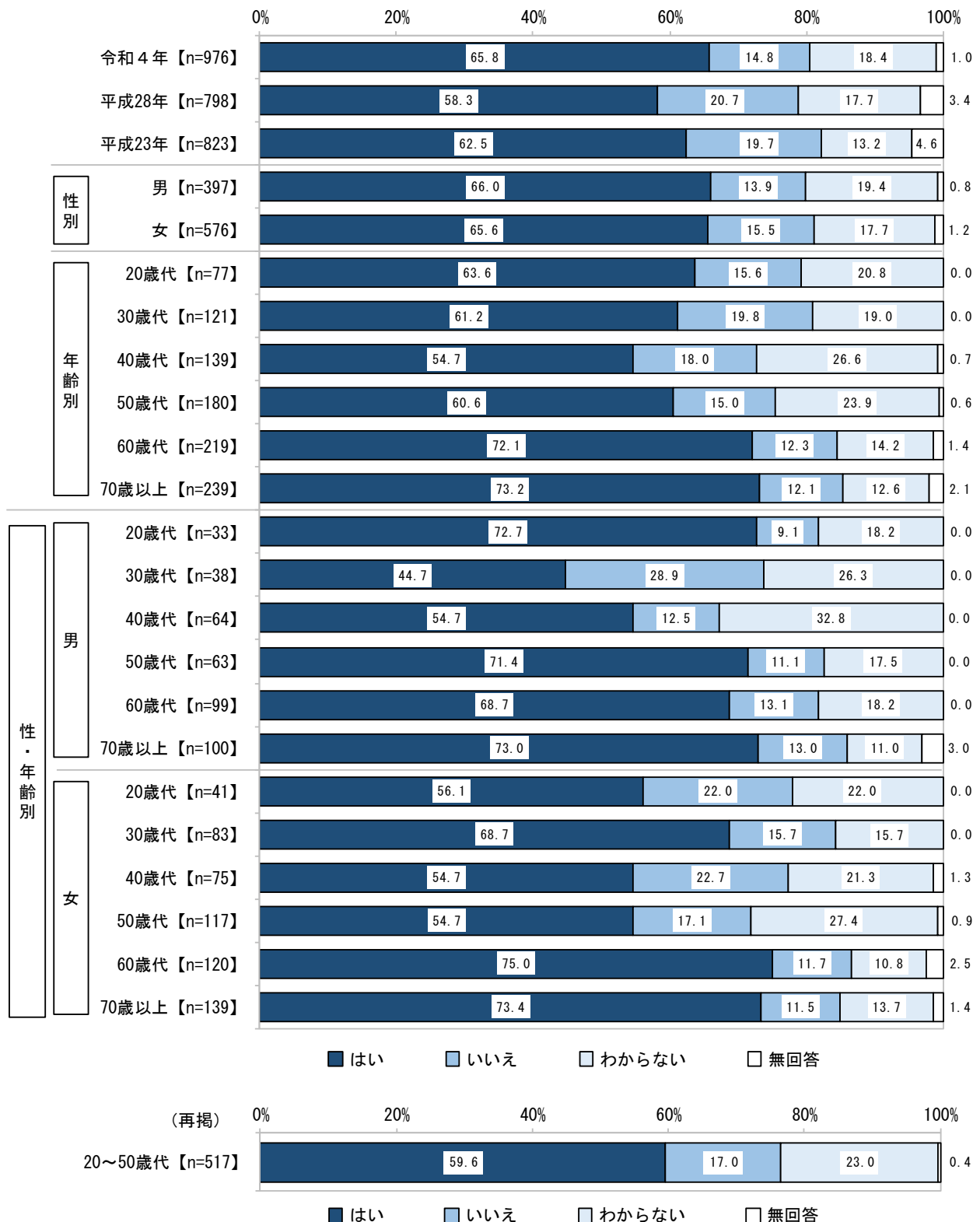
### 健康基礎調査アンケート（成人）

#### 問5 睡眠によって休養がとれていますか。

○は1つ

睡眠によって休養がとれているかについて、「はい」が 65.8%と最も高く、次いで「わからない」が 18.4%、「いいえ」が 14.8%となっています。

また、平成 28 年と比較すると、「はい」では 58.3%から 65.8%と 7.5 ポイント増となっています。

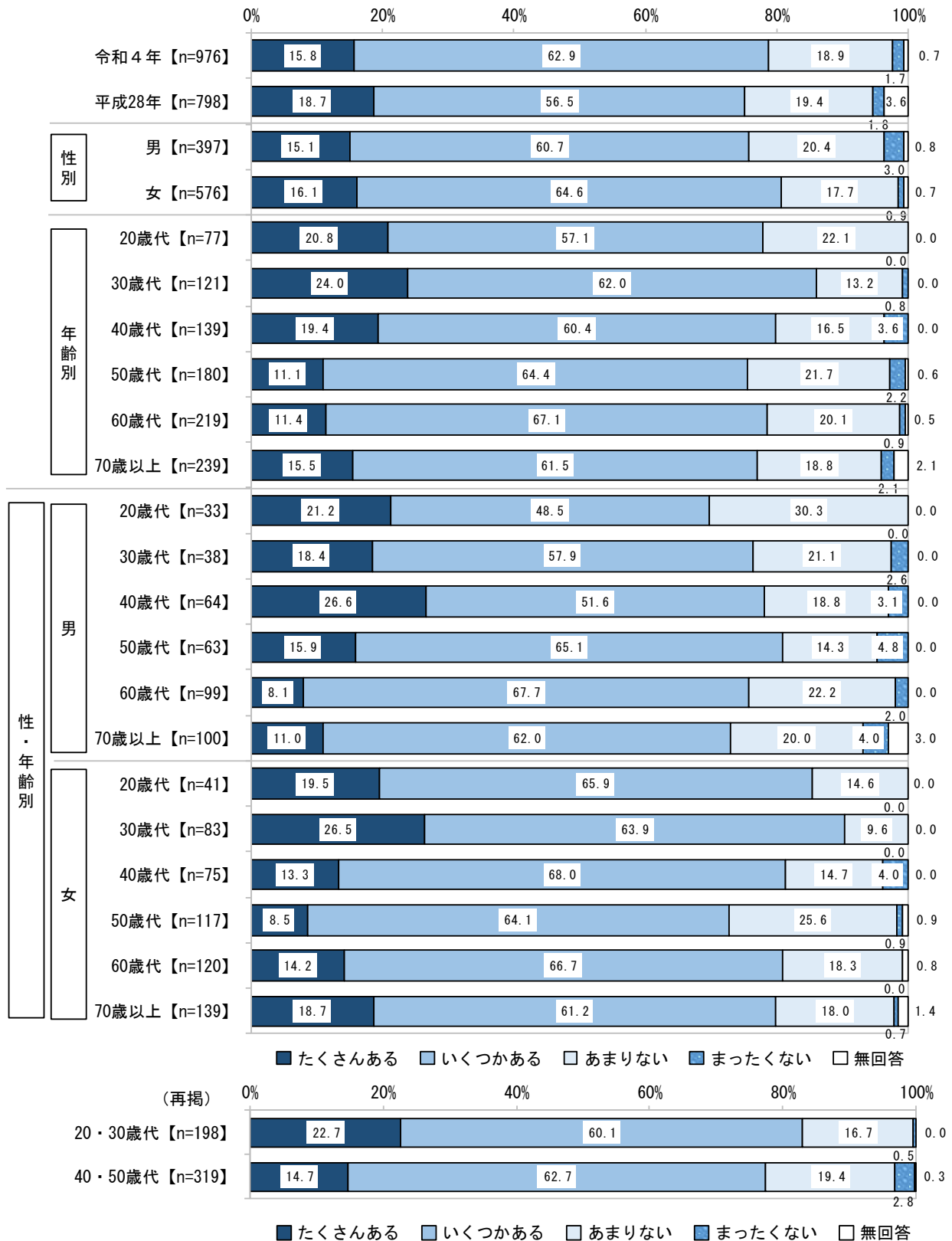


問6 生活の中で楽しみや生きがい、やりがいがありますか。

○は1つ

生活の中で楽しみや生きがい、やりがいがあるかについて、「いくつかある」が62.9%と最も高く、次いで「あまりない」が18.9%、「たくさんある」が15.8%となっています。

また、平成28年と比較すると、『ある』（「たくさんある」と「いくつかある」の合計）では75.2%から78.7%と3.5ポイント増となっています。



## 第2章 調査概要

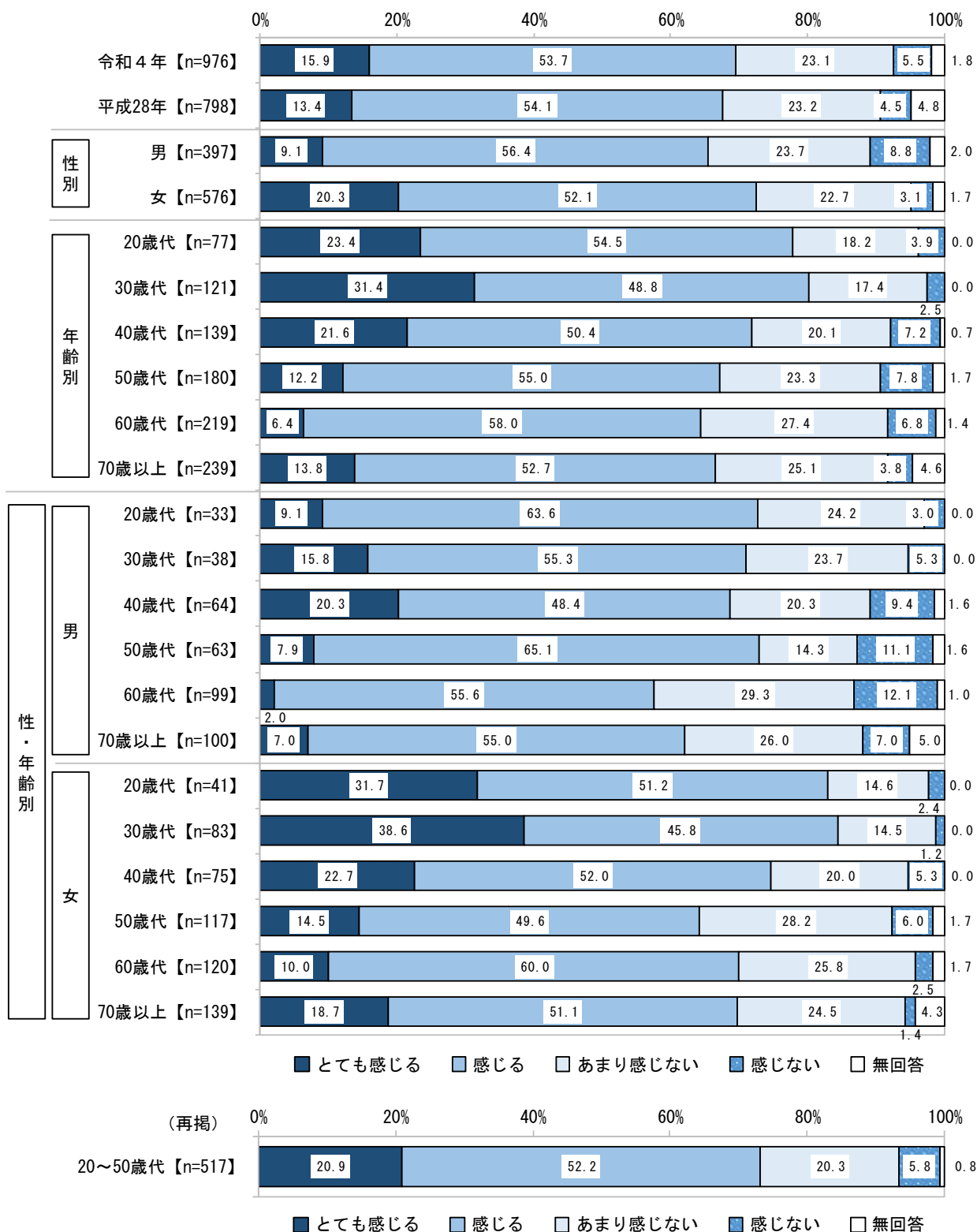
### 健康基礎調査アンケート（成人）

#### 問7 子どもや親と何でも話し合えると感じていますか。

○は1つ

子どもや親と何でも話し合えると感じているかについて、「感じる」が53.7%と最も高く、次いで「あまり感じない」が23.1%、「とても感じる」が15.9%となっています。

また、平成28年と比較すると、『感じる』（「とても感じる」と「感じる」の合計）では67.5%から69.6%と2.1ポイント増となっています。





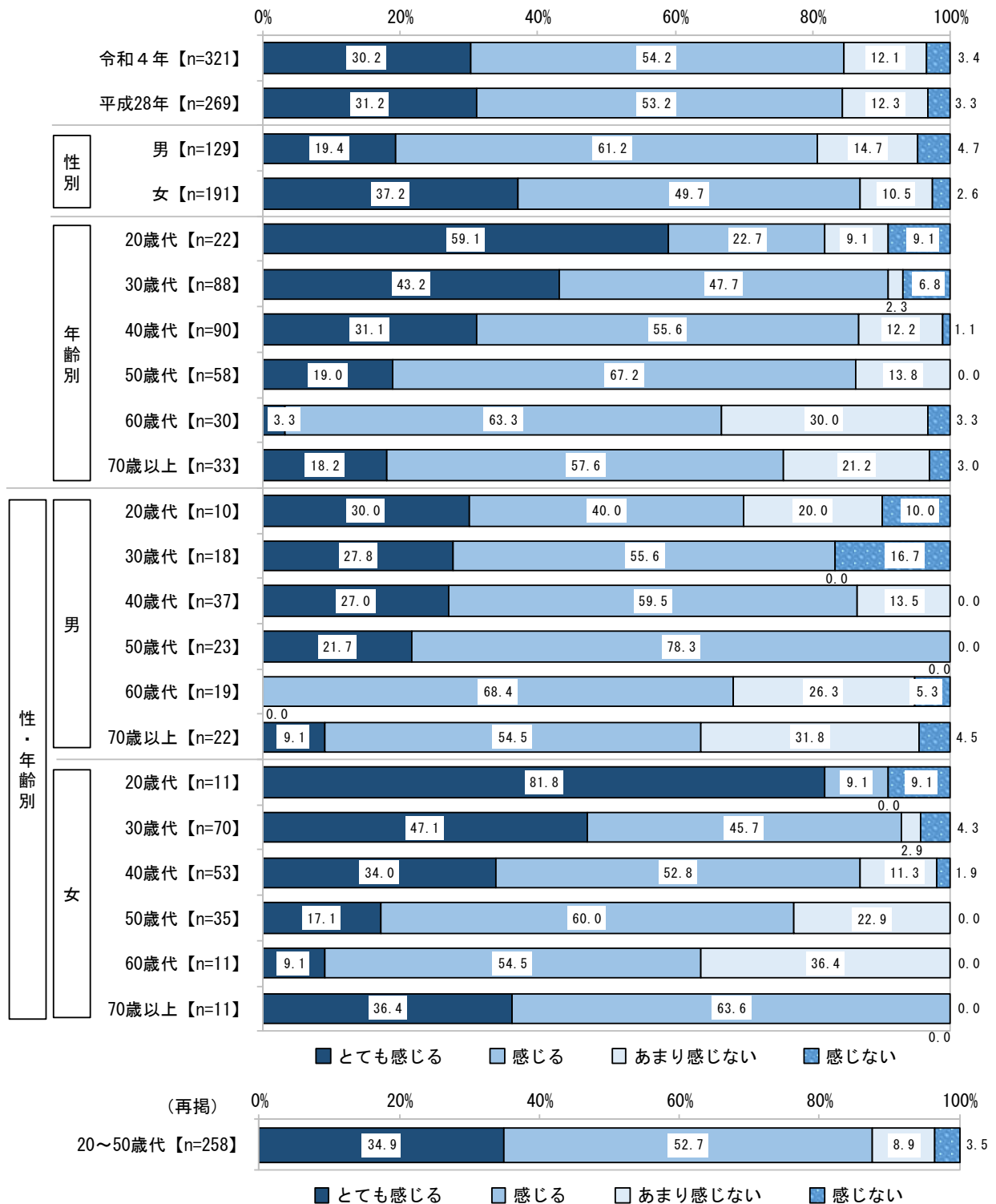
問8

子育て中の方におたずねします。周りの人たちに支えられて子育てができてい  
ると感じますか。

○は1つ

子育て中の方に、周りの人たちに支えられて子育てができていていると感じるかについて聞いたところ、  
「感じる」が54.2%と最も高く、次いで「とても感じる」が30.2%、「あまり感じない」が12.1%と  
なっています。

また、男女別でみると、『感じる』（「とても感じる」と「感じる」の合計）では「男」は80.6%、「女」  
は86.9%で、女が6.3ポイント高くなっています。



※回答があったもののみを母数としています。

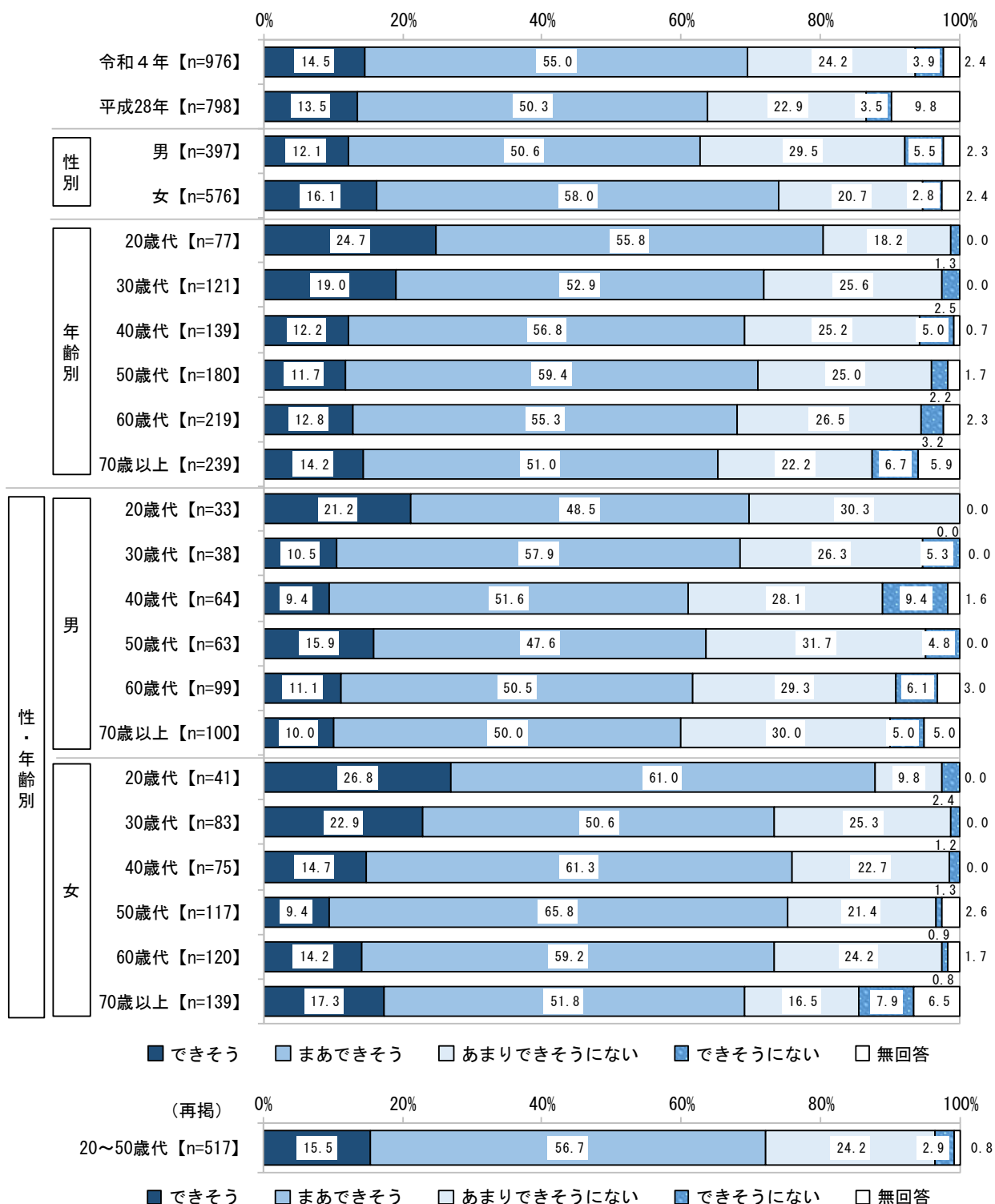
## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

問9	家族や友人など、身近な人や大切な人のこころの健康の変化（言動や体の不調など）に対して、気づき・適切な対応がとれそうですか。（例：声をかける、相談機関を紹介する等）	〇は1つ
----	---	------

家族や友人など、身近な人や大切な人のこころの健康の変化に対して、気づき・適切な対応がとれそうかについて、「まあできそう」が55.0%と最も高く、次いで「あまりできそうにない」が24.2%、「できそう」が14.5%となっています。

また、平成28年と比較すると、『できそう』（「できそう」と「まあできそう」の合計）では63.8%から69.5%と5.7ポイント増となっています。

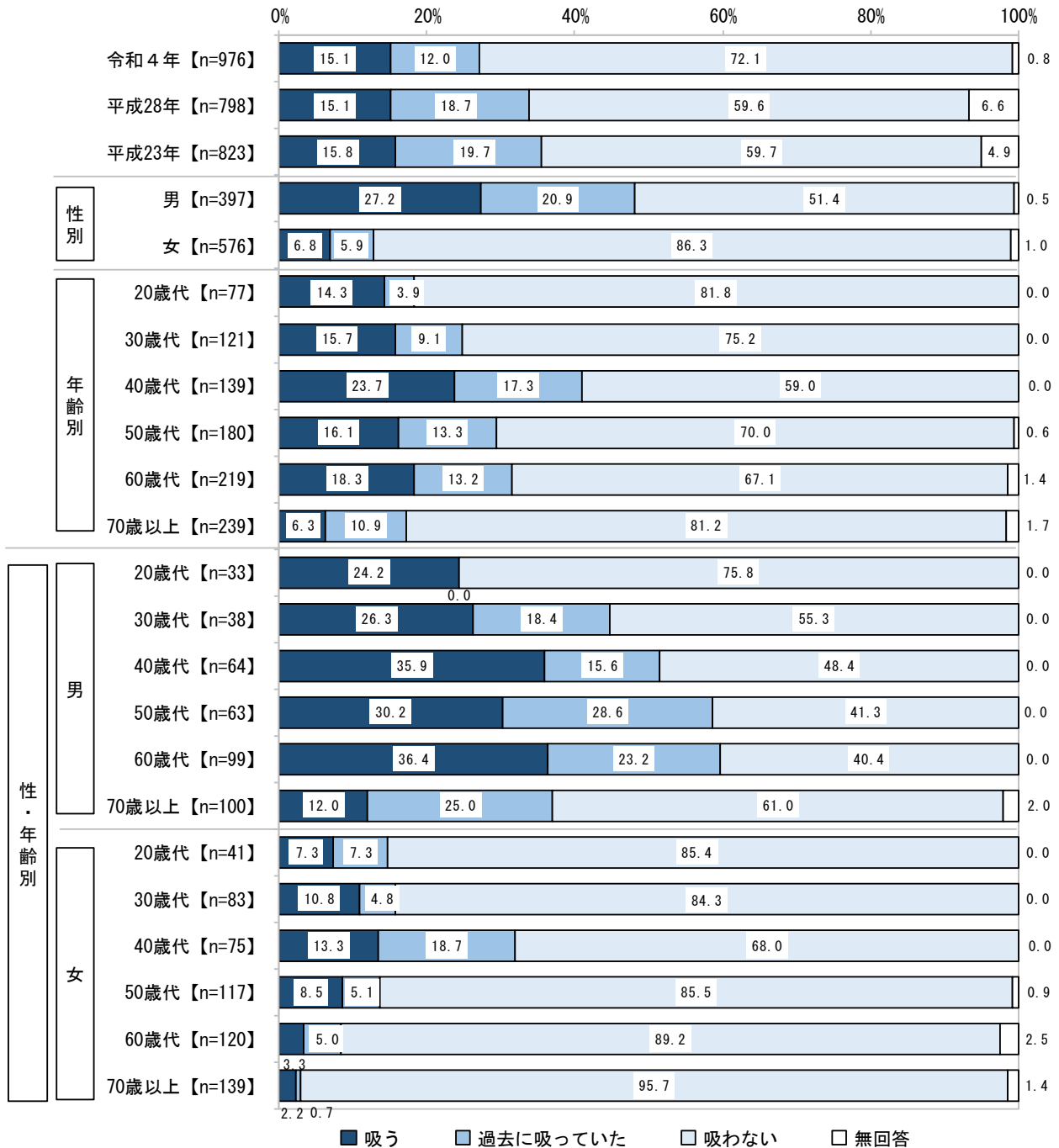


問10 たばこ（加熱式たばこ含む）を吸いますか。

○は1つ

たばこを吸うかについて、「吸わない」が72.1%と最も高く、次いで「吸う」が15.1%、「過去に吸っていた」が12.0%となっています。

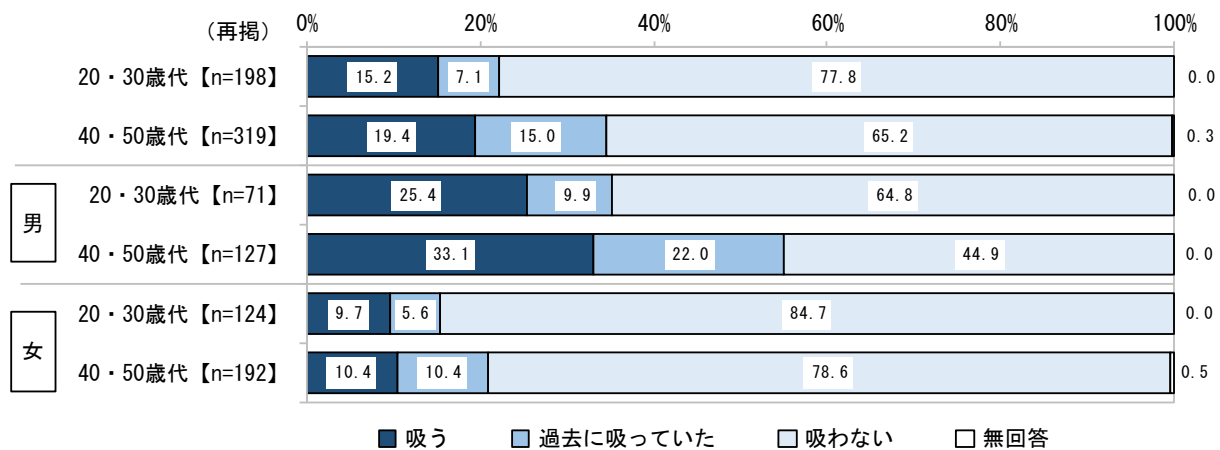
また、男女別でみると、「吸う」では「男」は27.2%、「女」は6.8%で、男が20.4ポイント高くなっています。



※平成28年及び平成23年の「吸う」と「時々吸う」を「吸う」として表示しています。

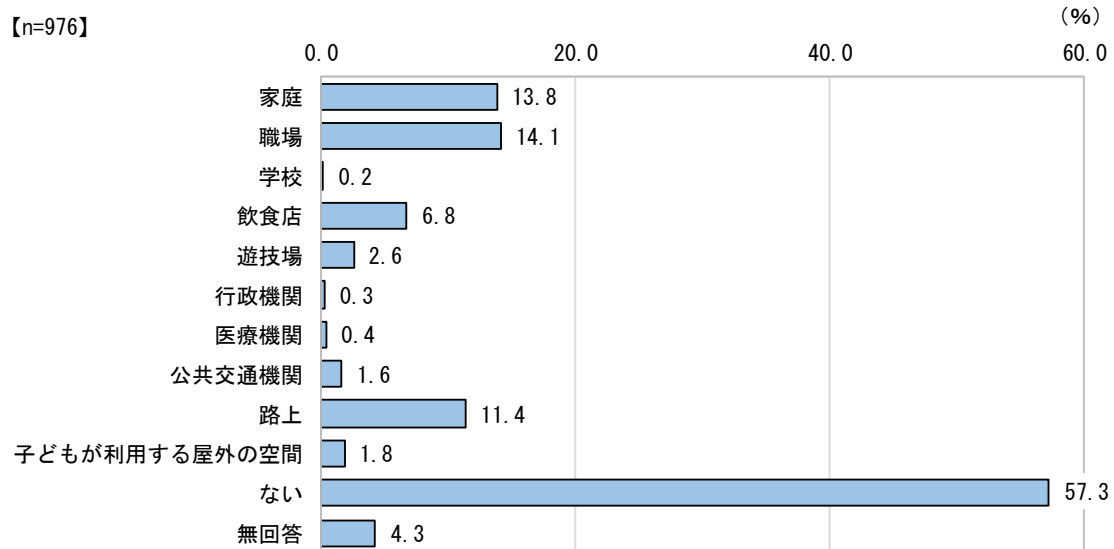
## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）



問11	この1ヶ月間に、望まずに自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。	複数回答可
-----	--	-------

この1ヶ月間に、望まずに自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会があったかについて、「ない」が57.3%と最も高く、次いで「職場」が14.1%、「家庭」が13.8%となっています。



		合計	(4) 問11											
			家庭	職場	学校	飲食店	遊技場	行政機関	医療機関	公共交通機関	路上	子どもが利用する屋外の空間	ない	無回答
全体		976 100.0	135 13.8	138 14.1	2 0.2	66 6.8	25 2.6	3 0.3	4 0.4	16 1.6	111 11.4	18 1.8	559 57.3	42 4.3
性別	男	397 100.0	29 7.3	92 23.2	1 0.3	34 8.6	18 4.5	0 0.0	2 0.5	8 2.0	44 11.1	5 1.3	208 52.4	26 6.5
	女	576 100.0	106 18.4	45 7.8	1 0.2	31 5.4	7 1.2	3 0.5	2 0.3	8 1.4	67 11.6	13 2.3	350 60.8	16 2.8
年齢別	20歳代	77 100.0	15 19.5	18 23.4	2 2.6	12 15.6	2 2.6	0 0.0	0 0.0	1 1.3	10 13.0	1 1.3	33 42.9	1 1.3
	30歳代	121 100.0	20 16.5	24 19.8	0 0.0	10 8.3	5 4.1	1 0.8	0 0.0	3 2.5	25 20.7	11 9.1	57 47.1	0 0.0
	40歳代	139 100.0	20 14.4	31 22.3	0 0.0	11 7.9	5 3.6	0 0.0	0 0.0	1 0.7	19 13.7	4 2.9	69 49.6	6 4.3
	50歳代	180 100.0	33 18.3	32 17.8	0 0.0	15 8.3	8 4.4	1 0.6	1 0.6	2 1.1	28 15.6	1 0.6	91 50.6	5 2.8
	60歳代	219 100.0	30 13.7	24 11.0	0 0.0	8 3.7	3 1.4	1 0.5	2 0.9	5 2.3	18 8.2	0 0.0	130 59.4	16 7.3
	70歳以上	239 100.0	16 6.7	9 3.8	0 0.0	10 4.2	2 0.8	0 0.0	1 0.4	4 1.7	10 4.2	1 0.4	179 74.9	14 5.9
性・年齢別	男	20歳代	33 100.0	5 15.2	11 33.3	1 3.0	3 9.1	1 3.0	0 0.0	0 0.0	1 3.0	0 0.0	0 48.5	1 3.0
		30歳代	38 100.0	3 7.9	15 39.5	0 0.0	4 10.5	2 5.3	0 0.0	0 0.0	1 2.6	9 23.7	1 2.6	17 44.7
		40歳代	64 100.0	3 4.7	20 31.3	0 0.0	7 10.9	5 7.8	0 0.0	0 0.0	1 1.6	13 20.3	2 3.1	30 46.9
		50歳代	63 100.0	6 9.5	18 28.6	0 0.0	6 9.5	7 11.1	0 0.0	1 1.6	1 1.6	11 17.5	1 1.6	26 41.3
		60歳代	99 100.0	8 8.1	21 21.2	0 0.0	4 4.0	1 1.0	0 0.0	0 0.0	1 1.0	6 6.1	0 0.0	53 53.5
		70歳以上	100 100.0	4 4.0	7 7.0	0 0.0	10 10.0	2 2.0	0 0.0	1 1.0	3 3.0	5 5.0	1 1.0	66 66.0
	女	20歳代	41 100.0	10 24.4	6 14.6	1 2.4	8 19.5	1 2.4	0 0.0	0 0.0	0 0.0	10 24.4	1 2.4	16 39.0
		30歳代	83 100.0	17 20.5	9 10.8	0 0.0	6 7.2	3 3.6	1 1.2	0 0.0	2 2.4	16 19.3	10 12.0	40 48.2
		40歳代	75 100.0	17 22.7	11 14.7	0 0.0	4 5.3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	6 8.0	2 2.7	39 52.0
		50歳代	117 100.0	27 23.1	14 12.0	0 0.0	9 7.7	1 0.9	1 0.9	0 0.0	1 0.9	17 14.5	0 0.0	65 55.6
		60歳代	120 100.0	22 18.3	3 2.5	0 0.0	4 3.3	2 1.7	1 0.8	2 1.7	4 3.3	12 10.0	0 0.0	77 64.2
		70歳以上	139 100.0	12 8.6	2 1.4	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 0.7	5 3.6	0 0.0	113 81.3

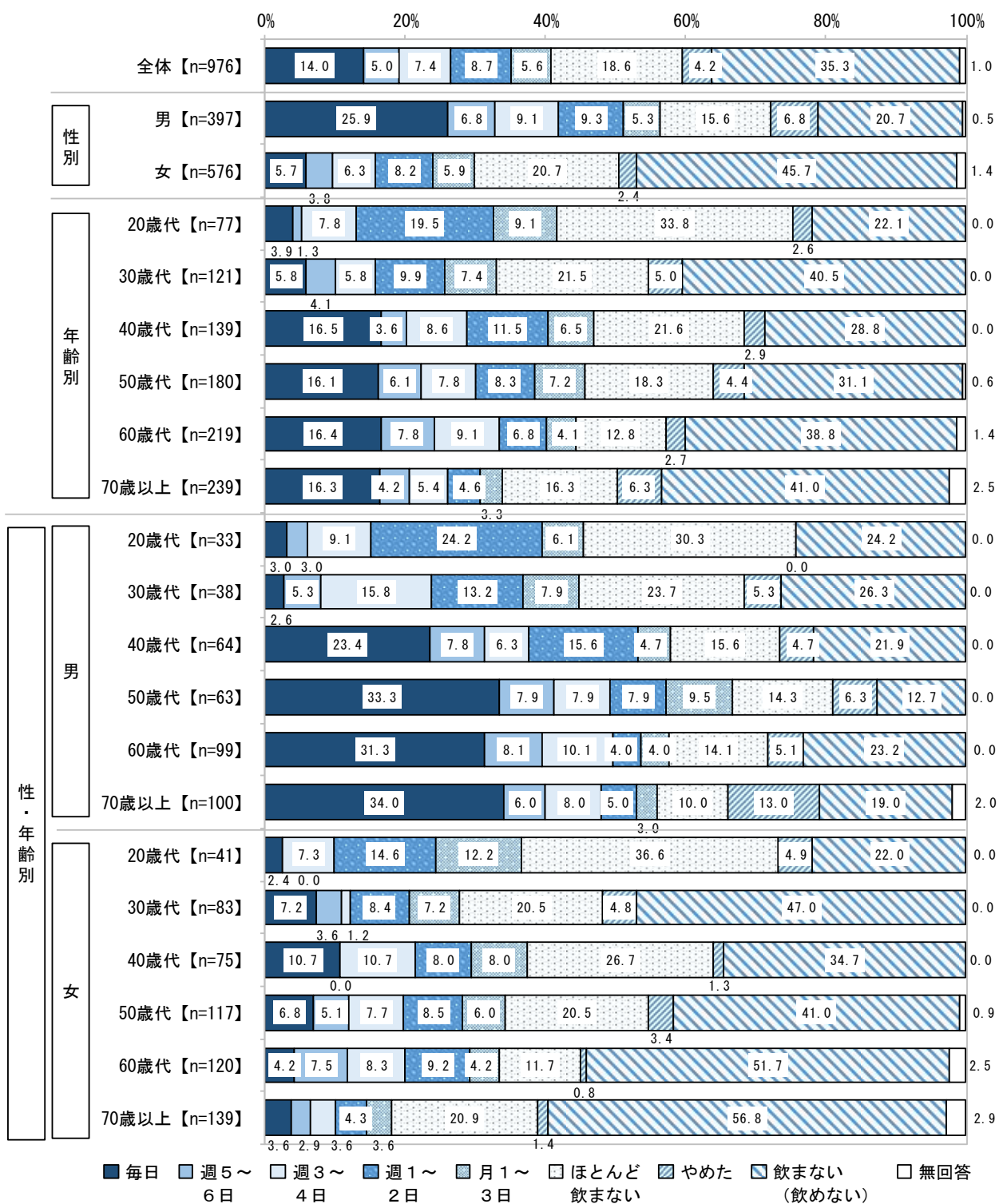
## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

問12 お酒を飲む頻度はどのくらいですか。

○は1つ

お酒を飲む頻度について、「飲まない（飲めない）」が35.3%と最も高く、次いで「ほとんど飲まない」が18.6%、「毎日」が14.0%となっています。

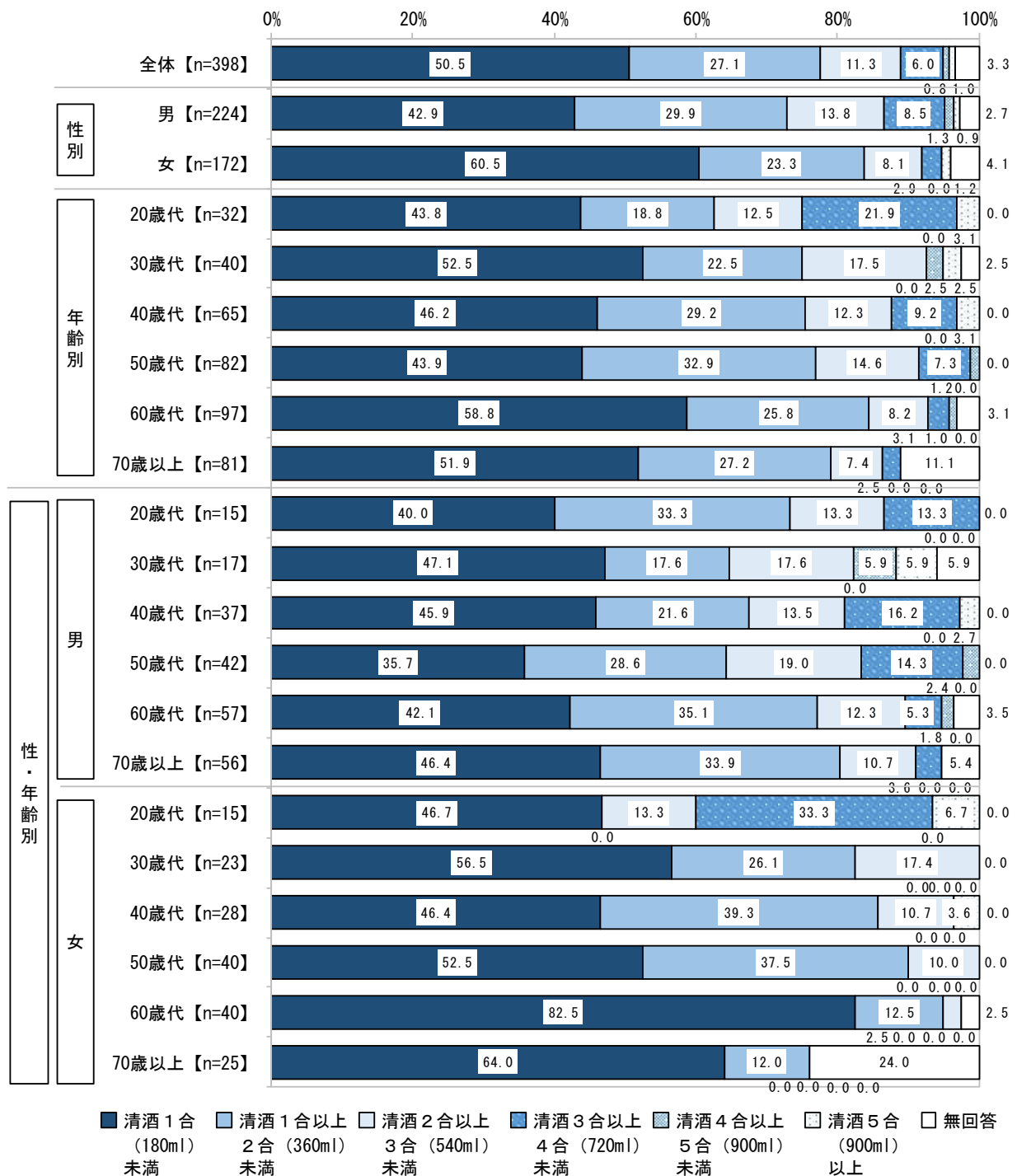


《問12で「毎日」「週5～6日」「週3～4日」「週1～2日」「月1～3日」（お酒を飲む）と回答された方におたずねします。》

問12-1 1日平均してどれくらいお酒を飲みますか。

○は1つ

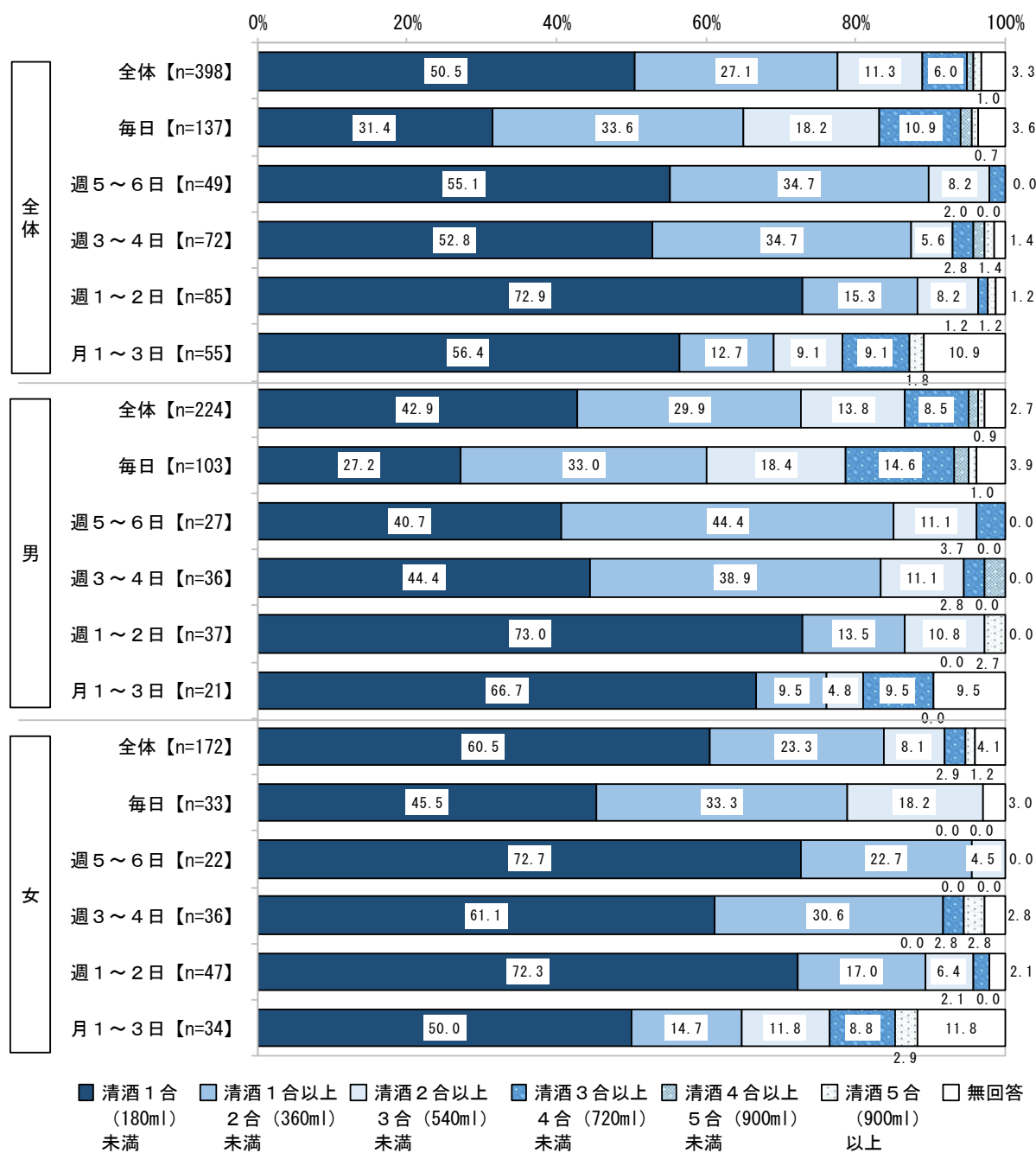
お酒を飲む人に、1日平均の飲酒量について聞いたところ、「清酒1合（180ml）未満」が50.5%と最も高く、次いで「清酒1合以上2合（360ml）未満」が27.1%、「清酒2合以上3合（540ml）未満」が11.3%となっています。



## 第2章 調査概要

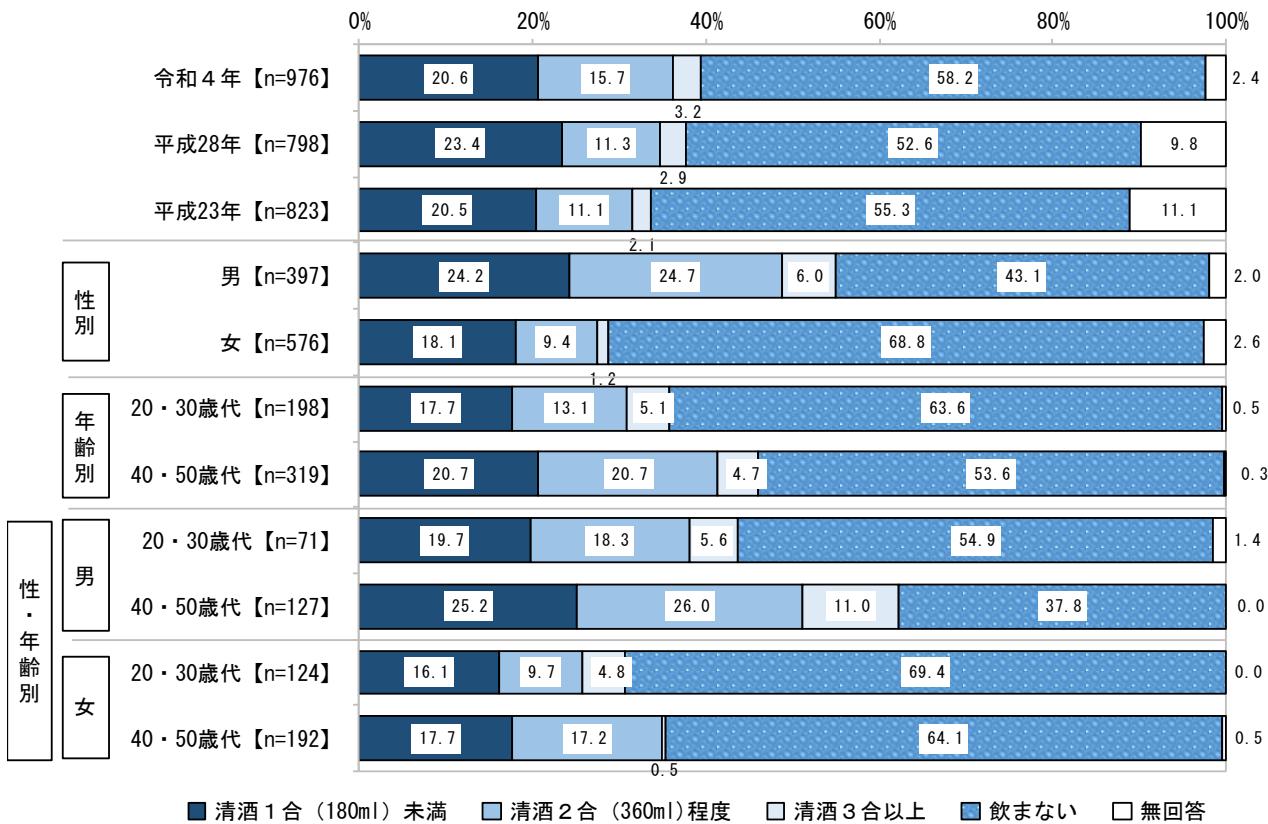
### 健康基礎調査アンケート（成人）

また、飲酒頻度別でみると、「清酒1合（180ml）未満」では「週1～2日」が72.9%と最も高く、次いで「月1～3日」が56.4%、「週5～6日」が55.1%となっています。





さらに、飲酒頻度と飲酒量と合わせると、「飲まない」が58.2%と最も高く、次いで「清酒1合（180ml）未満」が20.6%、「清酒2合（360ml）程度」が15.7%となっています。



※「清酒1合以上2合（360ml）未満」「清酒2合以上3合（540ml）未満」を「清酒2合（360ml）程度」としてまとめています。

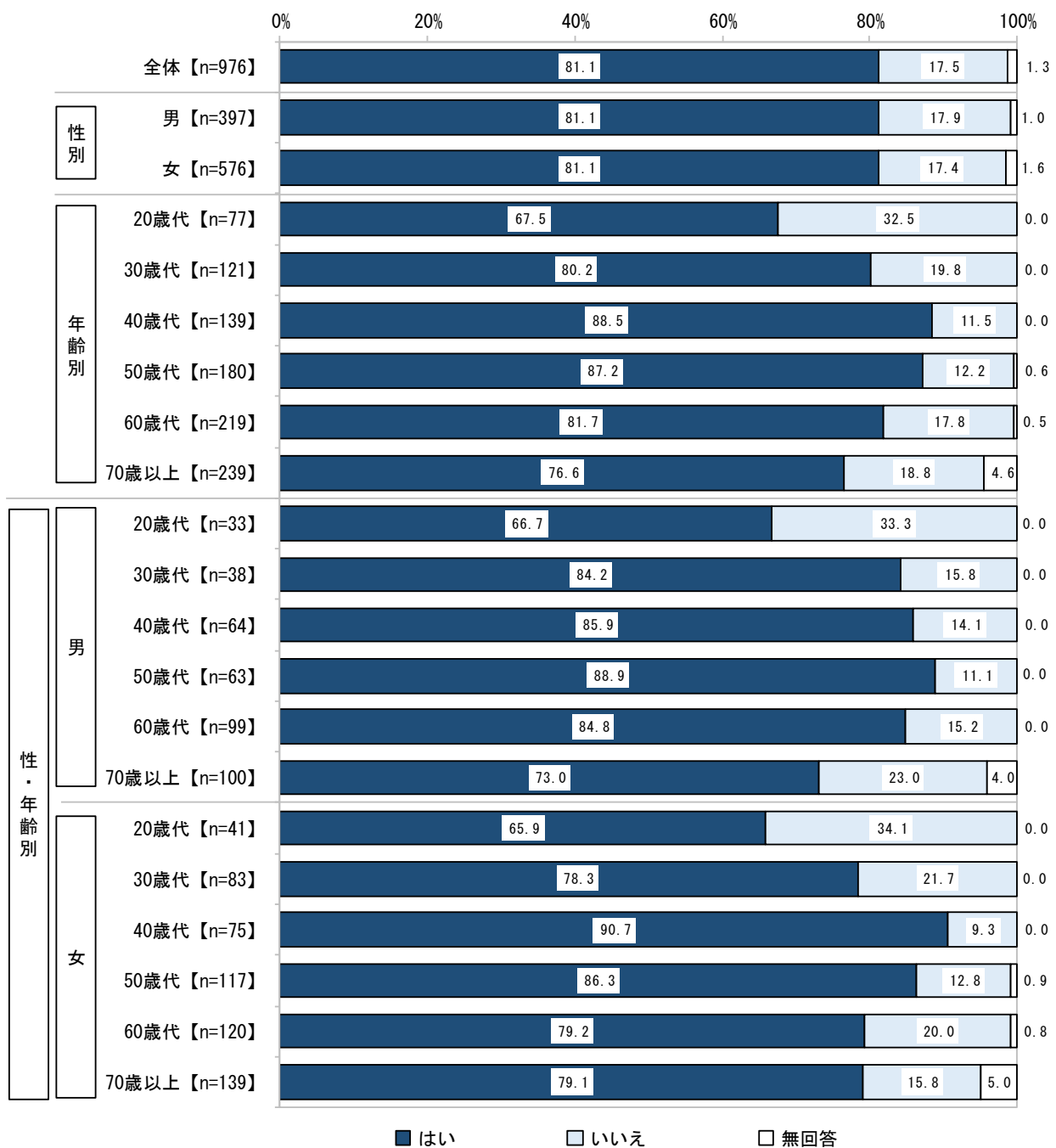
## （５）健（検）診の状況

問Ⅰ① 健康診査を受けていますか（年１回）。

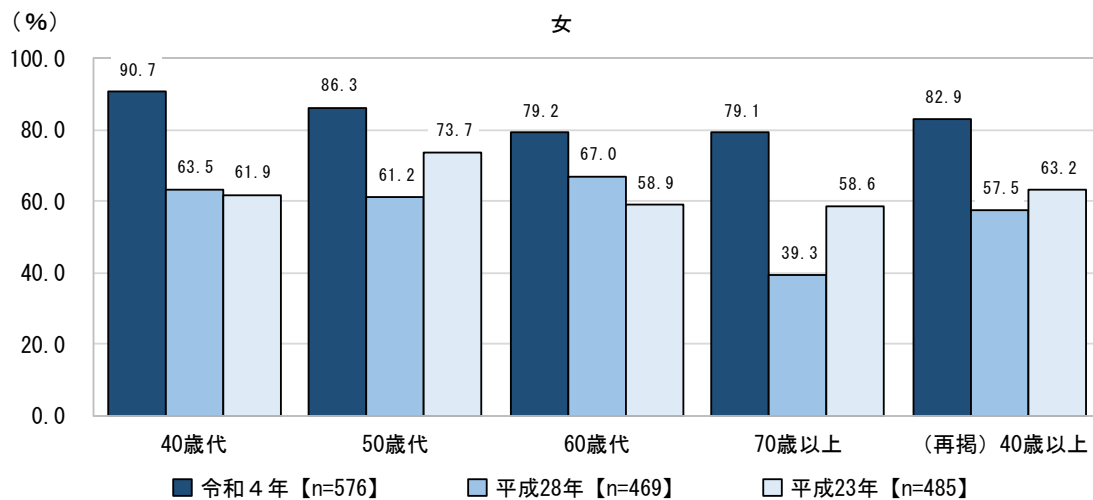
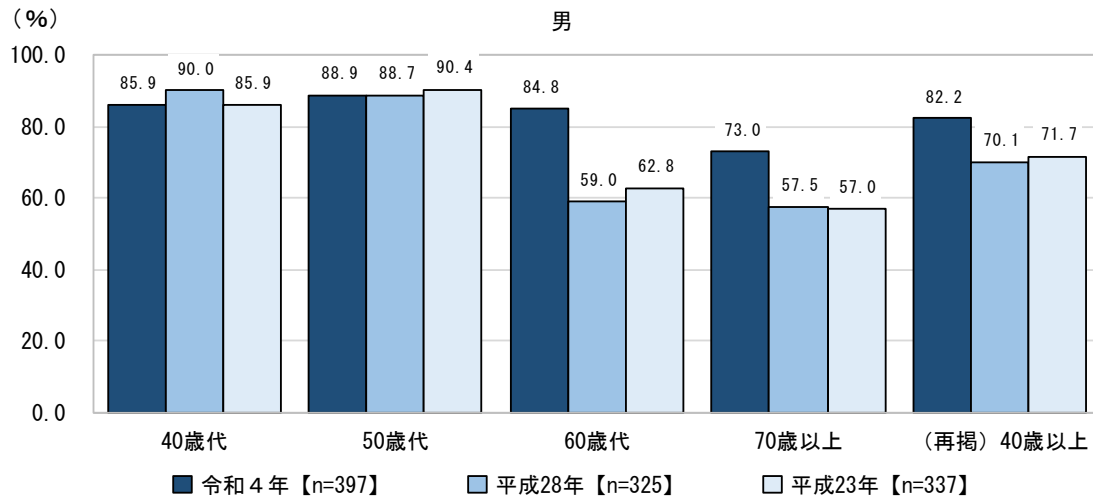
○は１つ

年１回、健康診査を受けているかについて、「はい」が81.1%、「いいえ」が17.5%となっています。

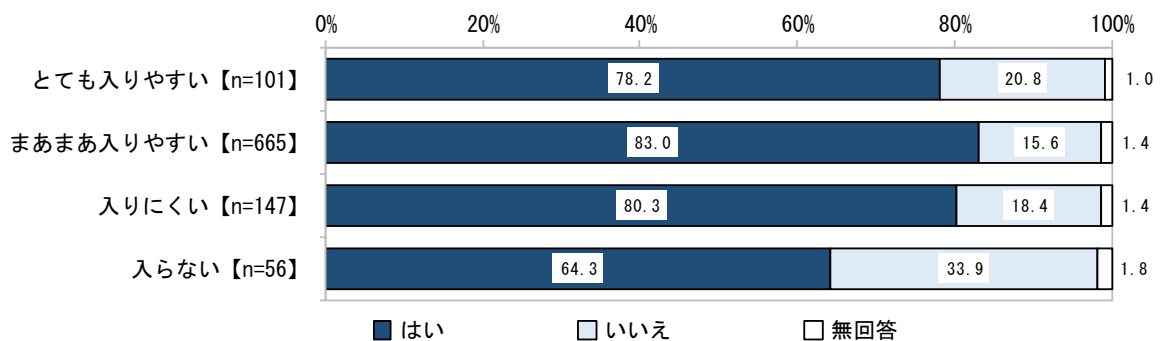
また、年齢別でみると、健康診査を受けている人（「はい」と回答）は「40歳代」が88.5%と最も高く、次いで「50歳代」が87.2%、「60歳代」が81.7%となっています。



健康診査を受けている人（「はい」と回答）の割合について、40 歳以上の「男」が 82.2%、「女」が 82.9%となっており、平成 28 年と比較すると、男が 70.1%から 82.2%と 12.1 ポイント増、女が 57.5%から 82.9%と 25.4 ポイント増となっています。



また、健康に関する情報の入りやすさ別でみると、健康診査を受けている人（「はい」と回答）は「まあまあ入りやすい」が 83.0%と最も高く、次いで「入りにくい」が 80.3%、「とても入りやすい」が 78.2%となっています。



## 第2章 調査概要

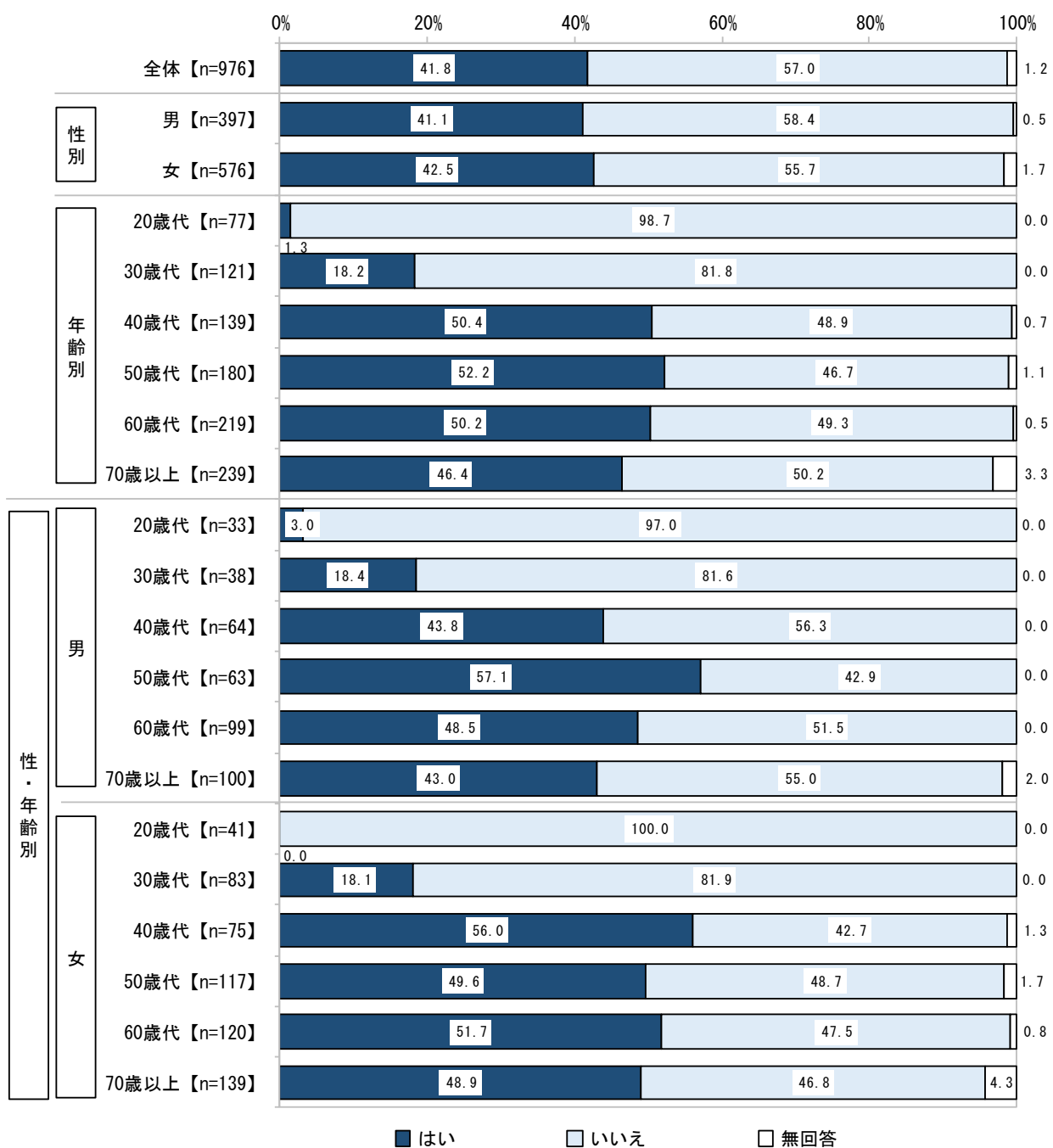
### 健康基礎調査アンケート（成人）

問1② 胃がん検診を受けていますか（2年に1回以上）。

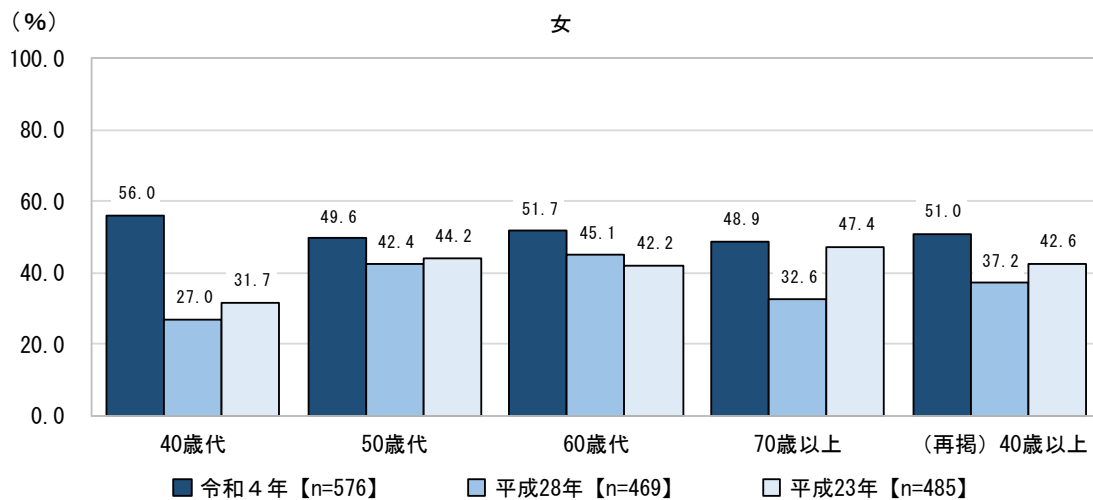
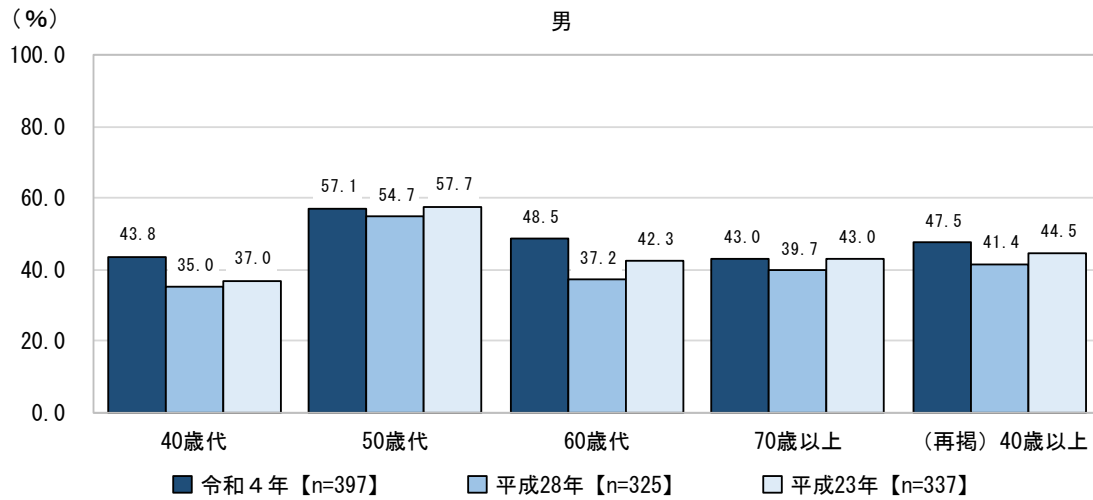
○は1つ

2年に1回以上、胃がん検診を受けているかについて、「はい」が41.8%、「いいえ」が57.0%となっています。

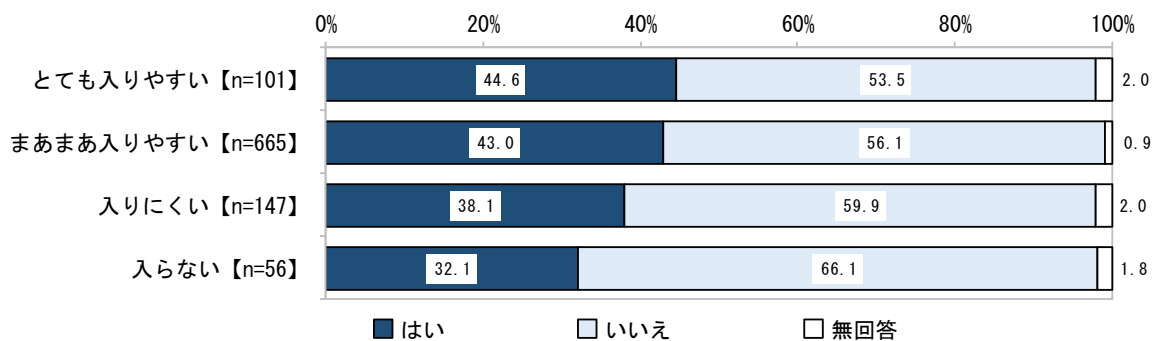
また、年齢別でみると、胃がん検診を受けている人（「はい」と回答）は「50歳代」が52.2%と最も高く、次いで「40歳代」が50.4%、「60歳代」が50.2%となっています。



胃がん検診を受けている人（「はい」と回答）の割合について、40歳以上の「男」が47.5%、「女」が51.0%となっており、平成28年と比較すると、男が41.4%から47.5%と6.1ポイント増、女が37.2%から51.0%と13.8ポイント増となっています。



また、健康に関する情報の入りやすさ別でみると、胃がん検診を受けている人（「はい」と回答）は「とても入りやすい」が44.6%と最も高く、次いで「まあまあ入りやすい」が43.0%、「入りにくい」が38.1%となっています。



## 第2章 調査概要

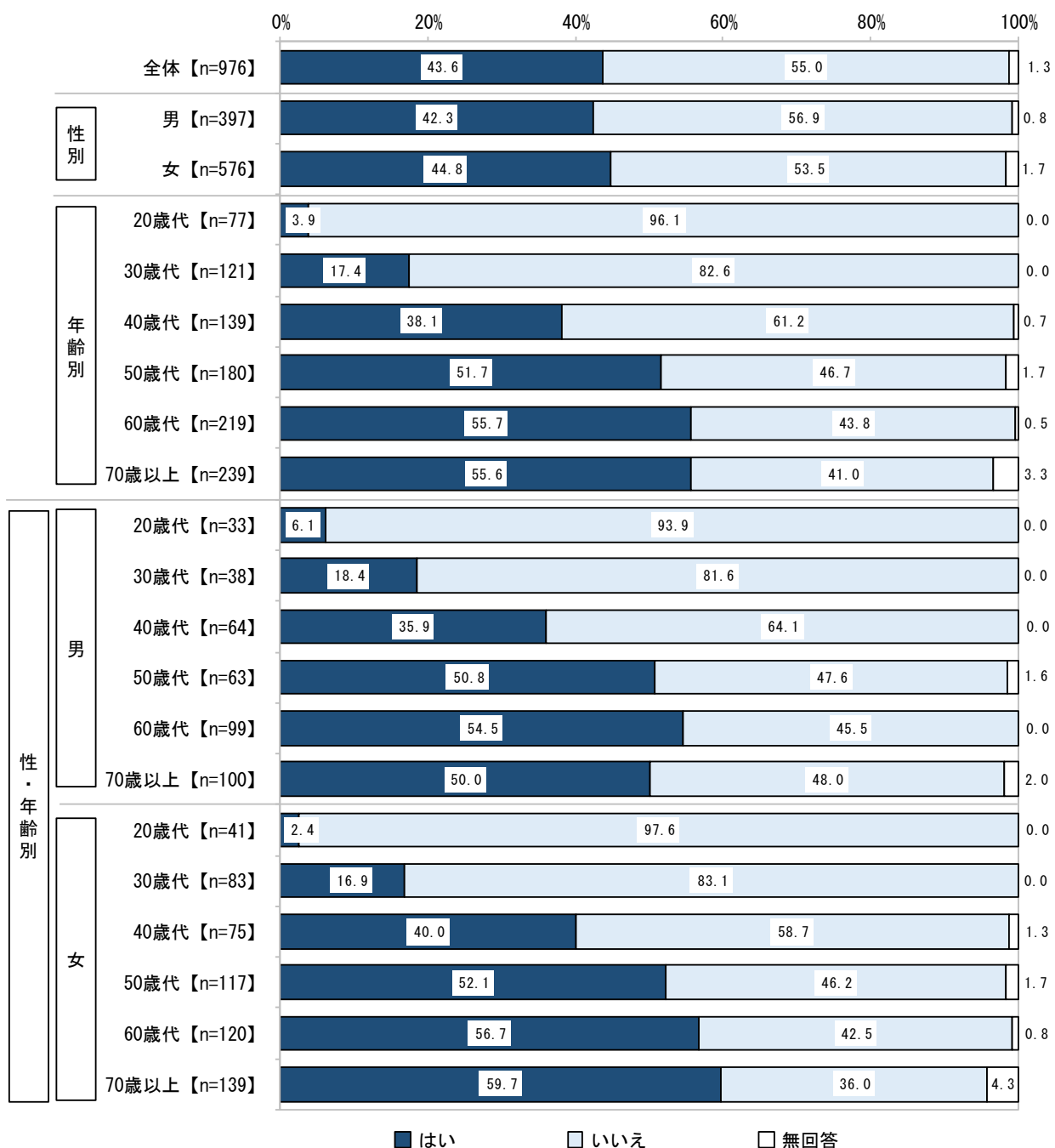
### 健康基礎調査アンケート（成人）

問Ⅰ③ 結核・肺がん検診を受けていますか（年1回）。

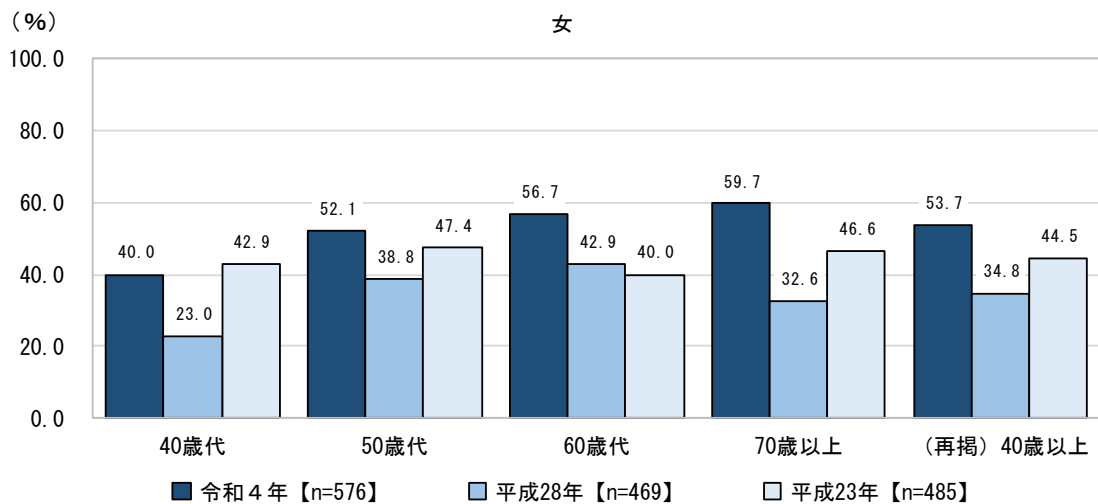
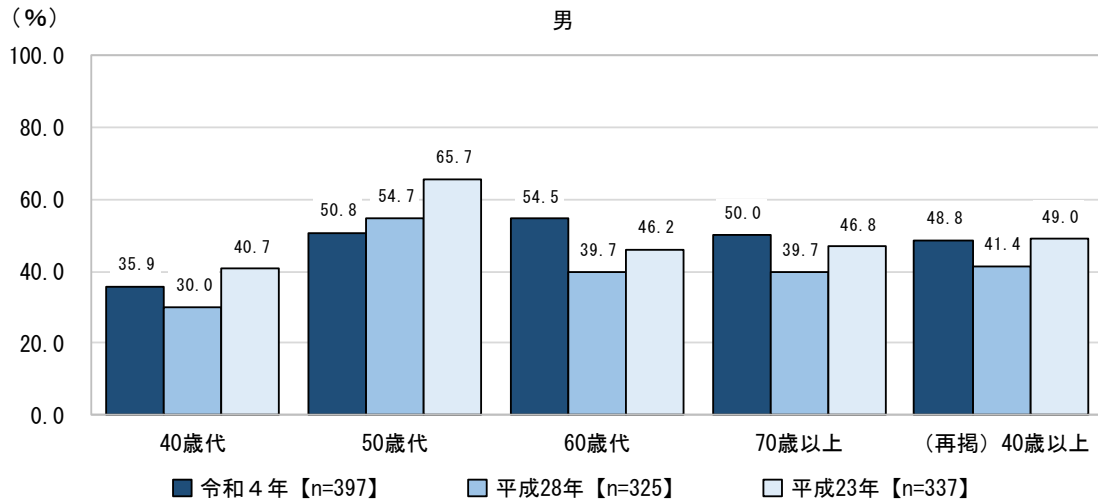
○は1つ

年1回、結核・肺がん検診を受けているかについて、「はい」が43.6%、「いいえ」が55.0%となっています。

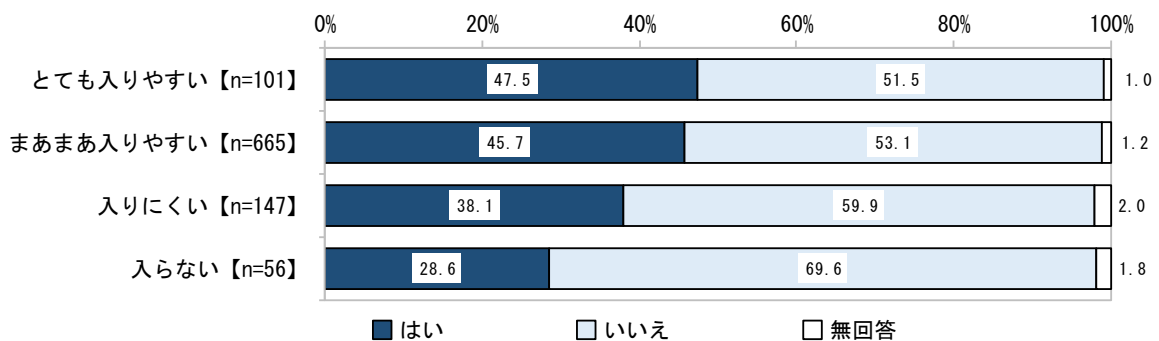
また、年齢別でみると、結核・肺がん検診を受けている人（「はい」と回答）は「60歳代」が55.7%と最も高く、次いで「70歳以上」が55.6%、「50歳代」が51.7%となっています。



結核・肺がん検診を受けている人（「はい」と回答）の割合について、40歳以上の「男」が48.8%、「女」が53.7%となっており、平成28年と比較すると、男が41.4%から48.8%と7.4ポイント増、女が34.8%から53.7%と18.9ポイント増となっています。



また、健康に関する情報の入りやすさ別でみると、結核・肺がん検診を受けている人（「はい」と回答）は「とても入りやすい」が47.5%と最も高く、次いで「まあまあ入りやすい」が45.7%、「入りにくい」が38.1%となっています。



## 第2章 調査概要

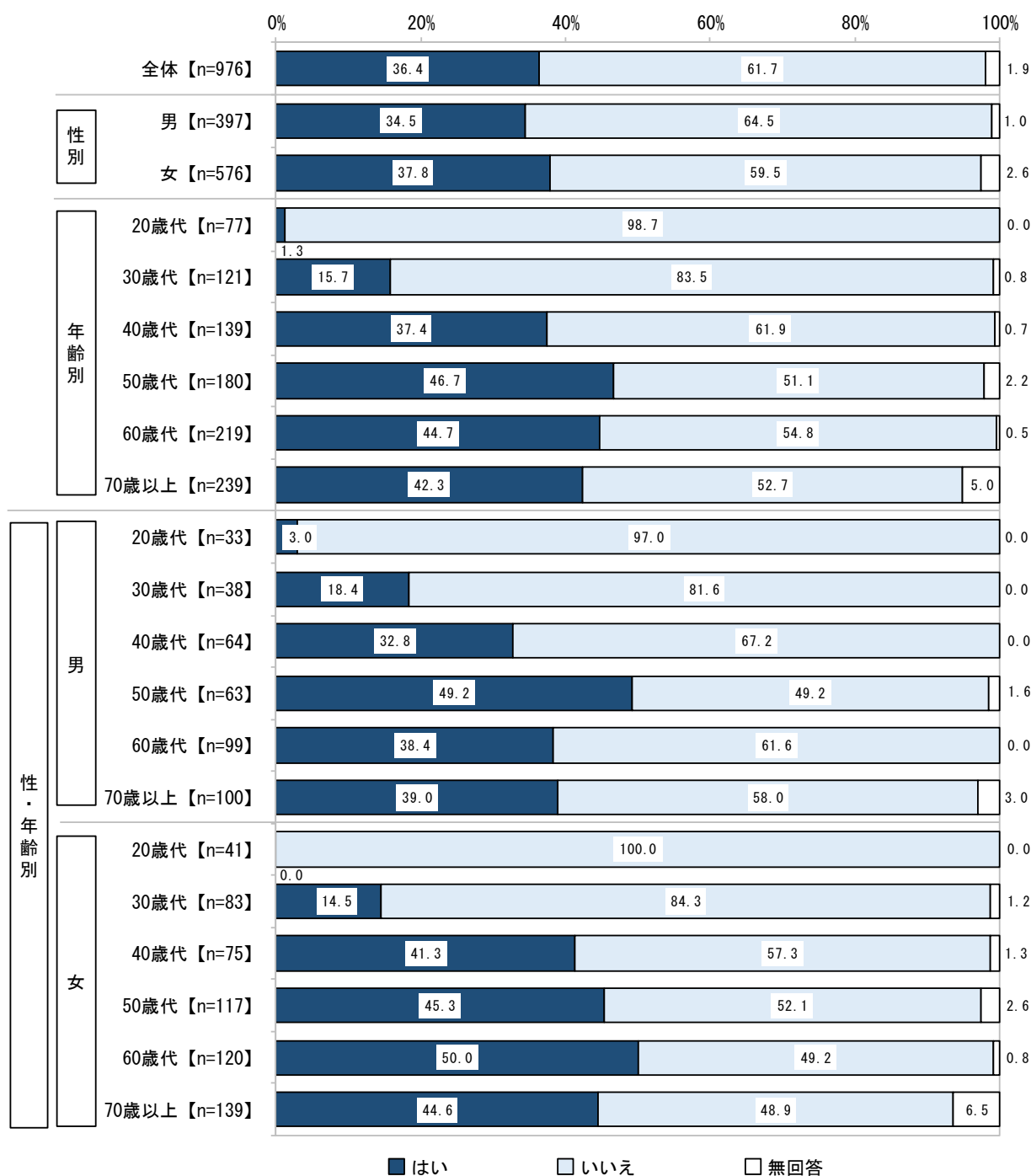
### 健康基礎調査アンケート（成人）

問Ⅰ④ 大腸がん検診を受けていますか（年1回）。

○は1つ

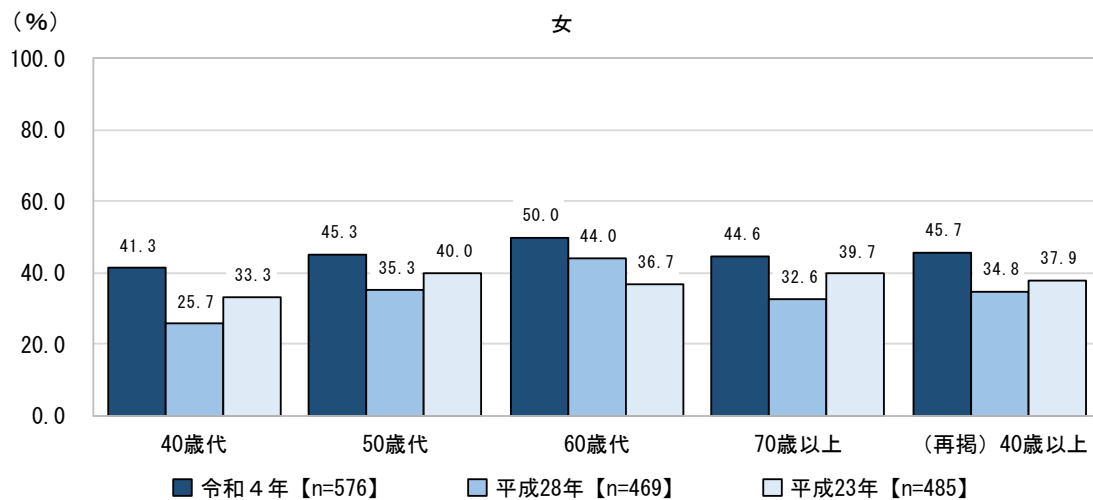
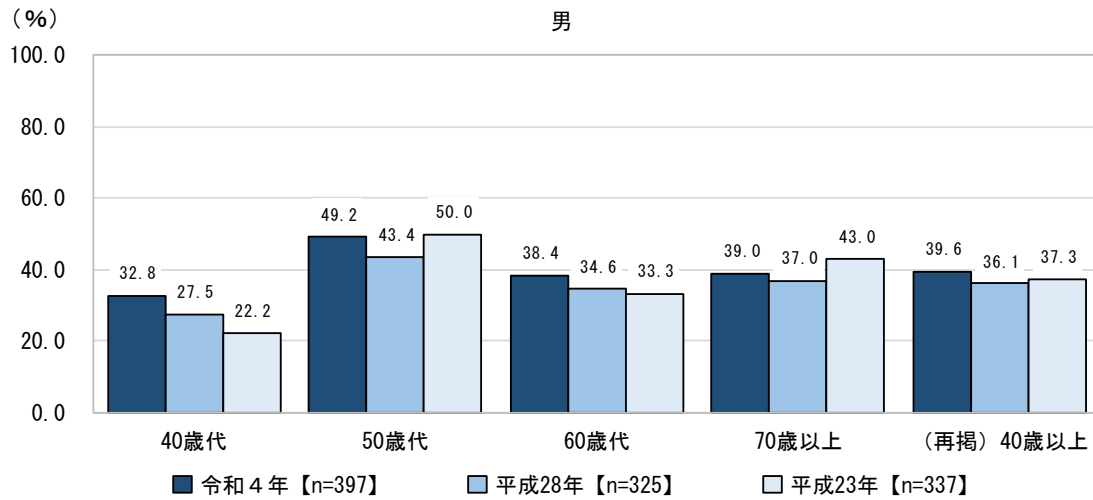
年1回、大腸がん検診を受けているかについて、「はい」が36.4%、「いいえ」が61.7%となっています。

また、年齢別でみると、大腸がん検診を受けている人（「はい」と回答）は「50歳代」が46.7%と最も高く、次いで「60歳代」が44.7%、「70歳以上」が42.3%となっています。

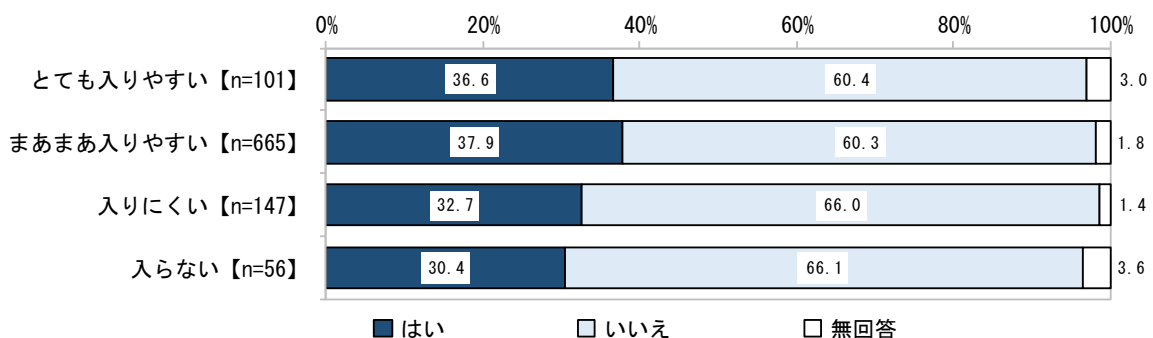




大腸がん検診を受けている人（「はい」と回答）の割合について、40歳以上の「男」が39.6%、「女」が45.7%となっており、平成28年と比較すると、男が36.1%から39.6%と3.5ポイント増、女が34.8%から45.7%と10.9ポイント増となっています。



また、健康に関する情報の入りやすさ別でみると、大腸がん検診を受けている人（「はい」と回答）は「まあまあ入りやすい」が37.9%と最も高く、次いで「とても入りやすい」が36.6%、「入りにくい」が32.7%となっています。



## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

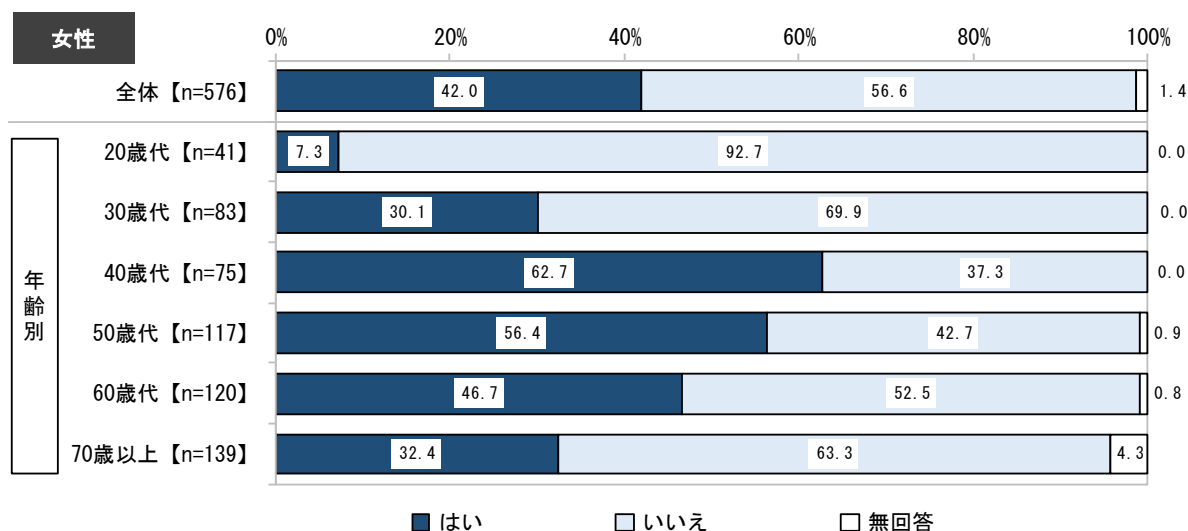
#### 【女性のみ】

#### 問1⑤ 乳がん検診を受けていますか（2年に1回以上）。

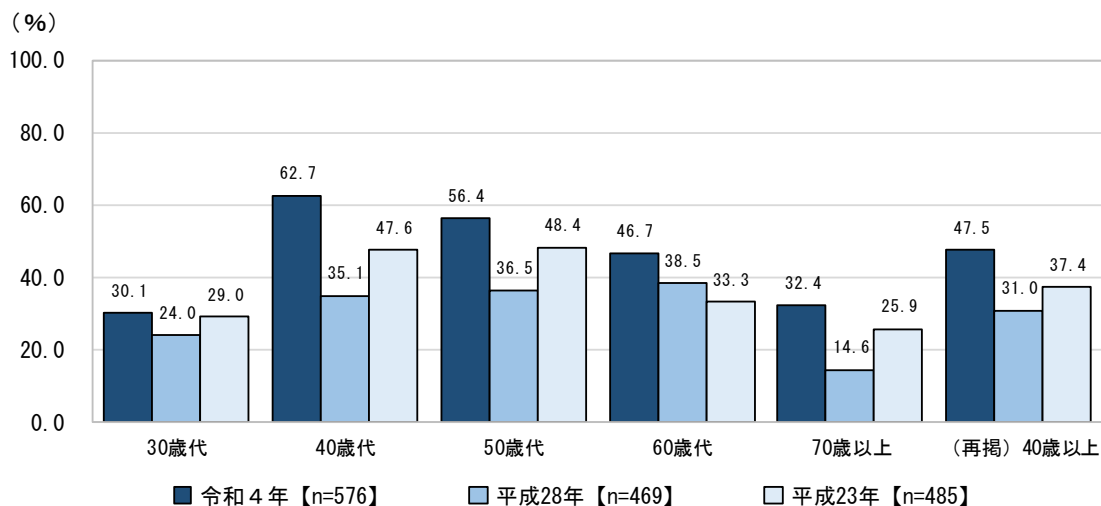
○は1つ

2年に1回以上、乳がん検診を受けているかについて、「はい」が42.0%、「いいえ」が56.6%となっています。

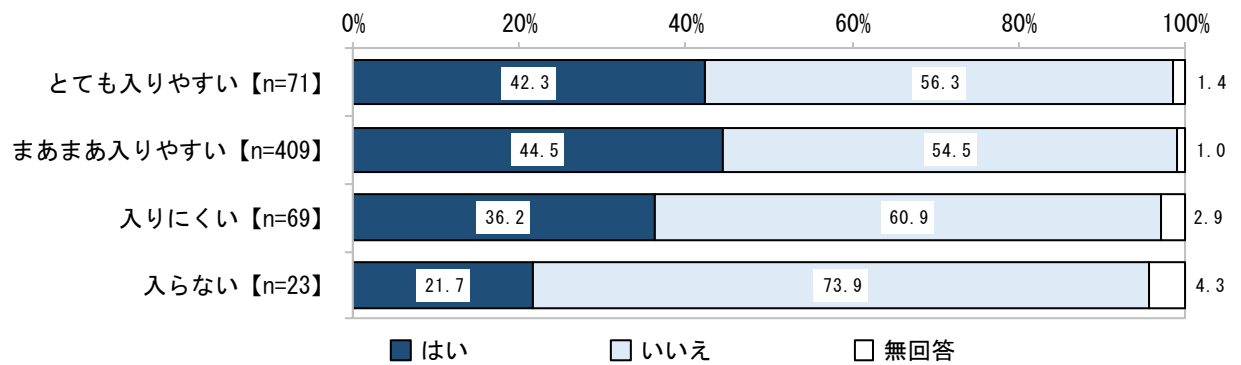
また、年齢別でみると、「はい」では「40歳代」が62.7%と最も高く、次いで「50歳代」が56.4%、「60歳代」が46.7%となっています。



さらに、乳がん検診を受けている人（「はい」と回答）の割合について、40歳以上が47.5%となっており、平成28年と比較すると、31.0%から47.5%と16.5ポイント増となっています。



健康に関する情報の入りやすさ別でみると、乳がん検診を受けている人（「はい」と回答）は「まあまあ入りやすい」が44.5%と最も高く、次いで「とても入りやすい」が42.3%、「入りにくい」が36.2%となっています。



## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

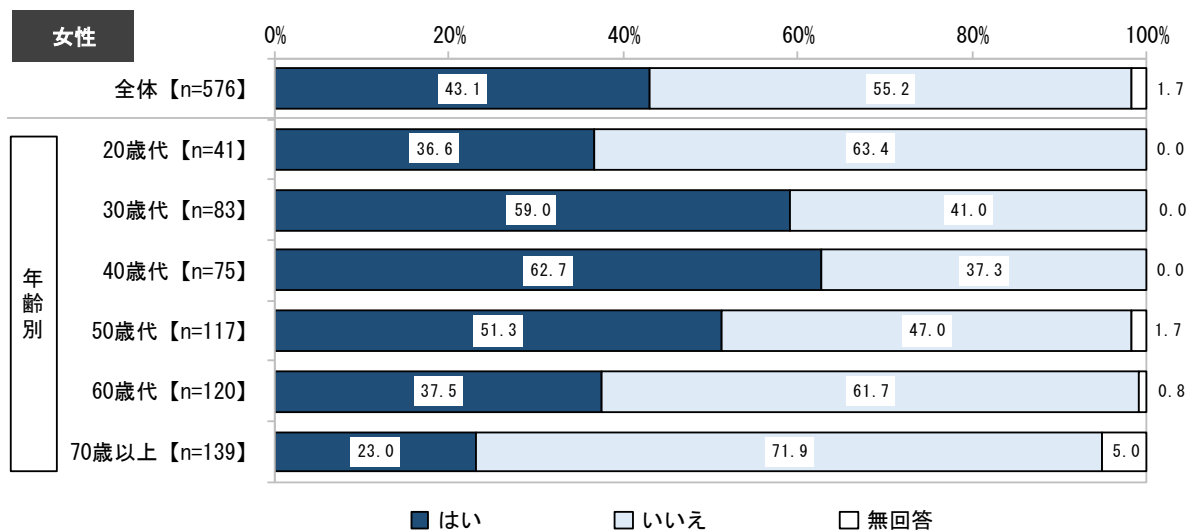
#### 【女性のみ】

問1⑥ 子宮頸がん検診を受けていますか（年1回）。

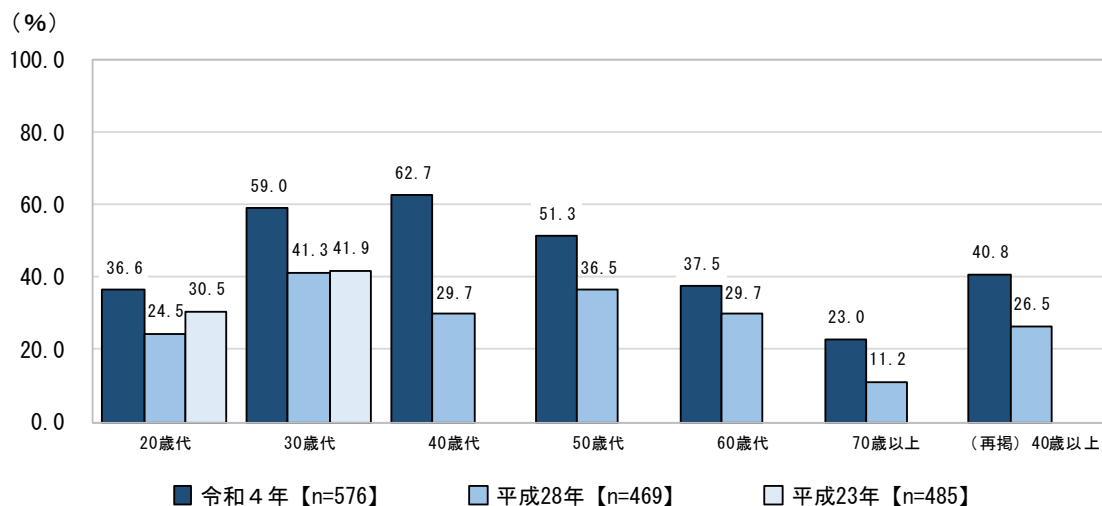
○は1つ

年1回、子宮頸がん検診を受けているかについて、「はい」が43.1%、「いいえ」が55.2%となっています。

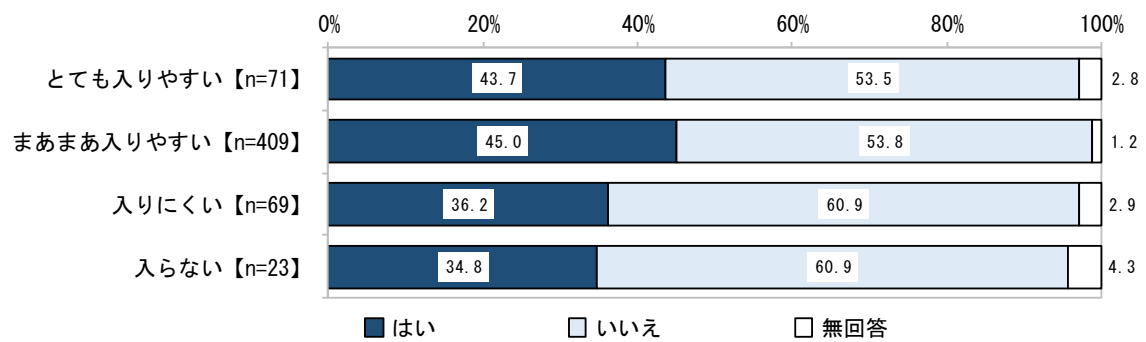
また、年齢別でみると、「はい」では「40歳代」が62.7%と最も高く、次いで「30歳代」が59.0%、「50歳代」が51.3%となっています。



さらに、子宮頸がん検診を受けている人（「はい」と回答）の割合について、40歳以上が40.8%となっており、平成28年と比較すると、26.5%から40.8%と14.3ポイント増となっています。



健康に関する情報の入りやすさ別でみると、子宮頸がん検診を受けている人（「はい」と回答）は「まあまあ入りやすい」が45.0%と最も高く、次いで「とても入りやすい」が43.7%、「入りにくい」が36.2%となっています。



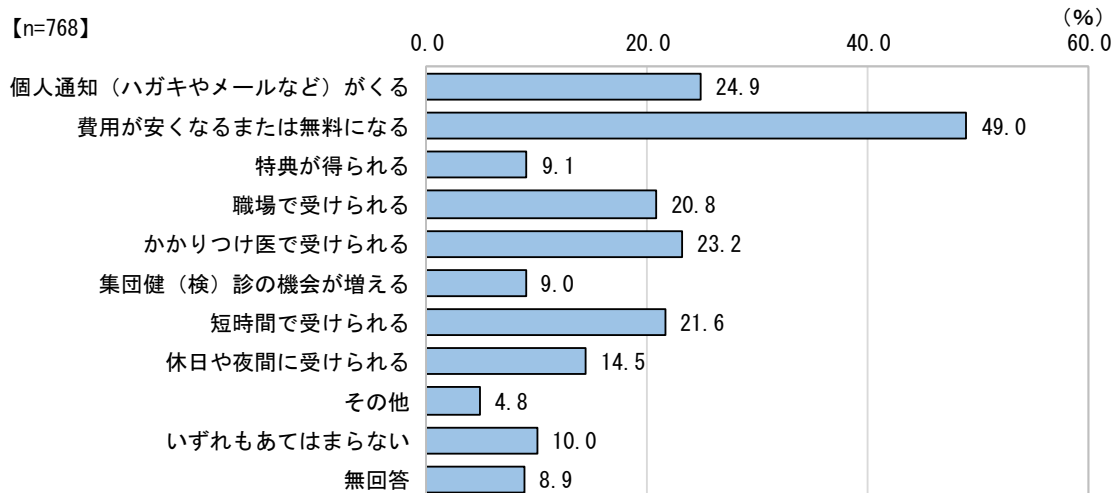
## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

《問1の①～⑥で1つでも「いいえ」（受けていない）と回答された方におたずねします。》

問1-1	どうしたら健（検）診を受けようと思いますか。	複数回答可
------	------------------------	-------

健（検）診を受けていない人に、どうしたら健（検）診を受けようと思うかについて聞いたところ、「費用が安くなるまたは無料になる」が49.0%と最も高く、次いで「個人通知（ハガキやメールなど）がくる」が24.9%、「かかりつけ医で受けられる」が23.2%となっています。



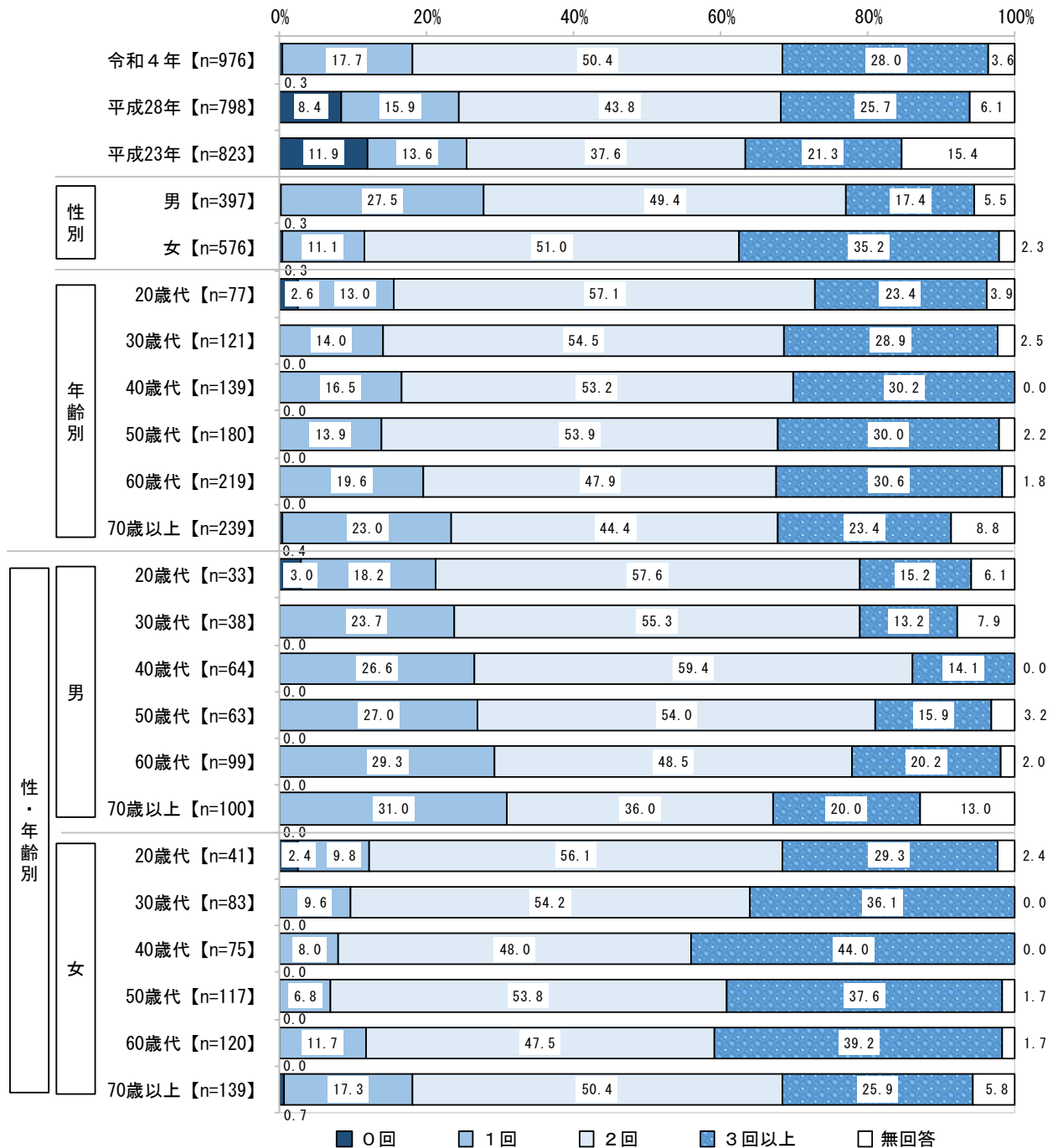
		合計	(5) 問1-1											
			個人通知 (ハガキやメール など) がくる	費用が安 くなるま たは無料 になる	特典が得 られる	職場で受 けられる	かかりつ け医で受 けられる	集団健 (検) 診 の機会が 増える	短時間で 受けられ る	休日や夜 間に受け られる	その他	いずれも あてはま らない	無回答	
全体		768 100.0	191 24.9	376 49.0	70 9.1	160 20.8	178 23.2	69 9.0	166 21.6	111 14.5	37 4.8	77 10.0	68 8.9	
性別	男	292 100.0	56 19.2	141 48.3	22 7.5	70 24.0	78 26.7	20 6.8	53 18.2	40 13.7	12 4.1	18 6.2	28 9.6	
	女	473 100.0	135 28.5	232 49.0	48 10.1	87 18.4	100 21.1	48 10.1	112 23.7	70 14.8	25 5.3	59 12.5	40 8.5	
年齢別	20歳代	76 100.0	23 30.3	47 61.8	10 13.2	39 51.3	7 9.2	12 15.8	19 25.0	12 15.8	1 1.3	8 10.5	3 3.9	
	30歳代	111 100.0	56 50.5	76 68.5	22 19.8	50 45.0	16 14.4	14 12.6	42 37.8	26 23.4	3 2.7	3 2.7	6 5.4	
	40歳代	103 100.0	33 32.0	65 63.1	13 12.6	27 26.2	12 11.7	9 8.7	25 24.3	29 28.2	3 2.9	9 8.7	9 8.7	
	50歳代	129 100.0	32 24.8	73 56.6	10 7.8	27 20.9	13 10.1	11 8.5	28 21.7	32 24.8	6 4.7	12 9.3	16 12.4	
	60歳代	159 100.0	31 19.5	79 49.7	11 6.9	14 8.8	48 30.2	15 9.4	31 19.5	12 7.5	9 5.7	15 9.4	9 5.7	
	70歳以上	189 100.0	16 8.5	36 19.0	4 2.1	3 1.6	82 43.4	8 4.2	21 11.1	0 0.0	15 7.9	30 15.9	24 12.7	
	性・年齢別	男	20歳代	32 100.0	4 12.5	14 43.8	3 9.4	17 53.1	3 9.4	5 15.6	5 15.6	3 9.4	1 3.1	3 9.4
30歳代			34 100.0	9 26.5	20 58.8	4 11.8	19 55.9	4 11.8	1 2.9	8 23.5	6 17.6	0 0.0	0 0.0	3 8.8
40歳代			46 100.0	12 26.1	25 54.3	5 10.9	14 30.4	3 6.5	4 8.7	7 15.2	14 30.4	3 6.5	4 8.7	4 8.7
50歳代			39 100.0	12 30.8	25 64.1	3 7.7	12 30.8	5 12.8	4 10.3	8 20.5	10 25.6	2 5.1	1 2.6	4 10.3
60歳代			69 100.0	14 20.3	39 56.5	6 8.7	7 10.1	27 39.1	4 5.8	15 21.7	7 10.1	2 2.9	5 7.2	4 5.8
70歳以上			72 100.0	5 6.9	18 25.0	1 1.4	1 1.4	36 50.0	2 2.8	10 13.9	0 0.0	4 5.6	5 6.9	10 13.9
女			20歳代	41 100.0	19 46.3	30 73.2	7 17.1	19 46.3	4 9.8	6 14.6	13 31.7	8 19.5	0 0.0	5 12.2
		30歳代	77 100.0	47 61.0	56 72.7	18 23.4	31 40.3	12 15.6	13 16.9	34 44.2	20 26.0	3 3.9	3 3.9	3 3.9
		40歳代	57 100.0	21 36.8	40 70.2	8 14.0	13 22.8	9 15.8	5 8.8	18 31.6	15 26.3	0 0.0	5 8.8	5 8.8
		50歳代	90 100.0	20 22.2	48 53.3	7 7.8	15 16.7	8 8.9	7 7.8	20 22.2	22 24.4	4 4.4	11 12.2	12 13.3
		60歳代	90 100.0	17 18.9	40 44.4	5 5.6	7 7.8	21 23.3	11 12.2	16 17.8	5 5.6	7 7.8	10 11.1	5 5.6
		70歳以上	117 100.0	11 9.4	18 15.4	3 2.6	2 1.7	46 39.3	6 5.1	11 9.4	0 0.0	11 9.4	25 21.4	14 12.0

## （6）歯と口の状況

問 1	1日に何回歯みがきをしていますか。	数値記入
-----	-------------------	------

1日あたりの歯みがきの回数について、「2回」が50.4%と最も高く、次いで「3回以上」が28.0%、「1回」が17.7%となっています。

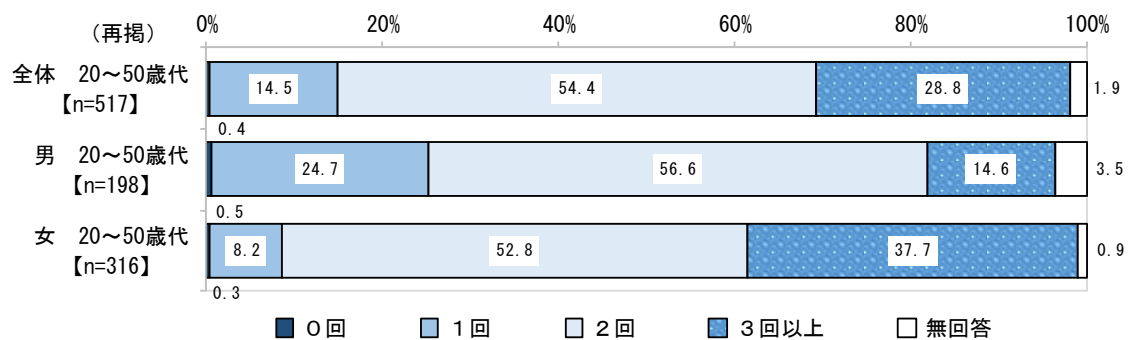
また、平成28年と比較すると、「2回以上」では69.5%から78.4%と8.9ポイント増となっています。



※平成28年及び平成23年の「いいえ」を「0回」として表示しています。

## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）



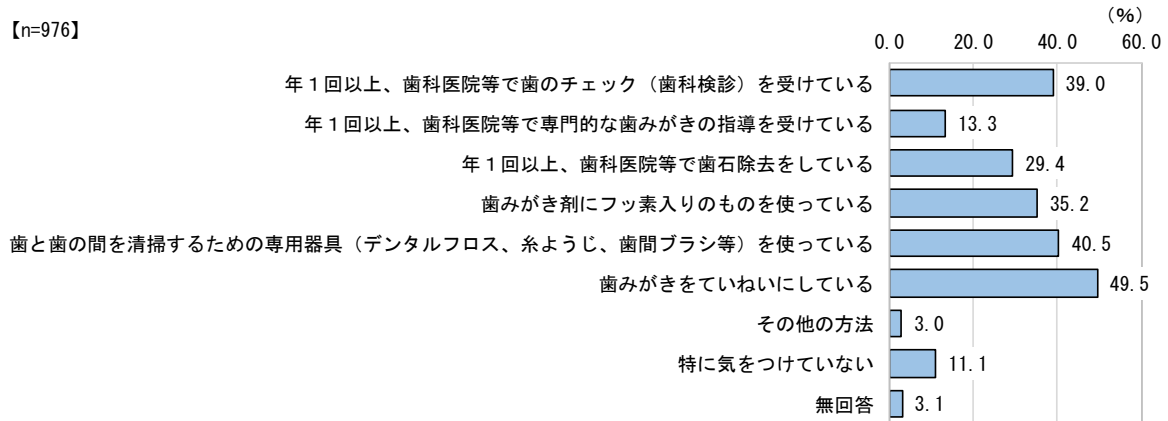


問2 ふだん、歯の健康について気をつけていることを教えてください。

複数回答可

ふだん、歯の健康について気をつけていることについて、「歯みがきをていねいにしている」が49.5%と最も高く、次いで「歯と歯の間を清掃するための専用器具（デンタルフロス、糸ようじ、歯間ブラシ等）を使っている」が40.5%、「年1回以上、歯科医院等で歯のチェック（歯科検診）を受けている」が39.0%となっています。

【n=976】

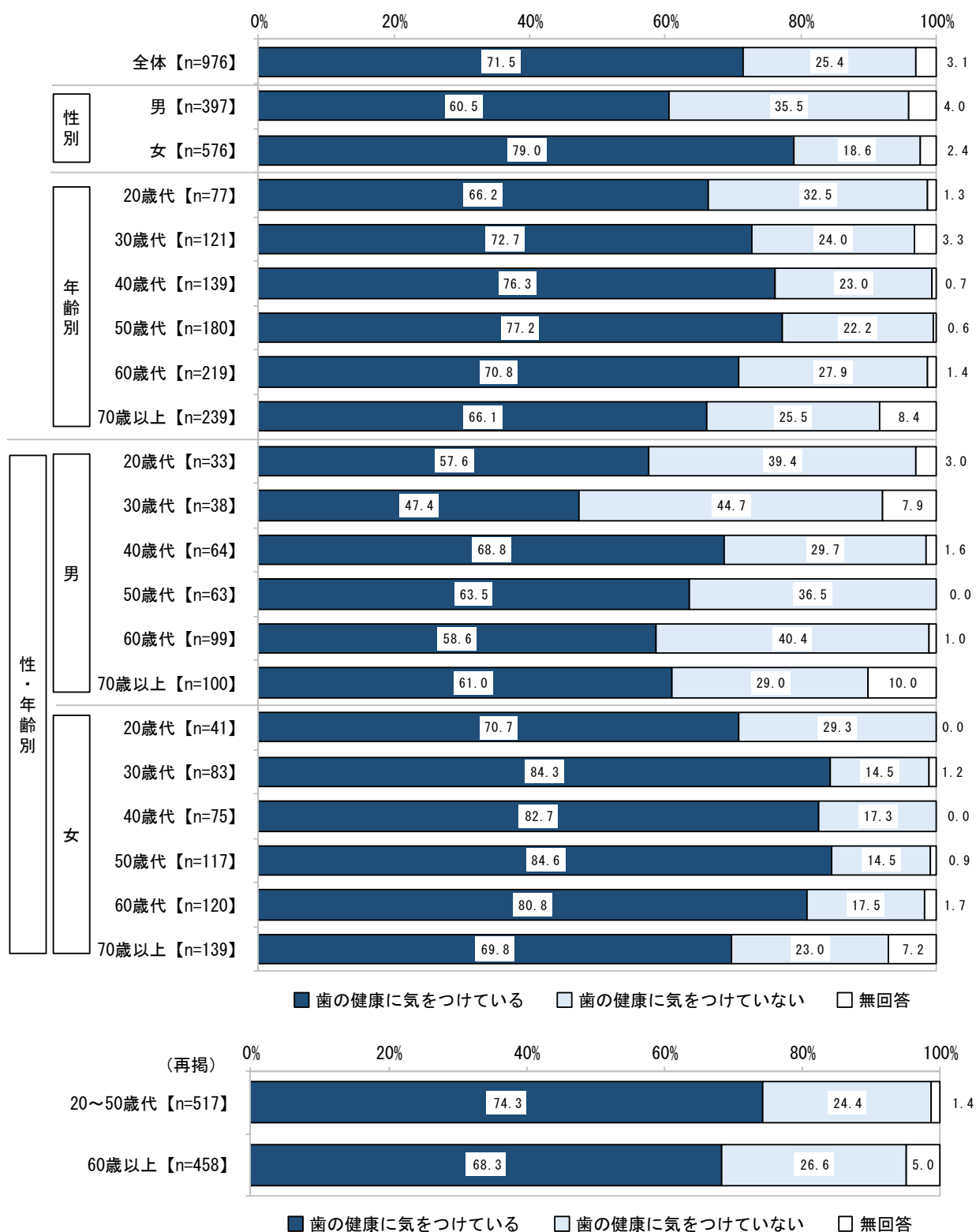


		合計	(6) 問2									
			年1回以上、歯科医院等で歯のチェック（歯科検診）を受けている	年1回以上、歯科医院等で専門的な歯みがきの指導を受けている	年1回以上、歯科医院等で歯石除去をしている	歯みがき剤にフッ素入りのものを使っている	歯と歯の間を清掃するための専用器具（デンタルフロス、糸ようじ、歯間ブラシ等）を使っている	歯みがきを ていねいに している	その他の方法	特に気をつけていない	無回答	
全体		976 100.0	381 39.0	130 13.3	287 29.4	344 35.2	395 40.5	483 49.5	29 3.0	108 11.1	30 3.1	
性別	男	397 100.0	125 31.5	35 8.8	87 21.9	106 26.7	107 27.0	164 41.3	7 1.8	66 16.6	16 4.0	
	女	576 100.0	256 44.4	95 16.5	200 34.7	236 41.0	287 49.8	317 55.0	22 3.8	42 7.3	14 2.4	
年齢別	20歳代	77 100.0	27 35.1	9 11.7	14 18.2	30 39.0	22 28.6	37 48.1	1 1.3	14 18.2	1 1.3	
	30歳代	121 100.0	53 43.8	27 22.3	43 35.5	52 43.0	49 40.5	59 48.8	1 0.8	14 11.6	4 3.3	
	40歳代	139 100.0	58 41.7	21 15.1	46 33.1	71 51.1	65 46.8	70 50.4	3 2.2	16 11.5	1 0.7	
	50歳代	180 100.0	74 41.1	24 13.3	57 31.7	76 42.2	81 45.0	89 49.4	6 3.3	16 8.9	1 0.6	
	60歳代	219 100.0	85 38.8	22 10.0	59 26.9	69 31.5	87 39.7	114 52.1	6 2.7	25 11.4	3 1.4	
	70歳以上	239 100.0	83 34.7	26 10.9	67 28.0	45 18.8	90 37.7	113 47.3	12 5.0	23 9.6	20 8.4	
性・年齢別	男	20歳代	33 100.0	12 36.4	5 15.2	5 15.2	9 27.3	8 24.2	13 39.4	0 0.0	8 24.2	1 3.0
		30歳代	38 100.0	10 26.3	5 13.2	7 18.4	10 26.3	8 21.1	17 44.7	0 0.0	9 23.7	3 7.9
		40歳代	64 100.0	22 34.4	5 7.8	16 25.0	28 43.8	19 29.7	25 39.1	0 0.0	10 15.6	1 1.6
		50歳代	63 100.0	20 31.7	8 12.7	18 28.6	18 28.6	21 33.3	28 44.4	2 3.2	8 12.7	0 0.0
		60歳代	99 100.0	30 30.3	5 5.1	20 20.2	26 26.3	24 24.2	44 44.4	2 2.0	18 18.2	1 1.0
		70歳以上	100 100.0	31 31.0	7 7.0	21 21.0	15 15.0	27 27.0	37 37.0	3 3.0	13 13.0	10 10.0
	女	20歳代	41 100.0	15 36.6	4 9.8	9 22.0	19 46.3	13 31.7	22 53.7	1 2.4	6 14.6	0 0.0
		30歳代	83 100.0	43 51.8	22 26.5	36 43.4	42 50.6	41 49.4	42 50.6	1 1.2	5 6.0	1 1.2
		40歳代	75 100.0	36 48.0	16 21.3	30 40.0	43 57.3	46 61.3	45 60.0	3 4.0	6 8.0	0 0.0
		50歳代	117 100.0	54 46.2	16 13.7	39 33.3	58 49.6	60 51.3	61 52.1	4 3.4	8 6.8	1 0.9
		60歳代	120 100.0	55 45.8	17 14.2	39 32.5	43 35.8	63 52.5	70 58.3	4 3.3	7 5.8	2 1.7
		70歳以上	139 100.0	52 37.4	19 13.7	46 33.1	30 21.6	63 45.3	76 54.7	9 6.5	10 7.2	10 7.2

## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

また、『歯の健康に気をつけている』（「年1回以上、歯科医院等で歯のチェック（歯科検診）を受けている」「年1回以上、歯科医院等で専門的な歯みがきの指導を受けている」「年1回以上、歯科医院等で歯石除去をしている」「歯みがき剤にフッ素入りのものを使っている」「歯と歯の間を清掃するための専用器具（デンタルフロス、糸ようじ、歯間ブラシ等）を使っている」のいずれか1つでも回答）では71.5%となっています。

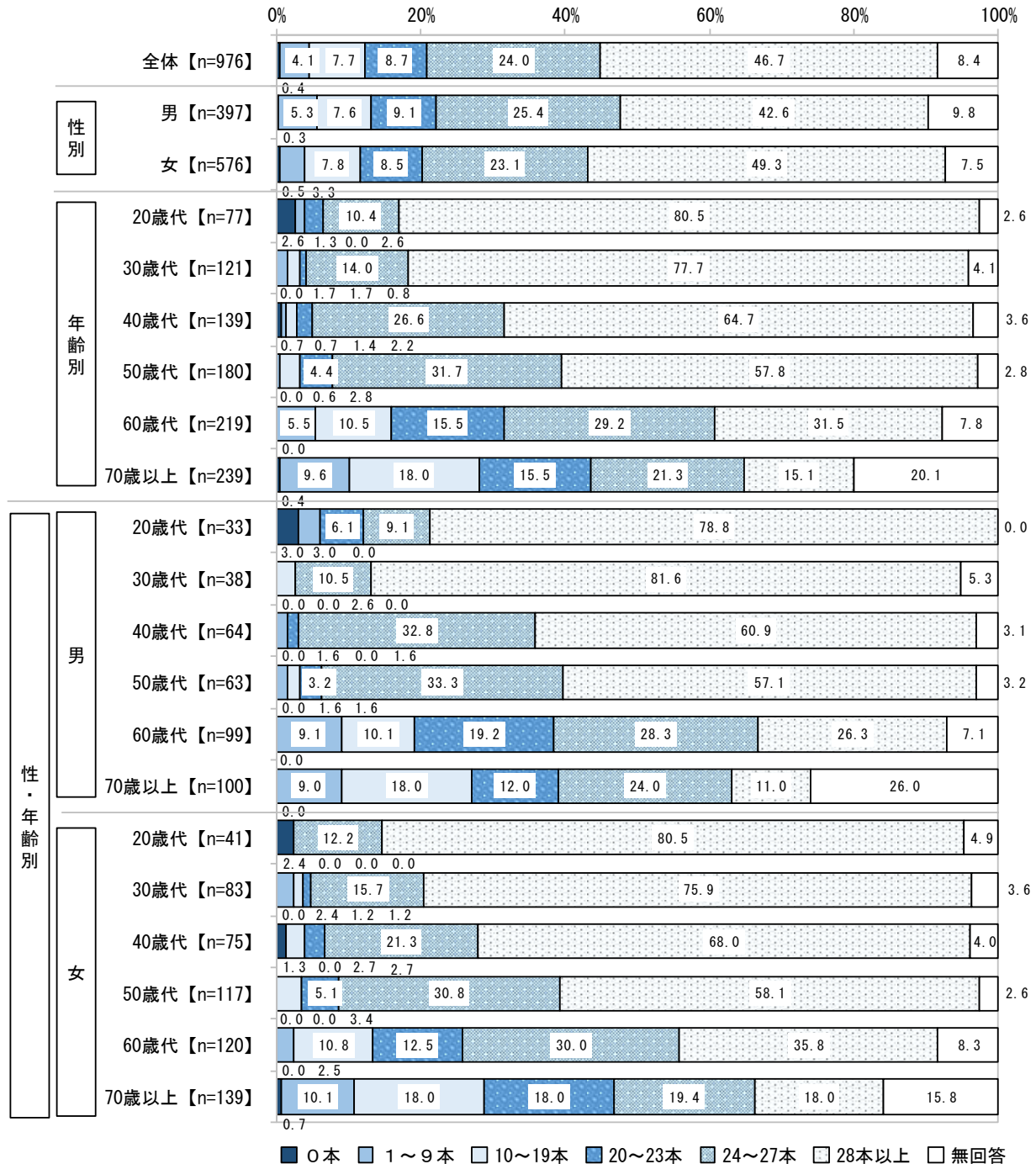


問3

現在、歯が何本ありますか。（かぶせた歯・さし歯・根だけが残っている歯も本数に含めます）※成人の歯は親しらずを除くと28本です

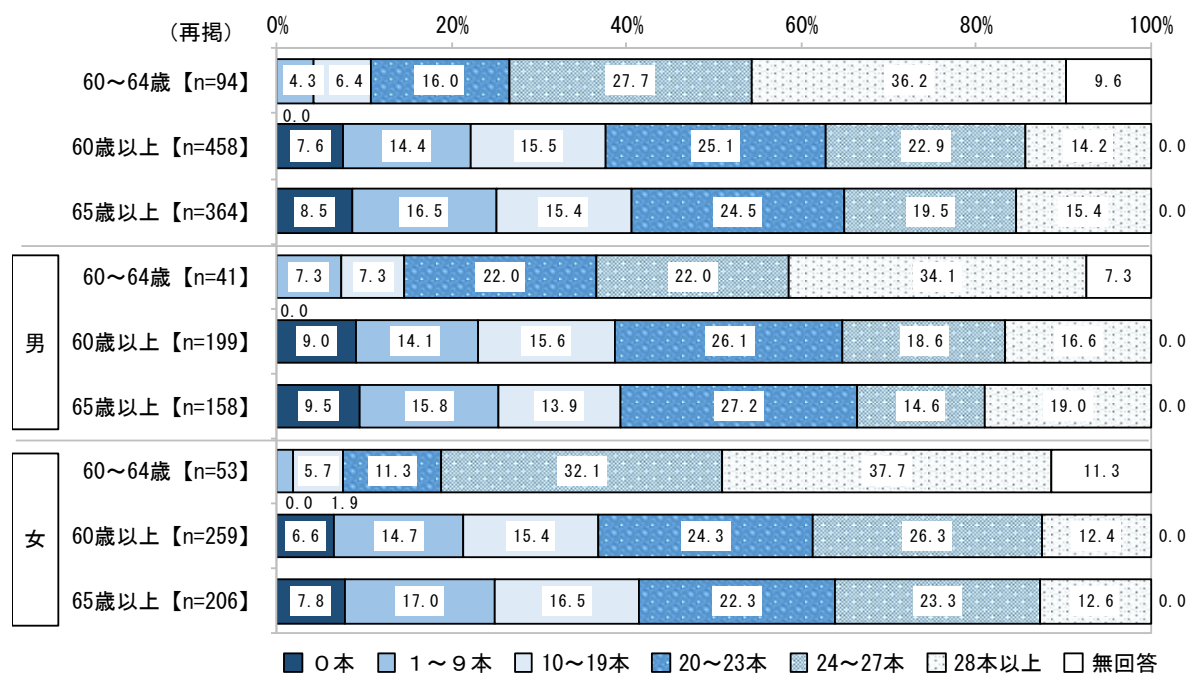
数値記入

現在、歯が何本あるかについて、「28本以上」が46.7%と最も高く、次いで「24～27本」が24.0%、「20～23本」が8.7%となっています。



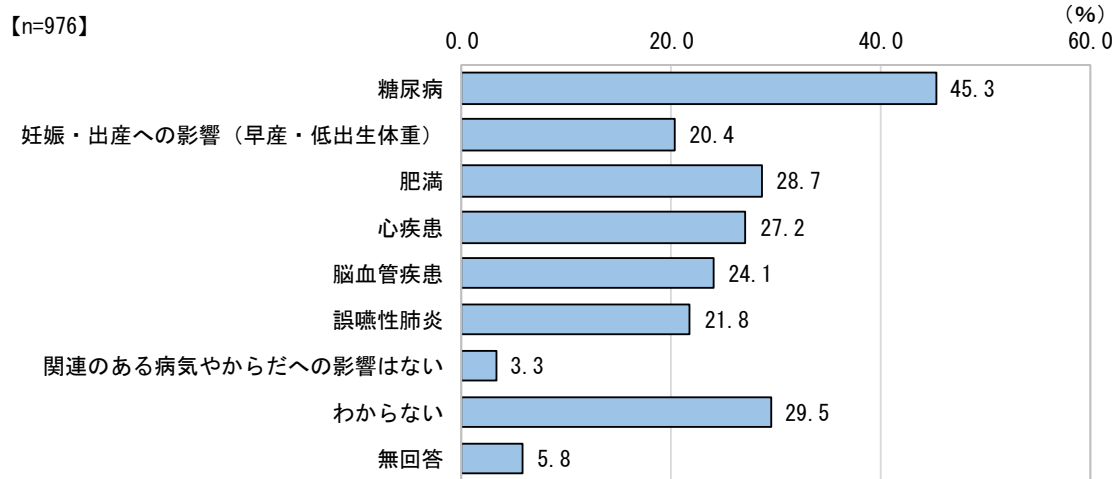
## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）



問4	歯周病と関連があると思う病気やからだへの影響すべてに○をつけてください。	複数回答可
----	--------------------------------------	-------

歯周病と関連があると思う病気やからだへの影響について、「糖尿病」が45.3%と最も高く、次いで「わからない」が29.5%、「肥満」が28.7%となっています。



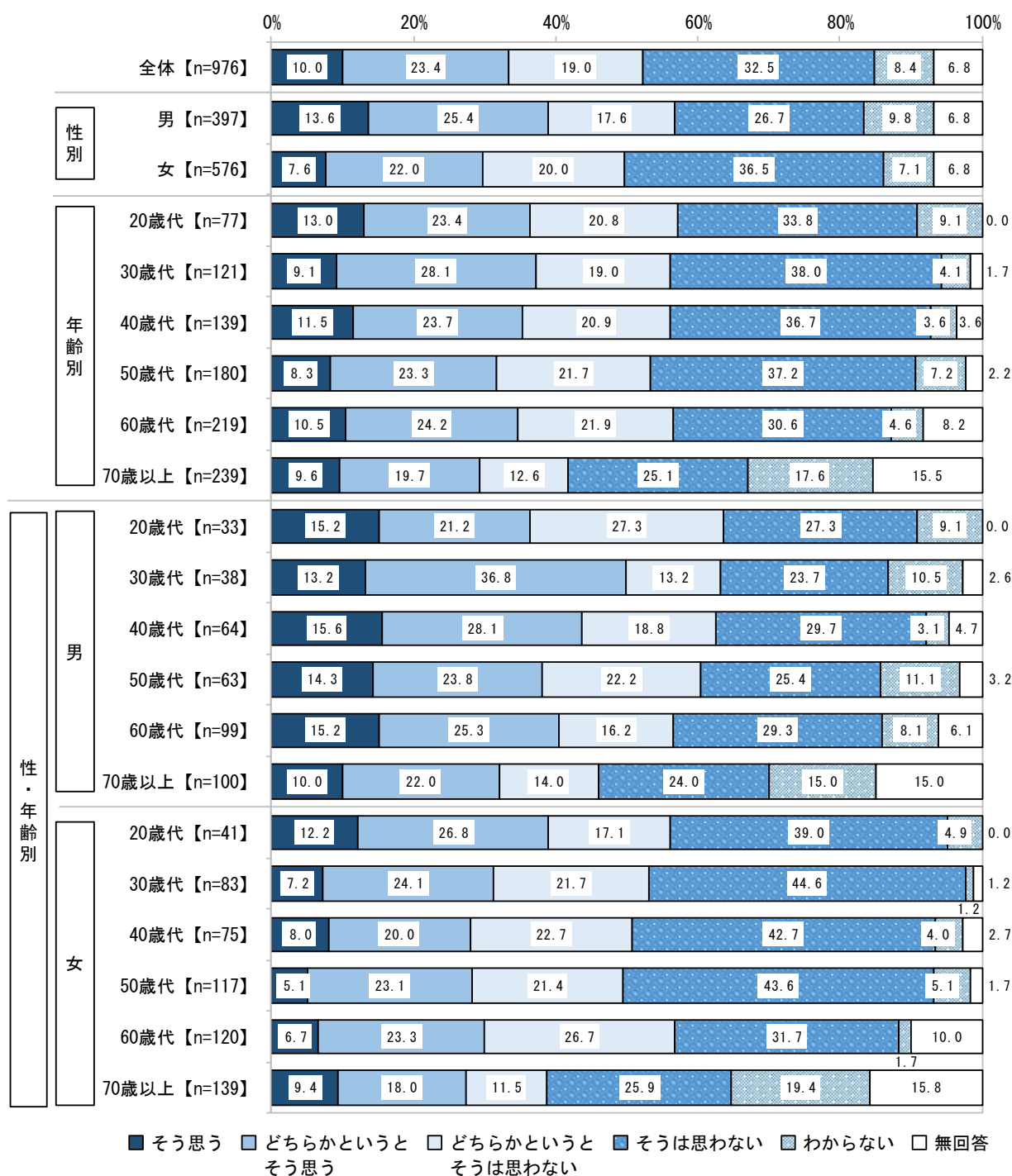
		合計	(6) 問4									
			糖尿病	妊娠・出産への影響（早産・低出生体重）	肥満	心疾患	脳血管疾患	誤嚥性肺炎	関連のある病気やからだへの影響はない	わからない	無回答	
全体		976 100.0	442 45.3	199 20.4	280 28.7	265 27.2	235 24.1	213 21.8	32 3.3	288 29.5	57 5.8	
性別	男	397 100.0	153 38.5	36 9.1	107 27.0	90 22.7	83 20.9	57 14.4	17 4.3	137 34.5	28 7.1	
	女	576 100.0	288 50.0	161 28.0	171 29.7	174 30.2	151 26.2	154 26.7	14 2.4	151 26.2	29 5.0	
年齢別	20歳代	77 100.0	32 41.6	20 26.0	28 36.4	18 23.4	18 23.4	20 26.0	3 3.9	27 35.1	1 1.3	
	30歳代	121 100.0	56 46.3	49 40.5	40 33.1	30 24.8	32 26.4	30 24.8	2 1.7	33 27.3	7 5.8	
	40歳代	139 100.0	69 49.6	38 27.3	50 36.0	47 33.8	34 24.5	26 18.7	4 2.9	45 32.4	1 0.7	
	50歳代	180 100.0	98 54.4	40 22.2	62 34.4	57 31.7	52 28.9	45 25.0	4 2.2	48 26.7	1 0.6	
	60歳代	219 100.0	100 45.7	27 12.3	60 27.4	63 28.8	57 26.0	45 20.5	4 1.8	60 27.4	15 6.8	
	70歳以上	239 100.0	86 36.0	24 10.0	39 16.3	49 20.5	41 17.2	46 19.2	15 6.3	75 31.4	32 13.4	
性・年齢別	男	20歳代	33 100.0	10 30.3	5 15.2	10 30.3	7 21.2	6 18.2	5 15.2	2 6.1	14 42.4	1 3.0
		30歳代	38 100.0	12 31.6	4 10.5	11 28.9	6 15.8	7 18.4	4 10.5	1 2.6	15 39.5	5 13.2
		40歳代	64 100.0	25 39.1	8 12.5	22 34.4	16 25.0	16 25.0	7 10.9	3 4.7	27 42.2	1 1.6
		50歳代	63 100.0	27 42.9	8 12.7	22 34.9	24 38.1	18 28.6	9 14.3	3 4.8	19 30.2	0 0.0
		60歳代	99 100.0	44 44.4	6 6.1	26 26.3	23 23.2	23 23.2	14 14.1	2 2.0	33 33.3	6 6.1
		70歳以上	100 100.0	35 35.0	5 5.0	16 16.0	14 14.0	13 13.0	18 18.0	6 6.0	29 29.0	15 15.0
		女	20歳代	41 100.0	21 51.2	13 31.7	16 39.0	10 24.4	11 26.8	13 31.7	0 0.0	13 31.7
	30歳代		83 100.0	44 53.0	45 54.2	29 34.9	24 28.9	25 30.1	26 31.3	1 1.2	18 21.7	2 2.4
	40歳代		75 100.0	44 58.7	30 40.0	28 37.3	31 41.3	18 24.0	19 25.3	1 1.3	18 24.0	0 0.0
	50歳代		117 100.0	71 60.7	32 27.4	40 34.2	33 28.2	34 29.1	36 30.8	1 0.9	29 24.8	1 0.9
	60歳代		120 100.0	56 46.7	21 17.5	34 28.3	40 33.3	34 28.3	31 25.8	2 1.7	27 22.5	9 7.5
	70歳以上		139 100.0	51 36.7	19 13.7	23 16.5	35 25.2	28 20.1	28 20.1	9 6.5	46 33.1	17 12.2

## （7）自殺対策

問1	悩みを抱えたときやストレスを感じたとき、誰かに悩みを相談したり、助けを求めたりすることによつてためらいを感じますか。	○は1つ
----	--	------

悩みを抱えたときやストレスを感じたとき、誰かに悩みを相談したり、助けを求めたりすることによつてためらいを感じるかについて、「そうは思わない」が32.5%と最も高く、次いで「どちらかというと思う」が23.4%、「どちらかというとは思わない」が19.0%となっています。

また、男女別でみると、『そう思う』（「そう思う」と「どちらかというと思う」の合計）では「男」が39.0%、「女」が29.6%で、男が9.4ポイント高くなっています。

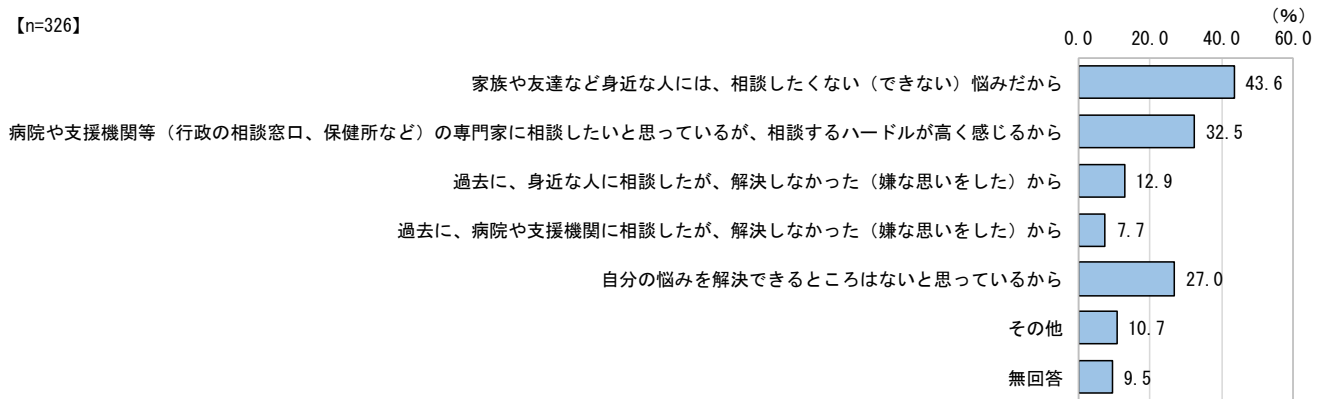


《問1で「そう思う」または「どちらかというと思う」と回答された方におたずねします。》

問1-1	誰かに悩みを相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じる理由を教えてください。	複数回答可
------	---	-------

悩みを抱えたときやストレスを感じたとき、誰かに悩みを相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じる人に、その理由について聞いたところ、「家族や友達など身近な人には、相談したくない（できない）悩みだから」が43.6%と最も高く、次いで「病院や支援機関等（行政の相談窓口、保健所など）の専門家に相談したいと思っているが、相談するハードルが高く感じるから」が32.5%、「自分の悩みを解決できるところはないと思っているから」が27.0%となっています。

【n=326】



		合計	(7) 問1-1 家族や友達など身近な人には、相談したくない（できない）悩みだから	病院や支援機関等（行政の相談窓口、保健所など）の専門家に相談したいと思っているが、相談するハードルが高く感じるから	過去に、身近な人に相談したが、解決しなかった（嫌な思いをした）から	過去に、病院や支援機関に相談したが、解決しなかった（嫌な思いをした）から	自分の悩みを解決できるところはないと思っているから	その他	無回答
全体		326 100.0	142 43.6	106 32.5	42 12.9	25 7.7	88 27.0	35 10.7	31 9.5
性別	男	155 100.0	68 43.9	52 33.5	17 11.0	7 4.5	48 31.0	11 7.1	16 10.3
	女	171 100.0	74 43.3	54 31.6	25 14.6	18 10.5	40 23.4	24 14.0	15 8.8
年齢別	20歳代	28 100.0	13 46.4	13 46.4	8 28.6	4 14.3	6 21.4	2 7.1	1 3.6
	30歳代	45 100.0	26 57.8	23 51.1	10 22.2	3 6.7	8 17.8	3 6.7	3 6.7
	40歳代	49 100.0	18 36.7	16 32.7	8 16.3	6 12.2	16 32.7	8 16.3	4 8.2
	50歳代	57 100.0	26 45.6	19 33.3	7 12.3	3 5.3	14 24.6	11 19.3	4 7.0
	60歳代	76 100.0	30 39.5	20 26.3	7 9.2	5 6.6	25 32.9	3 3.9	10 13.2
	70歳以上	70 100.0	28 40.0	15 21.4	1 1.4	4 5.7	18 25.7	8 11.4	9 12.9
	70歳以上	70 100.0	28 40.0	15 21.4	1 1.4	4 5.7	18 25.7	8 11.4	9 12.9
性・年齢別	男	20歳代	12 100.0	4 33.3	7 58.3	3 25.0	1 8.3	3 25.0	1 8.3
		30歳代	19 100.0	11 57.9	6 31.6	5 26.3	0 0.0	4 21.1	0 15.8
		40歳代	28 100.0	11 39.3	8 28.6	6 21.4	3 10.7	8 28.6	4 14.3
		50歳代	24 100.0	10 41.7	9 37.5	2 8.3	0 0.0	7 29.2	3 12.5
		60歳代	40 100.0	19 47.5	14 35.0	1 2.5	2 5.0	17 42.5	1 7.5
		70歳以上	32 100.0	13 40.6	8 25.0	0 0.0	1 3.1	9 28.1	2 6.3
		70歳以上	32 100.0	13 40.6	8 25.0	0 0.0	1 3.1	9 28.1	2 6.3
	女	20歳代	16 100.0	9 56.3	6 37.5	5 31.3	3 18.8	3 18.8	1 6.3
		30歳代	26 100.0	15 57.7	17 65.4	5 19.2	3 11.5	4 15.4	3 11.5
		40歳代	21 100.0	7 33.3	8 38.1	2 9.5	3 14.3	8 38.1	4 19.0
		50歳代	33 100.0	16 48.5	10 30.3	5 15.2	3 9.1	7 21.2	8 24.2
		60歳代	36 100.0	11 30.6	6 16.7	6 16.7	3 8.3	8 22.2	2 5.6
		70歳以上	38 100.0	15 39.5	7 18.4	1 2.6	3 7.9	9 23.7	6 15.8
		70歳以上	38 100.0	15 39.5	7 18.4	1 2.6	3 7.9	9 23.7	6 15.8



## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

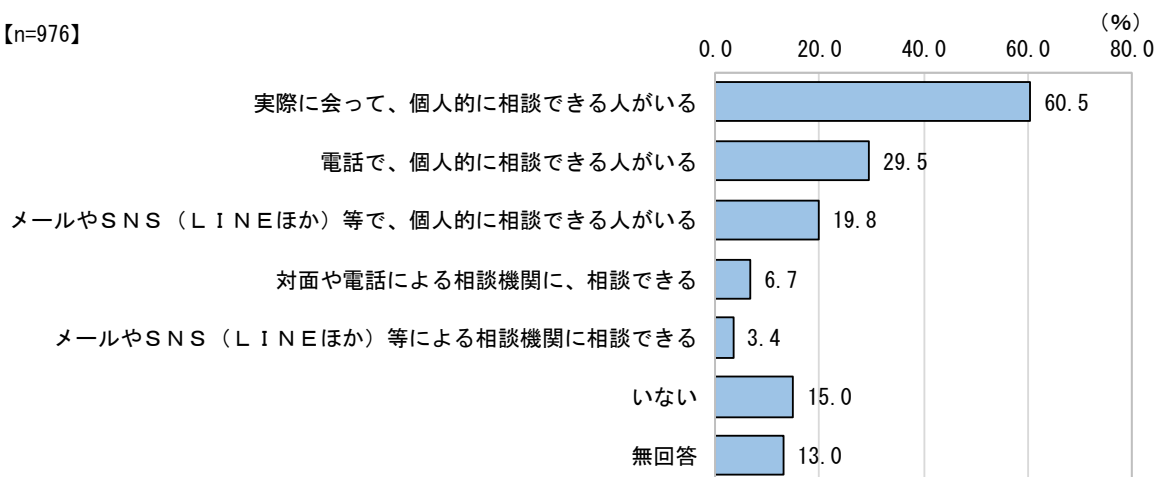
#### 問2

不満や悩みやつらい気持ちを受け止め、耳を傾けてくれる人はいると思いますか。

複数回答可

不満や悩みやつらい気持ちを受け止め、耳を傾けてくれる人はいるかについて、「実際に会って、個人的に相談できる人がいる」が60.5%と最も高く、次いで「電話で、個人的に相談できる人がいる」が29.5%、「メールやSNS（LINEほか）等で、個人的に相談できる人がいる」が19.8%となっています。

【n=976】



		合計	(7) 問2							
			実際に会って、個人的に相談できる人がいる	電話で、個人的に相談できる人がいる	メールやSNS（LINEほか）等で、個人的に相談できる人がいる	対面や電話による相談機関に、相談できる	メールやSNS（LINEほか）等による相談機関に相談できる	いない	無回答	
全体		976 100.0	590 60.5	288 29.5	193 19.8	65 6.7	33 3.4	146 15.0	127 13.0	
性別	男	397 100.0	199 50.1	75 18.9	43 10.8	28 7.1	12 3.0	98 24.7	58 14.6	
	女	576 100.0	388 67.4	212 36.8	149 25.9	37 6.4	21 3.6	48 8.3	69 12.0	
年齢別	20歳代	77 100.0	58 75.3	25 32.5	29 37.7	5 6.5	4 5.2	8 10.4	0 0.0	
	30歳代	121 100.0	94 77.7	51 42.1	44 36.4	13 10.7	9 7.4	13 10.7	3 2.5	
	40歳代	139 100.0	100 71.9	54 38.8	36 25.9	7 5.0	4 2.9	18 12.9	7 5.0	
	50歳代	180 100.0	119 66.1	45 25.0	35 19.4	12 6.7	6 3.3	30 16.7	9 5.0	
	60歳代	219 100.0	125 57.1	50 22.8	36 16.4	16 7.3	8 3.7	33 15.1	30 13.7	
	70歳以上	239 100.0	93 38.9	63 26.4	13 5.4	11 4.6	2 0.8	44 18.4	78 32.6	
	性・年齢別	男	20歳代	33 100.0	20 60.6	12 36.4	14 42.4	3 9.1	3 9.1	6 18.2
30歳代			38 100.0	25 65.8	12 31.6	7 18.4	3 7.9	0 0.0	8 21.1	2 5.3
40歳代			64 100.0	44 68.8	18 28.1	9 14.1	3 4.7	1 1.6	13 20.3	4 6.3
50歳代			63 100.0	35 55.6	8 12.7	2 3.2	3 4.8	1 1.6	16 25.4	5 7.9
60歳代			99 100.0	50 50.5	14 14.1	9 9.1	10 10.1	6 6.1	25 25.3	10 10.1
70歳以上			100 100.0	25 25.0	11 11.0	2 2.0	6 6.0	1 1.0	30 30.0	37 37.0
女			20歳代	41 100.0	35 85.4	12 29.3	14 34.1	2 4.9	1 2.4	2 4.9
		30歳代	83 100.0	69 83.1	39 47.0	37 44.6	10 12.0	9 10.8	5 6.0	1 1.2
		40歳代	75 100.0	56 74.7	36 48.0	27 36.0	4 5.3	3 4.0	5 6.7	3 4.0
		50歳代	117 100.0	84 71.8	37 31.6	33 28.2	9 7.7	5 4.3	14 12.0	4 3.4
		60歳代	120 100.0	75 62.5	36 30.0	27 22.5	6 5.0	2 1.7	8 6.7	20 16.7
		70歳以上	139 100.0	68 48.9	52 37.4	11 7.9	5 3.6	1 0.7	14 10.1	41 29.5



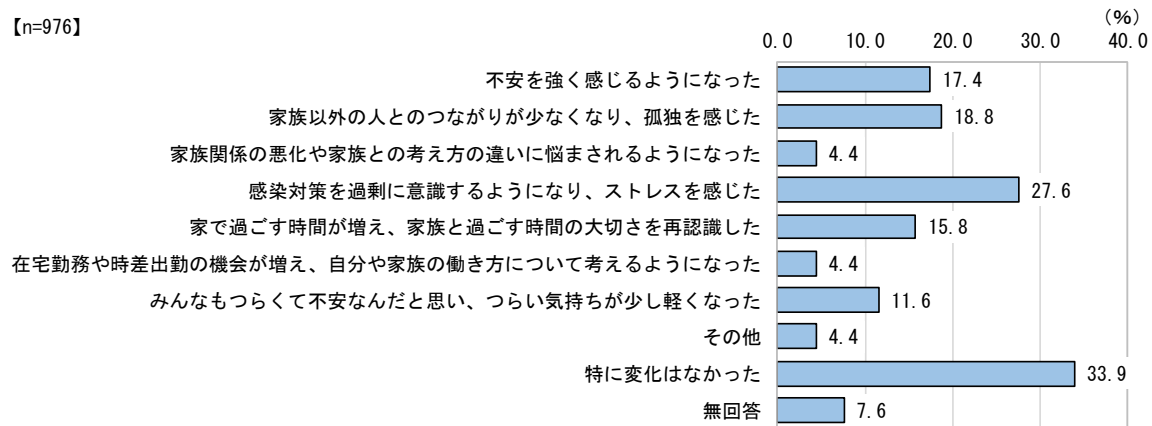
問3

新型コロナウイルス感染症流行以降、あなたの心情や考えに変化がありましたか。コロナ流行から回答時点までのあなたの気持ちを教えてください。

複数回答可

新型コロナウイルス感染症流行以降、あなたの心情や考えに変化があったかについて、「特に変化はなかった」が33.9%と最も高く、次いで「感染対策を過剰に意識するようになり、ストレスを感じた」が27.6%、「家族以外の人とのつながりが少なくなり、孤独を感じた」が18.8%となっています。

【n=976】



		合計	(6) 問3								
			不安を強く感じるようになった	家族以外の人とのつながりが少なくなり、孤独を感じた	家族関係の悪化や家族との考え方の違いに悩まされるようになった	感染対策を過剰に意識するようになり、ストレスを感じた	家で過ごす時間が増え、家族と過ごす時間の大切さを再認識した	在宅勤務や時差出勤の機会が増え、自分や家族の働き方について考えるようになった	みんなもつらくて不安なんだと思い、つらい気持ちが少し軽くなった	その他	特に変化はなかった
全体		976 100.0	170 17.4	183 18.8	43 4.4	269 27.6	154 15.8	43 4.4	113 11.6	43 4.4	331 33.9
性別	男	397 100.0	66 16.6	61 15.4	12 3.0	78 19.6	46 11.6	14 3.5	33 8.3	10 2.5	157 39.5
	女	576 100.0	104 18.1	121 21.0	31 5.4	190 33.0	108 18.8	29 5.0	80 13.9	33 5.7	172 29.9
年齢別	20歳代	77 100.0	11 14.3	16 20.8	3 3.9	25 32.5	12 15.6	4 5.2	5 6.5	3 3.9	29 37.7
	30歳代	121 100.0	21 17.4	39 32.2	9 7.4	54 44.6	32 26.4	11 9.1	11 9.1	6 5.0	33 27.3
	40歳代	139 100.0	30 21.6	22 15.8	11 7.9	44 31.7	27 19.4	11 7.9	19 13.7	7 5.0	40 28.8
	50歳代	180 100.0	25 13.9	31 17.2	9 5.0	54 30.0	23 12.8	7 3.9	11 6.1	8 4.4	64 35.6
	60歳代	219 100.0	39 17.8	42 19.2	11 5.0	57 26.0	29 13.2	6 2.7	34 15.5	12 5.5	65 29.7
	70歳以上	239 100.0	44 18.4	32 13.4	0 0.0	34 14.2	30 12.6	4 1.7	33 13.8	7 2.9	100 41.8
性・年齢別	男	20歳代	33 100.0	5 15.2	5 15.2	2 6.1	7 21.2	5 15.2	1 3.0	1 3.0	14 42.4
		30歳代	38 100.0	6 15.8	10 26.3	1 2.6	10 26.3	3 7.9	2 5.3	0 0.0	15 39.5
		40歳代	64 100.0	11 17.2	6 9.4	2 3.1	16 25.0	12 18.8	4 6.3	9 14.1	24 37.5
		50歳代	63 100.0	8 12.7	10 15.9	1 1.6	12 19.0	9 14.3	3 4.8	0 0.0	26 41.3
		60歳代	99 100.0	21 21.2	17 17.2	6 6.1	26 26.3	9 9.1	11 11.1	2 2.0	34 34.3
		70歳以上	100 100.0	15 15.0	13 13.0	0 0.0	7 7.0	8 8.0	1 1.0	7 7.0	44 44.0
	女	20歳代	41 100.0	6 14.6	10 24.4	1 2.4	17 41.5	7 17.1	3 7.3	4 9.8	13 31.7
		30歳代	83 100.0	15 18.1	29 34.9	8 9.6	44 53.0	29 34.9	9 10.8	6 7.2	18 21.7
		40歳代	75 100.0	19 25.3	16 21.3	9 12.0	28 37.3	15 20.0	7 9.3	10 13.3	16 21.3
		50歳代	117 100.0	17 14.5	21 17.9	8 6.8	42 35.9	14 12.0	4 3.4	8 6.8	38 32.5
		60歳代	120 100.0	18 15.0	25 20.8	5 4.2	31 25.8	20 16.7	3 2.5	23 19.2	31 25.8
		70歳以上	139 100.0	29 20.9	19 13.7	0 0.0	27 19.4	22 15.8	3 2.2	26 18.7	56 40.3

## 第2章 調査概要

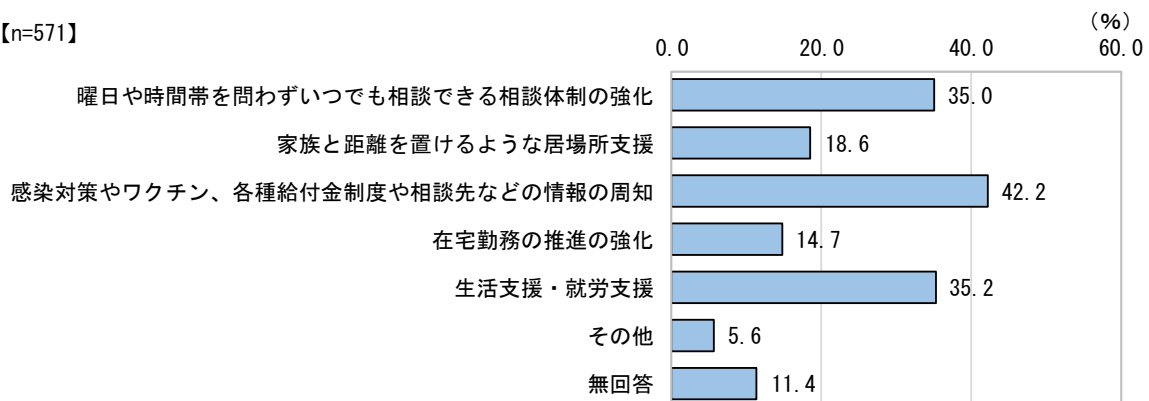
### 健康基礎調査アンケート（成人）

《問3で「特に変化はなかった」以外に回答された方におたずねします。》

<b>問3-1</b>	コロナ禍での心情や考え方の変化に伴い、どのような支援や対策が必要だと思いますか。	複数回答可
-------------	--	-------

新型コロナウイルス感染症流行以降、あなたの心情や考えに変化があった人に、コロナ禍での心情や考え方の変化に伴い、どのような支援や対策が必要だと思うかについて聞いたところ、「感染対策やワクチン、各種給付金制度や相談先などの情報の周知」が42.2%と最も高く、次いで「生活支援・就労支援」が35.2%、「曜日や時間帯を問わずいつでも相談できる相談体制の強化」が35.0%となっています。

【n=571】



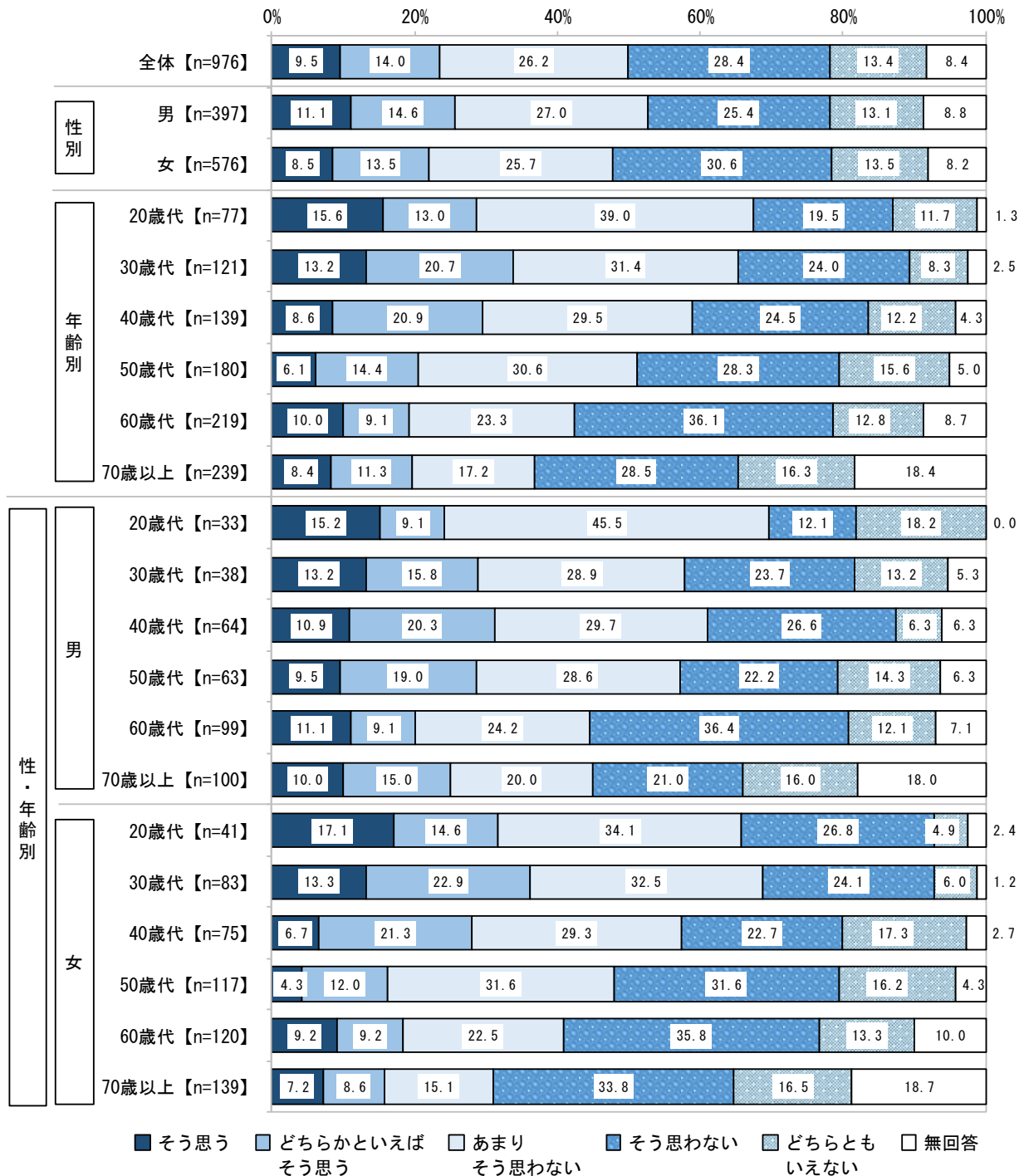
		合計	(7) 問3-1						
			曜日や時間帯を問わずいつでも相談できる相談体制の強化	家族と距離を置けるような居場所支援	感染対策やワクチン、各種給付金制度や相談先などの情報の周知	在宅勤務の推進の強化	生活支援・就労支援	その他	無回答
全体		571	200	106	241	84	201	32	65
		100.0	35.0	18.6	42.2	14.7	35.2	5.6	11.4
性別	男	204	73	28	92	25	72	13	18
		100.0	35.8	13.7	45.1	12.3	35.3	6.4	8.8
	女	366	127	78	149	58	129	19	47
		100.0	34.7	21.3	40.7	15.8	35.2	5.2	12.8
年齢別	20歳代	48	10	13	19	15	17	2	4
		100.0	20.8	27.1	39.6	31.3	35.4	4.2	8.3
	30歳代	85	29	23	39	27	41	3	2
		100.0	34.1	27.1	45.9	31.8	48.2	3.5	2.4
	40歳代	93	27	18	43	19	41	6	8
		100.0	29.0	19.4	46.2	20.4	44.1	6.5	8.6
	50歳代	105	39	25	49	10	43	4	8
性・年齢別		100.0	37.1	23.8	46.7	9.5	41.0	3.8	7.6
	60歳代	134	57	14	59	8	40	7	16
		100.0	42.5	10.4	44.0	6.0	29.9	5.2	11.9
	70歳以上	105	37	13	32	5	18	10	27
		100.0	35.2	12.4	30.5	4.8	17.1	9.5	25.7
男	20歳代	19	3	7	8	5	8	2	1
		100.0	15.8	36.8	42.1	26.3	42.1	10.5	5.3
	30歳代	22	6	5	13	3	11	1	0
		100.0	27.3	22.7	59.1	13.6	50.0	4.5	0.0
	40歳代	36	10	5	15	7	16	3	4
		100.0	27.8	13.9	41.7	19.4	44.4	8.3	11.1
	50歳代	32	13	3	16	5	12	2	1
女		100.0	40.6	9.4	50.0	15.6	37.5	6.3	3.1
	60歳代	57	27	4	24	4	19	2	6
		100.0	47.4	7.0	42.1	7.0	33.3	3.5	10.5
	70歳以上	38	14	4	16	1	6	3	6
		100.0	36.8	10.5	42.1	2.6	15.8	7.9	15.8
	20歳代	28	7	6	11	9	9	0	3
		100.0	25.0	21.4	39.3	32.1	32.1	0.0	10.7
	30歳代	63	23	18	26	24	30	2	2
		100.0	36.5	28.6	41.3	38.1	47.6	3.2	3.2
	40歳代	57	17	13	28	12	25	3	4
		100.0	29.8	22.8	49.1	21.1	43.9	5.3	7.0
	50歳代	73	26	22	33	5	31	2	7
		100.0	35.6	30.1	45.2	6.8	42.5	2.7	9.6
	60歳代	77	30	10	35	4	21	5	10
		100.0	39.0	13.0	45.5	5.2	27.3	6.5	13.0
	70歳以上	67	23	9	16	4	12	7	21
		100.0	34.3	13.4	23.9	6.0	17.9	10.4	31.3

問4 自殺対策は自分自身に関わる問題だと思いますか。

○は1つ

自殺対策は自分自身に関わる問題だと思うかについて、「そう思わない」が28.4%と最も高く、次いで「あまりそう思わない」が26.2%、「どちらかといえばそう思う」が14.0%となっています。

また、男女別でみると、『そう思う』（「そう思う」と「どちらかといえばそう思う」の合計）では「男」が25.7%、「女」が22.0%で、男が3.7ポイント高くなっています。



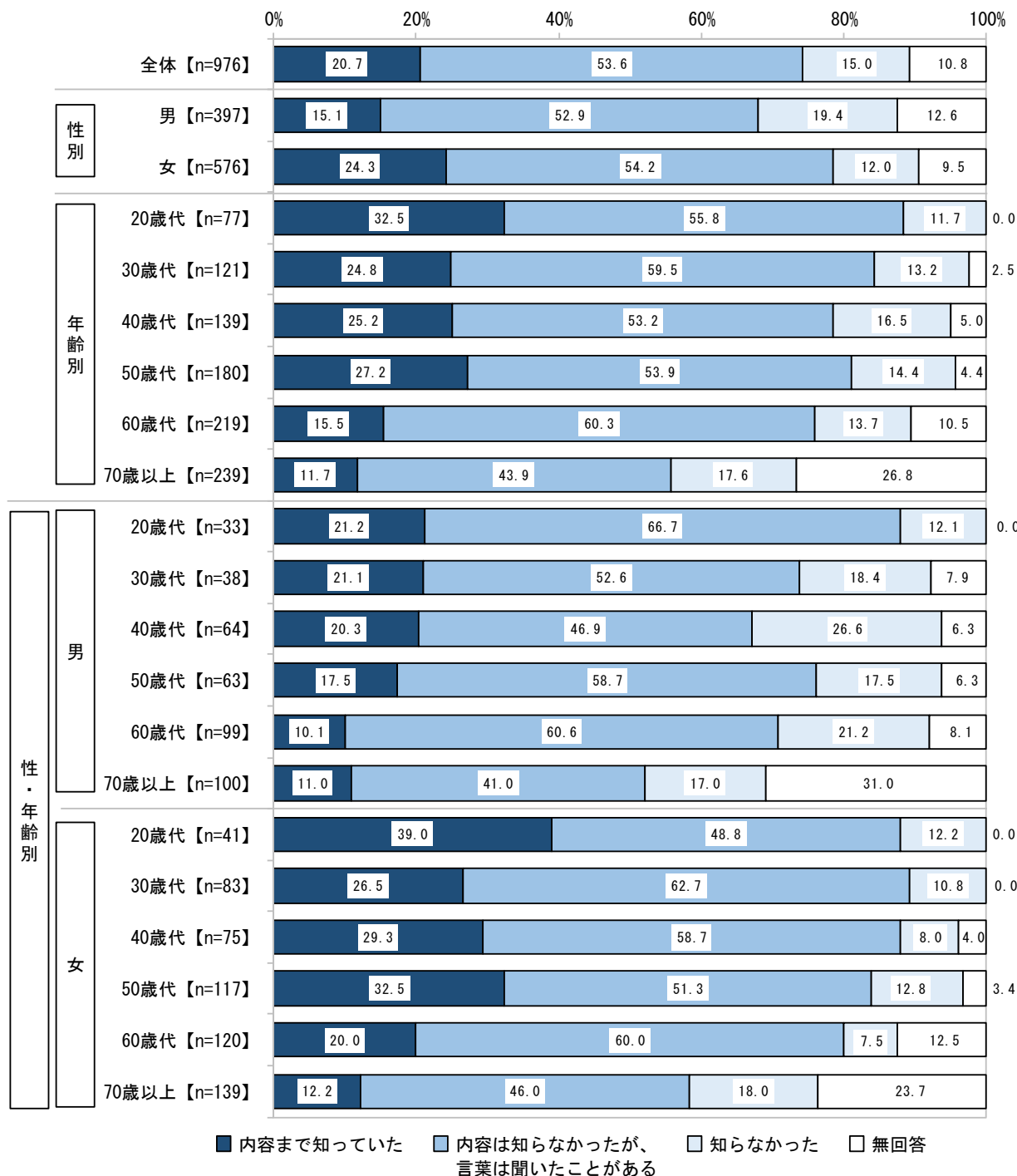
## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

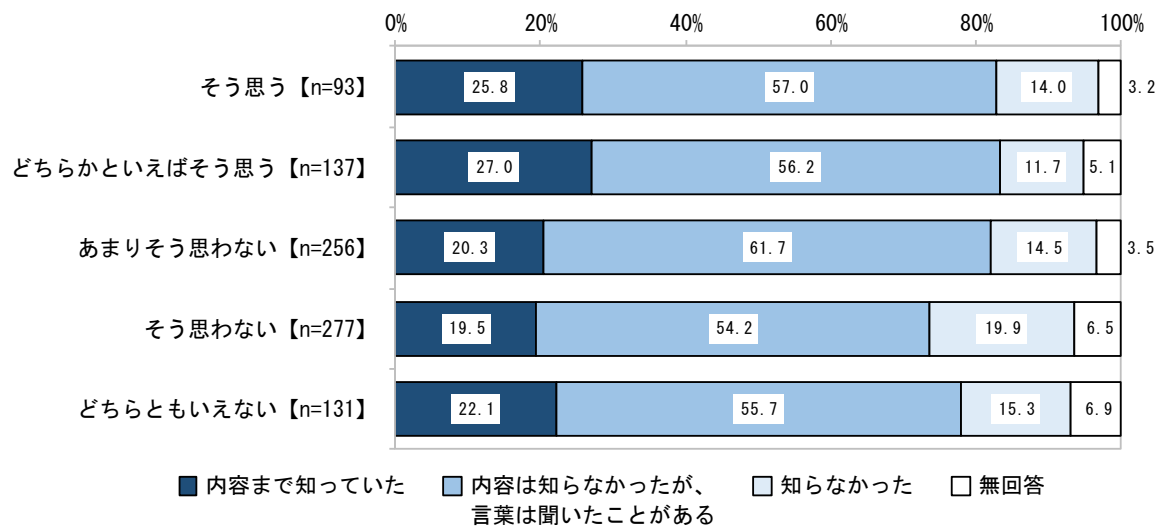
問5	自殺対策に関する以下の事柄について知っていましたか。 次の①～⑦のそれぞれについて該当するもの1つだけに○をつけてください	○は1つ
----	--	------

#### ①電話相談(こころの健康相談統一ダイヤル、よりそいホットラインなど)

電話相談について、「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」が53.6%と最も高く、次いで「内容まで知っていた」が20.7%、「知らなかった」が15.0%となっています。



また、自殺対策が自分自身に関わる問題だと思うかの有無別でみると、「内容まで知っていた」では「どちらかといえばそう思う」が27.0%と最も高く、次いで「そう思う」が25.8%、「どちらともいえない」が22.1%となっています。

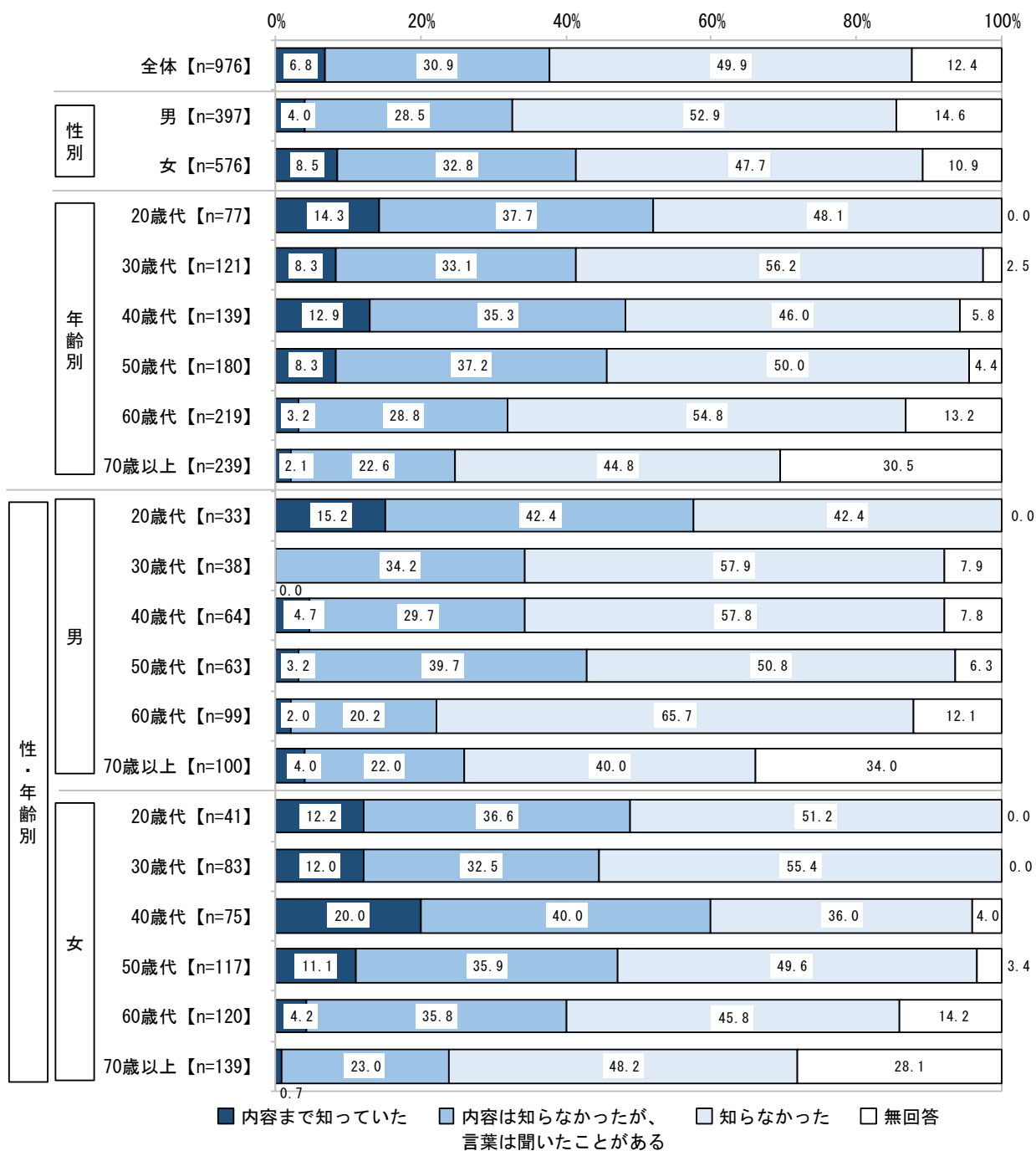


## 第2章 調査概要

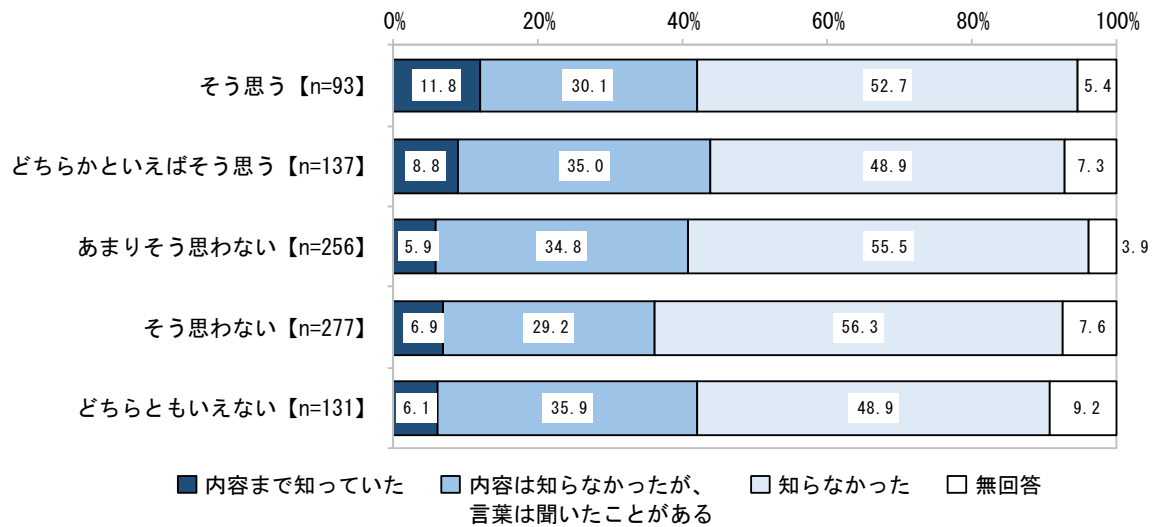
### 健康基礎調査アンケート（成人）

#### ② SNSを活用した相談（LINE、生きづらびっと、こころのほっとチャットなど）

SNSを活用した相談について、「知らなかった」が49.9%と最も高く、次いで「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」が30.9%、「内容まで知っていた」が6.8%となっています。



また、自殺対策が自分自身に関わる問題だと思うかの有無別でみると、「内容まで知っていた」では「そう思う」が11.8%と最も高く、次いで「どちらかといえばそう思う」が8.8%、「そう思わない」が6.9%となっています。

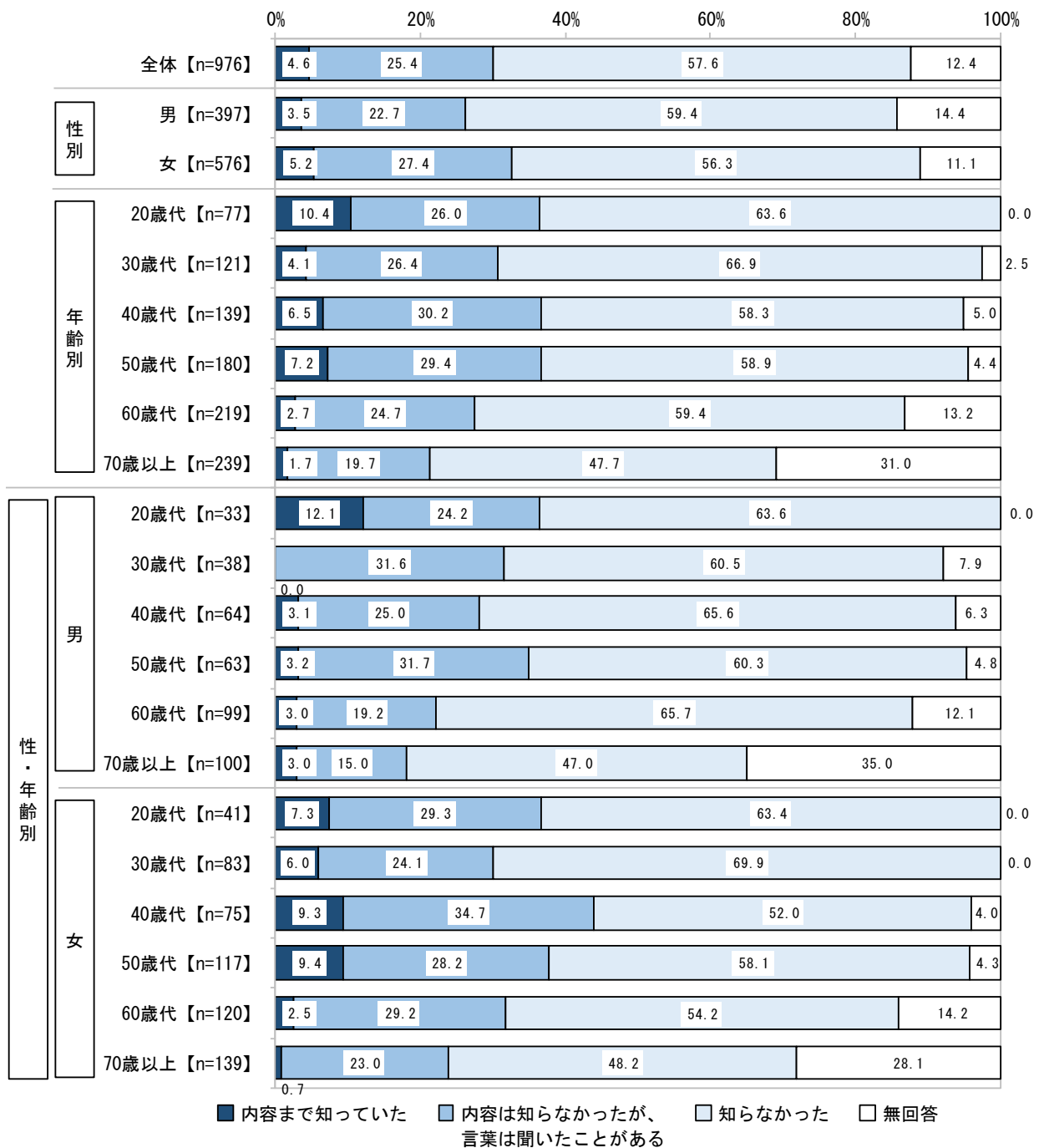


## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

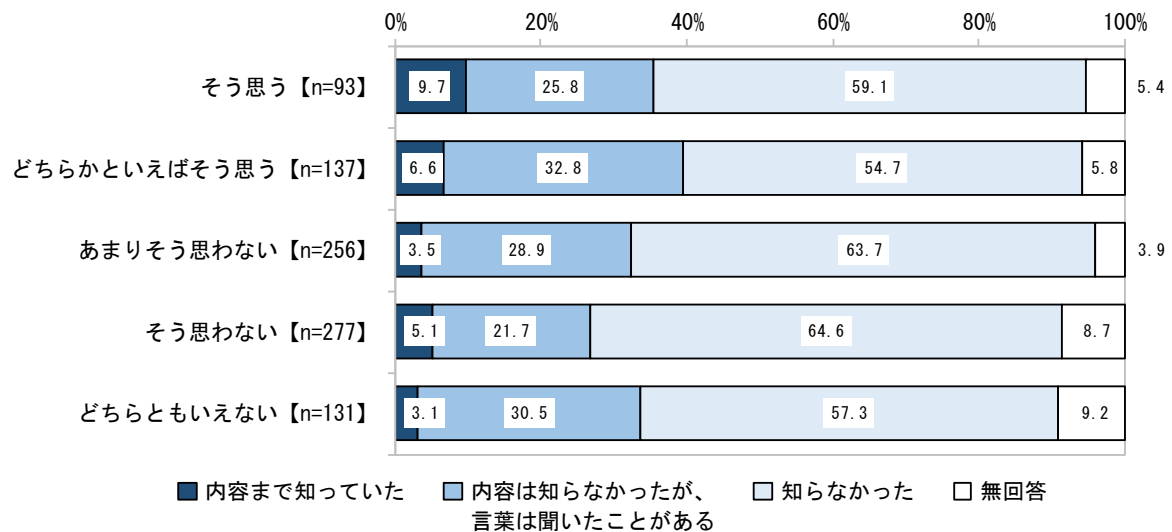
#### ③ホームページ（支援情報検索サイト、厚生労働省特設サイト「まもろうよ こころ」など）

ホームページについて、「知らなかった」が57.6%と最も高く、次いで「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」が25.4%、「内容まで知っていた」が4.6%となっています。





また、自殺対策が自分自身に関わる問題だと思うかの有無別でみると、「内容まで知っていた」では「そう思う」が9.7%と最も高く、次いで「どちらかといえばそう思う」が6.6%、「そう思わない」が5.1%となっています。

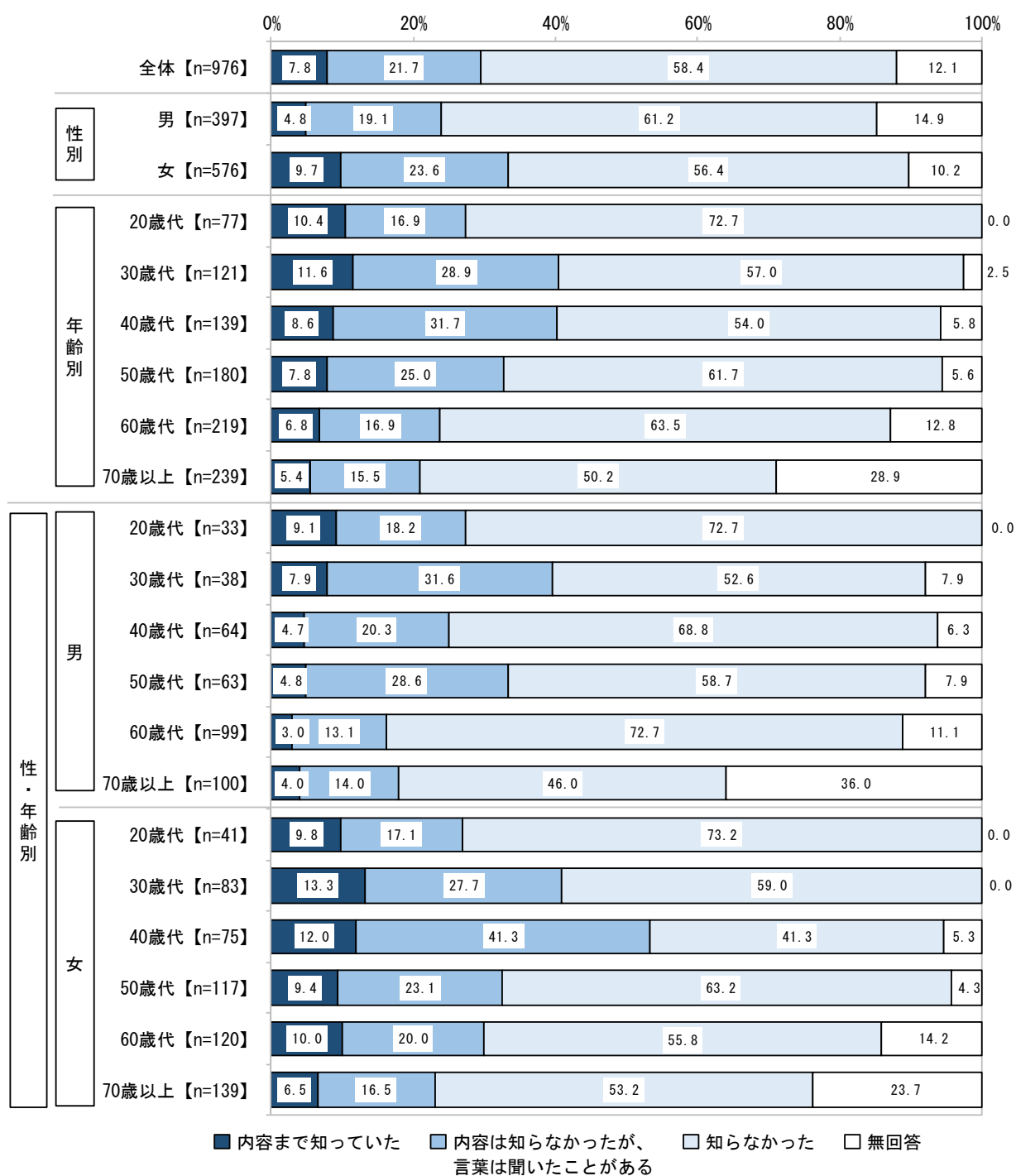


## 第2章 調査概要

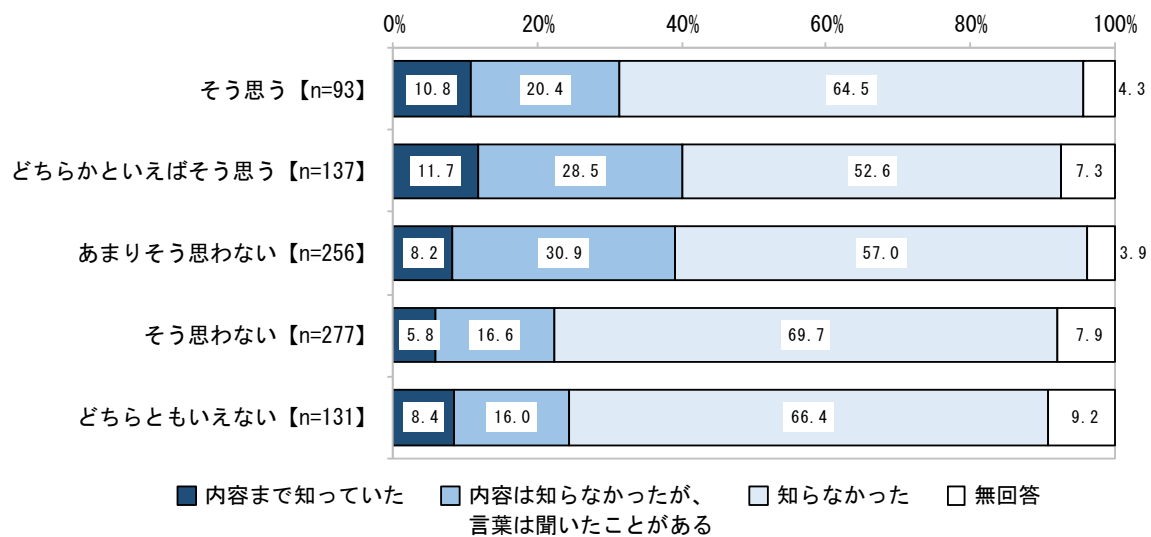
### 健康基礎調査アンケート（成人）

#### ④自殺予防週間（9月10日～16日）

自殺予防週間について、「知らなかった」が58.4%と最も高く、次いで「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」が21.7%、「内容まで知っていた」が7.8%となっています。



また、自殺対策が自分自身に関わる問題だと思うかの有無別でみると、「内容まで知っていた」では「どちらかといえばそう思う」が11.7%と最も高く、次いで「そう思う」が10.8%、「どちらともいえない」が8.4%となっています。

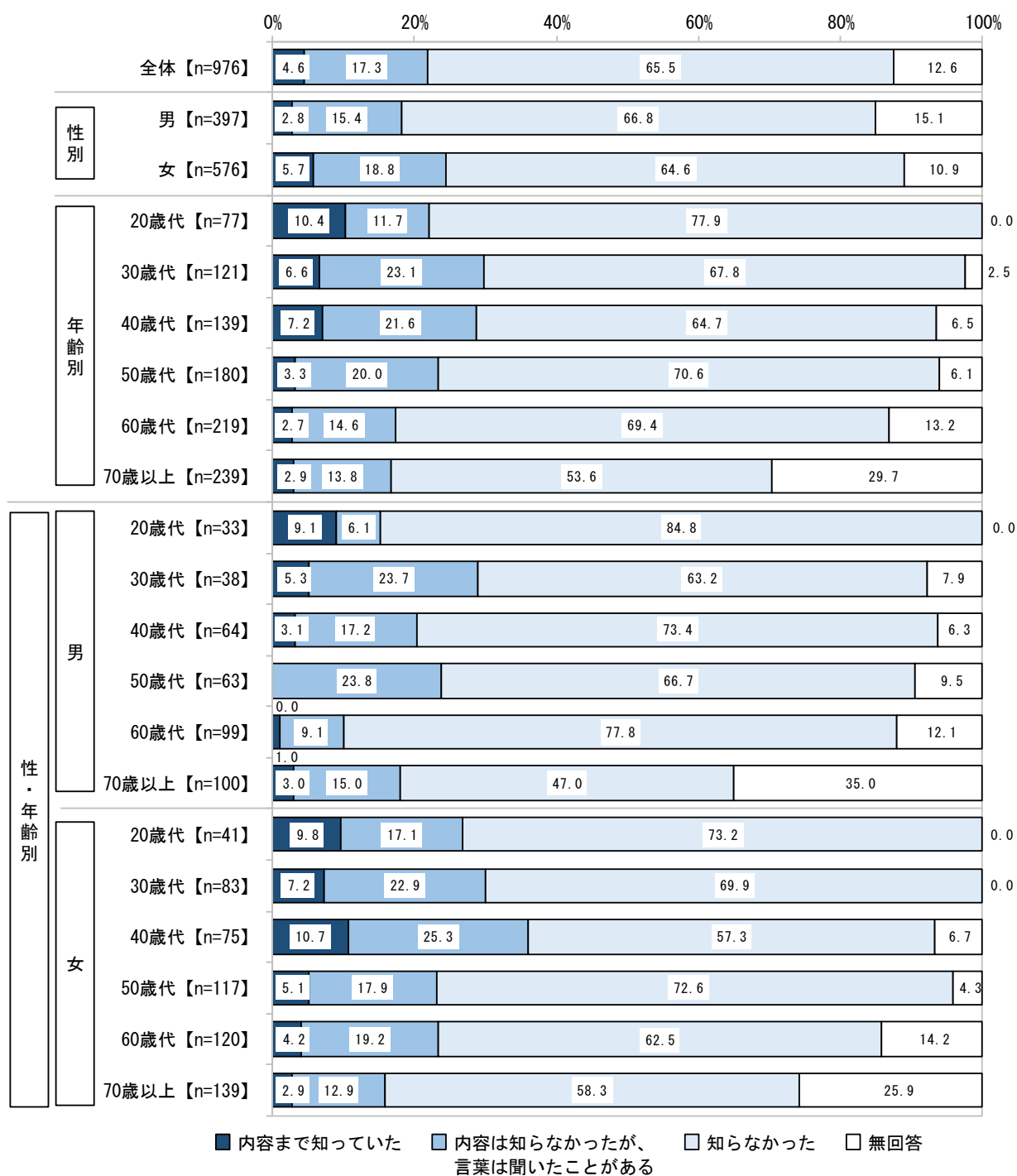


## 第2章 調査概要

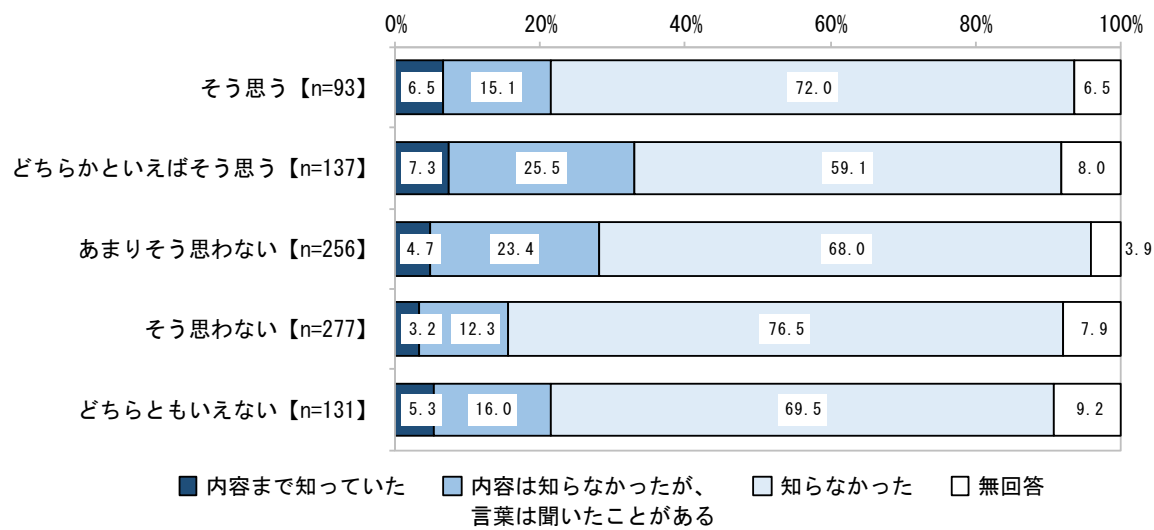
### 健康基礎調査アンケート（成人）

#### ⑤自殺対策強化月間（3月）

自殺対策強化月間について、「知らなかった」が65.5%と最も高く、次いで「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」が17.3%、「内容まで知っていた」が4.6%となっています。



また、自殺対策が自分自身に関わる問題だと思うかの有無別でみると、「内容まで知っていた」では「どちらかといえばそう思う」が7.3%と最も高く、次いで「そう思う」が6.5%、「どちらともいえない」が5.3%となっています。

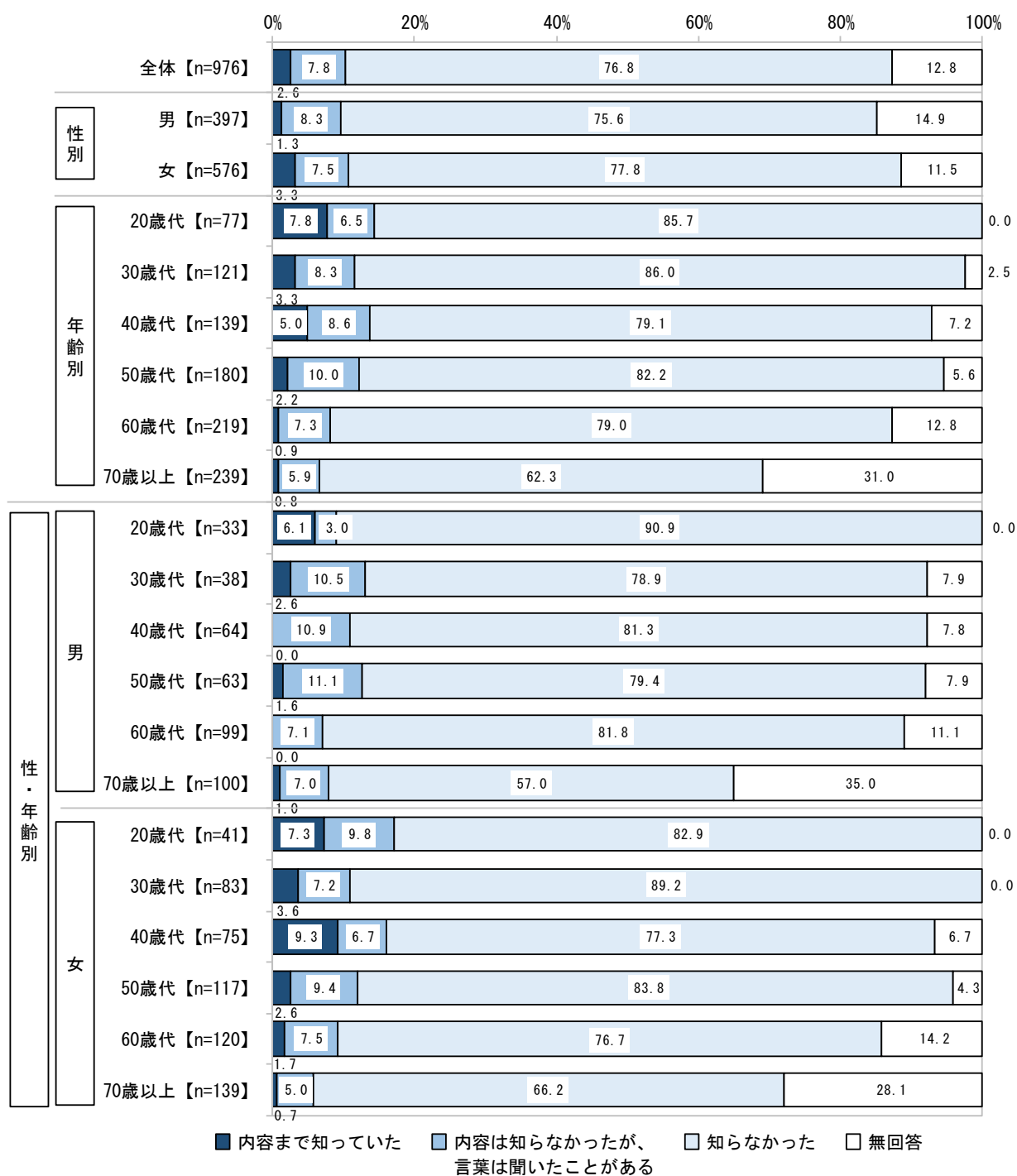


## 第2章 調査概要

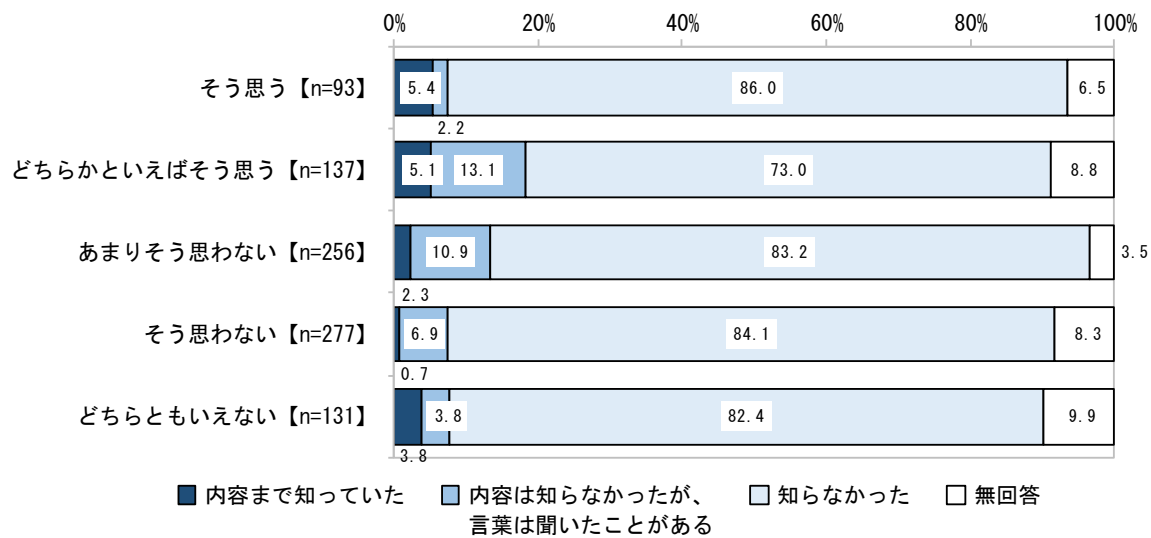
### 健康基礎調査アンケート（成人）

#### ⑥ゲートキーパー（自殺のサインに気づき、適切な対応を取れる人）

ゲートキーパーについて、「知らなかった」が76.8%と最も高く、次いで「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」が7.8%、「内容まで知っていた」が2.6%となっています。



また、自殺対策が自分自身に関わる問題だと思うかの有無別でみると、「内容まで知っていた」では「そう思う」が5.4%と最も高く、次いで「どちらかといえばそう思う」が5.1%、「どちらともいえない」が3.8%となっています。

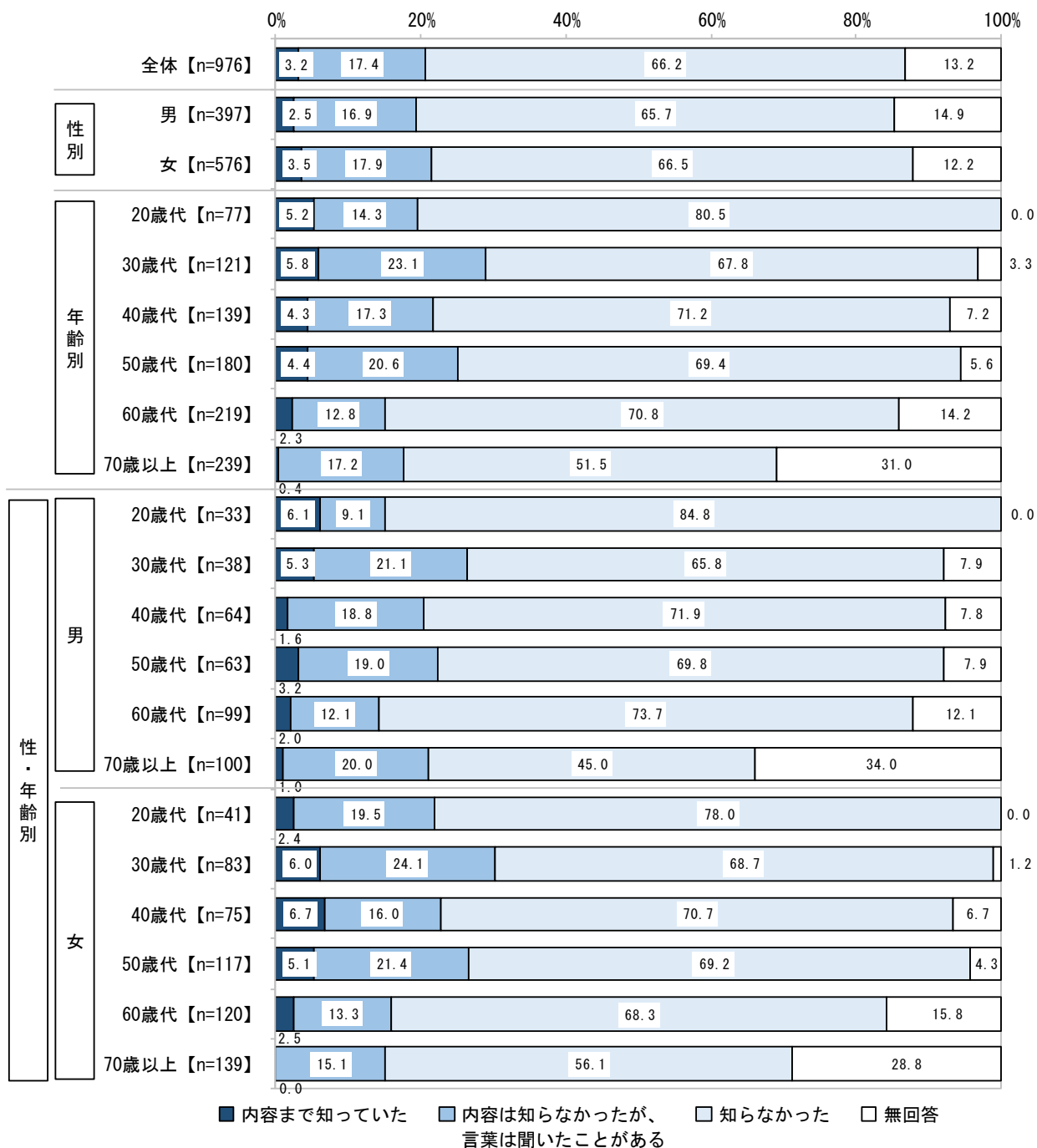


## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

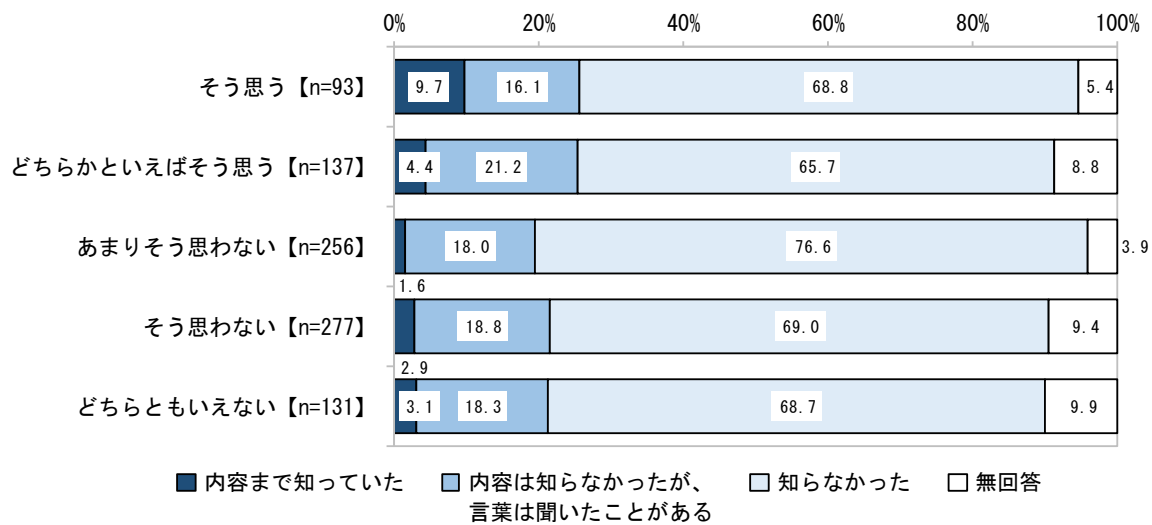
#### ⑦市内の自殺防止に関わる相談窓口

市内の自殺防止に関わる相談窓口について、「知らなかった」が66.2%と最も高く、次いで「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」が17.4%、「内容まで知っていた」が3.2%となっています。





また、自殺対策が自分自身に関わる問題だと思うかの有無別でみると、「内容まで知っていた」では「そう思う」が9.7%と最も高く、次いで「どちらかといえばそう思う」が4.4%、「どちらともいえない」が3.1%となっています。



## 第2章 調査概要

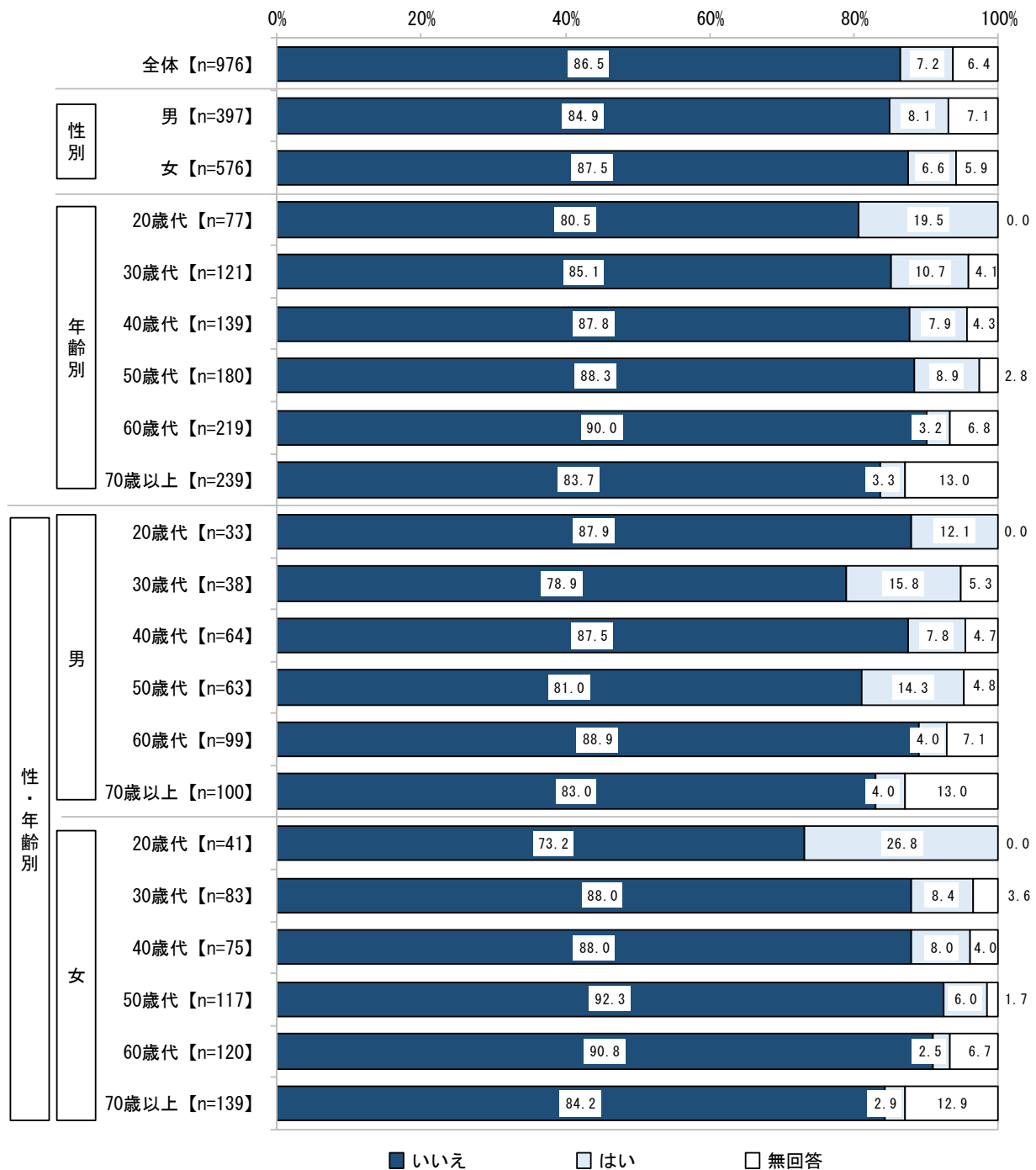
### 健康基礎調査アンケート（成人）

**問 6** 最近1年以内に自殺したいと思ったことがありますか。

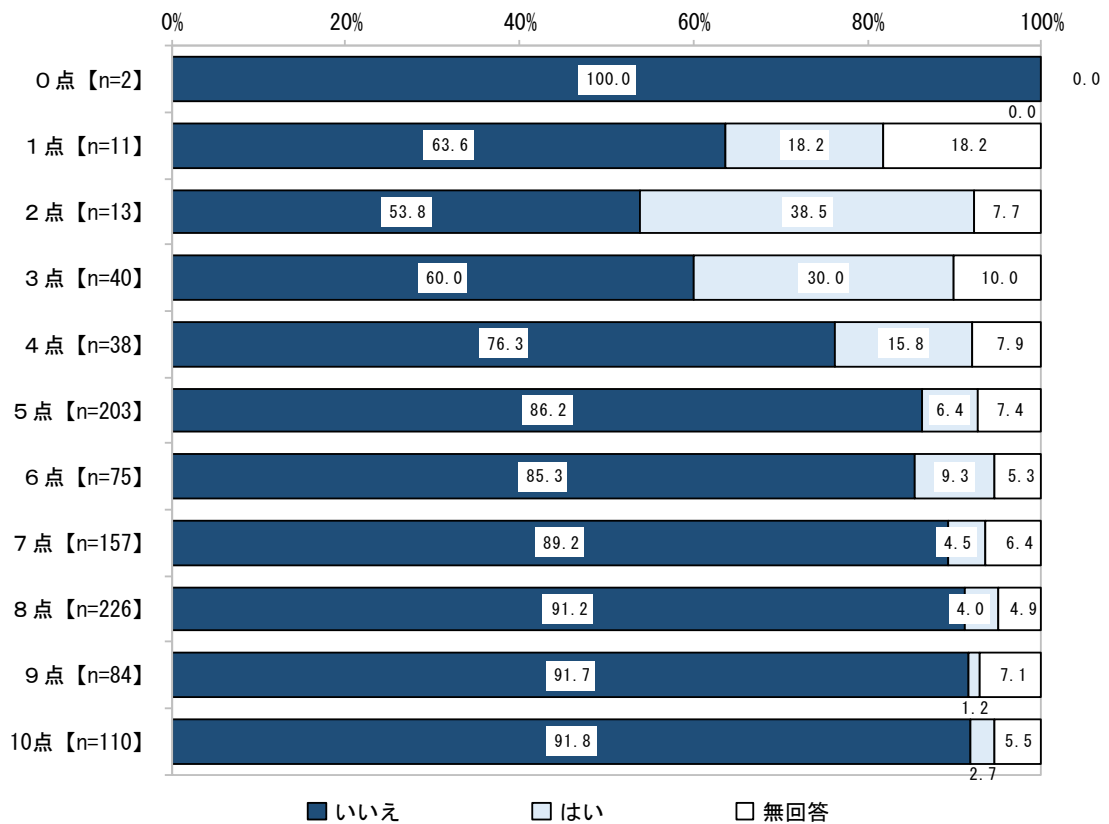
○は1つ

最近1年以内に自殺したいと思ったことがあるかについて、「いいえ」が86.5%、「はい」が7.2%となっています。

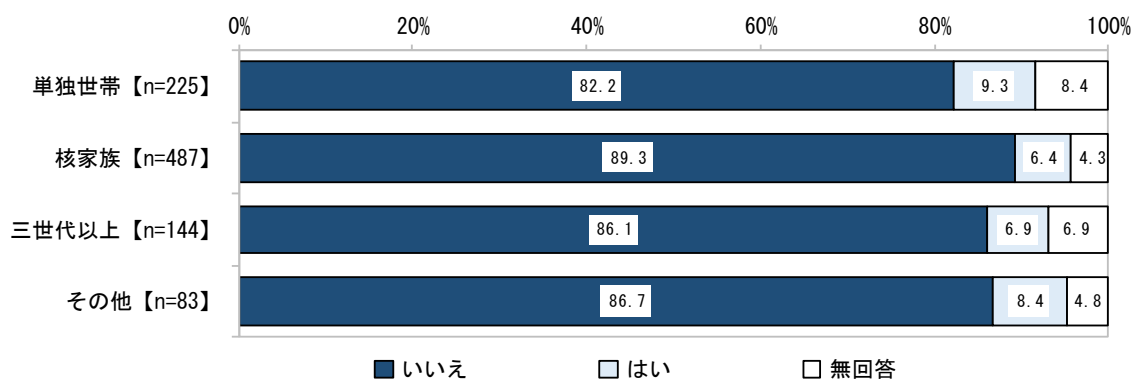
また、年齢別でみると、自殺をしたいと思ったことがある人（「はい」と回答）では「20歳代」が19.5%と最も高く、次いで「30歳代」が10.7%、「50歳代」が8.9%となっています。



幸福度別でみると、自殺をしたいと思ったことがある人（「はい」と回答）は「2点」が38.5%と最も高く、次いで「3点」が30.0%、「1点」が18.2%となっています。



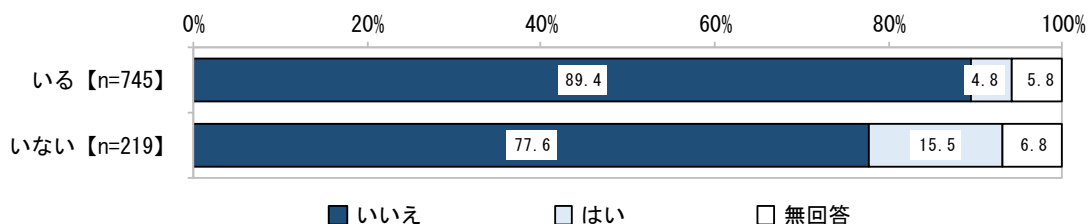
家族構成別でみると、自殺をしたいと思ったことがある人（「はい」と回答）は「単独世帯」が9.3%と最も高く、次いで「三世代以上」が6.9%、「核家族」が6.4%となっています。



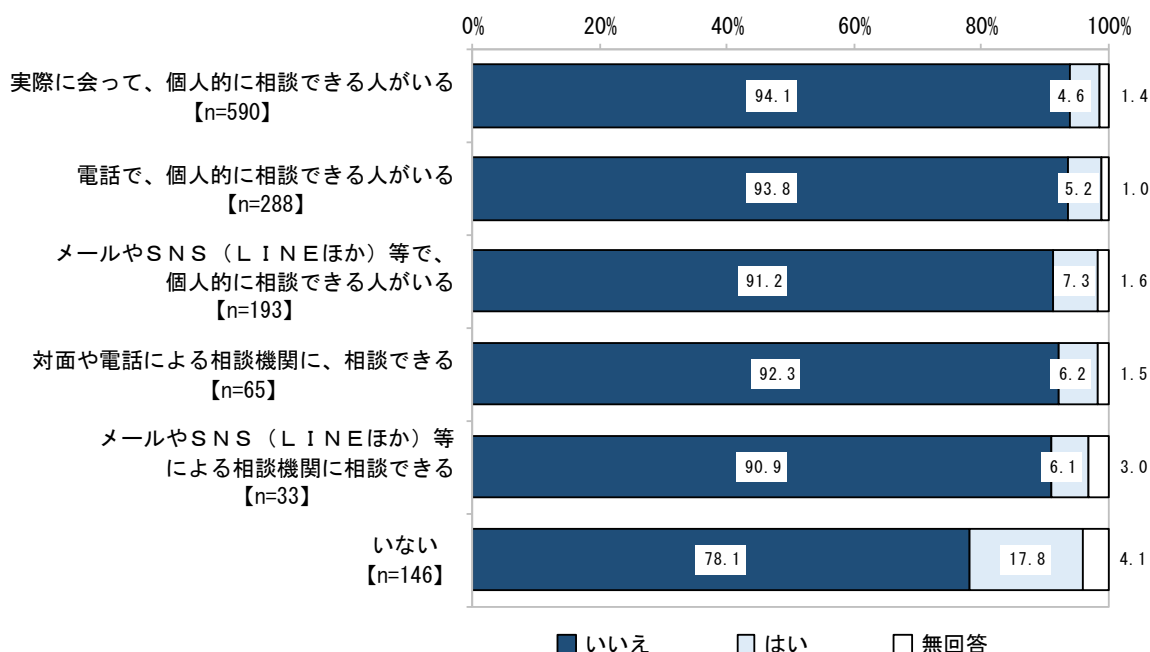
## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

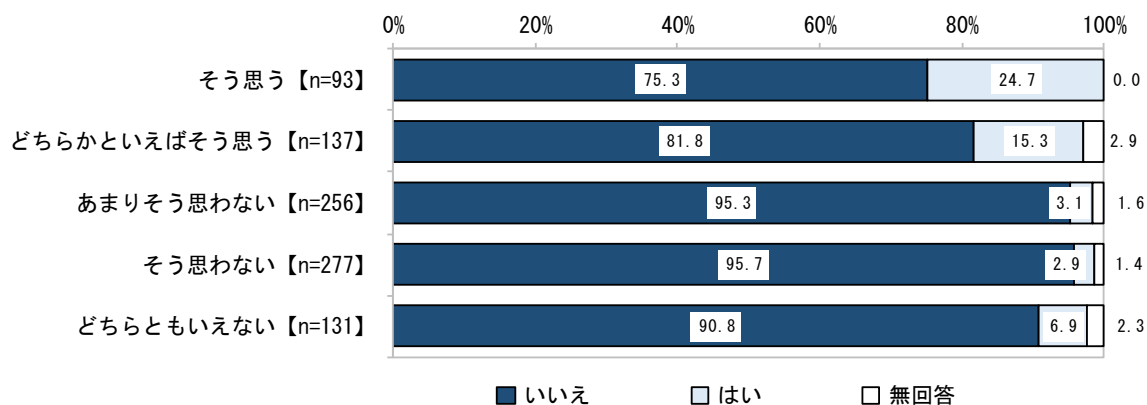
ストレスを感じた時の相談相手の有無別でみると、自殺をしたいと思ったことがある人（「はい」と回答）は「いない」が15.5%、「いる」が4.8%となっています。



耳を傾けてくれる人の有無別でみると、自殺をしたいと思ったことがある人（「はい」と回答）は「いない」が17.8%と最も高く、次いで「メールやSNS（LINEほか）等で、個人的に相談できる人がいる」が7.3%、「対面や電話による相談機関に、相談できる」が6.2%となっています。



自殺対策が自分自身に関わる問題だと思うかの有無別でみると、自殺をしたいと思ったことがある人（「はい」と回答）は「そう思う」が24.7%と最も高く、次いで「どちらかといえばそう思う」が15.3%、「どちらともいえない」が6.9%となっています。



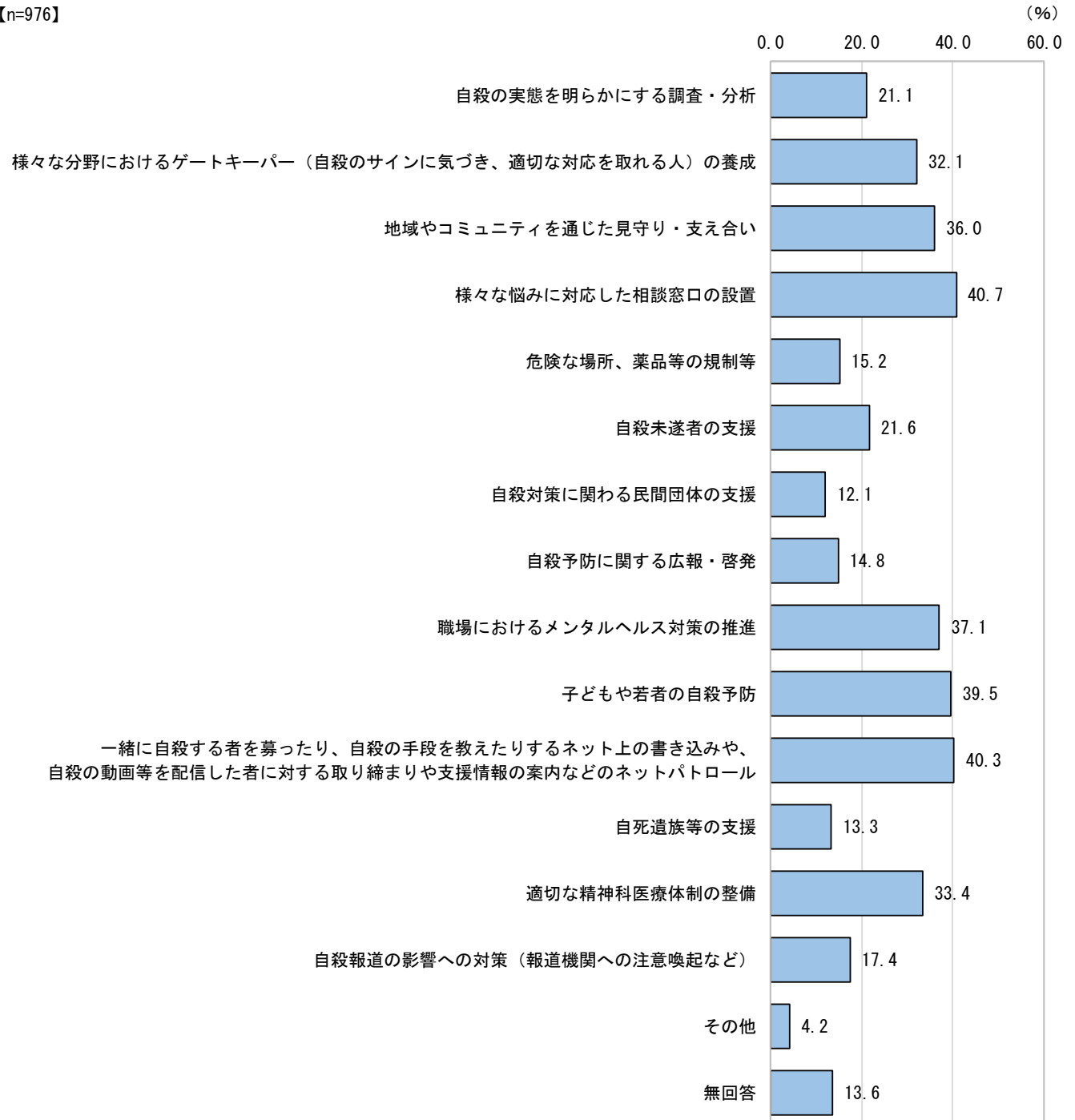
問7

今後求められるものとして、どのような自殺対策が有効であると思いますか。

複数回答可

今後求められるものとして、どのような自殺対策が有効であると思うかについて、「様々な悩みに対応した相談窓口の設置」が40.7%と最も高く、次いで「一緒に自殺する者を募ったり、自殺の手段を教えたりするネット上の書き込みや、自殺の動画等を配信した者に対する取り締まりや支援情報の案内などのネットパトロール」が40.3%、「子どもや若者の自殺予防」が39.5%となっています。

【n=976】

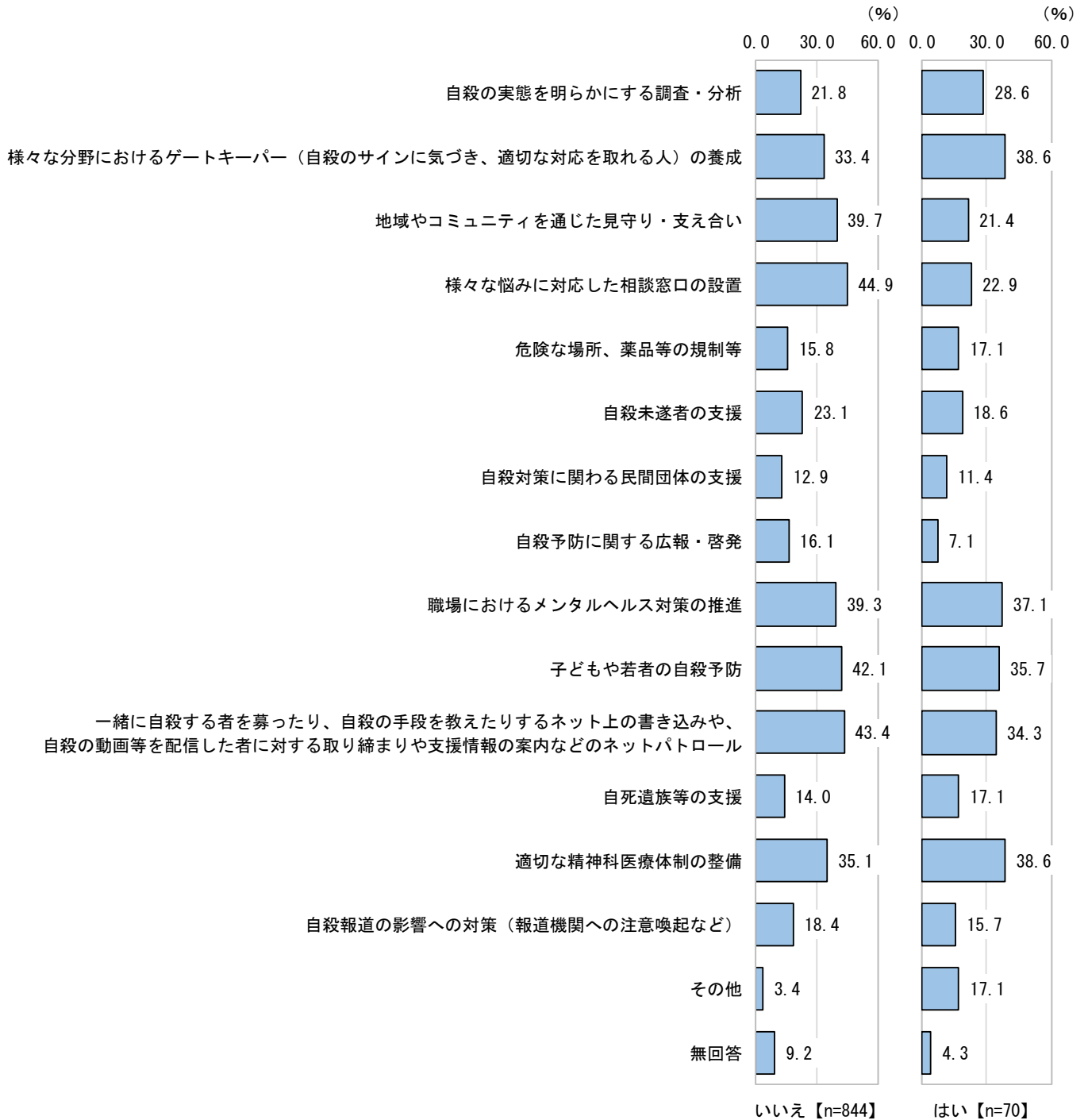


## 第2章 調査概要

### 健康基礎調査アンケート（成人）

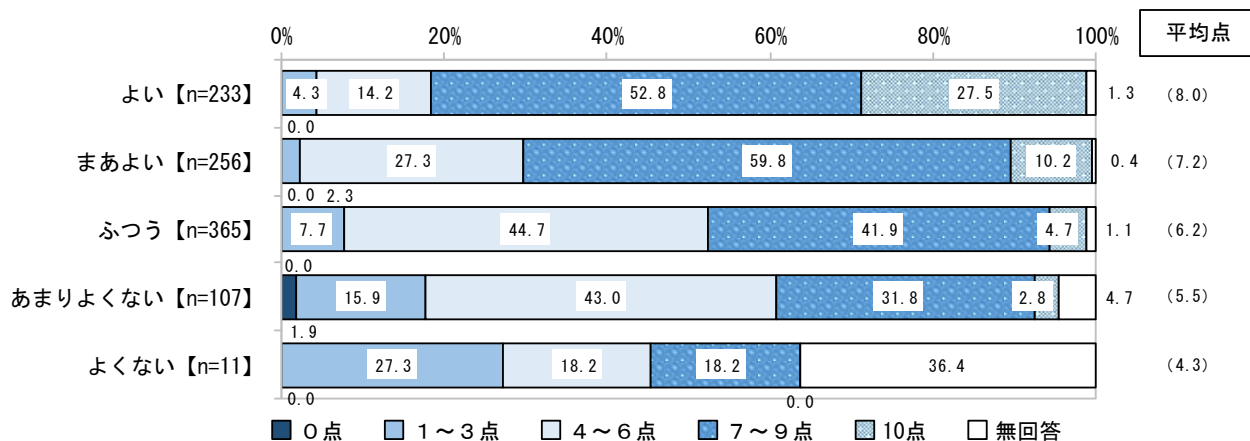
		合計	(7) 問7 自殺の実態を明らかにする調査・分析	様々な分野におけるゲートキーパー（自殺のサインに気づき適切な対応を取れる人）の養成	地域やコミュニティを通じた見守り・支え合い	様々な悩みに対応した相談窓口の設置	危険な場所、薬品等の規制等	自殺未遂者の支援	自殺対策に関する民間団体の支援	自殺予防に関する広報・啓発	職場におけるメンタルヘルス対策の推進	子どもや若者の自殺予防	一緒に自殺する者を見つけたり、自殺の手段を教えるネット上の書き込みや、自殺の動画等した者に対する取り締まりや支援情報の案内ネットバトル	自殺遺族等の支援	適切な精神科医療体制の整備	自殺報道の影響への対策（報道機関への注意喚起など）	その他	無回答
全体		976 100.0	206 21.1	313 32.1	351 36.0	397 40.7	148 15.2	211 21.6	118 12.1	144 14.8	362 37.1	386 39.5	393 40.3	130 13.3	326 33.4	170 17.4	41 4.2	133 13.6
性別	男	397 100.0	89 22.4	95 23.9	135 34.0	139 35.0	52 13.1	67 16.9	44 11.1	57 14.4	130 32.7	133 33.5	132 33.2	41 10.3	116 29.2	58 14.6	16 4.0	62 15.6
	女	576 100.0	117 20.3	218 37.8	216 37.5	257 44.6	96 16.7	143 24.8	74 12.8	87 15.1	232 40.3	252 43.8	260 45.1	89 15.5	210 36.5	112 19.4	24 4.2	71 12.3
年齢別	20歳代	77 100.0	17 22.1	20 26.0	24 31.2	24 31.2	16 20.8	26 33.8	6 7.8	8 10.4	29 37.7	27 35.1	22 28.6	12 15.6	26 33.8	18 23.4	5 6.5	5 6.5
	30歳代	121 100.0	33 27.3	54 44.6	46 38.0	51 42.1	26 21.5	38 31.4	19 15.7	19 15.7	70 57.9	75 62.0	53 43.8	28 23.1	56 46.3	18 14.9	5 4.1	8 6.6
	40歳代	139 100.0	36 25.9	59 42.4	55 39.6	61 43.9	22 15.8	41 29.5	23 16.5	26 18.7	74 53.2	79 56.8	70 50.4	28 20.1	55 39.6	33 23.7	7 5.0	9 6.5
	50歳代	180 100.0	39 21.7	64 35.6	48 26.7	78 43.3	25 13.9	38 21.1	23 12.8	24 13.3	93 51.7	75 41.7	95 52.8	20 11.1	61 33.9	42 23.3	11 6.1	11 6.1
	60歳代	219 100.0	44 20.1	74 33.8	95 43.4	101 46.1	24 11.0	36 16.4	27 12.3	33 15.1	67 30.6	74 33.8	87 39.7	28 12.8	77 35.2	31 14.2	4 1.8	30 13.7
	70歳以上	239 100.0	36 15.1	42 17.6	83 34.7	81 33.9	34 14.2	31 13.0	20 8.4	34 14.2	28 11.7	55 23.0	65 27.2	14 5.9	50 20.9	28 11.7	9 3.8	70 29.3
性・年齢別	男	20歳代	33 100.0	6 18.2	5 15.2	9 27.3	11 33.3	5 15.2	6 18.2	2 6.1	1 3.0	8 24.2	9 27.3	6 18.2	4 12.1	10 30.3	7 21.2	4 12.1
		30歳代	38 100.0	12 31.6	11 28.9	10 26.3	11 28.9	8 21.1	9 23.7	8 21.1	6 15.8	22 57.9	15 39.5	9 36.8	14 23.7	13 34.2	5 13.2	5 13.2
		40歳代	64 100.0	19 29.7	18 28.1	18 28.1	21 32.8	6 9.4	13 20.3	9 14.1	28 43.8	26 40.6	22 34.4	7 10.9	21 32.8	10 15.6	5 7.8	7 10.9
		50歳代	63 100.0	17 27.0	19 30.2	18 28.6	24 38.1	7 11.1	10 15.9	8 12.7	31 49.2	25 39.7	27 42.9	7 11.1	21 33.3	11 17.5	4 6.3	6 9.5
		60歳代	99 100.0	18 18.2	27 27.3	47 47.5	43 43.4	13 13.1	18 18.2	12 12.1	18 18.2	29 32.3	32 34.3	9 9.1	31 31.3	10 10.1	2 2.0	11 11.1
		70歳以上	100 100.0	17 17.0	15 15.0	33 33.0	29 29.0	13 13.0	11 9.0	15 15.0	12 12.0	26 26.0	29 29.0	5 5.0	20 20.0	15 15.0	3 3.0	29 29.0
	女	20歳代	41 100.0	11 26.8	15 36.6	15 36.6	12 29.3	11 26.8	19 46.3	4 9.8	7 17.1	21 51.2	17 41.5	8 19.5	16 39.0	11 26.8	3 7.3	1 2.4
		30歳代	83 100.0	21 25.3	43 51.8	36 43.4	40 48.2	18 21.7	29 34.9	11 13.3	13 15.7	48 57.8	60 72.3	39 47.0	19 22.9	43 51.8	4 4.8	3 3.6
		40歳代	75 100.0	17 22.7	41 54.7	37 49.3	40 53.3	16 21.3	28 37.3	17 22.7	46 61.3	53 70.7	48 64.0	21 28.0	34 45.3	23 30.7	2 2.7	2 2.7
		50歳代	117 100.0	22 18.8	45 38.5	30 25.6	54 46.2	18 15.4	28 23.9	16 13.7	62 53.0	50 42.7	68 58.1	13 11.1	40 34.2	31 26.5	7 6.0	5 4.3
		60歳代	120 100.0	26 21.7	47 39.2	48 40.0	58 48.3	11 9.2	18 15.0	15 12.5	38 31.7	42 35.0	53 44.2	19 15.8	46 38.3	21 17.5	2 1.7	19 15.8
		70歳以上	139 100.0	19 13.7	27 19.4	50 36.0	52 37.4	21 15.1	20 14.4	19 13.7	16 11.5	29 20.9	36 25.9	9 6.5	30 21.6	13 9.4	6 4.3	41 29.5

また、自殺をしたいと思ったことの有無別でみると、「いいえ」では「様々な悩みに対応した相談窓口の設置」が44.9%と最も高く、「はい」では「様々な分野におけるゲートキーパー（自殺のサインに気づき、適切な対応を取れる人）の養成」「適切な精神科医療体制の整備」が38.6%と最も高くなっています。

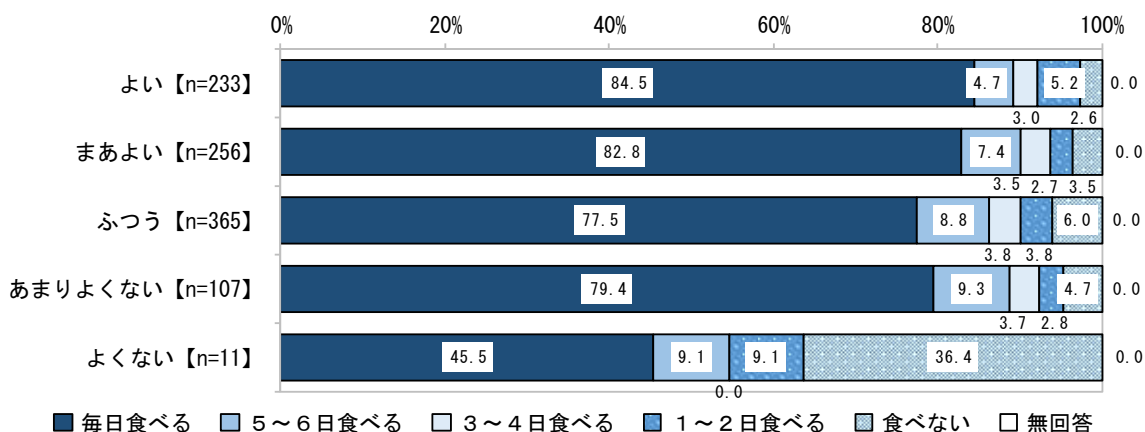


## 第3章 分析結果

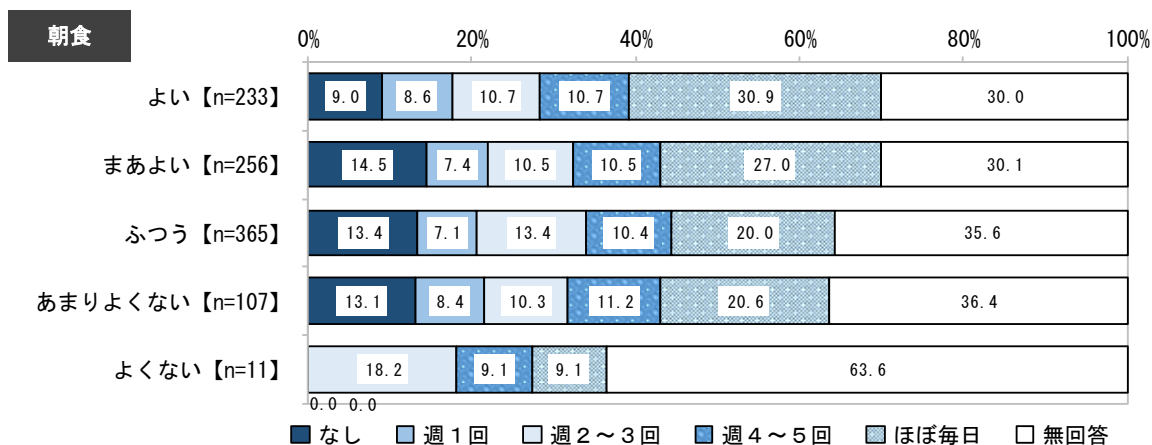
主観的健康感を幸福度別でみると、平均点では「よい」が8.0点と最も高く、次いで「まあよい」が7.2点、「ふつう」が6.2点となっています。



主観的健康感を朝食の頻度別でみると、「毎日食べる」では「よい」が84.5%と最も高く、次いで「まあよい」が82.8%、「あまりよくない」が79.4%となっています。

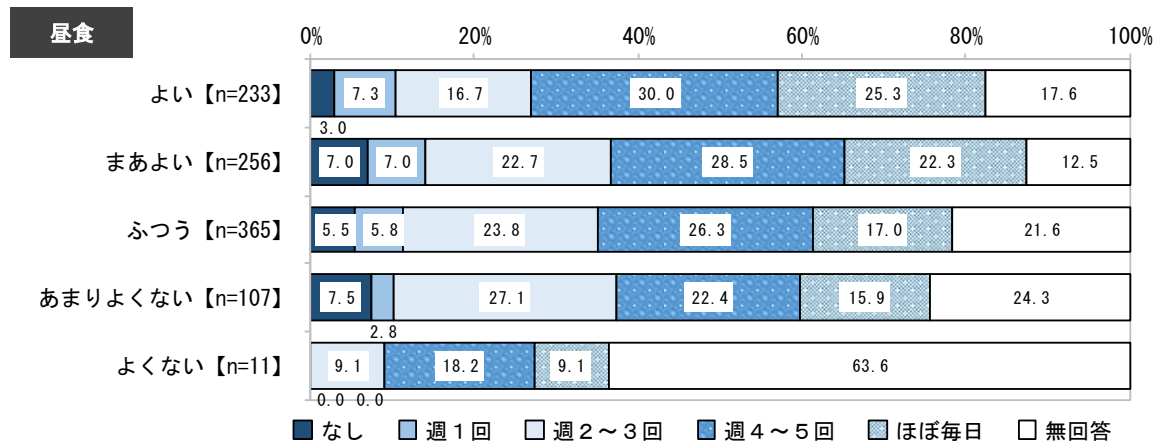


主観的健康感を朝食で主食・主菜・副菜がそろった食事の頻度別でみると、「ほぼ毎日」では「よい」が30.9%と最も高く、次いで「まあよい」が27.0%、「あまりよくない」が20.6%となっています。

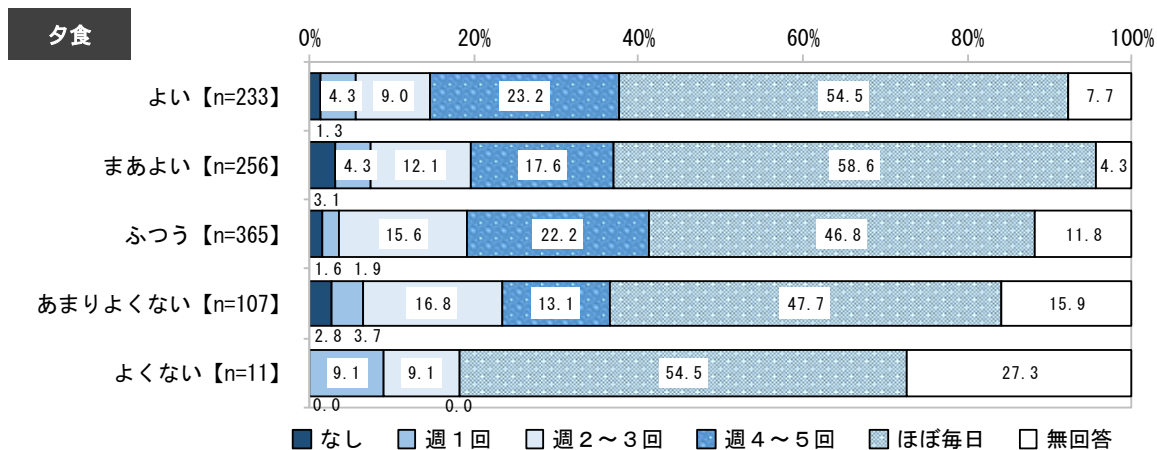




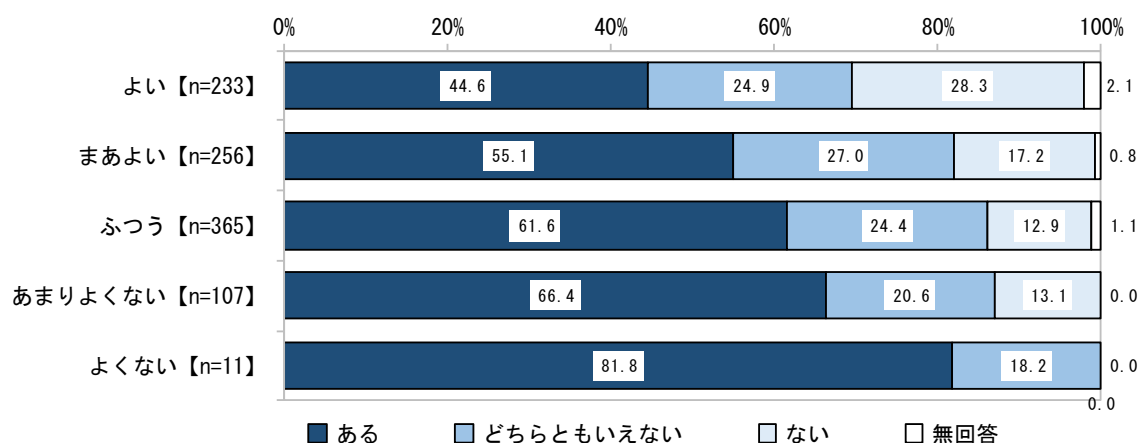
主観的健康感を昼食で主食・主菜・副菜がそろった食事の頻度別でみると、「ほぼ毎日」では「よい」が25.3%と最も高く、次いで「まあよい」が22.3%、「ふつう」が17.0%となっています。



主観的健康感を夕食で主食・主菜・副菜がそろった食事の頻度別でみると、「ほぼ毎日」では「まあよい」が58.6%と最も高く、次いで「よい」「よくない」が54.5%、「あまりよくない」が47.7%となっています。

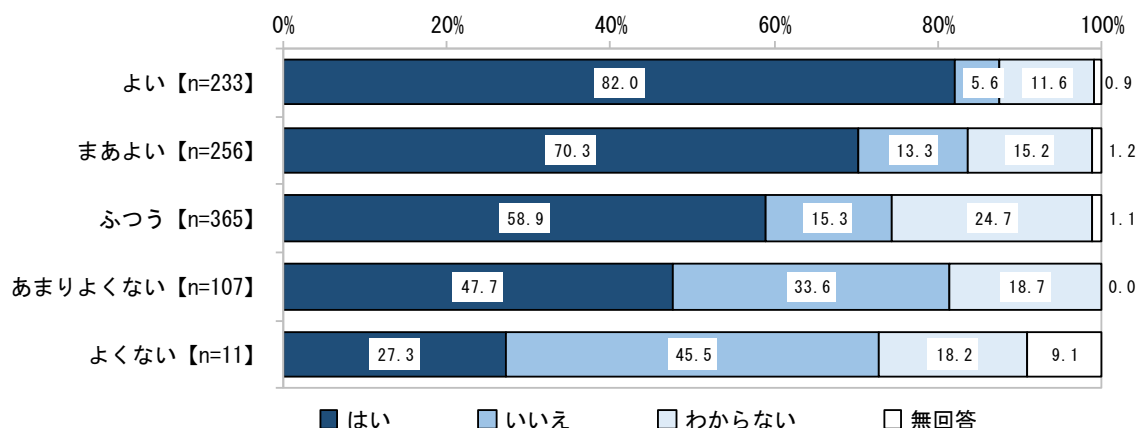


主観的健康感をストレスの有無別でみると、「ある」では「よくない」が81.8%と最も高く、次いで「あまりよくない」が66.4%、「ふつう」が61.6%となっています。

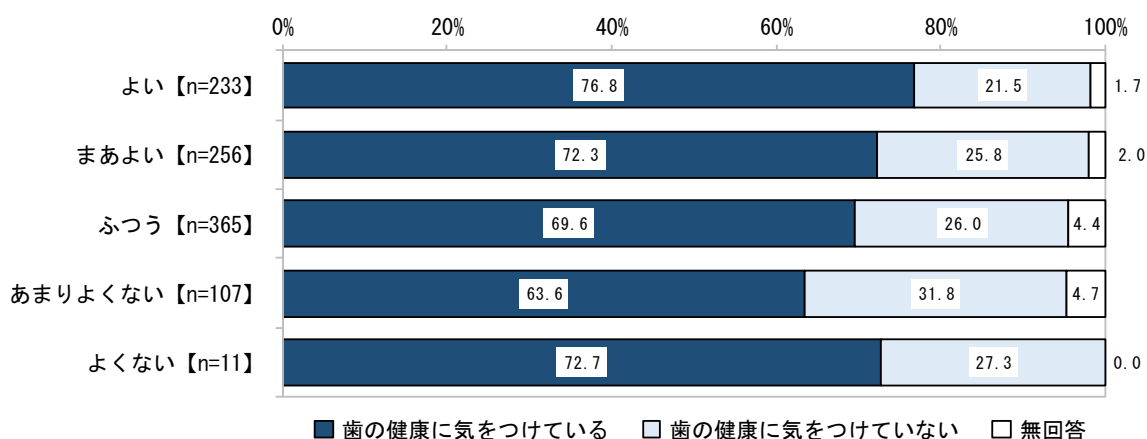


### 第3章 分析結果

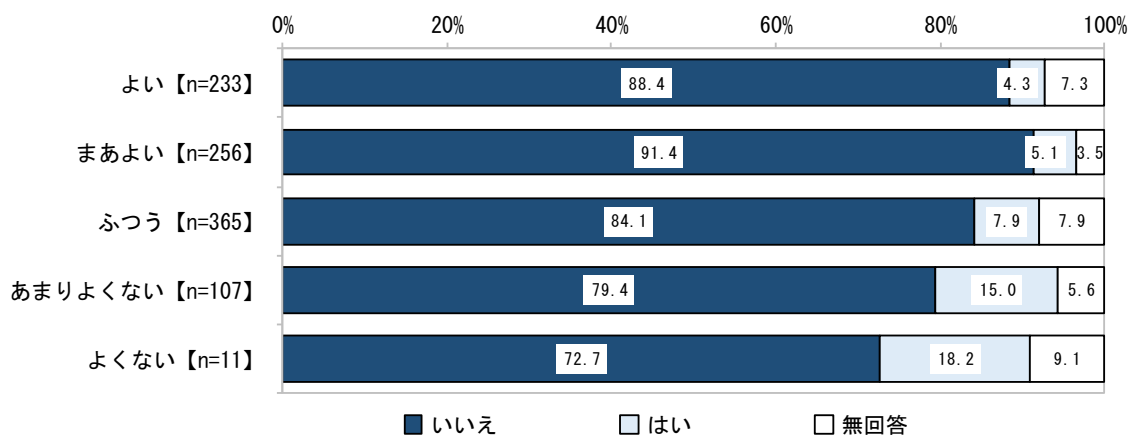
主観的健康感を睡眠によって休養がとれているかの有無別でみると、「はい」では「よい」が82.0%と最も高く、次いで「まあよい」が70.3%、「ふつう」が58.9%となっています。



主観的幸福感を歯の健康に気をつけているかの有無別でみると、「歯の健康に気をつけている」では「よい」が76.8%と最も高く、次いで「よくない」が72.7%、「まあよい」が72.3%となっています。



主観的健康感を自殺をしたいと思ったことの有無別でみると、「はい」では「よくない」が18.2%と最も高く、次いで「あまりよくない」が15.0%、「ふつう」が7.9%となっています。



# 資料編 アンケート調査票

## 1. 幼児の健康・食育に関するアンケート（5歳児）

### 幼児の健康・食育に関するアンケート

ご記入にあたってのお願い

問1～問2は、数字をご記入ください。

問3～問6は、数字を1つだけ選んで○をつけてください。

問1 お子さんの起床、就寝は何時頃ですか。

平日	起床時間	午前_____時_____分頃
	就寝時間	午後_____時_____分頃
休日	起床時間	午前_____時_____分頃
	就寝時間	午後_____時_____分頃

問2 お子さんのおやつ回数は、1日に何回ですか。（園（所）でのおやつを含みます）

※おやつを食べない場合は、「0」と記入してください。

平日	_____回	休日	_____回
----	--------	----	--------

問3 お子さんは、朝ごはんを食べていますか。

- |             |              |             |
|-------------|--------------|-------------|
| 1. 毎日食べる    | 2. 週5～6回食べる  | 3. 週3～4回食べる |
| 4. 週1～2回食べる | 5. 朝ごはんは食べない |             |

問4 お子さんは、夕食後に飲食しますか。（お茶・水は除きます）

- |            |            |            |
|------------|------------|------------|
| 1. 毎日する    | 2. 週5～6回する | 3. 週3～4回する |
| 4. 週1～2回する | 5. しない     |            |

問5 お子さんは、家庭で食事をする時「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしていますか。

- |             |             |
|-------------|-------------|
| 1. いつもしている  | 2. ほぼしている   |
| 3. あまりしていない | 4. いつもしていない |

問6 保護者の方は、ご家庭や園（所）での子さんの身体計測結果（身長・体重）を、親子（母子）健康手帳のグラフに記録していますか。

- |         |          |
|---------|----------|
| 1. している | 2. していない |
|---------|----------|

どの項目も記入していただけたでしょうか。今一度ご確認をお願いします。

記入後は封筒に入れて封をし、園（所）にご提出ください。

ご協力ありがとうございました。



### 3. 中学生の健康づくりアンケート

# 中学生の健康づくりアンケート

～下記の留意事項を読んで、各設問にお答えください。～

#### 留意事項

- 答えはコンピューターで統計的に処理をするので、個人を特定することはありません。  
○あなたのふだんの生活内容について、お答えください。  
○あてはまる番号に○をつけてください。どれにもあてはまらない場合は、もっとも近い番号に○をしてください。  
○両面に質問がたくさんあります。よろしくお願いいたします。

問1 あなたの性別は。(○は1つ)

1. 男                      2. 女

問2 野菜料理を1日に何回程度食べていますか。(○は1つ)

1. 毎食（1日3回）      2. 1日2回      3. 1日1回      4. ほとんど食べていない

問3 体育の授業以外で、運動・スポーツを週のうち3日以上していますか。(部活動を含む) (○は1つ)

1. はい                      2. いいえ

問4 歯みがきをしていますか。(○は1つ、「1」の場合は に数字を記入)

1. はい (1日 回)                      2. いいえ

問5 お酒を飲んだことがありますか。(○は1つ)

1. はい 2. いいえ

問6 たばこ（加熱式たばこ含む）を吸ったことがありますか。（○は1つ）

1. はい                      2. いいえ

問7 たばこを吸うとかかりやすくなると思うものすべてに○をつけてください。(複数回答可)

1. がん                      2. 脳の病気                      3. 心臓の病気                      4. 肺の病気
5. 歯ぐきの病気      6. 妊婦さんが吸うと、赤ちゃんが早く生まれたり、小さく生まれることがある
7. たばこを吸ってもからだに影響はない      8. わからない

問8 周りにたばこを吸う人がいますか。あてはまる人すべてに○をつけてください。(複数回答可)

1. 父親                      2. 母親                      3. 兄弟姉妹                      4. それ以外の家族  
5. 友人・知人                      6. 誰も吸わない

問9 就寝時間は何時ごろですか。24 時間表記で記入してください。(\_\_\_\_に数字を記入)

平日	_____時_____分頃に寝ている	休日	_____時_____分頃に寝ている
----	--------------------	----	--------------------

問 10 家庭、学校等でストレス（緊張・不安・あせりなど）を感じたことがありますか。（○は1つ）

- |       |              |       |
|-------|--------------|-------|
| 1. ある | 2. どちらともいえない | 3. ない |
|-------|--------------|-------|

問 11 ストレスを感じた時、相談できる相手がいますか。（○は1つ）

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. いる | 2. いない |
|-------|--------|

問 12 ストレスを感じた時、それを自分で解決したり対処する方法がありますか。（○は1つ）

- |           |           |       |
|-----------|-----------|-------|
| 1. いくつかある | 2. ひとつはある | 3. ない |
|-----------|-----------|-------|

問 13 睡眠によって休養がとれたと感じますか。（○は1つ）

- |       |        |          |
|-------|--------|----------|
| 1. はい | 2. いいえ | 3. わからない |
|-------|--------|----------|

問 14 日々の生活の中で楽しみややりがいがありますか。（○は1つ）

- |           |           |          |           |
|-----------|-----------|----------|-----------|
| 1. たくさんある | 2. いくつかある | 3. あまりない | 4. まったくない |
|-----------|-----------|----------|-----------|

問 15 相手の気持ちを考え、思いやることができますか。（○は1つ）

- |          |            |            |         |
|----------|------------|------------|---------|
| 1. よくできる | 2. まあまあできる | 3. あまりできない | 4. できない |
|----------|------------|------------|---------|

問 16 親と何でも話し合いができますか。（○は1つ）

- |          |            |            |         |
|----------|------------|------------|---------|
| 1. よくできる | 2. まあまあできる | 3. あまりできない | 4. できない |
|----------|------------|------------|---------|

問 17 悩みを抱えた時やストレスを感じた時、誰かに悩みを相談したり、助けを求めたりすること  
にためらいを感じますか。（○は1つ）

- |                  |               |          |
|------------------|---------------|----------|
| 1. そう思う          | 2. どちらかというと思う |          |
| 3. どちらかというとは思わない | 4. そうとは思わない   | 5. わからない |

※「ためらい」とは、心が迷ってなかなか決心がつかないことです。

問 18 不満や悩みやつらい気持ちを受け止め、耳を傾けてくれる人はいると思いますか。あてはまる  
ものすべてに○をつけてください。（複数回答可）

- |   |
|---|
| 1. 実際に会って、 <u>個人的に</u> 相談できる人がいる            |
| 2. 電話で、 <u>個人的に</u> 相談できる人がいる               |
| 3. メールやSNS（LINEほか）等で、 <u>個人的に</u> 相談できる人がいる |
| 4. 対面や電話による <u>相談機関に</u> 、相談できる             |
| 5. メールやSNS（LINEほか）等による <u>相談機関に</u> 、相談できる  |
| 6. いない                                      |

どの項目にも記入していただきましたでしょうか。今一度ご確認ください。

ご回答くださった後は、この調査票が入っていた封筒に入れてください。

ご協力ありがとうございました。

#### 4. 高校生の健康づくりアンケート

## 高校生の健康づくりアンケート

～下記の留意事項を読んで、各設問にお答えください。～

### 留意事項

- 答えはコンピューターで統計的に処理をするので、個人を特定することはありません。  
○あなたのふだんの生活内容について、お答えください。  
○あてはまる番号に○をつけてください。どれにもあてはまらない場合は、もっとも近い番号に○をしてください。  
○両面に質問がたくさんあります。よろしく願いいたします。

問1 あなたの性別は。(○は1つ)

1. 男                      2. 女

問2 1週間のうちで朝食を食べる日は何日ありますか。(○は1つ)

1. 7日間毎日食べる      2. 5～6日食べる      3. 3～4日食べる  
4. 1～2日食べる      5. 食べない

問2で「2～5」に○をつけた方におたずねします。

問2-1 朝食を食べない理由すべてに○をつけてください。(複数回答可)

1. 食欲がない                  2. 食べる習慣がない                  3. 食べなくても問題がない
4. 休みの日は食べない        5. 食べるより寝ていたい          6. 食べるより身支度を優先したい
7. その他（ ）

問3 野菜料理を1日に何回程度食べていますか。(○は1つ)

1. 毎食（1日3回）      2. 1日2回      3. 1日1回      4. ほとんど食べていない

問4 体育の授業以外で、運動・スポーツを週のうち3日以上していますか。(部活動を含む) (○は1つ)

1. はい                      2. いいえ

問5 歯みがきをしていますか。(○は1つ、「1」の場合は に数字を記入)

1. はい (1日 回)      2. いいえ

問6 たばこ（加熱式たばこ含む）を吸ったことがありますか。（○は1つ）

1. はい                      2. いいえ

問7 たばこを吸うとかかりやすくなると思うものすべてに○をつけてください。(複数回答可)

1. がん                      2. 脳卒中                      3. 心臓病                      4. 肺の病気
5. 歯周病                      6. 妊娠・出産への影響 (早産・低出生体重)
7. たばこを吸ってもからだに影響はない                      8. わからない

問8 周りにたばこを吸う人がいますか。あてはまる人すべてに○をつけてください。(複数回答可)

1. 父親                      2. 母親                      3. 兄弟姉妹                      4. それ以外の家族  
5. 友人・知人                      6. 誰も吸わない

問9 お酒を飲んだことがありますか。(○は1つ)

1. はい                      2. いいえ

問 10 睡眠によって休養がとれたと感じますか。(○は1つ)

1. はい                      2. いいえ                      3. わからない

問 11 日々の生活の中で楽しみややりがいがありますか。(○は1つ)

1. たくさんある      2. いくつかある      3. あまりない      4. まったくない

問 12 相手の気持ちを考え、思いやることができますか。(○は1つ)

1. よくできる      2. まあまあできる      3. あまりできない      4. できない

問 13 親と何でも話し合いができますか。(○は1つ)

1. よくできる      2. まあまあできる      3. あまりできない      4. できない

問 14 家庭、学校等でストレス(緊張・不安・あせりなど)を感じたことがありますか。(○は1つ)

1. ある      2. どちらともいえない      3. ない

問 15 ストレスを感じた時、相談できる相手がありますか。(○は1つ)

1. いる      2. いない

問 16 ストレスを感じた時、それを自分で解決したり対処する方法がありますか。(○は1つ)

1. いくつかある      2. ひとつはある      3. ない

問 17 悩みを抱えた時やストレスを感じた時、誰かに悩みを相談したり、助けを求めたりすること  
にためらいを感じますか。(○は1つ)

1. そう思う      2. どちらかというと思う  
3. どちらかというとは思わない      4. そうは思わない      5. わからない

問 17で「1」または「2」に○をつけた方におたずねします。

問 17-1 誰かに悩みを相談したり、助けを求めたりすること<sup>1</sup>にためらいを感じる理由について、あ  
てはまるものすべてに○をつけてください。(複数回答可)

1. 家族や友達など身近な人には、相談したくない(できない) 悩みだから  
2. 病院や支援機関等(行政の相談窓口、保健所など)の専門家に相談したいと思っているが、相談するハ  
ードルが高く感じるから  
3. 過去に、身近な人に相談したが、解決しなかった(嫌な思いをした)から  
4. 過去に、病院や支援機関に相談したが、解決しなかった(嫌な思いをした)から  
5. 自分の悩みを解決できる場所はないと思っているから  
6. その他 ( )

問 18 不満や悩みやつらい気持ちを受け止め、耳を傾けてくれる人はいると思いますか。あてはまる  
ものすべてに○をつけてください。(複数回答可)

1. 実際に会って、個人的に相談できる人がいる  
2. 電話で、個人的に相談できる人がいる  
3. メールやSNS(LINEほか)等で、個人的に相談できる人がいる  
4. 対面や電話による相談機関に、相談できる  
5. メールやSNS(LINEほか)等による相談機関に、相談できる  
6. いない

どの項目にも記入していただきましたでしょうか。今一度ご確認ください。  
ご回答くださった後は、この調査票が入っていた封筒に入れてください。  
ご協力ありがとうございました。



## 5. 健康基礎調査アンケート（成人）

# 健康基礎調査アンケート

I 現在の状況についておたずねします

問1 性別を教えてください (○は1つ)

1. 男	2. 女	3. 回答しない
------	------	----------

問2 年齢を教えてください (□に数字を記入)

□ 歲

問3 身長・体重を教えてください ※右詰でご記入ください (□に数字を記入)

身長 

--	--	--

 c m      体重 

--	--	--

 k g

問4 健康状態はいかがですか (○は1つ)

1. よい	2. まあよい	3. ふつう	4. あまりよくない	5. よくない
-------	---------	--------	------------	---------

問5 健康上の問題で日常生活に何か影響がありますか (○は1つ)

1. ある	2. ない
-------	-------

問5で「1. ある」に○をつけた方におたずねします

問5-1 どのようなことに影響がありますか (複数回答可)

1. 日常生活動作（起床、衣服着脱、食事、入浴など） 3. 仕事、家事、学業（時間や作業量が制限される） 5. その他(	2. 外出（時間や作業量などが制限される） 4. 運動（スポーツを含む）
--	---

問6 「フレイル」という言葉を知っていましたか (○は1つ)

1. 言葉も意味も知っていた      2. 言葉は知っていたが、意味は知らなかった

3. 言葉も意味も知らなかった

※「フレイル」とは、年をとることによって、体や心のはたらき、社会的なつながりが弱くなった状態を指します。そのまま放置すると、要介護状態になる可能性があります。早めに気づいて適切な取組を行うと、フレイルの進行を防ぎ、健康に戻ることができます。

問7 健康に関する情報が、気軽に手に入りますか (○は1つ)

1. とても入りやすい      2. まあまあ入りやすい      3. 入りにくい      4. 入らない

問8 今、幸せですか (数字に○)

←とても不幸

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

とても幸せ→

## Ⅱ 食事の状況についておたずねします

問1 1週間のうちで朝食を食べる日は何日ありますか (○は1つ)

1. 毎日食べる      2. 5～6日食べる      3. 3～4日食べる      4. 1～2日食べる  
5. 食べない

問1で「2～5」に○をつけた方におたずねします

問1-1 朝食を食べるためには、どのようなことが必要だと思いますか

(複数回答可)

- |                       |                               |
|-----------------------|-------------------------------|
| 1. 朝早く起きられること         | 2. 夜遅くまで残業するなど労働時間や環境に無理がないこと |
| 3. 朝、食欲があること          | 4. 夕食や夜食を食べ過ぎていないこと           |
| 5. 朝食を食べる習慣があること      | 6. 家に朝食が用意されていること             |
| 7. 自分で朝食を用意する時間があること  | 8. 自分で朝食を用意する手間がかからないこと       |
| 9. 朝食を食べるメリットを知っていること | 10. その他 ( )                   |

問2 ふだん外食する時や食品を購入する時に、栄養成分表示を参考にしていますか (○は1つ)

- |             |              |
|-------------|--------------|
| 1. いつもしている  | 2. 時々している    |
| 3. あまりしていない | 4. ほとんどしていない |

**栄養成分表示**  
1食(77g)当たり

エネルギー	353 kcal
たんぱく質	10.7 g
脂質	15.2 g
炭水化物	43.4 g
食塩相当量	4.9 g

問3 塩分を取り過ぎないように気をつけていますか

(○は1つ)

- |                     |                    |
|---------------------|--------------------|
| 1. 気をつけている          | 2. どちらかといえば気をつけている |
| 3. どちらかといえば気をつけていない | 4. 気をつけていない        |

問4 野菜料理を1日に何回程度食べていますか

(○は1つ)

- |             |         |         |           |
|-------------|---------|---------|-----------|
| 1. 毎食(1日3回) | 2. 1日2回 | 3. 1日1回 | 4. 1日1回未満 |
|-------------|---------|---------|-----------|

問5 野菜料理を1日に何皿程度食べていますか(1皿分の目安は、1人前のおひたしや野菜サラダ、具だくさんの汁物など約70gです)

(□に数字を記入)

皿程度 (食べない場合は、「0」とご記入ください)

問5で「5皿未満」と回答された方におたずねします

問5-1 野菜料理を5皿以上食べるためには、どのようなことが必要だと思いますか

(複数回答可)

- |                                  |                            |
|----------------------------------|----------------------------|
| 1. 野菜・野菜料理が安価に手に入ること             |                            |
| 2. カット野菜、冷凍野菜など手間がかからない食材が手に入ること |                            |
| 3. 野菜料理を作る時間があること                | 4. いろいろな調理方法を知っていること       |
| 5. 外食で野菜料理がとりやすいこと               | 6. お惣菜、市販のお弁当などで野菜がとりやすいこと |
| 7. 野菜を食べるメリットを知っていること            | 8. 1日に必要な野菜の量を知っていること      |
| 9. その他 ( )                       |                            |

問6 「食育」に関心がありますか

(○は1つ)

- |                  |                  |
|------------------|------------------|
| 1. 関心がある         | 2. どちらかといえば関心がある |
| 3. どちらかといえば関心がない | 4. 関心がない         |

※「食育」とは、様々な経験を通じて、「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。

問7 食事に地域の産物や旬の食材を使用していますか

(○は1つ)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問8 食事に行事食を取り入れていますか(例：おせち料理・土用の丑のうなぎ・冬至のかぼちゃなど) (○は1つ)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問9 主食・主菜・副菜がそろった食事をすることが1週間のうちでどれくらいありますか（主食・主菜・副菜がそろった食事をしない場合は、「0」とご記入ください）（それぞれ□に数字を記入）

朝食 週	<input type="text"/>	回程度	昼食 週	<input type="text"/>	回程度	夕食 週	<input type="text"/>	回程度
------	----------------------	-----	------	----------------------	-----	------	----------------------	-----

※主食：米、パン、めん類などの穀類で、主として糖質エネルギーの供給源になる。

※主菜：魚や肉、卵、大豆製品などを使った料理で、主として良質たんぱく質や脂肪の供給源になる。

※副菜：野菜などを使った料理で、主食と主菜に不足するビタミン、ミネラル、食物繊維などを補う。

問10 家族構成は次のうちどれにあてはまりますか（○は1つ）

1. 単独世帯	2. 核家族	3. 三世代以上	4. その他
---------	--------	----------	--------

問10で「2～4」（家族等と同居している）と回答された方におたずねします

問10-1 家族等と一緒に食事をする事が1週間のうちでどれくらいありますか（それぞれ□に数字を記入）

朝食 週	<input type="text"/>	回程度	夕食 週	<input type="text"/>	回程度	（ない場合は、「0」とご記入ください）
------	----------------------	-----	------	----------------------	-----	---------------------

問11 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから食生活に気をつけて実践していますか（適正体重の維持や減塩等）（○は1つ）

1. いつも気をつけて実践している	2. 気をつけて実践している
3. あまり気をつけて実践していない	4. 全く気をつけて実践していない

問12 食事を残さないように食べたり、無駄なく調理したりしていますか（○は1つ）

1. はい	2. いいえ
-------	--------

問13 あなたの世帯は、災害時に備えて何日分の食料を用意していますか（非常用の食料だけでなく、ローリングストックなども含めてお答えください）（○は1つ、「1」の場合は□に数字を記入）

1. している（世帯人数分として <input type="text"/> 日分）	2. していない	3. わからない
---	----------	----------

※「ローリングストック」とは、普段の食品を少し多めに買い置きしておき、賞味期限を考えて古いものから消費し、消費した分を買い足すことで、常に一定量の食品が家庭で備蓄されている状態を保つための方法です。

### Ⅲ 運動の状況についておたずねします

問1 健康のために仕事や家事の中でどれくらい意識的に身体を動かしていますか（○は1つ）

1. 積極的にしている	2. まあまあしている	3. あまりしていない	4. ほとんどしていない
-------------	-------------	-------------	--------------

問2 1回に30分以上の運動を週2回以上、1年以上継続していますか（○は1つ）

1. 継続している	2. 継続していない
-----------	------------

問3 運動をする、もしくは運動しようと思った時に、一緒にできる家族や仲間がいますか（○は1つ）

1. いる	2. いない
-------	--------

問4 現在、体に痛みがありますか（それぞれ○は1つ）

①腰	1. いつも痛い	2. 時々痛い	3. たまに痛い	4. 痛くない
②手足の関節	1. いつも痛い	2. 時々痛い	3. たまに痛い	4. 痛くない

#### IV 心の健康についておたずねします

問1 家庭、職場等でストレス（緊張・不安・あせりなど）を感じたことがありますか (○は1つ)

1. ある                      2. どちらともいえない                      3. ない

問2 ストレスを感じた時、相談できる相手がいますか (○は1つ)

1. いる                      2. いない

問3 ストレスを感じた時、それを自分で解決したり対処する方法がありますか (○は1つ)

1. いくつかある                      2. ひとつはある                      3. ない

問4 自分でも対処できないほどのストレスを感じた時、専門機関に相談しようと思いますか (○は1つ)

1. 思う                      2. 思わない

問5 睡眠によって休養がとれていますか (○は1つ)

1. はい                      2. いいえ                      3. わからない

問6 生活の中で楽しみや生きがい、やりがいがありますか (○は1つ)

1. たくさんある                      2. いくつかある                      3. あまりない                      4. まったくない

問7 子どもや親と何でも話し合えると感じていますか (○は1つ)

1. とても感じる                      2. 感じる                      3. あまり感じない                      4. 感じない

問8 子育て中の方におたずねします。周りの人たちに支えられて子育てができていると感じますか (○は1つ)

1. とても感じる                      2. 感じる                      3. あまり感じない                      4. 感じない

問9 家族や友人など、身近な人や大切な人のこころの健康の変化（言動や体の不調など）に対して、気づき・適切な対応がとれそうですか（例：声をかける、相談機関を紹介する等） (○は1つ)

1. できそう                      2. まあできそう                      3. あまりできそうにない                      4. できそうにない

問10 たばこ（加熱式たばこ含む）を吸いますか (○は1つ)

1. 吸う                      2. 過去に吸っていた                      3. 吸わない

問11 この1ヶ月間に、望まずに自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか (複数回答可)

1. 家庭                      2. 職場                      3. 学校                      4. 飲食店                      5. 遊技場  
6. 行政機関                      7. 医療機関                      8. 公共交通機関                      9. 路上  
10. 子どもが利用する屋外の空間                      11. ない

問12 お酒を飲む頻度はどのくらいですか (○は1つ)

1. 毎日                      2. 週5～6日                      3. 週3～4日                      4. 週1～2日                      5. 月1～3日  
6. ほとんど飲まない                      7. やめた                      8. 飲まない（飲めない）

## 問12で「1～5」（お酒を飲む）と回答された方におたずねします

問12-1 1日平均してどれくらいお酒を飲みますか

(○は1つ)

- |                      |                      |
|----------------------|----------------------|
| 1. 清酒1合(180ml)未満     | 2. 清酒1合以上2合(360ml)未満 |
| 3. 清酒2合以上3合(540ml)未満 | 4. 清酒3合以上4合(720ml)未満 |
| 5. 清酒4合以上5合(900ml)未満 | 6. 清酒5合(900ml)以上     |

※清酒以外のものをお飲みの方は、下記の換算表を参考にしてお答えください。

清酒1合(アルコール度数15度・180ml)

= ビール中瓶1本 = 焼酎0.6合 = ワイン1/4本 = ウイスキーダブル1杯 = 缶チューハイ1.5缶  
 (5度・500ml) (25度・約110ml) (14度・約180ml) (43度・60ml) (5度・約520ml)

## V 健(検)診の状況についておたずねします

※健(検)診は、市が実施する健(検)診だけでなく職場や学校での健(検)診や人間ドック等も含まれます。

問1① 健康診査を受けていますか(年1回)

(○は1つ)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

※「健康診査」とは、問診、診察、身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査等の内容をさします。

問1② 胃がん検診を受けていますか(2年に1回以上)

(○は1つ)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問1③ 結核・肺がん検診を受けていますか(年1回)

(○は1つ)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問1④ 大腸がん検診を受けていますか(年1回)

(○は1つ)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問1⑤ 【女性のみ】乳がん検診を受けていますか(2年に1回以上)

(○は1つ)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問1⑥ 【女性のみ】子宮頸がん検診を受けていますか(年1回)

(○は1つ)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問1の①～⑥で1つでも「2. いいえ」(受けていない)と回答された方におたずねします

問1-1 どうしたら健(検)診を受けようと思いますか

(複数回答可)

- |                       |                    |
|-----------------------|--------------------|
| 1. 個人通知(ハガキやメールなど)がくる | 2. 費用が安くなるまたは無料になる |
| 3. 特典が得られる            | 4. 職場で受けられる        |
| 5. かかりつけ医で受けられる       | 6. 集団健(検)診の機会が増える  |
| 7. 短時間で受けられる          | 8. 休日や夜間に受けられる     |
| 9. その他( )             | 10. いずれもあてはまらない    |

## VI 歯とお口の状況についておたずねします

問1 1日に何回歯みがきをしていますか

(□に数字を記入)

回 (歯みがきをしない場合は、「0」とご記入ください)

問2 ふだん、歯の健康について気をつけていることを教えてください (複数回答可)

1. 年1回以上、歯科医院等で歯のチェック（歯科検診）を受けている
2. 年1回以上、歯科医院等で専門的な歯みがきの指導を受けている
3. 年1回以上、歯科医院等で歯石除去をしている
4. 歯みがき剤にフッ素入りのものを使っている
5. 歯と歯の間を清掃するための専用器具（デンタルフロス、糸ようじ、歯間ブラシ等）を使っている
6. 歯みがきをていねいにしている
7. その他の方法（ ）
8. 特に気をつけていない

問3 現在、歯が何本ありますか（かぶせた歯・さし歯・根だけが残っている歯も本数に含めます）  
※成人の歯は親しらずを除くと28本です (□に数字を記入)

<input style="width: 80%;" type="text"/>	本（歯がない場合は、「0」とご記入ください）
--	------------------------

問4 歯周病と関連があると思う病気やからだへの影響すべてに○をつけてください (複数回答可)

- |          |                        |                       |          |
|----------|------------------------|-----------------------|----------|
| 1. 糖尿病   | 2. 妊娠・出産への影響（早産・低出生体重） | 3. 肥満                 | 4. 心疾患   |
| 5. 脳血管疾患 | 6. 誤嚥性肺炎               | 7. 関連のある病気やからだへの影響はない | 8. わからない |

## VII 自殺対策についておたずねします

以下の設問について、回答を負担に感じる方は、回答していただくなくてもかまいません

もし、回答する中で、負担を感じたり、相談したい悩みなどがあれば、ご活用ください。



●電話でのご相談の場合（主な電話相談の番号）

- ・津山市健康増進課 ☎0868-32-2069
- ・こころの健康相談統一ダイヤル ☎0570-064-556（有料）  
月曜日～金曜日（祝日・年末年始は除く） 9時30分～12時／13時～16時  
18時30分～22時30分（受付は22時まで）
- ・よりそいホットライン ☎0120-279-338（フリーダイヤル・無料） 24時間対応

問1 悩みを抱えたときやストレスを感じたとき、誰かに悩みを相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じますか (○は1つ)

- |                  |               |
|------------------|---------------|
| 1. そう思う          | 2. どちらかというと思う |
| 3. どちらかというとは思わない | 4. そうは思わない    |
|                  | 5. わからない      |

**問1で「1または2」と回答された方におたずねします****問1-1 誰かに悩みを相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じる理由を教えてください**

(複数回答可)

1. 家族や友達など身近な人には、相談したくない（できない）悩みだから
2. 病院や支援機関等（行政の相談窓口、保健所など）の専門家に相談したいと思っているが、相談するハードルが高く感じるから
3. 過去に、身近な人に相談したが、解決しなかった（嫌な思いをした）から
4. 過去に、病院や支援機関に相談したが、解決しなかった（嫌な思いをした）から
5. 自分の悩みを解決できる場所はないと思っているから
6. その他（ ）

**問2 不満や悩みやつらい気持ちを受け止め、耳を傾けてくれる人はいると思いますか**

(複数回答可)

1. 実際に会って、個人的に相談できる人がいる
2. 電話で、個人的に相談できる人がいる
3. メールやSNS（LINEほか）等で、個人的に相談できる人がいる
4. 対面や電話による相談機関に、相談できる
5. メールやSNS（LINEほか）等による相談機関に相談できる
6. いない

**問3 新型コロナウイルス感染症流行以降、あなたの心情や考えに変化がありましたか。コロナ流行から回答時点までのあなたの気持ちを教えてください**

(複数回答可)

1. 不安を強く感じるようになった
2. 家族以外の人とのつながりが少なくなり、孤独を感じた
3. 家族関係の悪化や家族との考え方の違いに悩まされるようになった
4. 感染対策を過剰に意識するようになり、ストレスを感じた
5. 家で過ごす時間が増え、家族と過ごす時間の大切さを再認識した
6. 在宅勤務や時差出勤の機会が増え、自分や家族の働き方について考えるようになった
7. みんなもつらくて不安なんだと思い、つらい気持ちが少し軽くなった
8. その他（ ）
9. 特に変化はなかった

**問3で「1～8」と回答された方におたずねします****問3-1 コロナ禍での心情や考えの変化に伴い、どのような支援や対策が必要だと思いますか(複数回答可)**

1. 曜日や時間帯を問わずいつでも相談できる相談体制の強化
2. 家族と距離を置けるような居場所支援
3. 感染対策やワクチン、各種給付金制度や相談先などの情報の周知
4. 在宅勤務の推進の強化
5. 生活支援・就労支援
6. その他（ ）

**問4 自殺対策は自分自身に関わる問題だと思いますか**

(〇は1つ)

- |           |                 |              |
|-----------|-----------------|--------------|
| 1. そう思う   | 2. どちらかといえばそう思う | 3. あまりそう思わない |
| 4. そう思わない | 5. どちらともいえない    |              |



## 問5 自殺対策に関する以下の事柄について知っていましたか

次の①～⑦のそれぞれについて該当するもの1つだけに○をつけてください (それぞれ○は1つ)

項 目	内容まで知っていた	内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある	知らなかった
①電話相談(こころの健康相談統一ダイヤル、よりそいホットラインなど)			
②SNSを活用した相談(LINE、生きづらびっと、こころのほっとチャットなど)			
③ホームページ(支援情報検索サイト、厚生労働省特設サイト「まもうよ こころ」など)			
④自殺予防週間(9月10日～16日)			
⑤自殺対策強化月間(3月)			
⑥ゲートキーパー (自殺のサインに気づき、適切な対応を取れる人)			
⑦市内の自殺防止に関わる相談窓口			

○を書いてください



## 問6 最近1年以内に自殺したいと思ったことがありますか

(○は1つ)

1. いいえ	2. はい
--------	-------

## 問7 今後求められるものとして、どのような自殺対策が有効であると思いますか

(複数回答可)

1. 自殺の実態を明らかにする調査・分析 2. 様々な分野におけるゲートキーパー(自殺のサインに気づき、適切な対応を取れる人)の養成 3. 地域やコミュニティを通じた見守り・支え合い 4. 様々な悩みに対応した相談窓口の設置 5. 危険な場所、薬品等の規制等 6. 自殺未遂者の支援 7. 自殺対策に関わる民間団体の支援 8. 自殺予防に関する広報・啓発 9. 職場におけるメンタルヘルス対策の推進 10. 子どもや若者の自殺予防 11. 一緒に自殺する者を募ったり、自殺の手段を教えたりするネット上の書き込みや、自殺の動画等を配信した者に対する取り締まりや支援情報の案内などのネットパトロール 12. 自死遺族等の支援 13. 適切な精神科医療体制の整備 14. 自殺報道の影響への対策(報道機関への注意喚起など) 15. その他( )
---

ご回答いただき、ありがとうございました  
 同封の返信用封筒に入れ、封をして11月30日(水)までに、  
 投函してください(切手は不要です)





# 津山市健康基礎調査実施報告書

平成5年3月

発 行 津山市こども保健部健康増進課

住 所 〒708-8501

岡山県津山市山北520

電 話 0868-32-2069