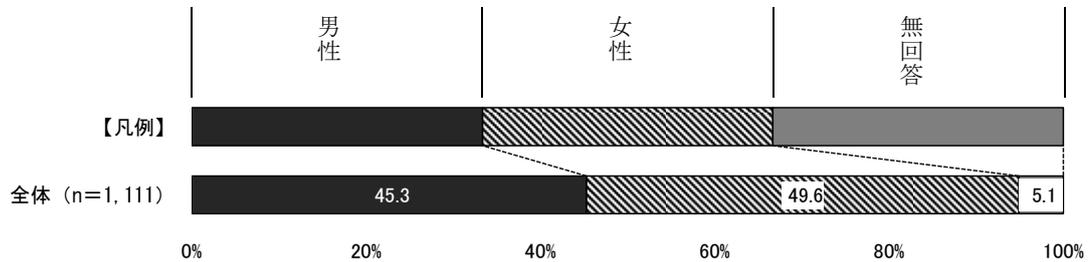


II 一般市民調査

1 基本属性

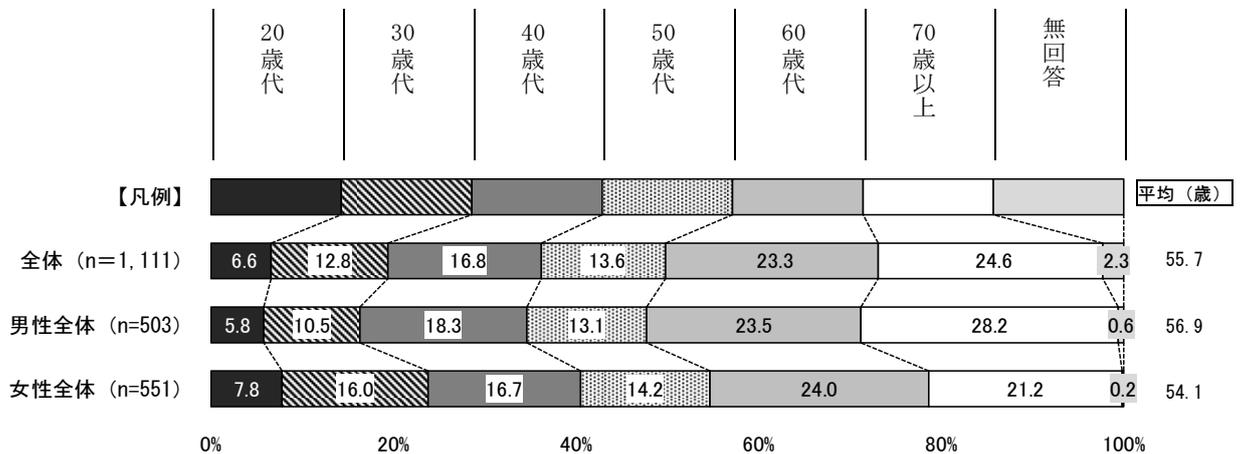
問1 あなたの性別をお答えください。(○は1つ)

「男性」が45.3%、「女性」が49.6%で「女性」がやや多い。



問2 あなたの年齢（平成28年11月1日現在）をお答えください。(数字を記入)

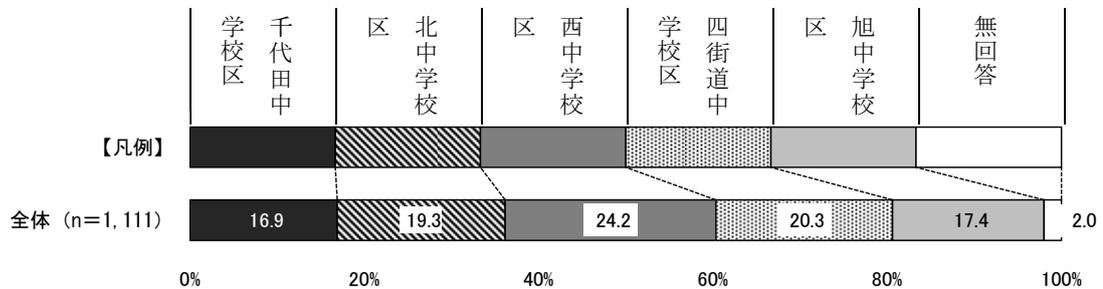
「70歳以上」が24.6%と最も多く、次いで「60歳代」が23.3%、「40歳代」が16.8%となっている。性別にみると、「70歳以上」が男性で28.2%と、女性に比べて多い。



問3 あなたのお住まいの地域はどちらですか。(○は1つ)

中学校区

「西中学校区」が24.2%と最も多く、次いで「四街道中学校区」が20.3%、「北中学校区」が19.3%となっている。



千代田中学校区	亀崎、物井、長岡、内黒田、千代田、池花、もねの里
北中学校区	栗山、萱橋、大日（緑ヶ丘・桜ヶ丘以外）、鹿渡（JR線路北側：四街道市役所側）、つくし座、さちが丘、中央
西中学校区	下志津新田、四街道、大日（緑ヶ丘・桜ヶ丘）、鹿放ヶ丘、さつきヶ丘
四街道中学校区	鹿渡（JR線路南側：四街道警察署側）、和良比、みのり町、美しが丘、めいわ
旭中学校区	山梨、吉岡、小名木、成山・中台・中野、南波佐間・上野・和田、旭ヶ丘、みそら、鷹の台

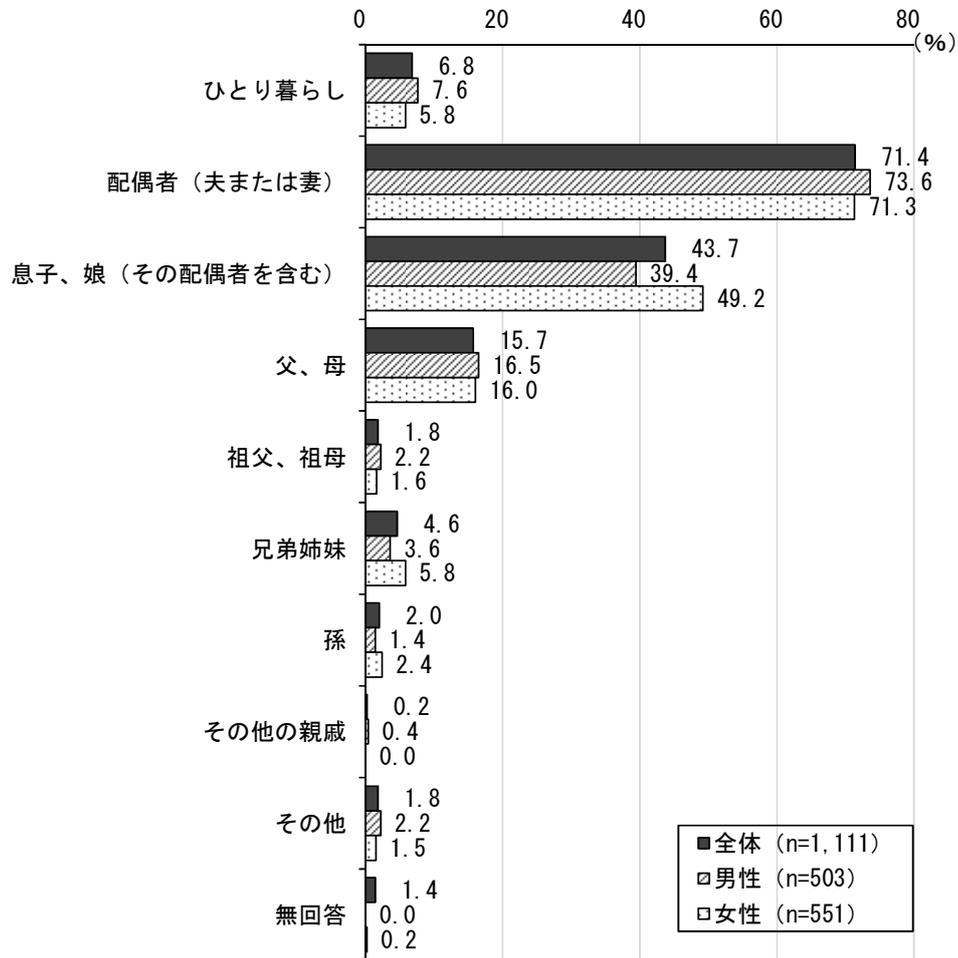
【一般市民調査】

問4 あなたは、現在誰と暮らしていますか。(あてはまるものすべてに○)

「配偶者（夫または妻）」が71.4%と最も多く、次いで「息子、娘（その配偶者を含む）」が43.7%、「父、母」が15.7%となっている。

性別にみると、「息子、娘（その配偶者を含む）」が女性で49.2%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、男性20歳代と女性20歳代で「父、母」が約7割と、他の年代に比べて多い。



単位 (%)	サンプル数 (人)	ひとり暮らし	妻 配偶者 (夫または妻)	息子、娘 (その配偶者を含む)	父、母	祖父、祖母	兄弟姉妹	孫	その他の親戚	その他	無回答
全体	1,111	6.8	71.4	43.7	15.7	1.8	4.6	2.0	0.2	1.8	1.4
男性20歳代	29	10.3	13.8	3.4	72.4	13.8	31.0	0.0	0.0	3.4	0.0
男性30歳代	53	5.7	64.2	58.5	26.4	0.0	5.7	0.0	3.8	1.9	0.0
男性40歳代	92	6.5	66.3	58.7	29.3	1.1	4.3	1.1	0.0	1.1	0.0
男性50歳代	66	12.1	77.3	50.0	16.7	3.0	1.5	0.0	0.0	4.5	0.0
男性60歳代	118	9.3	79.7	36.4	8.5	1.7	0.8	2.5	0.0	2.5	0.0
男性70歳以上	142	4.2	87.3	25.4	0.0	1.4	0.0	2.1	0.0	1.4	0.0
女性20歳代	43	0.0	23.3	16.3	69.8	11.6	37.2	0.0	0.0	4.7	0.0
女性30歳代	88	1.1	68.2	69.3	29.5	0.0	10.2	0.0	0.0	0.0	0.0
女性40歳代	92	2.2	75.0	72.8	19.6	1.1	4.3	0.0	0.0	2.2	0.0
女性50歳代	78	3.8	78.2	59.0	11.5	1.3	1.3	1.3	0.0	3.8	0.0
女性60歳代	132	9.8	80.3	36.4	3.0	1.5	0.8	2.3	0.0	0.0	0.8
女性70歳以上	117	11.1	73.5	35.0	0.9	0.0	0.9	7.7	0.0	0.9	0.0

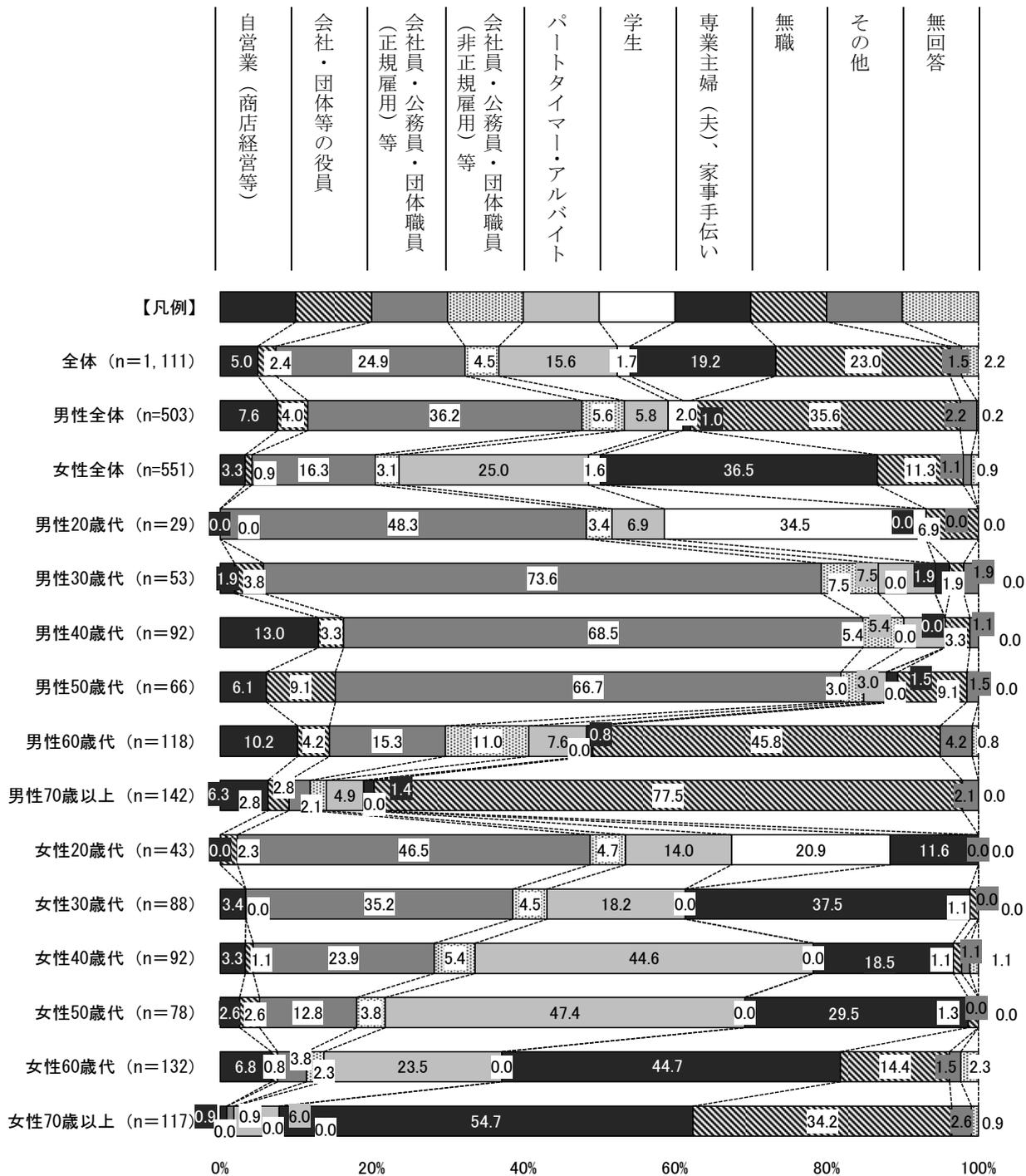
【一般市民調査】

問5 あなたの主な職業をお答えください。(〇は1つ)

「会社員・公務員・団体職員（正規雇用）等」が24.9%と最も多く、次いで「無職」が23.0%、「専業主婦（夫）、家事手伝い」が19.2%となっている。

性別にみると、「会社員・公務員・団体職員（正規雇用）等」が男性で36.2%、「無職」が男性で35.6%と、女性に比べて多い。また、「パートタイマー・アルバイト」が女性で25.0%、「専業主婦（夫）、家事手伝い」が女性で36.5%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「会社員・公務員・団体職員（正規雇用）等」が男性20歳代から50歳代、女性20歳代で最も多い。また、女性40歳代、50歳代では「パートタイマー・アルバイト」が4割を超えている。女性30歳代、60歳代、70歳以上では「専業主婦（夫）、家事手伝い」が最も多い。



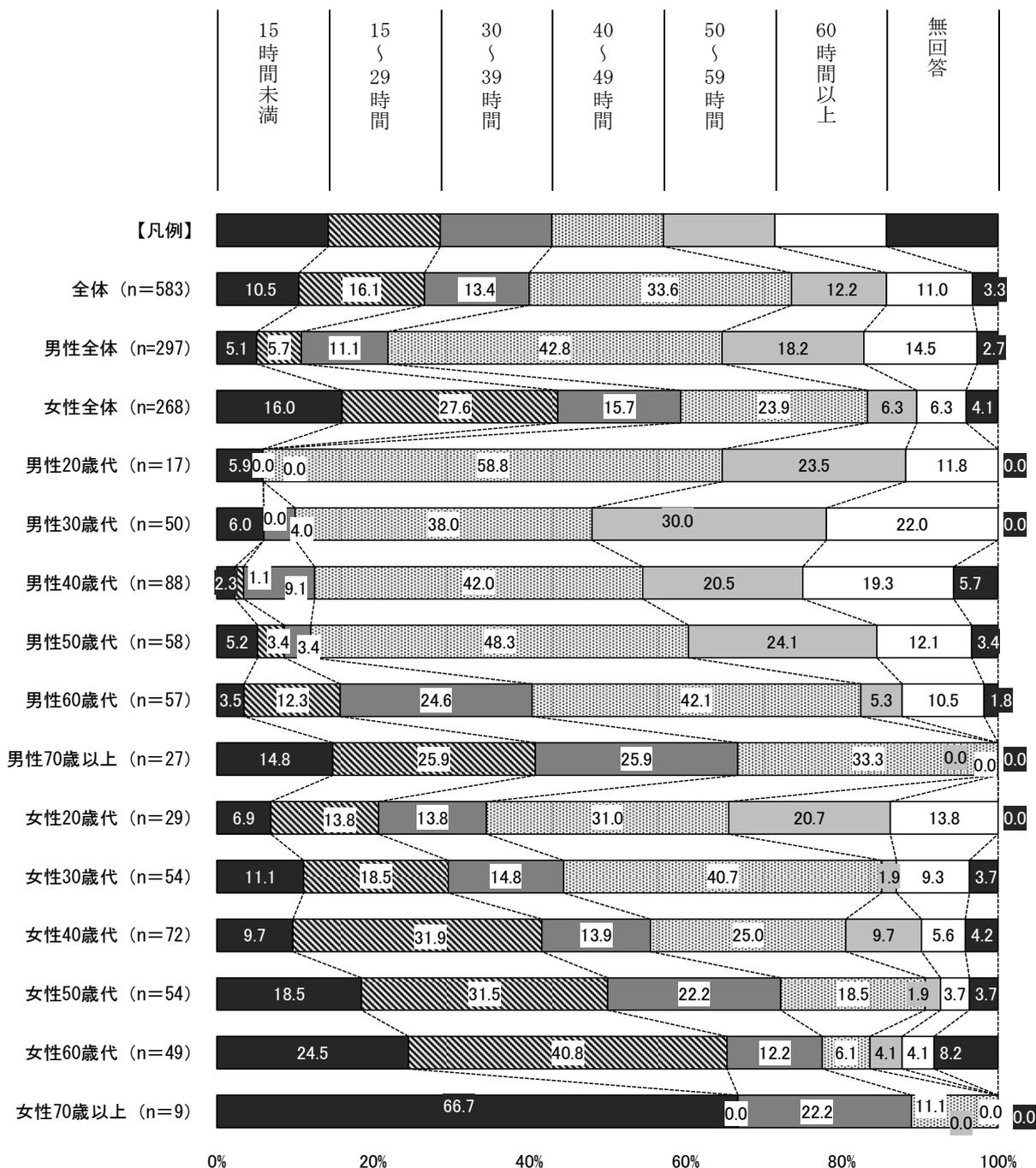
問5で「1」～「5」(働いている)と回答した方にお聞きします。

問5-1 1週間にどのくらいの時間働いていますか。残業や副業をしている場合は、それを含めてお考え下さい。(〇は1つ)

「40～49時間」が33.6%と最も多く、次いで「15～29時間」が16.1%、「30～39時間」が13.4%となっている。

性別にみると、女性では「15時間未満」、「15～29時間」、「30～39時間」が多い。また、40時間以上は男性が女性に比べて多い。

性年代別にみると、男性のすべての年代と女性20歳代、30歳代で「40～49時間」が最も多く、女性40歳代、50歳代、60歳代で「15～29時間」が多い。



【一般市民調査】

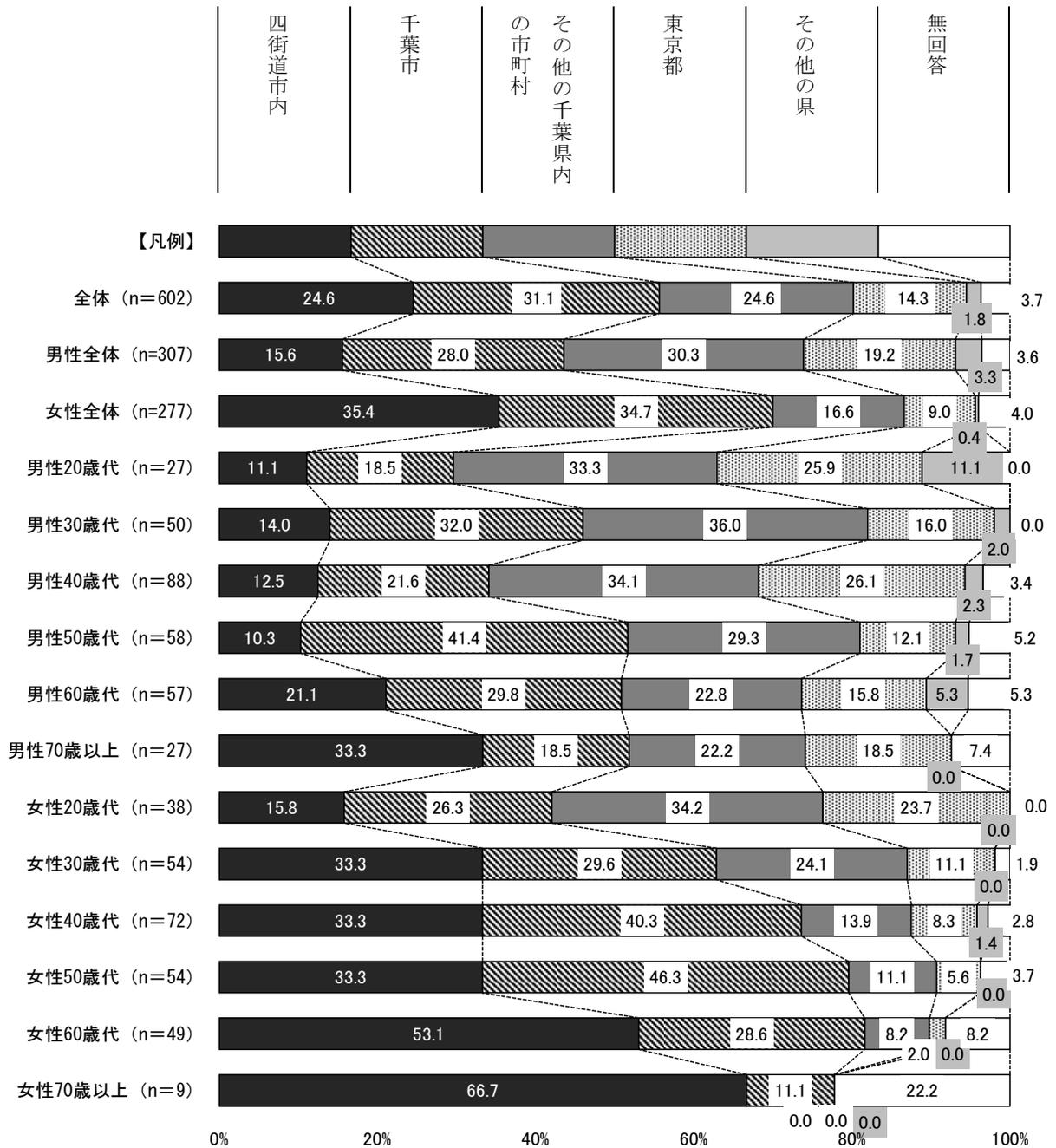
問5で「1」～「6」(通勤・通学をしている)と回答した方にお聞きします。

問5-2 お勤めや通学されているのはどちらですか。(〇は1つ)

「千葉市」が31.1%と最も多く、次いで「四街道市内」と「その他の千葉県内の市町村」が24.6%となっている。

性別にみると、「四街道市内」が女性で35.4%と、男性に比べて多く、また「その他の千葉県内の市町村」が男性で30.3%と、女性に比べて多い。男性は「東京都」、「その他の千葉県内の市町村」への通勤・通学が多く、女性は「四街道市内」、「千葉市」など、近隣への通勤・通学が多い。

性年代別にみると、女性においては、年代が高くなるほど、「四街道市内」、「千葉市」など近隣への通勤・通学が多い。



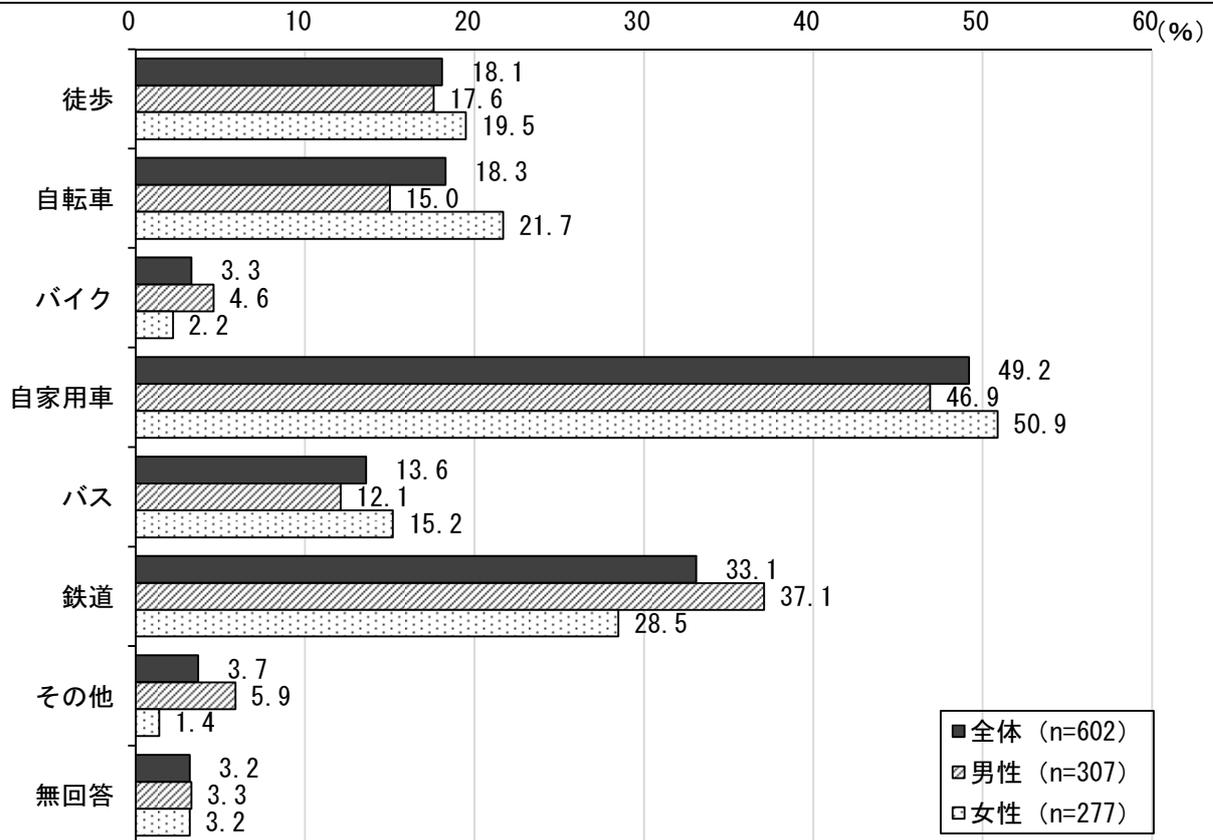
問5で「1」～「6」(通勤・通学をしている)と回答した方にお聞きします。

問5-3 どのような手段でお勤めや通学をされていますか。(あてはまるものすべてに○)

「自家用車」が49.2%と最も多く、次いで「鉄道」が33.1%、「自転車」が18.3%となっている。

性別にみると、「自転車」が女性で21.7%と、男性に比べて多く、「鉄道」が男性で37.1%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、「自転車」が男性20歳代で多く、4割を超えている。また、「鉄道」で男性20歳代が5割を超えて、女性20歳代が6割を超えて多い。



単位 (%)	(人) サンプル数	徒歩	自転車	バイク	自家用車	バス	鉄道	その他	無回答
全体	602	18.1	18.3	3.3	49.2	13.6	33.1	3.7	3.2
男性20歳代	27	29.6	40.7	0.0	33.3	25.9	55.6	0.0	0
男性30歳代	50	24.0	16.0	8.0	42.0	10.0	38.0	6.0	0
男性40歳代	88	11.4	12.5	4.5	55.7	10.2	35.2	3.4	3.4
男性50歳代	58	13.8	5.2	8.6	55.2	6.9	29.3	5.2	5.2
男性60歳代	57	19.3	15.8	0.0	47.4	15.8	38.6	7.0	1.8
男性70歳以上	27	18.5	14.8	3.7	22.2	11.1	37.0	18.5	11.1
女性20歳代	38	36.8	31.6	2.6	34.2	28.9	63.2	2.6	0
女性30歳代	54	18.5	13.0	1.9	64.8	18.5	29.6	1.9	1.9
女性40歳代	72	19.4	23.6	2.8	51.4	9.7	25.0	1.4	0
女性50歳代	54	16.7	16.7	3.7	48.1	18.5	29.6	1.9	1.9
女性60歳代	49	12.2	24.5	0.0	51.0	8.2	10.2	0.0	12.2
女性70歳以上	9	11.1	33.3	0.0	44.4	0.0	0.0	0.0	11.1

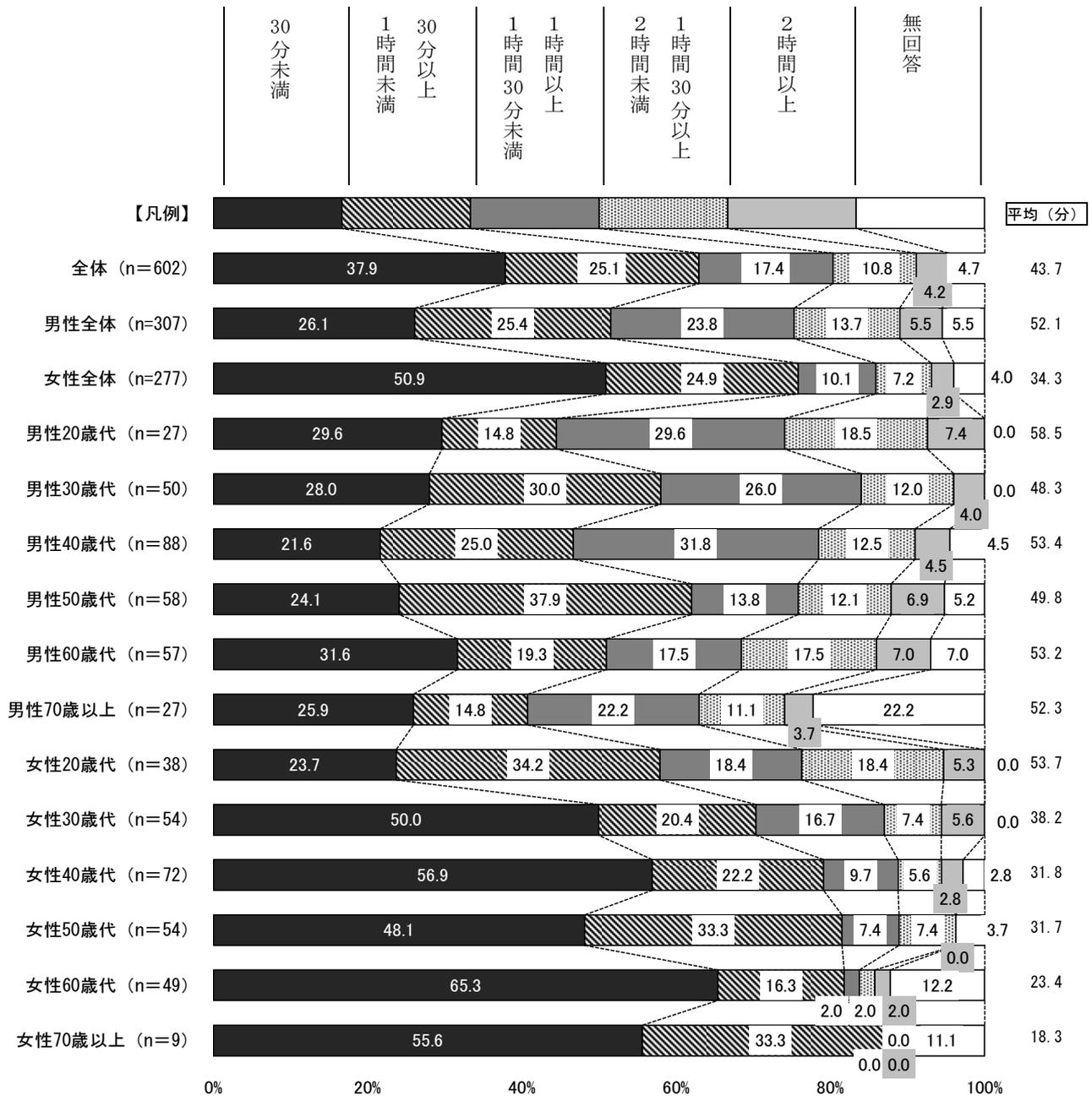
問5で「1」～「6」(通勤・通学をしている)と回答した方にお聞きします。

問5-4 お勤めや通学にかかる時間は片道何分くらいですか。(数字を記入)

「30分未満」が37.9%と最も多く、次いで「30分以上1時間未満」が25.1%、「1時間以上1時間30分未満」が17.4%となっている。

性別にみると、「30分未満」が女性で50.9%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「30分未満」が女性30歳代から70歳以上で多い。



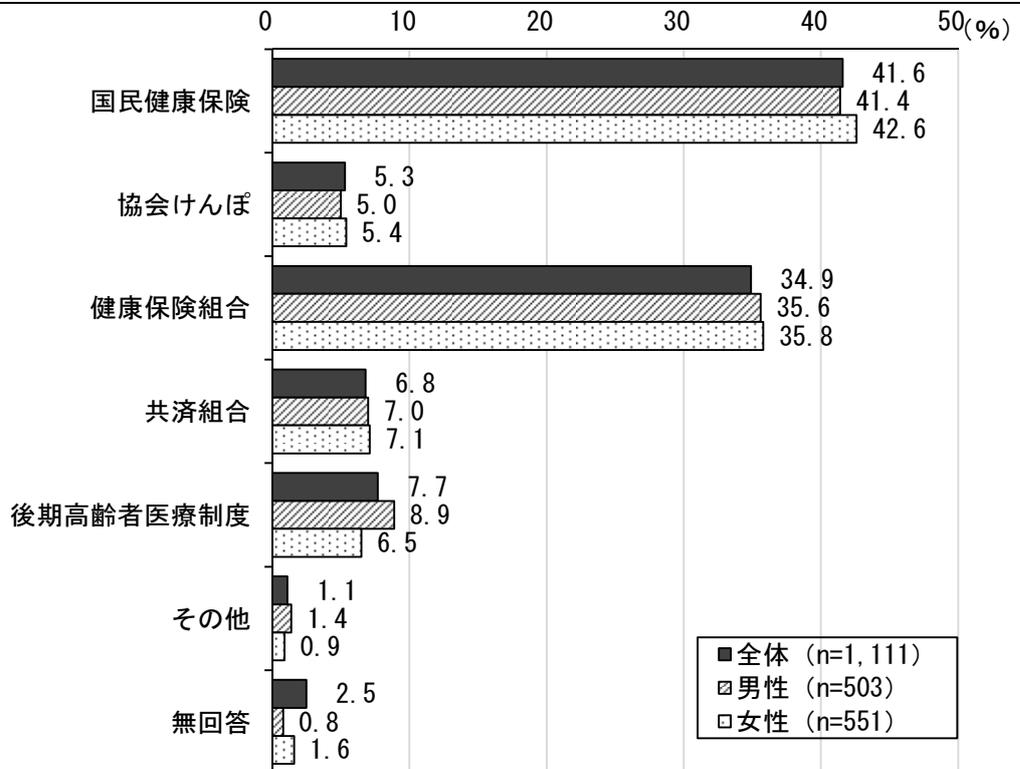
ここからは、すべての方にお聞きします。

問6 あなたの加入している健康保険は何ですか。(〇は1つ)

「国民健康保険」が41.6%と最も多く、次いで「健康保険組合」が34.9%、「後期高齢者医療制度」が7.7%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「国民健康保険」が男女の60歳代、70歳以上で多く、約6割となっている。



単位 (%)	(サン プル 数)	国民 健康 保険	協 会 けん ぽ	健 康 保 険 組 合	共 済 組 合	後 期 高 齢 者 医 療 制 度	そ の 他	無 回 答
全体	1,111	41.6	5.3	34.9	6.8	7.7	1.1	2.5
男性20歳代	29	37.9	6.9	41.4	6.9	0.0	0.0	6.9
男性30歳代	53	20.8	7.5	52.8	15.1	0.0	3.8	0.0
男性40歳代	92	18.5	4.3	64.1	13.0	0.0	0.0	0.0
男性50歳代	66	18.2	7.6	53.0	16.7	0.0	4.5	0.0
男性60歳代	118	59.3	7.6	28.8	1.7	0.8	1.7	0.0
男性70歳以上	142	60.6	0.7	7.7	0.0	31.0	0.0	0.0
女性20歳代	43	30.2	7.0	44.2	16.3	0.0	0.0	2.3
女性30歳代	88	25.0	8.0	50.0	8.0	0.0	4.5	4.5
女性40歳代	92	22.8	7.6	50.0	16.3	0.0	1.1	2.2
女性50歳代	78	24.4	7.7	57.7	10.3	0.0	0.0	0.0
女性60歳代	132	63.6	5.3	27.3	0.8	1.5	0.0	1.5
女性70歳以上	117	65.0	0.0	5.1	0.9	29.1	0.0	0.0

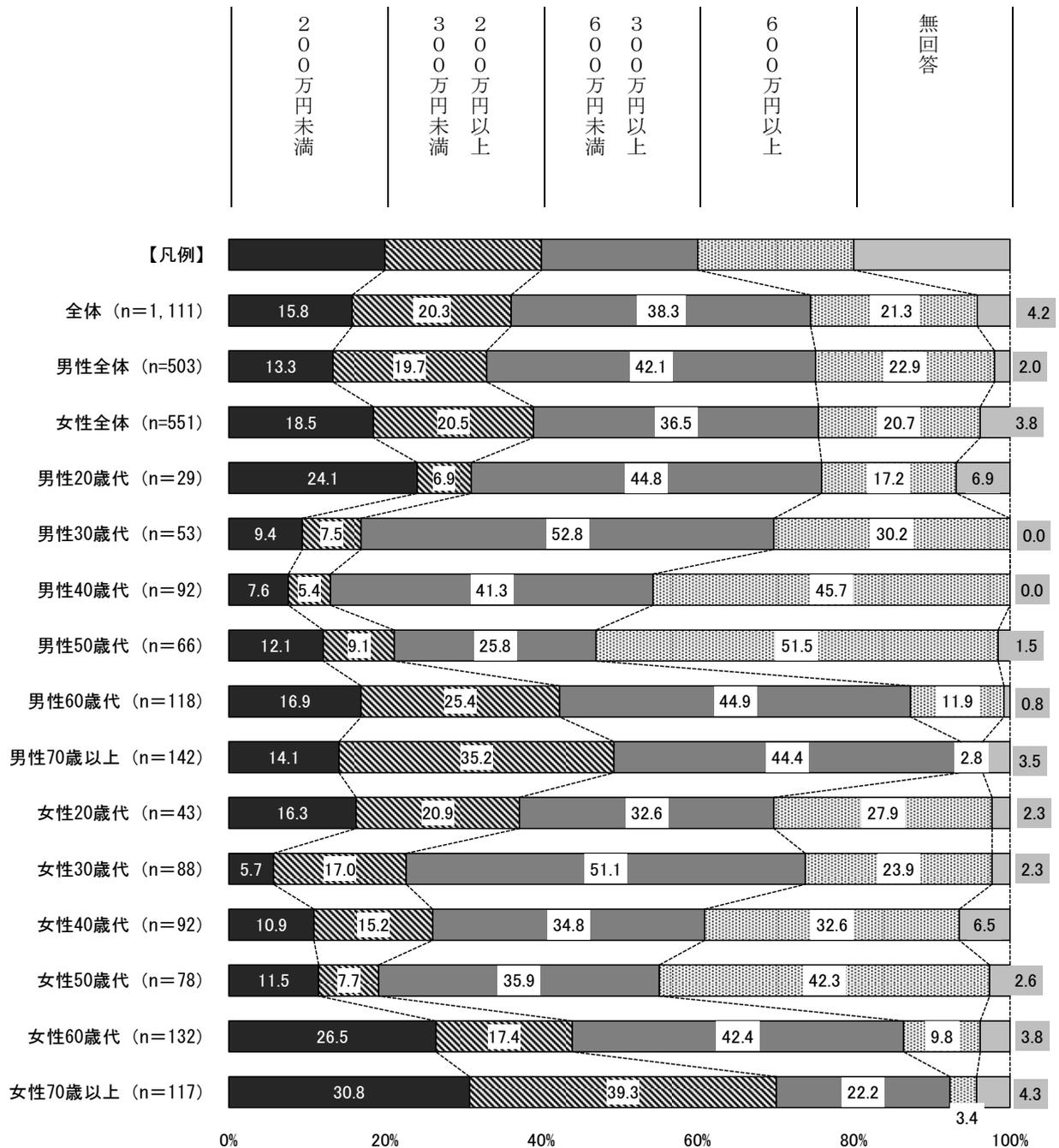
【一般市民調査】

問7 あなたの世帯収入は年間おいくらですか。(〇は1つ)

「300万円以上 600万円未満」が38.3%と最も多く、次いで「600万円以上」が21.3%、「200万円以上 300万円未満」が20.3%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「300万円以上 600万円未満」が男女の30歳代で多く、約5割となっている。また、「600万円以上」が男性40歳代、50歳代、女性50歳代が多い。



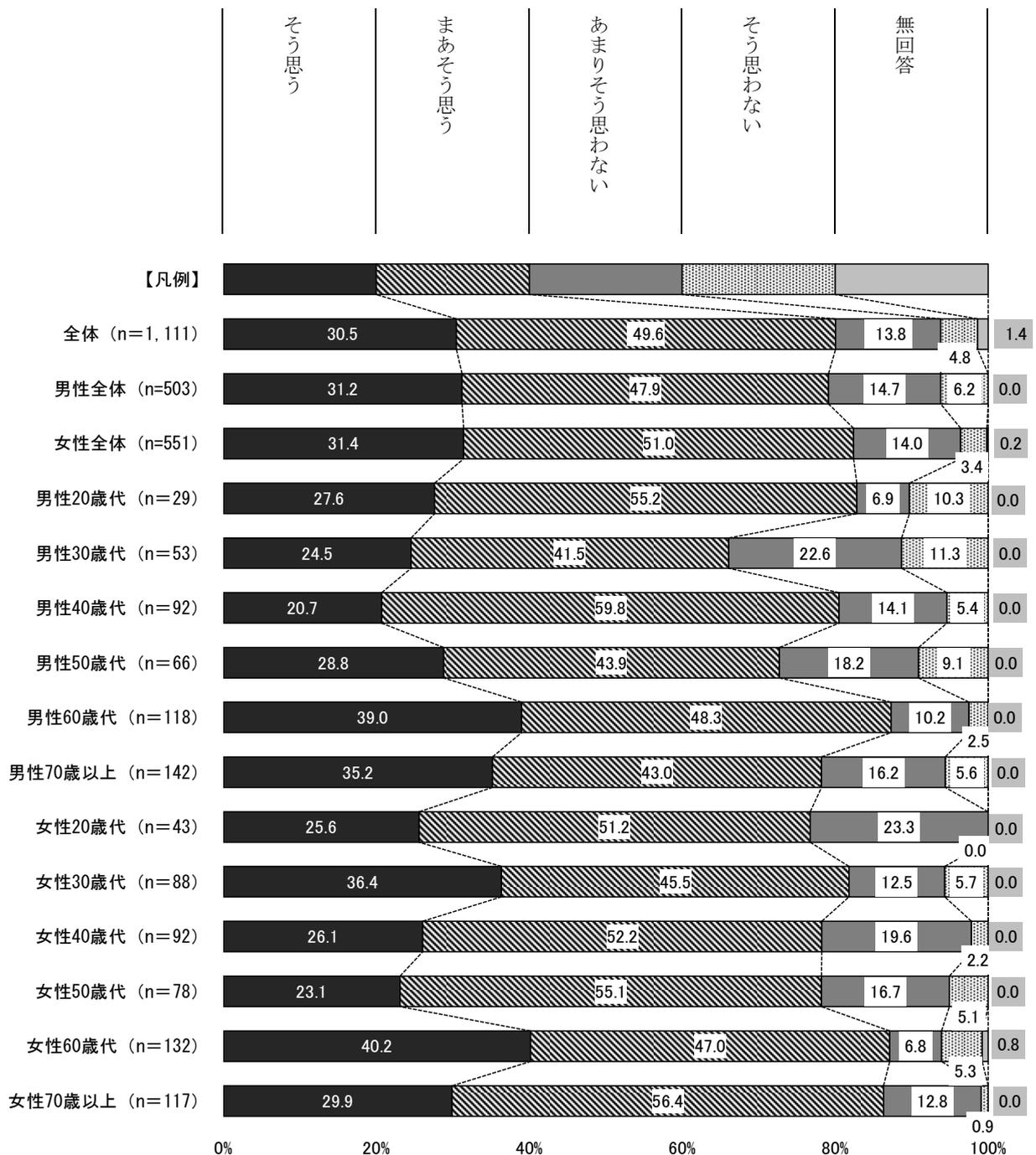
2 健康状態・健康に対する意識について

問8 あなたは、毎日を健やかに充実して暮らせていると思いますか。(○は1つ)

「そう思う」と「まあそう思う」を合わせた“思う”が80.1%と多い。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、男女すべての年代で“思う”が6割を超えている。



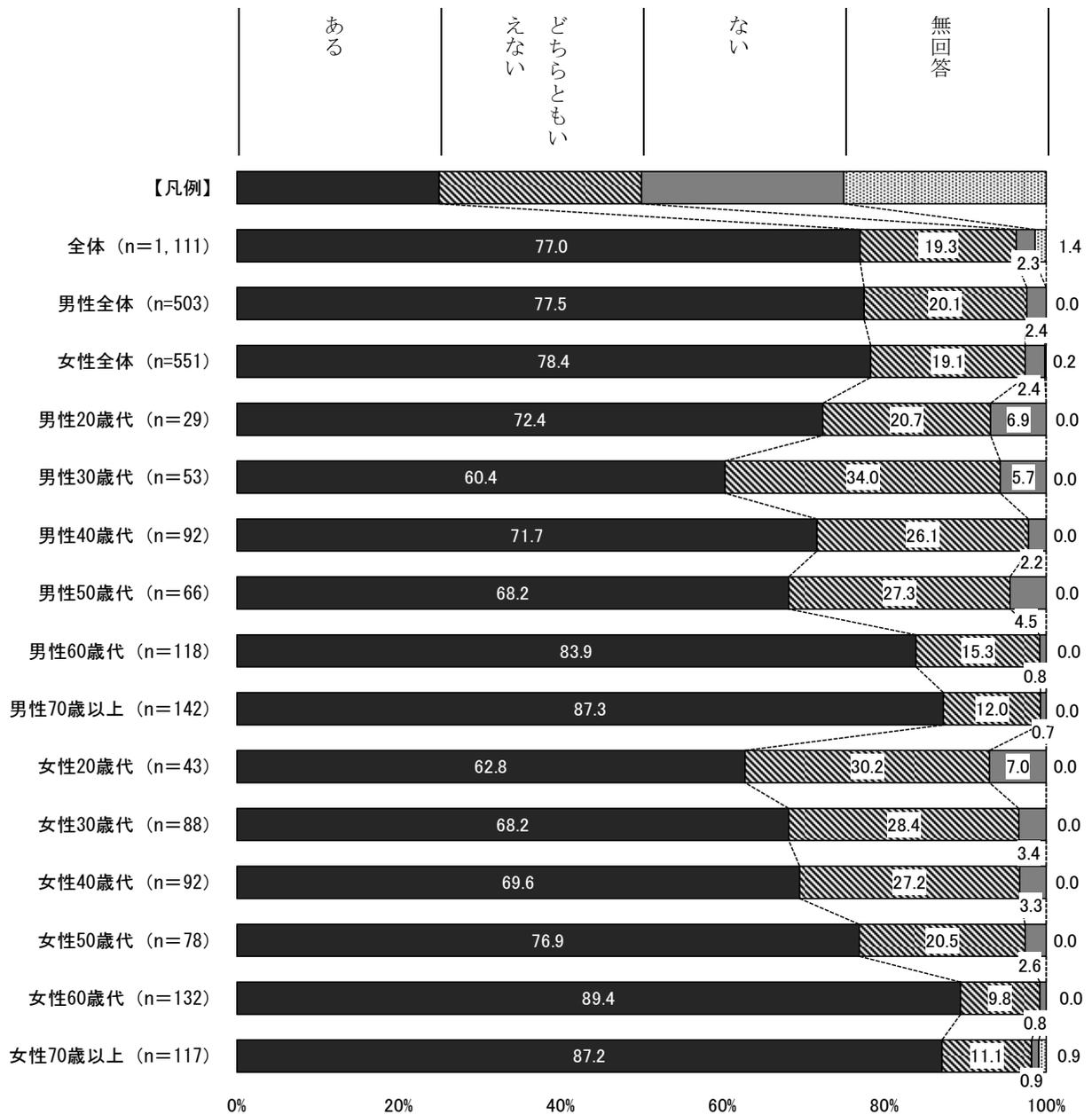
【一般市民調査】

問9 あなたは、自分の健康に関心がありますか。(○は1つ)

「ある」が77.0%と最も多く、次いで「どちらともいえない」が19.3%、「ない」が2.3%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、男性30歳代と女性20歳代では、「ある」が他の年代よりもやや低くなっている。



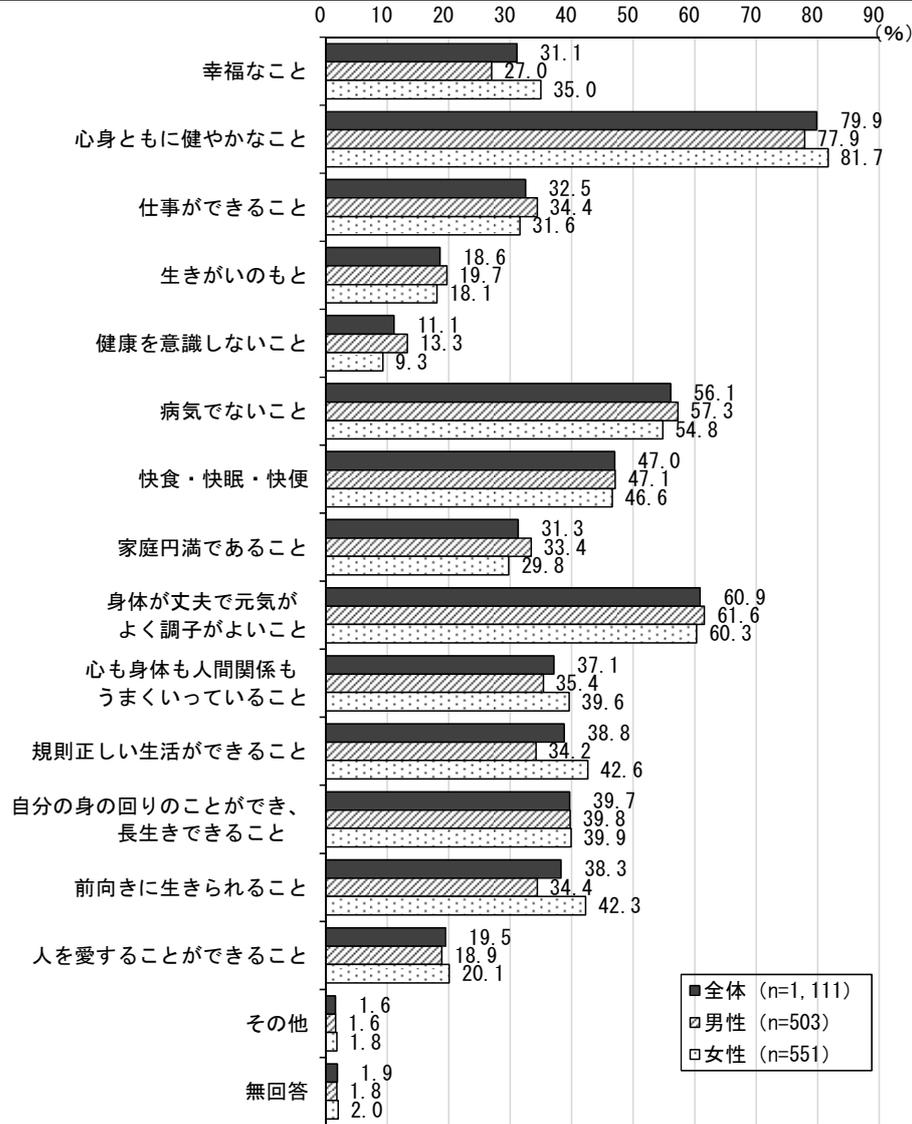
【一般市民調査】

問10 あなたは「健康とは何ですか」と聞かれたらどのように答えますか。
(あてはまるものすべてに○)

「心身ともに健やかなこと」が79.9%と最も多く、次いで「身体が丈夫で元気がよく調子が良いこと」が60.9%、「病気でないこと」が56.1%となっている。

性別にみると、「規則正しい生活ができること」と「前向きに生きられること」が女性で4割を超え、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「心身ともに健やかなこと」は、どの年代でも割合が高く、約8割となっている。男性30歳代、男性40歳代では「仕事ができること」が他の年代よりやや多い。



単位 (%)	サンプル数 (人)	幸福なこと	心身ともに健やかなこと	仕事ができること	生きがいのもと	健康を意識しないこと	病気でないこと	快食・快眠・快便	家庭円満であること	身体が丈夫で元気がよく調子が良いこと	心も身体も人間関係もよくいっていること	規則正しい生活ができること	自分の身の回りのことができ、長生きできること	前向きに生きられること	人を愛することができること	その他	無回答
全体	1,111	31.1	79.9	32.5	18.6	11.1	56.1	47.0	31.3	60.9	37.1	38.8	39.7	38.3	19.5	1.6	1.9
男性20歳代	29	31.0	86.2	13.8	24.1	20.7	48.3	41.4	20.7	55.2	34.5	31.0	10.3	20.7	6.9	0.0	3.4
男性30歳代	53	30.2	73.6	43.4	15.1	7.5	64.2	43.4	32.1	67.9	28.3	35.8	37.7	37.7	24.5	1.9	5.7
男性40歳代	92	27.2	73.9	42.4	16.3	8.7	63.0	39.1	28.3	70.7	33.7	25.0	32.6	29.3	14.1	1.1	1.1
男性50歳代	66	21.2	80.3	37.9	16.7	12.1	59.1	36.4	21.2	56.1	28.8	22.7	39.4	24.2	13.6	1.5	0
男性60歳代	118	25.4	82.2	38.1	21.2	16.9	55.1	44.9	30.5	62.7	39.8	40.7	38.1	31.4	20.3	4.2	1.7
男性70歳以上	142	28.9	76.1	24.6	22.5	14.8	52.8	62.0	47.2	56.3	38.0	40.1	52.1	46.5	23.2	0.0	1.4
女性20歳代	43	25.6	79.1	27.9	14.0	7.0	69.8	44.2	14	69.8	32.6	48.8	37.2	34.9	18.6	0.0	0
女性30歳代	88	29.5	83.0	29.5	8.0	5.7	55.7	48.9	18.2	72.7	34.1	33.0	31.8	34.1	10.2	0.0	4.5
女性40歳代	92	31.5	82.6	35.9	7.6	5.4	48.9	32.6	21.7	56.5	31.5	26.1	28.3	25.0	13.0	2.2	1.1
女性50歳代	78	37.2	88.5	35.9	20.5	10.3	55.1	43.6	32.1	67.9	41.0	37.2	37.2	44.9	19.2	1.3	1.3
女性60歳代	132	46.2	82.6	34.1	25.0	12.1	51.5	51.5	41.7	56.1	46.2	50.0	47.7	50.8	30.3	0.8	2.3
女性70歳以上	117	30.8	76.1	25.6	26.5	12.0	57.3	53.8	35.9	49.6	44.4	56.4	49.6	53.0	23.1	5.1	1.7

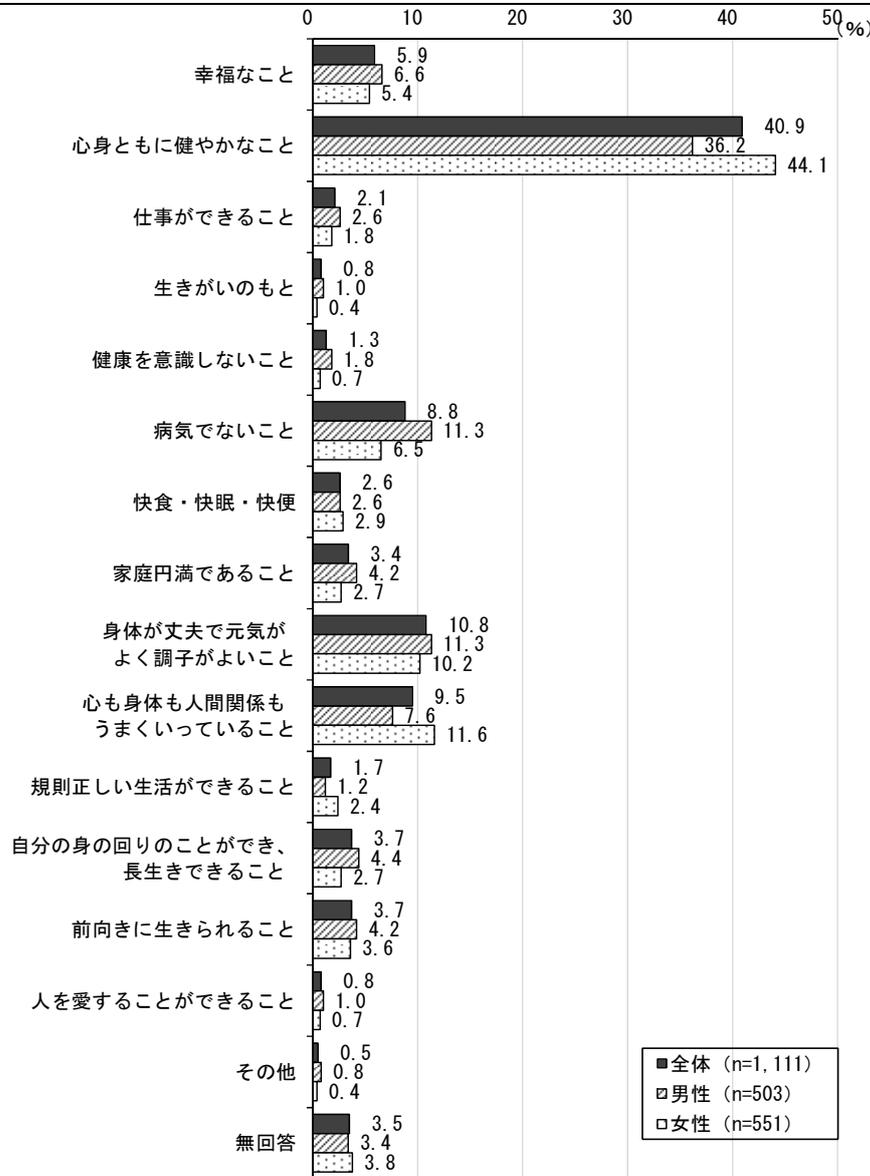
【一般市民調査】

問 10-1 問 10 で選んだ中で、あなたのお考えに最も合うものを1つだけ選び、その番号を記入してください。(数字を記入)

「心身ともに健やかなこと」が40.9%と最も多く、次いで「身体が丈夫で元気がよく調子がよいこと」が10.8%、「心も身体も人間関係もうまくいっていること」が9.5%となっている。

性別にみると、「病気でないこと」が男性で11.3%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、問 10 同様、「心身ともに健やかなこと」がすべての性年代で多い。



単位 (%)	サンプル数 (人)	幸福なこと	心身ともに健やかなこと	仕事ができること	生きがいのもの	健康を意識しないこと	病気でないこと	快食・快眠・快便	家庭円満であること	調子がよいこと	身体が丈夫で元気がよく調子がよいこと	心も身体も人間関係もうまくいっていること	規則正しい生活ができること	自分の身の回りのことができ、長生きできること	前向きに生きられること	人を愛することができること	その他	無回答
全体	1,111	5.9	40.9	2.1	0.8	1.3	8.8	2.6	3.4	10.8	9.5	1.7	3.7	3.7	3.7	0.8	0.5	3.5
男性20歳代	29	6.9	34.5	3.4	0.0	6.9	3.4	3.4	0.0	17.2	10.3	0.0	0.0	3.4	3.4	0.0	0.0	6.9
男性30歳代	53	7.5	32.1	1.9	0.0	0.0	15.1	1.9	5.7	9.4	5.7	0.0	3.8	3.8	7.5	0.0	0.0	5.7
男性40歳代	92	9.8	31.5	1.1	1.1	5.4	17.4	3.3	3.3	12.0	6.5	0.0	0.0	3.3	0.0	1.1	1.1	4.3
男性50歳代	66	4.5	45.5	4.5	0.0	1.5	10.6	0.0	3.0	12.1	9.1	1.5	4.5	1.5	0.0	1.5	0.0	0.0
男性60歳代	118	5.9	38.1	2.5	1.7	0.0	8.5	1.7	5.1	11.9	6.8	2.5	5.1	5.1	0.0	1.7	1.7	3.4
男性70歳以上	142	5.6	34.5	2.8	1.4	0.7	10.6	4.2	4.9	9.2	8.5	1.4	7.7	5.6	0.0	0.0	0.0	2.8
女性20歳代	43	4.7	48.8	4.7	0.0	0.0	4.7	2.3	0.0	16.3	9.3	4.7	2.3	2.3	0.0	0.0	0.0	0.0
女性30歳代	88	8.0	51.1	1.1	0.0	1.1	10.2	1.1	3.4	14.8	3.4	0.0	0.0	1.1	0.0	0.0	0.0	4.5
女性40歳代	92	7.6	51.1	4.3	0.0	1.1	6.5	3.3	0.0	14.1	6.5	0.0	1.1	1.1	0.0	1.1	1.1	2.2
女性50歳代	78	7.7	47.4	0.0	0.0	1.3	6.4	0.0	1.3	9.0	15.4	2.6	2.6	3.8	1.3	0.0	0.0	1.3
女性60歳代	132	3.0	37.9	2.3	0.0	0.0	5.3	4.5	3.0	8.3	15.9	3.8	3.0	5.3	1.5	0.8	0.8	5.3
女性70歳以上	117	3.4	35.9	0.0	1.7	0.9	6.0	4.3	6.0	4.3	15.4	3.4	6.0	6.0	0.9	0.0	0.0	6.0

【一般市民調査】

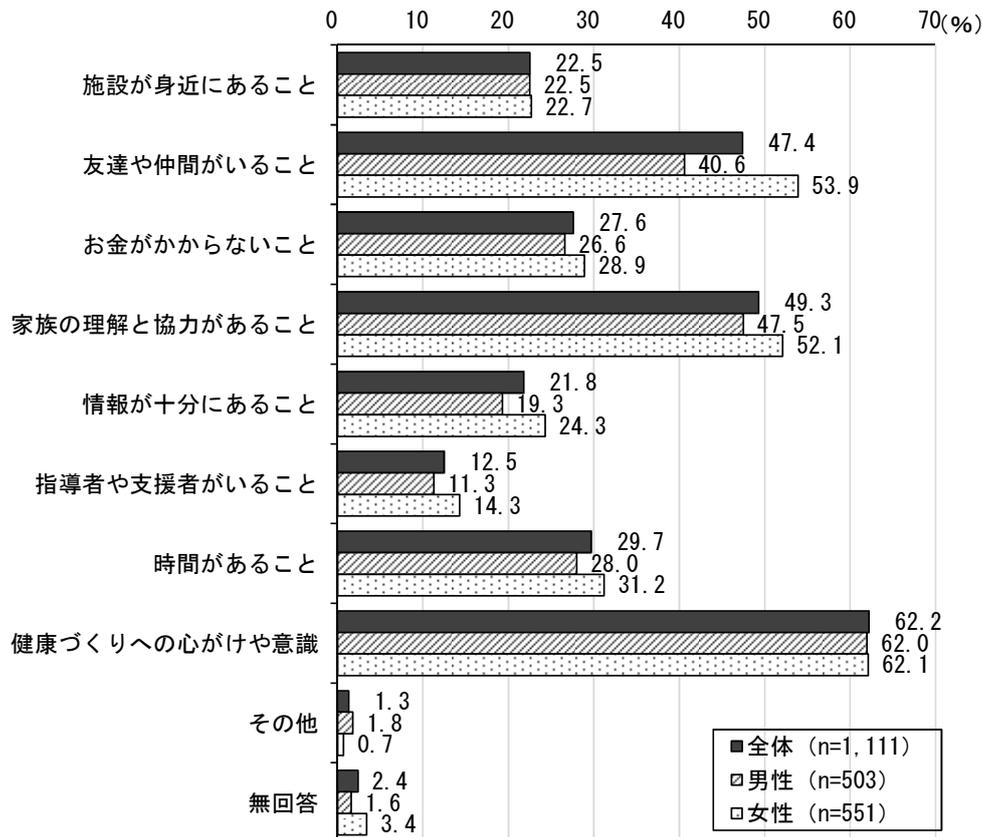
問 11 あなたの健康づくりを維持・継続させるためには何が大切だと思いますか。

(あてはまるものすべてに○)

「健康づくりへの心がけや意識」が 62.2%と最も多く、次いで「家族の理解と協力があること」が 49.3%、「友達や仲間がいること」が 47.4%となっている。

性別にみると、「友達や仲間がいること」が女性で 53.9%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「友達や仲間がいること」が女性 20 歳代、30 歳代、50 歳代、60 歳代、70 歳以上で多く、5 割を超えている。また、「時間があること」が女性 20 歳代、30 歳代で多く、5 割を超えている。



単位 (%)	サンプル数 (人)	施設が身近にあること	友達や仲間がいること	お金がかからないこと	家族の理解と協力があること	情報が十分にあること	指導者や支援者がいること	時間があること	健康づくりへの心がけや意識	その他	無回答
全体	1,111	22.5	47.4	27.6	49.3	21.8	12.5	29.7	62.2	1.3	2.4
男性20歳代	29	17.2	44.8	13.8	48.3	27.6	10.3	44.8	51.7	0.0	3.4
男性30歳代	53	20.8	37.7	30.2	52.8	11.3	17.0	47.2	58.5	1.9	5.7
男性40歳代	92	23.9	29.3	27.2	43.5	17.4	9.8	38.0	59.8	0.0	0.0
男性50歳代	66	31.8	39.4	25.8	40.9	18.2	10.6	36.4	59.1	1.5	0.0
男性60歳代	118	19.5	42.4	28.0	46.6	18.6	9.3	19.5	63.6	2.5	2.5
男性70歳以上	142	21.1	47.2	27.5	51.4	22.5	12.7	14.1	66.9	2.8	0.7
女性20歳代	43	20.9	55.8	27.9	53.5	34.9	9.3	51.2	53.5	0.0	0.0
女性30歳代	88	18.2	50.0	26.1	55.7	23.9	17.0	51.1	56.8	1.1	4.5
女性40歳代	92	16.3	42.4	32.6	53.3	13.0	7.6	34.8	52.2	1.1	1.1
女性50歳代	78	21.8	55.1	35.9	51.3	24.4	12.8	35.9	65.4	1.3	2.6
女性60歳代	132	29.5	57.6	27.3	53.0	27.3	19.7	22.7	65.9	0.8	5.3
女性70歳以上	117	24.8	60.7	25.6	47.0	26.5	14.5	12.8	70.9	0.0	4.3

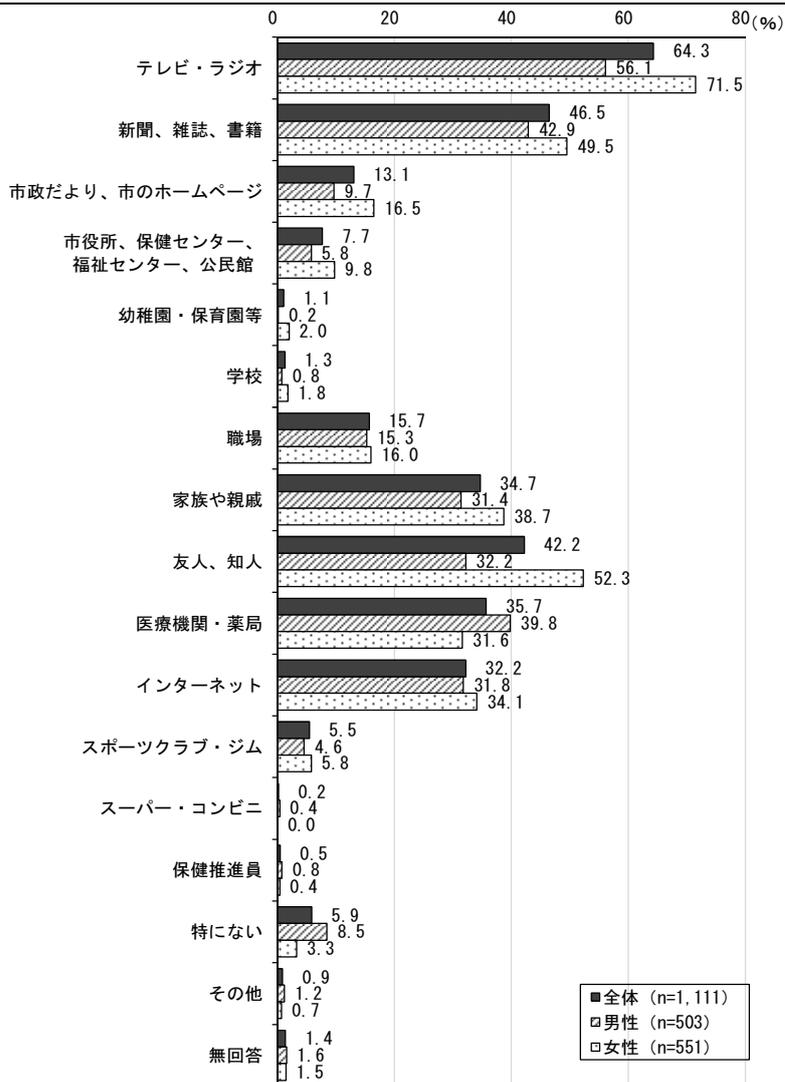
【一般市民調査】

問12 あなたは、どこ（だれ）に、健康に関する情報を聞いたり、相談をしたりしていますか。
（あてはまるものすべてに○）

「テレビ・ラジオ」が64.3%と最も多く、次いで「新聞、雑誌、書籍」が46.5%、「友人、知人」が42.2%となっている。

性別にみると、「テレビ・ラジオ」が女性で71.5%、「友人、知人」が女性で52.3%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「新聞、雑誌、書籍」が女性50歳代、男女の60歳代、70歳以上で多く、5割を超えている。また、「インターネット」が男性20歳代、女性20歳代、30歳代で多く、約6割となっている。



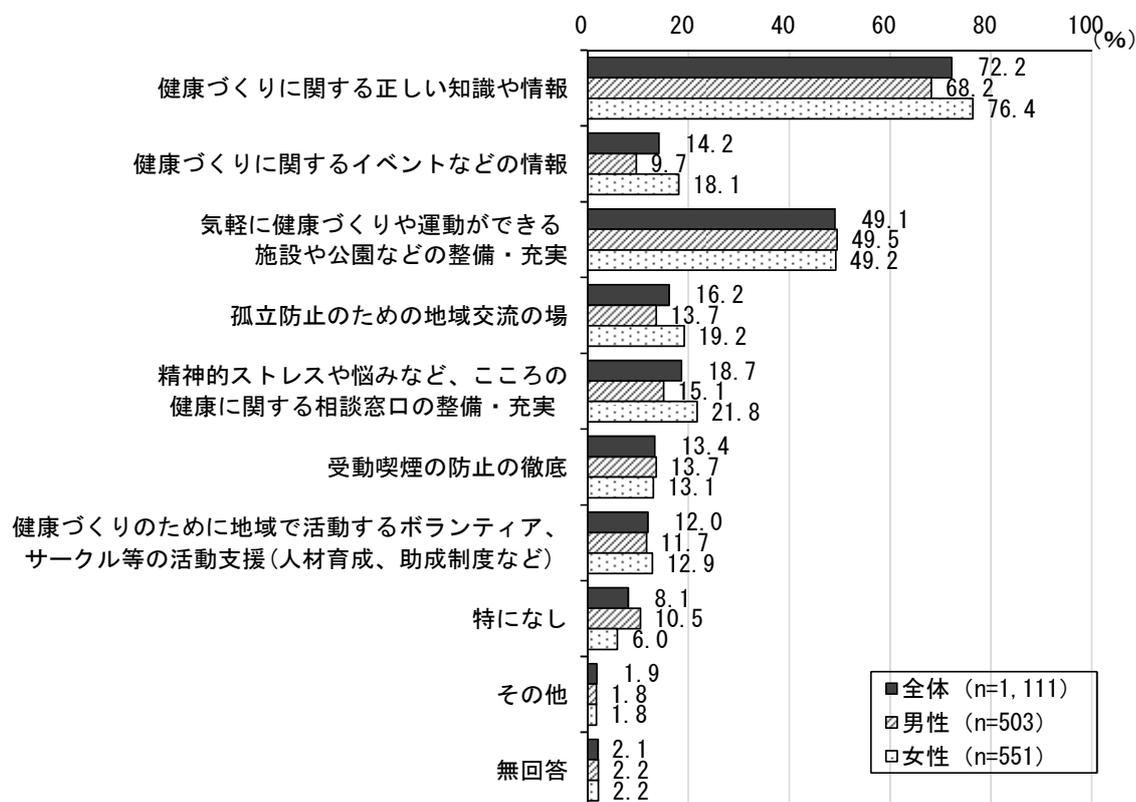
単位 (%)	サンプル数 (人)	テレビ・ラジオ	新聞、雑誌、書籍	市政だより、市のホームページ	福祉センター、保健センター、公民館	幼稚園・保育園等	学校	職場	家族や親戚	友人、知人	医療機関・薬局	インターネット	スポーツクラブ・ジム	スーパー・コンビニ	保健推進員	特になし	その他	無回答
全体	1,111	64.3	46.5	13.1	7.7	1.1	1.3	15.7	34.7	42.2	35.7	32.2	5.5	0.2	0.5	5.9	0.9	1.4
男性20歳代	29	51.7	24.1	3.4	0.0	0.0	10.3	10.3	41.4	27.6	17.2	58.6	6.9	0.0	0.0	3.4	0.0	3.4
男性30歳代	53	52.8	24.5	9.4	1.9	1.9	1.9	24.5	28.3	26.4	47.2	47.2	7.5	0.0	3.8	7.5	3.8	5.7
男性40歳代	92	45.7	28.3	4.3	2.2	0.0	0.0	27.2	29.3	25.0	26.1	43.5	6.5	1.1	2.2	9.8	0.0	2.2
男性50歳代	66	56.1	39.4	1.5	4.5	0.0	0.0	33.3	27.3	22.7	33.3	39.4	9.1	0.0	0.0	7.6	0.0	0.0
男性60歳代	118	53.4	50.8	12.7	2.5	0.0	0.0	10.2	30.5	33.1	48.3	26.3	0.8	0.8	0.0	11.9	1.7	0.8
男性70歳以上	142	67.6	58.5	16.2	13.4	0.0	0.0	1.4	33.8	43.7	53.5	14.8	2.8	0.0	0.0	7.0	0.7	0.7
女性20歳代	43	48.8	18.6	2.3	9.3	4.7	14.0	30.2	60.5	46.5	27.9	55.8	7.0	0.0	0.0	2.3	2.3	0.0
女性30歳代	88	67.0	30.7	11.4	6.8	9.1	2.3	21.6	54.5	52.3	23.9	60.2	8.0	0.0	1.1	2.3	1.1	4.5
女性40歳代	92	69.6	35.9	12.0	5.4	1.1	2.2	25.0	40.2	52.2	20.7	46.7	2.2	0.0	0.0	2.2	0.0	1.1
女性50歳代	78	74.4	53.8	16.7	3.8	0.0	0.0	23.1	41.0	55.1	29.5	35.9	5.1	0.0	0.0	2.6	1.3	1.3
女性60歳代	132	75.8	64.4	19.7	10.6	0.0	0.0	8.3	29.5	49.2	40.2	20.5	6.8	0.0	0.8	3.0	0.8	1.5
女性70歳以上	117	78.6	65.8	25.6	18.8	0.0	0.0	3.4	26.5	56.4	39.3	10.3	6.0	0.0	0.0	6.0	0.0	0.0

【一般市民調査】

問 13 あなたの健康づくりを進める上で、何が必要だと思いますか。(あてはまるものすべてに○)

「健康づくりに関する正しい知識や情報」が72.2%と最も多く、次いで「気軽に健康づくりや運動ができる施設や公園などの整備・充実」が49.1%、「精神的ストレスや悩みなど、こころの健康に関する相談窓口の整備・充実」が18.7%となっている。

性別にみると、「健康づくりに関するイベントなどの情報」が女性で18.1%と、男性に比べて多い。性年代別にみると、「受動喫煙の防止の徹底」が男性30歳代で多く、30.2%となっている。

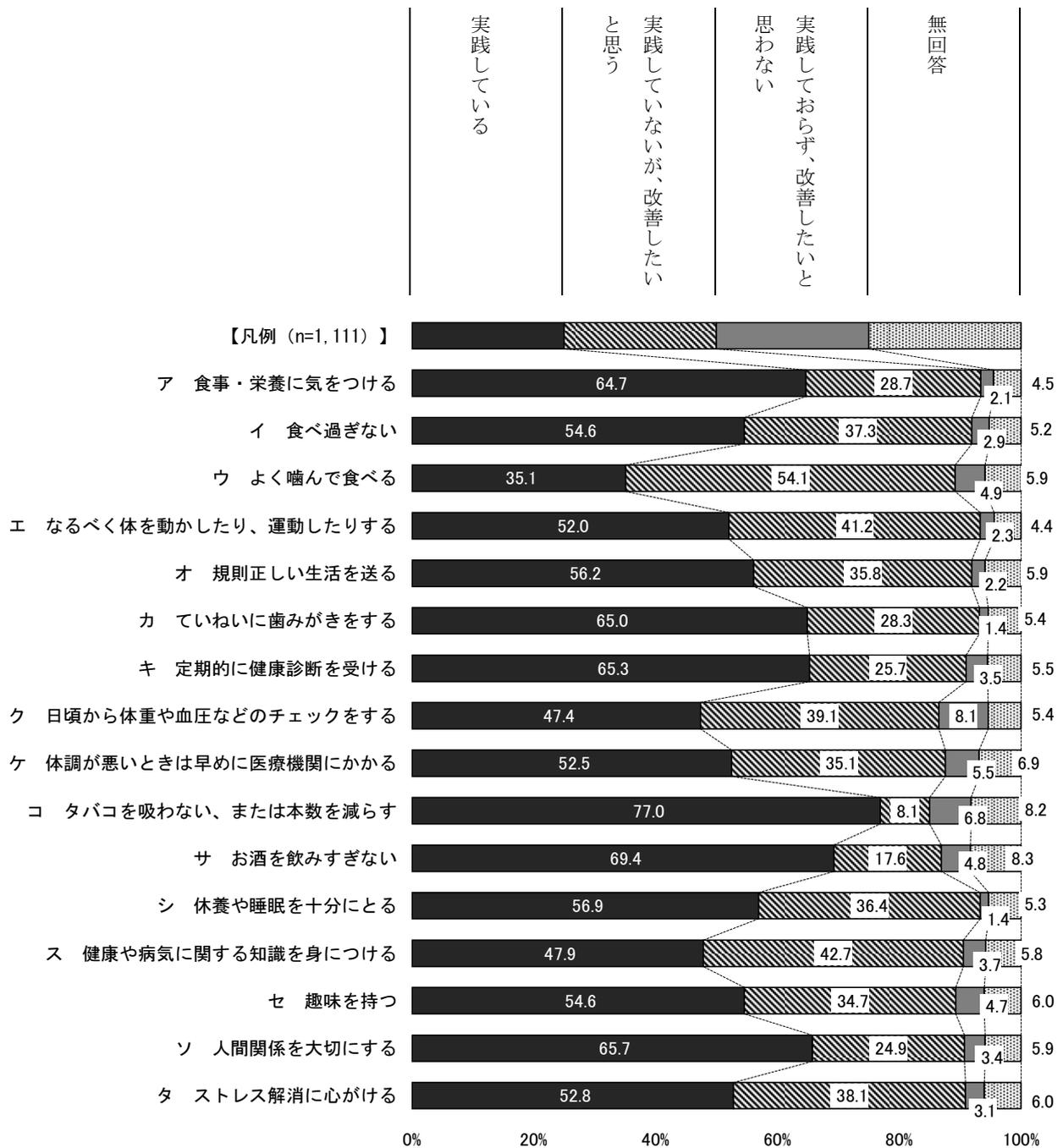


単位 (%)	サンプル数 (人)	健康づくりに関する正しい知識や情報	健康づくりに関するイベントなどの情報	公園などに健康づくりや運動ができる施設や	孤立防止のための地域交流の場	精神的ストレスや悩みなど、こころの健康に関する相談窓口の整備・充実	受動喫煙の防止の徹底	ボランティア、サークル等に地域で活動する活動支援(人材育成、助成制度など)	特になし	その他	無回答
全体	1,111	72.2	14.2	49.1	16.2	18.7	13.4	12.0	8.1	1.9	2.1
男性20歳代	29	75.9	6.9	44.8	6.9	13.8	13.8	13.8	0.0	0.0	3.4
男性30歳代	53	52.8	11.3	49.1	11.3	28.3	30.2	7.5	9.4	3.8	5.7
男性40歳代	92	71.7	5.4	46.7	6.5	15.2	14.1	3.3	12.0	1.1	0
男性50歳代	66	69.7	9.1	54.5	10.6	16.7	18.2	10.6	10.6	3.0	1.5
男性60歳代	118	70.3	11.0	44.9	17.8	14.4	10.2	14.4	11.9	0.8	2.5
男性70歳以上	142	68.3	11.3	54.2	18.3	9.9	8.5	16.2	10.6	2.1	1.4
女性20歳代	43	65.1	11.6	46.5	16.3	32.6	27.9	14.0	7.0	0.0	0
女性30歳代	88	80.7	15.9	45.5	14.8	19.3	20.5	8.0	2.3	1.1	4.5
女性40歳代	92	81.5	8.7	40.2	10.9	16.3	8.7	4.3	3.3	2.2	1.1
女性50歳代	78	84.6	16.7	51.3	16.7	32.1	12.8	12.8	3.8	5.1	1.3
女性60歳代	132	78.0	28.0	56.8	22.7	18.9	12.9	16.7	6.1	0.0	3
女性70歳以上	117	65.8	19.7	50.4	28.2	20.5	6.0	18.8	12.0	2.6	1.7

【一般市民調査】

問 14 あなたが、健康のために実践していることは何ですか。また、改善したいと思うことは何ですか。
 (「ア」から「タ」についてそれぞれ〇は1つ)

「実践している」では「コ タバコを吸わない、または本数を減らす」が77.0%と最も多く、次いで「サ お酒を飲みすぎない」が69.4%、「ソ 人間関係を大切に作る」が65.7%となっている。

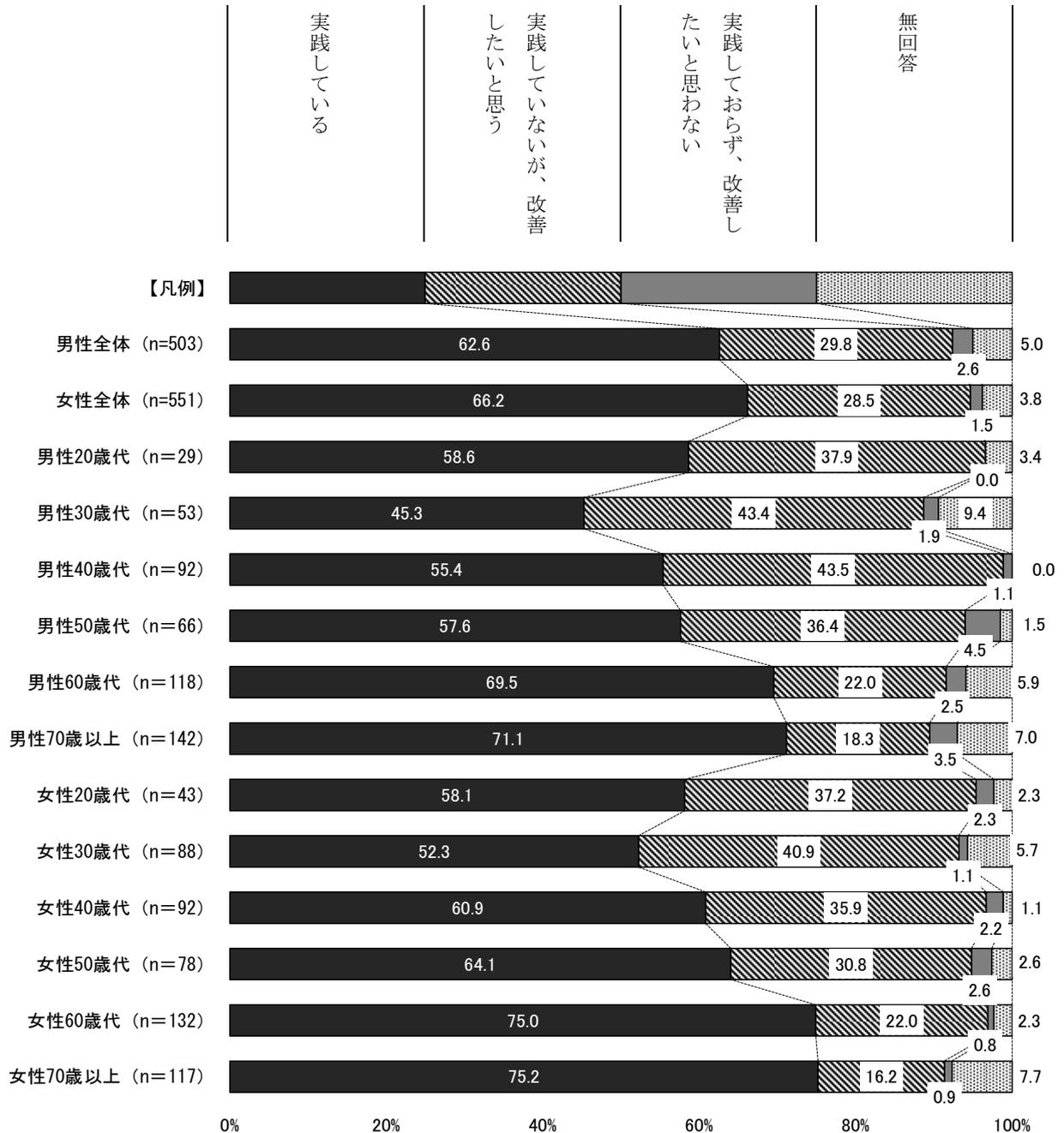


【一般市民調査】

ア 食事・栄養に気をつける

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「実践している」が男女ともに60歳代、70歳以上で多く、約7割となっている。また、「実践していないが、改善したいと思う」が男性30歳代、40歳代、女性30歳代で4割を超えて多い。

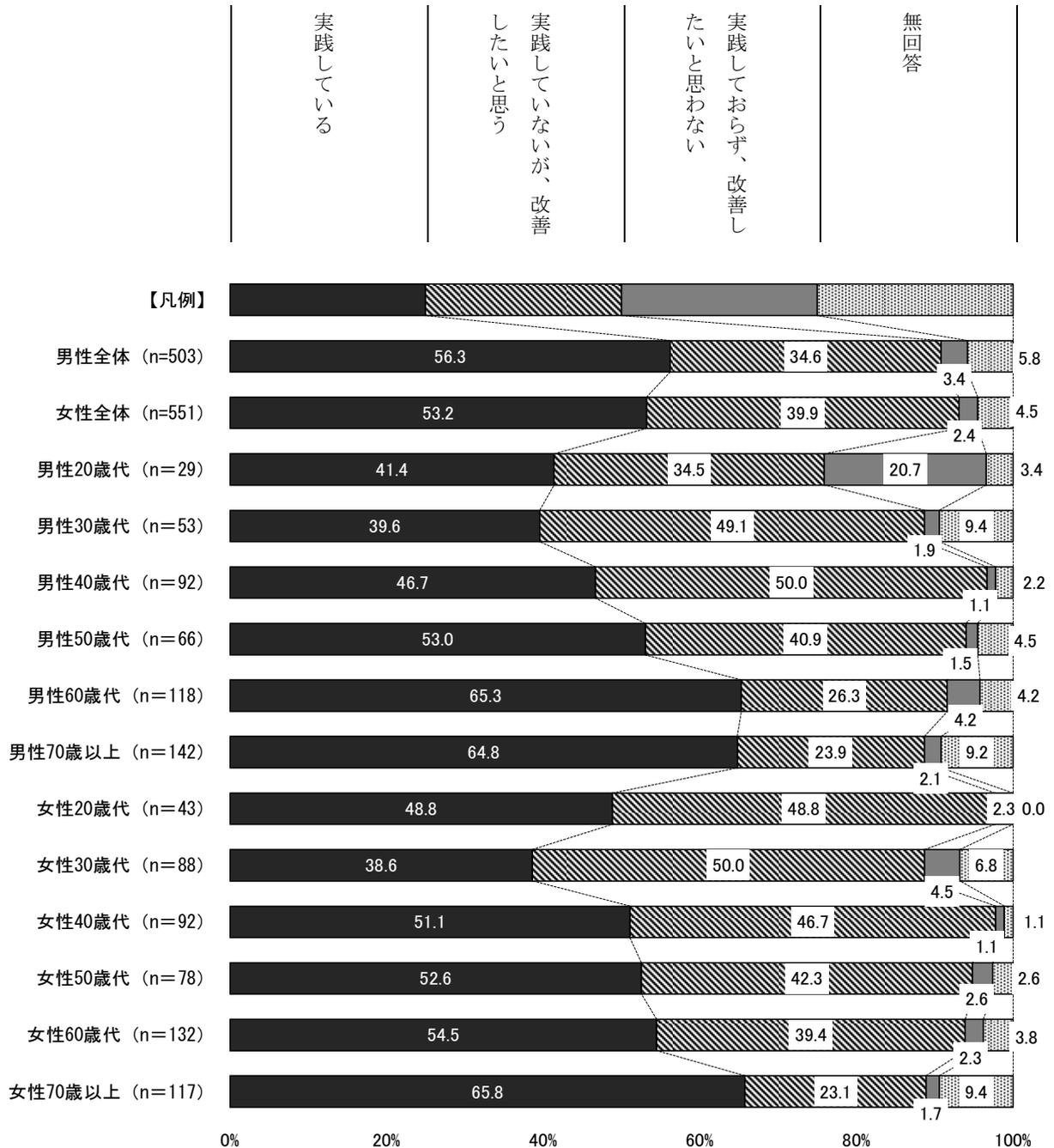


【一般市民調査】

イ 食べ過ぎない

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「実践している」が男性 60 歳代、70 歳以上、女性 70 歳以上で多く、6 割半ばとなっている。また、「実践していないが、改善したいと思う」が男性 30 歳代、40 歳代、女性 20 歳代、30 歳代で約 5 割と多い。

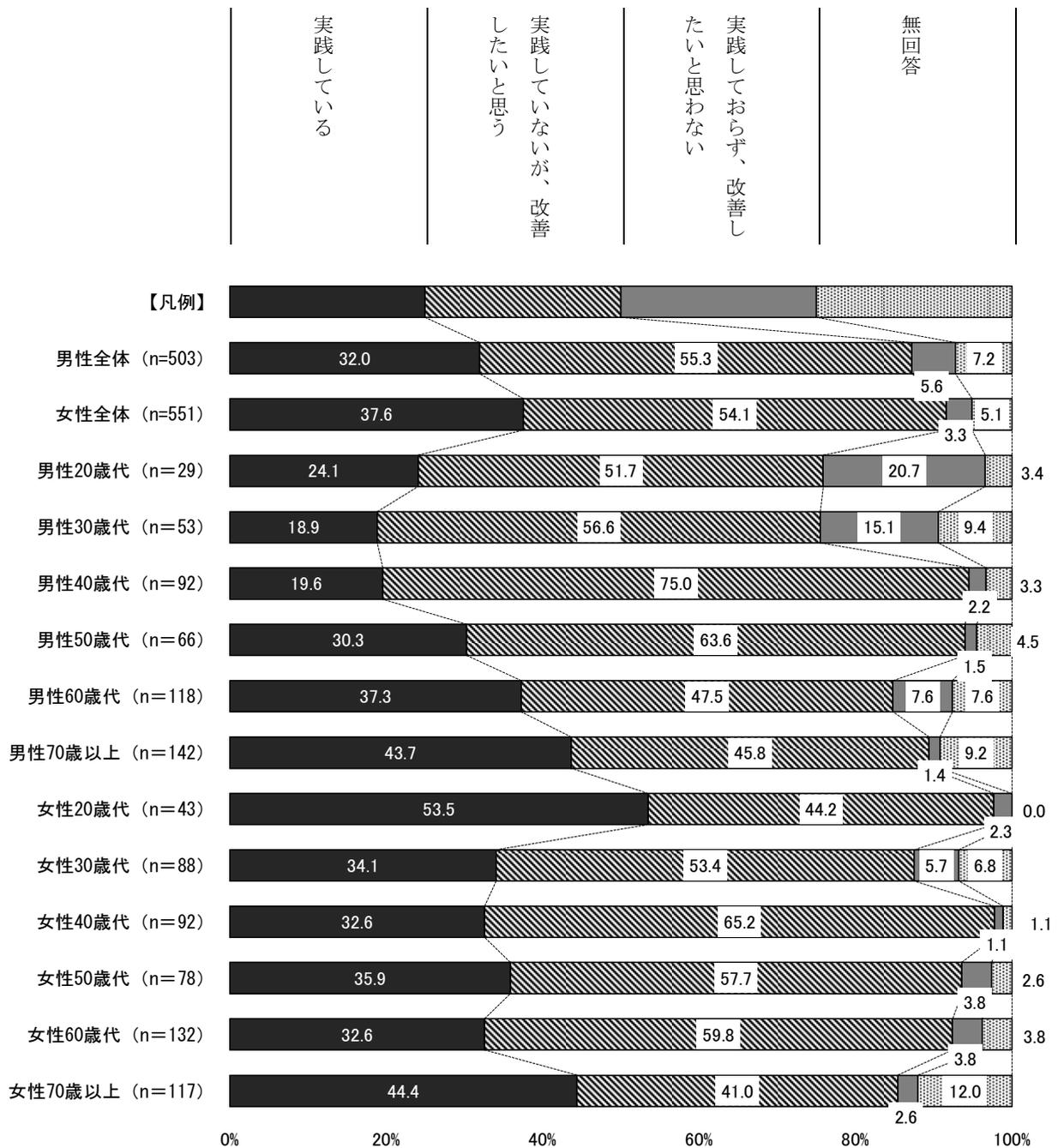


【一般市民調査】

ウ よく噛んで食べる

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「実践している」が女性 20 歳代で 53.5%、「実践していないが、改善したいと思う」が男性 40 歳代で 75.0%と、他の年代に比べて多い。

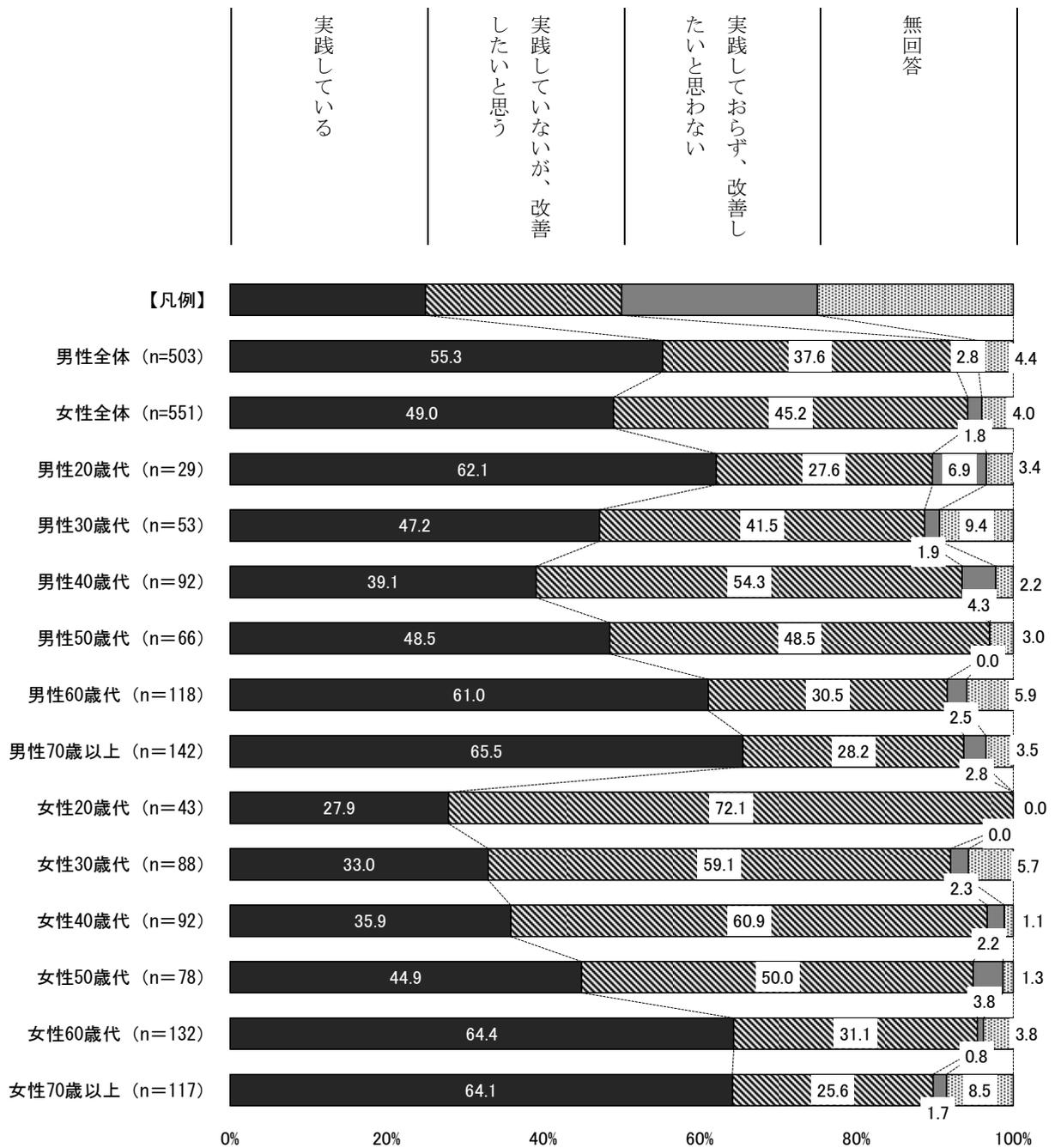


【一般市民調査】

エ なるべく体を動かしたり、運動したりする

性別にみると、「実践している」が男性で55.3%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、「実践している」が男性20歳代、60歳代、70歳以上と女性60歳代、70歳以上で、6割を超えて多い。また、「実践していないが、改善したいと思う」が女性20歳代で72.1%と多い。

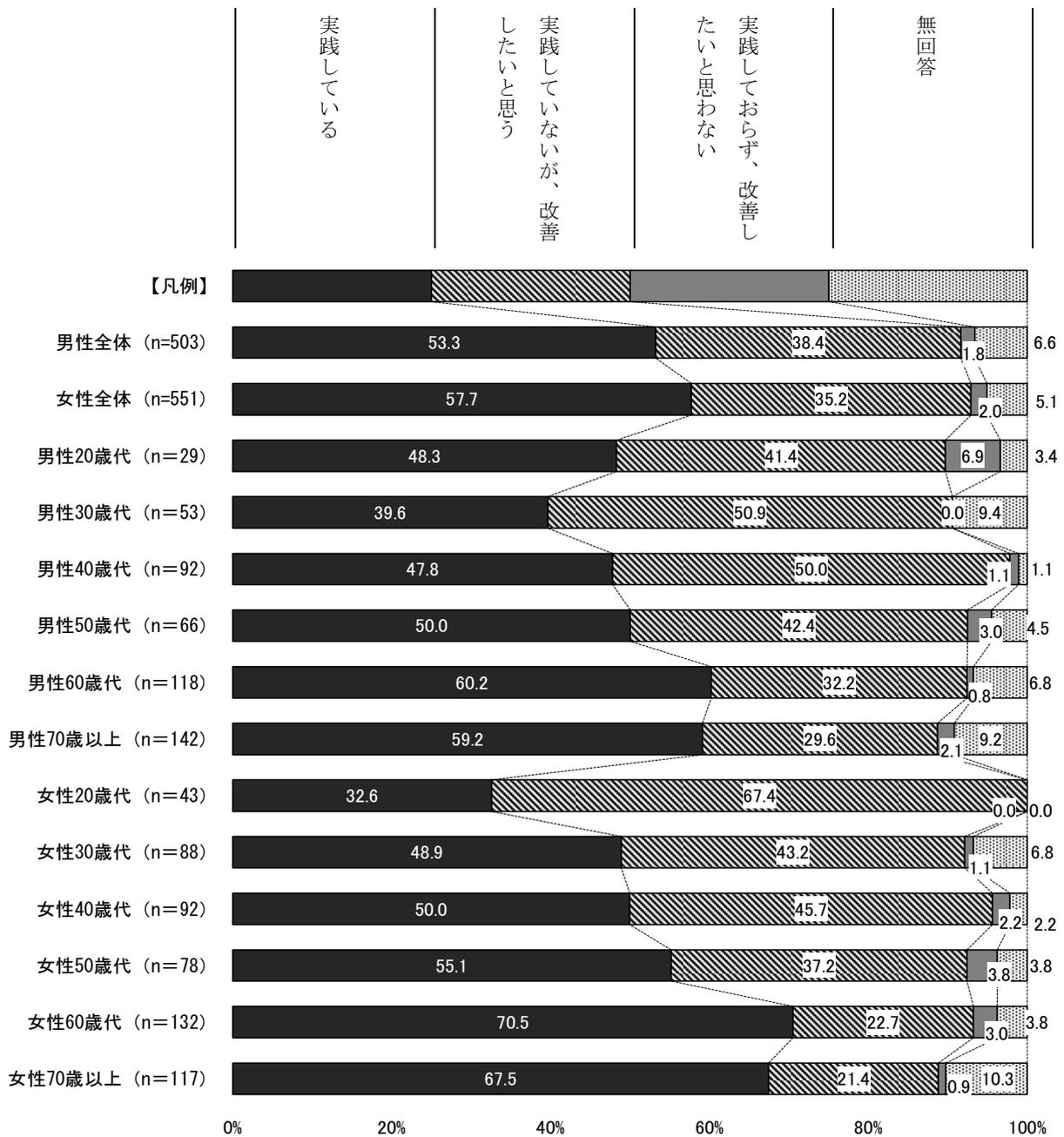


【一般市民調査】

オ 規則正しい生活を送る

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「実践している」が男女ともに60歳代、70歳以上で多く、約6割となっている。また、「実践していないが、改善したいと思う」が女性20歳代で67.4%と多い。

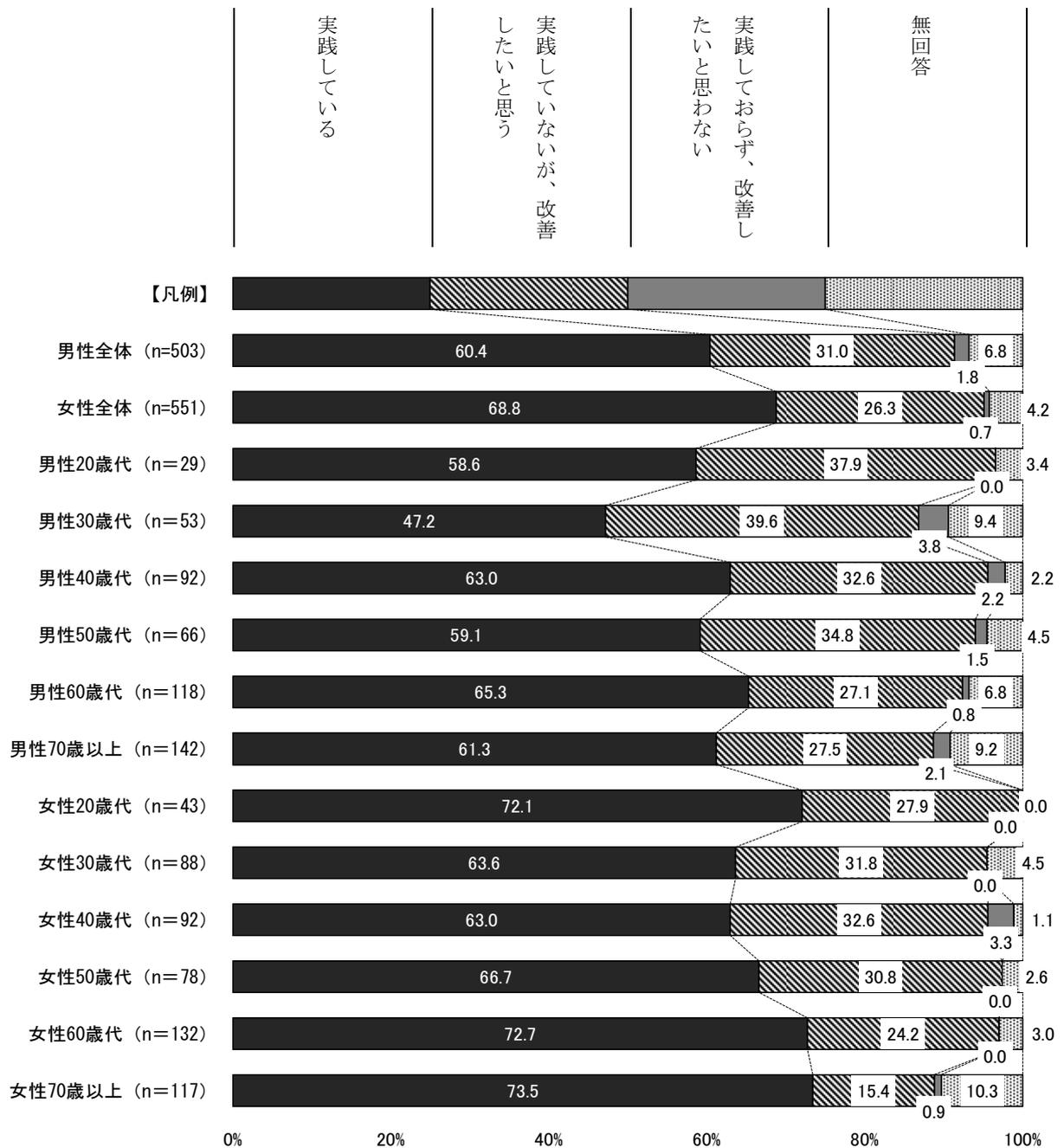


【一般市民調査】

カ ていねいに歯みがきをする

性別にみると、「実践している」が女性で68.8%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「実践している」が女性20歳代、60歳代、70歳以上で7割を超えて多い。

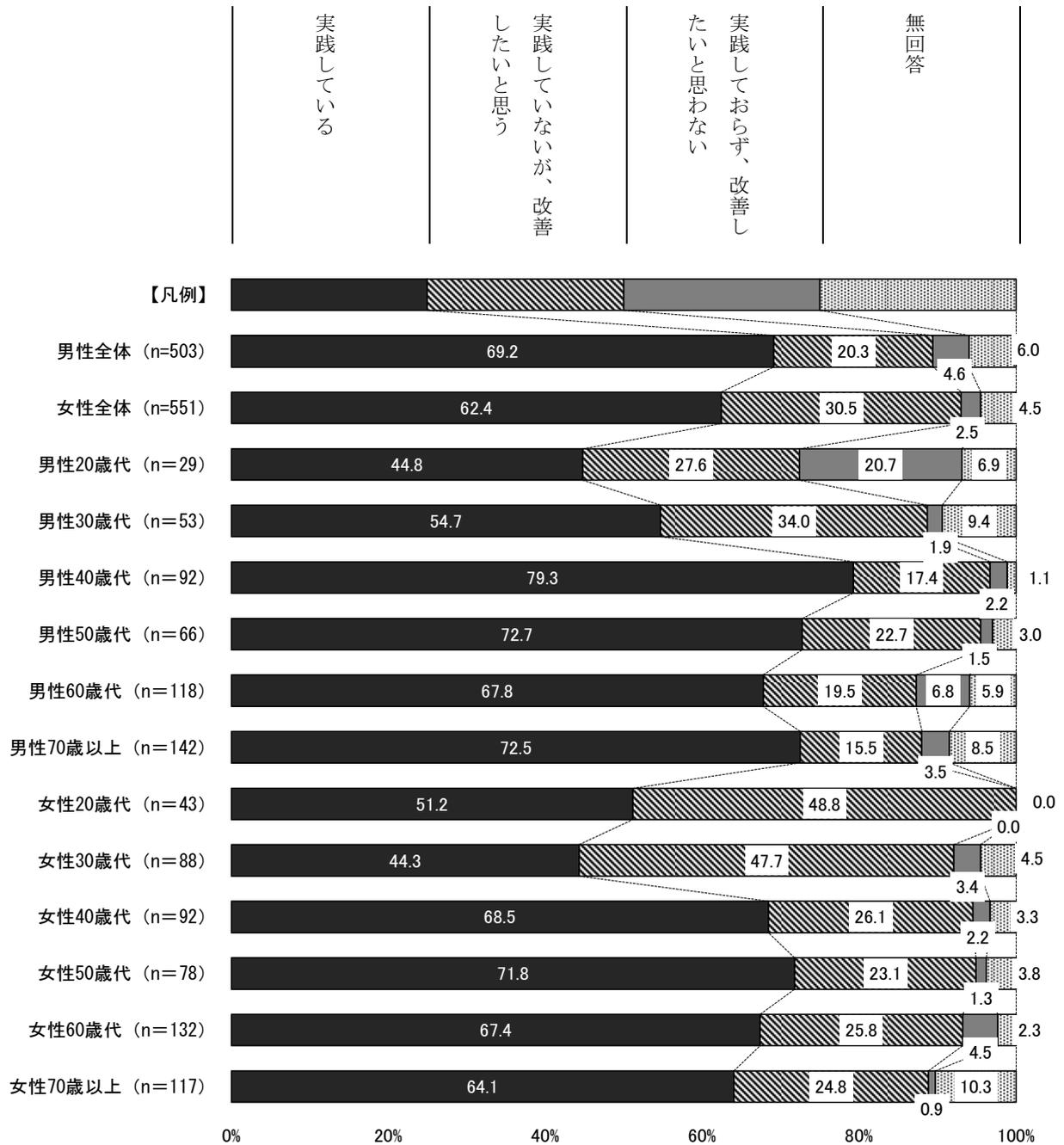


【一般市民調査】

キ 定期的に健康診断を受ける

性別にみると、「実践している」が男性で69.2%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、「実践している」が男女ともに40歳代以上で、6割を超えて多い。

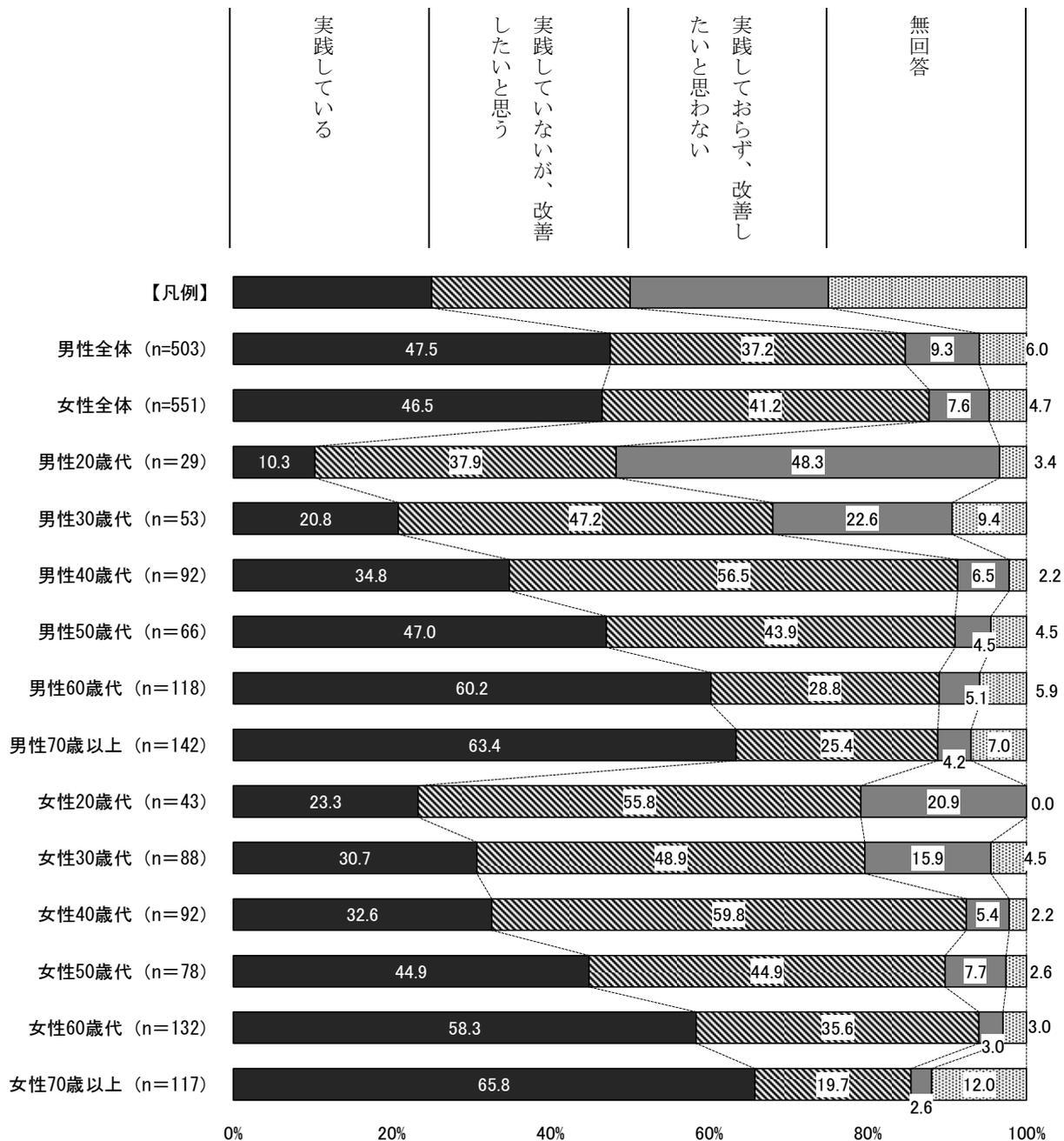


【一般市民調査】

ク 日頃から体重や血圧などのチェックをする

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「実践している」が男女ともに60歳代、70歳以上で、約6割と多い。また、「実践していないが、改善したいと思う」が女性40歳代で59.8%と多い。

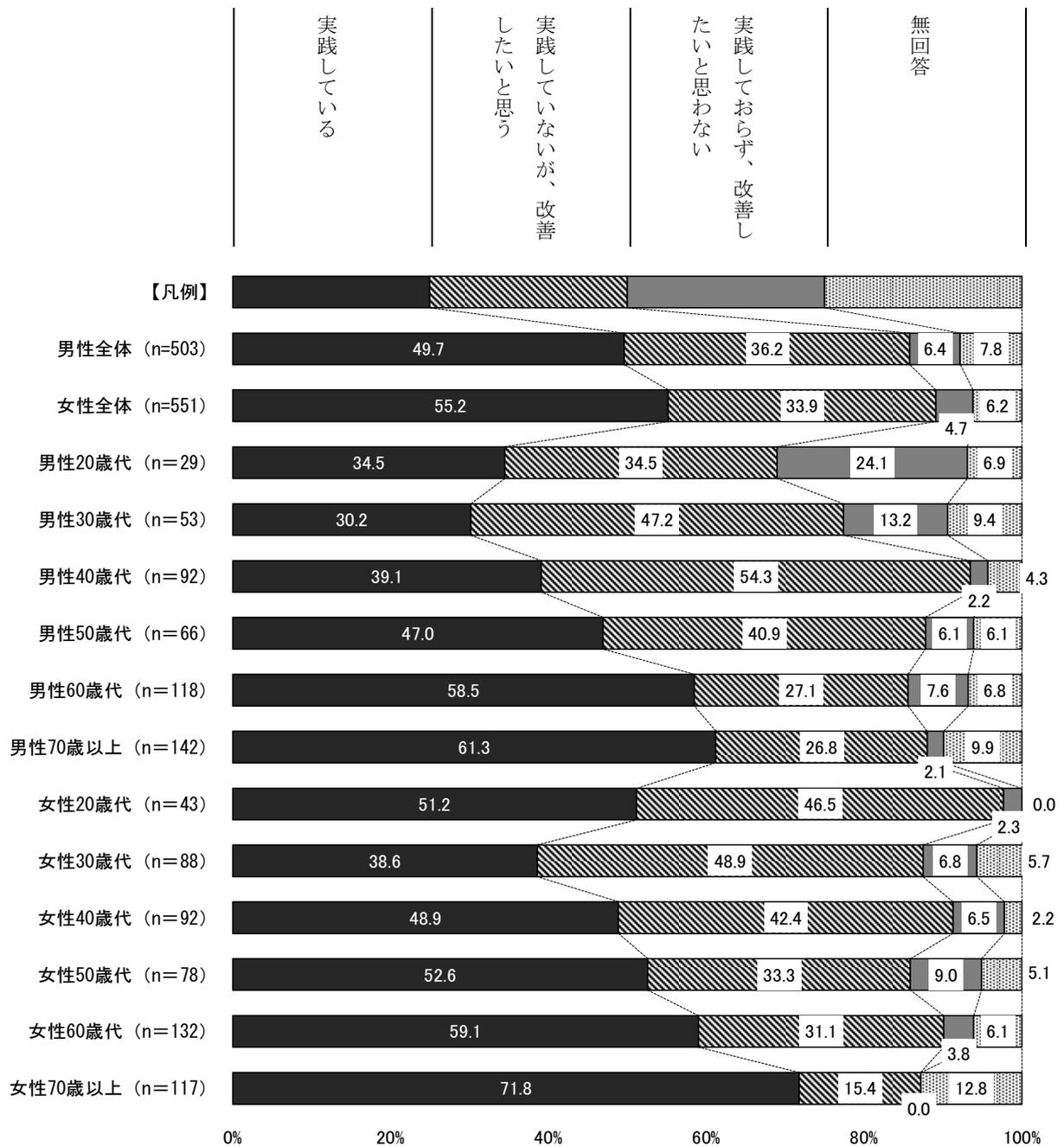


【一般市民調査】

ケ 体調が悪いときは早めに医療機関にかかる

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「実践している」が女性70歳以上で、71.8%と多い。また、「実践していないが、改善したいと思う」が男性40歳代で54.3%と多い。

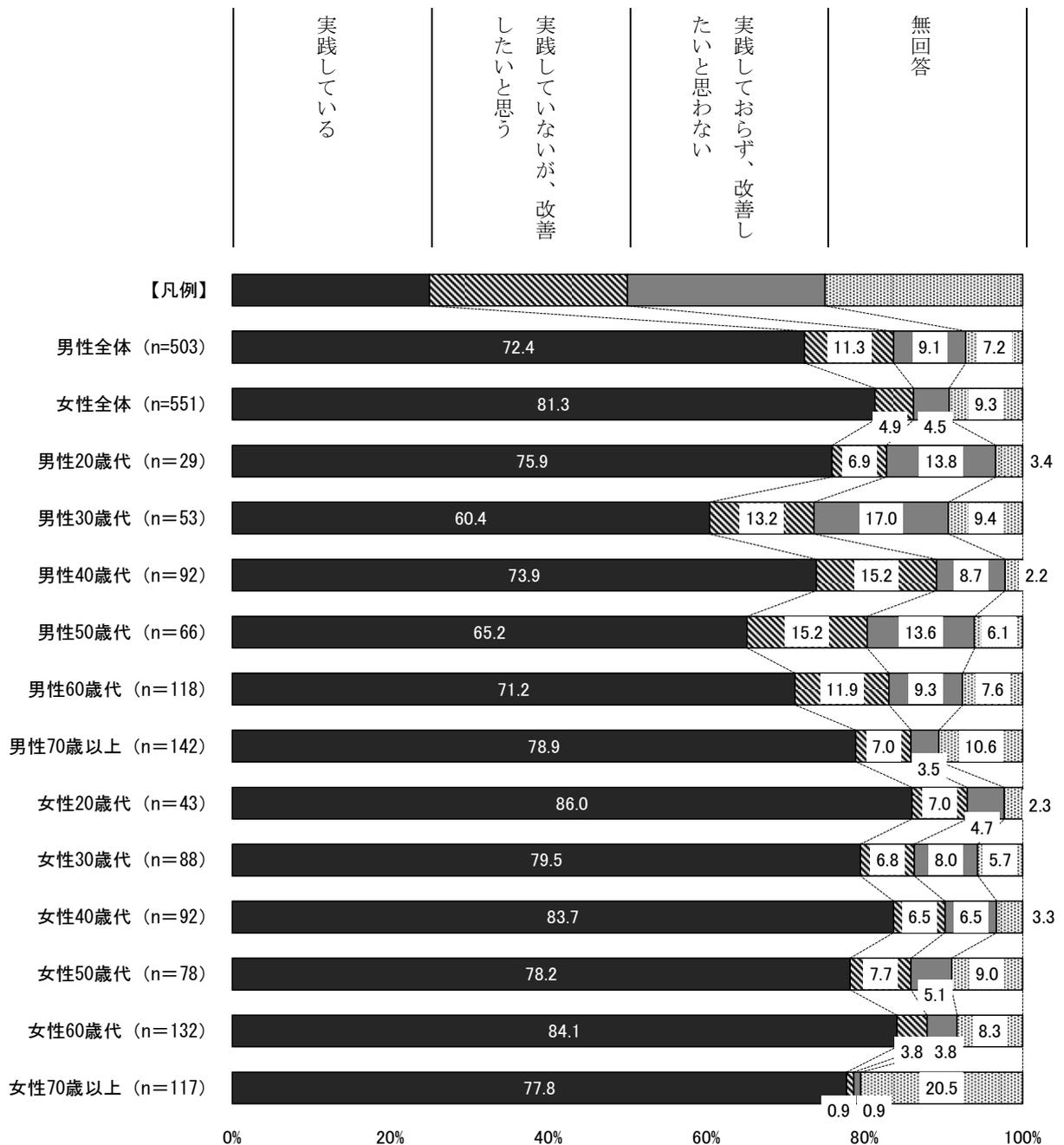


【一般市民調査】

コ タバコを吸わない、または本数を減らす

性別にみると、「実践している」が女性で81.3%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「実践している」が女性20歳代、40歳代、60歳代で、8割を超えて多い。

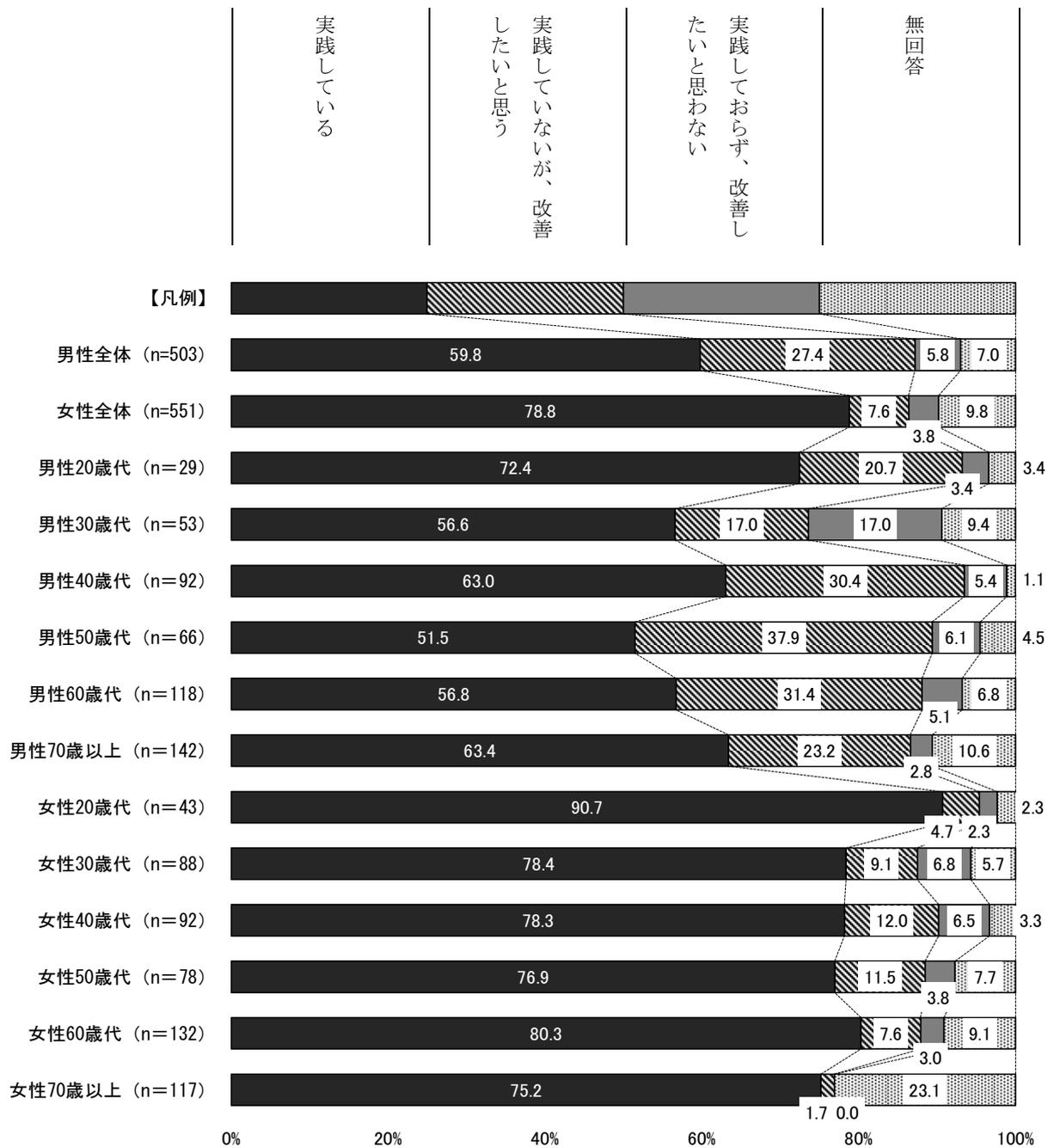


【一般市民調査】

サ お酒を飲みすぎない

性別にみると、「実践している」が女性で78.8%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「実践している」が女性20歳代で、9割を超えて多い。また、「実践していないが、改善したいと思う」が男性40歳代、50歳代、60歳代で3割を超えて多い。

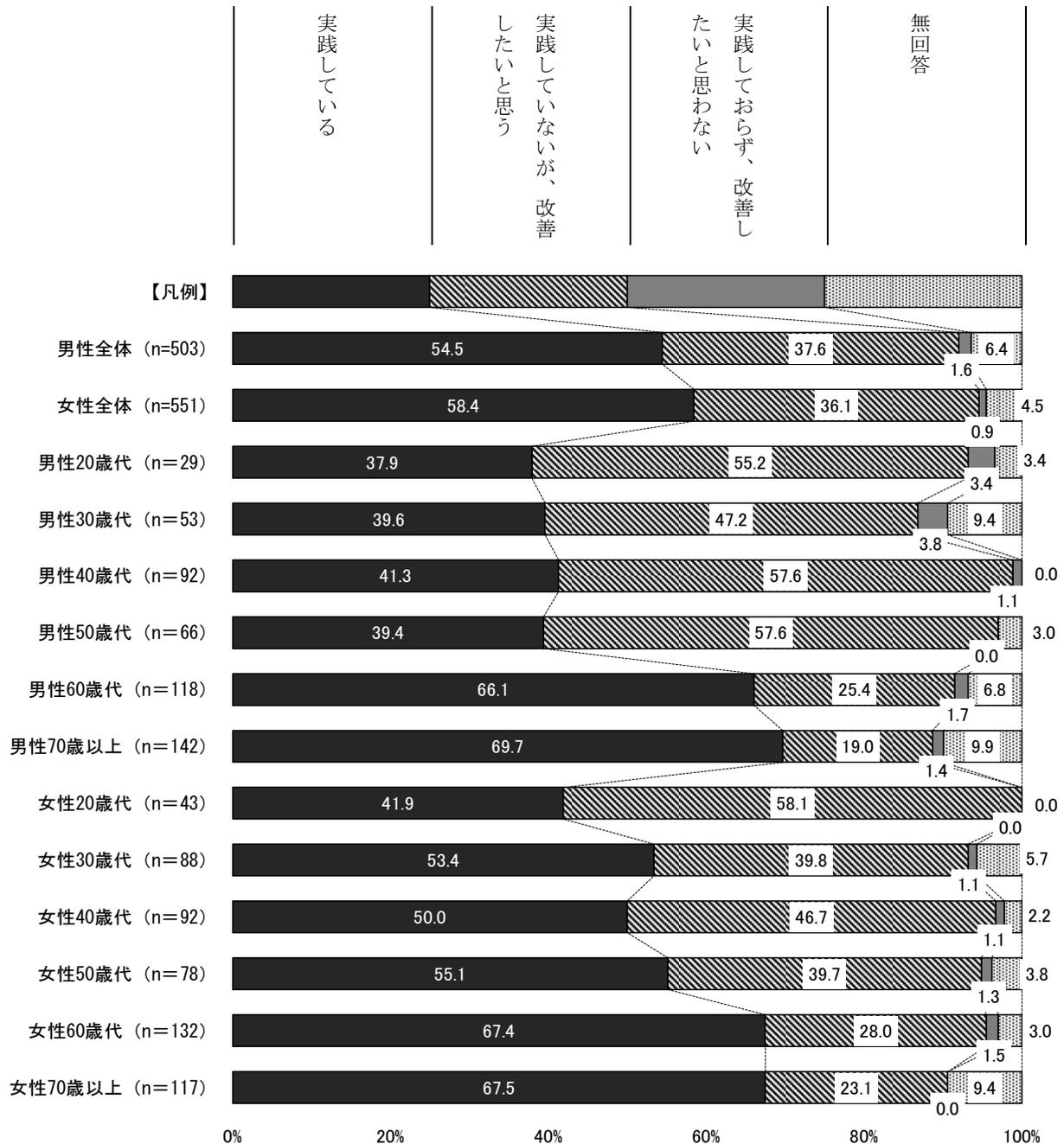


【一般市民調査】

シ 休養や睡眠を十分にとる

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「実践している」が男女ともに60歳代、70歳以上で多い。

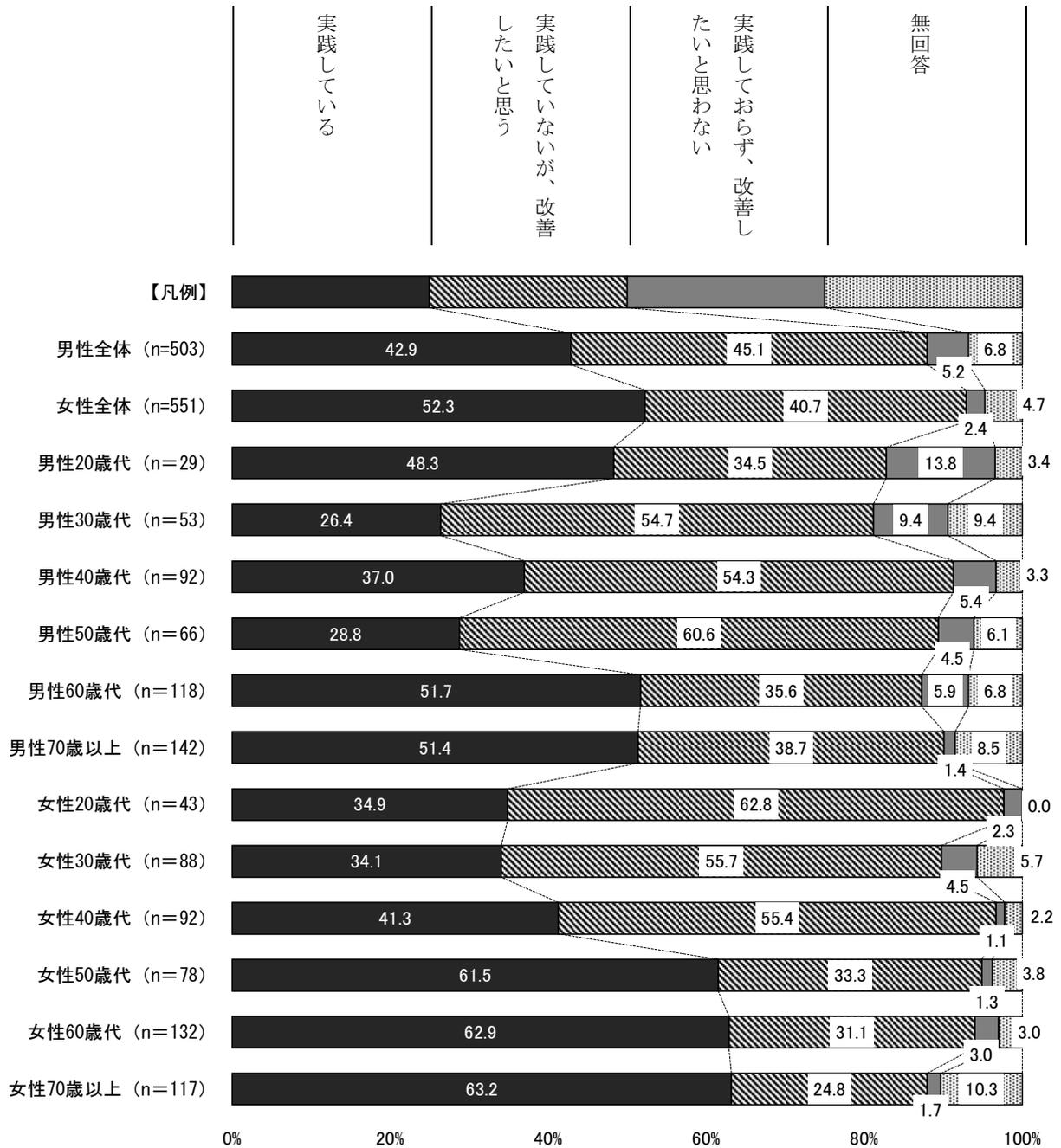


【一般市民調査】

ス 健康や病気に関する知識を身につける

性別にみると、「実践している」が女性で52.3%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「実践している」が女性50歳代以上で、6割を超えて多い。また、「実践していないが、改善したいと思う」が男性50歳代、女性20歳代で6割を超えて多い。

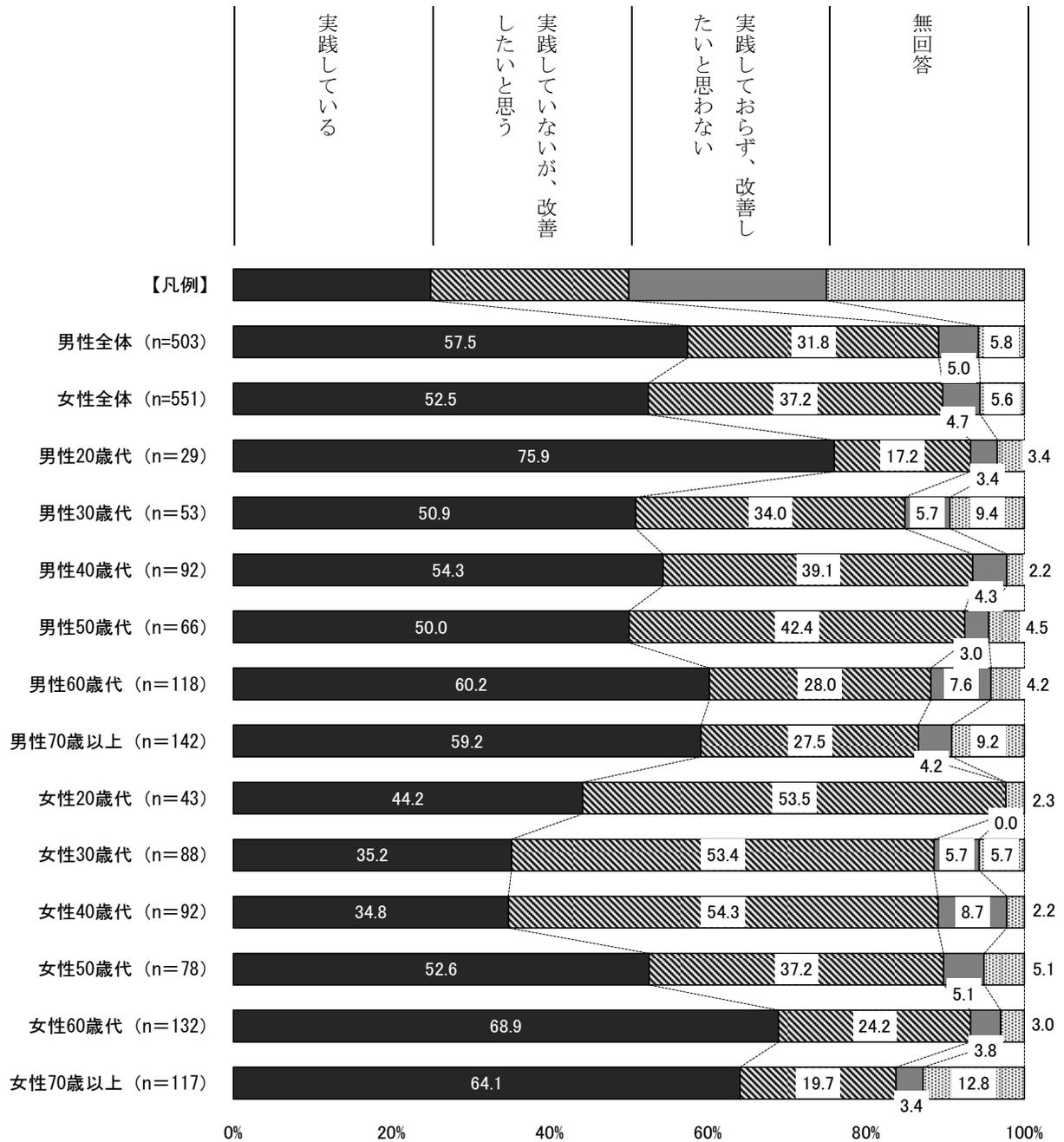


【一般市民調査】

セ 趣味を持つ

性別にみると、大きな違いは見られない。

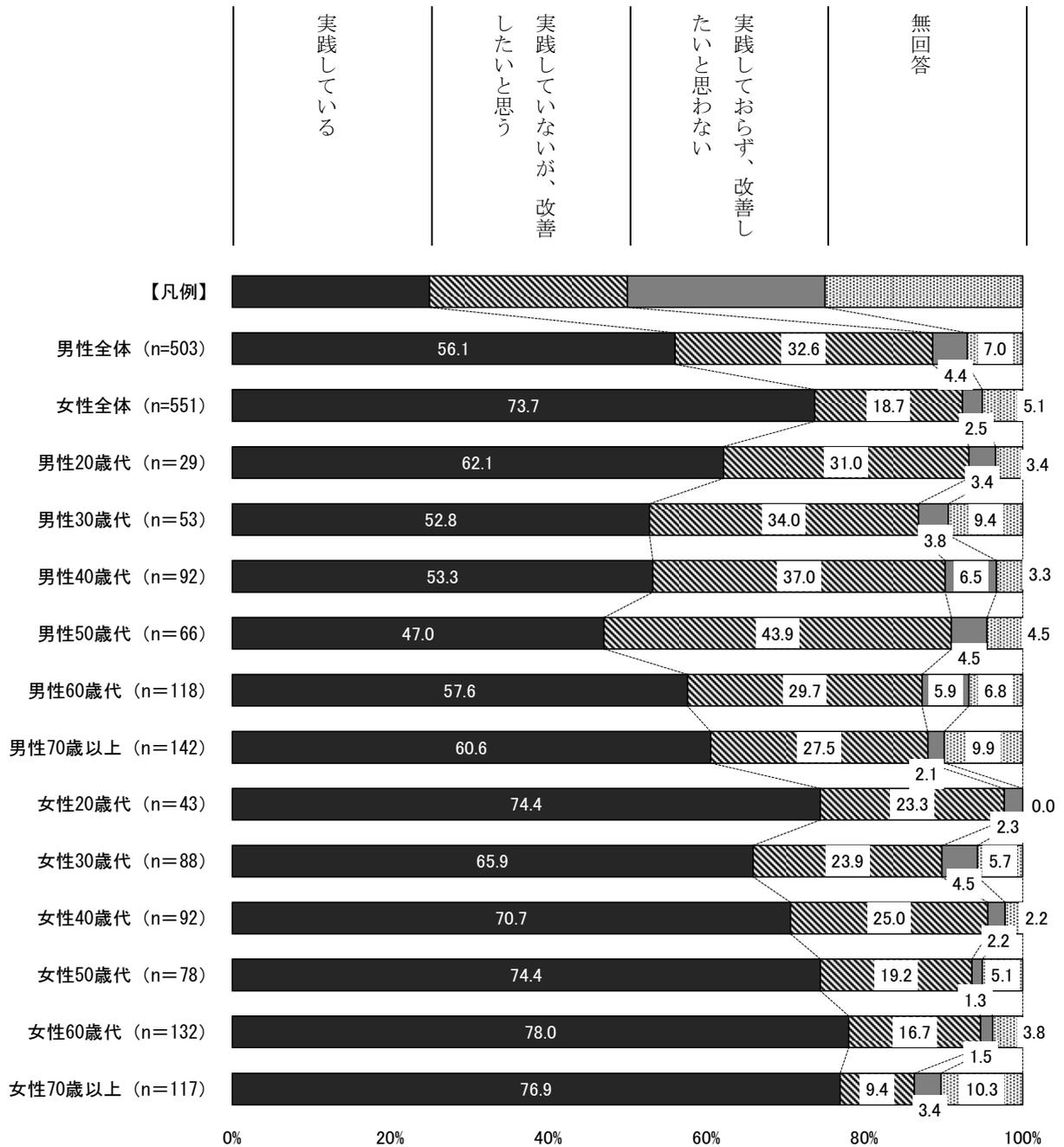
性年代別にみると、「実践している」が男性 20 歳代で、75.9%と多い。また、「実践していないが、改善したいと思う」が女性 20 歳代、30 歳代、40 歳代で多い。



【一般市民調査】

ソ 人間関係を大切にする

性別にみると、「実践している」が女性で73.7%と、男性に比べて多い。

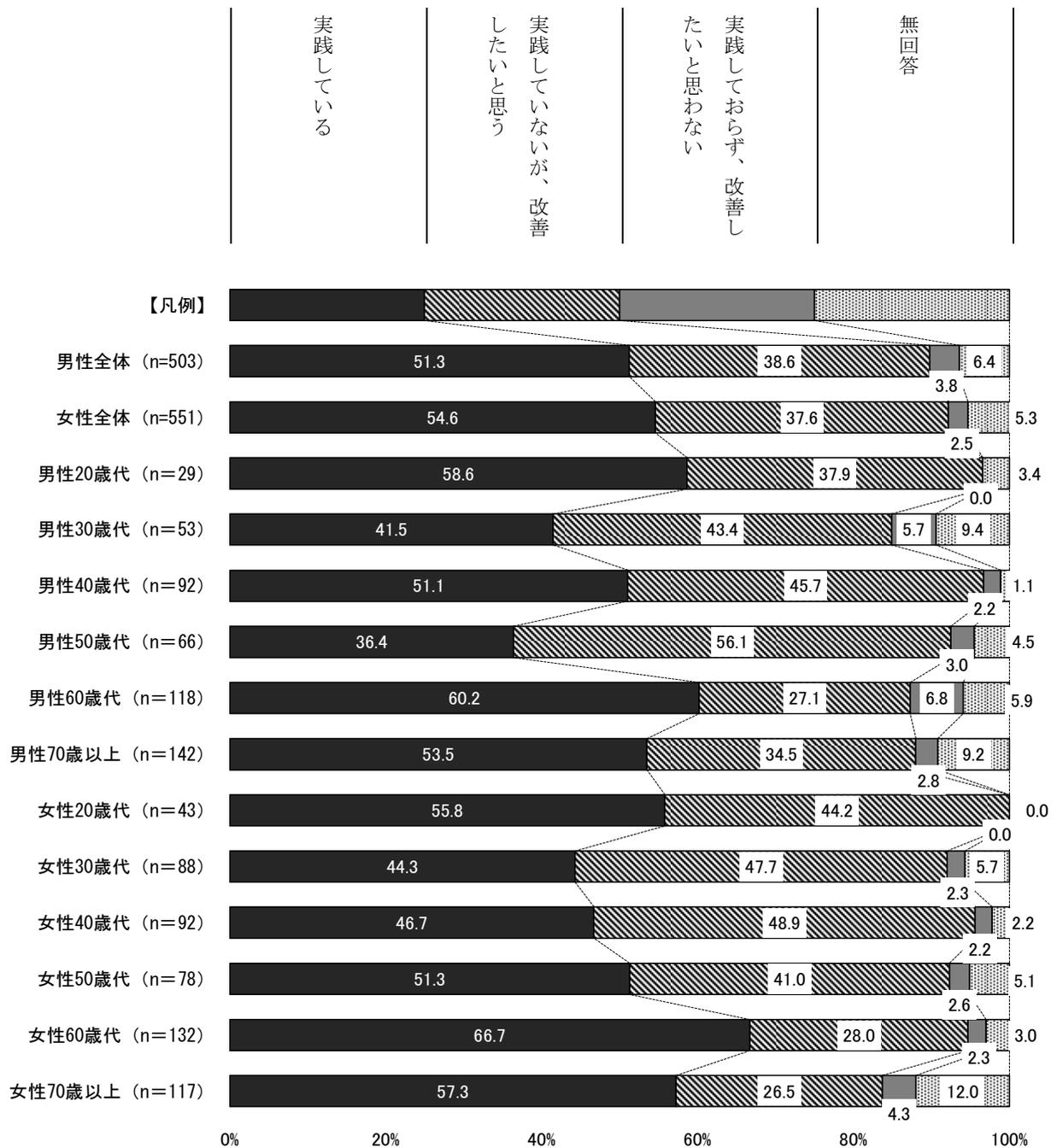


【一般市民調査】

タ ストレス解消に心がける

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「実践している」が男女ともに 60 歳代で、6 割を超えて多い。また、「実践していないが、改善したいと思う」が男性 50 歳代で 56.1% と多い。



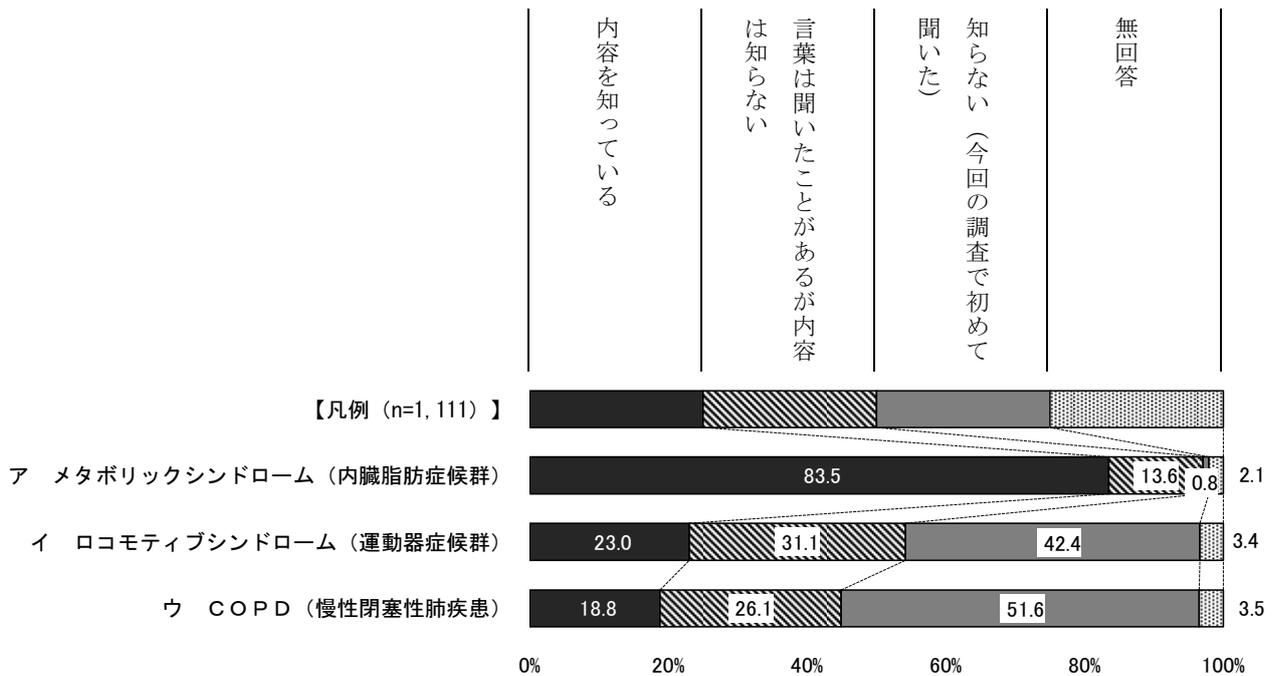
【一般市民調査】

問 15 あなたは、次の言葉の内容を知っていますか。(「ア」から「ウ」についてそれぞれ〇は1つ)

「ア メタボリックシンドローム (内臓脂肪症候群)」については、「内容を知っている」が 83.5%と最も多く、次いで「言葉は聞いたことがあるが内容は知らない」が 13.6%となっている。

「イ ロコモティブシンドローム (運動器症候群)」については、「知らない (今回の調査で初めて聞いた)」が 42.4%と最も多く、次いで「言葉は聞いたことがあるが内容は知らない」が 31.1%となっている。

「ウ COPD (慢性閉塞性肺疾患)」については、「知らない (今回の調査で初めて聞いた)」が 51.6%と最も多く、次いで「言葉は聞いたことがあるが内容は知らない」が 26.1%となっている。



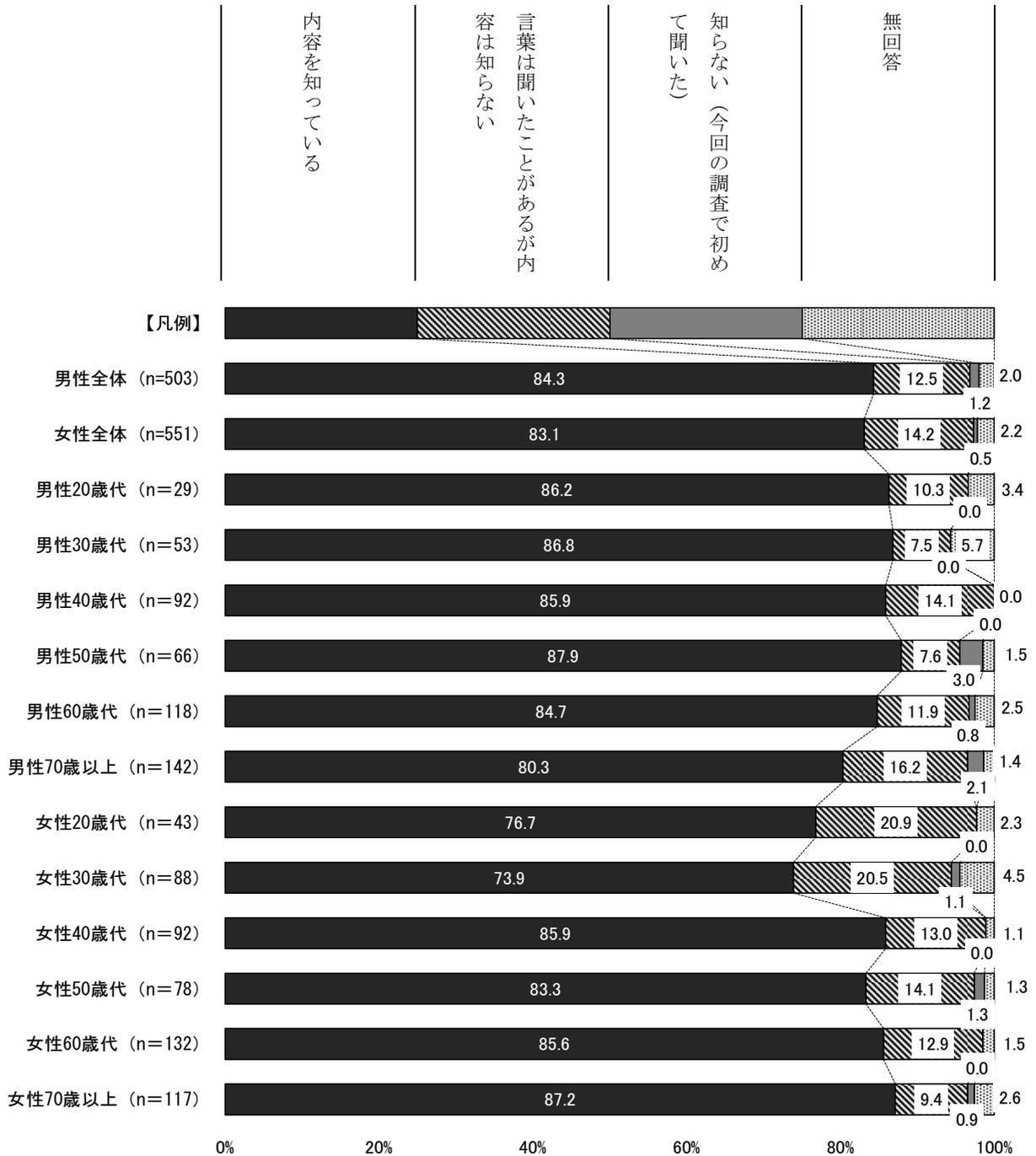
【一般市民調査】

ア メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）※

※内臓脂肪が蓄積することによって、血圧、血糖値が高くなったり、血中の脂質異常を起こしたりして、食事や運動などの生活習慣を改善しなければ、心筋梗塞や脳卒中などが起こりやすくなる状態のこと。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「内容を知っている」が女性20歳代、30歳代で7割半ばと、他の年代に比べて少なくなっている。



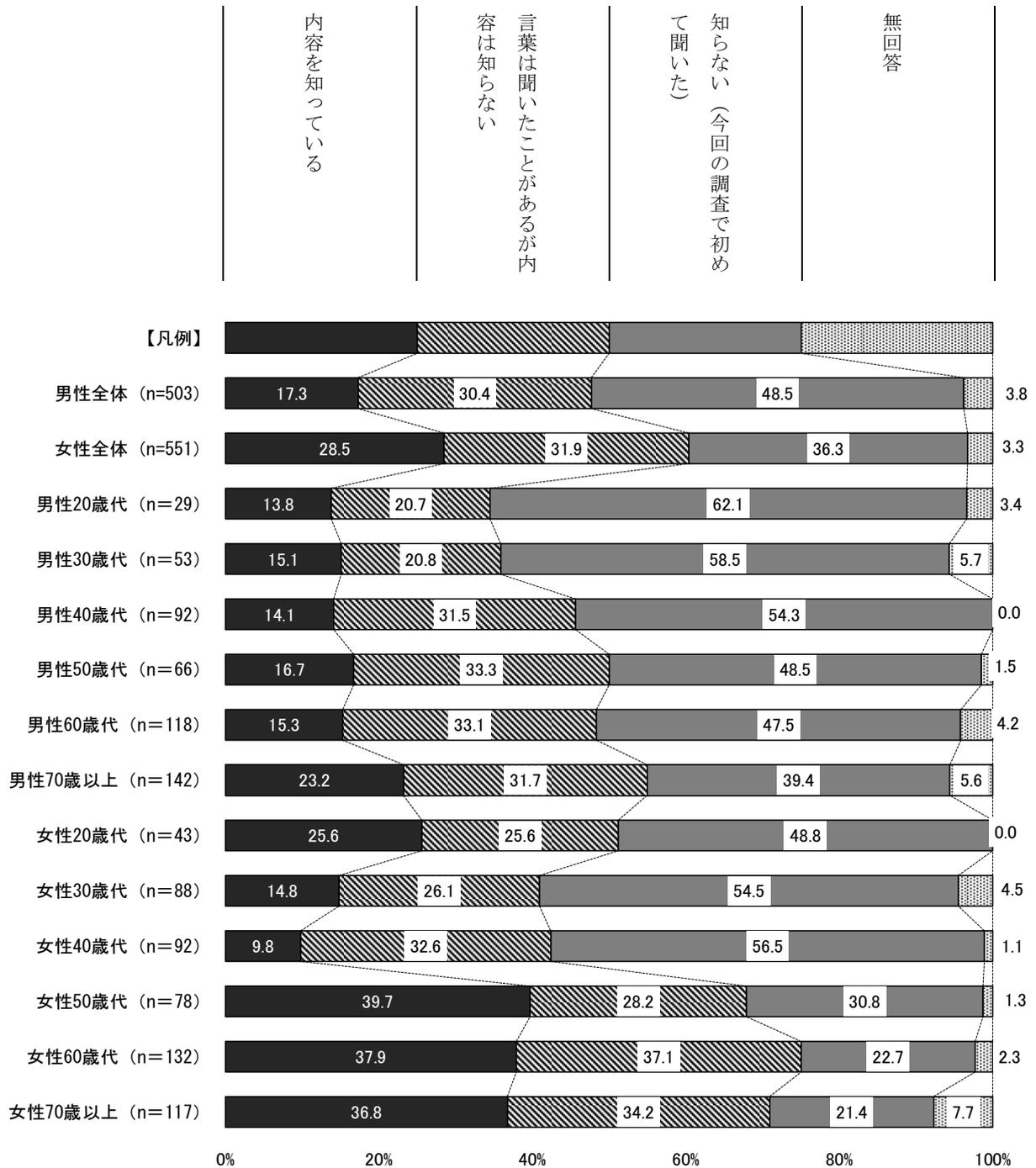
【一般市民調査】

イ ロコモティブシンドローム（運動器症候群）※

※筋肉・骨・関節などの運動器の働きが衰えることにより、移動機能が低下している状態のこと。

性別にみると、「内容を知っている」が女性で28.5%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「内容を知っている」が女性50歳代以上で多い。また「知らない（今回の調査で初めて聞いた）」が男性20歳代で、62.1%と多い。



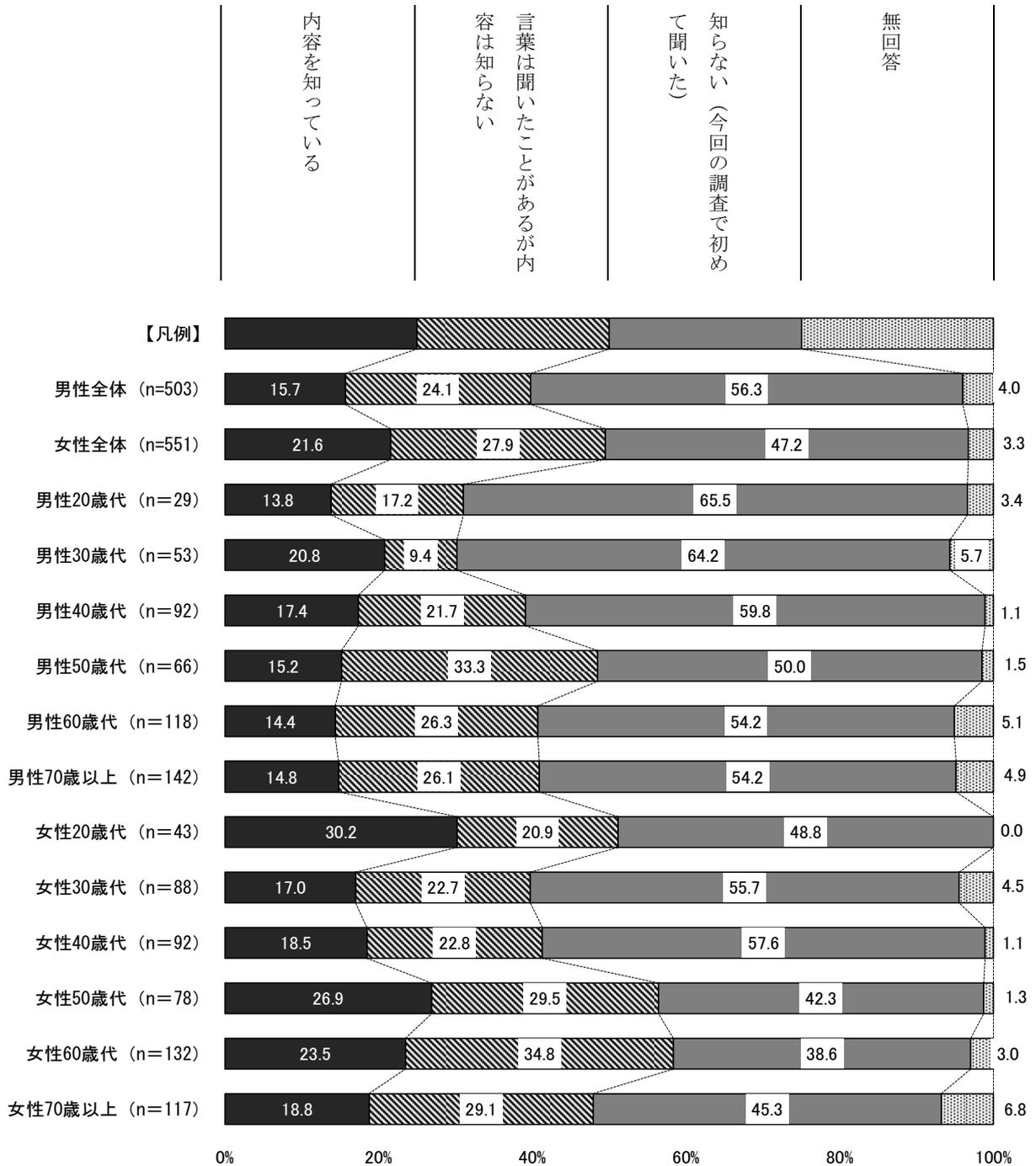
【一般市民調査】

ウ COPD（慢性閉塞性肺疾患）※

※タバコなど有害な粒子やガスを吸い込むことによって気管支や肺胞などに障害が生じる進行性の病気のこと。

性別にみると、「内容を知っている」が女性で21.6%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「内容を知っている」が女性20歳代で多く、30.2%となっている。また、「知らない（今回の調査で初めて聞いた）」が男性20歳代、30歳代が多い。



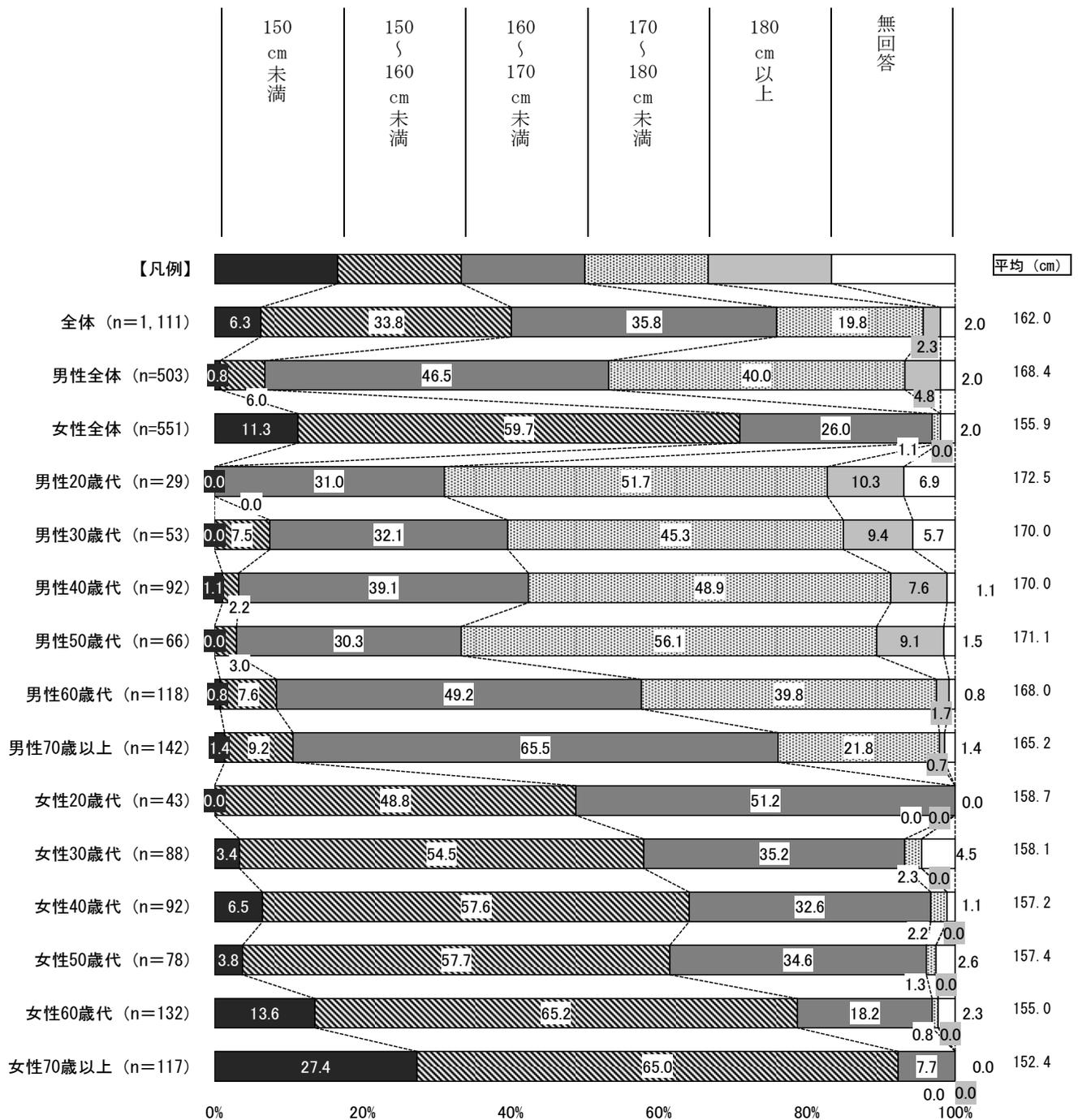
【一般市民調査】

問 16 あなたのおよその身長、体重を整数で教えてください。(小数点以下は四捨五入し、数字を記入)
身長

「160～170cm 未満」が 35.8%で最も多く、「150～160cm 未満」が 33.8%、「170～180cm 未満」が 19.8%となっている。

性別にみると、男性で「160～170cm 未満」が 46.5%、女性で「150～160cm 未満」が 59.7%と最も多い。

性年代別にみると、「150 cm 未満」が女性 70 歳以上で多く、27.4%となっている。また、「170～180cm 未満」が男性 20 歳代、50 歳代で多い。

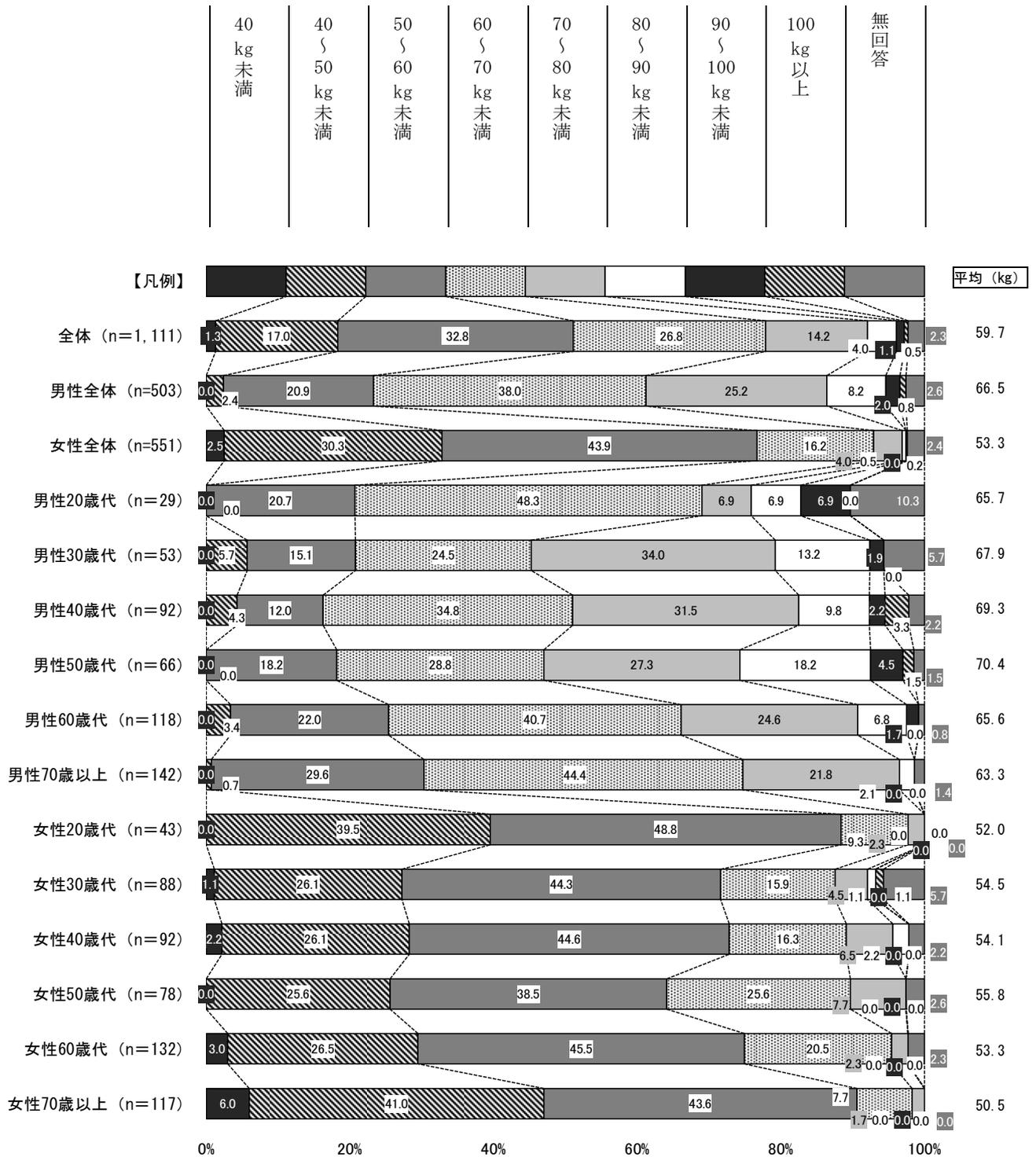


【一般市民調査】

体重

「50～60 kg未満」が32.8%で最も多く、「60～70 kg未満」が26.8%、「40～50 kg未満」が17.0%となっている。

性別にみると、男性で「60～70kg 未満」が38.0%、女性で「50～60 kg未満」が43.9%と最も多い。性年代別にみると、「40～50 kg未満」が女性20歳代で多く、39.5%となっている。

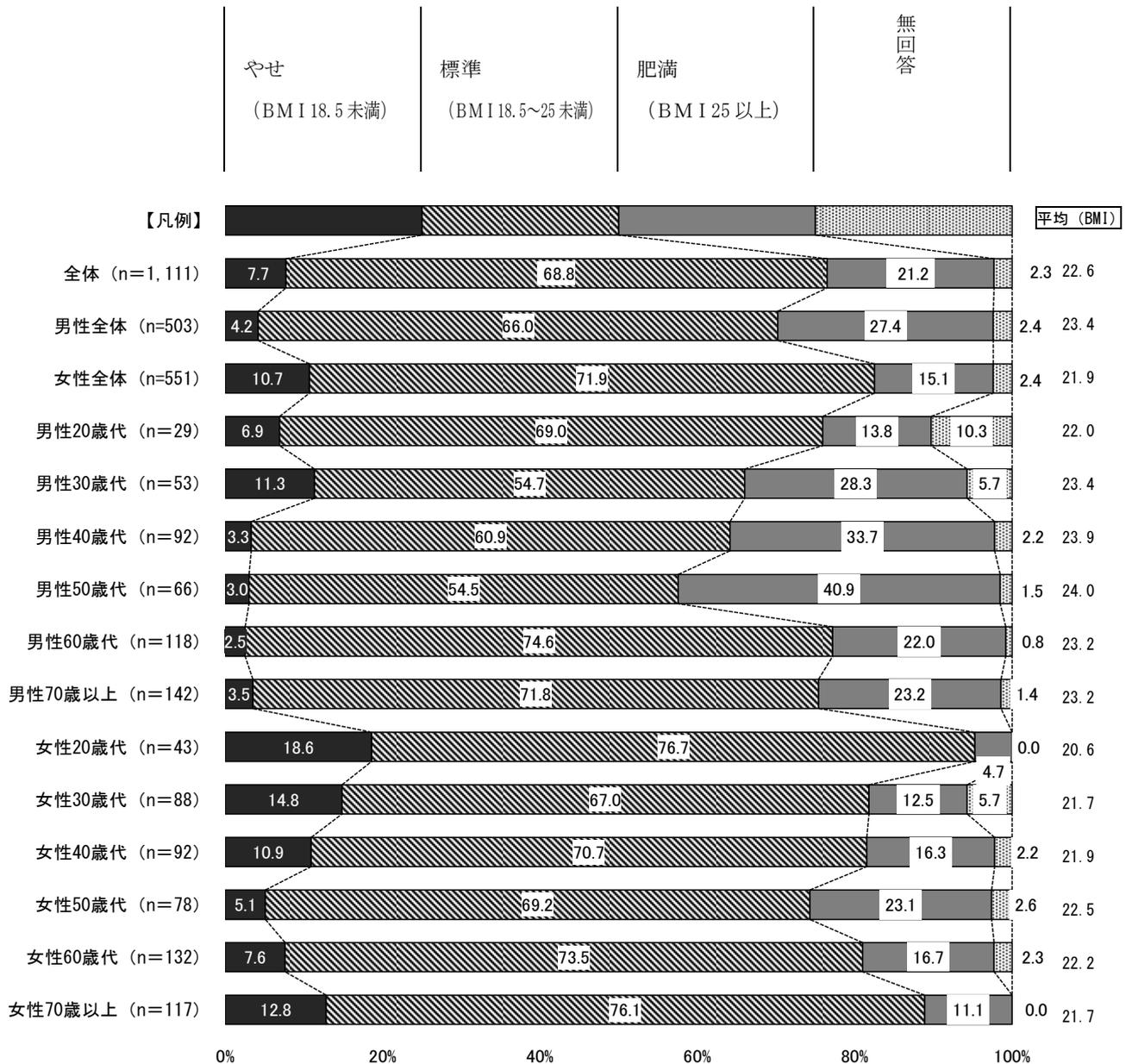


BMI

「標準 (BMI 18.5~25 未満)」が 68.8%と最も多く、次いで「肥満 (BMI 25 以上)」が 21.2%、「やせ (BMI 18.5 未満)」が 7.7%となっている。

性別にみると、「肥満 (BMI 25 以上)」が男性で 27.4%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、男女ともすべての年代で「標準 (BMI 18.5~25 未満)」が最も多い。「肥満 (BMI 25 以上)」が男性 50 歳代で多く、40.9%となっている。また「やせ (BMI 18.5 未満)」が女性 20 歳代で多く、18.6%となっている。

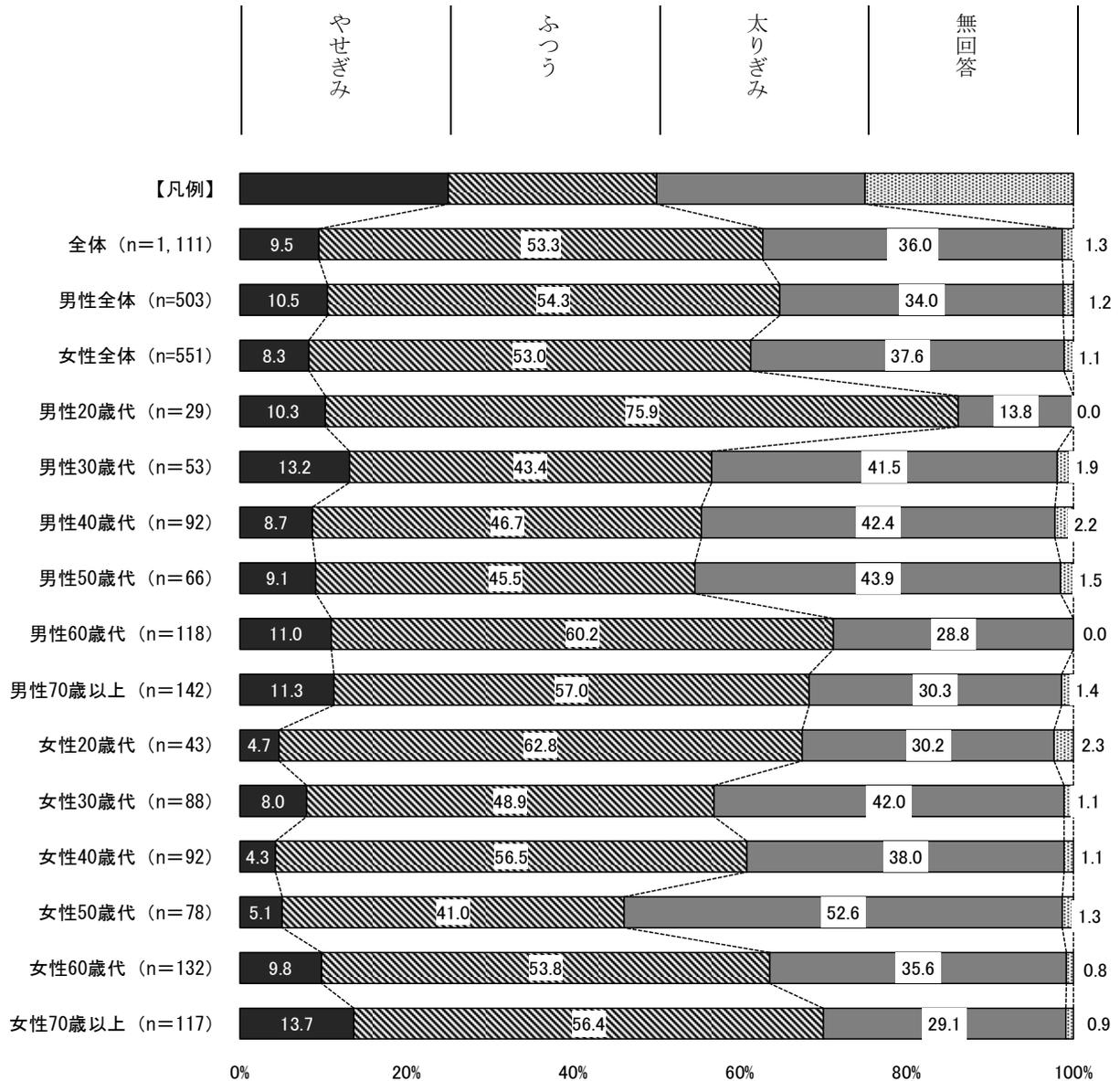


【一般市民調査】

問 17 あなたは、ご自分の体型についてどう思いますか。(〇は1つ)

「ふつう」が53.3%と最も多く、次いで「太りぎみ」が36.0%、「やせぎみ」が9.5%となっている。
性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「ふつう」が男性 20 歳代で多く、75.9%となっている。また、「太りぎみ」が女性 50 歳代で多く、52.6%となっている。

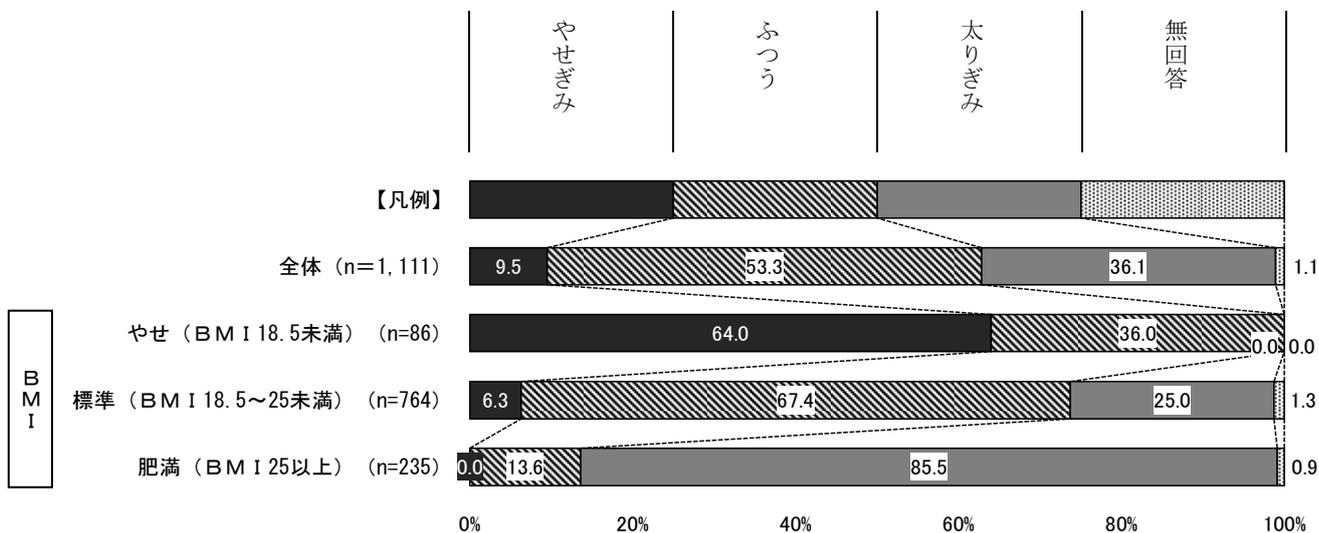


◆自分の体型についての認識×BMI

やせ（BMI 18.5 未満）では、実際の体型と認識が一致しているのは 64.0%と最も多くなっている一方、36.0%が「ふつう」と認識している。

標準（BMI 18.5～25 未満）では、25.0%が「太りぎみ」、6.3%が「やせぎみ」と認識している。

肥満（BMI 25 以上）では、実際の体型と認識が一致しているのは 85.5%と最も多くなっている一方、13.6%が「ふつう」と認識している。



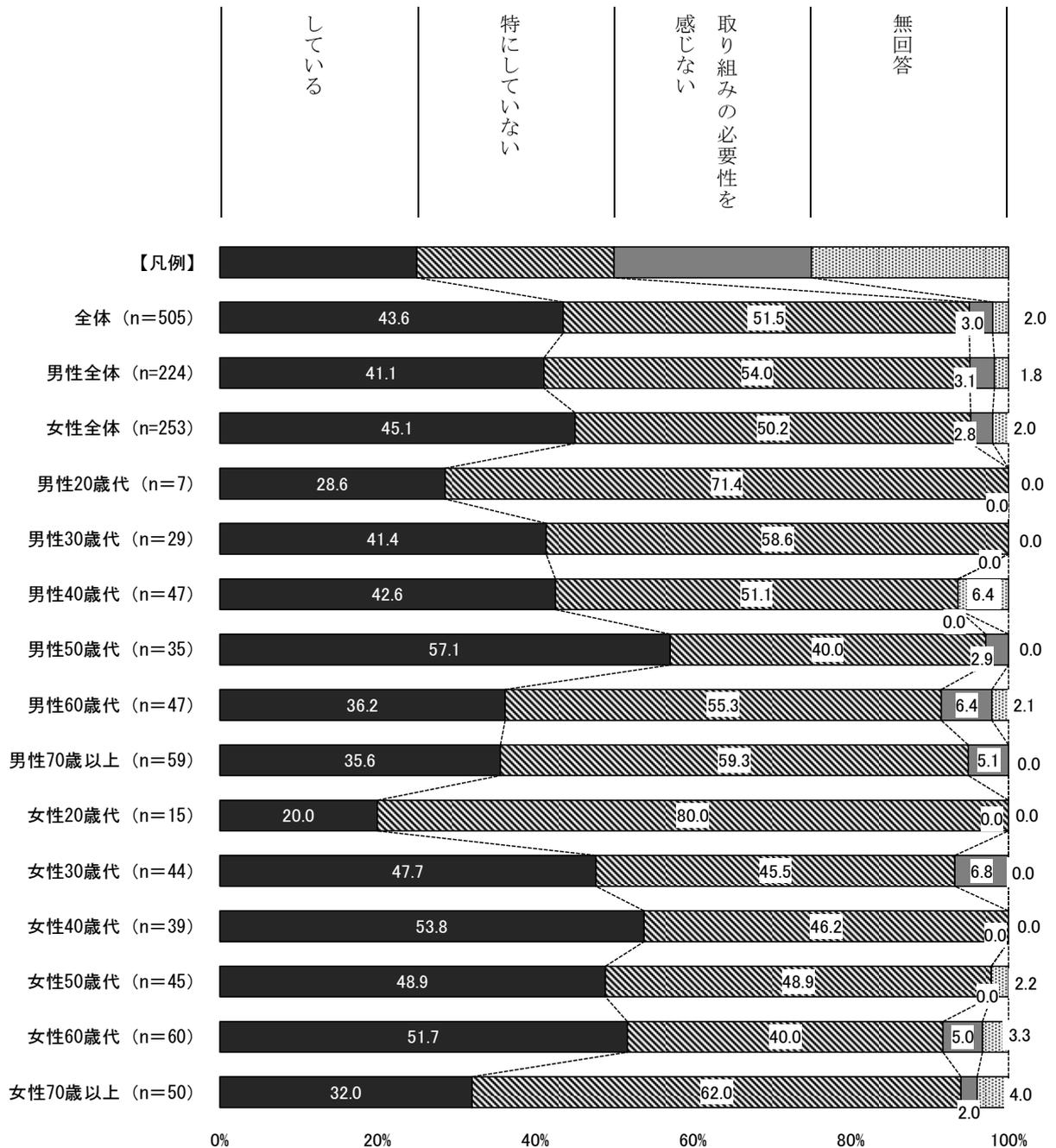
問 17 で「1 やせぎみ」または「3 太りぎみ」と回答した方にお聞きします。

問 17-1 あなたは、現在体型を改善するための取り組みをしていますか。(○は1つ)

「特にしていない」が51.5%と最も多く、次いで「している」が43.6%、「取り組みの必要性を感じない」が3.0%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「している」が男性50歳代、女性40歳代、60歳代で多い。



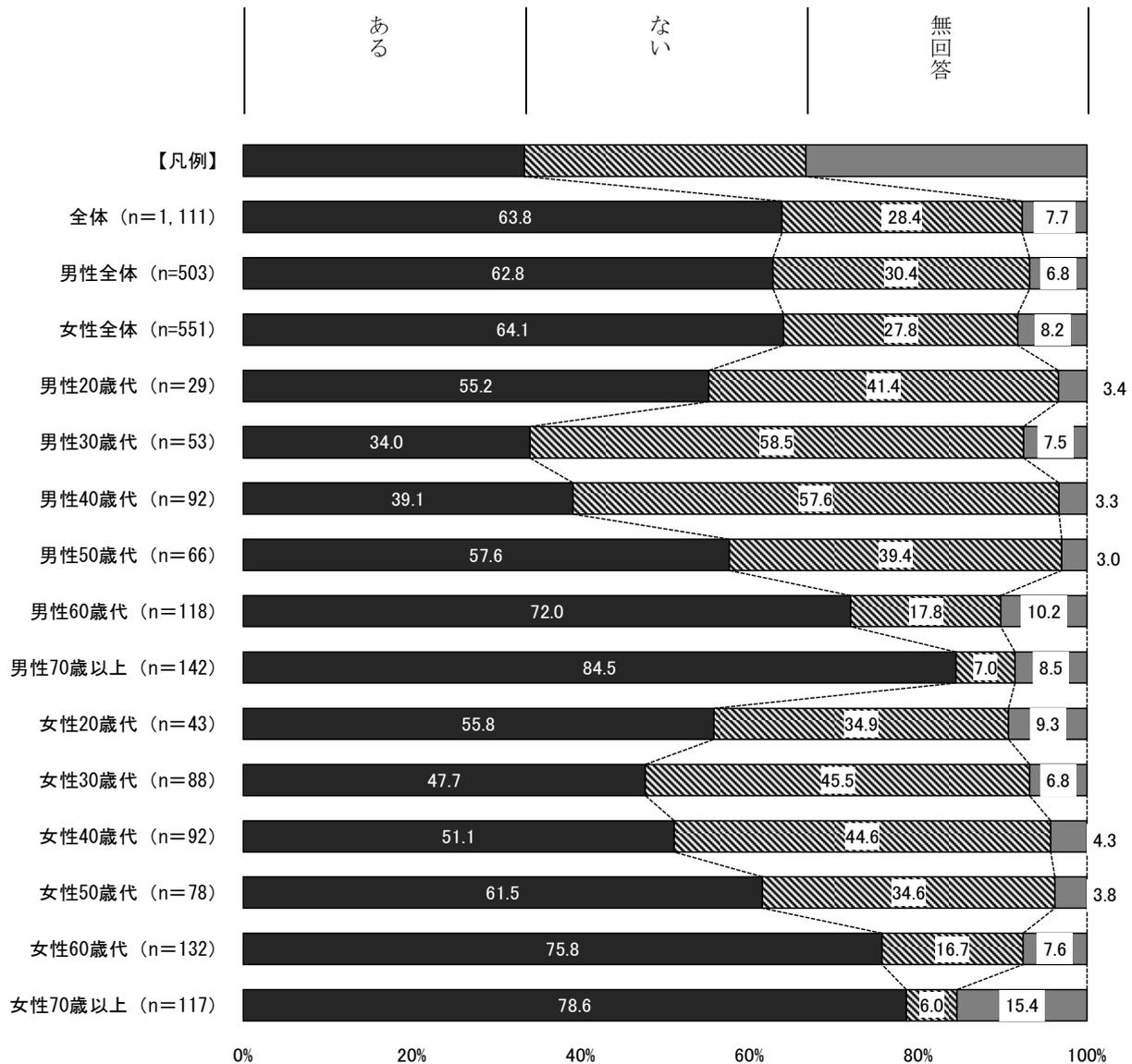
ここからは、すべての方にお聞きします。

問 18 あなたには、かかりつけの病院、診療所がありますか。(〇は1つ)

「ある」が63.8%、「ない」が28.4%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「ある」が男性70歳以上で多く、84.5%となっている。また、男女ともに年代が高くなるほど、「ある」が多くなっている。

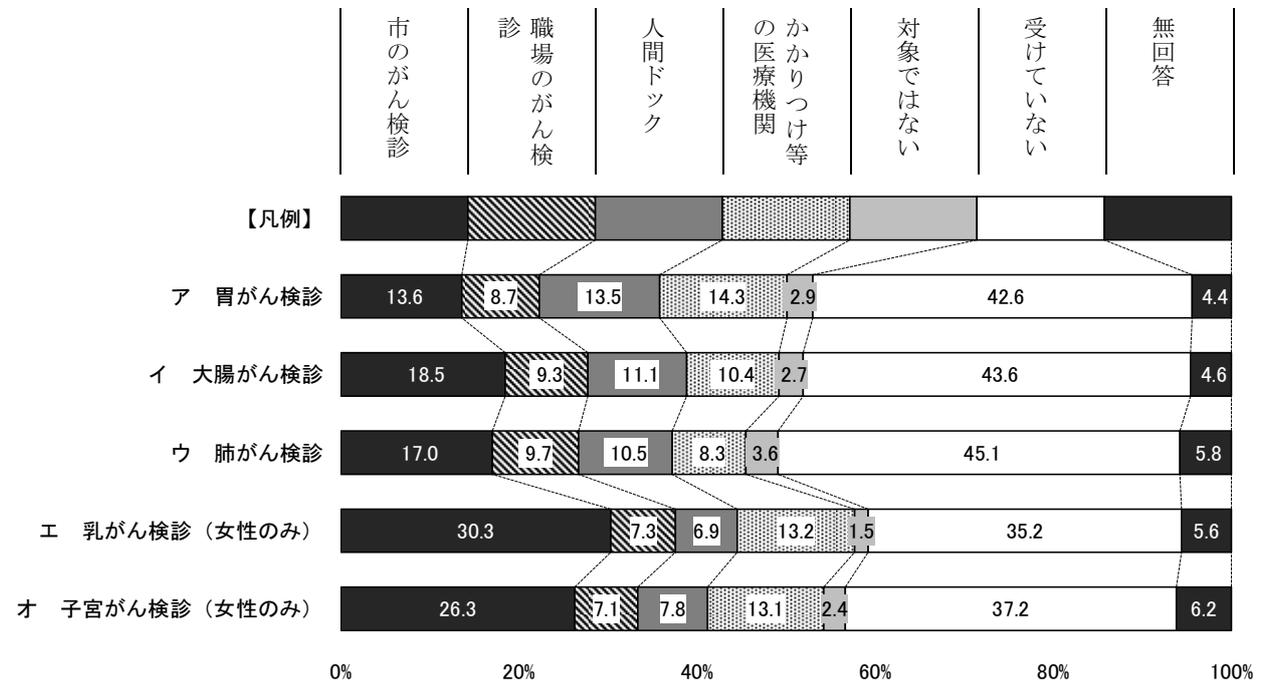


【一般市民調査】

問 19 がん検診はどちらで受けていますか。(「ア」から「オ」についてそれぞれ○は1つ)

がん検診の受診割合を種別にみると、「エ 乳がん検診」は 57.7%、次いで「オ 子宮がん検診」は 54.3%と、女性のがん検診の受診率が高い。また、「ア 胃がん検診」、「イ 大腸がん検診」、「ウ 肺がん検診」は「受けていない」が4割を超えている。

ア～ウ：(n=1,111) エ～オ：(n=551)



ア 胃がん検診

性別にみると、「受けていない」が女性で 45.4%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「かかりつけ等の医療機関」が男性 70 歳以上で多く、37.3%となっている。また、「職場のがん検診」が男性 40 歳代で 26.1%、「人間ドック」が男性 50 歳代で 33.3%と多い。

単位 (%)	(サンプル数)	市のがん検診	職場のがん検診	人間ドック	かかりつけ等の医療機関	対象ではない	受けていない	無回答
全体	1,111	13.6	8.7	13.5	14.3	2.9	42.6	4.4
男性	503	11.3	11.7	15.5	16.5	2.2	39.6	3.2
女性	551	15.8	6.2	11.3	12.7	3.4	45.4	5.3
男性20歳代	29	0.0	3.4	0.0	0.0	13.8	82.8	0.0
男性30歳代	53	3.8	7.5	11.3	0.0	3.8	67.9	5.7
男性40歳代	92	4.3	26.1	17.4	4.3	1.1	44.6	2.2
男性50歳代	66	6.1	19.7	33.3	3.0	0.0	36.4	1.5
男性60歳代	118	10.2	13.6	16.9	18.6	2.5	36.4	1.7
男性70歳以上	142	23.9	0.7	9.9	37.3	0.7	21.8	5.6
女性20歳代	43	0.0	0.0	0.0	0.0	23.3	72.1	4.7
女性30歳代	88	0.0	1.1	4.5	3.4	8.0	79.5	3.4
女性40歳代	92	19.6	14.1	14.1	2.2	0.0	46.7	3.3
女性50歳代	78	10.3	19.2	19.2	9.0	1.3	38.5	2.6
女性60歳代	132	22.7	3.8	18.9	17.4	0.8	29.5	6.8
女性70歳以上	117	26.5	0.0	4.3	29.9	0.0	30.8	8.5

【一般市民調査】

イ 大腸がん検診

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「市のがん検診」が男女ともに 70 歳以上で多い。また、「職場のがん検診」が男性 40 歳代、50 歳代で、2 割を超えて多い。

単位 (%)	サンプル数 (人)	市のがん検診	職場のがん検診	人間ドック	かかりつけ等の医療機関	対象ではない	受けていない	無回答
全体	1,111	18.5	9.3	11.1	10.4	2.7	43.6	4.6
男性	503	15.3	12.1	13.3	11.1	2.0	42.5	3.6
女性	551	21.2	6.7	9.1	10.0	3.3	44.5	5.3
男性20歳代	29	0.0	3.4	0.0	0.0	13.8	82.8	0.0
男性30歳代	53	1.9	9.4	11.3	0.0	5.7	66.0	5.7
男性40歳代	92	5.4	25.0	14.1	2.2	0.0	48.9	4.3
男性50歳代	66	4.5	21.2	28.8	6.1	0.0	37.9	1.5
男性60歳代	118	13.6	14.4	14.4	10.2	2.5	42.4	2.5
男性70歳以上	142	35.2	0.7	8.5	26.1	0.0	24.6	4.9
女性20歳代	43	0.0	0.0	0.0	0.0	23.3	72.1	4.7
女性30歳代	88	0.0	5.7	2.3	1.1	8.0	79.5	3.4
女性40歳代	92	27.2	14.1	12.0	3.3	0.0	40.2	3.3
女性50歳代	78	14.1	17.9	16.7	10.3	0.0	37.2	3.8
女性60歳代	132	27.3	3.0	15.2	18.9	0.8	30.3	4.5
女性70歳以上	117	38.5	0.9	3.4	15.4	0.0	31.6	10.3

ウ 肺がん検診

性別にみると、「市のがん検診」が女性で 20.0%と、男性に比べて多い。また、「職場のがん検診」が男性で 12.5%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、「人間ドック」が男性 50 歳代で、28.8%と多い。

単位 (%)	サンプル数 (人)	市のがん検診	職場のがん検診	人間ドック	かかりつけ等の医療機関	対象ではない	受けていない	無回答
全体	1,111	17.0	9.7	10.5	8.3	3.6	45.1	5.8
男性	503	14.1	12.5	12.3	10.1	2.4	42.7	5.8
女性	551	20.0	7.1	8.5	6.7	4.5	47.5	5.6
男性20歳代	29	0.0	3.4	0.0	0.0	13.8	82.8	0.0
男性30歳代	53	1.9	9.4	11.3	0.0	5.7	66.0	5.7
男性40歳代	92	3.3	26.1	10.9	3.3	0.0	51.1	5.4
男性50歳代	66	6.1	24.2	28.8	1.5	0.0	37.9	1.5
男性60歳代	118	12.7	13.6	13.6	8.5	3.4	41.5	6.8
男性70歳以上	142	32.4	0.7	7.7	25.4	0.7	24.6	8.5
女性20歳代	43	0.0	0.0	0.0	0.0	23.3	72.1	4.7
女性30歳代	88	1.1	4.5	2.3	0.0	9.1	78.4	4.5
女性40歳代	92	20.7	14.1	9.8	1.1	2.2	48.9	3.3
女性50歳代	78	14.1	20.5	15.4	0.0	3.8	43.6	2.6
女性60歳代	132	27.3	3.0	14.4	13.6	1.5	34.8	5.3
女性70歳以上	117	36.8	1.7	4.3	15.4	0.0	30.8	11.1

【一般市民調査】

エ 乳がん検診（女性のみ）

女性年代別にみると、「市のがん検診」が40歳代で43.5%、60歳代で30.3%、70歳以上で33.3%と多い。

単位（%）	（人） サンプル数	市 の が ん 検 診	職 場 の が ん 検 診	人 間 ド ック	関 等 か の か り つ け 機 関	い 対 象 で は な い	い 受 け て い な い	無 回 答
女性	551	30.3	7.3	6.9	13.2	1.5	35.2	5.6
女性20歳代	43	2.3	4.7	2.3	4.7	14.0	67.4	4.7
女性30歳代	88	28.4	11.4	2.3	10.2	0.0	45.5	2.3
女性40歳代	92	43.5	12.0	9.8	15.2	0.0	19.6	0.0
女性50歳代	78	26.9	14.1	14.1	17.9	0.0	24.4	2.6
女性60歳代	132	30.3	3.8	9.1	15.9	1.5	32.6	6.8
女性70歳以上	117	33.3	0.9	2.6	11.1	0.0	38.5	13.7

オ 子宮がん検診（女性のみ）

女性年代別にみると、「市のがん検診」が40歳代で41.3%、60歳代で30.3%と多い。

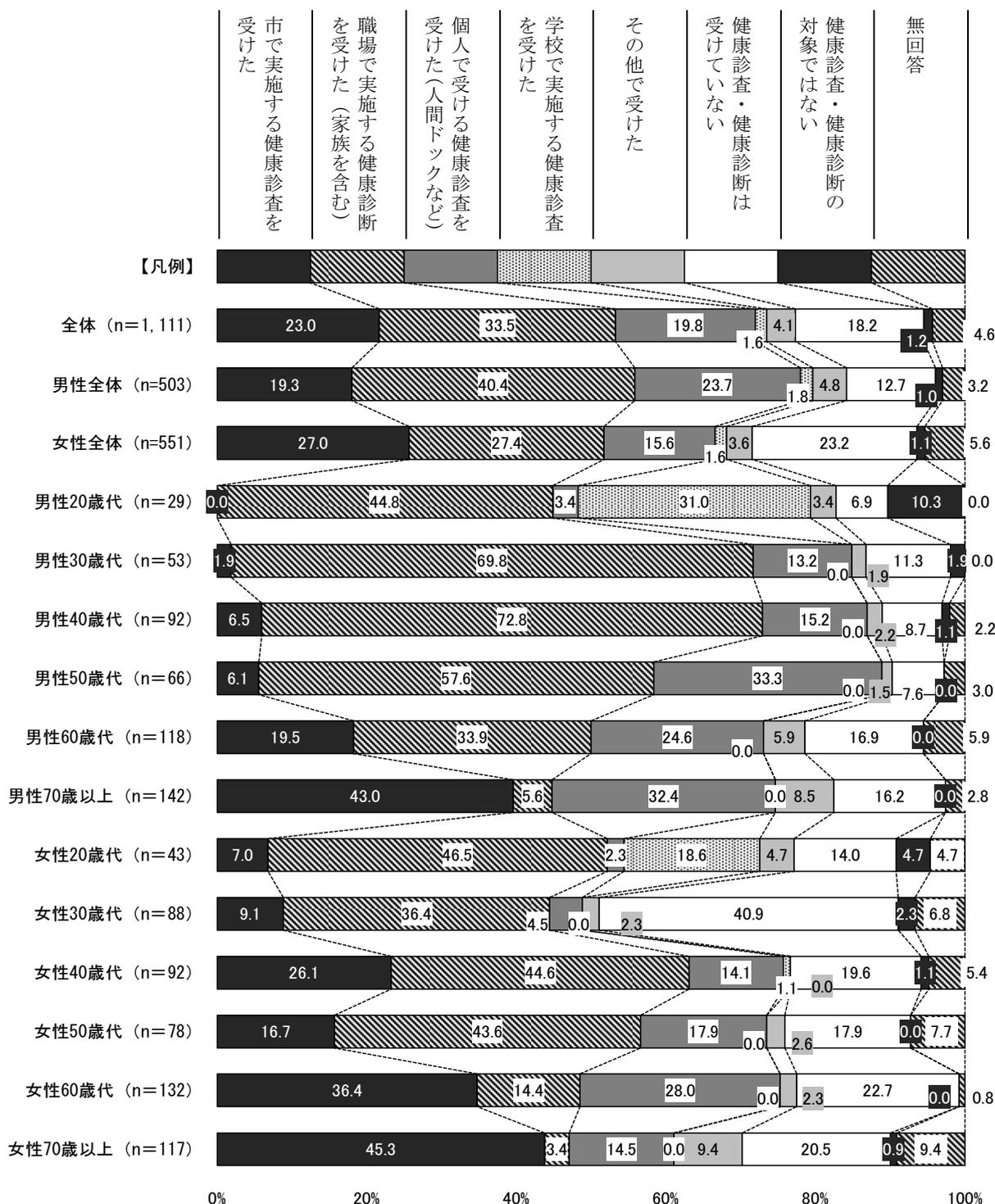
単位（%）	（人） サンプル数	市 の が ん 検 診	職 場 の が ん 検 診	人 間 ド ック	の か り つ け 機 関 等	対 象 で は な い	受 け て い な い	無 回 答
女性	551	26.3	7.1	7.8	13.1	2.4	37.2	6.2
女性20歳代	43	11.6	7.0	2.3	9.3	9.3	55.8	4.7
女性30歳代	88	20.5	12.5	3.4	20.5	1.1	39.8	2.3
女性40歳代	92	41.3	12.0	12.0	14.1	0.0	19.6	1.1
女性50歳代	78	19.2	10.3	15.4	17.9	1.3	33.3	2.6
女性60歳代	132	30.3	3.0	10.6	9.1	2.3	37.9	6.8
女性70歳以上	117	24.8	1.7	1.7	9.4	3.4	43.6	15.4

問 20 あなたは、過去1年間に健康診査（がん検診を除く）・健康診断を受けましたか。
（あてはまるものすべてに○）

「職場で実施する健康診断を受けた（家族を含む）」が 33.5%と最も多く、次いで「市で実施する健康診査を受けた」が 23.0%、「個人で受ける健康診査を受けた（人間ドックなど）」が 19.8%となっている。

性別にみると、「市で実施する健康診査を受けた」が女性で 27.0%と、男性に比べて多い。また、「職場で実施する健康診断を受けた（家族を含む）」が男性で 40.4%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、「市で実施する健康診査を受けた」が男女ともに 70 歳以上で、4 割を超えて多い。また、「職場で実施する健康診断を受けた（家族を含む）」が男性 30 歳代から 50 歳代で多い。さらに、「健康診査・健康診断は受けていない」が女性 30 歳代で多く、40.9%となっている。



【一般市民調査】

◆過去1年間の健康診査・健康診断の受診状況×職業

「健康診査・健康診断は受けていない」については、自営業（商店経営等）では28.6%、パートタイマー・アルバイトでは26.0%、専業主婦（夫）、家事手伝いでは27.7%と多い。

「市で実施する健康診査を受けた」については、専業主婦（夫）、家事手伝いが41.8%と多い。

単位（%）	サンプル数（人）	市で実施する健康診査を受けた	職場で実施する健康診断を受けた （家族を含む）	個人で受ける健康診査を受けた （人間ドックなど）	学校で実施する健康診査を受けた	その他で受けた	健康診査・健康診断は受けていない	健康診査・健康診断の対象ではない	無回答
全体	1,111	23.0	33.5	19.8	1.6	4.1	18.2	1.2	4.6
自営業（商店経営等）	56	28.6	17.9	19.6	0.0	7.1	28.6	1.8	5.4
会社・団体等の役員	27	11.1	63.0	18.5	0.0	0.0	11.1	0.0	3.7
会社員・公務員・団体職員（正規雇用）等	277	3.6	76.9	17.7	0.4	1.1	4.3	0.7	1.8
会社員・公務員・団体職員（非正規雇用）等	50	12.0	70.0	24.0	0.0	2.0	2.0	0.0	0.0
パートタイマー・アルバイト	173	20.2	37.6	12.7	0.0	1.7	26.0	1.7	5.8
学生	19	0.0	0.0	0.0	89.5	0.0	5.3	5.3	0.0
専業主婦（夫）、家事手伝い	213	41.8	5.6	22.1	0.0	4.2	27.7	1.4	2.8
無職	255	34.1	4.3	25.5	0.0	9.4	22.0	0.8	8.6
その他	17	23.5	11.8	11.8	0.0	11.8	35.3	0.0	11.8

【一般市民調査】

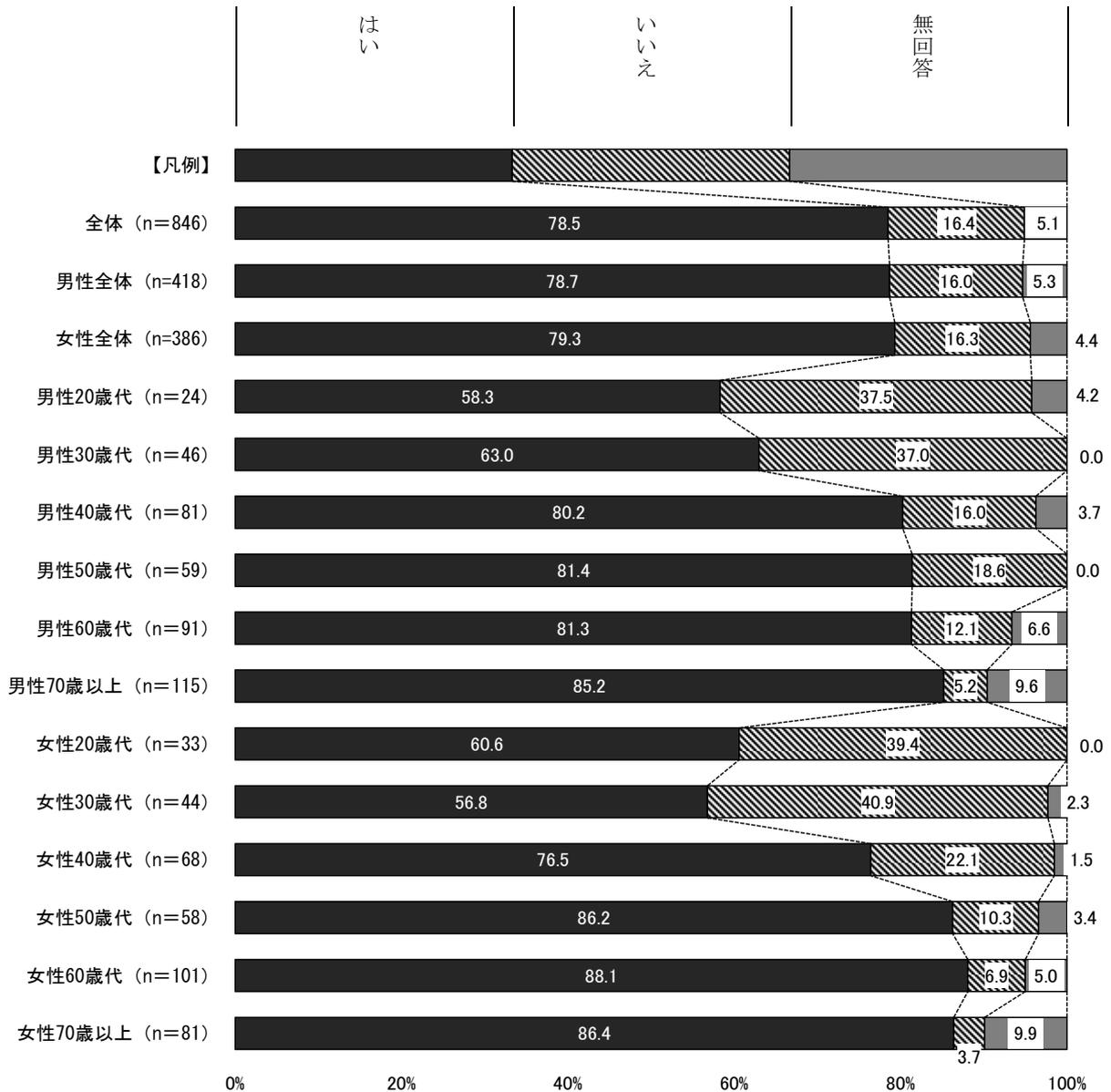
問 20 で「1」～「5」（健康診査・健康診断を受けた）と回答した方にお聞きします。

問 20-1 健診結果をご自身の生活習慣の改善に役立っていますか。（○は1つ）

「はい」が78.5%、「いいえ」が16.4%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「いいえ」が男女の20歳代、30歳代で多い。

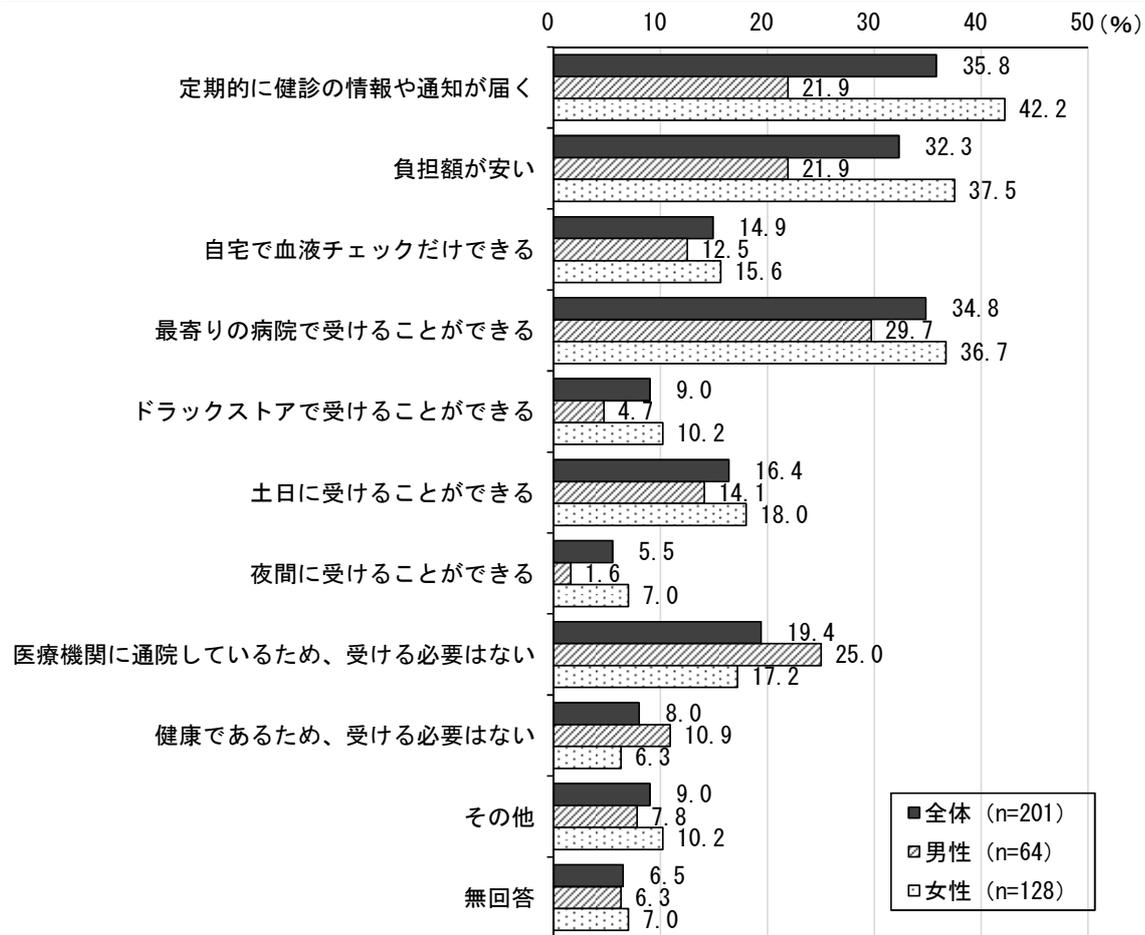


問 20 で「6 健康診査・健康診断は受けていない」と回答した方にお聞きします。
問 20-2 どのような方法(内容) だったら受診しますか。(あてはまるものすべてに○)

「定期的に健診の情報や通知が届く」が 35.8%と最も多く、次いで「最寄りの病院で受けることができる」が 34.8%、「負担額が安い」が 32.3%となっている。

性別にみると、「定期的に健診の情報や通知が届く」と「負担額が安い」と「最寄りの病院で受けることができる」が女性で3割を超えており、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「医療機関に通院しているため、受ける必要はない」が男女ともに 70 歳以上で、4割を超えて多い。

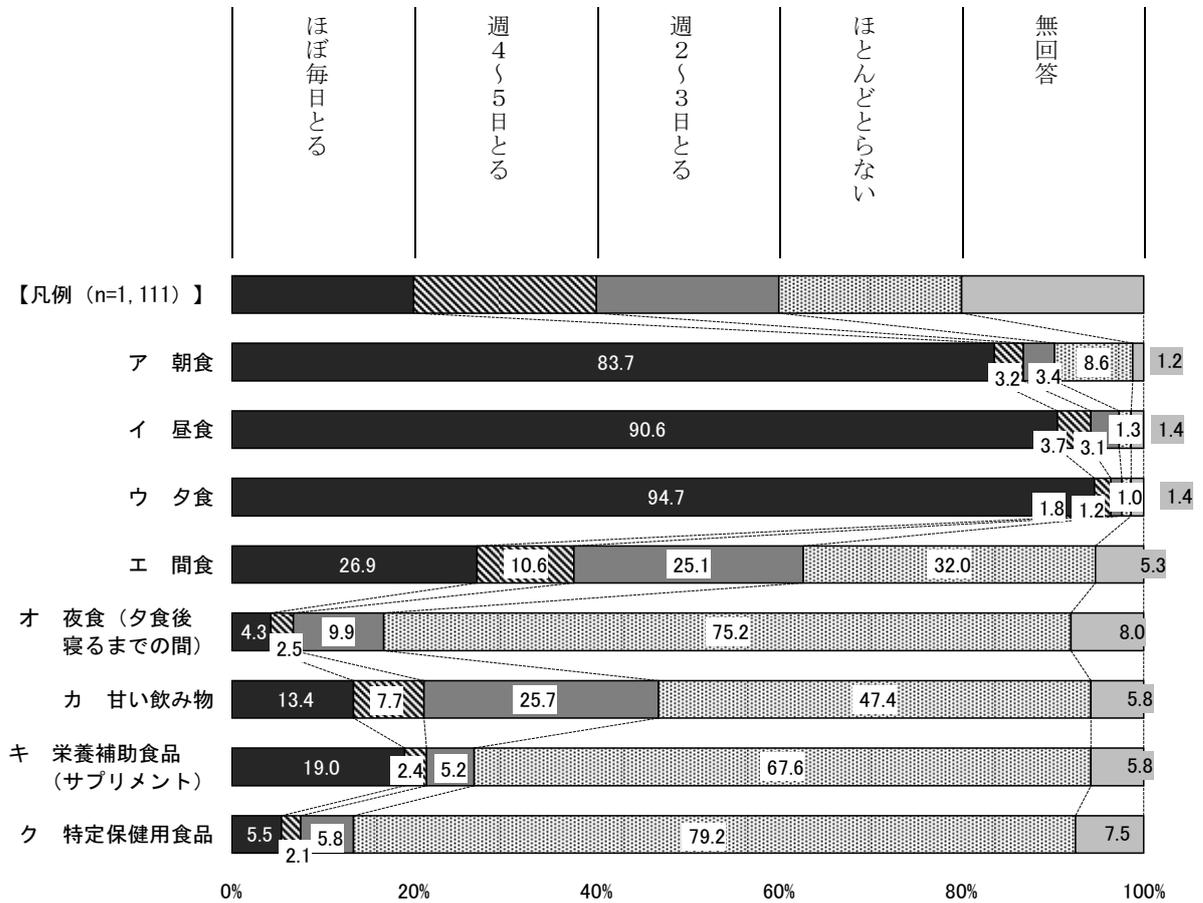


単位 (%)	サンプル数 (人)	定期的に健診の情報や通知が届く	負担額が安い	自宅で血液チェックだけできる	最寄りの病院で受けることができる	ドラッグストアで受けることができる	土日に受けることができる	夜間に受けることができる	医療機関に通院しているため、受ける必要はない	健康であるため、受ける必要はない	その他	無回答
全体	201	35.8	32.3	14.9	34.8	9.0	16.4	5.5	19.4	8.0	9	6.5
男性20歳代	2	50.0	50.0	0.0	100.0	50.0	50.0	0.0	0.0	0.0	0	0
男性30歳代	6	33.3	50.0	16.7	50.0	0.0	50.0	0.0	0.0	0.0	16.7	0
男性40歳代	8	25.0	50.0	37.5	0.0	0.0	12.5	12.5	0.0	12.5	0	25
男性50歳代	5	0.0	20.0	20.0	20.0	20.0	40.0	0.0	0.0	0.0	20	0
男性60歳代	20	15.0	15.0	10.0	30.0	5.0	10.0	0.0	25.0	20.0	10	10
男性70歳以上	23	26.1	8.7	4.3	30.4	0.0	0.0	0.0	47.8	8.7	4.3	0
女性20歳代	6	66.7	50.0	16.7	50.0	33.3	16.7	16.7	0.0	0.0	0	16.7
女性30歳代	36	72.2	63.9	11.1	50.0	5.6	33.3	8.3	0.0	2.8	8.3	2.8
女性40歳代	18	44.4	44.4	16.7	44.4	5.6	11.1	11.1	16.7	0.0	11.1	11.1
女性50歳代	14	35.7	50.0	28.6	35.7	14.3	14.3	0.0	0.0	0.0	21.4	7.1
女性60歳代	30	23.3	13.3	13.3	16.7	10.0	16.7	6.7	26.7	10.0	16.7	10
女性70歳以上	24	16.7	12.5	16.7	33.3	12.5	4.2	4.2	45.8	16.7	0	4.2

3 食生活・栄養について

問 21 あなたの食生活についてお聞きします。（「ア」から「ク」についてそれぞれ〇は1つ）

「ほぼ毎日とる」では、「ウ 夕食」が 94.7%と最も多く、次いで「イ 昼食」が 90.6%、「ア 朝食」が 83.7%となっている。

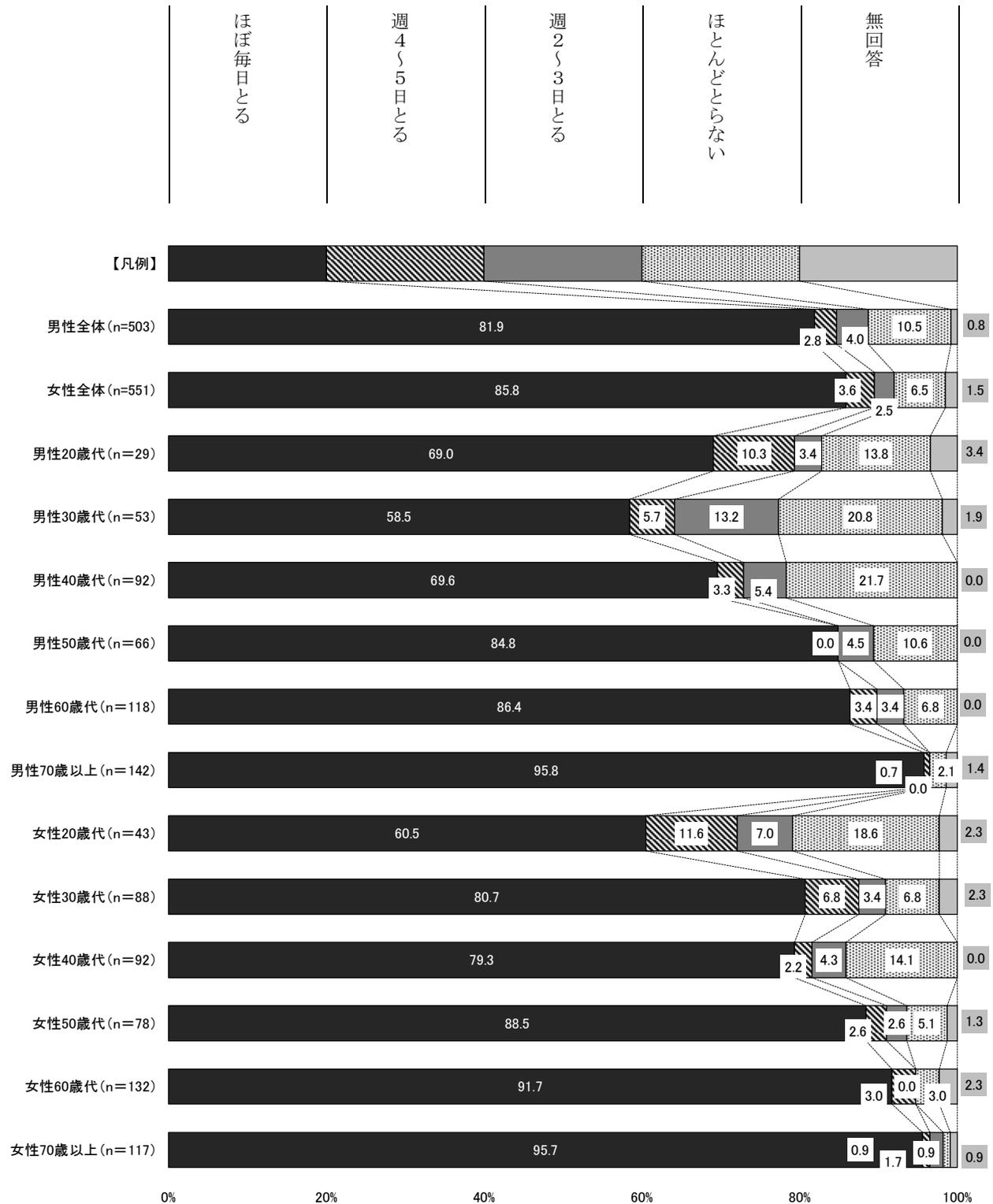


【一般市民調査】

ア 朝食

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「ほぼ毎日とる」が男性30歳代で58.5%、女性20歳代で60.5%と少なくなっている。男女とも年代が低いほど朝食を食べない日の割合が高く、特に男性30歳代、40歳代では2割が「ほとんどとらない」と回答している。

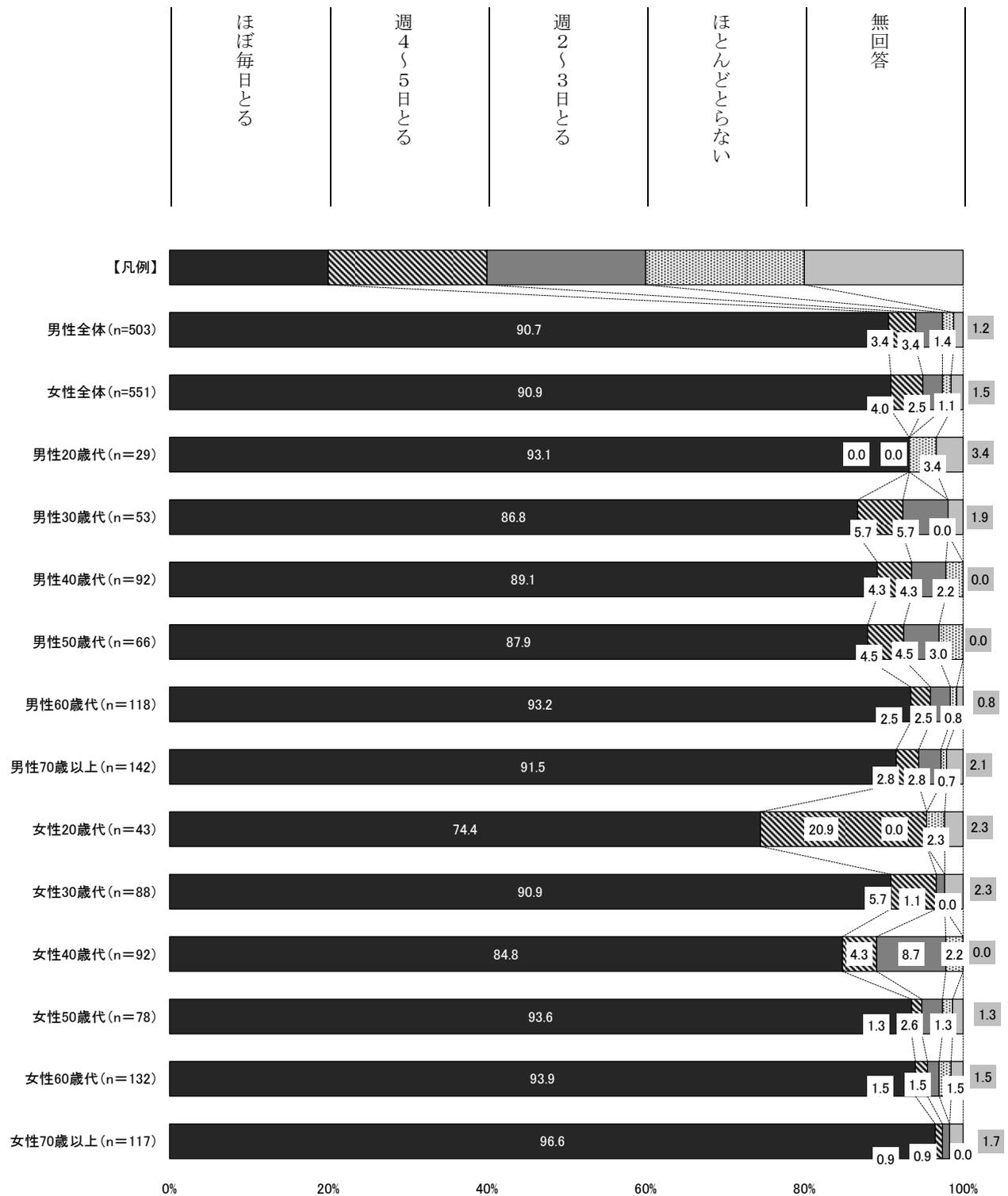


【一般市民調査】

イ 昼食

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「ほぼ毎日とる」が女性20歳代で少なく、74.4%となっている。

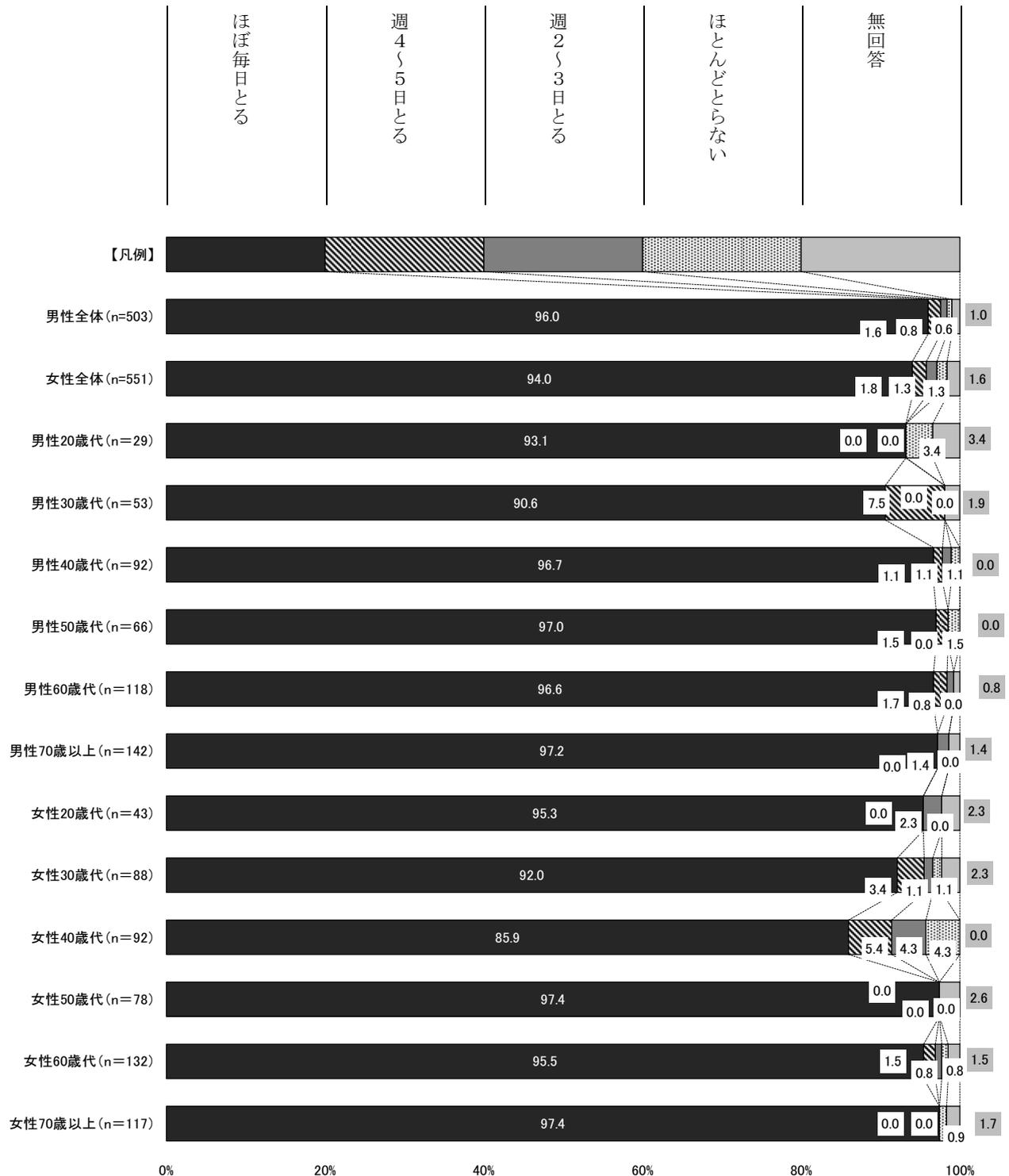


【一般市民調査】

ウ 夕食

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「ほぼ毎日とる」が女性40歳代で少なく、85.9%となっている。

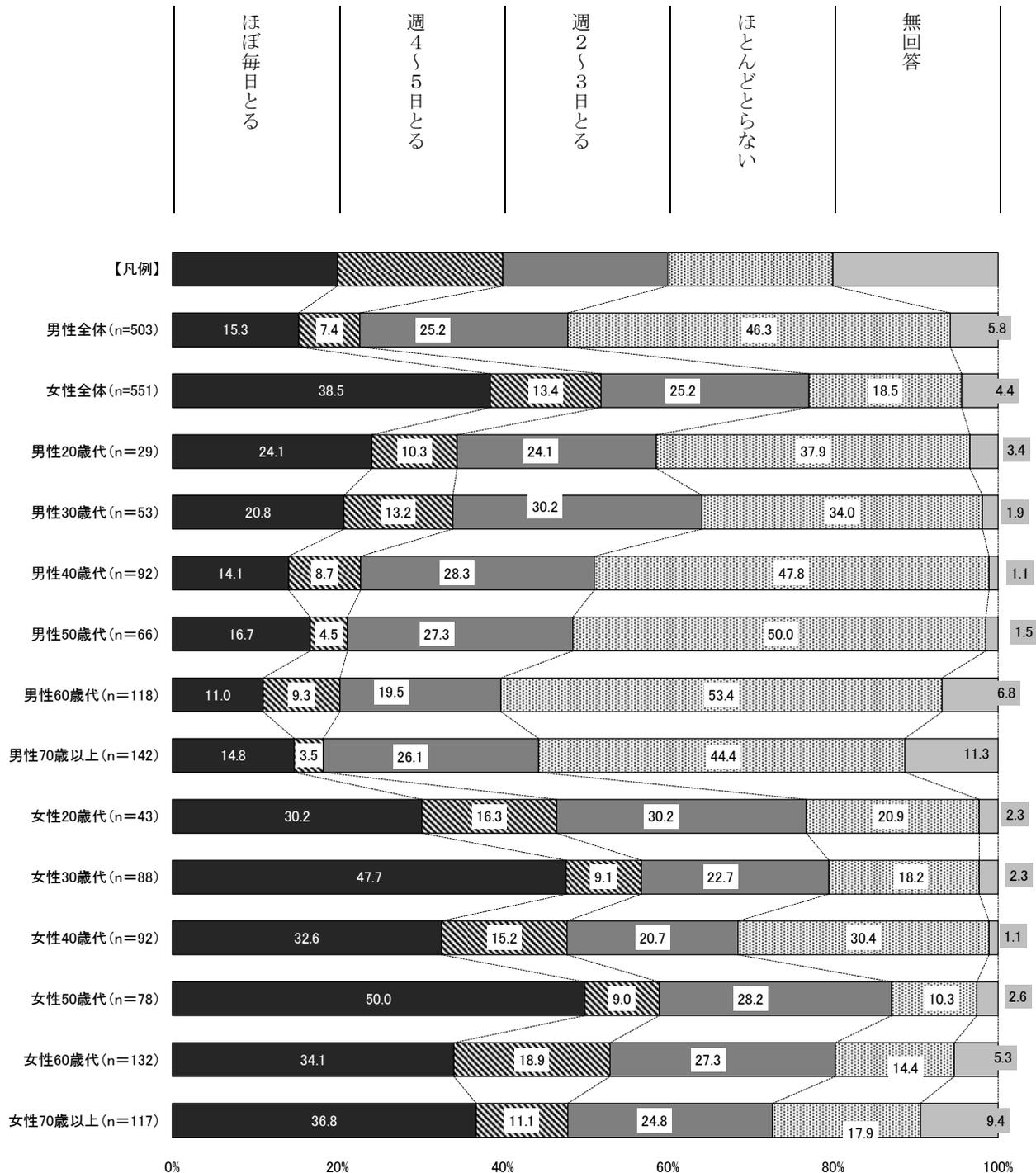


【一般市民調査】

エ 間食

性別にみると、「ほぼ毎日とる」が女性で38.5%と、男性に比べて多くなっているのに対し、「ほとんどとらない」が男性で46.3%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、「ほぼ毎日とる」が女性30歳代、50歳代で5割程度と多く、一方「ほとんどとらない」が男性60歳代で53.4%と多い。

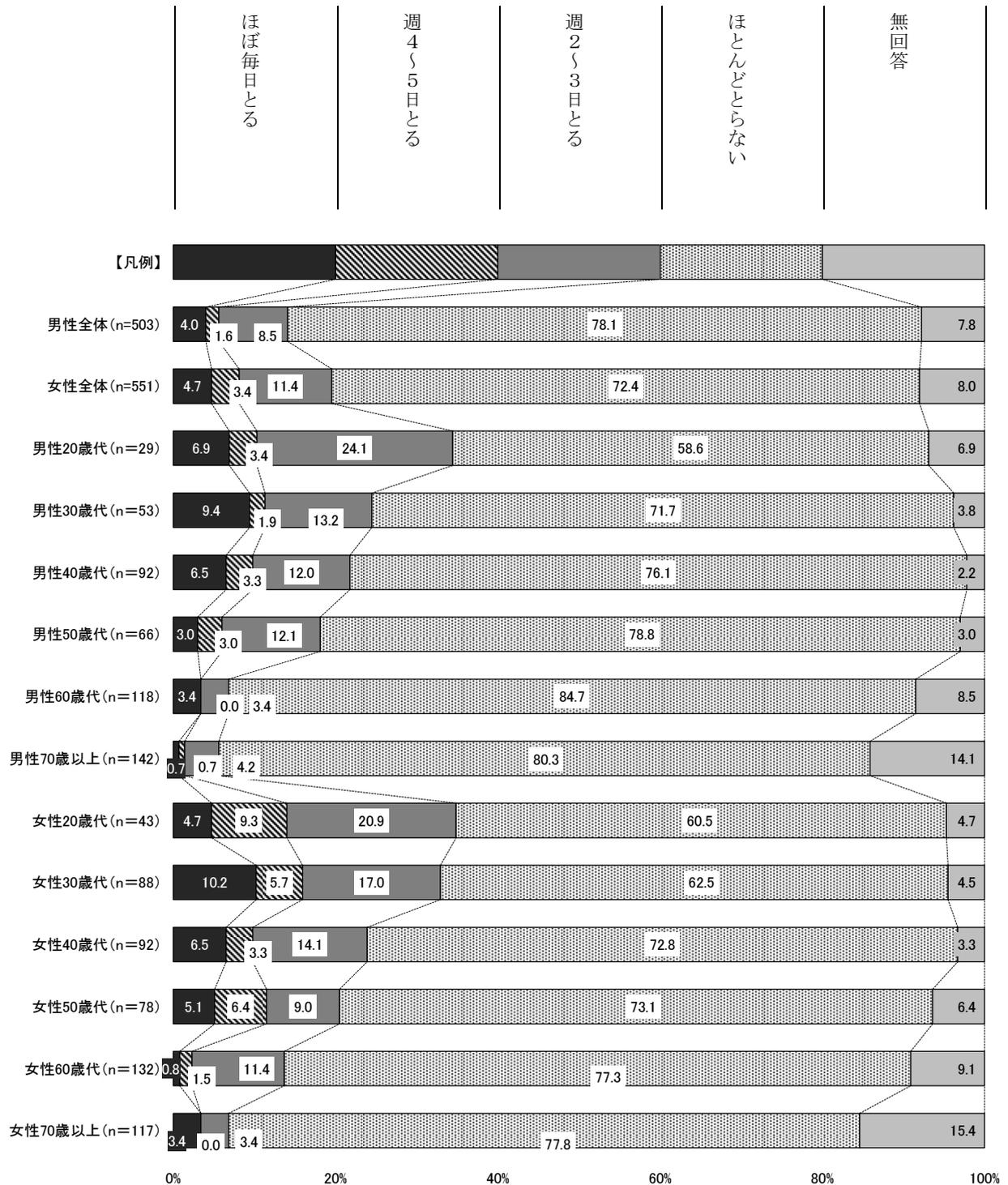


【一般市民調査】

オ 夜食（夕食後寝るまでの間）

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「週2～3日とる」が男女ともに20歳代で、2割を超えて多い。

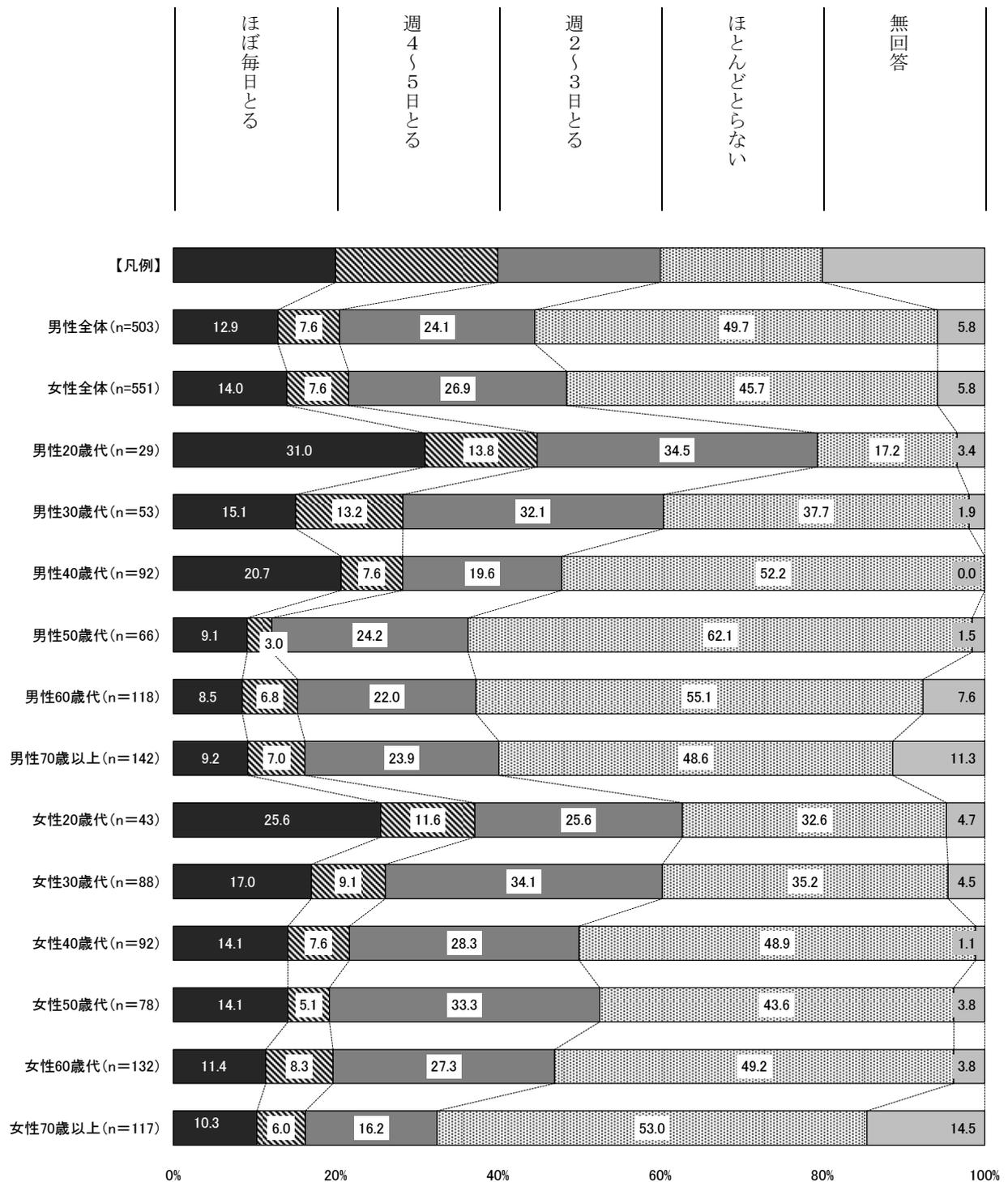


【一般市民調査】

カ 甘い飲み物

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「ほぼ毎日とる」が男性 20 歳代で、31.0%と多い。また、「ほとんどとらない」が男性 40 歳代から 60 歳代、女性 70 歳以上で、5 割を超えて多い。

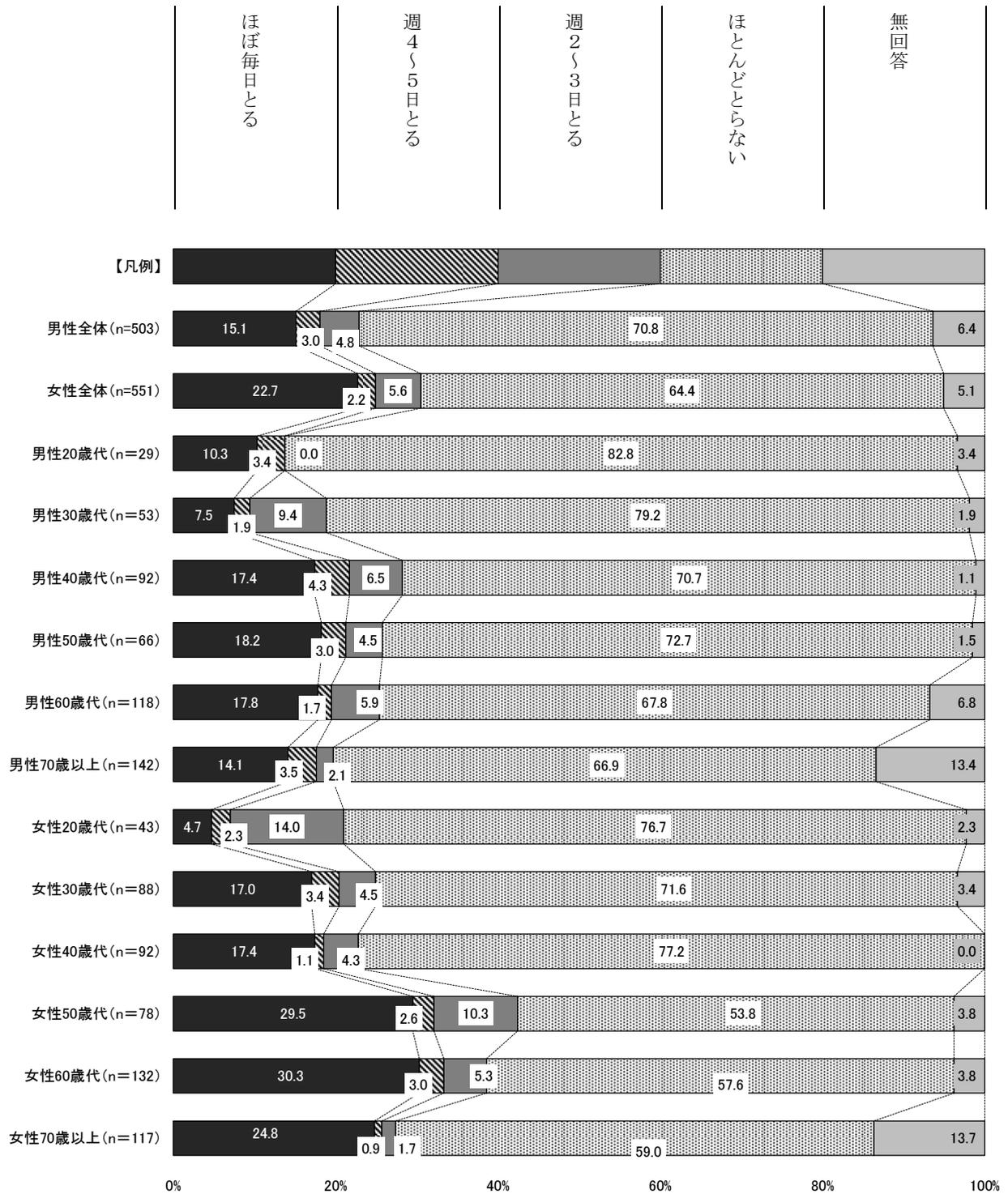


【一般市民調査】

キ 栄養補助食品（サプリメント）

性別にみると、「ほぼ毎日とる」が女性で22.7%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「ほぼ毎日とる」が女性50歳代、60歳代で約3割と多い。

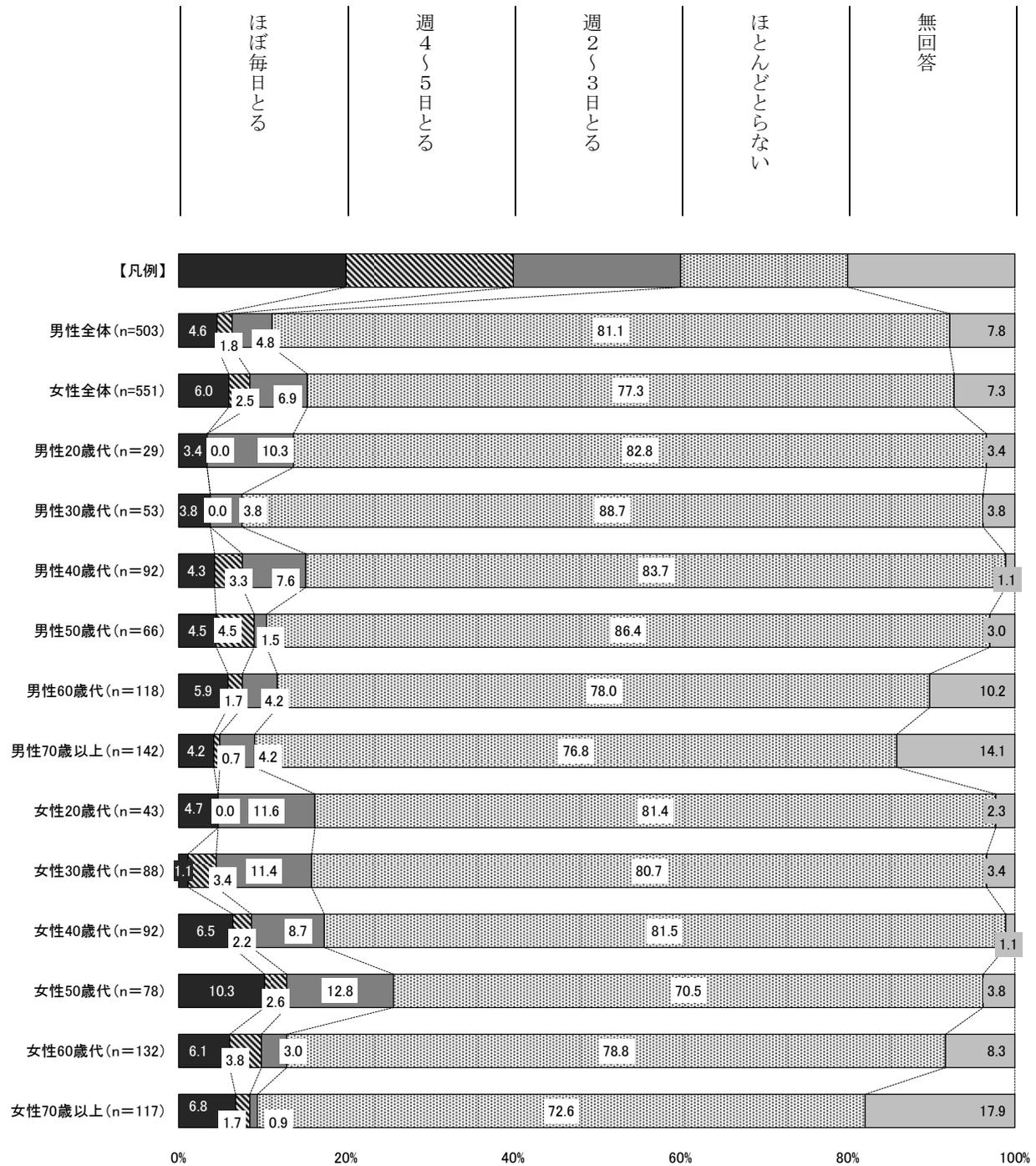


【一般市民調査】

ク 特定保健用食品

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、すべての性年代で「ほとんどとらない」が7割を超えている。



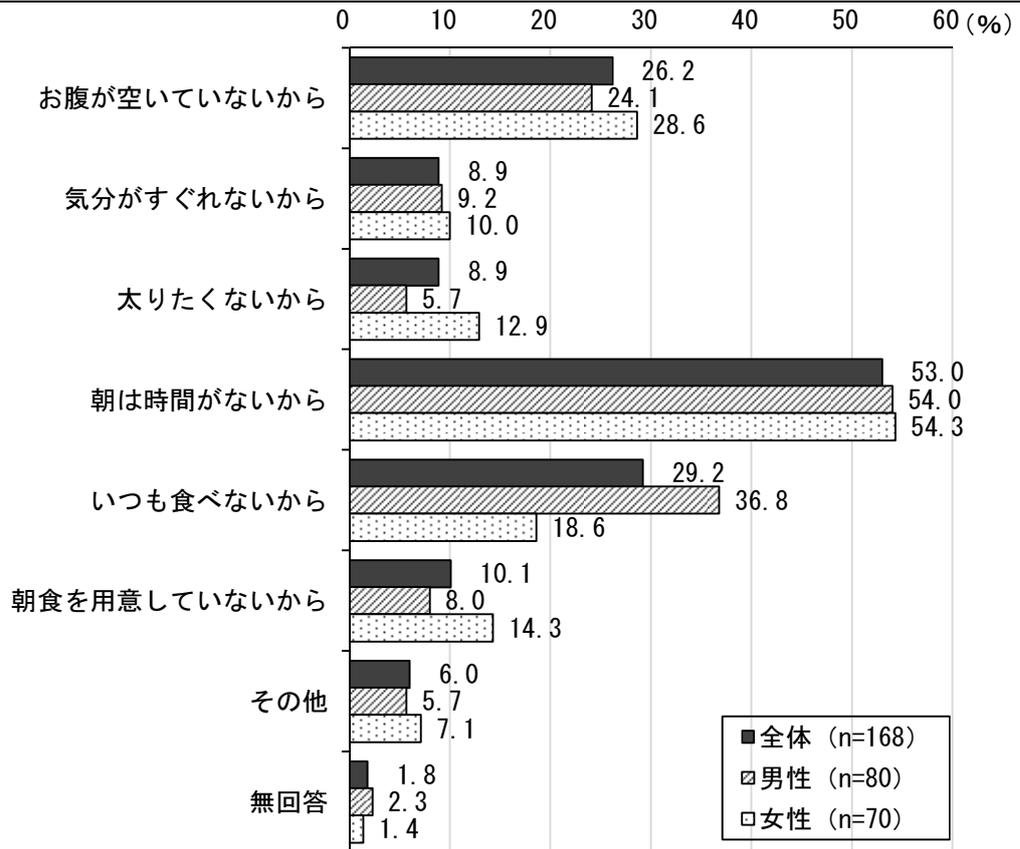
問 21<ア 朝食>で「2」、「3」、「4」のいずれか（朝食を毎日とはらない）を回答した方にお聞きします。

問 21-1 朝食を毎日とらない理由は何ですか。（あてはまるものすべてに○）

「朝は時間がないから」が53.0%と最も多く、次いで「いつも食べないから」が29.2%、「お腹が空いていないから」が26.2%となっている。

性別にみると、「いつも食べないから」が男性で36.8%と、女性に比べて多い。また、「太りたくないから」や「朝食を用意していないから」では女性が男性に比べて多い。

性年代別にみると、「お腹が空いていないから」が女性30歳代、70歳以上で多い。また、「朝は時間がないから」が男性20歳代で87.5%、女性20歳代で75.0%と多くなっている。



単位 (%)	数サ ン プ ル (人)	い い お か て 腹 ら い が な 空	か ぐ ら れ な い す	な 太 り か た く	ら が 朝 な は い 時 か 間	ら べ い な つ い も か 食	な 意 朝 い し 食 か て を 用	そ の 他	無 回 答
全体	168	26.2	8.9	8.9	53.0	29.2	10.1	6.0	1.8
男性20歳代	8	25.0	12.5	0.0	87.5	37.5	12.5	25.0	0.0
男性30歳代	21	23.8	19.0	4.8	71.4	19.0	14.3	4.8	0.0
男性40歳代	28	32.1	7.1	3.6	60.7	46.4	7.1	0.0	3.6
男性50歳代	10	20.0	0.0	10.0	50.0	20.0	0.0	10.0	0.0
男性60歳代	16	18.8	6.3	6.3	18.8	50.0	6.3	0.0	6.3
男性70歳以上	4	0.0	0.0	25.0	0.0	50.0	0.0	25.0	0.0
女性20歳代	16	12.5	18.8	6.3	75.0	12.5	25.0	6.3	0.0
女性30歳代	15	46.7	0.0	6.7	46.7	13.3	20.0	0.0	0.0
女性40歳代	19	26.3	15.8	36.8	52.6	15.8	15.8	10.5	0.0
女性50歳代	8	37.5	12.5	0.0	37.5	50.0	0.0	25.0	0.0
女性60歳代	8	12.5	0.0	0.0	50.0	25.0	0.0	0.0	12.5
女性70歳以上	4	50.0	0.0	0.0	50.0	0.0	0.0	0.0	0.0

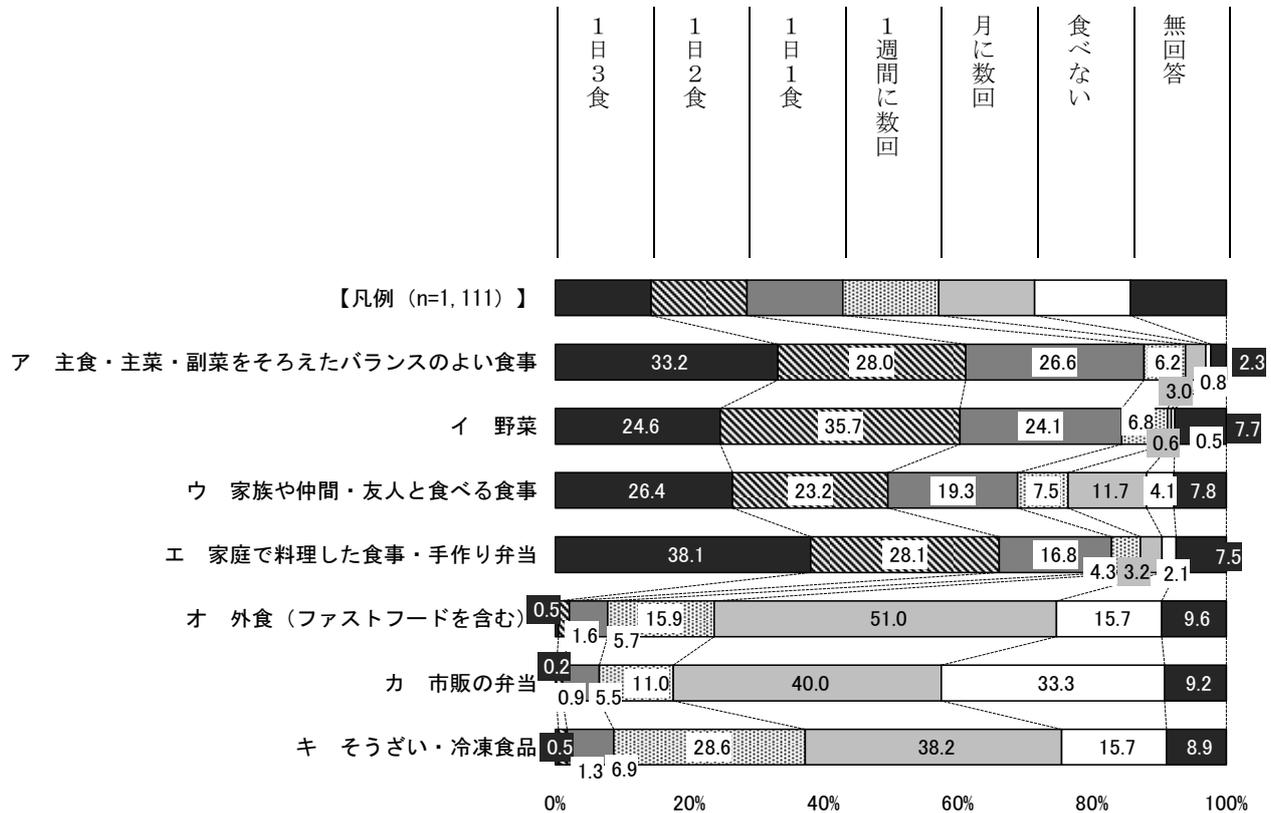
【一般市民調査】

問 22 あなたは、それぞれの食事を日常的にどのぐらい食べていますか。

(「ア」から「キ」についてそれぞれ○は1つ)

「ア 主食・主菜・副菜をそろえたバランスのよい食事」、「ウ 家族や仲間・友人と食べる食事」、「エ 家庭で料理した食事・手作り弁当」では、「1日3食」が最も多く、「イ 野菜」では「1日2食」が最も多い。

また、「オ 外食 (ファストフードを含む)」、「カ 市販の弁当」、「キ そうざい・冷凍食品」では「月に数回」が最も多い。



【一般市民調査】

ア 主食・主菜・副菜※をそろえたバランスのよい食事

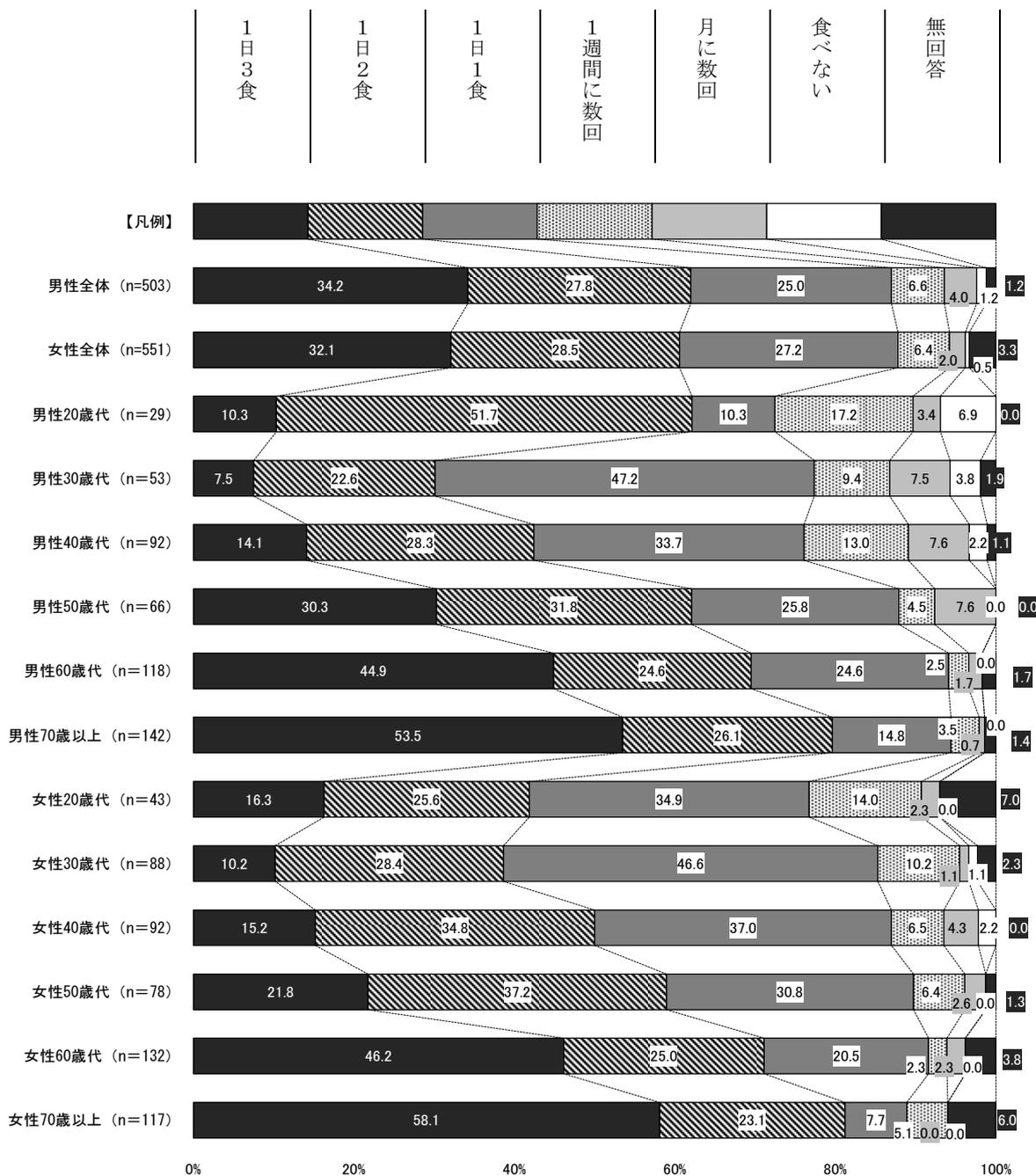
※主食：ごはん・パン・めんなど

主菜：魚や肉・卵・大豆製品を使ったおかず

副菜：野菜を使った料理

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「1日3食」が男女ともに60歳代、70歳以上で多く、4割を超えている。

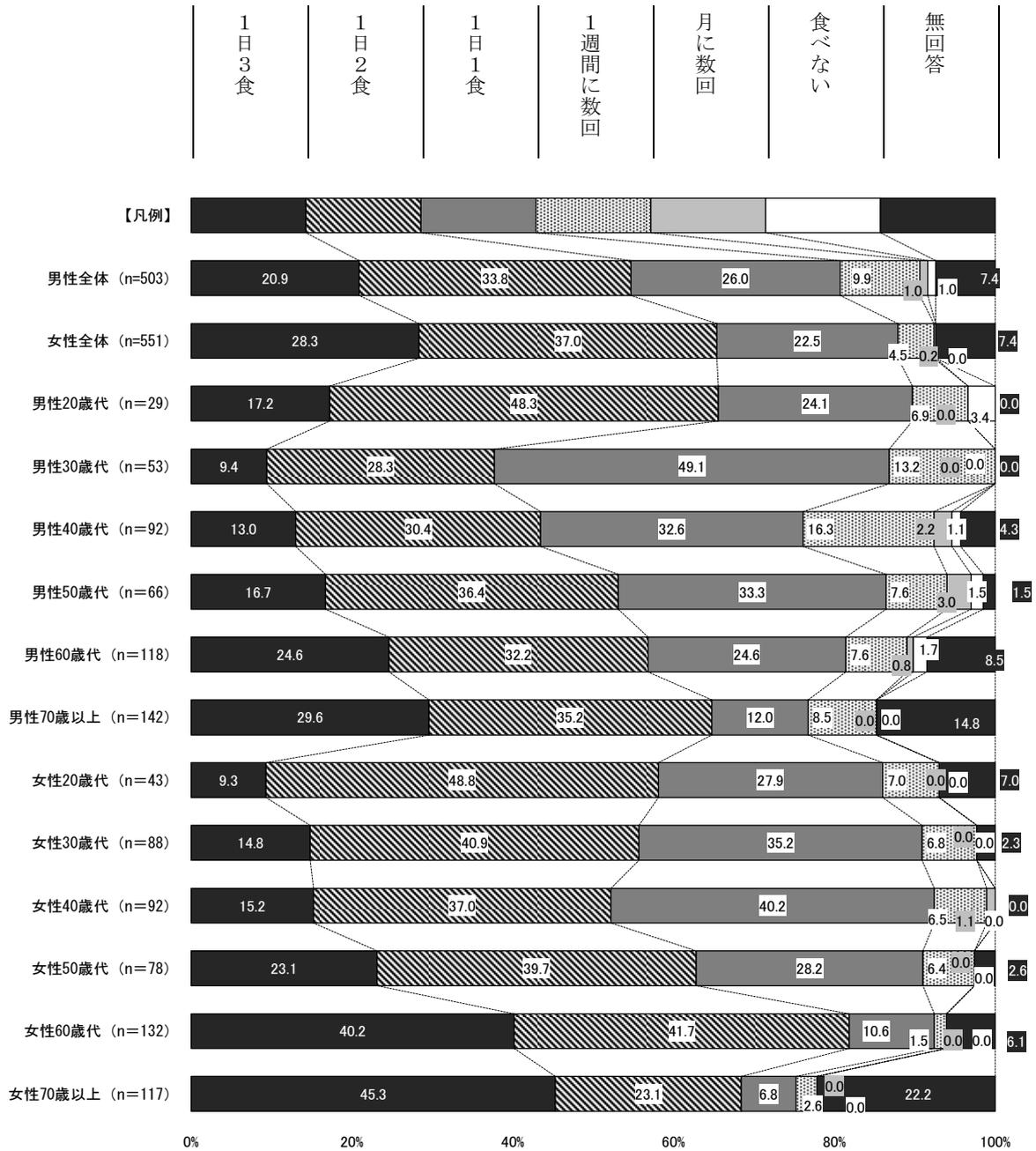


【一般市民調査】

イ 野菜

性別にみると、大きな違いは見られない。

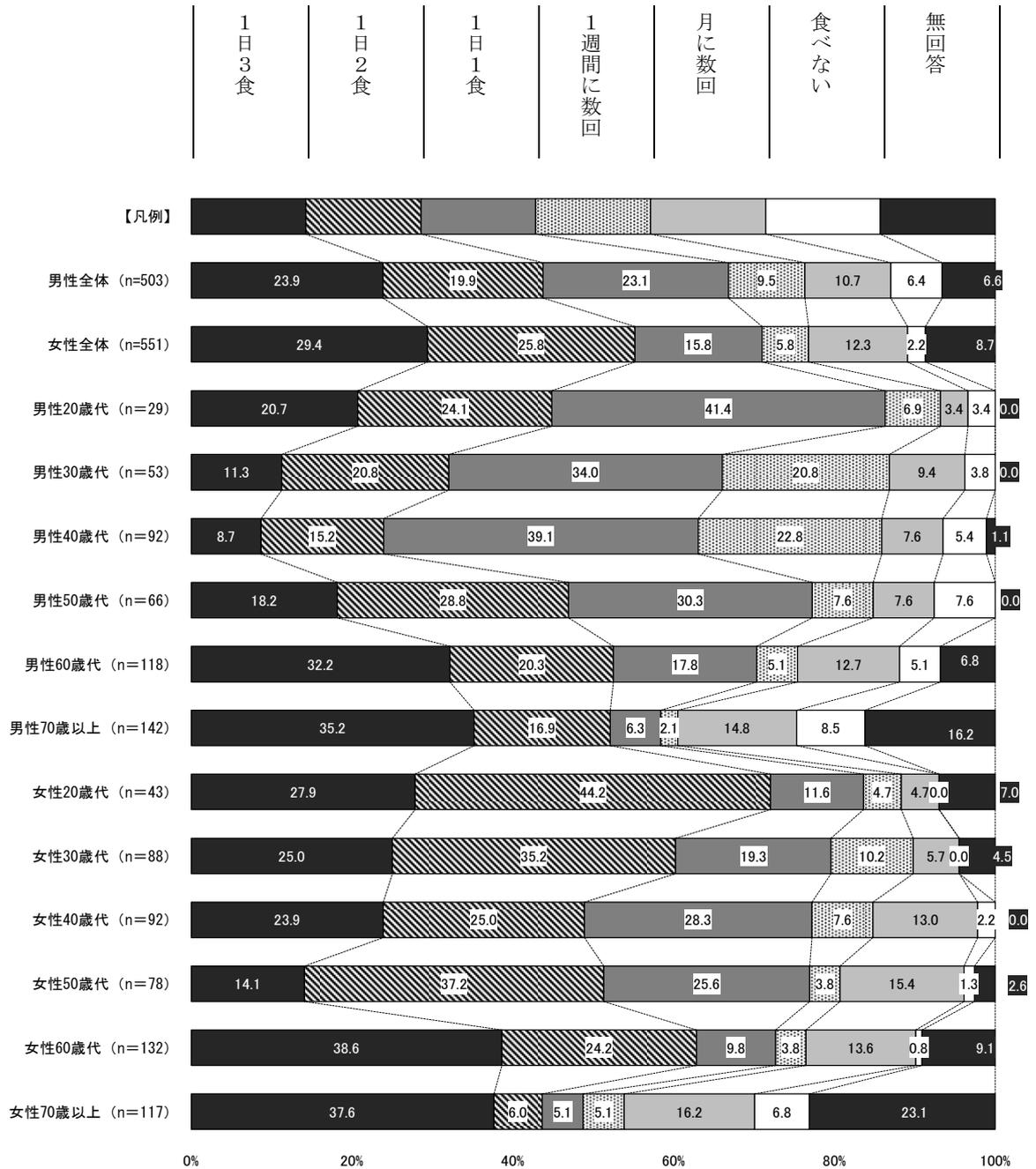
性年代別にみると、「1日3食」が女性60歳代、70歳以上で、4割を超えている。



【一般市民調査】

ウ 家族や仲間・友人と食べる食事

性別にみると、「1日3食」、「1日2食」では女性が、「1日1食」では男性が多い。
 性年代別にみると、「1日3食」が男女ともに60歳代、70歳以上で、3割を超えている。

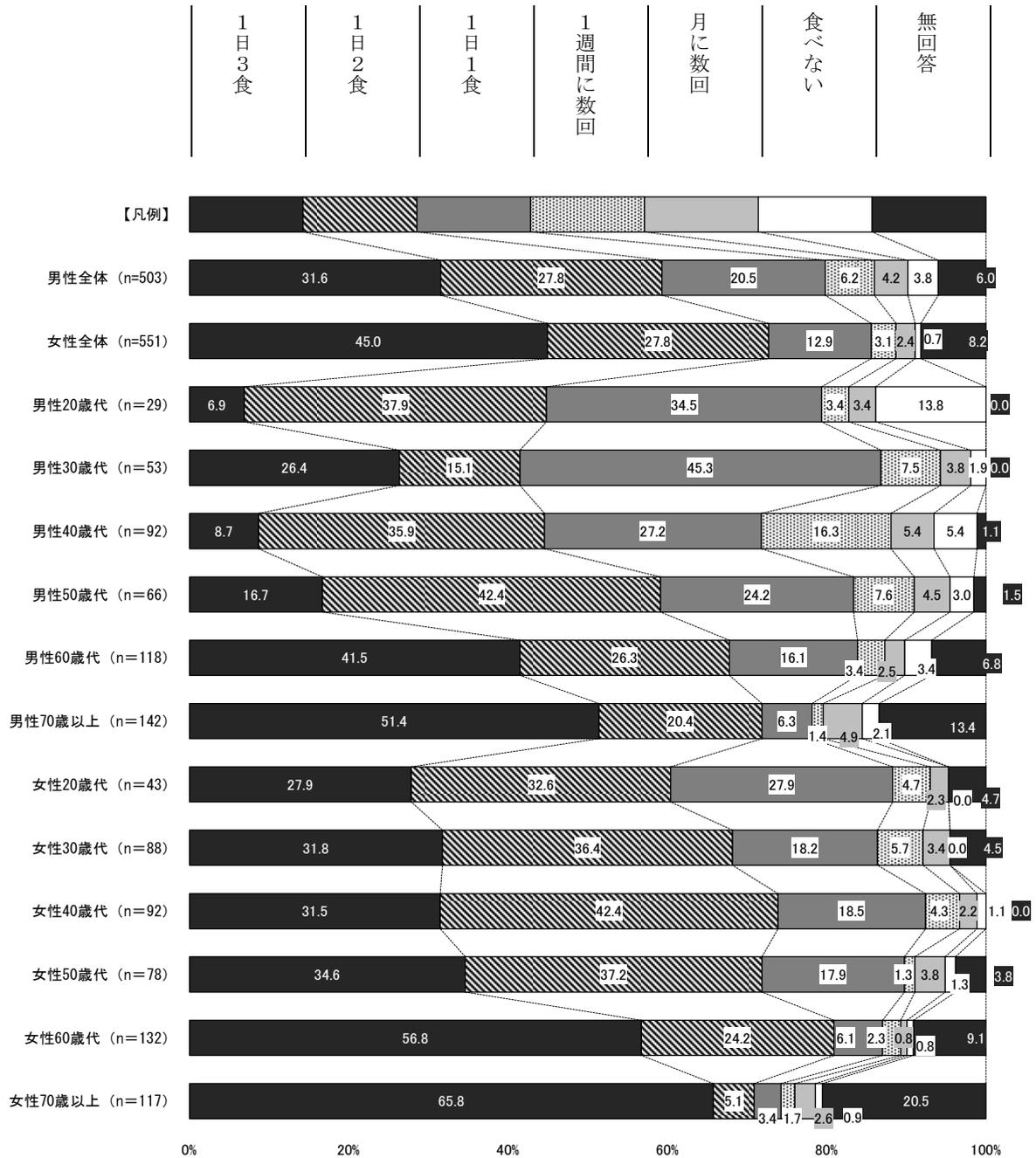


【一般市民調査】

エ 家庭で料理した食事・手作り弁当

性別にみると、「1日3食」が女性で45.0%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「1日3食」が男性70歳以上、女性60歳代と70歳以上で、5割を超えている。

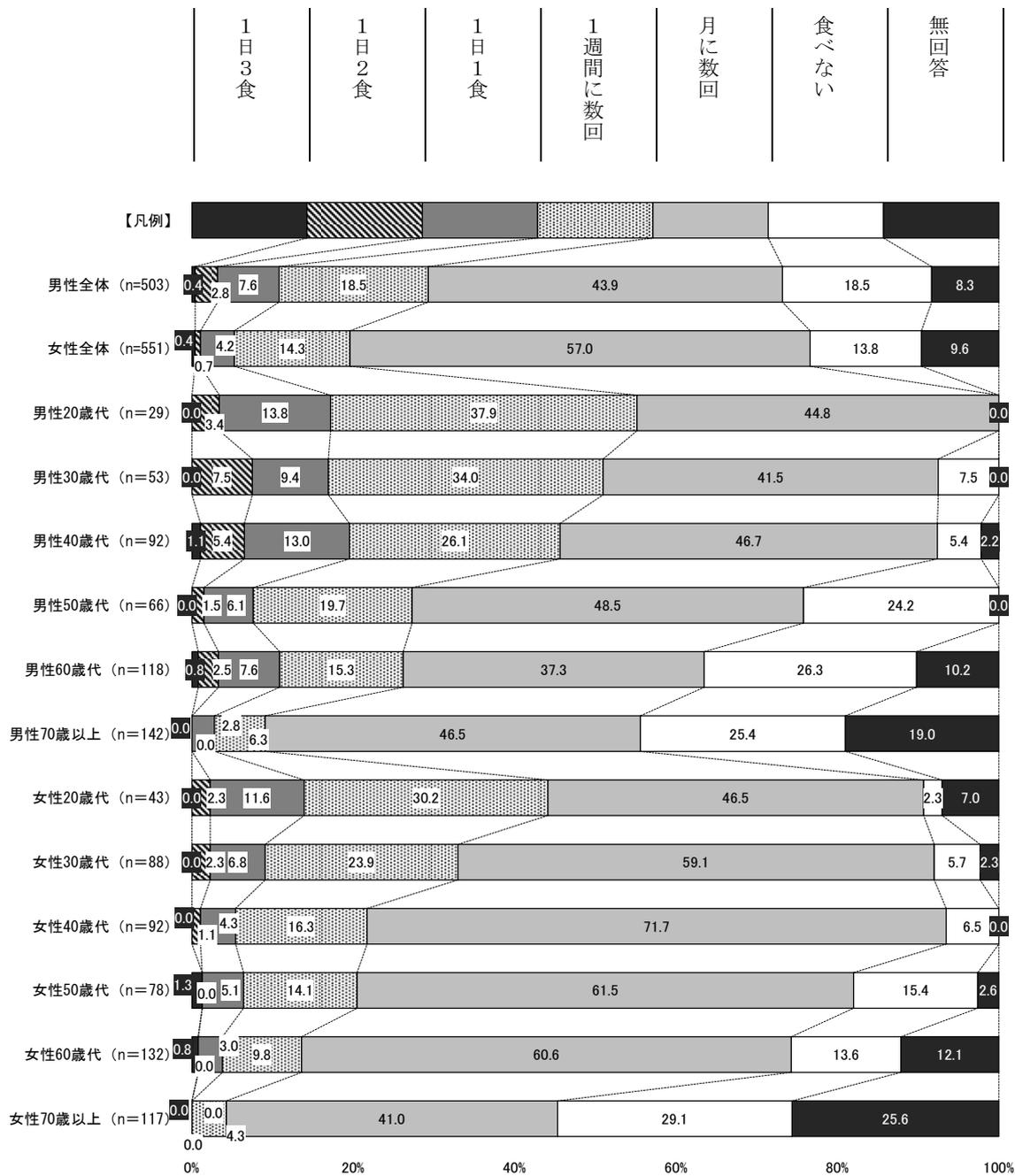


【一般市民調査】

オ 外食（ファストフードを含む）

性別にみると、「月に数回」が女性で57.0%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「1週間に数回」が男性20歳代、30歳代、女性20歳代で多く、3割を超え、年代が低いほど外食の頻度が高いことが伺える。

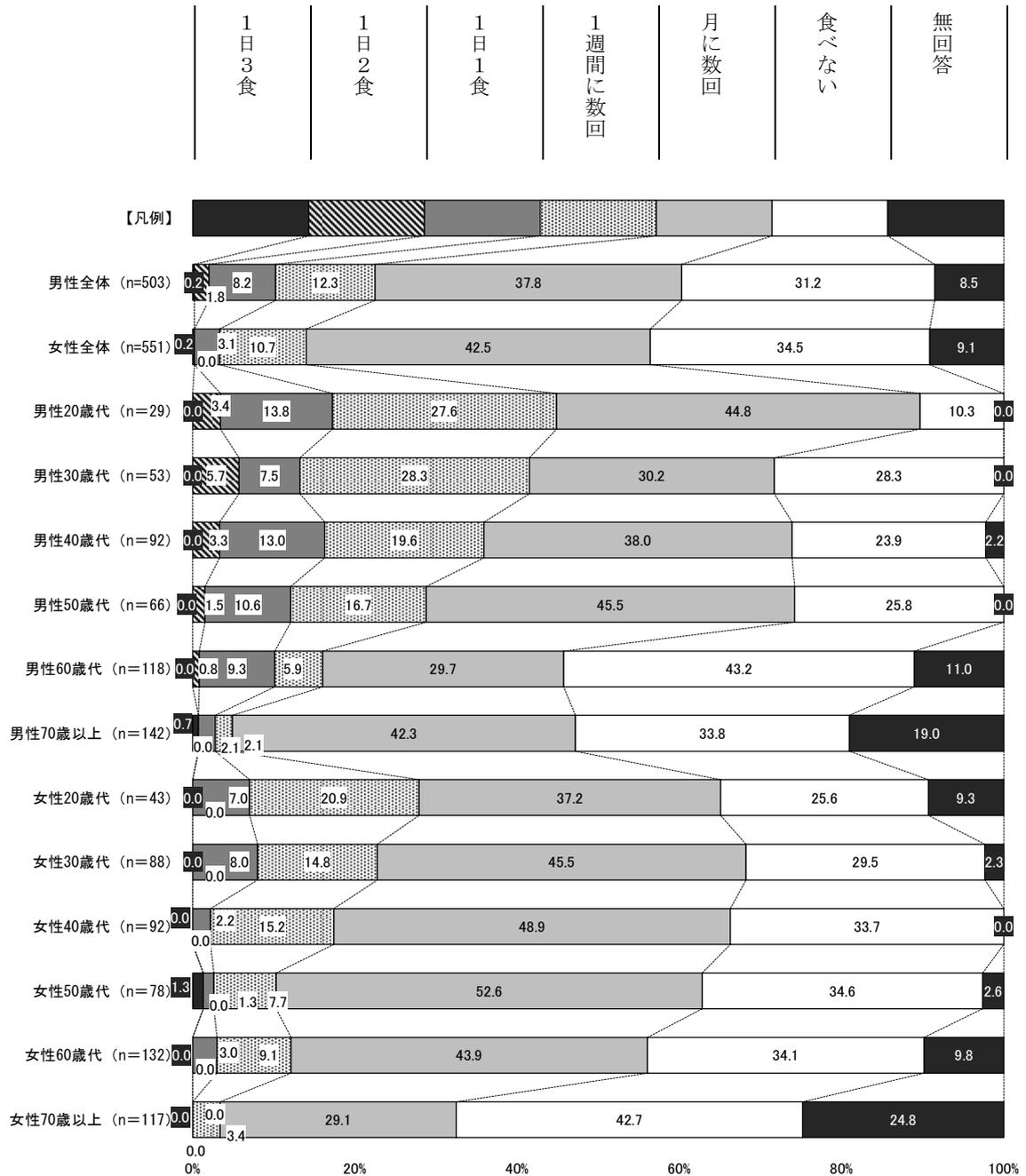


【一般市民調査】

カ 市販の弁当

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「食べない」が男性60歳代、女性70歳以上で4割を超えている。

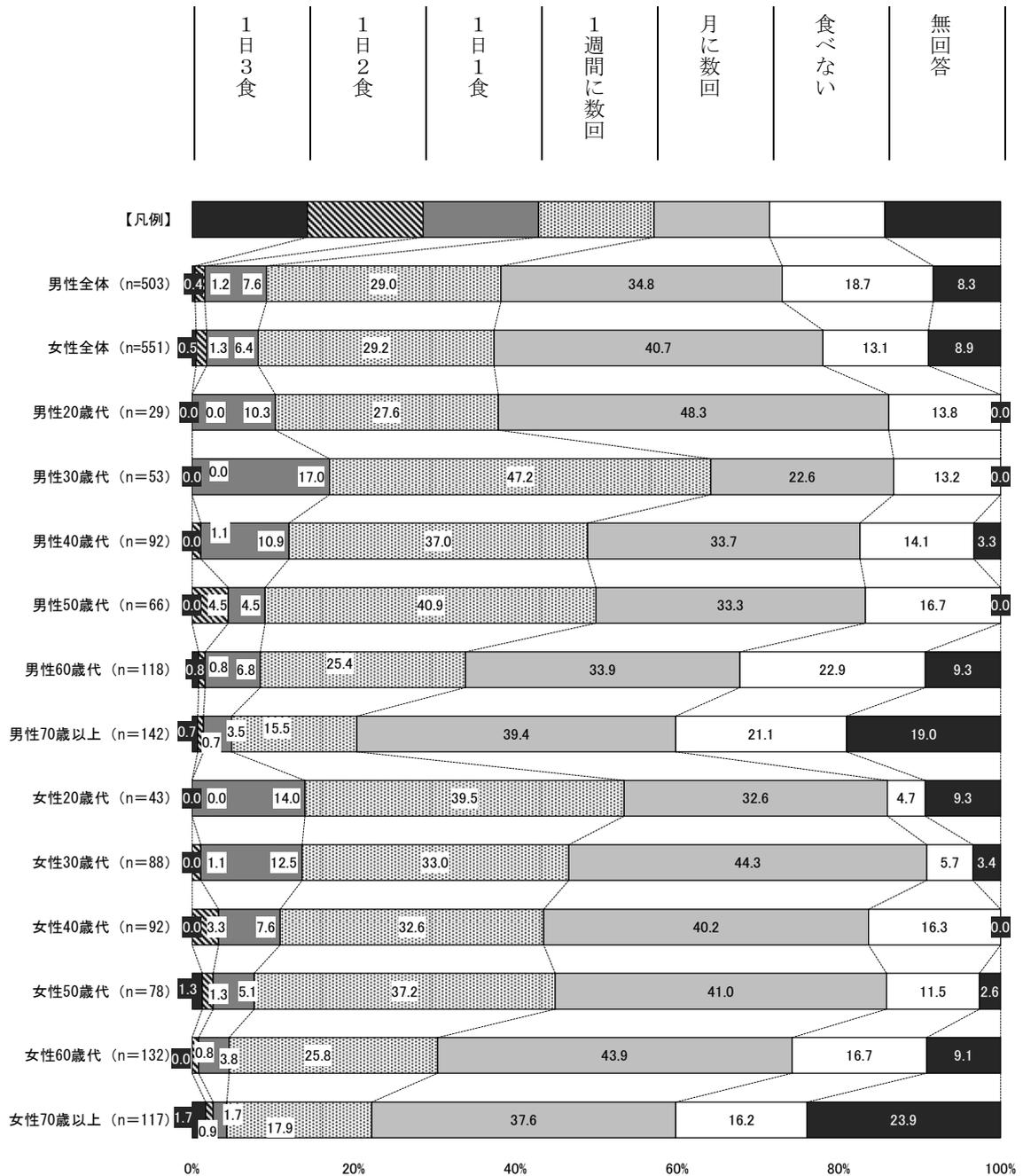


【一般市民調査】

キ そうざい・冷凍食品

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「1週間に数回」が男性30歳代で47.2%となっている。



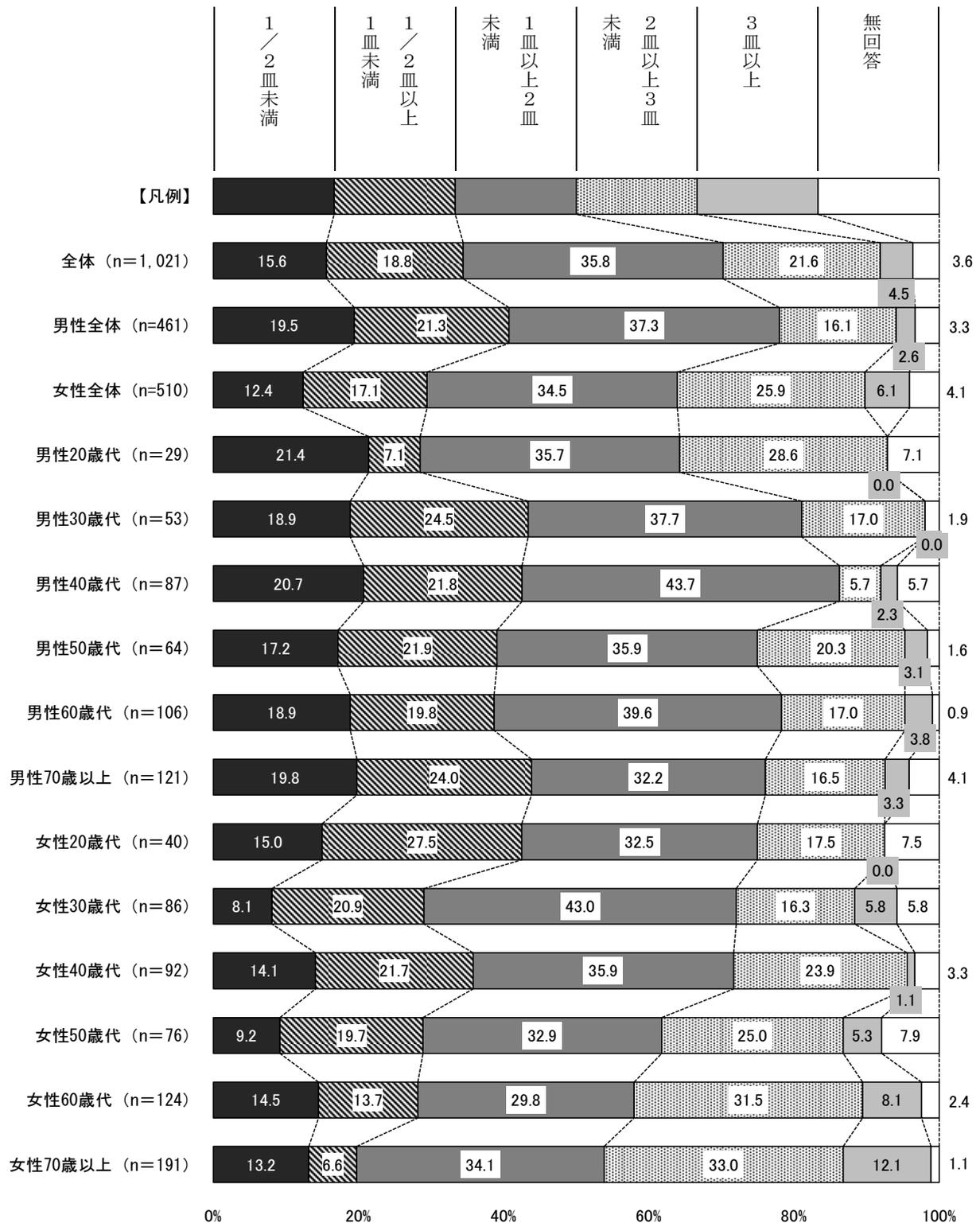
問 22<イ>で「1」～「5」(野菜を食べる)と回答した方にお聞きします。

問 22-1 平均して1回にとる野菜の量はどのくらいですか。お浸しやサラダ、具たくさんのみそ汁は1皿、野菜炒めは2皿としてお答えください。(〇は1つ)

「1皿以上2皿未満」が35.8%と最も多く、次いで「2皿以上3皿未満」が21.6%、「1/2皿以上1皿未満」が18.8%となっている。

性別にみると、「1/2皿未満」が男性で19.5%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、「1皿以上2皿未満」が男性40歳代と女性30歳代で多く、4割となっている。また、「3皿以上」では女性70歳以上で1割を超えている。



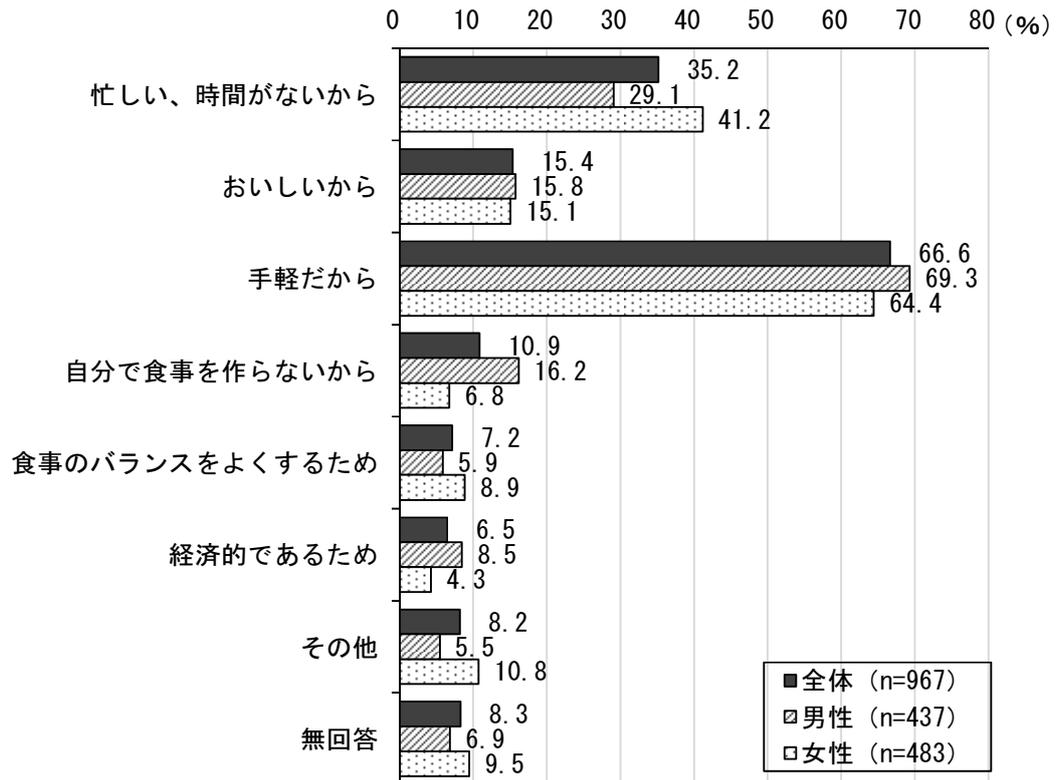
問 22<オ>、<カ>、<キ>のいずれかひとつでも「1」～「5」（外食や市販の弁当、そうざいや冷凍食品を食べる）と回答した方にお聞きします。

問 22-2 外食や市販の弁当、そうざいや冷凍食品を利用する理由を教えてください。
（あてはまるものすべてに○）

「手軽だから」が66.6%と最も多く、次いで「忙しい、時間がないから」が35.2%、「おいしいから」が15.4%となっている。

性別にみると、「忙しい、時間がないから」が女性で41.2%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「忙しい、時間がないから」が男性20歳代、女性20歳代から40歳代で多く、4割半ばを超えている。



単位 (%)	サンプル数	忙しい、時間がないから	おいしいから	手軽だから	自分で食事を作らないから	食事のバランスをよくするため	経済的であるため	その他	無回答
全体	967	35.2	15.4	66.6	10.9	7.2	6.5	8.2	8.3
男性20歳代	29	48.3	10.3	75.9	27.6	3.4	20.7	0.0	3.4
男性30歳代	51	39.2	17.6	78.4	19.6	5.9	17.6	2.0	0.0
男性40歳代	91	38.5	12.1	63.7	20.9	5.5	6.6	1.1	6.6
男性50歳代	62	32.3	30.6	75.8	11.3	4.8	4.8	4.8	8.1
男性60歳代	96	20.8	10.4	66.7	10.4	6.3	9.4	7.3	9.4
男性70歳以上	107	16.8	15.9	67.3	15.9	7.5	3.7	10.3	8.4
女性20歳代	40	47.5	17.5	70.0	22.5	10.0	2.5	7.5	5.0
女性30歳代	86	51.2	20.9	69.8	8.1	7.0	3.5	5.8	5.8
女性40歳代	89	60.7	14.6	64.0	3.4	4.5	3.4	11.2	5.6
女性50歳代	73	39.7	13.7	65.8	4.1	13.7	12.3	11.0	11.0
女性60歳代	112	32.1	16.1	61.6	3.6	6.3	0.9	16.1	13.4
女性70歳以上	82	20.7	8.5	59.8	7.3	14.6	4.9	9.8	13.4

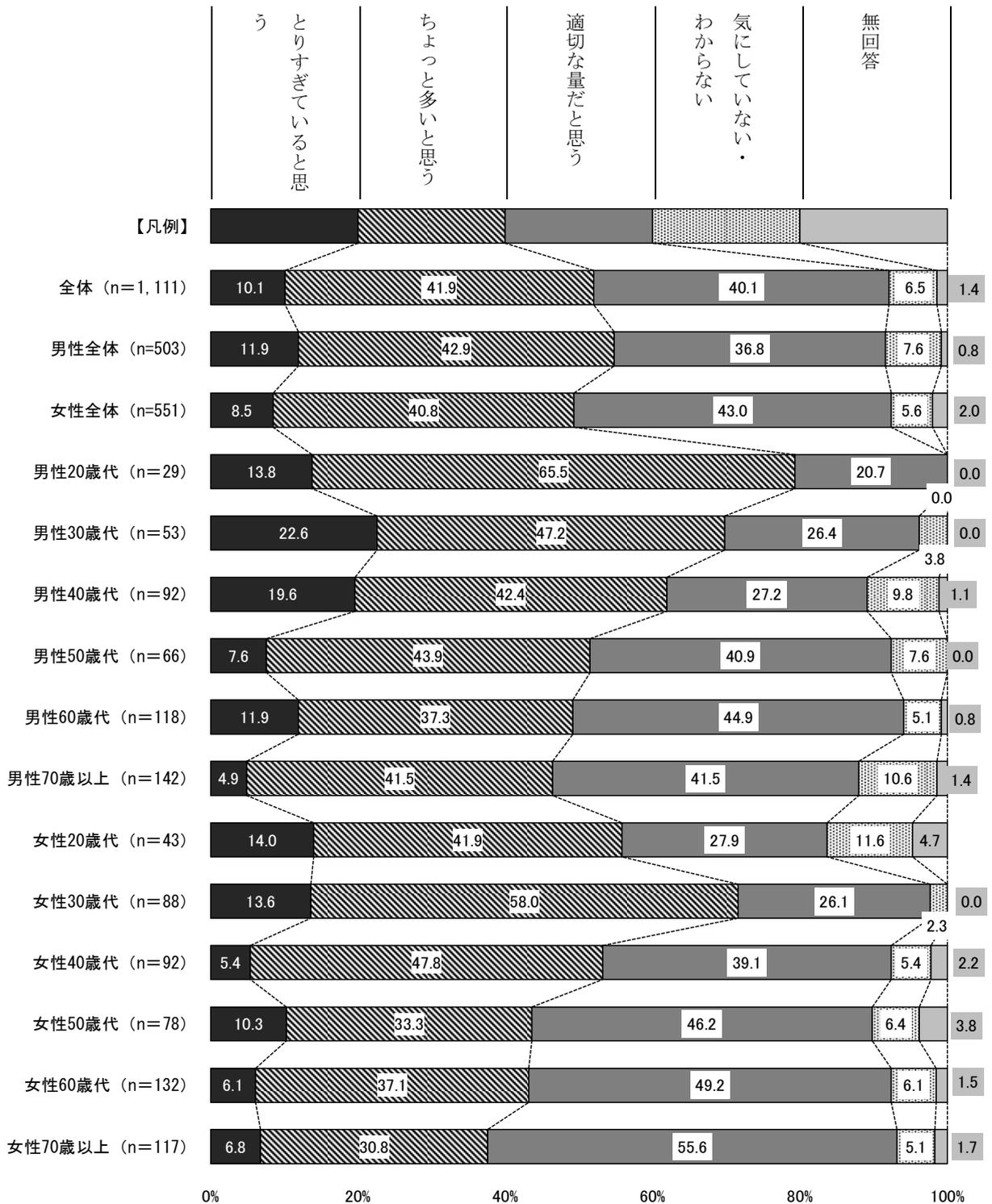
ここからは、すべての方にお聞きします。

問 23 あなたは、食生活の中で塩分をとりすぎていると思いますか。(〇は1つ)

「ちょっと多いと思う」が41.9%と最も多く、次いで「適切な量だと思う」が40.1%、「とりすぎていると思う」が10.1%となっている。

性別にみると、「適切な量だと思う」が女性で43.0%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「とりすぎていると思う」と「ちょっと多いと思う」を合わせた“とりすぎていると思う”が男性20歳代で79.3%、女性30歳代で71.6%と多くなっている。



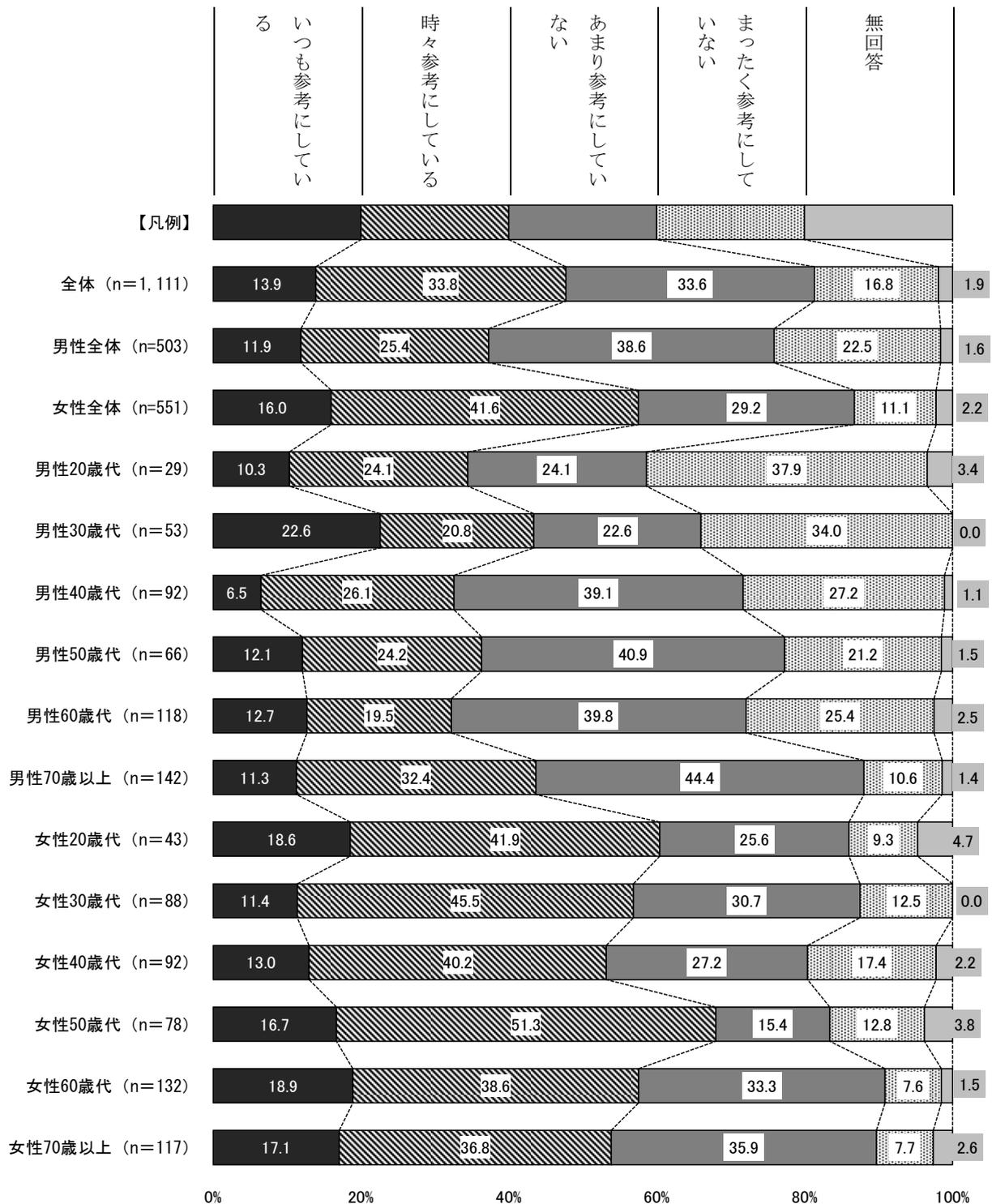
【一般市民調査】

問 24 あなたは、外食や食品を購入する際に栄養成分表示を参考にしていますか。(○は1つ)

「時々参考にしている」が33.8%と最も多く、次いで「あまり参考にしていない」が33.6%、「まったく参考にしていない」が16.8%となっている。

性別にみると、「あまり参考にしていない」と「まったく参考にしていない」を合わせた“参考にしていない”が男性で61.1%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、“参考にしていない”が男性20歳代、40歳代、50歳代、60歳代で6割を超えている。



【一般市民調査】

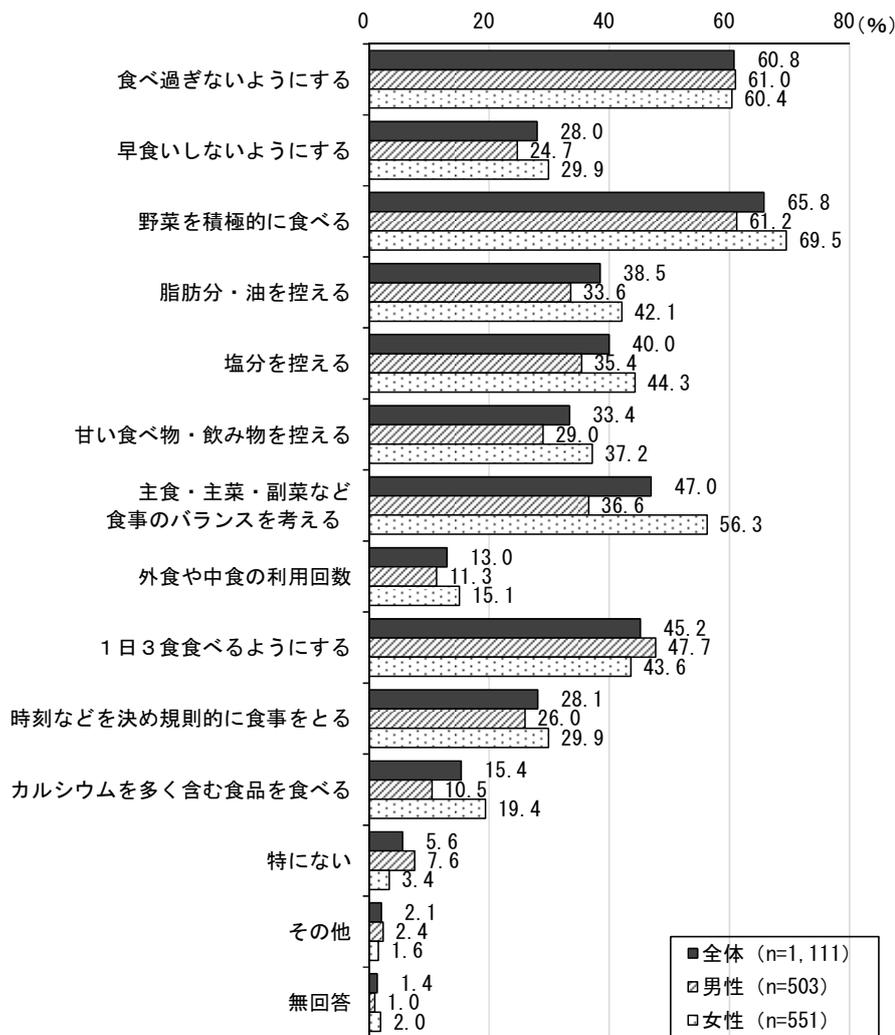
問25 あなたが食生活において気をつけていることは何ですか。(あてはまるものすべてに○)

※中食：スーパーやコンビニエンスストア、お弁当屋などで調理されたものを購入し食べること。

「野菜を積極的に食べる」が65.8%と最も多く、次いで「食べ過ぎないようにする」が60.8%、「主食・主菜・副菜など食事のバランスを考える」が47.0%となっている。

性別にみると、「主食・主菜・副菜など食事のバランスを考える」が女性で56.3%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「カルシウムを多く含む食品を食べる」が女性60歳代、70歳以上で多く、3割を超えている。



単位 (%)	サンプル数 (人)	食べ過ぎないようにする	早食いしないようにする	野菜を積極的に食べる	脂肪分・油を控える	塩分を控える	甘い食べ物・飲み物を控える	主食・主菜・副菜・バランスを考える	外食や中食の利用回数	1日3食食べるようにする	時刻などを決め定期的に食事をとる	カルシウムを多く含む食品を食べる	特にない	その他	無回答
全体	1,111	60.8	28.0	65.8	38.5	40.0	33.4	47.0	13.0	45.2	28.1	15.4	5.6	2.1	1.4
男性20歳代	29	31.0	17.2	51.7	20.7	17.2	13.8	34.5	13.8	51.7	13.8	3.4	13.8	0.0	0.0
男性30歳代	53	58.5	24.5	62.3	22.6	22.6	30.2	24.5	15.1	30.2	11.3	3.8	7.5	5.7	0.0
男性40歳代	92	57.6	12.0	57.6	29.3	23.9	30.4	22.8	7.6	26.1	13.0	7.6	12.0	0.0	1.1
男性50歳代	66	60.6	25.8	59.1	45.5	30.3	25.8	28.8	15.2	36.4	19.7	9.1	9.1	1.5	0.0
男性60歳代	118	61.9	27.1	61.9	32.2	39.8	28.8	37.3	9.3	52.5	33.1	10.2	6.8	4.2	1.7
男性70歳以上	142	69.7	31.7	65.5	38.7	49.3	31.0	52.8	11.3	67.6	39.4	16.2	3.5	1.4	1.4
女性20歳代	43	58.1	37.2	62.8	27.9	32.6	27.9	39.5	23.3	25.6	2.3	7.0	7.0	4.7	4.7
女性30歳代	88	48.9	26.1	64.8	27.3	23.9	37.5	52.3	25.0	34.1	15.9	8.0	2.3	0.0	0.0
女性40歳代	92	57.6	18.5	66.3	29.3	29.3	23.9	40.2	16.3	27.2	15.2	5.4	3.3	3.3	2.2
女性50歳代	78	62.8	26.9	67.9	38.5	41.0	33.3	51.3	3.8	33.3	20.5	12.8	6.4	0.0	3.8
女性60歳代	132	63.6	31.1	74.2	53.0	58.3	41.7	63.6	14.4	52.3	37.9	30.3	2.3	1.5	1.5
女性70歳以上	117	67.5	40.2	73.5	58.1	62.4	48.7	72.6	12.0	67.5	59.8	35.9	2.6	1.7	1.7

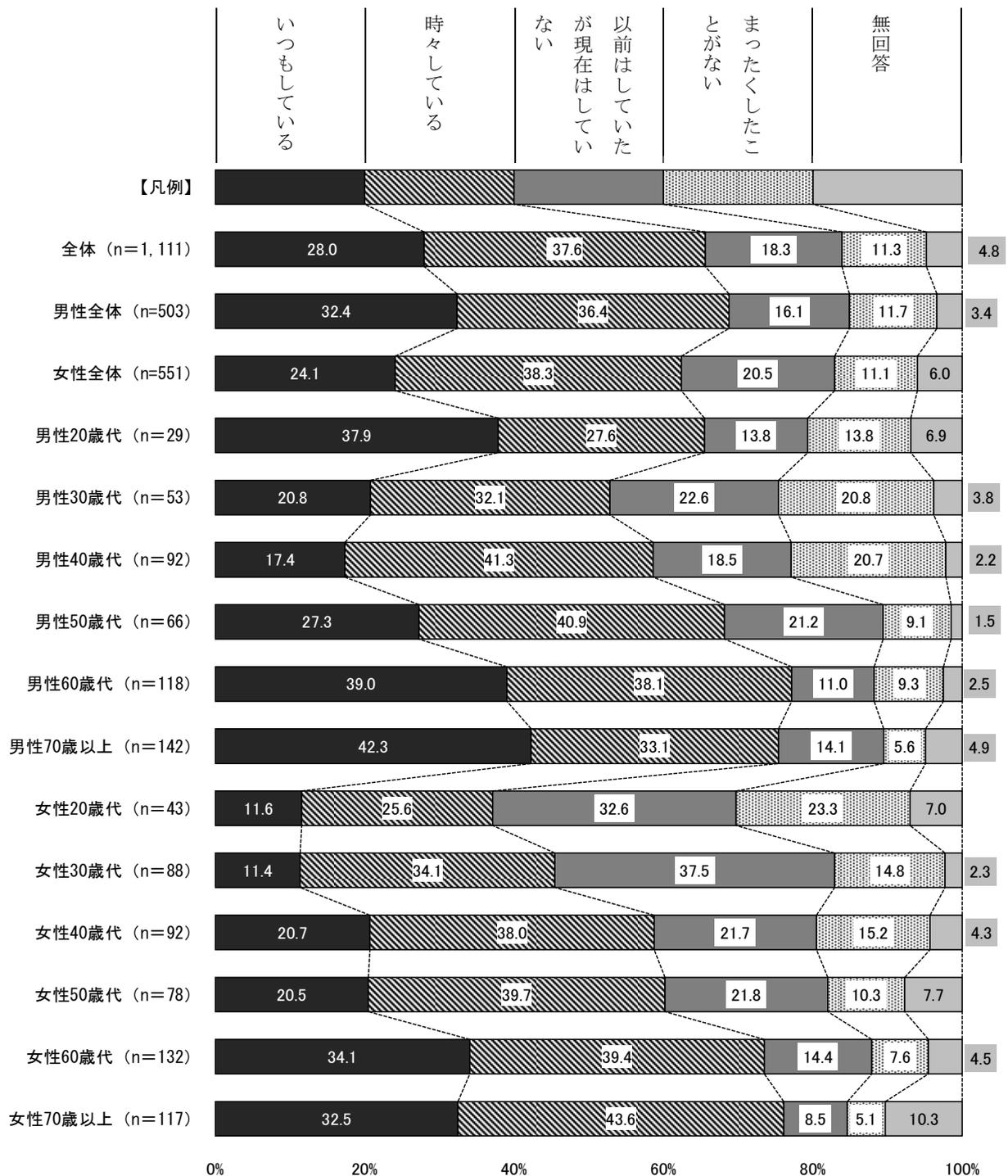
4 身体活動・運動について

問 26 日頃から日常生活の中で、健康の維持・増進のため、意識的に身体を動かすなどの運動をしていますか（注：ラジオ体操やウォーキング等を含む）。（○は1つ）

「時々している」と「いつもしている」を合わせた“している”が 65.6%と、「以前はしていたが現在はしていない」と「まったくしたことがない」を合わせた“していない”の 29.6%に比べて多い。

性別にみると、「いつもしている」が男性で 32.4%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、「いつもしている」が男性 20 歳代、男女ともに 60 歳以上で多い。また、女性 20 歳代、30 歳代で、「以前はしていたが現在はしていない」が多く、3 割を超えている。

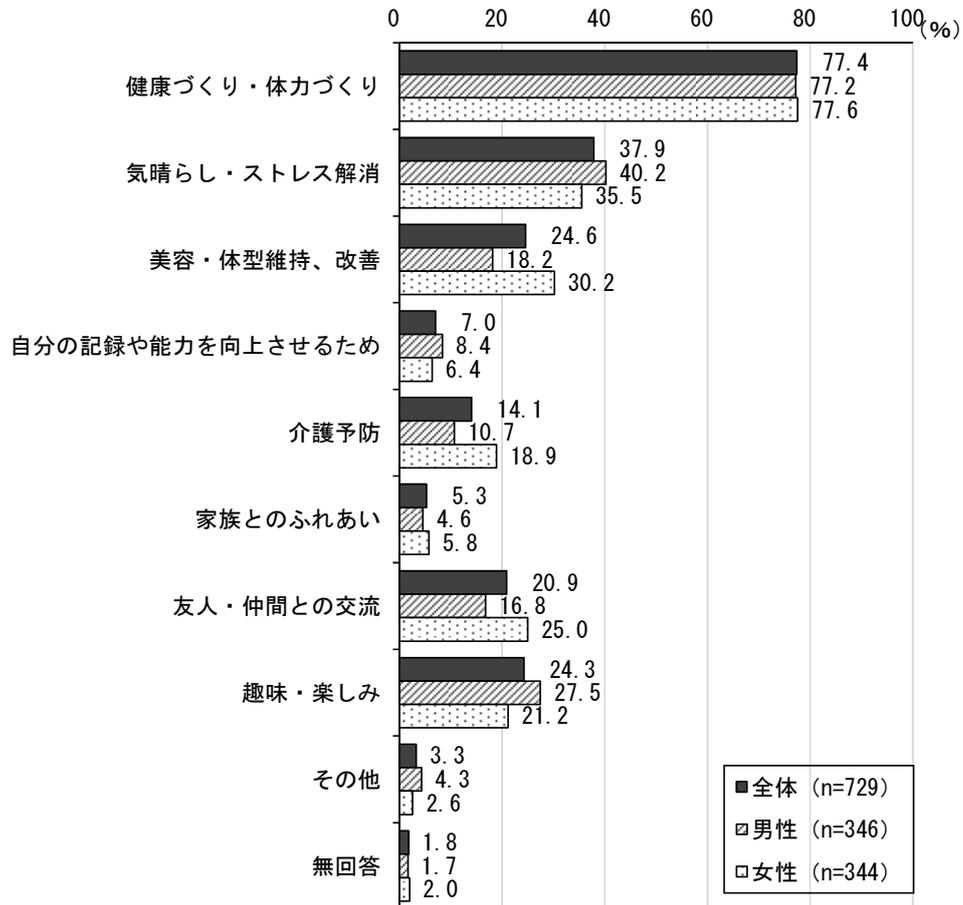


問 26 で「1 いつもしている」または「2 時々している」と回答した方にお聞きします。
問 26-1 運動をしている目的は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

「健康づくり・体力づくり」が77.4%と最も多く、次いで「気晴らし・ストレス解消」が37.9%、「美容・体型維持、改善」が24.6%となっている。

性別にみると、「美容・体型維持、改善」が女性で30.2%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「美容・体型維持、改善」が女性20歳代で多く、50.0%となっている。また、「介護予防」が女性70歳以上で多く、37.1%となっている。



単位 (%)	サンプル数 (人)	健康づくり・体力づくり	気晴らし・ストレス解消	美容・体型維持、改善	自分の記録や能力を向上させるため	介護予防	家族とのふれあい	友人・仲間との交流	趣味・楽しみ	その他	無回答
全体	729	77.4	37.9	24.6	7.0	14.1	5.3	20.9	24.3	3.3	1.8
男性20歳代	19	52.6	36.8	36.8	26.3	5.3	0.0	21.1	26.3	0.0	0
男性30歳代	28	67.9	46.4	39.3	10.7	0.0	3.6	14.3	35.7	14.3	3.6
男性40歳代	54	77.8	35.2	27.8	9.3	1.9	3.7	20.4	29.6	7.4	0
男性50歳代	45	71.1	40.0	24.4	8.9	2.2	6.7	15.6	26.7	2.2	0
男性60歳代	91	84.6	42.9	12.1	5.5	11.0	2.2	13.2	22.0	4.4	2.2
男性70歳以上	107	80.4	38.3	6.5	6.5	21.5	5.6	18.7	29.9	1.9	2.8
女性20歳代	16	81.3	68.8	50.0	12.5	6.3	6.3	12.5	25.0	6.3	0
女性30歳代	40	55.0	27.5	42.5	5.0	5.0	10.0	10.0	7.5	2.5	2.5
女性40歳代	54	72.2	33.3	44.4	7.4	1.9	3.7	18.5	25.9	3.7	0
女性50歳代	47	70.2	51.1	42.6	2.1	14.9	6.4	21.3	19.1	6.4	2.1
女性60歳代	97	86.6	30.9	24.7	6.2	21.6	6.2	33.0	24.7	2.1	3.1
女性70歳以上	89	84.3	30.3	12.4	7.9	37.1	4.5	31.5	21.3	0.0	2.2

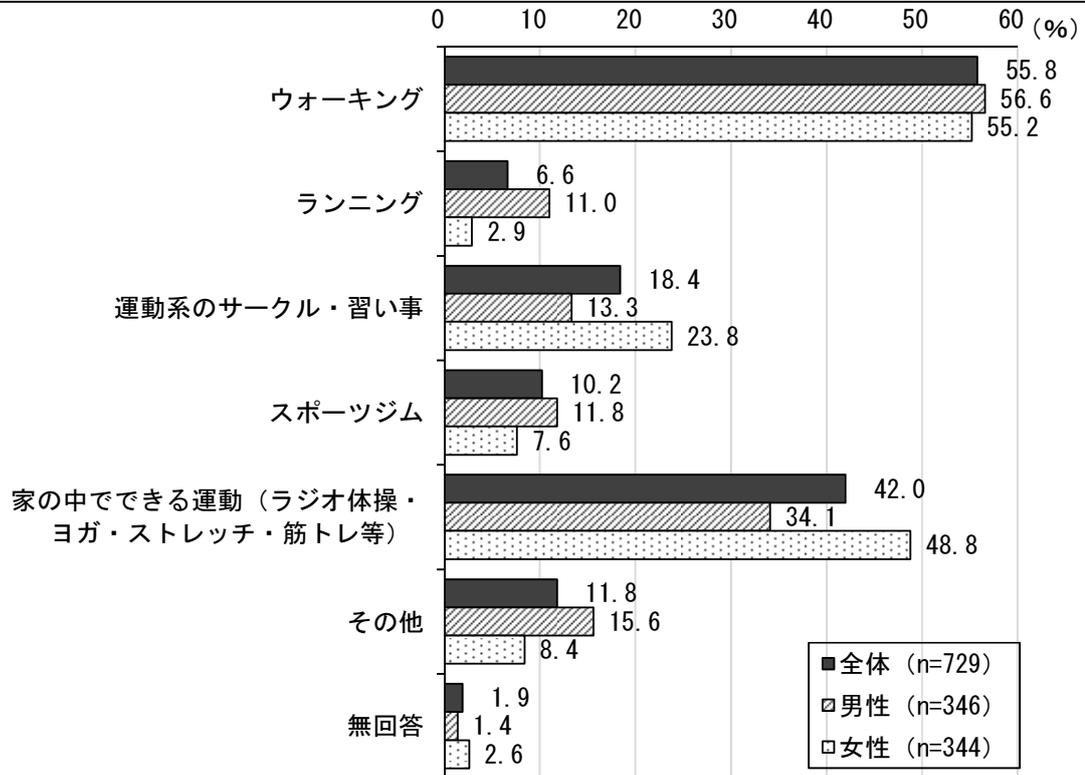
【一般市民調査】

問 26-2 あなたは、日頃どのような運動習慣がありますか。(あてはまるものすべてに○)

「ウォーキング」が55.8%と最も多く、次いで「家の中でできる運動（ラジオ体操・ヨガ・ストレッチ・筋トレ等）」が42.0%、「運動系のサークル・習い事」が18.4%となっている。

性別にみると、「ランニング」が男性で11.0%と、女性に比べて多い。また、「運動系のサークル・習い事」が女性で23.8%、「家の中でできる運動（ラジオ体操・ヨガ・ストレッチ・筋トレ等）」が女性で48.8%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「ランニング」が男性20歳代で多く、36.8%となっている。



単位 (%)	サンプル数 (人)	ウォーキング	ランニング	運動系のサークル・習い事	スポーツジム	ラジオ体操・ヨガ・ストレッチ・筋トレ等 (家の中でできる運動)	その他	無回答
全体	729	55.8	6.6	18.4	10.2	42.0	11.8	1.9
男性20歳代	19	31.6	36.8	26.3	15.8	21.1	5.3	0.0
男性30歳代	28	50.0	25.0	21.4	21.4	50.0	10.7	0.0
男性40歳代	54	27.8	14.8	9.3	18.5	24.1	22.2	1.9
男性50歳代	45	40.0	15.6	8.9	20.0	35.6	22.2	2.2
男性60歳代	91	67.0	7.7	12.1	6.6	31.9	14.3	1.1
男性70歳以上	107	76.6	0.9	14.0	6.5	38.3	14.0	1.9
女性20歳代	16	43.8	12.5	25.0	6.3	43.8	12.5	6.3
女性30歳代	40	45.0	2.5	10.0	12.5	25.0	12.5	5.0
女性40歳代	54	48.1	3.7	24.1	5.6	37.0	9.3	0.0
女性50歳代	47	42.6	6.4	21.3	12.8	51.1	8.5	2.1
女性60歳代	97	64.9	2.1	30.9	8.2	56.7	7.2	2.1
女性70歳以上	89	62.9	0.0	23.6	3.4	57.3	6.7	3.4

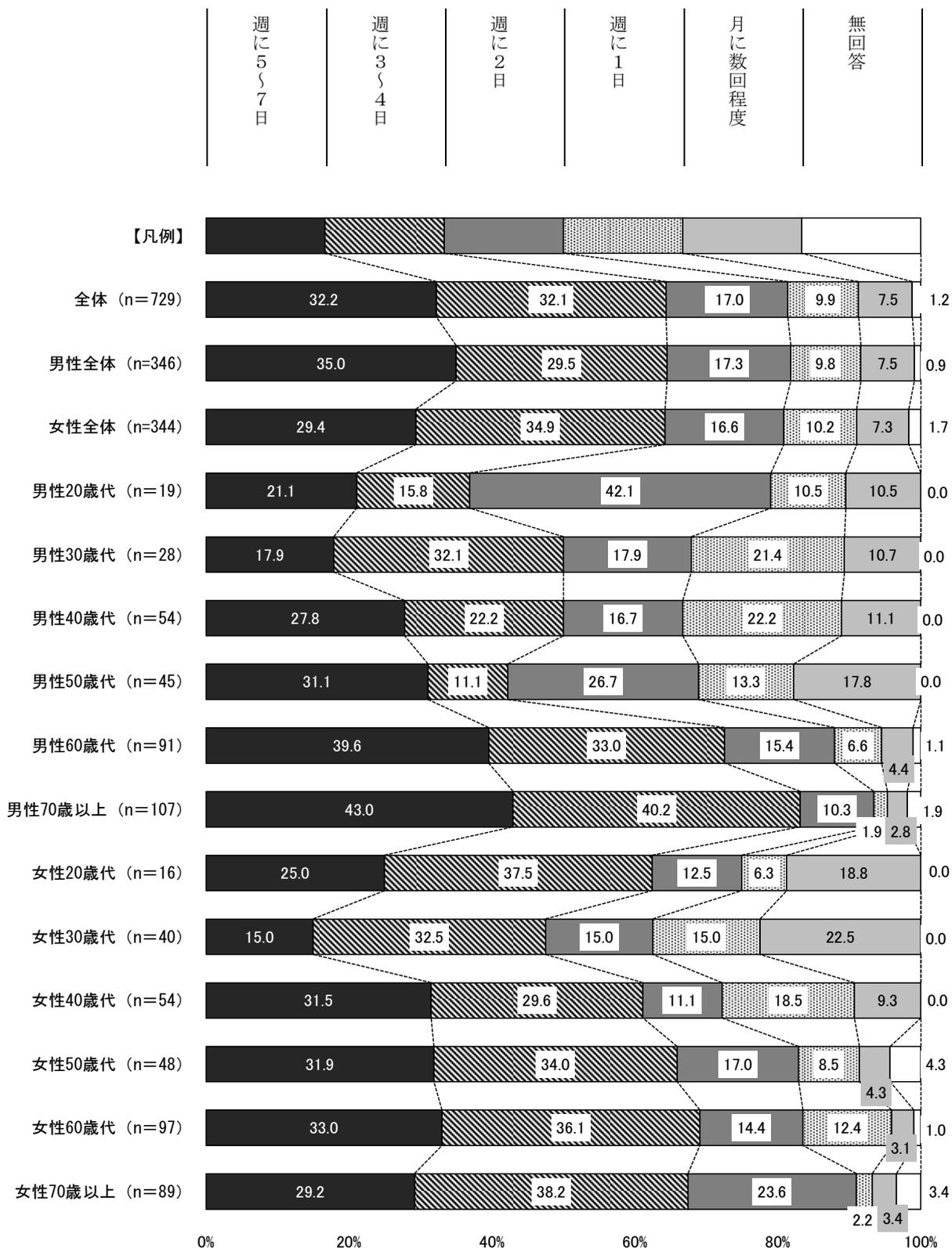
【一般市民調査】

問 26-3 あなたの運動日数はどのくらいですか。(○は1つ)

「週に5～7日」が32.2%と最も多く、次いで「週に3～4日」が32.1%、「週に2日」が17.0%となっている。

性別にみると、「週に5～7日」が男性で35.0%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、「週に5～7日」が男性70歳以上で多く、43.0%となっている。男女ともおおむね年代が高くなるほど運動日数が多い。

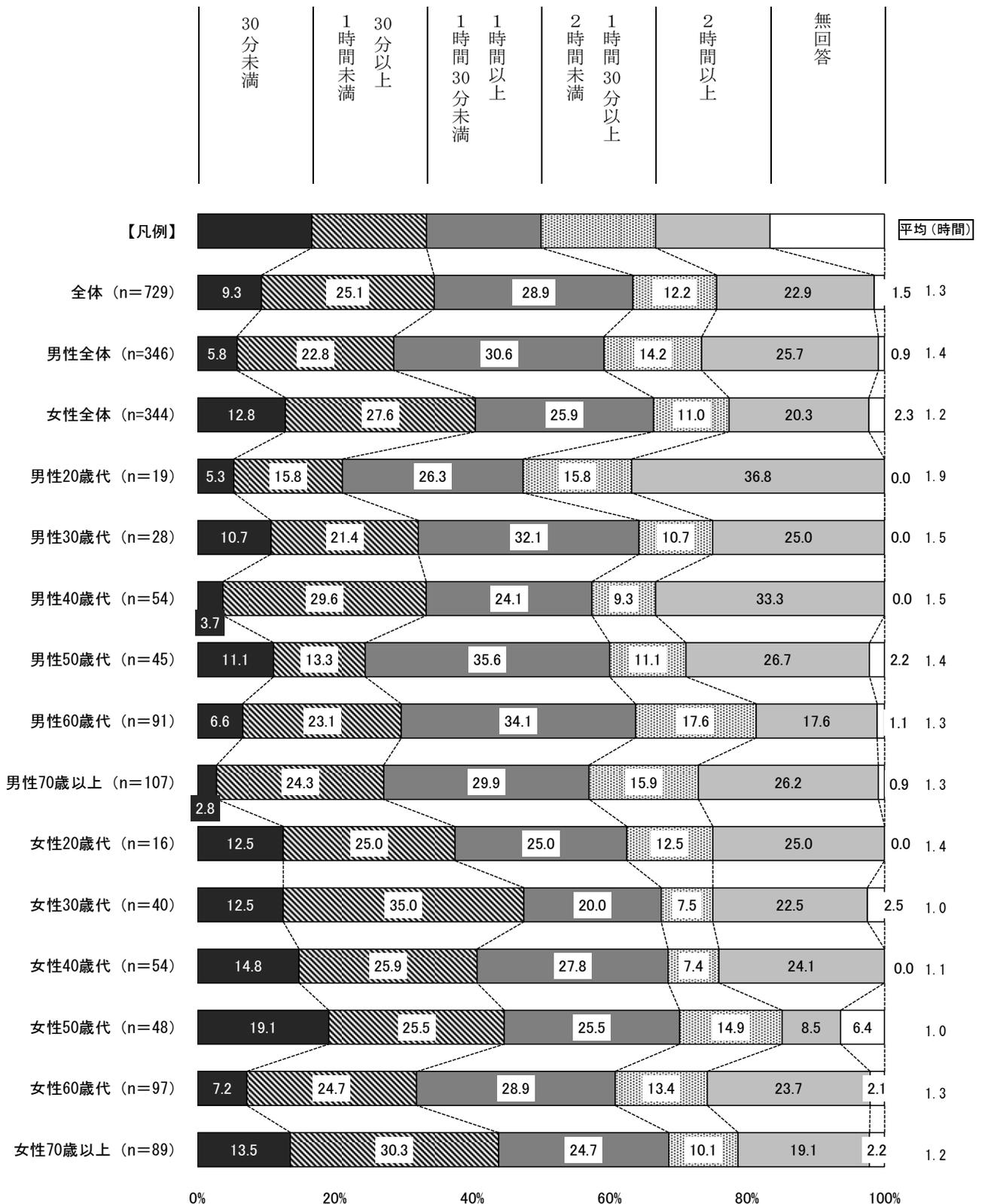


問 26-4 運動を行う日の平均的な運動時間はどのくらいですか。(数字を記入)

「1時間以上1時間30分未満」が28.9%と最も多く、次いで「30分以上1時間未満」が25.1%、「2時間以上」が22.9%となっている。

性別にみると、「30分未満」が女性で12.8%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「30分未満」が女性50歳代で19.1%と他の年代に比べて多く、また「2時間以上」が男性20歳代、40歳代で、3割を超えて多い。ほとんどの年代で1時間以上が大半を占めている。



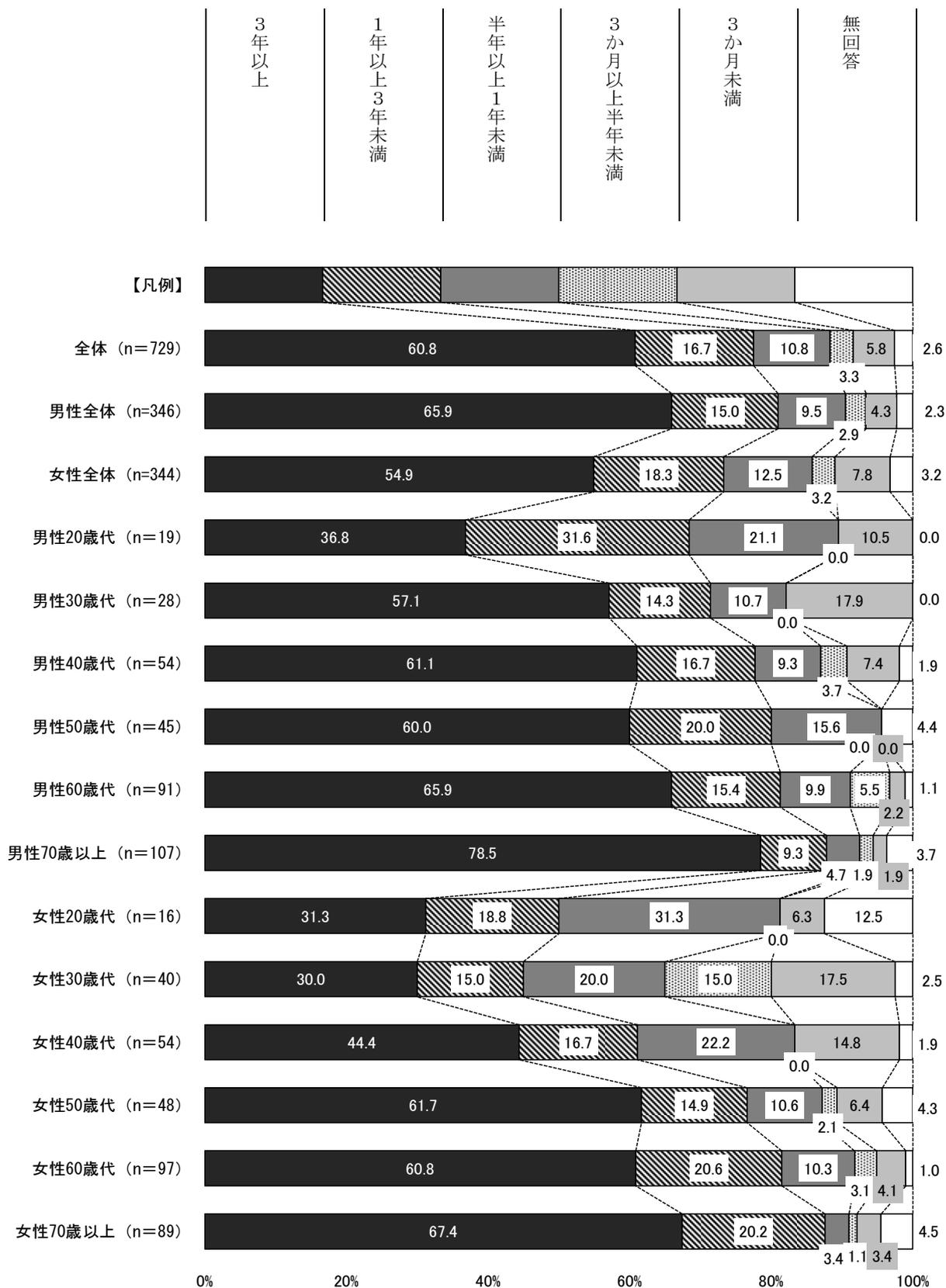
【一般市民調査】

問 26-5 問 26-2 で回答したような運動習慣は、どの程度続けていますか。(○は1つ)

「3年以上」が60.8%と最も多く、次いで「1年以上3年未満」が16.7%、「半年以上1年未満」が10.8%となっている。

性別にみると、「3年以上」が男性で65.9%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、「3年以上」が男性40歳代以上、女性50歳代以上で多い。



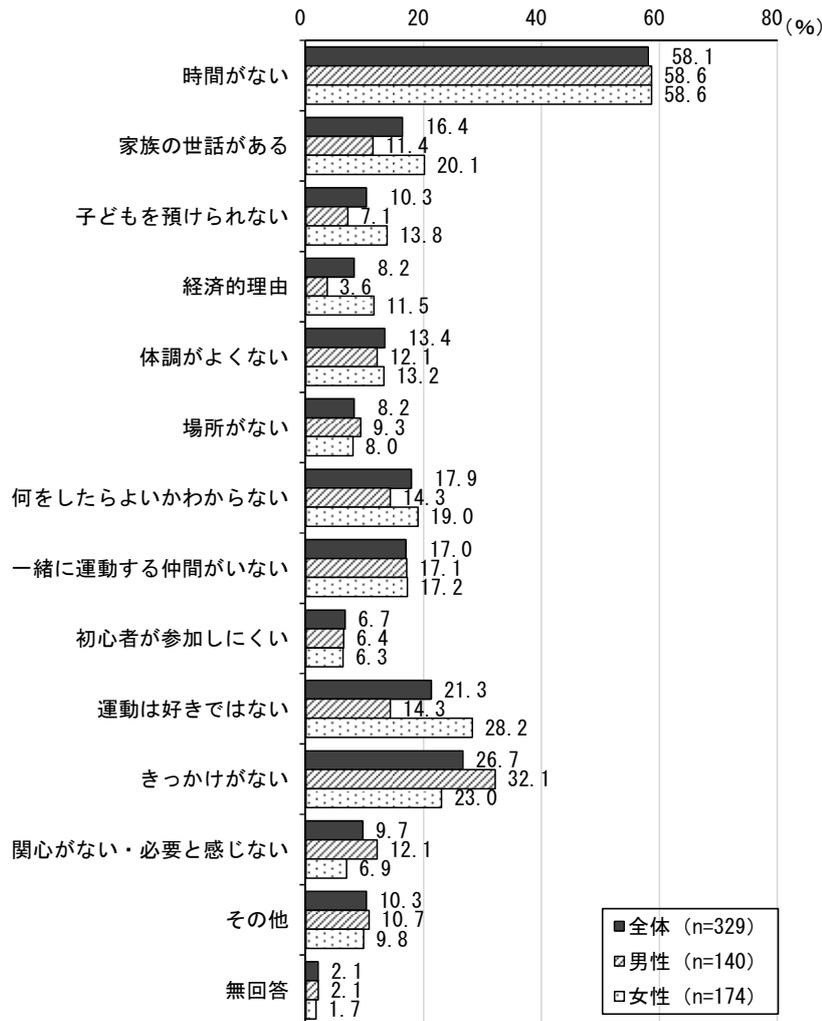
問 26 で「3 以前はしていたが現在はしていない」または「4 まったくしたことがない」と回答した方にお聞きします。

問 26-6 日頃、運動・スポーツができていない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

「時間がない」が 58.1%と最も多く、次いで「きっかけがない」が 26.7%、「運動は好きではない」が 21.3%となっている。

性別にみると、「家族の世話がある」、「子どもを預けられない」、「経済的理由」、「運動は好きではない」で女性が、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「体調がよくない」が男女ともに 70 歳以上で多い。また、「場所がない」が男女ともに 20 歳代で、3 割程度と多い。



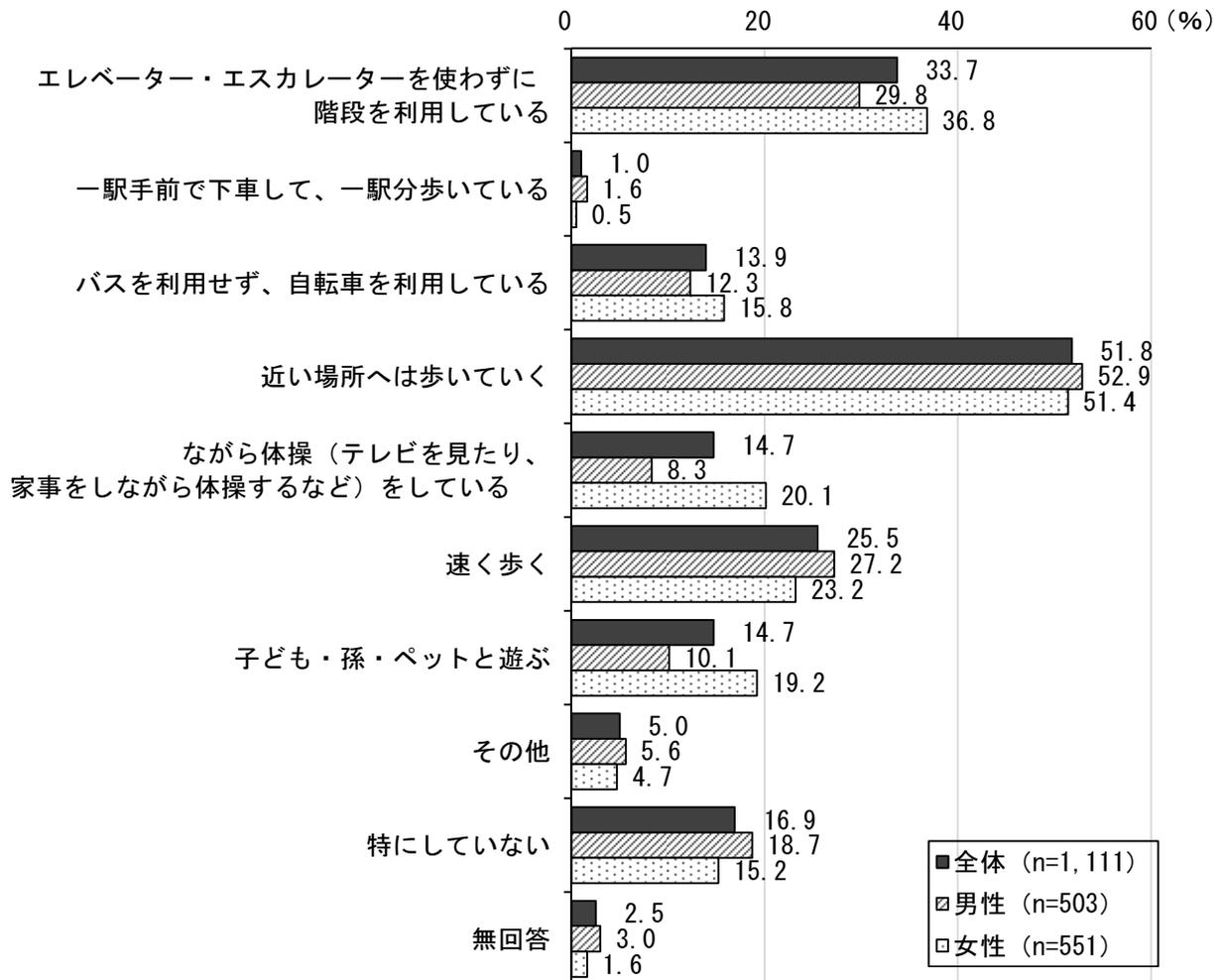
単位 (%)	(サンプル数)	時間がない	家族の世話がある	子どもを預けられない	経済的理由	体調がよくない	場所がない	何をしたらよいかわからない	一緒に運動する仲間がいない	初心者が参加しにくい	運動は好きではない	きっかけがない	関心がない・必要と感じない	その他	無回答
全体	329	58.1	16.4	10.3	8.2	13.4	8.2	17.9	17.0	6.7	21.3	26.7	9.7	10.3	2.1
男性20歳代	8	87.5	12.5	0.0	12.5	12.5	37.5	25.0	50.0	37.5	25.0	50.0	12.5	0.0	0.0
男性30歳代	23	82.6	17.4	17.4	4.3	4.3	13.0	8.7	17.4	4.3	13.0	34.8	8.7	4.3	0.0
男性40歳代	36	83.3	13.9	16.7	0.0	8.3	11.1	11.1	13.9	0.0	13.9	36.1	5.6	5.6	0.0
男性50歳代	20	55.0	15.0	0.0	10.0	15.0	5.0	15.0	20.0	5.0	10.0	25.0	15.0	10.0	5.0
男性60歳代	24	41.7	4.2	0.0	0.0	4.2	4.2	20.8	8.3	0.0	16.7	33.3	20.8	20.8	4.2
男性70歳以上	28	17.9	7.1	0.0	3.6	28.6	3.6	14.3	17.9	14.3	14.3	25.0	10.7	17.9	3.6
女性20歳代	24	62.5	0.0	8.3	12.5	0.0	29.2	41.7	25.0	8.3	20.8	50.0	4.2	4.2	0.0
女性30歳代	46	76.1	41.3	41.3	10.9	8.7	2.2	15.2	17.4	4.3	28.3	23.9	2.2	10.9	0.0
女性40歳代	34	82.4	26.5	8.8	20.6	2.9	8.8	14.7	14.7	8.8	11.8	11.8	8.8	8.8	2.9
女性50歳代	25	48.0	8.0	0.0	8.0	24.0	8.0	12.0	12.0	4.0	44.0	12.0	16.0	12.0	0.0
女性60歳代	29	31.0	13.8	0.0	10.3	17.2	3.4	13.8	13.8	6.9	37.9	27.6	0.0	10.3	6.9
女性70歳以上	16	18.8	6.3	0.0	0.0	43.8	0.0	25.0	25.0	6.3	31.3	12.5	18.8	12.5	0.0

すべての方にお聞きします。

問 27 あなたは、日常生活の中で体を動かす努力をしていますか。(あてはまるものすべてに○)

「近い場所へは歩いていく」が51.8%と最も多く、次いで「エレベーター・エスカレーターを使わずに階段を利用している」が33.7%、「速く歩く」が25.5%となっている。

性別にみると、「ながら体操（テレビを見たり、家事をしながら体操するなど）をしている」が女性で20.1%と、男性に比べて多い。

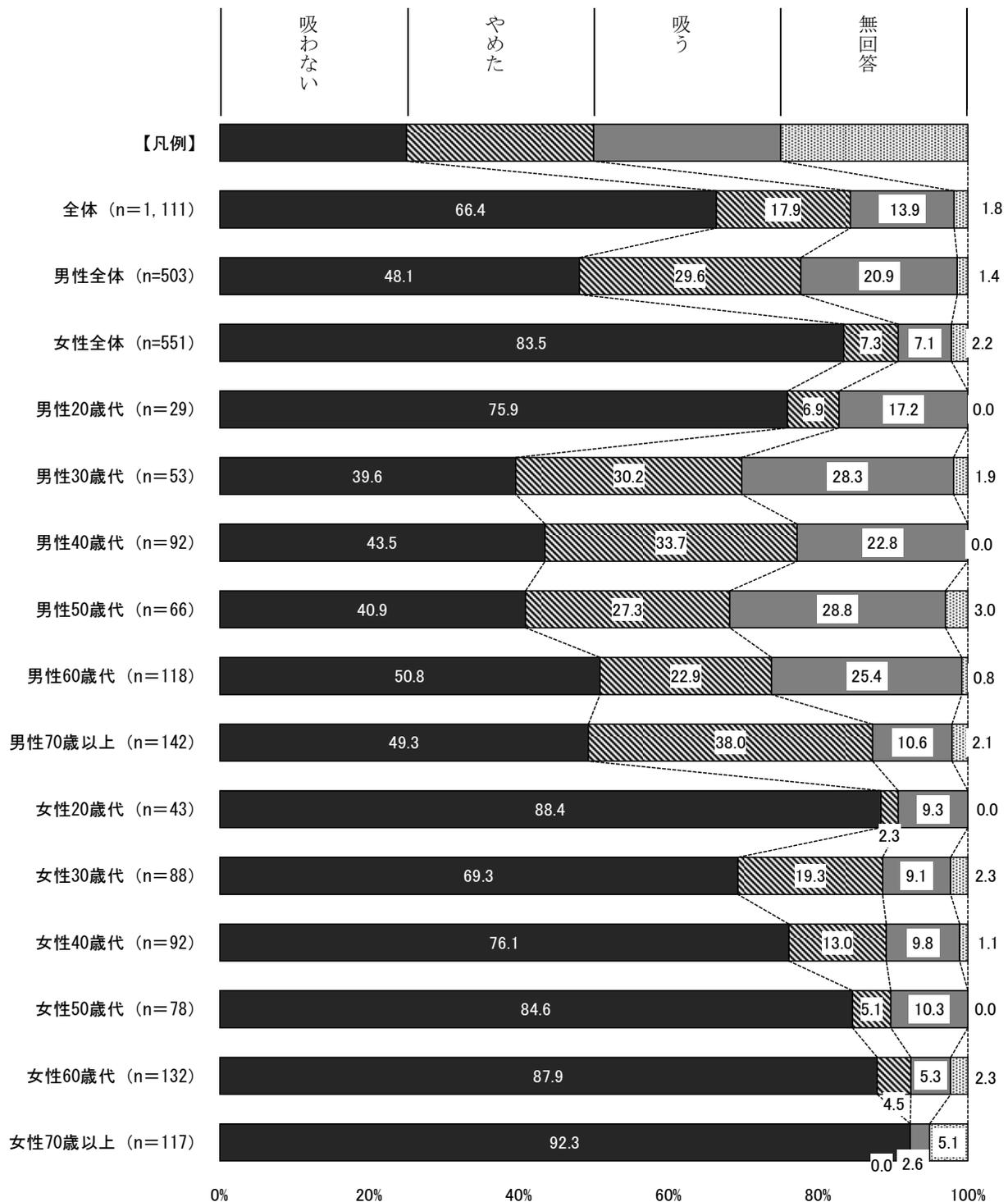


5 たばこについて

問 28 あなたは、たばこを吸っていますか。(○は1つ)

「吸わない」が66.4%と最も多く、次いで「やめた」が17.9%、「吸う」が13.9%となっている。性別にみると、「吸わない」が女性で83.5%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、すべての年代において、男性の方が「吸う」が多く、男性30歳代以上では「やめた」が2割を超えて多い。また、男女ともに20歳代では「吸わない」が7割半ばを超えて多い。



問 28 で「2 やめた」または「3 吸う」と回答した方にお聞きします。

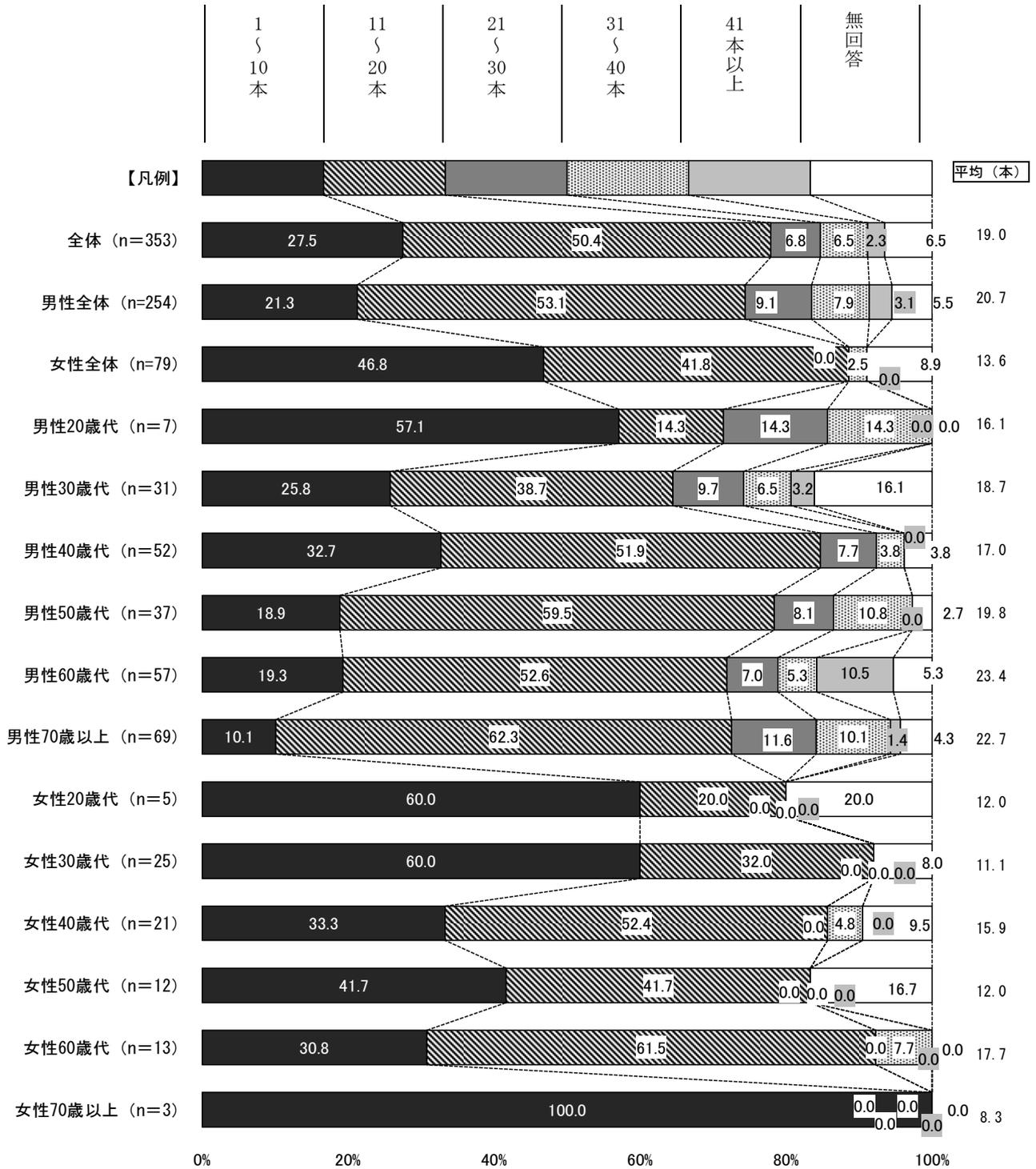
問 28-1 吸っている（吸っていた）量・期間を教えてください。（数字を記入）

1 日の平均本数

「11～20 本」が 50.4%と最も多く、次いで「1～10 本」が 27.5%となっている。

性別にみると、「11～20 本」が男性で 53.1%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、「11～20 本」が男性 40 歳以上、女性 40 歳代と 60 歳代で、5 割を超えて多い。



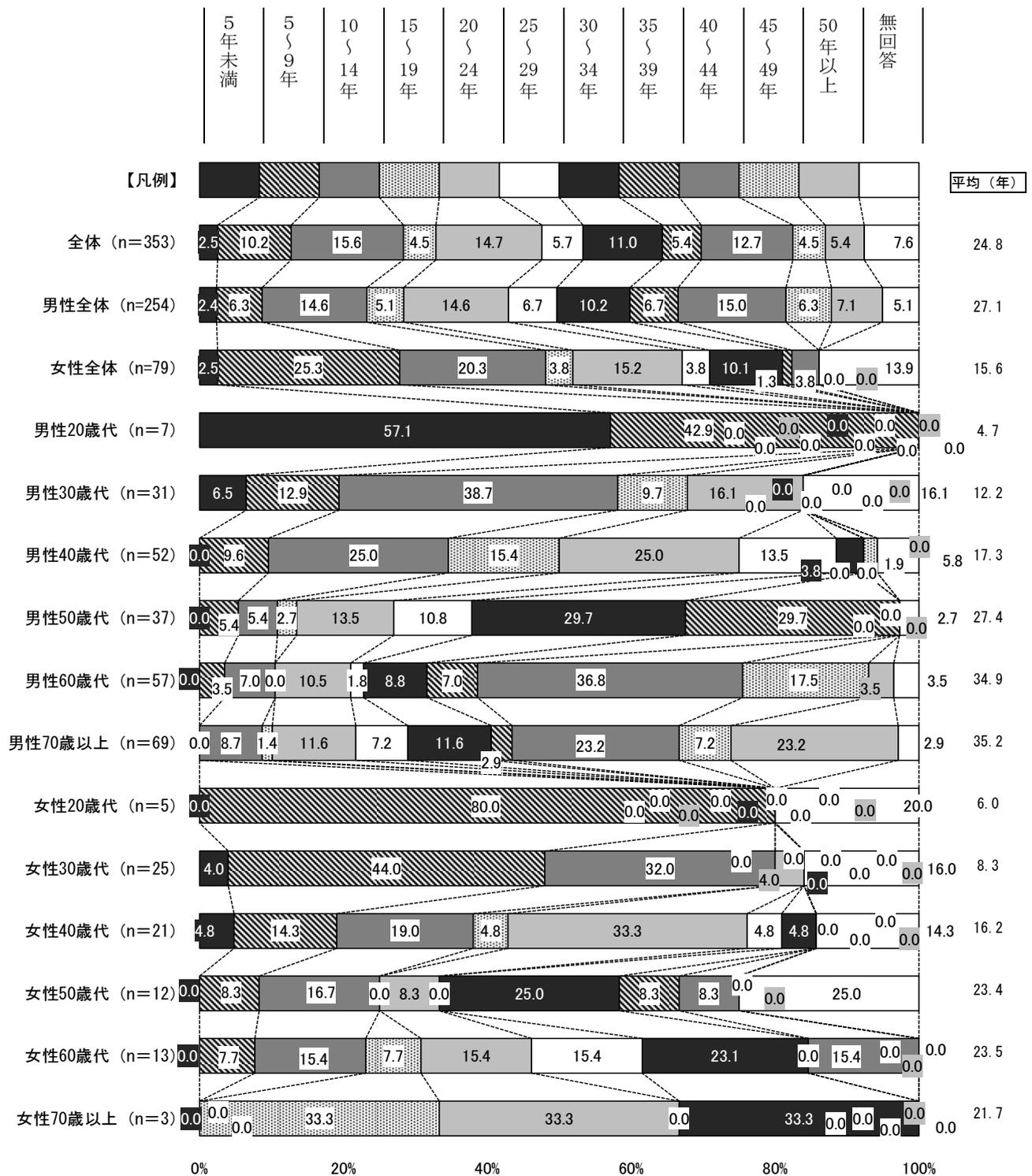
【一般市民調査】

吸っている（吸っていた）年数

「10～14年」が15.6%と最も多く、次いで「20～24年」が14.7%、「40～44年」が12.7%となっている。

性別にみると、「5年～9年」が女性で25.3%と、男性に比べて多い。また、「40～44年」が男性で12.7%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、「5年未満」が男性20歳代で多く、57.1%となっている。また、「5～9年」が女性20歳代で多く、80.0%となっている。



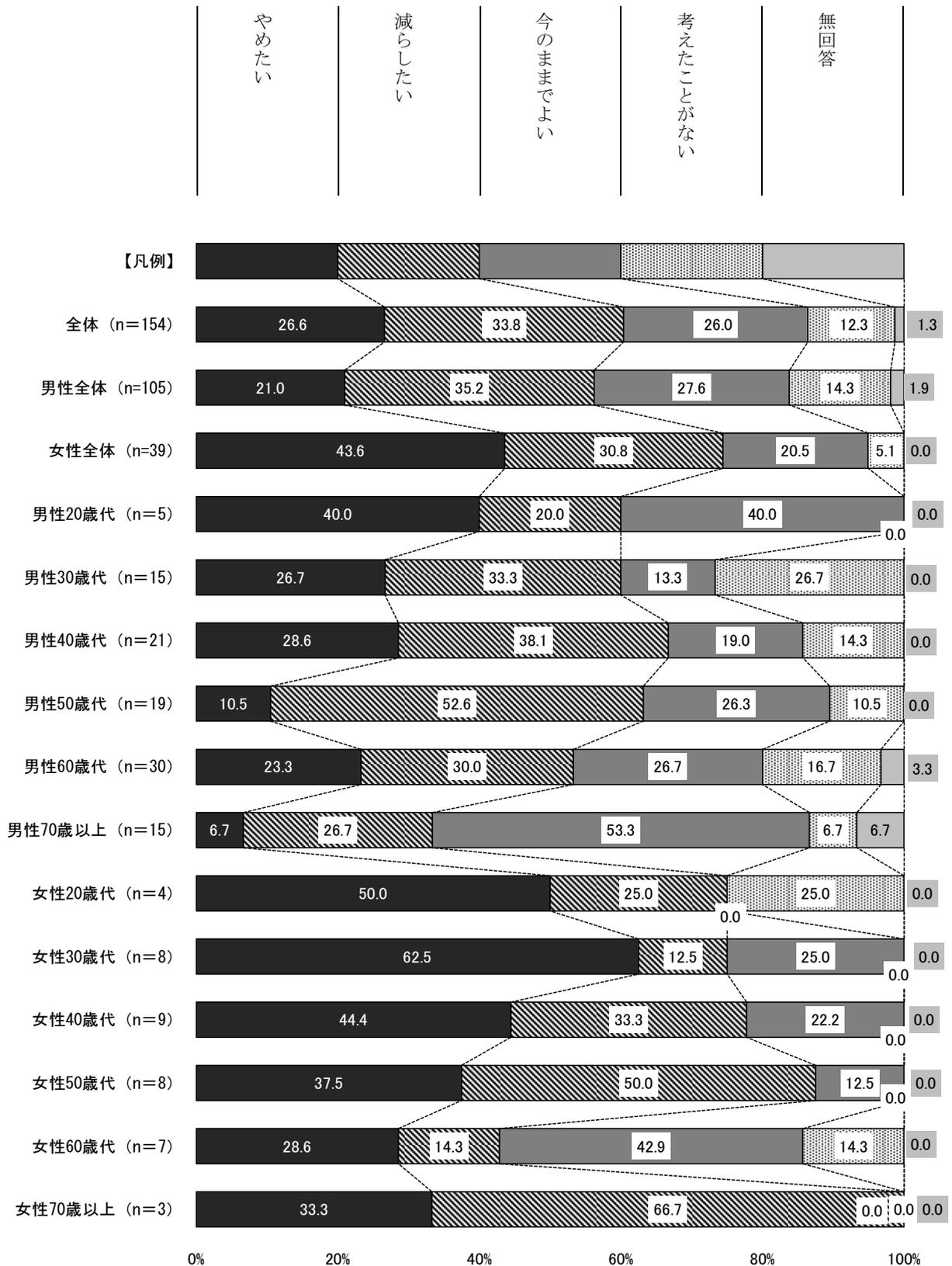
問 28 で「3 吸う」と回答した方にお聞きします。

問 28-2 あなたは、今後、たばこをやめたい・減らしたいと思いますか。(〇は1つ)

「減らしたい」が 33.8%と最も多く、次いで「やめたい」が 26.6%、「今のままでよい」が 26.0%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「今のままでよい」が男性 70 歳以上で 53.3%、男性 20 歳代と女性 60 歳代で 4 割台となっているが、その他の年代では「やめたい」、「減らしたい」の合計が 5 割以上となっている。



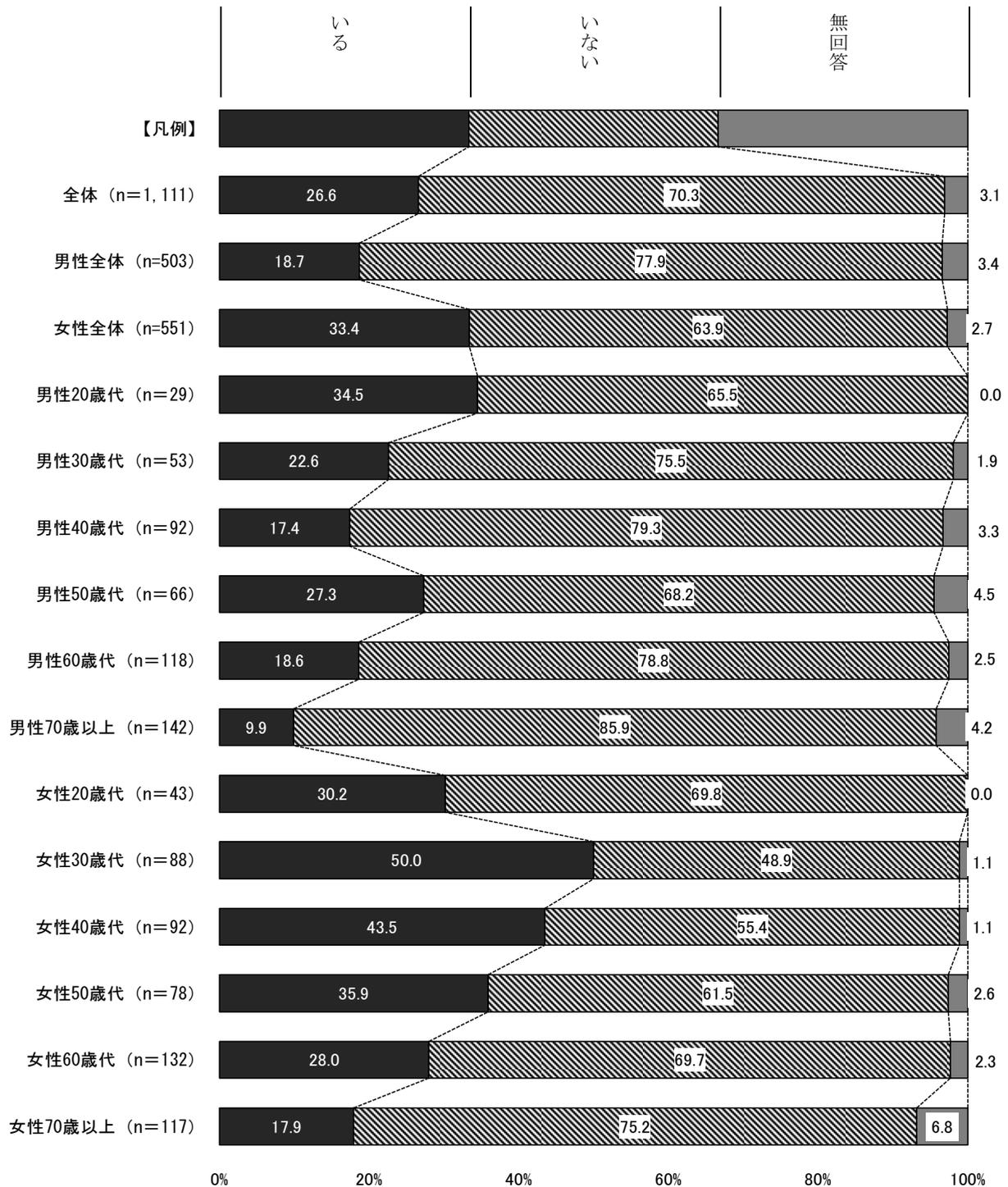
すべての方にお聞きします。

問 29 あなたの家族でたばこを吸っている人はいますか。(〇は1つ)

「いない」が70.3%、「いる」が26.6%となっている。

性別にみると、「いる」が女性で33.4%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「いる」が女性30歳代、40歳代で、4割を超えて多い。



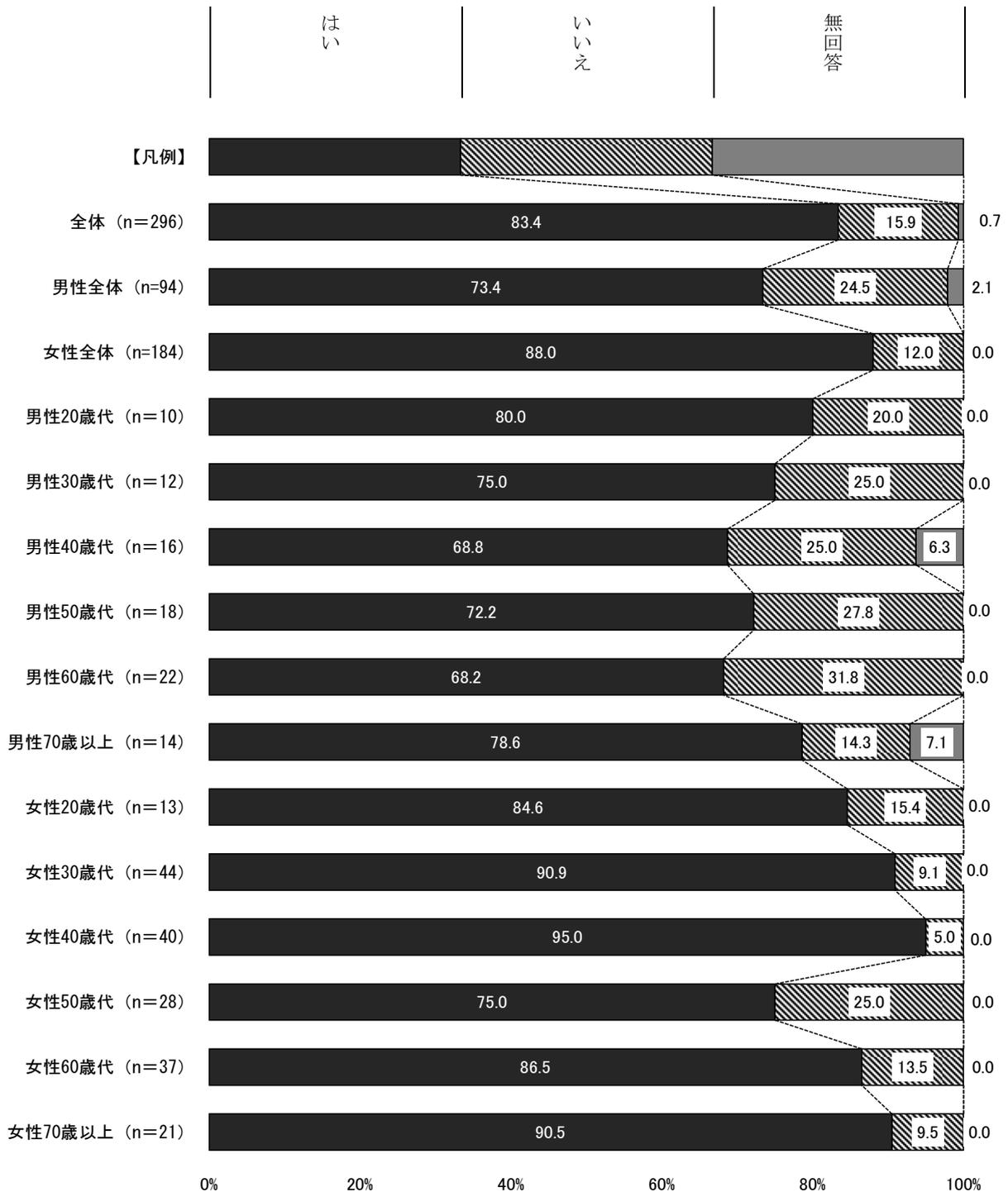
問 29 で「1 いる」と回答した方にお聞きします。

問 29-1 たばこを吸っているご家族の方は、家の中で、たばこを吸う場所や時間の工夫（分煙）をしていますか。（〇は1つ）

「はい」が83.4%、「いいえ」が15.9%となっている。

性別にみると、「はい」が女性で88.0%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、すべての年代で「はい」が7割を超えている。



ここからは、すべての方にお聞きします。

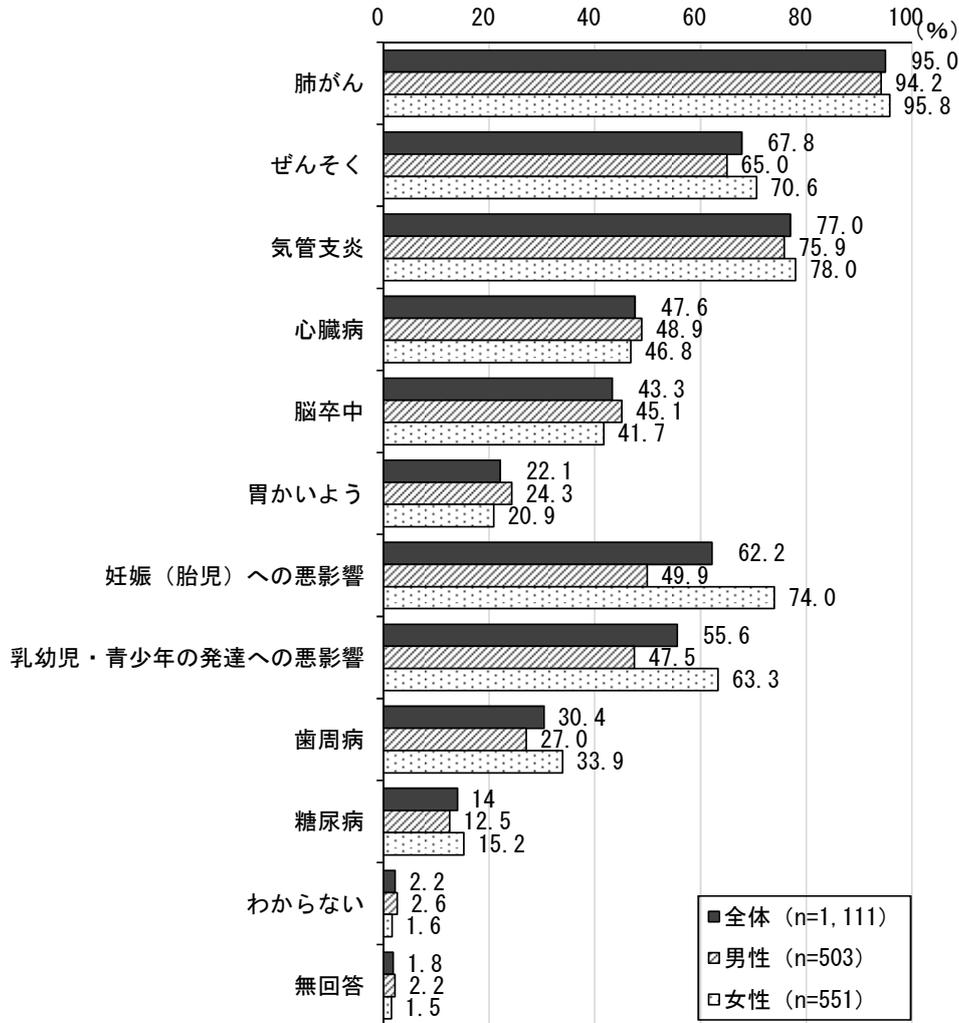
問 30 次のうち、たばこを吸うことで影響が出ると思うものを選んでください。

(あてはまるものすべてに○)

「肺がん」が95.0%と最も多く、次いで「気管支炎」が77.0%、「ぜんそく」が67.8%となっている。

性別にみると、「妊娠（胎児）への悪影響」、「乳幼児・青少年の発達への悪影響」では女性が男性に比べて多い。

性年代別にみると、すべての性年代で「肺がん」が約9割と多い。



単位 (%)	(サン プル 数)	肺 が ん	ぜ ん そ く	気 管 支 炎	心 臓 病	脳 卒 中	胃 か い よ う	影 響 妊 娠 へ の 胎 悪	へ 少 乳 幼 の 年 の 悪 影 響 発 達 青	歯 周 病	糖 尿 病	わ か ら な い	無 回 答
全体	1,111	95.0	67.8	77.0	47.6	43.3	22.1	62.2	55.6	30.4	14.0	2.2	1.8
男性20歳代	29	89.7	72.4	72.4	27.6	31.0	13.8	69.0	58.6	44.8	10.3	3.4	3.4
男性30歳代	53	94.3	64.2	71.7	39.6	56.6	18.9	71.7	62.3	37.7	15.1	0.0	1.9
男性40歳代	92	98.9	60.9	73.9	42.4	47.8	18.5	51.1	52.2	23.9	8.7	1.1	0.0
男性50歳代	66	93.9	63.6	68.2	56.1	60.6	24.2	48.5	45.5	30.3	9.1	1.5	4.5
男性60歳代	118	92.4	61.9	77.1	55.9	39.0	28.8	50.0	45.8	26.3	13.6	5.1	2.5
男性70歳以上	142	94.4	69.7	82.4	51.4	40.1	27.5	38.0	38.7	21.1	14.1	2.1	2.1
女性20歳代	43	97.7	74.4	88.4	53.5	48.8	23.3	90.7	67.4	39.5	18.6	0.0	0.0
女性30歳代	88	97.7	79.5	80.7	42.0	54.5	23.9	86.4	83.0	53.4	17.0	1.1	1.1
女性40歳代	92	97.8	69.6	76.1	41.3	37.0	16.3	77.2	70.7	35.9	14.1	0.0	1.1
女性50歳代	78	96.2	75.6	80.8	53.8	53.8	17.9	74.4	62.8	29.5	12.8	1.3	0.0
女性60歳代	132	96.2	68.2	75.8	49.2	40.9	22.0	71.2	59.1	31.1	18.9	1.5	1.5
女性70歳以上	117	91.5	62.4	74.4	44.4	25.6	21.4	59.0	46.2	21.4	10.3	4.3	3.4

【一般市民調査】

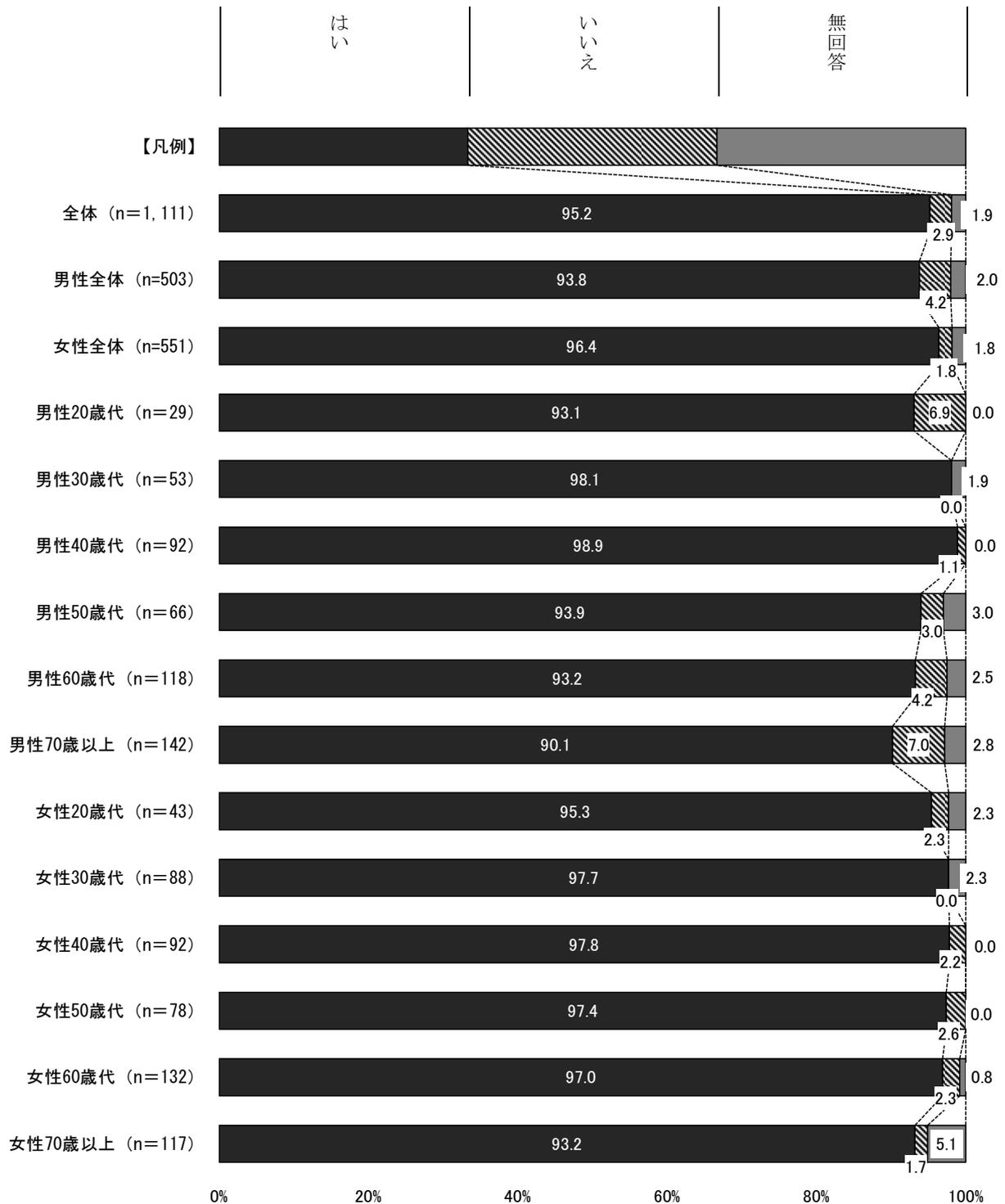
問 31 あなたは、受動喫煙※の健康への影響について知っていますか。(○は1つ)

※受動喫煙：自分たばこを吸わないのに、他の人のたばこの煙で健康に影響が出てしまうこと。

「はい」が95.2%、「いいえ」が2.9%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、すべての性年代で「はい」が9割以上となっている。



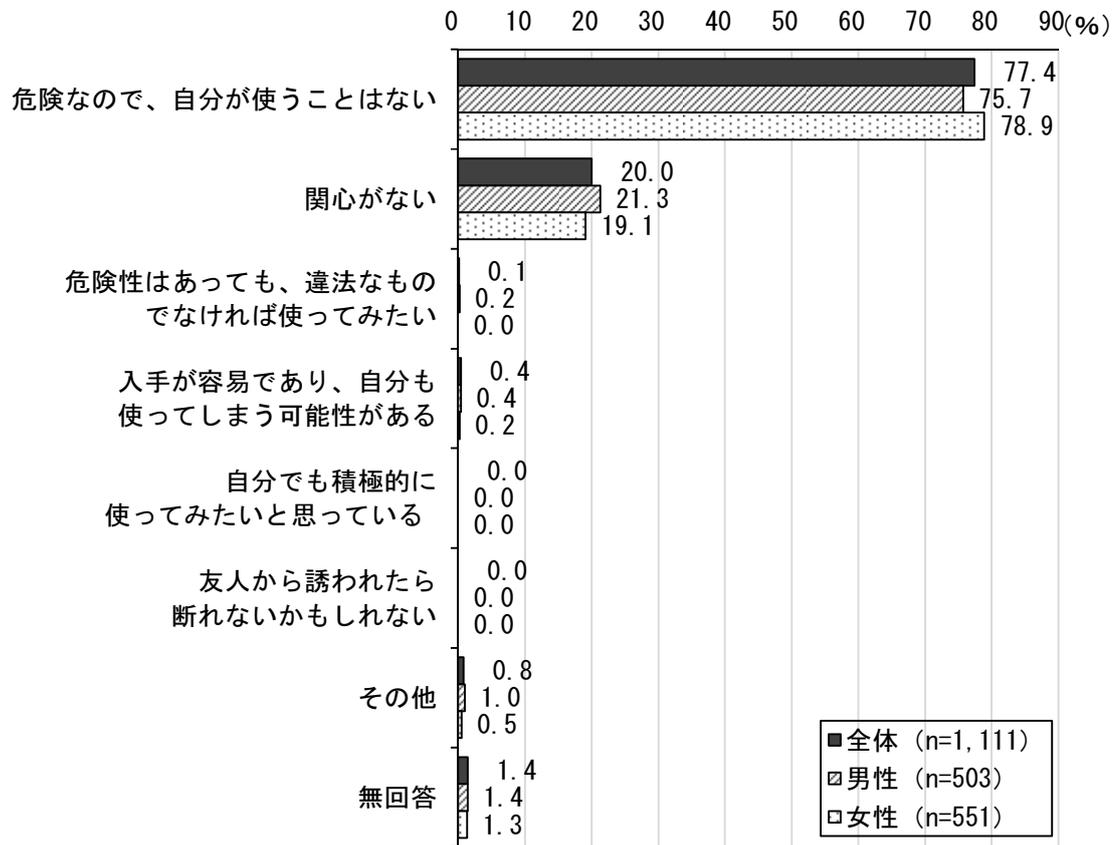
6 薬物について

問32 薬物や危険ドラッグについて、あなたの考えに近いものを選んでください。(○は1つ)

「危険なので、自分が使うことはない」が77.4%と最も多く、次いで「関心がない」が20.0%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「危険なので、自分が使うことはない」がすべての性年代で最も多い。



単位 (%)	サンプル数 (人)	危険なので、自分が使う	関心がない	危険性はあるけど、違法なものでなければ使ってみたい	入手が容易であり、自分も使ってしまう可能性がある	自分でも積極的に使ってみたいと思っている	友人から誘われたら断れないかもしれない	その他	無回答
全体	1,111	77.4	20.0	0.1	0.4	0.0	0.0	0.8	1.4
男性20歳代	29	69.0	27.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	3.4
男性30歳代	53	66.0	26.4	0.0	1.9	0.0	0.0	3.8	1.9
男性40歳代	92	75.0	23.9	0.0	1.1	0.0	0.0	0.0	0.0
男性50歳代	66	80.3	15.2	0.0	0.0	0.0	0.0	1.5	3.0
男性60歳代	118	80.5	17.8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.8	0.8
男性70歳以上	142	74.6	22.5	0.7	0.0	0.0	0.0	0.7	1.4
女性20歳代	43	72.1	23.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.7
女性30歳代	88	78.4	18.2	0.0	0.0	0.0	0.0	1.1	2.3
女性40歳代	92	78.3	21.7	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
女性50歳代	78	70.5	28.2	0.0	1.3	0.0	0.0	0.0	0.0
女性60歳代	132	88.6	10.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.8
女性70歳以上	117	77.8	18.8	0.0	0.0	0.0	0.0	1.7	1.7

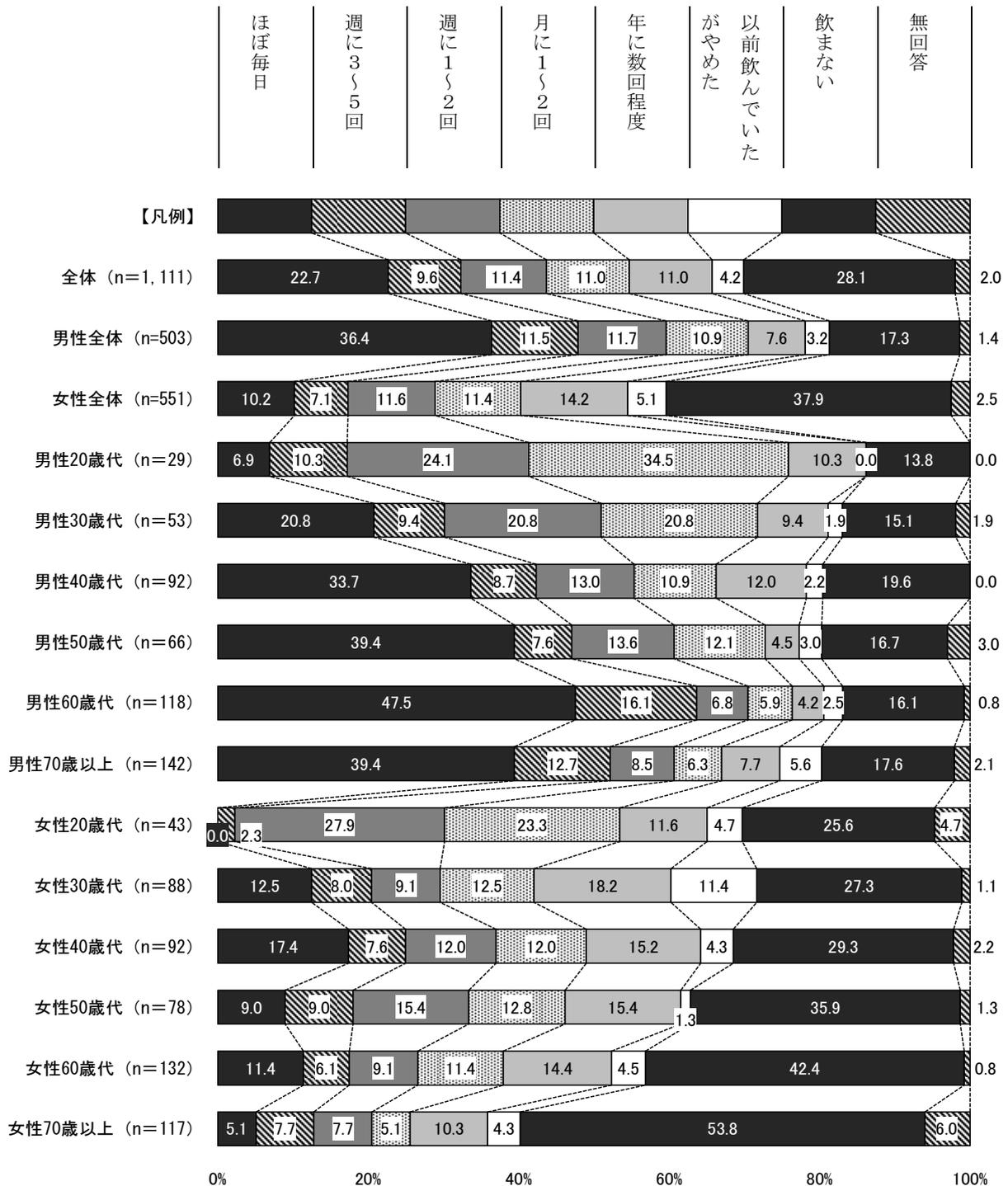
7 飲酒について

問 33 あなたは、お酒を飲みますか。(〇は1つ)

「飲まない」が28.1%と最も多く、次いで「ほぼ毎日」が22.7%、「週に1～2回」が11.4%となっている。

性別にみると、「ほぼ毎日」が男性で36.4%と、女性に比べて多く、「飲まない」が女性で37.9%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「ほぼ毎日」はすべての年代において、男性の方が多く、特に男性60歳代で47.5%と多い。女性では年代が高くなるほど「飲まない」が多い。



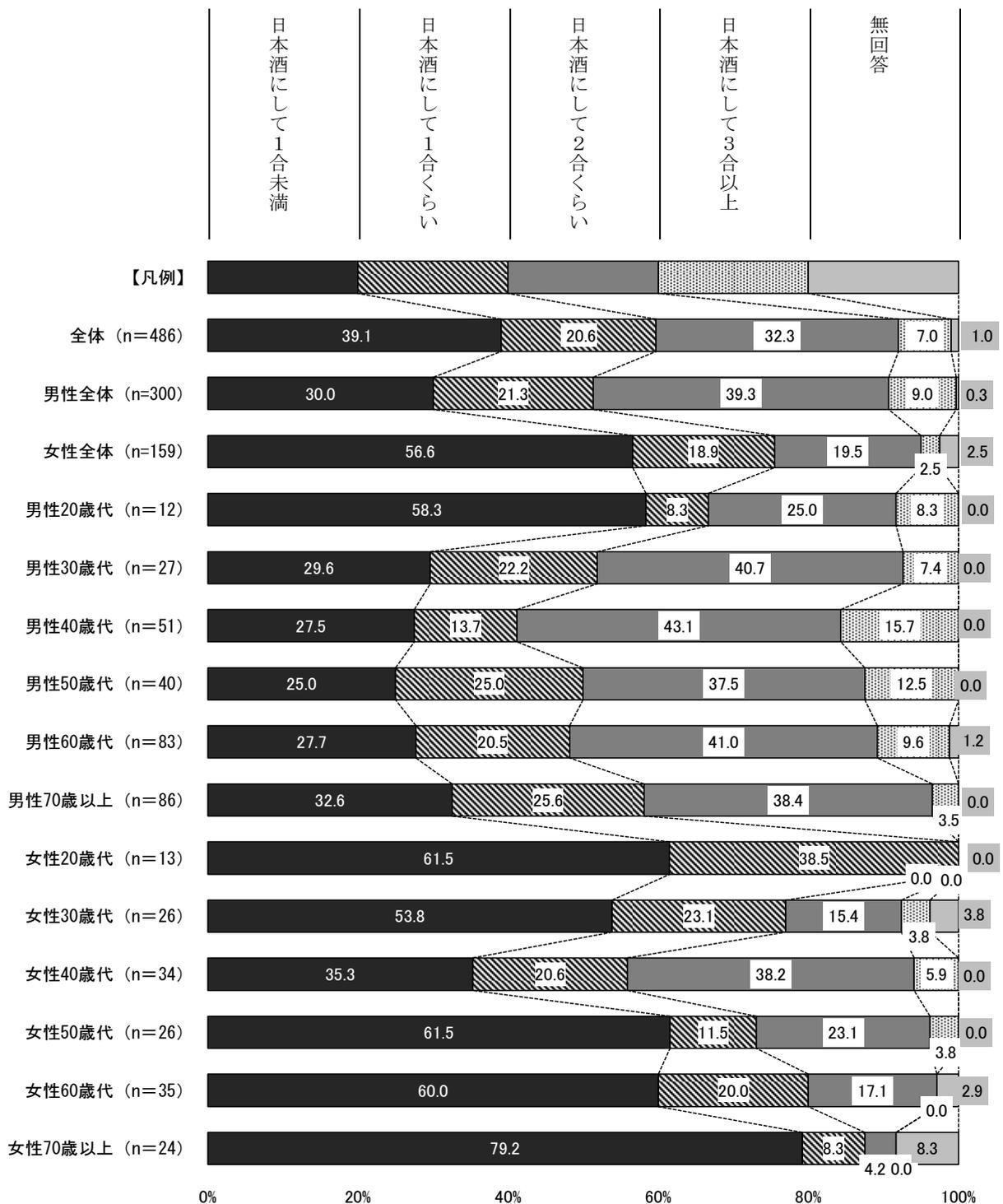
問 33 で「1」～「3」（お酒を週に1～2回以上飲む）と回答した方にお聞きします。

問 33-1 1日（回）に飲むお酒の量は平均するとどのくらいですか。日本酒に換算してお答えください。（〇は1つ）

「日本酒にして1合未満」が39.1%と最も多く、次いで「日本酒にして2合くらい」が32.3%、「日本酒にして1合くらい」が20.6%となっている。

性別にみると、「日本酒にして1合未満」が女性で56.6%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、すべての年代において、男性の方が1合以上飲んでいいる割合が高い。特に男性30歳代、40歳代、60歳代では「日本酒にして2合くらい」が4割となっている。



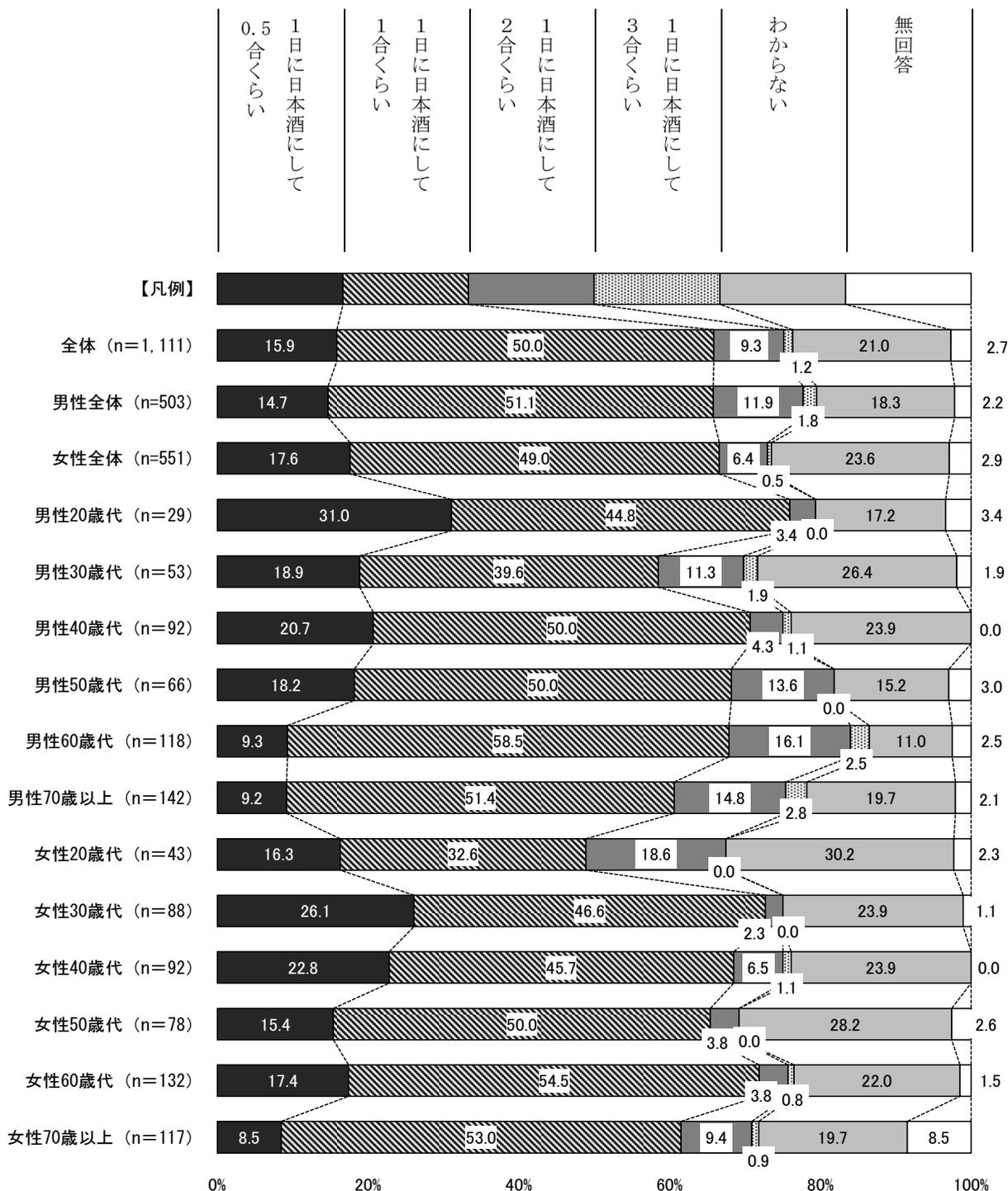
ここからは、すべての方にお聞きします。

問 34 一般的にいわれている「適度な飲酒」とは、どれくらいの量だと思いますか。(〇は1つ)

「1日に日本酒にして1合くらい」が50.0%と最も多く、次いで「わからない」が21.0%、「1日に日本酒にして0.5合くらい」が15.9%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

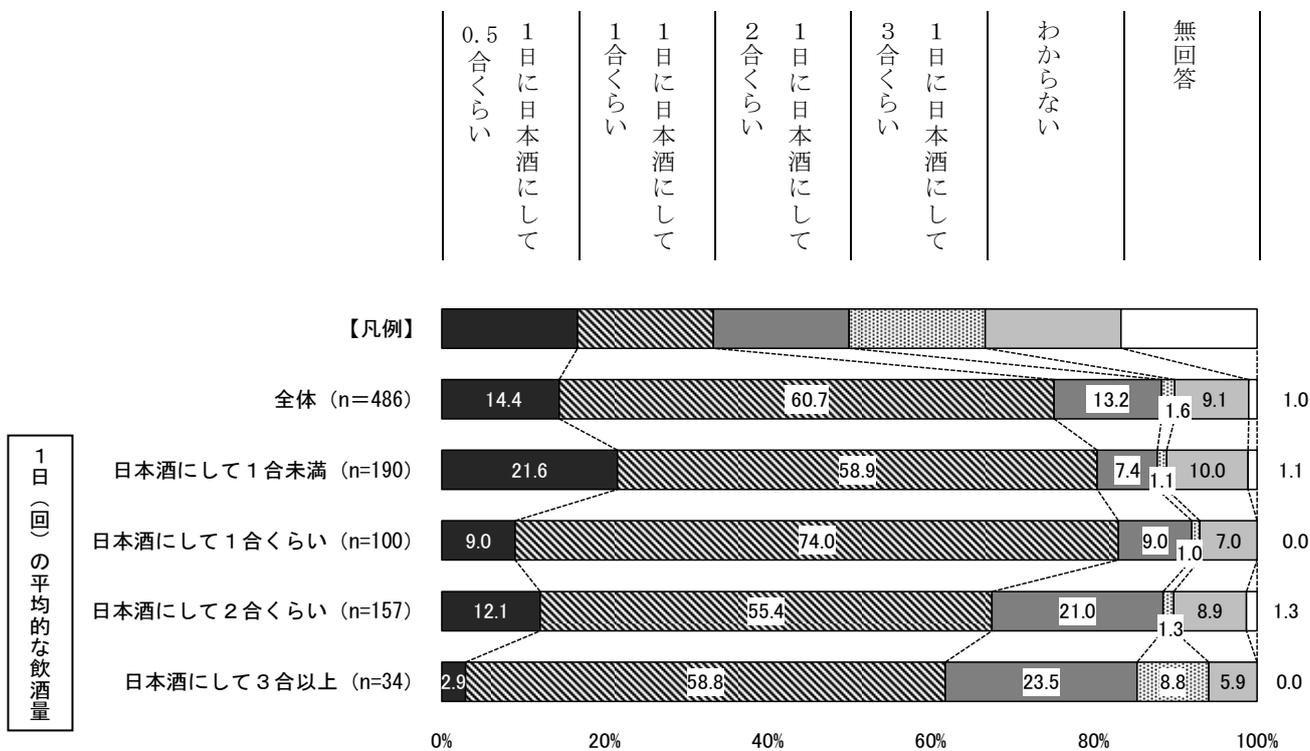
性年代別にみると、「1日に日本酒にして0.5合くらい」が男性20歳代で31.0%、女性30歳代で26.1%と多い。またすべての年代で「1日に日本酒にして1合くらい」が最も多い。



【一般市民調査】

◆一般的な「適度な飲酒」量についての認識×1日（回）の平均的な飲酒量

一般的な「適度な飲酒」量は「1日に日本酒にして1合くらい」であるが、飲酒量が2合の人では、「1日に日本酒にして2合くらい」が21.0%、飲酒量が3合以上の人では「1日に日本酒にして2合くらい」が23.5%となっている。

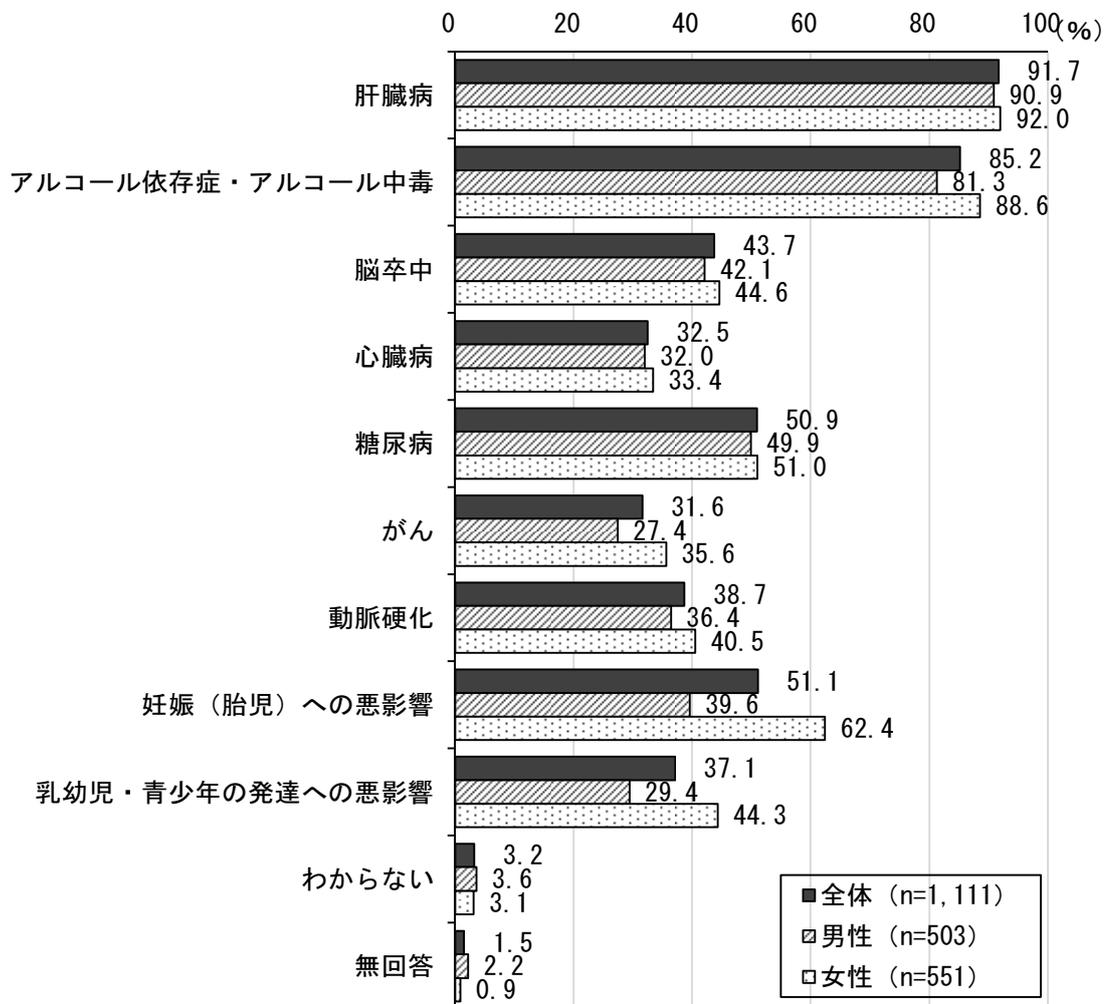


【一般市民調査】

問 35 次のうち、多量の飲酒を長期間続けることで影響が出ると思うものを選んでください。
 (あてはまるものすべてに○)

「肝臓病」が91.7%と最も多く、次いで「アルコール依存症・アルコール中毒」が85.2%、「妊娠（胎児）への悪影響」が51.1%となっている。

性別にみると、「妊娠（胎児）への悪影響」、「乳幼児・青少年の発達への悪影響」では女性が男性に比べて多い。



8 歯や口の健康について

問 36 あなたは、過去1年間にどのような方法で歯科健診を受けましたか。

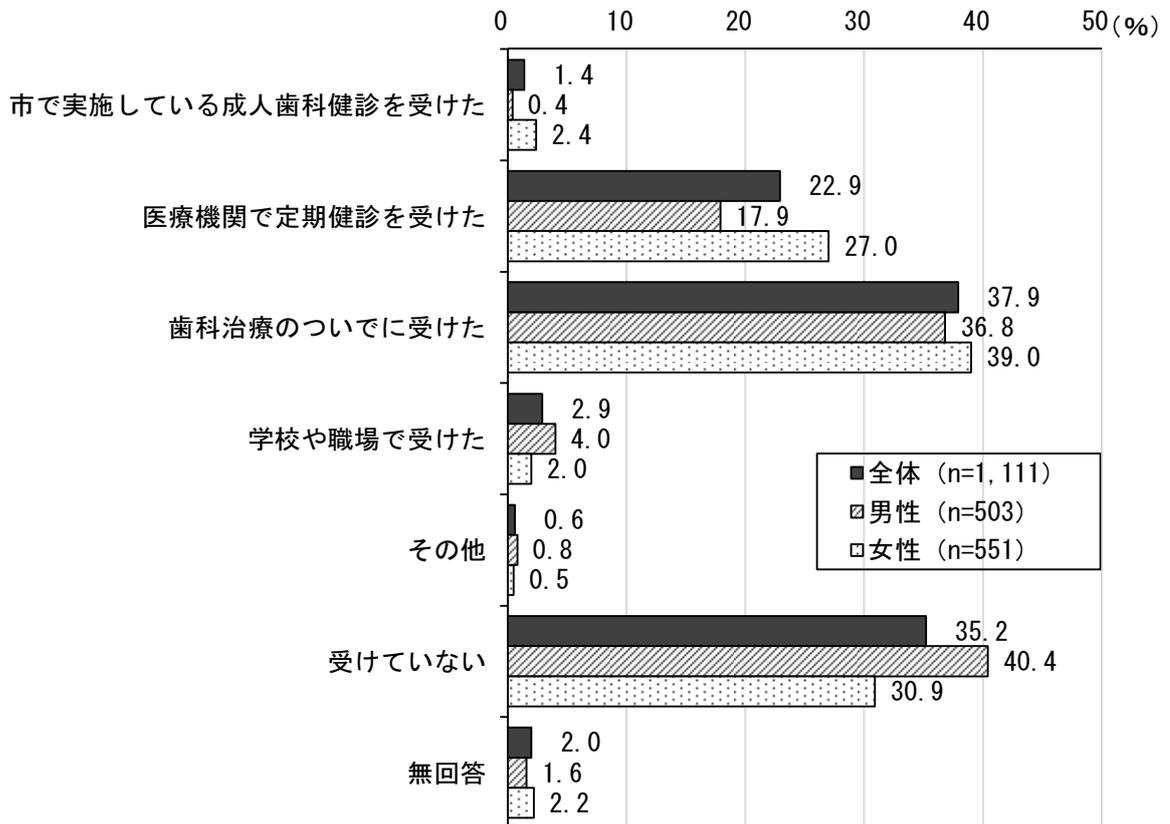
(あてはまるものすべてに○)

※成人歯科健診：40歳以上を対象に市内歯科医療機関にて自己負担500円で受けられる健診のこと。

「歯科治療のついでに受けた」が37.9%と最も多く、次いで「医療機関で定期健診を受けた」が22.9%となっている。また、「受けていない」は35.2%となっている。

性別にみると、「受けていない」が男性で40.4%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、「受けていない」が男性20歳代から50歳代、女性40歳代が多い。



単位 (%)	サンプル数	市で実施している成人歯科健診を受けた	医療機関で定期健診を受けた	歯科治療のついでに受けた	学校や職場で受けた	その他	受けていない	無回答
全体	1,111	1.4	22.9	37.9	2.9	0.6	35.2	2.0
男性20歳代	29	0.0	10.3	20.7	13.8	6.9	44.8	3.4
男性30歳代	53	0.0	3.8	28.3	3.8	0.0	64.2	0.0
男性40歳代	92	1.1	13.0	30.4	10.9	1.1	46.7	1.1
男性50歳代	66	0.0	16.7	30.3	4.5	0.0	48.5	0.0
男性60歳代	118	0.8	20.3	44.1	0.8	0.0	33.1	2.5
男性70歳以上	142	0.0	26.8	43.7	0.0	0.7	28.9	2.1
女性20歳代	43	0.0	16.3	39.5	14.0	0.0	37.2	0.0
女性30歳代	88	0.0	18.2	43.2	2.3	1.1	34.1	1.1
女性40歳代	92	1.1	25.0	30.4	2.2	1.1	39.1	3.3
女性50歳代	78	1.3	24.4	41.0	1.3	0.0	34.6	0.0
女性60歳代	132	5.3	31.1	39.4	0.0	0.0	27.3	3.8
女性70歳以上	117	3.4	36.8	41.0	0.0	0.9	20.5	2.6

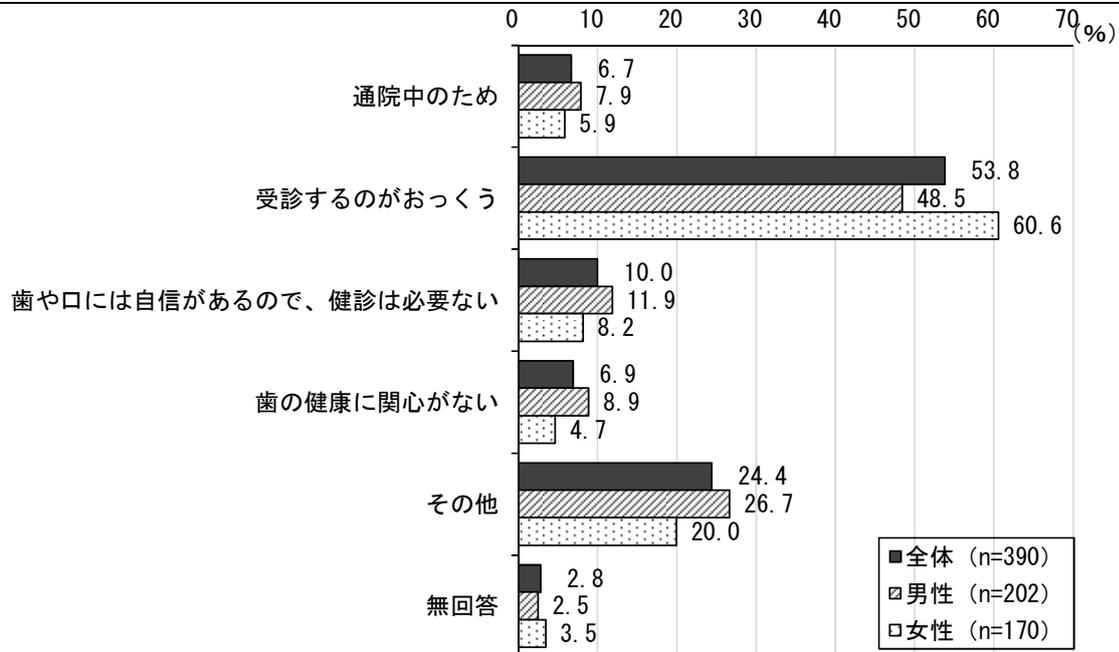
問 36 で「6 受けていない」と回答した方にお聞きします。

問 36-1 歯科健診を受けていない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

「受診するのがおっくう」が53.8%と最も多く、次いで「その他」が24.4%、「歯や口には自信があるので、健診は必要ない」が10.0%となっている。

性別にみると、「受診するのがおっくう」が女性で60.6%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「通院中のため」が女性70歳以上で、2割を超えて多い。



単位 (%)	サンプル数 (人)	通院中のため	受診するのがおっくう	歯や口には自信があるので、健診は必要ない	歯の健康に関心がない	その他	無回答
全体	390	6.7	53.8	10.0	6.9	24.4	2.8
男性20歳代	13	0.0	61.5	15.4	15.4	15.4	0.0
男性30歳代	34	2.9	50.0	14.7	17.6	26.5	2.9
男性40歳代	43	7.0	58.1	11.6	2.3	25.6	0.0
男性50歳代	32	3.1	62.5	6.3	6.3	18.8	6.3
男性60歳代	39	10.3	43.6	2.6	12.8	30.8	2.6
男性70歳以上	40	17.5	27.5	20.0	5.0	32.5	2.5
女性20歳代	16	0.0	56.3	12.5	12.5	18.8	0.0
女性30歳代	30	0.0	76.7	6.7	10.0	20.0	0.0
女性40歳代	36	5.6	63.9	5.6	2.8	19.4	2.8
女性50歳代	27	3.7	66.7	3.7	7.4	18.5	0.0
女性60歳代	36	5.6	55.6	11.1	0.0	25.0	2.8
女性70歳以上	24	20.8	37.5	12.5	0.0	16.7	16.7

◆「その他」回答の内訳

項目	件数
問題があると感じない (痛みがない等)	22件 (5.6%)
時間がない	11件 (2.8%)
入れ歯・義歯のため	11件 (2.8%)
成人歯科健診を知らなかった	5件 (1.3%)
歯医者が苦手だから・怖いから	5件 (1.3%)
定期的に治療・通院しているため	3件 (0.8%)
歯医者の対応がよくなかった	2件 (0.5%)
その他	7件 (1.8%)
未記入	29件 (7.4%)

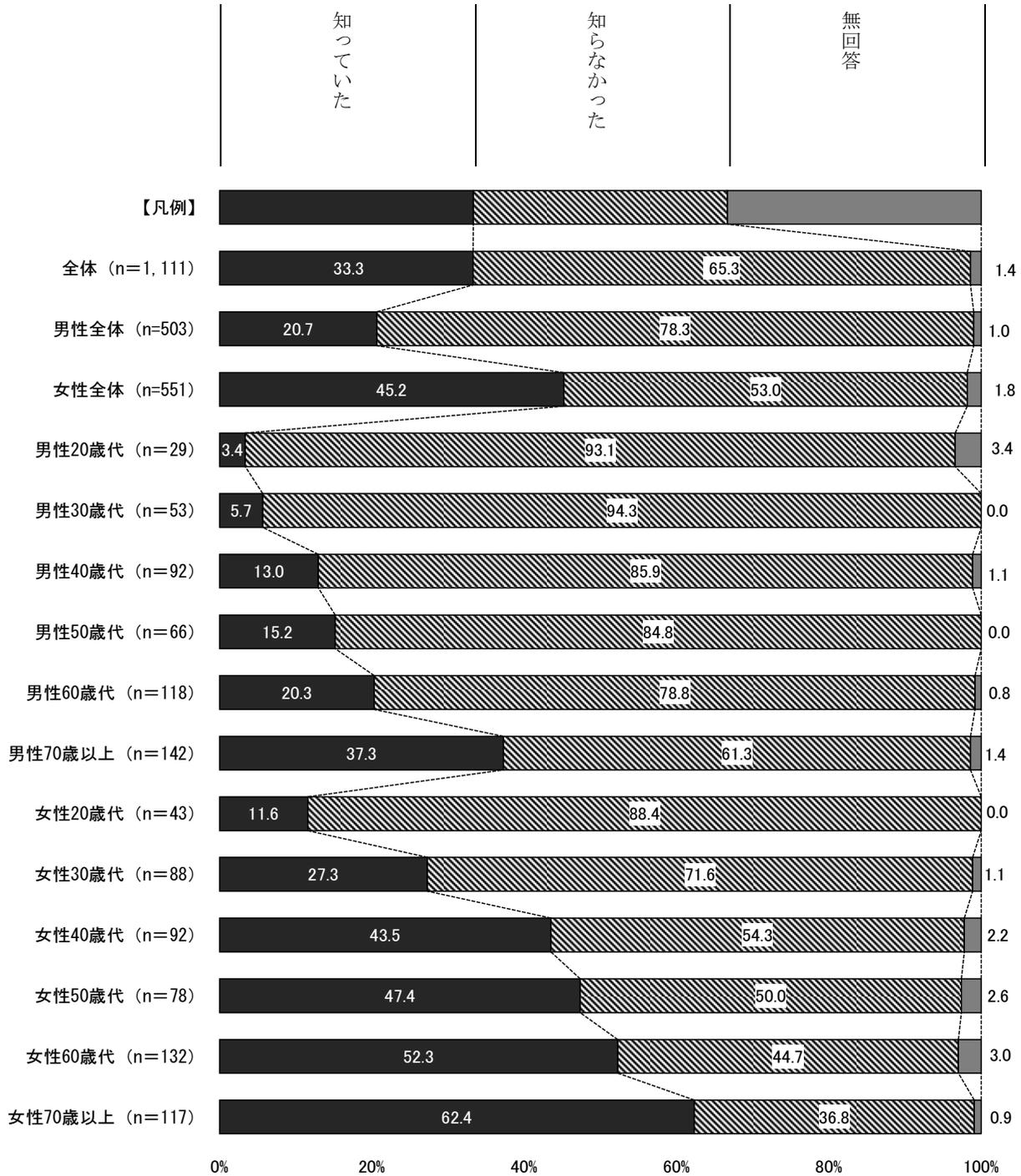
ここからは、すべての方にお聞きします。

問 37 あなたは、市が実施する成人歯科健診を知っていましたか。(〇は1つ)

「知らなかった」が65.3%、「知っていた」が33.3%となっている。

性別にみると、「知っていた」が女性で45.2%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、男女とも年代が高くなるほど「知っていた」が多い。



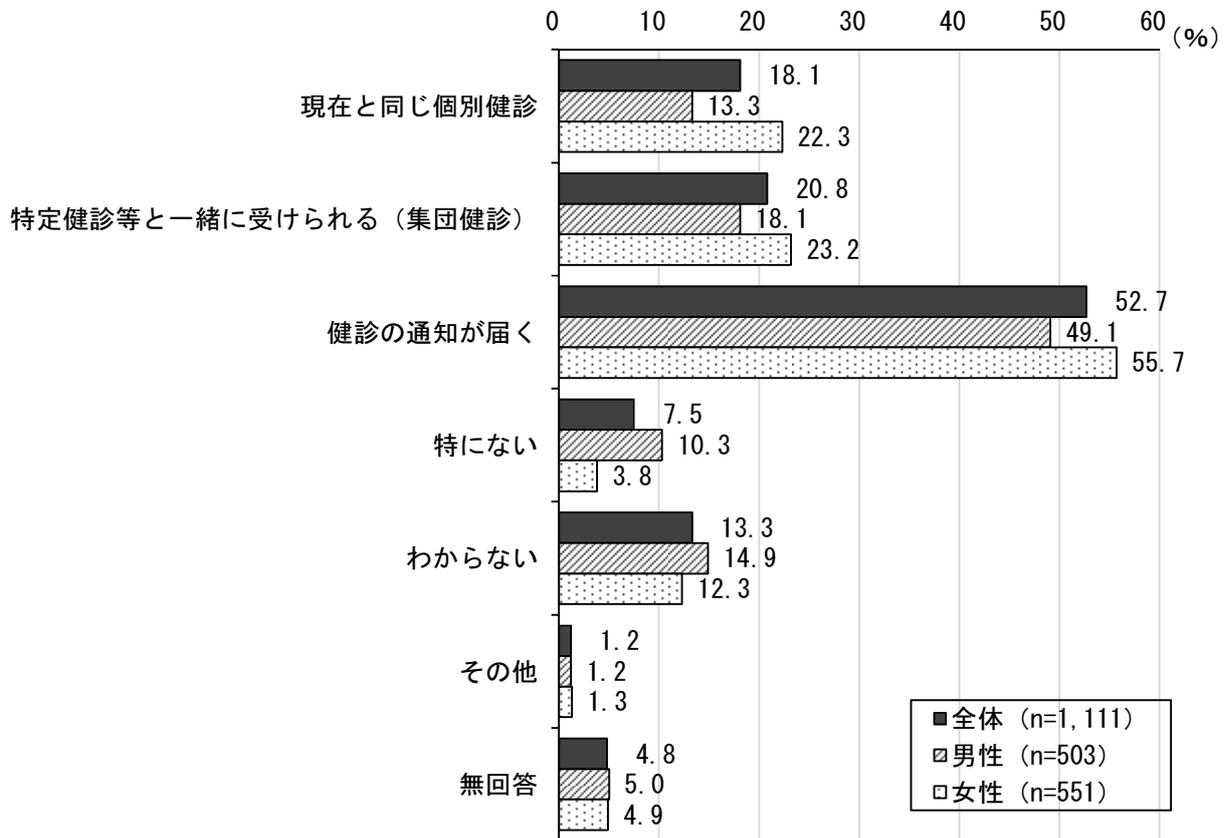
【一般市民調査】

問 38 成人歯科健診がさらに受けやすくなるためには、どのような方法が必要だと思いますか。
(あてはまるものすべてに○)

「健診の通知が届く」が 52.7%と最も多く、次いで「特定健診等と一緒に受けられる（集団健診）」が 20.8%、「現在と同じ個別健診」が 18.1%となっている。

性別にみると、「現在と同じ個別健診」が女性で 22.3%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「現在と同じ個別健診」が女性 70 歳以上で多く、32.5%となっている。



単位 (%)	サンプル数	現在と同じ個別健診	特定健診等と一緒に受けられる（集団健診）	健診の通知が届く	特にない	わからない	その他	無回答
全体	1,111	18.1	20.8	52.7	7.5	13.3	1.2	4.8
男性20歳代	29	6.9	6.9	58.6	3.4	20.7	3.4	6.9
男性30歳代	53	7.5	17.0	67.9	3.8	22.6	0.0	0.0
男性40歳代	92	10.9	18.5	59.8	6.5	15.2	0.0	2.2
男性50歳代	66	15.2	16.7	56.1	7.6	9.1	1.5	7.6
男性60歳代	118	12.7	17.8	45.8	13.6	13.6	1.7	5.9
男性70歳以上	142	17.6	21.8	33.8	14.1	14.8	1.4	6.3
女性20歳代	43	4.7	30.2	74.4	7.0	11.6	0.0	0.0
女性30歳代	88	20.5	19.3	73.9	0.0	10.2	2.3	1.1
女性40歳代	92	18.5	19.6	71.7	0.0	14.1	0.0	2.2
女性50歳代	78	19.2	21.8	59.0	5.1	15.4	1.3	2.6
女性60歳代	132	25.0	26.5	38.6	6.8	13.6	2.3	6.8
女性70歳以上	117	32.5	23.9	39.3	4.3	9.4	0.9	11.1

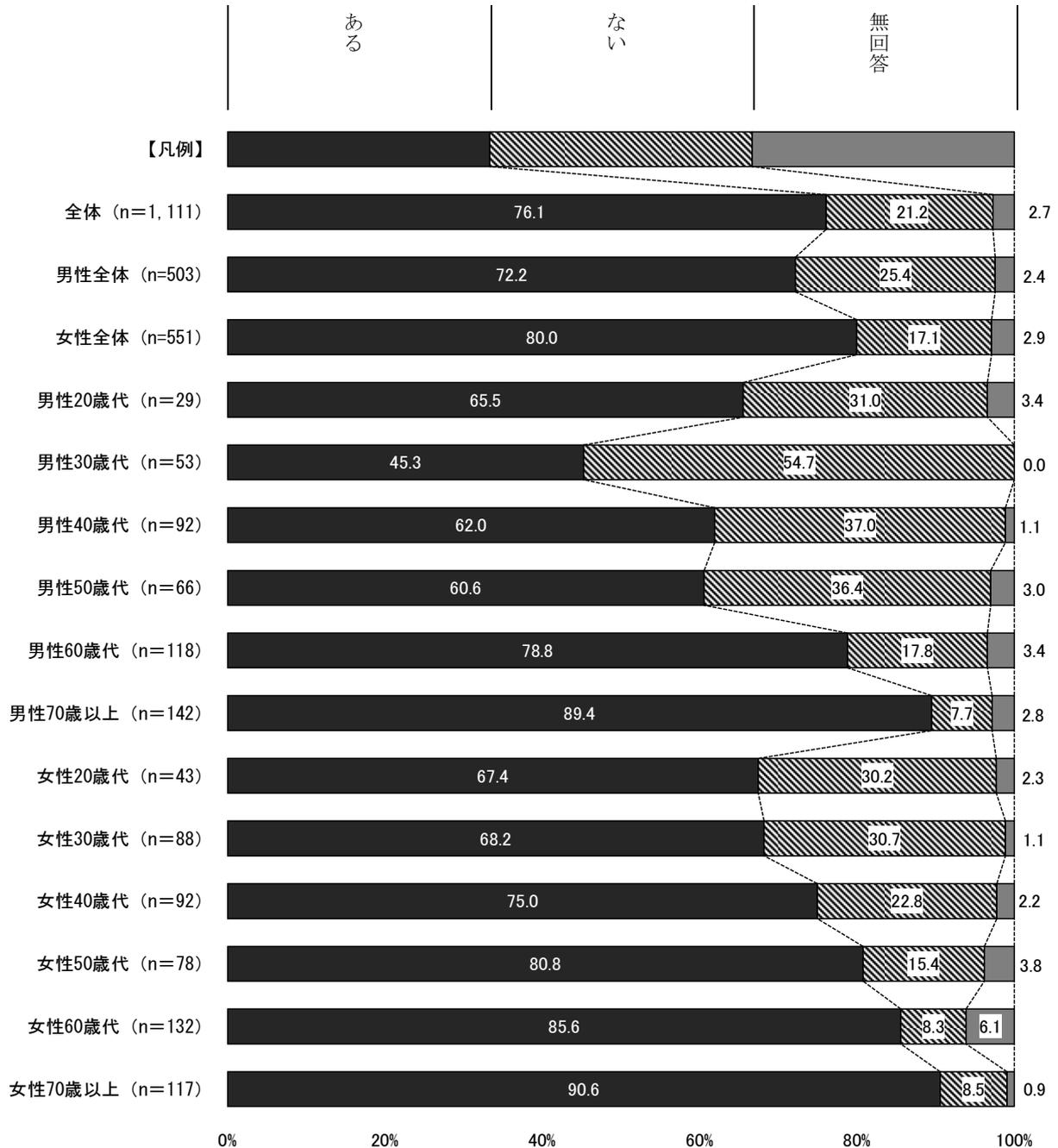
【一般市民調査】

問 39 あなたは、かかりつけの歯科医院がありますか。(○は1つ)

「ある」が76.1%、「ない」が21.2%となっている。

性別にみると、「ない」が男性で25.4%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、おおむね年代が高くなるほど「ある」が多く、ほとんどの年代で女性に比べ男性の方が「ない」が多い。特に男性30歳代では「ない」が54.7%と多い。



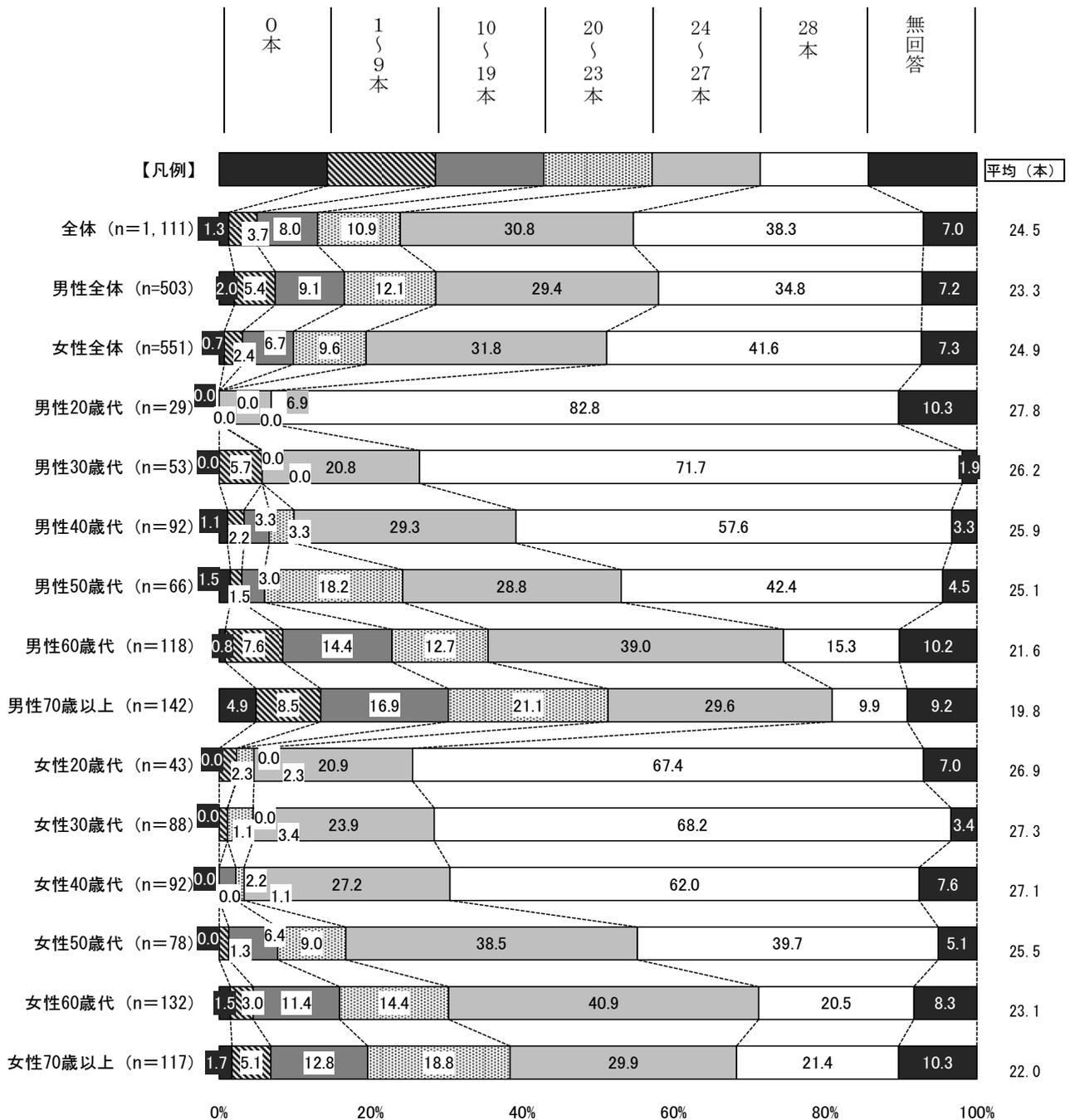
【一般市民調査】

問 40 現在、あなたの歯^{*}は何本ありますか。(数字を記入)

※永久歯は一般的には 28 本

※親知らず、入れ歯、ブリッジ、インプラントは含みません。さし歯はあなた自身の歯として数えます。
自分の歯

「28 本」が 38.3%と最も多く、次いで「24～27 本」が 30.8%、「20～23 本」が 10.9%となっている。
性別にみると、「28 本」が女性で 41.6%と、男性に比べて多い。
性年代別にみると、年代が高くなるほど「10～19 本」、「20～23 本」が多い。

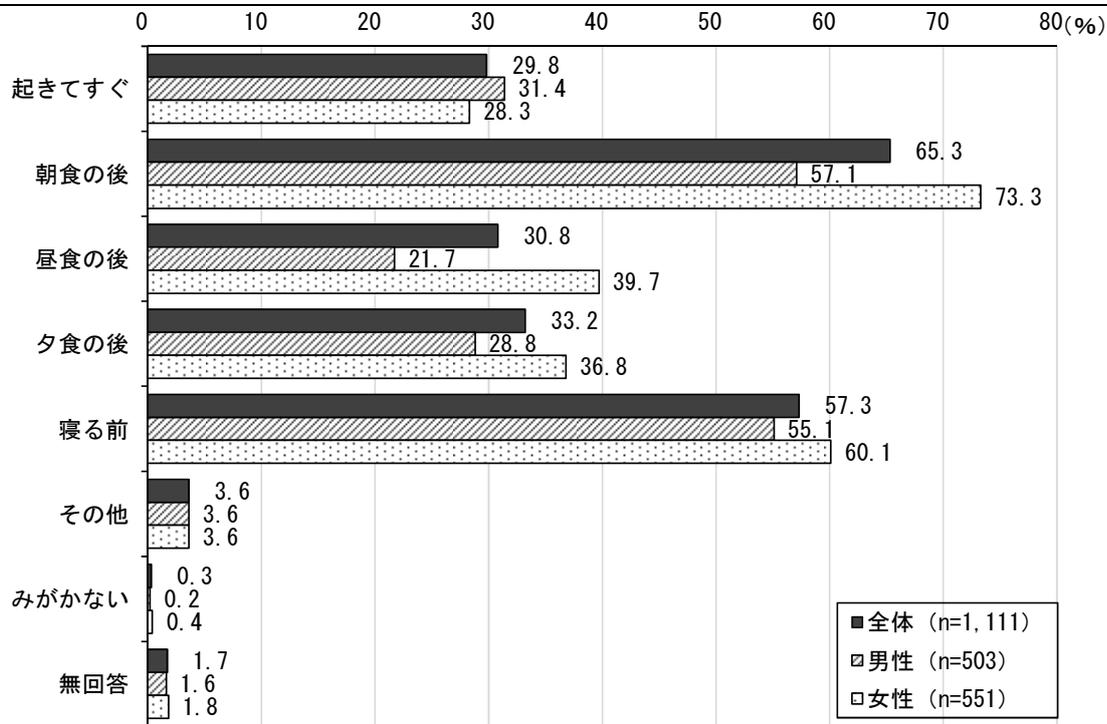


【一般市民調査】

問41 あなたは、いつ歯みがきをしていますか。(あてはまるものすべてに○)

※朝食を食べないで、朝、歯をみがく方は「朝食の後」に○をしてください。

「朝食の後」が65.3%と最も多く、次いで「寝る前」が57.3%、「夕食の後」が33.2%となっている。
性別にみると、「朝食の後」、「昼食の後」では、男性に比べて女性が多い。
性年代別にみると、すべての性年代で「朝食の後」、「寝る前」が多い。



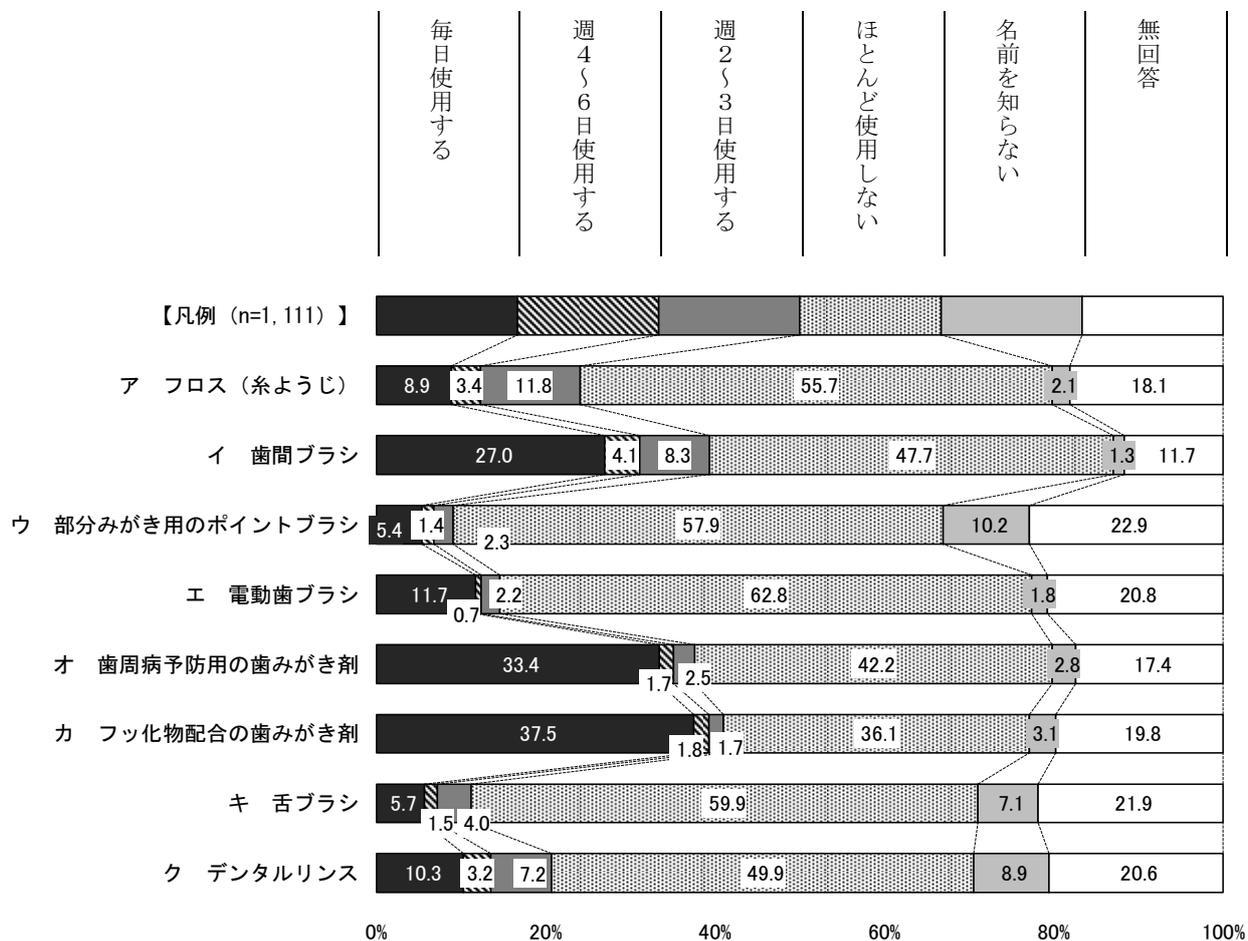
単位 (%)	(サン 人) プル 数	起 き て す ぐ	朝 食 の 後	昼 食 の 後	夕 食 の 後	寝 る 前	そ の 他	み が か な い	無 回 答
全体	1,111	29.8	65.3	30.8	33.2	57.3	3.6	0.3	1.7
男性20歳代	29	17.2	65.5	20.7	31.0	62.1	0.0	0.0	6.9
男性30歳代	53	39.6	45.3	18.9	26.4	71.7	0.0	0.0	0.0
男性40歳代	92	39.1	50.0	19.6	25.0	60.9	2.2	0.0	1.1
男性50歳代	66	31.8	65.2	25.8	16.7	57.6	1.5	0.0	1.5
男性60歳代	118	24.6	64.4	27.1	29.7	51.7	5.9	0.8	0.8
男性70歳以上	142	32.4	54.2	18.3	36.6	45.8	4.9	0.0	2.1
女性20歳代	43	30.2	60.5	39.5	25.6	65.1	0.0	4.7	0.0
女性30歳代	88	20.5	72.7	40.9	39.8	65.9	6.8	0.0	1.1
女性40歳代	92	23.9	81.5	40.2	37.0	63.0	3.3	0.0	2.2
女性50歳代	78	25.6	73.1	38.5	32.1	64.1	1.3	0.0	0.0
女性60歳代	132	32.6	75.0	40.2	34.1	55.3	5.3	0.0	3.8
女性70歳以上	117	34.2	70.1	38.5	44.4	54.7	2.6	0.0	1.7

【一般市民調査】

問 42 歯ブラシ以外で使用しているものについてお聞きします。

(「ア」から「ク」についてそれぞれ〇は1つ)

「毎日使用する」でみると「カ フッ化物配合の歯みがき剤」が37.5%と最も多く、次いで「オ 歯周病予防用の歯みがき剤」が33.4%、「イ 歯間ブラシ」が27.0%となっている。



【一般市民調査】

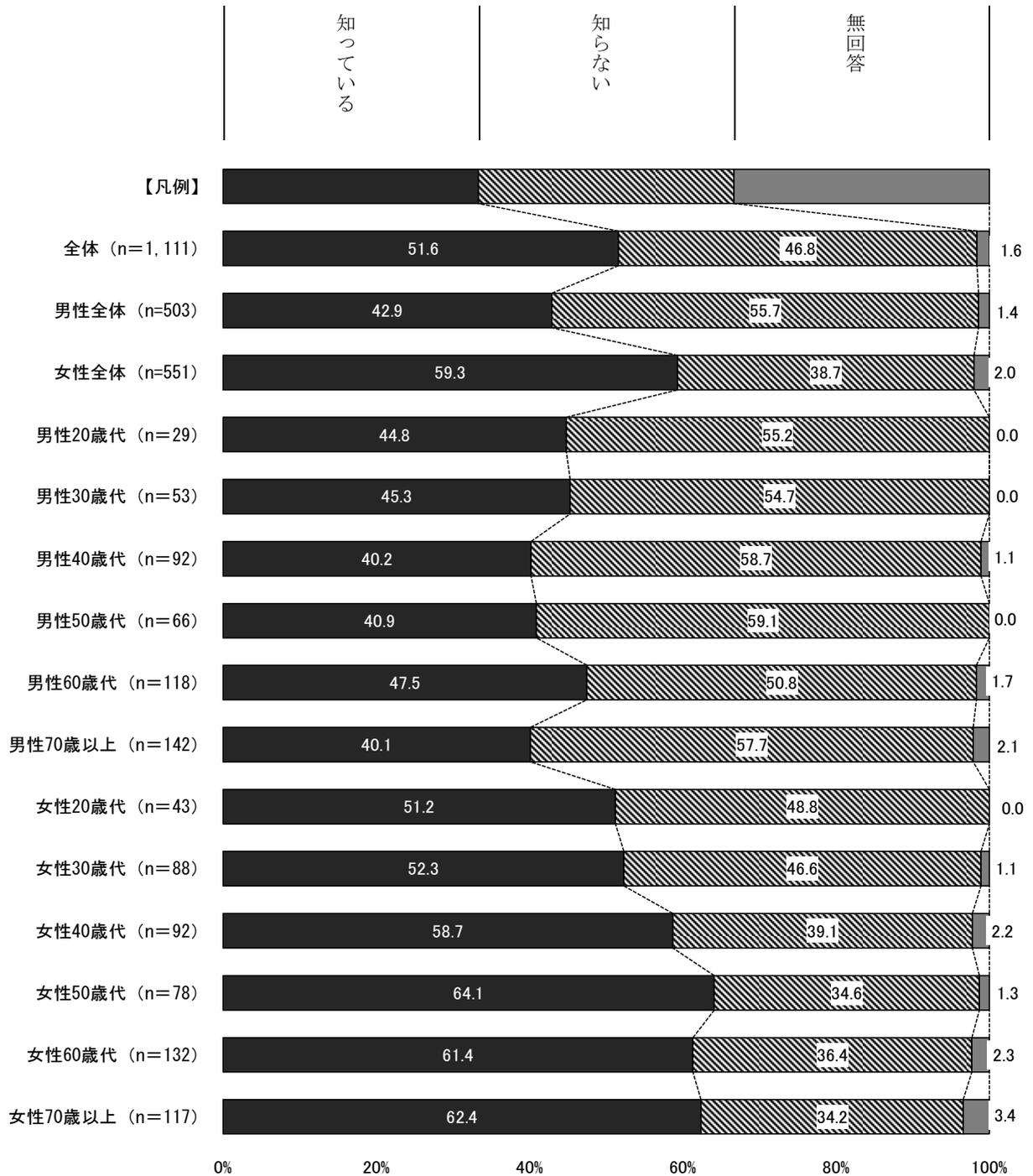
問 43 国では、歯の健康づくりに 8020（ハチマルニイマル）運動※を推進していることをあなたは知っていますか。（○は1つ）

※8020 運動：80 歳になっても自分の歯を 20 本以上保とうという運動のこと。

「知っている」が 51.6%、「知らない」が 46.8%となっている。

性別にみると、「知っている」が女性で 59.3%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、男性はすべての年代で、「知らない」が「知っている」を上回っている。また、女性はおおむね年代が高くなるほど「知っている」が多い。



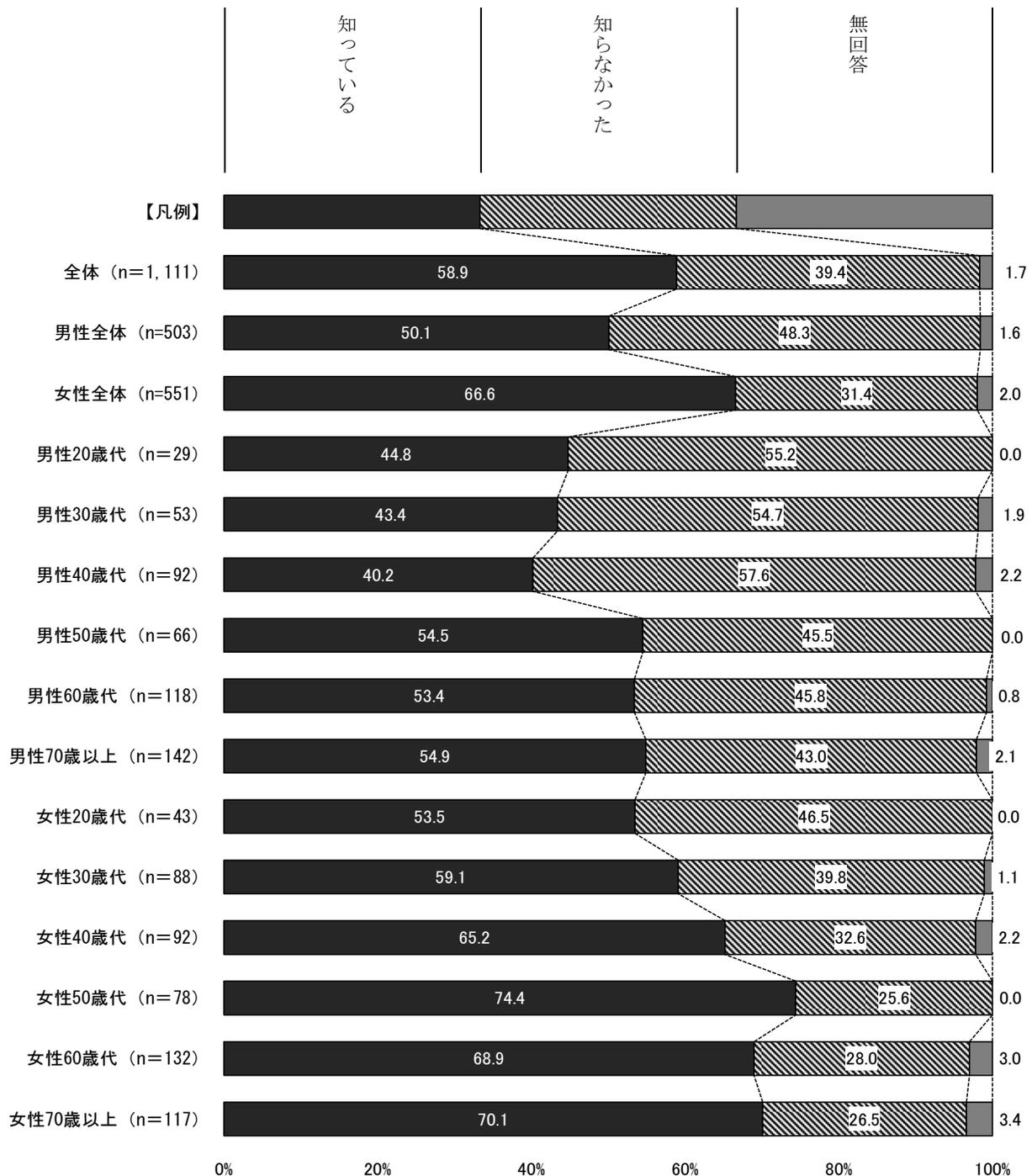
【一般市民調査】

問 44 歯周病は、脳梗塞や心筋梗塞、糖尿病、誤嚥性肺炎、循環器疾患、早産など、多数の病気と関連しており、全身の健康と関係していることを知っていますか。(〇は1つ)

「知っている」が58.9%、「知らなかった」が39.4%となっている。

性別にみると、「知っている」が女性で66.6%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、おおむね年代が高くなるほど「知っている」が多い。

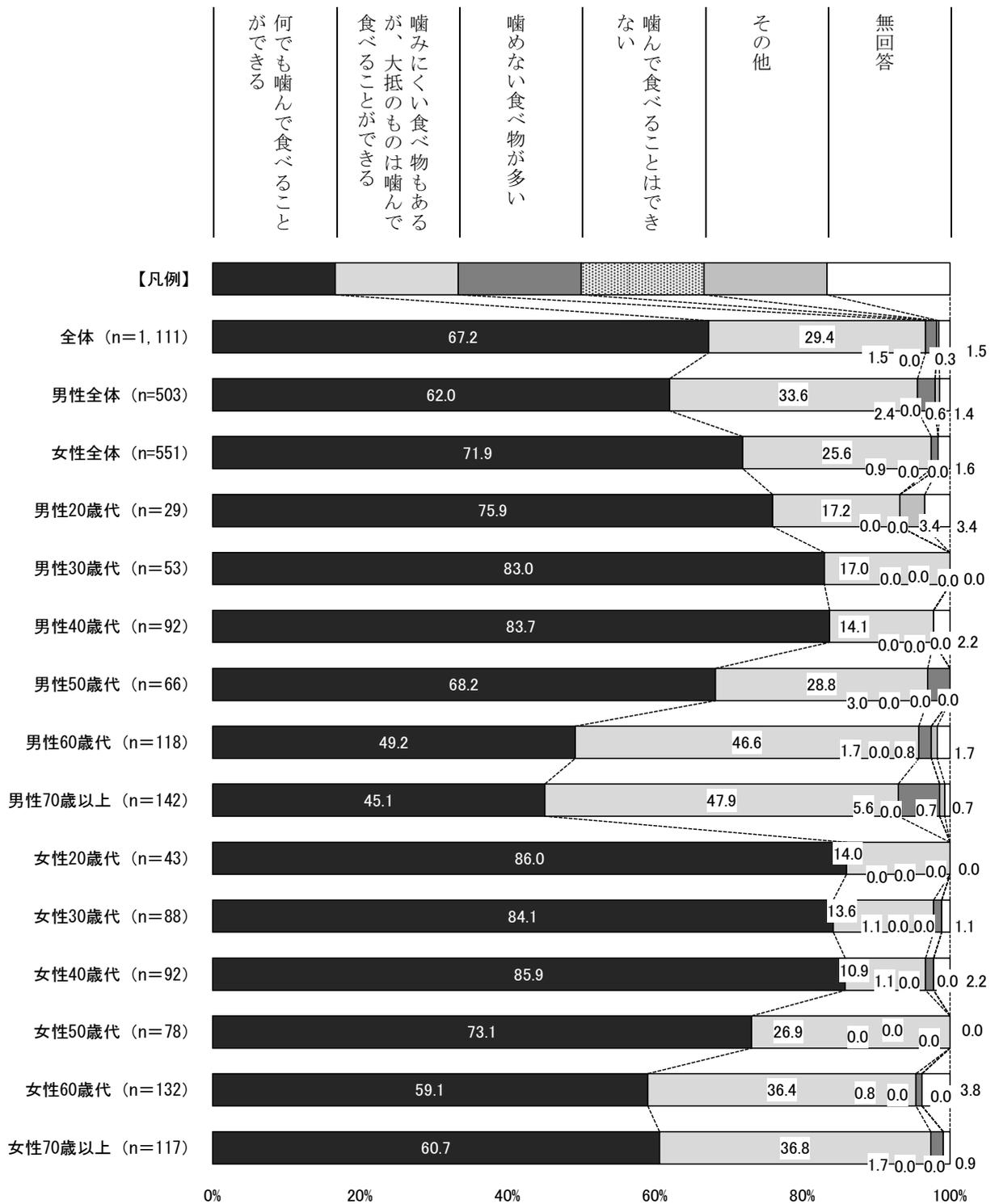


問 45 食べ物を噛むときの状態について、あてはまるものに○をつけてください。(○は1つ)

「何でも噛んで食べることができる」が67.2%と最も多く、次いで「噛みにくい食べ物もあるが、大抵のものは噛んで食べることができる」が29.4%、「噛めない食べ物が多い」が1.5%となっている。

性別にみると、「何でも噛んで食べることができる」が女性で71.9%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「何でも噛んで食べることができる」が男女ともに、50歳代以上で少なくなっている。

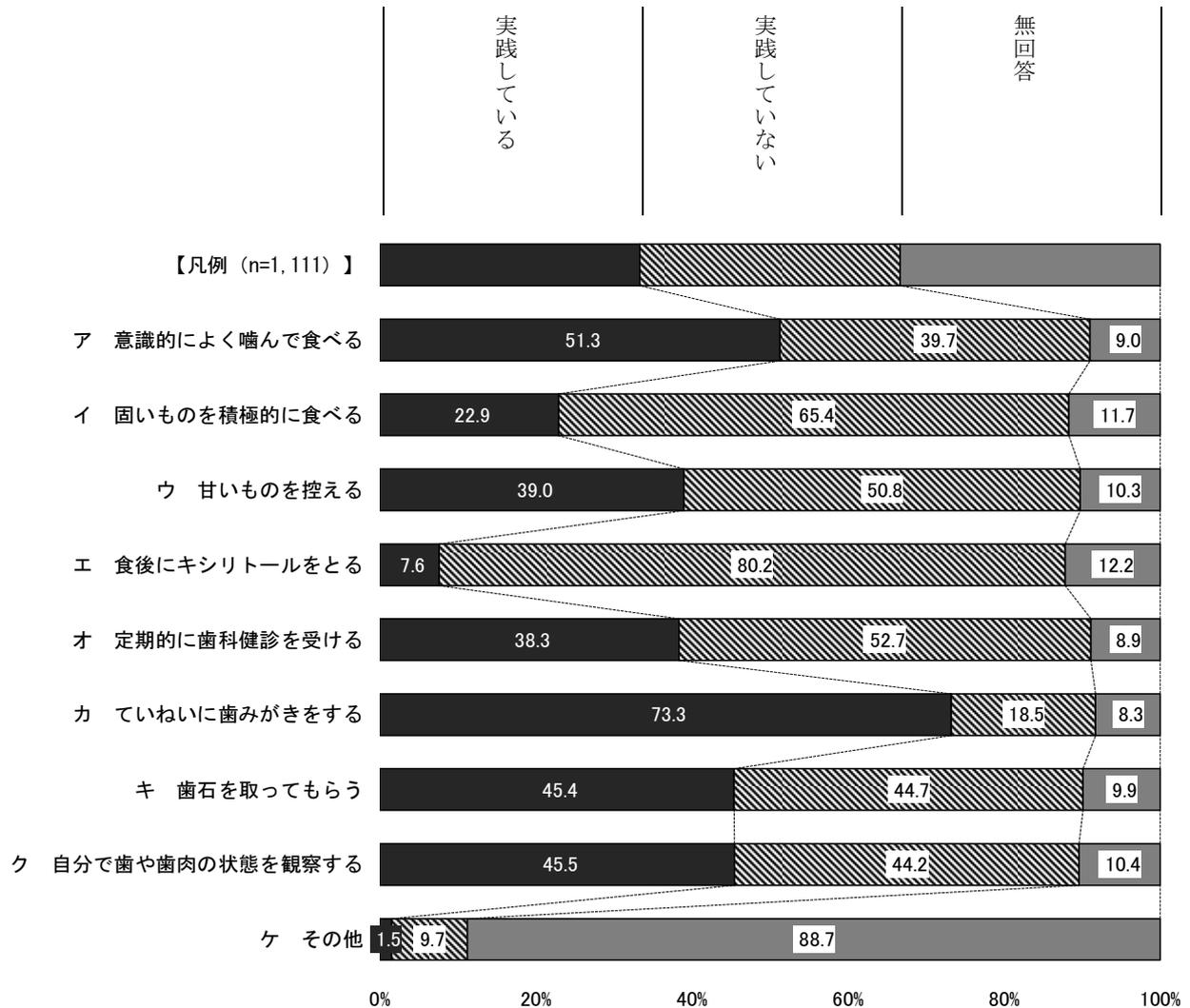


【一般市民調査】

問 46 ①あなたが歯や口の健康のためにやっていることは何ですか。また、②その方法は効果的だと思いますか。(「ア」から「ケ」について①と②それぞれ〇は1つずつ)

①歯や口の健康のためにやっていること

「実践している」が「カ ていねいに歯みがきをする」が73.7%で最も多く、次いで「ア 意識的によく噛んで食べる」が51.3%、「ク 自分で歯や歯肉の状態を観察する」が45.5%となっている。

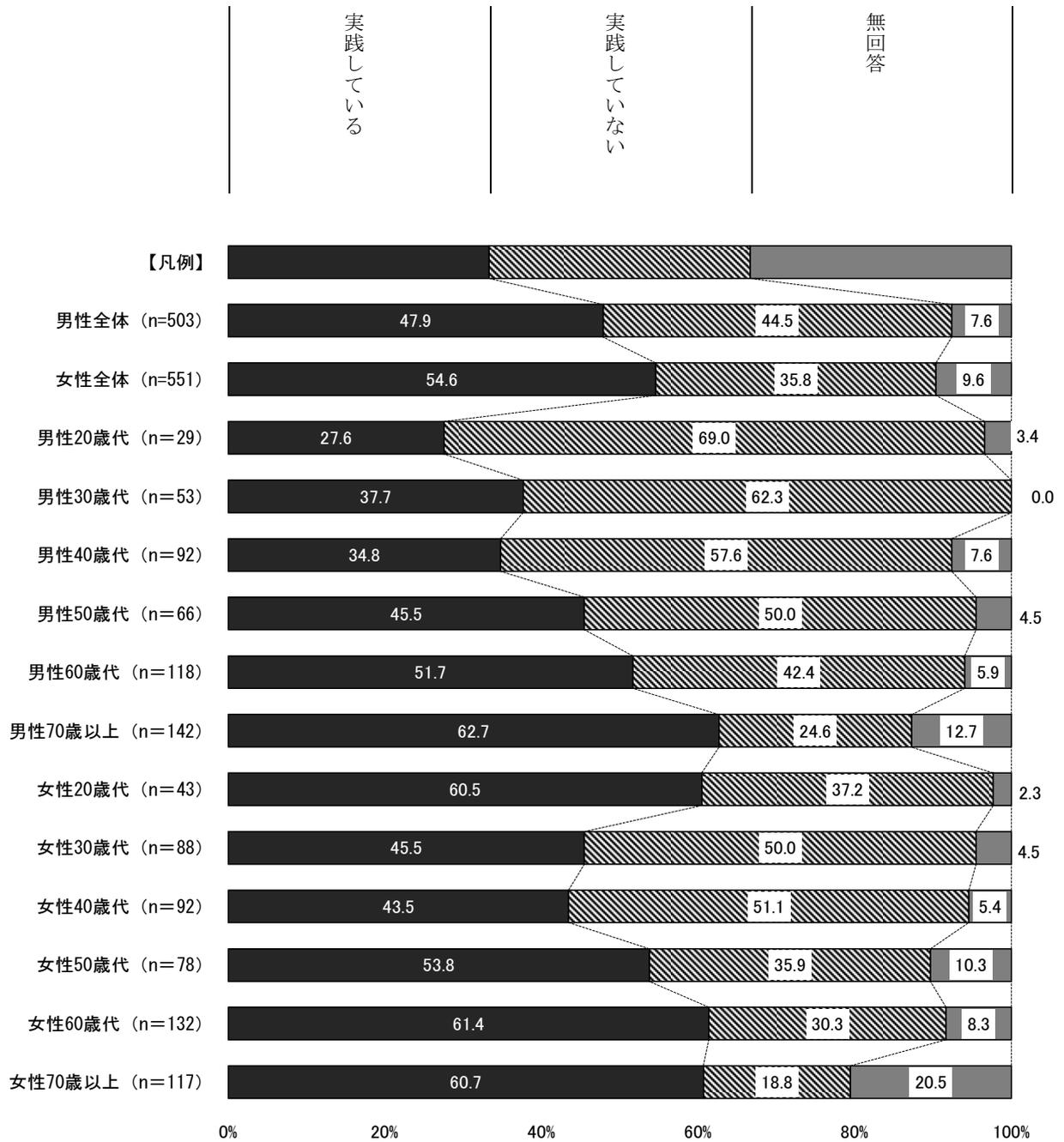


【一般市民調査】

ア 意識的によく噛んで食べる

性別にみると、「実践している」が女性で54.6%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「実践している」が男女ともにおおむね年代が高くなるほど多い。

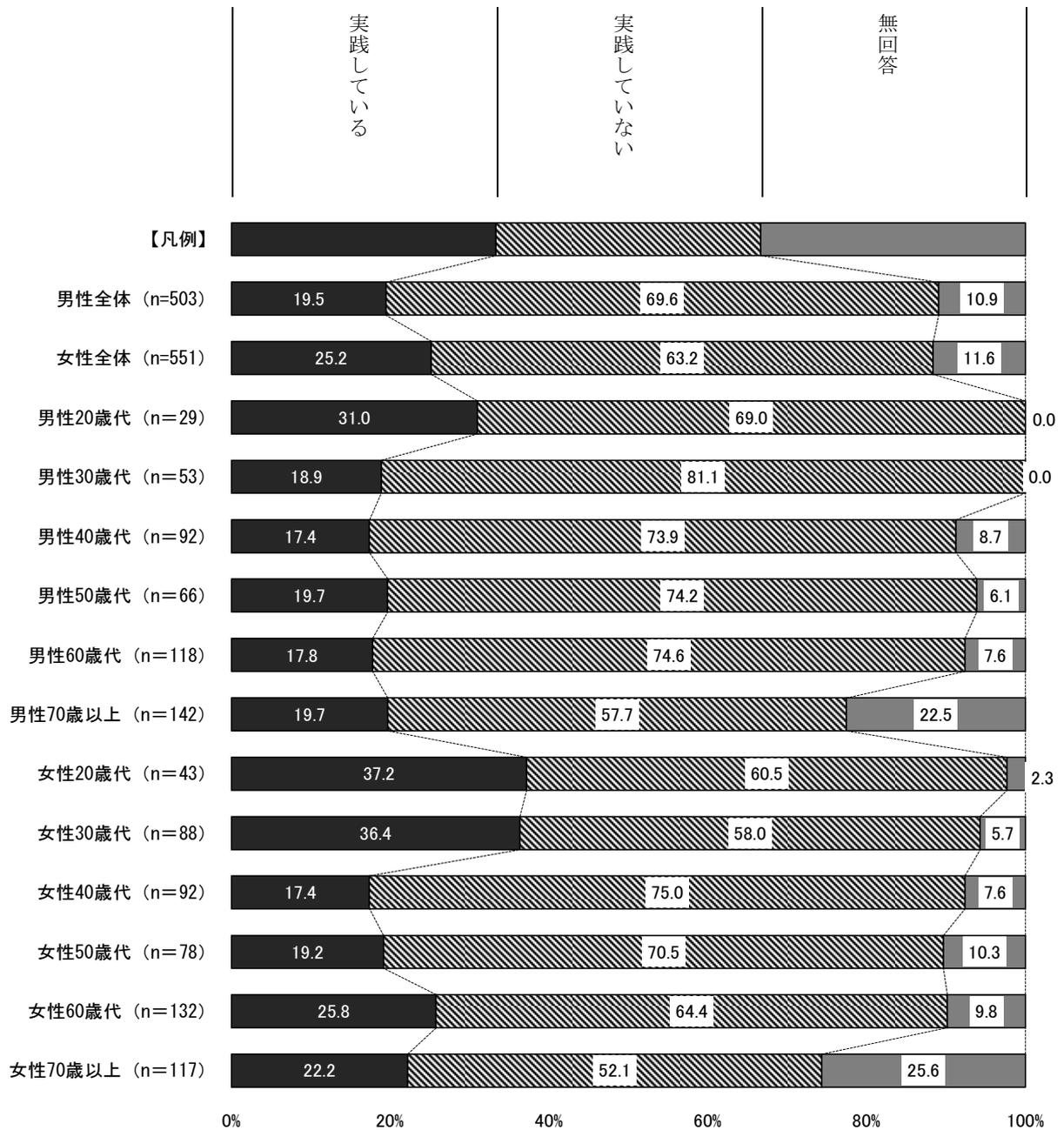


【一般市民調査】

イ 固いものを積極的に食べる

性別にみると、「実践している」が女性で25.2%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「実践している」が男性20歳代、女性20歳代、30歳代で、3割を超えて多い。

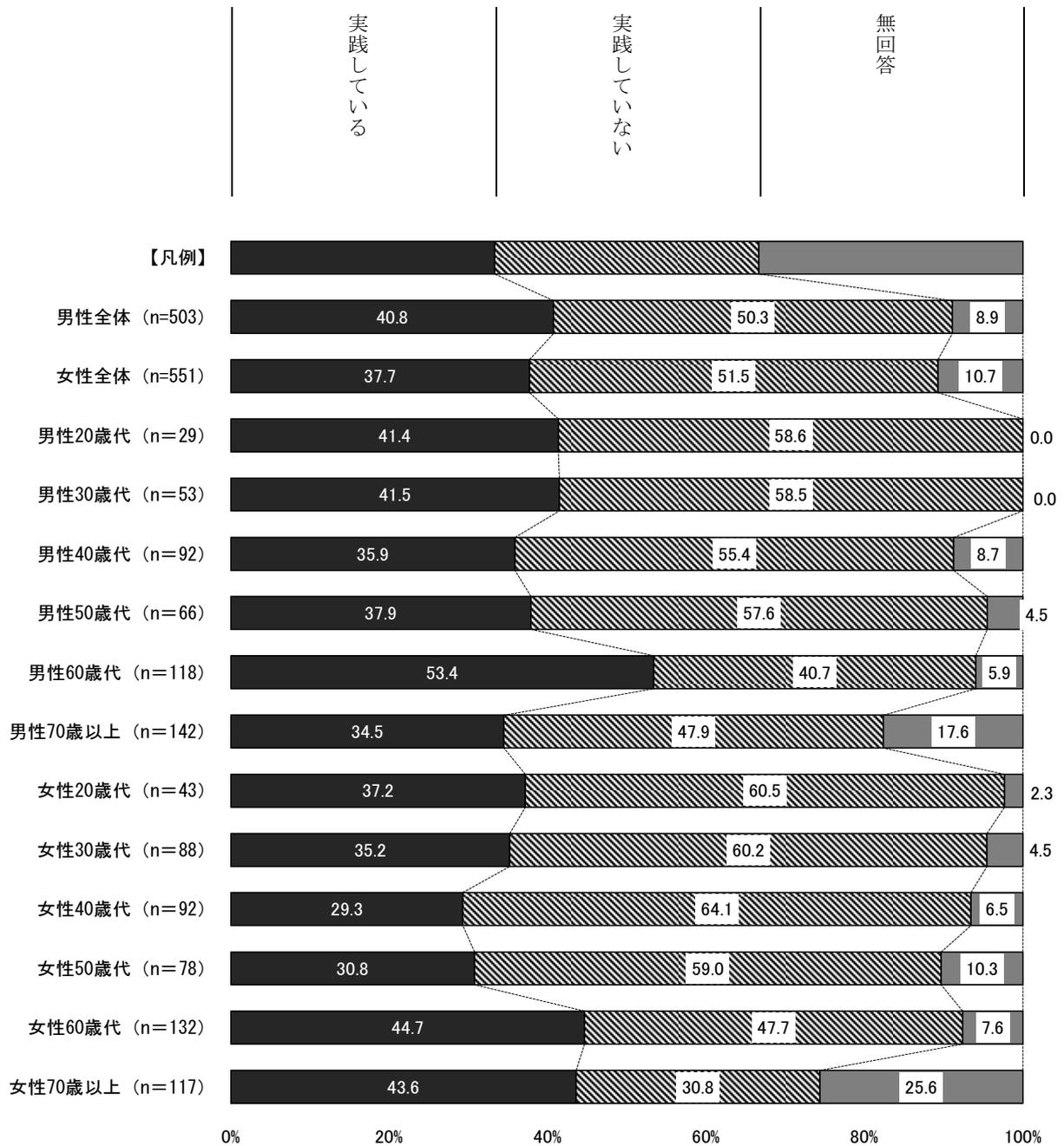


【一般市民調査】

ウ 甘いものを控える

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「実践している」が男性60歳代で多く、53.4%となっている。

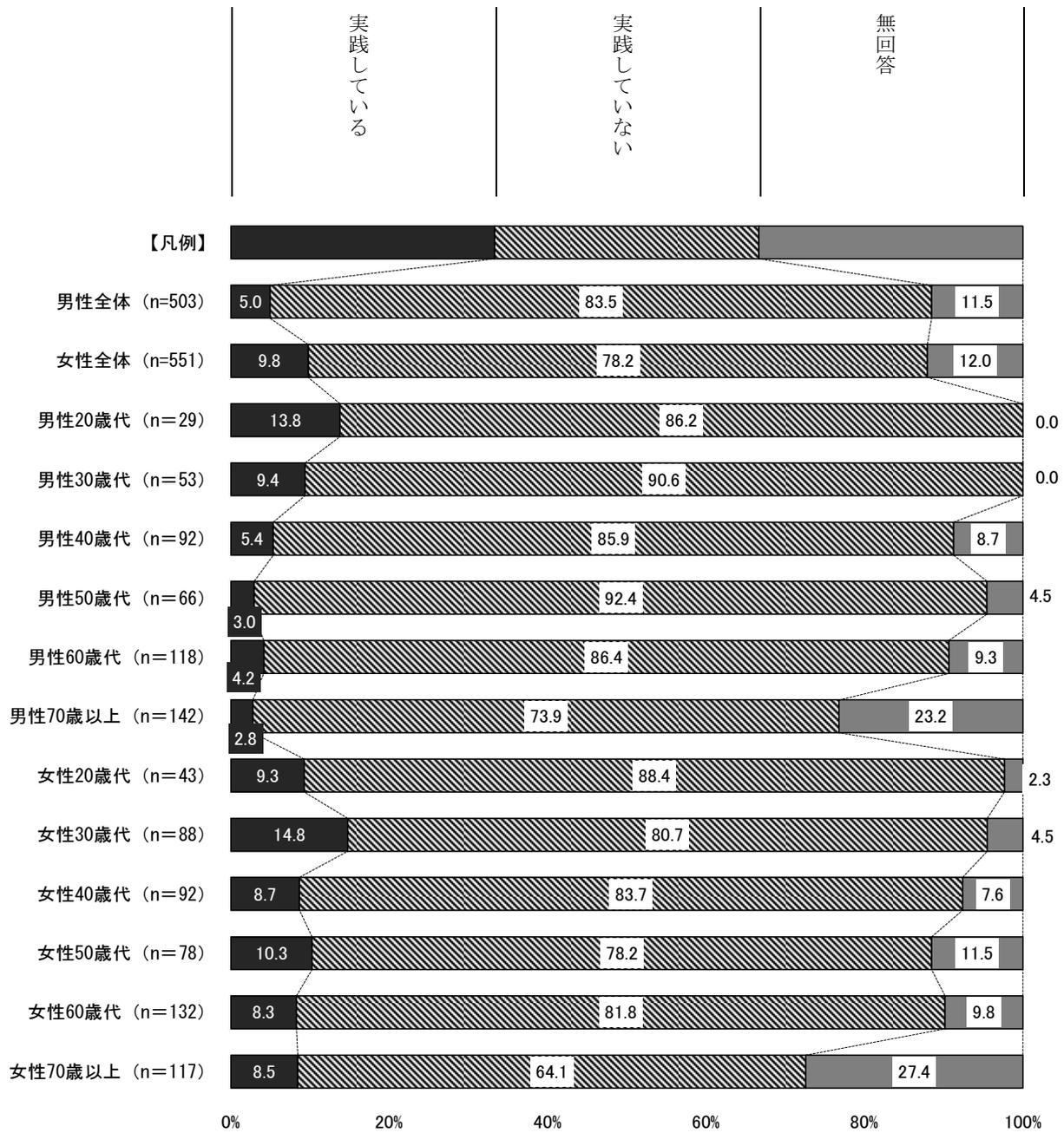


【一般市民調査】

エ 食後にキシリトールをとる

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「実践している」が男性20歳代、女性30歳代が多い。

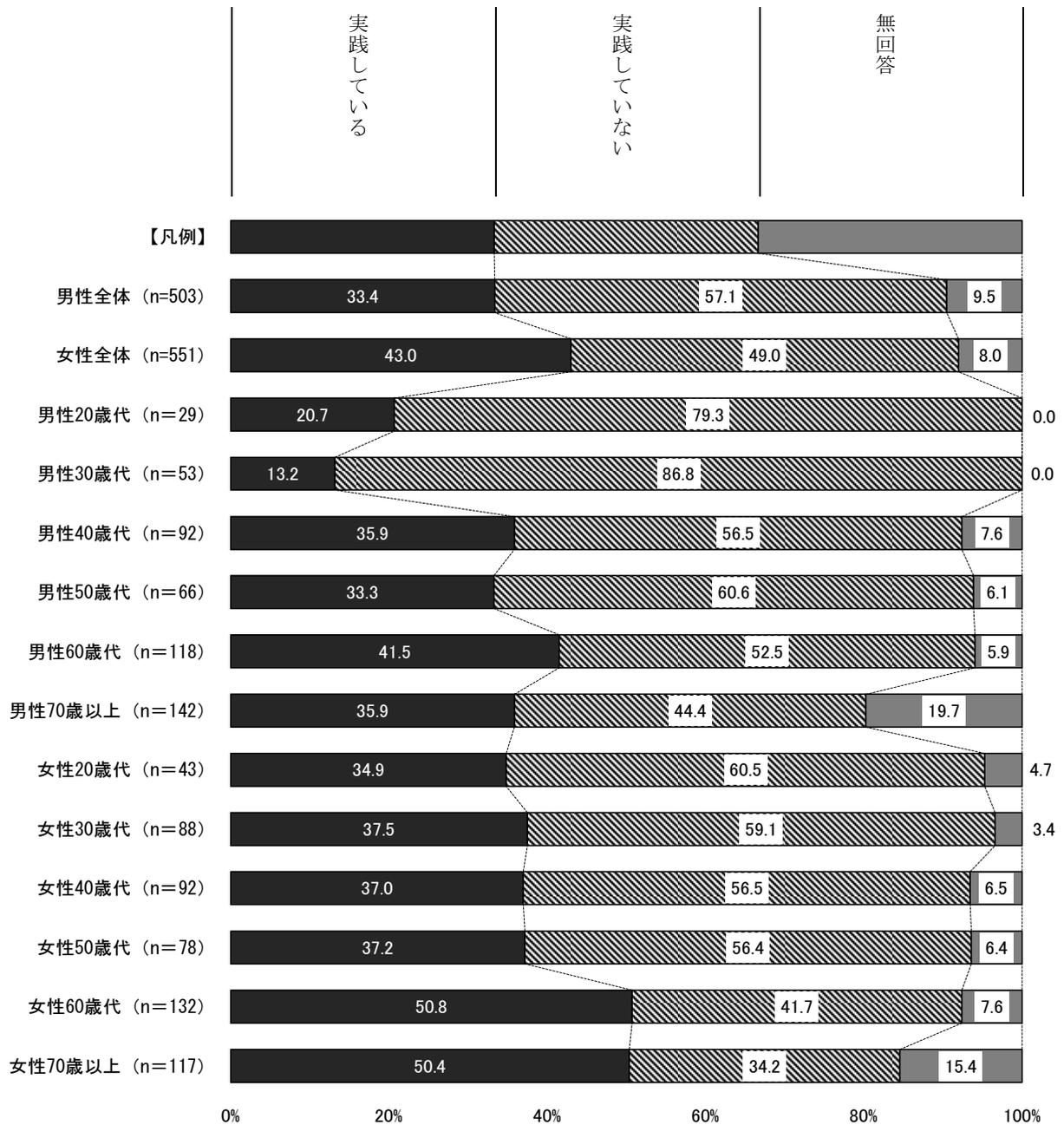


【一般市民調査】

オ 定期的に歯科健診を受ける

性別にみると、「実践している」が女性で43.0%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「実践している」が女性60歳代、70歳以上で、5割を超えて多い。

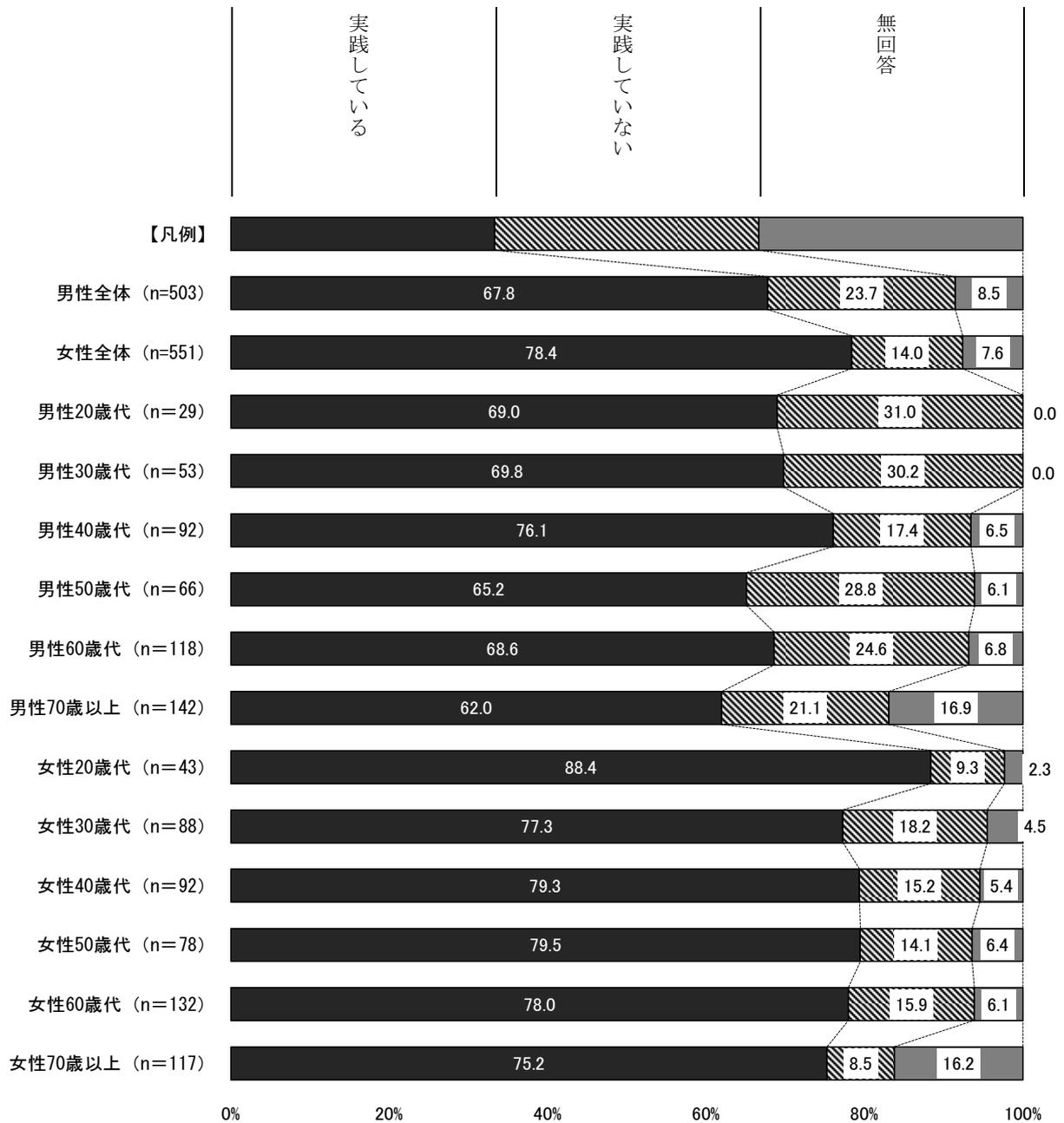


【一般市民調査】

カ ていねいに歯みがきをする

性別にみると、「実践している」が女性で78.4%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「実践している」が女性20歳代で多く、88.4%となっている。

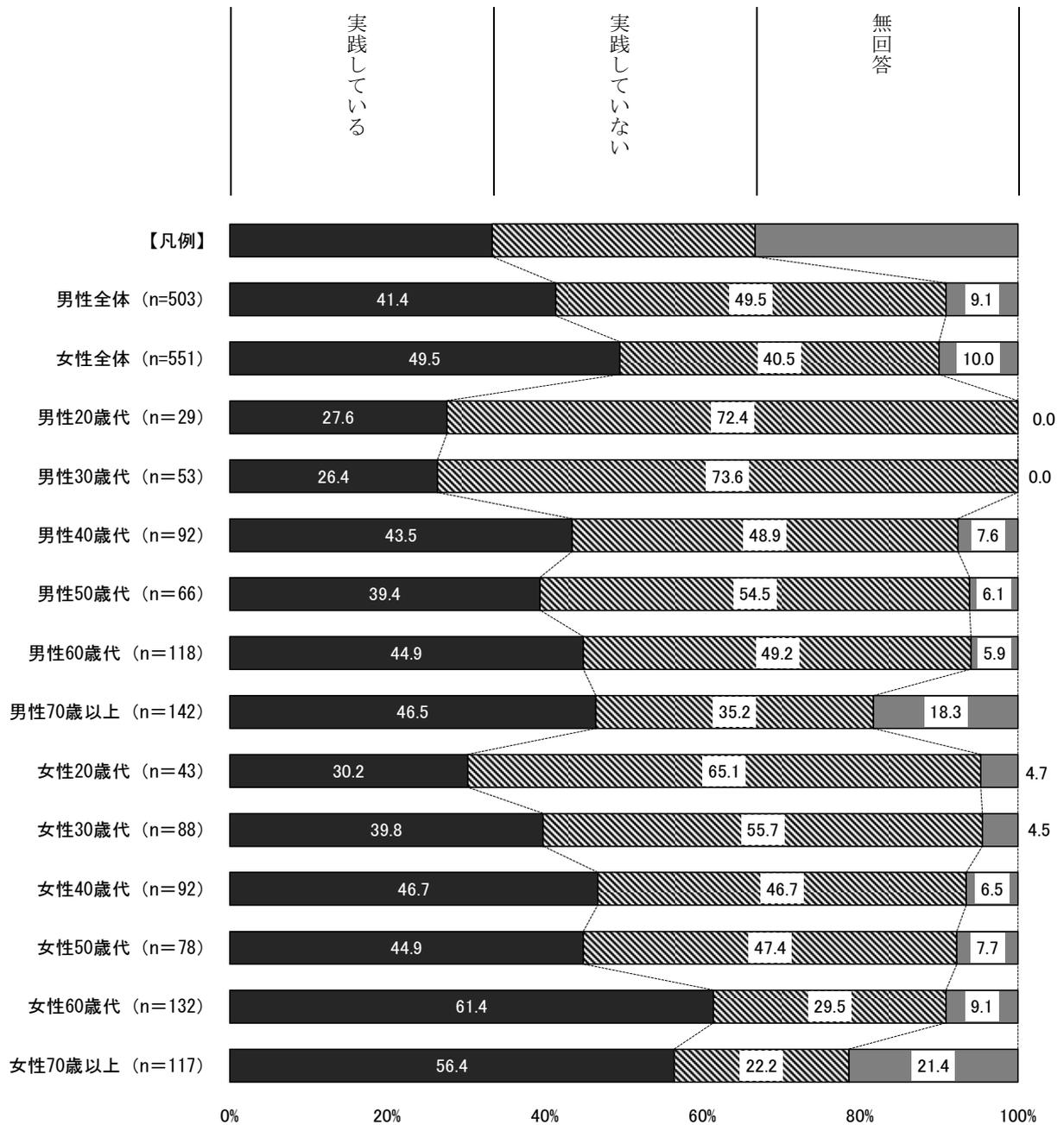


【一般市民調査】

キ 歯石を取ってもらう

性別にみると、「実践していない」が男性で49.5%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、「実践している」が男女ともにおおむね年代が高くなるほど多い。

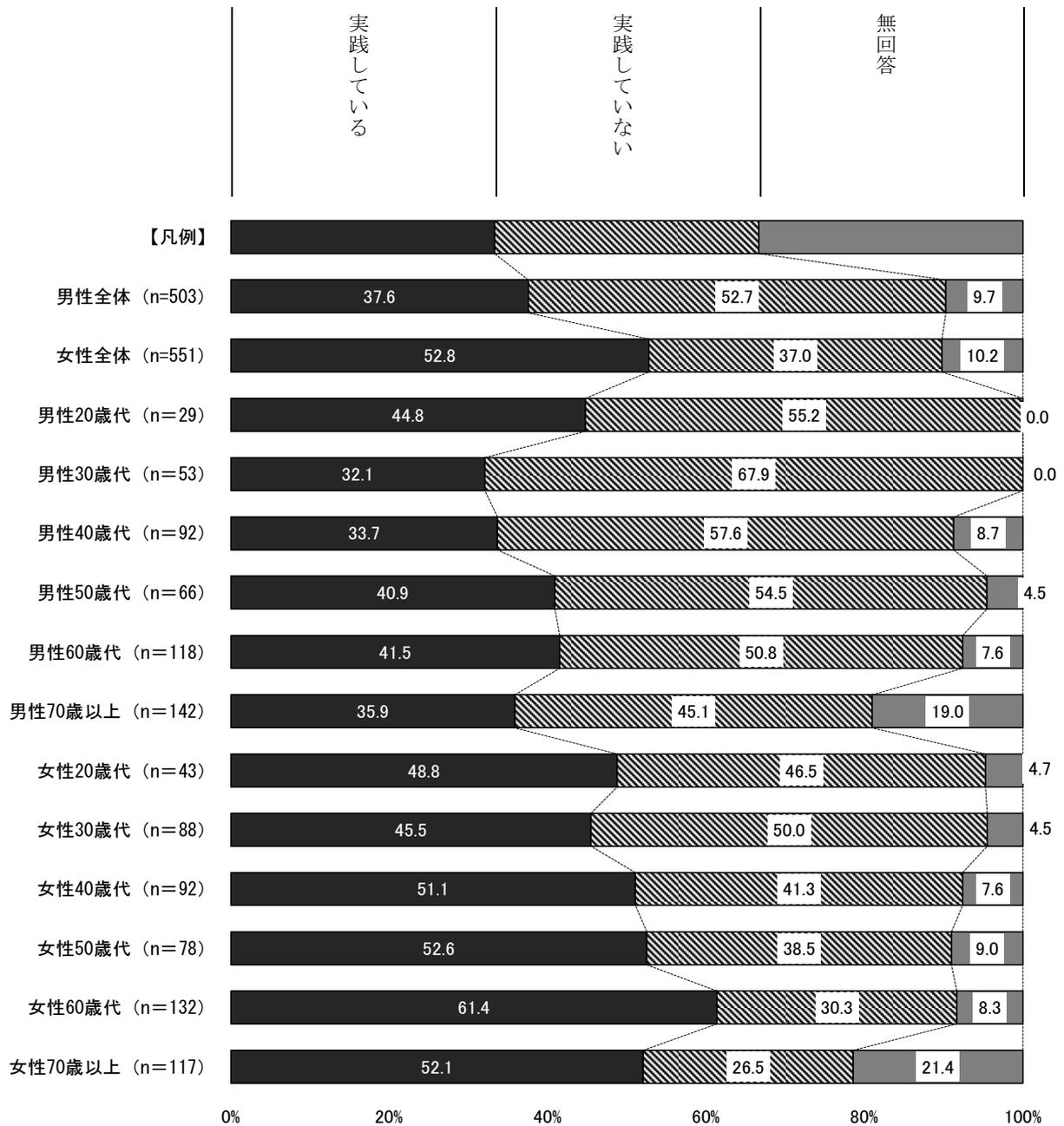


【一般市民調査】

ク 自分で歯や歯肉の状態を観察する

性別にみると、「実践している」が女性で52.8%と、男性に比べて多い。

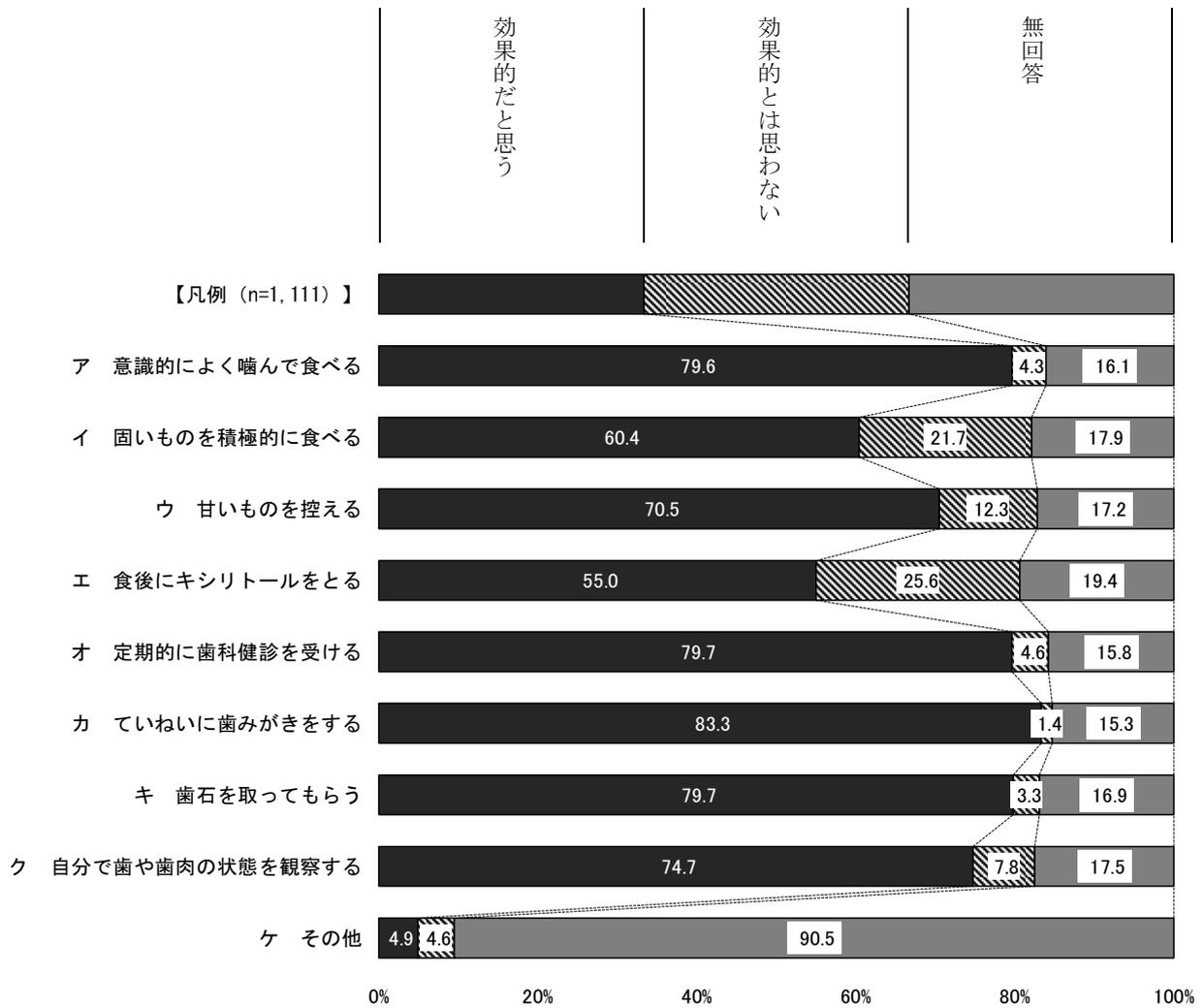
性年代別にみると、「実践している」が女性60歳代で多く、61.4%となっている。



【一般市民調査】

②その方法が効果的だと思うか

「効果的だと思う」では「カ ていねいに歯みがきをする」が83.3%と最も多く、次いで「オ 定期的に歯科健診を受ける」と「キ 歯石を取ってもらう」が79.7%となっている。



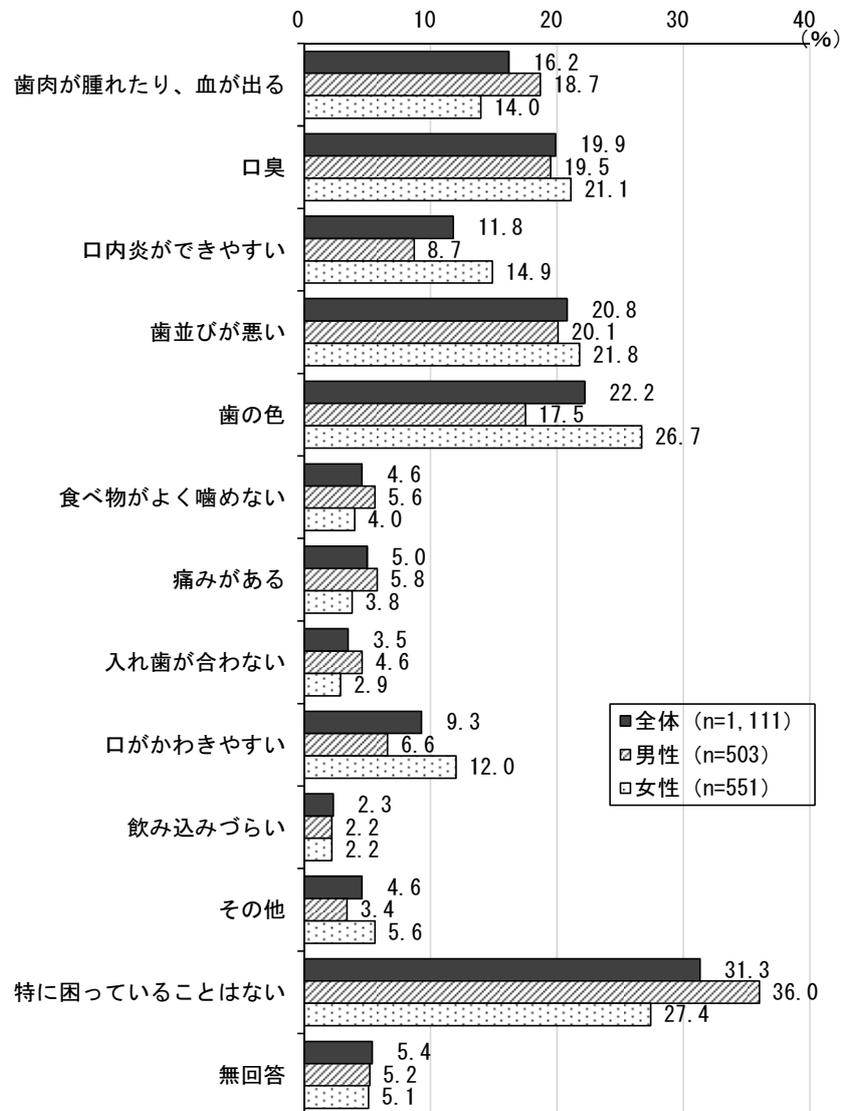
【一般市民調査】

問 47 あなたが歯や口のことで困っていることは、どんなことですか。(あてはまるものすべてに○)

「特に困っていることはない」が31.3%と最も多く、次いで「歯の色」が22.2%、「歯並びが悪い」が20.8%となっている。

性別にみると、「特に困っていることはない」が男性で36.0%と、女性に比べて多い。また、「歯の色」が女性で26.7%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「歯の色」が男性30歳代、女性30歳代、50歳代で、約3割を超えて多い。



単位 (%)	(サン プル 数)	歯 肉 が 腫 れ た り 血 が 出 る	口 臭	口 内 炎 が で き や す い	歯 並 び が 悪 い	歯 の 色	食 べ 物 が よ く 噛 め な い	痛 み が あ る	い れ 歯 が 合 わ な い	口 が か わ き や す い	飲 み 込 み づ ら い	そ の 他	こ と は 困 っ て い る こ と は な い	無 回 答
全体	1,111	16.2	19.9	11.8	20.8	22.2	4.6	5.0	3.5	9.3	2.3	4.6	31.3	5.4
男性20歳代	29	13.8	6.9	6.9	34.5	27.6	0.0	6.9	0.0	3.4	0.0	3.4	37.9	3.4
男性30歳代	53	24.5	20.8	7.5	26.4	32.1	1.9	7.5	0.0	9.4	1.9	5.7	30.2	1.9
男性40歳代	92	17.4	22.8	14.1	27.2	21.7	1.1	4.3	0.0	3.3	0.0	2.2	32.6	7.6
男性50歳代	66	24.2	22.7	9.1	21.2	18.2	6.1	4.5	1.5	3.0	3.0	1.5	28.8	3.0
男性60歳代	118	18.6	23.7	8.5	18.6	9.3	8.5	6.8	6.8	5.1	0.8	3.4	39.8	3.4
男性70歳以上	142	16.2	14.8	6.3	11.3	12.7	8.5	5.6	9.9	11.3	4.9	4.2	40.1	7.0
女性20歳代	43	20.9	11.6	16.3	37.2	27.9	0.0	9.3	0.0	16.3	0.0	4.7	20.9	2.3
女性30歳代	88	19.3	23.9	15.9	33.0	45.5	4.5	4.5	0.0	5.7	1.1	9.1	19.3	2.3
女性40歳代	92	14.1	21.7	16.3	20.7	28.3	3.3	4.3	0.0	13.0	1.1	7.6	25.0	3.3
女性50歳代	78	14.1	28.2	15.4	26.9	30.8	3.8	3.8	3.8	12.8	2.6	6.4	21.8	2.6
女性60歳代	132	12.1	16.7	12.1	10.6	17.4	4.5	3.8	5.3	9.8	1.5	3.0	37.9	8.3
女性70歳以上	117	9.4	22.2	14.5	17.1	18.8	5.1	0.9	5.1	16.2	5.1	4.3	29.9	7.7

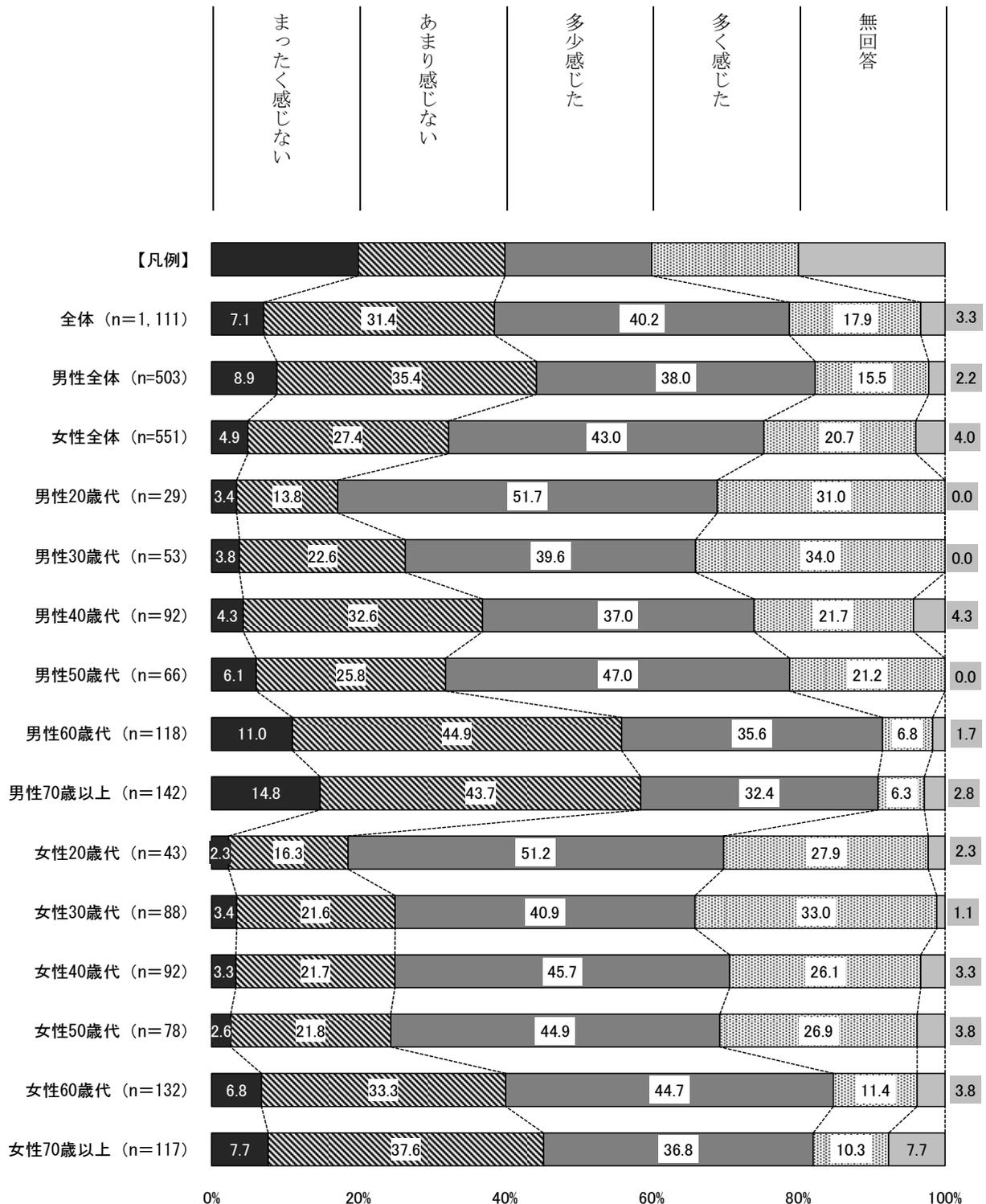
9 休養・心の健康について

問 48 あなたは、過去1か月間に、ストレスや不安・悩みを感じましたか。(〇は1つ)

「まったく感じない」と「あまり感じない」を合わせた“感じない”が38.5%、「多少感じた」と「多く感じた」を合わせた“感じた”が58.1%で、“感じた”と回答した方が多い。

性別にみると、“感じた”が女性で63.7%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、“感じた”が男性20歳代で82.7%、女性20歳代で79.1%と多い。



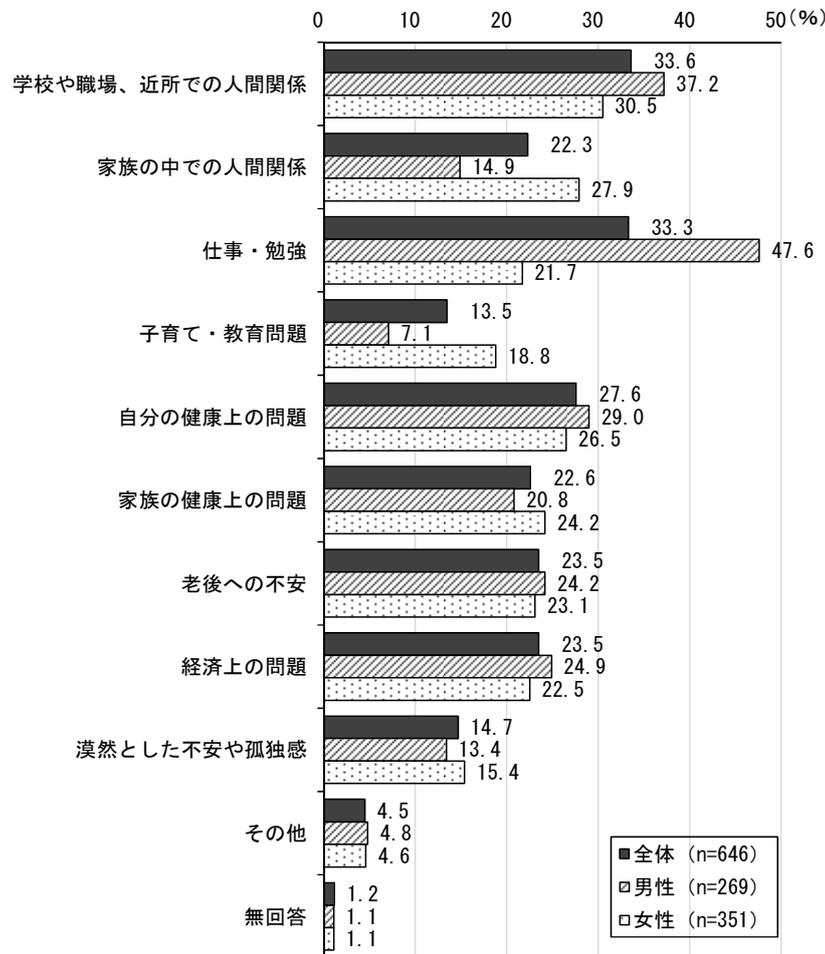
問 48 で「3 多少感じた」または「4 多く感じた」と回答した方にお聞きします。

問 48-1 その原因は何でしたか。(あてはまるものすべてに〇)

「学校や職場、近所での人間関係」が 33.6%と最も多く、次いで「仕事・勉強」が 33.3%、「自分の健康上の問題」が 27.6%となっている。

性別にみると、「仕事・勉強」が男性で 47.6%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、「仕事・勉強」は男性 20 歳代から 50 歳代で多く、6 割を超えている。「学校や職場、近所での人間関係」が男性 20 歳代で 75.0%、「子育て・教育問題」が女性 30 歳代で約 5 割と多い。



単位 (%)	サンプル数 (人)	学校や職場、近所での人間関係	家族の中での人間関係	仕事・勉強	子育て・教育問題	自分の健康上の問題	家族の健康上の問題	老後への不安	経済上の問題	漠然とした不安や孤独感	その他	無回答
全体	646	33.6	22.3	33.3	13.5	27.6	22.6	23.5	23.5	14.7	4.5	1.2
男性20歳代	24	75.0	25.0	70.8	0.0	20.8	12.5	8.3	29.2	29.2	0.0	0.0
男性30歳代	39	51.3	15.4	69.2	23.1	23.1	17.9	10.3	25.6	10.3	7.7	0.0
男性40歳代	54	48.1	22.2	66.7	9.3	20.4	13.0	16.7	22.2	14.8	1.9	0.0
男性50歳代	45	51.1	11.1	60.0	8.9	15.6	20.0	17.8	20.0	4.4	4.4	2.2
男性60歳代	50	12.0	16.0	34.0	2.0	30.0	20.0	42.0	30.0	14.0	8.0	0.0
男性70歳以上	55	12.7	5.5	7.3	0.0	56.4	36.4	36.4	23.6	14.5	3.6	3.6
女性20歳代	34	52.9	17.6	50.0	14.7	29.4	11.8	2.9	20.6	29.4	2.9	0.0
女性30歳代	65	29.2	27.7	24.6	49.2	18.5	18.5	13.8	32.3	15.4	6.2	0.0
女性40歳代	66	43.9	22.7	28.8	31.8	16.7	21.2	18.2	24.2	12.1	3.0	1.5
女性50歳代	56	37.5	39.3	30.4	8.9	23.2	28.6	25.0	28.6	14.3	1.8	1.8
女性60歳代	74	17.6	31.1	9.5	2.7	29.7	29.7	25.7	13.5	9.5	6.8	1.4
女性70歳以上	55	10.9	23.6	0.0	1.8	43.6	30.9	47.3	16.4	20.0	5.5	1.8

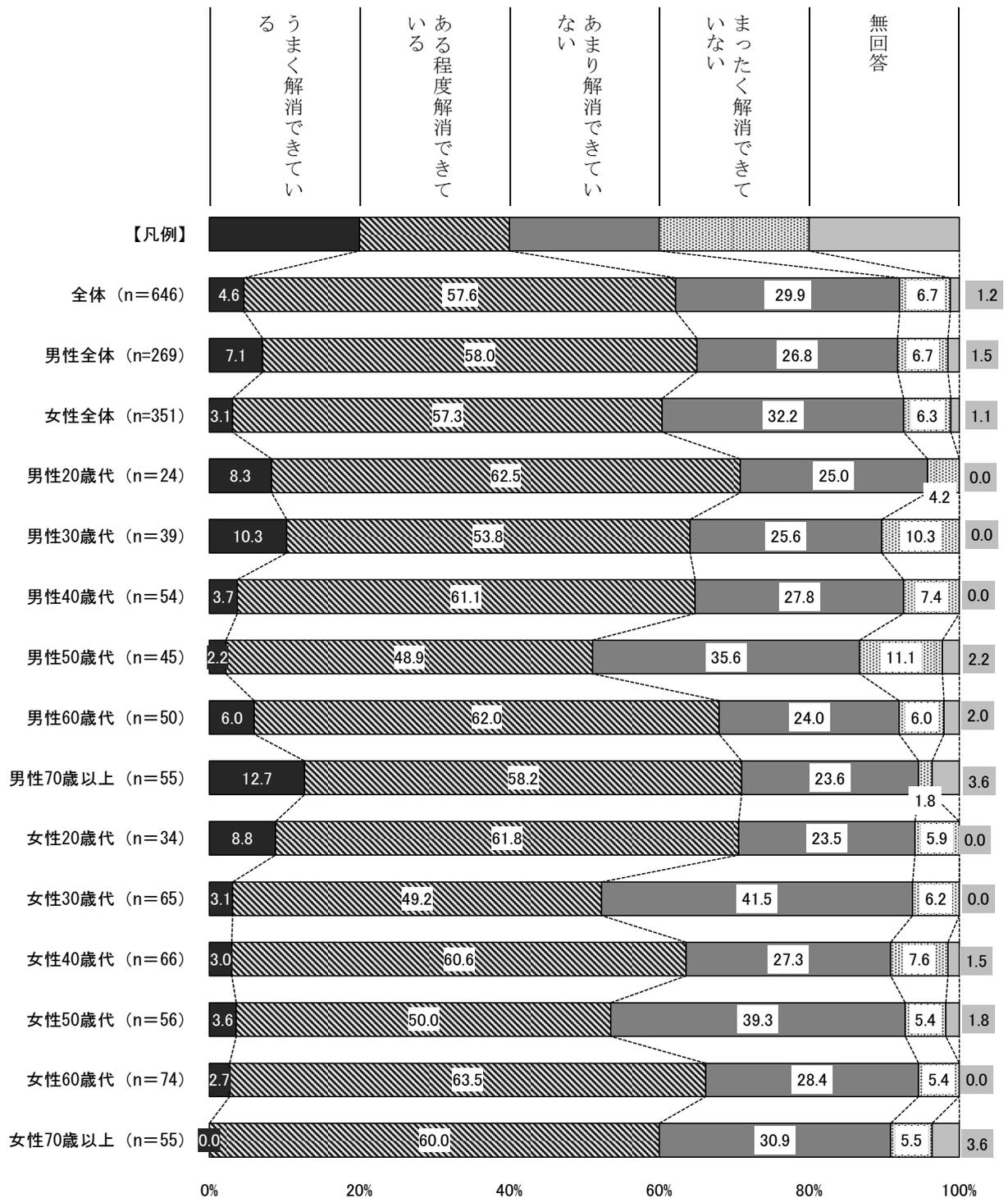
【一般市民調査】

問 48-2 ストレスや不安・悩みを解消できていると思いますか。(〇は1つ)

「うまく解消できている」と「ある程度解消できている」を合わせた“できている”が62.2%、「あまり解消できていない」と「まったく解消できていない」を合わせた“できていない”が36.6%と、“できている”が多い。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、すべての性年代で、“できている”が多い。



ここからは、すべての方にお聞きします。

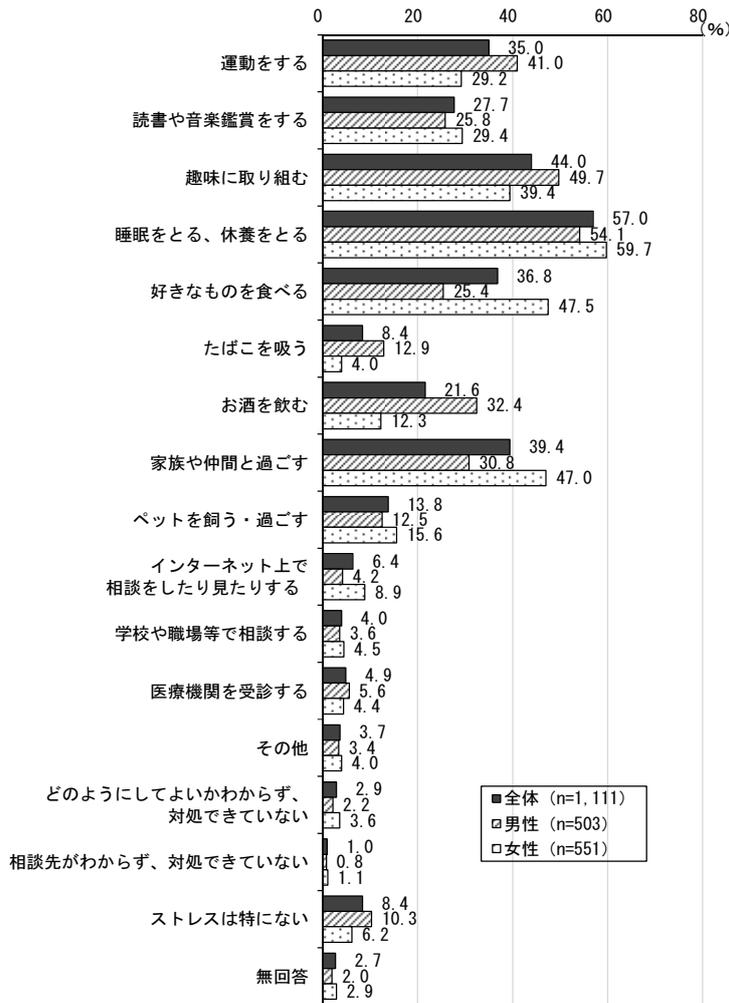
問 49 あなたは、「ストレス」に対してどのように対処していますか、またはしましたか。

(あてはまるものすべてに○)

「睡眠をとる、休養をとる」が57.0%と最も多く、次いで「趣味に取り組む」が44.0%、「家族や仲間と過ごす」が39.4%となっている。

性別にみると、「好きなものを食べる」が女性で47.5%と、男性に比べて多い。また、「お酒を飲む」が男性で32.4%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、「睡眠をとる、休養をとる」はすべての性年代で多く、特に女性20歳代、30歳代が多い。「趣味に取り組む」は男性20歳代、30歳代、70歳以上、女性20歳代が多い。また、「運動をする」は男性20歳代、60歳代、70歳以上、女性60歳代が多い。



単位 (%)	サンプル数 (人)	運動をする	読書や音楽鑑賞をする	趣味に取り組む	睡眠をとる、休養をとる	好きなものを食べる	たばこを吸う	お酒を飲む	家族や仲間と過ごす	ペットを飼う・過ごす	インターネット上で相談をしたり見たりする	学校や職場等で相談する	医療機関を受診する	その他	どのようにしてよいかわからず、対処できていない	相談先がわからず、対処できていない	ストレスは特にない	無回答
全体	1,111	35.0	27.7	44.0	57.0	36.8	8.4	21.6	39.4	13.8	6.4	4.0	4.9	3.7	2.9	1.0	8.4	2.7
男性20歳代	29	48.3	37.9	65.5	62.1	48.3	13.8	17.2	20.7	13.8	10.3	6.9	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
男性30歳代	53	35.8	26.4	52.8	58.5	41.5	20.8	35.8	45.3	15.1	1.9	13.2	3.8	7.5	1.9	0.0	0.0	0.0
男性40歳代	92	37.0	25.0	43.5	52.2	38.0	16.3	37.0	41.3	13.0	6.5	2.2	4.3	3.3	3.3	1.1	4.3	5.4
男性50歳代	66	36.4	24.2	47.0	56.1	28.8	19.7	43.9	34.8	13.6	0.0	9.1	3.0	0.0	1.5	0.0	6.1	0.0
男性60歳代	118	43.2	22.0	47.5	54.2	16.9	13.6	37.3	28.0	15.3	3.4	0.0	5.1	2.5	2.5	0.8	16.1	0.0
男性70歳以上	142	44.4	28.2	52.1	51.4	12.7	4.2	22.5	21.8	8.5	4.9	0.7	9.9	4.9	2.1	0.7	17.6	2.8
女性20歳代	43	25.6	39.5	62.8	76.7	62.8	7.0	16.3	55.8	23.3	20.9	11.6	0.0	0.0	4.7	2.3	0.0	2.3
女性30歳代	88	18.2	28.4	31.8	71.6	68.2	5.7	23.9	60.2	5.7	18.2	6.8	3.4	3.4	5.7	1.1	1.1	1.1
女性40歳代	92	18.5	17.4	27.2	59.8	55.4	6.5	20.7	46.7	17.4	12.0	7.6	5.4	6.5	4.3	0.0	1.1	2.2
女性50歳代	78	29.5	34.6	37.2	65.4	51.3	5.1	10.3	50.0	30.8	11.5	5.1	5.1	2.6	3.8	2.6	1.3	2.6
女性60歳代	132	40.2	27.3	42.4	48.5	44.7	2.3	6.8	42.4	17.4	3.0	2.3	6.1	4.5	1.5	0.0	12.9	3.8
女性70歳以上	117	34.2	34.2	44.4	53.8	21.4	0.9	2.6	37.6	6.8	0.0	0.0	3.4	4.3	3.4	1.7	12.0	4.3

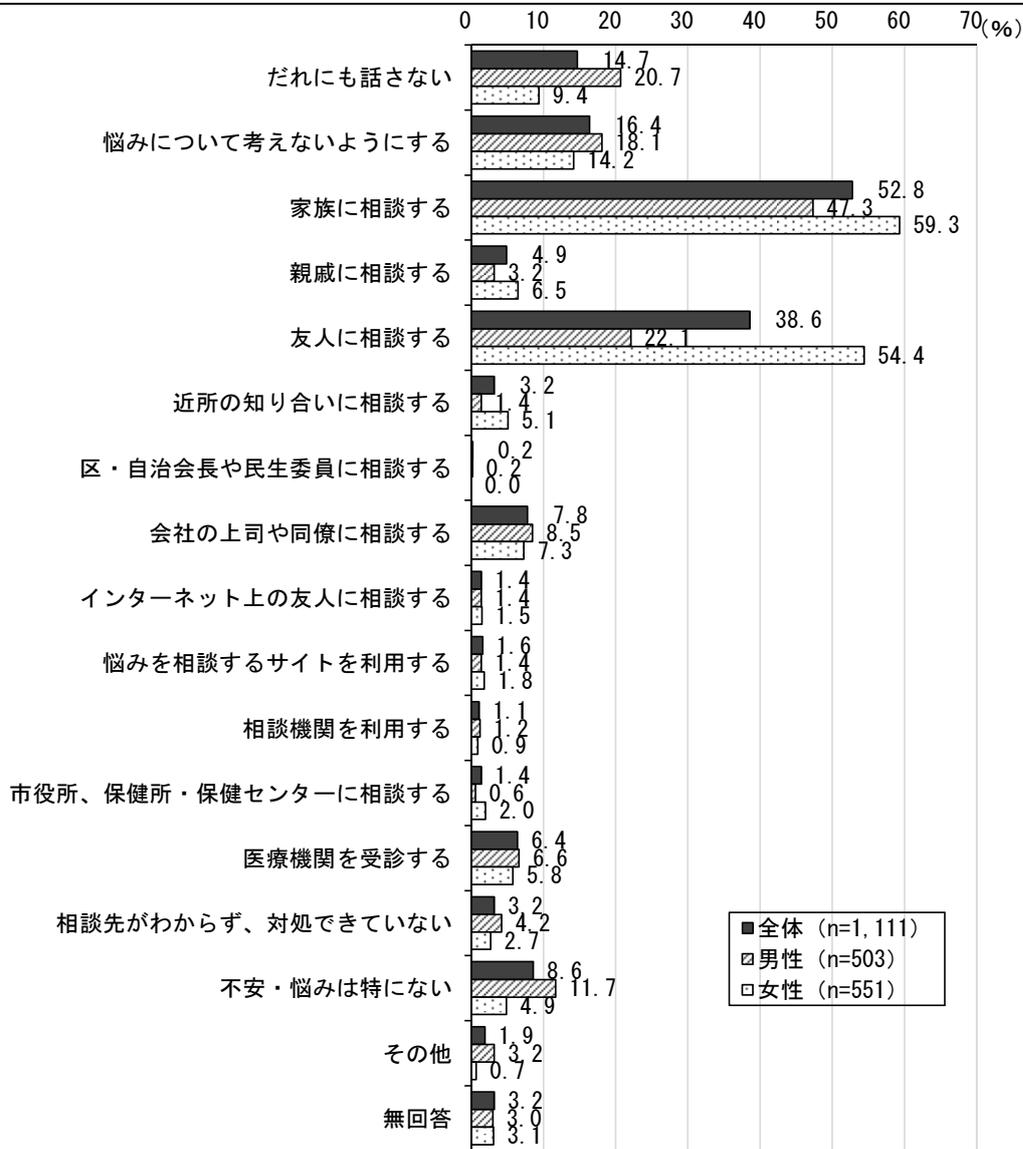
【一般市民調査】

問 50 あなたは、「不安・悩み」を感じたとき、どのように対処していますか、またはしましたか。
(あてはまるものすべてに○)

「家族に相談する」が52.8%と最も多く、次いで「友人に相談する」が38.6%、「悩みについて考えないようにする」が16.4%となっている。

性別にみると、「友人に相談する」が女性で54.4%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、ほぼすべての性年代で「家族に相談する」が多い。また、「友人に相談する」が男女ともに20歳代で最も多くなっている。



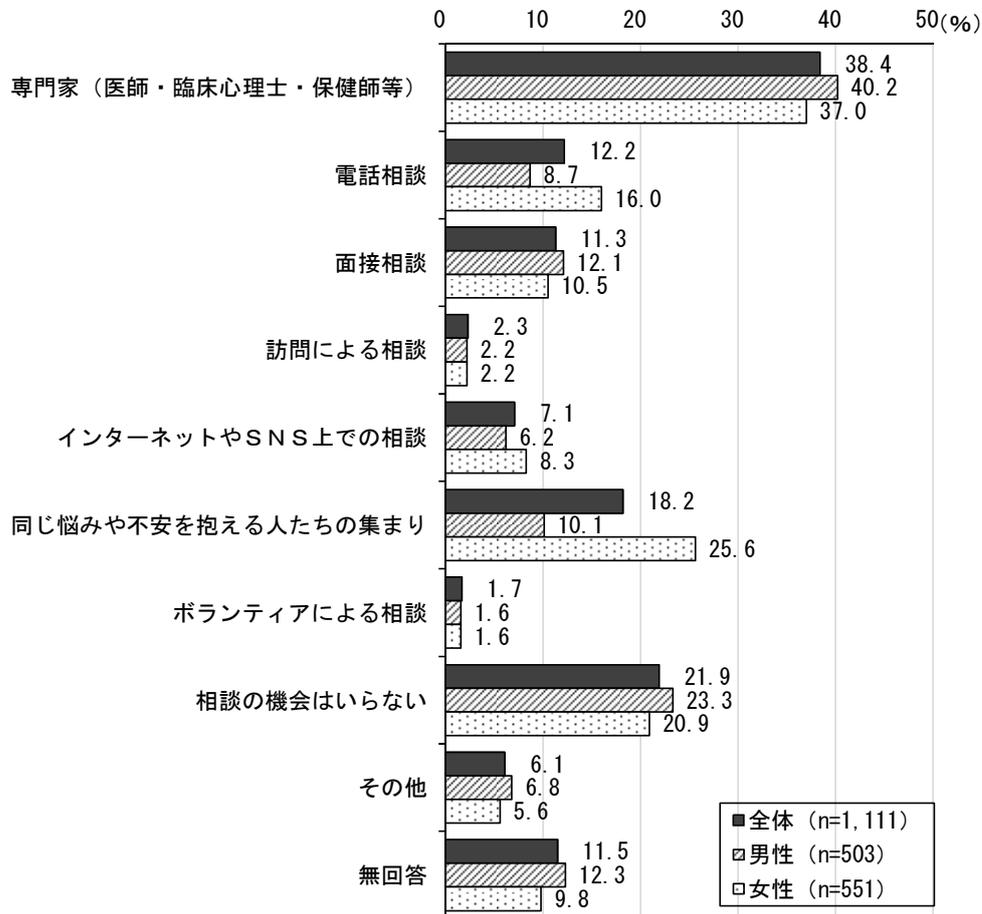
単位 (%)	(サン プル 数)	い だ れ に も 話 さ な い	悩 み に つ い て 考 え な い よ う に す る	家 族 に 相 談 す る	親 戚 に 相 談 す る	友 人 に 相 談 す る	近 所 の 知 り 合 い に 相 談 す る	区 ・ 自 治 会 長 や 民 生 委 員 に 相 談 す る	会 社 の 上 司 や 同 僚 に 相 談 す る	上 の 友 人 に 相 談 す る	悩 み を 相 談 す る サ イ ト を 利 用 す る	相 談 機 関 を 利 用 す る	市 役 所 ・ 保 健 セ ン タ ー に 相 談 す る	医 療 機 関 を 受 診 す る	相 談 先 が わ か ら ず 、 対 処 で き て い な い	不 安 ・ 悩 み は 特 に な い	そ の 他	無 回 答
全体	1,111	14.7	16.4	52.8	4.9	38.6	3.2	0.2	7.8	1.4	1.6	1.1	1.4	6.4	3.2	8.6	1.9	3.2
男性20歳代	29	20.7	17.2	37.9	0.0	55.2	0.0	0.0	6.9	3.4	0.0	0.0	0.0	0.0	10.3	3.4	3.4	0.0
男性30歳代	53	30.2	18.9	45.3	3.8	26.4	0.0	0.0	22.6	0.0	1.9	0.0	1.9	0.0	9.4	3.8	1.9	0.0
男性40歳代	92	21.7	20.7	44.6	2.2	29.3	3.3	0.0	15.2	2.2	2.2	0.0	0.0	5.4	3.3	6.5	1.1	5.4
男性50歳代	66	25.8	15.2	45.5	3.0	16.7	1.5	0.0	18.2	1.5	0.0	3.0	0.0	4.5	1.5	9.1	3.0	1.5
男性60歳代	118	22.0	18.6	45.8	3.4	22.0	2.5	0.8	1.7	1.7	3.4	1.7	0.0	4.2	4.2	21.2	4.2	0.8
男性70歳以上	142	13.4	17.6	54.2	3.5	12.0	0.0	0.0	0.7	0.7	0.0	0.7	0.7	13.4	2.8	13.4	4.2	4.2
女性20歳代	43	7.0	16.3	72.1	2.3	72.1	2.3	0.0	27.9	2.3	2.3	0.0	2.3	2.3	2.3	0.0	2.3	2.3
女性30歳代	88	12.5	9.1	72.7	3.4	64.8	5.7	0.0	10.2	4.5	4.5	0.0	3.4	2.3	1.1	0.0	1.1	0.0
女性40歳代	92	10.9	7.6	63.0	3.3	60.9	1.1	0.0	9.8	0.0	2.2	0.0	2.2	4.3	3.3	0.0	0.0	3.3
女性50歳代	78	9.0	11.5	61.5	6.4	60.3	3.8	0.0	10.3	2.6	3.8	1.3	0.0	2.6	5.1	3.8	1.3	2.6
女性60歳代	132	6.8	18.2	55.3	9.8	49.2	7.6	0.0	1.5	0.0	0.0	0.8	1.5	8.3	0.8	9.8	0.0	3.8
女性70歳以上	117	9.4	19.7	45.3	9.4	37.6	6.8	0.0	0.0	0.9	0.0	2.6	2.6	10.3	4.3	9.4	0.9	5.1

【一般市民調査】

問51 あなたは、ストレスや不安・悩みを感じたとき、どのような方法で相談したいですか。
(あてはまるものすべてに○)

「専門家（医師・臨床心理士・保健師等）」が38.4%と最も多く、次いで「相談の機会はいらない」が21.9%、「同じ悩みや不安を抱える人たちの集まり」が18.2%となっている。

性別にみると、「同じ悩みや不安を抱える人たちの集まり」が女性で25.6%と、男性に比べて多い。
性年代別にみると、ほぼすべての性年代で、「専門家（医師・臨床心理士・保健師等）」が多い。また、「相談の機会はいらない」が男性30歳代、女性20歳代で、3割を超えて多い。



単位 (%)	サンプル数 (人)	専門家（医師・臨床心理士・保健師等）	電話相談	面接相談	訪問による相談	インターネットやSNS上での相談	抱える悩みや不安を集める人たちの集まり	ボランティアによる相談	相談の機会はいらない	その他	無回答
全体	1,111	38.4	12.2	11.3	2.3	7.1	18.2	1.7	21.9	6.1	11.5
男性20歳代	29	37.9	10.3	13.8	3.4	10.3	10.3	0.0	24.1	6.9	13.8
男性30歳代	53	26.4	9.4	11.3	3.8	11.3	32.1	3.8	37.7	1.9	1.9
男性40歳代	92	35.9	3.3	5.4	2.2	6.5	7.6	1.1	28.3	5.4	13
男性50歳代	66	45.5	16.7	15.2	3.0	6.1	9.1	3.0	22.7	4.5	7.6
男性60歳代	118	40.7	13.6	17.8	2.5	6.8	7.6	0.8	22.0	6.8	11
男性70歳以上	142	45.8	4.2	9.9	0.7	2.8	6.3	1.4	16.2	10.6	17.6
女性20歳代	43	30.2	16.3	18.6	0.0	23.3	20.9	0.0	32.6	0.0	2.3
女性30歳代	88	29.5	11.4	9.1	3.4	14.8	31.8	0.0	29.5	4.5	1.1
女性40歳代	92	33.7	16.3	12.0	2.2	12.0	29.3	2.2	14.1	6.5	5.4
女性50歳代	78	47.4	24.4	16.7	2.6	5.1	30.8	2.6	23.1	3.8	5.1
女性60歳代	132	40.9	15.9	7.6	1.5	3.0	26.5	3.0	19.7	6.1	11.4
女性70歳以上	117	36.8	13.7	6.8	2.6	3.4	15.4	0.9	14.5	8.5	23.9

【一般市民調査】

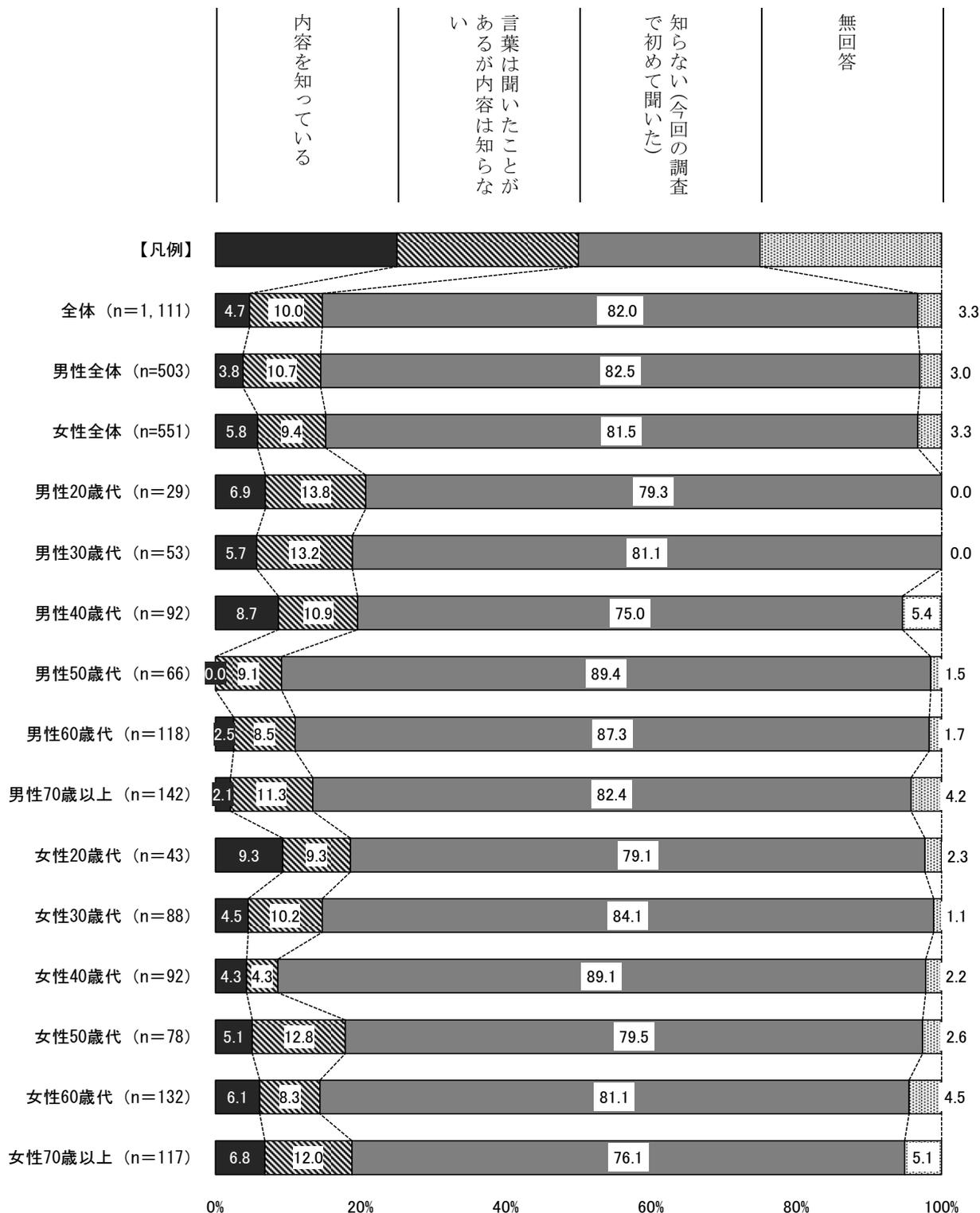
問 52 あなたは、ゲートキーパー※を知っていますか。(〇は1つ)

※ゲートキーパー:いつもの様子と違うことに気づき、適切な対応(悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る)をすることができる人のこと。

「知らない(今回の調査で初めて聞いた)」が82.0%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「内容を知っている」が女性20歳代で9.3%と他の年代に比べて多い。



【一般市民調査】

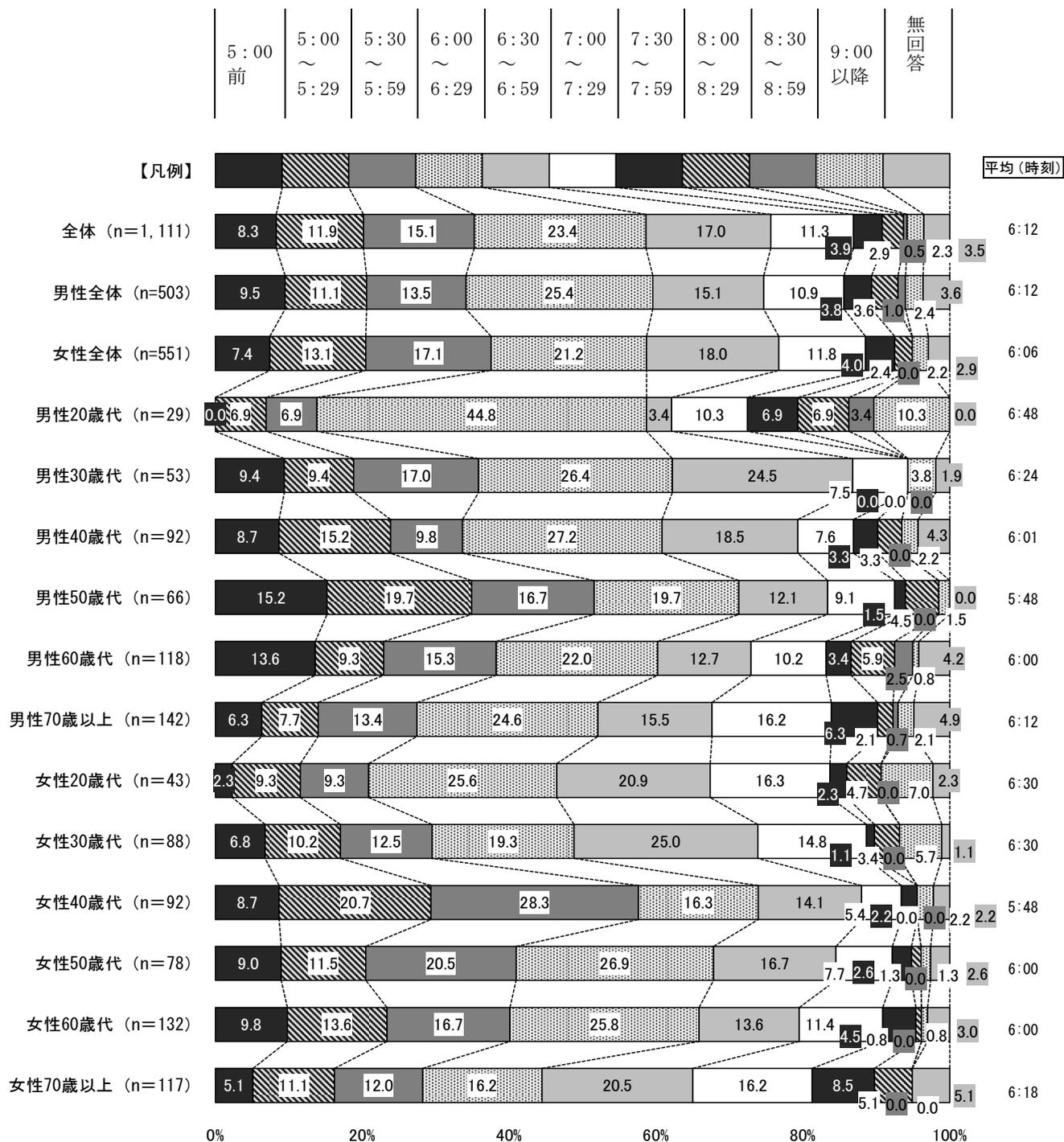
問 53 あなたのおよその起床時刻と就寝時刻を教えてください。(数字を記入)

起床時刻

「6:00～6:29」が23.4%と最も多く、次いで「6:30～6:59」が17.0%、「5:30～5:59」が15.1%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、男性20歳代で「9:00以降」が、男性50歳代、60歳代で「5:00前」が1割を超えて多い。



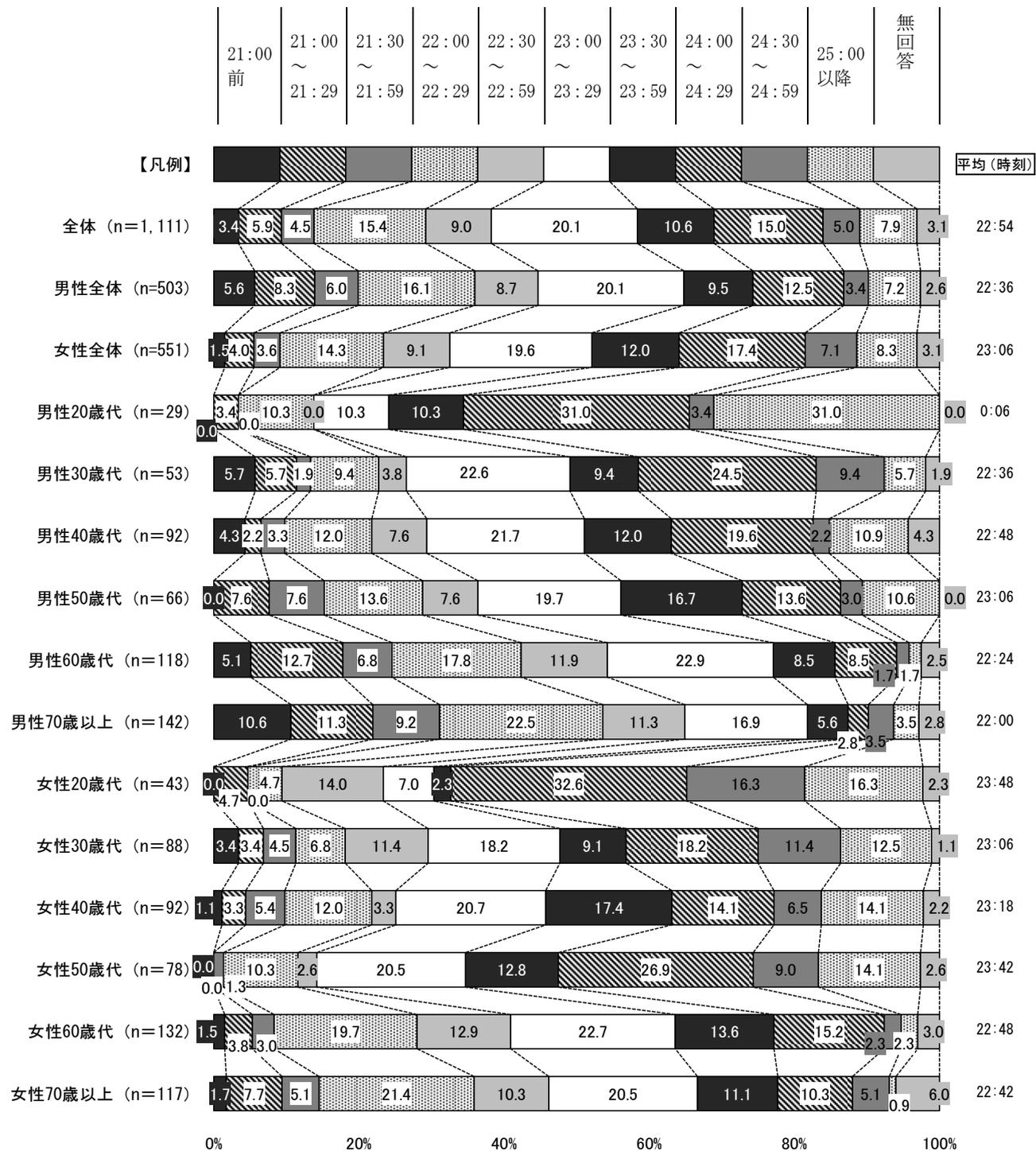
【一般市民調査】

就寝時刻

「23：00～23：29」が20.1%と最も多く、次いで「22：00～22：29」が15.4%、「24：00～24：29」が15.0%となっている。

性別にみると、男性の就寝時刻が早く、女性の就寝時刻が遅い傾向が見られる。

性年代別にみると、男女とも年代が低いほど就寝時刻が遅い傾向が見られる。



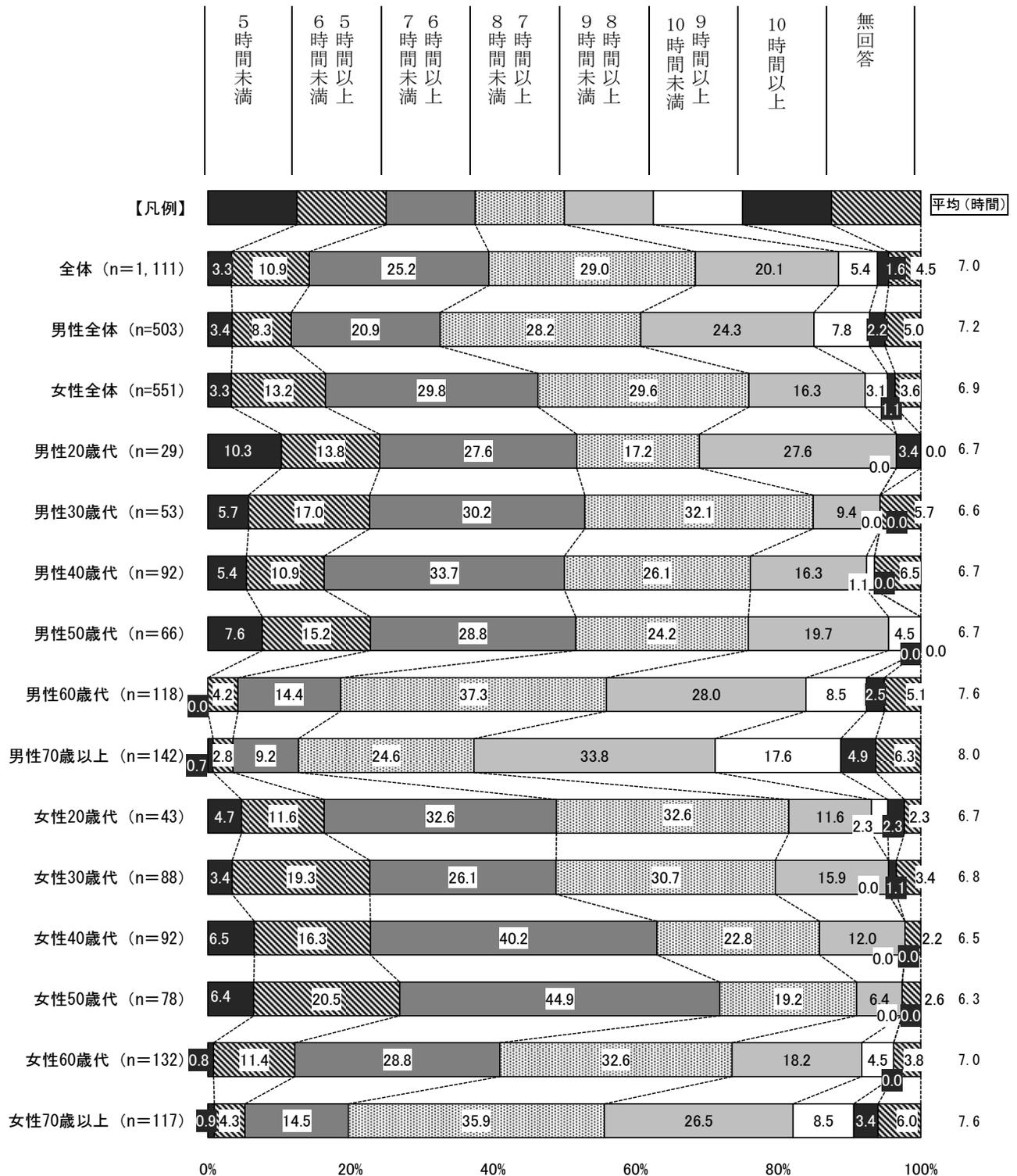
【一般市民調査】

睡眠時間

「7時間以上8時間未満」が29.0%と最も多く、次いで「6時間以上7時間未満」が25.2%、「8時間以上9時間未満」が20.1%となっている。また、「5時間未満」と「5時間以上6時間未満」を合わせた“6時間未満”が14.2%となっている。

性別にみると、男性は睡眠時間が長く、女性は睡眠時間が短い傾向が見られる。

性年代別にみると、「6時間以上7時間未満」と「7時間以上8時間未満」を合計した“6時間以上8時間未満”がほぼすべての年代で約5割となっている。



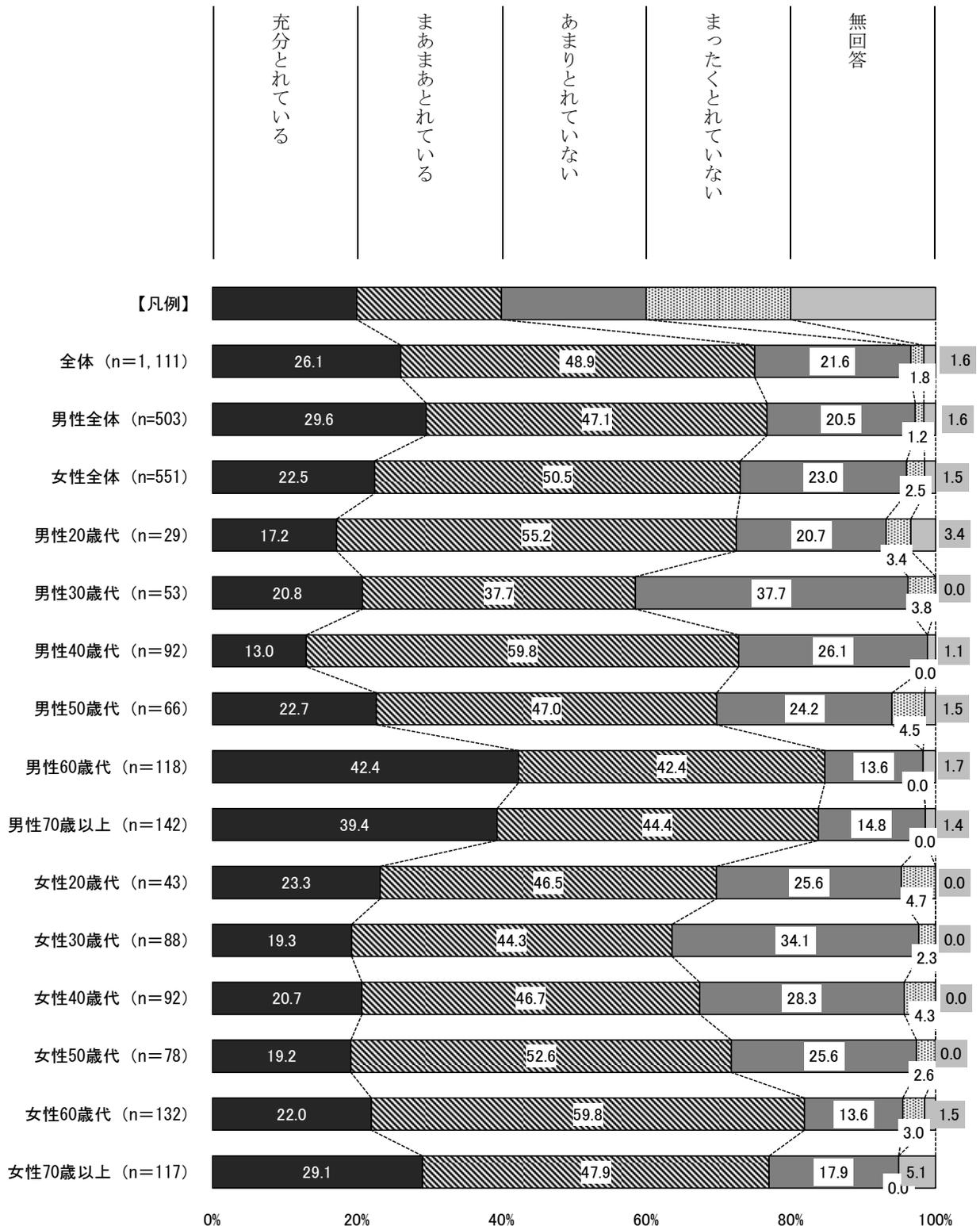
【一般市民調査】

問 54 あなたは、過去1か月間、睡眠で休養が充分とれていますか。(○は1つ)

「まあまあとれている」が48.9%と最も多く、次いで「充分とれている」が26.1%、「あまりとれていない」が21.6%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

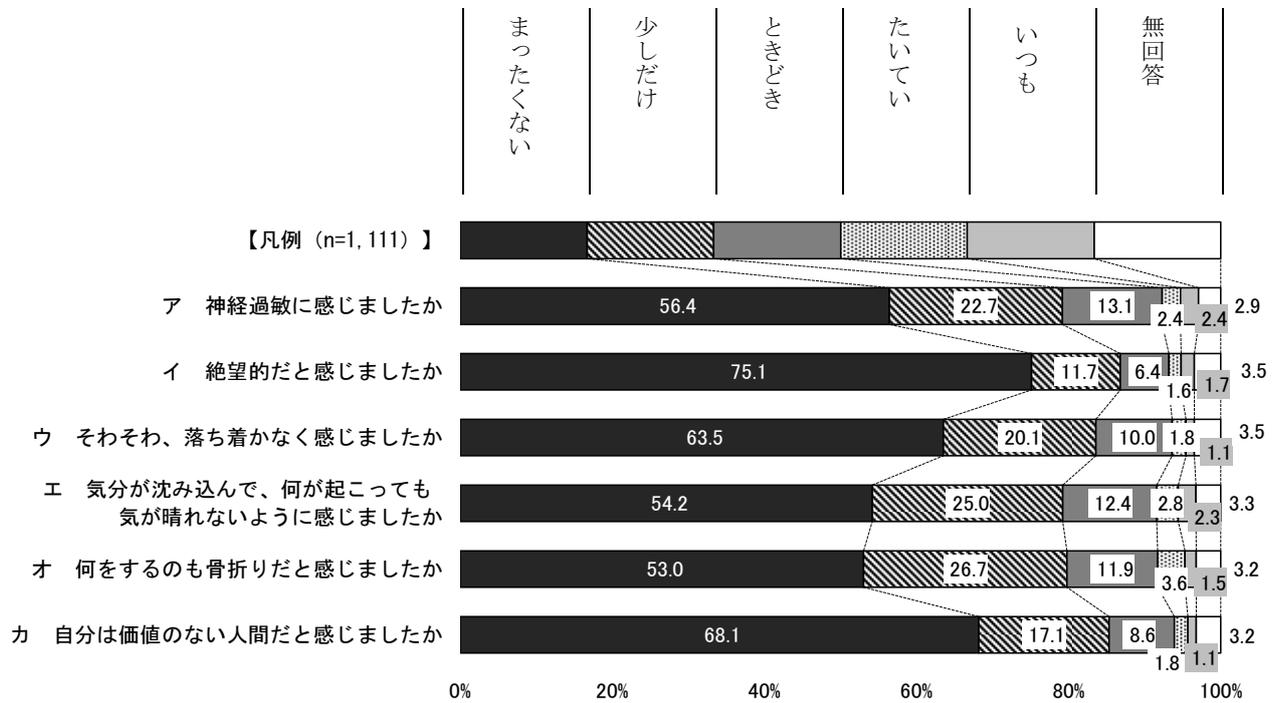
性年代別にみると、「充分とれている」と「まあまあとれている」を合わせた“とれている”が男性60歳代、70歳以上、女性60歳代で8割を超えている。また、「あまりとれていない」と「まったくとれていない」を合わせた“とれていない”が男性30歳代で4割を超えている。



【一般市民調査】

問 55 あなたは、過去1か月の間にどのくらいの頻度で次のようなことがありましたか。
 (「ア」から「カ」までそれぞれ〇は1つ)

「たいてい」と「いつも」を合計した“感じた”が「エ 気分が沈み込んで、何が起こっても気が晴れないように感じましたか」と「オ 何をするのも骨折りだと感じましたか」で5.1%となっている。

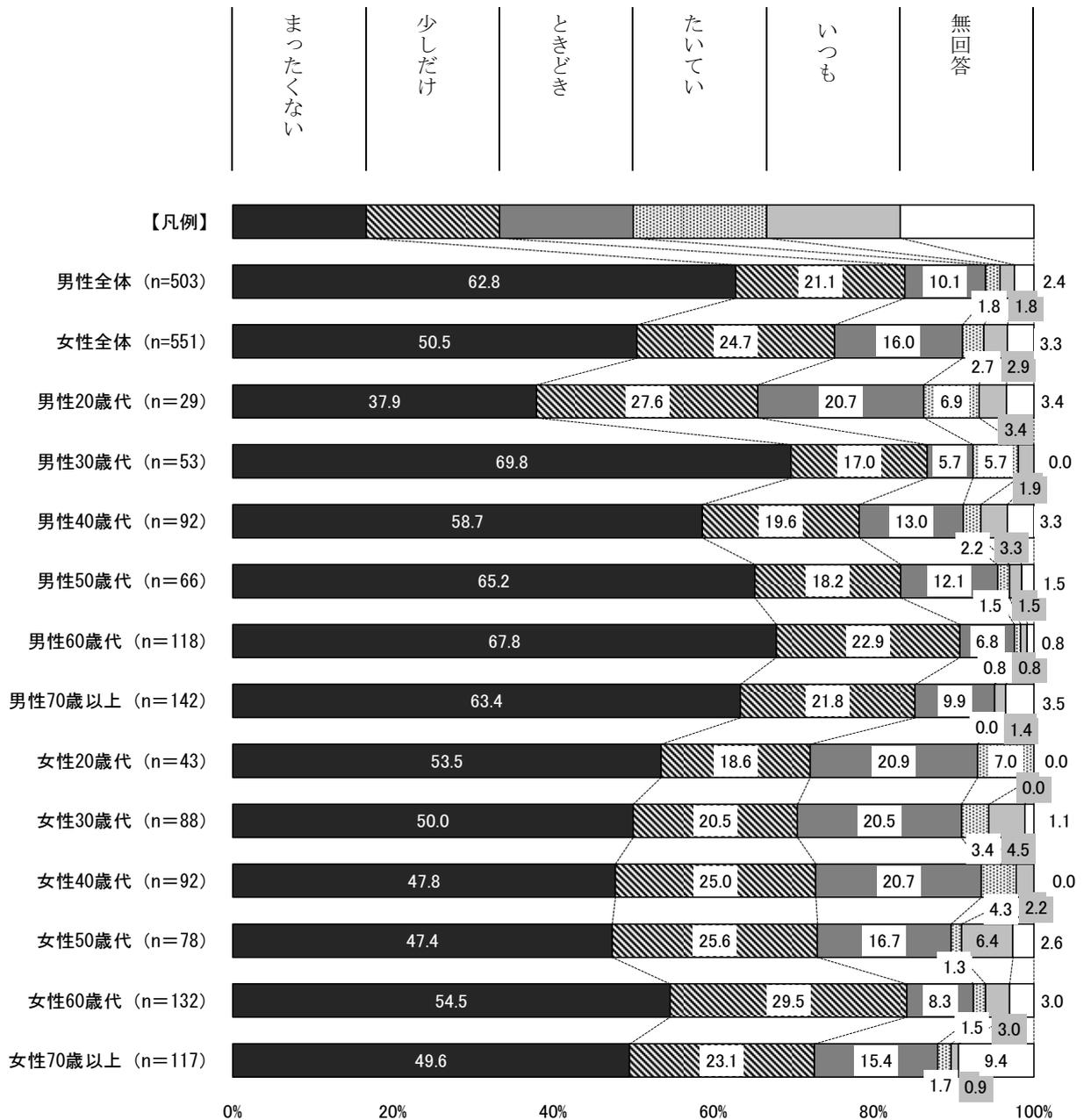


【一般市民調査】

ア 神経過敏に感じましたか

性別にみると、「まったくない」が男性で62.8%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、“感じた”が男性20歳代で10.3%と、他の年代に比べて多い。

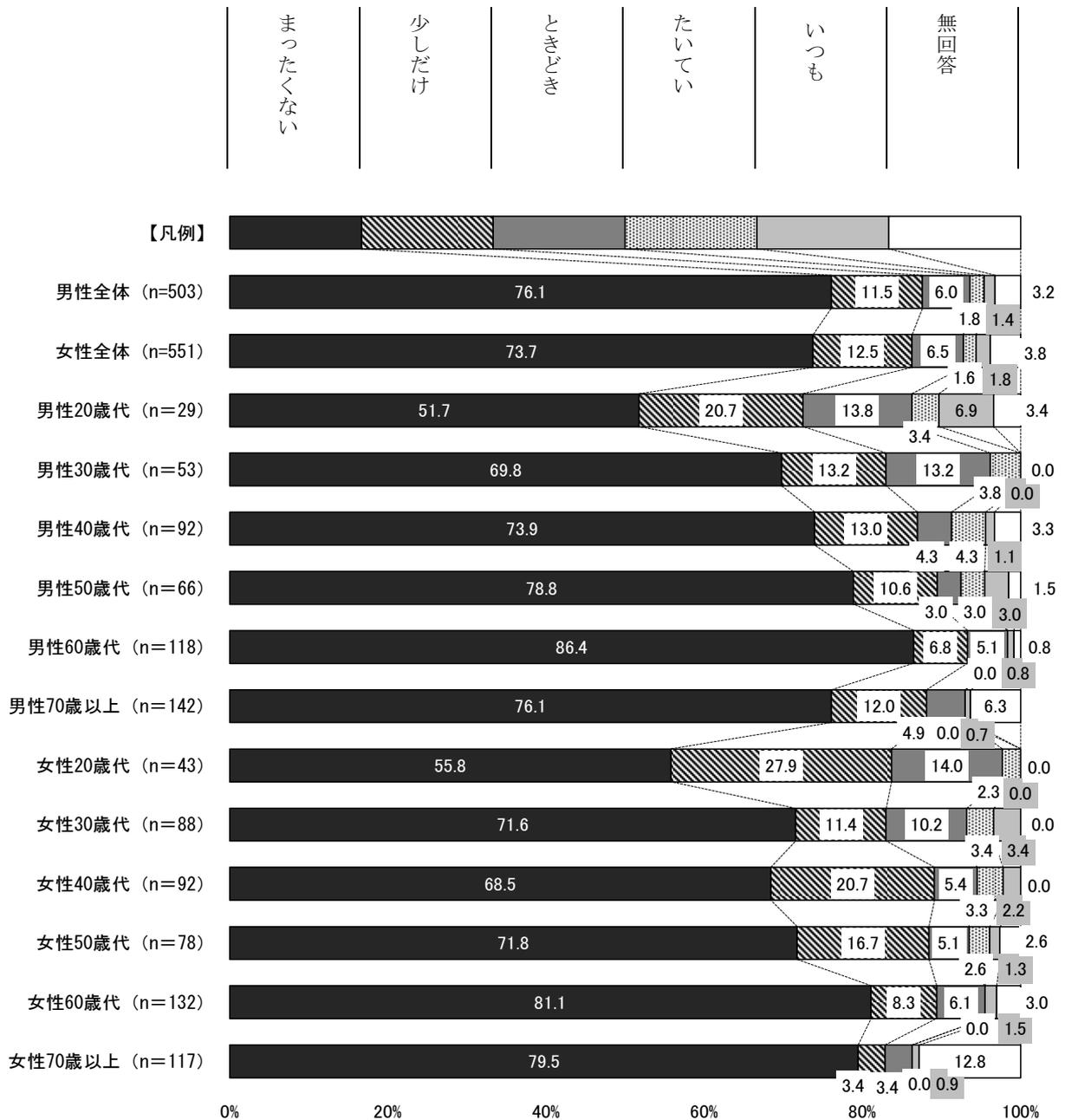


【一般市民調査】

イ 絶望的だと感じましたか

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、“感じた”が男性20歳代で10.3%と、他の年代に比べて多い。

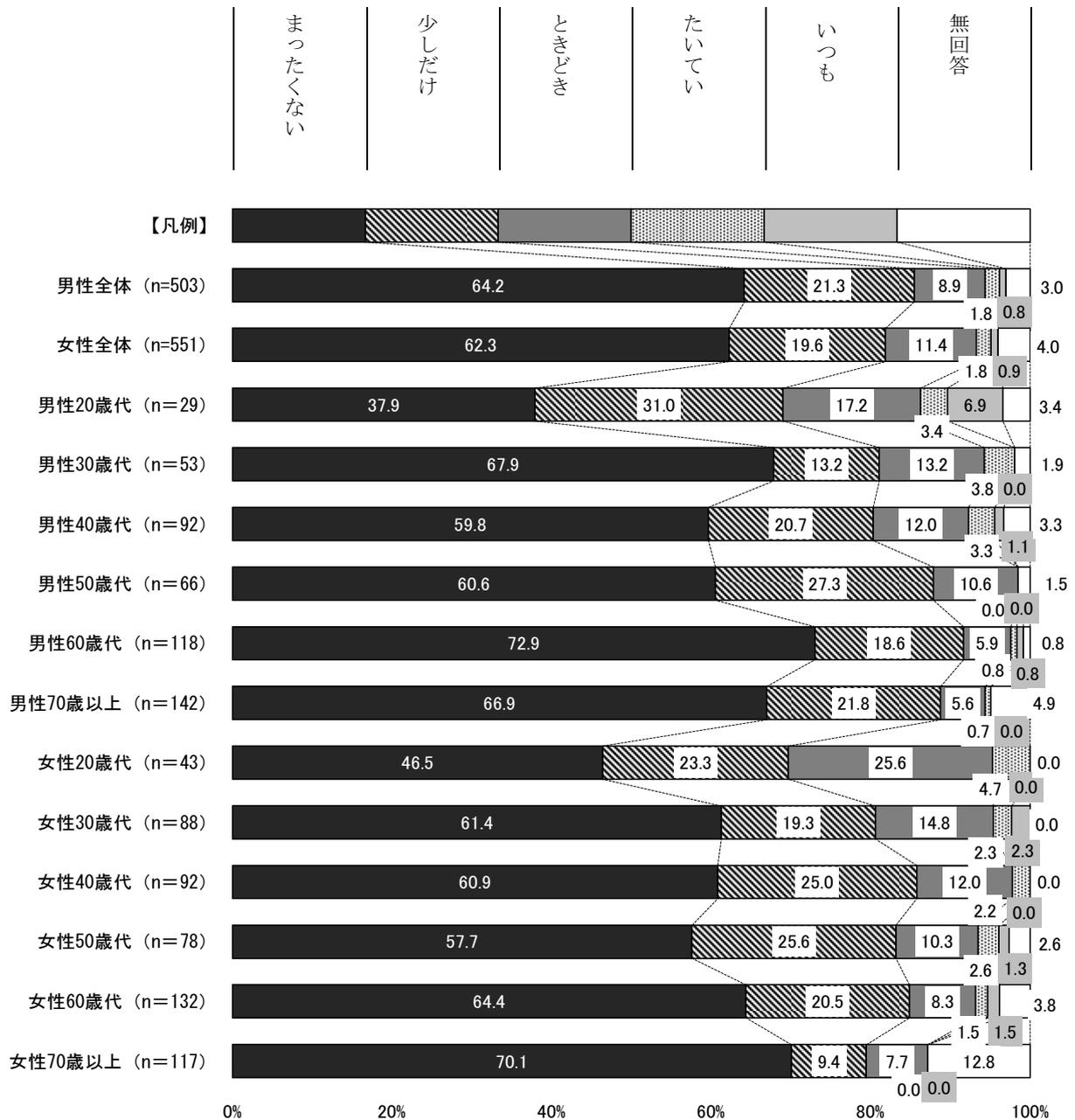


【一般市民調査】

ウ そわそわ、落ち着かなく感じましたか

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、“感じた”が男性20歳代で10.3%と、他の年代に比べて多い。

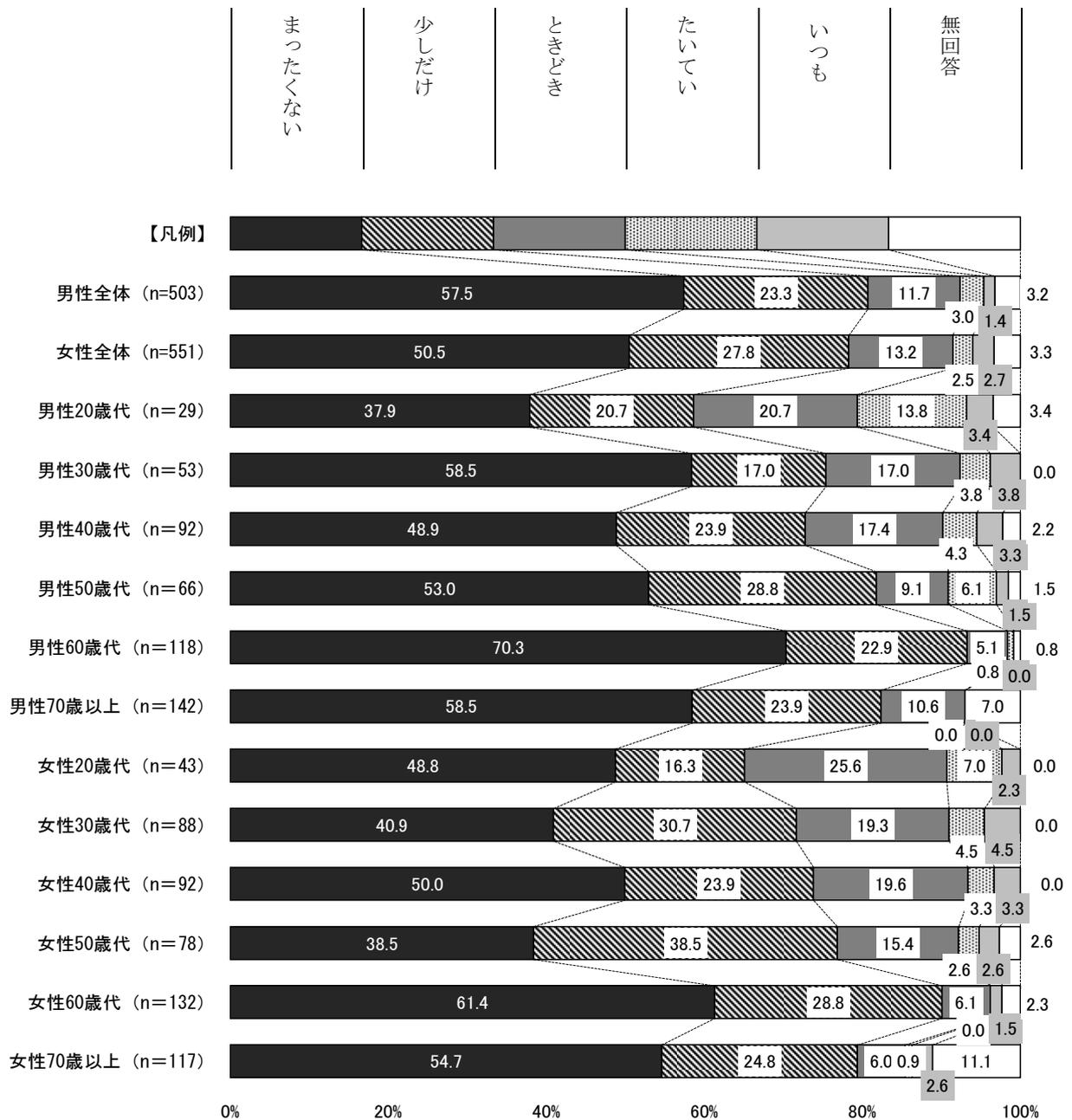


【一般市民調査】

エ 気分が沈み込んで、何が起っても気が晴れないように感じましたか

性別にみると、「まったくない」が男性で57.5%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、“感じた”が男性20歳代で17.2%、女性20歳代、30歳代で約1割と、他の年代に比べて多い。

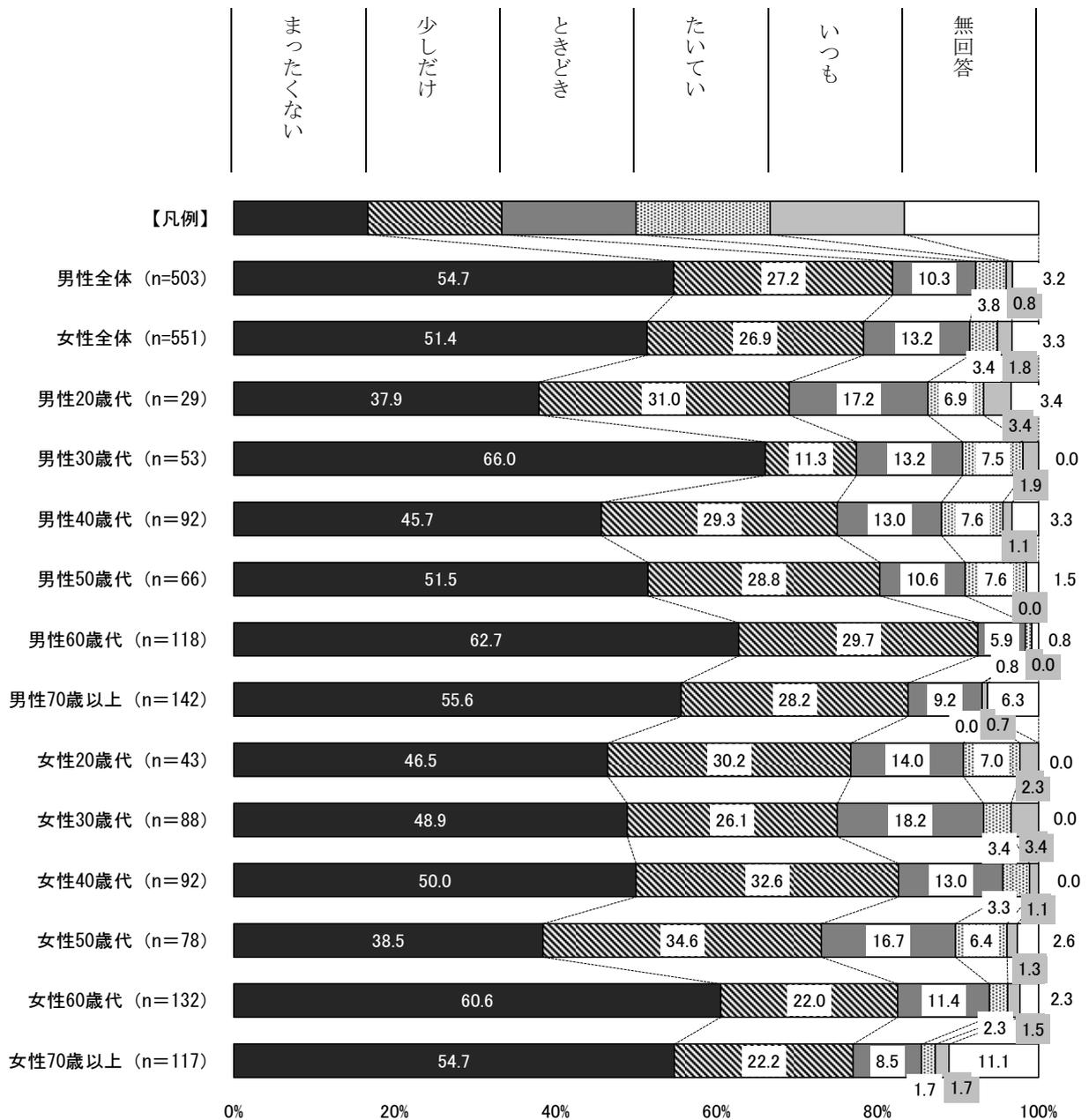


【一般市民調査】

オ 何をするのも骨折りだと感じましたか

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、“感じた”が男性20歳代、30歳代、女性20歳代で約1割と、他の年代に比べて多い。

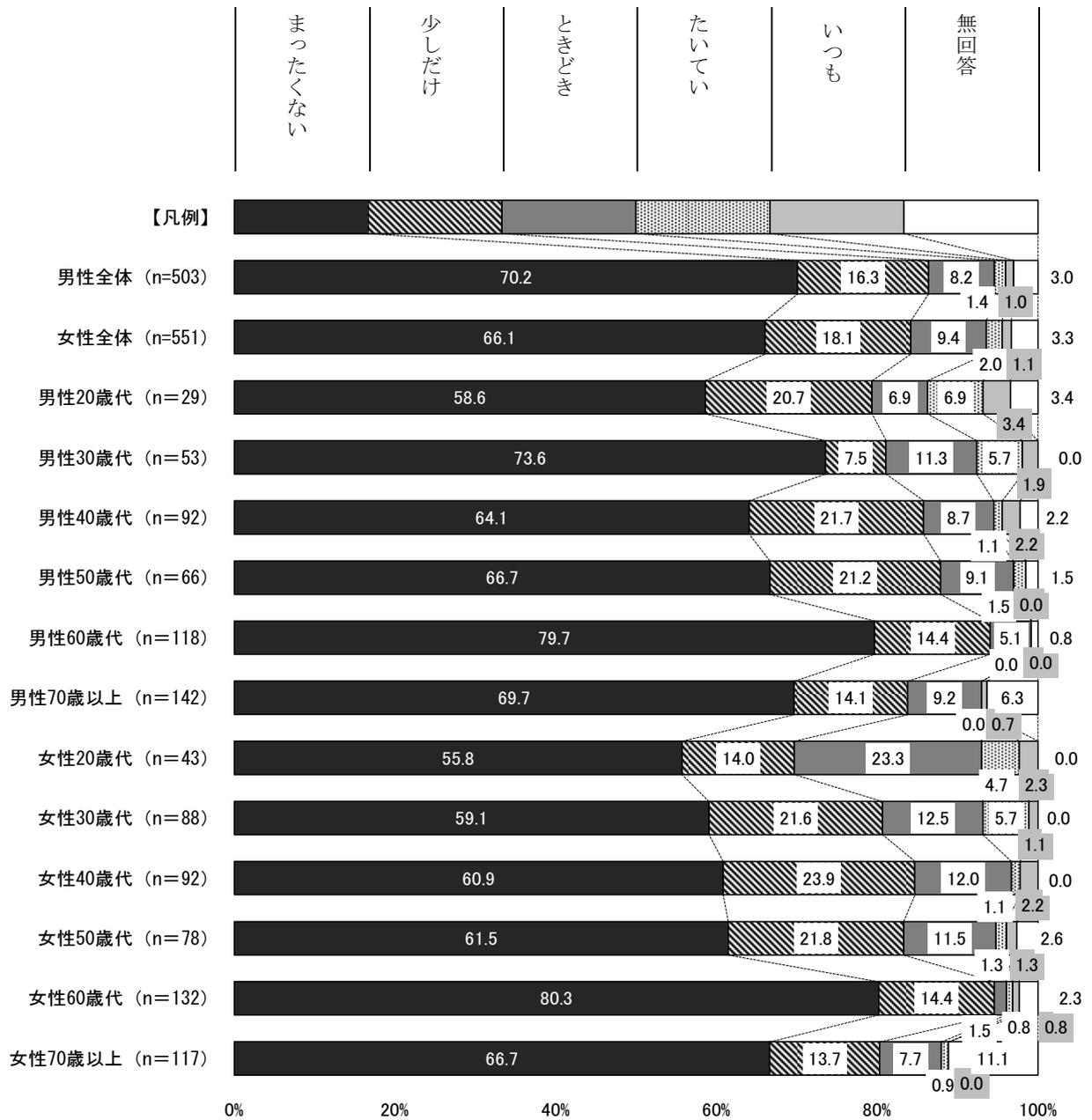


【一般市民調査】

カ 自分は価値のない人間だと感じましたか

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、“感じた”が男性20歳代で10.3%と、他の年代に比べて多い。



【一般市民調査】

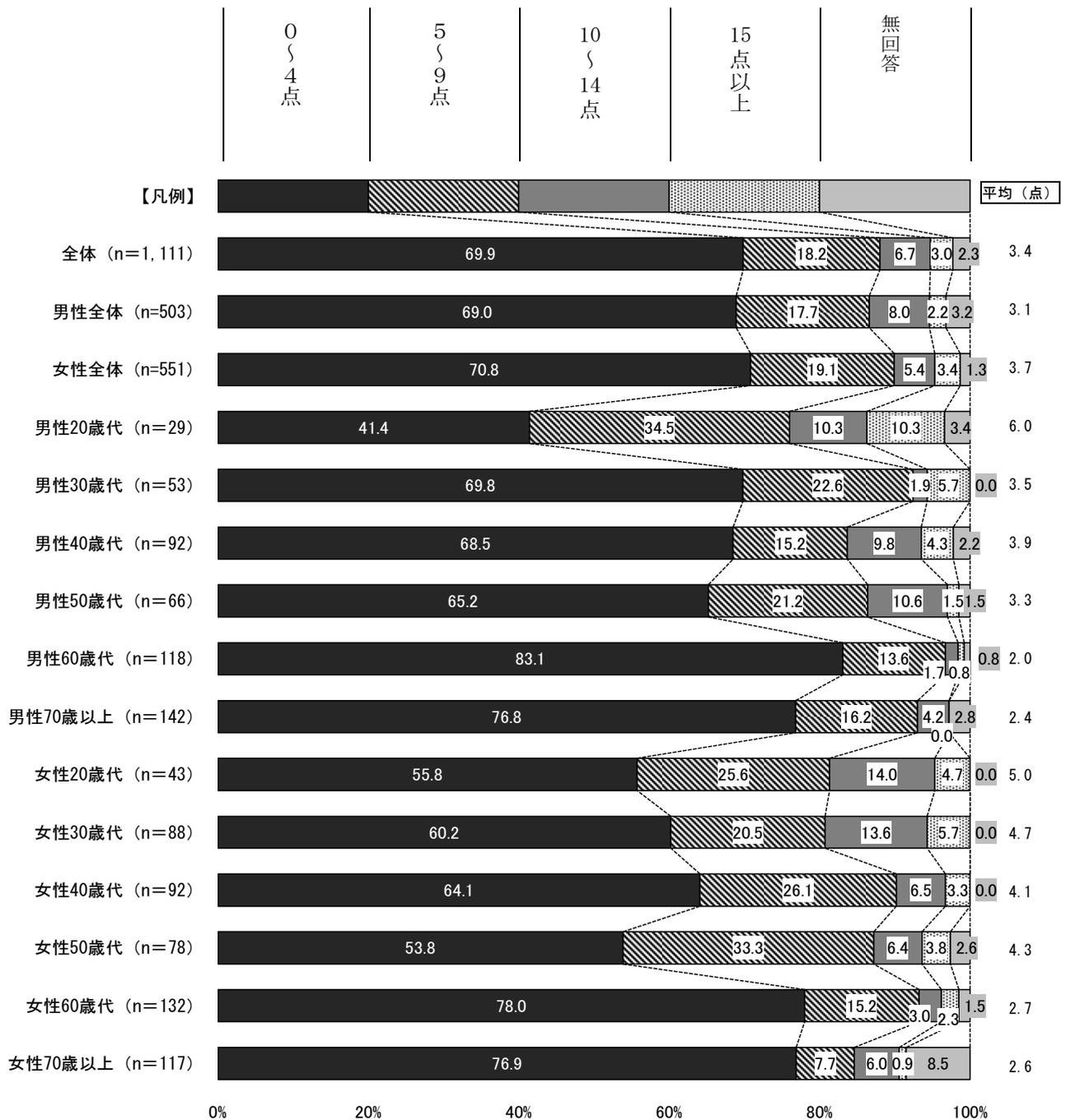
◆K6※

※心の健康を測定する尺度で、問55アからカの6項目について、5段階（「まったくない」（0点）、「少しだけ」（1点）、「ときどき」（2点）、「たいてい」（3点）、「いつも」（4点））で点数化する。合計点数が高いほど、精神的な問題がより重い可能性があると考えられている。

「0～4点」が69.9%と最も多く、次いで「5～9点」が18.2%、「10～14点」が6.7%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「5～9点」が男性20歳代と女性50歳代で3割を超えて多く、「10～14点」が女性20歳代で14.0%、女性30歳代で13.6%と多い。また、「15点以上」は男性20歳代で10.3%と他の年代に比べて多い。



問 56-1 から問 56-3 は、あなたの家族や友人が、次のような状態になった場合を想定してお答えください。

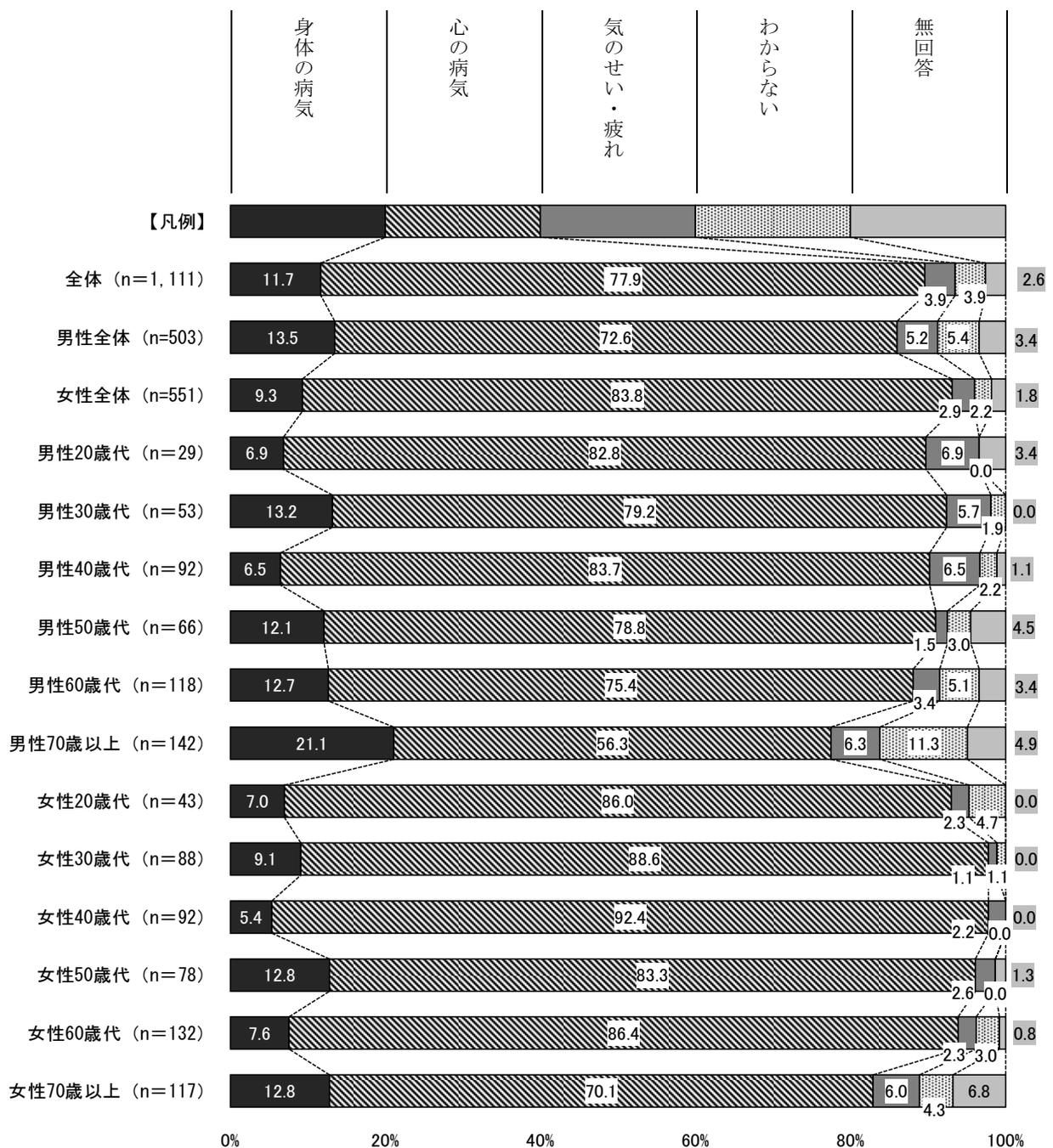
「この2～3週間、食欲が無く眠れない日が続き、体重が減ってきました。また、ひどくふさぎ込むようになり、仕事に集中できなく、物事に対して興味がわかないようで、話しかけても返事が乏しく、悲観的なことを言っています。」

問 56-1 その方の状態は、以下のどれだと思いますか。(○は1つ)

「心の病気」が77.9%と最も多く、次いで「身体の病気」が11.7%、「気のせい・疲れ」、「わからない」が3.9%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、すべての性年代で「心の病気」が大半を占めている。また、「身体の病気」が男性70歳以上で21.1%と多い。



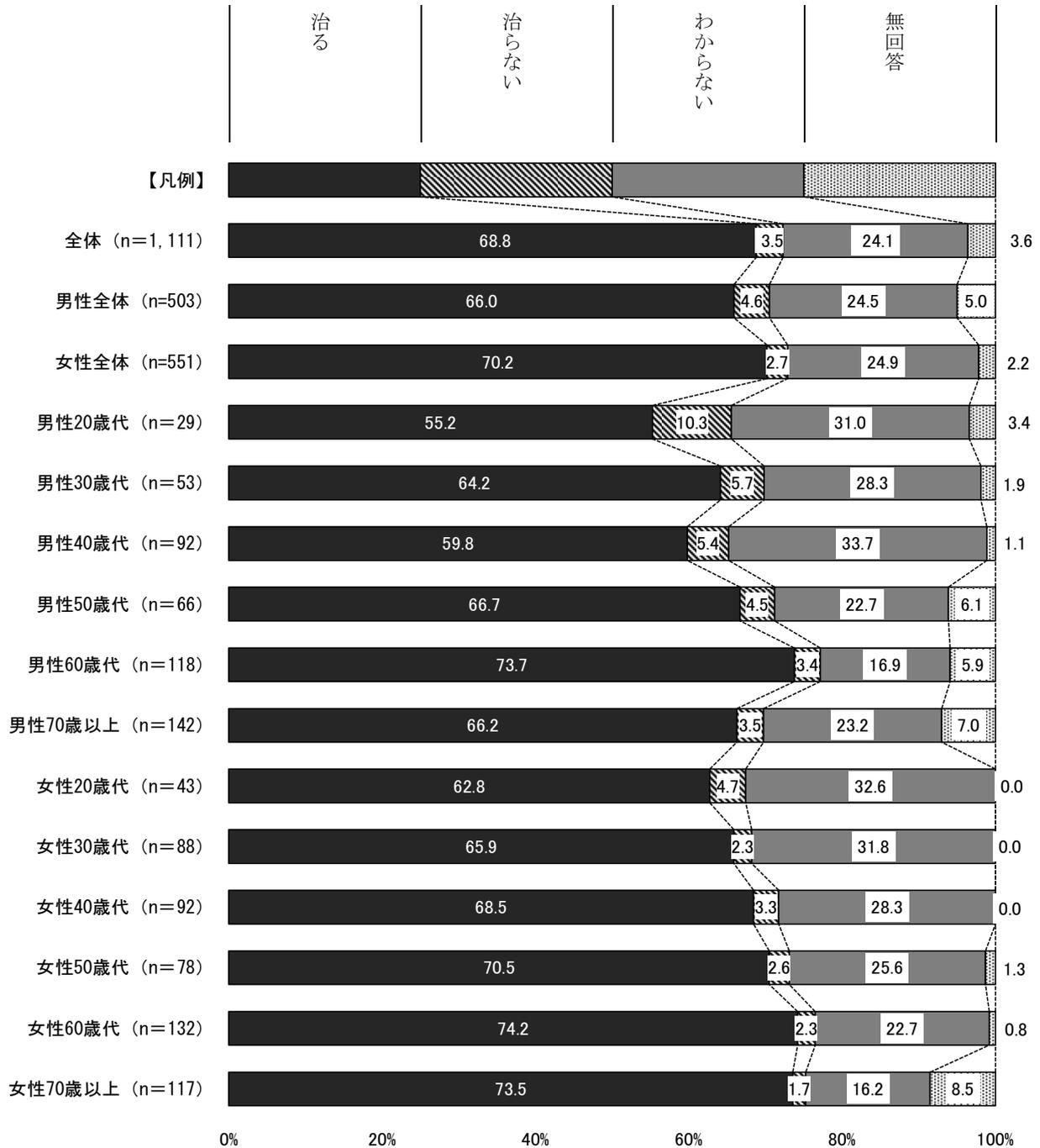
【一般市民調査】

問 56-2 その方の状態は、適切な治療で治ると思いますか。(〇は1つ)

「治る」が68.8%、「治らない」が3.5%、「わからない」が24.1%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、すべての年代で「治る」が多い。また、「治らない」が男性20歳代で10.3%と多い。

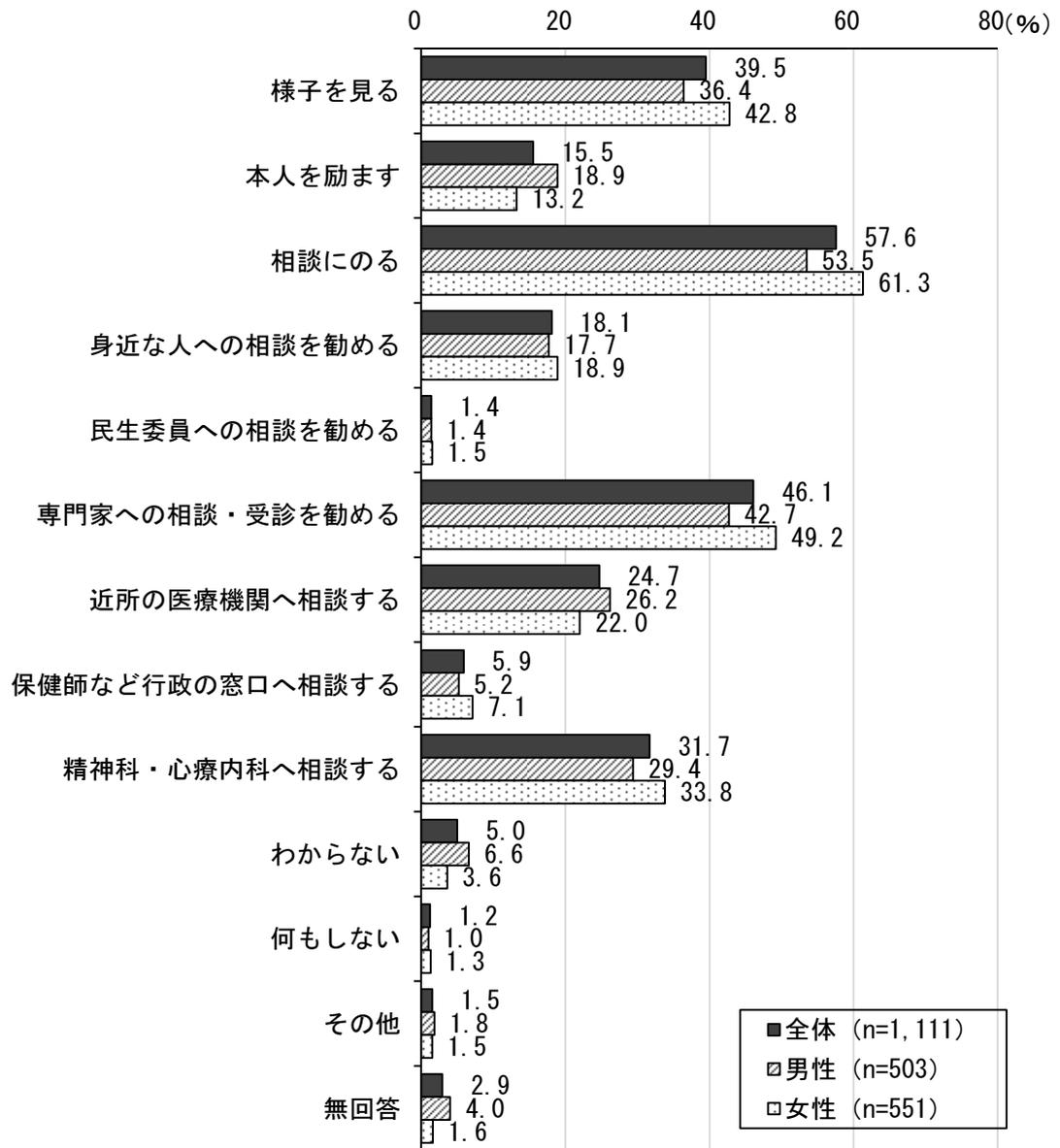


【一般市民調査】

問 56-3 あなたは、その方にどのように対応したらよいと思いますか。(あてはまるものすべてに○)

「相談にのる」が 57.6%と最も多く、次いで「専門家への相談・受診を勧める」が 46.1%、「様子を見る」が 39.5%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。



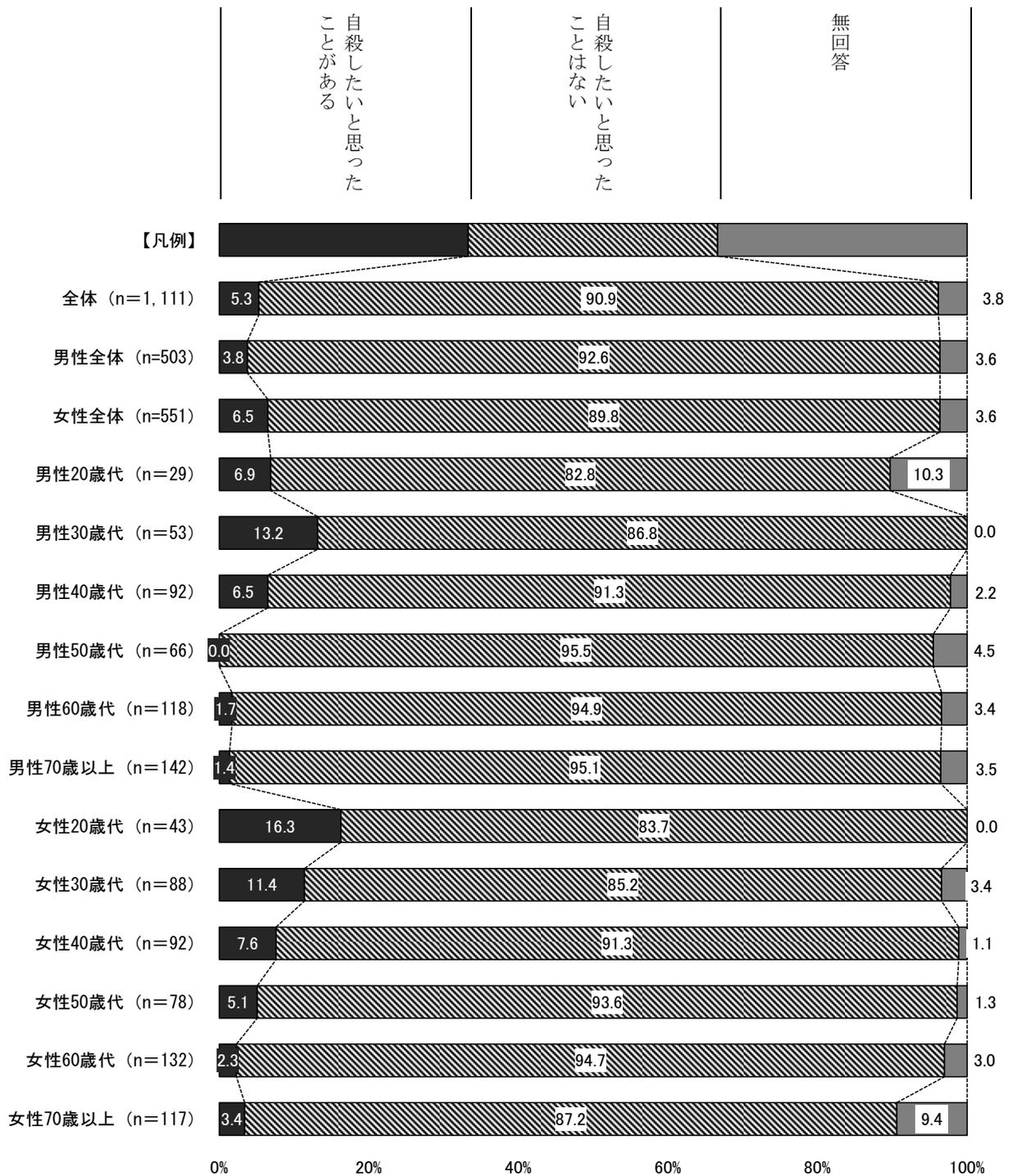
【一般市民調査】

問 57 あなたは、過去1年以内で、本気で自殺したいと考えたことがありますか。(○は1つ)

「自殺したいと思ったことはない」が 90.9%、「自殺したいと思ったことがある」が 5.3%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「自殺したいと思ったことがある」が男性 30 歳代、女性 20 歳代、30 歳代で、1割を超えて多い。

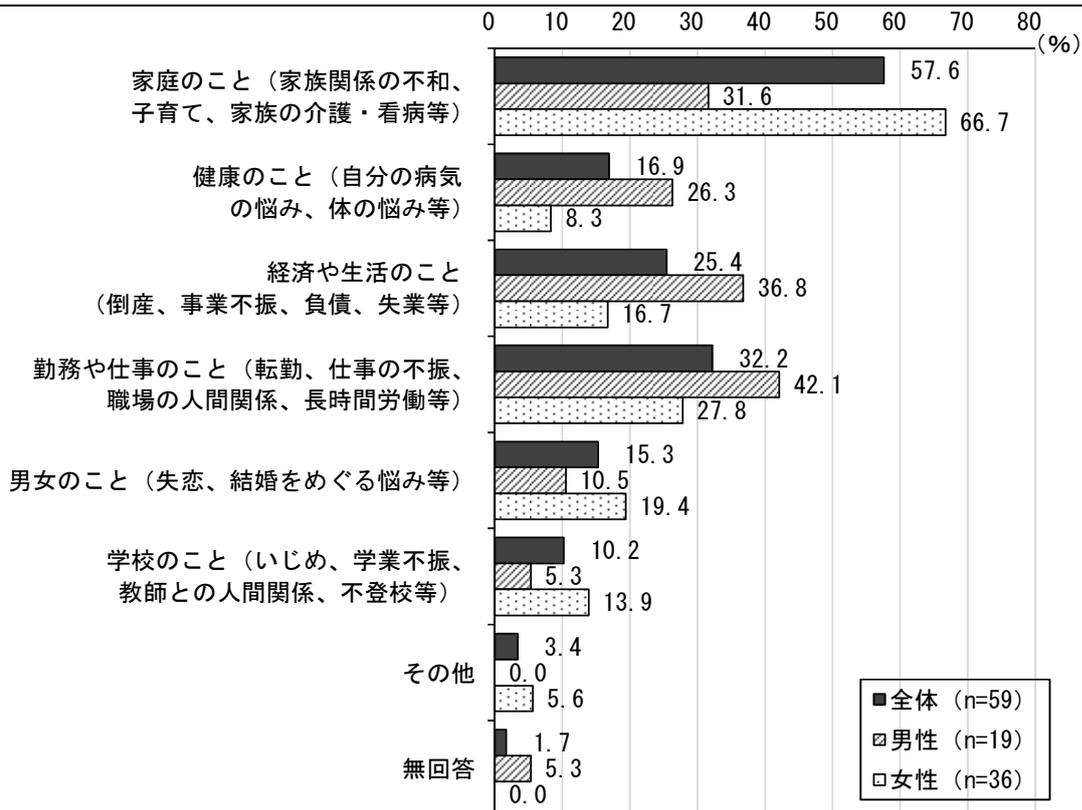


問 57で「1 自殺したいと思ったことがある」と回答した方にお聞きします。

問 57-1 それほどのようなことが原因ですか。(あてはまるものすべてに○)

「家庭のこと（家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病等）」が57.6%と最も多く、次いで「勤務や仕事のこと（転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働等）」が32.2%、「経済や生活のこと（倒産、事業不振、負債、失業等）」が25.4%となっている。

性別にみると、「家庭のこと（家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病等）」が女性で66.7%と、男性に比べて多く、「経済や生活のこと（倒産、事業不振、負債、失業等）」が男性で36.8%、「勤務や仕事のこと（転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働等）」が男性で42.1%と、女性に比べて多い。



単位 (%)	サンプル数 (人)	家庭のこと（家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病等）	健康のこと（自分の病気の悩み、体の悩み等）	経済や生活のこと（倒産、事業不振、負債、失業等）	勤務や仕事のこと（転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働等）	男女のこと（失恋、結婚をめぐる悩み等）	学校のこと（いじめ、学業不振、教師との人間関係、不登校等）	その他	無回答
全体	59	57.6	16.9	25.4	32.2	15.3	10.2	3.4	1.7
男性20歳代	2	0.0	0.0	50.0	50.0	0.0	50.0	0.0	0.0
男性30歳代	7	57.1	28.6	14.3	57.1	0.0	0.0	0.0	0.0
男性40歳代	6	33.3	33.3	50.0	50.0	33.3	0.0	0.0	0.0
男性50歳代	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
男性60歳代	2	0.0	50.0	50.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
男性70歳以上	2	0.0	0.0	50.0	0.0	0.0	0.0	0.0	50.0
女性20歳代	7	14.3	0.0	14.3	42.9	57.1	57.1	14.3	0.0
女性30歳代	10	70.0	0.0	20.0	40.0	10.0	10.0	10.0	0.0
女性40歳代	7	85.7	0.0	42.9	28.6	14.3	0.0	0.0	0.0
女性50歳代	4	100.0	0.0	0.0	25.0	25.0	0.0	0.0	0.0
女性60歳代	3	66.7	33.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
女性70歳以上	4	75.0	50.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

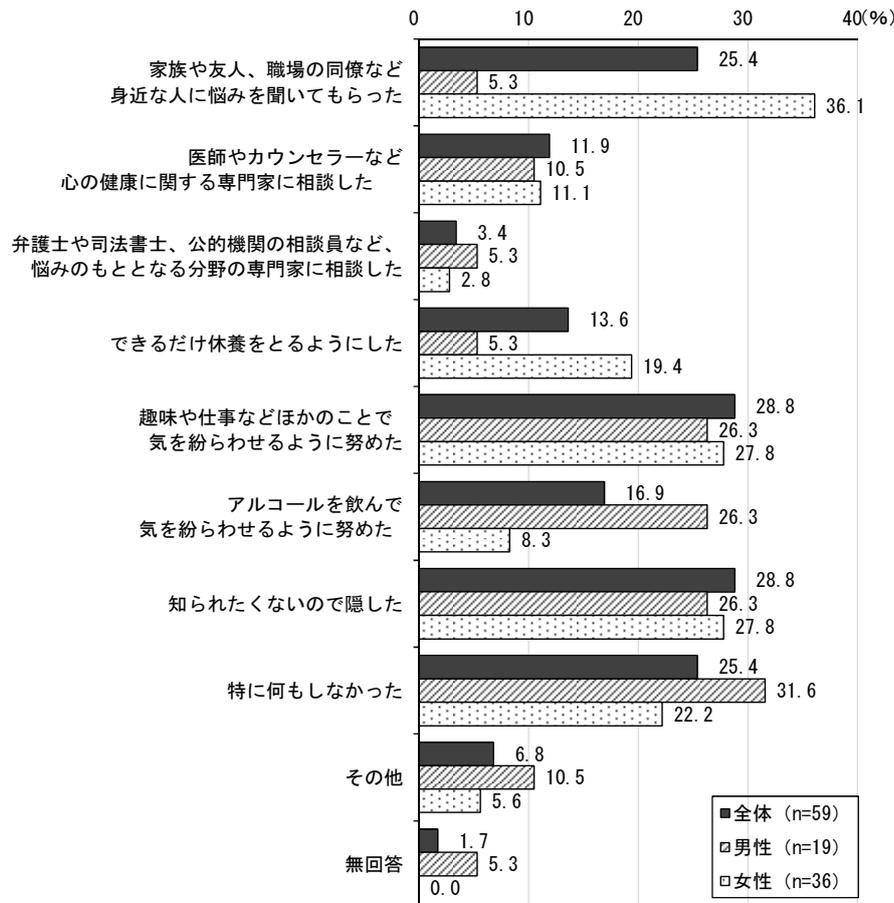
【一般市民調査】

問 57-2 そのように考えたとき、どのようにして乗り越えましたか。(あてはまるものすべてに○)

「趣味や仕事などほかのことで気を紛らわせるように努めた」、「知られたくないので隠した」が28.8%で最も多く、次いで「家族や友人、職場の同僚など身近な人に悩みを聞いてもらった」、「特に何もしなかった」が25.4%となっている。

性別にみると、「家族や友人、職場の同僚など身近な人に悩みを聞いてもらった」が女性で36.1%と、男性に比べて多い。また、「アルコールを飲んで気を紛らわせるように努めた」が男性で26.3%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、「家族や友人、職場の同僚など身近な人に悩みを聞いてもらった」が女性のほぼすべての年代で多い。



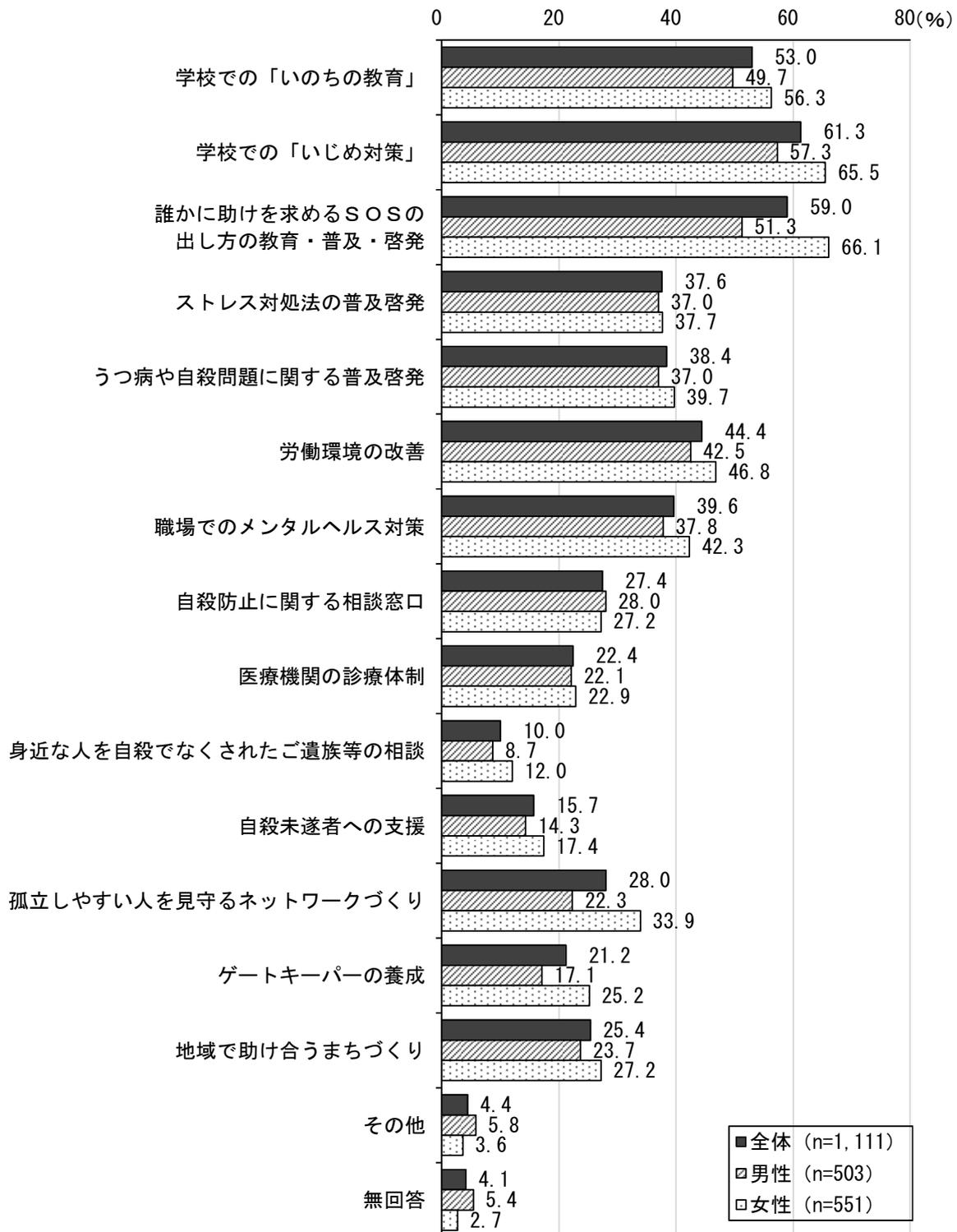
単位 (%)	サンプル数 (人)	家族や友人、職場の同僚など身近な人に悩みを聞いてもらった	健康に関する専門家に相談した	医師やカウンセラーなど心の健康に関する専門家に相談した	弁護士や司法書士、公的機関の相談員など、悩みのもととなる分野の専門家に相談した	できるだけ休養をとるようにした	趣味や仕事などほかのことで気を紛らわせるように努めた	アルコールを飲んで気を紛らわせるように努めた	知られたくないので隠した	特に何もしなかった	その他	無回答
全体	59	25.4	11.9	3.4	13.6	28.8	16.9	28.8	25.4	6.8	1.7	
男性20歳代	2	0.0	0.0	50.0	0.0	0.0	50.0	0.0	50.0	0.0	0.0	
男性30歳代	7	14.3	0.0	0.0	14.3	57.1	0.0	28.6	28.6	14.3	0.0	
男性40歳代	6	0.0	33.3	0.0	0.0	16.7	50.0	50.0	16.7	16.7	0.0	
男性50歳代	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
男性60歳代	2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	50.0	0.0	50.0	0.0	0.0	
男性70歳以上	2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	50.0	0.0	50.0	
女性20歳代	7	28.6	14.3	0.0	0.0	57.1	14.3	28.6	14.3	14.3	0.0	
女性30歳代	10	40.0	0.0	0.0	10.0	10.0	0.0	50.0	20.0	0.0	0.0	
女性40歳代	7	57.1	14.3	0.0	14.3	42.9	14.3	14.3	14.3	14.3	0.0	
女性50歳代	4	0.0	25.0	0.0	50.0	25.0	0.0	25.0	25.0	0.0	0.0	
女性60歳代	3	33.3	0.0	0.0	33.3	33.3	0.0	0.0	33.3	0.0	0.0	
女性70歳以上	4	50.0	25.0	25.0	25.0	0.0	0.0	25.0	50.0	0.0	0.0	

すべての方にお聞きします。

問 58 自殺を減らすには、どのような対策の充実が必要だと思いますか。(あてはまるものすべてに○)

「学校での「いじめ対策」」が 61.3%と最も多く、次いで「誰かに助けを求めるSOSの出し方の教育・普及・啓発」が 59.0%、「学校での「いのちの教育」」が 53.0%となっている。

性別にみると、「誰かに助けを求めるSOSの出し方の教育・普及・啓発」が女性で 66.1%と、男性に比べて多い。



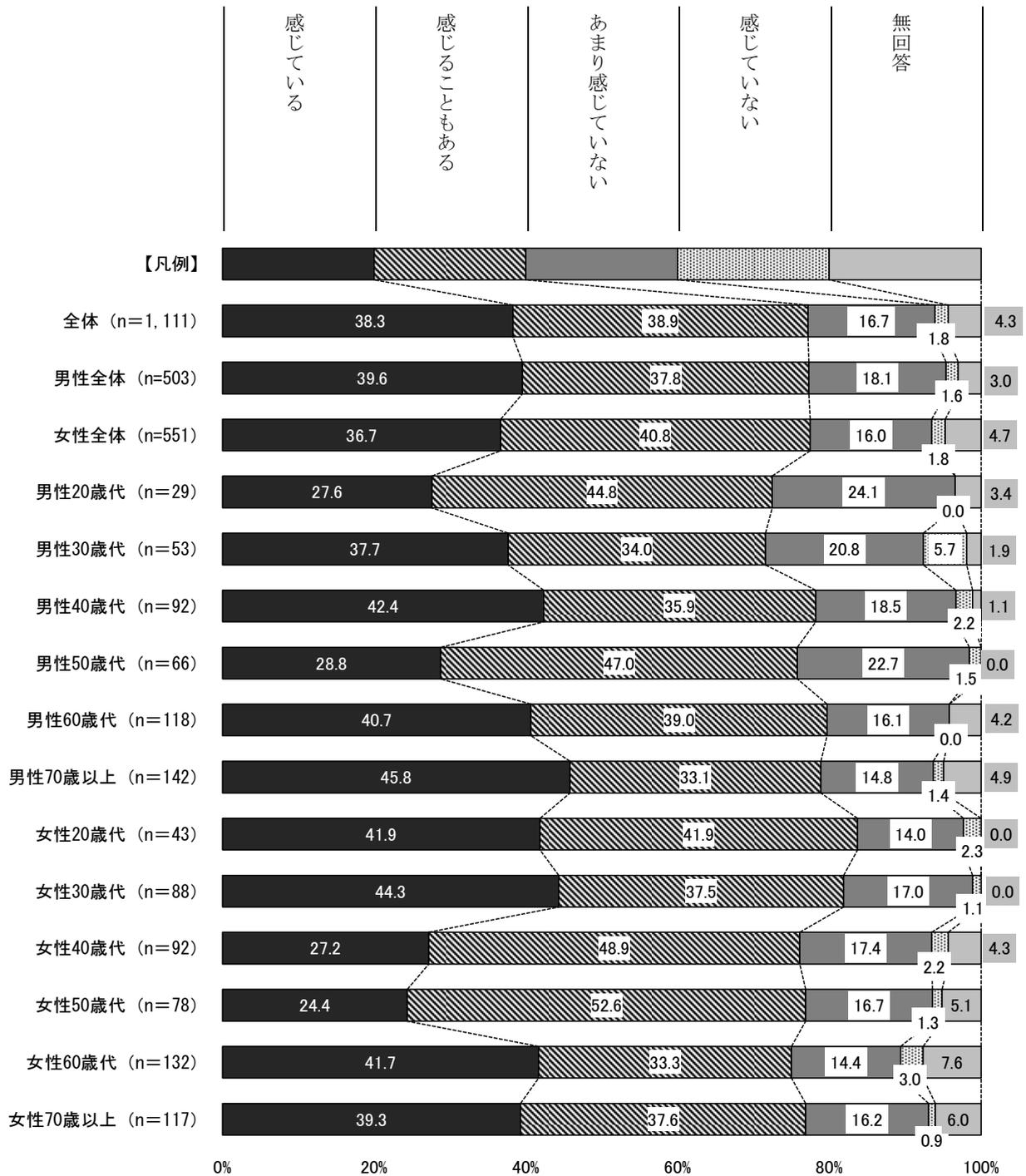
10 生きがいづくり・まちづくりについて

問 59 あなたは、生きがいを感じていますか。(○は1つ)

「感じている」と「感じることもある」を合わせた“感じる”が 77.2%、「あまり感じていない」と「感じていない」を合わせた“感じていない”が 18.5%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、すべての性年代で“感じる”が多い。一方“感じていない”が男性 20 歳代から 50 歳代で、2 割を超えて多い。



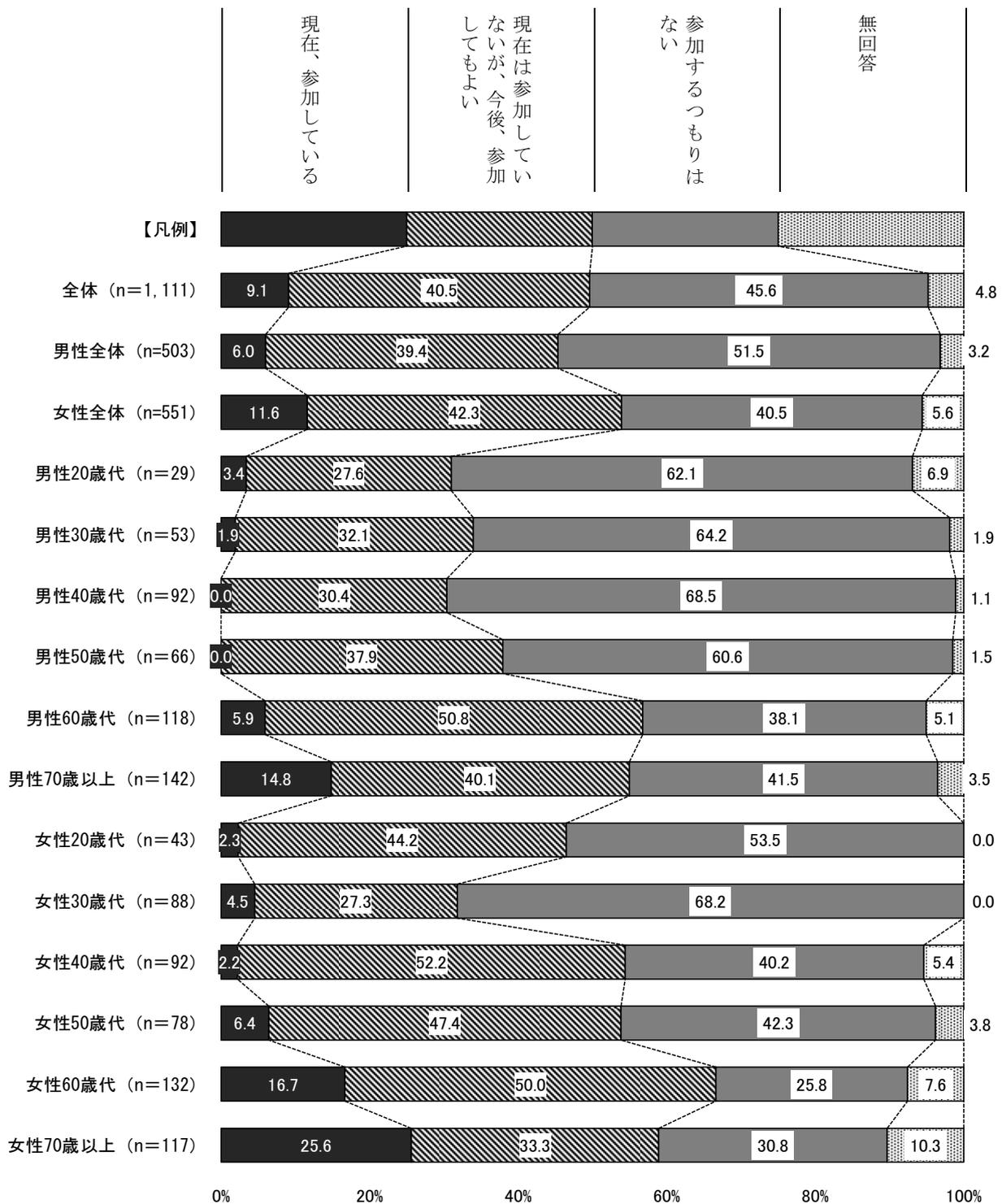
【一般市民調査】

問 60 あなたは、現在、健康づくりに関わる活動（市民が主体的に、あるいは市のサポートを受けて行っている健康づくりに関する地域のグループ活動やサークル、ボランティア活動など）に参加していますか。また、今後どうしたいですか。（○は1つ）

「参加するつもりはない」が45.6%と最も多く、次いで「現在は参加していないが、今後、参加してもよい」が40.5%、「現在、参加している」が9.1%となっている。

性別にみると、「参加するつもりはない」が男性で51.5%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、男女ともおおむね年代が高くなるほど「現在、参加している」が多い。



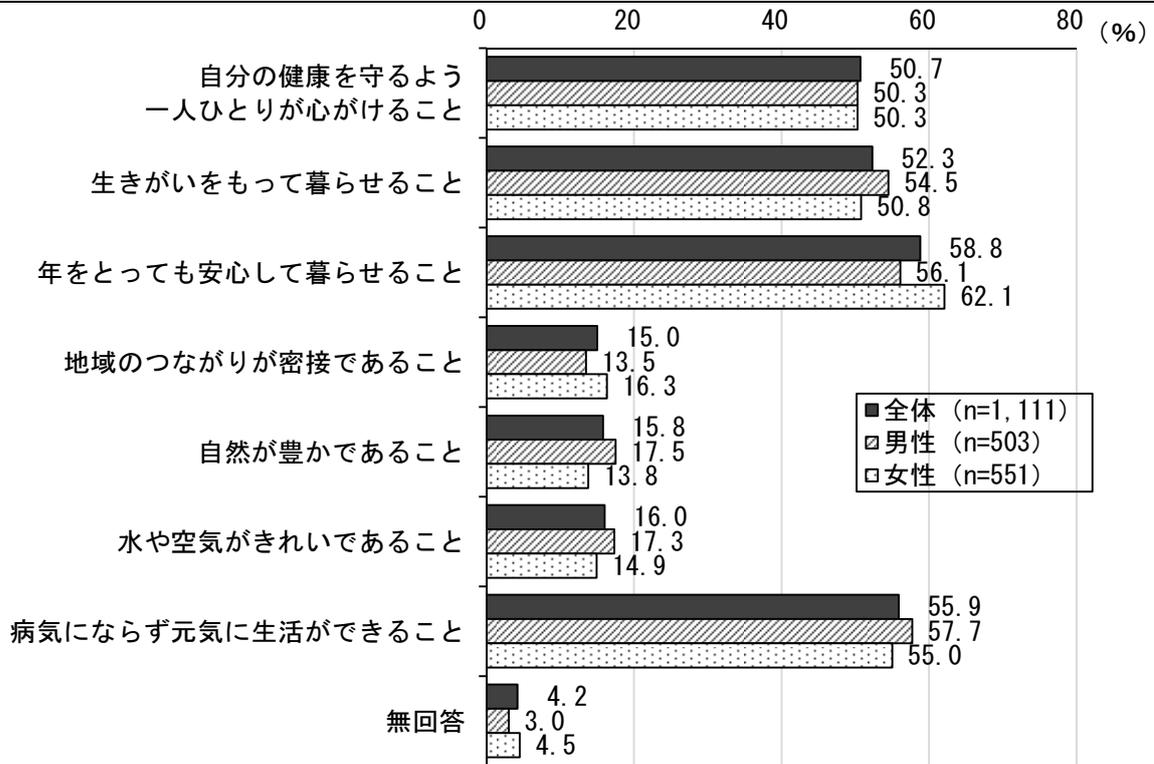
【一般市民調査】

問 61 次のうち、あなた自身にとって、健やかに暮らすために特に重要だと思うことは何ですか。
(○は3つまで)

「年をとっても安心して暮らせること」が58.8%と最も多く、次いで「病気にならず元気に生活ができること」が55.9%、「生きがいをもって暮らせること」が52.3%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「病気にならず元気に生活ができること」が男性40歳代で多く、71.7%となっている。



単位 (%)	(人) サンプル数	自分が健康を守ることに心がけること	自分の健康を維持し、生きがいをもち、安心して暮らせること	年をとっても安心して暮らせること	地域のつながりが密接であること	自然が豊かであること	水や空気がきれいであること	病気にならず元気に生活ができること	無回答
全体	1,111	50.7	52.3	58.8	15.0	15.8	16.0	55.9	4.2
男性20歳代	29	41.4	55.2	44.8	3.4	24.1	31.0	48.3	6.9
男性30歳代	53	30.2	60.4	49.1	9.4	34.0	35.8	49.1	1.9
男性40歳代	92	37.0	62.0	52.2	10.9	15.2	20.7	71.7	1.1
男性50歳代	66	48.5	62.1	65.2	15.2	18.2	15.2	51.5	1.5
男性60歳代	118	55.9	51.7	59.3	15.3	14.4	10.2	61.9	3.4
男性70歳以上	142	64.1	46.5	56.3	16.9	13.4	11.3	52.8	4.2
女性20歳代	43	39.5	58.1	55.8	14.0	18.6	39.5	48.8	2.3
女性30歳代	88	44.3	50.0	52.3	18.2	15.9	22.7	58.0	0.0
女性40歳代	92	44.6	56.5	66.3	10.9	13.0	16.3	53.3	5.4
女性50歳代	78	48.7	62.8	66.7	14.1	17.9	12.8	55.1	1.3
女性60歳代	132	50.8	43.9	65.2	21.2	12.1	9.1	57.6	7.6
女性70歳以上	117	64.1	44.4	62.4	16.2	10.3	6.8	53.8	6.0

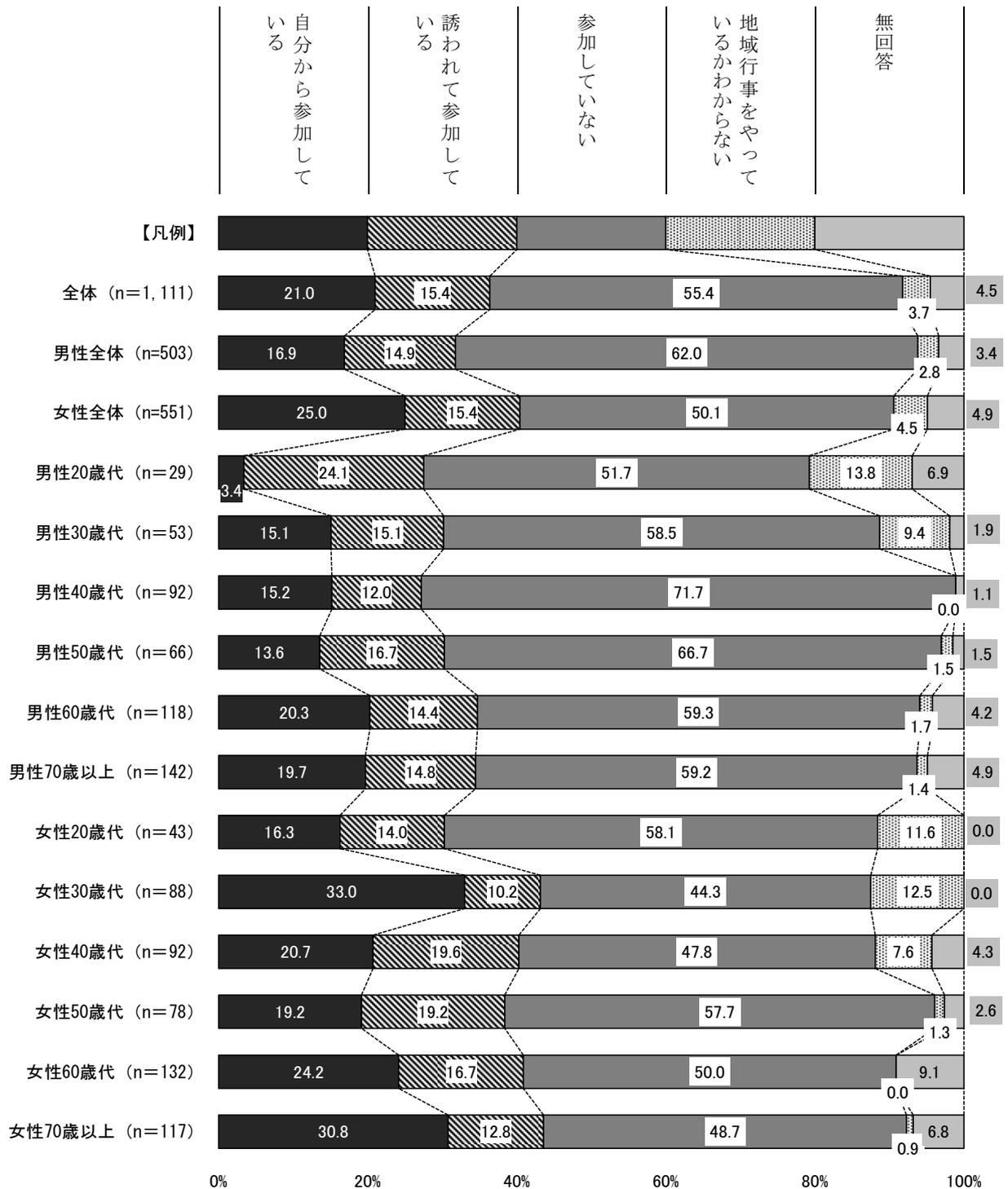
【一般市民調査】

問 62 あなたは、地域行事（町内会、子ども会、スポーツ・レクリエーション、まつり、防災訓練など）に参加していますか。（○は1つ）

「参加していない」が55.4%と最も多く、次いで「自分から参加している」が21.0%、「誘われて参加している」が15.4%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「自分から参加している」が女性30歳代、70歳以上で、3割を超えて多い。



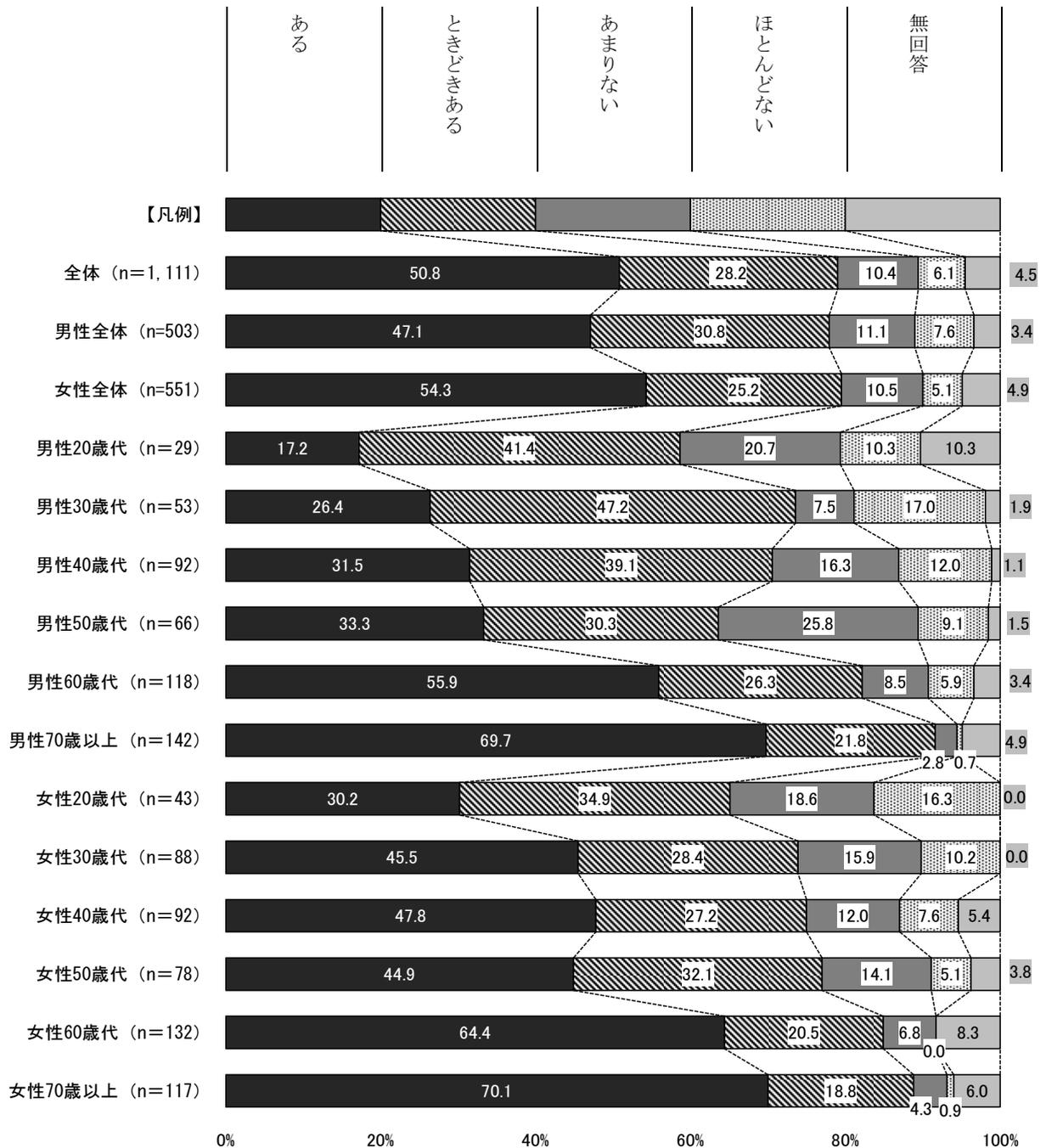
【一般市民調査】

問 63 あなたは、隣近所の人と顔を合わせる機会がありますか。(○は1つ)

「ある」と「ときどきある」を合わせた「ある」が79.0%、「あまりない」と「ほとんどない」を合わせた「ない」が16.5%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、男女ともおおむね年代が高くなるほど「ある」が多い。男性20歳代、50歳代では「あまりない」が2割を超えている。



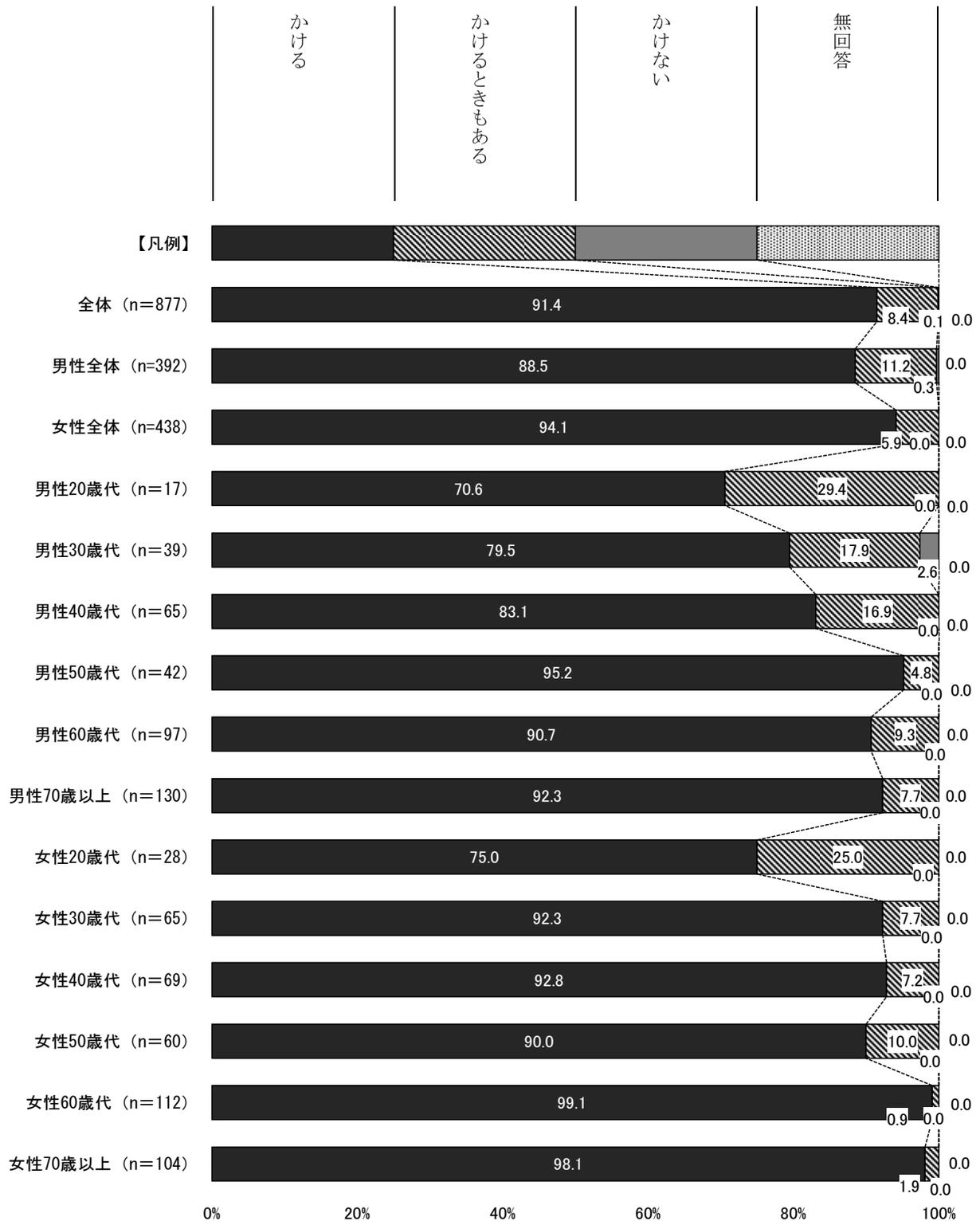
問 63 で「1 ある」または「2 ときどきある」と回答した方にお聞きします。

問 63-1 会ったときにあいさつなど声をかけますか。(○は1つ)

「かける」が 91.4%と最も多く、次いで「かけるときもある」が 8.4%と、「かける」と「かけるときもある」を合わせた“かける”が大半となっている。

性別にみると、「かける」が女性で 94.1%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「かける」が男女ともに 20 歳代で、7 割となっている。



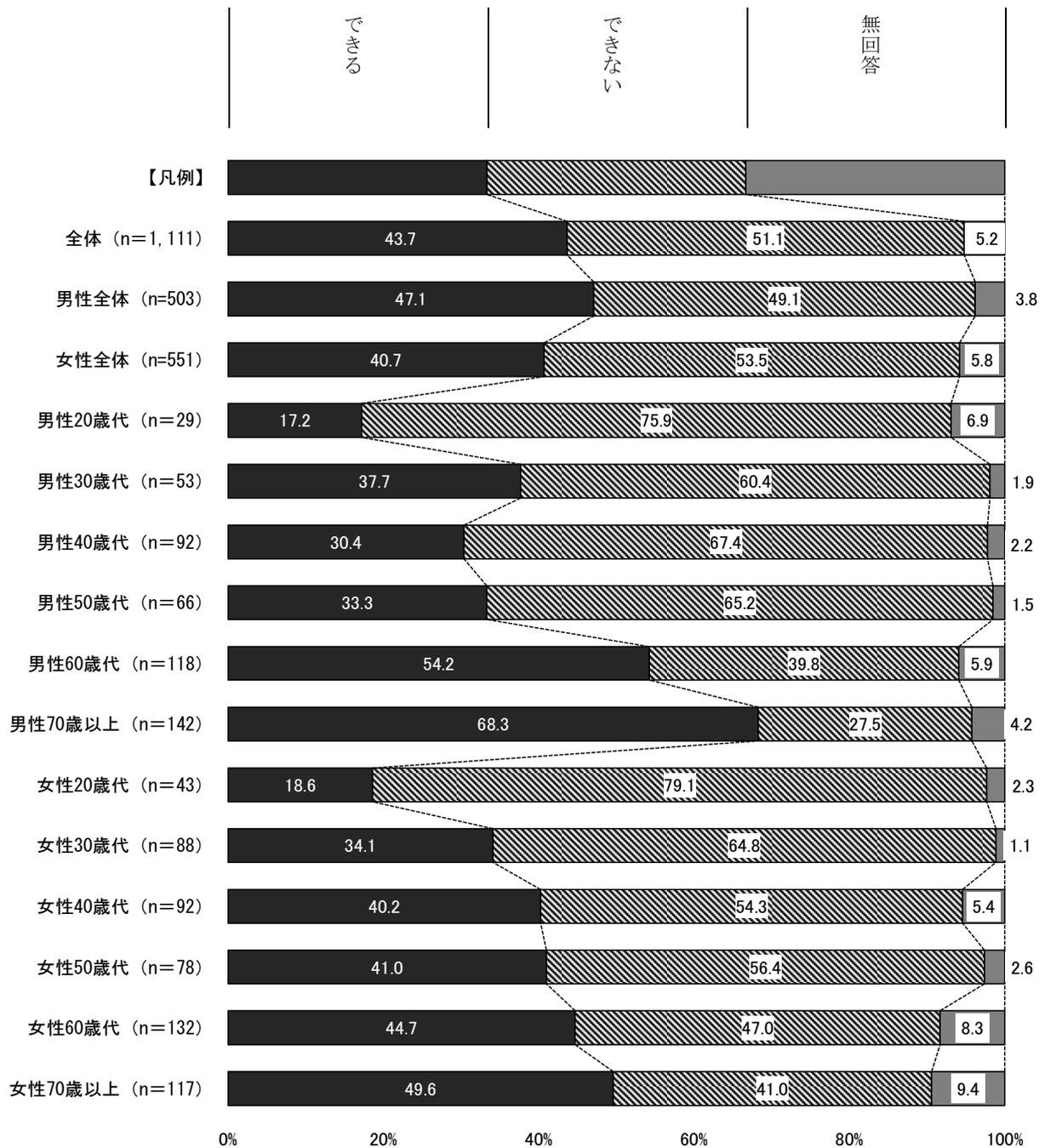
すべての方にお聞きします。

問 64 あなたは、隣近所の子どもを気軽に注意できますか。(○は1つ)

「できる」が43.7%、「できない」が51.1%となっている。

性別にみると、「できる」が男性で47.1%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、「できる」がおおむね年代が高くなるほど多い。また、「できない」が男女ともに20歳代で7割を超えて多い。



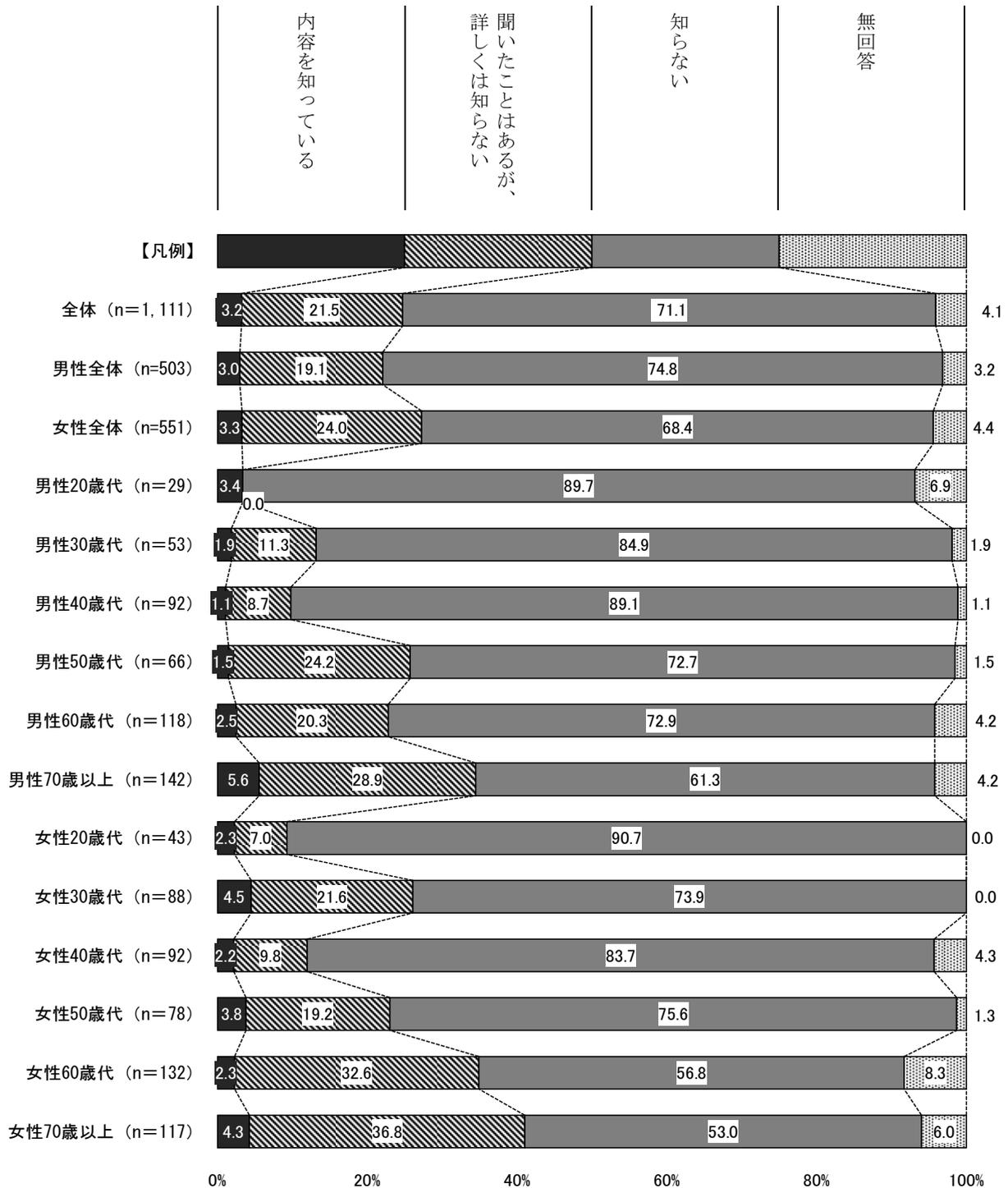
11 これからの四街道市や自分自身の取り組みについて

問 65 健康よつかいどう 21 について知っていますか。(○は1つ)

「知らない」が 71.1%と最も多く、「聞いたことはあるが、詳しくは知らない」が 21.5%、「内容を知っている」が 3.2%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、男女ともおおむね年代が高くなるほど「知らない」が少なくなっている。



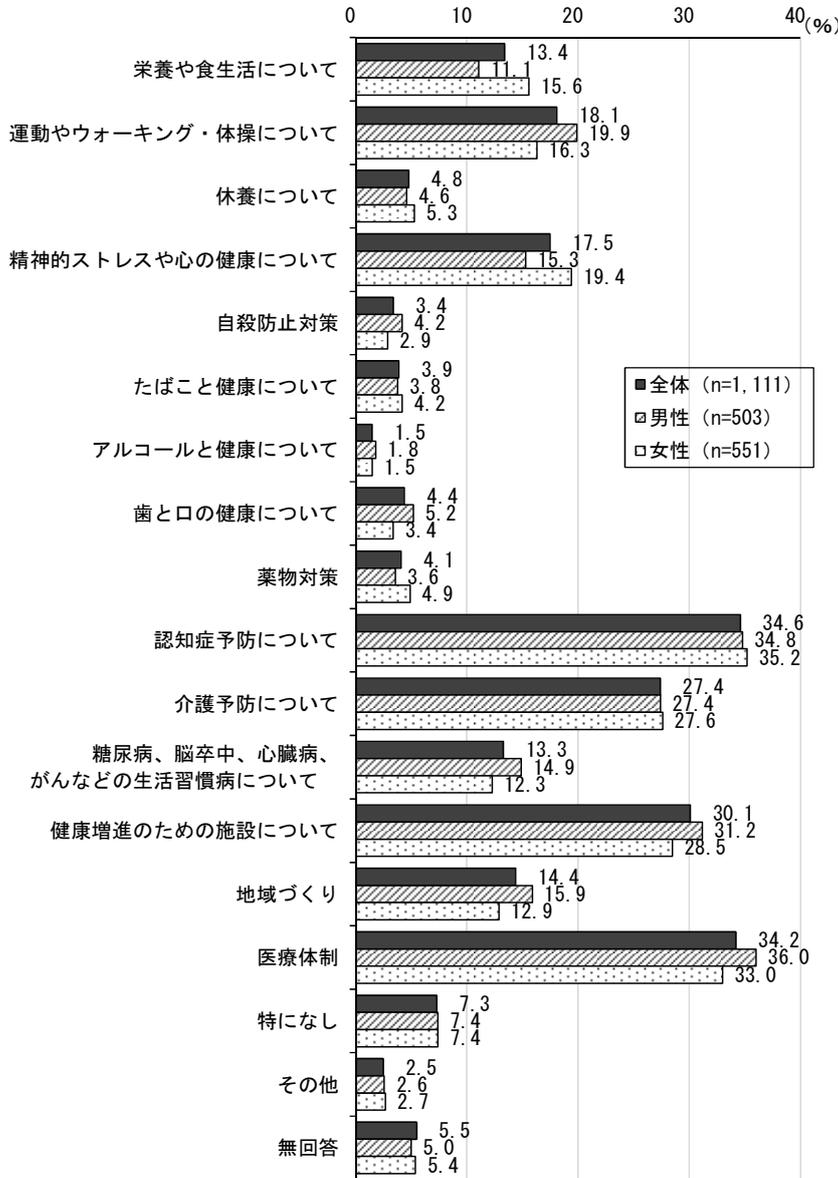
【一般市民調査】

問 66 健康づくりに関して四街道市に今後特に力を入れて欲しい取り組みは何ですか。(〇は3つまで)

「認知症予防について」が34.6%と最も多く、次いで「医療体制」が34.2%、「健康増進のための施設について」が30.1%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「健康増進のための施設について」が男性50歳代で43.9%と多い。



単位 (%)	サンプル数 (人)	栄養や食生活について	運動やウォーキング・体操について	休養について	精神的ストレスや心の健康について	自殺防止対策	たばこ健康について	アルコールと健康について	歯と口の健康について	薬物対策	認知症予防について	介護予防について	糖尿病、脳卒中、心臓病、がんなどの生活習慣病について	健康増進のための施設について	地域づくり	医療体制	特になし	その他	無回答
全体	1,111	13.4	18.1	4.8	17.5	3.4	3.9	1.5	4.4	4.1	34.6	27.4	13.3	30.1	14.4	34.2	7.3	2.5	5.5
男性20歳代	29	10.3	6.9	24.1	31.0	6.9	0.0	3.4	10.3	0.0	13.8	13.8	10.3	27.6	6.9	20.7	10.3	0.0	13.8
男性30歳代	53	15.1	11.3	9.4	18.9	13.2	9.4	3.8	5.7	7.5	26.4	26.4	15.1	20.8	22.6	37.7	9.4	1.9	3.8
男性40歳代	92	12.0	18.5	5.4	18.5	4.3	8.7	4.3	3.3	4.3	27.2	16.3	14.1	29.3	15.2	40.2	7.6	4.3	2.2
男性50歳代	66	9.1	15.2	1.5	13.6	3.0	3.0	1.5	6.1	6.1	30.3	24.2	19.7	43.9	15.2	42.4	6.1	1.5	3.0
男性60歳代	118	12.7	25.4	4.2	15.3	3.4	2.5	0.8	4.2	2.0	37.3	30.5	12.7	27.1	18.6	30.5	11.0	4.2	4.2
男性70歳以上	142	9.2	24.6	0.0	9.9	1.4	0.7	0.0	5.6	2.8	47.2	37.3	16.2	34.5	13.4	36.6	3.5	1.4	6.3
女性20歳代	43	27.9	14.0	20.9	23.3	18.6	7.0	2.3	7.0	11.6	14.0	25.6	4.7	18.6	18.6	34.9	7.0	4.7	0.0
女性30歳代	88	19.3	14.8	13.6	18.2	4.5	6.8	3.4	6.8	10.2	26.1	21.6	9.1	15.9	17.0	36.4	10.2	2.3	1.1
女性40歳代	92	9.8	13.0	5.4	10.9	2.2	2.2	2.2	3.3	1.1	25.0	21.7	14.1	39.1	16.3	34.8	8.7	4.3	5.4
女性50歳代	78	15.4	12.8	2.6	29.5	1.3	2.6	2.6	2.6	5.1	37.2	26.9	14.1	32.1	15.4	35.9	6.4	3.8	2.6
女性60歳代	132	15.9	25.0	0.8	18.2	0.0	5.3	0.0	2.3	3.0	43.2	29.5	18.2	28.8	7.6	30.3	6.1	2.3	8.3
女性70歳以上	117	12.8	13.7	0.0	20.5	0.9	2.6	0.0	1.7	3.4	47.9	35.9	8.5	30.8	9.4	29.9	6.8	0.9	8.5

【一般市民調査】

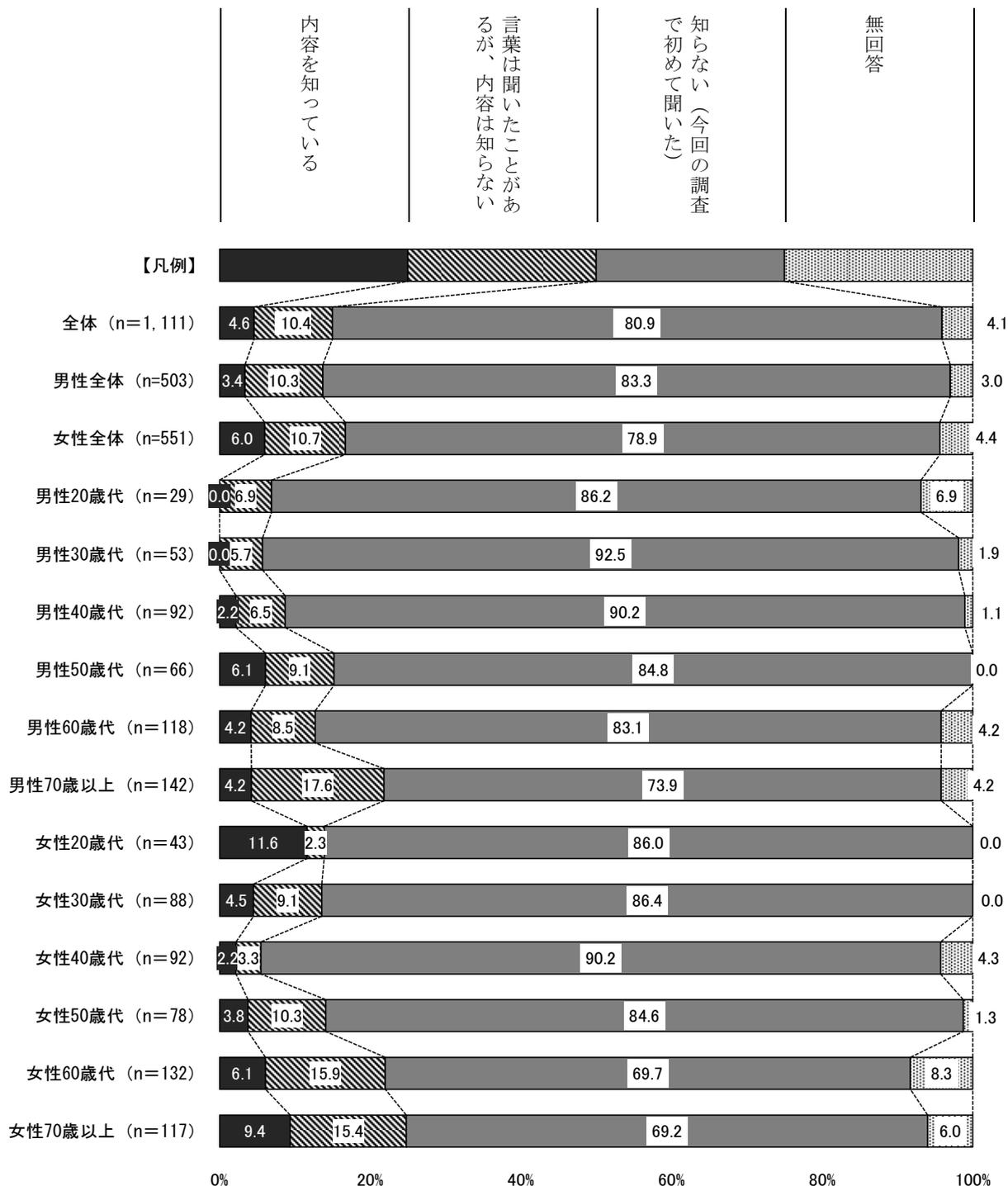
問 67 あなたは、「健康ポイント」制度※を知っていますか。(○は1つ)

※「健康ポイント」制度：運動したり、健康診断を受けたりすることで、ポイントを受け取り、商品券などに交換できる制度。

「知らない(今回の調査で初めて聞いた)」が80.9%と最も多く、次いで「言葉は聞いたことがあるが、内容は知らない」が10.4%、「内容を知っている」が4.6%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

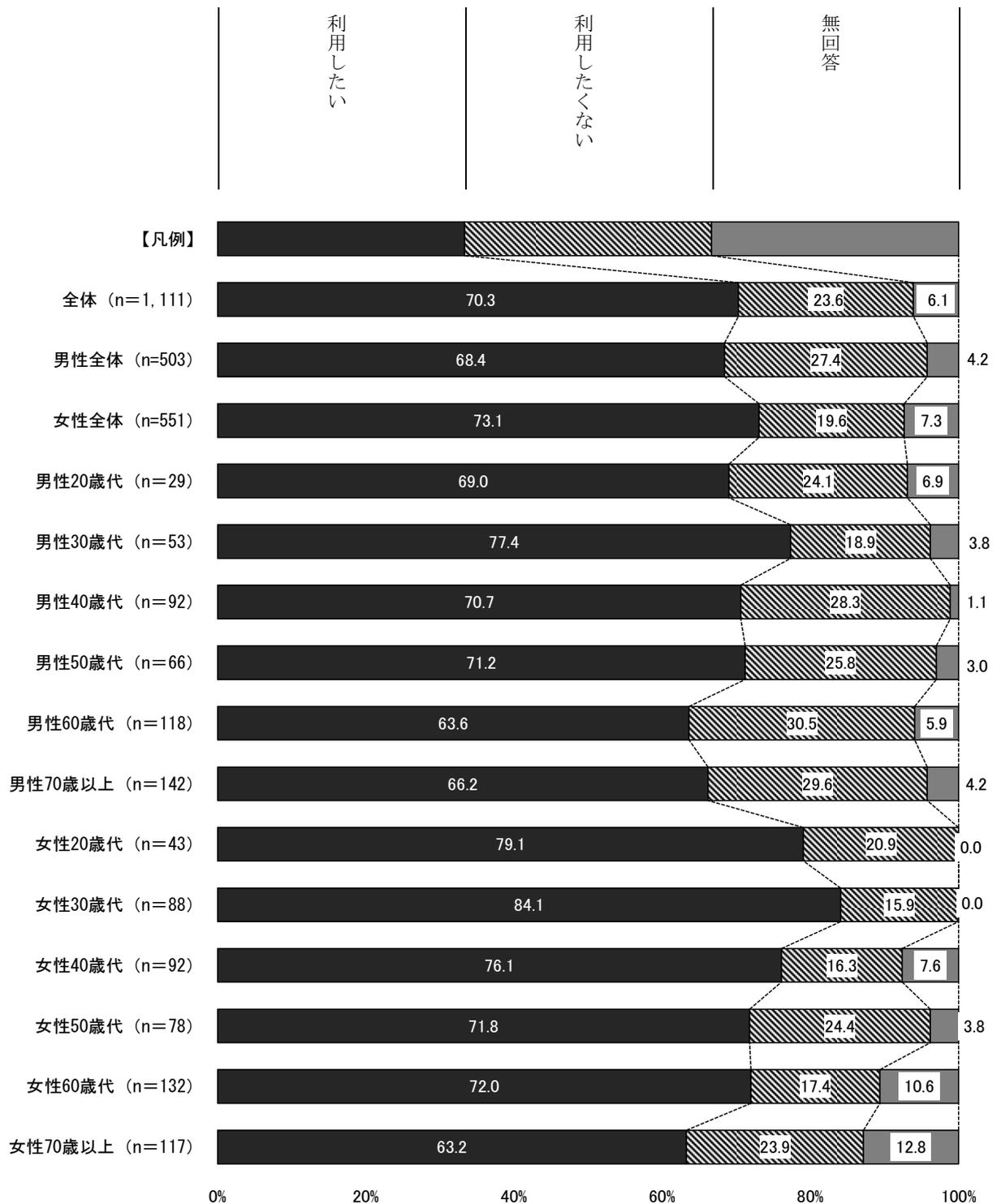
性年代別にみると、「内容を知っている」が女性20歳代で11.6%となっている。



【一般市民調査】

問 68 あなたは、「健康ポイント」があったら、利用したいですか。(〇は1つ)

「利用したい」が70.3%、「利用したくない」が23.6%となっている。
性別にみると、「利用したくない」が男性で27.4%と、女性に比べて多い。
性年代別にみると、「利用したくない」が男性60歳代で30.5%と多い。



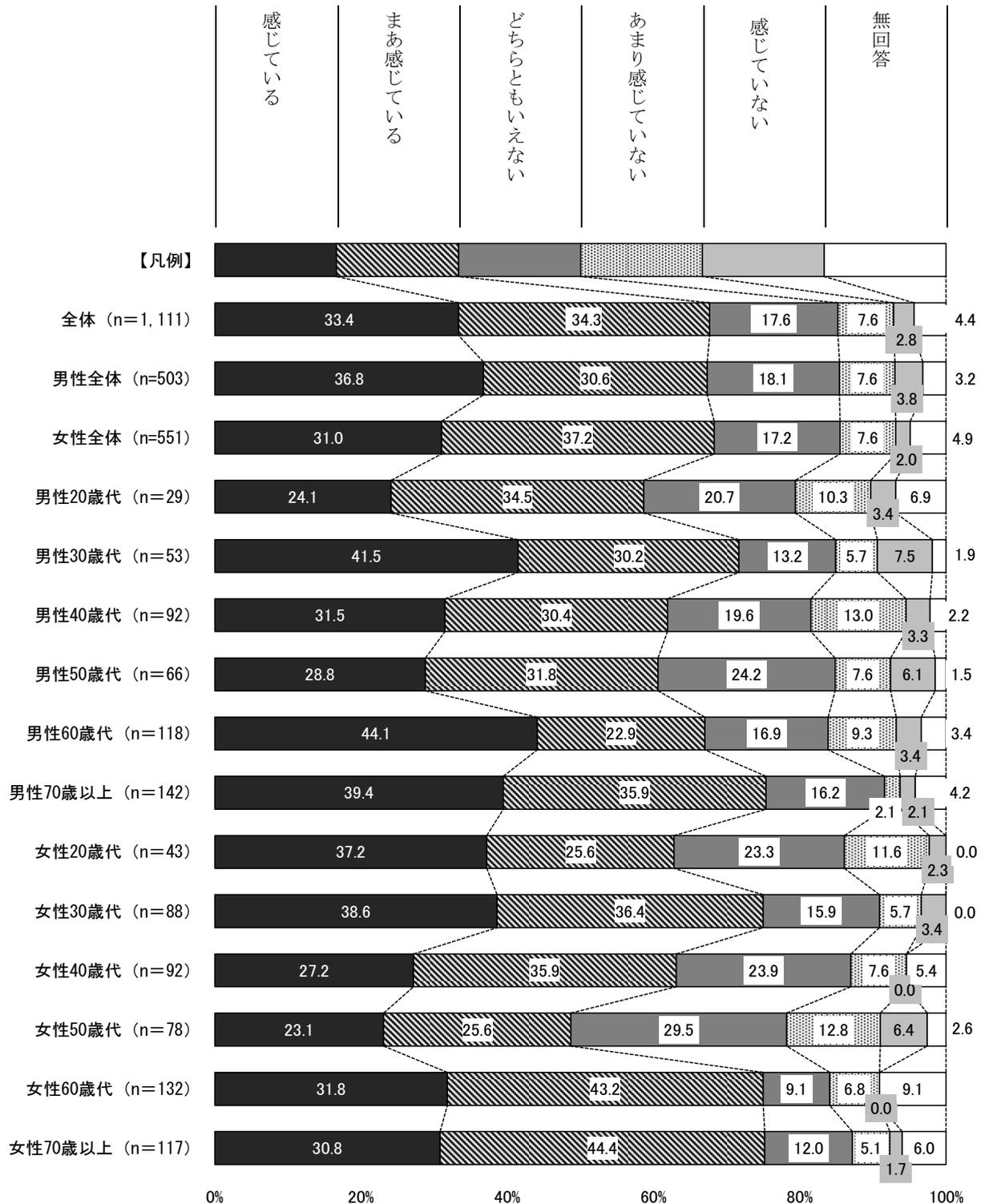
【一般市民調査】

問 69 あなたは、四街道市に愛着を感じていますか。(〇は1つ)

「感じている」と「まあ感じている」を合わせた“感じている”67.7%、「どちらともいえない」が17.6%、「あまり感じていない」と「感じていない」を合わせた“感じていない”が10.4%となっている。

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、“感じている”が男性30歳代、70歳以上、女性30歳代、60歳代、70歳以上で、7割を超えて多い。

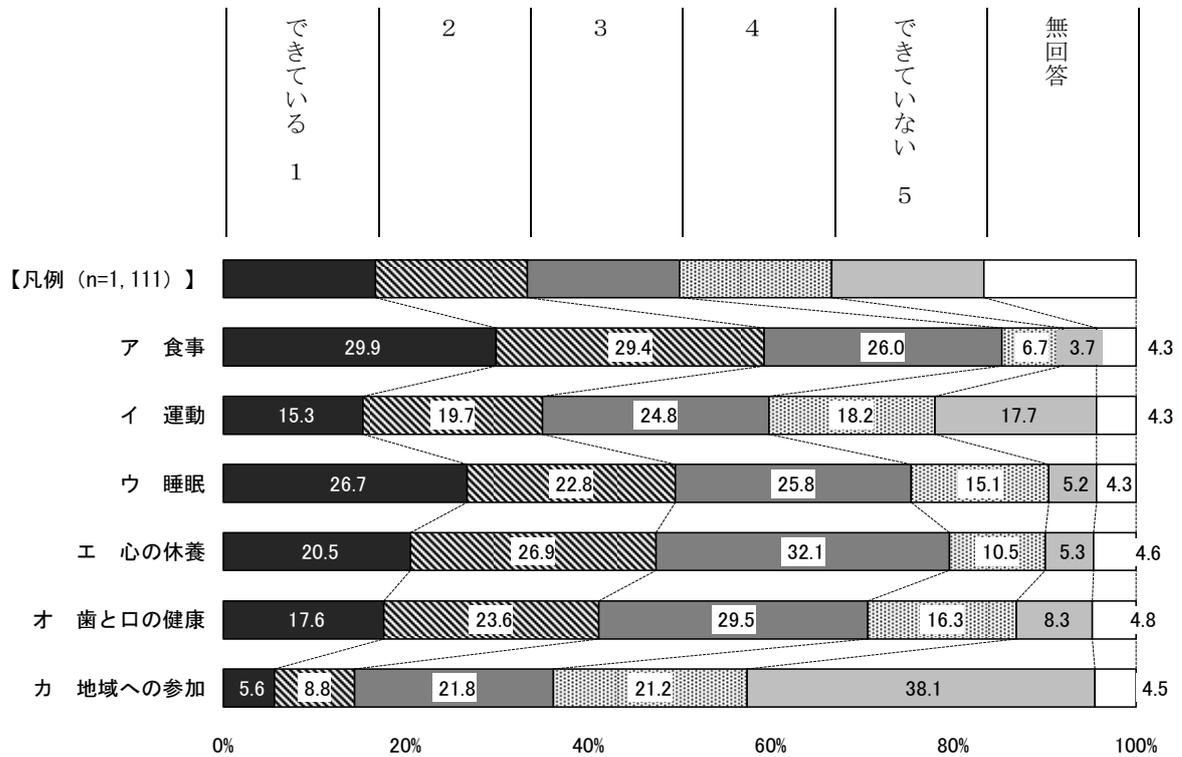


【一般市民調査】

問 70 最後に、あなたの「健康づくり」の取り組みは、どれくらいできていると思いますか。「できている」を1とし、「できていない」を5としますので、あてはまる番号に○をつけてください。
 (「ア」から「カ」についてそれぞれ○は1つ)

「できている 1」では、「ア 食事」が29.9%と最も多く、次いで「ウ 睡眠」で26.7%、「エ 心の休養」で20.5%となっている。

また、「できていない 5」は「カ 地域への参加」で38.1%、次いで「イ 運動」で17.7%と、他の項目に比べて多い。

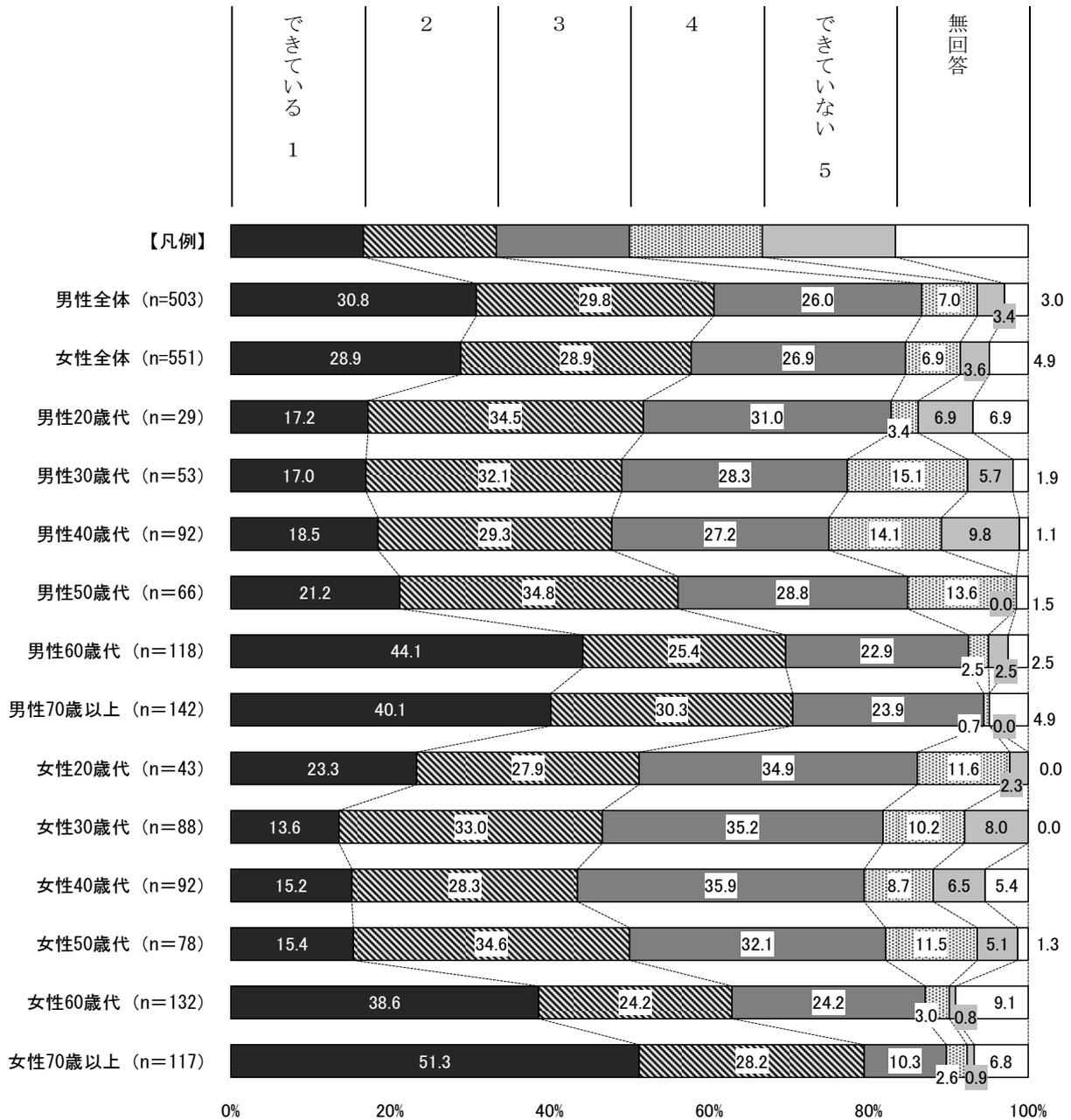


【一般市民調査】

ア 食事

性別にみると、大きな違いは見られない。

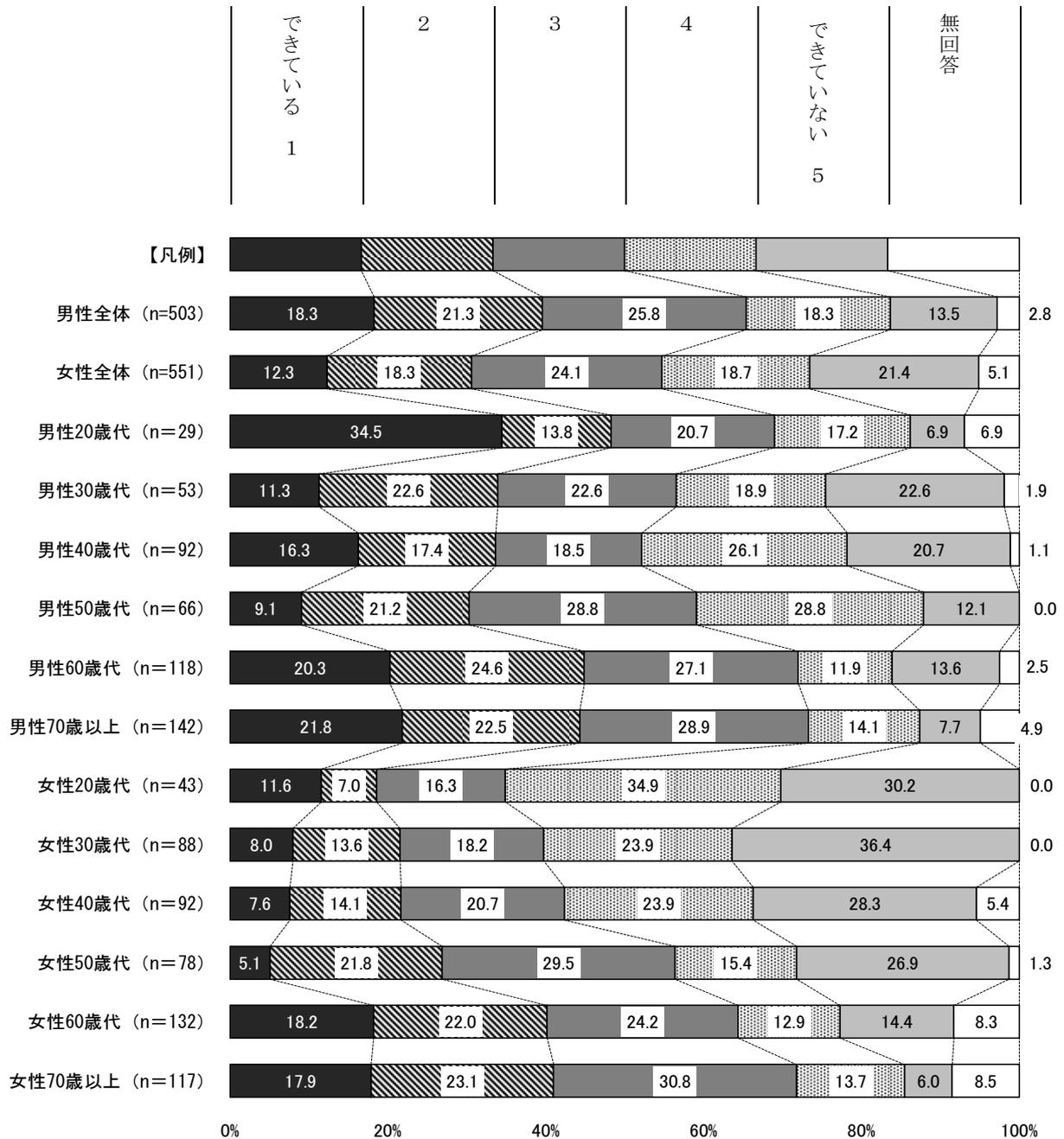
性年代別にみると、男女ともおおむね年代が高くなるほど「できている 1」が多い。



【一般市民調査】

イ 運動

性別にみると、「できている 1」と「2」を合計した“できている”が女性に比べて男性で多い。
 性年代別にみると、「できている 1」が男性20歳代で34.5%となっている。

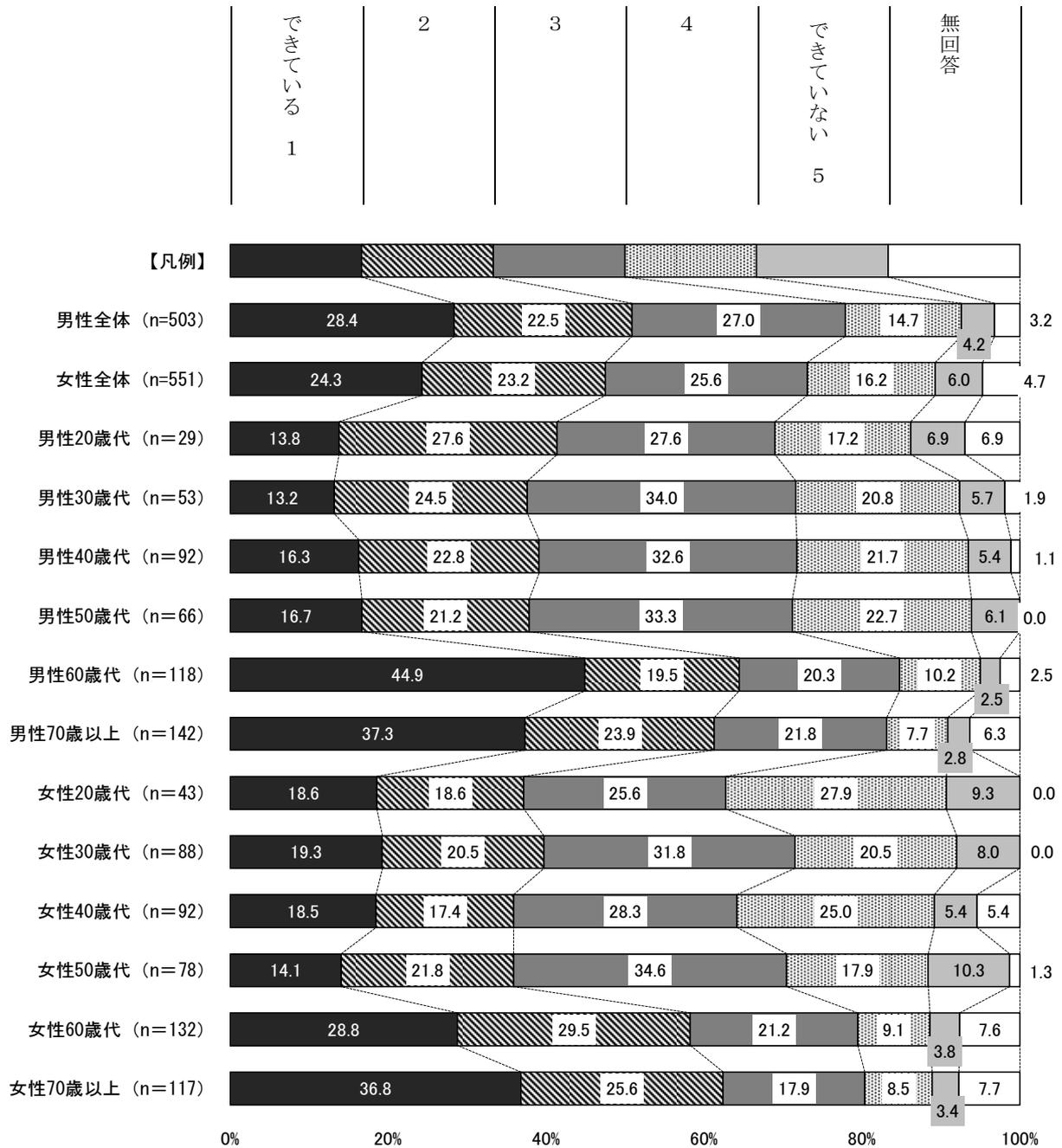


【一般市民調査】

ウ 睡眠

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「できている 1」が男女ともに 60 歳代以上で多い。

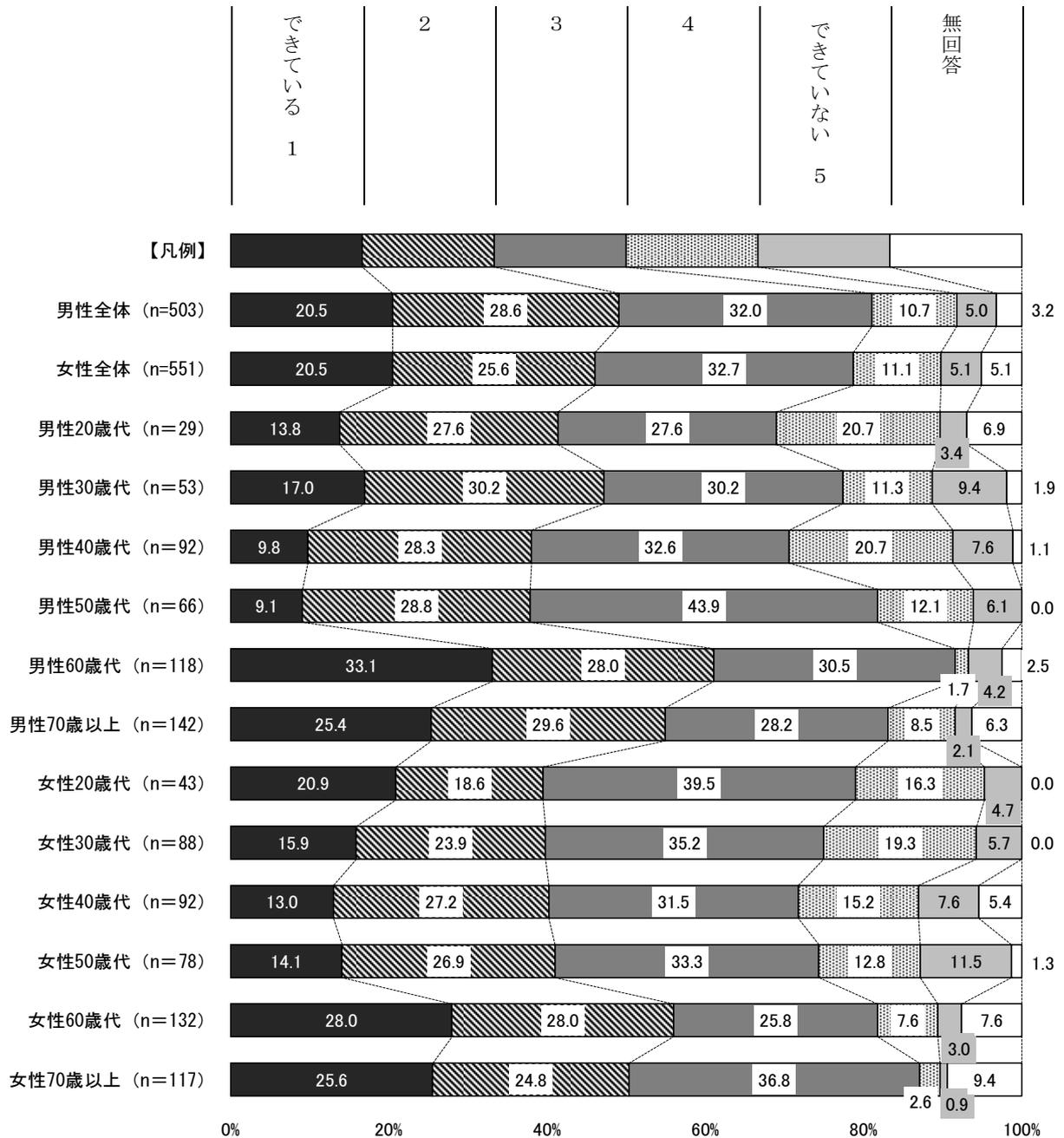


【一般市民調査】

エ 心の休養

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「できている 1」が男女ともに60歳代以上で多い。

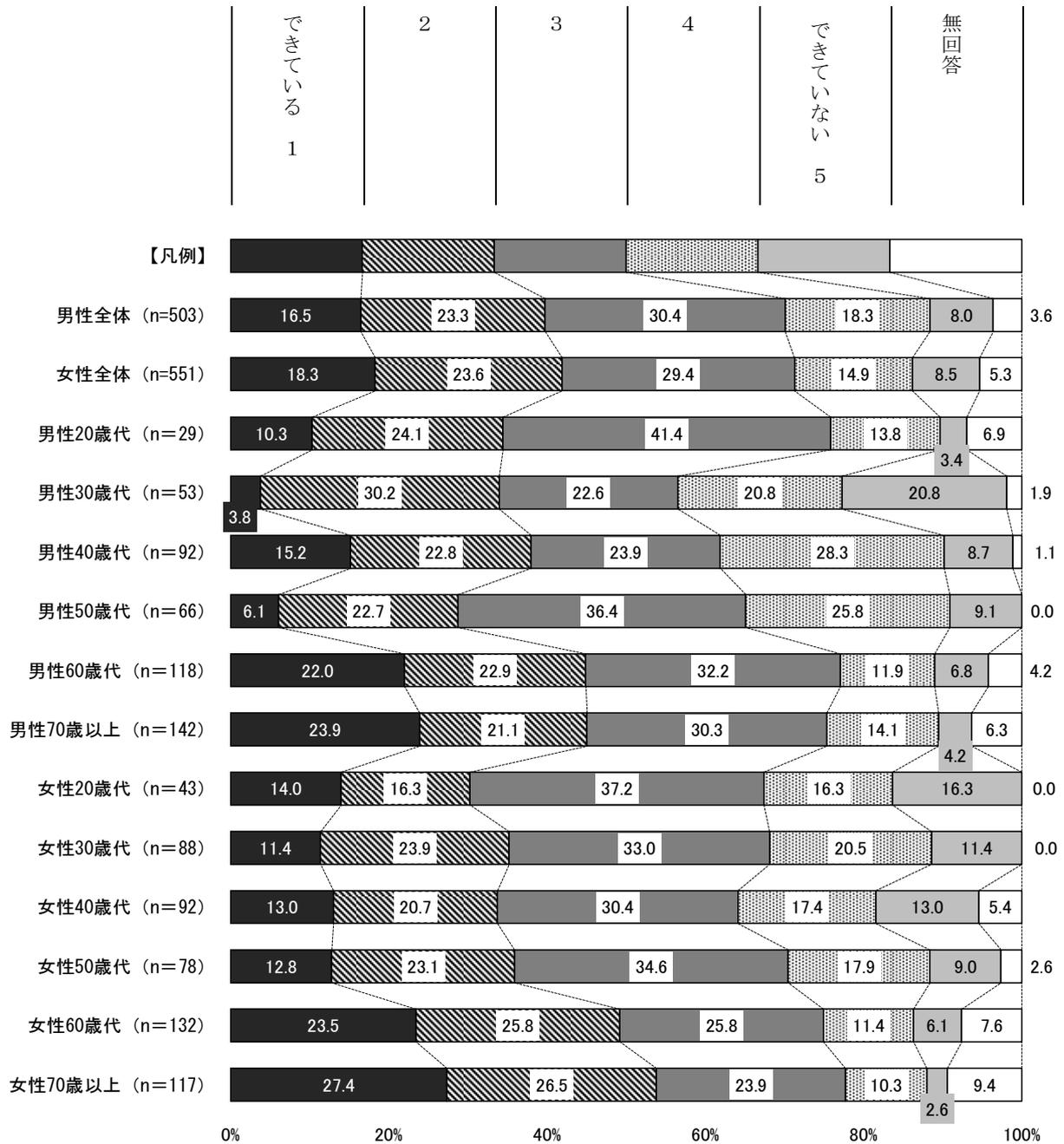


【一般市民調査】

オ 歯と口の健康

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「できている 1」が男女ともに60歳代以上で多い。



【一般市民調査】

カ 地域への参加

性別にみると、大きな違いは見られない。

性年代別にみると、「できていない 5」がすべての年代で多い。また、「できている 1」が男性70歳以上で9.2%、女性70歳以上で10.3%と多い。

