

健康・食に関するアンケート調査結果

報告書

平成 27 年度

久 喜 市

～ 目 次 ～

| | |
|---------------------------------|-----------|
| はじめに | 5 |
| 1. 調査の目的 | 5 |
| 2. 調査の概要 | 5 |
| 3. 回収結果 | 5 |
| 4. 報告書を読むにあたって | 5 |
| I. 回答者の属性 | 7 |
| 1-1. 市民調査(16歳以上)の回答者属性 | 7 |
| 1-2. 中学生調査の回答者属性 | 8 |
| 1-3. 小学生調査の回答者属性 | 9 |
| II. 栄養・食生活について | 10 |
| 2-1. 適切な食事の量や内容の認知度 | 10 |
| 2-2. ふだんの食生活で心がけていること | 10 |
| 2-3. 外食や食品購入時の栄養成分表示等の参考度 | 11 |
| 2-4. 食材購入時の優先度 | 12 |
| 2-5. 朝食の摂食状況 | 13 |
| 2-6. 朝食の内容 | 14 |
| 2-7. 朝食を食べない理由 | 15 |
| 2-8. 食事の状況 | 16 |
| 2-9. 食生活の充実度、食事の楽しさ | 17 |
| 2-10. 農業体験の有無 | 18 |
| 2-11. 農業体験後の変化 | 19 |
| 2-11. 農業体験の意向 | 20 |
| 2-12. 食育の認知度 | 21 |
| 2-13. 食文化の継承 | 22 |
| III. 運動習慣 | 23 |
| 3-1. 意識して体を動かす | 23 |
| 3-2. 運動するとき必要なこと | 28 |
| 3-3. 1日の歩数 | 28 |
| IV. 休養(こころ)について | 30 |
| 4-1. 不満、悩みなどの有無 | 30 |
| 4-2. 不満、悩みなどの処理 | 31 |
| 4-3. 睡眠と休養 | 33 |
| 4-4. 睡眠補助品等の使用 | 35 |
| 4-5. 趣味や生きがいについて | 35 |

| | |
|------------------------------|-----------|
| V. 喫煙 | 37 |
| 5-1. 喫煙歴の有無..... | 37 |
| 5-2. 喫煙に関する知識..... | 39 |
| 5-3. 分煙の認知度..... | 43 |
| VI. お酒(アルコール) | 44 |
| 6-1. 飲酒の有無と量..... | 44 |
| 6-2. 飲酒による健康影響..... | 47 |
| VII. 歯の健康 | 48 |
| 7-1. 歯磨きの回数..... | 48 |
| 7-2. 歯ブラシ以外の清掃用具..... | 49 |
| 7-3. 現在の歯の数..... | 49 |
| 7-4. フッ素効果の認知度..... | 50 |
| 7-5. 歯科健診等の受診割合..... | 50 |
| 7-6. 児童・生徒の歯周病認知度..... | 51 |
| VIII. 健康づくり | 52 |
| 8-1. BMI..... | 52 |
| 8-2. 自分の体型の認識..... | 54 |
| 8-3. 適正体重への意識..... | 54 |
| 8-4. 「メタボリックシンドローム」の認知度..... | 55 |
| 8-5. 自分の健康状態の把握..... | 56 |
| 8-6. 自分が考える「健康な状態」..... | 56 |
| 8-7. 病気予防・健康維持..... | 57 |
| 8-8. 小中学生の心身の健康..... | 58 |
| 8-9. 健康診断の状況..... | 60 |
| 8-10. がん検診の状況..... | 62 |
| 8-11. かかりつけ医療機関等の有無..... | 62 |
| 8-12. 計画等の認知度..... | 64 |

はじめに

1. 調査の目的

この調査は、健康づくりや食育に対する意識や行動がどのように変化したのかを把握するために実施したものである。

2. 調査の概要

| | 市民調査 | 中学生調査 | 小学生調査 |
|-------|-------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| 調査対象者 | 市民 (16歳以上) 2,000人 | 市内公立中学校 11校 2年生 358人 | 市内公立小学校 23校 5年生 668人 |
| 抽出方法 | 無作為抽出 | 全校2学年1組 | 全校5学年1組 |
| 調査方法 | 郵送配布・回収 | 学校配布・回収 | 学校配布・回収 |
| 調査時期 | 平成27年9月15日から10月30日 | | |

3. 回収結果

| | 市民調査 | 中学生調査 | 小学生調査 |
|-----|--------|-------|-------|
| 配布数 | 2,000人 | 358人 | 668人 |
| 回収数 | 898 | 340 | 654 |
| 回収率 | 44.9% | 95.0% | 97.9% |

4. 報告書を読むにあたって

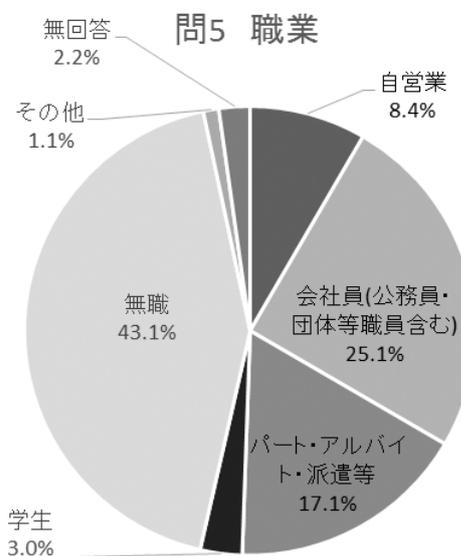
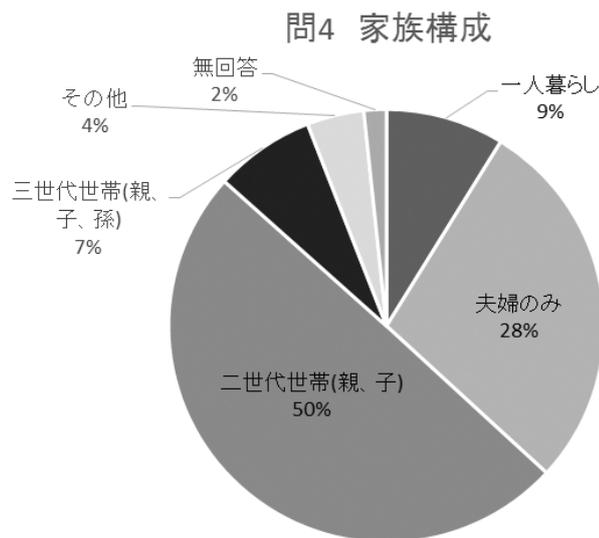
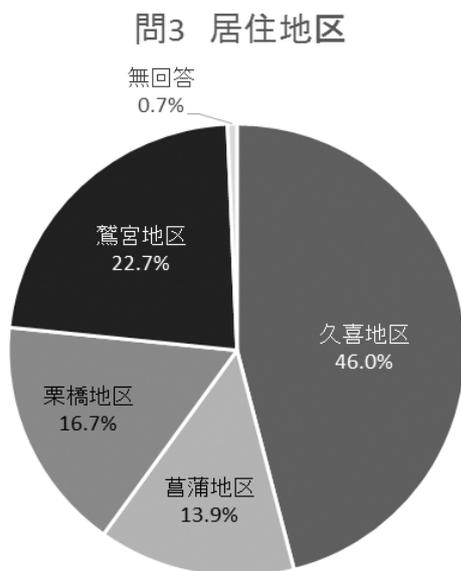
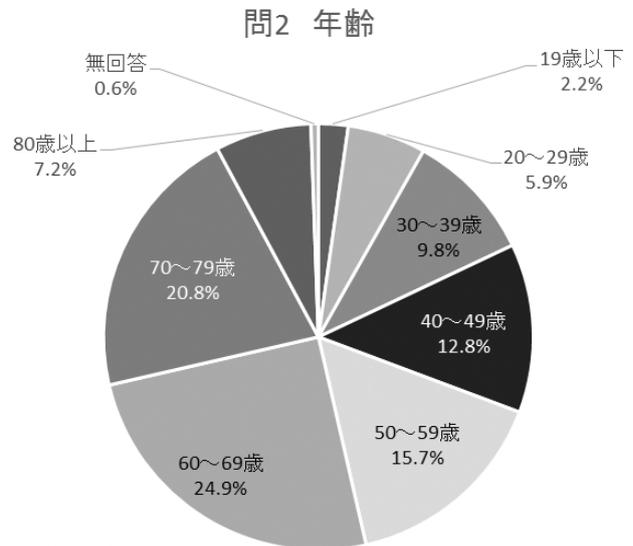
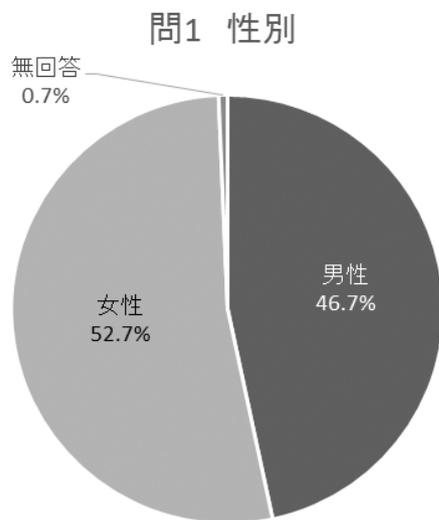
調査結果の%表記については、小数第2位を四捨五入した値であるため、単数回答でも合計が必ずしも100%になるとは限らない。

複数回答の質問は、回答者数に対する割合(%)を算出しているため、合計は100%を超えている。

調査結果

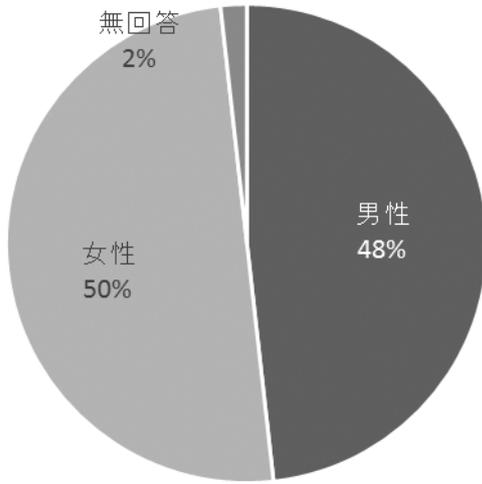
I. 回答者の属性

1-1. 市民調査(16歳以上)の回答者属性

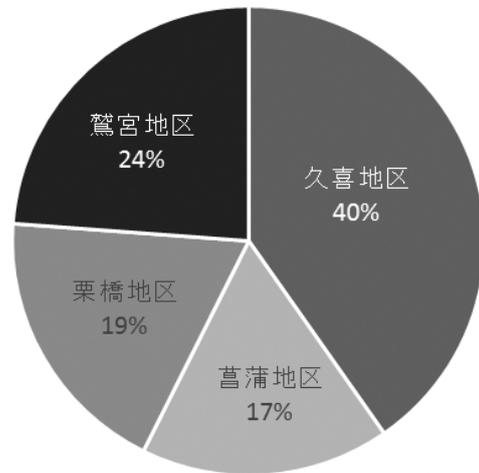


1-2. 中学生調査の回答者属性

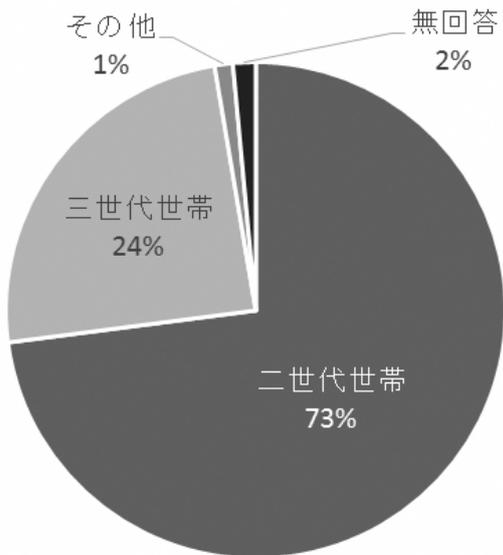
中学生 性別



中学生 居住地区

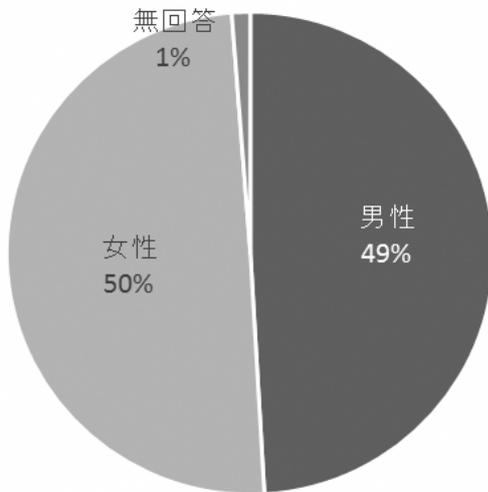


中学生 家族構成

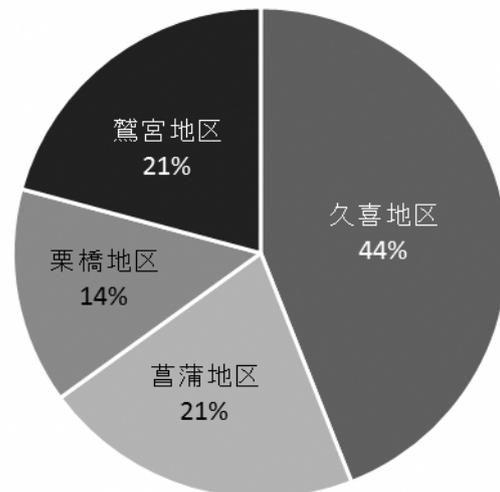


1-3. 小学生調査の回答者属性

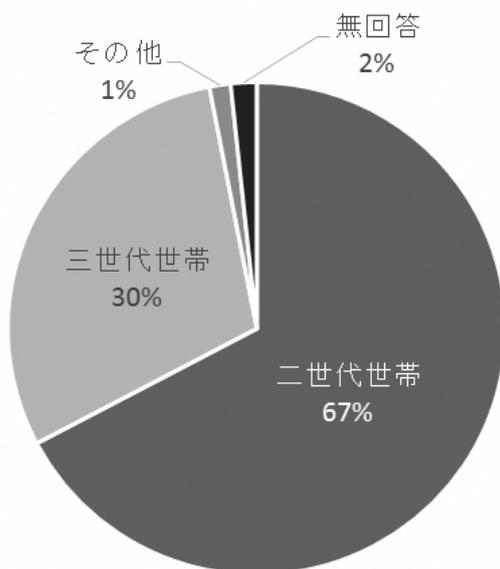
小学生 性別



小学生 居住地区



小学生 家族構成

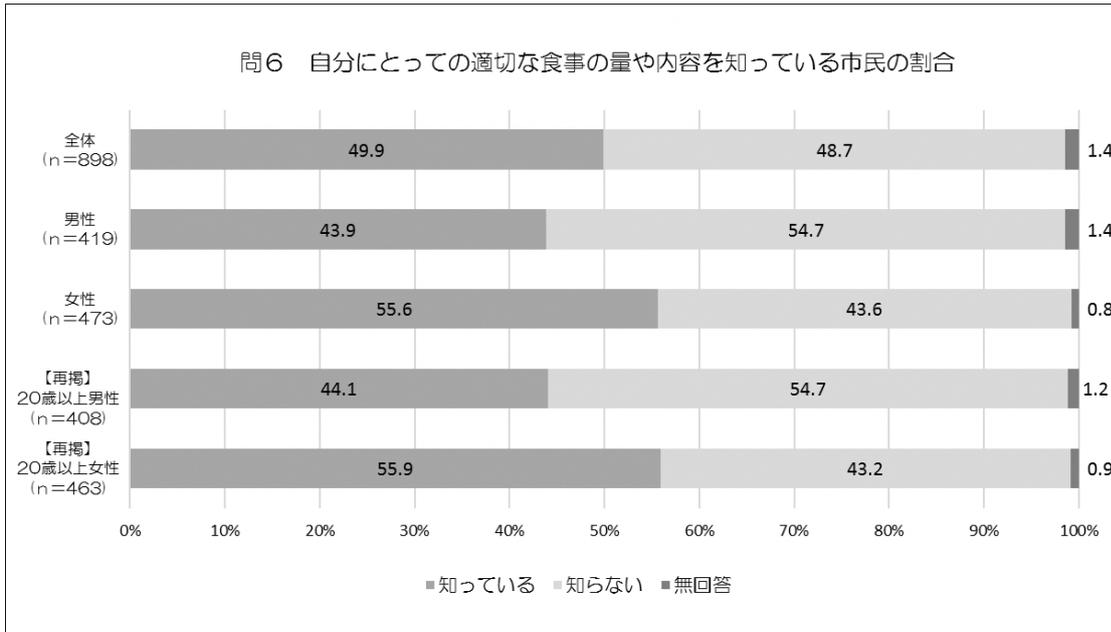


II. 栄養・食生活について

2-1. 適切な食事の量や内容の認知度

◆自分にとっての適切な食事の量や内容を知っている人は半数。女性のほうが知っている割合が高い。

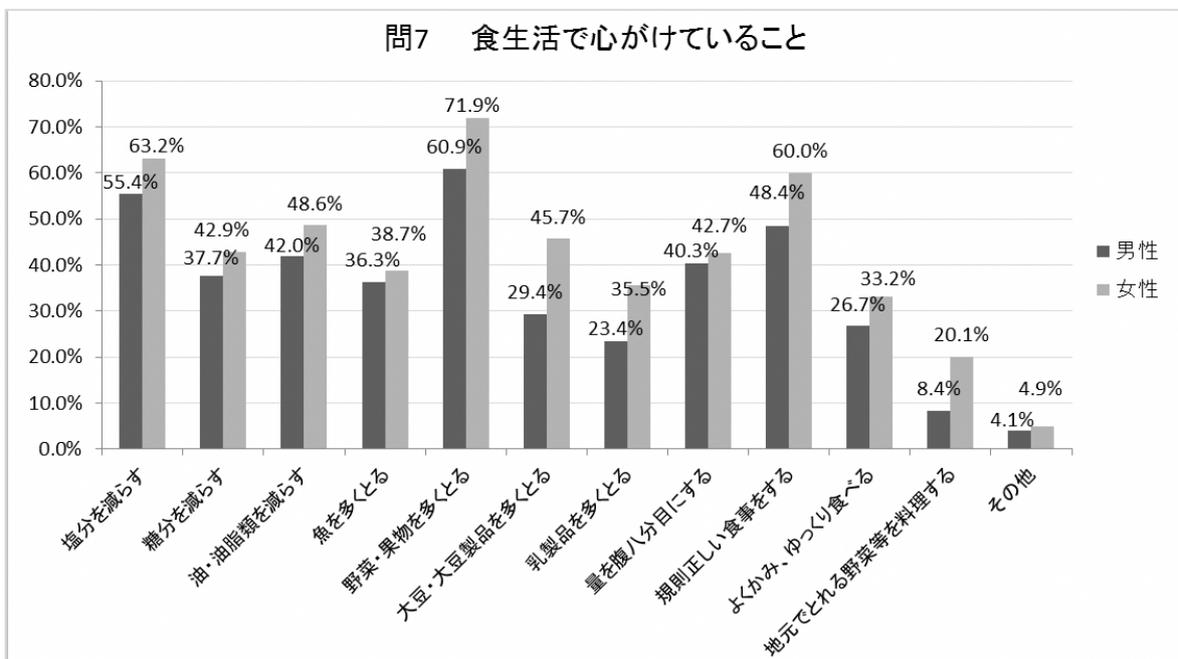
(一般)問6：あなたは、自分にとっての適切な食事量や内容を知っていますか。[1つを選ぶ]

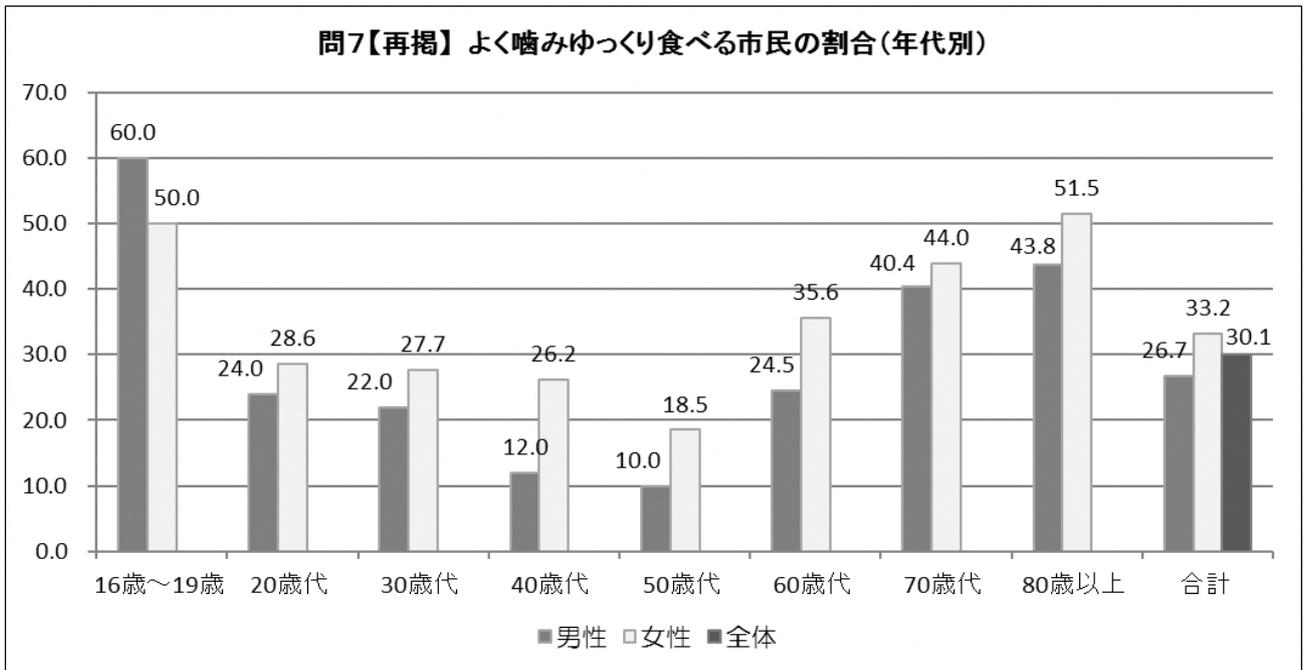


2-2. ふだんの食生活で心がけていること

◆塩分を減らすこと、野菜・果物を多くとること、規則正しい食事をすることを心がけている人が多い

(一般)問7：ふだんの食生活で心がけていることはありますか。(あてはまるものすべてを選ぶ)





2-3. 外食や食品購入時の栄養成分表示等の参考度

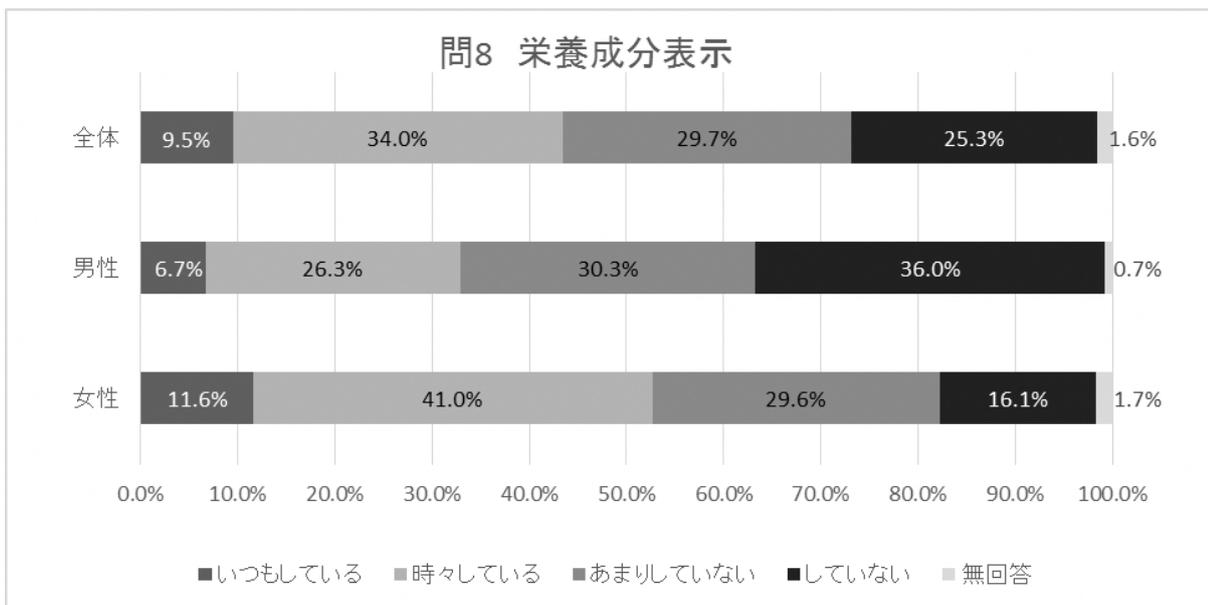
◆外食や食品を購入する時に栄養成分表示を参考にしている人は、全体の半数に満たない。

女性は5割以上が参考にしているのに対し、男性は3割程度しか参考にしている人がいない。

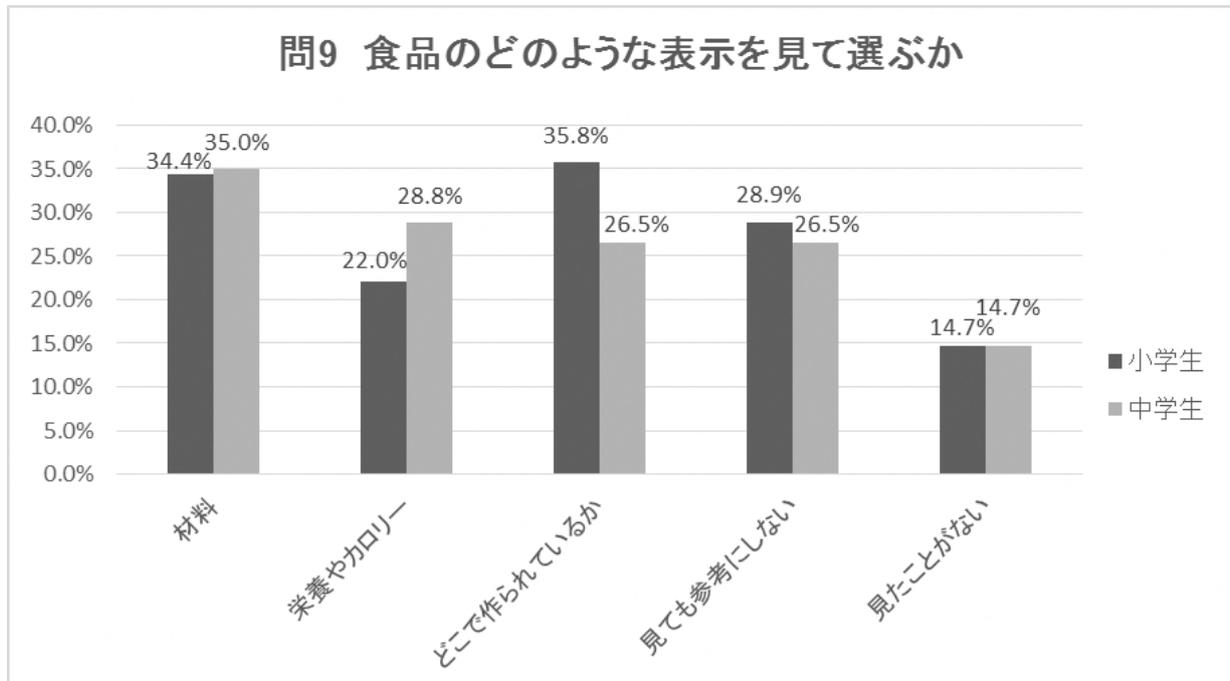
◆外食や食品を購入する時に、原材料、栄養成分、生産地表示を参考にしている小・中学生は、いずれも2割程度。

見ても参考にしない、見たことがない小・中学生は4割を超えている。

(一般)問8：あなたは、外食や食品を購入する時に栄養成分表示を参考にしていますか。[1つを選ぶ]



(小中)問9：あなたは、買い物や外食するときに、どのような表示を見て、選んでいますか。[あてはまるものすべてを選ぶ]



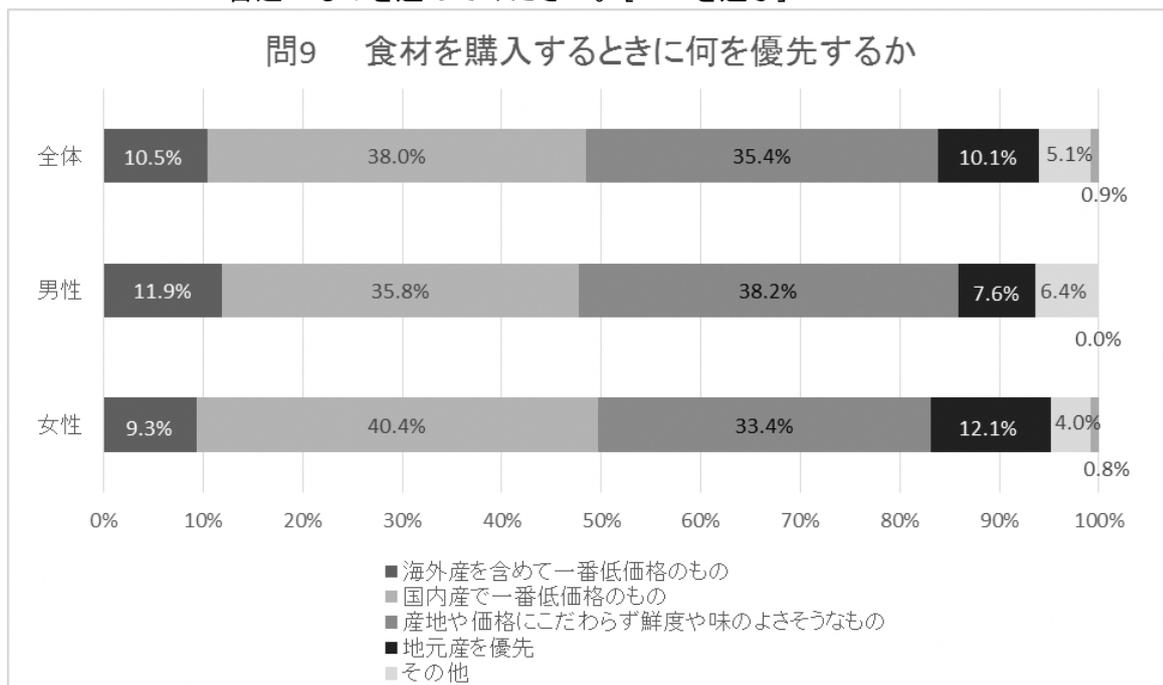
2-4. 食材購入時の優先度

◆国内産で一番低価格のもの、産地や価格にこだわらず鮮度や味のよさそうなものを選ぶ人が、いずれも3~4割。

地元産食材を優先的に購入するのは1割程度。特に男性が少ない。

(一般)問9：あなたは、食材を購入する時に何を優先していますか。

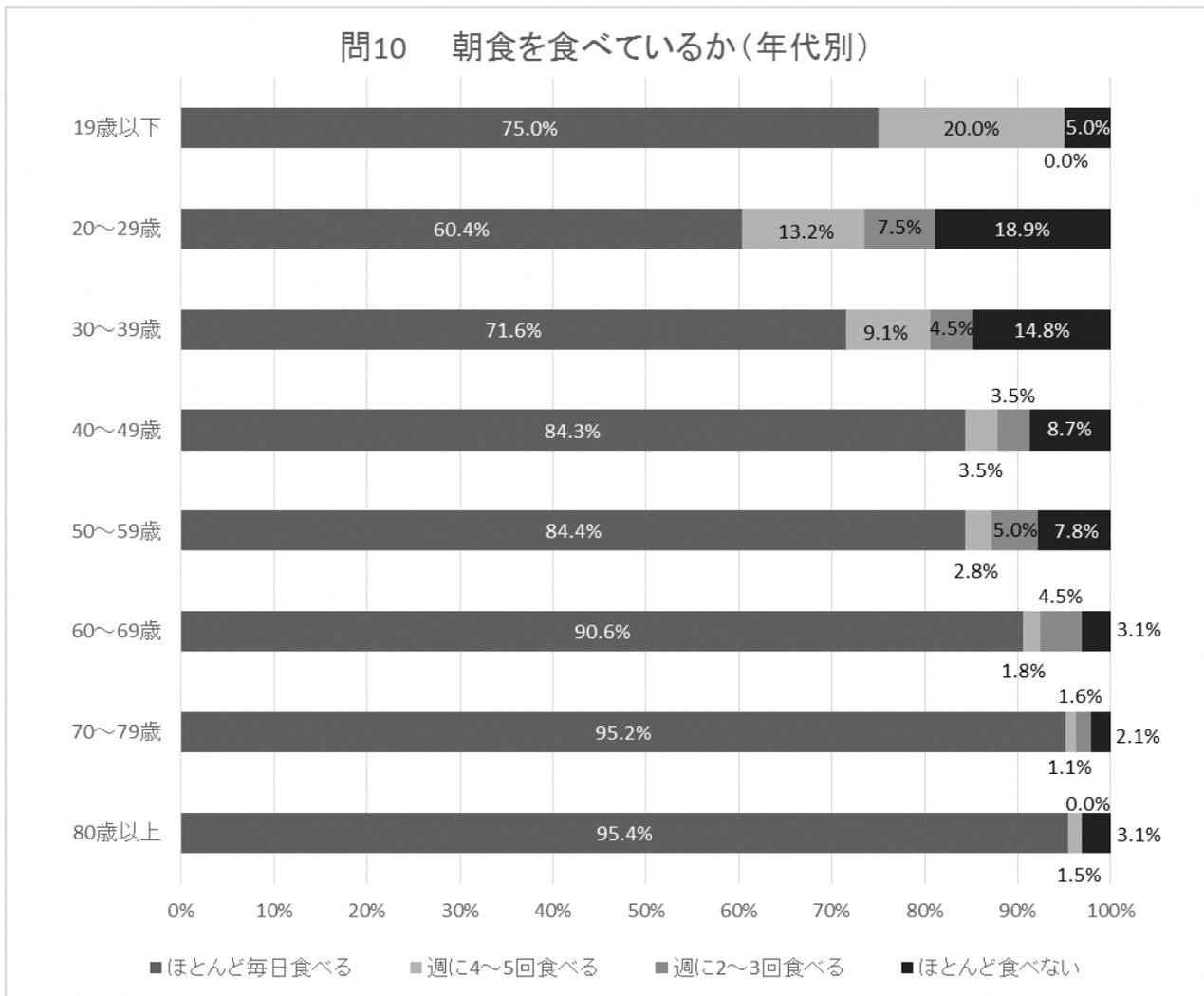
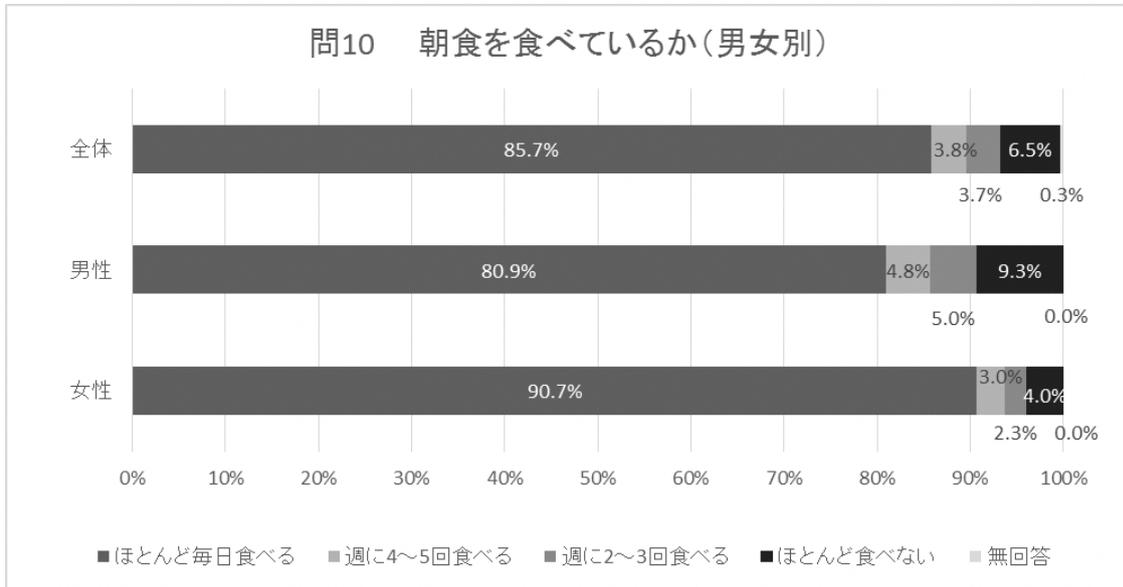
一番近いものを選んでください。[1つを選ぶ]

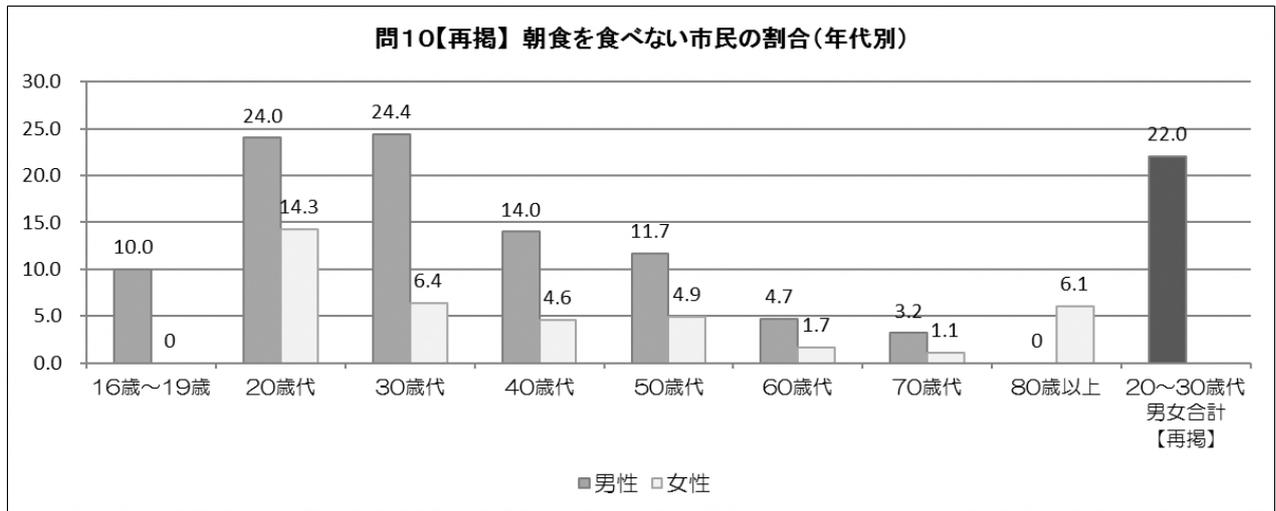


2-5. 朝食の摂食状況

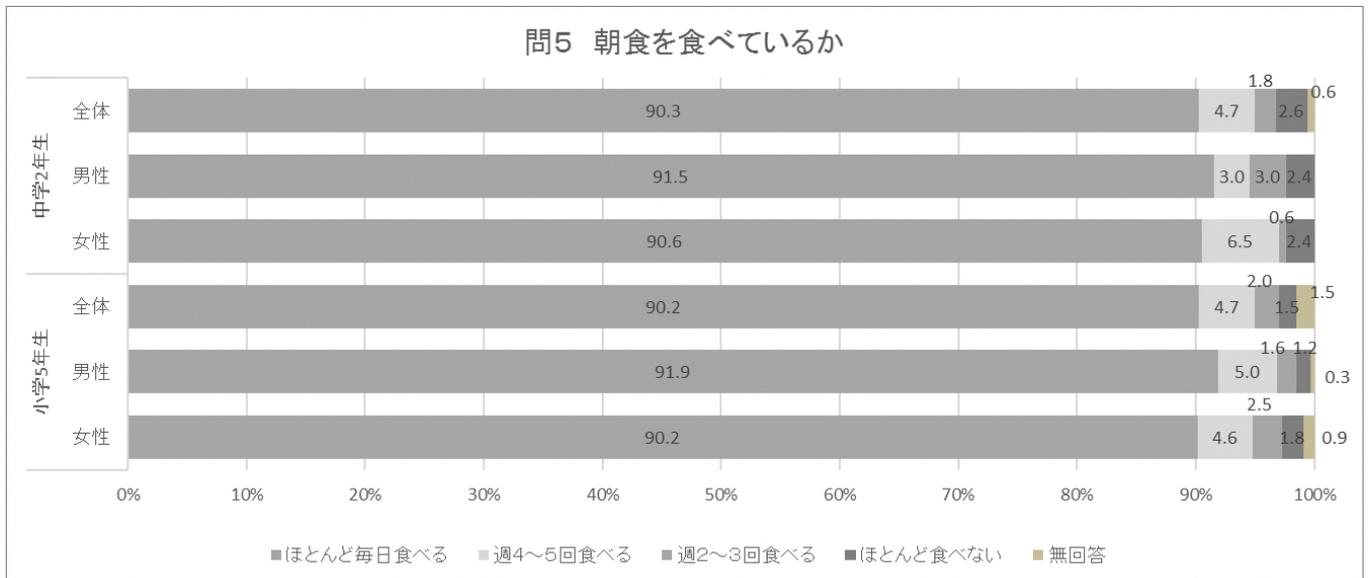
- ◆朝食をほとんど毎日食べるのは、男性8割、女性9割程度。
- ◆年代別で見ると、20代、30代の欠食率が高い。
- ◆小学生の欠食は1%程度、中学生は2%程度と、中学生のがやや多い。

(一般)問10：あなたは、朝食を食べていますか。[1つを選ぶ]





(小中)問5：あなたは、朝食を食べていますか。[1つを選ぶ]



2-6. 朝食の内容

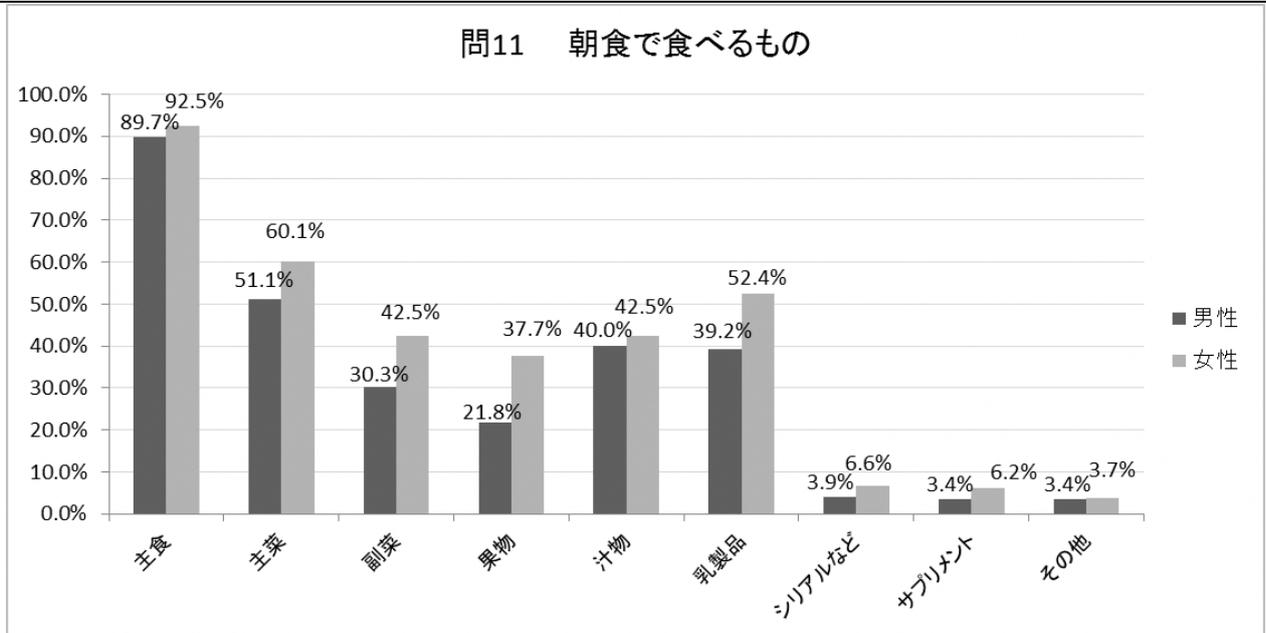
◆朝食にご飯・パン・麺類などの主食を食べる人は9割程度と最も多い。

(主食・主菜・副菜がそろった朝食を食べている人は27.5%。シリアルのみ、サプリメントのみを朝食で食べている人はほとんどいなかった。)

(一般)問11：問10で「1. ほとんど毎日食べる」「2. 週に4～5回食べる」「3. 週に2～3回食べる」と答えた方にお聞きします。

1回の朝食でどのようなものを食べていますか。最も近いものを選んでください。

(あてはまるものすべてを選ぶ)

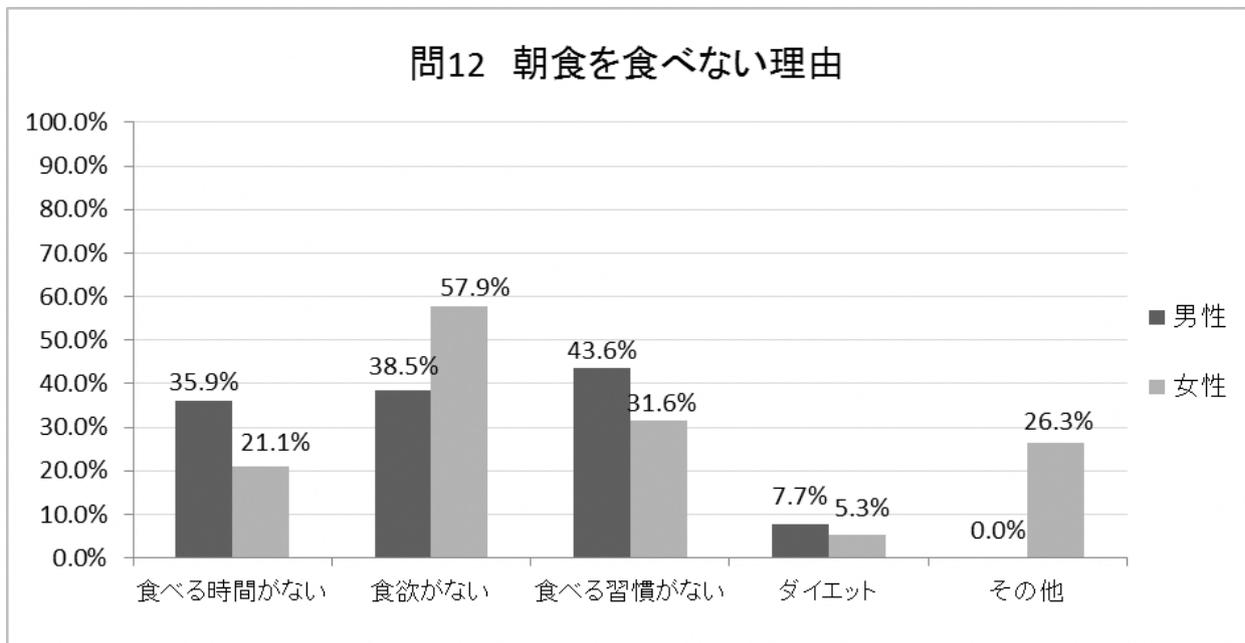


2-7. 朝食を食べない理由

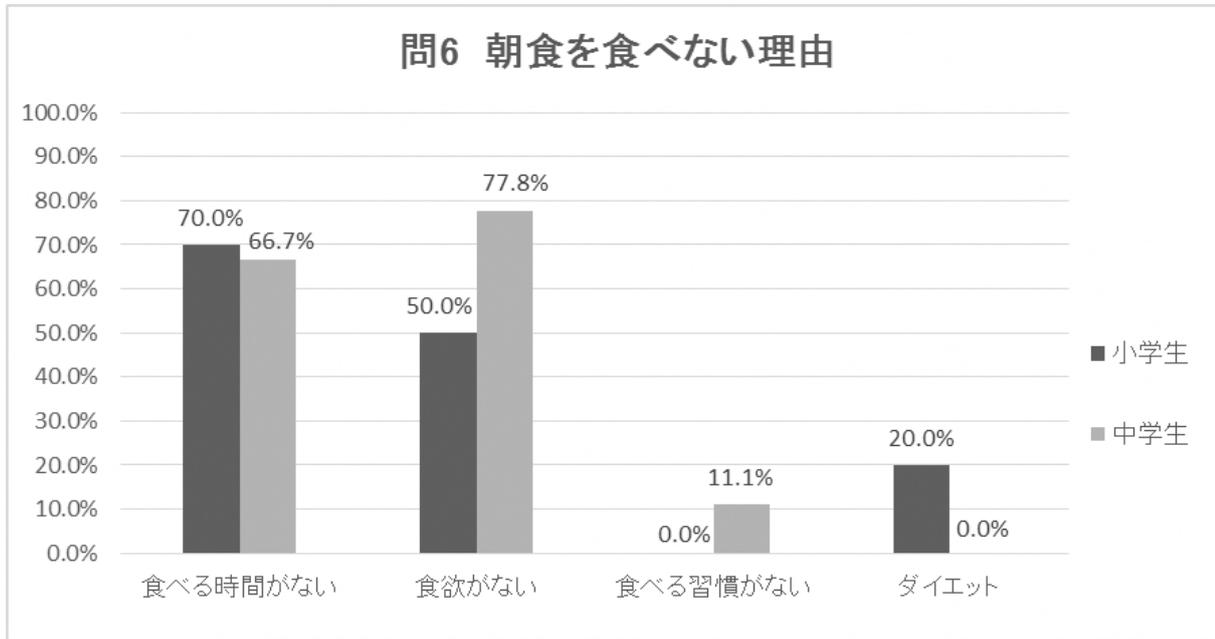
- ◆朝食を食べない理由は、男性は食べる習慣がないこと、女性は食欲がないことが最も多い。
- ◆小中学生が朝食を食べない理由は、食べる時間がないこと、食欲がないことが多い。

(一般)問12: 問11で「4. ほとんど食べない」と答えた方にお聞きします。その理由は何ですか。

[あてはまるものすべてを選ぶ]



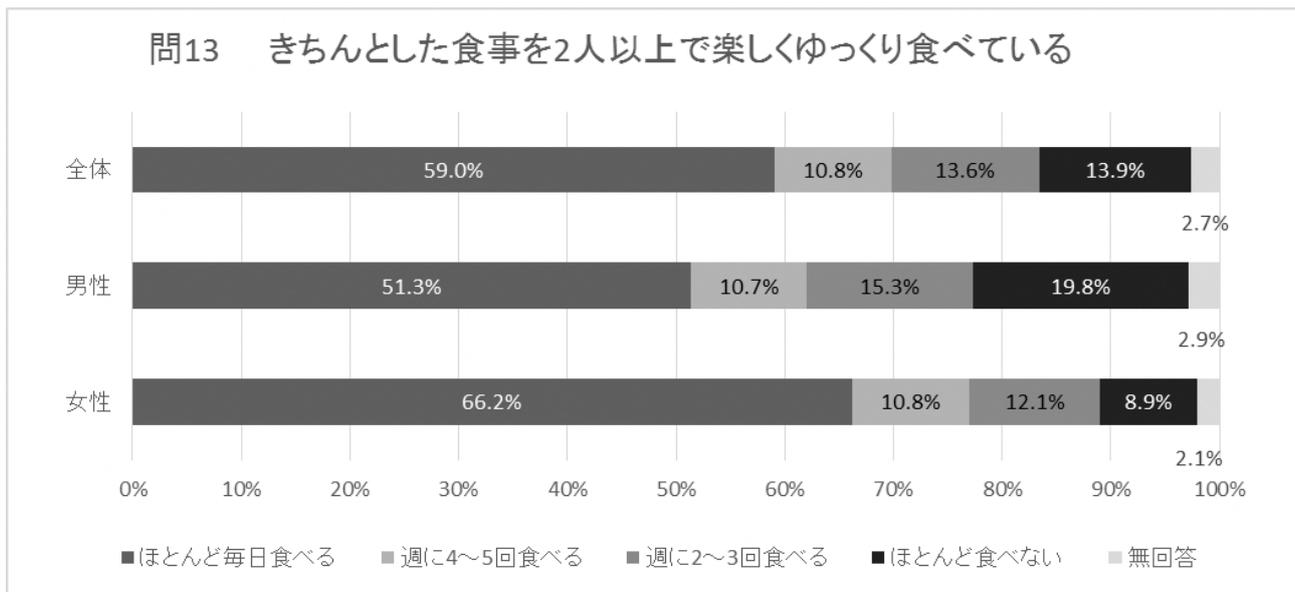
(小中)問6：問5で「4.ほとんど食べない」と答えた方にお聞きします。その理由は何ですか。
[あてはまるものすべてを選ぶ]



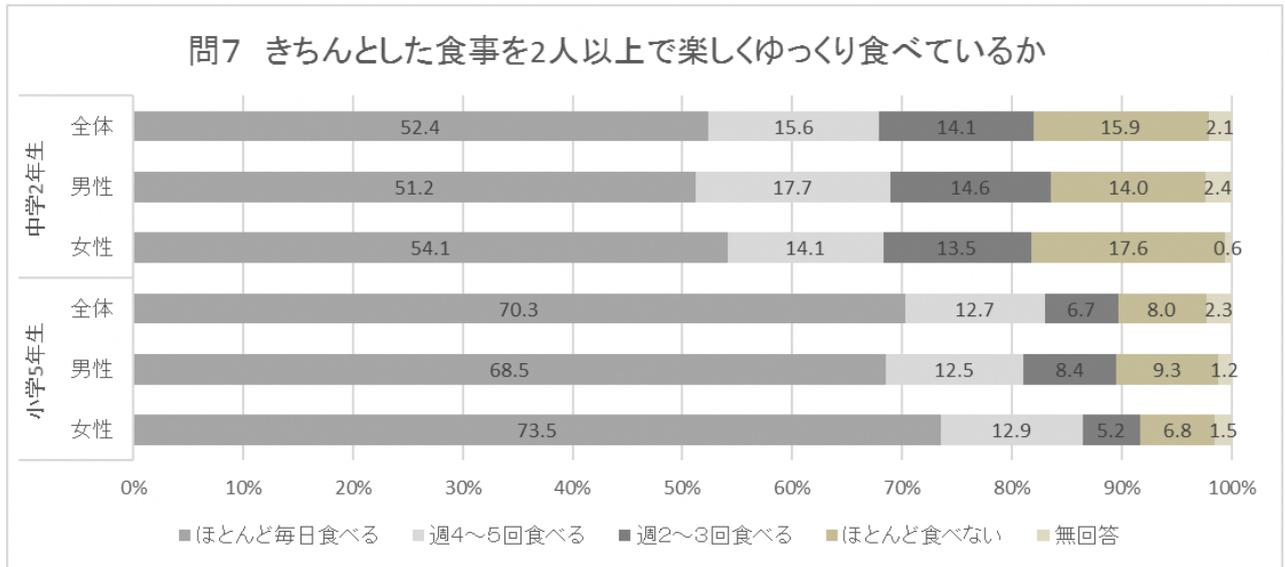
2-8. 食事の状況

◆きちんとした食事を2人以上で楽しくゆっくり食べている人は6割程度、食べていない男性が2割程度。

(一般)問13：あなたは、きちんとした食事（主食やおかずがそろったもの）を2人以上で、楽しくゆっくり（30分以上かけて）食べていますか。[1つを選ぶ]



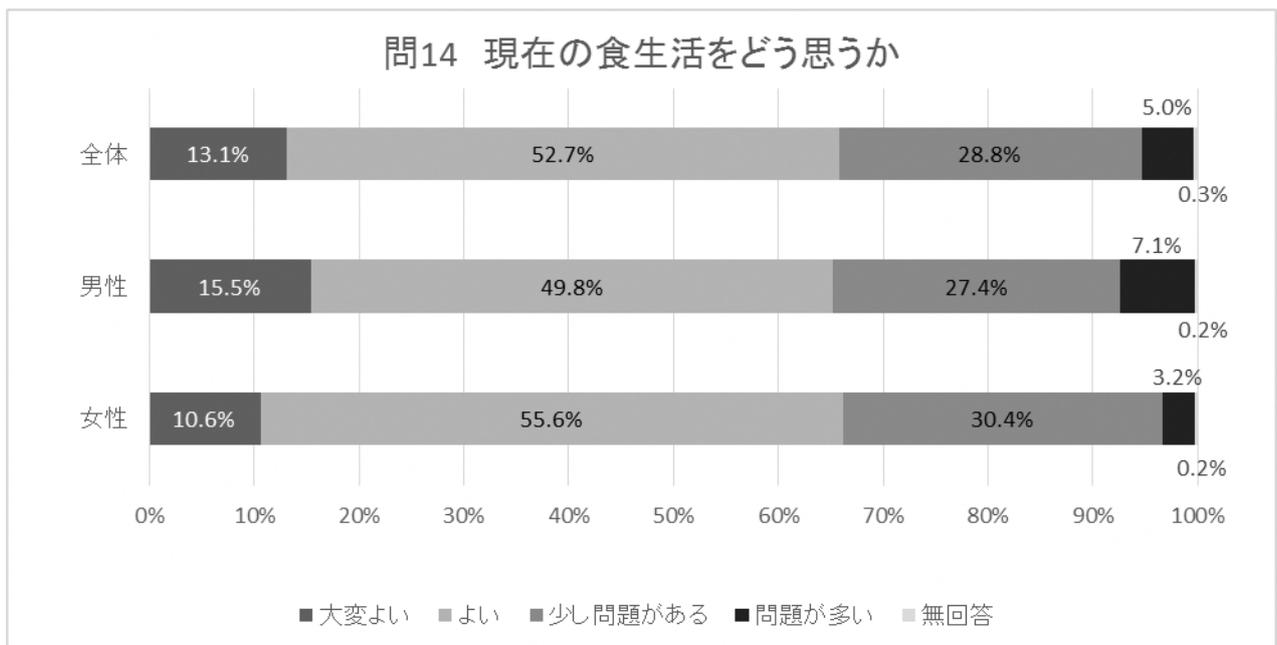
(小中)問7：あなたは、きちんとした食事（主食やおかずがそろったもの）を2人以上で、楽しくゆっくり（30分以上かけて）食べていますか。[1つを選ぶ]



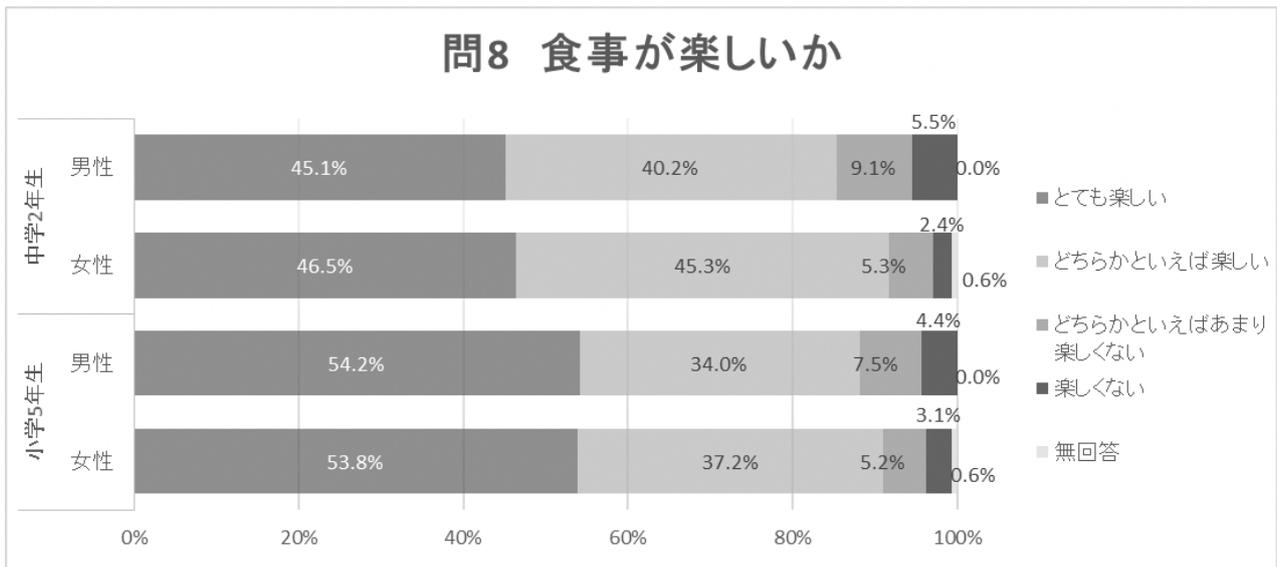
2-9. 食生活の充実度、食事の楽しさ

- ◆現在の食生活を「よい」「大変良い」と感じている人が6割を超えている。
- ◆食事が「楽しい」と感じている小・中学生は9割

問14：あなたは、現在の食生活をどのように思いますか。[1つを選ぶ]



(小中)問 8：あなたは食事が楽しいですか。[1つを選ぶ]



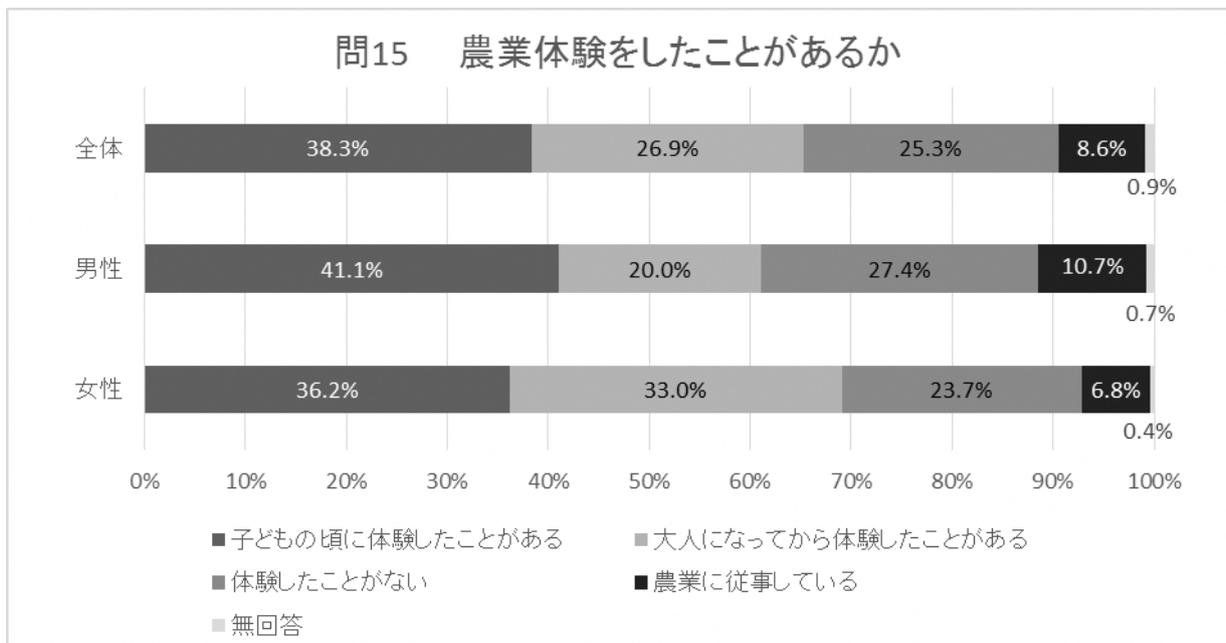
2-10. 農業体験の有無

◆農業を体験したことがある人は、6割以上いる。

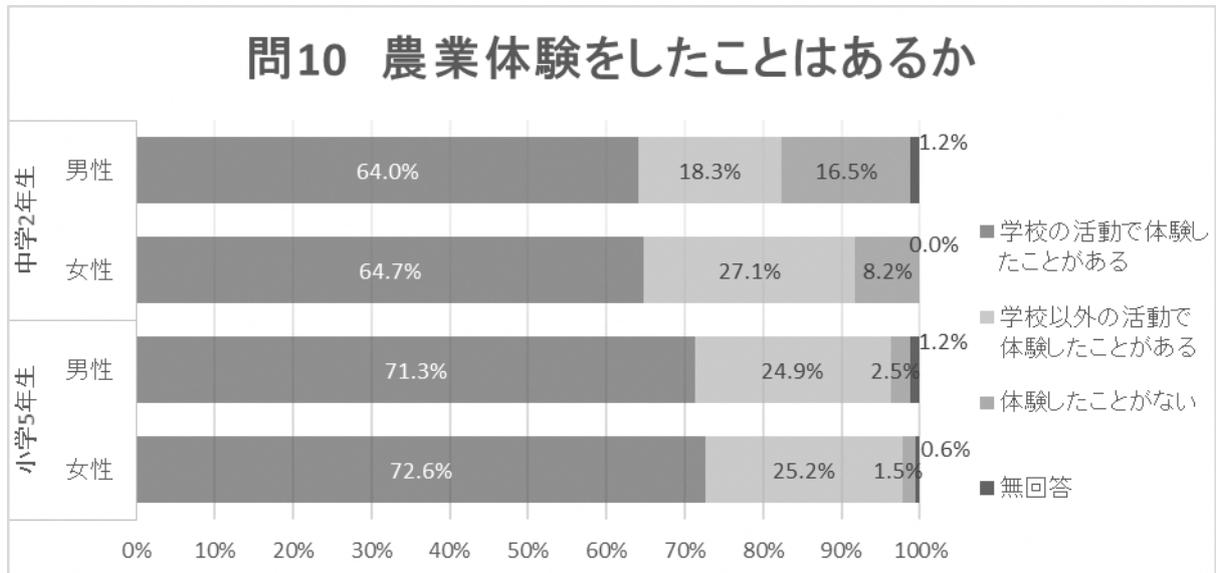
大人になってから体験したことがある人は、女性のほうが多い。

◆小学生の9割以上が、農業体験をしたことがある。

(一般)問 15：あなたは、農業体験（野菜や米の栽培・収穫など）をしたことはありますか。[1つを選ぶ]



(小中)問10：あなたは、農業体験（野菜や米の栽培・収穫など）をしたことはありますか。[1つを選ぶ]



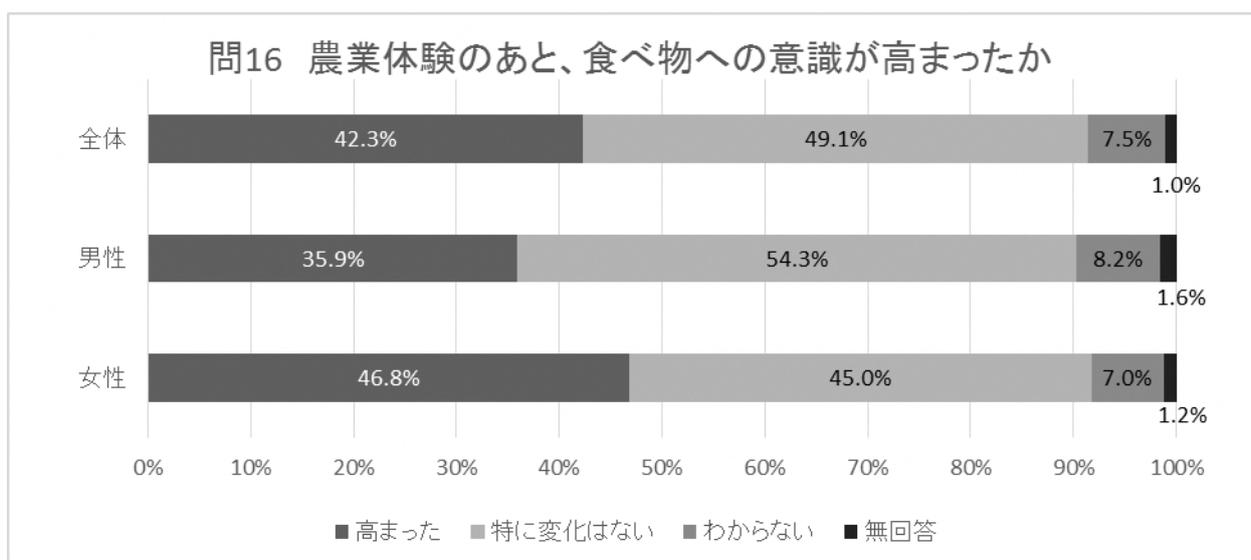
2-11. 農業体験後の変化

◆農業体験後に食べ物への意識が高まった人は全体の4割程度。

男性より女性のほうが、意識が高まった人が多い。

(一般)問16：問15で「1. 子どもの頃に体験したことがある」「2. 大人になってから体験したことがある」と答えた方にお聞きします。

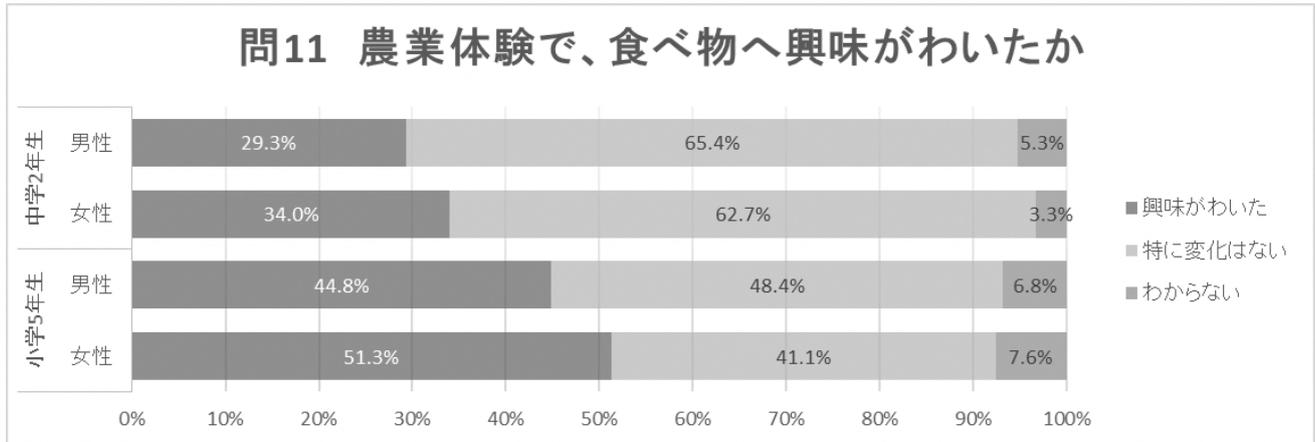
農業体験のあと、食べ物への意識が高まりましたか。[1つを選ぶ]



調査結果

(小中)問11：問10で「1. 学校の活動で体験したことがある」「2. 学校以外の活動で体験したことがある」と答えた方にお聞きします。

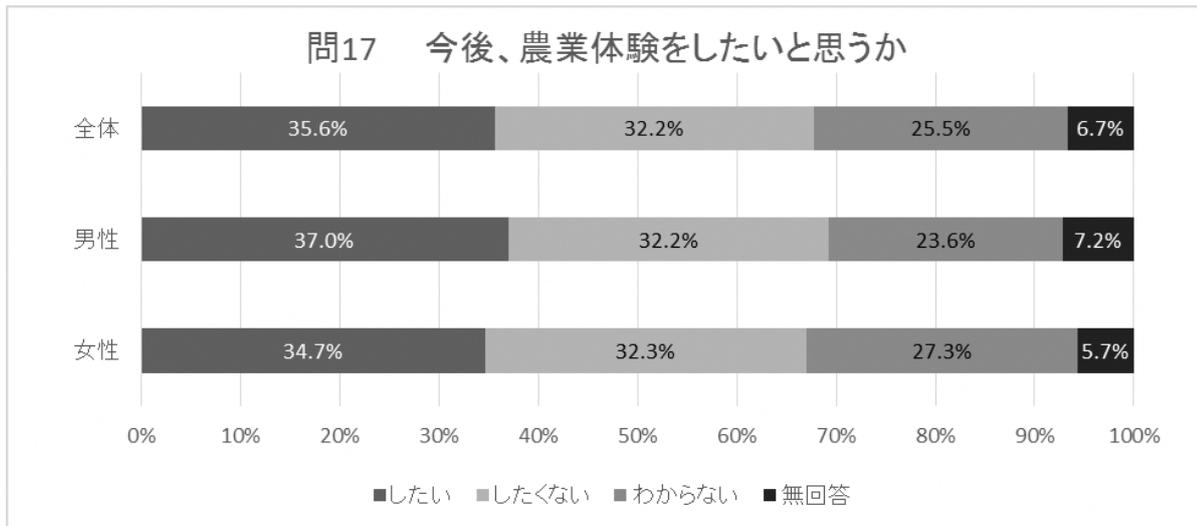
農業体験のあと、食べ物へ興味がわきましたか。[1つを選ぶ]



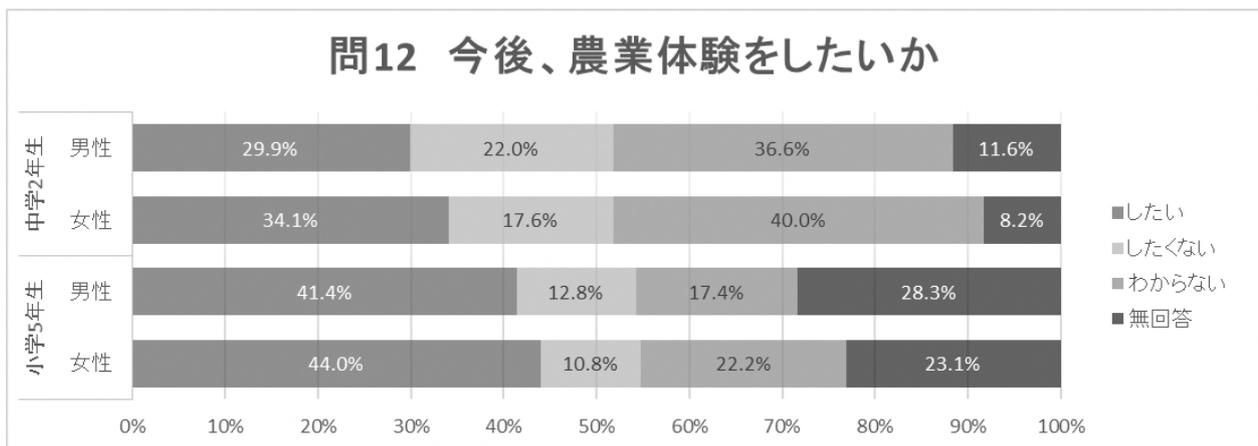
2-11. 農業体験の意向

◆農業体験をしたいと思っているのは、16歳以上は3割以上。小学生は4割程度いるが、中学生は3割程度に留まった。

(一般)問17：あなたは、今後、農業に関する体験をしたいと思いますか。[1つを選ぶ]



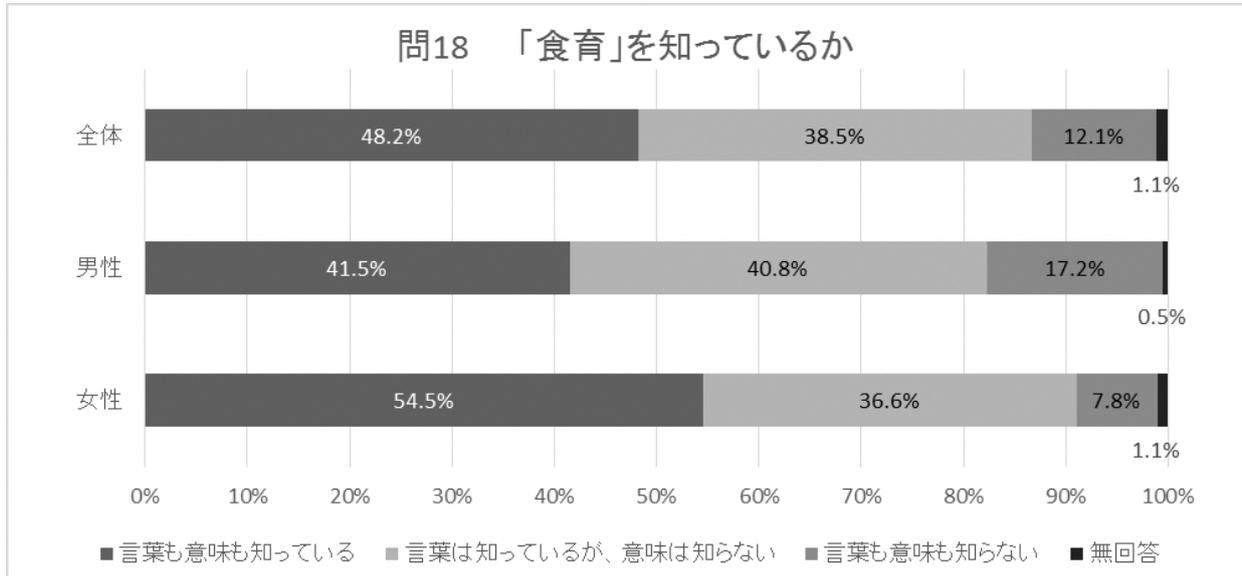
(小中)問12：あなたは、今後、農業に関する体験をしたいと思いますか。[1つを選ぶ]



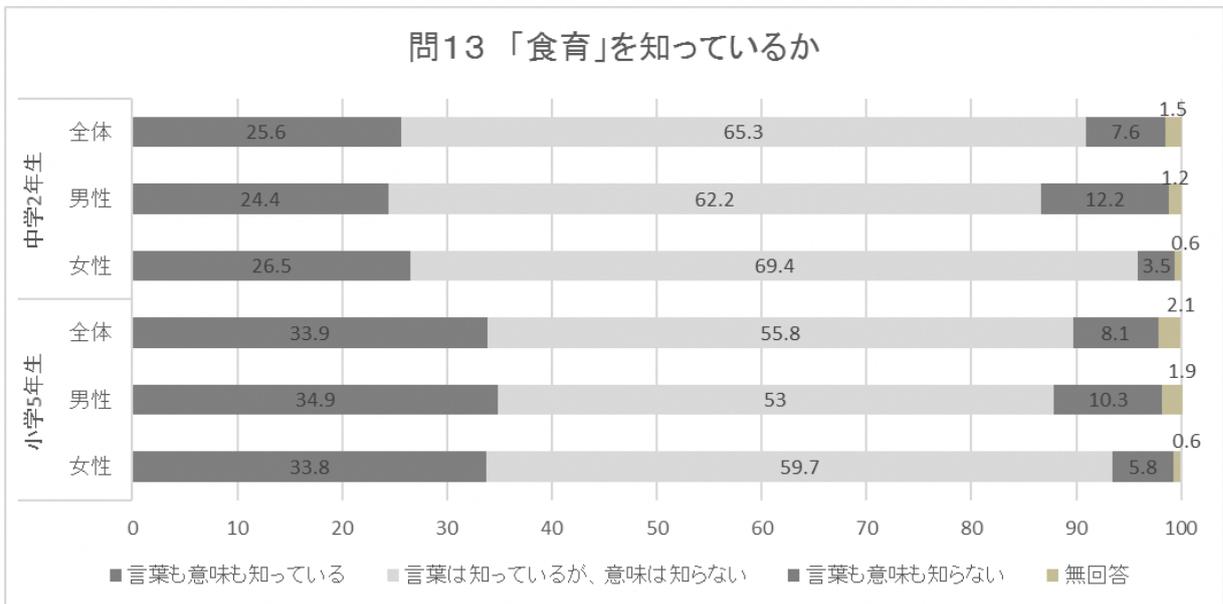
2-12. 食育の認知度

◆食育の言葉も意味も知っているのは、16歳以上が5割程度、中学生が2割程度、小学生が3割程度。

(一般)問 18 : あなたは、「食育」を知っていますか。[1つを選ぶ]



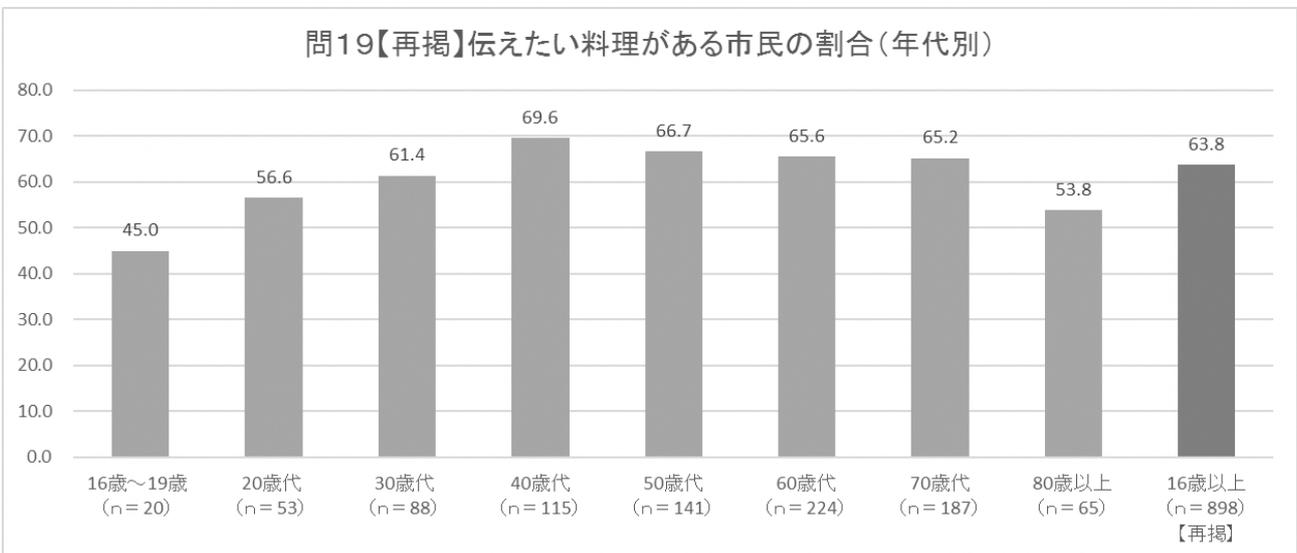
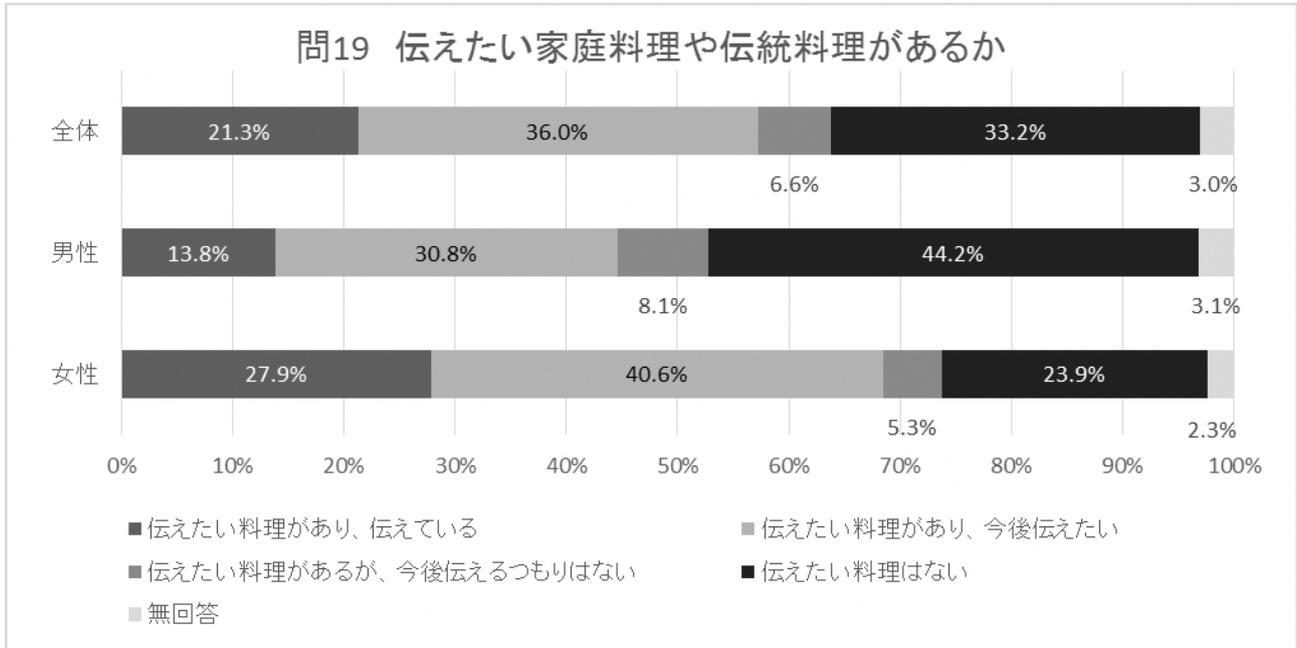
(小中)問 13 : あなたは、「食育」を知っていますか。[1つを選ぶ]



2-13. 食文化の継承

◆「食文化を伝えている」、又は「伝えたい」人は、女性では7割近いが、男性は5割に満たない。

(一般)問 19：あなたは、子どもたちや次の世代に伝えたいと思う家庭料理や伝統料理、行事料理がありますか。自然に（意識していなくても）伝わっていると思うものも含めて回答してください。[1つを選ぶ]



Ⅲ. 運動習慣

3-1. 意識して体を動かす

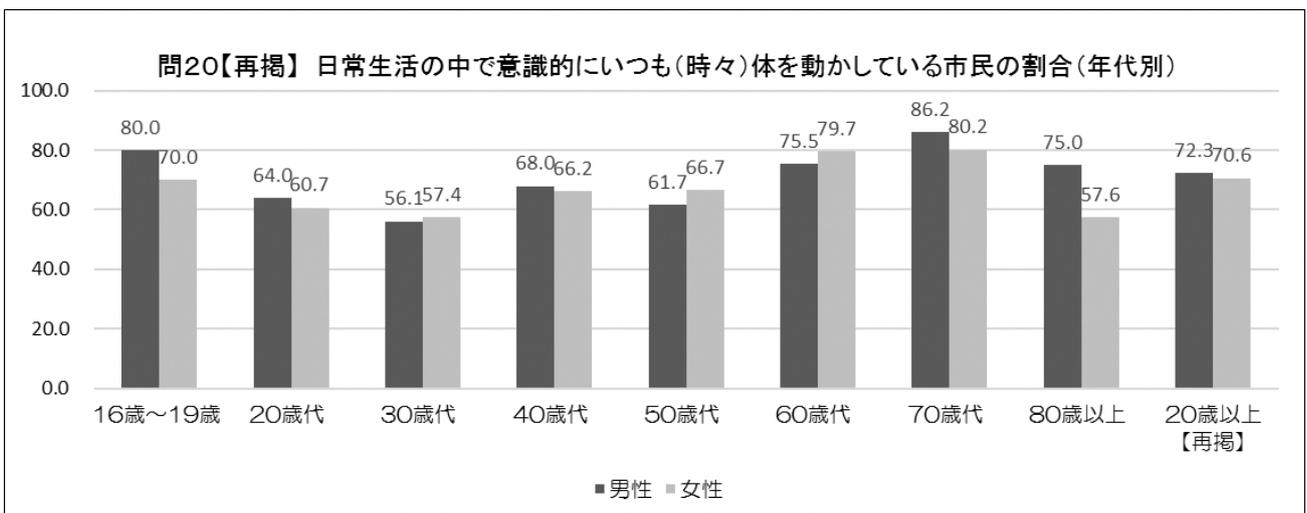
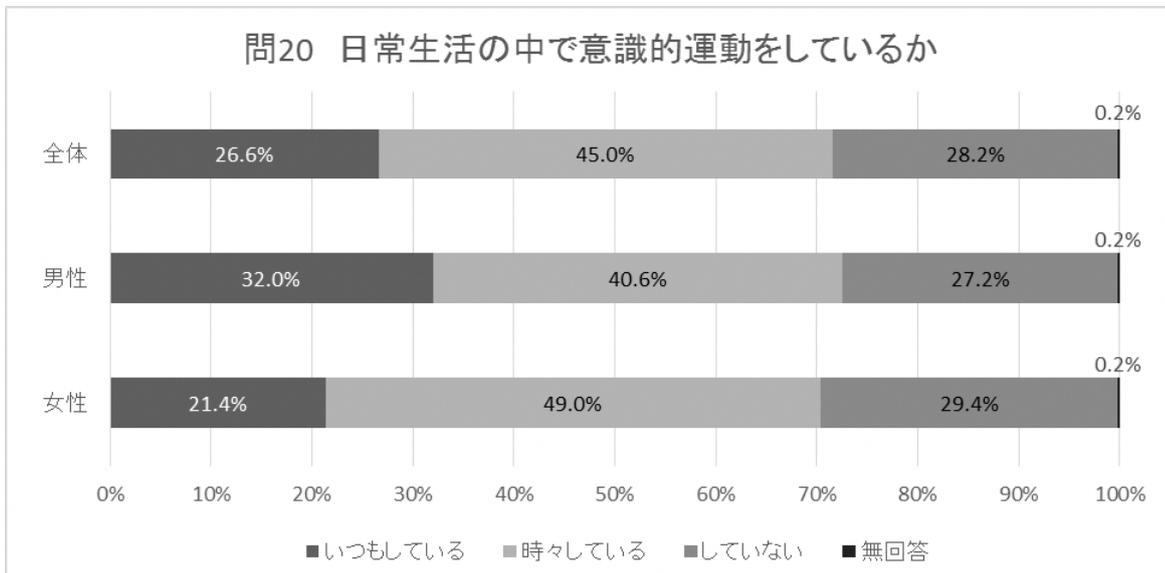
◆日常的に運動習慣のある人は7割以上おり、その内の8割程度が週に1回以上、30分以上の運動をしている。

◆運動習慣のない人が3割程度いるが、その内の6割は定期的に運動をしたいと思っている。

◆小学生は男女とも8割以上、中学生は男性の9割以上に運動習慣があるが、中学生の女性は7割程度に留まった。

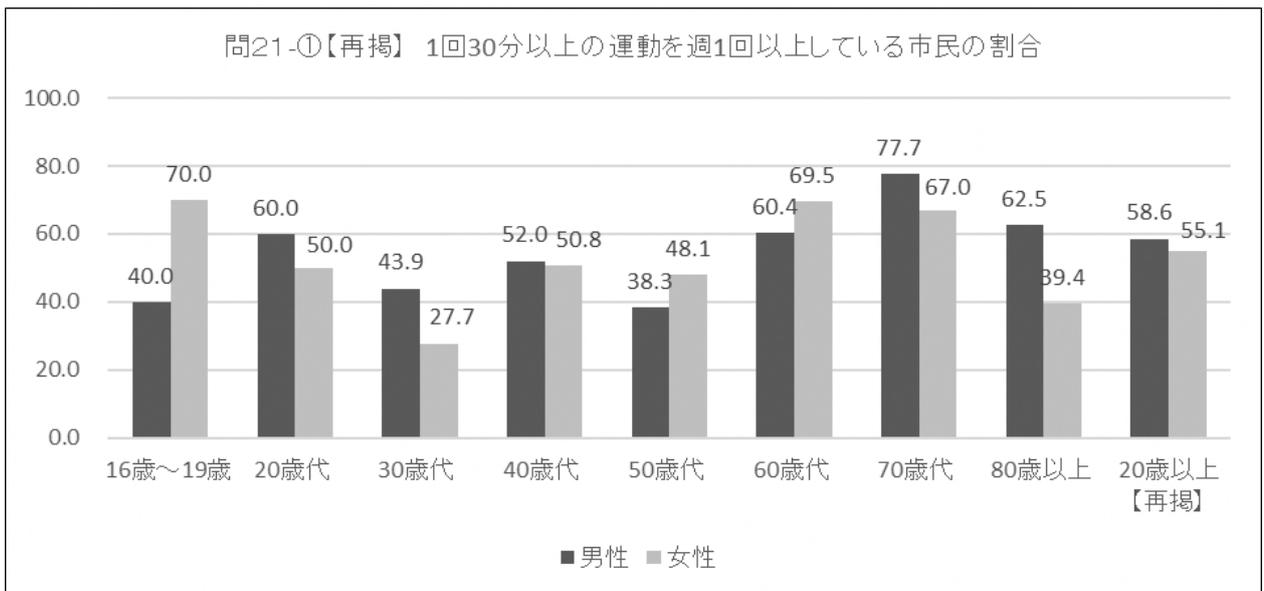
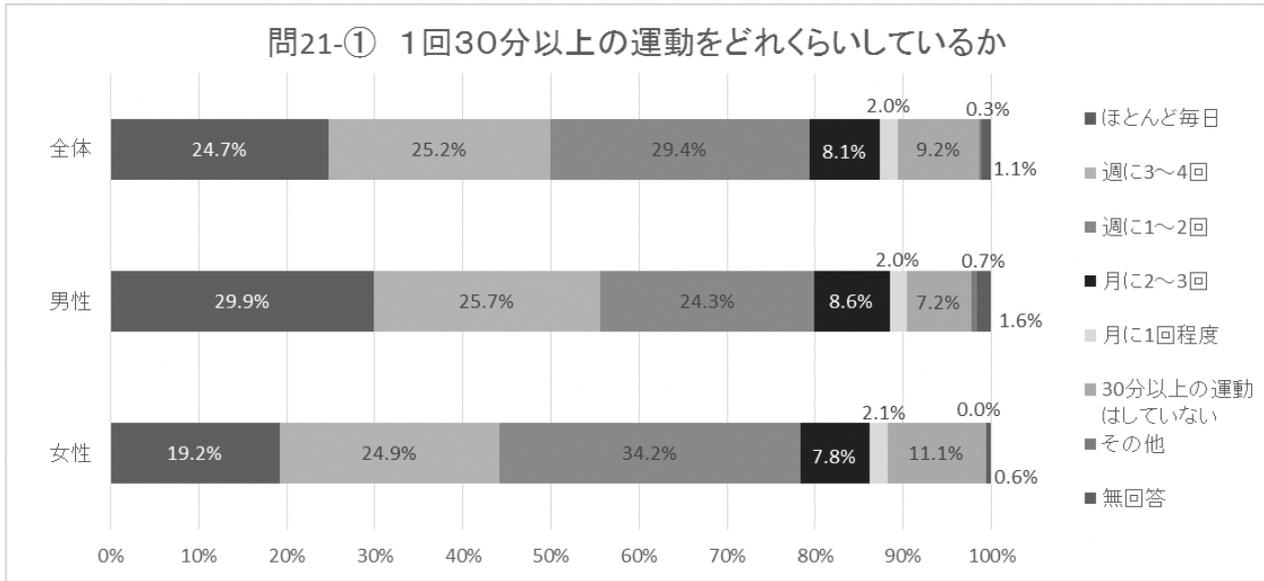
◆中学生の女性は、運動を楽しんでいる人・体力に自信がある人が、男性と比べて著しく少ない。

問20：あなたは、日常生活の中で、意識的に体を動かすなどの運動をしていますか。[1つを選ぶ]

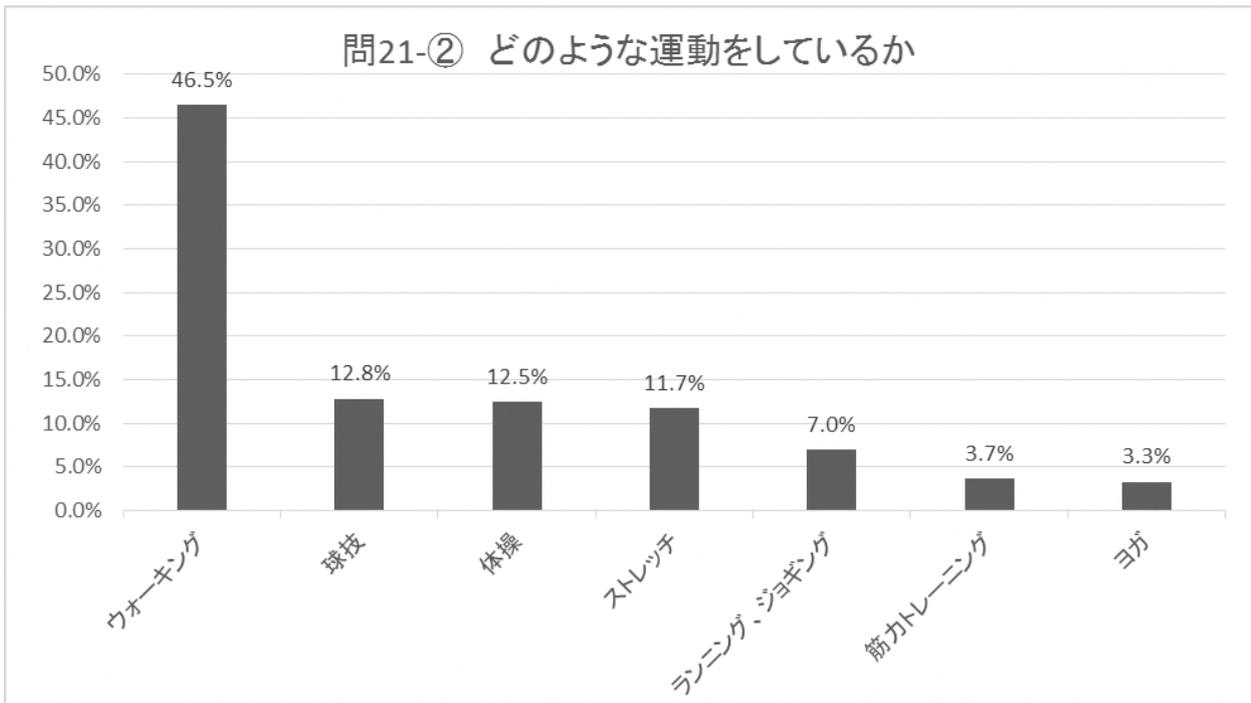


調査結果

(一般)問 21①：問 20 で「1. いつもしている」、「2. 時々している」と答えた方にお聞きします。
あなたは、1回 30分以上の運動をどれくらいしていますか。[1つを選ぶ]

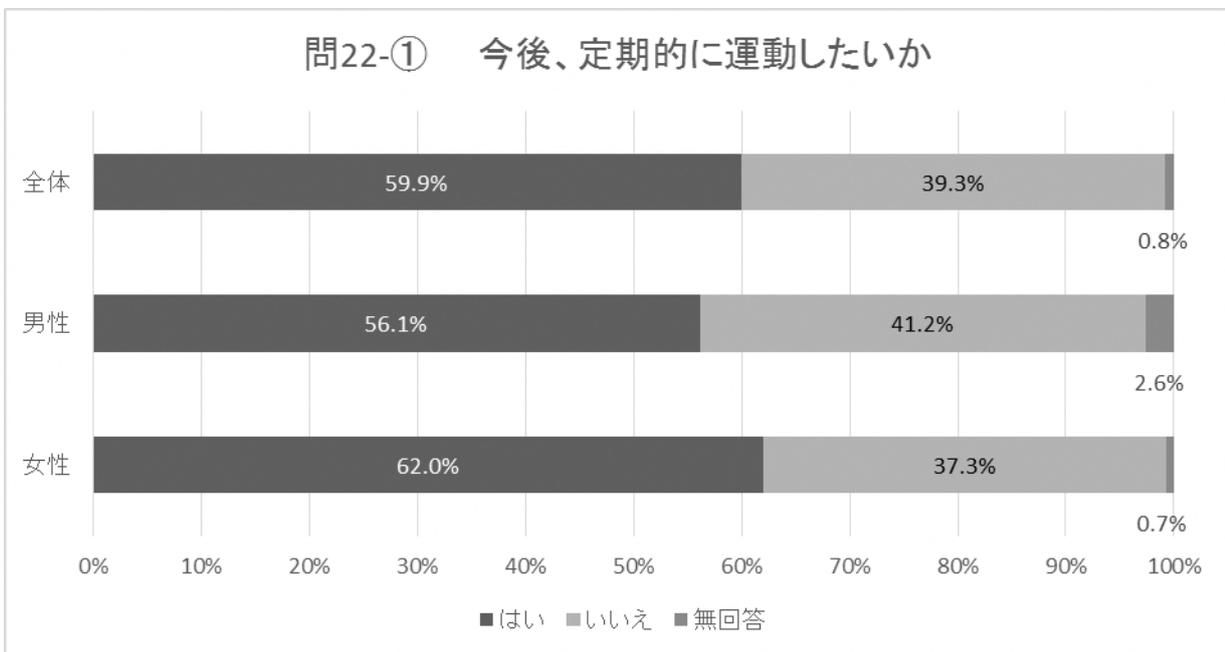


(一般)問 21②：あなたは、どのような運動をしていますか。[記述] (上位7つ)

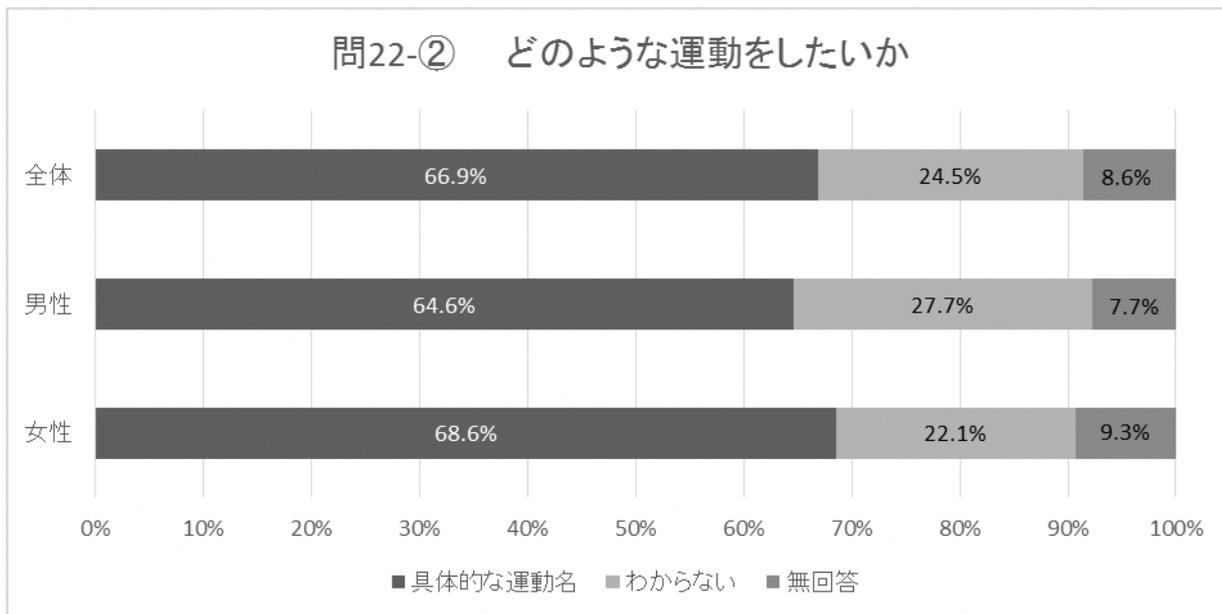


(一般)問 22①：問 20 で「3. していない」と答えた方にお聞きします。

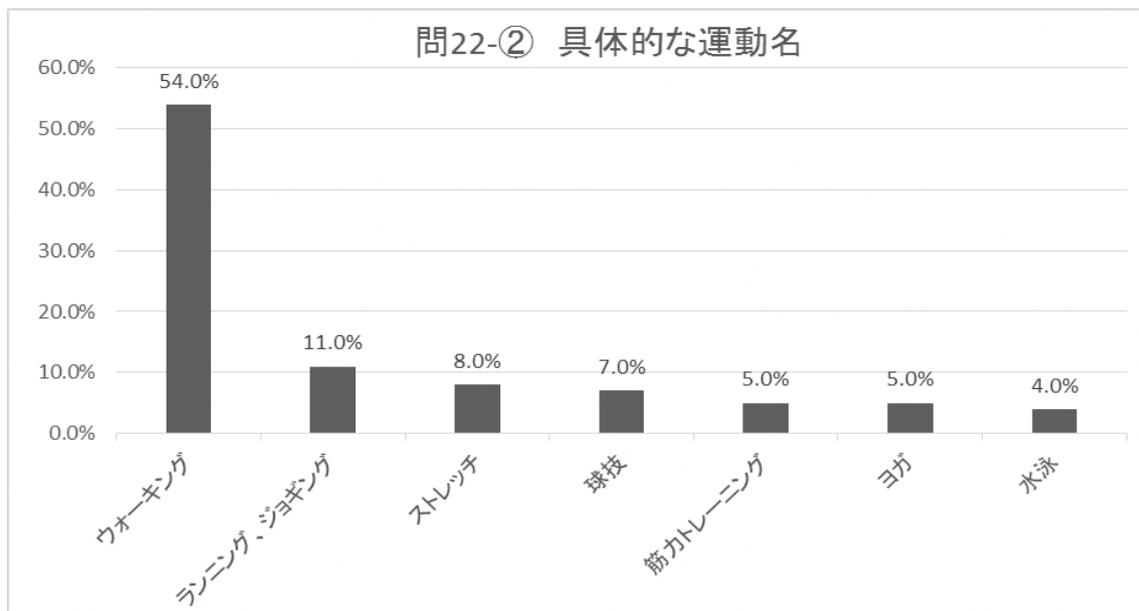
あなたは、今後、定期的に運動をしたいと思えますか。[1 つを選ぶ]



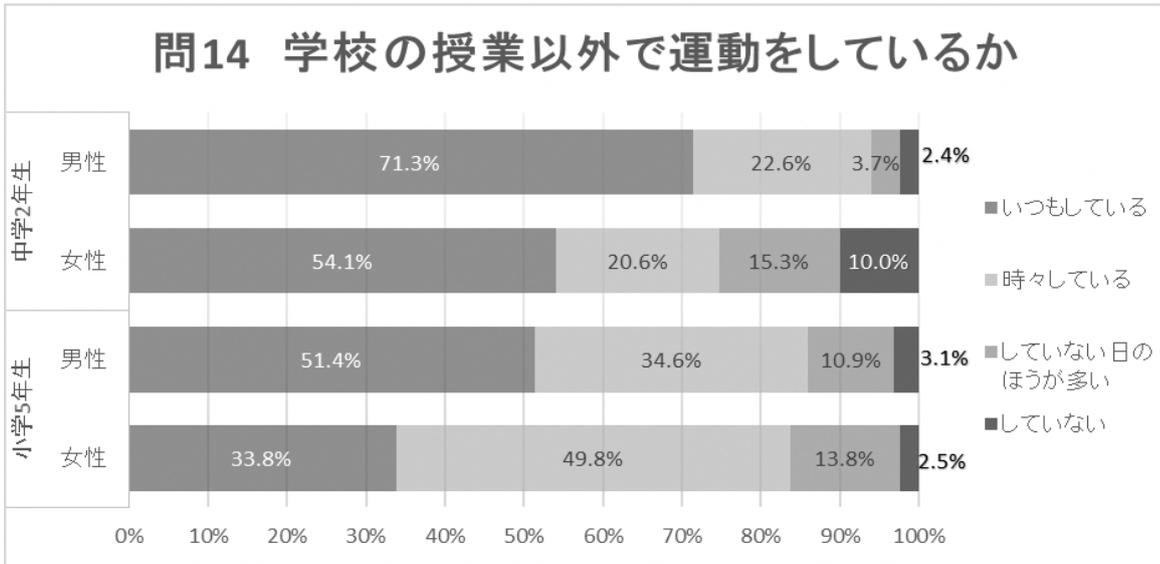
(一般)問 22② : ①で「1. はい」と答えた方にお聞きします。
 どのような運動をしたいと思いますか。[1つを選ぶ]



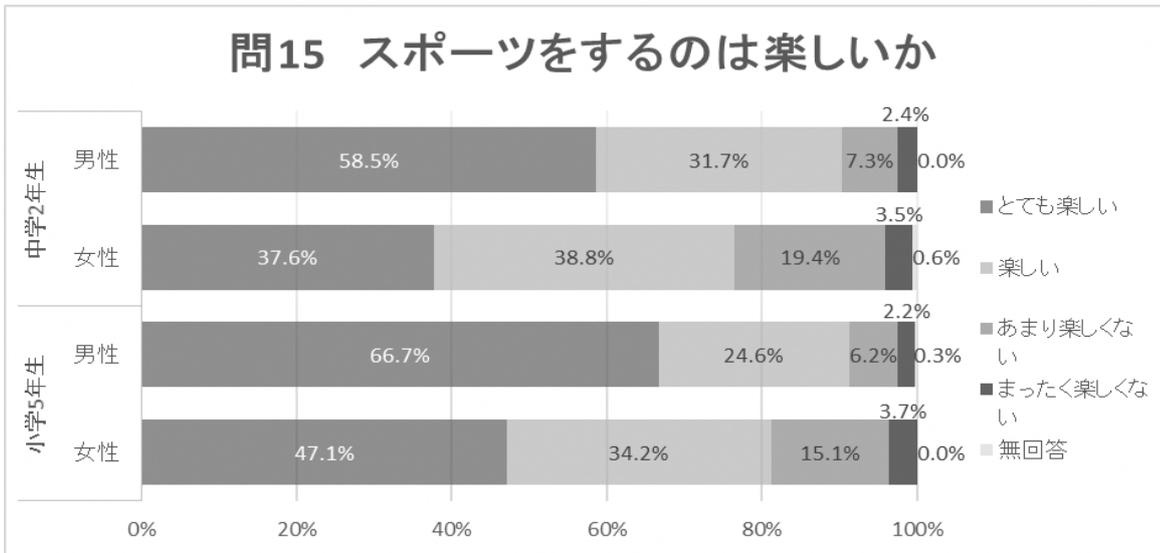
具体的な運動名 [記述] (上位7つ)



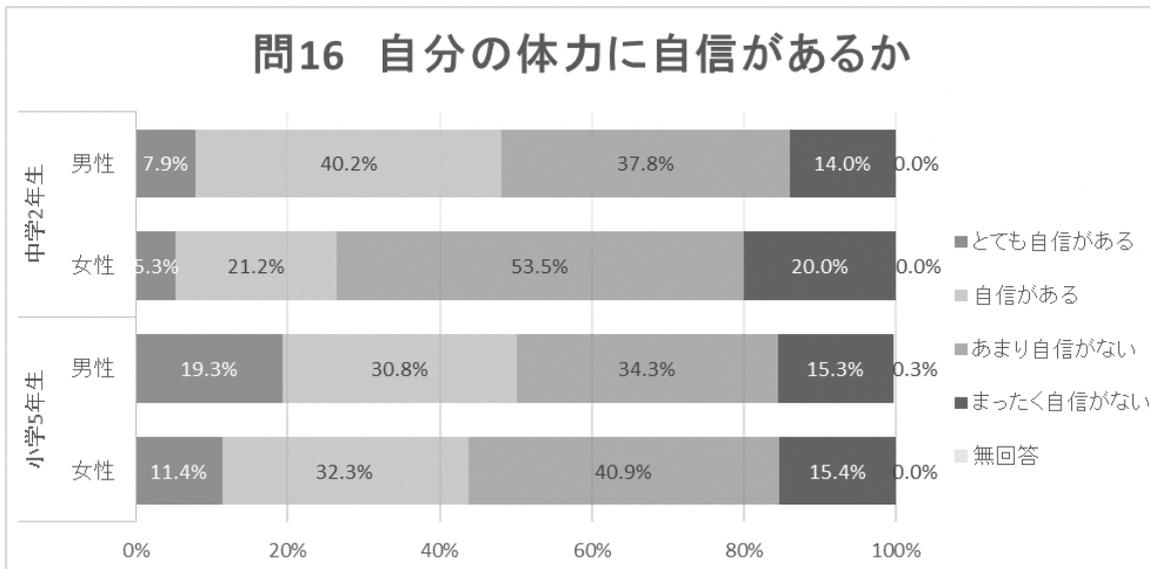
(小中)問 14：あなたは、学校の授業以外で、運動をしていますか。[1つを選ぶ]



(小中)問 15：あなたは、スポーツや運動をするのは楽しいですか。[1つを選ぶ]



(小中)問 16：あなたは、自分の体力に自信がありますか。[1つを選ぶ]

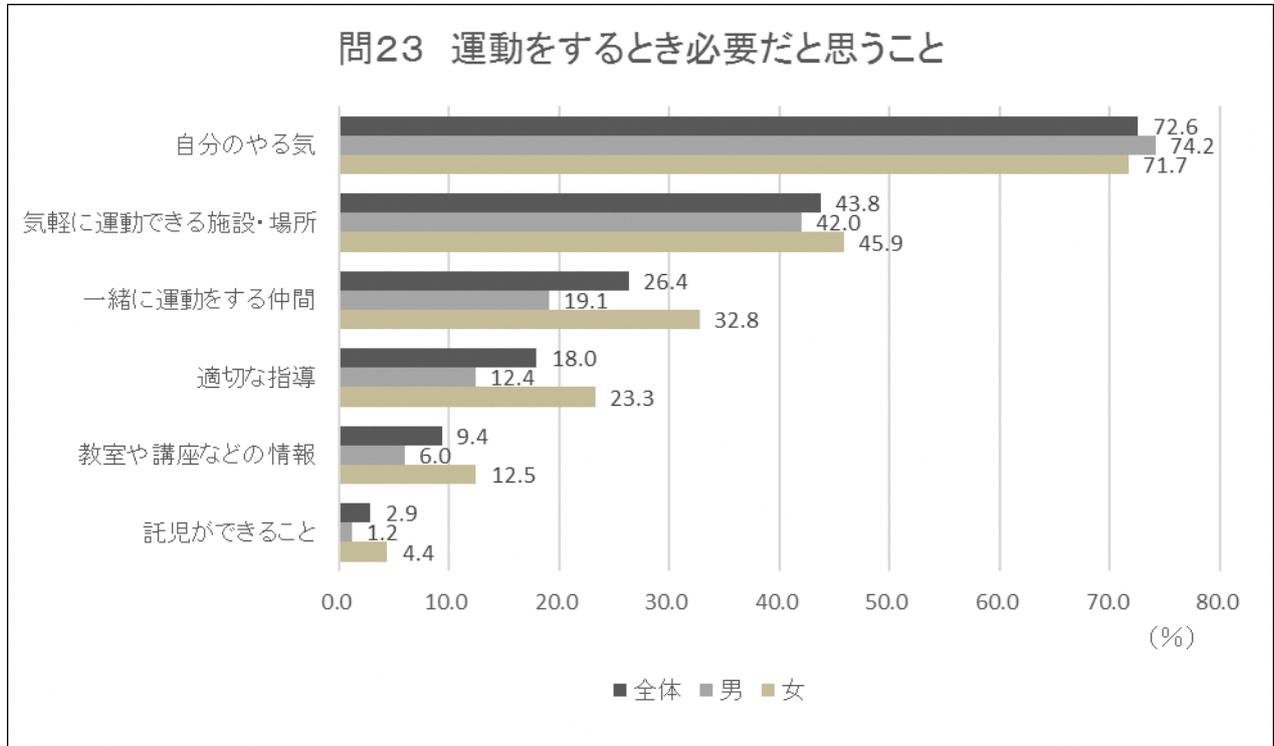


3-2. 運動するとき必要だと思うこと

◆運動をするのに必要なのは、「自分のやる気」だと思っている人が7割以上いる。

◆施設や場所が必要だと思っている人は4割以上いる。

(一般)問 23：あなたが運動をするとき、特に必要だと思うことは何ですか。(あてはまるものすべてを選ぶ)

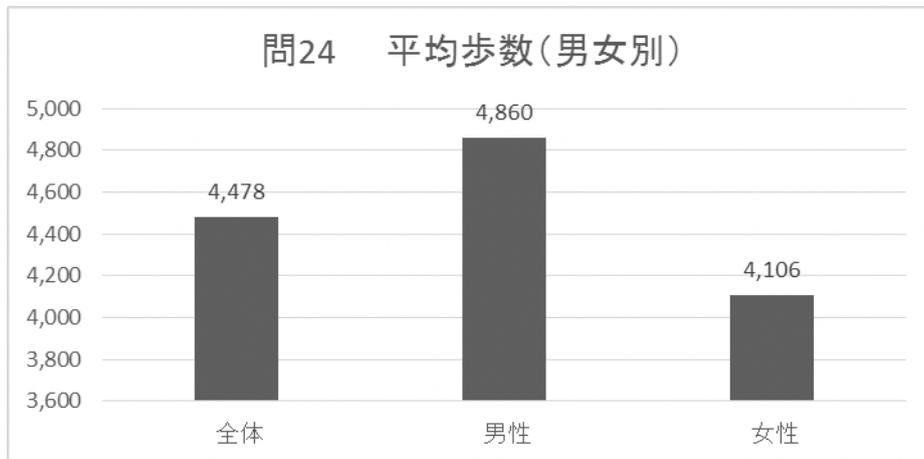


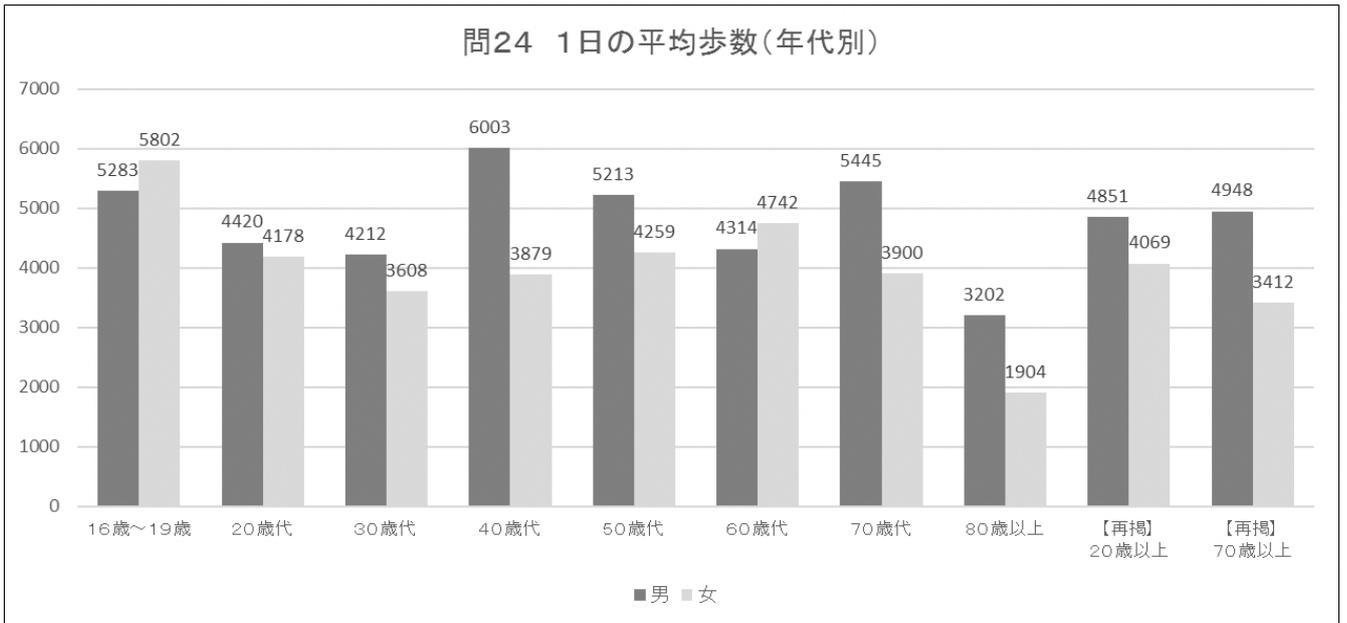
3-3. 1日の歩数

◆1日の平均歩数は4,478歩。

(一般)問 23：あなたは、1日およそ何歩くらい歩いていますか。[記述]

平均歩数 4,478歩 (16歳以上回答者:831人)





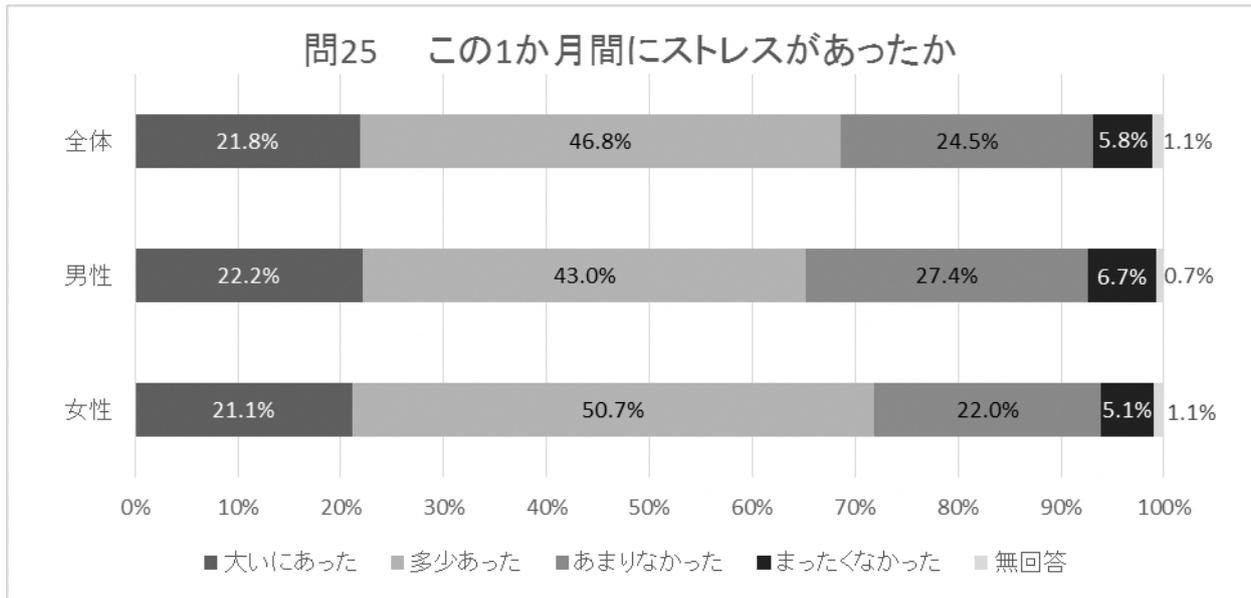
IV. 休養(こころ)について

4-1. 不満、悩みなどの有無

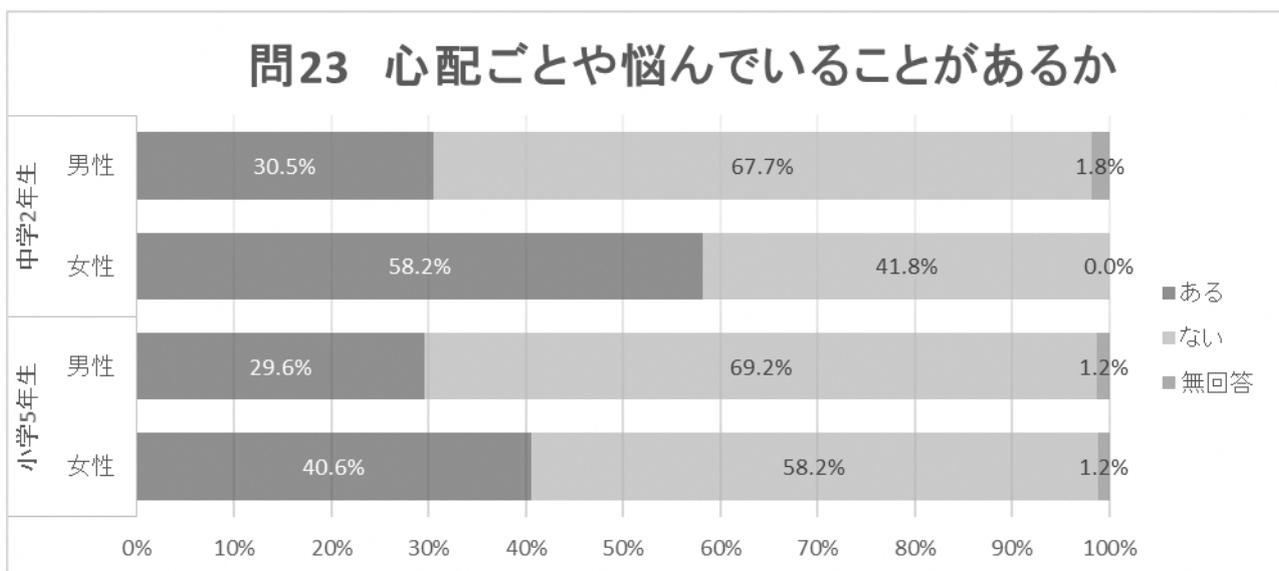
◆不満、悩み、苦労、ストレスなどを持つのは7割程度いる。

◆心配事や悩みのあるのは、男性は小・中学生ともに3割程度だが、小学生女性は4割、中学生女性性は6割程度と、男性より多い傾向がある。

(一般)問 25：あなたは、この1か月間に不満、悩み、苦労、ストレスなどがありましたか。[1つを選ぶ]



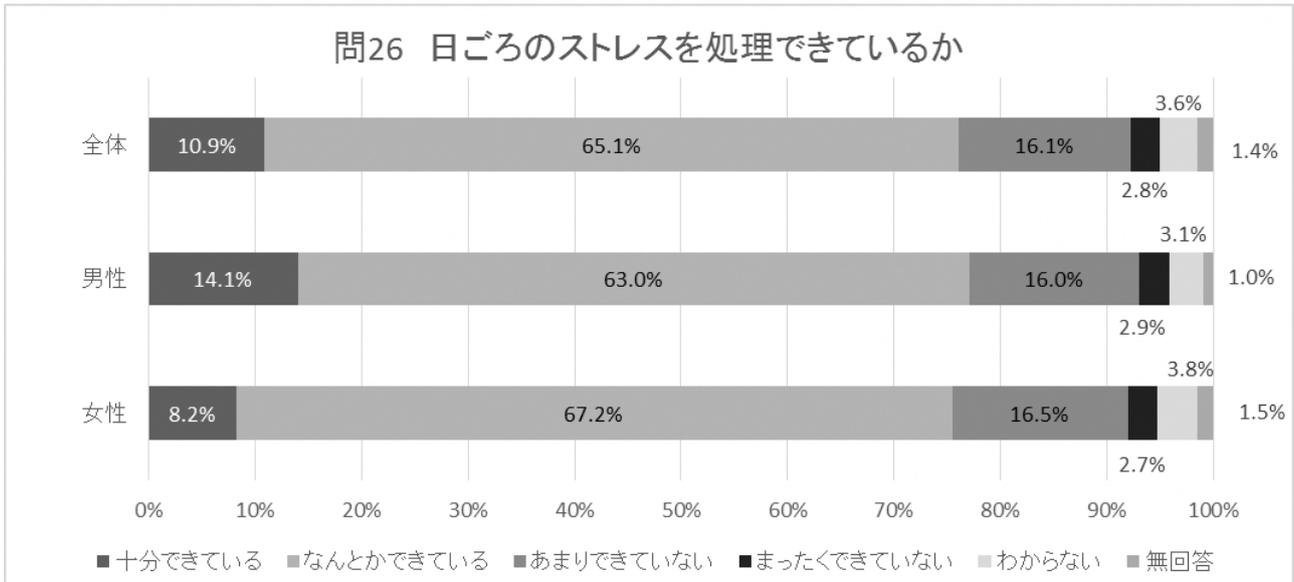
(小中)問 23：あなたは、今、心配ごとや悩んでいることがありますか。[1つを選ぶ]



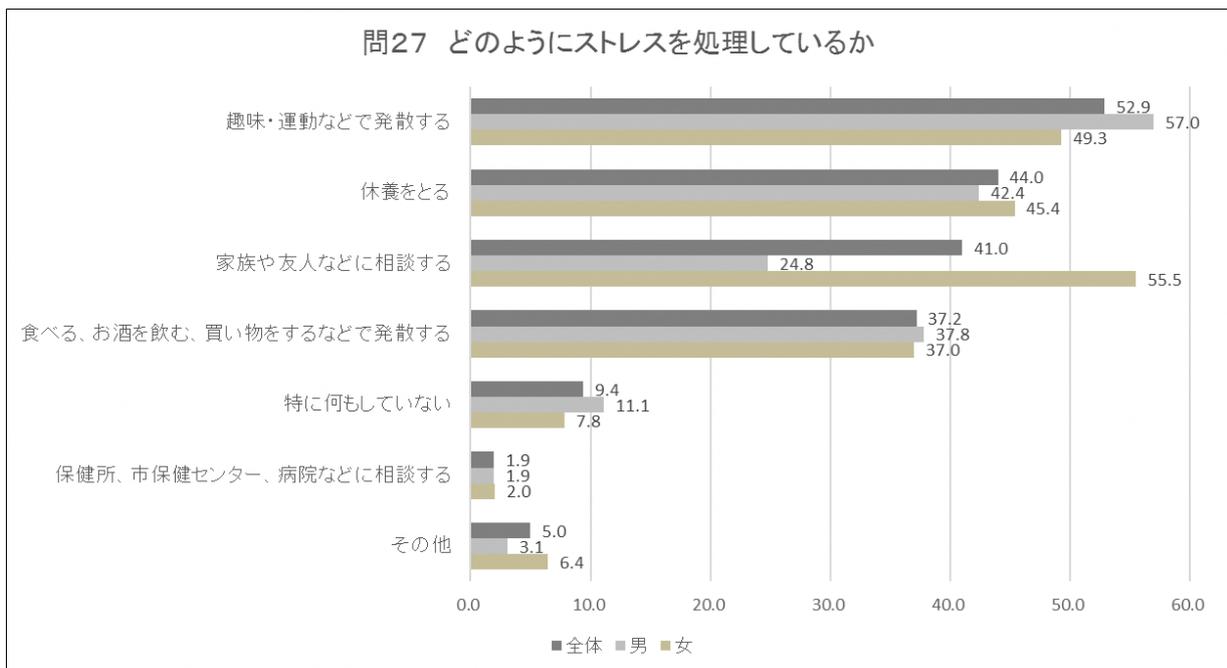
4-2. 不満、悩みなどの処理

- ◆不満、悩み、苦労、ストレスなどを処理できている人が7割以上いる。
- ◆16歳以上・小中学生ともに、趣味や運動・休養でストレスを処理している人が多い。
- ◆小中学生の8割以上が、困ったとき気軽に相談できる人がいる。

(一般)問26：あなたは、日ごろの不満、悩み、苦労、ストレスなどを処理できていると思いますか。[1つを選ぶ]

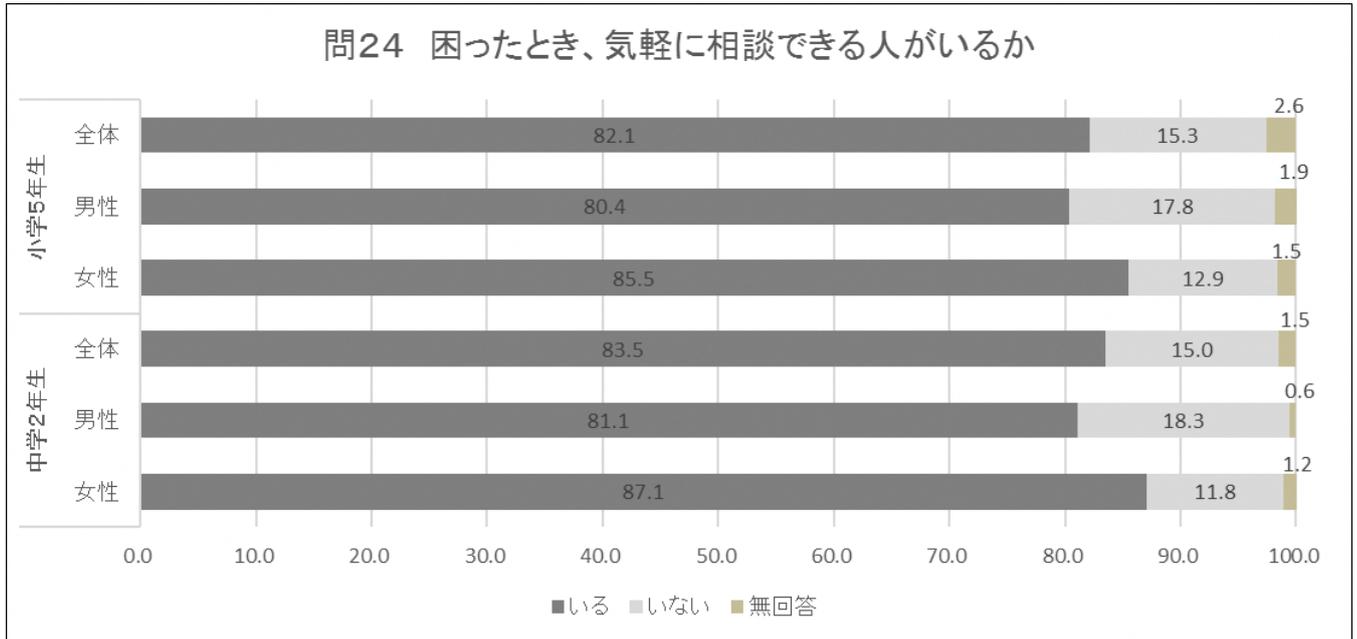


(一般)問27：問26で「1. 十分できている」「2. なんとかできている」と答えた方にお聞きします。どのように処理していますか。[あてはまるものすべてを選ぶ]

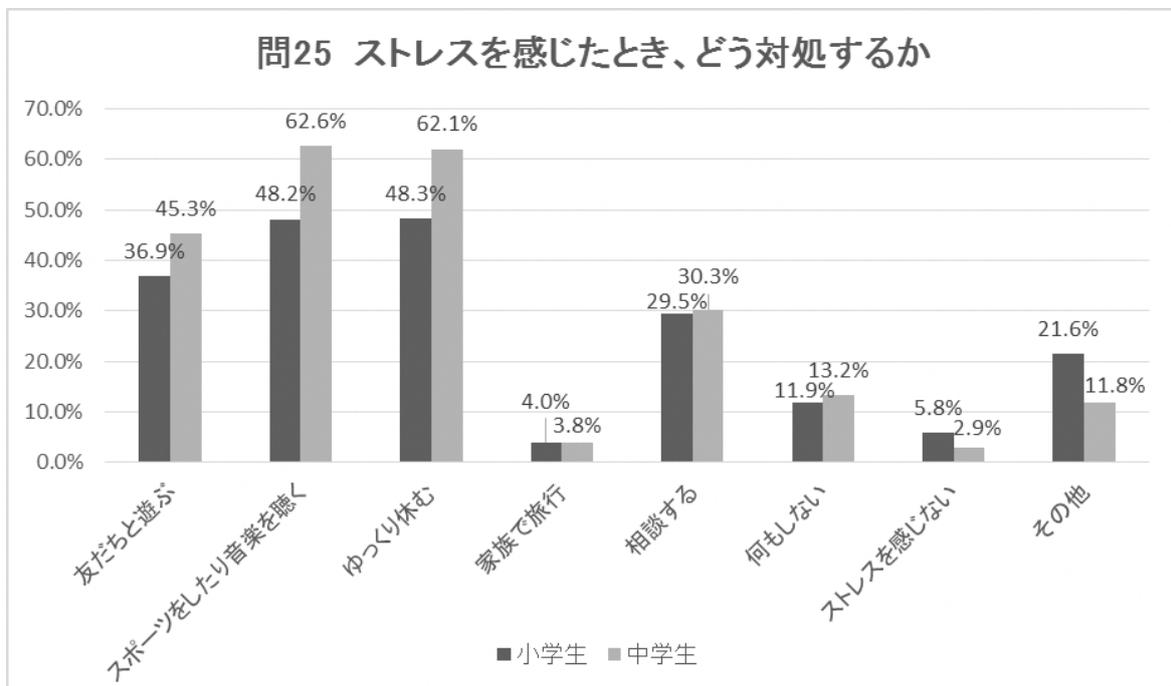


調査結果

(小中)問 24：あなたは、ふだん、何か困ったことや心配ごとがある場合、気軽に相談できる人がいますか。[1つを選ぶ]



(小中)問 25：あなたは、悩みや不安、ストレスを感じたときに、どのようにして対処していますか。[あてはまるものすべてを選ぶ]

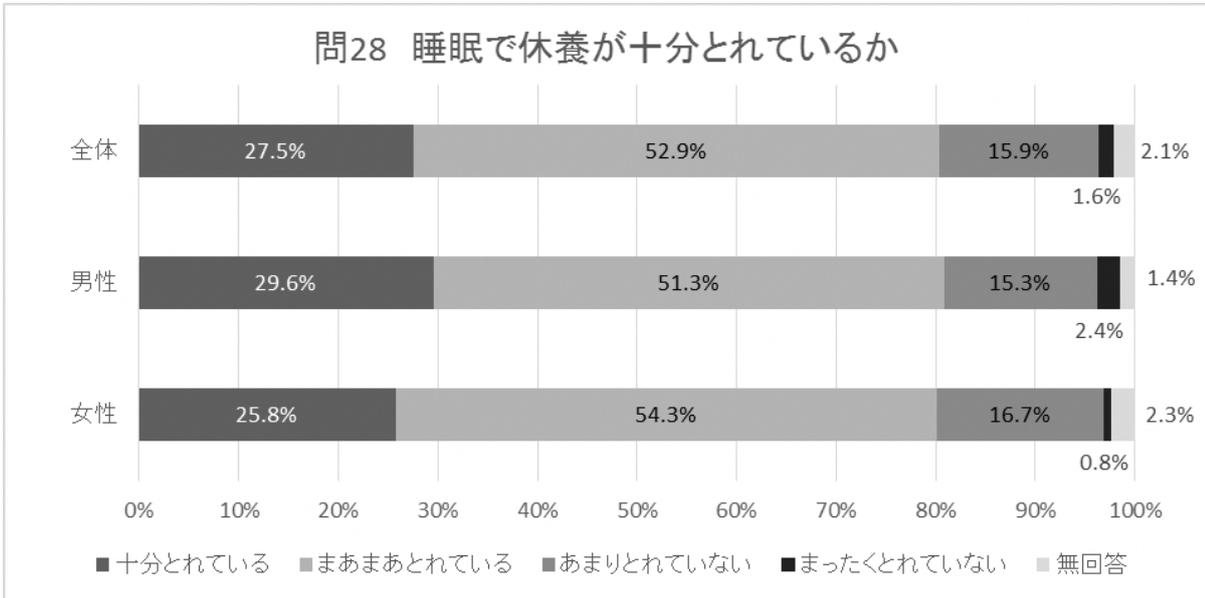


4-3. 睡眠と休養

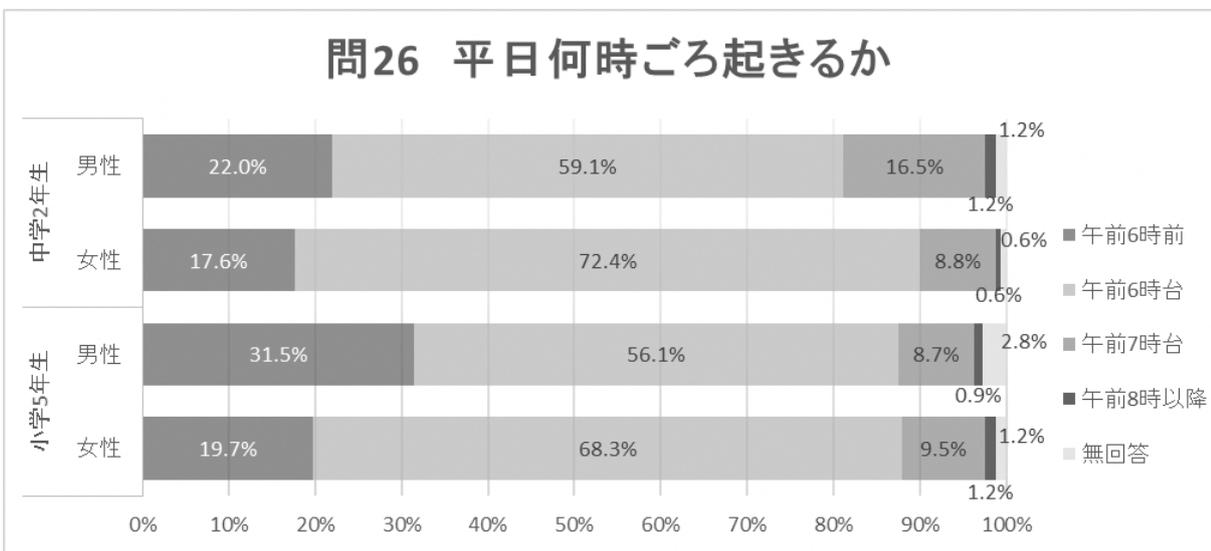
◆睡眠で休養がとれている人は8割程度いる。

◆よく眠れているのは、中学生は4割以上、小学生は3割程度いる。

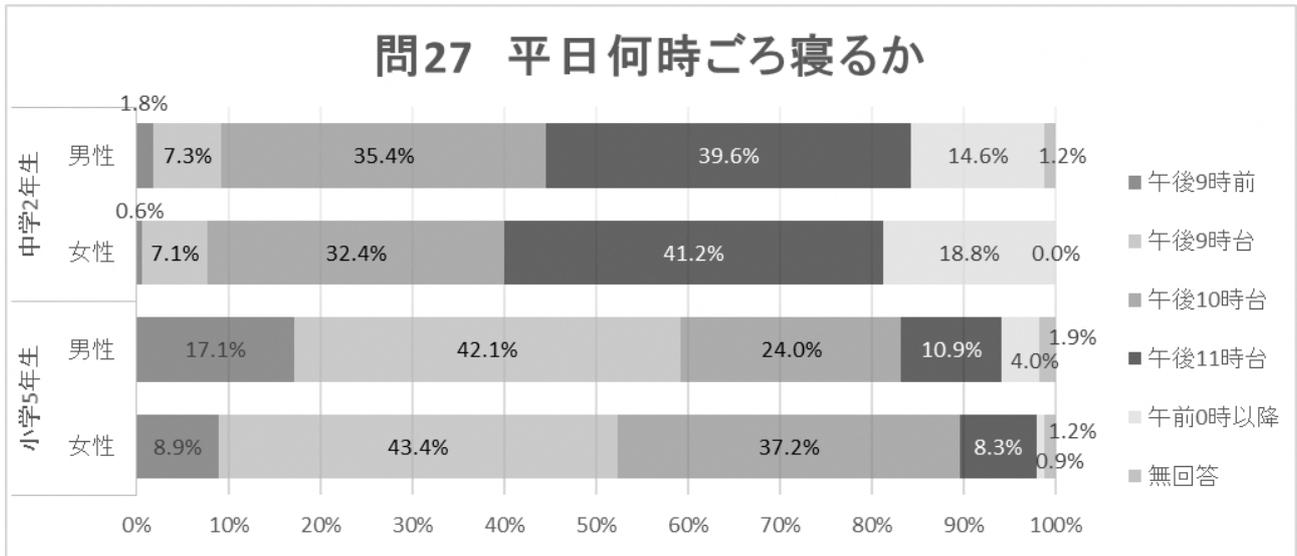
(一般)問28：この1か月間、あなたは睡眠で休養が十分とれていますか。[1つを選ぶ]



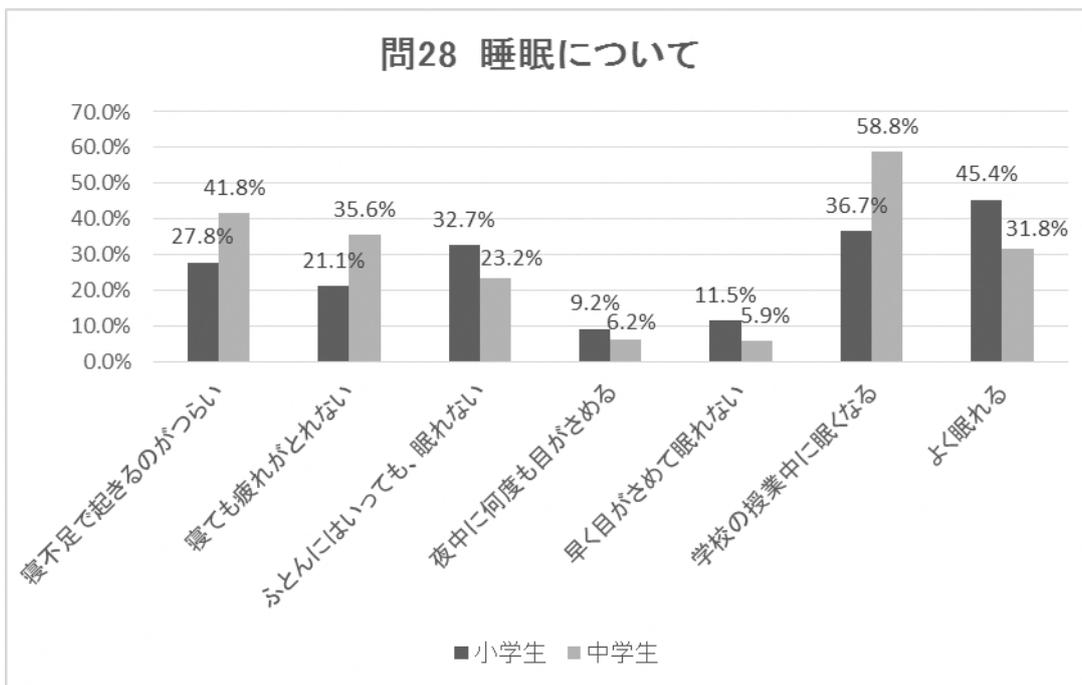
(小中)問26：あなたは、平日（学校のある日）は何時ごろ起きますか。[1つを選ぶ]



(小中)問 27：あなたは、平日（学校のある日）は何時ごろ寝ますか。[1つを選ぶ]



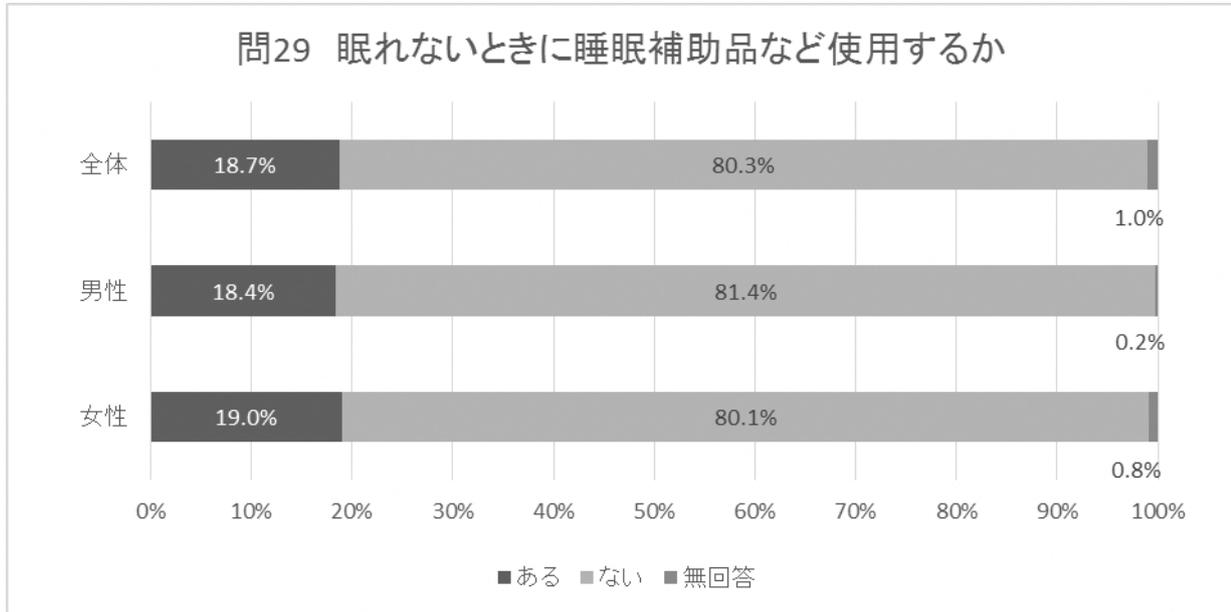
(小中)問 28：睡眠について、あなたはどれにあてはまりますか。[あてはまるものすべてを選ぶ]



4-4. 睡眠補助品等の使用

◆眠れないときに睡眠補助品やアルコールを飲むことがある人は2割程度。

(一般)問 29：あなたは、眠れないときに睡眠補助品（睡眠薬・精神安定剤）やアルコールを飲むことがありますか。[1つを選ぶ]

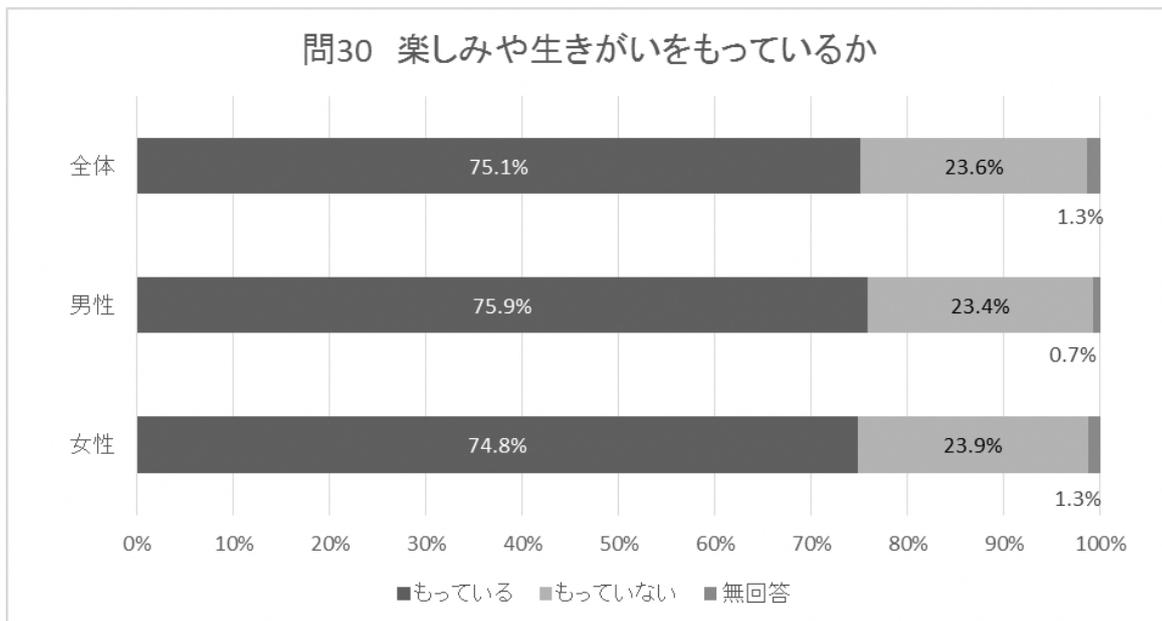


4-5. 趣味や生きがいについて

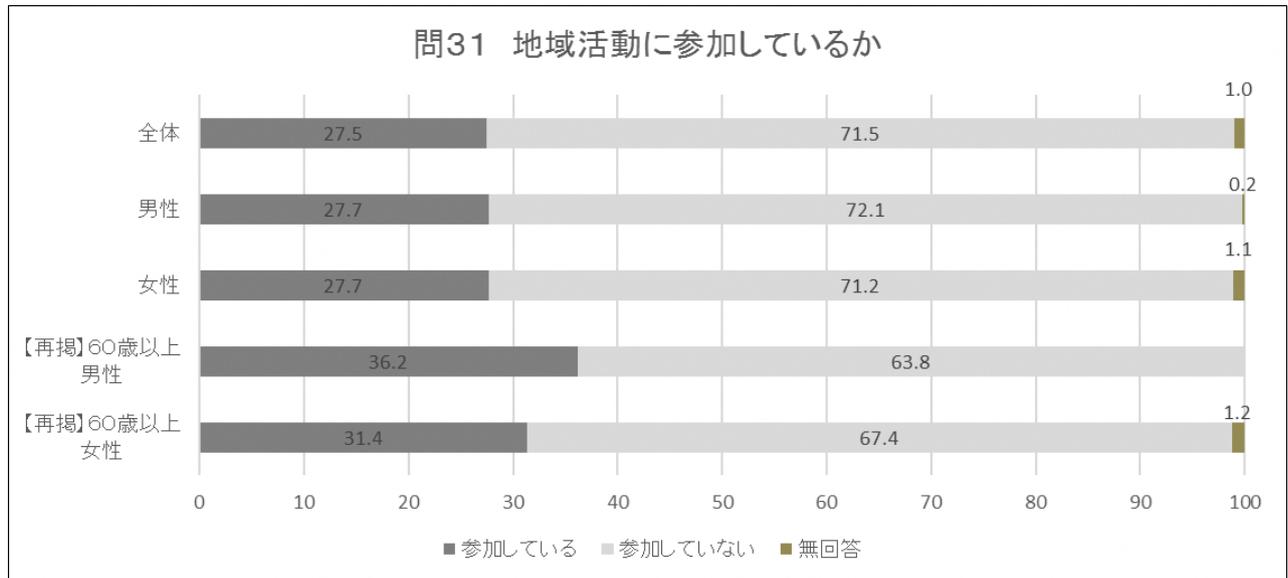
◆7割以上の人が趣味など楽しみや生きがいをもっている。

◆地域で行われる催し物やボランティア・団体活動などの地域活動に参加している人は3割未満。

(一般)問 29：あなたは、趣味など楽しみや生きがいをもっていますか。[1つを選ぶ]



(一般)問 31：あなたは、地域で行われている催し物やボランティア・団体活動など、何らかの地域活動に参加していますか。[1つを選ぶ]



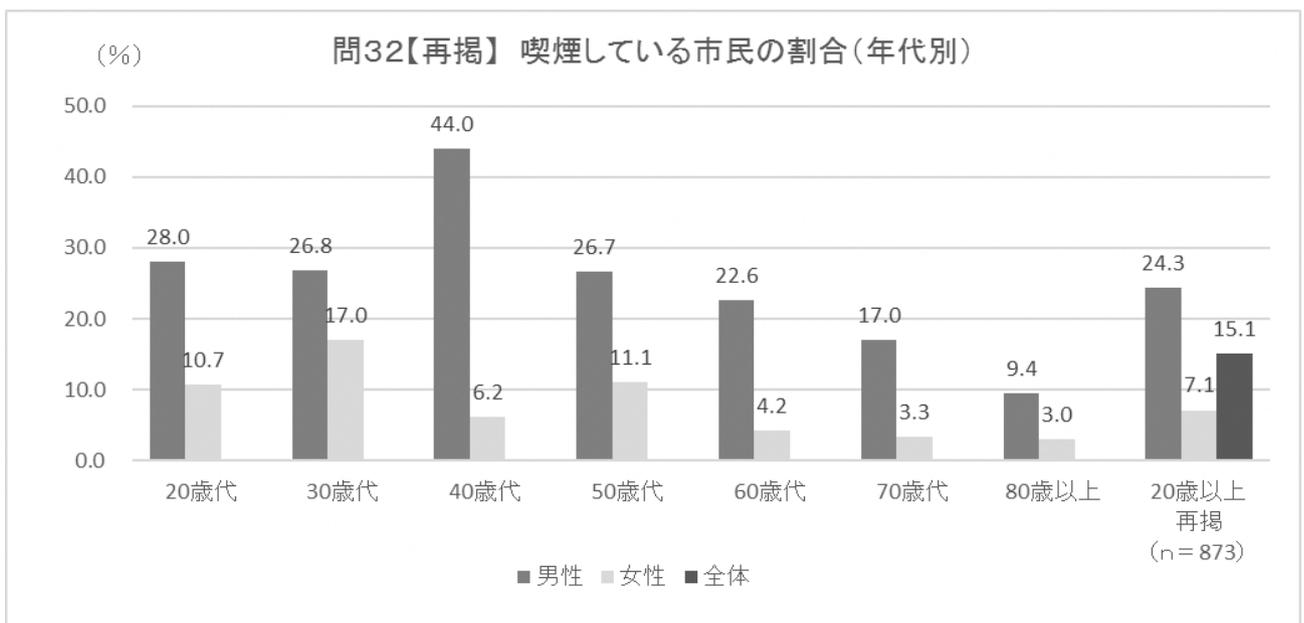
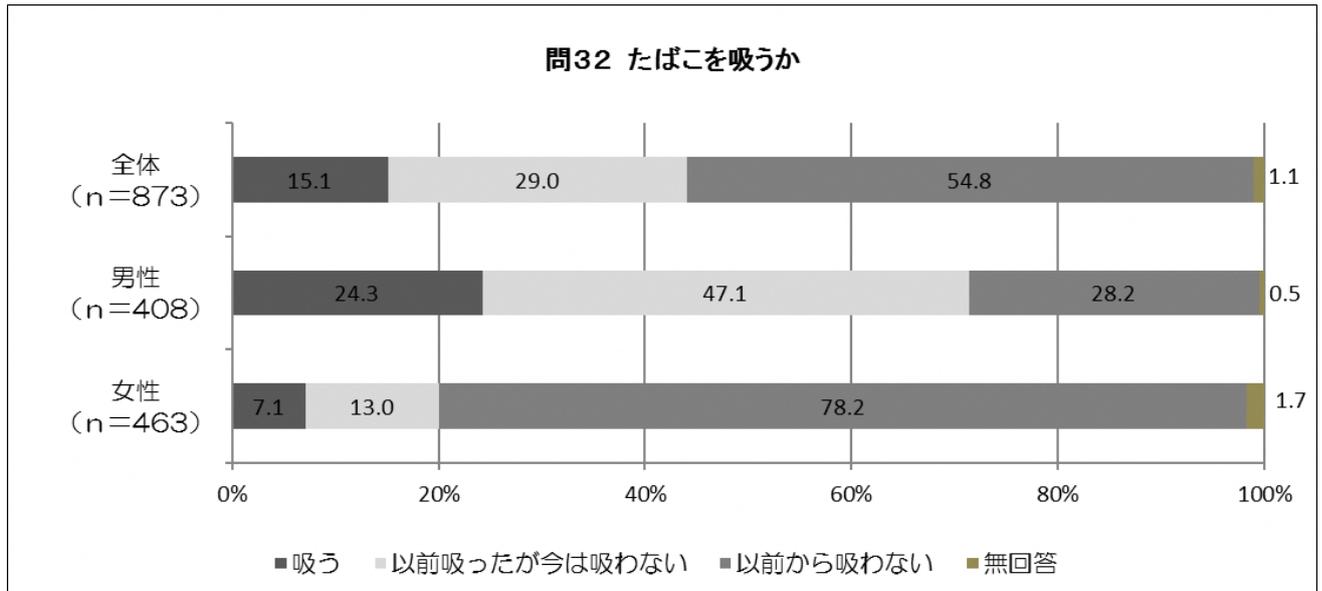
V. 喫煙

5-1. 喫煙歴の有無

◆男性の喫煙者は2割以上、女性は1割未満。

◆今後、禁煙または節煙（本数を減らす）をしたい人は6割程度に留まった。

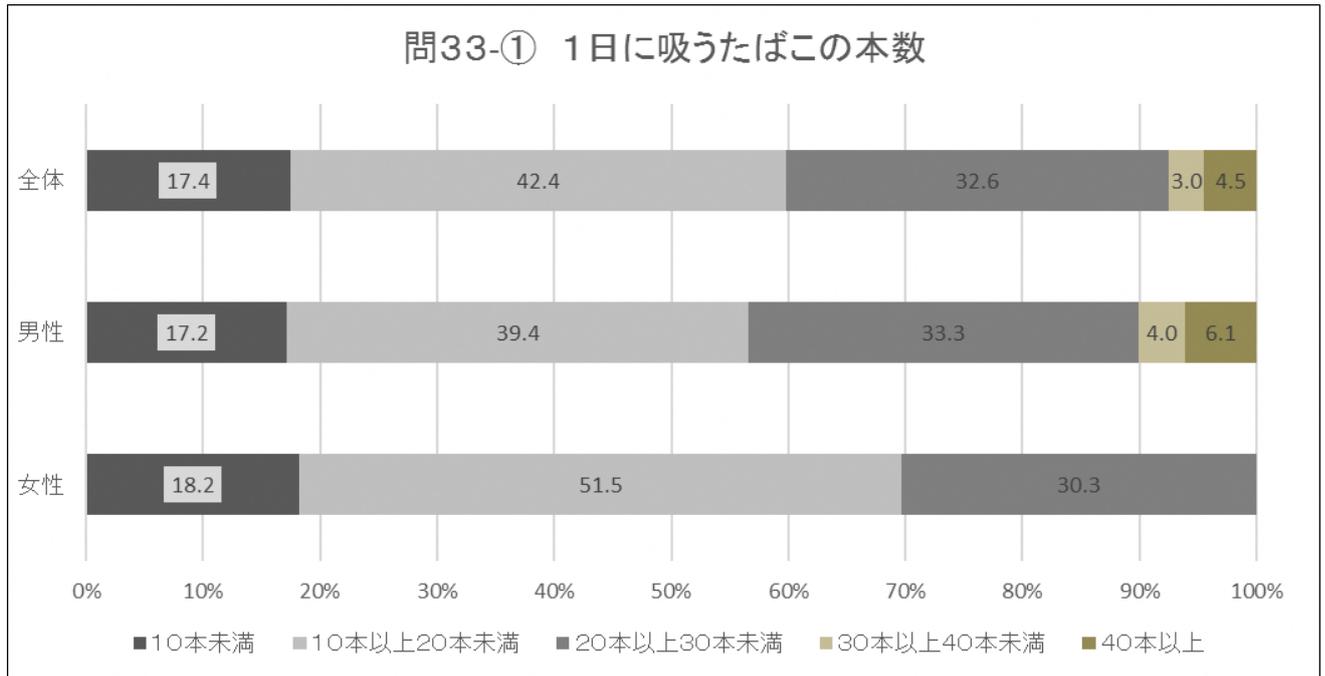
(一般)問32：あなたは、たばこを吸いますか。[1つを選ぶ]



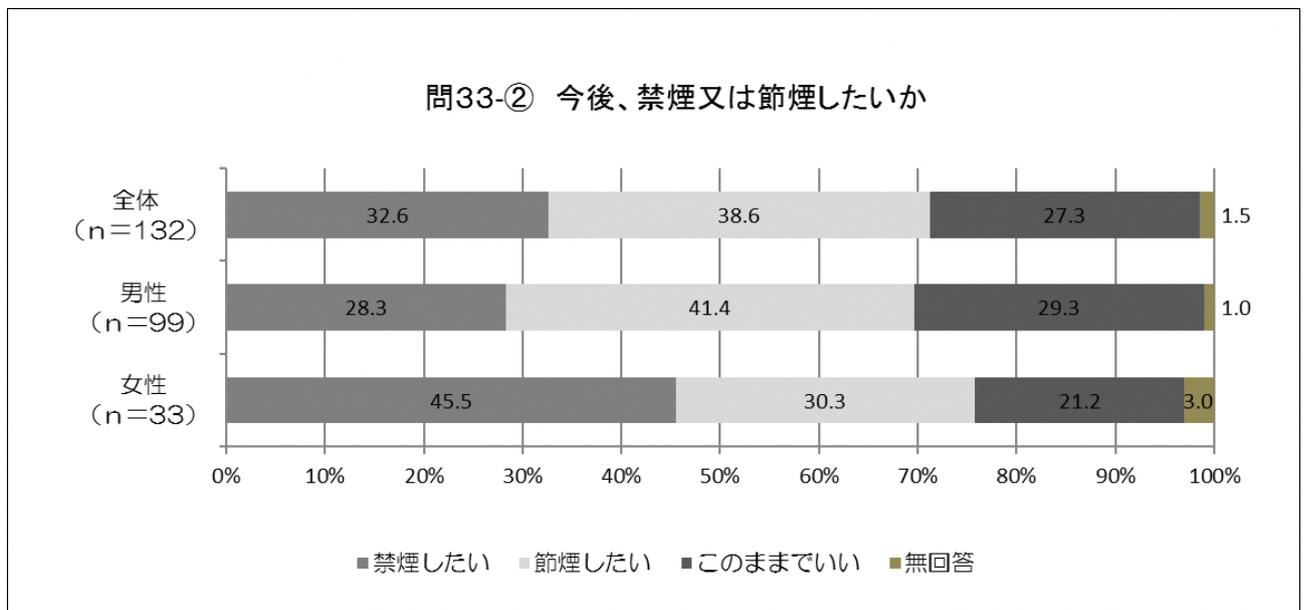
調査結果

(一般)問 33 : 問 32 で「1. 吸う」と答えた方にお聞きします。

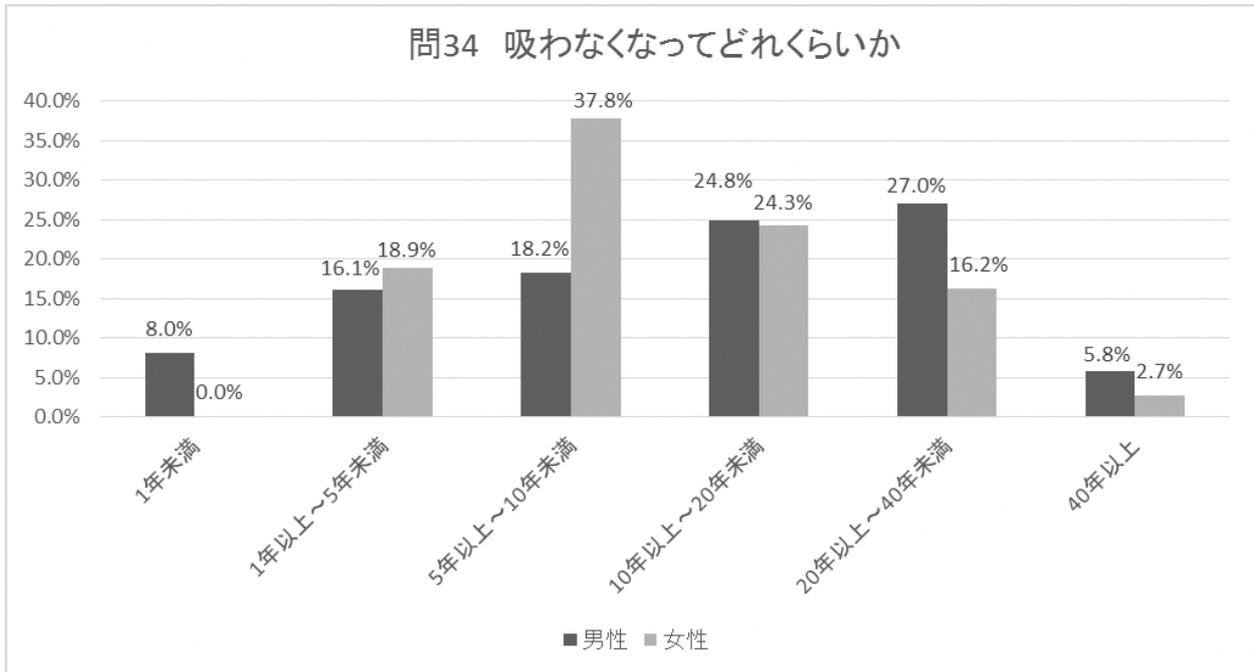
①あなたは、1日平均何本吸っていますか。[記述]



②あなたは今後、禁煙または節煙（本数を減らす）をしたいと思いますか。[1つを選ぶ]



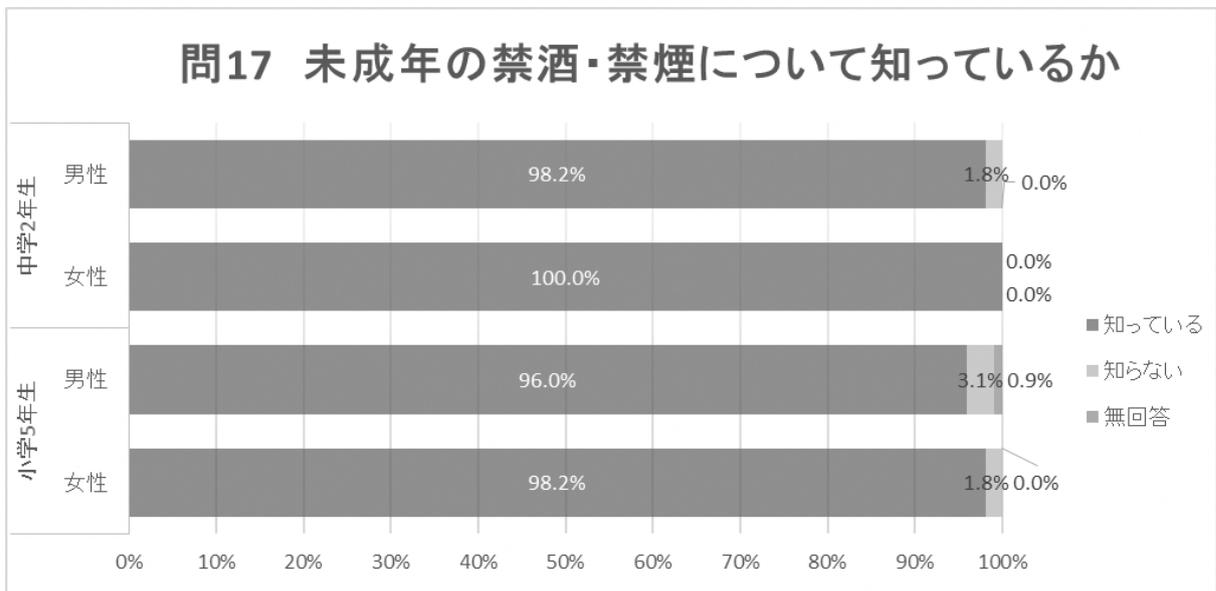
(一般)問 34 : 問 32 で「2. 以前は吸っていたが、今は吸わない」と答えた方にお聞きします。
あなたは、吸わなくなってからどれくらい経ちますか。[記述]



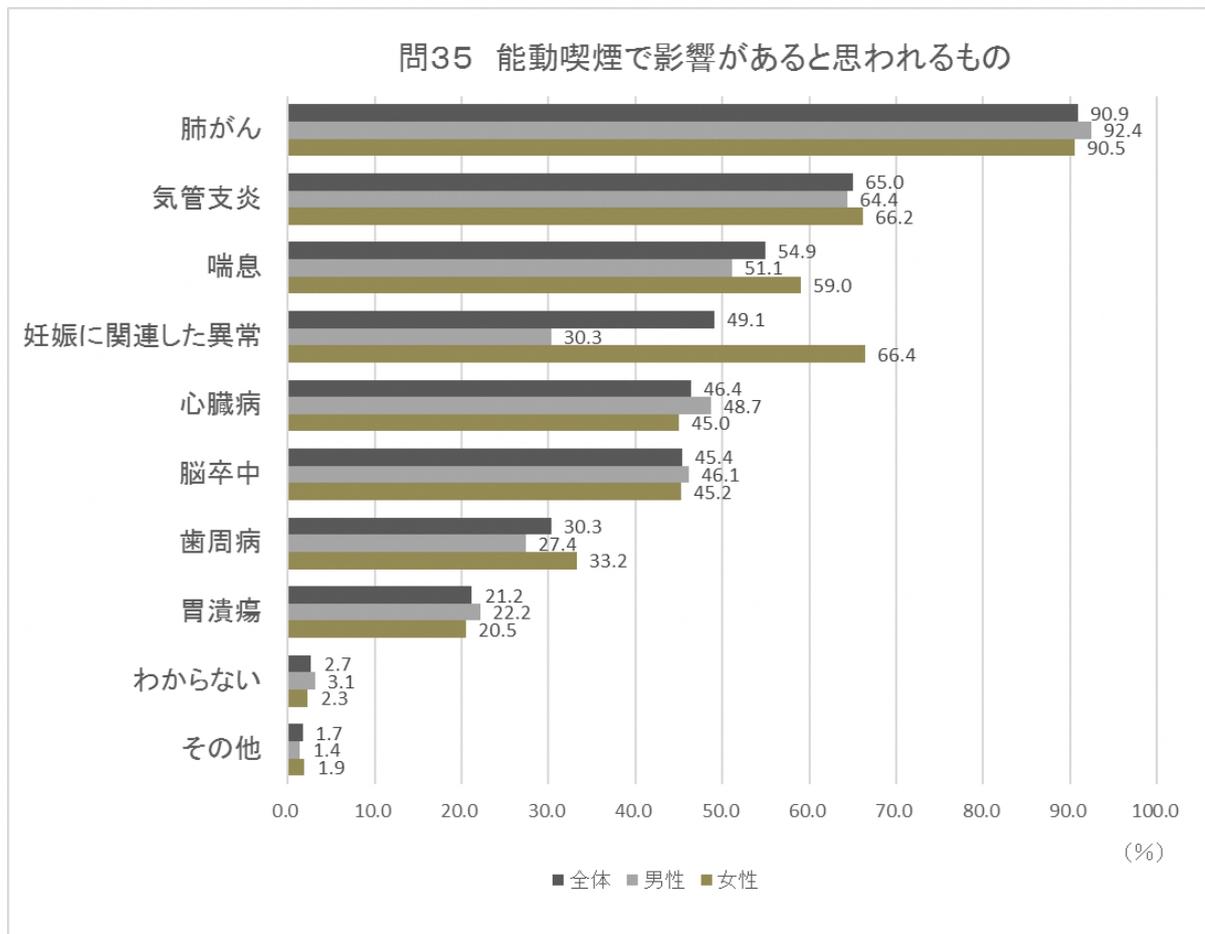
5-2. 喫煙に関する知識

- ◆未成年の禁酒・禁煙は小中学生のほとんどが認識しているが、知らない人もいる。
- ◆喫煙（能動喫煙・受動喫煙）の健康影響として、肺がんの認知度が最も高いが、妊娠に関する異常に対する男性の認知度が低い。
- ◆中学生の9割以上が喫煙は健康に害があると認識しているが、小学生は9割に満たない。
- ◆たばこが健康に及ぼす影響について、家庭で話をしたことがある人は6割程度。

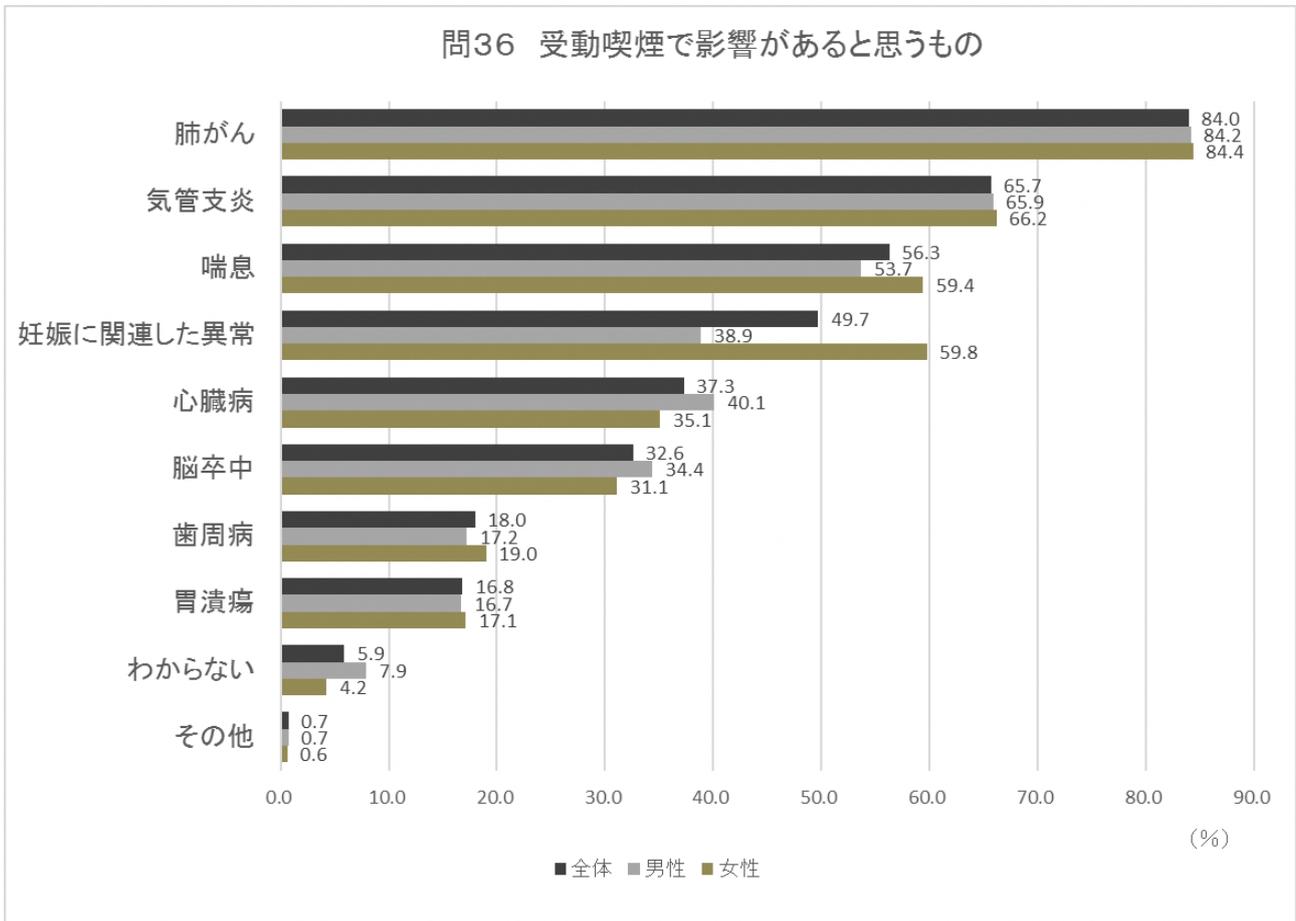
(小中)問 17 : あなたは、未成年者（20歳未満）がお酒を飲むことやたばこを吸うことが、法律で禁止されていることを知っていますか。[1つを選ぶ]



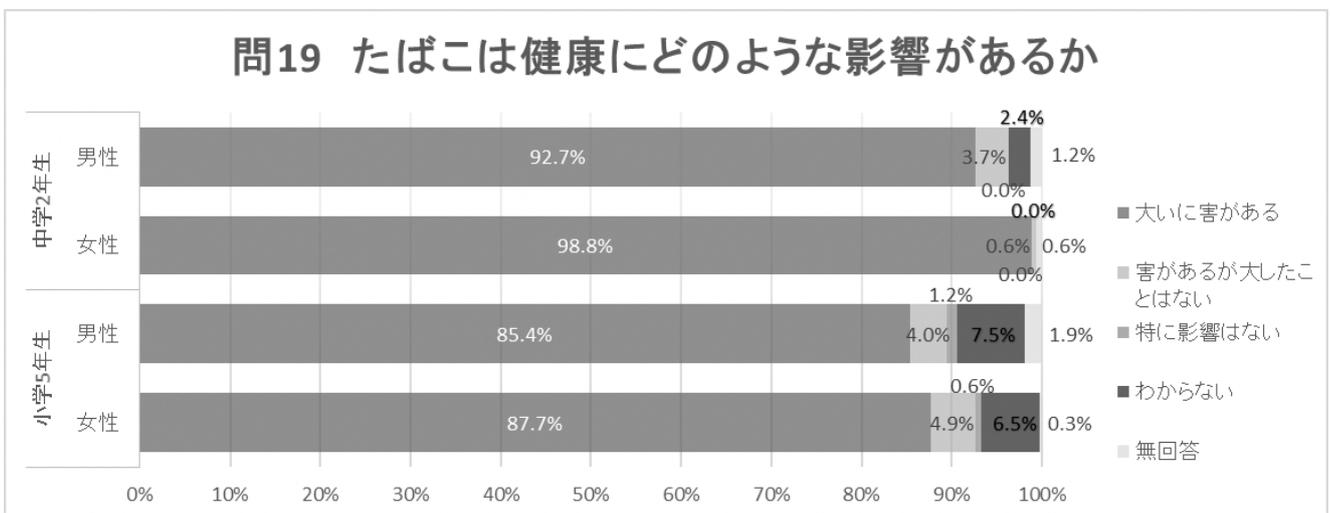
(一般)問 35：あなたは、喫煙が自分の健康に及ぼす影響（能動喫煙）について知っていますか。
影響があると思われるものを選んでください。[あてはまるものすべてを選ぶ]



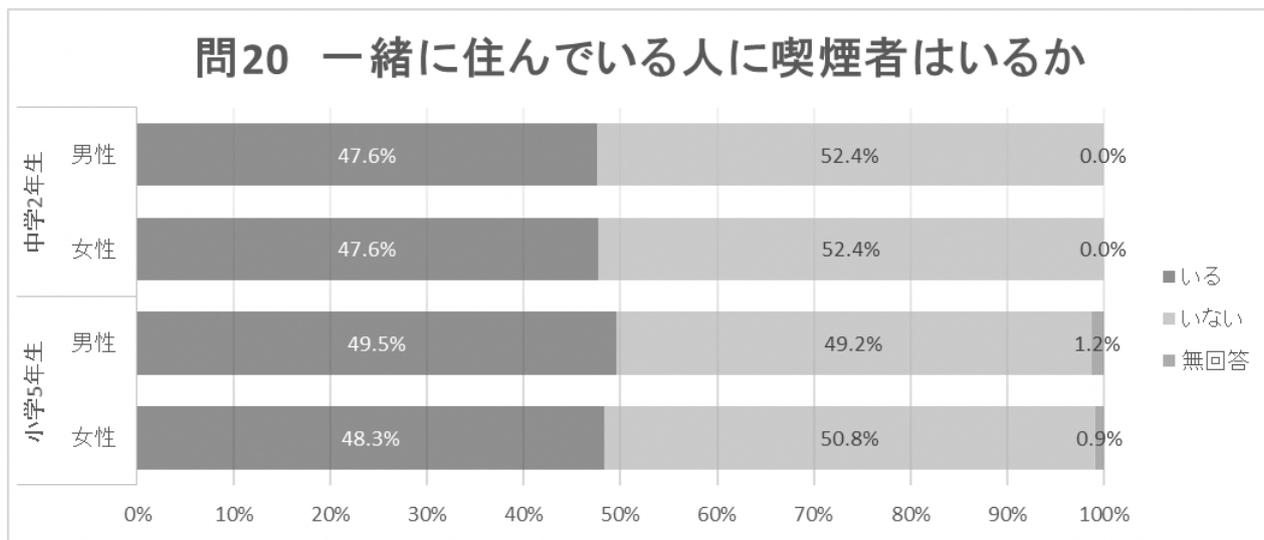
(一般)問 36：あなたは、喫煙がたばこを吸っていない人の健康に及ぼす影響（受動喫煙）について知っていますか。影響があると思われるものを選んでください。[あてはまるものすべてを選ぶ]



(小中)問 19：あなたは、たばこを吸うと健康に害があると思いますか。[1つを選ぶ]

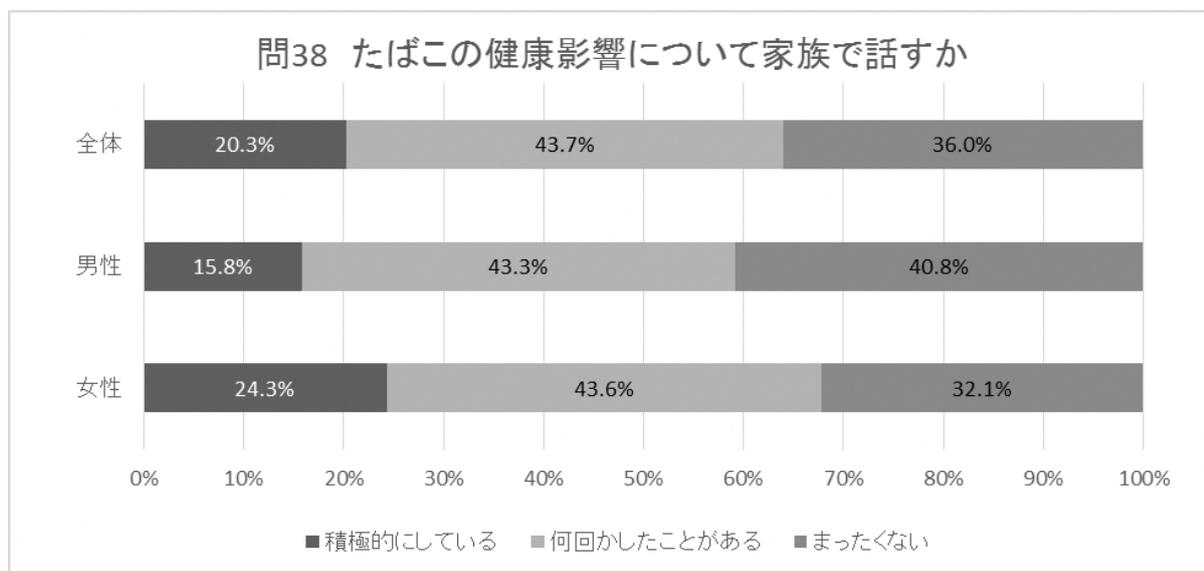


(小中)問 20：あなたと一緒に住んでいる人に、たばこを吸っている人はいますか。[1つを選ぶ]



(一般)問 38：ご家族に、小・中学生や高校生のいる方のみお聞きします。

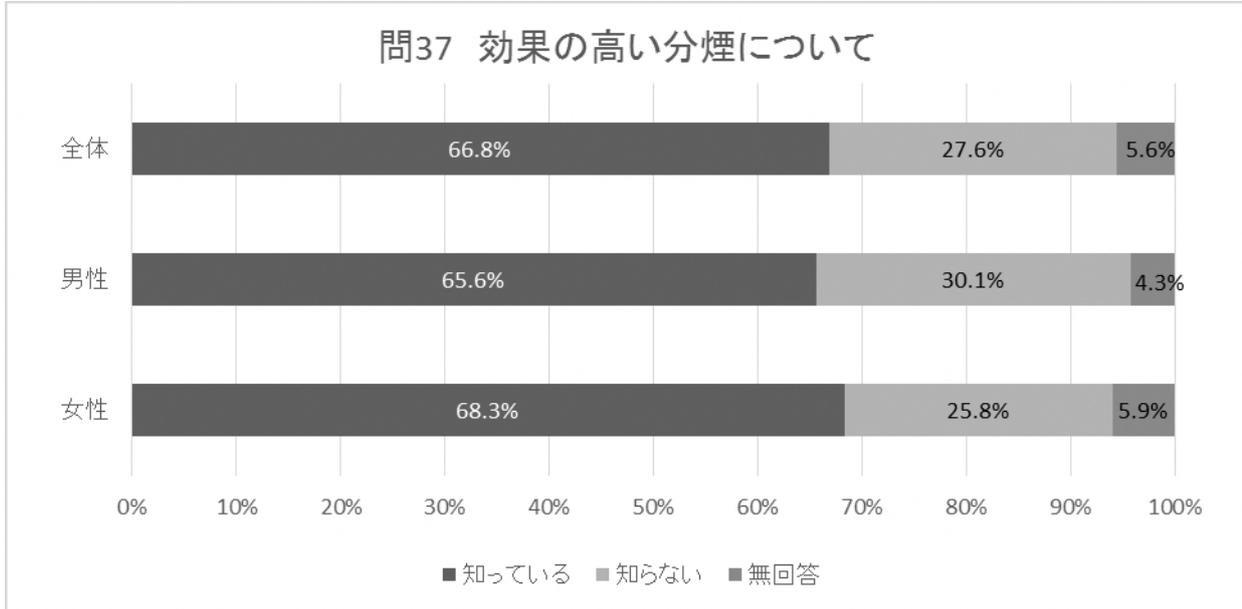
あなたは、たばこが健康に及ぼす影響についてご家族で話をしていますか。[1つを選ぶ]



5-3. 分煙の認知度

◆効果の高い分煙について知っているのは7割未満。

(一般)問37：あなたは、効果の高い分煙について知っていますか。[1つを選ぶ]

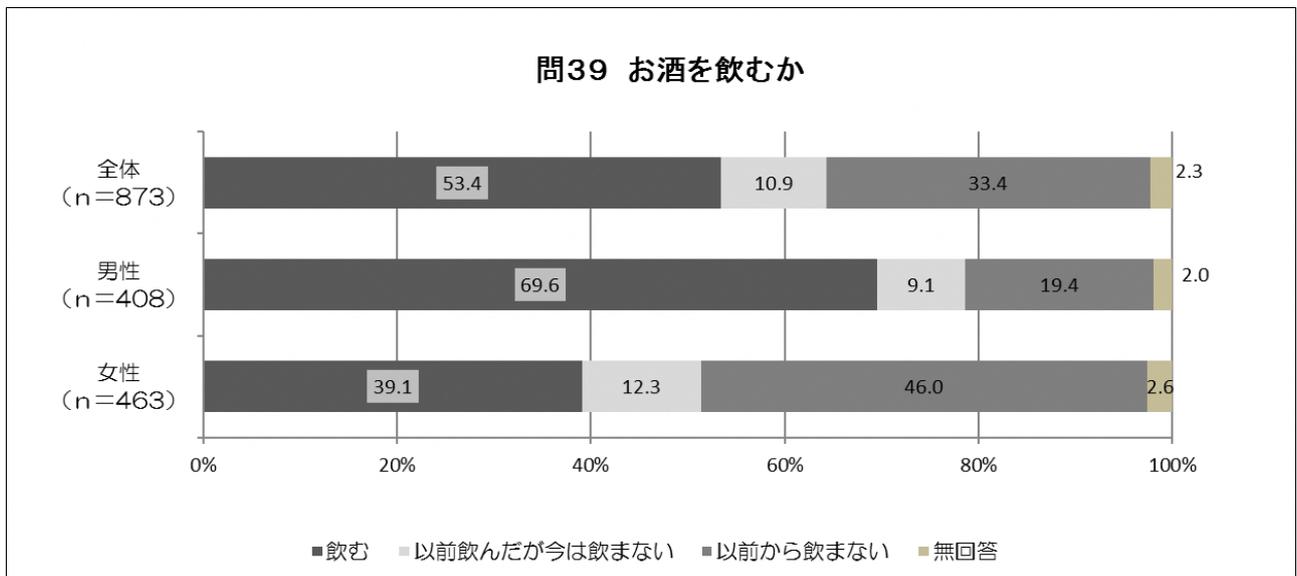


VI. お酒(アルコール)

6-1. 飲酒の有無と量

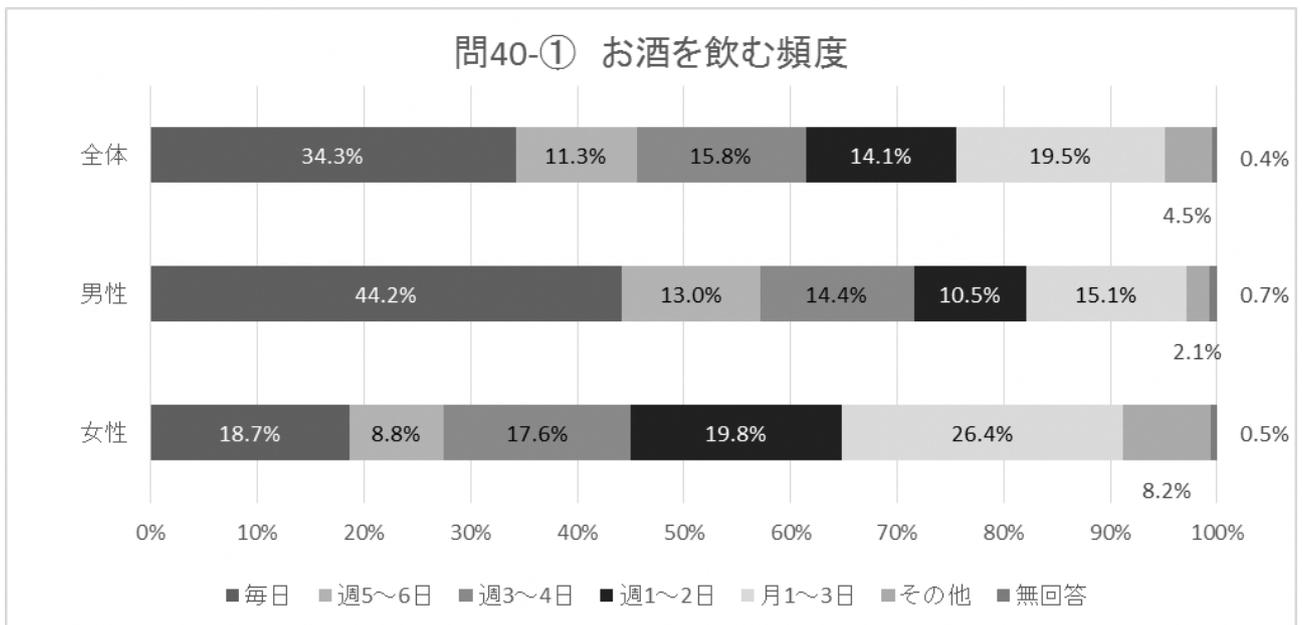
- ◆お酒を「飲む」は5割程度だが、男性は7割近く、男女差が大きい。
- ◆お酒を飲む人のうち、3割程度が毎日飲酒しており、男性では4割を超えている。
- ◆1日2合以上飲酒する人が全体の4割、男性では半数程度いるが、節度ある適度な飲酒量におさまっていると思う人は7割以上いる。
- ◆小・中学生のほとんどが未成年者の飲酒の禁止を知っている。

(一般)問39：あなたは、お酒を飲みますか。[1つを選ぶ]

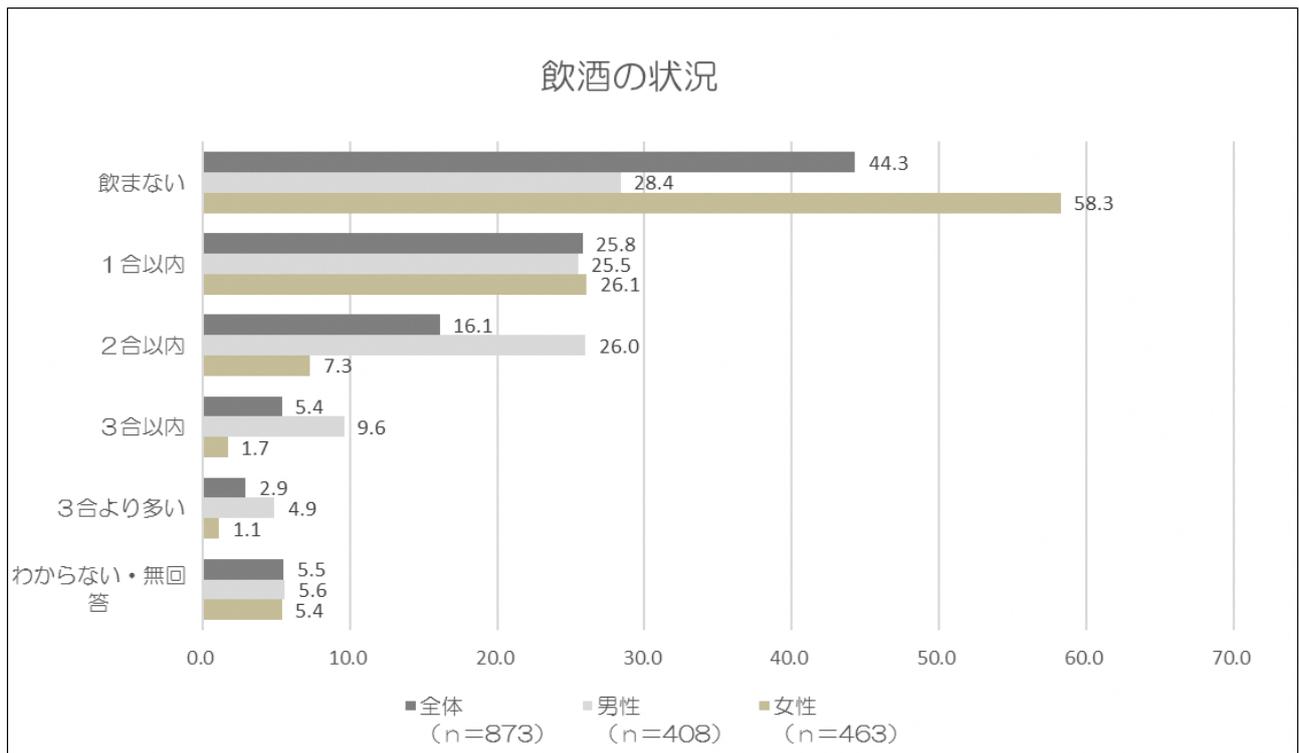
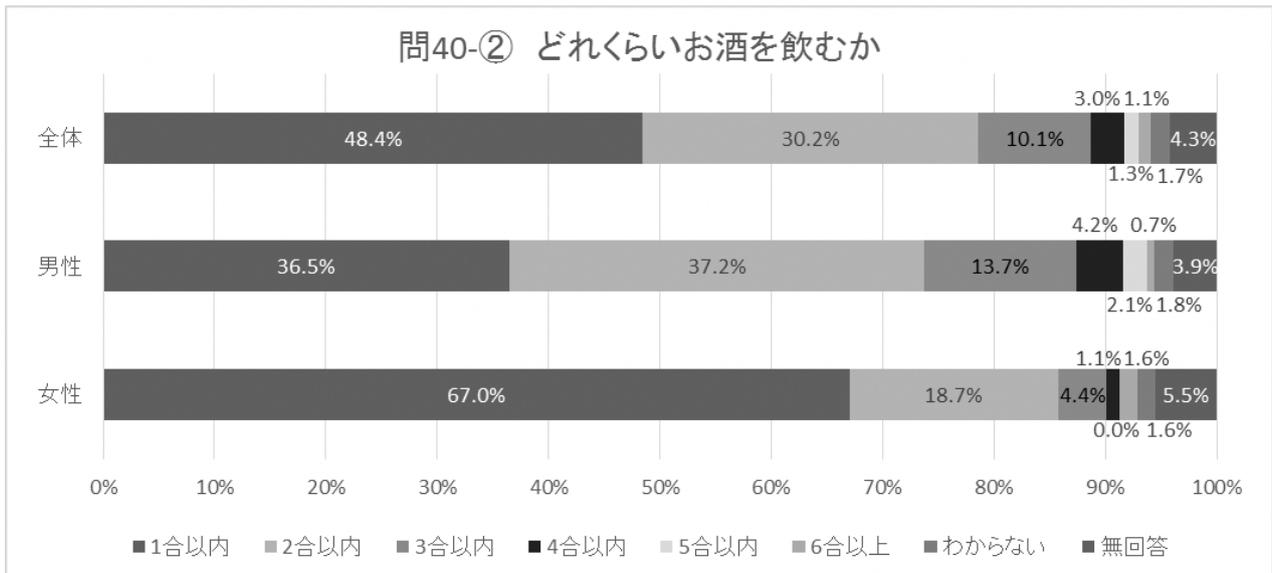


(一般)問40：問39で「1. 飲む」と答えた方にお聞きします。

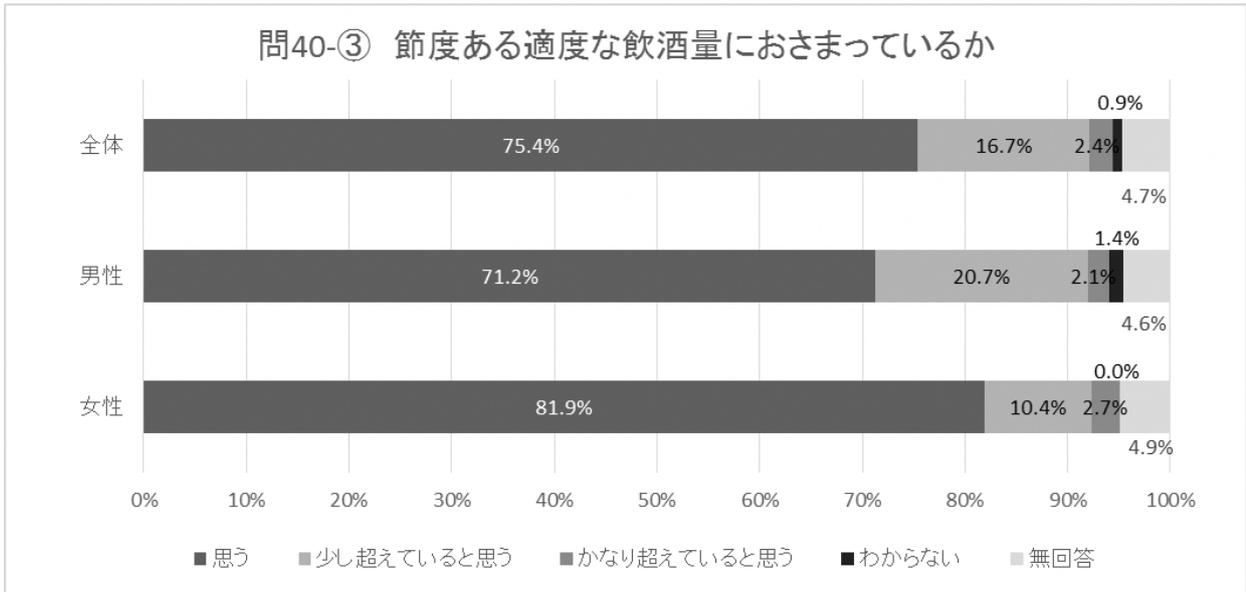
① あなたのお酒を飲む頻度はどれくらいですか。[1つを選ぶ]



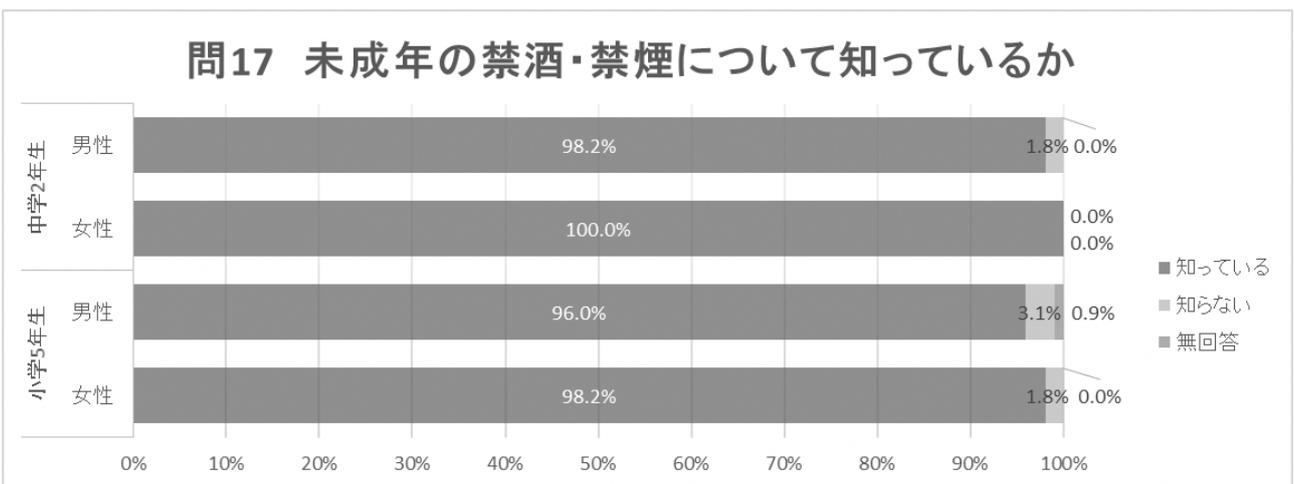
② あなたは、1日あたり、どれくらいの量を飲みますか。換算例を参考に日本酒に換算してお答えください。[1つを選ぶ]



③ あなたの飲酒は、節度ある適度な飲酒量におさまっていると思いますか。[1つを選ぶ]



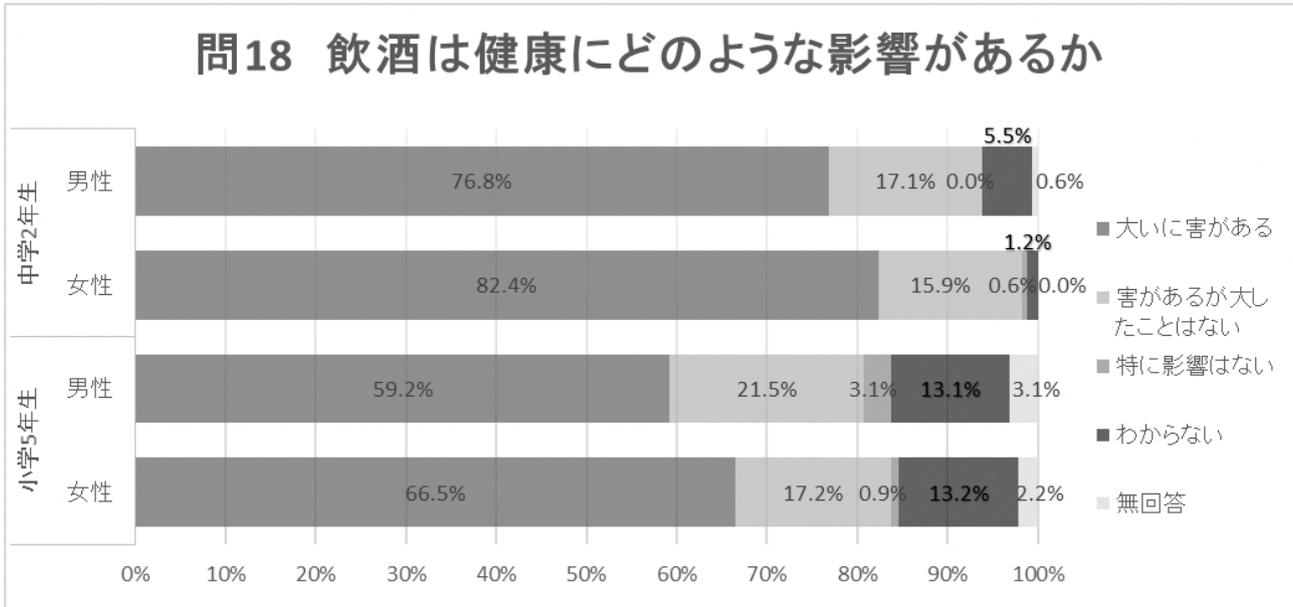
【再掲】(小中)問17: あなたは、未成年者(20歳未満)がお酒を飲むことやたばこを吸うことが法律で禁止されていることを知っていますか。[1つを選ぶ]



6-2. 飲酒による健康影響

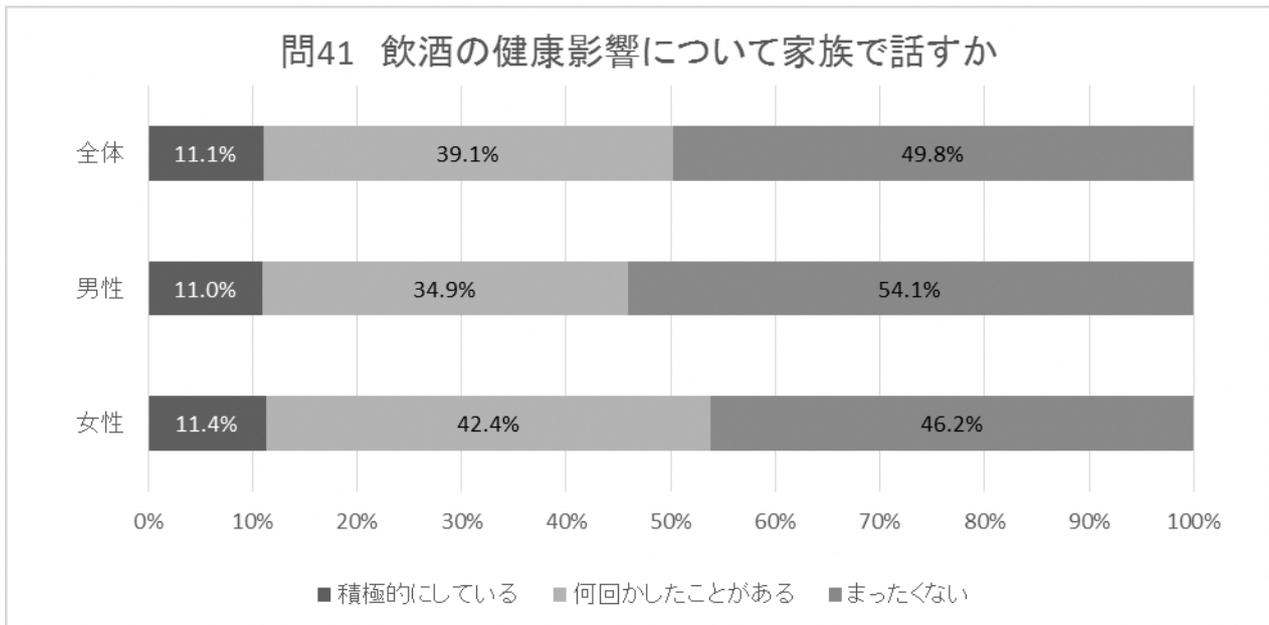
- ◆小学生の6割程度、中学生の8割程度が飲酒は健康に害があると認識している。
- ◆飲酒が健康に及ぼす影響について、家庭で話をしたことがある人は5割程度と、喫煙に比べると少ない。

(小中)問18：あなたは、お酒を飲むと健康に害があると思いますか。[1つを選ぶ]



(一般)問41：ご家族に、小・中学生や高校生のいる方のみにお聞きします。

あなたは、飲酒が健康に及ぼす影響について、ご家族で話をしていますか。[1つを選ぶ]

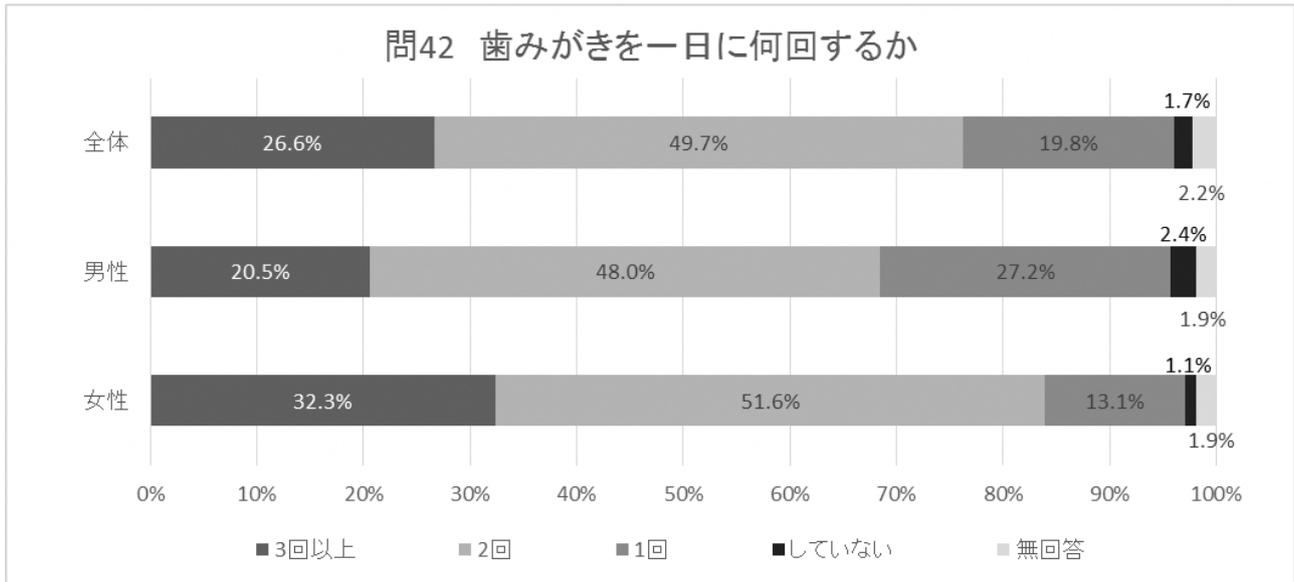


VII. 歯の健康

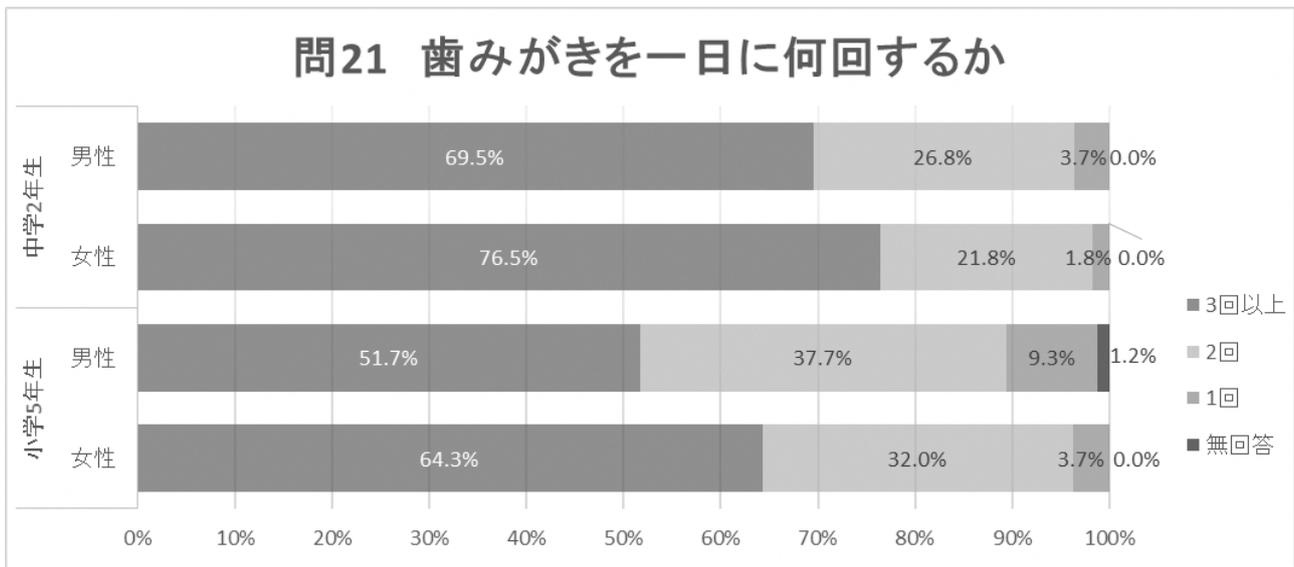
7-1. 歯磨きの回数

◆ほとんどの人が1日に1回以上歯磨きをしている。

(一般)問 42 : あなたは、歯磨きを一日に何回しますか。[1つを選ぶ]



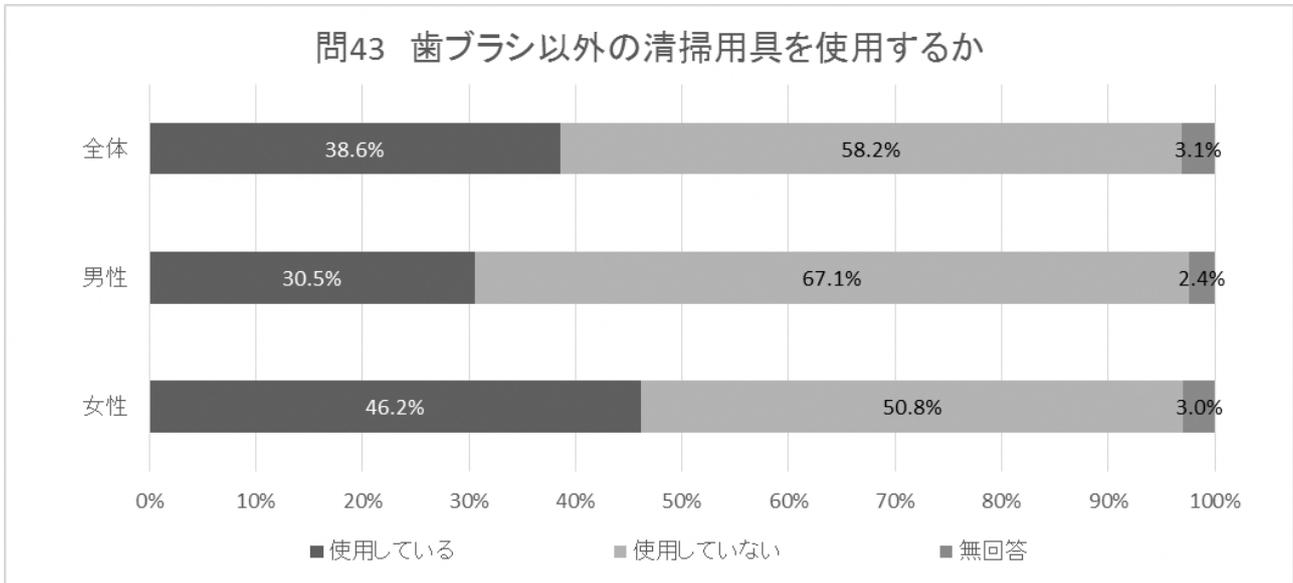
(小中)問 21 : あなたは、歯磨きを一日に何回しますか。[1つを選ぶ]



7-2. 歯ブラシ以外の清掃用具

◆歯ブラシ以外の清掃用具を使用する人は3割程度いる。

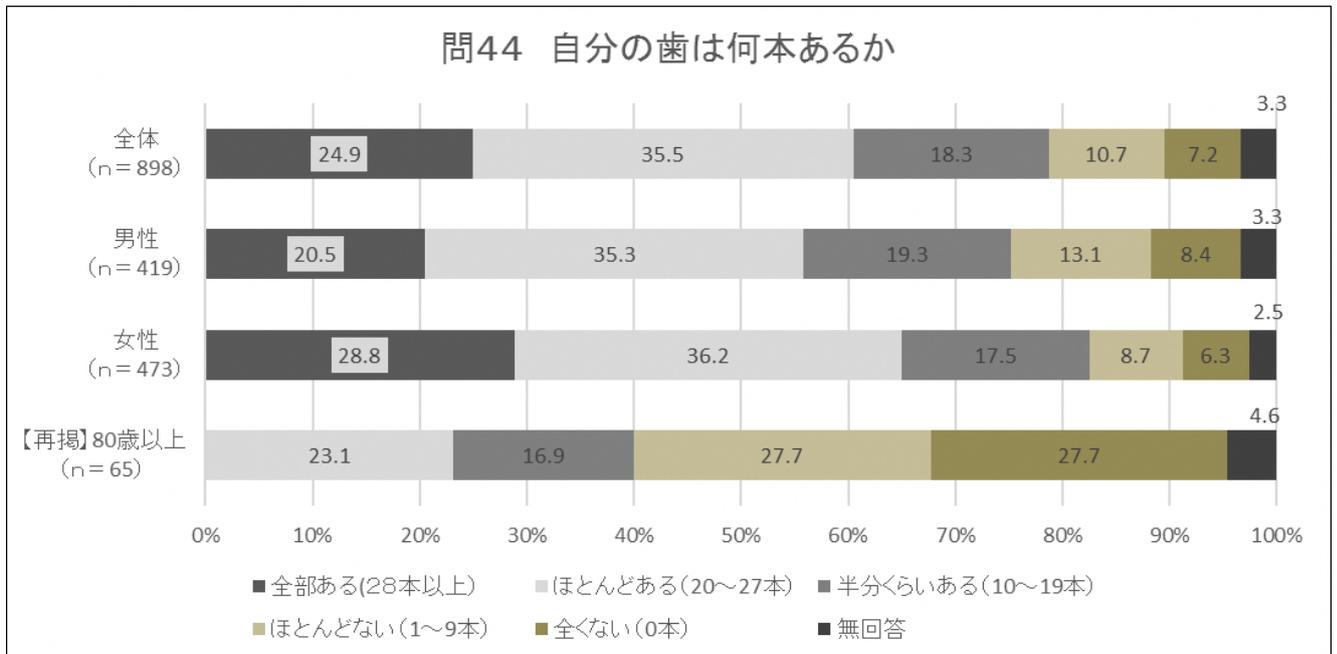
(一般)問43：あなたは、歯をみがくとき、歯ブラシ以外の清掃用具（フロス、歯間ブラシ等）を使用しますか。[1つを選ぶ]



7-3. 現在の歯の数

◆20本以上自分の歯がある人は6割程度いる。

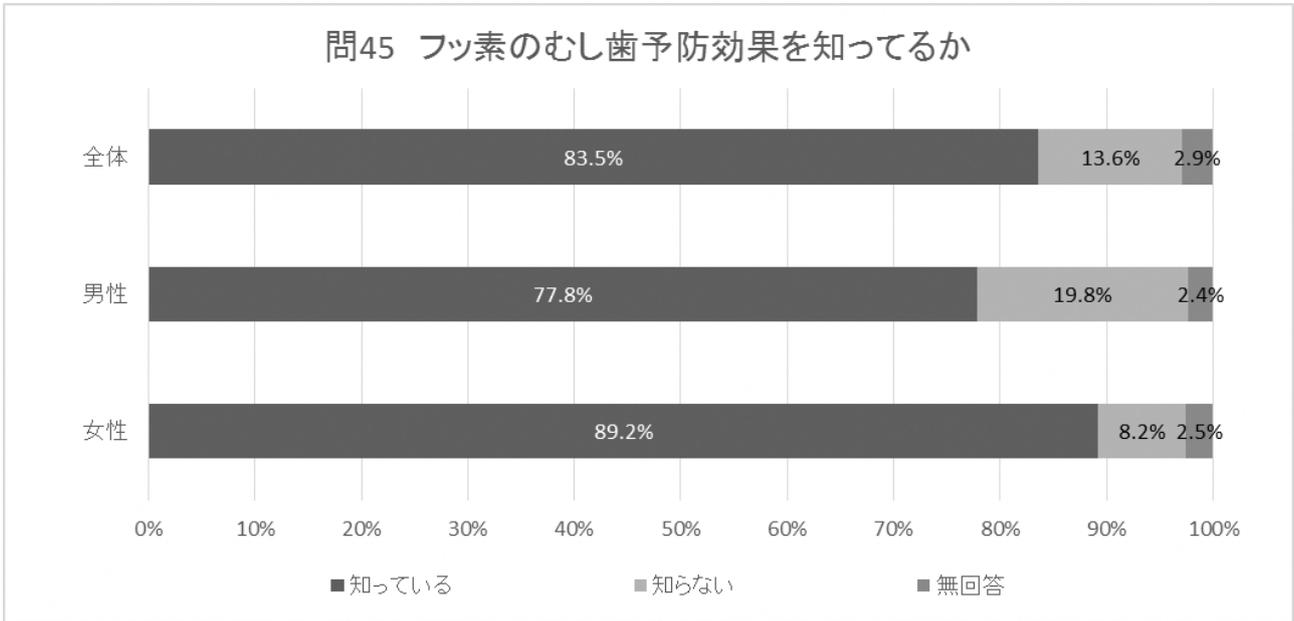
(一般)問44：現在、あなたの歯（入れ歯、差し歯でないもの）は何本ありますか。[1つを選ぶ]



7-4. フッ素効果の認知度

◆フッ素のむし歯予防効果を知っている人は8割程度いる。

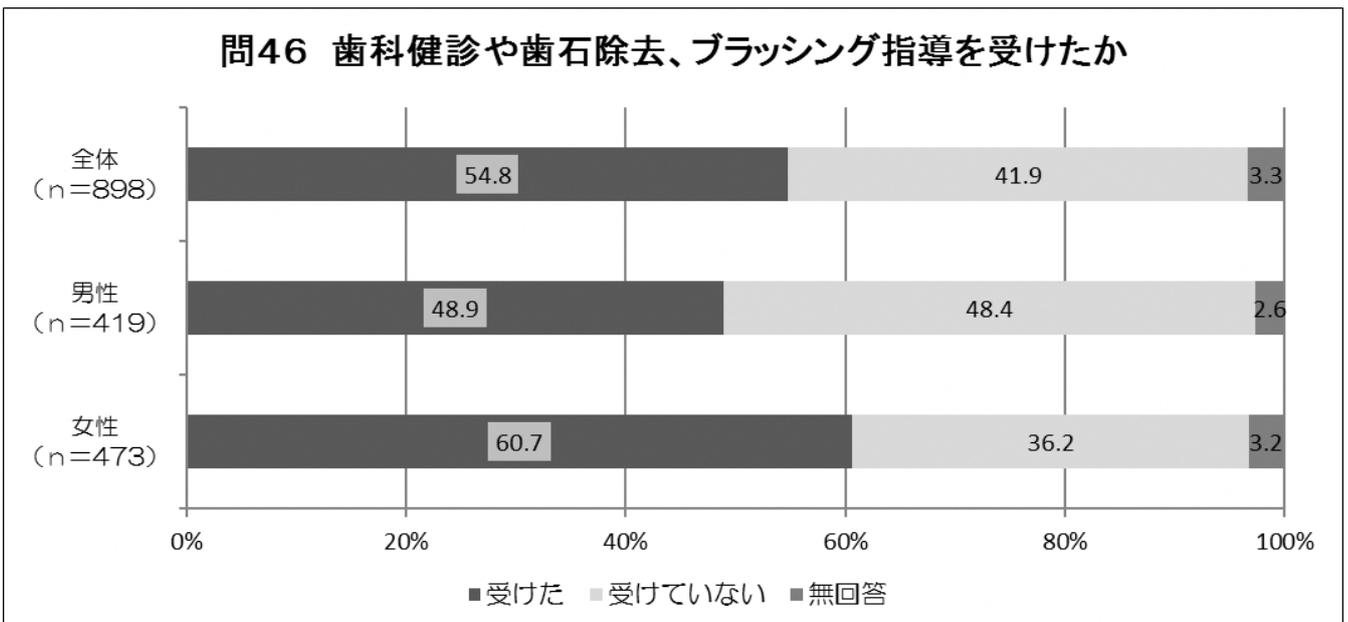
(一般)問 45：あなたは、フッ素がむし歯予防に効果があることを知っていますか。[1つを選ぶ]



7-5. 歯科健診等の受診割合

◆歯科健診等の受診者は5割程度いる。

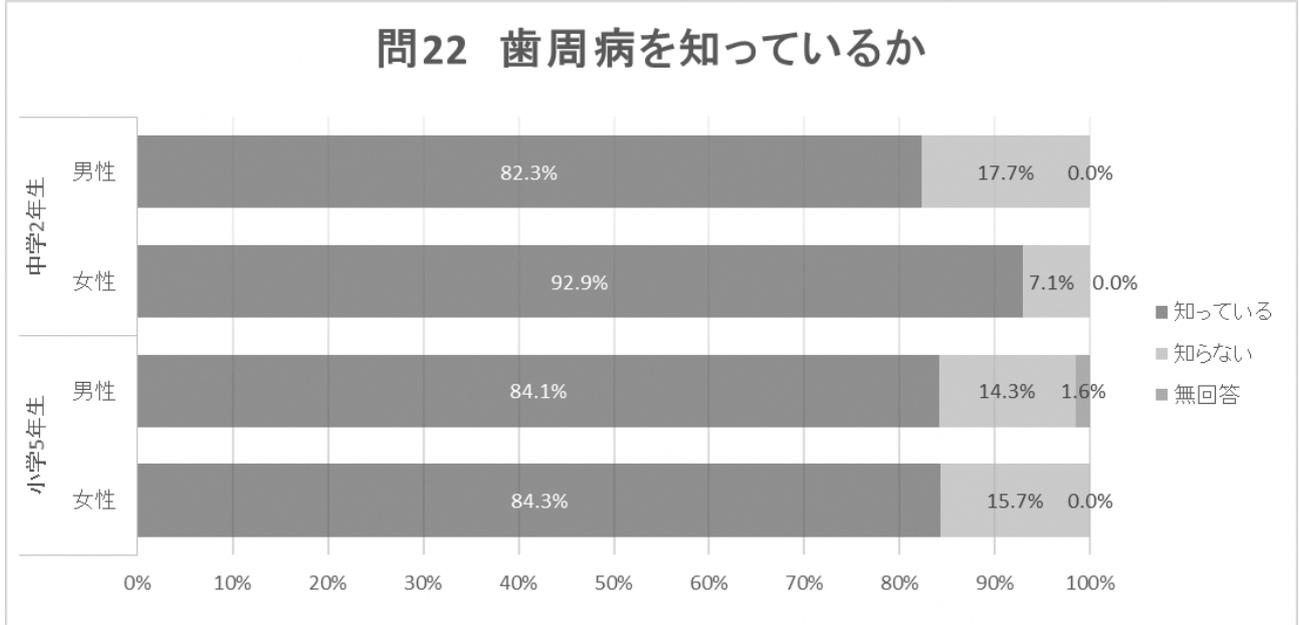
(一般)問 46：あなたは、この1年間に歯科健診や歯石除去、ブラッシング指導を受けましたか。[1つを選ぶ]



7-6. 児童・生徒の歯周病認知度

◆歯周病を知っている小中学生は8割以上いる。

(小中)問22：あなたは、歯周病を知っていますか。[1つを選ぶ]

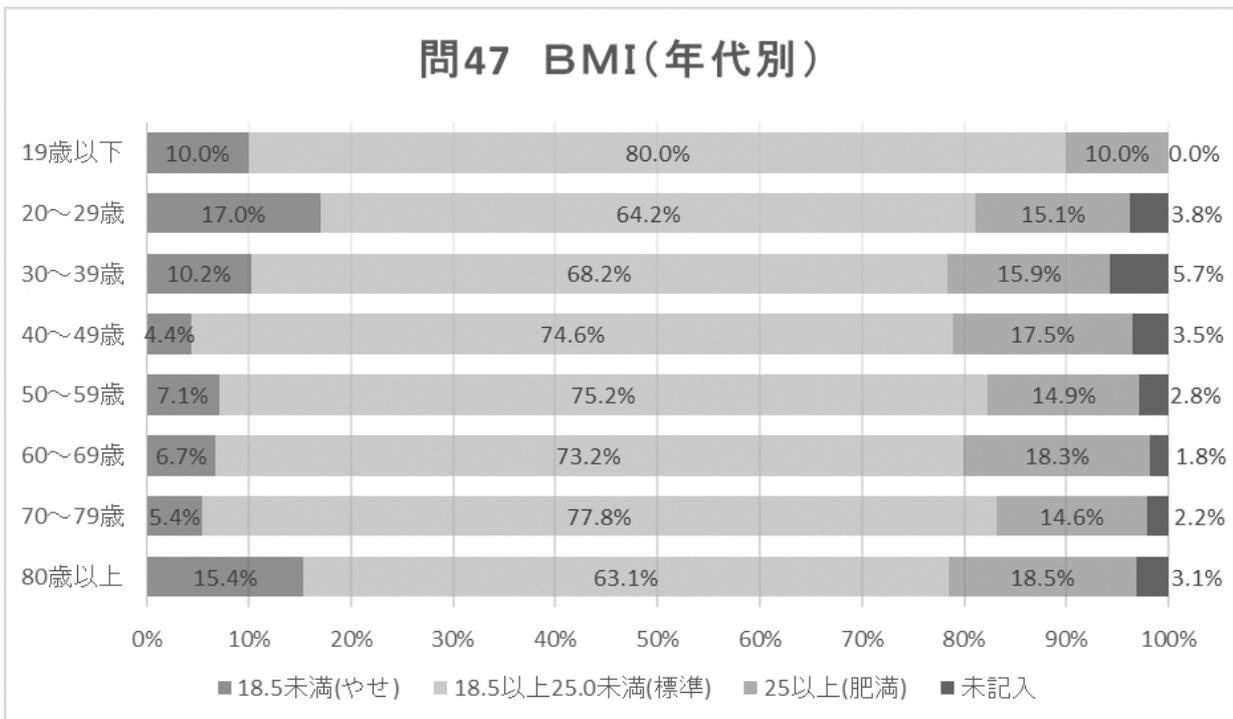
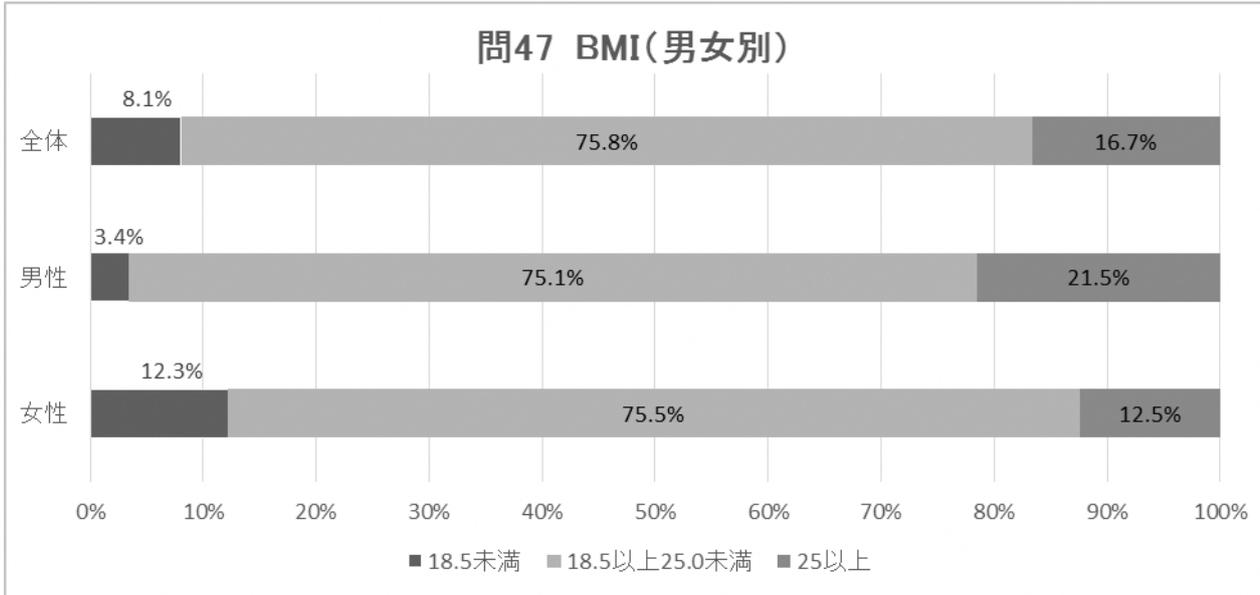


VIII. 健康づくり

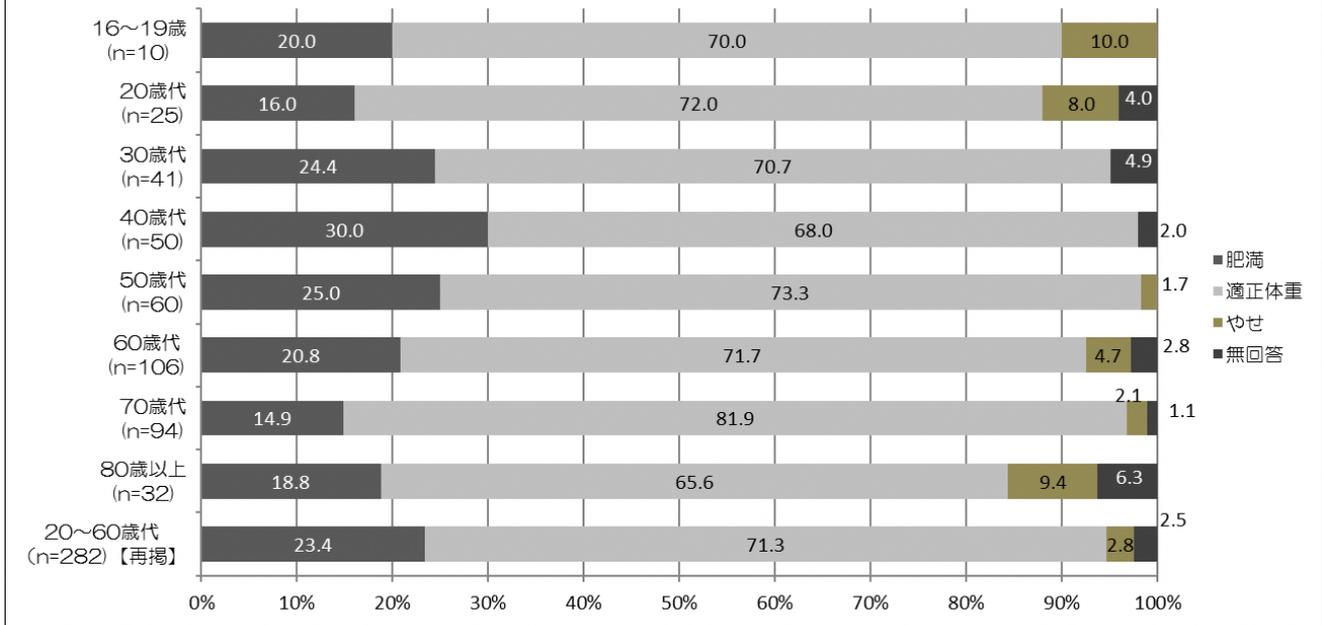
8-1. BMI

◆BMIが標準の範囲にある人は7割以上いる。

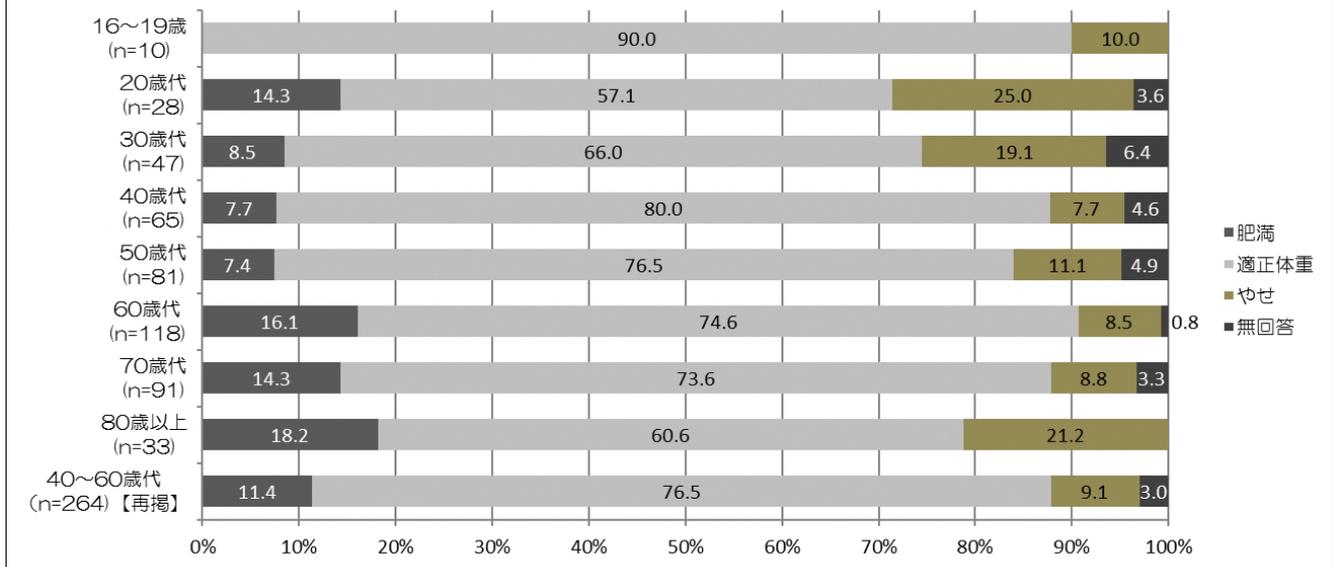
(一般)問47：あなたの身長と体重をご記入ください。おおよそで結構です。



問47 BMI(男性)



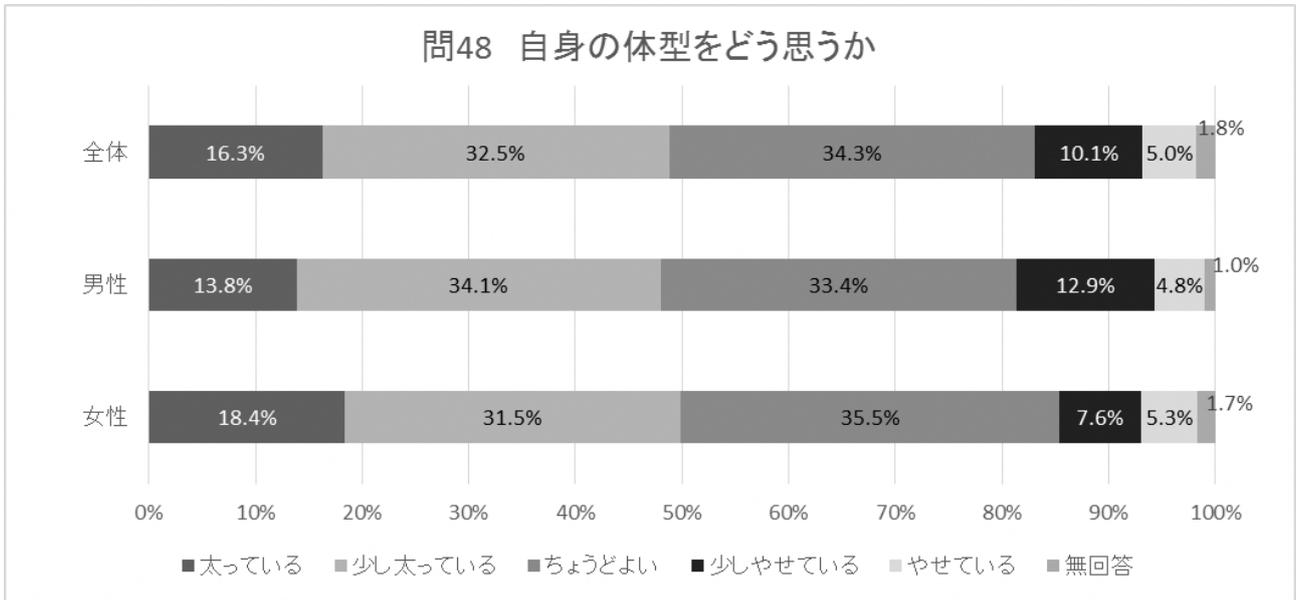
問47 BMI(女性)



8-2. 自分の体型の認識

◆5割程度の人が自分を太っていると思っている。

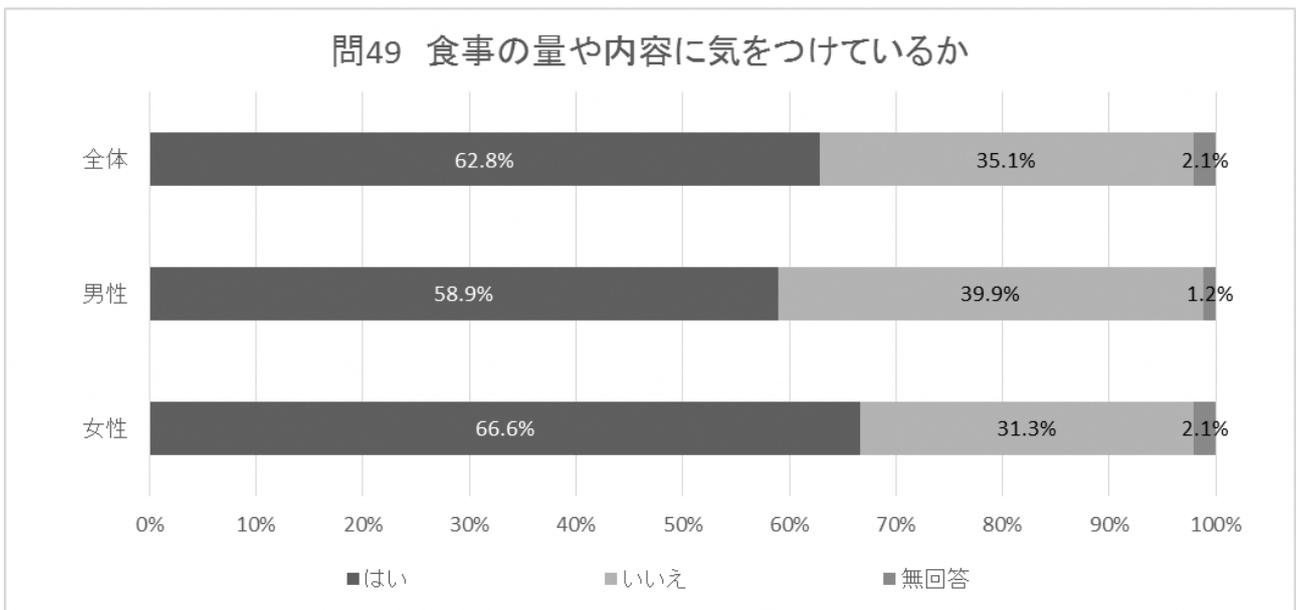
(一般)問 48：あなたは、ご自身の体型をどう思いますか。[1つを選ぶ]



8-3. 適正体重への意識

◆適正体重を保つために食事量等に気をつけている人は6割程度。

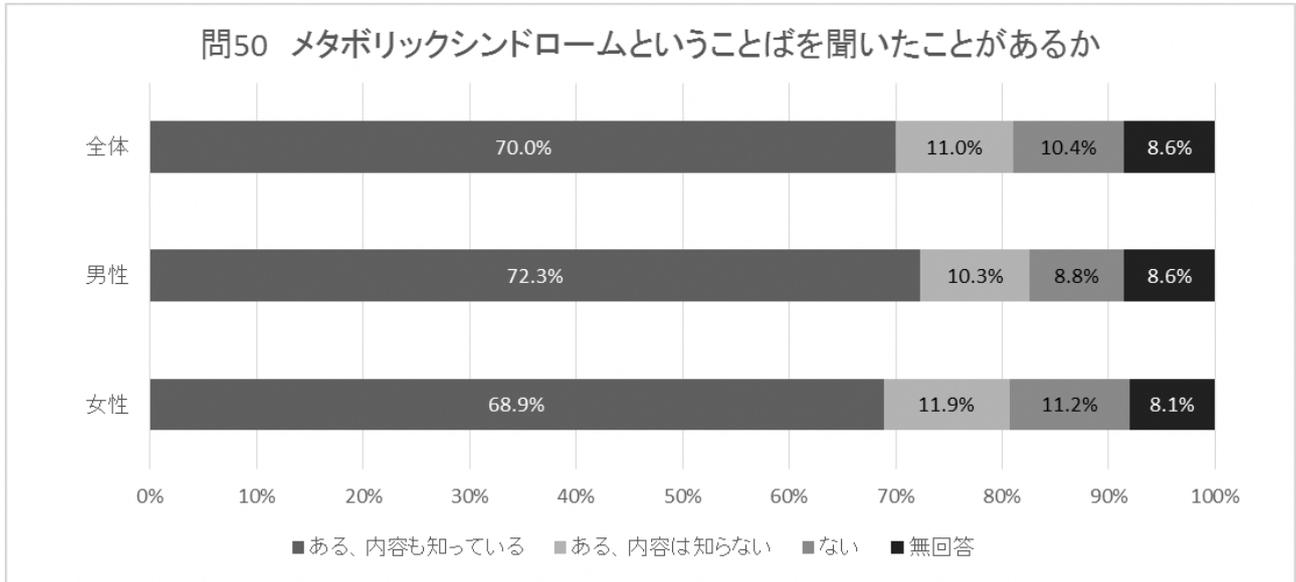
(一般)問 49：あなたは、適正な体重を保つため、食事の量や内容に気をつけて食べていますか。
[1つを選ぶ]



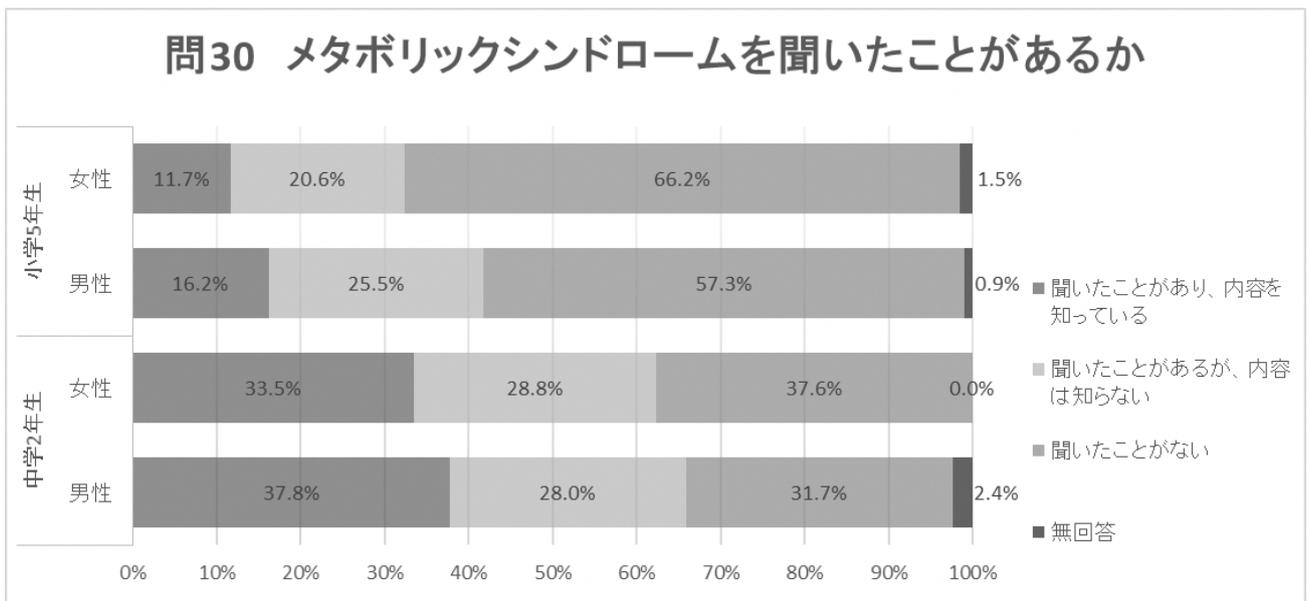
8-4. 「メタボリックシンドローム」の認知度

◆メタボリックシンドロームという言葉やその内容を知っている人は、16歳以上で7割程度、小学生は1割以上、中学生では3割以上

(一般)問 49：あなたは、「メタボリックシンドローム」ということばを聞いたことがありますか。
[1つを選ぶ]



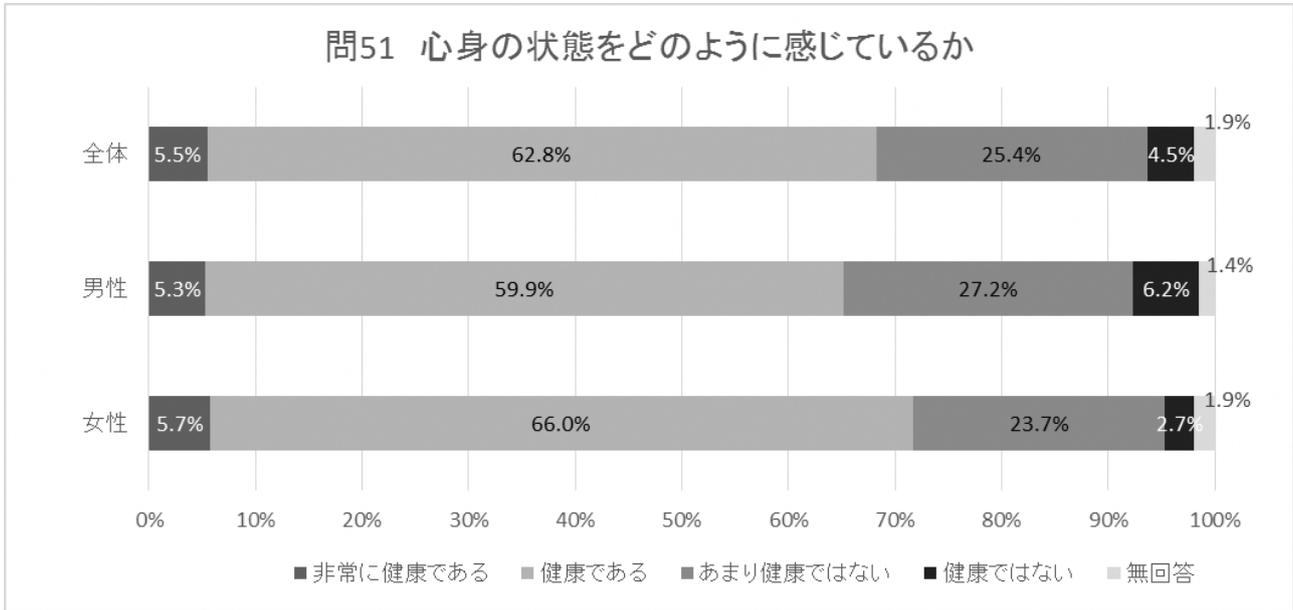
(小中)問 30：あなたは、「メタボリックシンドローム」ということばを聞いたことがありますか。
[1つを選ぶ]



8-5. 自分の健康状態の把握

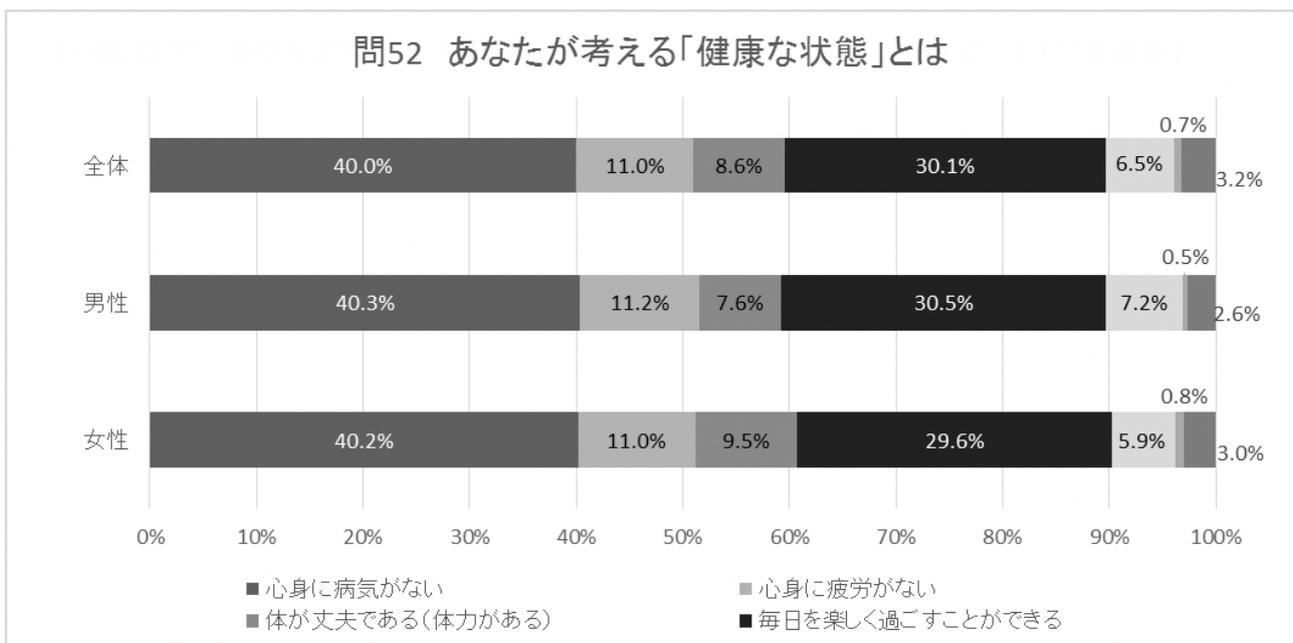
◆自身を健康だと感じている人は7割程度。

(一般)問 51：あなたは、病気や障がいの有無に関わらず、ご自分の心身の状態をどのように感じていますか。[1つを選ぶ]



8-6. 自分が考える「健康な状態」

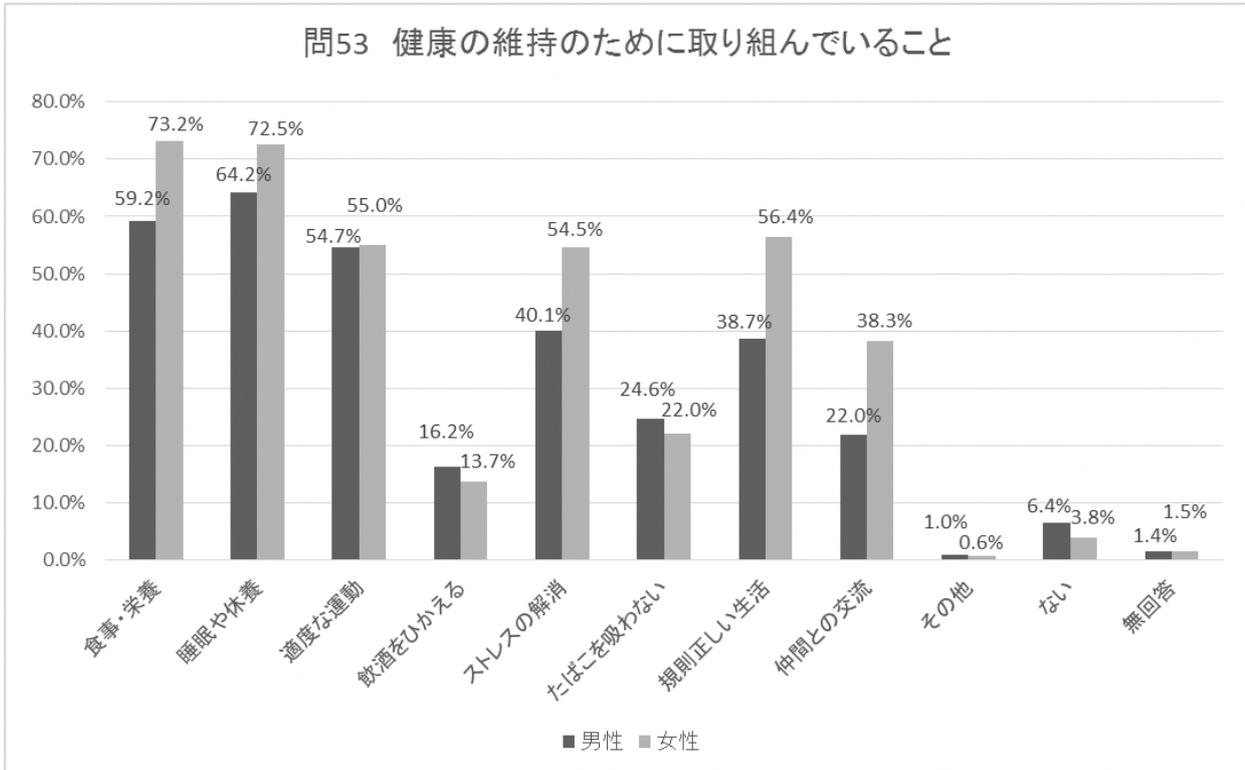
◆健康な状態とは、心身に病気がないことだと考える人が4割、毎日を楽しく過ごすことができることだと考える人が3割程度。



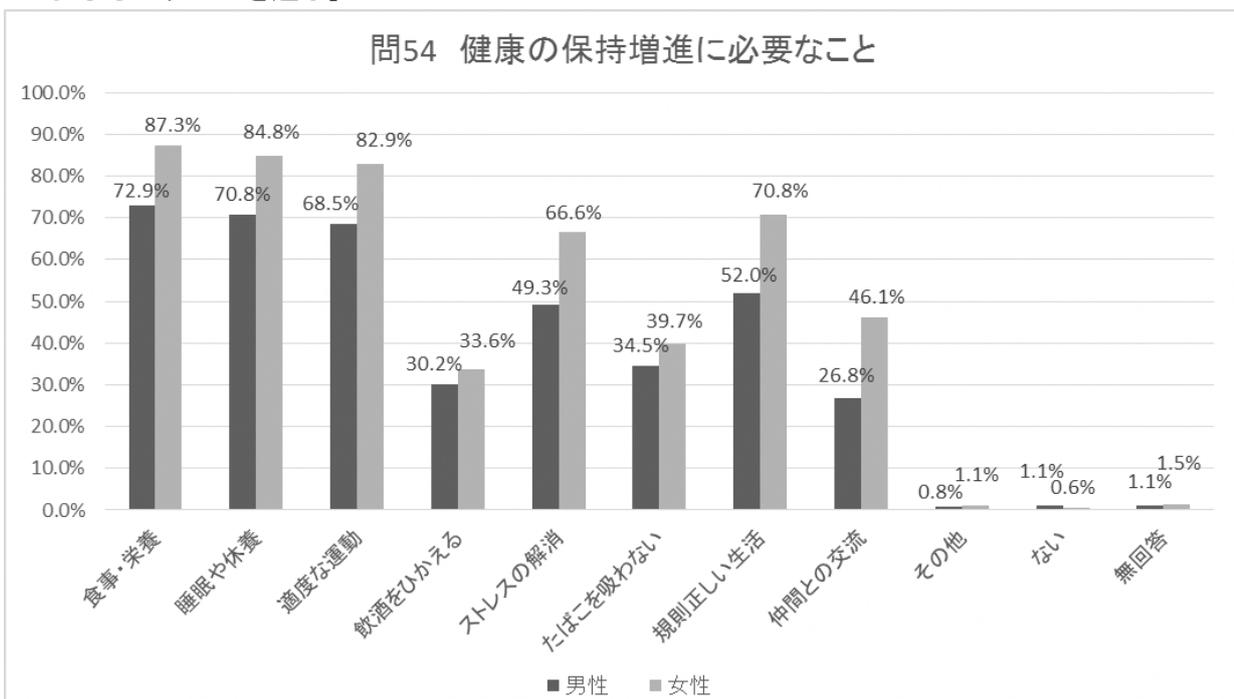
8-7. 病気予防・健康維持

◆病気の予防や健康の維持のために取り組んでいることは、「食事・栄養」、「睡眠や休養」、「適度な運動」、「ストレス解消・気分転換」、「規則正しい生活」が多く、健康の保持増進に必要と思うことも同様。

(一般)問 53：あなたは、病気の予防や健康の維持のために、日ごろ取り組んでいることは何ですか。[あてはまるものすべてを選ぶ]



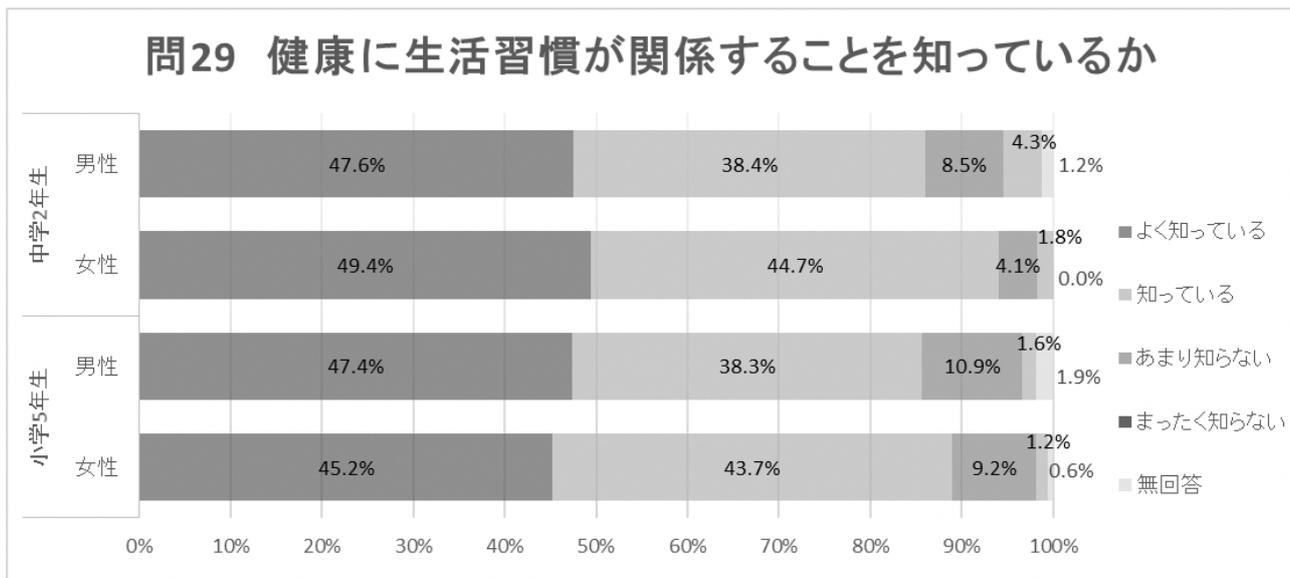
(一般)問 54：あなたは、健康の保持増進に必要なことはどのようなことだと思いますか。[あてはまるものすべてを選ぶ]



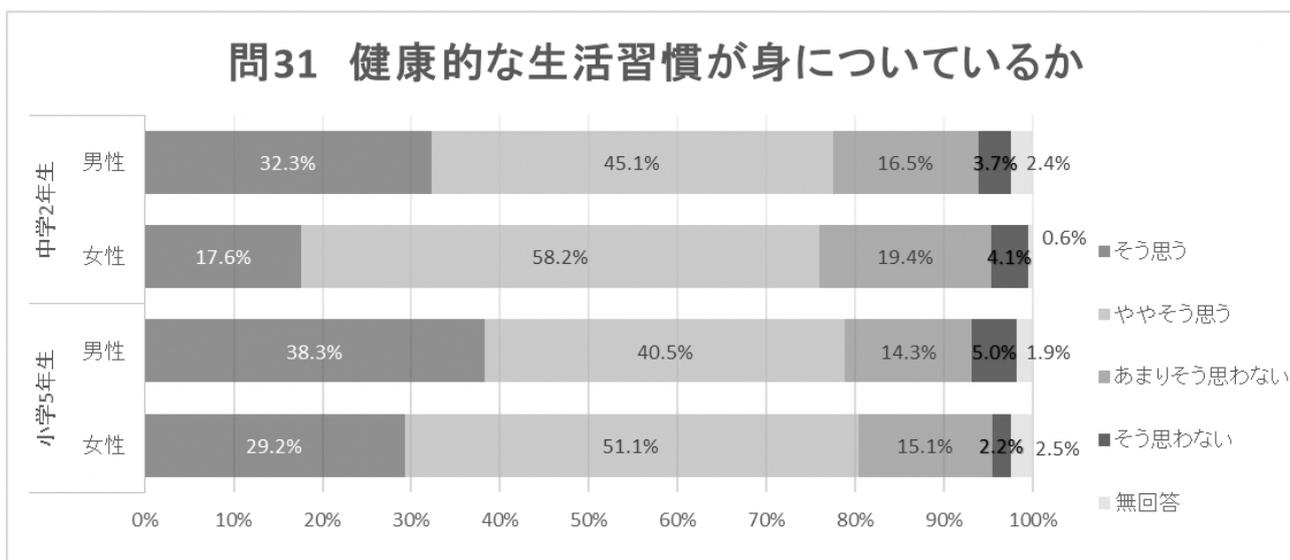
8-8. 小中学生の心身の健康

- ◆小・中学生は、心身の健康に生活習慣が関係していることを8割以上が認識。
- ◆健康的な生活習慣が身についているとする人が8割程度、身につけていないとする人は、睡眠や休養、運動を見直したいと思っている人が多い。
- ◆毎日の生活が楽しいと感じている人は、中学生は9割近いが、小学生は8割を下回っている。

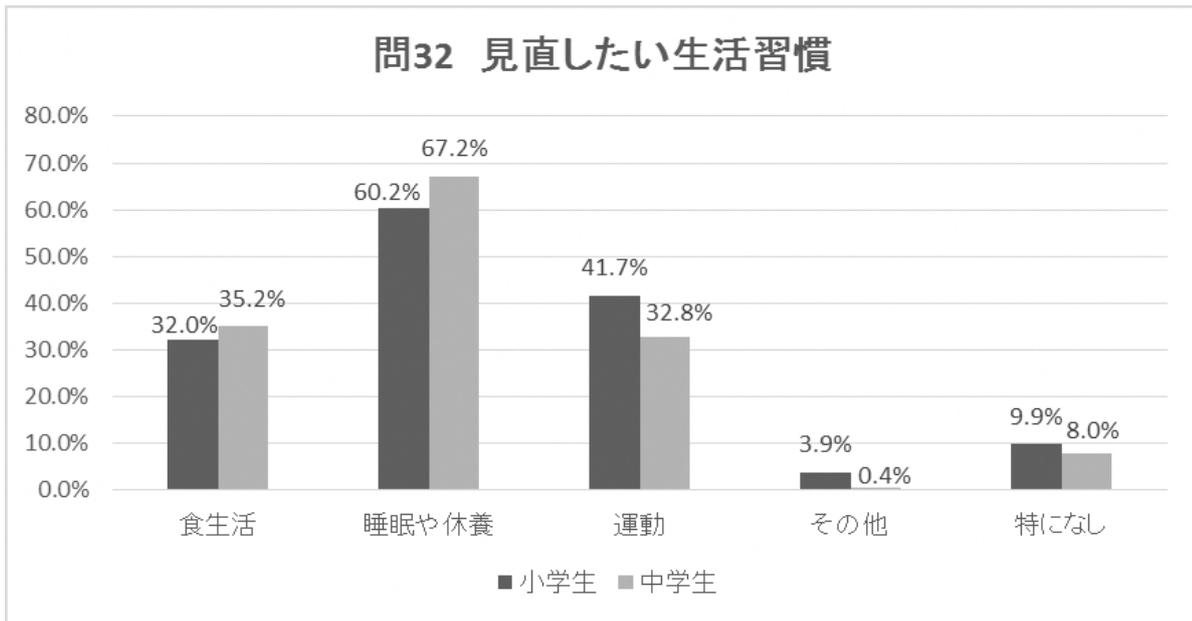
(小中)問 29：あなたは、心身の健康には、食生活、運動、休養（睡眠）などの生活習慣が深く関係していることを知っていますか。[1つを選ぶ]



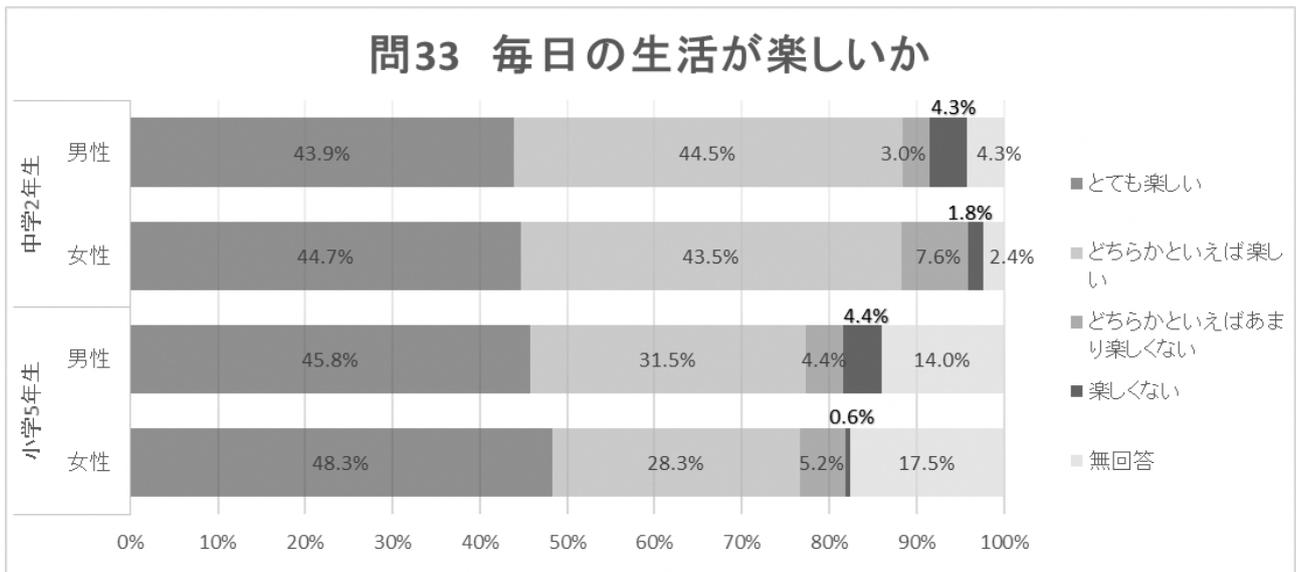
(小中)問 31：あなたは、健康的な生活習慣が身についていると思いますか。[1つを選ぶ]



(小中)問 32 : あなたが見直したいと思う自分の生活習慣は何ですか。[あてはまるものすべてを選ぶ]



(小中)問 33 : あなたは、毎日の生活が楽しいですか。[1つを選ぶ]

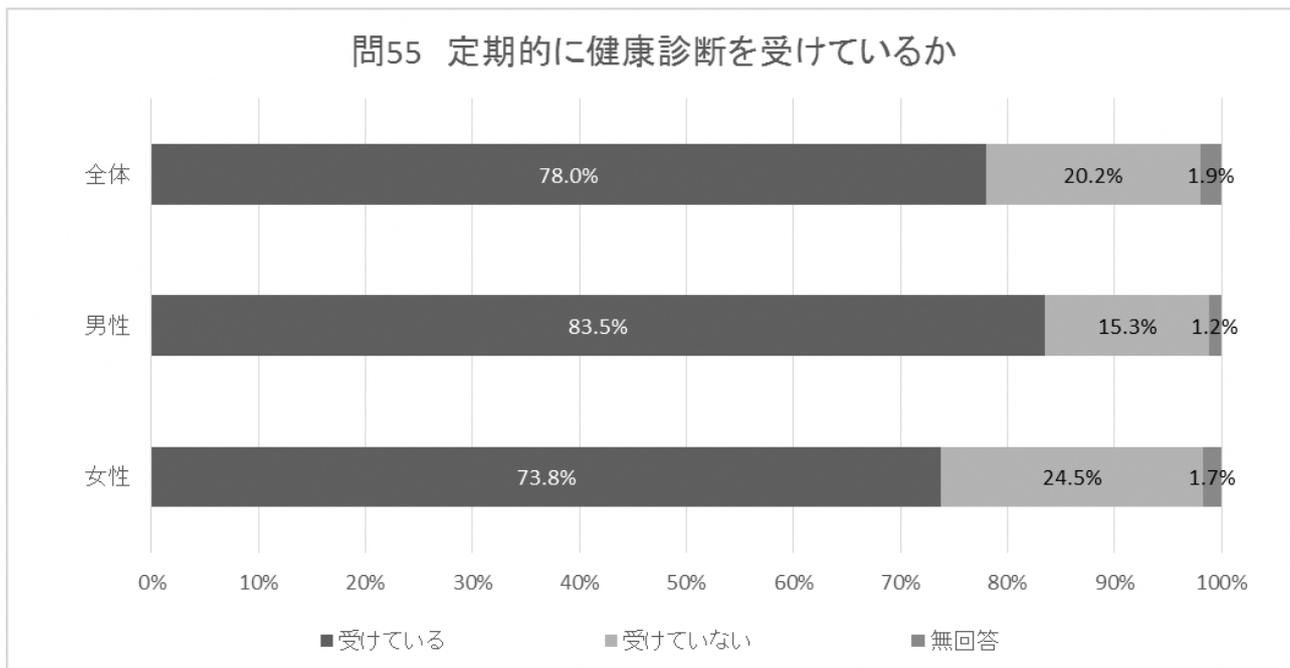


8-9. 健康診断の状況

◆定期的に健康診断を受けているのは7割、そのうち医療機関を受診するよう指導されたのが5割で、そのうち8割程度が医療機関を受診又は保健指導を受けている。

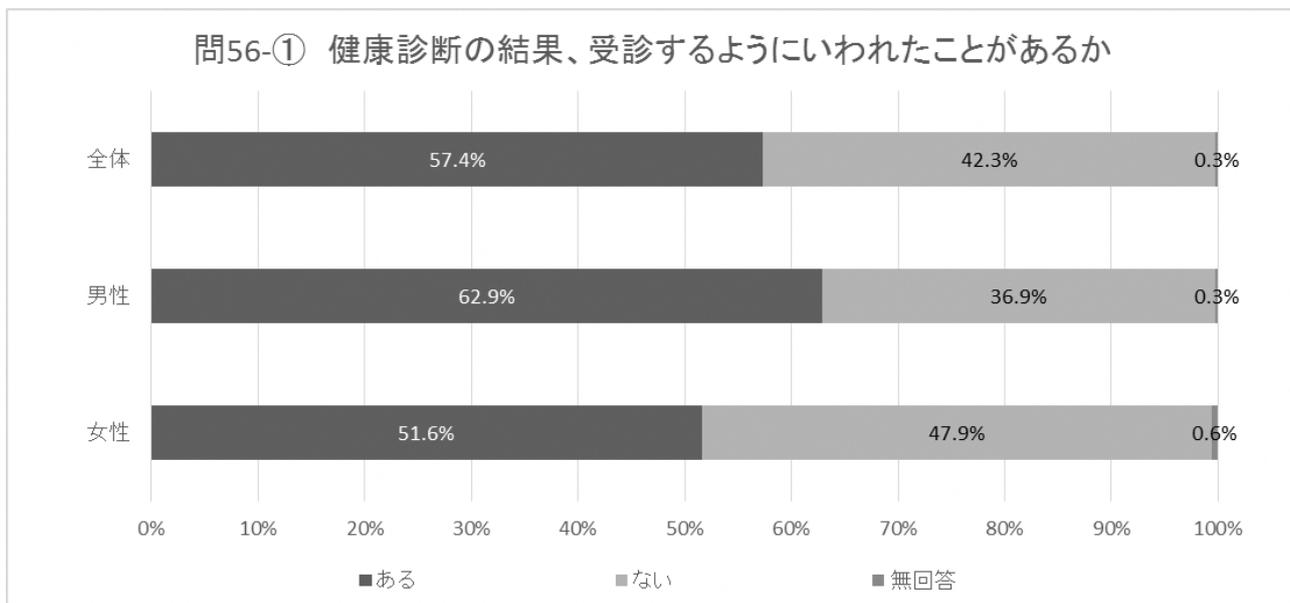
◆健康診断を受けていない理由は、「自覚症状がないから」、「めんどうだから」、「どこで受けたらよいかわからないから」という人が多い。

(一般)問 55：あなたは、定期的に健康診断（特定健康診査・健康診査、職場・学校での健康診断、人間ドックなど）を受けていますか（歯科健診を除く）。[1つを選ぶ]



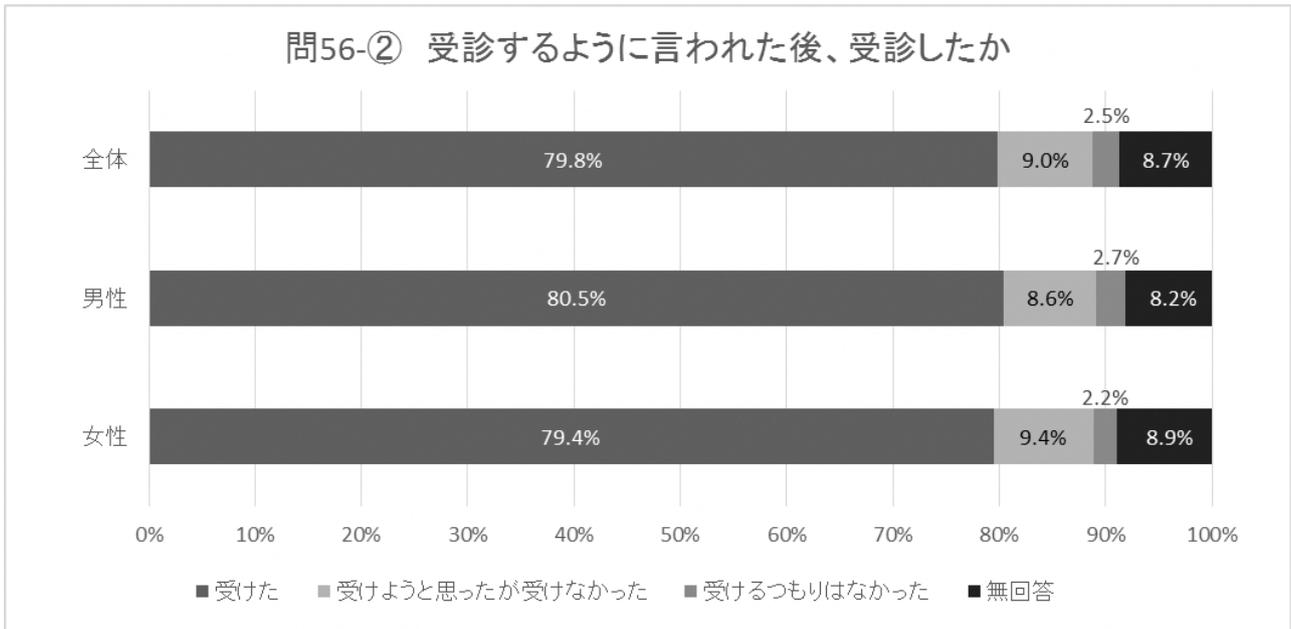
(一般)問 56：問 55 で「受けている」と答えた方にお聞きします。

① これまで、健康診断の結果、医療機関で受診するよういわれたことがありますか。[1つを選ぶ]



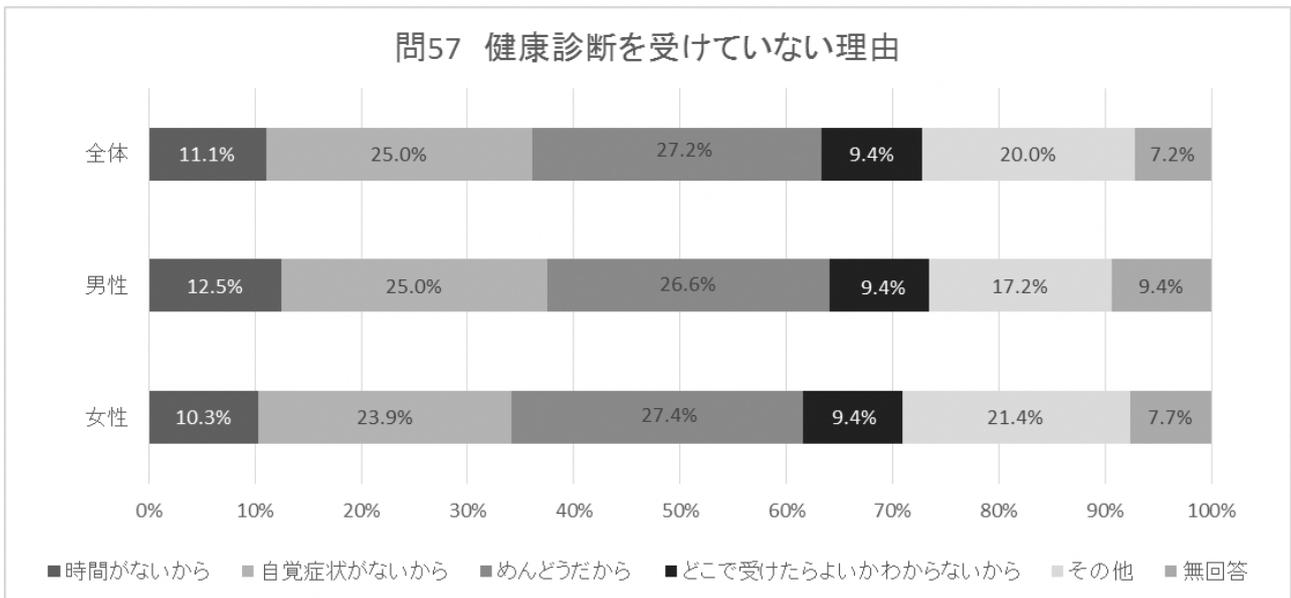
② ①で「1. ある」と答えた方にお聞きします。

その際、医療機関を受診したり、保健指導を受けましたか。[1つを選ぶ]



(一般)問57：問55で「2. 受けていない」と答えた方にお聞きします。

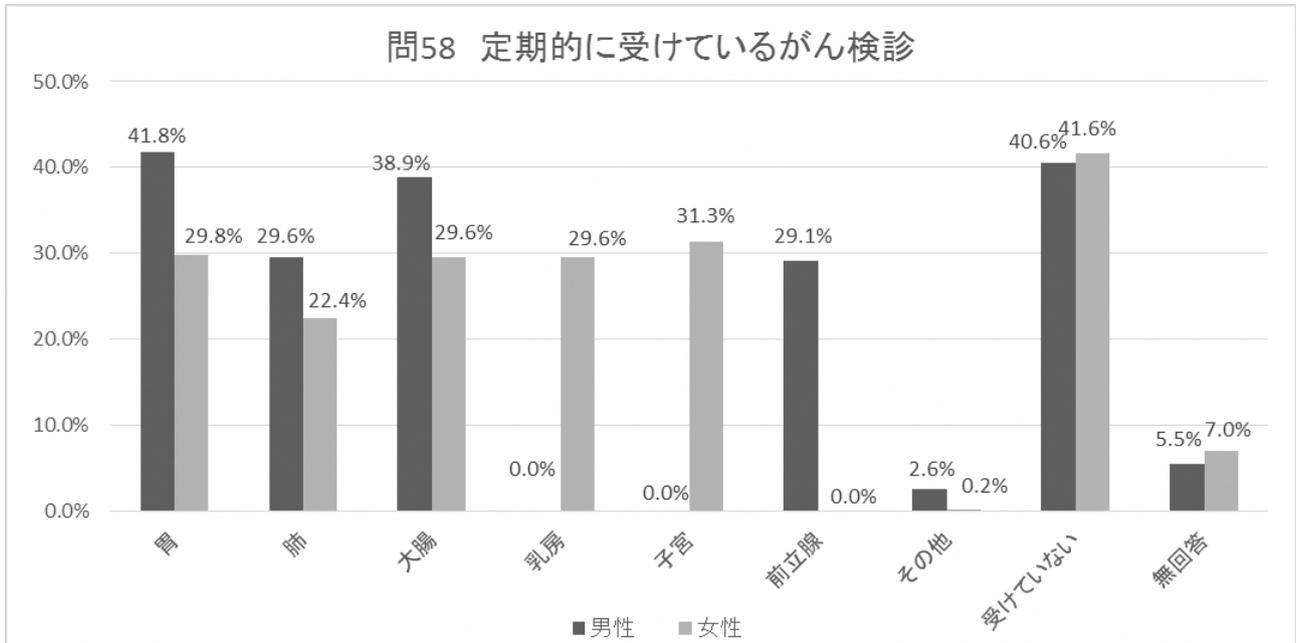
受けていない理由は何ですか。[1つを選ぶ]



8-10. がん検診の状況

◆がん検診を定期的を受けていない人は4割程度いる。

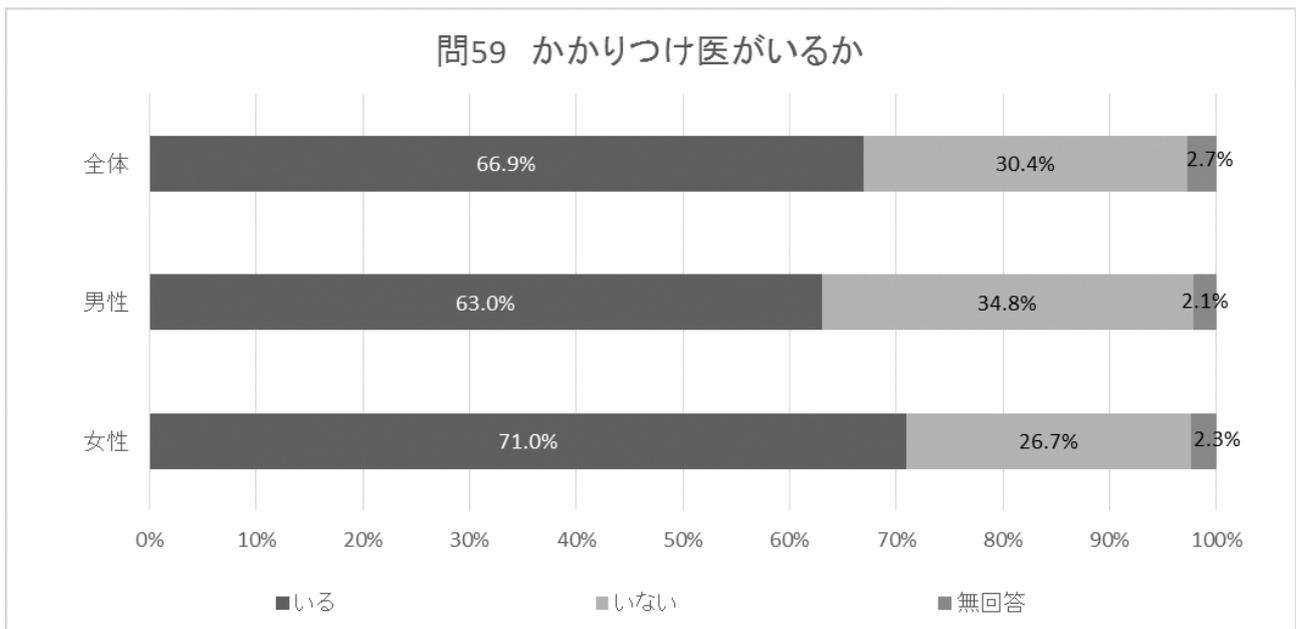
(一般)問58：あなたは、1年から2年に1度のペースで受けている「がん検診」がありますか（人間ドック等を含む）。[あてはまるものすべてを選ぶ]



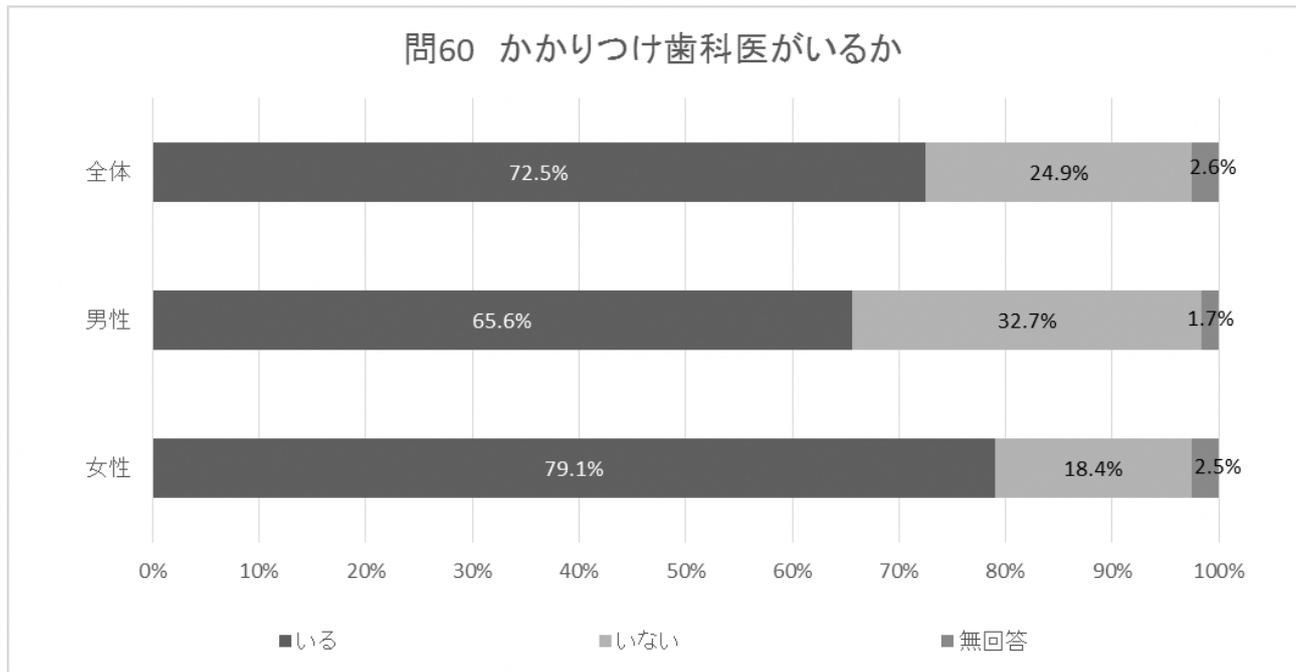
8-11. かかりつけ医療機関等の有無

◆かかりつけ医・かかりつけ歯科医がいる人は7割前後、かかりつけ薬局がある人は4割程度。

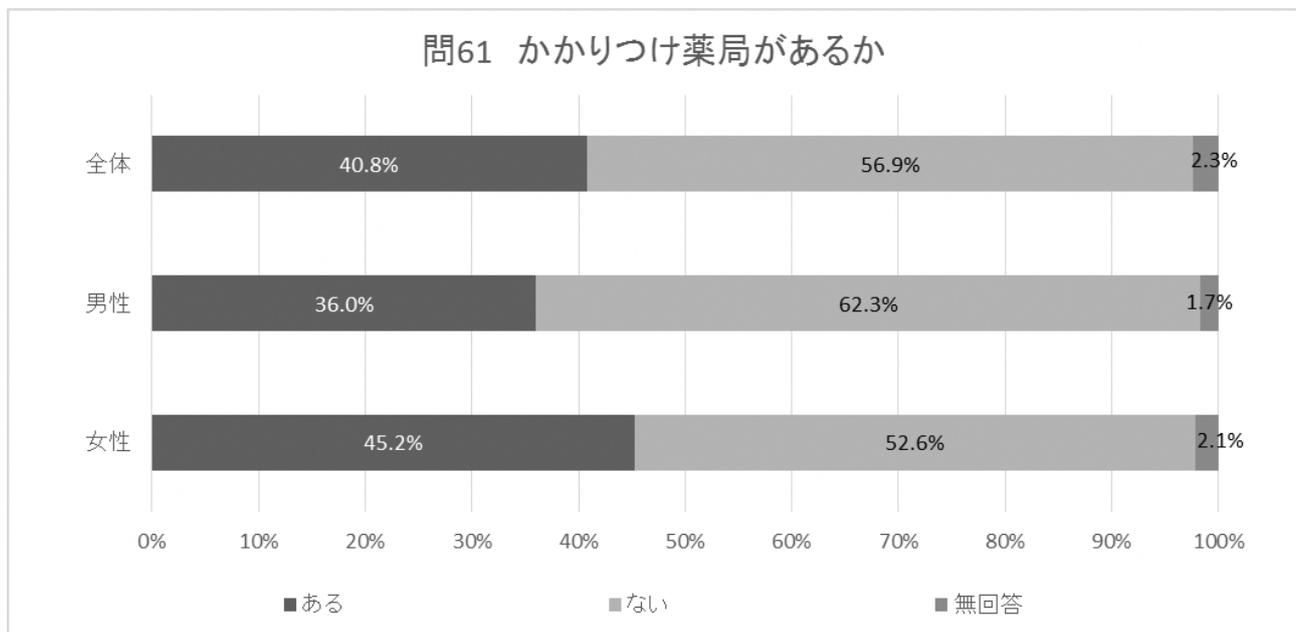
(一般)問59：あなたには、「かかりつけ医」がいますか。[1つを選ぶ]



(一般)問 60 : あなたには、「かかりつけ歯科医」がいますか。[1つを選ぶ]



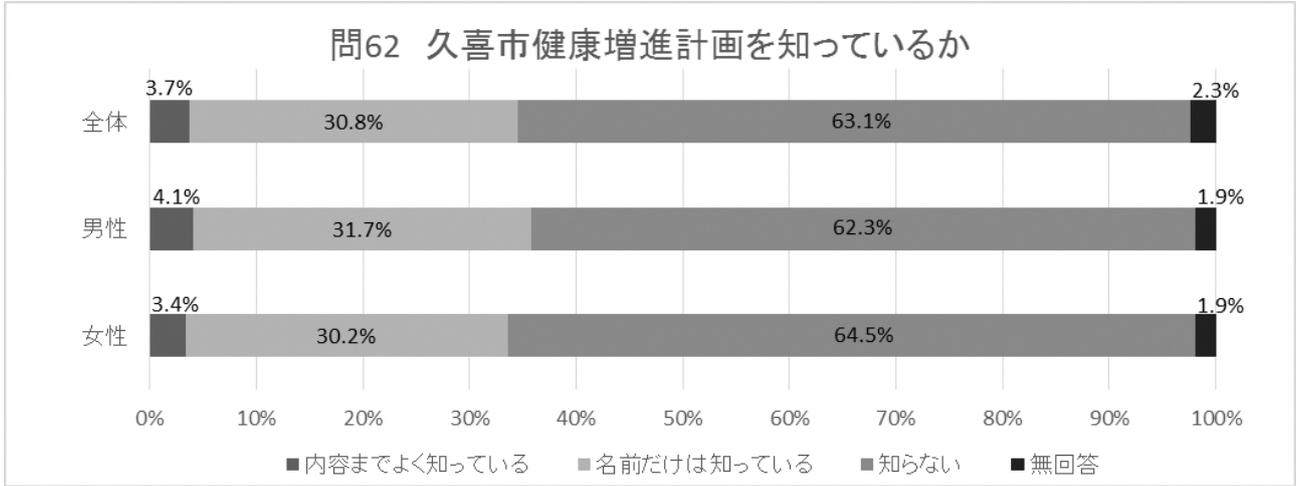
(一般)問 61 : あなたには、「かかりつけ薬局」がありますか。[1つを選ぶ]



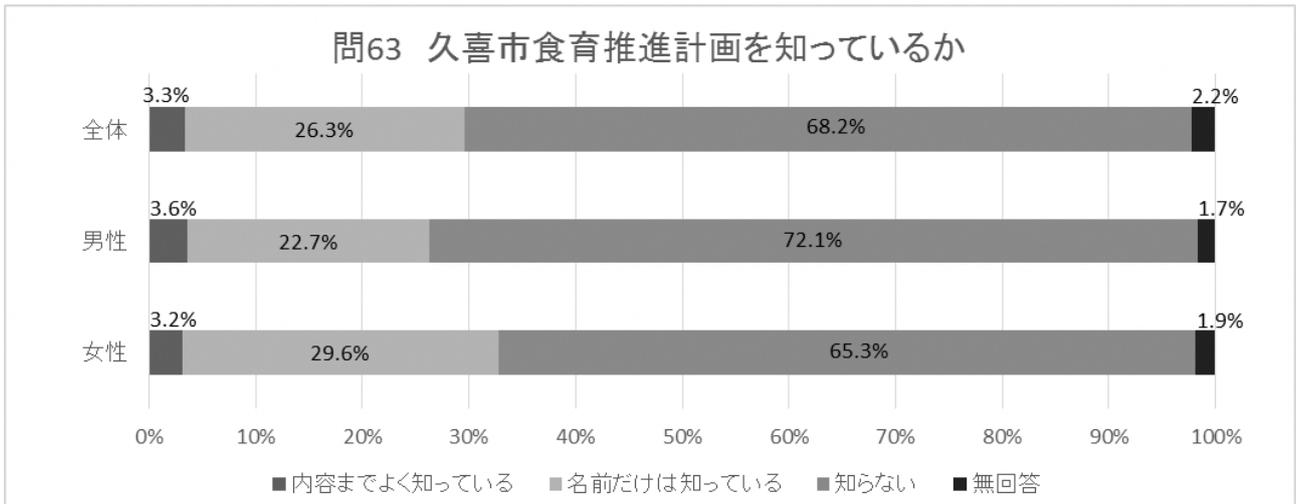
8-12. 計画等の認知度

- ◆計画を知らない人は6割以上、内容までよく知っている人は5%に満たない。
- ◆健康・食育まつりを知らない人は6割以上、参加したことのある人は5%程度に留まった。

(一般)問 62：久喜市健康増進計画を知っていますか。



(一般)問 63：久喜市食育推進計画を知っていますか。



(一般)問 64：久喜市健康・食育まつりを知っていますか。

