

第4章 アンケート結果のまとめ

1. 健康に関するアンケート結果

■ 調査の目的

「健康に関するアンケート調査」は、本計画の策定に当たり、子どもから高齢者までの幅広い年代層のデータを集め、生活習慣の実態、健康に関する意識や行動を把握し、計画の基礎資料とするとともに、前期計画で設定した目標値の経年比較を通して第3次計画の最終評価を行うことを目的としています。

■ 調査方法

調査対象者	1歳児～小学3年生の子を持つ20歳以上の保護者	1歳児から小学3年生の子を持つ保護者を無作為に抽出し、郵送で配布・回収
	小学6年生・ 中学2年生	町立小学校及び中学校に在籍する全小学6年生と中学2年生を対象に、各学校を通じて配布・回収
	20歳以上の住民	上記1歳児から小学3年生の子を持つ20歳以上の保護者を除き、各年代別の配布数に大きな偏りが出ないように、抽出を行い郵送で配布・回収

■ 回収結果

対象		期間	配布数	回収数	回収率
幼児及び 小学校低学年	1歳児～ 小学3年生	令和6年6月11日～ 令和6年6月24日	600	224	37.3%
小中学生	小学6年生	令和6年6月11日～ 令和6年6月28日	810	680	84.0%
	中学2年生	令和6年6月11日～ 令和6年6月28日			
20歳以上	20歳以上住民	令和6年6月11日～ 令和6年6月24日	1,600	691	43.2%
	1歳児～ 小学3年生保護者	令和6年6月11日～ 令和6年6月24日	600	224	37.3%

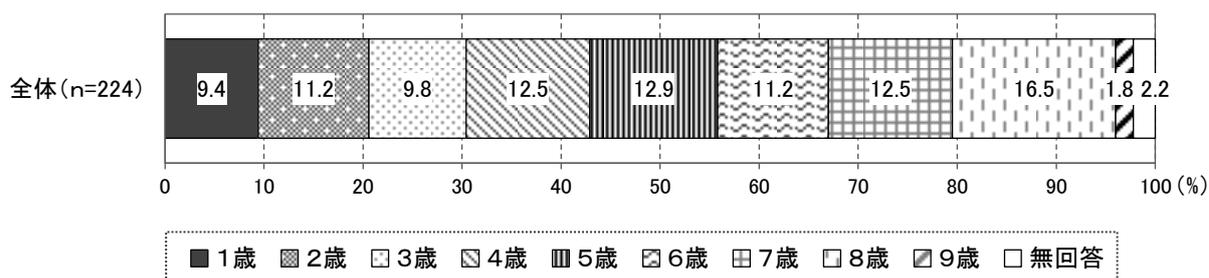
■ 調査結果の見方

- ・20歳以上住民調査及び1歳児から小学3年生の子を持つ20歳以上の保護者調査の「20歳以上の方への調査設問」を合算して集計を行っています。
- ・比率は全て百分率(%)で表し、小数点以下第2位を四捨五入して算出しています。したがって、合計が100%を上下する場合があります。
- ・基数となるべき実数は、“n=〇〇〇”として掲載し、各比率はnを100%として算出しています。(回答者総数または該当者数)
- ・質問の終わりに【複数回答可】とある問は、1人の回答者が2つ以上の回答を出してもよい問であるため、各回答の合計比率は100%を超える場合があります。
- ・文中、グラフ中の設問カテゴリー(選択肢)の文言は、一部簡略化する場合があります。

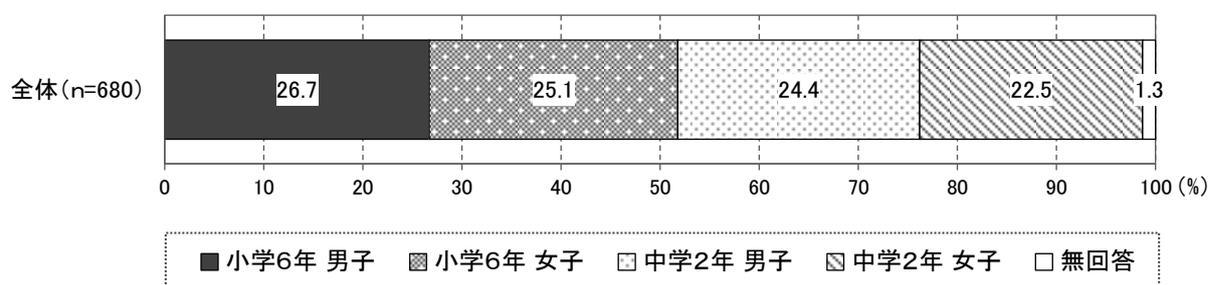
【回収内訳】

- ・ 幼児及び小学校低学年では、「8歳」が16.5%と最も高く、次いで、「5歳」（12.9%）、「4歳」・「7歳」（12.5%で同率）の順となった。
- ・ 小中学生では、「小学6年 男子」が26.7%と最も高く、次いで、「小学6年 女子」（25.1%）、「中学2年 男子」（24.4%）の順となった。
- ・ 20歳以上では「70歳代」が23.0%と最も高く、次いで、「40歳代」（19.9%）、「60歳代」（16.6%）の順となった。

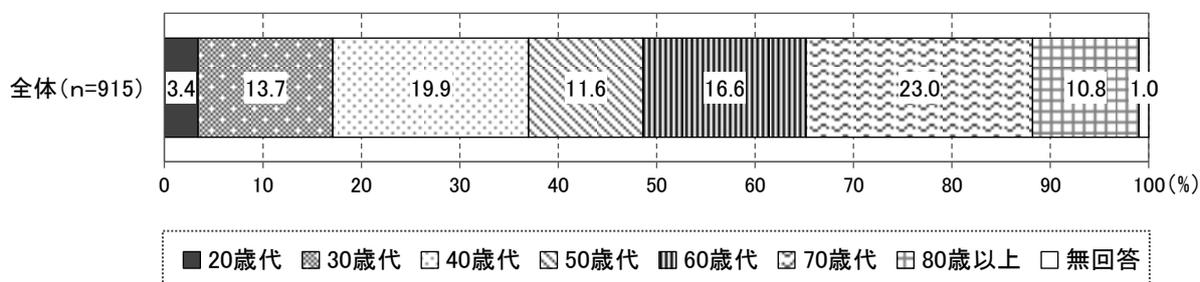
幼児及び小学校低学年



小中学生



20歳以上



次ページ以降、分野別の指標達成状況を中心に、前期計画策定時実施のアンケート結果と比較してアンケート結果を抜粋し、進捗を図ることとします。

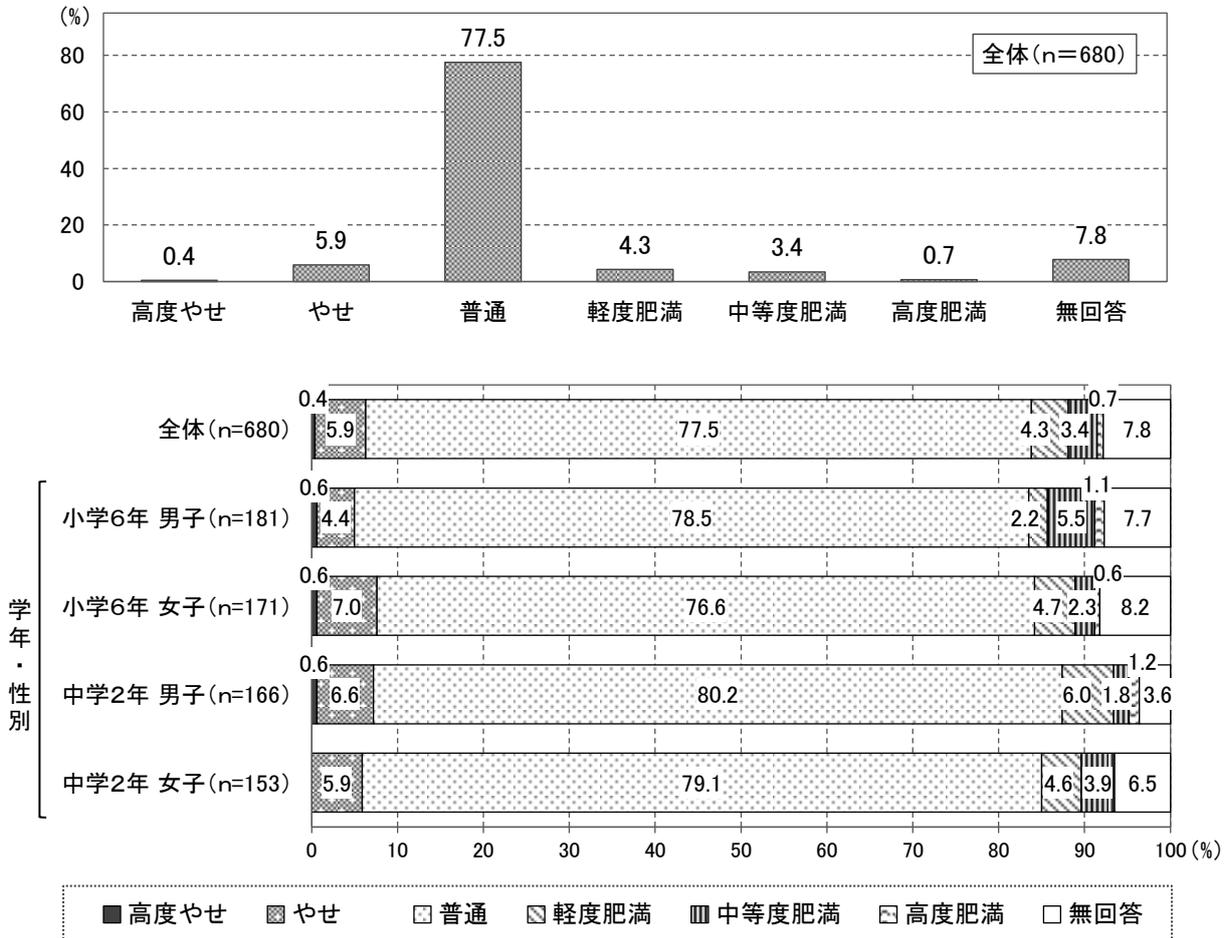
なお、前回調査と比較ができない場合はその旨を明記しています。

質問内容

あなたの身長と体重についてお答えください。
 ※20歳以上については、妊娠中の方は妊娠前の体重をご記入ください。

小中学生 肥満度

・身長・体重から算出した肥満度を見ると、「普通」が77.5%と最も高く、次いで、「やせ」(5.9%)、「軽度肥満」(4.3%)の順となった。



肥満度（過体重度）の計算式

公益財団法人日本学校保健会

$$\text{肥満度} = \left[\text{実質体重 (kg)} - \text{身長別標準体重* (kg)} \right] \div \text{身長別標準体重* (kg)} \times 100 (\%)$$

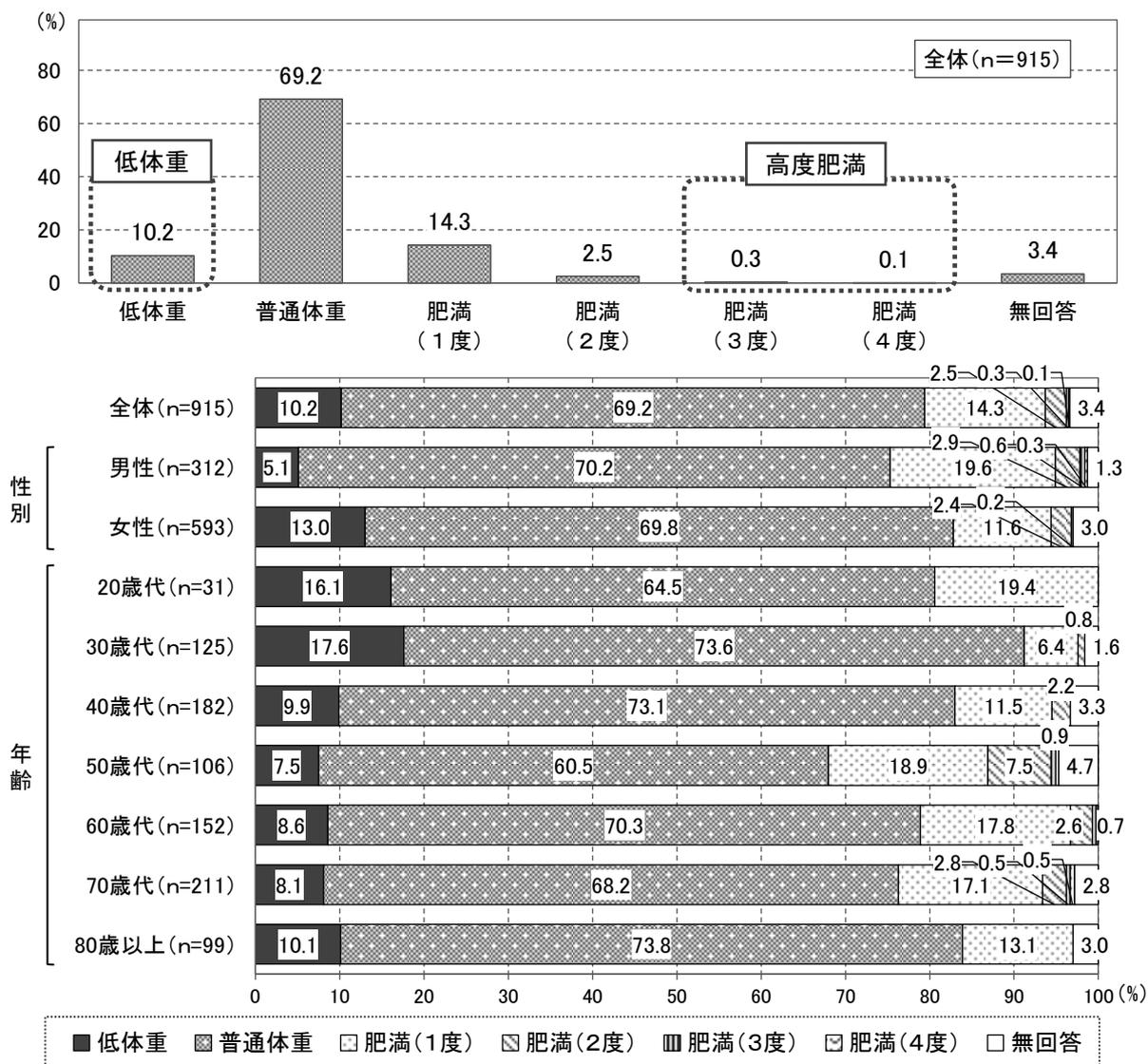
肥満度	判定	肥満度	判定
-30%以下	高度やせ	20~30%未満	軽度肥満
-30超~-20%以下	やせ	30~50%未満	中等度肥満
-20超~+20%未満	普通	50%以上	高度肥満

$$\text{*身長別標準体重 (kg)} = a \times \text{実測身長 (cm)} - b$$

年齢	男		女	
	a	b	a	b
11	0.782	75.106	0.803	78.846
13	0.815	81.348	0.655	54.234

20歳以上住民 肥満度（BMI）

- ・身長・体重から算出した肥満度（BMI）は、性別で見ると、「低体重」では、女性が13.0%と男性（5.1%）より高く、「肥満」では、男性が23.4%と女性（14.2%）より高くなった。
- ・年齢層別で見ると、他の年齢層と比べて、20～30歳代で「低体重」の割合が高く、50歳代で「肥満」の割合が高い。



肥満度（BMI）の計算式

（一社）日本肥満学会

$$\text{BMI} = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (m)} \div \text{身長 (m)}$$

BMI	判定	BMI	判定
18.5 未満	低体重	30～35 未満	肥満（2度）
18.5～25 未満	普通体重	35～40 未満	肥満（3度）
25～30 未満	肥満（1度）	40 以上	肥満（4度）

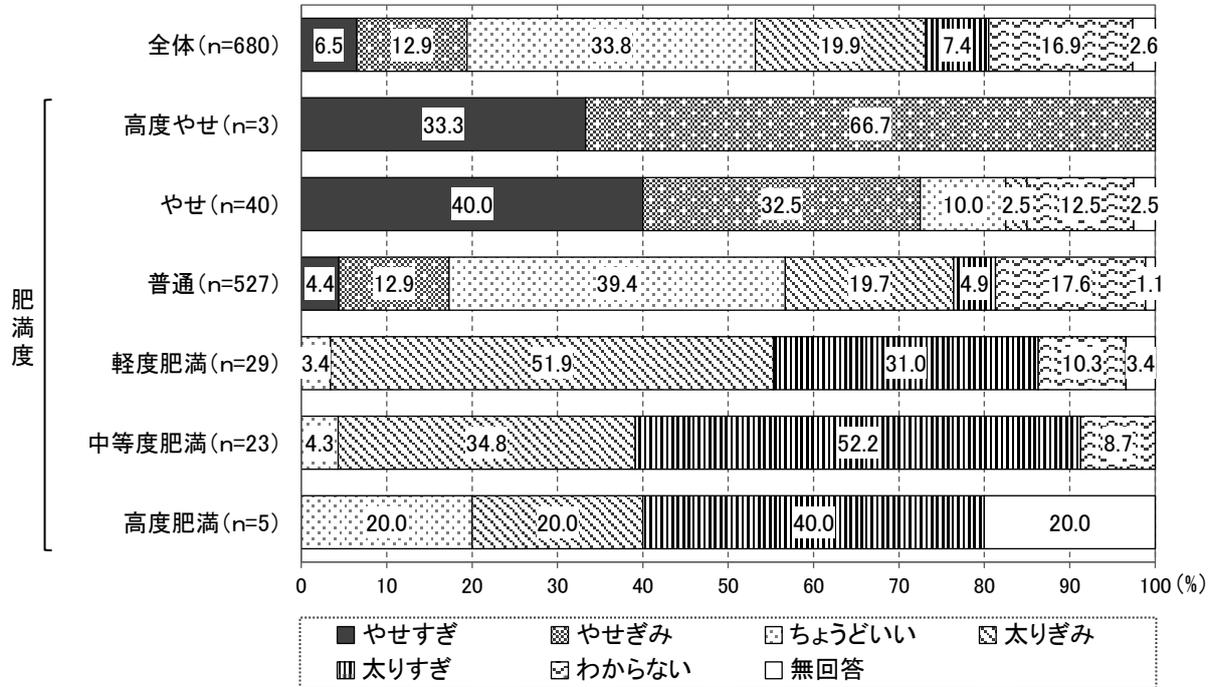
※加齢に伴う高齢者の低栄養（BMI 20 以下）は虚弱の原因となり、要介護状態や死亡のリスクを高めるため、注意が必要です。

【参考】自身の体型は次のうちどれに当てはまるとお思いますか。

肥満度・BMI×自身の体型は次のうちどれに当てはまるとお思いますか

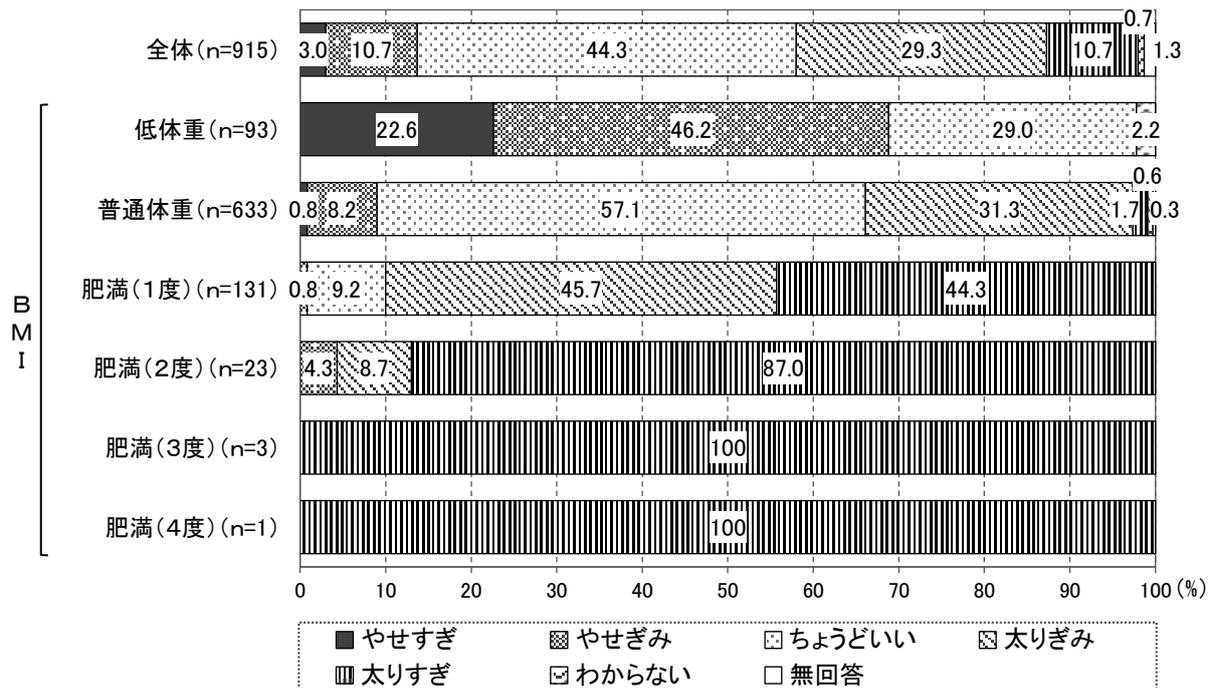
小中学生

- ・肥満度で見ると、自身の体型が「ちょうどいい」と回答している割合は、やせで10.0%、普通体重で39.4%、軽度肥満で3.4%、中等度肥満で4.3%、高度肥満で20.0%となった。



20歳以上

- ・BMIで見ると、自身の体型が「ちょうどいい」と回答している割合は、低体重で29.0%、普通体重で57.1%、肥満（1度）で45.7%となった。



※前回調査には同様の設問設定はありませんでした。

【1. 栄養・食生活（食育推進計画）】

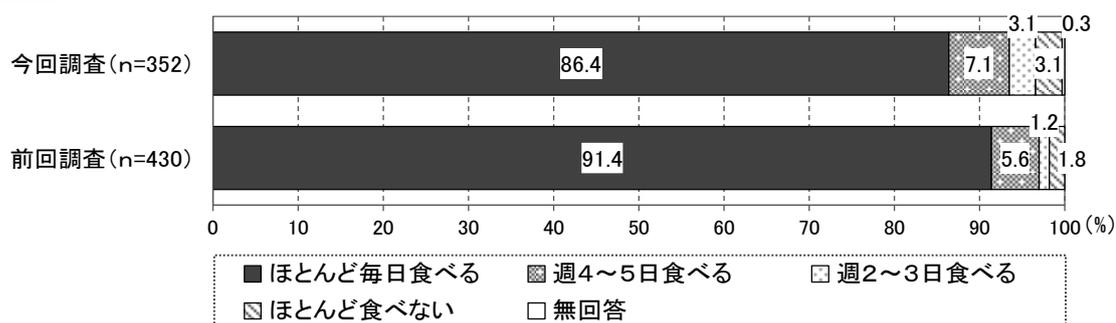
質問内容

朝食を食べますか。

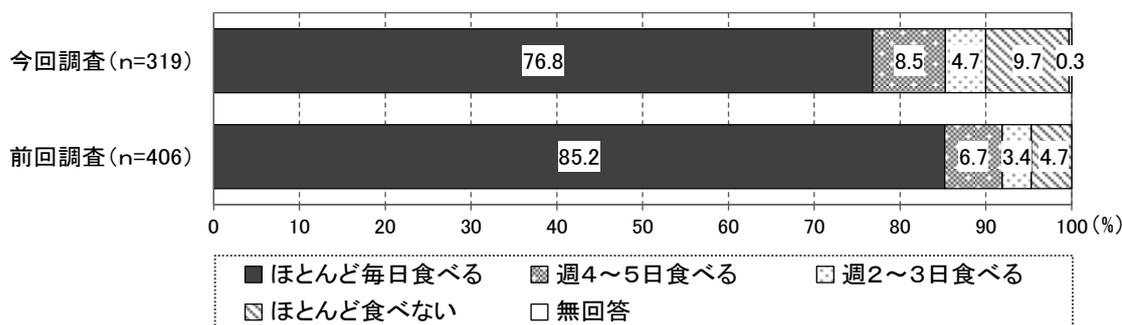
※前回調査時の「週2～3日食べない」「週4～5日食べない」はそれぞれ読み替えた。

- ・小学6年生と中学2年生で見ると、「ほとんど毎日食べる」と答えた割合は、前回調査時の小学6年生 91.4%、中学2年生 85.2%から今回調査時の小学6年生 86.4%、中学2年生 76.8%と悪化。
- ・20～30歳代で見ると、「ほとんど毎日食べる」と答えた割合は、前回調査時の20歳代 58.2%、30歳代 89.1%から今回調査時の20歳代 58.0%、30歳代 83.2%と悪化。

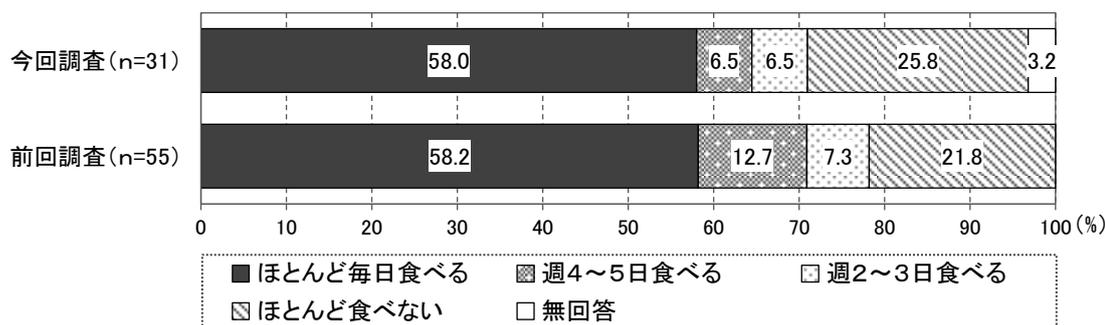
小学6年生



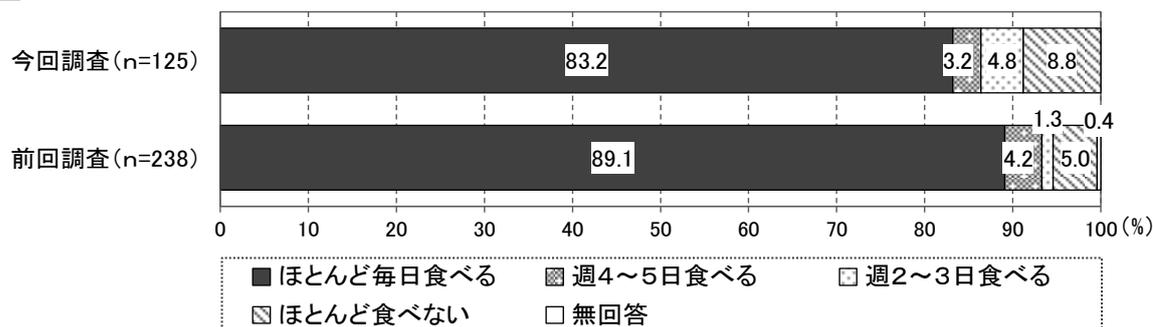
中学2年生



20歳代



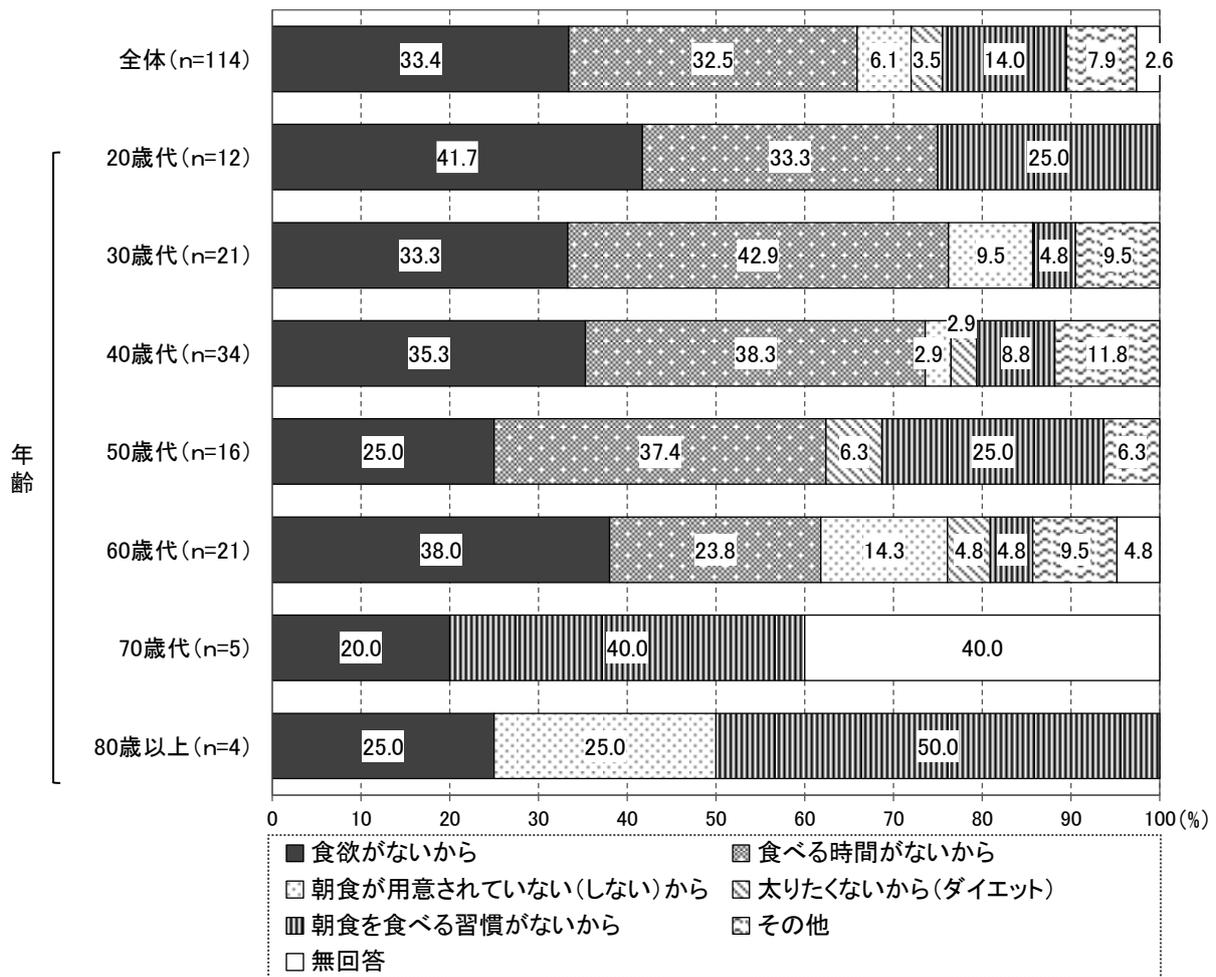
30歳代



質問内容

◆「朝食を食べますか。」で「2.」～「4.」（「ほとんど毎日食べる」以外）と答えた方。
朝食を毎日食べない理由は何ですか。

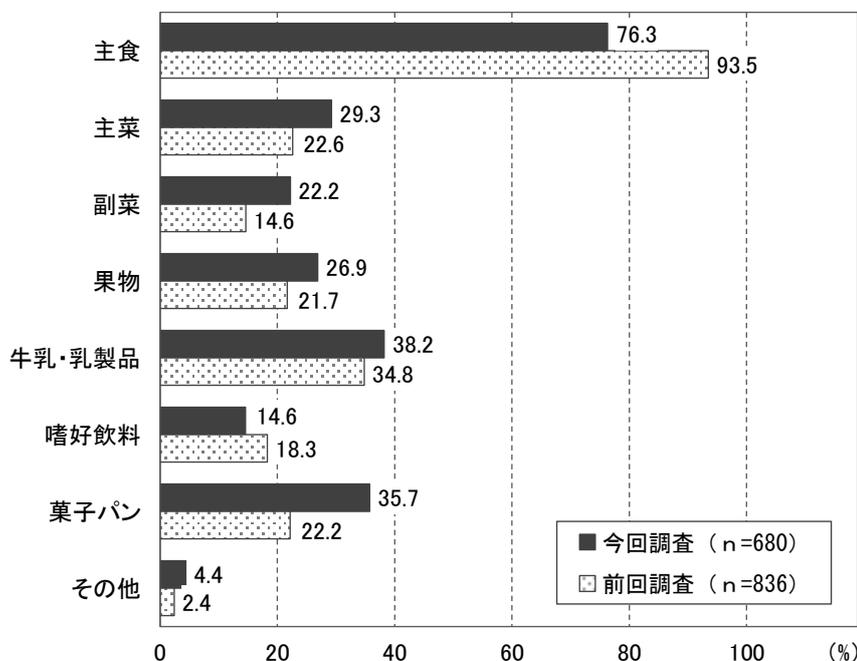
- ・20歳以上の住民で見ると、前回調査時は「食欲がない」が35.7%と最も高く、次いで、「食べる時間がない」（28.6%）、「朝食を食べる習慣がない」（15.5%）の順となっており、今回調査時においては、「食欲がないから」が33.4%と最も高く、次いで、「食べる時間がないから」（32.5%）、「朝食を食べる習慣がないから」（14.0%）の順となっている。
- ・年齢層別で見ると、20歳～60歳代にかけて、「食欲がないから」・「食べる時間がないから」が、理由の半数以上を占めている。
- ・前回調査と比べて、「太りたくない（ダイエット）」・「朝食を食べる習慣がない」を理由とする朝食の欠食率はやや改善。



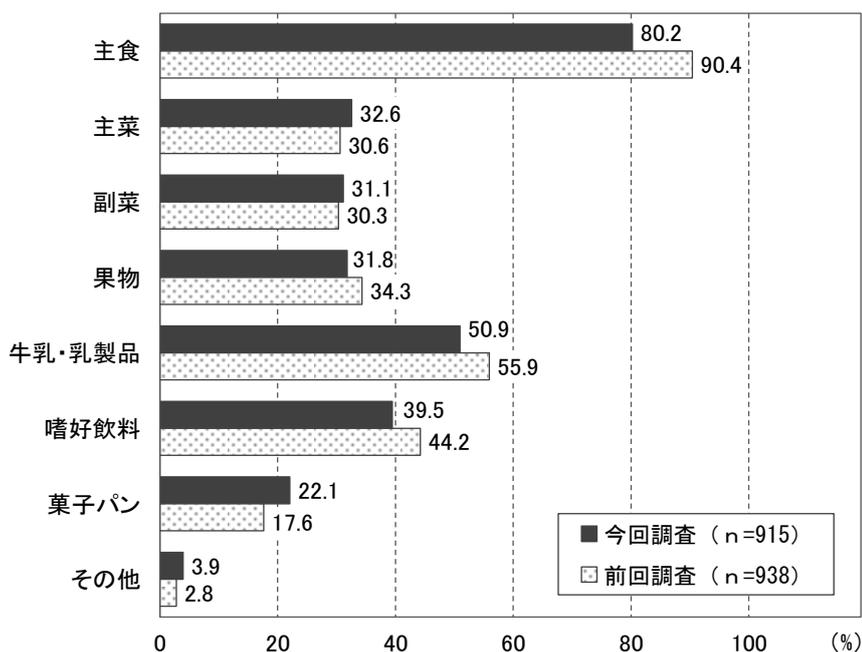
前回調査	年齢	食欲がない	食べる時間がない	朝食が用意されていない(しない)	太りたくない(ダイエット)	朝食を食べる習慣がない	その他
	20歳代	21.7	43.5	4.3	0.0	17.4	13.0
	30歳代	44.0	24.0	4.0	8.0	4.0	16.0
	40歳代	38.5	30.8	0.0	7.7	23.1	0.0
	50歳代	40.0	30.0	0.0	10.0	10.0	10.0
	60歳代	45.5	9.1	0.0	9.1	18.2	18.2
	70歳以上	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0
	全体	35.7	28.6	2.4	6.0	15.5	11.9

質問内容 朝食の内容【複数回答可】

- ・小中学生で見ると、前回調査時は「主食」が93.5%と最も高く、次いで、「牛乳・乳製品」(34.8%)、「主菜」(22.6%)の順となっており、今回調査時には、「主食」が76.3%と最も高く、次いで、「牛乳・乳製品」(38.2%)、「菓子パン」(35.7%)の順となっている。
- ・前回調査時と比較して、主菜・副菜の摂取割合は改善。



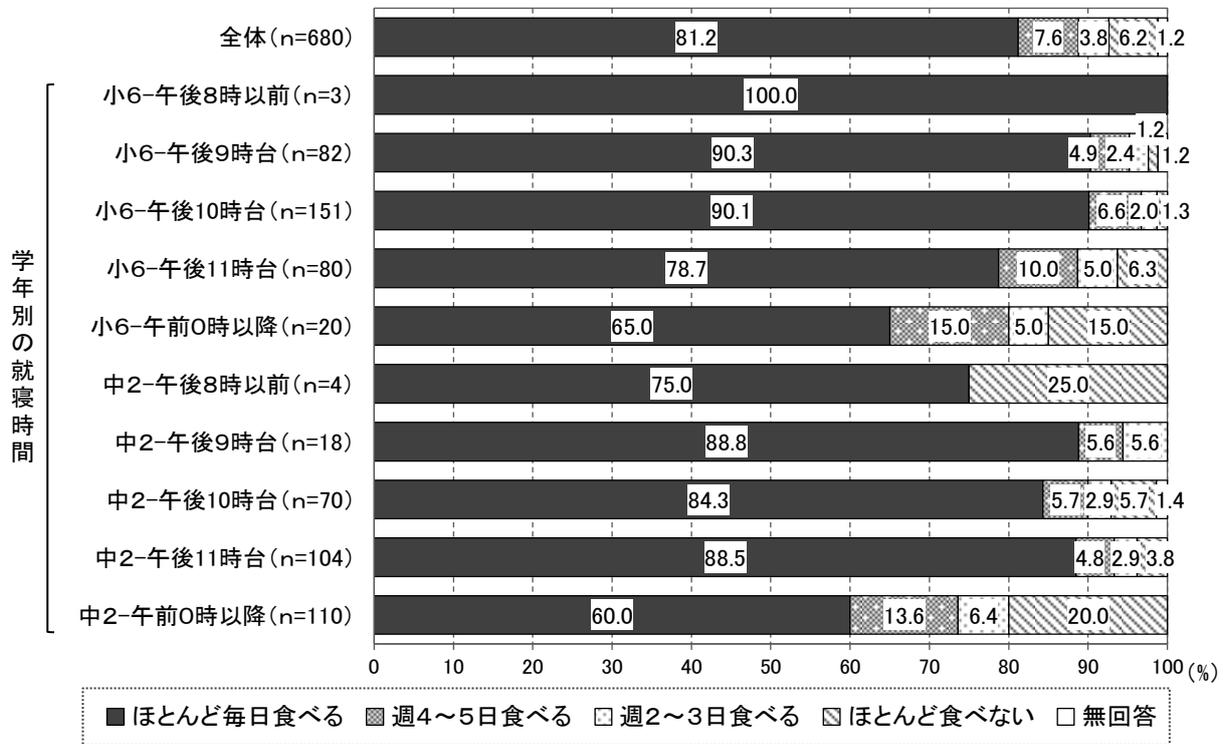
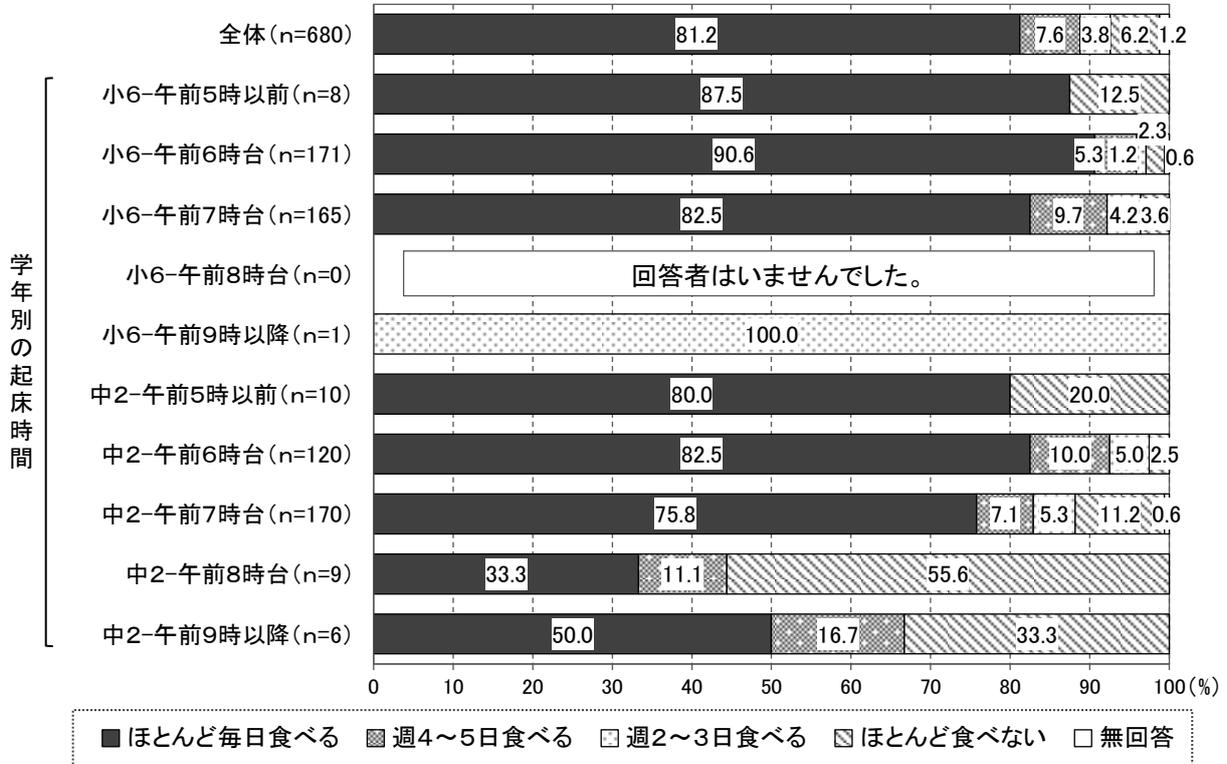
- ・20歳以上の住民で見ると、前回調査時は「主食」が90.4%と最も高く、次いで、「牛乳・乳製品」(55.9%)、「嗜好飲料」(44.2%)の順となっており、今回調査時には同様に、「主食」が80.2%と最も高く、次いで、「牛乳・乳製品」(50.9%)、「嗜好飲料」(39.5%)の順となっている。
- ・前回調査時と比較して、主菜・副菜の摂取割合は改善。



【参考】朝食の喫食と児童・生徒の睡眠時間及び成人の主食・主菜・副菜の摂取との相関関係

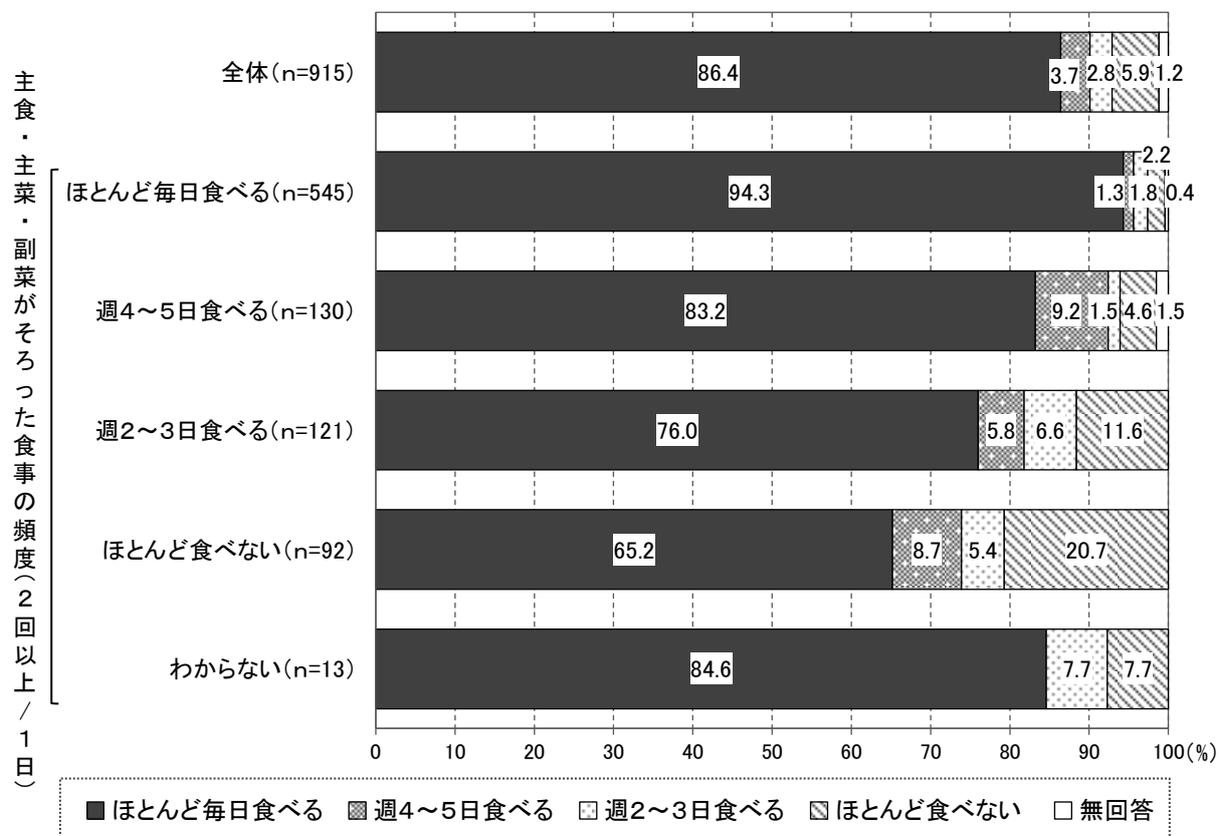
朝食を食べますか×起床時間・就寝時間

小中学生



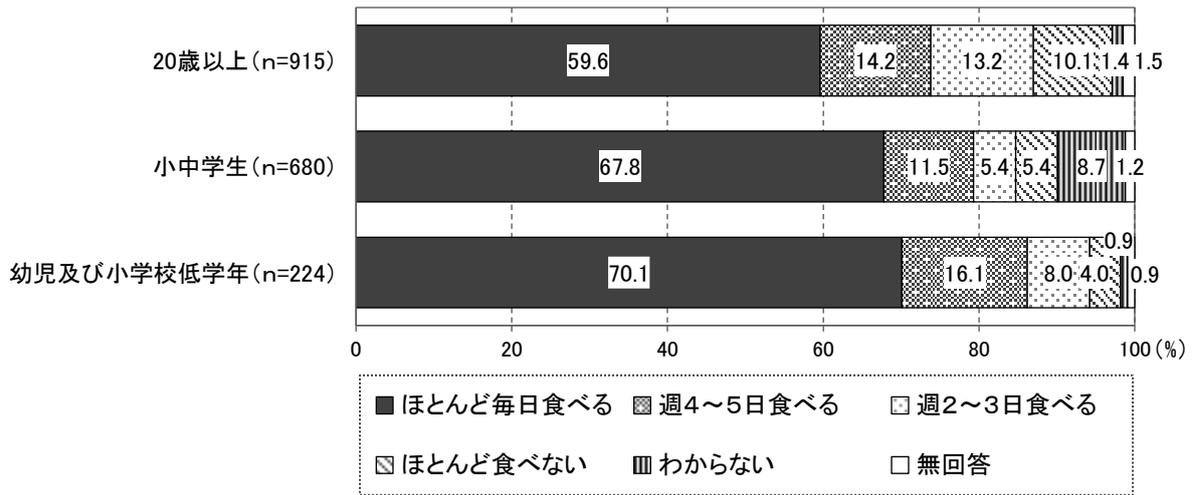
朝食を食べますか×主食・主菜・副菜を3つそろえる食事を1日2回以上食べますか

20歳以上



質問内容 主食・主菜・副菜を3つそろえた食事を1日2回以上食べますか。

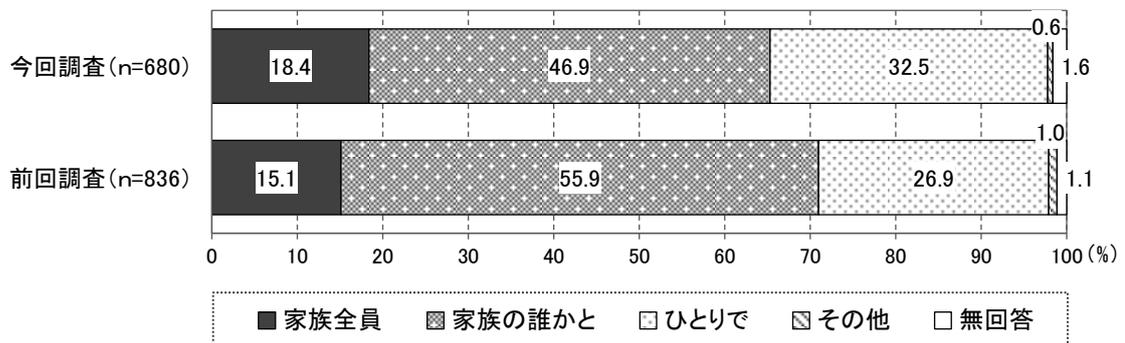
- ・20歳以上の住民で見ると、「ほとんど毎日食べる」が59.6%と最も高く、次いで、「週4～5日食べる」(14.2%)、「週2～3日食べる」(13.2%)の順となった。
- ・小中学生で見ると、「ほとんど毎日食べる」が67.8%と最も高く、次いで、「週4～5日食べる」(11.5%)、「わからない」(8.7%)の順となった。
- ・幼児及び小学校低学年で見ると、「ほとんど毎日食べる」が70.1%と最も高く、次いで、「週4～5日食べる」(16.1%)、「週2～3日食べる」(8.0%)の順となった。



※前回調査には同様の設問設定はありませんでした。

質問内容 普段、①朝ごはんを誰と一しょに食事をすることが多いですか。

- ・小中学生で見ると、「ひとりで」は、前回調査時の26.9%から、今回調査時の32.5%と悪化。

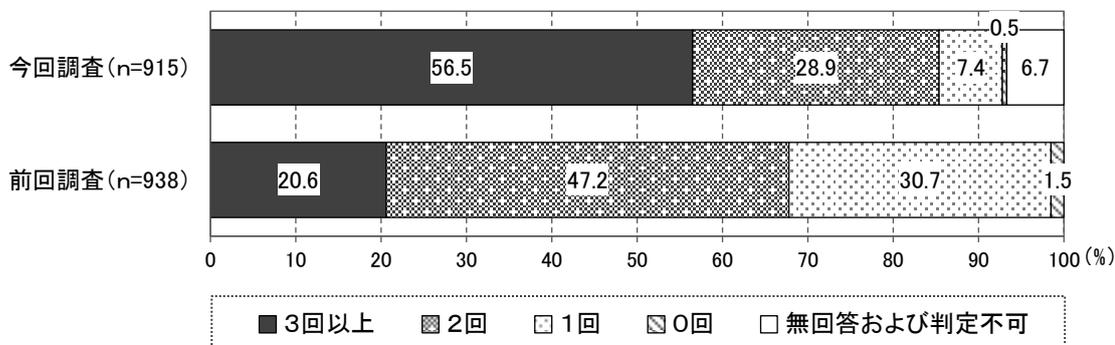


質問内容

普段、1日何回野菜を食べますか。

※今回調査は3設問を合算したことにより「判定不可」あり

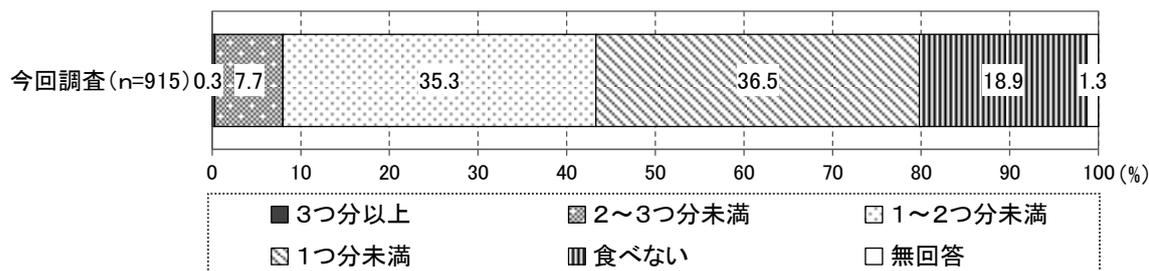
- ・20歳以上の住民で見ると、「3回以上」は、前回調査時の20.6%から、今回調査時の56.5%と改善。



質問内容

あなたは普段、果物をどの程度食べていますか。

- ・20歳以上の住民で見ると、「1～2つ分未満」が35.3%と最も高く、次いで、「1つ分未満」(36.5%)、「食べない」(18.9%)の順となっている。

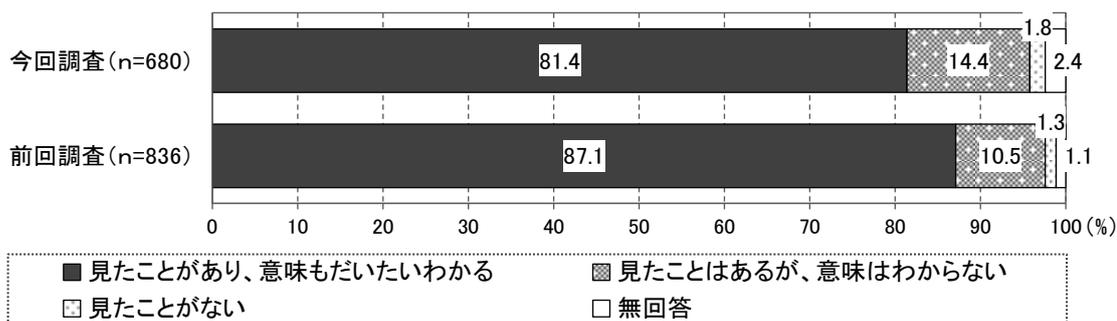


※前回調査には同様の設問設定はありませんでした。

質問内容

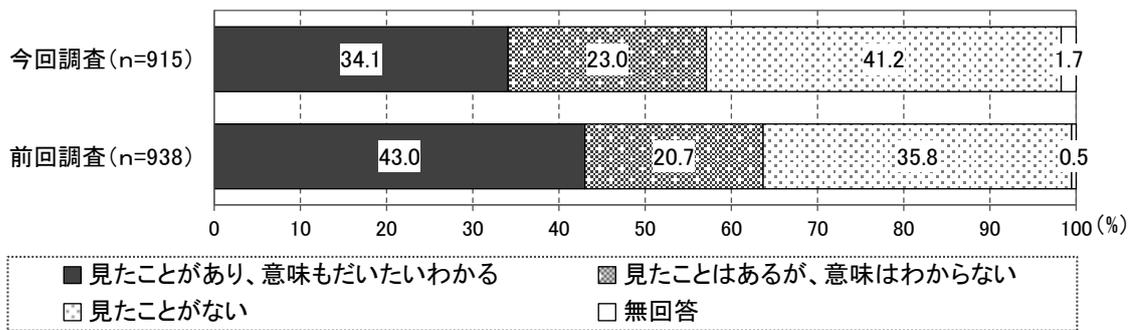
「3つの食品群」の表を見たことがありますか。また、この食品群の意味がわかりますか。

- ・小中学生で見ると、「見たことがあります、意味もだいたいわかる」は、前回調査時の87.1%から、今回調査時の81.4%と悪化。



質問内容 コマ型の「食事バランスガイド」を見たことがありますか。また、このガイドの意味がわかりますか。

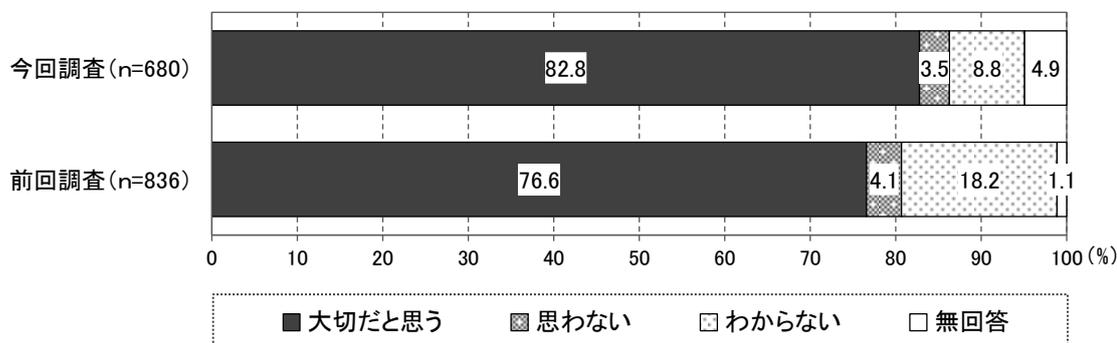
- ・20歳以上の住民で見ると、「見たことがあります、意味もだいたいわかる」は、前回調査時の43.0%から、今回調査時の34.1%と悪化。
- ・年齢層別で見ると、30歳代・40歳代で「見たことがあります、意味もだいたいわかる」の割合が半数を超えている。



		(n=)	見たこと もだいた いわかり 、	見たこと はあるが 、 意味はわ からない	見たこ とがない	無回 答
全体		915	312 34.1%	210 23.0%	377 41.2%	16 1.7%
性別	男性	312	46 14.7%	46 14.7%	216 69.3%	4 1.3%
	女性	593	263 44.3%	163 27.5%	156 26.3%	11 1.9%
年齢	20歳代	31	11 35.5%	15 48.3%	3 9.7%	2 6.5%
	30歳代	125	74 59.2%	30 24.0%	21 16.8%	0 0.0%
	40歳代	182	103 56.6%	50 27.5%	24 13.2%	5 2.7%
	50歳代	106	31 29.2%	25 23.6%	50 47.2%	0 0.0%
	60歳代	152	31 20.4%	36 23.7%	83 54.6%	2 1.3%
	70歳代	211	45 21.3%	38 18.0%	125 59.3%	3 1.4%
	80歳以上	99	14 14.1%	15 15.2%	67 67.7%	3 3.0%

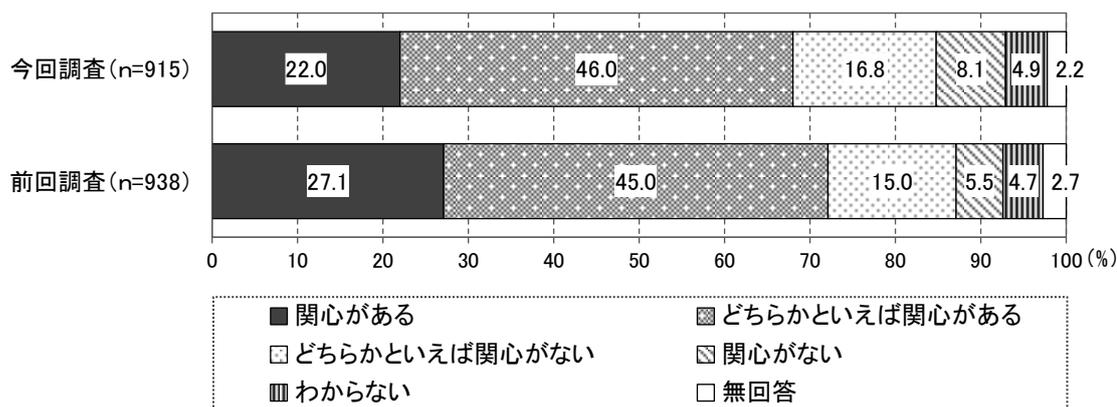
質問内容 「食育」が大切だと思いますか。

・小中学生で見ると、「大切だと思う」は、前回調査時の76.6%から、今回調査時の82.8%と改善。



質問内容 「食育」に関心がありますか。

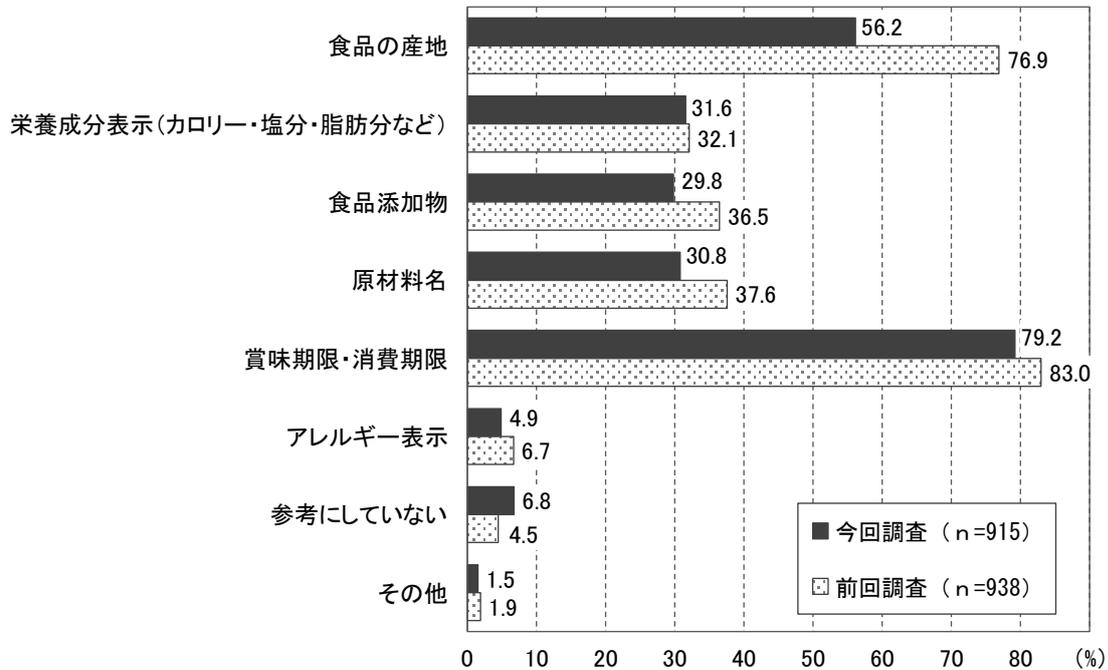
・20歳以上の住民で見ると、「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」を合わせた“関心がある”は、前回調査時の72.1%から、今回調査時の68.0%と悪化。



		(n=)	関心がある	どちらかといえば関心がある	どちらかといえば関心がない	関心がない	わからない	無回答
全体		915	201 22.0%	421 46.0%	154 16.8%	74 8.1%	45 4.9%	20 2.2%
年齢	20歳代	31	5 16.1%	9 29.0%	10 32.2%	3 9.7%	2 6.5%	2 6.5%
	30歳代	125	27 21.6%	68 54.4%	19 15.2%	7 5.6%	2 1.6%	2 1.6%
	40歳代	182	59 32.4%	84 46.3%	23 12.6%	8 4.4%	5 2.7%	3 1.6%
	50歳代	106	14 13.2%	47 44.3%	18 17.0%	20 18.9%	7 6.6%	0 0.0%
	60歳代	152	30 19.7%	70 46.1%	30 19.7%	13 8.6%	7 4.6%	2 1.3%
	70歳代	211	39 18.5%	99 46.9%	37 17.5%	17 8.1%	14 6.6%	5 2.4%
	80歳以上	99	26 26.3%	38 38.2%	17 17.2%	6 6.1%	7 7.1%	5 5.1%

質問内容 食材を購入する時に、どのような食品表示を参考にしていますか。【複数回答可】

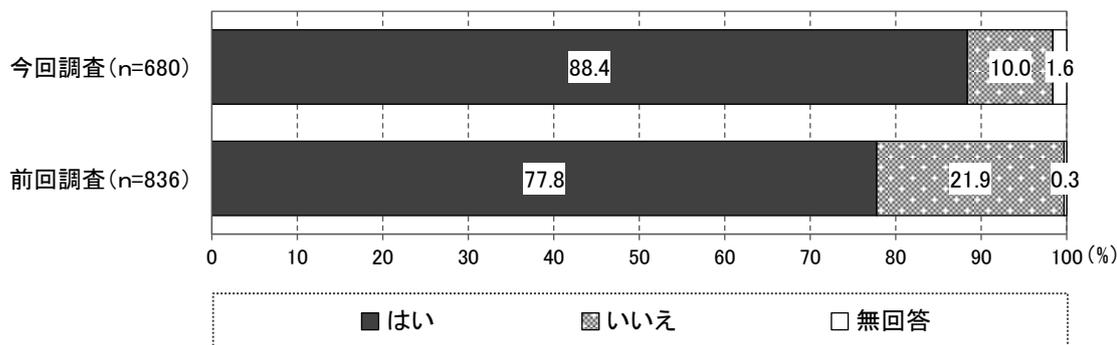
- ・20歳以上の住民で見ると、前回調査時は「賞味期限・消費期限」が83.0%と最も高く、次いで、「食品の産地」(76.9%)、「原材料名」(37.6%)の順となっており、今回調査時には、「賞味期限・消費期限」が79.2%と最も高く、次いで、「食品の産地」(56.2%)、「栄養成分表示(カロリー・塩分・脂肪分など)」(31.6%)の順となっている。
- ・年齢層別で見ると、全年代で「賞味期限・消費期限」が最も高く、半数を超えている。



		(n=)	食品の産地	脂肪分・栄養成分表示(カロリー・塩分)	食品添加物	原材料名	賞味期限・消費期限	アレルギー表示	参考にしていない	その他
全体		915	514 56.2%	289 31.6%	273 29.8%	282 30.8%	725 79.2%	45 4.9%	62 6.8%	14 1.5%
性別	男性	312	142 45.5%	94 30.1%	60 19.2%	65 20.8%	228 73.1%	7 2.2%	41 13.1%	3 1.0%
	女性	593	367 61.9%	190 32.0%	209 35.2%	216 36.4%	488 82.3%	37 6.2%	21 3.5%	11 1.9%
年齢	20歳代	31	9 29.0%	6 19.4%	7 22.6%	8 25.8%	18 58.1%	2 6.5%	5 16.1%	0 0.0%
	30歳代	125	57 45.6%	23 18.4%	38 30.4%	26 20.8%	95 76.0%	8 6.4%	11 8.8%	1 0.8%
	40歳代	182	127 69.8%	56 30.8%	68 37.4%	69 37.9%	147 80.8%	9 4.9%	10 5.5%	1 0.5%
	50歳代	106	56 52.8%	26 24.5%	24 22.6%	30 28.3%	80 75.5%	7 6.6%	12 11.3%	2 1.9%
	60歳代	152	83 54.6%	53 34.9%	39 25.7%	52 34.2%	121 79.6%	5 3.3%	7 4.6%	4 2.6%
	70歳代	211	129 61.1%	83 39.3%	64 30.3%	74 35.1%	180 85.3%	7 3.3%	14 6.6%	4 1.9%
	80歳以上	99	49 49.5%	38 38.4%	29 29.3%	22 22.2%	76 76.8%	6 6.1%	3 3.0%	2 2.0%

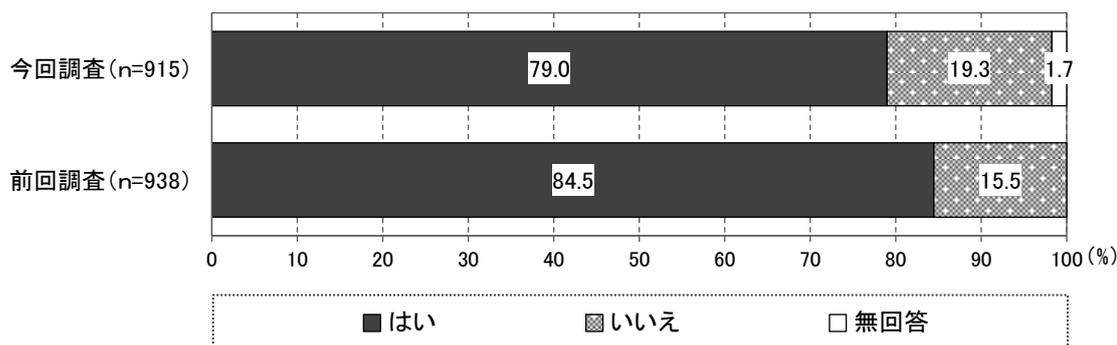
質問内容 熊取町の特産物（ふき、サトイモ、水なす等）を知っていますか。

・小中学生で見ると、「はい」は前回調査時の77.8%から、今回調査時の88.4%と改善。



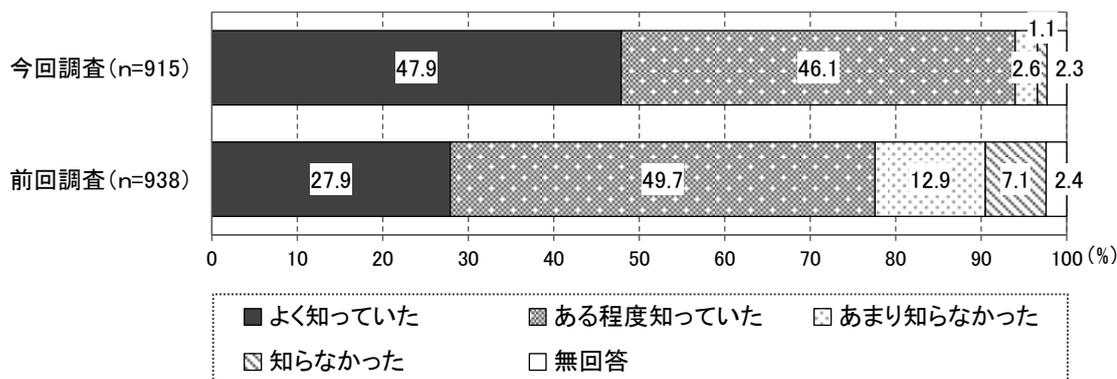
質問内容 熊取町の特産物（ふき、サトイモ、水なす等）を食べたことがありますか。

・20歳以上の住民で見ると、「はい」は、前回調査時の84.5%から、今回調査時の79.0%と悪化。



質問内容 「食品ロス」が問題となっていることを知っていましたか。

・20歳以上の住民で見ると、「よく知っていた」と「ある程度知っていた」を合わせた“知っていた”は、前回調査時の77.6%から、今回調査時の94.0%と大幅に改善。

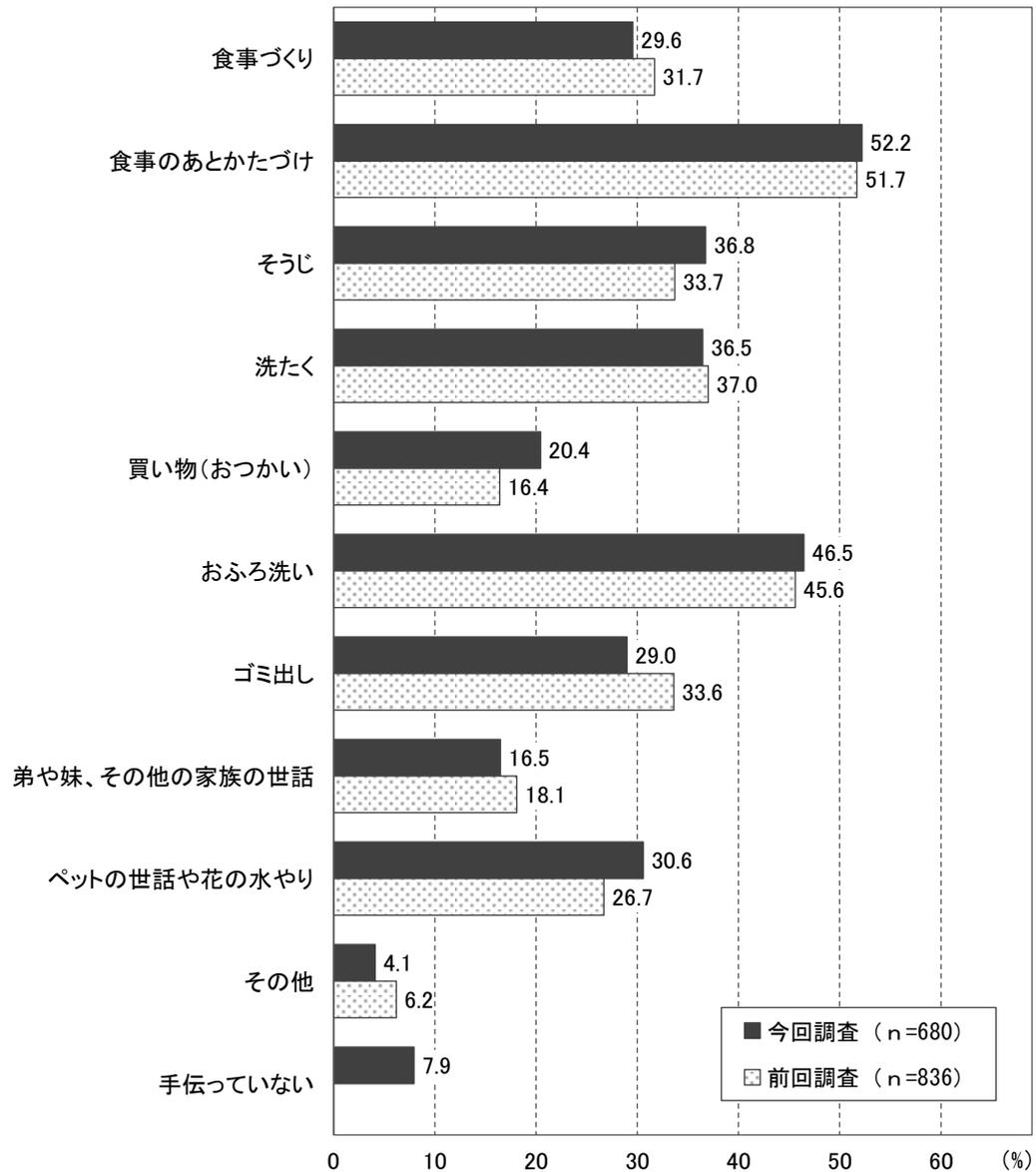


質問内容

家の手伝いをするとき、主にどのような手伝いをしますか。【複数回答可】

※前回調査には選択肢「手伝っていない」がなし。

- ・小中学生で見ると、前回調査時は「食事のあとかたづけ」が51.7%と最も高く、次いで、「おふろ洗い」(45.6%)、「洗たく」(37.0%)の順となっており、今回調査時においては、「食事のあとかたづけ」が52.2%と最も高く、次いで、「おふろ洗い」(46.5%)、「そうじ」(36.8%)の順となった。

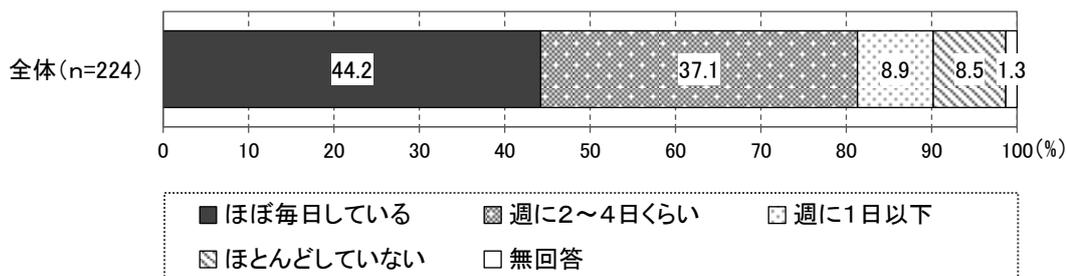


【2. 身体活動・運動】

質問内容 体育の授業以外（クラブ活動を含む）で、1回30分以上の運動（体を動かす外遊びを含む）を、どれくらいしていますか。

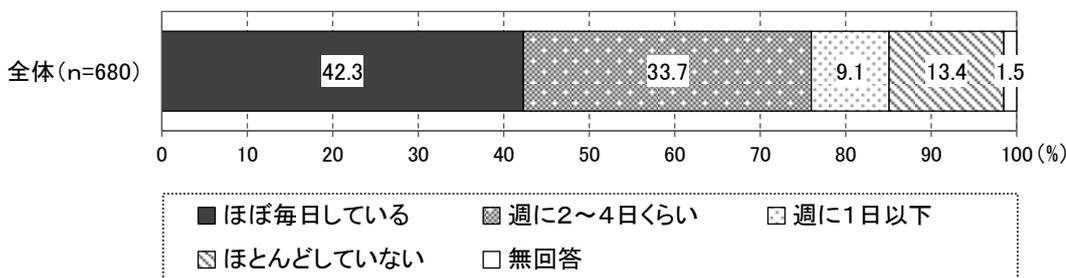
幼児及び小学校低学年

- ・幼児及び小学校低学年で見ると、「ほぼ毎日している」と「週に2～4日くらい」を合わせた運動習慣のある者は、81.3%となった。



小中学生

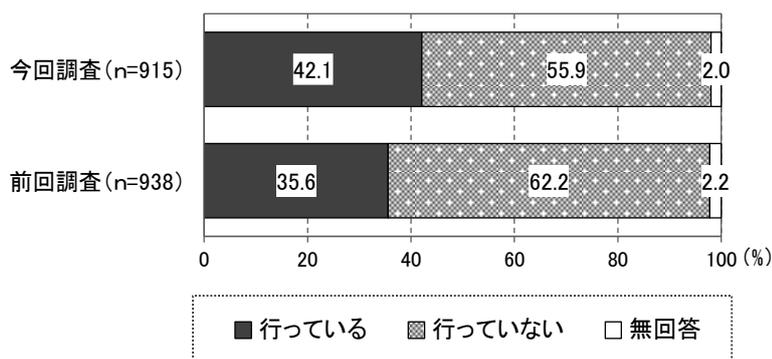
- ・小中学生で見ると、「ほぼ毎日している」と「週に2～4日くらい」を合わせた運動習慣のある者は、76.0%となった。



※前回調査には同様の選択肢の設定はありませんでした。

質問内容 普段の生活の中で、1回30分以上軽く汗をかく運動を、週2日以上、1年以上行っていますか。

- ・20歳以上の住民で見ると、「行っている」は、前回調査時の35.6%から、今回調査時の42.1%と改善。

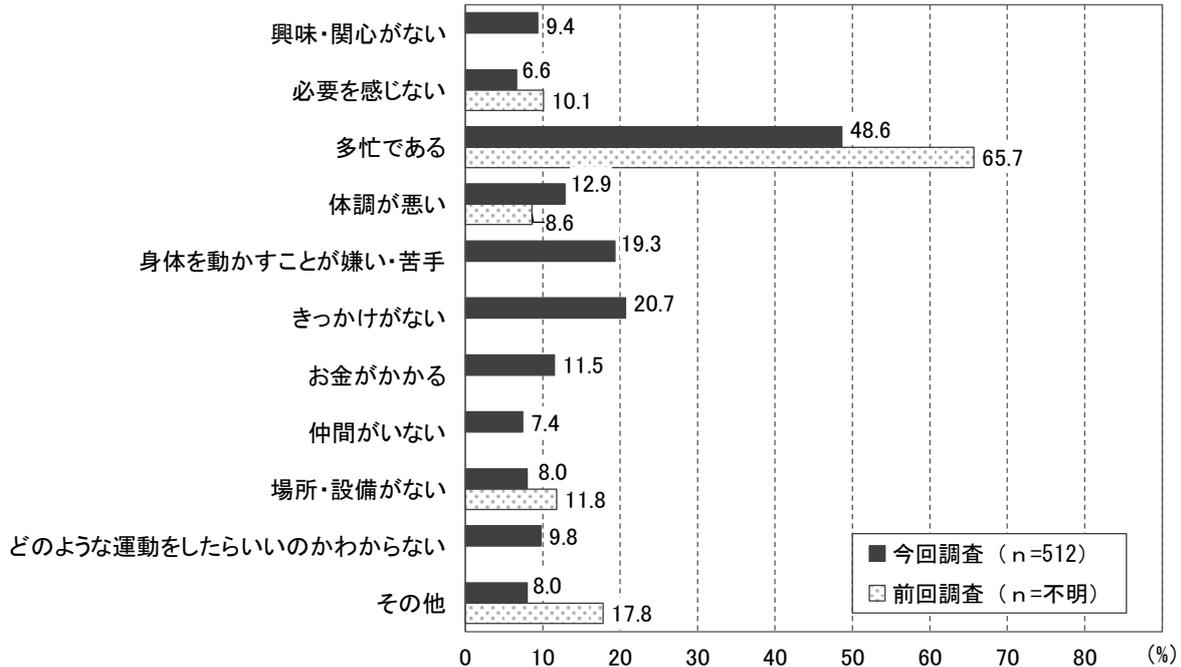


		(n=)	行っている	行っていない	無回答
全体		915	385	512	18
			42.1%	55.9%	2.0%
性別	男性	312	158	148	6
	女性	593	224	358	11
			50.7%	47.4%	1.9%
			37.8%	60.3%	1.9%

質問内容

◆「普段の生活の中で、1回30分以上軽く汗をかく運動を、週2日以上、1年以上行っていますか。」で「2. 行っていない」と答えた方。
運動を行っていない理由をお答えください。【複数回答可】
 ※前回調査には選択肢「興味・関心がない」・「身体を動かすことが嫌い・苦手」・「きっかけがない」・「お金がかかる」・「仲間がいない」・「どのような運動をしたらいいのかわからない」がなし。

- ・20歳以上の住民で見ると、前回調査時は「多忙である」が65.7%と最も高く、次いで、「その他」(17.8%)、「場所・設備がない」(11.8%)の順となっており、今回調査時においては、「多忙である」が48.6%と最も高く、次いで、「きっかけがない」(20.7%)、「身体を動かすことが嫌い・苦手」(19.3%)の順となっている。
- ・年齢層別で見ると、20～60歳代にかけて、「多忙である」が最も高くなっている。



	(n=)	興味・関心がない	必要を感じない	多忙である	体調が悪い	身体を動かすことが嫌い・苦手	きっかけがない	お金がかかる	仲間がいない	場所・設備がない	どのような運動をしたらいいのかわからない	その他	
		(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	
全体	512	48 9.4%	34 6.6%	249 48.6%	66 12.9%	99 19.3%	106 20.7%	59 11.5%	38 7.4%	41 8.0%	50 9.8%	41 8.0%	
性別	男性	148	17 11.5%	19 12.8%	64 43.2%	26 17.6%	17 11.5%	28 18.9%	14 9.5%	8 5.4%	13 8.8%	8 5.4%	7 4.7%
	女性	358	30 8.4%	15 4.2%	183 51.1%	39 10.9%	80 22.3%	78 21.8%	45 12.6%	30 8.4%	28 7.8%	42 11.7%	33 9.2%
年齢	20歳代	20	4 20.0%	1 5.0%	8 40.0%	0 0.0%	7 35.0%	4 20.0%	0 5.0%	0 0.0%	2 10.0%	1 5.0%	2 10.0%
	30歳代	99	7 7.1%	2 2.0%	73 73.7%	3 3.0%	19 19.2%	22 22.2%	18 18.2%	7 7.1%	9 9.1%	12 12.1%	9 9.1%
	40歳代	144	9 6.3%	6 4.2%	98 68.1%	10 6.9%	36 25.0%	29 20.1%	20 13.9%	13 9.0%	11 7.6%	12 8.3%	12 8.3%
	50歳代	73	8 11.0%	3 4.1%	35 47.9%	8 11.0%	16 21.9%	19 26.0%	7 9.6%	2 2.7%	7 9.6%	10 13.7%	9 12.3%
	60歳代	77	4 5.2%	6 7.8%	25 32.5%	14 18.2%	13 16.9%	20 26.0%	9 11.7%	10 13.0%	8 10.4%	8 10.4%	3 3.9%
	70歳代	60	11 18.3%	11 18.3%	6 10.0%	17 28.3%	6 10.0%	10 16.7%	3 5.0%	4 6.7%	2 3.3%	4 6.7%	3 5.0%
	80歳以上	34	4 11.8%	5 14.7%	2 5.9%	13 38.2%	1 2.9%	2 5.9%	1 2.9%	2 5.9%	2 5.9%	3 8.8%	2 5.9%

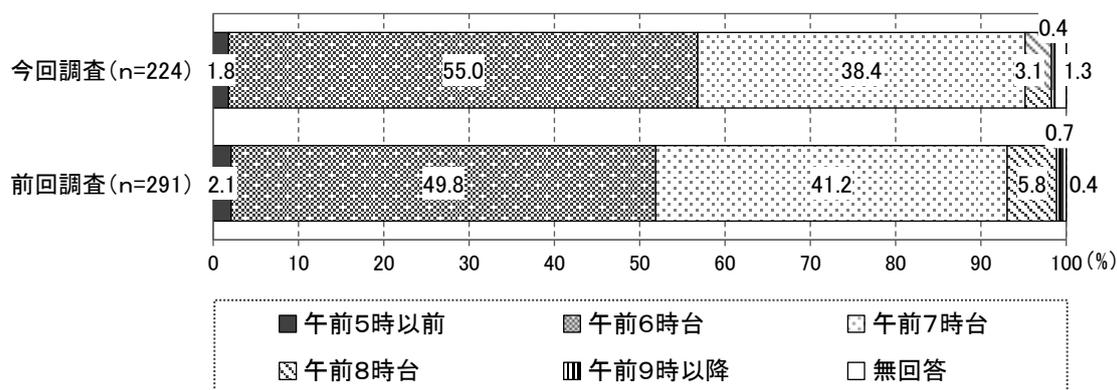
【3. 休養・睡眠（こころの健康）】

質問内容

普段、お子さんが①起きる時間は何時ごろですか。

※前回調査の選択肢について、「午前5時台」を「午前5時以前」、「その他」を「午前9時以降」と読み替えた。

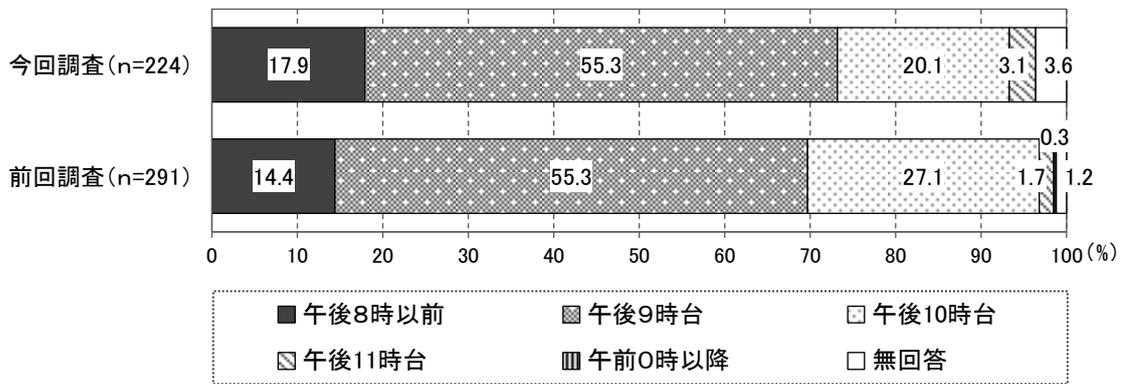
- ・幼児及び小学校低学年で見ると、「午前8時台」は、前回調査時の5.8%から、今回調査時の3.1%と改善。
- ・保育所・幼稚園在園児の起床時間は「午前6時台」が約半数となっているのに対し、未就園児の約半数が「午前7時台」の起床となっている。



		(n=)	午前5時以前	午前6時台	午前7時台	午前8時台	午前9時以降	無回答
全体		224	4 1.8%	123 55.0%	86 38.4%	7 3.1%	1 0.4%	3 1.3%
性別	男児	112	3 2.7%	63 56.2%	40 35.7%	3 2.7%	1 0.9%	2 1.8%
	女児	107	1 0.9%	58 54.3%	44 41.1%	4 3.7%	0 0.0%	0 0.0%
就園・就学 の 状況	保育所・幼稚園	115	1 0.9%	62 53.9%	45 39.1%	4 3.5%	1 0.9%	2 1.7%
	未就園児	16	0 0.0%	4 25.0%	9 56.2%	3 18.8%	0 0.0%	0 0.0%
	小学校	86	3 3.5%	53 61.6%	30 34.9%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%

質問内容 普段、お子さんが②寝る時間は何時ごろですか。
 ※前回調査の選択肢について、「午後8時台」を「午後8時以前」、「その他」を「午前0時以降」と読み替えた。

- ・ 幼児及び小学校低学年で見ると、「午後11時台」は、前回調査時の1.7%から、今回調査時の3.1%と悪化。
- ・ 全体では、就寝時間は「午後9時台」が最も多くなっているが、未就園児の約1割は「午後11時台」の就寝となっている。



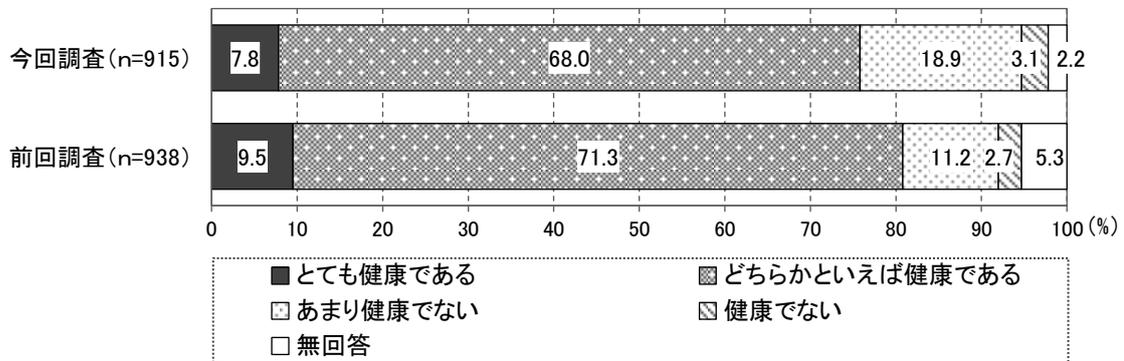
		(n=)	午後8時以前	午後9時台	午後10時台	午後11時台	午前0時以降	無回答
全体		224	40 17.9%	124 55.3%	45 20.1%	7 3.1%	0 0.0%	8 3.6%
性別	男児	112	18 16.1%	64 57.0%	21 18.8%	4 3.6%	0 0.0%	5 4.5%
	女児	107	20 18.7%	59 55.1%	23 21.5%	3 2.8%	0 0.0%	2 1.9%
就園・就学 の状況	保育所・幼稚園	115	24 20.9%	58 50.4%	24 20.9%	4 3.5%	0 0.0%	5 4.3%
	未就園児	16	3 18.8%	8 49.9%	3 18.8%	2 12.5%	0 0.0%	0 0.0%
	小学校	86	11 12.8%	56 65.1%	16 18.6%	1 1.2%	0 0.0%	2 2.3%

質問内容

普段、自分の健康について、どのように感じていますか。

※前回調査の選択肢について、「まあまあ健康である」を「どちらかといえば健康である」と読み替えた。

- ・20歳以上の住民で見ると、「とても健康である」と「どちらかといえば健康である」を合わせた“健康である”は、前回調査時の80.8%から、今回調査時の75.8%とやや悪化。

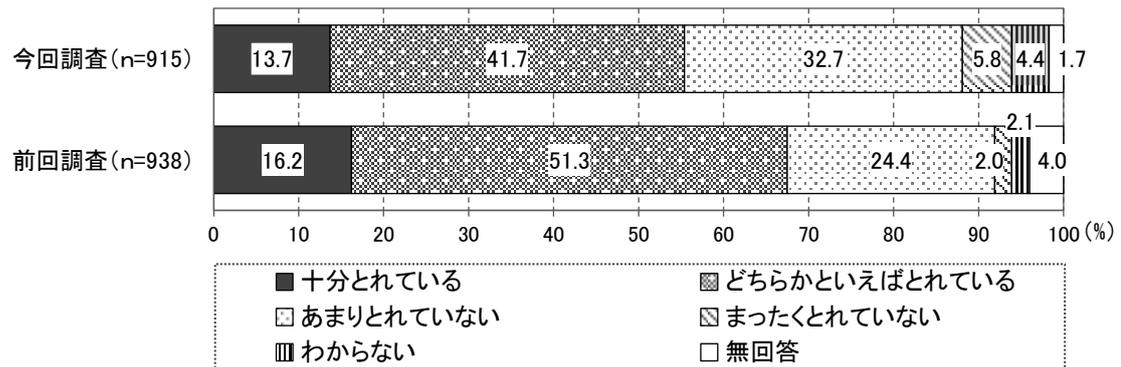


質問内容

普段の睡眠で、休養が十分とれていますか。

※前回調査の選択肢について、「まあまあとれている」を「どちらかといえばとれている」と読み替えた。

- ・20歳以上の住民で見ると、「十分とれている」と「どちらかといえばとれている」を合わせた“とれている”は、前回調査時の67.5%から、今回調査時の55.4%と悪化。

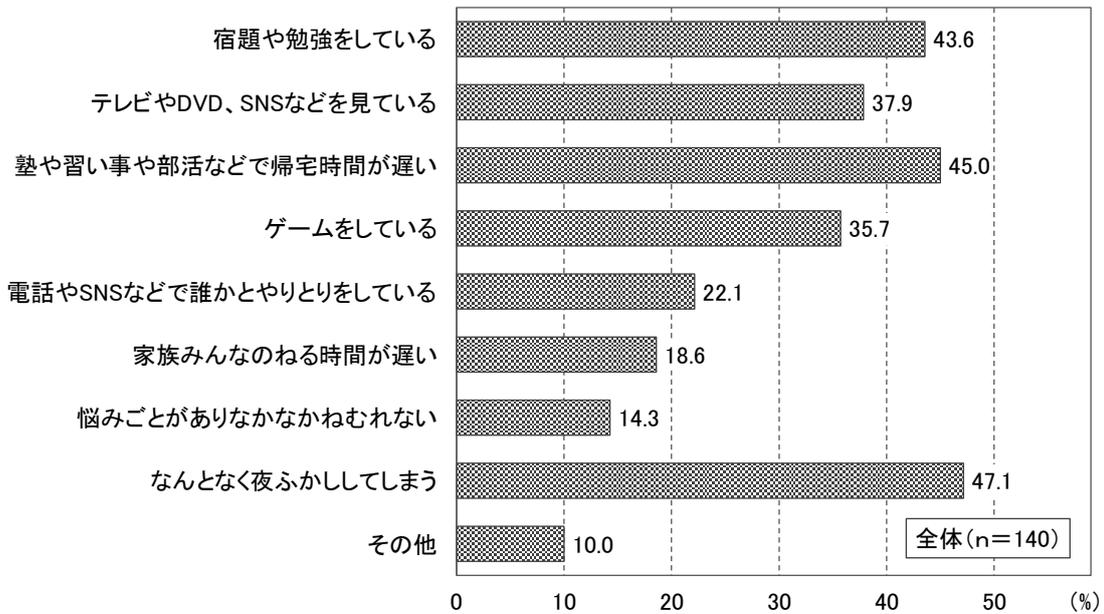


		(n=)	十分とれている	どちらかといえばとれている	とあまりとれていない	とまったくとれていない	わからない	無回答
全体		915	125 13.7%	382 41.7%	299 32.7%	53 5.8%	40 4.4%	16 1.7%
年齢	20歳代	31	6 19.4%	9 29.0%	10 32.2%	3 9.7%	2 6.5%	1 3.2%
	30歳代	125	18 14.4%	38 30.4%	56 44.8%	7 5.6%	6 4.8%	0 0.0%
	40歳代	182	18 9.9%	64 35.2%	71 39.0%	19 10.4%	8 4.4%	2 1.1%
	50歳代	106	9 8.5%	33 31.1%	48 45.4%	12 11.3%	3 2.8%	1 0.9%
	60歳代	152	15 9.9%	74 48.7%	48 31.6%	6 3.9%	7 4.6%	2 1.3%
	70歳代	211	36 17.1%	112 53.0%	44 20.9%	4 1.9%	8 3.8%	7 3.3%
	80歳以上	99	22 22.2%	47 47.5%	20 20.2%	2 2.0%	6 6.1%	2 2.0%

質問内容

◆「あなたは、よくねむれていますか。」で「3.」または「4.」（ねむれていない）と答えた方。ねむれていない理由は何ですか。【複数回答可】

- ・小中学生で見ると、「なんとなく夜ふかししてしまう」が47.1%と最も高く、次いで、「塾や習い事や部活などで帰宅時間が遅い」（45.0%）、「宿題や勉強をしている」（43.6%）の順となっている。
- ・学年・性別で見ると、小6・中2の女児の半数は、「なんとなく夜ふかししてしまう」と答えている。



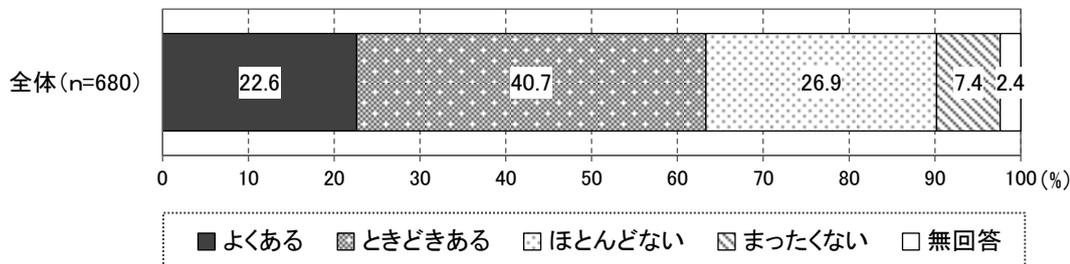
		(n=)	宿題や勉強をしている	見ているテレビやDVD、SNSなどを	帰宅時間や習い事や部活などで遅い	ゲームをしている	やりとりやSNSなどで誰かと	電話やSNSなどで誰かと	家族みんなのねる時間が遅い	ねむれな	悩みごとがありなかなか	なんとなく夜ふかししてしまう	その他
全体		140	61 43.6%	53 37.9%	63 45.0%	50 35.7%	31 22.1%	26 18.6%	20 14.3%	66 47.1%	14 10.0%		
学年・性別	小学6年 男子	24	9 37.5%	5 20.8%	11 45.8%	8 33.3%	0 0.0%	5 20.8%	1 4.2%	5 20.8%	5 20.8%		
	小学6年 女子	32	18 56.3%	12 37.5%	17 53.1%	11 34.4%	8 25.0%	8 25.0%	4 12.5%	17 53.1%	1 3.1%		
	中学2年 男子	41	18 43.9%	15 36.6%	18 43.9%	18 43.9%	11 26.8%	7 17.1%	4 9.8%	15 36.6%	3 7.3%		
	中学2年 女子	41	15 36.6%	21 51.2%	16 39.0%	13 31.7%	12 29.3%	6 14.6%	11 26.8%	28 68.3%	5 12.2%		

※前回調査には同様の設問設定はありませんでした。

質問内容 普段の生活の中でストレスを感じることはありますか。

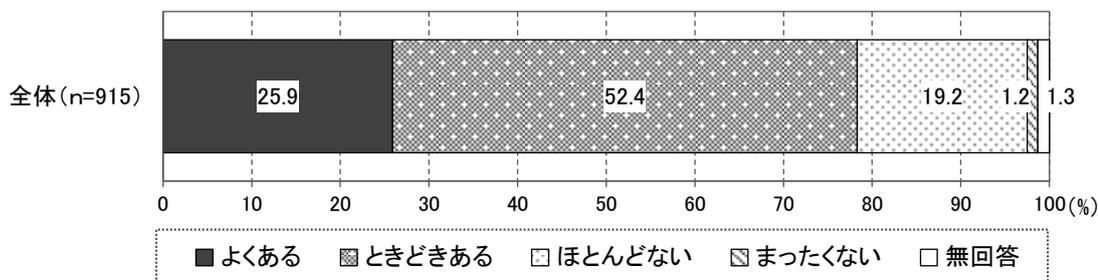
小中学生

・小中学生で見ると、「よくある」と「ときどきある」を合わせた“ある”は63.3%となった。



20歳以上

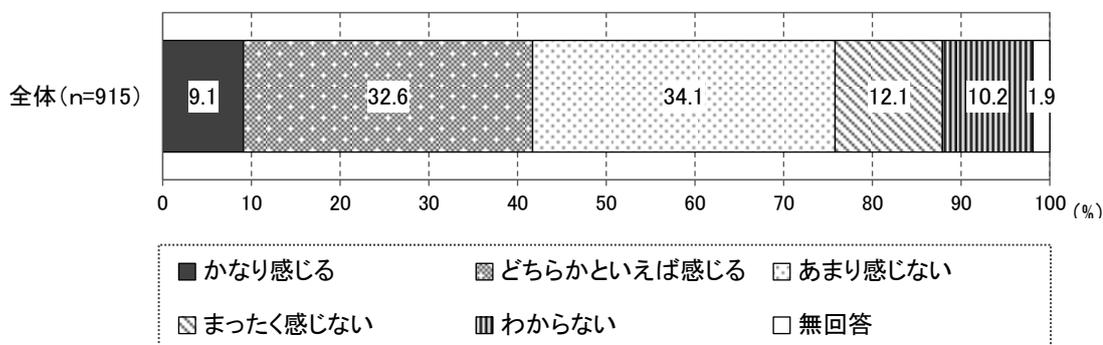
・20歳以上の住民で見ると、「よくある」と「ときどきある」を合わせた“ある”は78.3%となった。



※前回調査には同様の設問設定はありませんでした。

質問内容 悩みを抱えた時やストレスを感じた時に、誰かに相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じますか。

・20歳以上の住民で見ると、「かなり感じる」と「どちらかといえば感じる」を合わせた“感じる”は41.7%となった。

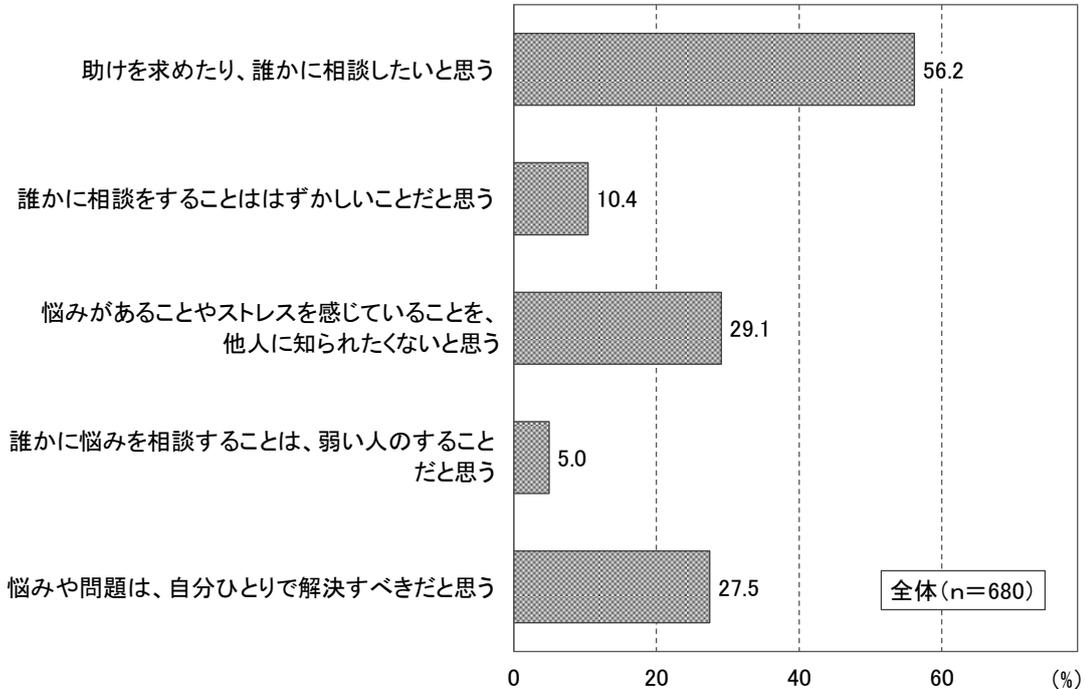


※前回調査には同様の設問設定はありませんでした。

質問内容

あなたは悩みがあるときやストレスを感じたときに、どのように考えますか。【複数回答可】

- ・小中学生で見ると、「助けを求めたり、誰かに相談したいと思う」が56.2%と最も高く、次いで、「悩みがあることやストレスを感じていることを、他人に知られたくないと思う」(29.1%)、「悩みや問題は、自分ひとりで解決すべきだと思う」(27.5%)の順となった。



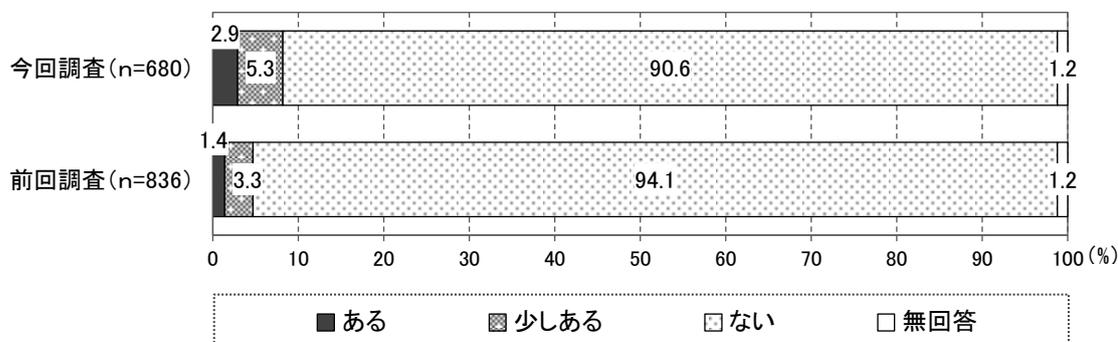
		(n=)	助けを求めたり、誰かに相談したいと思う	誰かに相談をすることははずかしいことだと思う	他人に知られたくないと思う	弱いに悩むことを相談することは、	悩みや問題は、自分ひとりで解決すべきだと思う
全体		680	382 56.2%	71 10.4%	198 29.1%	34 5.0%	187 27.5%
学年・性別	小学6年 男子	181	122 67.4%	8 4.4%	34 18.8%	9 5.0%	39 21.5%
	小学6年 女子	171	95 55.6%	19 11.1%	71 41.5%	8 4.7%	41 24.0%
	中学2年 男子	166	86 51.8%	18 10.8%	34 20.5%	8 4.8%	54 32.5%
	中学2年 女子	153	74 48.4%	26 17.0%	58 37.9%	9 5.9%	51 33.3%

※前回調査には同様の設問設定はありませんでした。

【4. たばこ】

質問内容 たばこを吸うことに興味はありますか。

- ・小中学生で見ると、「ある」と「少しある」を合わせた“ある”は、前回調査時の4.7%から、今回調査時の8.2%と悪化。

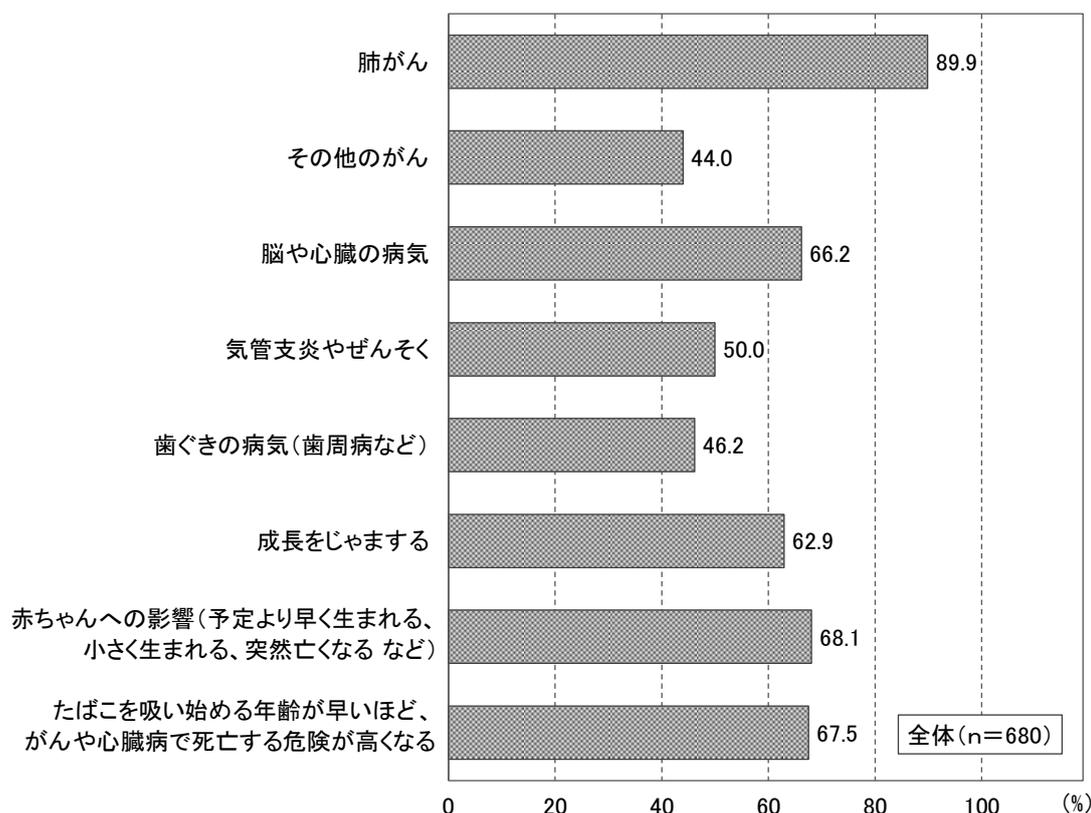


質問内容

たばこ（他の人のたばこの煙を含む）を吸うと、次のような病気や症状に影響をあたえることを知っていますか。【複数回答可】

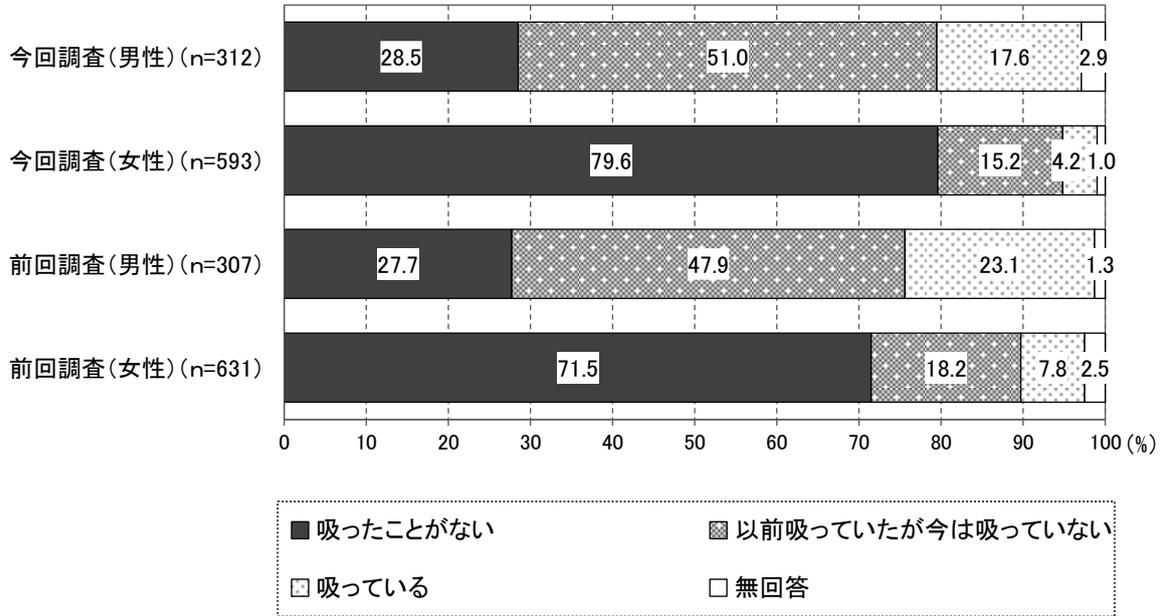
※前回調査の同様の設問設定はあるが、選択肢が大きく違うため比較不可。

- ・小中学生で見ると、「肺がん」が89.9%と最も高く、次いで、「赤ちゃんへの影響（予定より早く生まれる、小さく生まれる、突然亡くなるなど）」（68.1%）、「たばこを吸い始める年齢が早いほど、がんや心臓病で死亡する危険が高くなる」（67.5%）の順となった。



質問内容 たばこ（非燃烧・加熱式たばこや電子たばこを含む）を吸っていますか。

- ・20歳以上の住民で見ると、男性では、「吸っている」は、前回調査時の23.1%から、今回調査時の17.6%と改善。
- ・女性では、「吸っている」は、前回調査時の7.8%から、今回調査時の4.2%と改善。

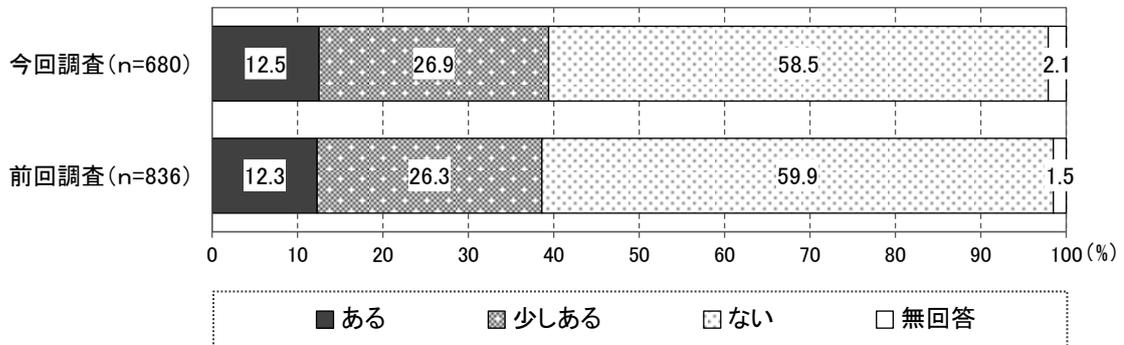


		(n=)	吸ったことがない	今は以前吸っていたが	吸っている	無回答
全体		915	566 61.9%	253 27.7%	80 8.7%	16 1.7%
性別	男性	312	89 28.5%	159 51.0%	55 17.6%	9 2.9%
	女性	593	472 79.6%	90 15.2%	25 4.2%	6 1.0%

【5. アルコール】

質問内容 お酒を飲むことに興味はありますか。

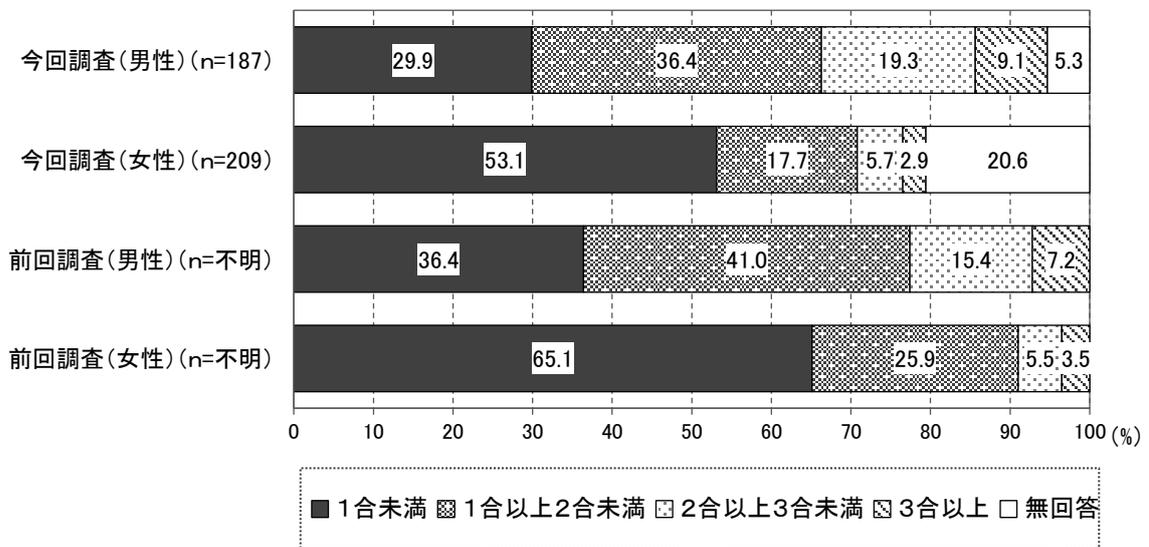
- ・小中学生で見ると、「ある」と「少しある」を合わせた“ある”は、前回調査時の38.6%から、今回調査時の39.4%と大きな増減はなかった。



質問内容 1回あたりお酒をどの程度飲んでいきますか。

※前回調査では、無回答を除いた数値となっている。

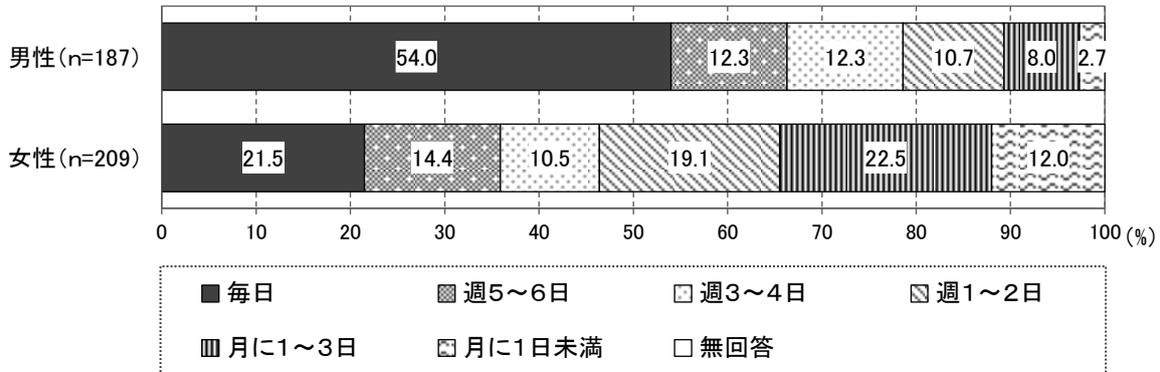
- ・20歳以上の住民で見ると、男性では、「3合以上」は、前回調査時の7.2%から、今回調査時の9.1%と悪化。
- ・女性では、「3合以上」は、前回調査時の3.5%から、今回調査時の2.9%とやや改善。



		(n=)	1合未満	2合未満以上	3合未満以上	3合以上	無回答
全体		401	170	106	48	23	54
			42.4%	26.4%	12.0%	5.7%	13.5%
性別	男性	187	56	68	36	17	10
			29.9%	36.4%	19.3%	9.1%	5.3%
	女性	209	111	37	12	6	43
			53.1%	17.7%	5.7%	2.9%	20.6%

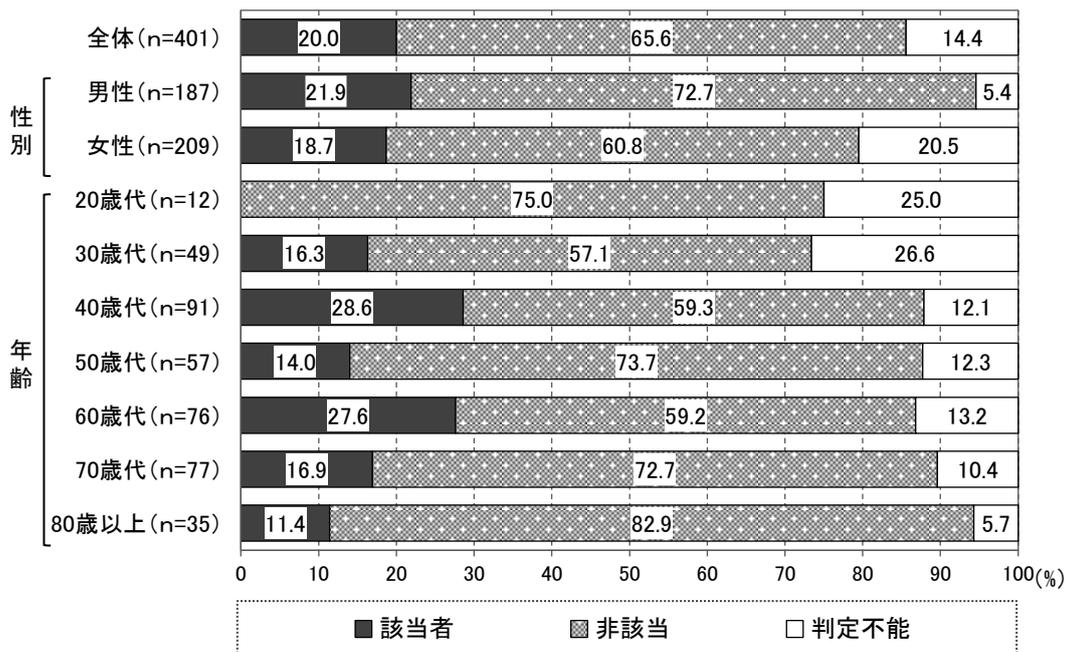
質問内容 お酒をどれくらいの頻度で飲んでいますか。
 ※前回調査の同様の設問設定はあるが、選択肢が大きく違うため比較不可。

・20歳以上の住民で見ると、男性では、「毎日」と「週5～6日」を合わせた“ほぼ毎日”は66.3%、女性では、“ほぼ毎日”は35.9%となった。



		(n=)	毎日	週5 ～ 6 日	週3 ～ 4 日	週1 ～ 2 日	月に 1 ～ 3 日	月に 1 日 未 満	無 回 答
性別	全体	401	147 36.7%	55 13.7%	45 11.2%	61 15.2%	63 15.7%	30 7.5%	0 0.0%
	男性	187	101 54.0%	23 12.3%	23 12.3%	20 10.7%	15 8.0%	5 2.7%	0 0.0%
	女性	209	45 21.5%	30 14.4%	22 10.5%	40 19.1%	47 22.5%	25 12.0%	0 0.0%

【参考】 ■生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合

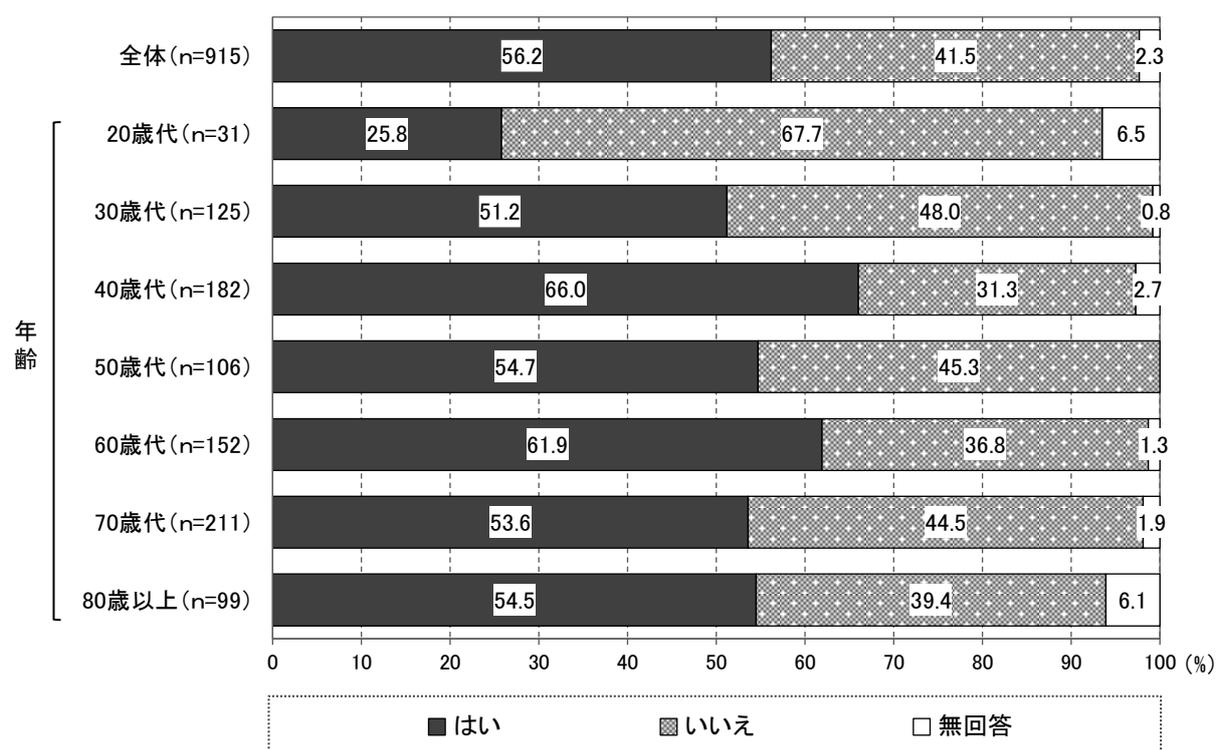


【6. 歯・口腔の健康】

質問内容

定期的（年に1回程度）に、歯科健診や歯石除去や歯面清掃を受けていますか。

- ・20歳以上の住民で見ると、「はい」は、前回調査時の44.8%から、今回調査時の56.2%と改善。
- ・年齢層別に見ると、20歳代は他の年代に比べて「はい」の割合が低く、半数以下となっている。

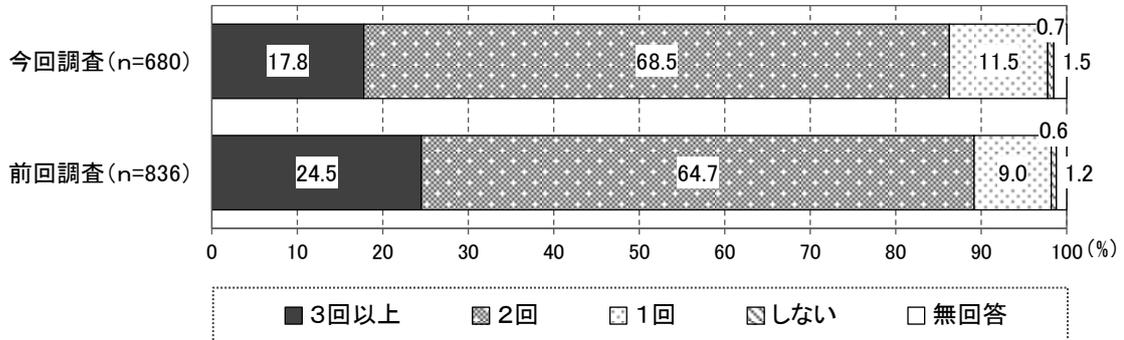


前回調査	年齢	はい	いいえ	無回答
	20歳代	27.3	72.7	0.0
	30歳代	50.4	47.9	1.7
	40歳代	44.8	51.4	3.9
	50歳代	30.5	65.7	3.8
	60歳代	47.3	50.0	2.7
	70歳以上	49.2	49.2	1.7
	全体	44.8	52.7	2.5

質問内容 歯みがきを1日に何回しますか。

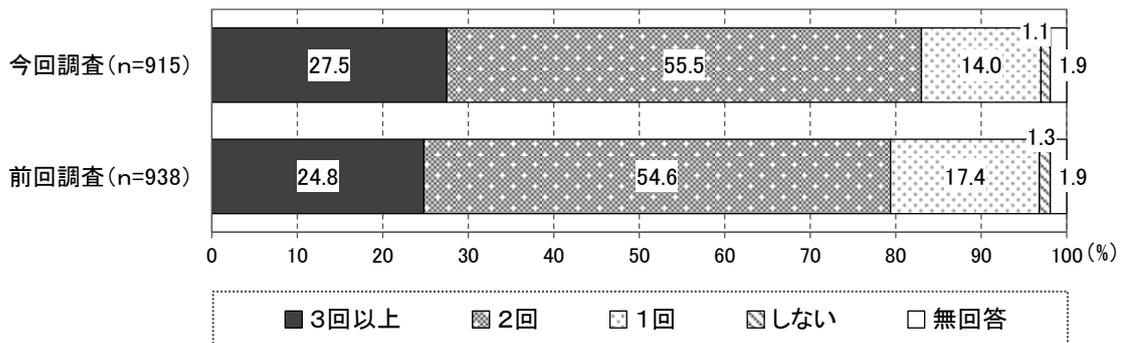
小中学生

・小中学生で見ると、「3回以上」は、前回調査時の24.5%から、今回調査時の17.8%と悪化。



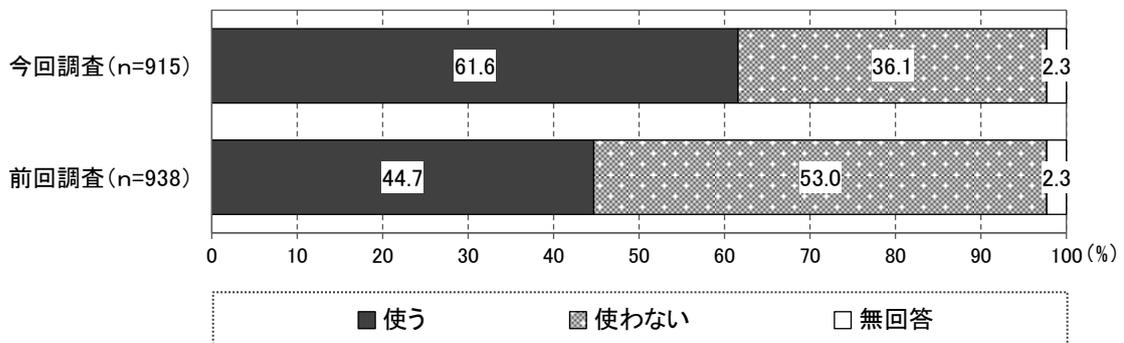
20歳以上

・20歳以上の住民で見ると、「3回以上」は、前回調査時の24.8%から、今回調査時の27.5%と改善。



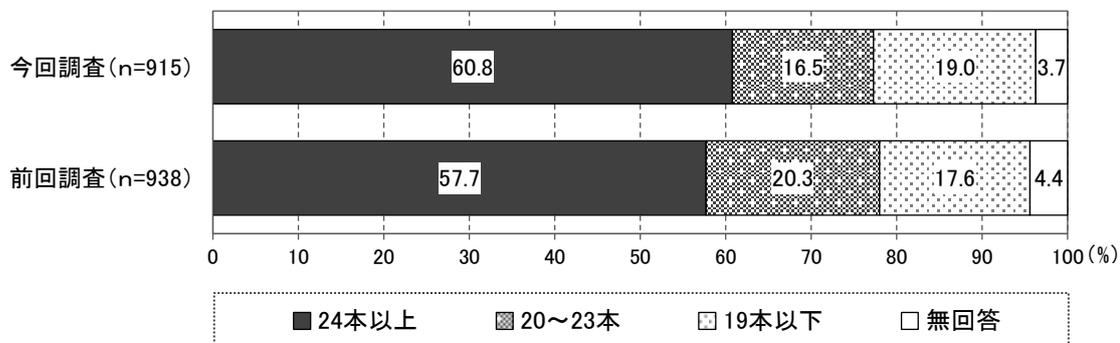
質問内容 歯みがきをする時に歯間部清掃用具（糸ようじ、フロス、歯間ブラシ等）を使いますか。

・20歳以上の住民で見ると、「使う」は、前回調査時の44.7%から、今回調査時の61.6%と大幅に改善。



質問内容 現在、自分の歯は何本ありますか。

- ・20歳以上の住民で見ると、「24本以上」は、前回調査時の57.7%から、今回調査時の60.8%と改善。
- ・70歳代以上では、「19本以下」が最も多い。



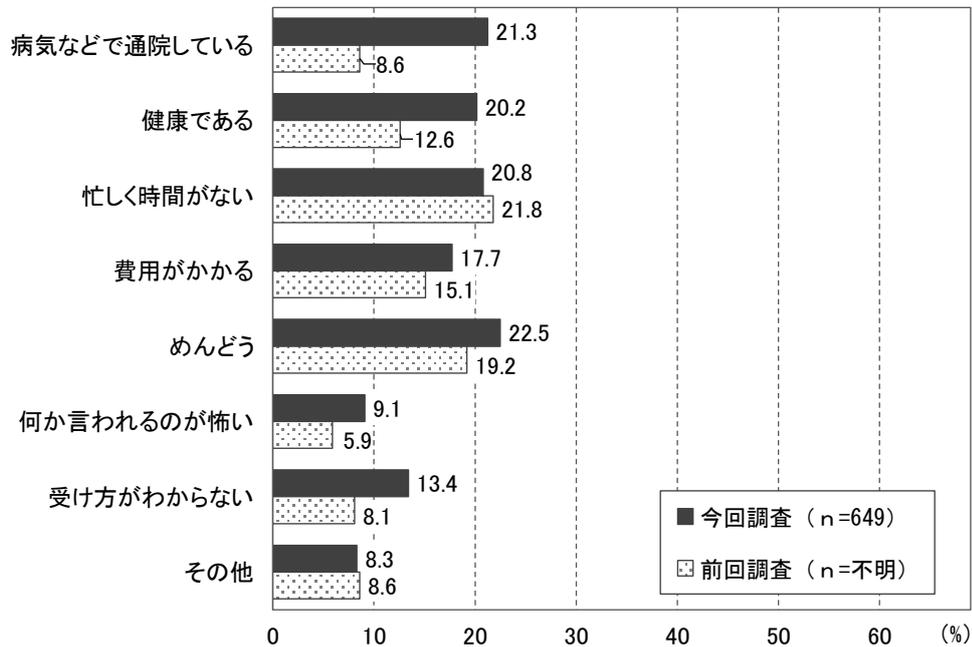
		(n=)	24本以上	20~23本	19本以下	無回答
全体		915	556 60.8%	151 16.5%	174 19.0%	34 3.7%
年齢	20歳代	31	26 83.8%	3 9.7%	0 0.0%	2 6.5%
	30歳代	125	115 92.0%	8 6.4%	1 0.8%	1 0.8%
	40歳代	182	159 87.4%	13 7.1%	4 2.2%	6 3.3%
	50歳代	106	76 71.7%	16 15.1%	14 13.2%	0 0.0%
	60歳代	152	84 55.3%	37 24.3%	29 19.1%	2 1.3%
	70歳代	211	72 34.1%	56 26.5%	75 35.6%	8 3.8%
	80歳以上	99	20 20.2%	17 17.2%	50 50.5%	12 12.1%

【7. 健康チェック】

質問内容

◆「定期的に健康診査を受けていますか。」でひとつでも「3.」または「4.」（受けていない）と答えた方。
健（検）診を受けていない理由はなぜですか。【複数回答可】
 ※前回調査の選択肢の内容は同一であるが、一部文言が異なっている。

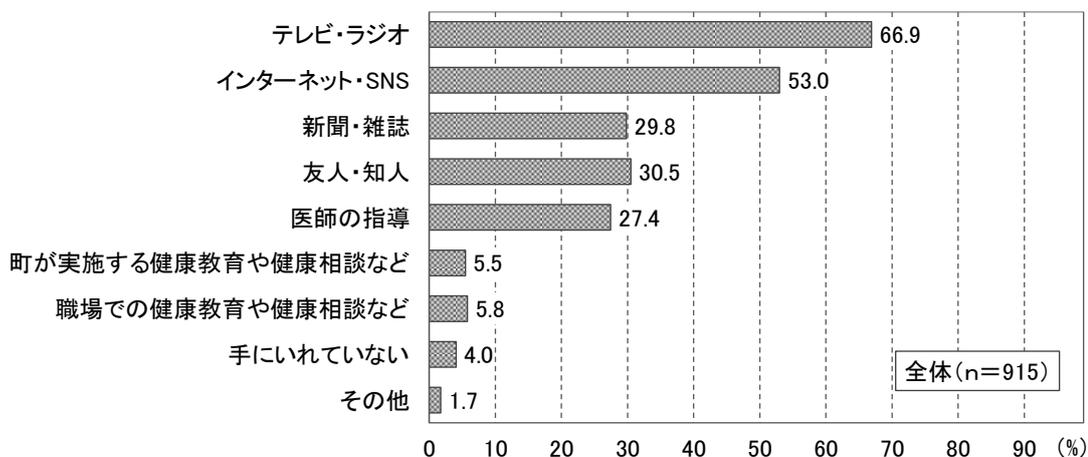
- ・20歳以上の住民で見ると、前回調査時は「時間がない」が21.8%と最も高く、次いで、「めんどうだから」（19.2%）、「費用がかかる」（15.1%）の順となっており、今回調査時には、「めんどう」が22.5%と最も高く、次いで、「病気などで通院している」（21.3%）、「忙しく時間がない」（20.8%）の順となっている。
- ・年齢層別に見ると、20歳代は「受け方がわからない」、30歳代は「費用がかかる」、40歳代は「忙しく時間がない」、50歳代は「めんどう」、60～80歳代は「病気などで通院している」が最も多い。



		(n=)	病気などで通院	健康である	忙しく時間がない	費用がかかる	めんどう	何か言われるのが怖い	受け方がわからない	その他
全体		649	138 21.3%	131 20.2%	135 20.8%	115 17.7%	146 22.5%	59 9.1%	87 13.4%	54 8.3%
性別	男性	187	56 29.9%	43 23.0%	29 15.5%	32 17.1%	46 24.6%	9 4.8%	20 10.7%	7 3.7%
	女性	456	81 17.8%	85 18.6%	106 23.2%	81 17.8%	98 21.5%	50 11.0%	66 14.5%	46 10.1%
年齢	20歳代	28	1 3.6%	3 10.7%	7 25.0%	9 32.1%	6 21.4%	2 7.1%	10 35.7%	3 10.7%
	30歳代	117	3 2.6%	16 13.7%	38 32.5%	39 33.3%	26 22.2%	8 6.8%	35 29.9%	11 9.4%
	40歳代	141	9 6.4%	29 20.6%	47 33.3%	37 26.2%	31 22.0%	10 7.1%	15 10.6%	15 10.6%
	50歳代	75	6 8.0%	13 17.3%	26 34.7%	15 20.0%	30 40.0%	16 21.3%	9 12.0%	6 8.0%
	60歳代	94	22 23.4%	18 19.1%	12 12.8%	9 9.6%	21 22.3%	12 12.8%	9 9.6%	9 9.6%
	70歳代	136	67 49.3%	35 25.7%	3 2.2%	1 0.7%	22 16.2%	9 6.6%	6 4.4%	6 4.4%
	80歳以上	52	29 55.8%	14 26.9%	2 3.8%	3 5.8%	8 15.4%	2 3.8%	2 3.8%	3 5.8%

質問内容 健康に関する知識や情報をどこから手にしていますか。【複数回答可】

・20歳以上の住民で見ると、「テレビ・ラジオ」が66.9%と最も高く、次いで、「インターネット・SNS」(53.0%)、「友人・知人」(30.5%)の順となった。

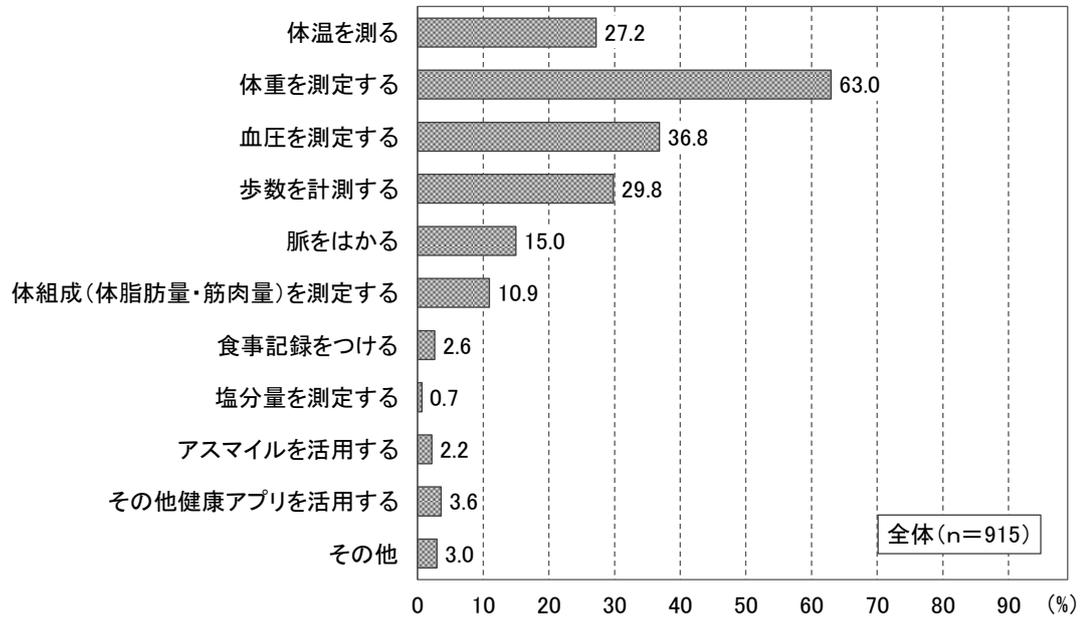


		(n=)	テレビ・ラジオ	インターネット・SNS	新聞・雑誌	友人・知人	医師の指導	町が実施する健康教育や健康相談など	職場での健康教育や健康相談など	手にいていない	その他
全体		915	612 66.9%	485 53.0%	273 29.8%	279 30.5%	251 27.4%	50 5.5%	53 5.8%	37 4.0%	16 1.7%
性別	男性	312	212 67.9%	147 47.1%	104 33.3%	65 20.8%	120 38.5%	16 5.1%	18 5.8%	16 5.1%	4 1.3%
	女性	593	394 66.4%	333 56.2%	165 27.8%	210 35.4%	129 21.8%	34 5.7%	35 5.9%	21 3.5%	12 2.0%
年齢	20歳代	31	17 54.8%	23 74.2%	1 3.2%	6 19.4%	1 3.2%	0 0.0%	3 9.7%	3 9.7%	1 3.2%
	30歳代	125	60 48.0%	102 81.6%	8 6.4%	41 32.8%	15 12.0%	5 4.0%	9 7.2%	10 8.0%	2 1.6%
	40歳代	182	103 56.6%	136 74.7%	34 18.7%	61 33.5%	23 12.6%	8 4.4%	20 11.0%	9 4.9%	5 2.7%
	50歳代	106	79 74.5%	62 58.5%	25 23.6%	32 30.2%	23 21.7%	3 2.8%	13 12.3%	2 1.9%	2 1.9%
	60歳代	152	115 75.7%	76 50.0%	44 28.9%	47 30.9%	43 28.3%	9 5.9%	5 3.3%	3 2.0%	1 0.7%
	70歳代	211	155 73.5%	71 33.6%	107 50.7%	65 30.8%	101 47.9%	18 8.5%	1 0.5%	5 2.4%	3 1.4%
	80歳以上	99	78 78.8%	11 11.1%	51 51.5%	24 24.2%	43 43.4%	7 7.1%	2 2.0%	5 5.1%	2 2.0%

※前回調査では同内容の設問設定がありませんでした。

質問内容 日ごろ家庭で行っている健康管理方法は何ですか。【複数回答可】

・20歳以上の住民で見ると、「体重を測定する」が63.0%と最も高く、次いで、「血圧を測定する」（36.8%）、「歩数を計測する」（29.8%）の順となった。



	(n=)	体温を測る	体重を測定する	血圧を測定する	歩数を計測する	脈をはかる	体組成(体脂肪量・筋肉量)を測定する	食事記録をつける	塩分量を測定する	アスマイルを活用する	その他健康アプリを活用する	その他
全体	915	249 27.2%	576 63.0%	337 36.8%	273 29.8%	137 15.0%	100 10.9%	24 2.6%	6 0.7%	20 2.2%	33 3.6%	27 3.0%
性別	男性	86 27.6%	187 59.9%	155 49.7%	94 30.1%	64 20.5%	27 8.7%	9 2.9%	3 1.0%	10 3.2%	11 3.5%	14 4.5%
	女性	160 27.0%	384 64.8%	180 30.4%	176 29.7%	71 12.0%	73 12.3%	14 2.4%	3 0.5%	9 1.5%	22 3.7%	13 2.2%
年齢	20歳代	7 22.6%	16 51.6%	0 0.0%	5 16.1%	0 0.0%	1 3.2%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 3.2%
	30歳代	22 17.6%	79 63.2%	6 4.8%	32 25.6%	4 3.2%	9 7.2%	2 1.6%	0 0.0%	1 0.8%	4 3.2%	3 2.4%
	40歳代	44 24.2%	105 57.7%	16 8.8%	39 21.4%	4 2.2%	21 11.5%	5 2.7%	0 0.0%	4 2.2%	9 4.9%	9 4.9%
	50歳代	25 23.6%	68 64.2%	40 37.7%	34 32.1%	9 8.5%	16 15.1%	1 0.9%	0 0.0%	3 2.8%	2 1.9%	1 0.9%
	60歳代	44 28.9%	100 65.8%	69 45.4%	46 30.3%	22 14.5%	19 12.5%	5 3.3%	0 0.0%	7 4.6%	9 5.9%	4 2.6%
	70歳代	64 30.3%	140 66.4%	139 65.9%	82 38.9%	65 30.8%	28 13.3%	8 3.8%	3 1.4%	4 1.9%	8 3.8%	5 2.4%
	80歳以上	40 40.4%	64 64.6%	65 65.7%	32 32.3%	31 31.3%	6 6.1%	2 2.0%	3 3.0%	0 0.0%	1 1.0%	4 4.0%

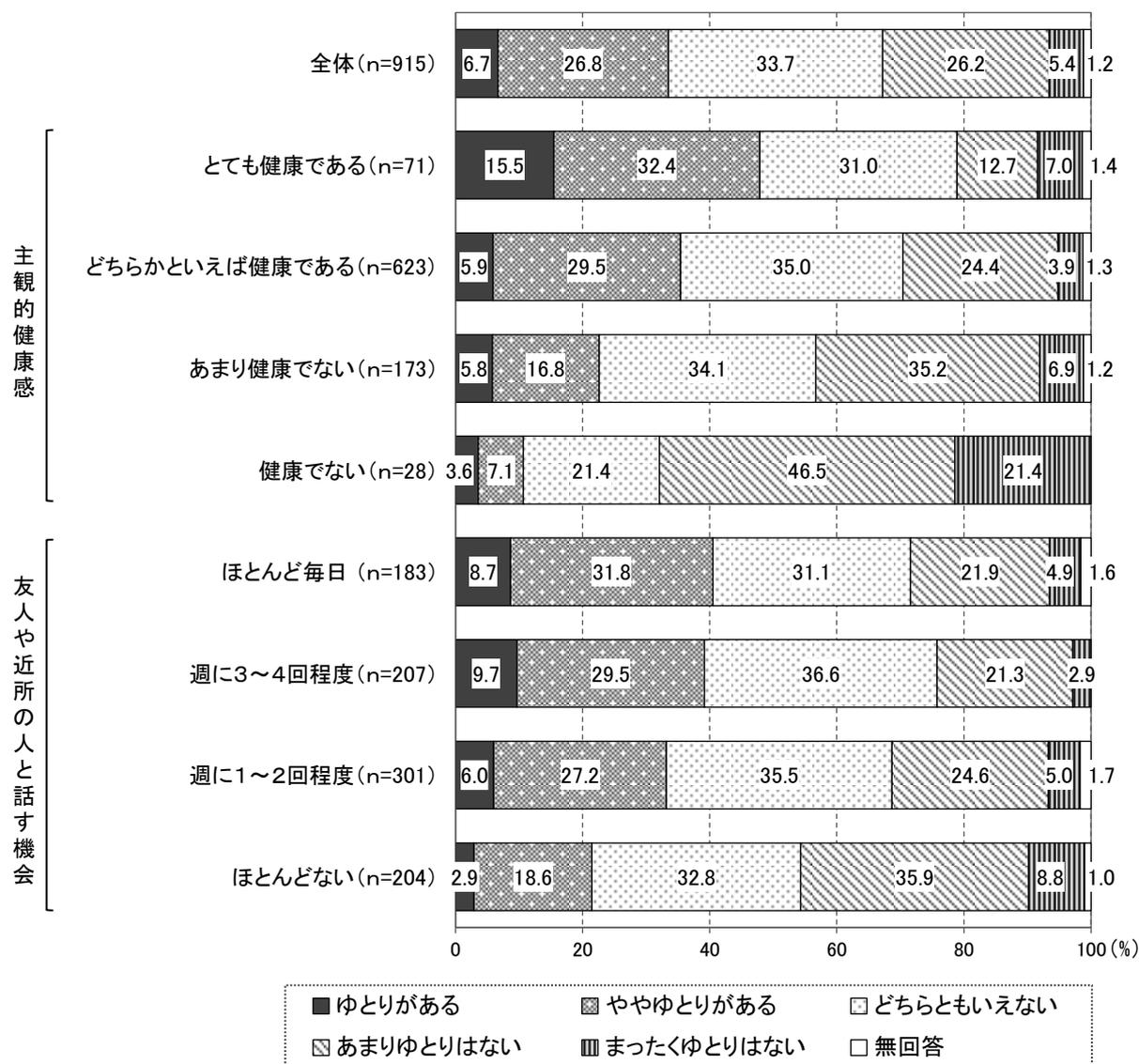
※前回調査では同内容の設問設定がありませんでした。

【参考】収入と主観的健康観及び近所づきあいの頻度との相関関係

現在のあなたの暮らし向きはいかがですか×普段、自分の健康について、どのように感じていますか・普段、友人やご近所の人とお話しする機会がありますか

20歳以上

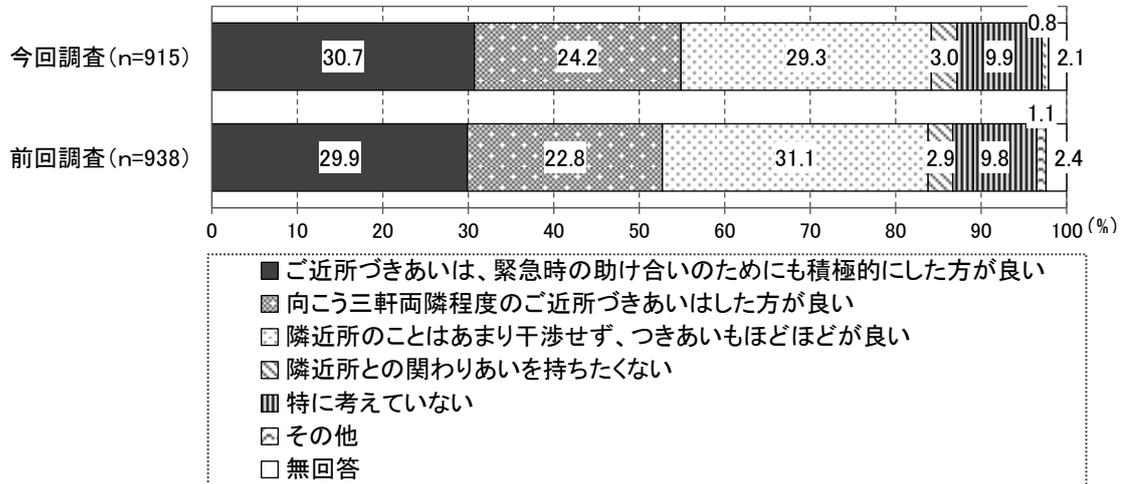
- ・20歳以上の住民で見ると、暮らし向きに「ゆとりがある」と「ややゆとりがある」を合わせた“ゆとりがある”と答えた人は、主観的健康観及び友人や近所の人と話す機会の割合が高い。



【8. 地域とのつながり】

質問内容 ご近所づきあいについてどのように考えておられますか。

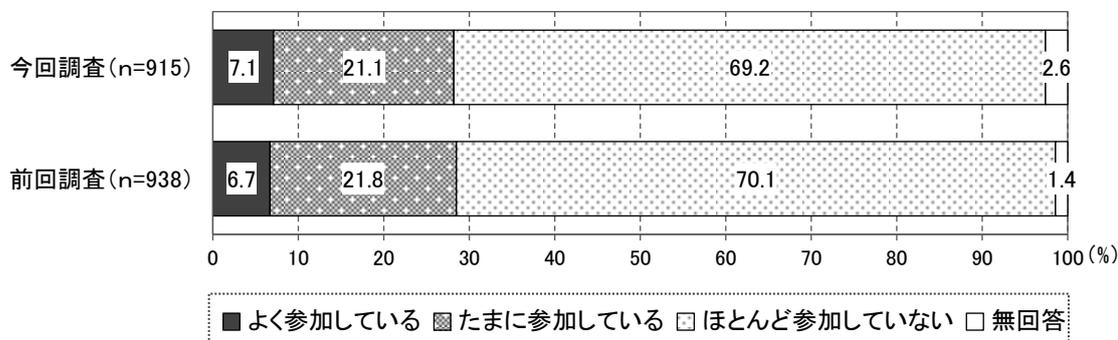
- ・20歳以上の住民で見ると、「ご近所づきあいは、緊急時の助け合いのためにも積極的にした方が良い」と「向こう三軒両隣程度のご近所づきあいはした方が良い」を合わせた、“した方が良い”は、前回調査時の52.7%から、今回調査時の54.9%とやや改善。



		(n=)	した方が良い	向こう三軒両隣程度はした方が良い	隣近所はあまり干渉せず、つきあいもほどほどが良い	隣近所との関わりあいをもちたくない	特に考えていない	その他	無回答
全体		915	282 30.7%	221 24.2%	268 29.3%	27 3.0%	91 9.9%	7 0.8%	19 2.1%
性別	男性	312	92 29.5%	95 30.4%	87 27.9%	8 2.6%	28 9.0%	0 0.0%	2 0.6%
	女性	593	187 31.6%	123 20.7%	178 30.0%	19 3.2%	63 10.6%	7 1.2%	16 2.7%
年齢	20歳代	31	8 25.8%	5 16.1%	8 25.8%	4 12.9%	6 19.4%	0 0.0%	0 0.0%
	30歳代	125	32 25.6%	18 14.4%	48 38.4%	6 4.8%	16 12.8%	3 2.4%	2 1.6%
	40歳代	182	58 31.9%	36 19.8%	58 31.9%	1 0.5%	23 12.6%	2 1.1%	4 2.2%
	50歳代	106	31 29.2%	15 14.2%	41 38.7%	7 6.6%	12 11.3%	0 0.0%	0 0.0%
	60歳代	152	45 29.7%	42 27.6%	42 27.6%	3 2.0%	16 10.5%	2 1.3%	2 1.3%
	70歳代	211	70 33.2%	70 33.2%	53 25.1%	2 0.9%	11 5.2%	0 0.0%	5 2.4%
	80歳以上	99	36 36.3%	32 32.3%	15 15.2%	4 4.0%	7 7.1%	0 0.0%	5 5.1%

質問内容 地域活動やボランティア活動に参加していますか。

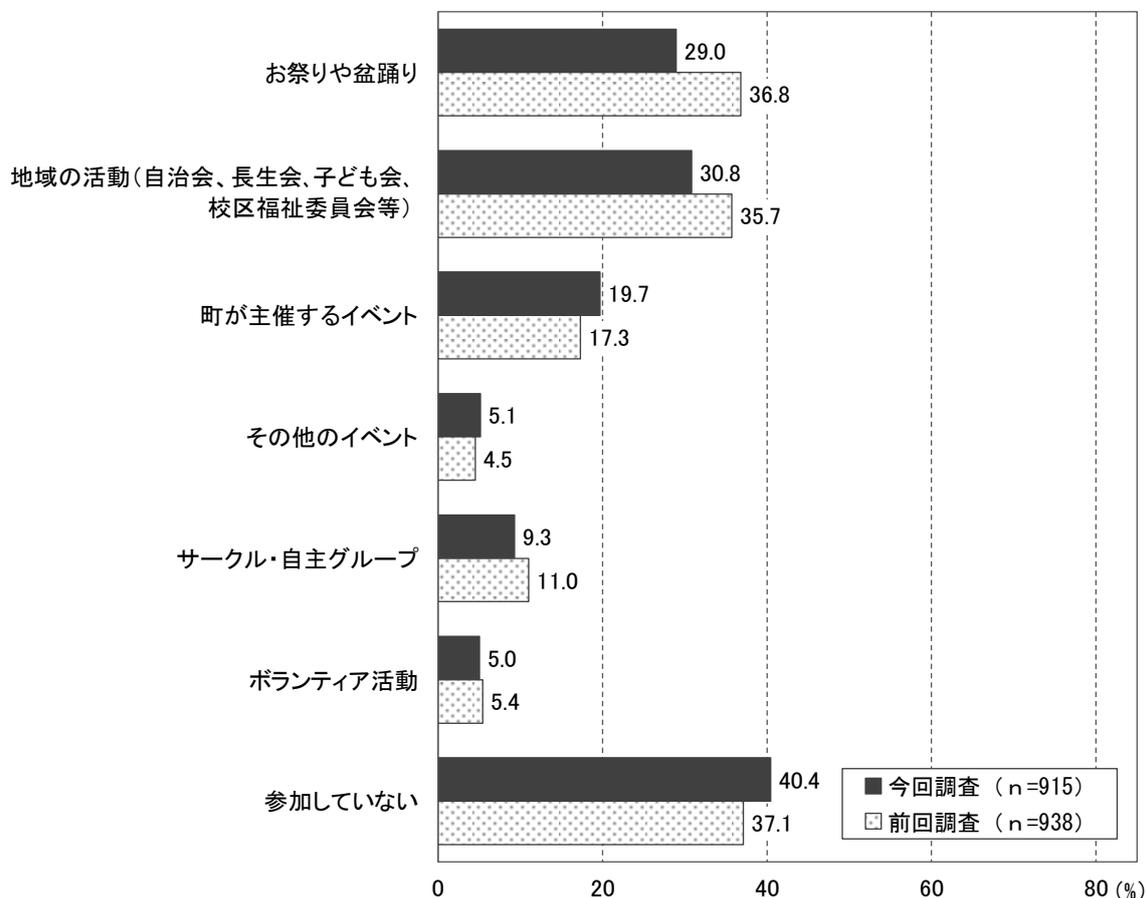
- ・20歳以上の住民で見ると、「よく参加している」と「たまに参加している」を合わせた、「参加している」は、前回調査時の28.5%から、今回調査時の28.2%と大きな増減はなかった。



質問内容 町や地域の催し・活動等に参加していますか。【複数回答可】

※前回調査の選択肢「NPO法人等が主催するイベント」は「その他のイベント」と読み替えた。

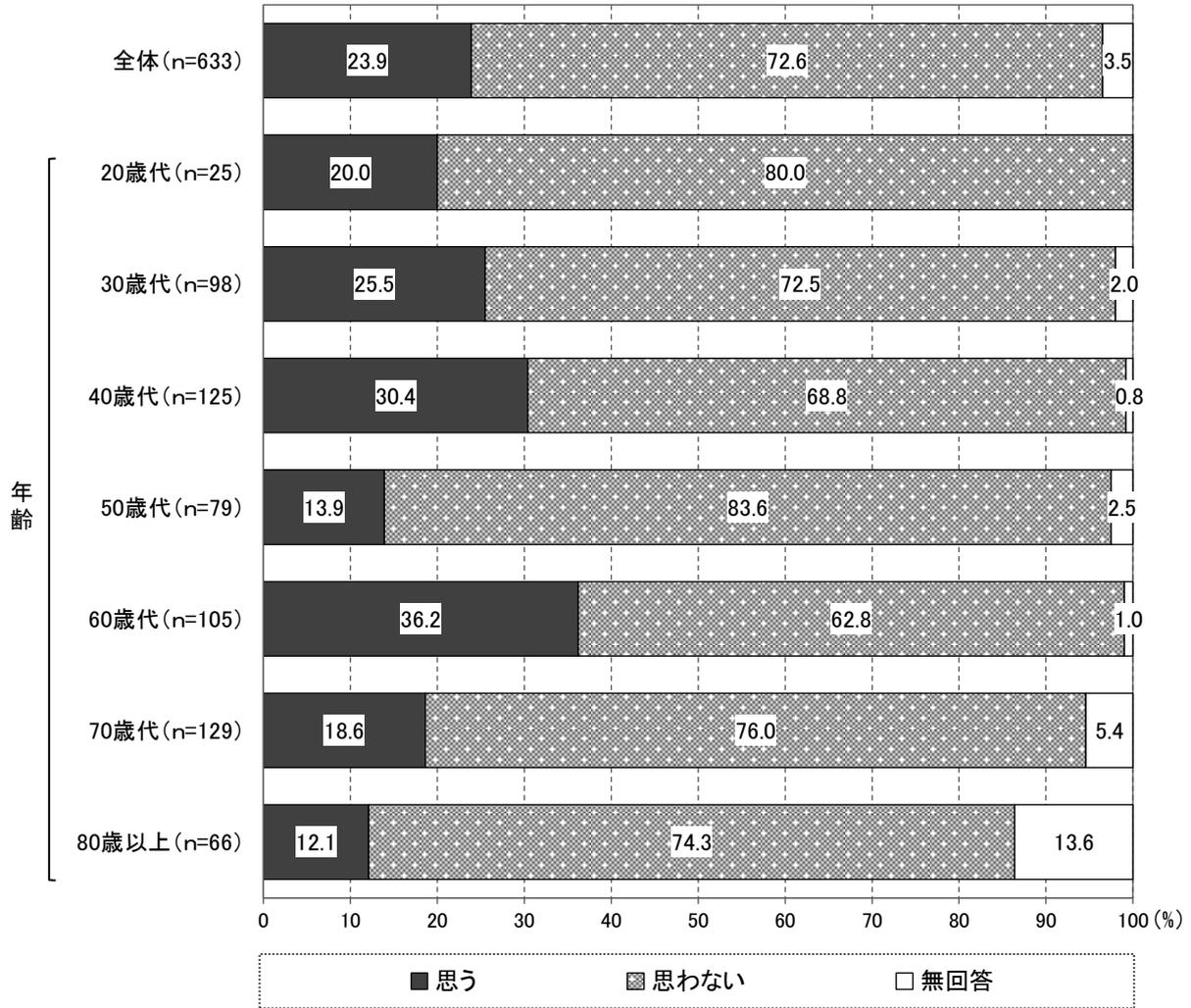
- ・20歳以上の住民で見ると、前回・今回ともに「参加していない」が最も高くなっているが、それを除くと、前回調査時は、「お祭りや盆踊り」(36.8%)、「地域の活動(自治会、長生会、子ども会、校区福祉委員会等)」(35.7%)の順となっており、今回調査時には、「地域の活動(自治会、長生会、子ども会、校区福祉委員会等)」(30.8%)、次いで、「お祭りや盆踊り」(29.0%)の順となった。



質問内容

◆「地域活動やボランティア活動に参加していますか。」で「3. ほとんど参加していない」と答えた方。
 今後、地域活動やボランティア活動に参加してみたいと思いますか。
 【複数回答可】

- ・20歳以上の住民で見ると、「思わない」が72.6%と高く、「思う」が23.9%を上回った。
- ・年齢層別で見ると、他の年齢層と比べて、60歳代で「思う」の割合が高くなっている。

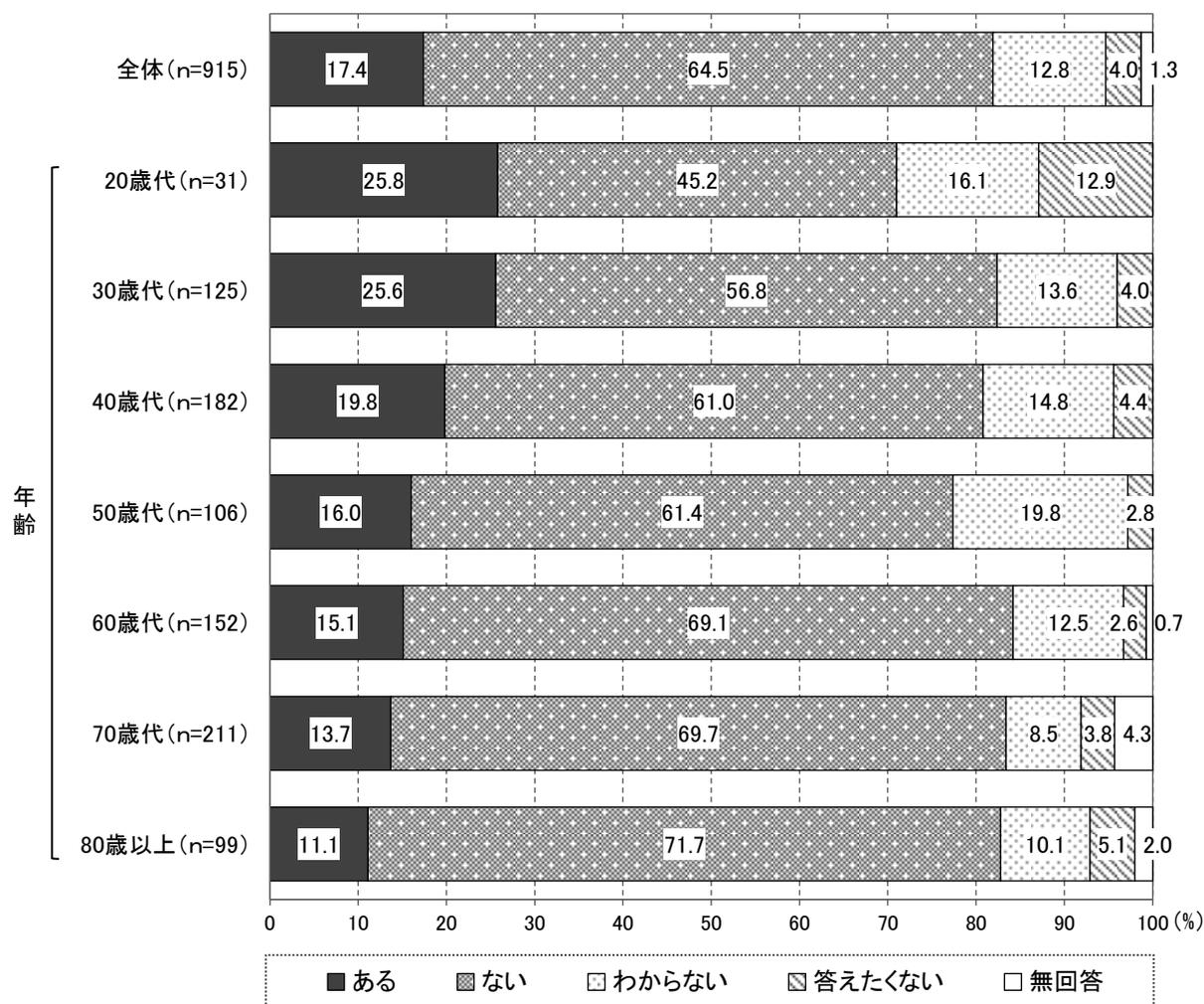


※前回調査では同内容の設問設定がありませんでした。

【9. いのちを支える取り組み（自殺対策計画）】

質問内容 今までに死にたいと思いつめるほど悩んだことがありますか。

- ・20歳以上の住民で見ると、「ない」が64.5%と最も高く、次いで、「ある」(17.4%)、「わからない」(12.8%)の順となっている。
- ・年齢層別で見ると、加齢につれて「ある」の割合が低くなり、「ない」の割合が高くなっている。

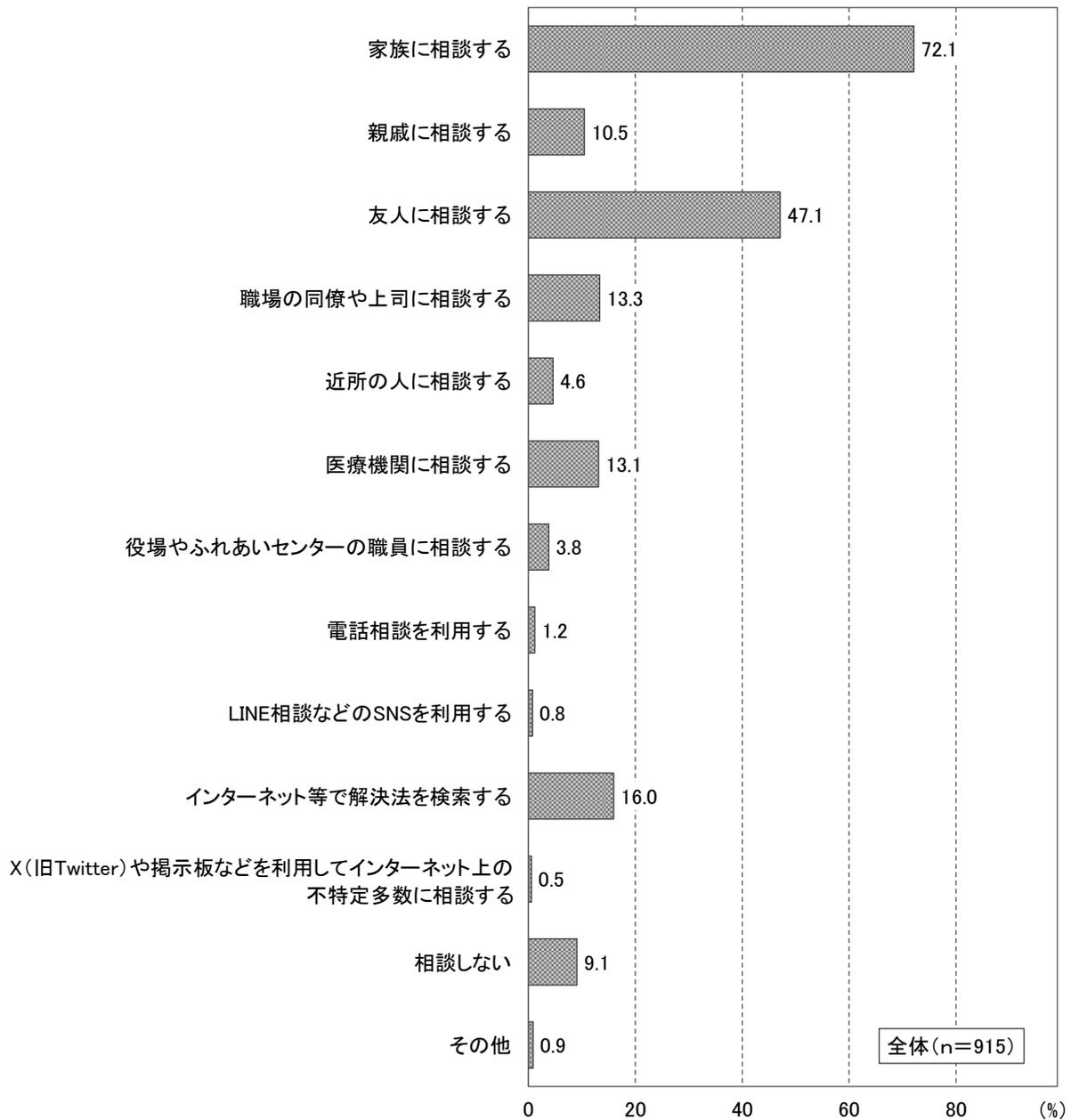


※前回調査では同内容の設問設定がありませんでした。

質問内容

困ったときや悩みごとがある時に、どのように相談しますか。【複数回答可】

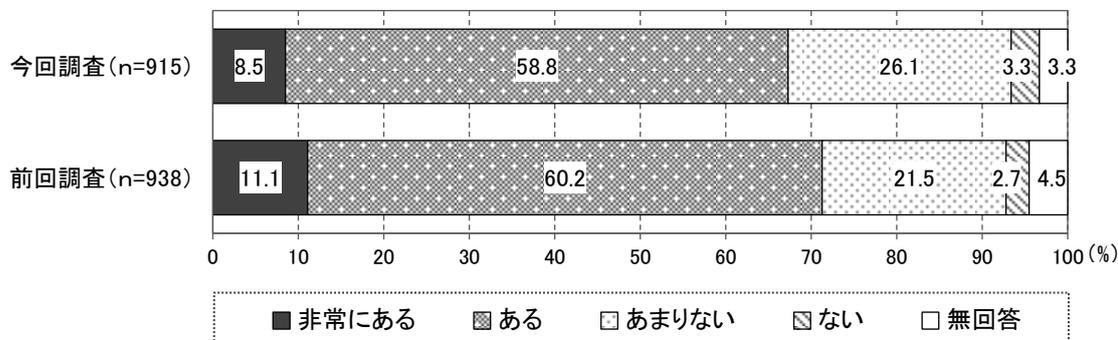
- ・ 20歳以上の住民で見ると、「家族に相談する」が72.1%と最も高く、次いで、「友人に相談する」(47.1%)、「インターネット等で解決法を検索する」(16.0%)の順となっている。
- ・ 1割程の住民は「相談しない」を選択している。



※前回調査では同内容の設問設定がありませんでした。

質問内容 普段、生活の中で生きがいや充実感を感じることはありますか。

- ・20歳以上の住民で見ると、「非常にある」と「ある」を合わせた、“ある”は、前回調査時の71.3%から、今回調査時の67.3%とやや悪化。
- ・他の年代に比べて30歳～40歳代で、「非常にある」の割合が高くなっている。



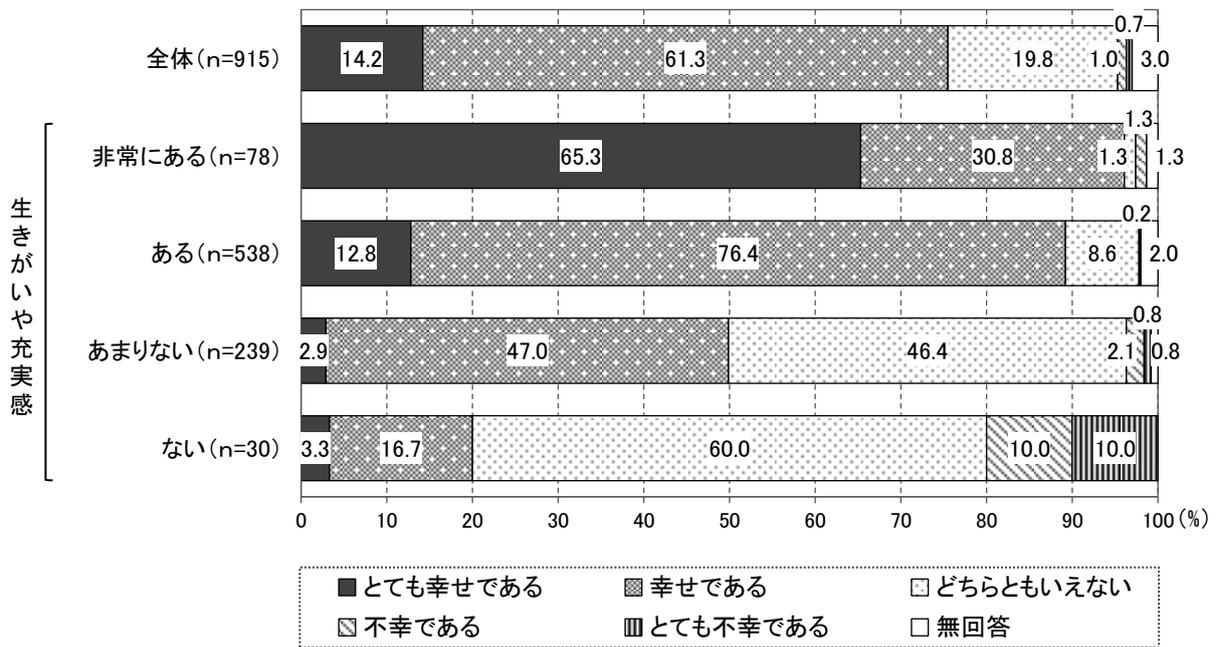
		(n=)	非常にある	ある	あまりない	ない	無回答
全体		915	78 8.5%	538 58.8%	239 26.1%	30 3.3%	30 3.3%
性別	男性	312	26 8.3%	179 57.4%	87 27.9%	12 3.8%	8 2.6%
	女性	593	50 8.4%	354 59.7%	151 25.5%	18 3.0%	20 3.4%
年齢	20歳代	31	1 3.2%	20 64.6%	8 25.8%	1 3.2%	1 3.2%
	30歳代	125	20 16.0%	69 55.2%	32 25.6%	1 0.8%	3 2.4%
	40歳代	182	23 12.6%	108 59.5%	39 21.4%	7 3.8%	5 2.7%
	50歳代	106	5 4.7%	57 53.8%	37 34.9%	4 3.8%	3 2.8%
	60歳代	152	9 5.9%	91 59.8%	41 27.0%	8 5.3%	3 2.0%
	70歳代	211	11 5.2%	131 62.1%	55 26.1%	6 2.8%	8 3.8%
	80歳以上	99	7 7.1%	57 57.5%	27 27.3%	3 3.0%	5 5.1%

【参考】 幸福感と生きがい・充実感との相関関係

現在、あなたはどの程度幸せですか×普段、生活の中で生きがいや充実感を感じることはありますか

20歳以上

- ・20歳以上の住民で見ると、「とても幸せである」と「幸せである」を合わせた“幸せである”と答えた人は、生きがいや充実感が「非常にある」・「ある」と答える割合が高い。

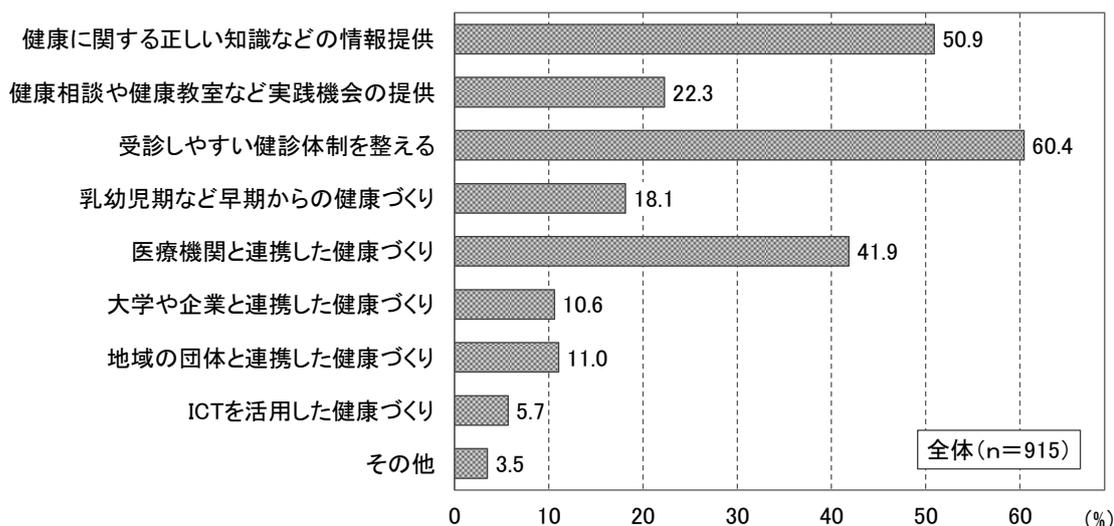


【10. その他】

質問内容

これからの町の健康づくりの取組において、重視していくべきことはどのようなことだと思いますか。【複数回答可】

- ・20歳以上の住民で見ると、「受診しやすい健診体制を整える」が60.4%と最も高く、次いで、「健康に関する正しい知識などの情報提供」（50.9%）、「医療機関と連携した健康づくり」（41.9%）の順となった。



	(n=)	健康に関する正しい知識などの情報提供	健康相談や健康教室など実践機会の提供	受診しやすい健診体制を整える	乳幼児期など早期からの健康づくり	医療機関と連携した健康づくり	大学や企業と連携した健康づくり	地域の団体と連携した健康づくり	ICTを活用した健康づくり	その他
		(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)
全体	915	466 50.9%	204 22.3%	553 60.4%	166 18.1%	383 41.9%	97 10.6%	101 11.0%	52 5.7%	32 3.5%
年齢	20歳代	31 25.8%	8 19.4%	6 74.2%	23 29.0%	9 48.4%	5 16.1%	3 9.7%	1 3.2%	0 0.0%
	30歳代	125 29.6%	37 8.0%	10 67.2%	42 33.6%	40 32.0%	8 6.4%	10 8.0%	8 6.4%	3 2.4%
	40歳代	182 39.6%	72 20.9%	38 64.8%	59 32.4%	72 39.6%	30 16.5%	21 11.5%	18 9.9%	7 3.8%
	50歳代	106 50.9%	54 17.0%	18 69.8%	13 12.3%	44 41.5%	10 9.4%	9 8.5%	7 6.6%	4 3.8%
	60歳代	152 60.5%	92 27.0%	41 63.8%	18 11.8%	77 50.7%	14 9.2%	19 12.5%	11 7.2%	7 4.6%
	70歳代	211 68.2%	144 28.4%	60 49.8%	15 7.1%	85 40.3%	21 10.0%	20 9.5%	4 1.9%	8 3.8%
	80歳以上	99 56.6%	29 29.3%	47 47.5%	9 9.1%	47 47.5%	9 9.1%	19 19.2%	2 2.0%	3 3.0%

※前回調査では同内容の設問設定がありませんでした。

2. アンケート及び住民や関係団体の声から見える課題

アンケート及び住民や関係団体からの声から見える課題を前期計画の分野に沿って抜粋・整理しました。

<p>1. 栄養・食生活 (食育推進計画)</p>	<p>◇ アンケートから見える課題</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ BMI が適正範囲にもかかわらず自身の体型を「太っている」と感じる者の割合が、小中学生は 24.6%、20 歳以上では 33.0%いる。 ・ 朝食欠食の理由として、20 歳代で「食欲がない」、30～50 歳代で「時間がない」が最も多くなっている。 ・ 孤食の割合が前期計画策定当初（平成 30 年度）と比較すると、小学 6 年生と中学 2 年生で増加している。 ・ 小中学生に関して、主菜・副菜・果物の摂取量が前期計画策定当初（平成 30 年度）と比較すると、低くなっているのに対し、菓子パンを摂取している者の割合は高くなっている。小中学生へのバランスの取れた食事への理解が必要である。 ・ 生活習慣病の予防につながる 30・40 歳代において、食育に関心が高い傾向があるため、忙しい人でも食に関する情報を得られる機会を作ることが求められている。 <p>◇ 関係団体の声から見える課題</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 若年層において、食に対して関心がなく、優先順位が低い者が多くなっている。 ・ 健康的なメニューを提供する飲食店を増やし、住民に健康に関して意識をもってもらう機会を増やす必要がある。 ・ 子育て中の保護者に関して、子どもの食事や健康等への意識は高いが、保護者自身の食事や健康が後回しになっている者が多い。 ・ 離乳食に関する相談が多く、保護者同士の交流の機会も含め周知の機会が減っている。 ・ 保護者の料理の得意不得意によって子どもの食事に大きく差が出ている。
<p>2. 身体活動・運動</p>	<p>◇ アンケートから見える課題</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 特に 30・40 歳代は、運動習慣を持ちづらく、運動を行っていない理由は、「多忙である」の割合が高い。また、70・80 歳代の者の運動を行っていない理由は、「体調が悪い」「興味がない」「必要を感じない」の順に高くなっている。 <p>◇ 関係団体の声から見える課題</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ウォーキングイベントや運動教室等の参加者及び運営ボランティア員等が高齢化している。 ・ 実施場所までの交通手段がなく、行けない者も増えている。

	<ul style="list-style-type: none"> ・様々な運動の場に出てこれない方への呼びかけが必要である。 ・外で子どもが安全に遊べる場所や公園が少なくなっている。自宅にいと、YouTube 等の動画を見る時間も増え、運動習慣が持ちづらい。また、子どもと一緒に参加できる体操の場等があると良い。
3. 休養・睡眠 (こころの健康)	<ul style="list-style-type: none"> ◇ アンケートから見える課題 <ul style="list-style-type: none"> ・中2女子は、午前0時以降に寝る者の割合が最も高く、眠れない理由は、「テレビやDVD、SNSなどを見ている」「なんとなく夜ふかししてしまう」が高くなっている。 ・主観的健康観について、健康である割合は、前期計画策定当初(平成30年度)と比較すると、悪化している。 ・睡眠による休養を十分にとれている者の割合も、前期計画策定当初(平成30年度)と比較すると、悪化している。 ◇ 関係団体の声から見える課題 <ul style="list-style-type: none"> ・家事や育児等、日々に追われている保護者の方にも、リフレッシュできる場や気軽に相談できる場が近くにあることを周知する。
4. たばこ	<ul style="list-style-type: none"> ◇ アンケートから見える課題 <ul style="list-style-type: none"> ・小中学生の喫煙への興味について「ある」と「少しある」を合わせた“ある”の割合が、前期計画策定当初(平成30年度)と比較して改善されていなかった。 ◇ 関係団体の声から見える課題 <ul style="list-style-type: none"> ・たばこと健康についての正確な知識の普及とともに、幼少期や学齢期からの禁煙教育や望まない受動喫煙の防止に向けた環境整備の取組が必要である。
5. アルコール	<ul style="list-style-type: none"> ◇ アンケートから見える課題 <ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合が、40・60歳代で特に高くなっており、適正飲酒量の周知啓発が必要である。 ◇ 関係団体の声から見える課題 <ul style="list-style-type: none"> ・適正な飲酒量や飲酒による健康への影響について、全てのライフステージにおいて周知が必要である。
6. 歯・口腔の健康	<ul style="list-style-type: none"> ◇ アンケートから見える課題 <ul style="list-style-type: none"> ・20歳代の歯科健診受診割合が低い。 ◇ 関係団体の声から見える課題 <ul style="list-style-type: none"> ・自覚症状がなくても定期的に検診を受ける習慣をつけることが、歯・口腔の健康の維持に重要であることを周知啓発する。

7. 健康チェック	<p>◇ アンケートから見える課題</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健（検）診を受けていない理由として、20歳代が1位に、30歳代が3位に、「受け方がわからない」からだと回答している。 <p>◇ 関係団体の声から見える課題</p> <ul style="list-style-type: none"> ・様々な事業に参加している人とそうでない人とで健康に関する意識の差が顕著に出ている。 ・子育て中の保護者は、育児に追われ健康づくりについて考えることが難しいため、子どもと一緒に参加できる行事を創る必要がある。 ・自覚症状がなくても健診を受ける習慣をつけることが大切である。
8. 地域とのつながり（絆）	<p>◇ アンケートから見える課題</p> <ul style="list-style-type: none"> ・お祭りや自治会等の地域活動に参加している者はそれぞれ3割ほどいる一方で、町や地域の催し・活動等に参加していない者が4割ほどおり、地域参画状況が二極化している。 ・現時点で地域活動やボランティア活動への未参加者に対し、今後の参加意向を質問したところ、60歳代が他の世代に比べて最も高く、3割以上の人が参加意向を示しており、通いの場や交流の機会を提供していくことが重要である。 <p>◇ 関係団体の声から見える課題</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康づくりの場に行く意欲はあるが、交通手段がなく、参加しづらくなっている。
9. いのちを支える取り組み（自殺対策計画）	<p>◇ アンケートから見える課題</p> <ul style="list-style-type: none"> ・20歳代・30歳代の若年層で、「今までに死にたいと思いつめるほど悩んだことがある」と答える割合が他の世代より高くなっており、相談場所等の周知啓発が必要である。 ・困ったときや悩みごとがある時の相談相手は「家族」・「友人」・「インターネット」の順で高くなっている。適切な相談場所の周知啓発が重要である。 <p>◇ 関係団体の声から見える課題</p> <ul style="list-style-type: none"> ・相談や悩み、困りごとについて、気軽に話し、相談できる場所の情報提供が必要である。
10. その他	<p>◇ アンケートから見える課題</p> <ul style="list-style-type: none"> ・20～40歳代はインターネットやSNSを通じて健康情報を得る割合が高く、これらを活用した健康啓発が重要となる。 <p>◇ 関係団体の声から見える課題</p> <ul style="list-style-type: none"> ・SNS等から情報を得る者が増えているため、適切な情報を得られるように、住民全体のヘルスリテラシーを高めることが重要となる。