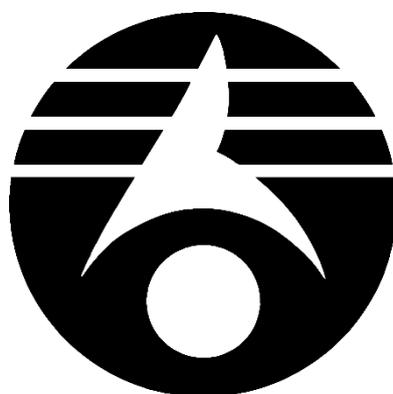


春日部市市民生活習慣実態調査

報告書



令和6年3月

春日部市

目次

第1章 調査の概要

- 1. 調査実施の目的 3
- 2. 調査方法と回収状況 3
- 3. 調査内容 3
- 4. 調査結果を見る上での注意事項 4

第2章 調査結果の詳細

1. 基本項目

2. ふだんの食生活について

- (1) 「いただきます・ごちそうさま」を言う習慣の有無 39
- (2) 朝食の摂取状況 40
- (3) 孤食・共食の状況 41
- (4) 1週間の共食頻度 45
- (5) 食事にかかる時間 49
- (6) 「食事バランスガイド」の認知度 53
- (7) 食事の状況 55
- (8) 食品別等摂取頻度 62
- (9) 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の頻度 72
- (10) 食品売場や飲食店等で、食品や料理の栄養成分表示を見たことの有無 73
- (11) 食品や料理を選ぶ際の栄養成分表示の参考度 74
- (12) 栄養成分表示を参考にしていない理由 75

3. 食育について

- (1) 望ましい食生活の実現度 79
- (2) 「食育」という言葉や内容の認知度 80
- (3) 「食育」の関心度 81
- (4) 「食育」に関心がある理由 82
- (5) 家庭や学校等の食育への取り組み状況 84
- (6) 「食育」で重点的に取り組むべき分野 85
- (7) 食品の安全性について関心の有無 86
- (8) 「食品ロス」という言葉や内容の認知度 87
- (9) 「食品ロス」を少なくするための工夫 88
- (10) 食育推進関連ボランティア活動への参加状況 89
- (11) 参加しているボランティアの内容・参加意向 90
- (12) 食育に関する考え方 91
- (13) 行事食を伴う伝統的な行事の自宅での実施頻度 94

4. 歯の健康について

- (1) 歯や歯ぐきの関心度……………97
- (2) 歯の本数……………99
- (3) 未治療の虫歯本数……………100
- (4) 1日の歯磨き回数……………101
- (5) 歯や歯ぐきの健康のための取り組み……………102
- (6) 子どもの歯や歯ぐきの健康のために取り組み……………104
- (7) 歯や歯ぐきの健康が体全体の健康に与える影響について……………105
- (8) 歯周病が糖尿病第6の合併症であることの認知度……………106
- (9) 過去1年間の歯科健診受診の有無……………107
- (10) 妊娠中の歯科健診受診の有無……………108

5. 運動のようすについて

- (1) 身体を動かす意識度……………111
- (2) 1日の延べ徒歩時間……………112
- (3) 子どもの運動・体を動かす遊びの頻度……………113
- (4) 30分以上の運動（連続）の頻度……………114
- (5) 運動をほとんどしていない理由……………115
- (6) 「ロコモティブシンドローム」という言葉や内容の認知度……………116
- (7) 「ロコモティブシンドローム」予防の取り組み……………117

6. 健診・検診受診について

- (1) 健診の受診状況……………121
- (2) がん検診の受診状況……………122
- (3) 昨年受診したがん検診の種類……………123
- (4) 健診・検診の結果をふまえた生活改善の状況……………124

7. 地域活動について

- (1) 地域の人々の互助状況……………127
- (2) 地域（自治会）の集まりや行事への参加状況……………128
- (3) 社会活動の参加状況……………129

8. からだや性について

- (1) からだの変化や性についての相談先……………133

9. たばことアルコールについて

- (1) 喫煙経験……………137
- (2) 喫煙のきっかけ……………137
- (3) 喫煙の状況……………138
- (4) 妊娠中の喫煙の状況……………143
- (5) 副流煙の周囲への影響について……………144

（6）受動喫煙をする機会	145
（7）喫煙が健康に及ぼす影響について家族内での共有	146
（8）COPDという言葉や内容の認知度	147
（9）COPD予防に必要な対策	148
（10）飲酒経験の有無	149
（11）飲酒のきっかけ	149
（12）飲酒が健康に及ぼす影響について家族内での共有	150
（13）飲酒の状況	151
（14）飲酒の頻度	155
（15）1日の飲酒量	156
（16）喫煙や飲酒が健康に及ぼす影響について話したこと	157
（17）たばこやアルコールに関する考え方	158
10. 休養やこころの健康及び こころの健康問題について	
（1）子どものふだんの様子	165
（2）趣味や楽しみを持つ心がけ	166
（3）テレビ、携帯電話やPC、ゲームの1日平均実施時間	167
（4）家族との団らんの時間	168
（5）十分な休養（睡眠）をとる意識度	170
（6）睡眠による十分な休養の有無	171
（7）睡眠導入剤や飲酒の使用有無	172
（8）最近1カ月間のストレス状況	173
（9）ストレスを感じた内容	174
（10）ストレスの解消方法	175
（11）こころの悩みやストレス等の相談相手の有無	177
（12）自分自身の心配ごとや悩みごとの内容	178
（13）悩みごとの相談相手	179
（14）現在の心配ごとや悩みごとの内容	180
（15）職場・学校での問題に対し相談状況の有無	181
（16）妊娠中の不安の有無	182
（17）妊娠中の不安の内容	183
（18）妊娠中の不安を取り除くために必要と感じたサービス	184
（19）市内相談機関の認知度	185
（20）不満や悩み、つらい気持ちを相談したい相手や相談機関	186
（21）ゲートキーパーという言葉や内容の認知度	188
（22）悩んでいる人や辛そうな人への声かけの有無	189
（23）声かけができる理由	190
（24）毎年多くの自殺者がいることの認知度	191

(25) 自己の存在を否定したくなるほどの悩みの有無	192
(26) 悩みの内容	193
(27) その悩みに対する相談の有無	194
(28) 死にたいほどの悩みを抱えたときに望む相談先	195
(29) 現在自覚している精神的な症状	197
(30) 2週間以上の症状の継続の有無	198
(31) 自殺を防ぐために必要な対策	199

11. その他

(1) 子どもの健康管理や子育てに対する考え	203
(2) 子どもの健康の相談先	208

12. その他の意見について

第3章 調査票

第1章 調査の概要

1. 調査実施の目的

本調査は、「いきいきライフプランかすかべ（春日部市健康づくり計画・食育推進計画・自殺対策計画）」の最終評価を行うとともに、各分野における市民の生活状況を分析し得られた結果から課題を抽出し、「第2次いきいきライフプランかすかべ（春日部市健康づくり計画・食育推進計画・自殺対策計画）」策定の基礎資料とするため実施した。

2. 調査方法と回収状況

調査地域：春日部市全域

調査対象者：市内在住の住民 5,982人

抽出方法：住民基本台帳より無作為抽出

調査期間：令和5年9月1日（金）～9月26日（火）

調査方法：下表のとおり

調査票	乳幼児・小学生		中学生	15～18歳	一般市民
調査対象	乳幼児(0～3歳)の保護者 幼児(4～6歳)の保護者	小学生 の保護者	中学生	15～18歳	一般市民 (19歳以上)
配布方法	乳幼児健診 受診者に配布	郵送	郵送	郵送	郵送
回収方法	郵送 (WEB併用)		郵送 (WEB併用)	郵送 (WEB併用)	郵送 (WEB併用)
対象人数	健診282+郵送400		600	700	1,400
回収数	270		290	281	423
有効 回収率	39.6%		48.3%	40.1%	30.2%
					38.0%

3. 調査内容

乳幼児・小学生 調査票	中学生・15-18歳 調査票	一般市民 調査票
<ul style="list-style-type: none"> ・子どものこと ・ふだんの食生活 ・食育 ・歯の健康 ・子どもの運動や休養の様子 ・子どもの健康管理や 子育てに対する考え ・保護者のこと 	<ul style="list-style-type: none"> ・本人のこと ・ふだんの食生活 ・食育 ・歯の健康 ・運動のようす ・からだや性 ・たばことアルコール ・休養やこころの健康及び 健康問題 	<ul style="list-style-type: none"> ・本人のこと ・ふだんの食生活 ・食育 ・歯の健康 ・運動のようす ・たばことアルコール ・健診受診状況 ・地域での活動への取り組み ・休養やこころの健康及び 健康問題

4. 調査結果を見る上での注意事項

- ・一般市民調査票の集計は、各年代層の特徴を捉えるため、「青年期」（19～39歳）、「壮年期」（40～64歳）、「高齢期」（65歳以上）の3つのライフステージに区分して集計を行った。
- ・本文、表、グラフなどに使われる「n」は、各設問に対する回答者数である。
- ・百分率（%）の計算は、小数第2位を四捨五入し、小数第1位まで表示した。従って、単数回答（1つだけ選ぶ問）においても、四捨五入の影響で、%を足し合わせて100%にならない場合がある。
- ・複数回答（2つ以上選んでよい問）においては、%の合計が100%を超える場合がある。
- ・本文、表、グラフは、表示の都合上、調査票の選択肢等の文言を一部簡略化している場合がある。
- ・グラフ内の各項目の割合の値が小さく、表示上支障がある場合は、一部を表示していない。この場合、グラフと表の両方を掲載した。（すべての割合が表示できている場合は表を省略）
- ・調査票の設問文の一部は、報告書本編用に文言を修正している。
（例：○は1つだけ→選択は1つだけ／最も近いものの番号を→最も近いものを 等）
- ・表中の斜線は、その設問に対する選択肢が、該当のライフステージにないことを表す。
- ・回答者数が30未満の場合、比率が上下しやすいため、傾向を見るにとどめ、本文中では触れていない。
- ・表中の割合が0%になる場合の表記は「-」で表記している。
- ・各調査票から、本書内で表示している分析軸を下表のとおり設定している。
- ・乳幼児・小学生調査票は、子どもの健康について考えていることや、日常生活のなかで取り組んでいることなどについて保護者が回答している。ただし、保護者本人のことを聞く設問（P.106、P.108、P.121～123、P.143、P.157、P.177、P.182～185）は除く。

調査票	分析軸	対象年齢
乳幼児・小学生 調査票	乳幼児	0～6歳
	小学生	6～12歳
中学生 調査票	中学生	12～15歳
15歳から18歳 調査票	15歳-18歳	15～18歳
一般市民 調査票	青年期 男	19～39歳
	青年期 女	19～39歳
	壮年期 男	40～64歳
	壮年期 女	40～64歳
	高齢期 男	65歳以上
	高齢期 女	65歳以上

第2章 調査結果の詳細

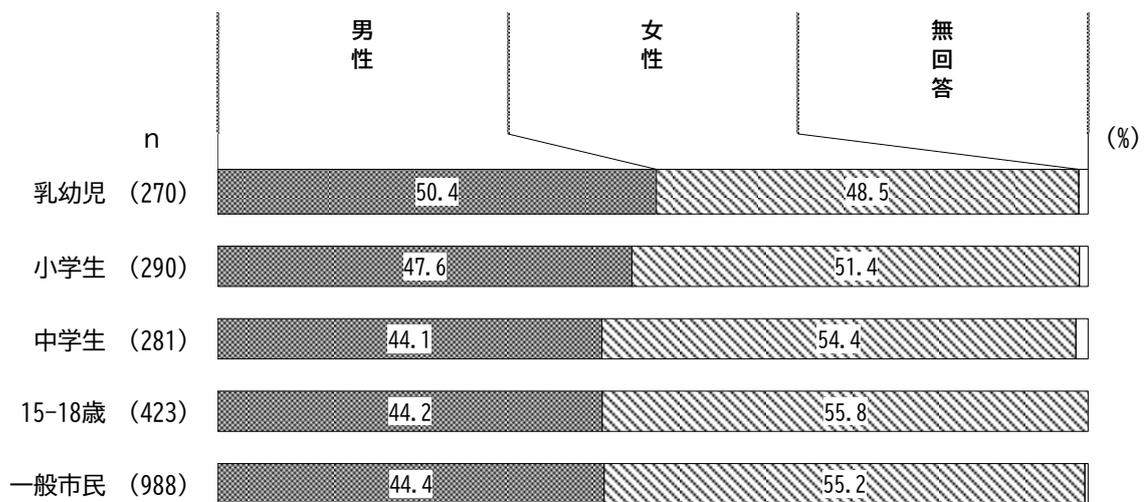
1. 基本項目

1. 基本項目

(1) 性別

問 あなたの性別を教えてください。(選択は1つだけ)

〈乳幼児・小学生／中学生・15-18歳／一般市民：いずれもF1〉



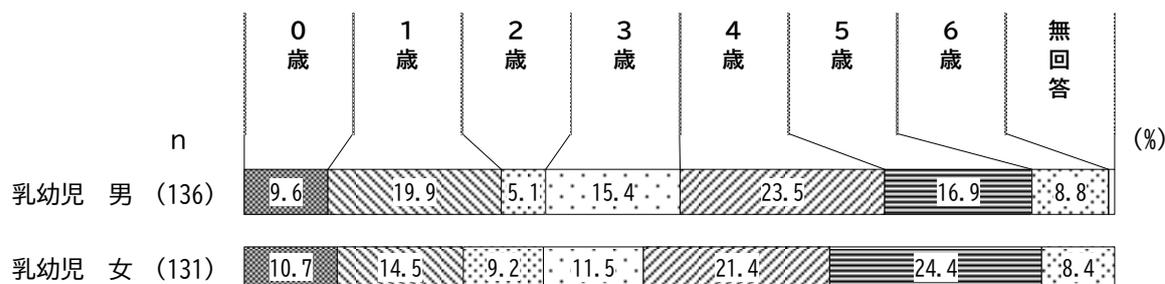
	調査数	男性	女性	無回答
乳幼児	270	50.4%	48.5%	1.1%
小学生	290	47.6%	51.4%	1.0%
中学生	281	44.1%	54.4%	1.4%
15-18歳	423	44.2%	55.8%	-
一般市民	988	44.4%	55.2%	0.4%

1. 基本項目

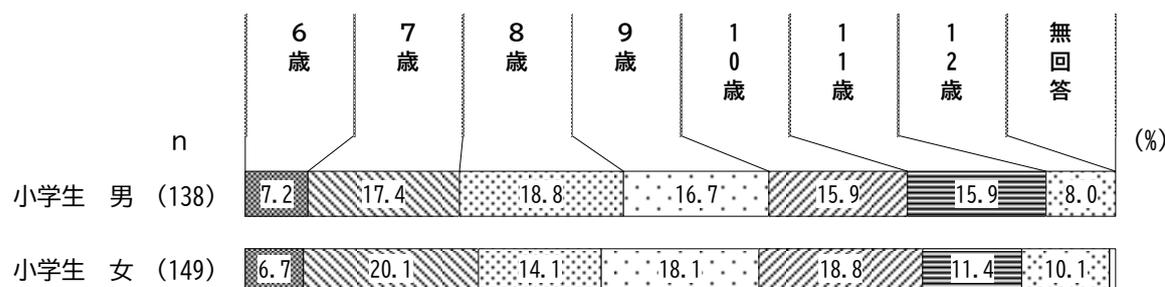
(2) 年齢（乳幼児・小学生）

問 お子さんの年齢を教えてください。（選択は1つだけ）

※令和5年9月1日 〈乳幼児：F 2 / 小学生：F 2〉



	調査数	0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	無回答
乳幼児 男	136	9.6%	19.9%	5.1%	15.4%	23.5%	16.9%	8.8%	0.7%
乳幼児 女	131	10.7%	14.5%	9.2%	11.5%	21.4%	24.4%	8.4%	-
乳幼児性別無回答	3	33.3%	-	-	-	-	33.3%	-	33.3%

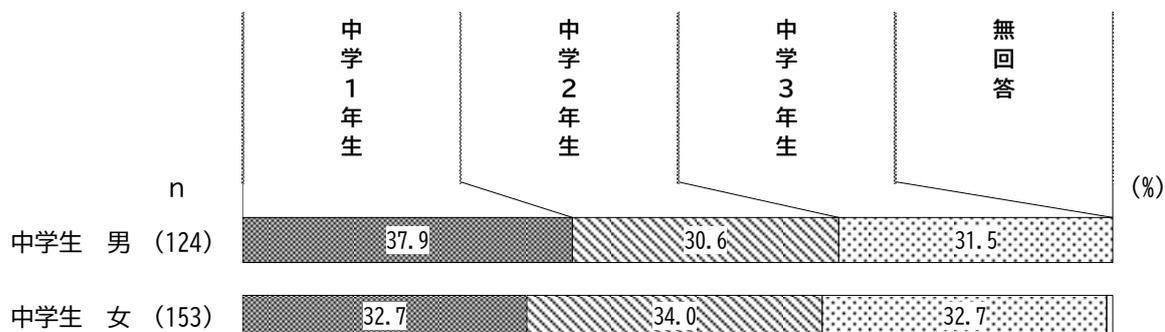


	調査数	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳	12歳	無回答
小学生 男	138	7.2%	17.4%	18.8%	16.7%	15.9%	15.9%	8.0%	-
小学生 女	149	6.7%	20.1%	14.1%	18.1%	18.8%	11.4%	10.1%	0.7%
小学生性別無回答	3	-	33.3%	-	-	-	-	-	66.7%

(3) 学年 (中学生)

問 あなたは何年生ですか。(選択は1つだけ)

〈中学生：F2〉

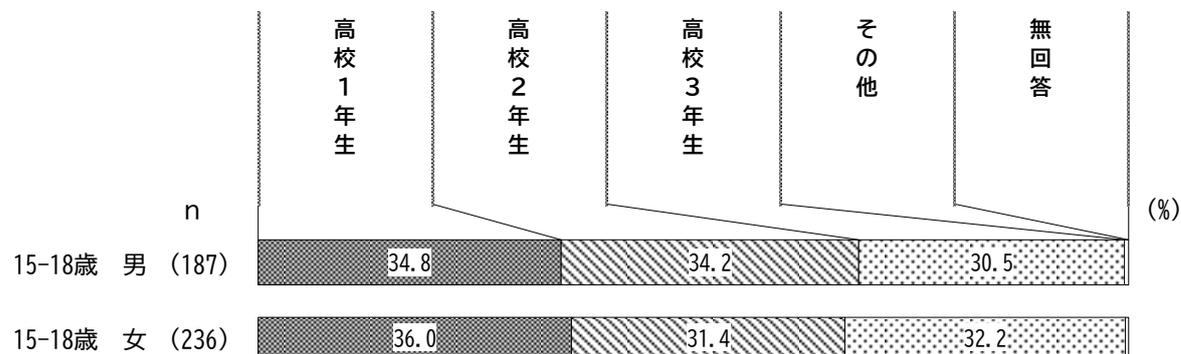


	調査数	中学1年生	中学2年生	中学3年生	無回答
中学生 男	124	37.9%	30.6%	31.5%	-
中学生 女	153	32.7%	34.0%	32.7%	0.7%
中学生性別無回答	4	-	-	-	100.0%

(4) 学年 (15-18歳)

問 あなたは何年生ですか。(選択は1つだけ)

〈15-18歳：F2〉



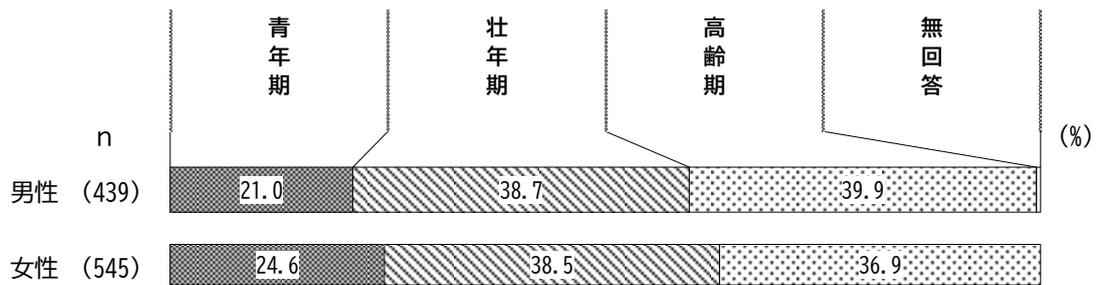
	調査数	高校1年生	高校2年生	高校3年生	その他	無回答
15-18歳 男	187	34.8%	34.2%	30.5%	0.5%	-
15-18歳 女	236	36.0%	31.4%	32.2%	0.4%	-

1. 基本項目

(5) 年齢（一般市民ライフステージ別）

問 あなたの年齢を教えてください。

※令和5年9月1日〈市民一般：F2〉



	調査数	青年期	壮年期	高齢期	無回答
男性	439	21.0%	38.7%	39.9%	0.5%
女性	545	24.6%	38.5%	36.9%	-
性別無回答	4	-	-	25.0%	75.0%

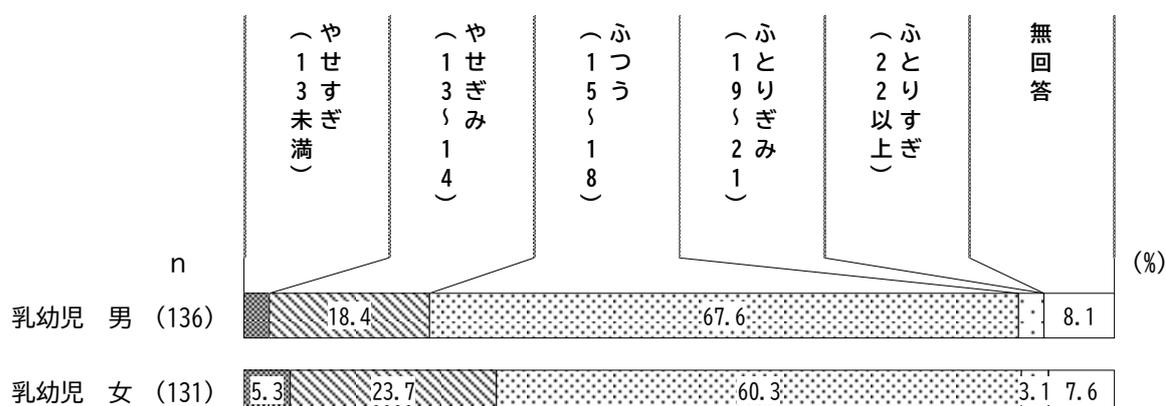
(6) カウプ指数 ※満3か月から5歳までの乳幼児の肥満度を表す指数

〈乳幼児：F3〉

$$\text{カウプ指数} = \frac{\text{体重 (g)}}{(\text{身長 (cm)})^2} \times 10$$

〈やせすぎ 13未満/やせぎみ 13~15未満/ふつう 15~19未満/ふとりぎみ 19~22未満/ふとりすぎ 22以上〉

カウプ指数は、「ふつう」が乳幼児男で67.6%、乳幼児女が60.3%と高くなっている。「やせぎみ」は、乳幼児女で23.7%、乳幼児男で18.4%となっている。「やせすぎ」「やせぎみ」の合計は、乳幼児男で21.3%、乳幼児女で29%となっている。



	調査数	やせすぎ (13未満)	やせぎみ (13~ 14)	ふつう (15~ 18)	ふとりぎ み (19~ 21)	ふとりす ぎ (22以 上)	無回答
乳幼児 男	136	2.9%	18.4%	67.6%	2.9%	-	8.1%
乳幼児 女	131	5.3%	23.7%	60.3%	3.1%	-	7.6%
乳幼児性別無回答	3	-	-	66.7%	-	-	33.3%

1. 基本項目

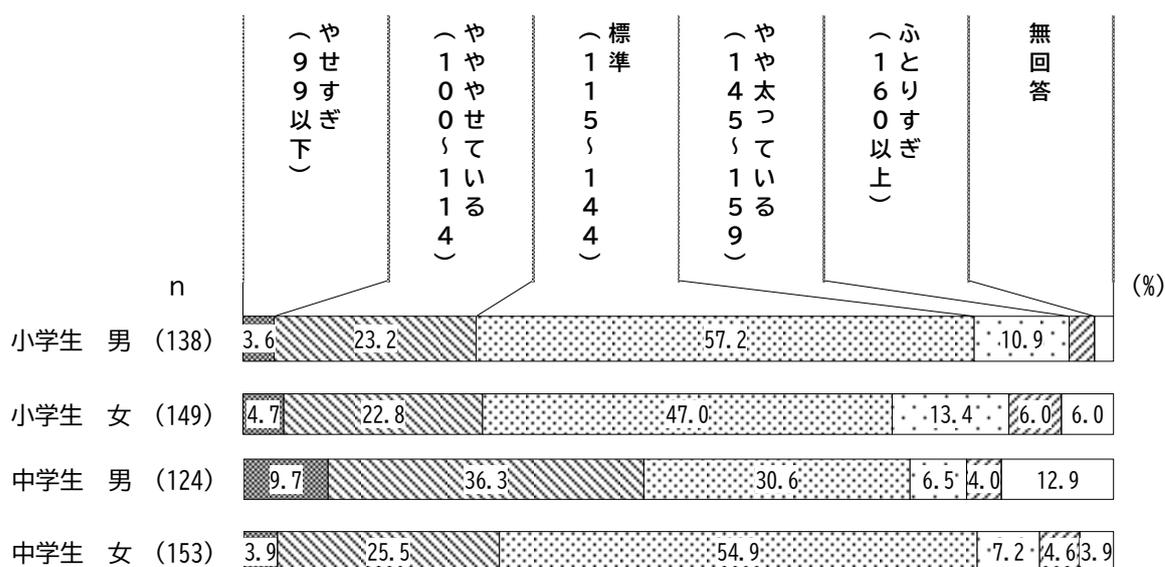
(7) ローレル指数 ※学童期の肥満を表す指数

$$\text{ローレル指数} = \frac{\text{体重 (kg)}}{(\text{身長 (cm)})^3} \times 10^7$$

〈小学生、中学生：F4〉

〈やせすぎ 100未満／やややせている 100～115未満／標準 115～145未満／やや太っている 145～160未満／ふとりすぎ 160以上〉

ローレル指数は、「標準」が小学生男で57.2%、中学生女が54.9%と高くなっている。「やややせている」は中学生男が36.3%と最も高くなっている。



	調査数	やせすぎ (99以下)	やややせている (100～114)	標準 (115～144)	やや太っている (145～159)	ふとりすぎ (160以上)	無回答
小学生 男	138	3.6%	23.2%	57.2%	10.9%	2.9%	2.2%
小学生 女	149	4.7%	22.8%	47.0%	13.4%	6.0%	6.0%
小学生性別無回答	3	-	-	-	-	-	100.0%
中学生 男	124	9.7%	36.3%	30.6%	6.5%	4.0%	12.9%
中学生 女	153	3.9%	25.5%	54.9%	7.2%	4.6%	3.9%
中学生性別無回答	4	-	-	25.0%	-	-	75.0%

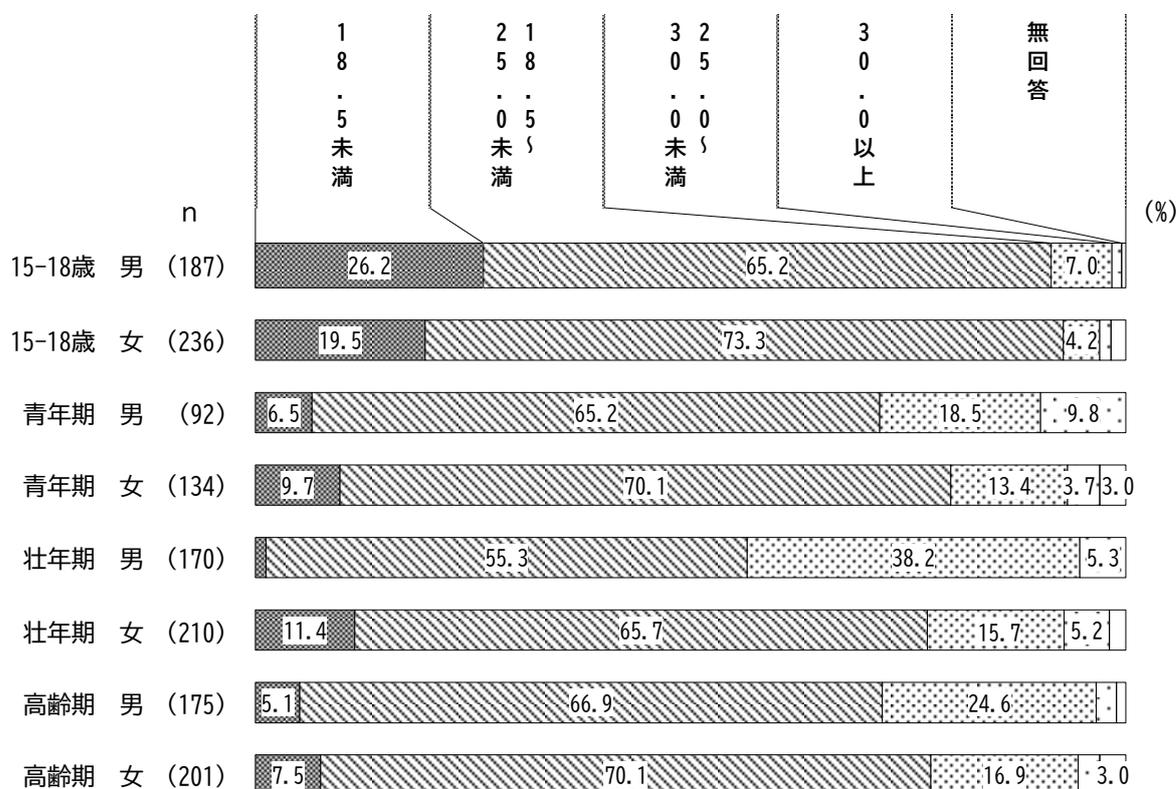
(8) BMI ※体重と身長から算出される肥満度を表す指数

$$BMI = \frac{\text{体重 (kg)}}{(\text{身長 (m)})^2}$$

〈15-18歳：F 4、一般市民：F 7〉

〈低体重（やせ型） 18.5未満／普通体重 18.5～25未満／肥満 25～30未満／高度肥満 30以上〉

BMIは、「18.5～25.0未満」が全性年代で最も高く、「25.0～30.0未満」は壮年期男で38.2%と高くなっている。「25以上」は、壮年期男で43.5%と高くなっている。「18.5未満」は、15-18歳男が26.2%と高くなっている。



	調査数	18.5未満	18.5～25.0未満	25.0～30.0未満	30.0以上	無回答
15-18歳 男	187	26.2%	65.2%	7.0%	1.1%	0.5%
15-18歳 女	236	19.5%	73.3%	4.2%	1.3%	1.7%
青年期 男	92	6.5%	65.2%	18.5%	9.8%	-
青年期 女	134	9.7%	70.1%	13.4%	3.7%	3.0%
壮年期 男	170	1.2%	55.3%	38.2%	5.3%	-
壮年期 女	210	11.4%	65.7%	15.7%	5.2%	1.9%
高齢期 男	175	5.1%	66.9%	24.6%	2.3%	1.1%
高齢期 女	201	7.5%	70.1%	16.9%	2.5%	3.0%
一般性年代無回答	6	16.7%	50.0%	-	-	33.3%

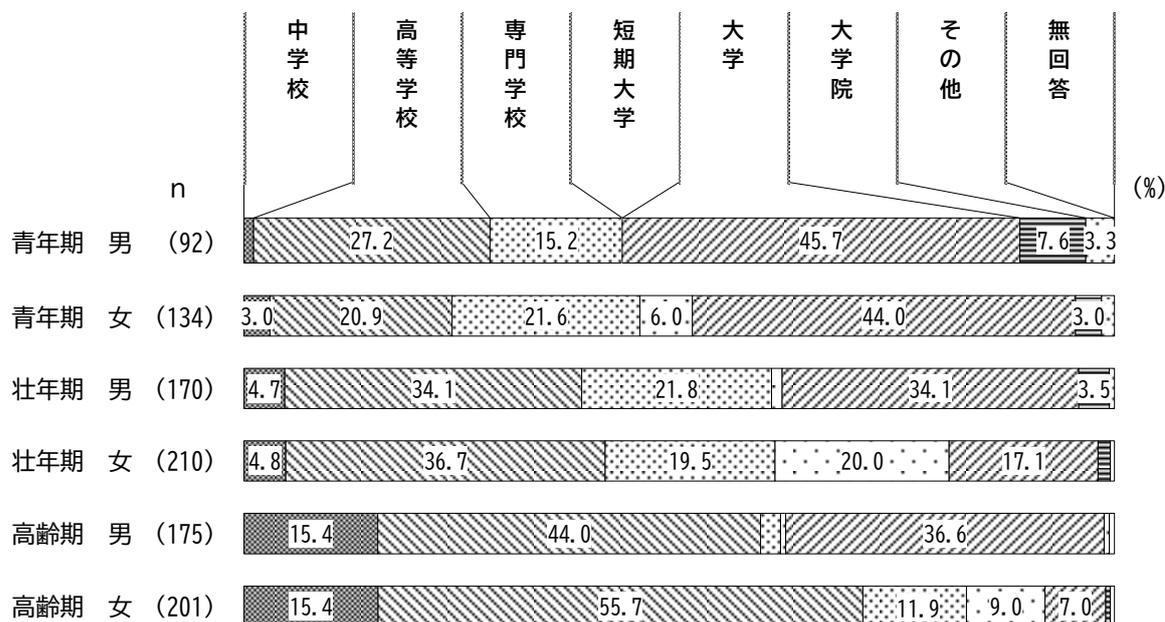
1. 基本項目

(9) 最終学歴

問 あなたの最終学歴を教えてください。(選択は1つだけ)

〈一般市民：F3〉

最終学歴は、青年期男女で「大学」が4割台半ばとなっており、壮年期男で「高等学校」と「大学」が共に34.1%、高齢期女で「高等学校」が55.7%と他の世代と比較して高くなっている。



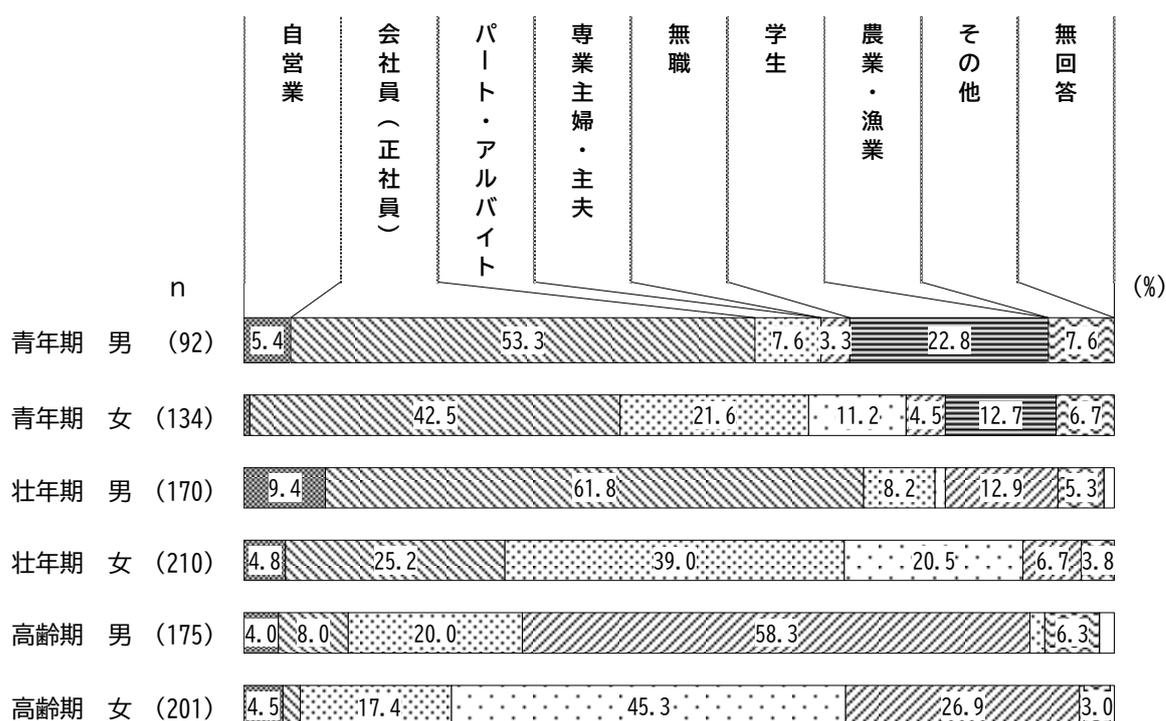
	調査数	中学校	高等学校	専門学校	短期大学	大学	大学院	その他	無回答
青年期 男	92	1.1%	27.2%	15.2%	-	45.7%	7.6%	3.3%	-
青年期 女	134	3.0%	20.9%	21.6%	6.0%	44.0%	3.0%	1.5%	-
壮年期 男	170	4.7%	34.1%	21.8%	1.2%	34.1%	3.5%	0.6%	-
壮年期 女	210	4.8%	36.7%	19.5%	20.0%	17.1%	1.4%	-	0.5%
高齢期 男	175	15.4%	44.0%	2.3%	0.6%	36.6%	-	0.6%	0.6%
高齢期 女	201	15.4%	55.7%	11.9%	9.0%	7.0%	0.5%	-	0.5%
一般性年代無回答	6	-	33.3%	-	-	16.7%	-	-	50.0%

(10) 職業

問 あなたの職業を教えてください。(選択は1つだけ)

〈一般市民：F4〉

職業は、青年期男で「会社員」が53.3%、壮年期男で61.8%、高齢期男で「無職」が58.3%、高齢期女で「専業主婦・主夫」が45.3%と高くなっている。



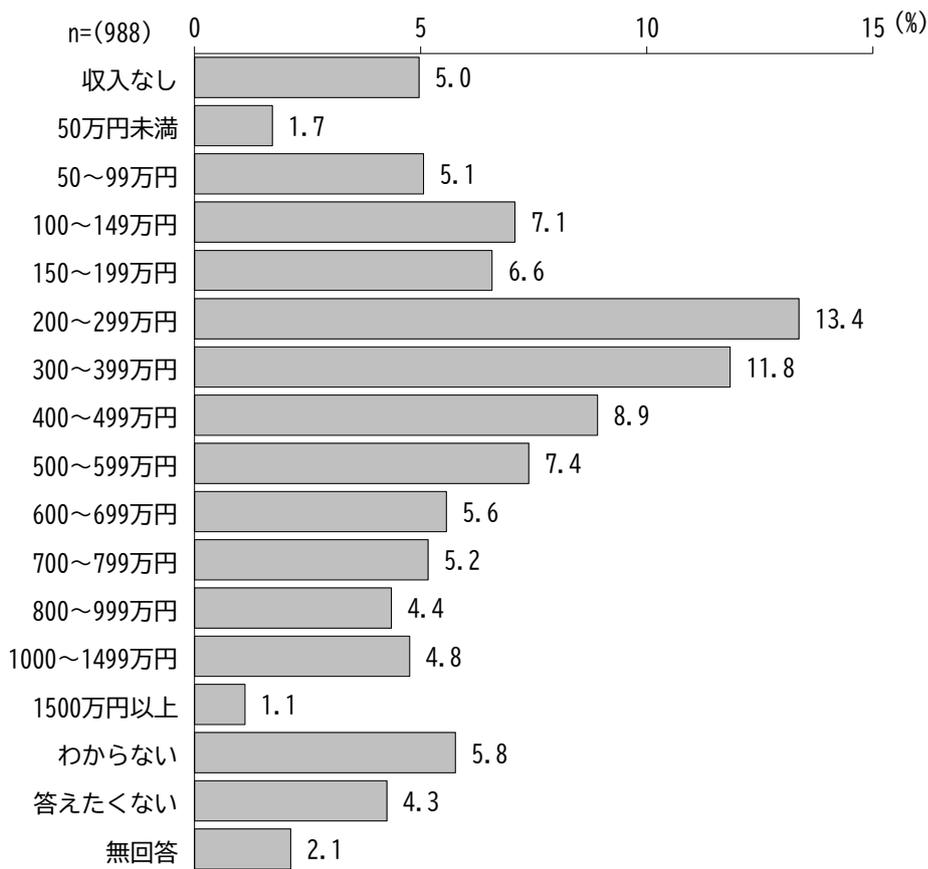
	調査数	自営業	会社員(正社員)	パート・アルバイト	専業主婦・主夫	無職	学生	農業・漁業	その他	無回答
青年期 男	92	5.4%	53.3%	7.6%	-	3.3%	22.8%	-	7.6%	-
青年期 女	134	0.7%	42.5%	21.6%	11.2%	4.5%	12.7%	-	6.7%	-
壮年期 男	170	9.4%	61.8%	8.2%	1.2%	12.9%	-	-	5.3%	1.2%
壮年期 女	210	4.8%	25.2%	39.0%	20.5%	6.7%	-	-	3.8%	-
高齢期 男	175	4.0%	8.0%	20.0%	-	58.3%	-	1.7%	6.3%	1.7%
高齢期 女	201	4.5%	2.0%	17.4%	45.3%	26.9%	-	0.5%	3.0%	0.5%
一般性年代無回答	6	-	33.3%	16.7%	-	-	-	-	-	50.0%

1. 基本項目

(11) 世帯年収

問 あなたの世帯の過去1年間のおおよその年間収入（税込み）を教えてください。
 （選択は1つだけ） 〈一般市民：F5〉

世帯年収は、「400～499万円」が青年期男で14.1%、壮年期男で14.7%、「200～299万円」が高
 齢期男で22.9%、高齢期女で19.9%と高くなっている。



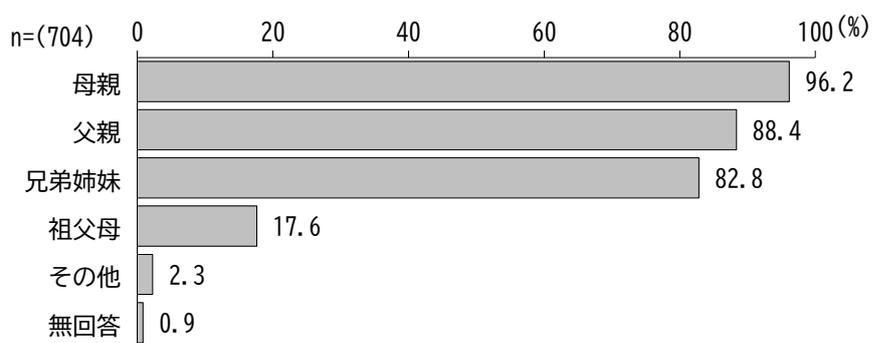
	調査数	収入なし	50万円未 満	50～99万 円	100～ 149万 円	150～ 199万 円	200～ 299万 円	300～ 399万 円	400～ 499万 円	500～ 599万 円
全 体	988	5.0%	1.7%	5.1%	7.1%	6.6%	13.4%	11.8%	8.9%	7.4%
青年期 男	92	1.1%	1.1%	3.3%	-	1.1%	9.8%	10.9%	14.1%	13.0%
青年期 女	134	6.7%	3.0%	1.5%	5.2%	3.7%	9.0%	10.4%	9.7%	7.5%
壮年期 男	170	3.5%	1.2%	2.4%	2.9%	2.9%	10.0%	10.6%	14.7%	13.5%
壮年期 女	210	5.7%	2.4%	1.4%	4.8%	6.2%	6.7%	8.1%	7.1%	8.1%
高齢期 男	175	4.6%	0.6%	5.1%	10.9%	11.4%	22.9%	19.4%	8.0%	3.4%
高齢期 女	201	6.5%	2.0%	14.4%	14.4%	10.4%	19.9%	11.9%	3.0%	2.5%
一般性年代無回答	6	-	-	-	-	-	-	-	33.3%	-

	600～ 699万 円	700～ 799万 円	800～ 999万 円	1000～ 1499万 円	1500万円 以上	わから ない	答えたく ない	無回答
全 体	5.6%	5.2%	4.4%	4.8%	1.1%	5.8%	4.3%	2.1%
青年期 男	8.7%	6.5%	1.1%	7.6%	1.1%	14.1%	4.3%	2.2%
青年期 女	8.2%	6.0%	5.2%	6.0%	1.5%	12.7%	2.2%	1.5%
壮年期 男	6.5%	7.1%	10.0%	5.9%	0.6%	2.4%	4.1%	1.8%
壮年期 女	8.1%	9.0%	7.1%	7.6%	2.4%	6.7%	7.6%	1.0%
高齢期 男	2.3%	1.7%	1.7%	1.1%	0.6%	1.7%	3.4%	1.1%
高齢期 女	2.0%	1.5%	-	2.0%	0.5%	2.5%	3.0%	3.5%
一般性年代無回答	-	-	-	-	-	16.7%	-	50.0%

(12) 家族構成

問 家族構成を教えてください。(選択はいくつでも)

〈中学生・15-18歳：F3〉



	調査数	母親	父親	兄弟姉妹	祖父母	その他	無回答
全体	704	96.2%	88.4%	82.8%	17.6%	2.3%	0.9%
中学生 男	124	94.4%	87.9%	83.9%	16.9%	1.6%	-
中学生 女	153	99.3%	89.5%	83.0%	22.9%	3.9%	-
中学生性別無回答	4	-	-	-	-	-	100.0%
15-18歳 男	187	96.8%	92.0%	82.9%	17.1%	1.1%	-
15-18歳 女	236	96.2%	86.4%	83.5%	15.3%	2.5%	0.8%

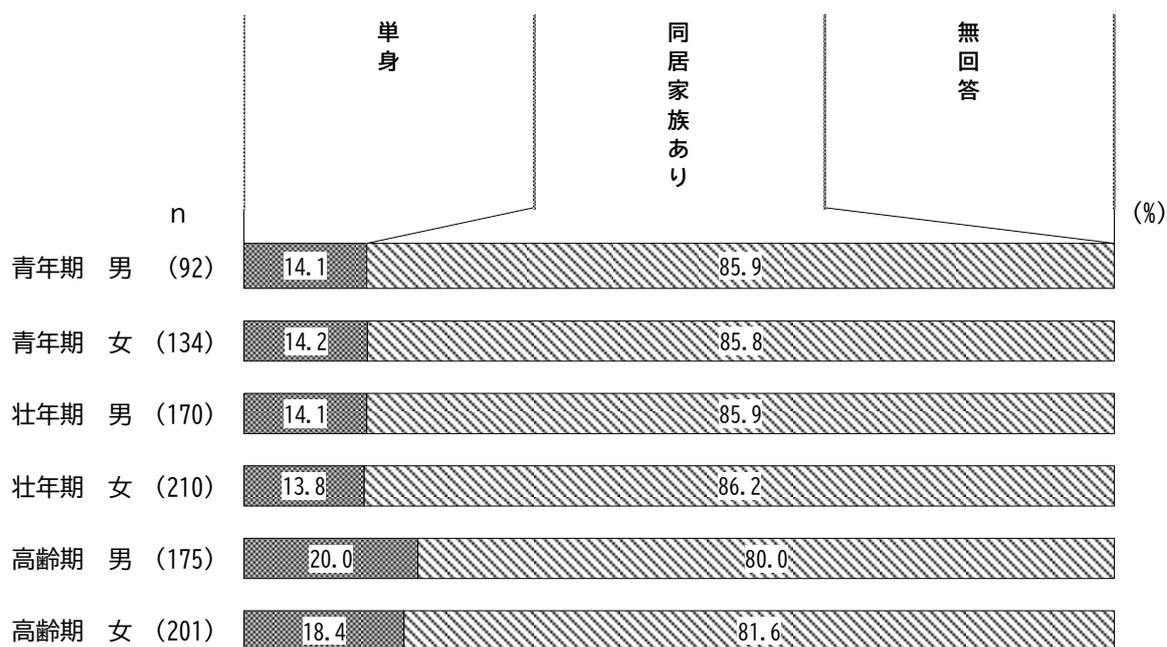
1. 基本項目

(13) 家族構成（同居）

問 家族構成を教えてください。（選択は1つだけ）

〈一般市民：F6〉

家族構成は、「同居家族あり」が全世代で8割を超えて高くなっている。「単身」は高齢期男が20.0%と最も高い。



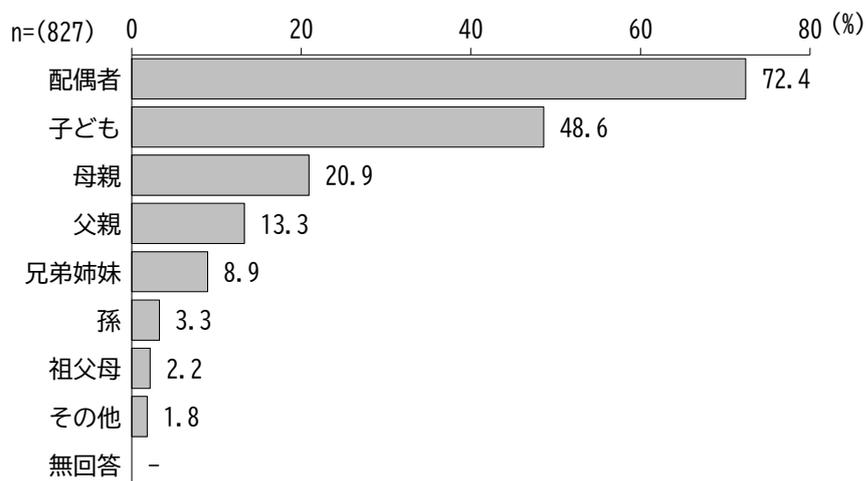
	調査数	単身	同居家族あり	無回答
青年期 男	92	14.1%	85.9%	-
青年期 女	134	14.2%	85.8%	-
壮年期 男	170	14.1%	85.9%	-
壮年期 女	210	13.8%	86.2%	-
高齢期 男	175	20.0%	80.0%	-
高齢期 女	201	18.4%	81.6%	-
一般性年代無回答	6	16.7%	33.3%	50.0%

(14) 同居家族

【前問で「2 同居家族あり」と答えた方のみ】

問 誰と同居していますか。(選択はいくつでも)

〈一般市民：F6-1〉

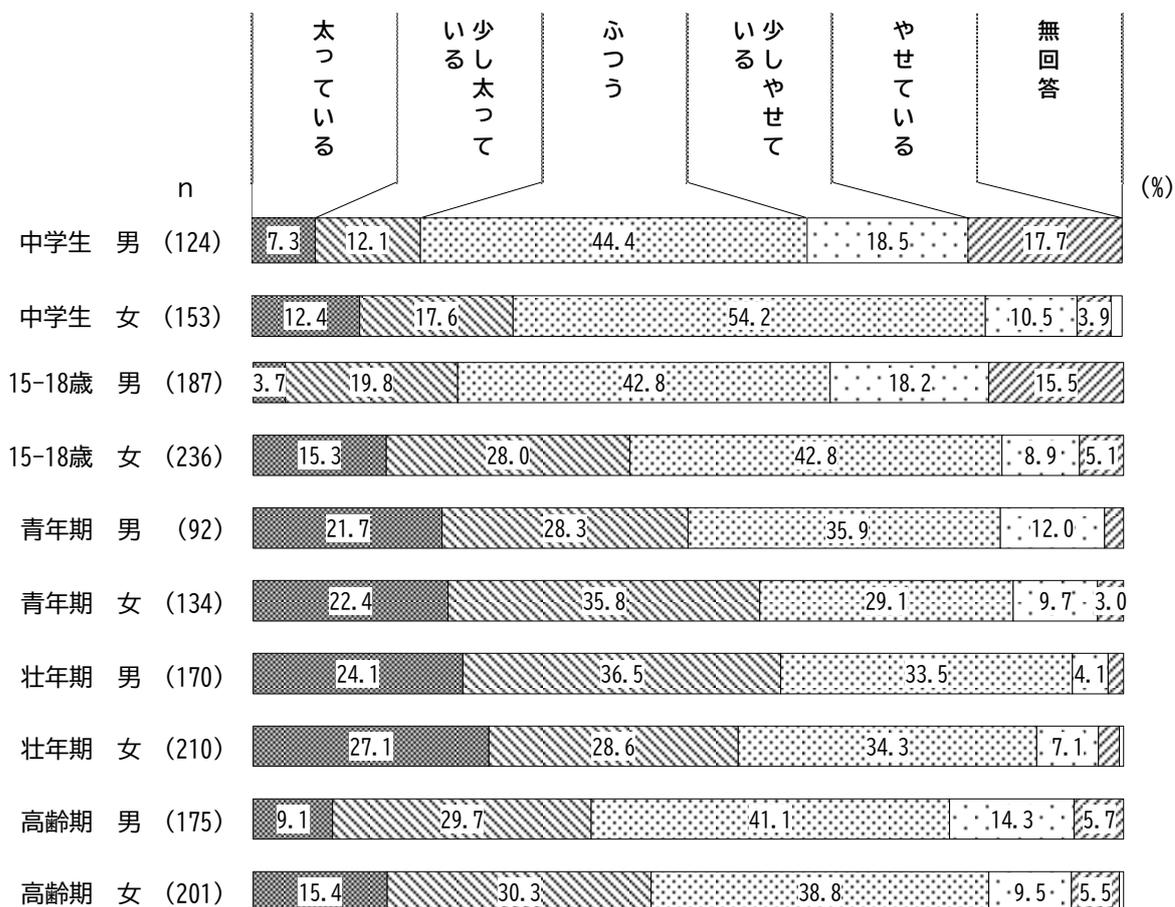


	調査数	配偶者	子ども	母親	父親	兄弟姉妹	孫	祖父母	その他	無回答
全 体	827	72.4%	48.6%	20.9%	13.3%	8.9%	3.3%	2.2%	1.8%	0.0%
青年期 男	79	36.7%	30.4%	55.7%	46.8%	36.7%	-	6.3%	5.1%	-
青年期 女	115	51.3%	46.1%	40.9%	36.5%	24.3%	-	10.4%	3.5%	-
壮年期 男	146	76.7%	55.5%	27.4%	13.7%	3.4%	2.1%	-	0.7%	-
壮年期 女	181	77.9%	65.7%	20.4%	6.1%	5.5%	3.9%	0.6%	1.7%	-
高齢期 男	140	92.9%	34.3%	-	-	-	2.9%	-	0.7%	-
高齢期 女	164	76.8%	46.3%	3.0%	-	1.2%	7.9%	-	1.2%	-
一般性年代無回答	2	100.0%	50.0%	-	-	-	-	-	-	-

1. 基本項目

(15) 自分の体型

問 あなたは、自分の体型についてどう思いますか。(選択は1つだけ)
 〈中学生・15-18歳：F 5／一般市民：F 8〉



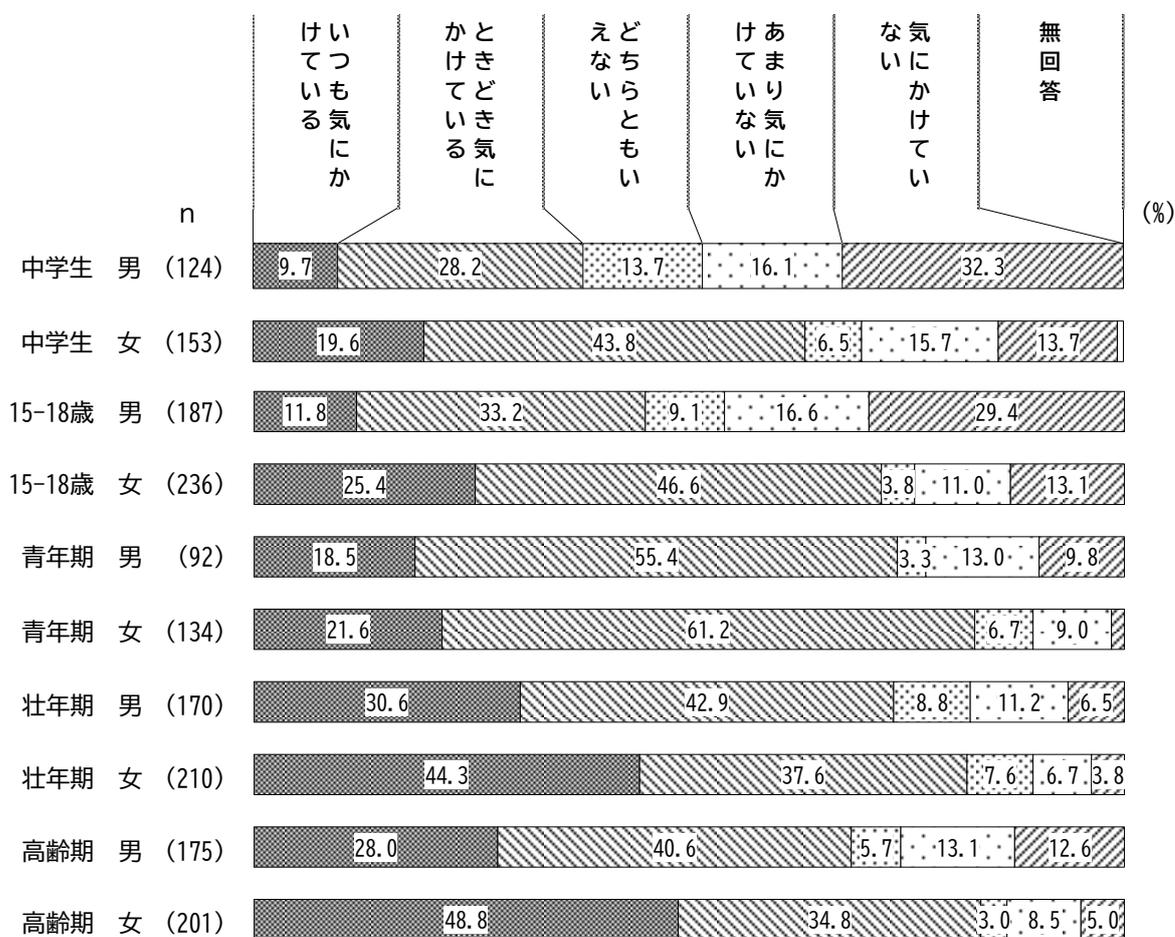
	調査数	太っている	少し太っている	ふつう	少しやせている	やせている	無回答
中学生 男	124	7.3%	12.1%	44.4%	18.5%	17.7%	-
中学生 女	153	12.4%	17.6%	54.2%	10.5%	3.9%	1.3%
中学生性別無回答	4	-	-	25.0%	-	-	75.0%
15-18歳 男	187	3.7%	19.8%	42.8%	18.2%	15.5%	-
15-18歳 女	236	15.3%	28.0%	42.8%	8.9%	5.1%	-
青年期 男	92	21.7%	28.3%	35.9%	12.0%	2.2%	-
青年期 女	134	22.4%	35.8%	29.1%	9.7%	3.0%	-
壮年期 男	170	24.1%	36.5%	33.5%	4.1%	1.8%	-
壮年期 女	210	27.1%	28.6%	34.3%	7.1%	2.4%	0.5%
高齢期 男	175	9.1%	29.7%	41.1%	14.3%	5.7%	-
高齢期 女	201	15.4%	30.3%	38.8%	9.5%	5.5%	0.5%
一般性年代無回答	6	-	50.0%	-	16.7%	-	33.3%

(16) 自分の体重への意識

問 あなたは、ふだん自分の体重を気にしていますか。(選択は1つだけ)

〈中学生・15-18歳：F 6／一般市民：F 9〉

自分の体重への意識は、「いつも気にしている」と「ときどき気にしている」を合わせた『気にしている』が中学生男と15-18歳男を除いて高くなっている。一方、「あまり気にしていない」と「気にしていない」を合わせた『気にしていない』は中学生男が48.4%、15-18歳男が46.0%と高くなっている。



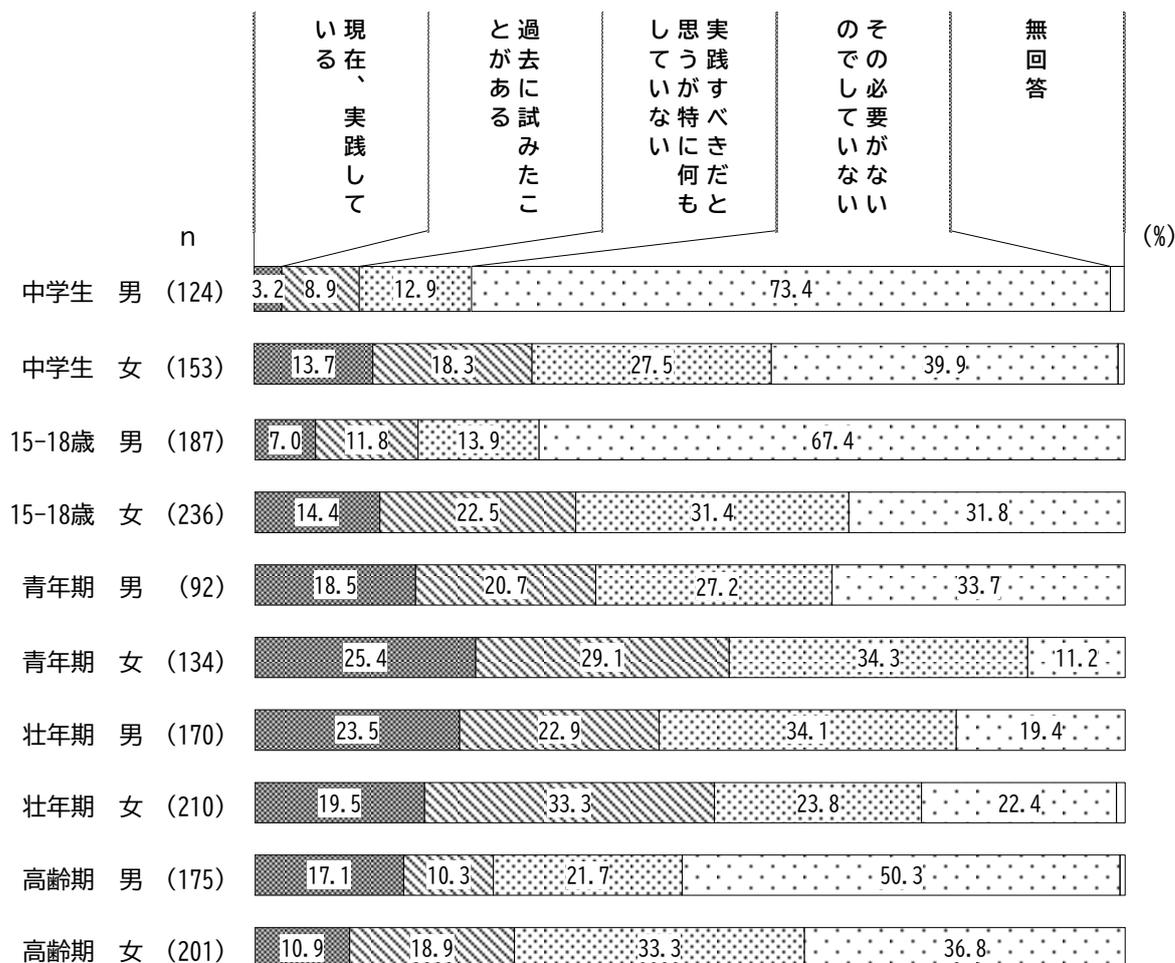
	調査数	いつも気にしている	ときどき気にしている	どちらともいえない	あまり気にしていない	気にしていない	無回答
中学生 男	124	9.7%	28.2%	13.7%	16.1%	32.3%	-
中学生 女	153	19.6%	43.8%	6.5%	15.7%	13.7%	0.7%
中学生性別無回答	4	-	25.0%	-	-	-	75.0%
15-18歳 男	187	11.8%	33.2%	9.1%	16.6%	29.4%	-
15-18歳 女	236	25.4%	46.6%	3.8%	11.0%	13.1%	-
青年期 男	92	18.5%	55.4%	3.3%	13.0%	9.8%	-
青年期 女	134	21.6%	61.2%	6.7%	9.0%	1.5%	-
壮年期 男	170	30.6%	42.9%	8.8%	11.2%	6.5%	-
壮年期 女	210	44.3%	37.6%	7.6%	6.7%	3.8%	-
高齢期 男	175	28.0%	40.6%	5.7%	13.1%	12.6%	-
高齢期 女	201	48.8%	34.8%	3.0%	8.5%	5.0%	-
一般性年代無回答	6	16.7%	50.0%	-	-	-	33.3%

1. 基本項目

(17) ダイエットの実践

問 あなたは、ダイエットをしていますか。(選択は1つだけ)
 〈中学生・15-18歳：F 7／一般市民：F 10〉

ダイエットの状況は、「現在、実践している」が青年期女で25.4%と最も高くなっている。

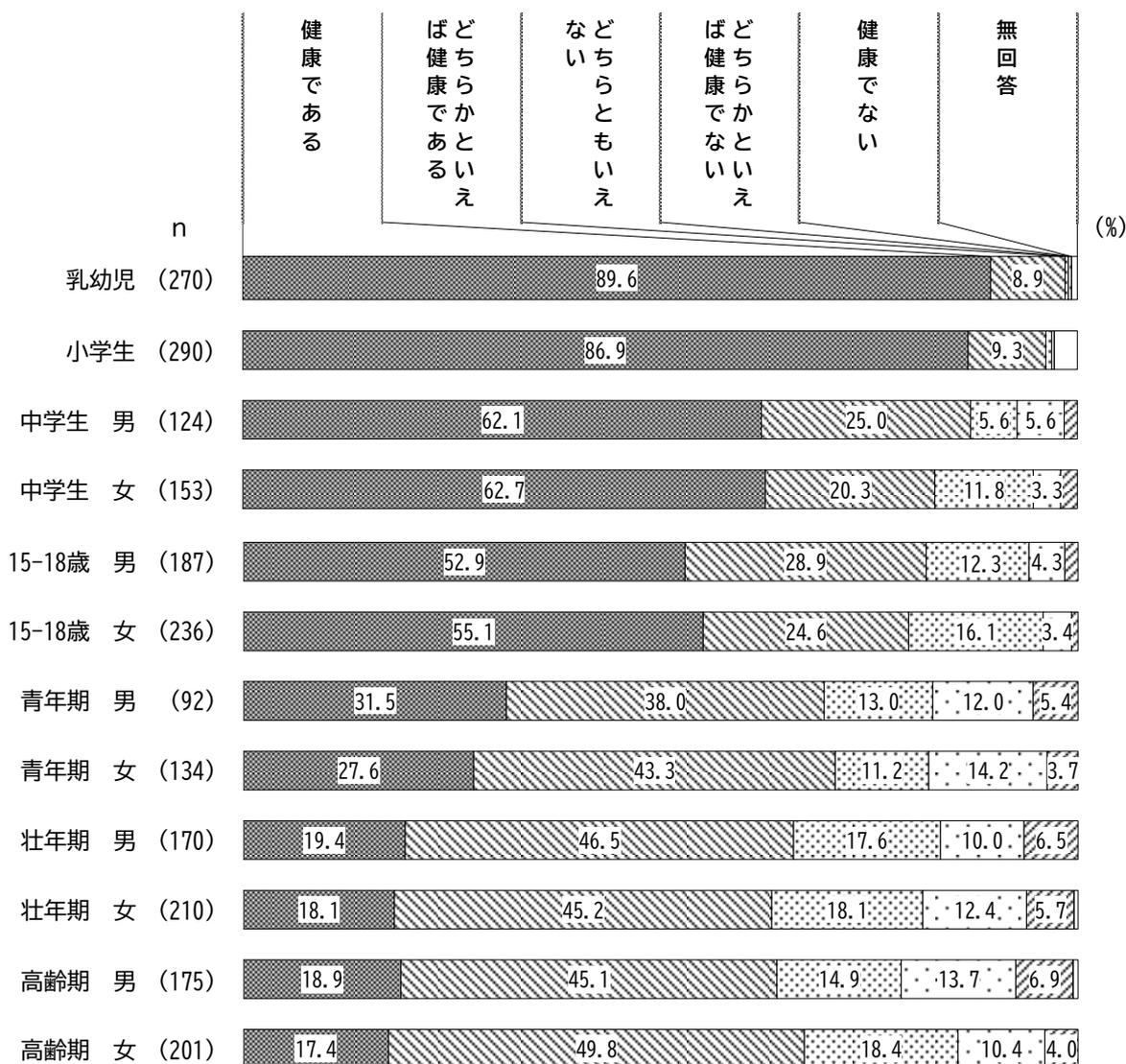


	調査数	現在、実践している	過去に試みたことがある	実践すべきだが特に何もしていない	その必要がないのでしていない	無回答
中学生 男	124	3.2%	8.9%	12.9%	73.4%	1.6%
中学生 女	153	13.7%	18.3%	27.5%	39.9%	0.7%
中学生性別無回答	4	-	-	25.0%	-	75.0%
15-18歳 男	187	7.0%	11.8%	13.9%	67.4%	-
15-18歳 女	236	14.4%	22.5%	31.4%	31.8%	-
青年期 男	92	18.5%	20.7%	27.2%	33.7%	-
青年期 女	134	25.4%	29.1%	34.3%	11.2%	-
壮年期 男	170	23.5%	22.9%	34.1%	19.4%	-
壮年期 女	210	19.5%	33.3%	23.8%	22.4%	1.0%
高齢期 男	175	17.1%	10.3%	21.7%	50.3%	0.6%
高齢期 女	201	10.9%	18.9%	33.3%	36.8%	-
一般性年代無回答	6	16.7%	-	33.3%	16.7%	33.3%

(18) 現在の健康状態

問 あなたの現在の健康状態についてどう思いますか。(選択は1つだけ)
 〈乳幼児・小学生：F 4／中学生・15-18歳：F 8／一般市民：F 11〉

現在の健康状態は、「健康である」と「どちらかといえば健康である」を合わせた『健康』が全世代で最も高くなっている。「どちらかといえば健康でない」「健康でない」は、高齢期男で20.6%を占めている。



1. 基本項目

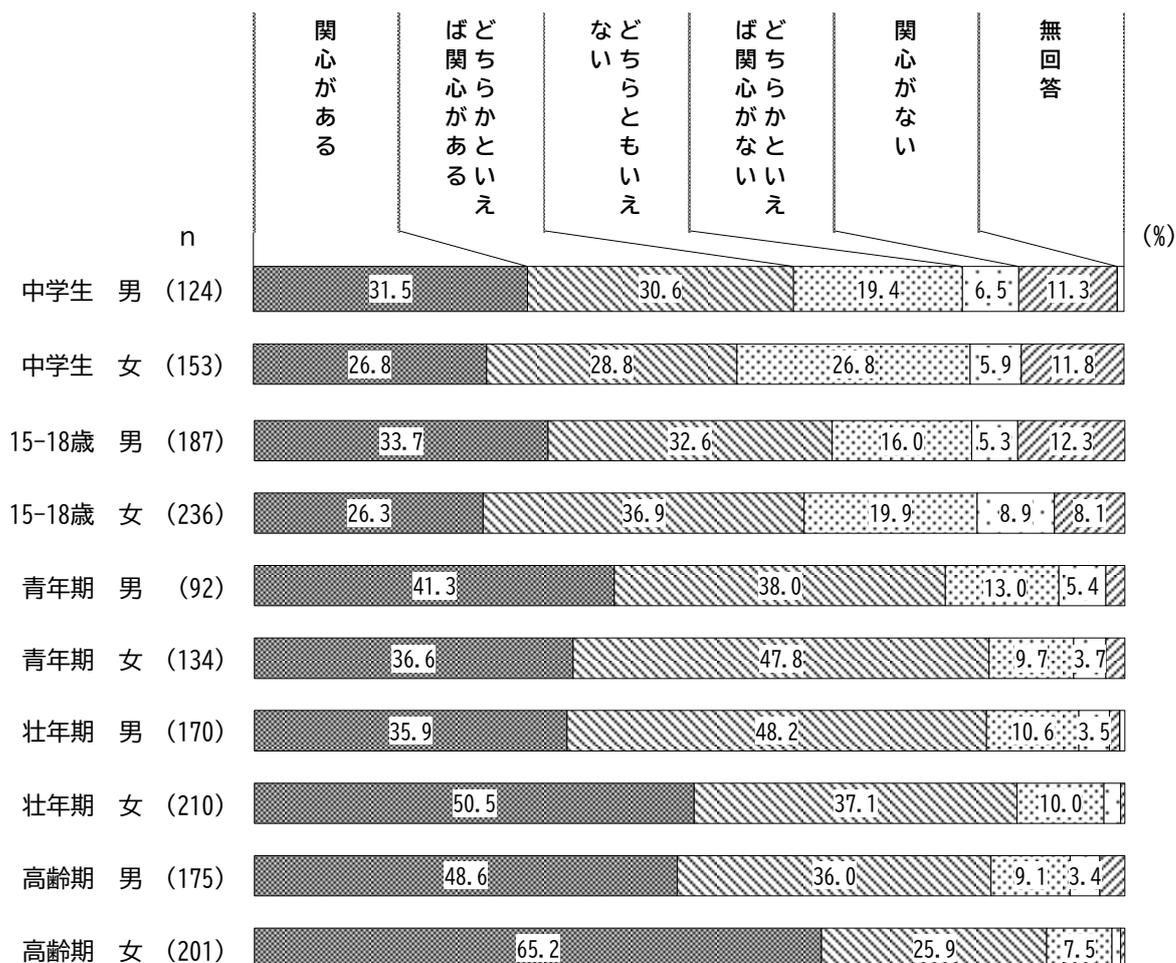
	調査数	健康である	どちらかといえば健康である	どちらともいえない	どちらかといえば健康でない	健康でない	無回答
乳幼児	270	89.6%	8.9%	0.4%	0.4%	-	0.7%
小学生	290	86.9%	9.3%	0.7%	0.3%	-	2.8%
中学生 男	124	62.1%	25.0%	5.6%	5.6%	1.6%	-
中学生 女	153	62.7%	20.3%	11.8%	3.3%	2.0%	-
中学生性別無回答	4	-	25.0%	-	-	-	75.0%
15-18歳 男	187	52.9%	28.9%	12.3%	4.3%	1.6%	-
15-18歳 女	236	55.1%	24.6%	16.1%	3.4%	0.8%	-
青年期 男	92	31.5%	38.0%	13.0%	12.0%	5.4%	-
青年期 女	134	27.6%	43.3%	11.2%	14.2%	3.7%	-
壮年期 男	170	19.4%	46.5%	17.6%	10.0%	6.5%	-
壮年期 女	210	18.1%	45.2%	18.1%	12.4%	5.7%	0.5%
高齢期 男	175	18.9%	45.1%	14.9%	13.7%	6.9%	0.6%
高齢期 女	201	17.4%	49.8%	18.4%	10.4%	4.0%	-
一般性年代無回答	6	-	16.7%	50.0%	-	-	33.3%

(19) 自分の健康の関心度

問 あなたは、自分の健康に関心がありますか。(選択は1つだけ)

〈中学生・15-18歳：F9／一般市民：F12〉

自分の健康への関心は、「関心がある」が高齢期女で65.2%と最も高くなっている。一方、「関心がない」は15-18歳男で12.3%と最も高い。



	調査数	関心がある	どちらかといえば関心がある	どちらともいえない	どちらかといえば関心がない	関心がない	無回答
中学生 男	124	31.5%	30.6%	19.4%	6.5%	11.3%	0.8%
中学生 女	153	26.8%	28.8%	26.8%	5.9%	11.8%	-
中学生性別無回答	4	25.0%	-	-	-	-	75.0%
15-18歳 男	187	33.7%	32.6%	16.0%	5.3%	12.3%	-
15-18歳 女	236	26.3%	36.9%	19.9%	8.9%	8.1%	-
青年期 男	92	41.3%	38.0%	13.0%	5.4%	2.2%	-
青年期 女	134	36.6%	47.8%	9.7%	3.7%	2.2%	-
壮年期 男	170	35.9%	48.2%	10.6%	3.5%	1.2%	0.6%
壮年期 女	210	50.5%	37.1%	10.0%	1.9%	0.5%	-
高齢期 男	175	48.6%	36.0%	9.1%	3.4%	2.9%	-
高齢期 女	201	65.2%	25.9%	7.5%	1.0%	0.5%	-
一般性年代無回答	6	33.3%	-	33.3%	-	-	33.3%

1. 基本項目

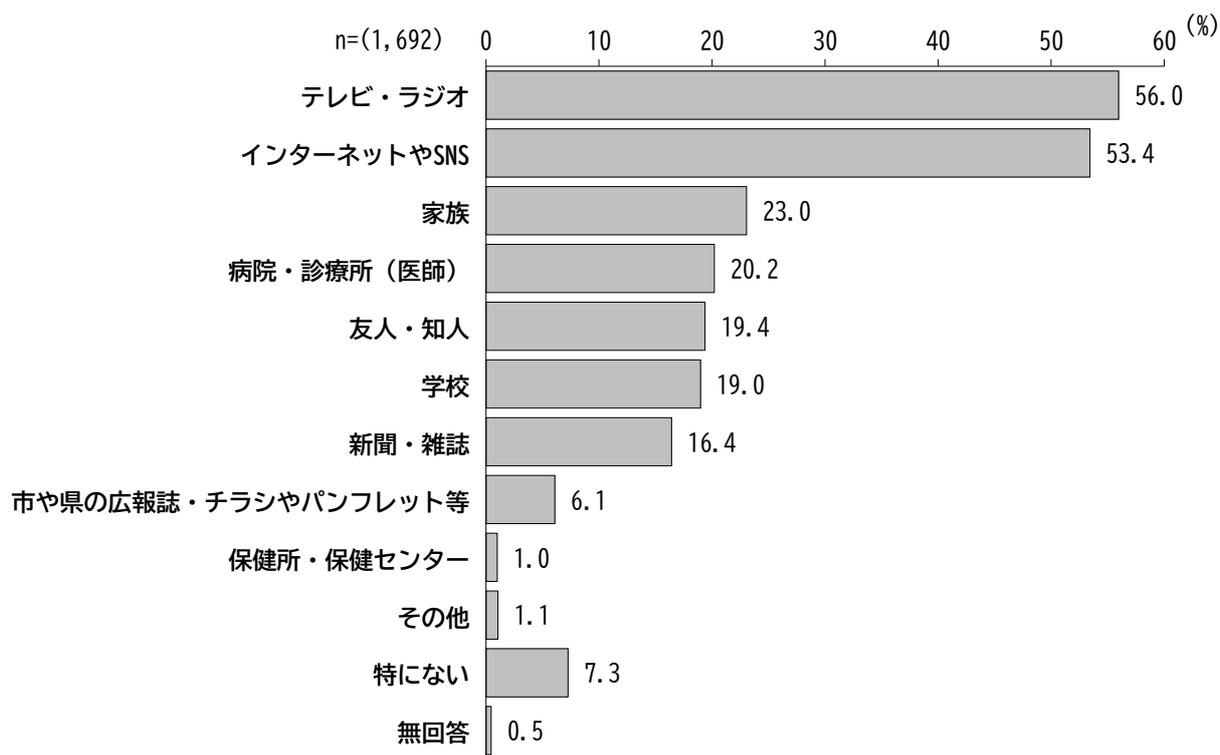
(20) 健康に関する情報の入手先

問 あなたは、ふだん健康に関する情報をどこから得ていますか。

(選択はいくつでも)

〈中学生・15-18歳：F10／一般市民：F13〉

健康に関する情報の入手先は、「インターネットやSNS」が青年期女で85.1%と最も高くなっている。「テレビ・ラジオ」が高齢期女で78.6%と高くなっている。



1. 基本項目

	調査数	テレビ・ラジオ	インターネットやSNS	家族	病院・診療所(医師)	友人・知人	学校	新聞・雑誌	市や県の広報誌・チラシやパンフレット等	保健所・保健センター
全体	1,692	56.0%	53.4%	23.0%	20.2%	19.4%	19.0%	16.4%	6.1%	1.0%
中学生	281	48.8%	54.8%	40.6%	9.3%	19.6%	47.0%	5.7%	3.2%	0.4%
15-18歳	423	49.4%	59.3%	32.6%	10.6%	18.2%	42.3%	5.2%	1.7%	0.7%
青年期 男	92	38.0%	68.5%	19.6%	15.2%	14.1%	7.6%	3.3%	3.3%	1.1%
青年期 女	134	47.8%	85.1%	19.4%	15.7%	20.1%	1.5%	3.7%	0.7%	-
壮年期 男	170	54.7%	54.7%	15.3%	25.9%	12.9%	0.6%	15.9%	5.9%	1.2%
壮年期 女	210	67.6%	66.7%	11.4%	21.9%	28.1%	-	31.0%	10.5%	1.4%
高齢期 男	175	60.6%	24.6%	11.4%	45.1%	9.7%	-	31.4%	12.0%	1.7%
高齢期 女	201	78.6%	21.4%	11.4%	32.3%	28.4%	-	41.8%	14.9%	2.0%
一般性年代無回答	6	50.0%	50.0%	16.7%	33.3%	16.7%	-	16.7%	-	-

	その他	特にない	無回答
全体	1.1%	7.3%	0.5%
中学生	0.7%	10.7%	1.4%
15-18歳	0.5%	10.9%	-
青年期 男	3.3%	16.3%	-
青年期 女	2.2%	2.2%	-
壮年期 男	2.4%	5.9%	-
壮年期 女	1.4%	2.9%	-
高齢期 男	-	4.6%	0.6%
高齢期 女	0.5%	2.5%	0.5%
一般性年代無回答	-	-	33.3%

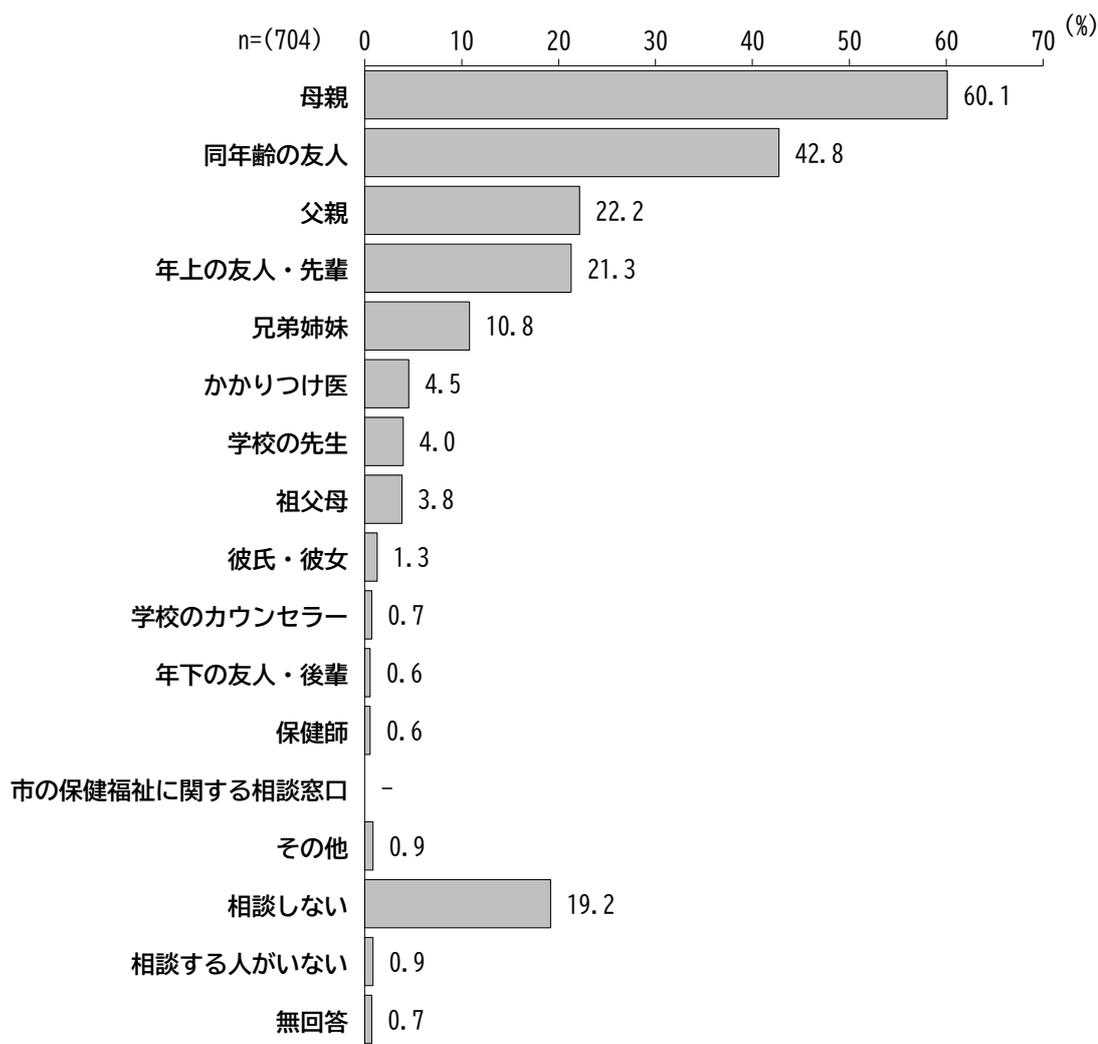
1. 基本項目

(21) 健康について相談先

問 あなたは、ふだん健康について誰に相談をしますか。(選択はいくつでも)

〈中学生・15-18歳：F11〉

健康についての相談先は、「母親」が中学生女で67.3%と最も高くなっている。一方、「相談しない」は中学生男が29.8%と最も高い。



1. 基本項目

	調査数	母親	同年齢の友人	父親	年上の友人・先輩	兄弟姉妹	かかりつけ医	学校の先生	祖父母	彼氏・彼女
全体	704	60.1%	42.8%	22.2%	21.3%	10.8%	4.5%	4.0%	3.8%	1.3%
中学生 男	124	61.3%	19.4%	32.3%	1.6%	7.3%	4.0%	5.6%	6.5%	-
中学生 女	153	67.3%	28.8%	20.9%	3.9%	13.1%	2.6%	5.9%	3.9%	1.3%
中学生性別無回答	4	25.0%	-	-	-	-	25.0%	-	-	-
15-18歳 男	187	49.2%	51.3%	24.6%	38.0%	7.5%	4.8%	3.2%	3.2%	0.5%
15-18歳 女	236	64.0%	58.1%	16.1%	30.1%	14.0%	5.5%	2.5%	3.0%	2.5%

	学校のカウンセラー	年下の友人・後輩	保健師	市の保健福祉に関する相談窓口	その他	相談しない	相談する人がいない	無回答
全体	0.7%	0.6%	0.6%	0.0%	0.9%	19.2%	0.9%	0.7%
中学生 男	-	-	-	-	0.8%	29.8%	2.4%	1.6%
中学生 女	-	0.7%	1.3%	-	0.7%	24.8%	1.3%	-
中学生性別無回答	-	-	-	-	-	-	-	75.0%
15-18歳 男	0.5%	1.1%	-	-	-	15.0%	0.5%	-
15-18歳 女	1.7%	0.4%	0.8%	-	1.7%	13.6%	-	-

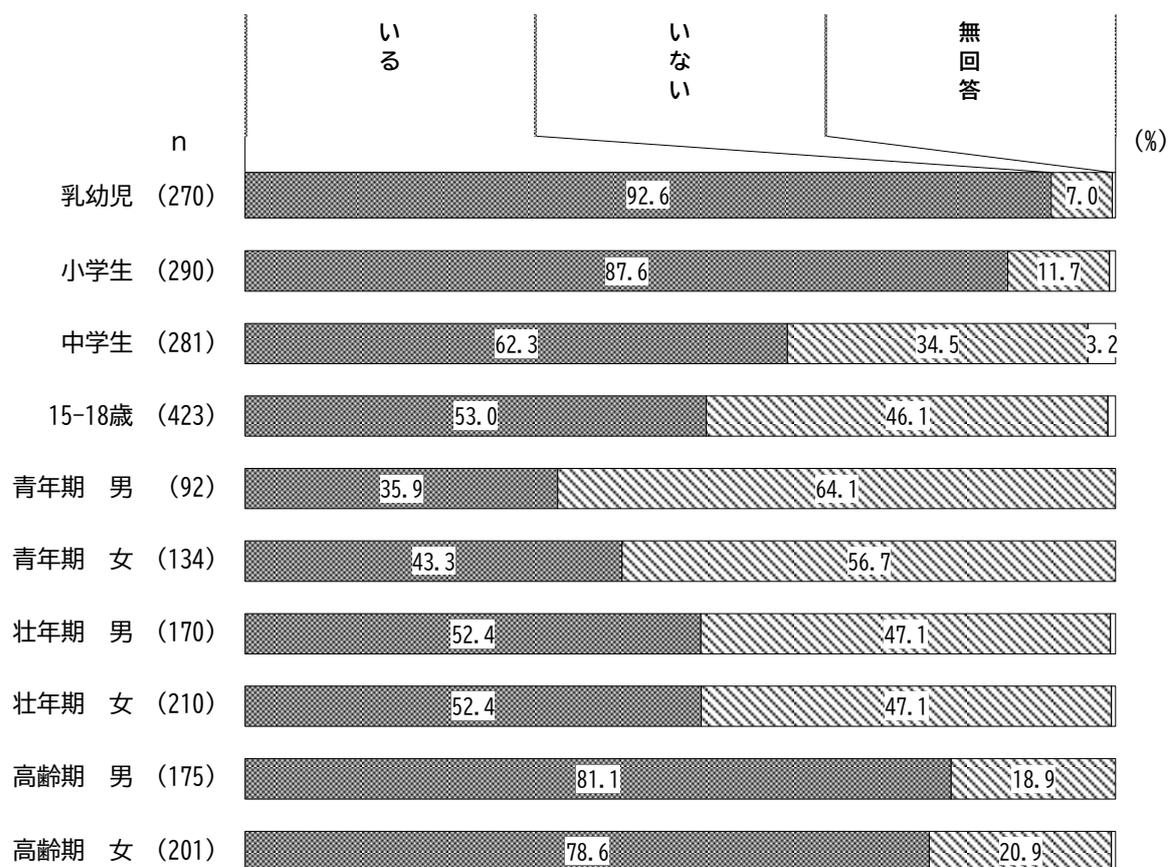
1. 基本項目

(22) かかりつけ医師の有無

問 かかりつけの医師、歯科医師や薬剤師がいますか。(選択は各々1つずつ)
 〈乳幼児・小学生：F 5／中学生・15-18歳：F 12／一般市民：F 14〉

(ア) かかりつけの医師

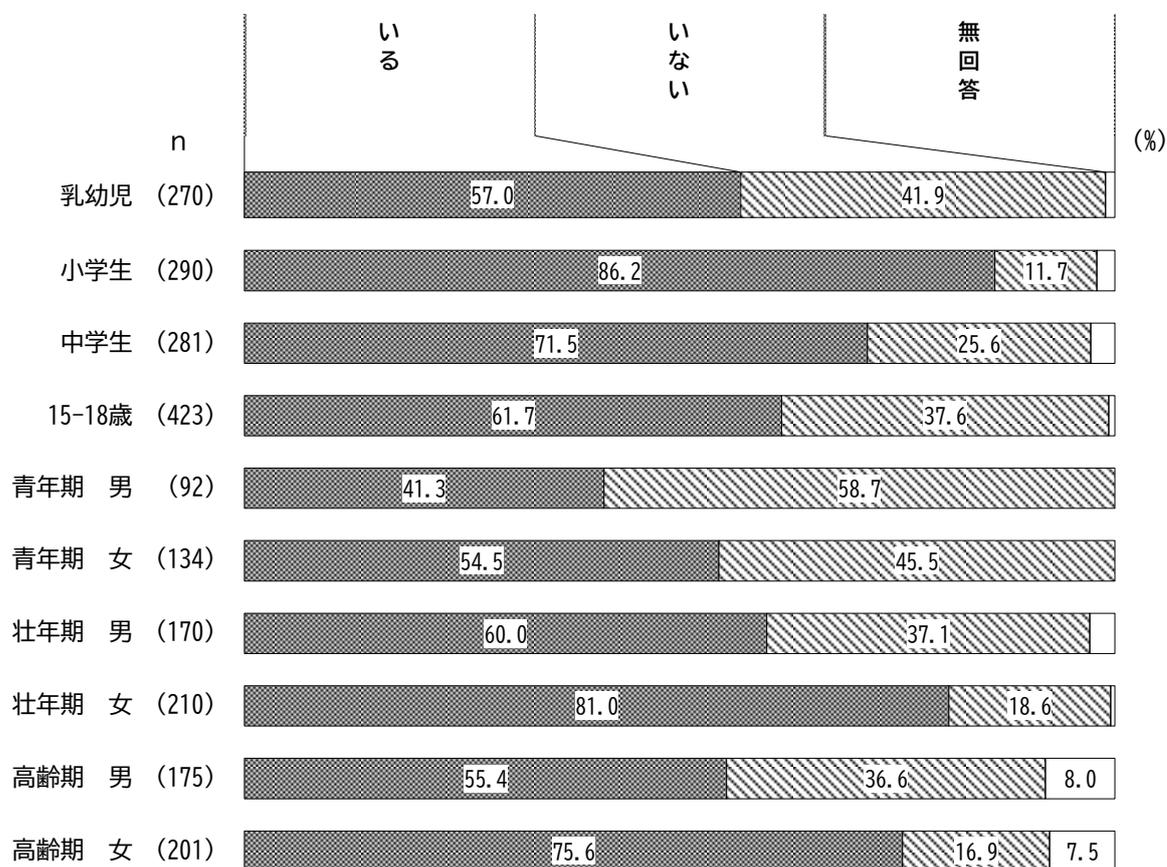
“かかりつけの医師”は、「いる」が乳幼児で92.6%と最も高くなっている。「いない」は、青年期男女で、5割以上を占めている。



	調査数	いる	いない	無回答
乳幼児	270	92.6%	7.0%	0.4%
小学生	290	87.6%	11.7%	0.7%
中学生	281	62.3%	34.5%	3.2%
15-18歳	423	53.0%	46.1%	0.9%
青年期 男	92	35.9%	64.1%	-
青年期 女	134	43.3%	56.7%	-
壮年期 男	170	52.4%	47.1%	0.6%
壮年期 女	210	52.4%	47.1%	0.5%
高齢期 男	175	81.1%	18.9%	-
高齢期 女	201	78.6%	20.9%	0.5%
一般性年代無回答	6	50.0%	16.7%	33.3%

(イ) かかりつけの歯科医師

“かかりつけの歯科医師”は、「いる」が小学生で86.2%と最も高くなっている。

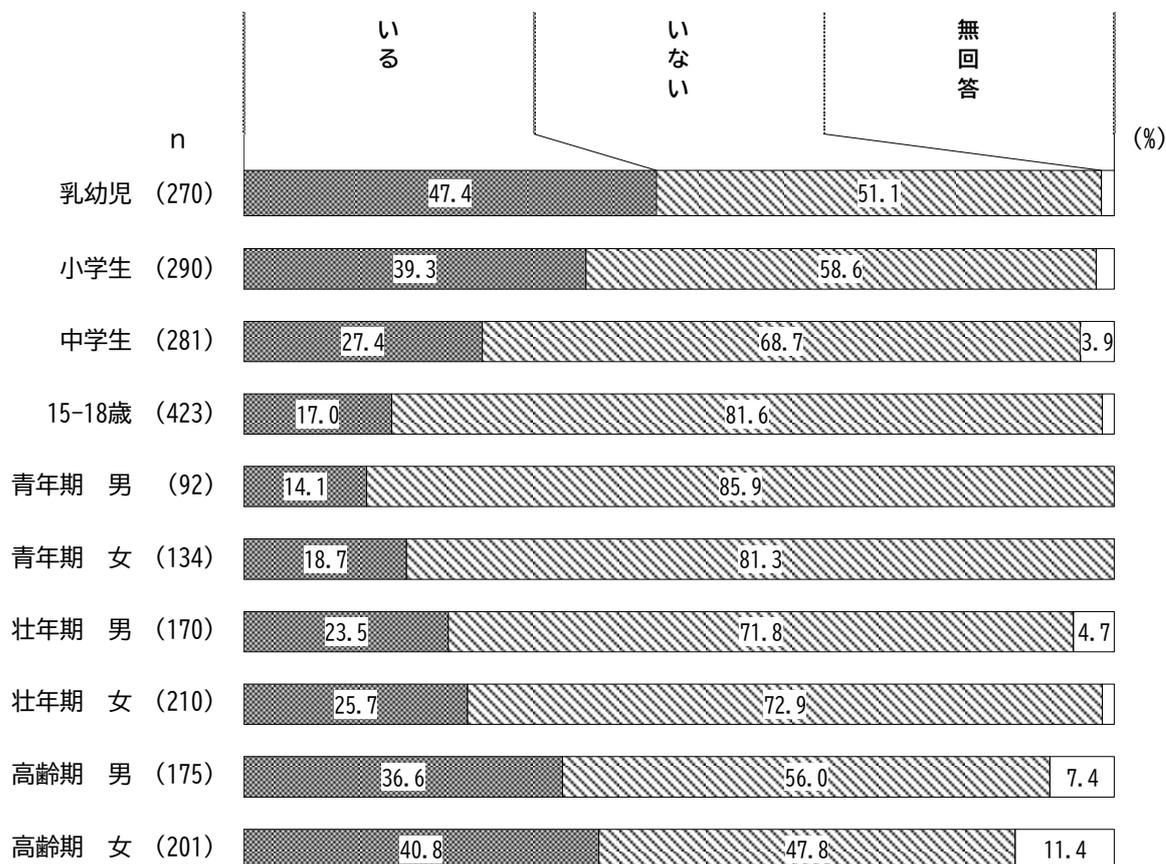


	調査数	いる	いない	無回答
乳幼児	270	57.0%	41.9%	1.1%
小学生	290	86.2%	11.7%	2.1%
中学生	281	71.5%	25.6%	2.8%
15-18歳	423	61.7%	37.6%	0.7%
青年期 男	92	41.3%	58.7%	-
青年期 女	134	54.5%	45.5%	-
壮年期 男	170	60.0%	37.1%	2.9%
壮年期 女	210	81.0%	18.6%	0.5%
高齢期 男	175	55.4%	36.6%	8.0%
高齢期 女	201	75.6%	16.9%	7.5%
一般性年代無回答	6	33.3%	33.3%	33.3%

1. 基本項目

(ウ) かかりつけの薬剤師

“かかりつけの薬剤師”は、おおむね全世代で「いない」が5割を超えている。

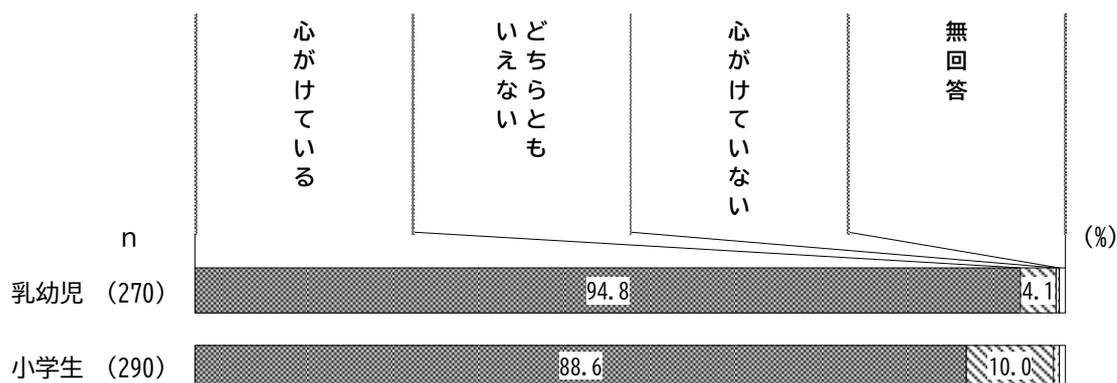


	調査数	いる	いない	無回答
乳幼児	270	47.4%	51.1%	1.5%
小学生	290	39.3%	58.6%	2.1%
中学生	281	27.4%	68.7%	3.9%
15-18歳	423	17.0%	81.6%	1.4%
青年期 男	92	14.1%	85.9%	-
青年期 女	134	18.7%	81.3%	-
壮年期 男	170	23.5%	71.8%	4.7%
壮年期 女	210	25.7%	72.9%	1.4%
高齢期 男	175	36.6%	56.0%	7.4%
高齢期 女	201	40.8%	47.8%	11.4%
一般性年代無回答	6	16.7%	50.0%	33.3%

(23) 予防接種受診の心がけ

問 あなたは、お子さんが定期的に予防接種を受けられるよう心がけていますか。
 (選択は1つだけ) 〈乳幼児・小学生：F6〉

定期的な予防接種は、乳幼児、小学生ともに「心がけている」が8割以上を占めている。



	調査数	心がけている	どちらともいえない	心がけていない	無回答
乳幼児	270	94.8%	4.1%	0.4%	0.7%
小学生	290	88.6%	10.0%	0.7%	0.7%

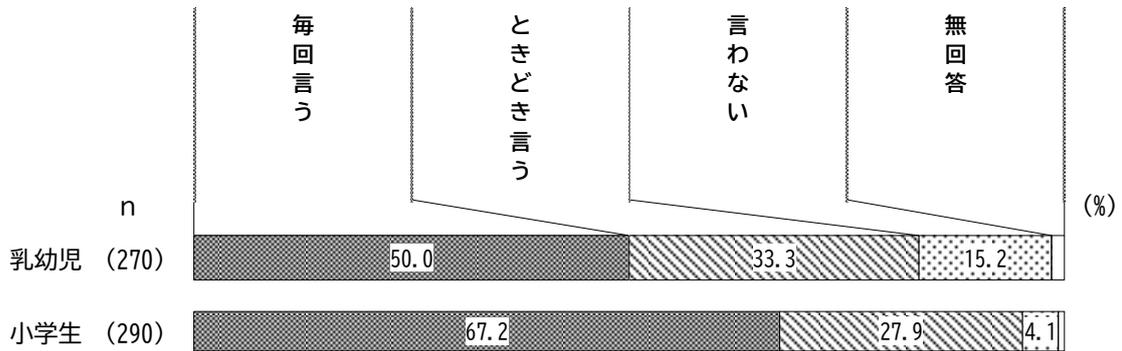
2. ふだんの食生活について

2. ふだんの食生活について

(1) 「いただきます・ごちそうさま」を言う習慣の有無

問 お子さんは、自分で「いただきます・ごちそうさま」を言う習慣がありますか。
 (選択は1つだけ) 〈乳幼児・小学生/問1〉

自分で「いただきます・ごちそうさま」を言う習慣は、「毎日言う」が小学生で67.2%、乳幼児で50.0%となっている。



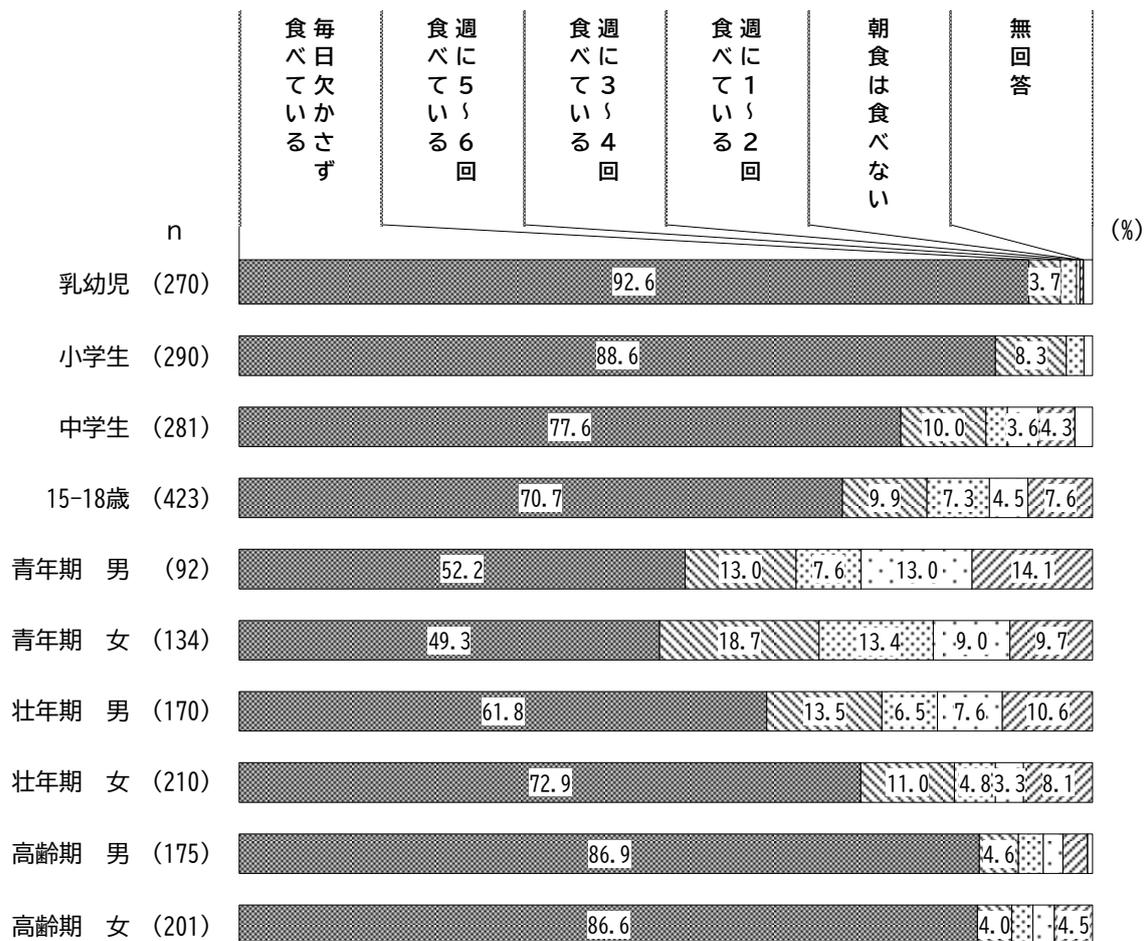
	調査数	毎日言う	ときどき言う	言わない	無回答
乳幼児	270	50.0%	33.3%	15.2%	1.5%
小学生	290	67.2%	27.9%	4.1%	0.7%

2. ふだんの食生活について

(2) 朝食の摂取状況

問 あなたは、ふだん朝食を食べていますか。(選択は1つだけ)
 〈乳幼児・小学生：問2／中学生・15-18歳：問1／一般市民：問1〉

朝食の摂取状況は、全ての世代で「毎日欠かさず食べている」が最も高くなっている。一方、「朝食は食べない」は青年期男が14.1%と最も高い。



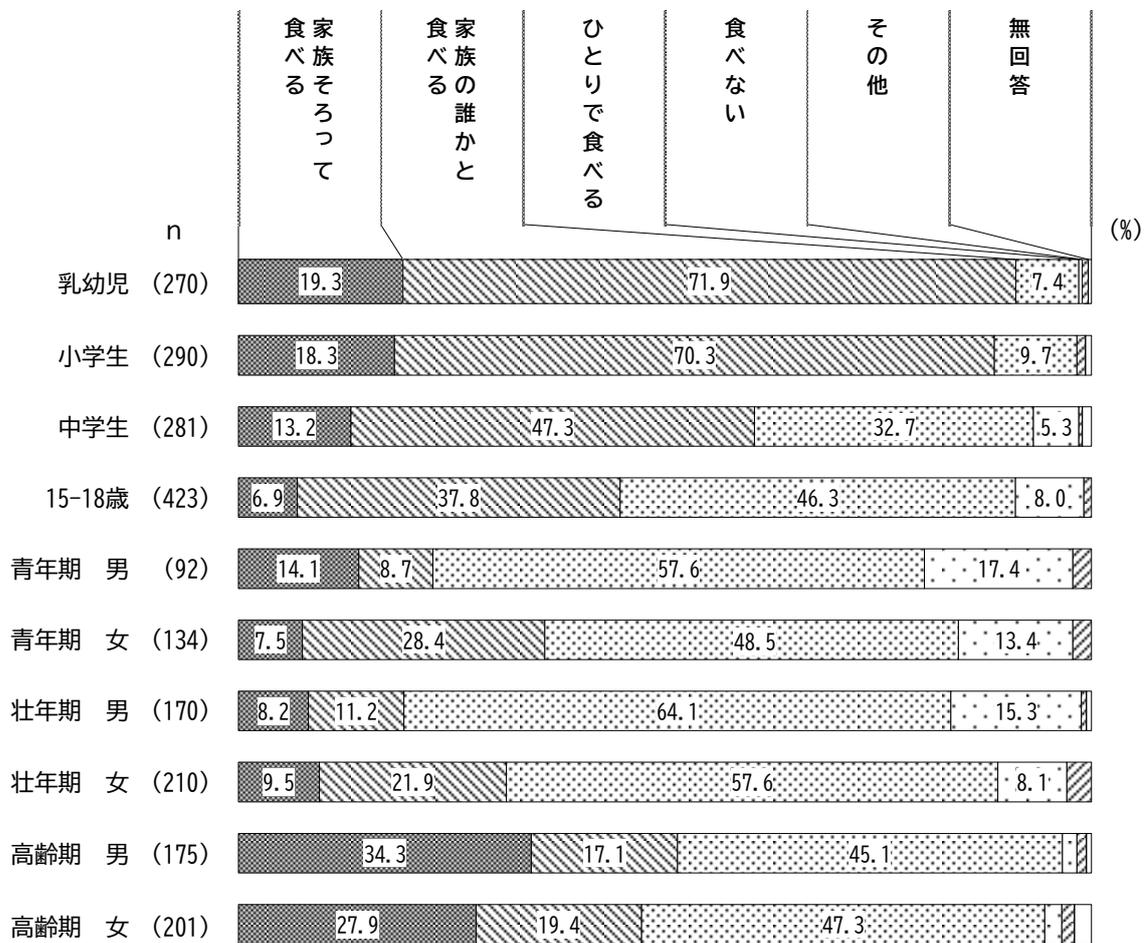
	調査数	毎日欠かさず食べている	週に5~6回食べている	週に3~4回食べている	週に1~2回食べている	朝食は食べない	無回答
乳幼児	270	92.6%	3.7%	1.9%	0.4%	0.4%	1.1%
小学生	290	88.6%	8.3%	2.1%	-	-	1.0%
中学生	281	77.6%	10.0%	2.5%	3.6%	4.3%	2.1%
15-18歳	423	70.7%	9.9%	7.3%	4.5%	7.6%	-
青年期 男	92	52.2%	13.0%	7.6%	13.0%	14.1%	-
青年期 女	134	49.3%	18.7%	13.4%	9.0%	9.7%	-
壮年期 男	170	61.8%	13.5%	6.5%	7.6%	10.6%	-
壮年期 女	210	72.9%	11.0%	4.8%	3.3%	8.1%	-
高齢期 男	175	86.9%	4.6%	2.9%	2.3%	2.9%	0.6%
高齢期 女	201	86.6%	4.0%	2.5%	2.5%	4.5%	-
一般性年代無回答	6	50.0%	16.7%	-	-	-	33.3%

(3) 孤食・共食の状況

問 あなたは、ふだん誰と食事をしていますか。(選択は各々1つずつ)
 〈乳幼児・小学生：問3／中学生・15-18歳：問2／一般市民：問2〉

(ア) 朝食(平日)

朝食(平日)の摂取状況は、「家族の誰かと食べる」が乳幼児、小学生で7割を超えて高くなっている。一方、「ひとりで食べる」は壮年期男が64.1%で最も高い。「食べない」は、青年期男、壮年期男が15%以上を占めている。

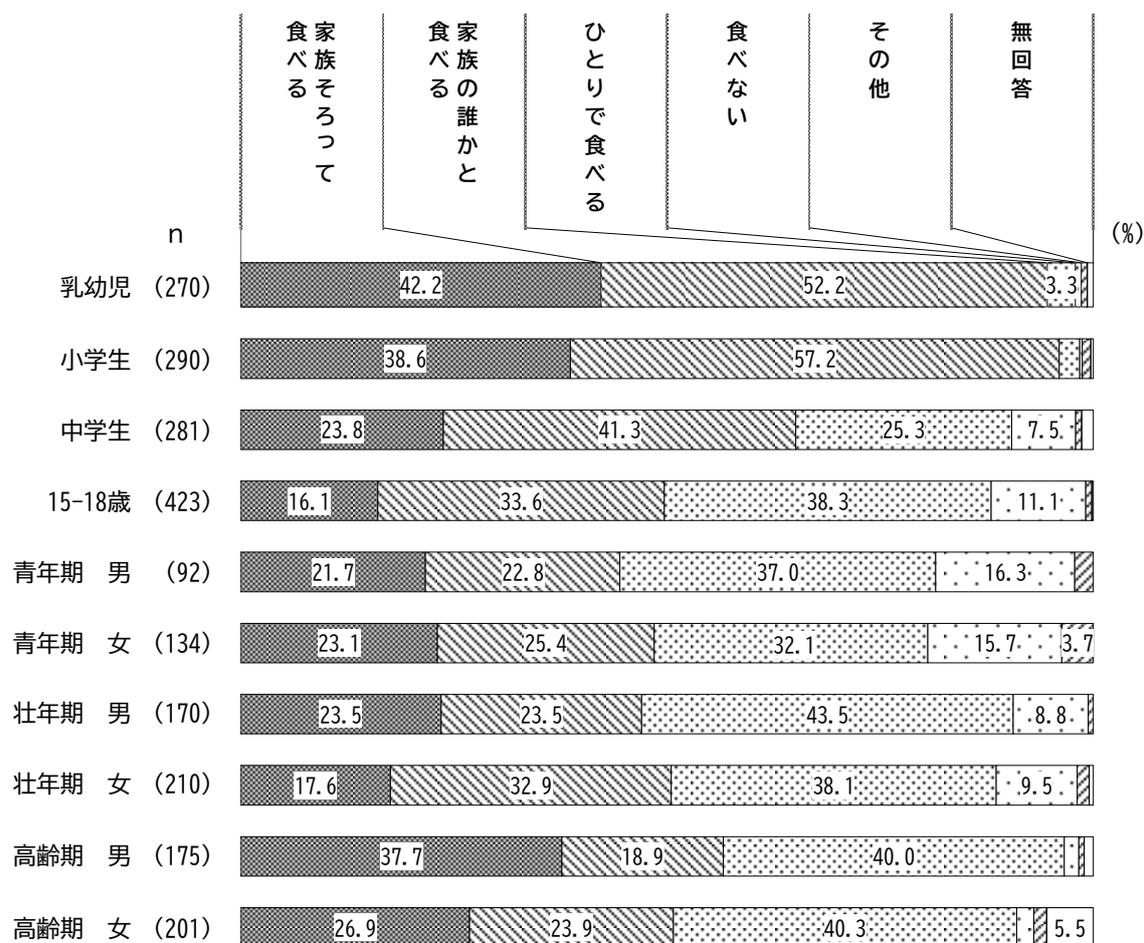


	調査数	家族そろって食べる	家族の誰かと食べる	ひとりで食べる	食べない	その他	無回答
乳幼児	270	19.3%	71.9%	7.4%	0.4%	0.7%	0.4%
小学生	290	18.3%	70.3%	9.7%	-	1.0%	0.7%
中学生	281	13.2%	47.3%	32.7%	5.3%	0.4%	1.1%
15-18歳	423	6.9%	37.8%	46.3%	8.0%	0.9%	-
青年期 男	92	14.1%	8.7%	57.6%	17.4%	2.2%	-
青年期 女	134	7.5%	28.4%	48.5%	13.4%	2.2%	-
壮年期 男	170	8.2%	11.2%	64.1%	15.3%	0.6%	0.6%
壮年期 女	210	9.5%	21.9%	57.6%	8.1%	2.9%	-
高齢期 男	175	34.3%	17.1%	45.1%	1.7%	1.1%	0.6%
高齢期 女	201	27.9%	19.4%	47.3%	2.0%	1.5%	2.0%
一般性年代無回答	6	-	16.7%	33.3%	-	-	50.0%

2. ふだんの食生活について

(イ) 朝食（休日）

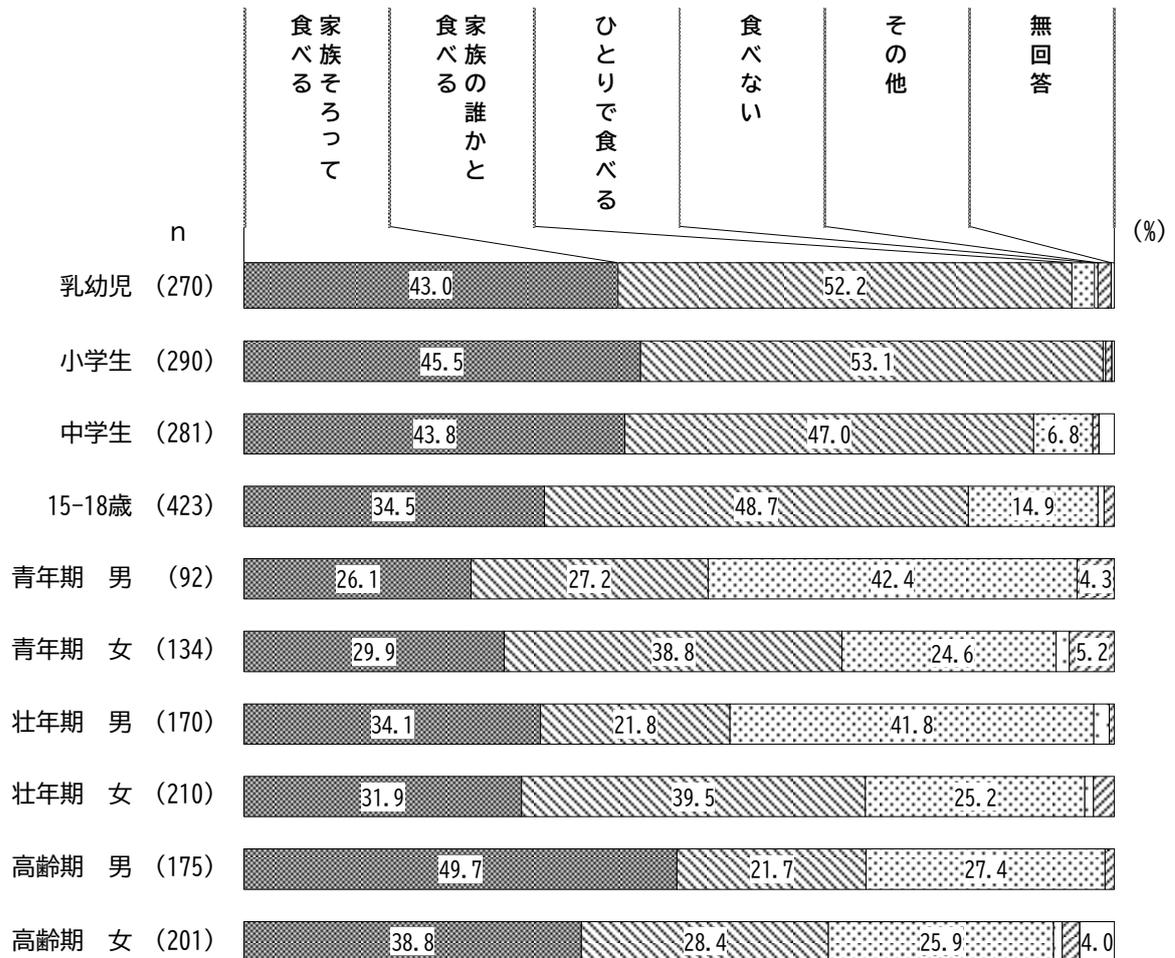
朝食（休日）の摂取状況は、「家族の誰かと食べる」が乳幼児、小学生で5割を超えて高くなっている。一方、「ひとりで食べる」は壮年期男が43.5%で最も高い。「食べない」は、青年期男女で、15%以上を占めている。



	調査数	家族そろって食べる	家族の誰かと食べる	ひとりで食べる	食べない	その他	無回答
乳幼児	270	42.2%	52.2%	3.3%	0.7%	0.7%	0.7%
小学生	290	38.6%	57.2%	2.4%	0.3%	1.0%	0.3%
中学生	281	23.8%	41.3%	25.3%	7.5%	0.7%	1.4%
15-18歳	423	16.1%	33.6%	38.3%	11.1%	0.7%	0.2%
青年期 男	92	21.7%	22.8%	37.0%	16.3%	2.2%	-
青年期 女	134	23.1%	25.4%	32.1%	15.7%	3.7%	-
壮年期 男	170	23.5%	23.5%	43.5%	8.8%	0.6%	-
壮年期 女	210	17.6%	32.9%	38.1%	9.5%	1.4%	0.5%
高齢期 男	175	37.7%	18.9%	40.0%	1.7%	0.6%	1.1%
高齢期 女	201	26.9%	23.9%	40.3%	2.0%	1.5%	5.5%
一般性年代無回答	6	-	16.7%	33.3%	-	-	50.0%

(ウ) 夕食 (平日)

夕食（平日）の摂取状況は、「家族の誰かと食べる」が乳幼児、小学生、中学生、15-18歳で約5割と高くなっている。一方、「ひとりで食べる」は青年期男が42.4%、壮年期男が41.8%と高くなっている。

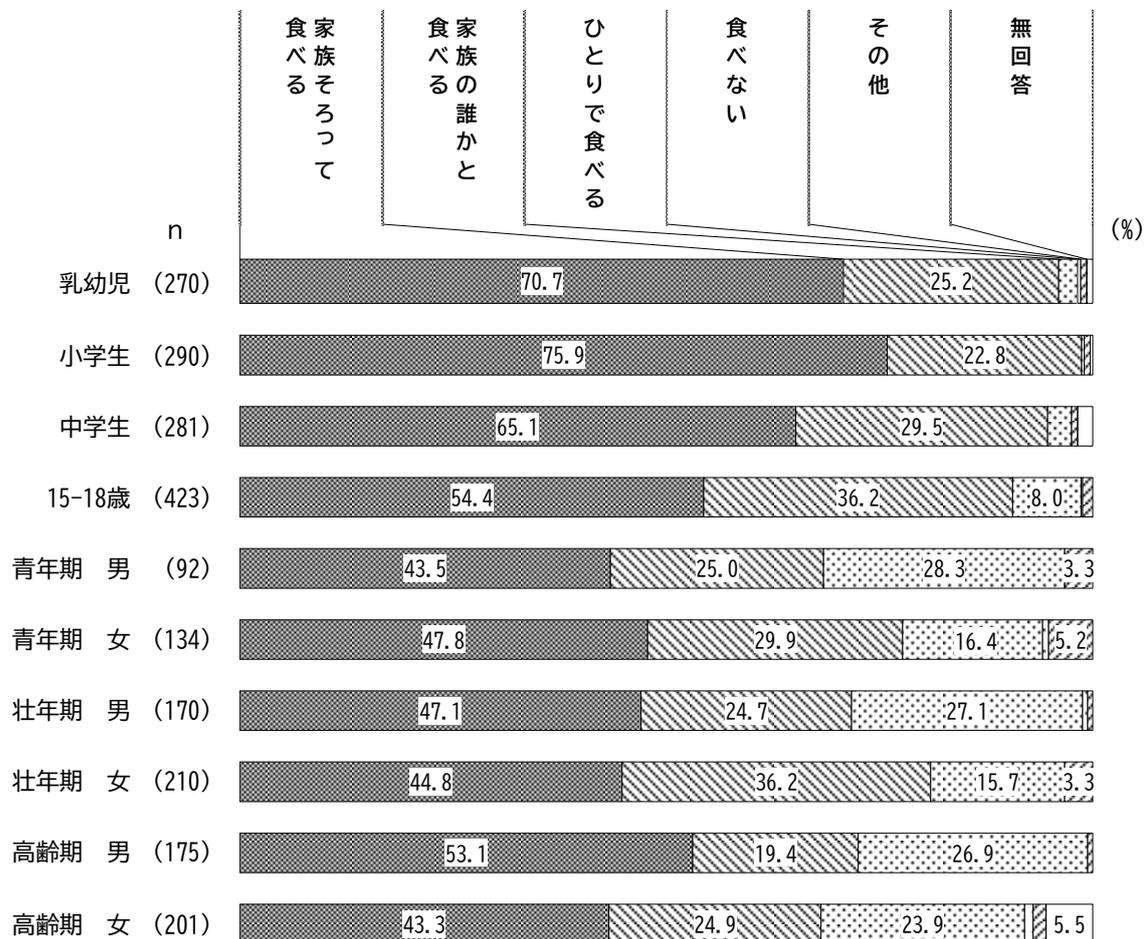


	調査数	家族そろって食べる	家族の誰かと食べる	ひとりで食べる	食べない	その他	無回答
乳幼児	270	43.0%	52.2%	2.6%	0.4%	1.5%	0.4%
小学生	290	45.5%	53.1%	0.3%	-	0.7%	0.3%
中学生	281	43.8%	47.0%	6.8%	-	0.7%	1.8%
15-18歳	423	34.5%	48.7%	14.9%	0.7%	1.2%	-
青年期 男	92	26.1%	27.2%	42.4%	-	4.3%	-
青年期 女	134	29.9%	38.8%	24.6%	1.5%	5.2%	-
壮年期 男	170	34.1%	21.8%	41.8%	1.8%	0.6%	-
壮年期 女	210	31.9%	39.5%	25.2%	1.0%	2.4%	-
高齢期 男	175	49.7%	21.7%	27.4%	-	1.1%	-
高齢期 女	201	38.8%	28.4%	25.9%	1.0%	2.0%	4.0%
一般性年代無回答	6	-	-	50.0%	-	-	50.0%

2. ふだんの食生活について

(工) 夕食（休日）

夕食（休日）の摂取状況は、「家族そろって食べる」が全ての世代で最も高くなっている。



	調査数	家族そろって食べる	家族の誰かと食べる	ひとりで食べる	食べない	その他	無回答
乳幼児	270	70.7%	25.2%	2.2%	0.4%	0.7%	0.7%
小学生	290	75.9%	22.8%	0.3%	-	0.7%	0.3%
中学生	281	65.1%	29.5%	2.8%	-	0.7%	1.8%
15-18歳	423	54.4%	36.2%	8.0%	0.2%	1.2%	-
青年期 男	92	43.5%	25.0%	28.3%	-	3.3%	-
青年期 女	134	47.8%	29.9%	16.4%	0.7%	5.2%	-
壮年期 男	170	47.1%	24.7%	27.1%	0.6%	0.6%	-
壮年期 女	210	44.8%	36.2%	15.7%	-	3.3%	-
高齢期 男	175	53.1%	19.4%	26.9%	-	0.6%	-
高齢期 女	201	43.3%	24.9%	23.9%	1.0%	1.5%	5.5%
一般性年代無回答	6	-	-	50.0%	-	-	50.0%

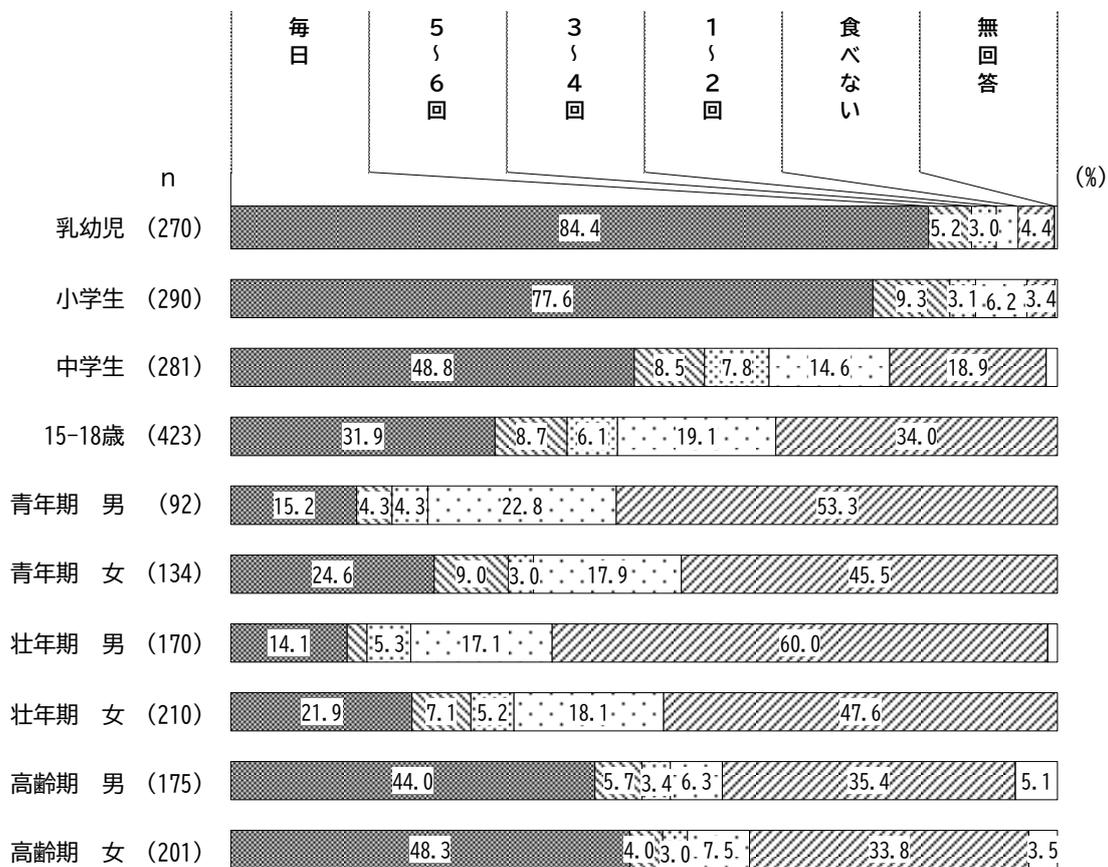
(4) 1週間の共食頻度

問 あなたが誰かと一緒に食べる頻度は1週間にどのくらいですか。
(選択は各々1つずつ)

〈乳幼児・小学生：問4／中学生・15-18歳：問3／一般市民：問3〉

(ア) 朝食(平日)

1週間の朝食(平日)の共食頻度は、「毎日」が乳幼児、小学生で約8割と高くなっている。一方、「食べない」は壮年期男が60.0%で最も高い。

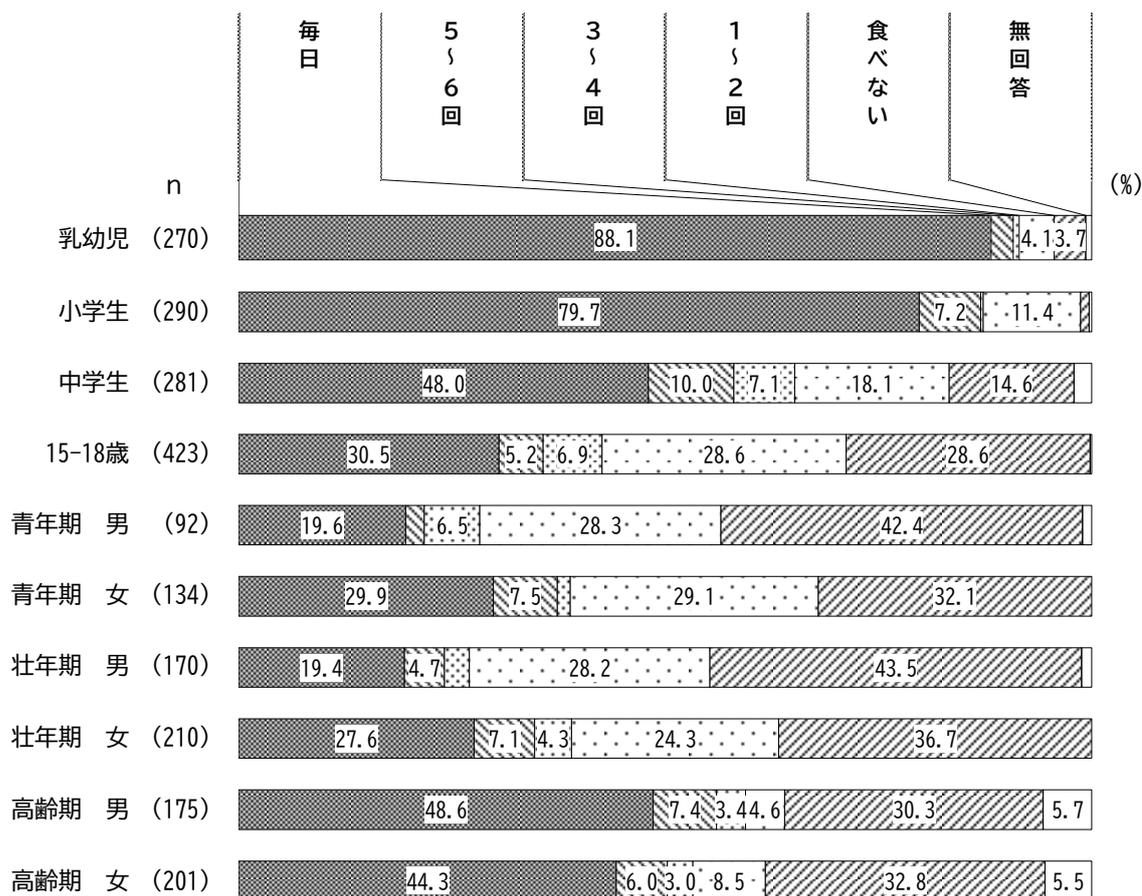


	調査数	毎日	5~6回	3~4回	1~2回	食べない	無回答
乳幼児	270	84.4%	5.2%	3.0%	2.6%	4.4%	0.4%
小学生	290	77.6%	9.3%	3.1%	6.2%	3.4%	0.3%
中学生	281	48.8%	8.5%	7.8%	14.6%	18.9%	1.4%
15-18歳	423	31.9%	8.7%	6.1%	19.1%	34.0%	-
青年期 男	92	15.2%	4.3%	4.3%	22.8%	53.3%	-
青年期 女	134	24.6%	9.0%	3.0%	17.9%	45.5%	-
壮年期 男	170	14.1%	2.4%	5.3%	17.1%	60.0%	1.2%
壮年期 女	210	21.9%	7.1%	5.2%	18.1%	47.6%	-
高齢期 男	175	44.0%	5.7%	3.4%	6.3%	35.4%	5.1%
高齢期 女	201	48.3%	4.0%	3.0%	7.5%	33.8%	3.5%
一般性年代無回答	6	16.7%	16.7%	-	-	33.3%	33.3%

2. ふだんの食生活について

(イ) 朝食（休日）

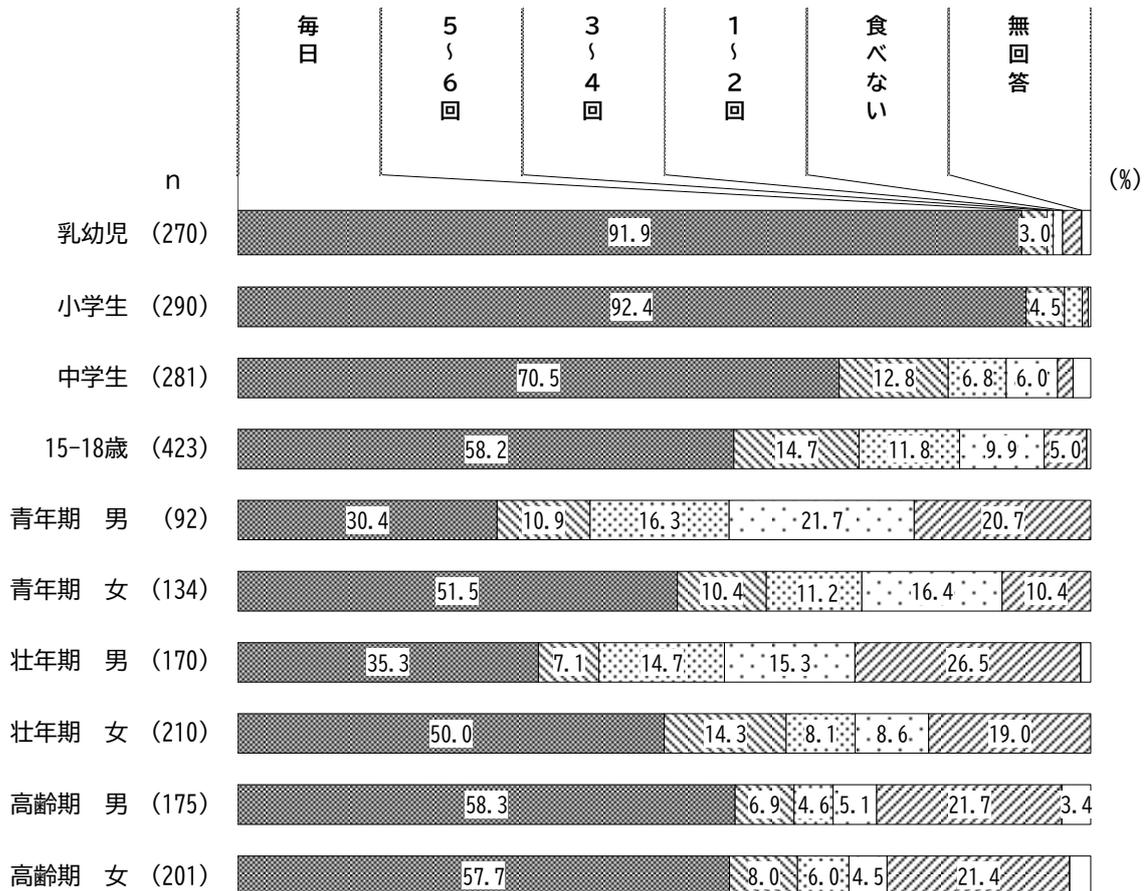
1週間の朝食（休日）の共食頻度は、「毎日」が乳幼児で約9割、小学生で約8割と高くなっている。一方、「食べない」は壮年期男で43.5%、青年期男で42.4%と高くなっている。



	調査数	毎日	5~6回	3~4回	1~2回	食べない	無回答
乳幼児	270	88.1%	2.6%	0.7%	4.1%	3.7%	0.7%
小学生	290	79.7%	7.2%	0.3%	11.4%	1.0%	0.3%
中学生	281	48.0%	10.0%	7.1%	18.1%	14.6%	2.1%
15-18歳	423	30.5%	5.2%	6.9%	28.6%	28.6%	0.2%
青年期 男	92	19.6%	2.2%	6.5%	28.3%	42.4%	1.1%
青年期 女	134	29.9%	7.5%	1.5%	29.1%	32.1%	-
壮年期 男	170	19.4%	4.7%	2.9%	28.2%	43.5%	1.2%
壮年期 女	210	27.6%	7.1%	4.3%	24.3%	36.7%	-
高齢期 男	175	48.6%	7.4%	3.4%	4.6%	30.3%	5.7%
高齢期 女	201	44.3%	6.0%	3.0%	8.5%	32.8%	5.5%
一般性年代無回答	6	16.7%	-	-	-	50.0%	33.3%

(ウ) 夕食 (平日)

1 週間の夕食 (平日) の共食頻度は、「毎日」が乳幼児、小学生で9割を占めている。一方、「食べない」は壮年期男が26.5%で最も高い。

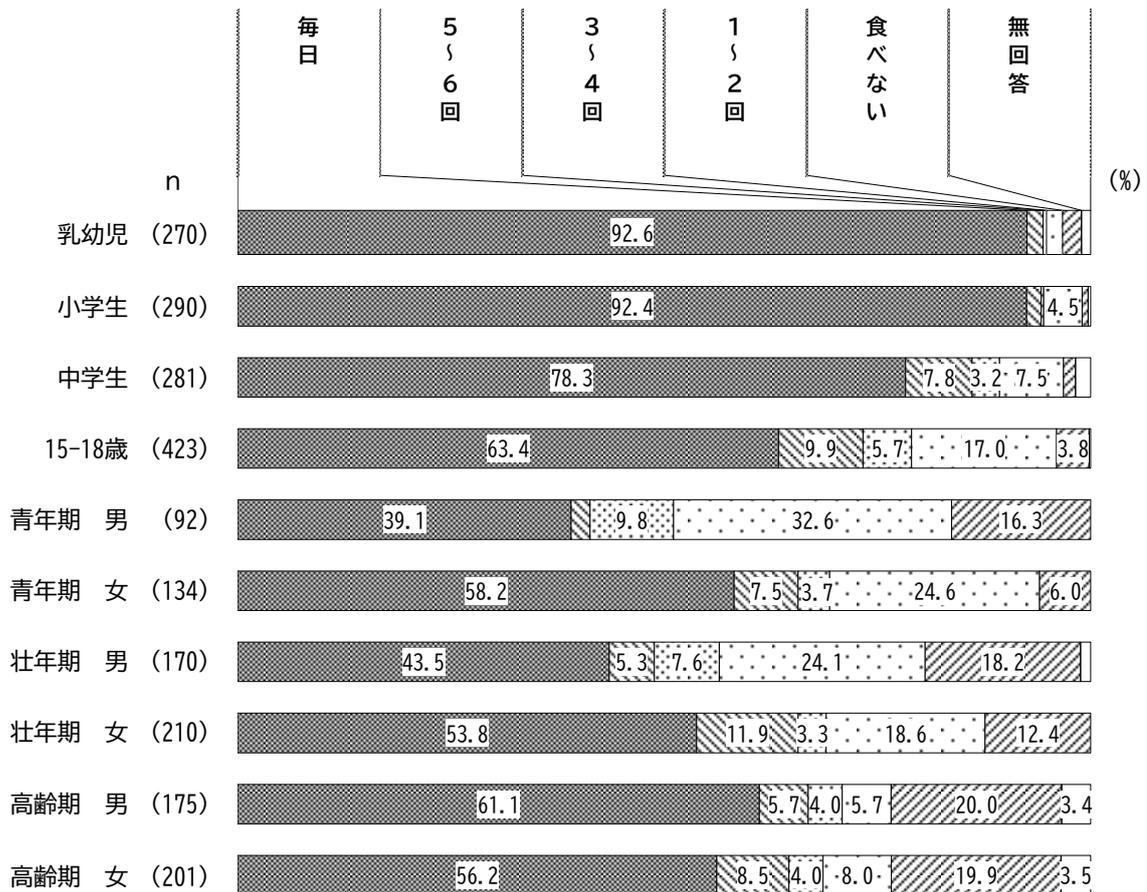


	調査数	毎日	5~6回	3~4回	1~2回	食べない	無回答
乳幼児	270	91.9%	3.0%	0.7%	1.1%	2.2%	1.1%
小学生	290	92.4%	4.5%	2.1%	-	0.7%	0.3%
中学生	281	70.5%	12.8%	6.8%	6.0%	1.8%	2.1%
15-18歳	423	58.2%	14.7%	11.8%	9.9%	5.0%	0.5%
青年期 男	92	30.4%	10.9%	16.3%	21.7%	20.7%	-
青年期 女	134	51.5%	10.4%	11.2%	16.4%	10.4%	-
壮年期 男	170	35.3%	7.1%	14.7%	15.3%	26.5%	1.2%
壮年期 女	210	50.0%	14.3%	8.1%	8.6%	19.0%	-
高齢期 男	175	58.3%	6.9%	4.6%	5.1%	21.7%	3.4%
高齢期 女	201	57.7%	8.0%	6.0%	4.5%	21.4%	2.5%
一般性年代無回答	6	16.7%	-	-	16.7%	33.3%	33.3%

2. ふだんの食生活について

(エ) 夕食（休日）

1週間の夕食（休日）の共食頻度は、「毎日」が乳幼児、小学生で9割を占めている。一方、「食べない」は、高齢期男女で、約2割を占めている。



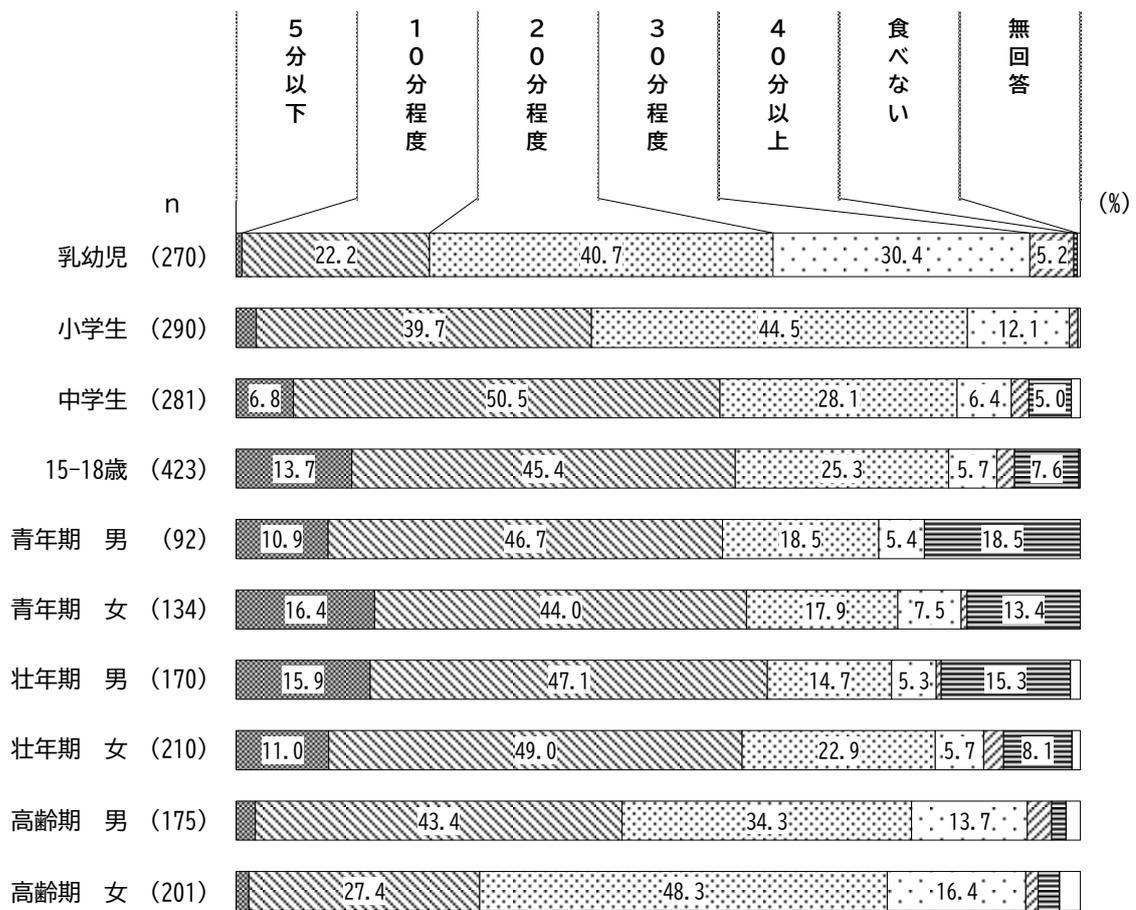
	調査数	毎日	5~6回	3~4回	1~2回	食べない	無回答
乳幼児	270	92.6%	1.9%	0.4%	1.9%	2.2%	1.1%
小学生	290	92.4%	1.7%	0.3%	4.5%	0.7%	0.3%
中学生	281	78.3%	7.8%	3.2%	7.5%	1.4%	1.8%
15-18歳	423	63.4%	9.9%	5.7%	17.0%	3.8%	0.2%
青年期 男	92	39.1%	2.2%	9.8%	32.6%	16.3%	-
青年期 女	134	58.2%	7.5%	3.7%	24.6%	6.0%	-
壮年期 男	170	43.5%	5.3%	7.6%	24.1%	18.2%	1.2%
壮年期 女	210	53.8%	11.9%	3.3%	18.6%	12.4%	-
高齢期 男	175	61.1%	5.7%	4.0%	5.7%	20.0%	3.4%
高齢期 女	201	56.2%	8.5%	4.0%	8.0%	19.9%	3.5%
一般性年代無回答	6	16.7%	-	-	16.7%	33.3%	33.3%

(5) 食事にかかる時間

問 あなたは、食事をどの程度時間をかけて食べていますか。(選択は各々1つずつ)
 〈乳幼児・小学生：問5／中学生・15-18歳：問4／一般市民：問4〉

(ア) 朝食(平日)

朝食(平日)にかかる時間は、「10分程度」と「5分以下」を合わせた『10分程度以下』は、青年期男女、壮年期男女で約6割を超えている。

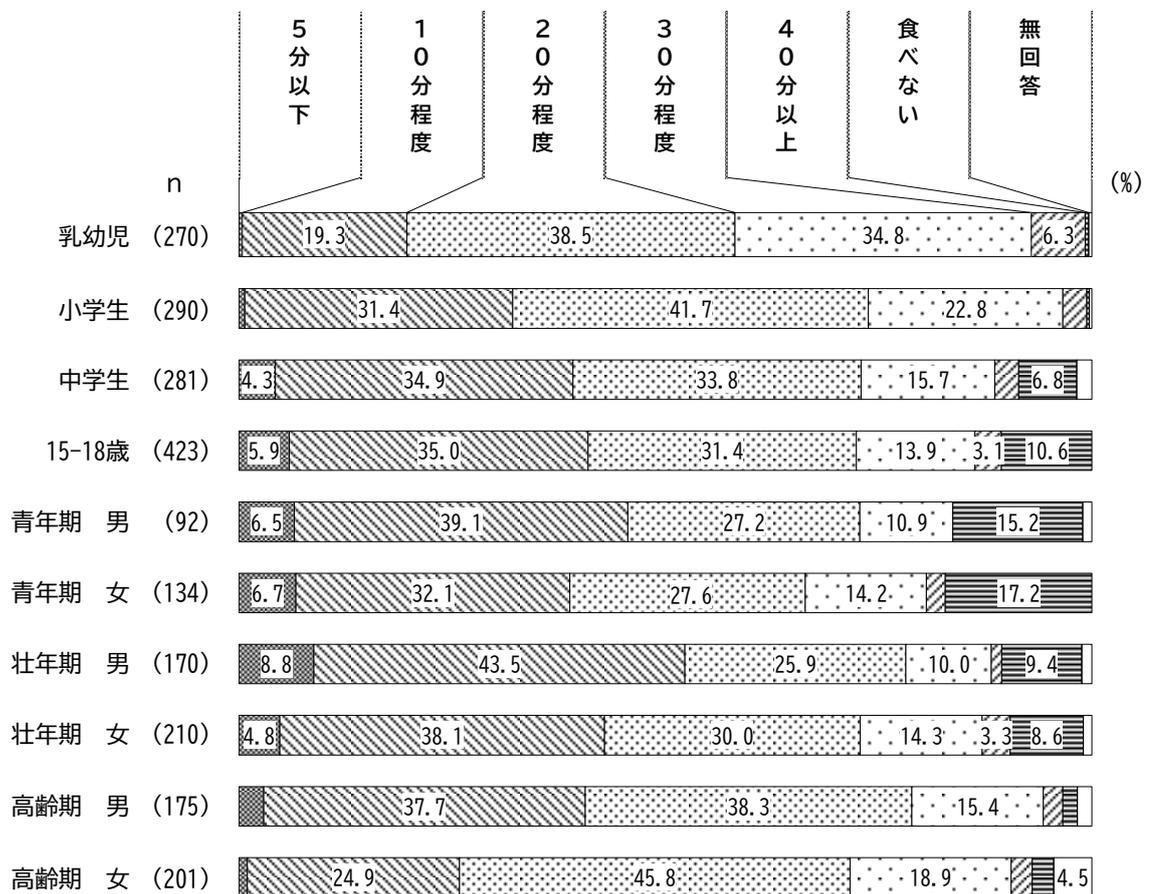


	調査数	5分以下	10分程度	20分程度	30分程度	40分以上	食べない	無回答
乳幼児	270	0.7%	22.2%	40.7%	30.4%	5.2%	0.4%	0.4%
小学生	290	2.4%	39.7%	44.5%	12.1%	1.0%	-	0.3%
中学生	281	6.8%	50.5%	28.1%	6.4%	2.1%	5.0%	1.1%
15-18歳	423	13.7%	45.4%	25.3%	5.7%	2.1%	7.6%	0.2%
青年期 男	92	10.9%	46.7%	18.5%	5.4%	-	18.5%	-
青年期 女	134	16.4%	44.0%	17.9%	7.5%	0.7%	13.4%	-
壮年期 男	170	15.9%	47.1%	14.7%	5.3%	0.6%	15.3%	1.2%
壮年期 女	210	11.0%	49.0%	22.9%	5.7%	2.4%	8.1%	1.0%
高齢期 男	175	2.3%	43.4%	34.3%	13.7%	2.9%	1.7%	1.7%
高齢期 女	201	1.5%	27.4%	48.3%	16.4%	1.5%	2.5%	2.5%
一般性年代無回答	6	-	33.3%	50.0%	-	-	-	16.7%

2. ふだんの食生活について

(イ) 朝食（休日）

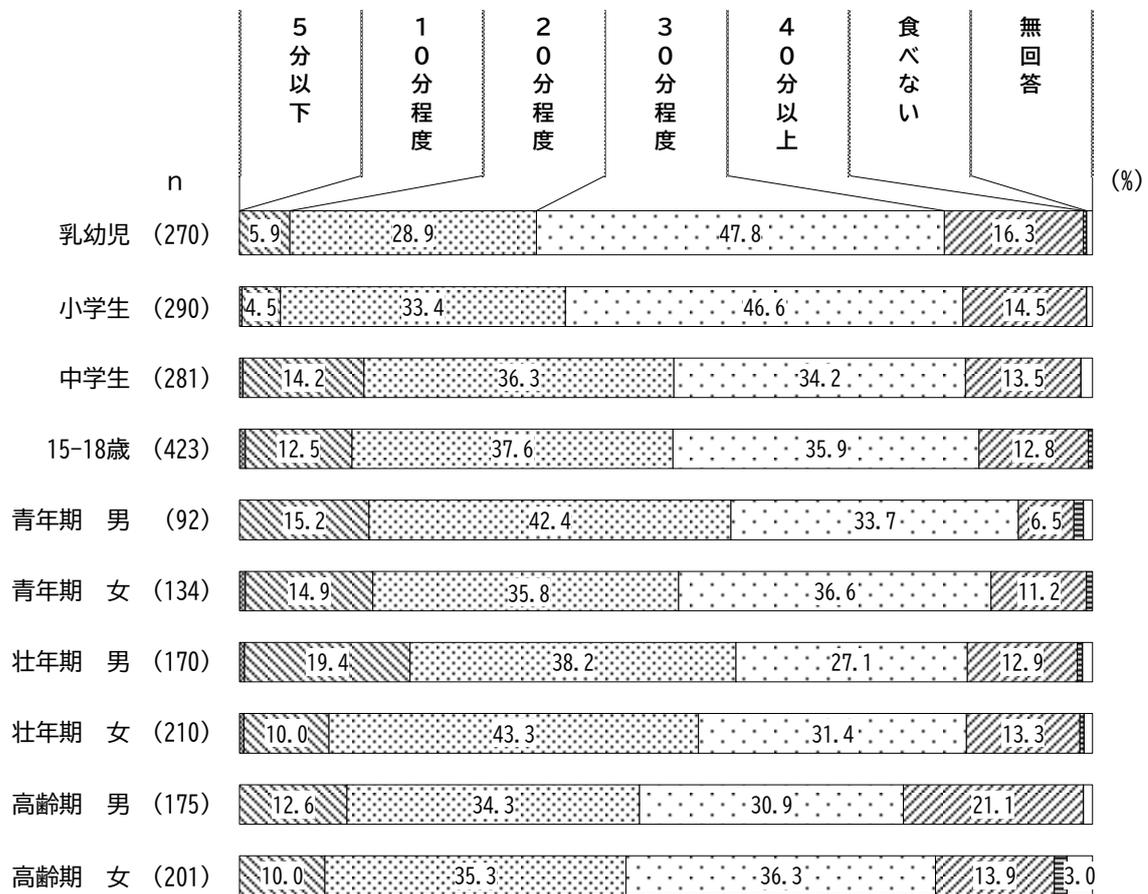
朝食（休日）にかける時間は、「10分程度」と「5分以下」を合わせた『10分程度以下』は、壮年期男で5割を超えている。



	調査数	5分以下	10分程度	20分程度	30分程度	40分以上	食べない	無回答
乳幼児	270	0.4%	19.3%	38.5%	34.8%	6.3%	0.4%	0.4%
小学生	290	0.7%	31.4%	41.7%	22.8%	2.8%	0.3%	0.3%
中学生	281	4.3%	34.9%	33.8%	15.7%	2.8%	6.8%	1.8%
15-18歳	423	5.9%	35.0%	31.4%	13.9%	3.1%	10.6%	-
青年期 男	92	6.5%	39.1%	27.2%	10.9%	-	15.2%	1.1%
青年期 女	134	6.7%	32.1%	27.6%	14.2%	2.2%	17.2%	-
壮年期 男	170	8.8%	43.5%	25.9%	10.0%	1.2%	9.4%	1.2%
壮年期 女	210	4.8%	38.1%	30.0%	14.3%	3.3%	8.6%	1.0%
高齢期 男	175	2.9%	37.7%	38.3%	15.4%	2.3%	1.7%	1.7%
高齢期 女	201	1.0%	24.9%	45.8%	18.9%	2.5%	2.5%	4.5%
一般性年代無回答	6	-	16.7%	50.0%	-	-	16.7%	16.7%

(ウ) 夕食 (平日)

夕食 (平日) にかかる時間は、「30分程度」が乳幼児で47.8%、小学生で46.6%と高くなっている。

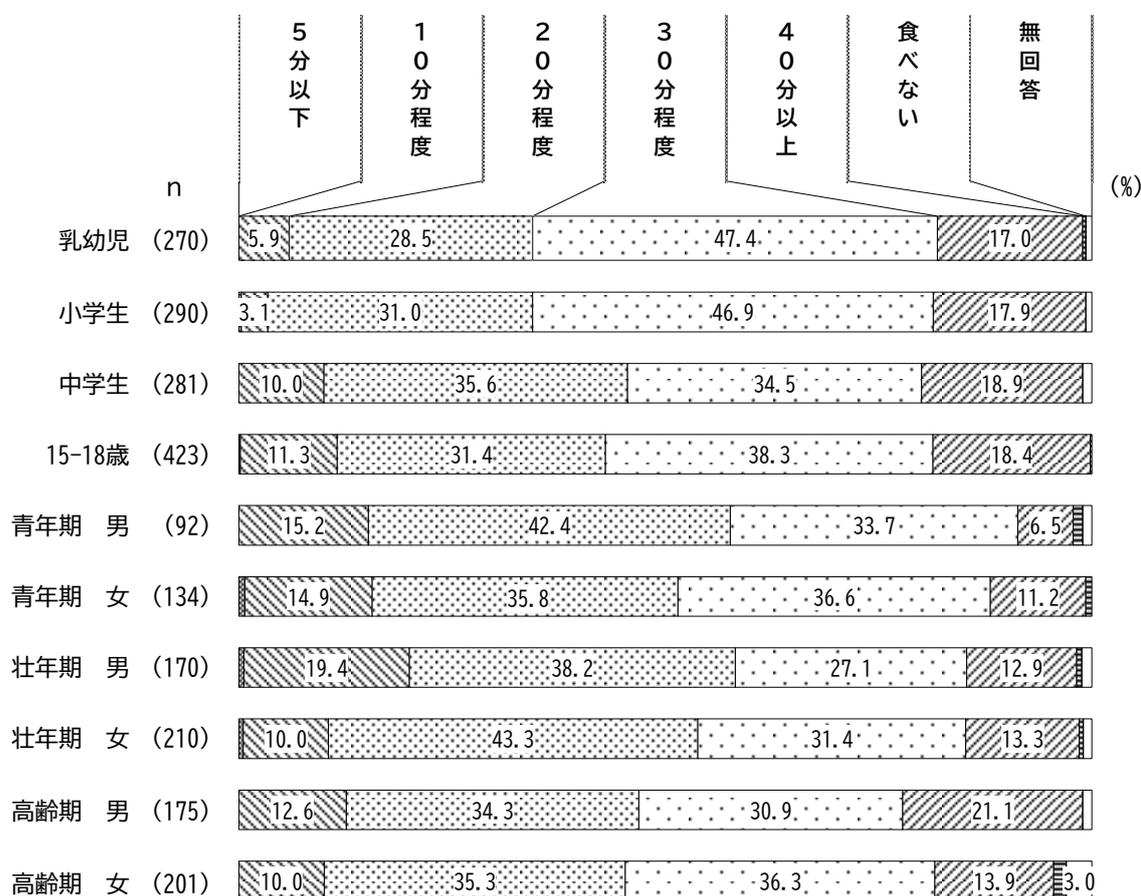


	調査数	5分以下	10分程度	20分程度	30分程度	40分以上	食べない	無回答
乳幼児	270	-	5.9%	28.9%	47.8%	16.3%	0.4%	0.7%
小学生	290	0.3%	4.5%	33.4%	46.6%	14.5%	-	0.7%
中学生	281	0.4%	14.2%	36.3%	34.2%	13.5%	-	1.4%
15-18歳	423	0.7%	12.5%	37.6%	35.9%	12.8%	0.5%	-
青年期 男	92	-	15.2%	42.4%	33.7%	6.5%	1.1%	1.1%
青年期 女	134	0.7%	14.9%	35.8%	36.6%	11.2%	0.7%	-
壮年期 男	170	0.6%	19.4%	38.2%	27.1%	12.9%	0.6%	1.2%
壮年期 女	210	0.5%	10.0%	43.3%	31.4%	13.3%	0.5%	1.0%
高齢期 男	175	-	12.6%	34.3%	30.9%	21.1%	-	1.1%
高齢期 女	201	-	10.0%	35.3%	36.3%	13.9%	1.5%	3.0%
一般性年代無回答	6	-	-	16.7%	50.0%	16.7%	-	16.7%

2. ふだんの食生活について

(工) 夕食(休日)

夕食(休日)にかける時間は、「30分程度」が乳幼児で47.4%、小学生で46.9%と高くなっている。



	調査数	5分以下	10分程度	20分程度	30分程度	40分以上	食べない	無回答
乳幼児	270	-	5.9%	28.5%	47.4%	17.0%	0.4%	0.7%
小学生	290	0.3%	3.1%	31.0%	46.9%	17.9%	-	0.7%
中学生	281	-	10.0%	35.6%	34.5%	18.9%	-	1.1%
15-18歳	423	0.2%	11.3%	31.4%	38.3%	18.4%	0.2%	-
青年期 男	92	-	15.2%	42.4%	33.7%	6.5%	1.1%	1.1%
青年期 女	134	0.7%	14.9%	35.8%	36.6%	11.2%	0.7%	-
壮年期 男	170	0.6%	19.4%	38.2%	27.1%	12.9%	0.6%	1.2%
壮年期 女	210	0.5%	10.0%	43.3%	31.4%	13.3%	0.5%	1.0%
高齢期 男	175	-	12.6%	34.3%	30.9%	21.1%	-	1.1%
高齢期 女	201	-	10.0%	35.3%	36.3%	13.9%	1.5%	3.0%
一般性年代無回答	6	-	-	16.7%	50.0%	16.7%	-	16.7%

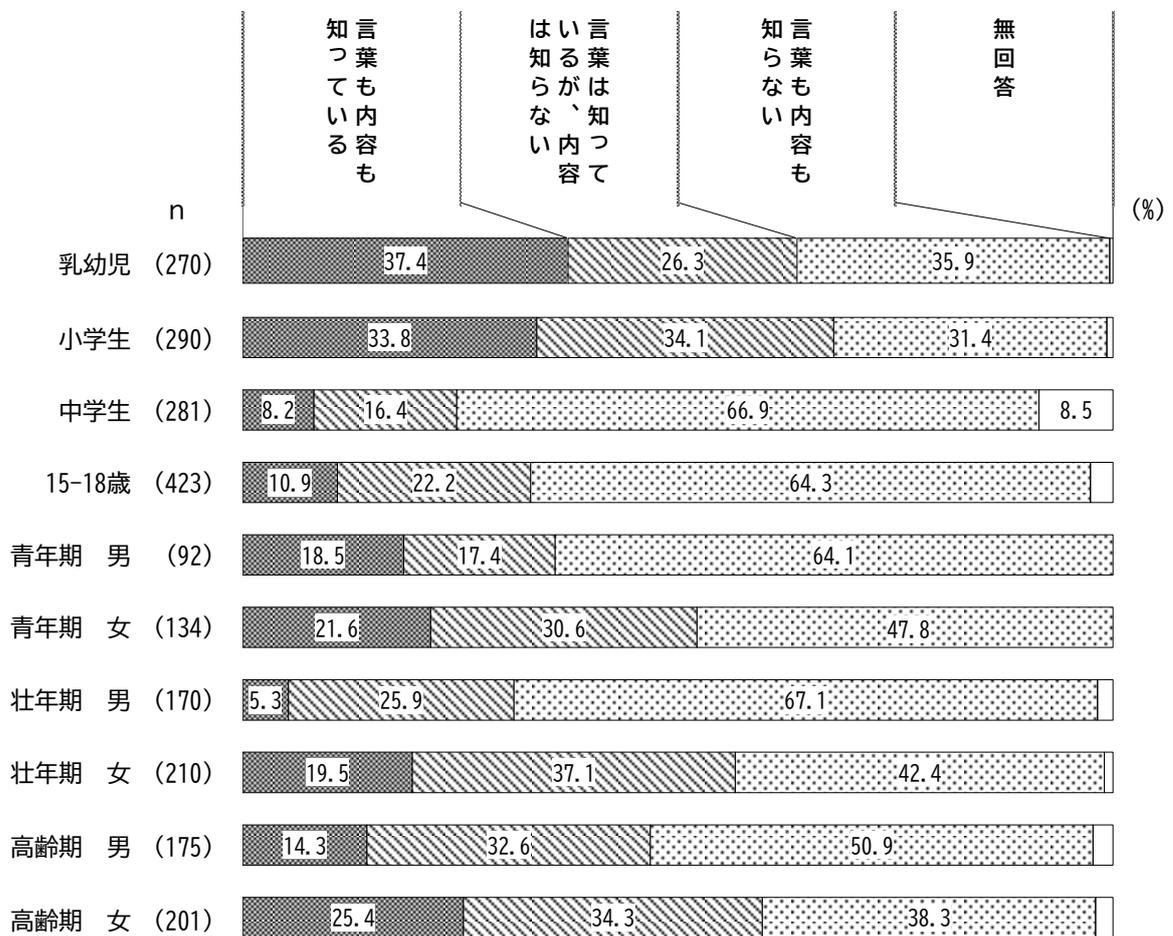
(6) 「食事バランスガイド」の認知度

問 あなたは、「食事バランスガイド」という言葉やその内容を知っていますか。
(選択は1つだけ)

〈乳幼児・小学生：問6／中学生・15-18歳：問5／一般市民：問5〉

※「食事バランスガイド」とは「何を」「どれだけ」食べたらよいのか「食事の基本」を身につけるための望ましい食事のとり方やおおよその量を分かりやすくコマのイラストで示したものです。健康で豊かな食生活の実現を目的に策定された「食生活指針」（平成12年3月）を具体的に行動に結びつけるものとして、平成17年6月に厚生労働省と農林水産省により決定されました。「食事の基本」を身につけるための望ましい食事のとり方やおおよその量をわかりやすく示しています。

「食事バランスガイド」の認知度は、「言葉も内容も知らない」が乳幼児・小学生を除き、全ての世代で最も高くなっている。



2. ふだんの食生活について

	調査数	言葉も内容も知っている	言葉は知っているが、内容は知らない	言葉も内容も知らない	無回答
乳幼児	270	37.4%	26.3%	35.9%	0.4%
小学生	290	33.8%	34.1%	31.4%	0.7%
中学生	281	8.2%	16.4%	66.9%	8.5%
15-18歳	423	10.9%	22.2%	64.3%	2.6%
青年期 男	92	18.5%	17.4%	64.1%	-
青年期 女	134	21.6%	30.6%	47.8%	-
壮年期 男	170	5.3%	25.9%	67.1%	1.8%
壮年期 女	210	19.5%	37.1%	42.4%	1.0%
高齢期 男	175	14.3%	32.6%	50.9%	2.3%
高齢期 女	201	25.4%	34.3%	38.3%	2.0%
一般性年代無回答	6	16.7%	16.7%	50.0%	16.7%

(7) 食事の状況

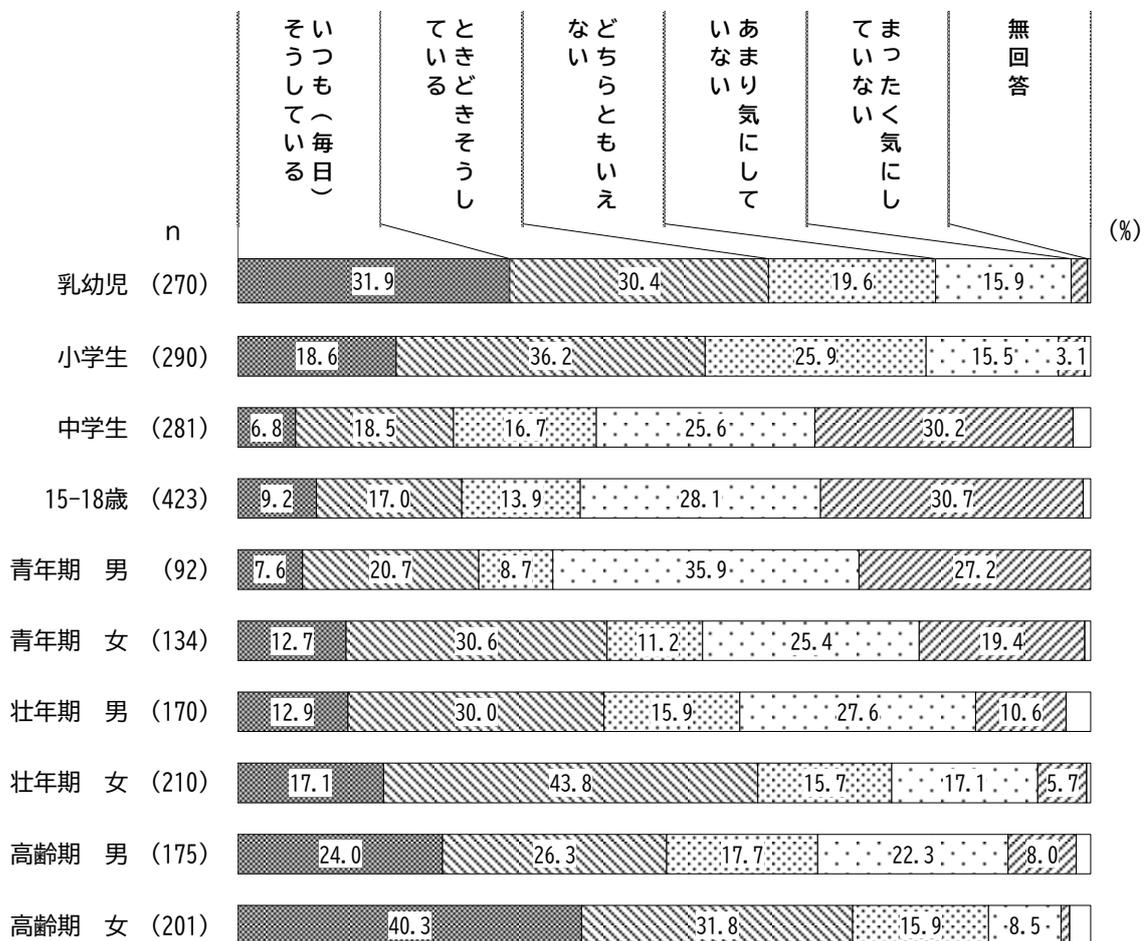
問 あなたは、日頃、(乳幼児・小学生：お子さんの健康を守るために) (ア) ~ (カ) のことがらをどの程度心がけていますか。最も近いものを選んでください。

(選択は各々1つずつ)

〈乳幼児・小学生：問7 / 中学生・15-18歳：問6 / 一般市民：問6〉

(ア) うす味の食事を心がけ (乳幼児・小学生：食事を薄味にし)、塩分の多い食べものを控えること

“うす味の食事を心がけ、塩分を控えること”は、「ときどきそうしている」が壮年期女で43.8%と最も高くなっている。一方、「まったく気にしていない」は15-18歳が30.7%で最も高い。「いつも(毎日)そうしている」は、高齢期女で40.3%を占めている。

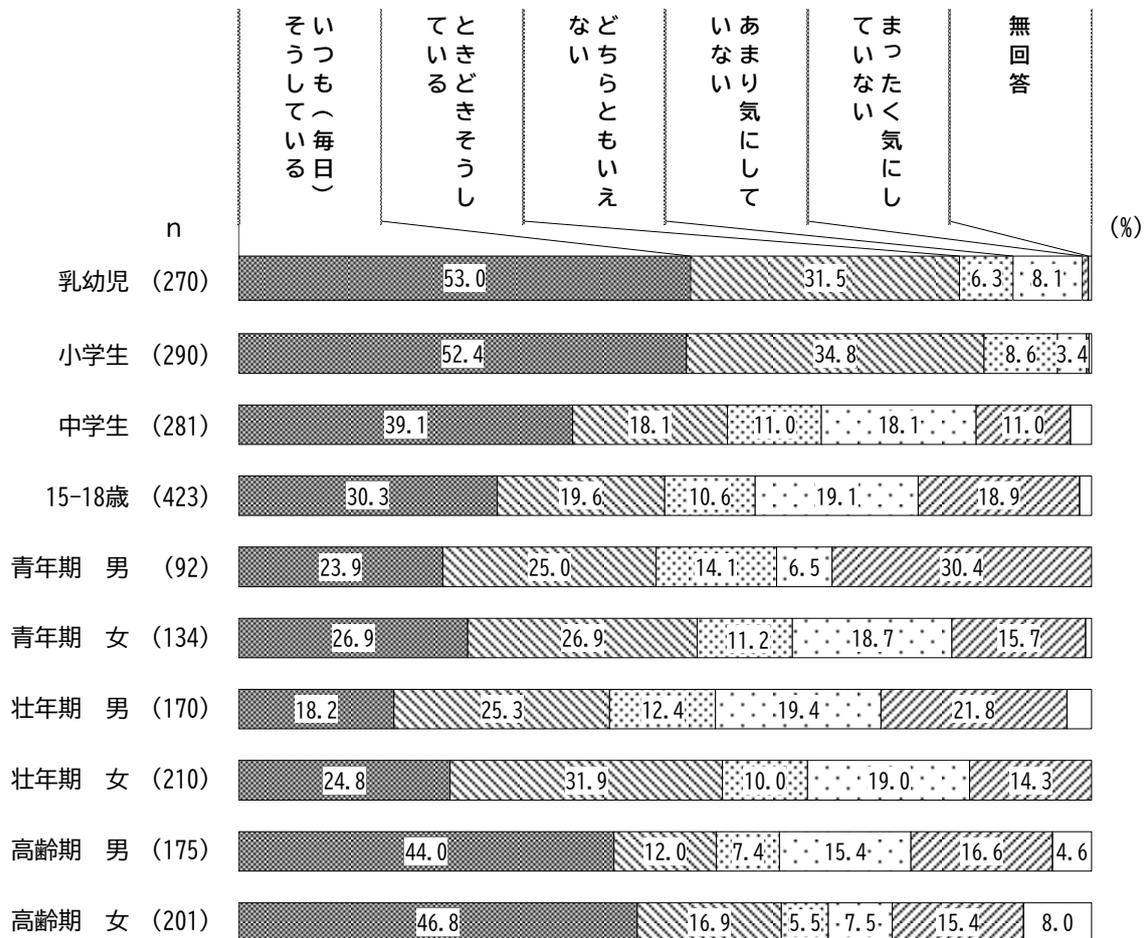


2. ふだんの食生活について

	調査数	いつも(毎日)そうしている	ときどきそうしている	どちらともいえない	あまり気にしていない	まったく気にしていない	無回答
乳幼児	270	31.9%	30.4%	19.6%	15.9%	1.9%	0.4%
小学生	290	18.6%	36.2%	25.9%	15.5%	3.1%	0.7%
中学生	281	6.8%	18.5%	16.7%	25.6%	30.2%	2.1%
15-18歳	423	9.2%	17.0%	13.9%	28.1%	30.7%	0.9%
青年期 男	92	7.6%	20.7%	8.7%	35.9%	27.2%	-
青年期 女	134	12.7%	30.6%	11.2%	25.4%	19.4%	0.7%
壮年期 男	170	12.9%	30.0%	15.9%	27.6%	10.6%	2.9%
壮年期 女	210	17.1%	43.8%	15.7%	17.1%	5.7%	0.5%
高齢期 男	175	24.0%	26.3%	17.7%	22.3%	8.0%	1.7%
高齢期 女	201	40.3%	31.8%	15.9%	8.5%	1.0%	2.5%
一般性年代無回答	6	16.7%	16.7%	16.7%	33.3%	-	16.7%

(イ) 朝食や夕食等、できるだけ家族みんなで食事をする（乳幼児・小学生：食べる）こと

“家族みんなで食事をする”は、「いつも（毎日）そうしている」が高齢期で4割を超え高い。一方、「まったく気にしていない」は、青年期男で30.4%と最も高い。

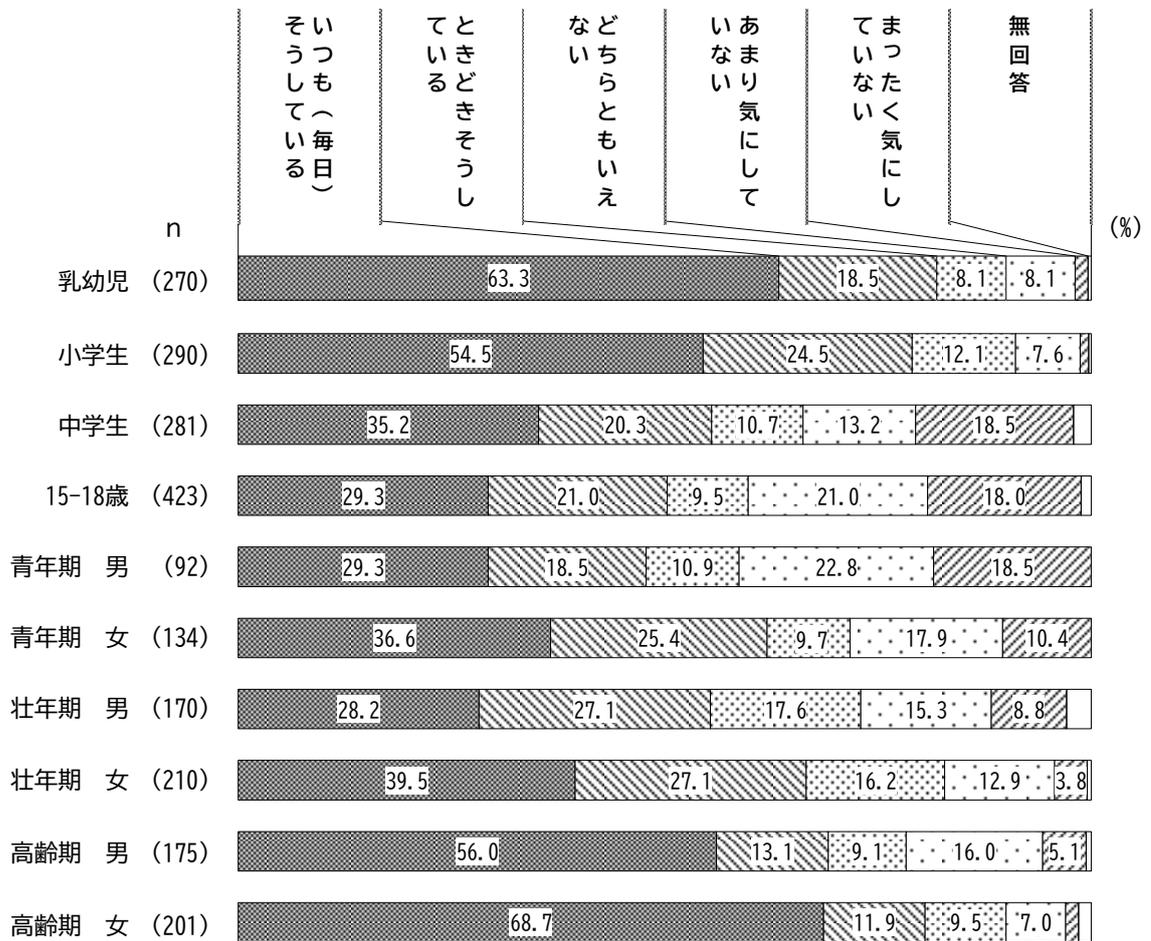


	調査数	いつも(毎日)そうしている	ときどきそうしている	どちらともいえない	あまり気にしていない	まったく気にしていない	無回答
乳幼児	270	53.0%	31.5%	6.3%	8.1%	0.7%	0.4%
小学生	290	52.4%	34.8%	8.6%	3.4%	0.3%	0.3%
中学生	281	39.1%	18.1%	11.0%	18.1%	11.0%	2.5%
15-18歳	423	30.3%	19.6%	10.6%	19.1%	18.9%	1.4%
青年期 男	92	23.9%	25.0%	14.1%	6.5%	30.4%	-
青年期 女	134	26.9%	26.9%	11.2%	18.7%	15.7%	0.7%
壮年期 男	170	18.2%	25.3%	12.4%	19.4%	21.8%	2.9%
壮年期 女	210	24.8%	31.9%	10.0%	19.0%	14.3%	-
高齢期 男	175	44.0%	12.0%	7.4%	15.4%	16.6%	4.6%
高齢期 女	201	46.8%	16.9%	5.5%	7.5%	15.4%	8.0%
一般性年代無回答	6	-	16.7%	16.7%	16.7%	33.3%	16.7%

2. ふだんの食生活について

(ウ) 夕食後、寝る前までの間に、夜食や間食を控えること

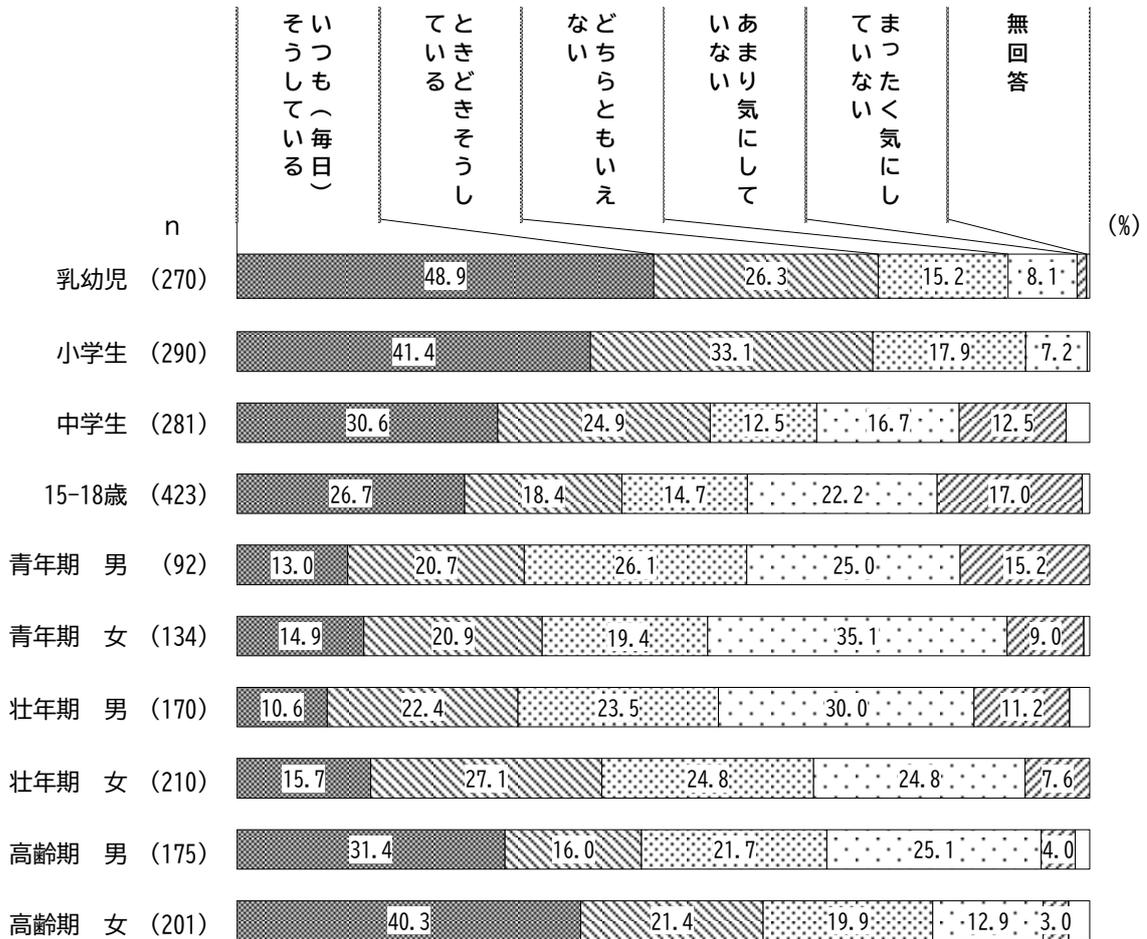
“夜食や間食を控えること”では、「いつも(毎日)そうしている」が高齢期女で68.7%と最も高くなっている。一方、「あまり気にしていない」は青年期男が22.8%で最も高い。



	調査数	いつも(毎日)そうしている	ときどきそうしている	どちらともいえない	あまり気にしていない	まったく気にしていない	無回答
乳幼児	270	63.3%	18.5%	8.1%	8.1%	1.5%	0.4%
小学生	290	54.5%	24.5%	12.1%	7.6%	1.0%	0.3%
中学生	281	35.2%	20.3%	10.7%	13.2%	18.5%	2.1%
15-18歳	423	29.3%	21.0%	9.5%	21.0%	18.0%	1.2%
青年期 男	92	29.3%	18.5%	10.9%	22.8%	18.5%	-
青年期 女	134	36.6%	25.4%	9.7%	17.9%	10.4%	-
壮年期 男	170	28.2%	27.1%	17.6%	15.3%	8.8%	2.9%
壮年期 女	210	39.5%	27.1%	16.2%	12.9%	3.8%	0.5%
高齢期 男	175	56.0%	13.1%	9.1%	16.0%	5.1%	0.6%
高齢期 女	201	68.7%	11.9%	9.5%	7.0%	1.5%	1.5%
一般性年代無回答	6	50.0%	-	33.3%	-	-	16.7%

(工) 十分な時間をかけ、ゆとりを持って食事をする（乳幼児・小学生：させる）こと

“時間をかけ、ゆとりを持った食事”は、「あまり気にしていない」「まったく気にしていない」は、青年期男女、壮年期男で、約4割を超えている。

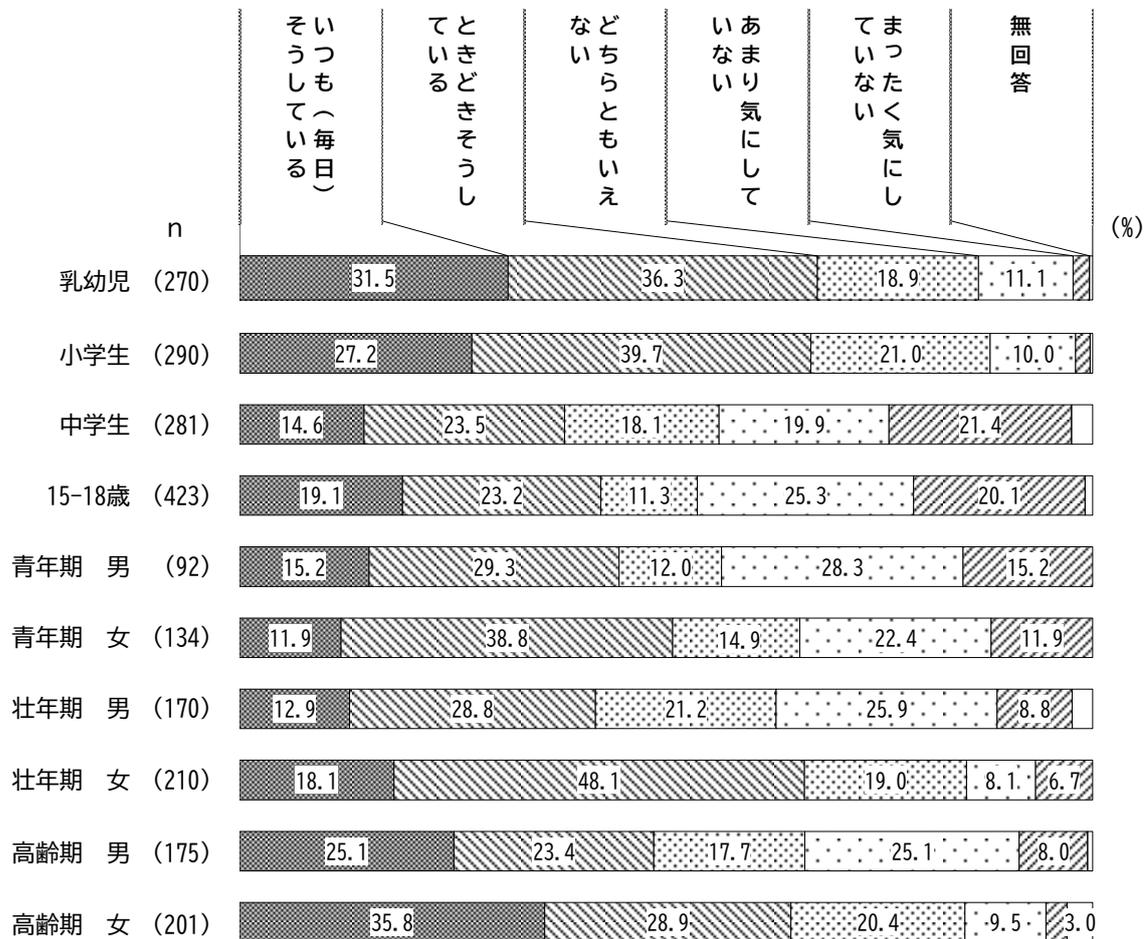


	調査数	いつも(毎日)そうしている	ときどきそうしている	どちらともいえない	あまり気にしていない	まったく気にしていない	無回答
乳幼児	270	48.9%	26.3%	15.2%	8.1%	1.1%	0.4%
小学生	290	41.4%	33.1%	17.9%	7.2%	-	0.3%
中学生	281	30.6%	24.9%	12.5%	16.7%	12.5%	2.8%
15-18歳	423	26.7%	18.4%	14.7%	22.2%	17.0%	0.9%
青年期 男	92	13.0%	20.7%	26.1%	25.0%	15.2%	-
青年期 女	134	14.9%	20.9%	19.4%	35.1%	9.0%	0.7%
壮年期 男	170	10.6%	22.4%	23.5%	30.0%	11.2%	2.4%
壮年期 女	210	15.7%	27.1%	24.8%	24.8%	7.6%	-
高齢期 男	175	31.4%	16.0%	21.7%	25.1%	4.0%	1.7%
高齢期 女	201	40.3%	21.4%	19.9%	12.9%	3.0%	2.5%
一般性年代無回答	6	-	16.7%	33.3%	33.3%	-	16.7%

2. ふだんの食生活について

(オ) 栄養のバランスやエネルギー(カロリー)を考えて、食事をする(乳幼児・小学生：させる)こと

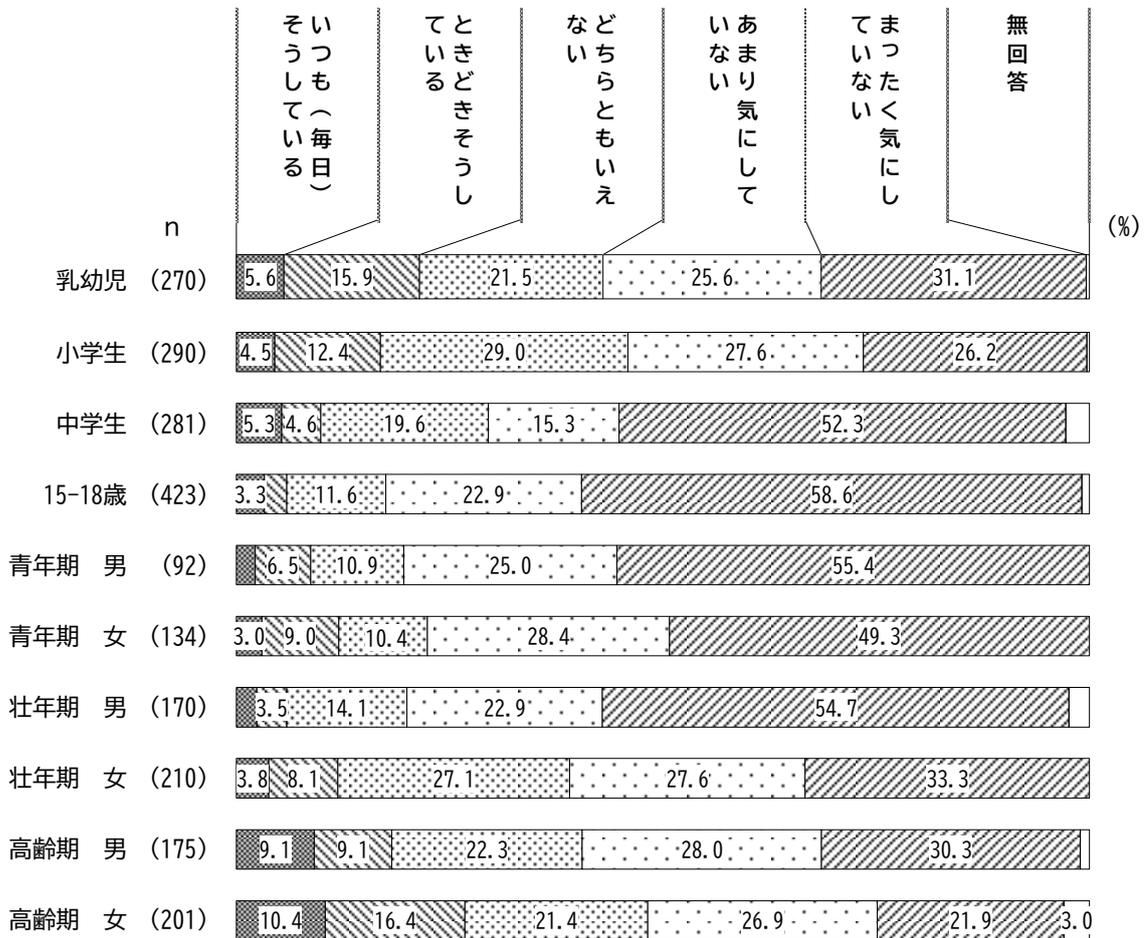
“栄養バランスやエネルギーを考えた食事”は、「いつも(毎日)そうしている」が、高齢期女で35.8%である。一方、「あまり気にしていない」は青年期男が28.3%で最も高い。



	調査数	いつも(毎日)そうしている	ときどきそうしている	どちらともいえない	あまり気にしていない	まったく気にしていない	無回答
乳幼児	270	31.5%	36.3%	18.9%	11.1%	1.9%	0.4%
小学生	290	27.2%	39.7%	21.0%	10.0%	1.7%	0.3%
中学生	281	14.6%	23.5%	18.1%	19.9%	21.4%	2.5%
15-18歳	423	19.1%	23.2%	11.3%	25.3%	20.1%	0.9%
青年期 男	92	15.2%	29.3%	12.0%	28.3%	15.2%	-
青年期 女	134	11.9%	38.8%	14.9%	22.4%	11.9%	-
壮年期 男	170	12.9%	28.8%	21.2%	25.9%	8.8%	2.4%
壮年期 女	210	18.1%	48.1%	19.0%	8.1%	6.7%	-
高齢期 男	175	25.1%	23.4%	17.7%	25.1%	8.0%	0.6%
高齢期 女	201	35.8%	28.9%	20.4%	9.5%	2.5%	3.0%
一般性年代無回答	6	16.7%	33.3%	16.7%	16.7%	-	16.7%

(カ) 食事バランスガイドを参考に食事をする（乳幼児・小学生：させる）こと

“食事バランスガイドを参考に食事”は、「まったく気にしていない」が、中学生、15～18歳、青年期男、壮年期男で約5割を超えている。



	調査数	いつも(毎日)そうしている	ときどきそうしている	どちらともいえない	あまり気にしていない	まったく気にしていない	無回答
乳幼児	270	5.6%	15.9%	21.5%	25.6%	31.1%	0.4%
小学生	290	4.5%	12.4%	29.0%	27.6%	26.2%	0.3%
中学生	281	5.3%	4.6%	19.6%	15.3%	52.3%	2.8%
15-18歳	423	3.3%	2.6%	11.6%	22.9%	58.6%	0.9%
青年期 男	92	2.2%	6.5%	10.9%	25.0%	55.4%	-
青年期 女	134	3.0%	9.0%	10.4%	28.4%	49.3%	-
壮年期 男	170	2.4%	3.5%	14.1%	22.9%	54.7%	2.4%
壮年期 女	210	3.8%	8.1%	27.1%	27.6%	33.3%	-
高齢期 男	175	9.1%	9.1%	22.3%	28.0%	30.3%	1.1%
高齢期 女	201	10.4%	16.4%	21.4%	26.9%	21.9%	3.0%
一般性年代無回答	6	-	-	16.7%	16.7%	33.3%	33.3%

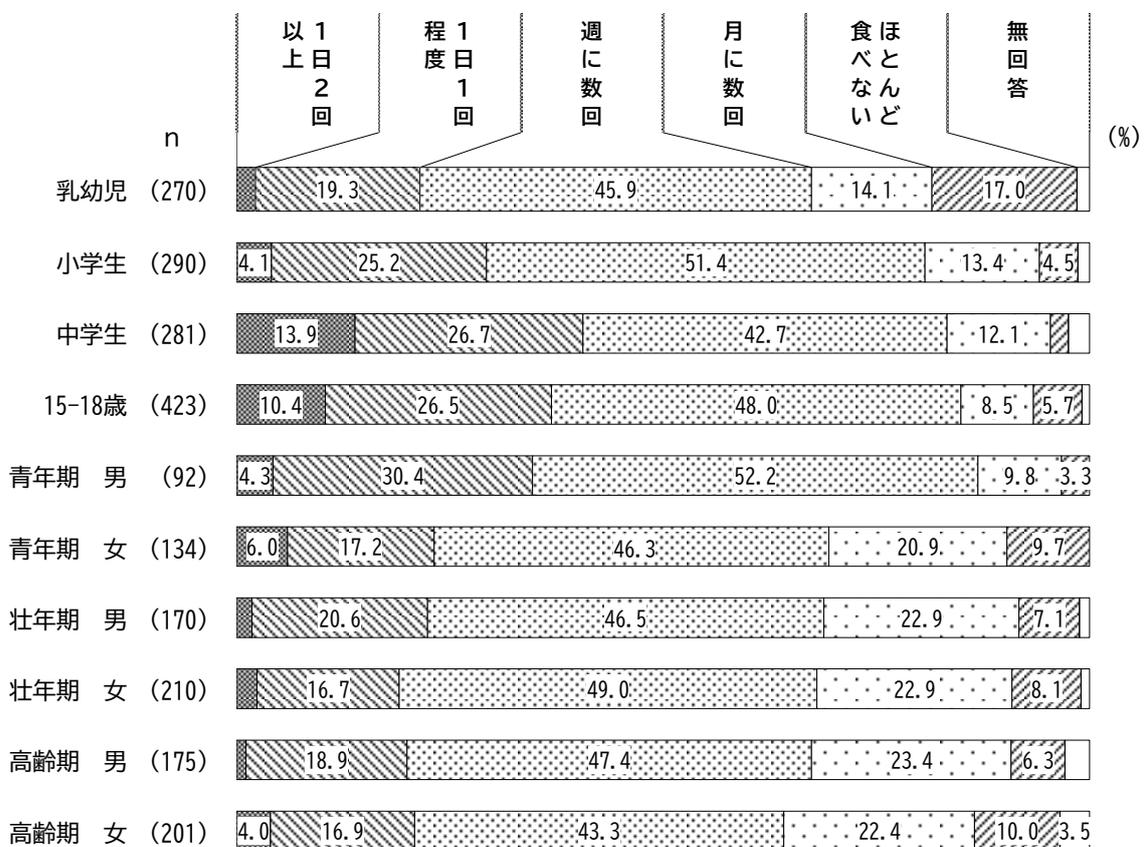
2. ふだんの食生活について

(8) 食品別等摂取頻度

問 あなたは（お子さんは）、(ア)～(コ)のものをどの程度食べますか。ふだんの食べ方に最も近いものを選んでください。（選択は各々1つずつ）
 〈乳幼児・小学生：問8／中学生・15-18歳：問7／一般市民：問7〉

(ア) 脂肪の多い肉類や、ベーコン、ウインナー等

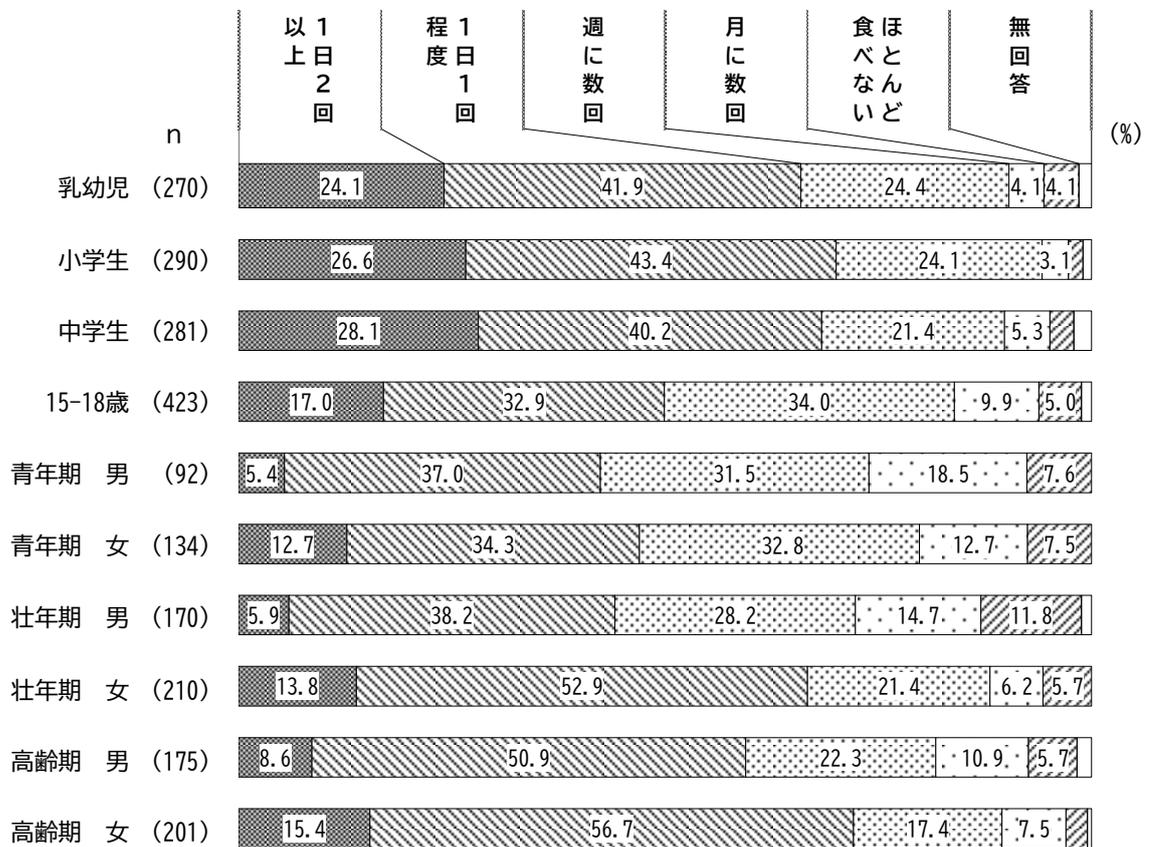
脂肪の多い肉類や、ベーコン、ウインナー等の摂取頻度は、「1日2回以上」と「1日1回程度」を合わせた『1日1回以上』が中学生で40.6%と高くなっている。



	調査数	1日2回以上	1日1回程度	週に数回	月に数回	ほとんど食べない	無回答
乳幼児	270	2.2%	19.3%	45.9%	14.1%	17.0%	1.5%
小学生	290	4.1%	25.2%	51.4%	13.4%	4.5%	1.4%
中学生	281	13.9%	26.7%	42.7%	12.1%	2.1%	2.5%
15-18歳	423	10.4%	26.5%	48.0%	8.5%	5.7%	0.9%
青年期 男	92	4.3%	30.4%	52.2%	9.8%	3.3%	-
青年期 女	134	6.0%	17.2%	46.3%	20.9%	9.7%	-
壮年期 男	170	1.8%	20.6%	46.5%	22.9%	7.1%	1.2%
壮年期 女	210	2.4%	16.7%	49.0%	22.9%	8.1%	1.0%
高齢期 男	175	1.1%	18.9%	47.4%	23.4%	6.3%	2.9%
高齢期 女	201	4.0%	16.9%	43.3%	22.4%	10.0%	3.5%
一般性年代無回答	6	-	16.7%	50.0%	-	16.7%	16.7%

(イ) 牛乳・乳製品 (チーズ、ヨーグルト等)

牛乳・乳製品の摂取頻度は、「1日1回程度」が高齢期女で56.7%と最も高くなっている。

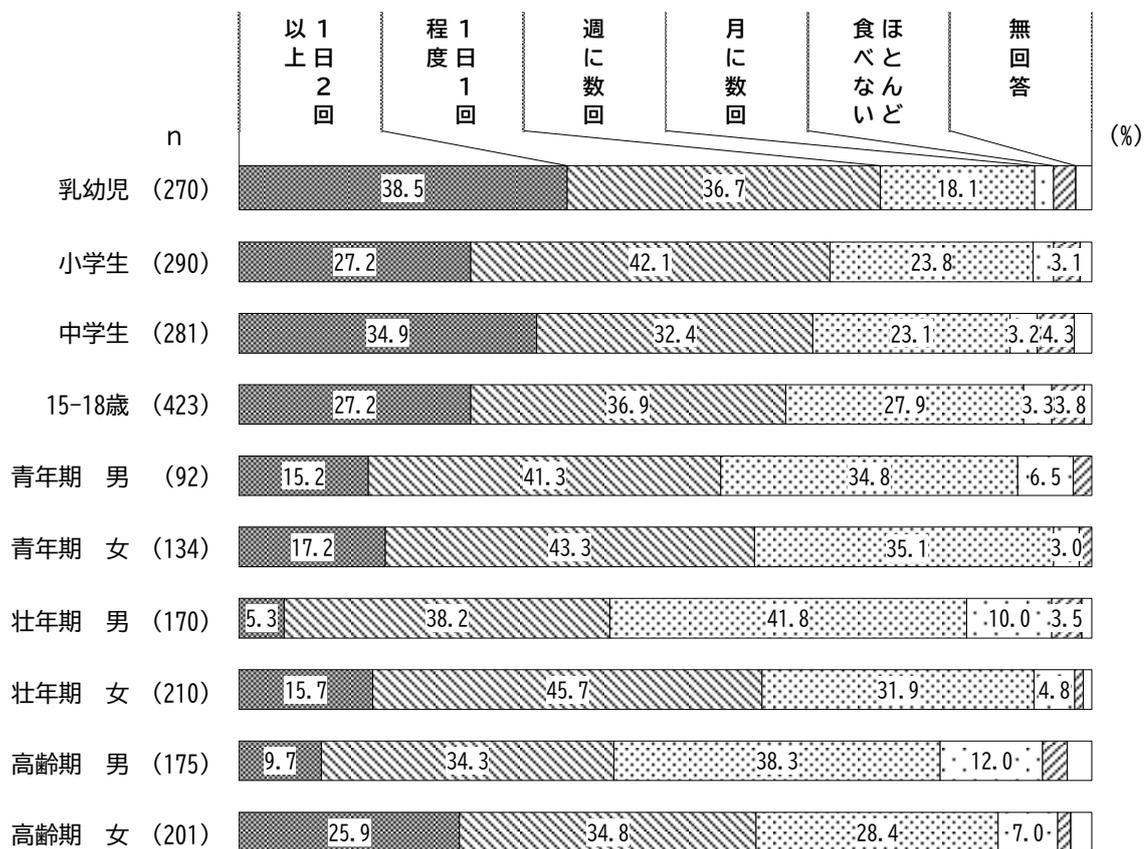


	調査数	1日2回以上	1日1回程度	週に数回	月に数回	ほとんど食べない	無回答
乳幼児	270	24.1%	41.9%	24.4%	4.1%	4.1%	1.5%
小学生	290	26.6%	43.4%	24.1%	3.1%	1.7%	1.0%
中学生	281	28.1%	40.2%	21.4%	5.3%	2.8%	2.1%
15-18歳	423	17.0%	32.9%	34.0%	9.9%	5.0%	1.2%
青年期 男	92	5.4%	37.0%	31.5%	18.5%	7.6%	-
青年期 女	134	12.7%	34.3%	32.8%	12.7%	7.5%	-
壮年期 男	170	5.9%	38.2%	28.2%	14.7%	11.8%	1.2%
壮年期 女	210	13.8%	52.9%	21.4%	6.2%	5.7%	-
高齢期 男	175	8.6%	50.9%	22.3%	10.9%	5.7%	1.7%
高齢期 女	201	15.4%	56.7%	17.4%	7.5%	2.5%	0.5%
一般性年代無回答	6	-	33.3%	16.7%	-	16.7%	33.3%

2. ふだんの食生活について

(ウ) 緑黄色野菜（ほうれん草、ピーマン、人参等）

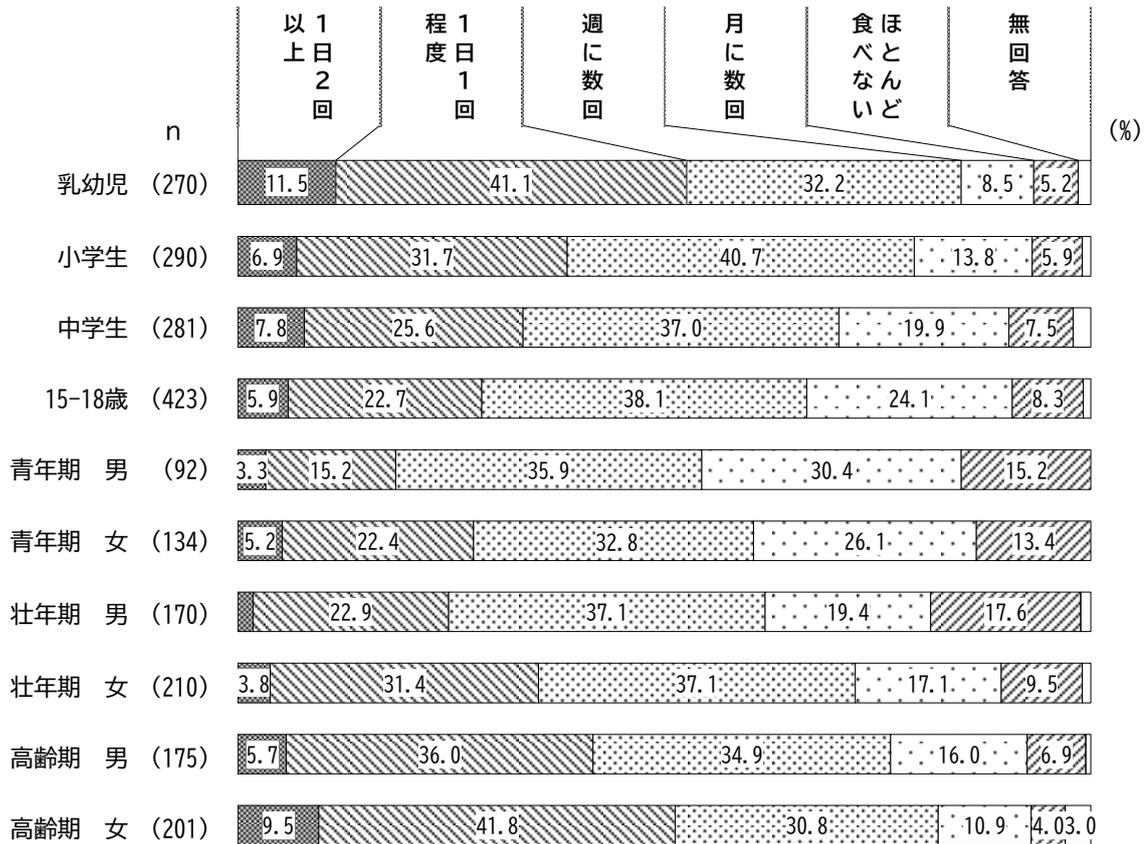
緑黄色野菜の摂取頻度は、乳幼児と中学生を除く世代で「1日1回程度」が高くなっている。「1日1回以上」は、壮年期男、高齢期男以外で、約5割を占めている。



	調査数	1日2回以上	1日1回程度	週に数回	月に数回	ほとんど食べない	無回答
乳幼児	270	38.5%	36.7%	18.1%	2.2%	2.6%	1.9%
小学生	290	27.2%	42.1%	23.8%	2.4%	3.1%	1.4%
中学生	281	34.9%	32.4%	23.1%	3.2%	4.3%	2.1%
15-18歳	423	27.2%	36.9%	27.9%	3.3%	3.8%	0.9%
青年期 男	92	15.2%	41.3%	34.8%	6.5%	2.2%	-
青年期 女	134	17.2%	43.3%	35.1%	3.0%	1.5%	-
壮年期 男	170	5.3%	38.2%	41.8%	10.0%	3.5%	1.2%
壮年期 女	210	15.7%	45.7%	31.9%	4.8%	1.0%	1.0%
高齢期 男	175	9.7%	34.3%	38.3%	12.0%	2.9%	2.9%
高齢期 女	201	25.9%	34.8%	28.4%	7.0%	1.5%	2.5%
一般性年代無回答	6	-	16.7%	33.3%	33.3%	-	16.7%

(エ) 果物（りんご、みかん、ぶどう、バナナ等）

果物の摂取頻度は、「1日2回以上」と「1日1回程度」を合わせた「1日1回以上」は、乳幼児、高齢期女が約5割を超えている。一方、「ほとんど食べない」は壮年期男が17.6%で最も高い。

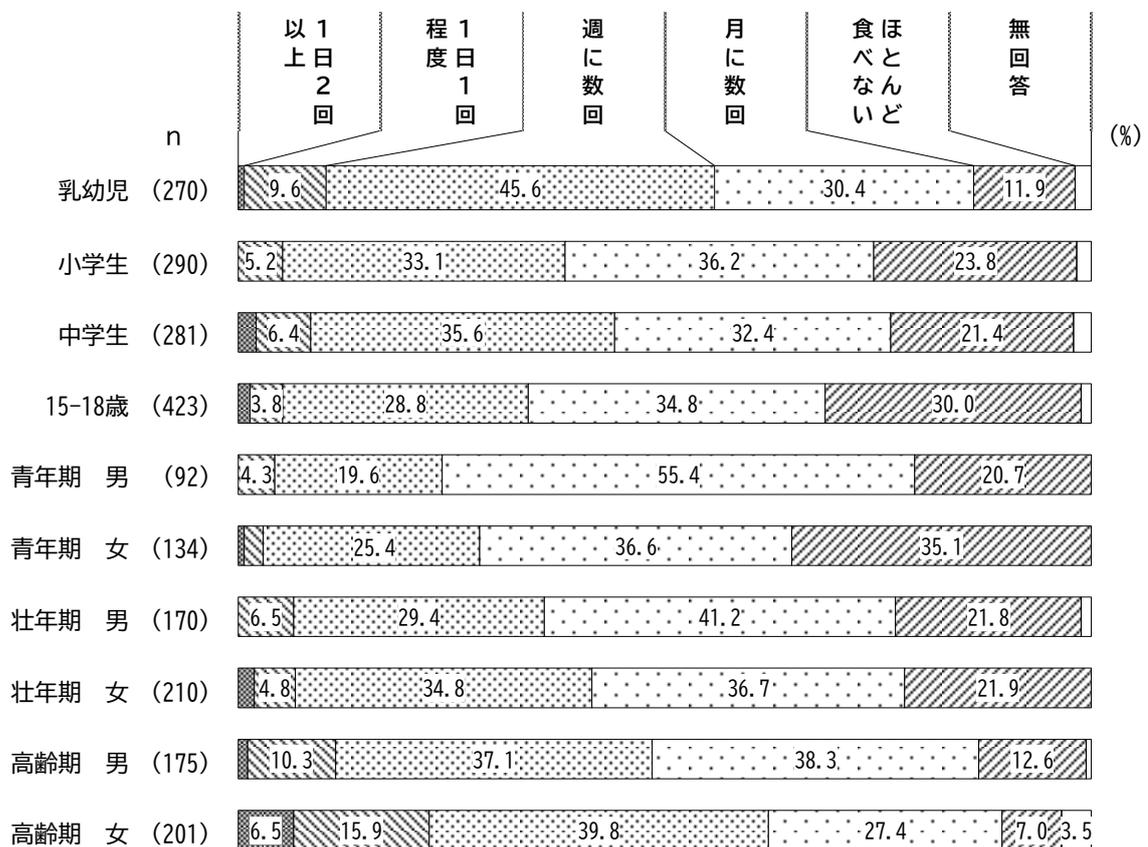


	調査数	1日2回以上	1日1回程度	週に数回	月に数回	ほとんど食べない	無回答
乳幼児	270	11.5%	41.1%	32.2%	8.5%	5.2%	1.5%
小学生	290	6.9%	31.7%	40.7%	13.8%	5.9%	1.0%
中学生	281	7.8%	25.6%	37.0%	19.9%	7.5%	2.1%
15-18歳	423	5.9%	22.7%	38.1%	24.1%	8.3%	0.9%
青年期 男	92	3.3%	15.2%	35.9%	30.4%	15.2%	-
青年期 女	134	5.2%	22.4%	32.8%	26.1%	13.4%	-
壮年期 男	170	1.8%	22.9%	37.1%	19.4%	17.6%	1.2%
壮年期 女	210	3.8%	31.4%	37.1%	17.1%	9.5%	1.0%
高齢期 男	175	5.7%	36.0%	34.9%	16.0%	6.9%	0.6%
高齢期 女	201	9.5%	41.8%	30.8%	10.9%	4.0%	3.0%
一般性年代無回答	6	-	33.3%	16.7%	16.7%	16.7%	16.7%

2. ふだんの食生活について

(オ) 骨ごと食べられる小魚類（しらす干し等）

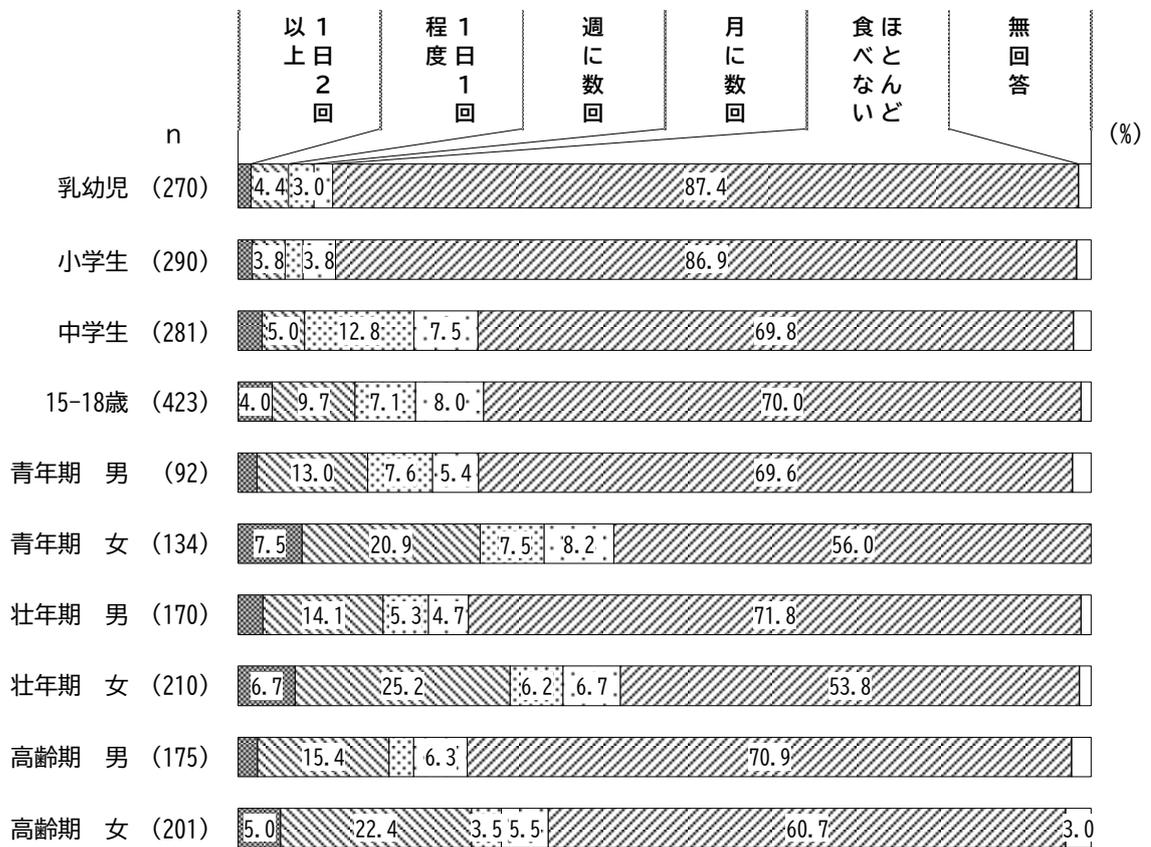
骨ごと食べられる小魚類の摂取頻度は、「月に数回」が青年期男で55.4%と最も高くなっている。「週に数回」は、乳幼児で45.6%、高齢期女で39.8%と高くなっている。



	調査数	1日2回以上	1日1回程度	週に数回	月に数回	ほとんど食べない	無回答
乳幼児	270	0.7%	9.6%	45.6%	30.4%	11.9%	1.9%
小学生	290	-	5.2%	33.1%	36.2%	23.8%	1.7%
中学生	281	2.1%	6.4%	35.6%	32.4%	21.4%	2.1%
15-18歳	423	1.4%	3.8%	28.8%	34.8%	30.0%	1.2%
青年期 男	92	-	4.3%	19.6%	55.4%	20.7%	-
青年期 女	134	0.7%	2.2%	25.4%	36.6%	35.1%	-
壮年期 男	170	-	6.5%	29.4%	41.2%	21.8%	1.2%
壮年期 女	210	1.9%	4.8%	34.8%	36.7%	21.9%	-
高齢期 男	175	1.1%	10.3%	37.1%	38.3%	12.6%	0.6%
高齢期 女	201	6.5%	15.9%	39.8%	27.4%	7.0%	3.5%
一般性年代無回答	6	-	33.3%	16.7%	16.7%	16.7%	16.7%

(カ) ビタミン剤などの栄養補助食品（サプリメント）

ビタミン剤などの栄養補助食品の摂取頻度は、全世代で「ほとんど食べない」が最も高くなっている。

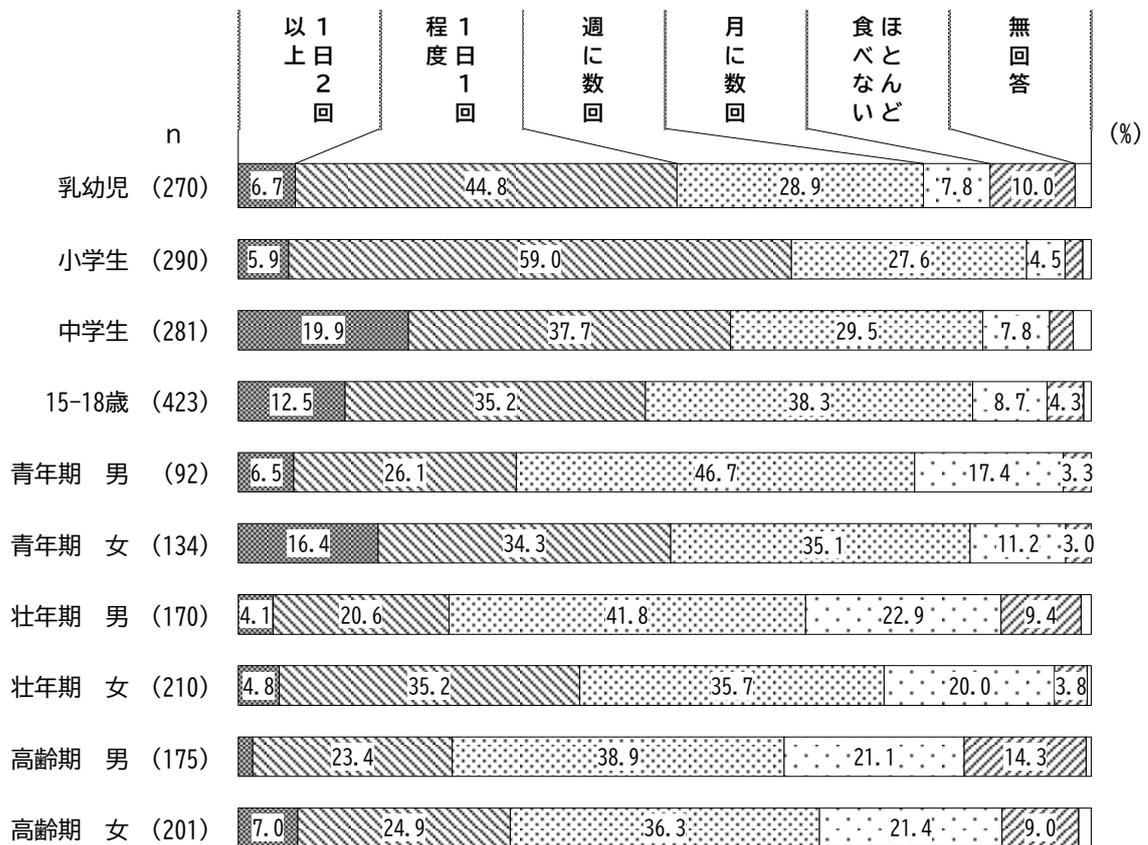


	調査数	1日2回以上	1日1回程度	週に数回	月に数回	ほとんど食べない	無回答
乳幼児	270	1.5%	4.4%	3.0%	2.2%	87.4%	1.5%
小学生	290	1.7%	3.8%	2.1%	3.8%	86.9%	1.7%
中学生	281	2.8%	5.0%	12.8%	7.5%	69.8%	2.1%
15-18歳	423	4.0%	9.7%	7.1%	8.0%	70.0%	1.2%
青年期 男	92	2.2%	13.0%	7.6%	5.4%	69.6%	2.2%
青年期 女	134	7.5%	20.9%	7.5%	8.2%	56.0%	-
壮年期 男	170	2.9%	14.1%	5.3%	4.7%	71.8%	1.2%
壮年期 女	210	6.7%	25.2%	6.2%	6.7%	53.8%	1.4%
高齢期 男	175	2.3%	15.4%	2.9%	6.3%	70.9%	2.3%
高齢期 女	201	5.0%	22.4%	3.5%	5.5%	60.7%	3.0%
一般性年代無回答	6	-	33.3%	-	16.7%	33.3%	16.7%

2. ふだんの食生活について

(キ) 菓子・嗜好飲料（チョコレート、ケーキ、ポテトチップス、せんべい、ジュース等）

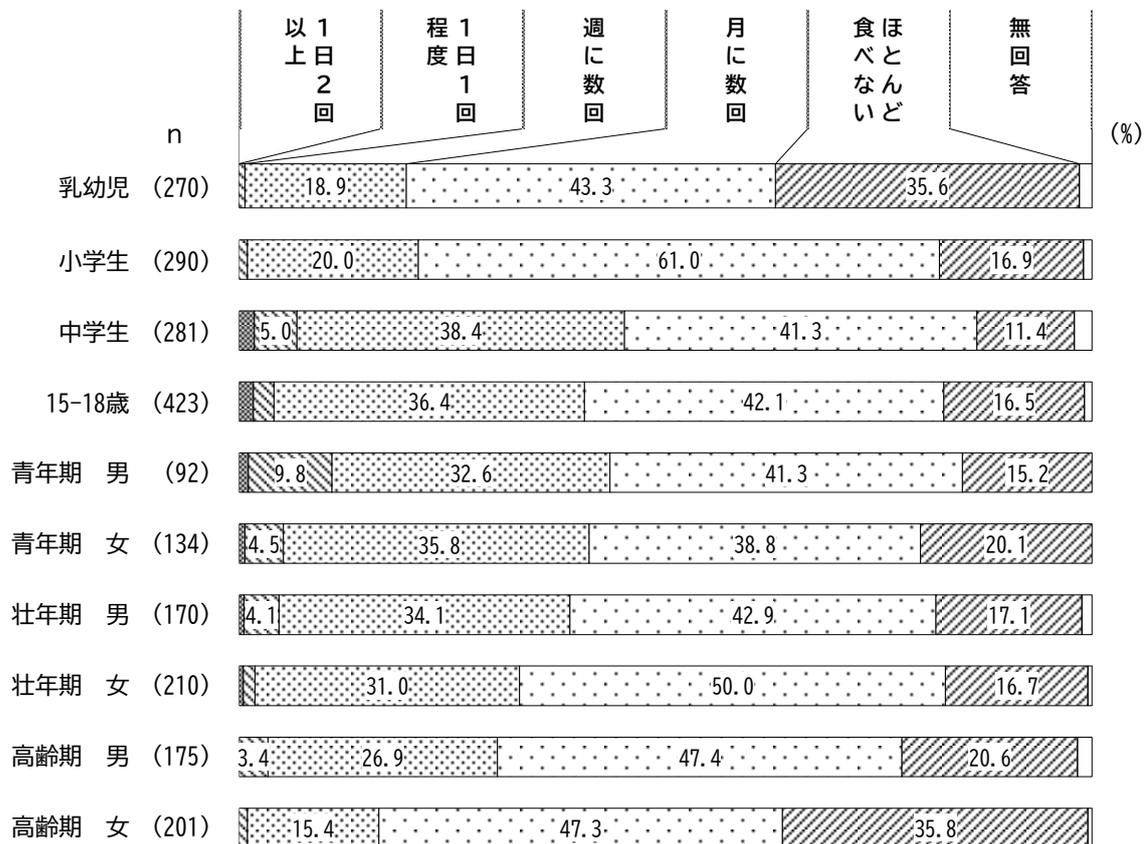
菓子・嗜好飲料の摂取頻度は、「1日1回程度」が小学生で59.0%と最も高くなっている。



	調査数	1日2回以上	1日1回程度	週に数回	月に数回	ほとんど食べない	無回答
乳幼児	270	6.7%	44.8%	28.9%	7.8%	10.0%	1.9%
小学生	290	5.9%	59.0%	27.6%	4.5%	2.1%	1.0%
中学生	281	19.9%	37.7%	29.5%	7.8%	2.8%	2.1%
15-18歳	423	12.5%	35.2%	38.3%	8.7%	4.3%	0.9%
青年期 男	92	6.5%	26.1%	46.7%	17.4%	3.3%	-
青年期 女	134	16.4%	34.3%	35.1%	11.2%	3.0%	-
壮年期 男	170	4.1%	20.6%	41.8%	22.9%	9.4%	1.2%
壮年期 女	210	4.8%	35.2%	35.7%	20.0%	3.8%	0.5%
高齢期 男	175	1.7%	23.4%	38.9%	21.1%	14.3%	0.6%
高齢期 女	201	7.0%	24.9%	36.3%	21.4%	9.0%	1.5%
一般性年代無回答	6	-	33.3%	-	50.0%	-	16.7%

(ク) インスタント食品 (ラーメン、レトルトのカレー等)

インスタント食品の摂取頻度は、「月に数回」は、どの世代も高く、そのうち、小学生で61.0%と最も高くなっている。

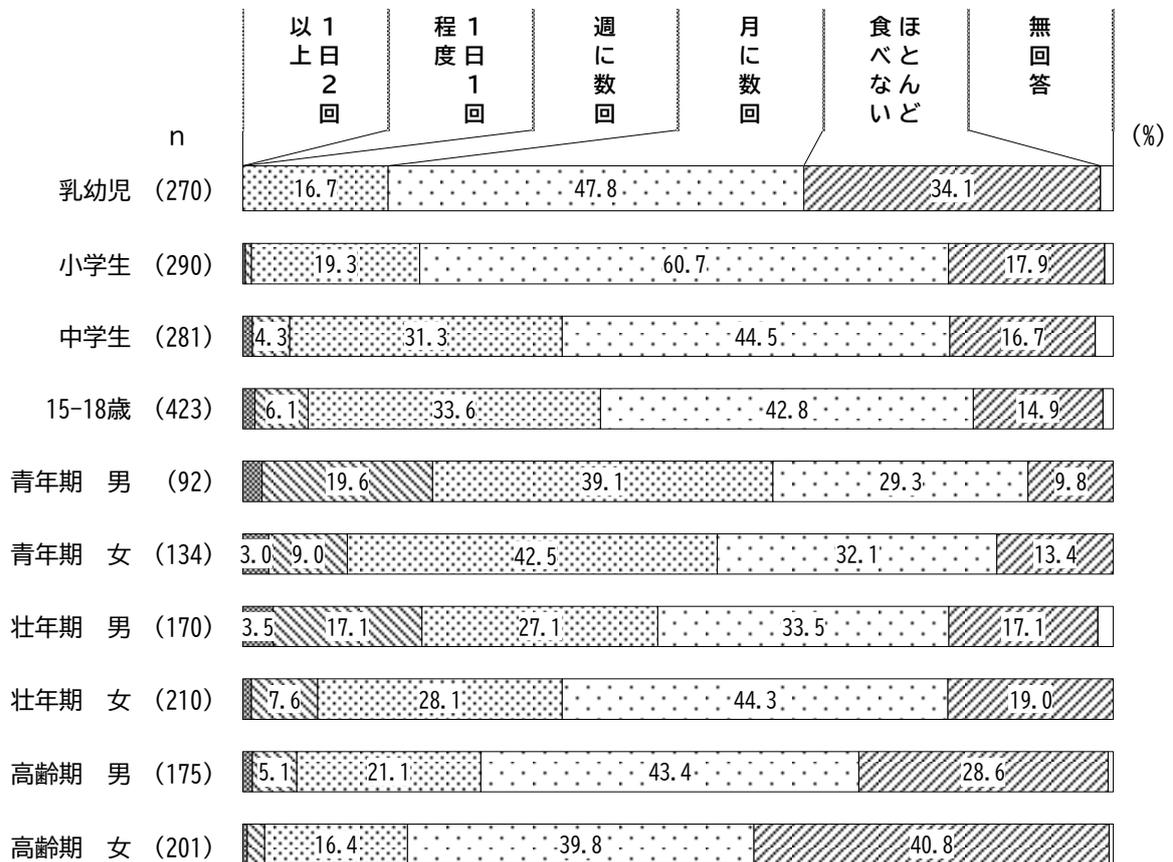


	調査数	1日2回以上	1日1回程度	週に数回	月に数回	ほとんど食べない	無回答
乳幼児	270	-	0.7%	18.9%	43.3%	35.6%	1.5%
小学生	290	-	1.0%	20.0%	61.0%	16.9%	1.0%
中学生	281	1.8%	5.0%	38.4%	41.3%	11.4%	2.1%
15-18歳	423	1.7%	2.4%	36.4%	42.1%	16.5%	0.9%
青年期 男	92	1.1%	9.8%	32.6%	41.3%	15.2%	-
青年期 女	134	0.7%	4.5%	35.8%	38.8%	20.1%	-
壮年期 男	170	0.6%	4.1%	34.1%	42.9%	17.1%	1.2%
壮年期 女	210	0.5%	1.4%	31.0%	50.0%	16.7%	0.5%
高齢期 男	175	-	3.4%	26.9%	47.4%	20.6%	1.7%
高齢期 女	201	-	1.0%	15.4%	47.3%	35.8%	0.5%
一般性年代無回答	6	-	33.3%	16.7%	33.3%	-	16.7%

2. ふだんの食生活について

(ケ) コンビニやスーパーの弁当や惣菜（おにぎり、サンドイッチ、テイクアウト等を含む）

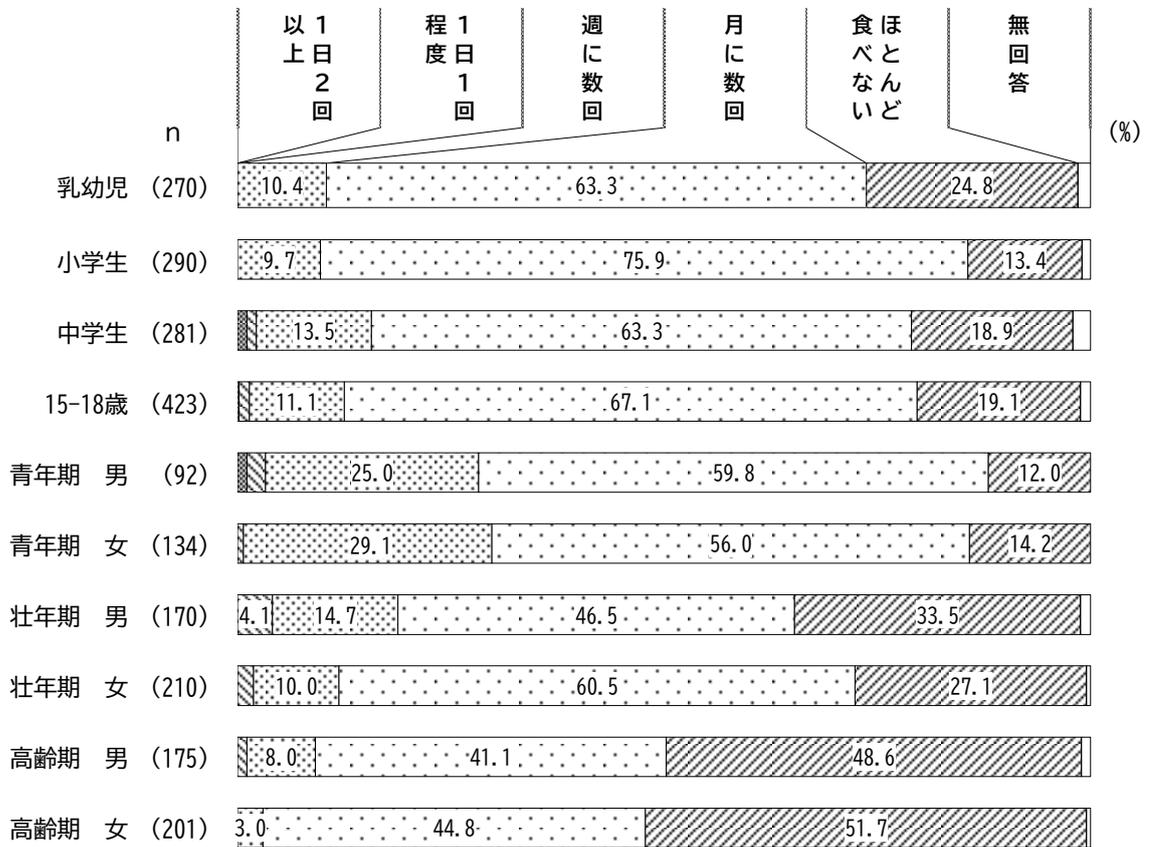
コンビニやスーパーの弁当や惣菜の摂取頻度は、「週に数回」以上は、青年期男女で、約4割を占めている。



	調査数	1日2回以上	1日1回程度	週に数回	月に数回	ほとんど食べない	無回答
乳幼児	270	-	-	16.7%	47.8%	34.1%	1.5%
小学生	290	0.3%	0.7%	19.3%	60.7%	17.9%	1.0%
中学生	281	1.1%	4.3%	31.3%	44.5%	16.7%	2.1%
15-18歳	423	1.4%	6.1%	33.6%	42.8%	14.9%	1.2%
青年期 男	92	2.2%	19.6%	39.1%	29.3%	9.8%	-
青年期 女	134	3.0%	9.0%	42.5%	32.1%	13.4%	-
壮年期 男	170	3.5%	17.1%	27.1%	33.5%	17.1%	1.8%
壮年期 女	210	1.0%	7.6%	28.1%	44.3%	19.0%	-
高齢期 男	175	1.1%	5.1%	21.1%	43.4%	28.6%	0.6%
高齢期 女	201	0.5%	2.0%	16.4%	39.8%	40.8%	0.5%
一般性年代無回答	6	16.7%	50.0%	16.7%	-	-	16.7%

(コ) 外食（ファミリーレストラン、ファストフードを含む）

外食の摂取頻度は、「週に数回」は、青年期男女で、25%以上となっている。



	調査数	1日2回以上	1日1回程度	週に数回	月に数回	ほとんど食べない	無回答
乳幼児	270	-	-	10.4%	63.3%	24.8%	1.5%
小学生	290	-	-	9.7%	75.9%	13.4%	1.0%
中学生	281	1.1%	1.1%	13.5%	63.3%	18.9%	2.1%
15-18歳	423	0.2%	1.2%	11.1%	67.1%	19.1%	1.2%
青年期 男	92	1.1%	2.2%	25.0%	59.8%	12.0%	-
青年期 女	134	-	0.7%	29.1%	56.0%	14.2%	-
壮年期 男	170	-	4.1%	14.7%	46.5%	33.5%	1.2%
壮年期 女	210	-	1.9%	10.0%	60.5%	27.1%	0.5%
高齢期 男	175	-	1.1%	8.0%	41.1%	48.6%	1.1%
高齢期 女	201	-	-	3.0%	44.8%	51.7%	0.5%
一般性年代無回答	6	-	-	-	66.7%	16.7%	16.7%

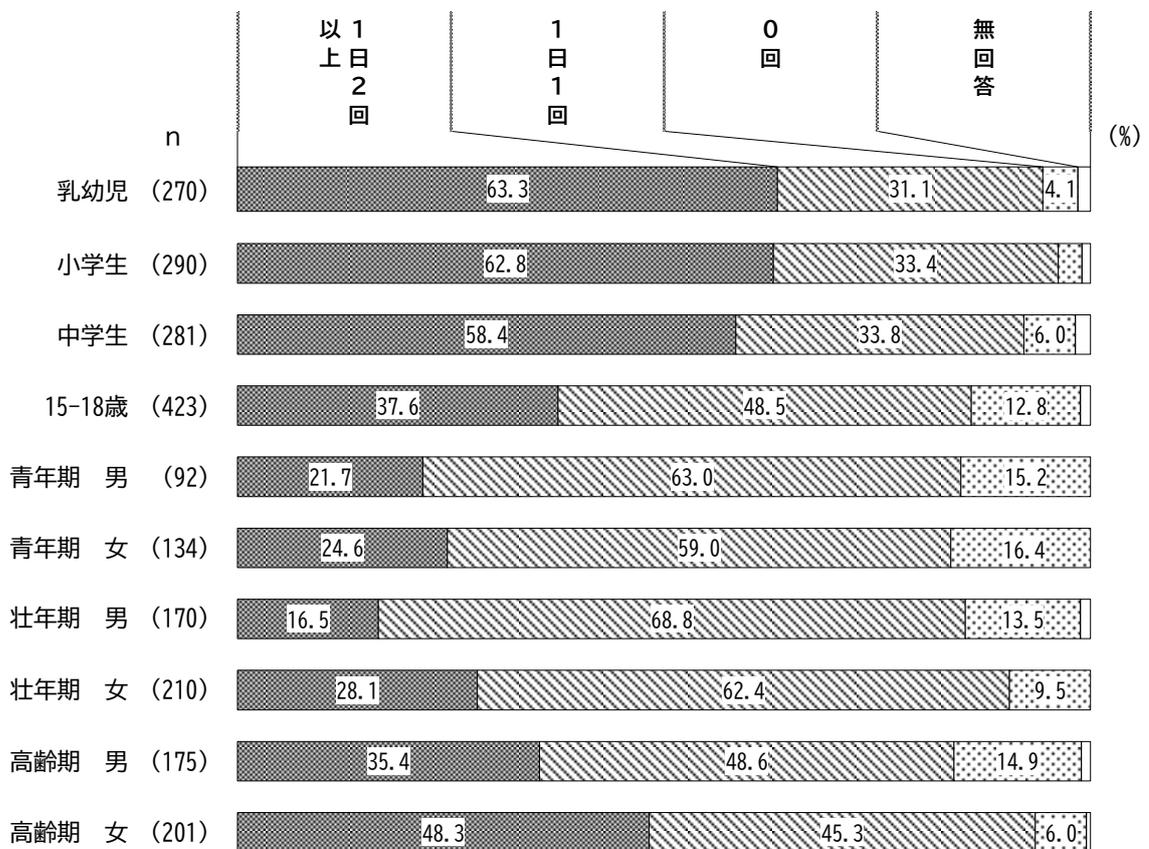
2. ふだんの食生活について

(9) 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の頻度

問 あなたは、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をしていますか。ふだんの食方に最も近いものを選んでください。(選択は1つだけ)

〈乳幼児・小学生：問9／中学生・15-18歳：問8／一般市民：問8〉

主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の摂取頻度は、「1日2回以上」と「1日1回程度」を合わせた『1日1回以上』が全世代で8割以上と高くなっている。一方、「0回」は青年期女が16.4%で最も高い。

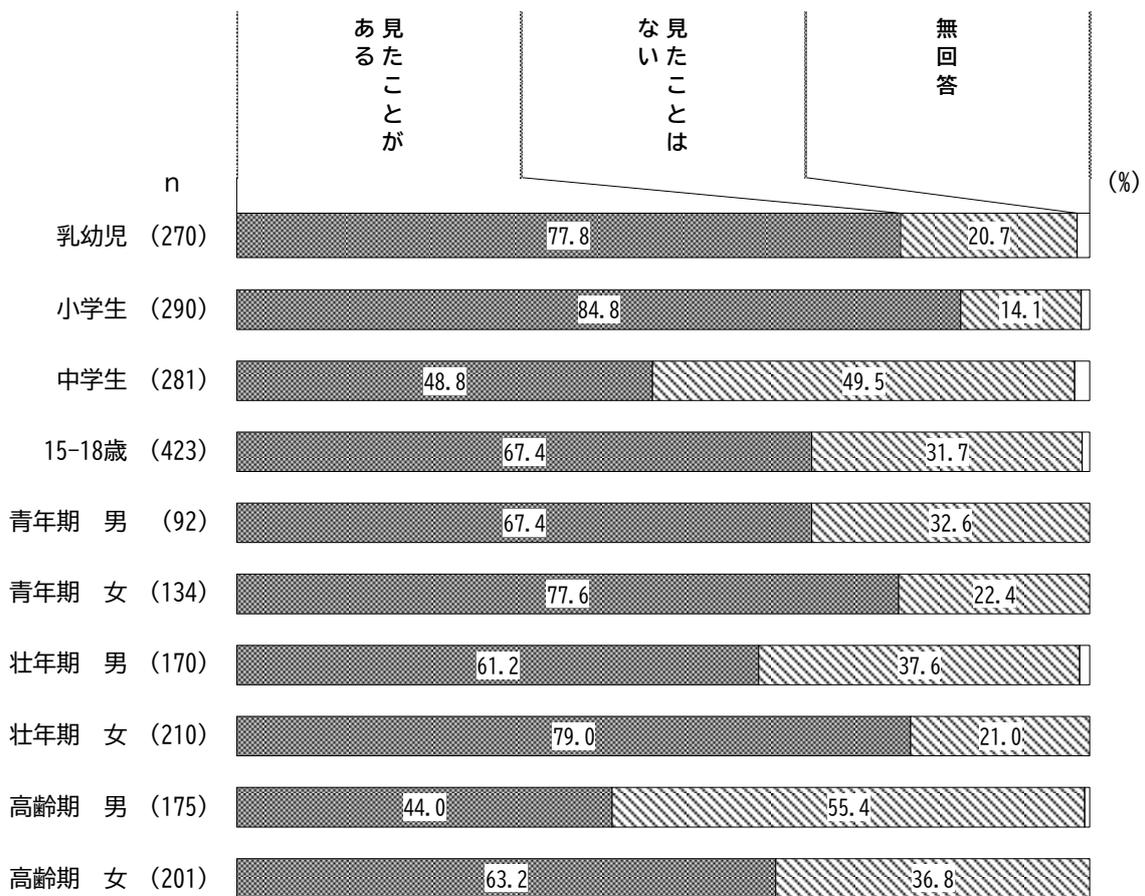


	調査数	1日2回以上	1日1回	0回	無回答
乳幼児	270	63.3%	31.1%	4.1%	1.5%
小学生	290	62.8%	33.4%	2.8%	1.0%
中学生	281	58.4%	33.8%	6.0%	1.8%
15-18歳	423	37.6%	48.5%	12.8%	1.2%
青年期 男	92	21.7%	63.0%	15.2%	-
青年期 女	134	24.6%	59.0%	16.4%	-
壮年期 男	170	16.5%	68.8%	13.5%	1.2%
壮年期 女	210	28.1%	62.4%	9.5%	-
高齢期 男	175	35.4%	48.6%	14.9%	1.1%
高齢期 女	201	48.3%	45.3%	6.0%	0.5%
一般性年代無回答	6	-	50.0%	33.3%	16.7%

(10) 食品売場や飲食店等で、食品や料理の栄養成分表示を見たことの有無

問 あなたは、スーパーやコンビニ等の食品売場、飲食店、レストランおよび食堂等で、食品や料理の栄養成分表示を見たことがありますか。(選択は1つだけ)
 〈乳幼児・小学生：問10／中学生・15-18歳：問9／一般市民：問9〉

食品や料理の栄養成分表示を見たことの有無は、中学生、高齢期男を除く全世代で「見たことがある」が高くなっている。



	調査数	見たことがある	見たことはない	無回答
乳幼児	270	77.8%	20.7%	1.5%
小学生	290	84.8%	14.1%	1.0%
中学生	281	48.8%	49.5%	1.8%
15-18歳	423	67.4%	31.7%	0.9%
青年期 男	92	67.4%	32.6%	-
青年期 女	134	77.6%	22.4%	-
壮年期 男	170	61.2%	37.6%	1.2%
壮年期 女	210	79.0%	21.0%	-
高齢期 男	175	44.0%	55.4%	0.6%
高齢期 女	201	63.2%	36.8%	-
一般性年代無回答	6	16.7%	66.7%	16.7%

2. ふだんの食生活について

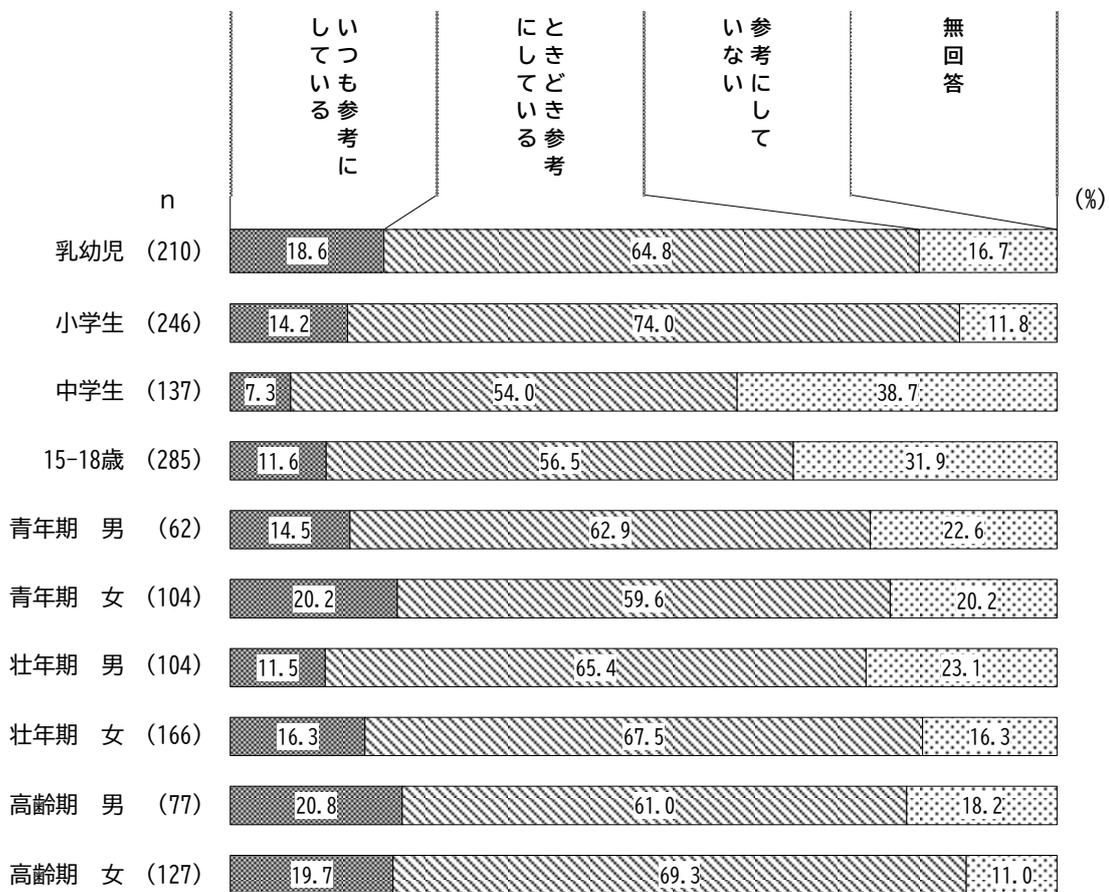
(11) 食品や料理を選ぶ際の栄養成分表示の参考度

【前問で「見たことがある」と答えた方のみ】

問 あなたは、栄養成分表示を参考にして食品や料理を選んでいきますか。
(選択は1つだけ)

〈乳幼児・小学生：問10-1／中学生・15-18歳：問9-1／一般市民：問9-1〉

栄養成分表示の参考にするかは、「いつも参考になっている」と「ときどき参考になっている」を合わせた『参考になっている』は全世代で6割を超えている。一方、参考にしていないのは中学生が38.7%で、最も高い。



	調査数	いつも参考 にしている	ときどき 参考に している	参考にし ていない	無回答
乳幼児	210	18.6%	64.8%	16.7%	-
小学生	246	14.2%	74.0%	11.8%	-
中学生	137	7.3%	54.0%	38.7%	-
15-18歳	285	11.6%	56.5%	31.9%	-
青年期 男	62	14.5%	62.9%	22.6%	-
青年期 女	104	20.2%	59.6%	20.2%	-
壮年期 男	104	11.5%	65.4%	23.1%	-
壮年期 女	166	16.3%	67.5%	16.3%	-
高齢期 男	77	20.8%	61.0%	18.2%	-
高齢期 女	127	19.7%	69.3%	11.0%	-
一般性年代無回答	1	100.0%	-	-	-

(12) 栄養成分表示を参考にしていない理由

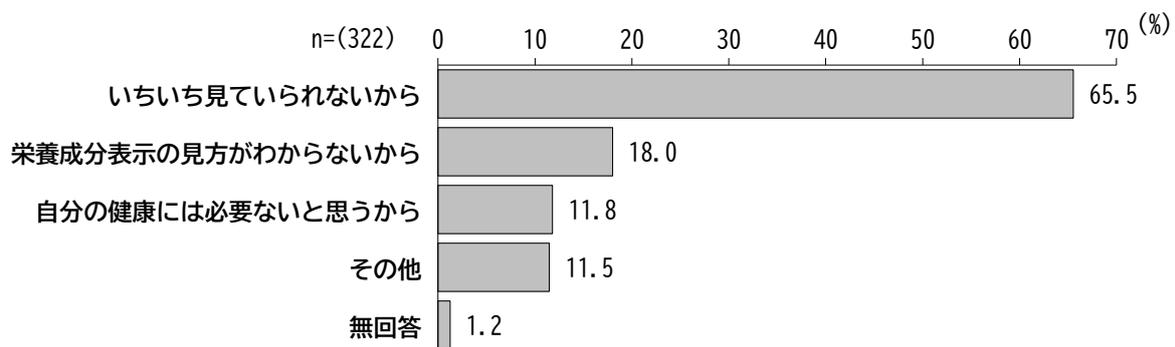
【前問で「参考にしていない」と答え方のみ】

問 栄養成分表示を「参考にしていない」理由を教えてください。

(選択はいくつでも)

〈乳幼児・小学生：問10-2／中学生・15-18歳：問9-2／一般市民：問9-2〉

栄養成分表示を「参考にしていない」理由は、全体で「いちいち見てもらえないから」が65.5%と最も高くなっている。



	調査数	いちいち見てもらえないから	栄養成分表示の見方がわからないから	自分の健康には必要ないと思うから	その他	無回答
全体	322	65.5%	18.0%	11.8%	11.5%	1.2%
乳幼児	35	80.0%	11.4%	-	11.4%	-
小学生	29	82.8%	3.4%	3.4%	17.2%	-
中学生	53	47.2%	22.6%	13.2%	24.5%	3.8%
15-18歳	91	61.5%	23.1%	16.5%	7.7%	-
青年期 男	14	78.6%	14.3%	21.4%	-	-
青年期 女	21	85.7%	23.8%	-	4.8%	-
壮年期 男	24	58.3%	29.2%	12.5%	8.3%	-
壮年期 女	27	63.0%	14.8%	11.1%	14.8%	3.7%
高齢期 男	14	57.1%	7.1%	28.6%	-	7.1%
高齢期 女	14	71.4%	7.1%	14.3%	7.1%	-
一般性年代無回答	-	-	-	-	-	-

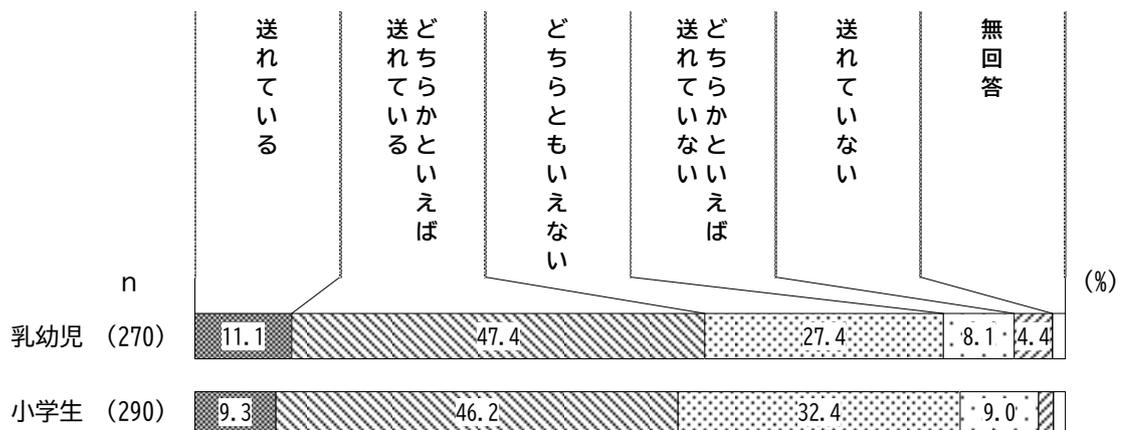
3. 食育について

3. 食育について

(1) 望ましい食生活の実現度

問 お子さんは、望ましい食生活が送れていると思いますか。(選択は1つだけ)
 〈乳幼児・小学生：問11〉

望ましい食生活は、「どちらかといえば送れている」が乳幼児、小学生ともに最も高くなっている。



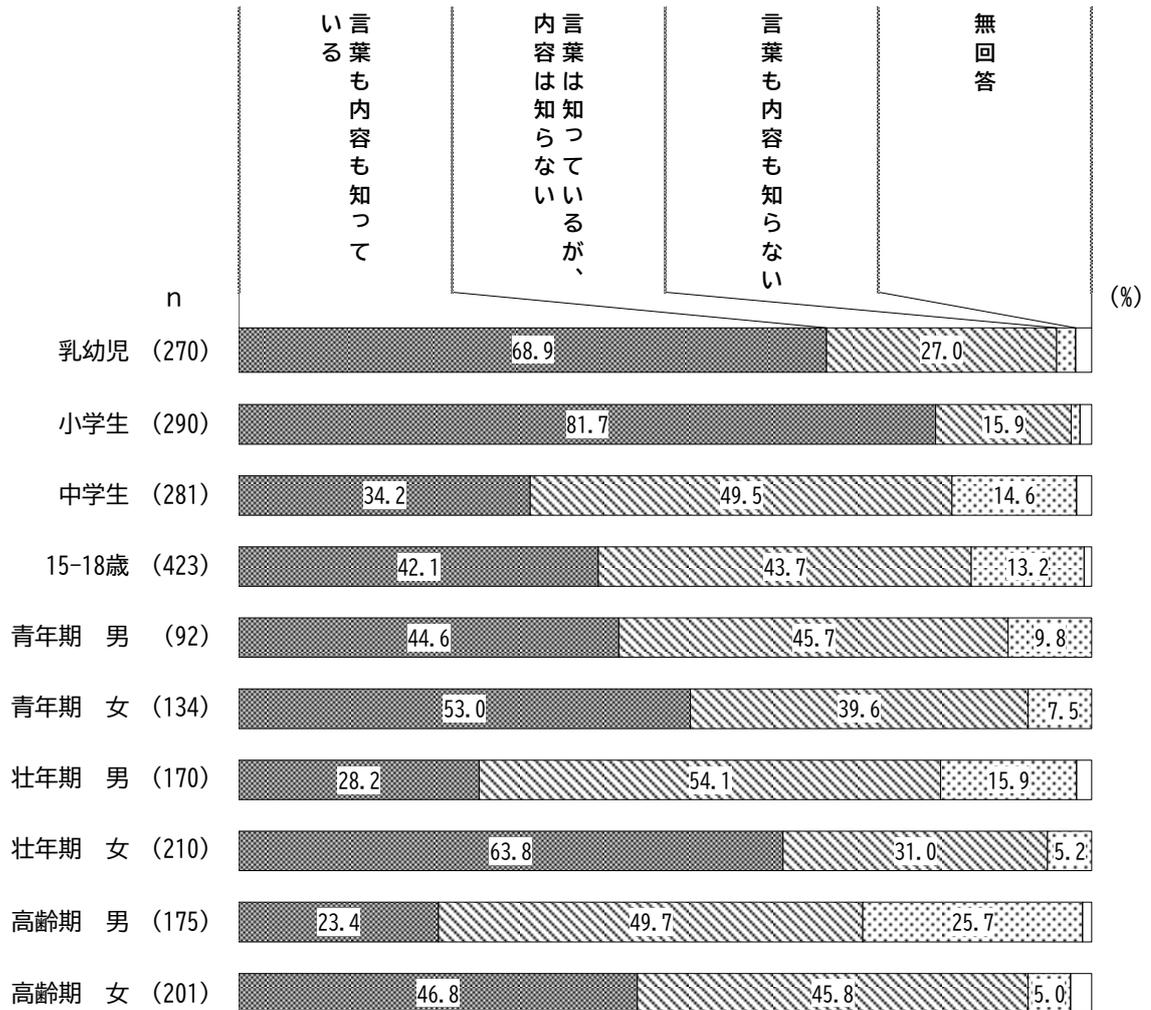
	調査数	送れている	どちらか と い え ば 送 れ て い る	どちらと も い え な い	どちらか と い え ば 送 れ て い な い	送れてい ない	無回答
乳幼児	270	11.1%	47.4%	27.4%	8.1%	4.4%	1.5%
小学生	290	9.3%	46.2%	32.4%	9.0%	1.7%	1.4%

3. 食育について

(2) 「食育」という言葉や内容の認知度

問 あなたは、「食育」という言葉や内容を知っていますか。(選択は1つだけ)
 〈乳幼児・小学生：問12／中学生・15-18歳：問10／一般市民：問10〉

「食育」という言葉や内容の認知度は、「言葉も内容も知っている」が小学生で81.7%と最も高くなっている。一方、「言葉も内容も知らない」は、高齢者男で25.7%を占めている。



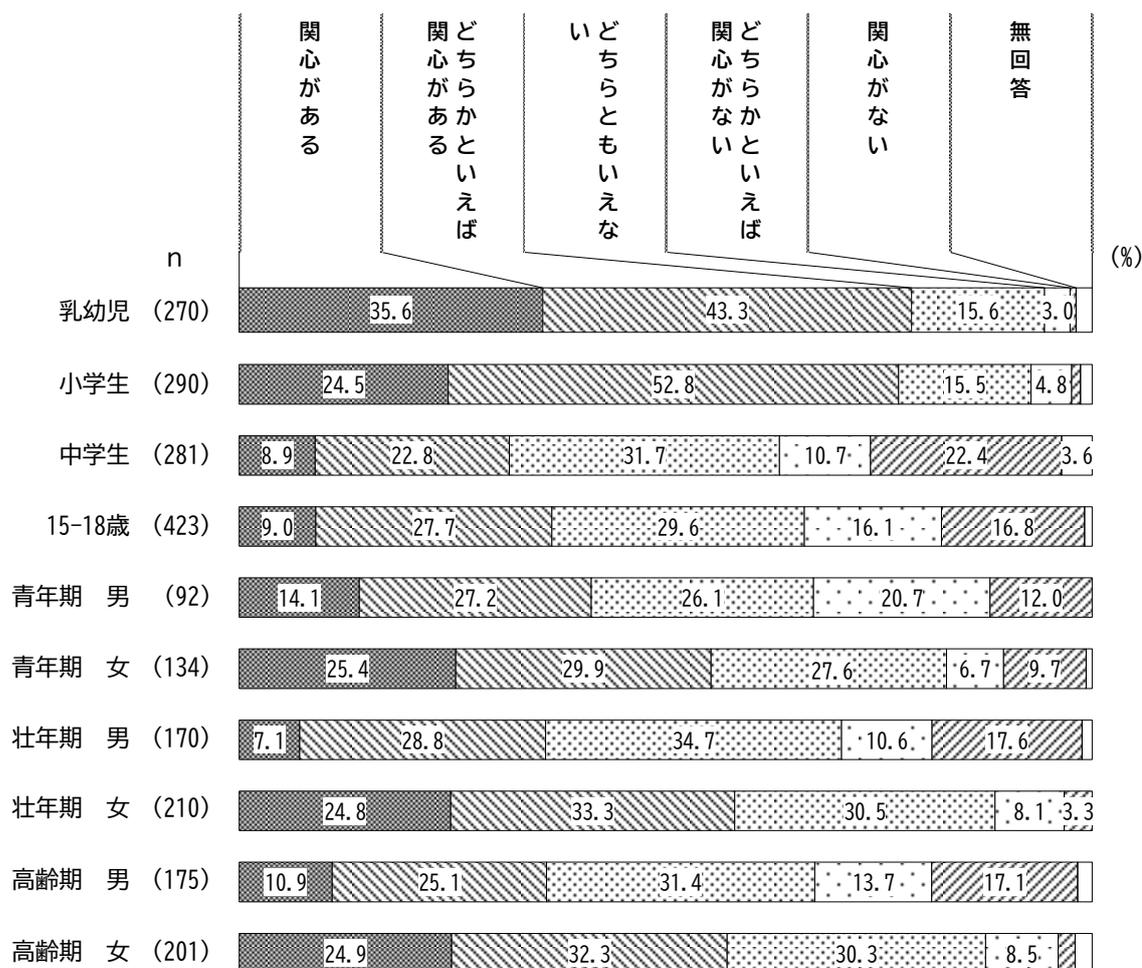
	調査数	言葉も内容も知っている	言葉は知っているが、内容は知らない	言葉も内容も知らない	無回答
乳幼児	270	68.9%	27.0%	2.2%	1.9%
小学生	290	81.7%	15.9%	1.0%	1.4%
中学生	281	34.2%	49.5%	14.6%	1.8%
15-18歳	423	42.1%	43.7%	13.2%	0.9%
青年期 男	92	44.6%	45.7%	9.8%	-
青年期 女	134	53.0%	39.6%	7.5%	-
壮年期 男	170	28.2%	54.1%	15.9%	1.8%
壮年期 女	210	63.8%	31.0%	5.2%	-
高齢期 男	175	23.4%	49.7%	25.7%	1.1%
高齢期 女	201	46.8%	45.8%	5.0%	2.5%
一般性年代無回答	6	33.3%	16.7%	16.7%	33.3%

(3) 「食育」の関心度

問 あなたは、「食育」に関心がありますか。(選択は1つだけ)

〈乳幼児・小学生：問13／中学生・15-18歳：問11／一般市民：問11〉

「食育」への関心度は、「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」を合わせた『関心あり』が乳幼児と小学生で7割を超えて高くなっている。



	調査数	関心がある	どちらかといえば関心がある	どちらともいえない	どちらかといえば関心がない	関心がない	無回答
乳幼児	270	35.6%	43.3%	15.6%	3.0%	0.7%	1.9%
小学生	290	24.5%	52.8%	15.5%	4.8%	1.0%	1.4%
中学生	281	8.9%	22.8%	31.7%	10.7%	22.4%	3.6%
15-18歳	423	9.0%	27.7%	29.6%	16.1%	16.8%	0.9%
青年期 男	92	14.1%	27.2%	26.1%	20.7%	12.0%	-
青年期 女	134	25.4%	29.9%	27.6%	6.7%	9.7%	0.7%
壮年期 男	170	7.1%	28.8%	34.7%	10.6%	17.6%	1.2%
壮年期 女	210	24.8%	33.3%	30.5%	8.1%	3.3%	-
高齢期 男	175	10.9%	25.1%	31.4%	13.7%	17.1%	1.7%
高齢期 女	201	24.9%	32.3%	30.3%	8.5%	2.0%	2.0%
一般性年代無回答	6	16.7%	-	33.3%	16.7%	-	33.3%

3. 食育について

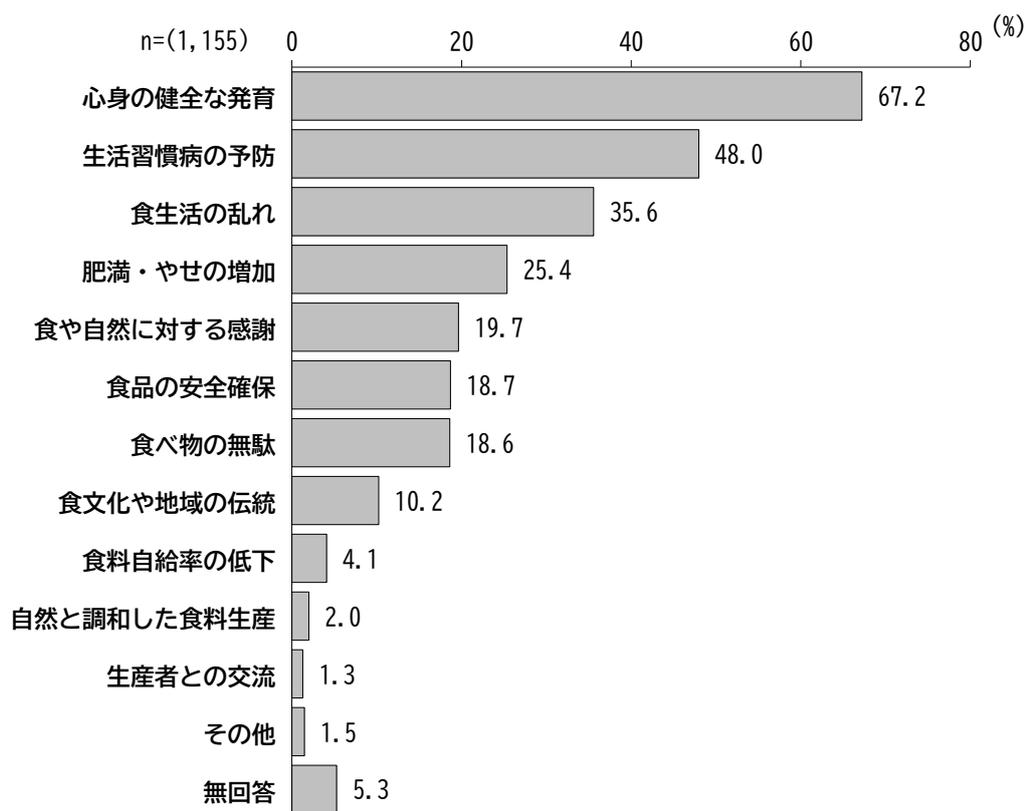
(4) 「食育」に関心がある理由

【前問で「関心がある」または「どちらかといえば関心がある」と答えた方のみ】

問 「食育」に関心がある理由は何ですか。(選択は3つまで)

〈乳幼児・小学生：問13-1 / 中学生・15-18歳：問11-1 / 一般市民：問11-1〉

「食育」に関心がある理由は、全体で「心身の健全な発育」が67.2%と最も高く、次いで「生活習慣病の予防」が48.0%などとなっている。



3. 食育について

	調査数	心身の健全な発育	生活習慣病の予防	食生活の乱れ	肥満・やせの増加	食や自然に対する感謝	食品の安全確保	食べ物の無駄	食文化や地域の伝統	食料自給率の低下
全体	1,155	67.2%	48.0%	35.6%	25.4%	19.7%	18.7%	18.6%	10.2%	4.1%
乳幼児	213	82.2%	31.5%	17.4%	35.2%	18.3%	8.9%	0.9%	0.5%	1.9%
小学生	224	79.5%	42.9%	29.5%	40.6%	17.4%	10.3%	1.8%	0.9%	1.3%
中学生	89	60.7%	31.5%	24.7%	29.2%	6.7%	11.2%	4.5%	1.1%	2.2%
15-18歳	155	54.8%	38.1%	28.4%	39.4%	7.7%	12.3%	9.0%	0.6%	0.6%
青年期 男	38	73.7%	34.2%	42.1%	60.5%	10.5%	10.5%	7.9%	2.6%	2.6%
青年期 女	74	67.6%	47.3%	27.0%	40.5%	16.2%	8.1%	1.4%	-	1.4%
壮年期 男	61	54.1%	26.2%	31.1%	63.9%	23.0%	19.7%	3.3%	3.3%	3.3%
壮年期 女	122	68.0%	37.7%	21.3%	63.9%	25.4%	10.7%	1.6%	3.3%	0.8%
高齢期 男	63	42.9%	23.8%	31.7%	66.7%	36.5%	7.9%	12.7%	1.6%	4.8%
高齢期 女	115	53.9%	31.3%	20.0%	76.5%	30.4%	6.1%	6.1%	1.7%	4.3%
一般性年代無回答	1	100.0%	-	-	100.0%	100.0%	-	-	-	-

	自然と調和した食料生産	生産者との交流	その他	無回答
全体	2.0%	1.3%	1.5%	5.3%
乳幼児	18.8%	30.5%	0.9%	7.0%
小学生	17.4%	25.4%	1.8%	2.2%
中学生	20.2%	21.3%	3.4%	9.0%
15-18歳	21.9%	13.5%	1.9%	8.4%
青年期 男	10.5%	15.8%	-	-
青年期 女	23.0%	14.9%	4.1%	1.4%
壮年期 男	21.3%	13.1%	-	6.6%
壮年期 女	15.6%	13.9%	0.8%	5.7%
高齢期 男	14.3%	9.5%	-	7.9%
高齢期 女	19.1%	14.8%	0.9%	2.6%
一般性年代無回答	-	-	-	-

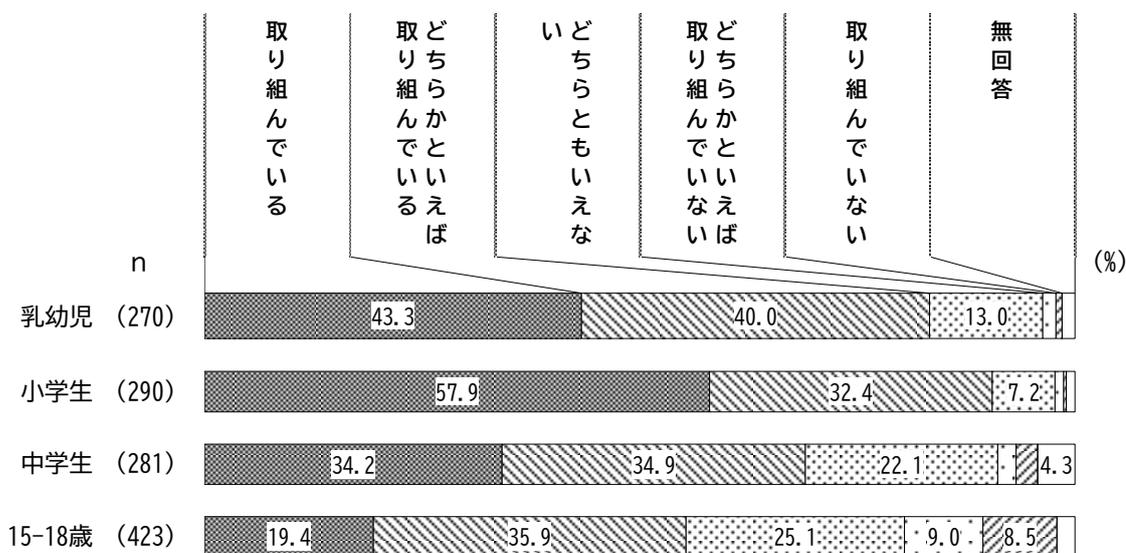
3. 食育について

(5) 家庭や学校等の食育への取り組み状況

問 あなたは、家庭や学校（乳幼児・小学生：または、幼稚園、保育園）等が食育に取り組んでいると思いますか。（選択は1つだけ）

〈乳幼児・小学生：問14／中学生・15-18歳：問12〉

家庭や学校等の食育への取り組み状況は、「取り組んでいる」が小学生で57.9%と最も高くなっている。



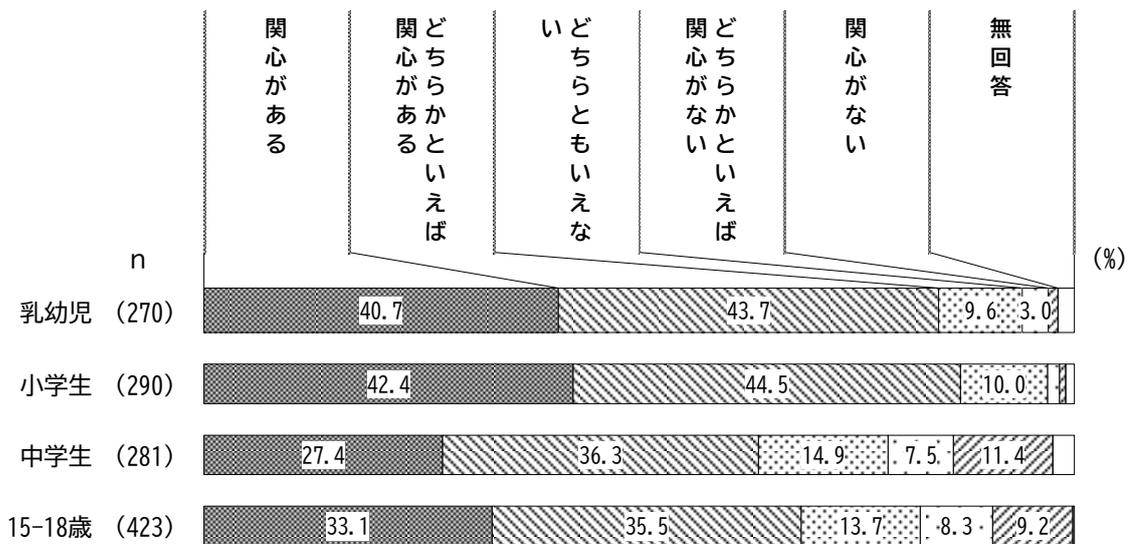
	調査数	取り組んでいる	どちらかといえば取り組んでいる	どちらともいえない	どちらかといえば取り組んでいない	取り組んでいない	無回答
乳幼児	270	43.3%	40.0%	13.0%	1.5%	0.7%	1.5%
小学生	290	57.9%	32.4%	7.2%	1.0%	0.3%	1.0%
中学生	281	34.2%	34.9%	22.1%	2.1%	2.5%	4.3%
15-18歳	423	19.4%	35.9%	25.1%	9.0%	8.5%	2.1%

3. 食育について

(7) 食品の安全性について関心の有無

問 あなたは、食品の安全性（産地・賞味期限・添加物など）に関心がありますか。
 （選択は1つだけ） 〈乳幼児・小学生：問16／中学生・15-18歳：問13〉

食品の安全性への関心は、「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」を合わせた『関心あり』が乳幼児と小学生で8割を超えて高くなっている。

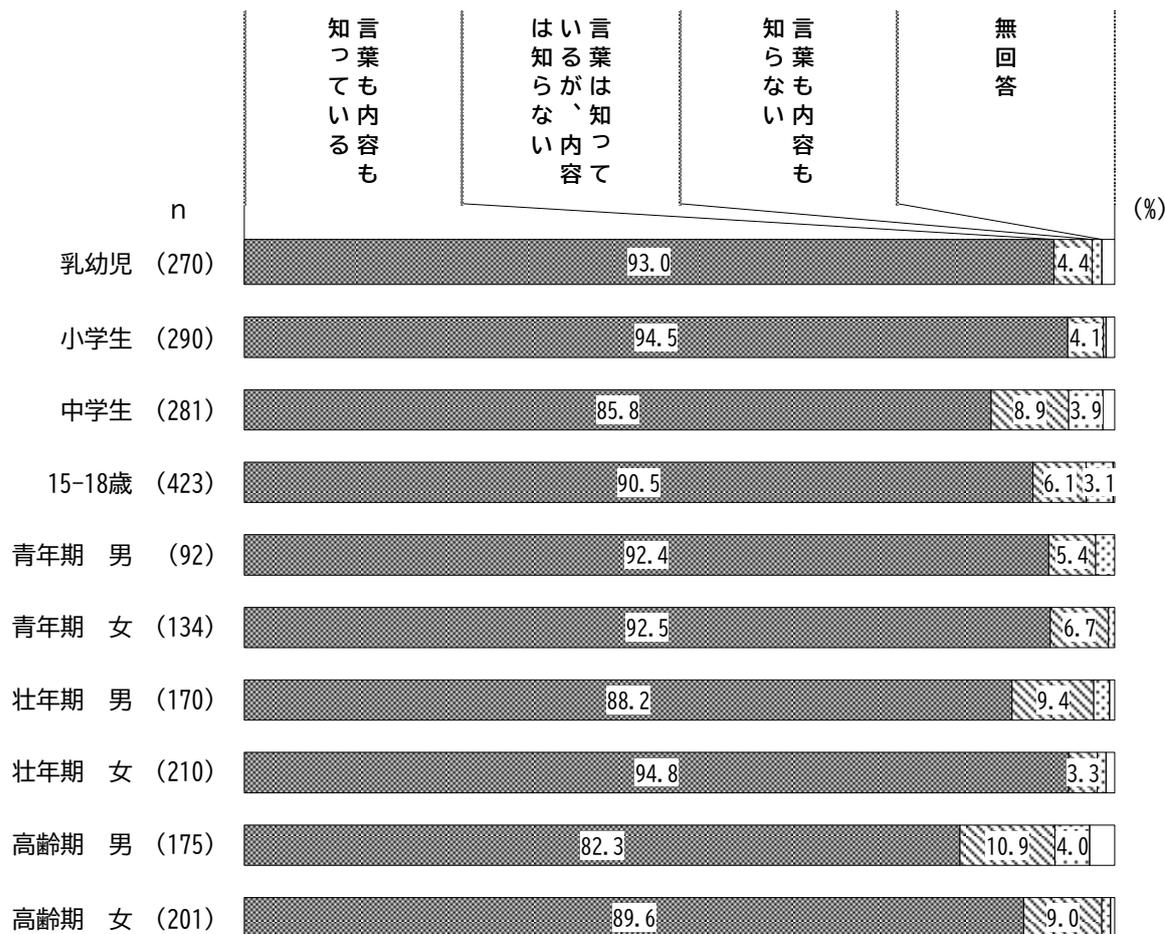


	調査数	関心がある	どちらかといえば関心がある	どちらともいえない	どちらかといえば関心がない	関心がない	無回答
乳幼児	270	40.7%	43.7%	9.6%	3.0%	1.1%	1.9%
小学生	290	42.4%	44.5%	10.0%	1.4%	0.7%	1.0%
中学生	281	27.4%	36.3%	14.9%	7.5%	11.4%	2.5%
15-18歳	423	33.1%	35.5%	13.7%	8.3%	9.2%	0.2%

(8) 「食品ロス」という言葉や内容の認知度

問 あなたは、「食品ロス」という言葉や内容を知っていますか。(選択は1つだけ)
 〈乳幼児・小学生：問17／中学生・15-18歳：問14／一般市民：問13〉
 ※「食品ロス」とは、まだ食べられるのに捨てられている食べ物のことです。

「食品ロス」という言葉や内容の認知度は、「言葉も内容も知っている」が全世代で8割を占めている。



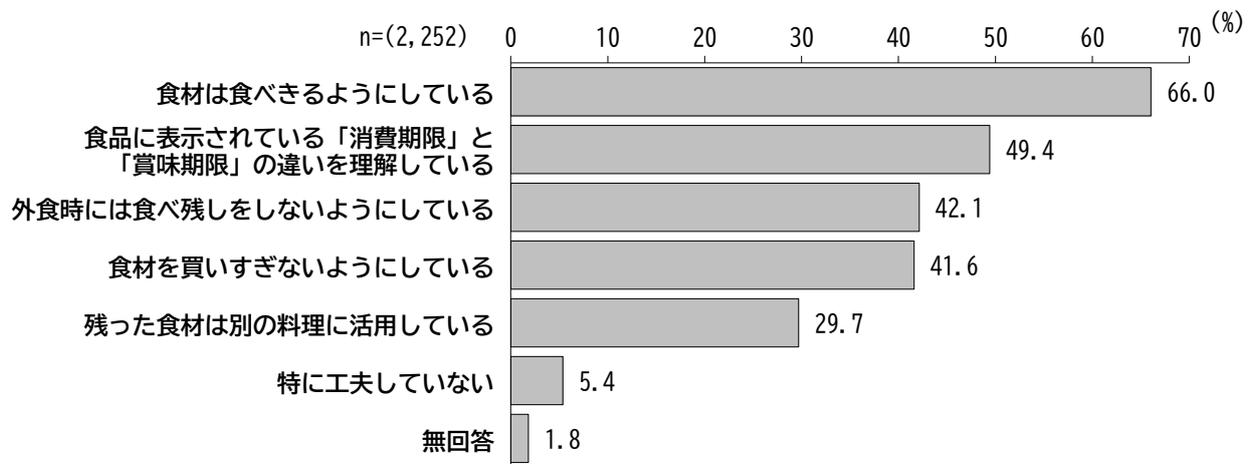
	調査数	言葉も内容も知っている	言葉は知っているが、内容は知らない	言葉も内容も知らない	無回答
乳幼児	270	93.0%	4.4%	1.1%	1.5%
小学生	290	94.5%	4.1%	0.3%	1.0%
中学生	281	85.8%	8.9%	3.9%	1.4%
15-18歳	423	90.5%	6.1%	3.1%	0.2%
青年期 男	92	92.4%	5.4%	2.2%	-
青年期 女	134	92.5%	6.7%	0.7%	-
壮年期 男	170	88.2%	9.4%	1.8%	0.6%
壮年期 女	210	94.8%	3.3%	1.0%	1.0%
高齢期 男	175	82.3%	10.9%	4.0%	2.9%
高齢期 女	201	89.6%	9.0%	1.0%	0.5%
一般性年代無回答	6	66.7%	-	-	33.3%

3. 食育について

(9) 「食品ロス」を少なくするための工夫

問 あなたは、「食品ロス」を少なくするために、工夫をしていることはありますか。
 (選択は3つまで)
 〈乳幼児・小学生：問18／中学生・15-18歳：問15／一般市民：問14〉

「食品ロス」を少なくするための工夫は、全体で「食材は食べきるようにしている」が66.0%で最も高く、次いで「食品に表示されている「消費期限」と「賞味期限」の違いを理解している」が49.4%となっている。

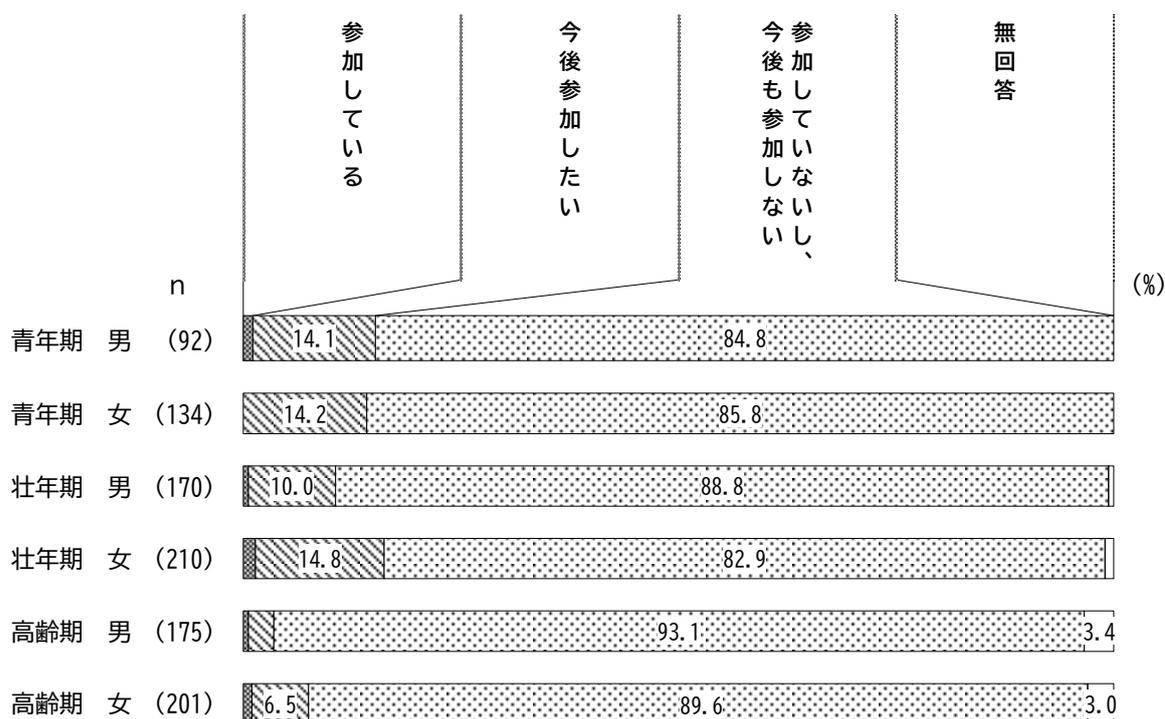


	調査数	食材は食べきるようにしている	食品に表示されている「消費期限」と「賞味期限」の違いを理解している	外食時には食べ残しをしないようにしている	食材を買いすぎないようにしている	残った食材は別の料理に活用している	特に工夫していない	無回答
全体	2,252	66.0%	49.4%	42.1%	41.6%	29.7%	5.4%	1.8%
乳幼児	270	68.5%	49.3%	37.8%	54.8%	43.0%	1.9%	0.4%
小学生	290	70.7%	51.7%	33.1%	52.1%	45.5%	1.0%	1.7%
中学生	281	56.2%	44.8%	50.2%	18.9%	11.4%	13.2%	3.6%
15-18歳	423	67.4%	49.4%	57.0%	20.3%	10.9%	9.2%	0.7%
青年期 男	92	72.8%	47.8%	56.5%	35.9%	20.7%	4.3%	-
青年期 女	134	66.4%	50.7%	51.5%	46.3%	30.6%	-	-
壮年期 男	170	69.4%	47.1%	45.3%	50.0%	23.5%	4.7%	1.2%
壮年期 女	210	68.6%	48.1%	33.8%	58.6%	44.8%	1.9%	2.4%
高齢期 男	175	58.3%	52.0%	32.0%	46.3%	26.3%	8.0%	5.1%
高齢期 女	201	65.7%	54.7%	21.9%	56.7%	50.7%	3.0%	2.0%
一般性年代無回答	6	33.3%	16.7%	-	16.7%	16.7%	16.7%	33.3%

(10) 食育推進関連ボランティア活動への参加状況

問 あなたは、食育の推進にかかわるボランティア活動に参加していますか。
 (選択は1つだけ) 〈一般市民:問15〉

食育推進関連のボランティア活動の参加は、「参加していないし、今後も参加しない」が全世代で8割以上を占めている。



	調査数	参加している	今後参加したい	参加していないし、今後も参加しない	無回答
青年期 男	92	1.1%	14.1%	84.8%	-
青年期 女	134	-	14.2%	85.8%	-
壮年期 男	170	0.6%	10.0%	88.8%	0.6%
壮年期 女	210	1.4%	14.8%	82.9%	1.0%
高齢期 男	175	0.6%	2.9%	93.1%	3.4%
高齢期 女	201	1.0%	6.5%	89.6%	3.0%
一般性年代無回答	6	16.7%	-	50.0%	33.3%

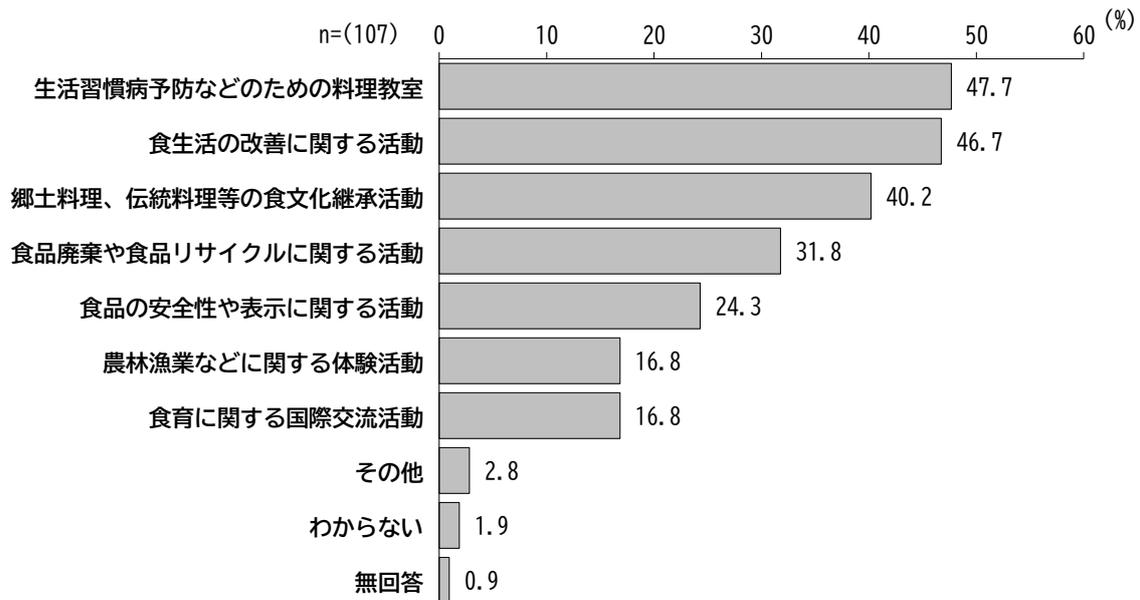
3. 食育について

(11) 参加しているボランティアの内容・参加意向

【前問で「参加している」または「今後参加したい」と答えた方のみ】

問 どのような食育に関するボランティアに参加していますか。または参加したいですか。(選択は3つまで) (一般市民：問15-1)

希望する食育に関するボランティアの参加状況は、全体で「生活習慣病予防などのための料理教室」が47.7%と最も高くなっている。



	調査数	生活習慣病予防などのための料理教室	食生活の改善に関する活動	郷土料理、伝統料理等の食文化継承活動	食品廃棄や食品リサイクルに関する活動	食品の安全性や表示に関する活動	農林漁業などに関する体験活動	食育に関する国際交流活動	その他	わからない
全体	107	47.7%	46.7%	40.2%	31.8%	24.3%	16.8%	16.8%	2.8%	1.9%
青年期 男	14	28.6%	35.7%	64.3%	14.3%	14.3%	28.6%	28.6%	7.1%	7.1%
青年期 女	19	52.6%	57.9%	21.1%	31.6%	26.3%	26.3%	21.1%	-	-
壮年期 男	18	22.2%	61.1%	50.0%	33.3%	33.3%	16.7%	27.8%	-	-
壮年期 女	34	52.9%	47.1%	32.4%	35.3%	23.5%	11.8%	14.7%	2.9%	2.9%
高齢期 男	6	83.3%	16.7%	66.7%	50.0%	33.3%	-	-	-	-
高齢期 女	15	66.7%	40.0%	40.0%	33.3%	20.0%	13.3%	-	6.7%	-
一般性年代無回答	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-

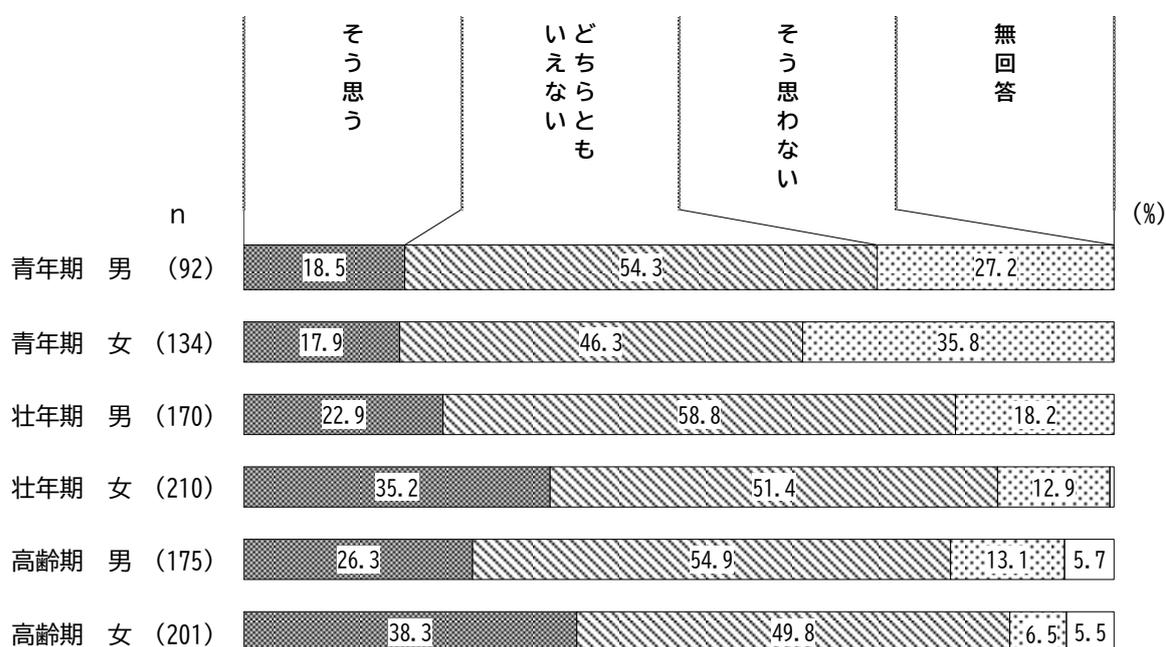
	無回答
全体	0.9%
青年期 男	-
青年期 女	-
壮年期 男	-
壮年期 女	-
高齢期 男	-
高齢期 女	-
一般性年代無回答	100.0%

(12) 食育に関する考え方

問 食育に関するあなたの考え方について、最も近いものを選んでください。
 (選択は各々1つずつ) 〈一般市民：問16〉

(ア) 地元産の食材を購入するように心がけている

“地元産の食材を購入するように心がけている”は、「そう思う」が高齢期女で38.3%と最も高くなっている。



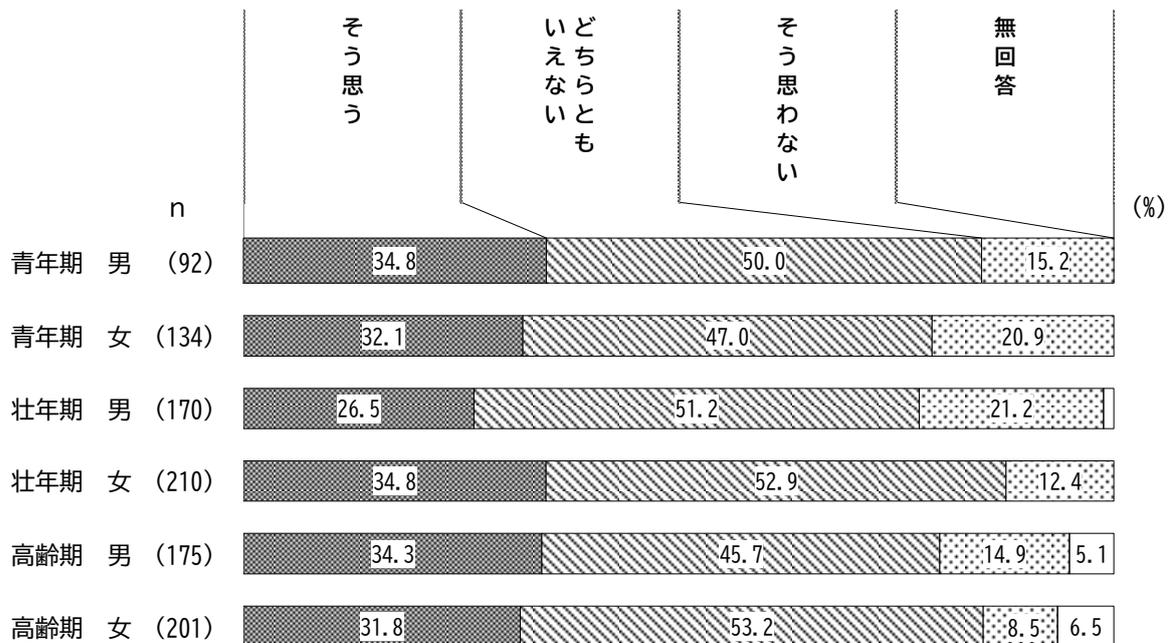
	調査数	そう思う	どちらともいえない	そう思わない	無回答
青年期 男	92	18.5%	54.3%	27.2%	-
青年期 女	134	17.9%	46.3%	35.8%	-
壮年期 男	170	22.9%	58.8%	18.2%	-
壮年期 女	210	35.2%	51.4%	12.9%	0.5%
高齢期 男	175	26.3%	54.9%	13.1%	5.7%
高齢期 女	201	38.3%	49.8%	6.5%	5.5%
一般性年代無回答	6	-	33.3%	16.7%	50.0%

3. 食育について

(イ) 食品の安全に関する基礎的な知識を持っている

※食の安全とは：食中毒や食品表示、異物混入などのこと

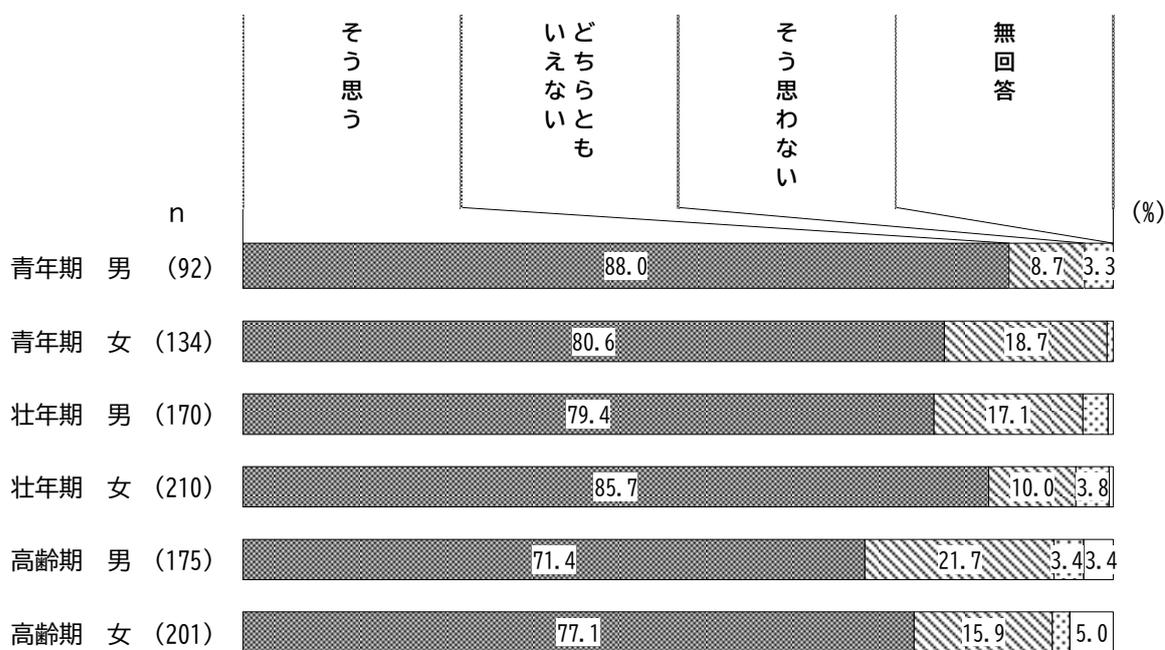
“食品の安全に関する基礎的な知識を持っている”は、「そう思う」が青年期男と壮年期女で34.8%と最も高くなっている。



	調査数	そう思う	どちらともいえない	そう思わない	無回答
青年期 男	92	34.8%	50.0%	15.2%	-
青年期 女	134	32.1%	47.0%	20.9%	-
壮年期 男	170	26.5%	51.2%	21.2%	1.2%
壮年期 女	210	34.8%	52.9%	12.4%	-
高齢期 男	175	34.3%	45.7%	14.9%	5.1%
高齢期 女	201	31.8%	53.2%	8.5%	6.5%
一般性年代無回答	6	-	66.7%	-	33.3%

(ウ) 食品の食べ残しを減らす努力をしている

“食品の食べ残しを減らす努力をしている”は、全世代で「そう思う」が7割を超えて高くなっている。



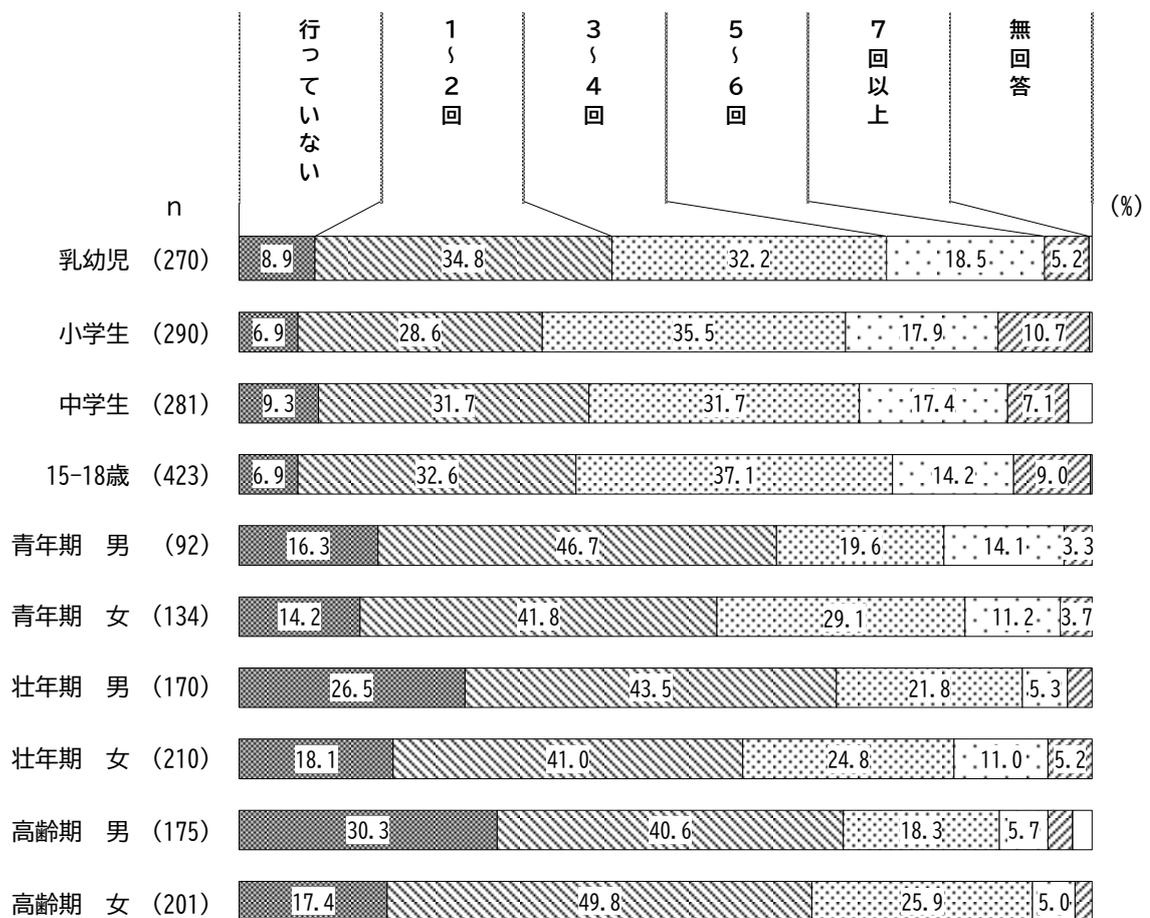
	調査数	そう思う	どちらともいえない	そう思わない	無回答
青年期 男	92	88.0%	8.7%	3.3%	-
青年期 女	134	80.6%	18.7%	0.7%	-
壮年期 男	170	79.4%	17.1%	2.9%	0.6%
壮年期 女	210	85.7%	10.0%	3.8%	0.5%
高齢期 男	175	71.4%	21.7%	3.4%	3.4%
高齢期 女	201	77.1%	15.9%	2.0%	5.0%
一般性年代無回答	6	33.3%	16.7%	-	50.0%

3. 食育について

(13) 行事食を伴う伝統的な行事の自宅での実施頻度

問 ご自宅で行事食を伴う伝統的な行事（おせち料理、節分、ひなまつりなど）を年間にどの程度行っていますか。（選択は1つだけ）
 〈乳幼児・小学生：問19／中学生・15-18歳：問16／一般市民：問17〉

行事食を伴う伝統的な行事の自宅での実施頻度は、「1～2回」が高齢期女で49.8%と最も高くなっている。



	調査数	行っていない	1～2回	3～4回	5～6回	7回以上	無回答
乳幼児	270	8.9%	34.8%	32.2%	18.5%	5.2%	0.4%
小学生	290	6.9%	28.6%	35.5%	17.9%	10.7%	0.3%
中学生	281	9.3%	31.7%	31.7%	17.4%	7.1%	2.8%
15-18歳	423	6.9%	32.6%	37.1%	14.2%	9.0%	0.2%
青年期 男	92	16.3%	46.7%	19.6%	14.1%	3.3%	-
青年期 女	134	14.2%	41.8%	29.1%	11.2%	3.7%	-
壮年期 男	170	26.5%	43.5%	21.8%	5.3%	2.9%	-
壮年期 女	210	18.1%	41.0%	24.8%	11.0%	5.2%	-
高齢期 男	175	30.3%	40.6%	18.3%	5.7%	2.9%	2.3%
高齢期 女	201	17.4%	49.8%	25.9%	5.0%	2.0%	-
一般性年代無回答	6	33.3%	16.7%	-	-	16.7%	33.3%

4. 歯の健康について

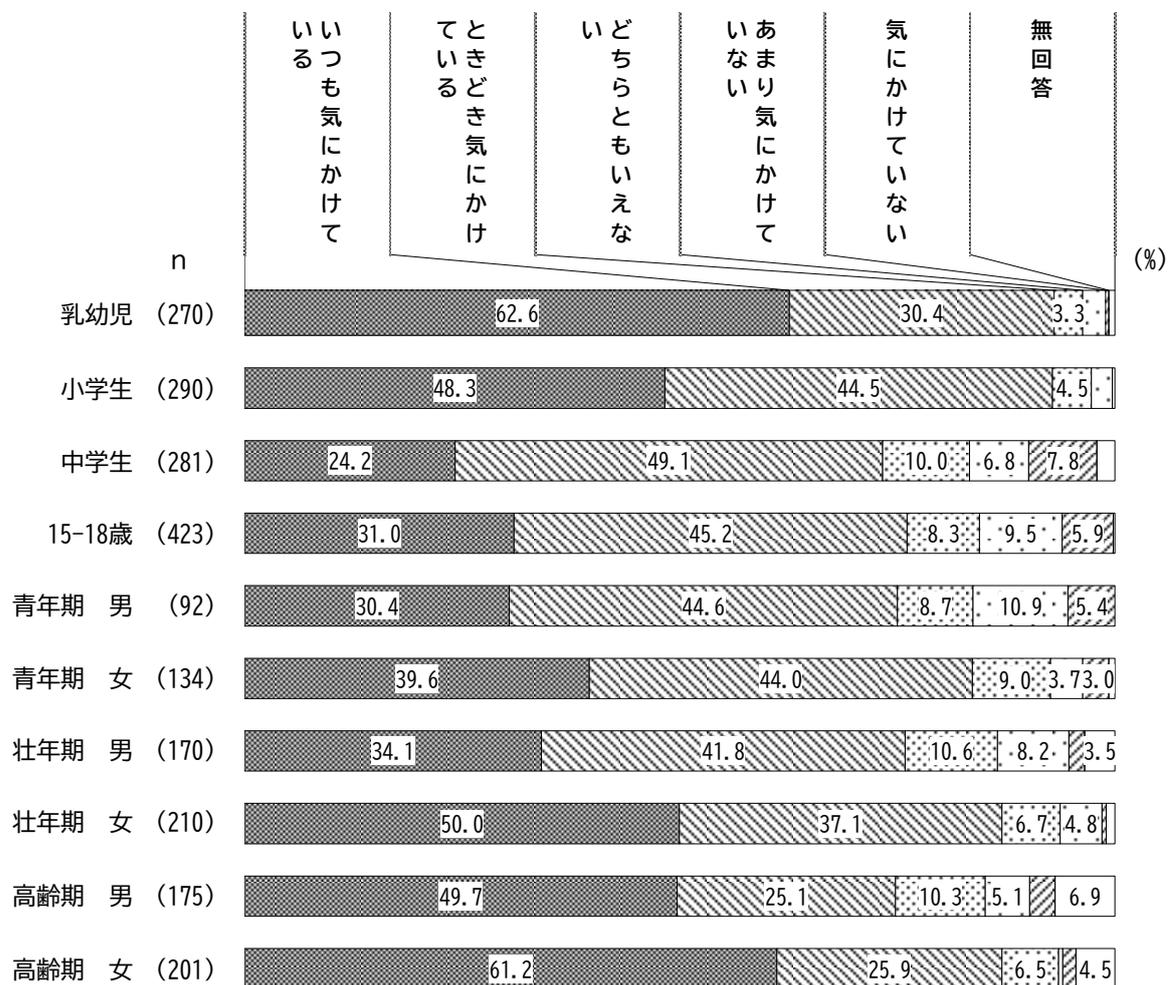
4. 歯の健康について

(1) 歯や歯ぐきの関心度

問 あなたは、ふだん歯や歯ぐきについてどれくらい気にかけていますか。
(選択は1つだけ)

〈乳幼児・小学生：問20／中学生・15-18歳：問17／一般市民：問18〉

歯や歯ぐきについての関心度は、「いつも気にかけている」と「ときどき気にかけている」を合わせた『気にかけている』は、全世代で7割を超えて高くなっている。



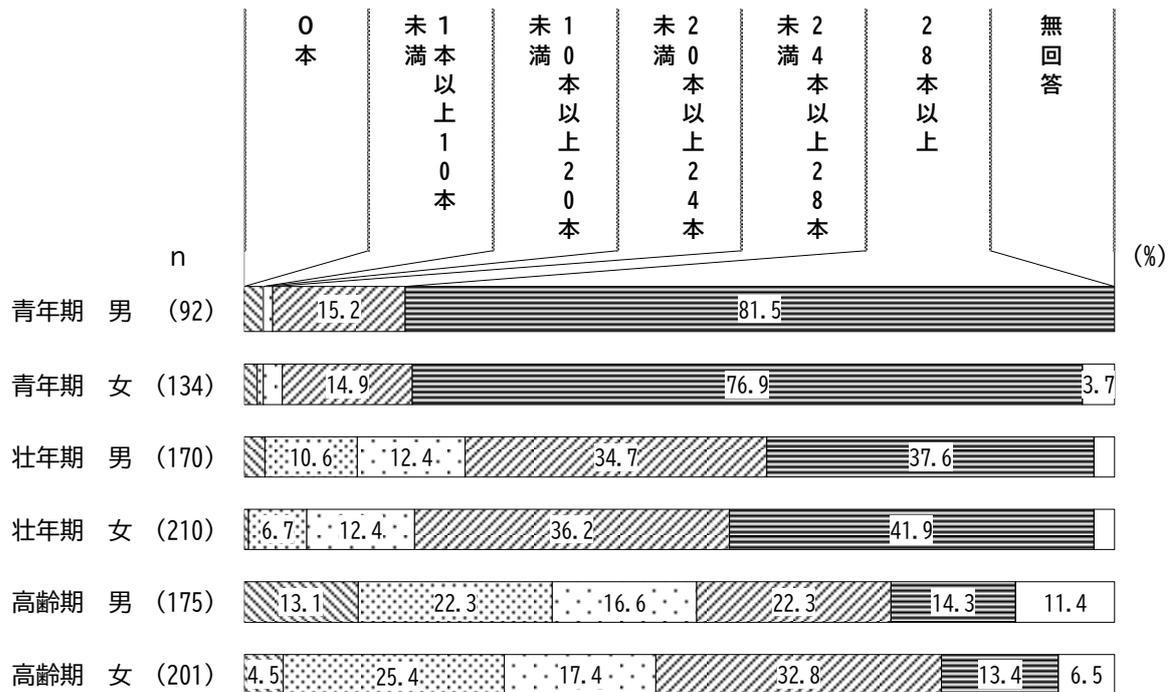
4. 歯の健康について

	調査数	いつも気にかけている	ときどき気にかけている	どちらともいえない	あまり気にかけていない	気にかけていない	無回答
乳幼児	270	62.6%	30.4%	3.3%	2.6%	0.4%	0.7%
小学生	290	48.3%	44.5%	4.5%	2.4%	-	0.3%
中学生	281	24.2%	49.1%	10.0%	6.8%	7.8%	2.1%
15-18歳	423	31.0%	45.2%	8.3%	9.5%	5.9%	0.2%
青年期 男	92	30.4%	44.6%	8.7%	10.9%	5.4%	-
青年期 女	134	39.6%	44.0%	9.0%	3.7%	3.0%	0.7%
壮年期 男	170	34.1%	41.8%	10.6%	8.2%	1.8%	3.5%
壮年期 女	210	50.0%	37.1%	6.7%	4.8%	0.5%	1.0%
高齢期 男	175	49.7%	25.1%	10.3%	5.1%	2.9%	6.9%
高齢期 女	201	61.2%	25.9%	6.5%	0.5%	1.5%	4.5%
一般性年代無回答	6	50.0%	-	16.7%	-	-	33.3%

(2) 歯の本数

問 あなたの歯の数は何本ありますか。 〈一般市民：問19〉

自身の歯の本数は、「28本以上」が青年期男で81.5%と最も高くなっている。



	調査数	0本	1本以上 10本未満	10本以上 20本未満	20本以上 24本未満	24本以上 28本未満	28本以上	無回答
青年期 男	92	-	2.2%	-	1.1%	15.2%	81.5%	-
青年期 女	134	-	1.5%	0.7%	2.2%	14.9%	76.9%	3.7%
壮年期 男	170	-	2.4%	10.6%	12.4%	34.7%	37.6%	2.4%
壮年期 女	210	-	0.5%	6.7%	12.4%	36.2%	41.9%	2.4%
高齢期 男	175	-	13.1%	22.3%	16.6%	22.3%	14.3%	11.4%
高齢期 女	201	-	4.5%	25.4%	17.4%	32.8%	13.4%	6.5%
一般性年代無回答	6	-	-	-	16.7%	16.7%	-	66.7%

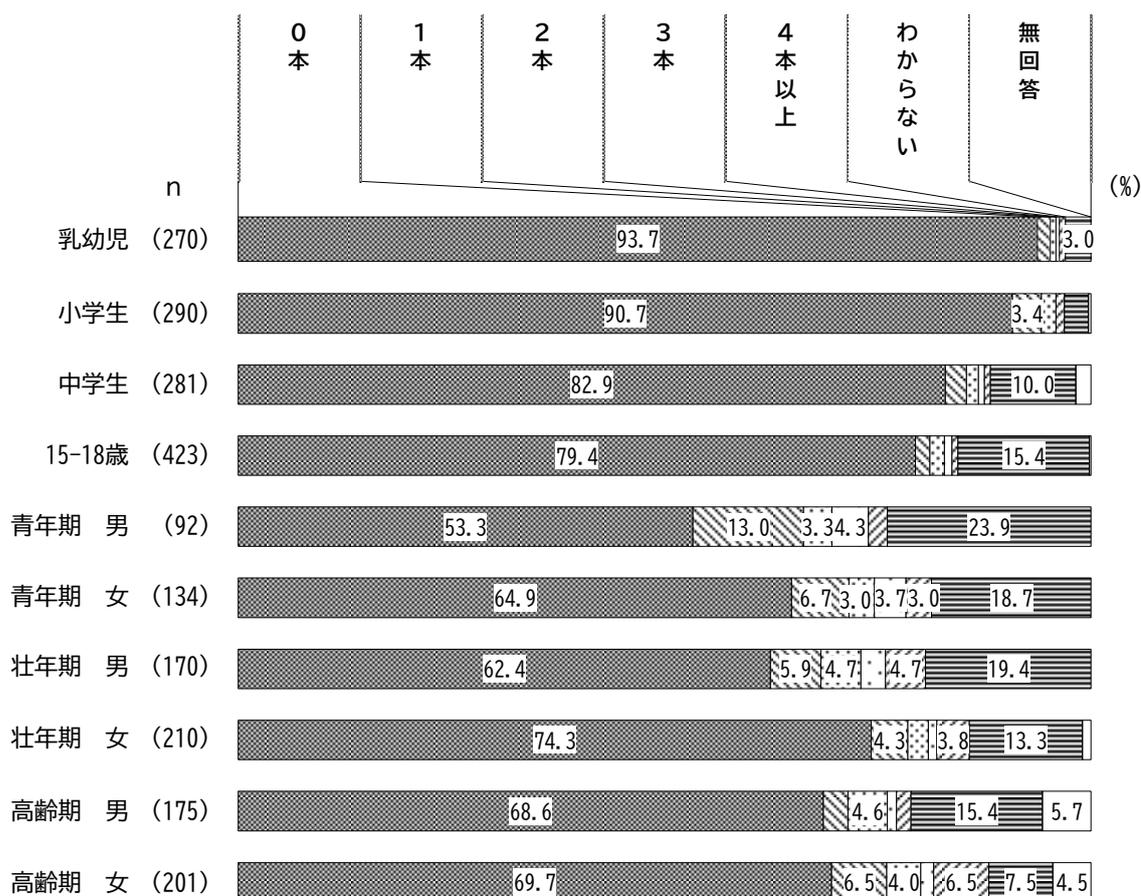
4. 歯の健康について

(3) 未治療の虫歯本数

問 未治療の虫歯は（が）何本ありますか。（選択は1つだけ）

〈乳幼児・小学生：問21／中学生・15-18歳：問18／一般市民：問20〉

未治療の虫歯の本数は、「0本」が全世代で最も高くなっている。



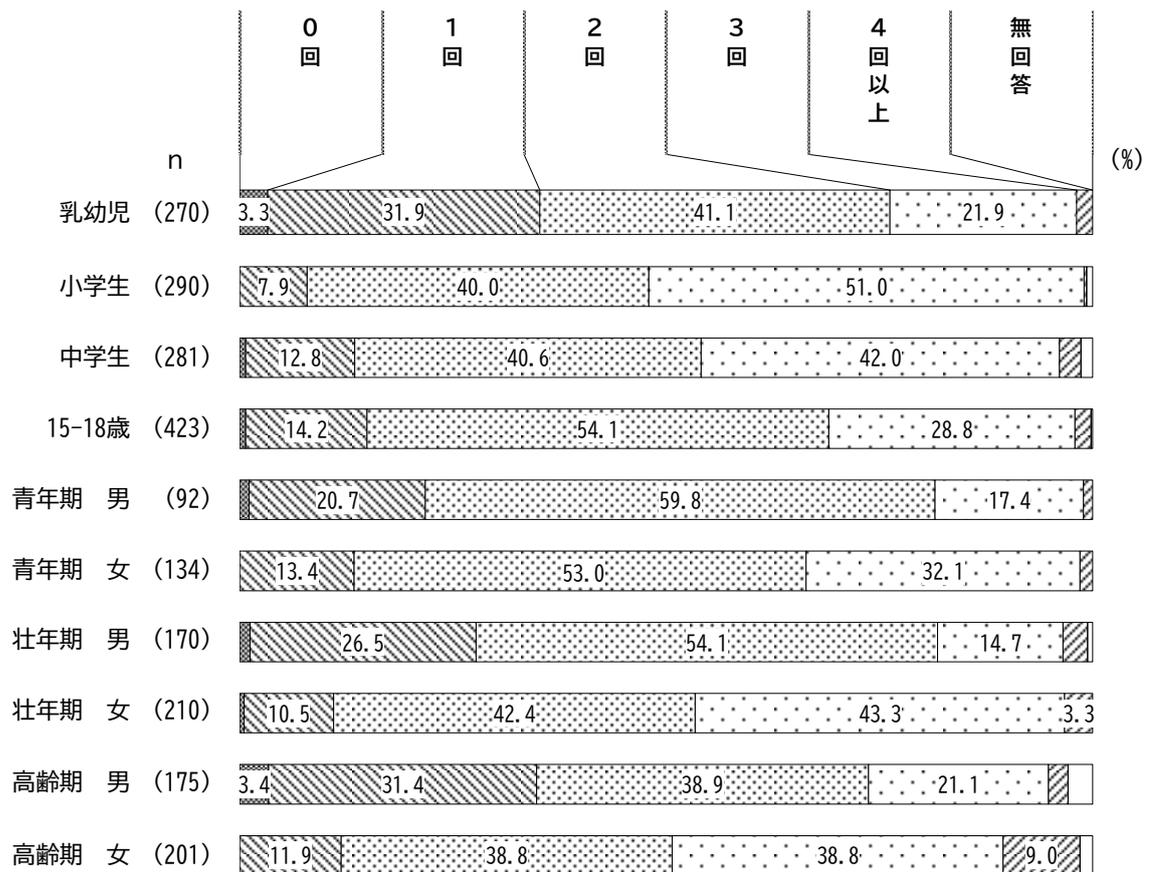
	調査数	0本	1本	2本	3本	4本以上	わからない	無回答
乳幼児	270	93.7%	1.5%	0.7%	0.4%	0.7%	3.0%	-
小学生	290	90.7%	3.4%	1.7%	-	1.0%	2.8%	0.3%
中学生	281	82.9%	2.5%	1.4%	0.7%	0.7%	10.0%	1.8%
15-18歳	423	79.4%	1.7%	1.7%	0.9%	0.7%	15.4%	0.2%
青年期 男	92	53.3%	13.0%	3.3%	4.3%	2.2%	23.9%	-
青年期 女	134	64.9%	6.7%	3.0%	3.7%	3.0%	18.7%	-
壮年期 男	170	62.4%	5.9%	4.7%	2.9%	4.7%	19.4%	-
壮年期 女	210	74.3%	4.3%	2.4%	1.0%	3.8%	13.3%	1.0%
高齢期 男	175	68.6%	2.9%	4.6%	1.1%	1.7%	15.4%	5.7%
高齢期 女	201	69.7%	6.5%	4.0%	1.5%	6.5%	7.5%	4.5%
一般性年代無回答	6	50.0%	-	-	-	-	16.7%	33.3%

(4) 1日の歯磨き回数

問 1日に何回歯を磨きますか。(選択は1つだけ)

〈乳幼児・小学生：問22／中学生・15-18歳：問19／一般市民：問21〉

1日の歯磨き回数は、「2回」が青年期男で59.8%と最も高くなっている。



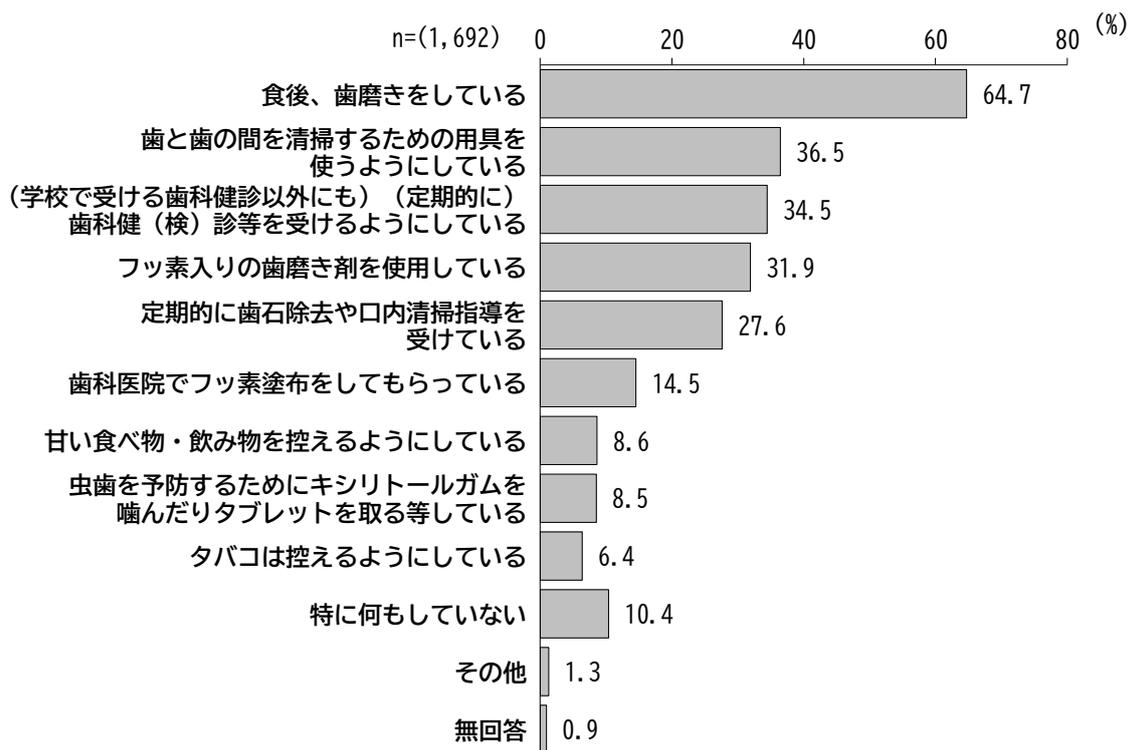
	調査数	0回	1回	2回	3回	4回以上	無回答
乳幼児	270	3.3%	31.9%	41.1%	21.9%	1.9%	-
小学生	290	-	7.9%	40.0%	51.0%	0.3%	0.7%
中学生	281	0.7%	12.8%	40.6%	42.0%	2.5%	1.4%
15-18歳	423	0.7%	14.2%	54.1%	28.8%	1.9%	0.2%
青年期 男	92	1.1%	20.7%	59.8%	17.4%	1.1%	-
青年期 女	134	-	13.4%	53.0%	32.1%	1.5%	-
壮年期 男	170	1.2%	26.5%	54.1%	14.7%	2.9%	0.6%
壮年期 女	210	0.5%	10.5%	42.4%	43.3%	3.3%	-
高齢期 男	175	3.4%	31.4%	38.9%	21.1%	2.3%	2.9%
高齢期 女	201	-	11.9%	38.8%	38.8%	9.0%	1.5%
一般性年代無回答	6	-	-	100.0%	-	-	-

4. 歯の健康について

(5) 歯や歯ぐきの健康のための取り組み

問 あなたは、ふだん歯や歯ぐきの健康のために、どのようなことをしていますか。
(選択はいくつでも) <中学生・15-18歳：問20／一般市民：問22>

歯や歯ぐきの健康のための取り組みは、全体で「食後、歯磨きをしている」が64.7%と最も高く、次いで「歯と歯の間を清掃するための用具を使うようにしている」が36.5%などとなっている。



4. 歯の健康について

	調査数	食後、歯 磨きをして いる	歯と歯の 間を清掃 するための 用具を 使っている	(学校で受 ける歯科 健診以外 にも)(定 期的に)歯 科健(検) 診等を受 けるよう にしてい る	フッ素入 りの歯磨 き剤を使 っている	定期的 に歯石 や口内 清を 受けて いる	歯科医 院でフッ 素を 塗布し てもら っている	甘い食 物・飲 み物 を控 えている	虫歯を 予防す るた めにキ シール リトル ガムを 噛んだ りタ ブレット を取る 等して いる	タバコ はよ 控 えている
全 体	1,692	64.7%	36.5%	34.5%	31.9%	27.6%	14.5%	8.6%	8.5%	6.4%
中学生	281	66.9%	27.4%	40.2%	38.1%	19.6%	38.8%	8.2%	10.7%	-
15-18歳	423	71.2%	20.1%	23.2%	32.4%	15.6%	19.1%	6.4%	10.4%	-
青年期 男	92	65.2%	28.3%	19.6%	32.6%	18.5%	4.3%	7.6%	9.8%	19.6%
青年期 女	134	68.7%	44.0%	43.3%	35.1%	28.4%	9.0%	10.4%	6.0%	17.2%
壮年期 男	170	50.6%	39.4%	32.9%	31.2%	31.8%	3.5%	10.0%	8.8%	10.6%
壮年期 女	210	68.6%	55.2%	43.3%	38.1%	47.1%	8.6%	5.2%	7.1%	12.9%
高齢期 男	175	52.0%	32.0%	28.6%	16.0%	28.6%	3.4%	9.7%	4.6%	9.1%
高齢期 女	201	63.7%	63.7%	48.3%	27.9%	42.8%	5.0%	14.4%	7.0%	2.5%
一般性年代無回答	6	83.3%	50.0%	33.3%	33.3%	33.3%	-	16.7%	16.7%	16.7%

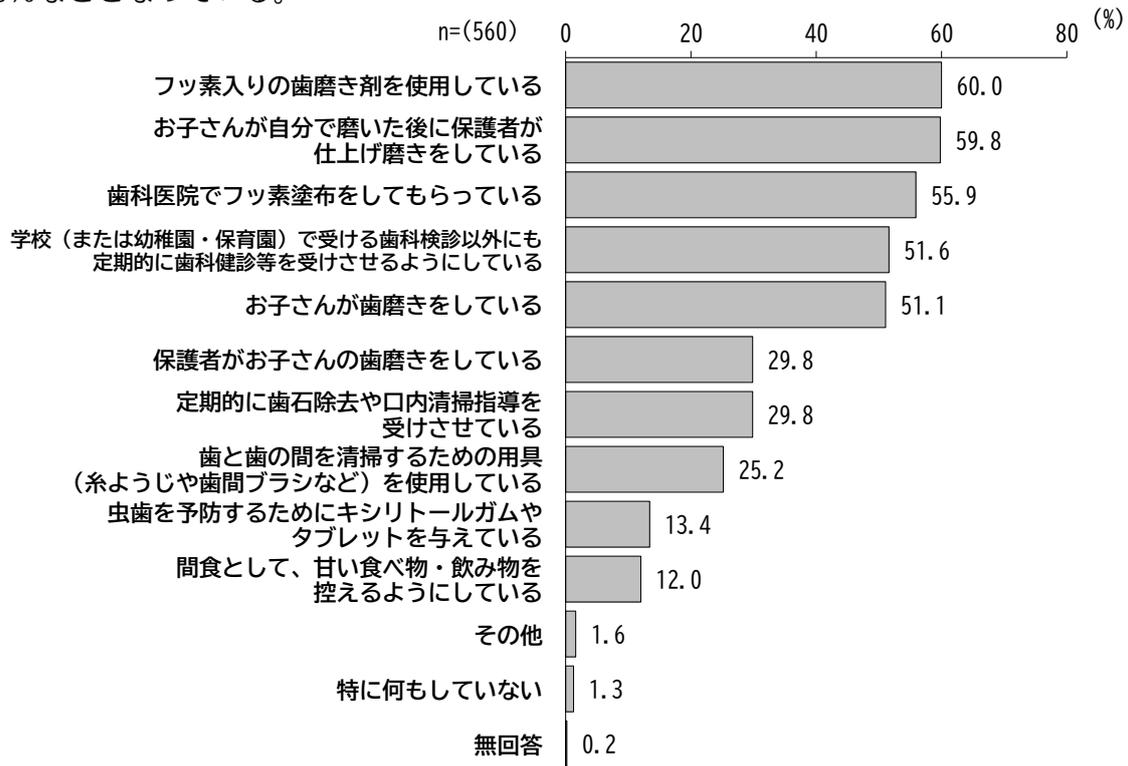
	特に何も していな い	その他	無回答
全 体	10.4%	1.3%	0.9%
中学生	8.5%	0.4%	1.8%
15-18歳	10.2%	1.2%	0.2%
青年期 男	13.0%	-	-
青年期 女	6.7%	1.5%	-
壮年期 男	15.9%	0.6%	0.6%
壮年期 女	6.2%	2.9%	-
高齢期 男	18.3%	2.3%	2.3%
高齢期 女	7.5%	1.5%	2.5%
一般性年代無回答	16.7%	-	-

4. 歯の健康について

(6) 子どもの歯や歯ぐきの健康のために取り組み

問 あなたは、ふだんお子さんの歯や歯ぐきの健康のために、どのようなことをしていますか。(選択はいくつでも) 〈乳幼児・小学生：問23〉

子どもの歯や歯ぐきの健康のための取り組みは、全体で「フッ素入りの歯磨き剤を使用している」が60.0%と最も高く、次いで「お子さんが自分で磨いた後に保護者が仕上げ磨きをしている」が59.8%などとなっている。



	調査数	フッ素入りの歯磨き剤を使用している	お子さんが自分で磨いた後に保護者が仕上げ磨きをしている	歯科医院でフッ素塗布をもらっている	学校(または幼稚園・保育園)で受ける歯科検診以外にも定期的に歯科健診等を受けさせるようにしている	お子さんが歯磨きをしている	保護者がお子さんの歯磨きをしている	定期的に歯石除去や口内清掃指導を受けさせている	歯と歯の間を清掃するための用具(糸ようじや歯間ブラシなど)を使用している	虫歯を予防するためにキシリトールガムやタブレットを与えている
全体	560	60.0%	59.8%	55.9%	51.6%	51.1%	29.8%	29.8%	25.2%	13.4%
乳幼児	270	61.9%	76.7%	47.4%	43.3%	40.4%	49.3%	21.1%	22.2%	18.1%
小学生	290	58.3%	44.1%	63.8%	59.3%	61.0%	11.7%	37.9%	27.9%	9.0%
		間食として、甘い食べ物・飲み物を控えるようにしている	その他	特に何もしていない	無回答					
全体		12.0%	1.6%	1.3%	0.2%					
乳幼児		15.2%	1.5%	1.9%	-					
小学生		9.0%	1.7%	0.7%	0.3%					

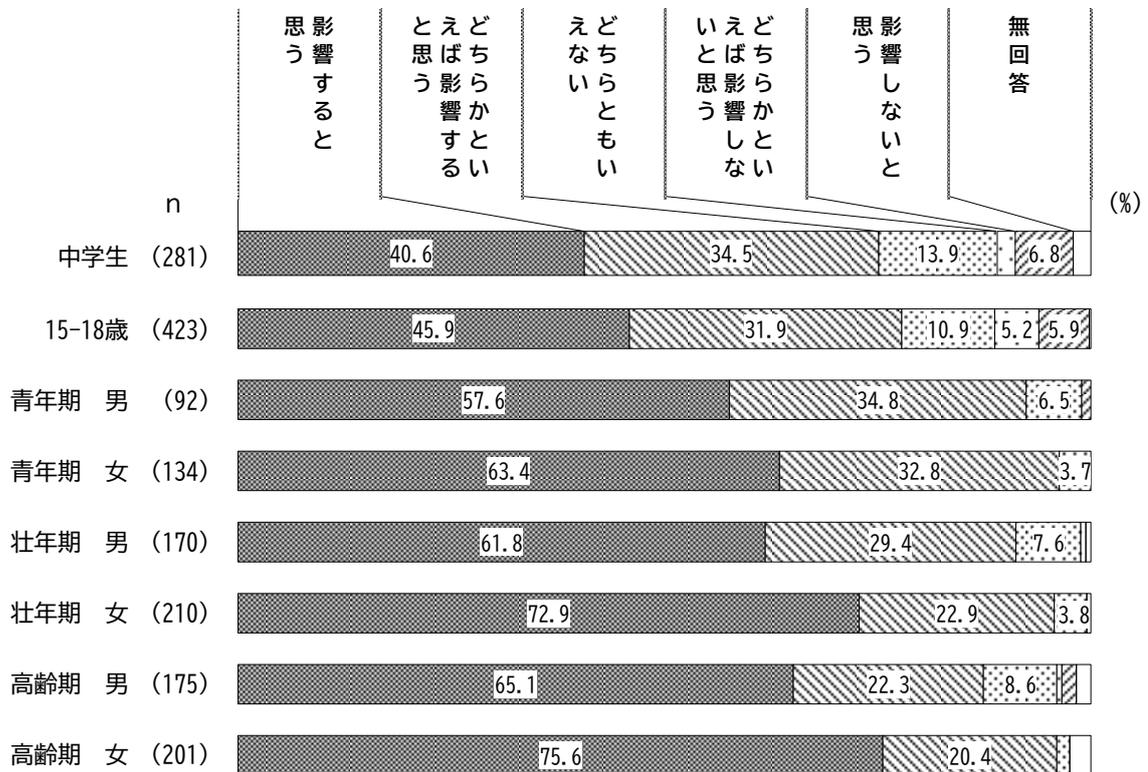
(7) 歯や歯ぐきの健康が体全体の健康に与える影響について

問 あなたは、歯や歯ぐきの健康が体全体の健康にも影響を与えますか。

(選択は1つだけ)

〈中学生・15-18歳：問21／一般市民：問23〉

歯や歯ぐきの健康が体全体の健康へ影響は、「影響すると思う」と「どちらかといえば影響すると思う」を合わせた『影響がある』が全世代で7割を超えて高くなっている。



	調査数	影響すると思う	どちらかといえば影響すると思う	どちらともいえない	どちらかといえば影響しないと思う	影響しないと思う	無回答
中学生	281	40.6%	34.5%	13.9%	2.1%	6.8%	2.1%
15-18歳	423	45.9%	31.9%	10.9%	5.2%	5.9%	0.2%
青年期 男	92	57.6%	34.8%	6.5%	-	1.1%	-
青年期 女	134	63.4%	32.8%	3.7%	-	-	-
壮年期 男	170	61.8%	29.4%	7.6%	0.6%	-	0.6%
壮年期 女	210	72.9%	22.9%	3.8%	-	-	0.5%
高齢期 男	175	65.1%	22.3%	8.6%	0.6%	1.7%	1.7%
高齢期 女	201	75.6%	20.4%	1.5%	-	-	2.5%
一般性年代無回答	6	66.7%	33.3%	-	-	-	-

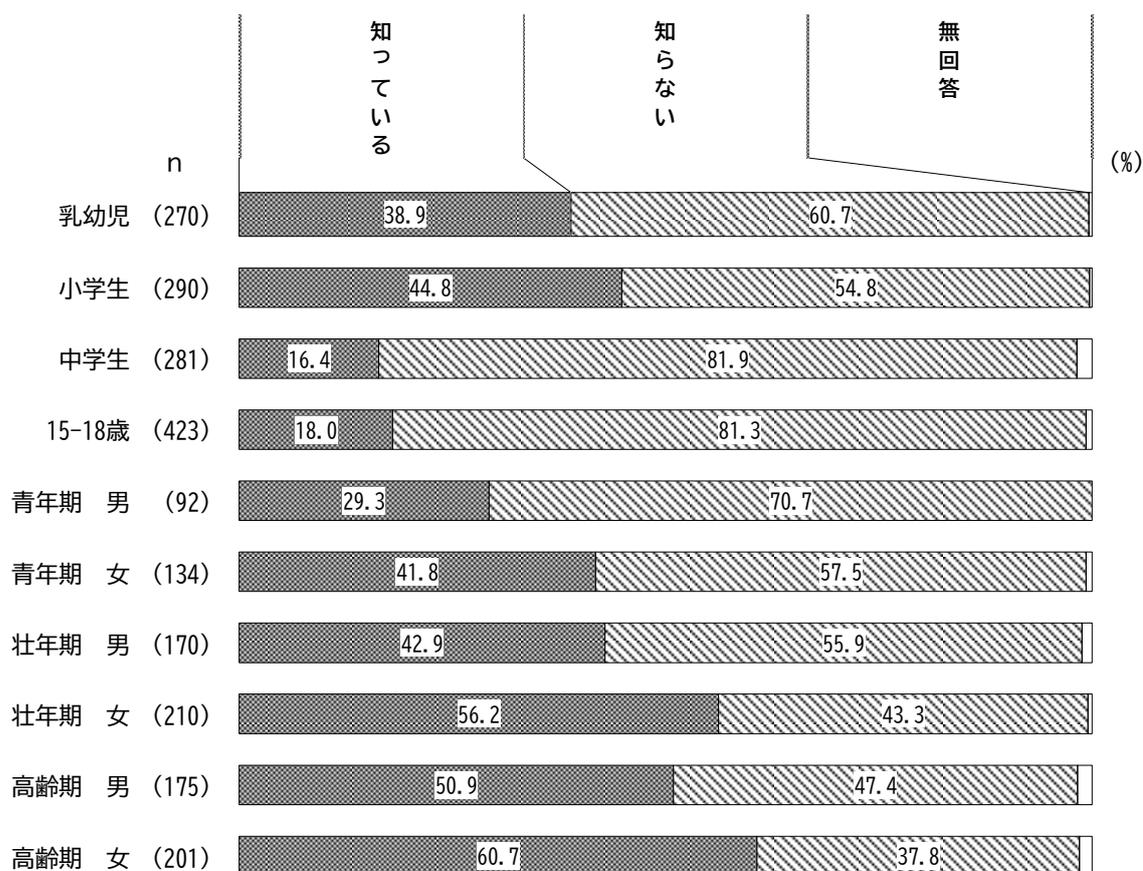
4. 歯の健康について

(8) 歯周病が糖尿病第6の合併症であることの認知度

問 歯周病は、糖尿病の第6の合併症といわれていることを知っていますか。
(選択は1つだけ)

〈乳幼児・小学生：問31／中学生・15-18歳：問22／一般市民：問24〉

歯周病が糖尿病の第6の合併症の認知は、「知っている」は、壮年期女、高齢期男女が5割を超えている。

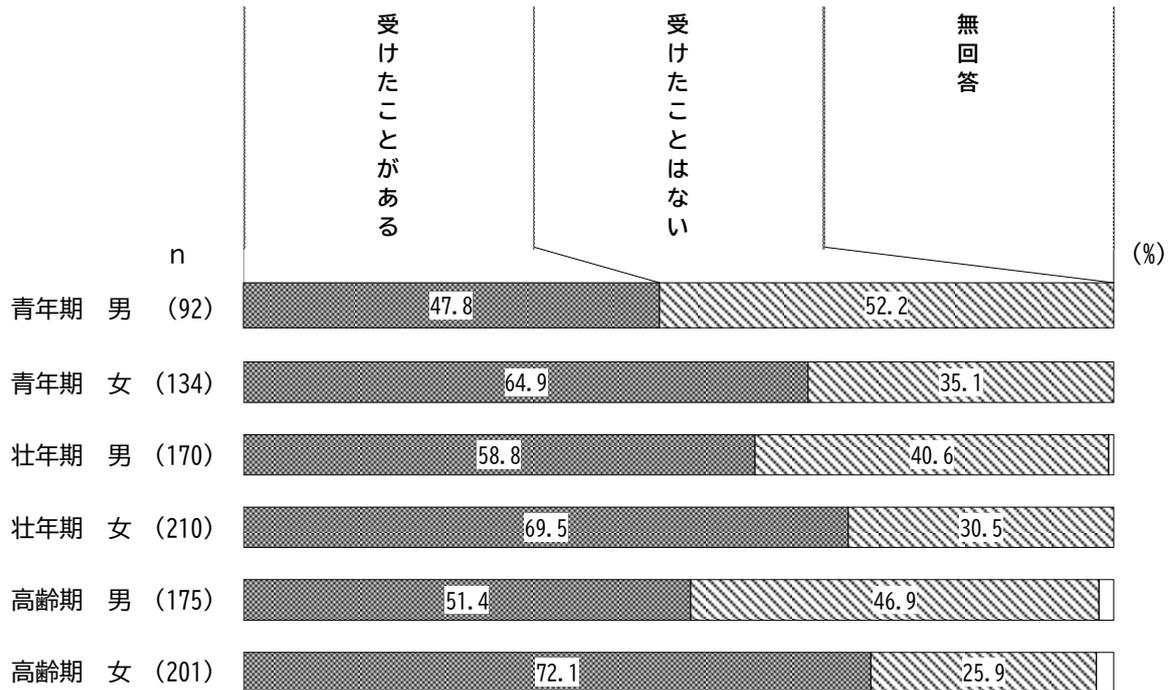


	調査数	知っている	知らない	無回答
乳幼児	270	38.9%	60.7%	0.4%
小学生	290	44.8%	54.8%	0.3%
中学生	281	16.4%	81.9%	1.8%
15-18歳	423	18.0%	81.3%	0.7%
青年期 男	92	29.3%	70.7%	-
青年期 女	134	41.8%	57.5%	0.7%
壮年期 男	170	42.9%	55.9%	1.2%
壮年期 女	210	56.2%	43.3%	0.5%
高齢期 男	175	50.9%	47.4%	1.7%
高齢期 女	201	60.7%	37.8%	1.5%
一般性年代無回答	6	33.3%	50.0%	16.7%

(9) 過去1年間の歯科健診受診の有無

問 あなたは、過去1年間に歯科健診を受診しましたか。(選択は1つだけ)
 〈一般市民：問25〉

過去1年間の歯科健診は、「受けたことがある」が高齢期女で72.1%と最も高くなっている。



	調査数	受けたことがある	受けたことはない	無回答
青年期 男	92	47.8%	52.2%	-
青年期 女	134	64.9%	35.1%	-
壮年期 男	170	58.8%	40.6%	0.6%
壮年期 女	210	69.5%	30.5%	-
高齢期 男	175	51.4%	46.9%	1.7%
高齢期 女	201	72.1%	25.9%	2.0%
一般性年代無回答	6	33.3%	66.7%	-

4. 歯の健康について

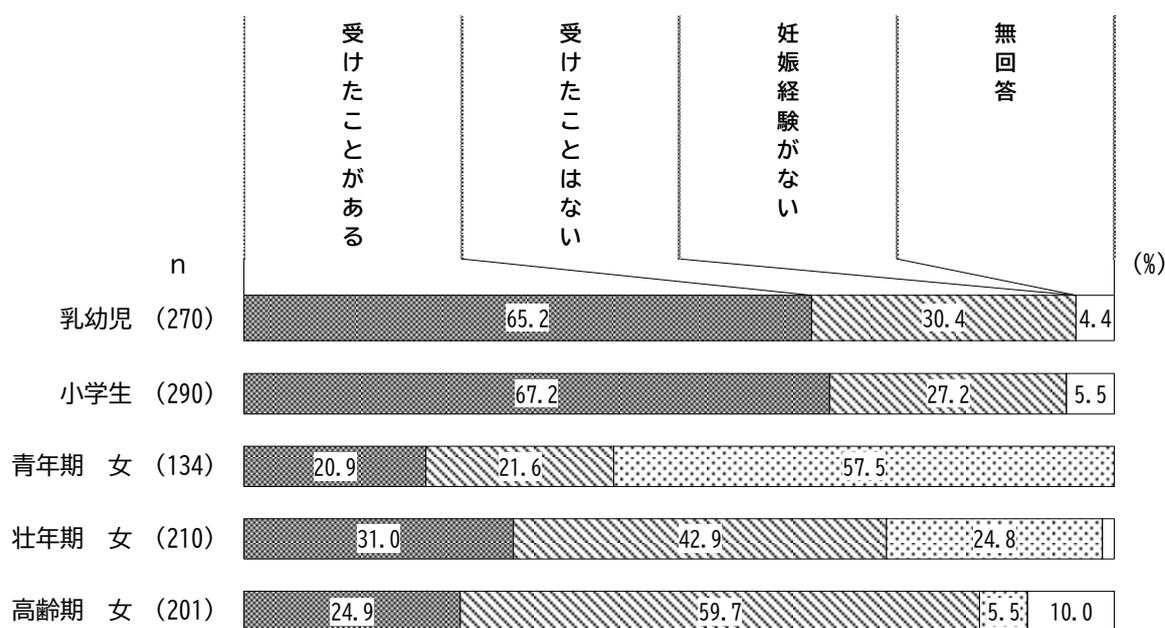
(10) 妊娠中の歯科健診受診の有無

※女性の方にかがいます。

問 妊娠中、歯科健診を受けたことがありますか。(選択は1つだけ)

〈乳幼児・小学生：問38／一般市民：問26〉

妊婦歯科健診は、「受けたことがある」が乳幼児、小学生で6割半ばを超えて高くなっている。



	調査数	受けたことがある	受けたことはない	妊娠経験がない	無回答
乳幼児	270	65.2%	30.4%	-	4.4%
小学生	290	67.2%	27.2%	-	5.5%
青年期 女	134	20.9%	21.6%	57.5%	-
壮年期 女	210	31.0%	42.9%	24.8%	1.4%
高齢期 女	201	24.9%	59.7%	5.5%	10.0%

5. 運動のようすについて

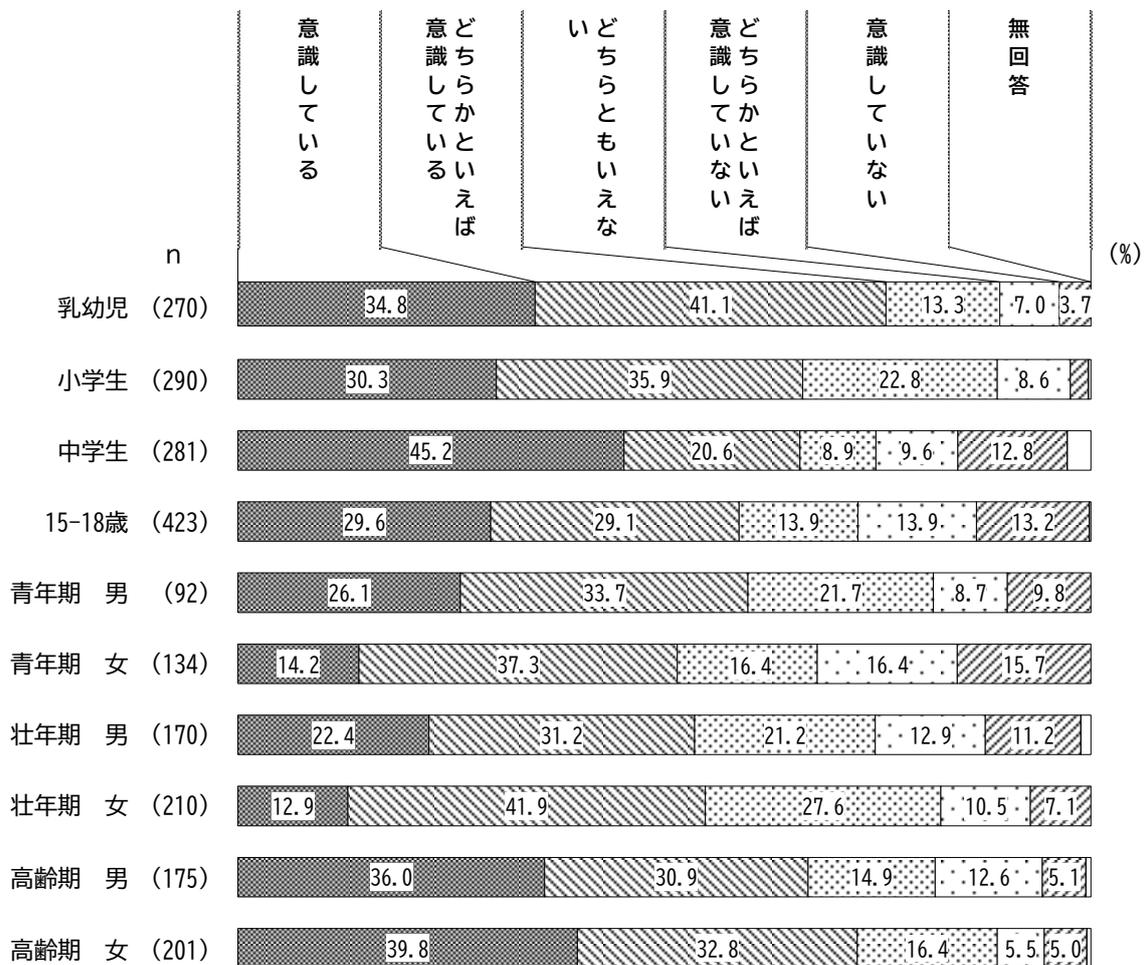
5. 運動のようすについて

(1) 身体を動かす意識度

問 あなたは、ふだん（お子さんに）意識して身体を動かすようにしていますか（乳幼児・小学生：させていますか）。（選択は1つだけ）

〈乳幼児・小学生：問24／中学生・15-18歳：問23／一般市民：問27〉

身体を動かすことは、「意識している」と「どちらかといえば意識している」を合わせた『意識する』は全世代で5割を超えている。



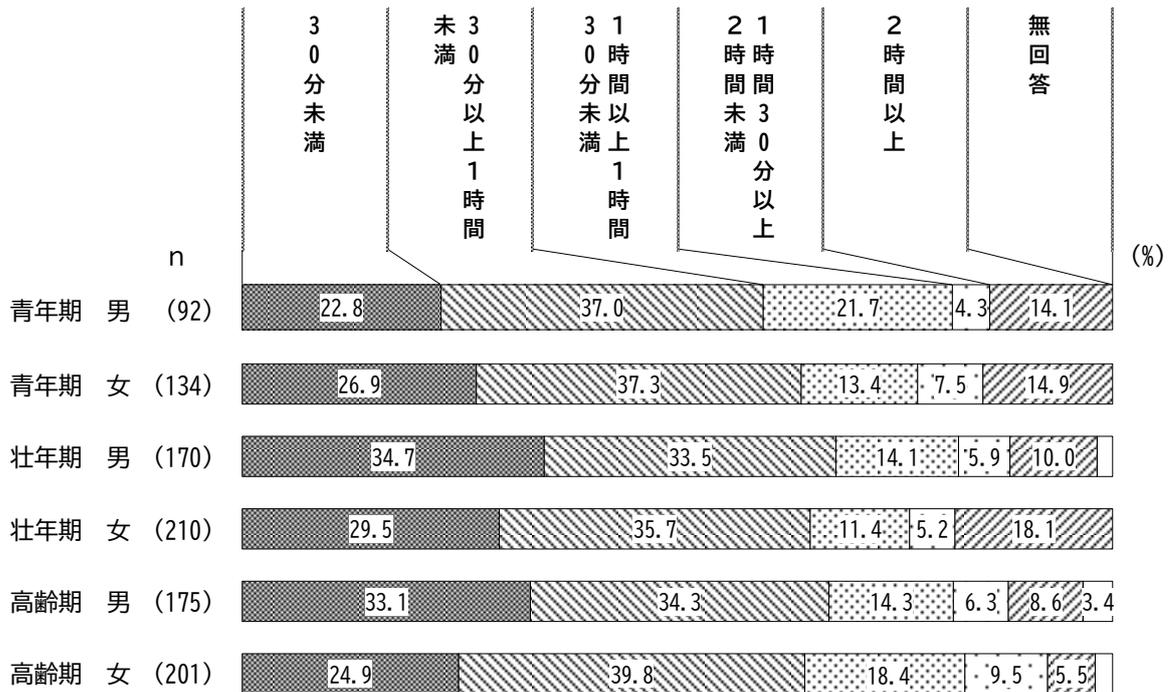
	調査数	意識している	どちらかといえば意識している	どちらともいえない	どちらかといえば意識していない	意識していない	無回答
乳幼児	270	34.8%	41.1%	13.3%	7.0%	3.7%	-
小学生	290	30.3%	35.9%	22.8%	8.6%	2.1%	0.3%
中学生	281	45.2%	20.6%	8.9%	9.6%	12.8%	2.8%
15-18歳	423	29.6%	29.1%	13.9%	13.9%	13.2%	0.2%
青年期 男	92	26.1%	33.7%	21.7%	8.7%	9.8%	-
青年期 女	134	14.2%	37.3%	16.4%	16.4%	15.7%	-
壮年期 男	170	22.4%	31.2%	21.2%	12.9%	11.2%	1.2%
壮年期 女	210	12.9%	41.9%	27.6%	10.5%	7.1%	-
高齢期 男	175	36.0%	30.9%	14.9%	12.6%	5.1%	0.6%
高齢期 女	201	39.8%	32.8%	16.4%	5.5%	5.0%	0.5%
一般性年代無回答	6	33.3%	33.3%	16.7%	-	16.7%	-

5. 運動のようすについて

(2) 1日の延べ徒歩時間

問 あなたは、1日にあわせてどのくらい歩きますか。(通勤のための徒歩や室内の移動など) (選択は1つだけ) 〈一般市民：問28〉

1日に歩く時間は、「30分以上」が、壮年期男、高齢期男を除き、7割以上となっている。

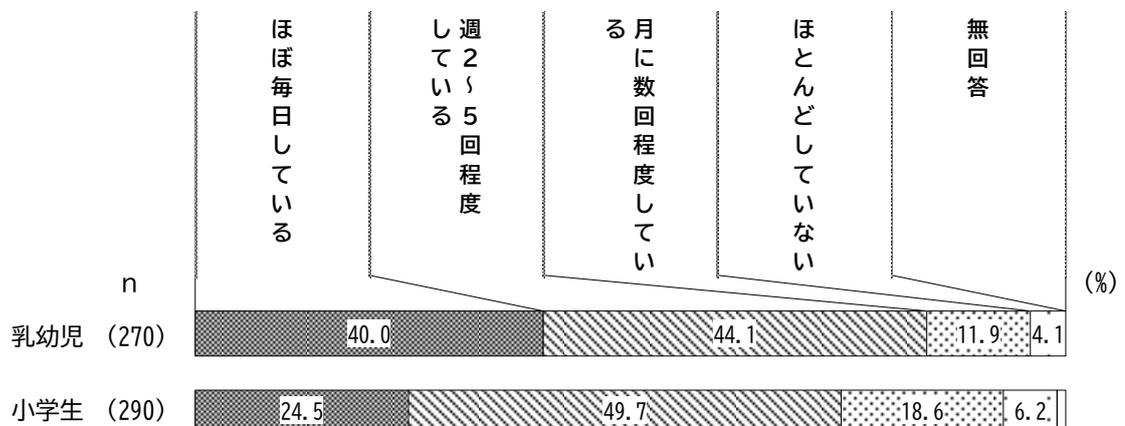


	調査数	30分未満	30分以上1時間未満	1時間以上1時間30分未満	1時間30分以上2時間未満	2時間以上	無回答
青年期 男	92	22.8%	37.0%	21.7%	4.3%	14.1%	-
青年期 女	134	26.9%	37.3%	13.4%	7.5%	14.9%	-
壮年期 男	170	34.7%	33.5%	14.1%	5.9%	10.0%	1.8%
壮年期 女	210	29.5%	35.7%	11.4%	5.2%	18.1%	-
高齢期 男	175	33.1%	34.3%	14.3%	6.3%	8.6%	3.4%
高齢期 女	201	24.9%	39.8%	18.4%	9.5%	5.5%	2.0%
一般性年代無回答	6	33.3%	16.7%	16.7%	-	16.7%	16.7%

(3) 子どもの運動・体を動かす遊びの頻度

問 お子さんは、ふだんどれくらい運動・体を動かす遊びをしていますか。(公園・体育館の遊び、地域のスポーツ活動、習い事、ボーイスカウトなどでの活動も含みます)(選択は1つだけ)
 〈乳幼児・小学生：問25〉

運動・体を動かす遊びの頻度は、乳幼児、小学生ともに「週2～5回程度している」が4割を超えている。



	調査数	ほぼ毎日している	週2～5回程度している	月に数回程度している	ほとんどしていない	無回答
乳幼児	270	40.0%	44.1%	11.9%	4.1%	-
小学生	290	24.5%	49.7%	18.6%	6.2%	1.0%

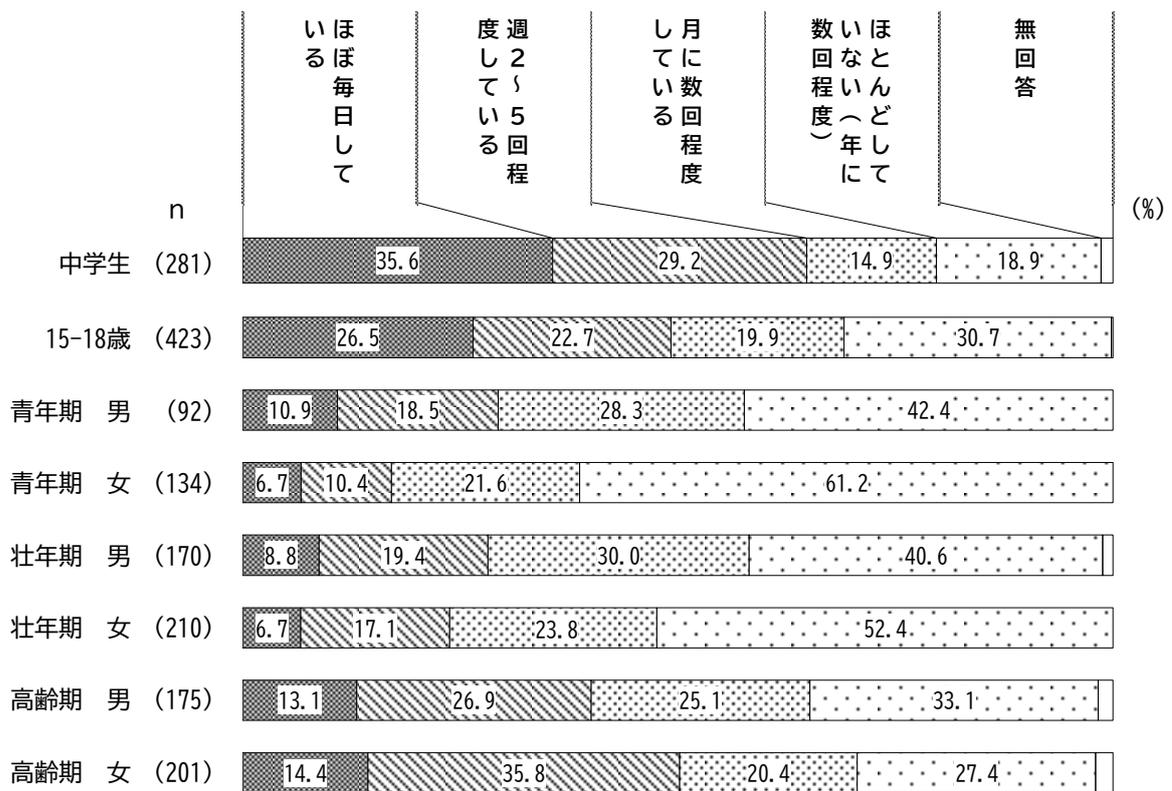
5. 運動のようすについて

(4) 30分以上の運動（連続）の頻度

問 あなたは、「息が少しはずむ程度」の30分以上の運動（連続）を、どれくらいして
いますか。（選択は1つだけ） 〈中学生・15-18歳：問24／一般市民：問29〉

※中学生・高校生：体育の授業は除く。ただし部活動や習い事などでの活動時間は、これに含みます。

30分以上の運動頻度は、「ほとんどしていない(年に数回程度)」が青年期女で61.2%と最も高くなっている。



	調査数	ほぼ毎日している	週2〜5回程度している	月に数回程度している	ほとんどしていない(年に数回程度)	無回答
中学生	281	35.6%	29.2%	14.9%	18.9%	1.4%
15-18歳	423	26.5%	22.7%	19.9%	30.7%	0.2%
青年期 男	92	10.9%	18.5%	28.3%	42.4%	-
青年期 女	134	6.7%	10.4%	21.6%	61.2%	-
壮年期 男	170	8.8%	19.4%	30.0%	40.6%	1.2%
壮年期 女	210	6.7%	17.1%	23.8%	52.4%	-
高齢期 男	175	13.1%	26.9%	25.1%	33.1%	1.7%
高齢期 女	201	14.4%	35.8%	20.4%	27.4%	2.0%
一般性年代無回答	6	-	33.3%	16.7%	33.3%	16.7%

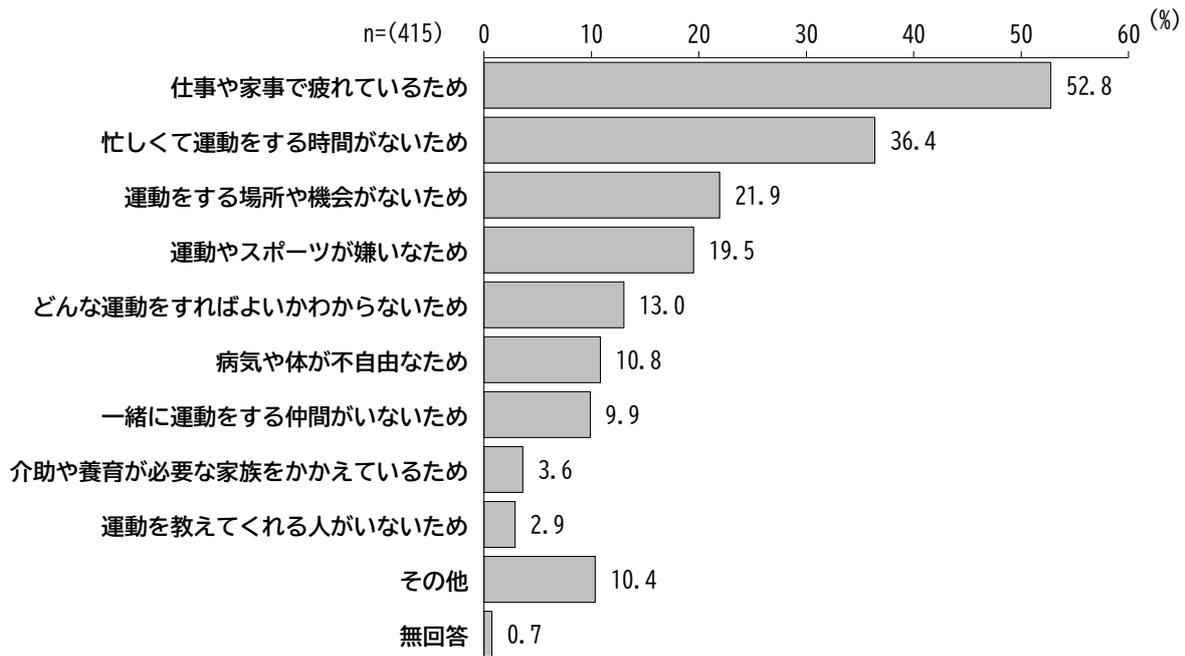
(5) 運動をほとんどしていない理由

【前問で「ほとんどしていない（年に数回程度）」と答えた方のみ】

問 運動をほとんどしていない理由は何ですか。（選択はいくつでも）

〈一般市民：問29-1〉

運動をほとんどしていない理由は、全体で「仕事や家事で疲れているため」が52.8%と最も高く、次いで「忙しくて運動をする時間がないため」が36.4%、「運動をする場所や機会がないため」が21.9%などとなっている。



	調査数	仕事や家事で疲れているため	忙しくて運動をする時間がないため	運動をする場所や機会がないため	運動やスポーツが嫌いなため	どんな運動をすればよいかわからないため	病気や体が不自由なため	一緒に運動をする仲間がないため	介助や養育が必要な家族をかかえているため	運動を教えてくれる人がいないため
全体	415	52.8%	36.4%	21.9%	19.5%	13.0%	10.8%	9.9%	3.6%	2.9%
青年期 男	39	66.7%	66.7%	33.3%	5.1%	15.4%	-	20.5%	5.1%	7.7%
青年期 女	82	68.3%	51.2%	28.0%	31.7%	15.9%	7.3%	11.0%	7.3%	3.7%
壮年期 男	69	52.2%	40.6%	23.2%	11.6%	10.1%	11.6%	7.2%	-	1.4%
壮年期 女	110	62.7%	31.8%	16.4%	22.7%	8.2%	11.8%	6.4%	3.6%	1.8%
高齢期 男	58	27.6%	10.3%	20.7%	22.4%	20.7%	13.8%	10.3%	1.7%	1.7%
高齢期 女	55	29.1%	25.5%	14.5%	12.7%	10.9%	18.2%	10.9%	3.6%	3.6%
一般性年代無回答	2	-	-	50.0%	-	50.0%	-	-	-	-

	その他	無回答
全体	10.4%	0.7%
青年期 男	7.7%	-
青年期 女	7.3%	-
壮年期 男	10.1%	-
壮年期 女	9.1%	-
高齢期 男	13.8%	-
高齢期 女	16.4%	5.5%
一般性年代無回答	-	-

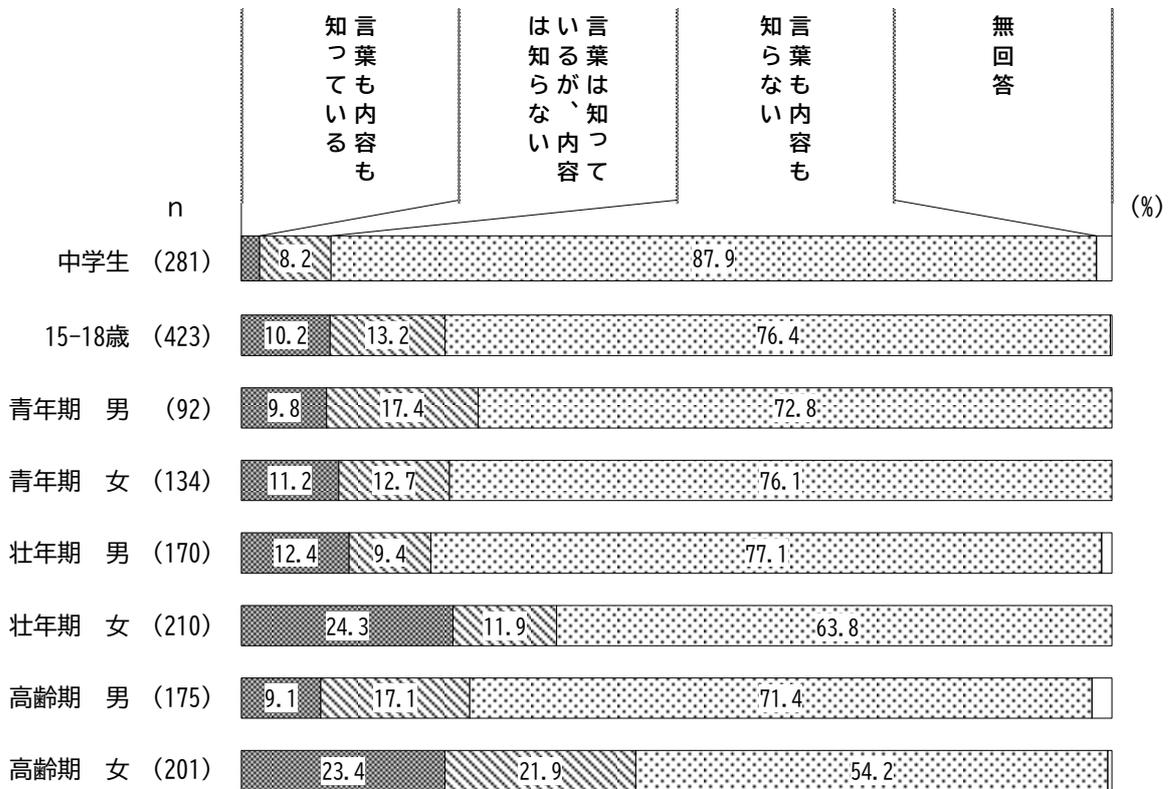
5. 運動のようすについて

(6) 「ロコモティブシンドローム」という言葉や内容の認知度

問 あなたは、「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」という言葉や内容を
知っていますか。（選択は1つだけ）〈中学生・15-18歳：問25／一般市民：問30〉

※「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」とは、骨や関節、筋肉などの運動器の衰えや障害が原因で、歩行
や立ち座りなどの日常生活に支障をきたしている状態のことです。

「ロコモティブシンドローム」という言葉や内容は、全世代で「言葉も内容も知らない」が最も
高くなっている。



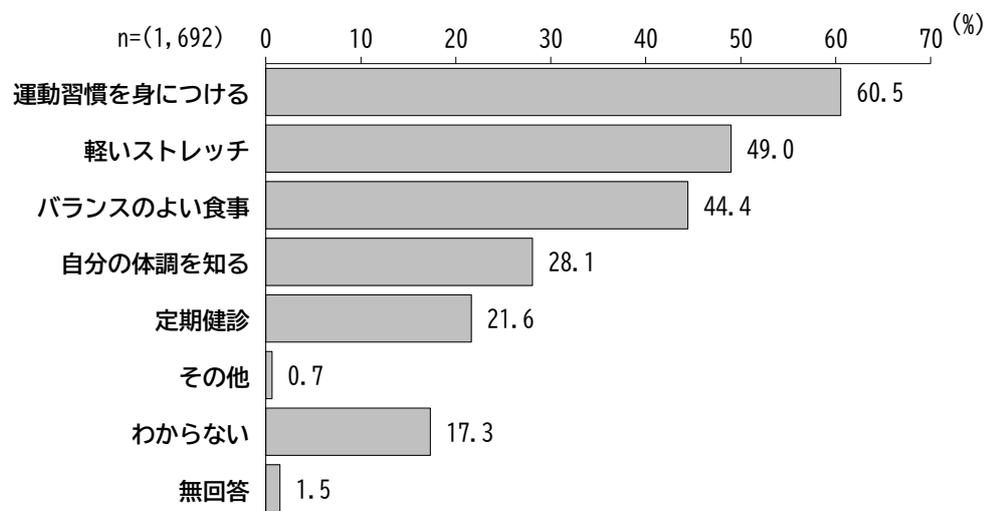
	調査数	言葉も内容も知っている	言葉は知っているが、内容は知らない	言葉も内容も知らない	無回答
中学生	281	2.1%	8.2%	87.9%	1.8%
15-18歳	423	10.2%	13.2%	76.4%	0.2%
青年期 男	92	9.8%	17.4%	72.8%	-
青年期 女	134	11.2%	12.7%	76.1%	-
壮年期 男	170	12.4%	9.4%	77.1%	1.2%
壮年期 女	210	24.3%	11.9%	63.8%	-
高齢期 男	175	9.1%	17.1%	71.4%	2.3%
高齢期 女	201	23.4%	21.9%	54.2%	0.5%
一般性年代無回答	6	33.3%	-	50.0%	16.7%

(7) 「ロコモティブシンドローム」予防の取り組み

問 あなたは、「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」にならないためには、どのような取組がよいと思いますか。（選択はいくつでも）

〈中学生・15-18歳：問26、一般市民：問31〉

「ロコモティブシンドローム」予防の取り組みは、全体で「運動習慣を身につける」が60.5%で最も高く、次いで「軽いストレッチ」が49.0%、「バランスのよい食事」が44.4%などとなっている。



	調査数	運動習慣を身につける	軽いストレッチ	バランスのよい食事	自分の体調を知る	定期健診	その他	わからない	無回答
全体	1,692	60.5%	49.0%	44.4%	28.1%	21.6%	0.7%	17.3%	1.5%
中学生	281	56.2%	47.3%	42.3%	24.2%	16.4%	1.1%	27.4%	2.1%
15-18歳	423	60.8%	49.4%	39.2%	23.4%	18.0%	0.2%	19.9%	0.2%
青年期 男	92	65.2%	48.9%	46.7%	27.2%	23.9%	-	17.4%	1.1%
青年期 女	134	67.9%	59.0%	51.5%	32.1%	28.4%	-	12.7%	0.7%
壮年期 男	170	57.1%	40.6%	40.0%	24.1%	21.8%	0.6%	18.8%	1.8%
壮年期 女	210	68.6%	55.2%	50.5%	31.0%	21.4%	0.5%	10.5%	-
高齢期 男	175	49.7%	36.0%	34.3%	32.0%	25.7%	1.7%	18.9%	3.4%
高齢期 女	201	63.2%	56.2%	59.7%	38.8%	27.9%	1.0%	5.5%	3.0%
一般性年代無回答	6	50.0%	33.3%	16.7%	-	16.7%	-	16.7%	16.7%

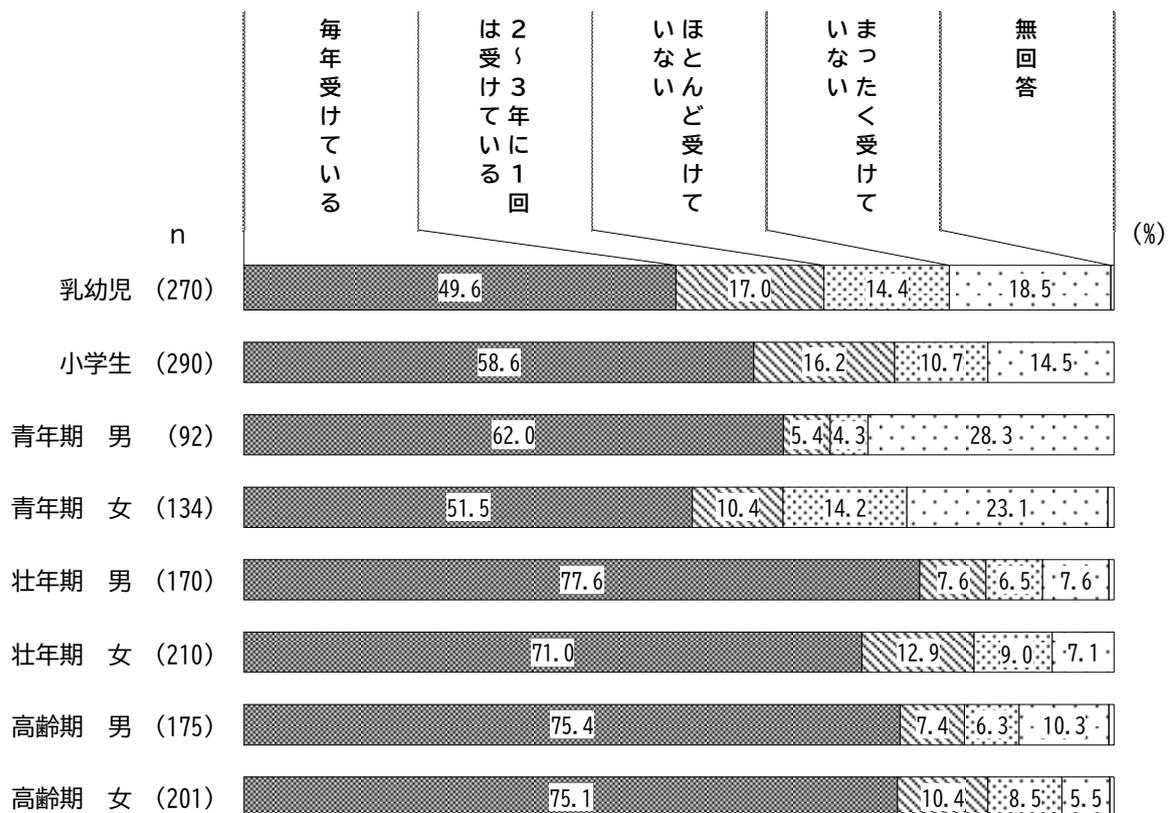
6. 健診・検診受診について

6. 健診・検診受診について

(1) 健診の受診状況

問 あなたは、健診（がん検診を除く）を受けていますか。（選択は1つだけ）
 〈乳幼児・小学生：問32／一般市民：問38〉

健診は、「毎年受けている」が壮年期男で77.6%と最も高くなっている。



	調査数	毎年受けている	2~3年に1回は受けている	ほとんど受けていない	まったく受けていない	無回答
乳幼児	270	49.6%	17.0%	14.4%	18.5%	0.4%
小学生	290	58.6%	16.2%	10.7%	14.5%	-
青年期 男	92	62.0%	5.4%	4.3%	28.3%	-
青年期 女	134	51.5%	10.4%	14.2%	23.1%	0.7%
壮年期 男	170	77.6%	7.6%	6.5%	7.6%	0.6%
壮年期 女	210	71.0%	12.9%	9.0%	7.1%	-
高齢期 男	175	75.4%	7.4%	6.3%	10.3%	0.6%
高齢期 女	201	75.1%	10.4%	8.5%	5.5%	0.5%
一般性年代無回答	6	66.7%	-	33.3%	-	-

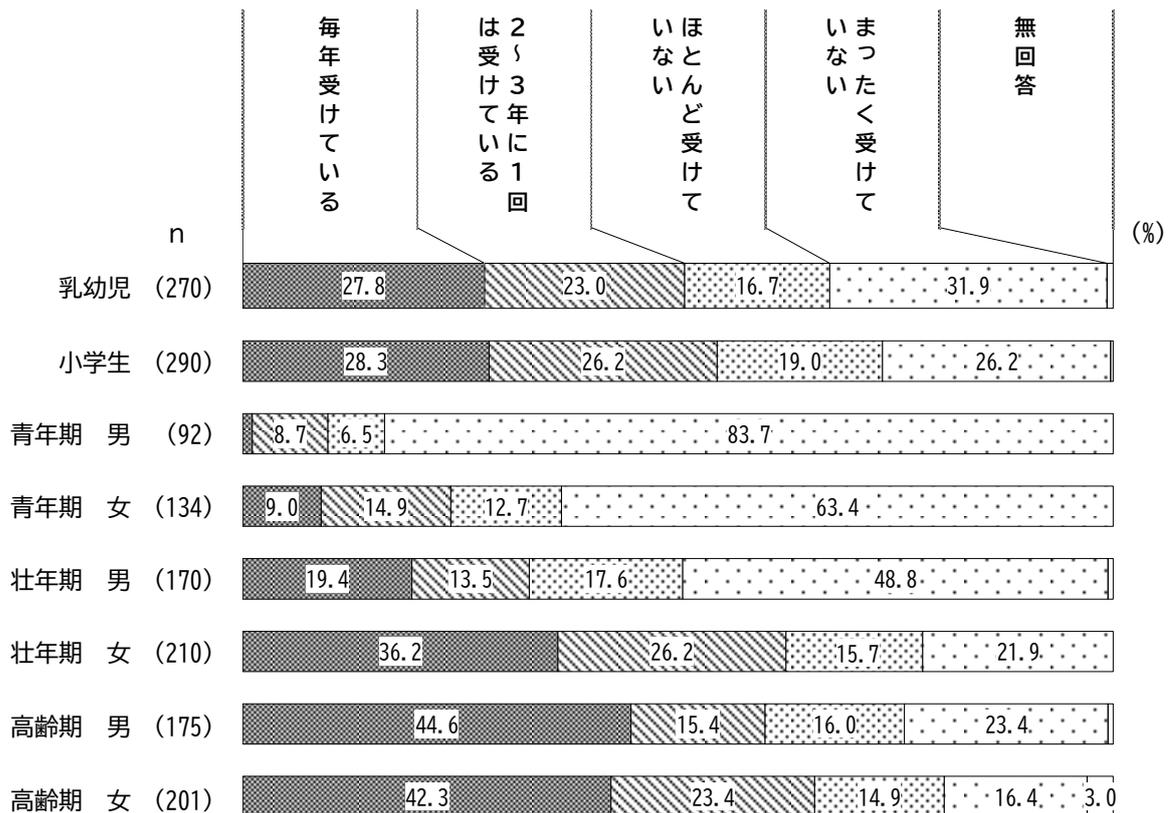
6. 健診・検診受診について

(2) がん検診の受診状況

問 あなたは、がん検診を受けていますか。(選択は1つだけ)

〈乳幼児・小学生：問33／一般市民：問39〉

がん検診は、「まったく受けていない」が青年期男で83.7%と最も高くなっている。

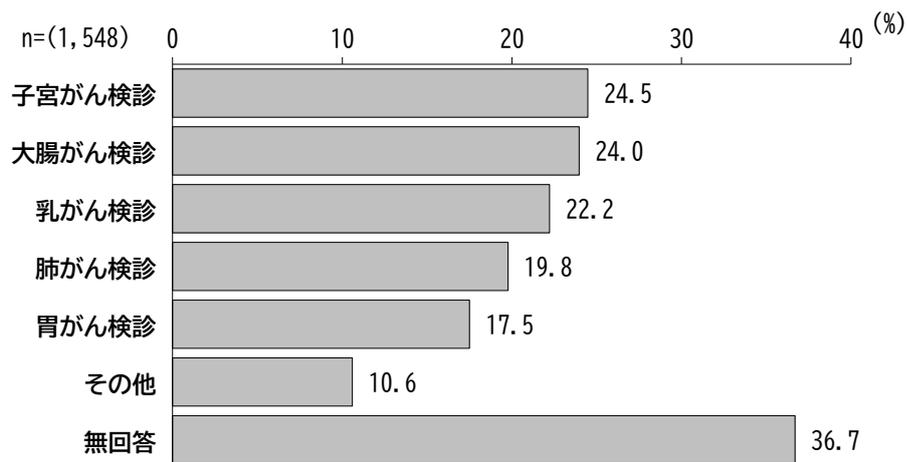


	調査数	毎年受けている	2〜3年に1回は受けている	ほとんど受けていない	まったく受けていない	無回答
乳幼児	270	27.8%	23.0%	16.7%	31.9%	0.7%
小学生	290	28.3%	26.2%	19.0%	26.2%	0.3%
青年期 男	92	1.1%	8.7%	6.5%	83.7%	-
青年期 女	134	9.0%	14.9%	12.7%	63.4%	-
壮年期 男	170	19.4%	13.5%	17.6%	48.8%	0.6%
壮年期 女	210	36.2%	26.2%	15.7%	21.9%	-
高齢期 男	175	44.6%	15.4%	16.0%	23.4%	0.6%
高齢期 女	201	42.3%	23.4%	14.9%	16.4%	3.0%
一般性年代無回答	6	16.7%	-	33.3%	50.0%	-

(3) 昨年受診したがん検診の種類

問 昨年受けたがん検診すべてに○をつけてください。(選択はいくつでも)
 〈乳幼児・小学生：問34／一般市民：問40〉

昨年受けたがん検診の内容は、全体で「子宮がん検診」が24.5%と最も高く、次いで「大腸がん検診」が24.0%、「乳がん検診」が22.2%などとなっている。



	調査数	子宮がん 検診	大腸がん 検診	乳がん 検診	肺がん 検診	胃がん 検診	その他	無回答
全 体	1,548	24.5%	24.0%	22.2%	19.8%	17.5%	10.6%	36.7%
乳幼児	270	48.5%	8.5%	27.0%	6.7%	7.4%	10.0%	32.6%
小学生	290	41.4%	16.6%	39.7%	12.8%	15.2%	21.4%	17.2%
青年期 男	92	-	4.3%	-	4.3%	9.8%	6.5%	81.5%
青年期 女	134	23.1%	4.5%	7.5%	0.7%	1.5%	9.7%	61.2%
壮年期 男	170	-	25.3%	-	21.8%	21.2%	7.1%	58.8%
壮年期 女	210	33.3%	28.6%	46.7%	20.0%	24.3%	7.1%	29.5%
高齢期 男	175	-	50.9%	-	40.6%	32.6%	10.3%	30.3%
高齢期 女	201	13.4%	48.3%	23.9%	47.3%	24.9%	5.5%	26.9%
一般性年代無回答	6	-	16.7%	-	16.7%	33.3%	-	66.7%

6. 健診・検診受診について

(4) 健診・検診の結果をふまえた生活改善の状況

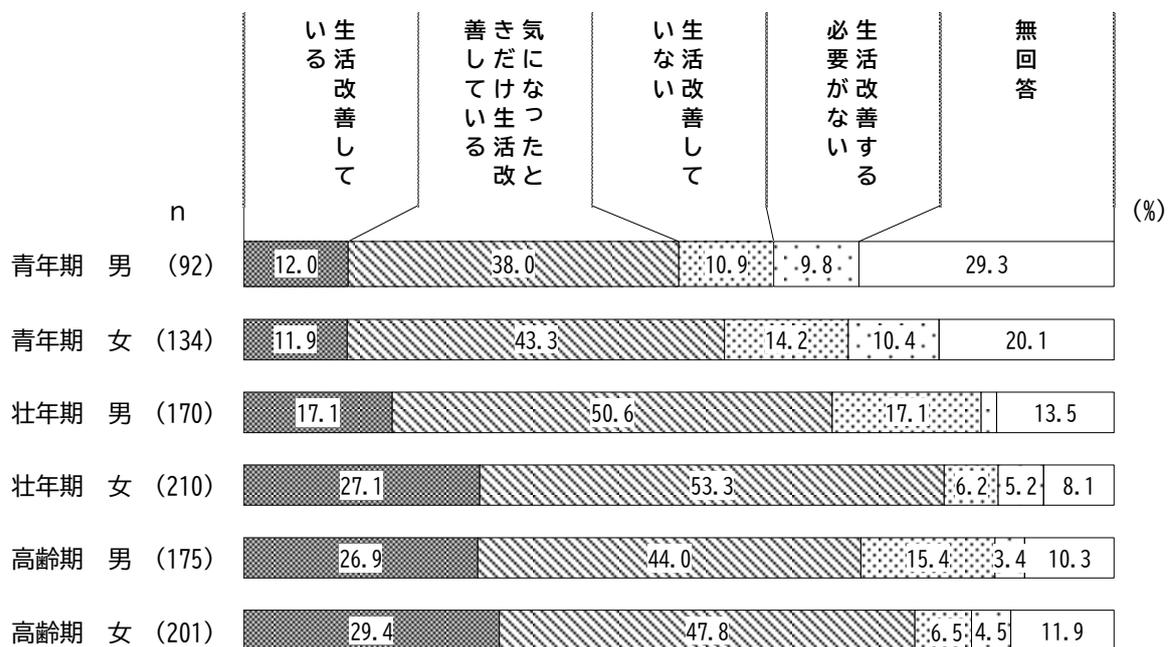
※健診・検診を受けたことのある方のみ

問 あなたは、健診・検診の結果をふまえて生活改善に活かしていますか。

(選択は1つだけ)

〈一般市民：問41〉

健診・検診の結果をふまえた生活改善の状況は、「気になったときだけ生活改善している」が全世代で最も高くなっている。



	調査数	生活改善している	気になったときだけ生活改善している	生活改善していない	生活改善する必要がある	無回答
青年期 男	92	12.0%	38.0%	10.9%	9.8%	29.3%
青年期 女	134	11.9%	43.3%	14.2%	10.4%	20.1%
壮年期 男	170	17.1%	50.6%	17.1%	1.8%	13.5%
壮年期 女	210	27.1%	53.3%	6.2%	5.2%	8.1%
高齢期 男	175	26.9%	44.0%	15.4%	3.4%	10.3%
高齢期 女	201	29.4%	47.8%	6.5%	4.5%	11.9%
一般性年代無回答	6	16.7%	33.3%	16.7%	-	33.3%

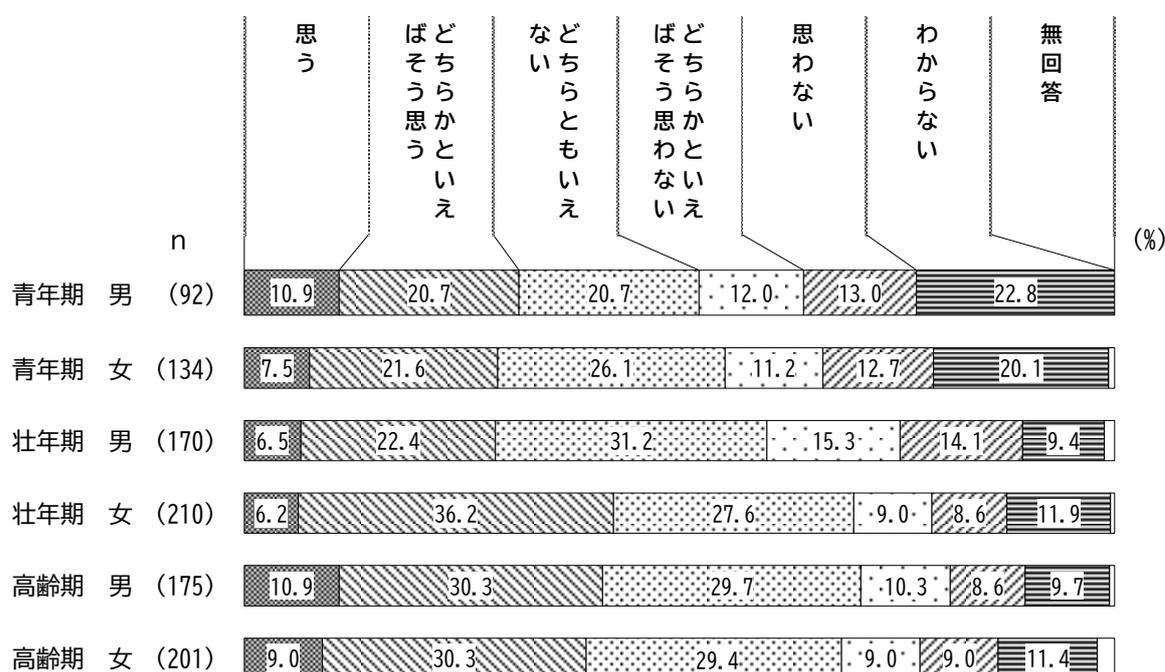
7. 地域活動について

7. 地域活動について

(1) 地域の人々の互助状況

問 地域の人々がお互いに助けあっていると思いますか。(選択は1つだけ)
 〈一般市民：問42〉

地域の人々がお互いに助けあっているかは、「思う」と「どちらかといえばそう思う」を合わせた『思う』が壮年期女、高齢期男で4割を超えている。



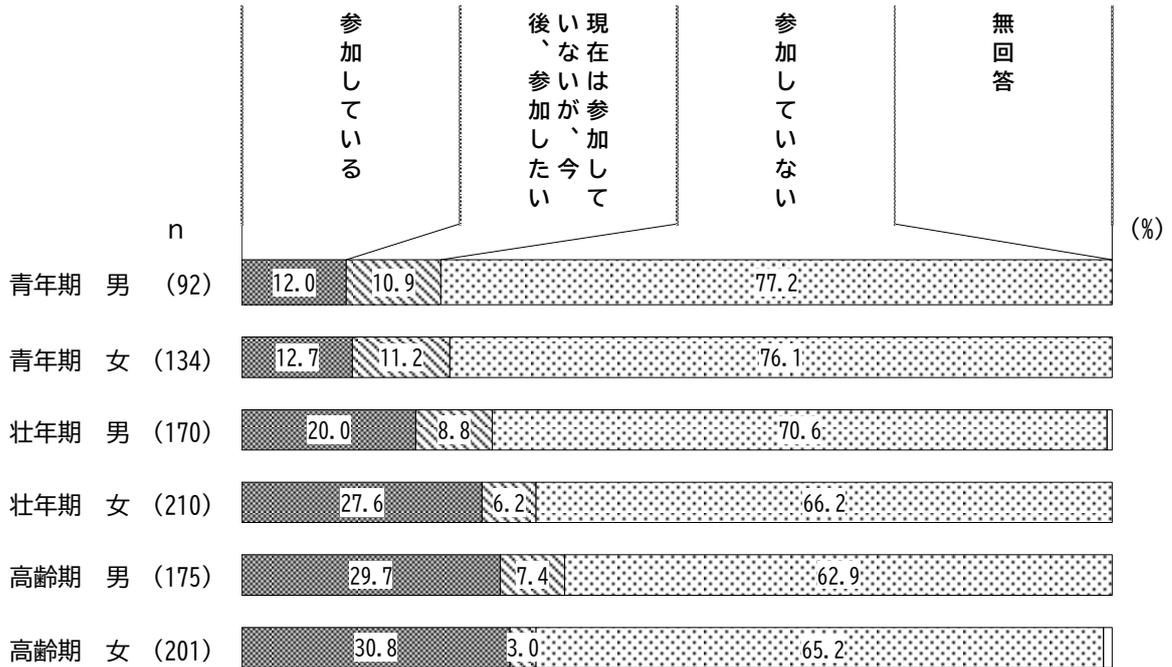
	調査数	思う	どちらか といえば そう思う	どちらと もいえない	どちらか といえば そう思わ ない	思わない	わから ない	無回答
青年期 男	92	10.9%	20.7%	20.7%	12.0%	13.0%	22.8%	-
青年期 女	134	7.5%	21.6%	26.1%	11.2%	12.7%	20.1%	0.7%
壮年期 男	170	6.5%	22.4%	31.2%	15.3%	14.1%	9.4%	1.2%
壮年期 女	210	6.2%	36.2%	27.6%	9.0%	8.6%	11.9%	0.5%
高齢期 男	175	10.9%	30.3%	29.7%	10.3%	8.6%	9.7%	0.6%
高齢期 女	201	9.0%	30.3%	29.4%	9.0%	9.0%	11.4%	2.0%
一般性年代無回答	6	16.7%	16.7%	16.7%	16.7%	16.7%	16.7%	-

7. 地域活動について

(2) 地域（自治会）の集まりや行事への参加状況

問 あなたは、現在、地域（自治会）の集まりや行事などに参加していますか。
 （選択は1つだけ） 〈一般市民：問43〉

地域（自治会）の集まりや行事の参加状況は、「参加していない」が全世代で6割を超えている。



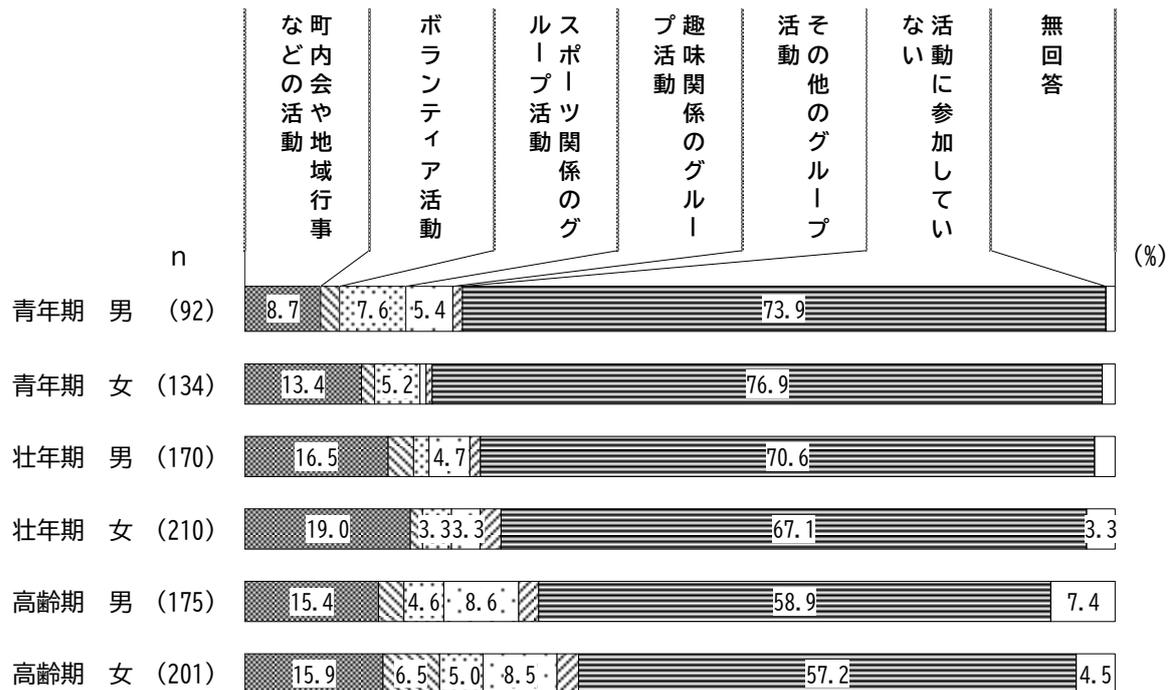
	調査数	参加している	現在は参加していないが、今後、参加したい	参加していない	無回答
青年期 男	92	12.0%	10.9%	77.2%	-
青年期 女	134	12.7%	11.2%	76.1%	-
壮年期 男	170	20.0%	8.8%	70.6%	0.6%
壮年期 女	210	27.6%	6.2%	66.2%	-
高齢期 男	175	29.7%	7.4%	62.9%	-
高齢期 女	201	30.8%	3.0%	65.2%	1.0%
一般性年代無回答	6	-	-	83.3%	16.7%

(3) 社会活動の参加状況

問 あなたは、次のような社会活動に参加していますか。(選択は1つだけ)

〈一般市民：問44〉

社会活動の参加状況は、「活動に参加していない」が全世代で最も高くなっている。



	調査数	町内会や地域行事などの活動	ボランティア活動	スポーツ関係のグループ活動	趣味関係のグループ活動	その他のグループ活動	活動に参加していない	無回答
青年期 男	92	8.7%	2.2%	7.6%	5.4%	1.1%	73.9%	1.1%
青年期 女	134	13.4%	1.5%	5.2%	0.7%	0.7%	76.9%	1.5%
壮年期 男	170	16.5%	2.9%	1.8%	4.7%	1.2%	70.6%	2.4%
壮年期 女	210	19.0%	1.4%	3.3%	3.3%	2.4%	67.1%	3.3%
高齢期 男	175	15.4%	2.9%	4.6%	8.6%	2.3%	58.9%	7.4%
高齢期 女	201	15.9%	6.5%	5.0%	8.5%	2.5%	57.2%	4.5%
一般性年代無回答	6	-	-	-	-	-	83.3%	16.7%

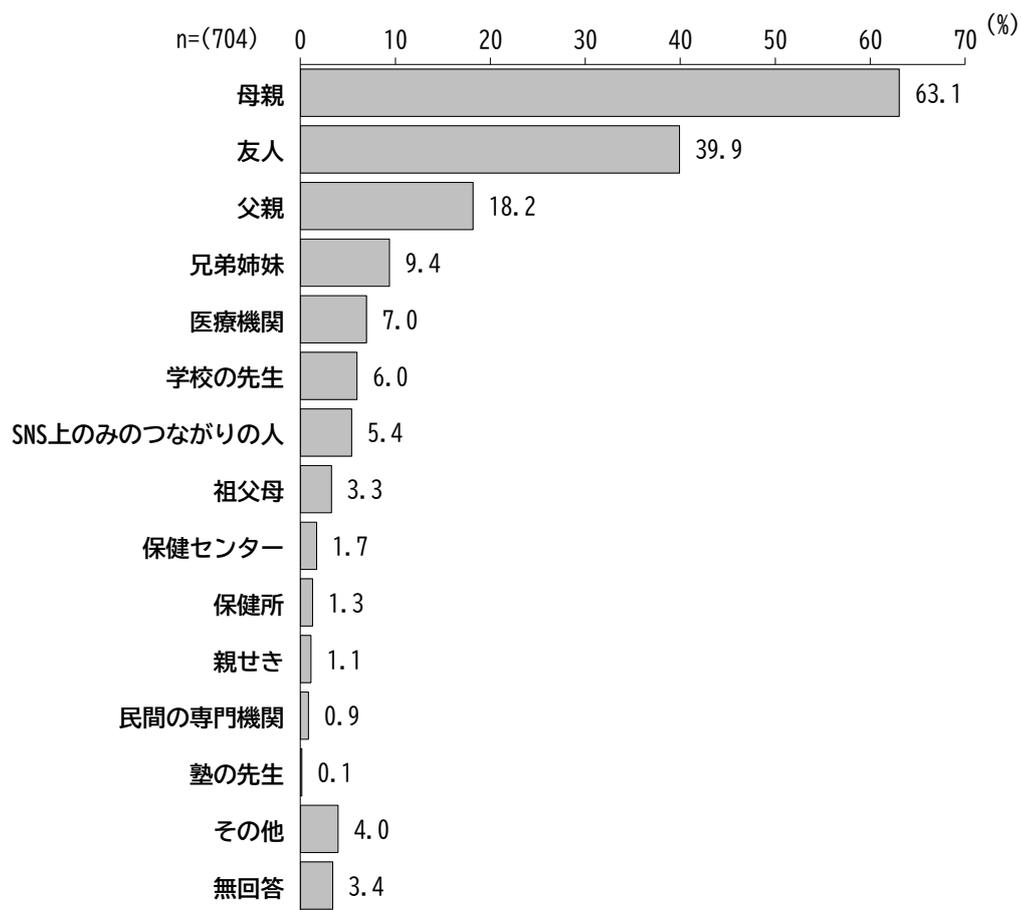
8. からだや性について

8. からだや性について

(1) からだの変化や性についての相談先

問 からだの変化や性について、誰かに相談するとしたら誰（どこ）に相談したいと
 思いますか。（選択は3つまで） 〈中学生・15-18歳：問27〉

からだの変化や性について相談の相談先は、全体で「母親」が63.1%と最も高く、次いで「友人」が39.9%、「父親」が18.2%などとなっている。



	調査数	母親	友人	父親	兄弟姉妹	医療機関	学校の先生	SNS上のみ つながりの人	祖父母	保健センター
全体	704	63.1%	39.9%	18.2%	9.4%	7.0%	6.0%	5.4%	3.3%	1.7%
中学生	281	70.1%	29.5%	23.1%	9.3%	3.9%	7.1%	3.9%	4.3%	1.1%
15-18歳	423	58.4%	46.8%	14.9%	9.5%	9.0%	5.2%	6.4%	2.6%	2.1%

	保健所	親せき	民間の専門機関	塾の先生	その他	無回答
全体	1.3%	1.1%	0.9%	0.1%	4.0%	3.4%
中学生	-	1.4%	0.7%	0.4%	2.1%	7.1%
15-18歳	2.1%	0.9%	0.9%	-	5.2%	0.9%

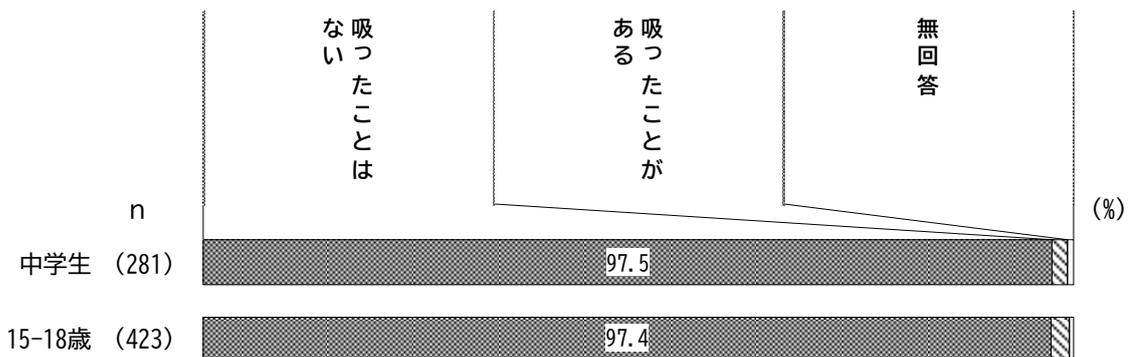
9. たばことアルコールについて

9. たばことアルコールについて

(1) 喫煙経験

問 あなたは、たばこを吸ったことがありますか。(選択は1つだけ)
 〈中学生・15-18歳：問28〉

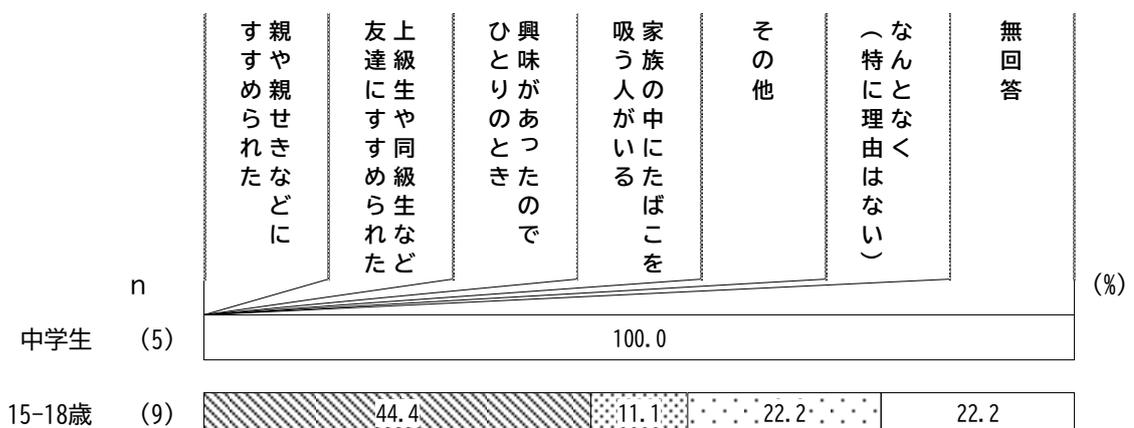
喫煙経験は、中学生、15-18歳ともに「吸ったことはない」が9割半ばを超えている。



	調査数	吸ったことはない	吸ったことがある	無回答
中学生	281	97.5%	1.8%	0.7%
15-18歳	423	97.4%	2.1%	0.5%

(2) 喫煙のきっかけ

【前問で「吸ったことがある」と答えた方のみ】
 問 たばこをはじめて吸ったときのきっかけはなんですか。(選択は1つだけ)
 〈中学生・15-18歳：問28-1〉



※回答数が30未満は、参考数値として掲載している。

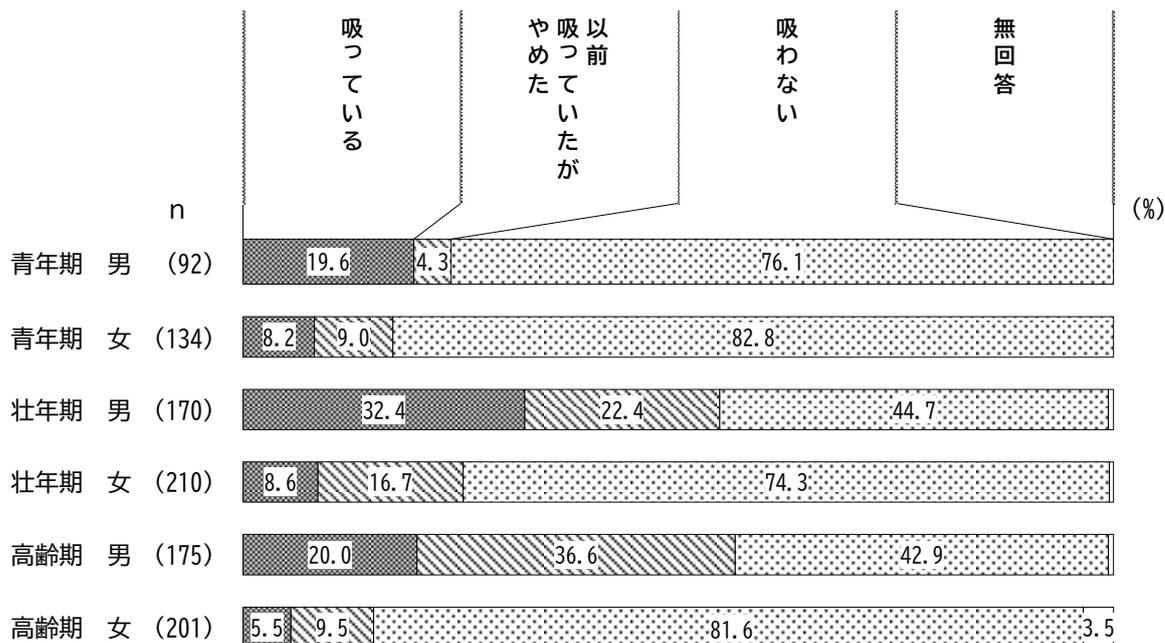
	調査数	親や親せきなどにすすめられた	上級生や同級生などにすすめられた	興味があつたとき	家族の中にたばこを吸う人がいる	その他	なんとなく(特に理由はない)	無回答
中学生	5	-	-	-	-	-	-	100.0%
15-18歳	9	-	44.4%	11.1%	22.2%	-	-	22.2%

9. たばことアルコールについて

(3) 喫煙の状況

問 あなたは、ふだんたばこ（電子たばこを含む）を吸いますか。（選択は1つだけ）
 〈一般市民：問32〉

喫煙の状況は、「吸わない」が青年期女で82.8%と最も高くなっている。



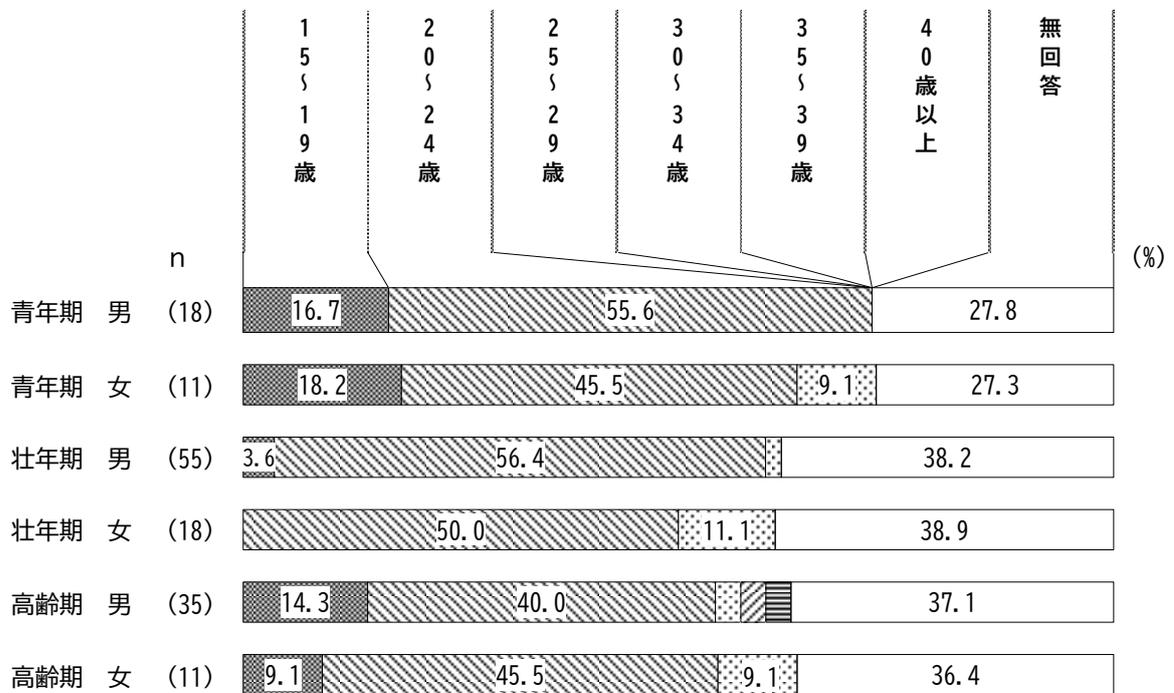
	調査数	吸っている	以前吸っていたがやめた	吸わない	無回答
青年期 男	92	19.6%	4.3%	76.1%	-
青年期 女	134	8.2%	9.0%	82.8%	-
壮年期 男	170	32.4%	22.4%	44.7%	0.6%
壮年期 女	210	8.6%	16.7%	74.3%	0.5%
高齢期 男	175	20.0%	36.6%	42.9%	0.6%
高齢期 女	201	5.5%	9.5%	81.6%	3.5%
一般性年代無回答	6	16.7%	50.0%	33.3%	-

【「吸っている」と答えた方のみ】

(喫煙継続中) 喫煙開始年齢

〈一般市民：問32〉

喫煙継続中の方の喫煙開始年齢は、「20～24歳」が壮年期男で56.4%と最も高くなっている。



※回答数が30未満は、参考数値として掲載している。

	調査数	15～19歳	20～24歳	25～29歳	30～34歳	35～39歳	40歳以上	無回答
青年期 男	18	16.7%	55.6%	-	-	-	-	27.8%
青年期 女	11	18.2%	45.5%	9.1%	-	-	-	27.3%
壮年期 男	55	3.6%	56.4%	1.8%	-	-	-	38.2%
壮年期 女	18	-	50.0%	11.1%	-	-	-	38.9%
高齢期 男	35	14.3%	40.0%	2.9%	-	2.9%	2.9%	37.1%
高齢期 女	11	9.1%	45.5%	9.1%	-	-	-	36.4%
一般性年代無回答	1	-	-	-	-	-	-	100.0%

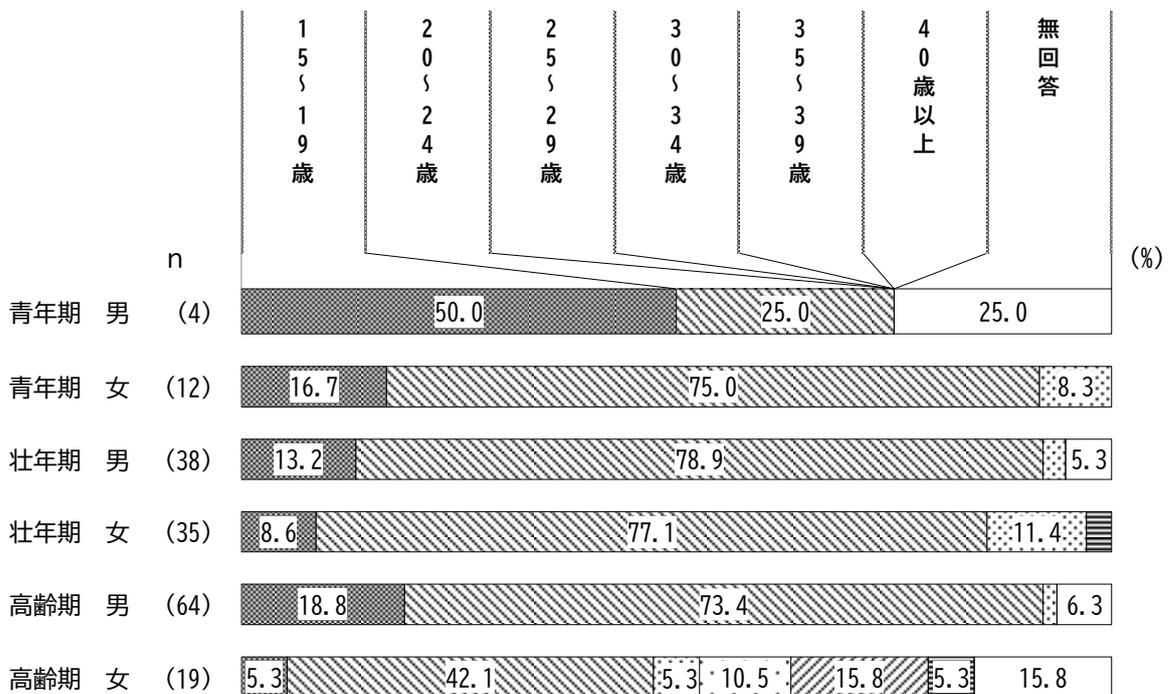
9. たばことアルコールについて

【「以前吸っていたがやめた」と答えた方のみ】

(禁煙中) 喫煙開始年齢

〈一般市民：問32〉

禁煙中の方の喫煙開始年齢は、「20～24歳」が壮年期男で78.9%と最も高くなっている。

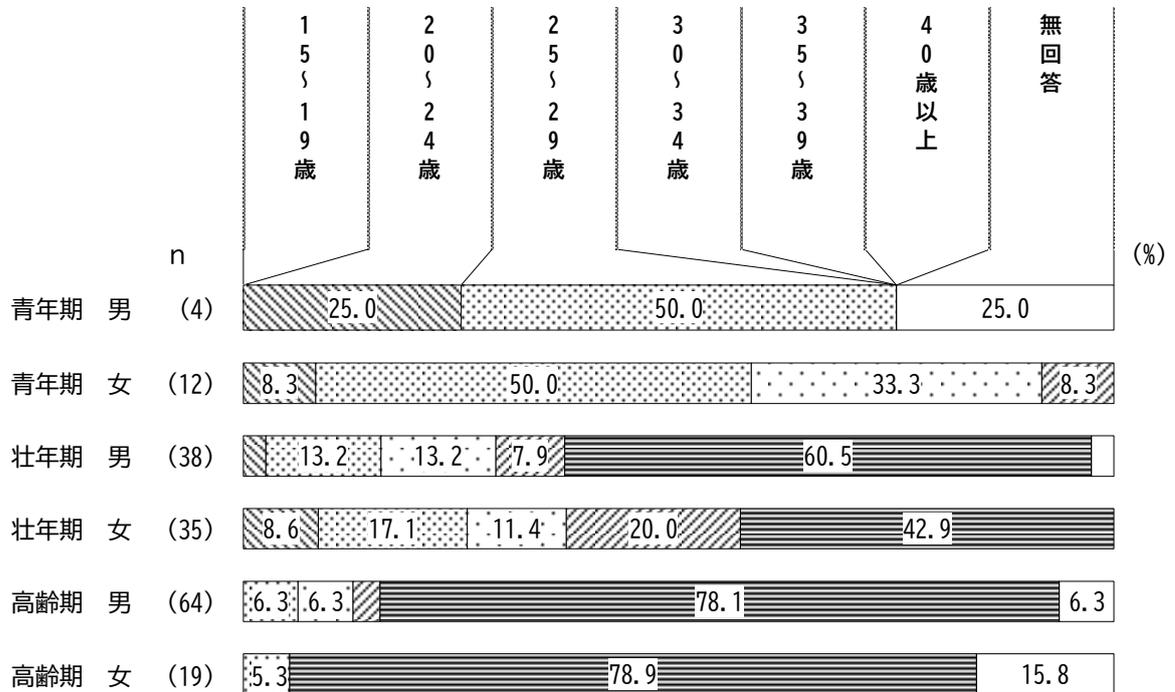


※回答数が30未満は、参考数値として掲載している。

	調査数	15～19歳	20～24歳	25～29歳	30～34歳	35～39歳	40歳以上	無回答
青年期 男	4	50.0%	25.0%	-	-	-	-	25.0%
青年期 女	12	16.7%	75.0%	8.3%	-	-	-	-
壮年期 男	38	13.2%	78.9%	2.6%	-	-	-	5.3%
壮年期 女	35	8.6%	77.1%	11.4%	-	-	2.9%	-
高齢期 男	64	18.8%	73.4%	1.6%	-	-	-	6.3%
高齢期 女	19	5.3%	42.1%	5.3%	10.5%	15.8%	5.3%	15.8%
一般性年代無回答	3	33.3%	33.3%	-	-	-	-	33.3%

(禁煙中) 喫煙終了年齢

〈一般市民：問32〉



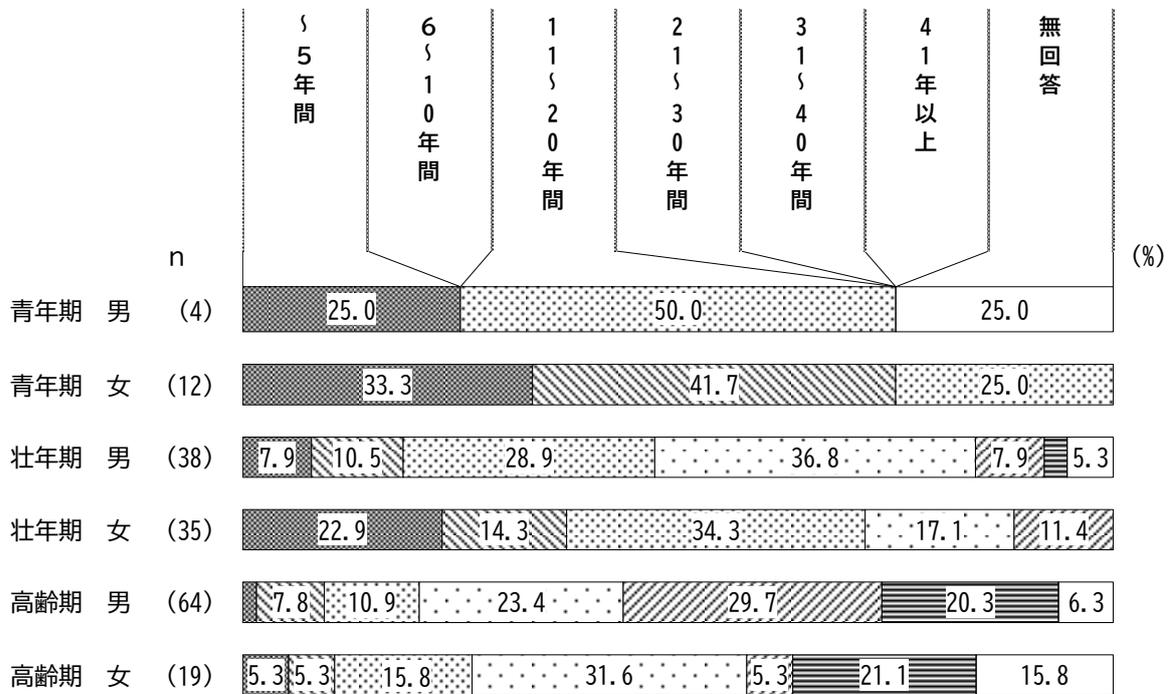
※回答数が30未満は、参考数値として掲載している。

	調査数	15~19歳	20~24歳	25~29歳	30~34歳	35~39歳	40歳以上	無回答
青年期 男	4	-	25.0%	50.0%	-	-	-	25.0%
青年期 女	12	-	8.3%	50.0%	33.3%	8.3%	-	-
壮年期 男	38	-	2.6%	13.2%	13.2%	7.9%	60.5%	2.6%
壮年期 女	35	-	8.6%	17.1%	11.4%	20.0%	42.9%	-
高齢期 男	64	-	-	6.3%	6.3%	3.1%	78.1%	6.3%
高齢期 女	19	-	-	5.3%	-	-	78.9%	15.8%
一般性年代無回答	3	-	-	-	33.3%	-	66.7%	-

9. たばことアルコールについて

(禁煙中) 喫煙期間

禁煙中の方の喫煙期間は、「21～30年間」が壮年期男で36.8%と最も高くなっている。



※回答数が30未満は、参考数値として掲載している。

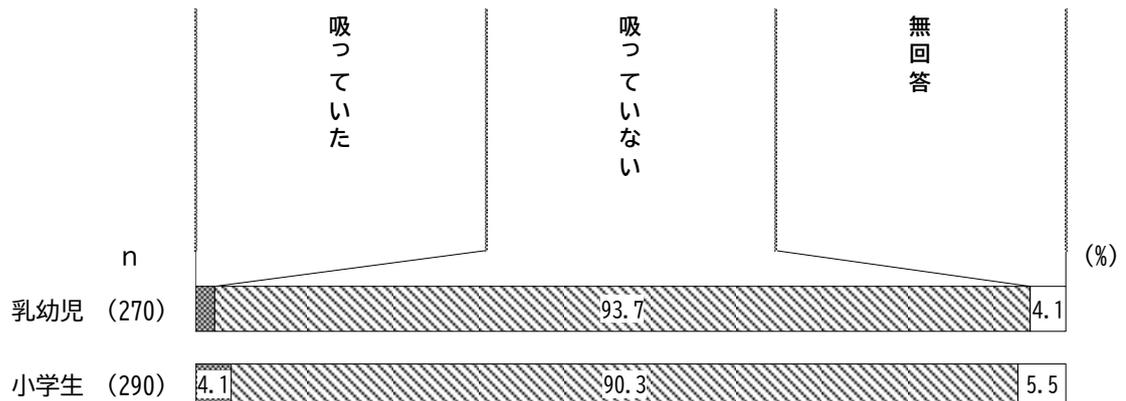
	調査数	～5年間	6～10年間	11～20年間	21～30年間	31～40年間	41年以上	無回答
青年期 男	4	25.0%	-	50.0%	-	-	-	25.0%
青年期 女	12	33.3%	41.7%	25.0%	-	-	-	-
壮年期 男	38	7.9%	10.5%	28.9%	36.8%	7.9%	2.6%	5.3%
壮年期 女	35	22.9%	14.3%	34.3%	17.1%	11.4%	-	-
高齢期 男	64	7.8%	10.9%	23.4%	29.7%	20.3%	6.3%	-
高齢期 女	19	5.3%	5.3%	15.8%	31.6%	5.3%	21.1%	15.8%
一般性年代無回答	3	-	-	-	33.3%	33.3%	-	33.3%

(4) 妊娠中の喫煙の状況

※女性の方にうかがいます。

問 妊娠中、たばこを吸っていましたか。(選択は1つだけ)〈乳幼児・小学生：問39〉

妊娠中の喫煙は、「吸っていない」が9割を占めている。



	調査票	吸っていた	吸っていない	無回答
乳幼児	270	2.2%	93.7%	4.1%
小学生	290	4.1%	90.3%	5.5%

9. たばことアルコールについて

(5) 副流煙の周囲への影響について

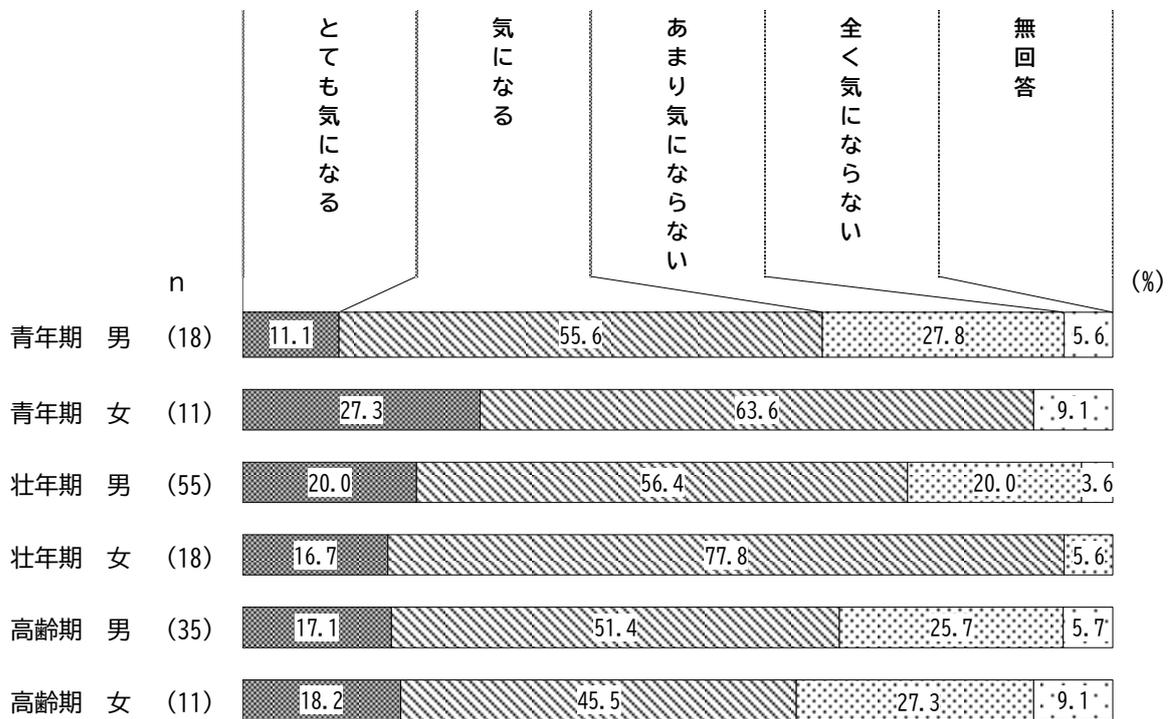
【前問で「吸っている」と答えた方のみ】

問 あなたのたばこの煙が周囲の人に与える影響についてどう思いますか。

(選択は1つだけ)

〈一般市民：問32-1〉

たばこの煙が周囲の人に与える影響については、「とても気になる」と「気になる」を合わせた『気になる』で、6割を超えている。



※回答数30未満は、参考数値として掲載している。

	調査数	とても気になる	気になる	あまり気にならない	全く気にならない	無回答
青年期 男	18	11.1%	55.6%	27.8%	5.6%	-
青年期 女	11	27.3%	63.6%	-	9.1%	-
壮年期 男	55	20.0%	56.4%	20.0%	3.6%	-
壮年期 女	18	16.7%	77.8%	5.6%	-	-
高齢期 男	35	17.1%	51.4%	25.7%	5.7%	-
高齢期 女	11	18.2%	45.5%	27.3%	9.1%	-
一般性年代無回答	1	-	100.0%	-	-	-

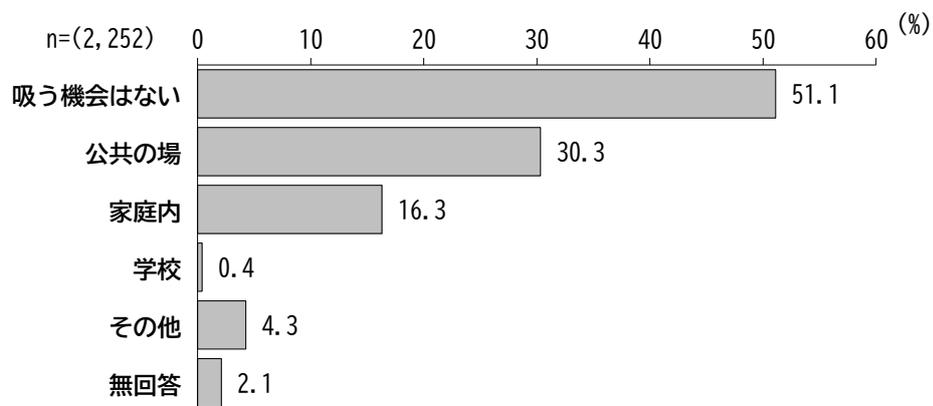
(6) 受動喫煙をする機会

問 あなたは、(あなたのお子さんが)、他人のたばこの煙を吸う(受動喫煙)機会がありますか。(選択はいくつでも)

〈乳幼児・小学生：問29／中学生・15-18歳：問29／一般市民：問33〉

※「受動喫煙」とは、たばこを吸わない人が自分の意思に関係なく喫煙者の煙を吸ってしまうことをいいます。

受動喫煙をする機会は、全体で「吸う機会はない」が51.1%と最も高く、次いで「公共の場」が30.3%、「家庭内」が16.3%などとなっている。



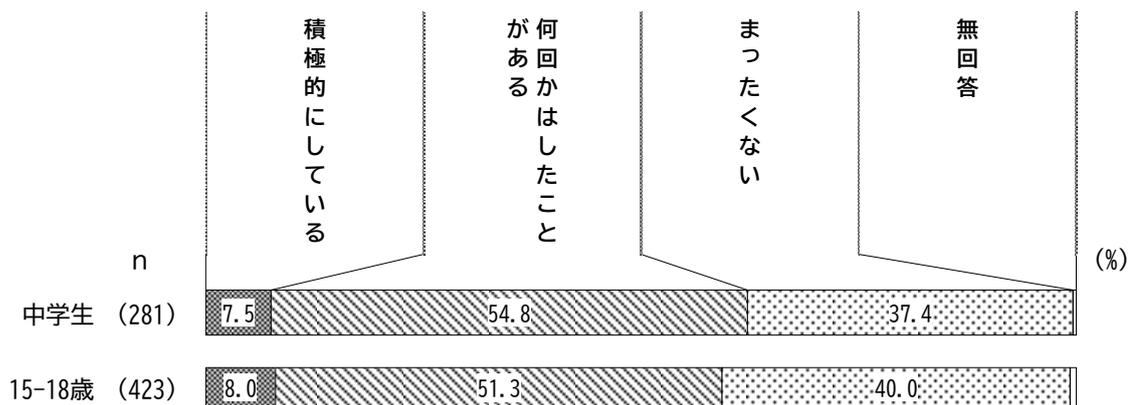
	調査数	吸う機会 はない	公共の場	家庭内	学校	その他	無回答
全 体	2,252	51.1%	30.3%	16.3%	0.4%	4.3%	2.1%
乳幼児	270	63.3%	21.5%	14.4%	-	3.0%	0.4%
小学生	290	61.4%	19.3%	16.9%	-	5.5%	0.3%
中学生	281	46.6%	30.2%	27.0%	0.7%	2.5%	1.4%
15-18歳	423	39.7%	43.7%	22.2%	0.2%	0.7%	0.7%
青年期 男	92	42.4%	42.4%	9.8%	3.3%	5.4%	1.1%
青年期 女	134	44.8%	41.8%	12.7%	-	5.2%	0.7%
壮年期 男	170	33.5%	47.6%	7.1%	0.6%	9.4%	3.5%
壮年期 女	210	47.6%	28.6%	21.4%	0.5%	5.2%	1.9%
高齢期 男	175	61.1%	18.3%	7.4%	0.6%	8.6%	5.1%
高齢期 女	201	68.2%	14.4%	6.5%	-	3.5%	8.5%
一般性年代無回答	6	50.0%	33.3%	-	-	16.7%	-

9. たばことアルコールについて

(7) 喫煙が健康に及ぼす影響について家族内での共有

問 これまでに、喫煙が健康に及ぼす影響について、家族と話をしたことはありますか。(選択は1つだけ) 〈中学生・15-18歳：問30〉

喫煙が健康に及ぼす影響について、家族と話をしたことは、「何回かはしたことがある」が中学生で54.8%、15-18歳で51.3%となっている。

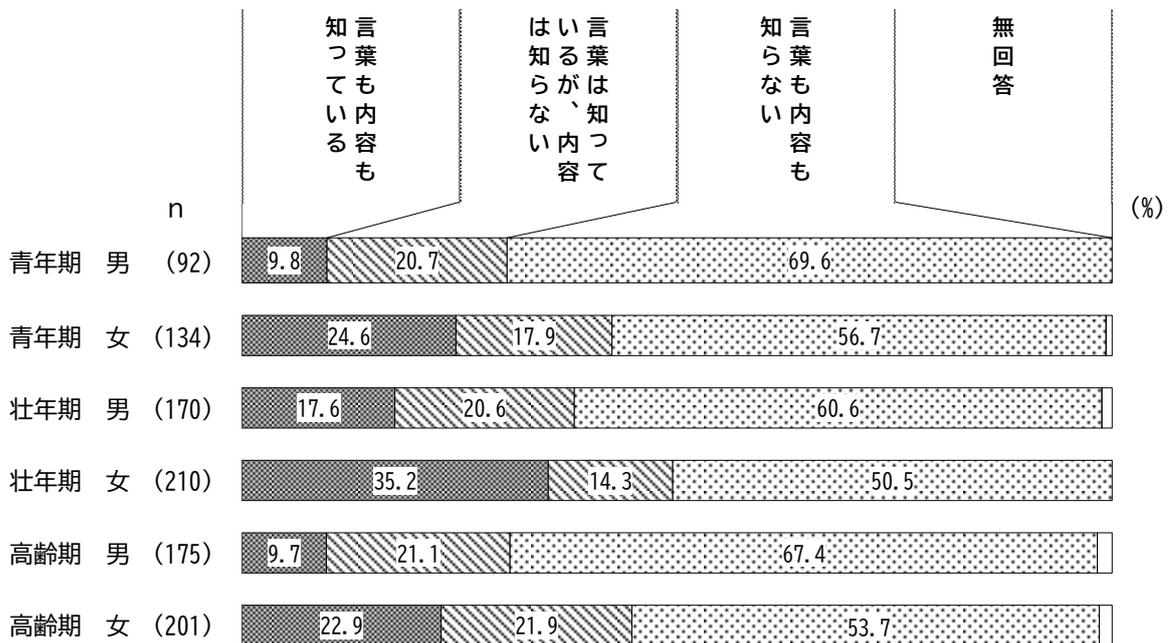


	調査数	積極的にしている	何回かはしたことがある	まったくない	無回答
中学生	281	7.5%	54.8%	37.4%	0.4%
15-18歳	423	8.0%	51.3%	40.0%	0.7%

(8) COPDという言葉や内容の認知度

問 COPD(慢性閉塞性肺疾患)という言葉や内容を知っていますか。(選択は1つだけ)
 〈一般市民：問34〉
 ※「COPD（慢性閉塞性肺疾患）とは、たばこなどの有害物質の吸入により肺に炎症が起き、呼吸がしにくくなる病気です。」

COPD（慢性閉塞性肺疾患）の認知度は、全世代で「言葉も内容も知らない」が最も高くなっている。



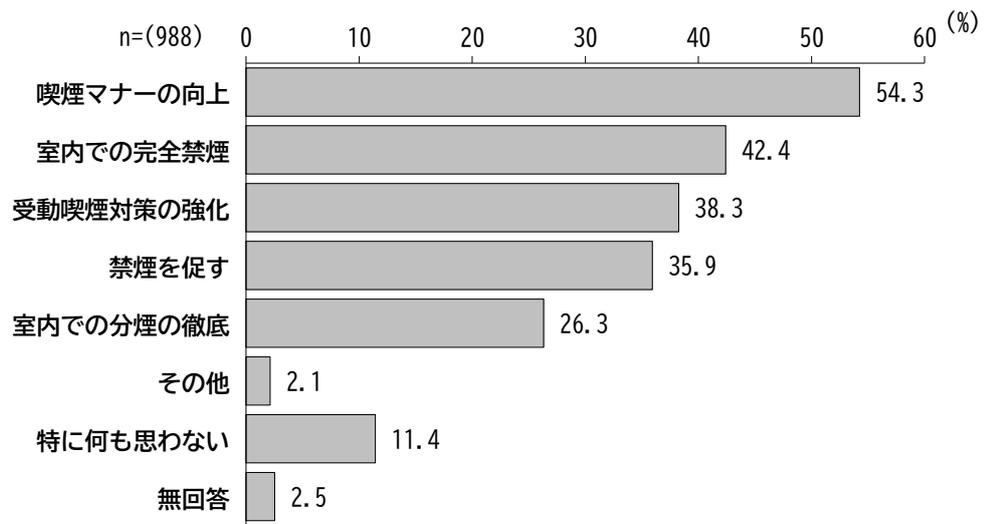
	調査数	言葉も内容も知っている	言葉は知っているが、内容は知らない	言葉も内容も知らない	無回答
青年期 男	92	9.8%	20.7%	69.6%	-
青年期 女	134	24.6%	17.9%	56.7%	0.7%
壮年期 男	170	17.6%	20.6%	60.6%	1.2%
壮年期 女	210	35.2%	14.3%	50.5%	-
高齢期 男	175	9.7%	21.1%	67.4%	1.7%
高齢期 女	201	22.9%	21.9%	53.7%	1.5%
一般性年代無回答	6	16.7%	16.7%	66.7%	-

9. たばことアルコールについて

(9) COPD予防に必要な対策

問 あなたは、「COPD(慢性閉塞性肺疾患)」にならないためには、どのような対策が必要だと思いますか。(選択はいくつでも) 〈一般市民：問35〉

「COPD (慢性閉塞性肺疾患)」予防に必要な対策は、全体で「喫煙マナーの向上」が54.3%と最も高く、次いで「室内での完全禁煙」が42.4%、「受動喫煙対策の強化」が38.3%などとなっている。

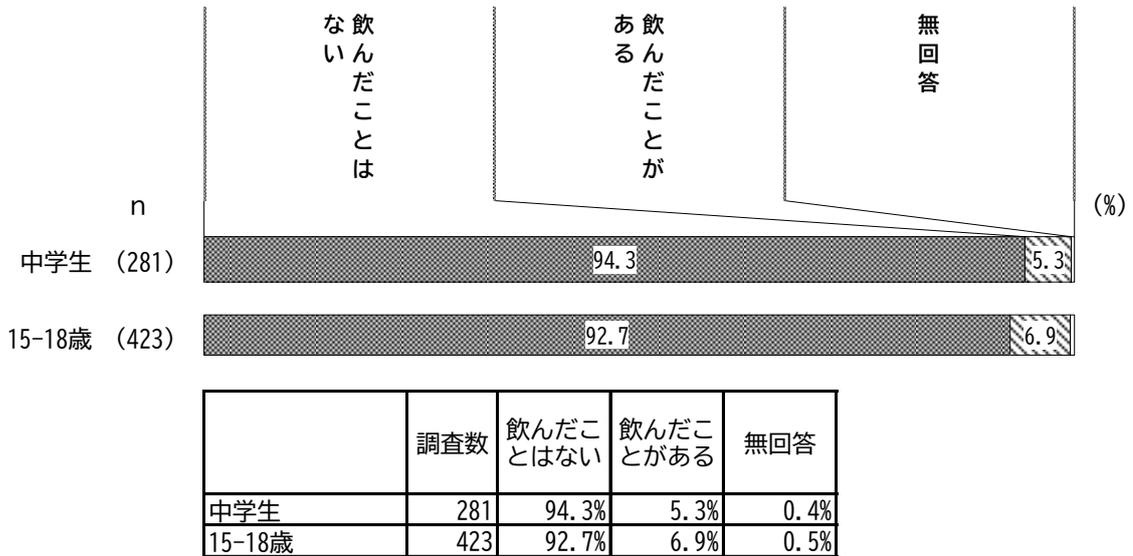


	調査数	喫煙マナーの向上	室内での完全禁煙	受動喫煙対策の強化	禁煙を促す	室内での分煙の徹底	その他	特に何も思わない	無回答
全体	988	54.3%	42.4%	38.3%	35.9%	26.3%	2.1%	11.4%	2.5%
青年期 男	92	55.4%	32.6%	35.9%	29.3%	45.7%	1.1%	16.3%	1.1%
青年期 女	134	67.2%	38.1%	46.3%	38.1%	36.6%	3.7%	9.7%	-
壮年期 男	170	52.9%	38.8%	40.0%	34.7%	30.6%	1.2%	11.8%	2.9%
壮年期 女	210	57.1%	44.8%	44.8%	41.0%	23.8%	2.9%	8.1%	0.5%
高齢期 男	175	45.7%	36.0%	32.6%	32.6%	16.6%	1.1%	21.1%	4.6%
高齢期 女	201	50.7%	56.7%	31.3%	36.3%	18.4%	2.0%	5.0%	4.5%
一般性年代無回答	6	50.0%	16.7%	16.7%	33.3%	16.7%	16.7%	16.7%	16.7%

(10) 飲酒経験の有無

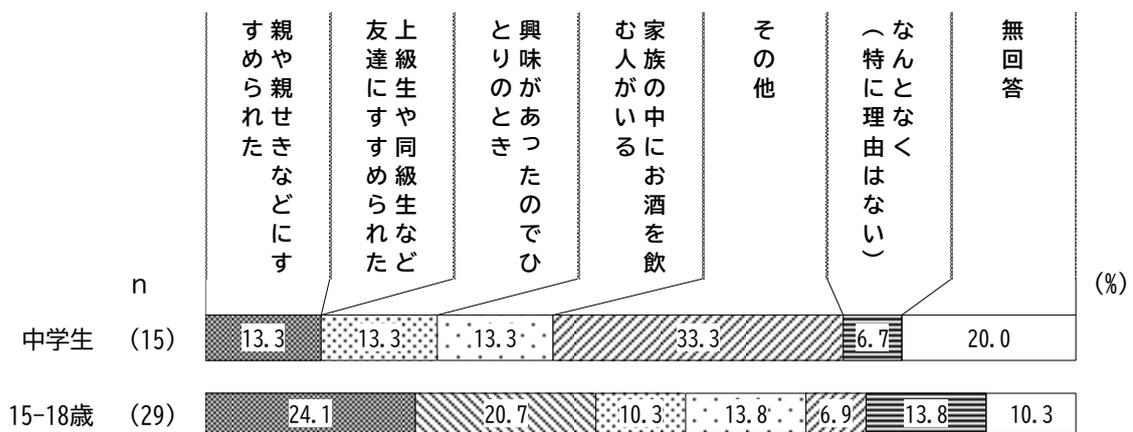
問 あなたは、お酒を飲んだことがありますか。(選択は1つだけ)
 〈中学生・15-18歳：問31〉

飲酒の経験は、中学生、15-18歳ともに「飲んだことはない」が9割以上を占めている。



(11) 飲酒のきっかけ

【前問で「飲んだことがある」と答えた方のみ】
 問 お酒をはじめて飲んだときのきっかけはなんですか。(選択は1つだけ)
 〈中学生・15-18歳：問31-1〉



※回答数が30未満は、参考数値として掲載している。

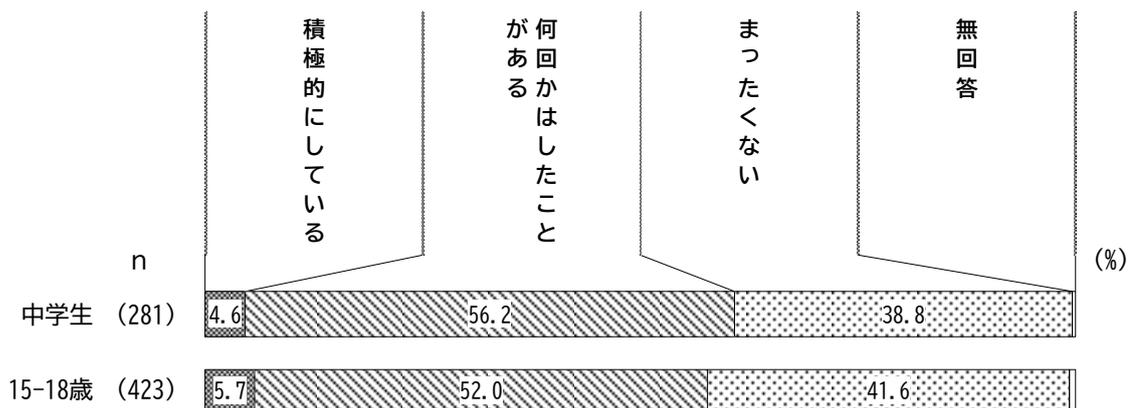
	調査数	親や親せきなどにすすめられた	上級生や同級生など友達にすすめられた	興味があつたのでひとり	家族の中にお酒を飲む人がいる	その他	なんとなく(特に理由はない)	無回答
中学生	15	13.3%	-	13.3%	13.3%	33.3%	6.7%	20.0%
15-18歳	29	24.1%	20.7%	10.3%	13.8%	6.9%	13.8%	10.3%

9. たばことアルコールについて

(12) 飲酒が健康に及ぼす影響について家族内での共有

問 これまでに、お酒が健康におよぼす影響について、家族と話をしたことはありますか。(選択は1つだけ) 〈中学生・15-18歳：問32〉

飲酒が健康におよぼす影響について、家族と話をしたことは、「何回かはしたことがある」が中学生で56.2%、15-18歳で52.0%となっている。

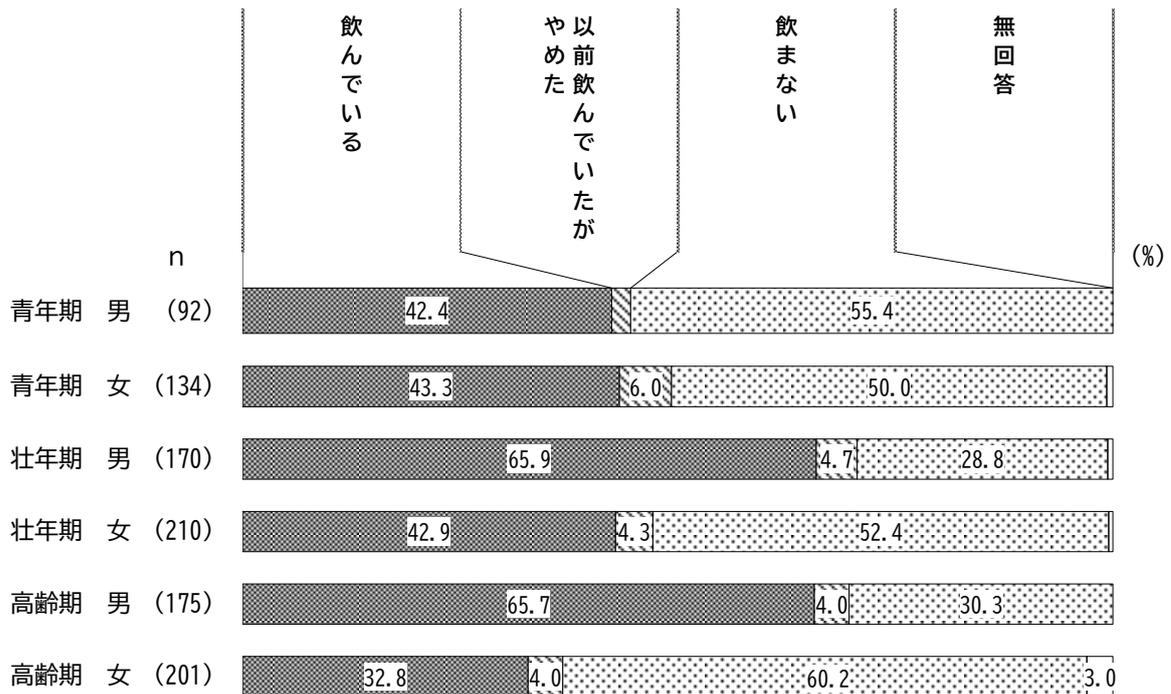


	調査数	積極的に行っている	何回かはしたことがある	まったくない	無回答
中学生	281	4.6%	56.2%	38.8%	0.4%
15-18歳	423	5.7%	52.0%	41.6%	0.7%

(13) 飲酒の状況

問 あなたは、ふだんアルコール類（ビール、日本酒、ウイスキー、ワインなどの酒類）を飲みますか。（選択は1つだけ）
 〈一般市民：問36〉

飲酒の状況は、「飲んでいる」が壮年期男で65.9%と最も高くなっている。



	調査数	飲んでいる	以前飲んでいたがやめた	飲まない	無回答
青年期 男	92	42.4%	2.2%	55.4%	-
青年期 女	134	43.3%	6.0%	50.0%	0.7%
壮年期 男	170	65.9%	4.7%	28.8%	0.6%
壮年期 女	210	42.9%	4.3%	52.4%	0.5%
高齢期 男	175	65.7%	4.0%	30.3%	-
高齢期 女	201	32.8%	4.0%	60.2%	3.0%
一般性年代無回答	6	33.3%	16.7%	50.0%	-

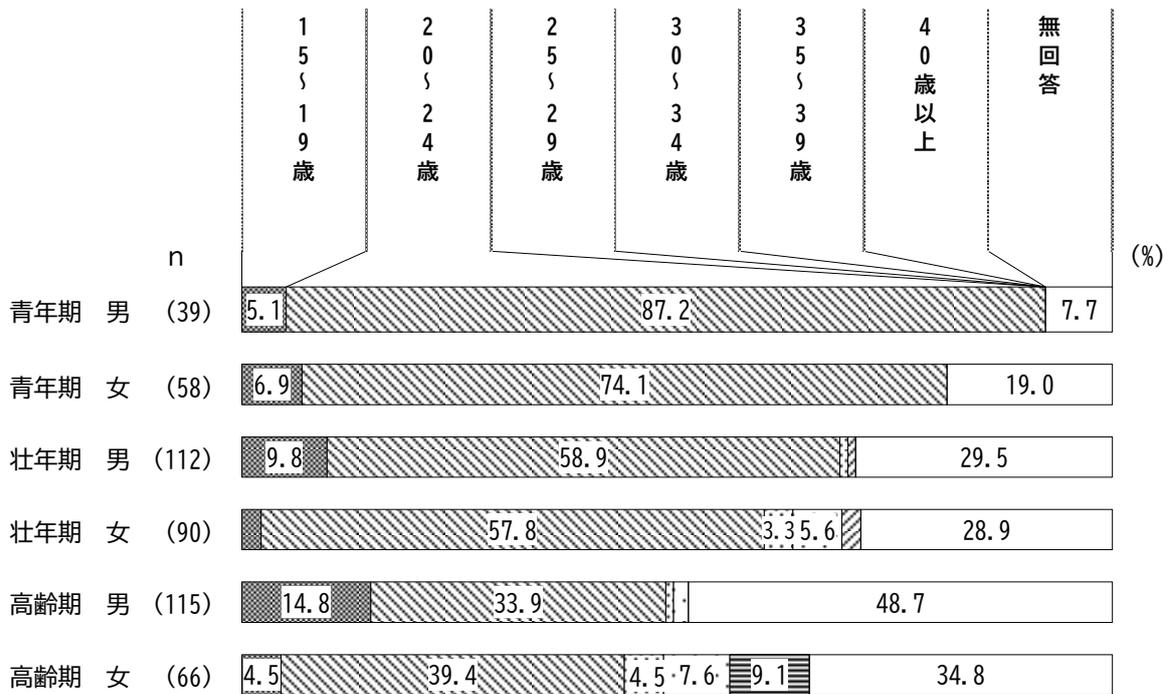
9. たばことアルコールについて

【「飲んでいる」と答えた方のみ】

(飲酒継続中) 飲酒開始年齢

〈一般市民：問36〉

飲酒継続中の方の飲酒開始年齢は、「20～24歳」が全年代で最も高くなっている。

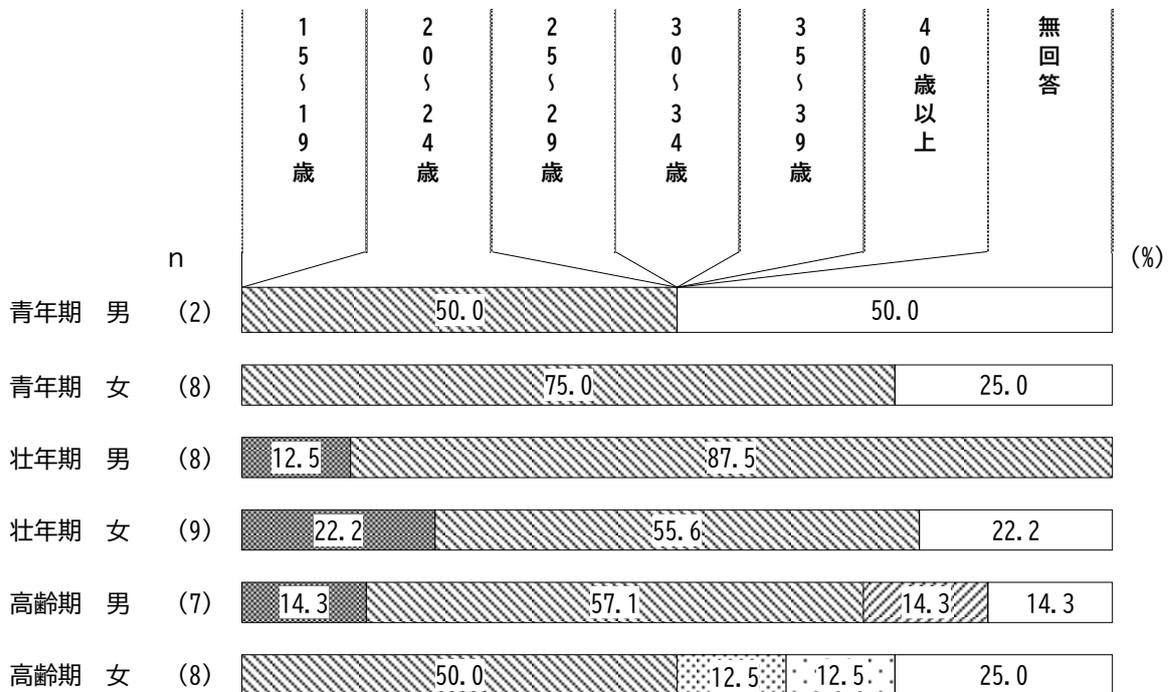


	調査数	15～19歳	20～24歳	25～29歳	30～34歳	35～39歳	40歳以上	無回答
青年期 男	39	5.1%	87.2%	-	-	-	-	7.7%
青年期 女	58	6.9%	74.1%	-	-	-	-	19.0%
壮年期 男	112	9.8%	58.9%	0.9%	-	0.9%	-	29.5%
壮年期 女	90	2.2%	57.8%	3.3%	5.6%	2.2%	-	28.9%
高齢期 男	115	14.8%	33.9%	0.9%	1.7%	-	-	48.7%
高齢期 女	66	4.5%	39.4%	4.5%	7.6%	-	9.1%	34.8%
一般性年代無回答	2	-	-	-	-	-	-	100.0%

【「以前飲んでいたがやめた」と答えた方のみ】

(禁酒中) 飲酒開始年齢

〈一般市民：問36〉



※回答数30未満は、参考数値として掲載している。

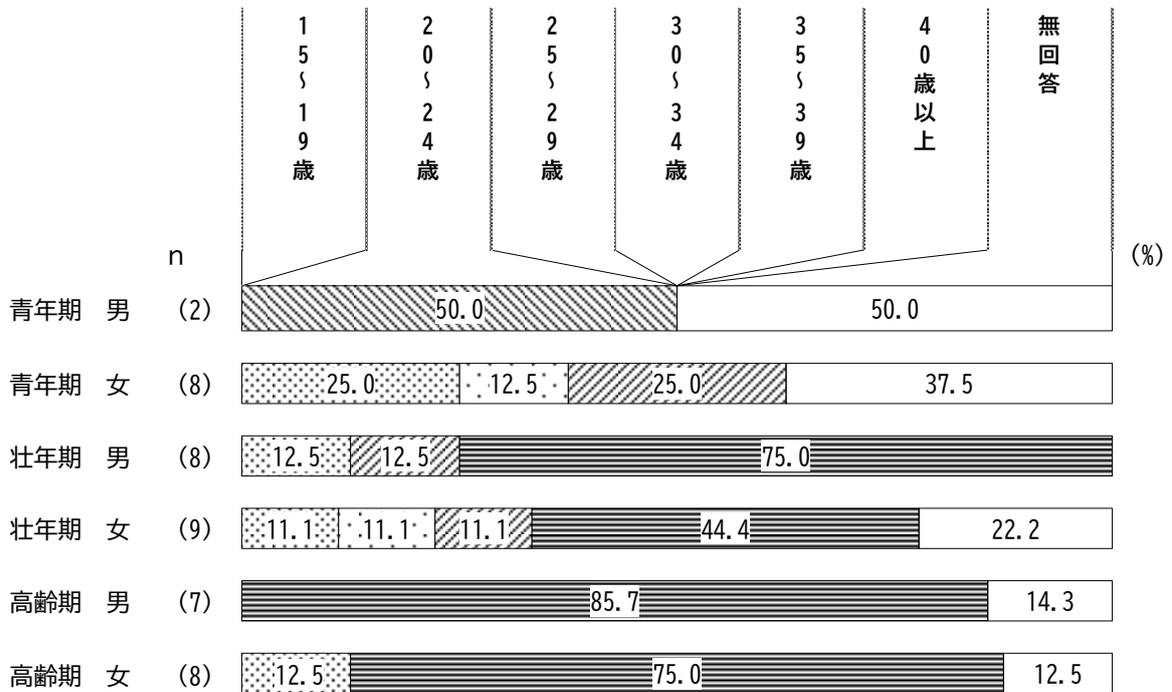
	調査数	15~19歳	20~24歳	25~29歳	30~34歳	35~39歳	40歳以上	無回答
青年期 男	2	-	50.0%	-	-	-	-	50.0%
青年期 女	8	-	75.0%	-	-	-	-	25.0%
壮年期 男	8	12.5%	87.5%	-	-	-	-	-
壮年期 女	9	22.2%	55.6%	-	-	-	-	22.2%
高齢期 男	7	14.3%	57.1%	-	-	14.3%	-	14.3%
高齢期 女	8	-	50.0%	12.5%	12.5%	-	-	25.0%
一般性年代無回答	1	100.0%	-	-	-	-	-	-

9. たばことアルコールについて

【「以前飲んでいたがやめた」と答えた方のみ】

(禁酒中) 飲酒終了年齢

〈一般市民：問36〉



※回答数30未満は、参考数値として掲載している。

	調査数	15~19歳	20~24歳	25~29歳	30~34歳	35~39歳	40歳以上	無回答
青年期 男	2	-	50.0%	-	-	-	-	50.0%
青年期 女	8	-	-	25.0%	12.5%	25.0%	-	37.5%
壮年期 男	8	-	-	12.5%	-	12.5%	75.0%	-
壮年期 女	9	-	-	11.1%	11.1%	11.1%	44.4%	22.2%
高齢期 男	7	-	-	-	-	-	85.7%	14.3%
高齢期 女	8	-	-	12.5%	-	-	75.0%	12.5%
一般性年代無回答	1	-	-	-	-	-	100.0%	-

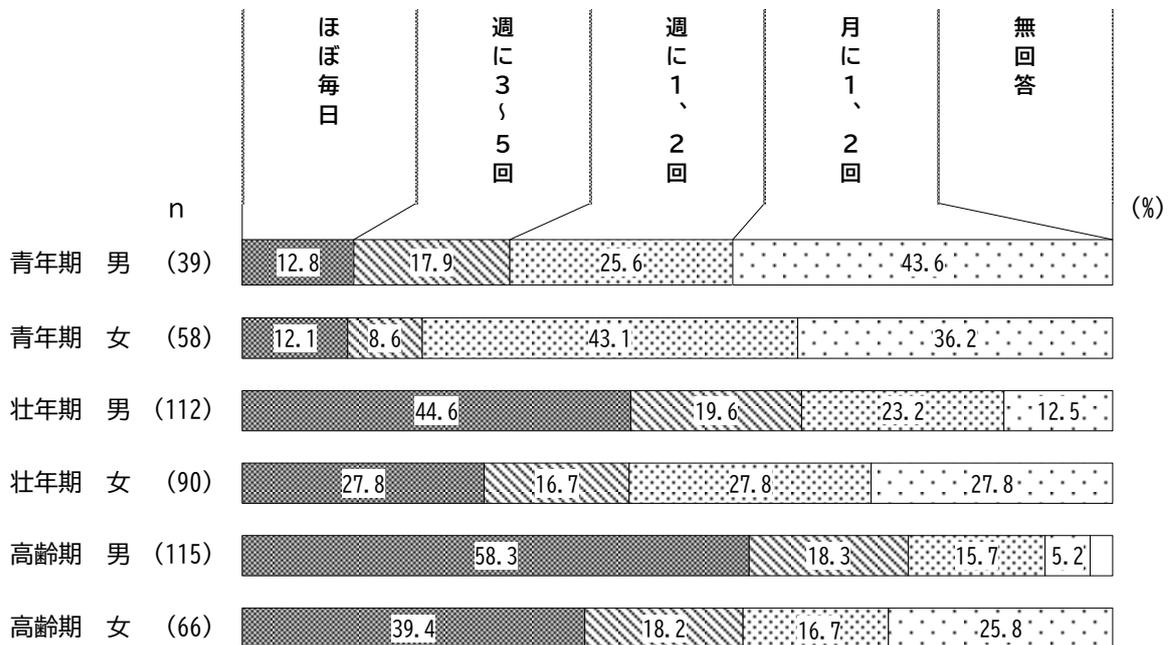
(14) 飲酒の頻度

【前問で「飲んでいる」と答え方のみ】

問 あなたがアルコール類を飲む回数ほどの程度ですか。(選択は1つだけ)

〈一般市民：問36-1〉

飲酒の頻度は、「ほぼ毎日」が高齢期男で58.3%と最も高くなっている。



	調査数	ほぼ毎日	週に3~5回	週に1、2回	月に1、2回	無回答
青年期 男	39	12.8%	17.9%	25.6%	43.6%	-
青年期 女	58	12.1%	8.6%	43.1%	36.2%	-
壮年期 男	112	44.6%	19.6%	23.2%	12.5%	-
壮年期 女	90	27.8%	16.7%	27.8%	27.8%	-
高齢期 男	115	58.3%	18.3%	15.7%	5.2%	2.6%
高齢期 女	66	39.4%	18.2%	16.7%	25.8%	-
一般性年代無回答	2	100.0%	-	-	-	-

9. たばことアルコールについて

(15) 1日の飲酒量

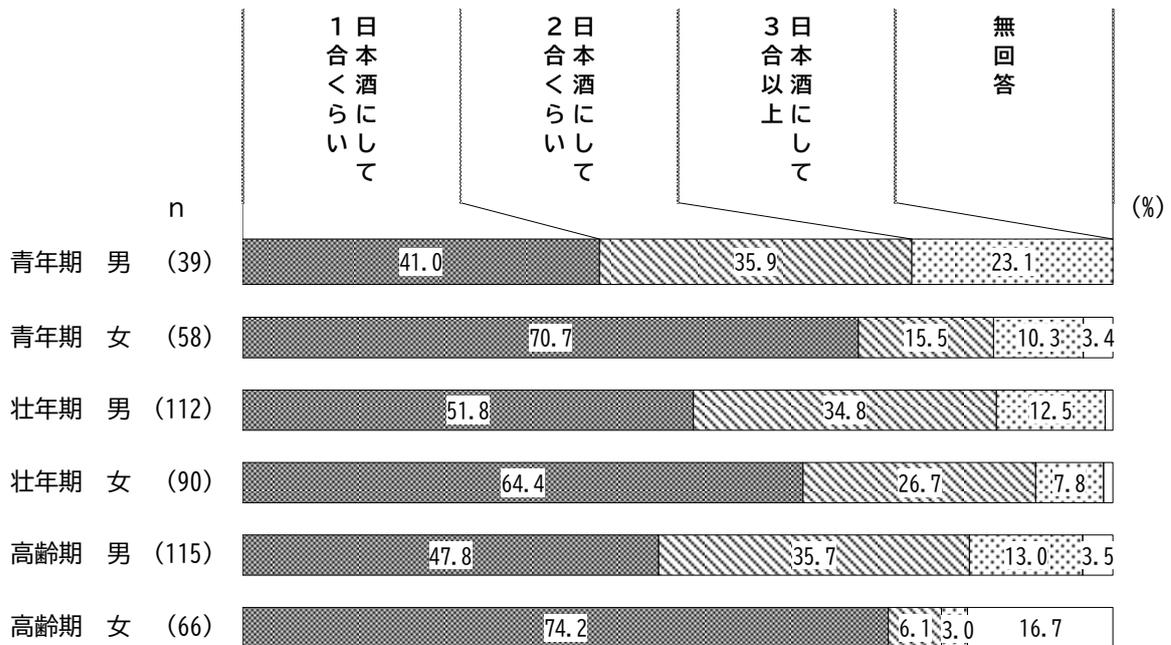
【前問で「飲んでいる」と答え方のみ】

問 1日（1回）につきどれくらいのお酒を飲みますか。過去1カ月の飲酒の状態を思い出して、あてはまる量を選んでください。（選択は1つだけ）

〈一般市民：問36-2〉

- 注) 日本酒1合（180ml）と同じ量とは・・・
- ・ビール 中瓶 1本（350ml缶なら1.8本）
 - ・ウイスキー ダブル1杯
 - ・焼酎（25度） 2/3合（120ml）
 - ・ワイン ワイングラス2杯（240ml）

一日の飲酒量は、「日本酒にして1合くらい」が高齢期女で74.2%と最も高くなっている。一方、「日本酒にして3合以上」は、青年期男が23.1%を占めている。

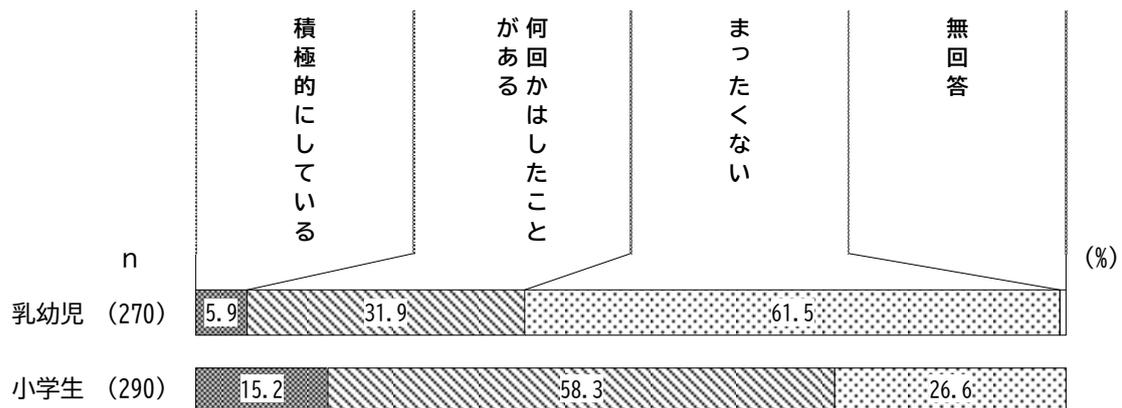


	調査数	日本酒にして1合くらい	日本酒にして2合くらい	日本酒にして3合以上	無回答
青年期 男	39	41.0%	35.9%	23.1%	-
青年期 女	58	70.7%	15.5%	10.3%	3.4%
壮年期 男	112	51.8%	34.8%	12.5%	0.9%
壮年期 女	90	64.4%	26.7%	7.8%	1.1%
高齢期 男	115	47.8%	35.7%	13.0%	3.5%
高齢期 女	66	74.2%	6.1%	3.0%	16.7%
一般性年代無回答	2	100.0%	-	-	-

(16) 喫煙や飲酒が健康に及ぼす影響について話したこと

問 これまでに、喫煙や飲酒が健康に及ぼす影響について、お子さんと話をしたことはありますか。(選択は1つだけ) 〈乳幼児・小学生：問35〉

喫煙や飲酒が健康に及ぼす影響についてお子さんと話をしたことの有無は、「何回かはしたことがある」が小学生で58.3%と高くなっている。



	調査票	積極的に行っている	何回かはしたことがある	まったくくない	無回答
乳幼児	270	5.9%	31.9%	61.5%	0.7%
小学生	290	15.2%	58.3%	26.6%	-

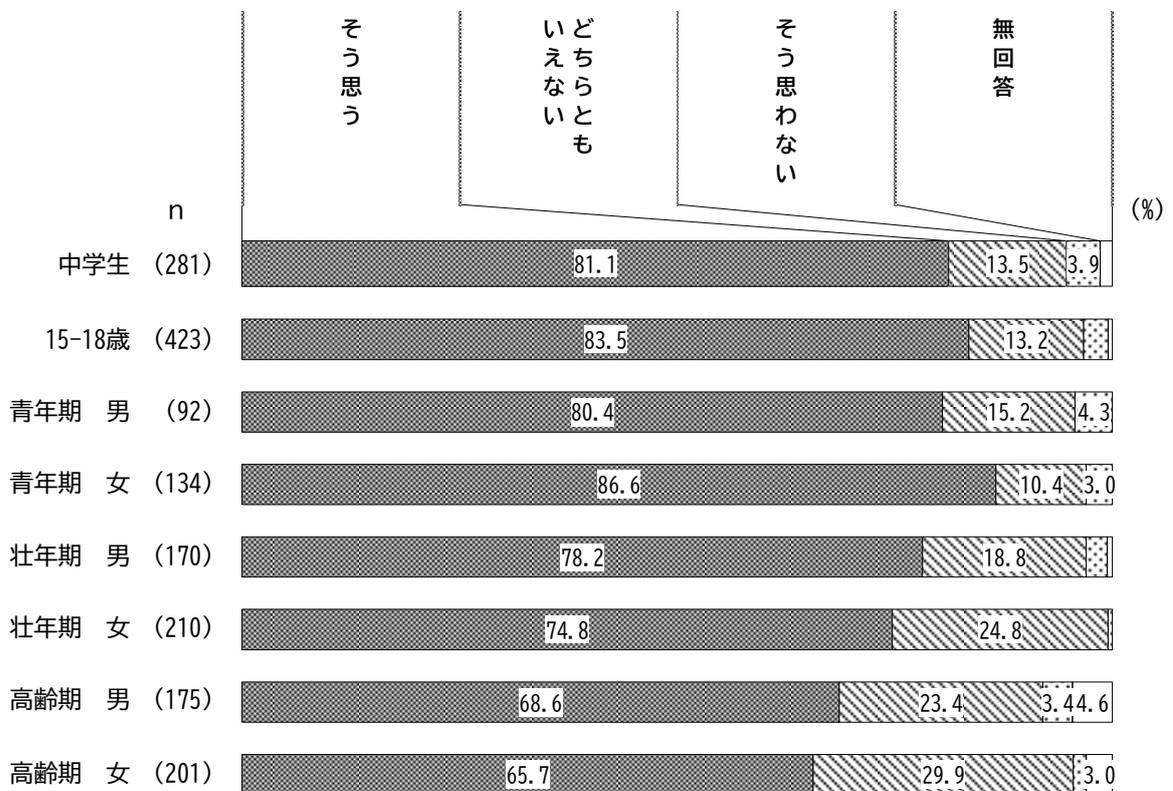
9. たばこやアルコールについて

(17) たばこやアルコールに関する考え方

問 (ア)～(オ)の、たばこやアルコールに関するあなたの考えについて、最も近いものを選んでください。(選択は各々1つずつ)
 〈中学生・15-18歳：問33／一般市民：問37〉

(ア) お酒（アルコール）の飲み過ぎは肥満や糖尿病などの原因になる

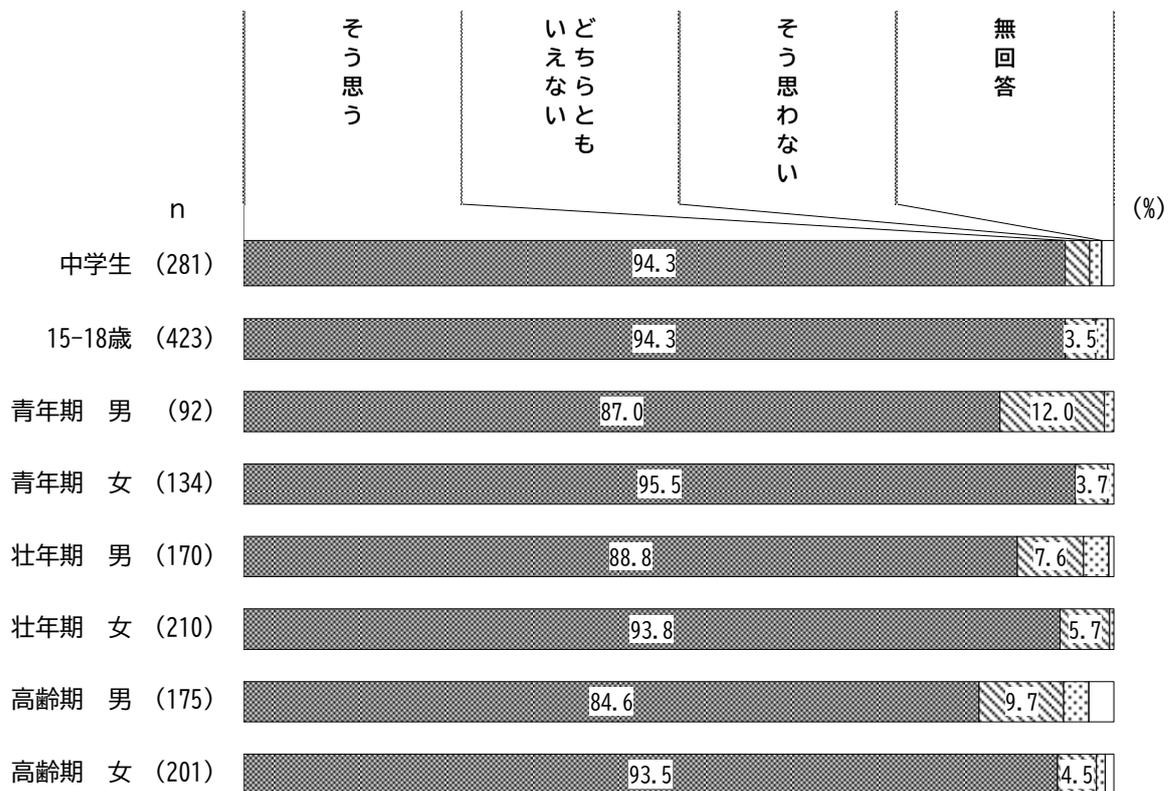
“お酒（アルコール）の飲み過ぎは肥満や糖尿病などの原因になる”は、全世代で「そう思う」が6割半ばを超えて高くなっている。



	調査数	そう思う	どちらともいえない	そう思わない	無回答
中学生	281	81.1%	13.5%	3.9%	1.4%
15-18歳	423	83.5%	13.2%	2.8%	0.5%
青年期 男	92	80.4%	15.2%	4.3%	-
青年期 女	134	86.6%	10.4%	3.0%	-
壮年期 男	170	78.2%	18.8%	2.4%	0.6%
壮年期 女	210	74.8%	24.8%	0.5%	-
高齢期 男	175	68.6%	23.4%	3.4%	4.6%
高齢期 女	201	65.7%	29.9%	1.5%	3.0%
一般性年代無回答	6	83.3%	16.7%	-	-

(イ) たばこは、吸うだけでなく、周りの人の健康にも悪い影響を与える

“たばこは吸うだけでなく、周りの人の健康にも悪い影響を与える”は、全世代で「そう思う」が約9割を占めている。

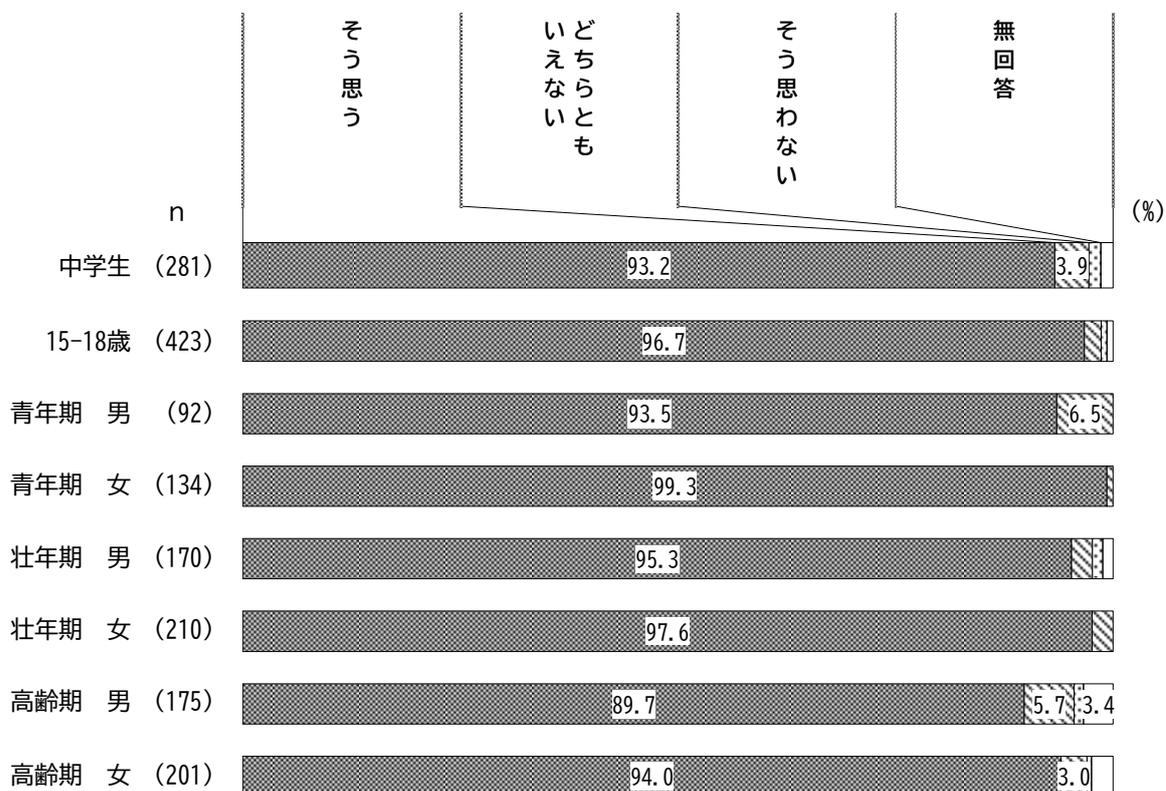


	調査数	そう思う	どちらともいえない	そう思わない	無回答
中学生	281	94.3%	2.8%	1.4%	1.4%
15-18歳	423	94.3%	3.5%	1.4%	0.7%
青年期 男	92	87.0%	12.0%	1.1%	-
青年期 女	134	95.5%	3.7%	0.7%	-
壮年期 男	170	88.8%	7.6%	2.9%	0.6%
壮年期 女	210	93.8%	5.7%	0.5%	-
高齢期 男	175	84.6%	9.7%	2.9%	2.9%
高齢期 女	201	93.5%	4.5%	1.0%	1.0%
一般性年代無回答	6	100.0%	-	-	-

9. たばことアルコールについて

(ウ) 妊娠中の喫煙・飲酒は、胎児に悪い影響を与える

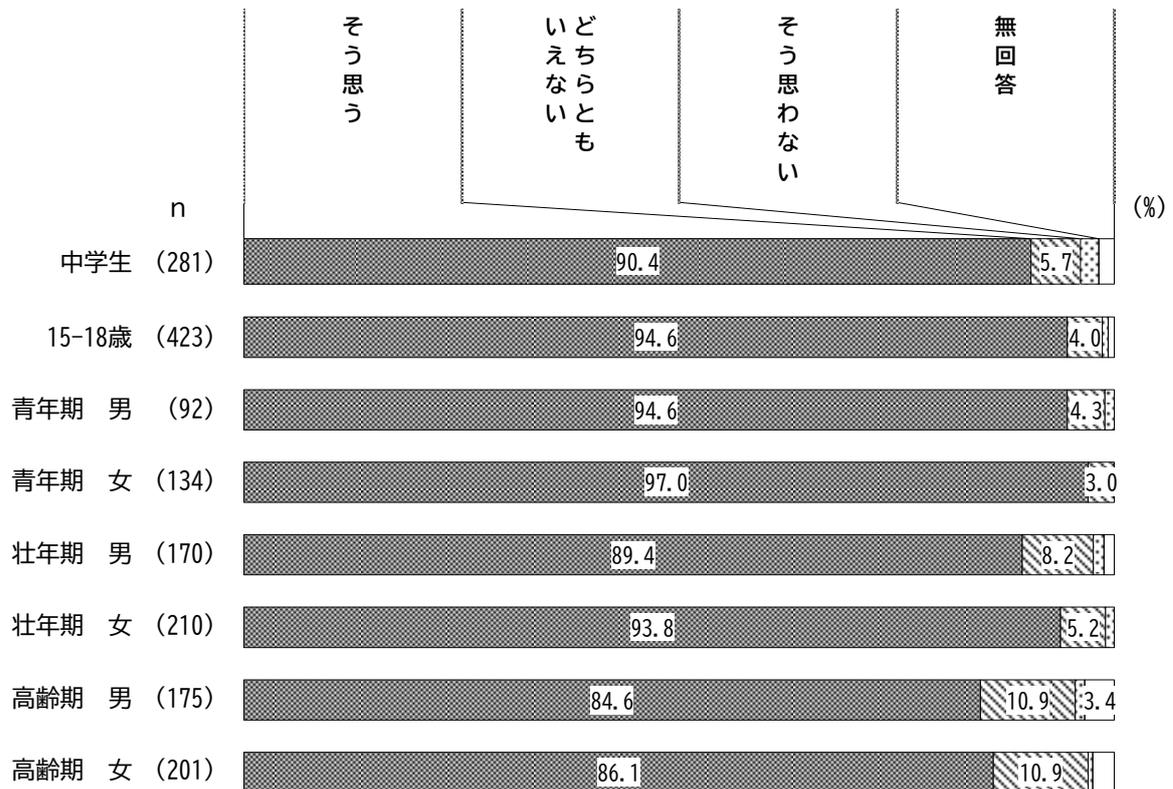
“妊娠中の喫煙・飲酒は、胎児に悪い影響を与える”は、全世代で「そう思う」が約9割と高くなっている。



	調査数	そう思う	どちらともいえない	そう思わない	無回答
中学生	281	93.2%	3.9%	1.4%	1.4%
15-18歳	423	96.7%	1.9%	0.7%	0.7%
青年期 男	92	93.5%	6.5%	-	-
青年期 女	134	99.3%	0.7%	-	-
壮年期 男	170	95.3%	2.4%	1.2%	1.2%
壮年期 女	210	97.6%	2.4%	-	-
高齢期 男	175	89.7%	5.7%	1.1%	3.4%
高齢期 女	201	94.0%	3.0%	0.5%	2.5%
一般性年代無回答	6	100.0%	-	-	-

(工) たばこは、妊婦の周りの人が吸うだけでも胎児に悪い影響を与える

“たばこは、妊婦の周りの人が吸うだけでも胎児に悪い影響を与える”は、全世代で「そう思う」が8割を超えて高くなっている。

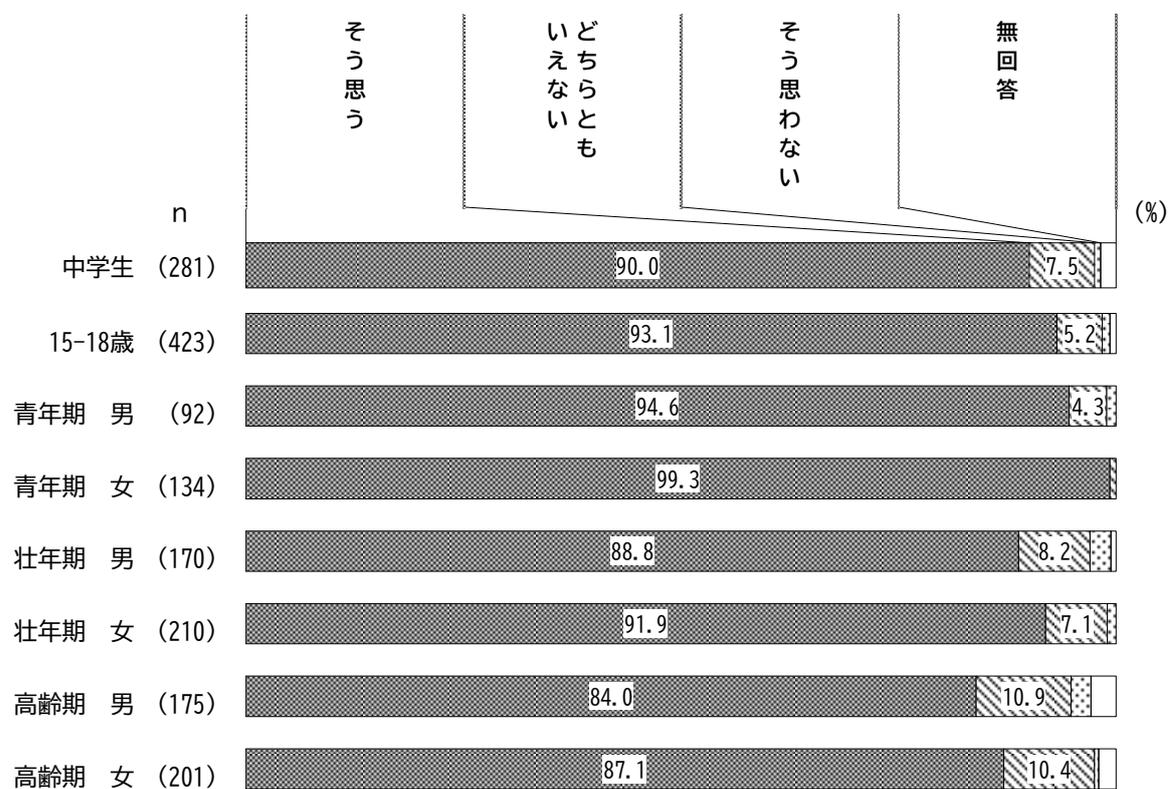


	調査数	そう思う	どちらともいえない	そう思わない	無回答
中学生	281	90.4%	5.7%	2.1%	1.8%
15-18歳	423	94.6%	4.0%	0.7%	0.7%
青年期 男	92	94.6%	4.3%	1.1%	-
青年期 女	134	97.0%	3.0%	-	-
壮年期 男	170	89.4%	8.2%	1.2%	1.2%
壮年期 女	210	93.8%	5.2%	1.0%	-
高齢期 男	175	84.6%	10.9%	1.1%	3.4%
高齢期 女	201	86.1%	10.9%	0.5%	2.5%
一般性年代無回答	6	100.0%	-	-	-

9. たばことアルコールについて

(オ) たばこは、肺がんだけでなく、脳卒中、心疾患、高血圧症等の原因になったり、歯の健康にも影響する

“たばこは肺がんや脳卒中等の原因や、歯の健康にも影響する”は、全世代で「そう思う」が8割を超えて高くなっている。



	調査数	そう思う	どちらともいえない	そう思わない	無回答
中学生	281	90.0%	7.5%	0.7%	1.8%
15-18歳	423	93.1%	5.2%	0.9%	0.7%
青年期 男	92	94.6%	4.3%	1.1%	-
青年期 女	134	99.3%	0.7%	-	-
壮年期 男	170	88.8%	8.2%	2.4%	0.6%
壮年期 女	210	91.9%	7.1%	1.0%	-
高齢期 男	175	84.0%	10.9%	2.3%	2.9%
高齢期 女	201	87.1%	10.4%	0.5%	2.0%
一般性年代無回答	6	100.0%	-	-	-

10. 休養やこころの健康及び

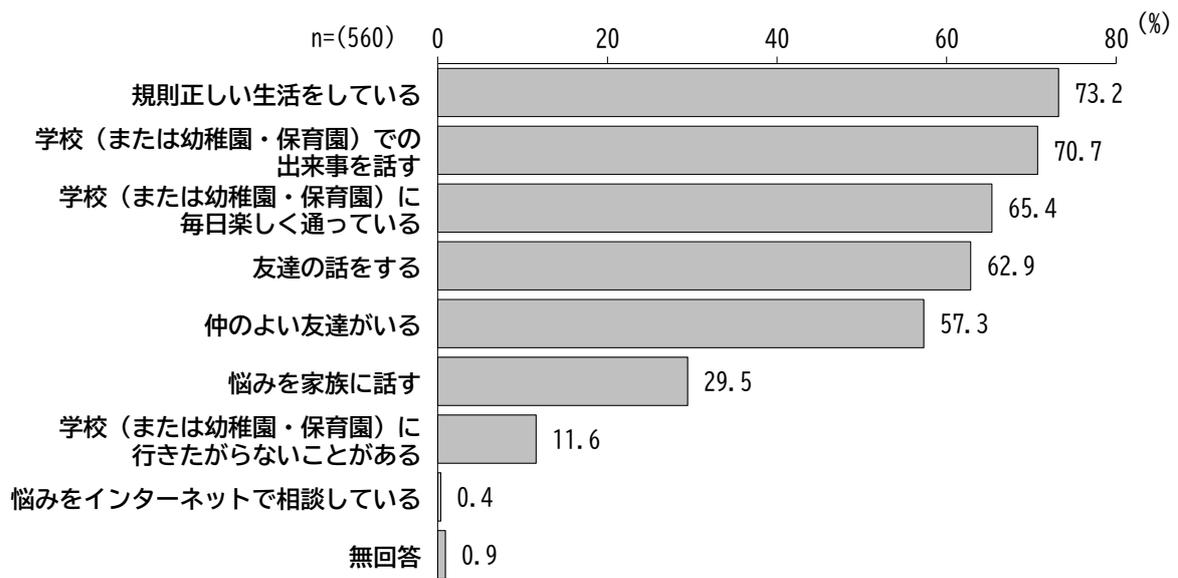
こころの健康問題について

10. 休養やこころの健康及びこころの健康問題について

(1) 子どものふだんのように

問 お子さんのふだんのようにについてうかがいます。(選択はいくつでも)
 〈乳幼児・小学生：問27〉

子どものふだんのようにについては、全体で、「規則正しい生活をしている」が73.2%、「学校（または幼稚園・保育園）での出来事を話す」が70.7%を占めている。



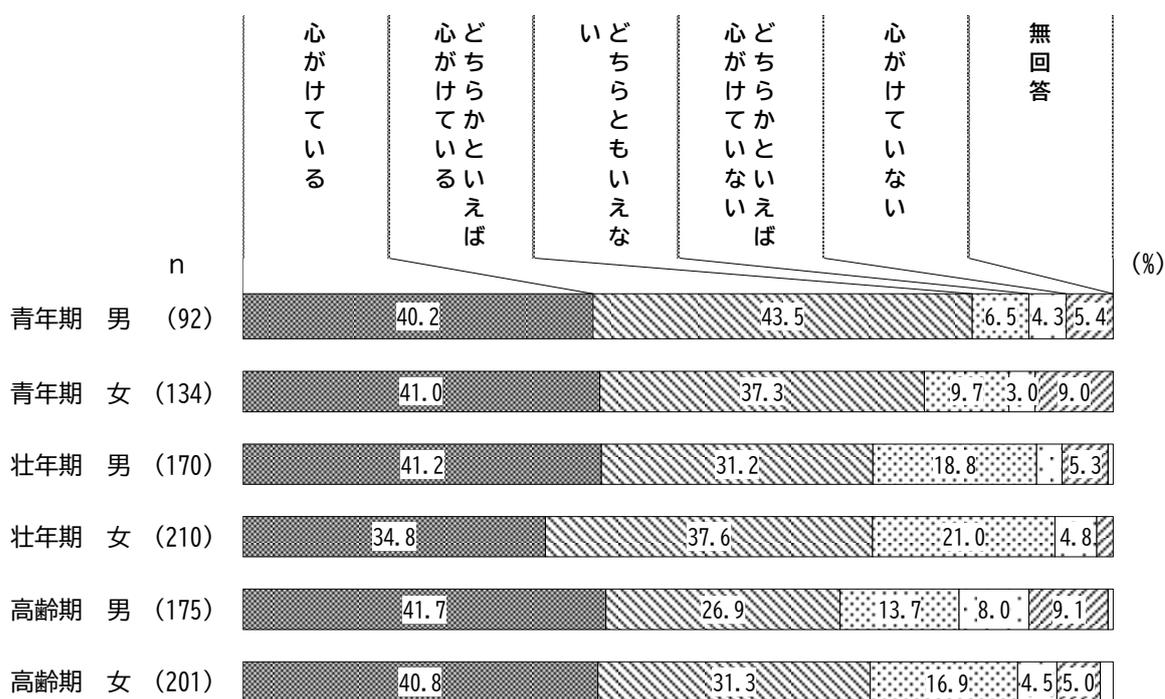
	調査数	規則正しい生活をしている	学校(または幼稚園・保育園)での出来事を話す	学校(または幼稚園・保育園)に毎日楽しく通っている	友達の話をする	仲のよい友達がいる	悩みを家族に話す	学校(または幼稚園・保育園)に行きたがらないことがある	悩みをインターネットで相談している	無回答
全体	560	73.2%	70.7%	65.4%	62.9%	57.3%	29.5%	11.6%	0.4%	0.9%
乳幼児	270	81.1%	55.6%	55.2%	51.9%	43.7%	14.4%	13.7%	0.4%	1.5%
小学生	290	65.9%	84.8%	74.8%	73.1%	70.0%	43.4%	9.7%	0.3%	0.3%

10. 休養やこころの健康及び
こころの健康問題について

(2) 趣味や楽しみを持つ心がけ

問 あなたは、心だん趣味や楽しみを持つよう心がけていますか。(選択は1つだけ)
〈一般市民：問47〉

趣味や楽しみを持つ心がけでは、「心がけている」と「どちらかといえば心がけている」を合わせた『心がけている』は青年期男で8割を超えて高くなっている。



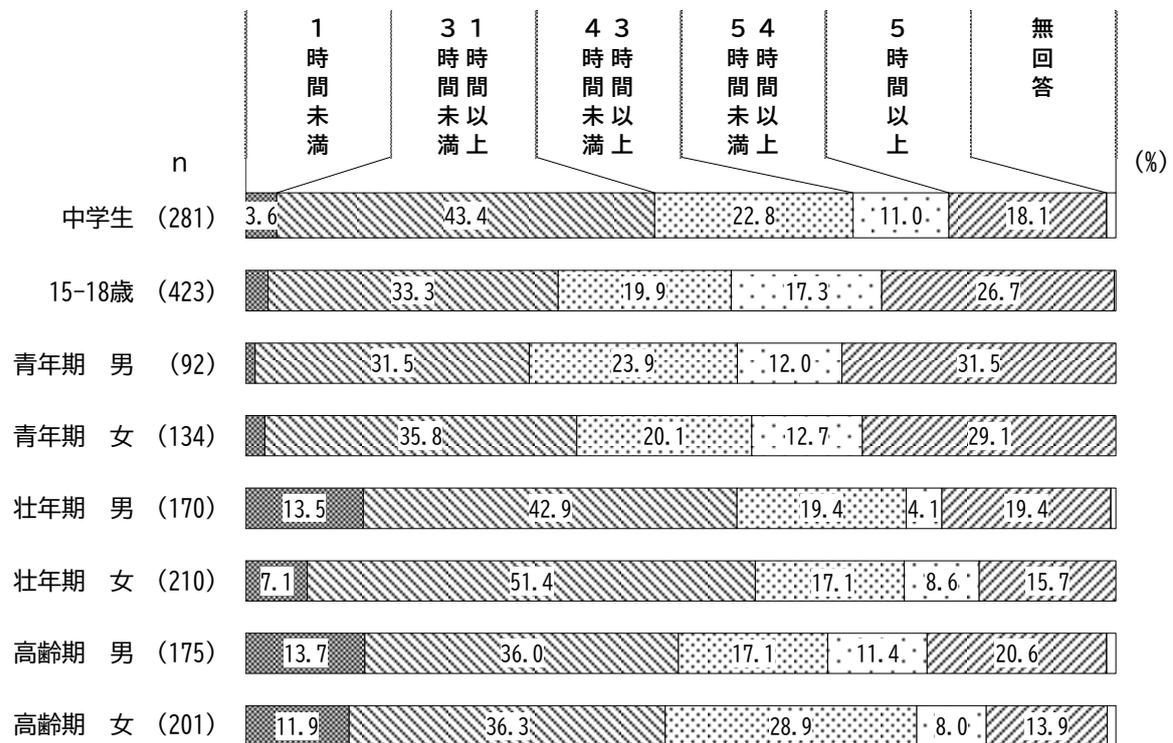
	調査数	心がけている	どちらかといえば心がけている	どちらともいえない	どちらかといえば心がけていない	心がけていない	無回答
青年期 男	92	40.2%	43.5%	6.5%	4.3%	5.4%	-
青年期 女	134	41.0%	37.3%	9.7%	3.0%	9.0%	-
壮年期 男	170	41.2%	31.2%	18.8%	2.9%	5.3%	0.6%
壮年期 女	210	34.8%	37.6%	21.0%	4.8%	1.9%	-
高齢期 男	175	41.7%	26.9%	13.7%	8.0%	9.1%	0.6%
高齢期 女	201	40.8%	31.3%	16.9%	4.5%	5.0%	1.5%
一般性年代無回答	6	33.3%	33.3%	33.3%	-	-	-

(3) テレビ、携帯電話やPC、ゲームの1日平均実施時間

問 あなたは、テレビを見たり、携帯電話やパソコンを使用したり、ゲームをする時間は1日平均どのくらいですか。(選択は1つだけ)

〈中学生・15-18歳：問35、一般市民：問48〉

テレビ、携帯電話、パソコン、ゲームをする一日平均の時間は、「1時間以上3時間未満」が壮年期女で51.4%と最も高くなっている。



	調査数	1時間未満 (%)	1時間以上3時間未満 (%)	3時間以上4時間未満 (%)	4時間以上5時間未満 (%)	5時間以上 (%)	無回答 (%)
中学生	281	3.6%	43.4%	22.8%	11.0%	18.1%	1.1%
15-18歳	423	2.6%	33.3%	19.9%	17.3%	26.7%	0.2%
青年期 男	92	1.1%	31.5%	23.9%	12.0%	31.5%	-
青年期 女	134	2.2%	35.8%	20.1%	12.7%	29.1%	-
壮年期 男	170	13.5%	42.9%	19.4%	4.1%	19.4%	0.6%
壮年期 女	210	7.1%	51.4%	17.1%	8.6%	15.7%	-
高齢期 男	175	13.7%	36.0%	17.1%	11.4%	20.6%	1.1%
高齢期 女	201	11.9%	36.3%	28.9%	8.0%	13.9%	1.0%
一般性年代無回答	6	16.7%	50.0%	16.7%	-	16.7%	-

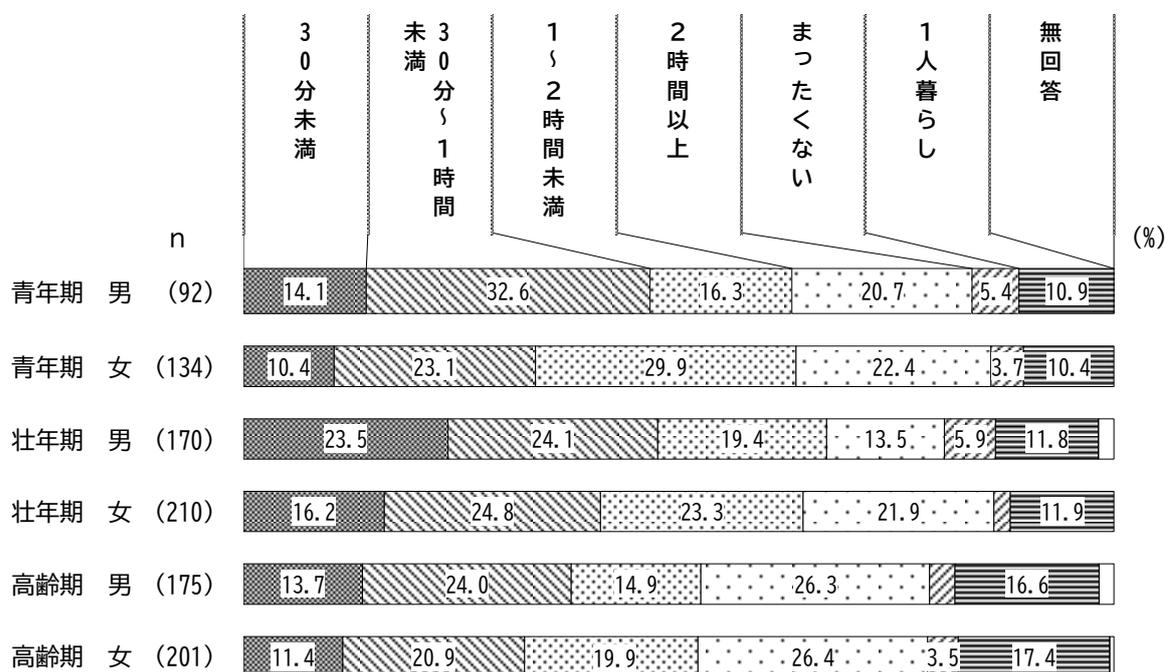
10. 休養やこころの健康及び
こころの健康問題について

(4) 家族との団らんの時間

問 あなたには、家族との団らん（家族と一緒に食事をしたり、会話をしたりすること）の時間はどれくらいありますか。（選択は1つだけ） 〈一般市民：問53〉

(ア) 平日

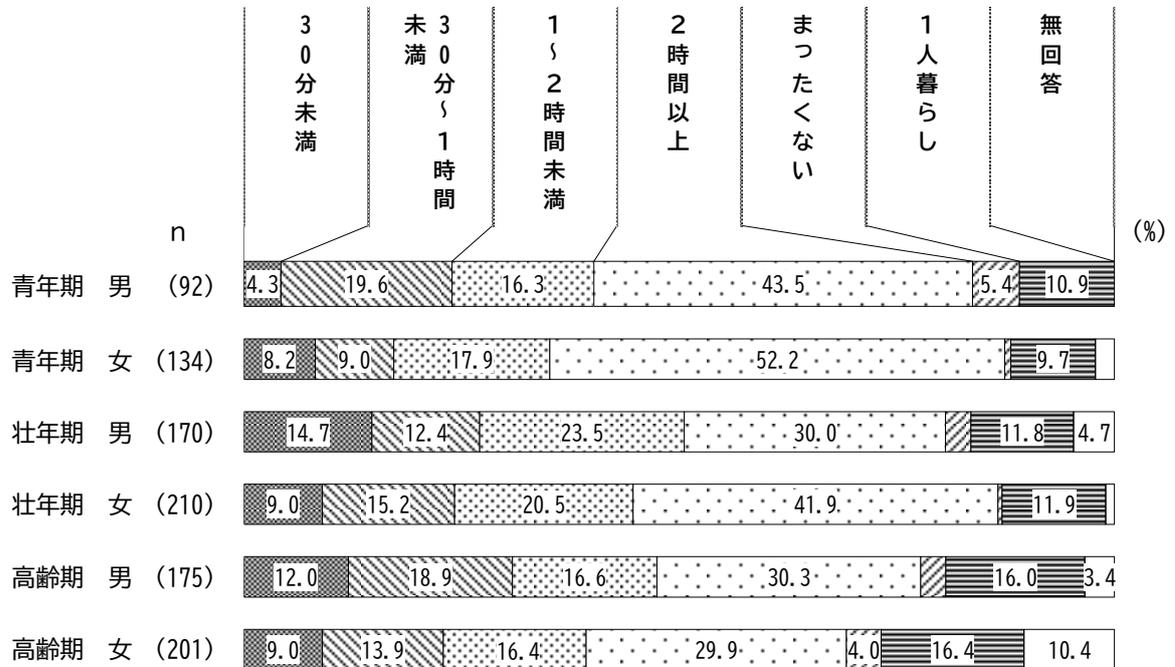
平日の家族団らん時間は、「30分～1時間未満」が青年期男で32.6%と最も高くなっている。



	調査数	30分未満	30分～1時間未満	1～2時間未満	2時間以上	まったくない	1人暮らし	無回答
青年期 男	92	14.1	32.6	16.3	20.7	5.4	10.9	-
青年期 女	134	10.4	23.1	29.9	22.4	3.7	10.4	-
壮年期 男	170	23.5	24.1	19.4	13.5	5.9	11.8	1.8
壮年期 女	210	16.2	24.8	23.3	21.9	1.9	11.9	-
高齢期 男	175	13.7	24.0	14.9	26.3	2.9	16.6	1.7
高齢期 女	201	11.4	20.9	19.9	26.4	3.5	17.4	0.5
一般性年代無回答	6	-	33.3	-	-	-	50.0	16.7

(イ) 休日

休日の家族団らん時間は、「2時間以上」が青年期女で52.2%と最も高くなっている。



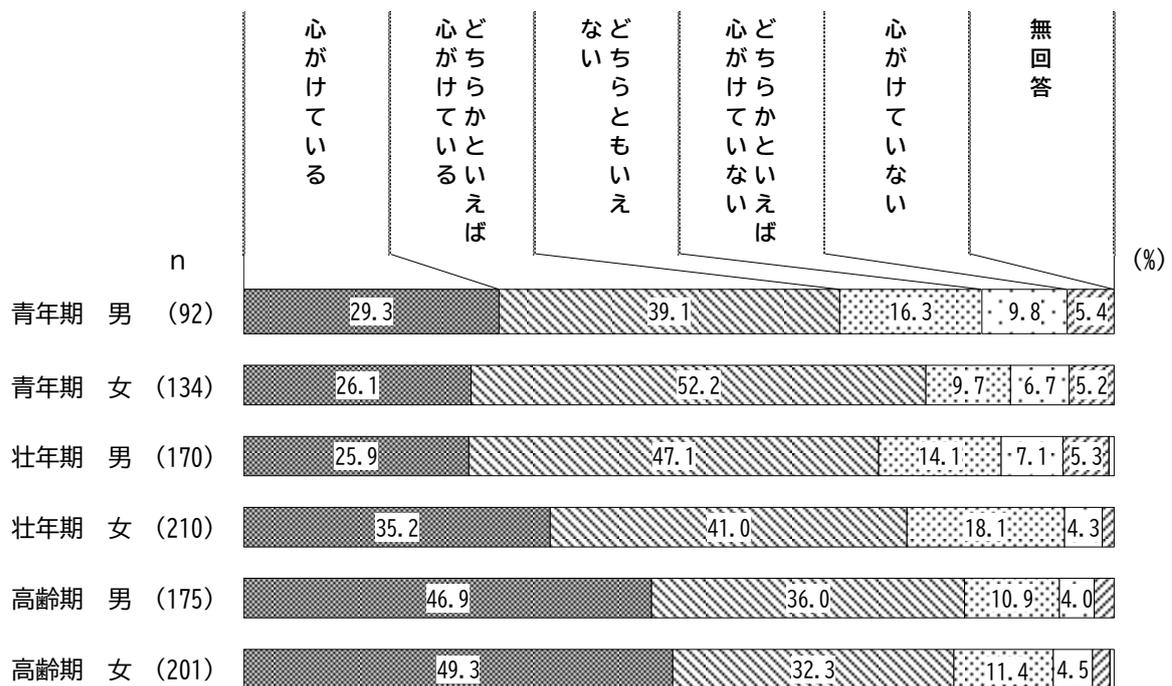
	調査数	30分未満	30分～1時間未満	1～2時間未満	2時間以上	まったく ない	1人暮らし	無回答
青年期 男	92	4.3%	19.6%	16.3%	43.5%	5.4%	10.9%	-
青年期 女	134	8.2%	9.0%	17.9%	52.2%	0.7%	9.7%	2.2%
壮年期 男	170	14.7%	12.4%	23.5%	30.0%	2.9%	11.8%	4.7%
壮年期 女	210	9.0%	15.2%	20.5%	41.9%	0.5%	11.9%	1.0%
高齢期 男	175	12.0%	18.9%	16.6%	30.3%	2.9%	16.0%	3.4%
高齢期 女	201	9.0%	13.9%	16.4%	29.9%	4.0%	16.4%	10.4%
一般性年代無回答	6	-	16.7%	16.7%	-	-	33.3%	33.3%

10. 休養やこころの健康及び
こころの健康問題について

(5) 十分な休養（睡眠）をとる意識度

問 あなたは、ふだん十分な休養（睡眠）をとるように心がけていますか。
(選択は1つだけ) 〈一般市民：問45〉

十分な休養（睡眠）をとる心がけは、「心がけている」と「どちらかといえば心がけている」を合わせた『心がけている』は高齢期男女で8割を超えている。



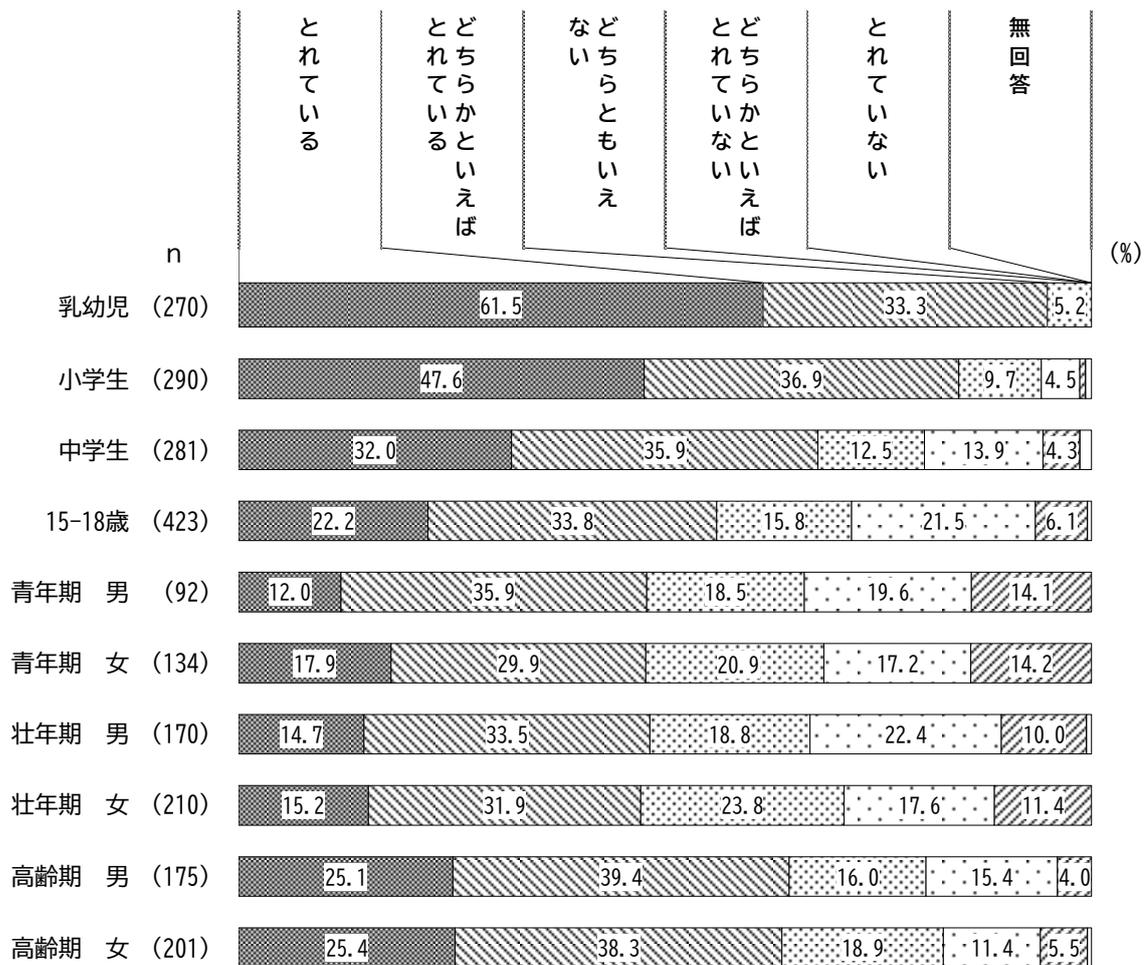
	調査数	心がけている	どちらかといえば心がけている	どちらともいえない	どちらかといえば心がけていない	心がけていない	無回答
青年期 男	92	29.3%	39.1%	16.3%	9.8%	5.4%	-
青年期 女	134	26.1%	52.2%	9.7%	6.7%	5.2%	-
壮年期 男	170	25.9%	47.1%	14.1%	7.1%	5.3%	0.6%
壮年期 女	210	35.2%	41.0%	18.1%	4.3%	1.4%	-
高齢期 男	175	46.9%	36.0%	10.9%	4.0%	2.3%	-
高齢期 女	201	49.3%	32.3%	11.4%	4.5%	2.0%	0.5%
一般性年代無回答	6	33.3%	16.7%	33.3%	-	16.7%	-

(6) 睡眠による十分な休養の有無

問 睡眠による休養が十分にとれていますか。(選択は1つだけ)

〈乳幼児・小学生：問26／中学生・15-18歳：問34／一般市民：問46〉

睡眠による休養が十分にとれているかは、「とれている」と「どちらかといえばとれている」を合わせた『とれている』は乳幼児と小学生で8割を超えて高くなっている。一方、「どちらかといえどとれていない」「とれていない」は、青年期男女、壮年期男が、3割を超えている。



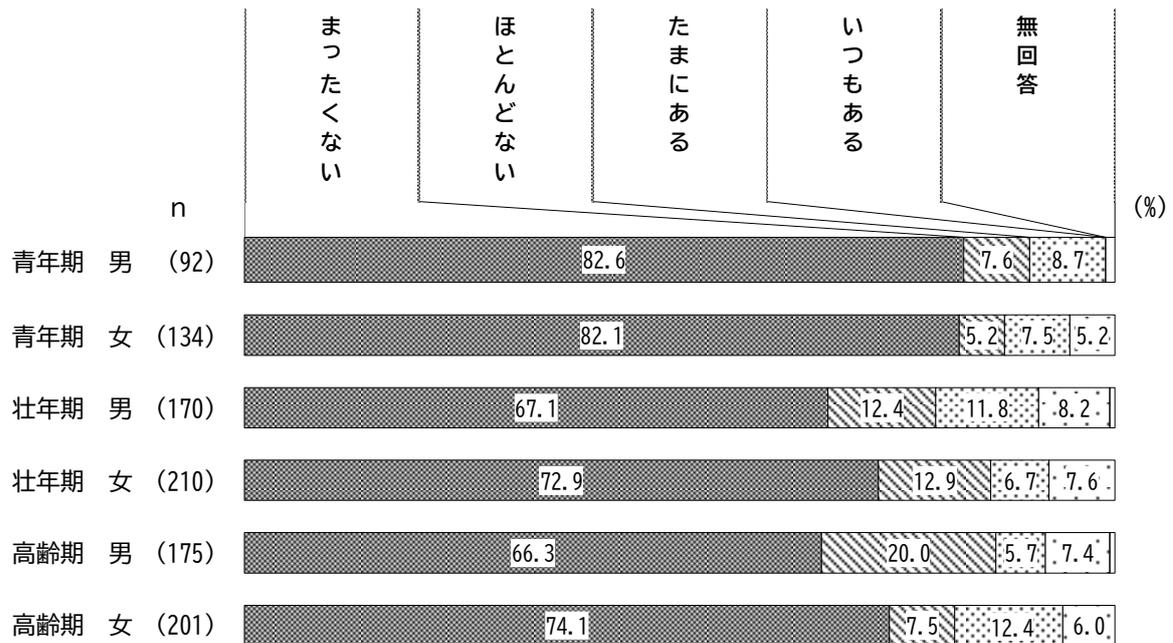
	調査数	とれている	どちらかといえどとれている	どちらともいえない	どちらかといえどとれていない	とれていない	無回答
乳幼児	270	61.5%	33.3%	5.2%	-	-	-
小学生	290	47.6%	36.9%	9.7%	4.5%	0.7%	0.7%
中学生	281	32.0%	35.9%	12.5%	13.9%	4.3%	1.4%
15-18歳	423	22.2%	33.8%	15.8%	21.5%	6.1%	0.5%
青年期 男	92	12.0%	35.9%	18.5%	19.6%	14.1%	-
青年期 女	134	17.9%	29.9%	20.9%	17.2%	14.2%	-
壮年期 男	170	14.7%	33.5%	18.8%	22.4%	10.0%	0.6%
壮年期 女	210	15.2%	31.9%	23.8%	17.6%	11.4%	-
高齢期 男	175	25.1%	39.4%	16.0%	15.4%	4.0%	-
高齢期 女	201	25.4%	38.3%	18.9%	11.4%	5.5%	0.5%
一般性年代無回答	6	-	50.0%	33.3%	16.7%	-	-

10. 休養やこころの健康及び
こころの健康問題について

(7) 睡眠導入剤や飲酒の使用有無

問 あなたは、睡眠を助けるために、薬（睡眠薬、精神安定剤など）やアルコールを
使うことがありますか。（選択は1つだけ） 〈一般市民：問49〉

睡眠を助けるための薬や飲酒は、「まったくない」が青年期男女で8割を超えている。

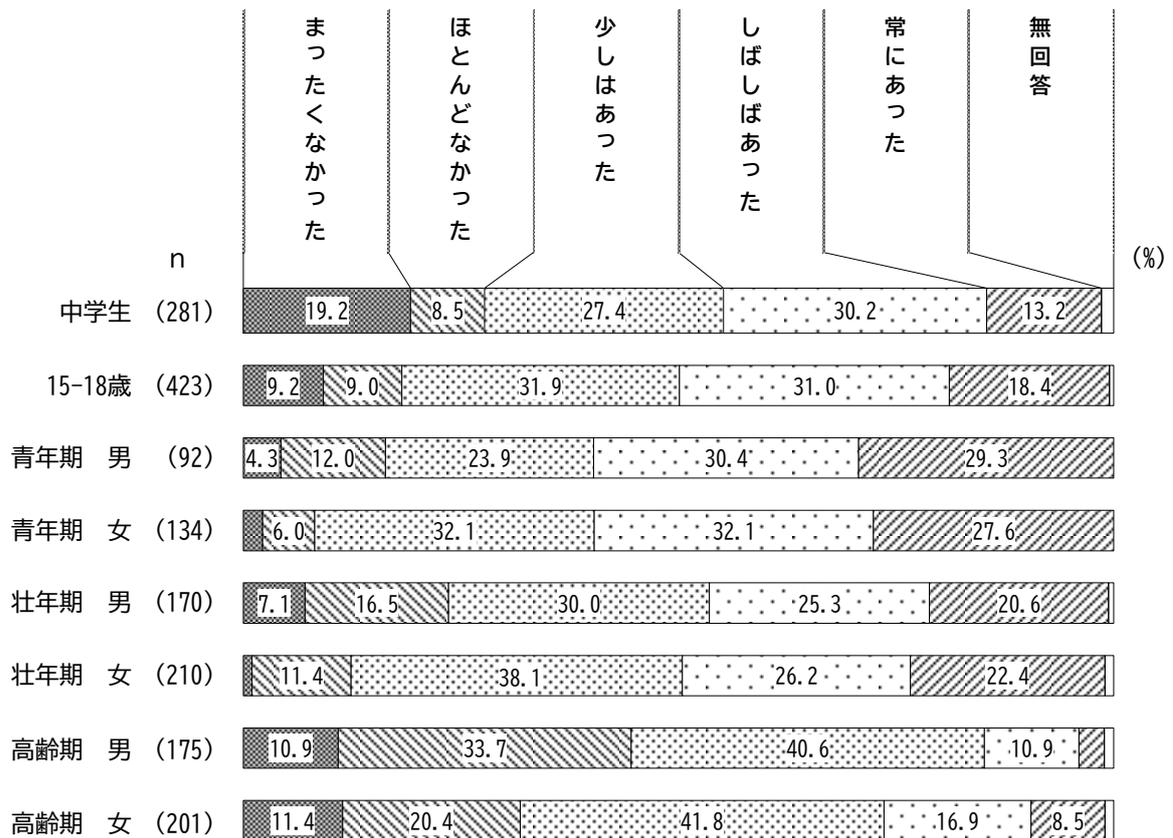


	調査数	まったく ない	ほとんど ない	たまにあ る	いつもあ る	無回答
青年期 男	92	82.6%	7.6%	8.7%	-	1.1%
青年期 女	134	82.1%	5.2%	7.5%	5.2%	-
壮年期 男	170	67.1%	12.4%	11.8%	8.2%	0.6%
壮年期 女	210	72.9%	12.9%	6.7%	7.6%	-
高齢期 男	175	66.3%	20.0%	5.7%	7.4%	0.6%
高齢期 女	201	74.1%	7.5%	12.4%	6.0%	-
一般性年代無回答	6	33.3%	50.0%	-	-	16.7%

(8) 最近1ヵ月間のストレス状況

問 あなたは、最近1ヵ月間にストレスを感じたことがありましたか。
(選択は1つだけ) 〈中学生・15-18歳：問36／一般市民：問50〉

最近1ヵ月間のストレス状況は、「常にあった」は、青年期男女で約3割を占めている。



	調査数	まったく なかった	ほとんど なかった	少しは あった	しばしば あった	常にあっ た	無回答
中学生	281	19.2%	8.5%	27.4%	30.2%	13.2%	1.4%
15-18歳	423	9.2%	9.0%	31.9%	31.0%	18.4%	0.5%
青年期 男	92	4.3%	12.0%	23.9%	30.4%	29.3%	-
青年期 女	134	2.2%	6.0%	32.1%	32.1%	27.6%	-
壮年期 男	170	7.1%	16.5%	30.0%	25.3%	20.6%	0.6%
壮年期 女	210	1.0%	11.4%	38.1%	26.2%	22.4%	1.0%
高齢期 男	175	10.9%	33.7%	40.6%	10.9%	2.9%	1.1%
高齢期 女	201	11.4%	20.4%	41.8%	16.9%	8.5%	1.0%
一般性年代無回答	6	-	-	50.0%	33.3%	16.7%	-

10. 休養やこころの健康及び
こころの健康問題について

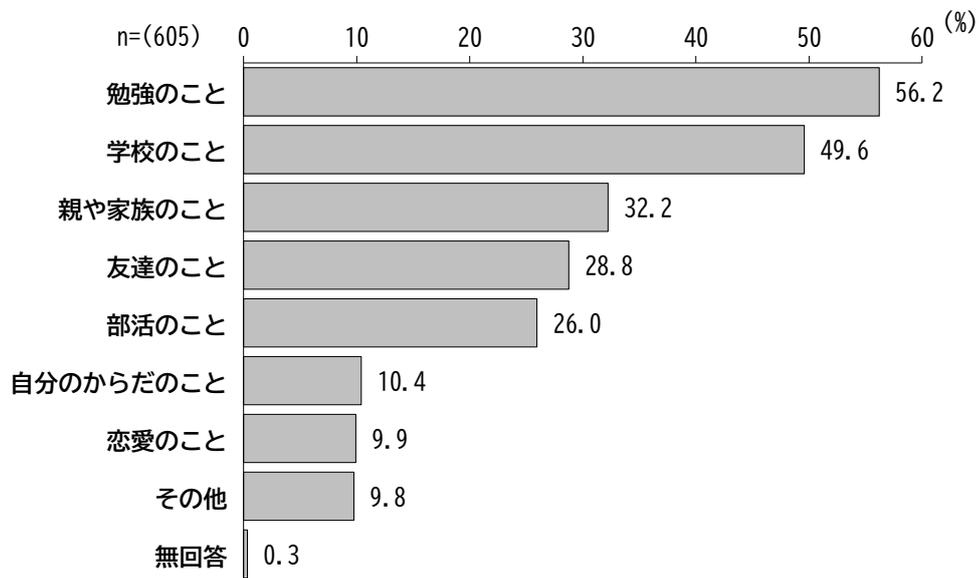
(9) ストレスを感じた内容

【前問で「ほとんどなかった」「少しはあった」「しばしばあった」「常にあった」と答えた方のみ】

問 あなたは、何にストレスを感じていましたか。(選択はいくつでも)

〈中学生・15-18歳：問36-1〉

最近1ヵ月間のストレス内容は、全体で「勉強のこと」が56.2%と最も高く、次いで「学校のこと」が49.6%、「親や家族のこと」が32.2%などとなっている。

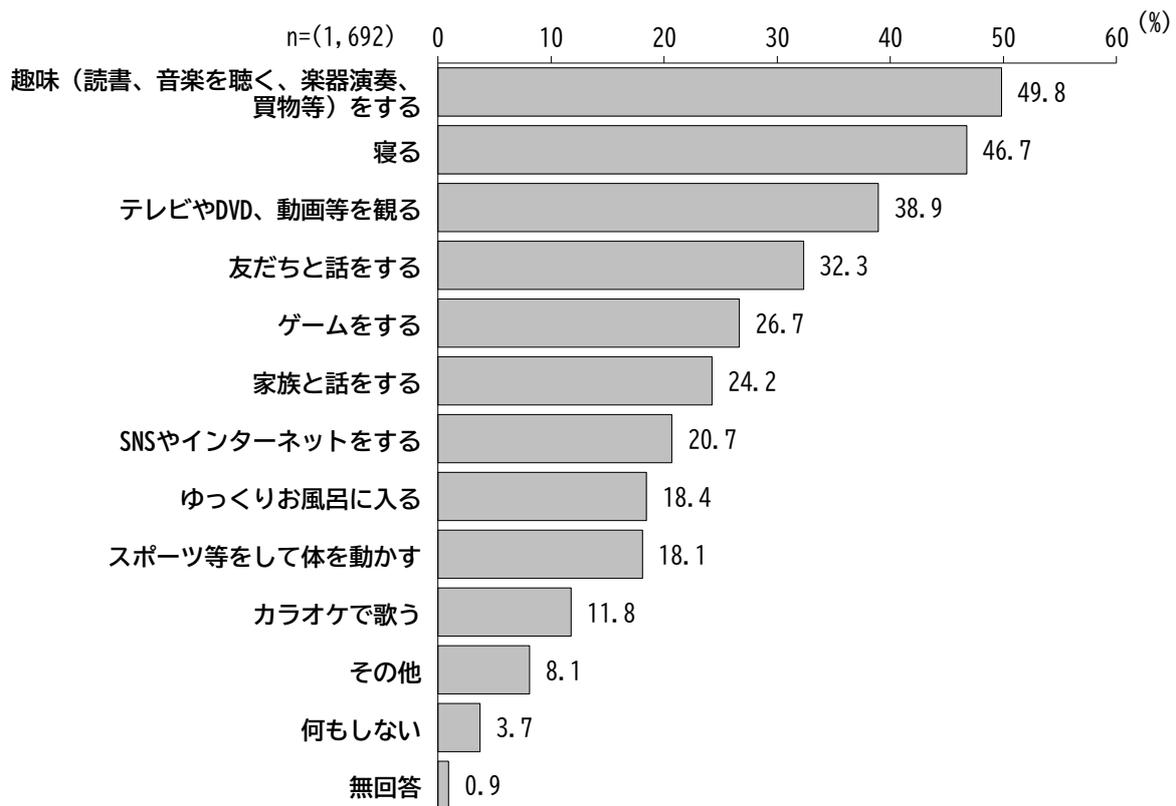


	調査数	勉強のこと	学校のこと	親や家族のこと	友達のこと	部活のこと	自分のからだのこと	恋愛のこと	その他	無回答
全体	605	56.2%	49.6%	32.2%	28.8%	26.0%	10.4%	9.9%	9.8%	0.3%
中学生	223	57.4%	48.4%	32.7%	32.7%	26.0%	11.7%	7.6%	9.0%	0.4%
15-18歳	382	55.5%	50.3%	31.9%	26.4%	25.9%	9.7%	11.3%	10.2%	0.3%

(10) ストレスの解消方法

問 あなたは、ストレスを感じたとき、どのようなことをして解消していますか。
(選択はいくつでも) 〈中学生・15-18歳：問37／一般市民：問51〉

ストレスの解消方法は、全体で「趣味(読書、音楽を聴く、楽器演奏、買物等)をする」が49.8%と最も高く、次いで「寝る」が46.7%、「テレビやDVD、動画等を観る」が38.9%などとなっている。



10. 休養やこころの健康及び
こころの健康問題について

	調査数	趣味(読書、音楽を聴く、楽器演奏、買物等)をする	寝る	テレビやDVD、動画等を観る	友だちと話をする	ゲームをする	家族と話をする	SNSやインターネットをする	ゆっくりお風呂に入る	スポーツ等をして体を動かす
全体	1,692	49.8%	46.7%	38.9%	32.3%	26.7%	24.2%	20.7%	18.4%	18.1%
中学生	281	54.4%	52.7%	40.9%	34.9%	48.4%	21.4%	25.6%	18.9%	24.6%
15-18歳	423	69.7%	56.3%	40.0%	42.3%	41.1%	19.6%	29.6%	13.0%	18.7%
青年期 男	92	52.2%	55.4%	51.1%	22.8%	56.5%	28.3%	19.6%	15.2%	23.9%
青年期 女	134	52.2%	64.9%	47.8%	43.3%	20.1%	39.6%	41.0%	21.6%	8.2%
壮年期 男	170	39.4%	41.8%	36.5%	10.6%	12.9%	20.6%	14.1%	18.8%	18.2%
壮年期 女	210	42.4%	36.2%	37.1%	34.8%	11.9%	31.9%	15.2%	26.2%	12.4%
高齢期 男	175	22.9%	35.4%	35.4%	8.6%	2.9%	16.6%	8.6%	19.4%	22.3%
高齢期 女	201	40.3%	27.9%	29.9%	41.8%	5.0%	27.9%	4.5%	19.9%	13.9%
一般性年代無回答	6	-	33.3%	33.3%	16.7%	-	16.7%	-	-	16.7%

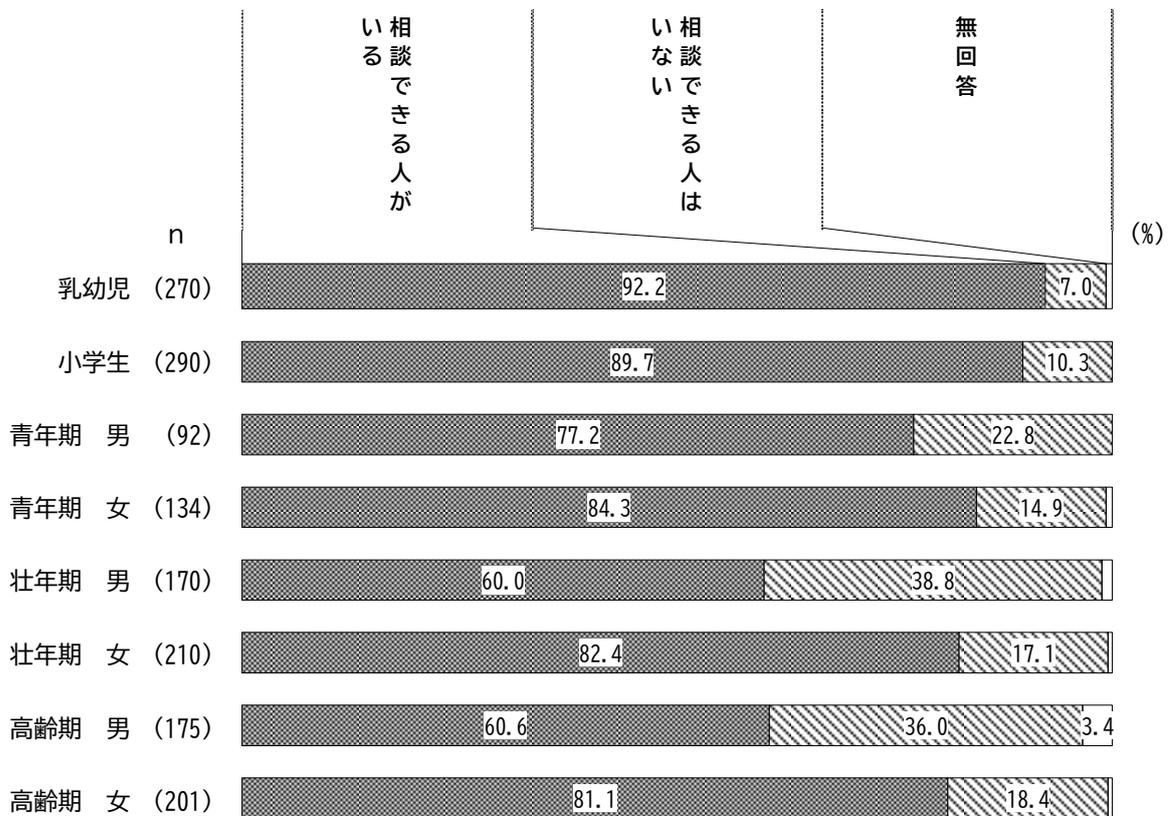
	カラオケで歌う	その他	何もしない	無回答
全体	11.8%	8.1%	3.7%	0.9%
中学生	9.6%	5.0%	8.2%	0.7%
15-18歳	24.6%	5.4%	5.7%	0.2%
青年期 男	13.0%	5.4%	1.1%	-
青年期 女	13.4%	3.7%	0.7%	-
壮年期 男	2.9%	13.5%	3.5%	1.2%
壮年期 女	3.8%	8.6%	1.4%	-
高齢期 男	8.0%	16.6%	0.6%	4.0%
高齢期 女	5.5%	9.5%	2.0%	1.5%
一般性年代無回答	-	16.7%	-	16.7%

(11) こころの悩みやストレス等の相談相手の有無

問 あなたは、こころの悩みや仕事・家事・育児、生活等のストレス等について、相談できる人がいますか。(選択は1つだけ)

〈乳幼児・小学生：問36／一般市民：問52〉

こころの悩みやストレス等の相談相手は、「相談できる人がいる」が全世代で高くなっている。一方、「相談できる人はいない」は、壮年期男が38.8%で最も高い。



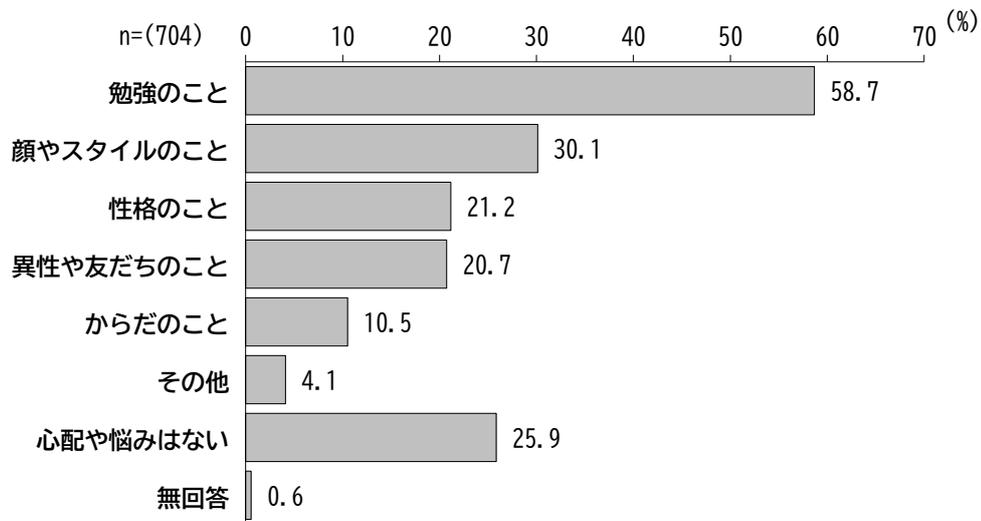
	調査数	相談できる人がいる	相談できる人はいない	無回答
乳幼児	270	92.2%	7.0%	0.7%
小学生	290	89.7%	10.3%	-
青年期 男	92	77.2%	22.8%	-
青年期 女	134	84.3%	14.9%	0.7%
壮年期 男	170	60.0%	38.8%	1.2%
壮年期 女	210	82.4%	17.1%	0.5%
高齢期 男	175	60.6%	36.0%	3.4%
高齢期 女	201	81.1%	18.4%	0.5%
一般性年代無回答	6	33.3%	50.0%	16.7%

10. 休養やこころの健康及び
こころの健康問題について

(12) 自分自身の心配ごとや悩みごとの内容

問 現在、自分自身のことで心配したり悩んだりしていることはありますか。
(選択はいくつでも) 〈中学生・15-18歳：問38〉

自分自身の心配ごとや悩みごとの内容は、全体で「勉強のこと」が58.7%と最も高く、次いで「顔やスタイルのこと」が30.1%、「性格のこと」が21.2%などとなっている。一方、「心配や悩みはない」が25.9%で、特に中学生で31.7%となっている。



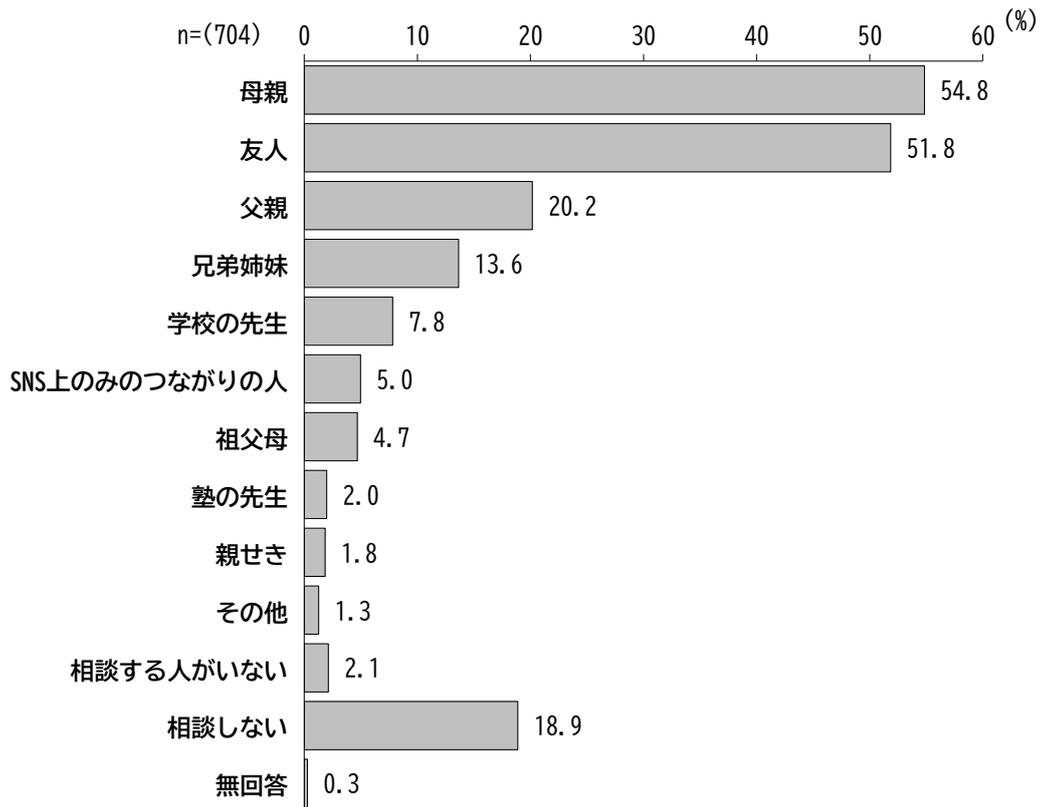
	調査数	勉強のこと	顔やスタイルのこと	性格のこと	異性や友だちのこと	からだのこと	その他	心配や悩みはない	無回答
全体	704	58.7%	30.1%	21.2%	20.7%	10.5%	4.1%	25.9%	0.6%
中学生	281	55.2%	23.5%	18.5%	19.2%	10.7%	2.1%	31.7%	1.1%
15-18歳	423	61.0%	34.5%	22.9%	21.7%	10.4%	5.4%	22.0%	0.2%

(13) 悩みごとの相談相手

問 あなたは、ふだん悩みを誰に相談しますか。(選択はいくつでも)

〈中学生・15-18歳：問39〉

悩みごとの相談相手は、全体で「母親」が54.8%と最も高く、次いで「友人」が51.8%、「父親」が20.2%などとなっている。一方、「相談しない」が18.9%で、特に中学生で21.0%となっている。



	調査数	母親	友人	父親	兄弟姉妹	学校の先生	SNS上のみのつながりの人	祖父母	塾の先生	親せき
全体	704	54.8%	51.8%	20.2%	13.6%	7.8%	5.0%	4.7%	2.0%	1.8%
中学生	281	57.3%	44.8%	23.8%	14.6%	9.6%	3.9%	5.3%	2.5%	2.1%
15-18歳	423	53.2%	56.5%	17.7%	13.0%	6.6%	5.7%	4.3%	1.7%	1.7%

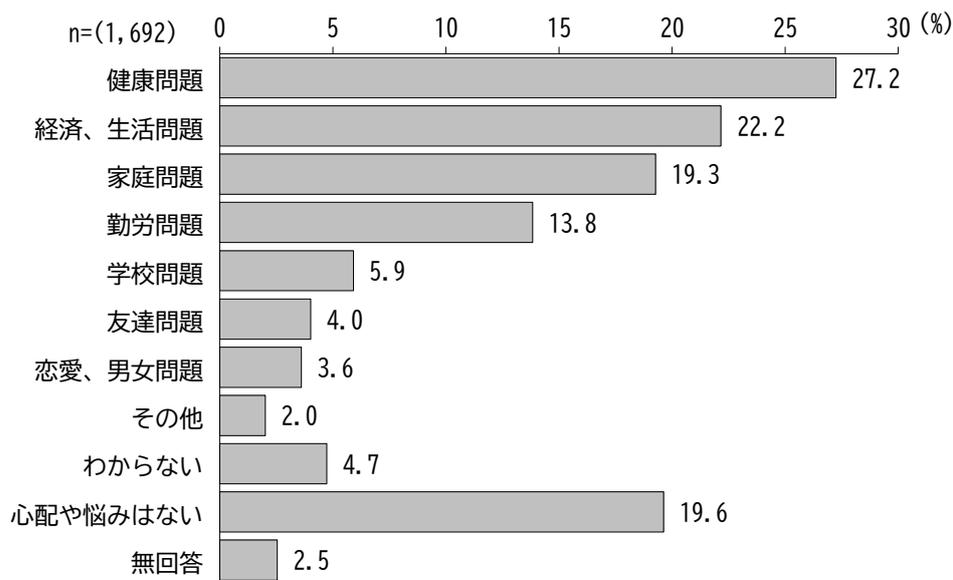
	その他	相談する人がいない	相談しない	無回答
全体	1.3%	2.1%	18.9%	0.3%
中学生	0.4%	1.8%	21.0%	0.4%
15-18歳	1.9%	2.4%	17.5%	0.2%

10. 休養やこころの健康及び
こころの健康問題について

(14) 現在の心配ごとや悩みごとの内容

問 現在、各種問題の内容についての心配や悩みがありますか。(選択はいくつでも)
〈中学生・15-18歳：問40／一般市民：問54〉

現在の心配や悩みごとの内容は、全体で「健康問題」が27.2%と最も高く、次いで「経済、生活問題」が22.2%、「家庭問題」が19.3%などとなっている。



	調査数	健康問題	経済、生活問題	家庭問題	勤労問題	学校問題	友達問題	恋愛、男女問題	その他	わからない
全体	1,692	27.2%	22.2%	19.3%	13.8%	5.9%	4.0%	3.6%	2.0%	4.7%
中学生	281	9.3%	5.7%	7.8%	17.4%	14.2%	4.6%	2.1%	9.6%	
15-18歳	423	28.8%	12.8%	35.9%	5.9%	16.8%	14.7%	8.7%	5.0%	
青年期 男	92	26.1%	32.6%	10.9%	35.9%	3.3%	8.7%	4.3%	4.3%	
青年期 女	134	27.6%	42.5%	25.4%	34.3%	7.5%	6.0%	3.0%	5.2%	
壮年期 男	170	30.0%	37.6%	18.2%	36.5%	0.6%	2.4%	1.8%	5.3%	
壮年期 女	210	35.7%	34.8%	21.0%	22.9%	3.8%	1.4%	3.8%	5.7%	
高齢期 男	175	39.4%	26.3%	16.0%	5.1%	-	-	3.4%	8.0%	
高齢期 女	201	40.3%	25.4%	11.9%	5.5%	0.5%	-	2.5%	5.0%	
一般性年代無回答	6	50.0%	83.3%	16.7%	33.3%	16.7%	16.7%	-	-	

	心配や悩みはない	無回答
全体	19.6%	2.5%
中学生	52.7%	4.6%
15-18歳	26.2%	1.4%
青年期 男	25.0%	-
青年期 女	26.9%	-
壮年期 男	18.2%	1.8%
壮年期 女	20.5%	1.0%
高齢期 男	25.1%	4.6%
高齢期 女	21.9%	10.9%
一般性年代無回答	16.7%	-

(15) 職場・学校での問題に対し相談状況の有無

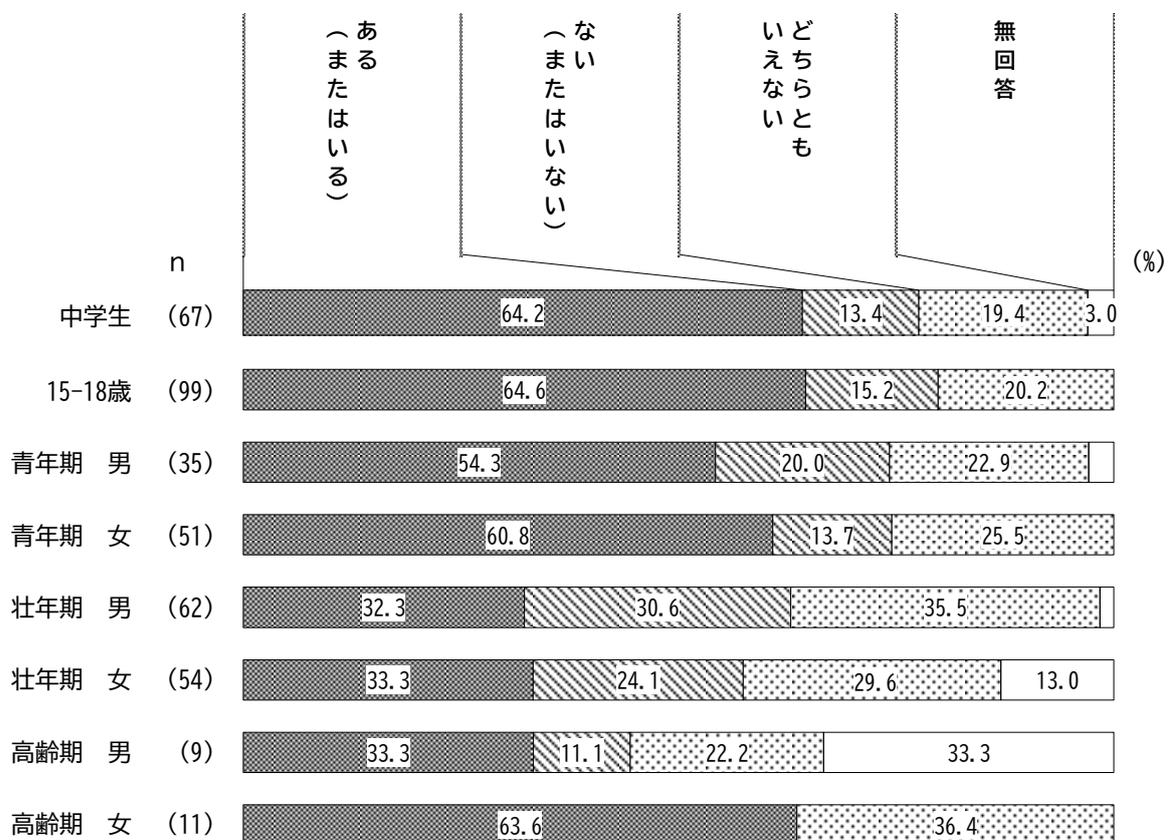
【前問で（中学生・15-18歳：「学校問題」または「友達問題」と答えた方）（一般市民：「勤労問題」または「学校問題」と答えた方（一般市民：かつ 就職・在学している方）のみ】

問 職場・学校での問題に関し、相談できる場所（または人）はありますか。

（選択は1つだけ）

〈中学生・15-18歳：問40-1 / 一般市民：問54-1〉

相談できる場所（または人）の有無は、「ある（またはいる）」が15-18歳で64.6%と最も高くなっている。一方、「ない（またはいない）」は、壮年期男が30.6%と最も高い。



※回答数 30 未満は、参考数値として掲載している。

	調査数	ある(またはいる)	ない(またはいない)	どちらともいえない	無回答
中学生	67	64.2%	13.4%	19.4%	3.0%
15-18歳	99	64.6%	15.2%	20.2%	-
青年期 男	35	54.3%	20.0%	22.9%	2.9%
青年期 女	51	60.8%	13.7%	25.5%	-
壮年期 男	62	32.3%	30.6%	35.5%	1.6%
壮年期 女	54	33.3%	24.1%	29.6%	13.0%
高齢期 男	9	33.3%	11.1%	22.2%	33.3%
高齢期 女	11	63.6%	-	36.4%	-
一般性年代無回答	2	-	50.0%	-	50.0%

10. 休養やこころの健康及び
こころの健康問題について

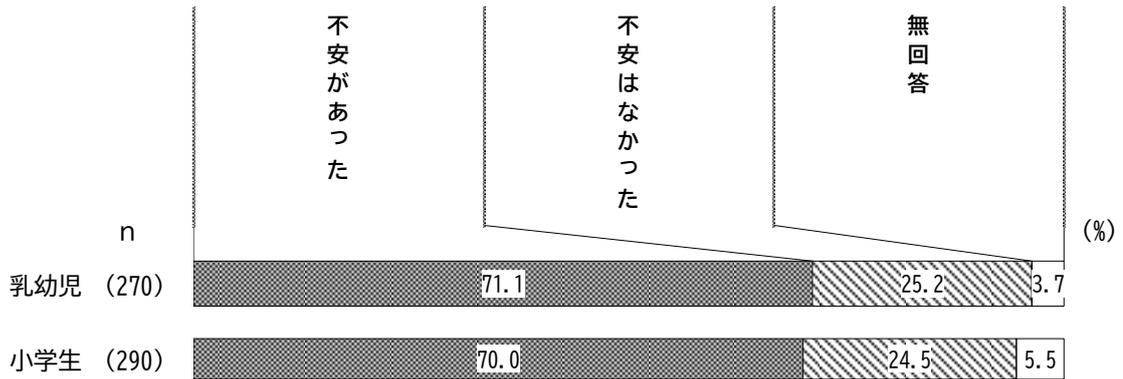
(16) 妊娠中の不安の有無

※女性の方にうかがいます。

問 妊娠中に不安がありましたか。(選択は1つだけ)

〈乳幼児・小学生：問40〉

妊娠中の不安は、乳幼児、小学生ともに「不安があった」が7割を超えて高くなっている。



	調査数	不安があった	不安はなかった	無回答
乳幼児	270	71.1%	25.2%	3.7%
小学生	290	70.0%	24.5%	5.5%

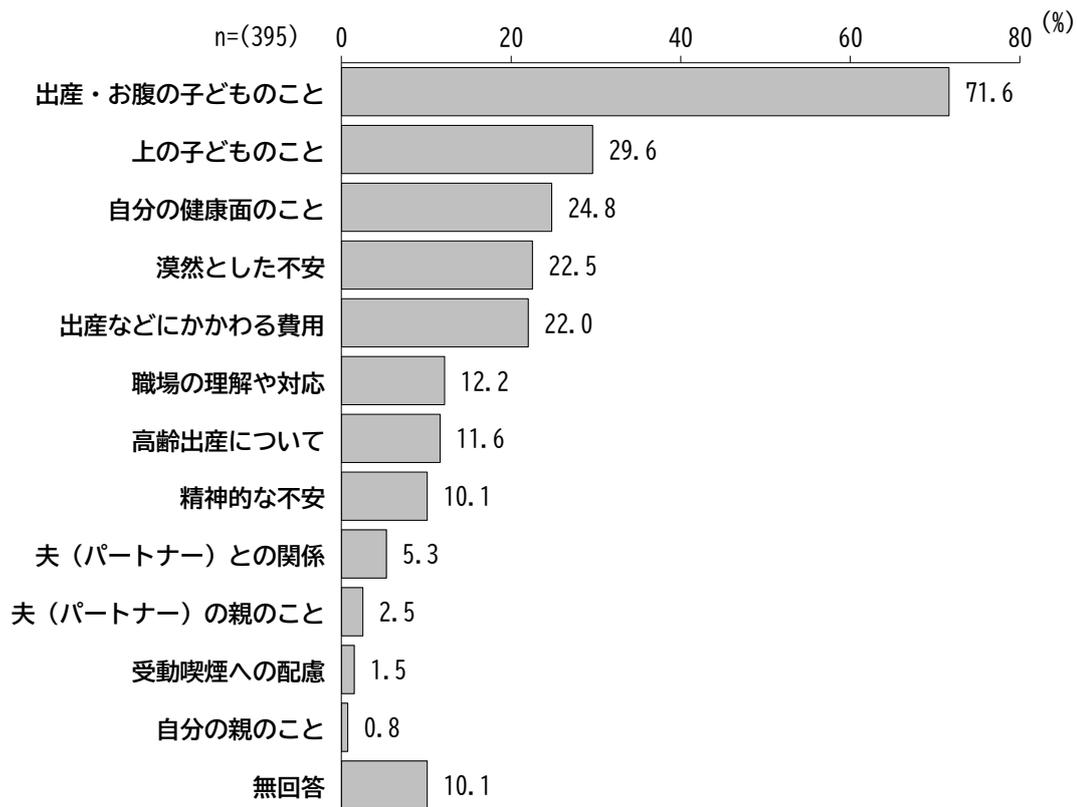
(17) 妊娠中の不安の内容

※女性の方にうかがいます。

【前問で「不安があった」と答えた方のみ】

問 どのような不安がありましたか。(選択は3つまで)〈乳幼児・小学生：問40-1〉

妊娠中の不安内容は、全体で「出産・お腹の子どものこと」が71.6%と最も高く、次いで「上の子どものこと」が29.6%、「自分の健康面のこと」が24.8%などとなっている。



	調査数	出産・お腹の子どものこと	上の子どものこと	自分の健康面のこと	漠然とした不安	出産などにかかわる費用	職場の理解や対応	高齢出産について	精神的な不安	夫(パートナー)との関係
全体	395	71.6%	29.6%	24.8%	22.5%	22.0%	12.2%	11.6%	10.1%	5.3%
乳幼児	192	65.1%	31.3%	23.4%	19.3%	22.4%	13.0%	13.5%	7.8%	4.7%
小学生	203	77.8%	28.1%	26.1%	25.6%	21.7%	11.3%	9.9%	12.3%	5.9%

	夫(パートナー)の親のこと	受動喫煙への配慮	自分の親のこと	無回答
全体	2.5%	1.5%	0.8%	10.1%
乳幼児	2.6%	1.0%	0.5%	14.6%
小学生	2.5%	2.0%	1.0%	5.9%

10. 休養やこころの健康及び
こころの健康問題について

(18) 妊娠中の不安を取り除くために必要と感じたサービス

※女性の方にうかがいます。

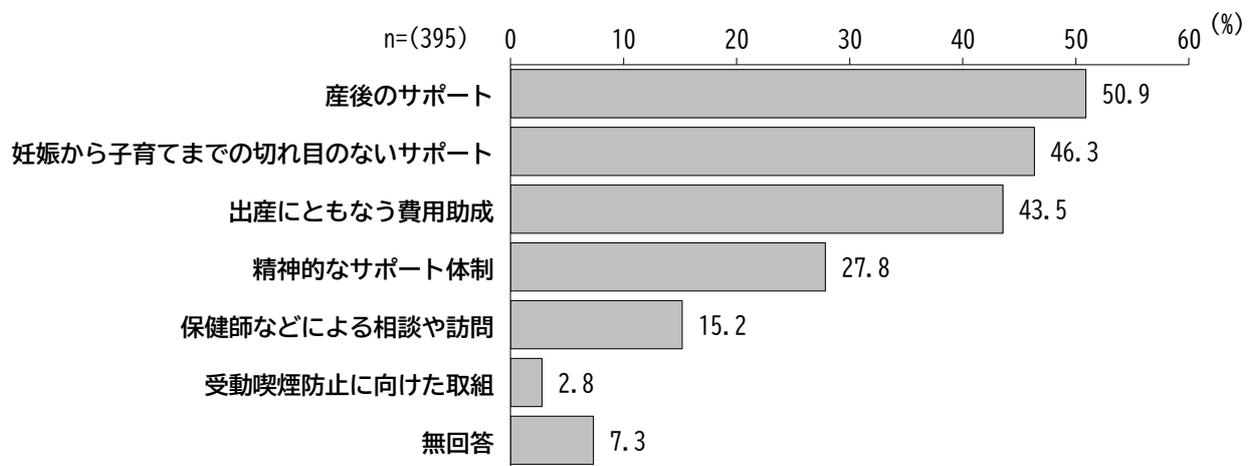
【前問で「不安があった」と答えた方のみ】

問 妊娠中の不安を取り除くためにはどのようなサービスがあればよかったですか。

(選択は3つまで)

〈乳幼児・小学生：問40-2〉

妊娠中の不安を取り除くために必要と感じたサービスは、全体で「産後のサポート」が50.9%と最も高く、次いで「妊娠から子育てまでの切れ目のないサポート」が46.3%、「出産にともなう費用助成」が43.5%などとなっている。



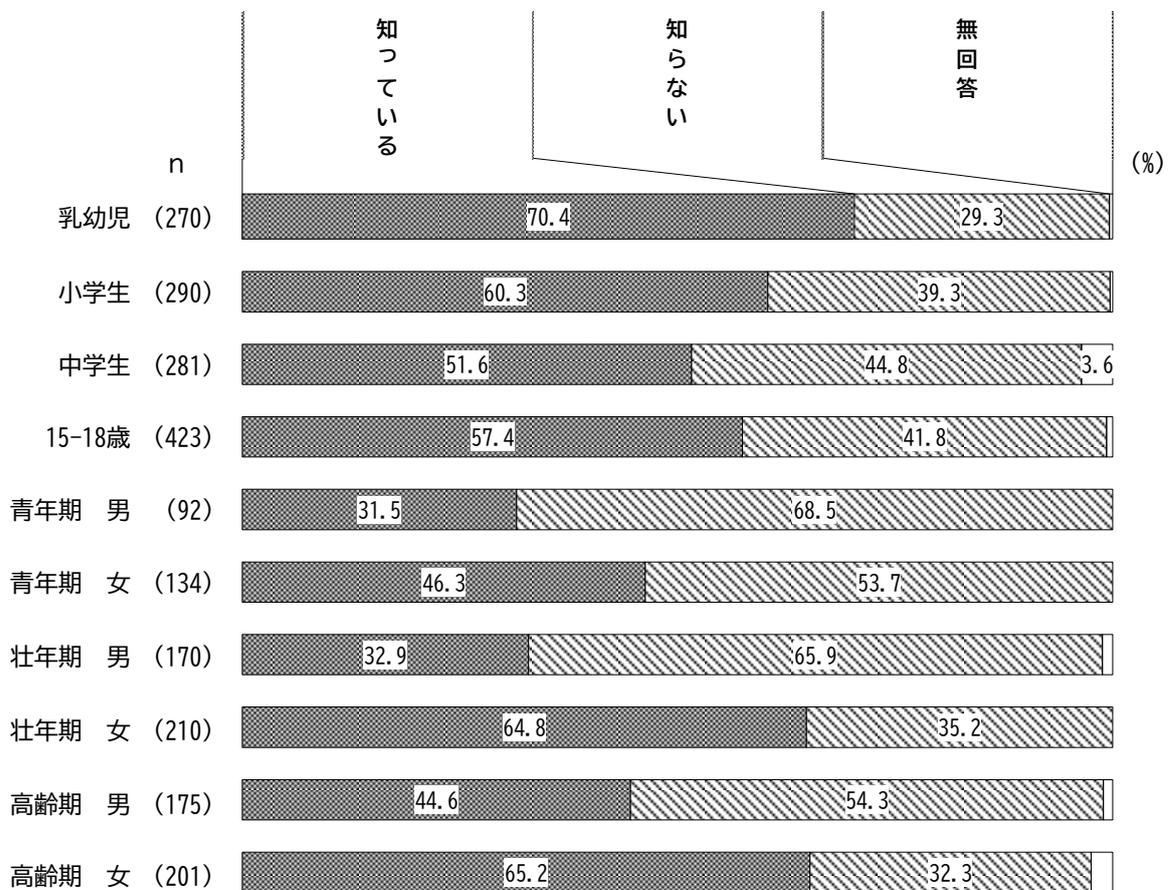
	調査数	産後のサポート	妊娠から子育てまでの切れ目のないサポート	出産にともなう費用助成	精神的なサポート体制	保健師などによる相談や訪問	受動喫煙防止に向けた取組	無回答
全体	395	50.9%	46.3%	43.5%	27.8%	15.2%	2.8%	7.3%
乳幼児	192	54.2%	47.4%	45.3%	26.6%	13.0%	2.1%	8.9%
小学生	203	47.8%	45.3%	41.9%	29.1%	17.2%	3.4%	5.9%

(19) 市内相談機関の認知度

問 こころの健康や悩みなどについて、市で相談できる機関があることを知っていますか。(選択は1つだけ)

〈乳幼児・小学生：問37／中学生・15-18歳：問41／一般市民：問55〉

市内の相談機関は、「知っている」が乳幼児で70.4%と最も高くなっている。



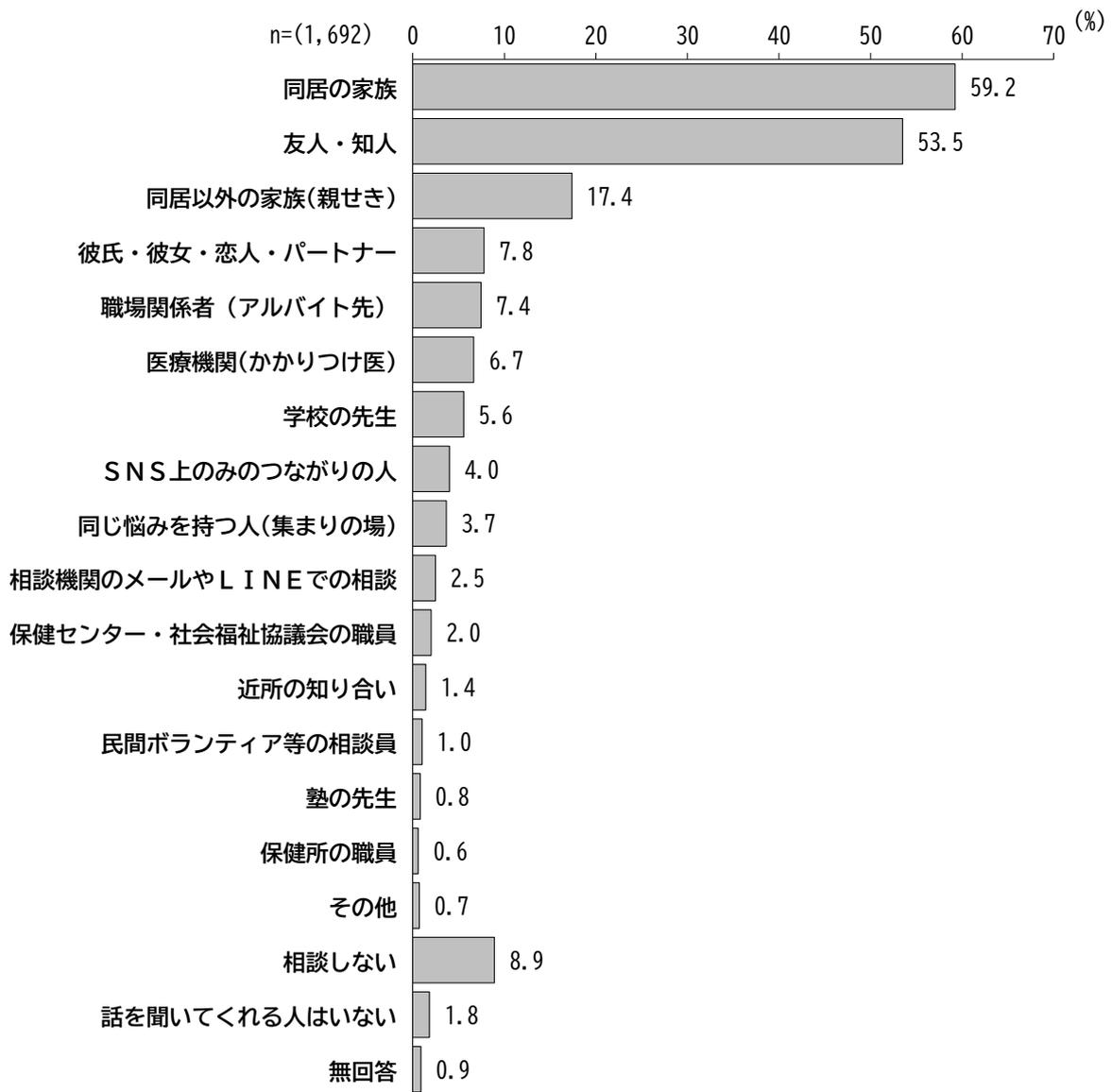
	調査数	知っている	知らない	無回答
乳幼児	270	70.4%	29.3%	0.4%
小学生	290	60.3%	39.3%	0.3%
中学生	281	51.6%	44.8%	3.6%
15-18歳	423	57.4%	41.8%	0.7%
青年期 男	92	31.5%	68.5%	-
青年期 女	134	46.3%	53.7%	-
壮年期 男	170	32.9%	65.9%	1.2%
壮年期 女	210	64.8%	35.2%	-
高齢期 男	175	44.6%	54.3%	1.1%
高齢期 女	201	65.2%	32.3%	2.5%
一般性年代無回答	6	33.3%	66.7%	-

10. 休養やこころの健康及び
こころの健康問題について

(20) 不満や悩み、つらい気持ちを相談したい相手や相談機関

問 心だん、あなたの不満や悩み、つらい気持ちについて、誰かに相談するとしたら誰（どこ）に相談したいと思いますか。（選択はいくつでも）
〈中学生・15-18歳：問42／一般市民：問56〉

不満や悩み、つらい気持ちについて希望する相談先は、全体で「同居の家族」が59.2%と最も高く、次いで「友人・知人」が53.5%、「同居以外の家族(親せき)」が17.4%などとなっている。



10. 休養やこころの健康及び
こころの健康問題について

	調査数	同居の家族	友人・知人	同居以外の家族 (親せき)	彼氏・彼女・恋人・パートナー	職場関係者(アルバイト先)	医療機関(かかりつけ医)	学校の先生	SNS上のみつながりの人	同じ悩みを持つ人(集まりの場)
全体	1,692	59.2%	53.5%	17.4%	7.8%	7.4%	6.7%	5.6%	4.0%	3.7%
中学生	281	63.7%	53.7%	7.1%	1.4%	-	1.8%	14.6%	6.8%	5.0%
15-18歳	423	61.9%	63.6%	2.4%	8.0%	1.2%	2.6%	10.9%	6.9%	5.4%
青年期 男	92	55.4%	51.1%	18.5%	20.7%	13.0%	5.4%	3.3%	4.3%	1.1%
青年期 女	134	62.7%	63.4%	38.1%	26.1%	23.9%	6.0%	0.7%	9.0%	6.0%
壮年期 男	170	54.1%	32.4%	12.4%	10.6%	15.9%	10.0%	-	1.2%	2.4%
壮年期 女	210	62.9%	61.4%	34.3%	4.8%	16.2%	11.9%	1.4%	0.5%	3.3%
高齢期 男	175	56.6%	32.0%	16.0%	2.9%	2.3%	13.1%	-	0.6%	1.1%
高齢期 女	201	50.7%	55.7%	36.3%	2.5%	6.0%	9.5%	-	-	1.5%
一般性年代無回答	6	16.7%	16.7%	33.3%	33.3%	-	-	-	-	-

	相談機関のメールやLINEでの相談	保健センター・社会福祉協議会の職員	近所の知り合い	民間ボランティア等の相談員	塾の先生	保健所の職員	その他	相談しない	話を聞いてくれる人はいない	無回答
全体	2.5%	2.0%	1.4%	1.0%	0.8%	0.6%	0.7%	8.9%	1.8%	0.9%
中学生	2.8%	1.8%	0.4%	0.7%	2.1%	-	0.7%	10.0%	0.4%	2.5%
15-18歳	4.3%	1.2%	0.2%	1.2%	1.4%	0.5%	0.7%	9.5%	0.9%	0.2%
青年期 男	2.2%	-	1.1%	-	1.1%	3.3%	2.2%	8.7%	3.3%	-
青年期 女	2.2%	0.7%	2.2%	-	-	-	0.7%	5.2%	1.5%	-
壮年期 男	1.2%	5.3%	1.2%	0.6%	-	1.2%	-	9.4%	4.7%	1.2%
壮年期 女	2.9%	0.5%	1.9%	1.9%	0.5%	0.5%	1.4%	7.6%	1.4%	-
高齢期 男	0.6%	4.6%	3.4%	0.6%	-	-	0.6%	13.7%	3.4%	1.1%
高齢期 女	1.0%	2.5%	3.0%	2.0%	-	1.0%	-	5.5%	1.5%	1.5%
一般性年代無回答	-	-	-	-	-	-	-	16.7%	16.7%	-

10. 休養やこころの健康及び
こころの健康問題について

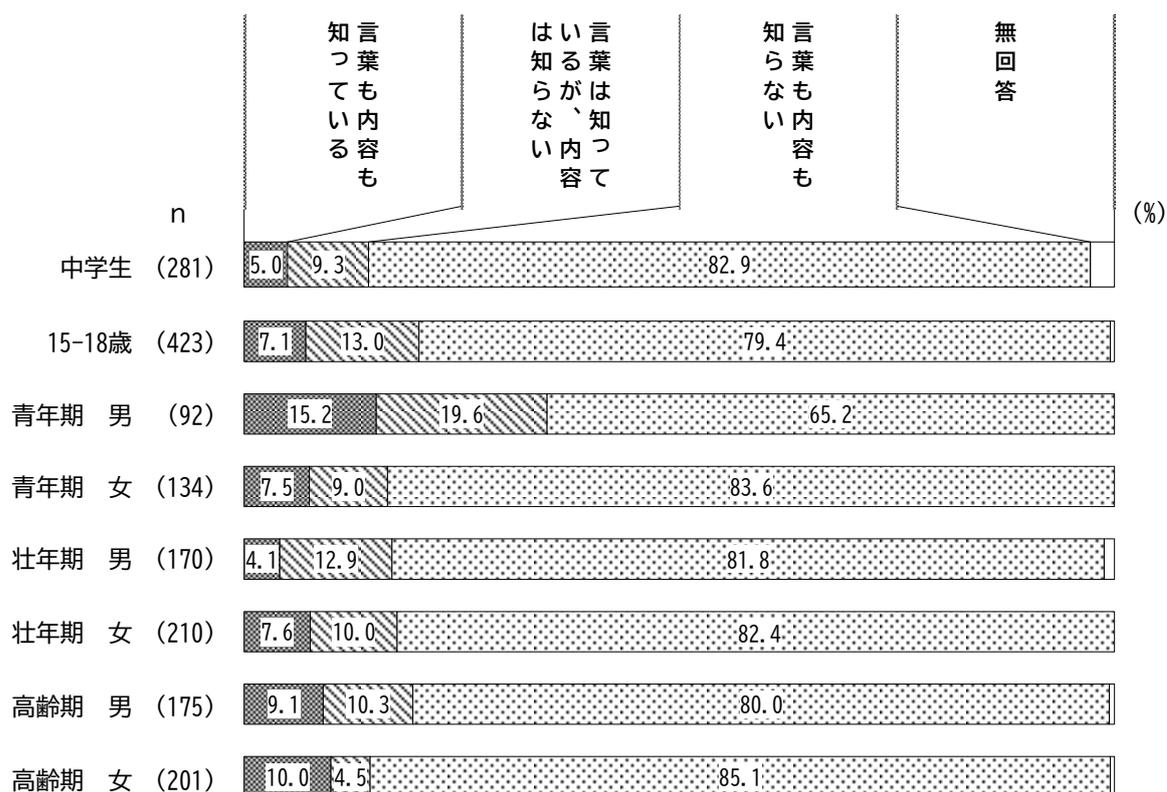
(21) ゲートキーパーという言葉や内容の認知度

問 ゲートキーパーという言葉や内容について知っていますか。(選択は1つだけ)

〈中学生・15-18歳：問43／一般市民：問57〉

※「ゲートキーパー」とは、自殺や危険を示すサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る）を図ることができる人のこと。

ゲートキーパーの認知度は、全世代で「言葉も内容も知らない」が最も高くなっている。

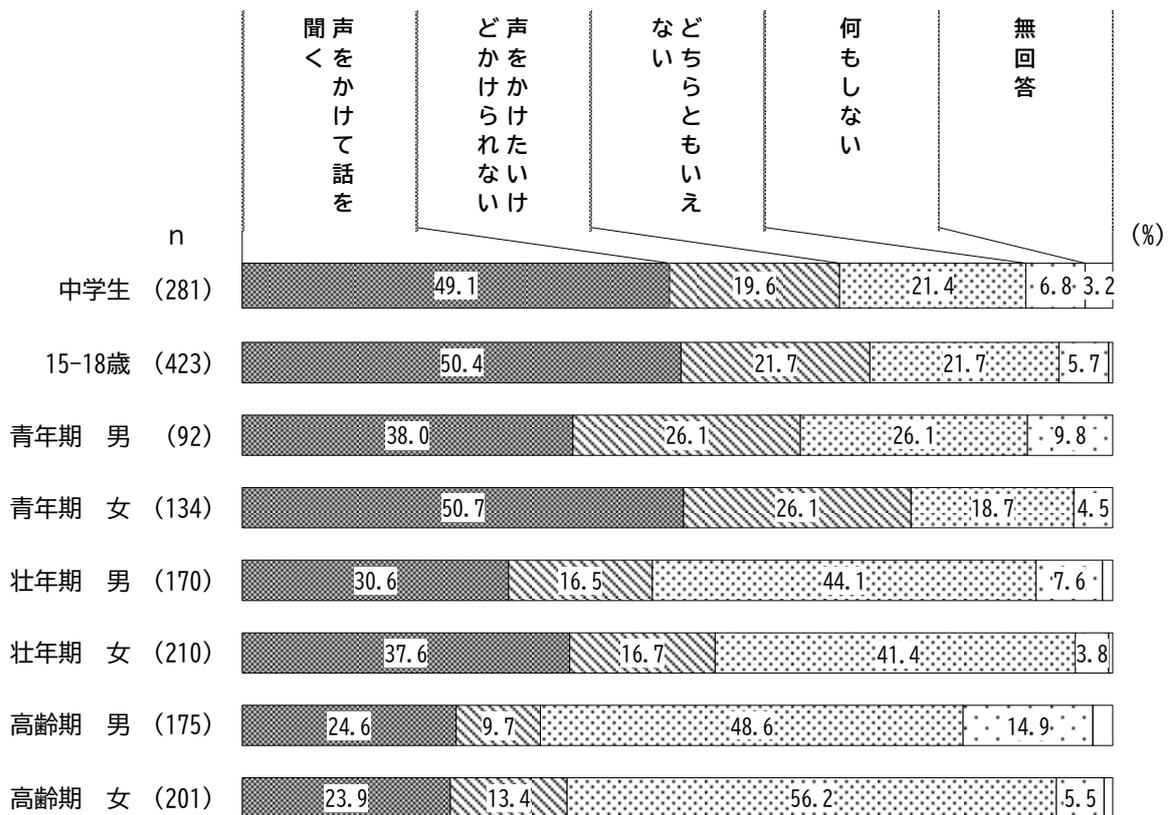


	調査数	言葉も内容も知っている	言葉は知っているが、内容は知らない	言葉も内容も知らない	無回答
中学生	281	5.0%	9.3%	82.9%	2.8%
15-18歳	423	7.1%	13.0%	79.4%	0.5%
青年期 男	92	15.2%	19.6%	65.2%	-
青年期 女	134	7.5%	9.0%	83.6%	-
壮年期 男	170	4.1%	12.9%	81.8%	1.2%
壮年期 女	210	7.6%	10.0%	82.4%	-
高齢期 男	175	9.1%	10.3%	80.0%	0.6%
高齢期 女	201	10.0%	4.5%	85.1%	0.5%
一般性年代無回答	6	-	-	83.3%	16.7%

(22) 悩んでいる人や辛そうな人への声かけの有無

問 悩んでいる人や、いつもと違う様子で辛そうに見える人が身近にいたら、声をかけますか。(選択は1つだけ) 〈中学生・15-18歳：問44／一般市民：問58〉

悩んでいる人や辛そうに見える人への声かけは、「声をかけて話を聞く」が青年期女、15-18歳で5割を超えている。



	調査数	声をかけて話を聞く	声をかけたいけどかけられない	どちらともいえない	何もしない	無回答
中学生	281	49.1%	19.6%	21.4%	6.8%	3.2%
15-18歳	423	50.4%	21.7%	21.7%	5.7%	0.5%
青年期 男	92	38.0%	26.1%	26.1%	9.8%	-
青年期 女	134	50.7%	26.1%	18.7%	4.5%	-
壮年期 男	170	30.6%	16.5%	44.1%	7.6%	1.2%
壮年期 女	210	37.6%	16.7%	41.4%	3.8%	0.5%
高齢期 男	175	24.6%	9.7%	48.6%	14.9%	2.3%
高齢期 女	201	23.9%	13.4%	56.2%	5.5%	1.0%
一般性年代無回答	6	16.7%	16.7%	50.0%	16.7%	-

10. 休養やこころの健康及び
こころの健康問題について

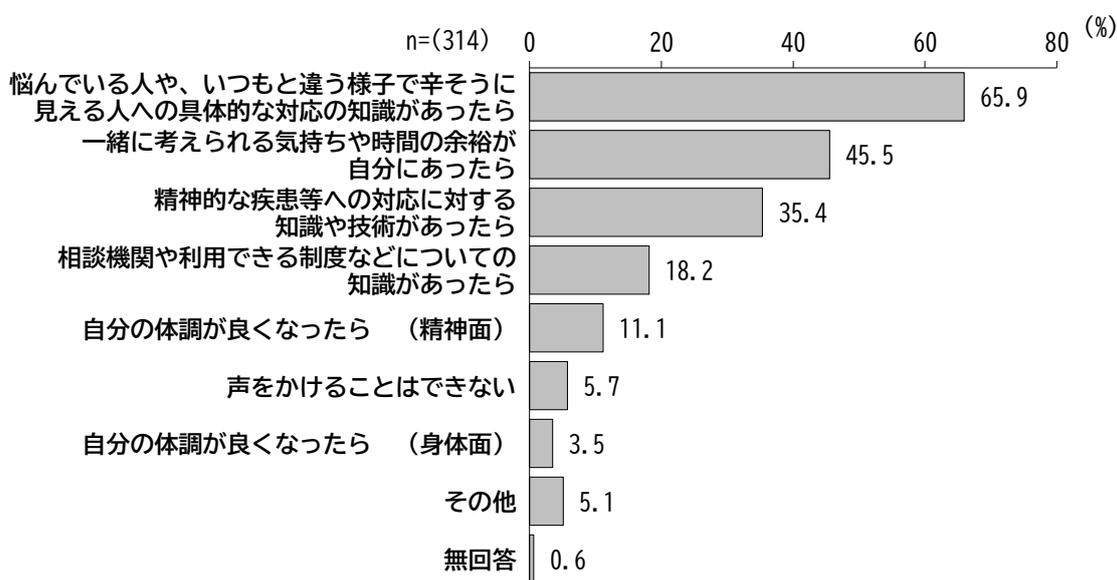
(23) 声かけができる理由

【前問で「声をかけたいけどかけられない」と答えた方のみ】

問 どうしたら声をかけられると思いますか。(選択はいくつでも)

〈中学生・15-18歳：問44-1 / 一般市民：問58-1〉

どうしたら声かけができるかは、全体で「悩んでいる人や、辛そうに見える人への具体的な対応の知識があったら」が65.9%と最も高く、次いで「一緒に考えられる気持ちや時間の余裕が自分にあったら」が45.5%、「精神的な疾患等への対応に対する知識や技術があったら」が35.4%などとなっている。



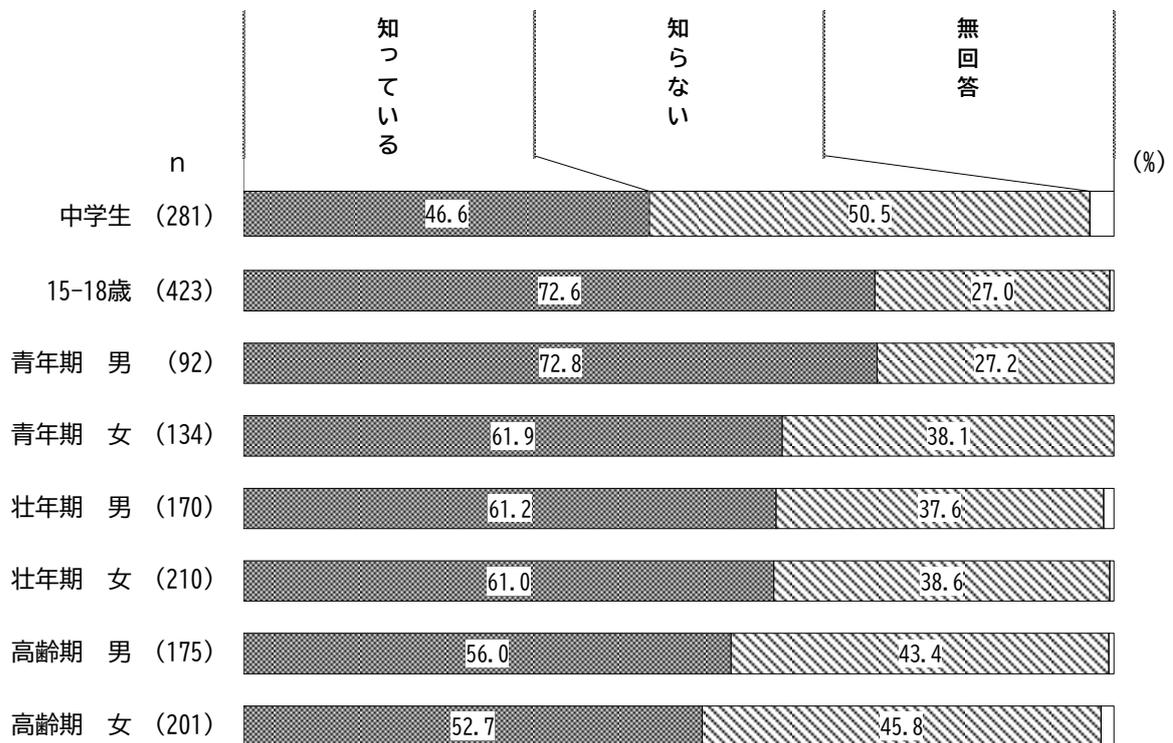
	調査数	悩んでいる人や、いつもと違う様子で辛そうに見える人への具体的な対応の知識があったら	一緒に考えられる気持ちや時間の余裕が自分にあたら	精神的な疾患等への対応に対する知識や技術があったら	相談機関や利用できる制度などについての知識があったら	自分の体調が良くなったら (精神面)	声をかけることはできない	自分の体調が良くなったら (身体面)	その他	無回答
全体	314	65.9%	45.5%	35.4%	18.2%	11.1%	5.7%	3.5%	5.1%	0.6%
中学生	55	52.7%	43.6%	25.5%	12.7%	9.1%	9.1%	3.6%	9.1%	-
15-18歳	92	85.9%	47.8%	37.0%	10.9%	13.0%	2.2%	1.1%	6.5%	-
青年期 男	24	62.5%	54.2%	41.7%	25.0%	12.5%	4.2%	4.2%	-	-
青年期 女	35	65.7%	57.1%	37.1%	14.3%	11.4%	8.6%	-	5.7%	-
壮年期 男	28	53.6%	39.3%	35.7%	32.1%	7.1%	3.6%	7.1%	3.6%	3.6%
壮年期 女	35	54.3%	51.4%	45.7%	17.1%	14.3%	8.6%	5.7%	5.7%	-
高齢期 男	17	70.6%	29.4%	35.3%	52.9%	-	5.9%	-	-	-
高齢期 女	27	55.6%	29.6%	29.6%	18.5%	11.1%	7.4%	7.4%	-	3.7%
一般性年代無回答	1	-	-	-	-	100.0%	-	100.0%	-	-

(24) 毎年多くの自殺者がいることの認知度

問 我が国の自殺者数は近年毎年2万人（市内では35人前後）を越えており、交通事故死者数と比べて約8倍となっています。このように多くの方が毎年亡くなっていることを知っていますか。（選択は1つだけ）

〈中学生・15-18歳：問45／一般市民：問59〉

毎年多くの自殺者がいることの認知は、中学生を除く世代で「知っている」が高くなっている。



	調査数	知っている	知らない	無回答
中学生	281	46.6%	50.5%	2.8%
15-18歳	423	72.6%	27.0%	0.5%
青年期 男	92	72.8%	27.2%	-
青年期 女	134	61.9%	38.1%	-
壮年期 男	170	61.2%	37.6%	1.2%
壮年期 女	210	61.0%	38.6%	0.5%
高齢期 男	175	56.0%	43.4%	0.6%
高齢期 女	201	52.7%	45.8%	1.5%
一般性年代無回答	6	33.3%	50.0%	16.7%

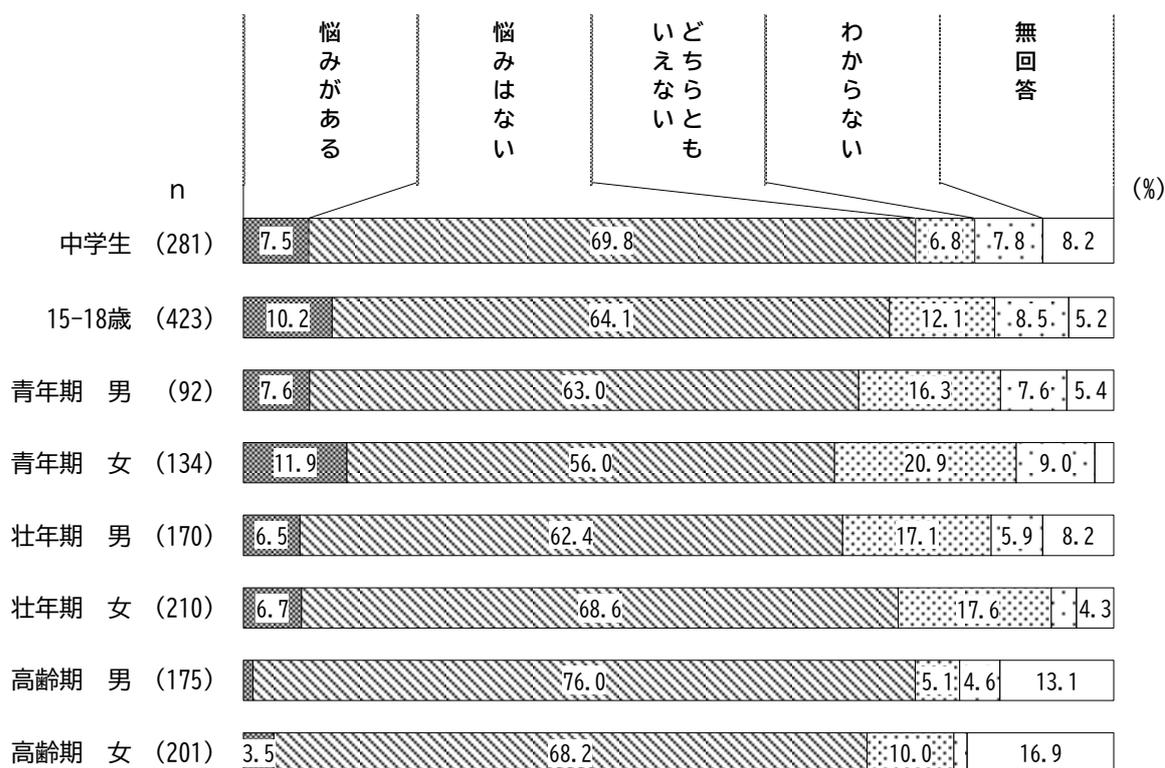
10. 休養やこころの健康及び
こころの健康問題について

(25) 自己の存在を否定したくなるほどの悩みの有無

※当設問の回答に負担を感じる方は、回答していただくなくてもかまいません。

問 現在死にたい、消えてしまいたい、いなければよかったと思うほどの悩みがありますか。(選択は1つだけ) 〈中学生・15-18歳：問46／一般市民：問60〉

自己の存在を否定したくなるほどの悩みは、「悩みがある」が青年期女で11.9%と最も高くなっている。



	調査数	悩みがある	悩みはない	どちらともいえない	わからない	無回答
中学生	281	7.5%	69.8%	6.8%	7.8%	8.2%
15-18歳	423	10.2%	64.1%	12.1%	8.5%	5.2%
青年期 男	92	7.6%	63.0%	16.3%	7.6%	5.4%
青年期 女	134	11.9%	56.0%	20.9%	9.0%	2.2%
壮年期 男	170	6.5%	62.4%	17.1%	5.9%	8.2%
壮年期 女	210	6.7%	68.6%	17.6%	2.9%	4.3%
高齢期 男	175	1.1%	76.0%	5.1%	4.6%	13.1%
高齢期 女	201	3.5%	68.2%	10.0%	1.5%	16.9%
一般性年代無回答	6	-	50.0%	16.7%	16.7%	16.7%

(26) 悩みの内容

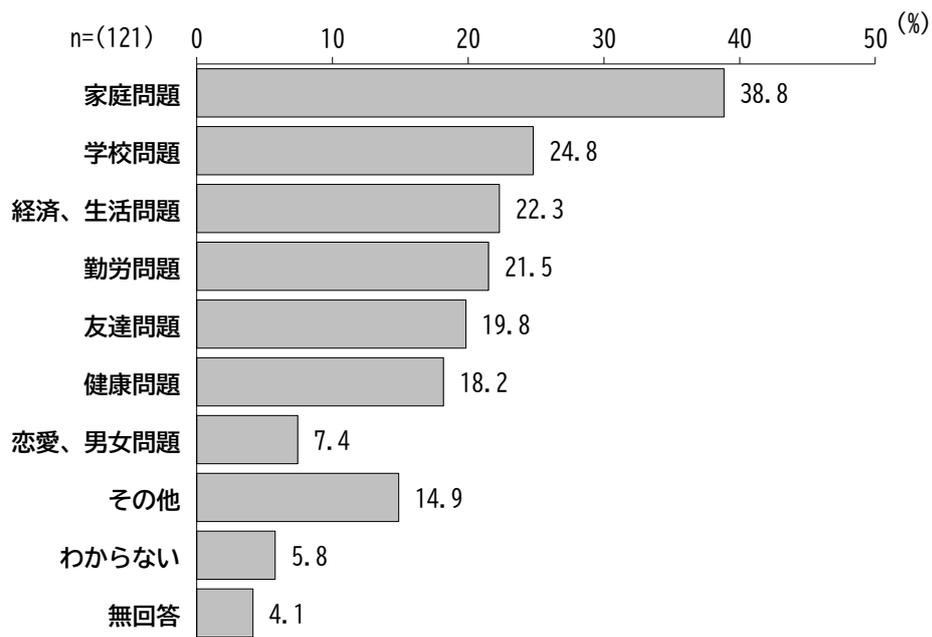
※当設問の回答に負担を感じる方は、回答していただくなくてもかまいません。

【前問で「悩みがある」と答えた方のみ】

問 どのような悩みですか。(選択はいくつでも)

〈中学生・15-18歳：問46-1 / 一般市民：問60-1〉

悩みの内容は、全体で「家庭問題」が38.8%と最も高く、次いで「学校問題」が24.8%、「経済、生活問題」が22.3%などとなっている。



	調査数	家庭問題	学校問題	経済、生活問題	勤労問題	友達問題	健康問題	恋愛、男女問題	その他	わからない
全体	121	38.8%	24.8%	22.3%	21.5%	19.8%	18.2%	7.4%	14.9%	5.8%
中学生	21	14.3%	28.6%	-	-	28.6%	9.5%	4.8%	19.0%	14.3%
15-18歳	43	37.2%	51.2%	11.6%	9.3%	41.9%	14.0%	16.3%	9.3%	2.3%
青年期 男	7	28.6%	-	42.9%	42.9%	-	-	-	28.6%	14.3%
青年期 女	16	56.3%	6.3%	37.5%	43.8%	-	12.5%	6.3%	12.5%	12.5%
壮年期 男	11	45.5%	-	45.5%	63.6%	-	27.3%	-	18.2%	-
壮年期 女	14	42.9%	7.1%	35.7%	28.6%	-	35.7%	-	14.3%	-
高齢期 男	2	100.0%	-	50.0%	50.0%	-	50.0%	-	50.0%	-
高齢期 女	7	57.1%	-	28.6%	-	-	42.9%	-	14.3%	-
一般性年代無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

	無回答
全体	4.1%
中学生	9.5%
15-18歳	2.3%
青年期 男	-
青年期 女	-
壮年期 男	-
壮年期 女	14.3%
高齢期 男	-
高齢期 女	-
一般性年代無回答	-

10. 休養やこころの健康及び
こころの健康問題について

(27) その悩みに対する相談の有無

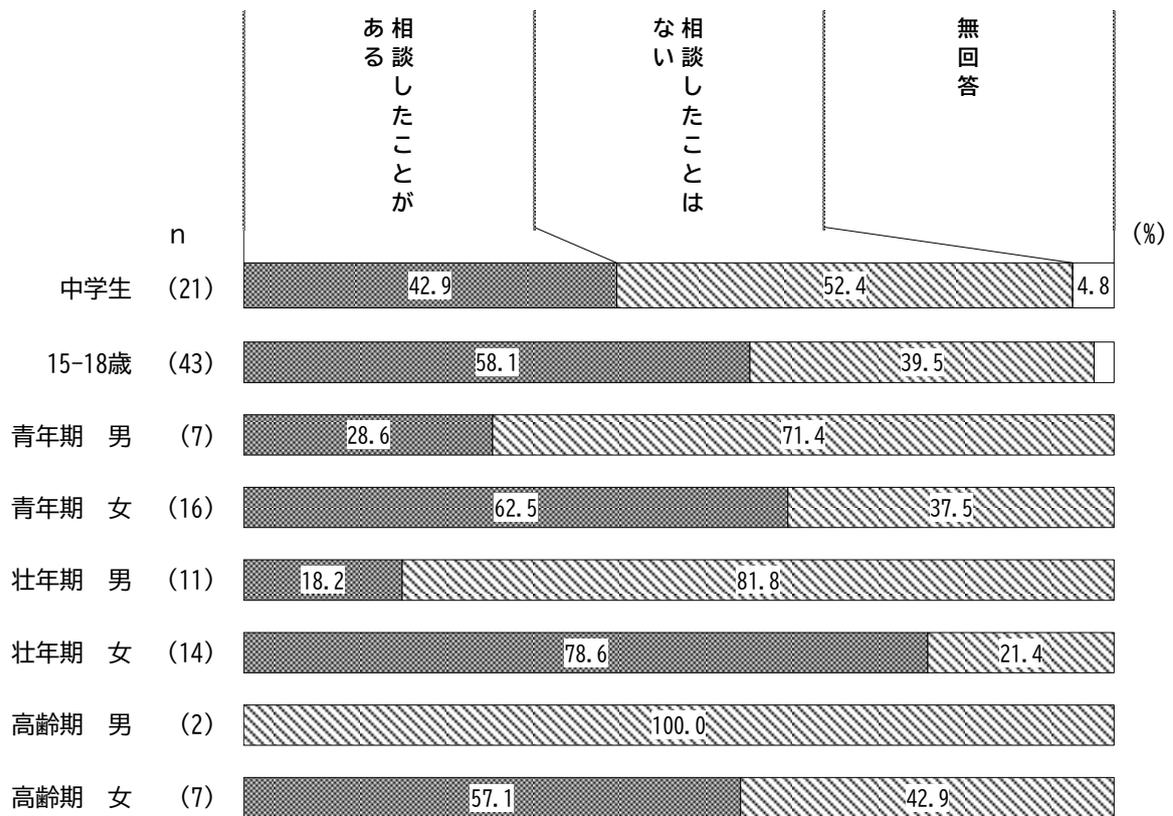
※当設問の回答に負担を感じる方は、回答していただかなくてもかまいません。

【前問で「悩みがある」と答えた方のみ】

問 そのように考えたとき、誰かに相談しましたか。(選択は1つだけ)

〈中学生・15-18歳：問46-2／一般市民：問60-2〉

自己の存在を否定したくなるほどの悩みの相談経験は、「相談したことがある」が15-18歳で58.1%となっている。



※回答数30未満は、参考数値として掲載している。

	調査数	相談したことがある	相談したことはない	無回答
中学生	21	42.9%	52.4%	4.8%
15-18歳	43	58.1%	39.5%	2.3%
青年期 男	7	28.6%	71.4%	-
青年期 女	16	62.5%	37.5%	-
壮年期 男	11	18.2%	81.8%	-
壮年期 女	14	78.6%	21.4%	-
高齢期 男	2	-	100.0%	-
高齢期 女	7	57.1%	42.9%	-
無回答	-	-	-	-

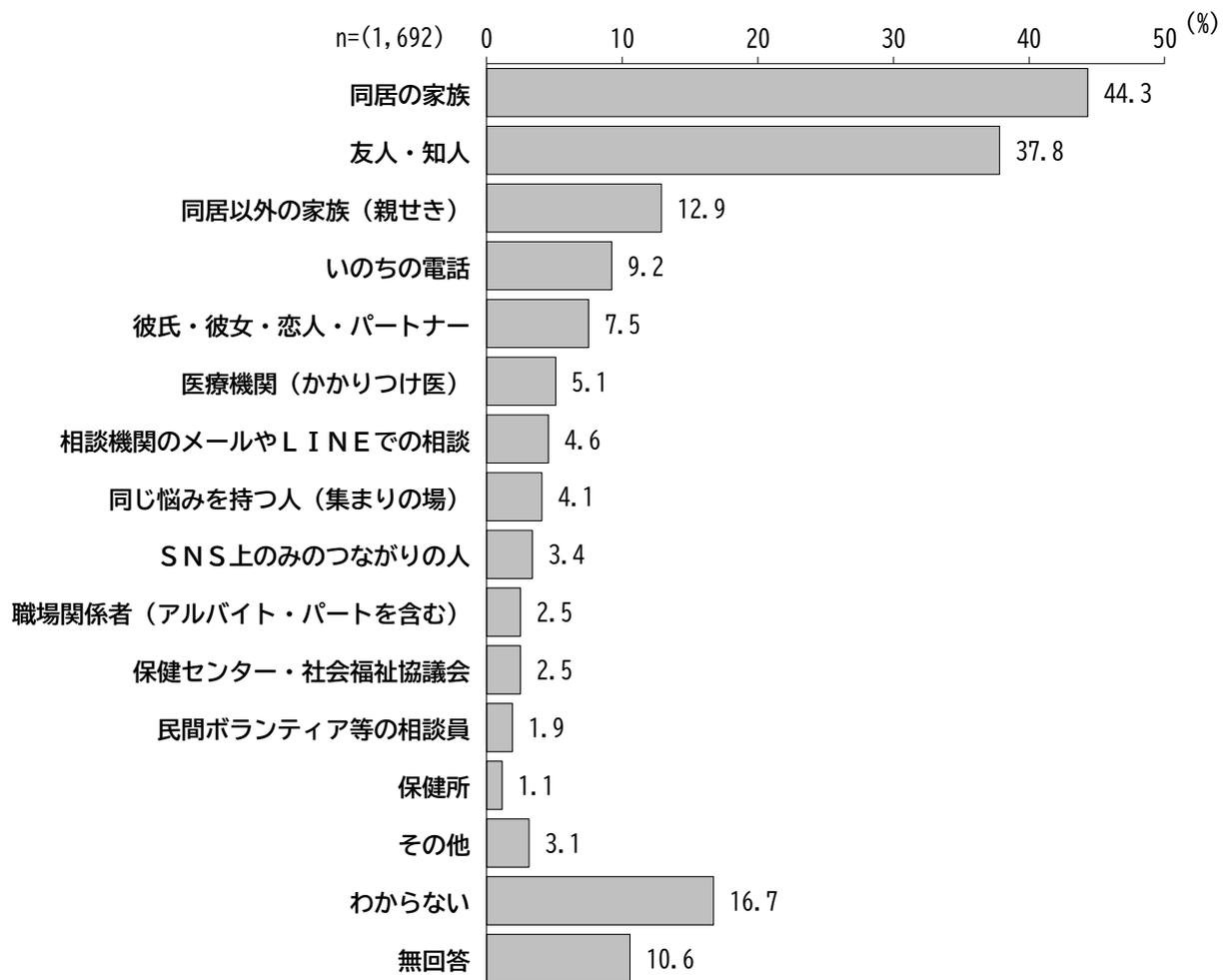
(28) 死にたいほどの悩みを抱えたときに望む相談先

※当設問の回答に負担を感じる方は、回答していただくなくてもかまいません。

問 あなたが死んでしまいたいほどの悩みを抱えていたとしたら、誰（どこ）に相談
したいと思いますか。（選択はいくつでも）

〈中学生・15-18歳：問47／一般市民：問61〉

死にたいほどの悩みを抱えたときに望む相談先は、全体で「同居の家族」が44.3%と最も高く、
次いで「友人・知人」が37.8%などとなっている。



10. 休養やこころの健康及び
こころの健康問題について

	調査数	同居の家族	友人・知人	同居以外の家族 (親せき)	いのちの電話	彼氏・彼女・恋人・パートナー	医療機関 (かかりつけ医)	相談機関 のメール やLINEで の相談	同じ悩み を持つ人 (集まり の場)	SNS上の みのつながり の人
全体	1,692	44.3%	37.8%	12.9%	9.2%	7.5%	5.1%	4.6%	4.1%	3.4%
中学生	281	51.2%	43.8%	6.8%	10.3%	2.8%	1.4%	7.5%	5.7%	6.0%
15-18歳	423	47.5%	47.3%	4.5%	9.2%	7.6%	2.8%	5.7%	4.0%	6.4%
青年期 男	92	38.0%	41.3%	18.5%	6.5%	20.7%	7.6%	5.4%	5.4%	2.2%
青年期 女	134	44.0%	46.3%	21.6%	12.7%	26.1%	6.7%	6.0%	5.2%	4.5%
壮年期 男	170	46.5%	25.9%	6.5%	9.4%	9.4%	7.1%	2.4%	1.8%	0.6%
壮年期 女	210	45.7%	36.7%	25.2%	8.1%	3.3%	7.6%	5.7%	5.7%	1.4%
高齢期 男	175	40.6%	21.1%	12.6%	8.6%	2.3%	6.3%	1.1%	2.3%	0.6%
高齢期 女	201	31.8%	28.9%	22.9%	8.5%	2.0%	7.5%	0.5%	2.5%	-
一般性年代無回答	6	16.7%	16.7%	33.3%	-	33.3%	-	-	-	-

	職場関係者(アルバイト先)	保健センター・社会福祉協議会	民間ボランティア等の相談員	保健所	その他	わからない	無回答
全体	2.5%	2.5%	1.9%	1.1%	3.1%	16.7%	10.6%
中学生	-	2.5%	1.1%	1.1%	5.3%	13.5%	10.7%
15-18歳	0.2%	1.9%	2.4%	2.1%	3.1%	15.1%	5.9%
青年期 男	6.5%	2.2%	2.2%	2.2%	1.1%	22.8%	5.4%
青年期 女	6.7%	0.7%	1.5%	-	3.0%	17.9%	1.5%
壮年期 男	5.3%	4.7%	2.9%	1.8%	4.1%	15.9%	12.9%
壮年期 女	4.8%	2.4%	1.9%	0.5%	2.9%	21.0%	6.2%
高齢期 男	1.1%	3.4%	1.7%	-	1.1%	21.1%	19.4%
高齢期 女	2.5%	2.5%	1.5%	0.5%	2.5%	13.4%	22.9%
一般性年代無回答	-	-	-	-	-	16.7%	33.3%

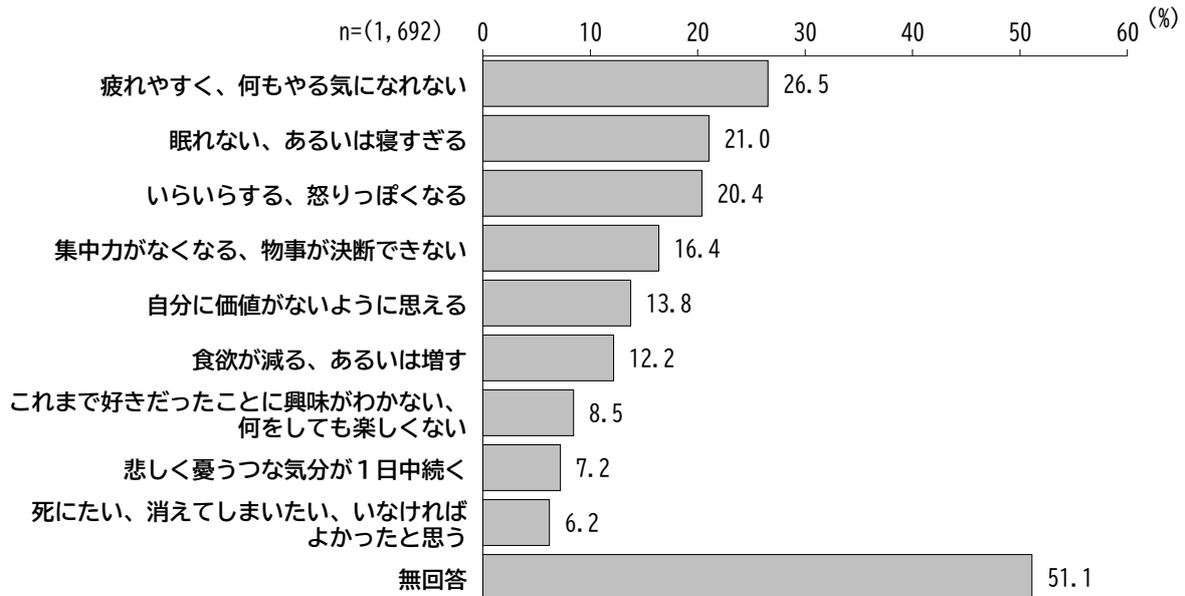
(29) 現在自覚している精神的な症状

※当設問の回答に負担を感じる方は、回答していただくなくてもかまいません。

問 現在、以下の症状がありますか。(選択はいくつでも)

〈中学生・15-18歳：問48／一般市民：問62〉

現在の症状は、全体で「疲れやすく、何もやる気になれない」が26.5%と最も高く、次いで「眠れない、あるいは寝すぎる」が21.0%などとなっている。



	調査数	疲れやすく、何もやる気になれない	眠れない、あるいは寝すぎる	いらいらする、怒りっぽくなる	集中力がなくなる、物事が決断できない	自分に価値がないように思える	食欲が減る、あるいは増す	これまで好きだったことに興味がわかない、何をしても楽しくない	悲しく憂うつな気分が1日中続く	死にたい、消えてしまいたい、いなければよかったと思う
全体	1,692	26.5%	21.0%	20.4%	16.4%	13.8%	12.2%	8.5%	7.2%	6.2%
中学生	281	26.7%	24.2%	24.2%	21.7%	13.5%	17.1%	7.8%	8.2%	5.3%
15-18歳	423	32.6%	26.2%	21.5%	21.7%	19.6%	16.1%	10.2%	11.8%	9.9%
青年期 男	92	31.5%	22.8%	18.5%	18.5%	17.4%	10.9%	18.5%	9.8%	5.4%
青年期 女	134	44.8%	28.4%	38.1%	26.1%	25.4%	21.6%	11.2%	11.2%	10.4%
壮年期 男	170	19.4%	14.7%	24.7%	8.8%	10.0%	7.1%	8.2%	5.9%	4.7%
壮年期 女	210	29.0%	20.5%	20.0%	11.4%	11.9%	11.0%	8.6%	5.7%	7.1%
高齢期 男	175	10.9%	16.0%	9.7%	8.6%	2.9%	3.4%	3.4%	-	0.6%
高齢期 女	201	15.4%	10.0%	8.0%	8.5%	6.5%	4.5%	3.5%	1.0%	2.0%
一般性年代無回答	6	50.0%	33.3%	16.7%	16.7%	33.3%	16.7%	16.7%	16.7%	16.7%

	無回答
全体	51.1%
中学生	48.4%
15-18歳	44.7%
青年期 男	46.7%
青年期 女	32.8%
壮年期 男	54.1%
壮年期 女	47.6%
高齢期 男	65.7%
高齢期 女	71.6%
一般性年代無回答	33.3%

10. 休養やこころの健康及び
こころの健康問題について

(30) 2週間以上の症状の継続の有無

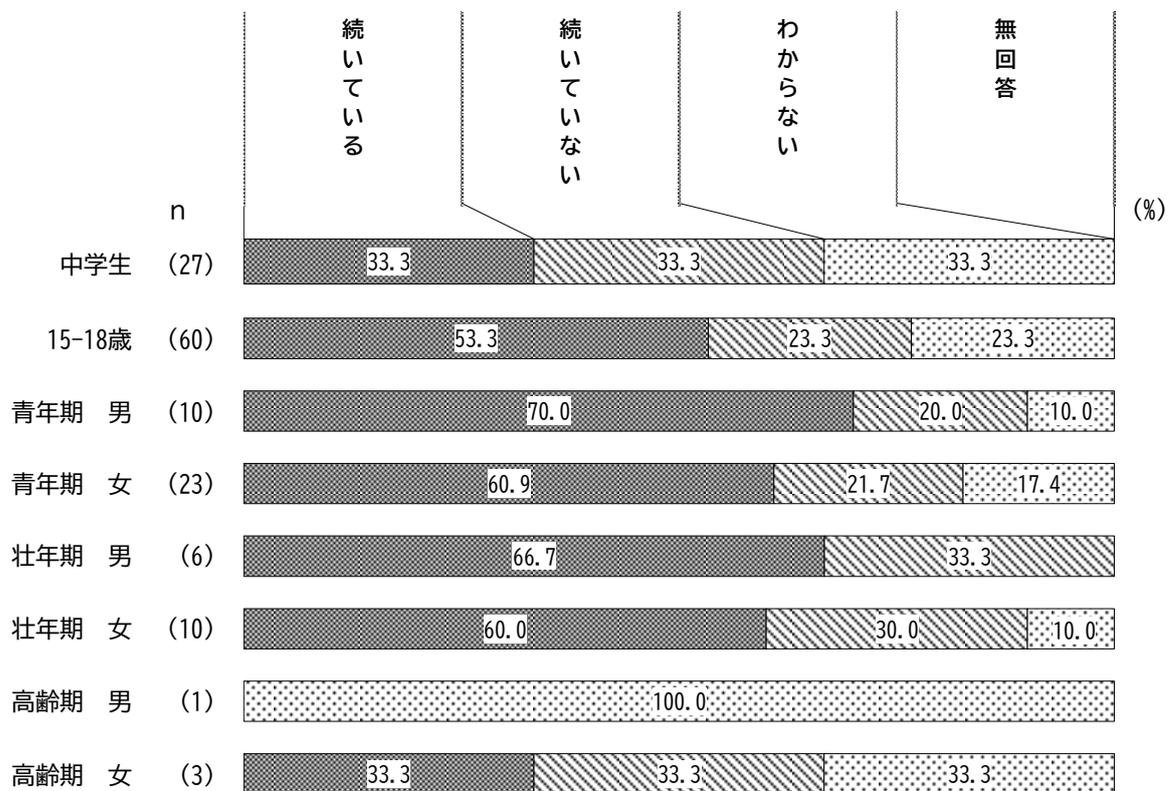
※当設問の回答に負担を感じる方は、回答していただかなくてもかまいません。

【前問で5つ以上の症状を選択した方のみ】

問 その状態が2週間以上続いていますか。(選択は1つだけ)

〈中学生・15-18歳：問48-1 / 一般市民：問62-1〉

現在の症状が2週間以上続いているかは、「続いている」が、15-18歳で53.3%となっている。



※回答数30未満は、参考数値として掲載している。

	調査数	続いている	続いていない	わからない	無回答
中学生	27	33.3%	33.3%	33.3%	-
15-18歳	60	53.3%	23.3%	23.3%	-
青年期 男	10	70.0%	20.0%	10.0%	-
青年期 女	23	60.9%	21.7%	17.4%	-
壮年期 男	6	66.7%	33.3%	-	-
壮年期 女	10	60.0%	30.0%	10.0%	-
高齢期 男	1	-	-	100.0%	-
高齢期 女	3	33.3%	33.3%	33.3%	-
一般性年代無回答	1	-	-	100.0%	-

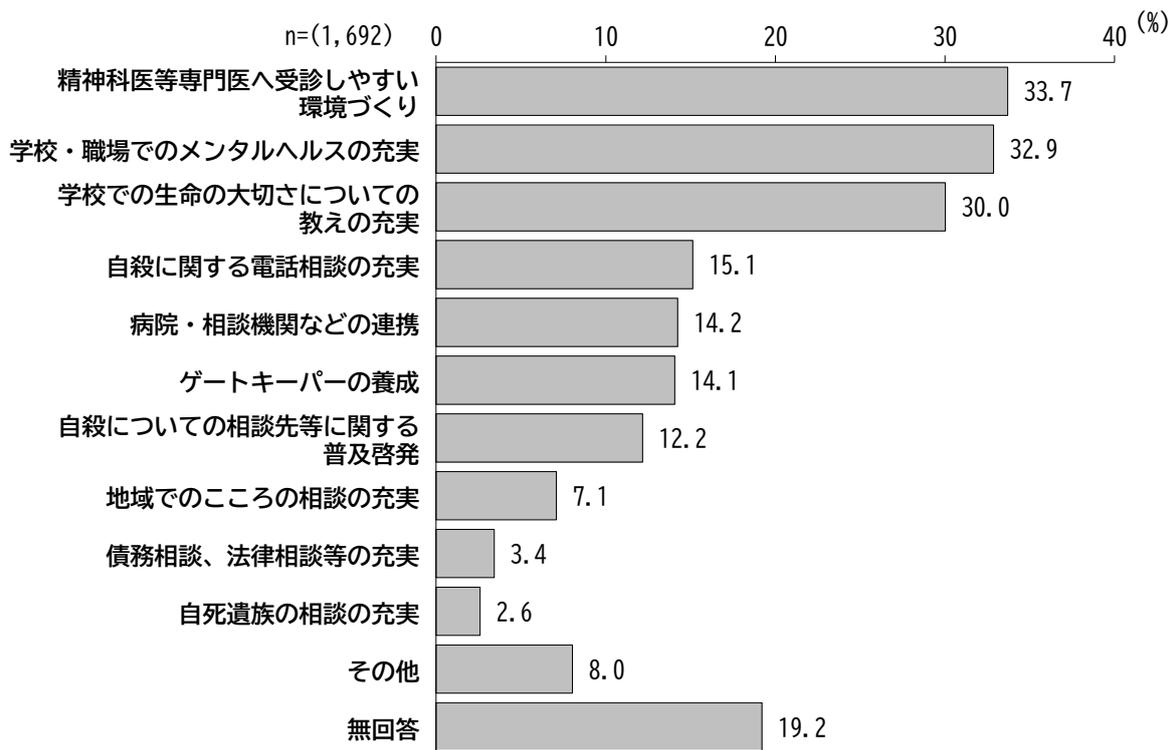
(31) 自殺を防ぐために必要な対策

※当設問の回答に負担を感じる方は、回答していただくなくてもかまいません。

問 自殺を防ぐには、どのような対策が必要だと思いますか。(選択は3つまで)

〈中学生・15-18歳：問49／一般市民：問63〉

自殺を防ぐ為に必要な対策は、全体で「精神科医等専門医へ受診しやすい環境づくり」が33.7%と最も高く、次いで「学校・職場でのメンタルヘルスの充実」が32.9%などとなっている。



10. 休養やこころの健康及び
こころの健康問題について

	調査数	精神科医 等専門医 へ受診し やすい環 境づくり	学校・職 場でのメ ンタルハ ルスの充 実	学校での 生命の大 切さにつ いての教 えの充実	自殺に関 する電話 相談の充 実	病院・相 談機関な どの連携	ゲー トキーパー の養成	自殺につ いての相 談先等に 関する普 及啓発	地域での こころの 相談の充 実	債務相 談、法律 相談等の 充実
全 体	1,692	33.7%	32.9%	30.0%	15.1%	14.2%	14.1%	12.2%	7.1%	3.4%
中学生	281	27.8%	25.6%	41.3%	10.7%	8.9%	15.7%	10.0%	7.1%	-
15-18歳	423	36.4%	43.0%	29.8%	17.3%	14.4%	16.3%	11.1%	4.3%	2.1%
青年期 男	92	35.9%	37.0%	19.6%	12.0%	14.1%	16.3%	14.1%	3.3%	5.4%
青年期 女	134	43.3%	51.5%	20.9%	14.2%	24.6%	8.2%	11.2%	9.7%	6.0%
壮年期 男	170	31.8%	29.4%	24.7%	11.2%	8.8%	14.7%	11.8%	11.8%	8.8%
壮年期 女	210	38.6%	37.6%	28.1%	16.2%	20.5%	18.1%	14.8%	5.2%	1.4%
高齢期 男	175	23.4%	21.7%	28.0%	22.3%	13.7%	8.6%	15.4%	11.4%	5.7%
高齢期 女	201	35.3%	15.9%	34.8%	14.9%	13.4%	10.0%	12.4%	7.0%	3.5%
一般性年代無回答	6	-	-	-	16.7%	-	16.7%	-	16.7%	16.7%

	自死遺族 の相談の 充実	その他	無回答
全 体	2.6%	8.0%	19.2%
中学生	5.0%	7.8%	21.4%
15-18歳	4.0%	8.7%	12.8%
青年期 男	-	15.2%	15.2%
青年期 女	1.5%	9.0%	11.2%
壮年期 男	3.5%	9.4%	18.2%
壮年期 女	-	8.6%	17.1%
高齢期 男	2.3%	6.3%	29.1%
高齢期 女	0.5%	3.0%	30.3%
一般性年代無回答	-	-	50.0%

11. その他

(健康管理等)

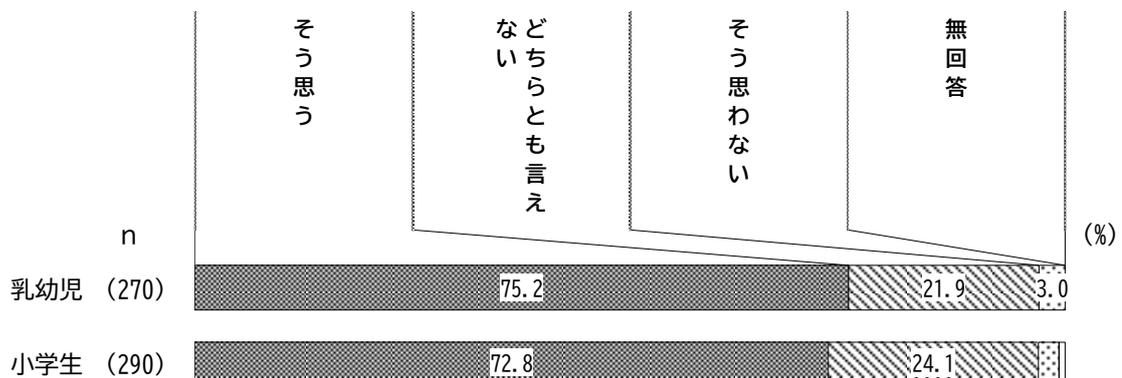
11. その他

(1) 子どもの健康管理や子育てに対する考え

問 (ア)～(コ)の考え方についてあなた自身の考えに最も近いものを選んでください。(選択は各々1つずつ) 〈乳幼児・小学生：問28〉

(ア) 喫煙、飲酒や薬物乱用の害については、家庭の中で子どもと話す機会を積極的にもうけて教えるべきだ

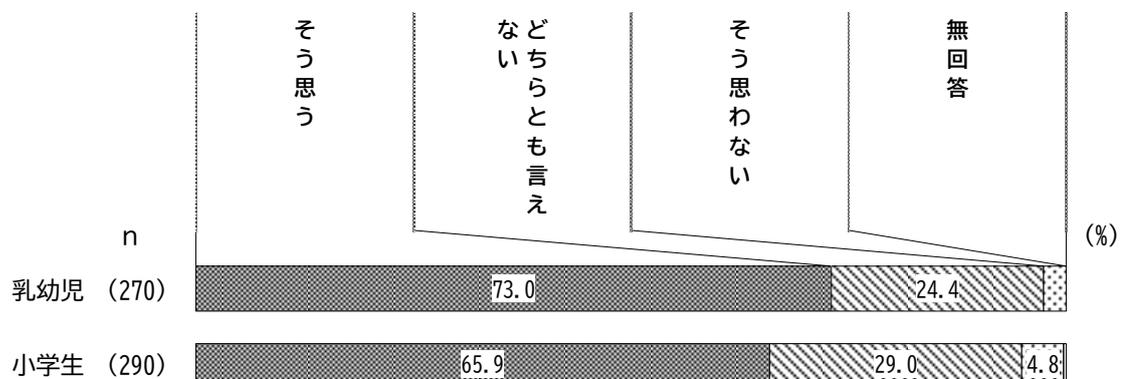
“喫煙、飲酒や薬物乱用の害は家庭の中でも話す機会を積極的に教えるべき”は、乳幼児、小学生ともに「そう思う」が7割を超えている。



	調査数	そう思う	どちらとも言えない	そう思わない	無回答
乳幼児	270	75.2%	21.9%	3.0%	-
小学生	290	72.8%	24.1%	2.4%	0.7%

(イ) 喫煙、飲酒や薬物乱用の害については、学校教育の中で徹底すべきだ

“喫煙、飲酒や薬物乱用の害については、学校教育の中で徹底すべき”は、「そう思う」が乳幼児で73.0%、小学生で65.9%となっている。

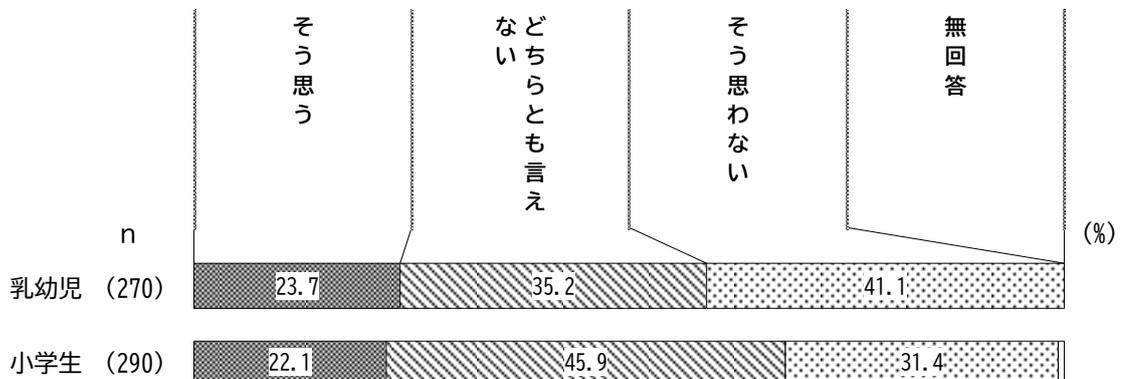


	調査数	そう思う	どちらとも言えない	そう思わない	無回答
乳幼児	270	73.0%	24.4%	2.6%	-
小学生	290	65.9%	29.0%	4.8%	0.3%

11. その他（健康管理等）

(ウ) 子どもを生き育てることや育児について、不安がある

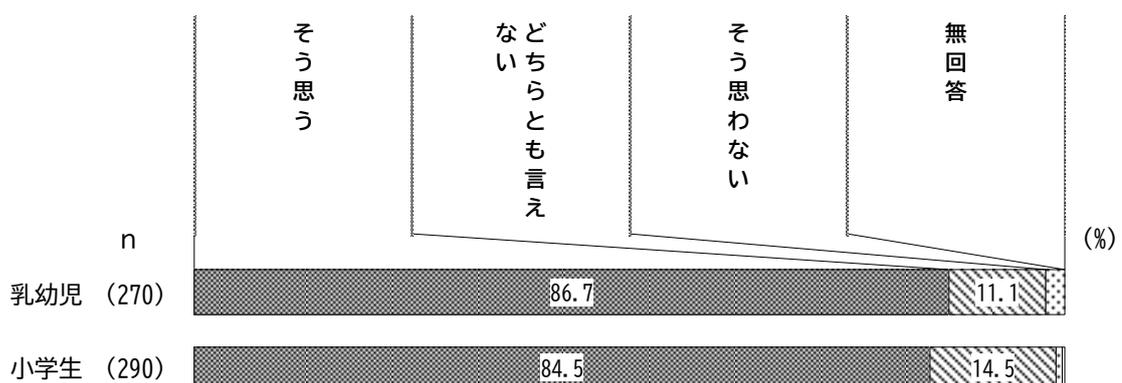
“子どもを生き育てることや育児について、不安がある”は、乳幼児、小学生ともに「そう思う」が2割を超えている。



	調査数	そう思う	どちらとも言えない	そう思わない	無回答
乳幼児	270	23.7%	35.2%	41.1%	-
小学生	290	22.1%	45.9%	31.4%	0.7%

(エ) 糖尿病や高血圧症などの予防には、子どものうちからの生活習慣も重要だ

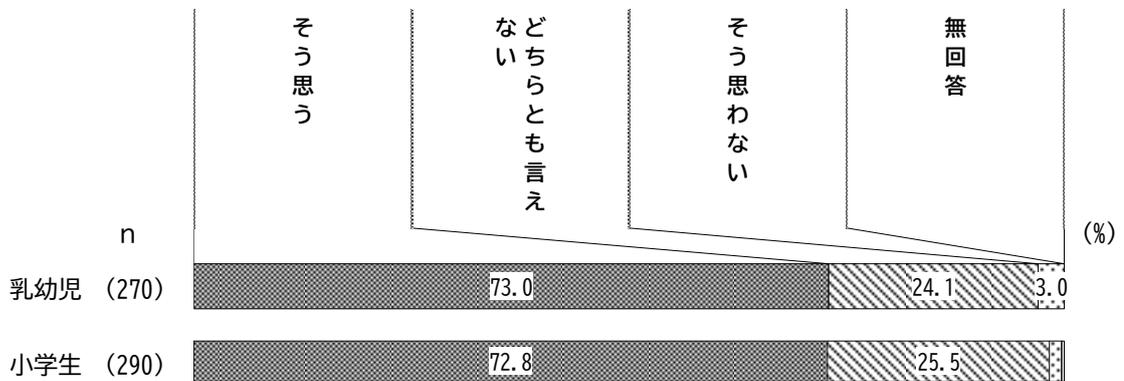
“糖尿病や高血圧症の予防に子どものうちからの生活習慣も重要”は、乳幼児、小学生ともに「そう思う」が8割を超えている。



	調査数	そう思う	どちらとも言えない	そう思わない	無回答
乳幼児	270	86.7%	11.1%	2.2%	-
小学生	290	84.5%	14.5%	0.7%	0.3%

(オ) 子どもの健康は、家庭がつくり、守るものだ

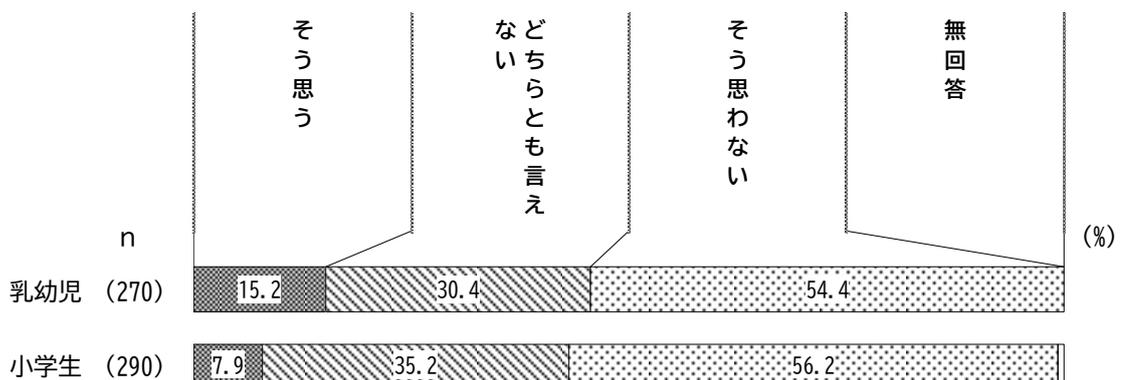
“子どもの健康は家庭がつくり守るもの”は、乳幼児、小学生ともに「そう思う」が7割を超えている。



	調査数	そう思う	どちらとも言えない	そう思わない	無回答
乳幼児	270	73.0%	24.1%	3.0%	-
小学生	290	72.8%	25.5%	1.4%	0.3%

(カ) 最近、子どもを叱ったり叩いたりすることが多いので悩んでいる

“子どもを叱ったり叩いたりすることで悩んでいる”は、「そう思わない」が乳幼児、小学生とも5割を超えている。一方、「そう思う」は、乳幼児で15.2%となっている。

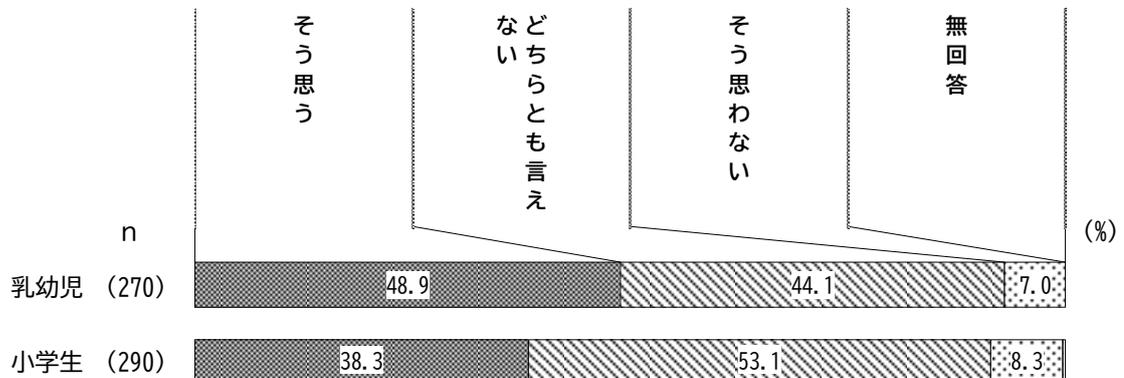


	調査数	そう思う	どちらとも言えない	そう思わない	無回答
乳幼児	270	15.2%	30.4%	54.4%	-
小学生	290	7.9%	35.2%	56.2%	0.7%

11. その他（健康管理等）

(キ) できるだけ、子どものペースに合わせて生活している

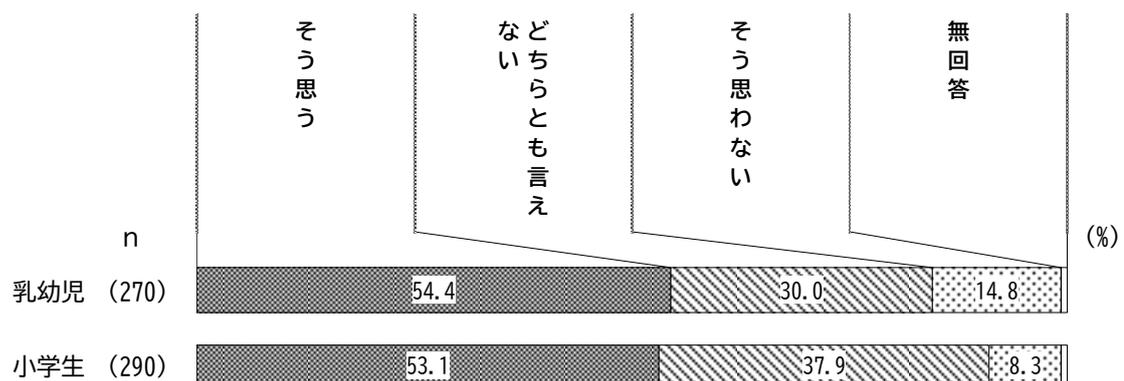
“子どものペースに合わせて生活している”は、「そう思う」が乳幼児で48.9%と最も高く、小学生が38.3%となっている。



	調査数	そう思う	どちらとも言えない	そう思わない	無回答
乳幼児	270	48.9%	44.1%	7.0%	-
小学生	290	38.3%	53.1%	8.3%	0.3%

(ク) 父親は、子育てにもっと協力すべきである

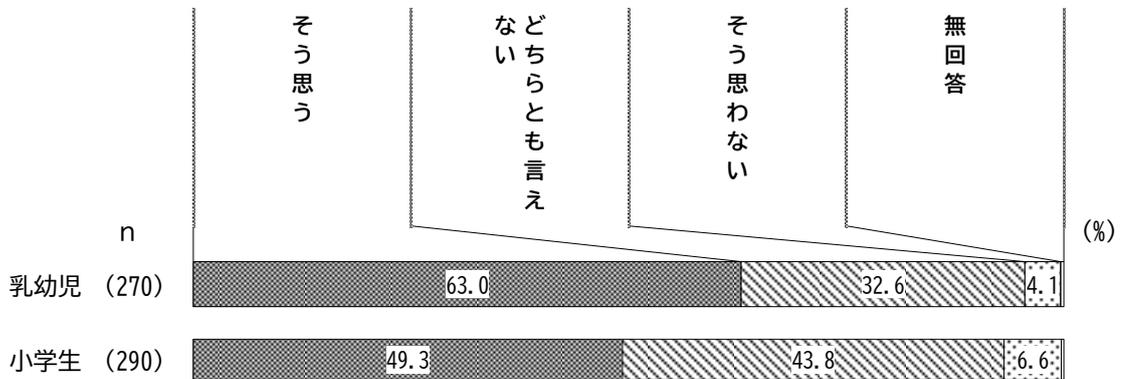
“父親は子育てにもっと協力すべき”は、乳幼児、小学生ともに「そう思う」が5割を超えている。



	調査数	そう思う	どちらとも言えない	そう思わない	無回答
乳幼児	270	54.4%	30.0%	14.8%	0.7%
小学生	290	53.1%	37.9%	8.3%	0.7%

(ケ) 子育ては、地域社会全体でおこなわれるものだ

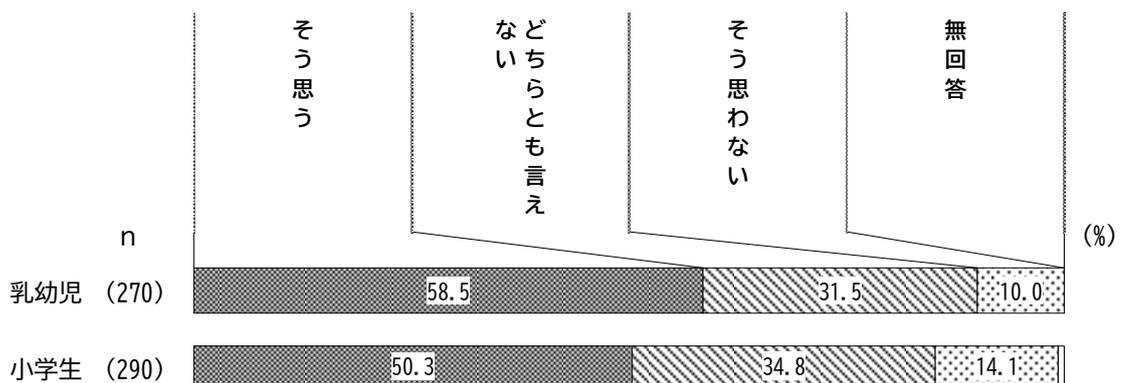
“子育ては、地域社会全体でおこなわれるもの”は、「そう思う」が乳幼児で63.0%と最も高く、小学生が49.3%となっている。



	調査数	そう思う	どちらとも言えない	そう思わない	無回答
乳幼児	270	63.0%	32.6%	4.1%	0.4%
小学生	290	49.3%	43.8%	6.6%	0.3%

(コ) 子育てから解放されて、息抜きしたり一人の時間がほしい

“子育てからの解放、息抜きや一人の時間がほしい”は、乳幼児、小学生ともに「そう思う」が5割を超えている。



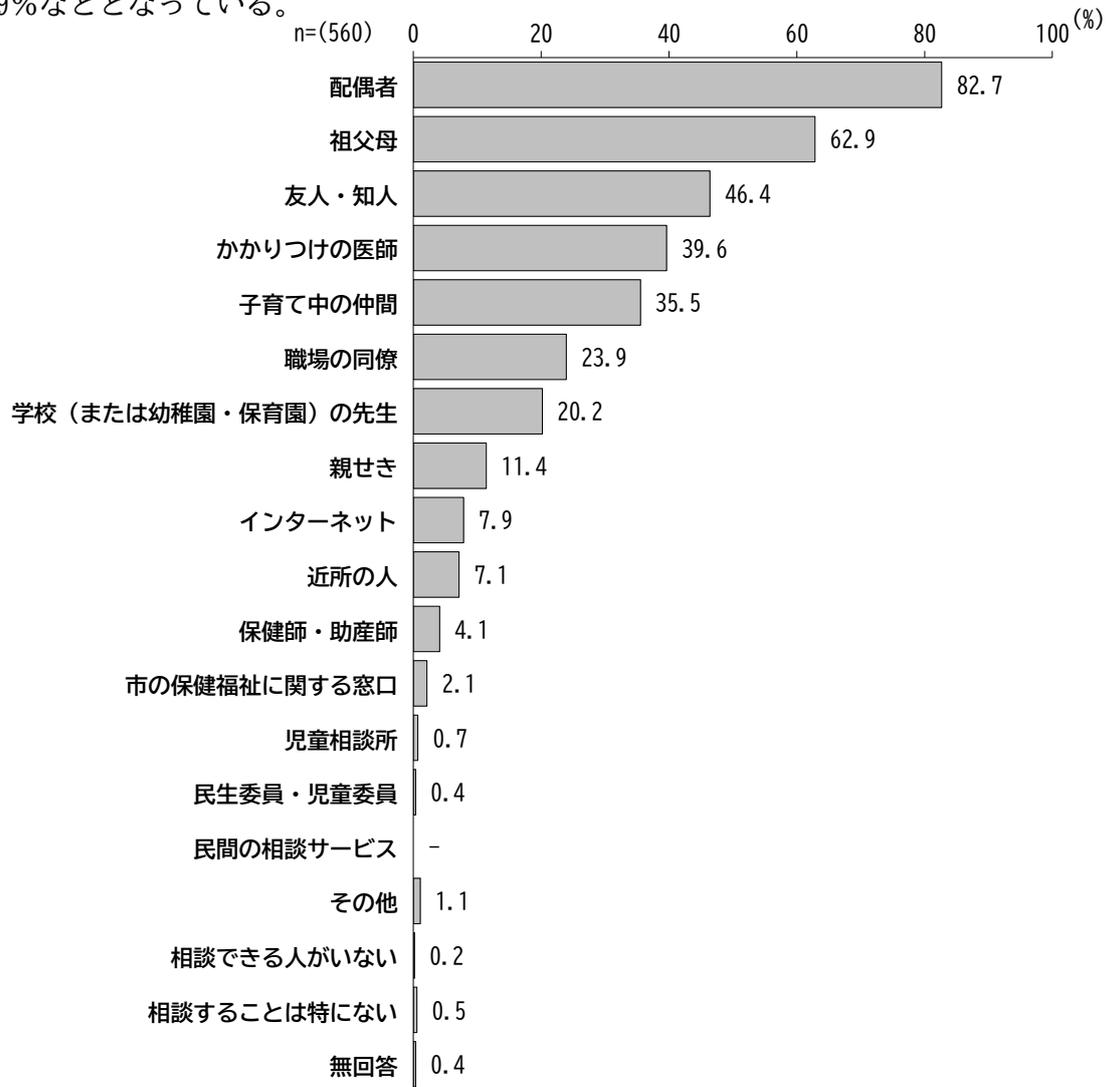
	調査数	そう思う	どちらとも言えない	そう思わない	無回答
乳幼児	270	58.5%	31.5%	10.0%	-
小学生	290	50.3%	34.8%	14.1%	0.7%

11. その他（健康管理等）

(2) 子どもの健康の相談先

問 あなたは、ふだんお子さんの健康について誰（どこ）に相談しますか。
 （選択はいくつでも） 〈乳幼児・小学生：問30〉

お子さんの健康の相談相手/機関は、全体で「配偶者」が82.7%と最も高く、次いで「祖父母」が62.9%などとなっている。



	調査数	配偶者	祖父母	友人・知人	かかりつけの医師	子育て中の仲間	職場の同僚	学校(または幼稚園・保育園)の先生	親せき	インターネット
全体	560	82.7%	62.9%	46.4%	39.6%	35.5%	23.9%	20.2%	11.4%	7.9%
乳幼児	270	85.6%	69.3%	44.1%	44.4%	34.8%	20.4%	27.0%	12.2%	8.9%
小学生	290	80.0%	56.9%	48.6%	35.2%	36.2%	27.2%	13.8%	10.7%	6.9%

	近所の人	保健師・助産師	市の保健福祉に関する窓口	児童相談所	民生委員・児童委員	民間の相談サービス	その他	相談できる人がいない	相談することは特にない	無回答
全体	7.1%	4.1%	2.1%	0.7%	0.4%	0.0%	1.1%	0.2%	0.5%	0.4%
乳幼児	4.4%	7.4%	3.0%	0.7%	-	-	1.1%	-	-	0.4%
小学生	9.7%	1.0%	1.4%	0.7%	0.7%	-	1.0%	0.3%	1.0%	0.3%

12. その他の意見について

各設問における「その他」と回答した方のご意見等をまとめました。本報告書では、市民の皆様からいただいた貴重な意見をできる限り掲載させていただきました。

しかしながら、特定の個人が識別され得る意見、または事実を確認することが困難な内容等につきましては掲載しておりません。

掲載は、ほぼ原文のままとさせていただいております。市のことを考え、ご意見をいただき誠にありがとうございました。

あなたは何年生ですか。〈15-18 歳：F 2〉

15-18 歳	中3
	高校はこれから、現在18才

あなたの最終学歴をおしえてください。〈一般市民：F 3〉

一般市民	特別支援学校
	通信高等学校
	大学中退
	大学 専攻科
	大学在学中

あなたの職業を教えてください。〈一般市民：F 4〉

一般市民	保育士
	地方公務員
	教員再任用
	ピアノ講師
	団体職員
	自由業
	公務員
	フリーランス
	ヘルパー
	嘱託職員
	役員
	年金生活
	医療専門職
	鍼灸・マッサージ
	派遣社員
	専従者
	契約社員
	教育関係
	無職
	介護支援専門員
シルバー	
幼稚園教諭	
就労支援 A 型	
医療職	

家族構成を教えてください。〈中学生・15-18 歳：F 3〉

中学生	叔母
	犬
	いとこ、はとこ
	祖母
15-18 歳	ペット
	ペット (犬)
	いとこ
	義理の姉、甥っ子
	内縁の母親と姉
	叔父

11. その他の意見について

誰と同居していますか。〈一般市民：F 6-1〉

一般市民	嫁
	友人
	子どもの配偶者
	甥
	パートナー
	義父母
	母のパートナー
	内縁妻
	親族
	叔母

あなたは、ふだん健康に関する情報をどこから得ていますか。〈中学生・15-18歳：F 10／一般市民：F 13〉

中学生	書籍	
	サッカークラブ	
	動画アプリ	
15-18歳	YouTube	
	本	
	学術論文	
一般市民	職場	
	体操クラブ	
	人間ドック	
	書籍	
	漢方薬局	
	上司	
	会社	
	You Tube	
	健保組合	
	職場の厚生担当	
	栄養管理アプリ	
	会社内展開情報	
	サロン等での施術や記録から、現在の体の状態を知り、改善についての話をしている。	

あなたは、ふだん健康について誰に相談をしますか。〈中学生・15-18歳：F 11〉

中学生	相談するまでもない
	いところ
15-18歳	グループホーム
	親戚
	保護者

あなたは、ふだん誰と食事をしていますか。(ア) 朝食 (平日)

〈乳幼児・小学生：問3／中学生・15-18歳：問2／一般市民：問2〉

乳幼児	弟とママ
	基本は2兄弟で休みがあれば1（家族そろって食べる）で食べる
	姉と2人 家族の誰かが食べさせる
小学生	母が見守りながらひとりで 一人または妹と父親と一緒に。
	医療的ケア児なのですが、経口摂取も可能ではあるものの、朝は起きないので栄養剤を胃ろうから注入しています。
中学生	きまっていない
15-18歳	寮生
	友人
	学校についてから食べる
一般市民	会社
	配偶者と食べるときもあれば、配偶者は眠っていて一人で食べるときもある
	出勤日（週3日）は一人で食べる
	時と場合による
	友人
食べない	
職場の同僚	

あなたは、ふだん誰と食事をしていますか。(イ) 朝食 (休日)

〈乳幼児・小学生：問3／中学生・15-18歳：問2／一般市民：問2〉

乳幼児	パパ、ママ、弟
	基本は2兄弟で休みがあれば1（家族そろって食べる）で食べる
	家族の誰かが食べさせる
小学生	妹とまたは、父と妹と一緒に。
	家族が見守っている所で胃ろうから注入しています。 食べたり食べなかったりする
中学生	おきるじかんがひる（朝は昼）
	ねてるので食べない
	昼食と一緒に
15-18歳	寮生
	彼氏
	寝坊しなければ家族と食べる
一般市民	たまに軽く食べる
	パートナー
	配偶者と食べるときもあれば、配偶者は先に朝食を済ませていて、一人で食べるときもある
	時と場合による
	友人
同居人と食べる	

11. その他の意見について

あなたは、ふだん誰と食事をしていますか。(ウ)夕食 (平日)

〈乳幼児・小学生：問3／中学生・15-18歳：問2／一般市民：問2〉

乳幼児	弟とママ
	基本は2兄弟で休みがあれば1 (家族そろって食べる) で食べる
	ママ、妹、本人の3人
	家族の誰かが食べさせる 祖父母または家族の誰か
小学生	父親が休みなら、家族そろって。仕事なら妹と2人か、母親、妹と3人か。 夕方も胃ろうから注入しています。
	中学生
15-18歳	寮生
	友人 (学校の寮に入っています)
	彼女
	学校で友達と食べている 一人か兄弟
一般市民	友人
	会社で
	家に居たら食べる
	パートナー
	たまに友達と外食をします
	バイトがある日は1人、それ以外は揃って食べる
	配偶者は先に夕食を済ませているときもあれば、配偶者と食べるときもある
	時と場合による
	彼女
同居人と食べる 旦那が夜勤の時は一人。旦那がいる時は2人で。	

あなたは、ふだん誰と食事をしていますか。(エ)夕食 (休日)

〈乳幼児・小学生：問3／中学生・15-18歳：問2／一般市民：問2〉

乳幼児	パパ、ママ、弟
	基本は2兄弟で休みがあれば1 (家族そろって食べる) で食べる
	家族の誰かが食べさせる
小学生	父親が休みなら、家族そろって。仕事なら妹と2人か、母親、妹と3人か。 胃ろうから注入したり、経口からペースト食を介助で摂取しています。
	中学生
15-18歳	寮生
	友人
	彼女
	一人か家族
一般市民	食べたり食べなかったりする
	友人
	家に居たら食べる
	パートナー
	主人の食事の調理配膳とお話にお付き合いしますが、私は主人の食後に片づけと翌日の仕込みをしながらキッチンで残飯を食べます。
	時と場合による
彼女	
同居人と食べる	

栄養成分表示を「参考にしていない」理由を教えてください。

〈乳幼児・小学生：問10-2／中学生・15-18歳：問9-2／一般市民：問9-2〉

乳幼児	好ききらいがある
	作る時に意識しているので、買う時ぐらい好きな物にしている。
	あまり買わないので
	食べたい物を食べるため
	何が入っているかを見ている。
小学生	外食は、少ない方なので、好きな物を食べたい。
	だいたい知っている
	気にしていない
	家族が食べたい物を買うから。 見てもどう活かせばよいのかわからないから。
中学生	気にしない
	興味がない
	参考に至ったレシピを見つけるのが大変だから。
	暇で読んでいるだけ
	見る機会がない。
	時間ももたないから。
	食事管理は親がしているため。
	食べた後に見るから。
	こんだてをバランスよく考えるのは難しい
栄養成分表示がなにか知らない	
15-18歳	好き嫌いがあるため
	親が買うから。
	面倒くさいから
	見る機会がないから
	見るのがすきだから
一般市民	選ばないから
	自分で作らない
	めんどう、見ただけ。
	参考にしていない。健康だからかも
	食べたくなかったから
	自分の嫌いな食品があるため
	大体の目安でしている
	見てはいないがある程度の知識はある
	考えても仕方ないから
	見ても気にしないから
記憶が曖昧な時、気になる時に確認する	
食べたいものを食べるから	

11. その他の意見について

「食育」に関心がある理由は何ですか。

〈乳幼児・小学生：問 13-1 / 中学生・15-18 歳：問 11-1 / 一般市民：問 11-1〉

乳幼児	偏食予防
	口腔内の環境や顔貌への影響
小学生	職業から
	子どもを将来、自炊できる人に育てる為
	食べる時の姿勢や食べ方 食物アレルギーがあるため
中学生	体を大きくする
	学校の取り組み
	味と栄養の両立
15-18 歳	ニキビ対策
	給食の準備片付けや家庭科での調理実習を通して興味をもち、身近に感じられたから。
	学業である
一般市民	職場で必要な知識の為
	子どもの健康のため
	子供に対する食育
	孫の存在 保育の学校に通っていて、食育に関する授業があるため

食育には様々な内容が含まれますが、どの分野を重点的に取り組んだらよいと思いますか。

〈乳幼児・小学生：問 15 / 一般市民：問 12〉

乳幼児	どうしても食べない場合のフォロー
	食材や食べ物の原点、過程→この野菜はこんな種からできている→バターや牛乳、ウィンナーなどがつくられる過程
	健康リスクをふまえた上での給食メニュー作成、保育園がきちんと学ぶこと
	自分達が食べ物に触れる(育てる)
小学生	食べ物の無駄を無くすこと
一般市民	理科、社会科目とのヒモづけ教育
	食事を作る時間とお金の補償・栄養失調になるとこんな事が起きるとの事例喚起
	サプリメントからの摂取より、料理を食べることへの大切さ。噛んで食べる大切さ。

どのような食育に関するボランティアに参加していますか、または参加したいですか。〈一般市民：問 15-1〉

一般市民	学校教育に参与
	子供食堂
	フードドライブ

あなたは、ふだん歯や歯ぐきの健康のために、どのようなことをしていますか。

〈中学生・15-18 歳：問 20 / 一般市民：問 22〉

中学生	寝る前に歯磨きをしている。
15-18 歳	食後のうがい
	マウスウォッシュを使用する
	歯茎にあまり当たらないように磨く
	歯の矯正治療を受けている
一般市民	時あるごとにうがいをしている。
	寝る前、起床時の歯磨き
	飲食後は水を含む。
	入歯
	1日1回、変らず、うがい薬
	マウスウォッシュを使用している
	液体歯みがきの使用
	時間をかけて(15~20分)しっかり磨いている
	歯の磨き方、歯ぐきを痛めないように
	ダラダラ食べはしない
	現在歯科医院へ通院中
	歯茎を特に磨く
電動歯ブラシの活用	

あなたは、ふだんお子さんの歯や歯ぐきの健康のために、どのようなことをしていますか。

〈乳幼児・小学生：問 23〉

乳幼児	間食の回数を制限している
	スマホのハミガキアプリ（キャラクターハミガキ）を活用している
	ガーゼで口の中をふく
小学生	間食の後はお茶や水を飲ませるようにしている
	食べる時間を短くし、口の中に食べものがある時間を気にしている。ダラダラ食べ×
	子どもにフロスの使い方を教えている
	歯磨きチェックをする
	マウスウォッシュ
	歯科矯正

運動をほとんどしていない理由は何ですか。〈一般市民：問 29-1〉

一般市民	夏場のみ、休んでいる。
	暑いから
	気にしていない
	体を動かす仕事なのでしていない
	家事や自転車で買い物等移動で、2～3時間は動いているから
	めんどくさいから
	やる気がない
	歩行のみで十分と考えている
	腰を痛めている
	施設に入っている
	他人の手を借りる必要がある
	座つての趣味が多いため
	介助、車いす
	妊娠・出産・産後の為
	自分に合った動き方をしている
	月一回程ゴルフ
	5～10分程度を毎日行う
	運動が疲れるから
	今無職なので
	やりたいと思わない
	ゴルフをやめた。農作業で代用、毎日ラジオ体操等。
	ひざの具合が悪い為
	消化器がんが一部悪い為、はげしい運動が出来ない
	コロナの為。以前毎日散歩。
	地域の安全性、気温
	運動習慣を普段の生活のルーティンに取り込めない。
	脱臼癖がある
歩くと脚が痛むため	
汗をかきたくない	
趣味が忙しかった	

あなたは、「ロコモティブシンドローム」にならないためにはどのような取組がよいと思いますか

〈中学生・15-18歳：問 26、一般市民：問 31〉

中学生	筋トレ
	規則正しい生活
	睡眠
15-18歳	知らない
一般市民	散歩
	筋トレ
	友人を作り話す
	ウォーキング
	立って多くの時間を過ごす。
	筋トレ

11. その他の意見について

からだの変化や性について、誰かに相談するとしたら誰（どこ）に相談したいと思いますか。

〈中学生・15-18歳：問27〉

中学生	いどこ
	知らない
	相談しない
	相談の電話？
	ネットで調べる。
15-18歳	先輩など
	デイサービスの先生
	相談しない
	わからない
	彼氏
	彼女
	チャット相談
	カウンセラー
	自分
	特にいない
出来ないと思う	

あなたは、他人のたばこの煙を吸う（受動喫煙）機会がありますか

〈乳幼児・小学生：問29／中学生・15-18歳：問29／一般市民：問33〉

乳幼児	路上喫煙者が多いです
	通り道の時、喫煙者がいる場合のみ
	近所の方々が外で吸っている
	父方の祖父が喫煙者のため、年に数回
	隣人
	家の庭で、隣の施設の喫煙所の煙が入ってくる
	実家 祖父祖母の家
小学生	近所
	歩きタバコ。自転車に乗りながらのタバコが多い
	実家
	隣人
	犬の散歩中、歩きながらタバコを吸っている人とすれ違う時
	親戚の家
	祖父の家に行ったとき
	呼気中の匂い 来訪者や出向いた先の方が喫煙者の場合
中学生	わからない
	親せきの家
	そろばん塾の教室がくさい。 塾の先生が吸っている
	祖父宅
15-18歳	歩道。歩きタバコしている人のやつ
	祖父母の家
一般市民	会社
	道で歩きながらたばこを吸っている人がいる。
	隣の家から煙がくる。
	喫煙所の近くなど
	アルバイト先
	会食・飲食店
	現在は全く無いが飲食業をしていたので長年受動喫煙状態でした
	友人のたばこの付き添い
	友達との会話中
	ヘルパー、在宅訪問
車の中で	

あなたは、他人のたばこの煙を吸う（受動喫煙）機会がありますか

〈乳幼児・小学生：問 29／中学生・15-18 歳：問 29／一般市民：問 33〉

一般市民	ベランダやゴミ捨ての時に流れてくるタバコの煙
	駅前の通り
	自転車に乗っている時前に自転車に乗っている人がたばこを吸いながら走っていると、後で自転車に乗っている人はまともに吸ってしまう。自転車に乗りながらたばこはやめてほしい。
	仕事場、コンビニ喫煙所
	子供の頃にあった
	喫煙可の表示がされていないのに喫煙可であった飲食店
	飲み会などで
	タバコの臭いで喘息発作あり 友人や恋人宅

あなたは、「COPD(慢性閉塞性肺疾患)」にならないためには、どのような対策が必要だと思いますか。

〈一般市民：問 35〉

一般市民	排気ガス規制。黄砂、光化学スモッグがおこらないようにする
	タバコの販売をやめる
	たばこをなくす。
	わからない
	排ガス規制
	COPD の周知
	歩きタバコ禁止にする罰則、罰金つくる。コンビニ、スーパー、病院など喫煙所から煙(臭い含む)
	加熱タバコ、電子タバコの撤退、または罰金制度
	受動喫煙の危険性、迷惑行為についての周知と更なる広報活動の徹底
	最初から吸わない文化の推進
屋内屋外喫煙する方は排煙がないようにしてほしい	
喫煙所を作成しない限り、喫煙者のマナーは良くならない。海外では二択で答えるアンケート箱灰皿を設置している。ユーモアも大切	

お酒をはじめて飲んだときのきっかけはなんですか。

〈中学生・15-18 歳：問 31-1〉

中学生	お茶と間違えた。(色が似ていたから)
	ジュースと思って間違えた
	大人になりたかったから、味をしりたかった
15-18 歳	気まずい、気持ち悪い
	間違えて飲んでしまった お屠蘇

11. その他の意見について

昨年受けたがん検診の内容〈乳幼児・小学生：問 34／一般市民：問 40〉

乳幼児	バリウム
	昨年受けてない
	受けていない
	腫瘍マーカー
	子宮頸ガン
	葉書が今年来ていない
小学生	人間ドックで腫瘍マーカー検査
	受けていない
	昨年は受けていない
	今年子宮がんを受け昨年は受けていない
	PET-CT 検査
	前立腺がん
一般市民	受けたことがない
	受けてない
	昨年は受けていない
	MR I にて確認
	前立腺がん
	何も受けたことがない
	特に受けていないが2カ月に1度かかりつけ医に通院
	膀胱がん
	腎臓ガン
	検診なし
	甲状腺
	全身CT画像
	前立腺ガンのマーカー（血液検査）
	昨年大腸がんになった
	人間ドック
	消化器全体PET-CT
	がん経験者なので首から足の付け根迄のCT検査
	私の場合は自費で人間ドックを受けるしかないのですが、高額なので自分の事は後回しになってしまいます。
	脳ドック
	血液検査
すでに乳がんで摘出済みそのフォローで定期的に検査あり	
膵臓ガン	

あなたは何にストレスを感じていましたか〈中学生・15-18歳：問36-1〉

中学生	ゲーム
	習い事
	自分のこと。摂食障害
	学校に行けない
	空手のこと
	過去の出来事
	日常のささいな事
	暑さ
	色々なことで悩んでいる
	進路関係
	自分
	塾のこと
	将来のこと
	人間関係
15-18歳	人間関係
	ゲームのこと
	生理
	バイト
	受験
	ささいな事
	習い事
	夏の暑さ
	自分の容姿
	寮生活
	近所の人がうるさい
	自分のこと
	クラスメイト
	進路
	理不尽な世の中
	講師の方の説明が下手すぎたこと
	このようなアンケート
	痒み
イベントと修学旅行がかぶっている	

11. その他の意見について

あなたは、ストレスを感じたとき、どのようなことをして解消していますか。

〈中学生・15-18歳：問37／一般市民：問51〉

中学生	勉強
	大声を出す
	演技
	泣く
	1人である
	一人事をぶつぶつ言う
	解消方法がよく分かっていない
	母と遊ぶ
	犬と遊ぶ
	ごはんを食べる
	おこる
	猫
	好きなのみ物を飲む
15-18歳	食べる
	泣く
	絵を描く
	買い物
	ボーッとする
	独り言が増える
	クッションなどを叩く
	暴れる 発達障害あり
	筋トレ
	爆食
	自分と話して落ち着く
	枕に向かって大きい声を出す。ぬいぐるみを思いっきり殴る。
	日記をつける、書き出す。
アニマルセラピー	
一般市民	筋トレ
	家族や集団の煩わしさから離れ、1人の時間を作る。
	好きなものを食べる
	相手を避ける
	キャンプに行く
	散歩
	飲酒
がまん	

あなたはストレスを感じたとき、どのようなことをして解消していますか。

〈中学生・15-18歳：問37／一般市民：問51〉

一般市民	スポーツ観戦
	マッサージに行く
	サウナ
	自然に任せる
	バイクに乗る
	ペットにいやしてもらう
	掃除・片付け
	不満大声さげが、奇声あげる
	家の中でひとりで歌う
	刺激のしゃ断、ノートをとる
	家族と外出する
	深く考えない様にする
	暴飲暴食
	喫煙
	友人と食事
	外出
	笑う
	ストレスを受け入れる
	ストレスが多い
	海を見に行く、釣り
	アルコールに頼る、欲しくも無いものに散財、誰もいないところで自身の大切な物を壊したり捨てる。
	勉強
	ゲームセンター
旅行に行く	
ショッピング	
解消できていない	

現在、自分自身のことで心配したり悩んだりしていることはありますか。〈中学生・15-18歳：問38〉

中学生	摂食障害。不登校
	精神的
15-18歳	バイト
	進路
	深い悩みではない
	みずぼうそう
	将来のこと
	親との関係
	学校
	受験
	生きる事
	自分の症状
	家族のこと
	部活の顧問が暴言や威圧的な態度をとり、寝るかスマホを常に触っていること
	進路とコミュニケーション
	就職

11. その他の意見について

あなたは、ふだん悩みを誰に相談しますか。〈中学生・15-18歳：問39〉

中学生	いところ
	わからない
15-18歳	SNS
	デイサービスの先生
	ケースバイケースで専門とする人に
一般市民	市の相談機関
	馴染みの店員
	EAP、産業医
	春日部から離れた、なおかつ、知人に会わないであろう地域の専門家にじっくり話を聞いていただきたいです
	内容による。アドバイスがもらえそう解決につながりそうと判断できるところと思えるところがあったなら相談する。
	弁護士
	短大時代にお世話になった先生

現在、以下の内容についての心配や悩みがありますか。〈中学生・15-18歳：問40／一般市民：問54〉

中学生	習い事・部活
	将来のこと
	高校
	勉強
一般市民	多々
	老後問題
	介護
	農地の処分
	育児
	兄妹の家庭問題
	上階の騒音問題
	待機児童
	猫の病気
	実家の存続問題
	育児と仕事の両立
	インターネットにおける問題

ふだん、あなたの不満や悩み、つらい気持ちについて、誰かに相談するとしたら誰（どこ）に相談したいとおもいますか。〈中学生・15-18歳：問42／一般市民：問56〉

中学生	いところ
	わからない
15-18歳	SNS
	デイサービスの先生
	ケースバイケースで専門とする人に
一般市民	市の相談機関
	馴染みの店員
	EAP、産業医
	春日部から離れた、なおかつ、知人に会わないであろう地域の専門家にじっくり話を聞いていただきたいです
	内容による。アドバイスがもらえそう解決につながりそうと判断できるところと思えるところがあったなら相談する。
	弁護士
	短大時代にお世話になった先生

どうしたら声をかけられると思いますか。〈中学生・15-18歳：問44-1／一般市民：問58-1〉

中学生	どう話せばいいのかわからない
	人見知り直れば
	自分の考えすぎなのではとってしまう
	勇気がでない
	相手からしてあまり干渉して欲しくない部類の話だったり、かける言葉を間違えてしまうかもしれないから。
	相手が話したいと思った場合。
15-18歳	勇気、コミユカ
	LINEで聞く
	相手の悩み事が自分に聞いて慰めたりができる内容かどうか
一般市民	声を掛けて話しを聞いたとしても、自殺したい人はしてしまうから。
	その人と親しければ声掛をする、できる。
	自信がない
	友人なら、“どうしたの!?”と…。
	過去に性的虐待と暴力を受けて結婚に絶望したので、辛い人に軽い気持ちで声をかけられないのと、かけられない自身に悩みます。
	関係性やタイミングなど

(「悩みがある」と答えた方のみ) どのような悩みですか。〈中学生・15-18歳：問46-1／一般市民：問60-1〉

中学生	勉強面
	自分
	進路
15-18歳	漠然な自殺願望
	生きている意味が分からなくなる時がある
	部活
	自分の性格能力が嫌い
一般市民	最近の物価高
	過去、将来の漠然とした不安
	多々
	仕事上ストレス
	親の交通事故、後遺症、示談解決せず4年目、夫の精神病による退職、介助の為私自身が退職、制度の網目にこぼれて経済的負担
	自分を受け入れられない
	職場の人間関係、 無駄遣いをやめない政治。老害。 インターネットにおける問題

あなたが死んでしまいたいほどの悩みを抱えていたとしたら、誰(どこ)に相談したいと思いますか。

〈中学生・15-18歳：問47／一般市民：問61〉

中学生	相談したいと思わない
	自分
	いとこ
	学校の先生
15-18歳	相談したくない
	誰にも言いたくない
	そういうときに自ら相談できると思っている事自体が杞憂である。もし助けを求めるとしてもそれは最期であろう。
	そのことに気づいてくれた人
	出来ない

11. その他の意見について

あなたが死んでしまいたいほどの悩みを抱えていたとしたら、誰（どこ）に相談したいと思いますか。

〈中学生・15-18歳：問47／一般市民：問61〉

一般市民	相談する人がいない
	相談すれば気が楽になるものでない→悩みの原因は家族に起因する
	会話したい
	相談できないししない
	仕方ない事です診察は数分で薬の処方のみです。自費で構わないのでかかりつけの精神科医と何でも話ができる日本になって欲しい
	内容によると思う。内容によってはしないもありえる。
	自分の気持ちを分かってくれる人がいない
	弁護士
	短大時代にお世話になった先生

自殺を防ぐには、どのような対策が必要だと思いますか。〈中学生・15-18歳：問49／一般市民：問63〉

中学生	摂食障害。不登校
	将来
	精神的
	部活のいじめ ないと思う
15-18歳	ストレス発散
	自立がしやすい社会形成
	ご飯を食べる！
	仕事先又は学校等の改善
	経済的理由で治療を受けられない人のサポート
	学校の廃止
	いじめ等自殺の原因となっている人たちの相談や注意を充実させる
	金
	趣味を応援する
	強制的にでも心理カウンセリングを受けさせる
	加害者への処罰
自殺をしたい、という内容の旨を他人と共有するだけでも溜飲を下げることができると思うので、“自殺”とか変に囲い込んで制限しないで第三者と話ができる場を設けることが大切だと感じた。また、本気で自殺をしたい、と考えている人は多く存在する 相談機関に気づかないほど余裕がないと思うので、ゲートキーパー称する身近な人が重要だと思った。	

自殺を防ぐには、どのような対策が必要だと思いますか。〈中学生・15-18歳：問49／一般市民：問63〉

15-18歳	いじめの場合、いじめた側もケアをする
	たくさん好きなことをさせる。
	何しても変わらないと思う
	AIに頼らないで
	高校の指定校推薦制度をなくす。(大学入試)
	いじめをなくす。
	生きる糧を見つけること
	そもそも自殺が特に悪いことだとは思わない
	社会全体の構図を変える必要がある。
	楽しく過ごせる友達をつくること
	友人のサポート
	学校や地域に期待していない
	休みやすい環境作り。定期的な休みをつくってあげること。
	視野を広げるような活動を学校などで積極的に取り入れる。
	将来働くときに、安心できる余裕のある生活ができる社会づくり
	俺はよく知らんしわからんし他人から聞いたり、本で読んだらしたことだけど、精神科医だとかの受診のハードルを海外並みに下げる。
	生きる意味、価値を教える
一般市民	いじめに対する刑事罰等の設置をして抑止力を強めると共に、いじめられた側が周りに訴えやすい学校の雰囲気作り。
	親が子の気持ちの理解する
	お寺に相談の出来る場をもうける。お年寄が相談者になる。
	道徳・家族関係
	分からない。
	家族と相談の充実。
	労働環境の改善
	日本全体の社会環境の改善。意識改革
	相談をしても投げ出されてしまうケースがあるそうです。そうした人たちにむけて、投げ出さず親身になって話を聞く環境が必要。
	そして話を聞く人たちにも手厚いサポート(お金の面などでも)が必要だと考えます。
	希望を持てる社会作り
	人間関係の充実・存在意義を感じる機会提供「休職=悪」という価値観の是正。
	一人でも、話し合い手がいれば人は死なないと考えています
	人々を豊かにすること。貧困対策
	だれかに相談できれば自殺はしない
	経済的負担をなくす

11. その他の意見について

自殺を防ぐには、どのような対策が必要だと思いますか。〈中学生・15-18歳：問49／一般市民：問63〉

一般市民	周りの人が様子に気づいてあげる。
	SNSでの自殺相談話さないツールを作る
	身内が心身の健康に気を配る。相談にのる
	自殺をしたいと思うような出来事をなくすこと。(イジメ・パワハラ・セクハラ・性被害・誹謗中傷・過労・介護・虐待など)
	人生は1回きり楽しい事が一番です。
	近所づきあいの大切さが必要だと思います
	加害者を保護しようとする学校、先生方の改善が必要
	自殺増と人口減は相関係に有ると思う。幸福は生れ育ち、家庭を持ち、子を育て家族と共に生きることにより有るとする昔ながらの人生感が教育されていない。それを無視した人生で失敗は孤独から自殺へとつながってないか？イジメによる自殺は異なるが。社会が悪いと批判、知識教育でなく生き抜く根底。心の教育が必要と思う。
	身近なつながりを持つことが大切だと思う。それに加え、所属する場(職場、家族だけではなく、習い事や友人)などもいくつかあると良いと考えている。
	いじめに気づける環境、話せる環境
	分からない。1人1人状況は違うからそれぞれに柔軟な対応を取れる施設の充実が必要だと思う。悩みがある人が自分から動いて見つけるサービスでなく、悩んでいる人を見つかる所からはじまるサービスが増えない限り、自殺者は減らないと思う。
	わからない。私は人に相談はしません。自分で何とかします。
	逃げる事の大切さを教える
	親友の家族も自死してしまいました。十数年過ぎても答えが出ないです。我が家も同じ状況です。どうしたらよいでしょうか。
	発達障害までいかなないグレーゾーンの居場所を作る。(学校も職場も)
	現在の環境を無くす
	生きやすい社会をつくる。生きづらさをなくす。生活に困らない社会。相談は無料でオンラインも出来るように。
	義務教育の中での、生き方についての教えの充実
	刃物を隠す
	人間関係の家庭教育、いじめ加害者への罰則や社会的制裁
	人に対して優しい社会になること。親は選べない。せめて、人間形成において、学校が楽しい場所になること。
	人間同士お互い尊重しあい、気にかけるような指導教育、社会づくり。大人がしっかりする。
	転校、転職の容易化、警察の質向上、明るい未来
	自殺は防げないと思う
	治療に関連する個人情報保護法の適用除外、メンタル不調者へ会社の強制介入義務化
	人に深く関わらない
	国が国民の住みやすい環境を作る努力する
	人の心を追い詰めない社会づくり
いじめは加害者自身が悩みや心が病んでいることが多い。いじめが起きた際、被害者ばかりでなく加害者への助けも大切。	
親友に話すこと	
原因回避のための支援や生活継続するための援助	
大元となっている事案を解消出来る制度を普及する。転職支援サービスや失業手当、退職代行サービス、生活保護など	
精神的な理由から休職を考える人への傷病手当よりも早急な経済的な支援と何をしたらいいかわからない人への半強制的なサポート	

あなたは、ふだんお子さんの健康について誰（どこ）に相談しますか。〈乳幼児・小学生：問30〉

乳幼児	児童館
	病院
	支援センターの先生
	医療従事者のため自分で判断し受診
小学生	発達専門医
	妹
	相談支援員さん、放課後等デイサービスの方など
	下の子の歳の離れた兄弟

第3章 調査票

【乳幼児・小学生】

■お子さんのことについてうかがいます

F1 お子さんの性別を教えてください。(○は1つだけ)

1 男性	2 女性
------	------

F2 お子さんの年齢を教えてください。(令和5年9月1日現在)

歳

F3 お子さんの身長と体重を教えてください。(小数点第1位まで (記入例: 120.4cm, 30.0kg))

身長	cm	体重	kg
----	----	----	----

F4 お子さんの現在の健康状態についてどう思いますか。(○は1つだけ)

1 健康である	2 どちらかといえば健康である	3 どちらともいえない
4 どちらかといえば健康でない	5 健康でない	

F5 かかりつけの医師、歯科医師や薬剤師がいますか。(○は各々1つずつ)

(ア) かかりつけの医師	1 いる	2 いない
(イ) かかりつけの歯科医師	1 いる	2 いない
(ウ) かかりつけの薬剤師	1 いる	2 いない

F6 あなたは、お子さんが定期的に予防接種を受けられるよう心がけていますか。(○は1つだけ)

1 心がけている	2 どちらともいえない	3 心がけていない
----------	-------------	-----------

■ふだんの食生活についてうかがいます

問1 お子さんは、自分で「いただきます・ごちそうさま」を言う習慣がありますか。(○は1つだけ)

1 毎回言う	2 ときどき言う	3 言わない
--------	----------	--------

問2 お子さんは、ふだん朝食を食べていますか。(○は1つだけ)

1 毎日欠かさず食べている	2 週に5~6回食べている	3 週に3~4回食べている
4 週に1~2回食べている	5 朝食は食べない	

問3 お子さんは、ふだん誰と食事をしていきますか。(○は各々1つずつ)

	家族そろって食べる	家族の誰かと食べる	ひとりで食べる	食べない	内容を () に記入してください	その他
(ア) 朝食 (平日)	1	2	3	4	5 ()	()
(イ) 朝食 (休日)	1	2	3	4	5 ()	()
(ウ) 夕食 (平日)	1	2	3	4	5 ()	()
(エ) 夕食 (休日)	1	2	3	4	5 ()	()

令和5年度 春日部市 市民生活習慣実態調査
アンケート調査のお願い【乳幼児・小学生調査票】

日頃より、市政の運営に対し、ご理解とご協力をいただきありがとうございます。
本調査は、春日部市内の0歳から12歳のお子さんを持つ保護者の方を対象に、お子さんの健康について考えていることや、日常生活のなかで取り組んでいることなどについてうかがい、「春日部市健康づくり計画(第2次)・食育推進計画」の最終評価と次期計画策定の検討資料とするために実施するものです。

お忙しいところ恐縮ですが、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

令和5年9月

春日部市長 岩谷 一弘
(公印省略)

<このアンケート調査について>

市内にお住まいの0歳、1歳、3歳の方は乳幼児健康診査を受診した300人、2歳及び4歳から12歳の方は1,000人を無作為抽出し、調査票を送付しています。

調査結果はすべて統計的に処理されるため、個人が特定されることはありません。また、他の目的で使用することはありません。以上の点をご理解いただき、アンケート調査にご協力ください。

調査票のご記入前に、必ずお読みください。

1. 回答方法

◆調査は「WEB」または「郵送」のいずれかの方法で回答いただけます。

※両方に回答されると、集計処理上、無効になる可能性があります。

「WEB」で回答いただく場合は、別紙「WEB回答のご案内」よりアンケートページにアクセスしてください。パソコン、スマートフォン及びタブレット端末からアクセスいただけます。「郵送」で回答いただく場合は、このままお進みください。

2. アンケート調査の記入方法

◆このアンケートは無記名です。お子さんの保護者の方が直接回答してください。

記入は、エンピツか黒または青のボールペンでお願いします。

◆回答は、あてはまる答えの番号を選び○で囲んでください。回答の○の数は、各設問の説明に添って回答してください。

◆「その他」とお答えの場合は、() 内に具体的な内容をご記入ください。

3. アンケート調査の返送方法

◆ご記入いただきました調査票は、同封の返信用封筒(切手不要)に入れて、令和5年9月26日(火)までに、郵便ポストに投函してください。お名前・ご住所をご記入いただく必要はありません。

4. 本調査に関するお問い合わせ先

春日部市 健康課 (春日部市保健センター) 電話: 048-736-6778

問4 お子さんが、食事を誰かと一緒に食べる頻度は1週間にどのくらいですか。(○は各々1つずつ)

	毎日	5～6回	3～4回	1～2回	食べない
(ア) 朝食(平日)	1	2	3	4	5
(イ) 朝食(休日)	1	2	3	4	5
(ウ) 夕食(平日)	1	2	3	4	5
(エ) 夕食(休日)	1	2	3	4	5

問5 お子さんは、食事をどの程度時間をかけて食べていますか。(○は各々1つずつ)

	5分以下	10分程度	20分程度	30分程度	40分以上	食べない
(ア) 朝食(平日)	1	2	3	4	5	6
(イ) 朝食(休日)	1	2	3	4	5	6
(ウ) 夕食(平日)	1	2	3	4	5	6
(エ) 夕食(休日)	1	2	3	4	5	6

問6 あなたは、「食事バランスガイド」という言葉やその内容を知っていますか。(○は1つだけ)

1 言葉も内容も知っている	2 言葉は知っているが、内容は知らない
3 言葉も内容も知らない	

※「食事バランスガイド」とは「何を」「どれだけ」「どのように」食べるかを分かりやすくコマのイラストで示したものです。健康で豊かな食生活の基盤を目的に策定された「食生活指針」(平成19年3月)を具体的な行動に結びつけるものとして、平成17年6月に厚生労働省と農林水産省により決定されました。「食事の基本」を身につけるための望ましい食事のとり方やおよびその量をわかりやすく示しています。

問7 あなたは、日頃、お子さんの健康を守るために、以下のことがらをどの程度心がけていますか。最も近い番号を選んでください。(○は各々1つずつ)

	ずっとして毎日やる	そうときどきやる	どいえならんども	気にしていません	気にしていません
(ア) 食事を薄味にし、塩分の多い食べものを控えること	1	2	3	4	5
(イ) 朝食や夕食等、できるだけ家族みんなで食べること	1	2	3	4	5
(ウ) 夕食後、寝る前までの間に、夜食や間食を控えること	1	2	3	4	5
(エ) 十分な時間をかけ、ゆとりを持って食事をさせること	1	2	3	4	5
(オ) 栄養のバランスやエネルギー(カロリー)を考えて、食事をさせること	1	2	3	4	5
(カ) 食事バランスガイドを参考に食事をすること	1	2	3	4	5

問8 お子さんは、以下のものをどの程度食べますか。ふだんの食べ方に最も近い番号を選んでください。(○は各々1つずつ)

	1日以上2回	1程度1回	週に数回	月に数回	食べない
(ア) 脂肪の多い肉類や、ベーコン、ウィンナー等	1	2	3	4	5
(イ) 牛乳・乳製品(チーズ、ヨーグルト等)	1	2	3	4	5
(ウ) 緑黄色野菜(ほうれん草、ビーツ、人参等)	1	2	3	4	5
(エ) 果物(りんご、みかん、ぶどう、バナナ等)	1	2	3	4	5
(オ) 骨ごと食べられる小魚類(しらす干し等)	1	2	3	4	5
(カ) ビタミン剤などの栄養補助食品(サプリメント)	1	2	3	4	5
(キ) 菓子・嗜好飲料(チョコレート、ケーキ、ポテトチップス、せんべい、ジュース等)	1	2	3	4	5
(ク) インスタント食品(ラーメン、レトルトのカレー等)	1	2	3	4	5
(ケ) コンビニやスーパーの弁当や惣菜(おにぎり、サンドイッチ、テイクアウト等を含む)	1	2	3	4	5
(コ) 外食(ファミリーレストラン、ファストフードを含む)	1	2	3	4	5

問9 お子さんは、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をしていきますか。ふだんの食べ方に最も近いものの番号を選んでください。(○は1つだけ)

1 1日2回以上	2 1日1回	3 0回
----------	--------	------

問10 あなたは、スーパーやコンビニ等の食品売場、飲食店、レストラン、および食堂等で、食品や料理の栄養成分表示を見たことがありますか。(○は1つだけ)

1 見たことがある	2 見たことはない
-----------	-----------

問10-1 (問10で「1 見たことがある」と答えた方のみ)

あなたは、栄養成分表示を参考に食品や料理を選んでいきますか。(○は1つだけ)

1 いつも参考にしている	2 ときどき参考にしている	3 参考にしていない
--------------	---------------	------------

問10-2 (問10-1で「3 参考にしていない」と答えた方のみ)

栄養成分表示を「参考にしていない」理由を教えてください。(○はいくつでも)

栄養成分表示の見方がわからないから

2 自分の健康には必要ないと思うから

3 いちいち見られないから

4 その他()

■食育についてうかがいます

問11 お子さんは、望ましい食生活が送れていると思いますか。(○は1つだけ)

1 送れている	2 どちらかといえば送れている	3 どちらともいえない
4 どちらかといえば送れていない	5 送れていない	

問12 あなたは、「食育」という言葉や内容を知っていますか。(○は1つだけ)

- 1 言葉も内容も知っている
- 2 言葉は知っているが、内容は知らない
- 3 言葉も内容も知らない

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

問13 あなたは、「食育」に関心がありますか。(○は1つだけ)

- 1 関心がある
- 2 どちらかといえば関心がある
- 3 どちらともいえない
- 4 どちらかといえば関心がない
- 5 関心がない

問13-1 (問13で「1 関心がある」または「2 どちらかといえば関心がある」と答えた方のみ)

「食育」に関心がある理由は何ですか。(○は3つまで)

- 1 心身の健全な発育
- 2 食生活の乱れ
- 3 肥満・やせの増加
- 4 生活習慣病の予防
- 5 食品の安全確保
- 6 食文化や地域の伝統
- 7 食料自給率の低下
- 8 生産者との交流
- 9 自然と調和した食料生産
- 10 食べ物の無駄
- 11 食や自然に対する感謝
- 12 その他()

問14 あなたは、家庭や学校または、幼稚園、保育園が食育に取り組んでいると思いますか。

(○は1つだけ)

- 1 取り組んでいる
- 2 どちらかといえば取り組んでいる
- 3 どちらともいえない
- 4 どちらかといえば取り組んでいない
- 5 取り組んでいない

問15 食育には様々な内容が含まれますが、どの分野を重点的に取り組んだらよいと思いますか。

(○は3つまで)

- 1 食生活・食習慣の改善
- 2 食品の安全性に関する理解
- 3 食を通じたコミュニケーション
- 4 食事に関するあいさつの励行や作法の習得
- 5 自然の恩恵や生産者等への感謝・理解・農林
- 6 環境との調和、食品廃棄の削減や食品リサイクルに関する活動
- 7 郷土料理、伝統料理等の優れた食文化の継承
- 8 その他()
- 9 特になし
- 10 わからない

問16 あなたは、食品の安全性(産地・賞味期限・添加物など)に関心がありますか。

(○は1つだけ)

- 1 関心がある
- 2 どちらかといえば関心がある
- 3 どちらともいえない
- 4 どちらかといえば関心がない
- 5 関心がない

問17 あなたは、「食品ロス」という言葉や内容を知っていますか。(○は1つだけ)

- 1 言葉も内容も知っている
- 2 言葉は知っているが、内容は知らない
- 3 言葉も内容も知らない

※「食品ロス」とは、まだ食べられるのに捨てられている食べ物のことです。

問18 あなたは、「食品ロス」を少なくするために、工夫をしていることはありますか。

(○は3つまで)

- 1 食材を買いすぎないようにしている
- 2 食材は食べきるようにしている
- 3 残った食材は別の料理に活用している
- 4 食品に表示されている「消費期限」と「賞味期限」の違いを理解している
- 5 外食時には食べ残しをしないようにしている
- 6 特に工夫していない

問19 ご自宅で行事食を伴う伝統的な行事(おせち料理、節分、ひなまつりなど)を年間にどの程度行っていますか。(○は1つだけ)

- 1 行っていない
- 2 1～2回
- 3 3～4回
- 4 5～6回
- 5 7回以上

■歯の健康についてうかがいます

問20 あなたは、ふだんお子さんの歯や歯ぐきについてどれくらい気にかけていますか。(○は1つだけ)

- 1 いつも気にかけている
- 2 ときどき気にかけている
- 3 どちらともいえない
- 4 あまり気にかけていない
- 5 気にかけていない

問21 お子さんは、未治療の虫歯が何本ありますか。(○は1つだけ)

- 1 0本
- 2 1本
- 3 2本
- 4 3本
- 5 4本以上
- 6 わからない

問22 お子さんは、1日に何回歯を磨きますか。(○は1つだけ)

- 1 0回
- 2 1回
- 3 2回
- 4 3回
- 5 4回以上

問23 あなたは、ふだんお子さんの歯や歯ぐきの健康のために、どのようなことをしていますか。

(○はいくつでも)

- 1 お子さんが歯磨きをしている
- 2 保護者がお子さんの歯磨きをしている
- 3 お子さんが自分で磨いた後に保護者が仕上げ磨きをしている
- 4 学校(または幼稚園・保育園)で受ける歯科健診以外にも定期的に歯科健診等を受けさせるようにしている
- 5 定期的に歯石除去や口内清掃指導を受けさせている
- 6 歯科医院でフッ素塗布をしてもらっている
- 7 フッ素入りの歯磨き剤を使用している
- 8 間食として、甘い食べ物・飲み物を控えるようにしている
- 9 歯と歯の間を清掃するための用具(糸ようじや歯間ブラシなど)を使用している
- 10 虫歯を予防するためにキシリトールガムやタブレットを与えている
- 11 その他()
- 12 特に何もしていない

■あなたのお子さんの運動や休養の様子についてうかがいます

問 24 あなたは、ふだんお子さんに意識して身体を動かすようにさせていますか。 (○は1つだけ)

- 1 意識している 2 どちらかといえば意識している 3 どちらともいえない
 4 どちらかといえば意識していない 5 意識していない

問 25 お子さんは、ふだんどれくらい運動・体を動かす遊びをしていますか。(公園・体育館の遊び、地域のスポーツ活動、習い事、ボート・スカウトなどの活動も含みます) (○は1つだけ)

- 1 ほぼ毎日している 2 週2～5回程度している
 3 月に数回程度している 4 ほとんどしていない(年に数回程度)

問 26 お子さんは、睡眠による休養が十分にとれていますか。 (○は1つだけ)

- 1 とれている 2 どちらかといえばとれている 3 どちらともいえない
 4 どちらかといえばとれていない 5 とれていない

問 27 お子さんのふだんのような生活についてうかがいます。 (○はいくつでも)

- 1 規則正しい生活をしている 2 学校(または幼稚園・保育園)での出来事を話す
 3 友達の話をする 4 仲の良い友達がいる
 5 悩みを家族に話す 6 学校(または幼稚園・保育園)に毎日楽しく通っている
 7 学校(または幼稚園・保育園)に行きたがらないことがある
 8 悩みをインターネットで相談している

■お子さんの健康管理や子育てに対する考えをうかがいます

問 28 以下の考え方についてあなた自身の考えに最も近い番号を選んでください。(○は各々1つずつ)

	そう思う	どちらともいえない	思わない
(ア) 喫煙、飲酒や薬物乱用の害については、家庭の中でも子どもと話す機会を積極的にもちつけて教えるべきだ	1	2	3
(イ) 喫煙、飲酒や薬物乱用の害については、学校教育の中で徹底すべきだ	1	2	3
(ウ) 子どもを生み育てることや育児について、不安がある	1	2	3
(エ) 糖尿病や高血圧症などの予防には、子どものうちからの生活習慣も重要だ	1	2	3
(オ) 子どもの健康は、家庭がつくり、守るものだ	1	2	3
(カ) 最近、子どもを叱ったり叩いたりすることが多いので悩んでいる	1	2	3
(キ) できるだけ、子どものペースに合わせて生活している	1	2	3
(ク) 父親は、子育てにもっと協力すべきである	1	2	3
(ケ) 子育ては、地域社会全体でおこなわれるものだ	1	2	3
(コ) 子育てから解放されて、息抜きしたり一人の時間がほしい	1	2	3

問 29 あなたのお子さんが、他人のたばこの煙を吸う(受動喫煙)機会はありますか。(○はいくつでも)

- 1 吸う機会は少ない 2 家庭内 3 学校 4 公共の場 5 その他()

※受動喫煙とは、たばこを吸わない人が自分の意思に関係なく喫煙者の煙を吸ってしまうことをいいます。

問 30 あなたは、ふだんお子さんの健康について誰(どこ)に相談しますか。(○はいくつでも)

- 1 配偶者 2 祖父母 3 親せき
 4 友人・知人 5 職場の同僚 6 近所の人
 7 子育て中の仲間 8 学校(または幼稚園・保育園)の先生 9 民生委員・児童委員
 10 かかりつけの医師 11 保健師・助産師 12 児童相談所
 13 市の保健福祉に関する窓口 14 民間の相談サービス 15 インターネット
 16 その他() 17 相談できる人がいない 18 相談することは特にない

■保護者の方へうかがいます

問 31 歯周病は、糖尿病の第6の合併症といわれていることを知っていますか。(○は1つだけ)

- 1 知っている 2 知らない

問 32 あなたは、健診(がん検診を除く)を受けていますか。(○は1つだけ)

- 1 毎年受けている 2 2～3年に1回は受けている
 3 ほとんど受けていない 4 まったく受けていない

問 33 あなたは、がん検診を受けていますか。(○は1つだけ)

- 1 毎年受けている 2 2～3年に1回は受けている
 3 ほとんど受けていない 4 まったく受けていない

問 34 昨年受けたがん検診すべてに○をつけてください。(○はいくつでも)

- 1 肺がん検診 2 大腸がん検診 3 胃がん検診
 4 子宮がん検診 5 乳がん検診 6 その他()

問 35 これまでに、喫煙や飲酒が健康に及ぼす影響について、お子さんと話をしたことはありますか。(○は1つだけ)

- 1 積極的にしている 2 何回かはしたことがある 3 まったくない

問 36 あなたは、こころの悩みや仕事・家事・育児等のストレス等について、相談できる人がいますか。(○は1つだけ)

- 1 相談できる人がいる 2 相談できる人はいない

問 37 ころの健康や悩みなどについて、市で相談できる機関があることを知っていますか。
(○は1つだけ)

1 知っている	2 知らない
---------	--------

※問 38～問 40 は、女性の方にうかがいます。

問 38 妊娠中、歯科健診を受けたことがありますか。(○は1つだけ)

1 受けたことがある	2 受けたことはない
------------	------------

問 39 妊娠中、たばこを吸っていましたか。(○は1つだけ)

1 吸っていた	2 吸っていない
---------	----------

問 40 妊娠中に不安がありましたか。(○は1つだけ)

1 不安があった	2 不安はなかった
----------	-----------

問 40-1 (問 40 で「1 不安があった」と答えた方のみ)
どのような不安がありましたか。(○は3つまで)

1 出産・お腹の子どものこと	2 自分の健康のこと	3 出産などにかかわる費用
4 夫(パートナー)との関係	5 高齢出産について	6 職場の理解や対応
7 上の子どものこと	8 自分の親のこと	9 漠然とした不安
10 夫(パートナー)の親のこと	11 受動喫煙への配慮	12 精神的な不安

問 40-2 (問 40 で「1 不安があった」と答えた方のみ)

妊娠中の不安を取り除くためにはどのようなサービスがあればよかったですか。(○は3つまで)

1 出産にともなう費用助成	2 産後のサポート
3 保健師などによる相談や訪問	4 受動喫煙防止に向けた取組
5 精神的なサポート体制	6 妊娠から子育てまでの切れ目のないサポート

質問は以上です。ご協力いただき、誠にありがとうございました。

ご記入いただいたアンケート調査票は、返信用封筒(切手不要)に入れ、

9月26日(火)までに郵便ポストに投函してください。

F11 あなたは、ふだん健康について誰に相談をしますか。(〇はいくつでも)

1 同年齢の友人	2 年上の友人・先輩	3 年下の友人・後輩	4 兄弟姉妹
5 父親	6 母親	7 祖父母	8 彼氏・彼女
9 市の保健福祉に関する相談窓口	10 学校の先生	11 かかりつけ医	
12 学校のカウンセラー	13 保健師	14 その他	
15 相談しない	16 相談する人がいない	()	()

F12 かかりつけの医師、歯科医師や薬剤師がいますか。(〇は各々1つずつ)

(ア) かかりつけの医師	1 いる	2 いない
(イ) かかりつけの歯科医師	1 いる	2 いない
(ウ) かかりつけの薬剤師	1 いる	2 いない

■ふだんの食生活についてうかがいます

問1 あなたは、ふだん朝食を食べていますか。(〇は1つだけ)

1 毎日欠かさず食べている	2 週に5~6回食べている	3 週に3~4回食べている
4 週に1~2回食べている	5 朝食は食べない	

問2 あなたは、ふだん誰と食事をしていきますか。(〇は各々1つずつ)

	家族そろって食べる	家族の誰かと食べる	ひとりで食べる	食べない	内容を()に記入してください	その他
(ア) 朝食(平日)	1 2	2 3	3 4	4 5	()	
(イ) 朝食(休日)	1 2	2 3	3 4	4 5	()	
(ウ) 夕食(平日)	1 2	2 3	3 4	4 5	()	
(エ) 夕食(休日)	1 2	2 3	3 4	4 5	()	

問3 あなたが、食事を誰かと一緒に食べる頻度は1週間にどのくらいですか。(〇は各々1つずつ)

	毎日	5~6回	3~4回	1~2回	食べない
(ア) 朝食(平日)	1 1	2 2	3 3	4 4	5 5
(イ) 朝食(休日)	1 1	2 2	3 3	4 4	5 5
(ウ) 夕食(平日)	1 1	2 2	3 3	4 4	5 5
(エ) 夕食(休日)	1 1	2 2	3 3	4 4	5 5

問4 あなたは、食事をどの程度時間かけて食べていますか。(〇は各々1つずつ)

	5分以下	10分程度	20分程度	30分程度	40分以上	食べない
(ア) 朝食(平日)	1 1	2 2	3 3	4 4	5 5	6 6
(イ) 朝食(休日)	1 1	2 2	3 3	4 4	5 5	6 6
(ウ) 夕食(平日)	1 1	2 2	3 3	4 4	5 5	6 6
(エ) 夕食(休日)	1 1	2 2	3 3	4 4	5 5	6 6

問5 あなたは、「食事バランスガイド」という言葉やその内容を知っていますか。(〇は1つだけ)

1 言葉も内容も知っている	2 言葉は知っているが、内容は知らない
3 言葉も内容も知らない	

※「食事バランスガイド」とは「何を」「どれだけ」食べたらよいかを分かりやすくコロナのイラストで示したものです。健康で豊かな食生活の実現を目的に策定された「食生活指針」(平成12年3月)を具体的に行動に結びつけるものとして、平成17年6月に厚生労働省と農林水産省により決定されました。「食事の基本」を身につけるための望ましい食事のとり方やおよびその重をおかりやすく示しています。

問6 あなたは、日頃、以下のことがらをどの程度心がけていますか。最も近い番号を選んでください。(〇は各々1つだけ)

	1 とても いる	2 やや いる	3 どちら もない	4 あまり いない	5 ほとんど いない
(ア) うす味の食事を心がけ、塩分の多い食べものを控えること	1	2	3	4	5
(イ) 朝食や夕食等、できるだけ家族みんなで食事をする	1	2	3	4	5
(ウ) 夕食後、寝る前までの間に、夜食や間食を控えること	1	2	3	4	5
(エ) 十分な時間をかけ、ゆとりを持って食事すること	1	2	3	4	5
(オ) 栄養のバランスやエネルギー(カロリー)を考えて、食事すること	1	2	3	4	5
(カ) 食事バランスガイドを参考に食事すること	1	2	3	4	5

問7 あなたは、以下のものをどの程度食べますか。ふだんの食べ方に最も近い番号を選んでください。(〇は各々1つだけ)

	1 以上 2回	1 程度 1回	週に 数回	月に 数回	ほとんど ない
(ア) 脂肪の多い肉類や、ベーコン、ウィンナー等	1	2	3	4	5
(イ) 牛乳・乳製品(チーズ、ヨーグルト等)	1	2	3	4	5
(ウ) 緑黄色野菜(ほうれん草、ピーマン、人参等)	1	2	3	4	5
(エ) 果物(りんご、みかん、ぶどう、バナナ等)	1	2	3	4	5
(オ) 骨ごと食べられる小魚類(しらす干し等)	1	2	3	4	5
(カ) ビタミン剤などの栄養補助食品(サプリメント)	1	2	3	4	5
(キ) 菓子・嗜好飲料(チョコレート、ケーキ、ポテトチップス、せんべい、ジュース等)	1	2	3	4	5
(ク) インスタント食品(ラーメン、レトルトのカレー等)	1	2	3	4	5
(ケ) コンビニやスーパーの弁当や惣菜(おにぎり、サンドイッチ、テイクアウト等を含む)	1	2	3	4	5
(コ) 外食(ファミリーレストラン、ファストフードを含む)	1	2	3	4	5

問 8 あなたは、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をしていますか。ふだんの食べ方に最も近いものの番号を選んでください。(○は1つだけ)

1	1日2回以上	2	1日1回	3	0回
---	--------	---	------	---	----

問 9 あなたは、スーパーやコンビニ等の食品売場、飲食店、レストラン、および食卓等で、食品や料理の栄養成分表示を見たことがありますか。(○は1つだけ)

1	見たことがある	2	見たことはない
---	---------	---	---------

→ 問 9-1 (問 9 で「1 見たことがある」と答えた方のみ)

あなたは、栄養成分表示を参考にして食品や料理を選んでいますが、(○は1つだけ)

1	いつも参考にしている	2	ときどき参考にしている	3	参考にしていない
---	------------	---	-------------	---	----------

→ 問 9-2 (問 9-1 で「3 参考にしていない」と答えた方のみ)

栄養成分表示を「参考にしていない」理由を教えてください。(○はいくつでも)

1	栄養成分表示の見方がわからないから	2	自分の健康には必要ないと思うから
3	いちいち見られていないから	4	その他()

■ 食育についてうかがいます

問 10 あなたは、「食育」という言葉や内容を知っていますか。(○は1つだけ)

1	言葉も内容も知っている	2	言葉は知っているが、内容は知らない
3	言葉も内容も知らない		

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

問 11 あなたは、「食育」に関心がありますか。(○は1つだけ)

1	関心がある	2	どちらかといえば関心がある	3	どちらともいえない
4	どちらかといえば関心がない	5	関心がない		

→ 問 11-1 (問 11 で「1 関心がある」または「2 どちらかといえば関心がある」と答えた方のみ)

「食育」に関心がある理由は何ですか。(○は3つまで)

1	心身の健全な発育	2	食生活の乱れ	3	肥満・やせの増加
4	生活習慣病の予防	5	食品の安全確保	6	食文化や地域の伝統
7	食料自給率の低下	8	生産者との交流	9	自然と調和した食料生産
10	食べ物の無駄	11	食や自然に対する感謝	12	その他()

問 12 あなたは、家庭や学校等が食育に取り組んでいると思いますか。(○は1つだけ)

1	取り組んでいる	2	どちらかといえば取り組んでいる
3	どちらともいえない	4	どちらかといえば取り組んでいない
		5	取り組んでいない

問 13 あなたは、食品の安全性(産地・賞味期限・添加物など)に関心がありますか。(○は1つだけ)

1	関心がある	2	どちらかといえば関心がある	3	どちらともいえない
4	どちらかといえば関心がない	5	関心がない		

問 14 あなたは、「食品ロス」という言葉や内容を知っていますか。(○は1つだけ)

1	言葉も内容も知っている	2	言葉は知っているが、内容は知らない
3	言葉も内容も知らない		

※「食品ロス」とは、まだ食べられるのに捨てられている食べ物のことです。

問 15 あなたは、「食品ロス」を少なくするために、工夫をしていることはありますか。(○は3つまで)

1	食材を買いすぎないようにしている	2	食材は食べきるようにしている
3	残った食材は別の料理に活用している		
4	食品に表示されている「消費期限」と「賞味期限」の違いを理解している		
5	外食時には食べ残しをしないようにしている	6	特に工夫していない

問 16 自宅で行事食を伴う伝統的な行事(おせち料理、節分、ひなまつりなど)を年間にどの程度行っていますか。(○は1つだけ)

1	行っていない	2	1~2回	3	3~4回	4	5~6回	5	7回以上
---	--------	---	------	---	------	---	------	---	------

■ 歯の健康についてうかがいます

問 17 あなたは、ふだん歯や歯ぐきについてどれくらい気にかけていますか。(○は1つだけ)

1	いつも気にかけている	2	ときどき気にかけている	3	どちらともいえない
4	あまり気にかけていない	5	気にかけていない		

問 18 未治療の虫歯は何本ありますか。(○は1つだけ)

1	0本	2	1本	3	2本	4	3本	5	4本以上	6	わからぬ
---	----	---	----	---	----	---	----	---	------	---	------

問 19 1日に何回歯を磨きますか。(○は1つだけ)

1	0回	2	1回	3	2回	4	3回	5	4回以上
---	----	---	----	---	----	---	----	---	------

問 20 あなたは、ふだん歯や歯ぐきの健康のために、どのようなことをしていますか。(○はいくつでも)

1	食後、歯磨きをしている	2	学校で受ける歯科健診以外にも歯科健診(検診等)を受けるようにしている
3	定期的に歯石除去や口内清掃指導を受けている	4	歯科医院でフッ素塗布を受けている
5	フッ素入りの歯磨き剤を使用している	6	甘い食べ物・飲み物を控えるようにしている
7	歯と歯の間を歯ブラシで清掃するための用具(糸ようじや歯間ブラシなど)を使用するようにしている	8	虫歯を予防するためにキシリトールガムを噛んだりタブレットをとったりしている
9	その他()	10	特に何もしていない

問21 あなたは、歯や歯ぐきの健康にも影響を与えませんか。 (○は1つだけ)

- 1 影響すると思う 2 どちらかといえば影響すると思う 5 影響しないと思う
3 どちらともいえない 4 どちらかといえば影響しないと思う

問22 歯周病は、糖尿病の第6の合併症といわれていることを知っていますか。 (○は1つだけ)

- 1 知っている 2 知らない

■運動のようすについてうかがいます

問23 あなたは、ふだん意識して身体を動かすようになっていますか。 (○は1つだけ)

- 1 意識している 2 どちらかといえば意識している 3 どちらともいえない
4 どちらかといえば意識していない 5 意識していない

問24 あなたは、体育の授業以外に、「息が少しはすむ程度」の30分以上の運動(通勤)を、どれくらいしていますか。(部活動や習い事などでの活動時間は、これに含まず) (○は1つだけ)

- 1 ほぼ毎日している 2 週2～5回程度している
3 月に数回程度している 4 ほとんどしていない(年に数回程度)

問25 あなたは、「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)」という言葉や内容を知っていますか。

- (○は1つだけ)
1 言葉も内容も知っている 2 言葉は知っているが、内容は知らない
3 言葉も内容も知らない

※「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)」とは、骨や関節、筋肉などの運動器の衰えや障害が原因で、歩行や立ち座りなどの日常生活に支障をきたしている状態のことです。

問26 あなたは、「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)」にならないためには、どのような取組がよいと思いますか。 (○はいくつでも)

- 1 軽いストレッチ 2 運動習慣を身につける 3 バランスのよい食事
4 自分の体調を知る 5 定期健診 6 その他()
7 わからない

■からだや性についてうかがいます

問27 からだの変化や性について、誰かに相談するとしたら誰(どこ)に相談したいと思いますか。

- (○は3つまで)
1 父親 2 母親 3 祖父母 4 親せき
5 兄弟姉妹 6 友人 7 学校の先生 8 塾の先生
9 保健センター 10 保健所 11 医療機関 12 民間の専門機関
13 SNS上のみのつながりの人 14 その他()

■たばこやアルコールについてうかがいます

問28 あなたは、たばこを吸ったことがありますか。 (○は1つだけ)

- 1 吸ったことはない 2 吸ったことがある

問29 あなたは、他人のたばこの煙を吸う(受動喫煙)機会がありますか。 (○はいくつでも)

- 1 吸う機会はない 2 家庭 3 学校 4 公共の場
5 その他()
※受動喫煙とは、たばこを吸わない人が自分の意思に聞かなく喫煙者の煙を吸ってしまうことをいいます。

問30 これまでに、喫煙が健康に及ぼす影響について、家族と話をしたことはありますか。 (○は1つだけ)

- 1 積極的にしている 2 何回かはしたことがある 3 まったくない
4 吸ったことはない
5 吸ったことがある

問31 あなたは、お酒を飲んだことがありますか。 (○は1つだけ)

- 1 飲んだことはない 2 飲んだことがある

問32 これまでに、お酒が健康におよぼす影響について、家族と話をしたことはありますか。 (○は1つだけ)

- 1 親や親せきなどにすすめられた 2 上級生や同級生など友達にすすめられた
3 興味があったのでひとりのとき 4 家族の中にお酒を飲む人がいる
5 その他() 6 なんとなく(特に理由はない)

問33 以下は、たばこやアルコールに関するあなたの考えについて、最も近い番号を選んでください。(○は各々1つずつ)

- 1 積極的にしている 2 何回かはしたことがある 3 まったくない

	そう思う	どちらでもない	どちらもない
(ア) お酒(アルコール)の飲み過ぎは肥満や糖尿病などの原因になる	1	2	3
(イ) たばこは、吸う人だけでなく、周りの人の健康にも悪い影響を与える	1	2	3
(ウ) 妊娠中の喫煙・飲酒は、胎児に悪い影響を与える	1	2	3
(エ) たばこは、妊婦の周りの人が吸うだけでも胎児に悪い影響を与える	1	2	3
(オ) たばこは、肺がんでだけでなく、脳卒中、心疾患、高血圧症等の原因になったり、歯の健康にも影響する	1	2	3

問 8 あなたは、主食・主食・副菜を組み合わせた食事をしていますか。ふだんの食べ方に最も近いものの番号を選んでください。(○は1つだけ)

1	1日2回以上	2	1日1回	3	0回
---	--------	---	------	---	----

問 9 あなたは、スーパーやコンビニ等の食品売場、飲食店、レストラン、および食卓等、食品や料理の栄養成分表示を見たことがありますか。(○は1つだけ)

1	見たことがある	2	見たことはない
---	---------	---	---------

問 9-1 (問9で「1 見たことがある」と答えた方のみ)
あなたは、栄養成分表示を参考にして食品や料理を選んでいきますか。(○は1つだけ)

1	いつも参考にしている	2	ときどき参考にしている	3	参考にしない
---	------------	---	-------------	---	--------

問 9-2 (問9-1で「3 参考にしない」と答えた方のみ)
栄養成分表示を「参考にしない理由を教えてください。(○はいくつでも)

1	栄養成分表示の見方がわからないから	2	自分の健康には必要ないと思うから
3	いちいち見られないから	4	その他 ()

■食育についてうかがいます

問 10 あなたは、「食育」という言葉や内容を知っていますか。(○は1つだけ)

1	言葉も知っている	2	言葉は知っているが、内容は知らない
3	言葉も内容も知らない		

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

問 11 あなたは、「食育」に関心がありますか。(○は1つだけ)

1	関心がある	2	どちらかといえば関心がある	3	どちらともいえない
4	どちらかといえば関心がない	5	関心がない		

問 12 あなたは「1 関心がある」または「2 どちらかといえば関心がある」と答えた方のみ
「食育」に関心がある理由は何ですか。(○は3つまで)

1	心身の健全な発育	2	食生活の乱れ	3	肥満・やせの増加
4	生活習慣病の予防	5	食品の安全確保	6	食文化や地域の伝統
7	食料自給率の低下	8	生産者との交流	9	自然と調和した食料生産
10	食べ物の無駄	11	食や自然に対する感謝	12	その他 ()

問 13 あなたは、家庭や学校等が食育に取り組んでいると思いますか。(○は1つだけ)

1	取り組んでいる	2	どちらかといえば取り組んでいる		
3	どちらともいえない	4	どちらかといえば取り組んでいない	5	取り組んでいない

問 13 あなたは、食品の安全性(産地・賞味期限・添加物など)に関心がありますか。(○は1つだけ)

1	関心がある	2	どちらかといえば関心がある	3	どちらともいえない
4	どちらかといえば関心がない	5	関心がない		

問 14 あなたは、「食品ロス」という言葉や内容を知っていますか。(○は1つだけ)

1	言葉も内容も知っている	2	言葉は知っているが、内容は知らない
3	言葉も内容も知らない		

※「食品ロス」とは、まだ食べられるのに捨てられている食べ物のことです。

問 15 あなたは、「食品ロス」を少なくするために、工夫をすることはありますか。(○は3つまで)

1	食材を買いすぎないようにしている	2	食材は食べきるようにしている
3	残った食材は別の料理に活用している		
4	食品に表示されている「消費期限」と「賞味期限」の違いを理解している	6	特に工夫していない
5	外食時には食べ残しをしないようにしている		

問 16 自宅で行事食を伴う伝統的な行事(おせち料理、節分、ひなまつりなど)を年間にどの程度行っていますか。(○は1つだけ)

1	行っていない	2	1~2回	3	3~4回	4	5~6回	5	7回以上
---	--------	---	------	---	------	---	------	---	------

■歯の健康についてうかがいます

問 17 あなたは、ふだん歯や歯ぐきについてどれくらい気にかけていますか。(○は1つだけ)

1	いつも気にかけている	2	ときどき気にかけている	3	どちらともいえない
4	あまり気にかけていない	5	気にかけていない		

問 18 未治療の虫歯は何本ありますか。(○は1つだけ)

1	0本	2	1本	3	2本	4	3本	5	4本以上	6	わからぬ
---	----	---	----	---	----	---	----	---	------	---	------

問 19 1日に何回歯を磨きますか。(○は1つだけ)

1	0回	2	1回	3	2回	4	3回	5	4回以上
---	----	---	----	---	----	---	----	---	------

問 20 あなたは、ふだん歯や歯ぐきの健康のために、どのようなことをしていますか。(○はいくつでも)

1	食後、歯磨きをしている	2	学校で受ける歯科健診以外にも歯科健診(検診等)を受けるようにしている
3	定期的に歯石除去やロ口清掃指導を受けている	4	歯科医院でフッ素塗布をされている
5	フッ素入りの歯磨き剤を使用している	6	甘い食べ物・飲み物を控えるようにしている
7	歯と歯の間を清掃するための用具(糸ようじや歯間ブラシなど)を使うようにしている	8	虫歯を予防するためにキシリトールガムを噛んだりタブレットをとったりしている
9	その他 ()	10	特に何もしていない

問 21 あなたは、歯や歯ぐきの健康にも影響を与えたいと思いますか。(○は1つだけ)

- 1 影響すると思う 2 どちらかといえば影響すると思う 5 影響しないと思う
3 どちらともいえない 4 どちらかといえば影響しないと思う

問 22 歯周病は、糖尿病の第6の合併症といわれていることを知っていますか。(○は1つだけ)

- 1 知っている 2 知らない

■運動のようすについてうかがいます

問 23 あなたは、ふだん意識して身体を動かすようになっていますか。(○は1つだけ)

- 1 意識している 2 どちらかといえば意識している 5 意識していない
3 どちらともいえない 4 どちらかといえば意識していない

問 24 あなたは、体育の授業以外に、「息が少しはすむ程度」の30分以上の運動(連続)を、どれくらいしていますか。(部活動や習い事などでの活動時間は、これに含みます)(○は1つだけ)

- 1 ほぼ毎日している 2 週2～5回程度している
3 月に数回程度している 4 ほとんどしていない(年に数回程度)

問 25 あなたは、「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)」という言葉や内容を知っていますか。(○は1つだけ)

- 1 言葉も内容も知っている 2 言葉は知っているが、内容は知らない
3 言葉も内容も知らない

※「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)」とは、骨や関節、筋肉などの運動器の衰えや障害が原因で、歩行や立ち降りなどの日常生活に支障をきたしている状態のことです。

問 26 あなたは、「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)」にならないためには、どのような取組がよいと思いますか。(○はいくつでも)

- 1 軽いストレッチ 2 運動習慣を身につける 3 バランスのよい食事
4 自分の体調を知る 5 定期健診 6 その他()
7 わからない

■からだや性についてうかがいます

問 27 からだの変化や性について、誰かに相談するとしたら誰(どこ)に相談したいと思いますか。(○は3つまで)

- 1 父親 2 母親 3 祖父母 4 親せき
5 兄弟姉妹 6 友人 7 学校の先生 8 塾の先生
9 保健センター 10 保健所 11 医療機関 12 民間の専門機関
13 SNS上のみのつながりの人 14 その他()

■たばこやアルコールについてうかがいます

問 28 あなたは、たばこを吸ったことがありますか。(○は1つだけ)

- 1 吸ったことはない 2 吸ったことがある

問 28-1 (問 28 で「2 吸ったことがある」と答えた方のみ)

たばこをはじめ吸ったときのきっかけはなんですか。(○は1つだけ)

- 1 親や親せきなどにすすめられた 2 上級生や同級生など友達にすすめられた
3 興味があったのでひとりのとき 4 家族の中にとばこを吸う人がいる
5 その他() 6 なんとなく(特に理由はない)

問 29 あなたは、他人のたばこの煙を吸う(受動喫煙)機会がありますか。(○はいくつでも)

- 1 吸う機会はない 2 家庭 3 学校 4 公共の場 5 その他()

※受動喫煙とは、たばこを吸わない人が自分の意思に関係なく喫煙者の煙を吸ってしまうことをいいます。

問 30 これまでに、喫煙が健康に及ぼす影響について、家族と話をしたことはありますか。(○は1つだけ)

- 1 積極的にしている 2 何回かはしたことがある 3 まったくない

問 31 あなたは、お酒を飲んだことがありますか。(○は1つだけ)

- 1 飲んだことはない 2 飲んだことがある

問 31-1 (問 31 で「2 飲んだことがある」と答えた方のみ)

お酒をはじめ飲んだときのきっかけはなんですか。(○は1つだけ)

- 1 親や親せきなどにすすめられた 2 上級生や同級生など友達にすすめられた
3 興味があったのでひとりのとき 4 家族の中にお酒を飲む人がいる
5 その他() 6 なんとなく(特に理由はない)

問 32 これまでに、お酒が健康におよぼす影響について、家族と話をしたことはありますか。(○は1つだけ)

- 1 積極的にしている 2 何回かはしたことがある 3 まったくない

問 33 以下の、たばこやアルコールに関するあなたの考えについて、最も近い番号を選んでください。(○は各々1つずつ)

	そう思う	どちらでもない	思わない
(ア) お酒(アルコール)の飲み過ぎは肥満や糖尿病などの原因になる	1	2	3
(イ) たばこは、吸う人だけでなく、周りの人の健康にも悪い影響を与える	1	2	3
(ウ) 妊娠中の喫煙・飲酒は、胎児に悪い影響を与える	1	2	3
(エ) たばこは、妊婦の周りの人が吸うだけでも胎児に悪い影響を与える	1	2	3
(オ) たばこは、肺がんだけでなく、脳卒中、心疾患、高血圧症等の原因になったり、骨の健康にも影響する	1	2	3

■休養やこころの健康及びこころの健康問題についてうかがいます

問 34 あなたは、睡眠による休養が十分にとれていますか。(○はい1つだけ)

- 1 十分とれている 2 どちらかといえればとれている 3 どちらともいえない
- 4 どちらかといえればとれていない 5 とれていない

問 35 あなたは、テレビを見たり、携帯電話やパソコンを使用したり、ゲームをする時間は1日平均どのくらいですか。(○はい1つだけ)

- 1 1時間未満 2 1時間以上3時間未満 3 3時間以上4時間未満
- 4 4時間以上5時間未満 5 5時間以上

問 36 あなたは、最近1カ月間にストレスを感じたことがありますか。(○はい1つだけ)

- 1 まったくなかった 2 ほとんどなかった 3 少しはあった
- 4 しばしばあった 5 常にあった

問 36-1 (問 36 で「2 ほとんどなかった」「3 少しはあった」「4 しばしばあった」「5 常にあった」と答えた方のみ)

あなたは、何にストレスを感じていましたか。(○はいいくつでも)

- 1 学校のこと 2 親や家族のこと 3 友達のこと 4 勉強のこと
- 5 節活のこと 6 自分のからだのこと 7 恋愛のこと 8 その他()

問 37 あなたは、ストレスを感じたとき、どのようなことをして解消していますか。(○はいいくつでも)

- 1 趣味(読書、音楽を聴く、楽器 演奏、買物等)を観る 2 テレビやDVD、動画等を観る 3 ゲームをする
- 4 友だちと話をする 5 家族と話をする 6 スポーツ等をして体を動かす
- 7 カラオケで歌う 8 ゆっくりお風呂に入る 9 寝る
- 10 SNSやインターネットをする 11 その他() 12 何もしない

問 38 現在、自分自身のことでは心配したり悩んだりしていることはありますか。(○はいいくつでも)

- 1 勉強のこと 2 性格のこと 3 顔やスタイルのこと
- 4 異性や友だちのこと 5 からだのこと 6 その他()
- 7 心配や悩みはない

問 39 あなたは、ふだん悩みを誰に相談しますか。(○はいいくつでも)

- 1 父親 2 母親 3 祖父 4 親せき
- 5 兄弟姉妹 6 友人 7 学校の先生 8 塾の先生
- 9 SNS上のみのつながりの人 10 その他()
- 11 相談する人がいない 12 相談しない

問 40 現在、以下の内容についての心配や悩みがありますか。(○はいいくつでも)

- 1 家庭問題 2 健康問題 3 経済、生活問題
- 4 学校問題 5 友達問題 6 恋愛問題
- 7 勤労問題 8 わからない 9 心配や悩みはない

問 40-1 (問 40 で「4 学校問題」または「5 友達問題」と答えた方のみ)

相談できる場所(または人)はありますか。(○はい1つだけ)

- 1 ある(またはいいえ) 2 ない(またはいいえ)
- 3 どちらともいえない

問 41 こころの健康や悩みなどについて、市で相談できる機関があることを知っていますか。(○はい1つだけ)

- 1 知っている 2 知らない

問 42 ふだん、あなたの不満や悩み、つらい気持ちについて、誰かに相談するとしたら誰(どこ)に相談したいと思いますか。(○はいいくつでも)

- 1 同居の家族 2 同居以外の家族(親せき) 3 友人・知人
- 4 彼氏・彼女 5 近所の知り合い 6 アルバイト先
- 7 学校の先生 8 塾の先生 9 民間ボランティア等の相談員
- 10 医療機関(かかりつけ医) 11 保健所の職員 12 保健センター・社会福祉協議会の職員
- 13 SNS上のみのつながりの人 14 同じ悩みを持つ人(集まりの場)の相談
- 16 その他() 17 相談しない 18 話を聞いてくれる人はいない

問 43 ゲートキーパーという言葉や内容について知っていますか。(○はい1つだけ)

- 1 言葉も内容も知っている 2 言葉は知っているが、内容は知らない
- 3 言葉も内容も知らない

※「ゲートキーパー」とは、自販機やエレベーターに侵入しようとする人に気づき、適当な対応(悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなぐ、見守る)を図ることができる人のこと。

問 44 悩んでいる人や、いつもと違う様子で辛そうに見える人が身近にいたら、声をかけますか。(○はい1つだけ)

- 1 声をかけて話を聞く 2 声をかけたいけどかけられない 3 どちらともいえない
- 4 何もしない

問 44-1 (問 44 で「2 声をかけたいけどかけられない」と答えた方のみ)

どうしたら声をかけられると思いますか。(○はいいくつでも)

- 1 悩んでいる人や、いつもと違う様子で辛そうに見える人への具体的な対応の知識があったら
- 2 精神的な疾患等への対応に対する知識や技術があったら
- 3 相談機関や利用できる制度などについての知識があったら
- 4 一緒に考えられる気持ちや時間の余裕が自分にあったら(精神面)
- 5 自分の体調が良くなった(身体面)
- 6 自分の体調が良くなった(身体面)
- 7 声をかけることはできない 8 その他()

問3 あなたが、食事を誰かと一緒に食べる頻度は1週間にどのくらいですか。 (○は各々1つずつ)

	毎日	5～6回	3～4回	1～2回	食べない
(ア) 朝食 (平日)	1	2	3	4	5
(イ) 朝食 (休日)	1	2	3	4	5
(ウ) 夕食 (平日)	1	2	3	4	5
(エ) 夕食 (休日)	1	2	3	4	5

問4 あなたは、食事をどの程度時間をかけて食べていますか。 (○は各々1つずつ)

	5分以下	10分程度	20分程度	30分程度	40分以上	食べない
(ア) 朝食 (平日)	1	2	3	4	5	6
(イ) 朝食 (休日)	1	2	3	4	5	6
(ウ) 夕食 (平日)	1	2	3	4	5	6
(エ) 夕食 (休日)	1	2	3	4	5	6

問5 あなたは、「食事バランスガイド」という言葉やその内容を知っていますか。 (○は1つだけ)

1 言葉も内容も知っている	2 言葉は知っているが、内容は知らない
3 言葉も内容も知らない	

※「食事バランスガイド」とは「何を」「どれだけ」食べたらよいかを分かりやすくコマのイラストで示したものです。健康で豊かな食生活を目的に策定された「食生活指針」(平成12年3月)を具体的に行動に結びつけるものとして、平成17年6月に厚生労働省と農林水産省により決定されました。「食事の基本」を身につけるための望ましい食事のとり方やおよびその量をわかりやすく示しています。

問6 あなたは、日頃、以下のことがらをどの程度心がけていますか。最も近い番号を選んでください。 (○は各々1つだけ)

	せいそうして毎日している	そうしてときどきしている	いえなにもない	どうもいらない	気にしていません	気にしていません
(ア) うす味の食事を心がけ、塩分の多い食べものを控えること	1	2	3	4	5	
(イ) 朝食や夕食等、できるだけ家族みんなで食事すること	1	2	3	4	5	
(ウ) 夕食後、寝る前までの間に、夜食や間食を控えること	1	2	3	4	5	
(エ) 十分な時間をかけ、ゆとりを持って食事すること	1	2	3	4	5	
(オ) 栄養のバランスやエネルギー(カロリー)を考えて、食事すること	1	2	3	4	5	
(カ) 食事バランスガイドを参考に食事すること	1	2	3	4	5	

F9 あなたは、ふだん自分の体重を気にしていますか。 (○は1つだけ)

1 いつも気にかけている	2 ときどき気にかけている	3 どちらともいえない
4 あまり気にかけていない	5 気にかけていない	

F10 あなたは、ダイエットをしていますか。 (○は1つだけ)

1 現在、実践している	2 過去に試みたことがある
3 実践すべきだと思うが特に何もしていない	4 その必要がないのでしていない

F11 あなたの現在の健康状態についてどう思いますか。 (○は1つだけ)

1 健康である	2 どちらかといえば健康である	3 どちらともいえない
4 どちらかといえば健康でない	5 健康でない	

F12 あなたは、自分の健康に関心がありますか。 (○は1つだけ)

1 関心がある	2 どちらかといえば関心がある	3 どちらともいえない
4 どちらかといえば関心がない	5 関心がない	

F13 あなたは、ふだん健康に関する情報をどこから得ていますか。 (○はいくつでも)

1 テレビ・ラジオ	2 新聞・雑誌	3 市や県の広報誌・チラシやパンフレット等
4 学校	5 保健所・保健センター	6 病院・診療所 (医師)
7 家族	8 友人・知人	9 インターネットやSNS
10 その他 ()	11 特になし	

F14 あなたには、かかりつけの医師、歯科医師や薬剤師がいますか。 (○は各々1つずつ)

(ア) かかりつけの医師	1 いる	2 いない
(イ) かかりつけの歯科医師	1 いる	2 いない
(ウ) かかりつけの薬剤師	1 いる	2 いない

■ふだんの食生活についてうかがいます

問1 あなたは、ふだん朝食を食べていますか。 (○は1つだけ)

1 毎日欠かさず食べている	2 週に5～6回食べている	3 週に3～4回食べている
4 週に1～2回食べている	5 朝食は食べない	

問2 あなたは、ふだん誰と食事をしていますか。 (○は各々1つずつ)

	家族そろって食べる	家族の誰かと食べる	ひとりですべて食べる	食べない	内容 () に記入してください	その他
(ア) 朝食 (平日)	1	2	3	4	5 ()	
(イ) 朝食 (休日)	1	2	3	4	5 ()	
(ウ) 夕食 (平日)	1	2	3	4	5 ()	
(エ) 夕食 (休日)	1	2	3	4	5 ()	

問7 あなたは、以下のものをどの程度食べますか。ふだんの食べ方に最も近い番号を選んでください。

(○は各々1つだけ)

	1 以上 2 回	1 程度 1 回	週 に 数 回	月 に 数 回	食 は べ と な ん な い ど
(ア) 脂肪の多い肉類や、ベーコン、ウインナー等	1	2	3	4	5
(イ) 牛乳・乳製品(チーズ、ヨーグルト等)	1	2	3	4	5
(ウ) 緑黄色野菜(ほうれん草、ピーマン、人参等)	1	2	3	4	5
(エ) 果物(りんご、みかん、ぶどう、バナナ等)	1	2	3	4	5
(オ) 骨ごと食べられる小魚類(しらす干し等)	1	2	3	4	5
(カ) ビタミン剤などの栄養補助食品(サプリメント)	1	2	3	4	5
(キ) 菓子・嗜好飲料(チョコレート、ケーキ、ポテトチップス、せんべい、ジュース等)	1	2	3	4	5
(ク) インスタント食品(ラーメン、レトルトのカレー等)	1	2	3	4	5
(ケ) コンビニやスーパーの弁当や惣菜(おにぎり、サンドイッチ、テイクアウト等を含む)	1	2	3	4	5
(コ) 外食(ファミリーレストラン、ファストフードを含む)	1	2	3	4	5

問8 あなたは、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をしていますか。ふだんの食べ方に最も近いものの番号を選んでください。(○は1つだけ)

1 1日2回以上	2 1日1回	3 0回
----------	--------	------

問9 あなたは、スーパーやコンビニ等の食品売場、飲食店、レストラン、および食堂等で、食品や料理の栄養成分表示を見たことがありますか。(○は1つだけ)

1 見たことがある	2 見たことはない
-----------	-----------

問9-1 (問9で「1 見たことがある」と答えた方のみ)

あなたは、栄養成分表示を参考にして食品や料理を選んでいきますか。(○は1つだけ)

1 いつも参考にしている	2 ときどき参考にしている	3 参考にしていない
--------------	---------------	------------

問9-2 (問9-1で「3 参考にしていない」と答えた方のみ)

栄養成分表示を「参考にしていない」理由を教えてください。(○はいくつでも)

1 栄養成分表示の見方がわからないから	2 自分の健康には必要ないと思うから
3 いちいち見られていないから	4 その他()

■食育についてうかがいます

問10 あなたは、「食育」という言葉や内容を知っていますか。(○は1つだけ)

1 言葉も内容も知っている	2 言葉は知っているが、内容は知らない
3 言葉も内容も知らない	

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

問11 あなたは、「食育」に関心がありますか。(○は1つだけ)

1 関心がある	2 どちらかといえば関心がある	3 どちらともいえない
4 どちらかといえば関心がない	5 関心がない	

問11-1 (問11で「1 関心がある」または「2 どちらかといえば関心がある」と答えた方のみ)

「食育」に関心がある理由は何ですか。(○は3つまで)

1 心身の健全な発育	2 食生活の乱れ	3 肥満・やせの増加
4 生活習慣病の予防	5 食品の安全確保	6 食文化や地域の伝統
7 食料自給率の低下	8 生産者との交流	9 自然と調和した食料生産
10 食べ物の無駄	11 食や自然に対する感謝	12 その他()

問12 食育には様々な内容が含まれますが、どの分野を重点的に取り組んだらだよいと思いますか。

(○は3つまで)

1 食生活・食習慣の改善	2 食品の安全性に関する理解
3 食を通じてコミュニケーション	4 食事に関するあいさつの励行や作法の習得
5 自然の恩恵や生産者等への感謝・理解・農林	6 環境との調和、食品廃棄の削減や食品リサイクルに関する活動
7 郷土料理、伝統料理等の優れた食文化の継承	8 その他()
9 特にない	10 わからない

問13 あなたは、「食品ロス」という言葉や内容を知っていますか。(○は1つだけ)

1 言葉も内容も知っている	2 言葉は知っているが、内容は知らない
3 言葉も内容も知らない	

※「食品ロス」とは、まだ食べられるのに捨てられている食べ物のことです。

問14 あなたは、「食品ロス」を少なくするために、工夫をされていることはありますか。

(○は3つまで)

1 食材を買いすぎないようにしている	2 食材は食べきるようにしている
3 残った食材は別の料理に活用している	
4 食品に表示されている「賞味期限」と「消費期限」の違いを理解している	6 特に工夫していない
5 外食時には食べ残しをしないようにしている	

問15 あなたは、食育の推進にかかわるボランティア活動に参加していますか。(○は1つだけ)

1 参加している 2 今後参加したい 3 参加していないし、今後も参加しない

問15-1 (問15で「1 参加している」または「2 今後参加したい」と答えた方のみ)

どのような食育に関するボランティアに参加していますか。または参加したいですか。

(○は3つまで)

1 郷土料理、伝統料理等の食文化継承活動	2 農林漁業などに関する体験活動
3 食生活の改善に関する活動	4 生活習慣病予防などのための料理教室
5 食品廃棄や食品リサイクルに関する活動	6 食品の安全性や表示に関する活動
7 食育に関する国際交流活動	8 その他 ()
9 わからない	

問16 食育に関するあなたの考え方について、最も近い番号を選んでください。

(○は各々1つずつ)

(ア) 地元産の食材を購入するように心がけている	1	2	3
(イ) 食品の安全に関する基礎的な知識を持っている	1	2	3
(ウ) 食品の食べ残しを減らす努力をしている	1	2	3

※食の安全とは：食中毒や食品表示、異物混入などのこと

問17 ご自宅で行事食を伴う伝統的な行事(おせち料理、節分、ひなまつりなど)を年間にどの程度行っていますか。(○は1つだけ)

1 行っていない 2 1～2回 3 3～4回

4 5～6回 5 7回以上

■歯の健康についてうかがいます

問18 あなたは、ふだん歯や歯ぐきについてどれくらい気にかけていますか。(○は1つだけ)

1 いつも気にかけている 2 ときどき気にかけている 3 どちらともいえない

4 あまり気にかけていない 5 気にかけていない

問19 あなたの歯の数は何本ありますか。

本

【歯の数え方】
永久歯は、親知らずをのぞくと全部で28本あります。入れ歯やブリッジなどの人工の歯の部分は数えません。残っている歯や治療でつめたり、かぶせてある自分の歯を数えます。

問20 未治療の虫歯は何本ありますか。(○は1つだけ)

1 0本 2 1本 3 2本 4 3本 5 4本以上 6 分からぬ

問21 1日に何回歯を磨きますか。(○は1つだけ)

1 0回 2 1回 3 2回 4 3回 5 4回以上

問22 あなたは、ふだん歯や歯ぐきの健康のために、どのようなことをしていますか。(○はいくつでも)

1 食後、歯磨きをしている 2 定期的に歯科検診等を受けるようにしている

3 定期的に歯石除去や口内清掃指導を受けている 4 歯科医院でフッ素塗布をしてもらっている

5 フッ素入りの歯磨き剤を使用している 6 甘い食・物・飲み物を控えるようにしている

7 歯と歯の間を清掃するための用具(糸ようじや歯間ブラシなど)を使用するようにしている 8 虫歯を予防するためにキシリトールガムを噛んだりタブレットをとったりしている

9 タバコは控えるようにしている 10 特に何もしていない

11 その他 ()

問23 あなたは、歯や歯ぐきの健康が体全体の健康にも影響を与えていると思いますか。(○は1つだけ)

1 影響すると思う 2 どちらかといえば影響すると思う

3 どちらともいえない 4 どちらかといえば影響しないと思う 5 影響しないと思う

問24 歯周病は、糖尿病の第6の合併症といわれていることを知っていますか。(○は1つだけ)

1 知っている 2 知らない

問25 あなたは、過去1年間に歯科健診を受診しましたか。(○は1つだけ)

1 受けたことがある 2 受けたことはない

問26 (女性の方にかがいます)

妊娠中、歯科健診を受けましたことがありますか。(○は1つだけ)

1 受けたことがある 2 受けたことはない 3 妊娠経験がない

■運動のようすについてうかがいます

問27 あなたは、ふだん意識して身体を動かすようにしていますか。(○は1つだけ)

1 意識している 2 どちらかといえば意識している

3 どちらともいえない 4 どちらかといえば意識していない 5 意識していない

問28 あなたは、1日にあわせてどのくらい歩きますか。(通勤のための徒歩や室内の移動など)

(○は1つだけ)

1 30分未満 2 30分以上1時間未満 3 1時間以上1時間30分未満

4 1時間30分以上2時間未満 5 2時間以上

問29 あなたは、「息が少しはしむ程度」の30分以上の運動（連続）を、どれくらいしていますか。
 (○は1つだけ)

- 1 ほぼ毎日している
 3 月に数回程度している
 2 週2〜5回程度している
 4 ほとんどしていない(年に数回程度)

問29-1 (問29で「4 ほとんどしていない(年に数回程度)」と答えた方のみ)

- 運動をほとんどしていない理由は何か。(○はいくつでも)
- 1 忙しくて運動をする時間がないため
 2 仕事や家事で疲れているため
 3 運動をする場所や機会がないため
 4 一緒に運動をする仲間がいなかったため
 5 どんな運動をすればよいかわからないため
 6 運動を教えてくれる人がいないため
 7 病気や体が不自由なため
 8 介助や養育が必要な家族をかかえているため
 9 運動やスポーツが嫌いなため
 10 その他 ()

問30 あなたは、「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」という言葉や内容を知っていますか。

- (○は1つだけ)
- 1 言葉も内容も知っている
 2 言葉は知っているが、内容は知らない
 3 言葉も内容も知らない

※「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」とは、骨や関節、筋肉などの運動器の衰えや障害が原因で、歩行や立ち座りなどの日常生活に支障をきたしている状態のことです。

問31 あなたは、「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」にならないためには、どのような取組がよいと思いますか。(○はいくつでも)

- 1 軽いストレッチ
 2 運動習慣を身につける
 3 バランスよい食事
 4 自分の体調を知る
 5 定期健診
 6 その他 ()
 7 わからない

■たばこアルコールについてうかがいます

問32 あなたは、ふだんたばこ（電子たばこを含む）を吸いますか。(○は1つだけ)

- 1 吸っている
 2 以前吸っていたがやめた
 3 吸わない
 → 吸い始めた年齢 () 歳頃、やめた年齢 () 歳頃

問32-1 (問32で「1 吸っている」と答えた方のみ)

- あなたのたばこの煙が周囲の人に与える影響についてどう思いますか。(○は1つだけ)
- 1 とても気になる
 2 気になる
 3 あまり気にならない
 4 全く気にならない

問33 あなたは、他人のたばこの煙を吸う（受動喫煙）機会がありますか。(○はいくつでも)

- 1 吸う機会はない
 2 家庭内
 3 学校
 4 公共の場
 5 その他 ()

※「受動喫煙」とは、たばこを吸わない人が自分の意思に関係なく喫煙者の煙を吸ってしまうことをいいます。

問34 COPD(慢性閉塞性肺疾患)という言葉や内容を知っていますか。(○は1つだけ)

- 1 言葉も内容も知っている
 2 言葉は知っているが、内容は知らない
 3 言葉も内容も知らない

※「COPD(慢性閉塞性肺疾患)」とは、たばこなどの有害物質の吸入により肺に炎症が起き、呼吸がしにくくなる病気です。

問35 あなたは、「COPD(慢性閉塞性肺疾患)」にならないためには、どのような対策が必要だと思いますか。(○はいくつでも)

- 1 室内での完全禁煙
 2 室内での分煙の徹底
 3 喫煙マナーの向上
 4 禁煙を促す
 5 受動喫煙対策の強化
 6 その他 ()
 7 特に何も思わない

問36 あなたは、ふだんアルコール類（ビール、日本酒、ウイスキー、ワインなどの酒類）を飲みますか。(○は1つだけ)

- 1 飲んでいる
 2 以前飲んでいたがやめた
 3 飲まない
 → 飲み始めた年齢 () 歳頃
 → 飲み始めた年齢 () 歳頃、やめた年齢 () 歳頃

問36-1 (問36で「1 飲んでいる」と答えた方のみ)

- あなたがアルコール類を飲む回数ほどの程度ですか。(○は1つだけ)
- 1 ほぼ毎日
 2 週に3〜5回
 3 週に1、2回
 4 月に1、2回

問36-2 (問36で「1 飲んでいる」と答えた方のみ)

- 1日(1回)につきどれくらいのお酒を飲みますか。過去1カ月の飲酒の状態を思い出して、あてはまる量を選んでください。(○は1つだけ)

- 1 日本酒にして1合くらい
 2 日本酒にして2合くらい
 3 日本酒にして3合以上
 注) 日本酒1合(180ml)と同じ量とは・・・
 ・ビール 中瓶 1本(350ml 缶なら1.8本)
 ・ウイスキー ダブル1杯
 ・焼酎(25度) 2/3合(120ml)
 ・ワイン ワイングラス2杯(240ml)

問37 以下の、たばこやアルコールに関するあなたの考えについて、最も近い番号を選んでください。(○は各々1つずつ)

(ア)	お酒(アルコール)の飲み過ぎは肥満や糖尿病などの原因になる	1	2	3
(イ)	たばこは、吸う人だけでなく、周りの人の健康にも悪い影響を与える	1	2	3
(ウ)	妊娠中の喫煙・飲酒は、胎児に悪い影響を与える	1	2	3
(エ)	たばこは、妊婦の周りの人が吸うだけでも胎児に悪い影響を与える	1	2	3
(オ)	たばこは、肺がんだけでなく、脳卒中、心疾患、高血圧症等の原因になったり、歯の健康にも影響する	1	2	3

■ 健診受診状況・受診後についてうかがいます

- 問 38 あなたは、健診（がん検診を除く）を受けていますか。（○は1つだけ）
- 1 毎年受けている
 - 2 2～3年に1回は受けている
 - 3 ほとんど受けていない
 - 4 まったく受けていない
- 問 39 あなたは、がん検診を受けていますか。（○は1つだけ）
- 1 毎年受けている
 - 2 2～3年に1回は受けている
 - 3 ほとんど受けていない
 - 4 まったく受けていない
- 問 40 昨年受けたがん検診すべてに○をつけてください。（○はいくつでも）
- 1 肺がん検診
 - 2 大腸がん検診
 - 3 胃がん検診
 - 4 子宮がん検診
 - 5 乳がん検診
 - 6 その他（ ）
- 問 41（健診・検診を受けたことのある方のみ）
あなたは、健診・検診の結果をふまえて生活改善に活かしていますか。（○は1つだけ）
- 1 生活改善している
 - 2 気になったときだけ生活改善している
 - 3 生活改善していない
 - 4 生活改善する必要がない

■ あなたの地域での活動への取り組みについてうかがいます

- 問 42 地域の人々がお互いに助け合っていると思いますか。（○は1つだけ）
- 1 思う
 - 2 どちらかといえばそう思う
 - 3 どちらともいえない
 - 4 どちらかといえばそう思わない
 - 5 思わない
 - 6 わからない
- 問 43 あなたは、現在、地域（自治会）の集まりや行事などに参加していますか。（○は1つだけ）
- 1 参加している
 - 2 現在は参加していないが、今後、参加したい
 - 3 参加していない
- 問 44 あなたは、次のような社会活動に参加していますか。（○は1つだけ）
- 1 町内会や地域行事などの活動
 - 2 ボランティア活動
 - 3 スポーツ関係のグループ活動
 - 4 趣味関係のグループ活動
 - 5 その他のグループ活動
 - 6 活動に参加していない

■ 休養やこころの健康及びこころの健康問題についてうかがいます

- 問 45 あなたは、ふだん十分な休養（睡眠）をとるよう心がけていますか。（○は1つだけ）
- 1 心がけている
 - 2 どちらかといえば心がけている
 - 3 どちらともいえない
 - 4 どちらかといえば心がけていない
 - 5 心がけていない
- 問 46 あなたは、睡眠による休養が十分にとれていますか。（○は1つだけ）
- 1 十分とれている
 - 2 どちらかといえばとれている
 - 3 どちらともいえない
 - 4 どちらかといえばとれていない
 - 5 とれていない

- 問 47 あなたは、ふだん趣味や楽しみを持つよう心がけていますか。（○は1つだけ）
- 1 心がけている
 - 2 どちらかといえば心がけている
 - 3 どちらともいえない
 - 4 どちらかといえば心がけていない
 - 5 心がけていない
- 問 48 あなたは、テレビを見たり、携帯電話やパソコンを使用したり、ゲームをする時間は1日平均どのくらいですか。（○は1つだけ）
- 1 1時間未満
 - 2 1時間以上3時間未満
 - 3 3時間以上4時間未満
 - 4 4時間以上5時間未満
 - 5 5時間以上
- 問 49 あなたは、睡眠を助けるために、薬（睡眠薬、精神安定剤など）やアルコールを使うことがありますか。（○は1つだけ）
- 1 まったくない
 - 2 ほとんどない
 - 3 たまにある
 - 4 いつもある
- 問 50 あなたは、最近1カ月間にストレスを感じたことがありますか。（○は1つだけ）
- 1 まったくなかった
 - 2 ほとんどなかった
 - 3 少しはあった
 - 4 しばしばあった
 - 5 常にあった
- 問 51 あなたは、ストレスを感じたとき、どのようなこととして解消していますか。（○はいくつでも）
- 1 趣味（読書、音楽を聴く、楽器 演奏、買物等）を観る
 - 2 テレビやDVD、動画等をする
 - 3 ゲームをする
 - 4 家族と話をする
 - 5 家族と話をしながらスポーツ等をして体を動かす
 - 6 スポーツ等をして体を動かす
 - 7 カラオケで歌う
 - 8 ゆっくりお風呂に入る
 - 9 寝る
 - 10 SNSやインターネットをする
 - 11 何もしない
 - 12 その他（ ）
- 問 52 あなたは、こころの悩みや仕事・家事・育児、生活等のストレス等について、相談できる人がいますか。（○は1つだけ）
- 1 相談できる人がいる
 - 2 相談できる人はいない
- 問 53 あなたは、家族との団らん（家族と一緒に食事をしたり、会話をしたりすること）の時間はどれくらいありますか。（○は1つだけ）
- | | 30分未満 | 30分～1時間未満 | 1～2時間未満 | 2時間以上 | まったくない | 1人暮らし |
|--------|-------|-----------|---------|-------|--------|-------|
| (ア) 平日 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| (イ) 休日 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
- 問 54 現在、以下の内容についての心配や悩みがありますか。（○はいくつでも）
- | | | |
|----------|---------|------------|
| 1 家庭問題 | 2 健康問題 | 3 経済、生活問題 |
| 4 勤労問題 | 5 男女問題 | 6 学校問題 |
| 7 その他（ ） | 8 わからない | 9 心配や悩みはない |
- 問 54-1（問 54 で「4 勤労問題」または「6 学校問題」と答えた方で、就職・在学している方のみ）
職場・学校での問題に関し、相談できる場所（または人）はありますか。（○は1つだけ）
- 1 ある（またはいる）
 - 2 ない（またはいない）
 - 3 どちらともいえない

問 63 自殺を防ぐには、どのような対策が必要だと思いますか。(〇は3つまで)

- | | | | |
|----|----------------------|----|---------------------|
| 1 | 学校での生命の大切さについての教えの充実 | 2 | ゲートキーパーの養成 |
| 3 | 精神科医等専門医へ受診しやすい環境づくり | 4 | 病院・相談機関などの連携 |
| 5 | 自殺に関する電話相談の充実 | 6 | 自死遺族の相談の充実 |
| 7 | 学校・職場でのメンタルヘルスの充実 | 8 | 債務相談、法律相談等の充実 |
| 9 | 地域でのこころの相談の充実 | 10 | 自殺についての相談先等に関する普及啓発 |
| 11 | その他 () | | |

質問は以上です。ご協力いただき、誠にありがとうございました。

ご記入いただいたアンケート調査票は、返信用封筒(切手不要)に入れ、

9月26日(火)までに郵便ポストに投函してください。

春日部市市民生活習慣実態調査

報告書

令和6年3月発行

【編集・発行】春日部市健康課（春日部市保健センター）

埼玉県春日部市南一丁目1番7号

東部地域振興ふれあい拠点施設6階

TEL 048(736)6778