

**「第2次健康よつかいどう21プラン」
中間評価のための市民意識調査**

報告書

**令和5年3月
四街道市**

目 次

I 調査の概要	1
1 調査目的	1
2 調査対象	1
3 調査期間	1
4 回収状況	1
5 報告書の見方	1
6 調査項目	2
II 一般市民調査	7
1 基本属性	7
2 健康状態・健康に対する意識について	16
3 食生活・栄養について	61
4 身体活動・運動について	85
5 たばこについて	94
6 薬物について	105
7 飲酒について	106
8 歯や口の健康について	111
9 休養・心の健康について	136
10 生きがいづくり・まちづくりについて	166
11 これからの四街道市や自分自身の取り組みについて	178
III 中学生・高校生調査	192
1 基本属性	192
2 健康状態・健康に対する意識について	195
3 食生活・栄養について	204
4 身体活動・運動について	218
5 たばこについて	222
6 飲酒について	227
7 歯や口の健康について	230
8 薬物について	235
9 性について	237
10 休養・心の健康について	241
11 まちづくりについて	257

IV 幼児・小学生調査	260
1 基本属性	260
2 子どもの基本属性	267
3 健康状態・健康に対する意識について	269
4 食生活・栄養について	275
5 身体活動・運動について	293
6 たばこについて	300
7 歯や口の健康について	303
8 休養・心の健康について	307
V 資料（調査票）	314
○ 一般市民調査票	314
○ 中学生・高校生調査	324
○ 幼児・小学生調査	331

I 調査の概要

1 調査目的

現在策定されている第2次健康よっかいどう21プランの中間評価を行うための健康に関する市民意識調査を行うことを目的とする。本市における市民の健康に関する意識等を把握し、市の現状や課題などを抽出し、計画策定のための基礎資料として活用する。

2 調査対象

調査名	対象者	対象者数	調査方法
一般市民調査	20歳以上の市民を無作為抽出	2,000人	郵送配布・郵送回収
中学生・高校生調査	中学2年及び高校2年生の年代を無作為抽出	750人	郵送配布・郵送回収
幼児・小学生調査	幼稚園年中代及び小学5年生の年代を無作為抽出	750人	郵送配布・郵送回収 子ども宛で保護者による記入

3 調査期間

令和4年9月1日～令和4年9月30日

4 回収状況

調査名	対象者数	回収数	回収率
一般市民調査	2,000人	969人	48.5%
中学生・高校生調査	750人	276人	36.8%
幼児・小学生調査	750人	383人	51.1%

5 報告書の見方

- 回答結果の割合「%」は有効サンプル数に対して、それぞれの回答数の割合を小数点以下第2位で四捨五入したものである。そのため、単数回答（複数の選択肢から1つの選択肢を選ぶ方式）であっても合計値が100.0%にならない場合がある。同様に、複数の選択肢の合計値（例：『思う』＝「そう思う」と「まあそう思う」の合計）についても、個々の数値の合計と一致しない場合がある。このことは、本報告書内の分析文、グラフ、表においても反映している。
- 複数回答（複数の選択肢から2つ以上の選択肢を選ぶ方式）の設問の場合、回答は選択肢毎の有効回答数に対して、それぞれの割合を示す。そのため、合計が100.0%を超える場合がある。
- グラフのn数（number of case）は、回答者数（サンプル数）を表す。また、図表中において「無回答」とあるものは、回答が示されていない、または回答の判別が困難なものである。
- 表のなかで数値に色が付けられているものは、横軸に見て最も多い数値を示す。
- 本報告書において、分析手法のひとつとしてクロス集計を用いる。その際、クロス集計分析結果表の分析軸に「無回答」がある場合（例として、年齢が無回答だった場合）は表示しない。そのため、分析軸の回答者数の合計が全体の合計と一致しない場合がある。

6 調査項目

	一般市民 調査	中学生・ 高校生調査	幼児・ 小学生調査
基本属性			
子どもからみた回答者の続柄			○
性別	○	○	
保護者の性別			○
子どもの性別			○
年齢	○	○	
学校区分		○	
保護者の年齢			○
子どもの年齢			○
居住地域	○	○	○
現在同居している人	○	○	○
兄弟・姉妹の人数		○	○
職業	○		
子どもの世帯の就業状況			○
1週間の就業時間	○		
通勤・通学先	○		
通勤・通学手段	○		
通勤・通学時間	○		
加入している健康保険	○		
世帯収入	○		○
子どもの通園・通学先			○
健康状態・健康に対する意識について			
健やかで充実した暮らしへの認識	○		
自分自身への健康状態の認識		○	
子どもの健康状態の認識			○
自分自身への健康への関心	○	○	
子どもの健康への関心			○
「健康とは何か」の問いに対しての自身の考え	○	○	
「健康とは何か」の問いに対して最も自身の考えに合うもの	○	○	
「健康とは何か」の問いに対しての保護者の考え			○
「健康とは何か」の問いに対して最も保護者の考えに合うもの			○
健康づくりを維持・継続させるために大切なこと	○		
健康情報の入手先・相談先	○	○	○
健康づくりを進めるうえで必要なこと	○		
健康のために実践していること・改善したいと思うこと	○		
メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）・ロコモティブシンドローム（運動器症候群）・COPD（慢性閉塞性肺疾患）の認知度	○	○	
身長・体重・BMI	○	○	
子どもの身長・体重			○
自分の体型についての認識	○	○	
体型改善のための取り組み	○	○	
自分の適正体重についての認識		○	

	一般市民 調査	中学生・ 高校生調査	幼児・ 小学生調査
やせすぎからおこるデメリットの認知		○	
かかりつけ病院、診療所の有無	○		
子どものかかりつけ病院、診療所の有無			○
がん検診の受診状況	○		
過去1年間の健康診査・健康診断の受診状況	○		
健診結果を生活習慣の改善に役立っているか	○		
健康診査・健康診断がどのような方法（内容）であれば受診するか	○		
食生活・栄養について			
子どもにとっての食事の重要性の認知			○
食生活	○	○	
子どもの食生活			○
朝食を毎日食べない理由	○	○	
子どもが朝食を毎日食べない理由			○
バランスの良い食事や外食等の摂取状況	○	○	
バランスの良い食事や外食等の子どもの摂取状況			○
1回にとる野菜の量	○		
外食や市販の弁当、そうざいや冷凍食品を利用する理由	○	○	○
子どもが食事をひとりで食べる頻度			○
子どもが食事に関わる手伝いをするか			○
塩分の摂取量についての認知	○		
子どもの塩分の摂取量についての認知			○
栄養成分表示の参考状況	○		
食生活への問題意識		○	
食生活において気をつけていること	○	○	
子どもの食生活において気をつけていること			○
子どもにおやつや間食を与えるとき注意していること			○
子どもが苦手な食べ物を克服した経験			○
苦手な食べ物を食べられるようになったきっかけ			○
子どもの食事に関することで知りたいこと			○
身体活動・運動について			
子どもの健康にとって運動が重要だと思うか			○
運動量についての認知		○	
子どもの地域のスポーツ少年団や民間スポーツクラブ等での運動状況			○
子どもの外遊びの頻度			○
外遊びをほとんどしない理由			○
1日に子どもがテレビ等を見る時間			○
日常生活の中の運動の程度	○		
運動をしている目的	○		
運動やスポーツの種類	○		
運動日数	○		
運動を行う日の平均的な運動時間	○		
運動習慣の継続状況	○		
体育の授業以外の運動状況		○	

	一般市民 調査	中学生・ 高校生調査	幼児・ 小学生調査
部活動や学校以外の運動のクラブ活動状況		○	
運動・スポーツができていない理由	○	○	
日常生活で体を動かす努力をしているか	○		
四街道市がどんなまちだったら、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もっと行うと思うか	○		
たばこについて			
喫煙状況	○		
1日の喫煙量（本数）と吸っていた期間（年数）	○		
禁煙・節煙意向	○		
喫煙経験の有無		○	
喫煙したきっかけ		○	
現在の喫煙状況		○	
家族の喫煙状況	○	○	○
喫煙する家族は、吸う場所や時間の工夫（分煙）をしているか	○	○	○
受動喫煙の健康への影響の認知度	○	○	○
喫煙により影響が出ると思うもの	○	○	○
受動喫煙被害の有無	○	○	○
薬物について			
薬物乱用についての認知		○	
薬物や危険ドラッグについての考え	○	○	
飲酒について			
飲酒の頻度	○		
1日（回）の平均的な飲酒量	○		
一般的な「適度な飲酒」量についての認識	○		
飲酒経験の有無		○	
飲酒のきっかけ		○	
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	○	○	
歯や口の健康について			
過去1年間の歯科健診の受診状況	○		
歯科健診を受けていない理由	○		
成人歯科健診の認知度	○		
成人歯科健診を受診しやすくするために必要なこと	○		
かかりつけ歯科医院の有無	○	○	
子どものかかりつけ歯科医院の有無			○
歯の本数	○		
歯みがきの頻度	○	○	
子どもの歯みがきの頻度			○
歯ブラシ以外で使用しているもの	○	○	
子どもの歯みがきのとき歯ブラシ以外で使用しているもの			○
8020（ハチマルニイマル）運動の認知度	○	○	
歯周病と全身の健康の関係への認知度	○		
食べ物を噛むときの状態	○		
歯や口の健康のために行っていること、またそれが効果的だと思うか	○		

	一般市民 調査	中学生・ 高校生調査	幼児・ 小学生調査
歯や口の健康のためにやっていること		○	
子どもの歯や口の健康のためにやっていること			○
歯や口のことで困っていること	○	○	
性について			
性に関して相談できる人がいるか		○	
相談相手は誰か		○	
知っている性感染症		○	
性に関して知りたいと思うこと		○	
休養・心の健康について			
過去1か月間のストレスや不安・悩みの有無	○	○	
ストレスや不安・悩みの原因	○	○	
ストレスや不安・悩みを解消できているか	○	○	
ストレスへの対処	○	○	
不安・悩みへの対処	○	○	
ストレスや不安・悩みに対し希望する相談方法	○		
ゲートキーパーの認知度	○		
起床時刻と就寝時刻、睡眠時間	○	○	
子どもの起床時刻と就寝時刻、睡眠時間			○
過去1か月間に睡眠で休養が充分とれているか	○	○	
過去1か月間に神経過敏等を感じたか	○		
うつの状態に対する認識	○		
うつは適切な治療で治ると思うか	○		
うつの人にどのように対応したらよいと思うか	○		
過去1年間の自殺を考えた経験の有無	○		
自殺を考えた原因	○		
自殺を乗り越えた方法	○		
自殺の減少に必要な対策	○		
心の健康を保つために、四街道市はもっと何をすべきか	○		
いじめの経験の有無		○	
自傷行為の経験の有無		○	
今までに自殺を考えた経験の有無		○	
自分や家族のことが好きか		○	
子どもは自分や家族のことが好きか			○
自分が幸せだと感じる時		○	
自分専用の携帯電話やスマートフォンを持っているか		○	
学校であったこと、友だちのこと、遊びのことなどを家族に話すか		○	
家で家族と過ごすのは楽しいか		○	
友だちとのつきあいを楽しんでいるか		○	
子どもは毎日楽しく過ごしているか			○
子どもは幼稚園・保育園等または学校に楽しそうに通っているか			○
子どもに悩みはありそうか			○
子どもの悩んでいる様子に気づいたらどう対応するか			○
子どもと家族とのコミュニケーションの状況			○

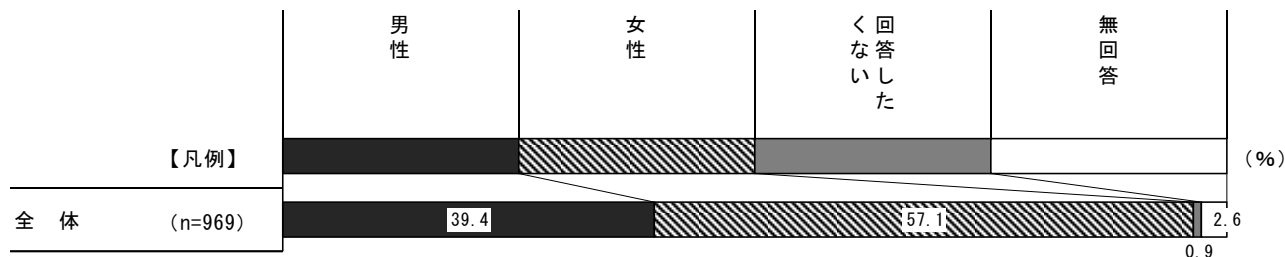
	一般市民 調査	中学生・ 高校生調査	幼児・ 小学生調査
生きがいつくり・まちづくりについて			
生きがいを感じているか	○		
生きがいの内容	○		
健康づくりに関わるグループやサークル、ボランティア活動の参加状況、参加意向	○		
健やかに暮らすために特に重要だと思うこと	○		
地域行事の参加状況	○		
隣近所の人と顔を合わせる機会の有無	○		
隣近所の人に会った時のあいさつの状況	○	○	
隣近所の子どもを気軽に注意できるか	○		
生きがいつくりやまちづくりを通じて、健康度を高めるために、四街道市はどのような環境を整えたらよいと思うか	○		
四街道市が好きか		○	
四街道市を好きまたは嫌いと思う理由		○	
四街道市をどのようなまちにしたいか		○	
これからの四街道市や自分自身の取り組みについて			
健康よつかいどう 21 の認知度	○		
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	○		
「健康ポイント」制度の認知度	○		
「健康ポイント」の利用意向	○		
四街道市への愛着	○		
自身の「健康づくり」の取り組みはどのくらいできているか	○	○	
四街道市をどのようなまちにしたいか	○		

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)

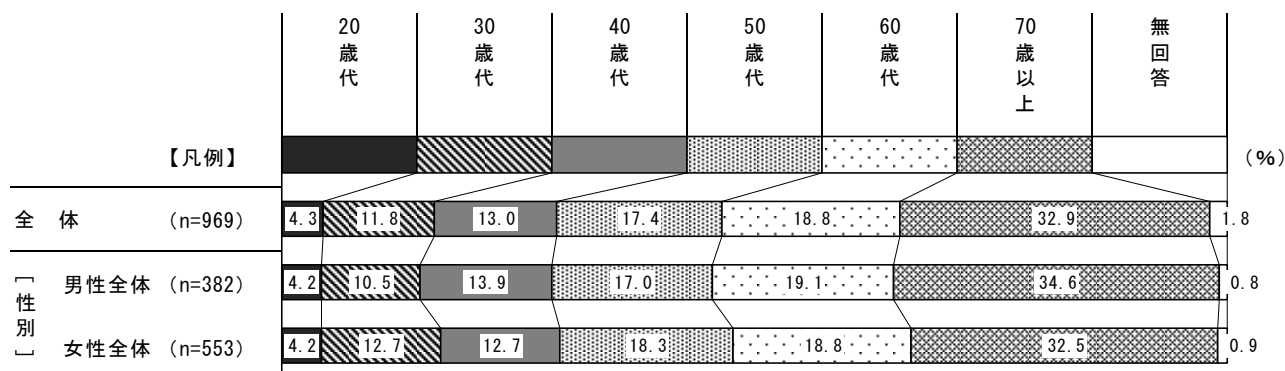
「男性」が39.4%、「女性」が57.1%で「女性」がやや多い。



問2 あなたの年齢（令和4年10月1日現在）をお答えください。(数字を記入)

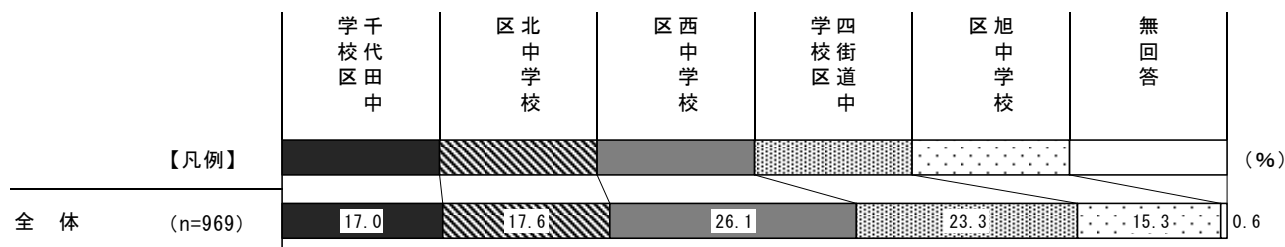
「70歳以上」が32.9%と最も多く、次いで「60歳代」が18.8%、「50歳代」が17.4%となっている。

性別にみると、おおむね同様の傾向となっている。



問3 あなたのお住まいの地域はどちらですか。(○は1つ)

「西中学校区」が26.1%と最も多く、次いで「四街道中学校区」が23.3%、「北中学校区」が17.6%となっている。

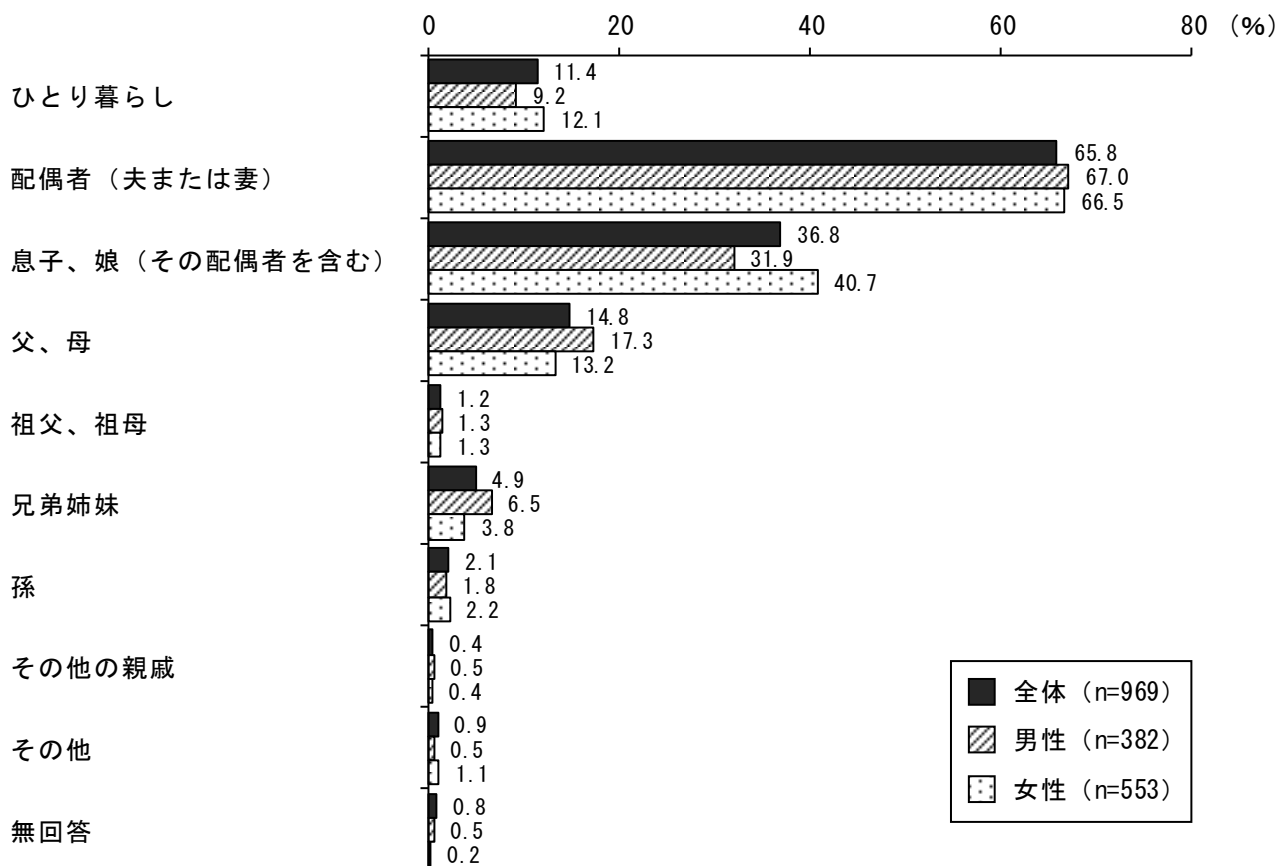


千代田中学校区	亀崎、物井、長岡、内黒田、千代田、池花、もねの里
北中学校区	栗山、萱橋、大日（緑ヶ丘・桜ヶ丘以外）、鹿渡（JR線路北側：四街道市役所側）、つくし座、さちが丘、中央
西中学校区	下志津新田、四街道、大日（緑ヶ丘・桜ヶ丘）、鹿放ヶ丘、さつきヶ丘
四街道中学校区	鹿渡（JR線路南側：四街道警察署側）、和良比、みのり町、美しが丘、めいわ
旭中学校区	山梨、吉岡、小名木、成山・中台・中野、南波佐間・上野・和田、旭ヶ丘、みそら、鷹の台、たかおの杜

【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65.8%と最も多く、次いで「息子、娘（その配偶者を含む）」が36.8%、「父、母」が14.8%となっている。

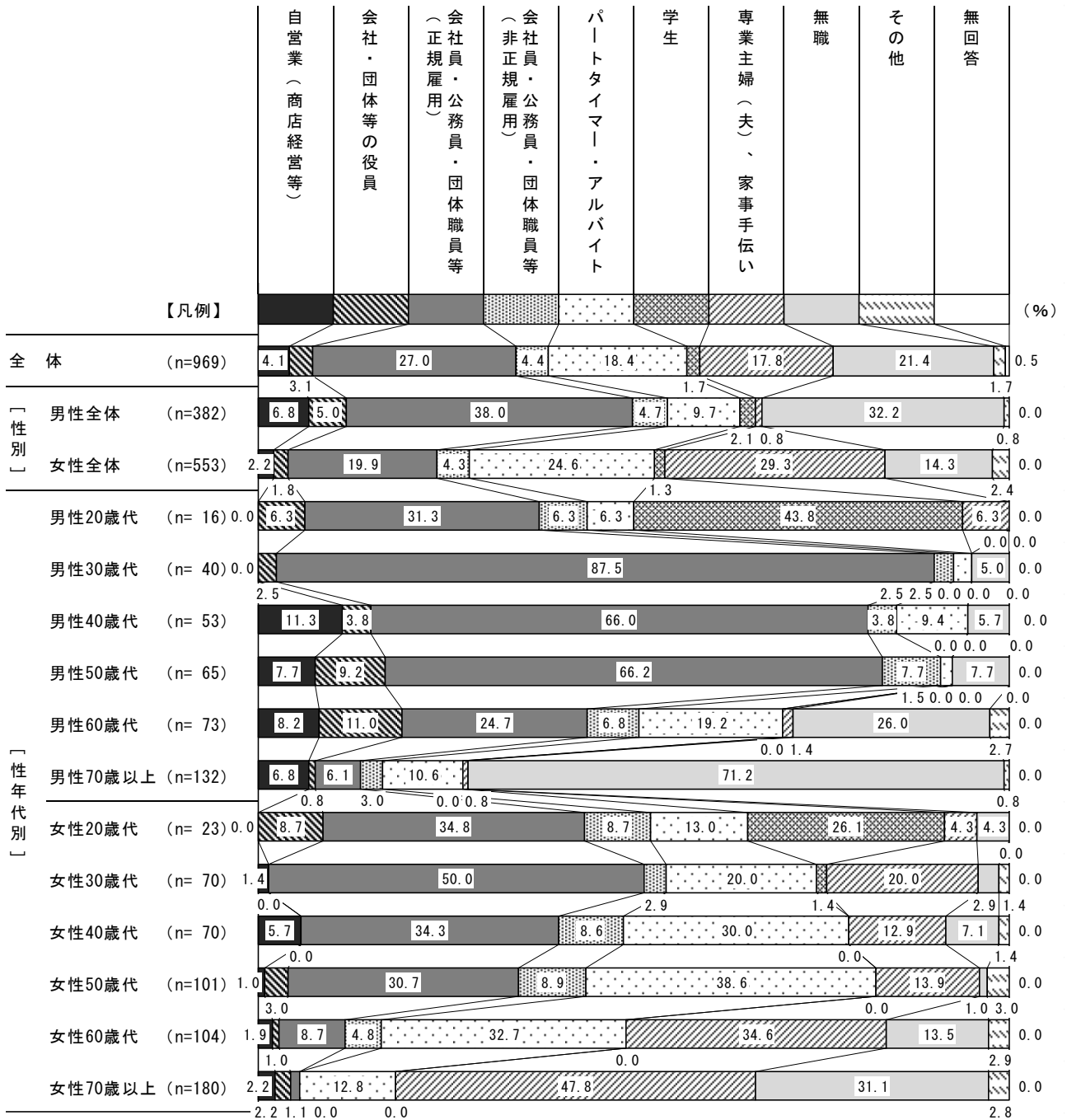


単位 (%)	サンプル数 (人)	ひとり暮らし	配偶者 (夫または妻)	息子、娘 (その配偶者を含む)	父、母	祖父、祖母	兄弟姉妹	孫	その他の親戚	その他	無回答	
全体	969	11.4	65.8	36.8	14.8	1.2	4.9	2.1	0.4	0.9	0.8	
「性年代別」	男性20歳代	16	6.3	12.5	6.3	68.8	18.8	62.5	0.0	0.0	0.0	0.0
	男性30歳代	40	10.0	55.0	55.0	25.0	0.0	15.0	0.0	5.0	0.0	0.0
	男性40歳代	53	9.4	45.3	49.1	35.8	1.9	5.7	0.0	0.0	1.9	1.9
	男性50歳代	65	13.8	52.3	29.2	26.2	0.0	7.7	0.0	0.0	1.5	1.5
	男性60歳代	73	12.3	78.1	24.7	8.2	1.4	0.0	2.7	0.0	0.0	0.0
	男性70歳以上	132	5.3	87.9	26.5	0.8	0.0	0.8	3.8	0.0	0.0	0.0
	女性20歳代	23	4.3	21.7	13.0	73.9	17.4	34.8	0.0	4.3	0.0	0.0
	女性30歳代	70	4.3	70.0	65.7	24.3	2.9	4.3	0.0	0.0	1.4	0.0
	女性40歳代	70	4.3	67.1	72.9	20.0	0.0	4.3	0.0	0.0	0.0	0.0
	女性50歳代	101	12.9	69.3	42.6	16.8	0.0	1.0	0.0	0.0	2.0	0.0
	女性60歳代	104	13.5	75.0	30.8	5.8	1.0	1.0	1.9	0.0	1.0	0.0
	女性70歳以上	180	18.3	63.9	26.7	0.0	0.0	2.8	5.0	0.6	1.1	0.6

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・団体職員等（正規雇用）」が27.0%と最も多く、次いで「無職」が21.4%、「パートタイマー・アルバイト」が18.4%となっている。

性別にみると、男性は「会社員・公務員・団体職員等（正規雇用）」が38.0%で最も多く、「無職」も32.2%で女性より1割以上多い。女性は「専業主婦（夫）、家事手伝い」が29.3%で最も多く、「パートタイマー・アルバイト」も24.6%で男性より1割以上多い。

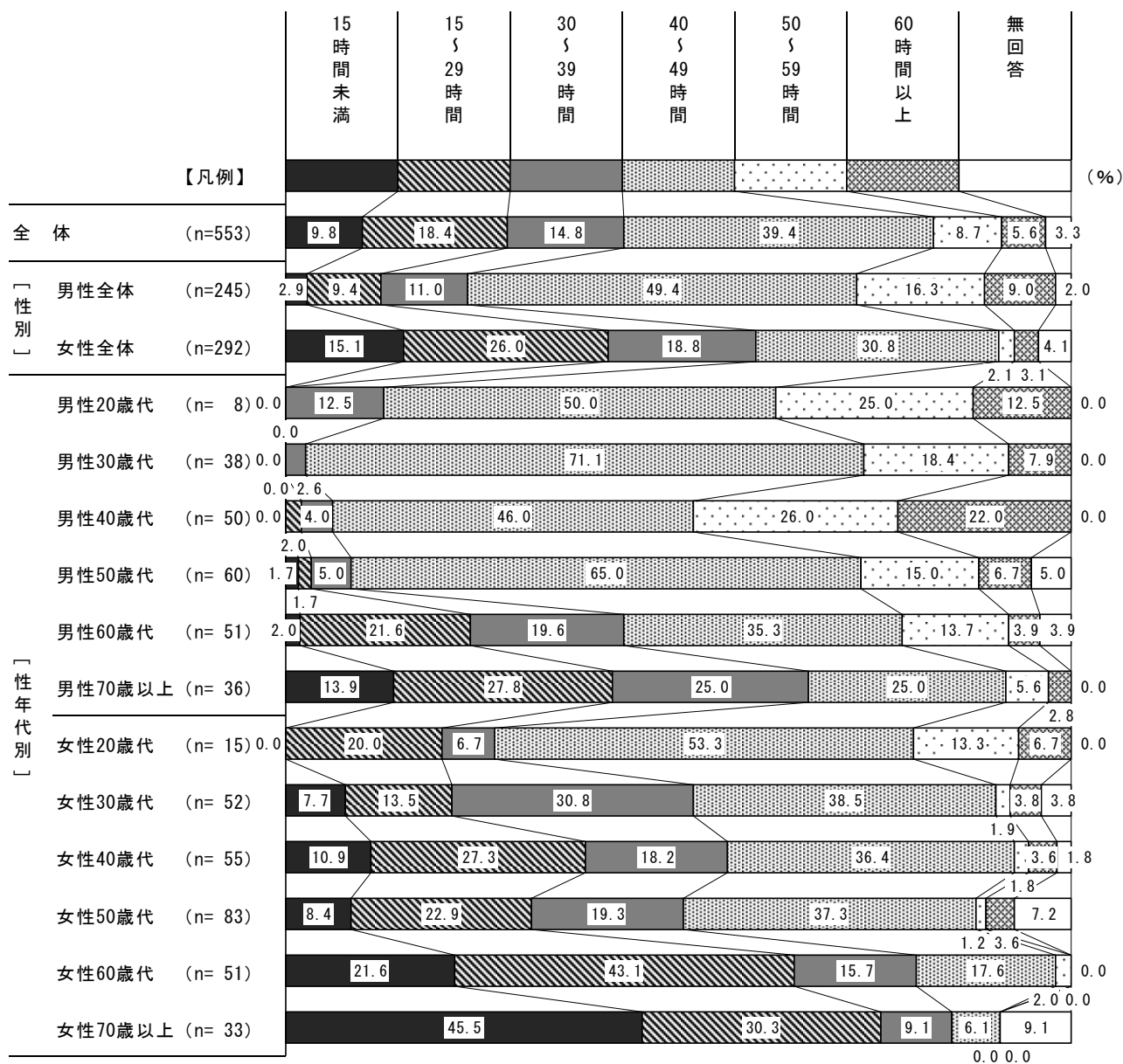


問5で「1」～「5」(働いている)と回答した方にお聞きします。

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、それを合せてお考え下さい。(〇は1つ)

「40～49時間」が39.4%と最も多く、次いで「15～29時間」が18.4%、「30～39時間」が14.8%となっている。

性別にみると、男女とも「40～49時間」が最も多いが、男性は49.4%で女性より1割以上多い。39時間以下は女性、40時間以上は男性が多くなっている。

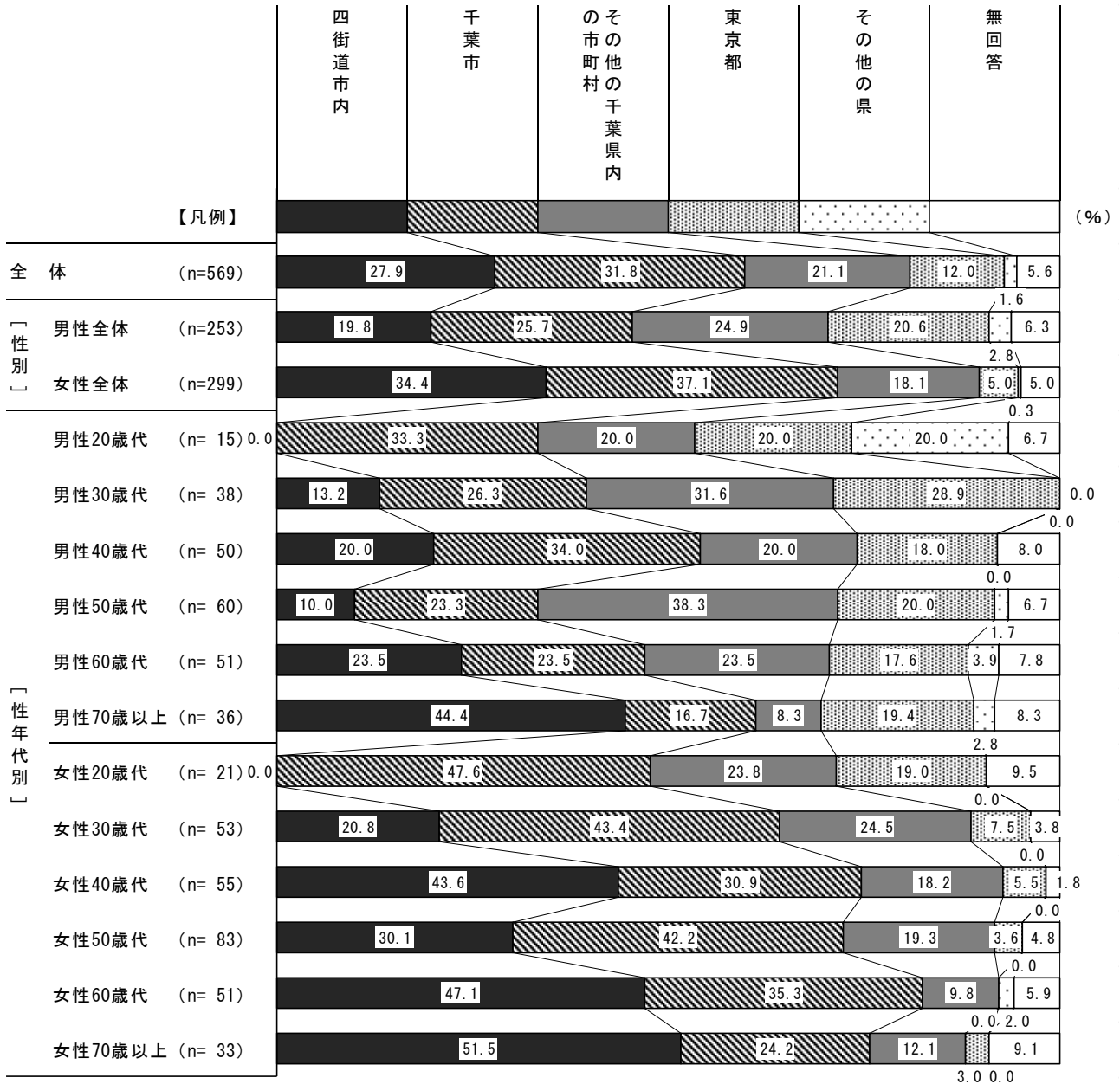


問5で「1」～「6」(通勤・通学をしている)と回答した方にお聞きします。

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31.8%と最も多く、次いで「四街道市内」が27.9%、「その他の千葉県内の市町村」が21.1%となっている。

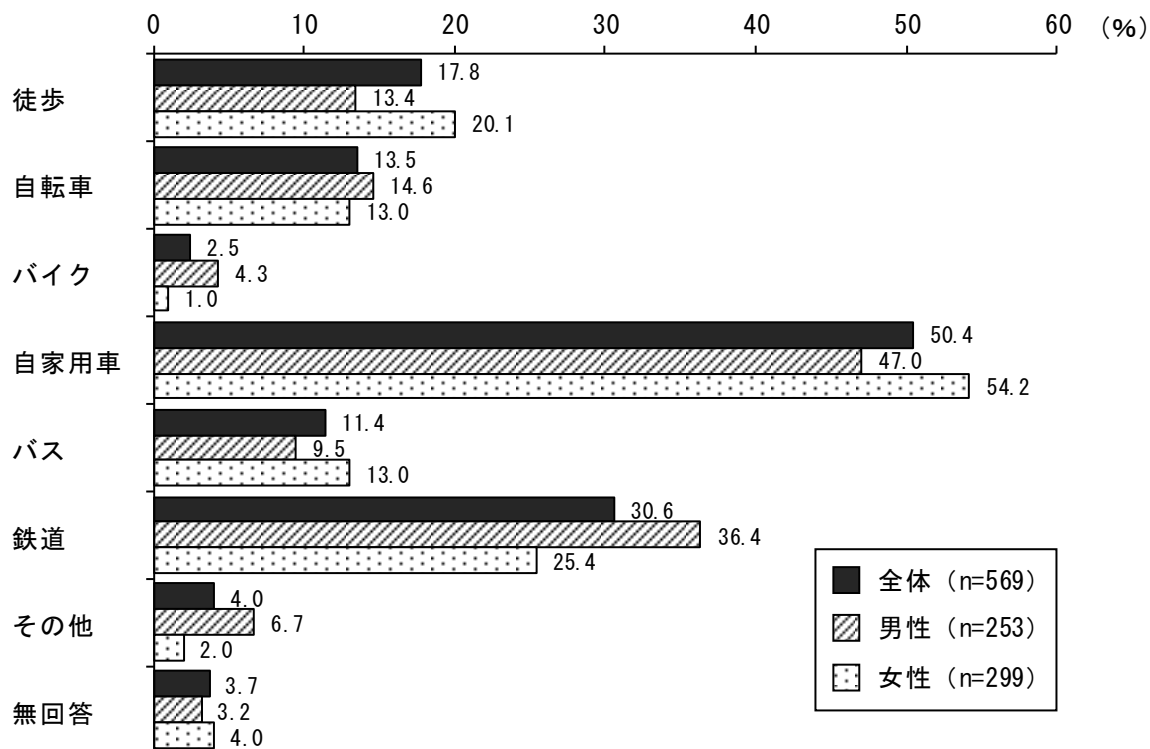
性別にみると、男女とも「千葉市」が最も多いが、女性は37.1%で男性より1割以上多い。女性は「四街道市内」も34.4%で男性に比べて多い。一方、男性は「その他の県」以外の4項目がいずれも2割～2割半ばを占めている。



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50.4%と最も多く、次いで「鉄道」が30.6%、「徒歩」が17.8%となっている。
性別にみると、男女とも「自家用車」が最も多く「鉄道」が続く。「鉄道」は男性が女性に比べ多い。
性年代別にみると、若い世代では公共交通機関の利用が多い。



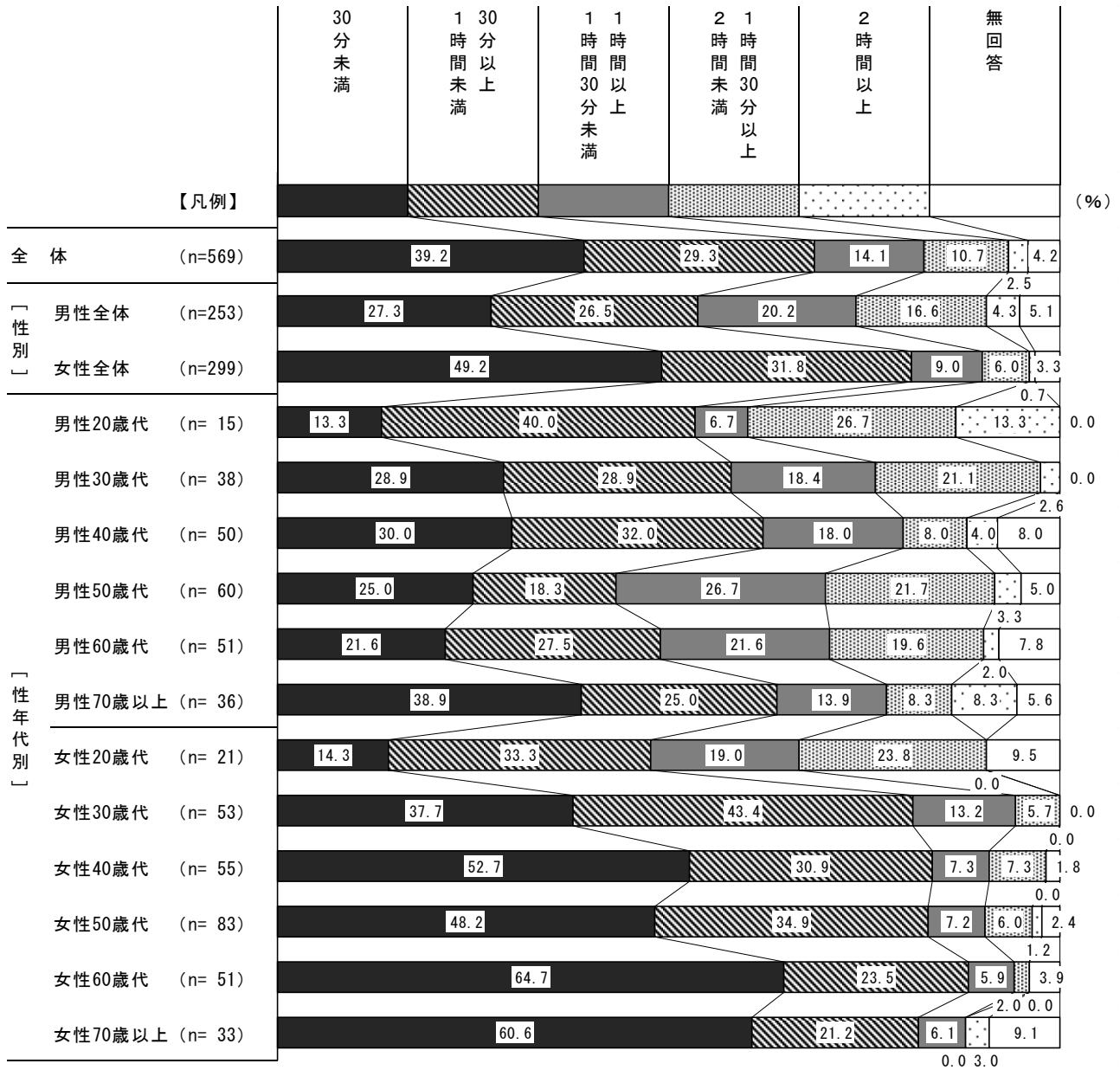
単位 (%)	(サンプル数)	徒歩	自転車	バイク	自家用車	バス	鉄道	その他	無回答
全体	569	17.8	13.5	2.5	50.4	11.4	30.6	4.0	3.7
「性年代別」	男性20歳代	15	13.3	40.0	0.0	13.3	73.3	0.0	0.0
	男性30歳代	38	23.7	18.4	7.9	42.1	10.5	39.5	2.6
	男性40歳代	50	10.0	12.0	8.0	54.0	6.0	30.0	4.0
	男性50歳代	60	8.3	16.7	3.3	51.7	15.0	43.3	6.7
	男性60歳代	51	13.7	7.8	2.0	49.0	9.8	31.4	9.8
	男性70歳以上	36	11.1	11.1	2.8	50.0	2.8	19.4	13.9
	女性20歳代	21	42.9	23.8	0.0	38.1	33.3	52.4	0.0
	女性30歳代	53	17.0	5.7	1.9	56.6	15.1	37.7	0.0
	女性40歳代	55	18.2	14.5	0.0	63.6	5.5	18.2	1.8
	女性50歳代	83	16.9	12.0	1.2	56.6	10.8	22.9	2.4
	女性60歳代	51	23.5	21.6	2.0	45.1	11.8	21.6	2.0
	女性70歳以上	33	15.2	6.1	0.0	54.5	15.2	12.1	6.1

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39.2%と最も多く、次いで「30分以上1時間未満」が29.3%、「1時間以上1時間30分未満」が14.1%となっている。

性別にみると、男女とも順位は全体と共通で、「30分未満」が最も多い。「30分未満」は女性で49.2%を占め、1時間未満は女性、1時間以上は男性が多くなっている。



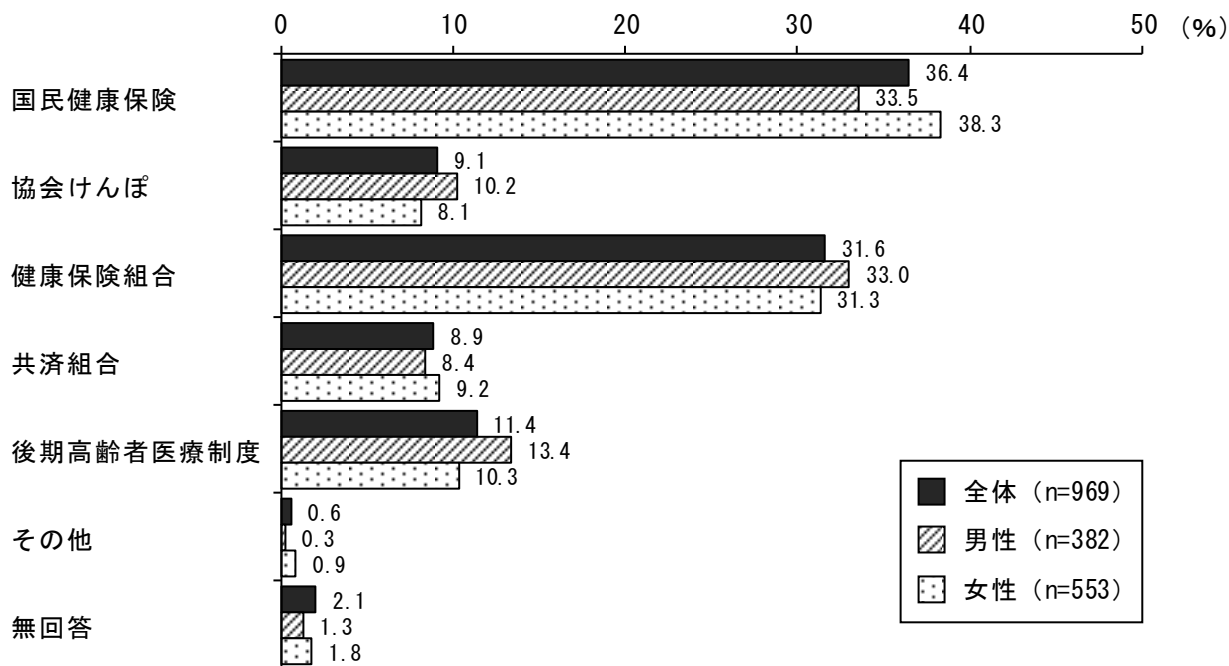
ここからは、すべての方にお聞きします。

問6 あなたの加入している健康保険は何ですか。(○は1つ)

「国民健康保険」が36.4%と最も多く、次いで「健康保険組合」が31.6%、「後期高齢者医療制度」が11.4%となっている。

性別にみると、男女とも「国民健康保険」が最も多く、「健康保険組合」も3割台となっている。

性年代別にみると、「国民健康保険」は男女とも60歳以上で最も多く、女性60歳以上は5割を超える。

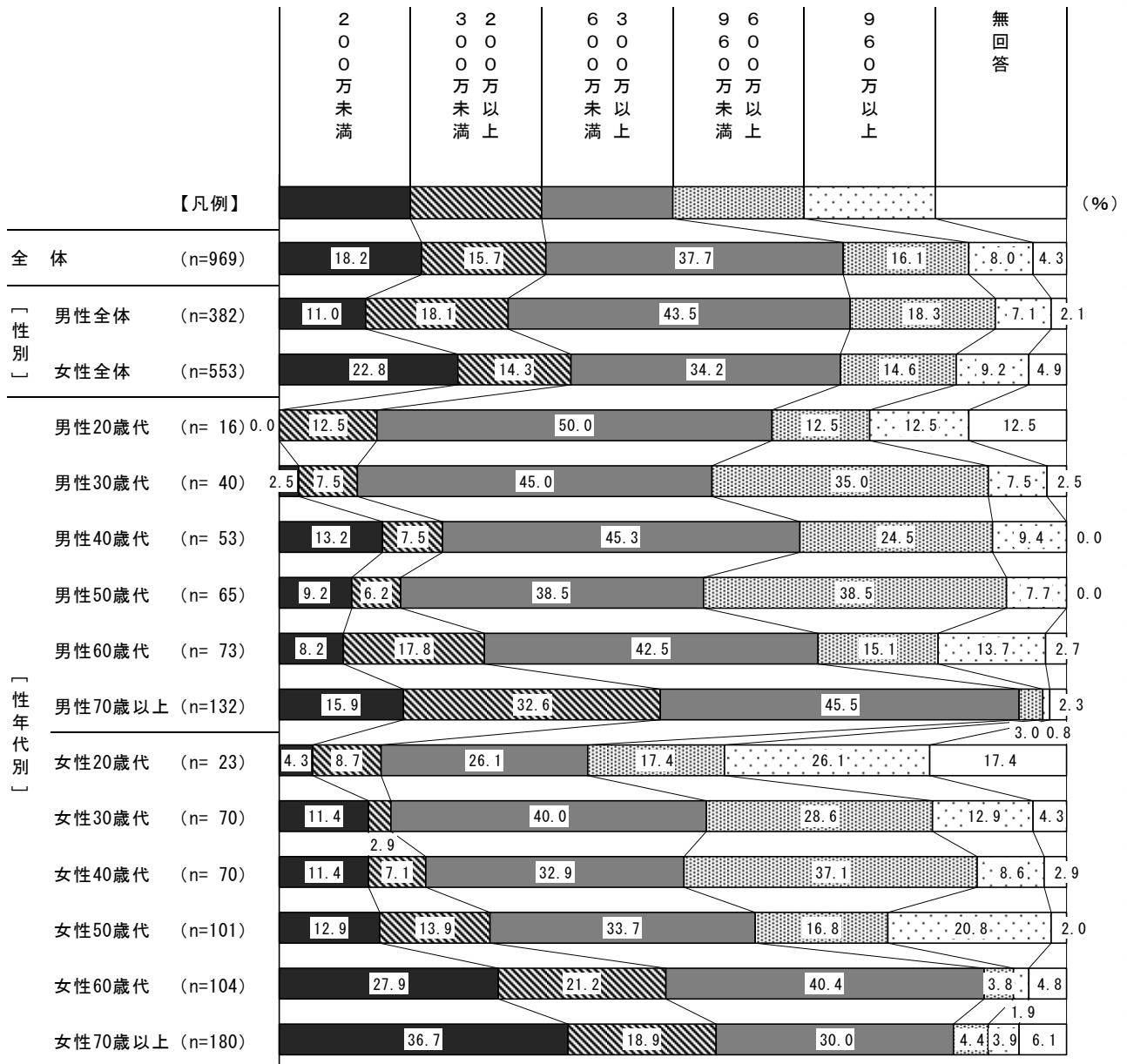


単位 (%)	サンプル数 (人)	国民健康保険	協会けんぽ	健康保険組合	共済組合	後期高齢者医療制度	その他	無回答	
全体	969	36.4	9.1	31.6	8.9	11.4	0.6	2.1	
「性年代別」	男性20歳代	16	18.8	0.0	56.3	18.8	0.0	0.0	6.3
	男性30歳代	40	20.0	12.5	47.5	17.5	0.0	0.0	2.5
	男性40歳代	53	28.3	15.1	47.2	9.4	0.0	0.0	0.0
	男性50歳代	65	15.4	16.9	50.8	15.4	0.0	1.5	0.0
	男性60歳代	73	37.0	15.1	37.0	9.6	1.4	0.0	0.0
	男性70歳以上	132	48.5	3.0	8.3	0.0	37.9	0.0	2.3
	女性20歳代	23	21.7	8.7	17.4	39.1	0.0	4.3	8.7
	女性30歳代	70	21.4	12.9	47.1	15.7	0.0	0.0	2.9
	女性40歳代	70	20.0	12.9	48.6	17.1	0.0	0.0	1.4
	女性50歳代	101	15.8	14.9	56.4	9.9	0.0	2.0	1.0
	女性60歳代	104	52.9	5.8	31.7	5.8	0.0	1.9	1.9
	女性70歳以上	180	58.3	1.7	6.1	1.1	31.7	0.0	1.1

【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37.7%と最も多く、次いで「200万円未満」が18.2%、「600万円以上960万円未満」が16.1%となっている。



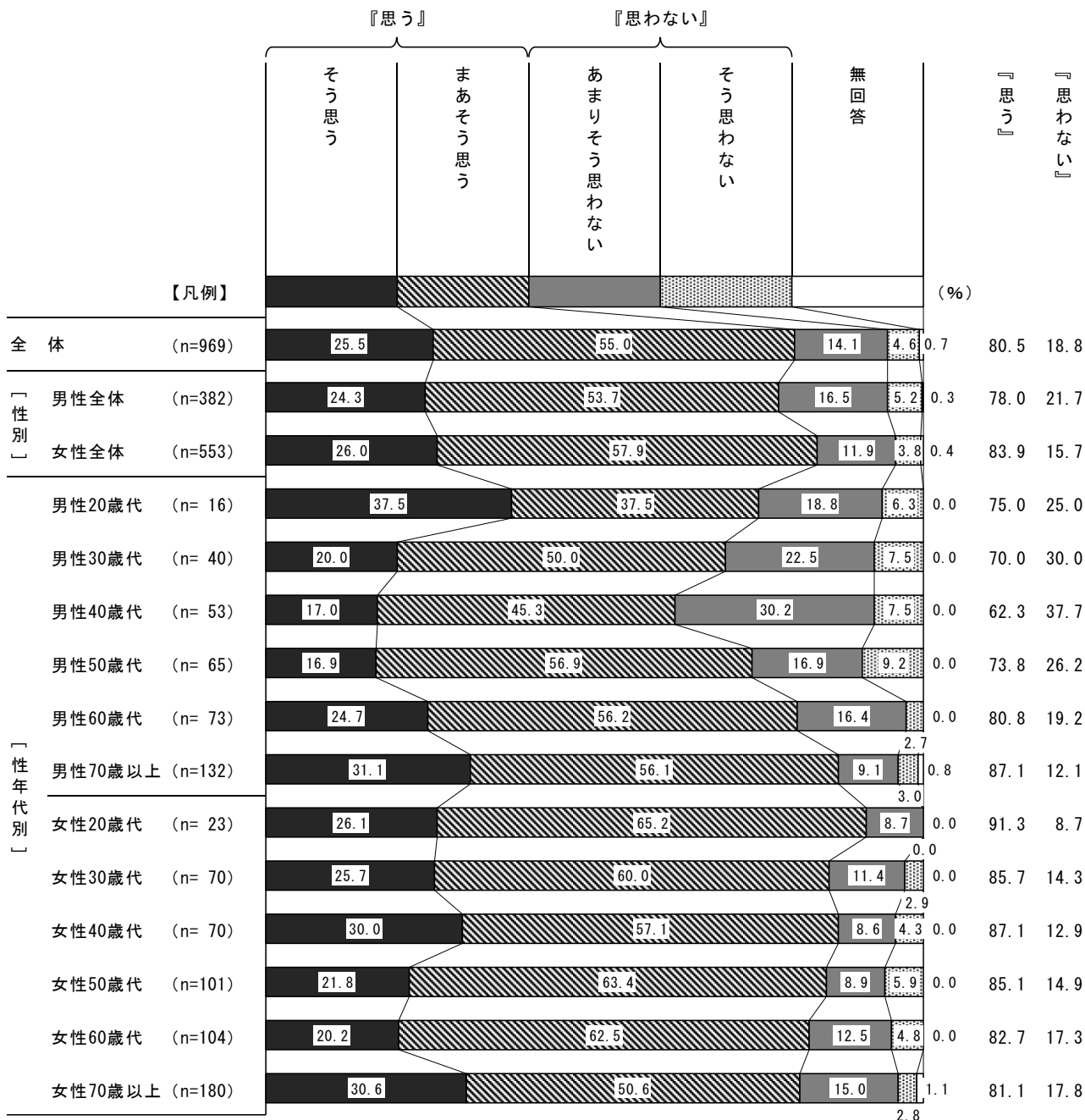
2 健康状態・健康に対する意識について

問8 あなたは、毎日を健やかに充実して暮らし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80.5%、「あまりそう思わない」と「そう思わない」を合わせた『思わない』が18.8%となっている。

性別にみると、『思う』は女性が83.9%と男性より多い。

性年代別にみると、『思う』は男性70歳以上(87.1%)、女性20歳代(91.3%)が最も多く、男性はすべての年代で6割以上、女性は8割以上となっている。



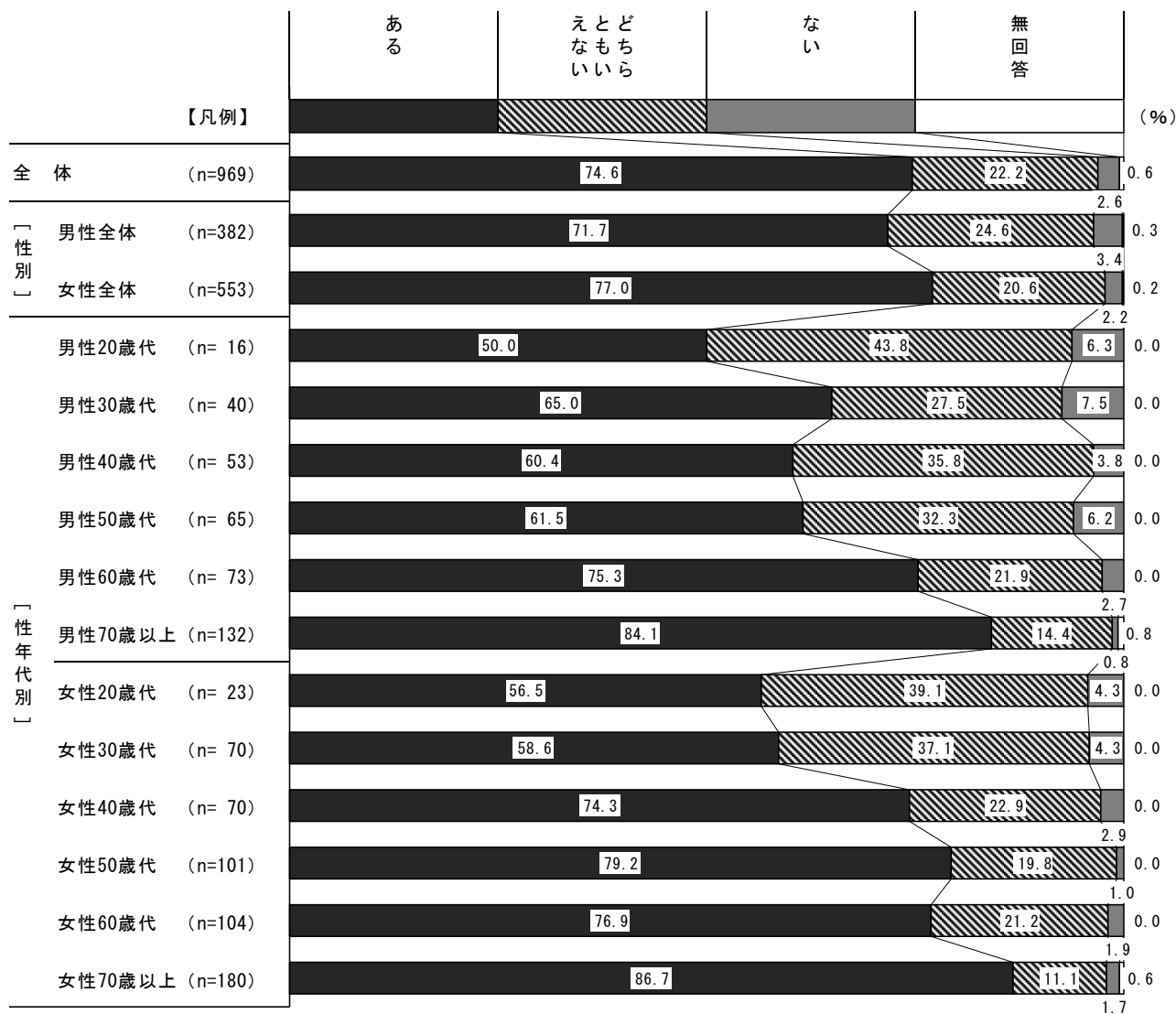
【一般市民調査】

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74.6%と最も多く、次いで「どちらともいえない」が22.2%、「ない」が2.6%となっている。

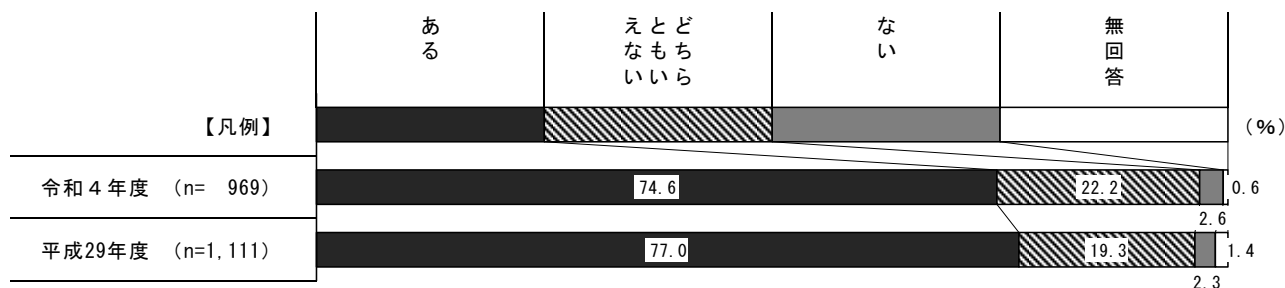
性別にみると、「ある」は男女とも7割台であり、女性が77.0%と男性よりやや多い。

性年代別にみると、「ある」は男女とも70歳以上で8割を超え、最も多い。一方、男性20歳代、女性20～30歳代は「ある」が5割台と、他の年代に比べて少ない。また、「ない」は男女すべての年代で1割未満となっている。



◆前回調査との比較

前回の調査結果と比較すると、「ある」は77.0%から74.6%に2.4ポイント減少したが、大きな違いは見られない。



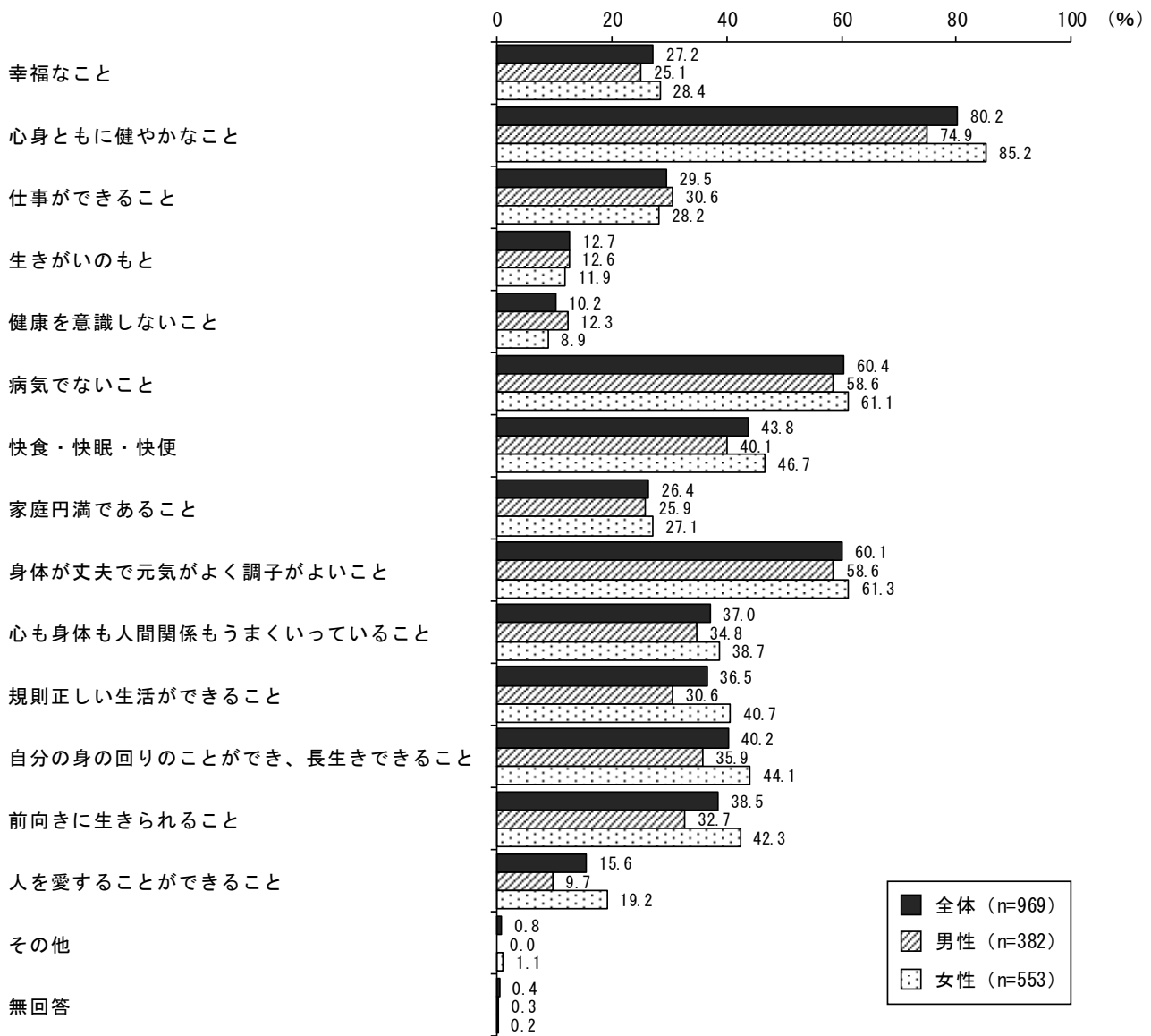
【一般市民調査】

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80.2%と最も多く、次いで「病気でないこと」が60.4%、「身体が丈夫で元気がよく調子が良いこと」が60.1%となっている。

性別にみると、男女とも「心身ともに健やかなこと」が最も多いが、女性は85.2%と、男性に比べ1割ほど多い。



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	969	27.2	80.2	29.5	12.7	10.2	60.4	43.8	26.4	60.1	37.0	36.5	40.2	38.5	15.6	0.8	0.4	
〔性別別〕	男性20歳代	16	31.3	81.3	6.3	6.3	62.5	37.5	6.3	68.8	62.5	37.5	12.5	25.0	6.3	0.0	0.0	
	男性30歳代	40	20.0	77.5	27.5	7.5	7.5	70.0	25.0	20.0	72.5	27.5	20.0	30.0	27.5	10.0	0.0	0.0
	男性40歳代	53	18.9	66.0	30.2	3.8	9.4	62.3	45.3	13.2	54.7	32.1	28.3	34.0	11.3	3.8	0.0	0.0
	男性50歳代	65	29.2	61.5	41.5	13.8	12.3	55.4	30.8	18.5	64.6	27.7	18.5	20.0	26.2	7.7	0.0	0.0
	男性60歳代	73	24.7	80.8	42.5	15.1	11.0	50.7	47.9	27.4	50.7	35.6	27.4	46.6	41.1	9.6	0.0	0.0
	男性70歳以上	132	25.8	79.5	23.5	16.7	16.7	59.1	43.2	38.6	56.1	37.9	41.7	43.2	42.4	13.6	0.0	0.8
	女性20歳代	23	26.1	91.3	17.4	8.7	13.0	60.9	39.1	26.1	60.9	43.5	43.5	34.8	26.1	13.0	0.0	0.0
	女性30歳代	70	22.9	85.7	18.6	11.4	2.9	54.3	44.3	20.0	72.9	21.4	40.0	31.4	30.0	11.4	1.4	0.0
	女性40歳代	70	31.4	85.7	44.3	5.7	10.0	60.0	44.3	21.4	68.6	37.1	37.1	44.3	37.1	14.3	2.9	0.0
	女性50歳代	101	26.7	88.1	37.6	14.9	7.9	66.3	46.5	29.7	68.3	37.6	36.6	43.6	36.6	14.9	2.0	0.0
	女性60歳代	104	26.0	86.5	25.0	9.6	7.7	59.6	45.2	21.2	54.8	36.5	33.7	44.2	47.1	18.3	0.0	0.0
	女性70歳以上	180	31.1	81.7	22.8	14.4	11.7	61.7	50.0	34.4	53.3	47.8	48.9	50.0	51.1	27.8	0.6	0.6

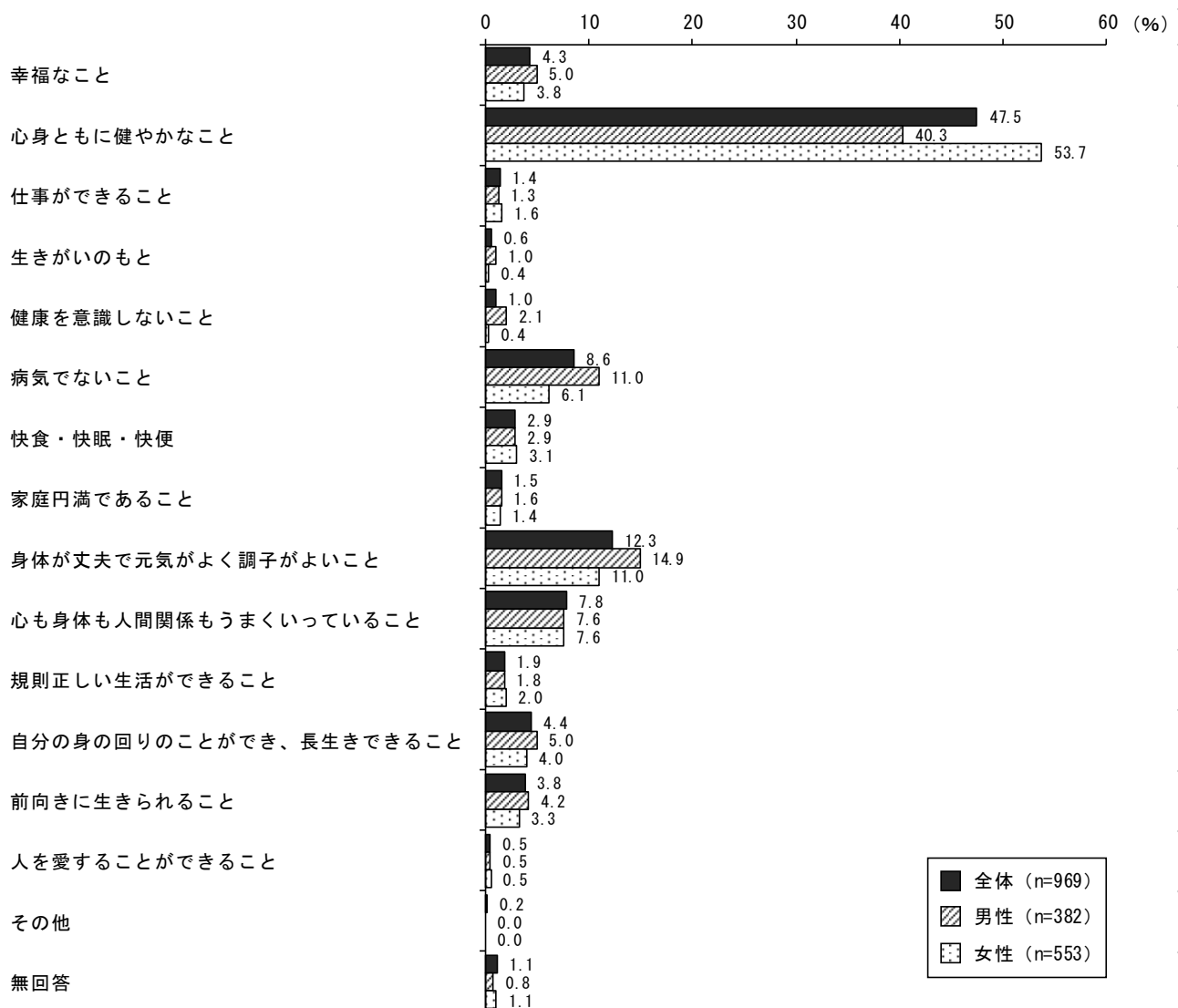
【一般市民調査】

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47.5%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12.3%、「病気でないこと」が8.6%となっている。

性別にみると、男女とも「心身ともに健やかなこと」が最も多いが、女性は53.7%と、男性に比べて1割ほど多い。

性年代別にみると、「心身ともに健やかなこと」が男女すべての年代で最も多く、女性30歳代は67.1%と、他の年代に比べて多い。一方、男性20歳代、50歳代は2割台となっている。



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	969	4.3	47.5	1.4	0.6	1.0	8.6	2.9	1.5	12.3	7.8	1.9	4.4	3.8	0.5	0.2	1.1
性年代別	男性20歳代	16	12.5	25.0	0.0	6.3	0.0	12.5	6.3	0.0	18.8	12.5	0.0	0.0	6.3	0.0	0.0
	男性30歳代	40	2.5	47.5	0.0	0.0	5.0	20.0	2.5	0.0	12.5	0.0	0.0	5.0	5.0	0.0	0.0
	男性40歳代	53	3.8	37.7	3.8	0.0	1.9	15.1	0.0	1.9	13.2	7.5	3.8	5.7	0.0	1.9	0.0
	男性50歳代	65	10.8	29.2	1.5	3.1	4.6	10.8	1.5	0.0	26.2	3.1	1.5	7.7	0.0	0.0	0.0
	男性60歳代	73	1.4	46.6	1.4	0.0	0.0	5.5	6.8	1.4	12.3	11.0	2.7	2.7	6.8	1.4	0.0
	男性70歳以上	132	4.5	42.4	0.8	0.8	1.5	9.1	2.3	3.0	12.1	9.8	1.5	5.3	6.1	0.0	0.0
	女性20歳代	23	0.0	52.2	4.3	4.3	0.0	4.3	0.0	0.0	13.0	21.7	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	女性30歳代	70	7.1	67.1	1.4	1.4	0.0	2.9	2.9	0.0	11.4	0.0	1.4	2.9	1.4	0.0	0.0
	女性40歳代	70	4.3	57.1	1.4	0.0	0.0	5.7	0.0	0.0	18.6	7.1	1.4	0.0	4.3	0.0	0.0
	女性50歳代	101	5.0	55.4	1.0	0.0	1.0	5.9	5.0	0.0	14.9	7.9	0.0	1.0	1.0	0.0	2.0
女性60歳代	104	1.9	52.9	1.9	0.0	1.0	7.7	3.8	1.9	8.7	8.7	1.0	4.8	3.8	0.0	1.9	
女性70歳以上	180	2.8	47.8	1.7	0.0	0.0	6.7	3.3	3.3	6.7	8.3	3.9	7.8	5.0	1.7	0.0	

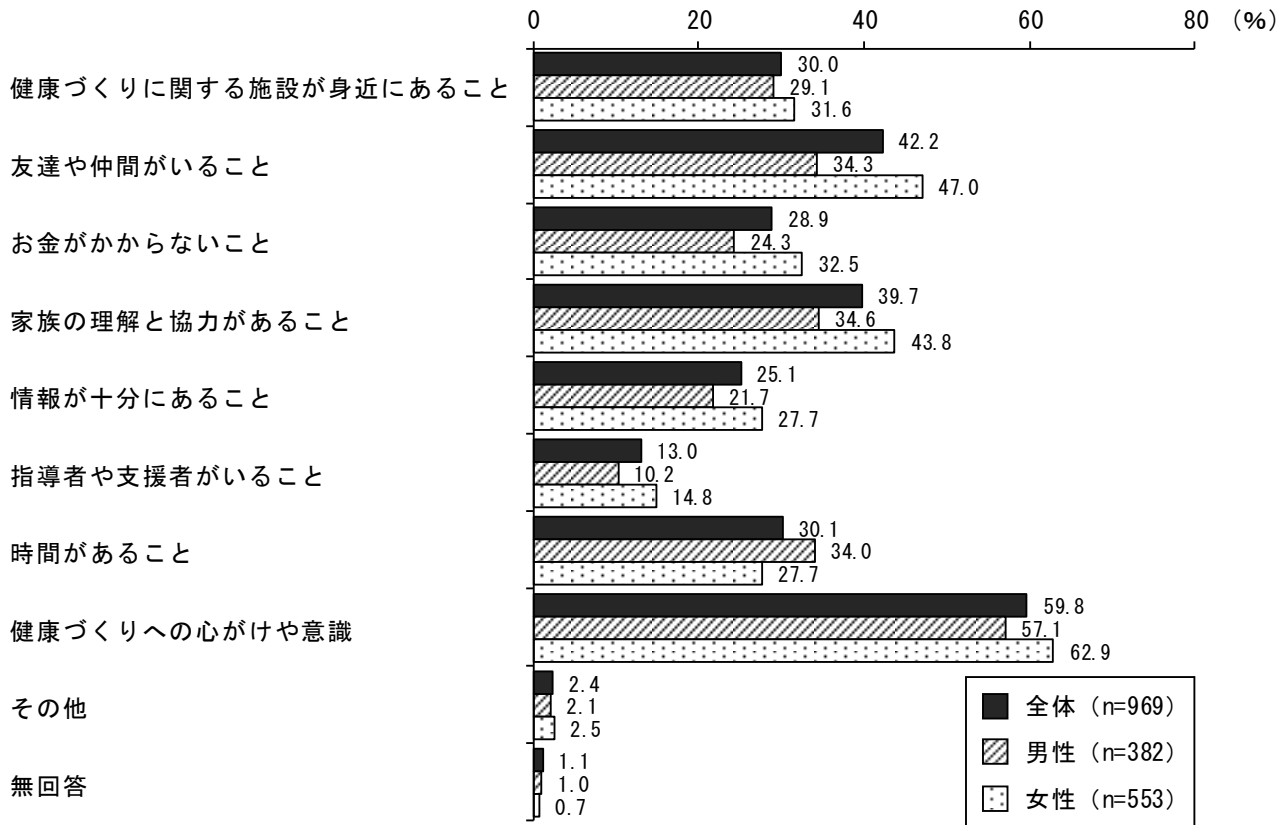
問 11 あなたの健康づくり※を維持・継続させるためには何が大切だと思いますか。

(あてはまるものすべてに○)

※健康づくり：ここでは、心と体、生活の健康を増進すること。

「健康づくりへの心がけや意識」が59.8%と最も多く、次いで「友達や仲間がいること」が42.2%、「家族の理解と協力があること」が39.7%となっている。

性別にみると、男女とも「健康づくりへの心がけや意識」が最も多いが、女性は62.9%と、男性に比べて多い。「時間があること」以外の項目は女性が男性を上回っている。



単位 (%)	サンプル数 (人)	健康づくりに関する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	969	30.0	42.2	28.9	39.7	25.1	13.0	30.1	59.8	2.4	1.1	
「性年代別」	男性20歳代	16	31.3	37.5	6.3	25.0	31.3	12.5	62.5	43.8	0.0	0.0
	男性30歳代	40	35.0	37.5	40.0	37.5	17.5	12.5	57.5	55.0	2.5	0.0
	男性40歳代	53	24.5	24.5	26.4	34.0	18.9	7.5	56.6	43.4	3.8	0.0
	男性50歳代	65	33.8	26.2	23.1	20.0	21.5	7.7	41.5	49.2	0.0	1.5
	男性60歳代	73	38.4	31.5	24.7	35.6	27.4	19.2	23.3	54.8	1.4	0.0
	男性70歳以上	132	21.2	42.4	21.2	41.7	20.5	6.1	16.7	69.7	3.0	1.5
	女性20歳代	23	26.1	52.2	26.1	39.1	26.1	13.0	60.9	60.9	0.0	0.0
	女性30歳代	70	18.6	32.9	35.7	47.1	27.1	8.6	55.7	57.1	2.9	0.0
	女性40歳代	70	32.9	44.3	31.4	47.1	32.9	17.1	42.9	68.6	1.4	0.0
	女性50歳代	101	23.8	38.6	34.7	38.6	22.8	14.9	30.7	66.3	1.0	0.0
	女性60歳代	104	31.7	49.0	40.4	40.4	28.8	11.5	12.5	67.3	3.8	0.0
	女性70歳以上	180	40.6	56.7	26.7	46.1	28.3	18.3	13.3	58.9	2.8	2.2

【一般市民調査】

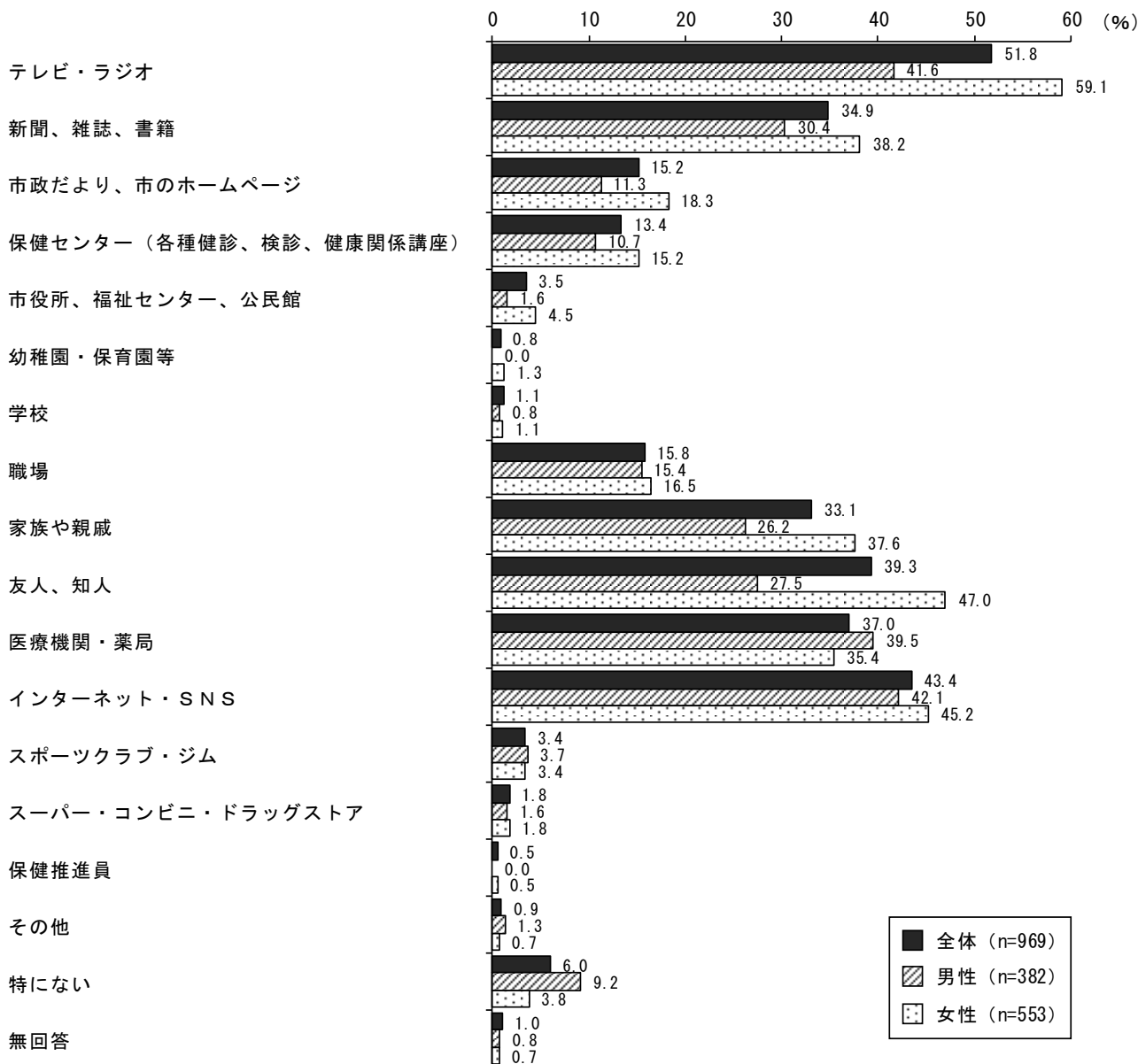
問12 あなたは、どこ（だれ）に、健康に関する情報を聞いたり、相談をしたりしていますか。

（あてはまるものすべてに○）

「テレビ・ラジオ」が51.8%と最も多く、次いで「インターネット・SNS」が43.4%、「友人、知人」が39.3%となっている。

性別にみると、「インターネット・SNS」は男性で42.1%と最も多く、女性も45.2%を占める。

「テレビ・ラジオ」は女性で59.1%と最も多く、「友人、知人」「家族や親戚」も男性と比べて多い。

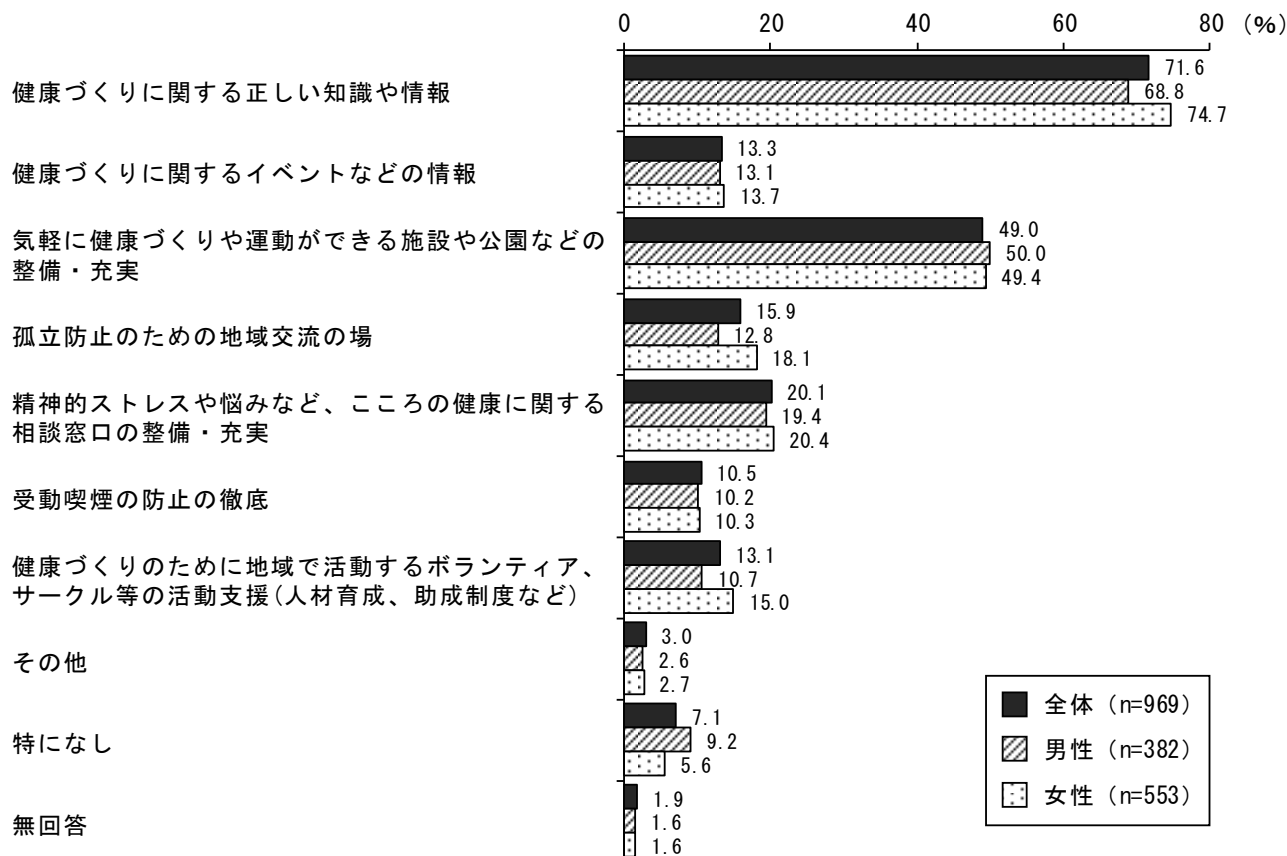


単位 (%)	サンプル数 (人)	テレビ・ラジオ	新聞、雑誌、書籍	市政だより、市のホームページ	保健センター（各種健診、検診、健康関係講座）	市役所、福祉センター、公民館	幼稚園・保育園等	学校	職場	家族や親戚	友人、知人	医療機関・薬局	インターネット・SNS	ジム	スーパー・コンビニ・ドラッグストア	保健推進員	その他	特にない	無回答	
全体	969	51.8	34.9	15.2	13.4	3.5	0.8	1.1	15.8	33.1	39.3	37.0	43.4	3.4	1.8	0.5	0.9	6.0	1.0	
〔性年代別〕	男性20歳代	16	31.3	25.0	0.0	0.0	0.0	12.5	12.5	12.5	31.3	12.5	68.8	0.0	0.0	0.0	0.0	18.8	0.0	
	男性30歳代	40	30.0	12.5	5.0	5.0	2.5	0.0	37.5	40.0	30.0	25.0	60.0	10.0	5.0	0.0	2.5	12.5	0.0	
	男性40歳代	53	45.3	20.8	0.0	3.8	0.0	0.0	24.5	26.4	17.0	17.0	43.4	0.0	1.9	0.0	1.9	11.3	0.0	
	男性50歳代	65	26.2	13.8	6.2	3.1	0.0	0.0	20.0	12.3	20.0	35.4	53.8	1.5	3.1	0.0	3.1	12.3	0.0	
	男性60歳代	73	46.6	31.5	15.1	12.3	2.7	0.0	1.4	9.6	26.0	26.0	47.9	42.5	4.1	0.0	1.4	9.6	0.0	
	男性70歳以上	132	50.0	47.7	19.7	19.7	2.3	0.0	0.0	6.8	31.1	35.6	53.8	27.3	4.5	0.8	0.0	0.0	4.5	1.5
	女性20歳代	23	52.2	8.7	4.3	4.3	4.3	4.3	0.0	13.0	65.2	17.4	26.1	78.3	0.0	0.0	0.0	4.3	0.0	0.0
	女性30歳代	70	48.6	18.6	12.9	7.1	2.9	4.3	4.3	20.0	54.3	45.7	21.4	74.3	0.0	1.4	0.0	0.0	2.9	0.0
	女性40歳代	70	41.4	25.7	14.3	18.6	1.4	2.9	2.9	28.6	42.9	34.3	32.9	65.7	2.9	5.7	1.4	1.4	4.3	0.0
	女性50歳代	101	60.4	29.7	18.8	8.9	5.0	0.0	0.0	27.7	38.6	50.5	37.6	57.4	3.0	1.0	0.0	0.0	5.0	0.0
女性60歳代	104	69.2	46.2	21.2	14.4	1.0	0.0	0.0	17.3	33.7	52.9	39.4	40.4	2.9	0.0	0.0	1.0	2.9	0.0	
女性70歳以上	180	64.4	55.0	22.2	21.7	8.3	0.6	0.6	4.4	27.8	50.6	39.4	16.7	5.6	2.2	1.1	0.6	4.4	2.2	

問 13 あなたの健康づくりを進める上で、何が重要だと思いますか。(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71.6%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49.0%、「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20.1%となっている。

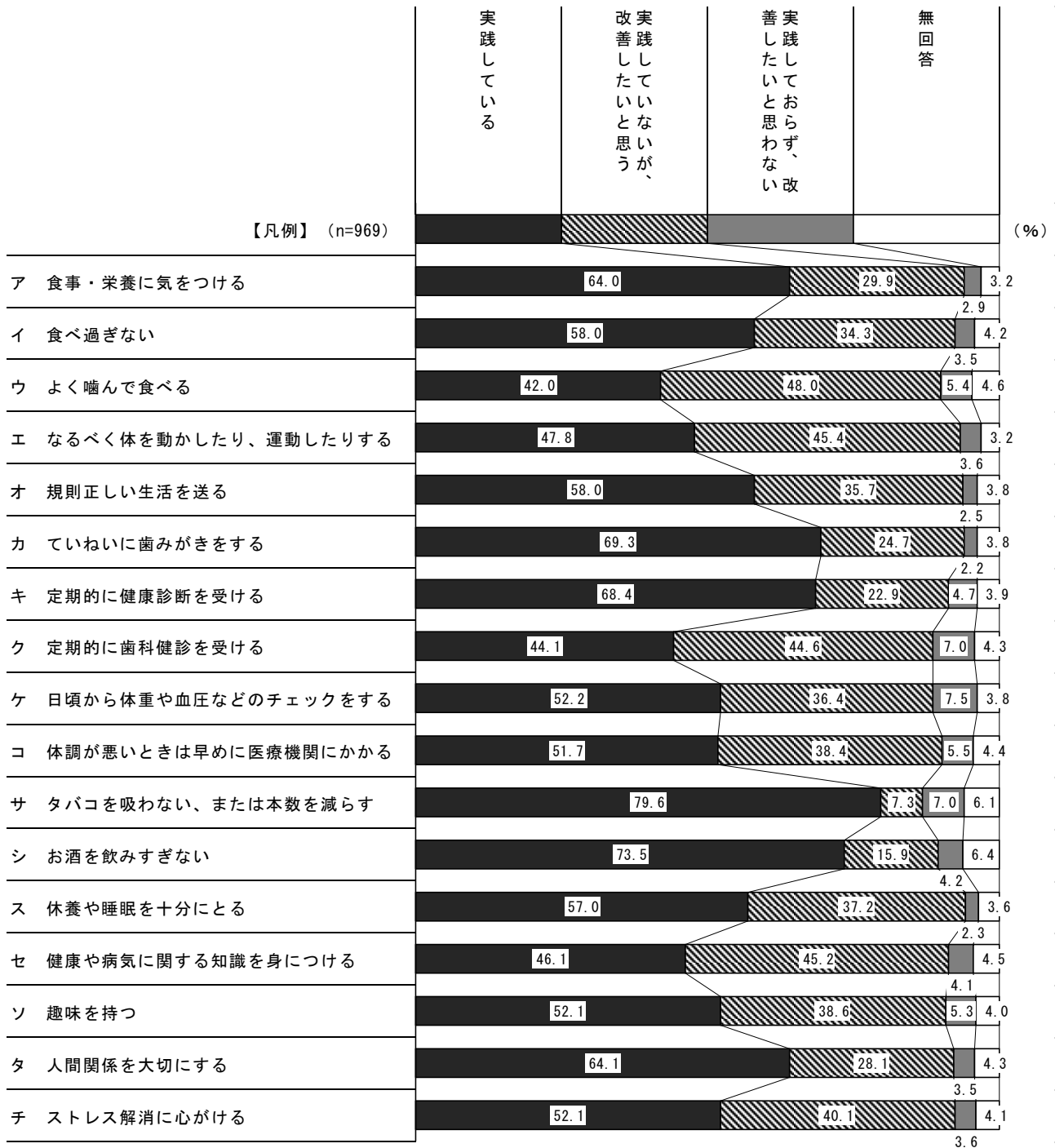
性別にみると、男女とも「健康づくりに関する正しい知識や情報」が最も多い。



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	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	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、サークル等の活動支援(人材育成、助成制度など)	その他	特になし	無回答
全体	969	71.6	13.3	49.0	15.9	20.1	10.5	13.1	3.0	7.1	1.9
「性年代別」	男性20歳代	16	75.0	6.3	50.0	6.3	31.3	18.8	12.5	6.3	0.0
	男性30歳代	40	60.0	10.0	55.0	7.5	12.5	22.5	5.0	7.5	15.0
	男性40歳代	53	62.3	9.4	45.3	7.5	22.6	11.3	3.8	1.9	7.5
	男性50歳代	65	67.7	6.2	44.6	15.4	21.5	1.5	7.7	0.0	15.4
	男性60歳代	73	76.7	21.9	52.1	12.3	19.2	17.8	13.7	4.1	6.8
	男性70歳以上	132	71.2	14.4	52.3	16.7	17.4	5.3	15.2	1.5	6.8
	女性20歳代	23	73.9	4.3	47.8	8.7	21.7	26.1	13.0	4.3	0.0
	女性30歳代	70	74.3	7.1	44.3	7.1	24.3	24.3	7.1	2.9	7.1
	女性40歳代	70	80.0	12.9	48.6	14.3	27.1	11.4	14.3	1.4	4.3
	女性50歳代	101	80.2	14.9	44.6	18.8	23.8	12.9	8.9	2.0	3.0
	女性60歳代	104	75.0	15.4	49.0	11.5	16.3	4.8	12.5	2.9	8.7
	女性70歳以上	180	68.9	16.7	54.4	28.3	16.1	4.4	23.3	2.8	6.1

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「チ」についてそれぞれ〇は1つ）

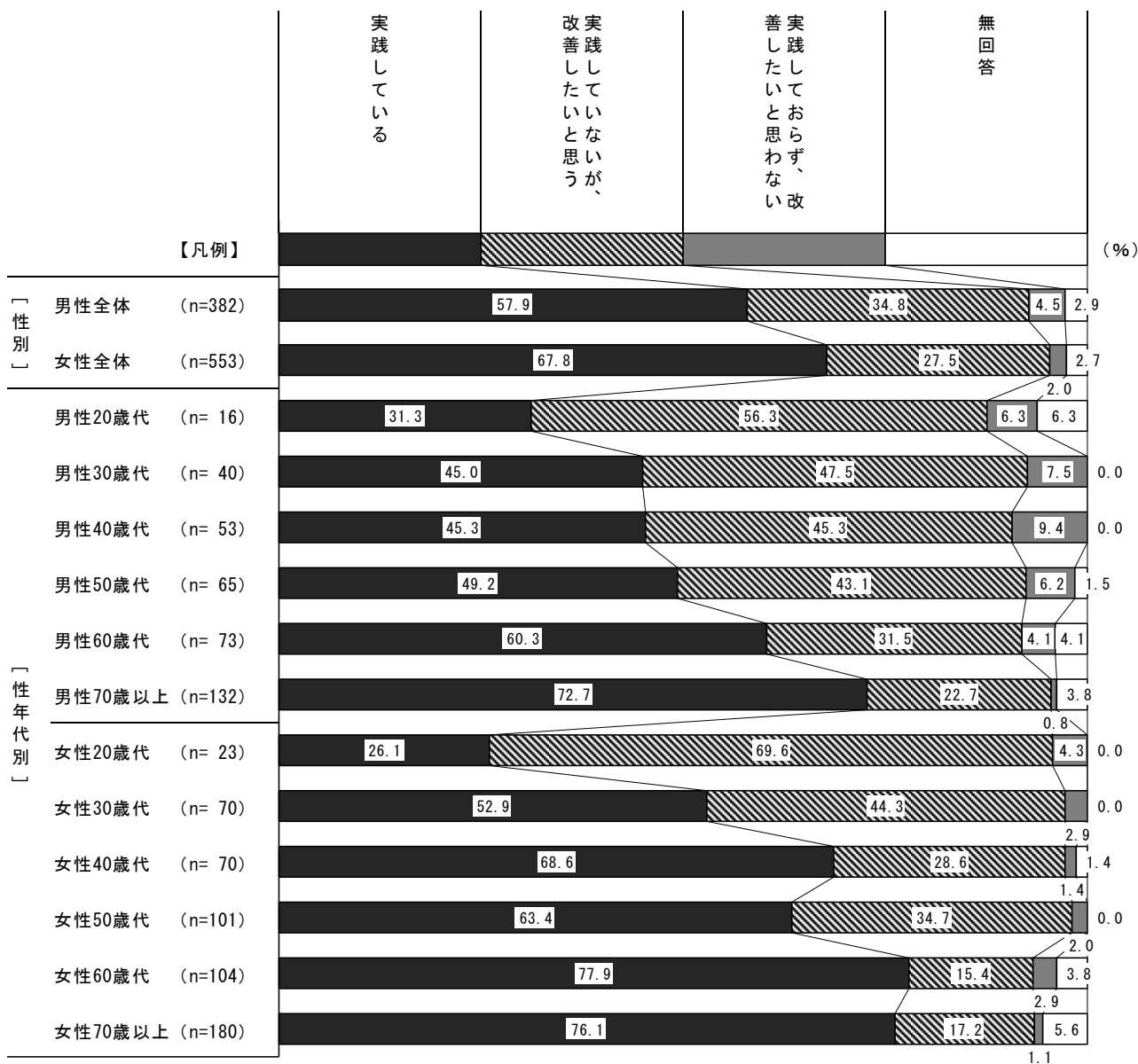
「実践している」では「サ タバコを吸わない、または本数を減らす」が79.6%と最も多く、次いで「シ お酒を飲みすぎない」が73.5%、「カ ていねいに歯みがきをする」が69.3%となっている。また、「実践していないが、改善したいと思う」は「ウ よく噛んで食べる」が48.0%、「実践しておらず、改善したいと思わない」は「ケ 日頃から体重や血圧などのチェックをする」が7.5%で最も多い。



ア 食事・栄養に気をつける

性別にみると、男女とも「実践している」が5割を超え、女性は67.8%と、男性に比べて多い。

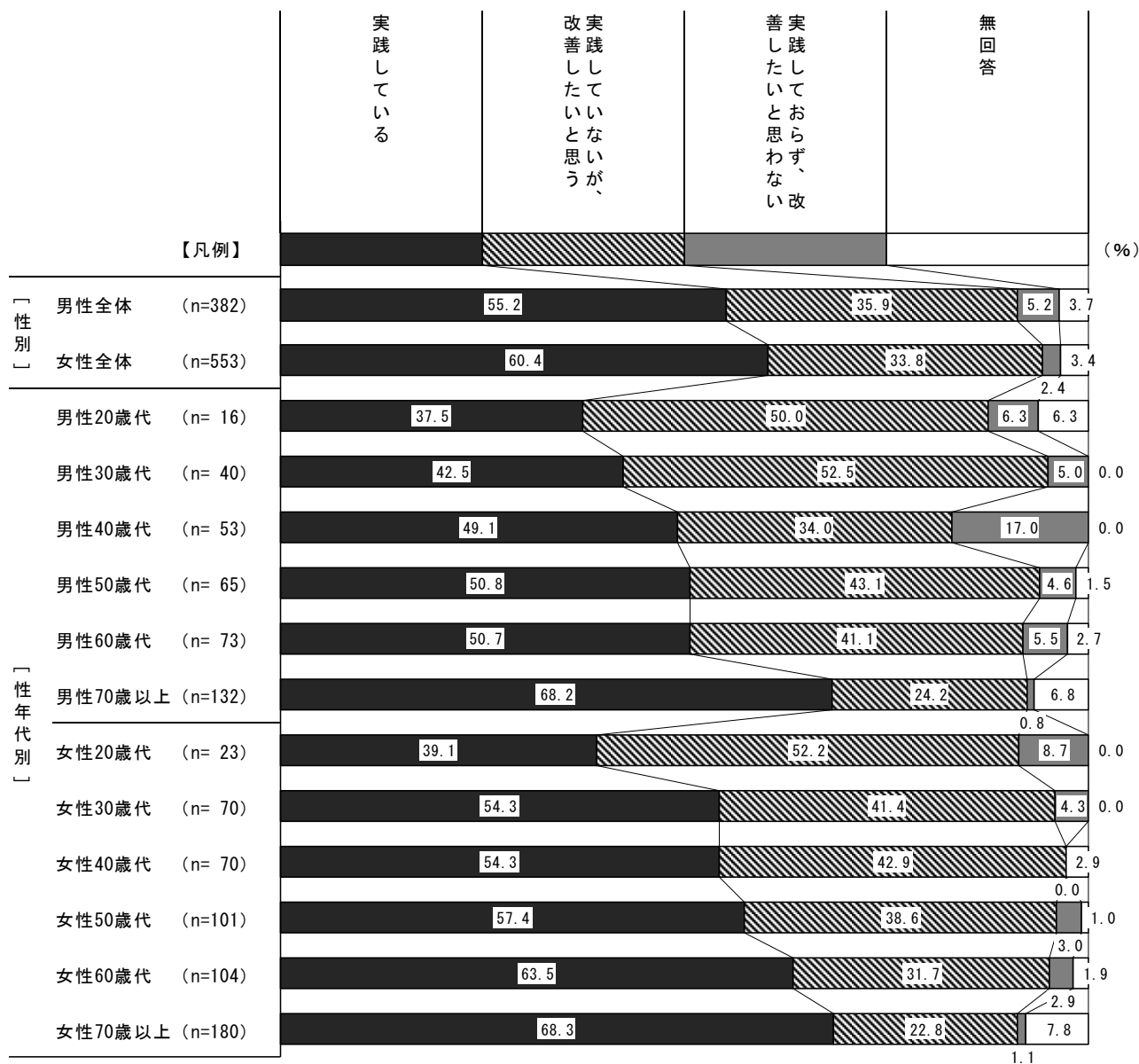
性年代別にみると、「実践している」は男性60歳以上、女性30歳以上で5割を超え、男性70歳以上、女性60歳以上は7割台となっている。一方、男女20歳代は「実践している」が全体より少なく、「実践していないが、改善したいと思う」が半数以上と、他の年代に比べて多い。



イ 食べ過ぎない

性別にみると、男女とも「実践している」が5割を超え、女性は60.4%と、男性に比べてやや多い。

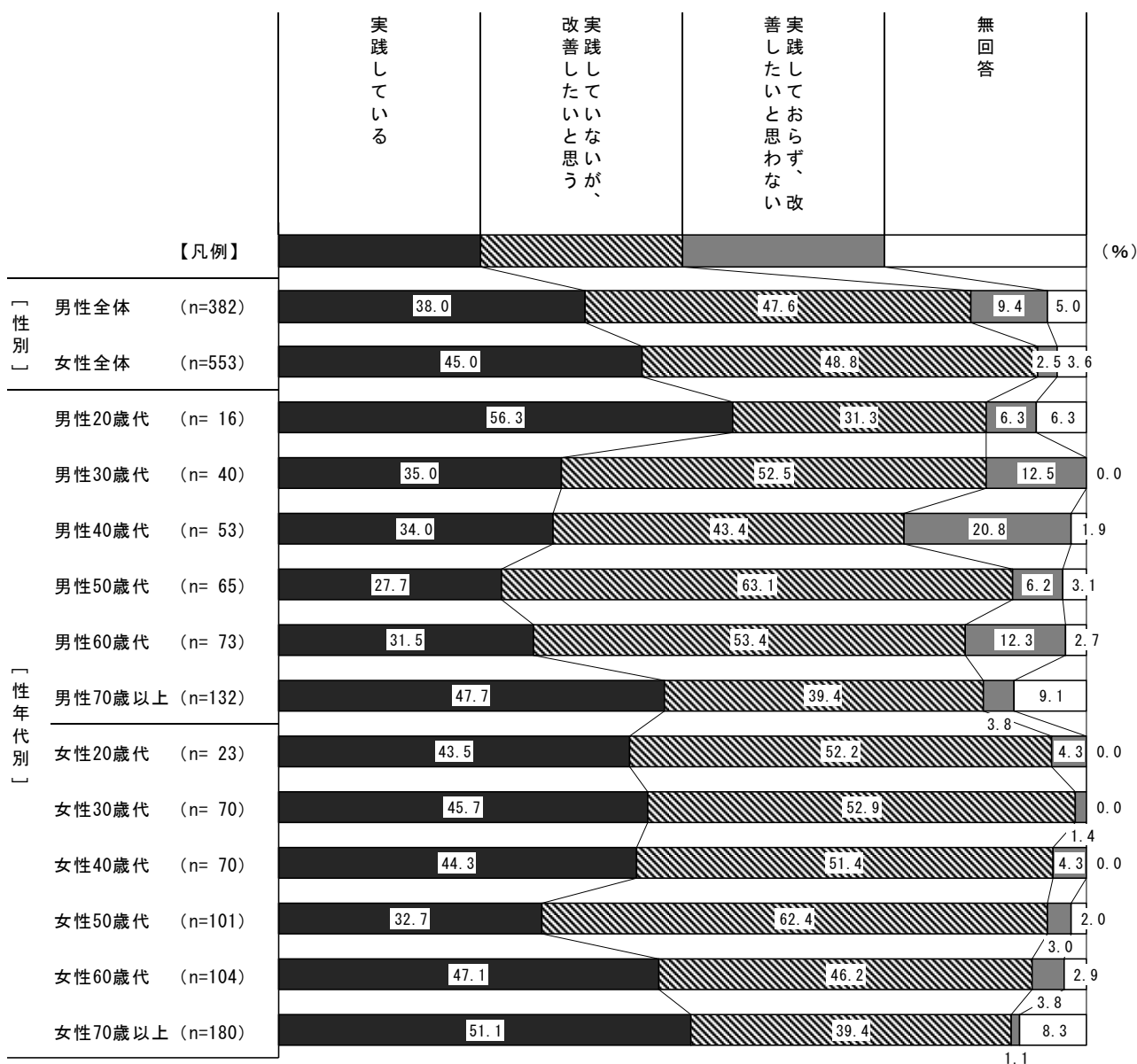
性年代別にみると、「実践している」は男性50歳以上、女性30歳以上で5割を超え、男性70歳以上、女性60歳以上は6割台となっている。一方、男女20歳代は3割台であり、男性20～30歳代、女性20歳代は「実践していないが、改善したいと思う」が5割以上と、他の年代に比べて多い。



ウ よく噛んで食べる

性別にみると、男女とも「実践していないが、改善したいと思う」が5割近くで最も多い。「実践している」は女性で45.0%と、男性に比べて多い。

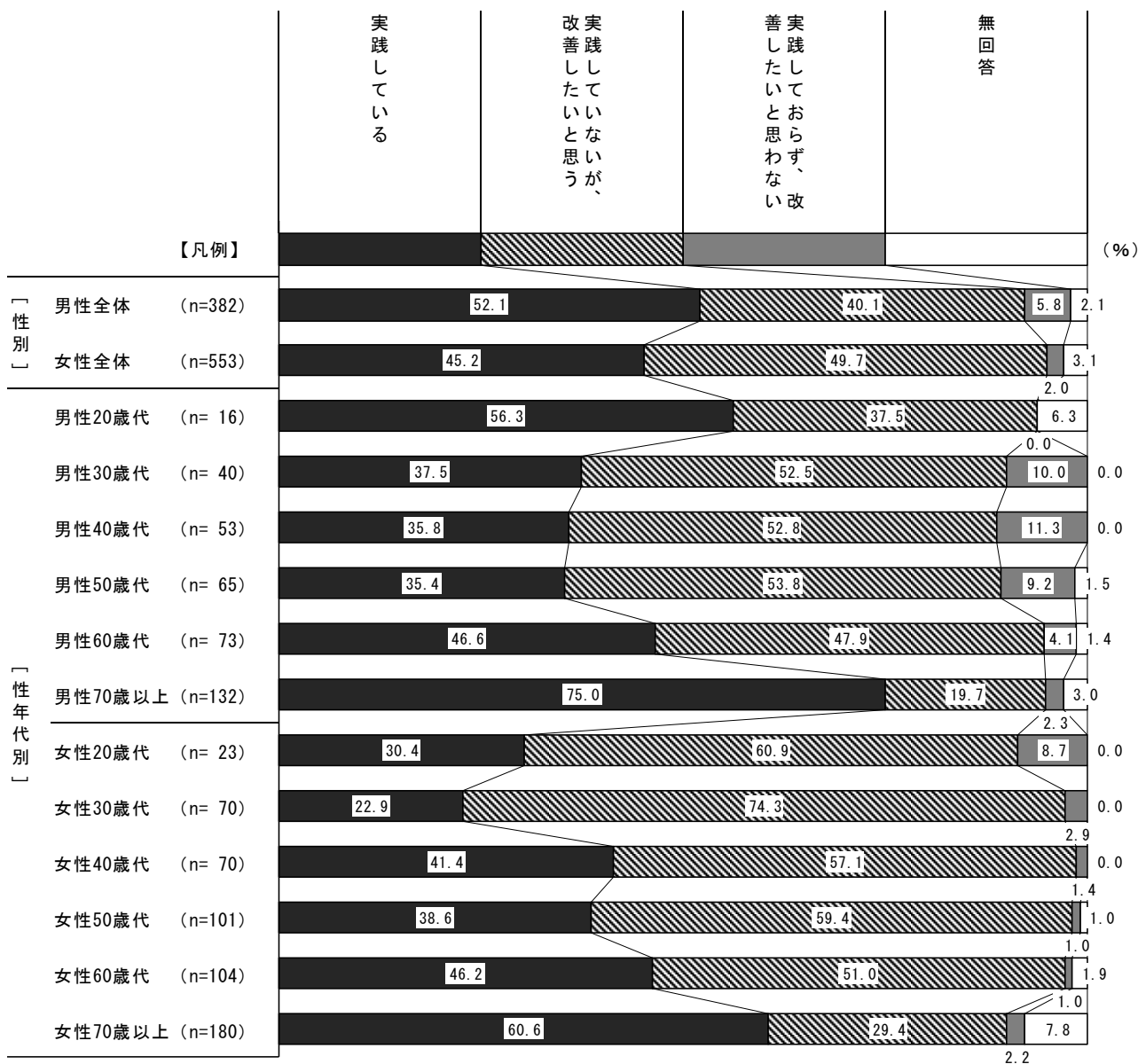
性年代別にみると、「実践している」は男性20歳代、女性70歳以上で5割を超え、男性70歳以上、女性60歳代も4割台で「実践していないが、改善したいと思う」を上回る。また、「実践しておらず、改善したいと思わない」は男性40歳代で20.8%、男性30歳代、60歳代で1割台と、他の年代に比べて多い。



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、男性は「実践している」が52.1%と、女性（45.2%）と比べて多い。女性は「実践していないが、改善したいと思う」が49.7%で最も多い。

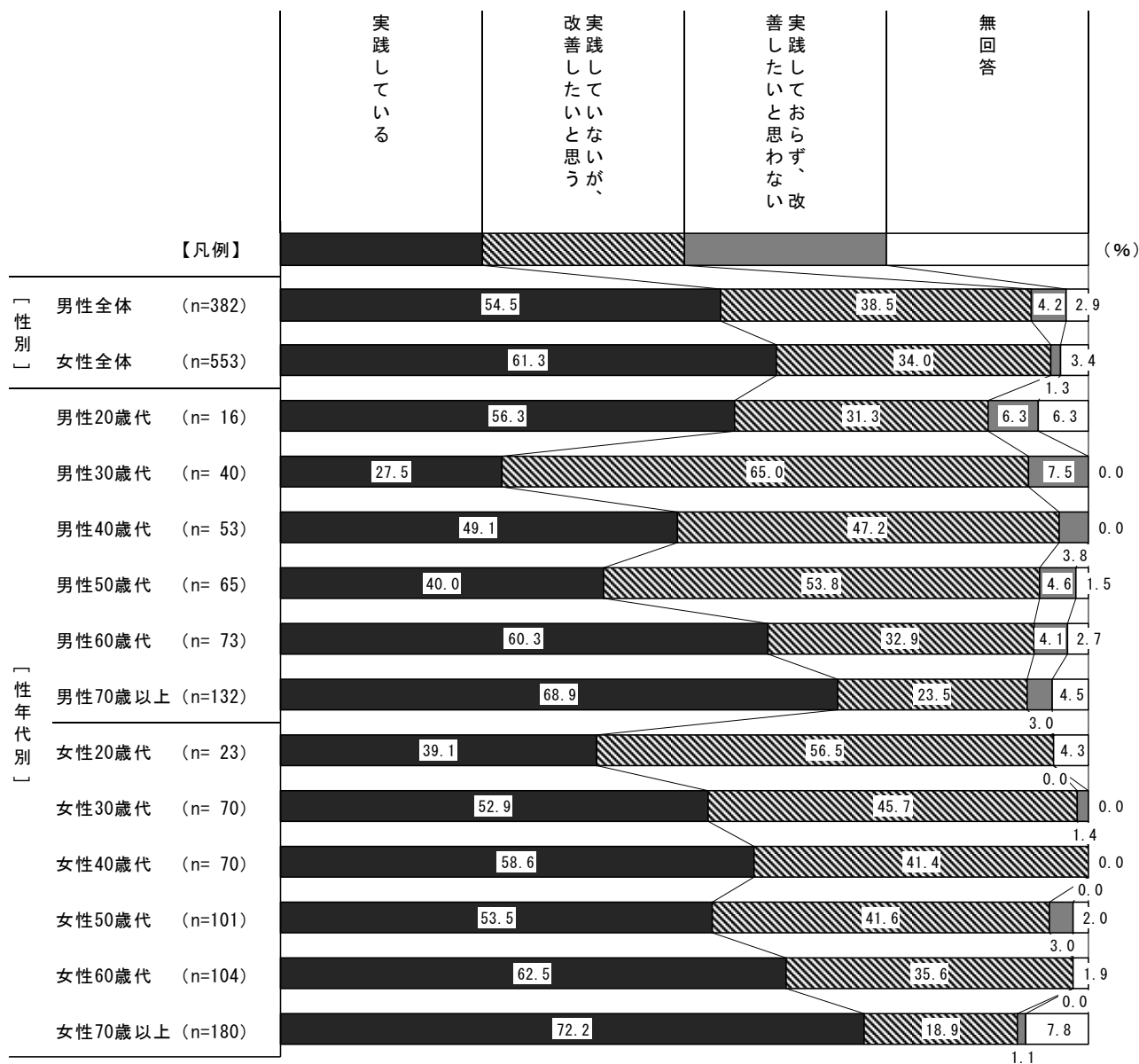
性年代別にみると、「実践している」は男性70歳以上で75.0%、女性70歳以上で60.6%を占め、男性20歳代も56.3%と、他の年代に比べて多い。



オ 規則正しい生活を送る

性別にみると、男女とも「実践している」が5割を超え、女性は61.3%と、男性に比べて多い。

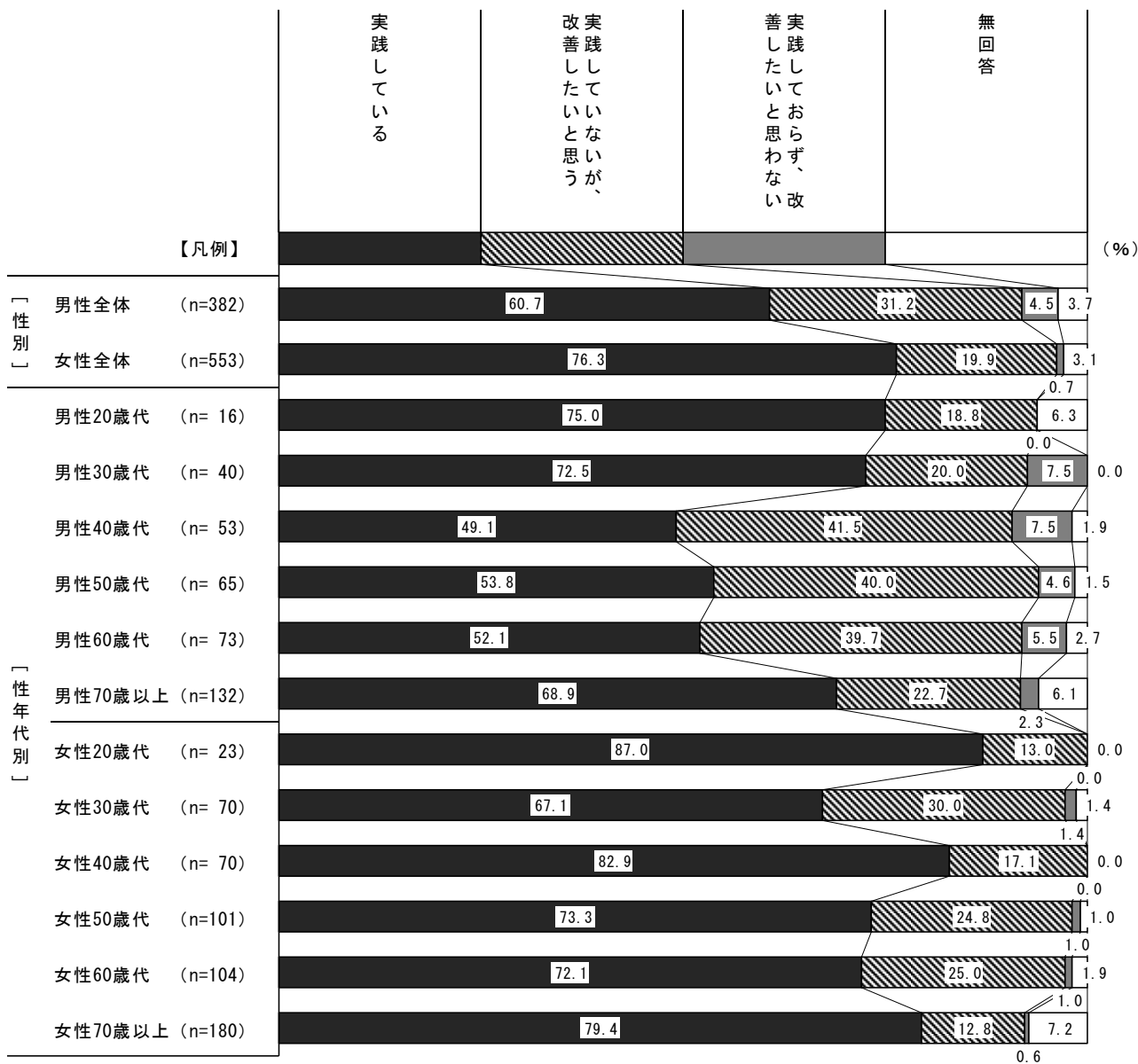
性年代別にみると、「実践している」は男性20歳代、60歳以上、女性30歳以上で5割を超え、男女70歳以上は7割前後と、他の年代に比べて多い。一方、男性30歳代は27.5%、男性50歳代、女性20歳代は約4割と少ない。



カ ていねいに歯みがきをする

性別にみると、男女とも「実践している」が6割を超え、女性は76.3%と、男性に比べて多い。

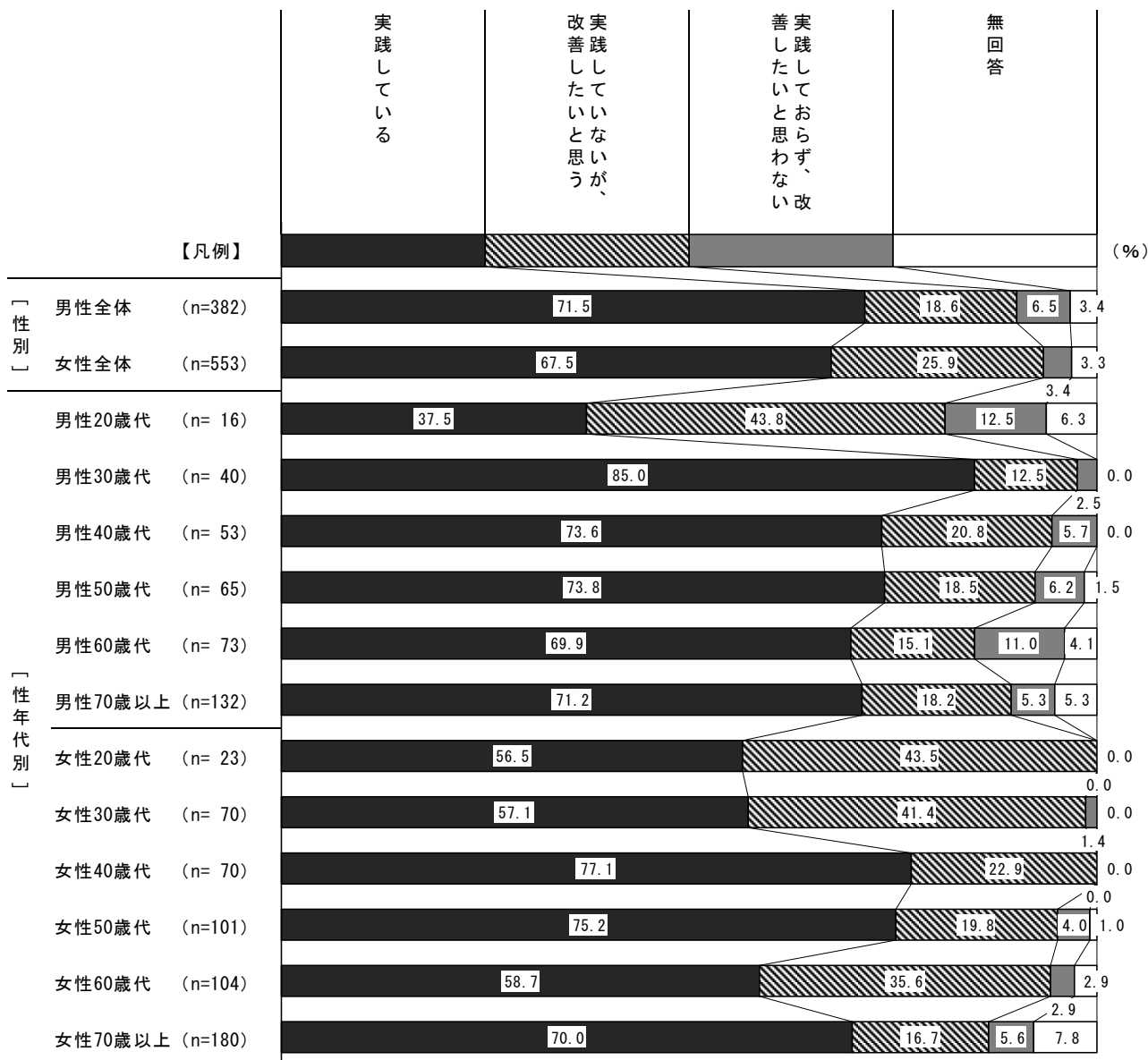
性年代別にみると、「実践している」は男性40歳代を除き5割を超え、女性20歳代は87.0%、40歳代は82.9%と、他の年代に比べて多い。



キ 定期的に健康診断を受ける

性別にみると、男女とも「実践している」が6割を超え、男性は71.5%と、女性に比べてやや多い。

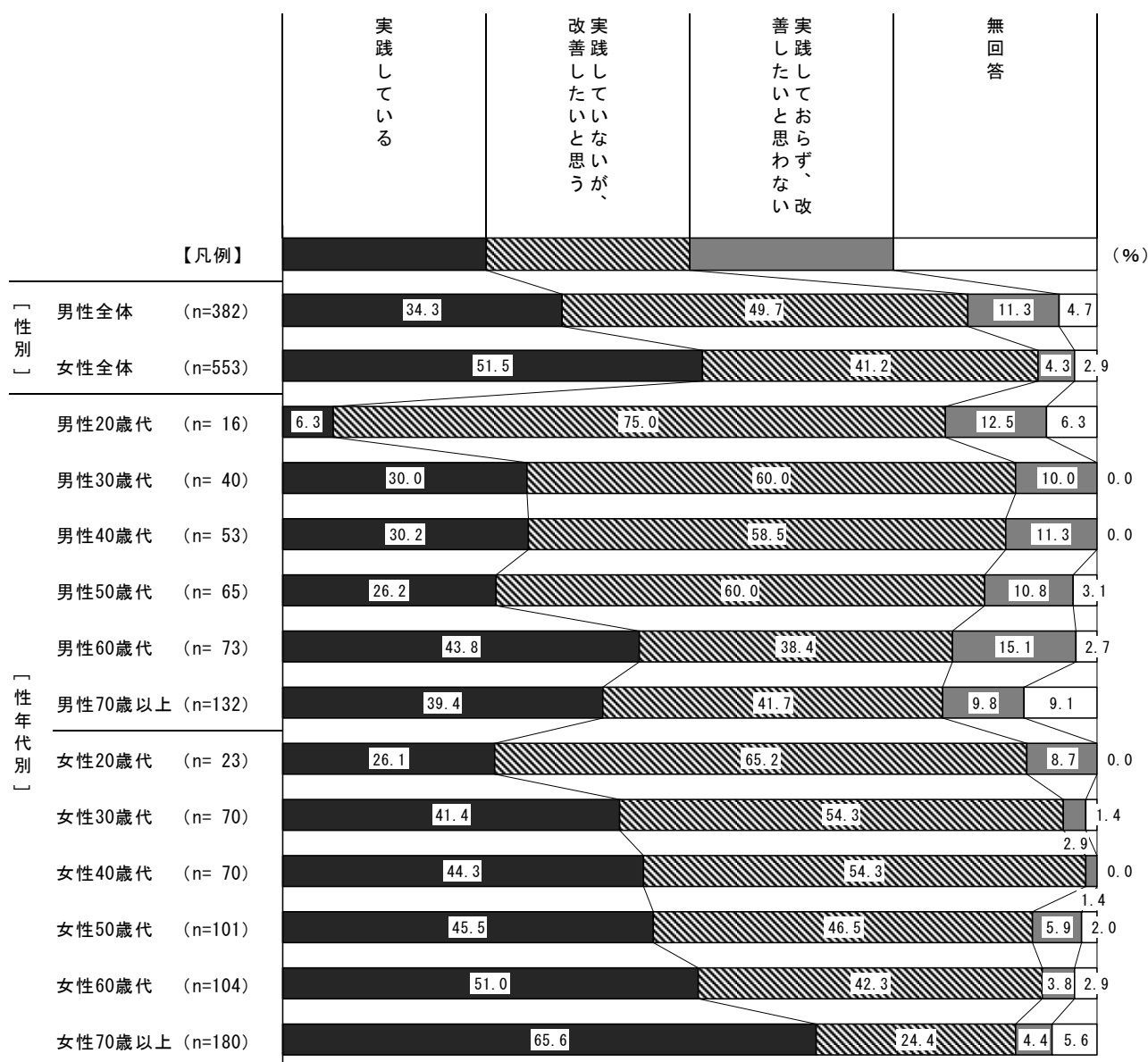
性年代別にみると、「実践している」は男性20歳代を除き5割を超え、男性30歳代は85.0%と、他の年代に比べて多い。一方、男性20歳代は37.5%と全体より3割ほど少ない。



ク 定期的に歯科健診を受ける

性別にみると、男性は「実践していないが、改善したいと思う」が49.7%、女性は「実践している」が51.5%で最も多い。男性は「実践している」が34.3%と、女性より1割以上少ない。

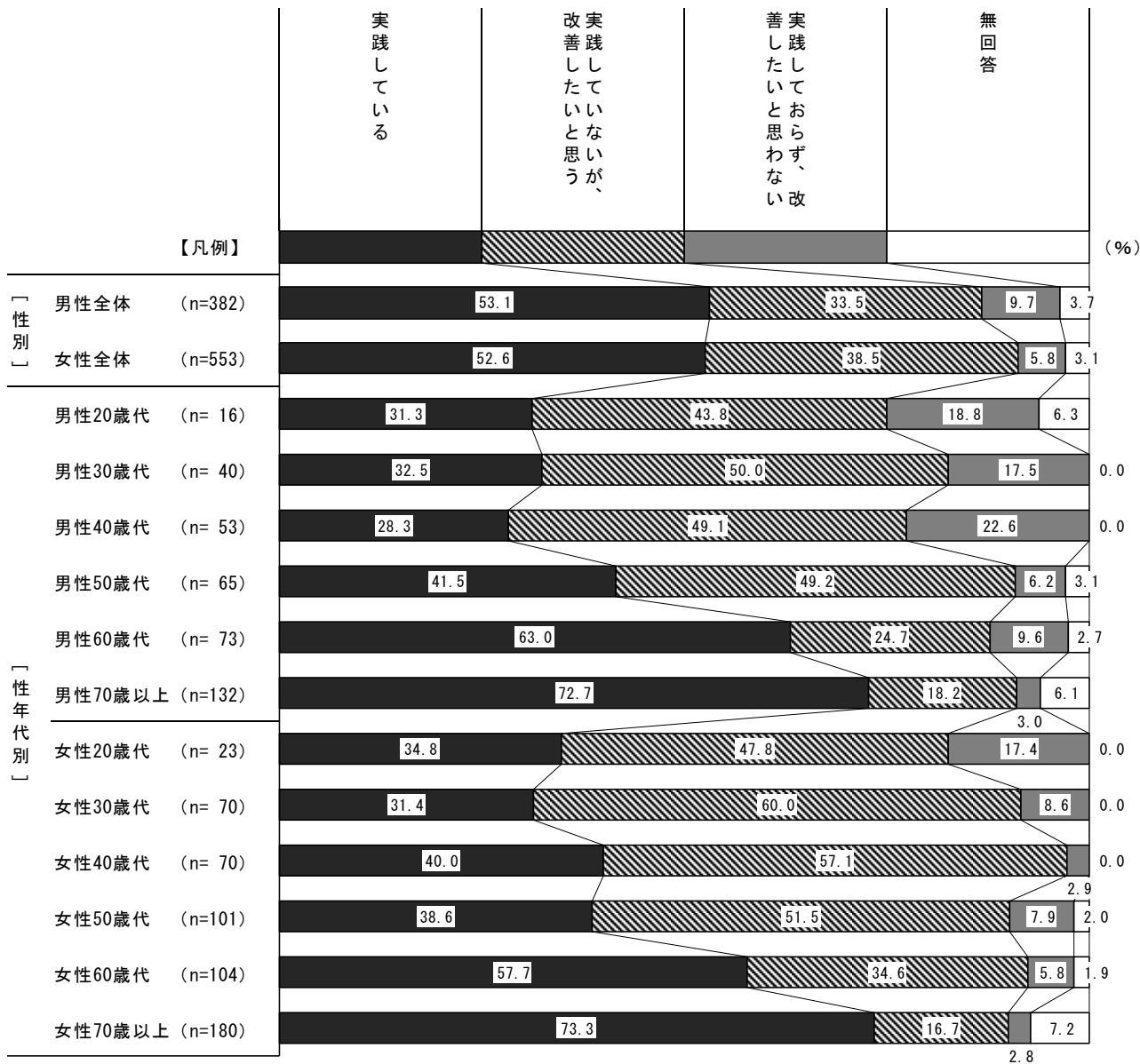
性年代別にみると、「実践している」は女性70歳以上が65.6%と最も多く、女性60歳代が51.0%、男性60歳代、女性30～50歳代が4割台となっている。一方、男性20歳代は6.3%と1割未満である。



ケ 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、男女とも「実践している」が5割を超え、大きな差はみられない。

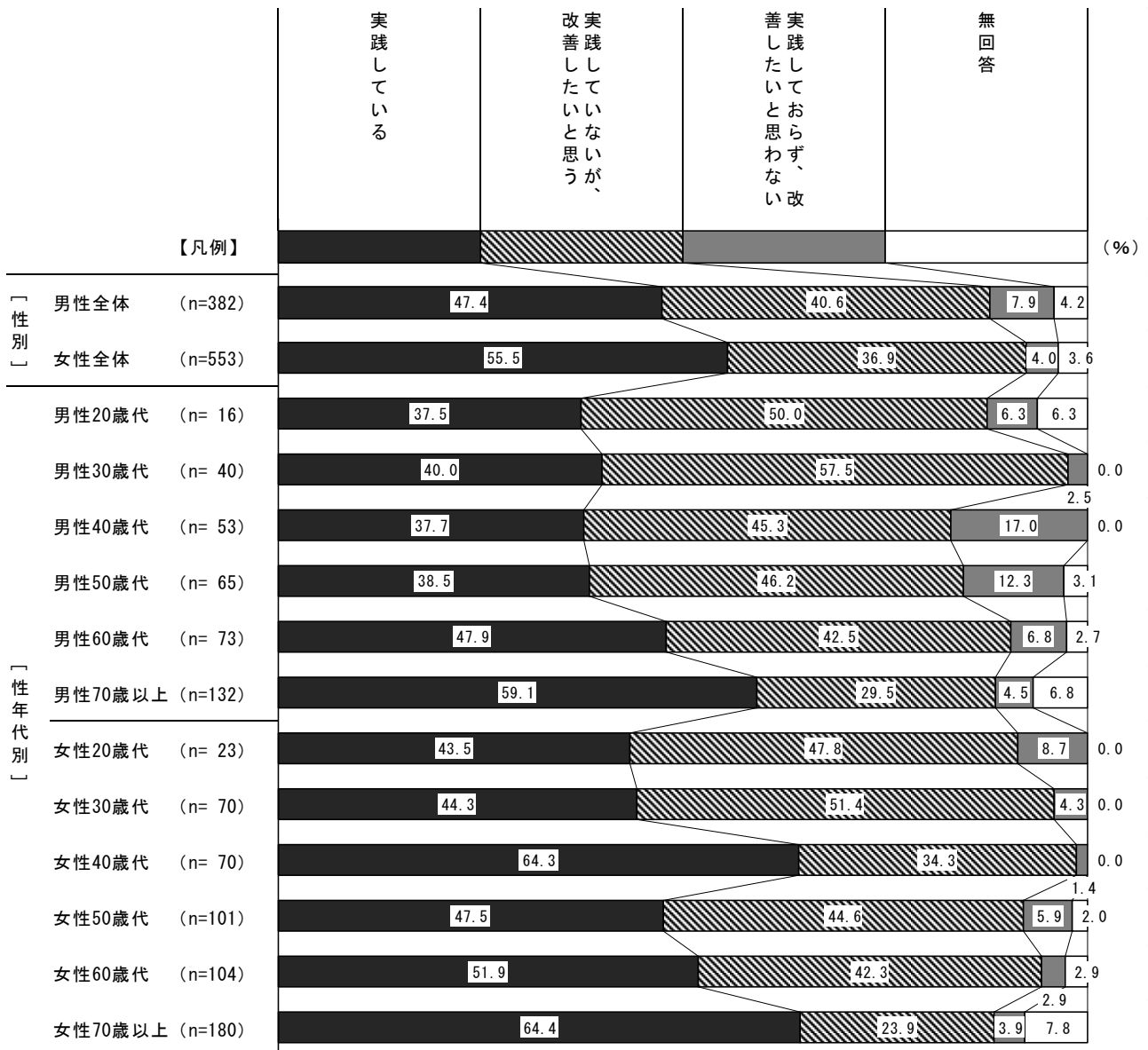
性年代別にみると、「実践している」は男女 60 歳以上で5割を超え、70 歳以上は男女とも7割台と、他の年代に比べて多い。



コ 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、「実践している」は女性が55.5%と、男性に比べて多い。

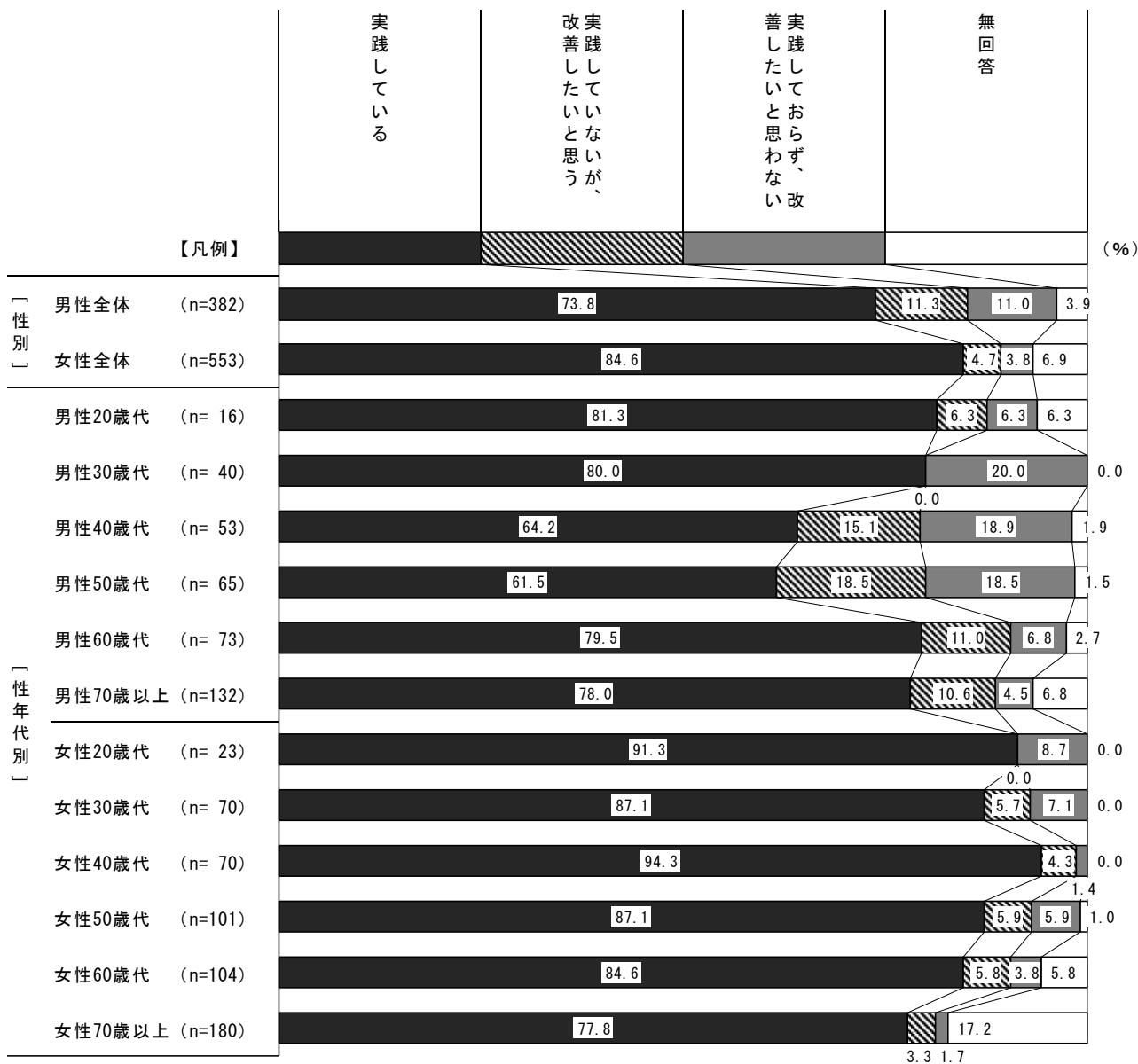
性年代別にみると、「実践している」は男性70歳以上、女性40歳代、60歳以上で5割を超え、女性40歳代は64.3%、70歳以上は64.4%と、他の年代に比べて多い。



サ タバコを吸わない、または本数を減らす

性別にみると、男女とも「実践している」が7割を超え、女性は84.6%と、男性に比べて多い。

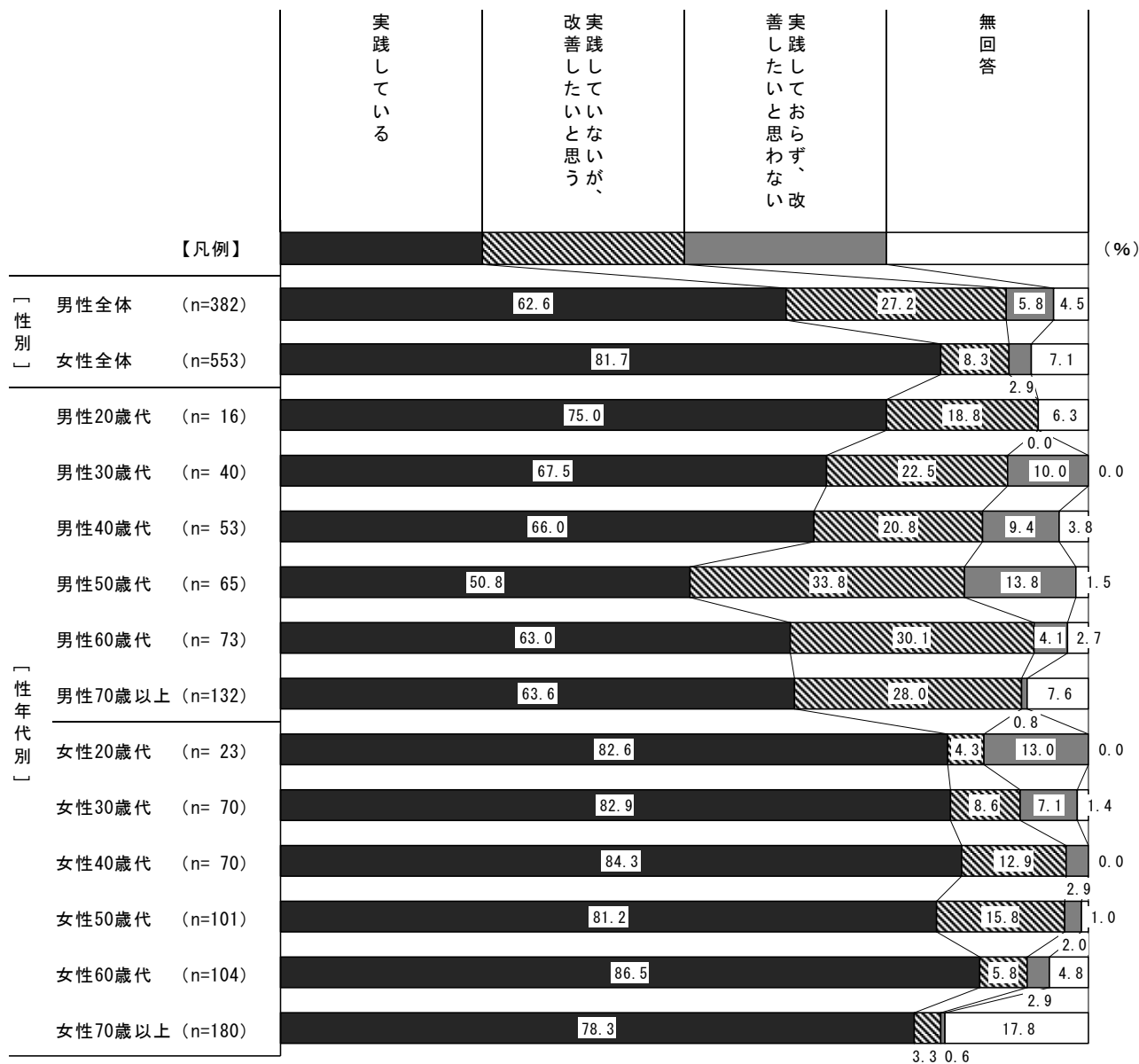
性年代別にみると、「実践している」は男女ともすべての年代で6割を超え、女性20歳代、40歳代は9割を超える。一方、男性40～50歳代は「実践している」が6割台と、他の年代に比べて少ない。



シ お酒を飲みすぎない

性別にみると、男女とも「実践している」が6割を超え、女性は81.7%と、男性に比べて多い。

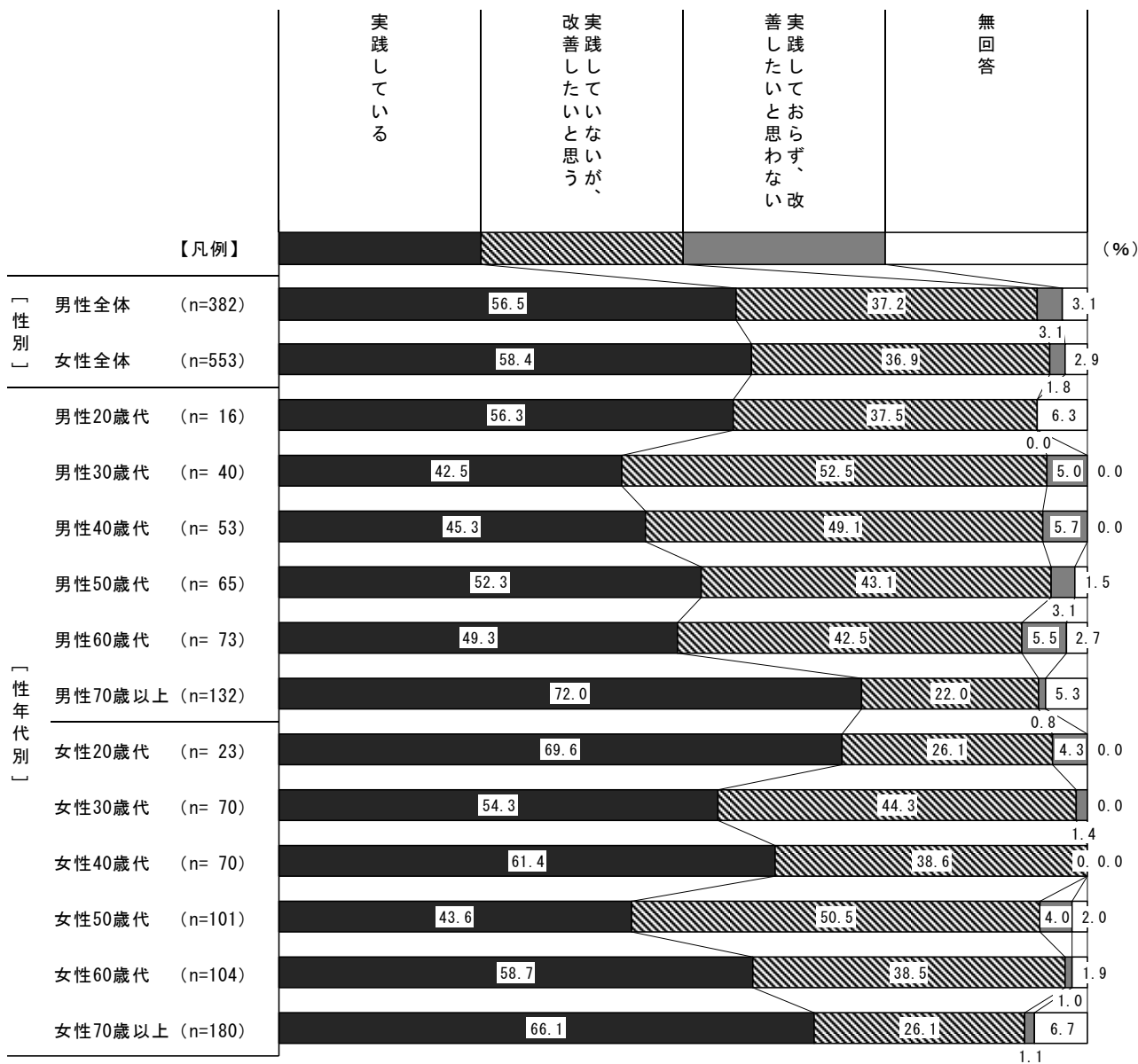
性年代別にみると、「実践している」は男女ともすべての年代で5割を超え、女性20～60歳代は8割台となっている。一方、男性50歳代は「実践している」が50.8%と、他の年代に比べて少ない。



ス 休養や睡眠を十分にとる

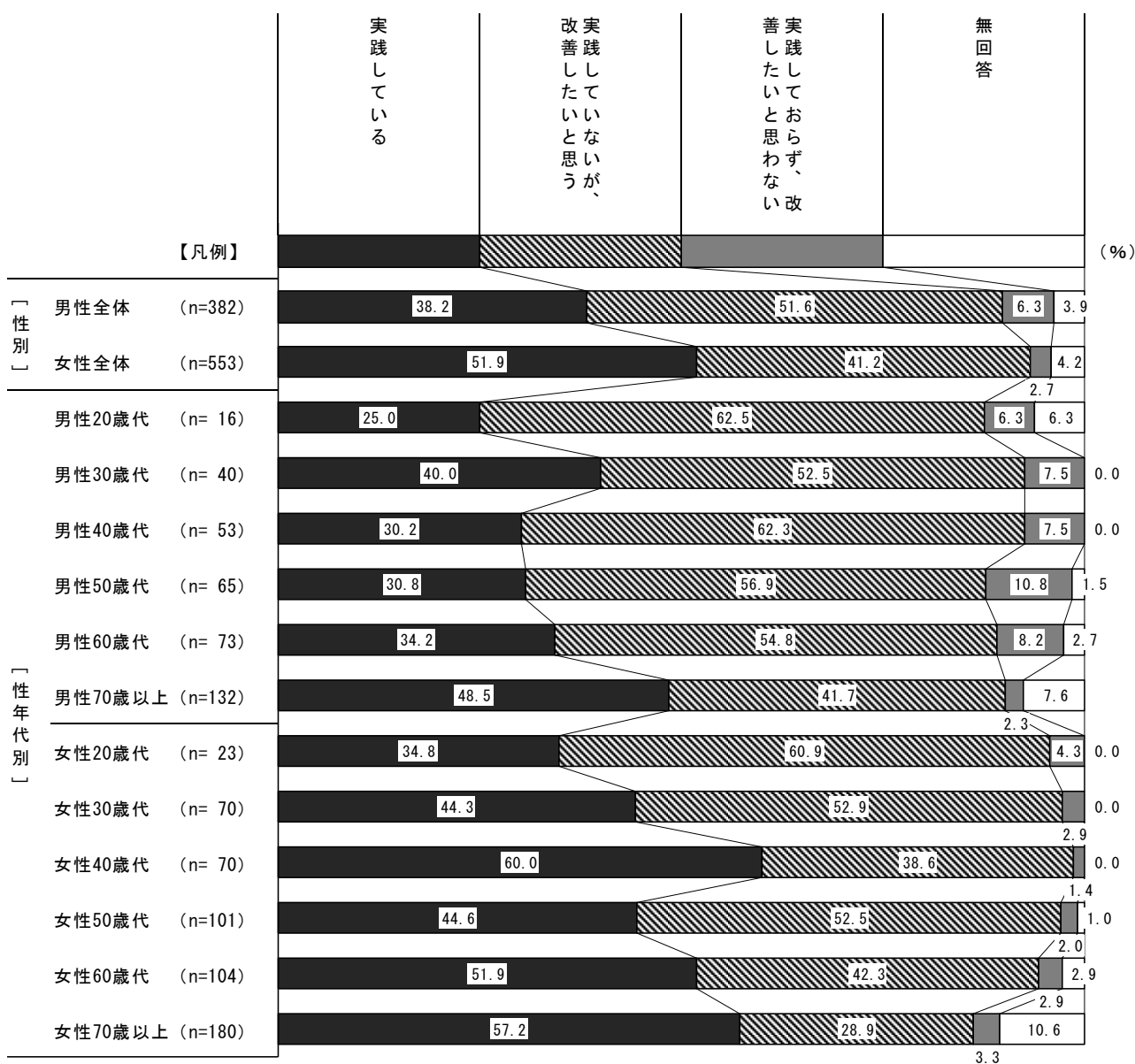
性別にみると、男女とも「実践している」が5割を超え、大きな差はみられない。

性年代別にみると、男性30～40歳代、60歳代、女性50歳代は「実践している」が4割台と、他の年代に比べて少ない。



セ 健康や病気に関する知識を身につける

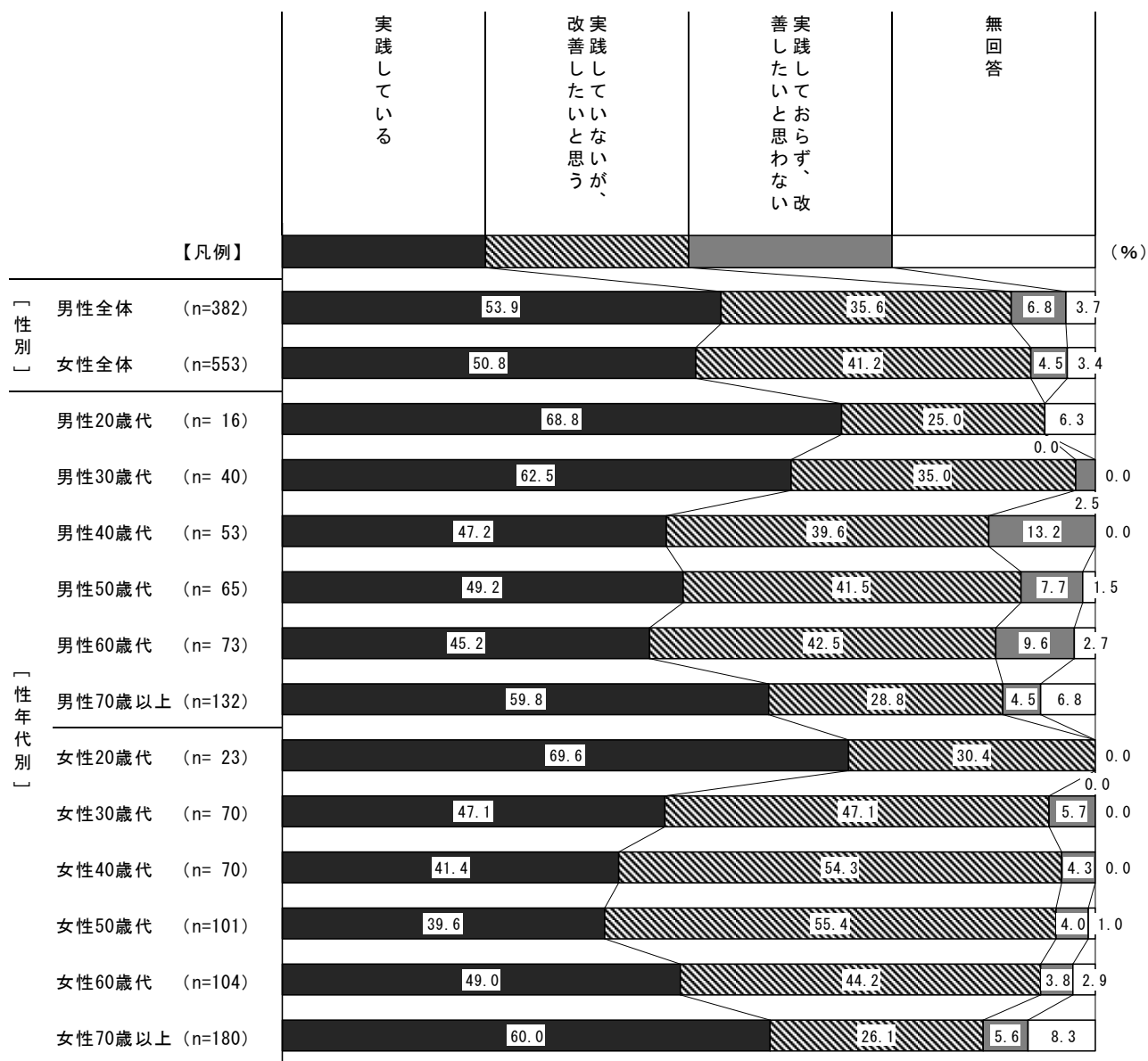
性別にみると、男性は「実践していないが、改善したいと思う」が51.6%、女性は「実践している」が51.9%で最も多い。男性は「実践している」が38.2%と、女性に比べて1割以上少ない。



ソ 趣味を持つ

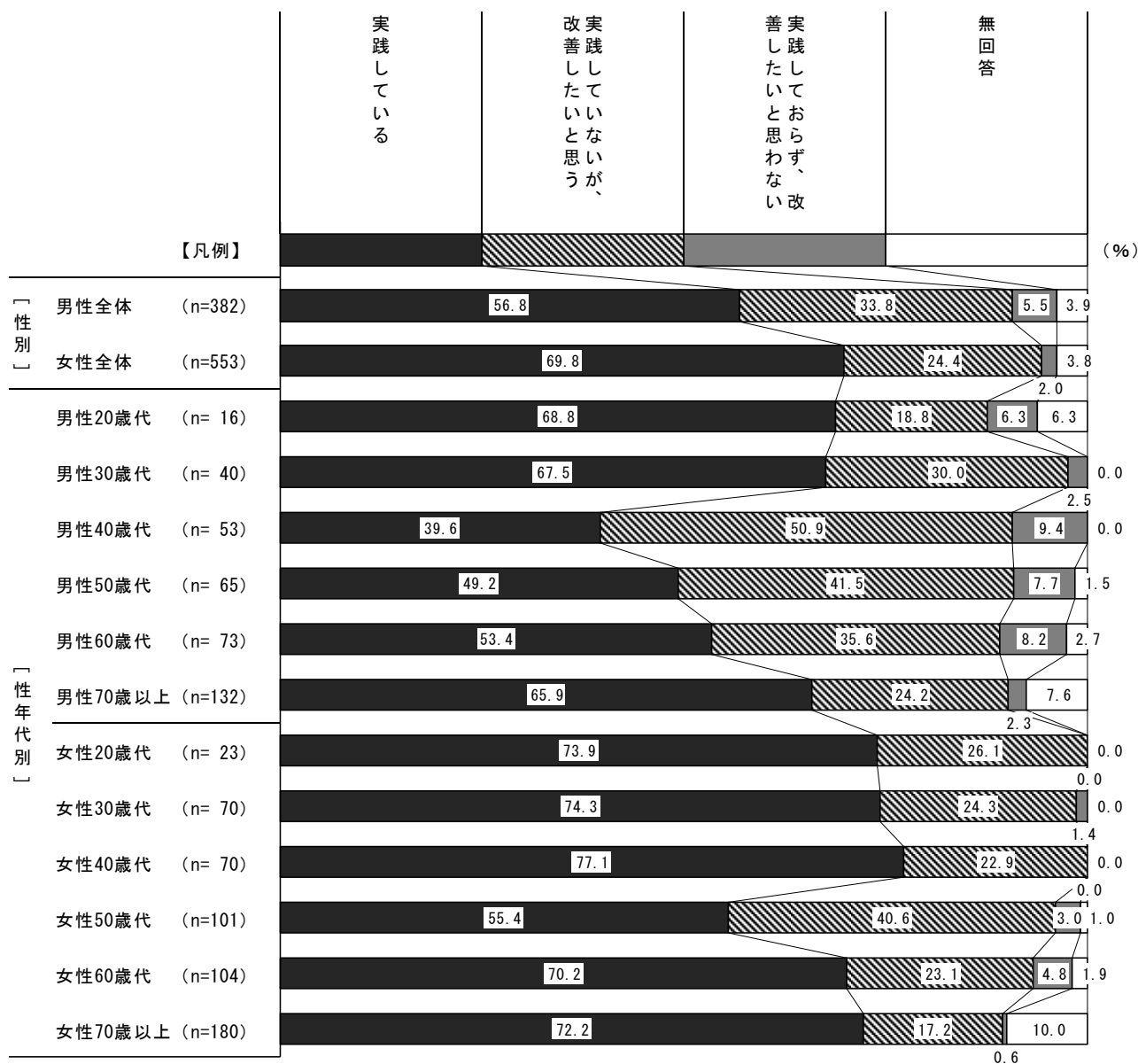
性別にみると、男女とも「実践している」が5割を超え、大きな差はみられない。

性年代別にみると、女性40～50歳代は、「実践している」が他の年代に比べて少ない。



タ 人間関係を大切にする

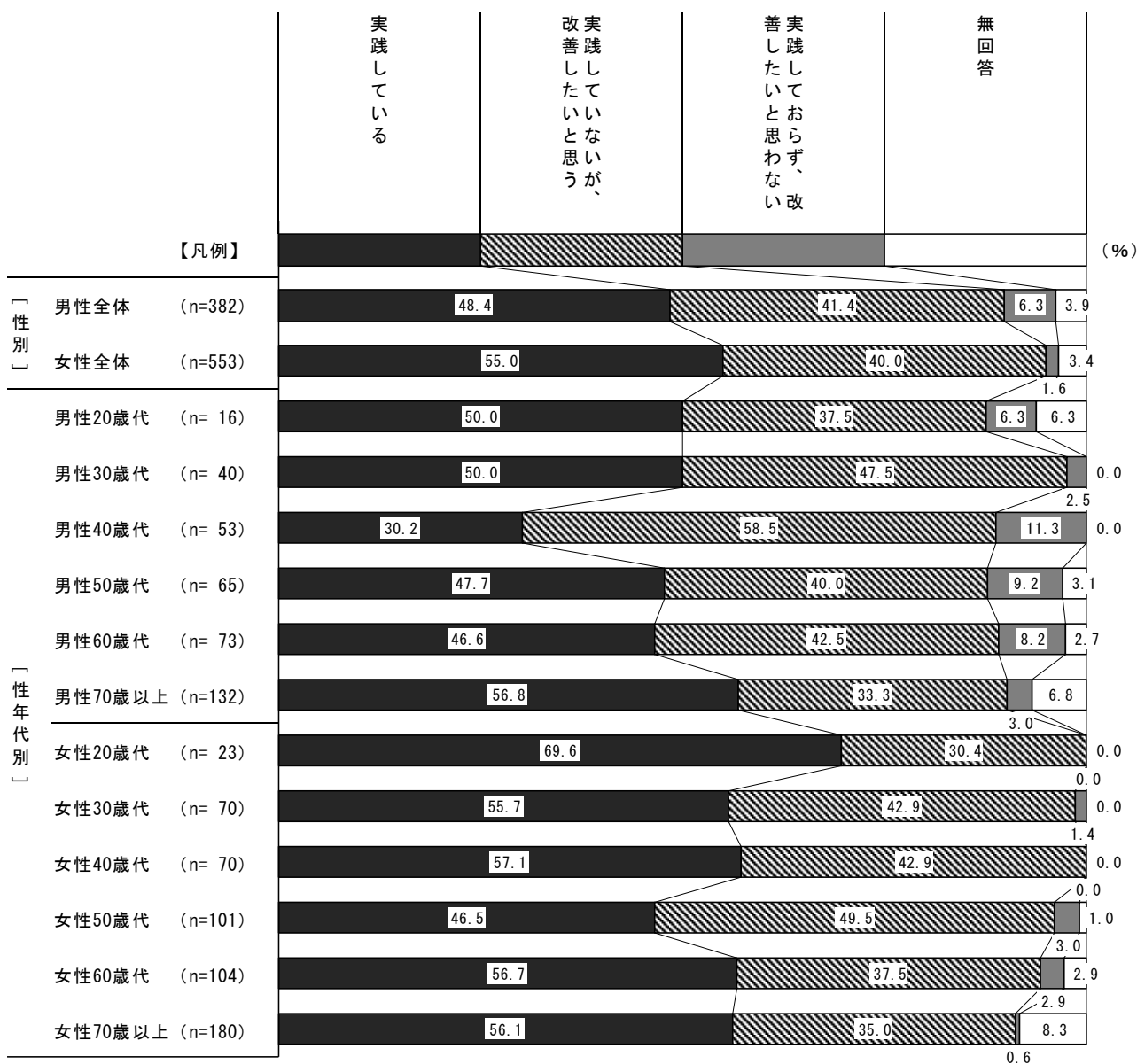
性別にみると、男女とも「実践している」が5割を超え、女性は69.8%と、男性に比べて多い。
 性年代別にみると、男性40～50歳代は、「実践している」が他の年代に比べて少ない。



チ ストレス解消に心がける

性別にみると、「実践している」は女性が55.0%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、男性40歳代は「実践している」が30.2%と、他の年代に比べて少ない。



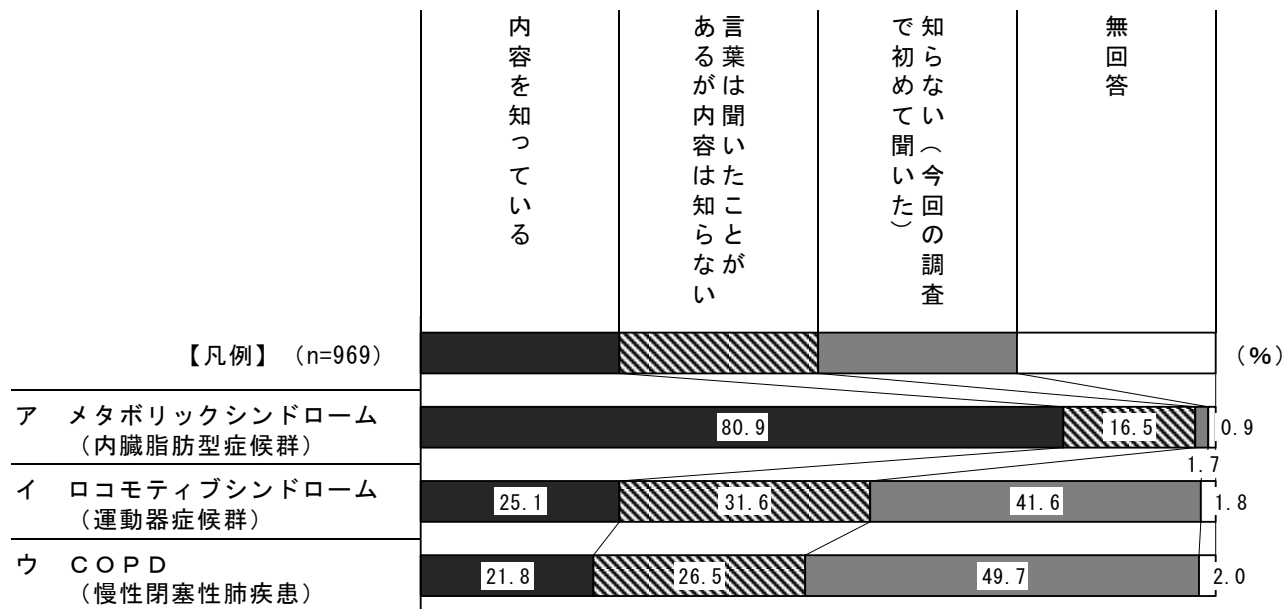
【一般市民調査】

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（内臓脂肪型症候群）」については、「内容を知っている」が80.9%と最も多い。

「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41.6%と最も多い。

「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49.7%と最も多い。

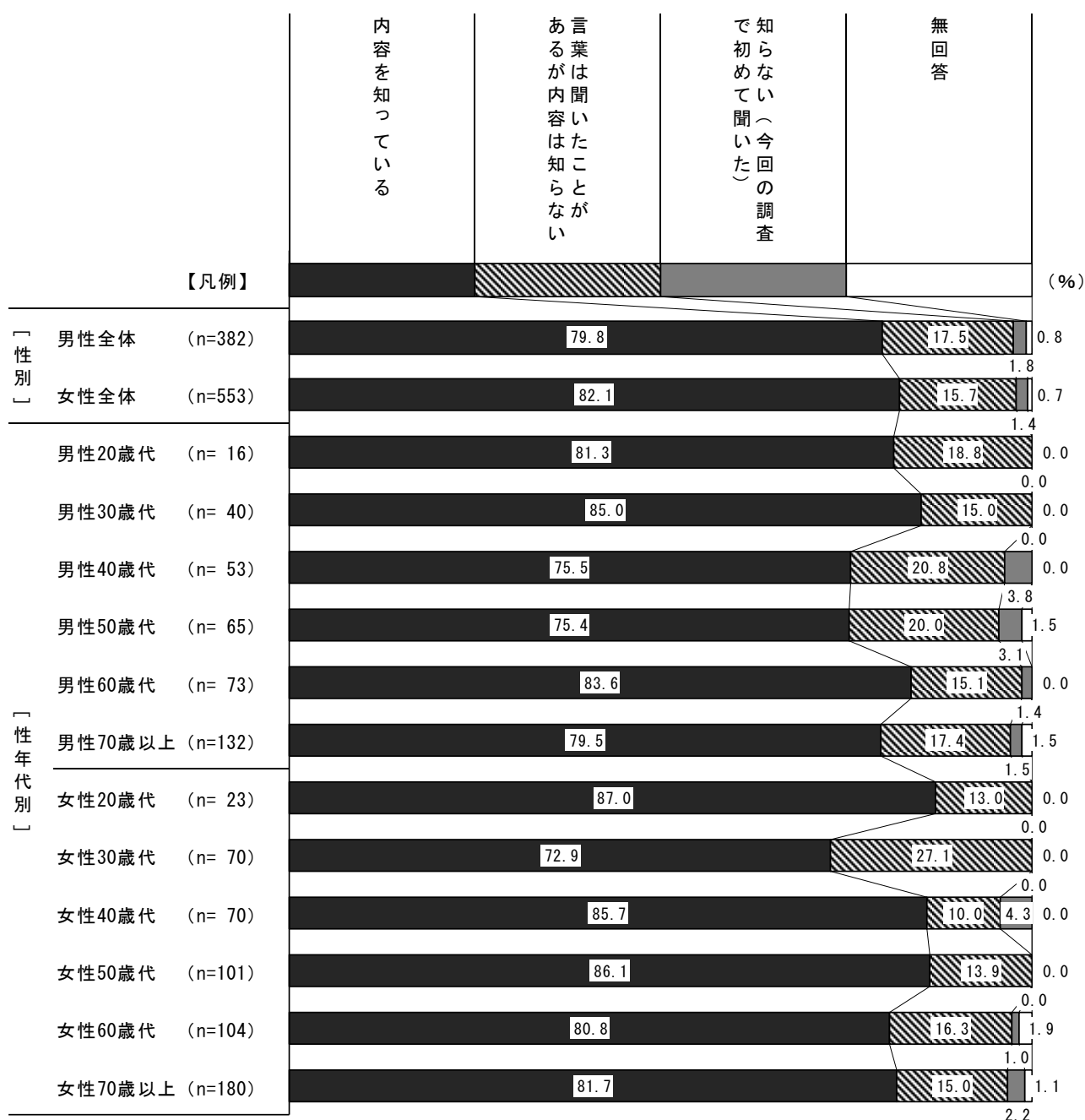


ア メタボリックシンドローム（内臓脂肪型症候群）※

※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、男女とも「内容を知っている」が8割前後で、大きな差はみられない。

性年代別にみると、「内容を知っている」は男女ともすべての年代で7割を超え、男性は30歳代が85.0%、女性は20歳代が87.0%で最も多い。

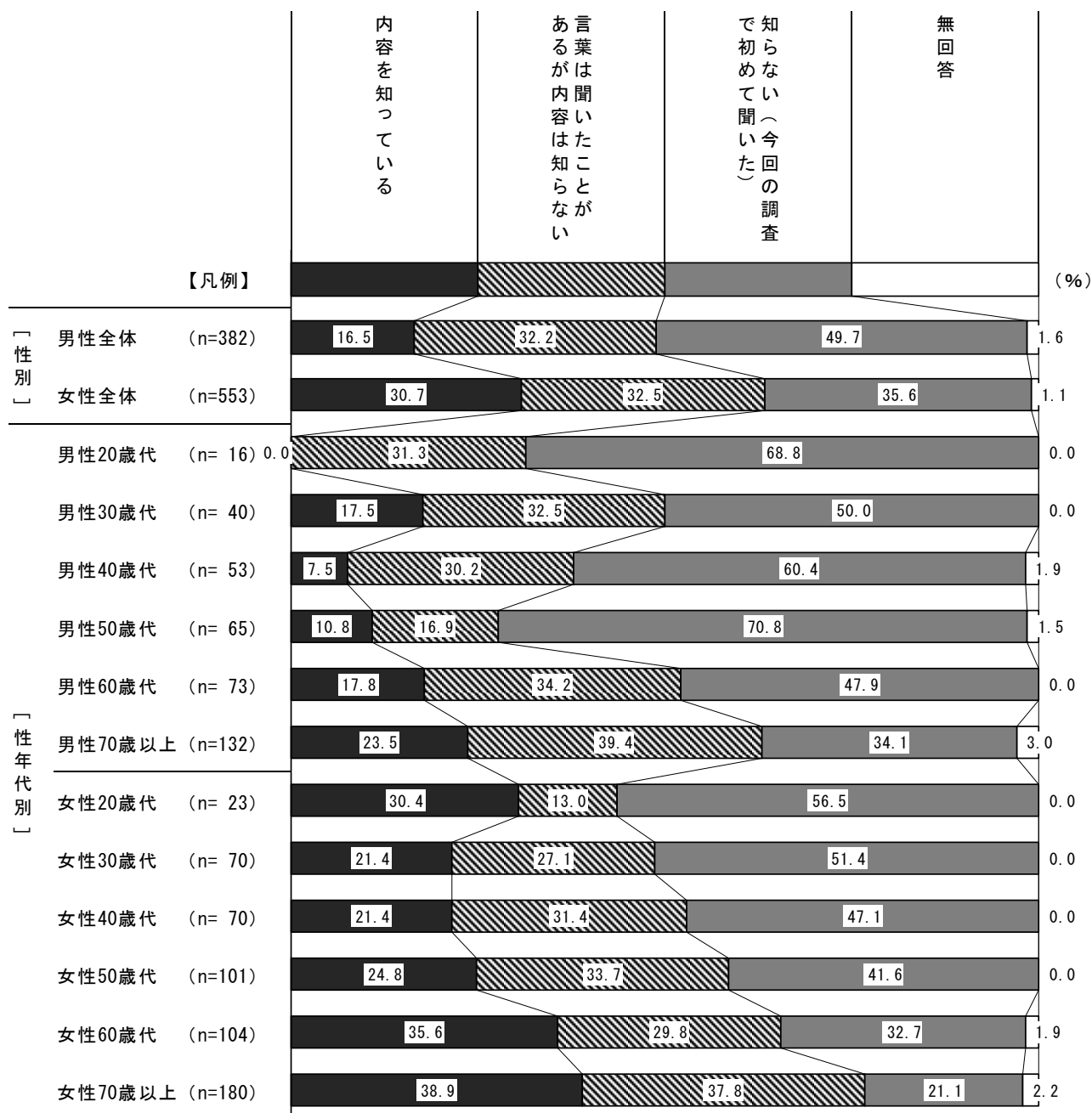


イ ロコモティブシンドローム（運動器症候群）※

※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。

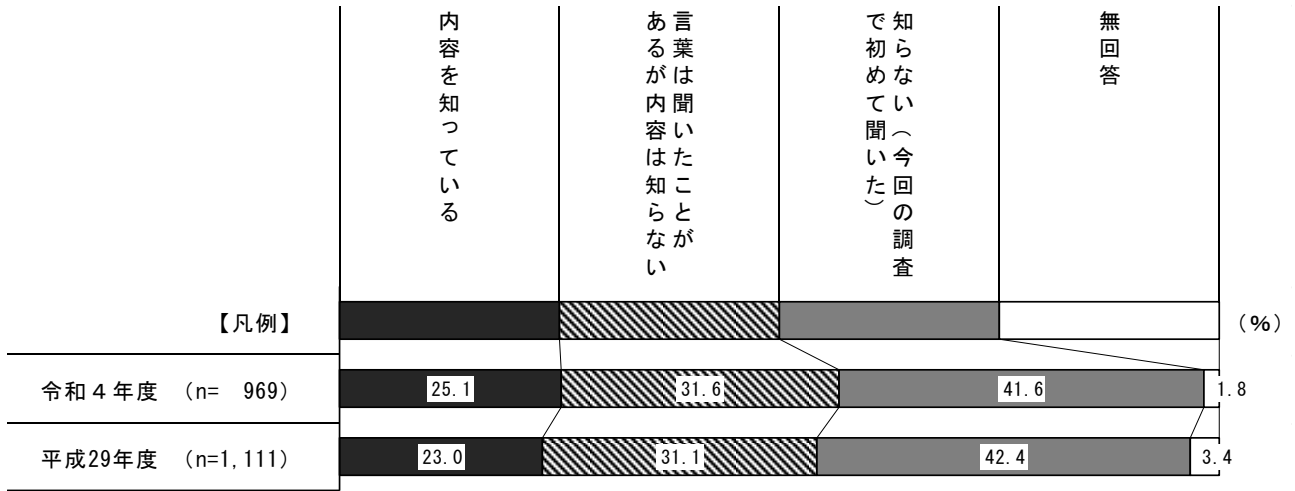
性別にみると、男女とも「知らない（今回の調査で初めて聞いた）」が最も多く、男性は49.7%と、女性に比べて多い。一方、「内容を知っている」は女性で30.7%と、男性より1割以上多い。

性年代別にみると、男性 20～50 歳代、女性 20～30 歳代は「知らない（今回の調査で初めて聞いた）」が5割以上となっている。



◆前回調査との比較

前回の調査結果と比較すると、「内容を知っている」は23.0%から25.1%に2.1ポイント増加したが、大きな違いは見られない。

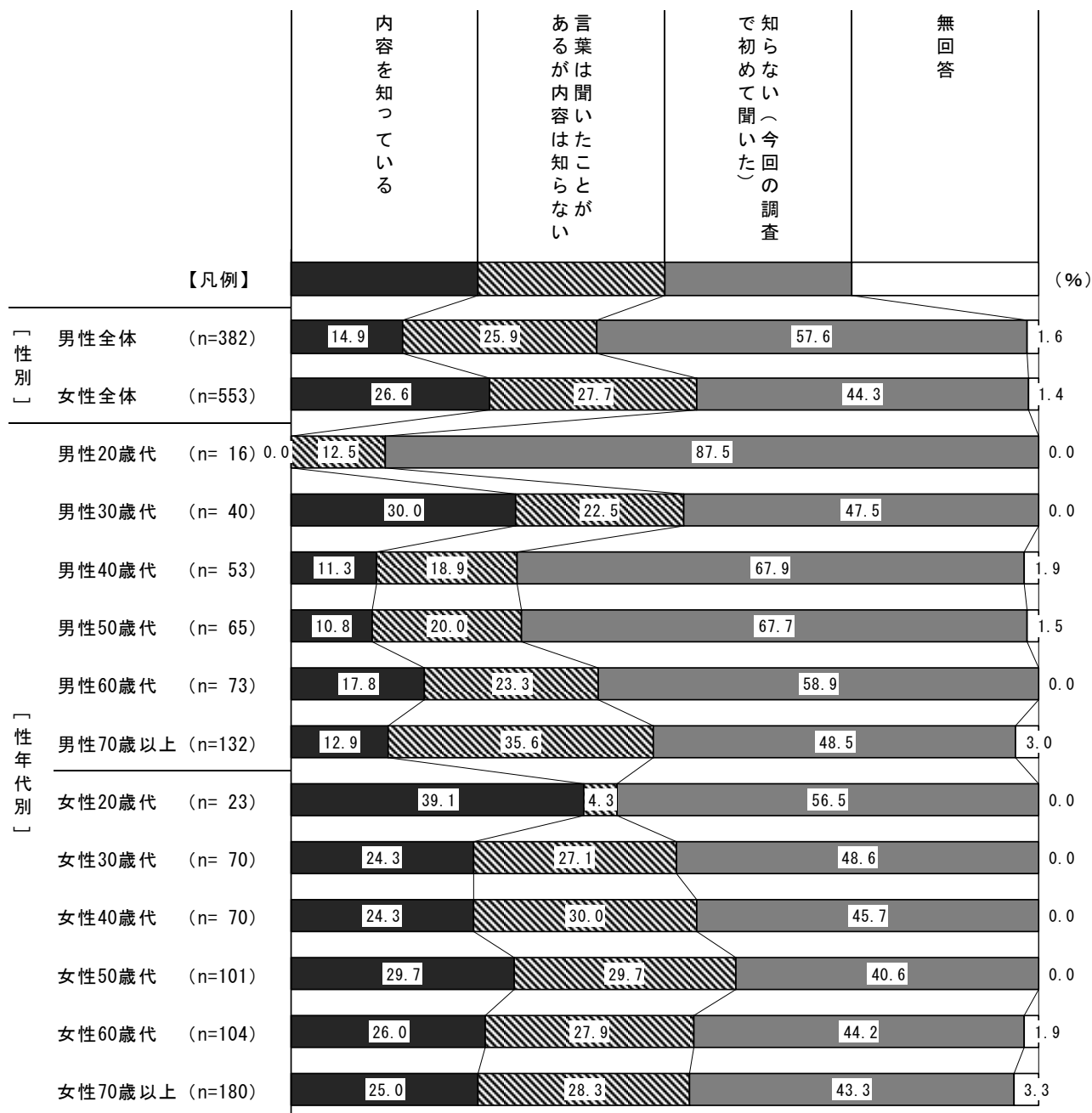


ウ COPD（慢性閉塞性肺疾患）※

※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。

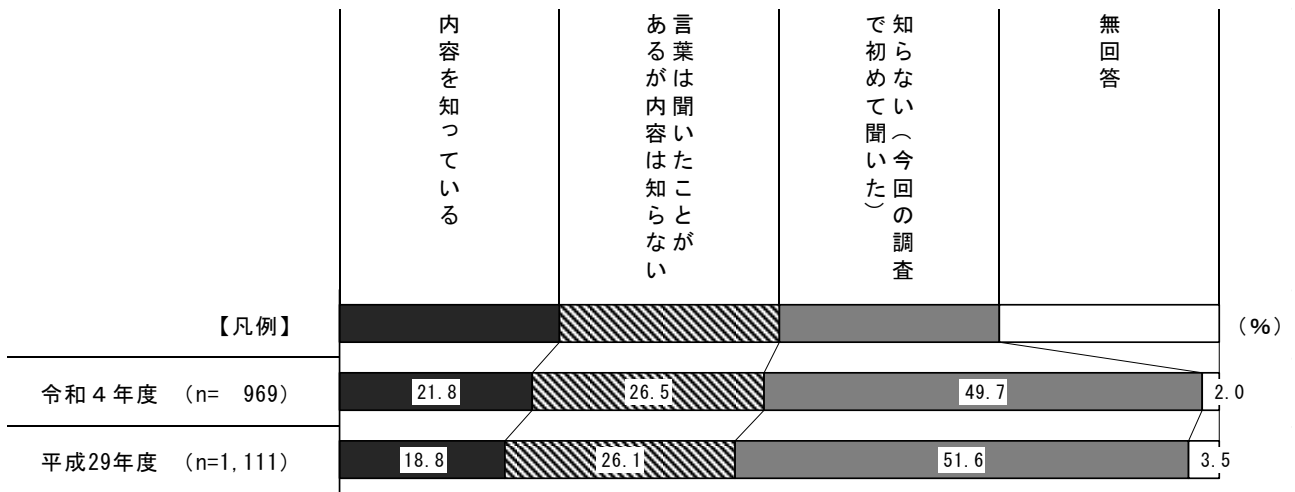
性別にみると、「知らない（今回の調査で初めて聞いた）」が最も多く、男性は57.6%と、女性に比べて多い。一方、「内容を知っている」は女性で26.6%と、男性より1割ほど多い。

性年代別にみると、「知らない（今回の調査で初めて聞いた）」は男女すべての年代で最も多い。



◆前回調査との比較

前回の調査結果と比較すると、「内容を知っている」は18.8%から21.8%に3.0ポイント増加したが、大きな違いは見られない。



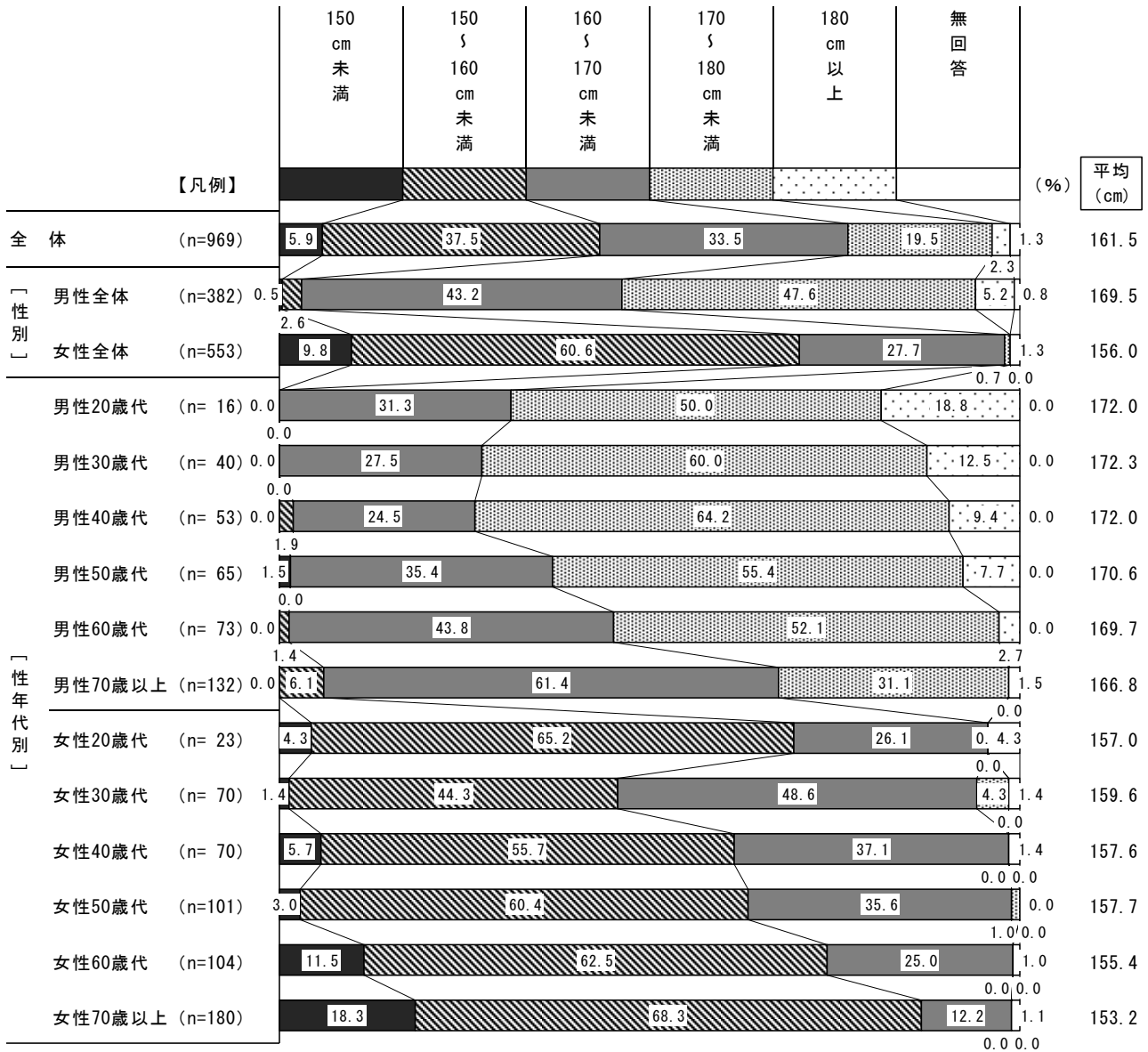
【一般市民調査】

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】

「150～160cm 未満」が 37.5%と最も多く、次いで「160～170cm 未満」が 33.5%、「170～180cm 未満」が 19.5%となっている。平均は 161.5cm となっている。

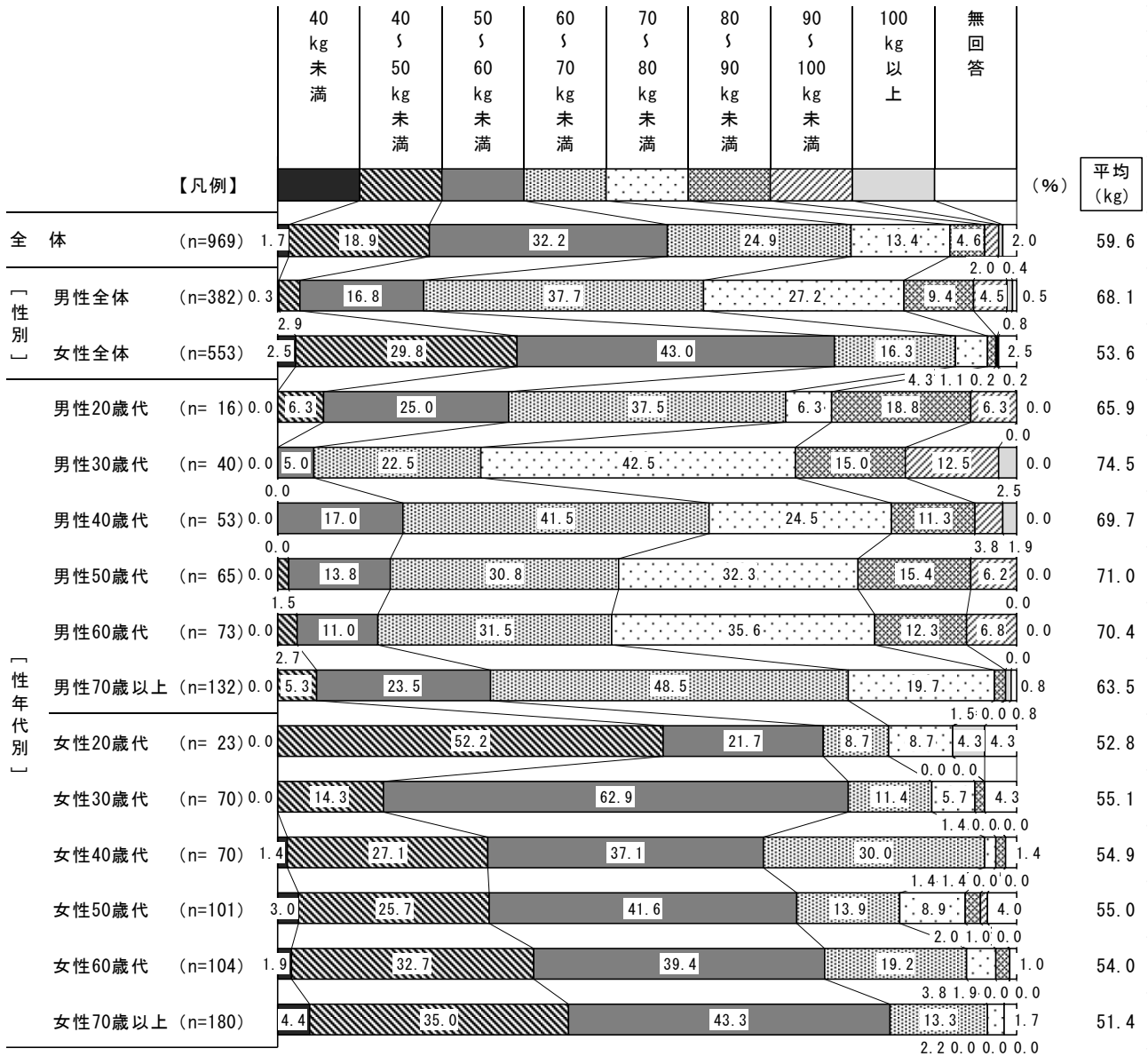
性別にみると、男性は「170～180cm 未満」が 47.6%で最も多く、女性は「150～160cm 未満」が 60.6%で最も多い。



【体重】

「50～60kg 未満」が32.2%と最も多く、次いで「60～70kg 未満」が24.9%、「40～50kg 未満」が18.9%となっている。平均は59.6kgとなっている。

性別にみると、男性は「60～70kg 未満」が37.7%で最も多く、女性は「50～60kg 未満」が43.0%で最も多い。

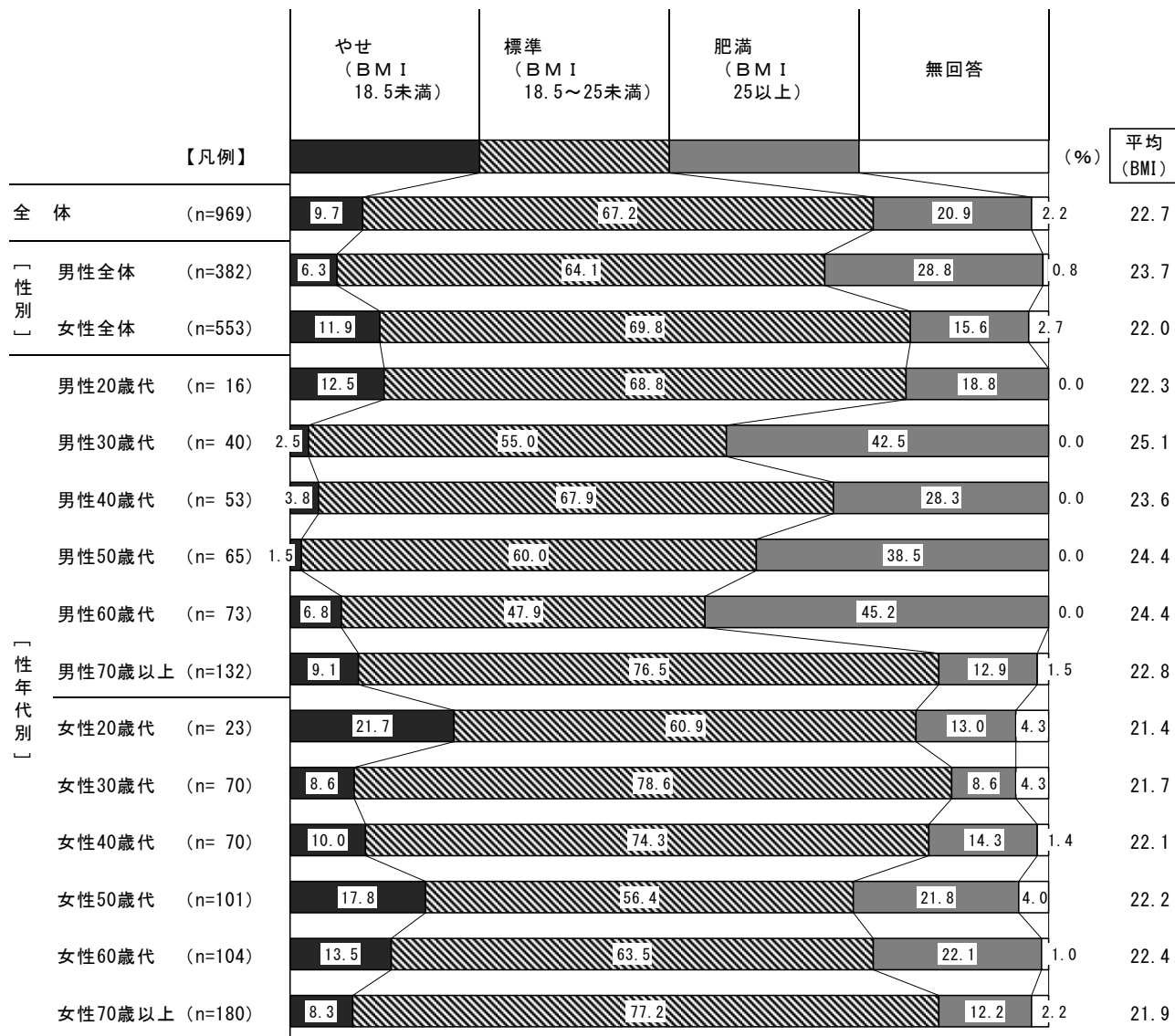


【BMI】

「標準 (BMI 18.5~25 未満)」が 67.2%と最も多く、次いで「肥満 (BMI 25 以上)」が 20.9%、「やせ (BMI 18.5 未満)」が 9.7%となっている。平均は 22.7 となっている。

性別にみると、「標準 (BMI 18.5~25 未満)」が男女とも 6 割を超える。「肥満 (BMI 25 以上)」は男性で 28.8%と、女性に比べて 1 割以上多い。平均は男性が 23.7、女性が 22.0 となっている。

性年代別にみると、「標準 (BMI 18.5~25 未満)」が男女すべての年代で最も多い。

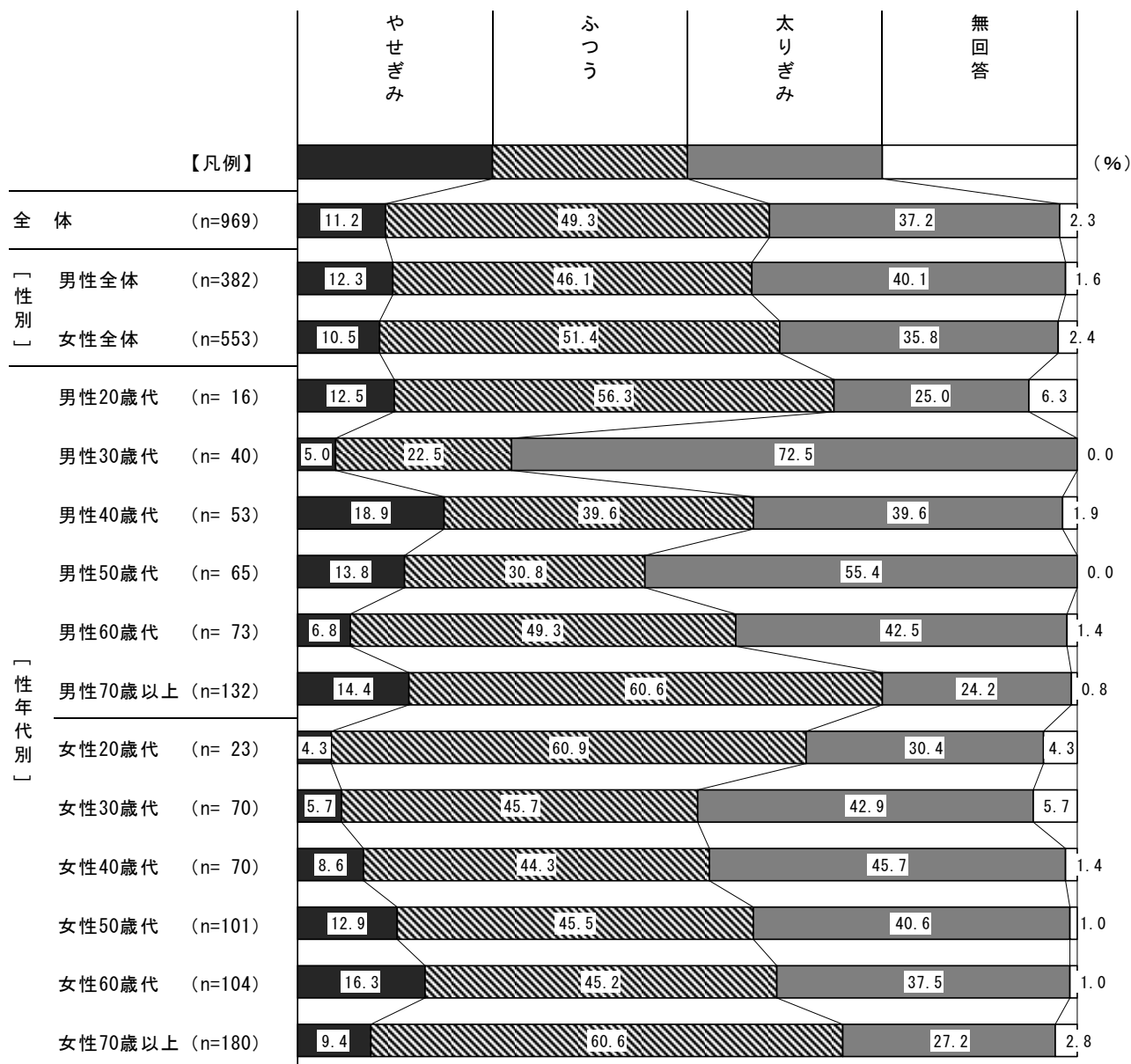


問 17 あなたは、ご自分の体型についてどう思いますか。(〇は1つ)

「ふつう」が49.3%と最も多く、次いで「太りぎみ」が37.2%、「やせぎみ」が11.2%となっている。

性別にみると、「ふつう」が男女とも最も多く、女性は51.4%と男性に比べてやや多い。「ふとりぎみ」は男性で40.1%と女性に比べてやや多い。

性年代別にみると、「やせぎみ」は男女すべての年代で2割未満となっている。

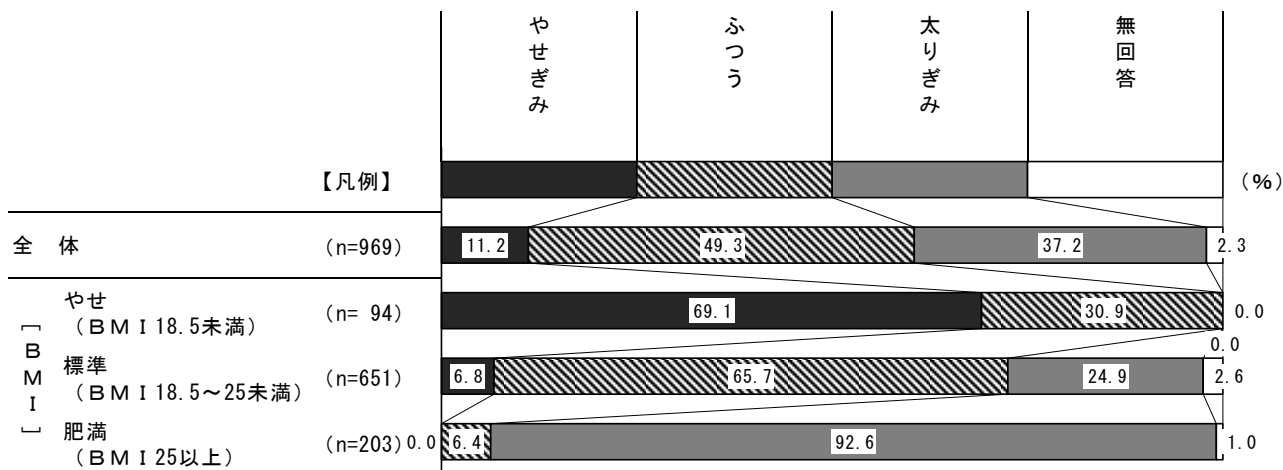


◆自分の体型についての認識×BMI

「やせ (BMI 18.5未満)」では、「やせぎみ」が69.1%と、実際の体型と認識が一致している割合が最も多い。

「標準 (BMI 18.5~25未満)」では、「ふつう」が65.7%と、実際の体型と認識が一致している割合が最も多い。

「肥満 (BMI 25以上)」では、「太りすぎ」が92.6%と、実際の体型と認識が一致している割合が最も多い。



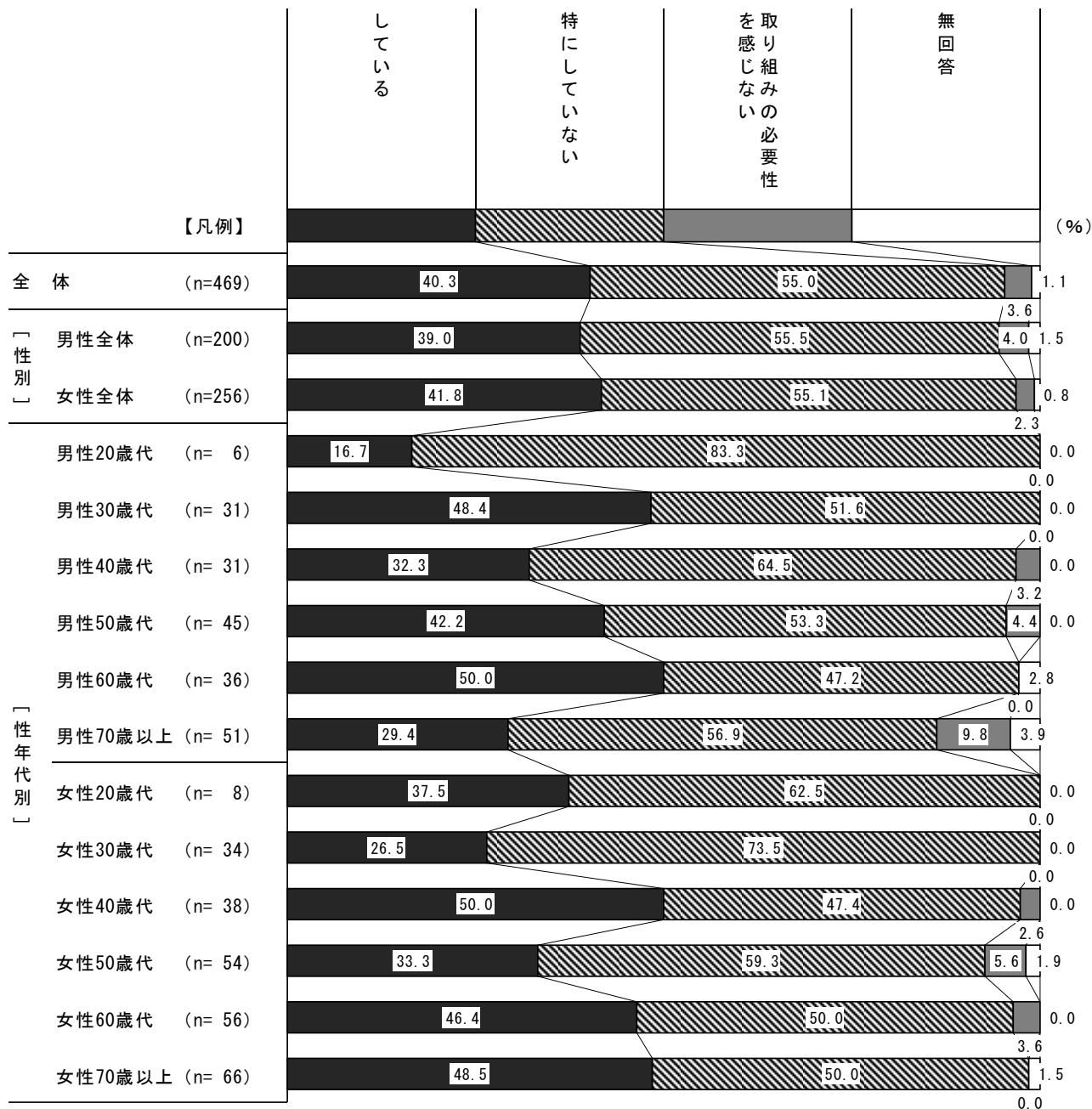
問17で「1 やせぎみ」または「3 太りぎみ」と回答した方にお聞きします。

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55.0%と最も多く、次いで「している」が40.3%、「取り組みの必要性を感じない」が3.6%となっている。

性別にみると、男女とも「特にしていない」が5割を超え、「している」が4割前後となっている。

性年代別にみると、「している」は男性60歳代、女性40歳代で5割を占め、それ以外の年代は「特にしていない」が最も多い。

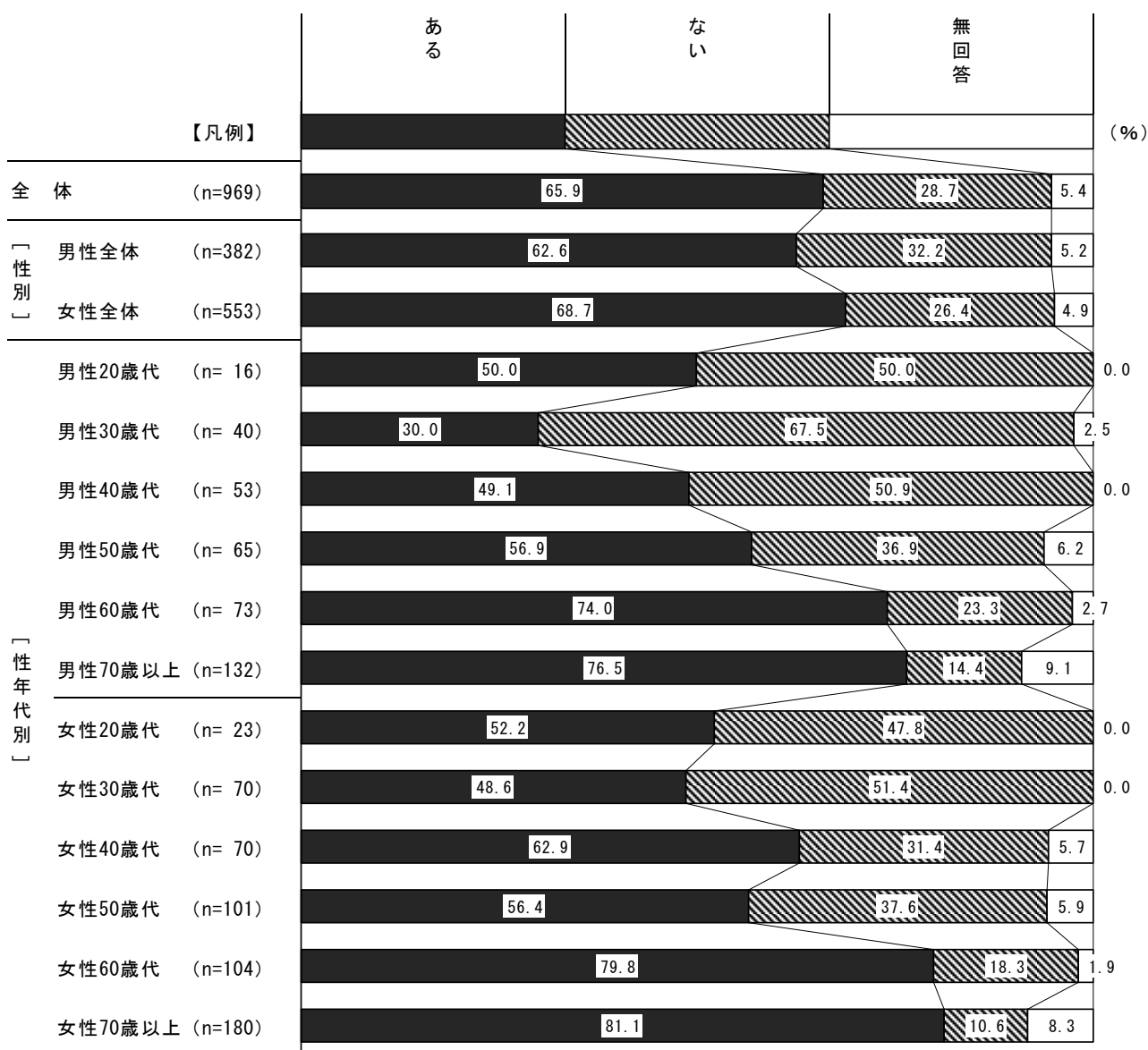


ここからは、すべての方にお聞きします。

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)

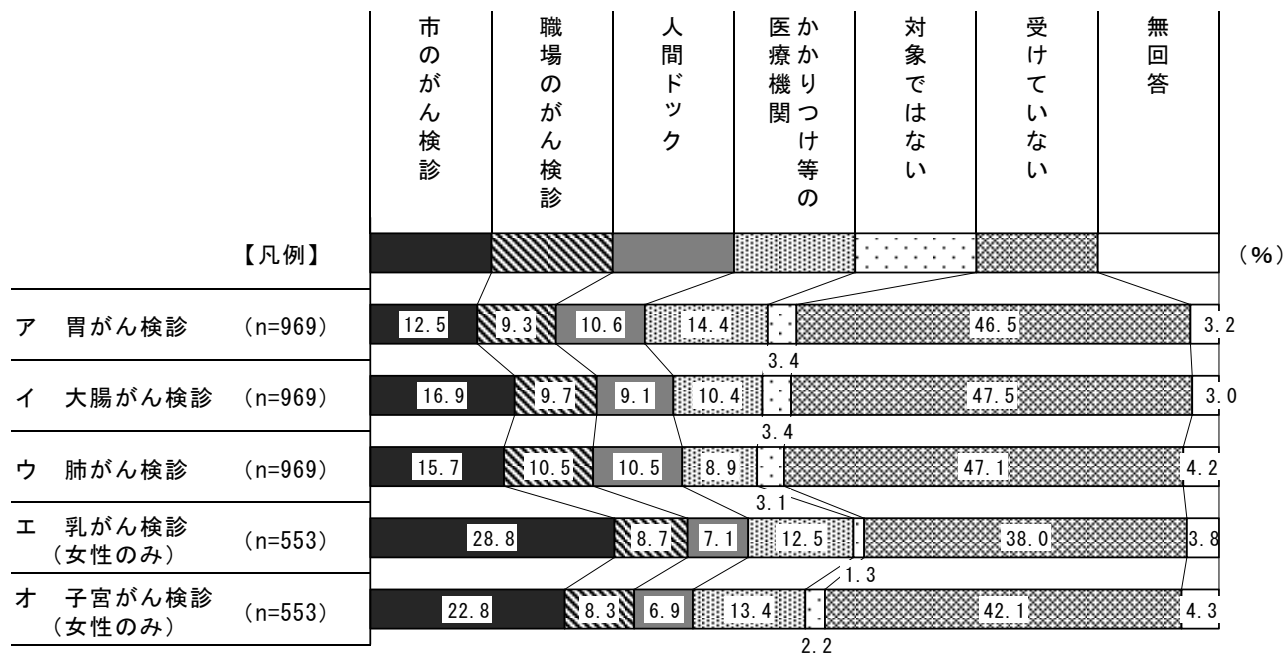
「ある」が65.9%、「ない」が28.7%となっている。

性別にみると、「ある」は男女とも6割を超え、女性が68.7%と、男性に比べてやや多い。



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、いずれも「受けていない」が最も多く、「エ 乳がん検診」以外は4割台となっている。受診先については、「ア 胃がん検診」は「かかりつけ等の医療機関」が14.4%で最も多く、それ以外は「市のがん検診」が1割を超え最も多い。「エ 乳がん検診」、「オ 子宮がん検診」は「市のがん検診」が2割台と、他の検診に比べて多い。



ア 胃がん検診

性別にみると、「受けていない」が男女とも最も多く、男性は51.0%と、女性に比べて多い。受診先は男性は「人間ドック」が13.4%、女性は「かかりつけ等の医療機関」が16.3%で最も多い。

性年代別にみると、「受けていない」が男女すべての年代で最も多い。

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	医療機関	対象ではない	受けていない	無回答	
全体	969	12.5	9.3	10.6	14.4	3.4	46.5	3.2	
性別	男性	382	8.9	11.3	13.4	11.8	2.4	51.0	1.3
	女性	553	15.0	8.0	9.2	16.3	4.0	43.9	3.6
性年代別	男性20歳代	16	0.0	0.0	0.0	0.0	6.3	93.8	0.0
	男性30歳代	40	0.0	12.5	5.0	0.0	15.0	67.5	0.0
	男性40歳代	53	0.0	15.1	9.4	5.7	0.0	69.8	0.0
	男性50歳代	65	1.5	24.6	10.8	1.5	0.0	60.0	1.5
	男性60歳代	73	12.3	9.6	31.5	5.5	0.0	39.7	1.4
	男性70歳以上	132	18.2	4.5	10.6	27.3	1.5	35.6	2.3
	女性20歳代	23	0.0	0.0	0.0	0.0	30.4	69.6	0.0
	女性30歳代	70	0.0	7.1	4.3	0.0	17.1	70.0	1.4
	女性40歳代	70	25.7	15.7	11.4	8.6	1.4	37.1	0.0
	女性50歳代	101	15.8	21.8	10.9	10.9	1.0	38.6	1.0
	女性60歳代	104	12.5	3.8	12.5	25.0	0.0	41.3	4.8
	女性70歳以上	180	19.4	1.1	8.3	26.1	0.6	37.2	7.2

【一般市民調査】

イ 大腸がん検診

性別にみると、「受けていない」が男女とも最も多く、男性は52.9%と、女性に比べて多い。受診先は男性は「人間ドック」が12.0%、女性は「市のがん検診」が21.0%で最も多い。

性年代別にみると、「市のがん検診」は女性40歳代、70歳以上で約3割を占める。

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		969	16.9	9.7	9.1	10.4	3.4	47.5	3.0
性別	男性	382	11.3	11.0	12.0	9.9	1.6	52.9	1.3
	女性	553	21.0	8.7	7.6	10.8	4.3	43.9	3.6
性年代別	男性20歳代	16	0.0	6.3	0.0	0.0	0.0	93.8	0.0
	男性30歳代	40	0.0	15.0	2.5	0.0	15.0	67.5	0.0
	男性40歳代	53	0.0	15.1	9.4	5.7	0.0	69.8	0.0
	男性50歳代	65	1.5	20.0	13.8	1.5	0.0	61.5	1.5
	男性60歳代	73	17.8	11.0	26.0	2.7	0.0	41.1	1.4
	男性70歳以上	132	22.0	3.8	9.1	23.5	0.0	39.4	2.3
	女性20歳代	23	0.0	0.0	0.0	0.0	30.4	69.6	0.0
	女性30歳代	70	0.0	5.7	1.4	1.4	17.1	72.9	1.4
	女性40歳代	70	30.0	15.7	8.6	8.6	1.4	34.3	1.4
	女性50歳代	101	18.8	25.7	7.9	5.0	1.0	39.6	2.0
	女性60歳代	104	21.2	4.8	10.6	13.5	0.0	45.2	4.8
	女性70歳以上	180	29.4	0.6	8.3	18.9	1.7	35.0	6.1

ウ 肺がん検診

性別にみると、「受けていない」が男女とも最も多く、男性は54.5%と、女性に比べて多い。受診先は男性は「人間ドック」が13.1%、女性は「市のがん検診」が19.5%で最も多い。

性年代別にみると、「市のがん検診」は女性40歳代、「人間ドック」は男性60歳代で約3割となっている。

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		969	15.7	10.5	10.5	8.9	3.1	47.1	4.2
性別	男性	382	9.7	11.0	13.1	7.1	1.3	54.5	3.4
	女性	553	19.5	10.1	9.2	10.3	4.2	42.9	3.8
性年代別	男性20歳代	16	0.0	6.3	0.0	0.0	0.0	93.8	0.0
	男性30歳代	40	0.0	10.0	2.5	0.0	12.5	75.0	0.0
	男性40歳代	53	0.0	13.2	9.4	3.8	0.0	73.6	0.0
	男性50歳代	65	1.5	23.1	12.3	1.5	0.0	60.0	1.5
	男性60歳代	73	16.4	9.6	30.1	2.7	0.0	38.4	2.7
	男性70歳以上	132	18.2	5.3	10.6	15.9	0.0	42.4	7.6
	女性20歳代	23	0.0	0.0	0.0	0.0	30.4	69.6	0.0
	女性30歳代	70	0.0	7.1	1.4	0.0	15.7	74.3	1.4
	女性40歳代	70	31.4	20.0	10.0	5.7	1.4	31.4	0.0
	女性50歳代	101	14.9	28.7	11.9	1.0	2.0	39.6	2.0
	女性60歳代	104	21.2	4.8	14.4	13.5	0.0	39.4	6.7
	女性70歳以上	180	26.7	1.1	8.3	21.1	1.1	35.6	6.1

【一般市民調査】

エ 乳がん検診（女性のみ）

性年代別にみると、「市のがん検診」は女性 40 歳代、50 歳代（同率 2 項目）で最も多く、40 歳代は 40.0%となっている。「市のがん検診」は女性 70 歳以上も 33.3%と、他の年代に比べて多い。

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	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
女性	553	28.8	8.7	7.1	12.5	1.3	38.0	3.8
女性20歳代	23	0.0	4.3	0.0	0.0	17.4	78.3	0.0
女性30歳代	70	22.9	12.9	5.7	8.6	1.4	48.6	0.0
女性40歳代	70	40.0	21.4	8.6	17.1	0.0	12.9	0.0
女性50歳代	101	26.7	15.8	11.9	16.8	0.0	26.7	2.0
女性60歳代	104	25.0	5.8	8.7	13.5	0.0	40.4	6.7
女性70歳以上	180	33.3	0.6	4.4	10.6	1.1	43.3	6.7

オ 子宮がん検診（女性のみ）

性年代別にみると、「市のがん検診」は女性 40 歳代で 32.9%と最も多く、女性 30 歳代、50 歳代、70 歳以上も 2 割台となっている。

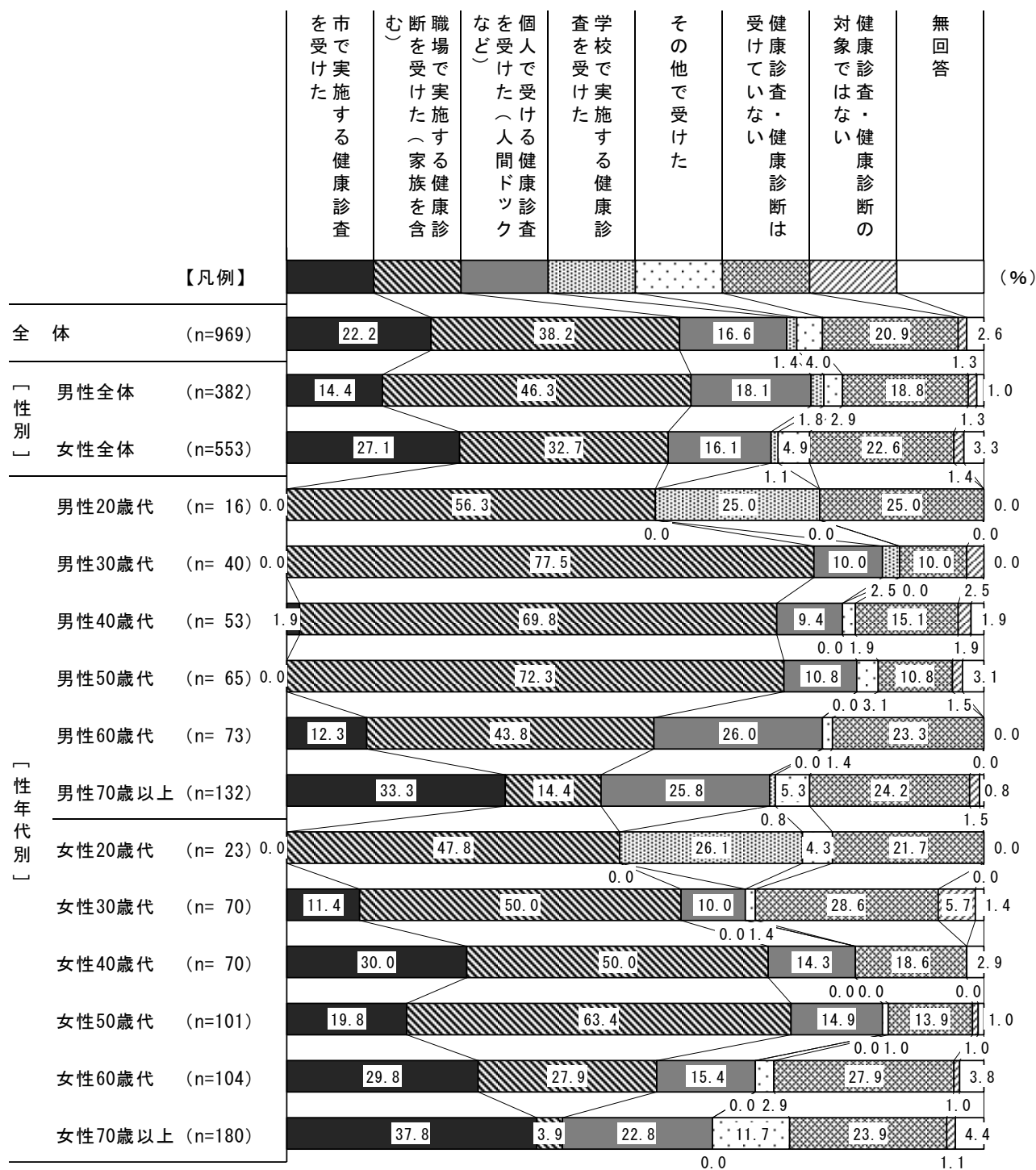
単位 (%)	(人) サンプル数	市のがん検診	職場のがん検診	人間ドック	かかりつけ等の医療機関	対象ではない	受けていない	無回答
女性	553	22.8	8.3	6.9	13.4	2.2	42.1	4.3
女性20歳代	23	0.0	8.7	0.0	0.0	8.7	82.6	0.0
女性30歳代	70	21.4	14.3	5.7	12.9	1.4	44.3	0.0
女性40歳代	70	32.9	20.0	7.1	25.7	2.9	11.4	0.0
女性50歳代	101	27.7	13.9	11.9	12.9	1.0	31.7	1.0
女性60歳代	104	18.3	4.8	9.6	13.5	1.9	45.2	6.7
女性70歳以上	180	21.7	0.6	3.9	10.6	2.2	52.2	8.9

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38.2%と最も多く、次いで「市で実施する健康診査を受けた」が22.2%、「健康診査・健康診断は受けていない」が20.9%となっている。

性別にみると、「職場で実施する健康診断を受けた（家族を含む）」が男女とも最も多く、男性は46.3%と、女性に比べて多い。女性は「市で実施する健康診査を受けた」が27.1%と「職場で実施する健康診断を受けた（家族を含む）」に次いで多く、男性に比べて1割以上多い。



◆過去1年間の健康診査（がん検診を除く）・健康診断の受診状況×職業

職業別にみると、「職場で実施する健康診断を受けた（家族を含む）」は「会社・団体等の役員」「会社員・公務員・団体職員等（正規雇用）」「会社員・公務員・団体職員等（非正規雇用）」「パートタイマー・アルバイト」で最も多く、「会社員・公務員・団体職員等（正規雇用）」は80.5%、「会社員・公務員・団体職員等（非正規雇用）」は69.8%と、他の職業に比べて多い。「市で実施する健康診査を受けた」は「専業主婦（夫）、家事手伝い」で最も多く、「無職」も3割台となっている。

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	969	22.2	38.2	16.6	1.4	4.0	20.9	1.3	2.6	
〔職業別〕	自営業（商店経営等）	40	12.5	17.5	22.5	0.0	5.0	40.0	0.0	5.0
	会社・団体等の役員	30	0.0	50.0	20.0	0.0	6.7	23.3	0.0	0.0
	会社員・公務員・団体職員等（正規雇用）	262	6.9	80.5	13.0	0.4	0.8	5.0	1.9	1.1
	会社員・公務員・団体職員等（非正規雇用）	43	16.3	69.8	14.0	0.0	2.3	7.0	0.0	0.0
	パートタイマー・アルバイト	178	29.2	45.5	13.5	0.6	1.1	19.7	1.1	1.7
	学生	16	6.3	18.8	0.0	75.0	0.0	12.5	0.0	0.0
	専業主婦（夫）、家事手伝い	172	34.9	7.6	21.5	0.0	6.4	30.8	1.7	3.5
	無職	207	32.4	4.3	19.8	0.0	9.2	33.3	1.0	2.4
その他	16	31.3	6.3	12.5	0.0	0.0	25.0	6.3	25.0	

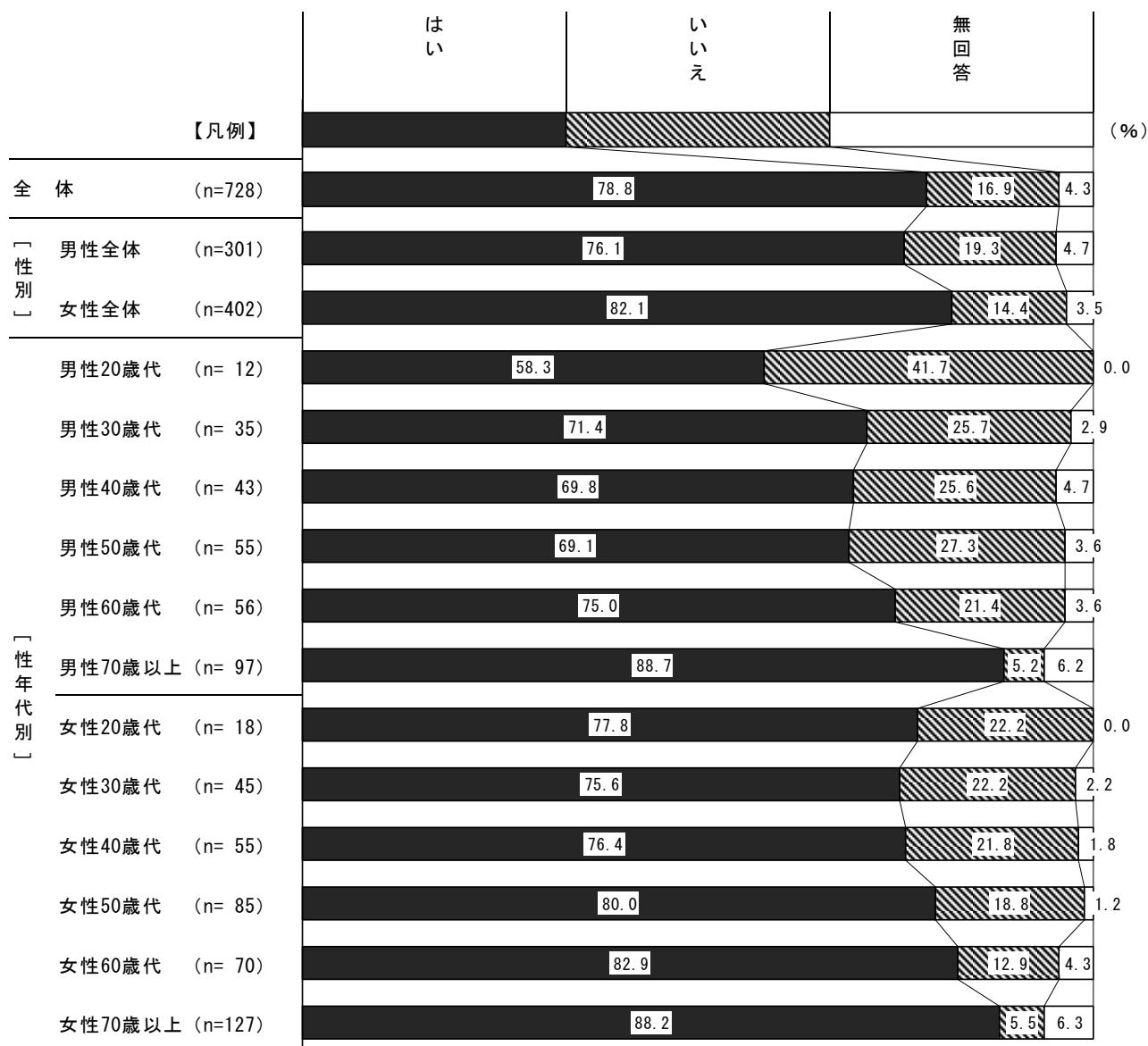
問 20 で「1」～「5」（健康診査・健康診断を受けた）と回答した方にお聞きします。

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78.8%、「いいえ」が16.9%となっている。

性別にみると、「はい」は女性で82.1%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「はい」は男女すべての年代で5割を超え、男性70歳以上、女性50歳以上は8割を超える。一方、男性20歳代は「はい」が58.3%と、他の年代に比べて少なく、「いいえ」が4割を超える。



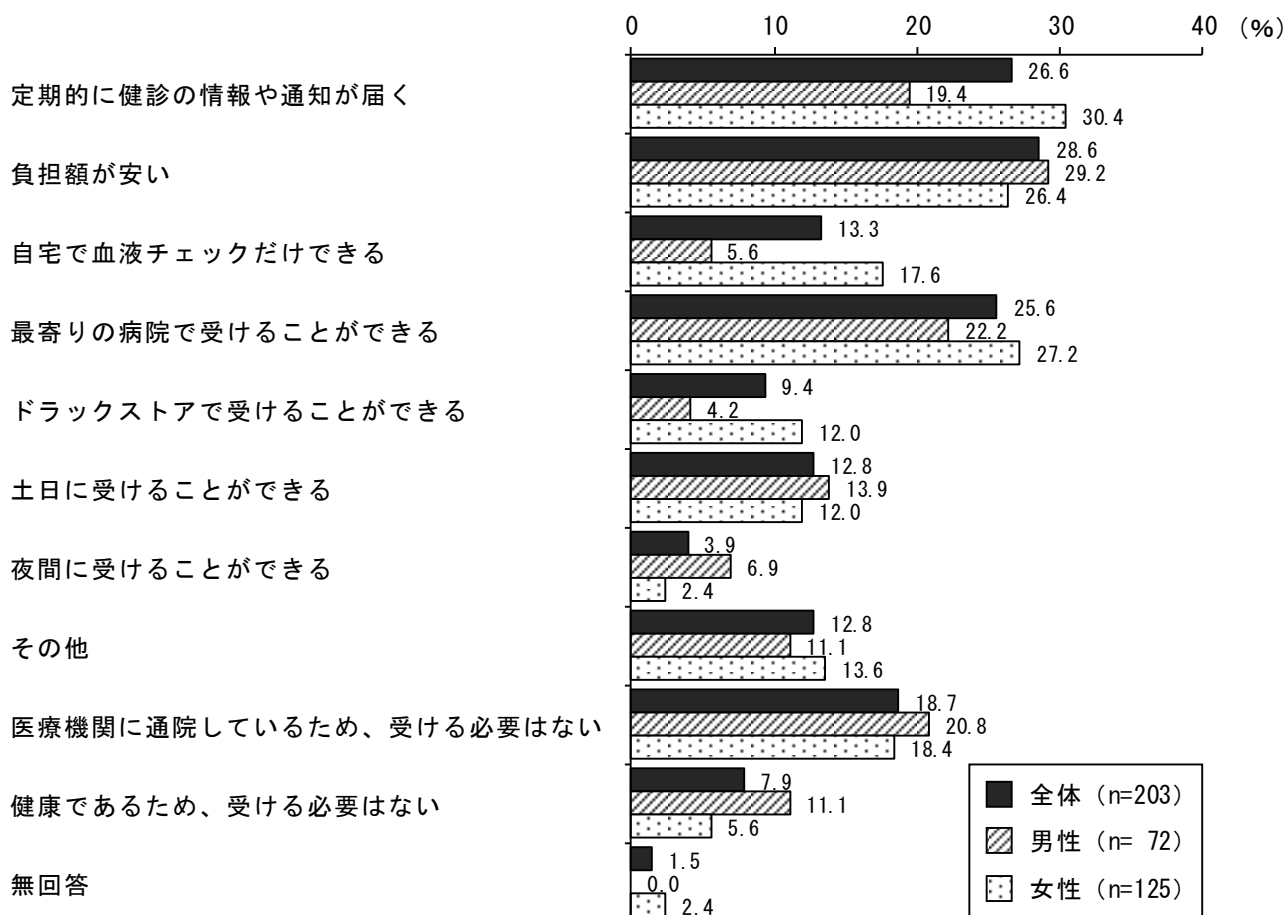
問 20 で「6 健康診査・健康診断は受けていない」と回答した方にお聞きします。

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○)

「負担額が安い」が 28.6%と最も多く、次いで「定期的に健診の情報や通知が届く」が 26.6%、「最寄りの病院で受けることができる」が 25.6%となっている。

性別にみると、男性は「負担額が安い」が 29.2%、女性は「定期的に健診の情報や通知が届く」が 30.4%で最も多い。

性年代別にみると、男女とも 70 歳以上は「医療機関に通院しているため、受ける必要はない」が 3 割前後で最も多くなっている。

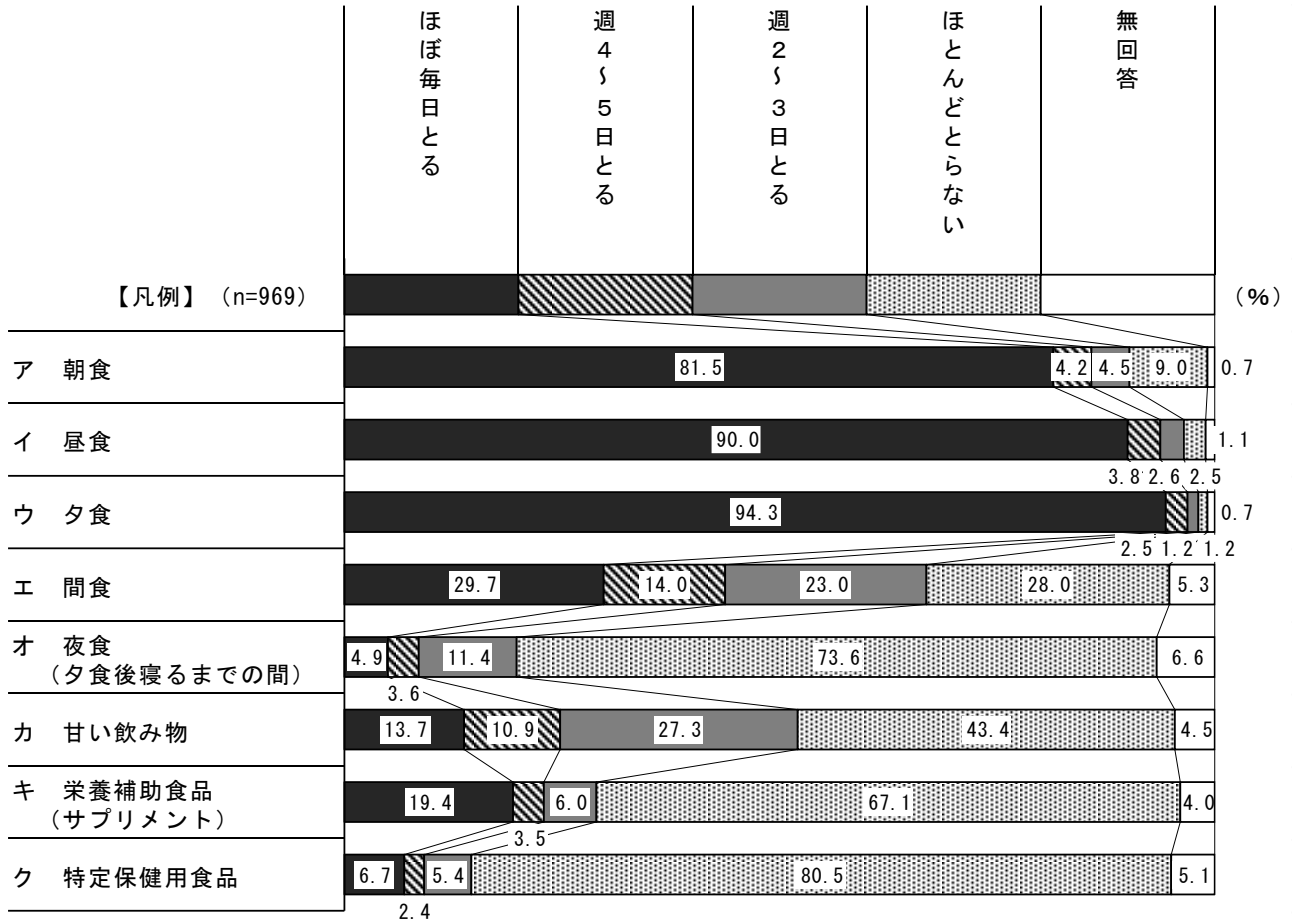


単位 (%)	サンプル数 (人)	定期的に通知が届く情報	負担額が安い	自宅で血液チェック	最寄りの病院で受ける	ドラッグストアで受ける	土日に受ける	夜間に受ける	その他	医療機関に通院しているため、受ける必要はない	健康であるため、受ける必要はない	無回答
全体	203	26.6	28.6	13.3	25.6	9.4	12.8	3.9	12.8	18.7	7.9	1.5
「性年代別」	男性20歳代	4	25.0	50.0	25.0	50.0	25.0	25.0	0.0	0.0	50.0	0.0
	男性30歳代	4	25.0	75.0	0.0	0.0	0.0	50.0	0.0	25.0	0.0	0.0
	男性40歳代	8	0.0	37.5	0.0	25.0	0.0	37.5	12.5	12.5	0.0	0.0
	男性50歳代	7	14.3	57.1	14.3	28.6	0.0	0.0	14.3	0.0	0.0	0.0
	男性60歳代	17	17.6	29.4	0.0	17.6	0.0	23.5	11.8	11.8	29.4	17.6
	男性70歳以上	32	25.0	12.5	6.3	21.9	6.3	0.0	0.0	12.5	28.1	9.4
	女性20歳代	5	20.0	20.0	0.0	0.0	20.0	0.0	0.0	40.0	20.0	0.0
	女性30歳代	20	55.0	55.0	15.0	35.0	30.0	35.0	5.0	0.0	0.0	10.0
	女性40歳代	13	38.5	30.8	23.1	15.4	7.7	15.4	7.7	30.8	7.7	7.7
	女性50歳代	14	50.0	28.6	7.1	35.7	14.3	21.4	7.1	14.3	14.3	7.1
	女性60歳代	29	17.2	24.1	31.0	31.0	13.8	3.4	0.0	10.3	20.7	3.4
	女性70歳以上	43	18.6	11.6	14.0	23.3	2.3	4.7	0.0	14.0	30.2	4.7

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○は1つ）

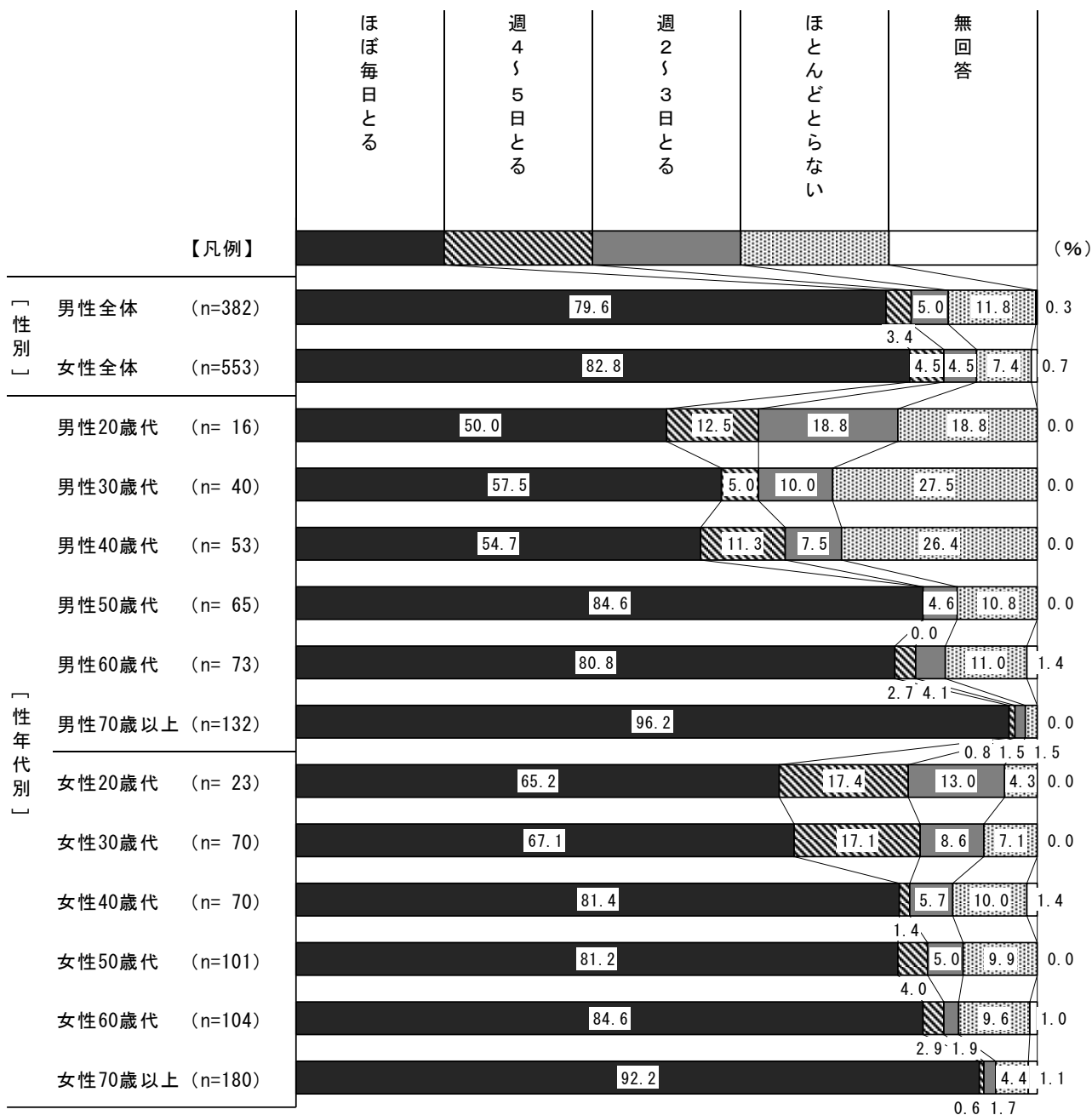
「ほぼ毎日とる」では、「ウ 夕食」が94.3%と最も多く、次いで「イ 昼食」が90.0%、「ア 朝食」が81.5%となっている。一方、「オ 夜食（夕食後寝るまでの間）」「キ 栄養補助食品（サプリメント）」「ク 特定保健用食品」は「ほとんどとらない」が6割を超える。



ア 朝食

性別にみると、「ほぼ毎日とる」が男女とも8割前後を占め、大きな差はみられない。

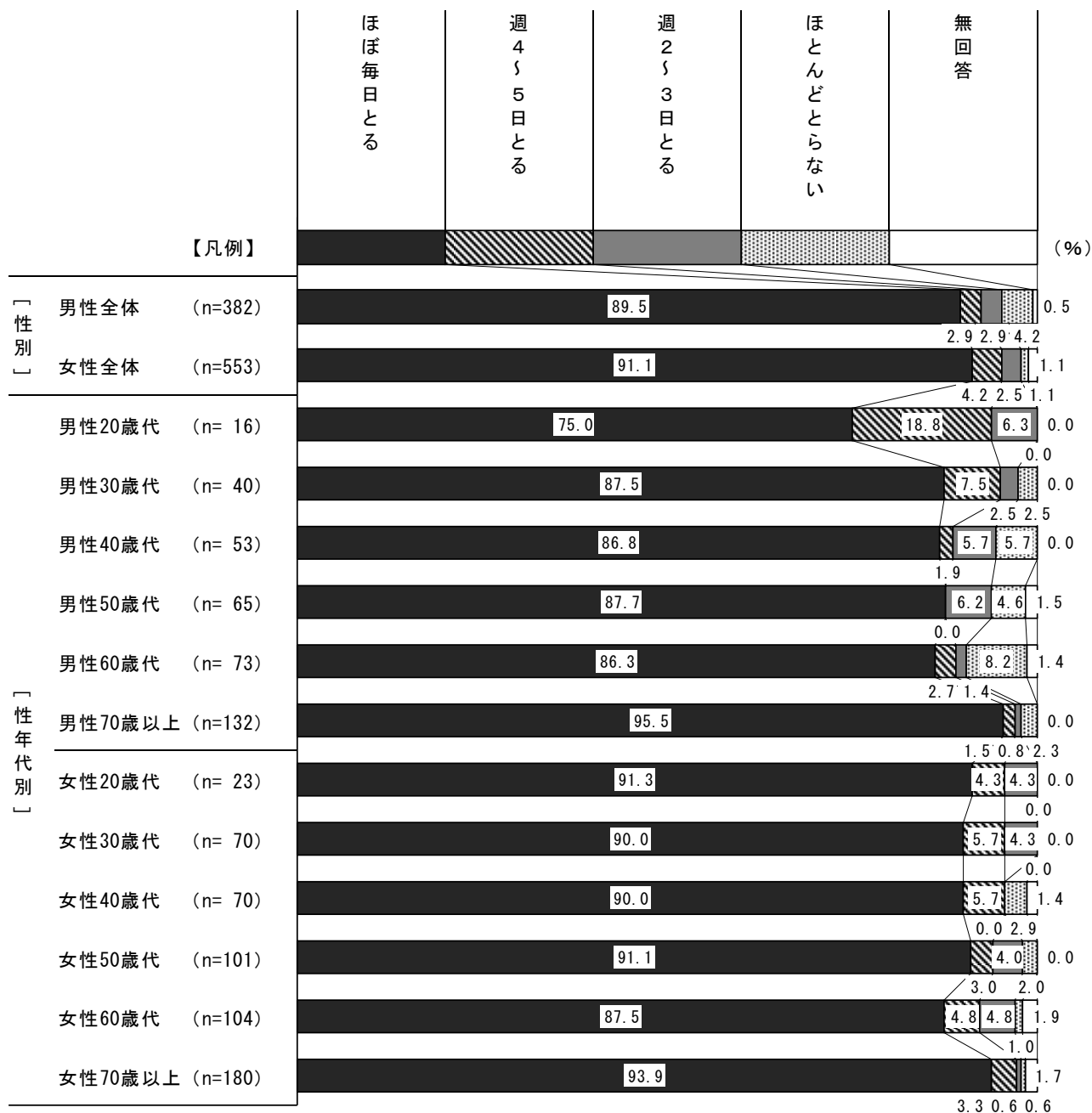
性年代別にみると、「ほぼ毎日とる」が男女すべての年代で5割以上を占め、男性50歳以上、女性40歳以上は8割を超える。一方、男性20～40歳代は「ほぼ毎日とる」が5割台と、他の年代に比べて少なく、男性30～40歳代は「ほとんどとらない」が2割を超える。



イ 昼食

性別にみると、「ほぼ毎日とる」が男女とも9割前後を占め、大きな差はみられない。

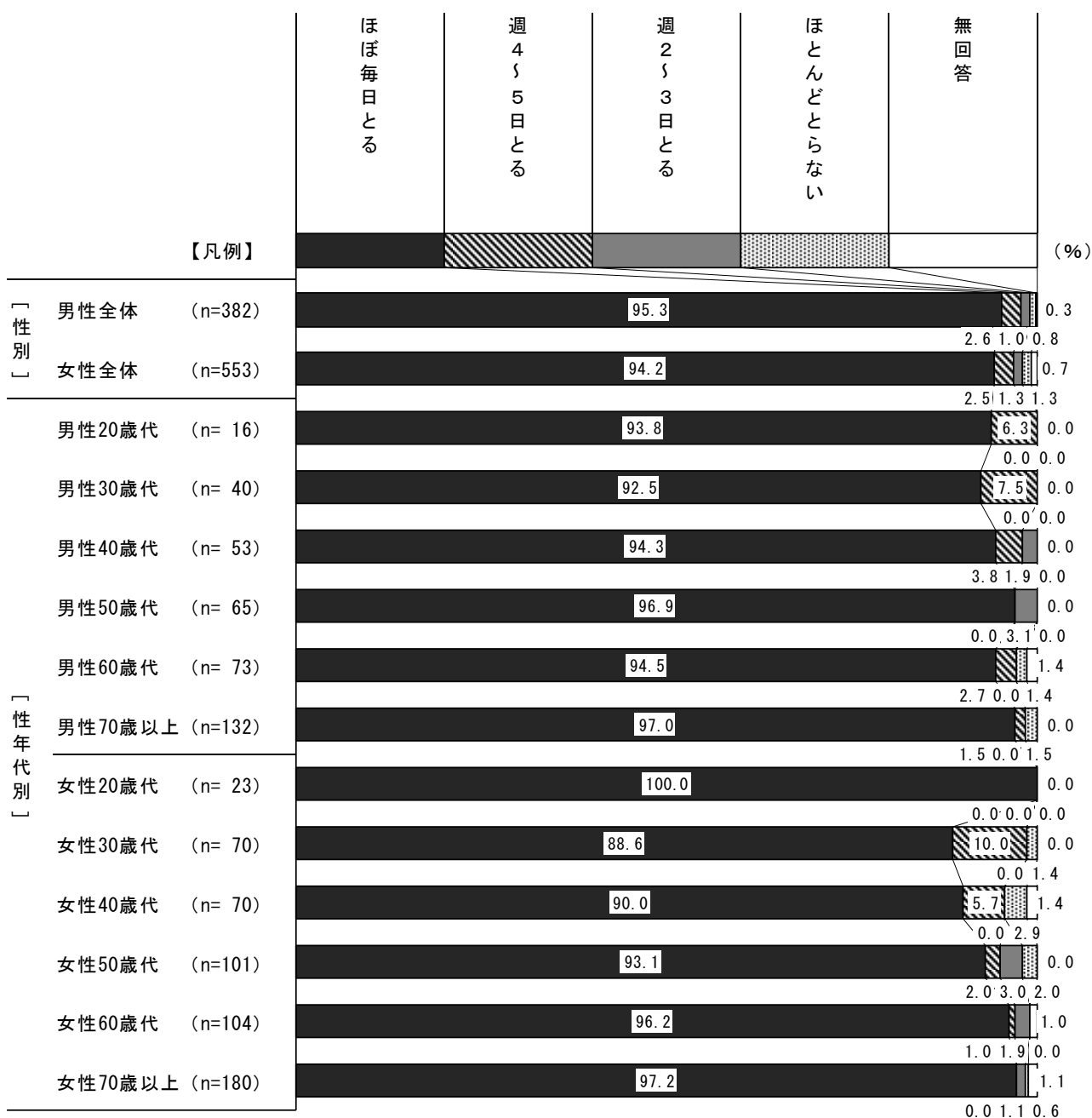
性年代別にみると、「ほぼ毎日とる」が男女すべての年代で7割以上を占め、男性70歳以上、女性20～50歳代、70歳以上は9割を超える。一方、男性20歳代は「ほぼ毎日とる」が75.0%と、他の年代に比べて少なく、「週4～5日とる」が2割近くを占める。



ウ 夕食

性別にみると、「ほぼ毎日とる」が男女とも9割を超え、大きな差はみられない。

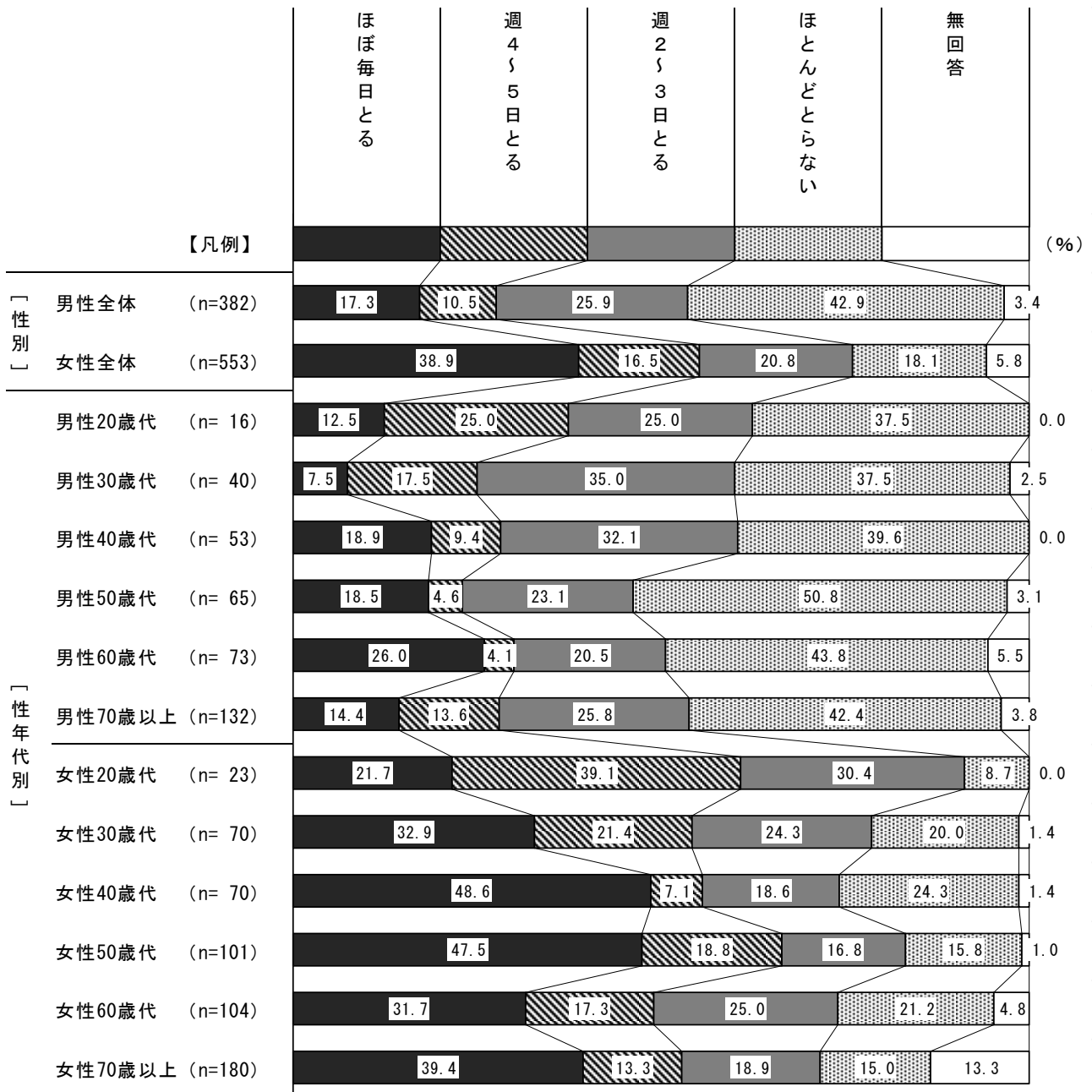
性年代別にみると、「ほぼ毎日とる」が女性30歳代を除き、9割以上を占める。



エ 間食

性別にみると、男性は「ほとんどとらない」が42.9%、女性は「ほぼ毎日とる」が38.9%で最も多く、それぞれ他方より2割以上多い。

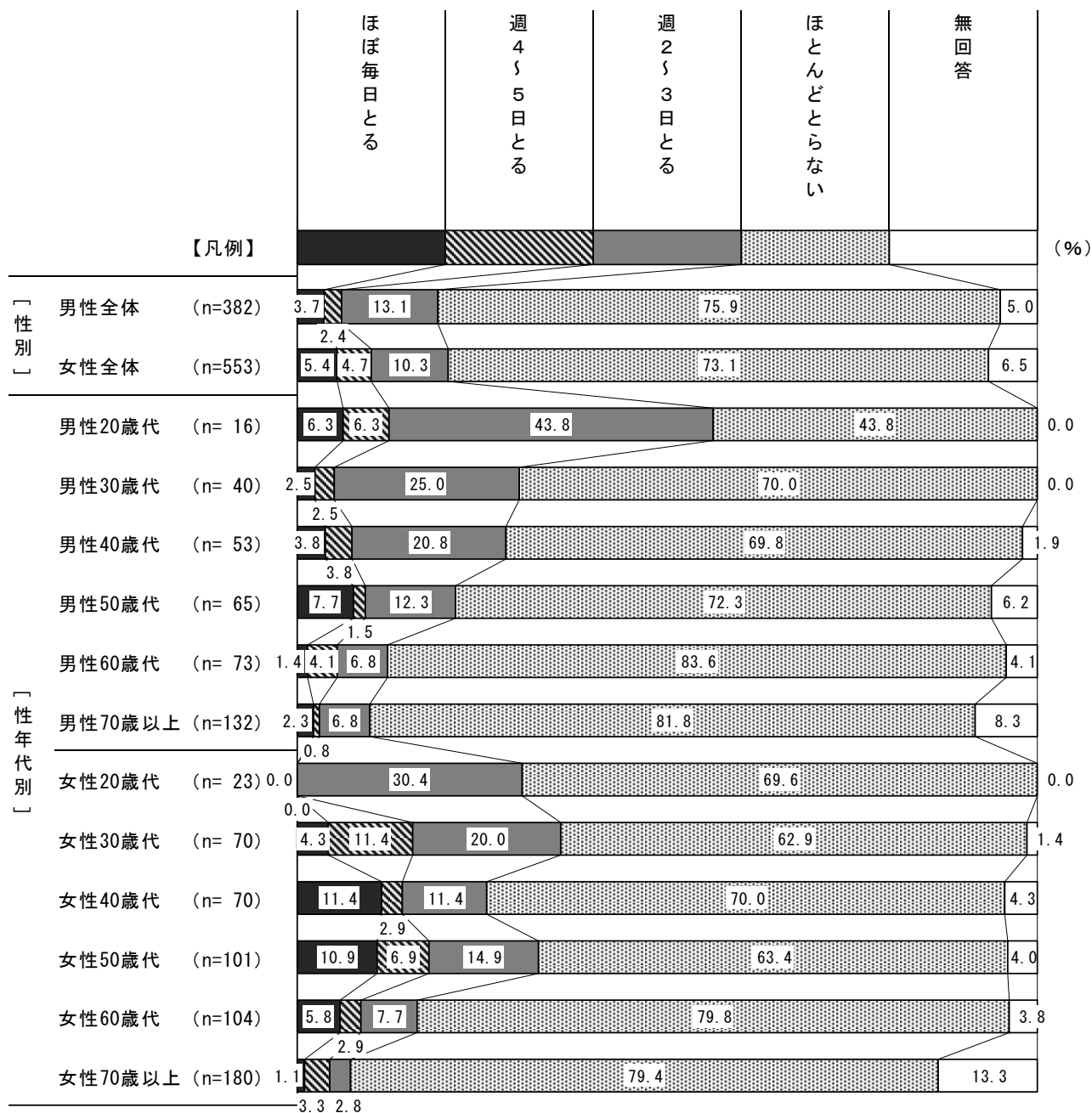
性年代別にみると、「ほとんどとらない」は男性全年代で最も多い。一方、「ほぼ毎日とる」は女性30歳以上、「週4～5日とる」は女性20歳代で最も多い。



オ 夜食（夕食後寝るまでの間）

性別にみると、「ほとんどとらない」が男女とも7割を超え、大きな差はみられない。

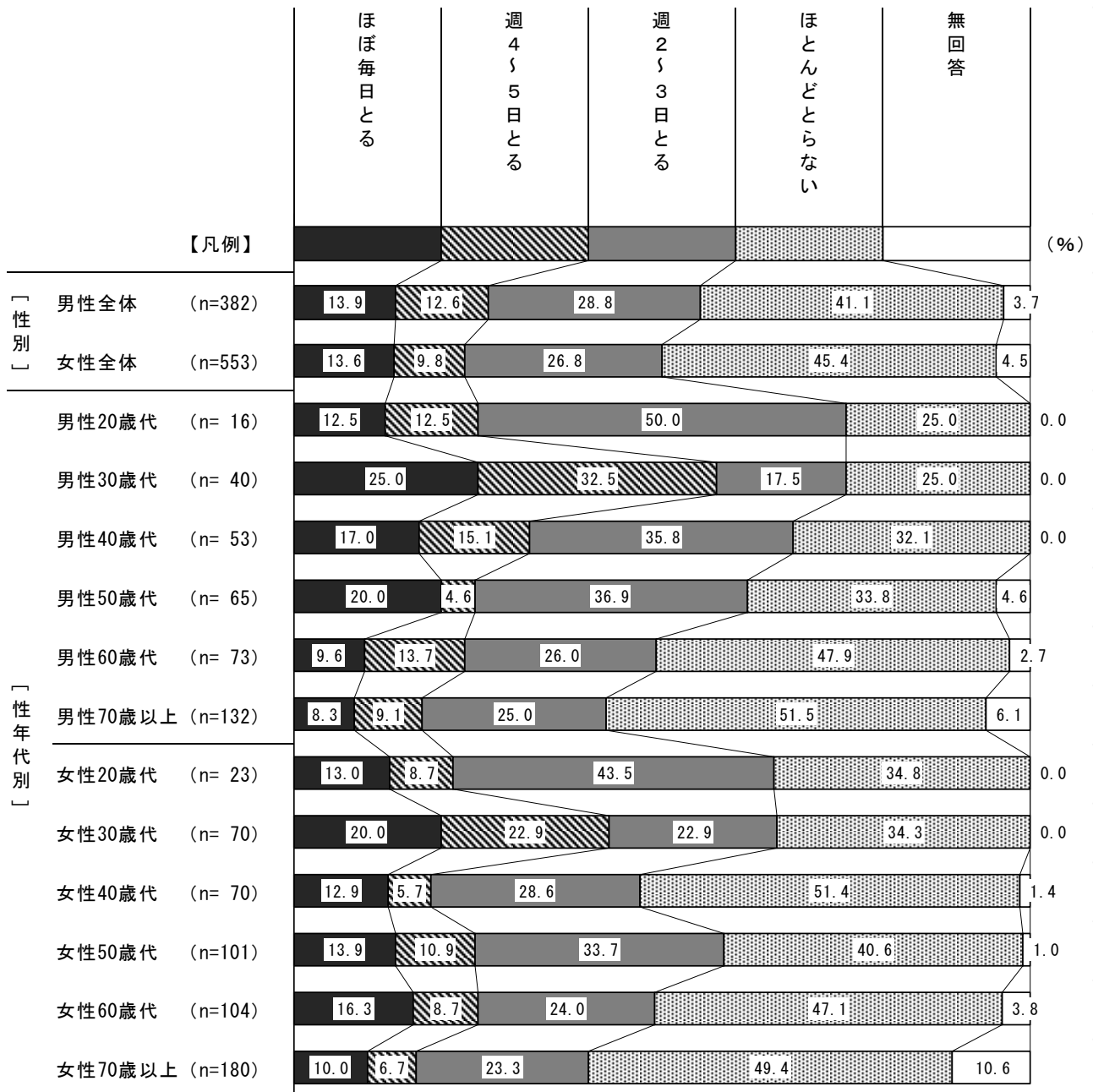
性年代別にみると、「ほとんどとらない」は男女すべての年代で最も多く、男性20歳代を除き6割を超える。一方、男性20歳代は「週2～3日とる」が43.8%と「ほとんどとらない」と同率で、女性20歳代も30.4%と、他の年代に比べて多い。



カ 甘い飲み物

性別にみると、「ほとんどとらない」が男女とも4割を超え、大きな差はみられない。

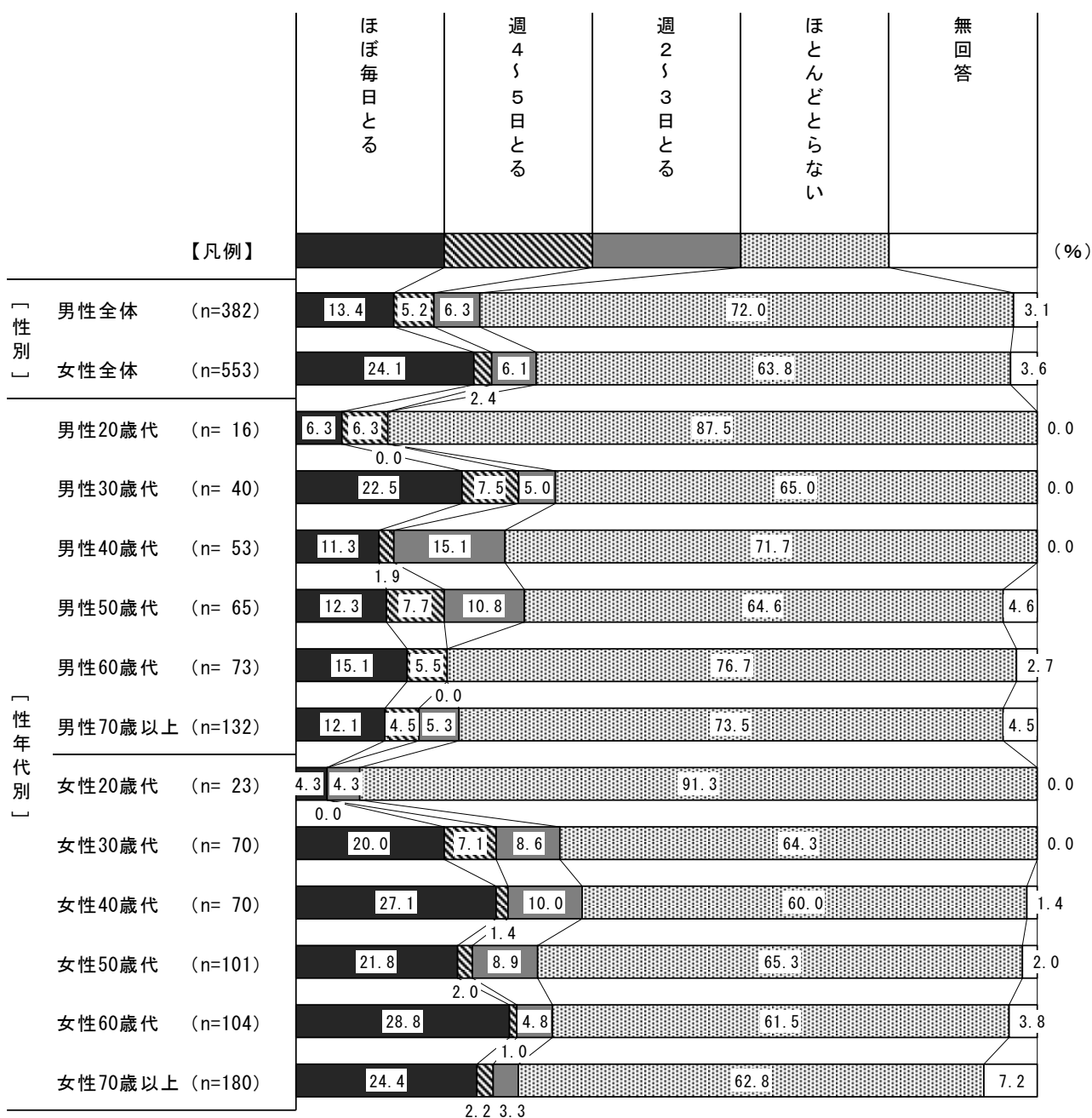
性年代別にみると、「ほとんどとらない」は男性60歳以上、女性30歳以上で最も多い。「週4～5日とる」は男性30歳代で32.5%を占め、最も多くなっている。



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」は女性が24.1%と、男性より1割以上多い。

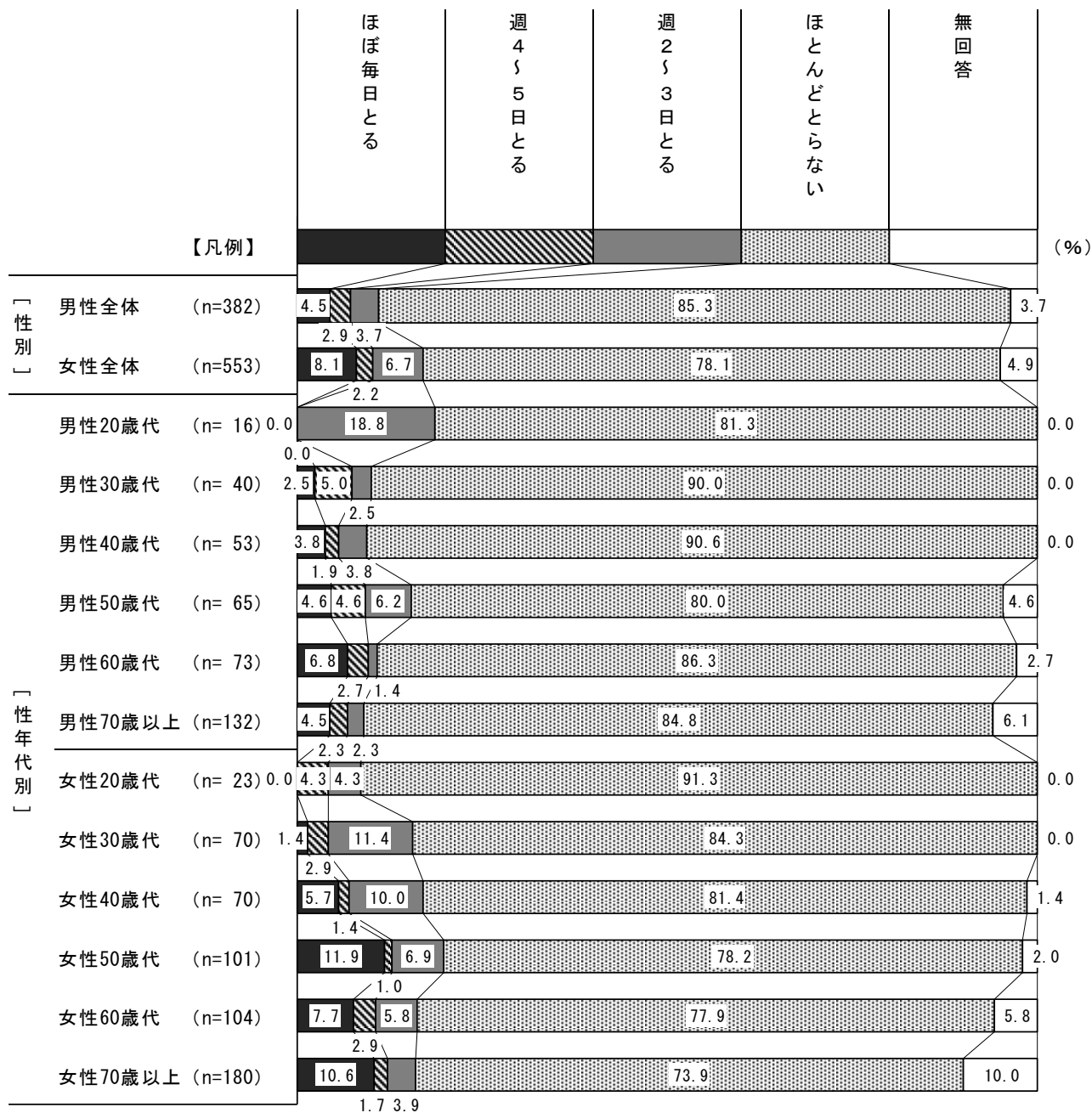
性年代別にみると、「ほぼ毎日とる」は男性30歳代（22.5%）、女性30歳以上で2割を超える。



ク 特定保健用食品

性別にみると、「ほとんどとらない」が男女とも7割を超え、男性は85.3%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、「ほとんどとらない」が男女すべての年代で7割を超え、男性30～40歳代、女性20歳代は9割を超える。「週2～3日とる」は男性20歳代が18.8%と、他の年代に比べて多い。



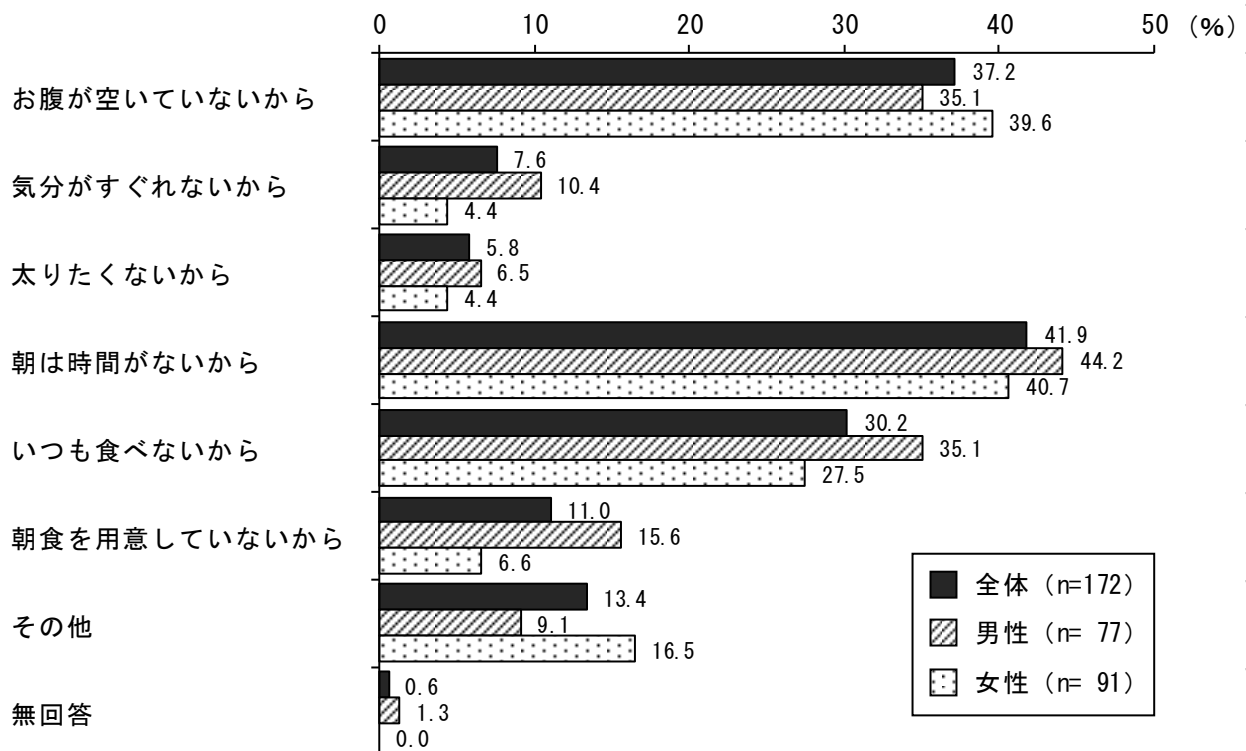
問21<ア 朝食>で「2」、「3」、「4」のいずれかを回答した方にお聞きします。

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41.9%と最も多く、次いで「お腹が空いていないから」が37.2%、「いつも食べないから」が30.2%となっている。

性別にみると、「朝は時間がないから」が男女とも4割台で最も多い。男性は「いつも食べないから」「朝食を用意していないから」「気分がすぐれないから」などが、女性に比べて多い。

性年代別にみると、「朝は時間がないから」は男性20～40歳代と女性30歳代で5割以上となっている。



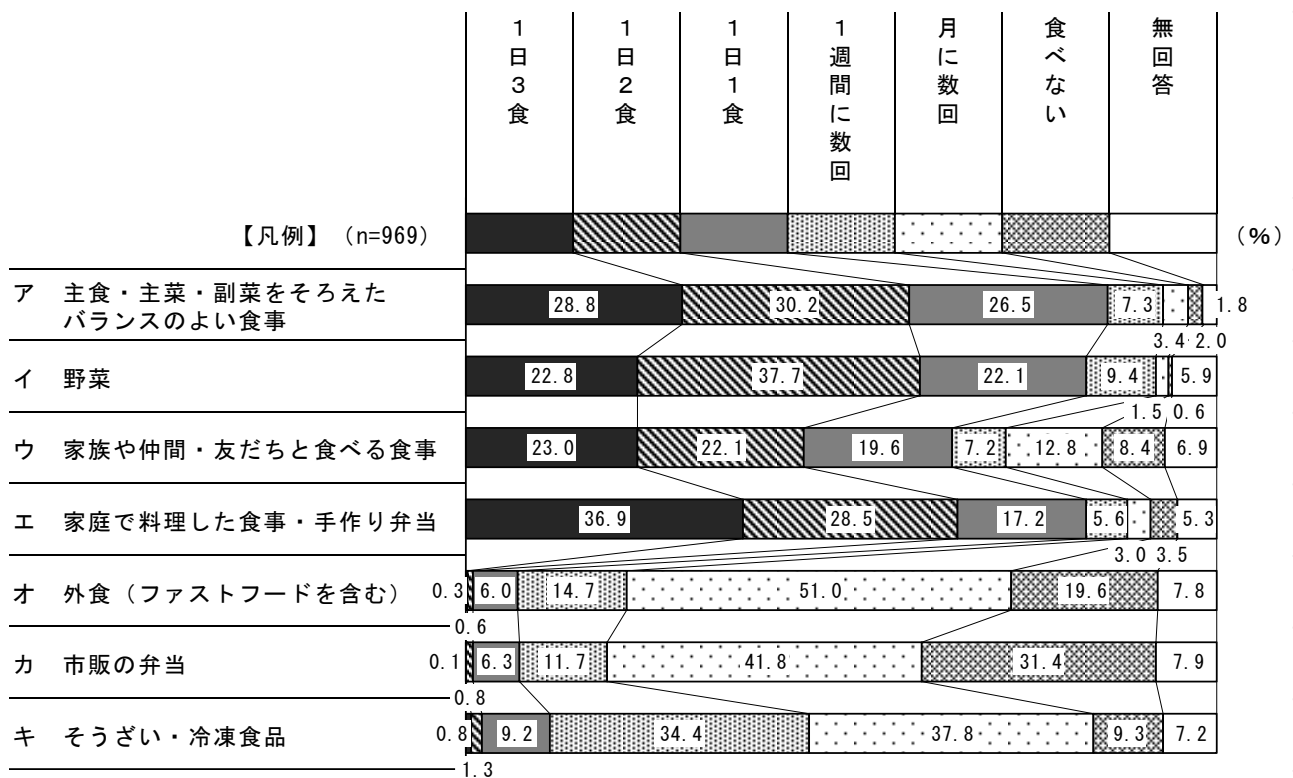
単位 (%)	サンプル数	お腹が空いて	気分がすぐれない	太りたくない	朝は時間がない	いつも食べない	朝食を用意しない	その他	無回答	
全体	172	37.2	7.6	5.8	41.9	30.2	11.0	13.4	0.6	
「性年代別」	男性20歳代	8	25.0	12.5	0.0	62.5	12.5	12.5	0.0	0.0
	男性30歳代	17	35.3	17.6	11.8	58.8	29.4	5.9	5.9	0.0
	男性40歳代	24	33.3	4.2	8.3	50.0	41.7	25.0	8.3	0.0
	男性50歳代	10	30.0	10.0	0.0	20.0	60.0	0.0	20.0	0.0
	男性60歳代	13	30.8	15.4	7.7	30.8	30.8	30.8	15.4	7.7
	男性70歳以上	5	80.0	0.0	0.0	20.0	20.0	0.0	0.0	0.0
	女性20歳代	8	25.0	0.0	0.0	37.5	0.0	12.5	37.5	0.0
	女性30歳代	23	39.1	8.7	4.3	56.5	8.7	8.7	17.4	0.0
	女性40歳代	12	66.7	0.0	8.3	33.3	25.0	8.3	8.3	0.0
	女性50歳代	19	42.1	0.0	5.3	31.6	42.1	0.0	15.8	0.0
	女性60歳代	15	33.3	13.3	0.0	40.0	40.0	0.0	6.7	0.0
女性70歳以上	12	25.0	0.0	8.3	33.3	41.7	16.7	16.7	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くらい食べていますか。

(「ア」から「キ」についてそれぞれ○は1つ)

「ウ 家族や仲間・友だちと食べる食事」「エ 家庭で料理した食事・手作り弁当」は「1日3食」が最も多く、特に「エ」は36.9%と7項目中最も多い。「ア 主食・主菜・副菜をそろえたバランスのよい食事」「イ 野菜」は「1日2食」が3割台で最も多く、「1日3食」も2割を超える。「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」は「月に数回」が最も多く、「オ 外食(ファストフードを含む)」は51.0%を占める。また、「食べない」は「カ 市販の弁当」が31.4%で最も多い。



ア 主食・主菜・副菜*をそろえたバランスのよい食事

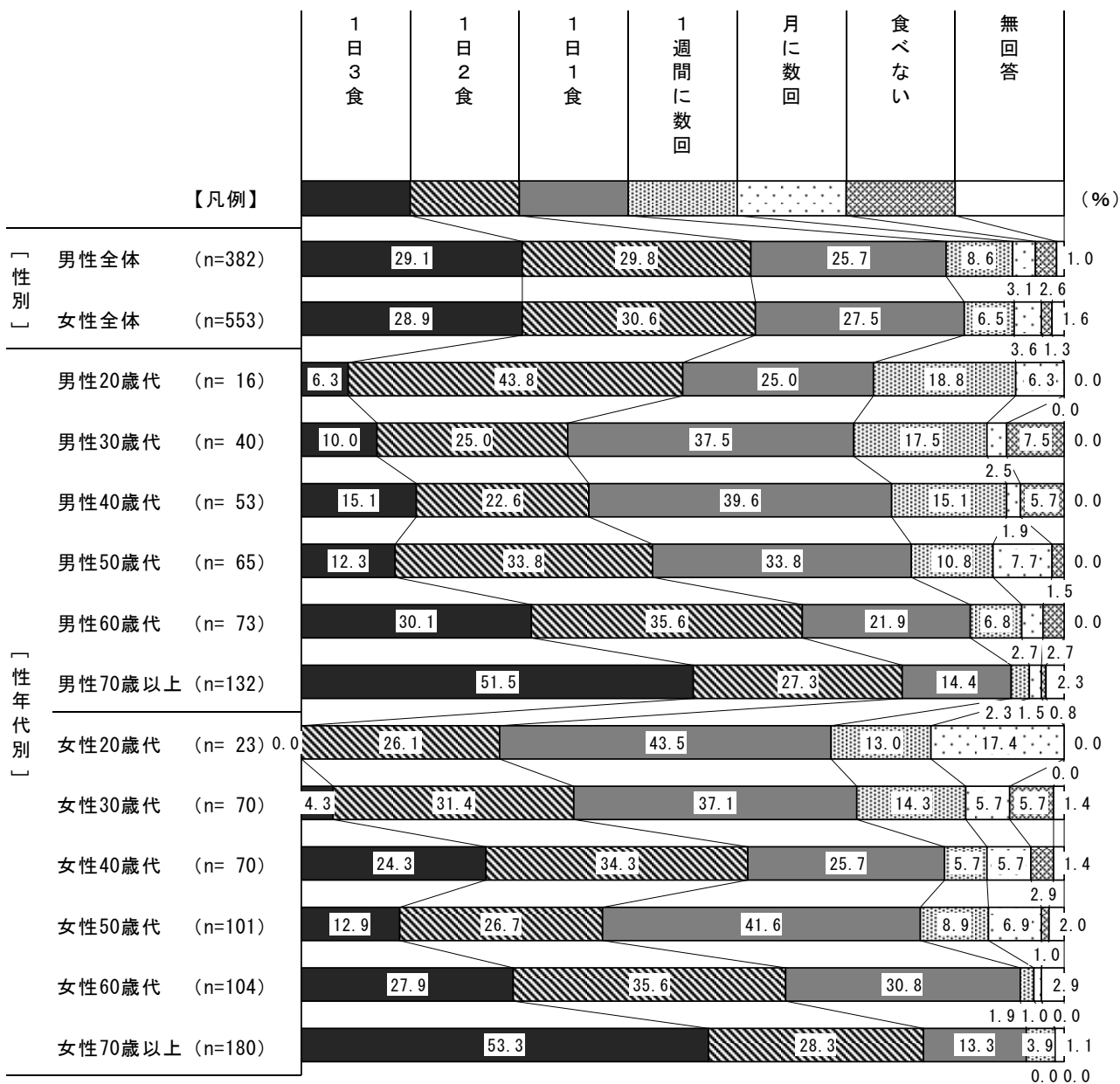
※主食：ごはん・パン・めんなど

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

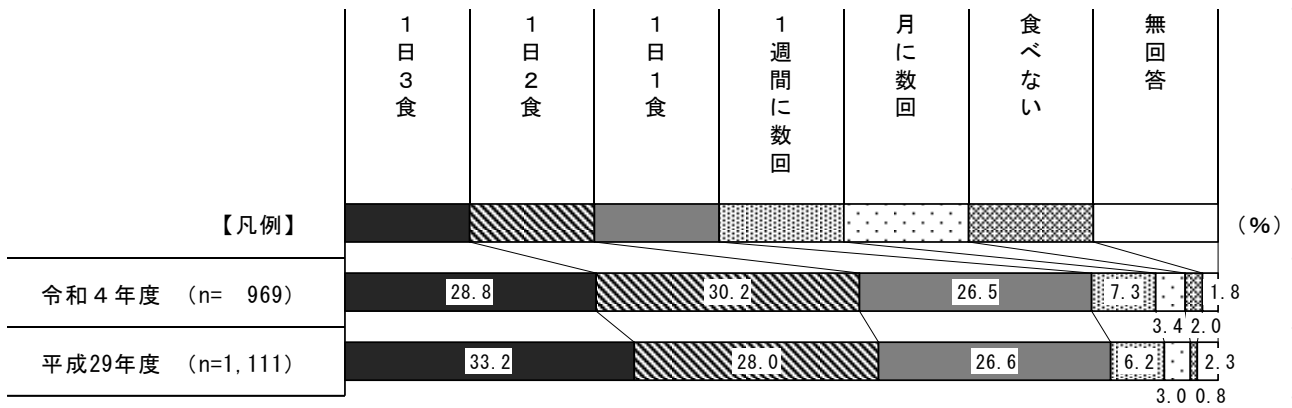
性別にみると、「1日2食」が男女とも3割前後で最も多く、大きな差はみられない。

性年代別にみると、「1日2食」は男性20歳代で43.8%と、他の年代に比べて多い。「1日3食」は男女70歳以上で最も多く、男女とも5割を超える。



◆前回調査との比較

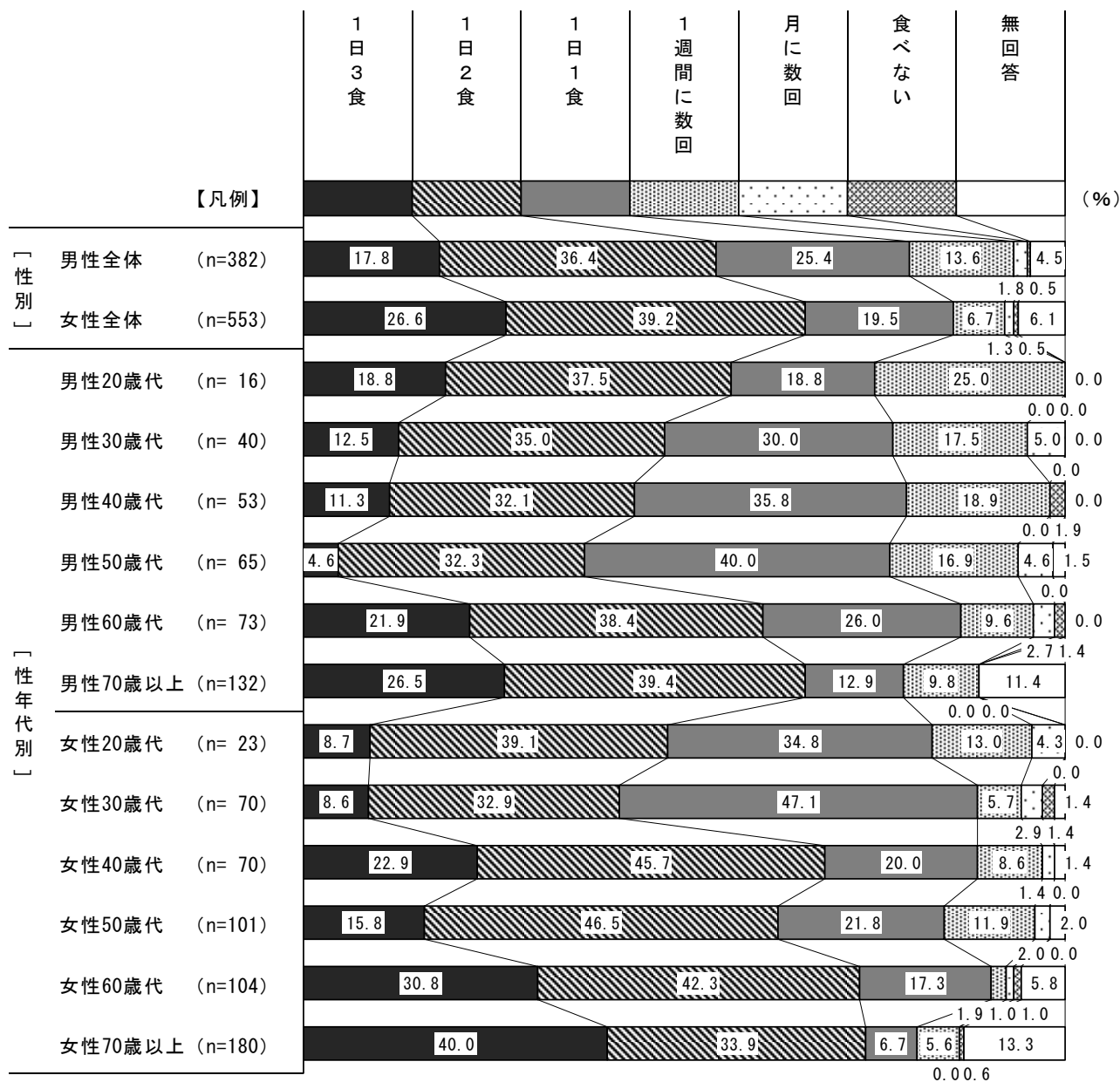
前回の調査結果と比較すると、平成29年度は「1日3食」が33.2%で最も多い。令和4年度は「1日2食」が2.2ポイント増加する一方、「1日3食」は4.4ポイント減少し、「1日2食」が最多となっている。



イ 野菜

性別にみると、「1日2食」が男女とも3割を超え最も多い。また、男性は「1日1食」が25.4%、女性は「1日3食」が26.6%で2番目に多い。

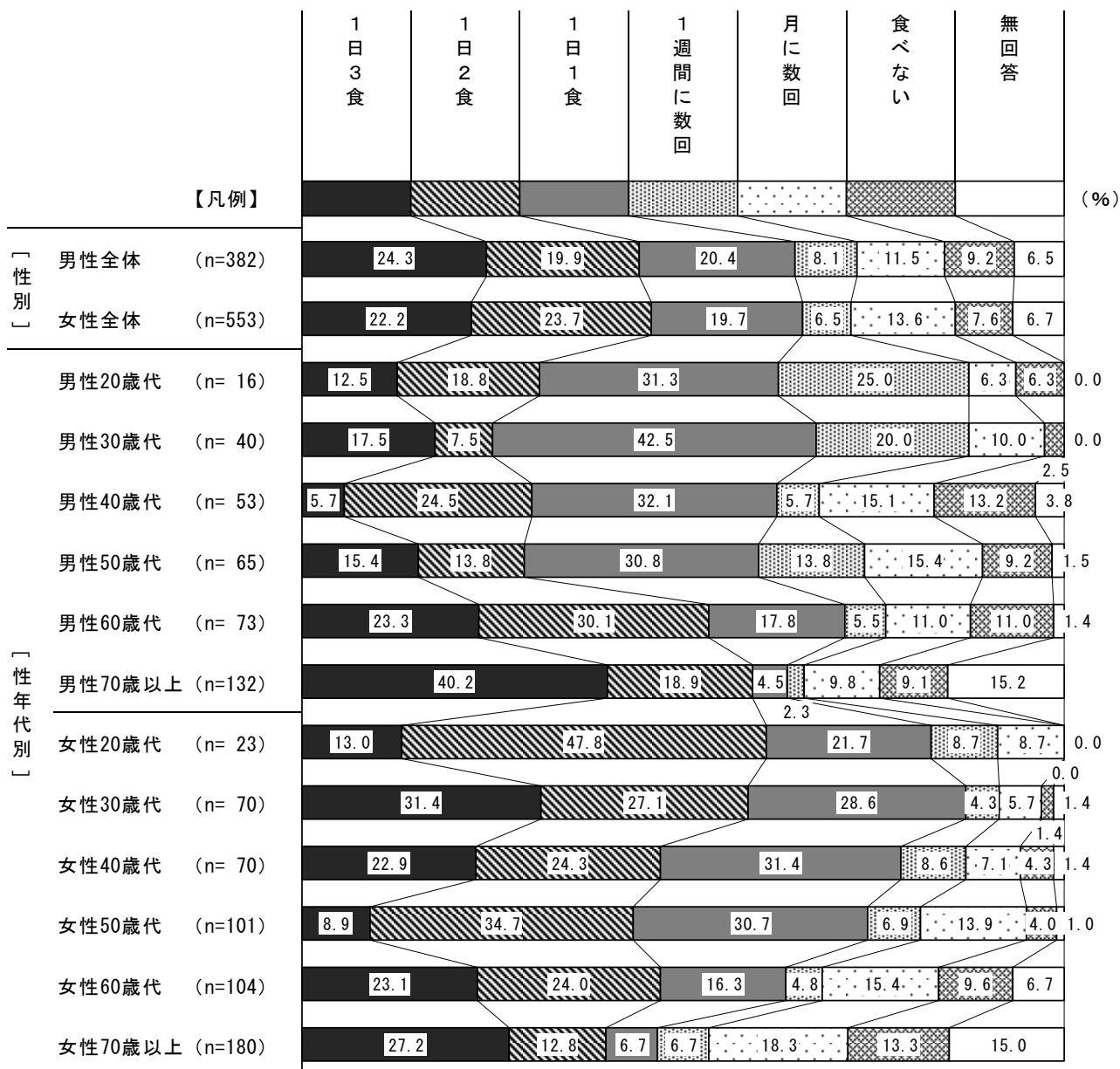
性年代別にみると、「1日2食」は女性40～60歳代で4割を超え、「1日3食」は女性70歳以上で4割を占め、最も多い。



ウ 家族や仲間・友だちと食べる食事

性別にみると、男性は「1日3食」が24.3%、女性は「1日2食」が23.7%で最も多い。

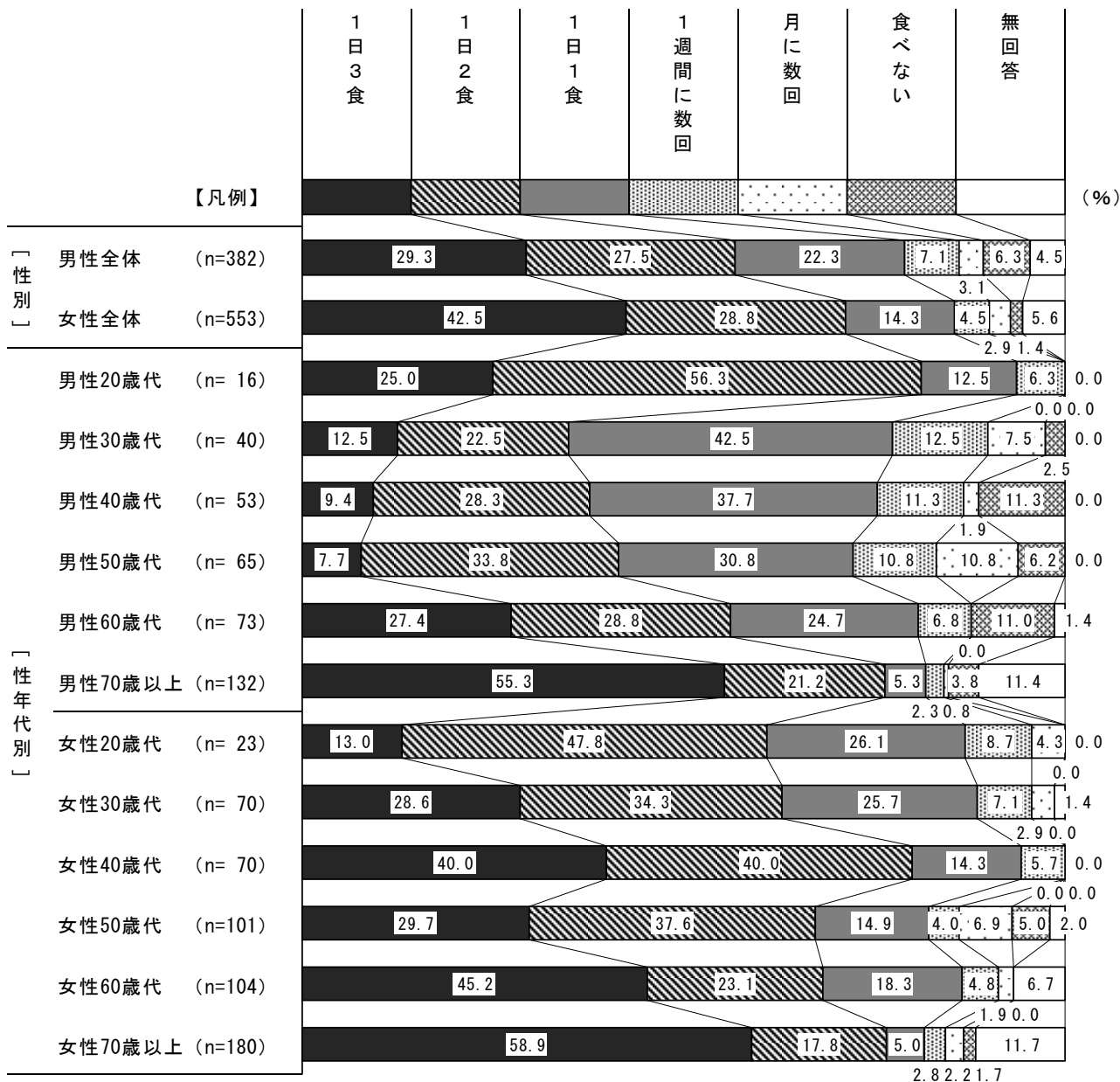
性年代別にみると、「1日3食」は男性70歳以上、女性30歳代、70歳以上で最も多く、男性70歳以上は40.2%と、他の年代に比べて多い。一方、20歳代は男女とも1割程度、男性40歳代、女性50歳代は1割未満と、他の年代に比べて少ない。



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」が男女とも最も多く、女性は42.5%と、男性に比べて多い。一方、男性は「1日1食」が22.3%と、女性と比べて多い。

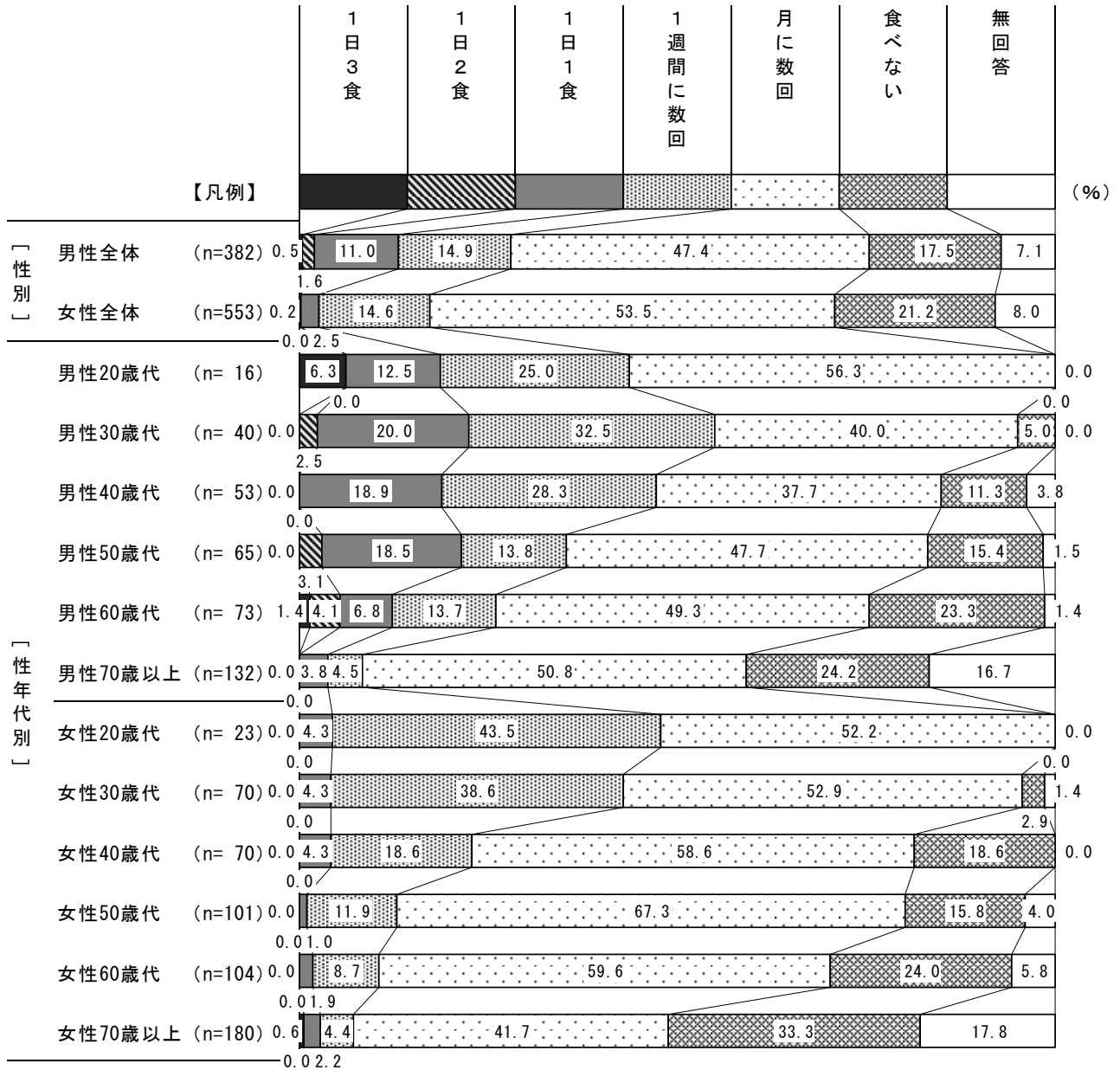
性年代別にみると、「1日3食」は男性70歳以上、女性40歳代（同率2項目）、60歳以上で最も多く、70歳以上は男女とも5割を超える。また、「1日1食」は男性30～40歳代で4割前後を占め、最も多くなっている。



オ 外食（ファストフードを含む）

性別にみると、「月に数回」が男女とも最も多く、女性は53.5%と、男性に比べて多い。一方、男性は「1日1食」が11.0%と、女性と比べて多い。

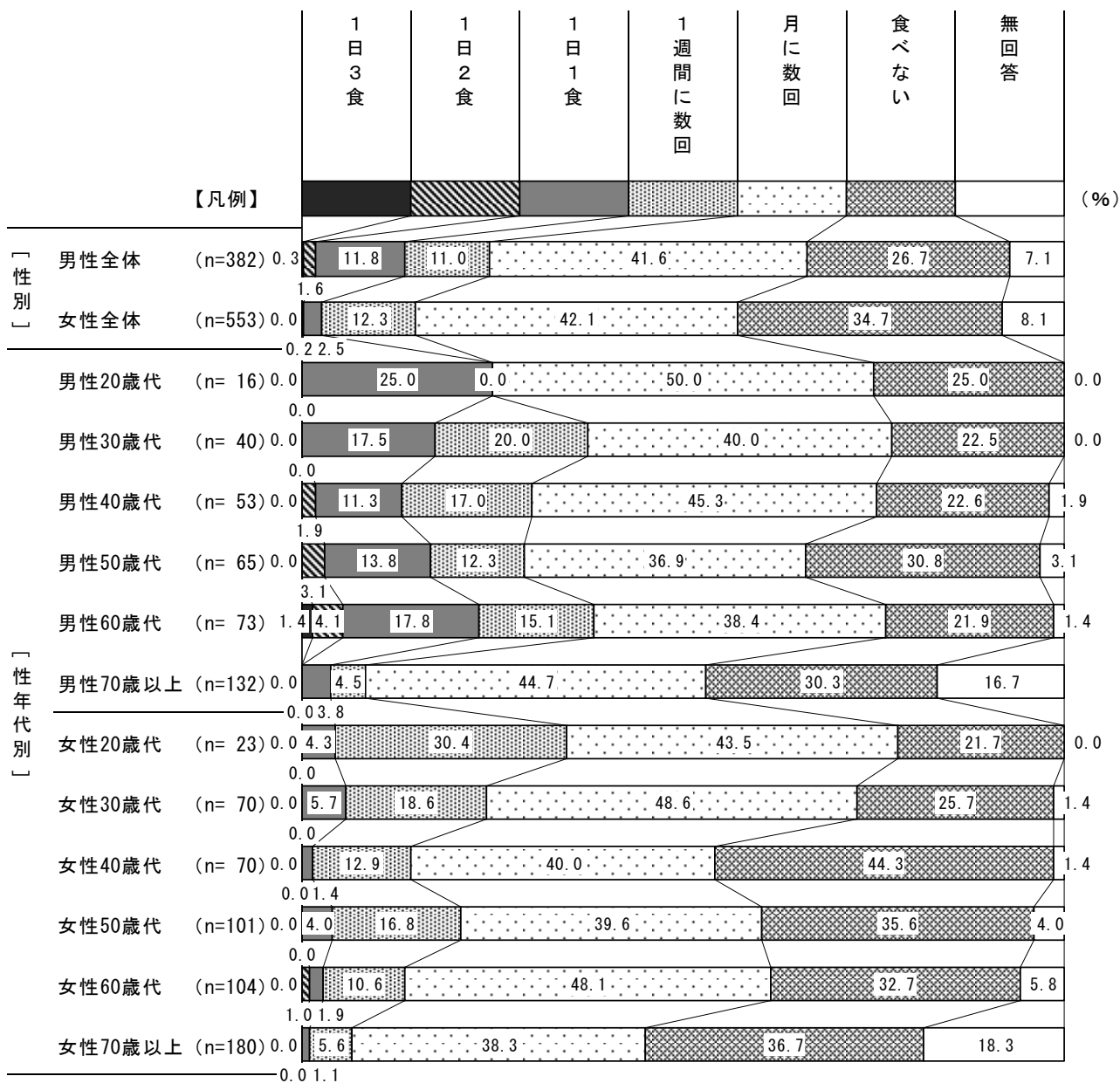
性年代別にみると、「月に数回」が男女すべての年代で最も多い。



カ 市販の弁当

性別にみると、「月に数回」が男女とも最も多い。女性は「食べない」が34.7%と男性と比べて多い一方、男性は「1日1食」が11.8%で、女性と比べて多い。

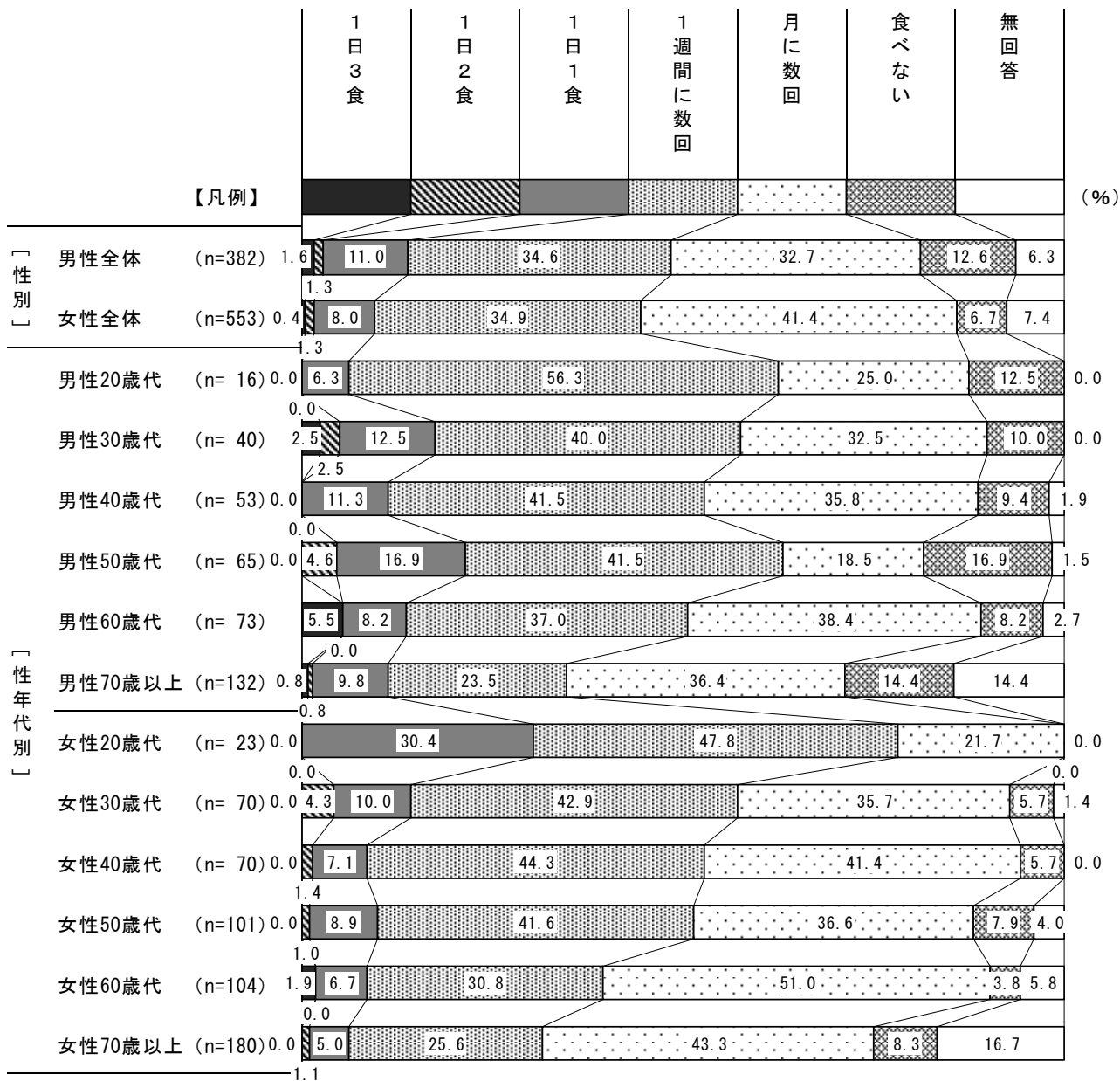
性年代別にみると、「月に数回」が女性40歳代を除き最も多く、男性20歳代は50.0%を占める。女性40歳代は「食べない」が44.3%で最も多い。



キ そうざい・冷凍食品

性別にみると、男性は「1週間に数回」が34.6%、女性は「月に数回」が41.4%で最も多い。また、「食べない」は男性で12.6%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、「月に数回」は男女60歳以上で最も多く、女性60歳代は51.0%と、他の年代に比べて多い。「1週間に数回」は男女20～50歳代で最も多く、20歳代は男性56.3%、女性47.8%と、他の年代に比べて多い。女性20歳代は「1日1食」も30.4%を占める。

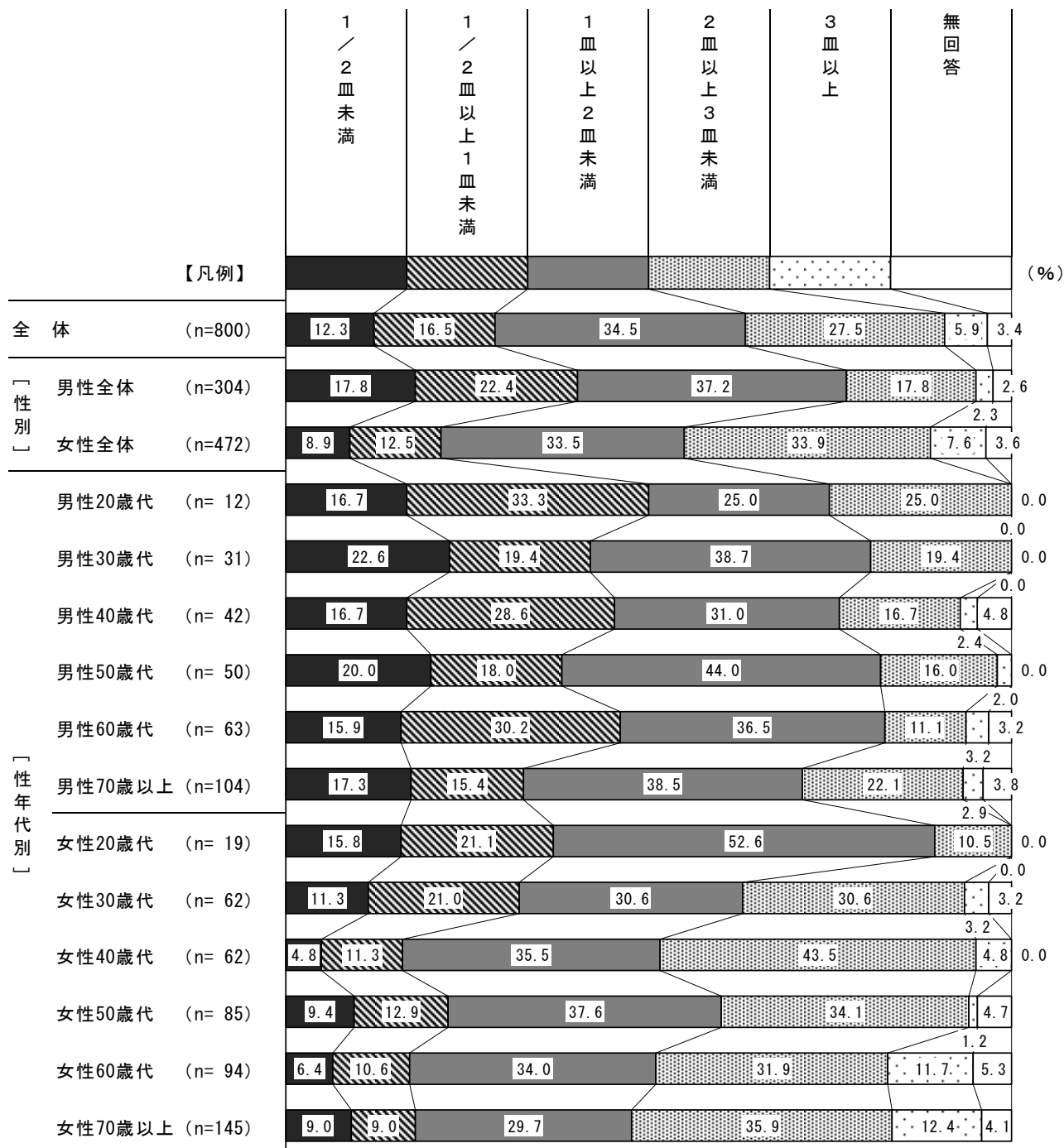


問 22<イ>で「1」～「3」と回答した方にお聞きます。

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34.5%と最も多く、次いで「2皿以上3皿未満」が27.5%、「1/2皿以上1皿未満」が16.5%となっている。

性別にみると、男性は「1皿以上2皿未満」が37.2%、女性は「2皿以上3皿未満」が33.9%で最も多い。2皿未満は男性、2皿以上は女性が多くなっている。



問 22<オ>、<カ>、<キ>のいずれかひとつでも「1」～「5」と回答した方にお聞きします。

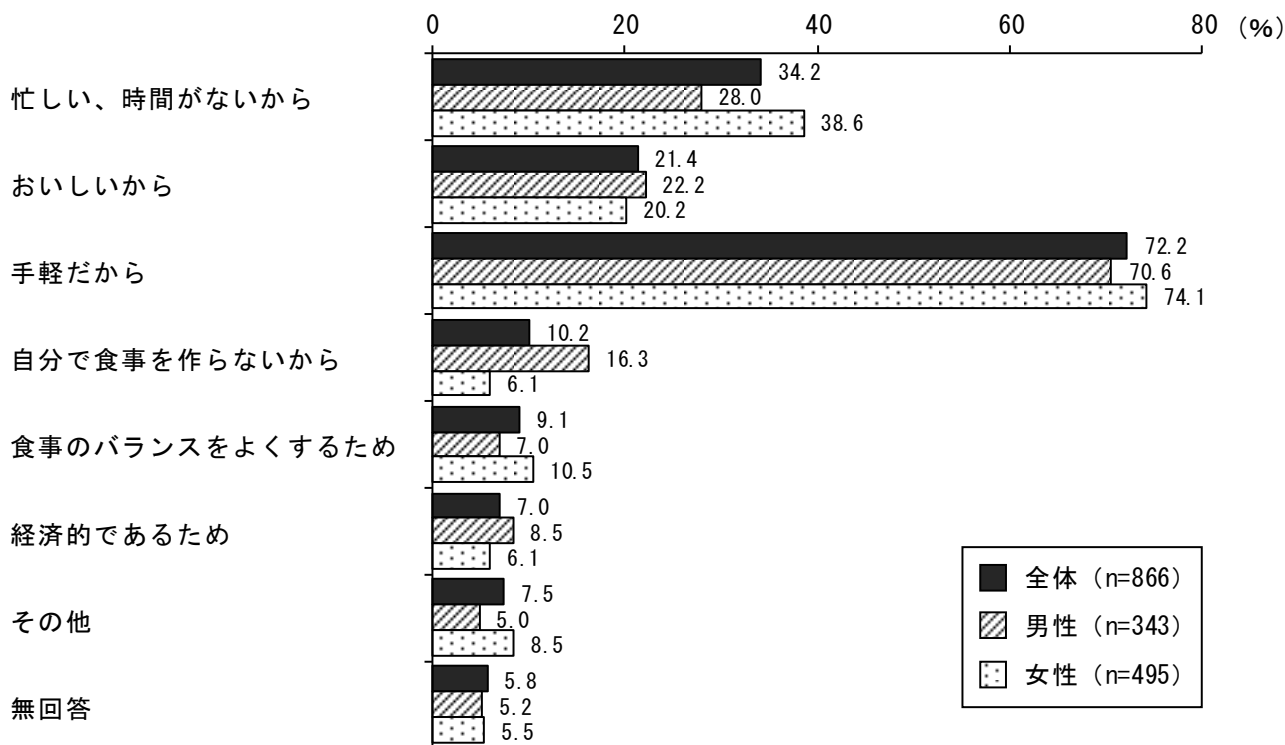
問 22-2 外食や市販の弁当、そうざいや冷凍食品を利用する理由を教えてください。

(あてはまるものすべてに○)

「手軽だから」が72.2%と最も多く、次いで「忙しい、時間がないから」が34.2%、「おいしいから」が21.4%となっている。

性別にみると、「手軽だから」が男女とも7割を超え最も多く、「忙しい、時間がないから」が続く。後者は女性で38.6%と、男性に比べて多い。一方、「自分で食事を作らないから」は男性が16.3%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、「手軽だから」が男女すべての年代で最も多い。



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	食事をよくするために	経済的であるため	その他	無回答	
全体	866	34.2	21.4	72.2	10.2	9.1	7.0	7.5	5.8	
「性年代別」	男性20歳代	16	50.0	18.8	56.3	12.5	6.3	6.3	0.0	0.0
	男性30歳代	40	52.5	35.0	72.5	10.0	2.5	2.5	5.0	0.0
	男性40歳代	50	36.0	30.0	80.0	20.0	6.0	6.0	6.0	2.0
	男性50歳代	60	31.7	20.0	75.0	11.7	5.0	10.0	3.3	8.3
	男性60歳代	70	27.1	14.3	64.3	25.7	12.9	14.3	4.3	5.7
	男性70歳以上	105	9.5	21.0	69.5	14.3	6.7	6.7	6.7	7.6
	女性20歳代	23	43.5	43.5	87.0	21.7	0.0	4.3	17.4	0.0
	女性30歳代	68	58.8	27.9	77.9	5.9	7.4	1.5	7.4	1.5
	女性40歳代	70	57.1	12.9	61.4	2.9	7.1	5.7	12.9	2.9
	女性50歳代	93	50.5	22.6	78.5	6.5	4.3	6.5	8.6	2.2
	女性60歳代	95	28.4	25.3	78.9	7.4	14.7	6.3	9.5	3.2
	女性70歳以上	142	17.6	11.3	70.4	4.2	16.9	8.5	4.9	12.7

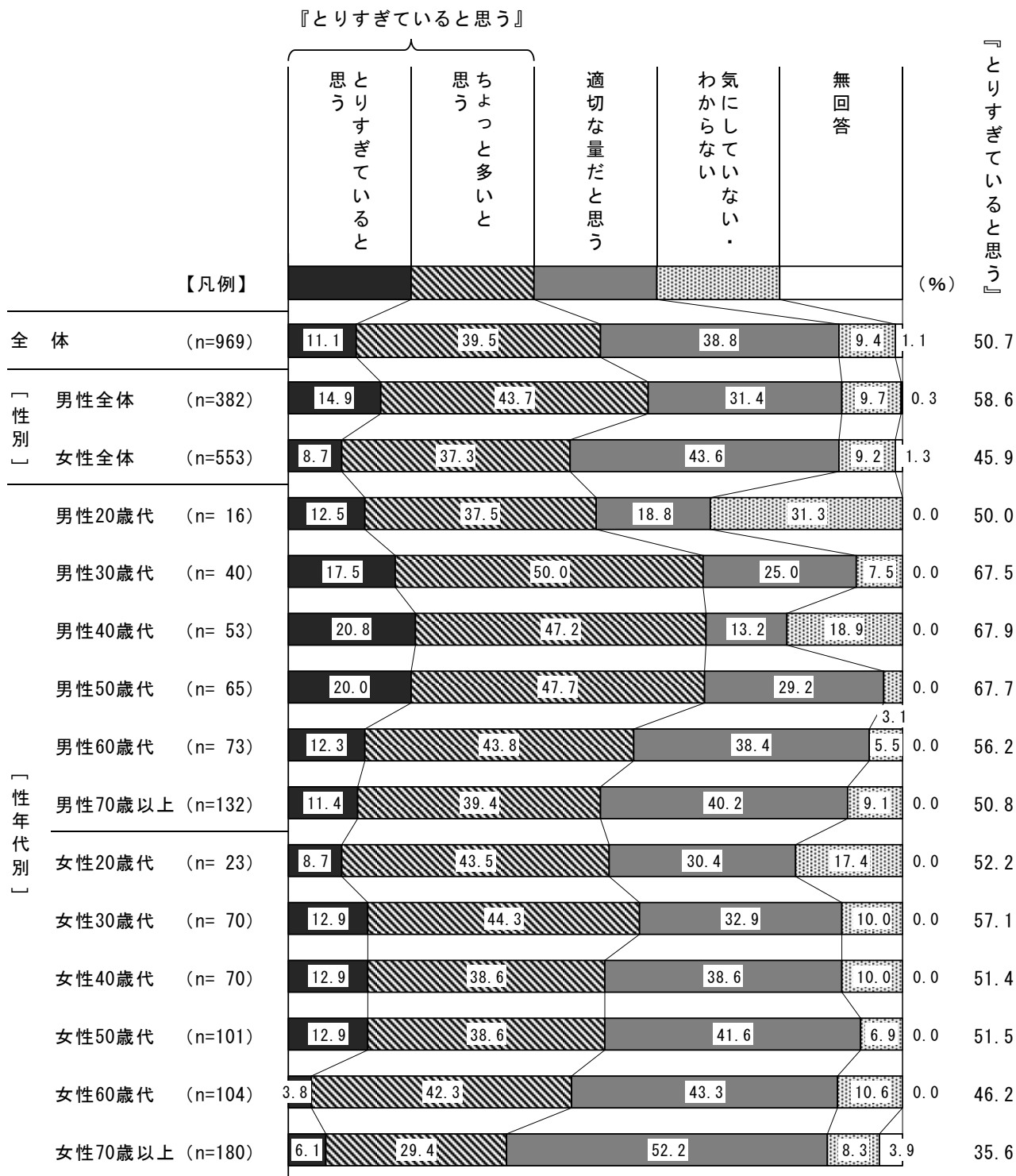
ここからは、すべての方にお聞きします。

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39.5%と最も多く、「とりすぎていると思う」(11.1%)と合わせた『とりすぎていると思う』は50.7%となっている。一方、「適切な量だと思う」は38.8%となっている。

性別にみると、男性は「ちょっと多いと思う」が43.7%、女性は「適切な量だと思う」が43.6%で最も多い。『とりすぎていると思う』は男性で58.6%と、女性に比べて多い。

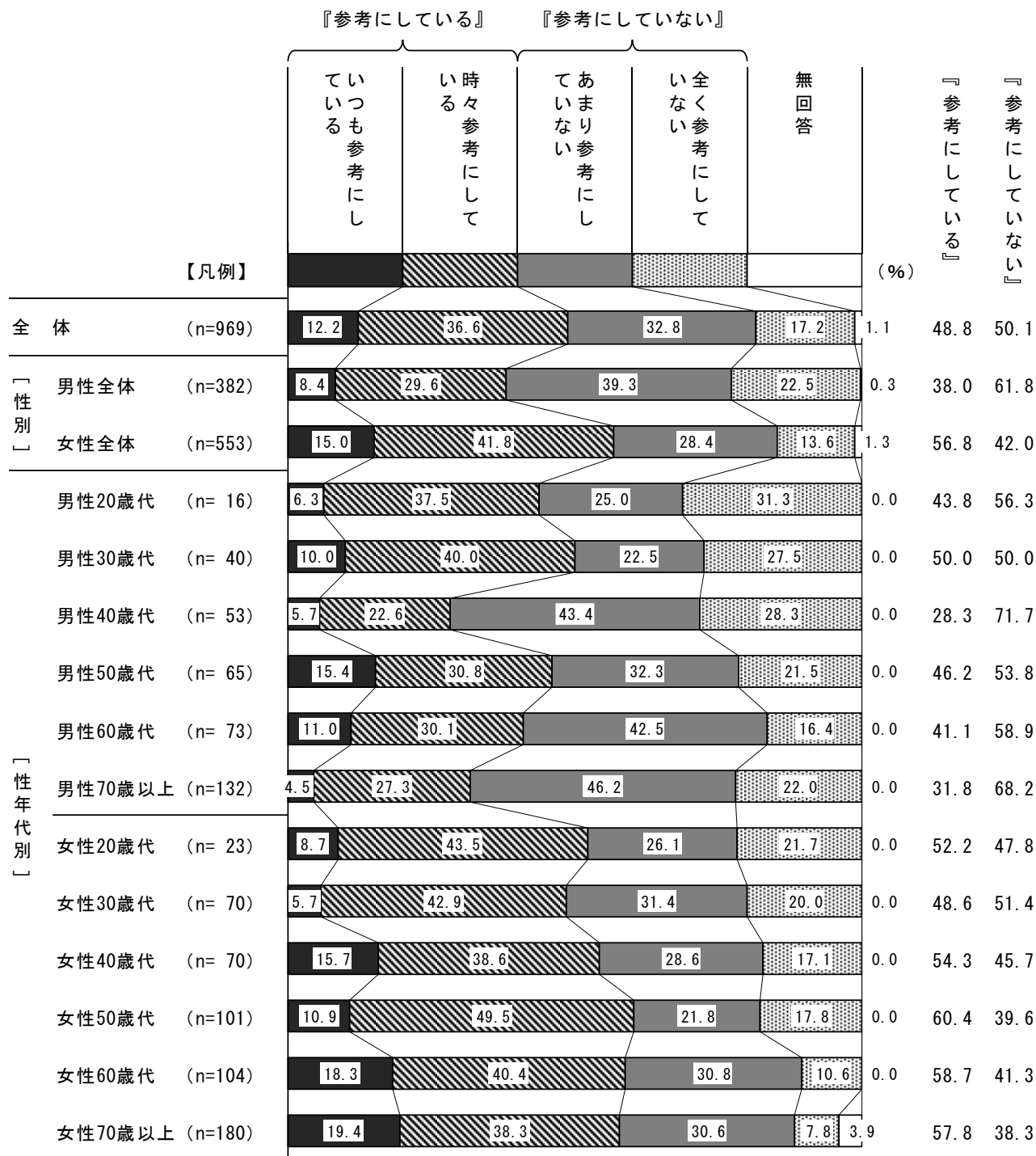
性年代別にみると、『とりすぎていると思う』は男性30～50歳代は6割を超える。



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36.6%と最も多く、「いつも参考にしている」(12.2%)と合わせた『参考にしている』は48.8%となっている。一方、「あまり参考にしていない」(32.8%)と「全く参考にしていない」(17.2%)を合わせた『参考にしていない』は50.1%となっている。

性別にみると、男性は「あまり参考にしていない」が39.3%、女性は「時々参考にしている」が41.8%で最も多い。『参考にしている』は女性で56.8%と、男性に比べて多い。



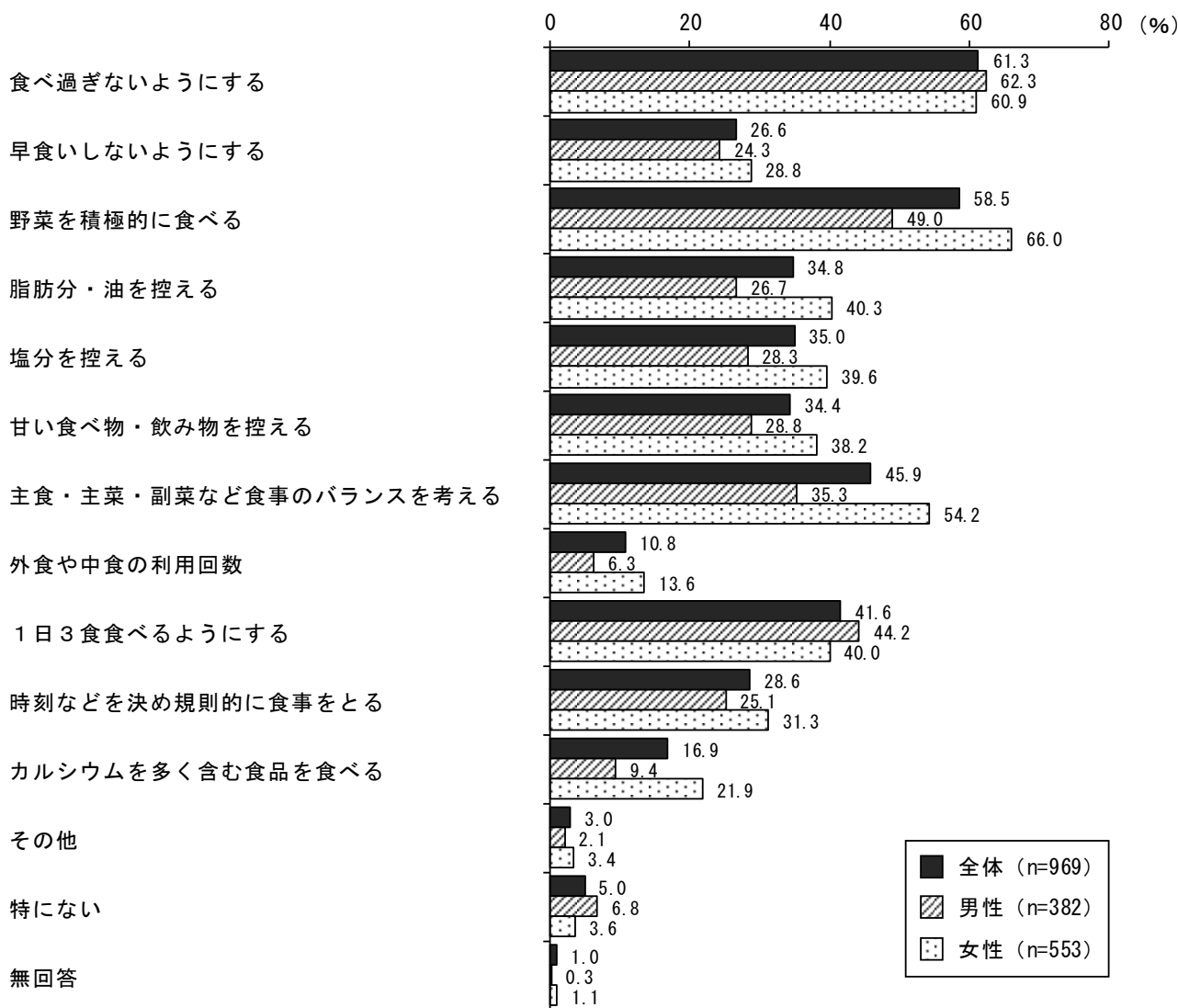
【一般市民調査】

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。

「食べ過ぎないようにする」が 61.3%と最も多く、次いで「野菜を積極的に食べる」が 58.5%、「主食・主菜・副菜など食事のバランスを考える」が 45.9%となっている。

性別にみると、男性は「食べ過ぎないようにする」が 62.3%、女性は「野菜を積極的に食べる」が 66.0%で最も多い。女性は「主食・主菜・副菜など食事のバランスを考える」等も男性に比べて多い。



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・副菜など食事のバランスを考える	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	その他	特にない	無回答	
全体	969	61.3	26.6	58.5	34.8	35.0	34.4	45.9	10.8	41.6	28.6	16.9	3.0	5.0	1.0	
「性年代別」	男性20歳代	16	31.3	37.5	18.8	18.8	6.3	18.8	18.8	6.3	37.5	12.5	0.0	0.0	12.5	0.0
	男性30歳代	40	40.0	10.0	37.5	12.5	12.5	15.0	15.0	7.5	27.5	17.5	5.0	2.5	15.0	0.0
	男性40歳代	53	47.2	13.2	41.5	22.6	9.4	20.8	26.4	7.5	24.5	13.2	7.5	0.0	15.1	0.0
	男性50歳代	65	67.7	18.5	47.7	20.0	23.1	35.4	21.5	3.1	33.8	6.2	0.0	3.1	7.7	0.0
	男性60歳代	73	67.1	24.7	52.1	35.6	42.5	30.1	38.4	5.5	45.2	26.0	8.2	4.1	5.5	0.0
	男性70歳以上	132	74.2	34.8	58.3	32.6	38.6	33.3	53.0	7.6	62.9	43.2	18.2	1.5	0.8	0.0
	女性20歳代	23	43.5	26.1	21.7	26.1	0.0	30.4	8.7	8.7	30.4	13.0	8.7	4.3	17.4	0.0
	女性30歳代	70	47.1	21.4	52.9	17.1	17.1	24.3	41.4	28.6	34.3	18.6	5.7	2.9	5.7	0.0
	女性40歳代	70	58.6	20.0	71.4	40.0	28.6	41.4	48.6	18.6	28.6	28.6	10.0	4.3	5.7	0.0
	女性50歳代	101	67.3	21.8	67.3	34.7	38.6	34.7	49.5	13.9	34.7	18.8	11.9	2.0	4.0	0.0
	女性60歳代	104	64.4	33.7	76.0	46.2	48.1	46.2	60.6	8.7	37.5	32.7	32.7	6.7	0.0	1.0
	女性70歳以上	180	64.4	36.1	67.8	51.1	53.3	40.0	66.1	9.4	52.8	46.1	33.3	2.2	2.2	2.8

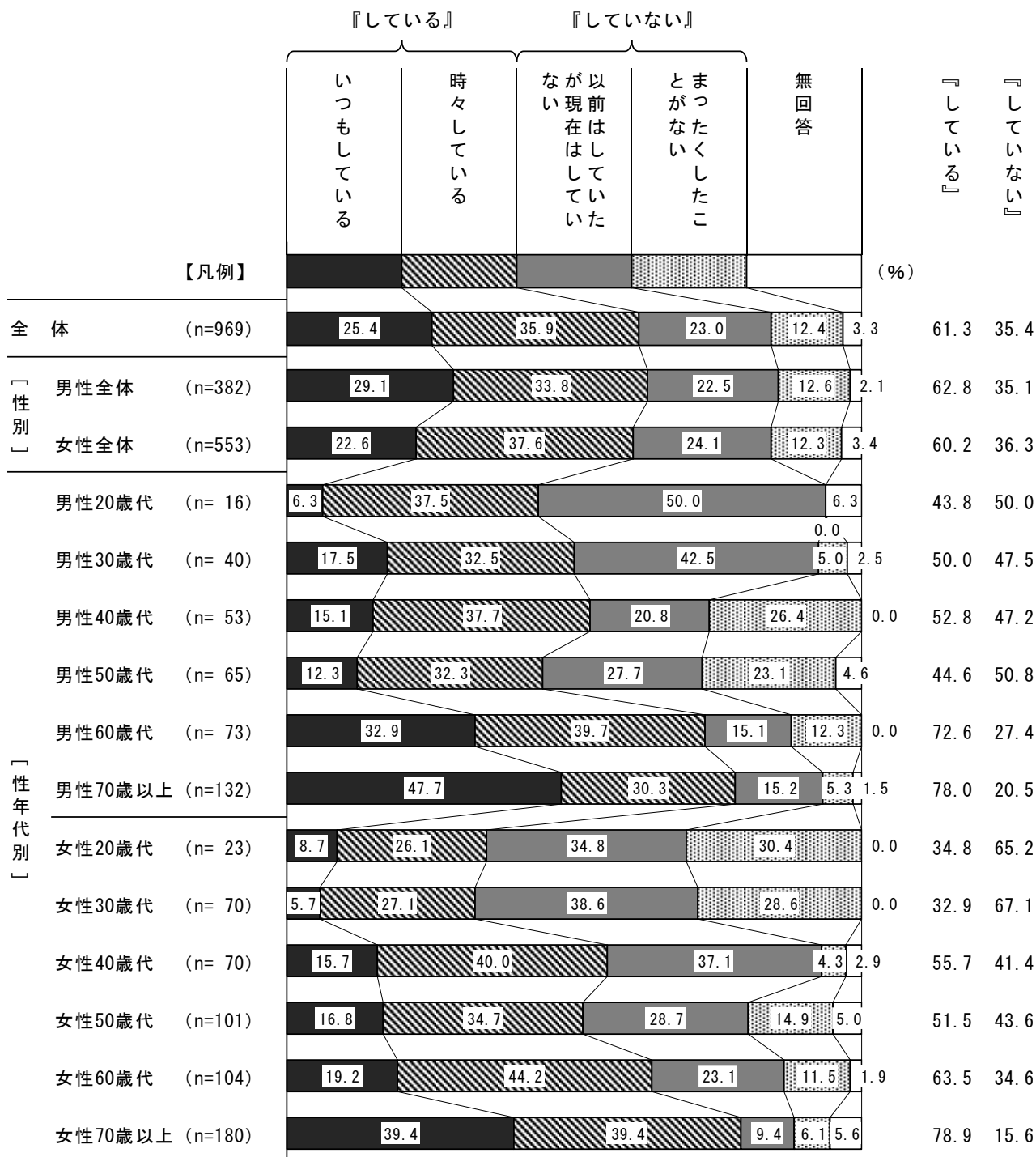
4 身体活動・運動について

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）

「いつもしている」と「時々している」を合わせた『している』が61.3%で、「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35.4%に比べて多い。

性別にみると、『している』は男女とも6割台、『していない』は3割台で、大きな差はみられない。一方、「いつもしている」は男性が29.1%と、女性に比べてやや多い。

性年代別にみると、『していない』は女性20～30歳代で6割を超える。



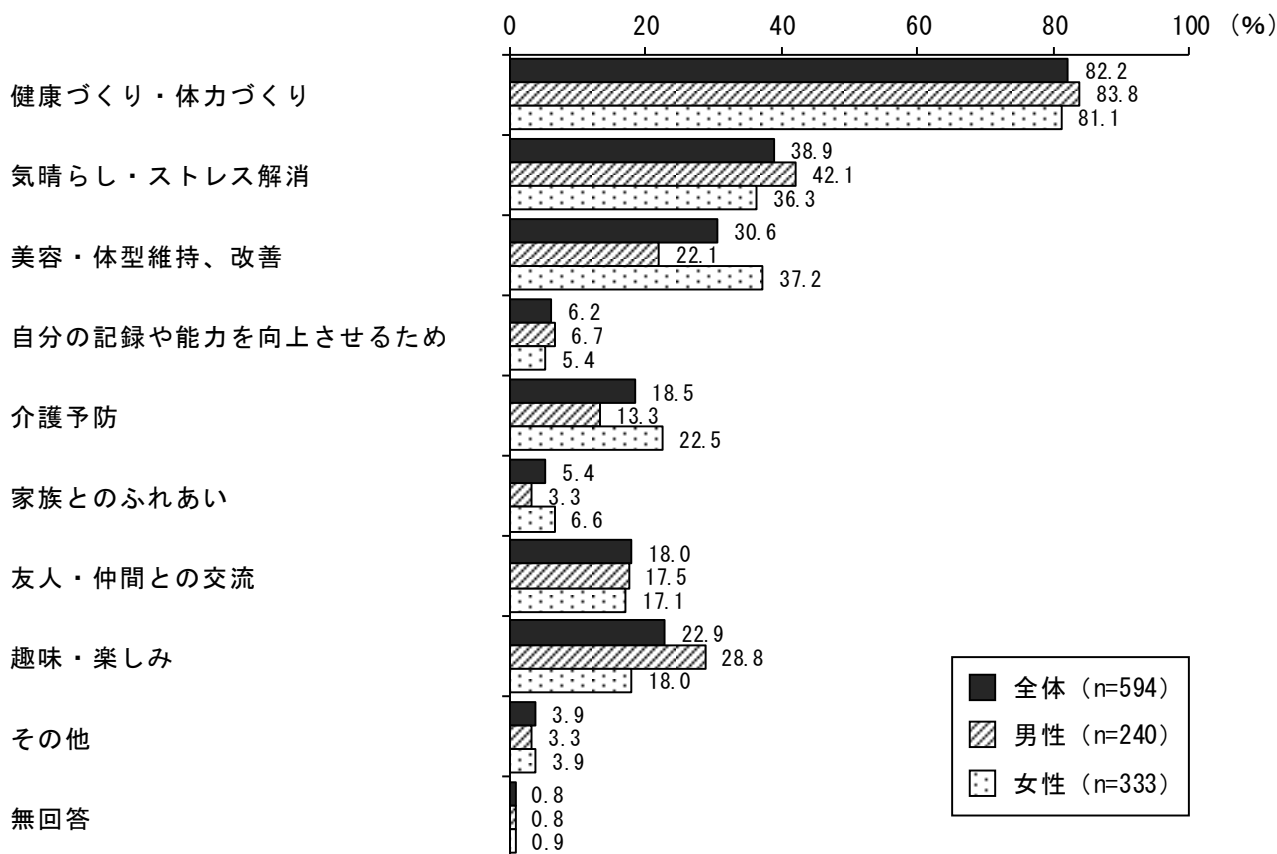
問26で「1 いつもしている」または「2 時々している」と回答した方にお聞きします。

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82.2%と最も多く、次いで「気晴らし・ストレス解消」が38.9%、「美容・体型維持、改善」が30.6%となっている。

性別にみると、「健康づくり・体力づくり」が男女とも8割を超え最も多い。男性は「気晴らし・ストレス解消」や「趣味・楽しみ」、女性は「美容・体型維持、改善」や「介護予防」が多い。

性年代別にみると、「健康づくり・体力づくり」は男女すべての年代で5割を超える。



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	594	82.2	38.9	30.6	6.2	18.5	5.4	18.0	22.9	3.9	0.8	
「性年代別」	男性20歳代	7	57.1	42.9	14.3	0.0	0.0	0.0	28.6	71.4	0.0	0.0
	男性30歳代	20	80.0	45.0	30.0	10.0	0.0	10.0	25.0	40.0	5.0	0.0
	男性40歳代	28	71.4	64.3	35.7	10.7	3.6	3.6	14.3	21.4	3.6	0.0
	男性50歳代	29	75.9	41.4	27.6	10.3	0.0	6.9	13.8	27.6	13.8	0.0
	男性60歳代	53	83.0	32.1	30.2	7.5	17.0	3.8	18.9	26.4	0.0	1.9
	男性70歳以上	103	92.2	40.8	11.7	3.9	21.4	1.0	16.5	27.2	1.9	1.0
	女性20歳代	8	62.5	50.0	37.5	12.5	0.0	0.0	0.0	12.5	12.5	0.0
	女性30歳代	23	52.2	47.8	69.6	0.0	0.0	21.7	0.0	17.4	4.3	0.0
	女性40歳代	39	79.5	30.8	64.1	7.7	5.1	10.3	5.1	7.7	5.1	0.0
	女性50歳代	52	84.6	36.5	46.2	3.8	9.6	7.7	7.7	9.6	1.9	0.0
	女性60歳代	66	86.4	40.9	39.4	4.5	19.7	3.0	16.7	19.7	6.1	0.0
	女性70歳以上	142	84.5	33.1	20.4	6.3	38.7	4.2	26.8	23.2	2.8	2.1

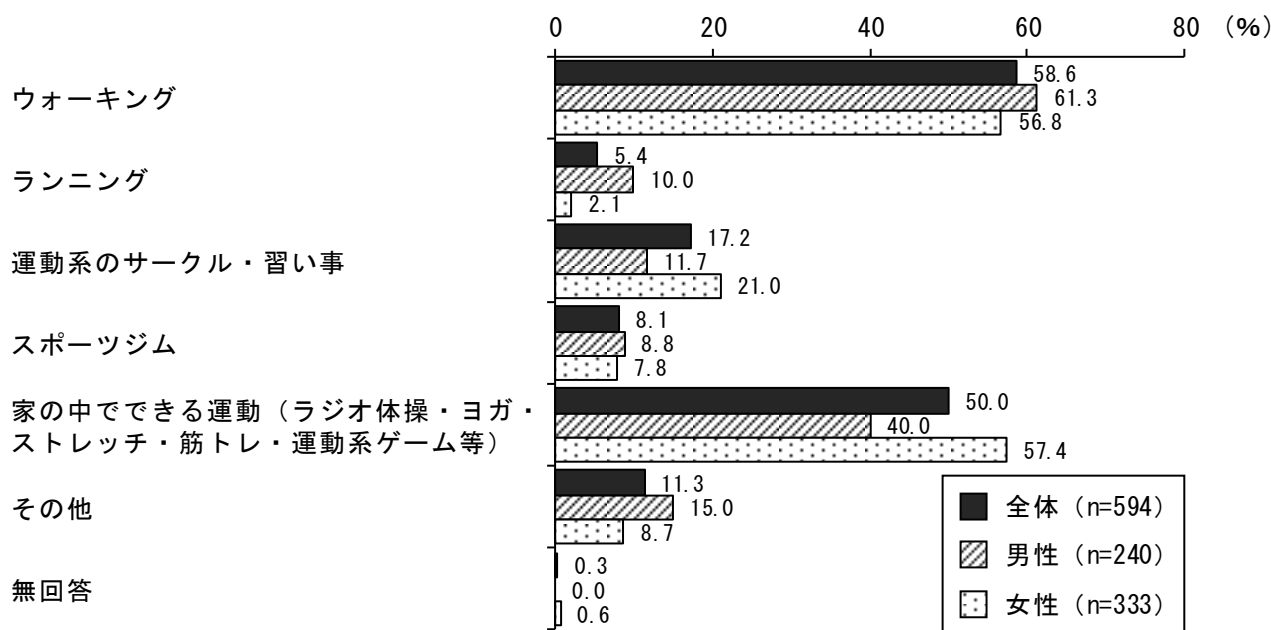
問26で「1 いつもしている」または「2 時々している」と回答した方にお聞きします。

問26-2 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58.6%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・運動系ゲーム等）」が50.0%、「運動系のサークル・習い事」が17.2%となっている。

性別にみると、男性は「ウォーキング」が61.3%、女性は「家の中でできる運動（ラジオ体操・ヨガ・ストレッチ・筋トレ・運動系ゲーム等）」が57.4%で最も多い。

性年代別にみると、「運動系のサークル・習い事」は男性30歳代、女性70歳以上で3割以上を占める。



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・運動系ゲーム等	その他	無回答	
全体	594	58.6	5.4	17.2	8.1	50.0	11.3	0.3	
「性年代別」	男性20歳代	7	28.6	0.0	28.6	0.0	42.9	28.6	0.0
	男性30歳代	20	25.0	20.0	30.0	10.0	50.0	10.0	0.0
	男性40歳代	28	53.6	14.3	14.3	10.7	39.3	7.1	0.0
	男性50歳代	29	55.2	27.6	3.4	6.9	34.5	20.7	0.0
	男性60歳代	53	60.4	7.5	7.5	13.2	30.2	17.0	0.0
	男性70歳以上	103	74.8	3.9	10.7	6.8	44.7	14.6	0.0
	女性20歳代	8	50.0	12.5	25.0	25.0	50.0	25.0	0.0
	女性30歳代	23	43.5	0.0	4.3	8.7	60.9	8.7	0.0
	女性40歳代	39	46.2	7.7	7.7	7.7	61.5	5.1	0.0
	女性50歳代	52	57.7	3.8	9.6	5.8	61.5	9.6	0.0
	女性60歳代	66	59.1	1.5	22.7	6.1	65.2	4.5	0.0
	女性70歳以上	142	59.9	0.0	30.3	7.7	52.1	10.6	1.4

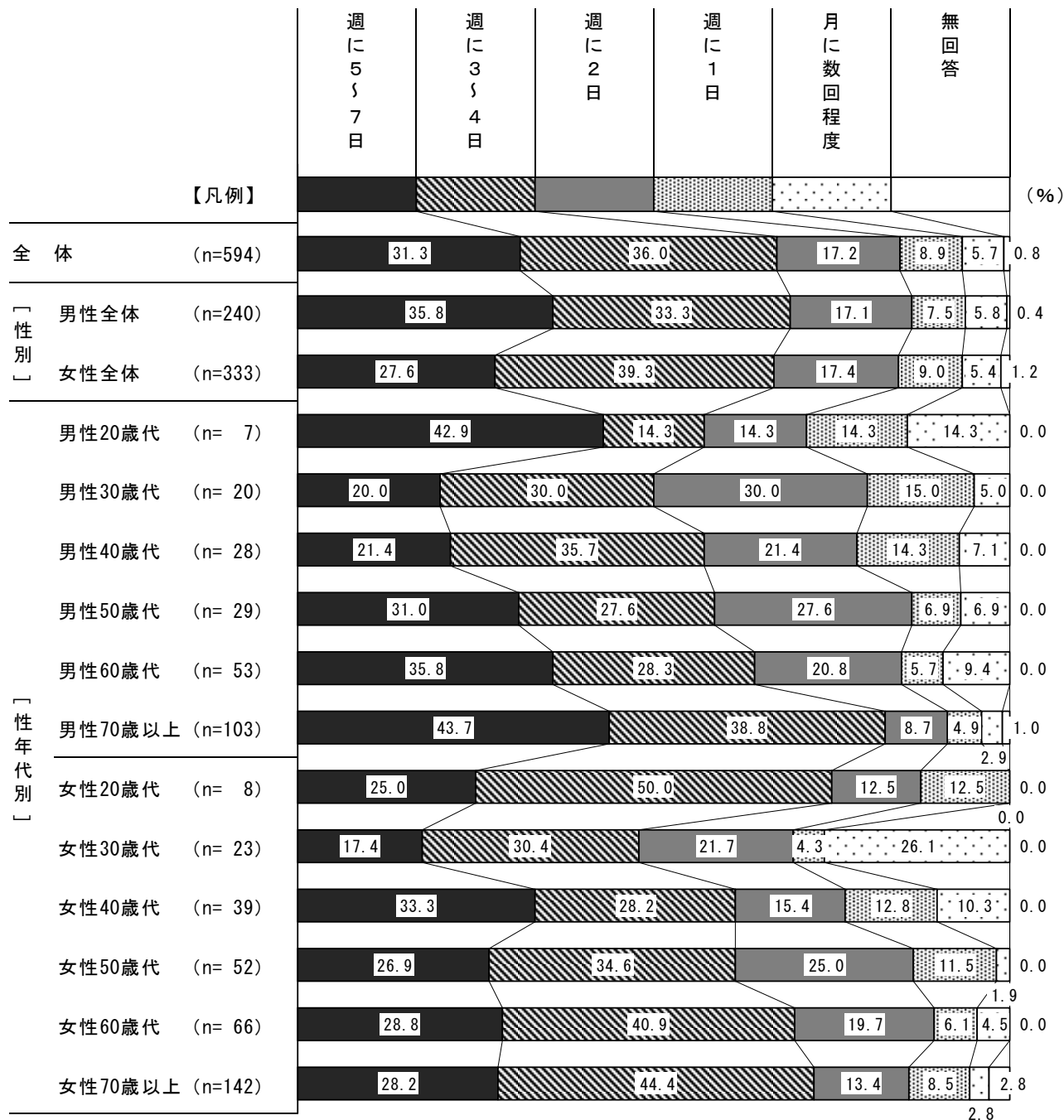
問 26 で「1 いつもしている」または「2 時々している」と回答した方にお聞きします。

問 26-3 あなたの運動日数はどのくらいですか。(○は1つ)

「週に3～4日」が36.0%と最も多く、次いで「週に5～7日」が31.3%、「週に2日」が17.2%となっている。

性別にみると、男性は「週に5～7日」が35.8%、女性は「週に3～4日」が39.3%で最も多い。

性年代別にみると、「週に5～7日」は男性30歳代が最も少なく、それ以降は年代が上がるにつれ多くなる傾向にある。

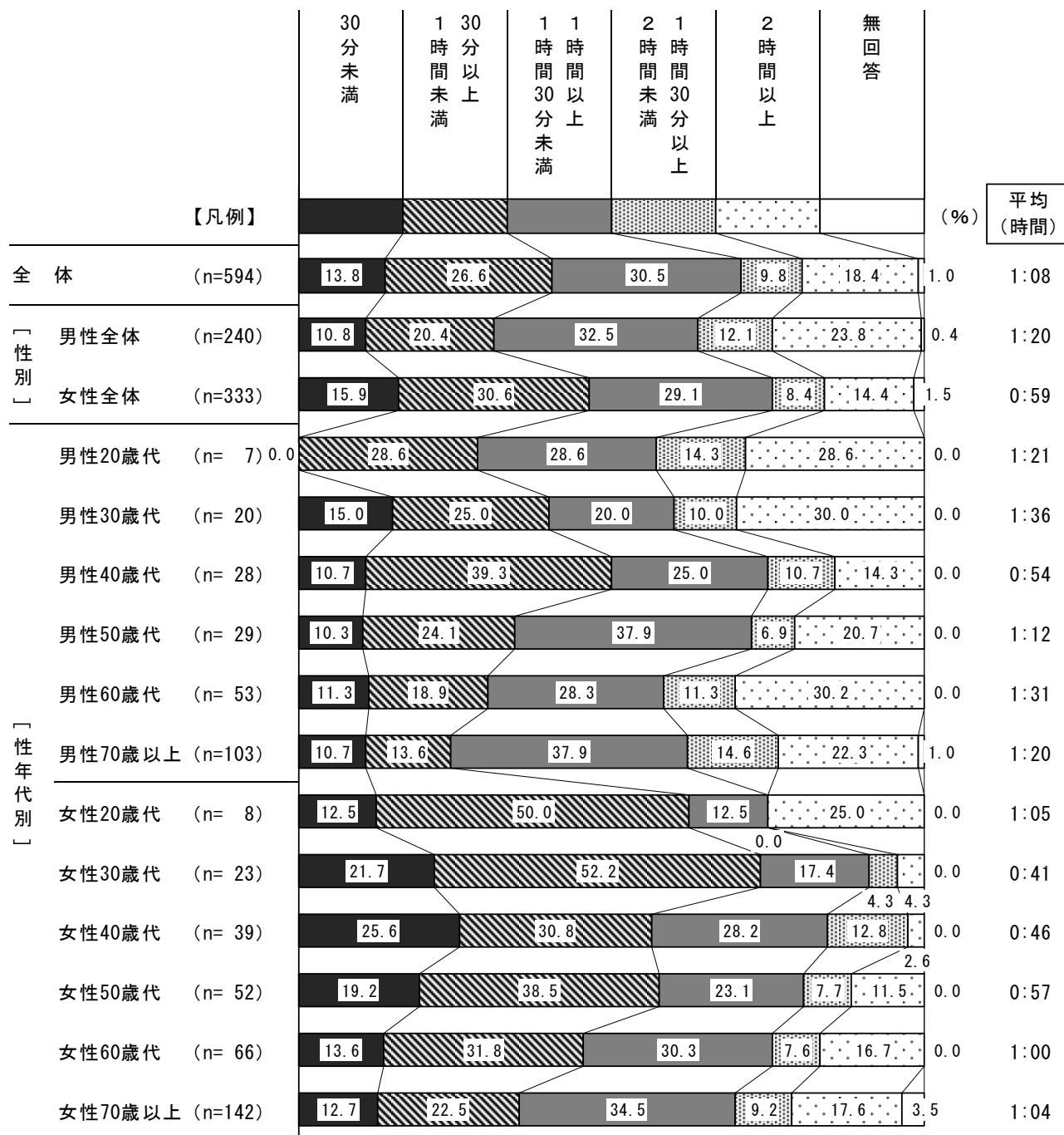


問26で「1 いつもしている」または「2 時々している」と回答した方にお聞きします。

問26-4 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30.5%と最も多く、次いで「30分以上1時間未満」が26.6%、「2時間以上」が18.4%となっている。

性別にみると、男性は「1時間以上1時間30分未満」が32.5%、女性は「30分以上1時間未満」が30.6%で最も多い。「2時間以上」は男性が23.8%と、女性に比べて1割近く多い。

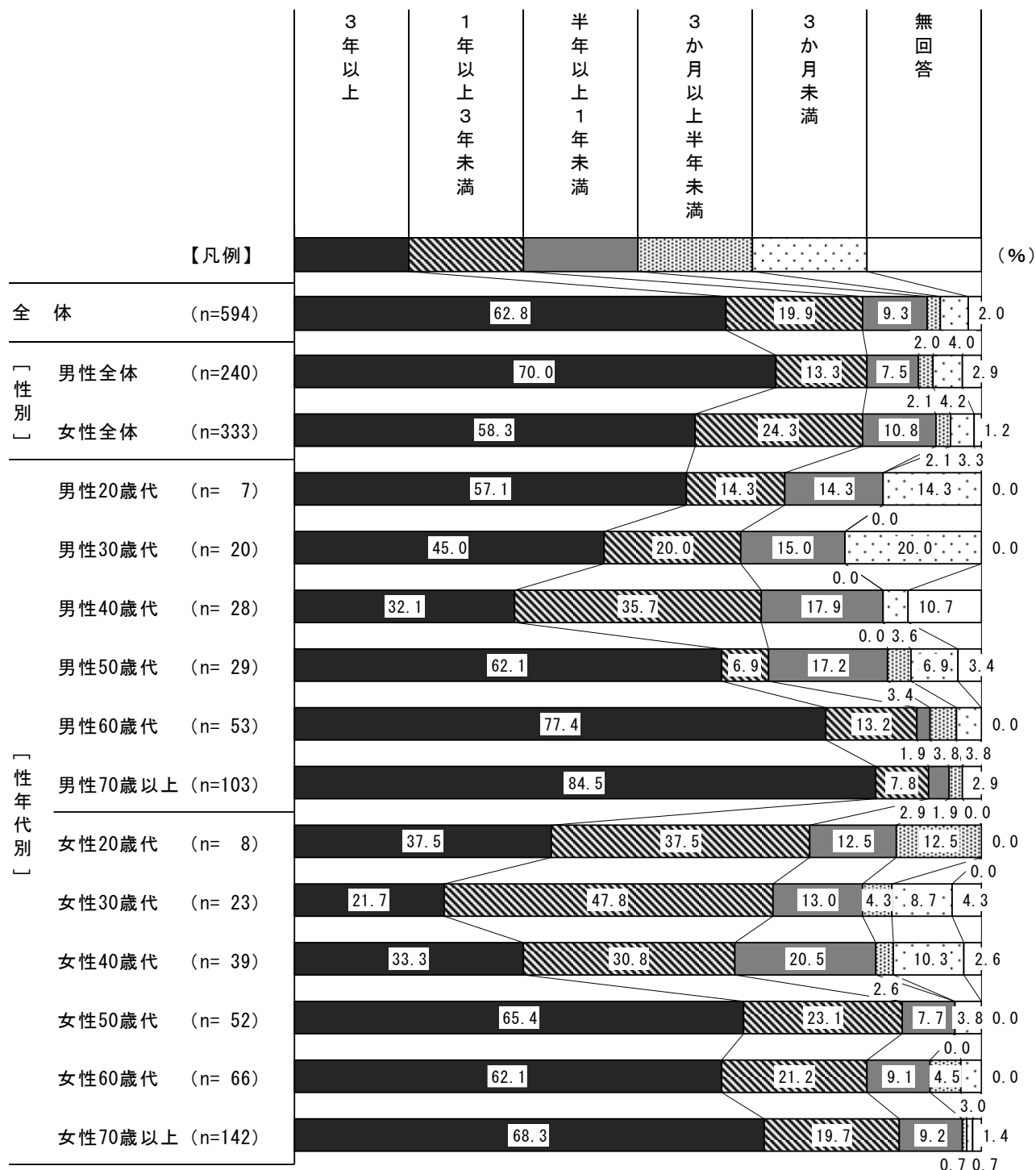


問26で「1 いつもしている」または「2 時々している」と回答した方にお聞きます。

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62.8%と最も多く、次いで「1年以上3年未満」が19.9%、「半年以上1年未満」が9.3%となっている。

性別にみると、「3年以上」が男女とも5割を超え、男性は70.0%と、女性に比べて多い。

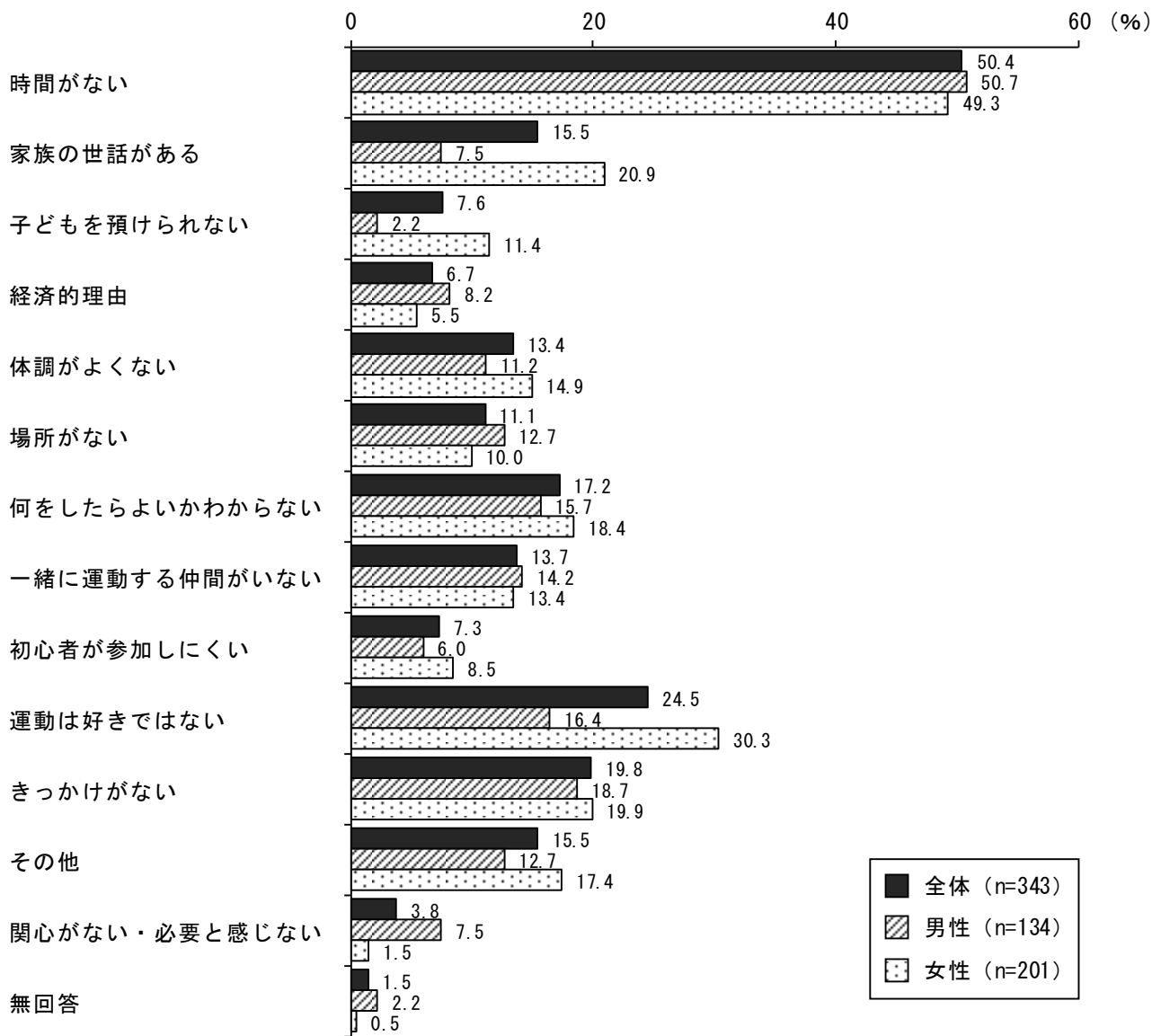


問 26 で「3 以前はしていたが現在はしていない」または「4 まったくしたことがない」と回答した方にお聞きします。

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 50.4%と最も多く、次いで「運動は好きではない」が 24.5%、「きっかけがない」が 19.8%となっている。

性別にみると、「時間がない」が男女とも5割前後で最も多い。



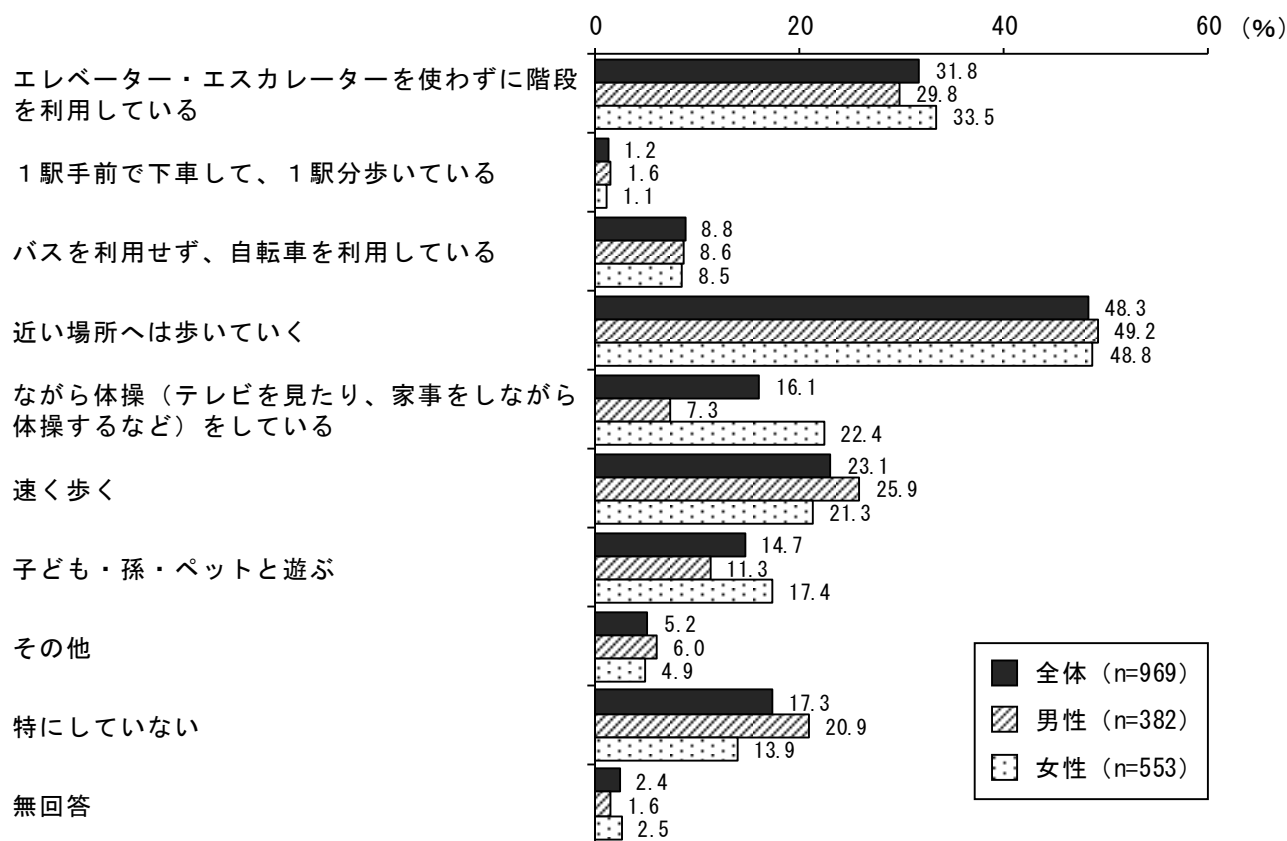
単位 (%)	(サンプル数)	時間がない	家族の世話がある	子どもを預けられない	経済的理由	体調がよくない	場所がない	何をしたらよいかわからない	一緒に運動する仲間がいない	初心者が参加しにくい	運動は好きではない	きっかけがない	その他	関心がない・必要と感じない・必	無回答	
全体	343	50.4	15.5	7.6	6.7	13.4	11.1	17.2	13.7	7.3	24.5	19.8	15.5	3.8	1.5	
「性年代別」	男性20歳代	8	87.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	12.5	0.0	0.0	12.5	12.5	0.0	0.0	
	男性30歳代	19	73.7	21.1	10.5	5.3	10.5	31.6	0.0	26.3	0.0	10.5	5.3	15.8	5.3	
	男性40歳代	25	64.0	8.0	4.0	12.0	4.0	12.0	24.0	16.0	16.0	16.0	24.0	8.0	8.0	0.0
	男性50歳代	33	45.5	3.0	0.0	9.1	15.2	12.1	21.2	15.2	3.0	24.2	21.2	9.1	9.1	0.0
	男性60歳代	20	55.0	5.0	0.0	15.0	20.0	15.0	20.0	15.0	5.0	20.0	15.0	5.0	15.0	0.0
	男性70歳以上	27	14.8	7.4	0.0	0.0	11.1	3.7	11.1	3.7	7.4	14.8	25.9	25.9	3.7	11.1
	女性20歳代	15	60.0	6.7	20.0	13.3	13.3	13.3	40.0	33.3	26.7	46.7	26.7	0.0	6.7	0.0
	女性30歳代	47	72.3	42.6	36.2	4.3	6.4	23.4	14.9	10.6	6.4	27.7	25.5	14.9	0.0	0.0
	女性40歳代	29	55.2	27.6	10.3	6.9	13.8	6.9	20.7	6.9	3.4	20.7	17.2	13.8	0.0	0.0
	女性50歳代	44	54.5	18.2	0.0	4.5	11.4	9.1	18.2	13.6	6.8	22.7	13.6	22.7	2.3	0.0
	女性60歳代	36	30.6	11.1	0.0	5.6	19.4	2.8	13.9	13.9	5.6	33.3	19.4	27.8	2.8	0.0
	女性70歳以上	28	17.9	3.6	0.0	3.6	32.1	0.0	14.3	14.3	10.7	46.4	17.9	10.7	0.0	3.6

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48.3%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31.8%、「速く歩く」が23.1%となっている。

性別にみると、「近い場所へは歩いていく」が男女とも約5割で最も多い。女性は「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」「子ども・孫・ペットと遊ぶ」などが、男性に比べて多い。



単位 (%)	サンプル数 (人)	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	1 駅手前で下車して、1 駅分歩いている	バスを利用せず、自転車を利用している	近い場所へは歩いていく	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	速く歩く	子ども・孫・ペットと遊ぶ	その他	特にしていない	無回答	
全 体	969	31.8	1.2	8.8	48.3	16.1	23.1	14.7	5.2	17.3	2.4	
「性年代別」	男性20歳代	16	50.0	0.0	12.5	43.8	0.0	12.5	12.5	6.3	18.8	0.0
	男性30歳代	40	37.5	2.5	7.5	50.0	5.0	35.0	37.5	2.5	17.5	0.0
	男性40歳代	53	24.5	3.8	5.7	41.5	3.8	15.1	11.3	1.9	28.3	3.8
	男性50歳代	65	38.5	0.0	12.3	36.9	4.6	13.8	6.2	3.1	27.7	0.0
	男性60歳代	73	30.1	2.7	4.1	49.3	8.2	35.6	11.0	2.7	28.8	0.0
	男性70歳以上	132	23.5	0.8	10.6	58.3	10.6	29.5	5.3	12.1	12.1	2.3
	女性20歳代	23	30.4	0.0	17.4	52.2	17.4	17.4	17.4	0.0	21.7	4.3
	女性30歳代	70	24.3	0.0	0.0	35.7	15.7	11.4	41.4	1.4	20.0	0.0
	女性40歳代	70	44.3	2.9	12.9	44.3	17.1	21.4	31.4	1.4	20.0	0.0
	女性50歳代	101	31.7	1.0	9.9	38.6	17.8	23.8	9.9	5.9	14.9	2.0
	女性60歳代	104	36.5	1.0	9.6	51.9	32.7	23.1	17.3	6.7	10.6	1.0
	女性70歳以上	180	32.8	1.1	7.8	58.9	24.4	23.9	6.1	6.1	10.0	5.0

【一般市民調査】

問 28 四街道市がどんなまちだったら、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もっと行うと思いますか。(自由回答)

368 人から回答があった。主な内容は下記のとおりである。

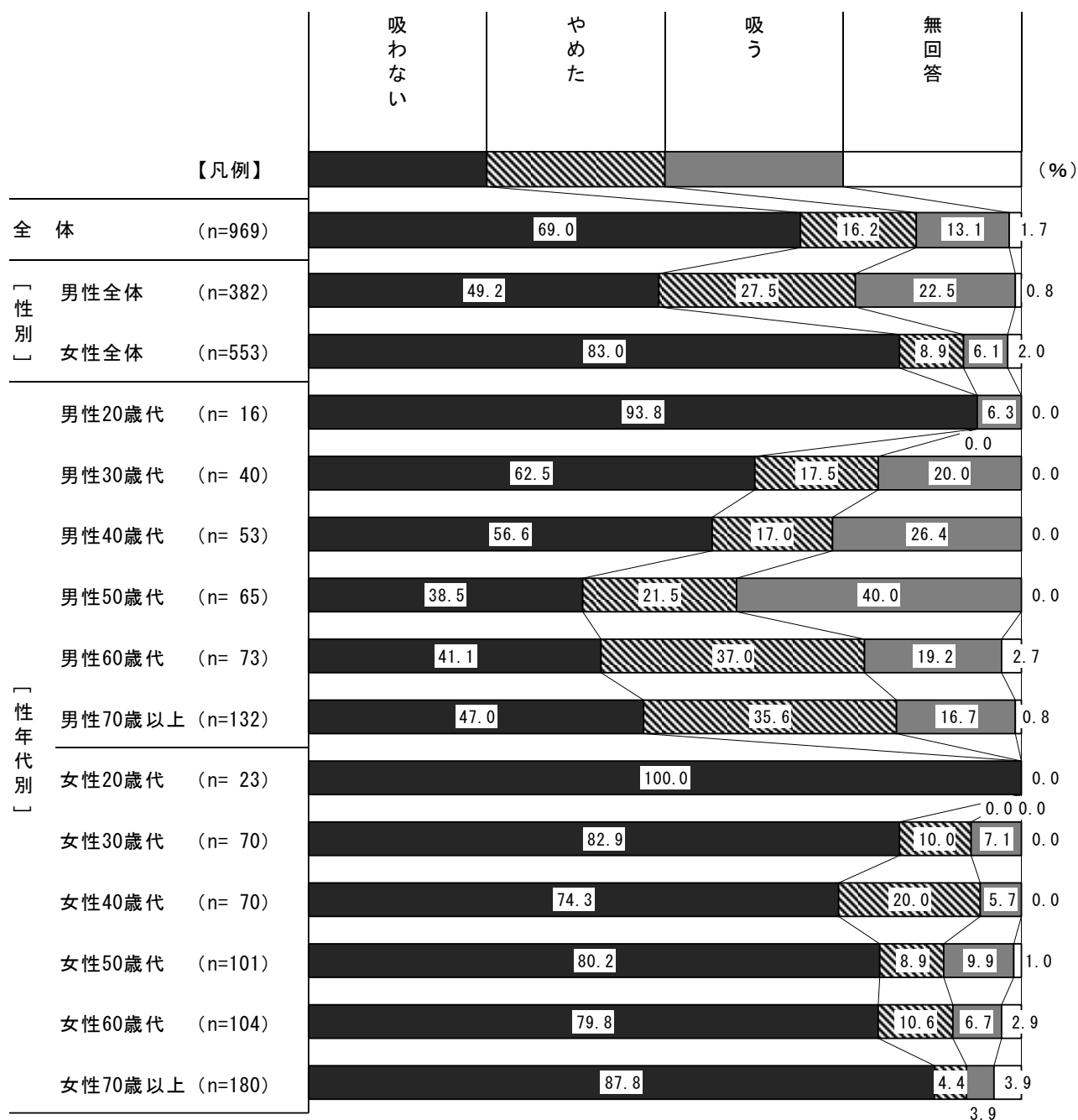
- 運動施設整備（身近な公園、プール、スポーツジム、無料・低料金など）…………… 161 件
- 道路整備（遊歩道、自転車道、幅広で安全な歩道、一時休息できる椅子など）…………… 101 件
- イベント開催（ラジオ体操の普及、働く世代が参加できる、プロスポーツとの連携など） 40 件
- 景観（自然豊か、草木の手入れ、ランドマーク、見晴らしテラスを新庁舎に設置など）… 20 件
- インセンティブ（ポイント付与、高齢者の施設利用料補助、健康器具無料配布など）…… 14 件
- 交通機関の整備（バスなど）…………… 12 件
- サークル活動（市政だより等で応募、気軽に参加できる、公民館の開放など）…………… 11 件
- まちづくり（治安の改善、のびのび過ごせる、街灯の整備など）…………… 9 件
- 市の役目ではない（本人の意志次第、個人の問題など）…………… 7 件
- 実行は困難（高齢、時間がない、介護者がいる、メンタル面でのケア希望など）…………… 7 件
- 商業施設の充実（歩いて行ける距離、駅周辺の活性化、市役所でおいしい食事など）…… 6 件
- 啓発活動・情報発信（HPや動画で紹介、アンケートをPRに活用など）…………… 6 件
- 医療の充実（健診の強化、休日診療、急患受入体制など）…………… 5 件
- 指導員の養成（コーディネーター・アドバイザー、円満な人間関係の醸成など）…………… 3 件

他 30 件

5 たばこについて

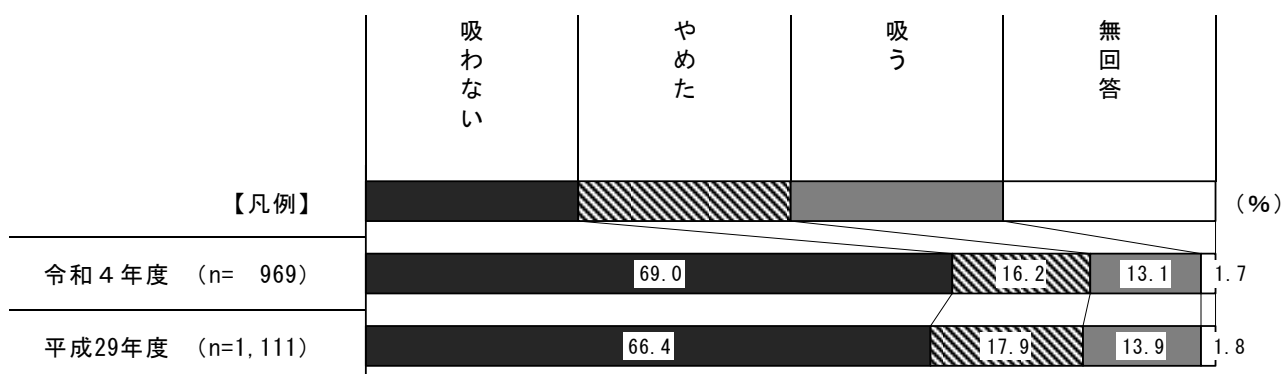
問 29 あなたは、たばこを吸っていますか。(○は1つ)

「吸わない」が69.0%と最も多く、次いで「やめた」が16.2%、「吸う」が13.1%となっている。
 性別にみると、「吸わない」が男女とも最も多いが、女性は83.0%と、男性に比べて3割以上多い。
 一方、「やめた」「吸う」は男性で2割を超え、女性に比べて1割以上多い。
 性年代別にみると、「吸わない」は男性50歳代を除き最も多く、男性20～40歳代、女性全年代で5割を超える。



◆前回調査との比較

前回の調査結果と比較すると、「吸わない」は66.4%から69.0%に2.6ポイント増加したが、大きな違いは見られない。



問 29 で「2 やめた」または「3 吸う」と回答した方にお聞きします。

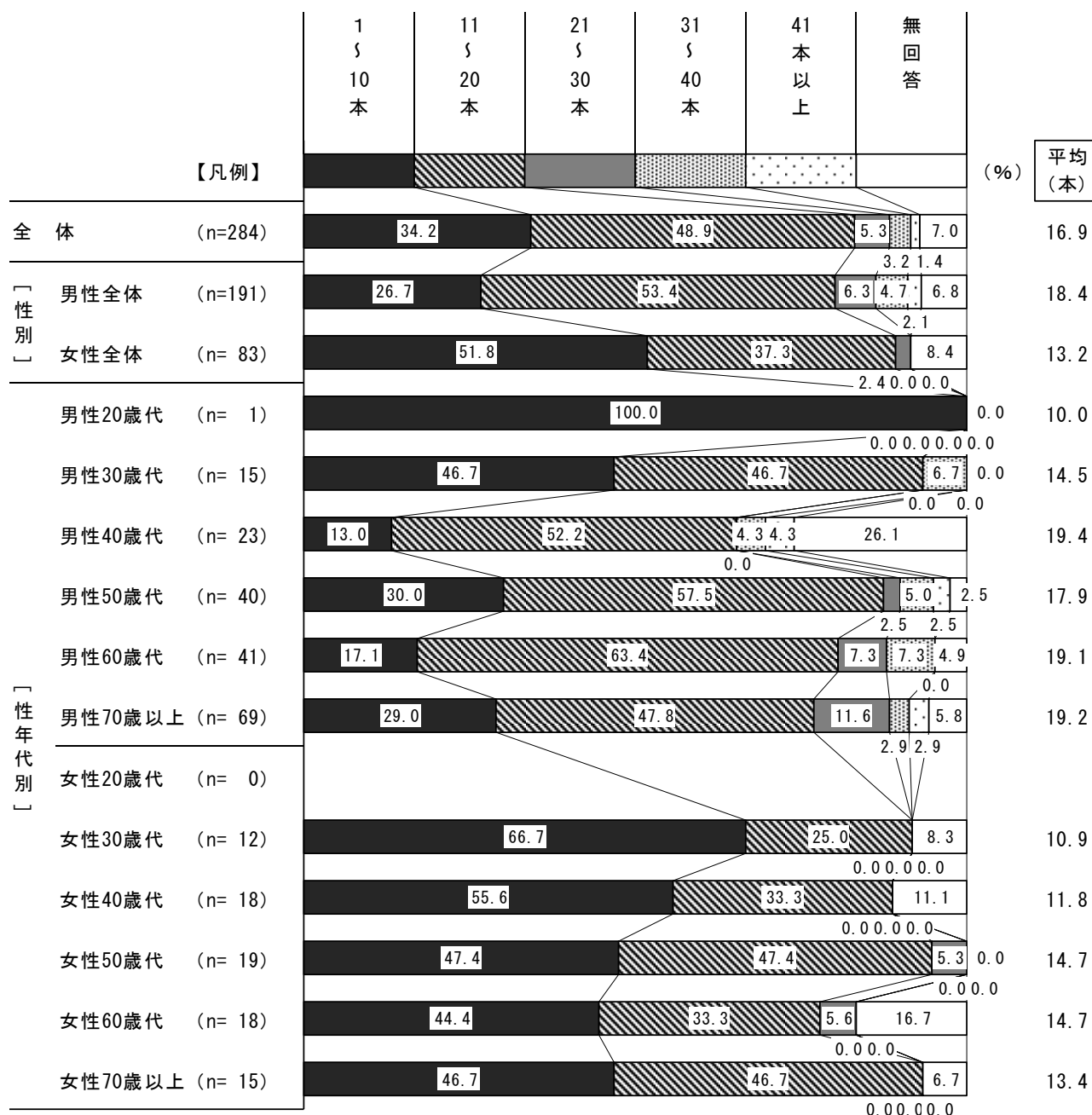
問 29-1 吸っている（吸っていた）量・期間を教えてください。（数字を記入）

【1日の平均本数】

「11～20本」が48.9%と最も多く、次いで「1～10本」が34.2%、「21～30本」が5.3%となっている。平均は16.9本となっている。

性別にみると、男性は「11～20本」が53.4%、女性は「1～10本」が51.8%で最も多い。11本以上は男性が女性より多く、平均は男性が18.4本で、女性（13.2本）に比べて多い。

平均は男性は40歳代（19.4本）、女性は50～60歳代（14.7本）が最も多い。

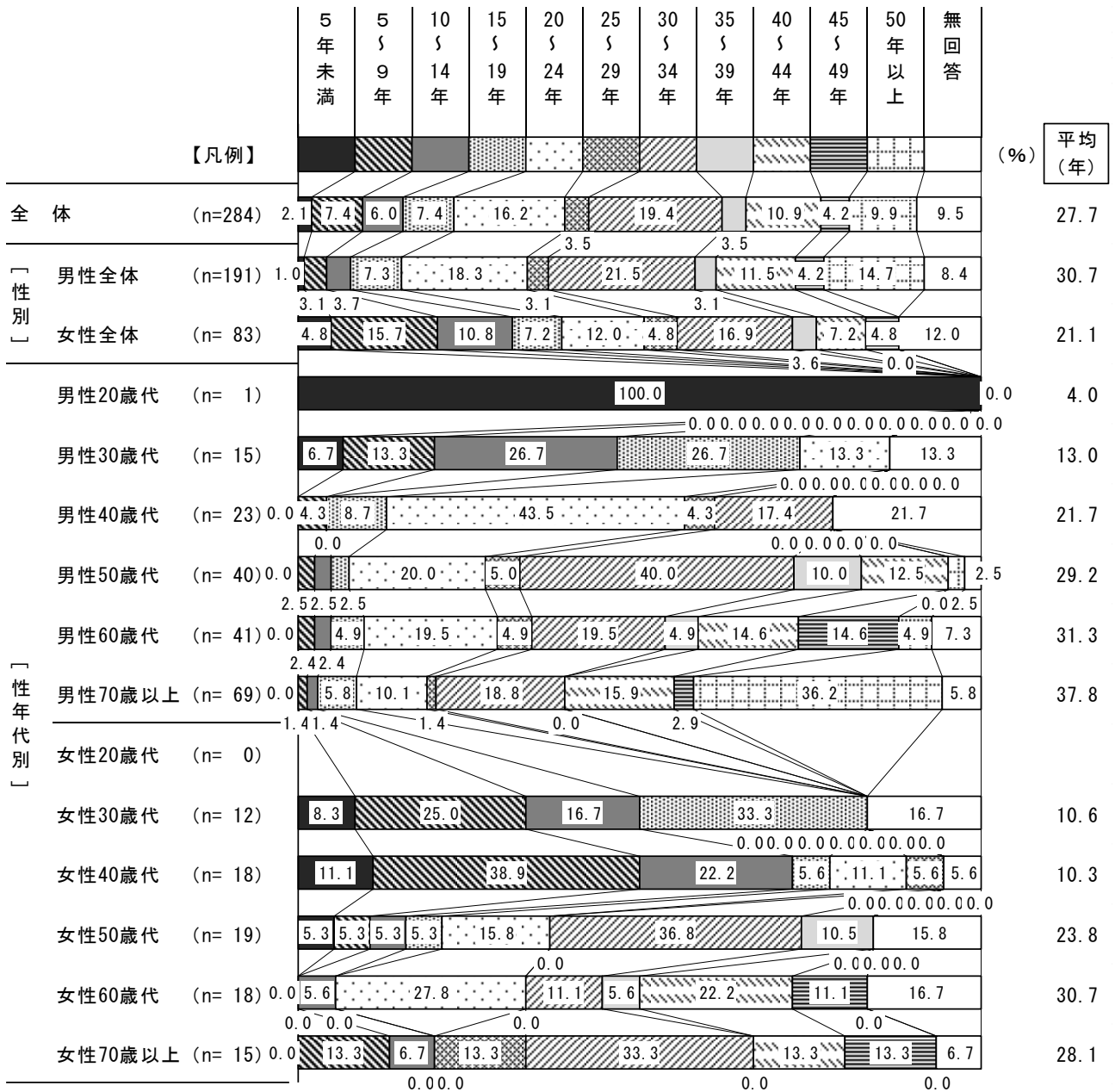


【吸っている（吸っていた）年数】

「30～34年」が19.4%と最も多く、次いで「20～24年」が16.2%、「40～44年」が10.9%となっている。平均は27.7年となっている。

性別にみると、「30～34年」が男女とも最も多く、男性は21.5%と、女性に比べてやや多い。男性は「50年以上」が14.7%、女性は「5～9年」が15.7%と、それぞれ他方より1割以上多い。平均は男性が30.7年で、女性（21.1年）に比べて長い。

平均は男性70歳以上が37.8年で最も長く、男性50～60歳代、女性60歳代が30年前後となっている。



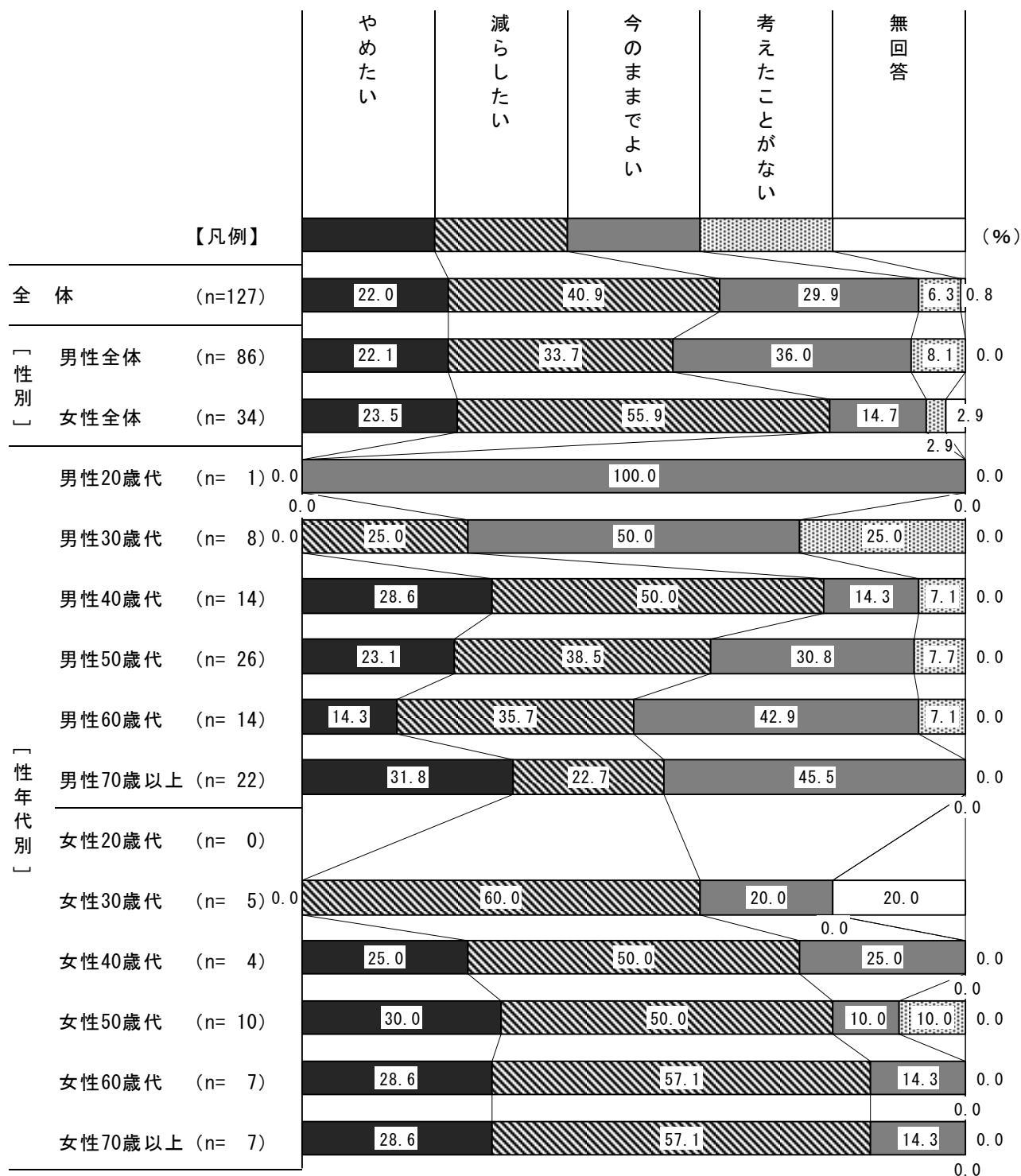
問 29 で「3 吸う」と回答した方にお聞きします。

問 29-2 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。(○は1つ)

「減らしたい」が40.9%と最も多く、次いで「今のままでよい」が29.9%、「やめたい」が22.0%となっている。

性別にみると、男性は「今のままでよい」が36.0%、女性は「減らしたい」が55.9%で最も多く、それぞれ他方に比べて2割以上多い。

性年代別にみると、「やめたい」は男性70歳以上で3割を超える。



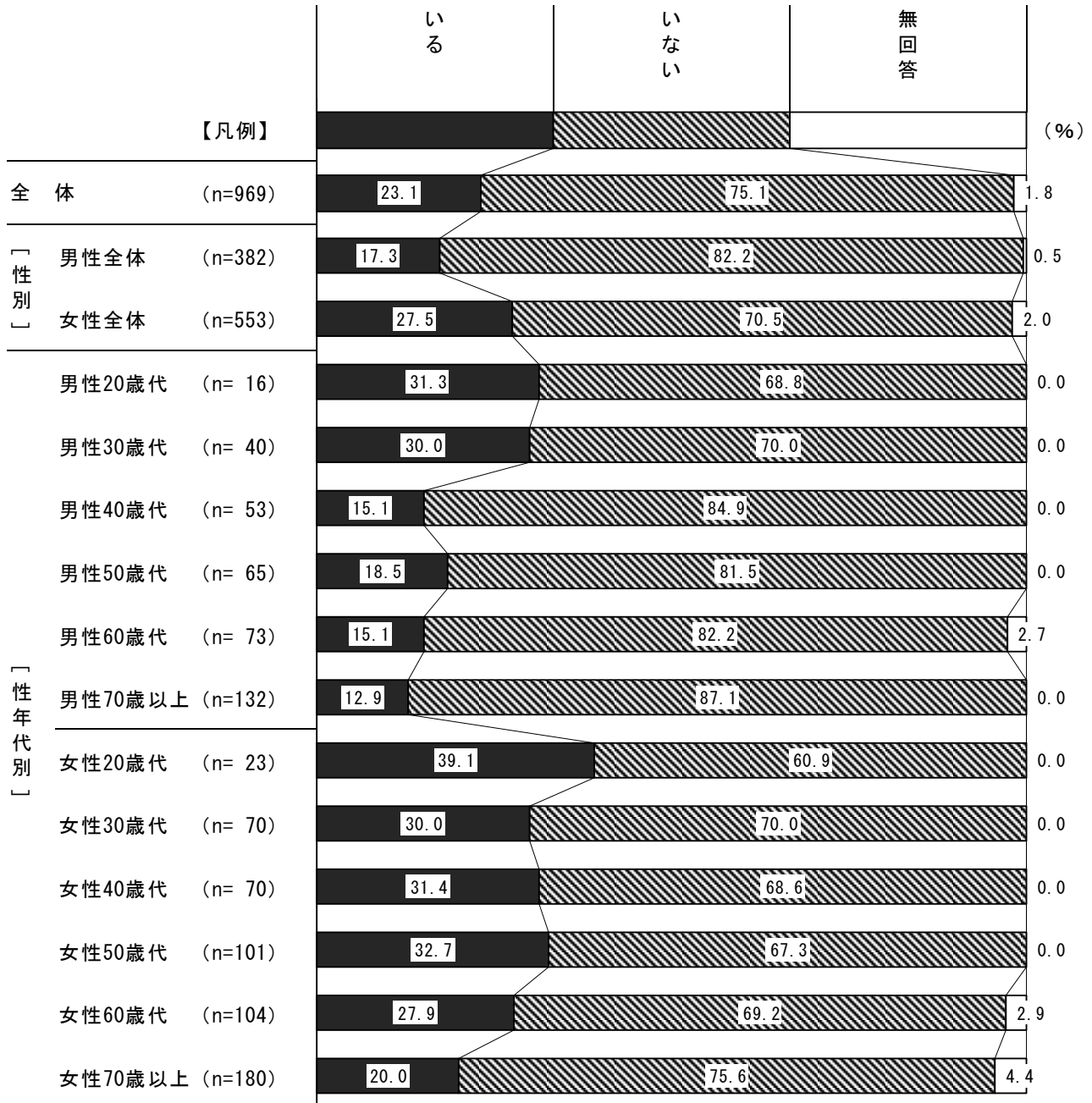
すべての方にお聞きします。

問 30 あなたの家族でたばこを吸っている人はいますか。(○は1つ)

「いる」が23.1%、「いない」が75.1%となっている。

性別にみると、「いない」が男女とも7割を超える。「いる」は女性で27.5%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「いない」は男女すべての年代で6割を超える。



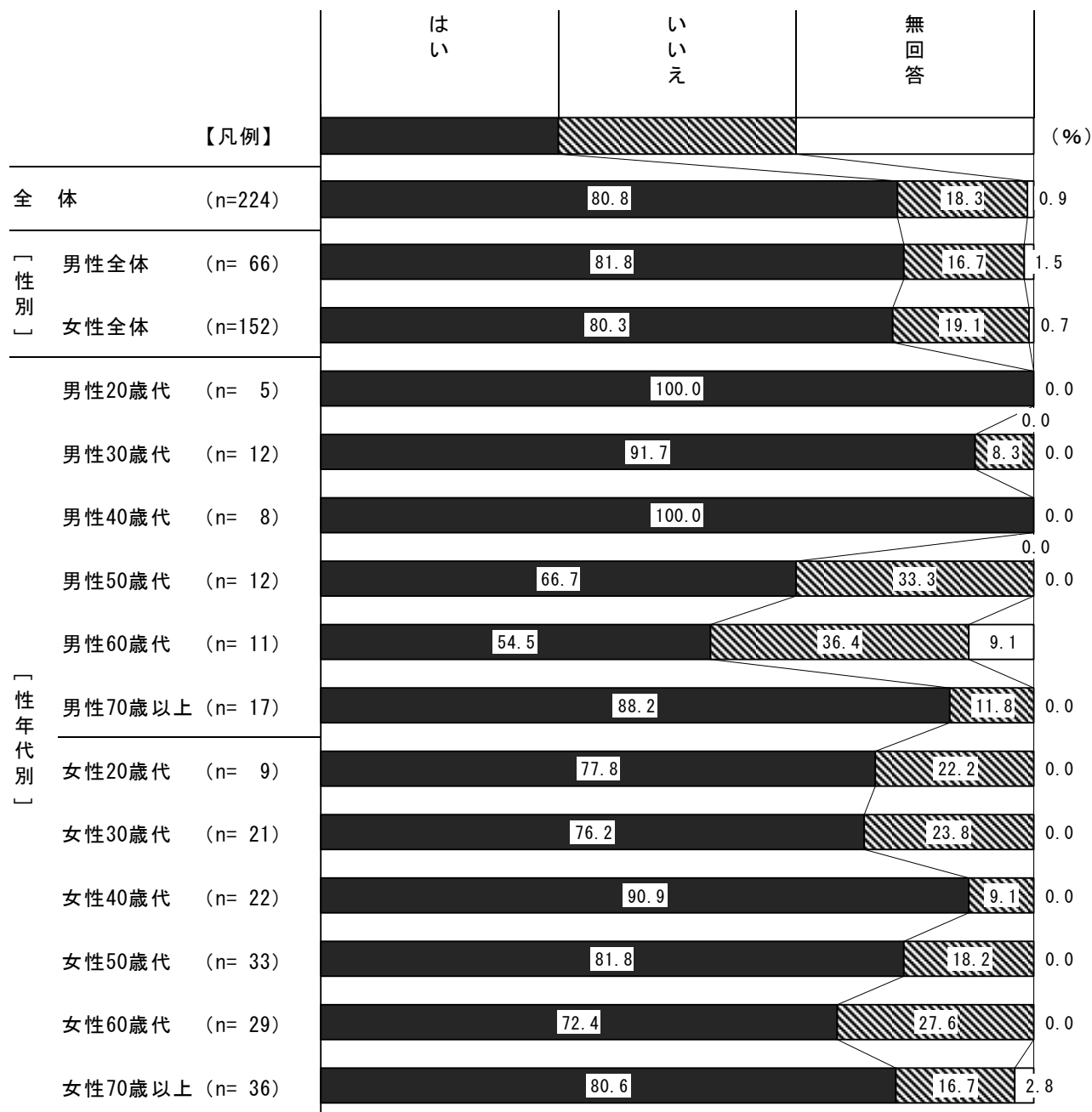
問30で「1 いる」と回答した方にお聞きします。

問30-1 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80.8%、「いいえ」が18.3%となっている。

性別にみると、「はい」は男女とも約8割で、大きな差はみられない。

性年代別にみると、「はい」は男女すべての年代で5割を超える。



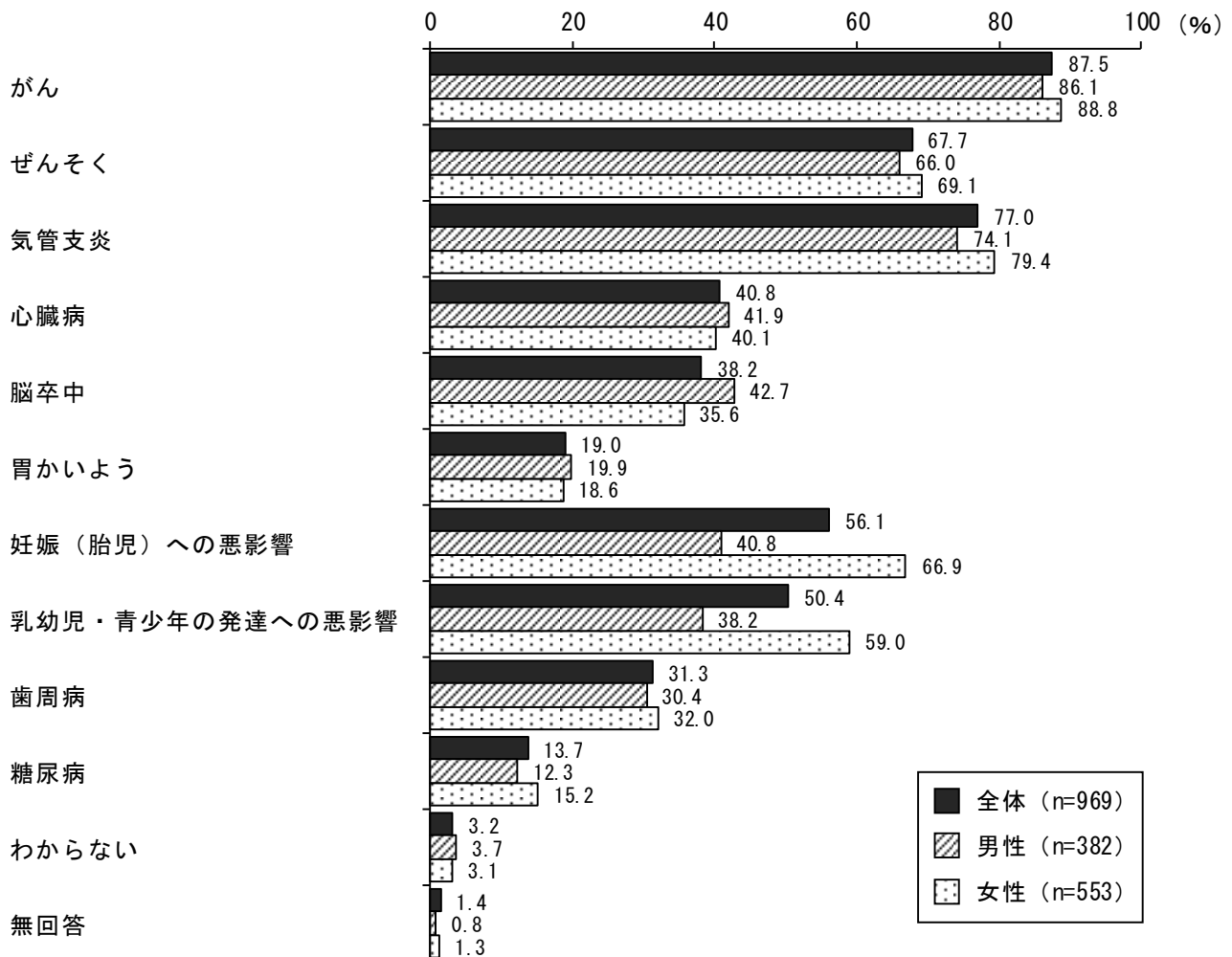
ここからは、すべての方にお聞きします。

問31 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○)

「がん」が87.5%と最も多く、次いで「気管支炎」が77.0%、「ぜんそく」が67.7%となっている。

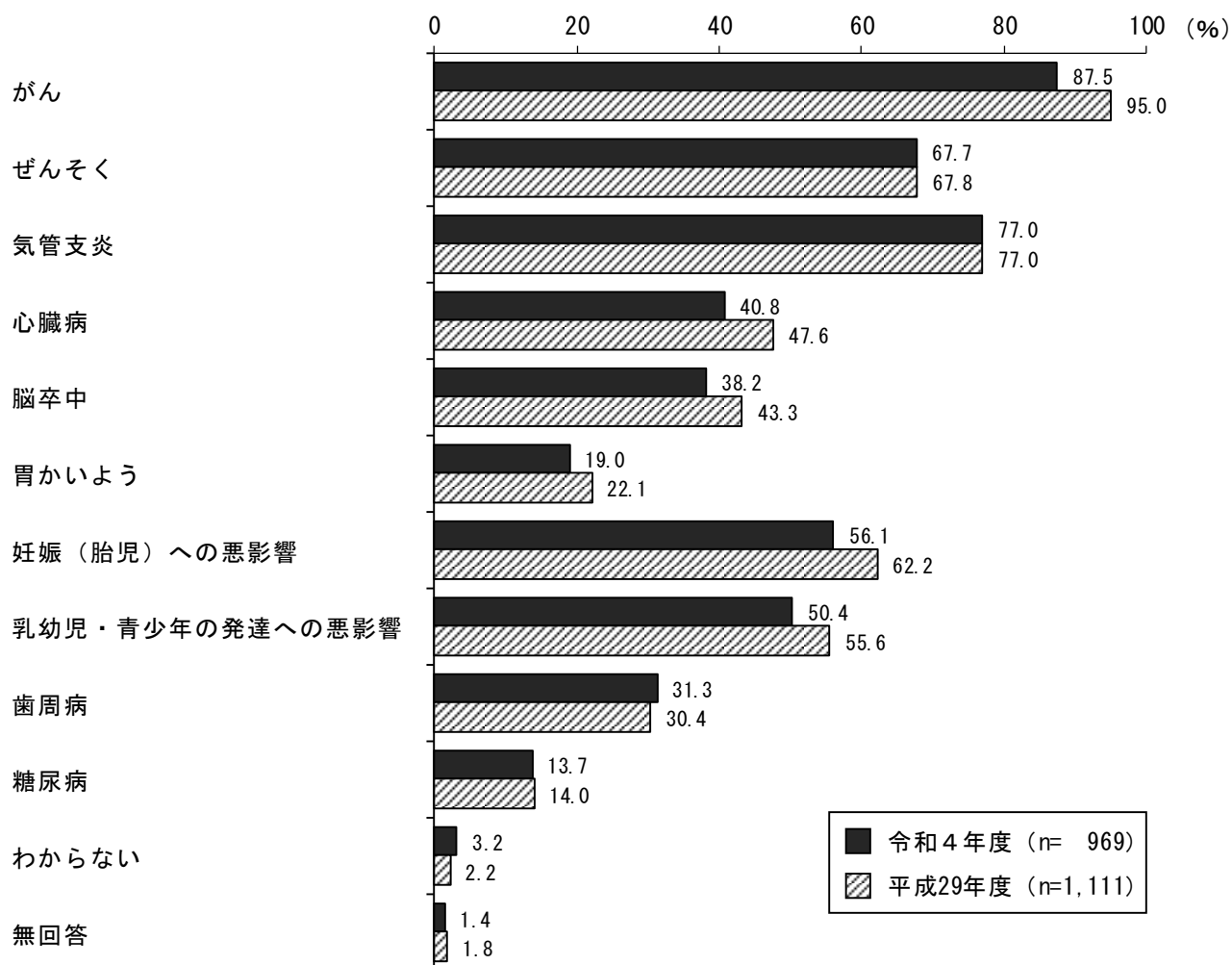
性別にみると、男女とも上位3項目は全体と共通で、「がん」が8割を超え最も多い。「妊娠（胎児）への悪影響」「乳幼児・青少年の発達への悪影響」は女性で5割を超え、男性に比べて多い。



単位 (%)	サンプル数 (人)	がん	ぜんそく	気管支炎	心臓病	脳卒中	胃かきょう	悪影響 (胎児) への	発乳 達 幼 児 ・ 青 少 年 の	歯 周 病	糖 尿 病	わ か ら な い	無 回 答	
全 体	969	87.5	67.7	77.0	40.8	38.2	19.0	56.1	50.4	31.3	13.7	3.2	1.4	
「 性 年 代 別 」	男性20歳代	16	87.5	62.5	75.0	25.0	43.8	0.0	56.3	50.0	56.3	6.3	0.0	0.0
	男性30歳代	40	92.5	70.0	72.5	32.5	42.5	15.0	70.0	65.0	42.5	17.5	2.5	0.0
	男性40歳代	53	88.7	58.5	67.9	30.2	37.7	18.9	54.7	45.3	30.2	11.3	5.7	0.0
	男性50歳代	65	84.6	53.8	64.6	33.8	47.7	20.0	33.8	27.7	27.7	12.3	7.7	0.0
	男性60歳代	73	86.3	74.0	80.8	47.9	43.8	21.9	42.5	35.6	27.4	15.1	4.1	2.7
	男性70歳以上	132	83.3	68.9	77.3	51.5	40.2	22.7	27.3	32.6	26.5	10.6	1.5	0.8
	女性20歳代	23	87.0	69.6	91.3	30.4	30.4	13.0	82.6	78.3	43.5	13.0	4.3	0.0
	女性30歳代	70	95.7	71.4	75.7	34.3	31.4	14.3	82.9	74.3	37.1	15.7	1.4	0.0
	女性40歳代	70	92.9	71.4	80.0	40.0	41.4	24.3	81.4	71.4	40.0	14.3	2.9	0.0
	女性50歳代	101	90.1	66.3	69.3	39.6	40.6	16.8	65.3	56.4	27.7	10.9	5.0	0.0
	女性60歳代	104	86.5	72.1	80.8	43.3	39.4	19.2	71.2	51.0	30.8	20.2	1.9	1.0
	女性70歳以上	180	85.0	66.7	83.3	42.8	30.6	19.4	51.1	51.1	28.9	15.6	3.3	3.3

◆前回調査との比較

前回の調査結果と比較すると、「気管支炎」「歯周病」以外の項目は平成 29 年度を下回り、「がん」は 7.5 ポイント、「心臓病」は 6.8 ポイント、「妊娠（胎児）への悪影響」は 6.1 ポイント減少した。



【一般市民調査】

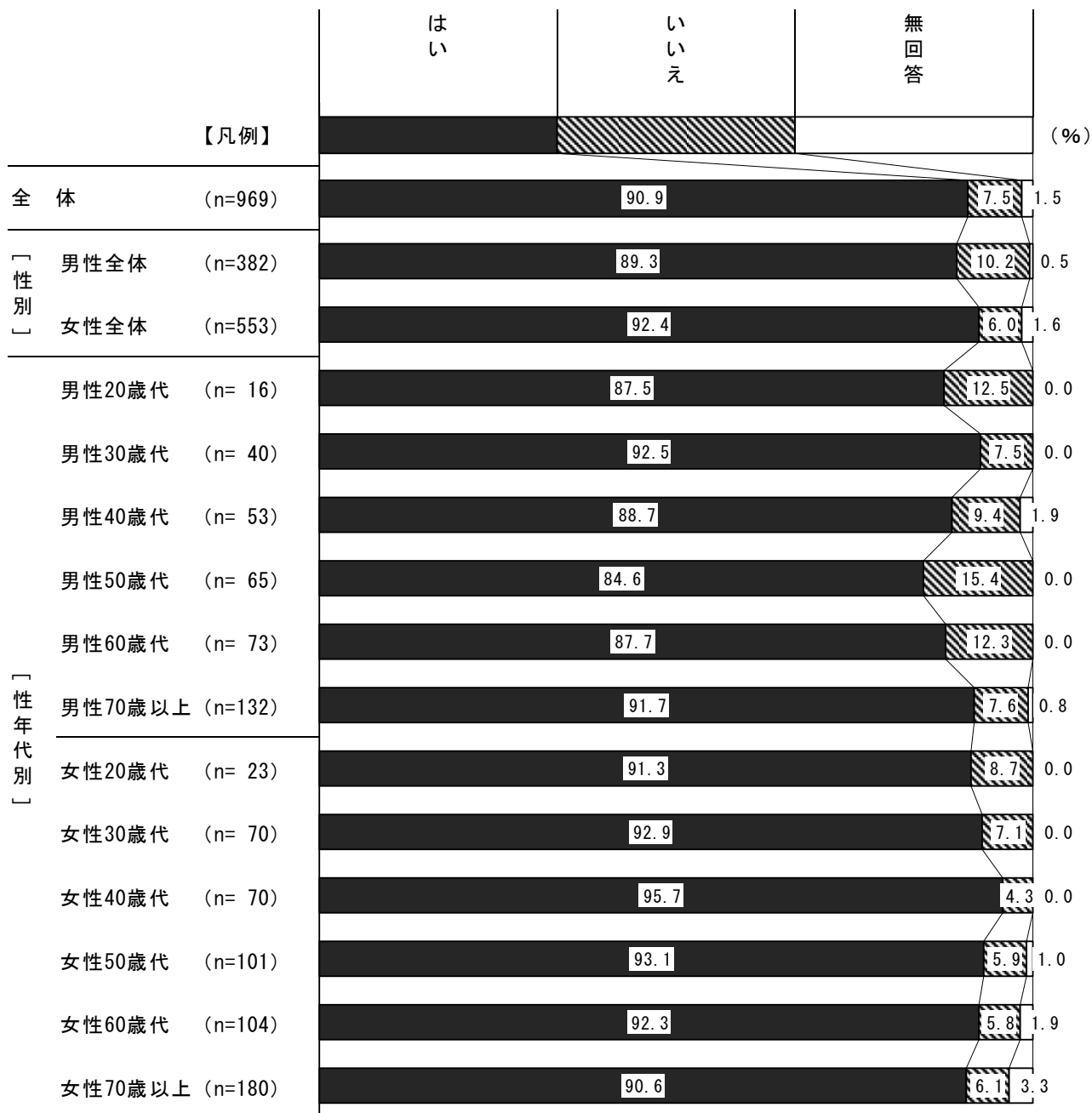
問 32 あなたは、受動喫煙*の健康への影響について知っていますか。(〇は1つ)

※受動喫煙：自分とはたばこを吸わないのに、他の人のたばこの煙を吸うこと。

「はい」が90.9%、「いいえ」が7.5%となっている。

性別にみると、「はい」が男女とも9割前後を占め、大きな差はみられない。

性年代別にみると、「はい」は男女すべての年代で8割を超える。



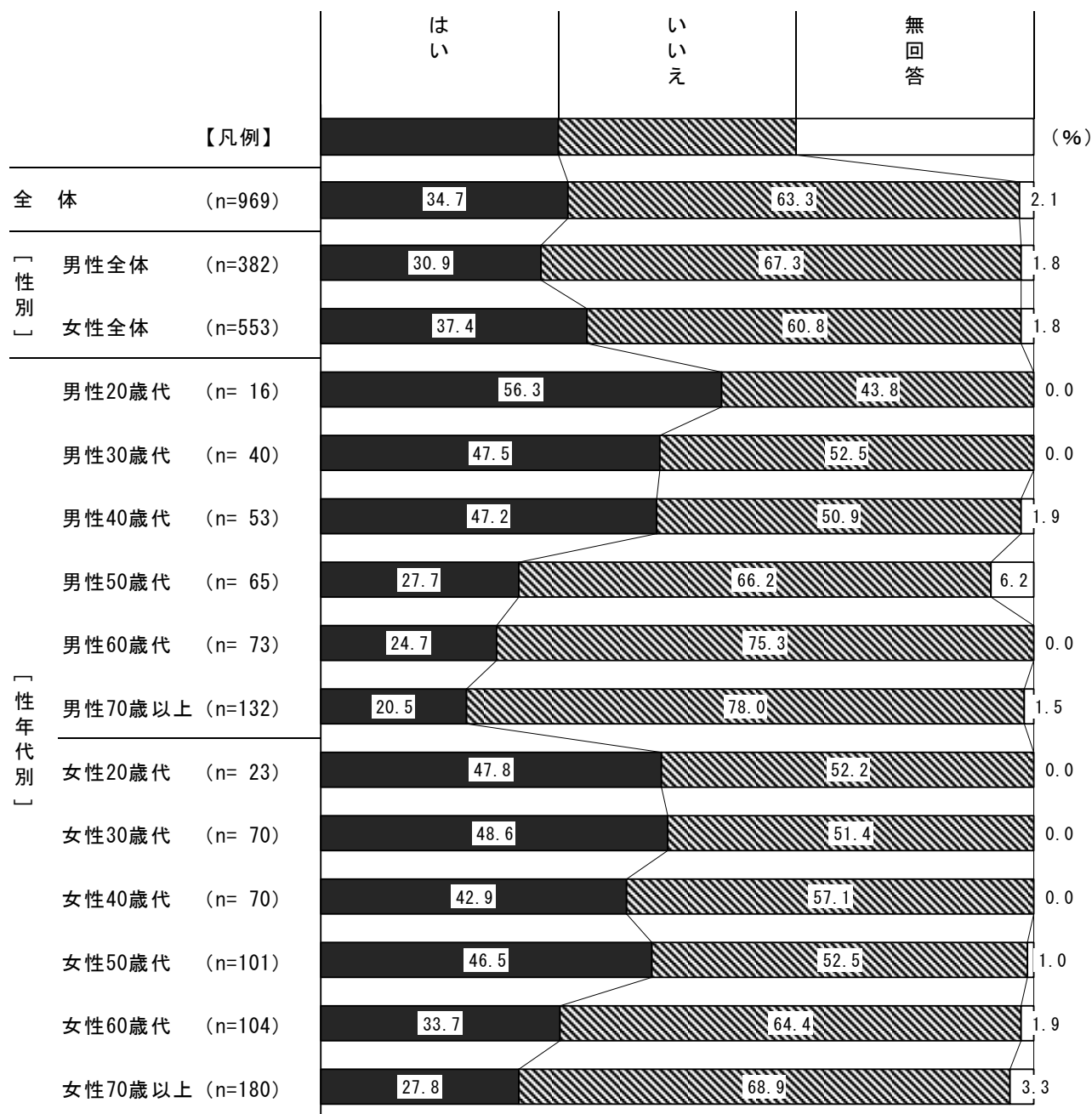
問 33 あなた自身は、受動喫煙を受けていますか。または、被害を受けたことがありますか。

(○は1つ)

「いいえ」が63.3%、「はい」が34.7%となっている。

性別にみると、「はい」は女性が37.4%と、男性に比べてやや多い。

性年代別にみると、「いいえ」が男性20歳代を除き5割以上を占め、男性60歳以上は7割台と、他の年代に比べて多い。一方、男性20歳代は「はい」が56.3%と「いいえ」を上回り、男性30～40歳代、女性20～50歳代も「はい」が4割台となっている。



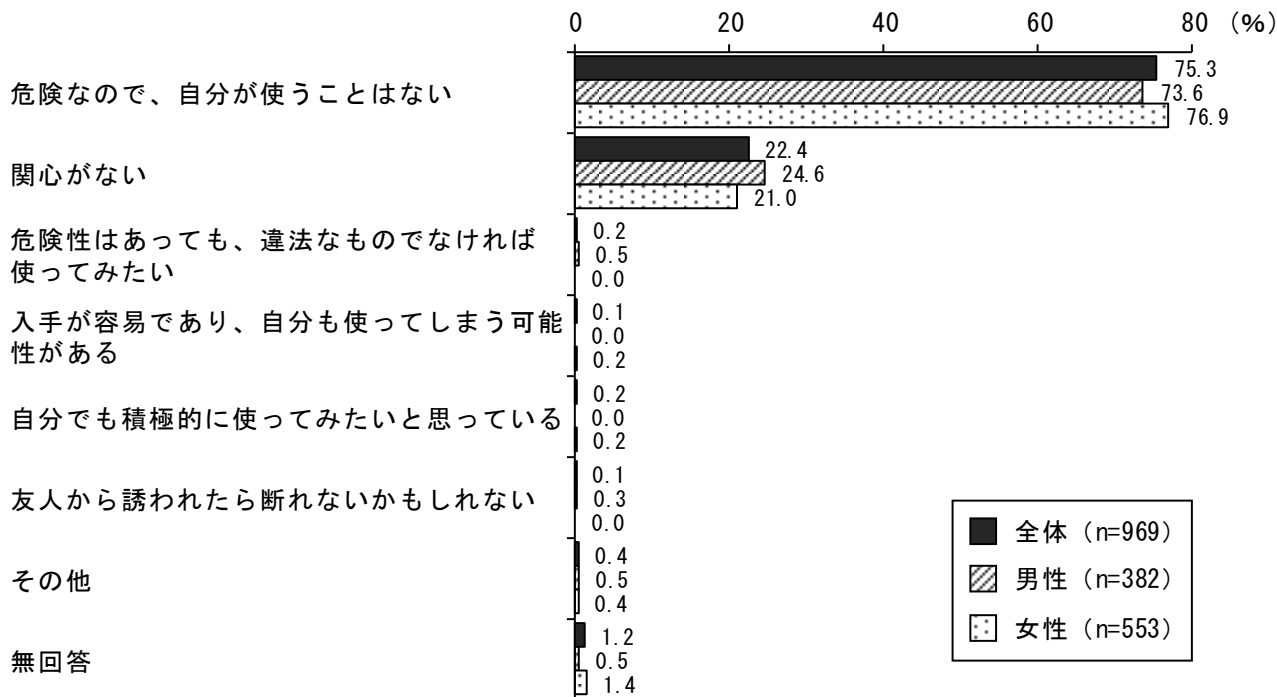
6 薬物について

問 34 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75.3%と最も多く、次いで「関心がない」が22.4%、他は1%未満となっている。

性別にみると、男女とも「危険なので、自分が使うことはない」が7割台、「関心がない」が2割台と、大きな差はみられない。

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



単位 (%)	サンプル数 (人)	危険なことではない、自分が使う	関心がない	危険性はあっても、違法なものでなければ使ってみたい	入手が容易であり、自分も使ってしまいう可能性がある	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	969	75.3	22.4	0.2	0.1	0.2	0.1	0.4	1.2	
「性年代別」	男性20歳代	16	56.3	43.8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	男性30歳代	40	80.0	15.0	0.0	0.0	0.0	2.5	2.5	0.0
	男性40歳代	53	64.2	32.1	0.0	0.0	0.0	0.0	1.9	1.9
	男性50歳代	65	67.7	27.7	3.1	0.0	0.0	0.0	0.0	1.5
	男性60歳代	73	78.1	21.9	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	男性70歳以上	132	78.0	22.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	女性20歳代	23	78.3	21.7	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	女性30歳代	70	77.1	20.0	0.0	1.4	1.4	0.0	0.0	0.0
	女性40歳代	70	75.7	24.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	女性50歳代	101	81.2	18.8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	女性60歳代	104	76.0	20.2	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	2.9
	女性70歳以上	180	75.0	21.7	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	2.8

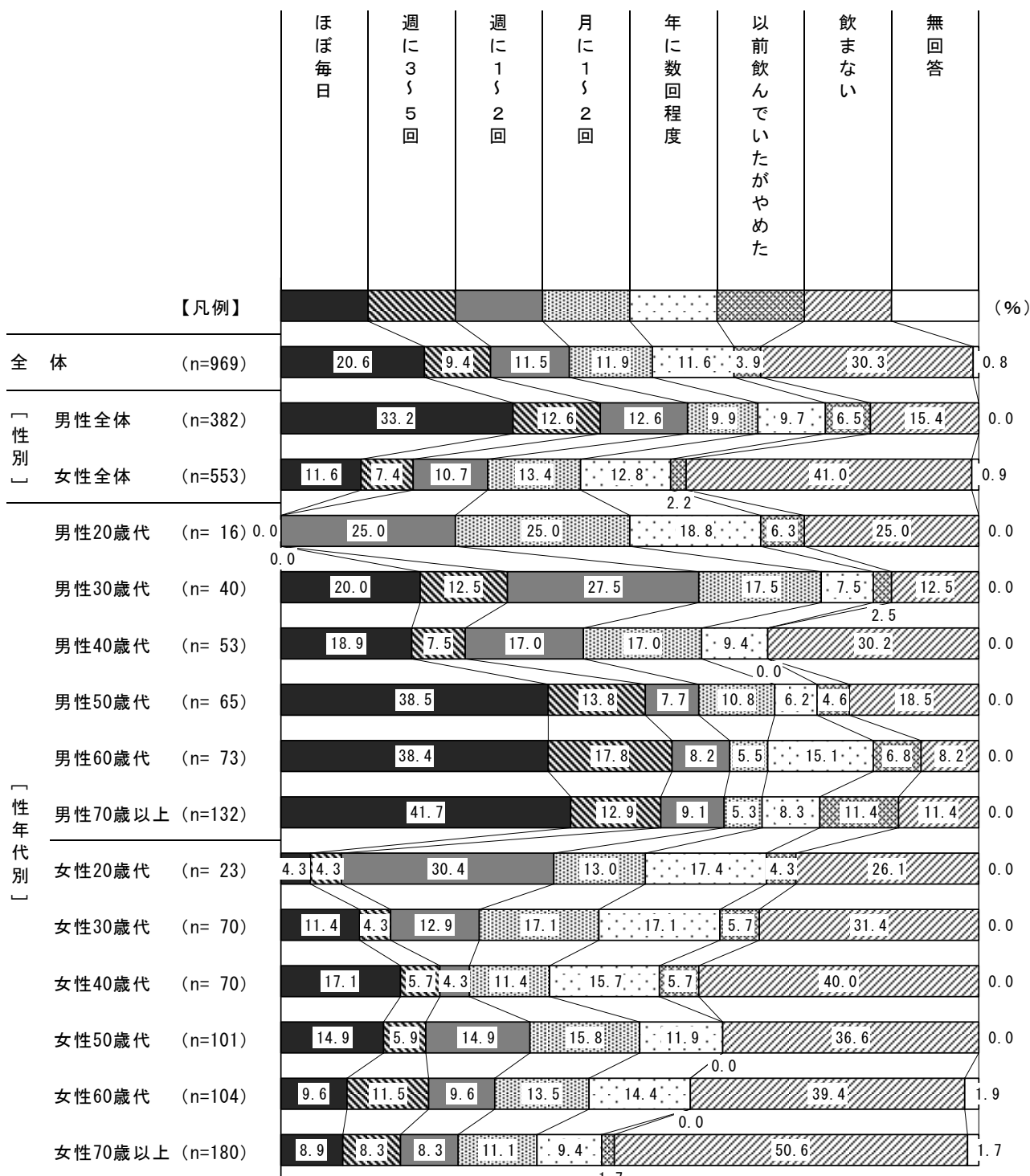
7 飲酒について

問 35 あなたは、お酒を飲みますか。(〇は1つ)

「飲まない」が30.3%と最も多く、次いで「ほぼ毎日」が20.6%、「月に1～2回」が11.9%となっている。

性別にみると、男性は「ほぼ毎日」が33.2%、女性は「飲まない」が41.0%で最も多く、それぞれ他方に比べて2割以上多い。男性は「週に3～5回」「週に1～2回」「月に1～2回」「年に数回程度」「以前飲んでいたがやめた」も、女性に比べて多い。

性年代別にみると、「ほぼ毎日」は男性50歳～70歳代で4割前後と、最も多い。



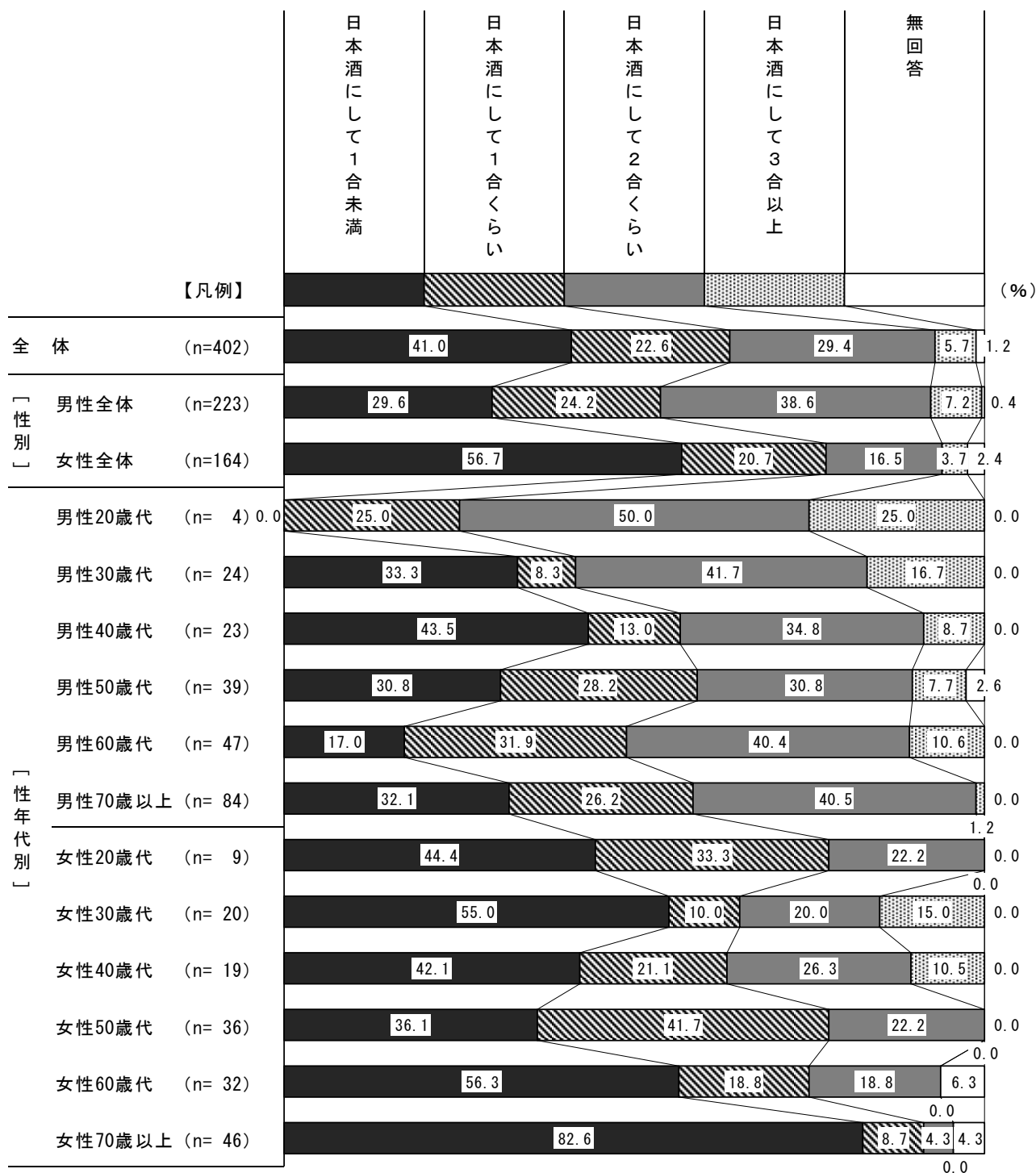
問 35 で「1」～「3」と回答した方にお聞きします。

問 35-1 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。（○は1つ）

「日本酒にして1合未満」が41.0%と最も多く、次いで「日本酒にして2合くらい」が29.4%、「日本酒にして1合くらい」が22.6%となっている。

性別にみると、男性は「日本酒にして2合くらい」が38.6%、女性は「日本酒にして1合未満」が56.7%で最も多く、それぞれ他方に比べて2割以上多い。



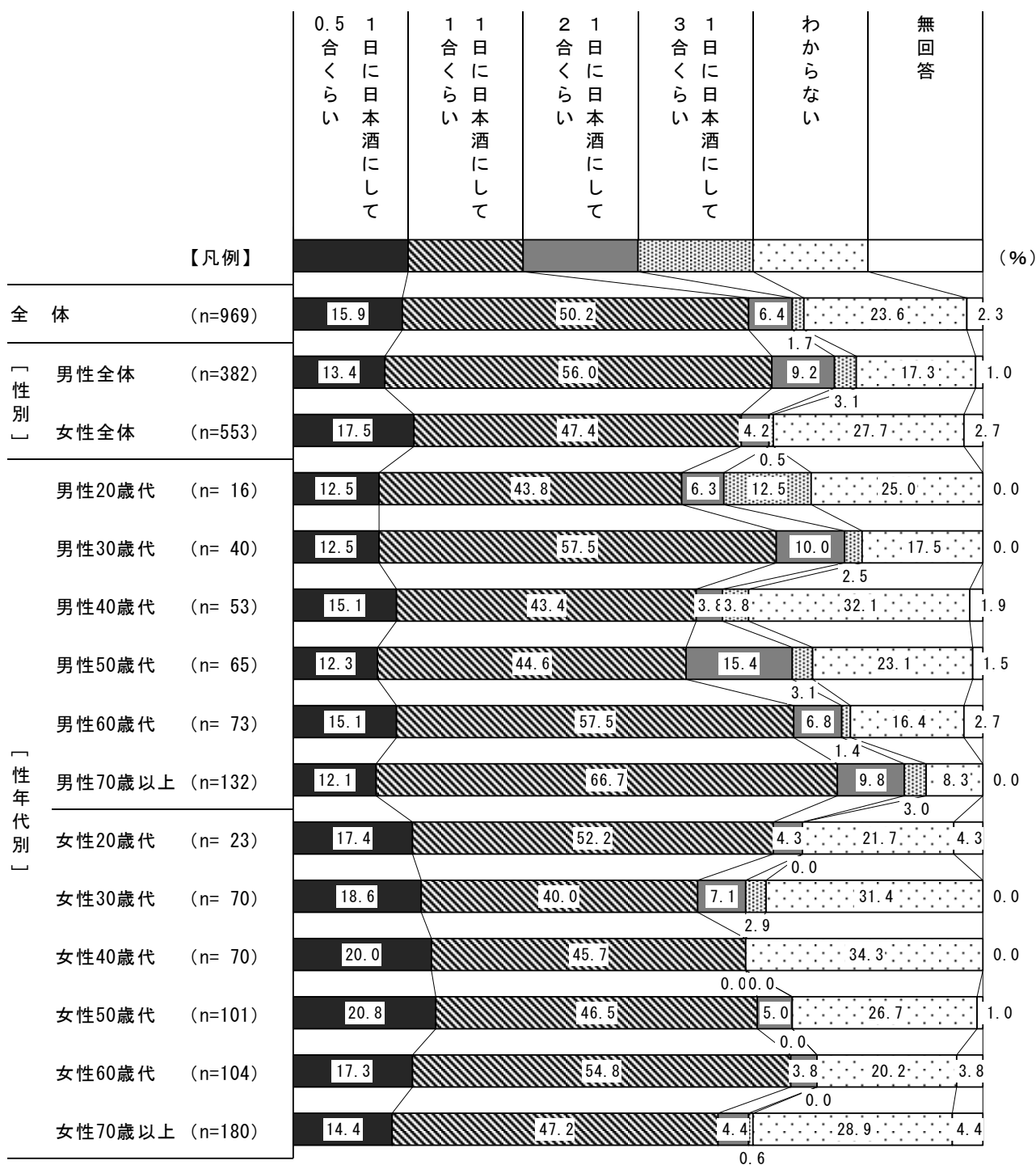
ここからは、すべての方にお聞きします。

問 36 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50.2%と最も多く、次いで「1日に日本酒にして0.5合くらい」が15.9%、「1日に日本酒にして2合くらい」が6.4%となっている。

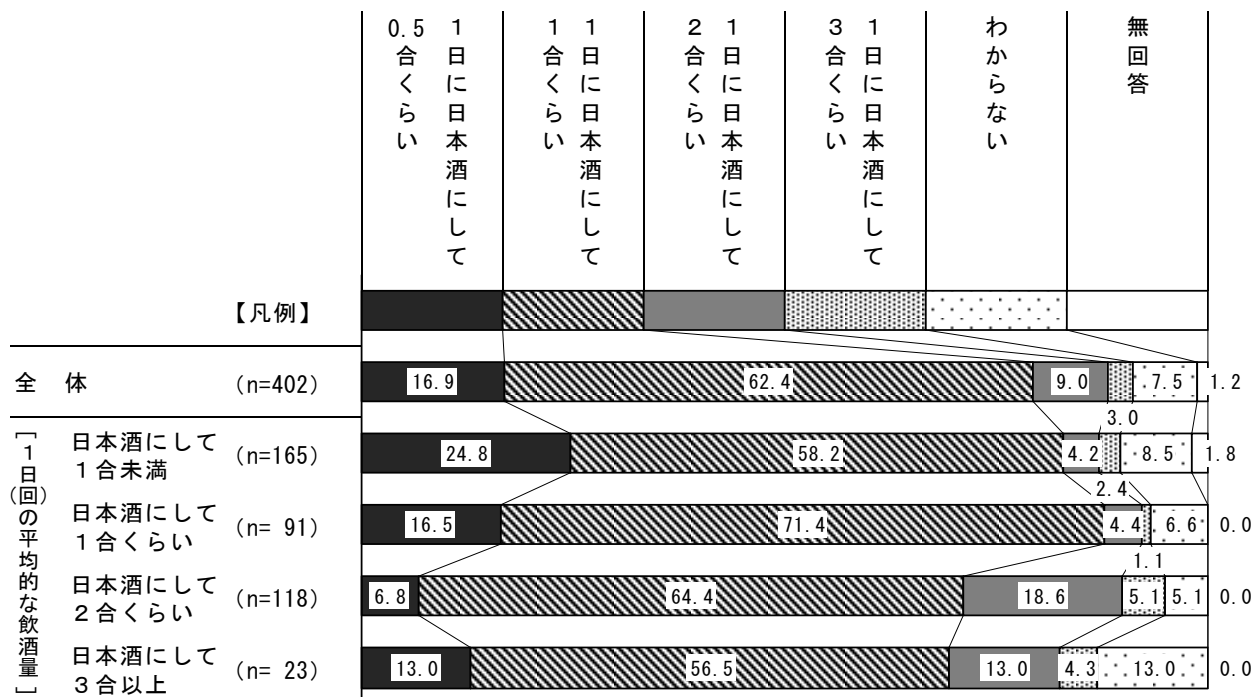
性別にみると、男女とも順位は全体と共通で、「1日に日本酒にして1合くらい」が最も多く、男性は56.0%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、「1日に日本酒にして1合くらい」が男女すべての年代で最も多い。「わからない」は男性40歳代、女性30～40歳代で3割台を占め、他の年代に比べて多い。



◆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

いずれも「1日に日本酒にして1合くらい」が過半数を占める。平均的な飲酒量が1合未満の人は「1日に日本酒にして0.5合くらい」が2割を超えるが、2合程度の方は6.8%と2割近く少ない。また、平均的な飲酒量が2合以上の方は「1日に日本酒にして3合くらい」が1割を超える。

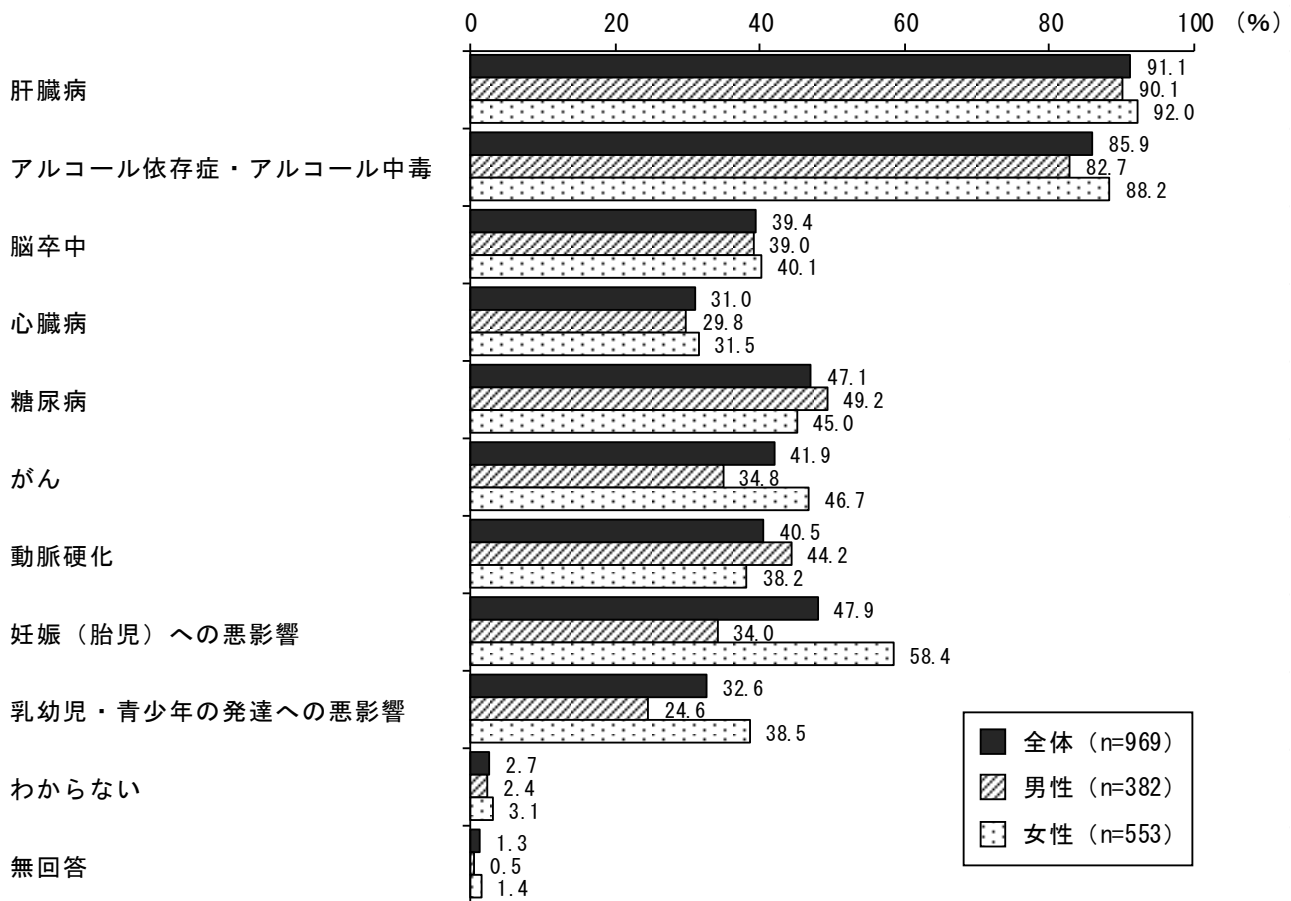


問 37 次のうち、多量の飲酒を長期間続けることで影響が出ると思うものを選んでください。

(あてはまるものすべてに○)

「肝臓病」が91.1%と最も多く、次いで「アルコール依存症・アルコール中毒」が85.9%、「妊娠（胎児）への悪影響」が47.9%となっている。

性別にみると、「肝臓病」が9割を超え最も多く、「アルコール依存症・アルコール中毒」が8割台で続く。後者は女性で88.2%と、男性に比べて多い。女性は「妊娠（胎児）への悪影響」「がん」「乳幼児・青少年の発達への悪影響」なども、男性を上回る。



単位 (%)	サンプル数 (人)	肝臓病	アルコール依存症・アルコール中毒	脳卒中	心臓病	糖尿病	がん	動脈硬化	悪影響（胎児）への	乳幼児・青少年の発達への悪影響	わからない	無回答	
全体	969	91.1	85.9	39.4	31.0	47.1	41.9	40.5	47.9	32.6	2.7	1.3	
〔性年代別〕	男性20歳代	16	93.8	81.3	37.5	25.0	50.0	18.8	37.5	43.8	31.3	0.0	0.0
	男性30歳代	40	90.0	90.0	30.0	30.0	47.5	40.0	47.5	60.0	47.5	2.5	0.0
	男性40歳代	53	83.0	84.9	37.7	22.6	47.2	26.4	47.2	45.3	28.3	1.9	1.9
	男性50歳代	65	84.6	75.4	40.0	24.6	36.9	33.8	32.3	29.2	20.0	6.2	0.0
	男性60歳代	73	95.9	83.6	42.5	31.5	60.3	39.7	46.6	32.9	23.3	1.4	1.4
	男性70歳以上	132	91.7	82.6	39.4	34.8	50.8	34.8	47.0	23.5	18.2	1.5	0.0
	女性20歳代	23	87.0	95.7	34.8	21.7	43.5	43.5	39.1	73.9	47.8	4.3	0.0
	女性30歳代	70	94.3	92.9	41.4	30.0	38.6	50.0	44.3	72.9	50.0	1.4	0.0
	女性40歳代	70	95.7	94.3	45.7	41.4	54.3	58.6	45.7	72.9	50.0	1.4	0.0
	女性50歳代	101	95.0	84.2	29.7	30.7	40.6	42.6	31.7	53.5	34.7	3.0	1.0
	女性60歳代	104	93.3	91.3	43.3	28.8	42.3	36.5	29.8	53.8	29.8	1.9	1.9
	女性70歳以上	180	88.3	83.9	41.7	31.1	47.8	48.9	40.6	51.1	35.6	5.0	2.2

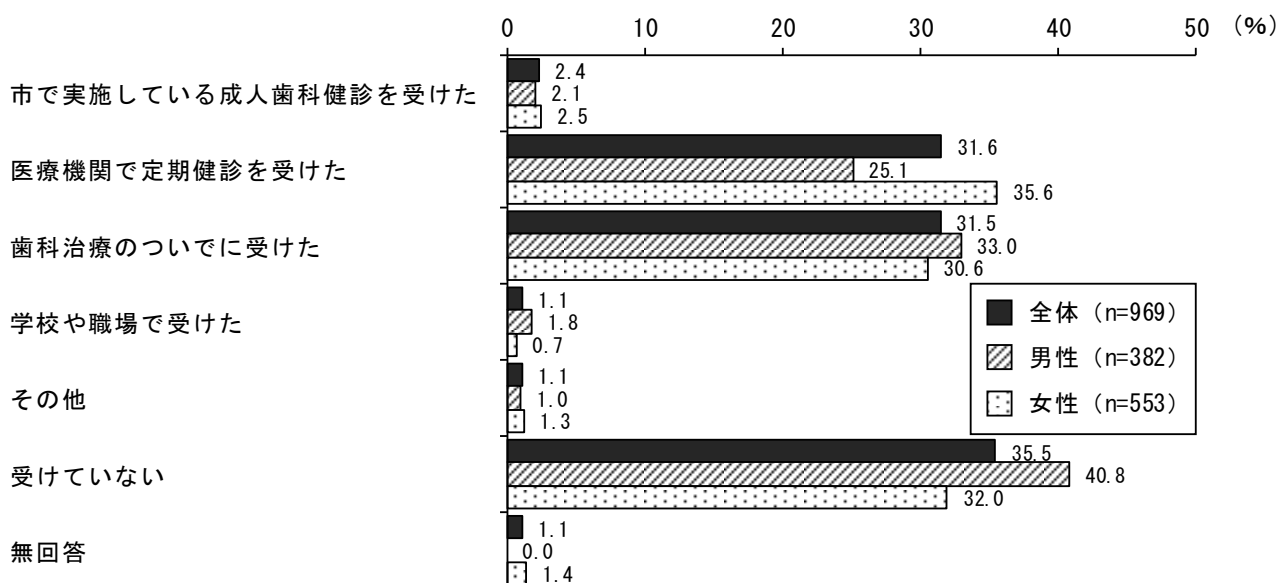
8 歯や口の健康について

問 38 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○)

受けたと回答した中では、「医療機関で定期健診を受けた」が 31.6%と最も多く、次いで「歯科治療のついでに受けた」が 31.5%、「市で実施している成人歯科健診を受けた」が 2.4%となっている。一方、「受けていない」は 35.5%となっている。

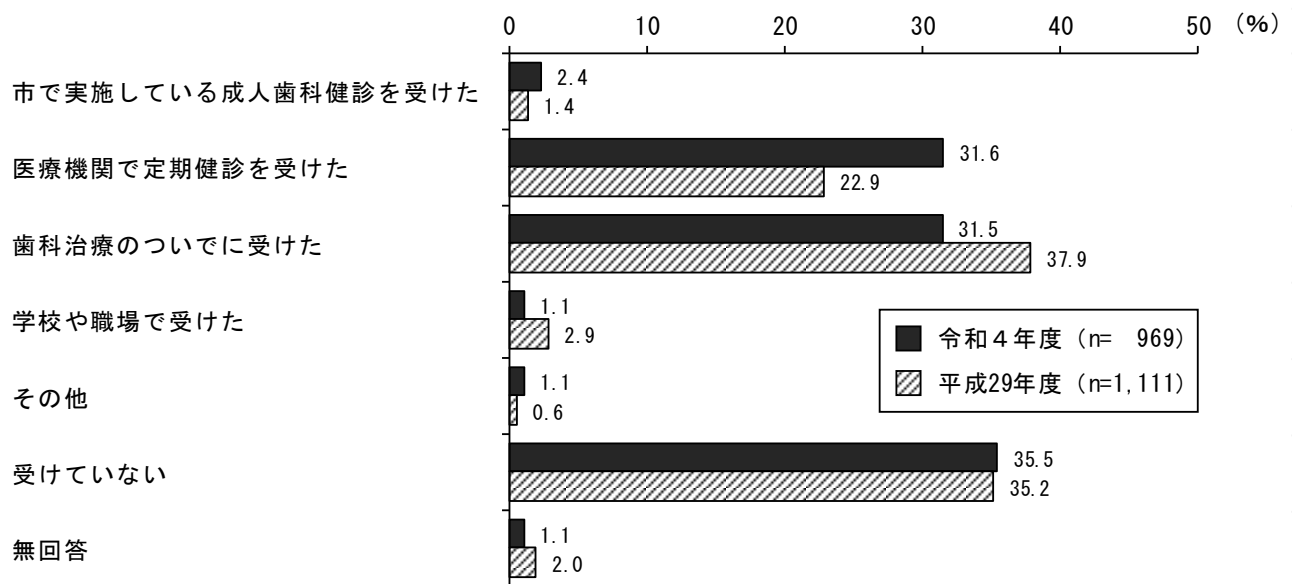
性別にみると、男性は「歯科治療のついでに受けた」が 33.0%、女性は「医療機関で定期健診を受けた」が 35.6%で最も多い。一方、「受けていない」は男性が 40.8%と、女性に比べて多い。



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	969	2.4	31.6	31.5	1.1	1.1	35.5	1.1	
〔性年代別〕	男性20歳代	16	0.0	18.8	31.3	0.0	0.0	50.0	0.0
	男性30歳代	40	2.5	15.0	30.0	0.0	0.0	52.5	0.0
	男性40歳代	53	1.9	24.5	35.8	3.8	0.0	37.7	0.0
	男性50歳代	65	1.5	18.5	27.7	6.2	3.1	49.2	0.0
	男性60歳代	73	0.0	30.1	37.0	1.4	0.0	38.4	0.0
	男性70歳以上	132	3.8	30.3	32.6	0.0	1.5	34.8	0.0
	女性20歳代	23	0.0	21.7	30.4	0.0	0.0	47.8	0.0
	女性30歳代	70	0.0	28.6	27.1	1.4	2.9	40.0	0.0
	女性40歳代	70	1.4	30.0	30.0	1.4	0.0	42.9	0.0
	女性50歳代	101	3.0	32.7	27.7	2.0	2.0	36.6	0.0
	女性60歳代	104	2.9	37.5	32.7	0.0	1.0	27.9	1.9
女性70歳以上	180	3.9	42.8	31.7	0.0	1.1	23.3	3.3	

◆前回調査との比較

前回の調査結果と比較すると、「医療機関で定期健診を受けた」が8.7ポイント増加する一方、「歯科治療のついでに受けた」は6.4ポイント減少した。「受けていない」は同程度となっている。



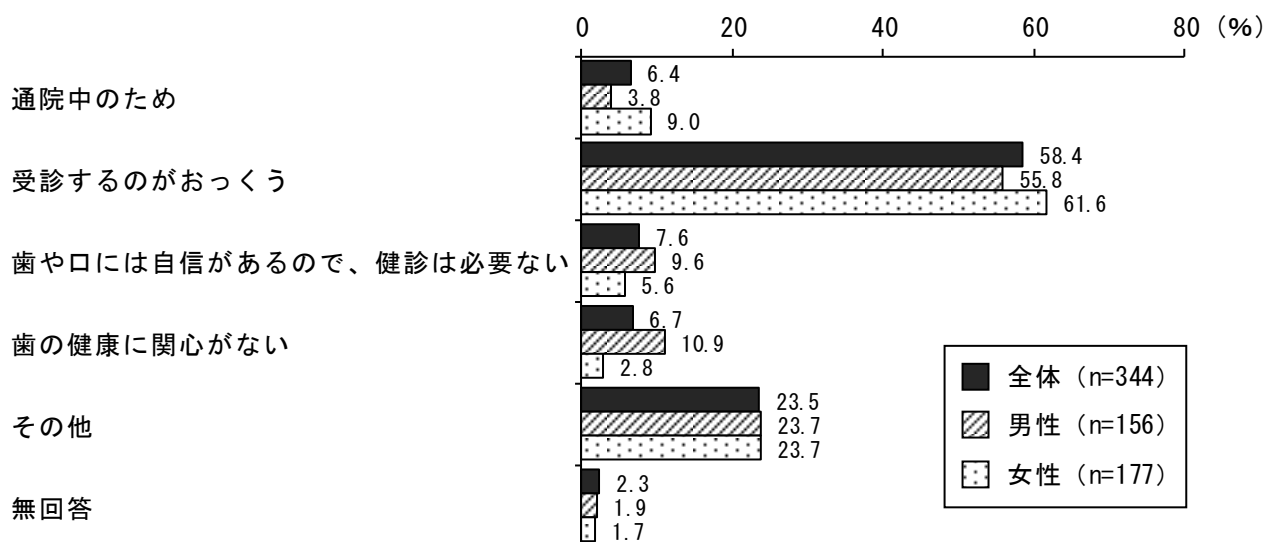
問 38 で「6 受けていない」と回答した方にお聞きします。

問 38-1 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 58.4%と最も多く、次いで「歯や口には自信があるので、健診は必要ない」が 7.6%、「歯の健康に関心がない」が 6.7%となっている。

性別にみると、「受診するのがおっくう」が男女とも 5 割を超え最も多く、女性は 61.6%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「受診するのがおっくう」は男女すべての年代で最も多く、20～50 歳代で 5 割を超える。



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	344	6.4	58.4	7.6	6.7	23.5	2.3	
〔性年代別〕	男性20歳代	8	0.0	62.5	12.5	12.5	12.5	0.0
	男性30歳代	21	0.0	57.1	9.5	9.5	28.6	0.0
	男性40歳代	20	0.0	75.0	5.0	0.0	25.0	5.0
	男性50歳代	32	0.0	65.6	3.1	18.8	15.6	3.1
	男性60歳代	28	10.7	39.3	10.7	10.7	32.1	3.6
	男性70歳以上	46	6.5	47.8	15.2	10.9	23.9	0.0
	女性20歳代	11	0.0	72.7	0.0	9.1	18.2	0.0
	女性30歳代	28	3.6	82.1	0.0	0.0	21.4	0.0
	女性40歳代	30	6.7	66.7	6.7	0.0	23.3	3.3
	女性50歳代	37	5.4	64.9	0.0	2.7	29.7	0.0
	女性60歳代	29	10.3	48.3	10.3	0.0	34.5	0.0
	女性70歳以上	42	19.0	47.6	11.9	7.1	14.3	4.8

◆「その他」回答の内訳

「現状不都合がない、痛みがない」16件、「時間がない、忙しい」12件、「コロナのため」10件、「歯がない、入れ歯のため」9件、「きっかけがない」4件、「お金がかかる」4件、他 15件

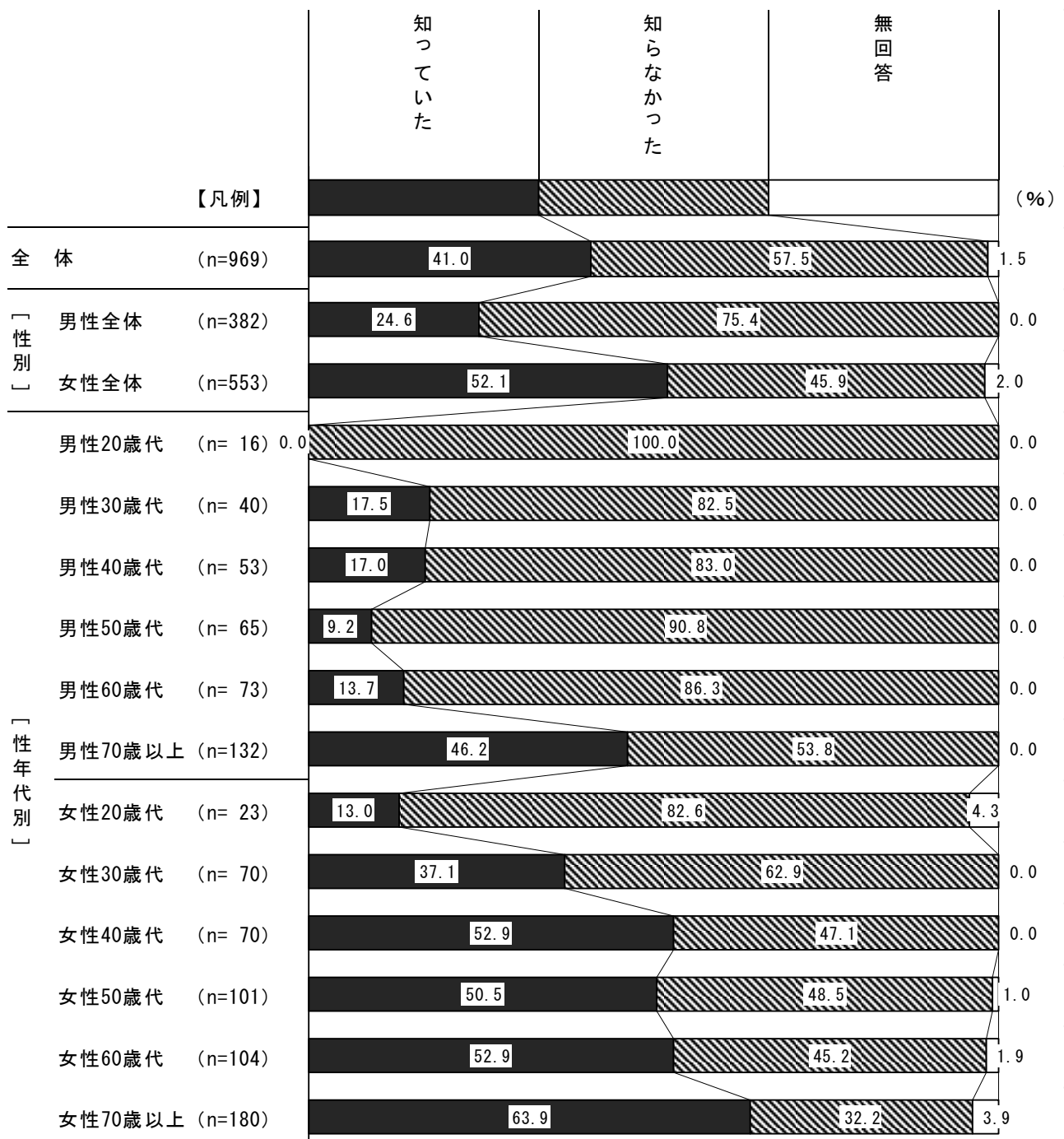
ここからは、すべての方にお聞きします。

問 39 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57.5%、「知っていた」が41.0%となっている。

性別にみると、「知っていた」は女性が52.1%、男性が24.6%と、女性が男性に比べて多い。

性年代別にみると、「知っていた」は男性は70歳以上が46.2%、それ以外は2割未満となっている。



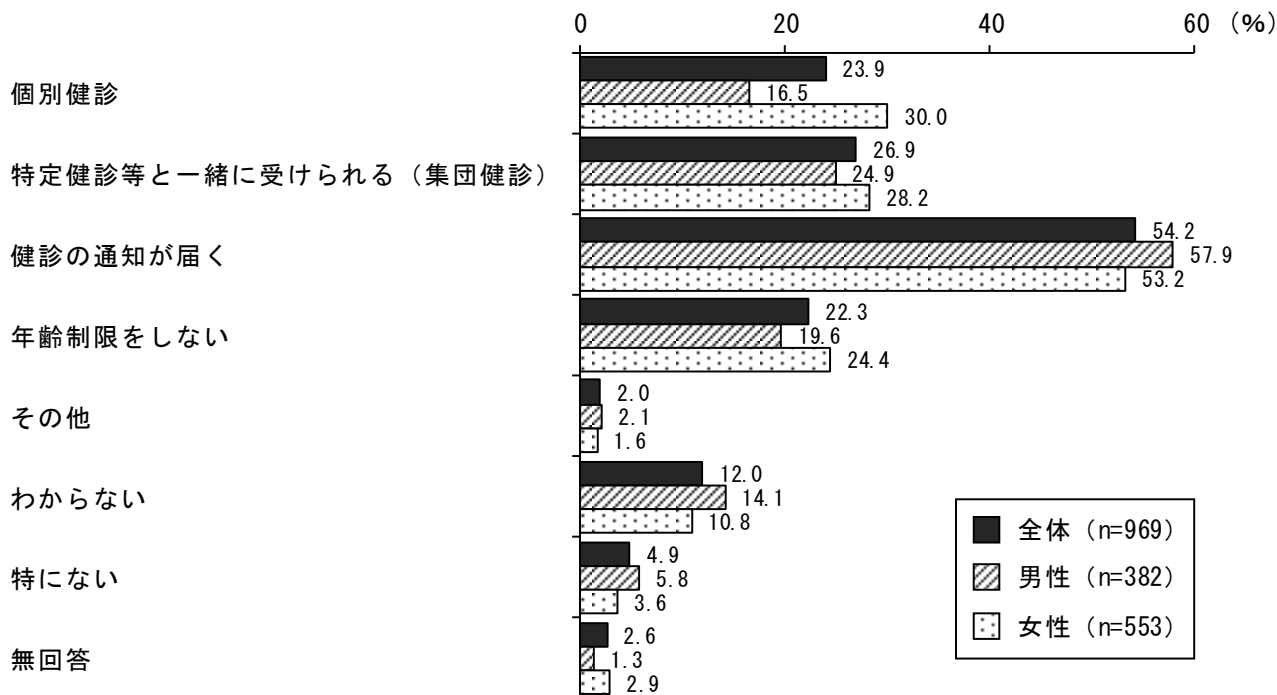
問 40 成人歯科健診が受けやすくなるためには、どのような方法が必要だと思いますか。

(あてはまるものすべてに○)

「健診の通知が届く」が 54.2%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 26.9%、「個別健診」が 23.9%となっている。

性別にみると、「健診の通知が届く」が男女とも5割を超え最も多い。女性は「個別健診」が 30.0%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「健診の通知が届く」は男女すべての年代で最も多い。



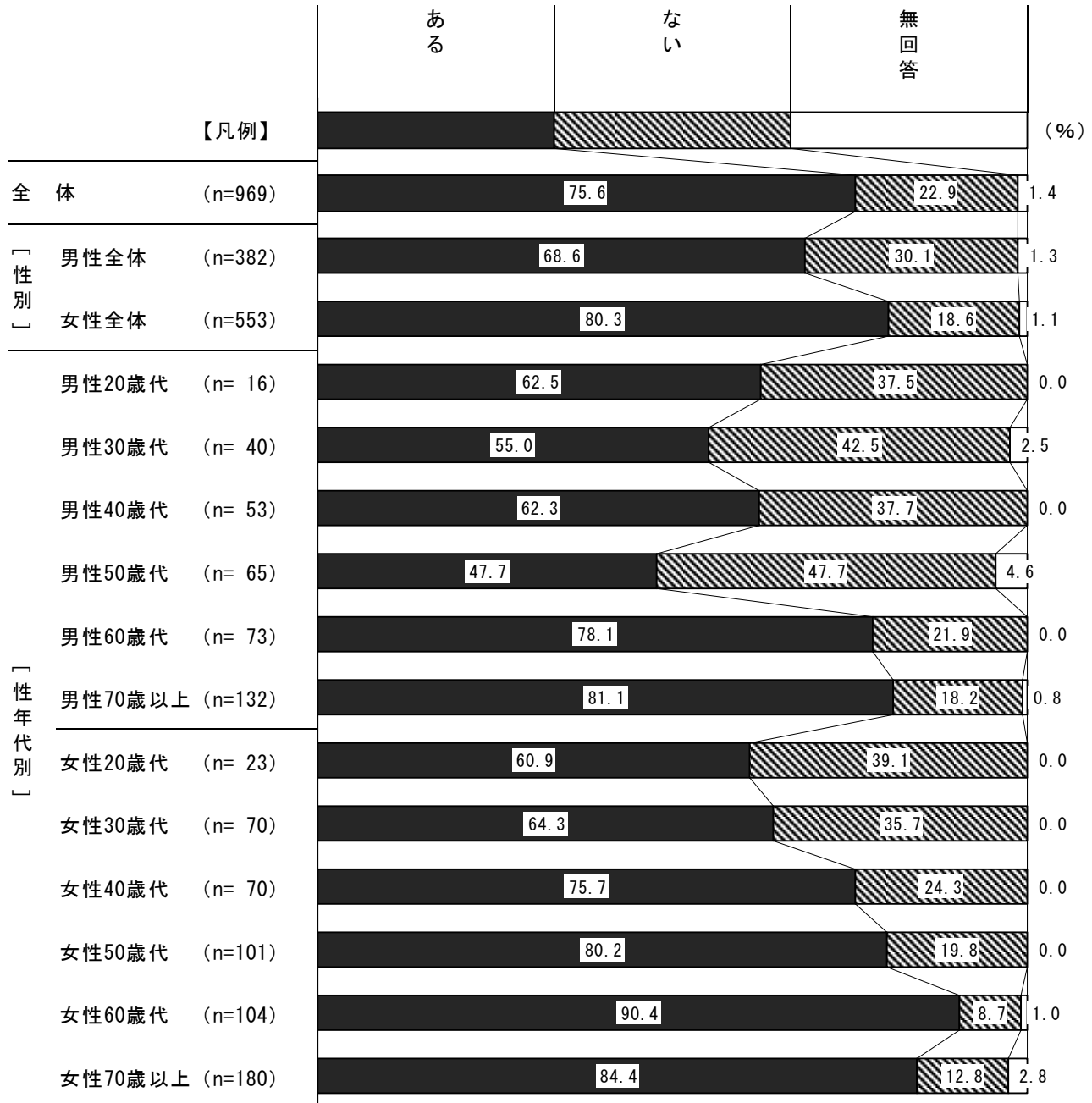
単位 (%)	(サンプル数)	個別健診	特定健診等と一緒に受けられる（集団健診）	健診の通知が届く	年齢制限をしない	その他	わからない	特にない	無回答	
全体	969	23.9	26.9	54.2	22.3	2.0	12.0	4.9	2.6	
「性年代別」	男性20歳代	16	18.8	18.8	56.3	18.8	0.0	25.0	6.3	0.0
	男性30歳代	40	22.5	10.0	77.5	42.5	0.0	0.0	2.5	0.0
	男性40歳代	53	11.3	18.9	56.6	18.9	3.8	13.2	5.7	0.0
	男性50歳代	65	7.7	24.6	58.5	12.3	3.1	18.5	3.1	1.5
	男性60歳代	73	17.8	34.2	54.8	20.5	4.1	20.5	5.5	1.4
	男性70歳以上	132	20.5	26.5	53.8	15.9	0.8	11.4	8.3	2.3
	女性20歳代	23	26.1	21.7	56.5	30.4	0.0	13.0	4.3	0.0
	女性30歳代	70	28.6	24.3	67.1	28.6	4.3	5.7	4.3	1.4
	女性40歳代	70	27.1	38.6	67.1	35.7	2.9	4.3	2.9	0.0
	女性50歳代	101	33.7	28.7	64.4	27.7	0.0	7.9	1.0	2.0
	女性60歳代	104	25.0	27.9	43.3	16.3	1.0	19.2	5.8	4.8
	女性70歳以上	180	32.2	25.6	41.1	20.0	1.7	11.7	3.9	4.4

問 41 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75.6%、「ない」が22.9%となっている。

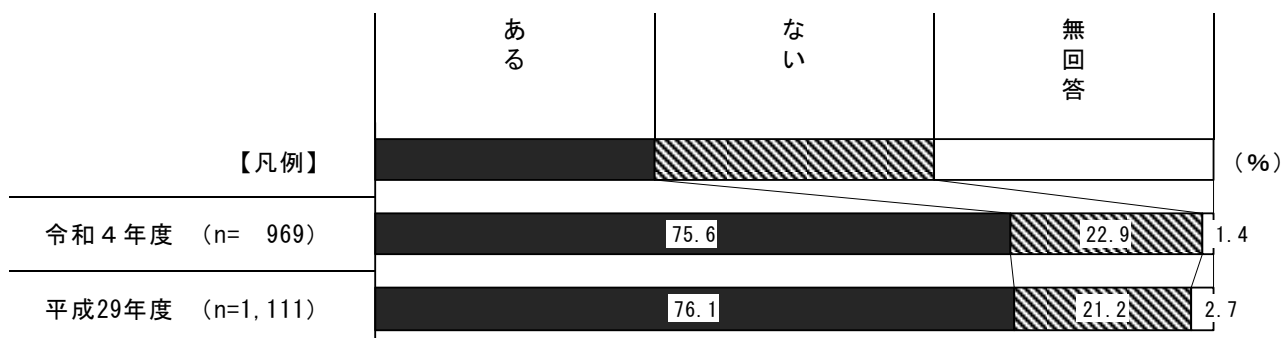
性別にみると、「ある」は男女とも6割を超え、女性は80.3%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「ある」は男性は60歳以上で8割前後を占め、20～50歳代に比べて多い。女性も20～60歳代にかけ「ある」が年齢と共に増加する傾向にある。



◆前回調査との比較

前回の調査結果と比較すると、「ある」は7割半ばで大きな違いは見られない。



問 42 現在、あなたの歯※は何本ありますか。(数字を記入)

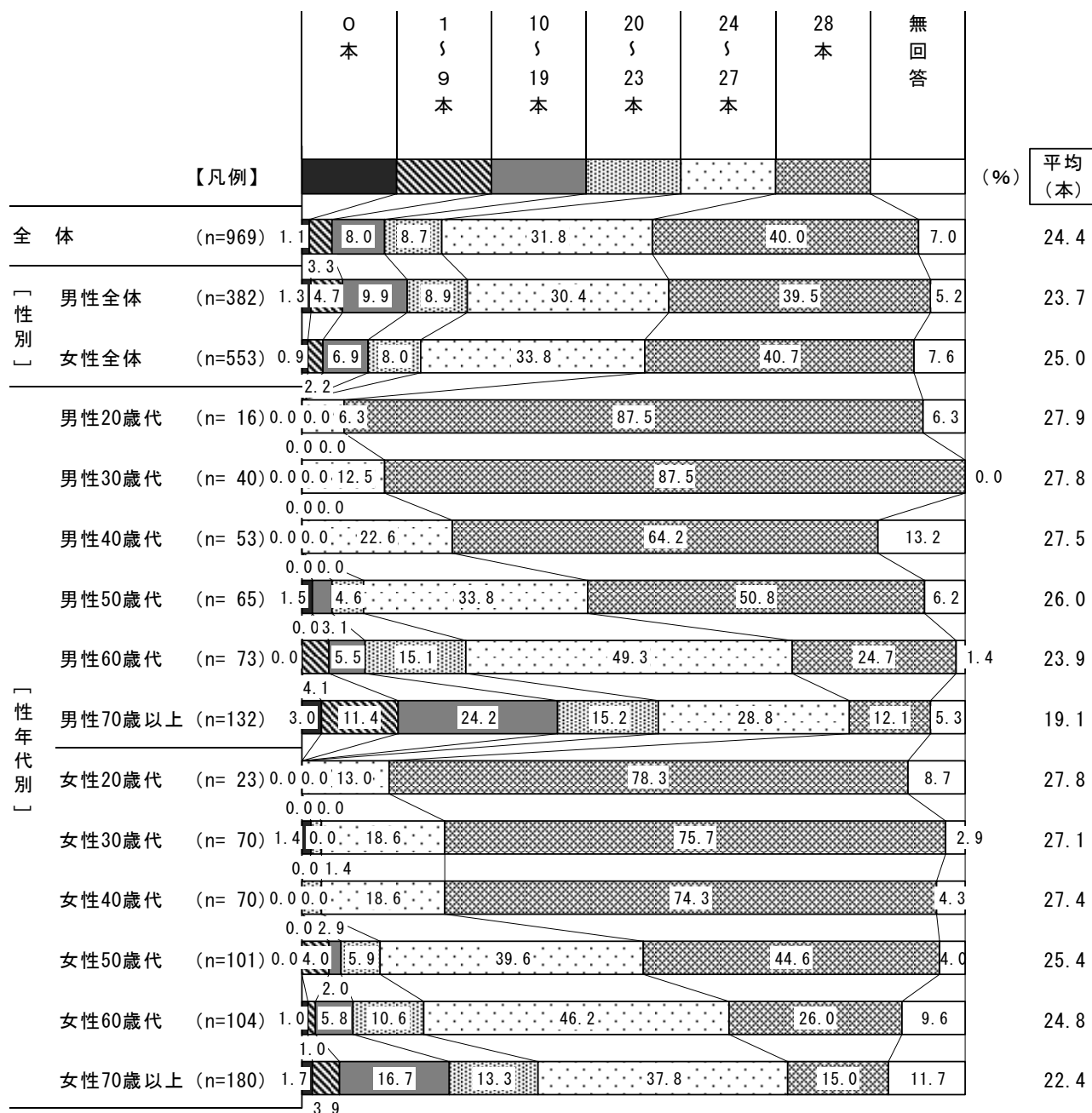
※永久歯は一般的には 28 本

※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。

「28 本」が 40.0%と最も多く、次いで「24～27 本」が 31.8%、「20～23 本」が 8.7%となっている。平均は 24.4 本となっている。

性別にみると、「28 本」が男女とも 4 割前後で最も多く、大きな差はみられない。平均は男性 23.7 本、女性 25.0 本となっている。

70 歳以上の平均は男性 19.1 本、女性 22.4 本となっている。



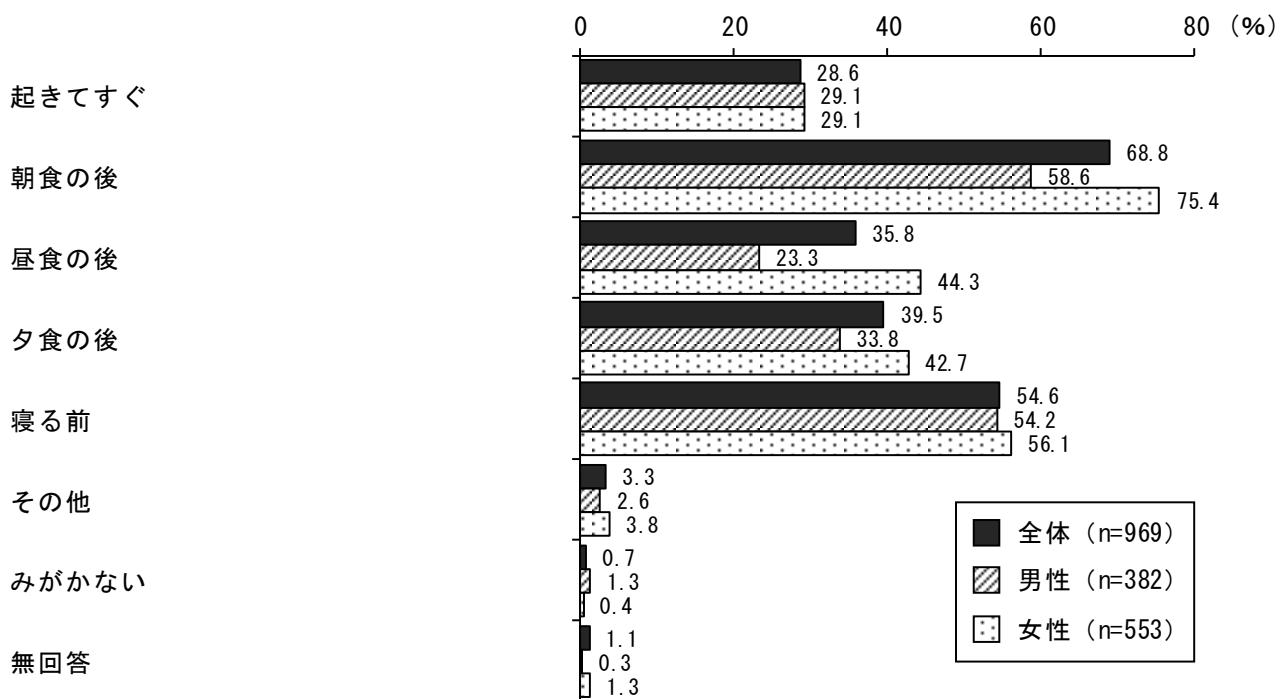
問 43 あなたは、いつ歯みがきをしていますか。(あてはまるものすべてに○)

※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68.8%と最も多く、次いで「寝る前」が54.6%、「夕食の後」が39.5%となっている。

性別にみると、「朝食の後」が男女とも5割を超え最も多く、女性は75.4%と、男性に比べて多い。女性は「昼食の後」「夕食の後」も4割台と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「朝食の後」は男女すべての年代で5割を超え、男女30歳代を除き最も多い。女性20歳代、40歳代は「朝食の後」が8割を超え、他の年代に比べて多い。

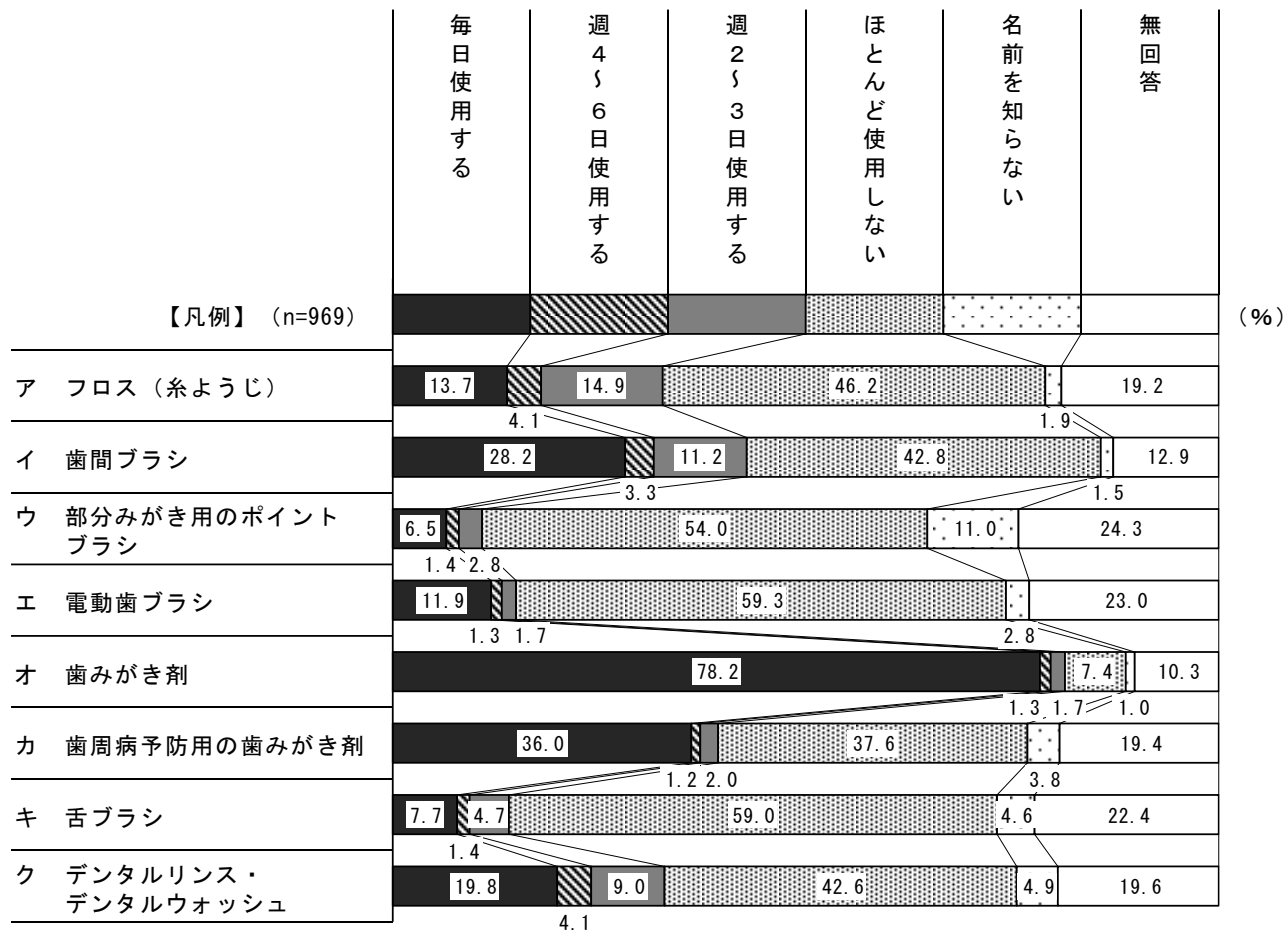


単位 (%)	(人) サンプル数	起きてすぐ	朝食の後	昼食の後	夕食の後	寝る前	その他	みがかない	無回答	
全 体	969	28.6	68.8	35.8	39.5	54.6	3.3	0.7	1.1	
「性年代別」	男性20歳代	16	25.0	68.8	37.5	37.5	68.8	0.0	0.0	0.0
	男性30歳代	40	30.0	50.0	17.5	30.0	62.5	2.5	0.0	0.0
	男性40歳代	53	30.2	56.6	15.1	28.3	47.2	3.8	1.9	1.9
	男性50歳代	65	29.2	60.0	16.9	30.8	58.5	0.0	1.5	0.0
	男性60歳代	73	34.2	64.4	23.3	30.1	61.6	2.7	1.4	0.0
	男性70歳以上	132	25.8	57.6	29.5	40.2	47.0	3.8	1.5	0.0
	女性20歳代	23	17.4	87.0	65.2	60.9	43.5	0.0	0.0	0.0
	女性30歳代	70	25.7	65.7	41.4	28.6	72.9	2.9	0.0	0.0
	女性40歳代	70	31.4	81.4	55.7	45.7	52.9	2.9	0.0	0.0
	女性50歳代	101	26.7	74.3	47.5	39.6	56.4	4.0	1.0	0.0
	女性60歳代	104	33.7	72.1	38.5	35.6	57.7	7.7	0.0	1.9
	女性70歳以上	180	30.6	77.2	40.6	50.6	50.6	2.8	0.6	2.8

問 44 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○は1つ)

「毎日使用する」でみると、「オ 歯みがき剤」が78.2%と最も多く、次いで「カ 歯周病予防用の歯みがき剤」が36.0%、「イ 歯間ブラシ」が28.2%となっている。一方、「ウ 部分みがき用のポイントブラシ」「エ 電動歯ブラシ」「キ 舌ブラシ」は「ほとんど使用しない」が5割を超えている。



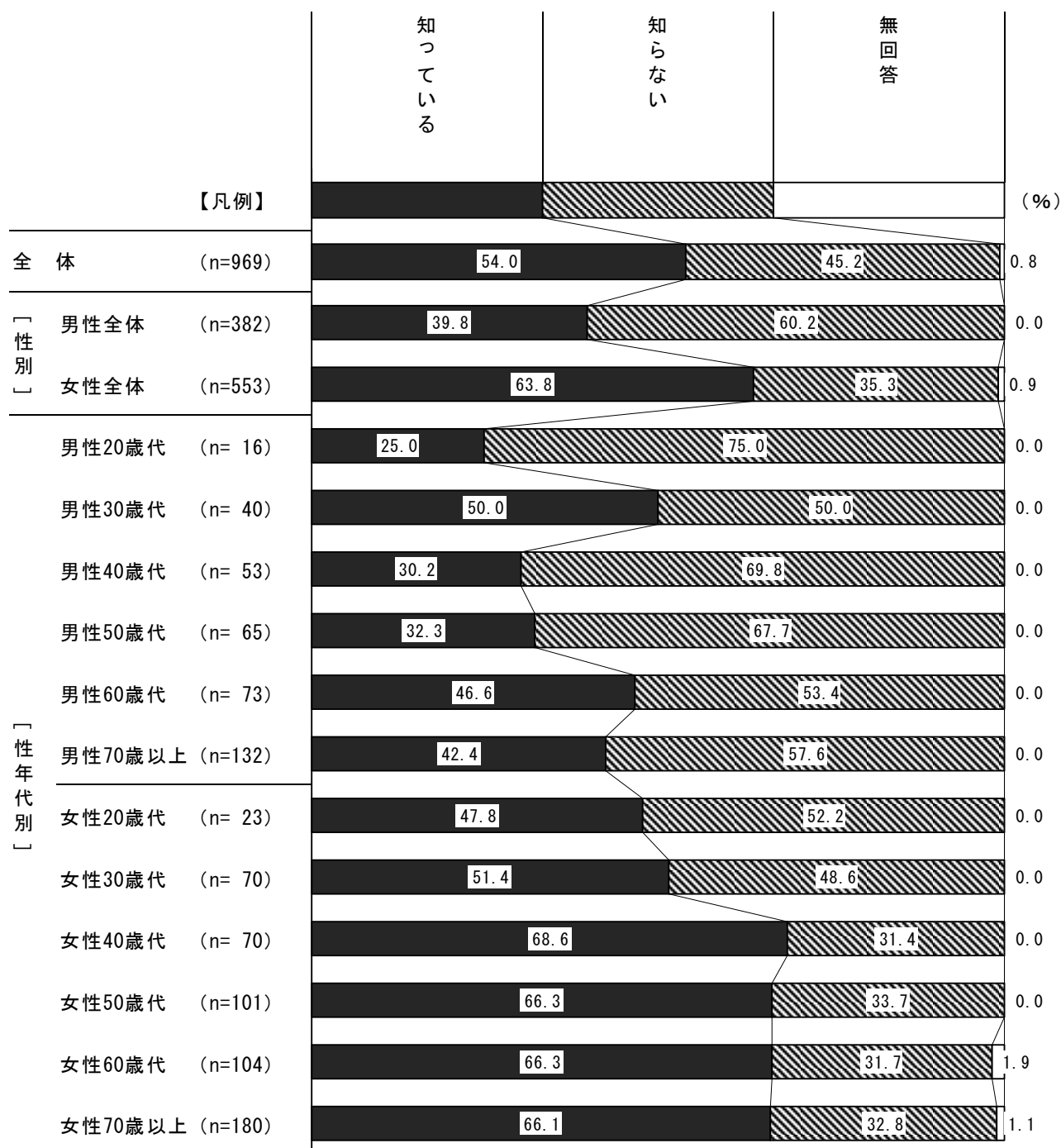
問 45 国では、歯の健康づくりに8020（ハチマルニイマル）運動*を推進していることをあなたは知っていますか。（○は1つ）

※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54.0%、「知らない」が45.2%となっている。

性別にみると、「知っている」は女性で63.8%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「知っている」は男女30歳代で5割台、女性40歳代以上で6割台となっている。一方、男性20歳代は「知っている」が25.0%、男性40～50歳代は3割台と、他の年代に比べて少ない。

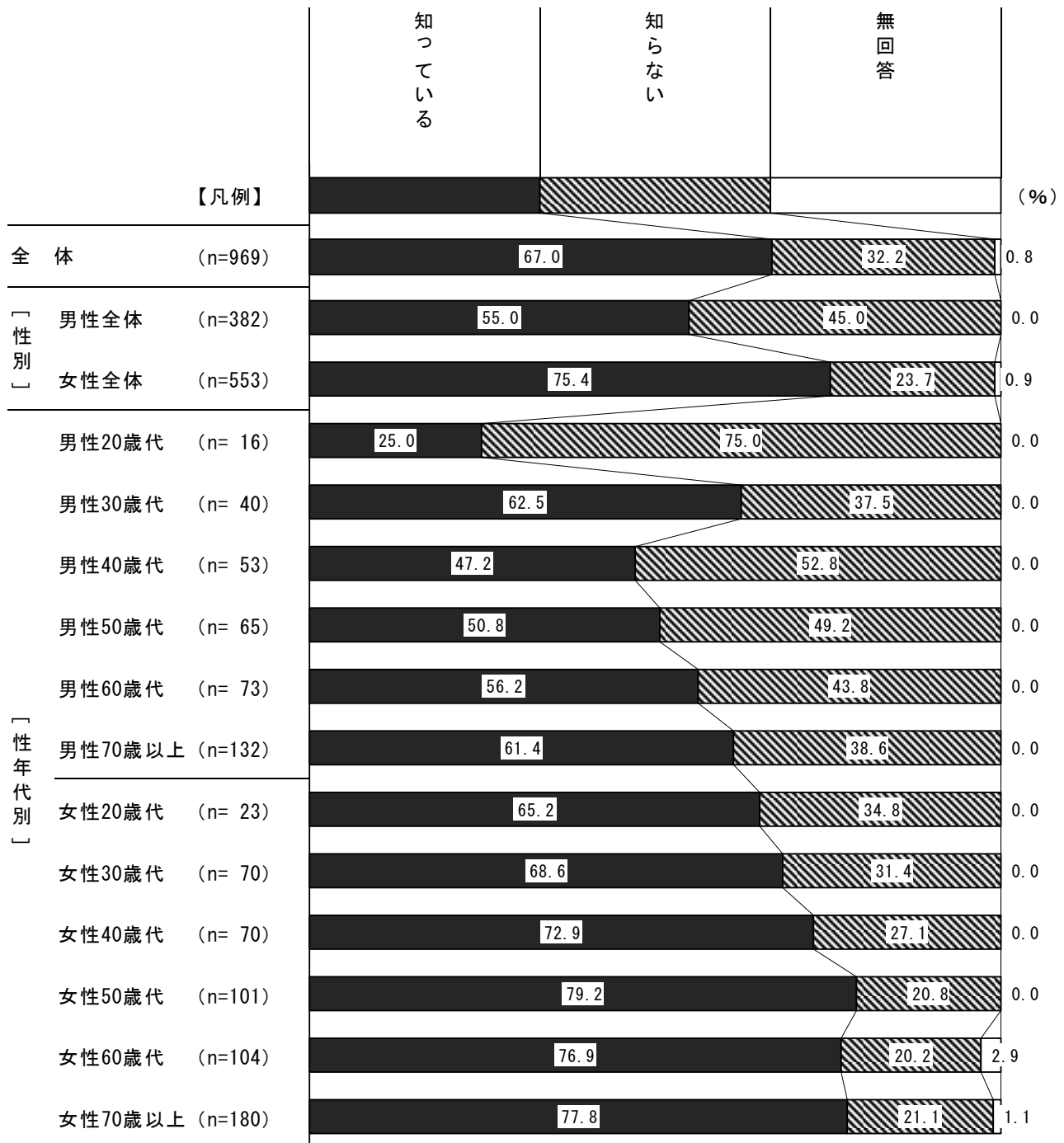


問 46 歯周病は、脳梗塞や心筋梗塞、糖尿病、誤嚥性肺炎、循環器疾患、早産など、多数の病気と関連しており、全身の健康と関係していることを知っていますか。(〇は1つ)

「知っている」が67.0%、「知らない」が32.2%となっている。

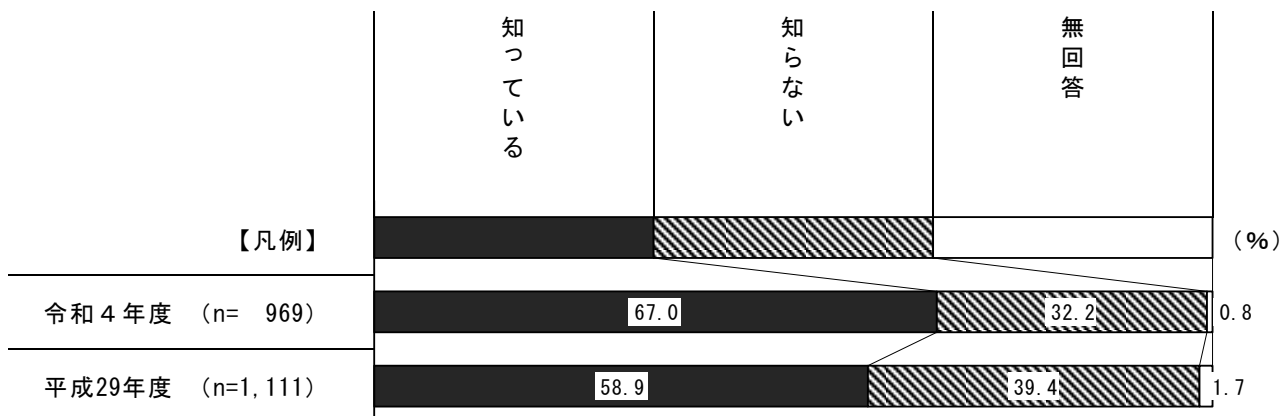
性別にみると、「知っている」は女性で75.4%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、男性は30歳代で「知っている」が62.5%と最も多い。



◆前回調査との比較

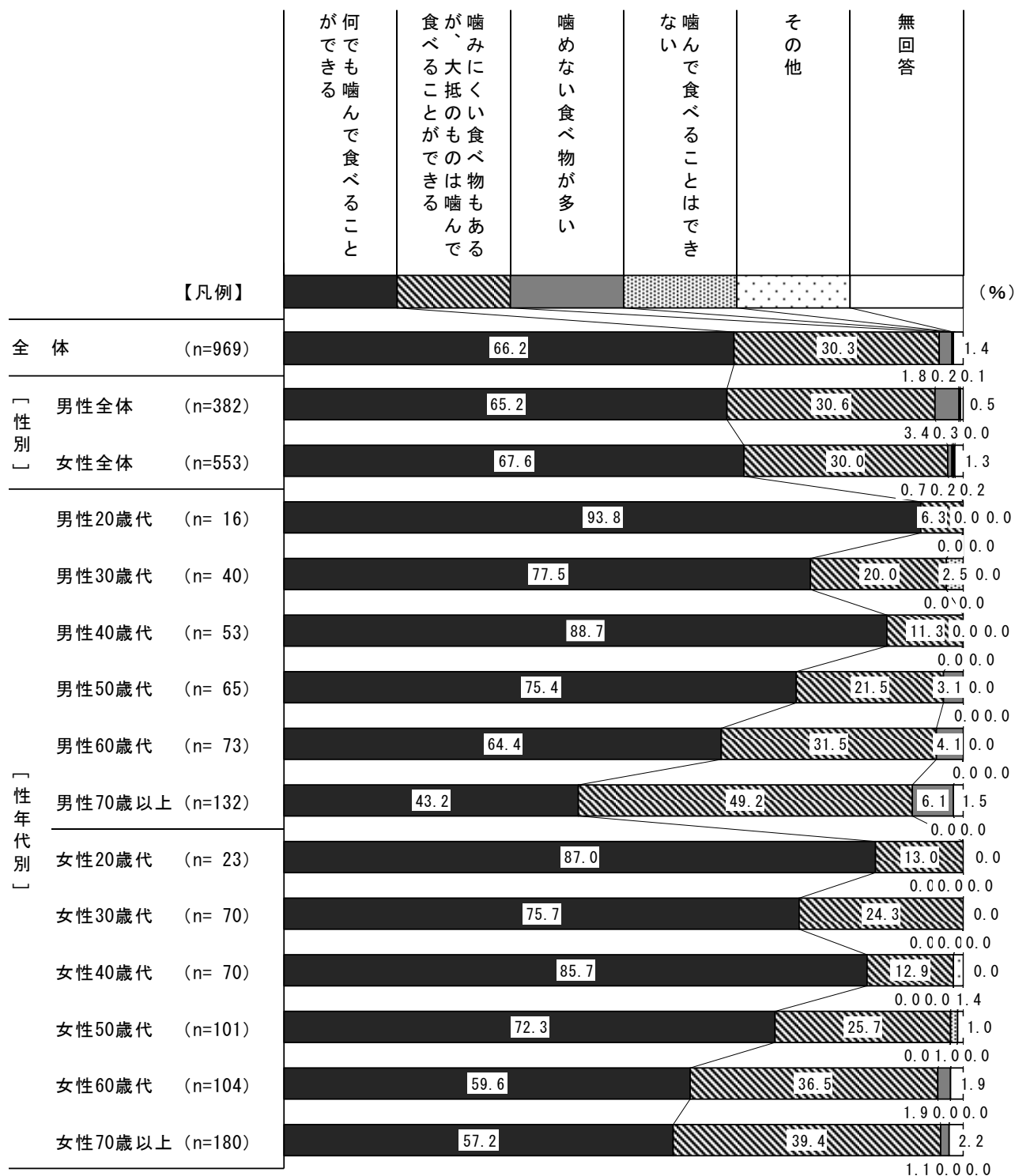
前回の調査結果と比較すると、「知っている」は58.9%から67.0%に8.1ポイント増加した。



問 47 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66.2%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30.3%、「噛めない食べ物が多い」が1.8%となっている。

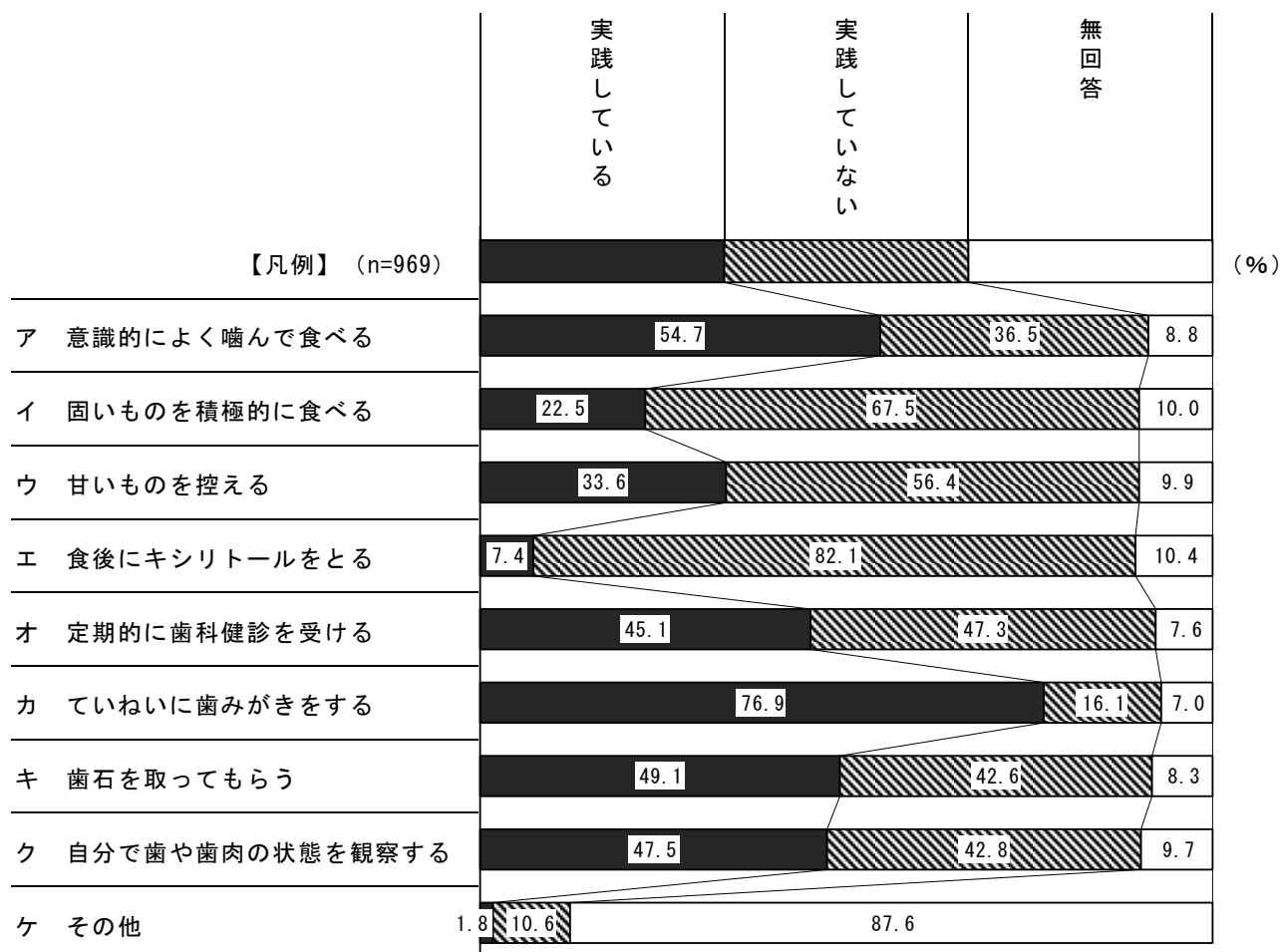
性別にみると、「何でも噛んで食べることができる」が男女とも6割を超え、大きな差はみられない。



問 48 ①あなたが歯や口の健康のために行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えますか。（「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行っていること

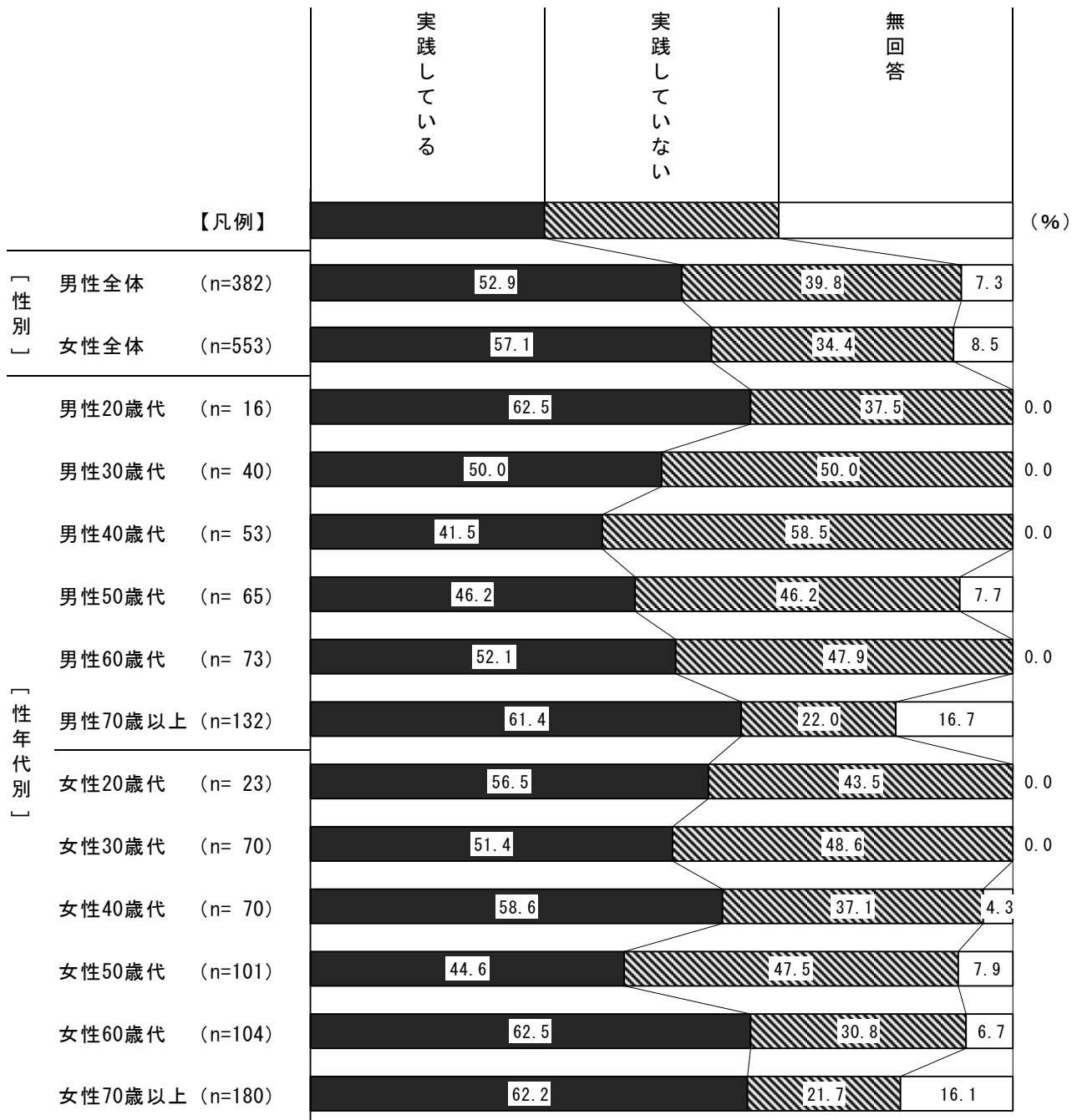
「実践している」で見ると、「カ ていねいに歯みがきをする」が76.9%と最も多く、次いで「ア 意識的によく噛んで食べる」が54.7%、「キ 歯石を取ってもらう」が49.1%となっている。一方、「実践していない」は、「エ 食後にキシリトールをとる」が82.1%と最も多く、次いで「イ 固いものを積極的に食べる」が67.5%、「ウ 甘いものを控える」が56.4%となっている。



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」は男女とも5割台となっている。「実践していない」は男性が39.8%と、女性に比べてやや多い。

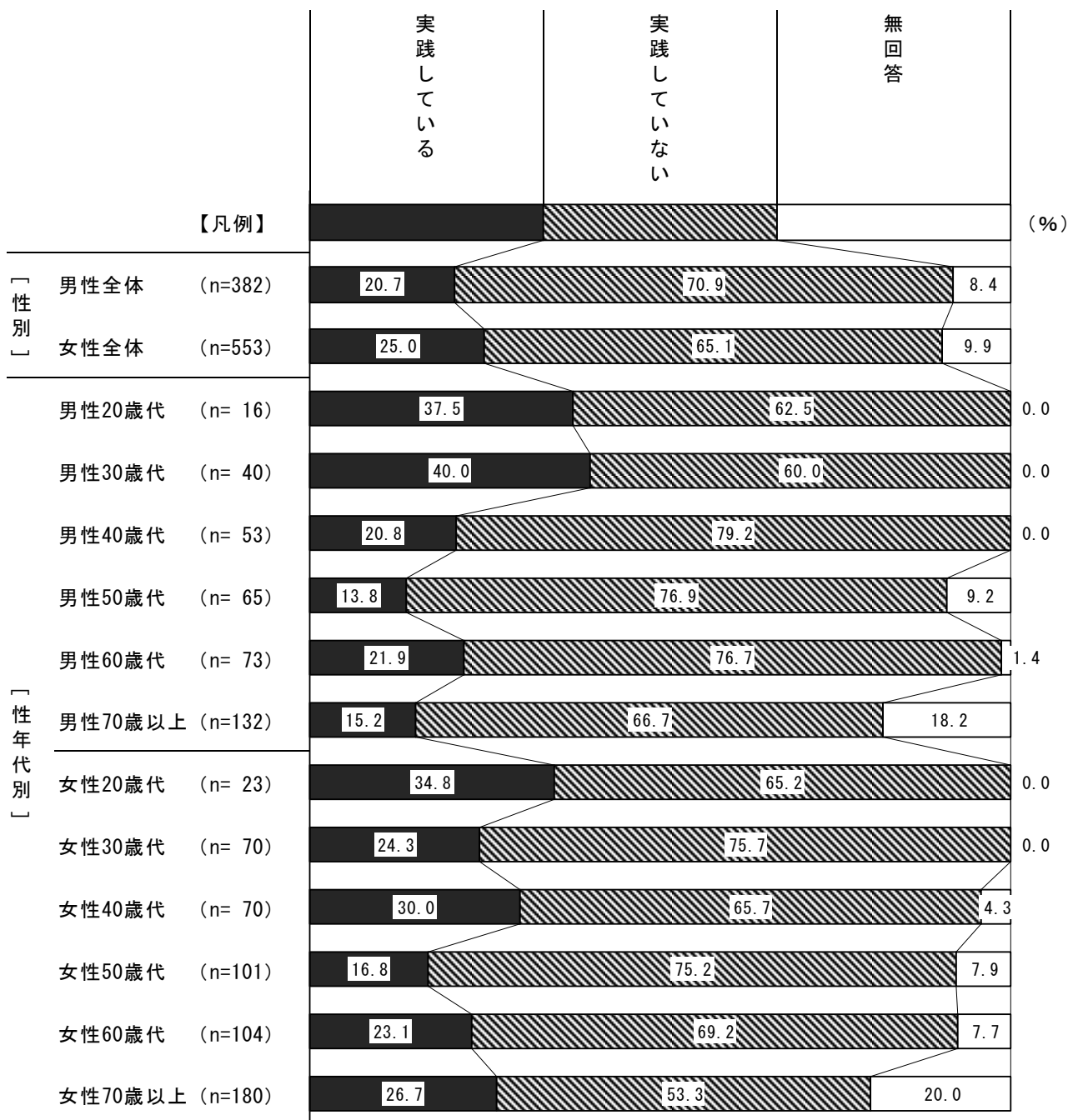
性年代別にみると、男性30歳代は「実践している」と「実践していない」が同率、男性40歳代は「実践していない」が58.5%と、他の年代に比べて多い。



イ 固いものを積極的に食べる

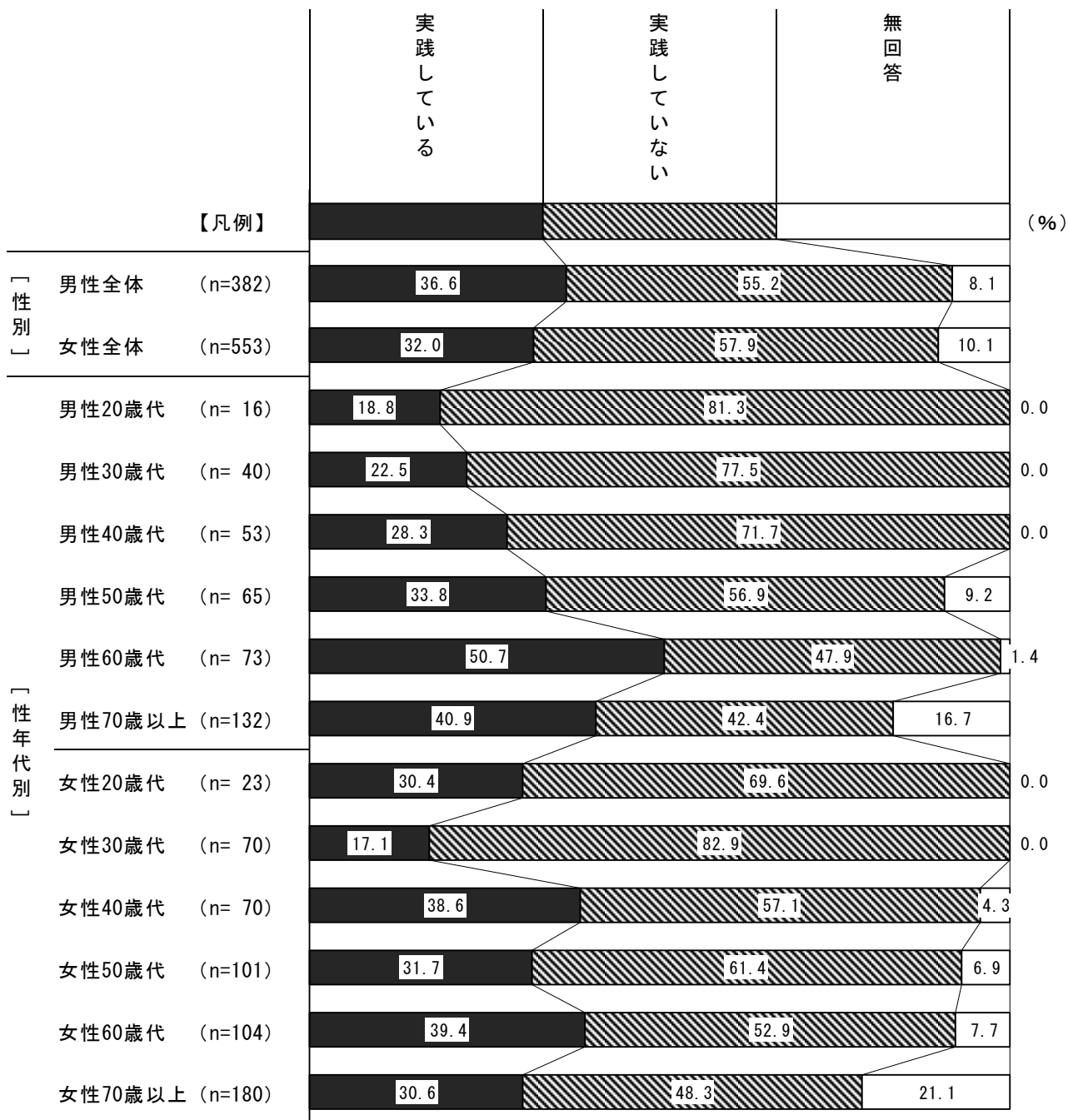
性別にみると、「実践している」は男女とも2割台となっている。「実践していない」は男性が70.9%と、女性に比べてやや多い。

性年代別にみると、「実践していない」は男女すべての年代で5割を超える。「実践している」は男性は30歳代が40.0%、女性は20歳代が34.8%で最も多い。



ウ 甘いものを控える

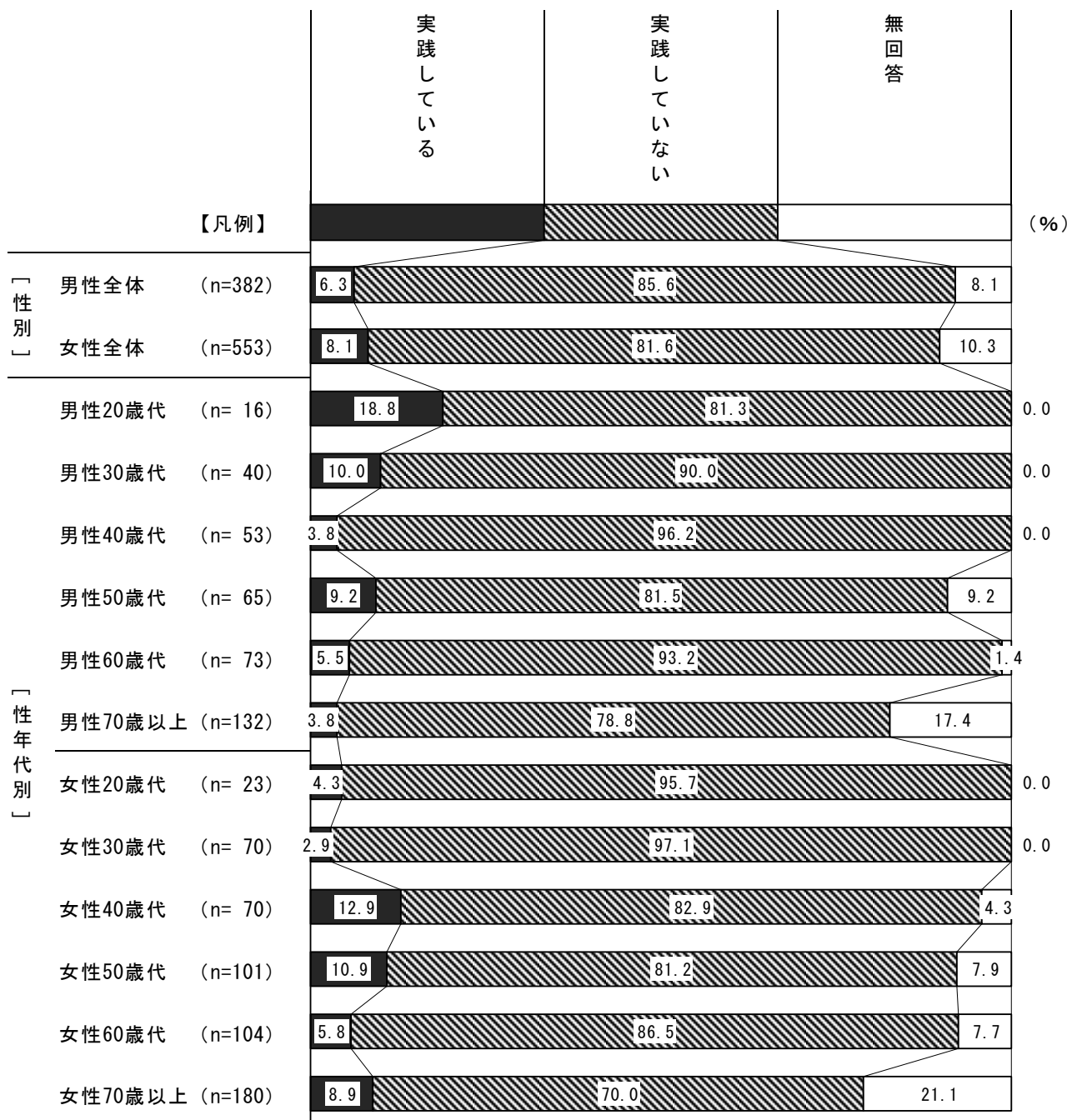
性別にみると、「実践している」は男女とも3割台、「実践していない」は5割台で、大きな差はみられない。



エ 食後にキシリトールをとる

性別にみると、「実践している」は男女とも1割未満、「実践していない」は8割台で、大きな差はみられない。

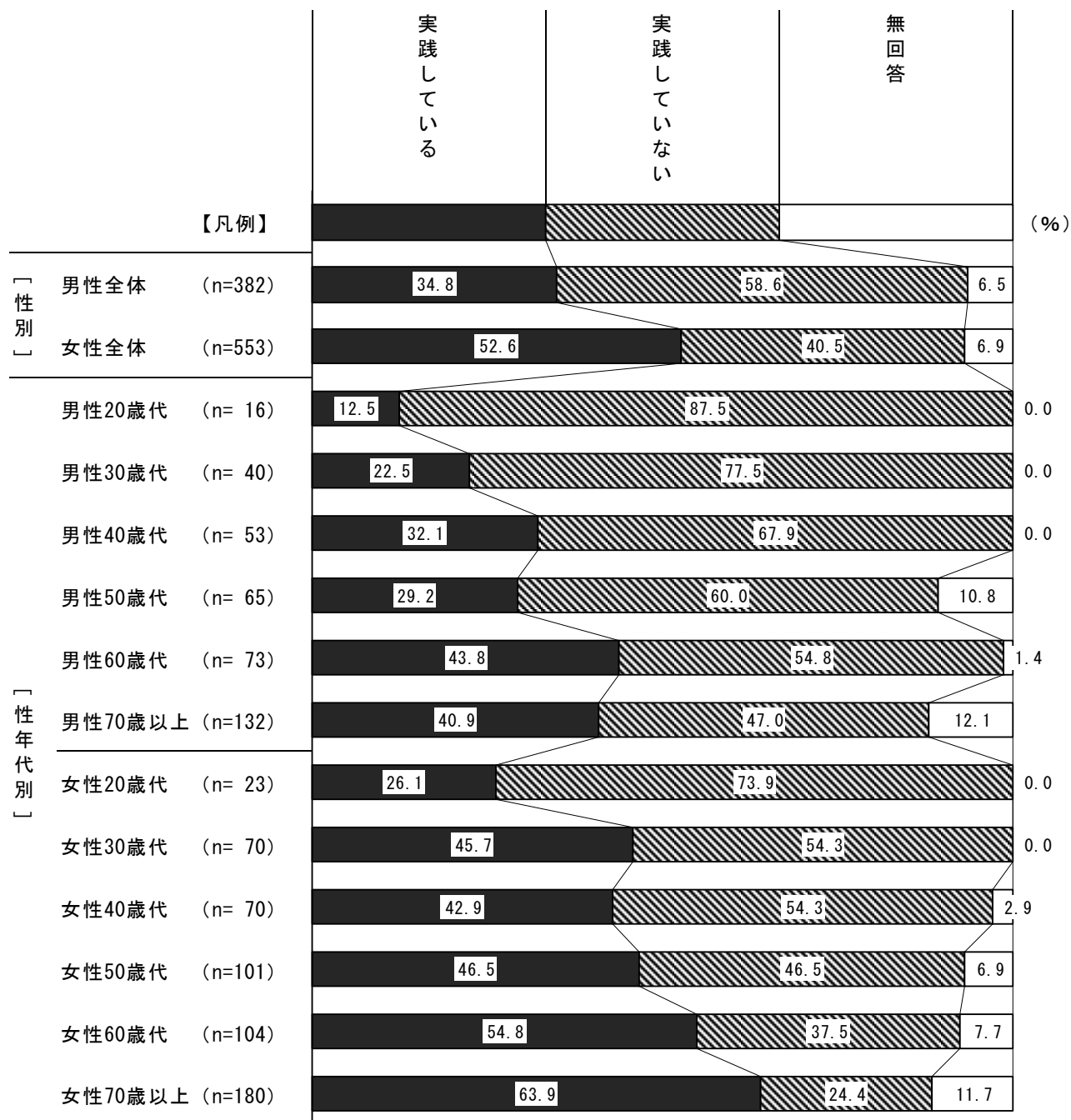
性年代別にみると、「実践していない」は男女すべての年代で7割以上となっている。「実践している」は男性20歳代が18.8%で最も多い。



オ 定期的に歯科健診を受ける

性別にみると、男性は「実践していない」が58.6%、女性は「実践している」が52.6%となっている。男性は「実践している」が34.8%と、女性に比べて少ない。

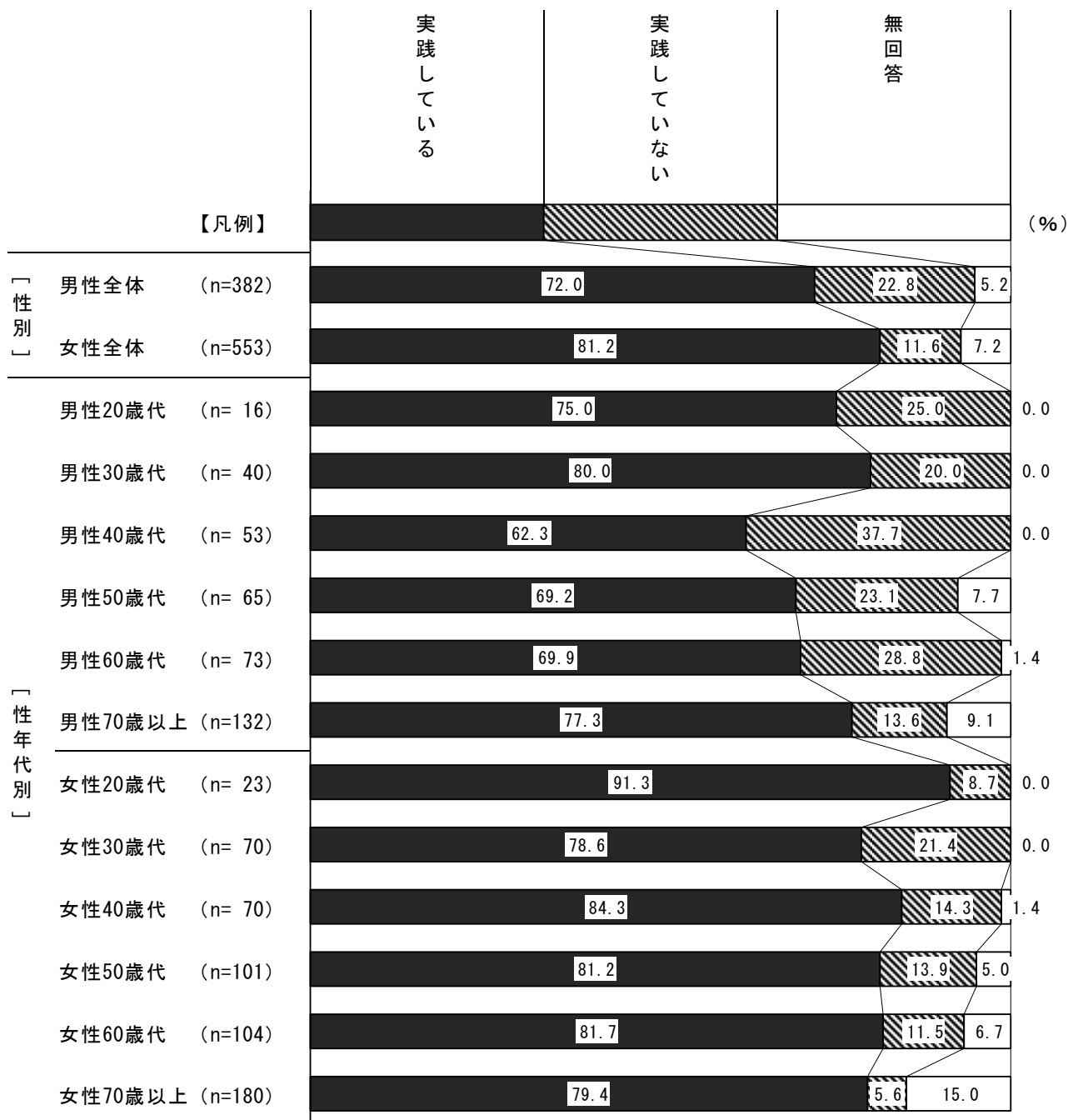
性年代別にみると、「実践している」は女性60歳以上で5割を超える。男女とも年齢が上がるにつれ「実践していない」は減少する傾向にある。



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」は男女とも7割を超え、女性は81.2%と、男性に比べて多い。

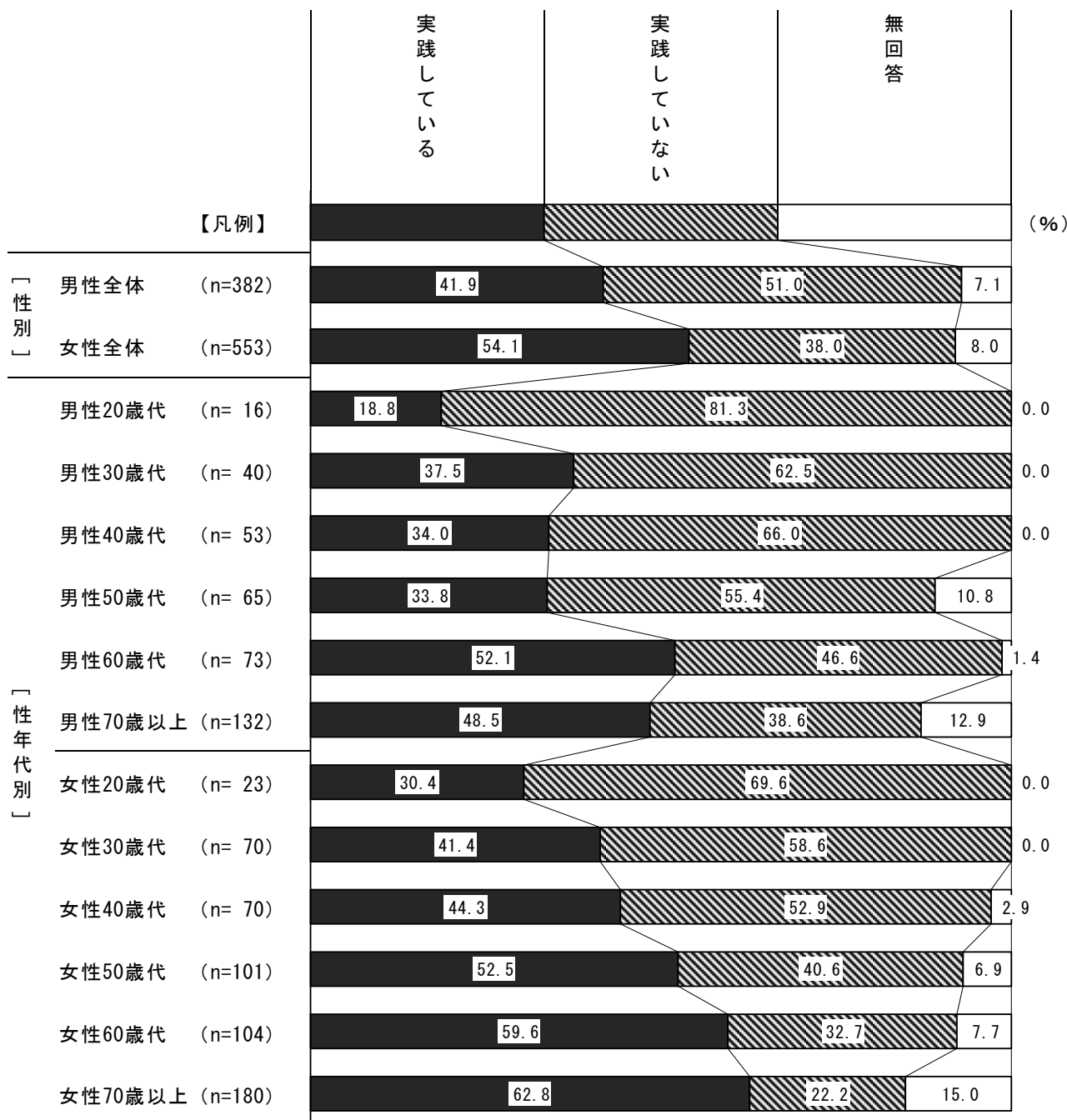
性年代別にみると、「実践している」は男女すべての年代で6割を超え、女性20歳代は91.3%、男性30歳代、女性40～60歳代は8割台となっている。一方、男性40歳代は「実践している」が62.3%と、他の年代に比べて少ない。



キ 歯石を取ってもらう

性別にみると、男性は「実践していない」が51.0%、女性は「実践している」が54.1%となっている。男性は「実践している」が41.9%と、女性に比べて少ない。

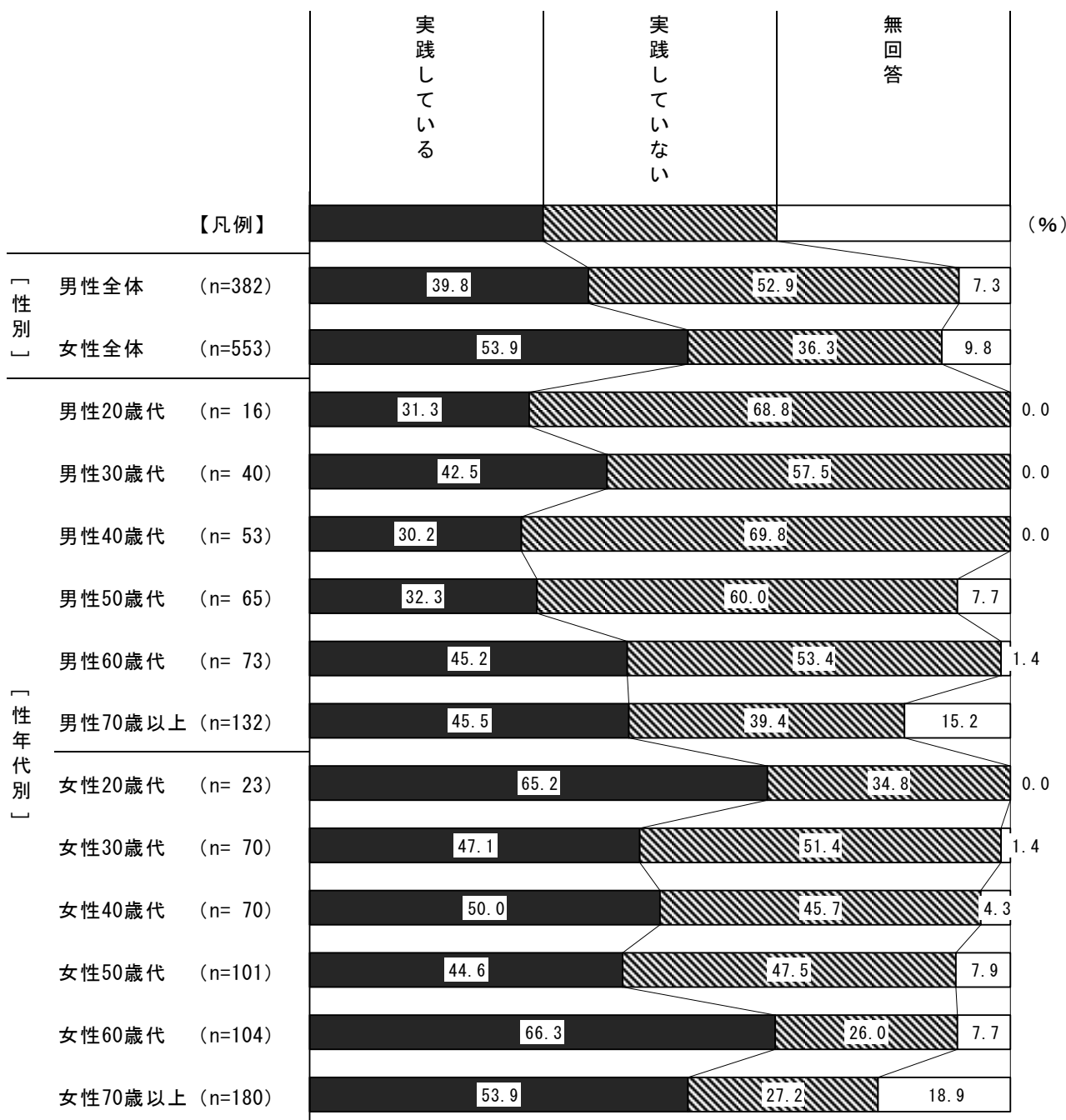
性年代別にみると、「実践している」は男性60歳代、女性50歳以上で5割を超える。一方、男性20歳代は「実践しているが」が18.8%と、他の年代に比べて少ない。



ク 自分で歯や歯肉の状態を観察する

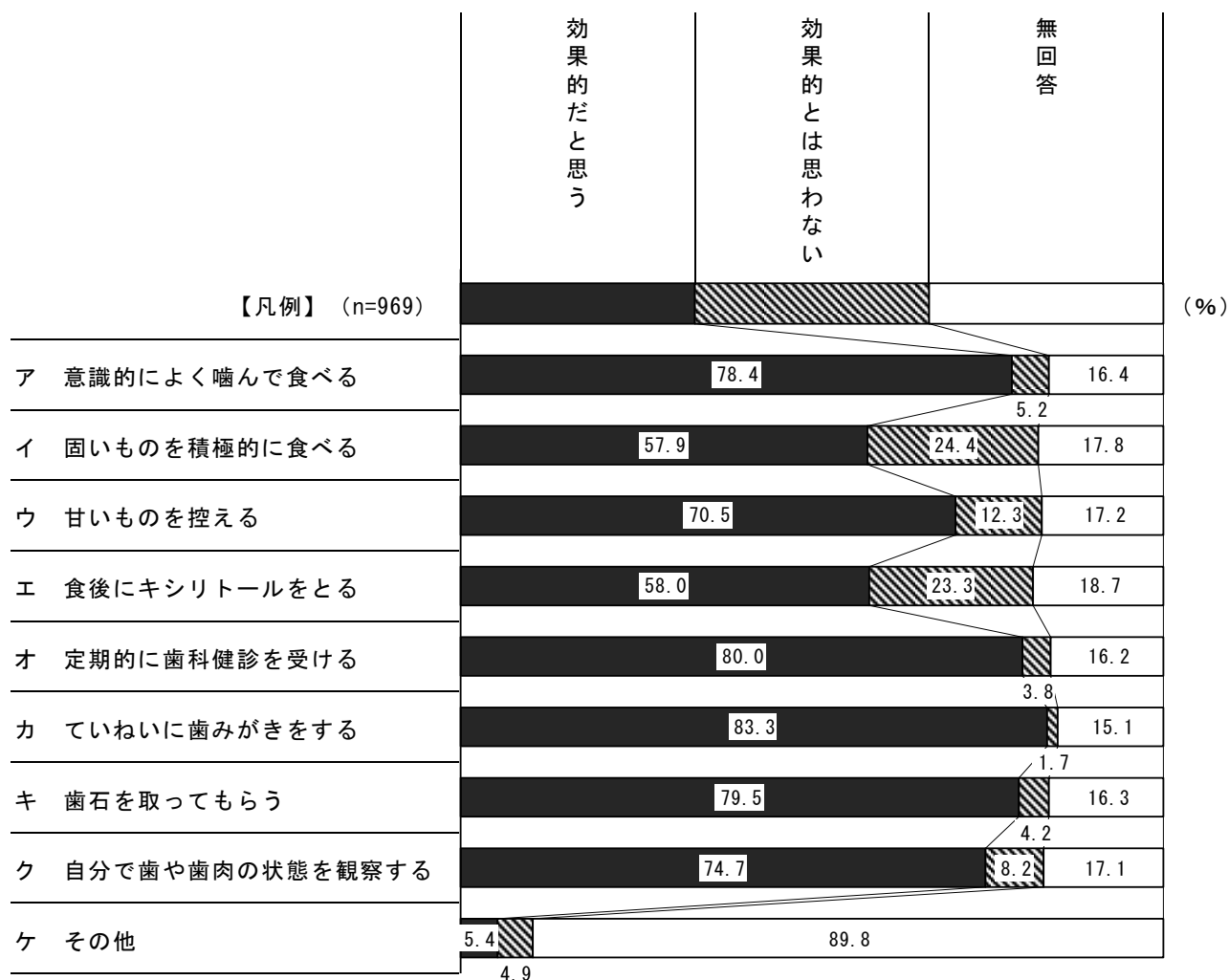
性別にみると、男性は「実践していない」が52.9%、女性は「実践している」が53.9%となっている。男性は「実践している」が39.8%と、女性に比べて少ない。

性年代別にみると、「実践している」は女性20歳代、60歳代で6割を超え、女性40歳代、70歳以上も5割台となっている。一方、男性20歳代、40～50歳代は「実践しているが」が3割台と、他の年代に比べて少ない。



②その方法が効果的だと思うか

「効果的だと思う」でみると、「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」が80.0%、「キ 歯石を取ってもらう」が79.5%となっている。その他を除く8項目すべてで「効果的だと思う」が5割を超える。

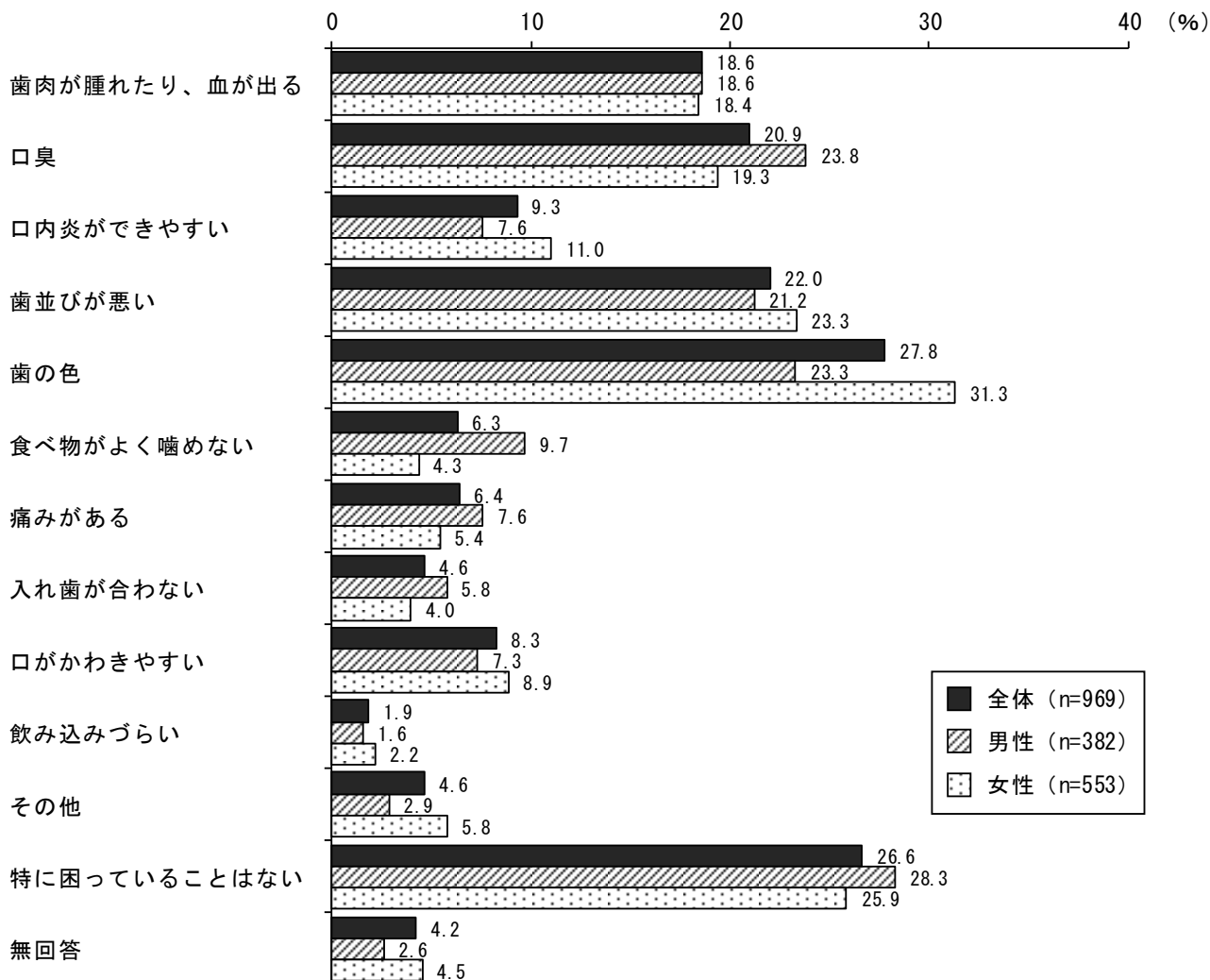


問 49 あなたが歯や口のことで困っていることは、どんなことですか。(あてはまるものすべてに○)

「歯の色」が27.8%と最も多く、「歯並びが悪い」が22.0%、「口臭」が20.9%となっている。

性別にみると、男性は「口臭」が23.8%、女性は「歯の色」が31.3%で最も多く、後者は男性23.3%に比べて多い。男性は「口臭」の他、「食べ物がよく噛めない」も女性に比べて多い。

性年代別にみると、「歯の色」は男性40歳代、女性20～60歳代、「口臭」は男性30歳代、50歳代で最も多い。



単位 (%)	(人) サンプル数	歯肉が腫れたり、血が出る	口臭	口内炎がしやすい	歯並びが悪い	歯の色	食べ物がよく噛めない	痛みがある	入れ歯が合わない	口がかわきやすい	飲み込みづらい	その他	特に困っていることはない	無回答	
全体	969	18.6	20.9	9.3	22.0	27.8	6.3	6.4	4.6	8.3	1.9	4.6	26.6	4.2	
「性年代別」	男性20歳代	16	0.0	6.3	12.5	31.3	18.8	0.0	0.0	0.0	6.3	0.0	56.3	0.0	
	男性30歳代	40	15.0	50.0	10.0	25.0	37.5	0.0	5.0	0.0	5.0	2.5	0.0	22.5	0.0
	男性40歳代	53	17.0	20.8	7.5	30.2	35.8	0.0	11.3	0.0	3.8	1.9	3.8	26.4	3.8
	男性50歳代	65	24.6	30.8	3.1	21.5	23.1	6.2	7.7	3.1	6.2	1.5	6.2	26.2	4.6
	男性60歳代	73	21.9	23.3	12.3	19.2	26.0	5.5	4.1	6.8	12.3	1.4	2.7	32.9	0.0
	男性70歳以上	132	18.2	16.7	6.1	15.2	13.6	22.0	9.8	11.4	7.6	1.5	2.3	25.8	3.8
	女性20歳代	23	21.7	17.4	8.7	39.1	43.5	0.0	4.3	0.0	4.3	4.3	8.7	8.7	4.3
	女性30歳代	70	25.7	34.3	8.6	37.1	51.4	1.4	8.6	0.0	5.7	1.4	5.7	14.3	1.4
	女性40歳代	70	22.9	22.9	8.6	22.9	42.9	4.3	7.1	0.0	5.7	0.0	11.4	27.1	1.4
	女性50歳代	101	22.8	20.8	10.9	26.7	35.6	2.0	8.9	1.0	9.9	1.0	3.0	23.8	4.0
	女性60歳代	104	19.2	17.3	14.4	20.2	26.0	8.7	3.8	8.7	8.7	3.8	7.7	20.2	4.8
女性70歳以上	180	11.1	13.3	11.1	16.1	18.3	5.0	2.8	6.7	11.7	2.8	3.9	36.1	7.2	

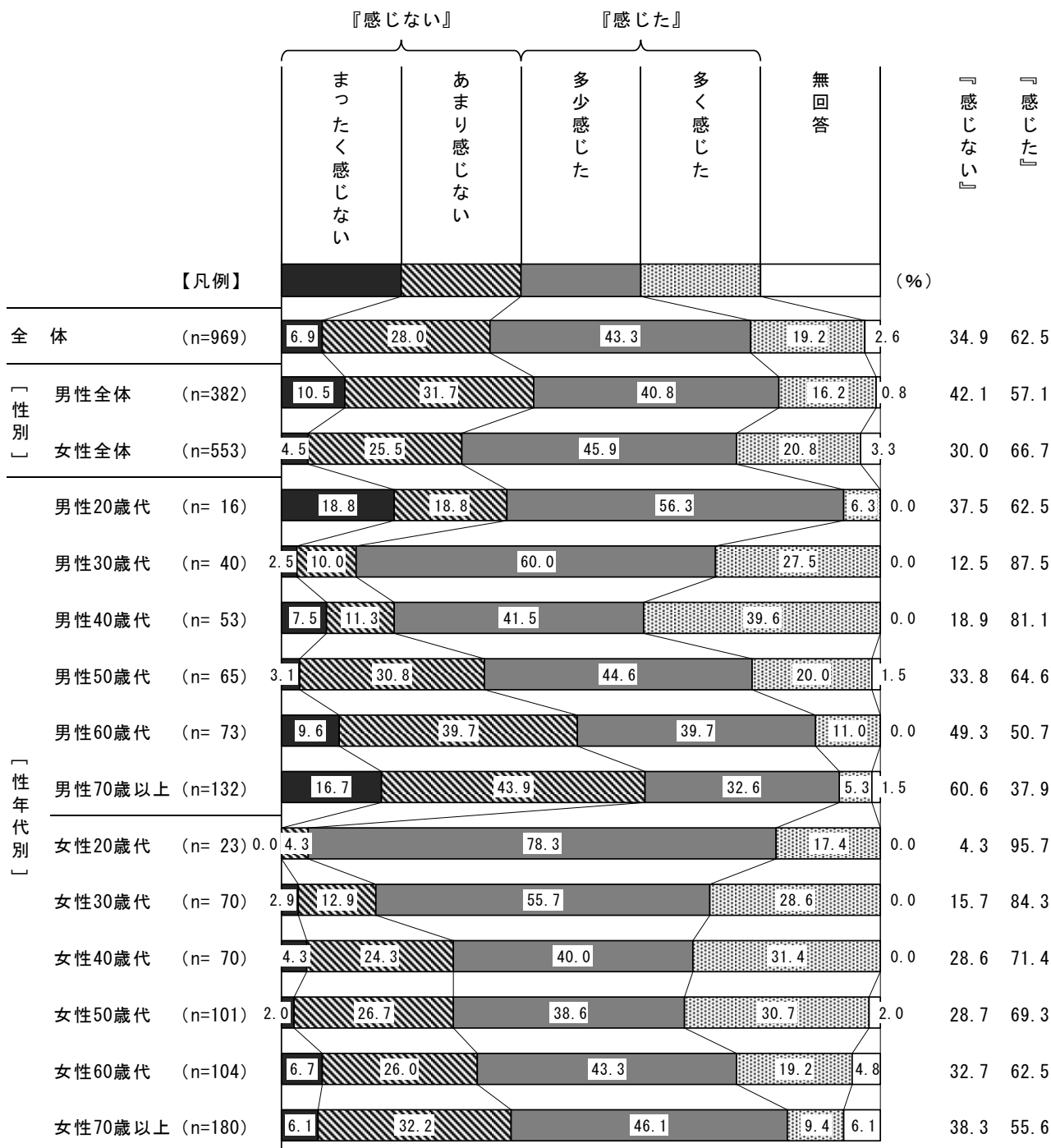
9 休養・心の健康について

問 50 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。(○は1つ)

「多少感じた」が43.3%で最も多く、「多く感じた」(19.2%)と合わせた『感じた』は62.5%となっている。一方、「あまり感じない」(28.0%)、「まったく感じない」(6.9%)を合わせた『感じない』は34.9%で、『感じた』に比べて少ない。

性別にみると、「多少感じた」が男女とも4割台で最も多く、『感じた』は女性で66.7%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、『感じた』は女性20～30歳代、男性30～40歳代が8割以上と多くなっている。

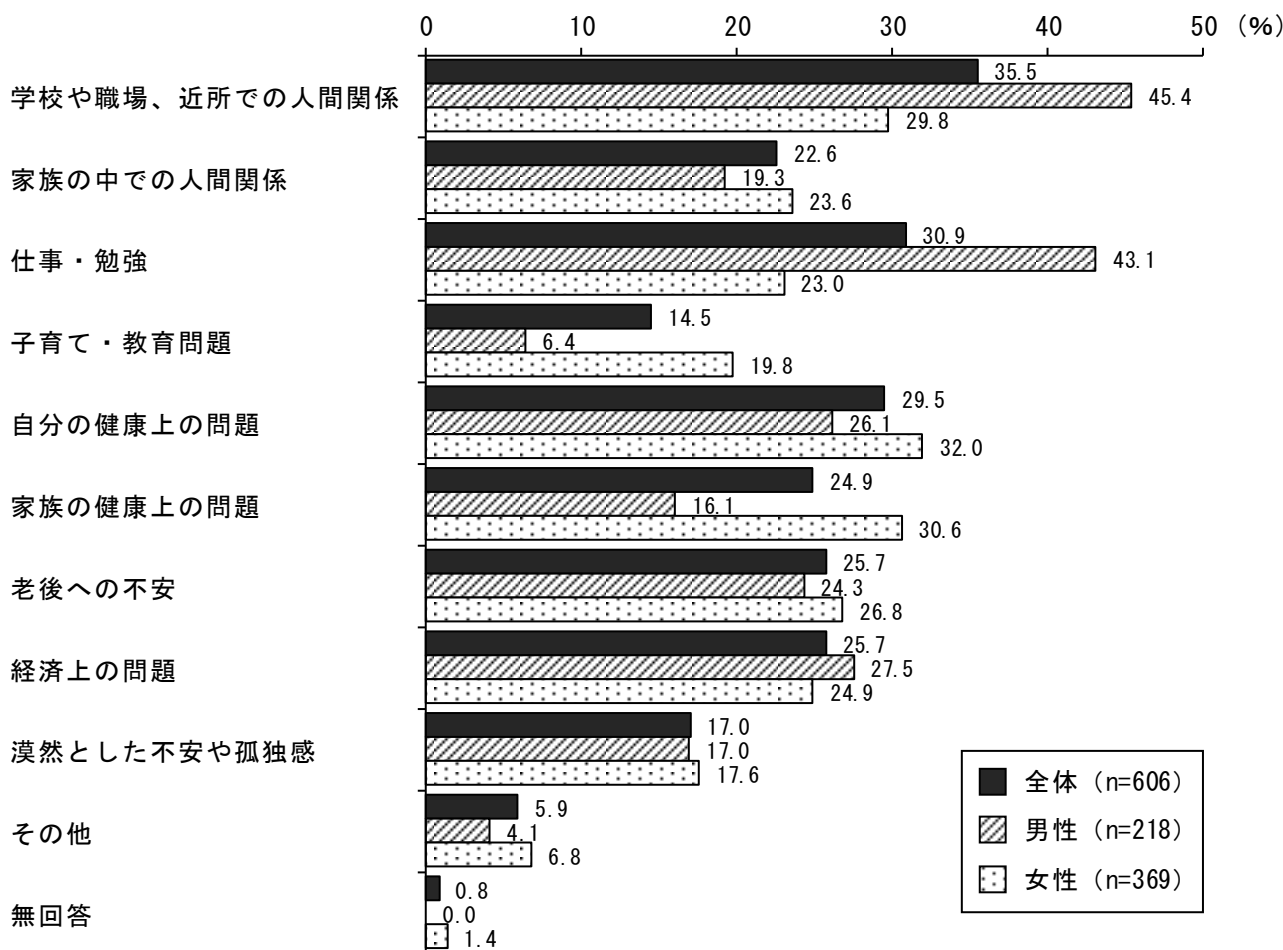


問50で「3 多少感じた」または「4 多く感じた」と回答した方にお聞きします。

問50-1 その原因は何でしたか。(あてはまるものすべてに○)

「学校や職場、近所での人間関係」が35.5%と最も多く、次いで「仕事・勉強」が30.9%、「自分の健康上の問題」が29.5%となっている。

性別にみると、男性は「学校や職場、近所での人間関係」が45.4%と最も多く、「仕事・勉強」も43.1%と、女性に比べて多い。女性は「自分の健康上の問題」が32.0%で最も多く、「家族の健康上の問題」「子育て・教育問題」「自分の健康上の問題」なども、男性と比べて多い。



単位 (%)	(サン プル 数)	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	や 漠 然 と し た 不 安 や 孤 独 感	そ の 他	無 回 答
全 体	606	35.5	22.6	30.9	14.5	29.5	24.9	25.7	25.7	17.0	5.9	0.8
〔性 年 代 別〕	男性20歳代	10	50.0	30.0	40.0	0.0	20.0	10.0	0.0	30.0	10.0	0.0
	男性30歳代	35	54.3	22.9	57.1	20.0	0.0	5.7	5.7	28.6	8.6	5.7
	男性40歳代	43	58.1	27.9	51.2	7.0	25.6	14.0	16.3	34.9	27.9	0.0
	男性50歳代	42	59.5	16.7	66.7	4.8	19.0	11.9	19.0	21.4	11.9	2.4
	男性60歳代	37	48.6	10.8	43.2	2.7	29.7	16.2	37.8	27.0	10.8	8.1
	男性70歳以上	50	12.0	16.0	6.0	0.0	50.0	30.0	44.0	24.0	24.0	6.0
	女性20歳代	22	27.3	4.5	50.0	4.5	18.2	4.5	0.0	9.1	18.2	27.3
	女性30歳代	59	33.9	22.0	32.2	54.2	25.4	13.6	15.3	32.2	11.9	5.1
	女性40歳代	50	34.0	24.0	34.0	44.0	42.0	28.0	24.0	28.0	20.0	0.0
	女性50歳代	70	42.9	25.7	30.0	17.1	20.0	37.1	20.0	28.6	18.6	7.1
	女性60歳代	65	27.7	21.5	15.4	4.6	33.8	44.6	38.5	24.6	13.8	9.2
	女性70歳以上	100	19.0	27.0	6.0	1.0	42.0	35.0	38.0	19.0	22.0	5.0

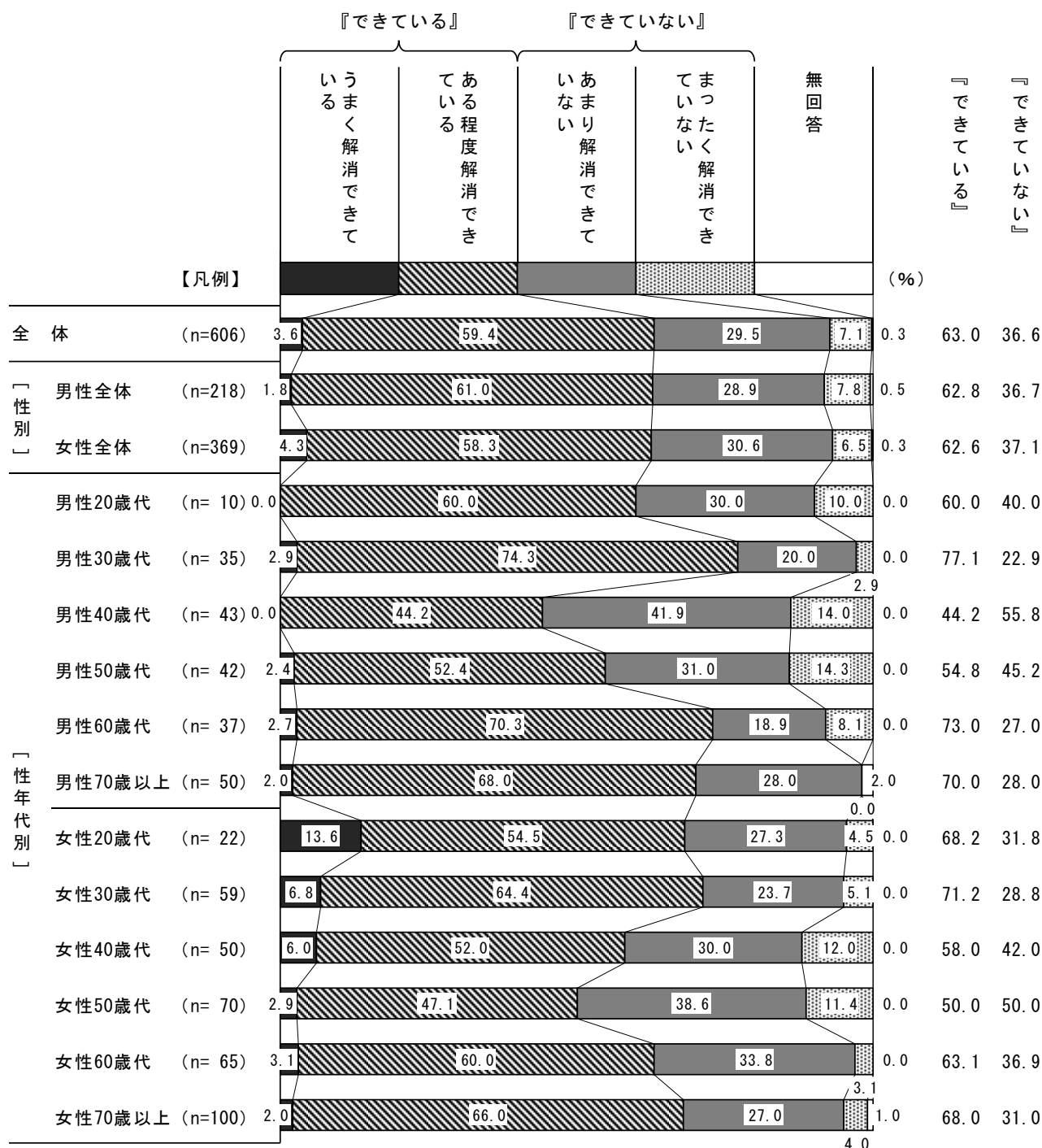
問 50 で「3 多少感じた」または「4 多く感じた」と回答した方にお聞きします。

問 50-2 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)

「ある程度解消できている」が 59.4%で最も多く、「うまく解消できている」(3.6%) と合わせた『できている』は 63.0%となっている。一方、「あまり解消できていない」(29.5%)、「まったく解消できていない」(7.1%) を合わせた『できていない』は 36.6%で、『できている』に比べて少ない。

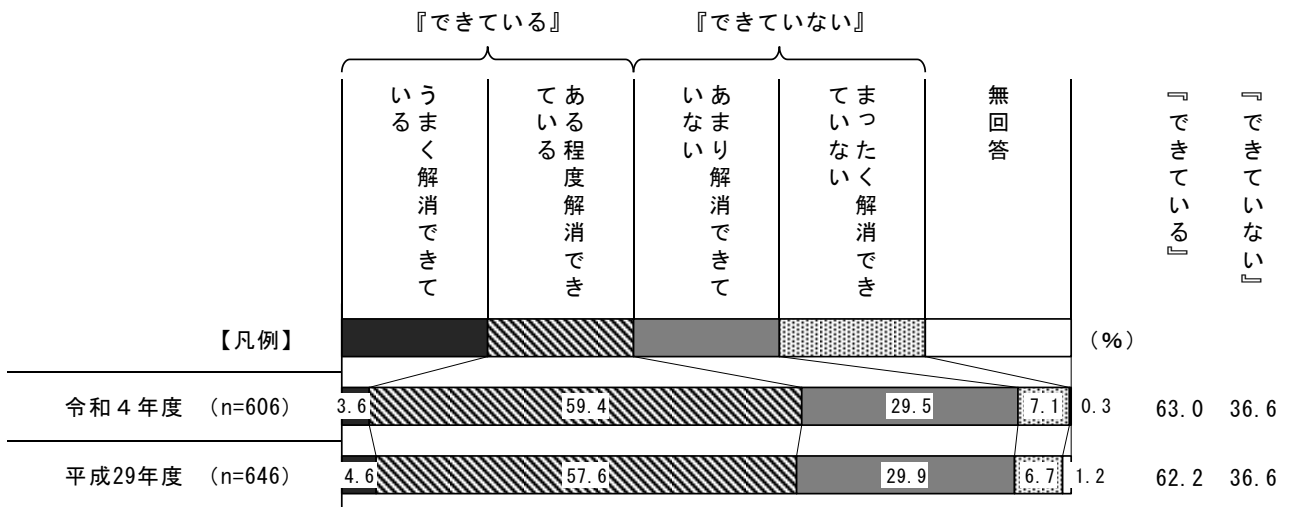
性別にみると、「ある程度解消できている」が男女とも 6 割前後で最も多く、『できている』も 6 割台で、大きな差はみられない。

性年代別にみると、「ある程度解消できている」は男女すべての年代で最も多く、男性 40 歳代、女性 50 歳代を除き 5 割を超える。男性 40 歳代は『できていない』が 55.8%、女性 50 歳代は『できている』と『できていない』が同率で、他の年代に比べて『できていない』が多い。



◆前回調査との比較

前回の調査結果と比較すると、「ある程度解消できている」が5割を超え、大きな違いは見られない。



ここからは、すべての方にお聞きします。

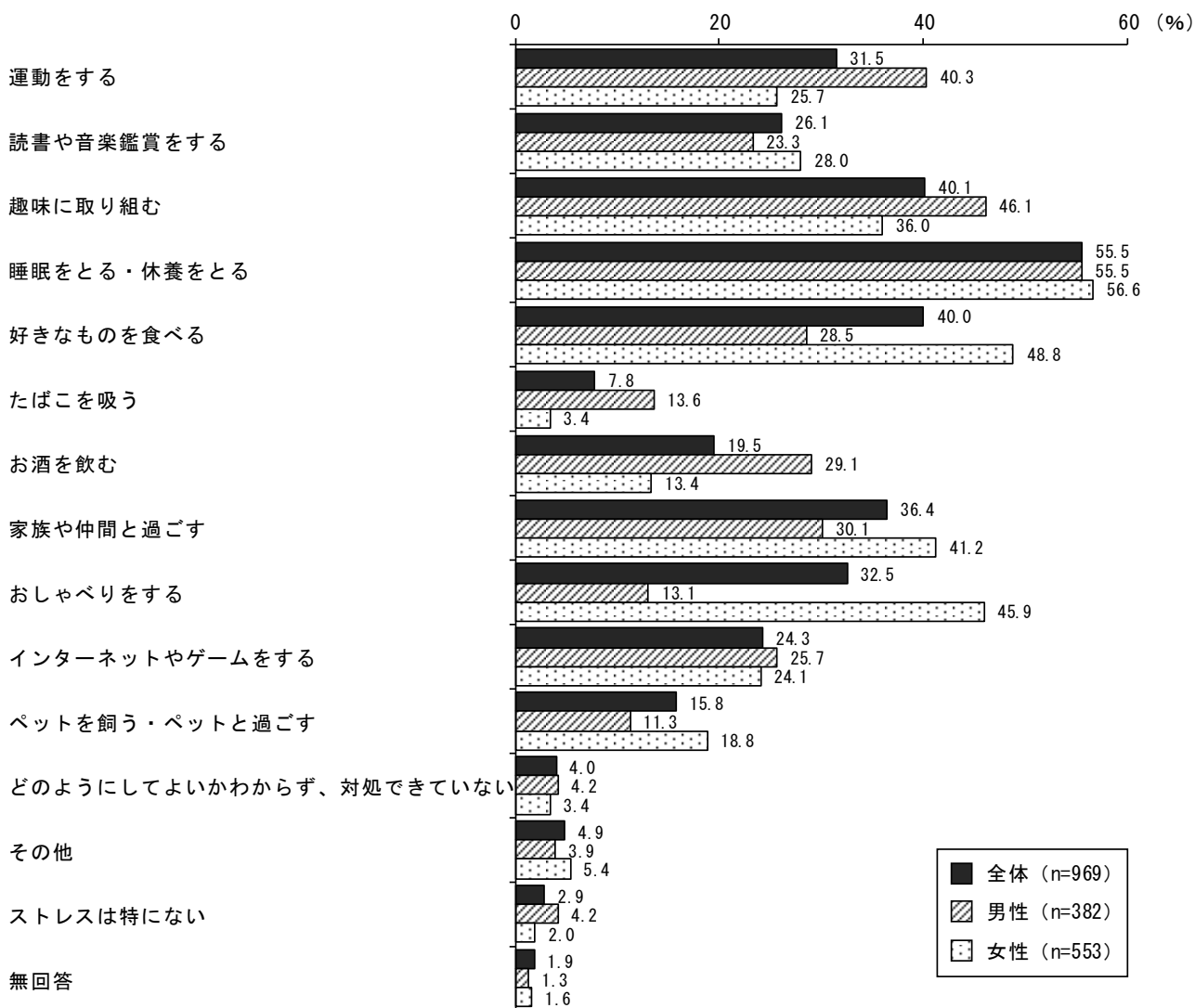
問51 あなたは、「ストレス」に対してどのように対処していますか、またはしましたか。

(あてはまるものすべてに○)

「睡眠をとる・休養をとる」が55.5%と最も多く、次いで「趣味に取り組む」が40.1%、「好きなものを食べる」が40.0%となっている。

性別にみると、「睡眠をとる・休養をとる」が男女とも5割を超え最も多い。

性年代別にみると、「睡眠をとる・休養をとる」は男性20歳代以外で5割を超える。



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	おしゃべりをする	インターネットやゲームをする	ペットを飼う・ペットと過ごす	どのようにしてよいかわからず、対処できていない	その他	ストレスは特にな	無回答	
全体	969	31.5	26.1	40.1	55.5	40.0	7.8	19.5	36.4	32.5	24.3	15.8	4.0	4.9	2.9	1.9	
〔性年代別〕	男性20歳代	16	50.0	37.5	68.8	43.8	43.8	6.3	0.0	31.3	37.5	50.0	6.3	0.0	0.0	0.0	
	男性30歳代	40	37.5	22.5	52.5	60.0	50.0	15.0	42.5	40.0	22.5	47.5	17.5	5.0	10.0	0.0	
	男性40歳代	53	28.3	22.6	39.6	62.3	37.7	20.8	28.3	32.1	7.5	39.6	15.1	7.5	3.8	5.7	0.0
	男性50歳代	65	27.7	20.0	47.7	50.8	30.8	23.1	30.8	24.6	10.8	24.6	9.2	6.2	1.5	0.0	0.0
	男性60歳代	73	35.6	26.0	42.5	61.6	28.8	11.0	37.0	35.6	15.1	19.2	16.4	1.4	4.1	4.1	0.0
	男性70歳以上	132	54.5	22.0	45.5	52.3	15.2	8.3	23.5	25.8	9.8	14.4	6.8	3.8	3.8	7.6	3.0
	女性20歳代	23	17.4	47.8	47.8	87.0	69.6	0.0	21.7	56.5	34.8	52.2	34.8	0.0	0.0	0.0	0.0
	女性30歳代	70	11.4	27.1	30.0	68.6	68.6	2.9	20.0	47.1	54.3	55.7	20.0	1.4	4.3	0.0	0.0
	女性40歳代	70	27.1	20.0	24.3	61.4	55.7	4.3	24.3	41.4	48.6	35.7	18.6	2.9	7.1	1.4	0.0
	女性50歳代	101	17.8	29.7	31.7	53.5	53.5	4.0	16.8	48.5	45.5	19.8	25.7	4.0	6.9	2.0	2.0
女性60歳代	104	25.0	27.9	42.3	53.8	43.3	3.8	11.5	39.4	48.1	18.3	18.3	4.8	5.8	2.9	1.9	
女性70歳以上	180	35.6	28.3	40.6	50.0	36.7	2.8	4.4	32.8	41.1	8.9	12.8	3.9	4.4	2.8	2.8	

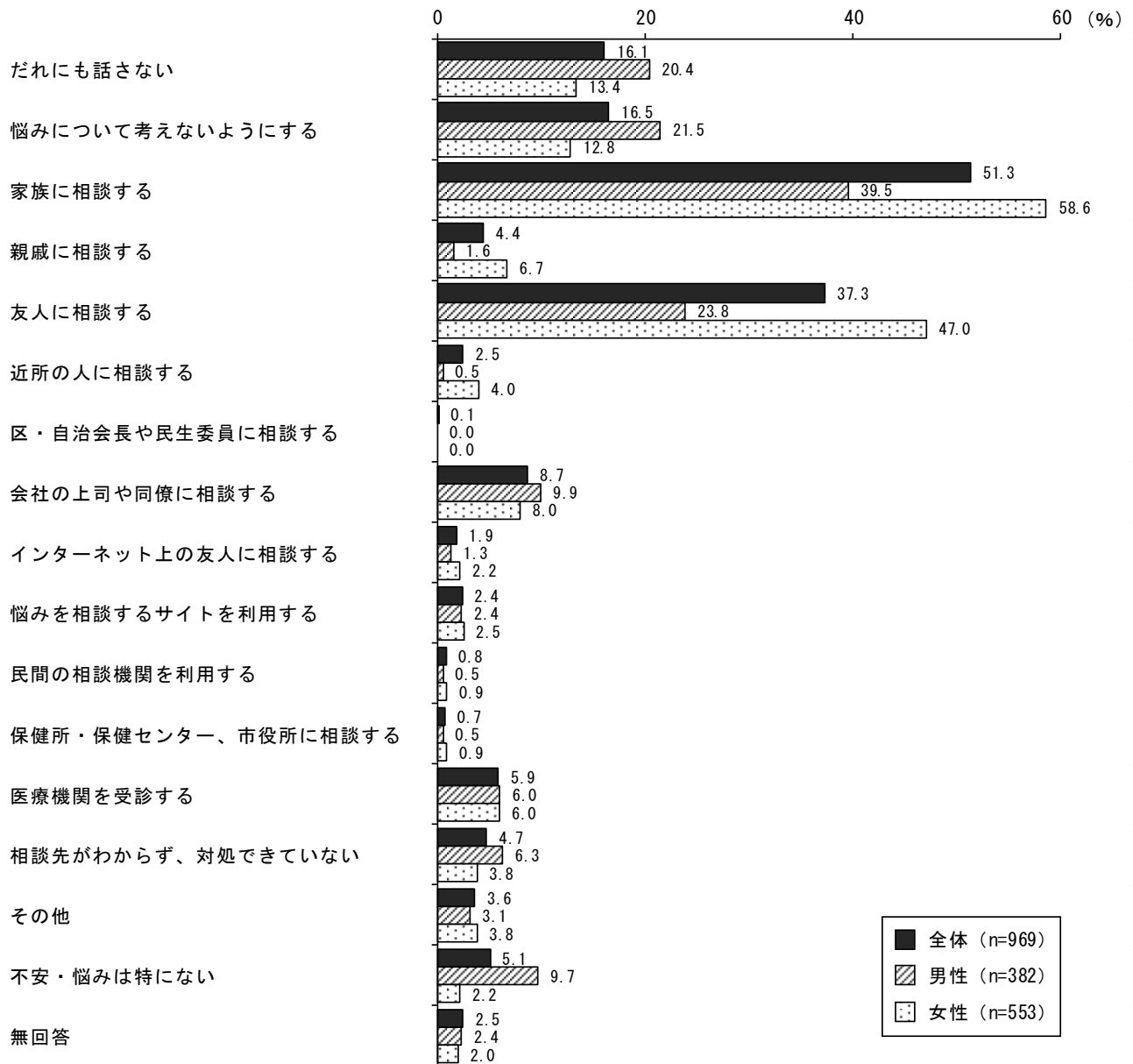
【一般市民調査】

問 52 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51.3%と最も多く、次いで「友人に相談する」が37.3%、「悩みについて考えないようにする」が16.5%となっている。

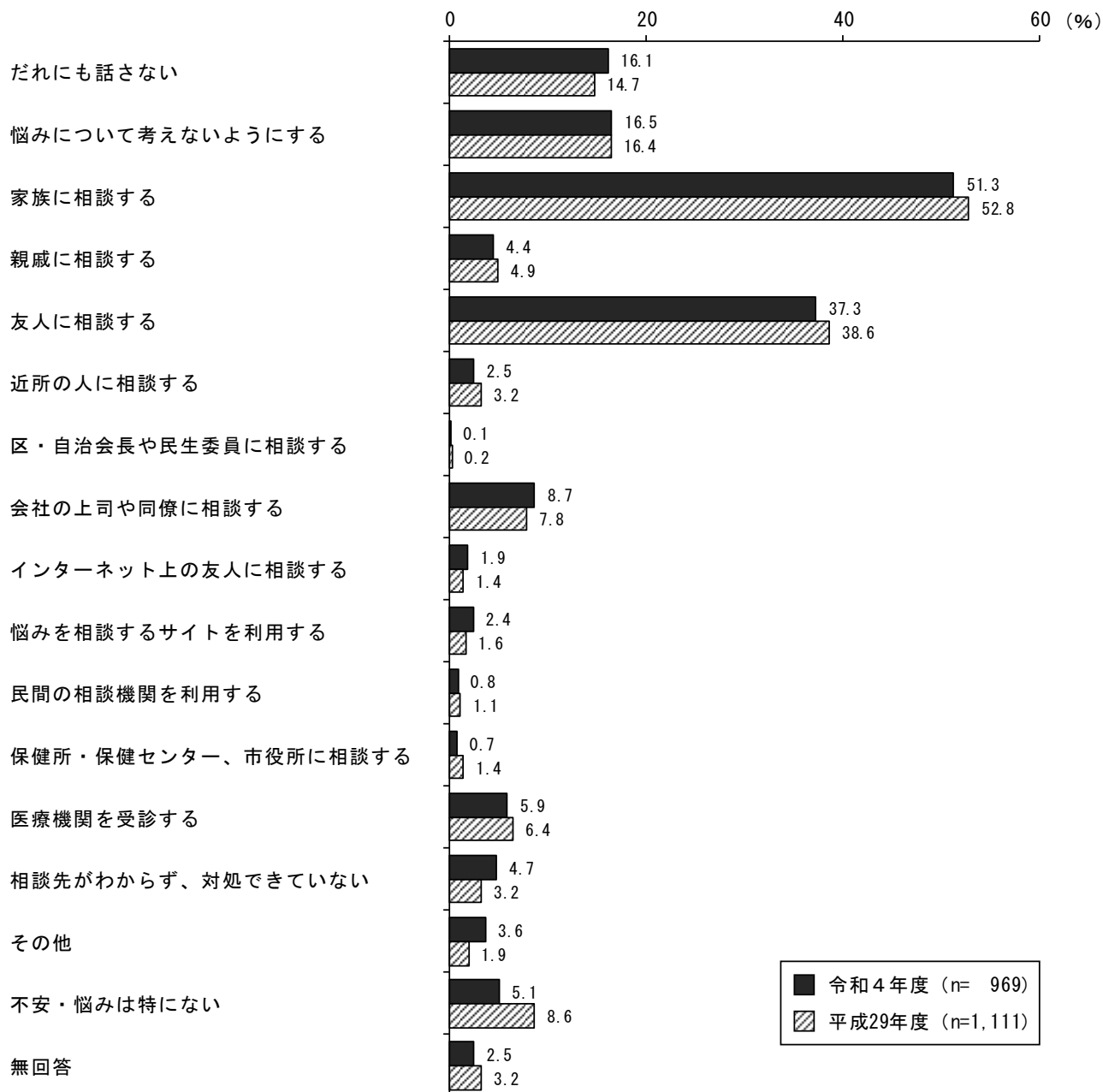
性別にみると、「家族に相談する」が女性は58.6%と、男性に比べて2割近く多い。女性は「友人に相談する」も47.0%と、男性と比べて多い。



単位 (%)	サンプル数 (人)	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	近所の人に相談する	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	インターネット上の友人に相談する	悩みを相談するサイトを利用する	民間の相談機関を利用する	保健所・保健センター、市役所に相談する	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	その他	不安・悩みは特にない	無回答	
全体	969	16.1	16.5	51.3	4.4	37.3	2.5	0.1	8.7	1.9	2.4	0.8	0.7	5.9	4.7	3.6	5.1	2.5	
〔性別別〕	男性20歳代	16	6.3	12.5	31.3	6.3	50.0	0.0	6.3	12.5	0.0	0.0	0.0	0.0	6.3	6.3	6.3	0.0	
	男性30歳代	40	25.0	20.0	45.0	0.0	45.0	2.5	0.0	22.5	0.0	0.0	0.0	0.0	5.0	7.5	2.5	5.0	0.0
	男性40歳代	53	28.3	20.8	35.8	0.0	22.6	0.0	0.0	15.1	1.9	1.9	1.9	0.0	5.7	11.3	3.8	9.4	0.0
	男性50歳代	65	23.1	30.8	33.8	0.0	23.1	0.0	0.0	20.0	1.5	6.2	0.0	0.0	3.1	3.1	1.5	3.1	1.5
	男性60歳代	73	24.7	13.7	39.7	0.0	17.8	0.0	0.0	5.5	1.4	2.7	0.0	0.0	5.5	5.5	6.8	8.2	1.4
	男性70歳以上	132	13.6	22.7	43.2	3.8	18.9	0.8	0.0	1.5	0.0	1.5	0.8	1.5	9.1	6.1	1.5	15.9	4.5
	女性20歳代	23	13.0	21.7	60.9	0.0	52.2	0.0	0.0	8.7	13.0	4.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.3	0.0
	女性30歳代	70	14.3	11.4	77.1	1.4	40.0	2.9	0.0	18.6	2.9	0.0	0.0	0.0	1.4	2.9	7.1	1.4	0.0
	女性40歳代	70	12.9	4.3	70.0	7.1	54.3	5.7	0.0	14.3	4.3	5.7	2.9	2.9	7.1	1.4	4.3	0.0	0.0
	女性50歳代	101	9.9	16.8	59.4	2.0	51.5	2.0	0.0	11.9	3.0	5.0	2.0	0.0	3.0	5.9	3.0	2.0	2.0
	女性60歳代	104	8.7	10.6	55.8	13.5	51.9	3.8	0.0	5.8	0.0	1.9	1.0	0.0	4.8	1.9	4.8	4.8	2.9
	女性70歳以上	180	18.3	15.0	46.7	8.3	41.1	5.6	0.0	0.6	0.6	1.1	0.0	1.7	9.4	5.6	2.2	1.7	3.3

◆前回調査との比較

前回の調査結果と比較すると、「不安・悩みは特にはない」は8.6%から5.1%に3.5ポイント減少した。それ以外は「家族に相談する」が5割台、「友人に相談する」が3割台と、大きな違いは見られない。



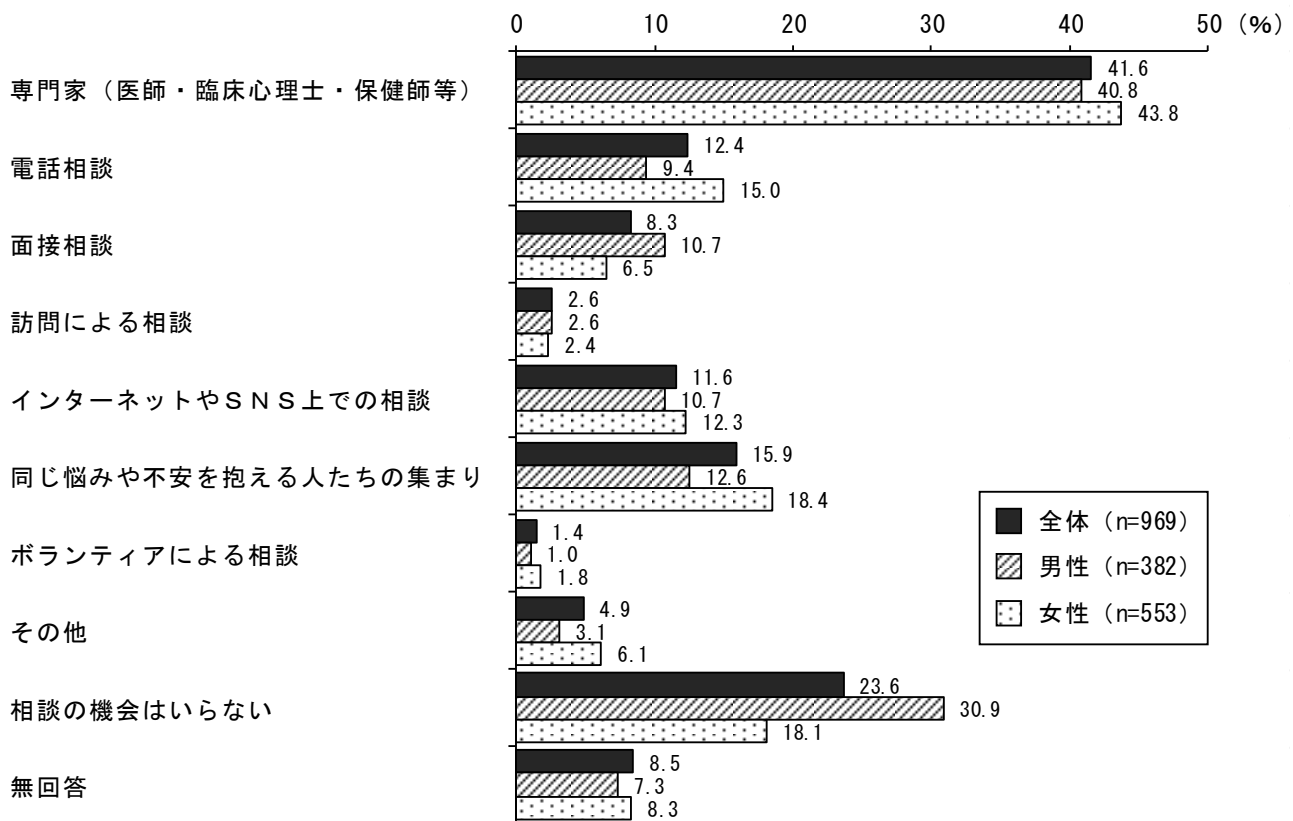
【一般市民調査】

問 53 あなたは、ストレスや不安・悩みを感じたときや解消されないとき、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 41.6%と最も多く、次いで「同じ悩みや不安を抱える人たちの集まり」が 15.9%、「電話相談」が 12.4%となっている。一方、「相談の機会はいらない」は 23.6%となっている。

性別にみると、「専門家（医師・臨床心理士・保健師等）」が男女とも 4 割を超え最も多い。一方、「相談の機会はいらない」は男性で 30.9%と、女性に比べて多い。

性年代別にみると、男性 20 歳代は「相談の機会はいらない」が 56.3%、男性 30 歳代は 37.5%と、他の年代に比べて多い。



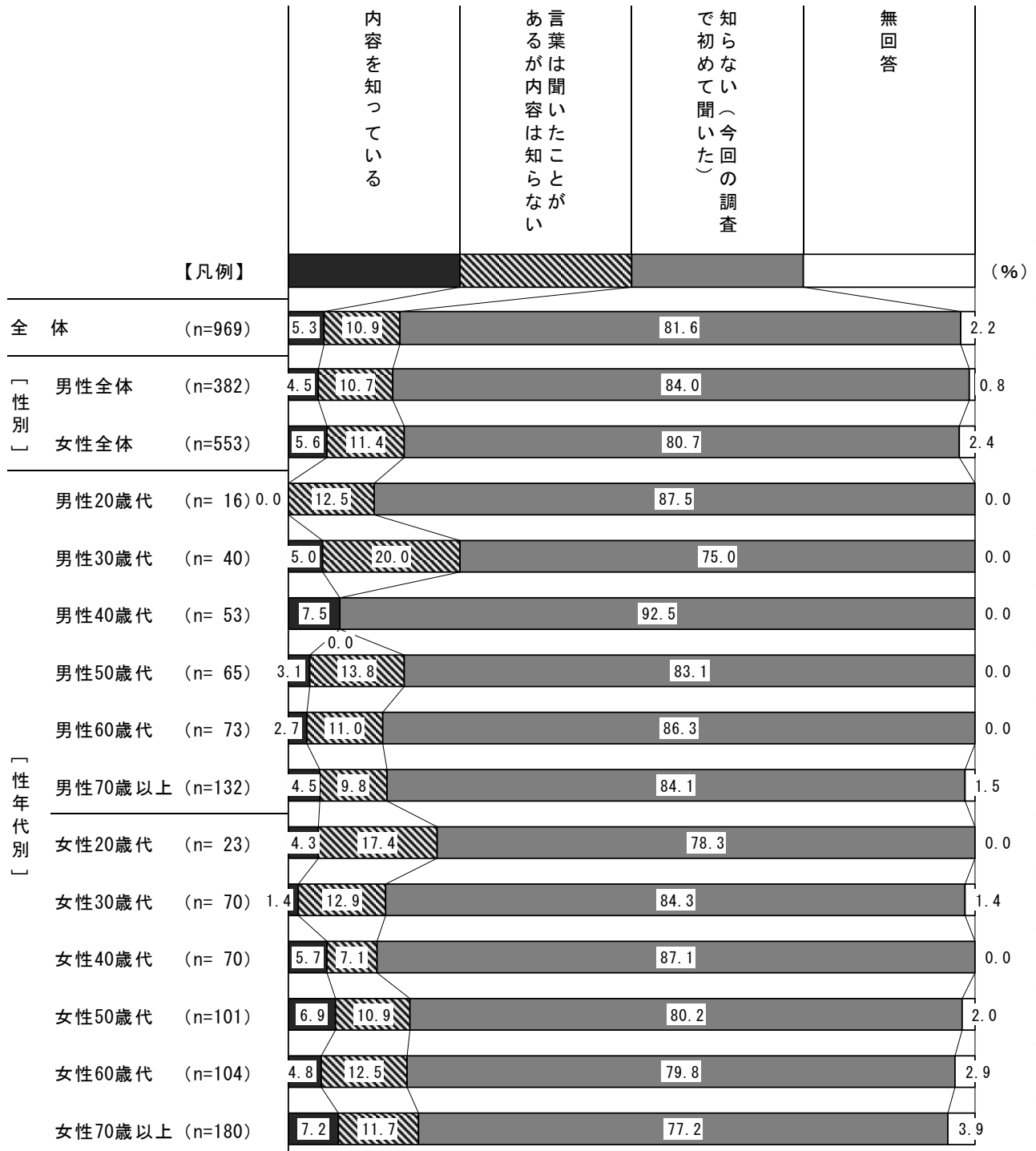
単位 (%)	サンプル数 (人)	専門家（医師・臨床心理士・保健師等）	電話相談	面接相談	訪問による相談	インターネットやSNS上での相談	抱える悩みや不安を集める	ボランティアによる相談	その他	相談の機会はいらない	無回答	
全体	969	41.6	12.4	8.3	2.6	11.6	15.9	1.4	4.9	23.6	8.5	
「性年代別」	男性20歳代	16	25.0	0.0	0.0	12.5	12.5	0.0	0.0	56.3	0.0	
	男性30歳代	40	25.0	2.5	5.0	32.5	22.5	2.5	0.0	37.5	2.5	
	男性40歳代	53	43.4	5.7	11.3	5.7	11.3	0.0	5.7	30.2	3.8	
	男性50歳代	65	40.0	7.7	10.8	4.6	15.4	7.7	0.0	27.7	6.2	
	男性60歳代	73	43.8	13.7	15.1	1.4	5.5	11.0	2.7	34.2	2.7	
	男性70歳以上	132	44.7	12.9	11.4	2.3	4.5	12.1	0.8	3.8	26.5	13.6
	女性20歳代	23	43.5	8.7	0.0	0.0	21.7	13.0	0.0	8.7	21.7	0.0
	女性30歳代	70	40.0	10.0	5.7	4.3	28.6	10.0	0.0	1.4	25.7	2.9
	女性40歳代	70	44.3	15.7	7.1	1.4	20.0	30.0	0.0	1.4	17.1	2.9
	女性50歳代	101	49.5	19.8	5.0	1.0	17.8	24.8	0.0	6.9	12.9	3.0
	女性60歳代	104	46.2	18.3	6.7	2.9	9.6	16.3	3.8	7.7	18.3	5.8
女性70歳以上	180	39.4	13.3	7.8	2.2	0.6	15.6	3.3	8.3	17.8	18.3	

問 54 あなたは、ゲートキーパー※を知っていますか。(○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）を図ることができる人のこと。

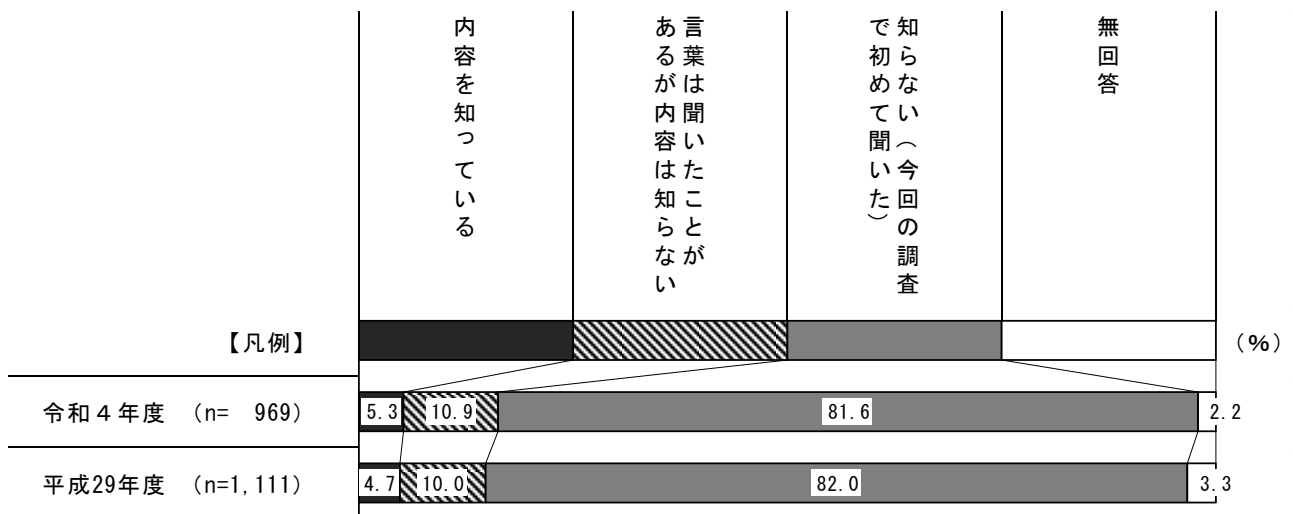
「知らない（今回の調査で初めて聞いた）」が81.6%と最も多く、次いで「言葉は聞いたことがあるが内容は知らない」が10.9%、「内容を知っている」が5.3%となっている。

性別にみると、「知らない（今回の調査で初めて聞いた）」が男女とも8割を超え、大きな差はみられない。



◆前回調査との比較

前回の調査結果と比較すると、「知らない（今回の調査で初めて聞いた）」が8割を超え、大きな違いは見られない。

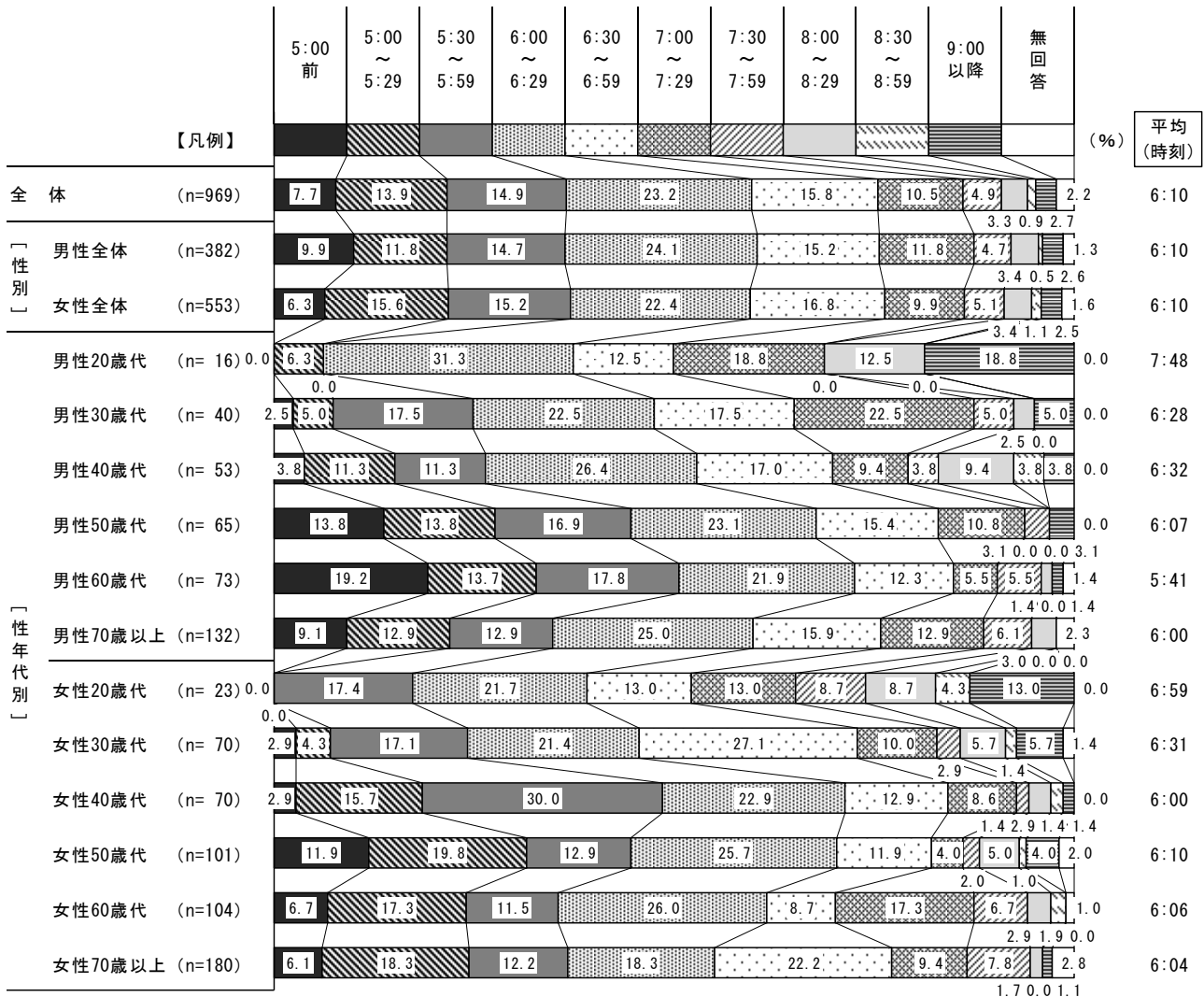


問 55 あなたのおよその起床時刻と就寝時刻を教えてください。(数字を記入)

【起床時刻】

「6:00～6:29」が23.2%と最も多く、次いで「6:30～6:59」が15.8%、「5:30～5:59」が14.9%となっている。平均は6:10となっている。

性別にみると、「6:00～6:29」が男女とも2割を超え最も多く、大きな差はみられない。



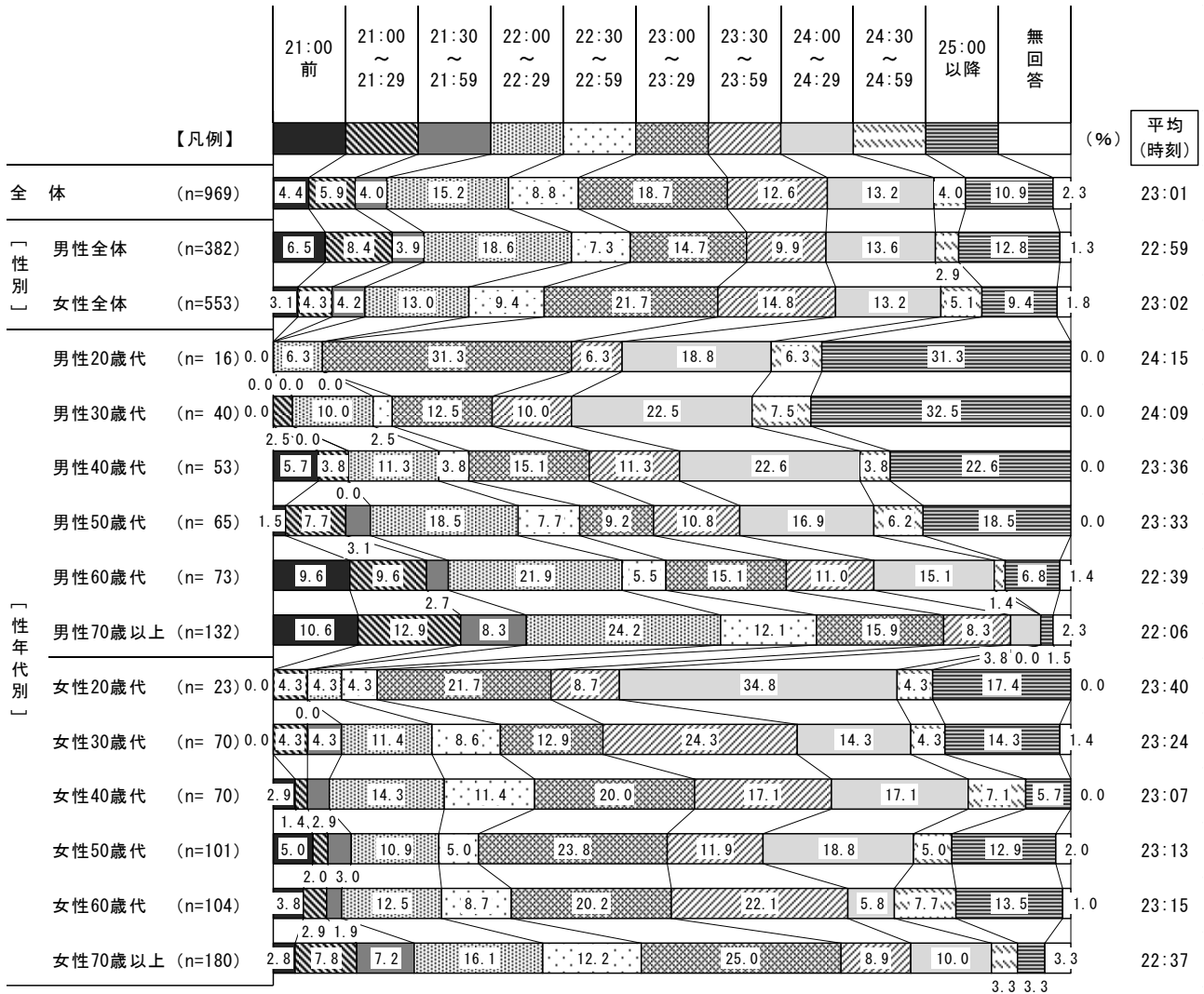
【一般市民調査】

【就寝時刻】

「23:00～23:29」が18.7%と最も多く、次いで「22:00～22:29」が15.2%、「24:00～24:29」が13.2%となっている。平均は23:01となっている。

性別にみると、男性は「22:00～22:29」が18.6%、女性は「23:00～23:29」が21.7%で最も多い。平均は男性が22:59、女性が23:02で大きな差はみられない。

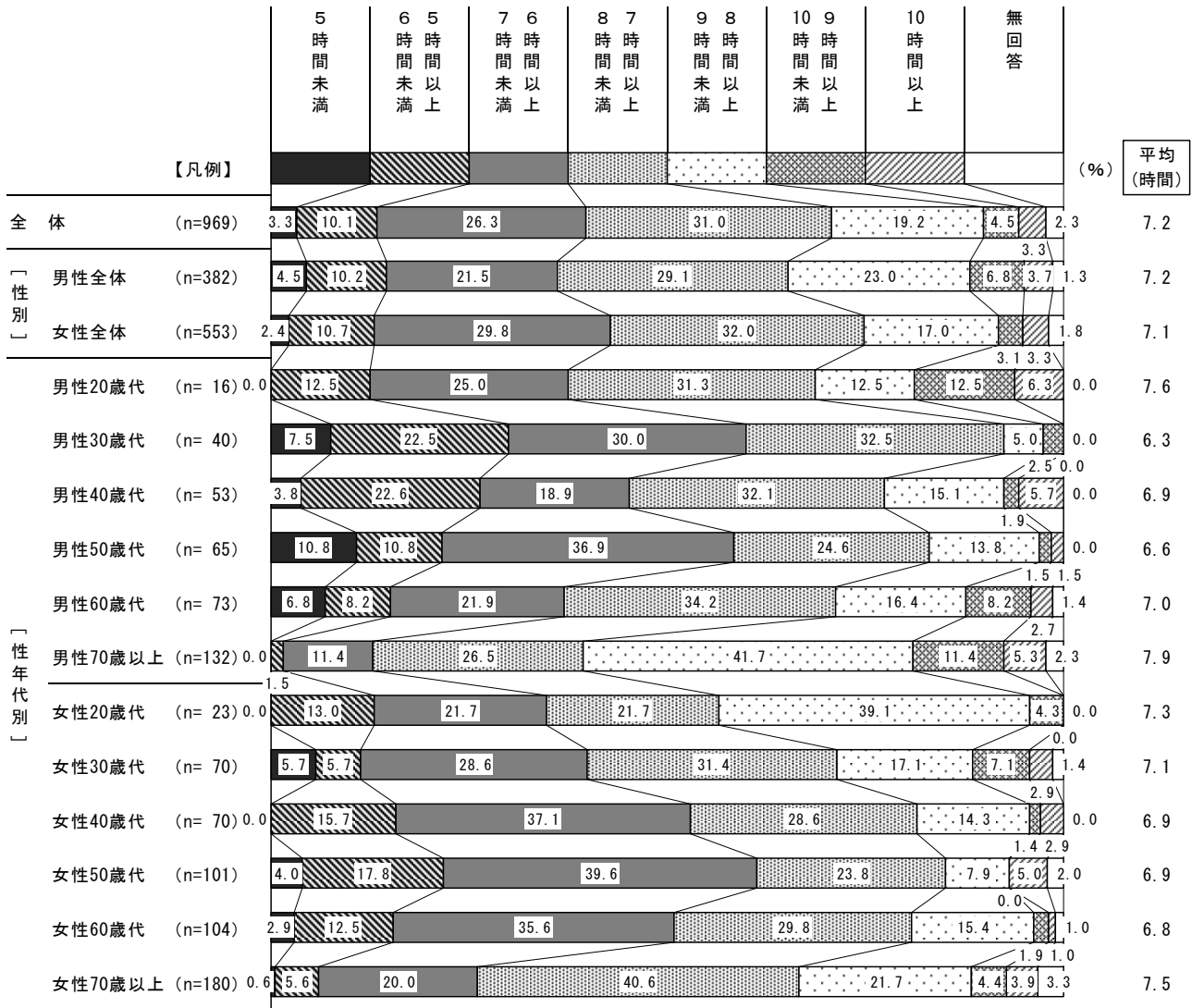
平均は男性が22:06（70歳以上）～24:15（20歳代）、女性が22:37（70歳以上）～23:40（20歳代）と、いずれも70歳以上が最も早く、20歳代が最も遅い。



【睡眠時間】

「7時間以上8時間未満」が31.0%と最も多く、次いで「6時間以上7時間未満」が26.3%、「8時間以上9時間未満」が19.2%で、平均は7.2時間となっている。

性別にみると、「7時間以上8時間未満」が男女とも3割前後で最も多い。男性は「8時間以上9時間未満」が23.0%、女性は「6時間以上7時間未満」が29.8%で2番目に多いが、平均は男性7.2時間、女性7.1時間と、大きな差はみられない。

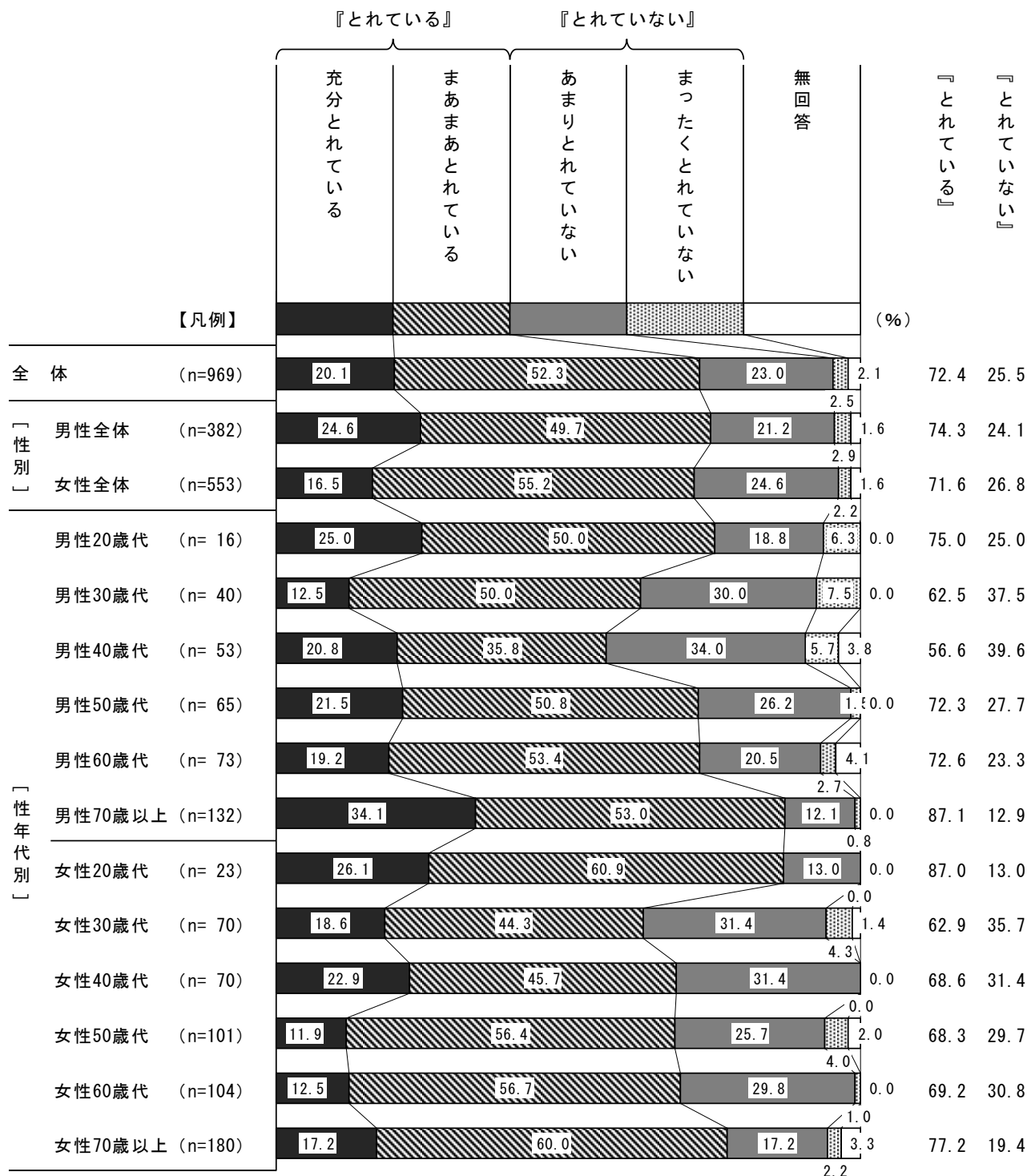


問 56 あなたは、過去1か月間、睡眠で休養が充分とれていますか。(○は1つ)

「まあまあとれている」が52.3%と最も多く、「充分とれている」(20.1%)と合わせた『とれている』は72.4%となっている。一方、「あまりとれていない」(23.0%)、「まったくとれていない」(2.5%)を合わせた『とれていない』は25.5%で、『とれている』に比べて少ない。

性別にみると、「まあまあとれている」が男女とも最も多く、女性は55.2%と、男性に比べて多い。男性は「充分とれている」が24.6%と女性に比べて多く、『とれている』は男女とも7割を超え、大きな差はみられない。

性年代別にみると、男性40歳代は『とれていない』が4割近く、男女30歳代も、他の年代に比べて多い。

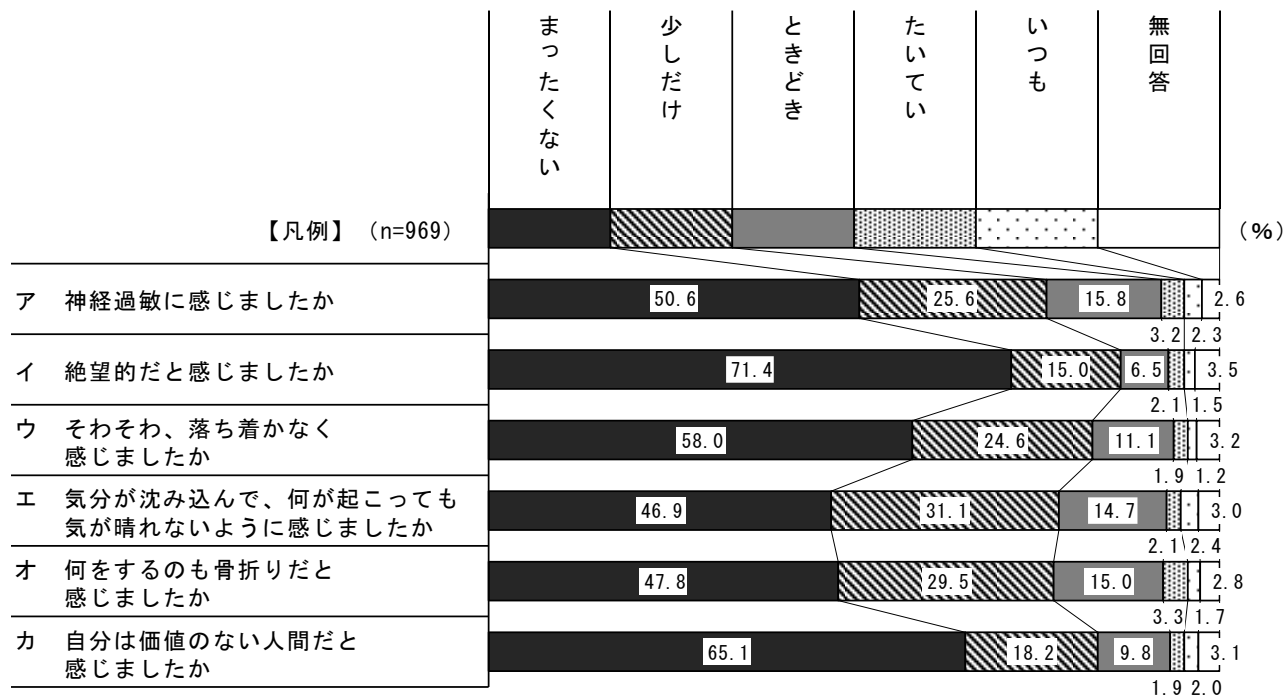


【一般市民調査】

問 57 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○は1つ)

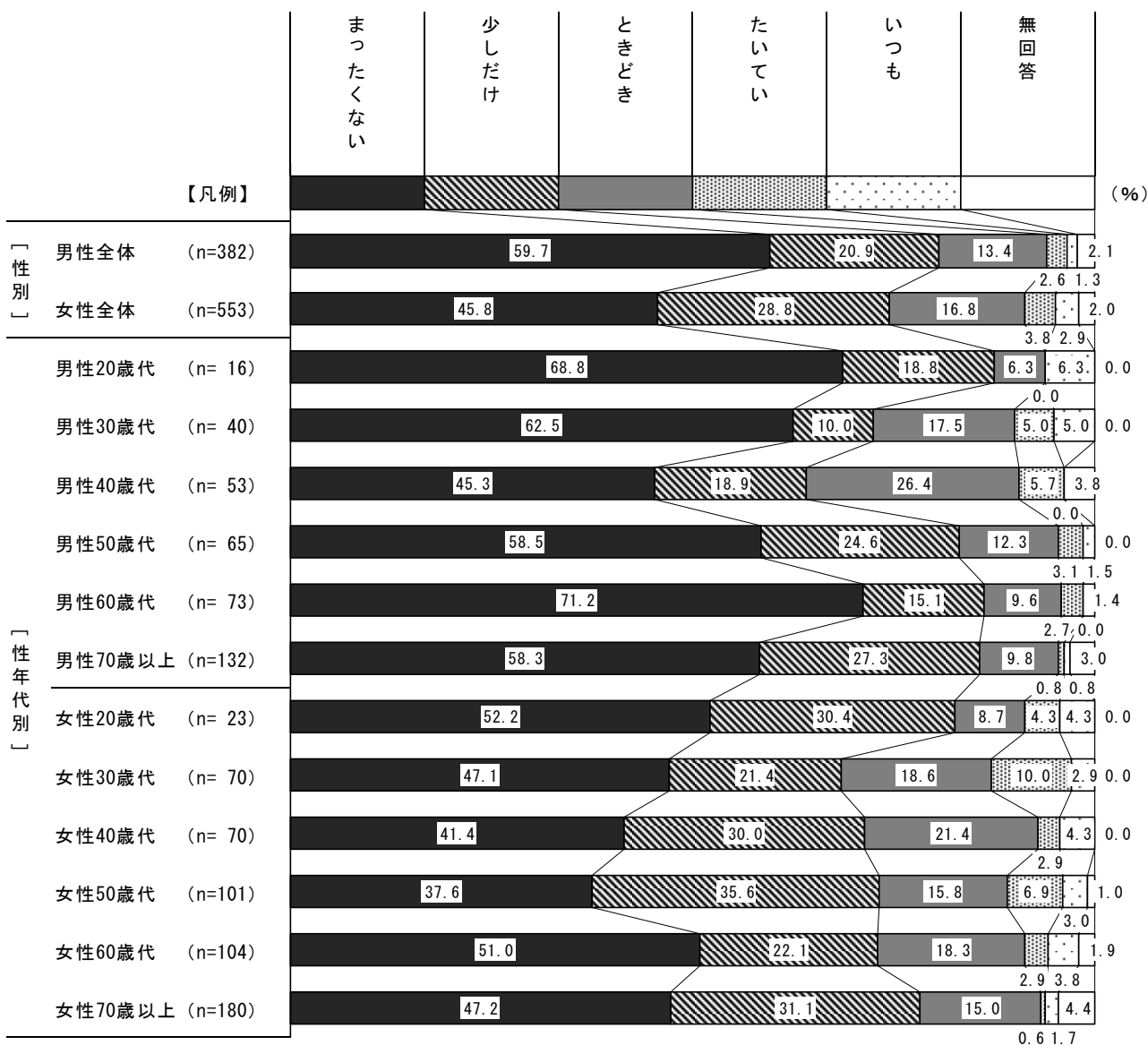
「たいてい」と「いつも」は、6項目すべて1割未満となっている。一方、「ときどき」は「ア 神経過敏に感じましたか」が15.8%、「少しだけ」は「エ 気分が沈み込んで、何が起ころっても気が晴れないように感じましたか」が31.1%、「まったくない」は「イ 絶望的だと感じましたか」が71.4%で最も多い。



ア 神経過敏に感じましたか

性別にみると、「まったくない」は男性が59.7%と、女性に比べて多い。「たいてい」と「いつも」は男女とも1割未満となっている。

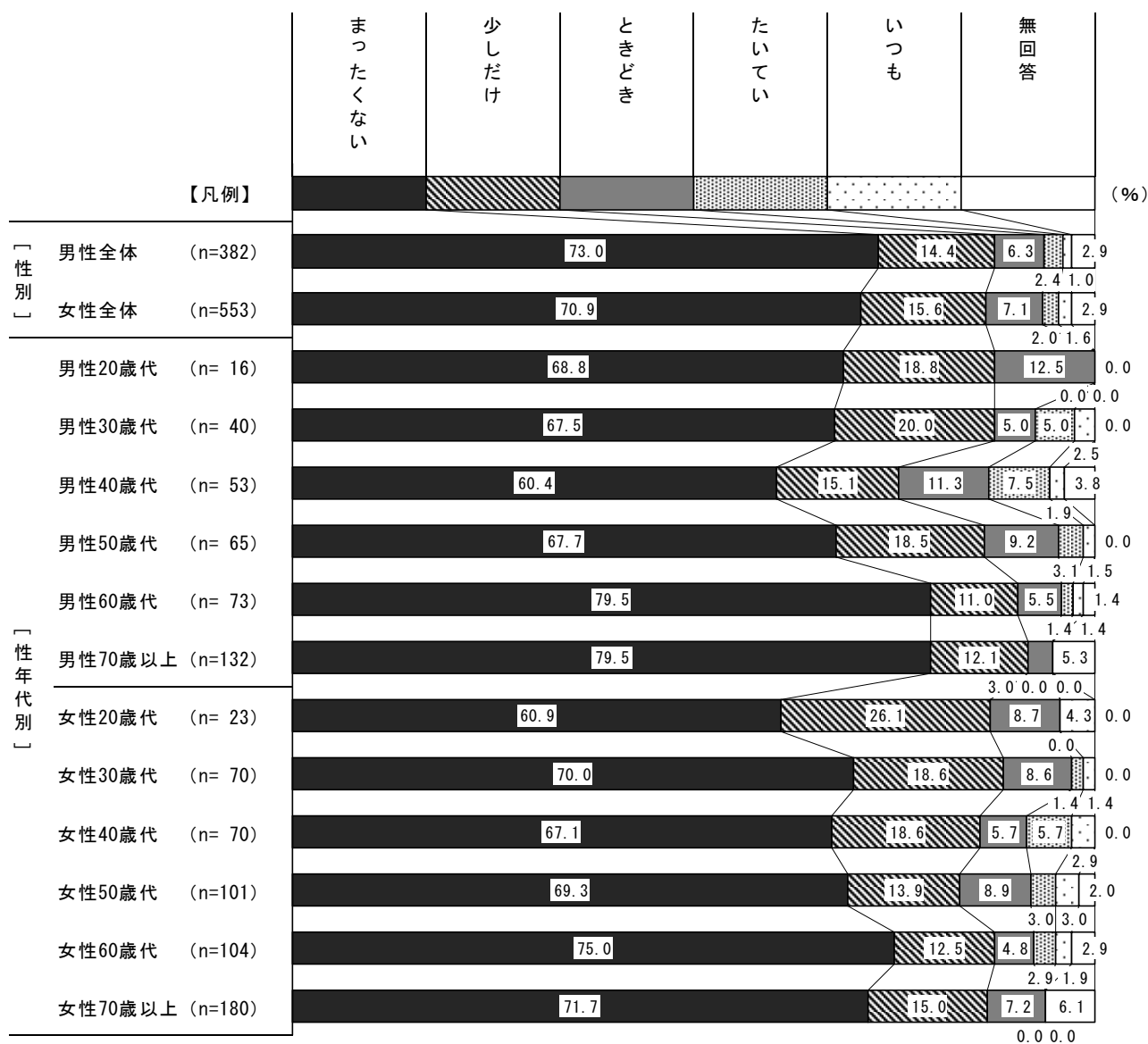
性年代別にみると、「まったくない」は男女すべての年代で最も多く、男性20～30歳代、50歳以上、女性20歳代、60歳代で5割を超える。「ときどき」は男女40歳代で2割を超え、「たいてい」は女性30歳代で1割と、他の年代に比べて多い。



イ 絶望的だと感じましたか

性別にみると、「まったくない」は男女とも7割を超え、大きな差はみられない。「たいてい」と「いつも」を合わせると男性は3.4%、女性は3.6%の人が常に絶望的だと感じている。

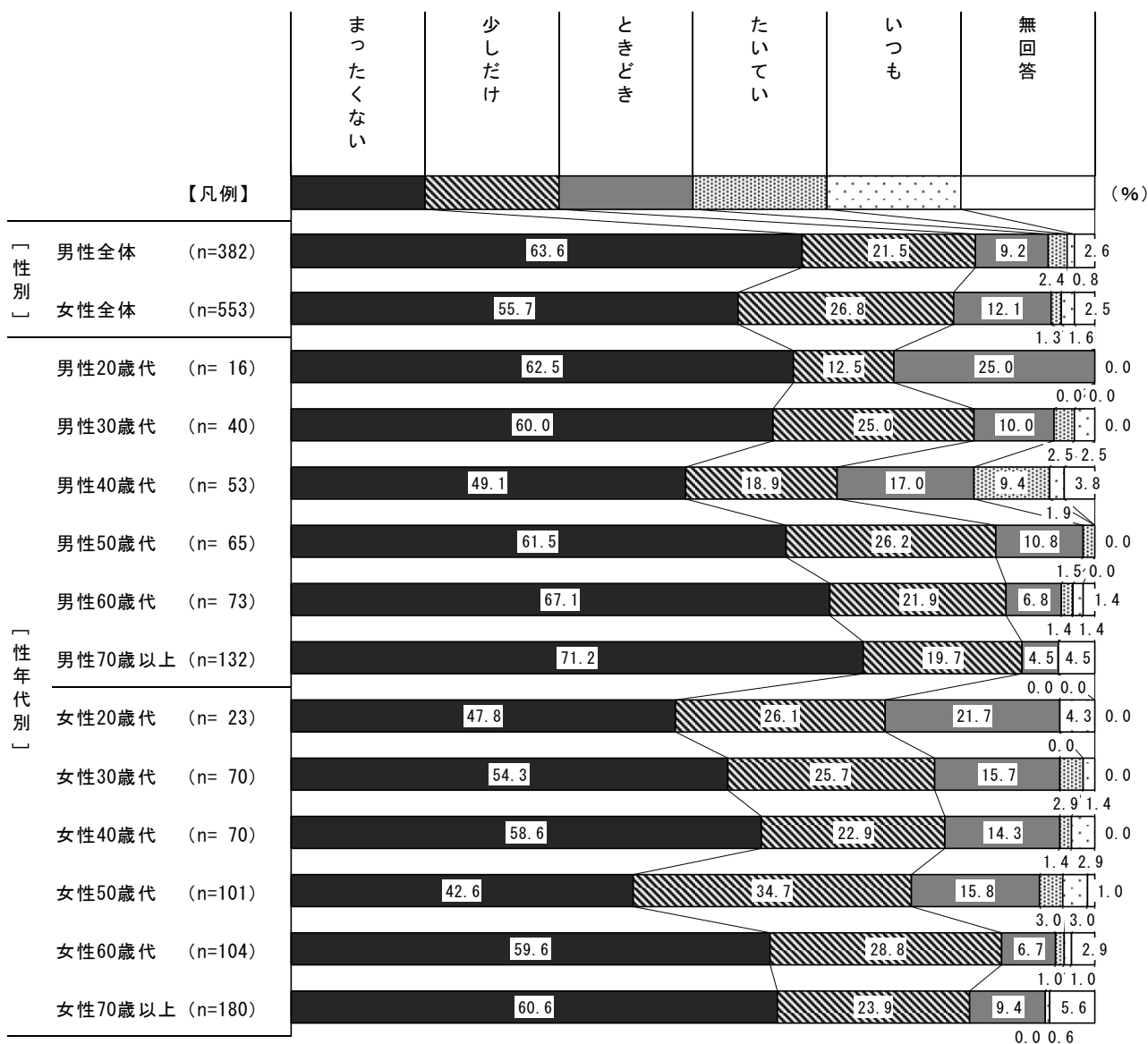
性年代別にみると、「まったくない」が男女すべての年代で6割を超え、最も多い。「ときどき」は男性20歳代、40歳代で1割を超える。



ウ そろそろ、落ち着かなく感じましたか

性別にみると、「まったくない」は男女とも5割を超え、男性は63.6%と、女性に比べて多い。「たいてい」と「いつも」は男女とも1割未満となっている。

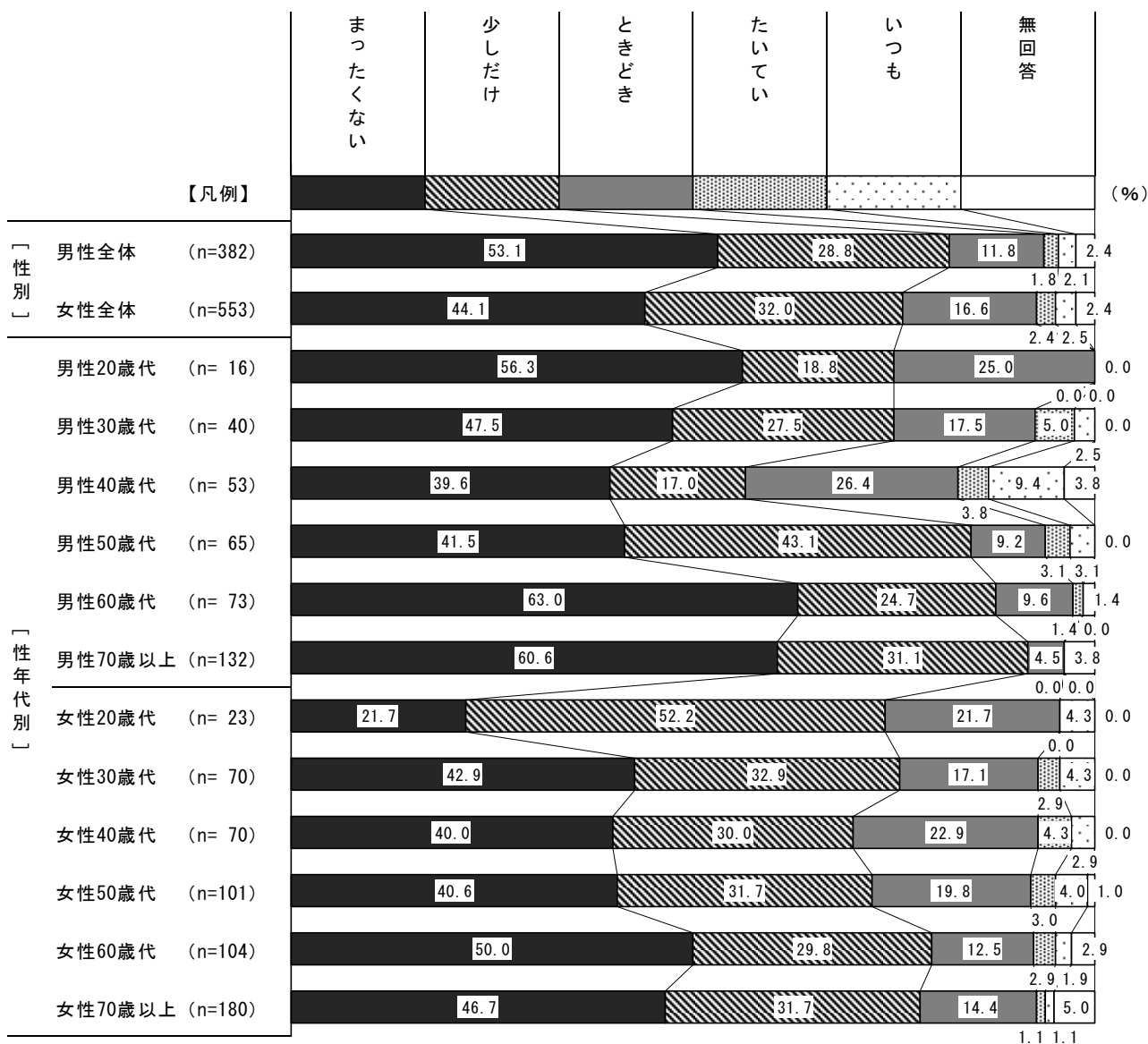
性年代別にみると、「まったくない」は男女すべての年代で最も多く、男性20～30歳代、50歳以上、女性30～40歳代、60歳以上で5割を超える。「ときどき」は男女20歳代で2割を超え、他の年代に比べて多い。



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」は男性は53.1%と、女性に比べて多い。「たいてい」と「いつも」は男女とも1割未満となっている。

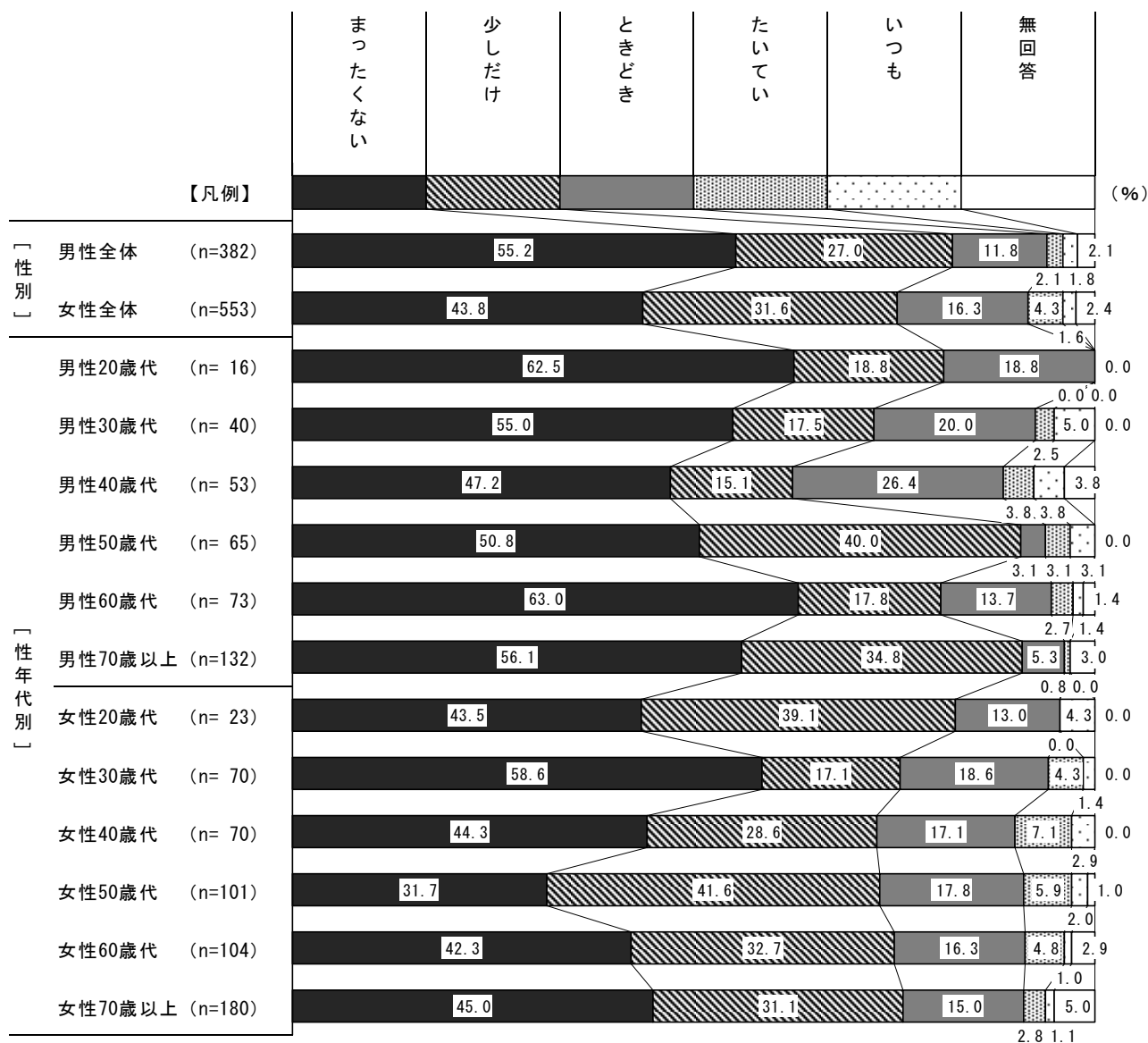
性年代別にみると、「まったくない」は男性20～40歳代、60歳以上、女性30歳以上で最も多く、男性60歳以上は6割台と、他の年代に比べて多い。男性40歳代は「いつも」が9.4%と他の年代より多い。



オ 何をするのも骨折りだと感じましたか

性別にみると、「まったくない」は男性は55.2%と、女性に比べて多い。「たいてい」と「いつも」は男女とも1割未満となっている。

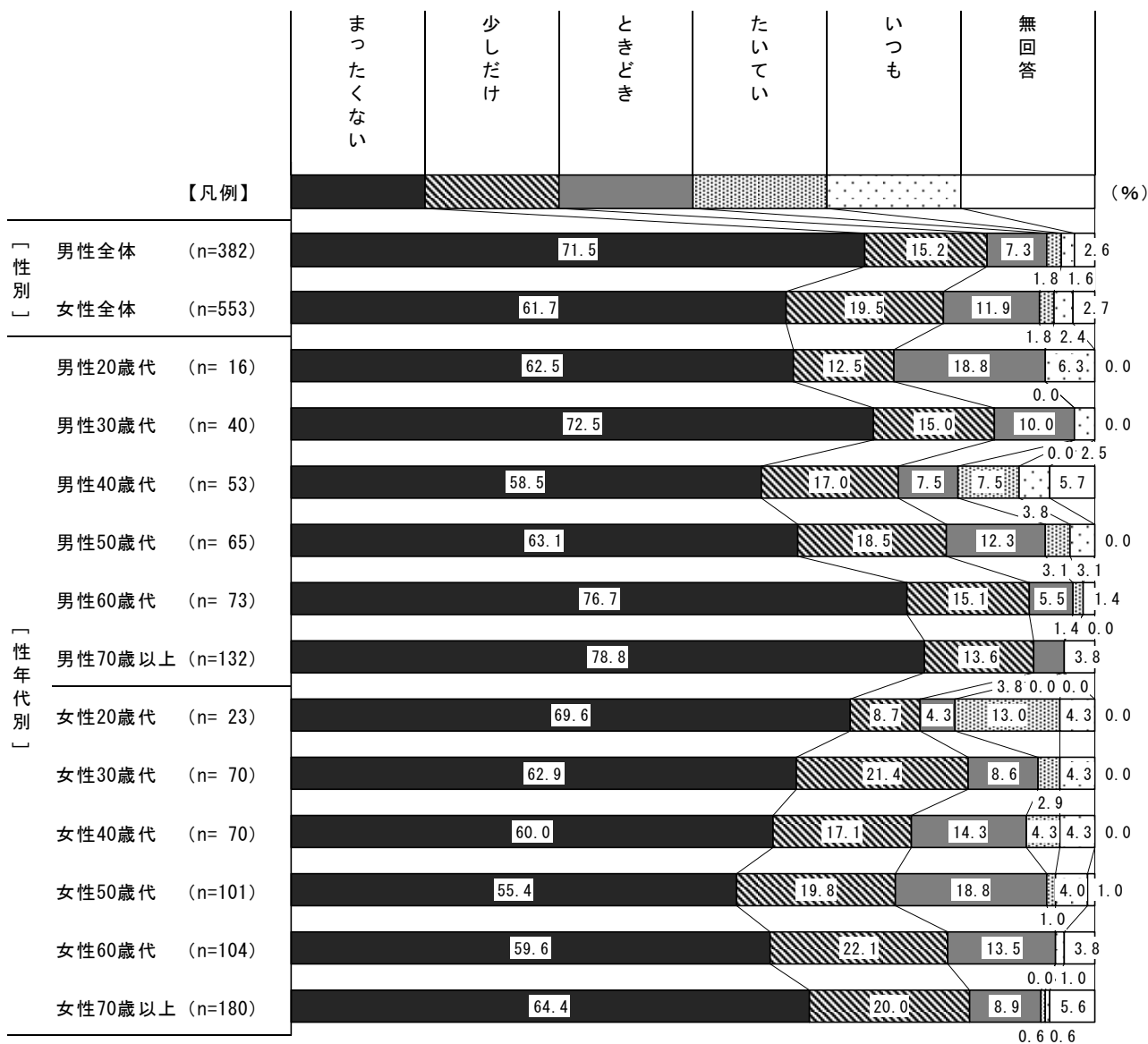
性年代別にみると、「まったくない」は女性50歳代を除き最も多く、男性20～30歳代、50歳以上、女性30歳代で5割を超える。「少しだけ」は女性50歳代で41.6%と最も多く、男性50歳代、女性20歳代も4割前後と、他の年代に比べて多い。「ときどき」は男性30～40歳代で2割を超える。



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、「いつも」「たいてい」は男女とも1割未満となっている。

性年代別にみると、「いつも」は男性20歳代(6.3%)、「たいてい」は女性20歳代(13.0%)が最も多い。「いつも」と「たいてい」の合計は女性20歳代(17.3%)が最も多く、男性40歳代(11.3%)も1割を超える。

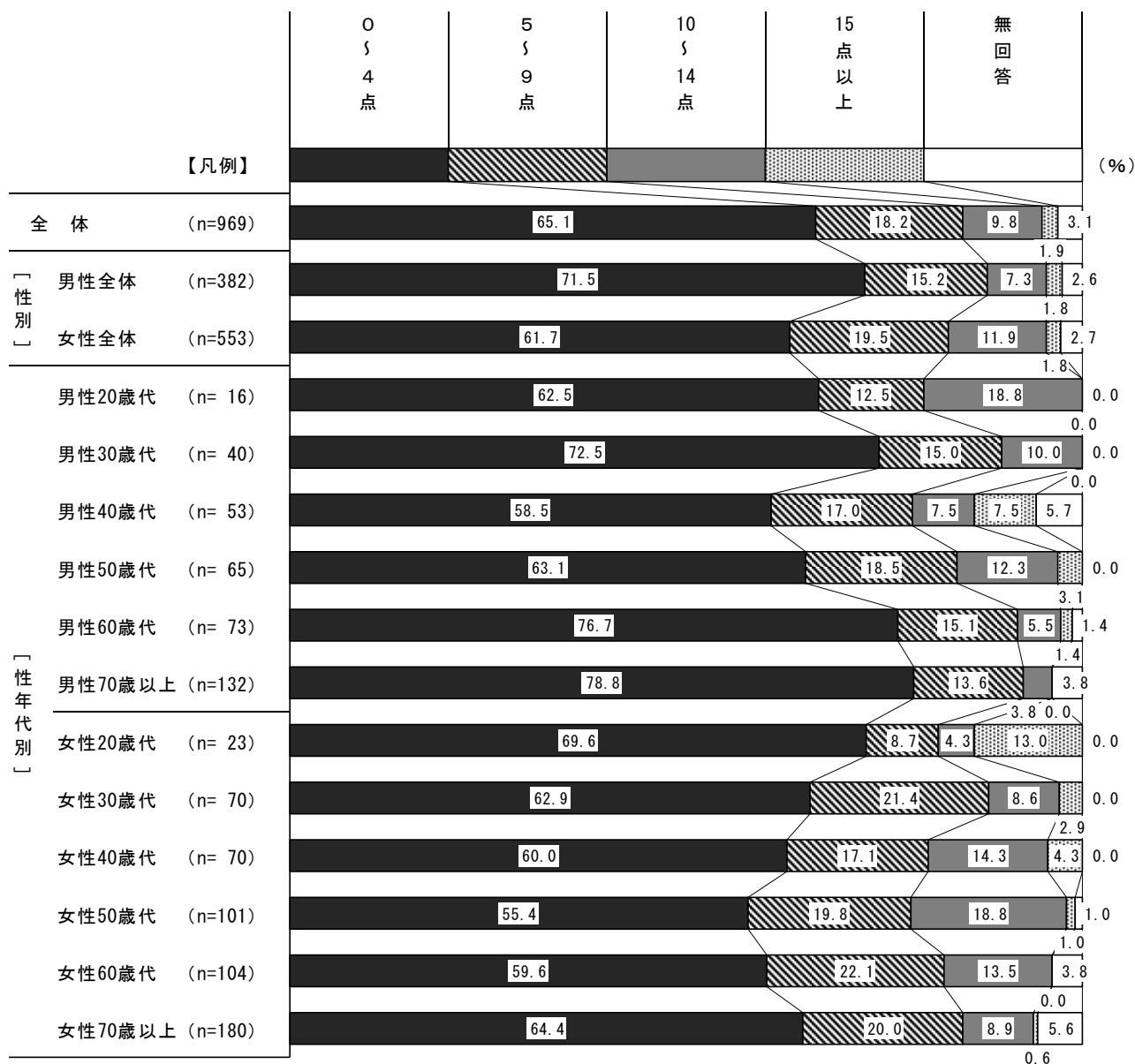


◆K6※

※心の健康を測定する尺度で、問57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されている。

「0～4点」が65.1%と最も多く、次いで「5～9点」が18.2%、「10～14点」が9.8%となっている。

性年代別にみると、「15点以上」は男性40歳代で7.5%、女性20歳代で13.0%と、他の年代に比べて多い。



問 58-1 から問 58-3 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。

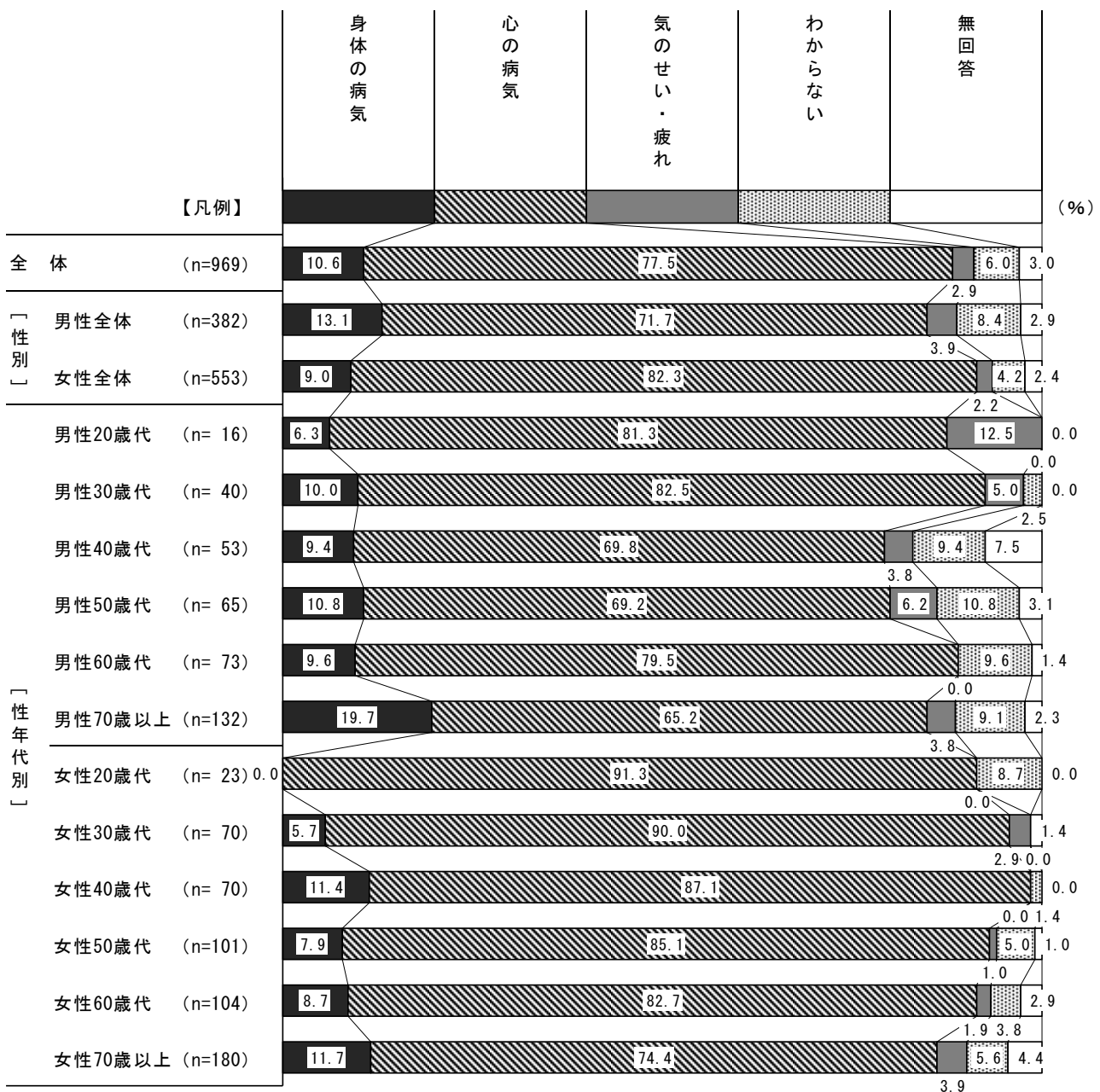
「この2～3週間、食欲が無く眠れない日が続き、体重が減ってきました。また、ひどくふさぎ込むようになり、仕事に集中できなく、物事に対して興味がわかないようで、話しかけても返事が乏しく、悲観的なことを言っています。」

問 58-1 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77.5%と最も多く、次いで「身体の病気」が10.6%、「わからない」が6.0%となっている。

性別にみると、「心の病気」が男女とも7割を超え、女性は82.3%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「心の病気」は男女すべての年代で6割を超え、女性20～30歳代は9割台と、他の年代に比べて多い。「身体の病気」は男性70歳以上が19.7%、「気のせい・疲れ」は男性20歳代が12.5%で最も多い。

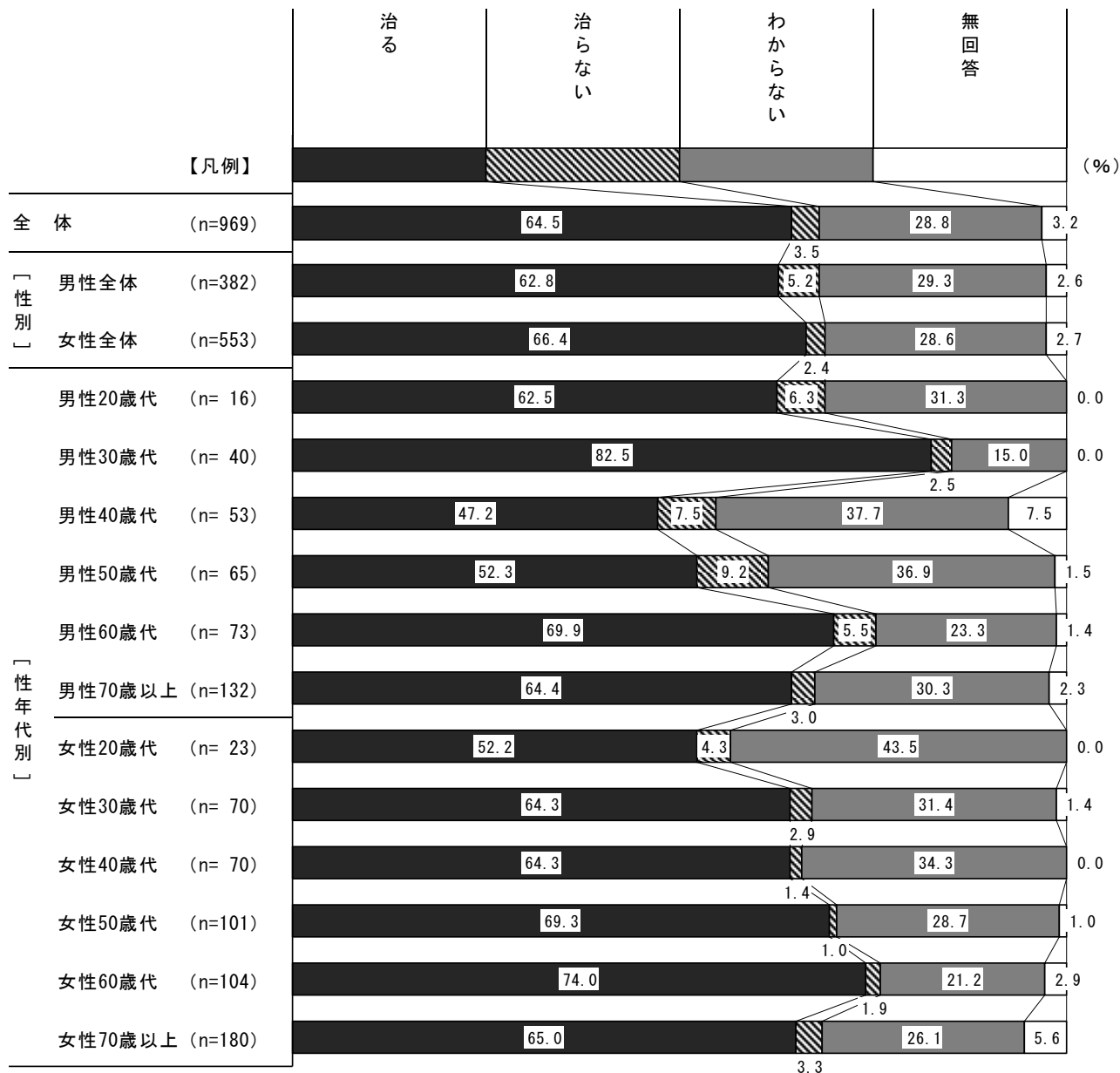


問 58-2 その方の状態は、適切な治療で治ると思いますか。(○は1つ)

「治る」が64.5%と最も多く、次いで「わからない」が28.8%、「治らない」が3.5%となっている。

性別にみると、「治る」が男女とも6割を超え、大きな差はみられない。

性年代別にみると、「治る」は男女すべての年代で最も多く、男性40歳代を除き5割を超える。「わからない」は女性20歳代が43.5%で最も多く、「治らない」は男女すべての年代で1割未満となっている。

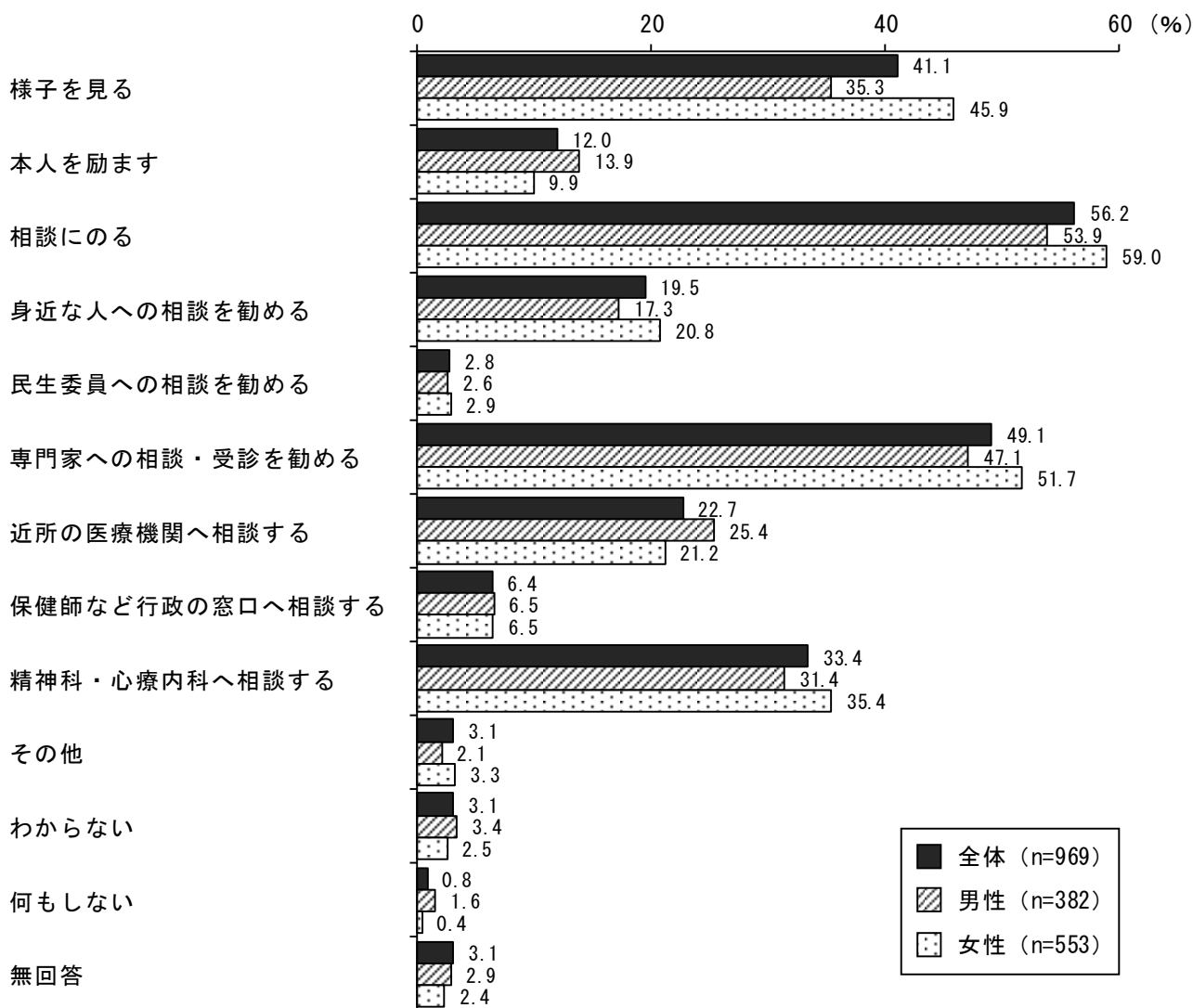


【一般市民調査】

問 58-3 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56.2%と最も多く、次いで「専門家への相談・受診を勧める」が49.1%、「様子を見る」が41.1%となっている。

性別にみると、男女とも順位は全体と共通で、「相談にのる」が5割を超え最も多い。

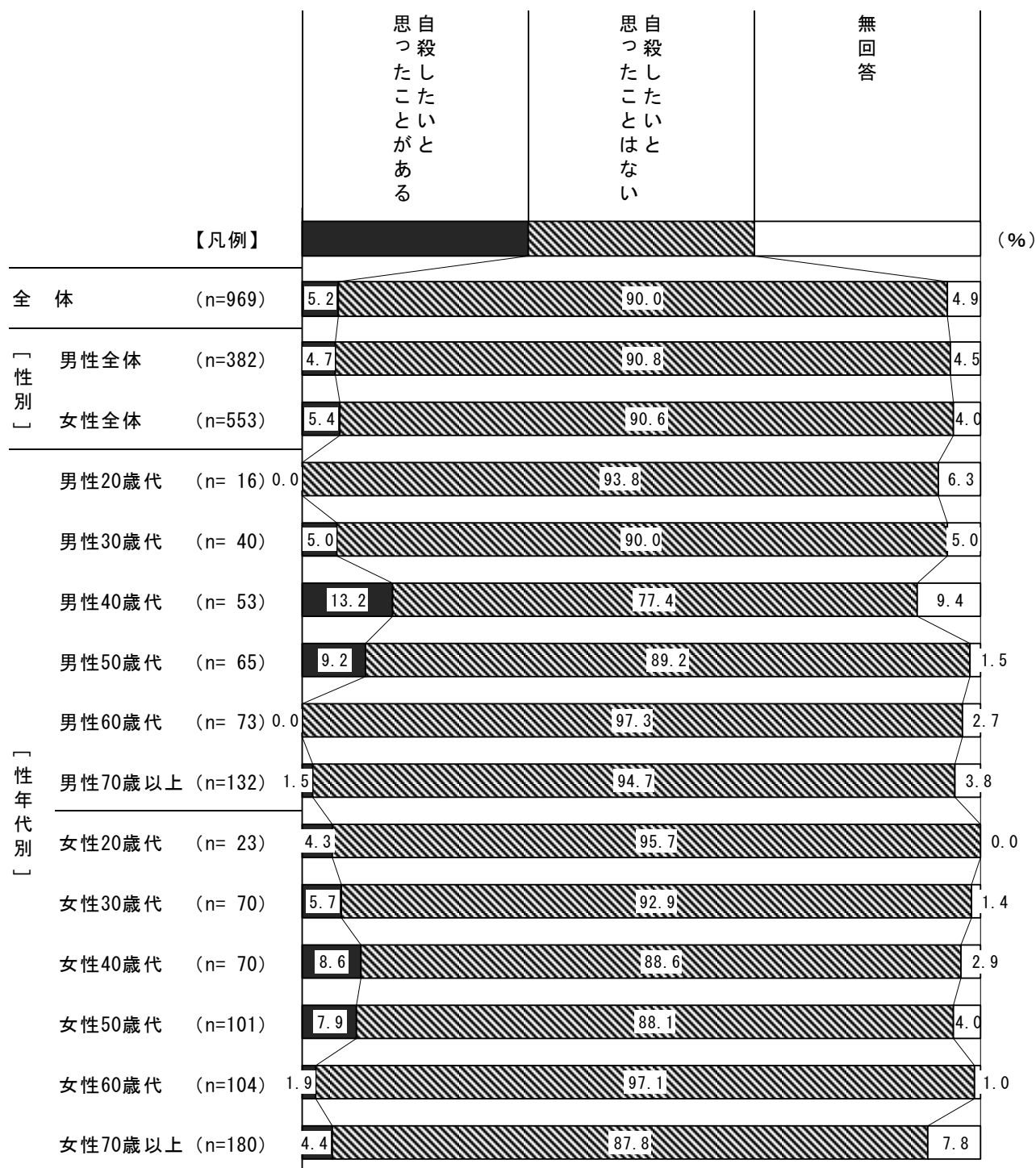


単位 (%)	サンプル数 (人)	様子を見る	本人を励ます	相談にのる	身近な人への相談を勧める	民生委員への相談を勧める	専門家への相談・受診を勧める	近所の医療機関へ相談する	保健師など行政の窓口へ相談する	精神科・心療内科へ相談する	その他	わからない	何もしない	無回答
全体	969	41.1	12.0	56.2	19.5	2.8	49.1	22.7	6.4	33.4	3.1	3.1	0.8	3.1
「性年代別」	男性20歳代	16	37.5	6.3	62.5	12.5	0.0	37.5	31.3	12.5	37.5	0.0	0.0	0.0
	男性30歳代	40	35.0	15.0	77.5	22.5	0.0	40.0	22.5	10.0	52.5	7.5	0.0	0.0
	男性40歳代	53	35.8	7.5	50.9	22.6	0.0	30.2	17.0	1.9	30.2	1.9	3.8	7.5
	男性50歳代	65	35.4	13.8	52.3	21.5	1.5	40.0	21.5	6.2	20.0	4.6	4.6	3.1
	男性60歳代	73	32.9	13.7	53.4	19.2	5.5	56.2	26.0	4.1	34.2	0.0	5.5	2.7
	男性70歳以上	132	36.4	16.7	48.5	10.6	3.8	56.1	30.3	7.6	28.8	0.8	2.3	0.0
	女性20歳代	23	52.2	8.7	78.3	21.7	4.3	56.5	21.7	4.3	39.1	0.0	0.0	0.0
	女性30歳代	70	50.0	7.1	74.3	18.6	0.0	45.7	18.6	7.1	38.6	2.9	0.0	1.4
	女性40歳代	70	54.3	15.7	62.9	22.9	2.9	55.7	25.7	10.0	34.3	2.9	2.9	0.0
	女性50歳代	101	39.6	3.0	58.4	17.8	1.0	59.4	17.8	5.0	41.6	4.0	4.0	0.0
	女性60歳代	104	48.1	11.5	58.7	21.2	1.9	56.7	25.0	2.9	40.4	5.8	1.0	0.0
	女性70歳以上	180	42.8	11.7	49.4	22.8	5.6	45.6	20.0	8.3	27.2	1.7	3.9	0.6

問 59 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がある」が 5.2%、「自殺したいと思ったことはない」が 90.0%となっている。

性年代別にみると、「自殺したいと思ったことがある」は男性40歳代が 13.2%で最も多い。

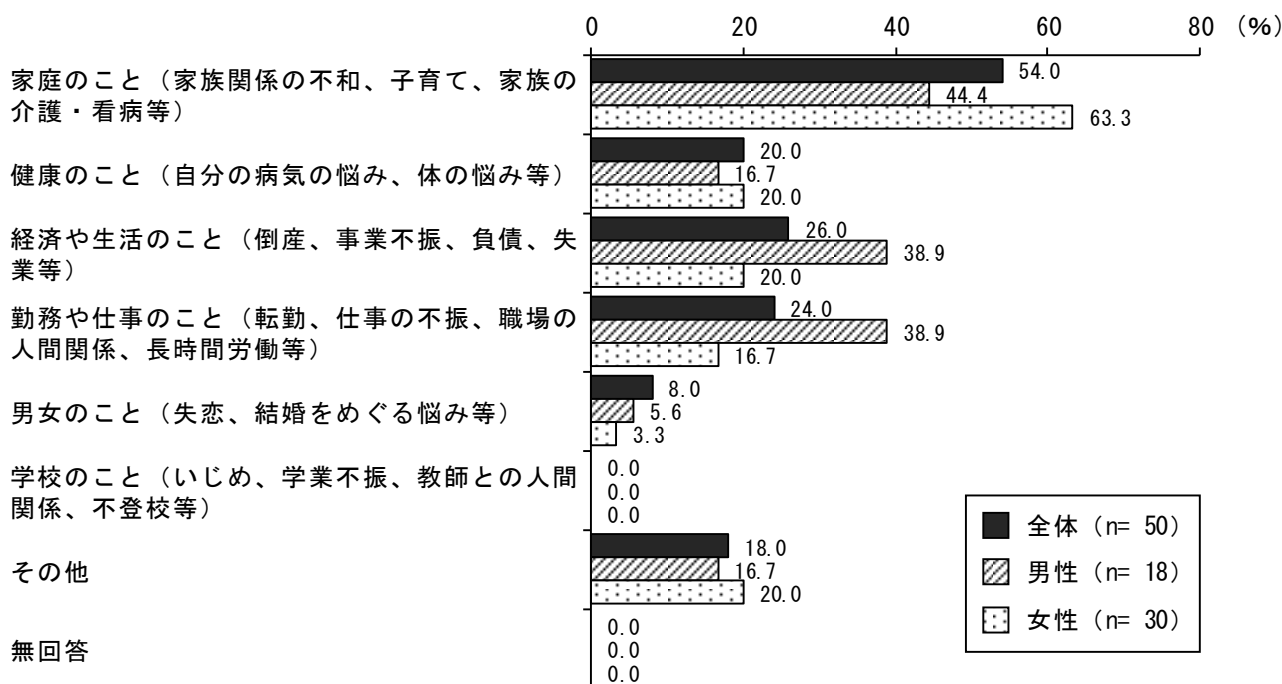


問59で「1 自殺したいと思ったことがある」と回答した方にお聞きします。

問59-1 それは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54.0%と最も多く、次いで「経済や生活のこと（倒産、事業不振、負債、失業等）」が26.0%、「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24.0%となっている。

性別にみると、男女とも「家庭のこと（家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病等）」が最も多く、男性は「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）」も多い。



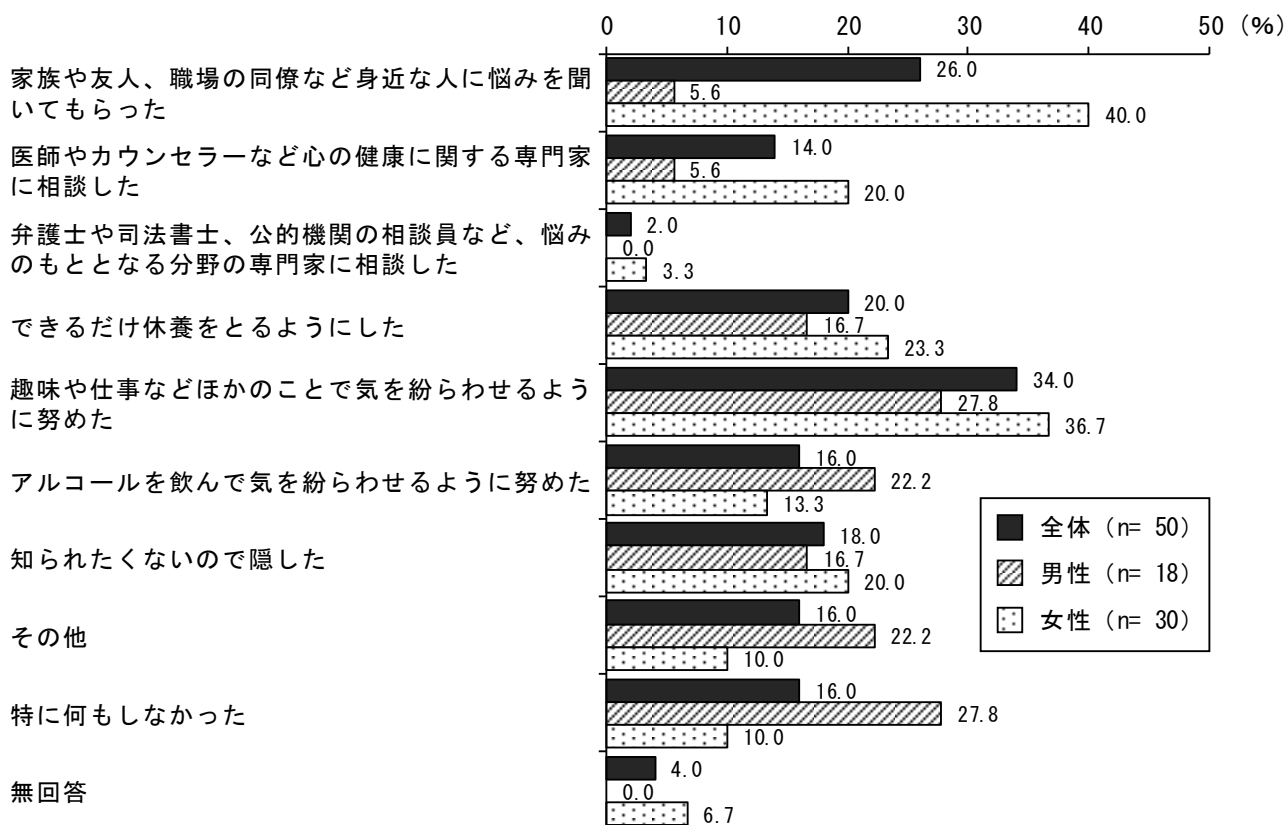
単位 (%)	サンプル数 (人)	家庭のこと（家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病等）	健康のこと（自分の病気の悩み、体の悩み等）	経済や生活のこと（倒産、事業不振、負債、失業等）	勤務や仕事のこと（転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働等）	男女のこと（失恋、結婚をめぐる悩み等）	学校のこと（いじめ、学業不振、教師との人間関係、不登校等）	その他	無回答	
全体	50	54.0	20.0	26.0	24.0	8.0	0.0	18.0	0.0	
「性年代別」	男性20歳代	0								
	男性30歳代	2	50.0	0.0	50.0	50.0	0.0	0.0	50.0	0.0
	男性40歳代	7	28.6	28.6	42.9	57.1	14.3	0.0	14.3	0.0
	男性50歳代	6	50.0	16.7	50.0	33.3	0.0	0.0	0.0	0.0
	男性60歳代	0								
	男性70歳以上	2	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	女性20歳代	1	100.0	0.0	100.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	女性30歳代	4	50.0	0.0	25.0	25.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	女性40歳代	6	83.3	16.7	33.3	16.7	16.7	0.0	16.7	0.0
	女性50歳代	8	75.0	0.0	0.0	12.5	0.0	0.0	12.5	0.0
	女性60歳代	2	50.0	0.0	50.0	50.0	0.0	0.0	0.0	0.0
女性70歳以上	8	50.0	62.5	12.5	0.0	0.0	0.0	37.5	0.0	

問 59 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 59-2 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」が 34.0%と最も多く、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」が 26.0%、「できるだけ休養をとるようにした」が 20.0%となっている。一方、「特に何もしなかった」は 16.0%となっている。

性別にみると、男性は「特に何もしなかった」が女性に比べて多く、「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」と同率となっている。女性は「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 40.0%と最も多い。



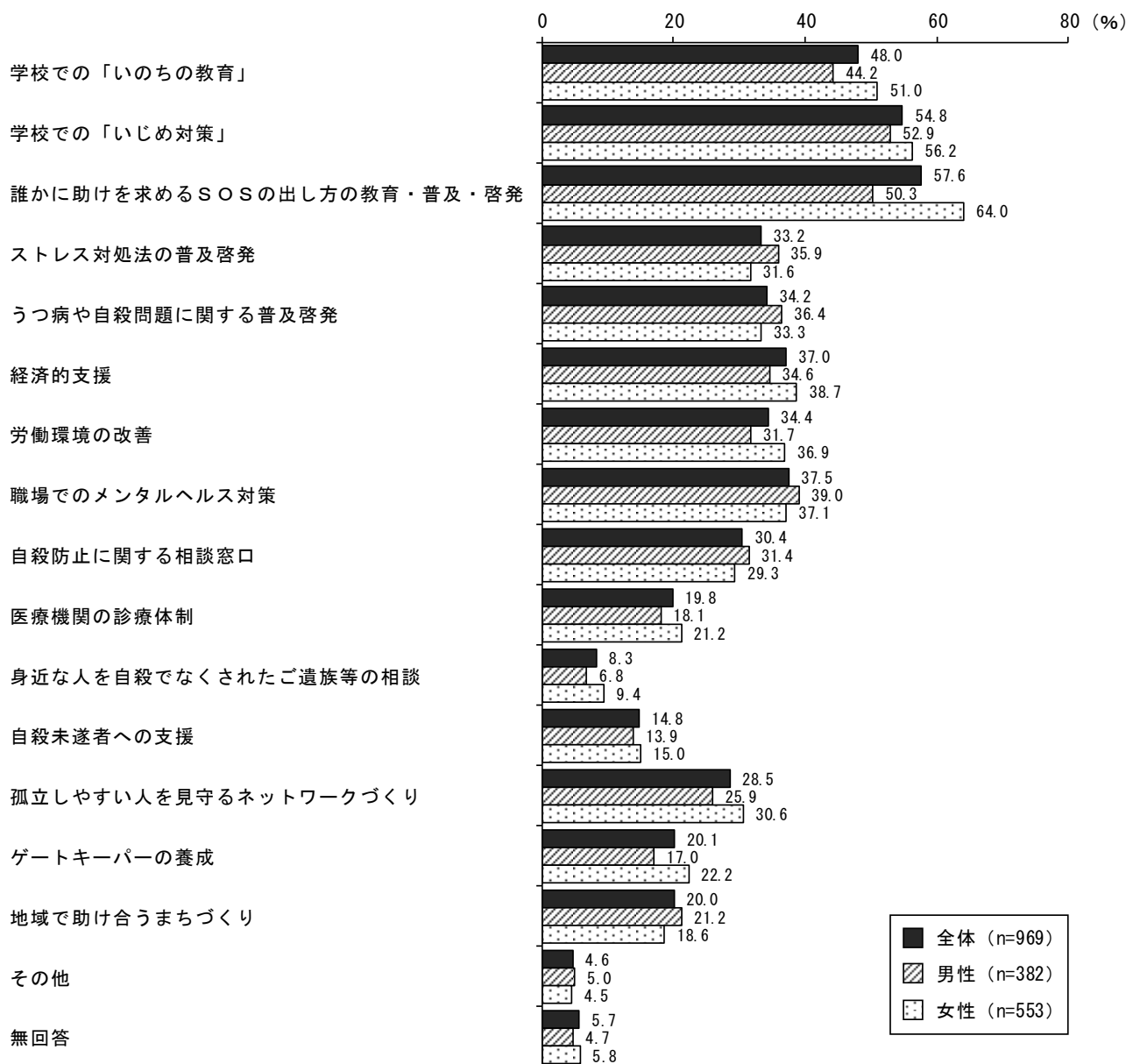
単位 (%)	サンプル数 (人)	家族や友人、職場の同僚など身近な人に悩みを聞いてもらった	心の健康に関する専門家に相談した	医師やカウンセラーなど心の健康に関する専門家に相談した	弁護士や司法書士、公的機関の相談員など、悩みのもととなる分野の専門家に相談した	できるだけ休養をとるようにした	趣味や仕事などほかのことで気を紛らわせるように努めた	アルコールを飲んで気を紛らわせるように努めた	知られたくないので隠した	その他	特に何もしなかった	無回答
全 体	50	26.0	14.0	2.0	20.0	34.0	16.0	18.0	16.0	16.0	4.0	
「性年代別」	男性20歳代	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	50.0	50.0	0.0
	男性30歳代	2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	50.0	50.0	0.0
	男性40歳代	7	14.3	14.3	0.0	28.6	57.1	28.6	42.9	28.6	0.0	0.0
	男性50歳代	6	0.0	0.0	0.0	16.7	0.0	33.3	0.0	0.0	50.0	0.0
	男性60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70歳以上	2	0.0	0.0	0.0	0.0	50.0	0.0	0.0	0.0	50.0	0.0
	女性20歳代	1	100.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	女性30歳代	4	25.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	25.0	0.0	50.0	0.0
	女性40歳代	6	33.3	33.3	16.7	33.3	50.0	16.7	16.7	16.7	0.0	0.0
	女性50歳代	8	62.5	25.0	0.0	12.5	25.0	25.0	12.5	12.5	12.5	0.0
	女性60歳代	2	0.0	0.0	0.0	50.0	50.0	50.0	100.0	0.0	0.0	0.0
	女性70歳以上	8	25.0	25.0	0.0	25.0	50.0	0.0	12.5	12.5	0.0	25.0

すべての方にお聞きします。

問 60 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○)

「誰かに助けを求めるSOSの出し方の教育・普及・啓発」が57.6%と最も多く、次いで「学校での「いじめ対策」」が54.8%、「学校での「いのちの教育」」が48.0%となっている。

性別にみると、男性は「学校での「いじめ対策」」が52.9%、女性は「誰かに助けを求めるSOSの出し方の教育・普及・啓発」が64.0%で最も多い。



単位 (%)	サンプル数 (人)	学校での「いのちの教育」	学校での「いじめ対策」	誰かに助けを求めるSOSの出し方の教育・普及・啓発	ストレス対処法の普及啓発	うつ病や自殺問題に関する普及啓発	経済的支援	労働環境の改善	職場でのメンタルヘルス対策	自殺防止に関する相談窓口	医療機関の診療体制	等々	身近な人を自殺でなくされたご遺族等の相談	自殺未遂者への支援	クッキー	孤立しやすい人を見守るネットワークづくり	ゲートキーパーの養成	地域で助け合うまちづくり	その他	無回答	
全体	969	48.0	54.8	57.6	33.2	34.2	37.0	34.4	37.5	30.4	19.8	8.3	14.8	28.5	20.1	20.0	20.1	20.0	4.6	5.7	
〔性別別〕	男性20歳代	16	25.0	50.0	31.3	43.8	50.0	37.5	37.5	37.5	18.8	18.8	12.5	12.5	18.8	12.5	12.5	12.5	0.0	0.0	
	男性30歳代	40	62.5	67.5	60.0	45.0	40.0	62.5	52.5	50.0	12.5	7.5	22.5	22.5	17.5	22.5	10.0	0.0			
	男性40歳代	53	30.2	45.3	35.8	30.2	24.5	41.5	41.5	37.7	15.1	11.3	3.8	7.5	15.1	7.5	18.9	3.8	11.3		
	男性50歳代	65	35.4	41.5	44.6	36.9	33.8	27.7	32.3	38.5	27.7	15.4	10.8	16.9	27.7	16.9	15.4	9.2	7.7		
	男性60歳代	73	42.5	46.6	53.4	31.5	37.0	34.2	30.1	46.6	38.4	23.3	6.8	15.1	26.0	17.8	16.4	6.8	1.4		
	男性70歳以上	132	51.5	60.6	56.1	36.4	39.4	25.8	20.5	32.6	36.4	20.5	4.5	11.4	31.1	19.7	28.0	1.5	3.8		
	女性20歳代	23	47.8	73.9	65.2	43.5	47.8	60.9	69.6	43.5	47.8	34.8	21.7	30.4	34.8	26.1	13.0	4.3	0.0		
	女性30歳代	70	44.3	45.7	61.4	28.6	24.3	51.4	44.3	37.1	24.3	17.1	4.3	5.7	17.1	8.6	10.0	4.3	2.9		
	女性40歳代	70	47.1	57.1	64.3	31.4	32.9	50.0	54.3	45.7	22.9	22.9	14.3	25.7	31.4	31.4	18.6	8.6	1.4		
	女性50歳代	101	48.5	54.5	72.3	34.7	37.6	42.6	45.5	49.5	33.7	24.8	11.9	18.8	39.6	27.7	20.8	1.0	3.0		
女性60歳代	104	55.8	58.7	64.4	33.7	38.5	35.6	26.9	32.7	28.8	17.3	4.8	12.5	28.8	25.0	12.5	8.7	2.9			
女性70歳以上	180	54.4	57.2	59.4	28.9	28.9	26.7	24.4	27.8	28.9	20.6	8.9	12.2	31.7	18.9	25.6	2.2	12.8			

問 61 心の健康を保つために、四街道市はもっと何をすべきだと思いますか。(自由回答)

244 人から回答があった。主な内容は下記のとおりである。

- 相談窓口の充実、相談先の確保（個人情報保護、多様な相談方法、専門家の育成など） … 68 件
- 学校教育（教育内容の改善、いじめ対策、専門家・スクールカウンセラーの配置など） … 29 件
- 啓発活動・情報発信（SOS の出し方、キャッチコピー、施策・関連施設の周知など） …… 27 件
- 地域の連携、コミュニティ活動（町内役員とゲートキーパー一体化、戸別訪問など） …… 22 件
- まちづくり（美化、道路整備、ストレス発散できる公園、娯楽施設など） …………… 20 件
- 集える居場所づくり（サークル活動、コミュニケーションの場、学習機会の充実など） … 19 件
- 行政による対応強化（対応の改善、セーフティネットの整備、調査の有効活用など） …… 16 件
- 経済的支援（減税、地域経済の活性化、生活困窮者への支援など） …………… 15 件
- 対策は困難（単純化して捉えることを危惧、外見からの判別は困難、個人の問題など） … 10 件
- 医療体制の強化（診療体制の充実、アフターフォロー、医療機関で悩み相談など） …… 9 件
- ストレスを減らす取組（不安の原因を知る、余計なストレスを与えないなど） …………… 8 件
- 講座、イベントの開催（メンタルヘルス、セルフケア、コロナでこもりがちなど） …… 7 件
- 福祉の充実（一人親家庭、子ども食堂、子育て支援など） …………… 3 件
- 労働環境の改善（職場でのメンタルヘルス対策、現状把握など） …………… 2 件

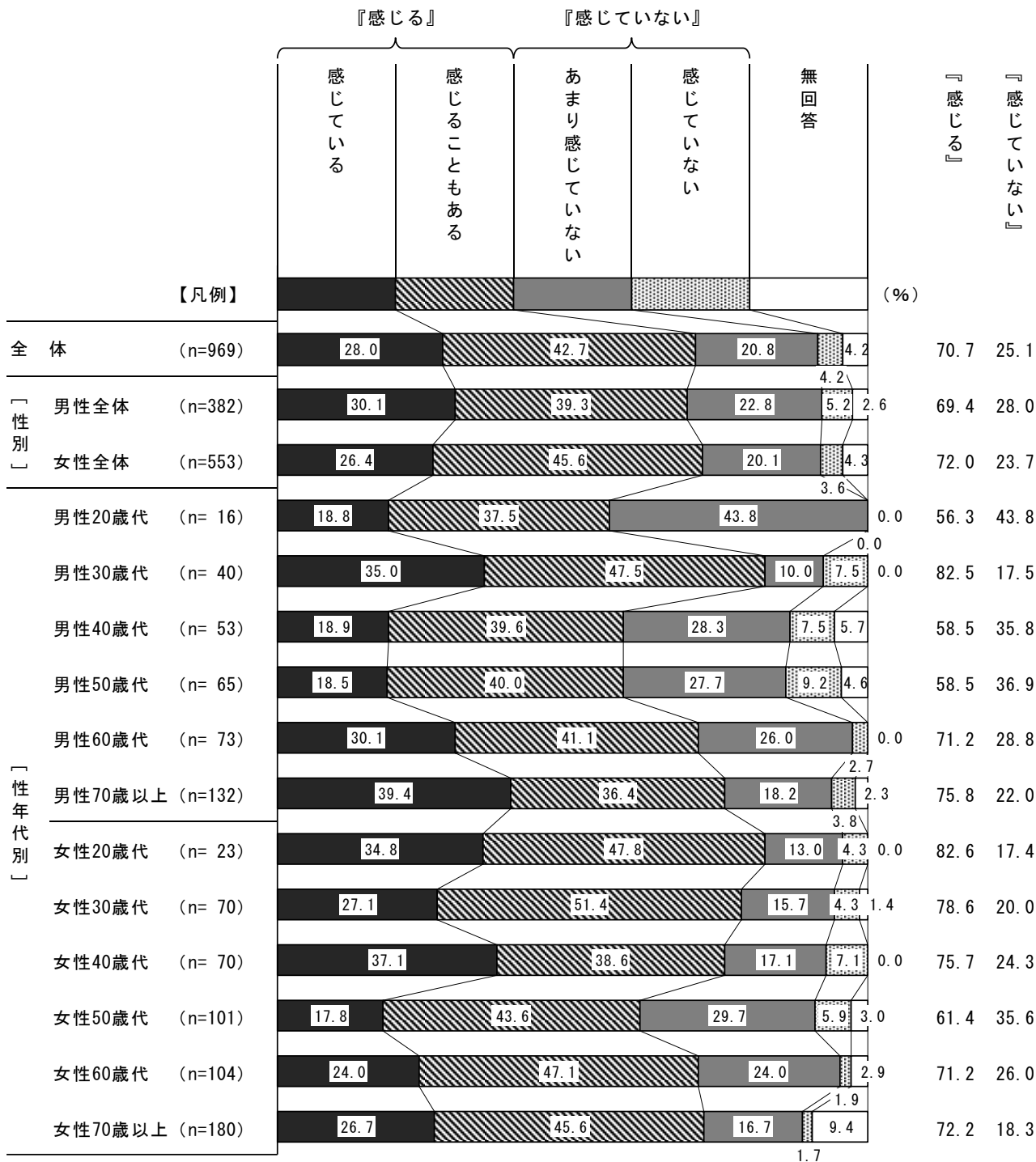
他 36 件

10 生きがいづくり・まちづくりについて

問 62 あなたは、生きがいを感じていますか。(○は1つ)

「感じることもある」が42.7%で最も多く、「感じている」(28.0%)と合わせた『感じる』は70.7%となっている。

性別にみると、「感じることもある」が男女とも4割前後で最も多く、女性は45.6%と、男性に比べて多い。『感じる』は男女とも7割前後で大きな差はみられない。

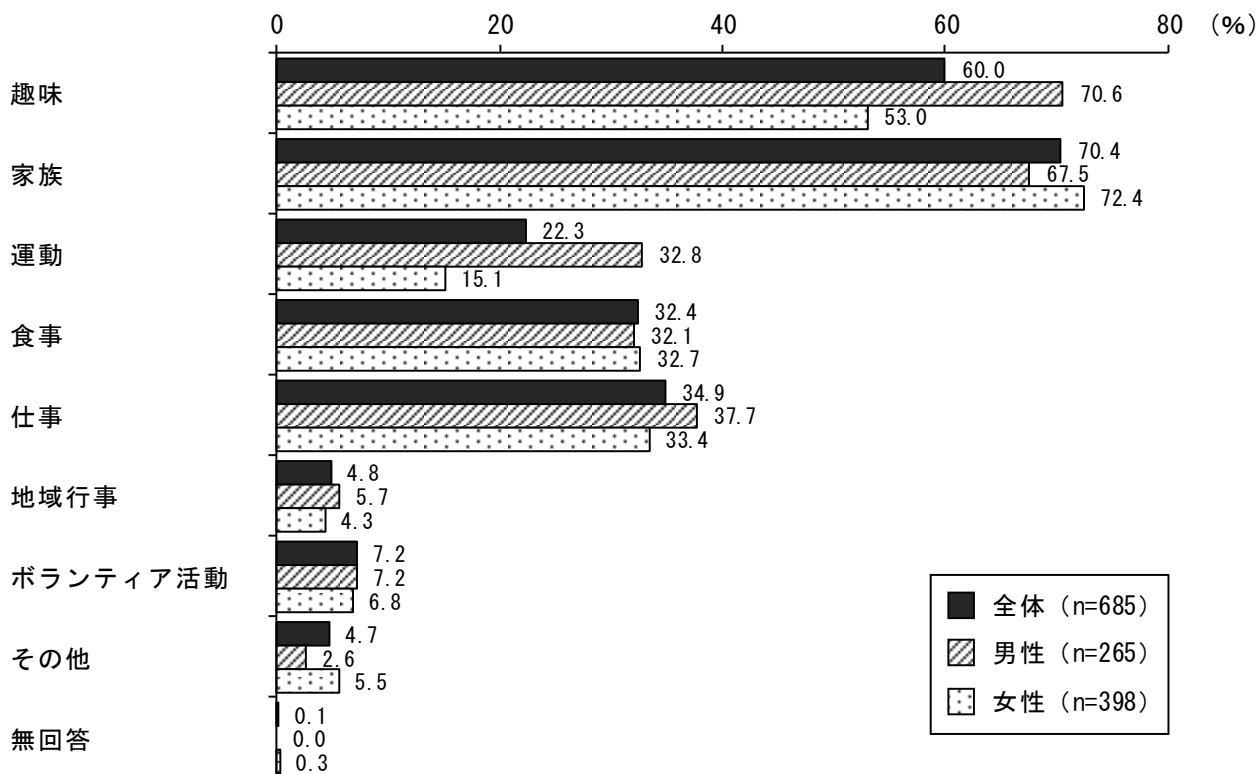


問 62 で「1 感じている」または「2 感じることもある」と回答した方にお聞きします。

問 62-1 あなたは、どんなことに生きがいを感じますか。(あてはまるものすべてに○)

「家族」が70.4%と最も多く、次いで「趣味」が60.0%、「仕事」が34.9%となっている。

性別にみると、男性は「趣味」が70.6%と最も多く、「運動」も32.8%と、女性に比べて多い。女性は「家族」が72.4%と最も多い。



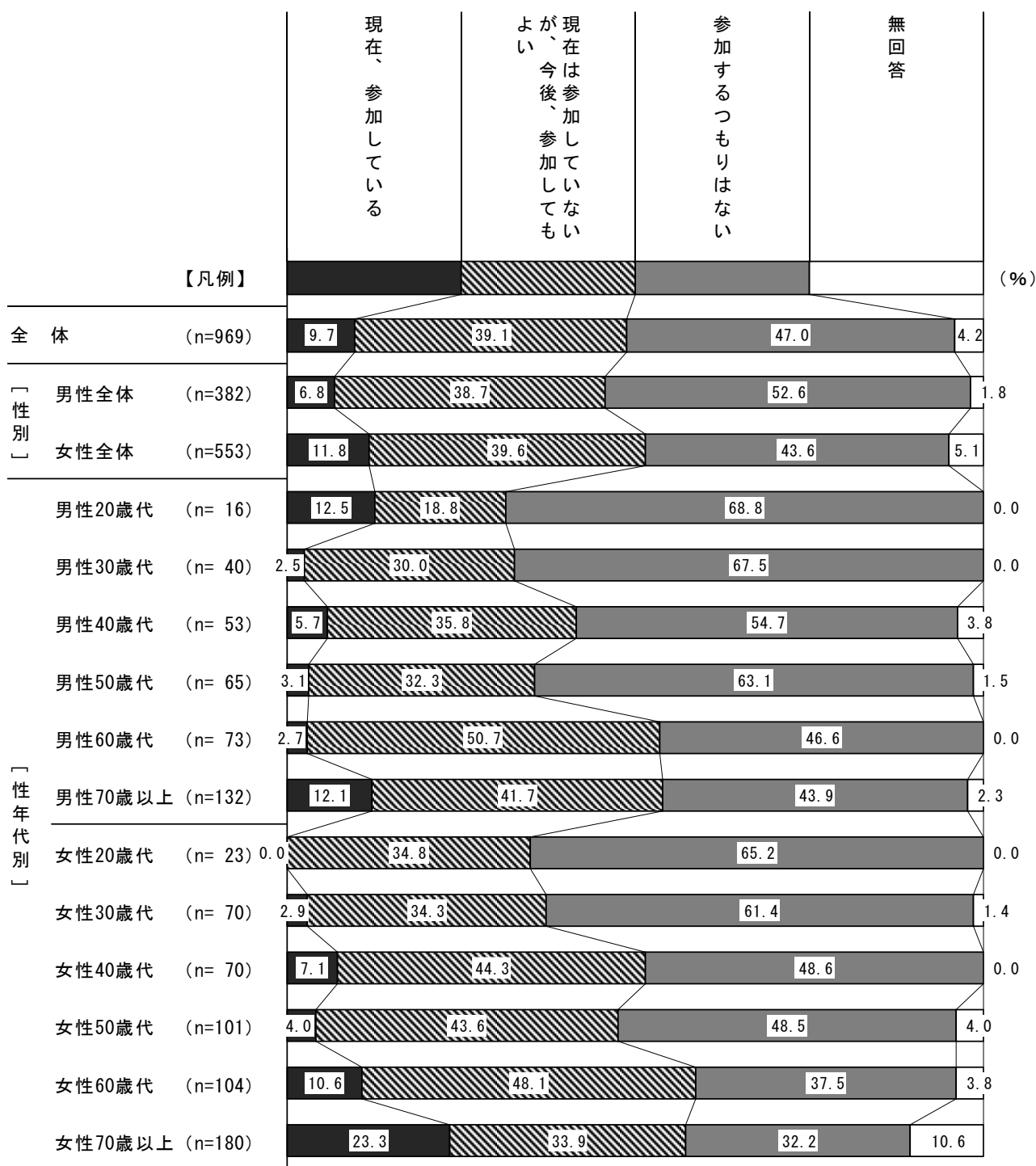
単位 (%)	サンプル数 (人)	趣味	家族	運動	食事	仕事	地域行事	ボランティア活動	その他	無回答	
全 体	685	60.0	70.4	22.3	32.4	34.9	4.8	7.2	4.7	0.1	
「性年代別」	男性20歳代	9	88.9	33.3	44.4	44.4	0.0	0.0	0.0	0.0	
	男性30歳代	33	60.6	78.8	21.2	36.4	42.4	0.0	3.0	0.0	
	男性40歳代	31	71.0	67.7	12.9	16.1	38.7	3.2	3.2	0.0	
	男性50歳代	38	63.2	65.8	15.8	36.8	47.4	5.3	7.9	2.6	
	男性60歳代	52	73.1	59.6	36.5	36.5	50.0	5.8	3.8	0.0	
	男性70歳以上	100	73.0	71.0	47.0	30.0	24.0	9.0	12.0	4.0	0.0
	女性20歳代	19	78.9	52.6	5.3	21.1	47.4	0.0	0.0	5.3	0.0
	女性30歳代	55	32.7	89.1	3.6	30.9	21.8	0.0	0.0	7.3	0.0
	女性40歳代	53	39.6	90.6	13.2	24.5	47.2	3.8	3.8	7.5	0.0
	女性50歳代	62	41.9	77.4	9.7	27.4	51.6	3.2	3.2	3.2	0.0
	女性60歳代	74	62.2	70.3	10.8	31.1	35.1	2.7	5.4	8.1	1.4
	女性70歳以上	130	63.8	60.8	26.9	42.3	20.0	8.5	13.8	3.1	0.0

ここからは、すべての方にお聞きします。

問 63 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。（〇は1つ）

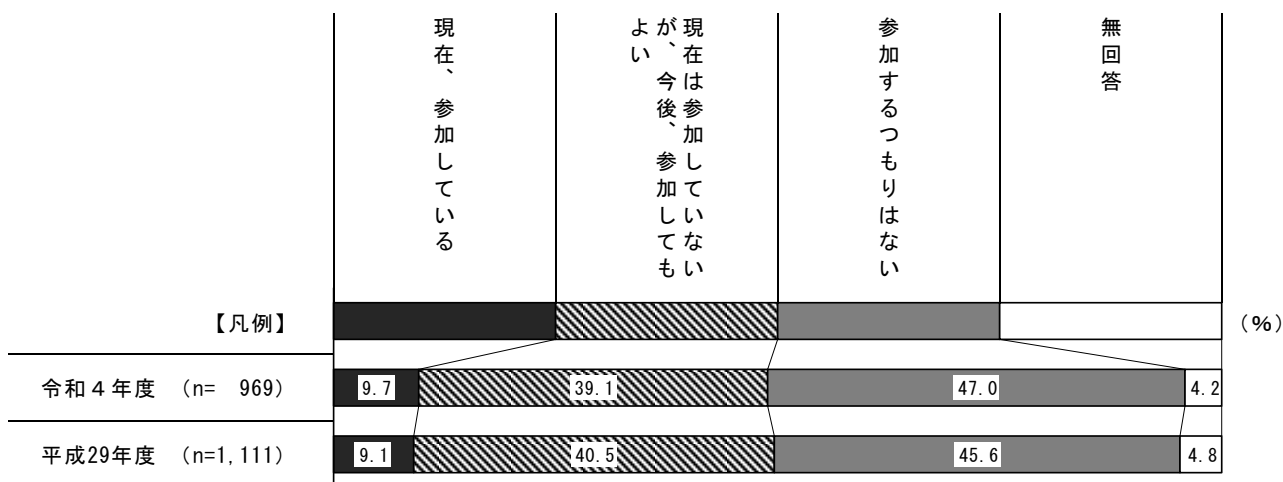
「参加するつもりはない」が47.0%と最も多く、次いで「現在は参加していないが、今後、参加してもよい」が39.1%、「現在、参加している」が9.7%となっている。

性別にみると、「参加するつもりはない」が男女とも最も多く、男性は52.6%と、女性に比べて多い。



◆前回調査との比較

前回の調査結果と比較すると、「参加するつもりはない」が4割を超え、大きな違いは見られない。

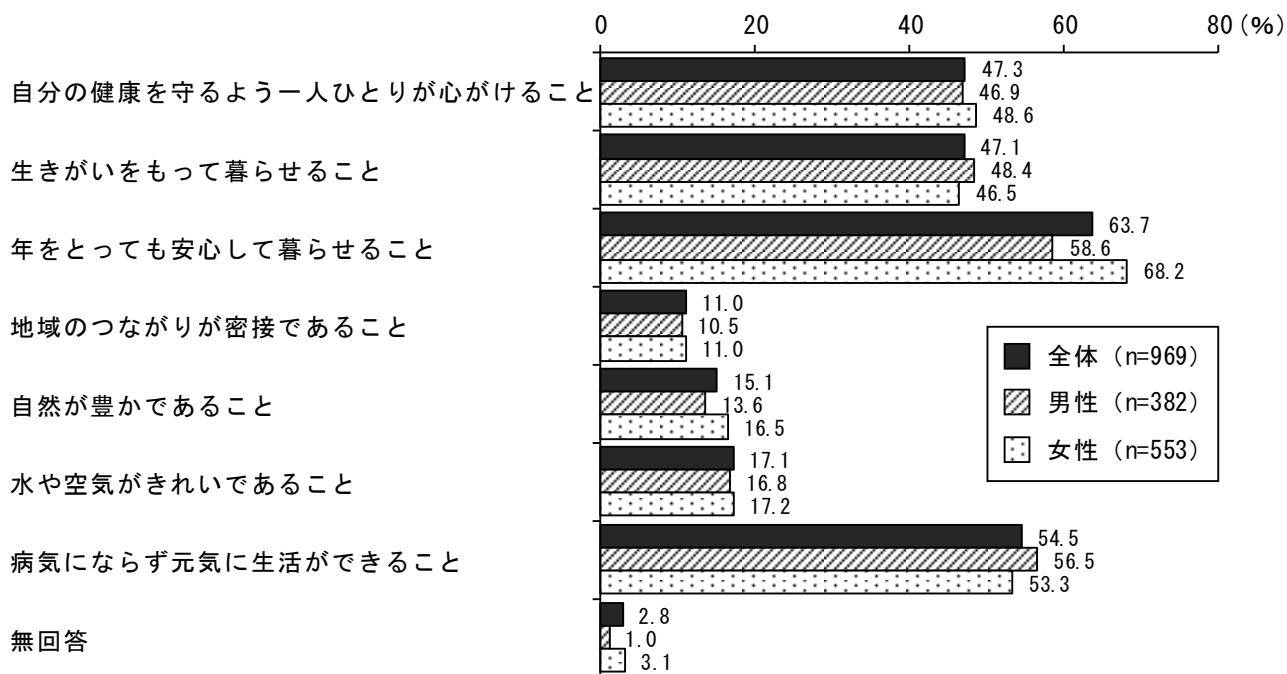


問 64 次のうち、あなた自身にとって、健やかに暮らすために特に重要だと思うことは何ですか。

(○は3つまで)

「年をとっても安心して暮らせること」が63.7%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54.5%、「自分の健康を守るよう一人ひとりが心がけること」が47.3%となっている。

性別にみると、「年をとっても安心して暮らせること」が男女とも5割を超え最も多く、女性は68.2%と、男性に比べて多い。



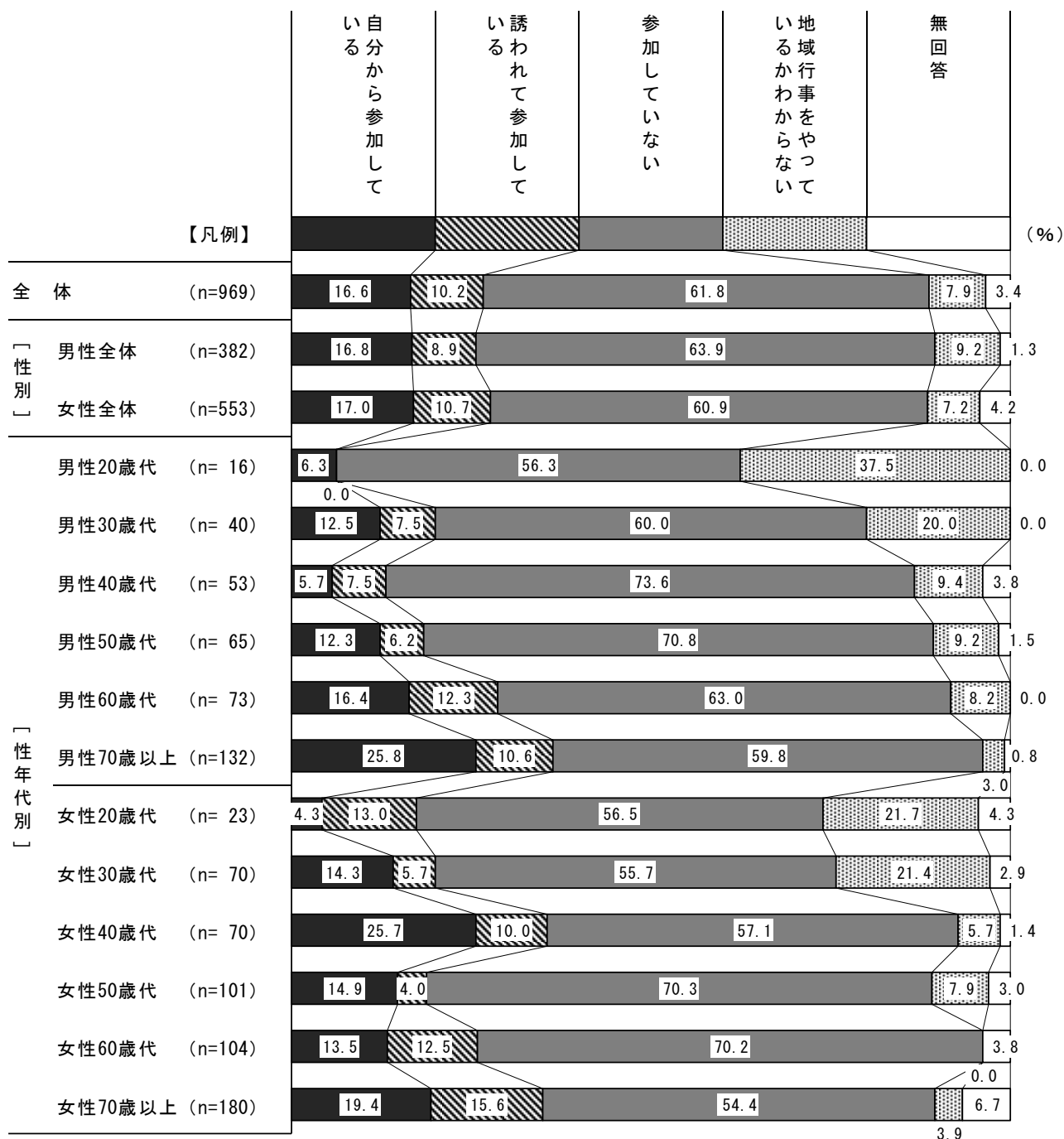
単位 (%)	サンプル数 (人)	心がけること	生きがい	安心して暮らすこと	地域のつながり	自然が豊か	水や空気がきれい	病気にならず元気に生活	無回答	
全 体	969	47.3	47.1	63.7	11.0	15.1	17.1	54.5	2.8	
「性年代別」	男性20歳代	16	43.8	50.0	6.3	25.0	50.0	37.5	0.0	
	男性30歳代	40	42.5	62.5	10.0	15.0	22.5	57.5	0.0	
	男性40歳代	53	35.8	45.3	47.2	5.7	9.4	34.0	50.9	3.8
	男性50歳代	65	41.5	38.5	58.5	13.8	10.8	15.4	53.8	1.5
	男性60歳代	73	41.1	57.5	65.8	5.5	15.1	9.6	60.3	0.0
	男性70歳以上	132	59.1	45.5	67.4	14.4	14.4	8.3	60.6	0.0
	女性20歳代	23	39.1	43.5	56.5	13.0	17.4	26.1	52.2	0.0
	女性30歳代	70	40.0	55.7	64.3	5.7	17.1	32.9	47.1	1.4
	女性40歳代	70	48.6	50.0	75.7	5.7	15.7	18.6	54.3	0.0
	女性50歳代	101	43.6	45.5	74.3	5.9	13.9	13.9	62.4	3.0
	女性60歳代	104	41.3	47.1	78.8	13.5	19.2	15.4	51.0	3.8
	女性70歳以上	180	59.4	42.2	58.9	16.1	15.6	12.8	52.2	5.0

問 65 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61.8%と最も多く、次いで「自分から参加している」が16.6%、「誘われて参加している」が10.2%となっている。

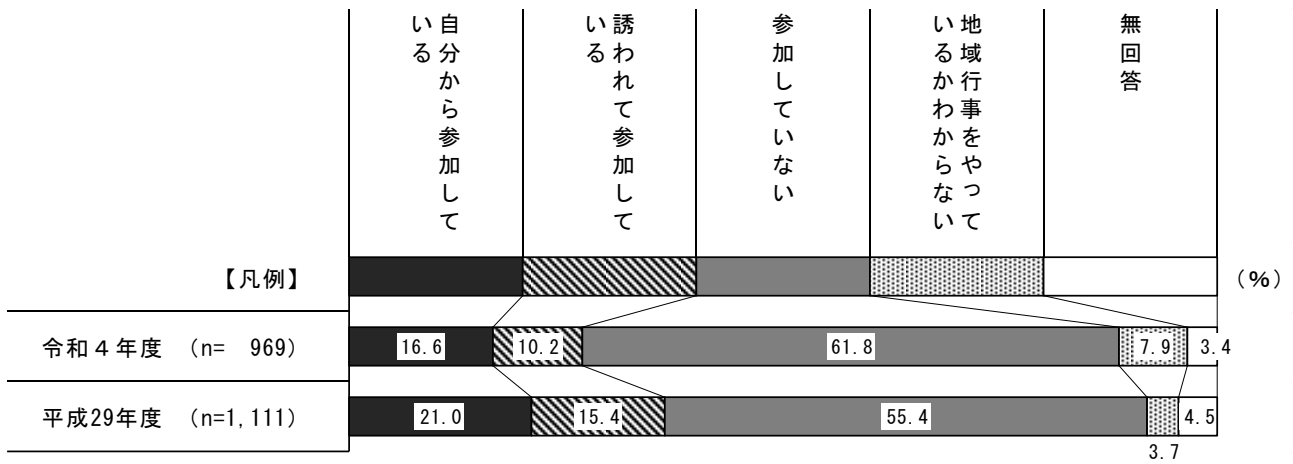
性別にみると、「参加していない」が男女とも6割を超え最も多く、大きな差はみられない。

性年代別にみると、「参加していない」は男女すべての年代で5割を超え、男性40～50歳代、女性50～60歳代は7割を超える。



◆前回調査との比較

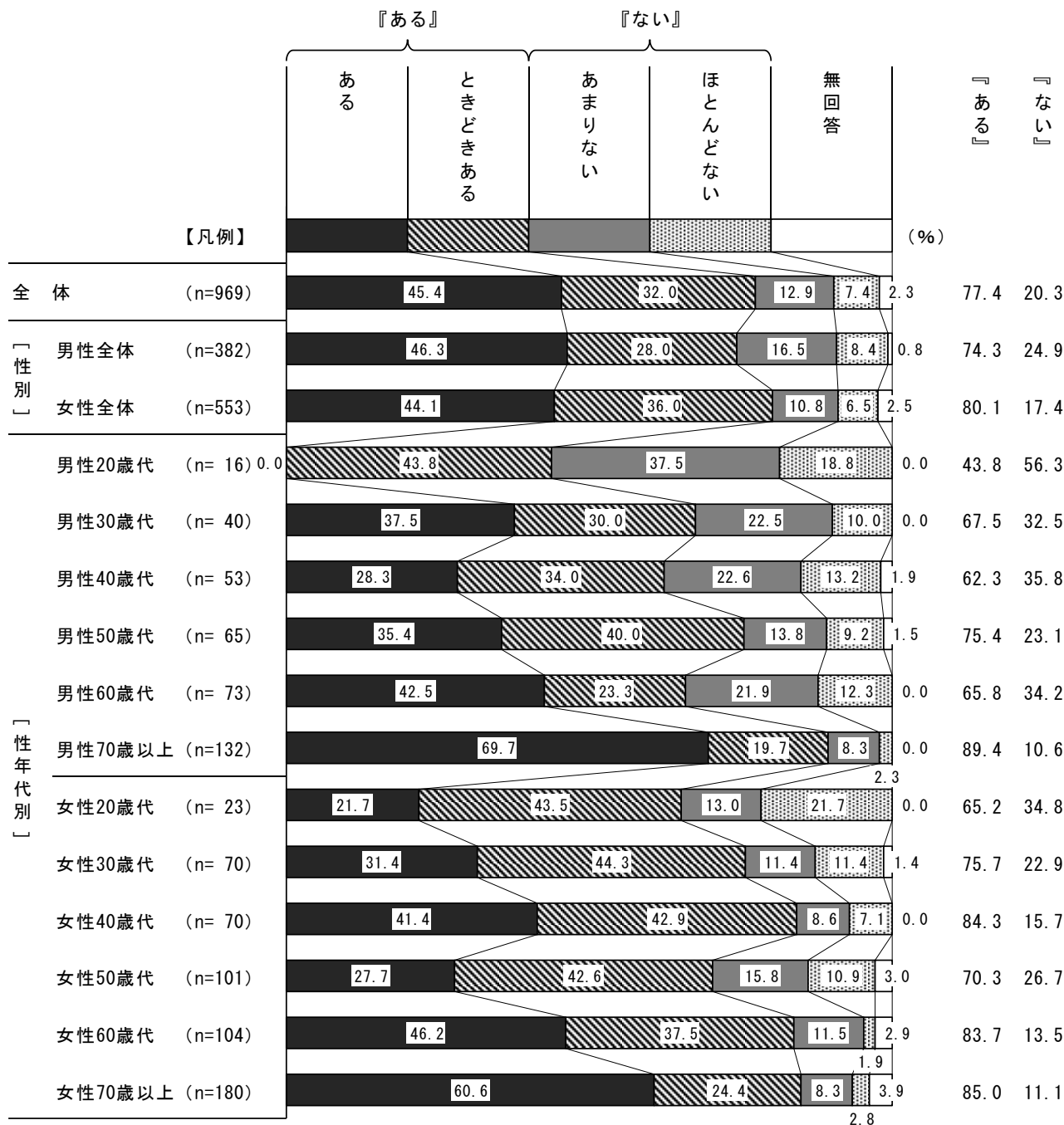
前回の調査結果と比較すると、「自分から参加している」「誘われて参加している」が減少する一方、「参加していない」は6.4ポイント、「地域行事をやっているかわからない」は4.2ポイント増加した。



問 66 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」が45.4%で最も多く、「ときどきある」(32.0%)と合わせた『ある』は77.4%となっている。一方、「あまりない」(12.9%)、「ほとんどない」(7.4%)を合わせた『ない』は20.3%で、『ある』に比べて少ない。

性別にみると、男女とも「ある」が4割を超え最も多い。「ときどきある」は女性が36.0%と男性に比べて多く、『ある』も80.1%と、男性を上回っている。



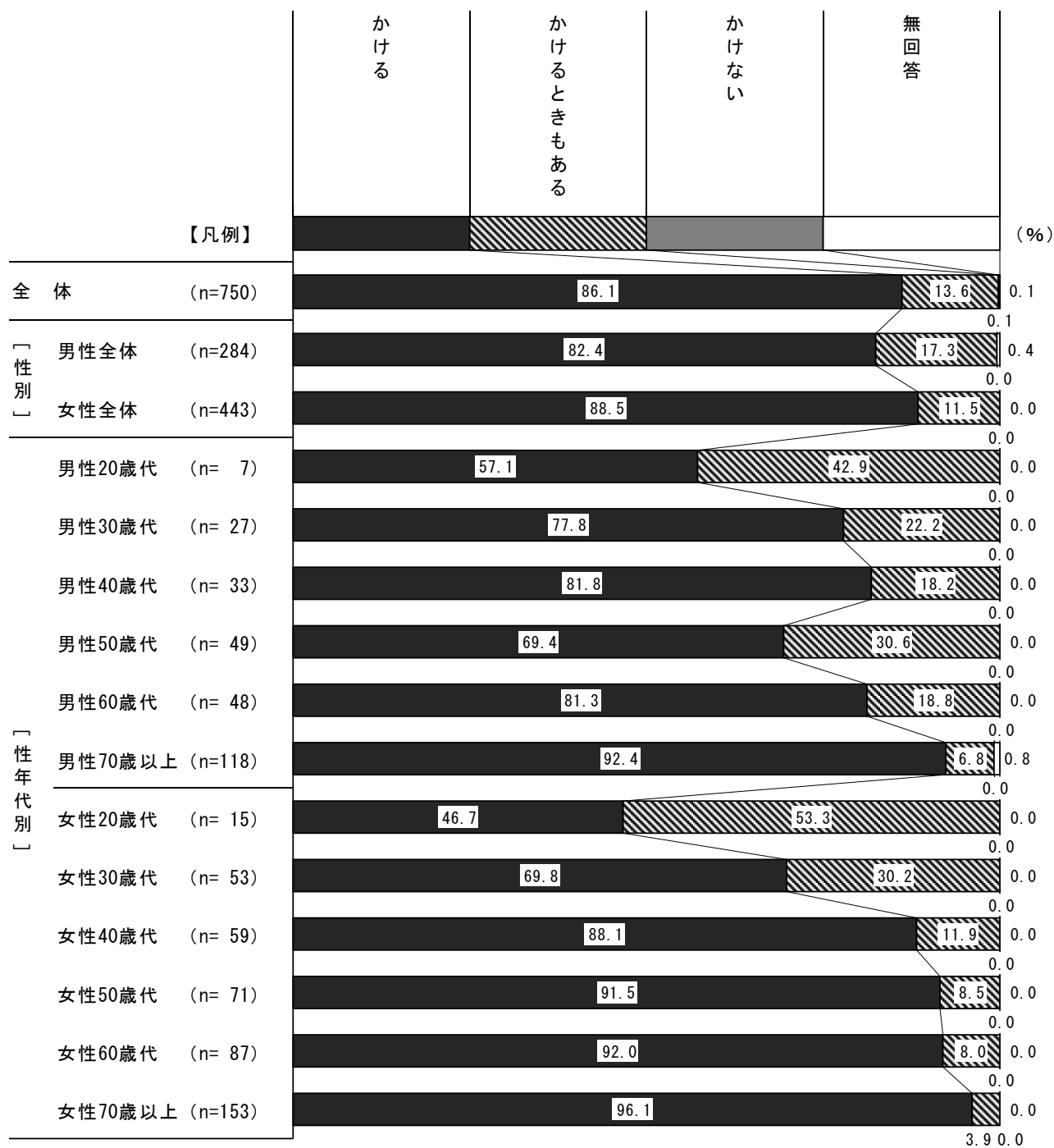
問 66 で「1 ある」または「2 ときどきある」と回答した方にお聞きします。

問 66-1 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 86.1%と最も多く、次いで「かけるときもある」が 13.6%、「かけない」が 0.1%となっている。

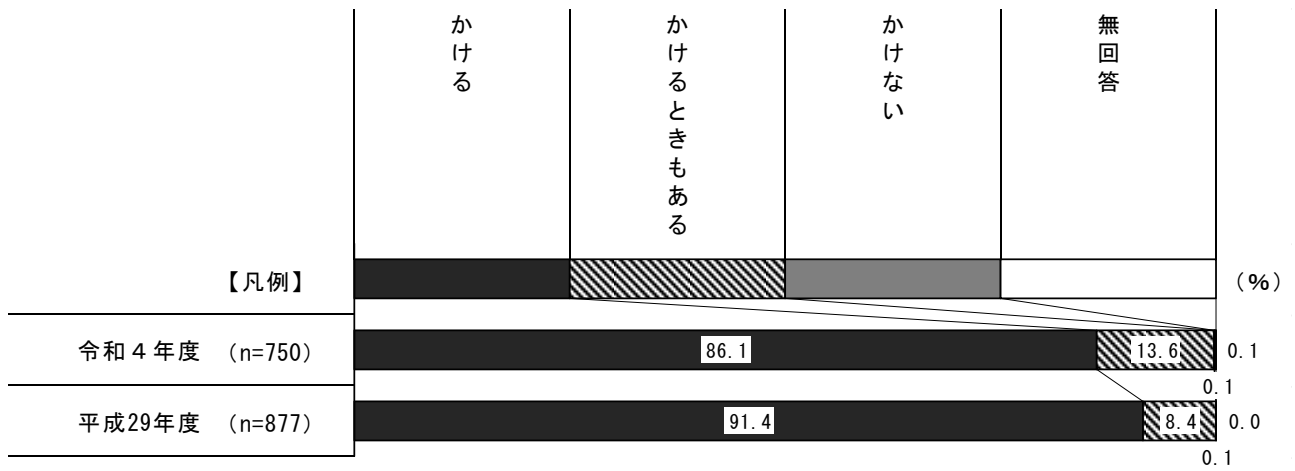
性別にみると、「かける」が男女とも 8 割を超え、女性は 88.5%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「かける」は女性 20 歳代を除き 5 割を超え、男性 70 歳以上、女性 50 歳以上は 9 割を超える。



◆前回調査との比較

前回の調査結果と比較すると、「かける」は91.4%から86.1%に5.3ポイント減少した。



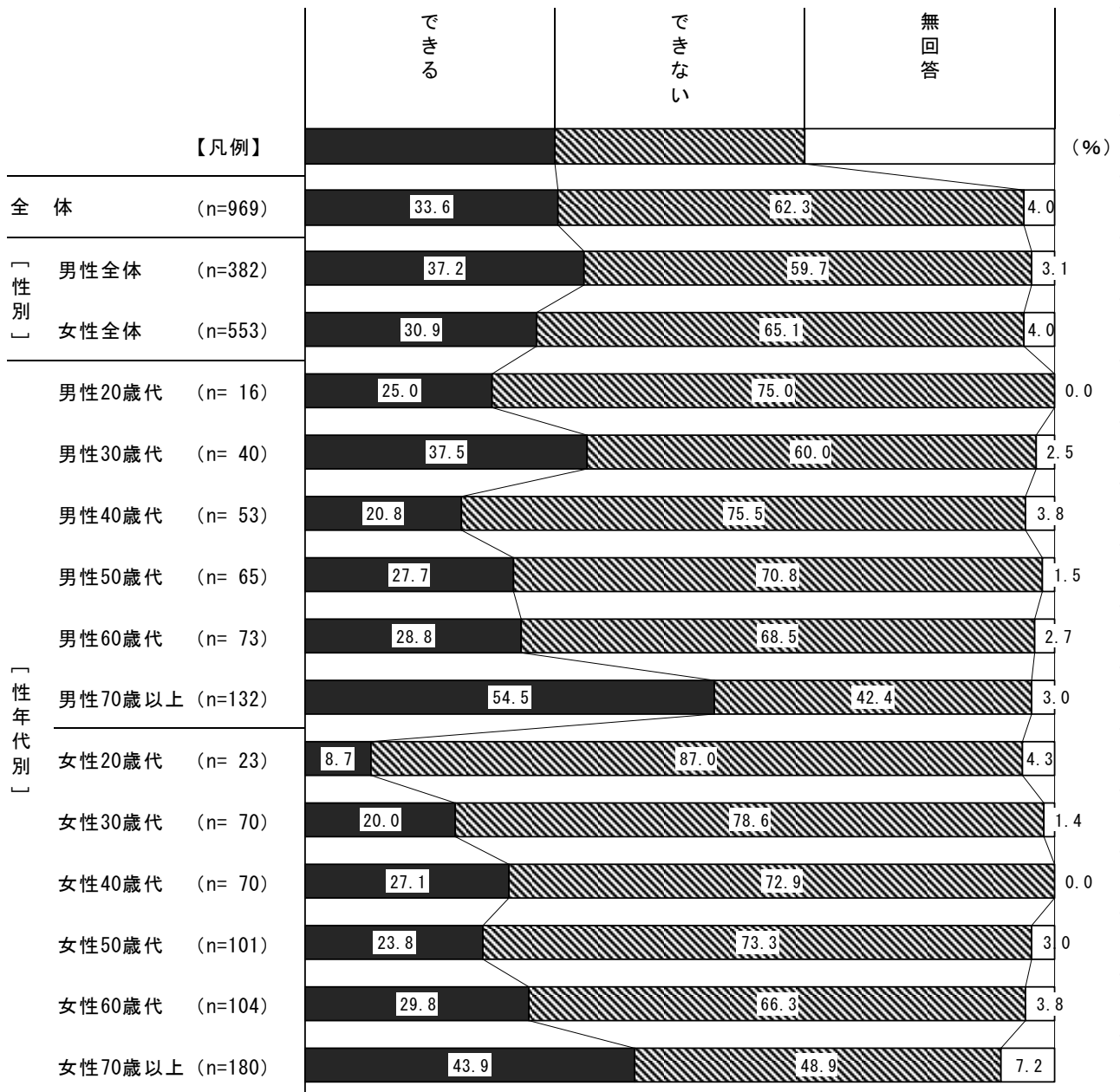
すべての方にお聞きします。

問 67 あなたは、隣近所の子どもを気軽に注意できますか。(〇は1つ)

「できない」が62.3%、「できる」が33.6%となっている。

性別にみると、「できない」が男女とも5割を超え、女性は65.1%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、男性70歳以上は「できる」が54.5%と、「できない」より多く、女性70歳以上も「できる」が43.9%と、他の年代に比べて多い。



【一般市民調査】

問 68 生きがいづくりやまちづくりを通じて、健康度を高めるために、四街道市はどのような環境を整えたらよいと思いますか。(自由回答)

208 人から回答があった。主な内容は下記のとおりである。

- 施設整備（図書館の改修、公園の遊具増設、商業施設、温泉複合施設など）…………… 60 件
- 講座、イベント開催（祭り、地域行事、休日開催、四季折々の体験など）…………… 25 件
- まちづくり（パチンコ・ヤードの規制、自然保護、分煙の推進、ランドマーク整備など） 21 件
- 道路整備（遊歩道、自転車道、安全な歩道、路面改善、除草、街灯の設置など）…………… 20 件
- 行政の対応（迅速化、他自治体・国との連携、広聴活動、治安改善など）…………… 19 件
- 啓発活動、情報発信（健康法、活動内容を広報、市役所にコーナー設置など）…………… 18 件
- 地域活動（挨拶、サークル活動、幼老サロン、オンラインコミュニティ創設など）…………… 18 件
- 交通機関（モノレール延伸、バス、タクシーなど）…………… 10 件
- 医療体制（健診の充実、個人健診や医療費の補助、オンライン診療など）…………… 9 件
- 相談窓口、相談先の確保（オンライン相談、複合施設内に窓口設置など）…………… 5 件
- 福祉の充実（高齢者福祉、共働き家庭、障害者の外出支援など）…………… 5 件
- インセンティブ（ポイント付与、得意分野を活かして多少の収入など）…………… 3 件
- 経済的支援（水道料金の引下げ、収入増の取組など）…………… 3 件
- 市による対応は困難（行政には限界、自主性を発揮させる必要など）…………… 3 件
- 学校教育（教師の質の向上、自然保護や思いやりの醸成など）…………… 2 件

他 28 件

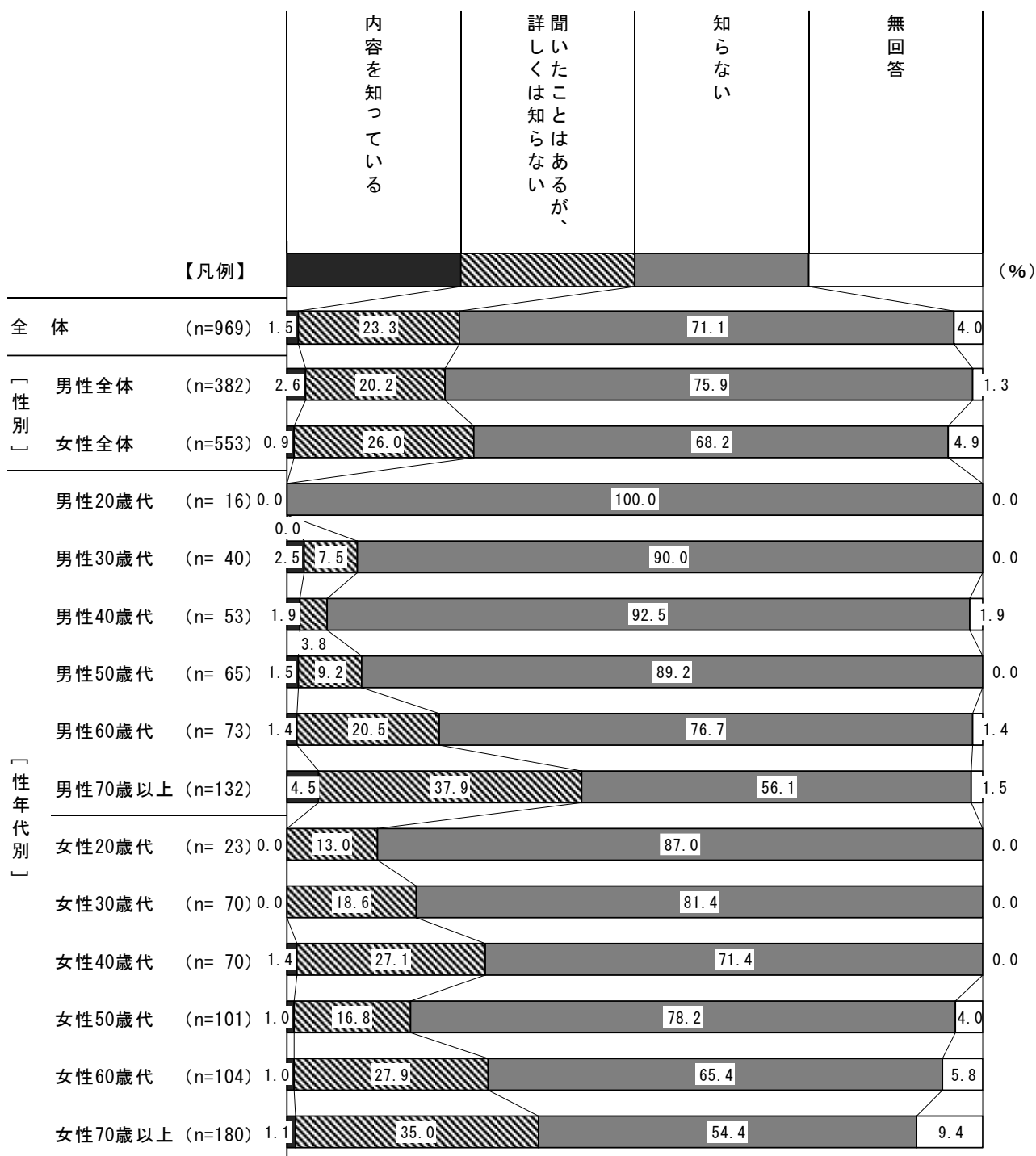
11 これからの四街道市や自分自身の取り組みについて

問 69 健康よつかいどう 21 プラン※について知っていますか。(○は1つ)

※健康よつかいどう 21 プラン：市民の健康増進を目的に、平成 20 年 3 月「健康よつかいどう 21 プラン」を策定、平成 30 年 3 月に従来の健康増進計画に加え、歯科口腔保健推進計画、自殺対策計画の 3 計画を一体化した「第 2 次健康よつかいどう 21 プラン」を策定

「知らない」が 71.1%と最も多く、次いで「聞いたことはあるが、詳しくは知らない」が 23.3%、「内容を知っている」が 1.5%となっている。

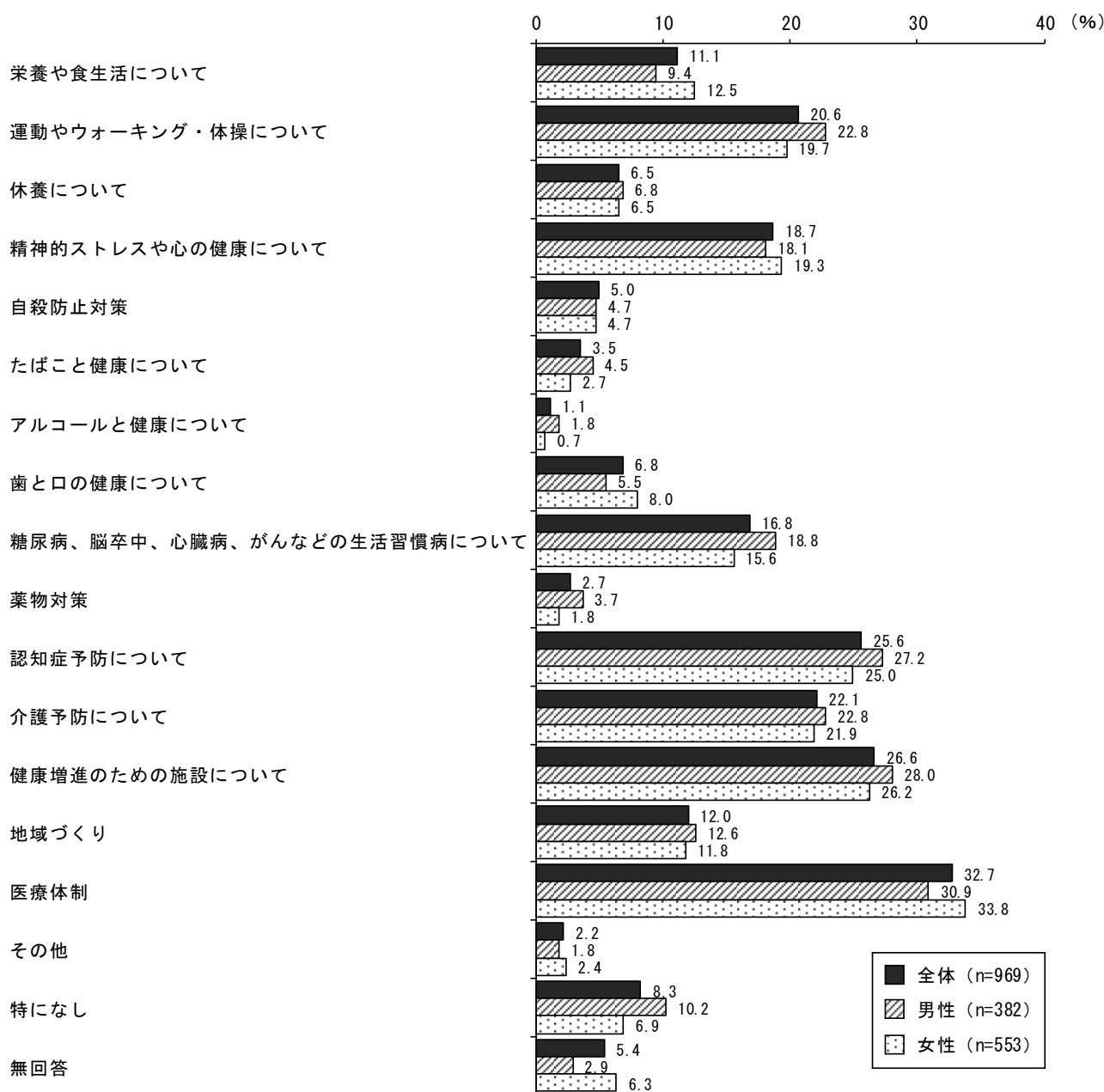
性別にみると、「知らない」が男女とも 6 割を超え最も多く、男性は 75.9%と、女性に比べて多い。



問 70 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)

「医療体制」が32.7%と最も多く、次いで「健康増進のための施設について」が26.6%、「認知症予防について」が25.6%となっている。

性別にみると、「医療体制」が男女とも3割を超え最も多く、大きな差はみられない。



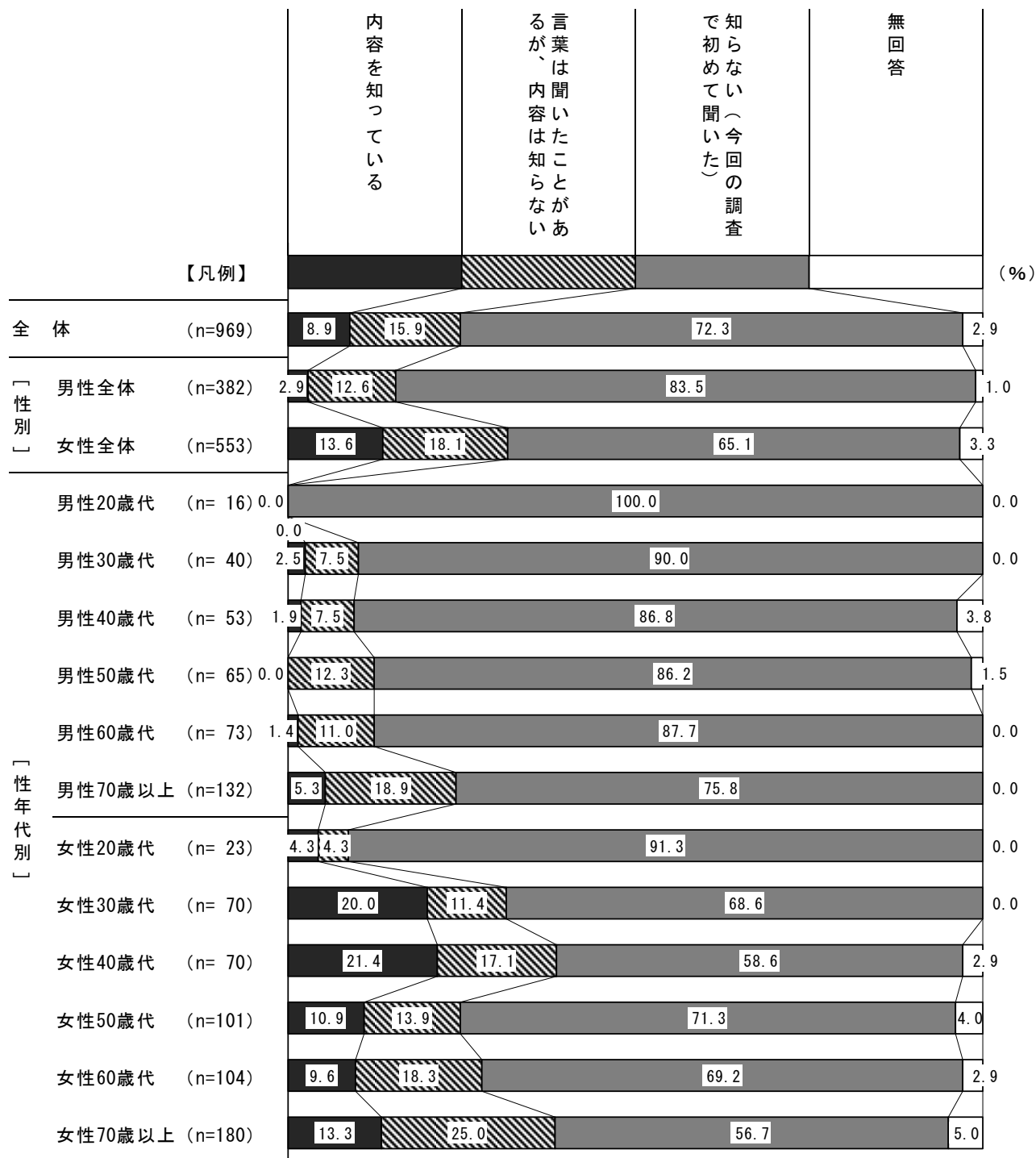
単位 (%)	サンプル数 (人)	栄養や食生活について	運動やウォーキング・体操について	休養について	精神的ストレスや心の健康について	自殺防止対策	たばこと健康について	アルコールと健康について	歯と口の健康について	生活習慣病・がんなどの生活習慣病について	糖尿病、脳卒中、心臓病について	薬物対策	認知症予防について	介護予防について	健康増進のための施設について	地域づくり	医療体制	その他	特になし	無回答
全体	969	11.1	20.6	6.5	18.7	5.0	3.5	1.1	6.8	16.8	2.7	25.6	22.1	26.6	12.0	32.7	2.2	8.3	5.4	
[性別別]	男性20歳代	16	25.0	37.5	25.0	25.0	6.3	6.3	0.0	0.0	18.8	6.3	0.0	0.0	12.5	12.5	37.5	0.0	12.5	0.0
	男性30歳代	40	7.5	15.0	17.5	22.5	12.5	12.5	2.5	7.5	17.5	10.0	15.0	10.0	25.0	20.0	30.0	0.0	12.5	0.0
	男性40歳代	53	5.7	20.8	7.5	24.5	7.5	9.4	0.0	9.4	7.5	1.9	17.0	9.4	17.0	9.4	24.5	3.8	17.0	5.7
	男性50歳代	65	10.8	18.5	3.1	13.8	4.6	3.1	4.6	4.6	12.3	3.1	16.9	21.5	27.7	15.4	32.3	1.5	13.8	3.1
	男性60歳代	73	6.8	26.0	4.1	17.8	2.7	1.4	1.4	4.1	20.5	2.7	38.4	26.0	38.4	6.8	38.4	5.5	6.8	0.0
	男性70歳以上	132	9.8	25.0	3.8	14.4	2.3	1.5	1.5	5.3	26.5	3.0	37.9	34.1	29.5	13.6	28.8	0.0	6.8	3.8
	女性20歳代	23	8.7	26.1	13.0	21.7	8.7	8.7	0.0	8.7	17.4	8.7	30.4	13.0	17.4	26.1	39.1	4.3	0.0	0.0
	女性30歳代	70	11.4	12.9	10.0	22.9	8.6	10.0	2.9	8.6	10.0	1.4	4.3	5.7	31.4	14.3	35.7	2.9	17.1	0.0
	女性40歳代	70	12.9	14.3	20.0	32.9	7.1	1.4	1.4	8.6	12.9	2.9	18.6	24.3	22.9	7.1	25.7	1.4	7.1	7.1
	女性50歳代	101	13.9	22.8	5.9	25.7	4.0	2.0	0.0	7.9	9.9	1.0	23.8	22.8	19.8	13.9	38.6	4.0	5.0	5.0
	女性60歳代	104	8.7	24.0	1.9	10.6	2.9	1.9	0.0	8.7	20.2	1.0	24.0	29.8	35.6	8.7	38.5	1.9	1.9	7.7
	女性70歳以上	180	13.9	18.9	2.2	13.3	2.8	0.6	0.6	6.7	17.8	1.1	35.6	23.9	25.6	11.7	30.6	1.7	7.8	9.4

問 71 あなたは、「健康ポイント」制度※を知っていますか。(〇は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。(四街道市では「よつも」を実施)

「知らない(今回の調査で初めて聞いた)」が72.3%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15.9%、「内容を知っている」が8.9%となっている。

性別にみると、「知らない(今回の調査で初めて聞いた)」が6割を超え、男性は83.5%と、女性に比べて多い。

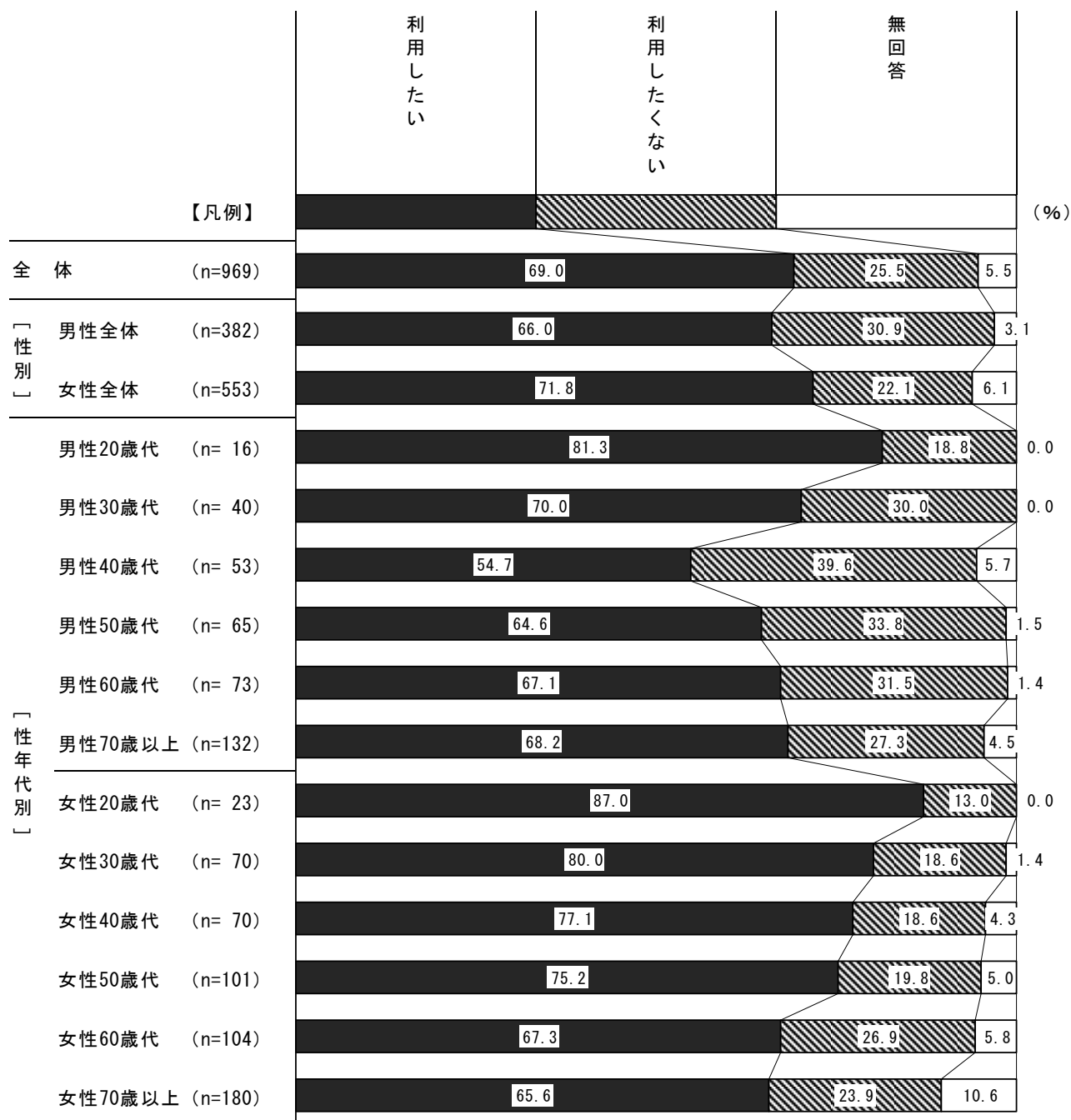


問 72 あなたは、「健康ポイント」があったら、利用したいですか。(〇は1つ)

「利用したい」が69.0%、「利用したくない」が25.5%となっている。

性別にみると、「利用したい」が男女とも6割を超え、女性は71.8%と、男性に比べて多い。

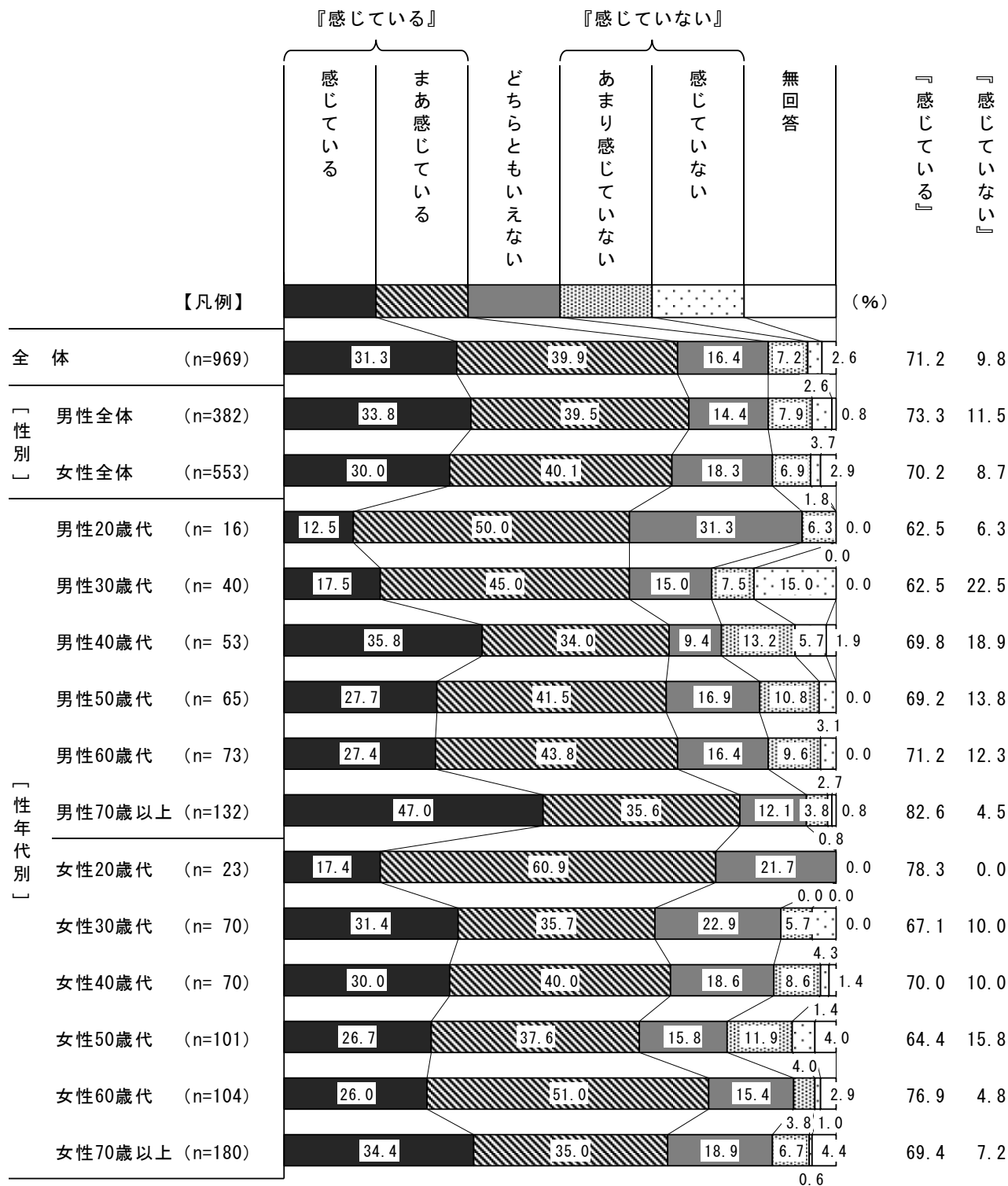
性年代別にみると、「利用したい」は男性20歳代、女性20～30歳代で8割台となっている。



問 73 あなたは、四街道市に愛着を感じていますか。(○は1つ)

「まあ感じている」が39.9%と最も多く、次いで「感じている」が31.3%、「どちらともいえない」が16.4%となっている。「感じている」と「まあ感じている」を合わせた『感じている』は71.2%となっている。一方、「あまり感じていない」(7.2%)と「感じていない」(2.6%)を合わせた『感じていない』は9.8%で、『感じている』に比べて少ない。

性別にみると、男女とも「まあ感じている」が4割前後で最も多い。『感じている』は男女とも7割を超え、大きな差はみられない。

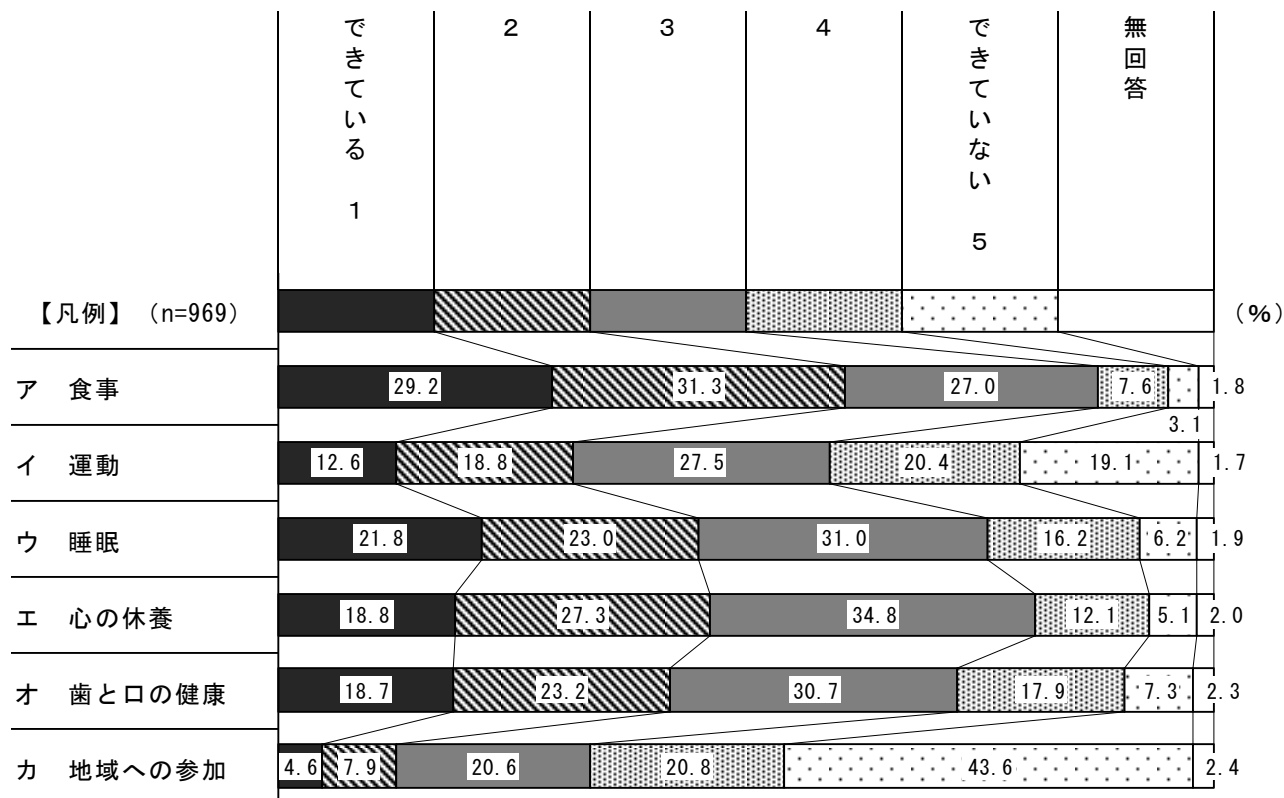


問 74 最後に、あなたの「健康づくり」の取り組みは、どれくらいできていると思いますか。

「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29.2%と最も多く、次いで「ウ 睡眠」が21.8%、「エ 心の休養」が18.8%となっている。

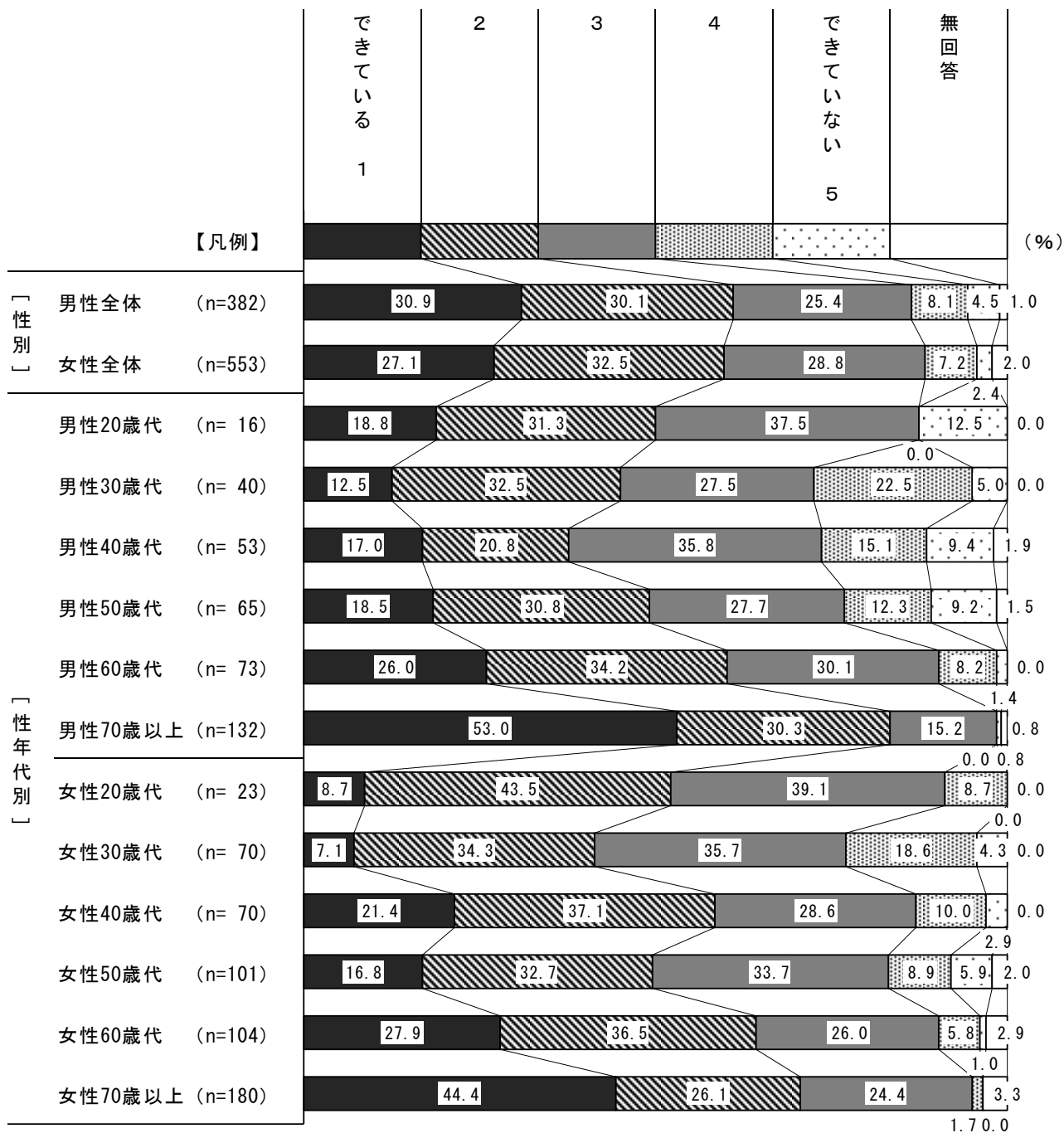
一方、「できていない 5」では、「カ 地域への参加」が43.6%と最も多く、次いで「イ 運動」が19.1%、「オ 歯と口の健康」が7.3%となっている。



ア 食事

性別にみると、男性は「できている 1」が 30.9%、女性は「2」が 32.5%で最も多い。

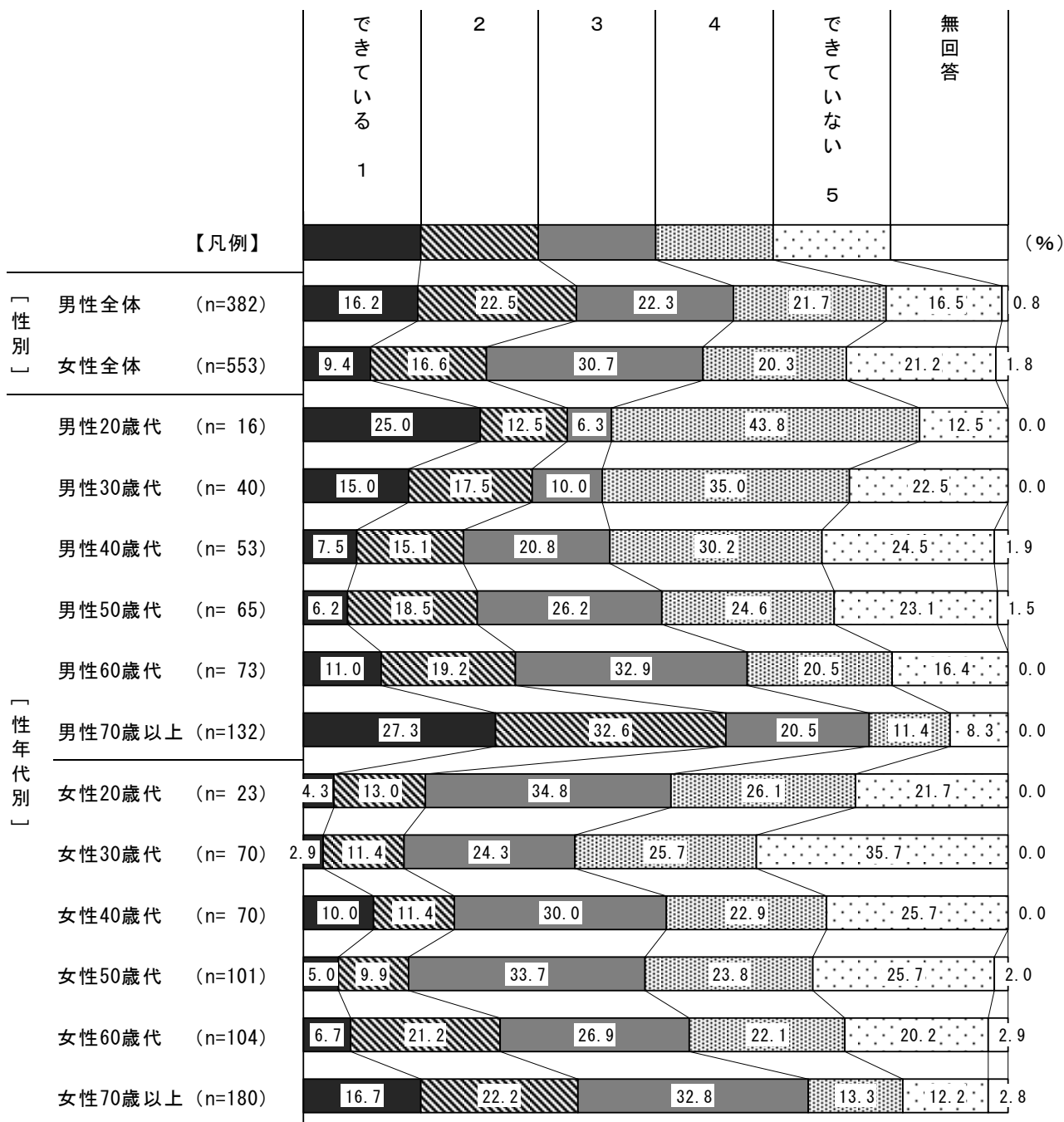
性年代別にみると、「できている 1」は男女とも 70 歳以上で最も多く、男性は 53.0%、女性は 44.4%と、他の年代に比べて多い。



イ 運動

性別にみると、男性は「2」が22.5%、女性は「3」が30.7%で最も多い。男性は「できている1」も女性に比べて多い。

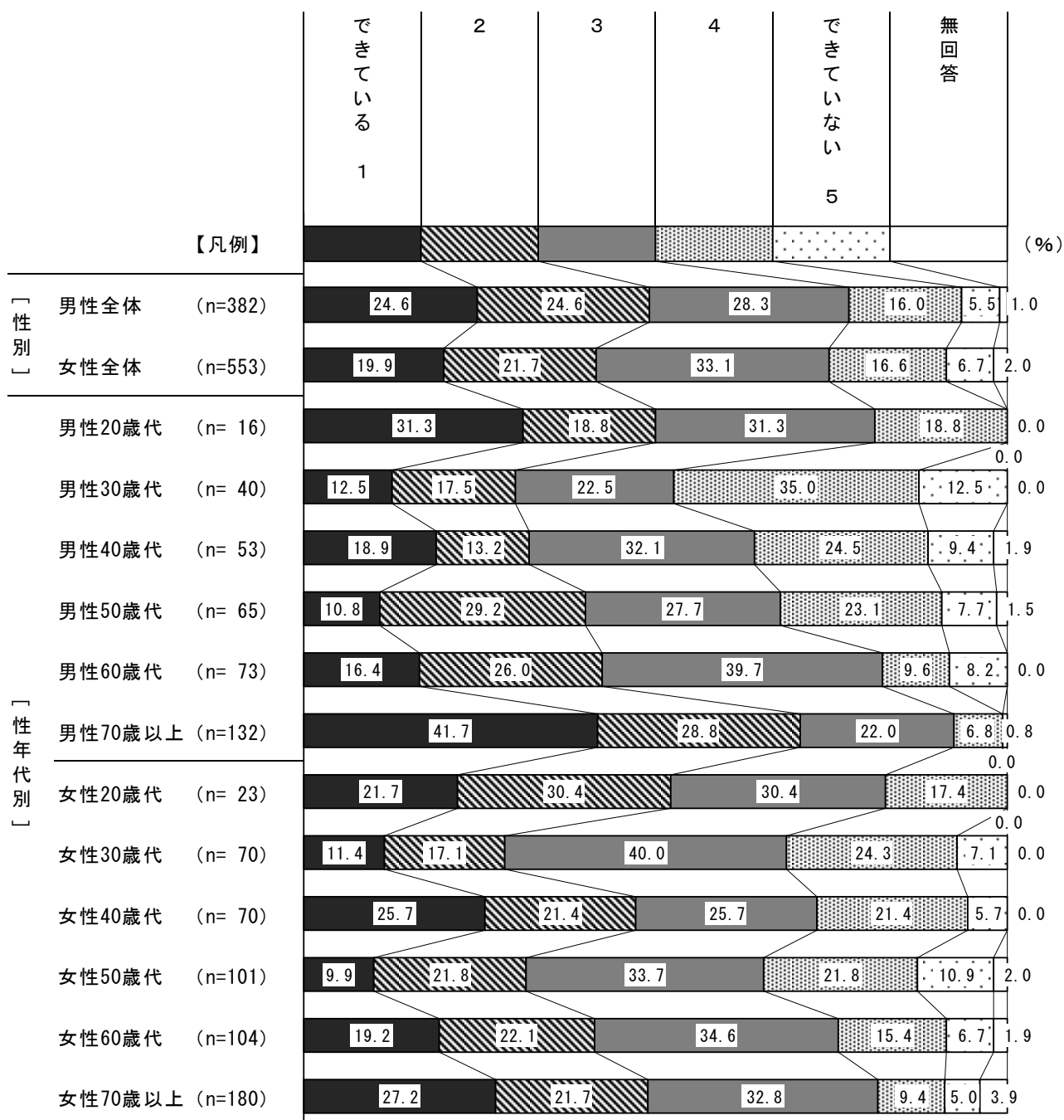
性年代別にみると、「できている1」は男性20歳代、70歳以上で2割を超え、他の年代に比べて多い。



ウ 睡眠

性別にみると、「3」が男女とも3割前後で最も多い。「できている 1」は男性が24.6%で、女性に比べてやや多い。

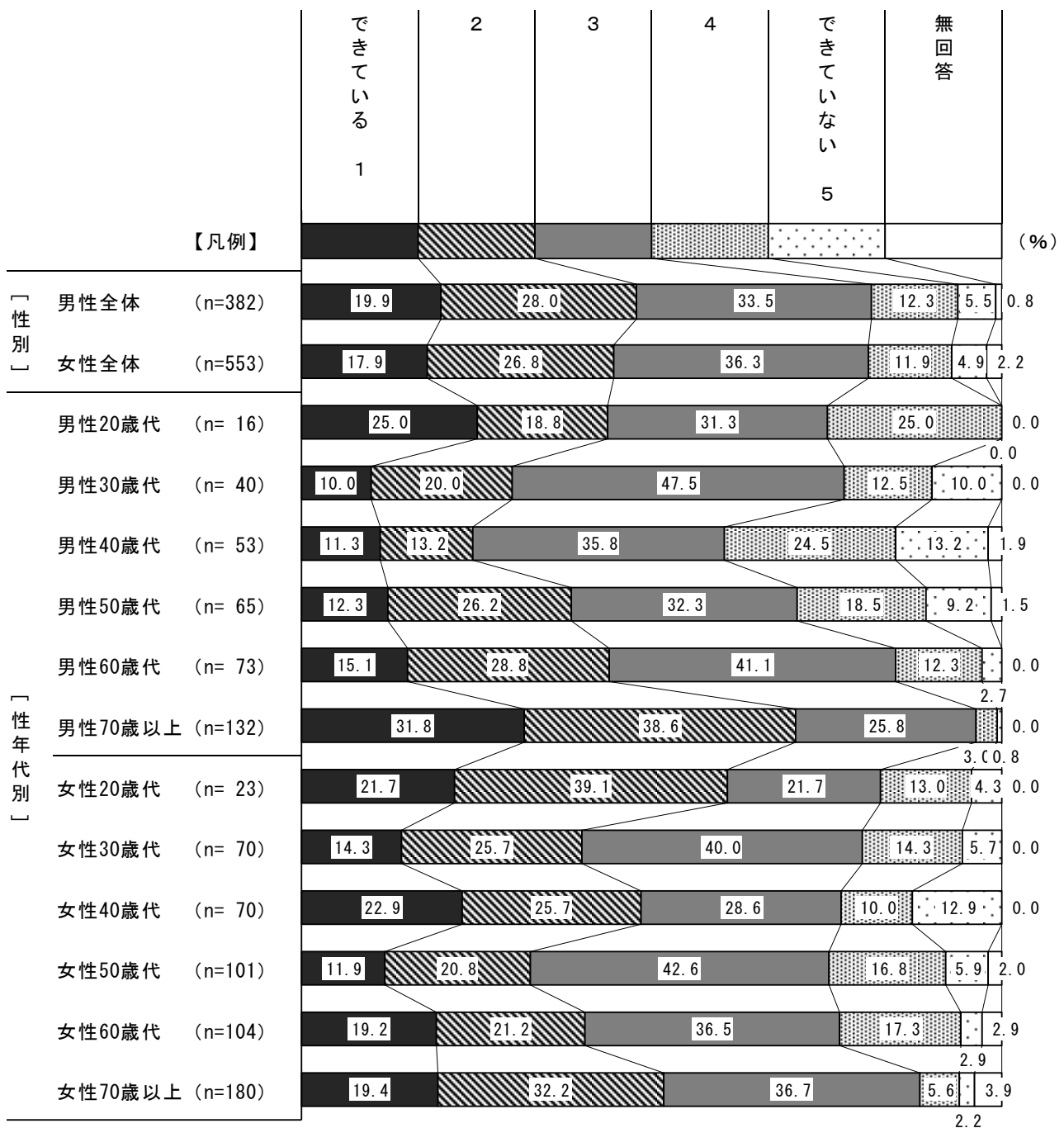
性年代別にみると、男性70歳以上は「できている 1」が41.7%と、他の年代に比べて多く、全体を2割程度上回る。



エ 心の休養

性別にみると、「3」が男女とも3割を超え最も多く、「2」が2割台で続く。両者に大きな差はみられない。

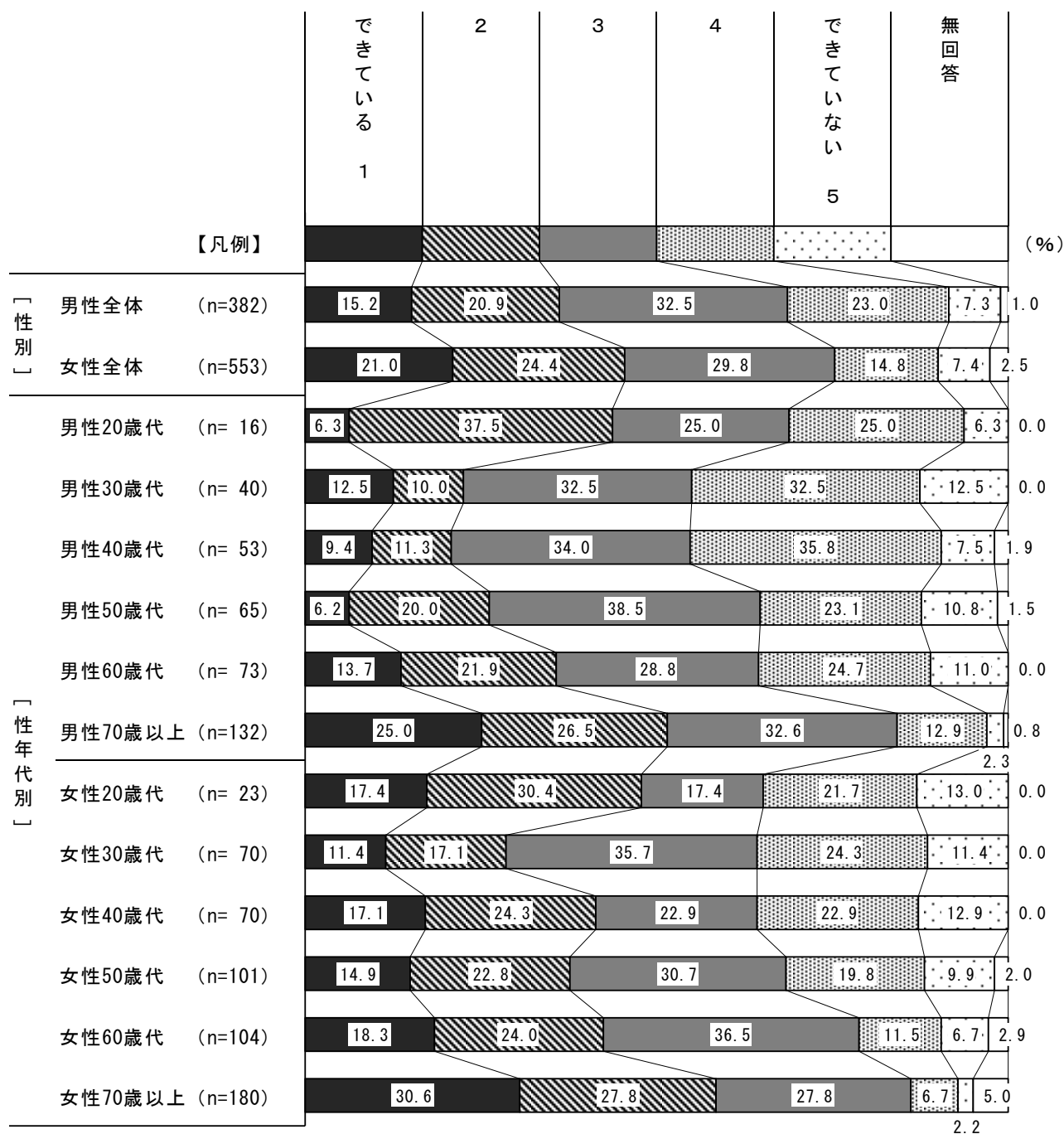
性年代別にみると、「できていない 5」は男性30～40歳代、女性40歳代で1割以上となっている。



オ 歯と口の健康

性別にみると、「3」が男女とも3割前後で最も多い。「4」は男性で23.0%、「できている 1」は女性で21.0%と、それぞれ他方に比べて多い。

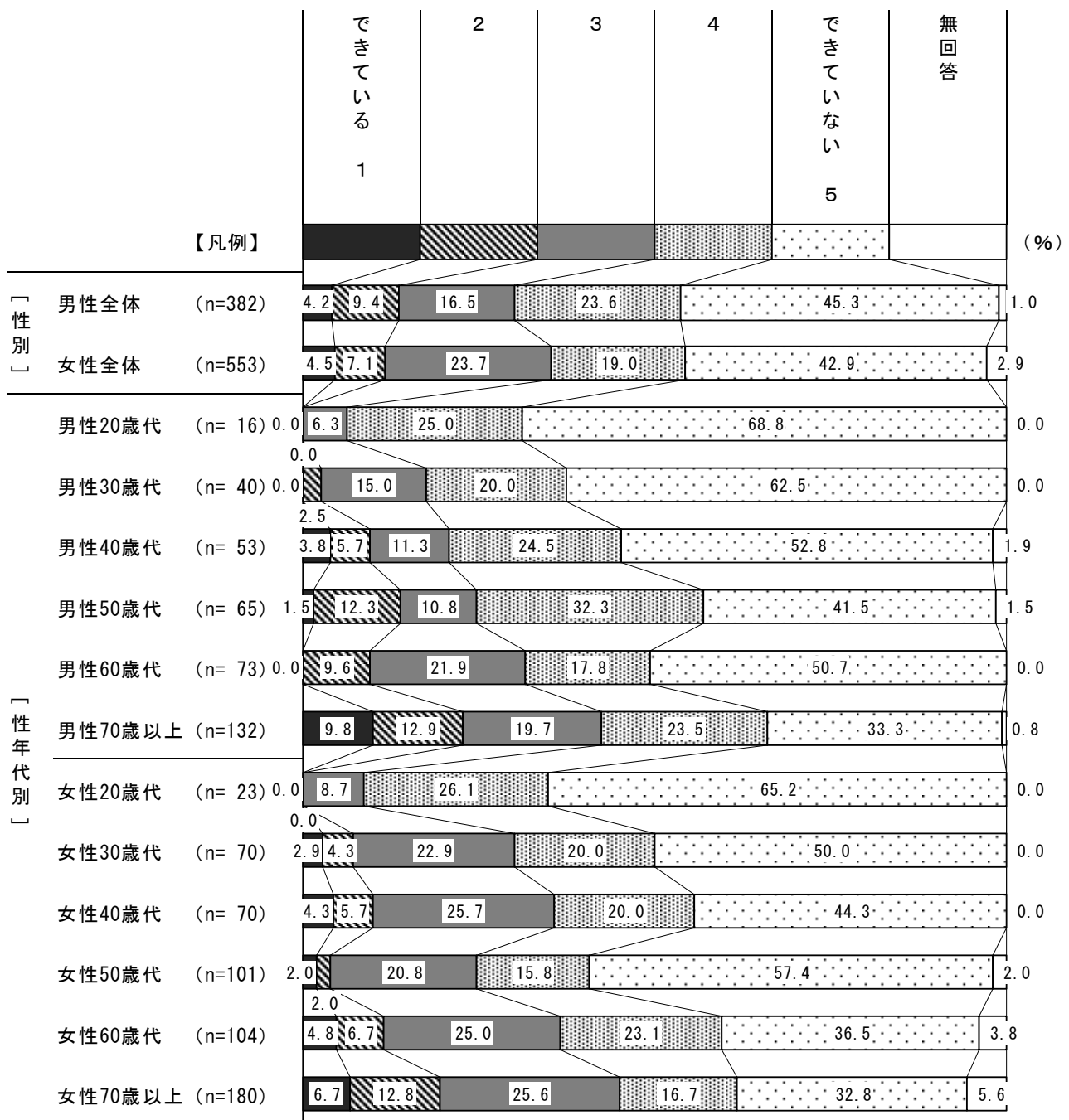
性年代別にみると、女性70歳以上は「できている 1」が30.6%と最も多く、他の年代に比べて多い。



カ 地域への参加

性別にみると、「できていない 5」が男女とも4割を超え、最も多い。「3」は女性で23.7%と、男性に比べて多い。

性年代別にみると、「できていない 5」が男女すべての年代で最も多い。「できている 1」は最も多い男性70歳以上でも9.8%と、1割未満となっている。



【一般市民調査】

問 75 あなたは、四街道市をどのようなまちにしたいですか。(自由回答)

331 人から回答があった。主な内容は下記のとおりである。

- 住み良いまち（住環境の向上、安心・安全、移住の促進、公共・民間施設の充実など）… 139 件
- 福祉の充実（子育て支援、高齢者福祉、バリアフリー化など）…………… 69 件
- 環境保全（樹木の適性管理、豊かな自然、住みやすい田舎の促進、井戸水 100%など）… 45 件
- 地域活動、コミュニティ支援（イベント・祭りを通しての交流、ボランティア活動など） 41 件
- 経済的支援、経済の活性化（税金・公共料金の引下げ、企業誘致、困窮者をなくすなど） 16 件
- 市政改革（合併、財源確保、効率化、綱紀粛正、地域格差是正、将来ビジョンなど）… 15 件
- 健康増進（健康なまち、高齢になっても元気でいられる、長寿のまちなど）…………… 13 件
- 道路（渋滞緩和、安全な歩道など）…………… 13 件
- 医療の充実（病院の整備、ワクチン接種・子ども医療費の無償化、コロナ対応など）… 10 件
- 運動施設・運動の場の整備（散歩、子どもの遊び場、他市を参考にした公園など）… 10 件
- 交通機関（電車、バス、タクシー、接続の向上、踏切の高架化、ヨッピーの継続など）… 8 件
- 四街道名物、特色づくり（シンボルになるもの、学園都市、スポーツ振興都市など）… 5 件
- 啓発活動、情報発信（SNS の活用、メッセージが市民に浸透していないなど）…………… 2 件

他 27 件

【一般市民調査】

問 76 今後四街道市はまちぐるみで市民の皆様の健康を応援します。「健康なまち」を目指すために必要な対策を始め、ご意見がありましたら、ご自由にお書きください。

258 人から回答があった。調査項目ごとに分類した主な内容は下記のとおりである。

- 健康状態・健康に対する意識について…………… 49 件
(医療の充実、健康増進のための取組、コロナ終息の祈念など)
- 食生活・栄養について…………… 4 件
(食の改善など)
- 身体活動・運動について…………… 41 件
(運動施設・運動の場の整備、インセンティブなど)
- たばこについて…………… 5 件
(禁煙・分煙の徹底など)
- 飲酒について…………… 1 件
(アルコール規制)
- 生きがい・まちづくりについて…………… 107 件
(まちづくり、地域活動・コミュニティ支援、環境保全、道路・交通機関の整備、マイカー規制、犬や猫の飼育環境改善など)
- これからの四街道市や自分自身の取り組みについて…………… 116 件
(啓発活動・情報発信の強化、講座・イベント開催、福祉の充実、市政改革、学校教育の充実、経済支援・経済の活性化、シティセールスの推進、労働環境の改善、行政でなければならないことに絞った施策など)
- その他…………… 44 件
 - ・ 市民意識調査について (調査の改善、有効活用など) 25 件
 - ・ その他 19 件