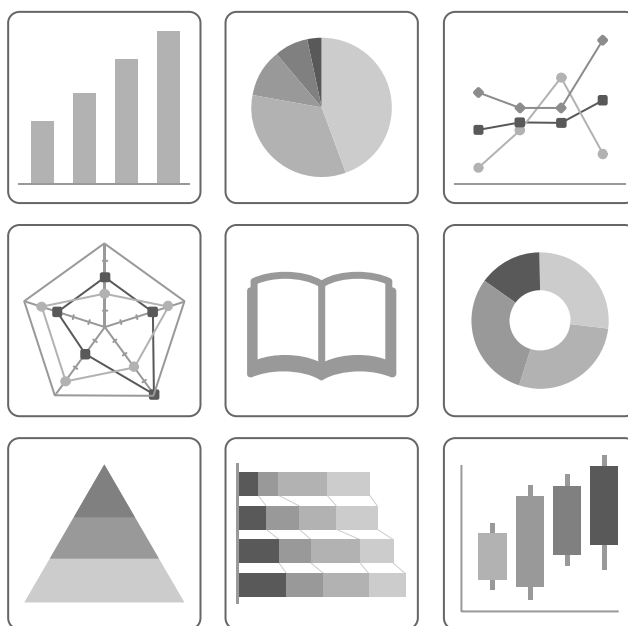


赤穂市 健康や食育に関するアンケート調査 調査結果報告書



令和4年11月

赤穂市

目次

I	調査の概要	1
1	調査の目的	1
2	調査対象	1
3	調査期間	1
4	調査方法	1
5	回収状況	1
6	調査結果の表示方法	2
II	調査結果	3
1	5歳児保護者	3
	(1) 回答者属性	3
	(2) お子様の食習慣（食育）について	6
	(3) お子様の生活習慣について	10
	(4) あなたの生活等について	14
	(5) 新型コロナウイルス感染症に関する生活の変化について	21
2	小学生	23
	(1) 回答者属性	23
	(2) 食生活について	25
	(3) 普段の生活や健康について	30
	(4) 新型コロナウイルス感染症に関する(かん)生活の変化について	37
3	中学生	39
	(1) 回答者属性	39
	(2) 食生活について	41
	(3) 生活習慣や健康について	49
4	高校生	61
	(1) 回答者属性	61
	(2) 食生活について	63
	(3) 生活習慣や健康について	72
	(4) 新型コロナウイルス感染症に関する生活の変化について	84

5	18歳以上.....	86
	(1) 回答者属性.....	86
	(2) 「食生活」について.....	89
	(3) 「歯の健康」について.....	104
	(4) 「運動習慣」について.....	106
	(5) 「睡眠・ストレス」について.....	111
	(6) 「たばこ」について.....	118
	(7) 「お酒」について.....	123
	(8) 「健康管理」について.....	125
	(9) 「社会活動など」について.....	139

I 調査の概要

1 調査の目的

今回お願いする調査は、皆さんに健康づくりや食育に関する意識や実態をおうかがいし、計画の最終評価及び見直しと、新たな計画「赤穂市健康増進計画（第4次）」の策定の基礎資料として、調査を実施するものです。

2 調査対象

- ・赤穂市内の5歳児の保護者
- ・赤穂市内の小学5年生
- ・赤穂市内の中学2年生
- ・赤穂市内の高校1年生から3年生の年齢の方
- ・赤穂市内の18歳以上の方

3 調査期間

令和4年8月22日から令和4年9月9日


4 調査方法

郵送による配布・回収

5 回収状況

	配布数	有効回答数	有効回答率
5歳児保護者	319通	296通	92.8%
小学生	367通	359通	97.8%
中学生	382通	355通	92.9%
高校生	1,000通	380通	38.0%
18歳以上	1,800通	790通	43.9%

6 調査結果の表示方法

- 回答は各質問の回答者数（N）を基数とした百分率（%）で示してあります。また、小数点以下第2位を四捨五入しているため、内訳の合計が100.0%にならない場合があります。
- 複数回答が可能な設問の場合、回答者が全体に対してどのくらいの比率であるかという見方になるため、回答比率の合計が100.0%を超える場合があります。
- クロス集計の場合、無回答を排除しているため、クロス集計の有効回答数の合計と単純集計（全体）の有効回答数が合致しないことがあります。なお、クロス集計とは、複数項目の組み合わせで分類した集計のことで、複数の質問項目を交差して並べ、表やグラフを作成することにより、その相互の関係を明らかにするための集計方法です。
- 調査結果を図表にて表示していますが、グラフ以外の表は、最も高い割合のものを  で網かけをしています。（無回答を除く）
- 回答者数が1桁の場合、回答件数による表記としています。

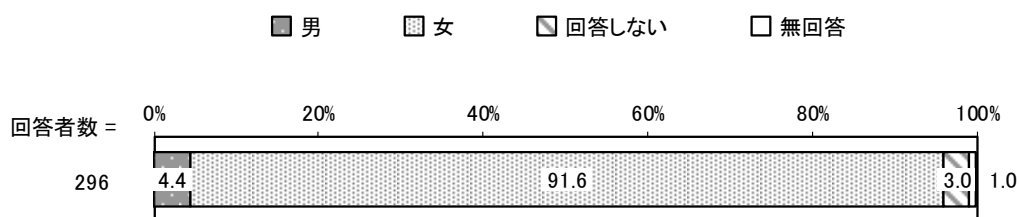
II 調査結果

1 5歳児保護者

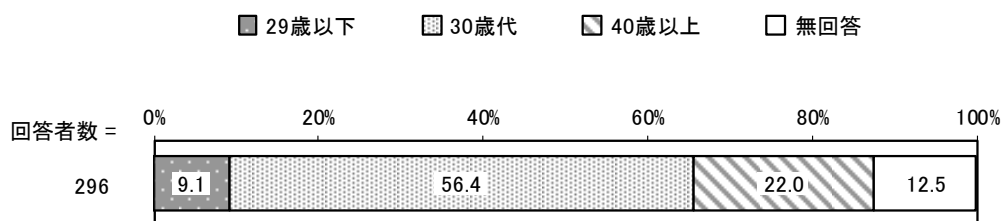
(1) 回答者属性

問1 あなたの性別と年齢をご記入ください。

「女」の割合が91.6%と最も高くなっています。

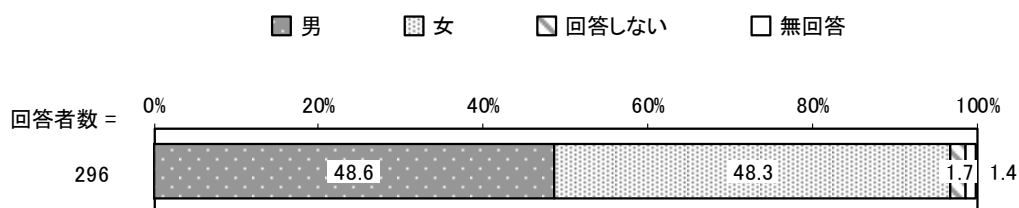


「30歳代」の割合が56.4%と最も高く、次いで「40歳以上」の割合が22.0%となっています。



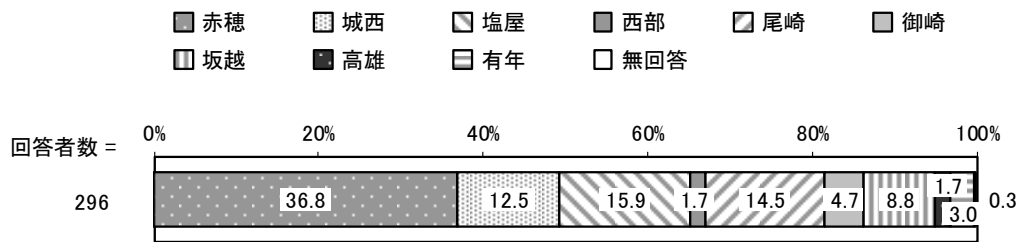
問2 お子様の性別はどちらですか。(1つに○)

「男」の割合が48.6%と最も高く、次いで「女」の割合が48.3%となっています。



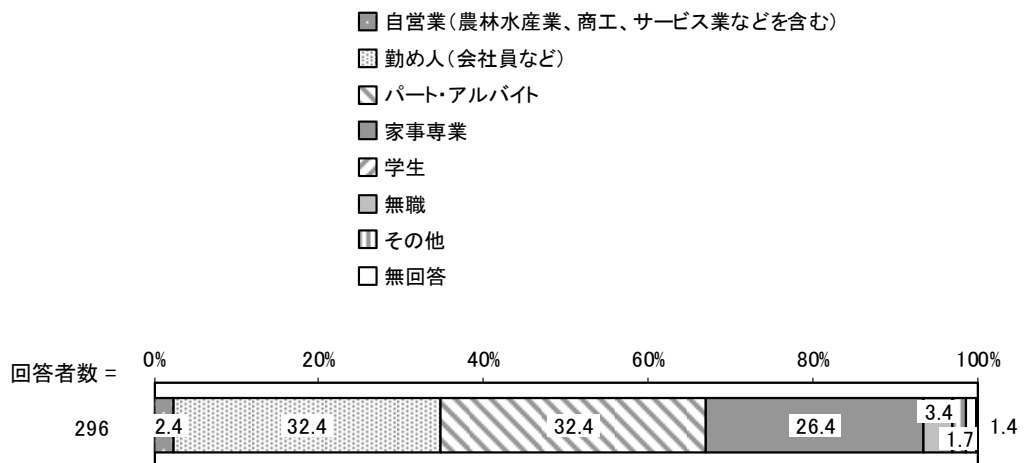
問3 お住まいの地域はどちらですか。(1つに○)

「赤穂」の割合が36.8%と最も高く、次いで「塩屋」の割合が15.9%、「尾崎」の割合が14.5%となっています。



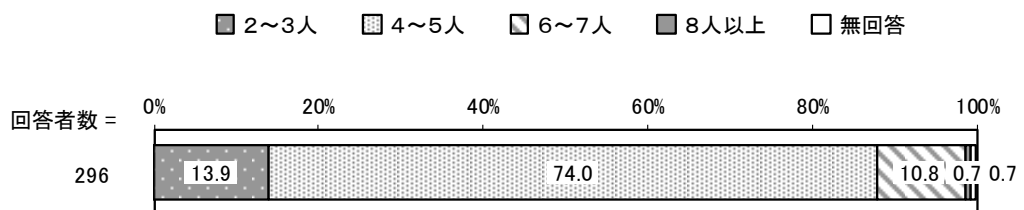
問4 あなたのご職業は何ですか。(1つに○)

「勤め人(会社員など)」、「パート・アルバイト」の割合が32.4%と最も高く、次いで「家事専業」の割合が26.4%となっています。



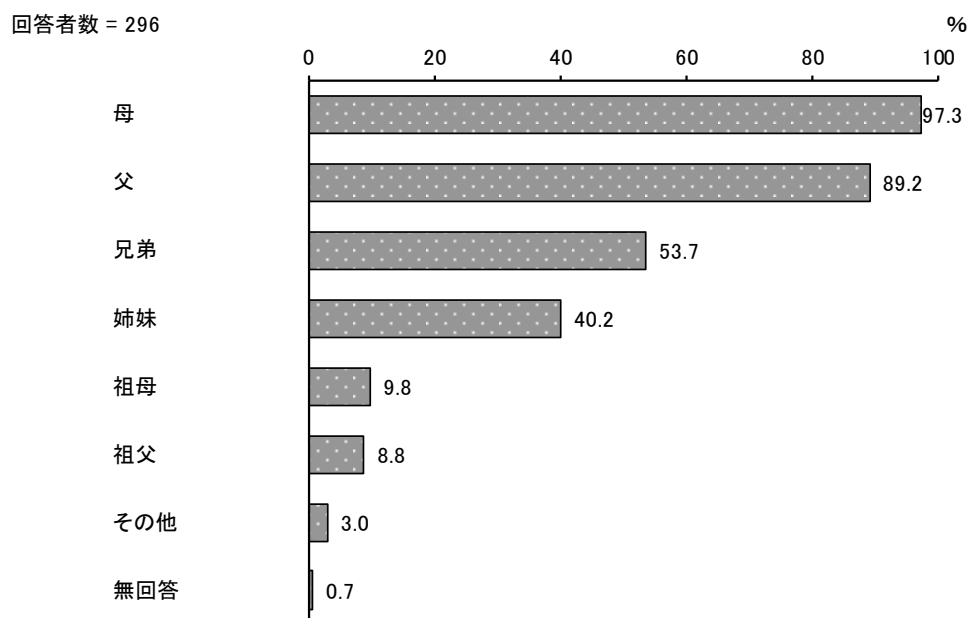
問5 何人家族ですか。(1つに○) (一緒に住んでいる人だけ)

「4～5人」の割合が74.0%と最も高く、次いで「2～3人」の割合が13.9%、「6～7人」の割合が10.8%となっています。



問6 お子様から見て、一緒に住んでいる人すべてに○をしてください。

「母」の割合が97.3%と最も高く、次いで「父」の割合が89.2%、「兄弟」の割合が53.7%となっています。



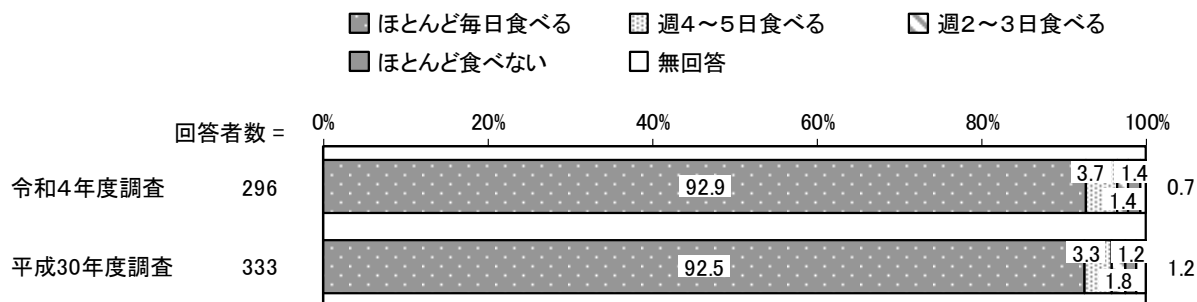
(2) お子様の食習慣（食育）について

問7 お子様は朝食を食べますか。（1つに○）

「ほとんど毎日食べる」の割合が92.9%と最も高くなっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



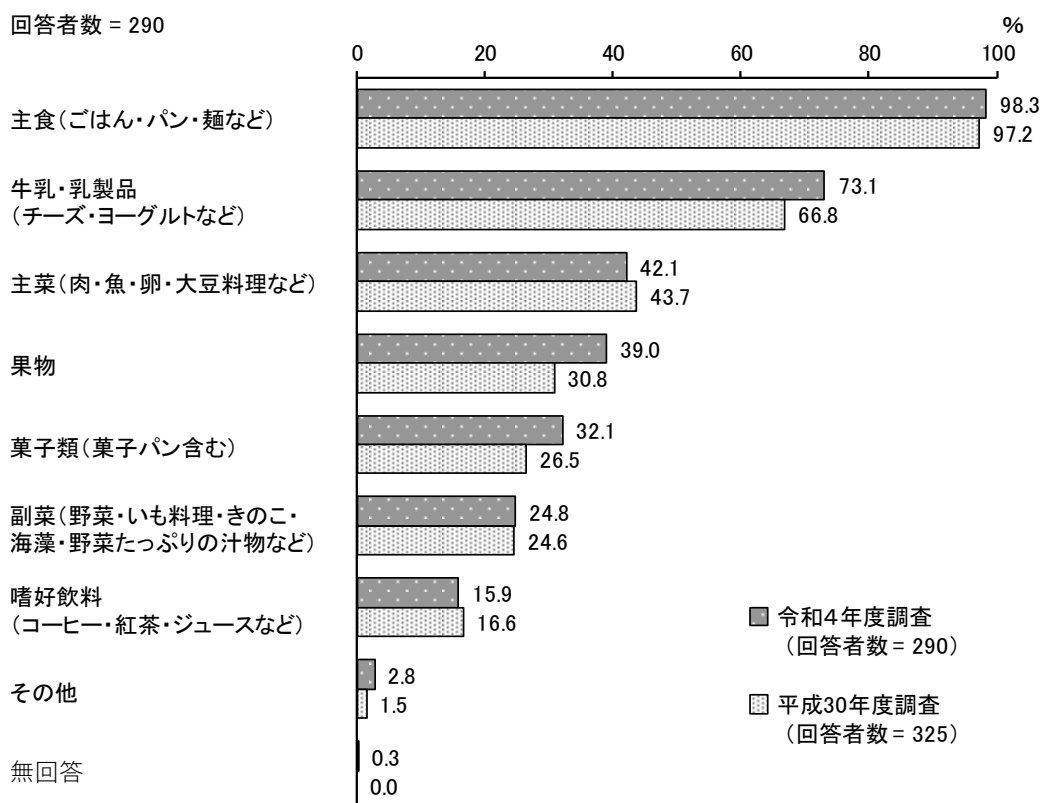
問7で、「1」「2」「3」を選んだ方にお聞きします。

問7-1 お子様は普段、主にどんな朝食を食べていますか。 （あてはまるものすべてに○）

「主食（ごはん・パン・麺など）」の割合が98.3%と最も高く、次いで「牛乳・乳製品（チーズ・ヨーグルトなど）」の割合が73.1%、「主菜（肉・魚・卵・大豆料理など）」の割合が42.1%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「牛乳・乳製品（チーズ・ヨーグルトなど）」「果物」「菓子類（菓子パン含む）」の割合が増加しています。



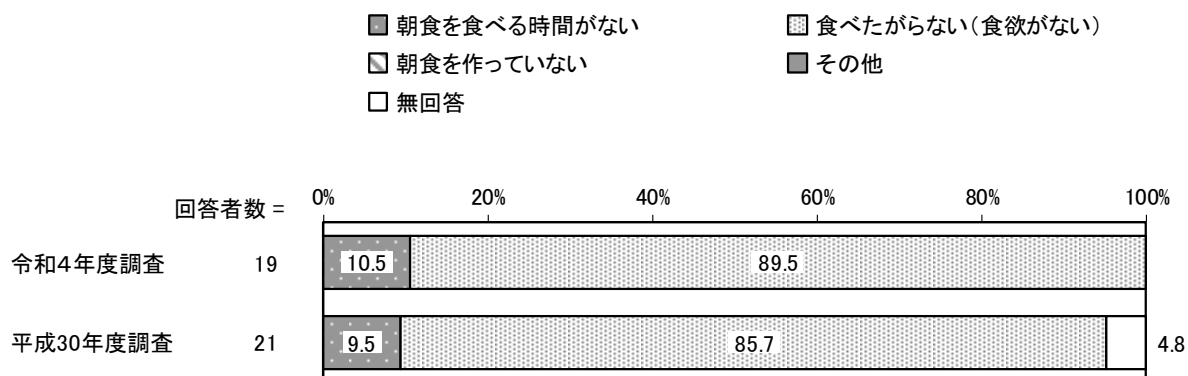
問7で、「2」「3」「4」を選んだ方にお聞きします。

問7-2 お子様は朝食を食べない、または食べない日がある理由は何ですか。(最もあてはまるもの1つに○)

「食べたがらない(食欲がない)」の割合が89.5%と最も高く、次いで「朝食を食べる時間がない」の割合が10.5%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

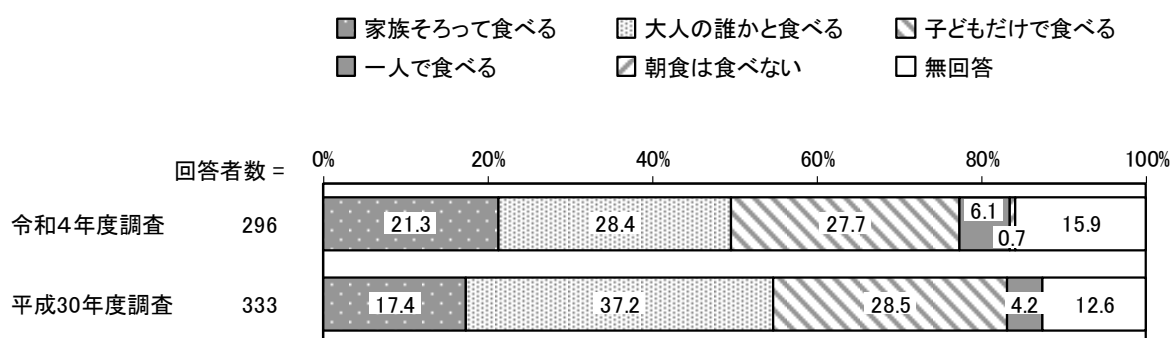


問8 お子様は普段、朝食は誰と食べていますか。(1つに○)

「大人の誰かと食べる」の割合が28.4%と最も高く、次いで「子どもだけで食べる」の割合が27.7%、「家族そろって食べる」の割合が21.3%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「大人の誰かと食べる」の割合が減少しています。

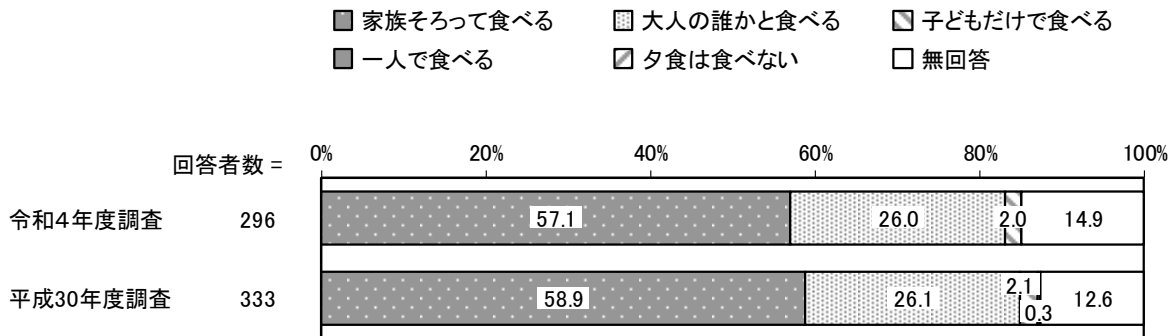


問9 お子様は普段、夕食は誰と食べていますか。(1つに○)

「家族そろって食べる」の割合が57.1%と最も高く、次いで「大人の誰かと食べる」の割合が26.0%となっています。

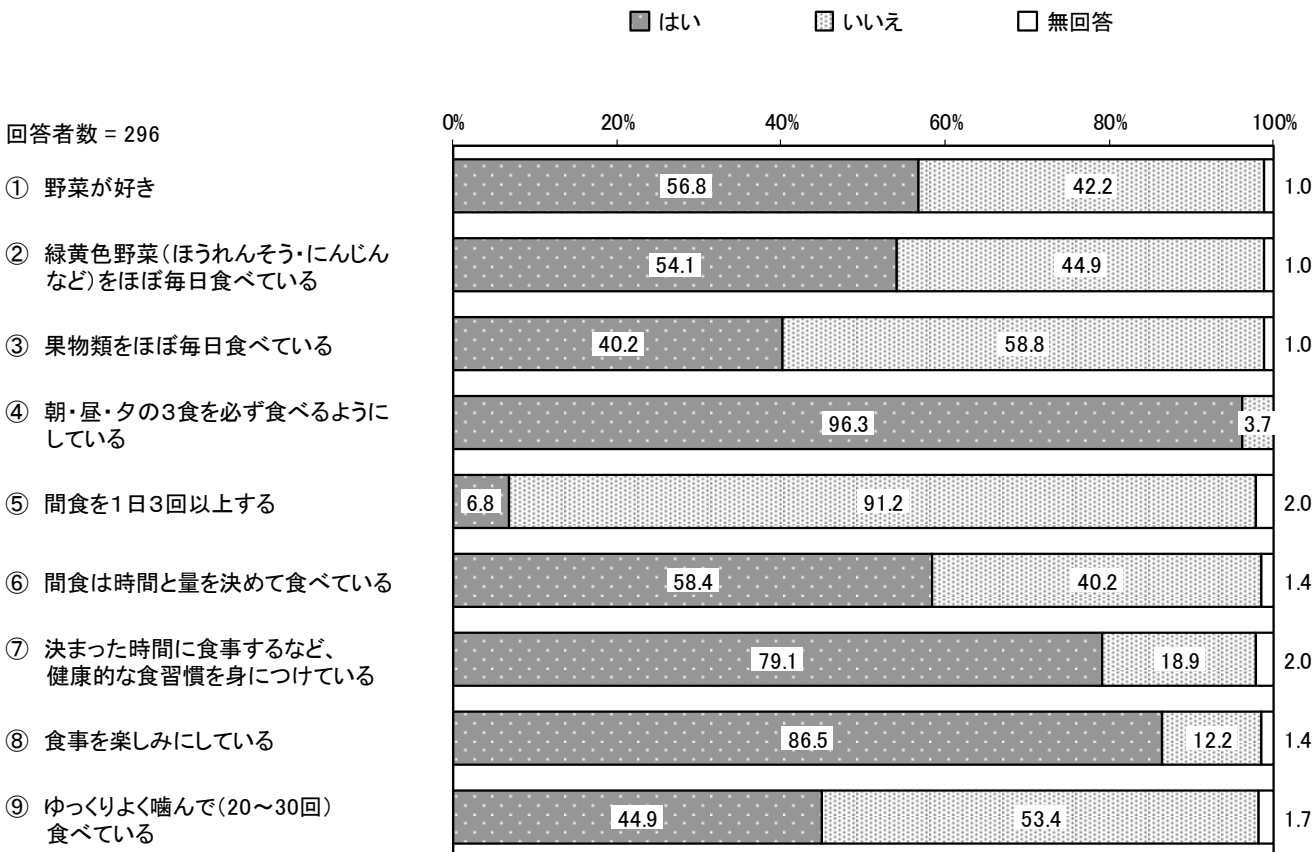
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



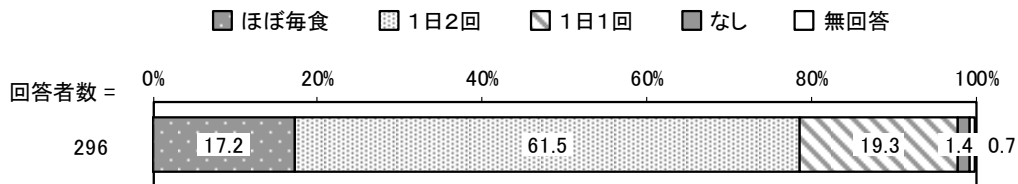
問10 お子様の食生活の状況についておうかがいします。(①～⑨についてそれぞれどちらかに○)

『④ 朝・昼・夕の3食を必ず食べるようにしている』で「はい」の割合が『⑤ 間食を1日3回以上する』で「いいえ」の割合が高くなっています。



問 11 お子様の普段の食事で、主食・主菜・副菜がそろうのは1日何回ですか。
(1つに○)

「1日2回」の割合が61.5%と最も高く、次いで「1日1回」の割合が19.3%、「ほぼ毎食」の割合が17.2%となっています。

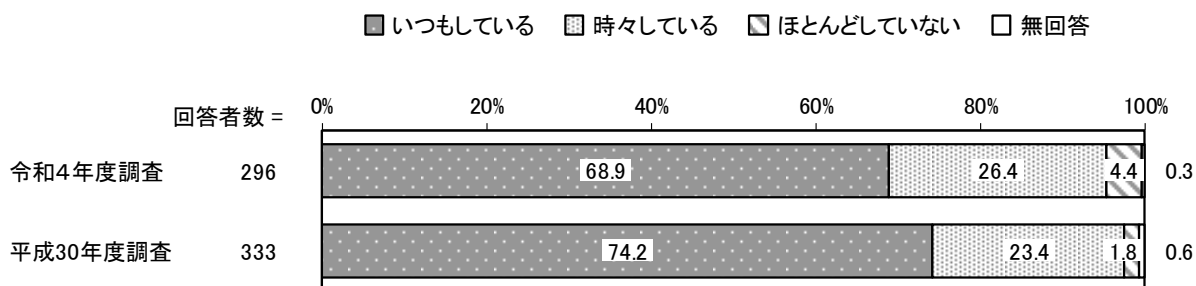


問 12 お子様は、食事のあいさつ「いただきます」、「ごちそうさま」をしていますか。
(1つに○)

「いつもしている」の割合が68.9%と最も高く、次いで「時々している」の割合が26.4%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「いつもしている」の割合が減少しています。

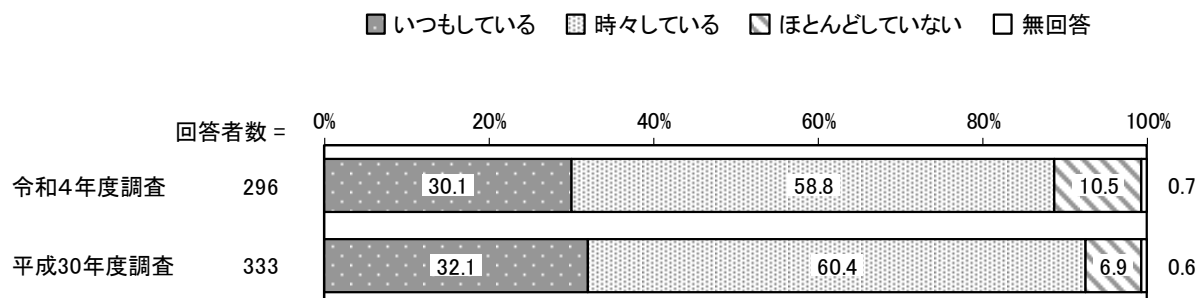


問 13 お子様は、食事づくり（食器運び・片付け・材料をちぎるなど簡単な調理を含む）に参加していますか。(1つに○)

「時々している」の割合が58.8%と最も高く、次いで「いつもしている」の割合が30.1%、「ほとんどしていない」の割合が10.5%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



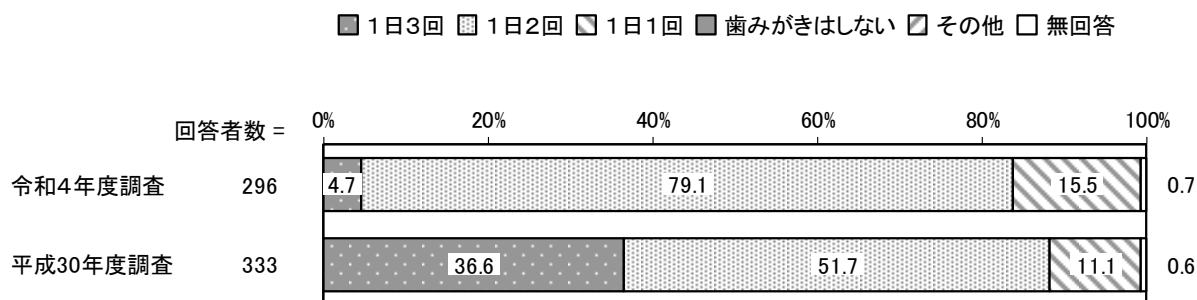
(3) お子様の生活習慣について

問 14 お子様は、1日に、何回くらい歯みがきをしますか。(またはみがいてもらいますか。)(1つに○)

「1日2回」の割合が79.1%と最も高く、次いで「1日1回」の割合が15.5%となっています。

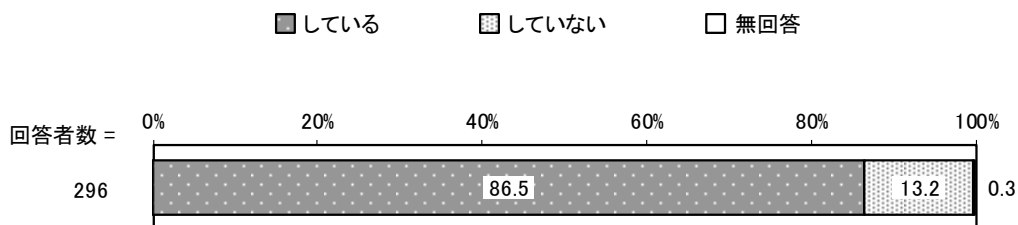
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「1日2回」の割合が増加しています。一方、「1日3回」の割合が減少しています。



問 15 毎日、お子様の歯の仕上げみがきをしますか。(1つに○)

「している」の割合が86.5%、「していない」の割合が13.2%となっています。

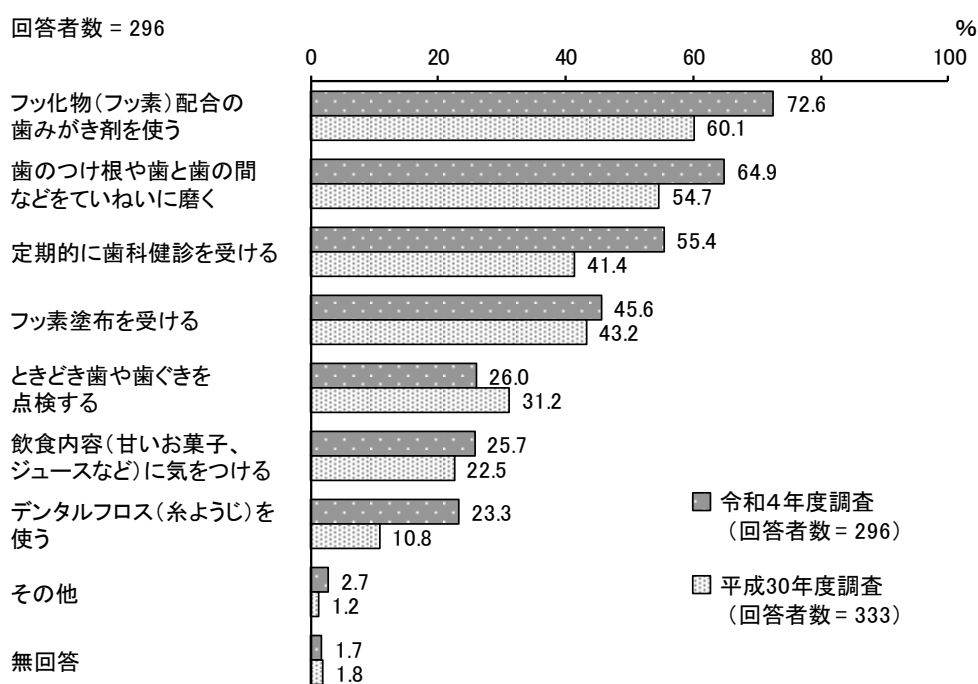


問 16 お子様の歯の健康のために気をつけていることは何ですか。
(あてはまるものすべてに○)

「フッ化物（フッ素）配合の歯みがき剤を使う」の割合が 72.6%と最も高く、次いで「歯のつけ根や歯と歯の間などをていねいに磨く」の割合が 64.9%、「定期的に歯科健診を受ける」の割合が 55.4%となっています。

【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、「フッ化物（フッ素）配合の歯みがき剤を使う」「歯のつけ根や歯と歯の間などをていねいに磨く」「定期的に歯科健診を受ける」「デンタルフロス（糸ようじ）を使う」の割合が増加しています。一方、「ときどき歯や歯ぐきを点検する」の割合が減少しています。

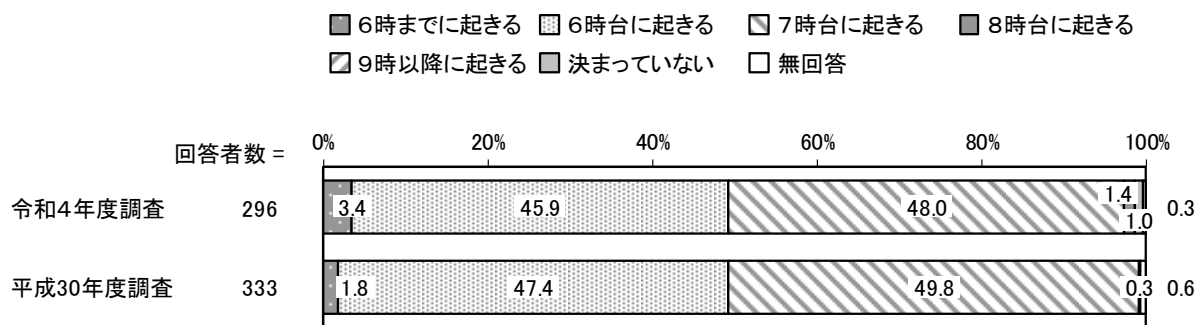


問 17 お子様は普段、朝何時頃起きますか。(1つに○)

「7時台に起きる」の割合が48.0%と最も高く、次いで「6時台に起きる」の割合が45.9%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

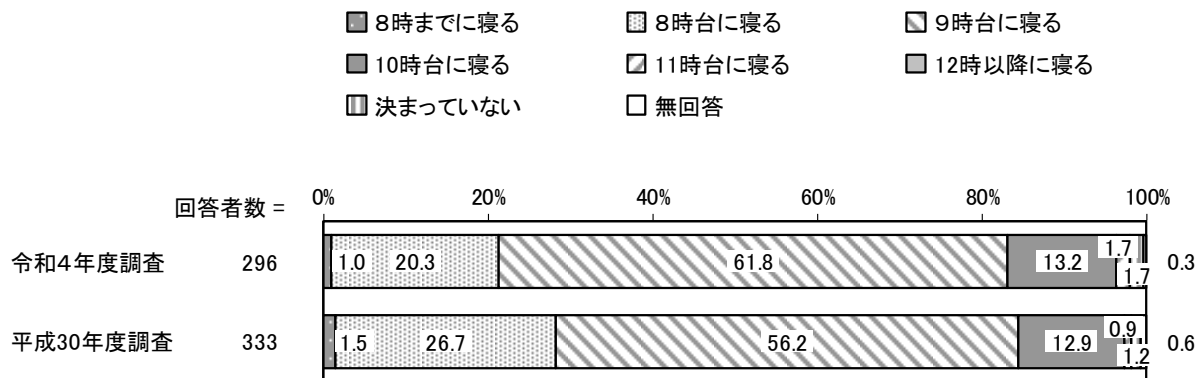


問 18 お子様は普段、夜何時頃寝ますか。(1つに○)

「9時台に寝る」の割合が61.8%と最も高く、次いで「8時台に寝る」の割合が20.3%、「10時台に寝る」の割合が13.2%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、

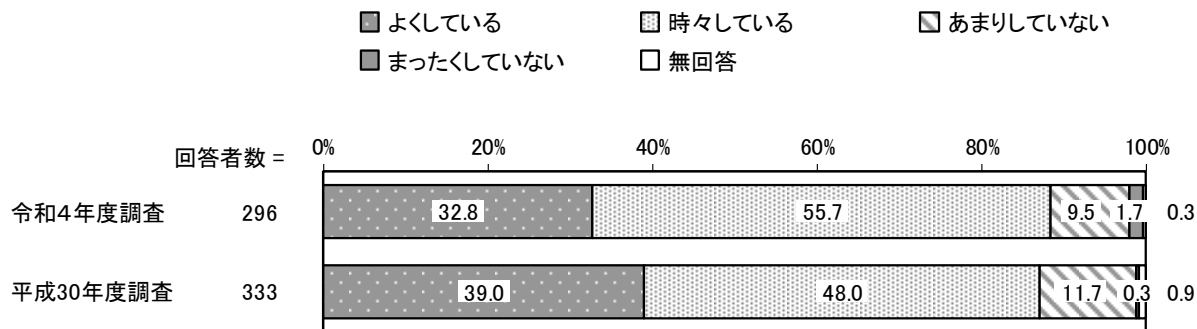


問 19 お子様は、幼稚園や保育所での生活以外に、外遊びをしていますか。
(1つに○)

「よくしている」と「時々している」をあわせた“している”の割合が 88.5%、「あまりしていない」と「まったくしていない」をあわせた“していない”の割合が 11.2%となっています。

【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

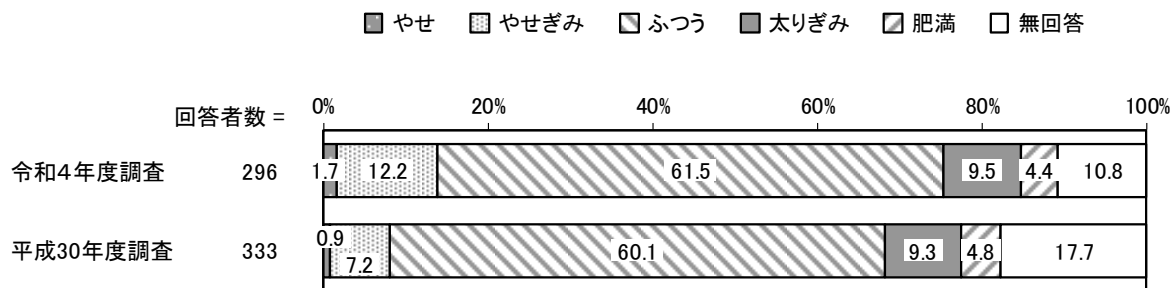


問 20 お子様の身長と体重を記入してください。

「ふつう」の割合が 61.5%と最も高く、次いで「やせぎみ」の割合が 12.2%となっています。

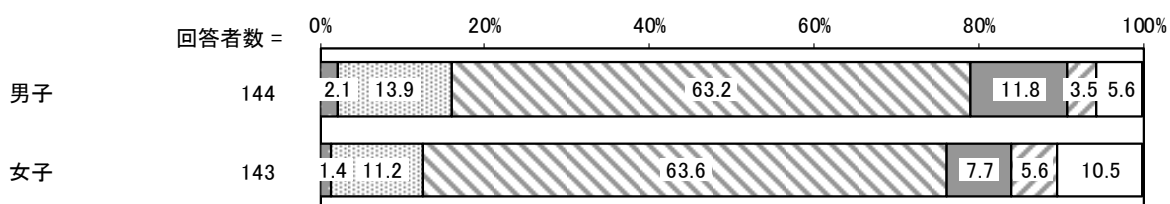
【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【性別】

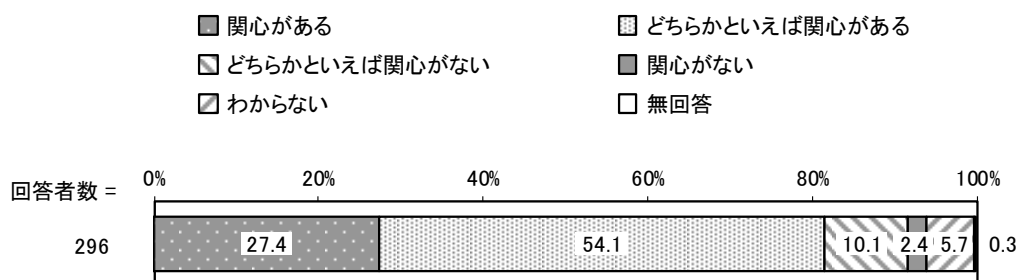
性別でみると、大きな差異はみられません。



(4) あなたの生活等について

問 21 あなたは、食育に関心がありますか。(1つに○)

「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」をあわせた“関心がある”の割合が 81.5%、「どちらかといえば関心がない」と「関心がない」をあわせた“関心がない”の割合が 12.5%、「わからない」の割合が 5.7%となっています。

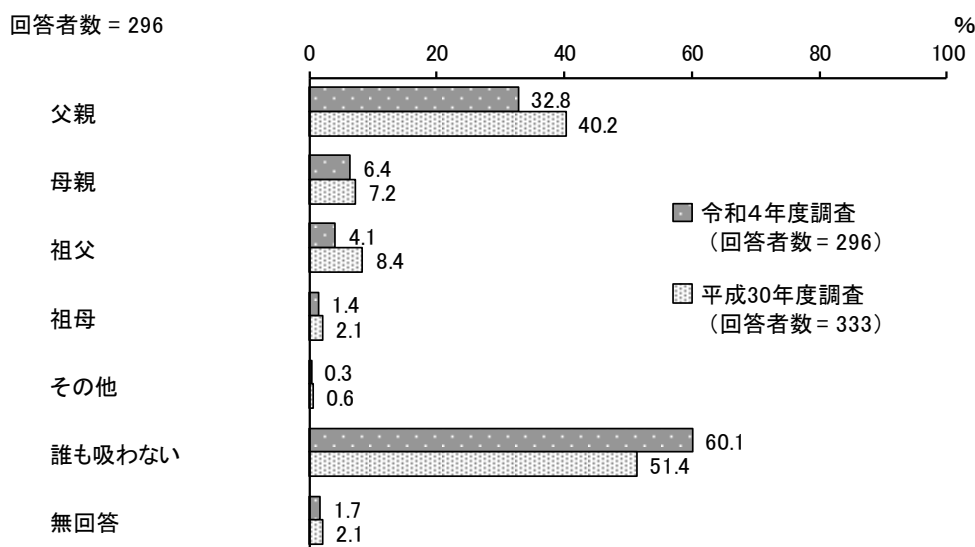


問 22 一緒に暮らしている家族に、たばこを吸う方はいますか。お子様から見た続柄で○印をつけてください。(あてはまるものすべてに○)

「誰も吸わない」の割合が 60.1%と最も高く、次いで「父親」の割合が 32.8%となっています。

【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、「誰も吸わない」の割合が増加しています。一方、「父親」の割合が減少しています。



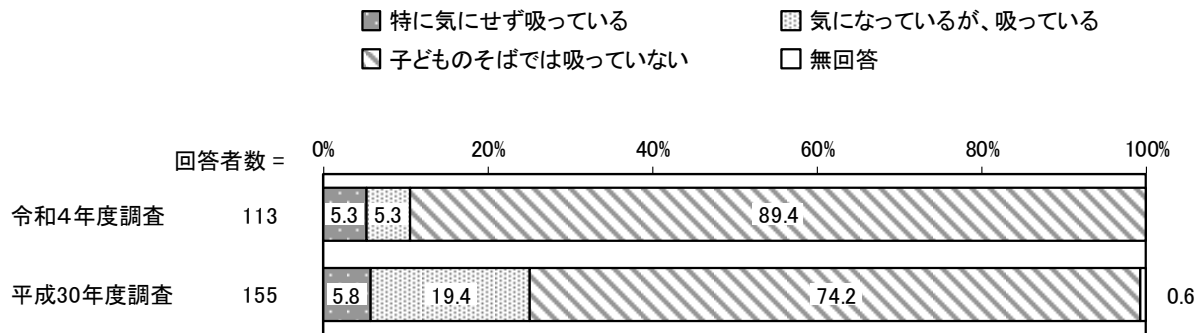
問 22 で、「1」「2」「3」「4」「5」を選んだ方にお聞きします。

問 22-1 たばこを吸っている方は、お子様のそばで吸っていますか。(1つに○)

「子どものそばでは吸っていない」の割合が 89.4%と最も高くなっています。

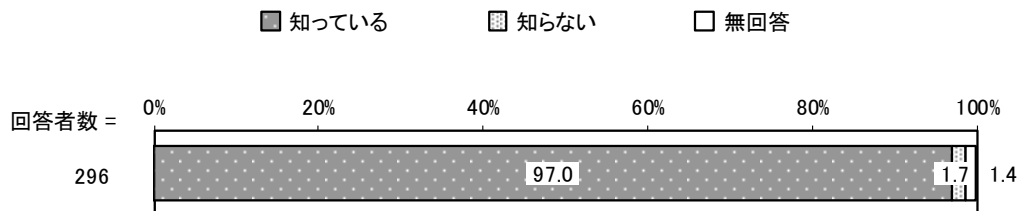
【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、「子どものそばでは吸っていない」の割合が増加しています。一方、「気になっているが、吸っている」の割合が減少しています。



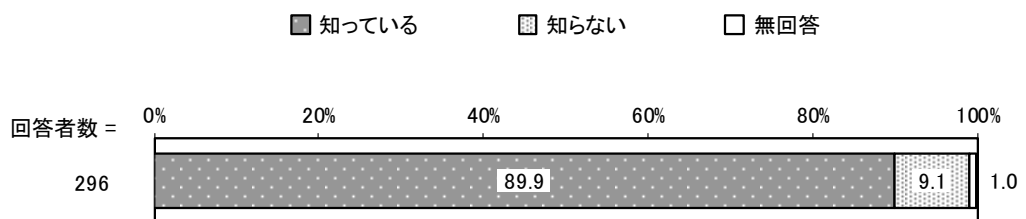
問 23 あなたは、受動喫煙が健康に悪影響をおよぼすことを知っていますか。(1つに○)

「知っている」の割合が 97.0%、「知らない」の割合が 1.7%となっています。



問 24 あなたは、子どもがたばこの煙を吸うと、大人よりも体に悪影響が出ることを知っていますか。(1つに○)

「知っている」の割合が 89.9%、「知らない」の割合が 9.1%となっています。

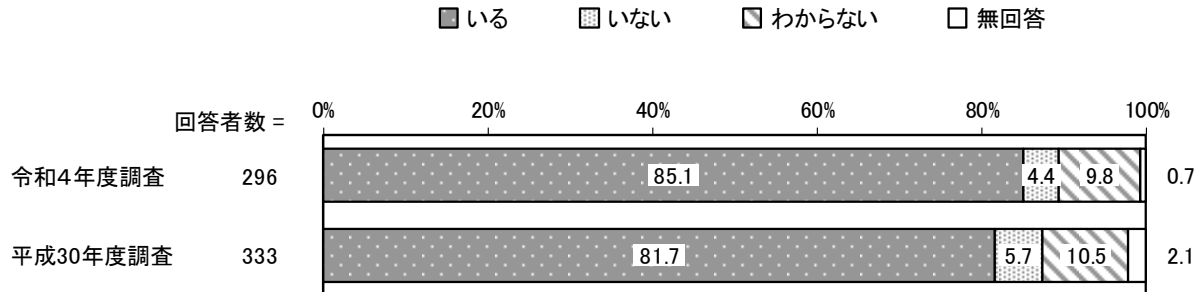


問 25 お子様の病気やけがの時に相談できる医師がいますか。(1つに○)

「いる」の割合が85.1%と最も高くなっています。

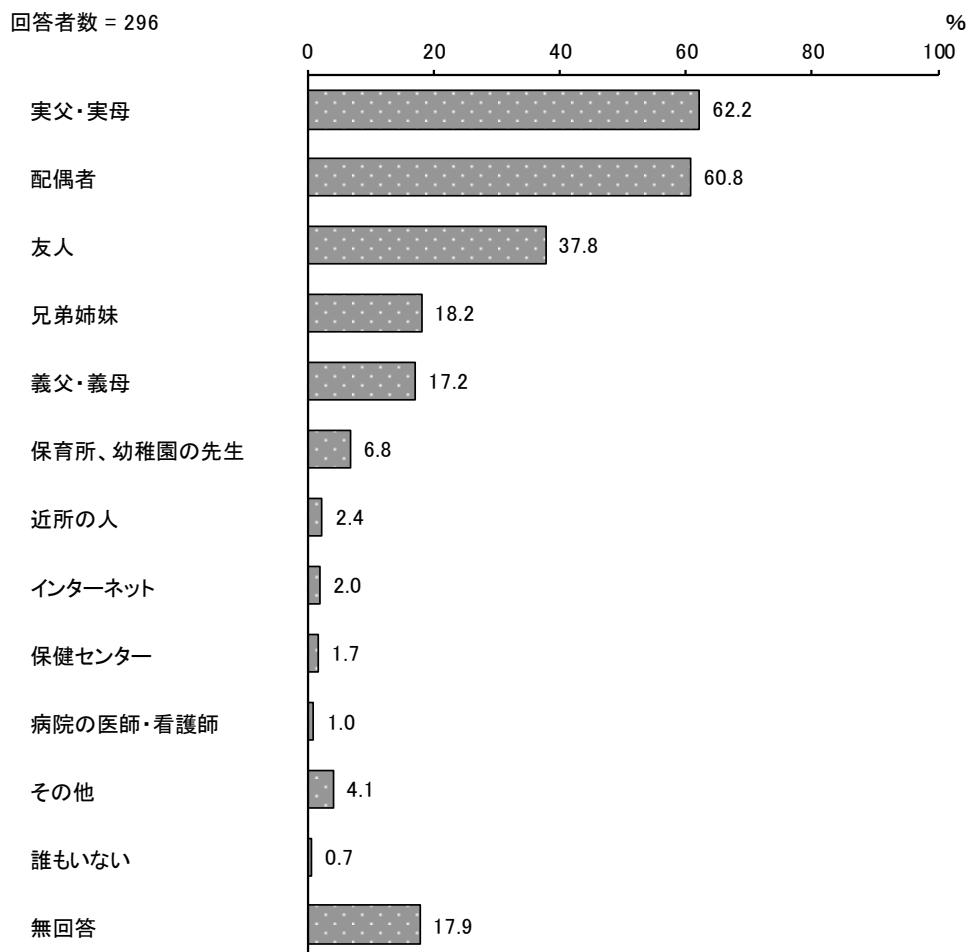
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



問 26 あなたは、悩んでいる時に相談にのってくれる機関や人はいますか。(3つまで○)

「実父・実母」の割合が62.2%と最も高く、次いで「配偶者」の割合が60.8%、「友人」の割合が37.8%となっています。

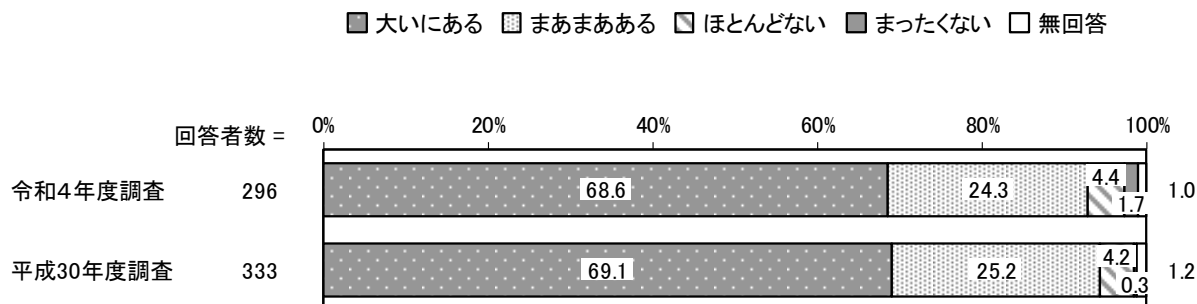


問 27 あなたは、周囲の人に支えてもらって子育てをしているという実感がありますか。(1つに○)

「大いにある」と「まあまあある」をあわせた“ある”の割合が 92.9%、「ほとんどない」と「まったくない」をあわせた“ない”の割合が 6.1%となっています。

【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

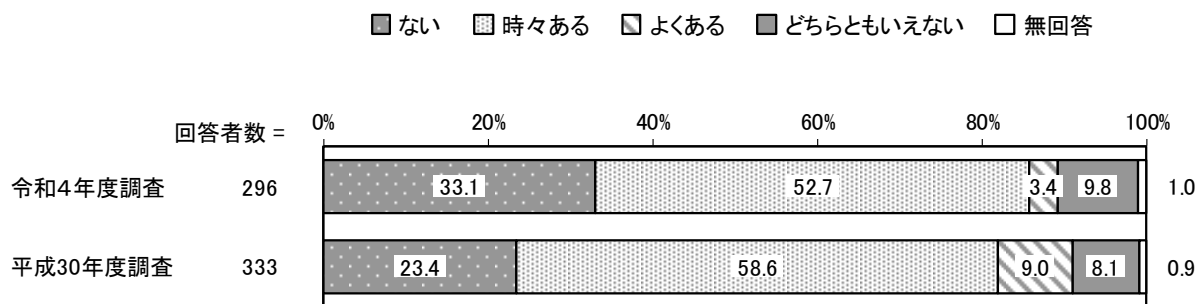


問 28 あなたは、イライラして子どもを叩きなくなったり、叩いてしまったりすることがありますか。(1つに○)

「時々ある」の割合が 52.7%と最も高く、次いで「ない」の割合が 33.1%となっています。

【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、「ない」の割合が増加しています。一方、「時々ある」「よくある」の割合が減少しています。

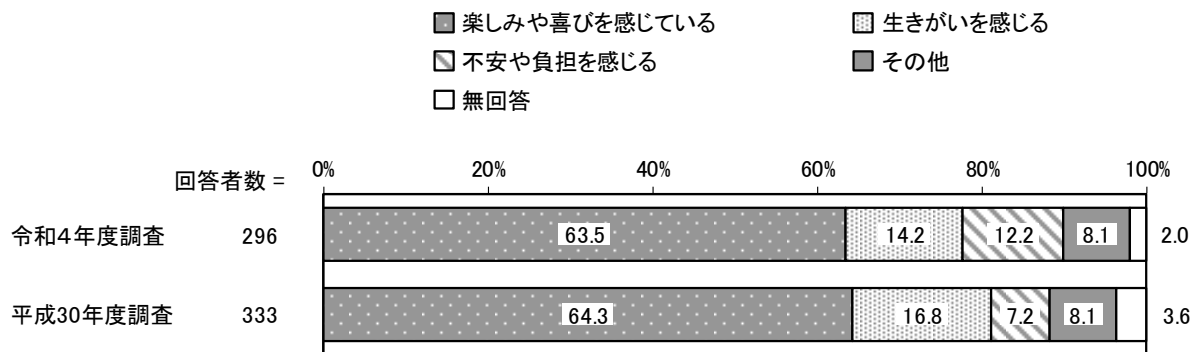


問 29 あなたは、子育てについてどのように感じていますか。(1つに○)

「楽しみや喜びを感じている」の割合が63.5%と最も高く、次いで「生きがいを感じる」の割合が14.2%、「不安や負担を感じる」の割合が12.2%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

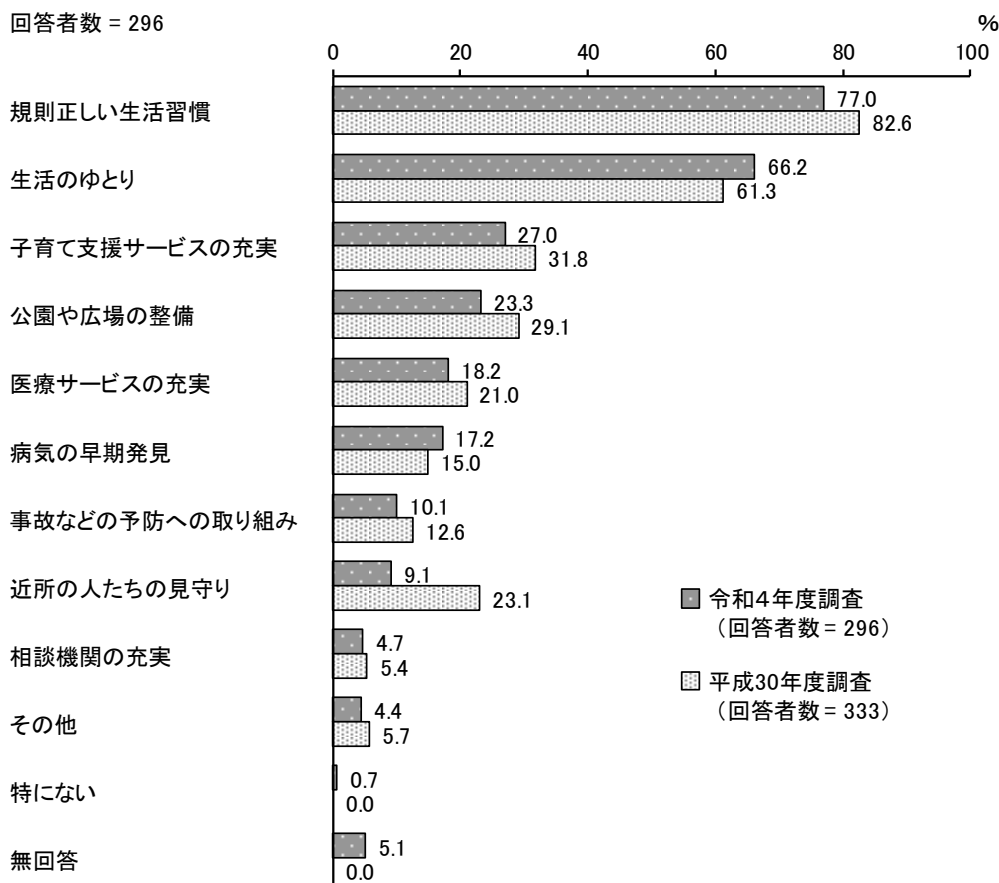


問 30 あなたは、子どもたちが心も体も元気に育っていくためには、何が必要だと思いますか。(3つまで○)

「規則正しい生活習慣」の割合が77.0%と最も高く、次いで「生活のゆとり」の割合が66.2%、「子育て支援サービスの充実」の割合が27.0%となっています。

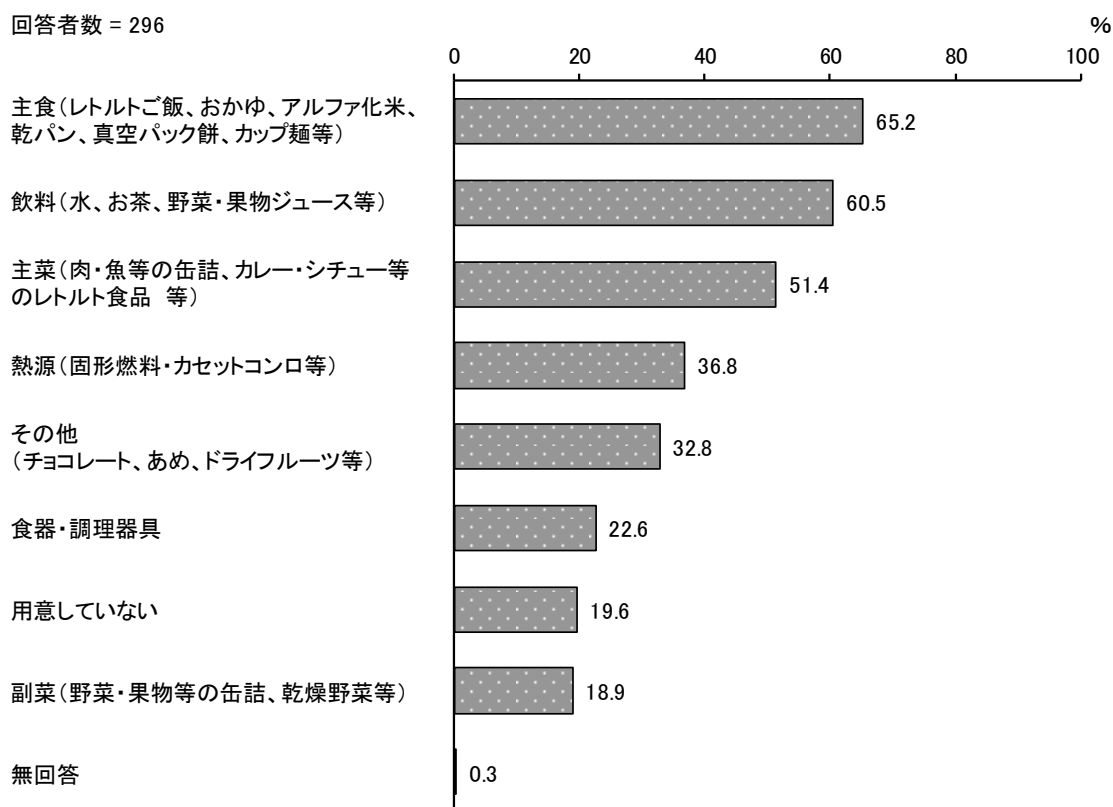
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「規則正しい生活習慣」「公園や広場の整備」「近所の人たちの見守り」の割合が減少しています。



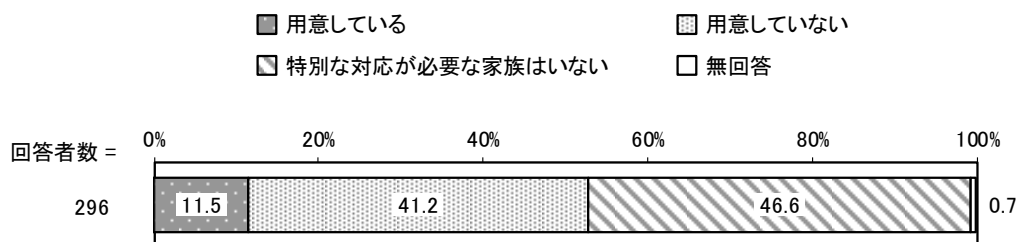
問 31 あなたの家庭で用意している非常用の食料等の種類を次から選んでください。
(あてはまるものすべてに○)

「主食（レトルトご飯、おかゆ、アルファ化米、乾パン、真空パック餅、カップ麺等）」の割合が65.2%と最も高く、次いで「飲料（水、お茶、野菜・果物ジュース等）」の割合が60.5%、「主菜（肉・魚等の缶詰、カレー・シチュー等のレトルト食品 等）」の割合が51.4%となっています。



問 32 あなたの家庭では、家族の年齢（乳幼児、高齢者など）や健康状態（食物アレルギー、血圧が高い、食べ物を噛みにくいなど）に応じて、非常用の食糧を用意していますか。（1つに○）

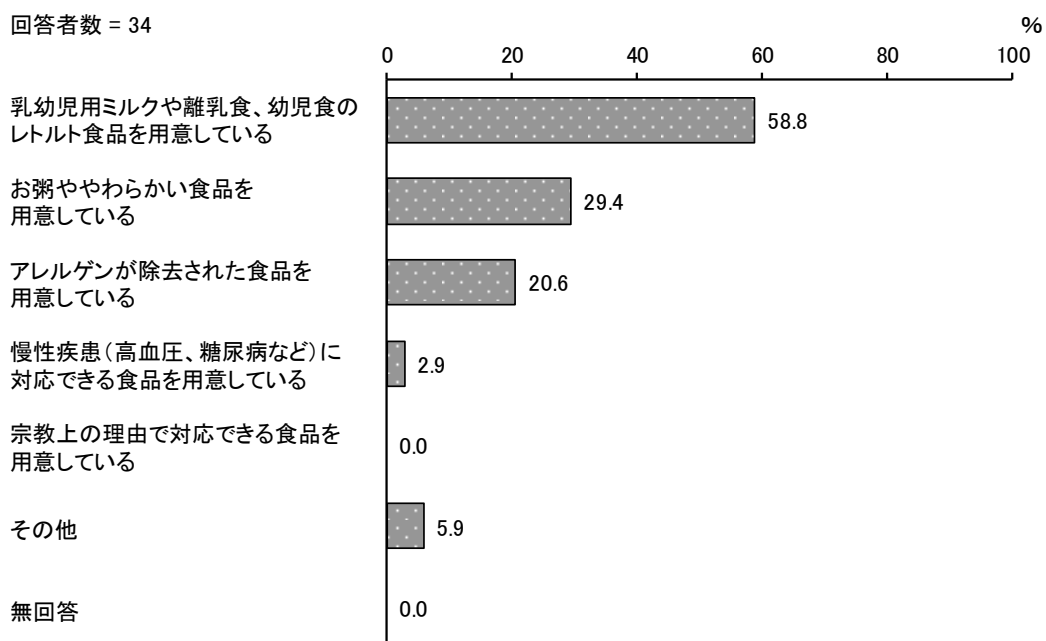
「特別な対応が必要な家族はいない」の割合が46.6%と最も高く、次いで「用意していない」の割合が41.2%、「用意している」の割合が11.5%となっています。



問 32 で、「1」を選んだ方にお聞きします。

問 32-1 家族の年齢や、健康状態に応じてどのような食糧を用意していますか。
(あてはまるものすべてに○)

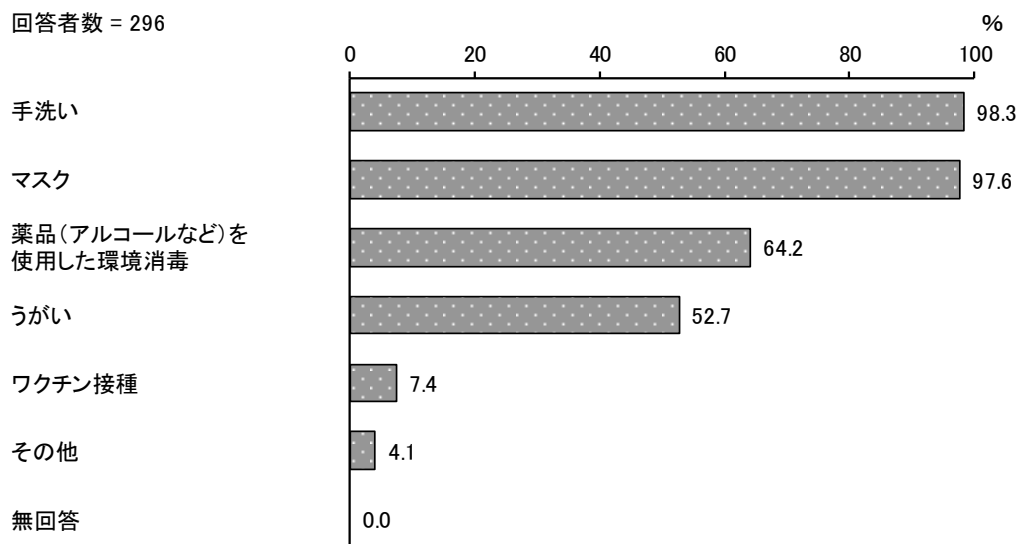
「乳幼児用ミルクや離乳食、幼児食のレトルト食品を用意している」の割合が 58.8%と最も高く、次いで「お粥ややわらかい食品を用意している」の割合が 29.4%、「アレルギーが除去された食品を用意している」の割合が 20.6%となっています。



(5) 新型コロナウイルス感染症に関する生活の変化について

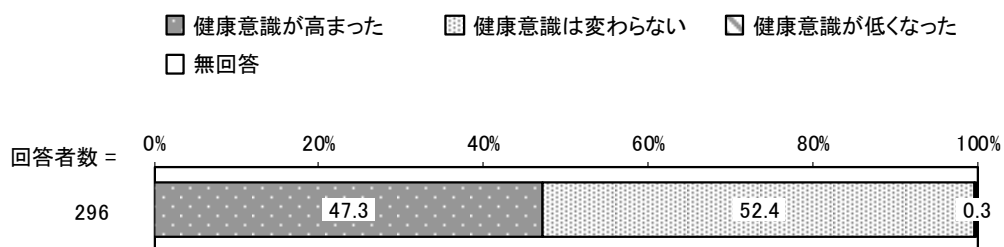
問 33 お子様は、感染予防対策としてどのようなことに取り組まれていますか。
(あてはまるものすべて○)

「手洗い」の割合が 98.3%と最も高く、次いで「マスク」の割合が 97.6%、「薬品（アルコールなど）を使用した環境消毒」の割合が 64.2%となっています。



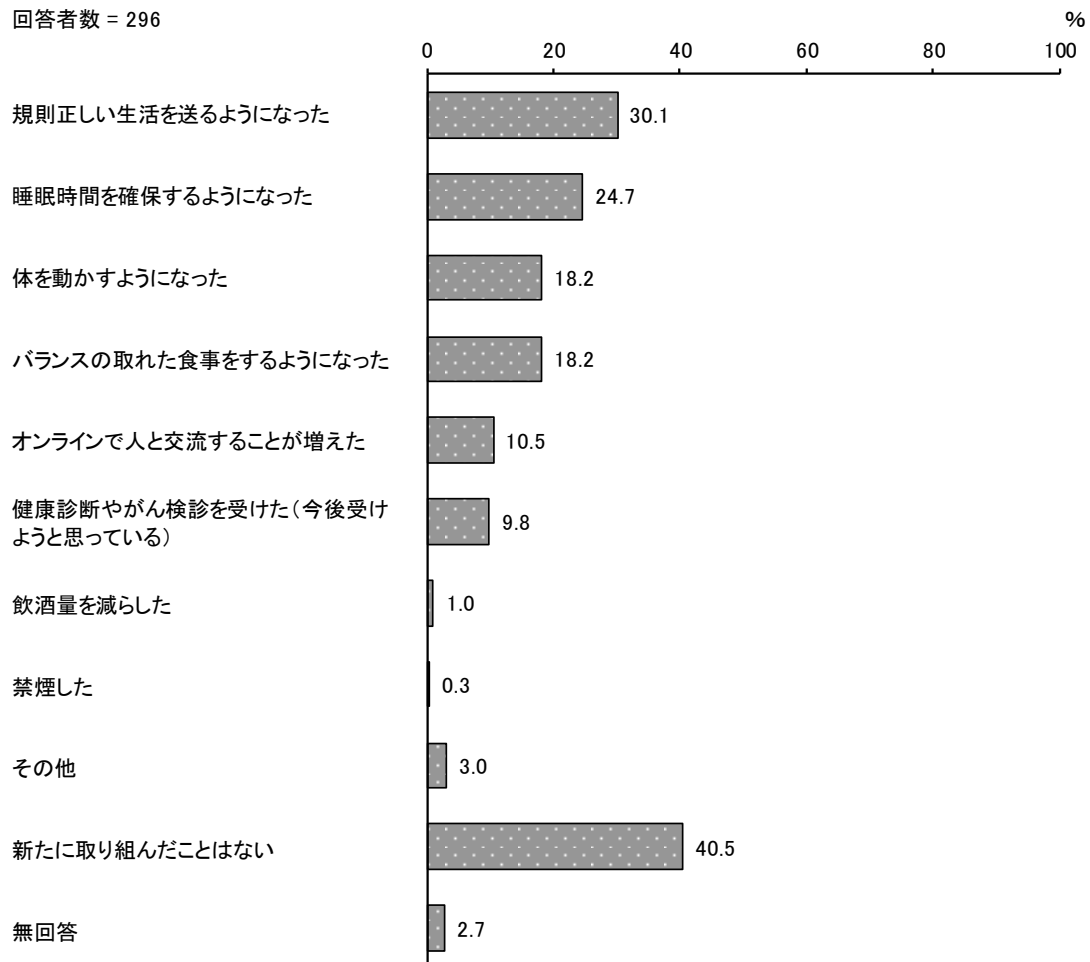
問 34 あなたは、感染症の流行で運動や食事など日頃の健康づくりへの意識に変化がありましたか。(1つに○)

「健康意識は変わらない」の割合が 52.4%と最も高く、次いで「健康意識が高まった」の割合が 47.3%となっています。



問 35 あなたは、感染症の流行で心身の健康づくりのために新たに取り組んだことはありますか。（あてはまるものすべてに○）

「新たに取り組んだことはない」の割合が40.5%と最も高く、次いで「規則正しい生活を送るようになった」の割合が30.1%、「睡眠時間を確保するようになった」の割合が24.7%となっています。

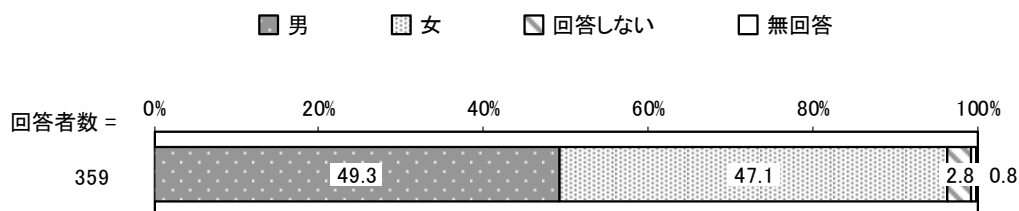


2 小学生

(1) 回答者属性

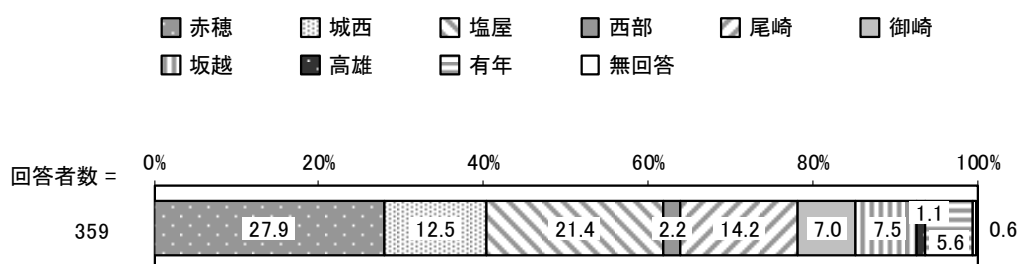
問1 性別はどちらですか。(1つに〇)

「男」の割合が49.3%と最も高く、次いで「女」の割合が47.1%となっています。



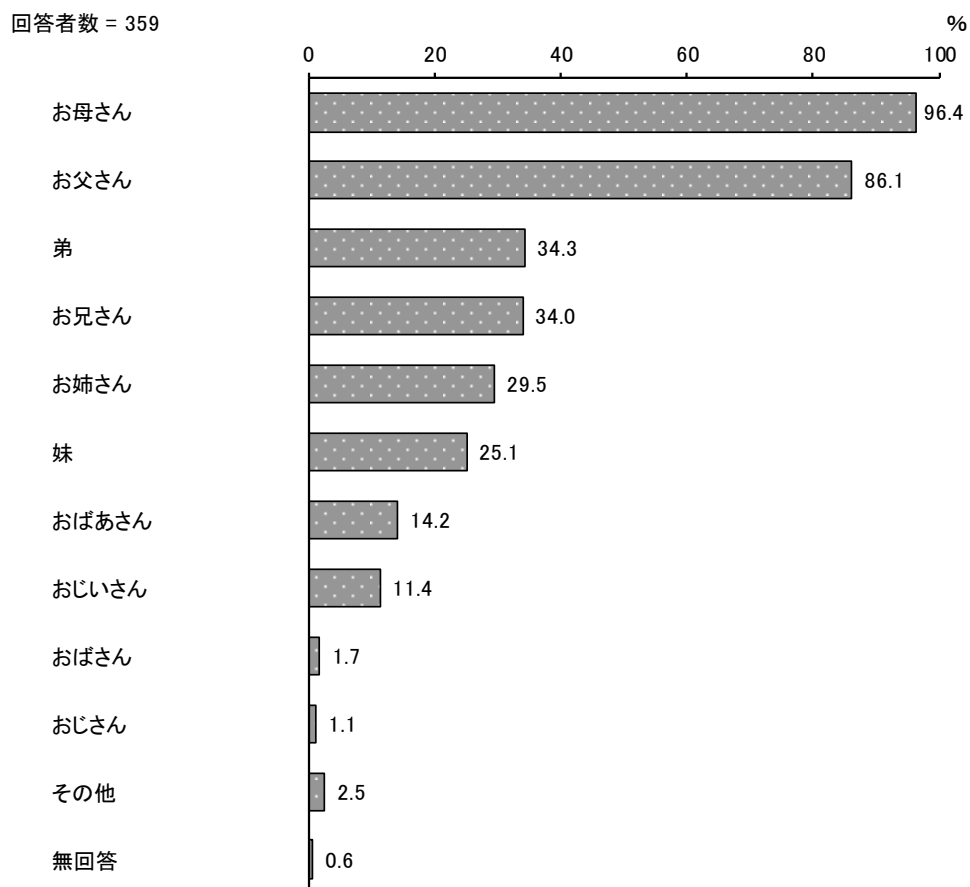
問2 住んでいる地域はどこですか。(1つに〇)

「赤穂」の割合が27.9%と最も高く、次いで「塩屋」の割合が21.4%、「尾崎」の割合が14.2%となっています。



問3 いっしょに住んでいる人すべてに○をしてください。

「お母さん」の割合が96.4%と最も高く、次いで「お父さん」の割合が86.1%、「弟」の割合が34.3%となっています。



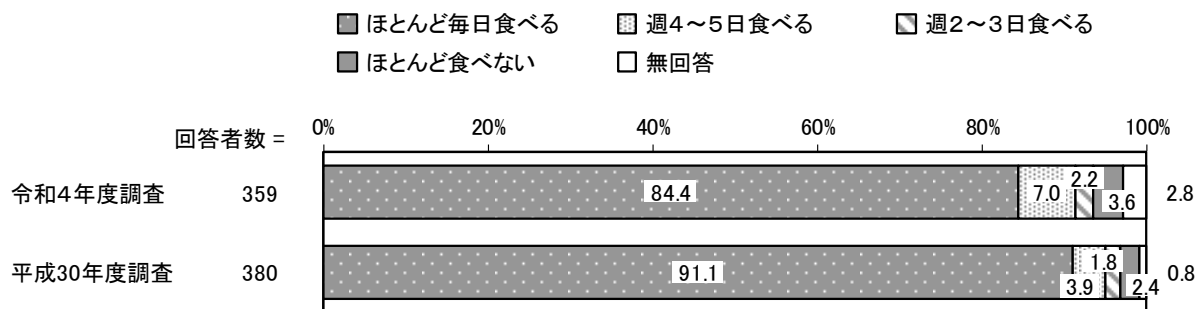
(2) 食生活について

問4 朝食を食べていますか。(1つに○)

「ほとんど毎日食べる」の割合が84.4%と最も高くなっています。

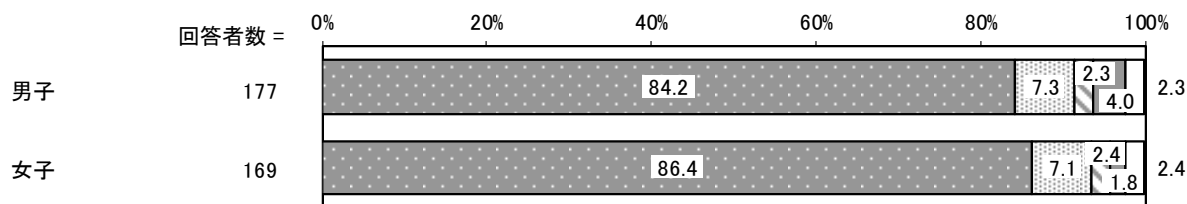
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「ほとんど毎日食べる」の割合が減少しています。



【性別】

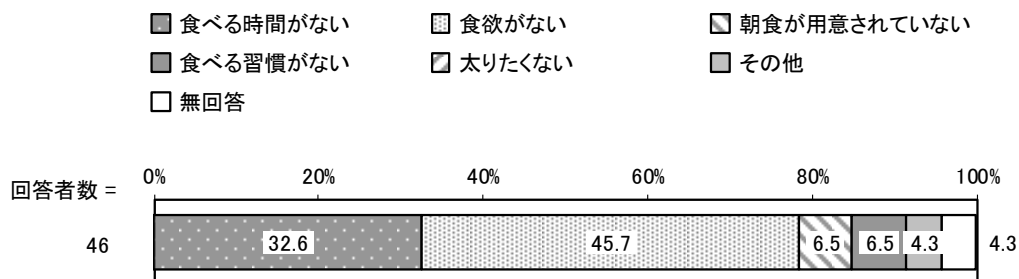
性別で見ると、大きな差異はみられません。



問4で、「2」「3」「4」を選んだ方にお聞きします。

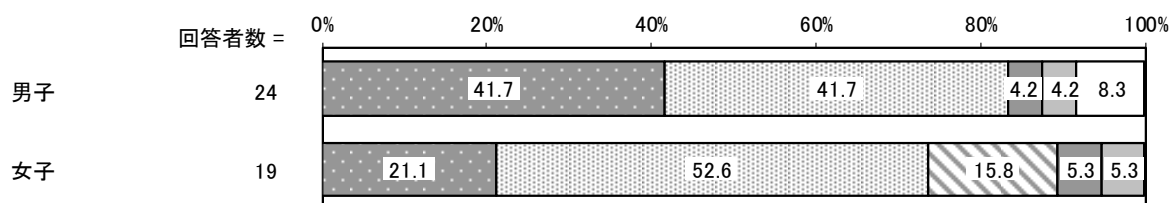
問4-1 朝食を毎日食べない理由は何ですか。(1つに○)

「食欲がない」の割合が45.7%と最も高く、次いで「食べる時間がない」の割合が32.6%となっています。



【性別】

性別で見ると、女子に比べ、男子で「食べる時間がない」の割合が、男子に比べ、女子で「食欲がない」「朝食が用意されていない」の割合が高くなっています。



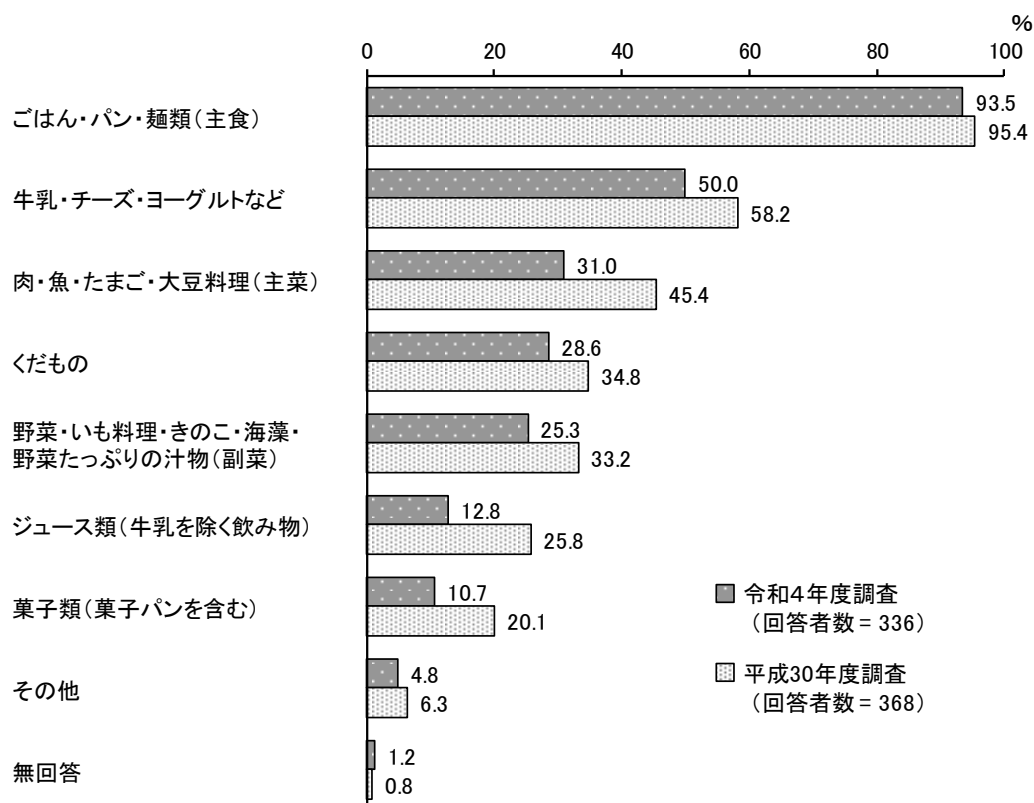
問4で、「1」「2」「3」を選んだ方にお聞きします。

問4-2 普段、どのような朝食を食べていますか。(あてはまるものすべてに○)

「ごはん・パン・麺類(主食)」の割合が93.5%と最も高く、次いで「牛乳・チーズ・ヨーグルトなど」の割合が50.0%、「肉・魚・たまご・大豆料理(主菜)」の割合が31.0%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「牛乳・チーズ・ヨーグルトなど」「肉・魚・たまご・大豆料理(主菜)」「くだもの」「野菜・いも料理・きのこ・海藻・野菜たっぷりの汁物(副菜)」「ジュース類(牛乳を除く飲み物)」「菓子類(菓子パンを含む)」の割合が減少しています。



【性別】

性別でみると、女子に比べ、男子で「肉・魚・たまご・大豆料理（主菜）」「牛乳・チーズ・ヨーグルトなど」の割合が高くなっています。

単位：％

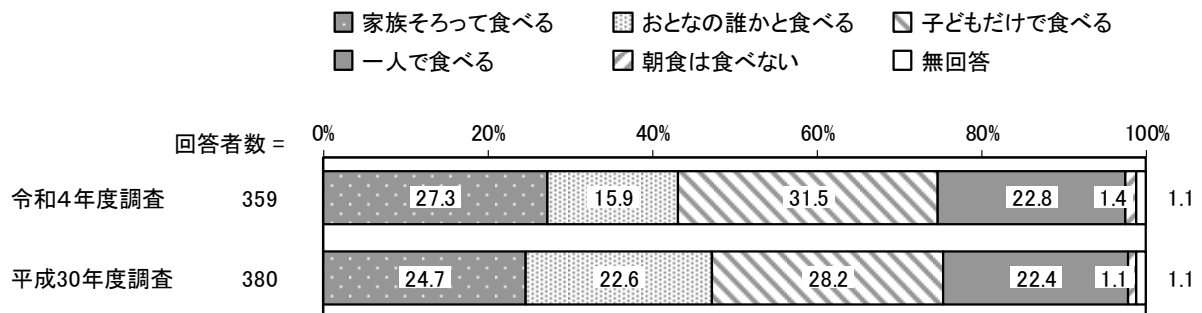
区分	回答者数（件）	ごはん・パン・麺類（主食）	肉・魚・たまご・大豆料理（主菜）	野菜・いも料理・きのこ・海藻・野菜たっぷり汁物（副菜）	牛乳・チーズ・ヨーグルトなど	くだもの	菓子類（菓子パンを含む）	ジュース類（牛乳を除く飲み物）	その他	無回答
男子	166	93.4	39.8	26.5	54.2	27.7	12.0	13.3	3.6	1.2
女子	162	93.2	21.0	22.8	45.7	28.4	9.9	12.3	6.2	1.2

問5 普段、朝食は誰と食べていますか。（1つに○）

「子どもだけで食べる」の割合が31.5%と最も高く、次いで「家族そろって食べる」の割合が27.3%、「一人で食べる」の割合が22.8%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「おとなの誰かと食べる」の割合が減少しています。

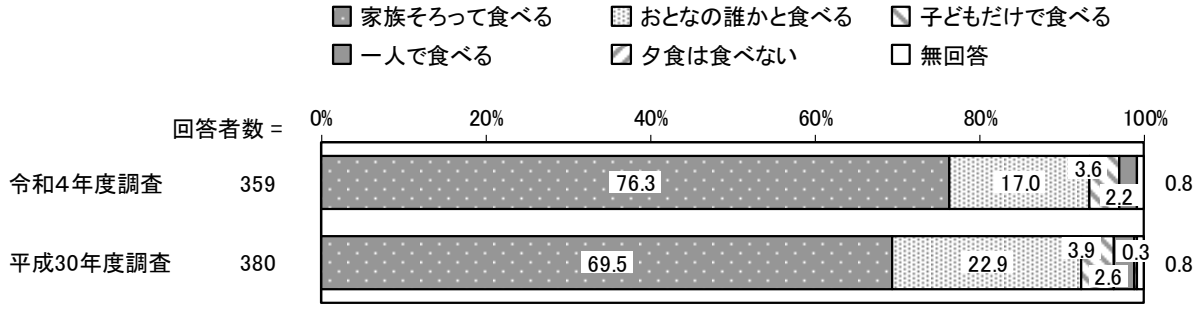


問6 普段、夕食は誰と食べていますか。(1つに○)

「家族そろって食べる」の割合が76.3%と最も高く、次いで「おとなの誰かと食べる」の割合が17.0%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「家族そろって食べる」の割合が増加しています。一方、「おとなの誰かと食べる」の割合が減少しています。

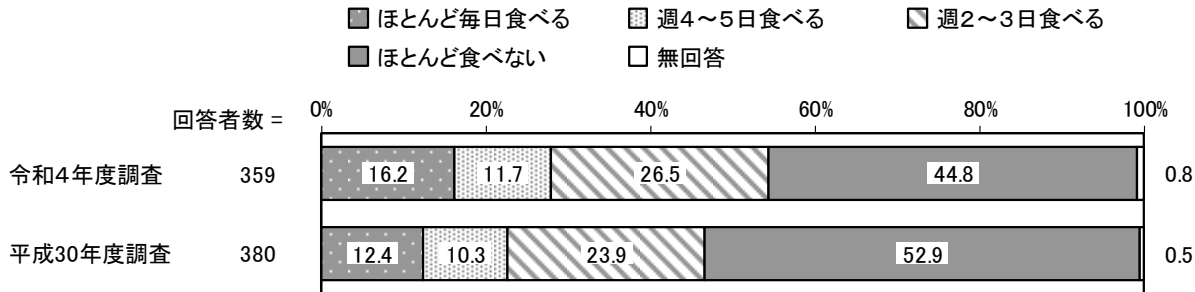


問7 普段、夕食後におやつや夜食を食べますか。(1つに○)

「ほとんど食べない」の割合が44.8%と最も高く、次いで「週2～3日食べる」の割合が26.5%、「ほとんど毎日食べる」の割合が16.2%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「ほとんど食べない」の割合が減少しています。

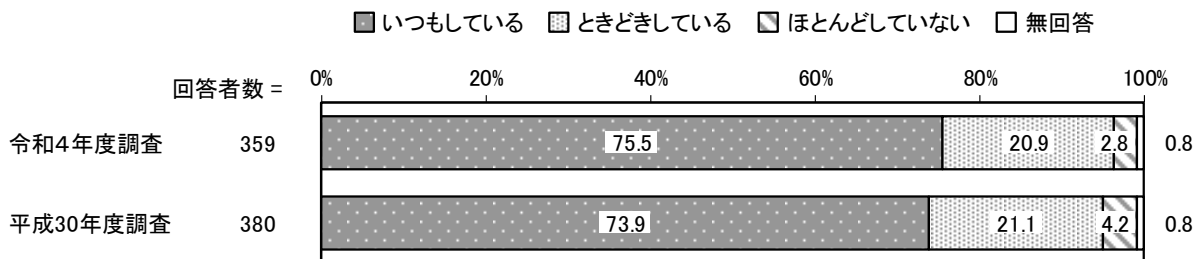


問8 食事のあいさつ「いただきます」、「ごちそうさま」をしていますか。(1つに○)

「いつもしている」の割合が75.5%と最も高く、次いで「ときどきしている」の割合が20.9%となっています。

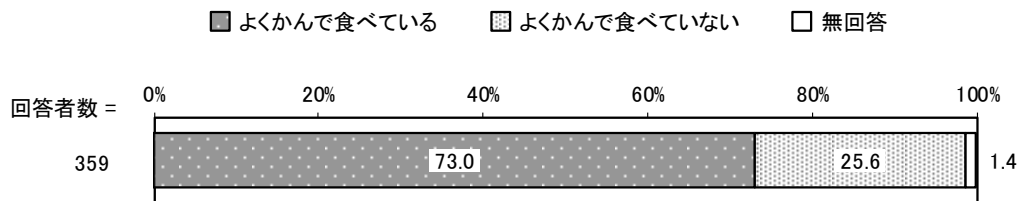
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



問9 ゆっくりよくかんで（20～30回）食べていますか。（1つに○）

「よくかんで食べている」の割合が73.0%、「よくかんで食べていない」の割合が25.6%となっています。

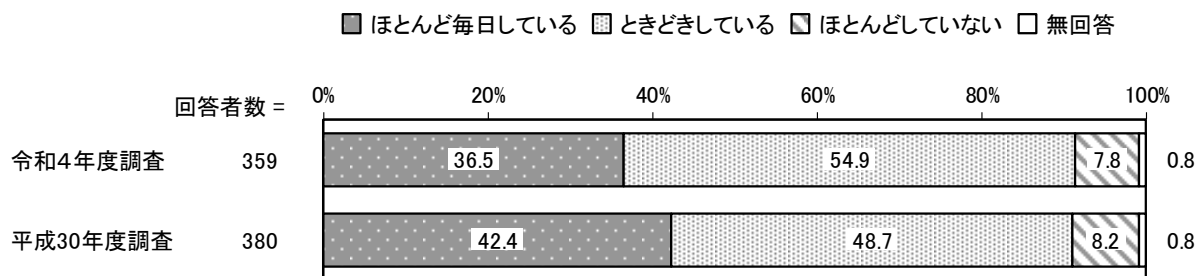


問10 食事づくりの手伝い（買物、食器を運ぶ、片付ける、材料を切る、ちぎるなどの簡単な調理）をしていますか。（1つに○）

「ときどきしている」の割合が54.9%と最も高く、次いで「ほとんど毎日している」の割合が36.5%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「ときどきしている」の割合が増加しています。一方、「ほとんど毎日している」の割合が減少しています。

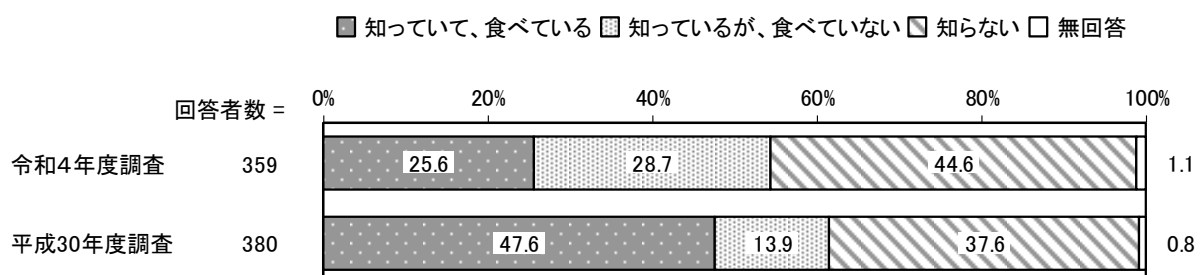


問11 赤穂市の郷土料理を知っていますか。食べていますか。（1つに○）

「知らない」の割合が44.6%と最も高く、次いで「知っているが、食べていない」の割合が28.7%、「知っていて、食べている」の割合が25.6%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「知っているが、食べていない」「知らない」の割合が増加しています。一方、「知っていて、食べている」の割合が減少しています。



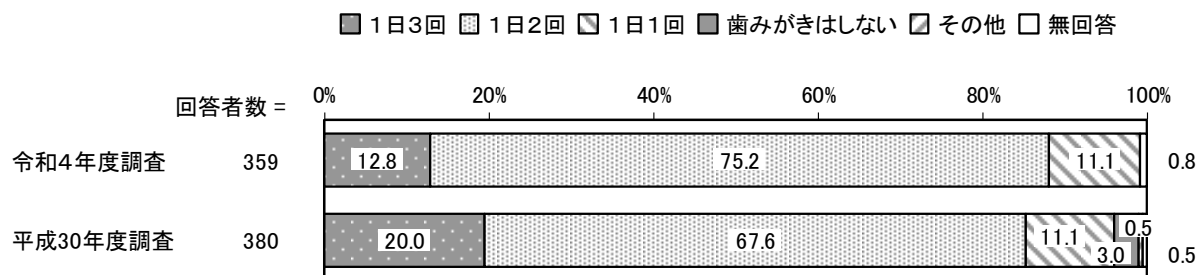
(3) 普段の生活や健康について

問 12 1日に何回くらい歯みがきをしますか。(1つに○)

「1日2回」の割合が75.2%と最も高く、次いで「1日3回」の割合が12.8%、「1日1回」の割合が11.1%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「1日2回」の割合が増加しています。一方、「1日3回」の割合が減少しています。

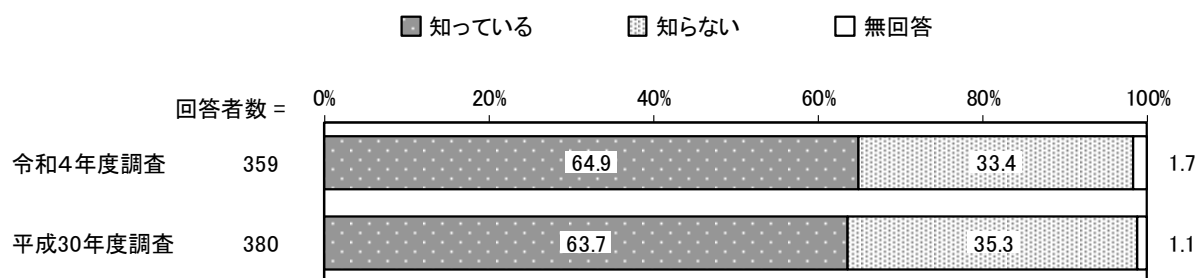


問 13 歯と口の健康が、からだ全体の健康に大きな影響があることを知っていますか。(1つに○)

「知っている」の割合が64.9%、「知らない」の割合が33.4%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

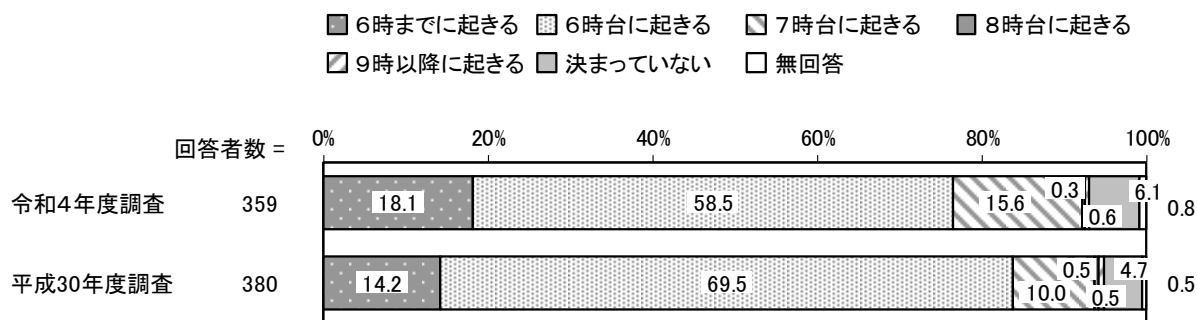


問 14 普段、朝何時ごろに起きますか。(1つに○)

「6時台に起きる」の割合が58.5%と最も高く、次いで「6時までに起きる」の割合が18.1%、「7時台に起きる」の割合が15.6%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「7時台に起きる」の割合が増加しています。一方、「6時台に起きる」の割合が減少しています。

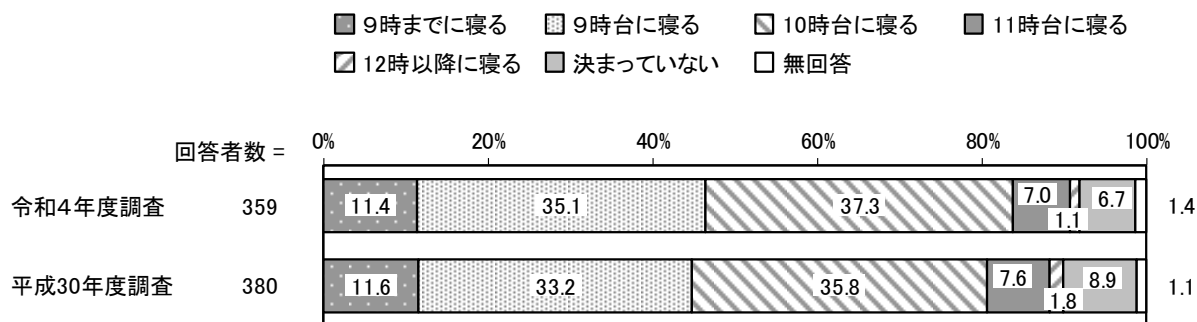


問 15 普段、夜何時ごろに寝ますか。(1つに○)

「10時台に寝る」の割合が37.3%と最も高く、次いで「9時台に寝る」の割合が35.1%、「9時までに寝る」の割合が11.4%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

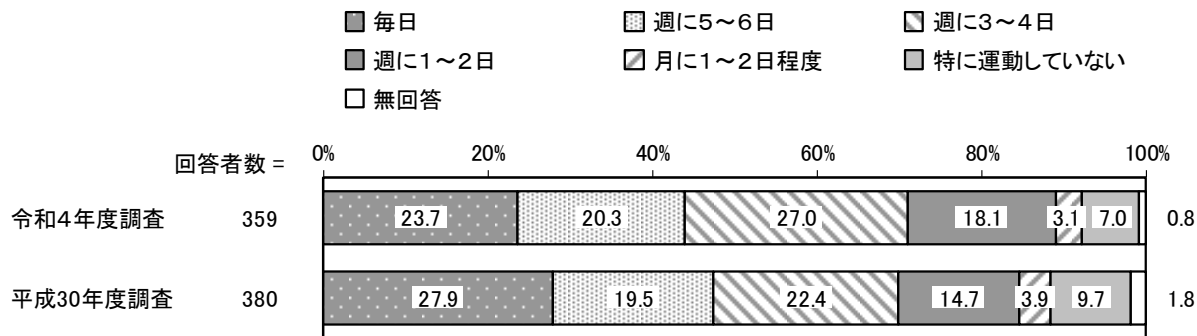


問 16 学校の授業以外で、1日30分以上の運動をしていますか。(1つに○)

「週に3～4日」の割合が27.0%と最も高く、次いで「毎日」の割合が23.7%、「週に5～6日」の割合が20.3%となっています。

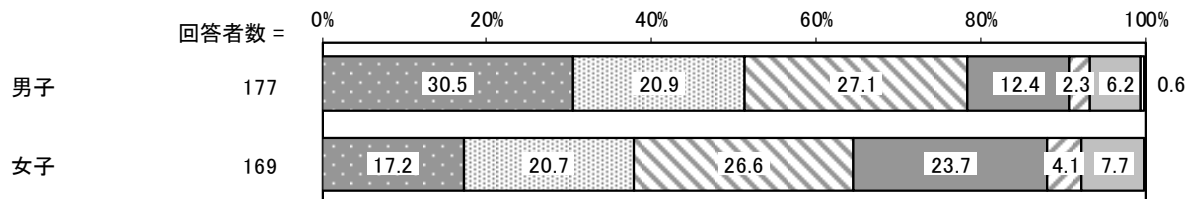
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【性別】

性別で見ると、女子に比べ、男子で「毎日」の割合が、男子に比べ、女子で「週に1～2日」の割合が高くなっています。

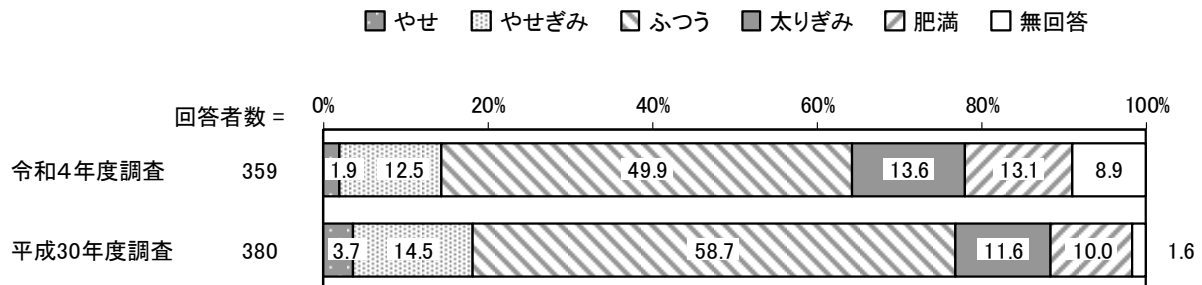


問 17 身長と体重を書いてください。

「ふつう」の割合が49.9%と最も高く、次いで「太りぎみ」の割合が13.6%、「肥満」の割合が13.1%となっています。

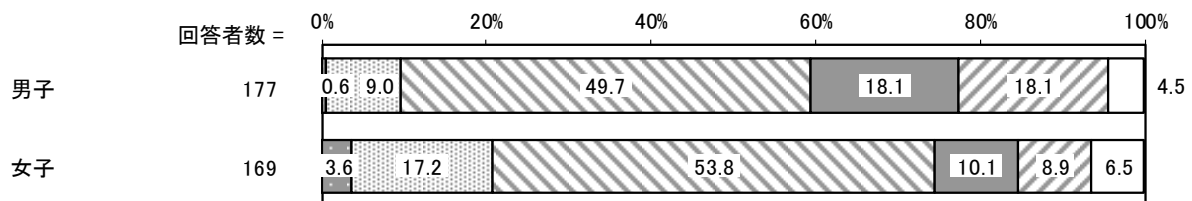
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「ふつう」の割合が減少しています。



【性別】

性別で見ると、女子に比べ、男子で「太りぎみ」「肥満」の割合が、男子に比べ、女子で「やせぎみ」の割合が高くなっています。

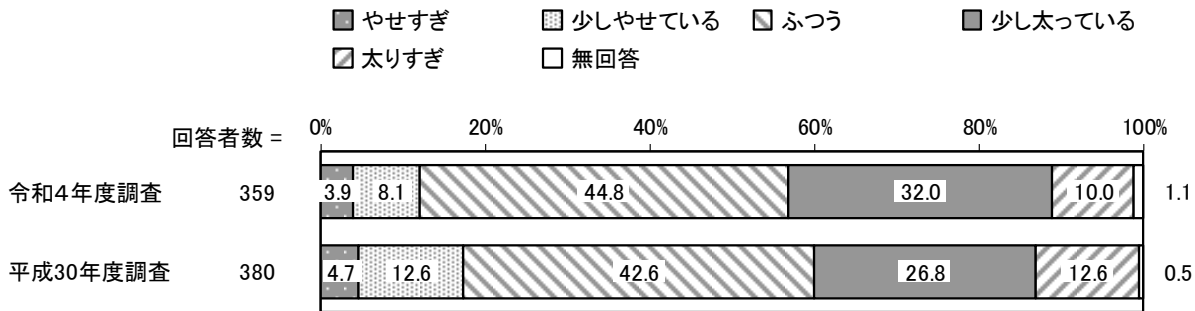


問 18 自分の体型についてどう思いますか。(1つに○)

「ふつう」の割合が44.8%と最も高く、次いで「少し太っている」の割合が32.0%、「太りすぎ」の割合が10.0%となっています。

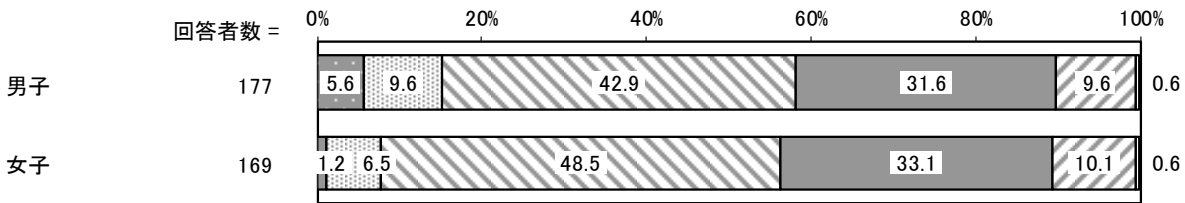
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「太っている」の割合が増加しています。



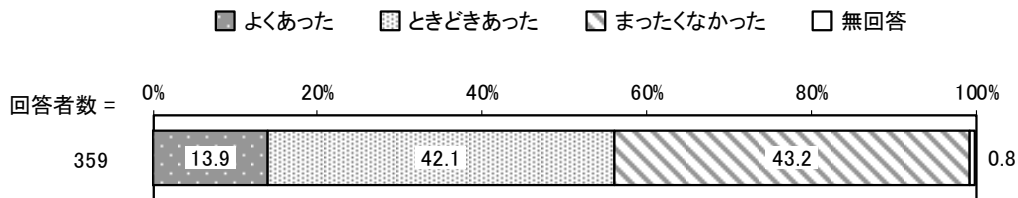
【性別】

性別でみると、男子に比べ、女子で「ふつう」の割合が高くなっています。



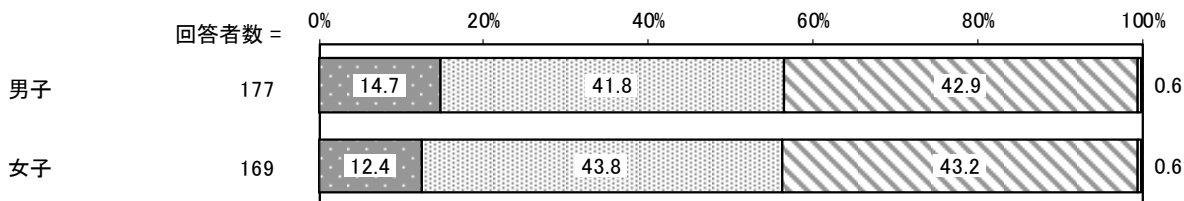
問 19 これまでに2週間以上、イライラしたり、気分が落ち込んだりしたことはありませんか。(1つに○)

「まったくなかった」の割合が43.2%と最も高く、次いで「ときどきあった」の割合が42.1%、「よくあった」の割合が13.9%となっています。



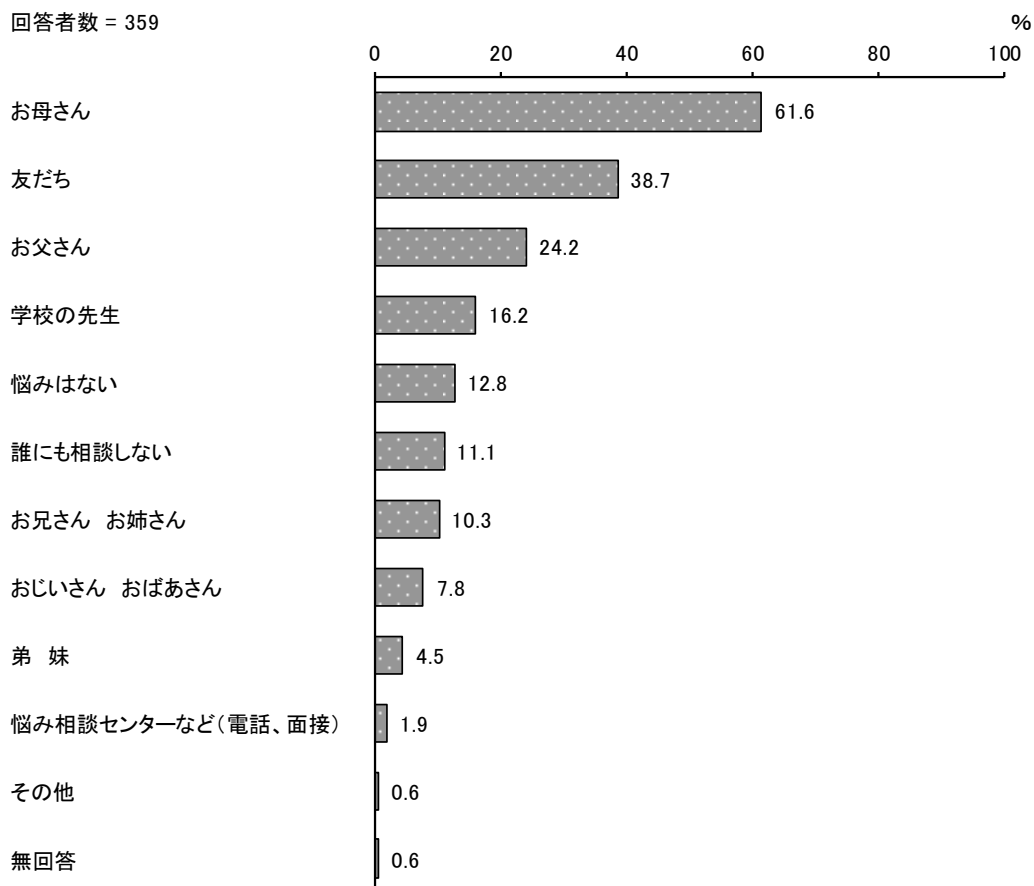
【性別】

性別でみると、大きな差異はみられません。



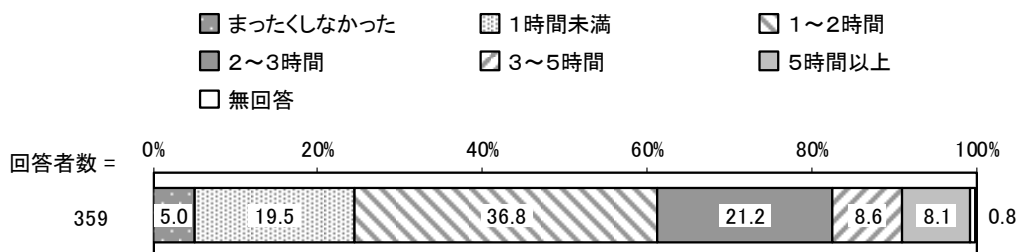
問 20 悩み事があった時は誰に相談しますか。(あてはまるものすべてに○)

「お母さん」の割合が 61.6%と最も高く、次いで「友だち」の割合が 38.7%、「お父さん」の割合が 24.2%となっています。



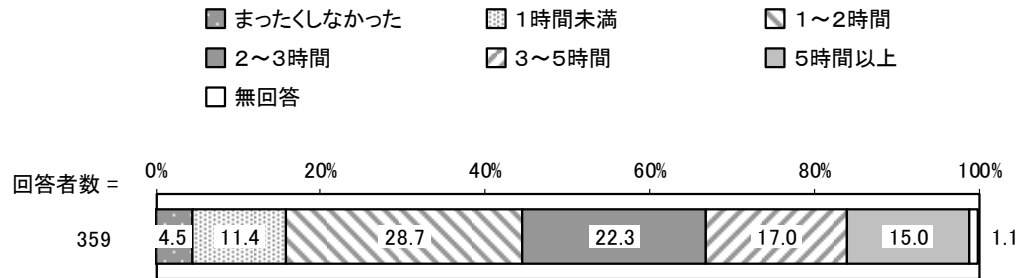
問 21 この1ヶ月に、学校のある日に1日どのくらいの時間、インターネットをしましたか？(1つに○)

「1～2時間」の割合が 36.8%と最も高く、次いで「2～3時間」の割合が 21.2%、「1時間未満」の割合が 19.5%となっています。



問 22 この1ヶ月に、学校の休みの日（部活だけの日も含む）に1日どのくらいの時間、インターネットをしましたか？（1つに○）

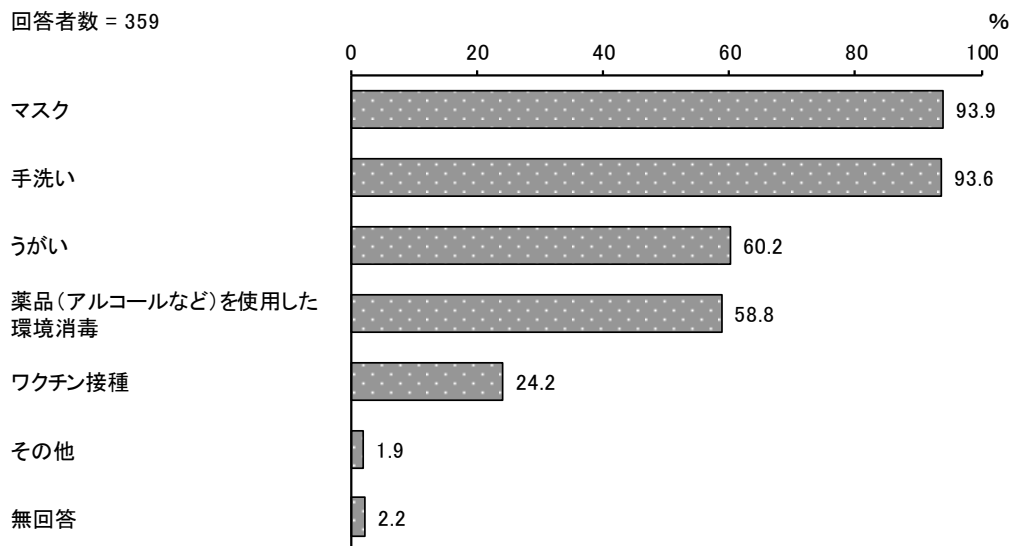
「1～2時間」の割合が28.7%と最も高く、次いで「2～3時間」の割合が22.3%、「3～5時間」の割合が17.0%となっています。



(4) 新型コロナウイルス感染症に関する(かん)生活の変化について

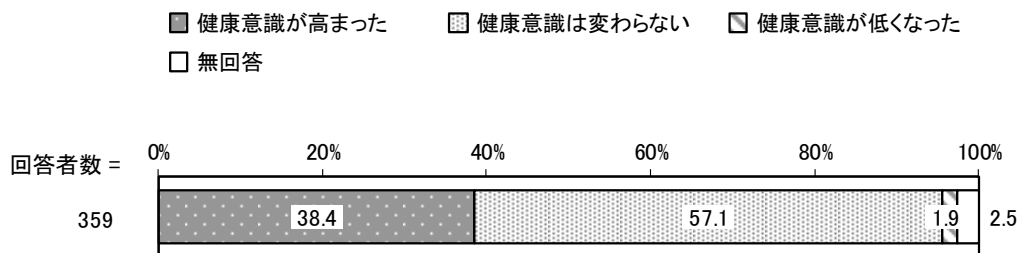
問 23 感染予防として、どのようなことに取り組んでいますか。
(あてはまるものすべてに○)

「マスク」の割合が93.9%と最も高く、次いで「手洗い」の割合が93.6%、「うがい」の割合が60.2%となっています。



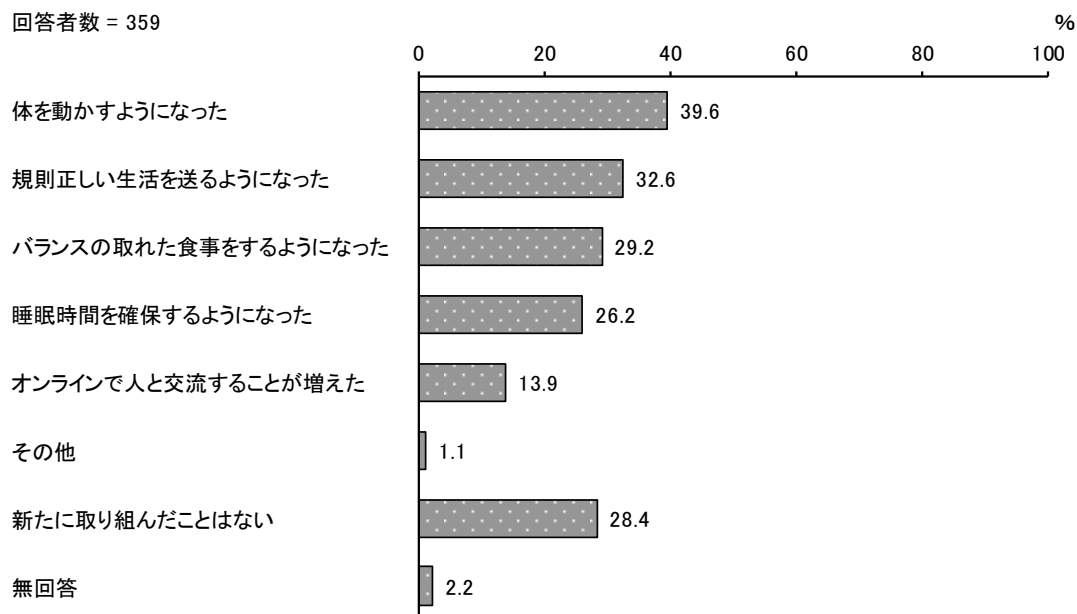
問 24 感染症の流行で運動や食事など日頃の健康づくりへの意識に変化がありましたか。(1つに○)

「健康意識は変わらない」の割合が57.1%と最も高く、次いで「健康意識が高まった」の割合が38.4%となっています。



問 25 感染症の流行で心身の健康づくりのために新たに取り組んだことはありますか。
(あてはまるものすべてに○)

「体を動かすようになった」の割合が 39.6%と最も高く、次いで「規則正しい生活を送るようになった」の割合が 32.6%、「バランスの取れた食事をするようになった」の割合が 29.2%となっています。

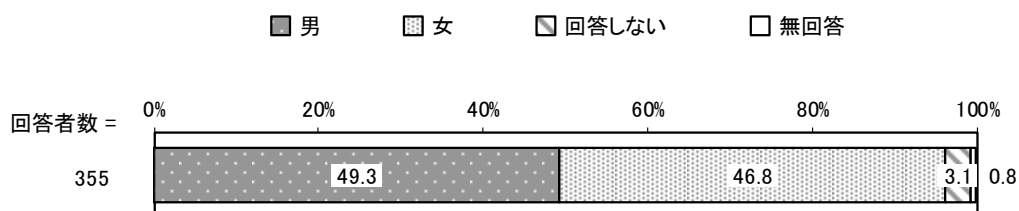


3 中学生

(1) 回答者属性

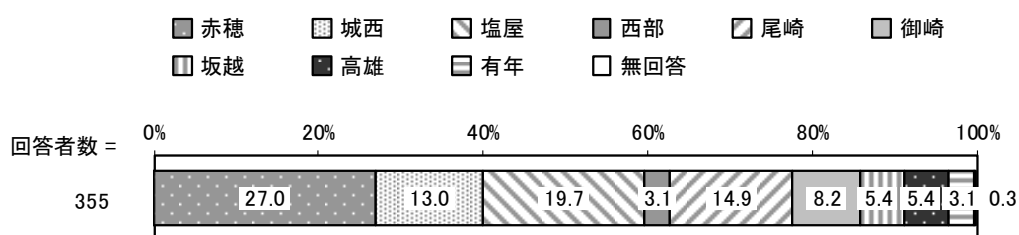
問1 性別はどちらですか。(1つに○)

「男」の割合が49.3%と最も高く、次いで「女」の割合が46.8%となっています。



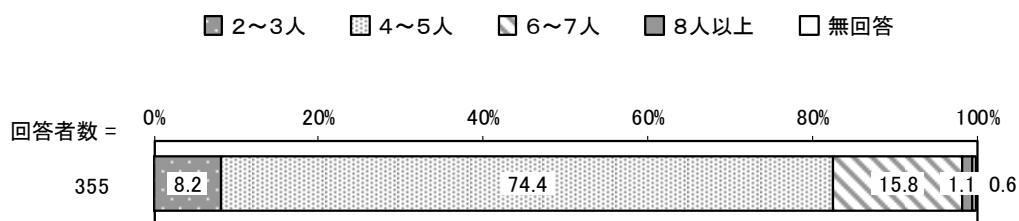
問2 住んでいる地域はどこですか。(1つに○)

「赤穂」の割合が27.0%と最も高く、次いで「塩屋」の割合が19.7%、「尾崎」の割合が14.9%となっています。



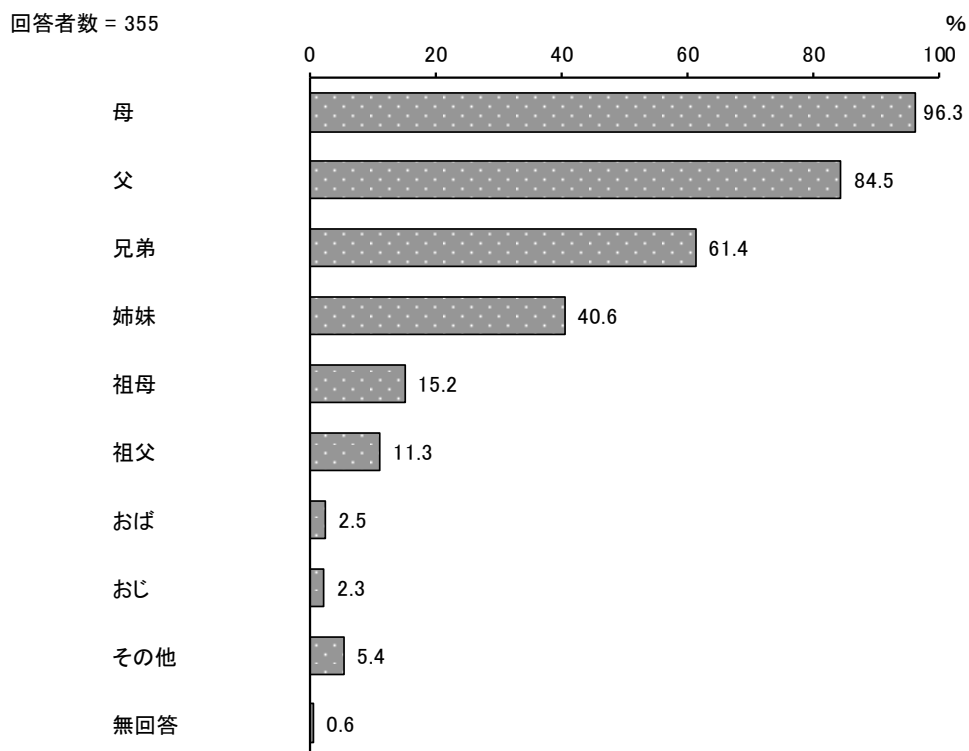
問3 あなたの家は何人家族ですか。(1つに○)

「4～5人」の割合が74.4%と最も高く、次いで「6～7人」の割合が15.8%となっています。



問4 現在一緒に住んでいる人すべてに○をしてください。

「母」の割合が96.3%と最も高く、次いで「父」の割合が84.5%、「兄弟」の割合が61.4%となっています。



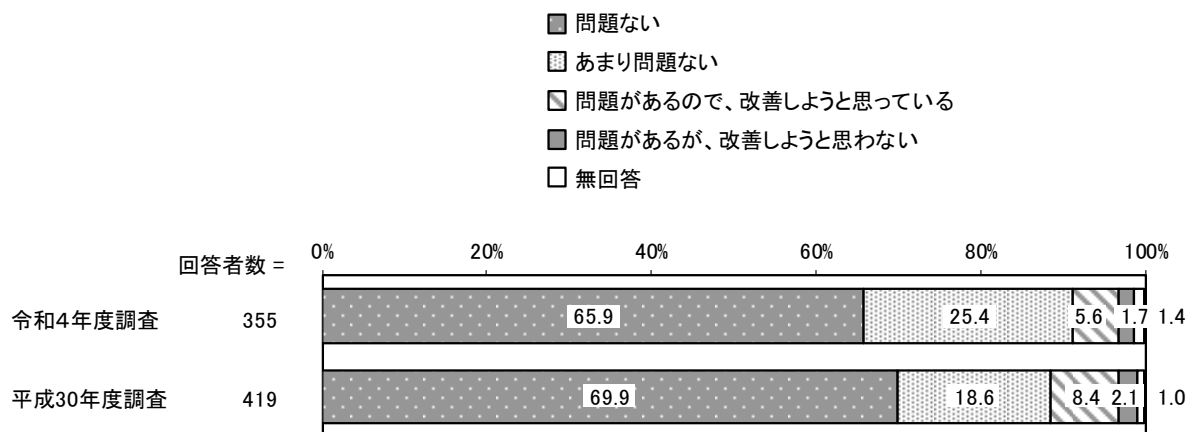
(2) 食生活について

問5 あなたの食生活について、どのように思いますか。(1つに○)

「問題ない」の割合が65.9%と最も高く、次いで「あまり問題ない」の割合が25.4%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「あまり問題ない」の割合が増加しています。

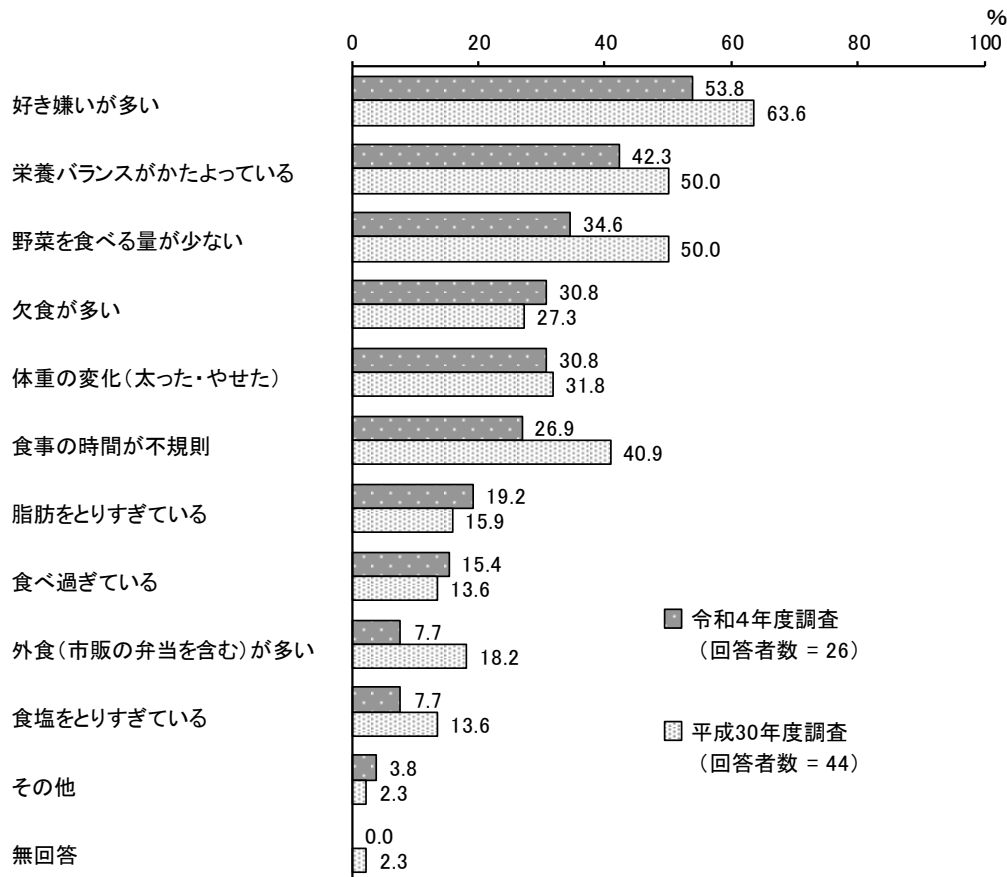


問5-1 食生活で問題があると思うのはどのようなことですか。
(あてはまるものすべてに○)

「好き嫌いが多い」の割合が53.8%と最も高く、次いで「栄養バランスがかたよっている」の割合が42.3%、「野菜を食べる量が少ない」の割合が34.6%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「好き嫌いが多い」「栄養バランスがかたよっている」「野菜を食べる量が少ない」「食事の時間が不規則」「外食（市販の弁当を含む）が多い」「食塩をとりすぎている」の割合が減少しています。

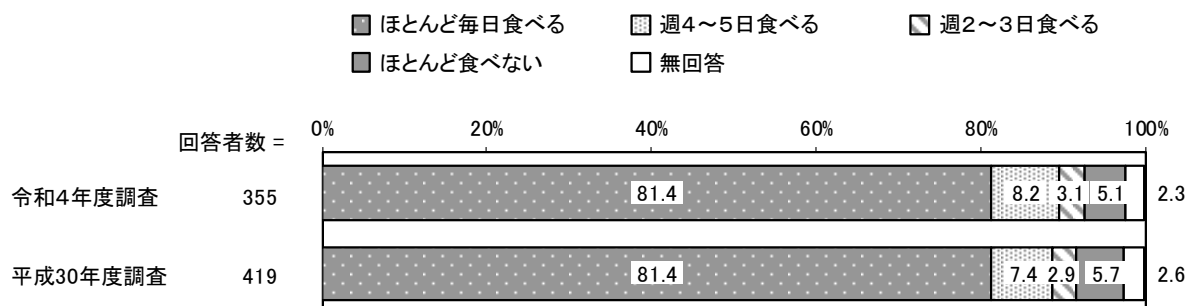


問6 朝食を食べていますか。(1つに○)

「ほとんど毎日食べる」の割合が81.4%と最も高くなっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

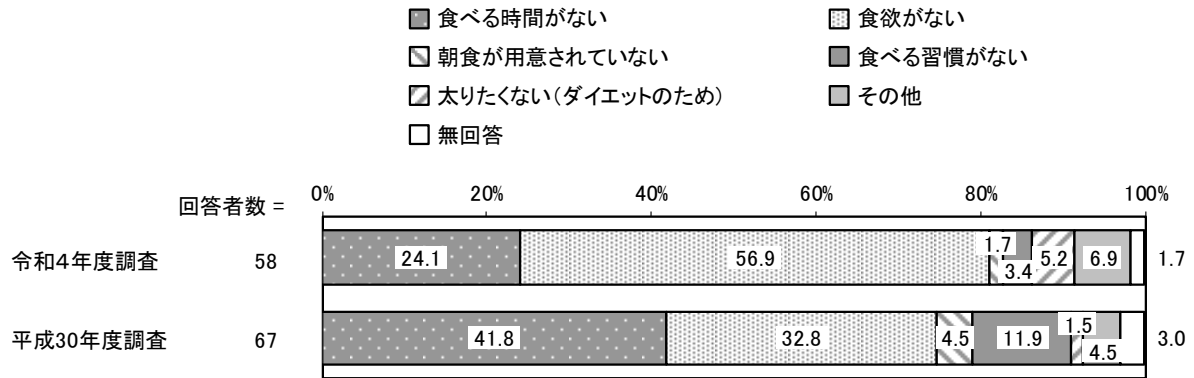


問6-1 朝食を毎日食べない理由は何ですか。(最もあてはまるもの1つに○)

「食欲がない」の割合が56.9%と最も高く、次いで「食べる時間がない」の割合が24.1%となっています。

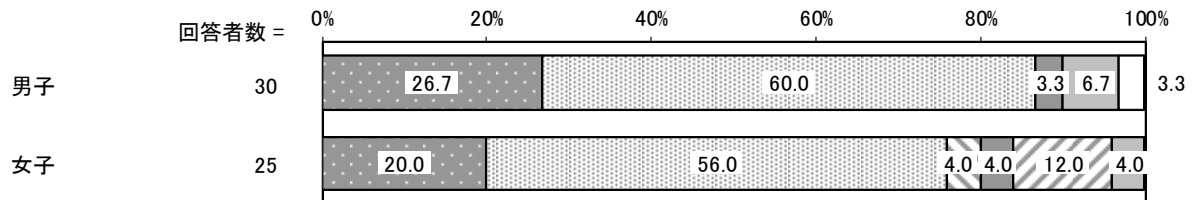
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「食欲がない」の割合が増加しています。一方、「食べる時間がない」「食べる習慣がない」の割合が減少しています。



【性別】

性別でみると、女子に比べ、男子で「食べる時間がない」の割合が高くなっています。一方、男子に比べ、女子で「太りたくない(ダイエットのため)」の割合が高くなっています。

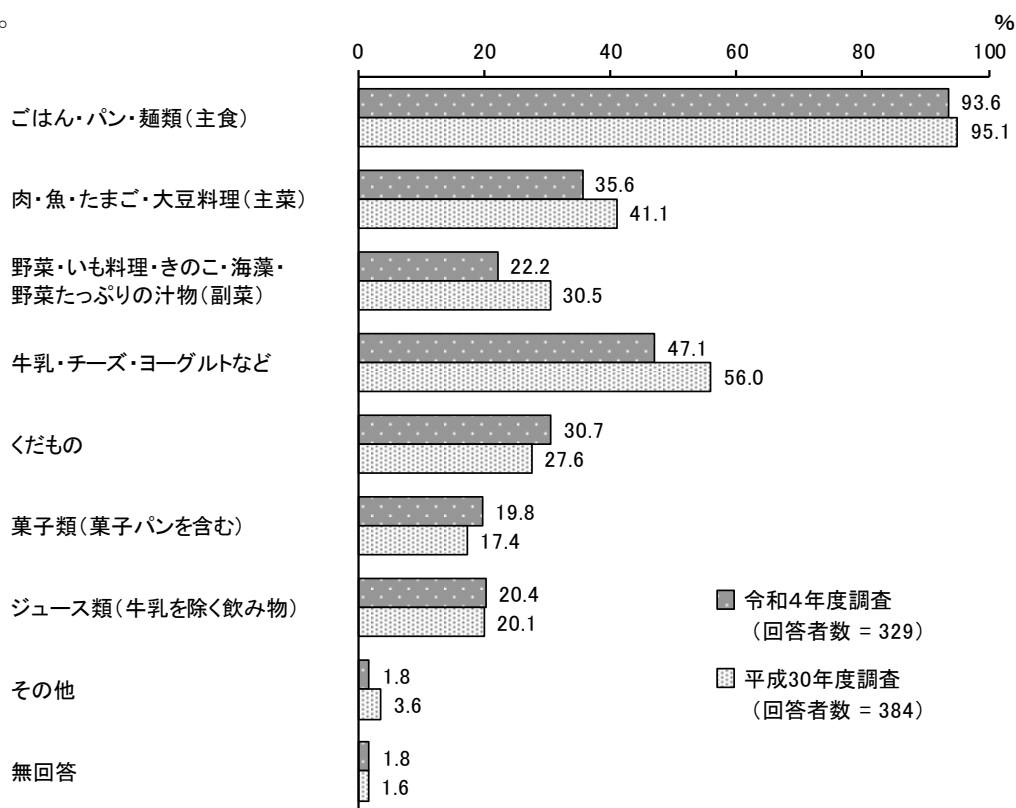


問6-2 普段、どのような朝食を食べていますか。(あてはまるものすべてに○)

「ごはん・パン・麺類（主食）」の割合が93.6%と最も高く、次いで「牛乳・チーズ・ヨーグルトなど」の割合が47.1%、「肉・魚・たまご・大豆料理（主菜）」の割合が35.6%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「肉・魚・たまご・大豆料理（主菜）」「野菜・いも料理・きのこ・海藻・野菜たっぷりの汁物（副菜）」「牛乳・チーズ・ヨーグルトなど」の割合が減少しています。

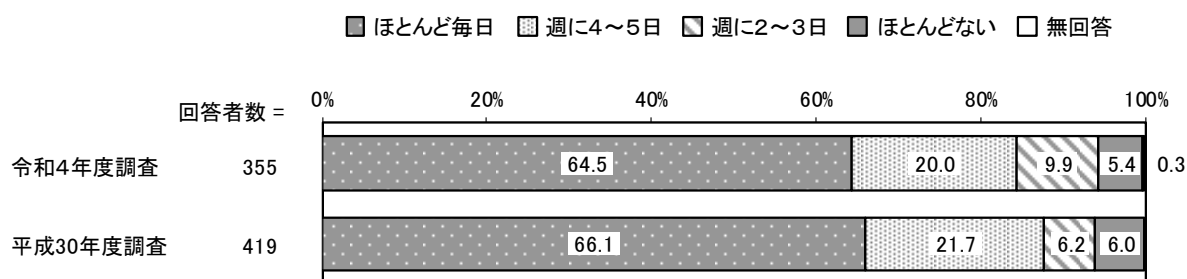


問7 1日2回以上、主食・主菜・副菜をそろえて食べることが、週に何日ありますか。(1つに○)

「ほとんど毎日」の割合が64.5%と最も高く、次いで「週に4～5日」の割合が20.0%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

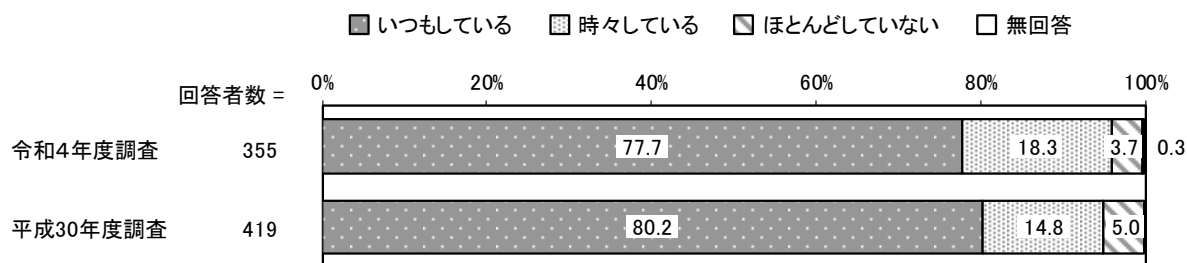


問8 朝・昼・夕の3食を必ず食べるように意識していますか。(1つに○)

「いつもしている」の割合が77.7%と最も高く、次いで「時々している」の割合が18.3%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

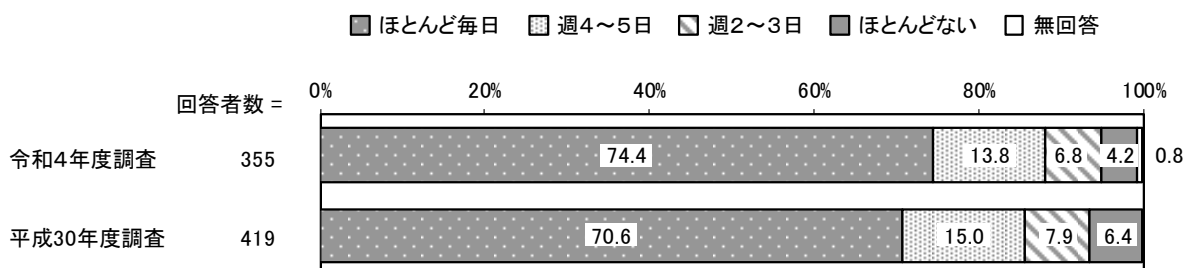


問9 家族や友人と楽しく食事を食べる機会(1日1回以上)がありますか。(1つに○)

「ほとんど毎日」の割合が74.4%と最も高く、次いで「週4~5日」の割合が13.8%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

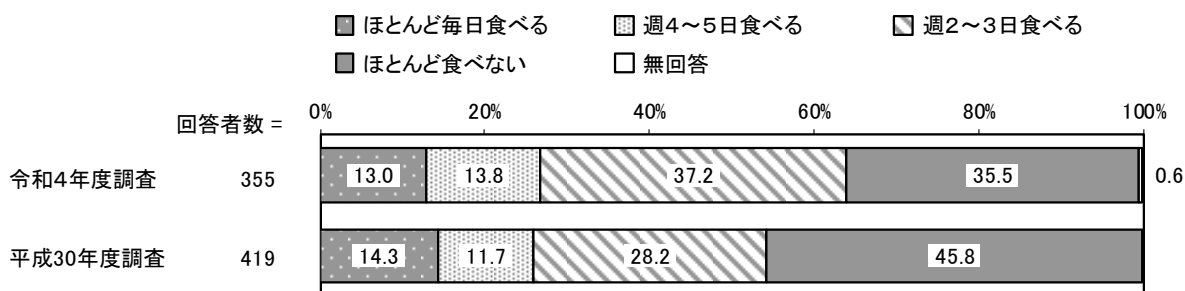


問10 普段、夕食後におやつや夜食を食べますか。(1つに○)

「週2~3日食べる」の割合が37.2%と最も高く、次いで「ほとんど食べない」の割合が35.5%、「週4~5日食べる」の割合が13.8%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「週2~3日食べる」の割合が増加しています。一方、「ほとんど食べない」の割合が減少しています。

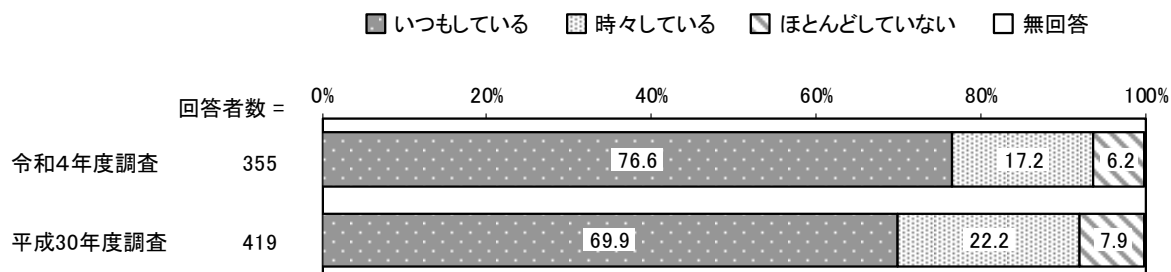


問11 食事のあいさつ「いただきます」「ごちそうさま」をしていますか。(1つに○)

「いつもしている」の割合が76.6%と最も高く、次いで「時々している」の割合が17.2%となっています。

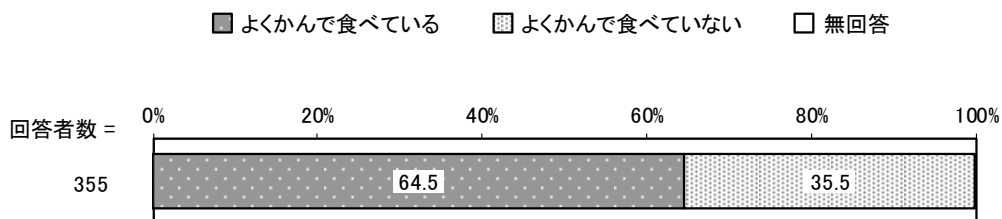
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「いつもしている」の割合が増加しています。



問12 ゆっくりよくかんで (20~30回) 食べていますか。(1つに○)

「よくかんで食べている」の割合が64.5%、「よくかんで食べていない」の割合が35.5%となっています。

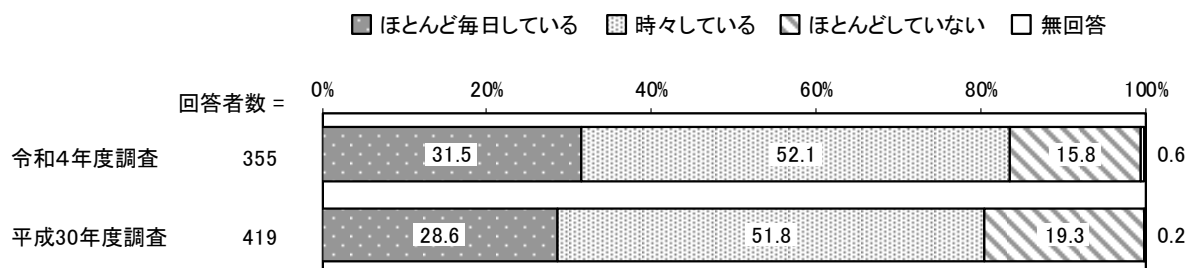


問13 食事づくりの手伝い(買物、食器を運ぶ、片付ける、材料を切る、ちぎるなどの簡単な調理)をしていますか。(1つに○)

「時々している」の割合が52.1%と最も高く、次いで「ほとんど毎日している」の割合が31.5%、「ほとんどしていない」の割合が15.8%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

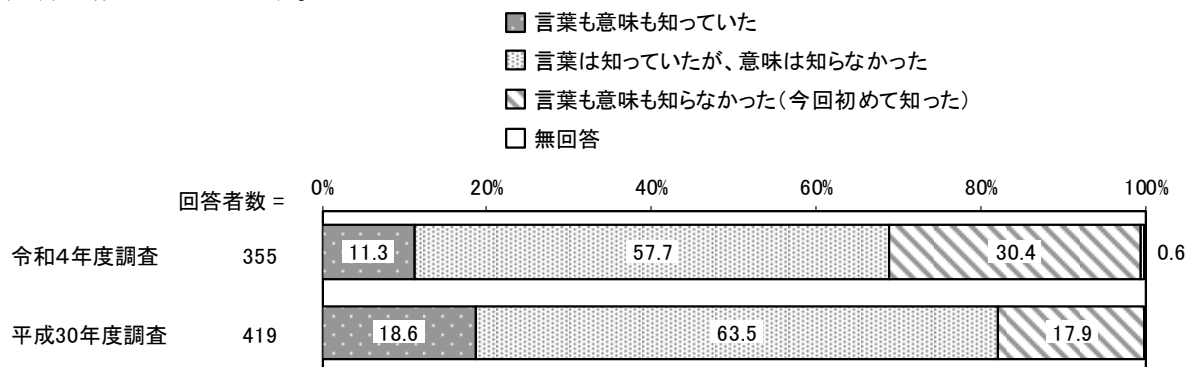


問 14 『食育』という言葉や意味を知っていますか。(1つに○)

「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」の割合が57.7%と最も高く、次いで「言葉も意味も知らなかった(今回初めて知った)」の割合が30.4%となっています。

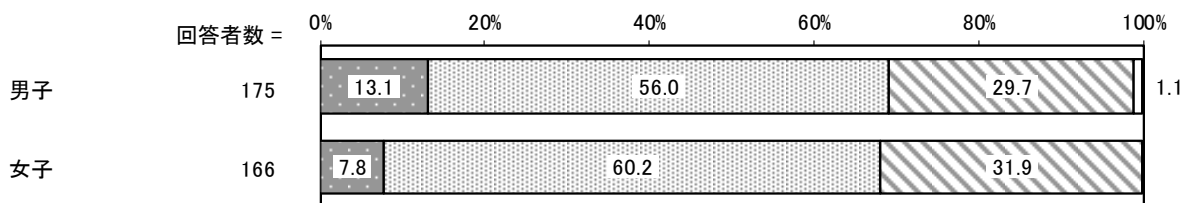
【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、「言葉も意味も知らなかった(今回初めて知った)」の割合が増加しています。一方、「言葉も意味も知っていた」「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」の割合が減少しています。



【性別】

性別でみると、女子に比べ、男子で「言葉も意味も知っていた」の割合が高くなっています。

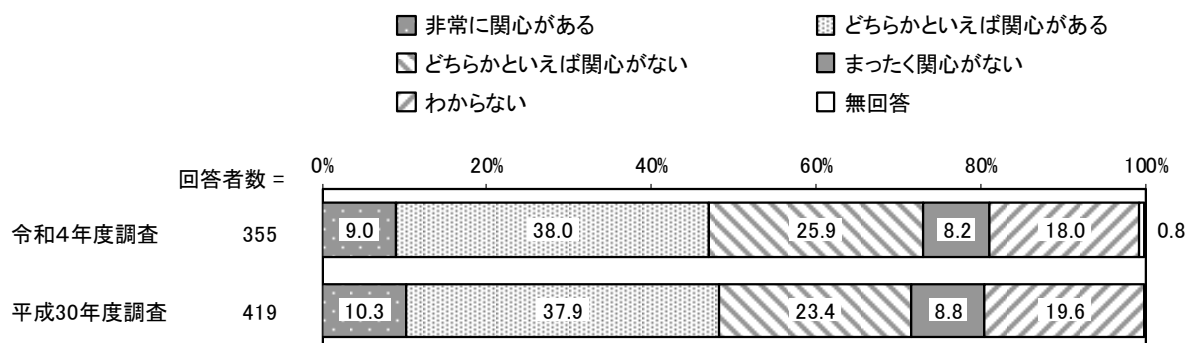


問 15 『食育』に関心がありますか。(1つに○)

「非常に関心がある」と「どちらかといえば関心がある」をあわせた“関心がある”の割合が47.0%、「どちらかといえば関心がない」と「まったく関心がない」をあわせた“関心がない”の割合が34.1%、「わからない」の割合が18.0%となっています。

【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

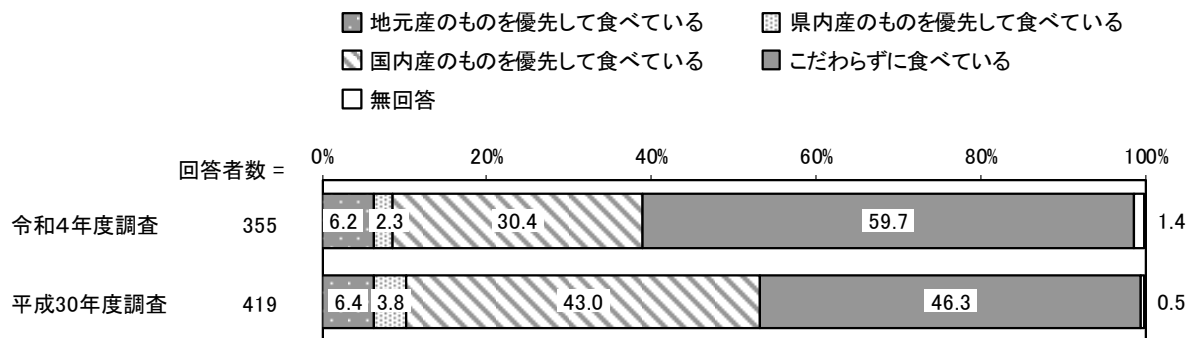


問 16 赤穂市では、地産地消を推進していますが、お米、野菜、魚介類等は、主にどこで生産されたものを食べていますか。（1つに○）

「こだわらずに食べている」の割合が 59.7%と最も高く、次いで「国内産のものを優先して食べている」の割合が 30.4%となっています。

【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、「こだわらずに食べている」の割合が増加しています。一方、「国内産のものを優先して食べている」の割合が減少しています。

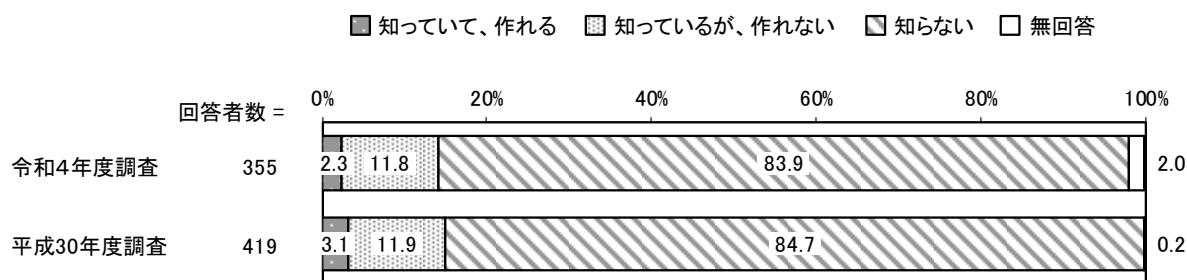


問 17 赤穂市の郷土料理を知っていますか。作れますか。（1つに○）

「知らない」の割合が 83.9%と最も高く、次いで「知っているが、作れない」の割合が 11.8%となっています。

【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



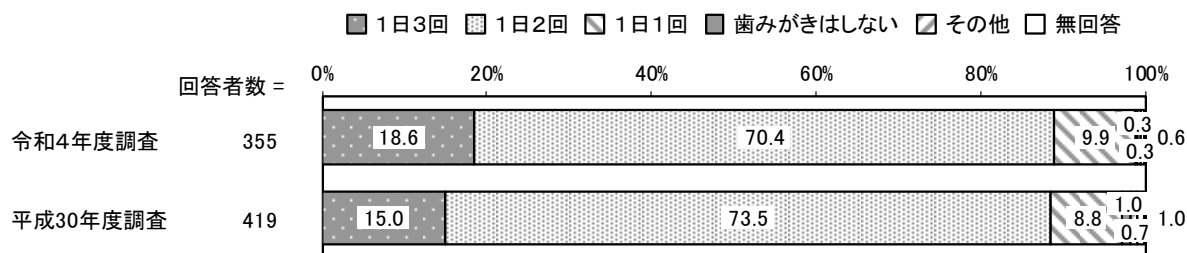
(3) 生活習慣や健康について

問 18 1日に何回くらい歯みがきをしますか。(1つに○)

「1日2回」の割合が70.4%と最も高く、次いで「1日3回」の割合が18.6%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

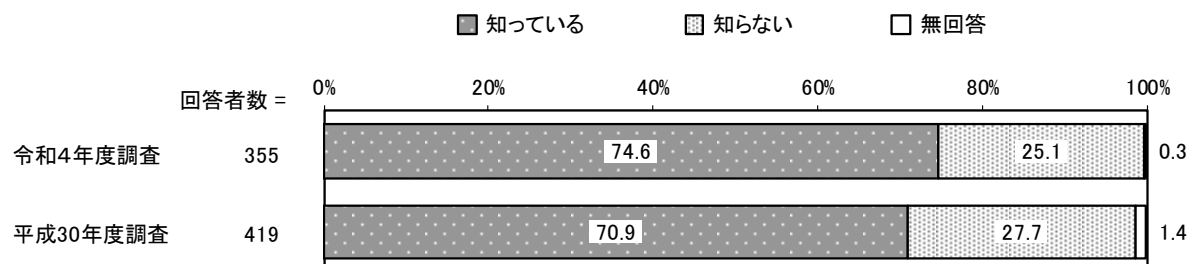


問 19 歯と口の健康が、からだ全体の健康に大きな影響があることを知っていますか。(1つに○)

「知っている」の割合が74.6%、「知らない」の割合が25.1%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

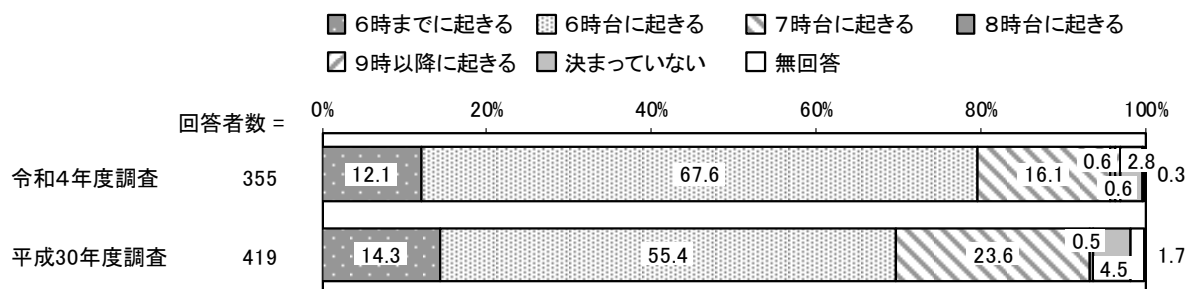


問 20 普段、朝何時ごろに起きますか。(1つに○)

「6時台に起きる」の割合が67.6%と最も高く、次いで「7時台に起きる」の割合が16.1%、「6時までに起きる」の割合が12.1%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「6時台に起きる」の割合が増加しています。一方、「7時台に起きる」の割合が減少しています。

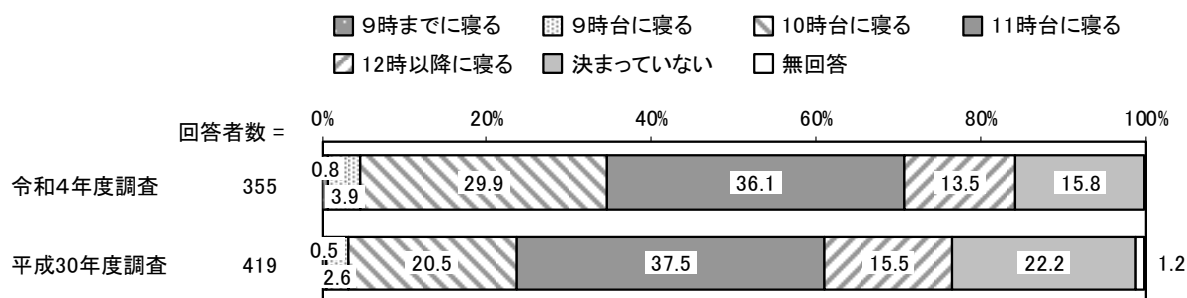


問 21 普段、夜何時ごろに寝ますか。(1つに○)

「11 時台に寝る」の割合が 36.1%と最も高く、次いで「10 時台に寝る」の割合が 29.9%、「決まっていない」の割合が 15.8%となっています。

【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、「10 時台に寝る」の割合が増加しています。一方、「決まっていない」の割合が減少しています。

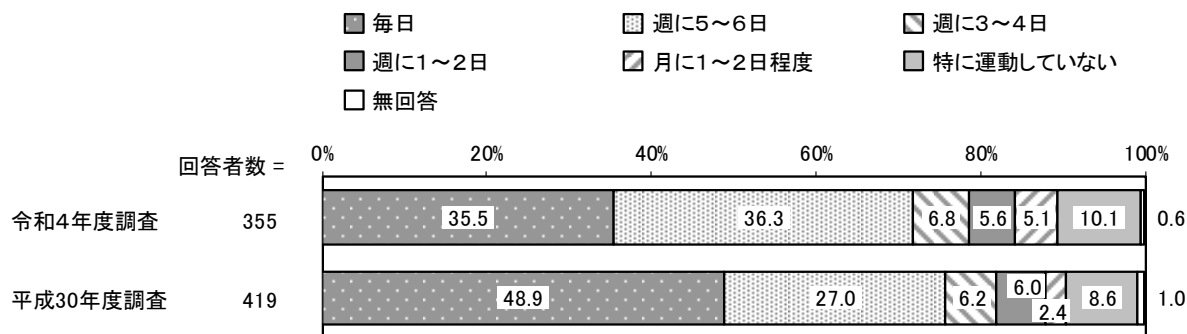


問 22 普段、自主的に1日30分以上の運動をしていますか。(1つに○)

「週に5～6日」の割合が 36.3%と最も高く、次いで「毎日」の割合が 35.5%、「特に運動していない」の割合が 10.1%となっています。

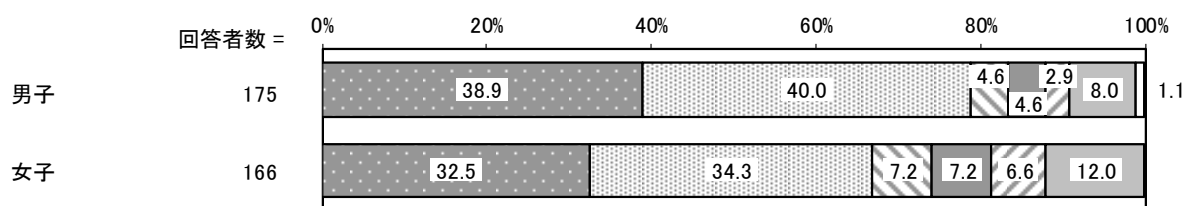
【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、「週に5～6日」の割合が増加しています。一方、「毎日」の割合が減少しています。



【性別】

性別でみると、女子に比べ、男子で「毎日」「週に5～6日」の割合が高くなっています。一方、男子に比べ、女子で「特に運動していない」の割合が高くなっています。

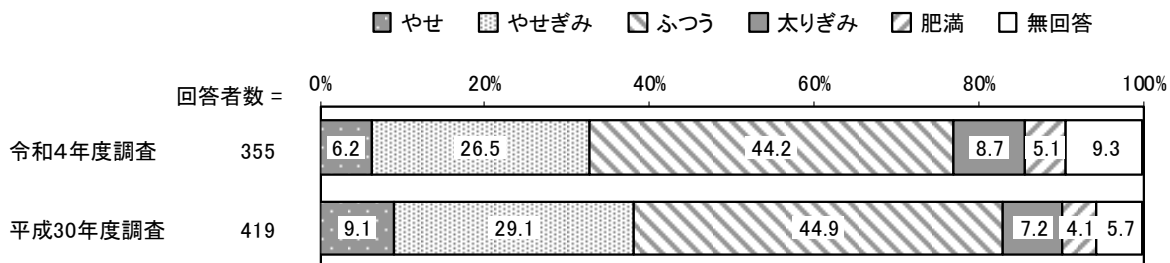


問 23 身長と体重が記入してください。

「ふつう」の割合が 44.2%と最も高く、次いで「やせぎみ」の割合が 26.5%となっています。

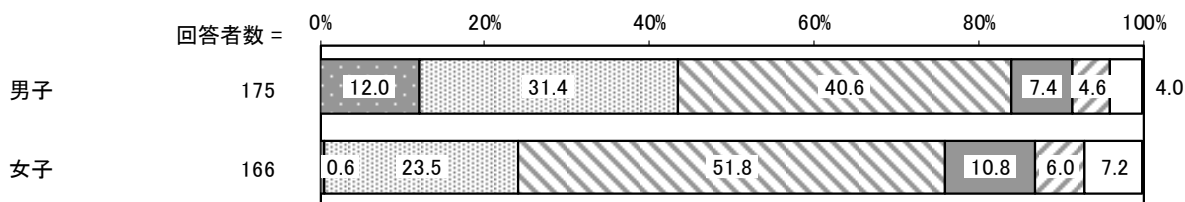
【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【性別】

性別でみると、女子に比べ、男子で「やせ」と「やせぎみ」の割合が高くなっています。一方、男子に比べ、女子で「太りぎみ」の割合が高くなっています。

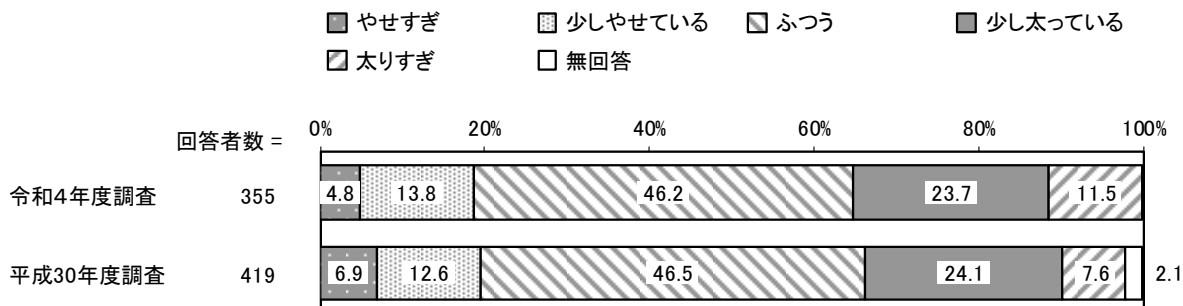


問 24 自分の体型についてどう思いますか。(1つに○)

「ふつう」の割合が 46.2%と最も高く、次いで「少し太っている」の割合が 23.7%、「少しやせている」の割合が 13.8%となっています。

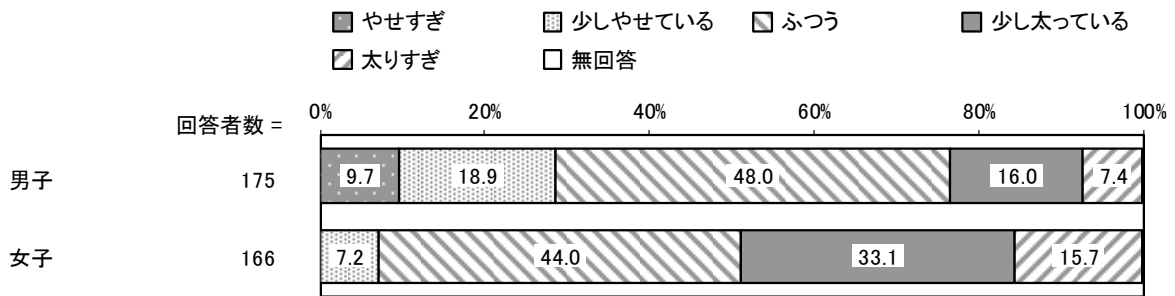
【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



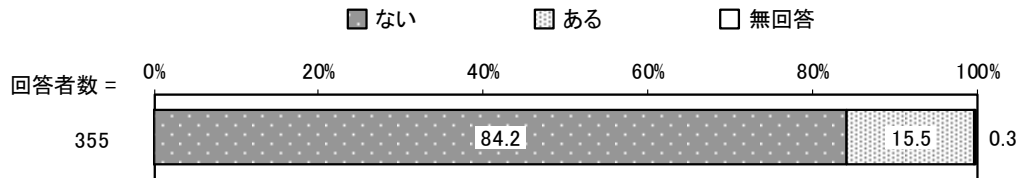
【性別】

性別でみると、女子に比べ、男子で「少しやせている」「やせすぎ」の割合が高くなっています。一方、男子に比べ、女子で「少し太っている」「太りすぎ」の割合が高くなっています。



問 25 あなたは、これまでに、やせようとして5日以上食事の量を減らしたことはありますか。(1つに○)

「ない」の割合が84.2%、「ある」の割合が15.5%となっています。

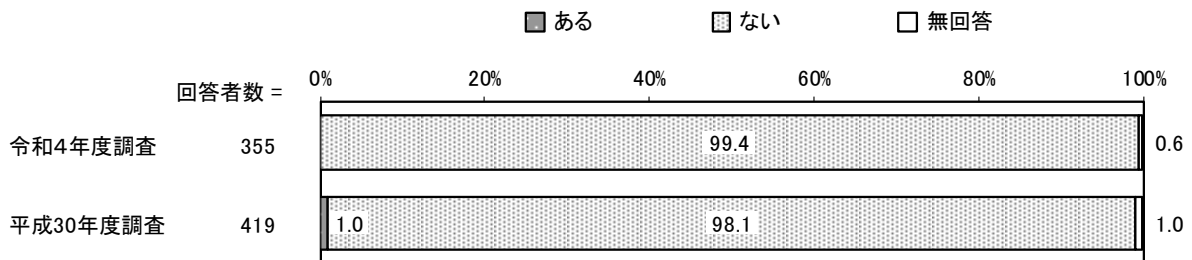


問 26 たばこを吸ったことがありますか。(1つに○)

有効回答がありませんでした。

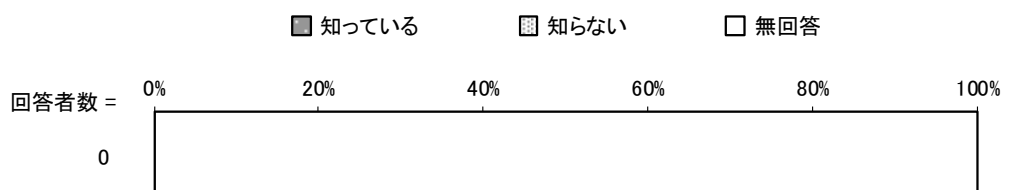
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



問 26-1 法律では、20歳未満は、たばこを吸ってはいけないことを知っていますか。(1つに○)

有効回答がありませんでした。

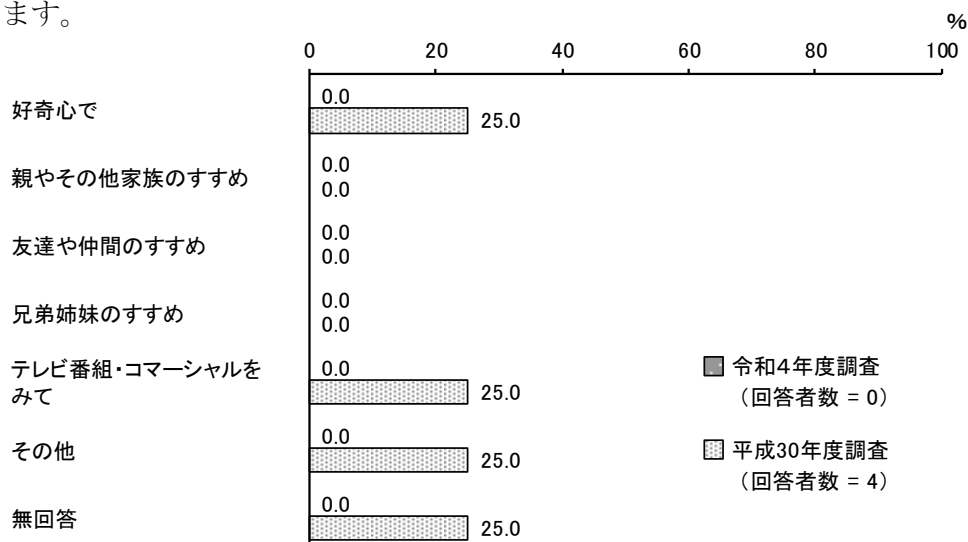


問 26-2 初めてたばこを吸ったきっかけは何ですか。(あてはまるものすべてに○)

有効回答がありませんでした。

【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、「好奇心で」「テレビ番組・コマーシャルをみて」の割合が減少しています。

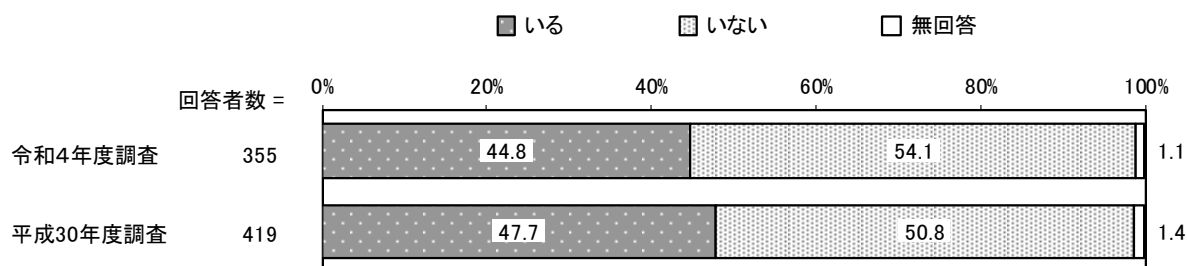


問 27 あなたの家では、たばこを吸っている人はいますか。(1つに○)

「いる」の割合が 44.8%、「いない」の割合が 54.1%となっています。

【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

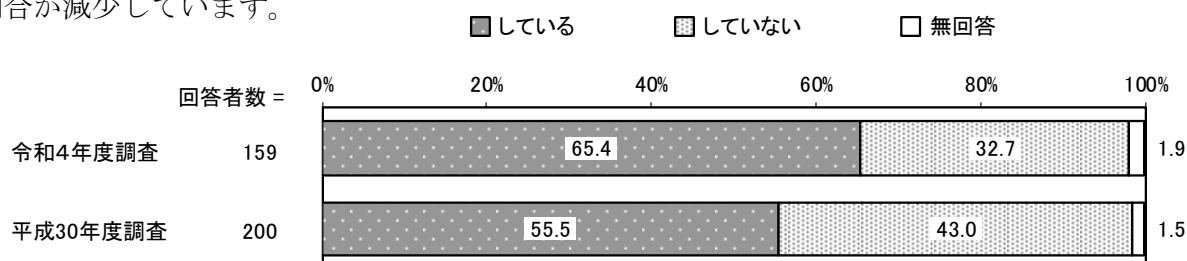


問 27-1 たばこを吸っているご家族の人は、家の中などで、たばこを吸う場所や時間の工夫(あなたの目の前では吸わないなど)をしていますか。(1つに○)

「している」の割合が 65.4%、「していない」の割合が 32.7%となっています。

【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、「している」の割合が増加しています。一方、「していない」の割合が減少しています。

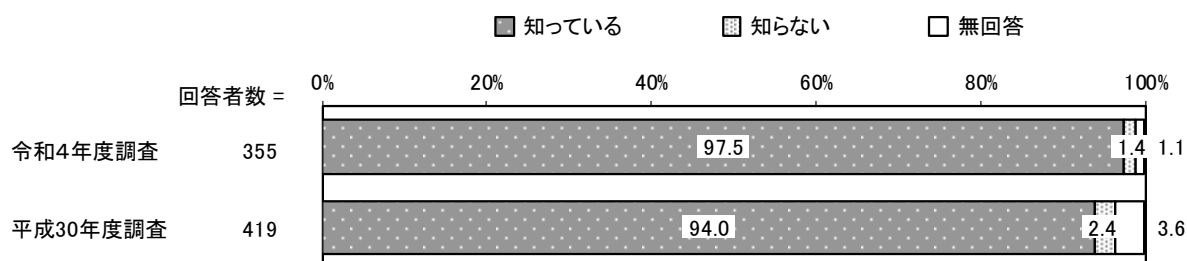


問 28 他人のたばこの煙が、まわりの人の健康に悪影響をおよぼすことを知っていますか。(1つに○)

「知っている」の割合が97.5%、「知らない」の割合が1.4%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

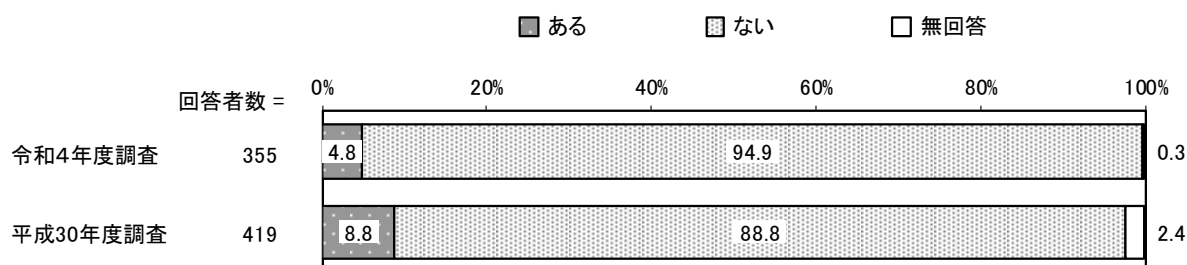


問 29 今までにお酒を飲んだことがありますか。なめただけは含みません。(1つに○)

「ある」の割合が4.8%、「ない」の割合が94.9%となっています。

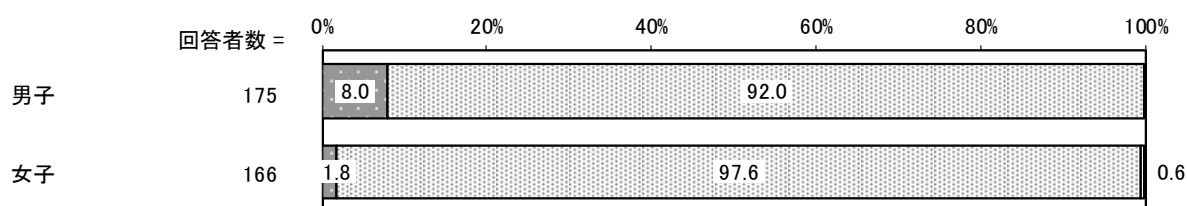
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「ない」の割合が増加しています。



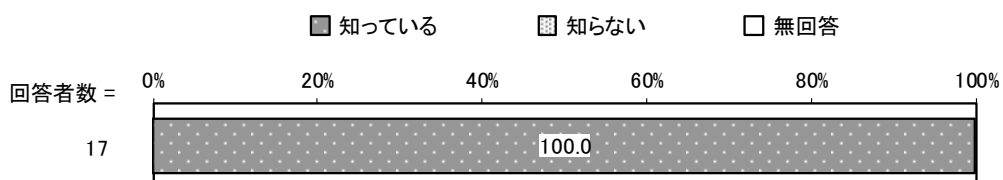
【性別】

性別でみると、女子に比べ、男子で「ある」の割合が高くなっています。一方、男子に比べ、女子で「ない」の割合が高くなっています。



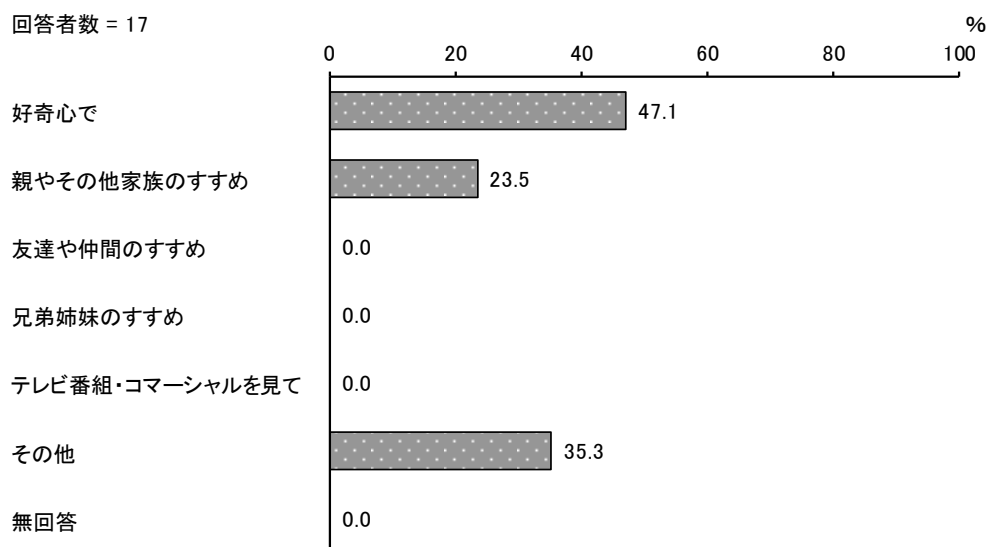
問 29-1 法律では、20歳未満は、お酒を飲んではいけないことを知っていますか。(1つに○)

「知っている」の割合が100.0%、「知らない」の割合が0.0%となっています。



問 29-2 初めてお酒を飲んだきっかけは何ですか。(あてはまるものすべてに○)

「好奇心で」の割合が 47.1%と最も高く、次いで「親やその他家族のすすめ」の割合が 23.5%となっています。

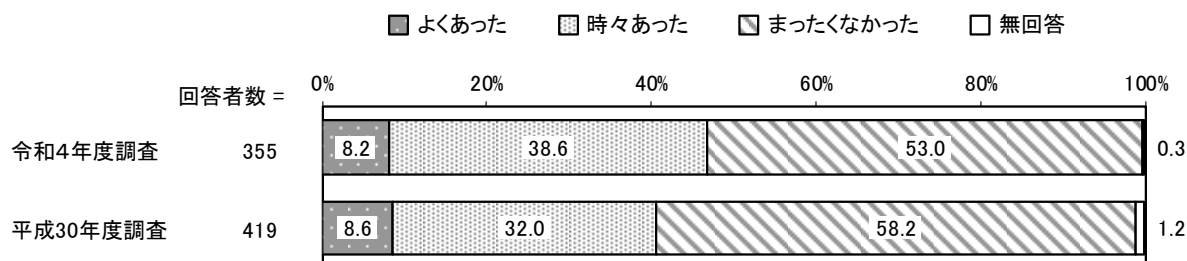


問 30 これまでに2週間以上、気分が落ち込んだり、ひどく不安になったり、興味や楽しみがもてなかったことはありましたか。(1つに○)

「まったくなかった」の割合が 53.0%と最も高く、次いで「時々あった」の割合が 38.6%となっています。

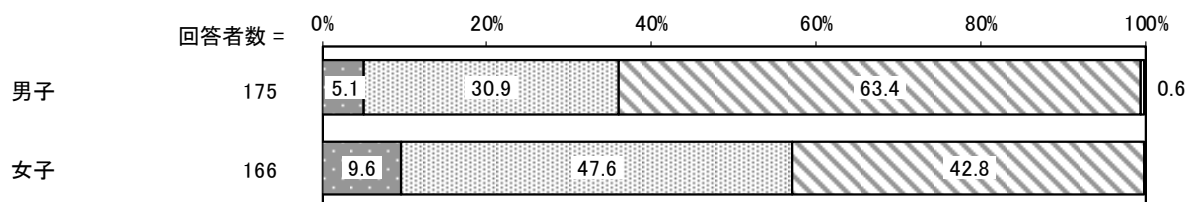
【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、「時々あった」の割合が増加しています。一方、「まったくなかった」の割合が減少しています。



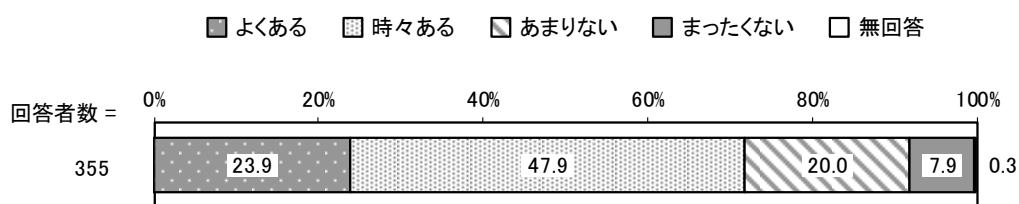
【性別】

性別でみると、女子に比べ、男子で「まったくなかった」の割合が高くなっています。一方、男子に比べ、女子で「時々あった」の割合が高くなっています。



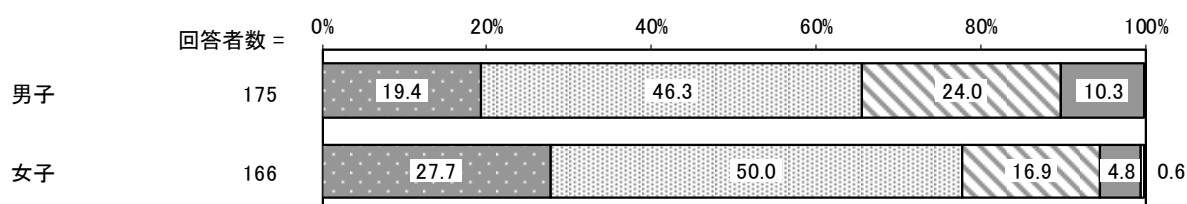
問 31 普段の生活のなかでストレスを感じることはありますか。(1つに○)

「よくある」と「時々ある」をあわせた“ある”の割合が71.8%、「あまりない」と「まったくない」をあわせた“ない”の割合が27.9%となっています。



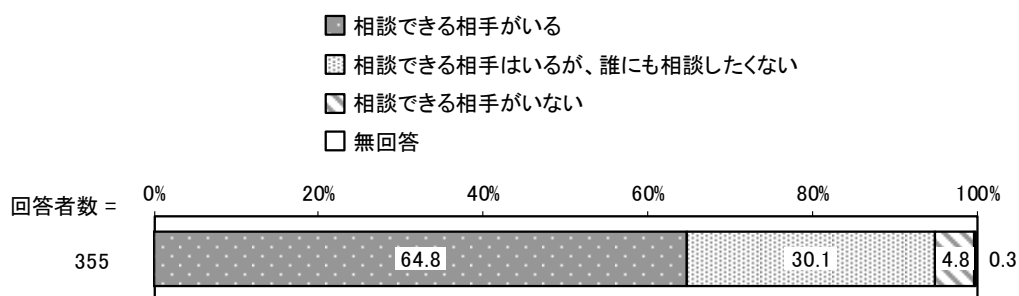
【性別】

性別でみると、女子に比べ、男子で“ない”の割合が高くなっています。



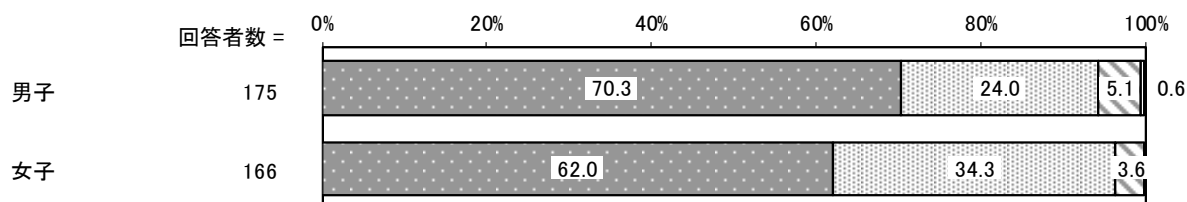
問 32 悩みやストレスなどで困った時、相談できる相手（相談機関を含む）はいますか。(1つに○)

「相談できる相手がいる」の割合が64.8%と最も高く、次いで「相談できる相手はいるが、誰にも相談したくない」の割合が30.1%となっています。



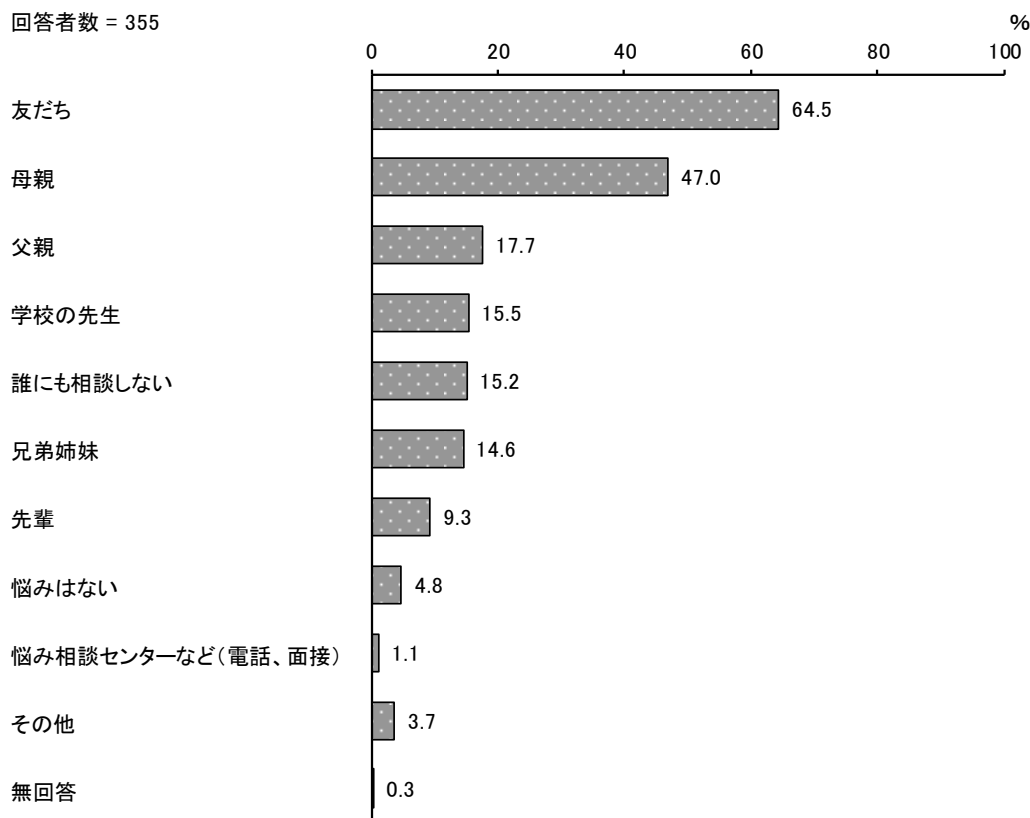
【性別】

性別でみると、女子に比べ、男子で「相談できる相手がいる」の割合が高くなっています。一方、男子に比べ、女子で「相談できる相手はいるが、誰にも相談したくない」の割合が高くなっています。



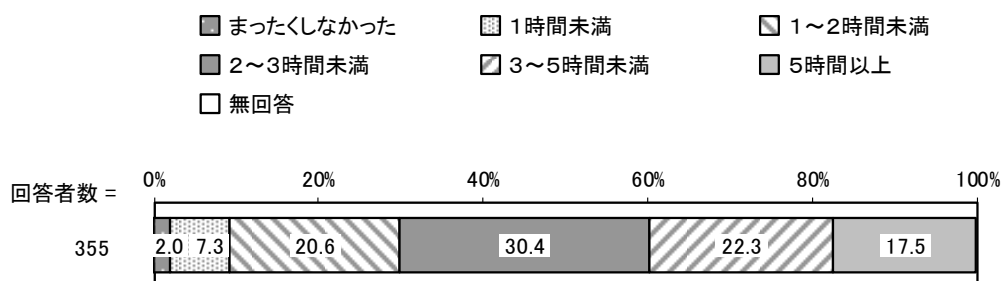
問 33 あなたは、悩み事があった時は誰に相談しますか。
(あてはまるものすべてに○)

「友だち」の割合が 64.5%と最も高く、次いで「母親」の割合が 47.0%、「父親」の割合が 17.7% となっています。



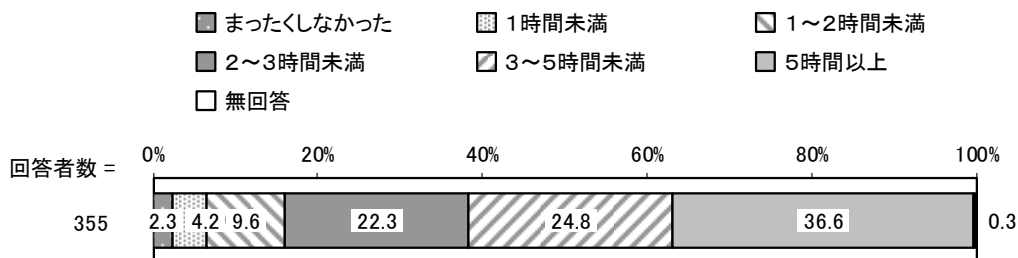
問 34 この1ヶ月に、あなたは学校のある日に1日平均どのくらいの時間、インターネットをしましたか？(1つに○)

「2～3時間未満」の割合が 30.4%と最も高く、次いで「3～5時間未満」の割合が 22.3%、「1～2時間未満」の割合が 20.6%となっています。



問 35 この1ヶ月に、あなたは学校の休みの日（部活だけの日も含む）に1日平均どのくらいの時間、インターネットをしましたか？（1つに○）

「5時間以上」の割合が36.6%と最も高く、次いで「3～5時間未満」の割合が24.8%、「2～3時間未満」の割合が22.3%となっています。

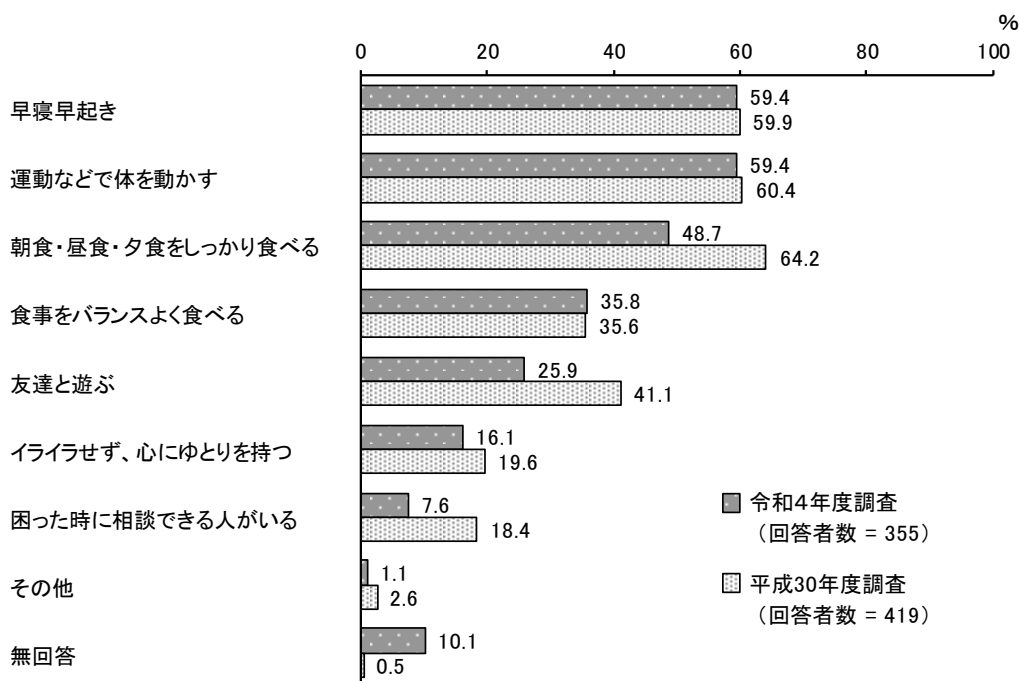


問 36 元気に過ごすためには、何が大切だと思いますか。（3つまで○）

「早寝早起き」、「運動などで体を動かす」の割合が59.4%と最も高く、次いで「朝食・昼食・夕食をしっかり食べる」の割合が48.7%となっています。

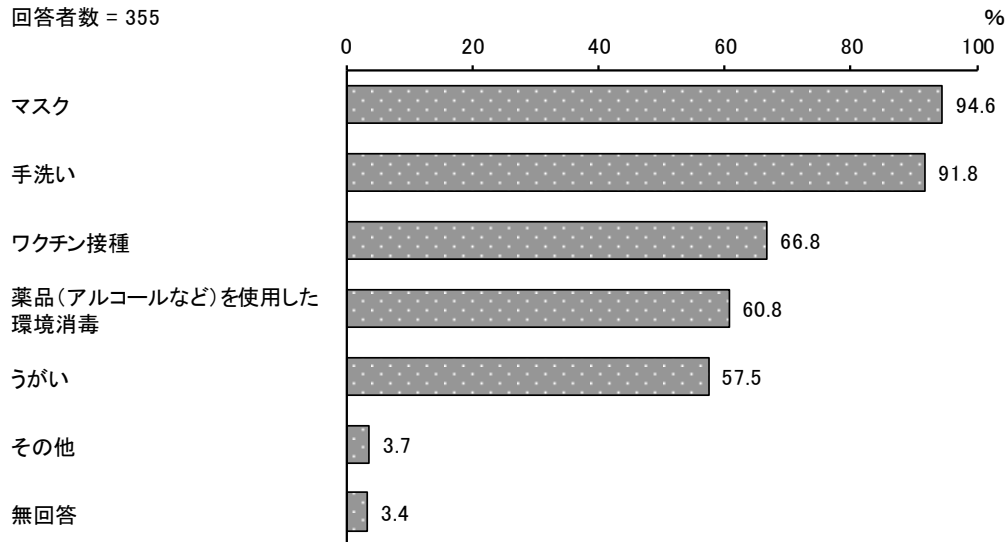
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「朝食・昼食・夕食をしっかり食べる」「友達と遊ぶ」「困った時に相談できる人がいる」の割合が減少しています。



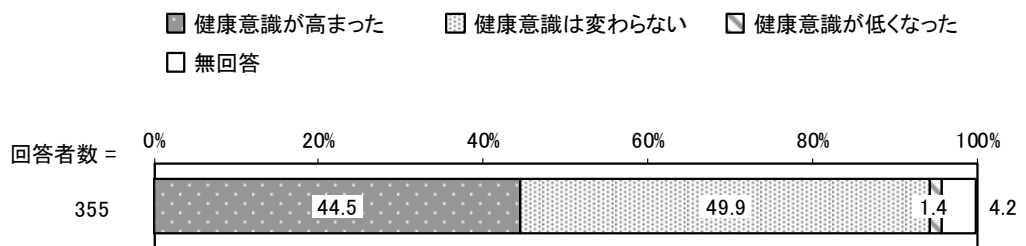
問 37 感染予防対策として、どのようなことに取り組まれていますか。
(あてはまるものすべてに○)

「マスク」の割合が 94.6%と最も高く、次いで「手洗い」の割合が 91.8%、「ワクチン接種」の割合が 66.8%となっています。



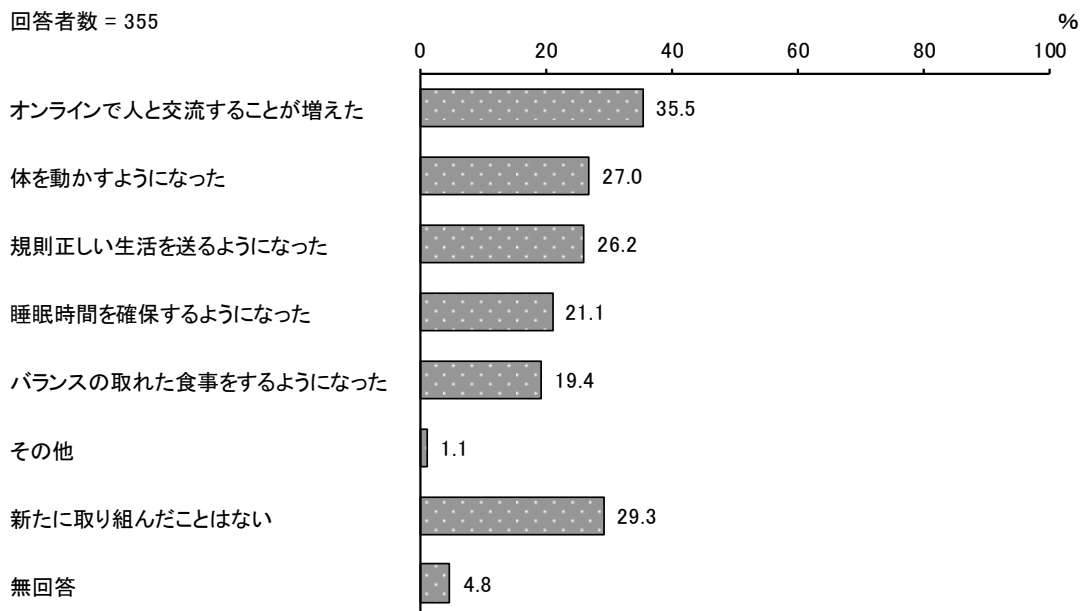
問 38 感染症の流行で運動や食事など日頃の健康づくりへの意識に変化がありましたか。(1つに○)

「健康意識は変わらない」の割合が 49.9%と最も高く、次いで「健康意識が高まった」の割合が 44.5%となっています。



問 39 感染症の流行で心身の健康づくりのために新たに取り組んだことはありますか。
(あてはまるものすべてに○)

「オンラインで人と交流することが増えた」の割合が35.5%と最も高く、次いで「新たに取り組んだことはない」の割合が29.3%、「体を動かすようになった」の割合が27.0%となっています。

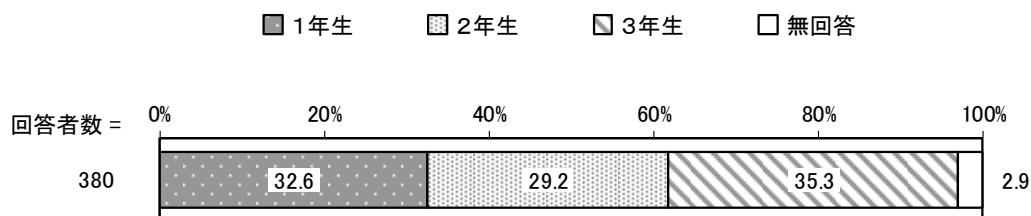


4 高校生

(1) 回答者属性

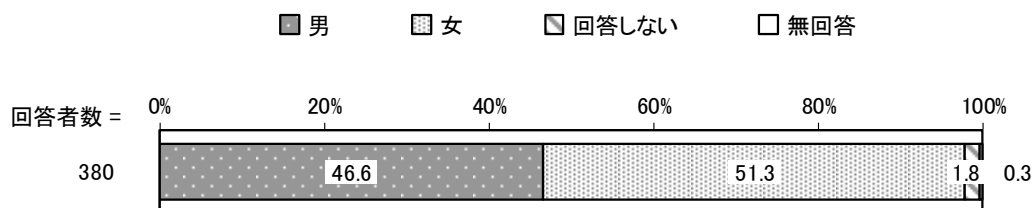
問1 あなたの生まれた年と月をご記入ください。

「3年生」の割合が35.3%と最も高く、次いで「1年生」の割合が32.6%、「2年生」の割合が29.2%となっています。



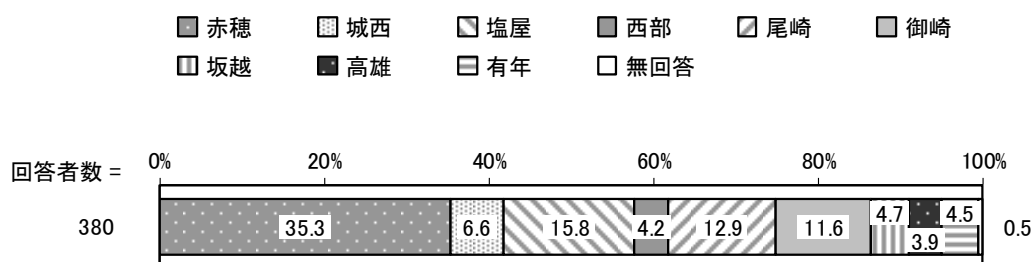
問2 性別はどちらですか。(1つに〇)

「女」の割合が51.3%と最も高く、次いで「男」の割合が46.6%となっています。



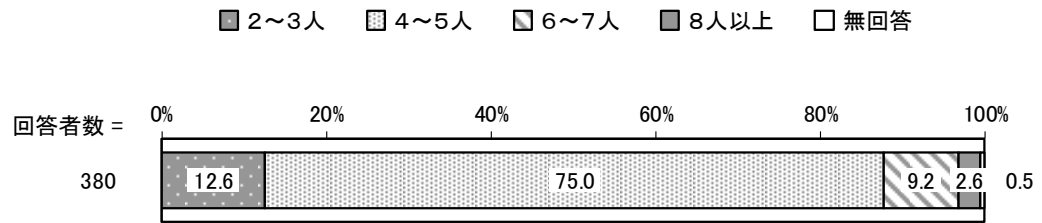
問3 住んでいる地域はどこですか。(1つに〇)

「赤穂」の割合が35.3%と最も高く、次いで「塩屋」の割合が15.8%、「尾崎」の割合が12.9%となっています。



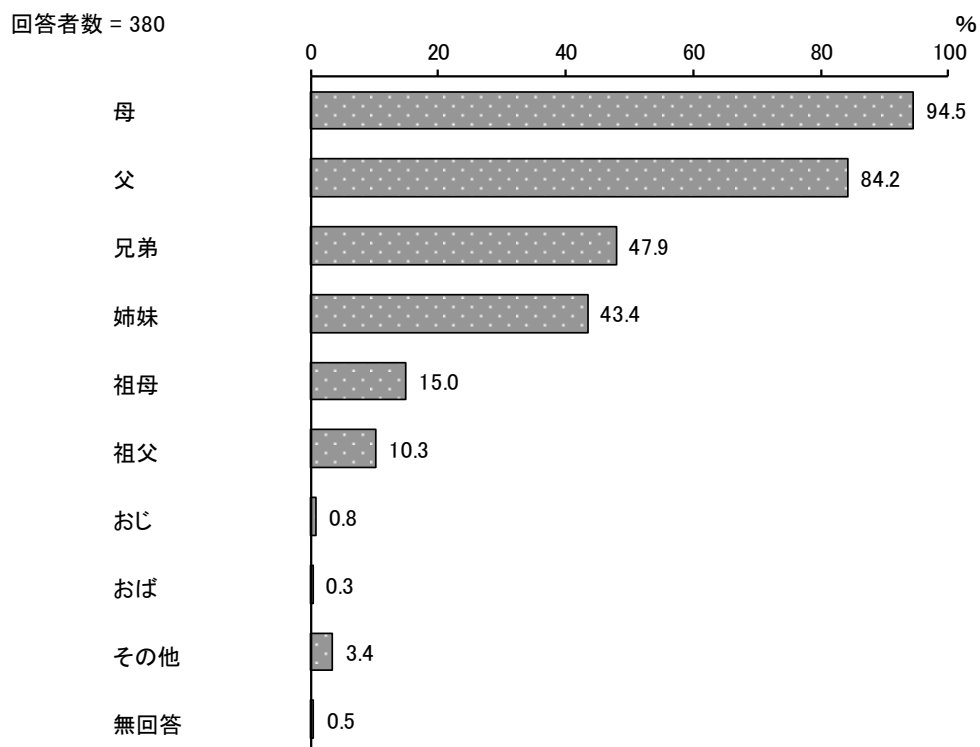
問4 あなたの家は何人家族ですか。(1つに○)

「4～5人」の割合が75.0%と最も高く、次いで「2～3人」の割合が12.6%となっています。



問5 現在一緒に住んでいる人すべてに○をしてください。v

「母」の割合が94.5%と最も高く、次いで「父」の割合が84.2%、「兄弟」の割合が47.9%となっています。



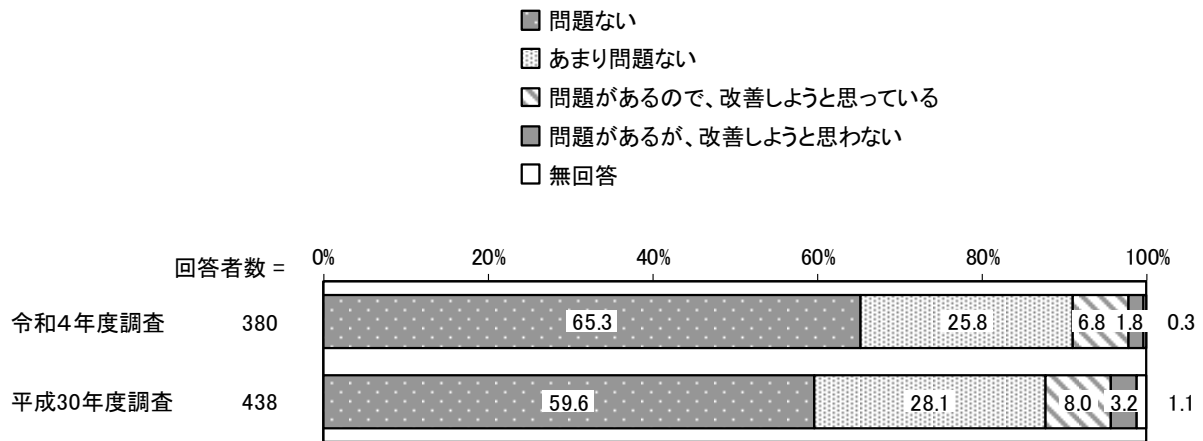
(2) 食生活について

問6 あなたの食生活について、どのように思いますか。(1つに○)

「問題ない」の割合が65.3%と最も高く、次いで「あまり問題ない」の割合が25.8%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「問題ない」の割合が増加しています。



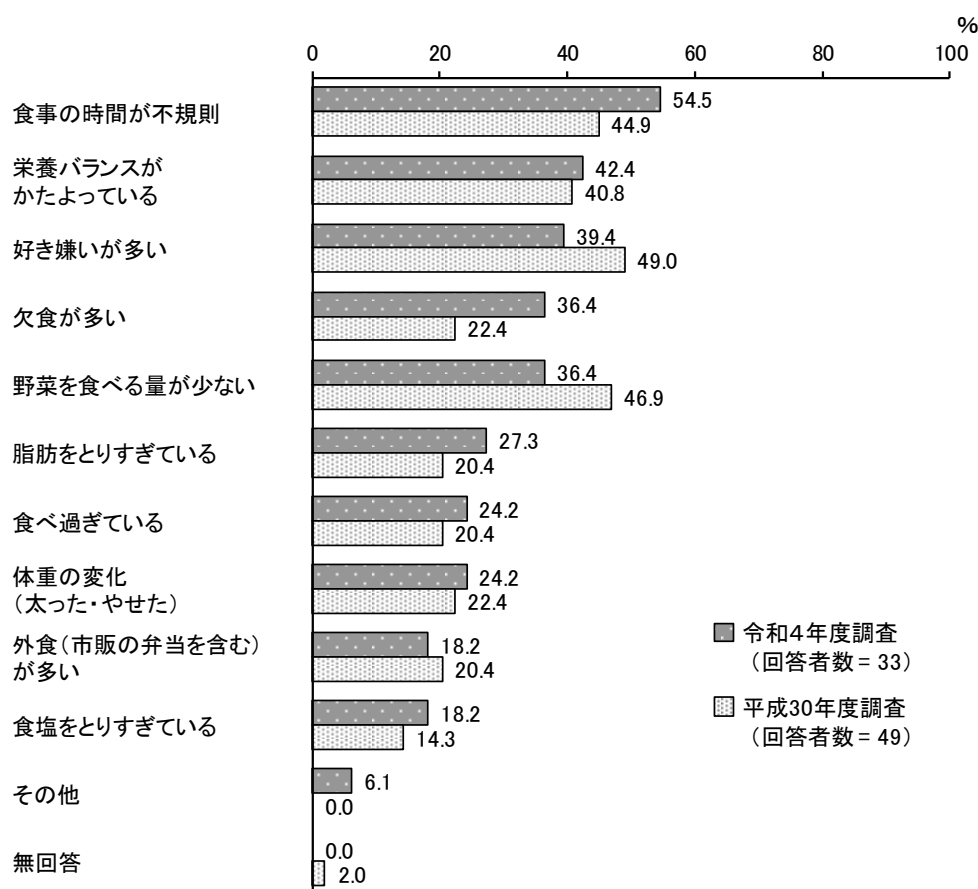
問6で、「3」「4」を選んだ方にお聞きします。

問6-1 食生活で問題があると思うのはどのようなことですか。
(あてはまるものすべてに○)

「食事の時間が不規則」の割合が54.5%と最も高く、次いで「栄養バランスがかたよっている」の割合が42.4%、「好き嫌が多い」の割合が39.4%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「食事の時間が不規則」「欠食が多い」「脂肪をとりすぎている」の割合が増加しています。一方、「野菜を食べる量が少ない」「好き嫌が多い」の割合が減少しています。

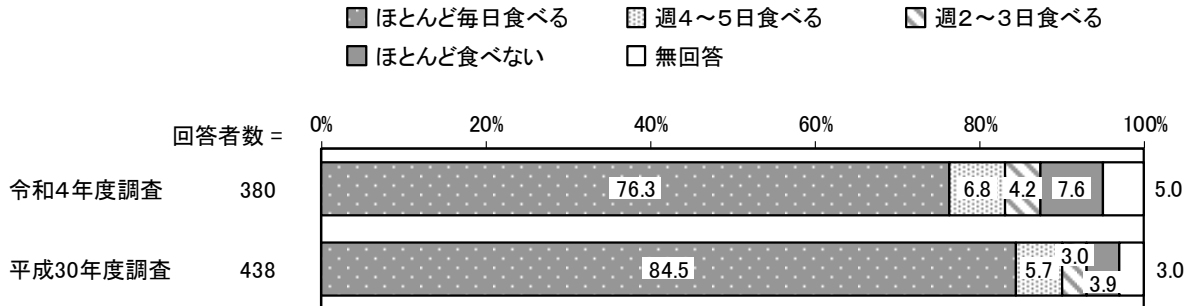


問7 朝食を食べていますか。(1つに○)

「ほとんど毎日食べる」の割合が76.3%と最も高くなっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「ほとんど毎日食べる」の割合が減少しています。



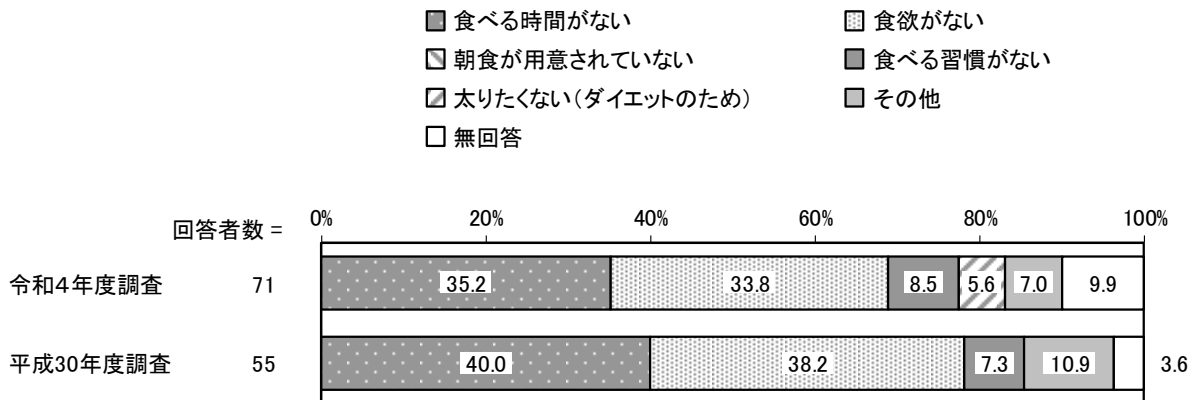
問7で、「2」「3」「4」を選んだ人にお聞きします。

問7-1 朝食を毎日食べない理由は何ですか。(最もあてはまるもの1つに○)

「食べる時間がない」の割合が35.2%と最も高く、次いで「食欲がない」の割合が33.8%となっています。

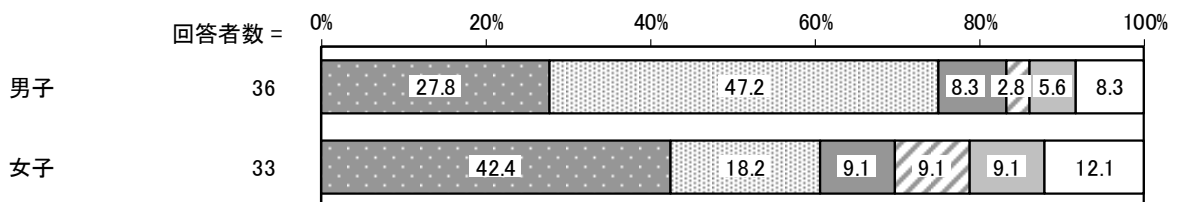
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「太りたくない(ダイエットのため)」の割合が増加しています。



【性別】

性別で見ると、男子に比べ、女子で「食べる時間がない」の割合が高くなっています。一方、女子に比べ、男子で「食欲がない」の割合が高くなっています。



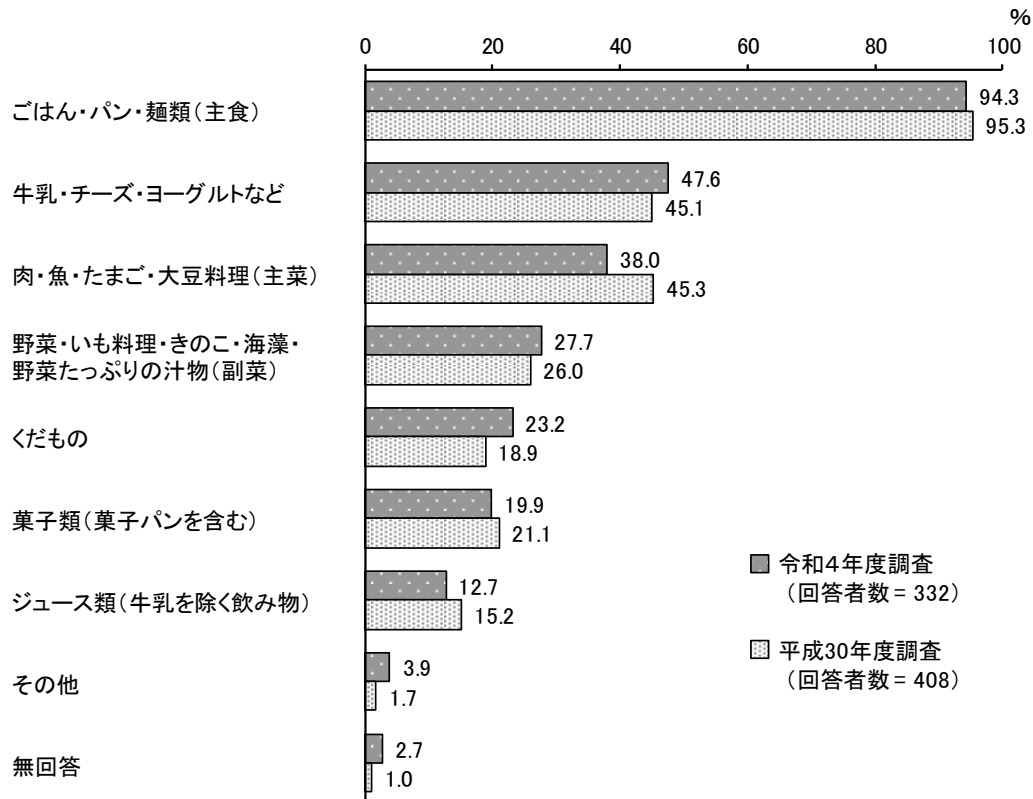
問7で「1」「2」「3」を選んだ人にお聞きします。

問7-2 普段、どのような朝食を食べていますか。(あてはまるものすべてに○)

「ごはん・パン・麺類(主食)」の割合が94.3%と最も高く、次いで「牛乳・チーズ・ヨーグルトなど」の割合が47.6%、「肉・魚・たまご・大豆料理(主菜)」の割合が38.0%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「肉・魚・たまご・大豆料理(主菜)」の割合が減少しています。

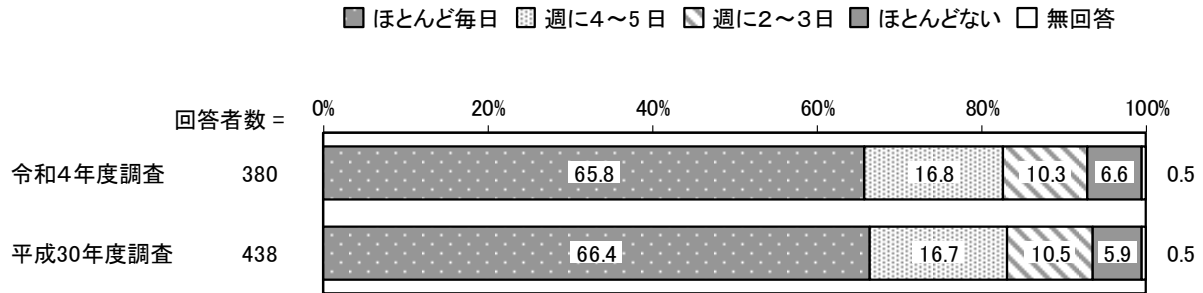


問8 1日2回以上、主食・主菜・副菜をそろえて食べることが、週に何日ありますか。(1つに○)

「ほとんど毎日」の割合が65.8%と最も高く、次いで「週に4～5日」の割合が16.8%、「週に2～3日」の割合が10.3%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

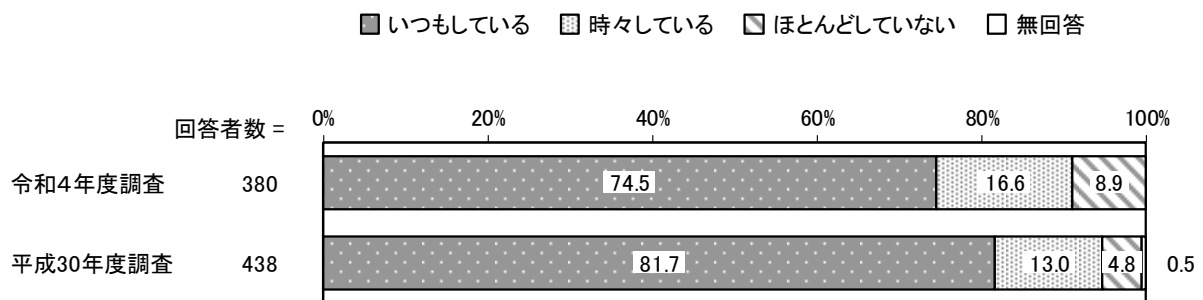


問9 朝・昼・夕の3食を必ず食べるように意識していますか。(1つに○)

「いつもしている」の割合が74.5%と最も高く、次いで「時々している」の割合が16.6%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「いつもしている」の割合が減少しています。

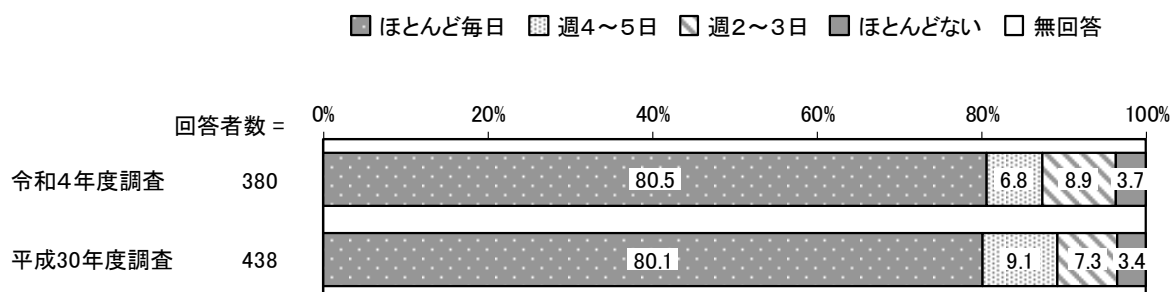


問 10 家族や友人と楽しく食事を食べる機会（1日1回以上）がありますか。（1つに○）

「ほとんど毎日」の割合が80.5%と最も高くなっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

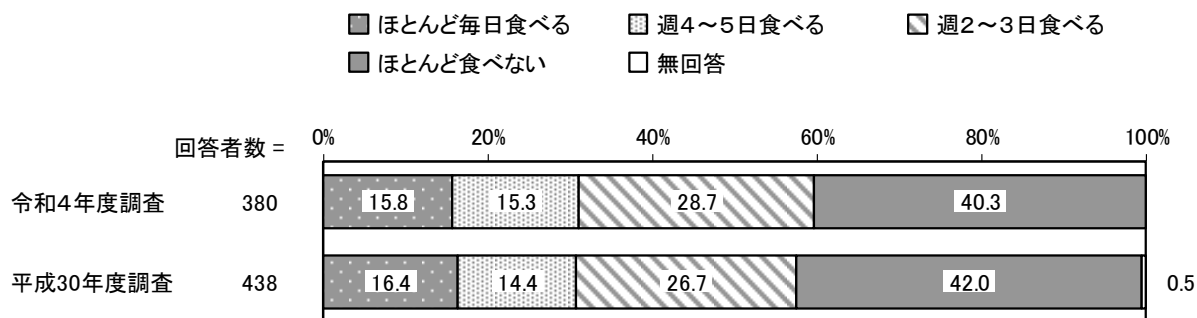


問 11 普段、夕食後におやつや夜食を食べますか。（1つに○）

「ほとんど食べない」の割合が40.3%と最も高く、次いで「週2~3日食べる」の割合が28.7%、「ほとんど毎日食べる」の割合が15.8%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

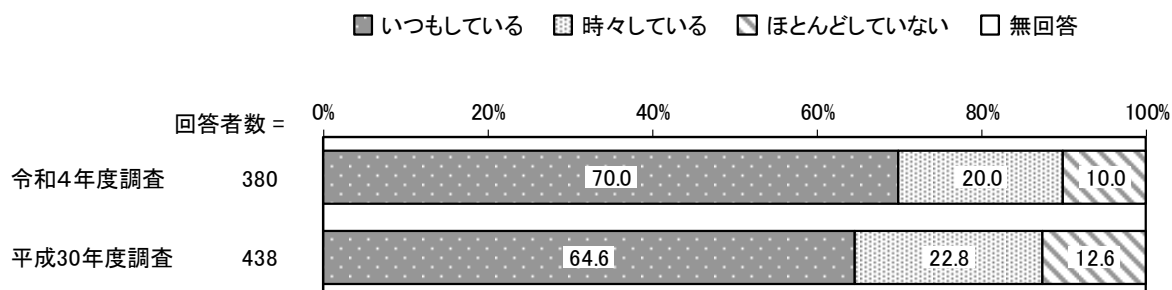


問 12 食事のあいさつ「いただきます」「ごちそうさま」をしていますか。(1つに○)

「いつもしている」の割合が70.0%と最も高く、次いで「時々している」の割合が20.0%、「ほとんどしていない」の割合が10.0%となっています。

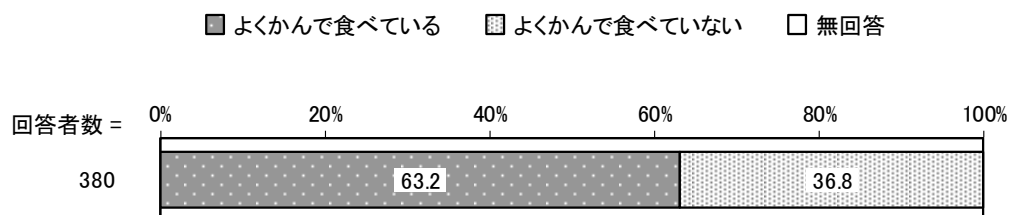
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「いつもしている」の割合が増加しています。



問 13 ゆっくりよくかんで (20~30回) 食べていますか。(1つに○)

「よくかんで食べている」の割合が63.2%、「よくかんで食べていない」の割合が36.8%となっています。

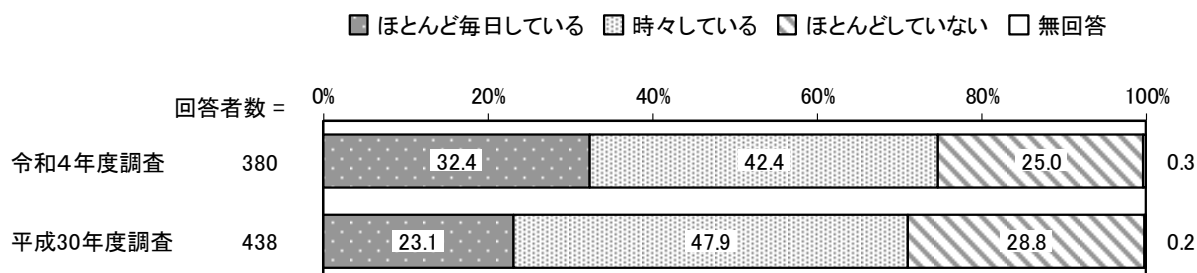


問 14 食事づくりの手伝い(買物、食器を運ぶ、片付ける、材料を切る、ちぎるなどの簡単な調理)をしていますか。(1つに○)

「時々している」の割合が42.4%と最も高く、次いで「ほとんど毎日している」の割合が32.4%、「ほとんどしていない」の割合が25.0%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「ほとんど毎日している」の割合が増加しています。一方、「時々している」の割合が減少しています。

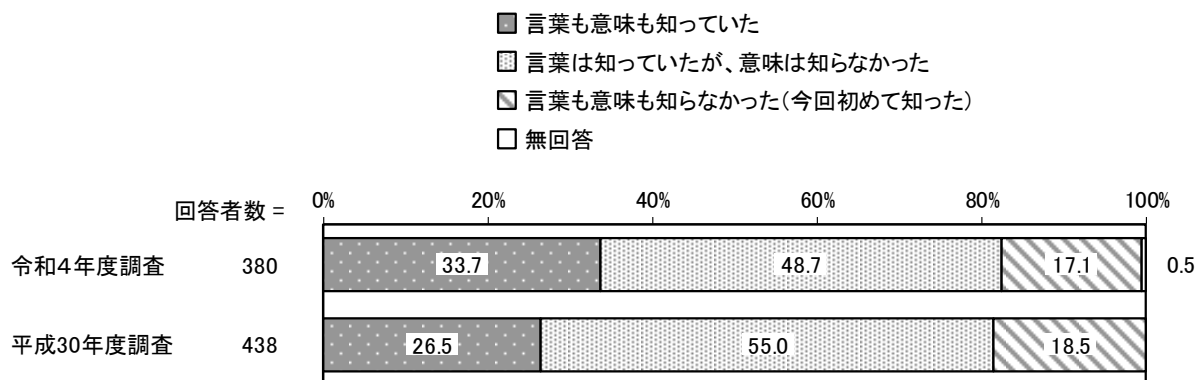


問 15 『食育』という言葉や意味を知っていますか。(1つに○)

「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」の割合が48.7%と最も高く、次いで「言葉も意味も知っていた」の割合が33.7%、「言葉も意味も知らなかった(今回初めて知った)」の割合が17.1%となっています。

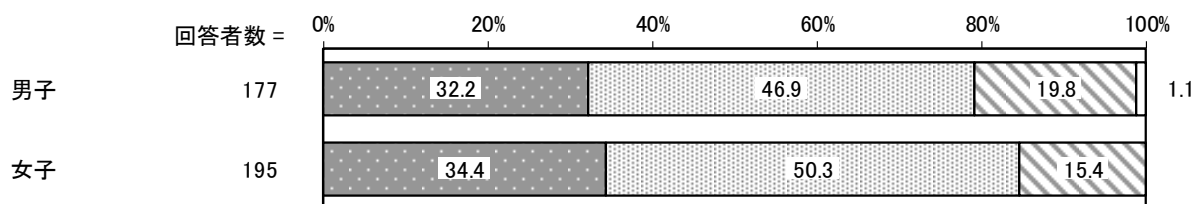
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「言葉も意味も知っていた」の割合が増加しています。一方、「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」の割合が減少しています。



【性別】

性別で見ると、大きな差異はみられません。

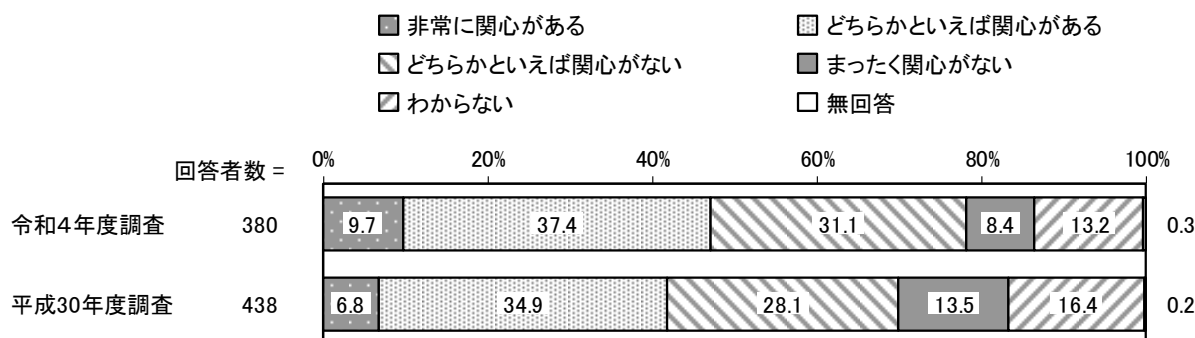


問 16 『食育』に関心がありますか。(1つに○)

「非常に関心がある」と「どちらかといえば関心がある」をあわせた“関心がある”の割合が47.1%、「どちらかといえば関心がない」と「まったく関心がない」をあわせた“関心がない”の割合が39.5%、「わからない」の割合が13.2%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、“関心がある”の割合が増加しています。

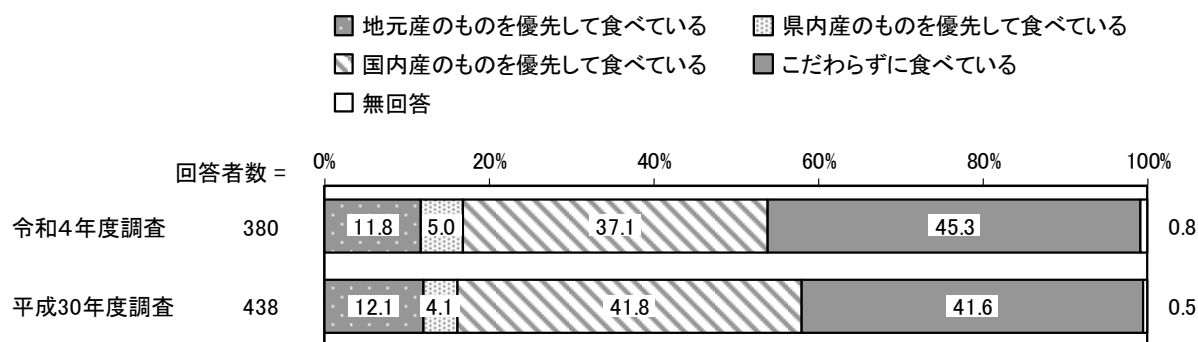


問 17 赤穂市では、地産地消を推進していますが、お米、野菜、魚介類等は、主にどこで生産されたものを食べていますか。(1つに○)

「こだわらずに食べている」の割合が45.3%と最も高く、次いで「国内産のものを優先して食べている」の割合が37.1%、「地元産のものを優先して食べている」の割合が11.8%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

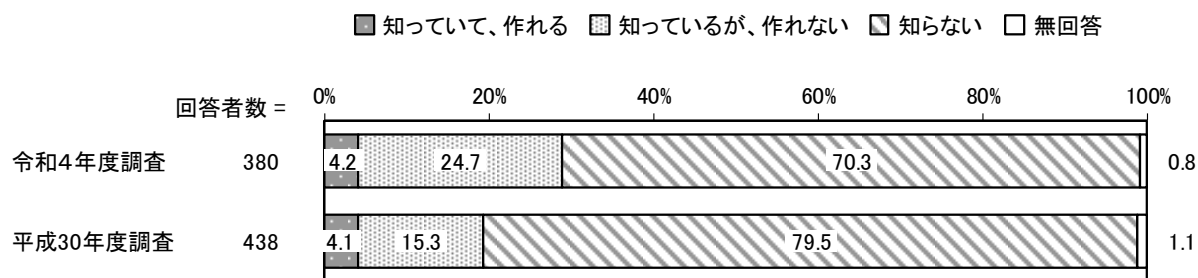


問 18 赤穂市の郷土料理を知っていますか。作れますか。(1つに○)

「知らない」の割合が70.3%と最も高く、次いで「知っているが、作れない」の割合が24.7%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「知っているが、作れない」の割合が増加しています。一方、「知らない」の割合が減少しています。



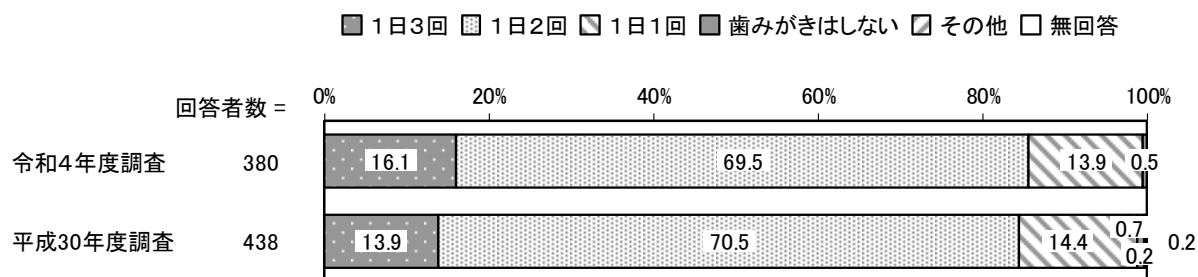
(3) 生活習慣や健康について

問 19 1日に何回くらい歯みがきをしますか。(1つに○)

「1日2回」の割合が69.5%と最も高く、次いで「1日3回」の割合が16.1%、「1日1回」の割合が13.9%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

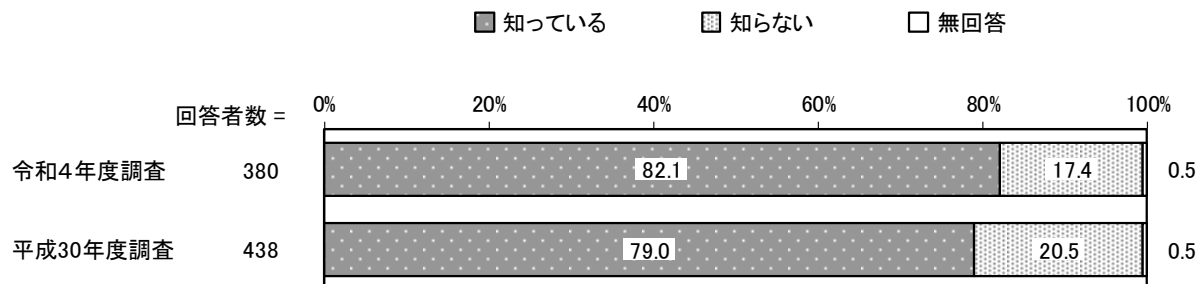


問 20 歯と口の健康が、からだ全体の健康に大きな影響があることを知っていますか。(1つに○)

「知っている」の割合が82.1%、「知らない」の割合が17.4%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

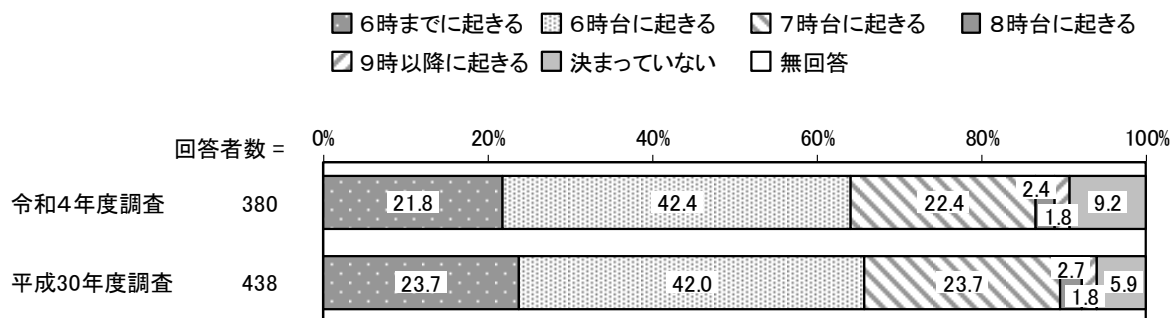


問 21 普段、朝何時ごろに起きますか。(1つに○)

「6時台に起きる」の割合が42.4%と最も高く、次いで「7時台に起きる」の割合が22.4%、「6時までに起きる」の割合が21.8%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

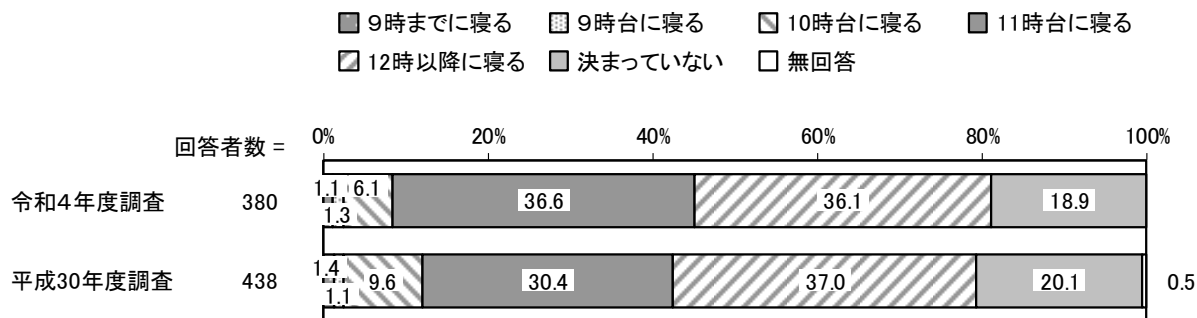


問 22 普段、夜何時ごろに寝ますか。(1つに○)

「11時台に寝る」の割合が36.6%と最も高く、次いで「12時以降に寝る」の割合が36.1%、「決まっていない」の割合が18.9%となっています。

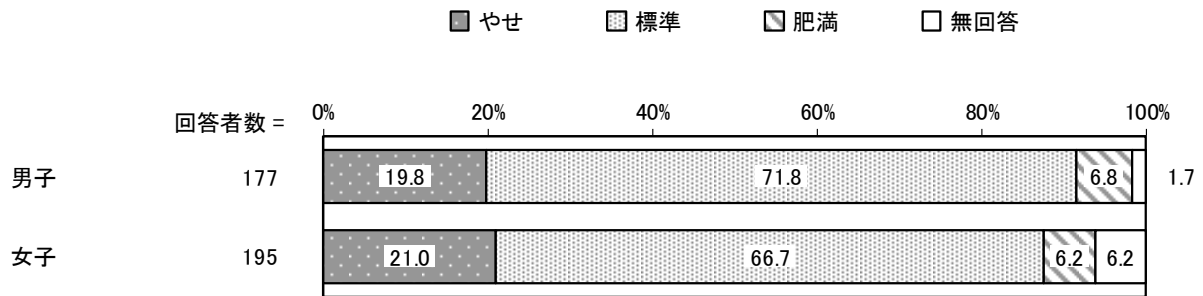
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「11時台に寝る」の割合が増加しています。



【性別】

性別でみると、女子に比べ、男子で「標準」の割合が高くなっています。

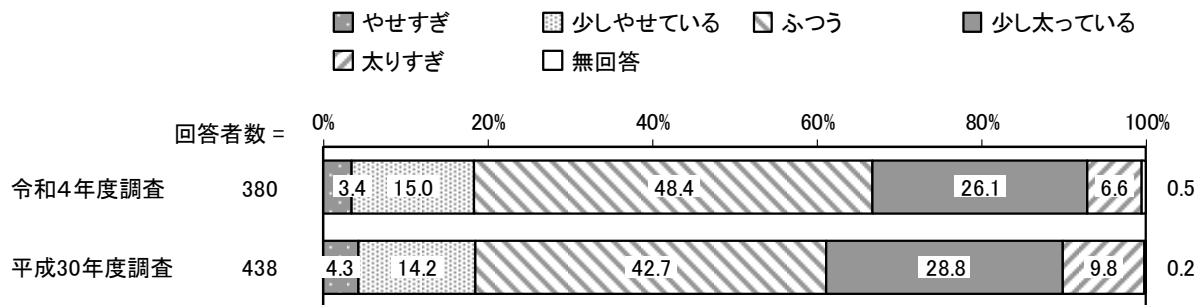


問 25 自分の体型についてどう思いますか。(1つに○)

「ふつう」の割合が48.4%と最も高く、次いで「少し太っている」の割合が26.1%、「少しやせている」の割合が15.0%となっています。

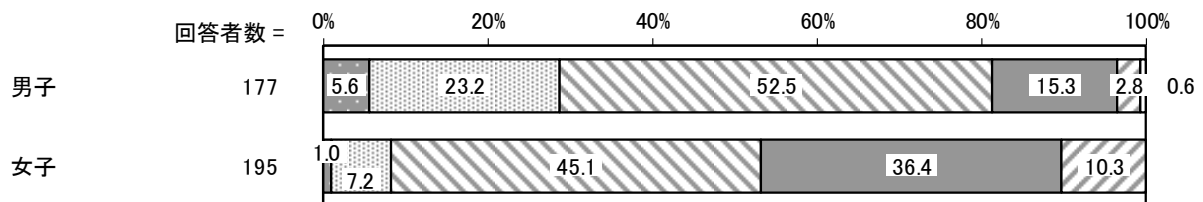
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「ふつう」の割合が増加しています。



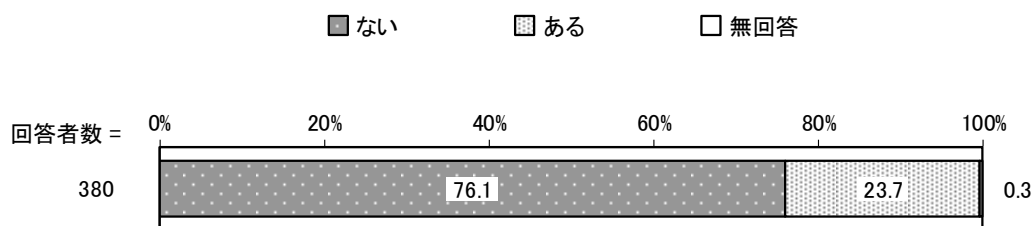
【性別】

性別でみると、女子に比べ、男子で「少しやせている」「ふつう」の割合が高くなっています。一方、男子に比べ、女子で「少し太っている」「太りすぎ」の割合が高くなっています。



問 26 あなたは、これまでに、やせようとして5日以上食事の量を減らしたことはありますか。(1つに○)

「ない」の割合が76.1%、「ある」の割合が23.7%となっています。

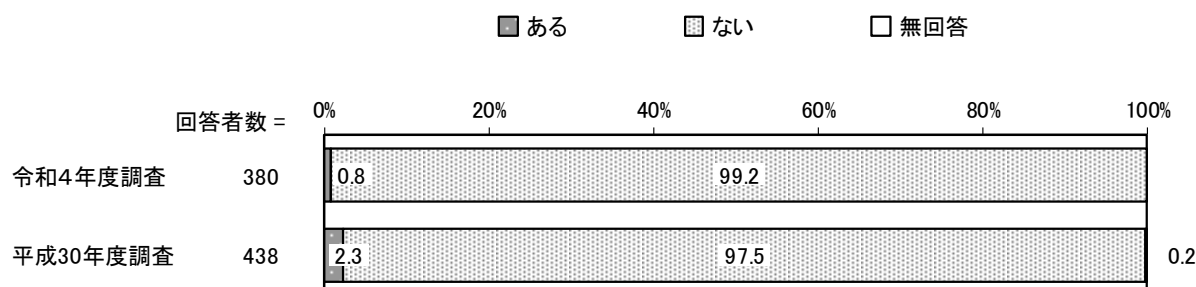


問 27 たばこを吸ったことがありますか。(1つに○)

「ある」の割合が0.8%、「ない」の割合が99.2%となっています。

【経年比較】

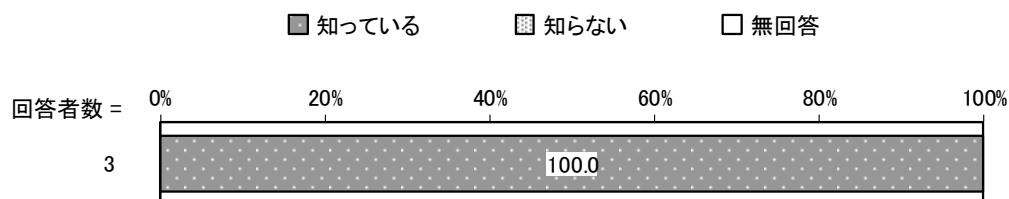
平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



問 27 で、「1」を選んだ方にお聞きします。

問 27-1 法律では、20歳未満はたばこを吸ってはいけないことを知っていますか。(1つに○)

「知っている」が3件、「知らない」が0件となっています。



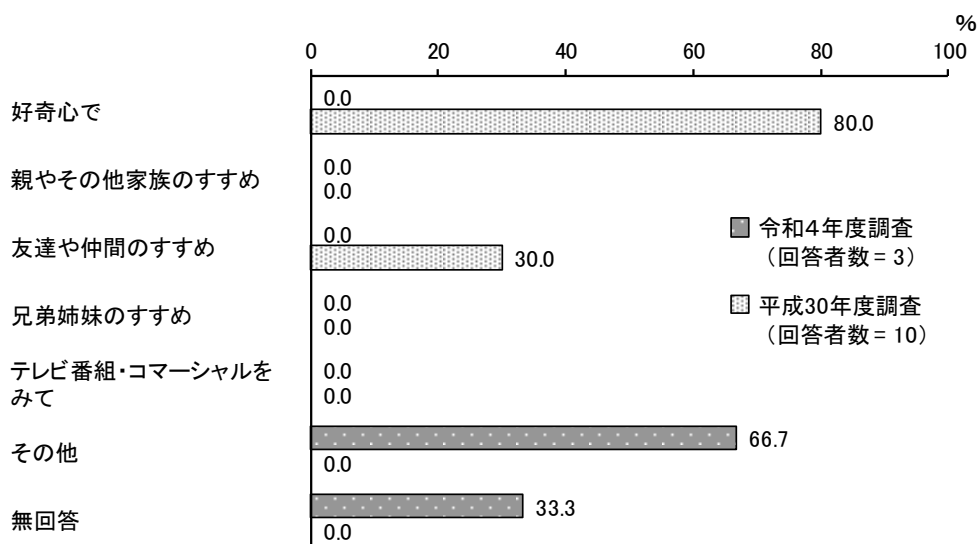
問 27 で、「1」を選んだ方にお聞きします。

問 27-2 初めてたばこを吸ったきっかけは何ですか。(あてはまるものすべてに○)

有効回答がありませんでした。

【経年比較】

有効な回答がないため、参考として掲載いたします。

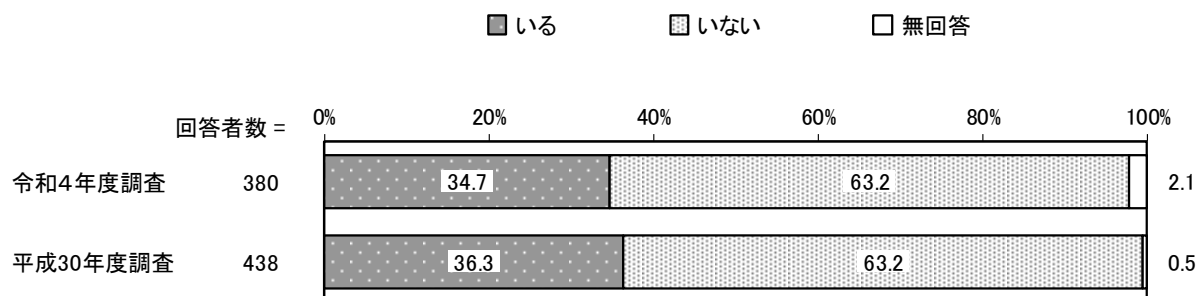


問 28 あなたの家では、たばこを吸っている人はいますか。(1つに○)

「いる」の割合が 34.7%、「いない」の割合が 63.2%となっています。

【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



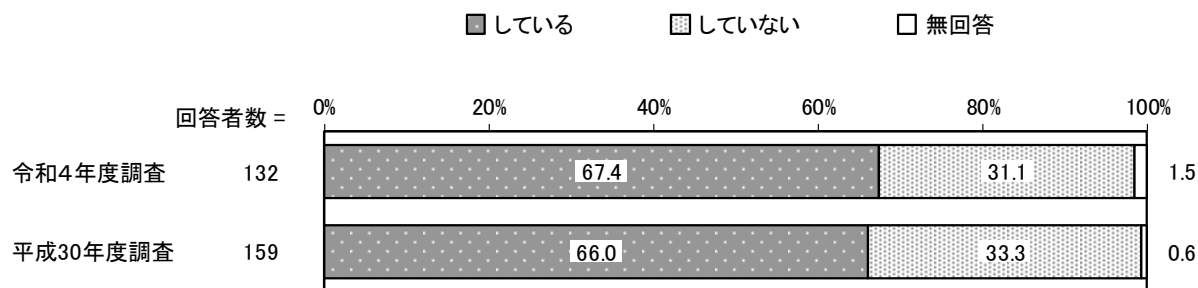
問 28 で、「1」を選んだ方にお聞きします。

問 28-1 たばこを吸っているご家族の人は、家の中などで、たばこを吸う場所や時間の工夫（あなたの目の前では吸わないなど）をしていますか。（1つに○）

「している」の割合が 67.4%、「していない」の割合が 31.1%となっています。

【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

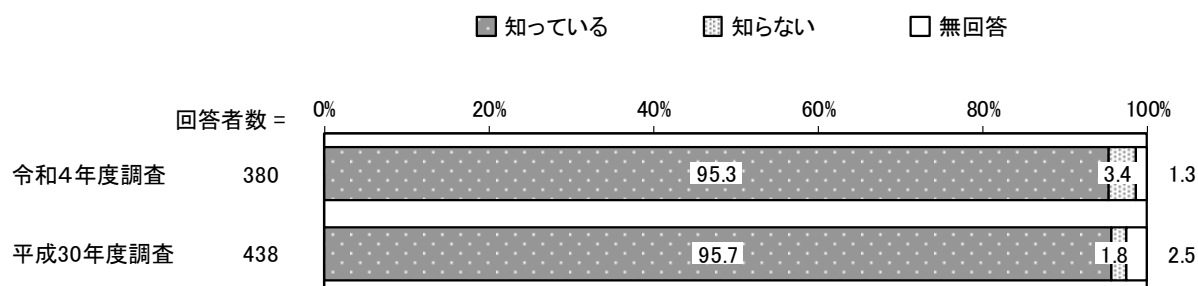


問 29 他人のたばこの煙が、まわりの人の健康に悪影響をおよぼすことを知っていますか。（1つに○）

「知っている」の割合が 95.3%、「知らない」の割合が 3.4%となっています。

【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

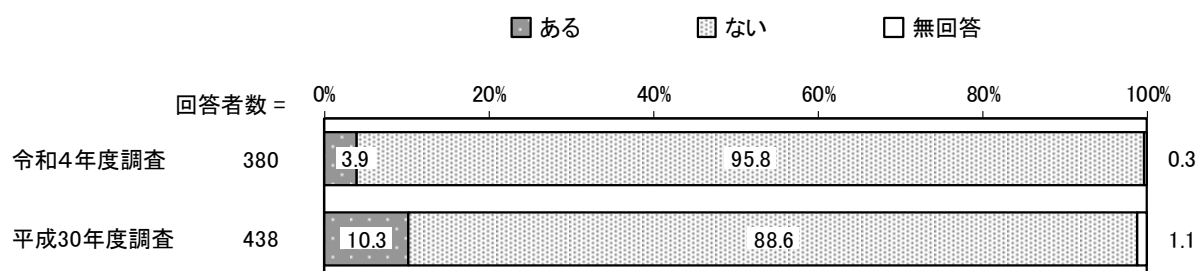


問 30 今までにお酒を飲んだことがありますか。なめただけは含みません。（1つに○）

「ある」の割合が 3.9%、「ない」の割合が 95.8%となっています。

【経年比較】

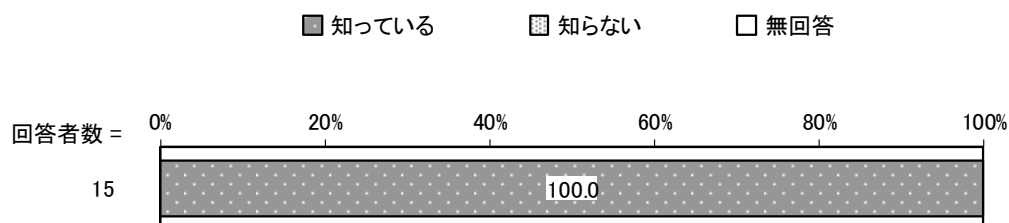
平成 30 年度調査と比較すると、「ない」の割合が増加しています。一方、「ある」の割合が減少しています。



問 30 で、「1」を選んだ方にお聞きします。

問 30-1 法律では、20歳未満はお酒を飲んではいけないことを知っていますか。
(1つに○)

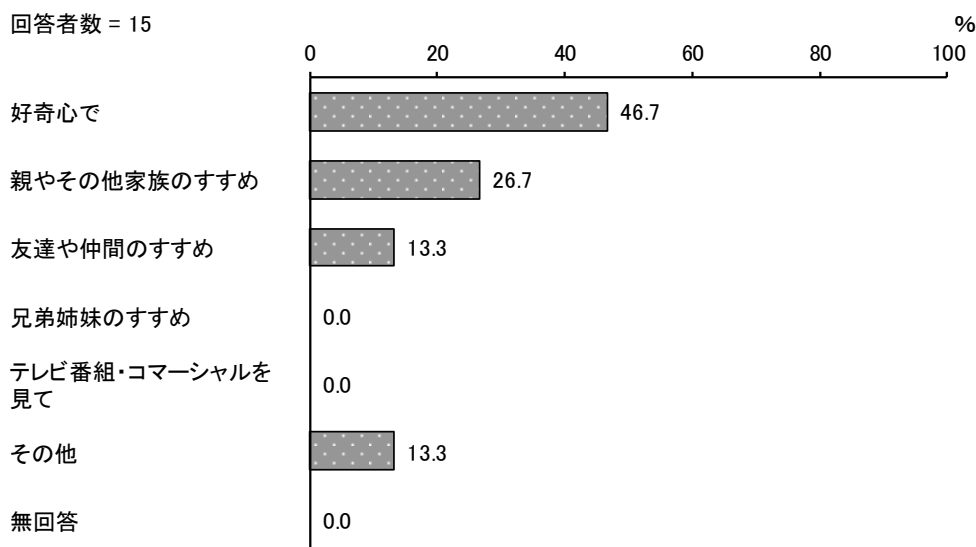
「知っている」の割合が 100.0%、「知らない」の割合が 0.0%となっています。



問 30 で、「1」を選んだ方にお聞きします。

問 30-2 初めてお酒を飲んだきっかけは何ですか。(あてはまるものすべてに○)

「好奇心で」の割合が 46.7%と最も高く、次いで「親やその他家族のすすめ」の割合が 26.7%、「友達や仲間のすすめ」の割合が 13.3%となっています。

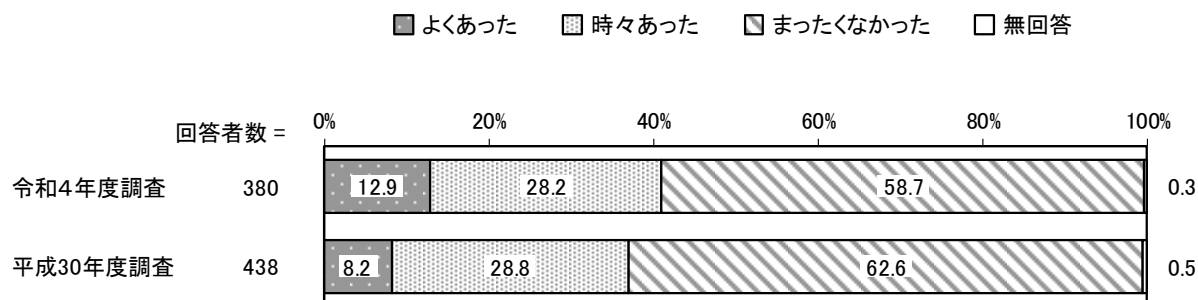


問 31 これまでに2週間以上、気分が落ち込んだり、ひどく不安になったり、興味や楽しみがもてなかったことはありましたか。(1つに○)

「まったくなかった」の割合が 58.7%と最も高く、次いで「時々あった」の割合が 28.2%、「よくあった」の割合が 12.9%となっています。

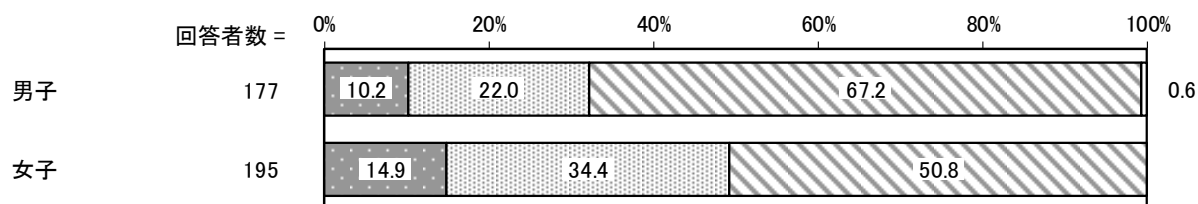
【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



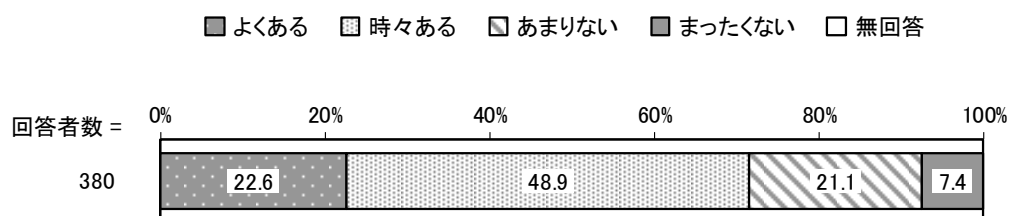
【性別】

性別でみると、男子に比べ、女子で「時々あった」の割合が高くなっています。一方、女子に比べ、男子で「まったくなかった」の割合が高くなっています。



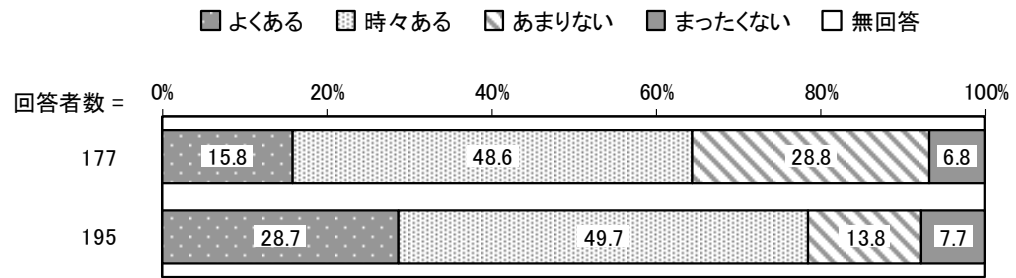
問 32 普段の生活のなかでストレスを感じることはありますか。(1つに○)

「よくある」と「時々ある」をあわせた“ある”の割合が 71.5%、「あまりない」と「まったくくない」をあわせた“ない”の割合が 28.5%となっています。



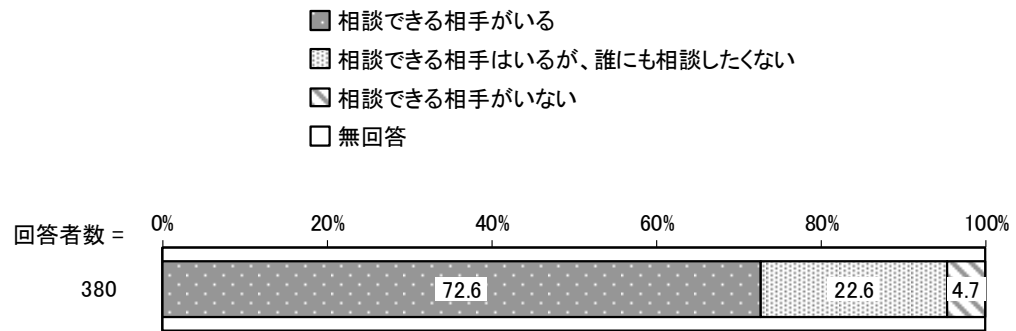
【性別】

性別でみると、男子に比べ、女子で“ある”の割合が高くなっています。



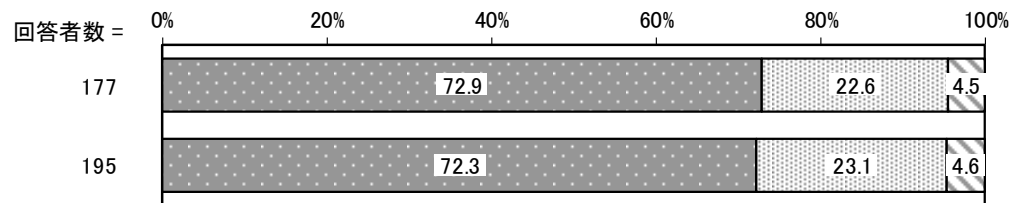
問 33 悩みやストレスなどで困った時、相談できる相手（相談機関を含む）はいますか。（1つに○）

「相談できる相手がいる」の割合が72.6%と最も高く、次いで「相談できる相手はいるが、誰にも相談したくない」の割合が22.6%となっています。



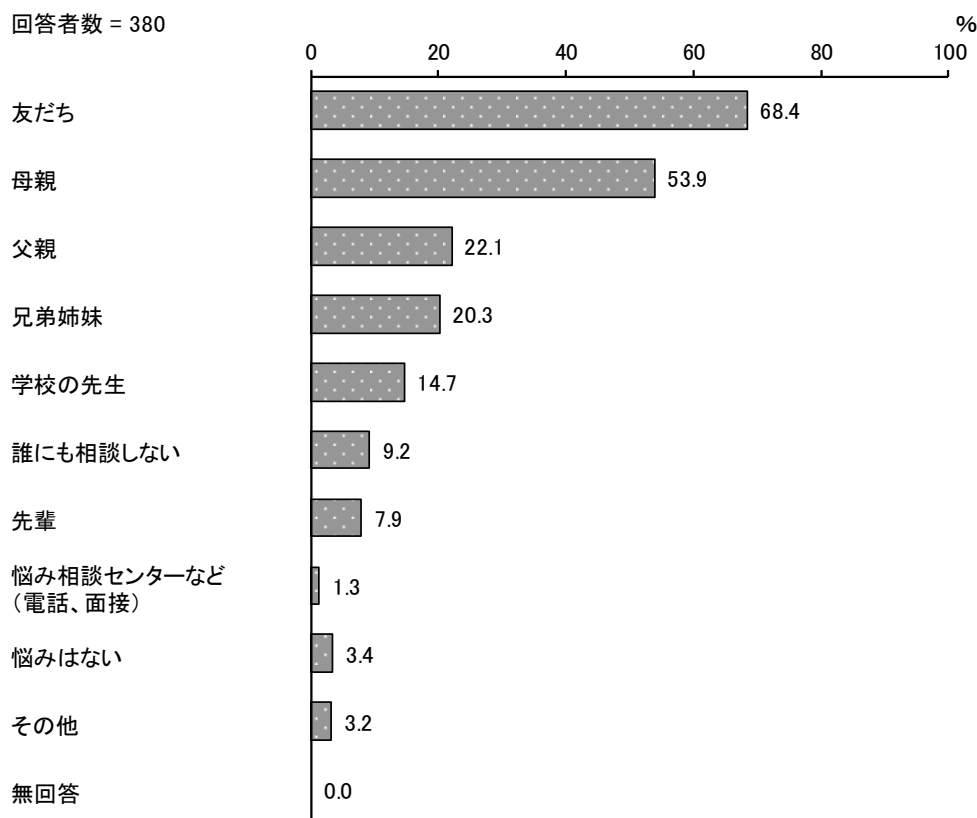
【性別】

性別でみると、大きな差異はみられません。



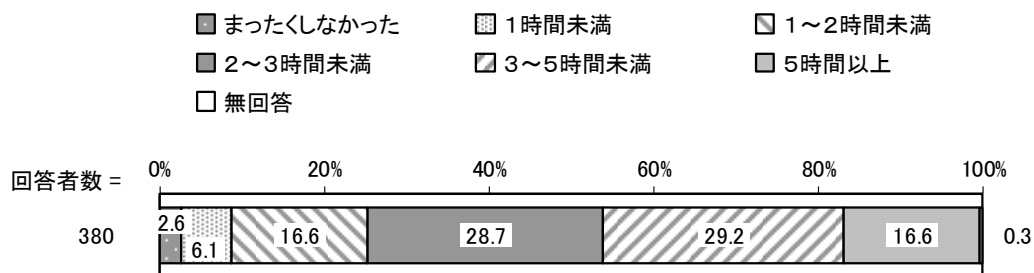
問 34 あなたは、悩み事があった時は誰に相談しますか。
(あてはまるものすべてに○)

「友だち」の割合が 68.4%と最も高く、次いで「母親」の割合が 53.9%、「父親」の割合が 22.1%となっています。



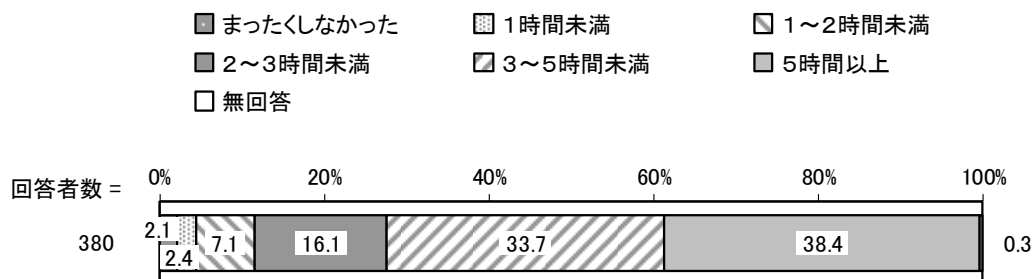
問 35 この1ヶ月に、あなたは学校のある日に1日平均どのくらいの時間、インターネットをしましたか？ (1つに○)

「3～5時間未満」の割合が 29.2%と最も高く、次いで「2～3時間未満」の割合が 28.7%、「1～2時間未満」、「5時間以上」の割合が 16.6%となっています。



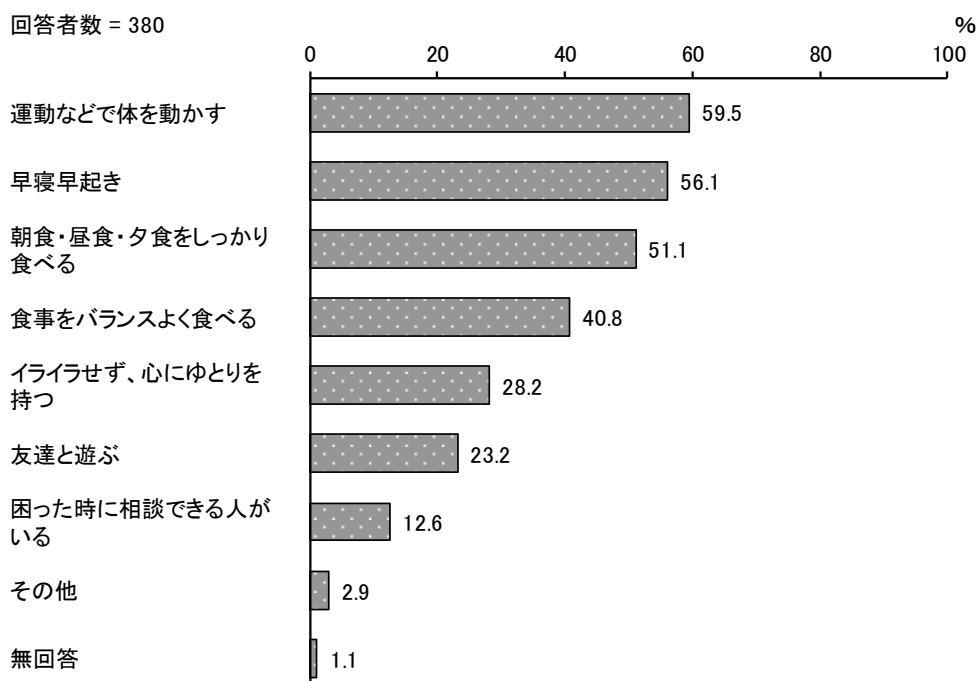
問 36 この1ヶ月に、あなたは学校の休みの日（部活だけの日も含む）に1日平均どのくらいの時間、インターネットをしましたか？（1つに○）

「5時間以上」の割合が38.4%と最も高く、次いで「3～5時間未満」の割合が33.7%、「2～3時間未満」の割合が16.1%となっています。



問 37 元気に過ごすためには、何が大切だと思いますか。（3つまで○）

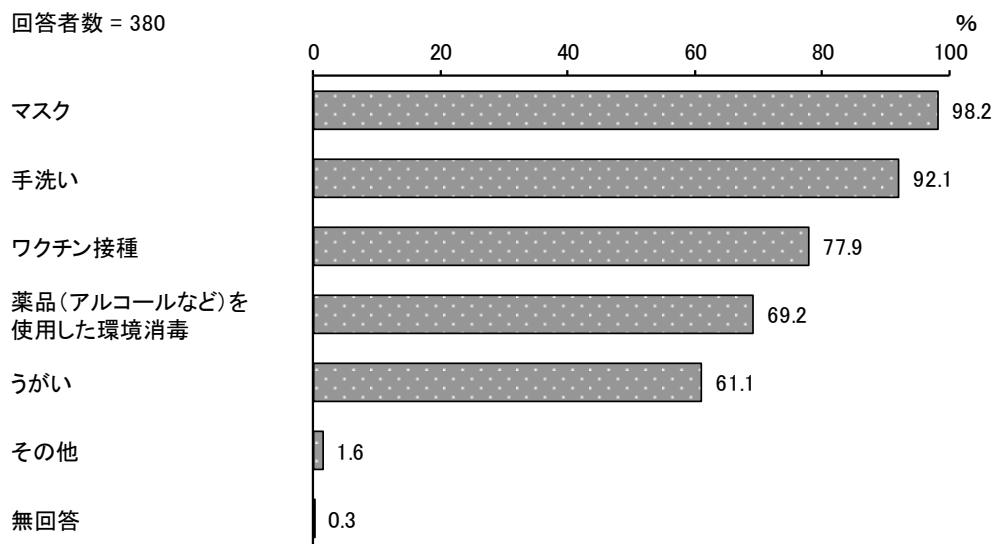
「運動などで体を動かす」の割合が59.5%と最も高く、次いで「早寝早起き」の割合が56.1%、「朝食・昼食・夕食をしっかり食べる」の割合が51.1%となっています。



(4) 新型コロナウイルス感染症に関する生活の変化について

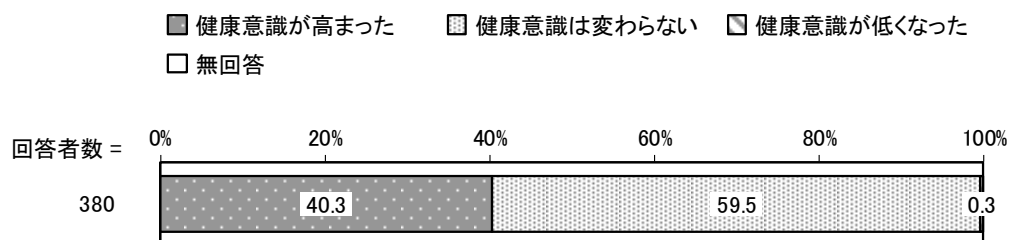
問 38 感染予防対策として、どのようなことに取り組まれていますか。
(あてはまるものすべてに○)

「マスク」の割合が 98.2%と最も高く、次いで「手洗い」の割合が 92.1%、「ワクチン接種」の割合が 77.9%となっています。



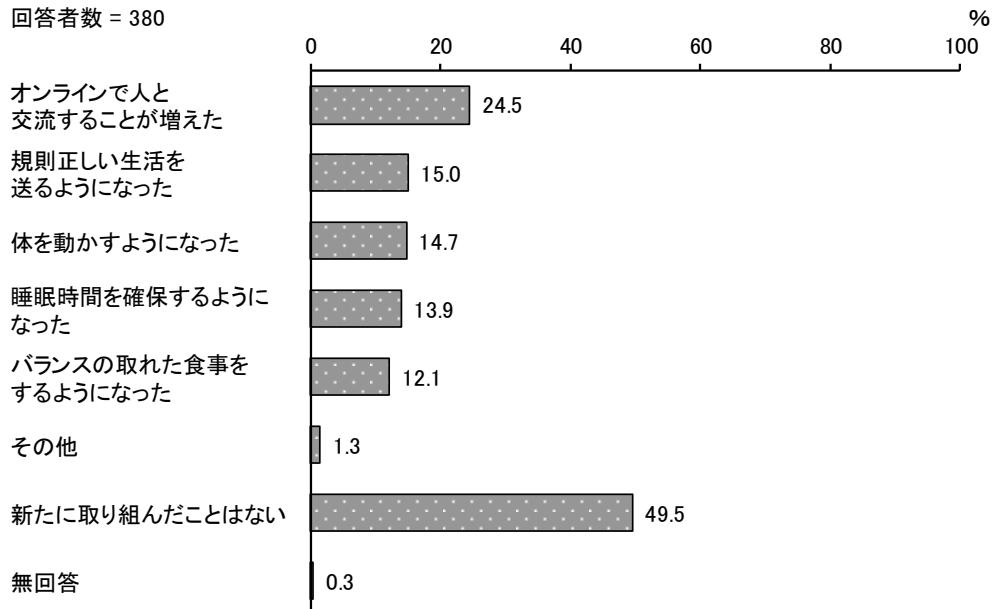
問 39 感染症の流行で運動や食事など日頃の健康づくりへの意識に変化がありましたか。(1つに○)

「健康意識は変わらない」の割合が 59.5%と最も高く、次いで「健康意識が高まった」の割合が 40.3%となっています。



問 40 感染症の流行で心身の健康づくりのために新たに取り組んだことはありますか。
(あてはまるものすべてに○)

「新たに取り組んだことはない」の割合が 49.5%と最も高く、次いで「オンラインで人と交流することが増えた」の割合が 24.5%、「規則正しい生活を送るようになった」の割合が 15.0%となっています。

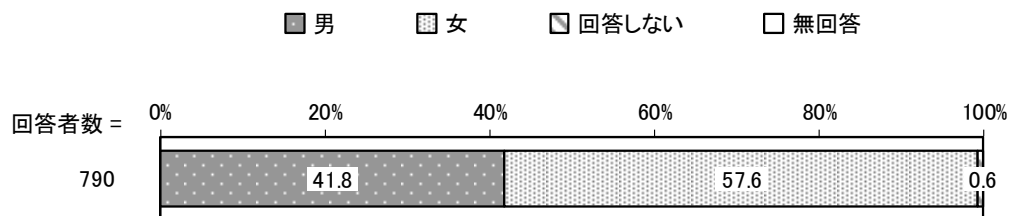


5 18歳以上

(1) 回答者属性

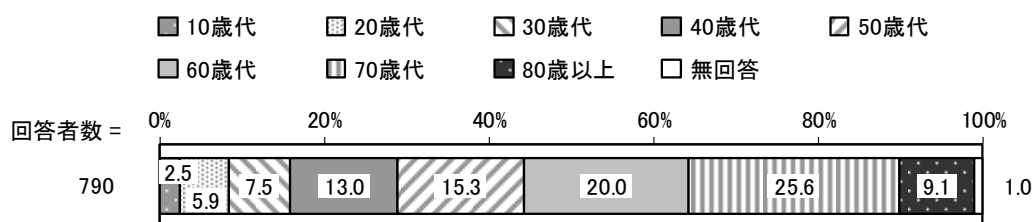
問1 性別はどちらですか。(1つに○)

「女」の割合が57.6%と最も高く、次いで「男」の割合が41.8%となっています。



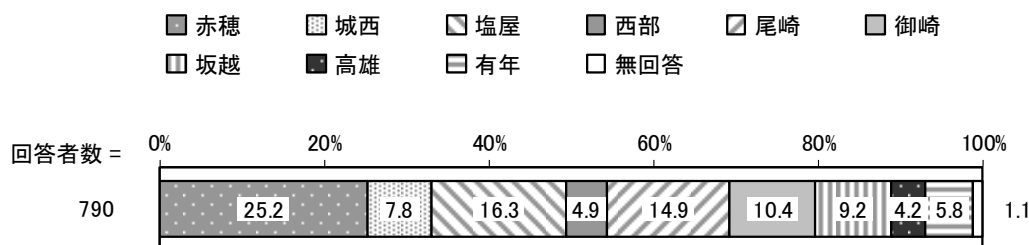
問2 満年齢で年齢をご記入ください。(令和4年8月1日現在)

「70歳代」の割合が25.6%と最も高く、次いで「60歳代」の割合が20.0%、「50歳代」の割合が15.3%となっています。



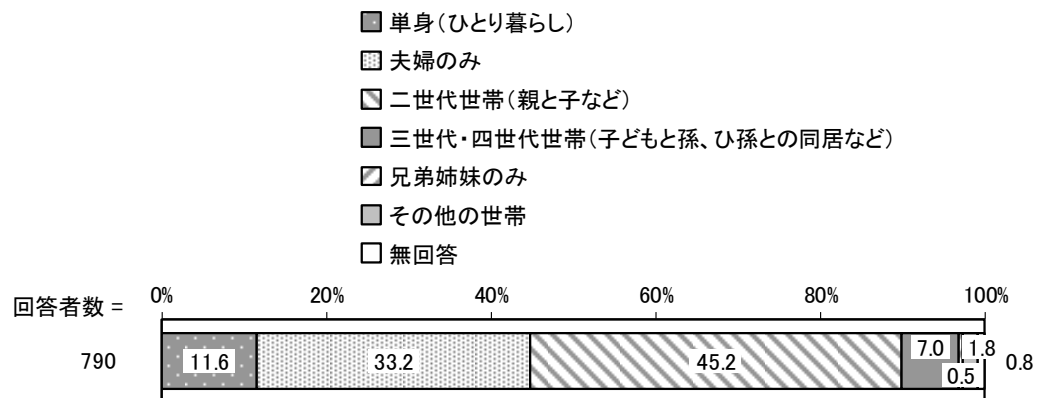
問3 お住まいの地域はどちらですか。(1つに○)

「赤穂」の割合が25.2%と最も高く、次いで「塩屋」の割合が16.3%、「尾崎」の割合が14.9%となっています。



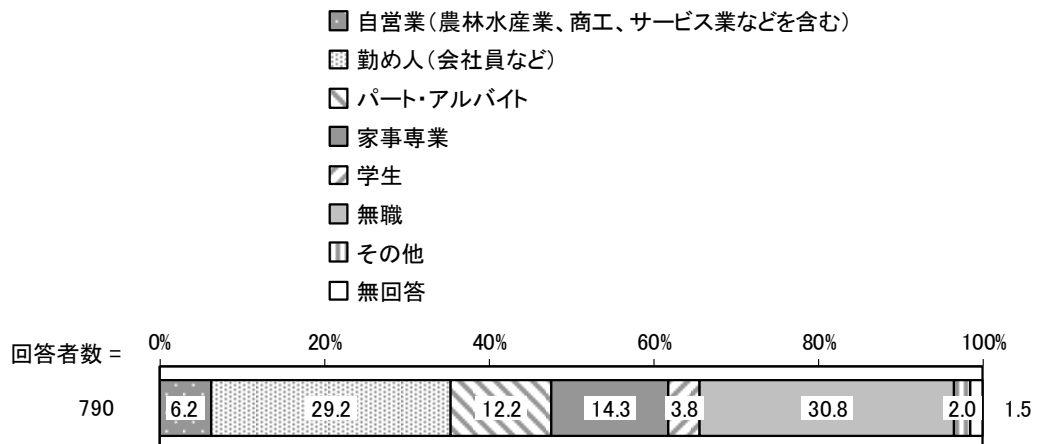
問4 家族構成はどのようになっていますか。(1つに○)

「二世世代世帯(親と子など)」の割合が45.2%と最も高く、次いで「夫婦のみ」の割合が33.2%、「単身(ひとり暮らし)」の割合が11.6%となっています。



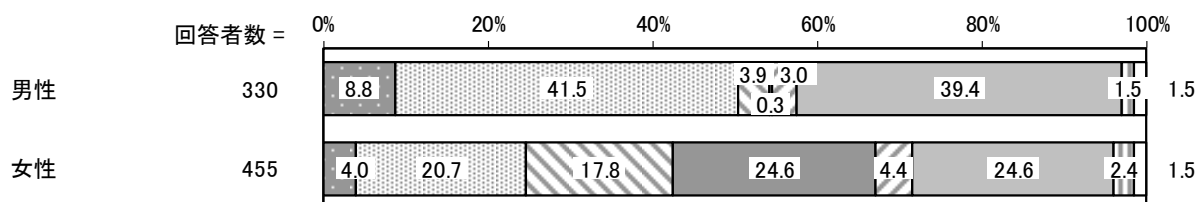
問5 ご職業は何ですか。(1つに○)

「無職」の割合が30.8%と最も高く、次いで「勤め人(会社員など)」の割合が29.2%、「家事専業」の割合が14.3%となっています。



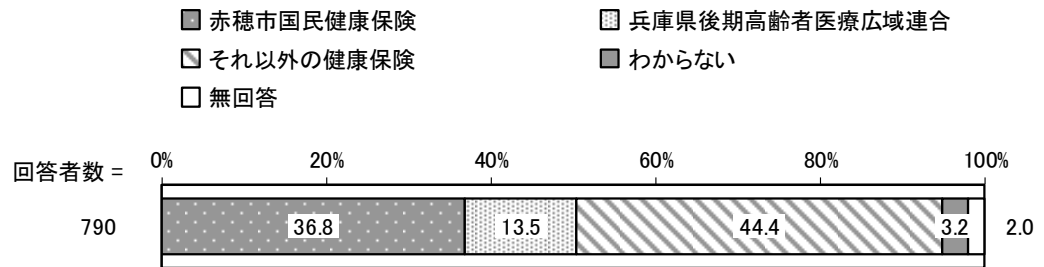
【性別】

性別で見ると、女性に比べ、男性で「勤め人(会社員など)」「無職」の割合が高くなっています。一方、男性に比べ、女性で「パート・アルバイト」「家事専業」の割合が高くなっています。



問6 加入している健康保険は何ですか。(1つに○)

「それ以外の健康保険」の割合が44.4%と最も高く、次いで「赤穂市国民健康保険」の割合が36.8%、「兵庫県後期高齢者医療広域連合」の割合が13.5%となっています。



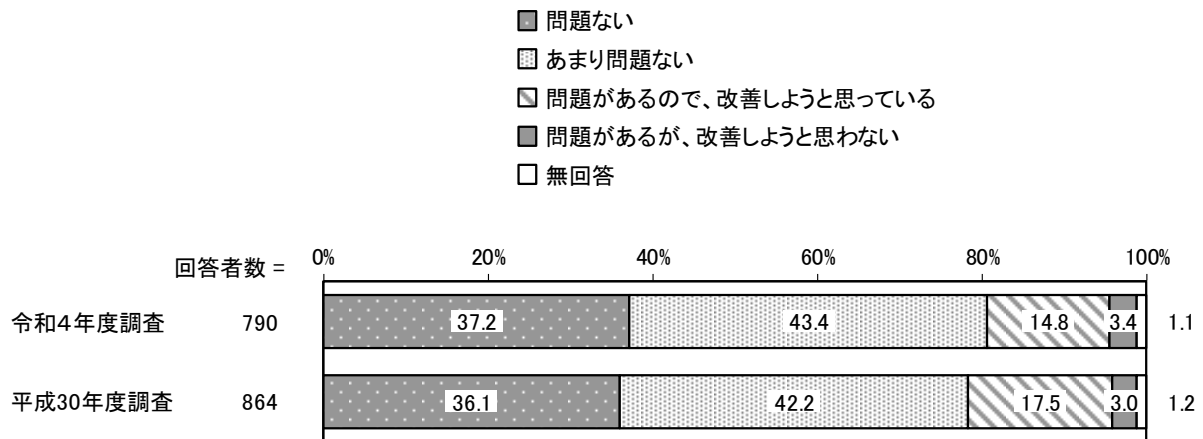
(2) 「食生活」について

問7 ご自身の食生活についてどのように思いますか。(1つに○)

「あまり問題ない」の割合が43.4%と最も高く、次いで「問題ない」の割合が37.2%、「問題があるので、改善しようと思っている」の割合が14.8%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

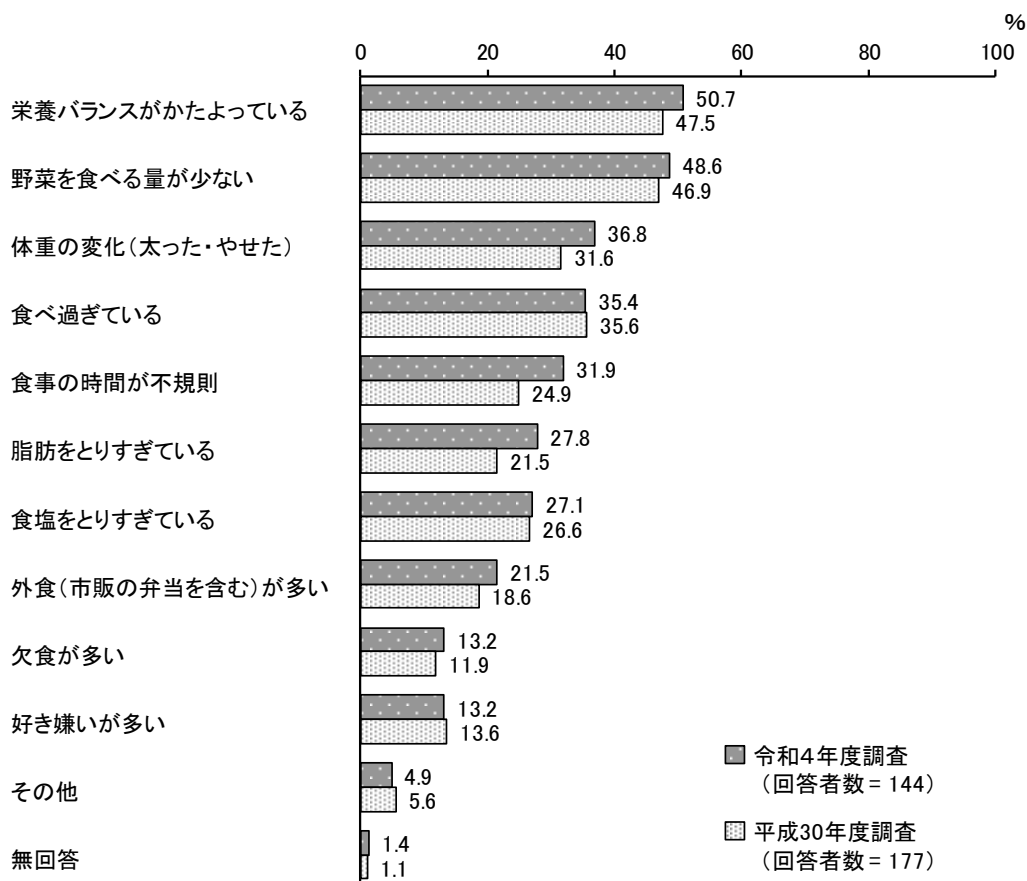


問7-1 食生活で問題があると思うのはどのようなことですか。
(あてはまるものすべてに○)

「栄養バランスがかたよっている」の割合が50.7%と最も高く、次いで「野菜を食べる量が少ない」の割合が48.6%、「体重の変化(太った・やせた)」の割合が36.8%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「体重の変化(太った・やせた)」「食事の時間が不規則」「脂肪をとりすぎている」の割合が増加しています。

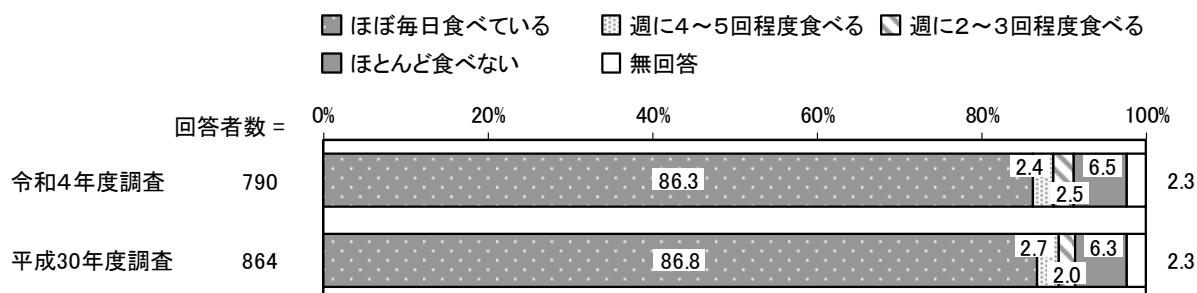


問8 朝食を食べていますか。(1つに○)

「ほぼ毎日食べている」の割合が86.3%と最も高くなっています。

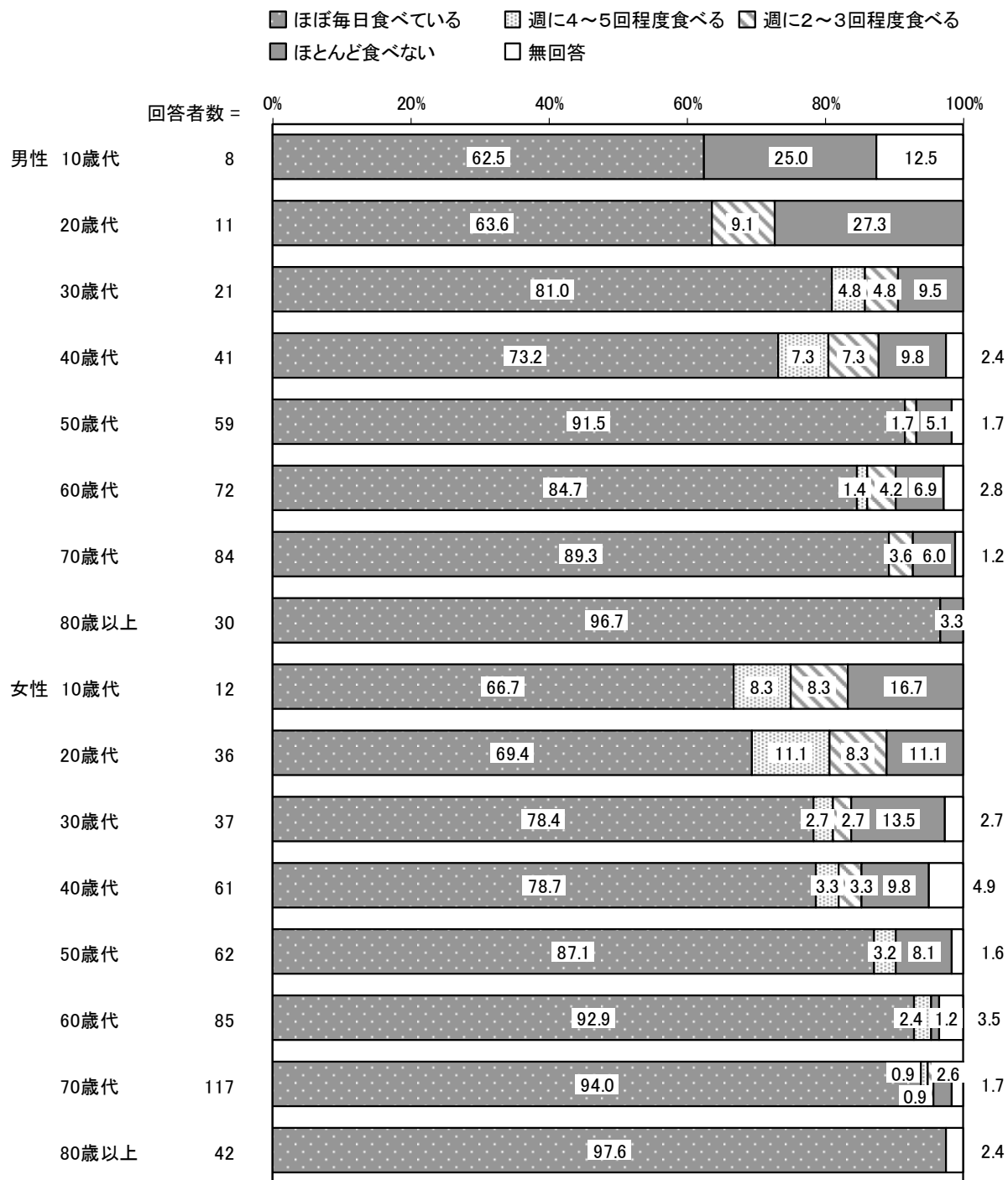
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【性・年齢別】

性・年齢別で見ると、他に比べ、男性 80 歳以上、女性 80 歳以上で「ほぼ毎日食べている」の割合が、女性 20 歳代で「週に 4～5 回程度食べる」の割合が高くなっています。また、男性 10 歳代、男性 20 歳代で「ほとんど食べない」の割合が高くなっています。

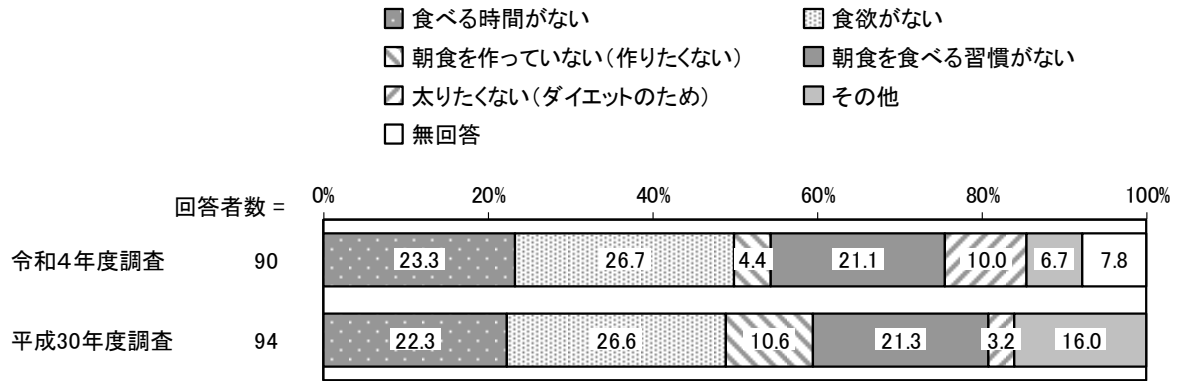


問 8-1 朝食を毎日食べない理由は何ですか。(最もあてはまるもの1つに○)

「食欲がない」の割合が 26.7%と最も高く、次いで「食べる時間がない」の割合が 23.3%、「朝食を食べる習慣がない」の割合が 21.1%となっています。

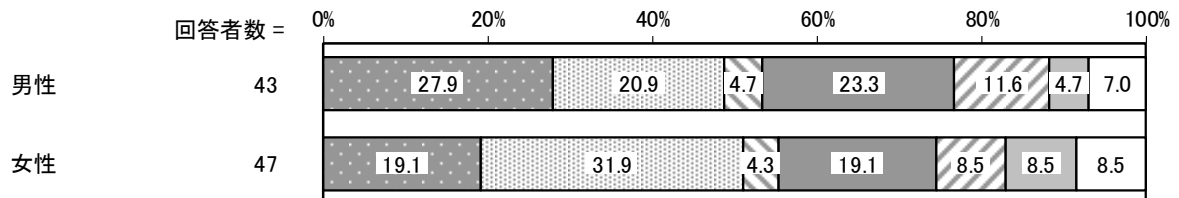
【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、「太りたくない(ダイエットのため)」の割合が増加しています。一方、「朝食を作っていない(作りたくない)」の割合が減少しています。



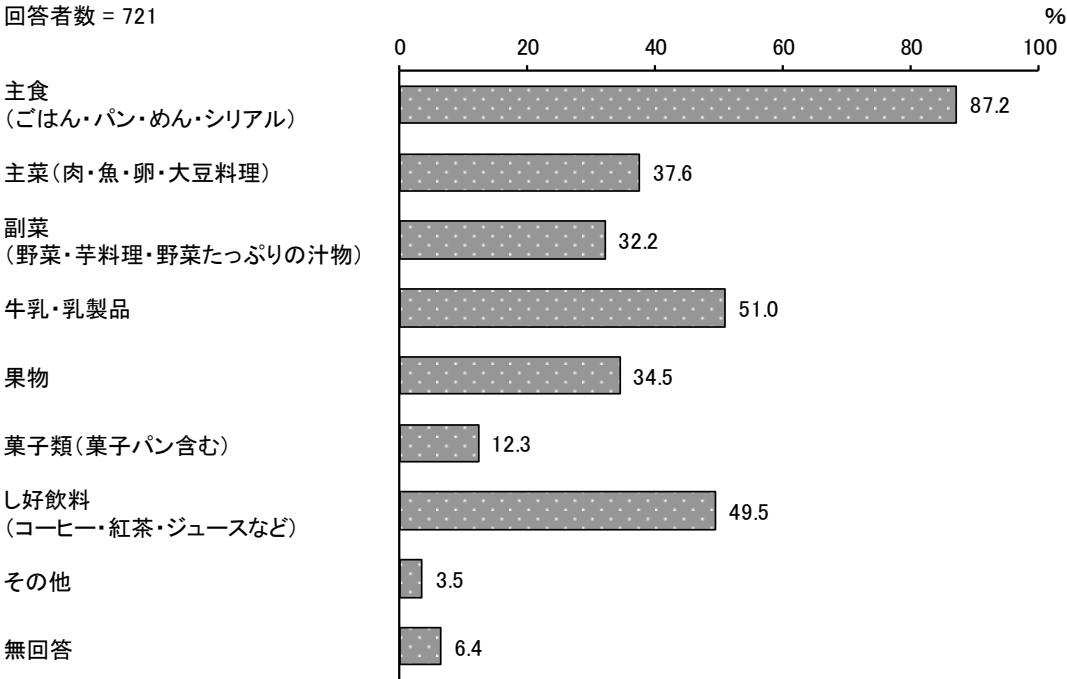
【性別】

性別で見ると、女性に比べ、男性で「食べる時間がない」の割合が高くなっています。一方、男性に比べ、女性で「食欲がない」の割合が高くなっています。



問 8-2 普段、どんな朝食を食べていますか。(あてはまるものすべてに○)

「主食（ごはん・パン・めん・シリアル）」の割合が 87.2%と最も高く、次いで「牛乳・乳製品」の割合が 51.0%、「し好飲料（コーヒー・紅茶・ジュースなど）」の割合が 49.5%となっています。

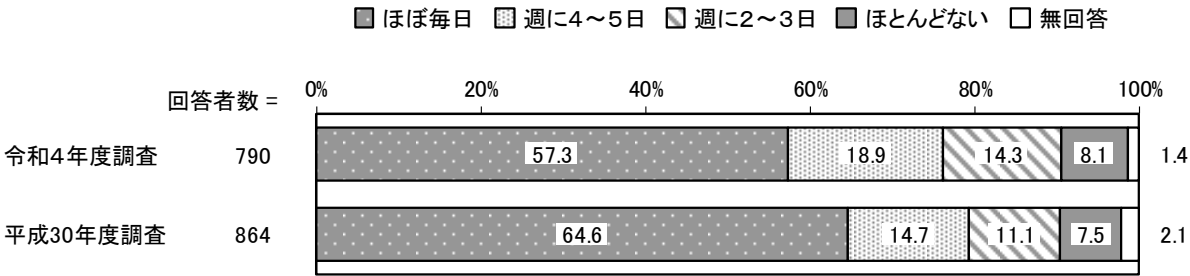


問 9 1日2回以上、主食・主菜・副菜をそろえて食べることが、週に何日ありますか。(1つに○)

「ほぼ毎日」の割合が 57.3%と最も高く、次いで「週に4～5日」の割合が 18.9%、「週に2～3日」の割合が 14.3%となっています。

【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、「ほぼ毎日」の割合が減少しています。

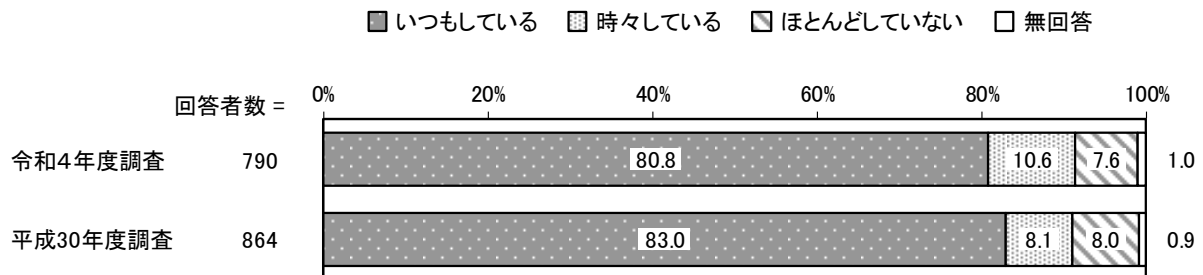


問 10 朝・昼・夕の3食を必ず食べるように意識していますか。(1つに○)

「いつもしている」の割合が80.8%と最も高く、次いで「時々している」の割合が10.6%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

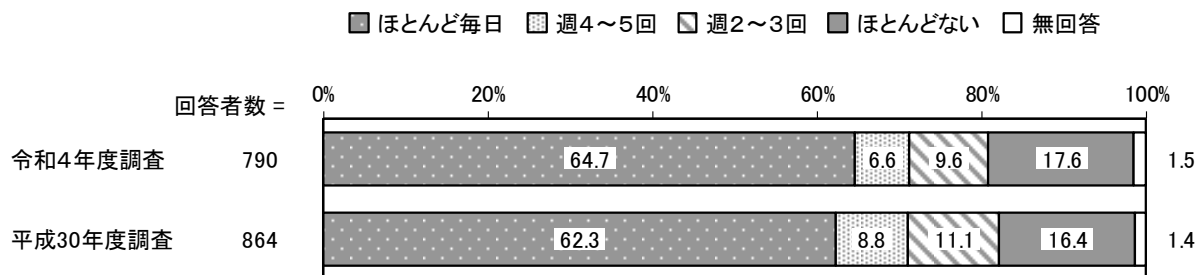


問 11 家族や友人と楽しく食事を食べる機会（1日1回以上）がありますか。(1つに○)

「ほとんど毎日」の割合が64.7%と最も高く、次いで「ほとんどない」の割合が17.6%となっています。

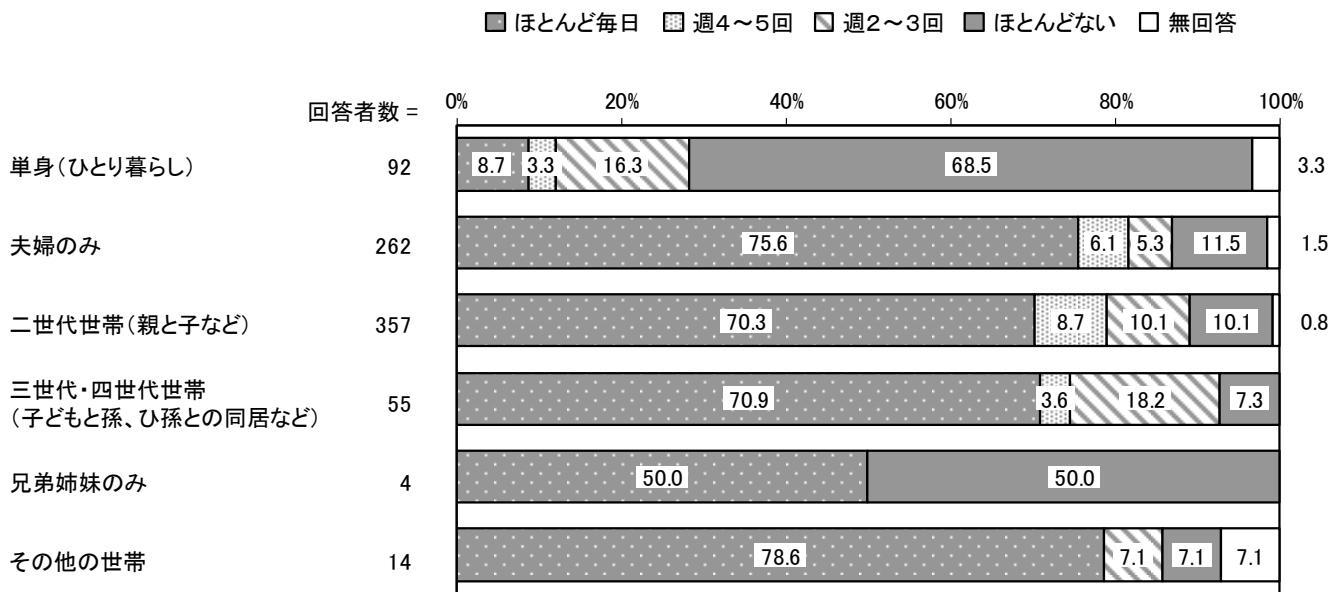
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【家族構成別】

家族構成別で見ると、他に比べ、その他の世帯で「ほとんど毎日」の割合が、単身（ひとり暮らし）で「ほとんどない」の割合が高くなっています。

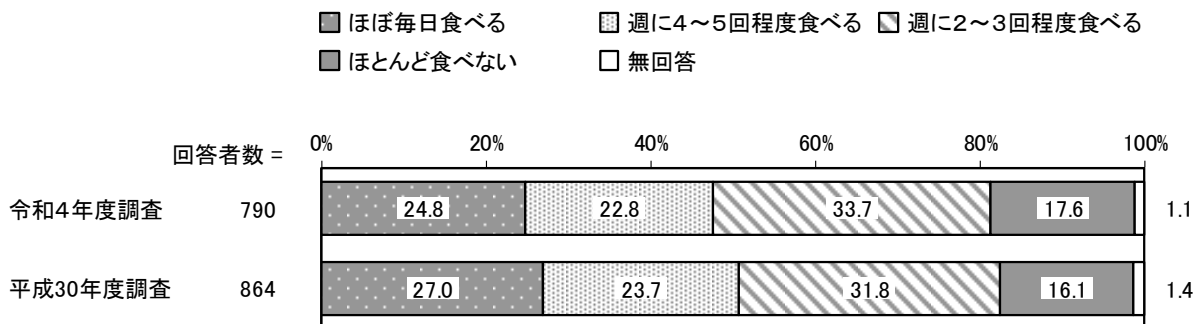


問 12 野菜を1日小鉢に5皿程度（約350g）食べていますか。（1つに○）

「週に2～3回程度食べる」の割合が33.7%と最も高く、次いで「ほぼ毎日食べる」の割合が24.8%、「週に4～5回程度食べる」の割合が22.8%となっています。

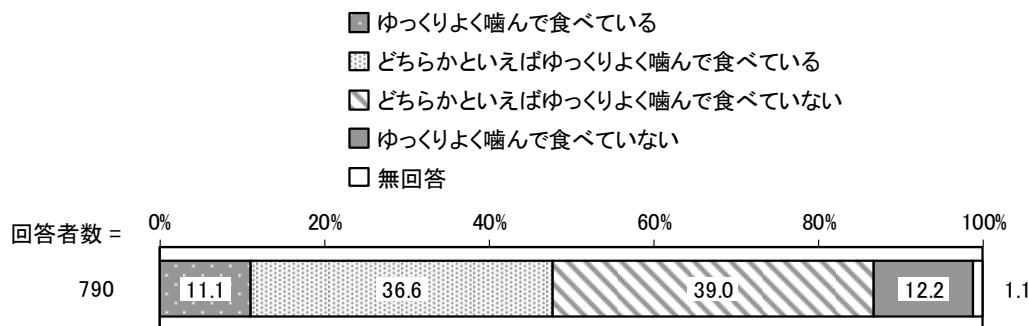
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



問 13 あなたは、普段ゆっくりよく噛んで（20～30回）食べていますか。（1つに○）

「ゆっくりよく噛んで食べている」と「どちらかといえばゆっくりよく噛んでいる」をあわせた“よく噛んで食べている”の割合が47.7%、「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない」と「ゆっくりよく噛んで食べていない」をあわせた“よく噛んで食べていない”の割合が51.2%となっています。

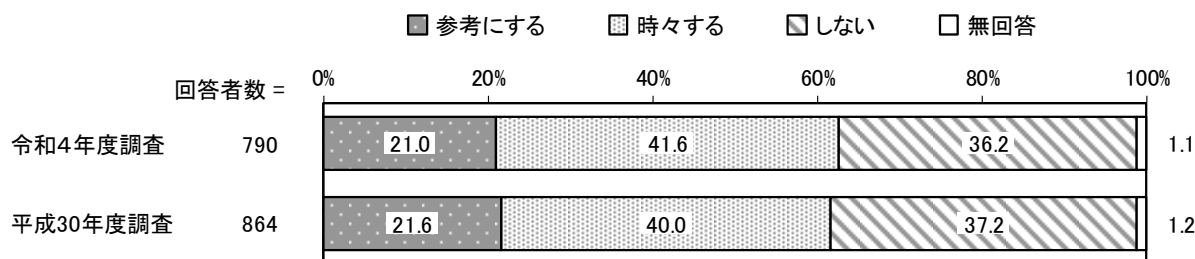


問 14 外食や食品を購入する時に栄養表示を参考にしていますか。（1つに○）

「時々する」の割合が41.6%と最も高く、次いで「しない」の割合が36.2%、「参考にする」の割合が21.0%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

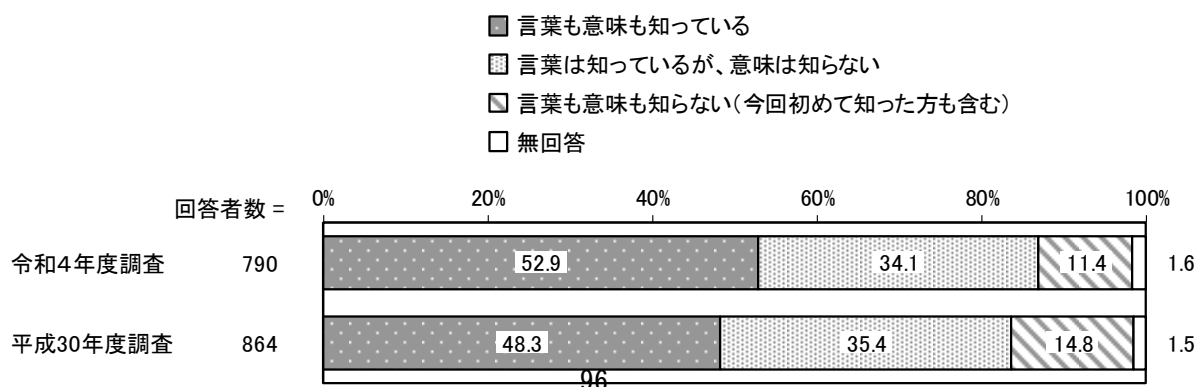


問 15 『食育』という言葉やその意味を知っていますか。（1つに○）

「言葉も意味も知っている」の割合が52.9%と最も高く、次いで「言葉は知っているが、意味は知らない」の割合が34.1%、「言葉も意味も知らない（今回初めて知った方も含む）」の割合が11.4%となっています。

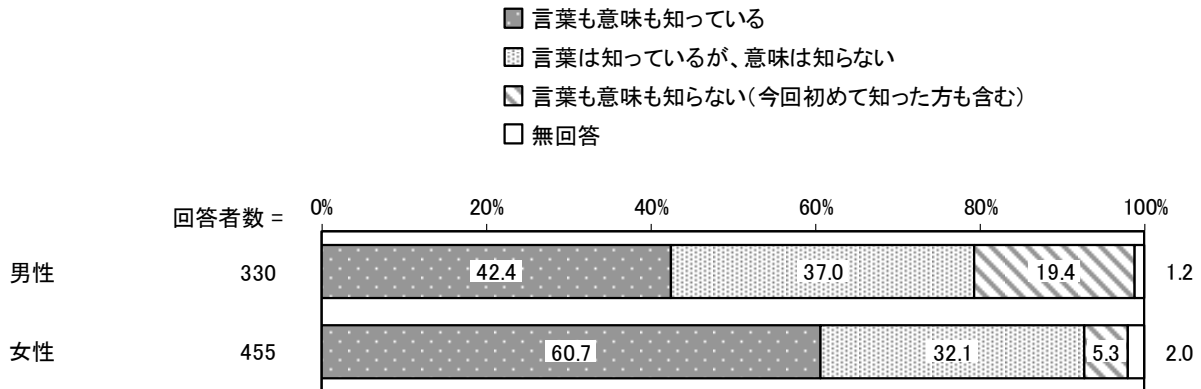
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【性別】

性別でみると、女性に比べ、男性で「言葉も意味も知らない（今回初めて知った方も含む）」の割合が高くなっています。一方、男性に比べ、女性で「言葉も意味も知っている」の割合が高くなっています。

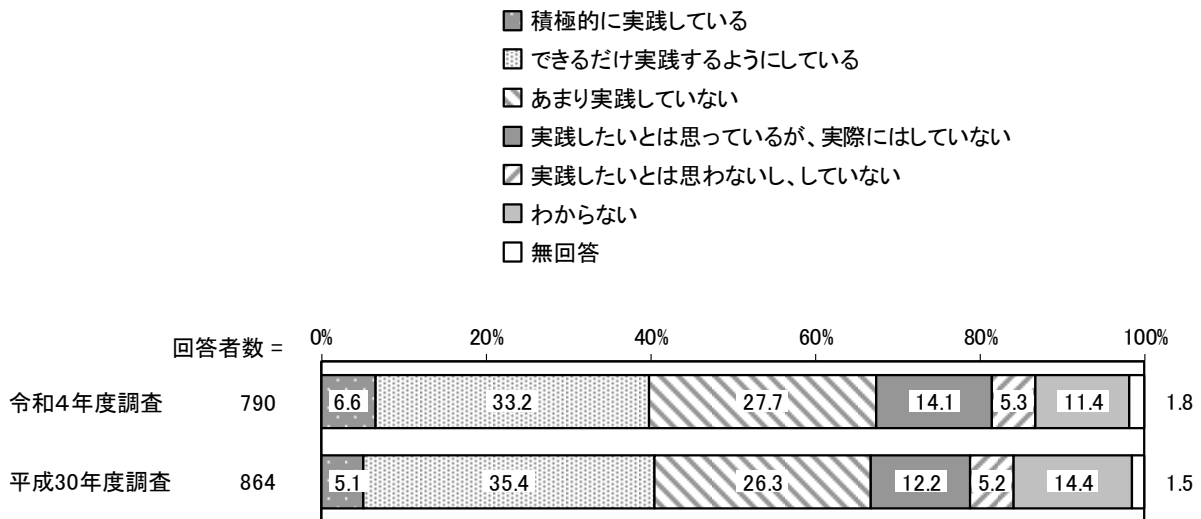


問 16 あなたは、普段から『食育』を何らかの形で実践していますか。（1つに○）

「できるだけ実践するようにしている」の割合が 33.2%と最も高く、次いで「あまり実践していない」の割合が 27.7%、「実践したいとは思っているが、実際にはしていない」の割合が 14.1%となっています。

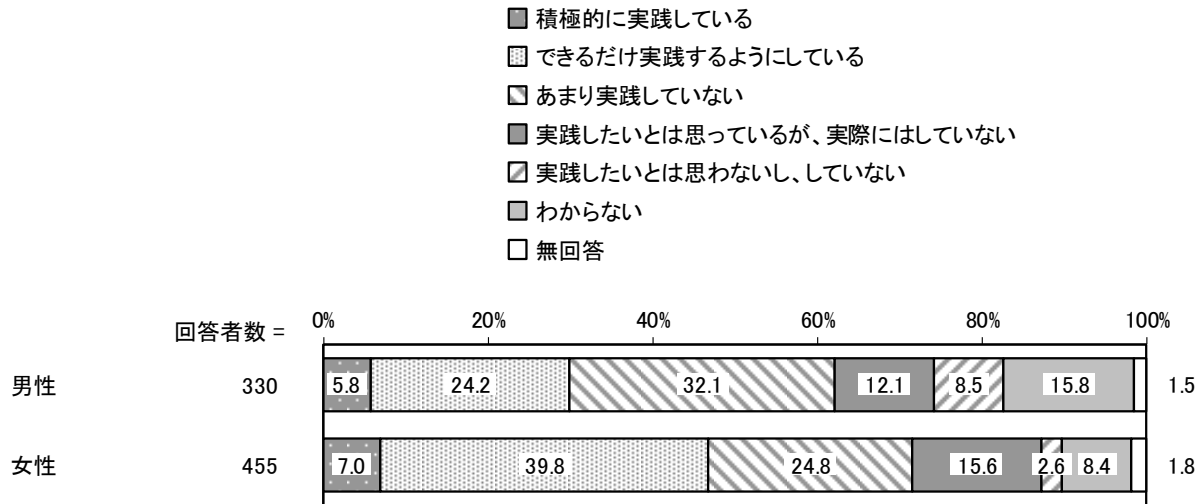
【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【性別】

性別でみると、女性に比べ、男性で「あまり実践していない」「実践したいとは思わないし、していない」「わからない」の割合が高くなっています。一方、男性に比べ、女性で「できるだけ実践するようにしている」の割合が高くなっています。

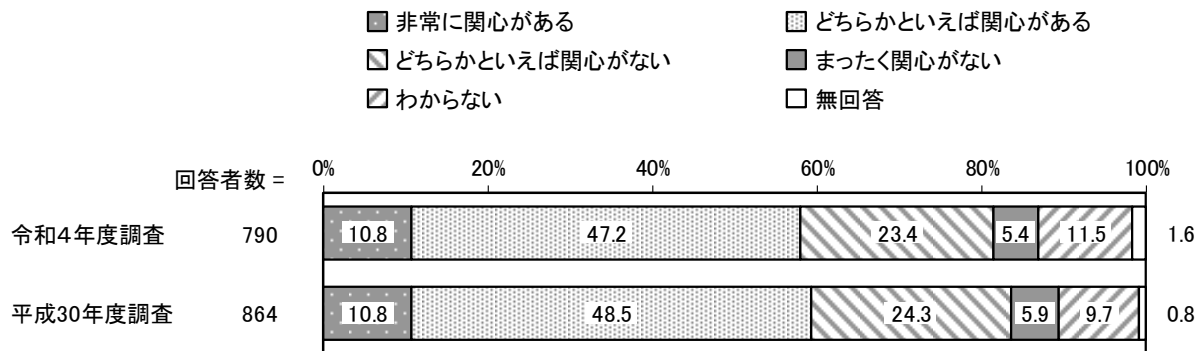


問 17 『食育』に関心がありますか。(1つに○)

「非常に関心がある」と「どちらかといえば関心がある」をあわせた“関心がある”の割合が58.0%、「どちらかといえば関心がない」と「まったく関心がない」をあわせた“関心がない”の割合が28.8%、「わからない」の割合が11.5%となっています。

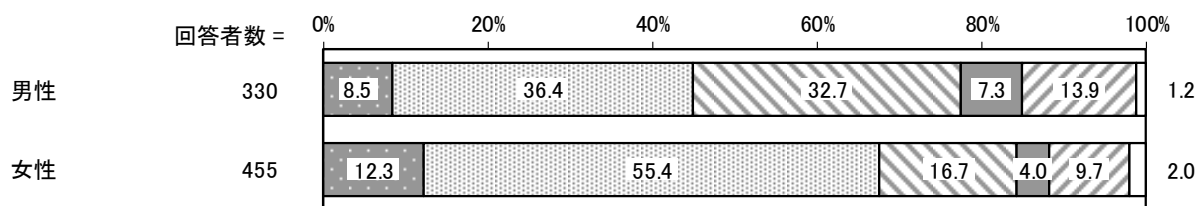
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



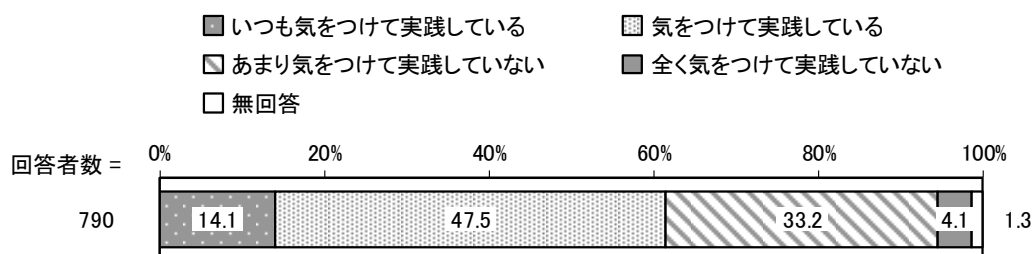
【性別】

性別でみると、男性に比べ、女性で“関心がある”の割合が高くなっています。



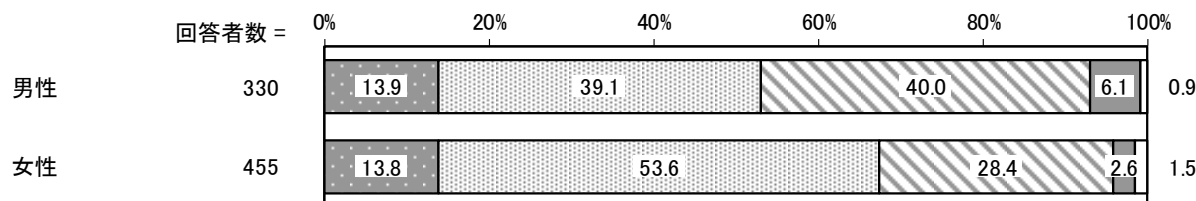
問 18 生活習慣病の予防や改善のために、あなたは普段から食生活に気をつけて実践していますか。(1つに○)

「いつも気をつけて実践している」と「気をつけて実践している」をあわせた“実践している”の割合が 61.6%、「あまり気をつけて実践していない」と「全く気をつけて実践していない」をあわせた“実践していない”の割合が 37.3%となっています。



【性別】

性別で見ると、男性に比べ、女性で“実践している”の割合が高くなっています。

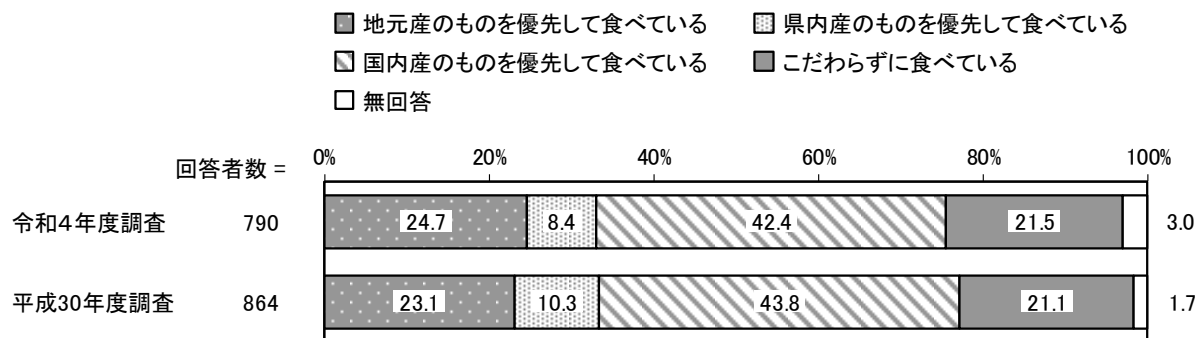


問 19 赤穂市では、地産地消を推進していますが、お米、野菜、魚介類等は、主にどこで生産されたものを食べていますか。(1つに○)

「国内産のものを優先して食べている」の割合が 42.4%と最も高く、次いで「地元産のものを優先して食べている」の割合が 24.7%、「こだわらずに食べている」の割合が 21.5%となっています。

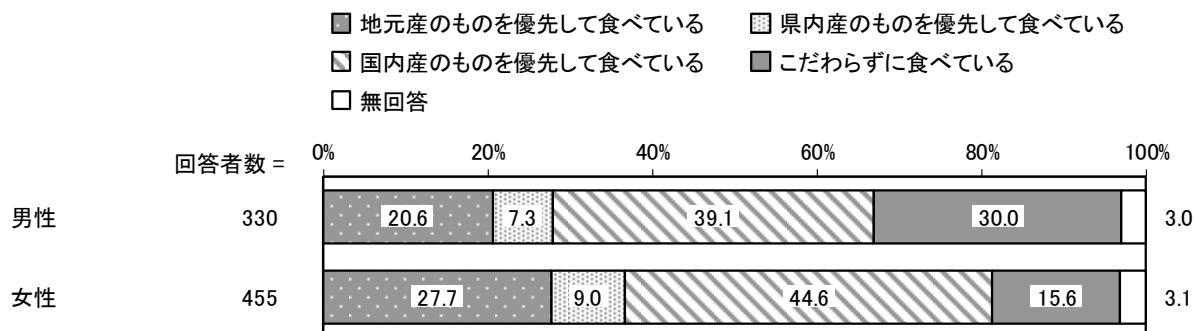
【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【性別】

性別で見ると、女性に比べ、男性で「こだわらずに食べている」の割合が高くなっています。一方、男性に比べ、女性で「地元産のものを優先して食べている」「国内産のものを優先して食べている」の割合が高くなっています。

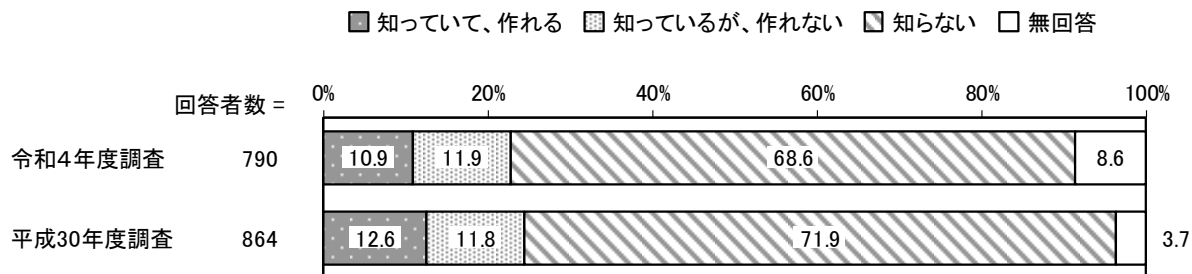


問 20 赤穂市の郷土料理を知っていますか。作れますか。(1つに○)

「知らない」の割合が68.6%と最も高く、次いで「知っているが、作れない」の割合が11.9%、「知っていて、作れる」の割合が10.9%となっています。

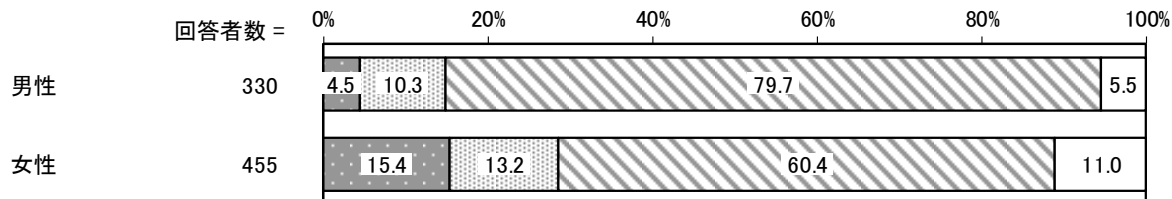
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【性別】

性別で見ると、女性に比べ、男性で「知らない」の割合が高くなっています。一方、男性に比べ、女性で「知っていて、作れる」の割合が高くなっています。

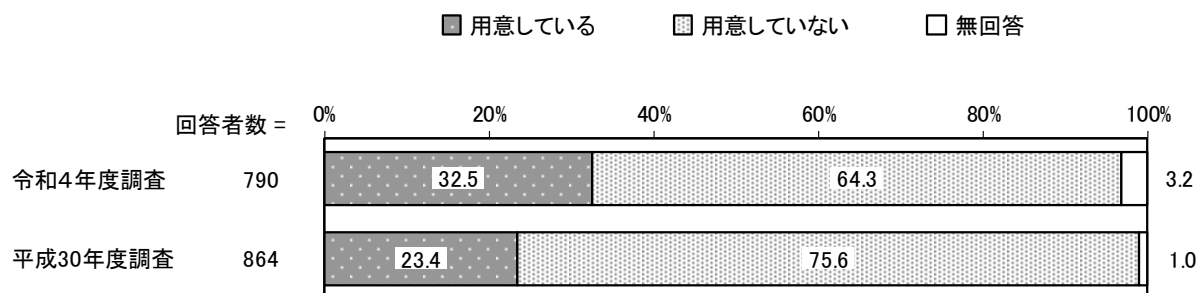


問 21 家庭で、災害時などに備えて非常用の食糧、食器、熱源などを用意していますか。(1つに○)

「用意している」の割合が 32.5%、「用意していない」の割合が 64.3%となっています。

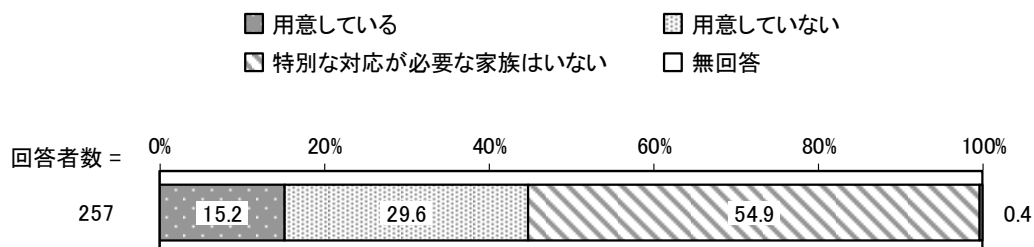
【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、「用意している」の割合が増加しています。一方、「用意していない」の割合が減少しています。



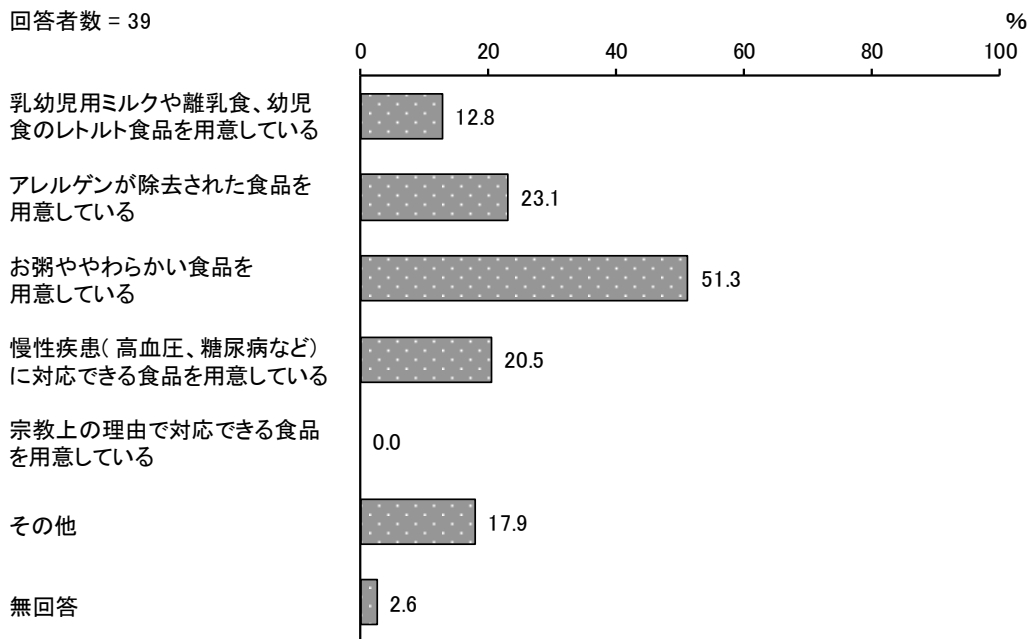
問 21-1 あなたの家庭では、家族の年齢（乳幼児、高齢者など）や健康状態（食物アレルギー、血圧が高い、食べ物を噛みにくいなど）に応じて、非常用の食糧を用意していますか。(1つに○)

「特別な対応が必要な家族はいない」の割合が 54.9%と最も高く、次いで「用意していない」の割合が 29.6%、「用意している」の割合が 15.2%となっています。



問 21-2 家族の年齢や、健康状態に応じてどのような食糧を用意していますか。
(あてはまるものすべてに○)

「お粥ややわらかい食品を用意している」の割合が 51.3%と最も高く、次いで「アレルギーが除去された食品を用意している」の割合が 23.1%、「慢性疾患(高血圧、糖尿病など)に対応できる食品を用意している」の割合が 20.5%となっています。



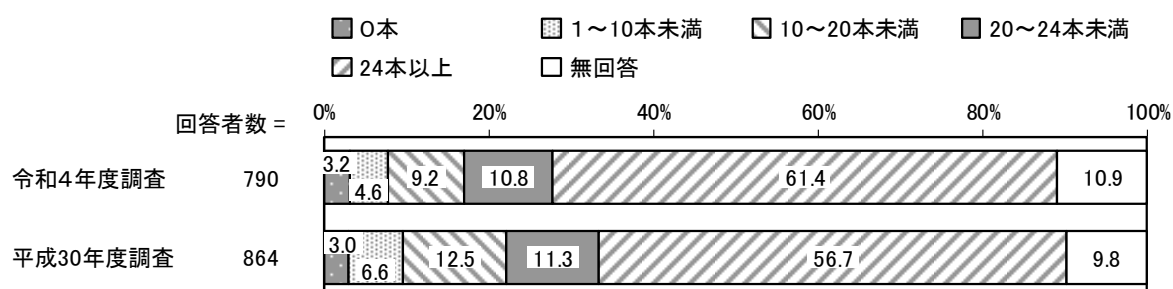
(3) 「歯の健康」について

問 22 自分の歯は何本ありますか。

「24本以上」の割合が61.4%と最も高く、次いで「20～24本未満」の割合が10.8%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

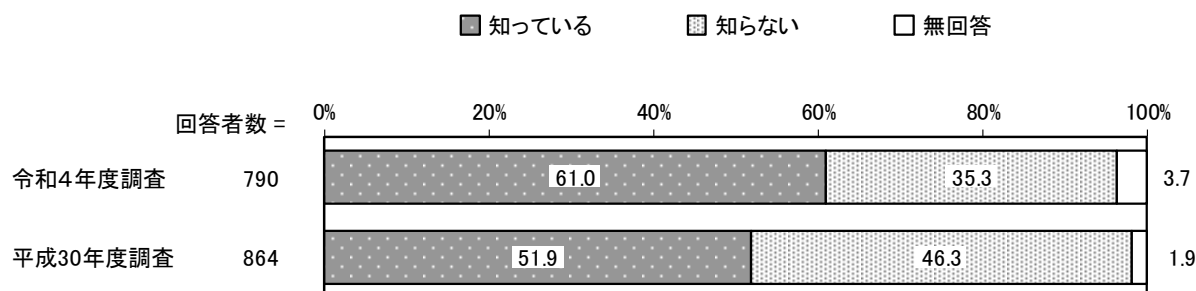


問 23 「残っている歯が多いほど、寝たきりや認知症の予防になる」ことを知っていますか。(1つに〇)

「知っている」の割合が61.0%、「知らない」の割合が35.3%となっています。

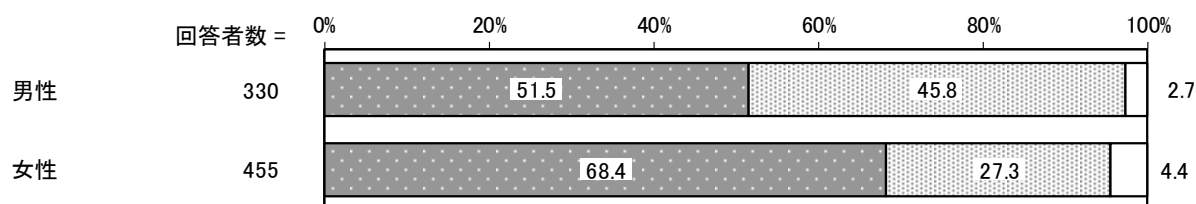
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「知っている」の割合が増加しています。一方、「知らない」の割合が減少しています。



【性別】

性別で見ると、男性に比べ、女性で「知っている」の割合が高くなっています。

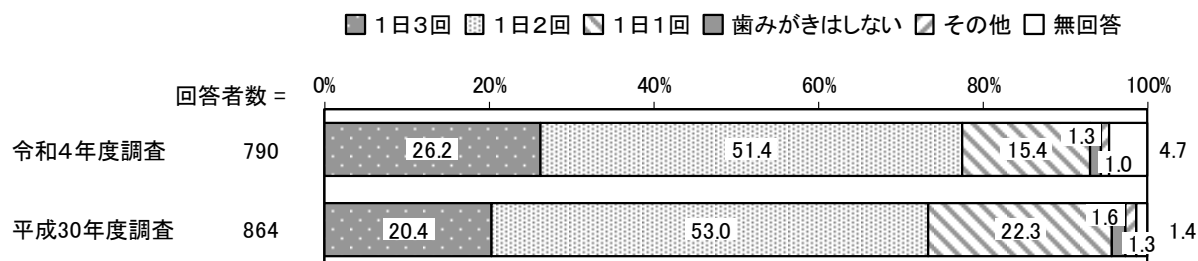


問 24 1日に何回くらい歯みがきをしますか。(1つに○)

「1日2回」の割合が51.4%と最も高く、次いで「1日3回」の割合が26.2%、「1日1回」の割合が15.4%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「1日3回」の割合が増加しています。一方、「1日1回」の割合が減少しています。

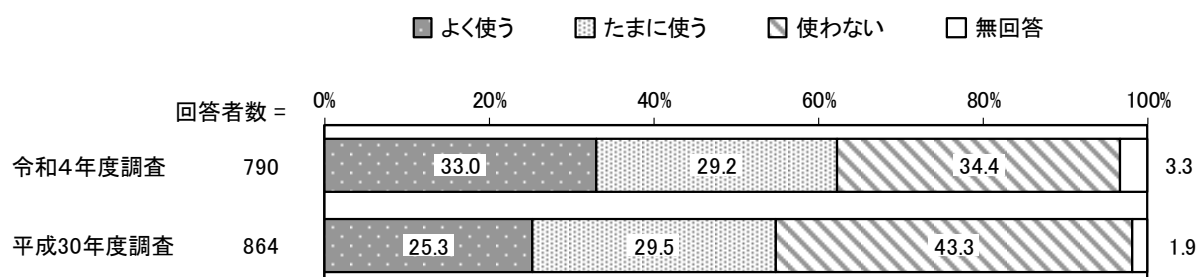


問 25 歯と歯の間を清掃するための補助用具（デンタルフロス、歯間ブラシ等）を使っていますか。(1つに○)

「使わない」の割合が34.4%と最も高く、次いで「よく使う」の割合が33.0%、「たまに使う」の割合が29.2%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「よく使う」の割合が増加しています。一方、「使わない」の割合が減少しています。

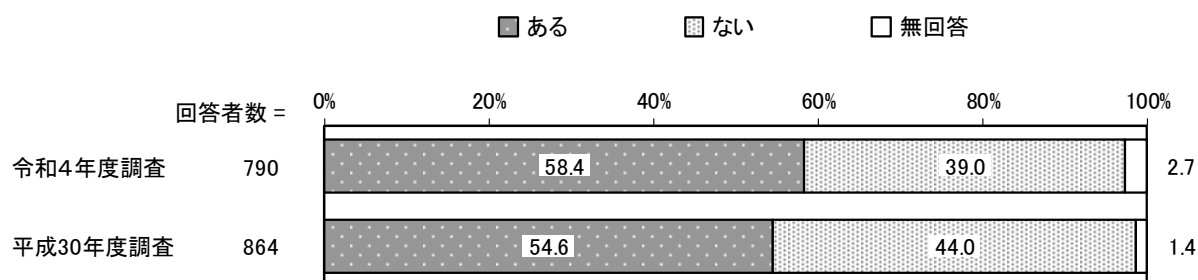


問 26 最近1年間に歯科健診を受けたことがありますか。(1つに○)

「ある」の割合が58.4%、「ない」の割合が39.0%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



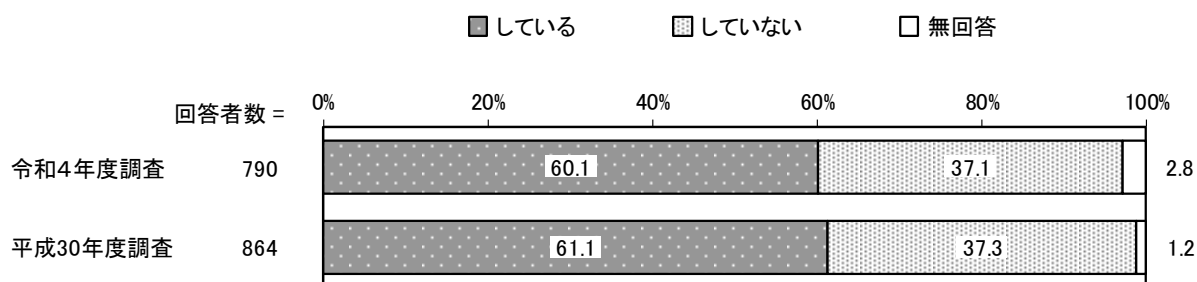
(4) 「運動習慣」について

問 27 日常生活の中で、健康の維持・増進のために、意識的に体を動かすようにしていますか。(1つに○)

「している」の割合が60.1%、「していない」の割合が37.1%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

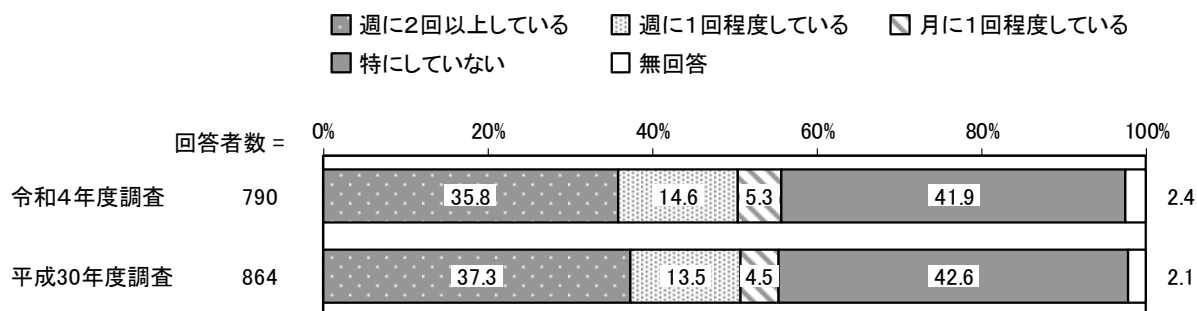


問 28 普段、健康のために1回30分以上の運動をしていますか。(1つに○)

「特にしていない」の割合が41.9%と最も高く、次いで「週に2回以上している」の割合が35.8%、「週に1回程度している」の割合が14.6%、「月に1回程度している」の割合が5.3%となっています。

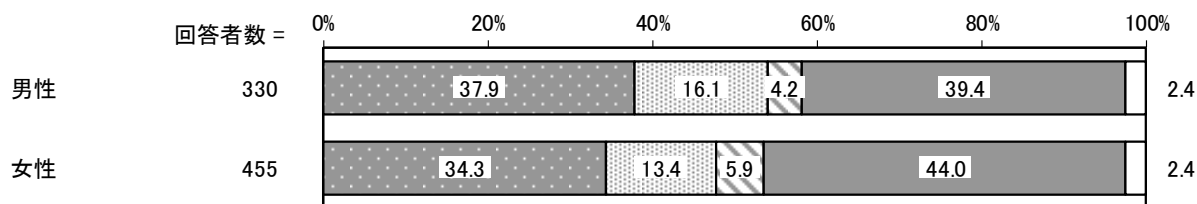
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



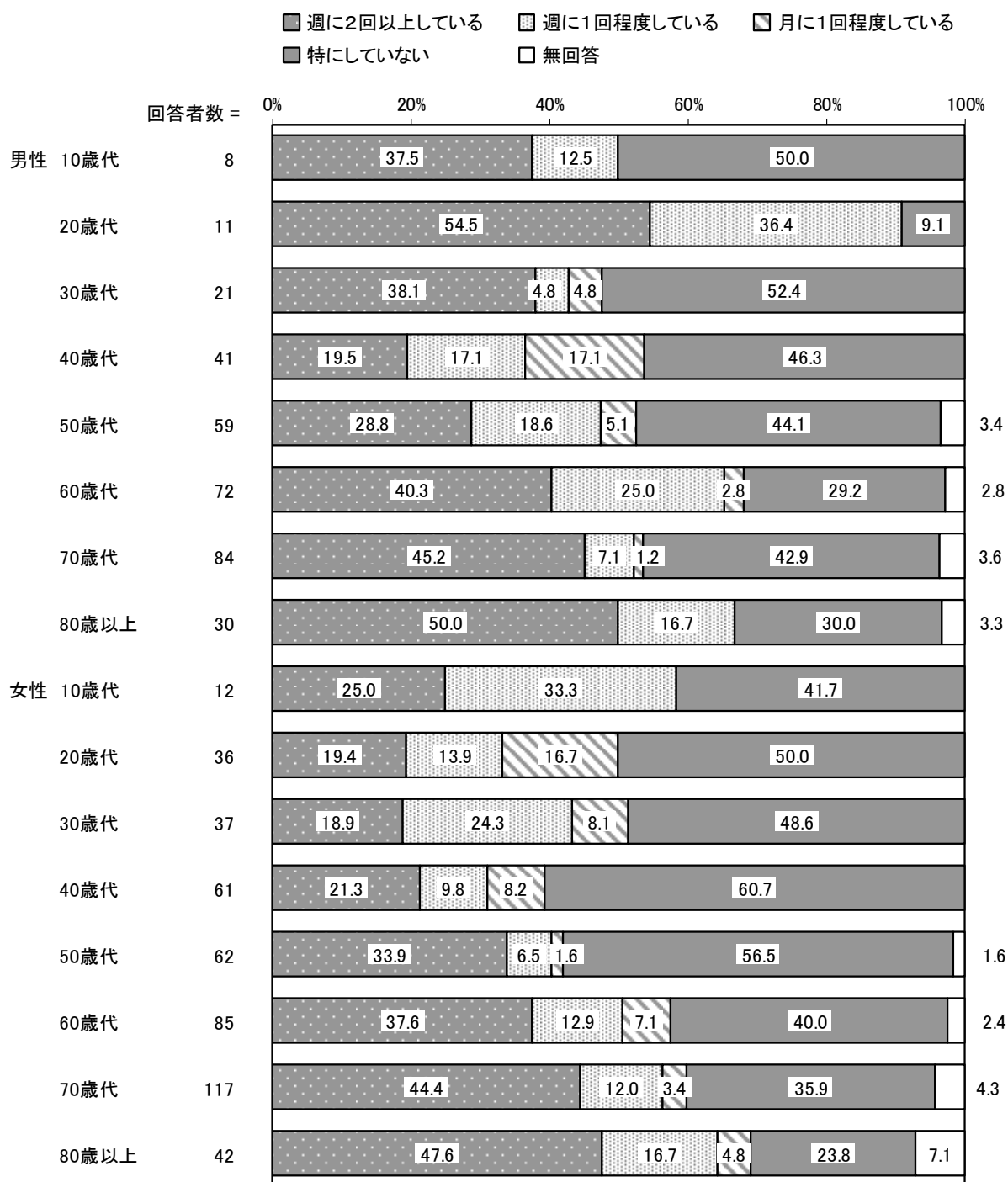
【性別】

性別でみると、大きな差異はみられません。



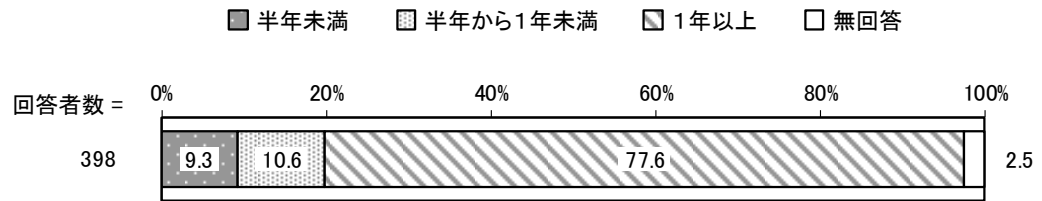
【性・年齢別】

性・年齢別で見ると、他に比べ、男性 20 歳代で「週に 2 回以上している」「週に 1 回程度している」の割合が、女性 40 歳代で「特にしていない」の割合が高くなっています。



問 28-1 その運動はどのくらいの期間続けていますか。(1つに○)

「1年以上」の割合が77.6%と最も高く、次いで「半年から1年未満」の割合が10.6%となっています。

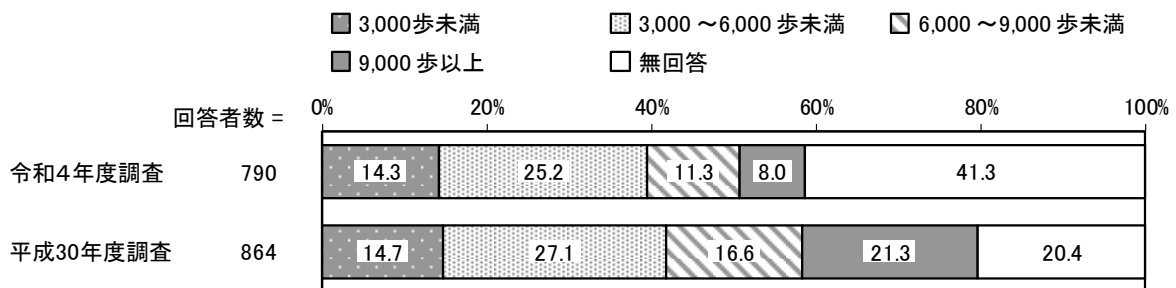


問 29 1日にどれくらい歩きますか。(歩数)

「3,000～6,000歩未満」の割合が25.2%と最も高く、次いで「3,000歩未満」の割合が14.3%、「6,000～9,000歩未満」の割合が11.3%となっています。

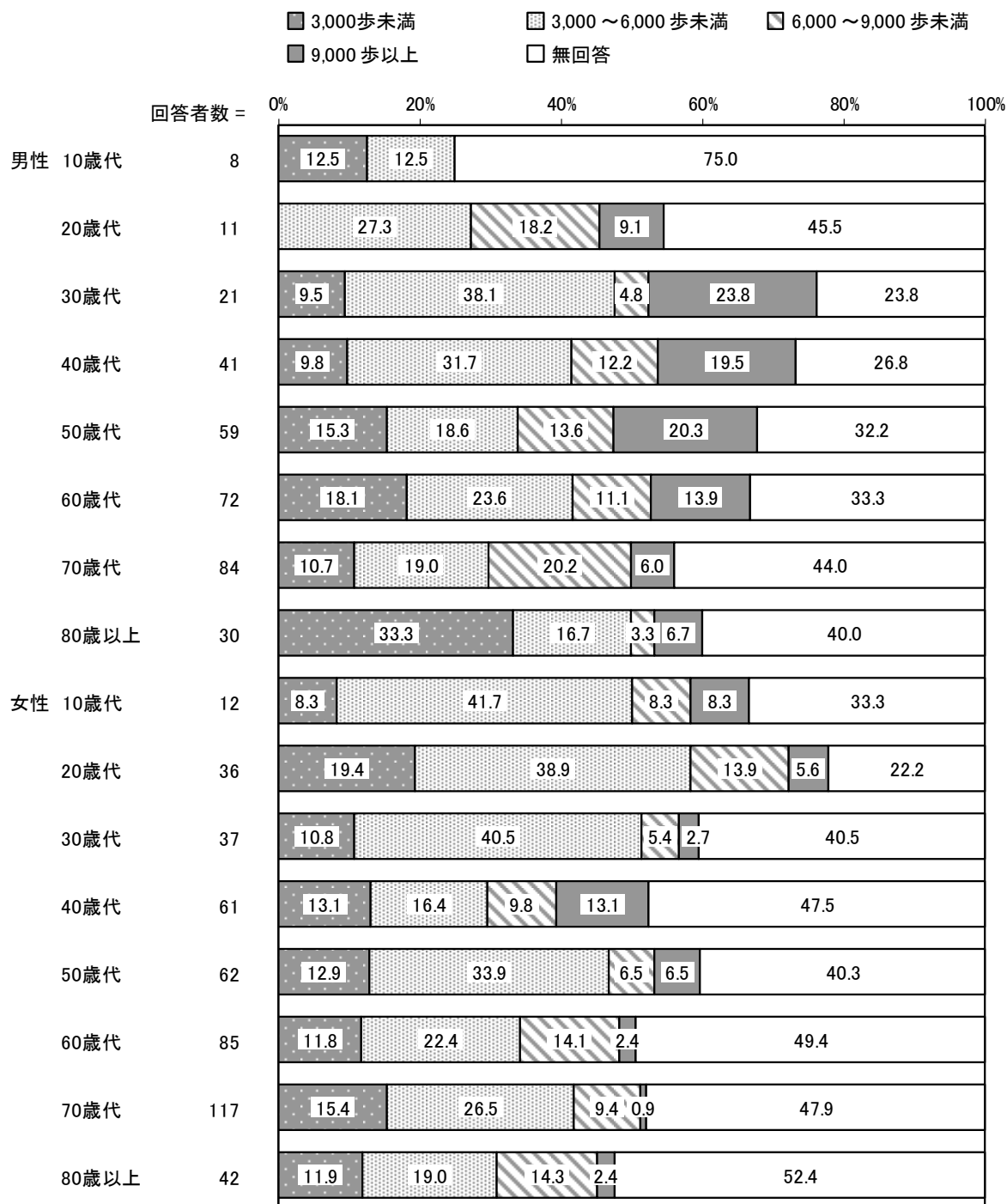
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「6,000～9,000歩未満」「9,000歩以上」の割合が減少しています。



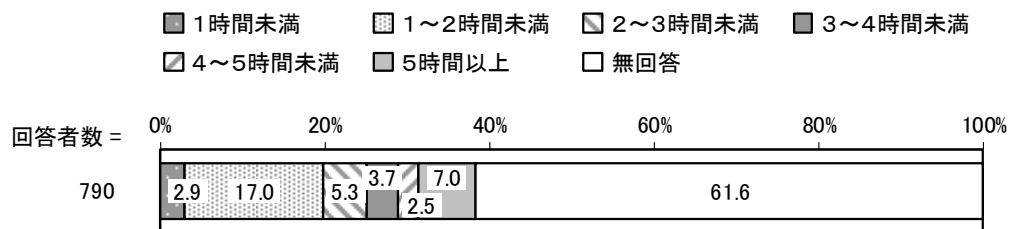
【性・年齢別】

性・年齢別で見ると、他に比べ、男性 80 歳以上で「3,000 歩未満」の割合が、女性 10 歳代で「3,000～6,000 歩未満」の割合が高くなっています。また、男性 30 歳代で「9,000 歩以上」の割合が高くなっています。



問 29 1日にどれくらい歩きますか。(時間)

「1～2時間未満」の割合が17.0%と最も高くなっています。

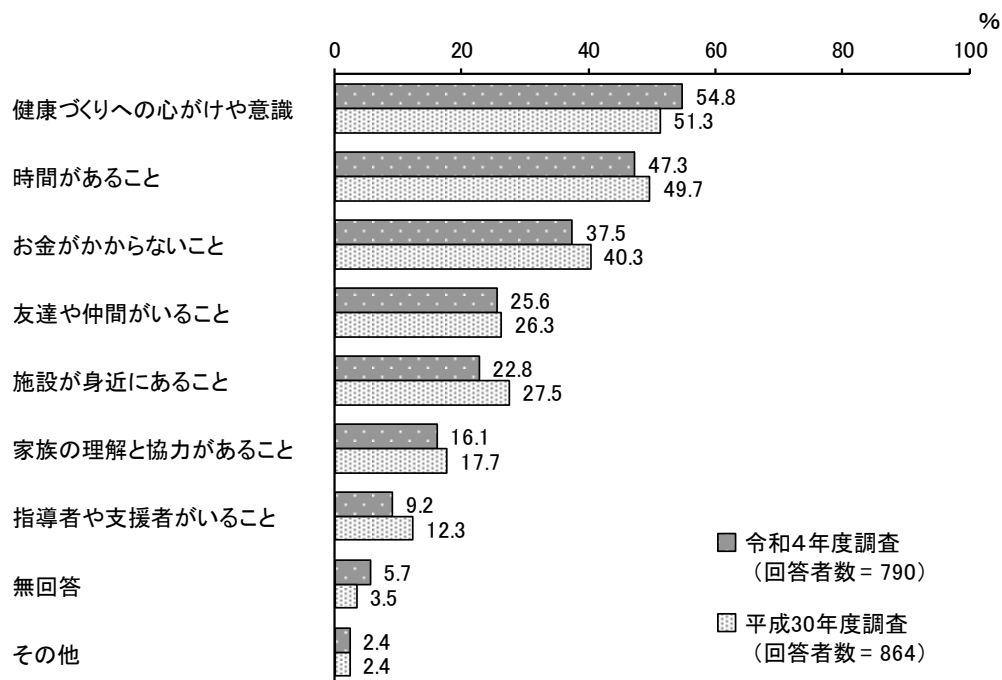


問 30 定期的に運動するためには、何が大切だと思いますか。(3つまで○)

「健康づくりへの心がけや意識」の割合が54.8%と最も高く、次いで「時間があること」の割合が47.3%、「お金がかからないこと」の割合が37.5%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



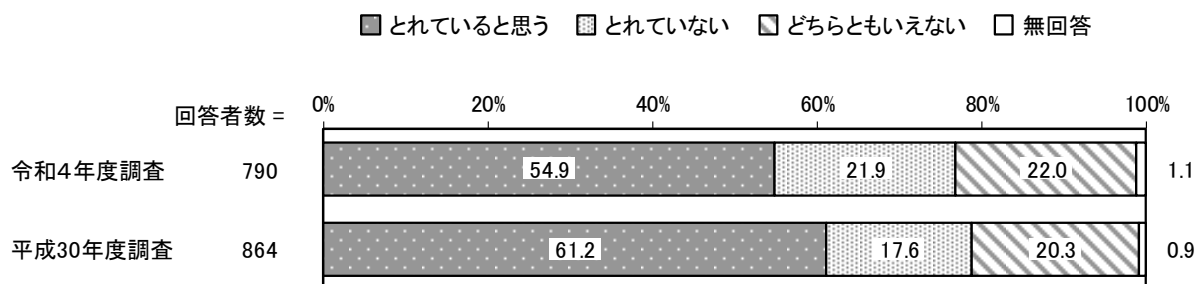
(5) 「睡眠・ストレス」について

問 31 睡眠による休養がとれていると思いますか。(1つに○)

「とれていると思う」の割合が 54.9%と最も高く、次いで「どちらともいえない」の割合が 22.0%、「とれていない」の割合が 21.9%となっています。

【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、「とれていると思う」の割合が減少しています。

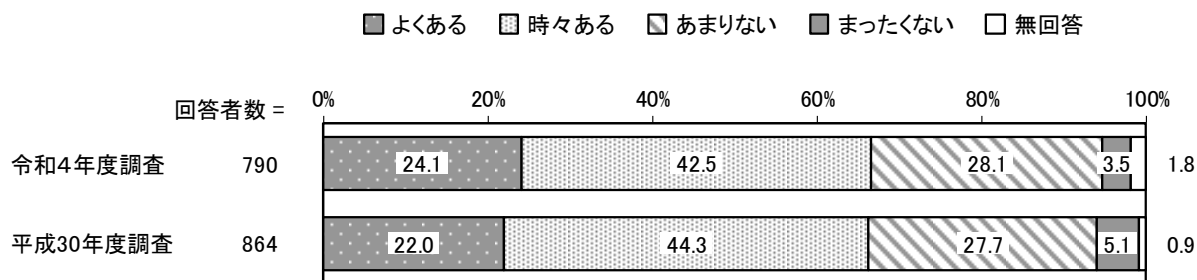


問 32 普段の生活のなかでストレスを感じることはありますか。(1つに○)

「よくある」と「時々ある」をあわせた“ある”の割合が 66.6%、「あまりない」と「まったくない」をあわせた“ない”の割合が 31.6%となっています。

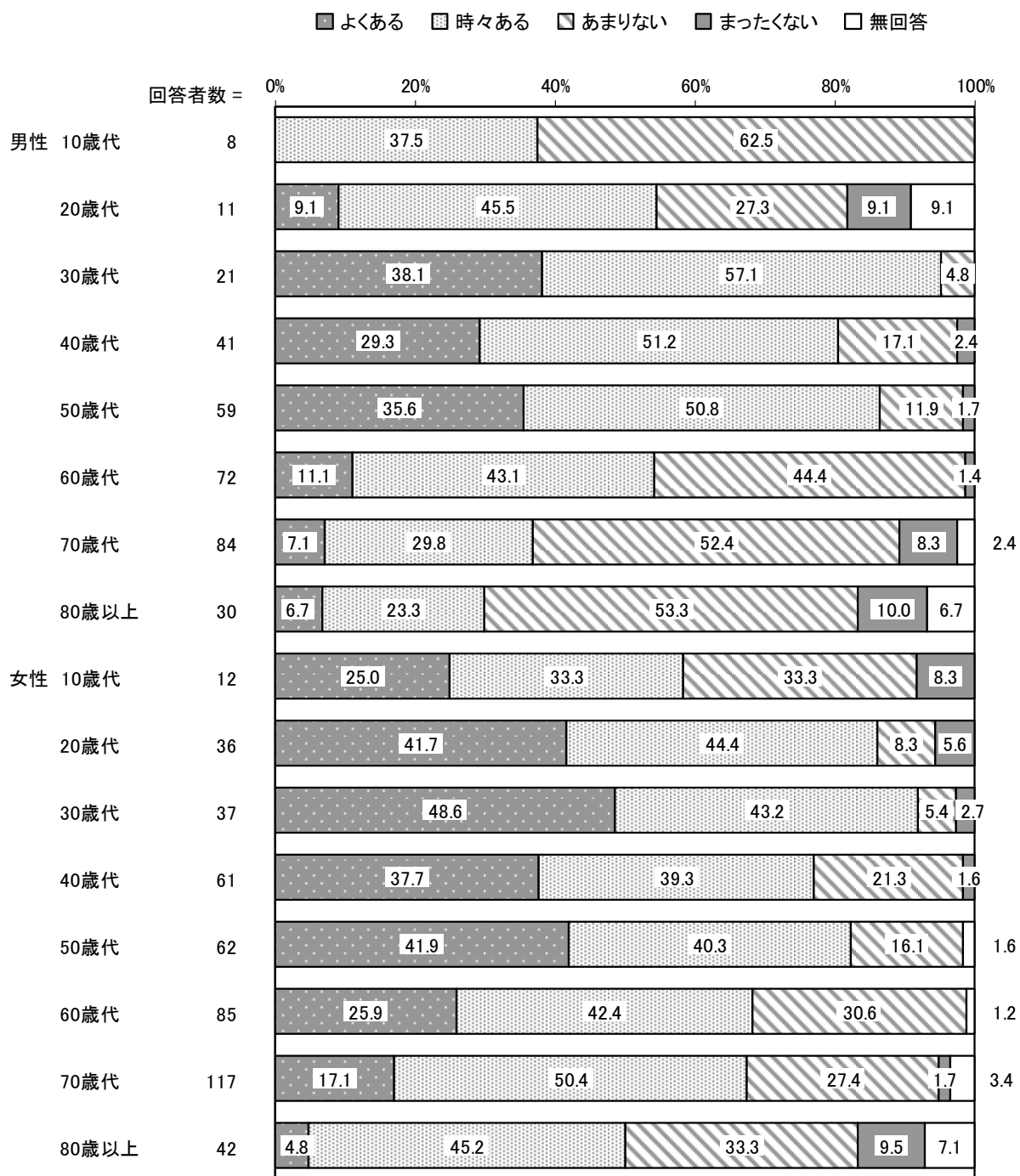
【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【性・年齢別】

性・年齢別で見ると、他に比べ、男性 30 歳代で“ある”の割合が、男性 80 歳以上で“ない”の割合が高くなっています。

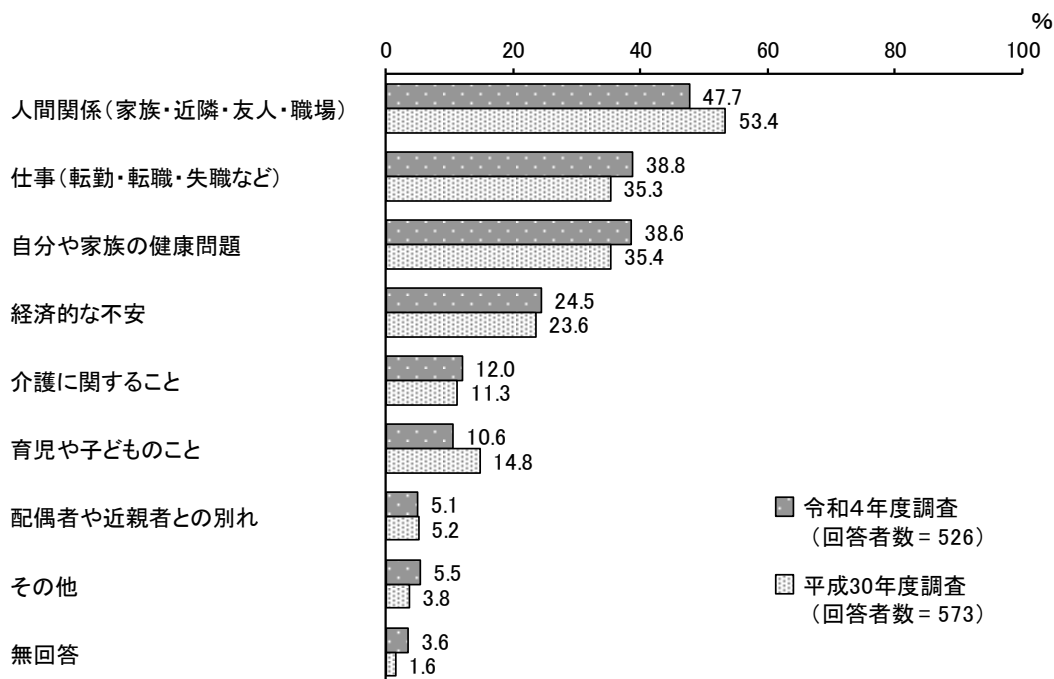


問 32-1 ストレスの原因は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

「人間関係（家族・近隣・友人・職場）」の割合が 47.7%と最も高く、次いで「仕事（転勤・転職・失職など）」の割合が 38.8%、「自分や家族の健康問題」の割合が 38.6%となっています。

【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、「人間関係（家族・近隣・友人・職場）」の割合が減少しています。



【性別】

性別でみると女性に比べ、男性で「仕事（転勤・転職・失職など）」の割合が高くなっています。一方、男性に比べ、女性で「育児や子どものこと」の割合が高くなっています。

単位：%

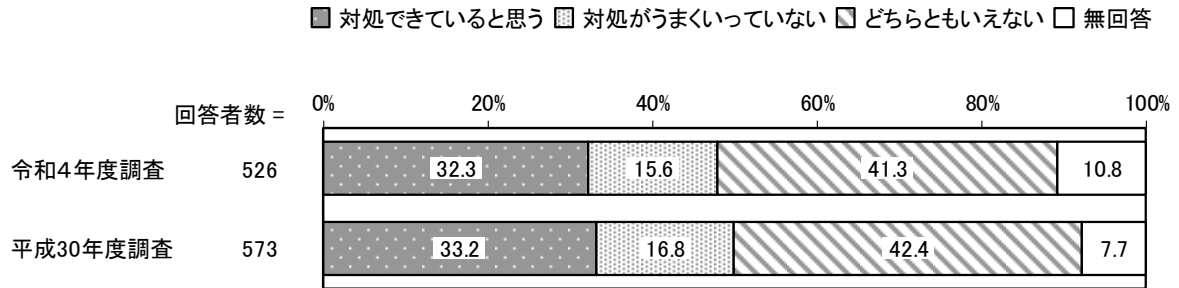
区分	回答者数(件)	自分や家族の健康問題	配偶者や近親者との別れ	仕事(転勤・転職・失職など)	経済的な不安	人間関係(家族・近隣・友人・職場)	育児や子どものこと	介護に関すること	その他	無回答
男性	194	35.1	5.7	53.6	27.3	47.4	6.2	9.3	5.2	3.6
女性	329	40.7	4.9	30.1	22.2	47.7	13.1	13.7	5.8	3.6

問 32-2 ストレスには、うまく対処できていますか。(1つに○)

「どちらともいえない」の割合が41.3%と最も高く、次いで「対処できていると思う」の割合が32.3%、「対処がうまくいっていない」の割合が15.6%となっています。

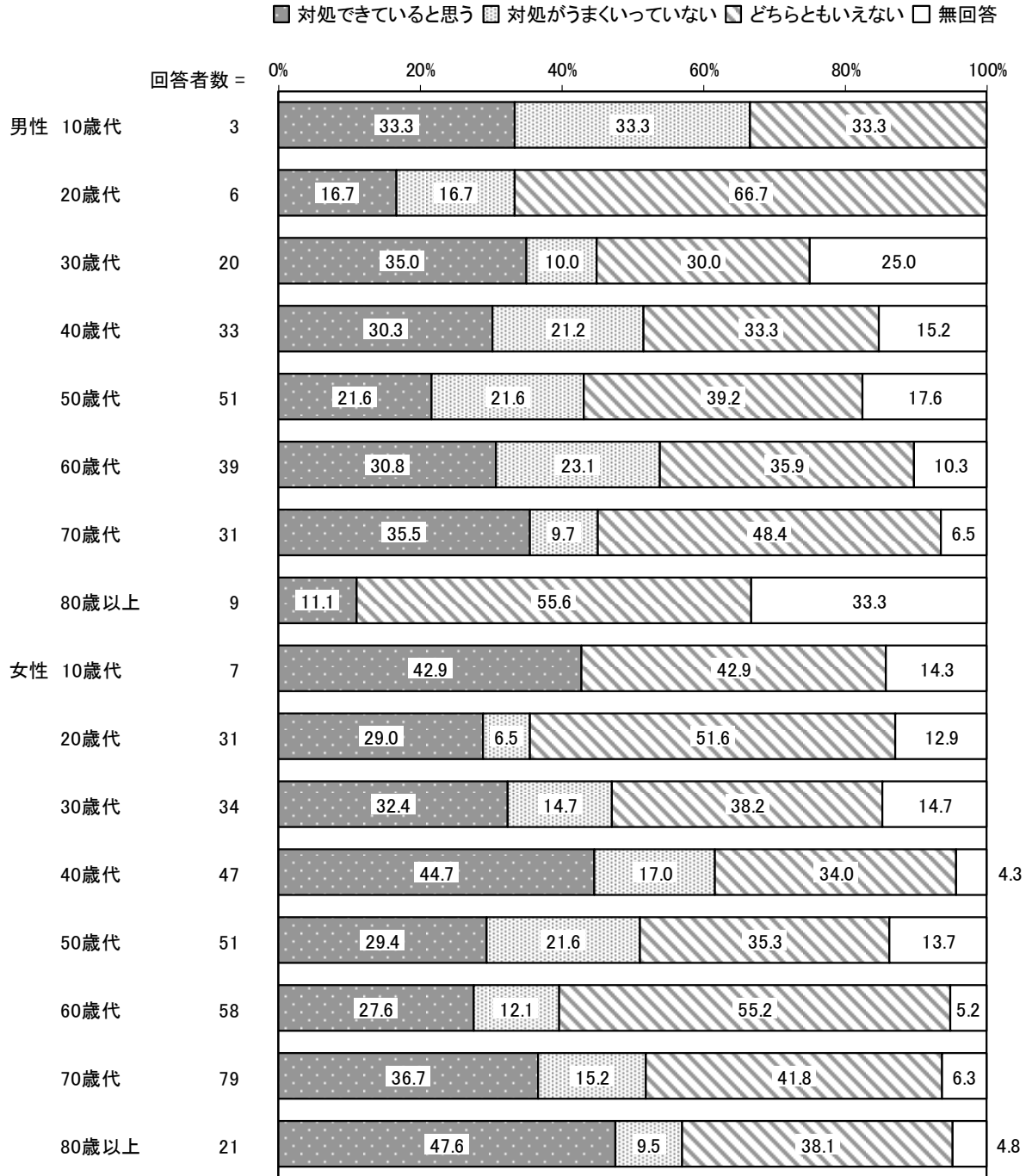
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【性・年齢別】

性・年齢別で見ると、他に比べ、女性 80 歳以上で「対処できていると思う」の割合が、男性 10 歳代で「対処がうまくいっていない」の割合が高くなっています。また、女性 60 歳代で「どちらともいえない」の割合が高くなっています。

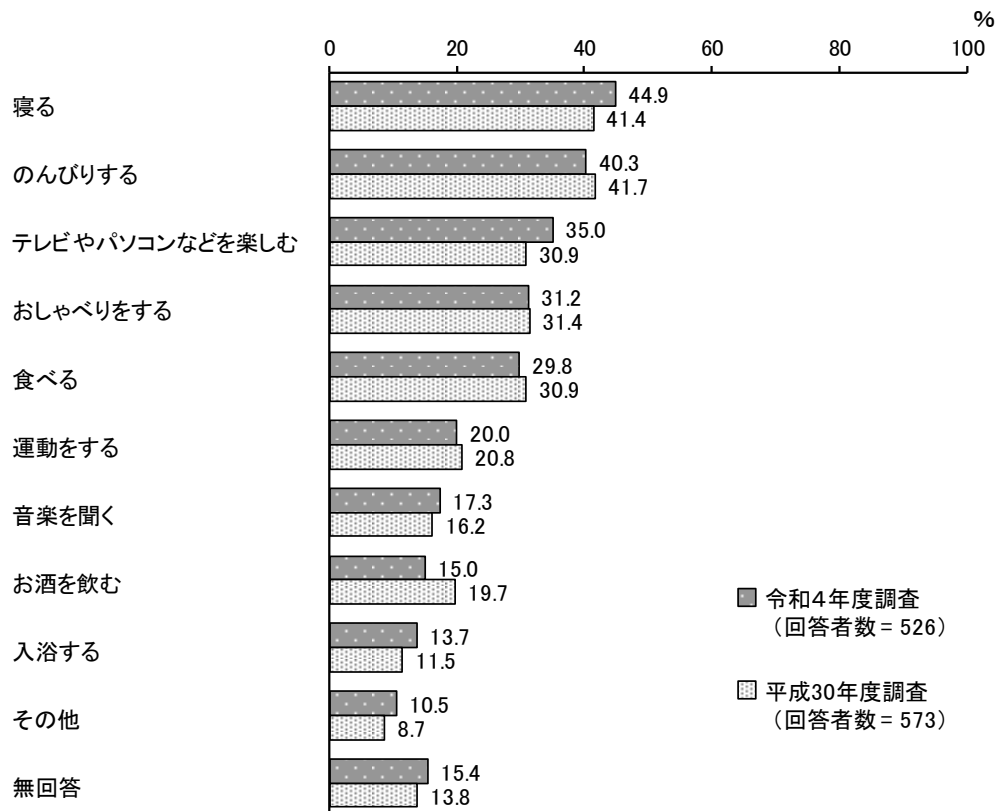


問 32-3 ストレス解消方法は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

「寝る」の割合が44.9%と最も高く、次いで「のんびりする」の割合が40.3%、「テレビやパソコンなどを楽しむ」の割合が35.0%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【性別】

性別でみると、女性に比べ、男性で「テレビやパソコンなどを楽しむ」「運動をする」「お酒を飲む」の割合が高くなっています。一方、男性に比べ、女性で「おしゃべりをする」「食べる」の割合が高くなっています。

単位：%

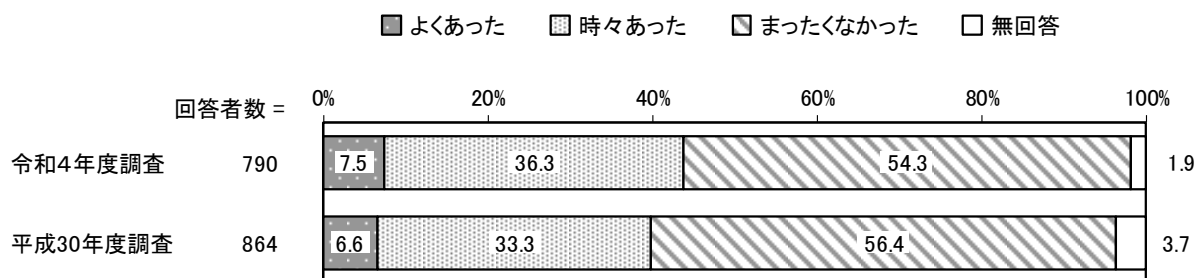
区分	回答者数 (件)	寝る	のんびりする	おしゃべりをする	テレビやパソコンなどを楽しむ	運動をする	音楽を聞く	入浴する	お酒を飲む	食べる	その他	無回答
男性	194	45.9	40.2	11.9	40.7	27.3	18.6	13.4	27.8	25.3	7.7	15.5
女性	329	44.1	40.4	42.2	31.3	15.2	16.1	13.7	7.3	32.5	11.9	15.5

問 33 これまでに2週間以上、気持ちが落ち込んだり、ひどく不安になったり、興味や楽しみがもてなかったことはありましたか。(1つに○)

「まったくなかった」の割合が54.3%と最も高く、次いで「時々あった」の割合が36.3%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

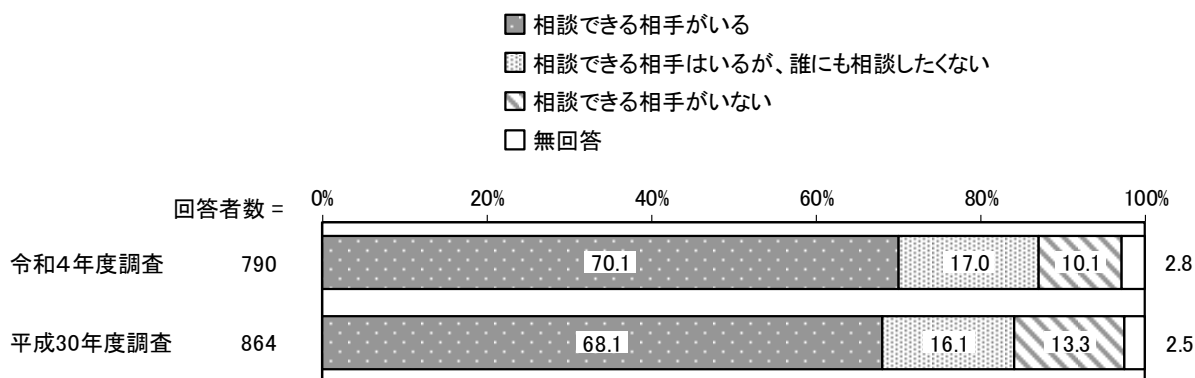


問 34 悩みやストレスなどで困った時、相談できる相手（相談機関を含む）はいますか。(1つに○)

「相談できる相手がいる」の割合が70.1%と最も高く、次いで「相談できる相手はいるが、誰にも相談したくない」の割合が17.0%、「相談できる相手がない」の割合が10.1%となっています。

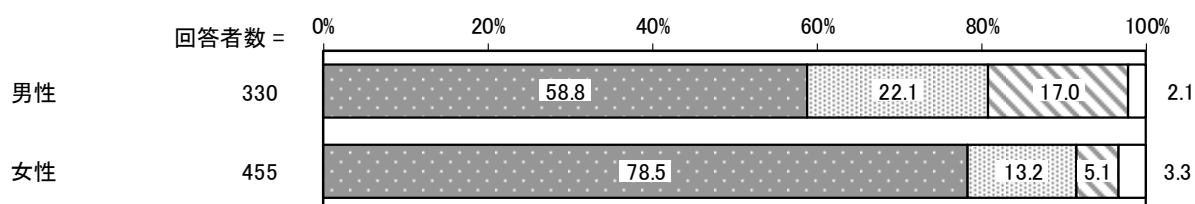
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【性別】

性別でみると、女性に比べ、男性で「相談できる相手はいるが、誰にも相談したくない」「相談できる相手がない」の割合が高くなっています。一方、男性に比べ、女性で「相談できる相手がいる」の割合が高くなっています。



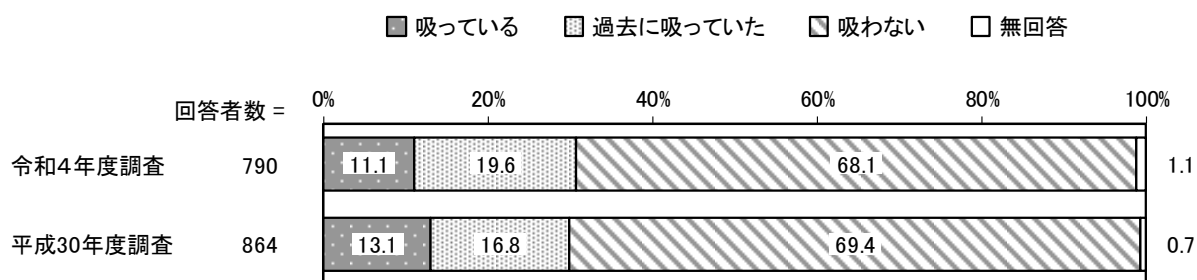
(6) 「たばこ」について

問 35 あなたはたばこを吸っていますか。(1つに○)

「吸わない」の割合が 68.1%と最も高く、次いで「過去に吸っていた」の割合が 19.6%、「吸っている」の割合が 11.1%となっています。

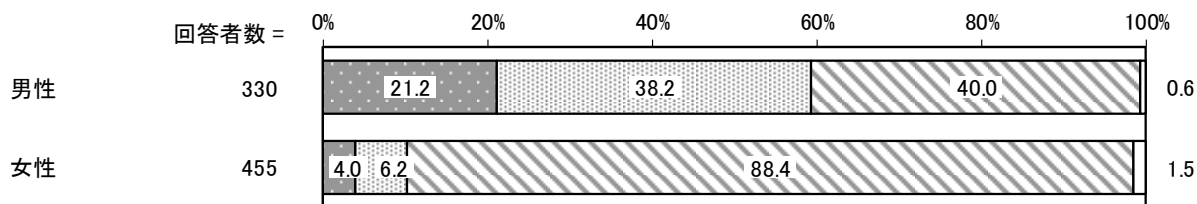
【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【性別】

性別でみると、女性に比べ、男性で「吸っている」「過去に吸っていた」の割合が高くなっています。一方、男性に比べ、女性で「吸わない」の割合が高くなっています。

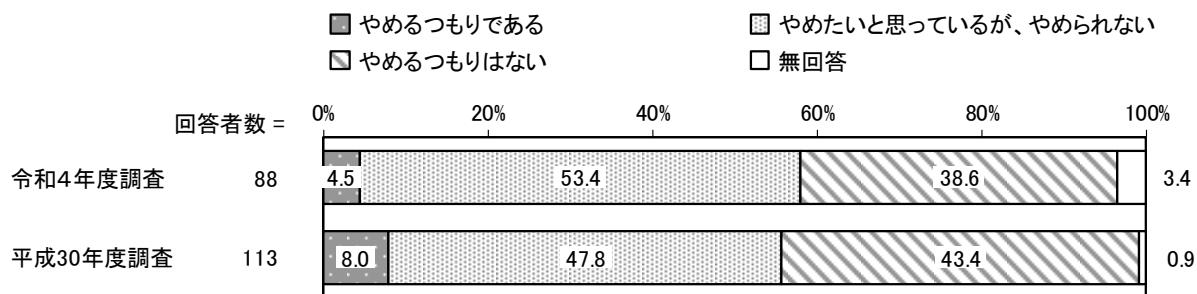


問 35-1 たばこをやめたいと思いますか。(1つに○)

「やめたいと思っているが、やめられない」の割合が 53.4%と最も高く、次いで「やめるつもりはない」の割合が 38.6%となっています。

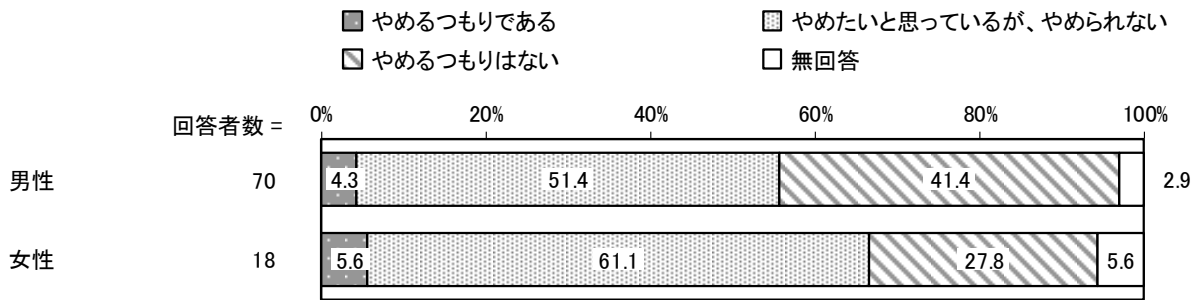
【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、「やめたいと思っているが、やめられない」の割合が増加しています。



【性別】

性別で見ると、女性に比べ、男性で「やめるつもりはない」の割合が高くなっています。一方、男性に比べ、女性で「やめたいと思っているが、やめられない」の割合が高くなっています。



問 35-2 喫煙状況についておたずねします。

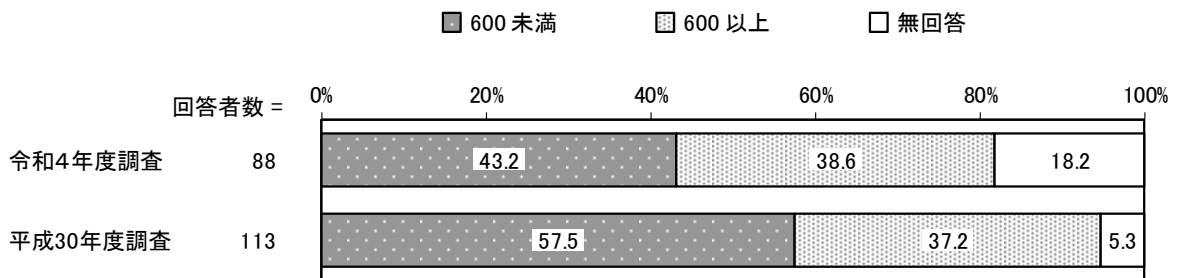
- 1 たばこを吸っているのは何年間ですか。
- 2 1日平均どれくらい吸っていますか。

ブリンクマン指数：1日平均の喫煙本数×喫煙年数で算出され、喫煙が人体に与える影響を知るための指数。600以上になると、肺がんや気管支関係の疾患にかかる危険性が高くなるといわれます。

「600未満」の割合が43.2%、「600以上」の割合が38.6%となっています。

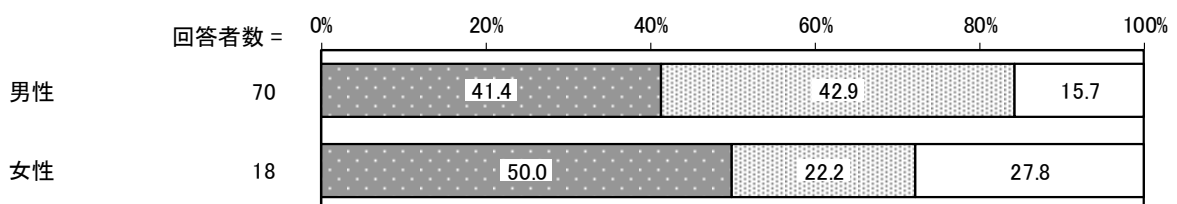
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「600未満」の割合が減少しています。



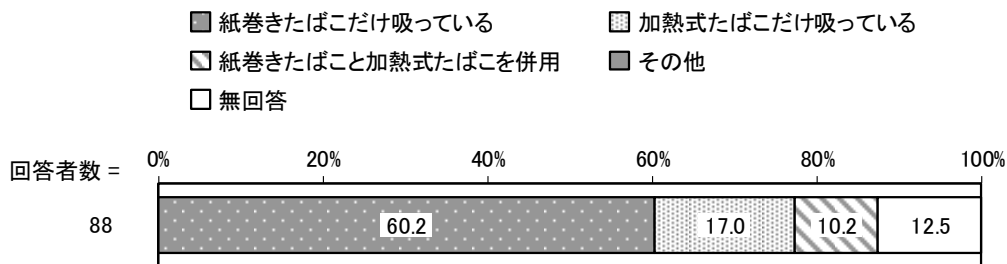
【性別】

性別で見ると、女性に比べ、男性で「600以上」の割合が高くなっています。



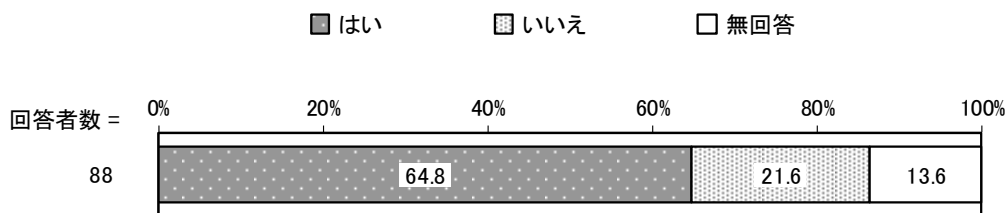
3 どんなたばこを吸っていますか。

「紙巻きたばこだけ吸っている」の割合が60.2%と最も高く、次いで「加熱式たばこだけ吸っている」の割合が17.0%、「紙巻きたばこと加熱式たばこを併用」の割合が10.2%となっています。



問 35-3 家庭でたばこを吸う場所を決めたり、家族のいないところで吸うなどの分煙を行っていますか。(1つに○)

「はい」の割合が64.8%、「いいえ」の割合が21.6%となっています。

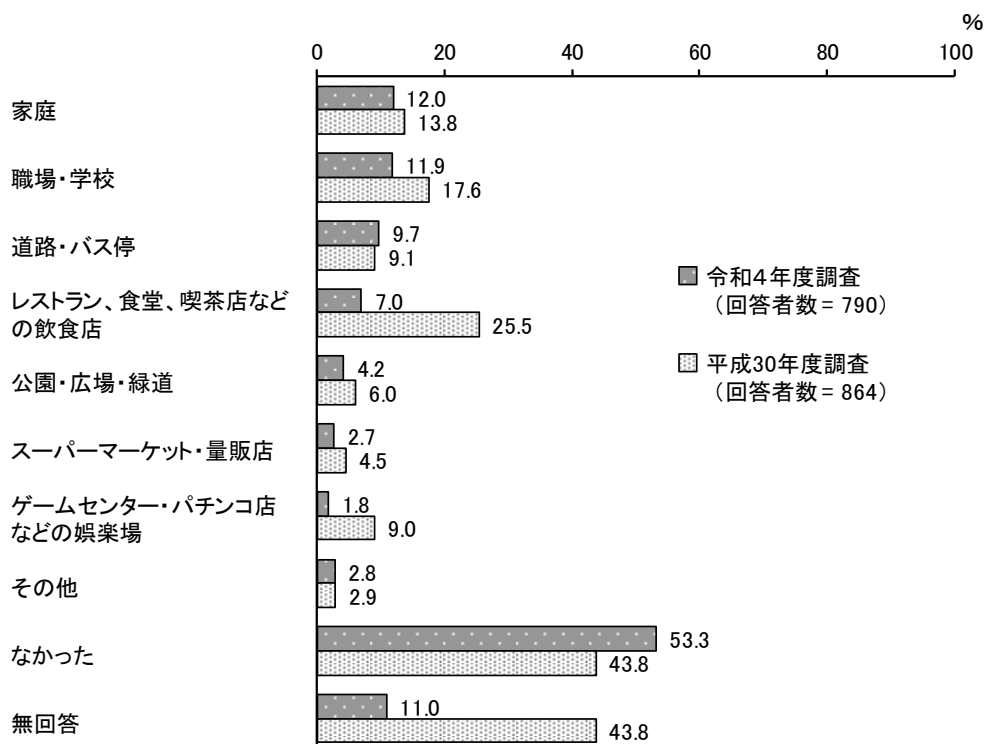


問 36 この1か月間に、次の場所で自分以外の人のたばこの煙を吸ったこと（受動喫煙といいますが）がありましたか。（あてはまるものすべてに○）

「なかった」の割合が53.3%と最も高く、次いで「家庭」の割合が12.0%、「職場・学校」の割合が11.9%となっています。

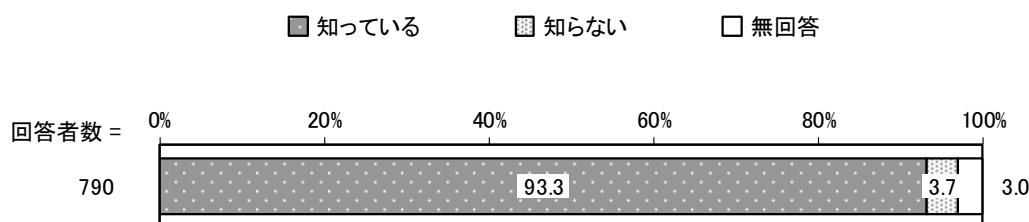
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「なかった」の割合が増加しています。一方、「職場・学校」「レストラン、食堂、喫茶店などの飲食店」「ゲームセンター・パチンコ店などの娯楽場」の割合が減少しています。



問 37 受動喫煙が健康に悪影響をおよぼすことを知っていますか。（1つに○）

「知っている」の割合が93.3%、「知らない」の割合が3.7%となっています。

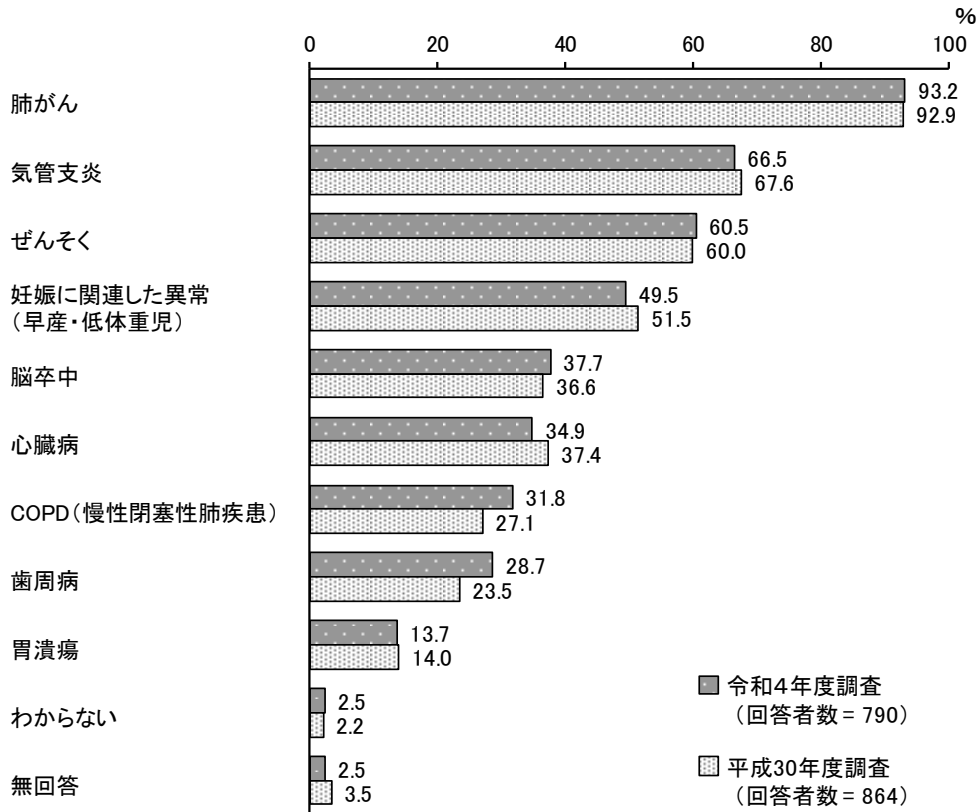


問 38 喫煙が健康に及ぼす影響のうち、知っているものはどれですか。

「肺がん」の割合が93.2%と最も高く、次いで「気管支炎」の割合が66.5%、「ぜんそく」の割合が60.5%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「歯周病」の割合が増加しています。



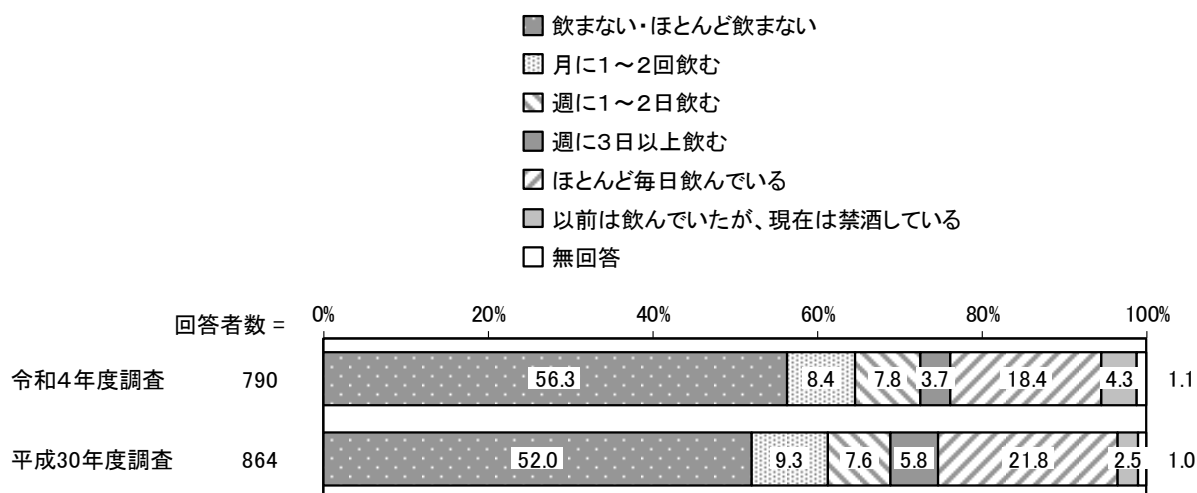
(7) 「お酒」について

問 39 あなたは現在、酒やビールなどのアルコール類を飲むことがありますか。
(1つに○)

「飲まない・ほとんど飲まない」の割合が56.3%と最も高く、次いで「ほとんど毎日飲んでいる」の割合が18.4%となっています。

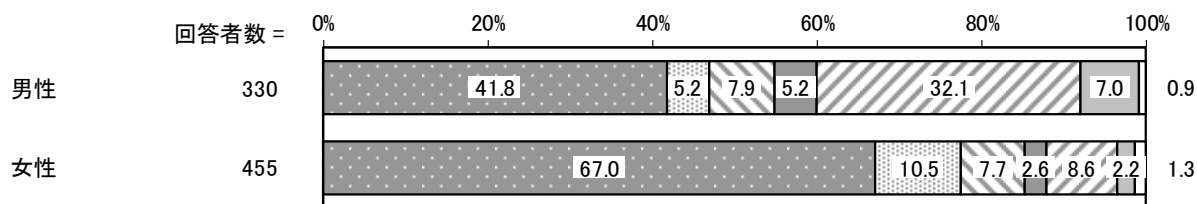
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【性別】

性別で見ると、女性に比べ、男性で「ほとんど毎日飲んでいる」の割合が高くなっています。一方、男性に比べ、女性で「飲まない・ほとんど飲まない」「月に1~2回飲む」の割合が高くなっています。

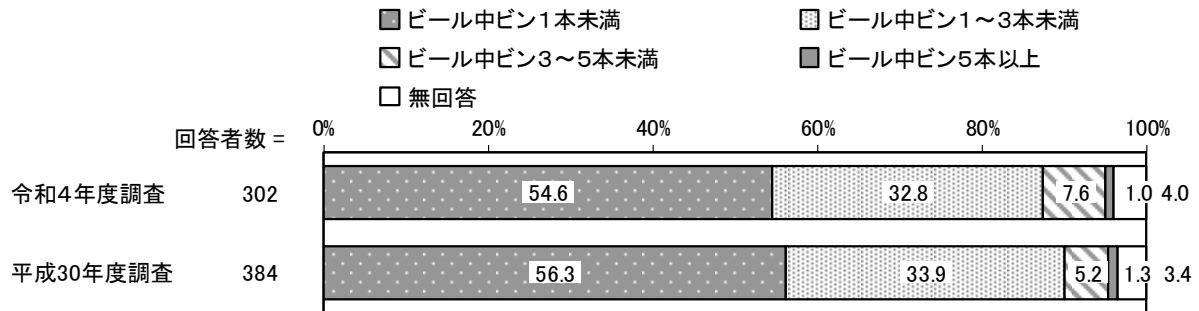


問 39-1 1日に飲むアルコールの分量は平均どの程度ですか。ビール中ビンに換算してお答えください。(1つに○)

「ビール中ビン1本未満」の割合が54.6%と最も高く、次いで「ビール中ビン1～3本未満」の割合が32.8%となっています。

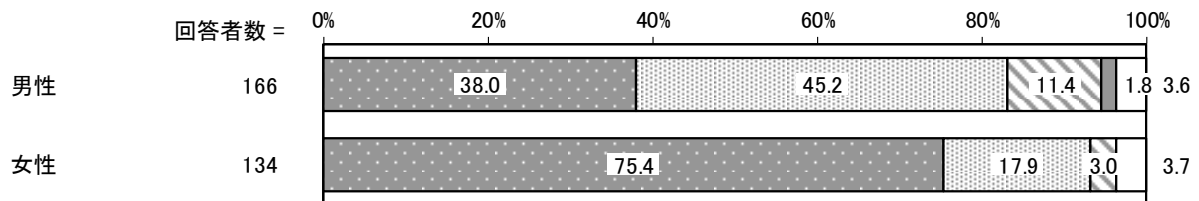
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



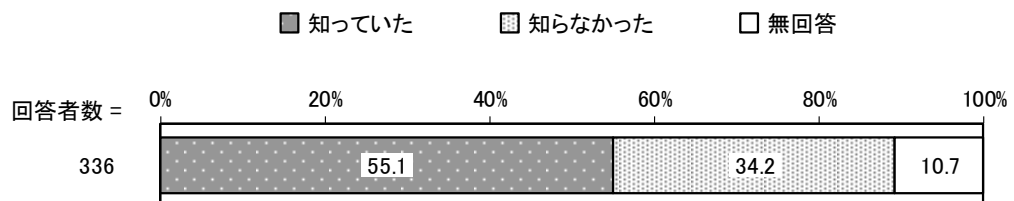
【性別】

性別でみると、女性に比べ、男性で「ビール中ビン1～3本未満」「ビール中ビン3～5本未満の割合」が高くなっています。一方、男性に比べ、女性で「ビール中ビン1本未満」の割合が高くなっています。



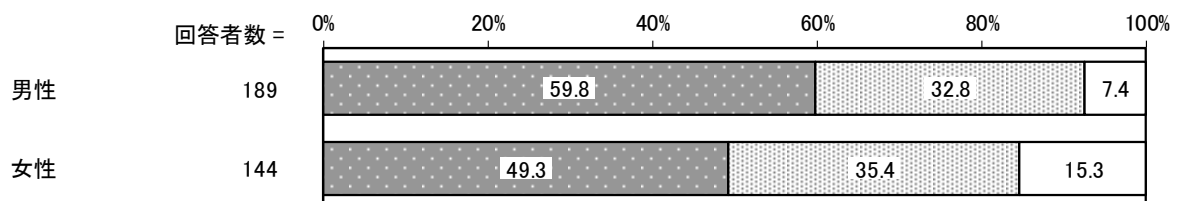
問 40 適切な飲酒量は、ビール中ビン1本（日本酒1合）であることを知っていましたか。(1つに○)

「知っていた」の割合が55.1%、「知らなかった」の割合が34.2%となっています。



【性別】

性別でみると、女性に比べ、男性で「知っていた」の割合が高くなっています。



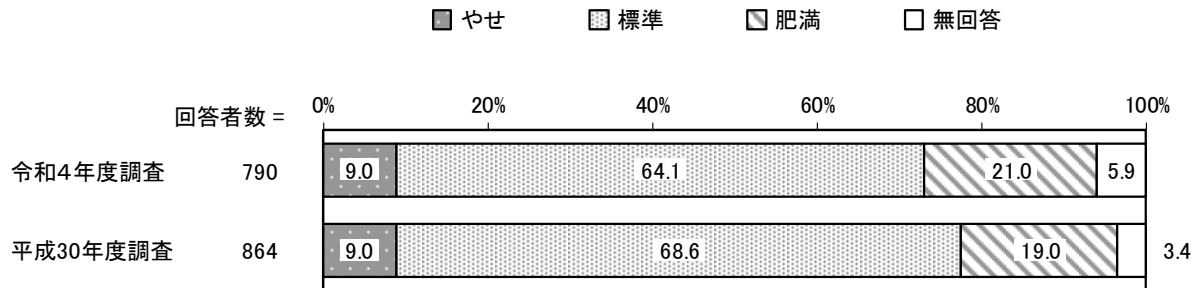
(8) 「健康管理」について

問 41 あなたの身長、体重、腹囲（おへその位置でのおなか周り）についてご記入ください。

「標準」の割合が64.1%と最も高く、次いで「肥満」の割合が21.0%となっています。

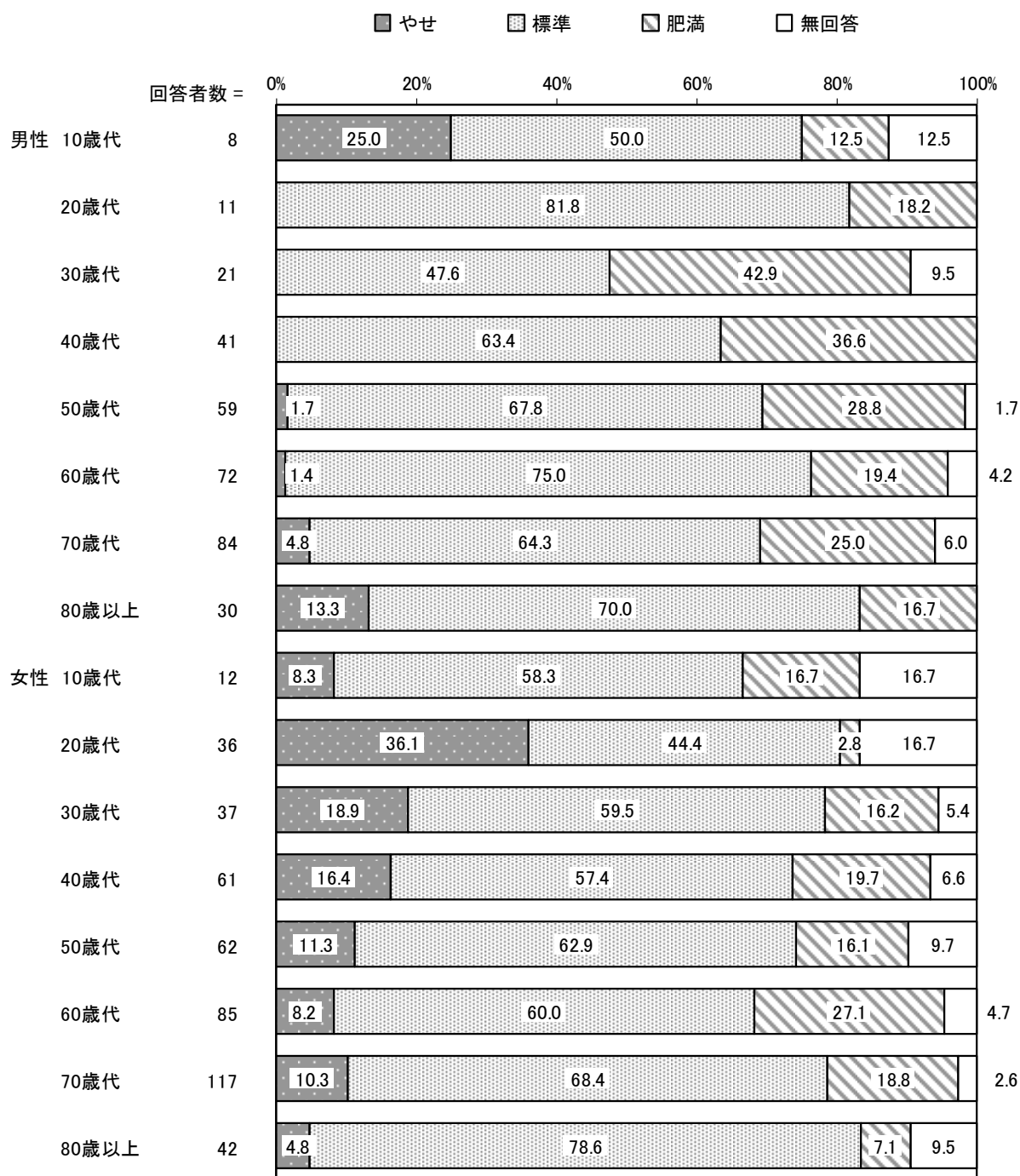
【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【性・年齢別】

性・年齢別で見ると、他に比べ、女性20歳代で「やせ」の割合が、男性20歳代で「標準」の割合が高くなっています。また、男性30歳代で「肥満」の割合が高くなっています。

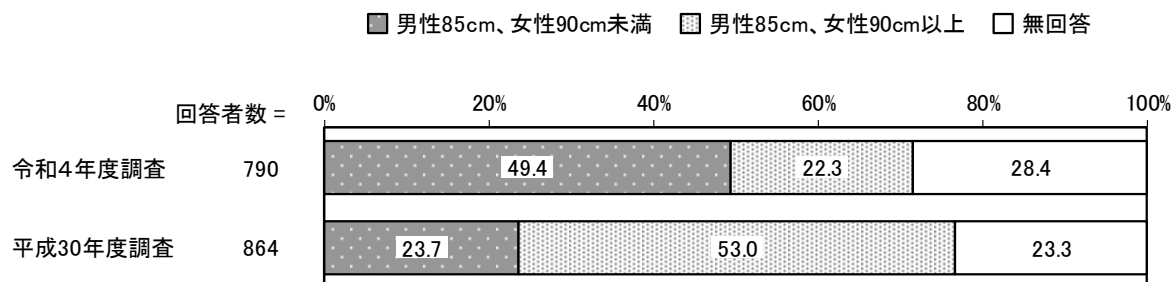


あなたの腹囲

「男性 85cm、女性 90cm 未満」の割合が 49.4%、「男性 85cm、女性 90cm 以上」の割合が 22.3% となっています。

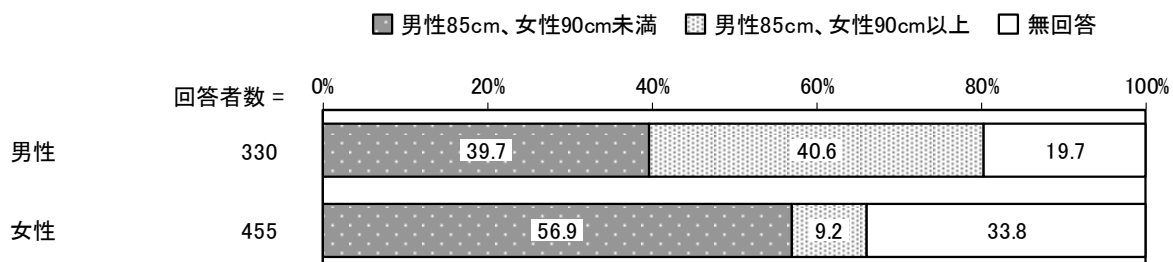
【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、「男性 85cm、女性 90cm 未満」の割合が増加しています。一方、「男性 85cm、女性 90cm 以上」の割合が減少しています。



【性別】

性別で見ると、女性に比べ、男性で「男性 85cm、女性 90cm 以上」の割合が高くなっています。一方、男性に比べ、女性で「男性 85cm、女性 90cm 未満」の割合が高くなっています。

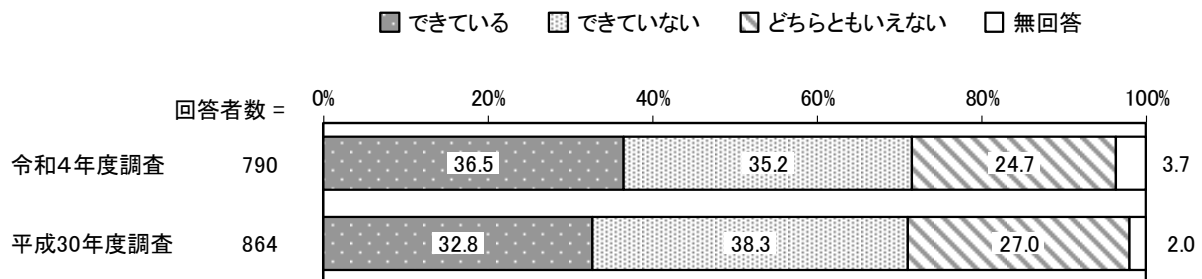


問 42 自分の適正体重を認識し、体重がコントロールできていますか。(1つに○)

「できている」の割合が36.5%と最も高く、次いで「できていない」の割合が35.2%、「どちらともいえない」の割合が24.7%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

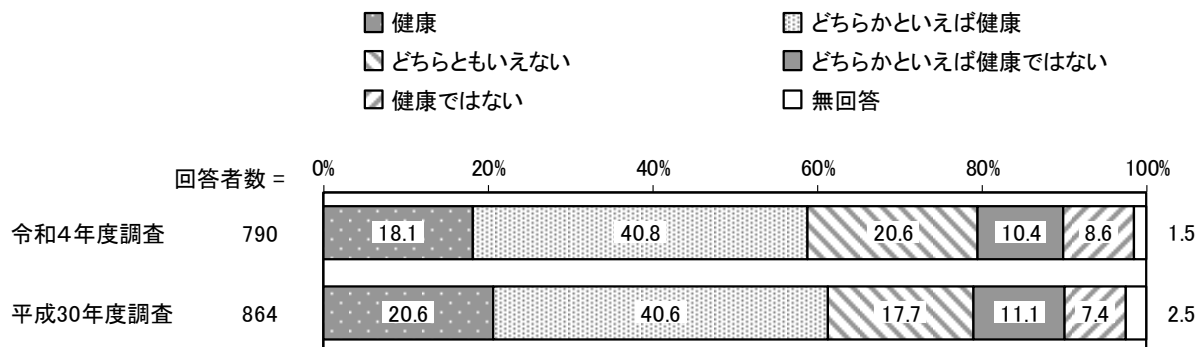


問 43 現在、あなたご自身は健康だと思えますか。(1つに○)

「健康」と「どちらかといえば健康」をあわせた“健康”の割合が58.9%、「どちらともいえない」の割合が20.6%、「どちらかといえば健康ではない」と「健康ではない」をあわせた“健康ではない”の割合が19.0%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

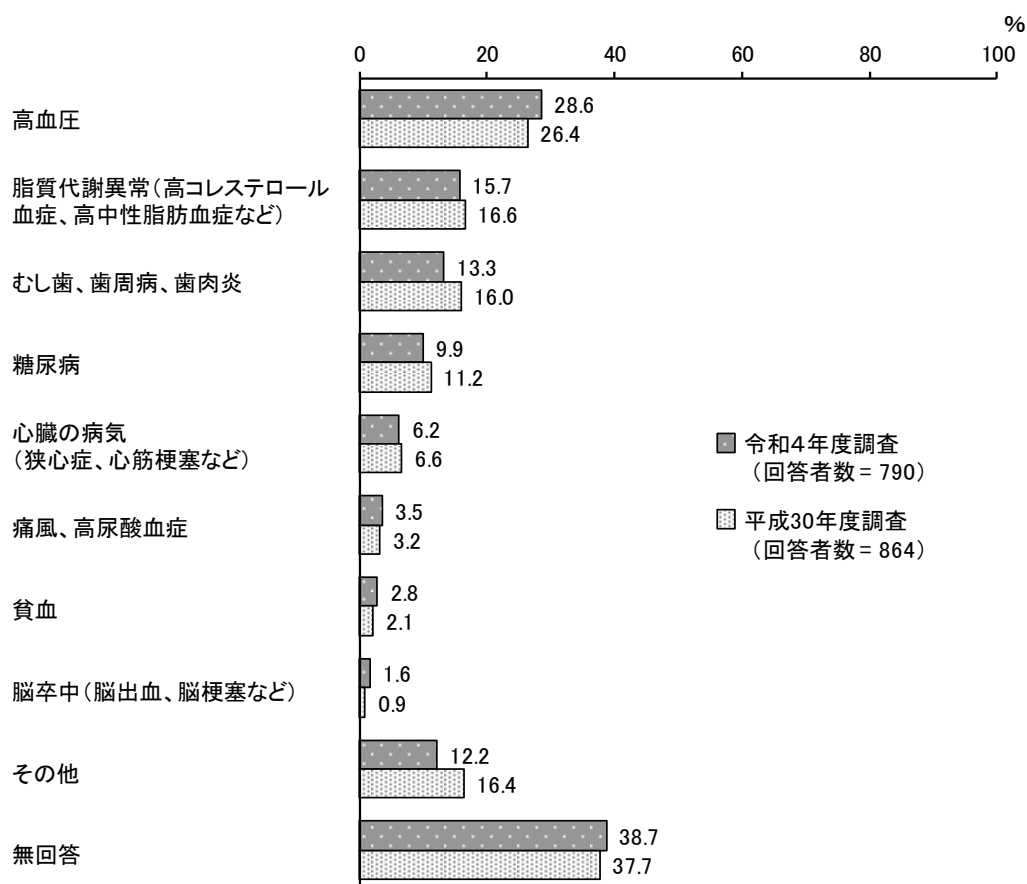


問 44 次の病気のうち、現在、病院や診療所で治療を受けているものはありますか。
 (あてはまるものすべてに○)

「高血圧」の割合が 28.6%と最も高く、次いで「脂質代謝異常（高コレステロール血症、高中性脂肪血症など）」の割合が 15.7%、「むし歯、歯周病、歯肉炎」の割合が 13.3%となっています。

【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

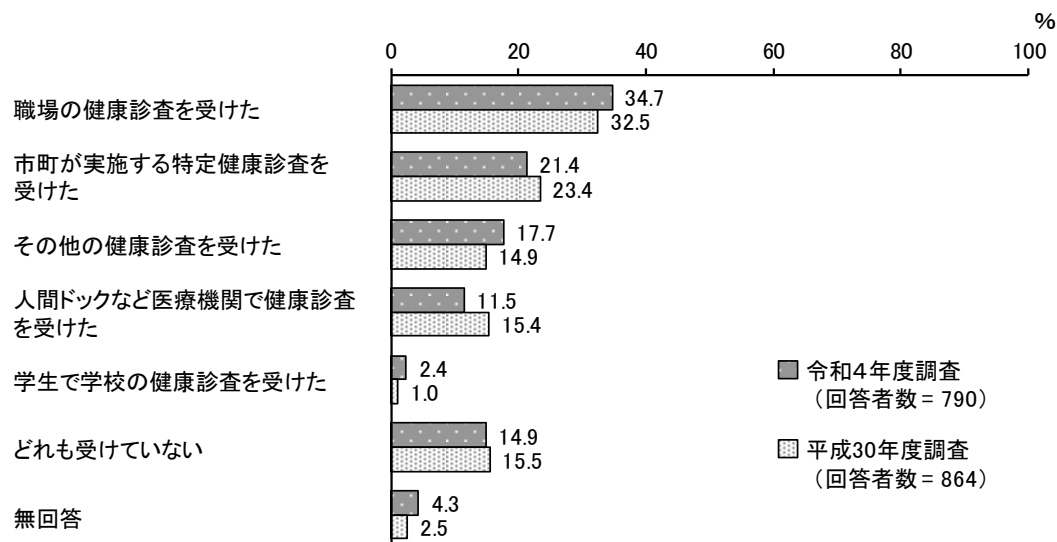


問 45 この1年間に血液・尿検査などの健康診査を受けましたか。
 (あてはまるものすべてに○)

「職場の健康診査を受けた」の割合が34.7%と最も高く、次いで「市町が実施する特定健康診査を受けた」の割合が21.4%、「その他の健康診査を受けた」の割合が17.7%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

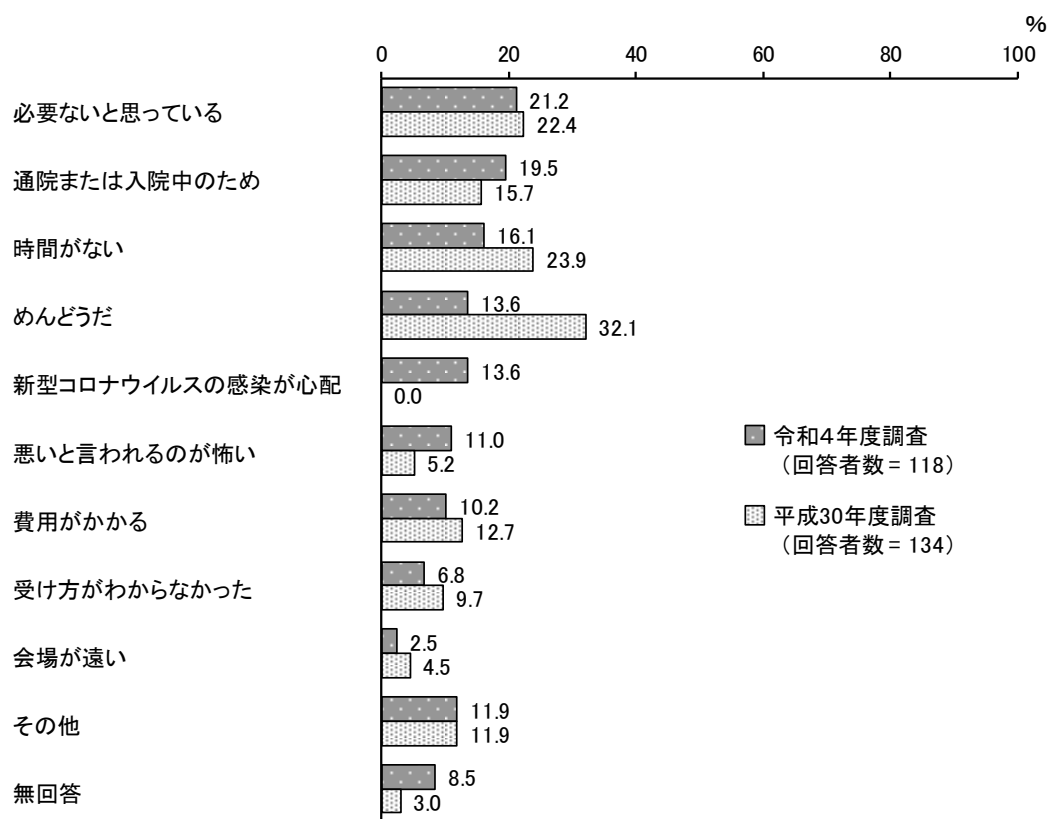


問 45－1 この1年間に健康診査を受けていない理由は何ですか。
 (あてはまるものすべてに○)

「必要ないと思っている」の割合が21.2%と最も高く、次いで「通院または入院中のため」の割合が19.5%、「時間がない」の割合が16.1%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「新型コロナウイルスの感染が心配」「悪いと言われるのが怖い」の割合が増加しています。一方、「時間がない」「めんどろだ」の割合が減少しています。



【性・年齢別】

性・年齢別で見ると、他に比べ、男性 70 歳代で「通院または入院中のため」の割合が、女性 40 歳代で「悪いと言われるのが怖い」「時間がない」の割合が高くなっています。また、女性 20 歳代で「費用がかかる」の割合が高くなっています。

単位：％

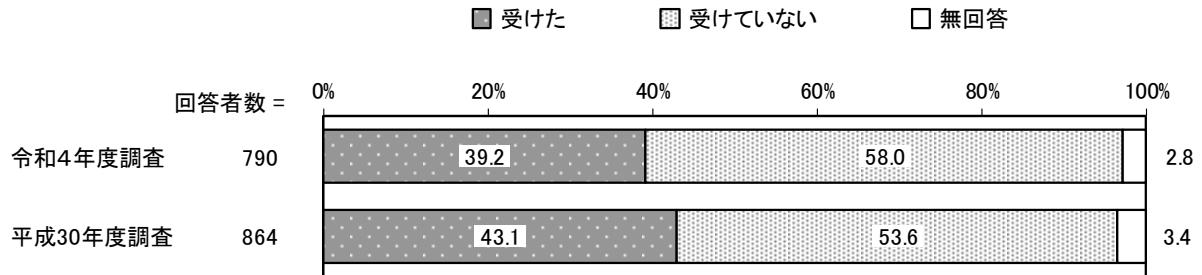
区分	回答者数(件)	通院または入院中のため	悪いと言われるのが怖い	時間がない	費用がかかる	必要ないと思っている	めんどろだ	会場が遠い	受け方がわからなかった	新型コロナウイルスの感染が心配	その他	無回答
男性 10 歳代	3	—	—	—	—	66.7	—	—	33.3	—	—	—
20 歳代	4	25.0	—	—	—	50.0	50.0	—	25.0	—	—	—
30 歳代	1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	100.0	—
40 歳代	3	—	66.7	—	33.3	—	66.7	—	33.3	33.3	33.3	—
50 歳代	5	—	—	20.0	20.0	40.0	—	—	—	—	20.0	20.0
60 歳代	9	11.1	22.2	11.1	11.1	22.2	11.1	—	11.1	22.2	11.1	—
70 歳代	15	60.0	—	—	—	26.7	6.7	—	—	—	—	6.7
80 歳以上	3	66.7	—	—	—	—	—	—	—	33.3	—	33.3
女性 10 歳代	3	—	33.3	—	—	—	—	—	—	33.3	—	33.3
20 歳代	11	9.1	9.1	36.4	27.3	27.3	9.1	—	18.2	—	9.1	9.1
30 歳代	8	—	12.5	25.0	25.0	12.5	25.0	12.5	12.5	—	12.5	—
40 歳代	10	20.0	20.0	60.0	10.0	—	10.0	—	10.0	10.0	10.0	—
50 歳代	7	—	—	42.9	14.3	14.3	—	14.3	—	14.3	14.3	14.3
60 歳代	14	21.4	7.1	7.1	7.1	21.4	14.3	7.1	—	7.1	14.3	14.3
70 歳代	14	14.3	7.1	—	—	28.6	28.6	—	—	50.0	7.1	14.3
80 歳以上	4	25.0	—	—	—	—	—	—	—	—	75.0	—

問 46 この1年間にがん検診を受けましたか。(1つに○)

「受けた」の割合が39.2%、「受けていない」の割合が58.0%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

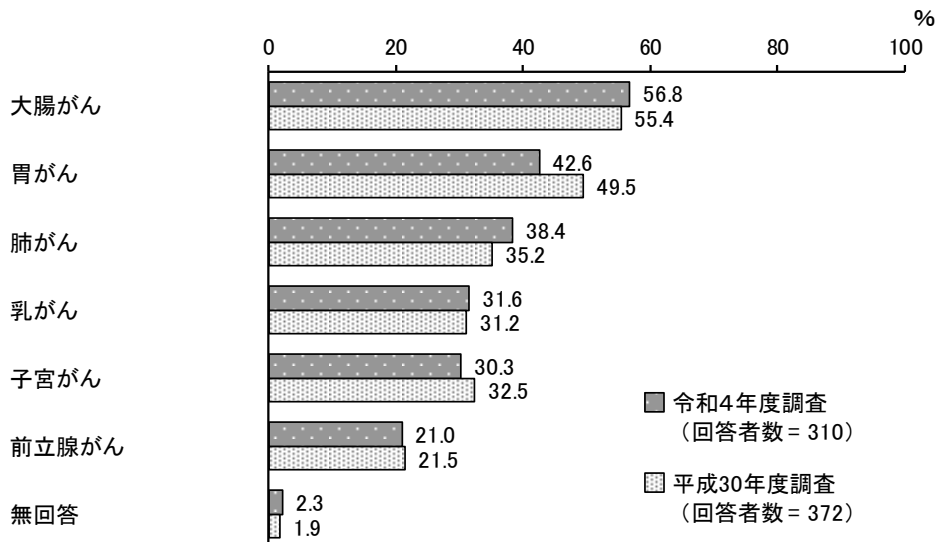


問 46-1 どの検診を受けましたか。(あてはまるものすべてに○)

「大腸がん」の割合が56.8%と最も高く、次いで「胃がん」の割合が42.6%、「肺がん」の割合が38.4%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「胃がん」の割合が減少しています。



【性・年齢別】

性・年齢別で見ると、他に比べ、男性 50 歳代で「胃がん」の割合が、男性 60 歳代で「肺がん」「大腸がん」「前立腺がん」の割合が高くなっています。

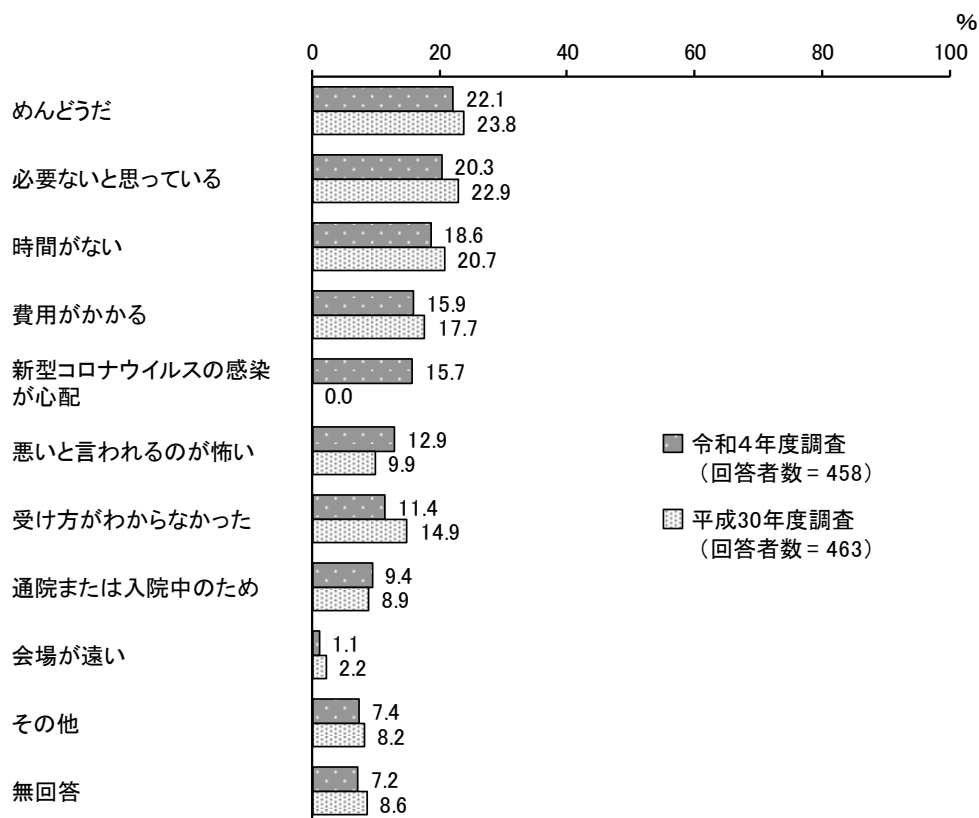
区分	回答者数 (件)	胃がん	肺がん	大腸がん	前立腺がん	子宮がん	乳がん	無回答
男性 10 歳代	—	—	—	—	—	—	—	—
20 歳代	1	—	100.0	—	—	—	—	—
30 歳代	4	50.0	50.0	75.0	—	—	—	—
40 歳代	6	66.7	50.0	50.0	33.3	—	—	—
50 歳代	22	72.7	50.0	72.7	36.4	—	—	—
60 歳代	39	69.2	61.5	74.4	66.7	—	—	2.6
70 歳代	36	44.4	25.0	72.2	63.9	—	—	2.8
80 歳以上	11	45.5	45.5	54.5	45.5	—	—	9.1
女性 10 歳代	—	—	—	—	—	—	—	—
20 歳代	5	—	—	20.0	—	80.0	20.0	—
30 歳代	11	18.2	9.1	9.1	—	81.8	45.5	9.1
40 歳代	35	25.7	22.9	37.1	—	71.4	77.1	—
50 歳代	34	26.5	32.4	38.2	—	73.5	70.6	—
60 歳代	42	38.1	45.2	57.1	—	42.9	50.0	—
70 歳代	42	45.2	47.6	66.7	—	21.4	38.1	2.4
80 歳以上	17	41.2	29.4	64.7	—	11.8	11.8	11.8

問 46-2 この1年間にがん検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○)

「めんどろだ」の割合が22.1%と最も高く、次いで「必要ないと思っている」の割合が20.3%、「時間がない」の割合が18.6%となっています。

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「新型コロナウイルスの感染が心配」の割合が増加しています。



【性・年齢別】

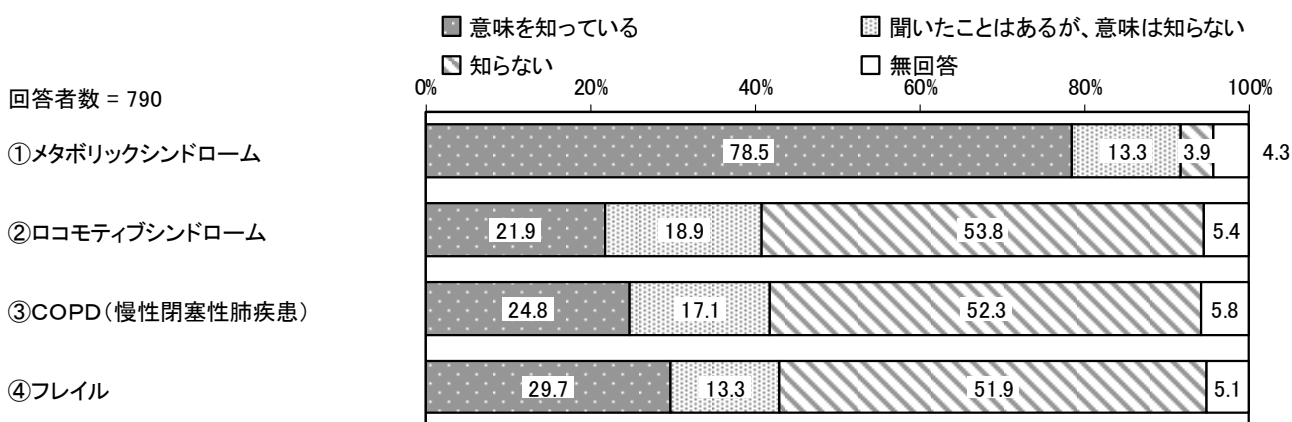
性・年齢別で見ると、他に比べ、女性 30 歳代で「時間がない」の割合が、男性 30 歳代で「費用がかかる」の割合が高くなっています。また、男性 20 歳代で「必要ないと思っている」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	回答者数 (件)	通院または入院中のため	悪いと言われるのが怖い	時間がない	費用がかかる	必要ないと思っている	めんどろだ	会場が遠い	受け方がわからなかった	新型コロナウイルスの感染が心配	その他	無回答
男性 10 歳代	8	—	—	12.5	—	37.5	12.5	—	25.0	—	12.5	—
20 歳代	10	—	10.0	10.0	10.0	50.0	20.0	—	40.0	—	—	—
30 歳代	17	—	11.8	35.3	41.2	29.4	35.3	—	17.6	5.9	11.8	5.9
40 歳代	34	2.9	11.8	32.4	35.3	17.6	29.4	—	23.5	14.7	2.9	2.9
50 歳代	35	5.7	14.3	28.6	31.4	8.6	25.7	—	11.4	8.6	11.4	2.9
60 歳代	33	18.2	6.1	9.1	18.2	30.3	24.2	—	9.1	15.2	3.0	6.1
70 歳代	45	26.7	4.4	2.2	6.7	40.0	11.1	—	4.4	4.4	8.9	8.9
80 歳以上	15	20.0	6.7	—	—	26.7	6.7	—	6.7	20.0	20.0	13.3
女性 10 歳代	12	—	—	16.7	8.3	25.0	8.3	—	25.0	16.7	25.0	—
20 歳代	31	—	6.5	32.3	19.4	19.4	29.0	—	29.0	3.2	3.2	12.9
30 歳代	26	—	15.4	50.0	19.2	3.8	30.8	—	19.2	7.7	7.7	7.7
40 歳代	26	—	11.5	46.2	26.9	7.7	19.2	3.8	11.5	15.4	7.7	—
50 歳代	27	—	22.2	29.6	25.9	7.4	37.0	3.7	3.7	22.2	3.7	—
60 歳代	39	10.3	20.5	7.7	7.7	20.5	25.6	2.6	2.6	28.2	5.1	5.1
70 歳代	73	16.4	17.8	2.7	4.1	15.1	15.1	1.4	2.7	27.4	6.8	13.7
80 歳以上	21	9.5	19.0	—	—	19.0	19.0	—	4.8	23.8	9.5	19.0

問 47 次のことについて知っていますか。

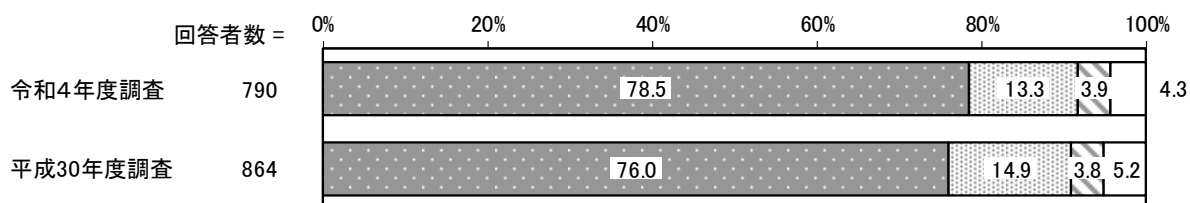
「意味を知っている」の割合は、『①メタボリックシンドローム』で78.5%、『②ロコモティブシンドローム』で21.9%、『③COPD』で24.8%、『④フレイル』で29.7%となっています。



①メタボリックシンドローム

【経年比較】

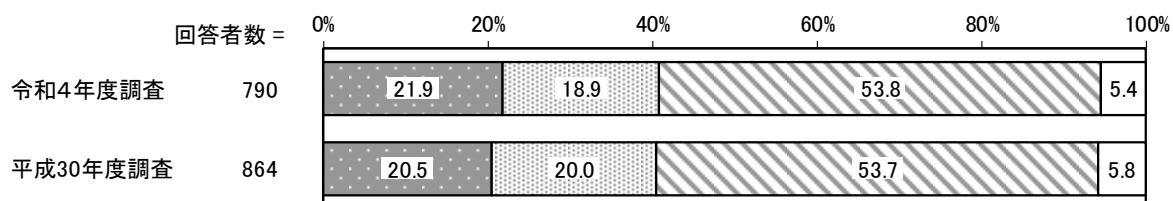
平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



②ロコモティブシンドローム

【経年比較】

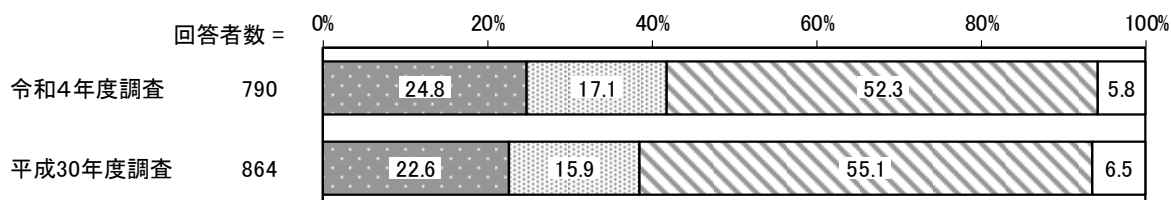
平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



③COPD (慢性閉塞性肺疾患)

【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

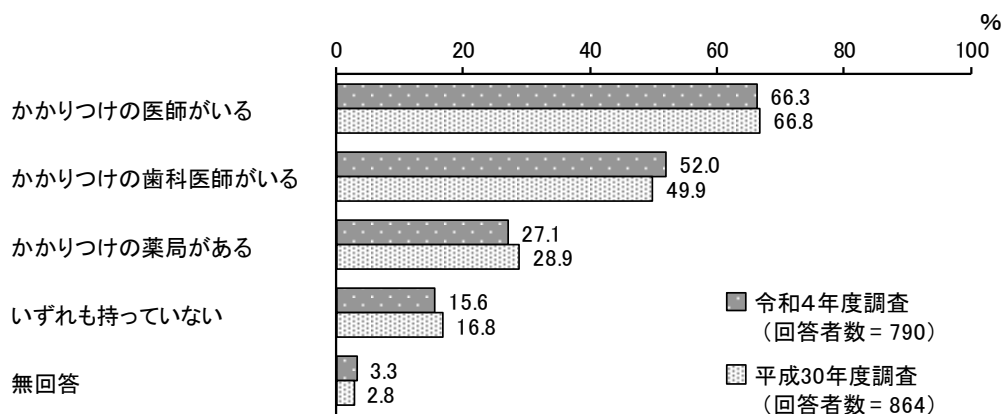


問 48 かかりつけの医師、歯科医師、薬局がありますか。
(あてはまるものすべてに○)

「かかりつけの医師がいる」の割合が 66.3%と最も高く、次いで「かかりつけの歯科医師がいる」の割合が 52.0%、「かかりつけの薬局がある」の割合が 27.1%となっています。

【経年比較】

平成 30 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

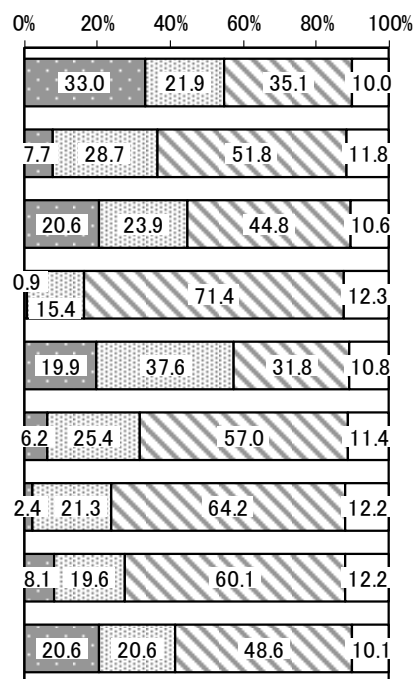


(9) 「社会活動など」について

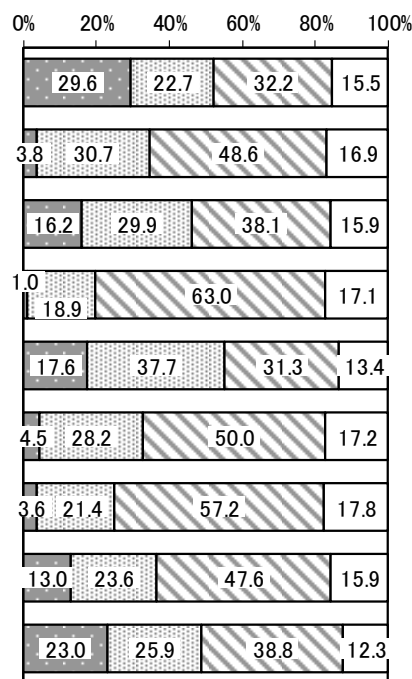
問 49 次のような活動について、取り組んでいる、または取り組みたいと思いますか。

『①リサイクルなど環境保全に関する活動』で「現在取り組んでいる」の割合が、『⑤ウォーキングなど健康づくりの活動』で「今後取り組みたい」の割合が高くなっています。また、『④いずみ会などの食を楽しむ健康づくりの活動』で「取り組むことはない」の割合が高くなっています。

令和4年度調査(回答者数 = 790)



平成30年度調査(回答者数 = 864)



■ 現在取り組んでいる ■ 今後取り組みたい ▨ 取り組むことはない □ 無回答

【性別、性・年齢別 現在取り組んでいる活動】

現在取り組んでいる活動について、性別で見ると、男性に比べ、女性で「①リサイクルなど環境保全に関する活動」の割合が高くなっています。一方、女性に比べ、男性で「⑧地域の運動会や祭りなどの催しの運営」の割合が高くなっています。

性・年齢別で見ると、男性20歳代で「⑤ウォーキングなど健康づくりの活動」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	回答者数 (件)	①リサイクルなど環境 保全に関する活動	②自然体験や保全などの 活動	③ガーデニングなど緑化 活動	④いずみ会などの食を 楽しむ健康づくりの活動	⑤ウォーキングなど 健康づくりの活動	⑥高齢者や障がい者を 支援する福祉活動	⑦乳幼児の子育て支援の 活動	⑧地域の運動会や祭りなど の催しの運営	⑨自治会・老人会などの 地域活動
男性	330	27.9	10.3	19.4	0.6	25.2	3.6	0.9	11.2	21.8
女性	455	36.9	5.7	21.5	1.1	16.0	8.1	3.5	5.7	20.0
男性 10歳代	8	12.5	-	-	-	-	-	-	-	-
20歳代	11	18.2	9.1	-	-	36.4	18.2	-	9.1	9.1
30歳代	21	23.8	9.5	9.5	-	23.8	-	-	-	14.3
40歳代	41	36.6	7.3	14.6	-	22.0	2.4	2.4	9.8	19.5
50歳代	59	32.2	11.9	18.6	-	27.1	3.4	-	15.3	16.9
60歳代	72	30.6	13.9	25.0	-	29.2	-	-	18.1	25.0
70歳代	84	28.6	11.9	22.6	2.4	26.2	8.3	2.4	11.9	28.6
80歳以上	30	13.3	3.3	23.3	-	20.0	-	-	-	23.3
女性 10歳代	12	16.7	-	-	8.3	16.7	8.3	8.3	8.3	-
20歳代	36	22.2	-	5.6	-	5.6	2.8	-	5.6	5.6
30歳代	37	45.9	2.7	18.9	-	13.5	5.4	16.2	8.1	18.9
40歳代	61	49.2	11.5	19.7	3.3	14.8	9.8	3.3	9.8	18.0
50歳代	62	46.8	9.7	24.2	-	14.5	11.3	3.2	3.2	16.1
60歳代	85	42.4	2.4	22.4	-	14.1	9.4	4.7	2.4	22.4
70歳代	117	31.6	4.3	29.9	0.9	20.5	6.0	0.9	6.8	26.5
80歳以上	42	21.4	11.9	19.0	2.4	23.8	11.9	-	4.8	26.2

【性別、性・年齢別 今後取り組みたい活動】

現在取り組んでいる活動について、性別で見ると、男性に比べ、女性で「④いずみ会などの食を楽しむ健康づくりの活動」「⑤ウォーキングなど健康づくりの活動」「⑦乳幼児の子育て支援の活動」の割合が高くなっています。

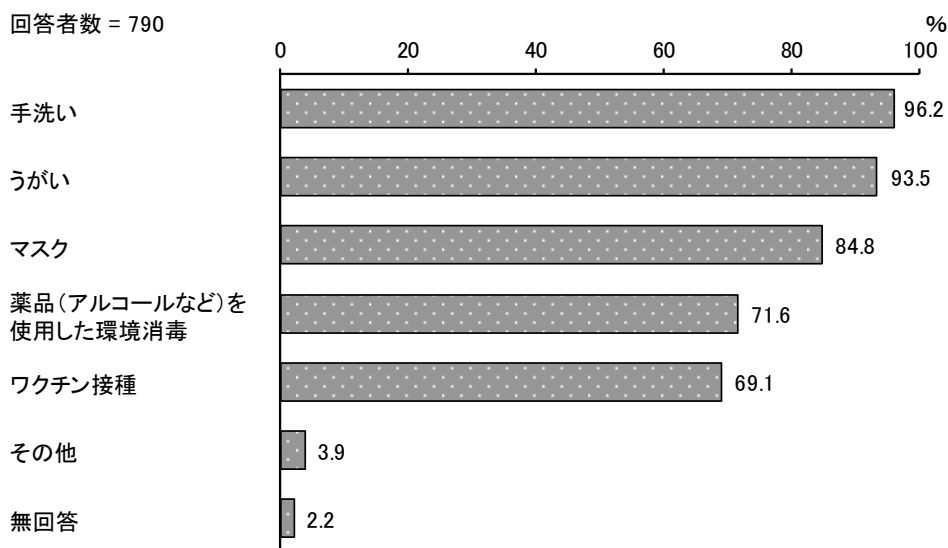
性・年齢別で見ると、女性10歳代で「①リサイクルなど環境保全に関する活動」「③ガーデニングなど緑化活動」「④いずみ会などの食を楽しむ健康づくりの活動」「⑧地域の運動会や祭りなどの催しの運営」「⑨自治会・老人会などの地域活動」の割合が、女性20歳代で「⑦乳幼児の子育て支援の活動」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	回答者数 (件)	①リサイクルなど環境 保全に関する活動	②自然体験や保全などの 活動	③ガーデニングなど緑化 活動	④いずみ会などの食を 楽しむ健康づくりの活動	⑤ウォーキングなど 健康づくりの活動	⑥高齢者や障がい者を 支援する福祉活動	⑦乳幼児の子育て支援の 活動	⑧地域の運動会や祭りなど の催しの運営	⑨自治会・老人会などの 地域活動
男性	330	21.5	28.8	21.5	10.9	33.9	23.6	17.3	19.1	20.0
女性	455	22.2	28.8	25.9	18.7	40.4	26.6	24.0	20.2	21.3
男性 10歳代	8	62.5	75.0	25.0	12.5	50.0	62.5	50.0	37.5	37.5
20歳代	11	45.5	54.5	45.5	18.2	36.4	27.3	27.3	27.3	18.2
30歳代	21	33.3	38.1	28.6	14.3	23.8	33.3	42.9	33.3	23.8
40歳代	41	26.8	26.8	22.0	7.3	39.0	22.0	17.1	17.1	17.1
50歳代	59	28.8	35.6	27.1	13.6	49.2	32.2	25.4	23.7	33.9
60歳代	72	16.7	26.4	19.4	9.7	37.5	27.8	15.3	22.2	20.8
70歳代	84	15.5	23.8	19.0	11.9	26.2	15.5	9.5	13.1	14.3
80歳以上	30	3.3	13.3	6.7	6.7	6.7	6.7	-	3.3	6.7
女性 10歳代	12	75.0	75.0	66.7	41.7	58.3	50.0	50.0	58.3	41.7
20歳代	36	47.2	55.6	38.9	25.0	52.8	47.2	58.3	33.3	27.8
30歳代	37	13.5	32.4	21.6	10.8	51.4	21.6	35.1	29.7	21.6
40歳代	61	23.0	29.5	23.0	8.2	47.5	31.1	31.1	24.6	29.5
50歳代	62	22.6	32.3	33.9	25.8	51.6	37.1	30.6	25.8	27.4
60歳代	85	25.9	32.9	34.1	29.4	50.6	31.8	17.6	21.2	28.2
70歳代	117	15.4	18.8	17.1	15.4	26.5	16.2	11.1	11.1	12.8
80歳以上	42	2.4	2.4	7.1	7.1	9.5	2.4	4.8	-	-

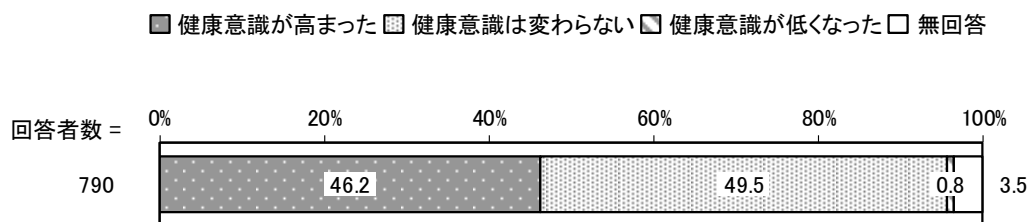
問 50 感染予防対策として、どのようなことに取り組まれていますか。
(あてはまるものすべてに○)

「マスク」の割合が 96.2%と最も高く、次いで「手洗い」の割合が 93.5%、「ワクチン接種」の割合が 84.8%となっています。



問 51 感染症の流行で運動や食事など日頃の健康づくりへの意識に変化がありましたか。(1つに○)

「健康意識は変わらない」の割合が 49.5%と最も高く、次いで「健康意識が高まった」の割合が 46.2%となっています。



問 52 感染症の流行で心身の健康づくりのために新たに取り組んだことはありますか。
(あてはまるものすべてに○)

「新たに取り組んだことはない」の割合が 44.2%と最も高く、次いで「規則正しい生活を送るようになった」の割合が 24.2%、「睡眠時間を確保するようになった」の割合が 22.7%となっています。

