

健康づくりと食育に関するアンケート 調査報告書

令和3年12月

玉村町

健康づくりと食育に関するアンケート調査報告書 目次

I 調査の概要	P.3
1、調査の目的	P.3
2、調査の設計	P.3
3、報告書をみるにあたって	P.3
II 回答者の属性	P.4～5
1、性別	P.4
2、年齢	P.4
3、職業	P.5
4、家族構成	P.5
III 調査結果	P.6～71
1、健康について	P.6
2、食生活について	P.12
3、休養、心の健康について	P.31
4、歯と口の健康について	P.39
5、酒、たばこについて	P.44
6、生活習慣病、がんについて	P.54
7、身体活動（運動、行動）について	P.57
8、健康づくりについての要望	P.66
IV 調査結果からみた考察（現状と課題）	P.72～76

資料：調査票

I 調査の概要

1、調査の目的

本調査は、町民の健康づくりや食育に対する意識や関心、日ごろの生活状況等を把握し、第2次健康増進計画・食育推進計画の中間評価のための基礎資料とすることを目的に実施している。

2、調査の設計

調査地域	玉村町全域
調査対象	玉村町に居住する20歳から65歳の男女個人（令和3年3月1日時点）
標本数	1,200人
抽出方法	住民基本台帳にもとづく単純無作為抽出
回収数	384人（有効回収率32.0%）
調査方法	郵送調査法
調査時期	令和3年4月～5月

3、報告書を見るにあたって

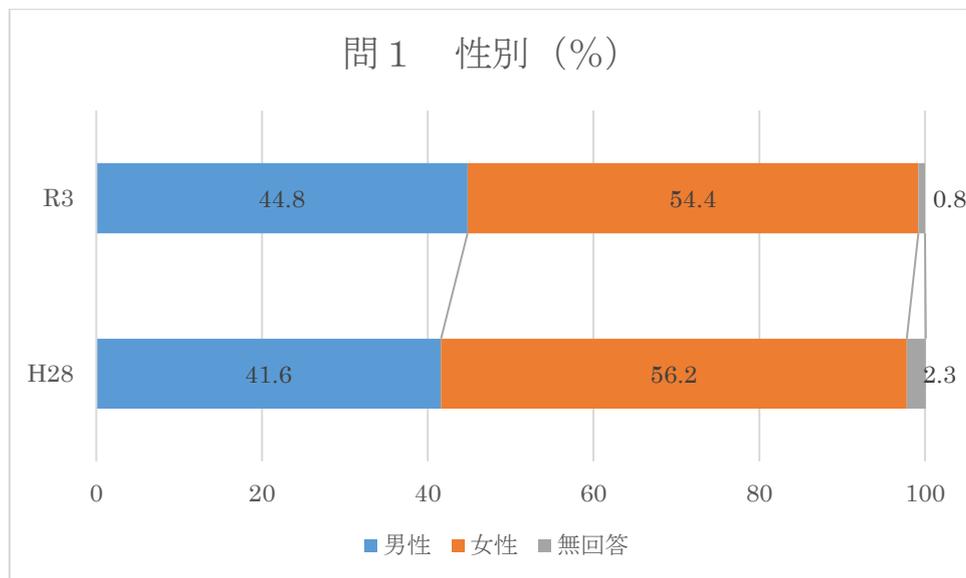
- ・集計は小数点第2位を四捨五入している。従って、回答比率が100%とならない場合がある。
- ・2つ以上の回答を要する（複数回答）質問の場合、その回答比率の合計は100%を超える場合がある。
- ・記述が不明瞭なもの、選択できる数を超えて回答しているもの等に関しては、エラーとする。
- ・本調査は、第2次健康増進計画・食育推進計画の中間評価の基礎資料とすることを目的にしているため、計画の策定時に実施した調査結果も比較対象として併記する。

Ⅱ 回答者の属性

(調査票 問1～4)

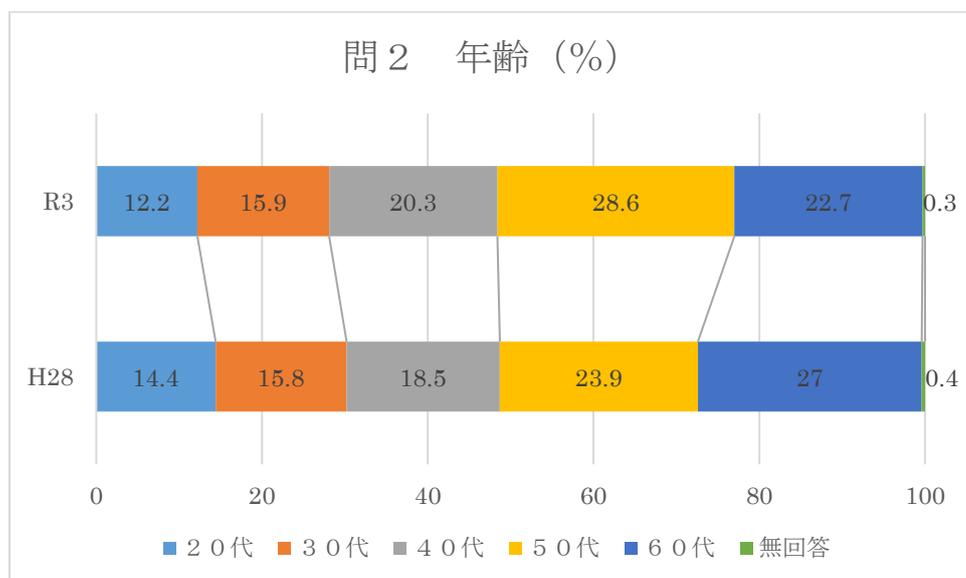
問1 あなたの性別を教えてください。(1つ選択)

1 男性 2 女性



問2 あなたの年齢はどの年代に該当しますか。(1つ選択)

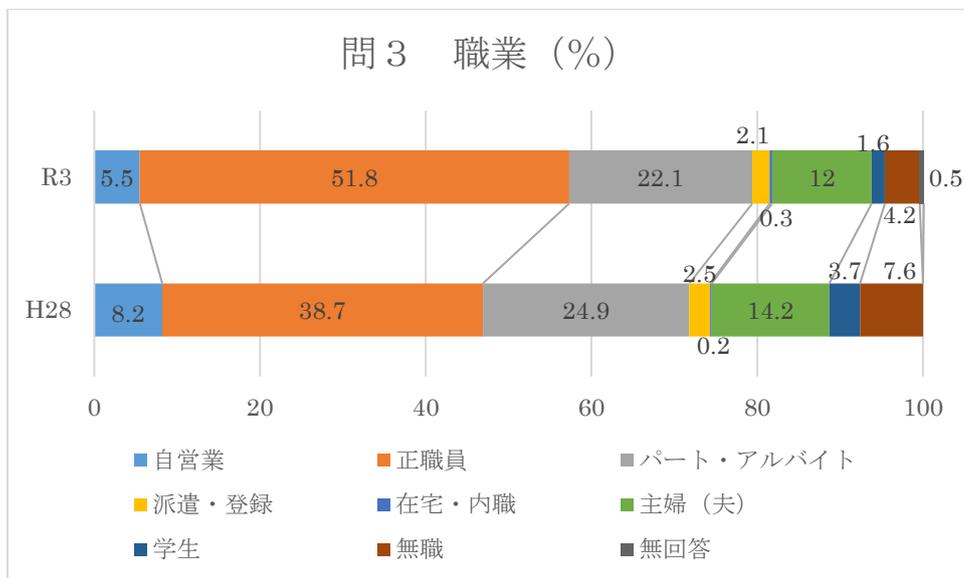
1. 20代 2. 30代 3. 40代 4. 50代 5. 60代



問3 あなたの仕事の形態を教えてください。(1つ選択)

※非常勤職員はパート・アルバイトに含む ※在宅勤務の正職員の場合は、在宅就労を選択

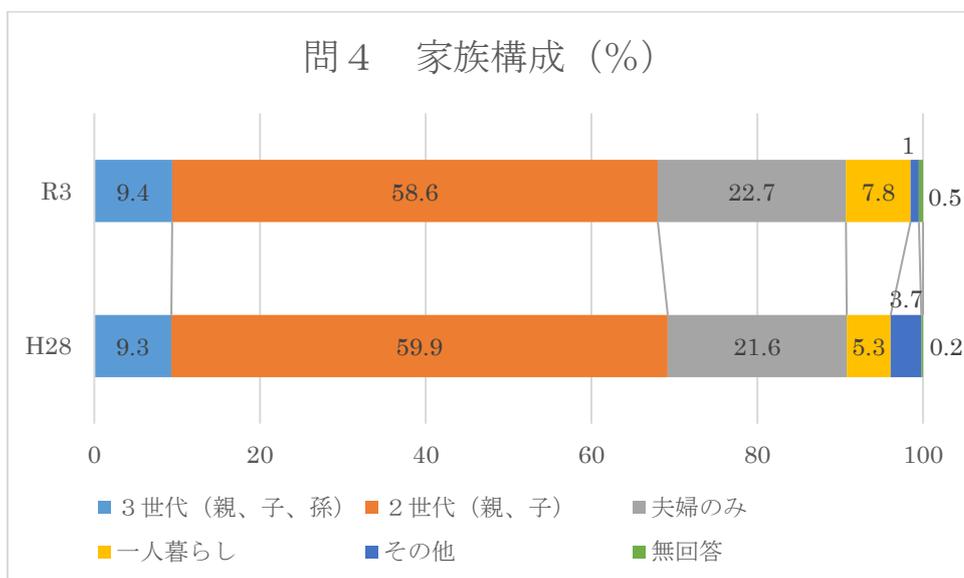
- | | | | |
|-----------|---------|-------------|-------------|
| 1 自営業 | 2 正職員 | 3 パート・アルバイト | 4 派遣・登録 |
| 5 在宅就労・内職 | 6 主婦(夫) | 7 学生 | 8 無職(求職中含む) |



問4 あなたの家族構成を教えてください。(1つ選択)

※3世代…親・子・孫 で暮らしている世帯 2世代… 親・子 で暮らしている世帯
 その他の場合は () 内に記入。

- | | | | |
|-----------|-------|--------|----------|
| 1 3世代 | 2 2世代 | 3 夫婦のみ | 4 ひとり暮らし |
| 5 その他 () | | | |



Ⅲ 調査結果

1、健康について

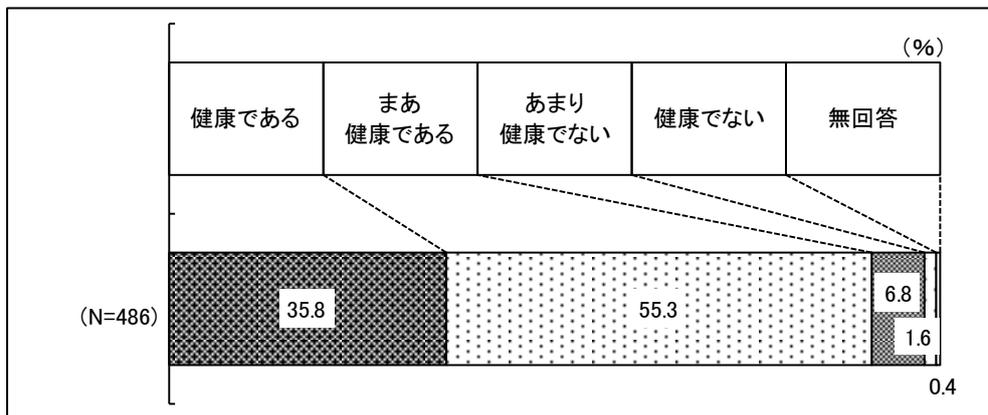
(調査票 問5～10)

問5 あなたの現在の健康状態について、どう感じていますか。(1つ選択)

1 健康である 2 まあ健康である 3 あまり健康でない 4 健康でない

【問5】	現在の健康状態		(%)				無回答 (99)	エラー (77)
	合計 (人)	健康である	まあ健康である	あまり健康でない	健康でない			
全体	384	36.5	51.3	9.6	2.1	0.5	0.0	
【性別】								
男性	172	37.8	48.8	11.0	2.3	0.0	0.0	
女性	209	35.4	54.1	8.1	1.9	0.5	0.0	
【年代別】								
20代	47	57.4	34.0	6.4	2.1	0.0	0.0	
30代	61	45.9	47.5	4.9	1.6	0.0	0.0	
40代	78	43.6	47.4	7.7	1.3	0.0	0.0	
50代	110	22.7	60.9	14.5	1.8	0.0	0.0	
60代	87	29.9	55.2	10.3	3.4	1.1	0.0	
【性年代別】								
男性20～30代	46	47.8	41.3	8.7	2.2	0.0	0.0	
男性40～50代	78	33.3	51.3	12.8	2.6	0.0	0.0	
男性60代	48	35.4	52.1	10.4	2.1	0.0	0.0	
女性20～30代	62	53.2	41.9	3.2	1.6	0.0	0.0	
女性40～50代	109	30.3	58.7	10.1	0.9	0.0	0.0	
女性60代	38	21.1	60.5	10.5	5.3	2.6	0.0	

(参考 H27)



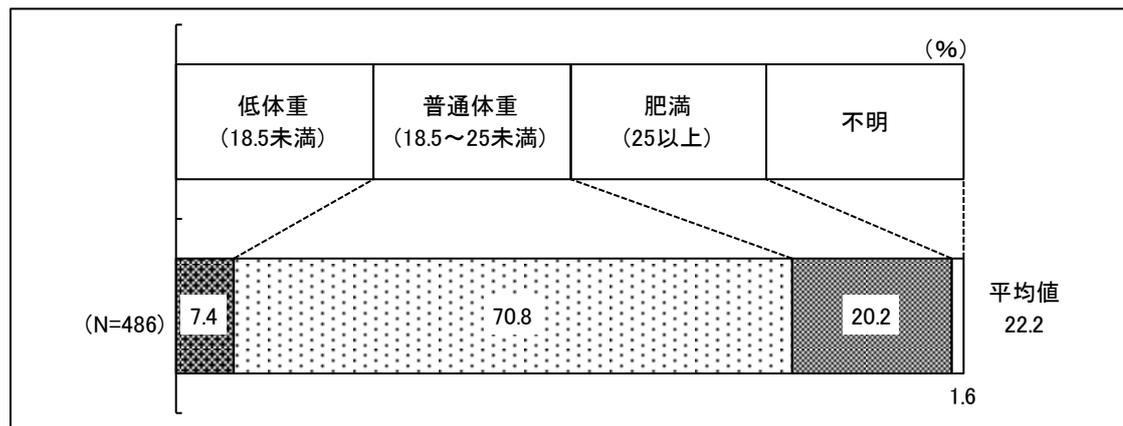
問6 あなたの身長と体重を教えてください。

(過去1年間に健康診断で計測した方はその数字を、していない方はおよその数字をご記入ください) 例：身長(160.5)cm 体重(60.3)kg

身長 () cm 体重 () Kg

【問6】	BMI	BMI = 体重 ÷ (身長m × 身長m)		(%)	
	合計 (人)	低体重 (18.5未満)	普通体重 (18.5~25未満)	肥満 (25以上)	不明
全体	384	6.5	68.0	24.0	1.6
【性別】					
男性	172	2.3	63.4	33.7	0.6
女性	209	9.6	72.2	16.3	1.9
【年代別】					
20代	47	6.4	74.5	19.1	0.0
30代	61	6.6	72.1	21.3	0.0
40代	78	10.3	65.4	21.8	2.6
50代	110	4.5	65.5	27.3	2.7
60代	87	5.7	67.8	26.4	0.0
【性年代別】					
男性20~30代	46	0.0	67.4	32.6	0.0
男性40~50代	78	3.8	62.8	32.1	1.3
男性60代	48	2.1	60.4	37.5	0.0
女性20~30代	62	11.3	77.4	11.3	0.0
女性40~50代	109	8.3	67.9	20.2	3.7
女性60代	38	10.5	76.3	13.2	0.0

(参考 H27)

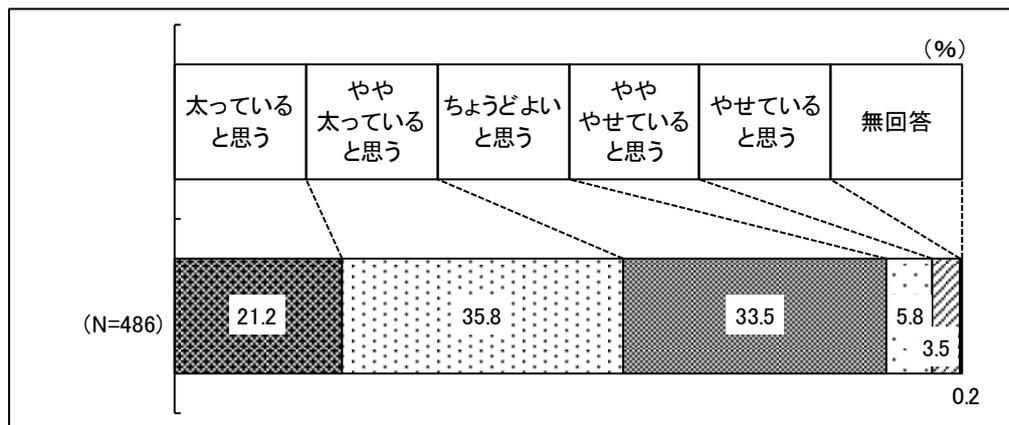


問7 あなたは、現在の体重をどう思いますか。(1つ選択)

- 1 太っている 2 やや太っている 3 ちょうどよい 4 やややせている
5 やせている

【問7】	自身の体重についての認識			(%)				
	合計 (人)	太っていると 思う	やや太っていると 思う	ちょうどよいと思 う	やややせてい ると思う	やせている	無回答 (99)	エラー (77)
全体	384	21.9	36.5	33.3	5.7	1.8	0.5	0.3
【性別】								
男性	172	18.0	41.3	29.7	8.1	2.3	0.6	0.0
女性	209	25.4	33.0	36.4	3.8	1.0	0.0	0.5
【年代別】								
20代	47	25.5	25.5	38.3	6.4	4.3	0.0	0.0
30代	61	23.0	32.8	37.7	4.9	1.6	0.0	0.0
40代	78	21.8	38.5	26.9	9.0	2.6	1.3	0.0
50代	110	20.9	41.8	29.1	7.3	0.0	0.0	0.9
60代	87	20.7	36.8	39.1	1.1	2.3	0.0	0.0
【性年代別】								
男性20~30代	46	17.4	39.1	30.4	8.7	4.3	0.0	0.0
男性40~50代	78	12.8	44.9	26.9	12.8	1.3	1.3	0.0
男性60代	48	27.1	37.5	33.3	0.0	2.1	0.0	0.0
女性20~30代	62	29.0	22.6	43.5	3.2	1.6	0.0	0.0
女性40~50代	109	27.5	37.6	28.4	4.6	0.9	0.0	0.9
女性60代	38	13.2	36.8	47.4	2.6	0.0	0.0	0.0
【BMI値】								
低体重	25	0.0	0.0	56.0	24.0	16.0	0.0	4.0
ふつう	261	8.8	41.4	42.1	6.1	1.1	0.4	0.0
肥満	92	63.0	33.7	3.3	0.0	0.0	0.0	0.0

(参考 H27)

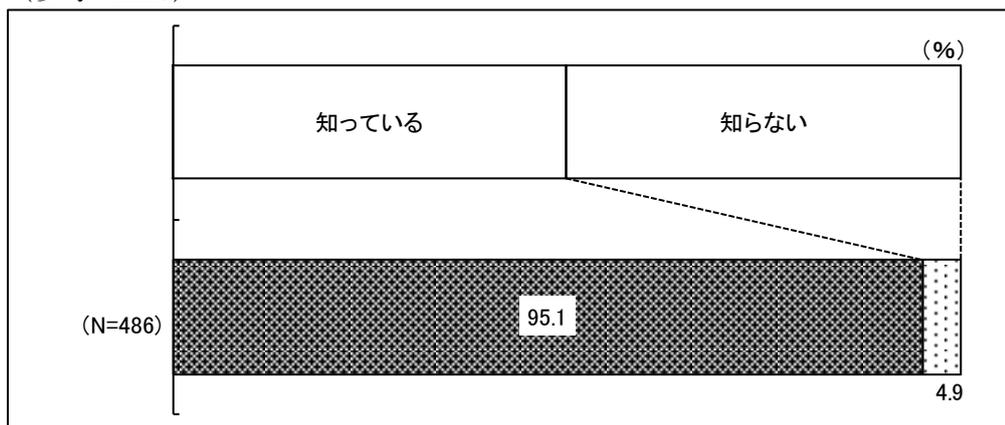


問8 あなたは、どの世代においてもやせすぎ・太り過ぎが健康に良くないことを知っていますか。(1つ選択)

1 知っている	2 知らない
---------	--------

【問8】	やせすぎ・太り過ぎが良くないことの認知				(%)	
	合計 (人)	知っている	知らない	無回答 (99)	エラー (77)	
全体	384	96.4	3.4	0.3	0.0	0.0
【性別】						
男性	172	95.9	4.1	0.0	0.0	0.0
女性	209	97.1	2.9	0.0	0.0	0.0
【年代別】						
20代	47	93.6	6.4	0.0	0.0	0.0
30代	61	96.7	3.3	0.0	0.0	0.0
40代	78	98.7	1.3	0.0	0.0	0.0
50代	110	95.5	4.5	0.0	0.0	0.0
60代	87	97.7	2.3	0.0	0.0	0.0
【性年代別】						
男性20～30代	46	69.6	30.4	0.0	0.0	0.0
男性40～50代	78	94.9	5.1	0.0	0.0	0.0
男性60代	48	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0
女性20～30代	62	96.8	3.2	0.0	0.0	0.0
女性40～50代	109	98.2	1.8	0.0	0.0	0.0
女性60代	38	94.7	5.3	0.0	0.0	0.0

(参考 H27)

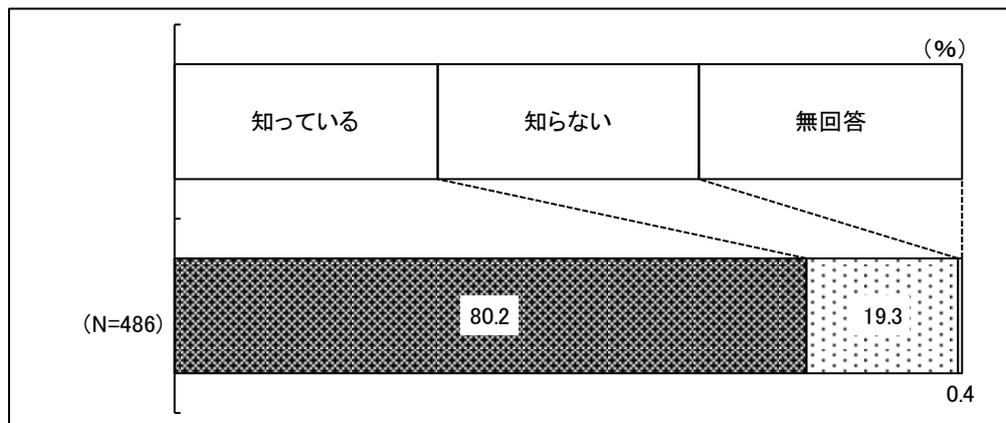


問9 あなたは、自分の適正体重を知っていますか。(1つ選択)

1 知っている 2 知らない

【問9】	自分の適正体重の認知			(%)	
	合計 (人)	知っている	知らない	無回答(99)	エラー(77)
全体	384	79.4	19.8	0.8	0.0
【性別】					
男性	172	83.1	15.7	1.2	0.0
女性	209	76.6	23.4	0.0	0.0
【年代別】					
20代	47	70.2	29.8	0.0	0.0
30代	61	67.2	32.8	0.0	0.0
40代	78	76.9	21.8	1.3	0.0
50代	110	85.5	13.6	0.9	0.0
60代	87	88.5	11.5	0.0	0.0
【性年代別】					
男性20～30代	46	69.6	30.4	0.0	0.0
男性40～50代	78	80.8	16.7	2.6	0.0
男性60代	48	100.0	0.0	0.0	0.0
女性20～30代	62	67.7	32.3	0.0	0.0
女性40～50代	109	82.6	17.4	0.0	0.0
女性60代	38	73.7	26.3	0.0	0.0

(参考 H27)

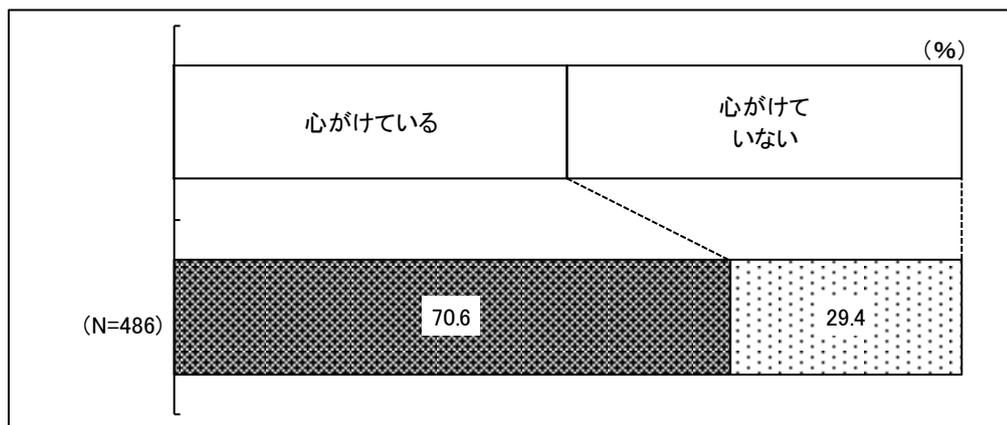


問10 あなたは、自分の適正体重に近づけよう、あるいは適正体重を維持しようと心がけていますか。(1つ選択)

1 心がけている	2 心がけていない
----------	-----------

【問10】	適正体重の維持		(%)		
	合計 (人)	心がけている	心がけていない	無回答 (9.9)	エラー (7.7)
全体	384	72.7	26.6	0.8	0.0
【性別】					
男性	172	69.2	30.8	0.0	0.0
女性	209	75.6	23.4	1.0	0.0
【年代別】					
20代	47	48.9	51.1	0.0	0.0
30代	61	65.6	34.4	0.0	0.0
40代	78	75.6	24.4	0.0	0.0
50代	110	77.3	21.8	0.9	0.0
60代	87	82.8	16.1	1.1	0.0
【性年代別】					
男性20～30代	46	56.5	43.5	0.0	0.0
男性40～50代	78	67.9	32.1	0.0	0.0
男性60代	48	83.3	16.7	0.0	0.0
女性20～30代	62	59.7	40.3	0.0	0.0
女性40～50代	109	82.6	16.5	0.9	0.0
女性60代	38	81.6	15.8	2.6	0.0

(参考 H27)



2、食生活について

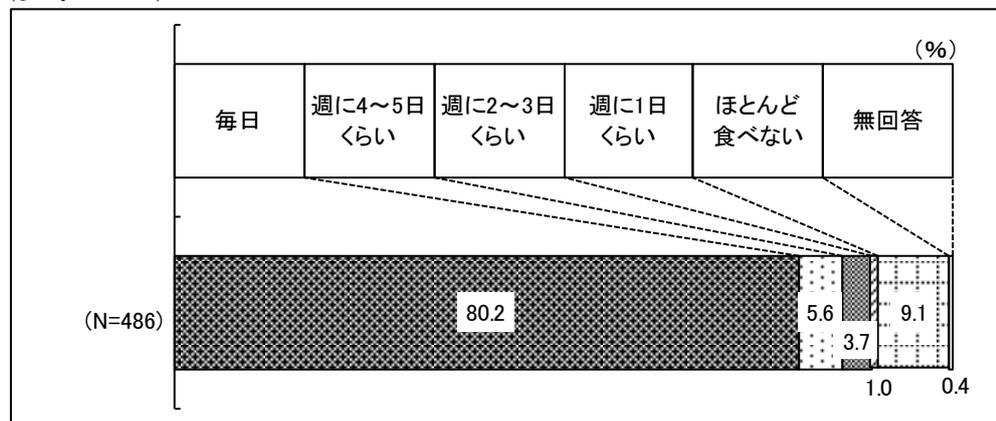
(調査票 問11～27)

問11 あなたは、朝食を食べていますか。(1つ選択)

- 1 ほとんど毎日食べる 2 週に4～5日程度食べる 3 週に2～3日程度食べる
4 週に1日程度食べる 5 ほとんど食べない

【問11】	朝食の摂取状況		(%)						
	合計 (人)	毎日食べる	週に4～5日程度 食べる	週に2～3日程度 食べる	週に1日程度 食べる	ほとんど食べ ない	無回答	エラー	
全体	384	78.6	7.8	4.9	1.0	6.8	0.8	0	
【性別】									
男性	172	77.9	7.6	5.2	1.2	8.1	0.0	0	
女性	209	79.4	8.1	4.8	1.0	5.7	1.0	0	
【年代別】									
20代	47	63.8	19.1	4.3	0.0	12.8	0.0	0	
30代	61	67.2	13.1	11.5	0.0	8.2	0.0	0	
40代	78	79.5	3.8	5.1	1.3	10.3	0.0	0	
50代	110	81.8	6.4	4.5	0.9	4.5	1.8	0	
60代	87	90.8	3.4	1.1	2.3	2.3	0.0	0	
【性年代別】									
男性20～30代	46	60.9	19.6	8.7	0.0	10.9	0.0	0	
男性40～50代	78	82.1	1.3	5.1	1.3	10.3	0.0	0	
男性60代	48	87.5	6.3	2.1	2.1	2.1	0.0	0	
女性20～30代	62	69.4	12.9	8.1	0.0	9.7	0.0	0	
女性40～50代	109	79.8	8.3	4.6	0.9	4.6	1.8	0	
女性60代	38	94.7	0.0	0.0	2.6	2.6	0.0	0	

(参考 H27)

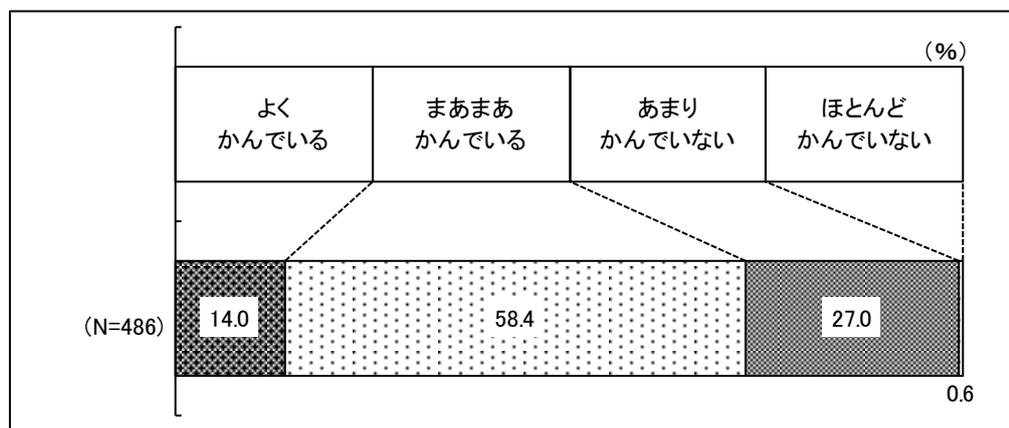


問12 あなたは、よくかんで食事をとっていますか。(1つ選択)

1 よくかんでいる 2 まあかんでいる 3 あまりかんでいない 4 ほとんどかんでいない

【問12】	食事における咀嚼状況				(%)		
	合計 (人)	よく噛んでい る	まあ噛んでいる	あまり噛んでいな い	ほとんど噛ん でいない	無回答 (99)	エラー (7 7)
全体	384	15.1	56.3	27.1	1.0	0.5	0.0
【性別】							
男性	172	14.5	52.9	30.8	1.7	0.0	0.0
女性	209	15.8	59.8	23.4	0.5	0.5	0.0
【年代別】							
20代	47	17.0	55.3	27.7	0.0	0.0	0.0
30代	61	18.0	50.8	31.1	0.0	0.0	0.0
40代	78	12.8	61.5	24.4	1.3	0.0	0.0
50代	110	11.8	55.5	30.0	1.8	0.9	0.0
60代	87	18.4	57.5	23.0	1.1	0.0	0.0
【性年代別】							
男性20～30代	46	17.4	47.8	34.8	0.0	0.0	0.0
男性40～50代	78	12.8	53.8	30.8	2.6	0.0	0.0
男性60代	48	14.6	56.3	27.1	2.1	0.0	0.0
女性20～30代	62	17.7	56.5	25.8	0.0	0.0	0.0
女性40～50代	109	11.9	61.5	24.8	0.9	0.9	0.0
女性60代	38	23.7	60.5	15.8	0.0	0.0	0.0

(参考 H27)

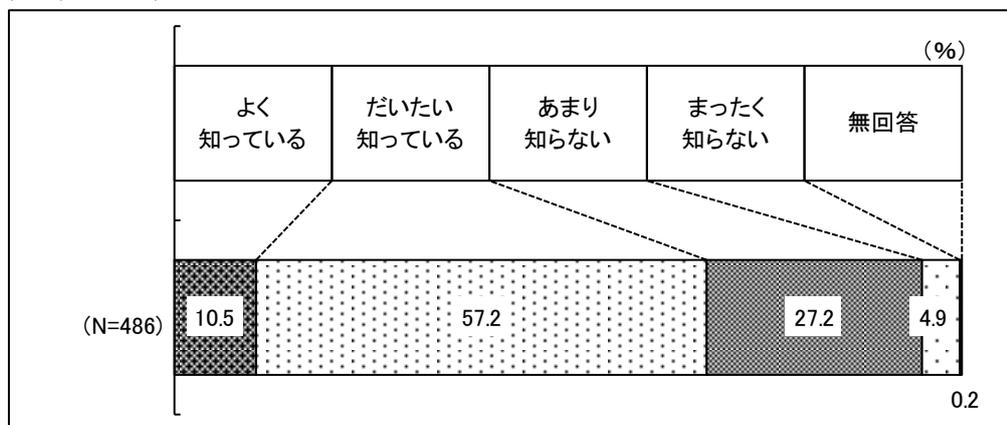


問13 あなたにとっての適切な食事内容、量を知っていますか。(1つ選択)

1 よく知っている 2 大体知っている 3 あまり知らない 4 全く知らない

【問13】	適切な食事の内容と量に認知	(%)						
	合計 (人)	よく知ってい る	大体知っている	あまり知らない	全く知らない	無回答 (99)	エラー (77)	
全体	384	7.8	53.1	34.9	3.9	0.3	0.0	
【性別】								
男性	172	8.7	50.6	36.6	4.1	0.0	0.0	
女性	209	7.2	55.5	33.5	3.8	0.0	0.0	
【年代別】								
20代	47	8.5	31.9	48.9	10.6	0.0	0.0	
30代	61	8.2	41.0	44.3	6.6	0.0	0.0	
40代	78	3.8	60.3	35.9	0.0	0.0	0.0	
50代	110	6.4	58.2	31.8	3.6	0.0	0.0	
60代	87	12.6	60.9	24.1	2.3	0.0	0.0	
【性年代別】								
男性20~30代	46	10.9	37.0	45.7	6.5	0.0	0.0	
男性40~50代	78	5.1	51.3	38.5	5.1	0.0	0.0	
男性60代	48	12.5	62.5	25.0	0.0	0.0	0.0	
女性20~30代	62	6.5	37.1	46.8	9.7	0.0	0.0	
女性40~50代	109	5.5	64.2	30.3	0.0	0.0	0.0	
女性60代	38	13.2	60.5	21.1	5.3	0.0	0.0	

(参考 H27)



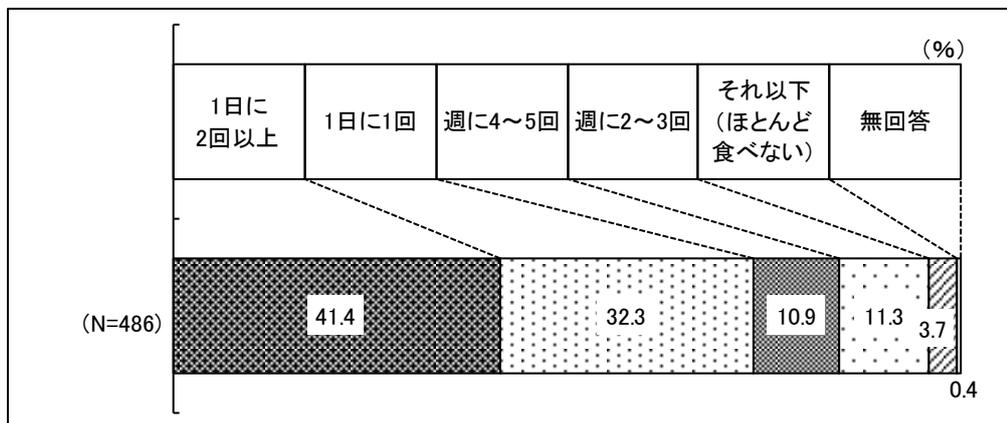
問14 あなたは、主食・主菜・副菜のそろった食事をどのくらいの頻度で食べていますか。
(1つ選択)

※主食…ごはん、パン、めん類 など
主菜…卵、肉、魚、大豆・大豆製品が主体のおかず
副菜…野菜、海藻、いも類などが主体のおかず

- 1 1日2回以上食べる 2 1日1回程度食べる 3 週に4~5回程度食べる
4 週に2~3回程度食べる 5 それ以下・ほとんど食べない

【問14】	バランスのとれた食事の摂取状況				(%)			
	合計 (人)	1日2回以上	1日1回以上	週に4~5回程度	週に2~3回程度	それ以下・ほとんど食べない	無回答 (99)	エラー (77)
全体	384	42.4	39.8	8.1	6.0	3.1	0.5	0.0
【性別】								
男性	172	40.7	37.8	8.7	8.1	4.7	0.0	0.0
女性	209	44.0	41.6	7.7	4.3	1.9	0.5	0.0
【年代別】								
20代	47	19.1	53.2	14.9	6.4	6.4	0.0	0.0
30代	61	27.9	54.1	8.2	3.3	6.6	0.0	0.0
40代	58	51.7	22.4	13.8	8.6	1.7	1.7	0.0
50代	110	47.3	40.0	5.5	5.5	1.8	0.0	0.0
60代	87	63.2	20.7	5.7	8.0	2.3	0.0	0.0
【性年代別】								
男性20~30代	46	23.9	52.2	10.9	4.3	8.7	0.0	0.0
男性40~50代	78	39.7	39.7	9.0	9.0	2.6	0.0	0.0
男性60代	48	58.3	20.8	6.3	8.3	4.2	0.0	2.1
女性20~30代	62	24.2	54.8	11.3	4.8	4.8	0.0	0.0
女性40~50代	109	46.8	41.3	6.4	3.7	0.9	0.9	0.0
女性60代	38	68.4	21.1	5.3	5.3	0.0	0.0	0.0

(参考 H27)

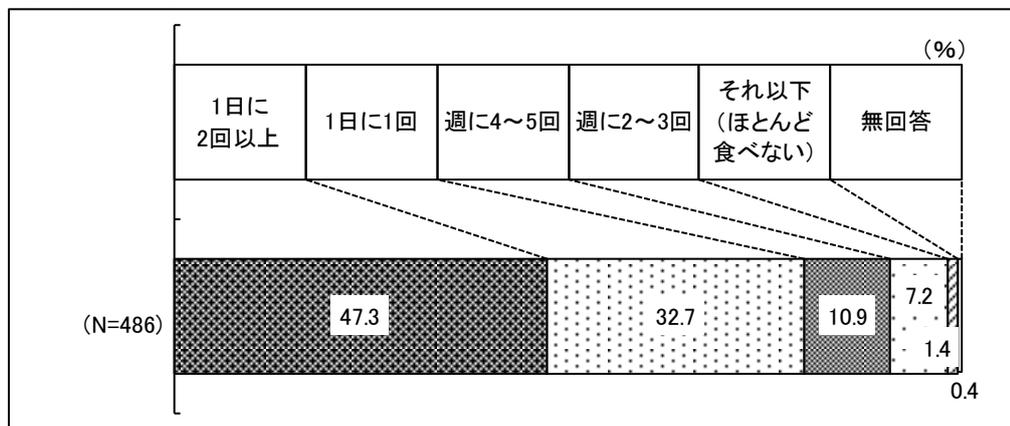


問15 あなたは、どのくらいの頻度で野菜の入った料理を食べますか。(1つ選択)

- 1 1日2回以上食べる 2 1日1回程度食べる 3 週に4~5回程度食べる
 4 週に2~3回程度食べる 5 それ以下・ほとんど食べない

【問15】	野菜の摂取状況	(%)							無回答 (99)	エラー (77)
		合計 (人)	1日2回以上	1日1回以上	週に4~5回程度	週に2~3回程度	それ以下・ほとんど食べない			
全体	384	44.0	41.4	6.8	4.9	2.6	0.3	0.0		
【性別】										
男性	172	32.6	48.8	7.0	8.1	3.5	0.0	0.0		
女性	209	54.1	34.9	6.7	2.4	1.9	0.0	0.0		
【年代別】										
20代	47	23.4	55.3	12.8	4.3	4.3	0.0	0.0		
30代	61	45.9	41.0	4.9	3.3	4.9	0.0	0.0		
40代	78	37.2	44.9	10.3	6.4	1.3	0.0	0.0		
50代	110	49.1	39.1	4.5	4.5	2.7	0.0	0.0		
60代	87	54.0	34.5	4.6	5.7	1.1	0.0	0.0		
【性年代別】										
男性20~30代	46	26.1	58.7	4.3	4.3	6.5	0.0	0.0		
男性40~50代	78	29.5	48.7	10.3	9.0	2.6	0.0	0.0		
男性60代	48	43.8	39.6	4.2	10.4	2.1	0.0	0.0		
女性20~30代	62	43.5	38.7	11.3	3.2	3.2	0.0	0.0		
女性40~50代	109	55.0	35.8	4.6	2.8	1.8	0.0	0.0		
女性60代	38	68.4	26.3	5.3	0.0	0.0	0.0	0.0		

(参考 H27)



問16 あなたは、どのくらいの頻度で家族や周囲の人と一緒に食事をとりますか。

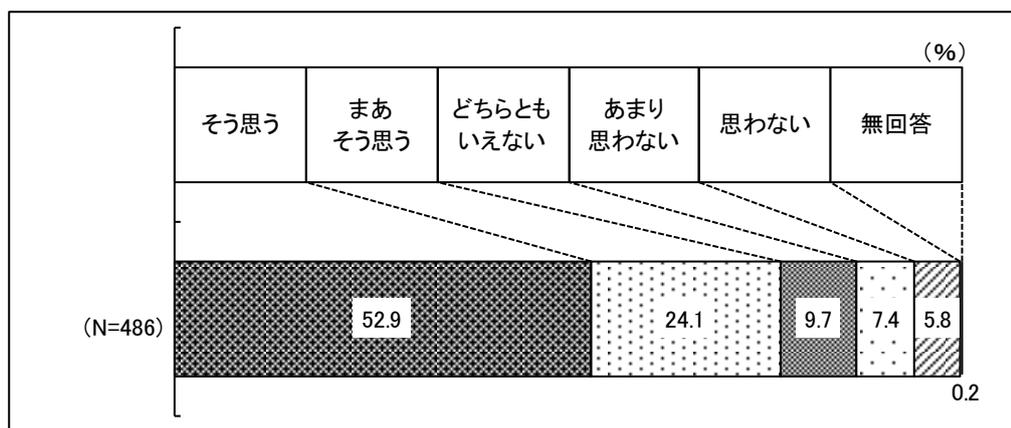
(1つ選択)

- 1 1日2回以上 2 1日1回程度 3 週に4~5回程度 4 週に2~3回程度
5 それ以下

【問16】	共食の頻度について		(%)					
	合計 (人)	1日2回以上	1日1回以上	週に4~5回程度	週に2~3回程度	それ以下	無回答 (99)	エラー (77)
全体	384	44.3	31.0	5.5	8.3	10.4	0.3	0.3
【性別】								
男性	172	29.7	36.6	8.7	11.0	14.0	0.0	0.0
女性	209	56.9	26.3	2.9	6.2	7.2	0.0	0.5
【年代別】								
20代	47	38.3	27.7	8.5	14.9	10.6	0.0	0.0
30代	61	47.5	32.8	1.6	6.6	11.5	0.0	0.0
40代	78	47.4	28.2	9.0	9.0	6.4	0.0	0.0
50代	82	12.2	52.4	8.5	12.2	12.2	1.2	1.2
60代	87	54.0	24.1	2.3	4.6	14.9	0.0	0.0
【性年代別】								
男性20~30代	46	17.4	47.8	6.5	10.9	17.4	0.0	0.0
男性40~50代	78	25.6	33.3	14.1	15.4	11.5	0.0	0.0
男性60代	48	47.9	31.3	2.1	4.2	14.6	0.0	0.0
女性20~30代	62	62.9	17.7	3.2	9.7	6.5	0.0	0.0
女性40~50代	74	75.7	4.1	4.1	6.8	8.1	0.0	1.4
女性60代	38	63.2	15.8	2.6	5.3	13.2	0.0	0.0

(参考 H27)

問16 あなたは、食事を家族や周囲の人と一緒に食べることが多いほうだと思いますか。(1つ選択)



問17 あなたの食習慣について該当するものを選んでください。

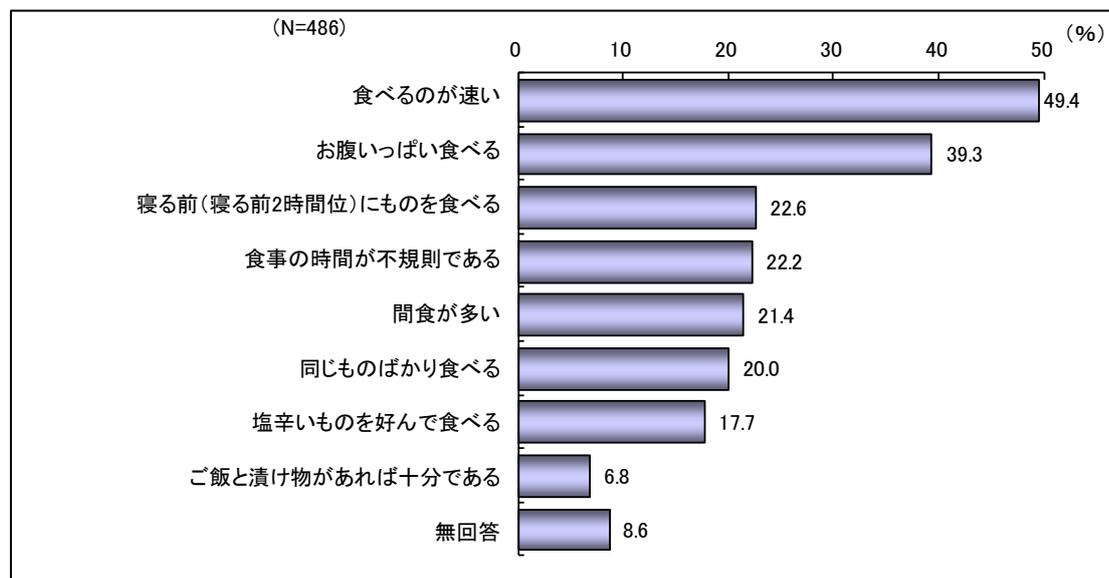
(あてはまるものすべてを選択)

※8 寝る前にもものを食べる…寝る前2時間の間には何か食べる習慣がある場合は選択する。

- 1 食べるのが速い 2 お腹いっぱい食べる 3 間食が多い 4 塩辛いものが多い
 5 おかずは1品で十分 6 同じものばかり食べる 7 食事の時間が不規則 8 寝る前にもものを食べる
 9 外食や弁当が多い

【問17】	自身の食習慣		(%)									
	回答者数	食べるのが速い	お腹いっぱい食べる	間食が多い	塩辛いものが多い	おかずは1品で十分	同じものばかり食べる	食事の時間が不規則	寝る前にもものを食べる	外食や弁当が多い	無回答(99)	エラー(77)
全体	342	48.4	40.6	26.6	26.6	9.6	18.2	16.9	21.9	12.2	10.9	0.0
【性別】												
男性	150	55.8	37.8	15.1	17.4	19.8	19.8	19.8	24.4	18.0	12.8	0.0
女性	190	42.1	43.1	35.9	11.0	11.0	17.2	14.8	20.1	7.7	9.1	0.0
【年代別】												
20代	46	42.6	57.4	29.8	19.1	21.3	23.4	40.4	36.2	17.0	2.1	0.0
30代	49	44.3	41.0	37.7	19.7	13.1	24.6	26.2	24.6	14.8	19.7	0.0
40代	67	42.3	44.9	25.6	14.1	6.4	14.1	12.8	24.4	15.4	14.1	0.0
50代	98	51.8	40.9	29.1	12.7	8.2	19.1	13.6	19.1	12.7	10.9	0.0
60代	72	55.2	26.4	13.8	8.0	4.6	13.8	5.7	13.8	4.6	17.2	0.0
【性年代別】												
男性20～30代	42	52.2	54.3	17.4	21.7	13.0	28.3	32.6	32.6	23.9	8.7	0.0
男性40～50代	69	55.1	37.2	17.9	19.2	5.1	16.7	17.9	26.9	20.5	11.5	0.0
男性60代	39	60.4	22.9	8.3	10.4	6.3	16.7	10.4	12.5	8.3	18.8	0.0
女性20～30代	62	37.1	43.5	46.8	17.7	19.4	21.0	32.3	27.4	9.7	0.0	0.0
女性40～50代	96	43.1	46.8	34.9	9.2	9.2	17.4	10.1	17.4	9.2	11.9	0.0
女性60代	32	47.4	31.6	21.1	5.3	2.6	10.5	0.0	15.8	0.0	15.8	0.0

(参考 H27)



問18 あなたは、自分で調理した食事をどのくらいの頻度で食べますか（1つ選択）

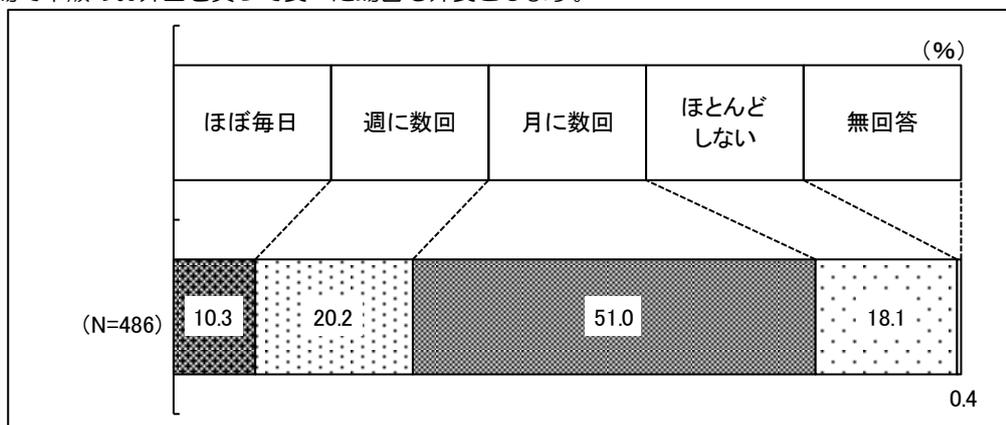
1 ほぼ毎日食べる 2 週に数回食べる 3 月に数回食べる 4 ほとんど食べない

【問18】	自分で調理したものを食べる頻度				（%）		
	合計	ほぼ毎日	週に数回	月に数回	ほとんど食べない	無回答（99）	エラー（77）
全体	384	53.4	15.1	10.2	18.2	3.1	0.0
【性別】							
男性	172	23.8	20.9	17.4	33.1	4.7	0.0
女性	209	77.5	10.5	4.3	6.2	1.4	0.0
【年代別】							
20代	47	29.8	25.5	10.6	34.0	0.0	0.0
30代	61	52.5	23.0	11.5	9.8	3.3	0.0
40代	78	47.4	16.7	7.7	24.4	3.8	0.0
50代	110	62.7	10.0	10.0	14.5	2.7	0.0
60代	87	59.8	9.2	11.5	14.9	4.6	0.0
【性年代別】							
男性20～30代	46	19.6	37.0	13.0	26.1	4.3	0.0
男性40～50代	78	20.5	17.9	17.9	41.0	2.6	0.0
男性60代	48	33.3	10.4	20.8	27.1	8.3	0.0
女性20～30代	62	59.7	14.5	9.7	16.1	0.0	0.0
女性40～50代	109	82.6	9.2	2.8	2.8	2.8	0.0
女性60代	38	92.1	7.9	0.0	0.0	0.0	0.0

（参考 H27）

問20 あなたは、日ごろ外食をどのくらいしますか。（1つ選択）

※外食とは、飲食店での食事や家庭以外の場所で出前をとったり、市販のお弁当を買って食べる場合とします。例えば、職場で市販のお弁当を買って食べた場合も外食とします。



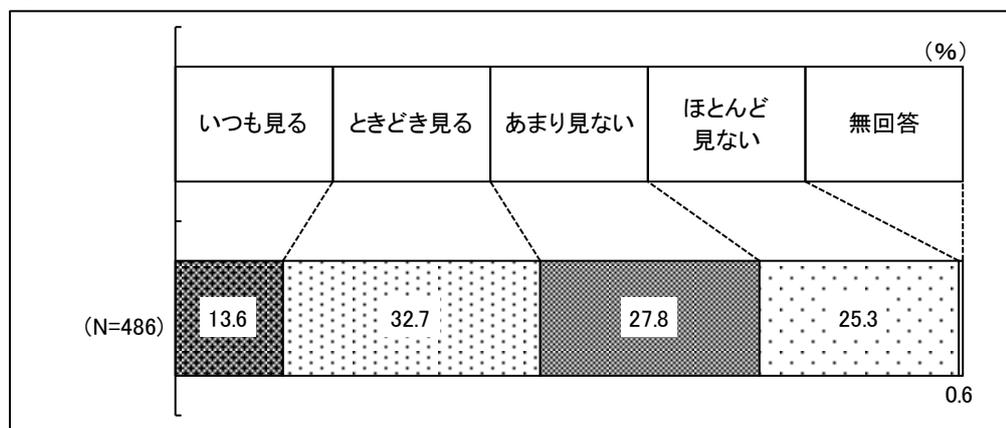
問19 あなたは、外食するときや食品を購入するとき、カロリーや栄養成分表示を見ますか。

(1つ選択)

- 1 いつも見る 2 とときき見る 3 あまり見ない 4 ほとんど見ない

【問19】	栄養成分表示の活用		(%)					
	合計 (人)	いつも見る	ときどき見る	あまり見ない	ほとんど見ない	無回答 (99)	エラー (7 7)	
全体	384	14.6	33.6	21.9	26.8	3.1	0	
【性別】								
男性	172	7.0	26.7	23.3	38.4	4.7	0	
女性	209	21.1	39.7	20.6	17.2	1.4	0	
【年代別】								
20代	47	12.8	21.3	14.9	48.9	2.1	0	
30代	61	11.5	47.5	16.4	21.3	3.3	0	
40代	78	15.4	24.4	28.2	28.2	3.8	0	
50代	110	15.5	40.0	19.1	23.6	1.8	0	
60代	87	16.1	31.0	27.6	20.7	4.6	0	
【性年代別】								
男性20～30代	46	6.5	23.9	15.2	47.8	6.5	0	
男性40～50代	78	6.4	26.9	26.9	38.5	1.3	0	
男性60代	48	8.3	29.2	25.0	29.2	8.3	0	
女性20～30代	62	16.1	45.2	16.1	22.6	0.0	0	
女性40～50代	109	22.0	38.5	20.2	16.5	2.8	0	
女性60代	38	26.3	34.2	28.9	10.5	0.0	0	

(参考 H27)

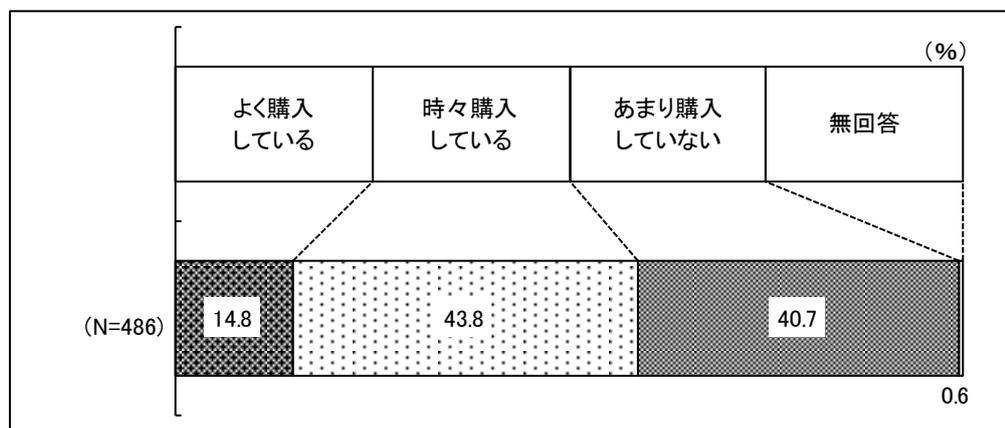


問20 あなたのご家庭では、玉村産の農産物を購入していますか。(1つ選択)

1 よく購入している 2 時々購入している 3 あまり購入しない
 (→問 21 へ) (→問 21 へ) (→問 20-1 へ)

【問20】	玉村産の農産物の購入状況			(%)		
	合計 (人)	よく購入して いる	ときどき購入して いる	あまり購入しない	無回答 (99)	エラー (7 7)
全体	384	15.4	47.7	33.9	3.1	0
【性別】						
男性	172	13.4	39.0	43.0	4.7	0
女性	209	17.2	54.5	26.8	1.4	0
【年代別】						
20代	47	10.6	38.3	51.1	0.0	0
30代	61	13.1	39.3	44.3	3.3	0
40代	78	12.8	52.6	30.8	3.8	0
50代	110	18.2	54.5	25.5	1.8	0
60代	87	18.4	44.8	31.0	5.7	0
【性年代別】						
男性20～30代	46	10.9	37.0	47.8	4.3	0
男性40～50代	78	15.4	41.0	42.3	1.3	0
男性60代	48	12.5	37.5	39.6	10.4	0
女性20～30代	62	12.9	40.3	46.8	0.0	0
女性40～50代	109	16.5	63.3	17.4	2.8	0
女性60代	38	26.3	52.6	21.1	0.0	0

(参考 H27)



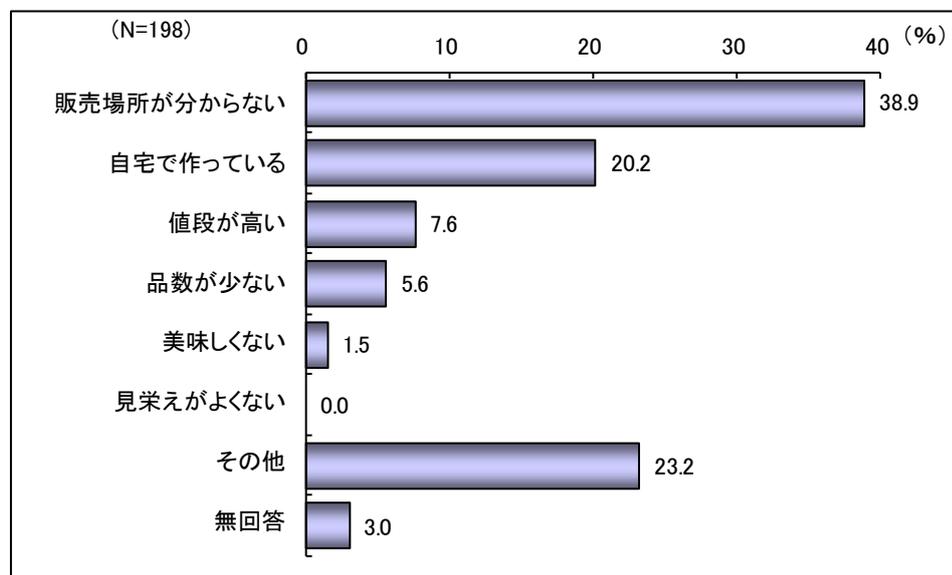
問20-1 【問20で「3」と回答された方にお聞きします】

購入していない理由は何ですか。(1つ選択) ※その他の場合は()内に記入。

1 販売場所がわからない	2 値段が高い	3 おいしくない	4 品数が少ない
5 見栄えがよくない	6 自宅で作っている	7 その他()	

【問20-1】	玉村産の農産物の非購入理由		(%)							
	合計	販売場所がわからない	値段が高い	おいしくない	品数が少ない	見栄えがよくない	自宅で作っている	その他	無回答(99)	エラー(77)
全体	384	18.8	2.1	0.3	0.3	0.0	2.3	7.8	65.9	1.3
【性別】										
男性	172	27.9	1.7	0.6	0.6	0.0	1.7	7.6	57.0	0.6
女性	209	11.5	2.4	0.0	0.0	0.0	2.9	8.1	72.7	1.9
【年代別】										
20代	47	29.8	2.1	0.0	0.0	0.0	4.3	12.8	48.9	2.1
30代	61	26.2	3.3	0.0	0.0	0.0	1.6	9.8	55.7	1.6
40代	78	19.2	2.6	0.0	0.0	0.0	0.0	6.4	69.2	0.0
50代	110	13.6	0.9	0.9	0.9	0.0	1.8	6.4	73.6	1.8
60代	87	13.8	2.3	0.0	0.0	0.0	4.6	6.9	69.0	1.1
【性年代別】										
男性20～30代	46	32.6	2.2	0.0	0.0	0.0	2.2	8.7	52.2	0.0
男性40～50代	78	28.2	1.3	1.3	1.3	0.0	1.3	7.7	57.7	0.0
男性60代	48	22.9	2.1	0.0	0.0	0.0	2.1	6.3	60.4	2.1
女性20～30代	62	24.2	3.2	0.0	0.0	0.0	3.2	12.9	53.2	3.2
女性40～50代	109	7.3	1.8	0.0	0.0	0.0	0.9	5.5	81.7	1.8
女性60代	38	2.6	2.6	0.0	0.0	0.0	7.9	7.9	78.9	0.0

(参考 H27)

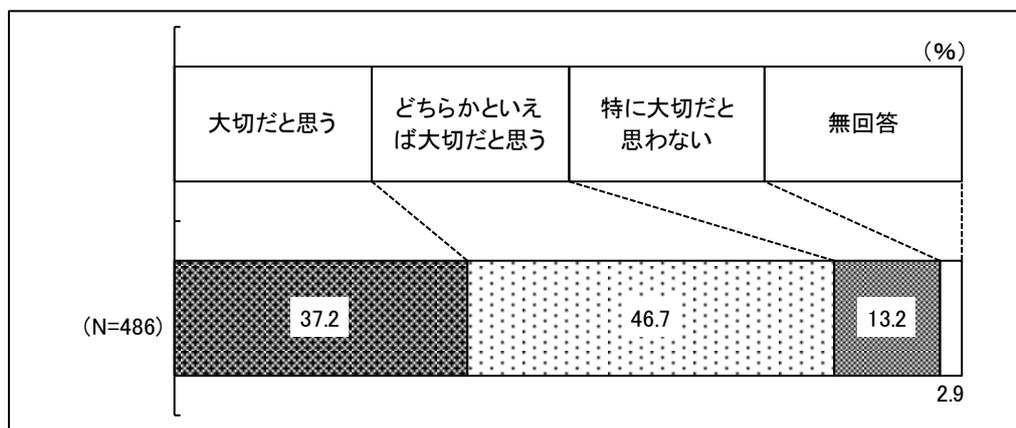


問21 あなたは、郷土料理（地粉うどんなど）や行事食（おせち料理など）について、次世代へ伝えることが大切だと思いますか。（1つ選択）

- 1 大切だと思う 2 どちらかといえば大切だと思う 3 特に大切だと思わない

【問21】	郷土料理や行事食の伝承について			（％）		
	合計 （人）	大切だと思う	どちらかといえば 大切だと思う	特に大切だと思わ ない	無回答 （99）	エラー（7 7）
全体	384	35.2	48.7	11.5	4.7	0
【性別】						
男性	172	34.3	42.4	16.3	7.0	0
女性	209	35.9	54.1	7.7	2.4	0
【年代別】						
20代	47	36.2	44.7	17.0	2.1	0
30代	61	41.0	47.5	4.9	6.6	0
40代	78	32.1	51.3	9.0	7.7	0
50代	110	37.3	51.8	9.1	1.8	0
60代	87	29.9	46.0	18.4	5.7	0
【性年代別】						
男性20～30代	46	32.6	39.1	17.4	10.9	0
男性40～50代	78	37.2	47.4	11.5	3.8	0
男性60代	48	31.3	37.5	22.9	8.3	0
女性20～30代	62	43.5	51.6	4.8	0.0	0
女性40～50代	109	33.9	55.0	7.3	3.7	0
女性60代	38	28.9	55.3	13.2	2.6	0

（参考 H27）



問22 あなたは、「食育」という言葉やその意味を知っていますか。(1つ選択)

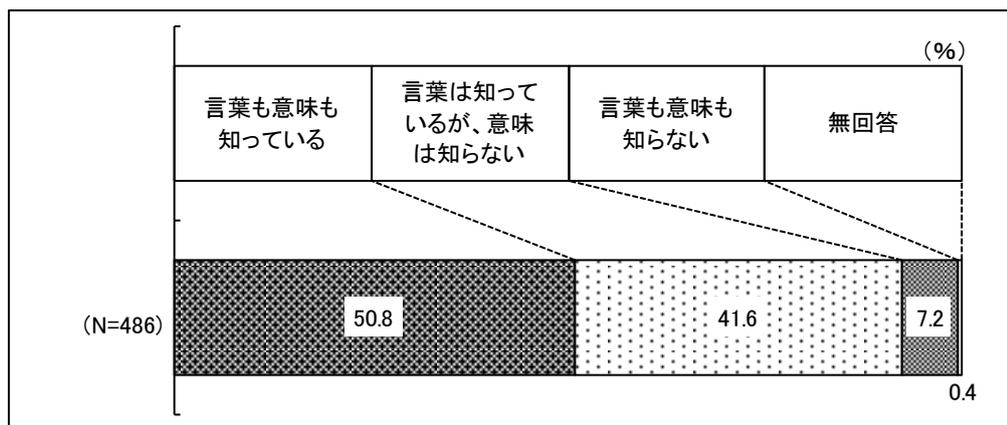
※食育基本法では、「食育」を次のように位置付けています。

- ①生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの
- ②様々な体験を通して「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

1 言葉も意味も知っている 2 言葉は知っているが意味は知らない 3 言葉も意味も知らない

【問22】	食育という言葉や意味の認知			(%)		
	合計 (人)	言葉も意味も 知っている	言葉は知っている が意味は知らない	言葉も意味も知ら ない	無回答 (99)	エラー (7 7)
全体	384	49.5	42.7	4.7	2.9	0.3
【性別】						
男性	172	40.1	46.5	9.3	4.1	0.0
女性	209	57.9	39.2	1.0	0.5	1.4
【年代別】						
20代	47	36.2	55.3	8.5	0.0	0.0
30代	61	50.8	44.3	1.6	3.3	0.0
40代	78	51.3	43.6	1.3	3.8	0.0
50代	110	60.9	30.9	5.5	1.8	0.9
60代	87	40.2	48.3	6.9	4.6	0.0
【性年代別】						
男性20～30代	46	39.1	50.0	6.5	4.3	0.0
男性40～50代	78	46.2	43.6	9.0	1.3	0.0
男性60代	48	31.3	47.9	12.5	8.3	0.0
女性20～30代	62	48.4	48.4	3.2	0.0	0.0
女性40～50代	109	65.1	31.2	0.0	2.8	0.9
女性60代	38	52.6	47.4	0.0	0.0	0.0

(参考 H27)

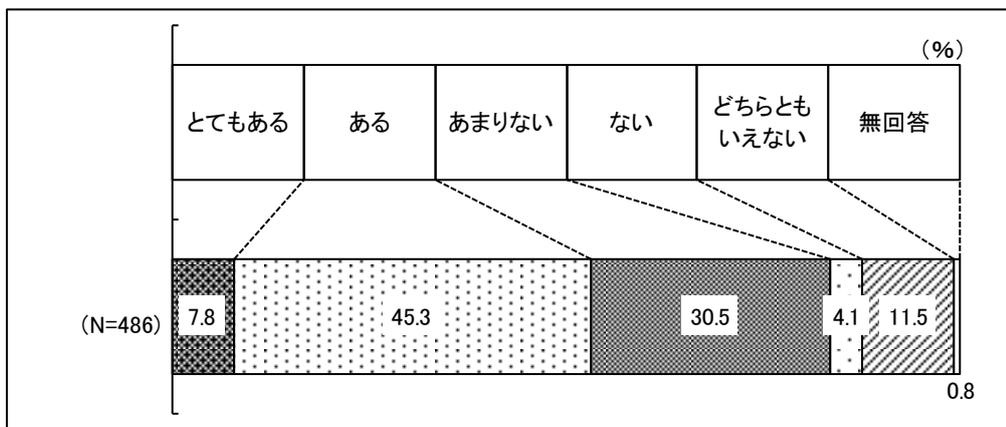


問23 あなたは、「食育」について関心がありますか。(1つ選択)

1 とてもある 2 ある 3 どちらともいえない 4 あまりない 5 ない

【問23】	食育についての関心		(%)				無回答 (99)	エラー (77)
	合計 (人)	とてもある	ある	どちらともいえない	あまりない	ない		
全体	384	6.8	39.6	35.7	12.0	3.1	2.9	0.0
【性別】								
男性	172	4.7	31.4	40.1	13.4	6.4	4.1	0.0
女性	209	8.6	46.4	32.5	10.5	0.5	1.4	0.0
【年代別】								
20代	47	0.0	36.2	31.9	21.3	10.6	0.0	0.0
30代	61	13.1	37.7	34.4	8.2	3.3	3.3	0.0
40代	78	7.7	39.7	37.2	10.3	1.3	3.8	0.0
50代	110	5.5	43.6	40.9	6.4	1.8	1.8	0.0
60代	87	6.9	36.8	31.0	18.4	2.3	4.6	0.0
【性年代別】								
男性20～30代	46	6.5	32.6	32.6	10.9	13.0	4.3	0.0
男性40～50代	78	5.1	26.9	50.0	12.8	3.8	1.3	0.0
男性60代	48	2.1	37.5	31.3	16.7	4.2	8.3	0.0
女性20～30代	62	8.1	40.3	33.9	16.1	1.6	0.0	0.0
女性40～50代	109	7.3	53.2	32.1	4.6	0.0	2.8	0.0
女性60代	38	13.2	36.8	31.6	18.4	0.0	0.0	0.0

(参考 H27)



問24 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。(1つ選択)

食事バランスガイド

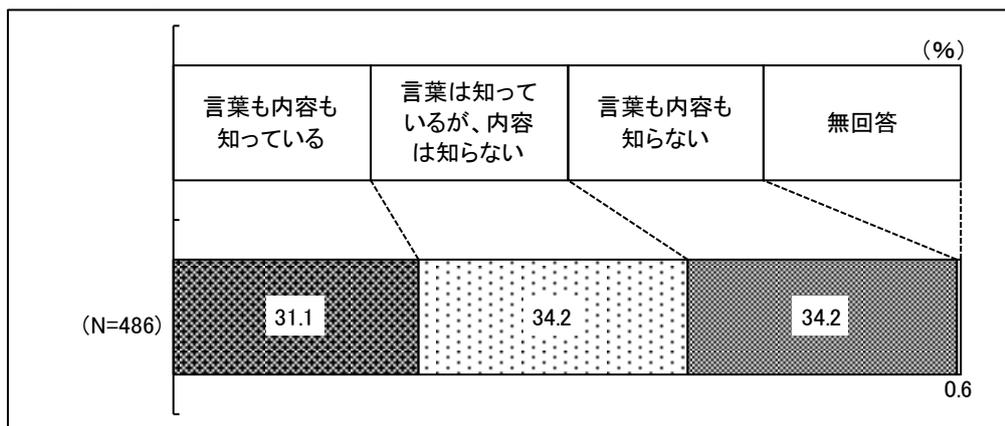


※「食事バランスガイド」とは、「何を」「どれだけ」食べたらよいのかを分かりやすくコマで示したものです。(右図参照)
「食事の基本」を身につけるための望ましい食事のとり方やおよその量を分かりやすく示しています。

- 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

【問24】	食事バランスガイドという言葉や内容の認知				(%)	
	合計 (人)	言葉も意味も 知っている	言葉は知っている が意味は知らない	言葉も意味も知ら ない	無回答 (99)	エラー(7)
全体	384	30.7	38.3	27.9	3.1	0
【性別】						
男性	172	20.9	35.5	39.5	4.1	0
女性	209	38.8	41.1	18.2	1.9	0
【年代別】						
20代	47	40.4	36.2	23.4	0.0	0
30代	61	37.7	34.4	24.6	3.3	0
40代	78	26.9	38.5	30.8	3.8	0
50代	110	31.8	37.3	28.2	2.7	0
60代	87	23.0	43.7	28.7	4.6	0
【性年代別】						
男性20~30代	47	31.9	31.9	31.9	4.3	0
男性40~50代	78	19.2	34.6	44.9	1.3	0
男性60代	48	12.5	41.7	37.5	8.3	0
女性20~30代	62	43.5	38.7	17.7	0.0	0
女性40~50代	109	37.6	40.4	18.3	3.7	0
女性60代	38	34.2	47.4	18.4	0.0	0

(参考 H27)



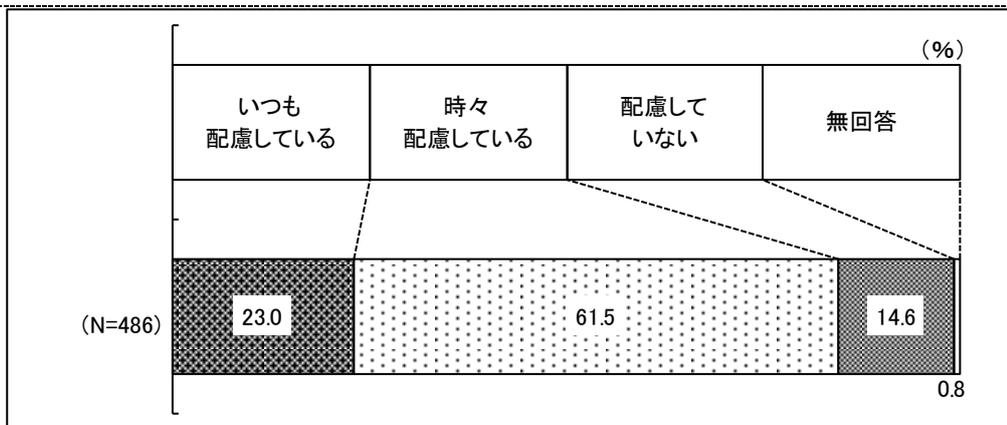
問25 あなたは、日ごろ栄養バランス等に配慮した食事をとれていますか。
また、今後とりたいと考えていますか。(1つ選択)

- 1 継続してとれている(6か月以上) 2 最近とれるようになった(6か月未満)
3 とりたいと考えている(近いうち) 4 とりたいと考えている(6か月以内に)
5 特に考えていない

【問25】	栄養バランス等に配慮した食事の摂取状況				(%)				
	合計 (人)	継続してとれ ている(6か 月以上)	最近とれるよう になった(6か 月未満)	とりたいと考 えている(近 いうち)	とりたいと考 えている(6 か月以内に)	特に考 えてい ない	無回答 (99)	エラー (77)	
全体	384	37.5	8.9	24.0	11.2	15.1	3.4	0	
【性別】									
男性	172	31.4	8.7	23.8	11.0	20.3	4.7	0	
女性	209	42.6	9.1	24.4	11.0	11.0	1.9	0	
【年代別】									
20代	47	21.3	12.8	25.5	23.4	17.0	0.0	0	
30代	61	34.4	9.8	21.3	14.8	16.4	3.3	0	
40代	78	35.9	7.7	30.8	11.5	10.3	3.8	0	
50代	111	41.4	9.9	23.4	8.1	14.4	2.7	0	
60代	87	46.0	5.7	19.5	8.0	14.9	5.7	0	
【性年代別】									
男性20～30代	46	21.7	6.5	21.7	15.2	30.4	4.3	0	
男性40～50代	78	33.3	11.5	25.6	9.0	19.2	1.3	0	
男性60代	48	37.5	6.3	22.9	10.4	12.5	10.4	0	
女性20～30代	62	33.9	14.5	24.2	16.1	11.3	0.0	0	
女性40～50代	109	43.1	7.3	27.5	10.1	8.3	3.7	0	
女性60代	38	55.3	5.3	15.8	5.3	18.4	0.0	0	

(参考 H27)

問27 あなたは、日ごろの食生活で栄養バランス等に配慮していますか。(1つ選択)



問26 あなたは、健全で豊かな食生活を送るために、今後どのような情報を知りたいですか。

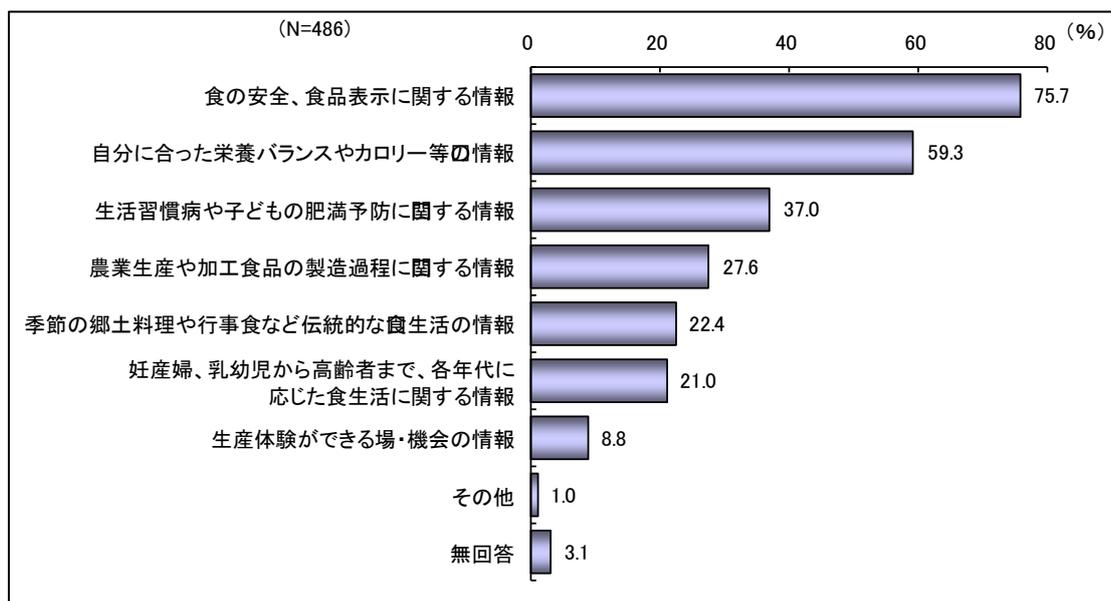
(上位3つまで選択)

※その他の場合は()内に記入。

1 食の安全・食品表示	2 自分に合った栄養バランスやカロリーなど
3 生活習慣病や肥満予防	4 食品の生産、加工、流通の過程
5 季節の郷土料理や行事食・伝統的な食生活	7 生産体験ができる場や機会
8 その他 ()	

【問26】	健全で豊かな食生活のために必要な情報					(%)				
	回答者数	食の安全・食品表示	自分に合った栄養バランス・カロリーなど	生活習慣病や肥満予防	食品の製造過程	季節の郷土料理や行事食・伝統的な食生活	生産体験ができる場や機会	その他	無回答(99)	エラー(77)
全体	367	63.5	63.3	58.1	58.1	17.7	7.3	1.8	4.2	0.3
【性別】										
男性	162	55.2	63.4	52.9	19.2	17.4	7.6	2.3	5.2	0.6
女性	205	70.8	63.2	62.7	24.4	17.2	7.2	1.4	1.9	0.0
【年代別】										
20代	47	55.3	78.7	55.3	19.1	23.4	10.6	0.0	0.0	0.0
30代	59	63.9	77.0	60.7	18.0	27.9	8.2	0.0	3.3	0.0
40代	74	59.0	52.6	59.0	23.1	1.3	6.4	7.7	5.1	0.0
50代	106	70.9	57.3	58.2	29.1	14.5	6.4	0.9	3.6	0.0
60代	80	63.2	62.1	56.3	16.1	9.2	5.7	1.1	6.9	1.1
【性年代別】										
男性20~30代	44	45.7	80.4	54.3	17.4	26.1	10.9	0.0	4.3	0.0
男性40~50代	73	59.0	52.6	53.8	21.8	20.5	5.1	1.3	6.4	0.0
男性60代	43	58.3	64.6	50.0	16.7	4.2	8.3	2.1	8.3	2.1
女性20~30代	62	71.0	75.8	61.3	19.4	25.8	8.1	0.0	0.0	0.0
女性40~50代	106	71.6	57.8	62.4	30.3	13.8	8.3	1.8	2.8	0.0
女性60代	36	68.4	57.9	65.8	15.8	13.2	2.6	0.0	5.3	0.0

(参考 H27)

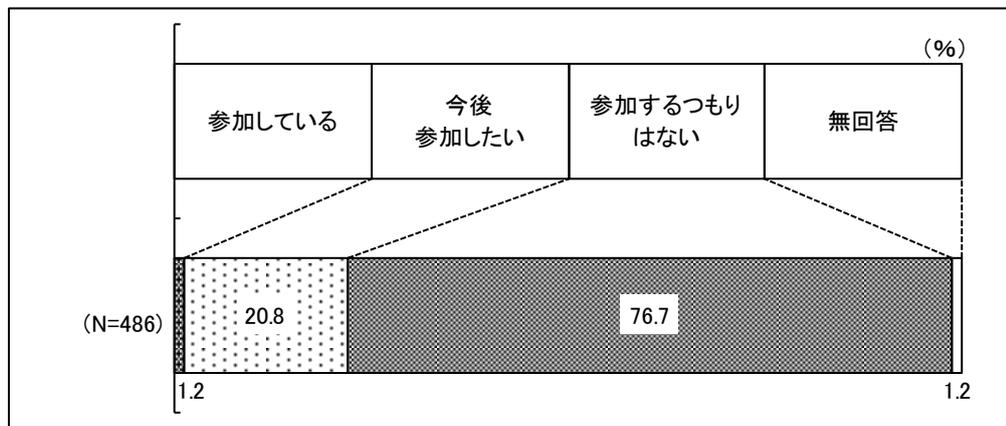


問27 あなたは、食育の推進にかかわるボランティア活動に参加していますか。(1つ選択)

1 参加している (→問 27-1 へ)	2 今後参加したい (→問 28 へ)	3 参加するつもりはない (→問 28 へ)
-------------------------	------------------------	---------------------------

【問27】	食育推進にかかわるボランティア活動への参加状況				(%)	
	合計 (人)	参加している	今後参加したい	参加するつもりは ない	無回答 (99)	エラー (7 7)
全体	384	0.3	17.7	77.6	3.9	0.5
【性別】						
男性	172	0.6	14.5	79.7	4.7	0.6
女性	209	0.0	20.6	76.1	2.9	0.5
【年代別】						
20代	47	0.0	10.6	87.2	0.0	2.1
30代	61	0.0	13.1	83.6	3.3	0.0
40代	78	1.3	19.2	74.4	5.1	0.0
50代	110	0.0	20.0	75.5	3.6	0.9
60代	87	0.0	20.7	73.6	5.7	0.0
【性年代別】						
男性20～30代	46	0.0	8.7	84.8	4.3	2.2
男性40～50代	78	1.3	15.4	80.8	2.6	0.0
男性60代	48	0.0	18.8	72.9	8.3	0.0
女性20～30代	62	0.0	14.5	85.5	0.0	0.0
女性40～50代	109	0.0	22.9	71.6	4.6	0.9
女性60代	38	0.0	23.7	73.7	2.6	0.0

(参考 H27)



問27-1 【問27で「1」と回答された方にお聞きします】

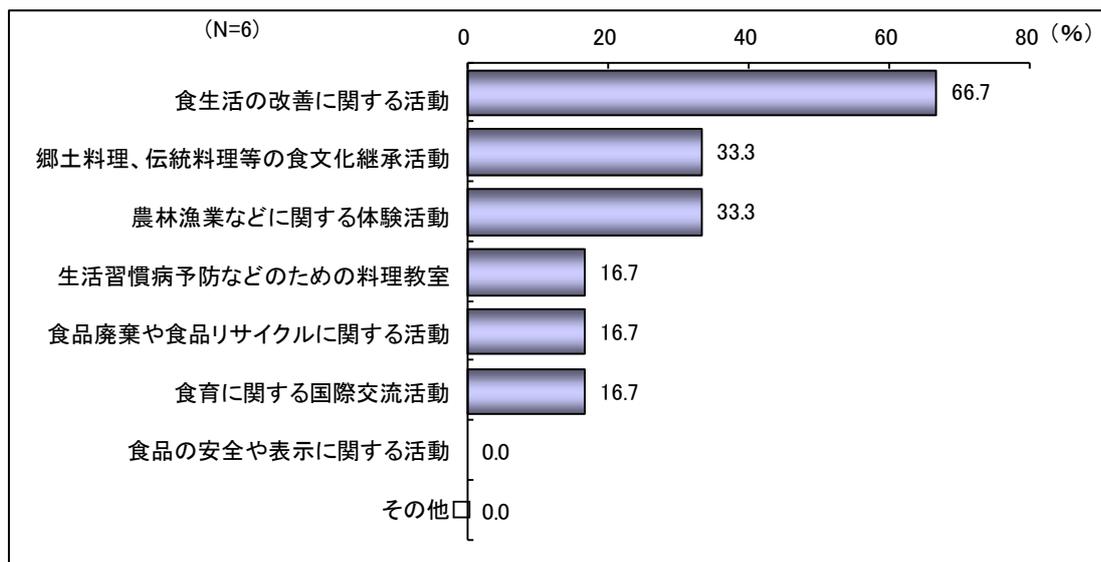
どのような食育に関するボランティアに参加していますか。(上位3つまで選択)

※その他の場合は()内に記入。

- | | |
|--------------------|---------------------|
| 1 郷土料理や伝統料理等の食文化継承 | 2 農業・畜産業・魚業などに関する体験 |
| 3 食生活の改善 | 4 生活習慣病予防などのための料理教室 |
| 5 食品破棄や食品リサイクル | 6 食品の安全や表示 |
| 7 食育に関する国際交流 | 8 その他 () |

今回調査において、食育に関するボランティアに参加している方は40代男性1名のみであった。ボランティアの内容については、2 農業・畜産業・魚業などに関する体験 であった。

(参考 H27)



3、休養、心の健康について

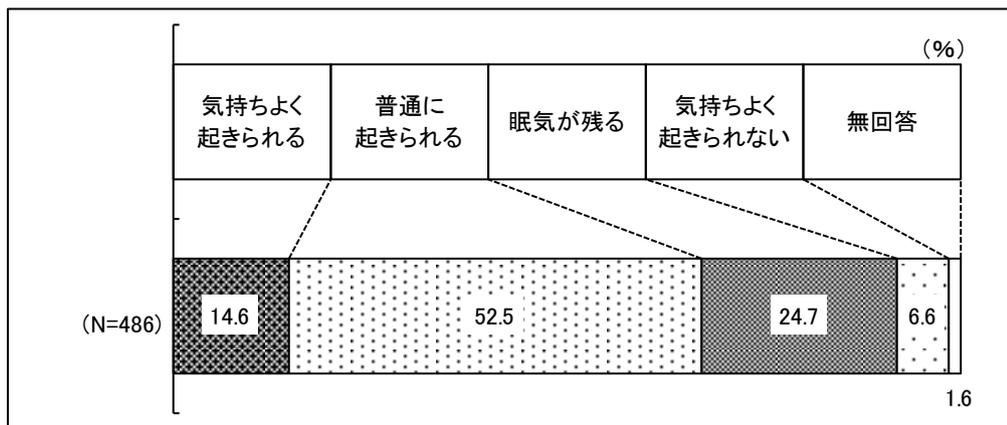
(調査票 問28～33)

問28 あなたは、朝、気持ちよく起きられますか。(1つ選択)

1 気持ちよく起きられる 2 普通に起きられる 3 眠気が残る 4 気持ちよく起きられない

【問28】	気持ちよく起きられるか			(%)		無回答 (99)	エラー (77)
	合計 (人)	気持ちよ く起きら れる	普通に起 きられる	眠気が残る	気持ちよ く起きら れない		
全体	384	13.3	50.0	27.3	6.3	3.1	0
【性別】							
男性	172	12.2	52.9	25.0	5.8	4.1	0
女性	209	14.4	47.8	29.7	6.2	1.9	0
【年代別】							
20代	47	8.5	46.8	36.2	8.5	0.0	0
30代	61	6.6	47.5	39.3	3.3	3.3	0
40代	78	6.4	43.6	37.2	9.0	3.8	0
50代	110	20.0	50.9	20.9	5.5	2.7	0
60代	87	18.4	58.6	13.8	4.6	4.6	0
【性年代別】							
男性20～30代	46	6.5	47.8	37.0	4.3	4.3	0
男性40～50代	78	12.8	52.6	25.6	7.7	1.3	0
男性60代	48	16.7	58.3	12.5	4.2	8.3	0
女性20～30代	62	8.1	46.8	38.7	6.5	0.0	0
女性40～50代	109	15.6	45.0	29.4	6.4	3.7	0
女性60代	38	21.1	57.9	15.8	5.3	0.0	0

(参考 H27)



問29 あなたは、平均して毎日どのくらいの時間眠れていますか（1つ選択）

1 10時間以上	2 8～10時間未満	3 6～8時間未満
4 4～6時間未満	5 4時間未満	

【問29】	睡眠時間		（％）						
	合計 （人）	10時間 以上	8～10 時間程度	6～8時間程 度	4～6時 間程度	4時間未 満	無回答	エラー	
全体	384	0.3	5.5	66.1	25.8	1.8	0.5	0	
【性別】									
男性	172	0.0	6.4	69.8	22.7	1.2	0.0	0	
女性	209	0.5	4.8	63.6	27.8	2.4	1.0	0	
【年代別】									
20代	47	0.0	8.5	68.1	21.3	2.1	0.0	0	
30代	61	0.0	3.3	60.7	32.8	3.3	0.0	0	
40代	78	0.0	7.7	64.1	24.4	2.6	1.3	0	
50代	110	0.0	3.6	65.5	29.1	1.8	0.0	0	
60代	87	1.1	5.7	71.3	20.7	0.0	1.1	0	
【性年代別】									
男性20～30代	46	0.0	8.7	54.3	34.8	2.2	0.0	0	
男性40～50代	78	0.0	3.8	74.4	20.5	1.3	0.0	0	
男性60代	48	0.0	8.3	77.1	14.6	0.0	0.0	0	
女性20～30代	62	0.0	3.2	71.0	22.6	3.2	0.0	0	
女性40～50代	109	0.0	6.4	58.7	31.2	2.8	0.9	0	
女性60代	38	2.6	2.6	65.8	26.3	0.0	2.6	0	

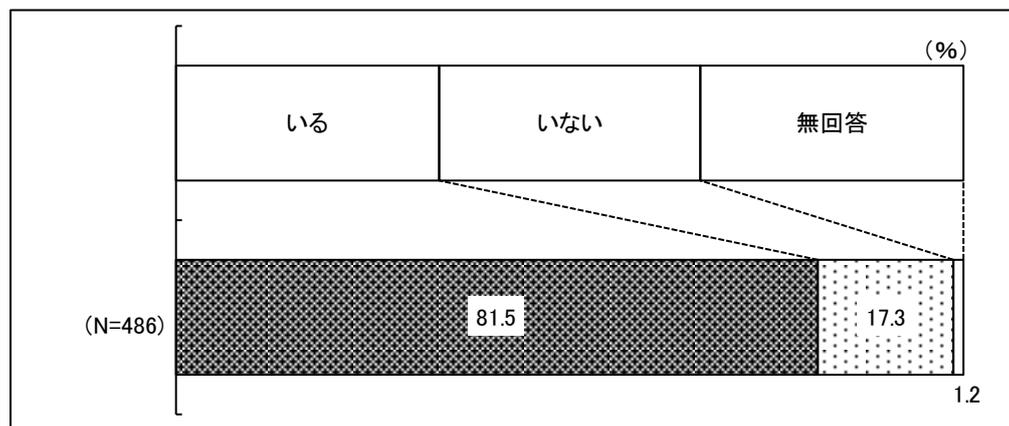
(H27 調査なし)

問30 あなたは、悩み事を相談できる相手がありますか。(1つ選択)

1 いる 2 いない

【問30】	悩みごとを相談できる相手の有無				(%)	
	合計 (人)	いる	いない	無回答 (99)	エラー (77)	
全体	382	78.3	21.7	0.0	0.0	
【性別】						
男性	224	76.8	23.2	0.0	0.0	
女性	209	84.7	14.4	1.0	0.0	
【年代別】						
20代	47	89.4	10.6	0.0	0.0	
30代	70	87.1	12.9	0.0	0.0	
40代	78	74.4	24.4	1.3	0.0	
50代	110	76.4	22.7	0.9	0.0	
60代	87	71.3	28.7	0.0	0.0	
【性年代別】						
男性20～30代	46	78.3	21.7	0.0	0.0	
男性40～50代	78	71.8	28.2	0.0	0.0	
男性60代	48	58.3	41.7	0.0	0.0	
女性20～30代	62	93.5	6.5	0.0	0.0	
女性40～50代	109	78.0	20.2	1.8	0.0	
女性60代	38	89.5	10.5	0.0	0.0	

(参考 H27)

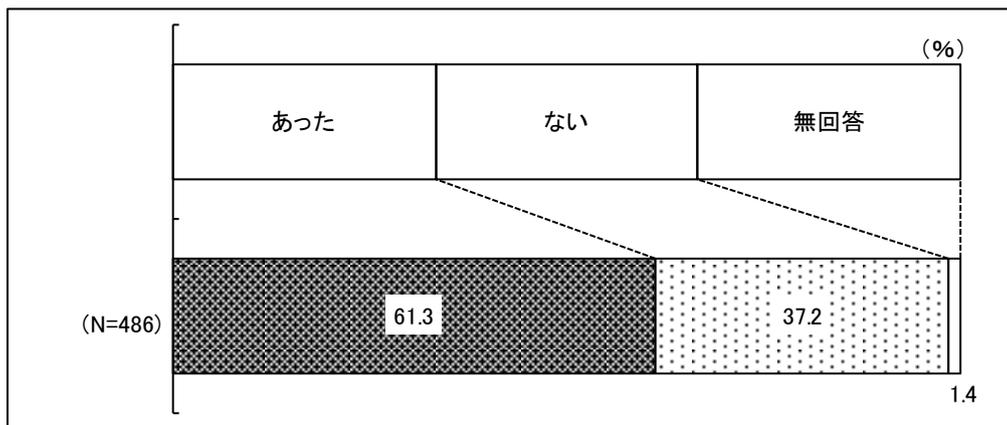


問31 あなたはこの1年に悩みや心配事など大きなストレスがありましたか。(1つ選択)

1 あった (→問31-1、2へ) 2 なかった (→問32へ)

【問31】	悩みや心配事の有無				(%)
	合計 (人)	あった	なかった	無回答 (99)	エラー (77)
全体	384	68.0	31.3	0.5	0.3
【性別】					
男性	172	61.6	38.4	0.0	0.0
女性	209	73.2	25.4	1.0	0.5
【年代別】					
20代	47	63.8	36.2	0.0	0.0
30代	61	68.9	31.1	0.0	0.0
40代	78	74.4	24.4	1.3	0.0
50代	110	71.8	26.4	0.9	0.9
60代	87	58.6	41.4	0.0	0.0
【性年代別】					
男性20～30代	46	71.7	28.3	0.0	0.0
男性40～50代	78	61.5	38.5	0.0	0.0
男性60代	48	52.1	47.9	0.0	0.0
女性20～30代	62	62.9	37.1	0.0	0.0
女性40～50代	109	80.7	16.5	1.8	0.9
女性60代	38	68.4	31.6	0.0	0.0

(参考 H27)



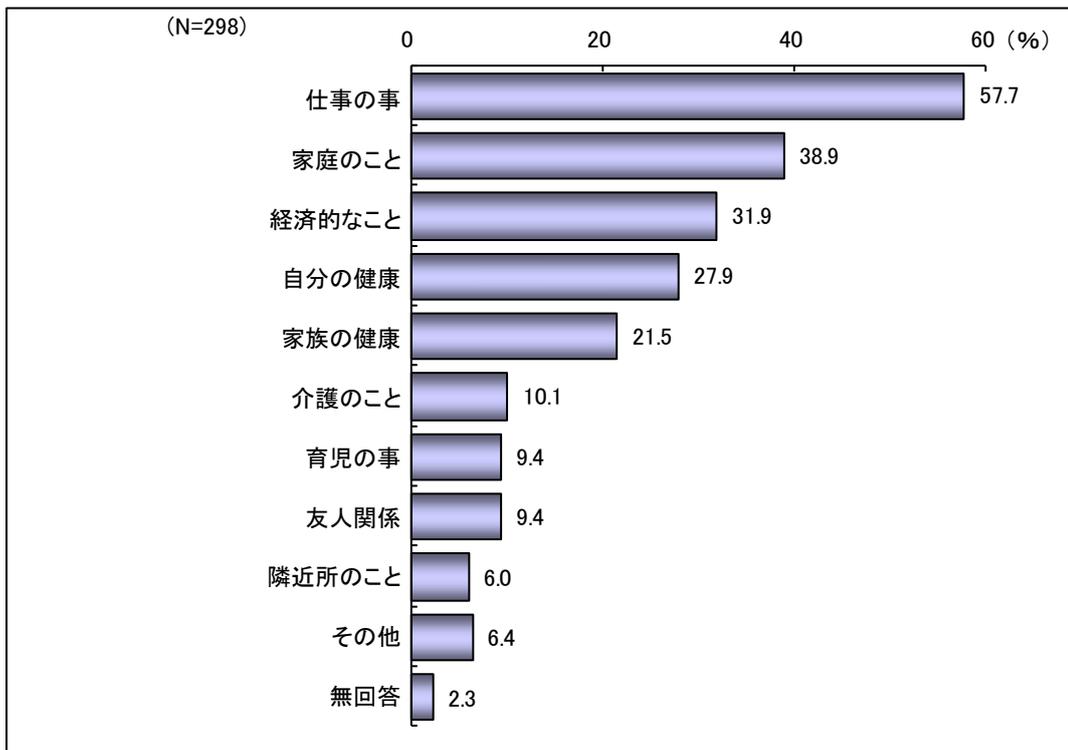
問31-1 【問31で「1」と回答された方にお聞きします】

どのようなことでストレスがありましたか。(あてはまるものすべてを選択)

- | | | | |
|----------|-----------|------------|------------|
| 1 仕事のこと | 2 家族のこと | 3 自分の健康のこと | 4 家族の健康のこと |
| 5 育児のこと | 6 経済的なこと | 7 友人関係のこと | 8 介護のこと |
| 9 隣近所のこと | 10 その他() | | |

	【問31-1】 ストレスの内容 (%)											無回答	エラー
	回答者数	仕事のこと	家族のこと	自分の健康のこと	家族の健康のこと	育児のこと	経済的なこと	友人関係のこと	介護のこと	隣近所のこと	その他		
全体	236	60.5	46.4	33.3	33.3	11.5	29.9	4.2	10.7	5.4	4.6	5.0	0.0
【性別】													
男性	95	73.6	35.8	30.2	30.2	5.7	34.0	3.8	11.3	4.7	3.8	6.6	0.0
女性	141	51.0	52.9	35.3	35.3	15.0	26.1	4.6	10.5	5.2	3.9	3.9	0.0
【年代別】													
20代	28	76.7	26.7	23.3	10.0	10.0	36.7	13.3	0.0	0.0	6.7	0.0	0.0
30代	35	64.3	40.5	26.2	16.7	28.6	28.6	4.8	0.0	7.1	7.1	9.5	0.0
40代	53	55.2	46.6	29.3	22.4	20.7	34.5	1.7	10.3	3.4	3.4	5.2	0.0
50代	74	60.8	54.4	36.7	32.9	2.5	32.9	3.8	20.3	6.3	2.5	3.8	0.0
60代	46	52.9	49.0	45.1	25.5	0.0	15.7	2.0	11.8	5.9	3.9	5.9	0.0
【性年代別】													
男性20～30代	29	78.8	24.2	21.2	12.1	12.1	33.3	6.1	0.0	3.0	6.1	6.1	0.0
男性40～50代	44	72.9	37.5	25.0	16.7	4.2	37.5	2.1	18.8	4.2	2.1	6.3	0.0
男性60代	22	68.0	48.0	52.0	24.0	0.0	28.0	4.0	12.0	8.0	4.0	8.0	0.0
女性20～30代	35	61.5	43.6	28.2	15.4	28.2	30.8	10.3	0.0	5.1	5.1	5.1	0.0
女性40～50代	82	50.0	58.0	37.5	34.1	13.6	30.7	3.4	14.8	5.7	3.4	3.4	0.0
女性60代	24	38.5	50.0	38.5	26.9	0.0	3.8	0.0	11.5	3.8	3.8	3.8	0.0

(参考 H27)



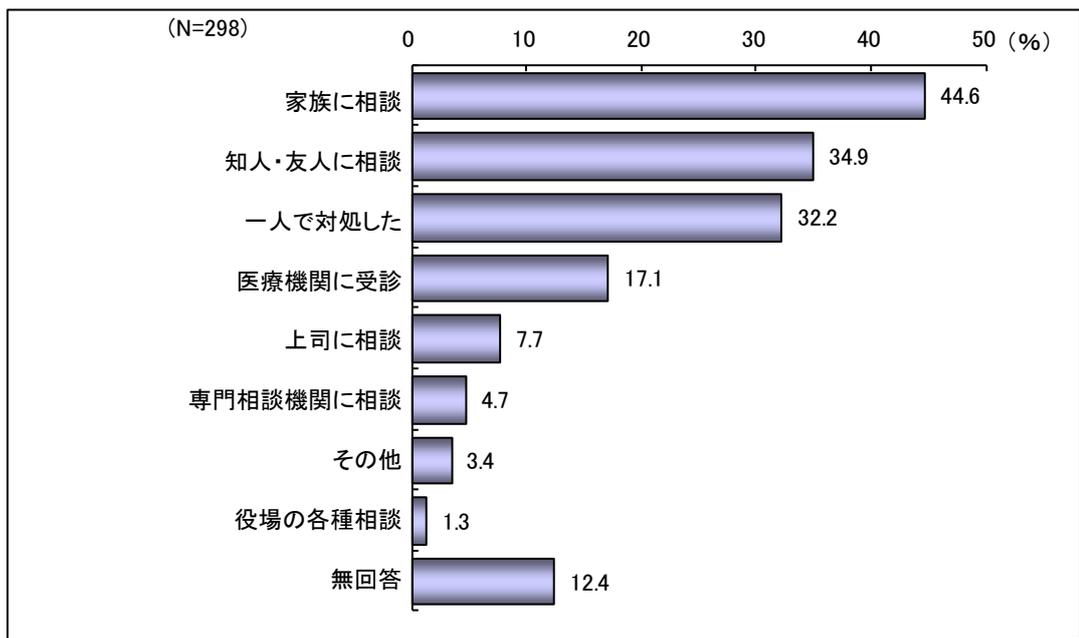
問31-2 【問31で「1」と回答された方にお聞きします】

どのように対処しましたか。(あてはまるものをすべて選択)

- | | | |
|-----------|-------------|---------------|
| 1 家族に相談 | 2 知人・友人に相談 | 3 役場の各種相談 |
| 4 医療機関を受診 | 5 専門相談機関に相談 | 6 インターネット・SNS |
| 7 一人で対処した | 8 その他 () | |

【問31-2】	ストレスに対し、どのように対処したか	(%)									
	合計	家族に相談	知人・友人に相談	役場の各種相談	医療機関を受診	専門相談機関に相談	インターネット・SNS	一人で対処した	その他	無回答	エラー
全体	236	46.4	38.3	2.7	16.1	4.6	10.3	31.8	3.1	8.8	0.0
【性別】											
男性	95	33.0	26.4	2.8	13.2	4.7	6.6	50.9	3.8	3.8	0.0
女性	141	55.6	45.8	2.6	17.6	4.6	12.4	18.3	2.6	12.4	0.0
【年代別】											
20代	28	43.3	40.0	3.3	3.3	3.3	10.0	36.7	3.3	10.0	0.0
30代	35	54.8	40.5	2.4	9.5	2.4	9.5	31.0	2.4	4.8	0.0
40代	53	43.1	37.9	3.4	17.2	6.9	12.1	29.3	5.2	8.6	0.0
50代	74	48.1	40.5	3.8	20.3	5.1	10.1	30.4	1.3	8.9	0.0
60代	46	41.2	31.4	0.0	21.6	3.9	7.8	33.3	3.9	11.8	0.0
【性年代別】											
男性20~30代	29	33.3	36.4	0.0	3.0	0.0	9.1	54.5	0.0	3.0	0.0
男性40~50代	44	35.4	25.0	6.3	14.6	6.3	4.2	43.8	6.3	4.2	0.0
男性60代	22	28.0	16.0	0.0	24.0	8.0	8.0	60.0	4.0	4.0	0.0
女性20~30代	35	64.1	43.6	5.1	10.3	5.1	10.3	15.4	2.6	10.3	0.0
女性40~50代	82	52.3	46.6	2.3	20.5	5.7	14.8	22.7	1.1	11.4	0.0
女性60代	24	53.8	46.2	0.0	19.2	0.0	7.7	7.7	3.8	19.2	0.0

(参考 H27)



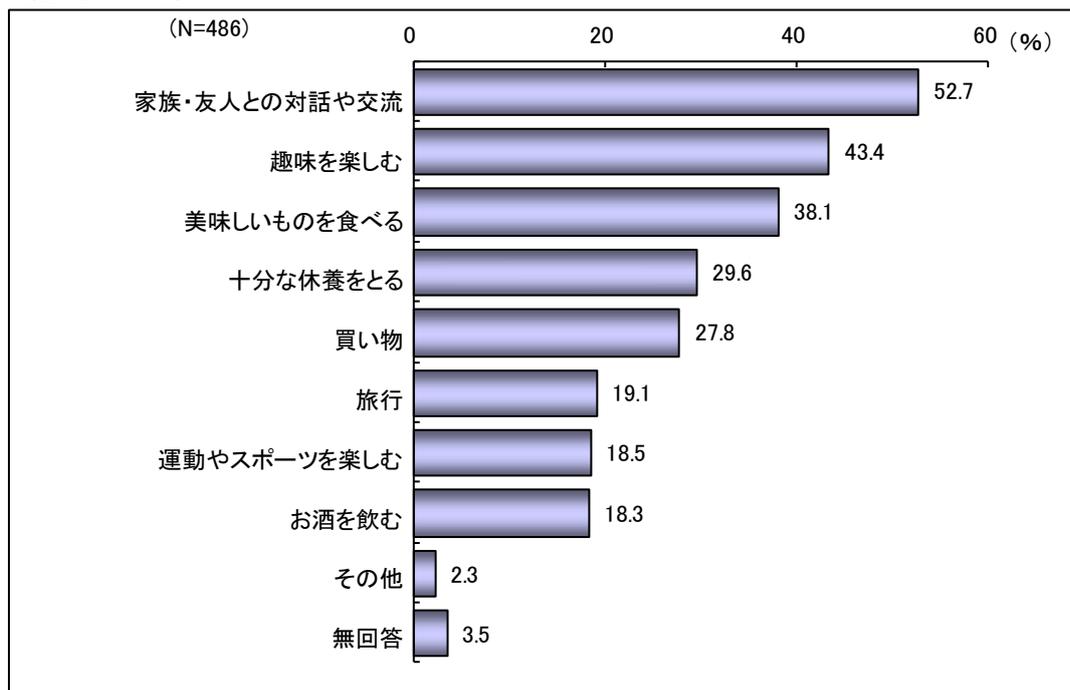
問32 あなたの主なストレス解消法は何ですか。(上位3つまで選択)

※その他の場合は()内に記入。

- | | | |
|----------------|--------------|------------|
| 1 家族・友人との対話や交流 | 2 趣味を楽しむ | 3 旅行に行く |
| 4 買い物をする | 5 十分な休養をとる | 6 スポーツを楽しむ |
| 7 お酒を飲む | 8 おいしいものを食べる | 9 その他() |

【問32】	ストレス解消法 (上位3つまで)		(%)									
	合計	家族・友人との対話や交流	趣味を楽しむ	旅行へ行く	買い物をする	十分な休養をとる	スポーツを楽しむ	お酒を飲む	おいしいものを食べる	その他	無回答	エラー
全体	365	47.7	48.4	10.9	26.6	29.9	15.9	24.5	40.1	4.2	2.1	2.9
【性別】												
男性	163	29.7	63.4	12.2	15.7	27.3	25.6	30.8	26.7	4.1	1.2	4.1
女性	200	63.2	36.8	10.0	35.9	32.1	8.1	18.7	50.7	4.3	2.9	1.4
【年代別】												
20代	45	44.7	51.1	8.5	34.0	27.7	12.8	19.1	42.6	6.4	2.1	2.1
30代	58	45.9	50.8	13.1	32.8	37.7	13.1	18.0	55.7	0.0	1.6	3.3
40代	71	51.3	39.7	7.7	26.9	26.9	19.2	29.5	42.3	6.4	3.8	5.1
50代	105	50.0	48.2	7.3	22.7	31.8	9.1	22.7	43.6	4.5	1.8	2.7
60代	85	44.8	54.0	18.4	23.0	25.3	25.3	28.7	20.7	3.4	1.1	1.1
【性年代別】												
男性20~30代	43	28.3	71.7	10.9	26.1	26.1	19.6	23.9	39.1	2.2	2.2	4.3
男性40~50代	73	34.6	57.7	9.0	10.3	26.9	19.2	30.8	26.9	5.1	1.3	5.1
男性60代	47	22.9	64.6	18.8	14.6	29.2	41.7	37.5	14.6	4.2	0.0	2.1
女性20~30代	60	58.1	35.5	11.3	38.7	38.7	8.1	14.5	58.1	3.2	1.6	1.6
女性40~50代	103	62.4	35.8	6.4	34.9	32.1	9.2	22.0	55.0	5.5	3.7	1.8
女性60代	37	73.7	42.1	18.4	34.2	21.1	5.3	15.8	26.3	2.6	2.6	0.0

(参考 H27)

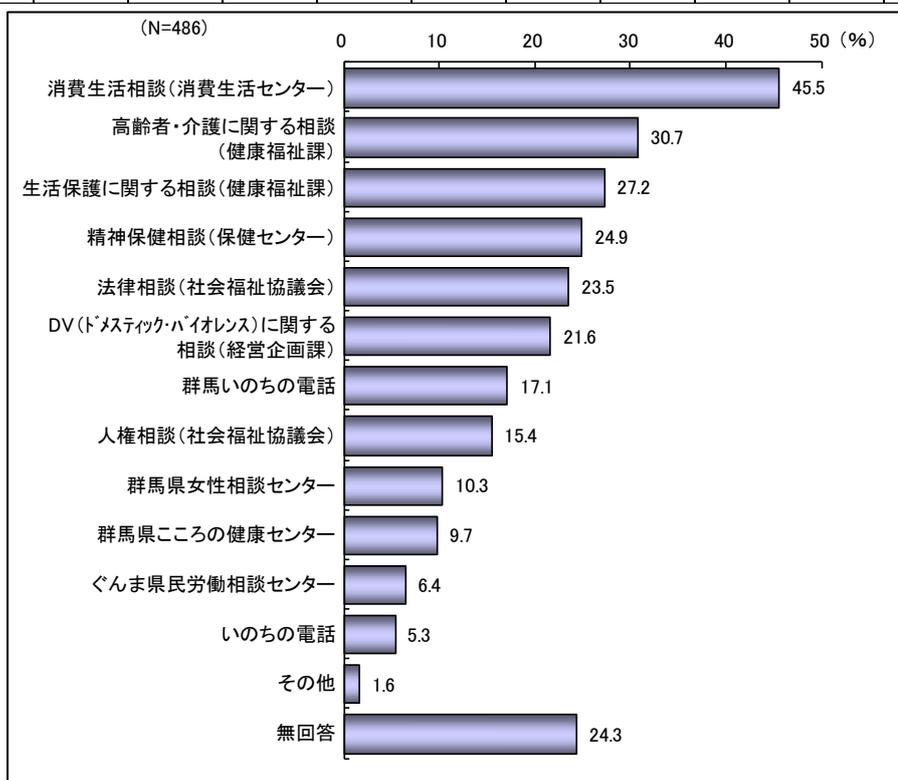


問33 あなたは、行政などが実施している自殺予防や悩み事相談で知っているものはありますか。(知っているものすべてを選択) ※その他の場合は()内に記入

- | | |
|-----------------------|---------------------|
| 1 こころの健康相談(保健センター) | 2 生活保護に関する相談(健康福祉課) |
| 3 高齢者・介護に関する相談(健康福祉課) | 4 DVに関する相談(企画課) |
| 5 消費生活相談(消費生活センター) | 6 人権相談(社会福祉協議会) |
| 7 法律相談(社会福祉協議会) | 8 なんでも福祉相談(町内各施設) |
| 9 その他() | |

【問33】	相談窓口で知っているもの (%)													
	合計	心の健康相談(保健センター)	生活保護に関する相談(健康福祉課)	高齢者・介護に関する相談(健康福祉課)	DVに関する相談(企画課)	消費生活相談(消費生活センター)	人権相談(社会福祉協議会)	法律相談(社会福祉協議会)	なんでも福祉相談(町内各施設)	その他	無回答	エラー		
全体	308	58.3	24.2	29.7	20.8	46.9	15.6	18.8	5.5	3.1	19.8	0.0		
【性別】														
男性	133	50.0	24.4	29.1	19.2	44.8	14.5	18.0	4.7	5.8	22.7	0.0		
女性	173	65.1	23.4	29.7	21.5	48.3	15.8	19.1	6.2	1.0	17.2	0.0		
【年代別】														
20代	39	63.8	29.8	10.6	21.3	34.0	8.5	8.5	4.3	2.1	17.0	0.0		
30代	50	59.0	21.3	19.7	23.0	44.3	13.1	16.4	8.2	3.3	18.0	0.0		
40代	55	56.4	10.7	9.1	9.1	19.3	8.0	6.4	1.1	1.1	12.3	0.0		
50代	94	57.3	21.8	41.8	16.4	50.0	14.5	21.8	6.4	5.5	14.5	0.0		
60代	69	57.5	24.1	37.9	24.1	51.7	18.4	24.1	5.7	1.1	20.7	0.0		
【性年代別】														
男性20~30代	38	54.3	21.7	19.6	17.4	37.0	13.0	10.9	6.5	6.5	17.4	0.0		
男性40~50代	57	46.2	24.4	32.1	15.4	44.9	12.8	17.9	2.6	7.7	26.9	0.0		
男性60代	38	52.1	27.1	33.3	27.1	52.1	18.8	25.0	6.3	2.1	20.8	0.0		
女性20~30代	51	66.1	27.4	12.9	25.8	41.9	9.7	14.5	6.5	0.0	17.7	0.0		
女性40~50代	91	64.2	22.0	33.9	19.3	50.5	18.3	20.2	6.4	1.8	16.5	0.0		
女性60代	31	65.8	21.1	44.7	21.1	52.6	18.4	23.7	5.3	0.0	18.4	0.0		

(参考 H27)



4、歯と口の健康について

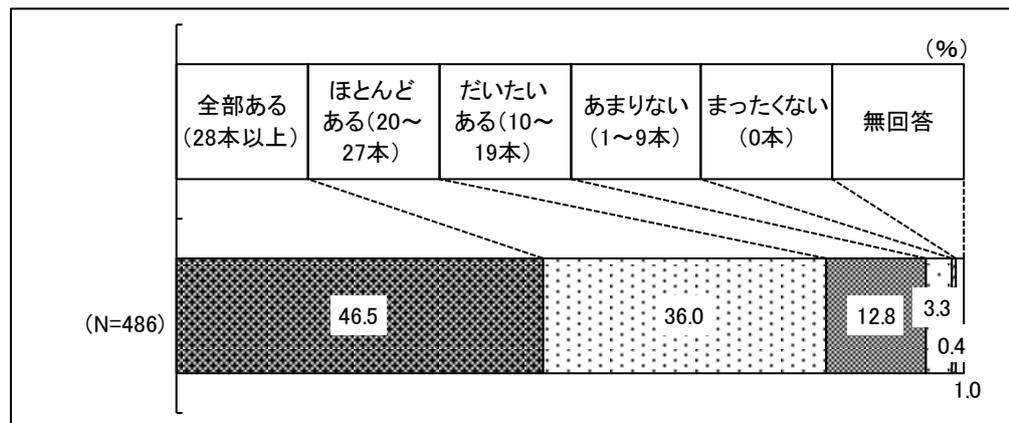
(調査票 問 34～38)

問34 あなたの歯は、何本ありますか。差し歯と根は本数に数えますが、入れ歯やインプラントは除きます。(1つ選択)

1 全部ある (28本以上)	2 ほとんどある (20～27本)	3 だいたいある (10～19本)
4 あまりない (1～9本)	5 まったくない (0本)	

【問34】	歯は何本ありますか							(%)
	合計 (人)	全部 (28本以上)	ほとんどある (20～27本)	だいたいある (10～19本)	あまりない (1～9本)	まったくなく (0本)	無回答 (99)	エラー (77)
全体	384	46.1	40.4	9.4	2.9	0.5	0.8	0.0
【性別】								
男性	172	41.3	39.0	13.4	4.7	1.2	0.6	0.0
女性	209	50.2	41.1	6.2	1.4	0.0	1.0	0.0
【年代別】								
20代	47	72.3	25.5	0.0	0.0	2.1	0.0	0.0
30代	61	68.9	29.5	1.6	0.0	0.0	0.0	0.0
40代	78	53.8	35.9	9.0	0.0	0.0	1.3	0.0
50代	110	39.1	47.3	10.0	2.7	0.0	0.9	0.0
60代	87	18.4	50.6	19.5	9.2	1.1	1.1	0.0
【性年代別】								
男性20～30代	46	60.9	34.8	2.2	0.0	2.2	0.0	0.0
男性40～50代	78	43.6	38.5	15.4	2.6	0.0	0.0	0.0
男性60代	48	18.8	43.8	20.8	12.5	2.1	2.1	0.0
女性20～30代	62	77.4	22.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
女性40～50代	109	45.9	45.9	5.5	0.9	0.0	1.8	0.0
女性60代	38	18.4	57.9	18.4	5.3	0.0	0.0	0.0

(参考 H27)



問35 あなたは、どのくらいの頻度で歯を磨いていますか。(1つ選択)

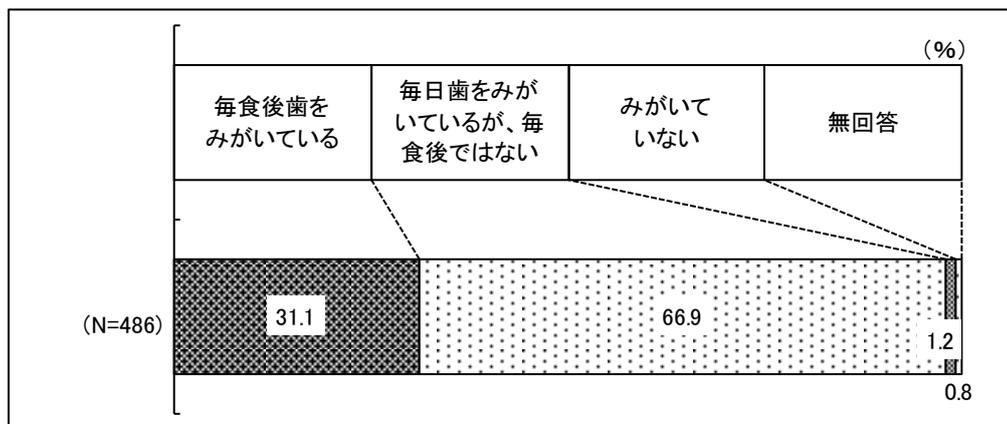
※入れ歯の手入れも含む

1 毎食後	2 1日1回以上	3 1日1回未満
-------	----------	----------

【問35】	歯磨きの頻度					(%)
	合計 (人)	毎食後	1日1回以上	1日1回未満	無回答 (99)	エラー (77)
全体	384	33.1	63.0	3.6	0.3	0.0
【性別】						
男性	172	16.3	77.3	6.4	0.0	0.0
女性	209	46.4	51.7	1.4	0.5	0.0
【年代別】						
20代	47	38.3	55.3	6.4	0.0	0.0
30代	61	26.2	70.5	3.3	0.0	0.0
40代	78	34.6	62.8	1.3	1.3	0.0
50代	110	34.5	63.6	1.8	0.0	0.0
60代	87	32.2	60.9	6.9	0.0	0.0
【性年代別】						
男性20～30代	46	13.0	80.4	6.5	0.0	0.0
男性40～50代	78	12.8	83.3	3.8	0.0	0.0
男性60代	48	25.0	64.6	10.4	0.0	0.0
女性20～30代	62	45.2	51.6	3.2	0.0	0.0
女性40～50代	109	49.5	49.5	0.0	0.9	0.0
女性60代	38	39.5	57.9	2.6	0.0	0.0

問39 あなたは、毎日歯をみがいていますか。(1つ選択)

(参考 H27)

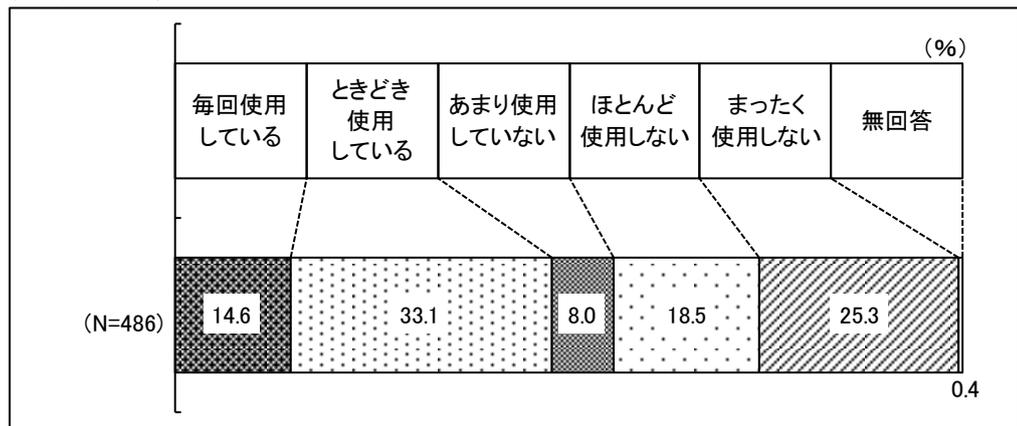


問36 あなたは、歯をみがくとき、歯ブラシ以外の清掃用具（歯間ブラシや糸ようじ、入れ歯ブラシ）を使用しますか。（1つ選択）

- | | | |
|-------------|------------|--------------|
| 1 毎回使用している | 2 時々使用している | 3 あまり使用していない |
| 4 ほとんど使用しない | 5 全く使用しない | |

【問36】	歯ブラシ以外の清掃用具の使用							（%）	
	合計 （人）	毎回使用 している	時々使用 している	あまり使 用してい ない	ほとんど 使用しな い	全く使用 しない	無回答 （99）	エラー （77）	
全体	384	17.7	40.1	9.4	8.6	23.7	0.3	0.3	
【性別】									
男性	172	13.4	33.7	10.5	9.9	32.6	0.0	0.0	
女性	209	21.1	45.5	8.6	7.2	16.7	0.5	0.5	
【年代別】									
20代	47	8.5	27.7	8.5	10.6	44.7	0.0	0.0	
30代	61	8.2	34.4	9.8	13.1	34.4	0.0	0.0	
40代	78	21.8	48.7	2.6	3.8	21.8	1.3	0.0	
50代	110	16.4	47.3	10.0	9.1	17.3	0.0	0.0	
60代	87	27.6	34.5	14.9	6.9	14.9	0.0	1.1	
【性年代別】									
男性20～30代	46	8.7	28.3	8.7	8.7	45.7	0.0	0.0	
男性40～50代	78	12.8	37.2	9.0	10.3	30.8	0.0	0.0	
男性60代	48	18.8	33.3	14.6	10.4	22.9	0.0	0.0	
女性20～30代	62	8.1	33.9	9.7	14.5	33.9	0.0	0.0	
女性40～50代	109	22.9	55.0	5.5	4.6	11.0	0.9	0.0	
女性60代	38	36.8	36.8	15.8	2.6	5.3	0.0	2.6	

（参考 H27）



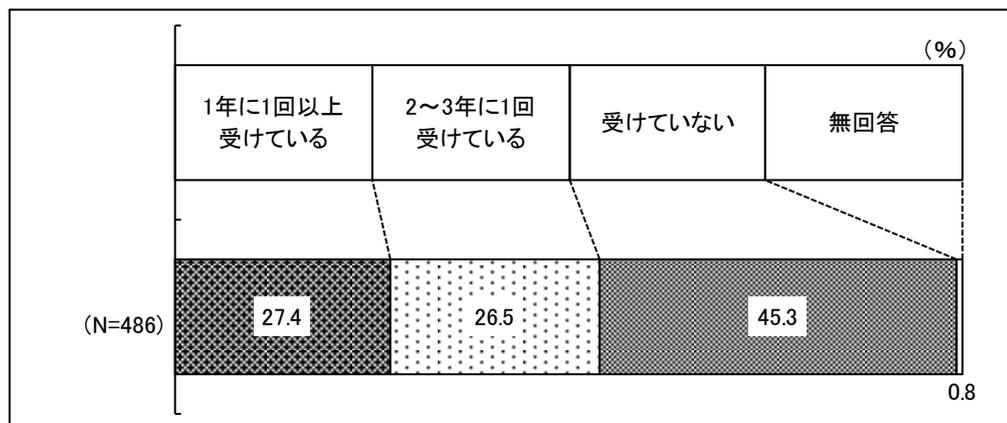
問37 あなたは、どのくらいの頻度で歯の健診を受けていますか。(1つ選択)

1 年に1回以上 2 2～3年に1回 3 それ以下(受けていない)

【問37】	歯の検診の頻度				(%)	
	合計 (人)	年に1回 以上	2～3年に 1回	それ以下 (受けて いない)	無回答 (99)	エラー (77)
全体	384	46.1	24.5	29.2	0.3	0.0
【性別】						
男性	172	38.4	26.2	35.5	0.0	0.0
女性	209	52.2	23.4	23.9	0.5	0.0
【年代別】						
20代	47	31.9	38.3	29.8	0.0	0.0
30代	61	44.3	19.7	36.1	0.0	0.0
40代	78	44.9	24.4	29.5	1.3	0.0
50代	110	50.0	25.5	24.5	0.0	0.0
60代	87	51.7	19.5	28.7	0.0	0.0
【性年代別】						
男性20～30代	46	39.1	23.9	37.0	0.0	0.0
男性40～50代	78	38.5	28.2	33.3	0.0	0.0
男性60代	48	37.5	25.0	37.5	0.0	0.0
女性20～30代	62	38.7	30.6	30.6	0.0	0.0
女性40～50代	109	54.1	22.9	22.0	0.9	0.0
女性60代	38	68.4	13.2	18.4	0.0	0.0

問41 あなたは、定期的に口の健診を受けていますか。(1つ選択)

(参考 H27)



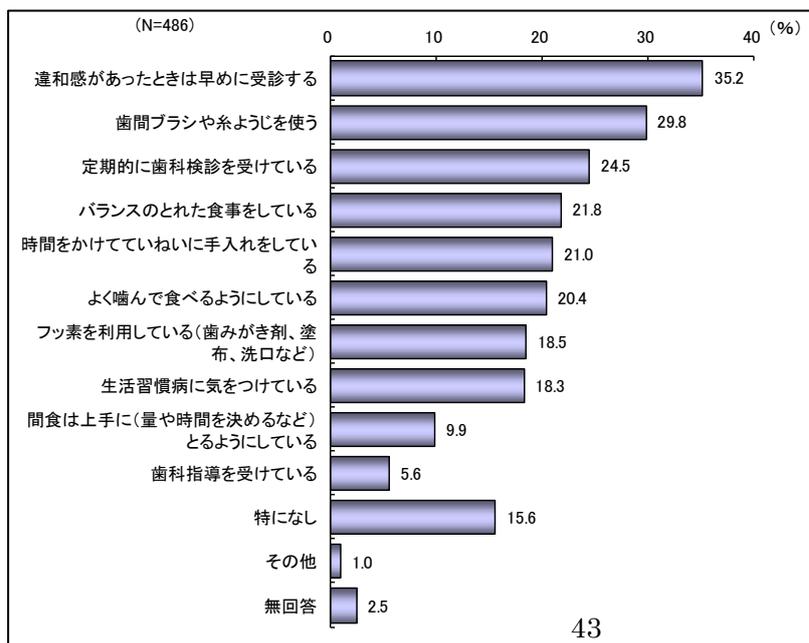
問38 あなたは、歯や口の健康のために、気をつけていることはありますか。(あてはまるものすべてを選択)

※5 フッ化物を利用している 例) フッ素入りの歯みがき剤の使用、
 フッ素洗口、歯科医院等でのフッ素塗布 など
 ※その他の場合は () 内に記入。

- | | |
|---------------------|-----------------------|
| 1 よく噛んで食べるようにしている | 2 間食は食べる時間や内容・量を決めている |
| 3 時間をかけて丁寧に手入れをしている | 4 歯間ブラシや糸ようじを使う |
| 5 フッ化物を利用している | 6 症状がなくても定期的に歯科受診している |
| 7 違和感がある場合早めに受診する | 8 その他 () |
| 9 特になし | |

【問38】	歯や口の健康のために気をつけていること										(%)
	合計 (人)	よく噛んで 食べるように している	間食は食 べる時間 や内容・ 量を決め ている	時間をか けて丁寧 に手入れ している	歯間ブラ シや糸よ うじを使 う	フッ化物 を利用し ている	症状がな くても定 期的に歯 科受診し ている	違和感が ある場合 早めに受 診する	その他	特になし	無回答 (99)
全体	384	19.3	6.3	30.5	46.1	23.4	29.4	38.3	2.3	12.5	1.3
【性別】											
男性	172	16.9	5.2	22.1	34.3	17.4	22.1	30.8	3.5	20.3	2.3
女性	209	21.1	7.2	36.4	55.5	28.2	35.9	44.0	1.4	6.2	0.5
【年代別】											
20代	47	17.0	0.0	36.2	25.5	21.3	14.9	34.0	2.1	12.8	0.0
30代	61	16.4	4.9	36.1	31.1	29.5	34.4	47.5	0.0	6.6	0.0
40代	78	20.5	5.1	26.9	56.4	30.8	26.9	41.0	2.6	10.3	3.8
50代	110	17.3	7.3	29.1	53.6	23.6	36.4	36.4	2.7	12.7	0.9
60代	87	24.1	10.3	27.6	49.4	13.8	27.6	34.5	3.4	18.4	1.1
【性年代別】											
男性20~30代	46	15.2	0.0	30.4	21.7	15.2	26.1	43.5	0.0	15.2	0.0
男性40~50代	78	16.7	5.1	16.7	42.3	21.8	20.5	23.1	3.8	20.5	3.8
男性60代	48	18.8	10.4	22.9	33.3	12.5	20.8	31.3	6.3	25.0	2.1
女性20~30代	62	17.7	4.8	40.3	33.9	33.9	25.8	40.3	1.6	4.8	0.0
女性40~50代	109	19.3	7.3	35.8	63.3	30.3	41.3	48.6	1.8	5.5	0.9
女性60代	38	31.6	10.5	31.6	68.4	13.2	36.8	36.8	0.0	10.5	0.0

(参考 H27)



5、お酒・たばこについて

(調査票 問 39～45)

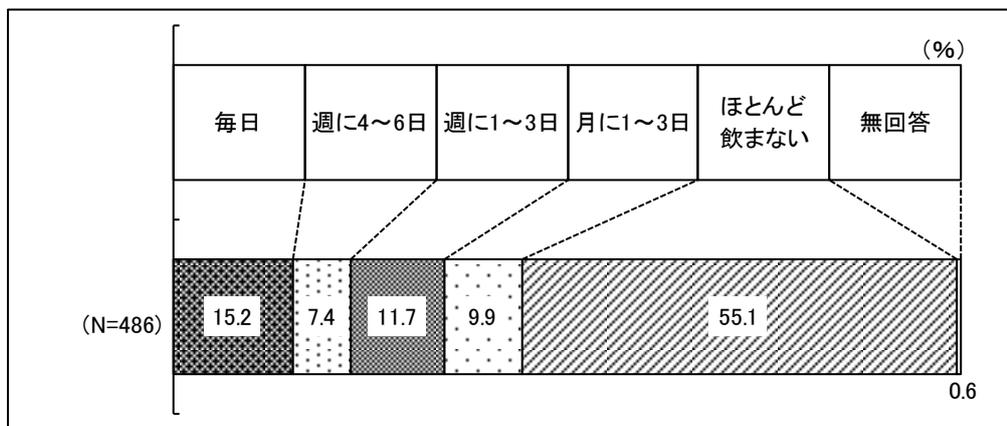
<お酒について>

問39 あなたは、どのくらいの頻度で飲酒していますか。(1つ選択)

1 毎日	2 週に4～6日	3 週に1～3日	4 月に1～3日
5 ほとんど飲まない			

【問39】	飲酒の頻度							(%)
	合計 (人)	毎日	週に4～6 日	週に1～3 日	月に1～3 回	ほとんど 飲まない	無回答 (99)	エラー (77)
全体	384	18.5	7.8	15.4	9.4	48.7	0.3	0.0
【性別】								
男性	172	26.2	9.9	19.2	9.3	35.5	0.0	0.0
女性	209	11.5	5.7	12.4	9.6	60.3	0.5	0.0
【年代別】								
20代	47	6.4	4.3	14.9	17.0	57.4	0.0	0.0
30代	61	11.5	3.3	16.4	13.1	55.7	0.0	0.0
40代	78	14.1	11.5	24.4	9.0	39.7	1.3	0.0
50代	110	20.9	8.2	14.5	8.2	48.2	0.0	0.0
60代	87	29.9	9.2	8.0	4.6	48.3	0.0	0.0
【性年代別】								
男性20～30代	46	8.7	8.7	26.1	10.9	45.7	0.0	0.0
男性40～50代	78	26.9	10.3	23.1	9.0	30.8	0.0	0.0
男性60代	48	41.7	10.4	6.3	8.3	33.3	0.0	0.0
女性20～30代	62	9.7	0.0	8.1	17.7	64.5	0.0	0.0
女性40～50代	109	11.9	8.3	15.6	8.3	55.0	0.9	0.0
女性60代	38	13.2	7.9	10.5	0.0	68.4	0.0	0.0

(参考 H27)



問40 あなたは、1日あたりどのくらいの量の飲酒をしますか。下記を参考に日本酒に換算してお答えください。(1つ選択)

【日本酒1合(180ml)と同じアルコール量のもの】

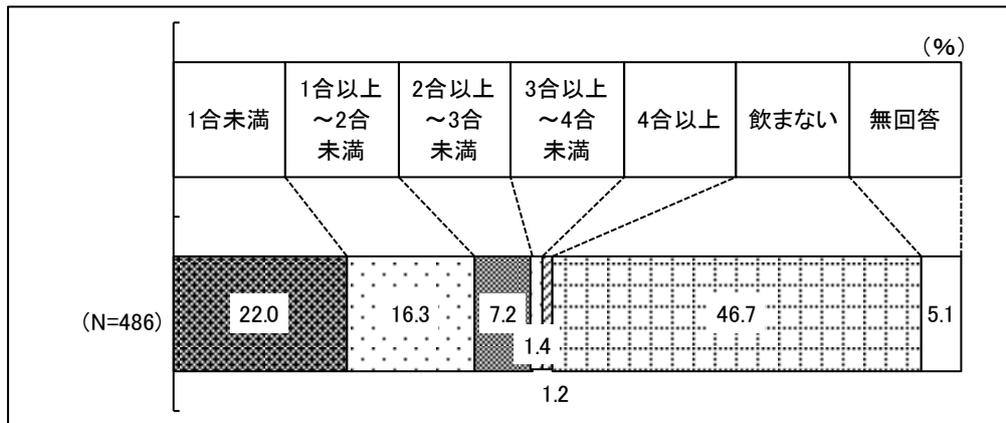
ビール中ビン1本(500ml) ウイスキーシングル2杯(60ml) チューハイ 7% (350ml)

ワイン2杯(200ml) 焼酎 20% (135ml)

- | | | | |
|--------|-----------|-----------|-----------|
| 1 1合未満 | 2 1合～2合未満 | 3 2合～3合未満 | 4 3合～4合未満 |
| 5 4合以上 | 6 飲まない | | |

【問40】	1日あたりの飲酒量							(%)	
	合計(人)	1合未満	1合～2合未満	2合～3合未満	3合～4合未満	4合以上	飲まない	無回答(99)	エラー(77)
全体	384	19.0	21.1	7.8	1.8	1.0	46.4	2.9	0.0
【性別別】									
男性	172	20.3	24.4	12.2	2.9	2.3	36.0	1.7	0.0
女性	209	18.2	18.2	3.3	1.0	0.0	55.5	3.8	0.0
【年代別】									
20代	47	12.8	23.4	4.3	0.0	2.1	57.4	0.0	0.0
30代	61	18.0	18.0	4.9	4.9	0.0	54.1	0.0	0.0
40代	78	23.1	20.5	11.5	3.8	0.0	41.0	0.0	0.0
50代	110	20.9	23.6	3.6	0.9	1.8	44.5	4.5	0.0
60代	87	17.2	19.5	12.6	0.0	1.1	42.5	6.9	0.0
【性年代別】									
男性20～30代	46	10.9	30.4	6.5	2.2	2.2	47.8	0.0	0.0
男性40～50代	78	26.9	23.1	9.0	5.1	2.6	32.1	1.3	0.0
男性60代	48	18.8	20.8	22.9	0.0	2.1	31.3	4.2	0.0
女性20～30代	62	19.4	12.9	3.2	3.2	0.0	61.3	0.0	0.0
女性40～50代	109	18.3	22.0	4.6	0.0	0.0	51.4	3.7	0.0
女性60代	38	15.8	15.8	0.0	0.0	0.0	57.9	10.5	0.0

(参考 H27)



問41 あなたは、お酒の適量とは1日あたりどのくらいだと思いますか。

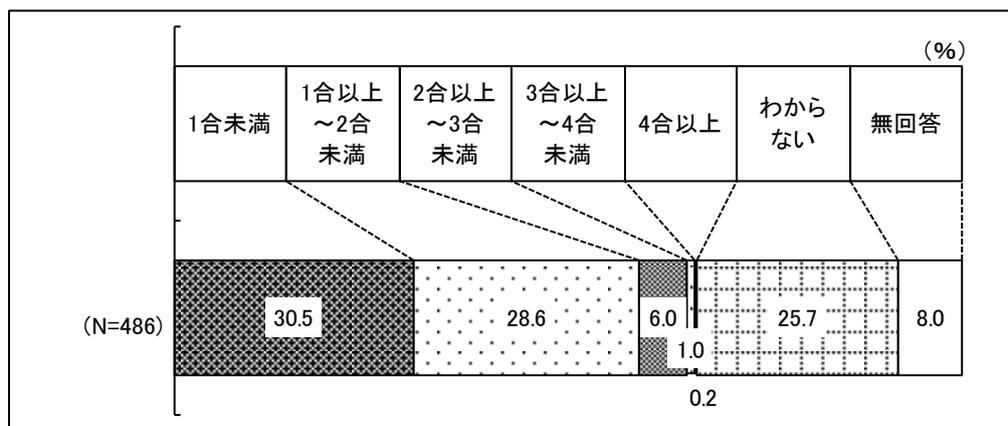
日本酒に換算してお答えください。(1つ選択)

- | | | | |
|--------|-----------|-----------|-----------|
| 1 1合未満 | 2 1合～2合未満 | 3 2合～3合未満 | 4 3合～4合未満 |
| 5 4合以上 | 6 わからない | | |

【問41】	適量はどのくらいだと思いますか							(%)	
	合計 (人)	1合未満	1合～2 合未満	2合～3 合未満	3合～4 合未満	4合以上	飲まない	無回答 (99)	エラー (77)
全体	384	28.4	33.9	3.4	0.3	0.3	30.5	3.1	0.3
【性別】									
男性	172	26.7	41.3	4.1	0.6	0.6	24.4	1.7	0.6
女性	209	29.2	27.8	2.9	0.0	0.0	35.9	4.3	0.0
【年代別】									
20代	47	21.3	29.8	6.4	2.1	0.0	40.4	0.0	0.0
30代	61	31.1	26.2	4.9	0.0	0.0	36.1	1.6	0.0
40代	78	28.2	39.7	1.3	0.0	0.0	29.5	1.3	0.0
50代	110	28.2	33.6	3.6	0.0	0.9	28.2	4.5	0.9
60代	87	29.9	36.8	2.3	0.0	0.0	25.3	5.7	0.0
【性年代別】									
男性20～30代	46	30.4	30.4	4.3	2.2	0.0	32.6	0.0	0.0
男性40～50代	78	24.4	47.4	3.8	0.0	1.3	21.8	0.0	1.3
男性60代	48	27.1	41.7	4.2	0.0	0.0	20.8	6.3	0.0
女性20～30代	62	24.2	25.8	6.5	0.0	0.0	41.9	1.6	0.0
女性40～50代	109	31.2	27.5	1.8	0.0	0.0	33.9	5.5	0.0
女性60代	38	31.6	31.6	0.0	0.0	0.0	31.6	5.3	0.0

(参考 H27)

問44-イ 節度ある飲酒の量とは1日どのくらいだと思いますか。(1つ選択)



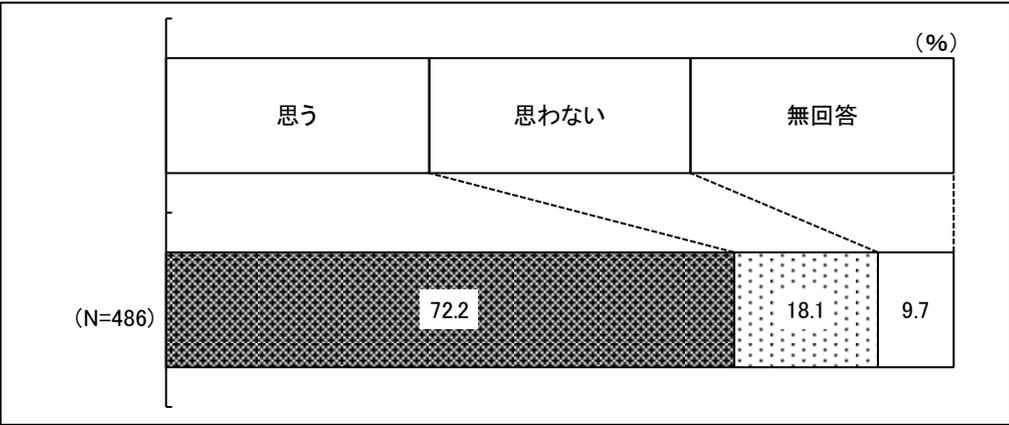
問42 あなたはこれから節酒、または禁酒をしようと思っ
ていますか。(1つ選択)

1 思っている 2 思っていない 3 普段から飲んでいない(取り組み済み)

【問42】	これから節酒、禁酒しようと思っ ていますか					(%)	
	合計	思っ てい る	思っ てい ない	普段から 飲んでい ない(取 り組 み 済 み)	無回答 (99)	エラ ー (77)	
全体	384	11.2	35.4	51.0	2.3	0.0	
【性別】							
男性	172	14.0	42.4	41.9	1.7	0.0	
女性	209	8.6	29.2	59.3	2.9	0.0	
【年代別】							
20代	47	8.5	27.7	63.8	0.0	0.0	
30代	61	14.8	23.0	62.3	0.0	0.0	
40代	78	9.0	44.9	46.2	0.0	0.0	
50代	110	13.6	36.4	45.5	4.5	0.0	
60代	87	8.0	39.1	48.3	4.6	0.0	
【性年代別】							
男性20~30代	46	10.9	30.4	58.7	0.0	0.0	
男性40~50代	78	17.9	46.2	35.9	0.0	0.0	
男性60代	48	10.4	47.9	35.4	6.3	0.0	
女性20~30代	62	12.9	21.0	66.1	0.0	0.0	
女性40~50代	109	7.3	34.9	53.2	4.6	0.0	
女性60代	38	5.3	26.3	65.8	2.6	0.0	

(参考 H28)

問45 あなたは節度ある飲酒、または禁酒をしようと思っ
ていますか。(1つ選択)

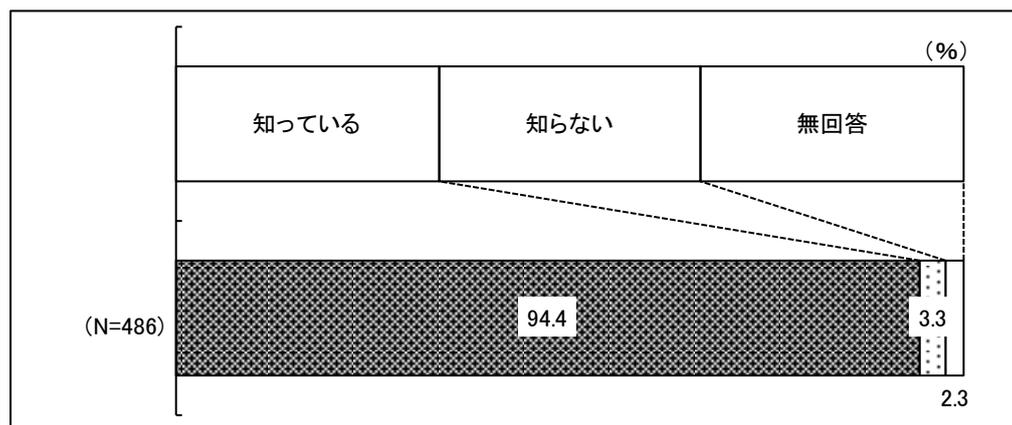


問43 あなたは、妊娠中や授乳中の飲酒が胎児や赤ちゃんに影響を与えることを知っていますか。(1つ選択)

1 知っている	2 知らない
---------	--------

【問43】	妊娠中や授乳中の飲酒が胎児や赤ちゃん に影響を与えることを知っていますか				(%)	
	合計	知っている	知らない	無回答 (99)	エラー (77)	
全体	384	93.2	4.9	1.8	0.0	
【性別】						
男性	172	89.0	9.3	1.7	0.0	
女性	209	96.7	1.4	1.9	0.0	
【年代別】						
20代	47	97.9	2.1	0.0	0.0	
30代	61	100.0	0.0	0.0	0.0	
40代	78	93.6	6.4	0.0	0.0	
50代	110	93.6	3.6	2.7	0.0	
60代	87	85.1	10.3	4.6	0.0	
【性年代別】						
男性20～30代	46	97.8	2.2	0.0	0.0	
男性40～50代	78	89.7	10.3	0.0	0.0	
男性60代	48	79.2	14.6	6.3	0.0	
女性20～30代	62	100.0	0.0	0.0	0.0	
女性40～50代	109	96.3	0.9	2.8	0.0	
女性60代	38	92.1	5.3	2.6	0.0	

(参考 H27)



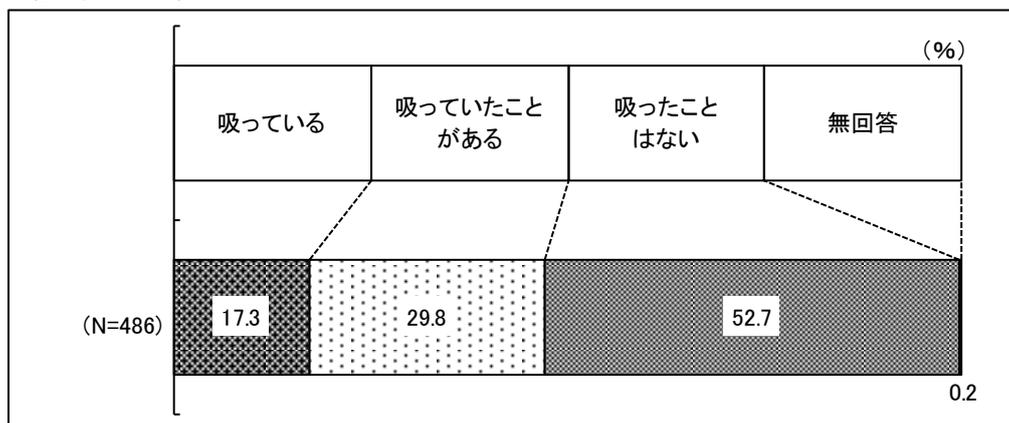
<たばこについて>

問44 あなたは、たばこを吸っていますか。(1つ選択)

1 吸っている (→問 44-1,2,3 へ)	2 吸っていたことがある (→問 45 へ)	3 吸っていたことはない (→問 45 へ)
----------------------------	---------------------------	---------------------------

【問44】	たばこを吸っているか				(%)	
	合計	吸っている	吸っていたことがある	吸っていたことはない	無回答 (99)	エラー (77)
全体	384	16.4	28.4	53.1	2.1	0.0
【性別】						
男性	172	22.7	38.4	37.2	1.7	0.0
女性	209	11.5	19.6	66.5	2.4	0.0
【年代別】						
20代	47	10.6	4.3	83.0	2.1	0.0
30代	61	13.1	21.3	65.6	0.0	0.0
40代	78	28.2	29.5	41.0	1.3	0.0
50代	110	19.1	30.0	49.1	1.8	0.0
60代	87	8.0	42.5	44.8	4.6	0.0
【性年代別】						
男性20～30代	46	10.9	21.7	67.4	0.0	0.0
男性40～50代	78	35.9	38.5	25.6	0.0	0.0
男性60代	48	12.5	54.2	27.1	6.3	0.0
女性20～30代	62	12.9	8.1	77.4	1.6	0.0
女性40～50代	109	13.8	23.9	59.6	2.8	0.0
女性60代	38	2.6	26.3	68.4	2.6	0.0

(参考 H27)



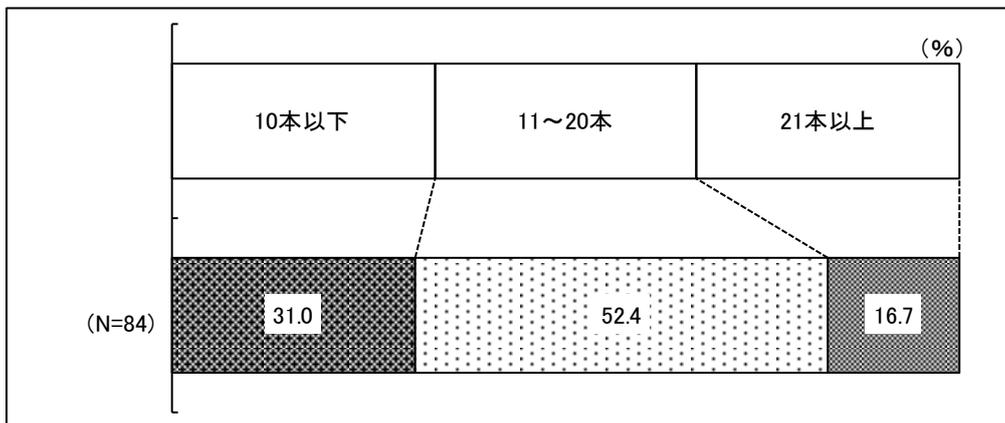
問44-1 【問44で「1」と回答された方にお聞きします】

あなたは、1日平均何本のたばこを吸っていますか。(1つ選択)

1 10本以下	2 11～20本	3 21本以上
---------	----------	---------

(問44-1)	1日の平均本数				(%)	
	合計	10本以下	11～20本	21本以上	無回答 (99)	エラー (77)
全体	63	42.9	49.2	7.9	0.0	0.0
【性別】						
男性	39	33.3	56.4	10.3	0.0	0.0
女性	24	58.3	37.5	4.2	0.0	0.0
【年代別】						
20代	5	80.0	20.0	0.0	0.0	0.0
30代	8	75.0	25.0	0.0	0.0	0.0
40代	22	45.5	50.0	4.5	0.0	0.0
50代	21	28.6	61.9	9.5	0.0	0.0
60代	7	14.3	57.1	28.6	0.0	0.0
【性年代別】						
男性20～30代	5	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0
男性40～50代	28	25.0	67.9	7.1	0.0	0.0
男性60代	6	16.7	50.0	33.3	0.0	0.0
女性20～30代	8	62.5	37.5	0.0	0.0	0.0
女性40～50代	15	60.0	33.3	6.7	0.0	0.0
女性60代	1	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0

(参考 H27)



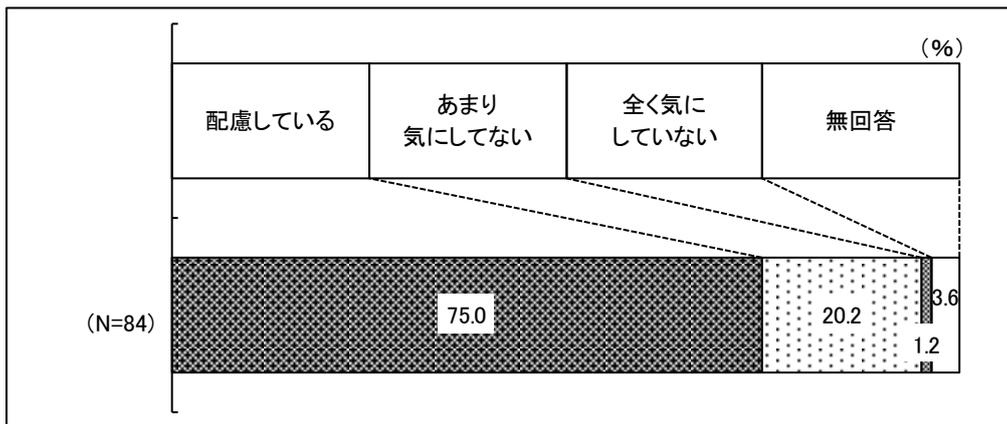
問44-2 【問44で「1」と回答された方にお聞きします】

あなたは、たばこを吸うときに分煙するなど、周りの人に配慮していますか。(1つ選択)

- 1 配慮している 2 あまり気にしていない 3 全く気にしていない

(問44-2)	吸うときに分煙など、周りの人に配慮しているか					(%)	
	合計	配慮している	あまり気にしていない	全く気にしていない	無回答(99)	エラー(77)	
全体	63	90.5	7.9	0.0	1.6	0.0	
【性別】							
男性	39	87.2	10.3	0.0	2.6	0.0	
女性	24	95.8	4.2	0.0	0.0	0.0	
【年代別】							
20代	5	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
30代	8	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
40代	22	86.4	13.6	0.0	0.0	0.0	
50代	21	85.7	9.5	0.0	4.8	0.0	
60代	7	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
【性年代別】							
男性20～30代	5	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
男性40～50代	28	82.1	14.3	0.0	3.6	0.0	
男性60代	6	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
女性20～30代	8	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
女性40～50代	15	93.3	6.7	0.0	0.0	0.0	
女性60代	1	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	

(参考 H27)



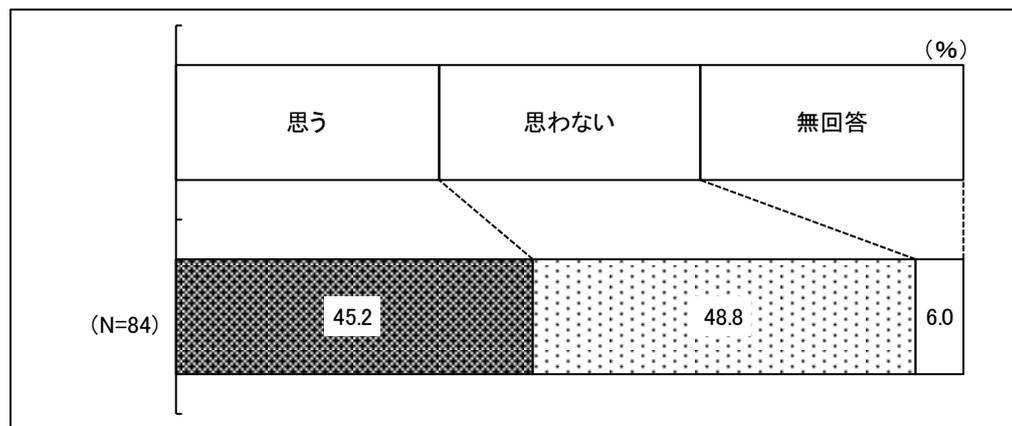
問44-3 【問44で「1」と回答された方にお聞きします】

あなたは禁煙しようと思いますか。(1つ選択)

1 思う 2 思わない

(問44-3)	禁煙しようと思うか			(%)	
	合計	思う	思わない	無回答 (99)	エラー (77)
全体	63	55.6	42.9	1.6	0.0
【性別】					
男性	39	38.5	59.0	2.6	0.0
女性	24	83.3	16.7	0.0	0.0
【年代別】					
20代	5	40.0	60.0	0.0	0.0
30代	8	75.0	25.0	0.0	0.0
40代	22	36.4	63.6	0.0	0.0
50代	21	66.7	28.6	4.8	0.0
60代	7	71.4	28.6	0.0	0.0
【性年代別】					
男性20～30代	5	20.0	80.0	0.0	0.0
男性40～50代	28	35.7	60.7	3.6	0.0
男性60代	6	66.7	33.3	0.0	0.0
女性20～30代	8	87.5	12.5	0.0	0.0
女性40～50代	15	80.0	20.0	0.0	0.0
女性60代	1	100.0	0.0	0.0	0.0

(参考 H27)



問45 たばこの煙が原因となる疾患等について、知っているものはありますか。

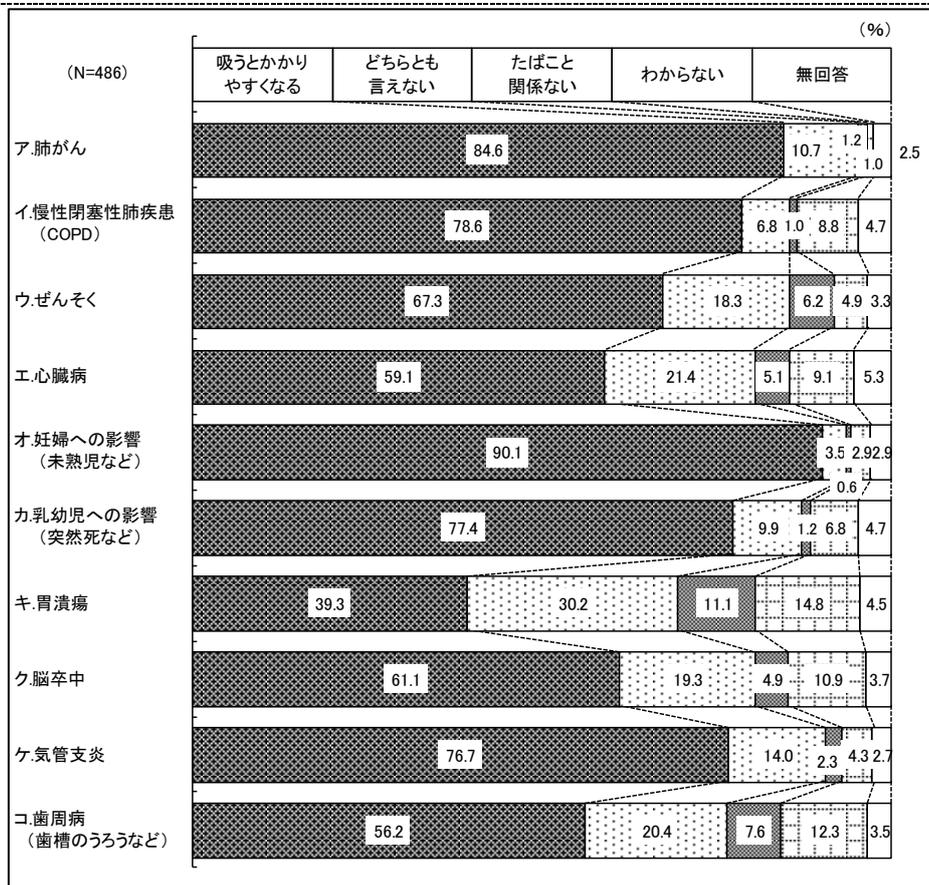
(知っているものすべて選択)

- | | | |
|-------------------|-------------------|------------------|
| 1 肺がん | 2 慢性閉塞性肺疾患 (COPD) | 3 ぜんそく |
| 4 心臓病 | 5 妊婦への影響 (未熟児など) | 6 乳幼児への影響(突然死など) |
| 7 胃潰瘍 | 8 脳卒中 | 9 気管支炎 |
| 10 歯周病 (歯槽のうろうなど) | 11 知らない | |

【問45】	たばこの煙が原因となる疾患等について知っているもの												(%)
	合計 (人)	肺がん	慢性閉塞性肺疾患 (COPD)	ぜんそく	心臓病	妊婦への影響 (未熟児など)	乳幼児への影響 (突然死など)	胃潰瘍	脳卒中	気管支喘息	歯周病 (歯槽のうろうなど)	知らない	無回答 (99)
全体	377	96.1	40.6	62.8	36.7	76.0	47.9	11.7	38.3	63.5	38.0	0.5	1.8
【性別】													
男性	169	96.5	37.2	61.0	37.8	67.4	40.7	15.1	39.5	61.6	38.4	0.6	1.7
女性	205	95.7	43.1	64.6	35.4	82.8	53.1	8.6	36.8	65.6	37.8	0.5	1.9
【年代別】													
20代	47	100.0	36.2	57.4	34.0	78.7	53.2	12.8	36.2	63.8	59.6	0.0	0.0
30代	61	100.0	39.3	68.9	27.9	83.6	59.0	8.2	39.3	67.2	39.3	0.0	0.0
40代	78	97.4	47.4	64.1	26.9	79.5	43.6	9.0	42.3	66.7	37.2	0.0	0.0
50代	107	94.5	40.9	60.0	43.6	72.7	45.5	12.7	40.0	62.7	36.4	0.9	2.7
60代	83	92.0	37.9	64.4	43.7	70.1	43.7	14.9	33.3	59.8	28.7	1.1	4.6
【性年代別】													
男性20~30代	46	100.0	39.1	67.4	32.6	78.3	56.5	13.0	45.7	69.6	56.5	0.0	0.0
男性40~50代	78	98.7	38.5	57.7	37.2	64.1	33.3	14.1	39.7	61.5	34.6	1.3	0.0
男性60代	45	89.6	33.3	60.4	43.8	62.5	37.5	18.8	33.3	54.2	27.1	0.0	6.3
女性20~30代	62	100.0	37.1	61.3	29.0	83.9	56.5	8.1	32.3	62.9	41.9	0.0	0.0
女性40~50代	106	93.6	46.8	64.2	35.8	83.5	52.3	8.3	41.3	66.1	37.6	0.0	2.8
女性60代	37	94.7	42.1	71.1	44.7	78.9	50.0	10.5	31.6	68.4	31.6	2.6	2.6

(参考 H28)

問48 たばこの煙が健康へ与える影響について、どう思いますか。(アからコの質問に対して1つずつ選択)

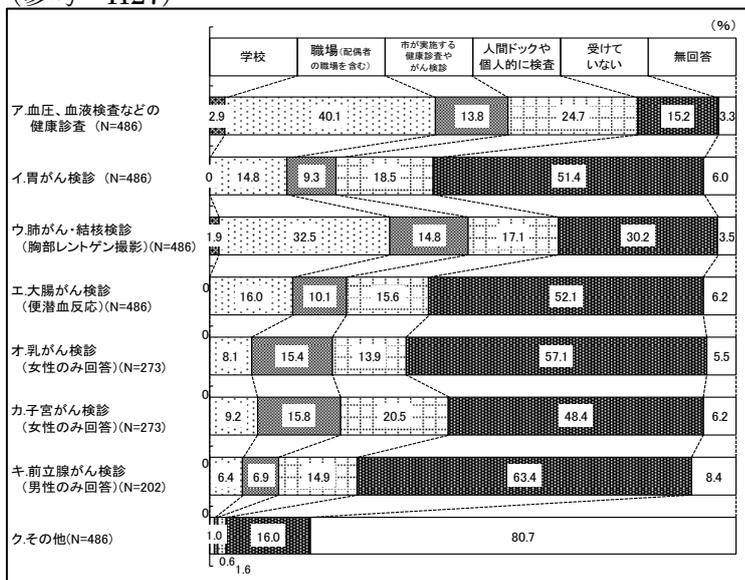


問46 あなたは、過去1年以内（子宮がん、乳がん検診については、2年以内）に、健康診断やがん検診を受けていますか。（アからクの質問に対して1つずつ選択）

	学校	職場 (配偶者の職場を含む)	町が実施する 健康診査やがん検	人間ドックや 個人的に検査	受けていない
ア 血圧、血液検査などの健康診査	1	2	3	4	5
イ 胃がん検診	/	2	3	4	5
ウ 肺がん・結核検診（胸部レントゲン撮影）	1	2	3	4	5
エ 大腸がん検診（便潜血反応）	/	2	3	4	5
オ 乳がん検診（女性のみ回答）	/	2	3	4	5
カ 子宮がん検診（女性のみ回答）	/	2	3	4	5
キ 前立腺がん検診（男性のみ回答）	/	2	3	4	5
ク その他（ ）	1	2	3	4	5

【問46】	健康診査・がん検診の受診状況						無回答 (99)	エラー (77)	(%)
	総数(人)	学校	職場(配 偶者の職 場も含 む)	町の検 診・健診	人間ドッ ク等	受けてい ない			
血圧・血液検査などの健康診査	384	1.6	48.7	7.8	26.3	11.7	3.1	0.8	
胃がん検診	384	0.0	14.6	4.7	20.1	50.8	9.9	0.0	
肺がん・結核健診（胸部レントゲン撮影）	384	1.0	38.8	6.5	19.5	27.6	6.5	0.0	
大腸がん検診（便潜血反応）	384	0.0	20.6	5.7	19.3	45.8	8.6	0.0	
乳がん検診（女性のみ回答）	209	0.0	9.1	11.5	21.1	54.5	3.8	0.0	
子宮がん検診（女性のみ回答）	209	0.0	8.6	16.7	27.8	42.6	4.3	0.0	
前立腺がん検診（男性のみ回答）	172	0.0	7.0	4.1	14.0	56.4	18.6	0.0	
その他	384	0.3	1.0	0.3	2.9	13.5	82.0	0.0	

(参考 H27)



【問 46 のア～キの該当する健（検）診でひとつでも「5」に○がついた方にお聞きします】

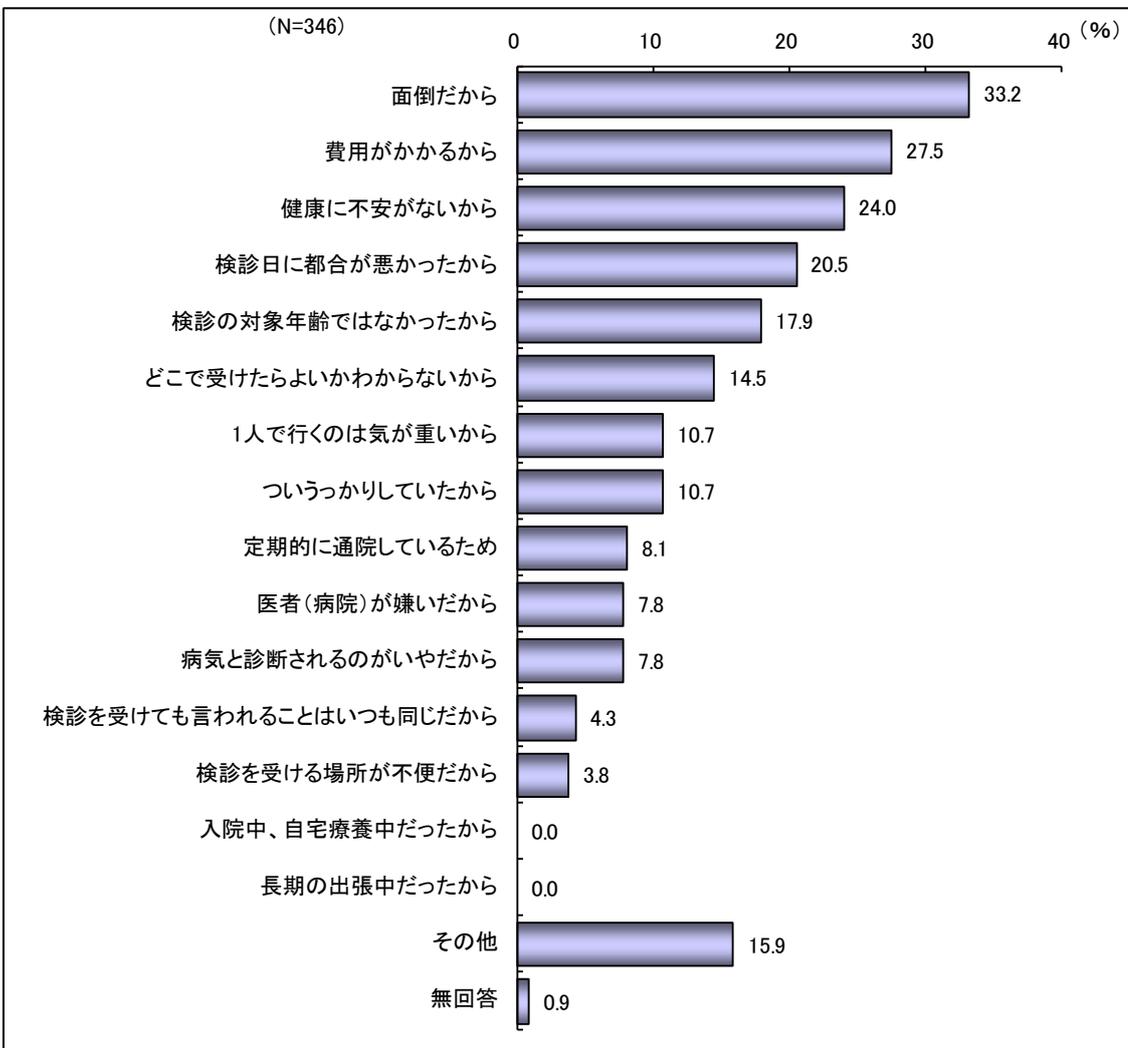
受けていない理由は何ですか。（上位3つまで選択）

※その他の場合は（ ）内に記入。

- | | | |
|--------------|-------------------|-----------|
| 1 健康に不安がない | 2 どこで受けたらよいか分からない | 3 健診場所が不便 |
| 4 日程の都合が悪い | 5 費用がかかる | 6 面倒 |
| 7 定期的に通院している | 8 対象年齢でない | 9 その他（ ） |

【問46-1】	健康診査・がん検診を受診しない理由										（%） エラー （77）
	合計 （人）	健康に不安がない	どこで受けたらよいか分からない	健診場所が不便	日程の都合が悪い	費用がかかる	面倒	定期的に通院している	対象年齢でない	その他	
全体	244	20.9	21.3	4.5	23.4	29.5	34.0	7.8	18.0	0.4	0.8

（参考 H27）



問47 あなたは、「メタボリックシンドローム」という言葉や意味を知っていますか。

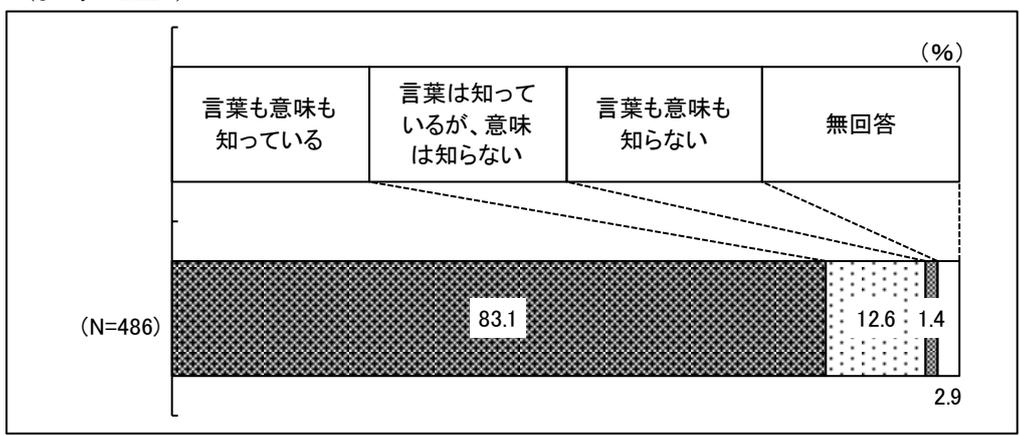
(1つ選択)

※内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）とは、「内臓脂肪が蓄積することによって、血圧、血糖が高くなったり、血中の脂質異常をおこしたりして、食事や運動などの生活習慣を改善しなければ、心筋梗塞や脳卒中などが起こりやすくなる状態」のことです。

- | | |
|---------------|--------------------|
| 1 言葉も意味も知っている | 2 言葉は知っているが意味は知らない |
| 3 言葉も意味も知らない | |

【問47】「メタボリックシンドローム」という言葉や意味の認知							(%)
	合計 (人)	言葉も意味も知っている	言葉は知っているが意味は知らない	言葉も意味も知らない	無回答 (99)	エラー (77)	
全体	384	82.6	13.8	0.5	3.1	0.0	
【性別】							
男性	172	83.1	13.4	1.2	2.3	0.0	
女性	209	82.3	13.9	0.0	3.8	0.0	
【年代別】							
20代	47	83.0	17.0	0.0	0.0	0.0	
30代	61	78.7	16.4	1.6	3.3	0.0	
40代	78	78.2	19.2	0.0	2.6	0.0	
50代	110	85.5	10.9	0.9	2.7	0.0	
60代	87	86.2	8.0	0.0	5.7	0.0	
【性年代別】							
男性20～30代	46	80.4	15.2	2.2	2.2	0.0	
男性40～50代	78	83.3	15.4	1.3	0.0	0.0	
男性60代	48	85.4	8.3	0.0	6.3	0.0	
女性20～30代	62	80.6	17.7	0.0	1.6	0.0	
女性40～50代	109	81.7	13.8	0.0	4.6	0.0	
女性60代	38	86.8	7.9	0.0	5.3	0.0	

(参考 H27)



7、身体活動（運動、行動）

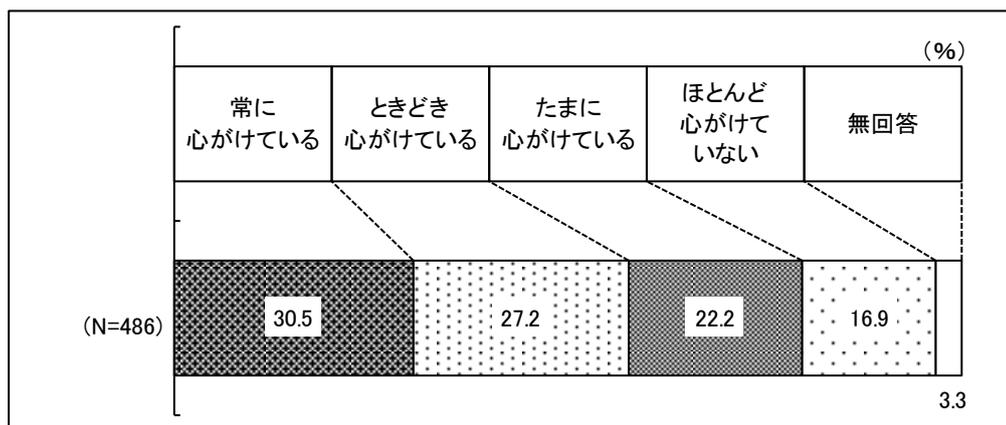
（調査票 問 48～55）

問48 あなたは、日ごろ、歩くことを心がけていますか。（1つ選択）

- 1 常に心がけている 2 時々心がけている 3 たまに心がけている
4 ほとんど心がけていない

【問48】	日ごろ歩くことを心がけていますか					（%）	
	合計 （人）	常に心 がけて いる	時々心 がけて いる	たまに心 がけて いる	ほとんど 心がけて いない	無回答 （99）	エラー （77）
全体	384	29.4	29.2	20.3	17.7	3.4	0.0
【性別】							
男性	172	31.4	31.4	19.2	15.1	2.9	0.0
女性	209	27.3	27.8	21.5	19.6	3.8	0.0
【年代別】							
20代	47	12.8	29.8	27.7	29.8	0.0	0.0
30代	61	24.6	34.4	21.3	18.0	1.6	0.0
40代	78	30.8	24.4	21.8	20.5	2.6	0.0
50代	110	28.2	31.8	20.0	16.4	3.6	0.0
60代	87	42.5	26.4	14.9	9.2	6.9	0.0
【性年代別】							
男性20～30代	46	23.9	32.6	23.9	17.4	2.2	0.0
男性40～50代	78	28.2	32.1	20.5	17.9	1.3	0.0
男性60代	48	43.8	29.2	12.5	8.3	6.3	0.0
女性20～30代	62	16.1	32.3	24.2	27.4	0.0	0.0
女性40～50代	109	29.4	26.6	21.1	18.3	4.6	0.0
女性60代	38	39.5	23.7	18.4	10.5	7.9	0.0

（参考 H27）



問49 あなたが1日に歩く平均的な歩数を記入してください。

※ 歩数が分からない方は、下記の式で換算し、記入してください。

$$\text{歩数} = \text{1日の歩行距離 (m)} \div \text{歩幅 (狭い人で0.6m、広い人で0.7m)}$$

目安：普通歩行なら…10分で1,000歩程度 早歩きなら…10分で1,200歩程度

歩

【問49】1日の平均歩数	(歩)	
	人数	平均歩数
全体	331	4601
【性別】		
男性	158	4876
女性	171	4266
【年代別】		
20代	41	4322
30代	56	4591
40代	60	4550
50代	100	4499
60代	73	4900
【性年代別】		
男性20～30代	42	4786
男性40～50代	75	4878
男性60代	41	4966
女性20～30代	55	4242
女性40～50代	85	4201
女性60代	31	4486

(参考 H27)

	平均歩数
【全体】	3,345
【性別】	
男性	4,000
女性	2,894
【年齢別】	
20代	3,426
30代	2,871
40代	2,413
50代	3,863
60代	3,727
【性・年齢別】	
男性 20～30代	3,586
男性 40～50代	4,021
男性 60代	4,267
女性 20～30代	2,946
女性 40～50代	2,588
女性 60代	3,261

問50 あなたは1週間のうち、10分以上続けて歩く日が何日ありますか。

仕事や日常生活（買い物など）、通勤通学、趣味、ウォーキング、散歩など、どんな目的でも構いません。（1つ選択） ※1 ある場合は（ ）内も記入

1 ある（週 日）（→問 50-1 へ）	2 ない（→問 51 へ）
----------------------	---------------

【問50】	1週間のうち、10分以上続けて歩く日				(%)
	合計 (人)	ある	ない	無回答 (99)	エラー (77)
全体	384	63.5	32.0	4.4	0.0
【性別】					
男性	172	62.8	33.7	3.5	0.0
女性	209	63.6	31.1	5.3	0.0
【年代別】					
20代	47	57.4	38.3	4.3	0.0
30代	61	60.7	36.1	3.3	0.0
40代	78	60.3	35.9	3.8	0.0
50代	110	65.5	31.8	2.7	0.0
60代	87	69.0	23.0	8.0	0.0
【性年代別】					
男性20～30代	46	60.9	32.6	6.5	0.0
男性40～50代	78	60.3	39.7	0.0	0.0
男性60代	48	68.8	25.0	6.3	0.0
女性20～30代	62	58.1	40.3	1.6	0.0
女性40～50代	109	65.1	29.4	5.5	0.0
女性60代	38	68.4	21.1	10.5	0.0

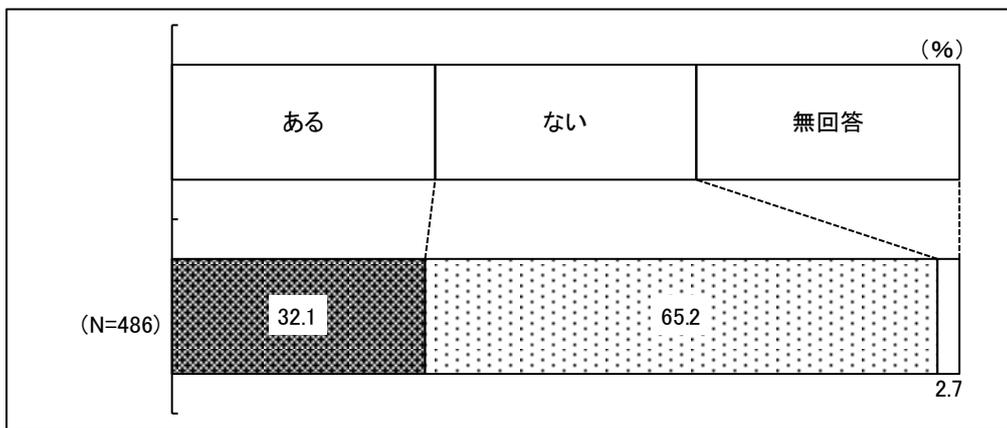
(H27 調査なし)

問51 あなたは、日ごろ、運動する習慣がありますか。(1つ選択)

1 ある 2 ない

【問51】	運動習慣の有無			(%)	
	合計 (人)	ある	ない	無回答 (99)	エラー (77)
全体	384	31.0	65.6	3.4	0.0
【性別】					
男性	172	33.7	62.8	3.5	0.0
女性	209	28.2	68.4	3.3	0.0
【年代別】					
20代	47	23.4	76.6	0.0	0.0
30代	61	29.5	68.9	1.6	0.0
40代	78	34.6	60.3	5.1	0.0
50代	110	30.9	66.4	2.7	0.0
60代	87	33.3	60.9	5.7	0.0
【性年代別】					
男性20～30代	46	34.8	63.0	2.2	0.0
男性40～50代	78	32.1	65.4	2.6	0.0
男性60代	48	35.4	58.3	6.3	0.0
女性20～30代	62	21.0	79.0	0.0	0.0
女性40～50代	109	32.1	63.3	4.6	0.0
女性60代	38	28.9	65.8	5.3	0.0

(参考 H27)



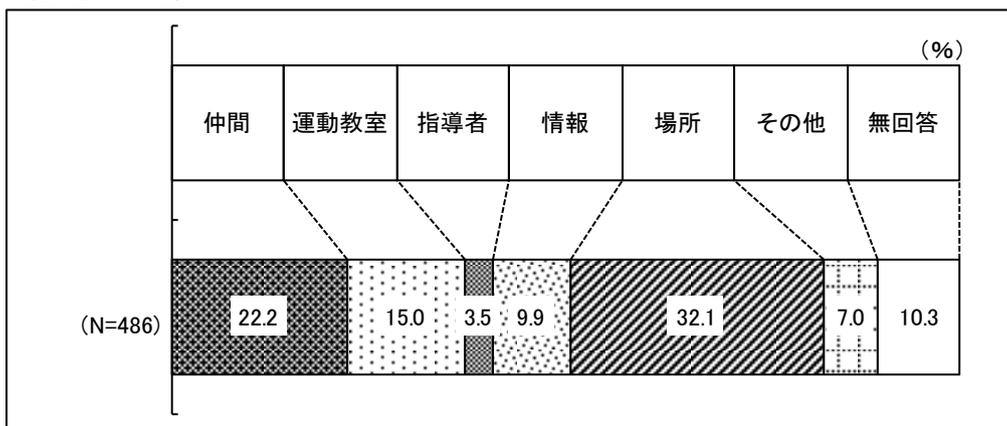
問52 あなたは、定期的に運動するためにあったらよいと思うものは何ですか。(1つ選択)

※その他の場合は()内に記入。

- | | | |
|-------------|----------|-----------------|
| 1 一緒に取り組む仲間 | 2 運動教室 | 3 運動や運動教室に関する情報 |
| 4 運動できる場所 | 5 その他() | |

【問52】	定期的に運動するためにあったらよいもの						(%)	
	合計 (人)	一緒に 取り組 む仲間	運動教室	運動や運 動教室に 関する情 報	運動でき る場所	その他	無回答 (99)	エラー (77)
全体	384	21.6	8.3	11.7	38.8	6.5	5.2	7.8
【性別】								
男性	172	22.7	4.1	8.1	43.0	9.3	5.2	7.6
女性	209	21.1	12.0	14.4	34.9	4.3	5.3	8.1
【年代別】								
20代	47	27.7	4.3	8.5	46.8	4.3	6.4	2.1
30代	61	21.3	6.6	9.8	44.3	6.6	8.2	3.3
40代	78	17.9	10.3	10.3	39.7	7.7	11.5	2.6
50代	110	21.8	10.9	10.9	36.4	9.1	6.4	4.5
60代	87	21.8	6.9	16.1	33.3	3.4	6.9	11.5
【性年代別】								
男性20~30代	46	26.1	2.2	6.5	39.1	10.9	8.7	6.5
男性40~50代	78	20.5	5.1	6.4	46.2	12.8	6.4	2.6
男性60代	48	22.9	4.2	12.5	41.7	2.1	8.3	8.3
女性20~30代	62	22.6	8.1	11.3	50.0	1.6	6.5	0.0
女性40~50代	109	20.2	14.7	13.8	31.2	5.5	10.1	4.6
女性60代	38	21.1	10.5	21.1	21.1	5.3	5.3	15.8

(参考 H27)



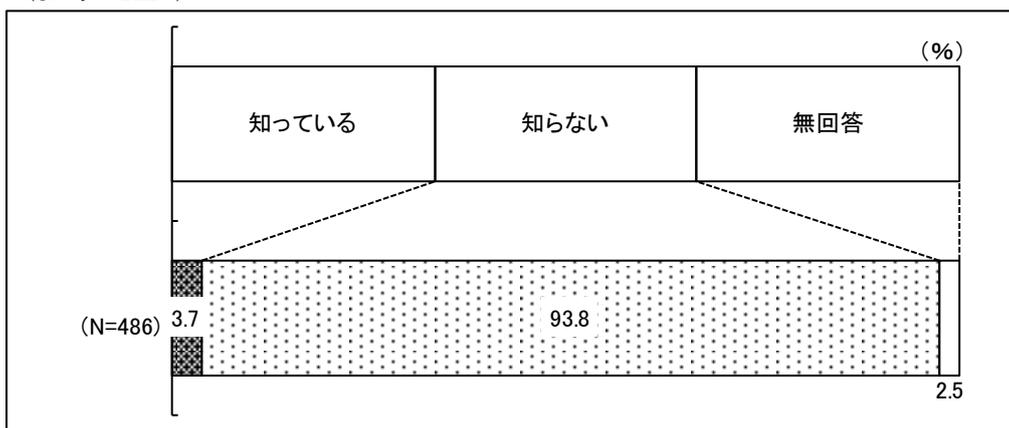
問53 あなたは「健康の日」を知っていますか。(1つ選択)

※ 玉村町は、健康づくりを自ら進んで行ったり地域ぐるみで取り組んだりしてもらったための日として、毎月第1日曜日を「健康の日」と制定しました。

1 知っている (→問 53-1へ) 2 知らない (→問 54へ)

【問53】	健康の日の認知			(%)	
	合計 (人)	知って いる	知らない	無回答 (99)	エラー (77)
全体	384	2.1	95.1	2.9	0.0
【性別】					
男性	172	2.3	95.3	2.3	0.0
女性	209	1.9	94.7	3.3	0.0
【年代別】					
20代	47	2.1	97.9	0.0	0.0
30代	61	1.6	96.7	1.6	0.0
40代	78	2.6	94.9	2.6	0.0
50代	110	2.7	94.5	2.7	0.0
60代	87	1.1	93.1	5.7	0.0
【性年代別】					
男性20～30代	46	2.2	95.7	2.2	0.0
男性40～50代	78	2.6	97.4	0.0	0.0
男性60代	48	2.1	91.7	6.3	0.0
女性20～30代	62	1.6	98.4	0.0	0.0
女性40～50代	109	2.8	92.7	4.6	0.0
女性60代	38	0.0	94.7	5.3	0.0

(参考 H27)



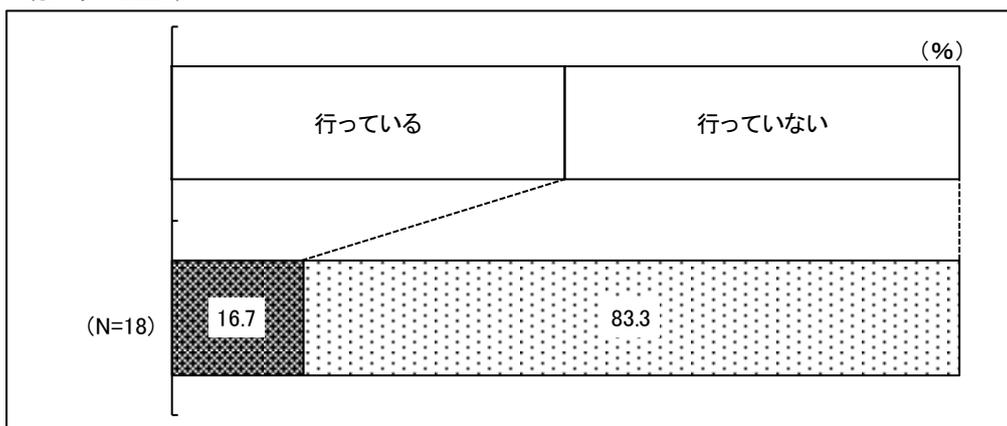
問53-1 【問53】で「1」と回答された方にお聞きします

「健康の日」に、実際に自ら健康づくりを行っていますか。(1つ選択)

1 行っている 2 行っていない

【問53-1】	「健康の日」における健康づくりの実践 (%)				
	合計 (人)	知って いる	知らない	無回答 (99)	エラー (77)
全体	8	0.0	100.0	0.0	0.0
【性別】					
男性	4	0.0	100.0	0.0	0.0
女性	4	0.0	100.0	0.0	0.0
【年代別】					
20代	1	0.0	100.0	0.0	0.0
30代	1	0.0	100.0	0.0	0.0
40代	2	0.0	100.0	0.0	0.0
50代	3	0.0	100.0	0.0	0.0
60代	1	0.0	100.0	0.0	0.0
【性年代別】					
男性20～30代	1	0.0	100.0	0.0	0.0
男性40～50代	2	0.0	100.0	0.0	0.0
男性60代	1	0.0	100.0	0.0	0.0
女性20～30代	1	0.0	100.0	0.0	0.0
女性40～50代	3	0.0	100.0	0.0	0.0
女性60代	0	0.0	0.0	0.0	0.0

(参考 H27)

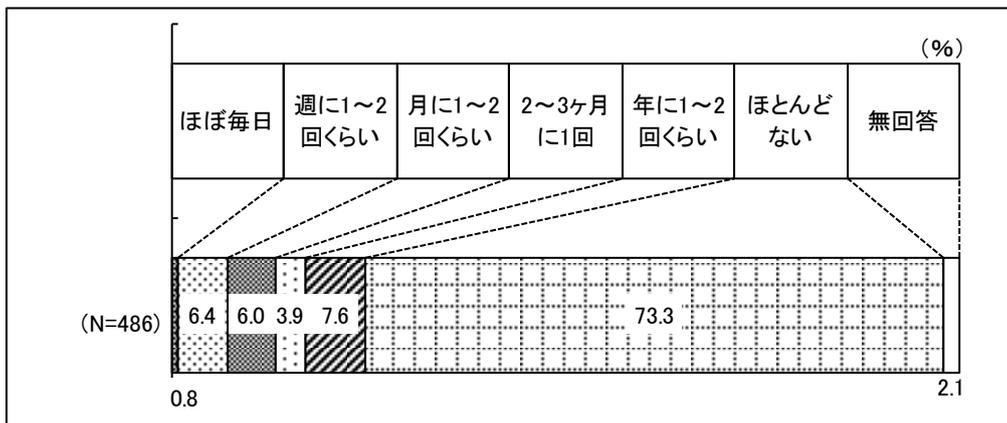


問54 あなたは、社会活動（ボランティア・自治会活動・趣味サークルなど）に参加することがありますか。（1つ選択）

1 週4日以上	2 週に2～3回	3 週に1回
4 月に1～3回	5 年に数回	6 参加していない

【問54】	社会活動に参加することがあるか								(%)
	合計 (人)	週4日 以上	週に2～ 3回	週に1回	月に1～3 回	年に数 回	参加して いない	無回答 (99)	エラー (77)
全体	384	0.0	0.5	4.2	4.9	10.4	76.3	3.6	0.0
【性別】									
男性	172	0.0	0.0	3.5	5.8	13.4	74.4	2.9	0.0
女性	209	0.0	1.0	4.8	4.3	8.1	78.0	3.8	0.0
【年代別】									
20代	47	0.0	0.0	2.1	2.1	4.3	91.5	0.0	0.0
30代	61	0.0	0.0	3.3	1.6	9.8	82.0	3.3	0.0
40代	78	0.0	2.6	2.6	3.8	10.3	76.9	3.8	0.0
50代	110	0.0	0.0	6.4	8.2	10.9	71.8	2.7	0.0
60代	87	0.0	0.0	4.6	5.7	13.8	69.0	6.9	0.0
【性年代別】									
男性20～30代	46	0.0	0.0	2.2	4.3	8.7	82.6	2.2	0.0
男性40～50代	78	0.0	0.0	3.8	6.4	11.5	78.2	0.0	0.0
男性60代	48	0.0	0.0	4.2	6.3	20.8	60.4	8.3	0.0
女性20～30代	62	0.0	0.0	3.2	0.0	6.5	88.7	1.6	0.0
女性40～50代	109	0.0	1.8	5.5	6.4	10.1	71.6	4.6	0.0
女性60代	38	0.0	0.0	5.3	5.3	5.3	78.9	5.3	0.0

(参考 H27)



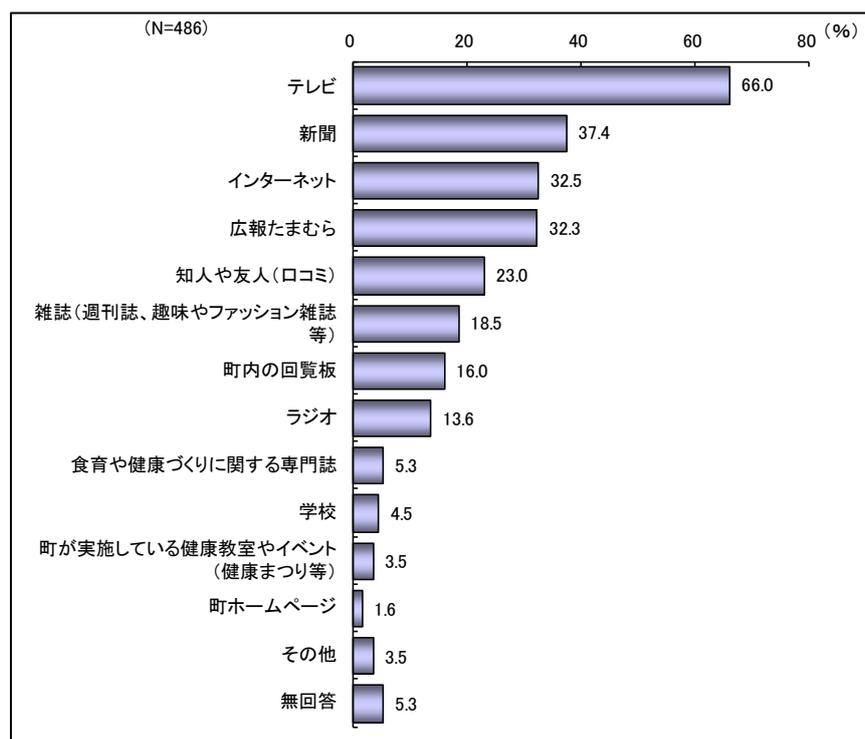
問55 あなたは、健康づくりや食育に関する情報をどのようなところで入手していますか。

(あてはまるものをすべて選択) ※その他の場合は()内に記入。

- | | |
|-------------------|----------------------|
| 1 知識・情報の提供 | 2 健康診査・検診の充実 |
| 3 個別相談の充実 | 4 スポーツ・レクリエーションの環境整備 |
| 5 健康講座や運動教室の開催 | 6 健康に配慮した食事を提供する店の育成 |
| 7 企業や事業所での健康づくり支援 | 8 その他 () |
| 9 特になし | |

【問55】	健康づくりや食育に関する情報の入手先													(%)	
	合計 (人)	テレビ	ラジオ	新聞	広報たま むら	町ホーム ページ	イン ター ネット ・ SNS	回覧板	食育や健 康づくりに 関する 専門誌	週刊誌、 趣味や ファッ ション誌 等	町が実施 している 健康教室 やイベン ト	学校	知人・友 人(口コ ミ)	その他	無回答 (99)
全体	384	65.6	13.5	29.9	23.2	5.2	45.6	14.1	2.3	8.6	2.1	3.4	16.4	1.8	5.2
【性別】															
男性	172	63.4	15.7	29.1	17.4	5.2	47.1	14.5	1.2	5.8	0.6	1.7	10.5	2.3	5.8
女性	209	67.5	12.0	31.1	27.8	4.8	44.0	13.9	4.3	10.5	3.3	4.8	21.1	1.4	4.8
【年代別】															
20代	47	63.8	12.8	8.5	17.0	0.0	44.7	17.0	0.0	2.1	0.0	6.4	19.1	0.0	2.1
30代	61	57.4	14.8	11.5	19.7	3.3	57.4	8.2	3.3	6.6	1.6	1.6	16.4	1.6	4.9
40代	78	57.7	16.7	24.4	26.9	7.7	53.8	12.8	2.6	10.3	2.6	6.4	12.8	2.6	5.1
50代	110	70.9	10.9	39.1	29.1	6.4	40.9	17.3	0.9	11.8	1.8	3.6	20.9	3.6	4.5
60代	87	72.4	13.8	48.3	18.4	5.7	35.6	13.8	4.6	8.0	3.4	0.0	12.6	0.0	8.0
【性年代別】															
男性20～30代	46	54.3	21.7	8.7	19.6	2.2	50.0	13.0	2.2	2.2	0.0	6.5	13.0	2.2	4.3
男性40～50代	78	60.3	15.4	28.2	20.5	6.4	46.2	15.4	0.0	7.7	0.0	0.0	9.0	3.8	3.8
男性60代	48	77.1	10.4	50.0	10.4	6.3	45.8	14.6	2.1	6.3	2.1	0.0	10.4	0.0	10.4
女性20～30代	62	64.5	8.1	11.3	17.7	1.6	53.2	11.3	1.6	6.5	1.6	1.6	21.0	0.0	3.2
女性40～50代	109	69.7	11.9	36.7	33.0	6.4	46.8	15.6	2.8	12.8	3.7	8.3	22.9	2.8	5.5
女性60代	38	65.8	18.4	47.4	28.9	5.3	21.1	13.2	7.9	10.5	5.3	0.0	15.8	0.0	5.3

(参考 H27)



8、健康づくりについての要望

(調査票 問56、自由記述)

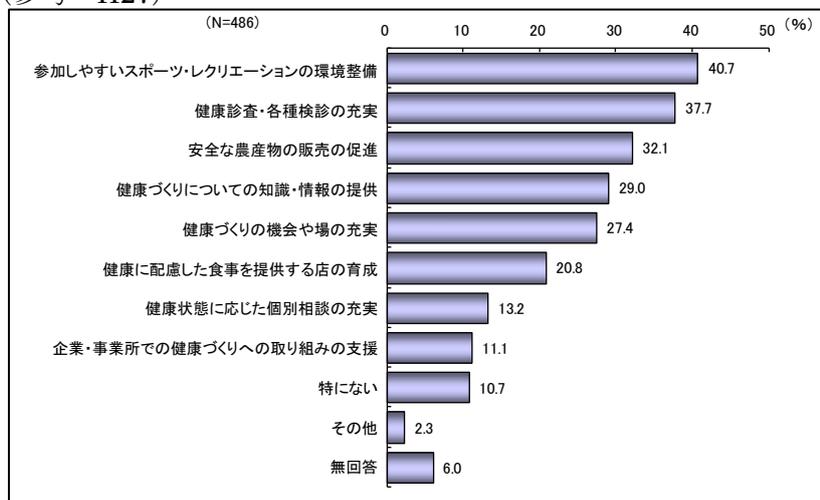
問56 健康づくりのために、玉村町に重点的に取り組んで欲しいことは何ですか。

(上位3つまで選択) ※その他の場合は()内に記入。

- | | |
|-------------------|----------------------|
| 1 知識・情報の提供 | 2 健康診査・検診の充実 |
| 3 個別相談の充実 | 4 スポーツ・レクリエーションの環境整備 |
| 5 健康講座や運動教室の開催 | 6 健康に配慮した食事を提供する店の育成 |
| 7 企業や事業所での健康づくり支援 | 8 その他 () |
| 9 特にない | |

【問56】	健康づくりのために町に取り組んでほしいこと										(%)	
	合計 (人)	知識・ 情報の 提供	健康診 査・検診 の充実	個別相談 の充実	スポー ツ・レク リエー ションの 環境整備	健康講 座や運 動教室 の開催	健康に 配慮し た食事 を提供 する店 の育成	企業や 事業所 での健 康づく り支援	その他	特にない	無回答 (99)	エラー (77)
全体	384	35.9	39.8	9.9	43.0	18.0	25.3	9.6	2.9	13.8	3.9	0.3
【性別】												
男性	172	31.4	39.0	8.7	52.9	9.9	23.3	12.2	2.9	14.0	1.7	0.0
女性	209	39.7	39.7	11.0	34.4	23.4	26.8	7.7	2.9	13.9	4.8	0.5
【年代別】												
20代	47	19.1	51.1	6.4	48.9	10.6	40.4	14.9	4.3	14.9	0.0	0.0
30代	61	37.7	49.2	13.1	42.6	18.0	27.9	8.2	1.6	19.7	1.6	0.0
40代	78	30.8	38.5	9.0	50.0	15.4	26.9	11.5	3.8	15.4	2.6	0.0
50代	110	39.1	29.1	11.8	36.4	16.4	24.5	11.8	2.7	13.6	4.5	0.9
60代	87	44.8	41.4	8.0	41.4	25.3	14.9	3.4	2.3	8.0	8.0	0.0
【性年代別】												
男性20～30代	46	30.4	41.3	13.0	54.3	8.7	30.4	15.2	6.5	17.4	2.2	0.0
男性40～50代	78	24.4	29.5	5.1	53.8	5.1	28.2	15.4	0.0	19.2	0.0	0.0
男性60代	48	43.8	52.1	10.4	50.0	18.8	8.3	4.2	4.2	2.1	8.3	0.0
女性20～30代	62	29.0	56.5	8.1	38.7	19.4	35.5	8.1	0.0	17.7	0.0	0.0
女性40～50代	109	43.1	34.9	14.7	33.0	22.9	23.9	9.2	5.5	11.0	6.4	0.9
女性60代	38	47.4	26.3	5.3	31.6	31.6	21.1	2.6	0.0	15.8	7.9	0.0

(参考 H27)



最後に、健康づくりと食育の推進に関して、ご意見やご提案などがありましたら、ご記入ください。

最後に健康づくりと食育の推進に関して、ご意見やご提案などがありましたらご記入ください
<p>・学校給食で地元の農家さんがつくった野菜を出す。</p> <p>・玉村町内の飲食店で、地元野菜のメニューを考えてもらい、スタンプラリーで町民に食べてもらう。（前橋のT-1グランプリのイメージ）</p> <p>・年に1回くる町の検診については、年齢で区別するのではなく「この中から無料」と選べるようにしてほしい。会社で人間ドックを受けているので、人間ドックに入っている子宮頸がん、乳がんは町では受けないので、人間ドックではやらない「歯周病」や「骨密度」をいつでも無料でしてもらえれば、受診したい。ちなみに、昨年（2020年度）は無料のクーポンがもらえていたのですが、コロナが怖くて、歯科には行きませんでした。延長してはもらえないでしょうか？</p>
<p>・社会体育館の充実（機具を増やしてほしい）・町内にスポーツジム（民間）がない</p>
2020年度コロナの関係で基本検診を受けていないので解答に「受けていない」箇所が多くなっています。
4/10 玉村町役場の皆様いつもご苦労様です。お役に立てたら幸いです 町に重点的に取り組んで欲しいこと…公園やスポーツ広場などに高齢者向けの健康器具の設置を望みます。
DQ ウォークなどのゲームと自治体がコラボして遊びながら運動して健康づくりできたらいいと思います
安価で作れて栄養のあるレシピを冊子にして配布していただけたら嬉しいです。 You Tube 等で配信してもらえたら、観ながら作れるので料理が得意ではない若い世代の方も助かると思います。 フードバンクや子供食堂に関心がありますが、どこへアクセスしていいかわかりません。 廃品回収（例えば悪くてすみません）のような案内を出してもらえれば毎回協力するし、ボランティアにも参加したいと思っています。
アンケートのボリュームが多過ぎると思う
犬を飼っているが、広々と歩ける所、走れる所があれば毎日でも行きたい。→玉村渋川サイクリングは自転車が来るので危ない。ドックランがあると定期的な運動にもなるかな。
いろいろ大変かと思いますが、町民の健康のため、頑張ってください
いろんな家族があります。子供・老人への対応が必要です。
ウォーキングアプリでポイントをためてロンチャンペーパーと交換などがあると励みになります。
ウォーキングしていますが車道と歩道の区別がないので（農場など）歩いていると危ないと思う事があります。 道路にゴミが多く学生の自転車も多いのでウォーキングしにくいです。
運動については、空き時間に気軽に利用できるジムなどあればいいと思います。幼児、じかんなどきまっているとなかなかいけない場合、足が遠のくと思います。
角刈キャンプ場でウォーキングしたいが閉じたまま…。早く開いてほしい。
体に良い料理教室をだれでも行けるようにしてほしいです。（1人参加も）（血液サラサラ・そだちざかりの子に食べさせたほうが良い料理カルシウムの多い料理・カルシウムの多い料理・肝臓に良い料理などなど）郷土料理がおそわりたいです。

<p>環境づくり・食育の推進に関しては本人の気づき自覚がない限りなかなか難しい事だと思っています。子育て中の事でしたがご近所で毎朝子供を車で小学校へ送ってく家がありました。小学校まで2km位の道のりでせっかく丈夫になるチャンスなのに「家族全員夜型で朝起きてられないから」という理由でした。やはり母子ともに肥満で虫歯だらけでやんわりヒントを送っても自分はチョット食べただけでも太り易い体質だとか夜型は直せないものとかだらしがない人…失礼、不健康な人というのは改善しようとも思わないのです。もう子供のうちから徹底的に教育していかないと無理なんではないでしょうか。「健康・食育」という授業を時間割に組み込むなどして。</p>
<p>基本的に毎日エアロバイクを30分。運動しています。畑作業や庭の清掃等、屋外で1時間以上動いた日はそれを運動とカウントしています。</p>
<p>継続して健康に関することや食育に関する情報を回覧板や手紙等により、発信して頂きたい。</p>
<p>健康食品を扱うお店とか町内にあっても良いかなと思います。運動する設備が少ないと思います。</p>
<p>健康づくりにはとても興味があります。 私は、病気をして、入院しました。5ヶ月入院して、いろいろなことを考えました。実際、入院したことではなく、他に原因があり、今は杖を使わずには歩けません。 思わないところでの発見になるので、早く見つけるときっといいと思います。 “早めに医者から”“早めに健診”にしたいと思います。 ネットがないので、回覧板くらいしか情報が少ないので、誰でも情報が入ってきたいです。知らないから…です。</p>
<p>健康的な食事をする為の資金援助</p>
<p>健康を増進するのに役立つスマホアプリや健康器具の貸し出し 補助金制度があるといいと思います。</p>
<p>現在64歳ですが、まだ現役で働いているため、定期的に運動ができていません。今後、ウォーキング(連続して1時間以上)と趣味のゴルフを行っていきたいですが、ゴルフコンペなどの企画をお願いします。前にあったと思いますが、ウォーキングもお願いします。今度は参加したいと思います。</p>
<p>公園の数が少ないのと遊具が少ない。伊勢崎をマネした方が良い。大人も子供も運動できる。散歩ができる場所が必要。地元の野菜のみ使ったレストランがあるといい。</p>
<p>公共機関を含め休憩スペースや待合所にあるイスが低すぎる。体に障害があるため座ると立ち上がれません。運動に出かけようと思っても休憩ができない所が多く、結局でかけじまいに終わることがほとんどです。銀行や役場にも座って待つということができないため、できるだけ行かないようにしているのが現状です。高いイスや、イスの周りに手すり等つかまれるところがほしいです。高齢者や障害者が安心してどこへでも気楽にでかけられる環境づくりを切に願います。外出しようと自然に思える町作りが健康につながると考えます。</p>
<p>高齢化社会の中で健康寿命は非常に大切なものであると思います。その増進に向け、行政の取り組みは大きな推進力を持つと考えています。頑張ってください。</p>
<p>子どもと遊べる(体が動かせる)場所が狭くてもいいので、近場にあればうれしく思います(玉村は公園が少ない)</p>
<p>コロナが落ち着いたらイベントを増やしてほしい</p>
<p>コロナ禍での生活で仕事の勤務時間削減などある話です。収入が減る中で健康診断もしなければと思いますが、普段より気を使う生活、いままでない出費(マスク、除菌グッズ購入など)もあり、あとまわしになります。無料で健康診断できるようにしていただければ…。マスクの無料配布などもうれしいです。</p>

<p>今回のアンケートに回答してみて色々知っている事もあったが自分から率先して取り組んでいる事の少なさに気づきました。これからはもう少し意識して生活しようという「キッカケ」になりました。</p>
<p>サイクリングコースをウォーキングしていますが、後方からの自転車の追い抜き等で危険を感じています。コースが色分けで区分されてあれば安心して歩行ができるように思います。</p>
<p>昨年、玉村町役場にはメールにて意見提案させていただきましたが、滝川沿いウォーキングコースの遊歩道化等、ウォーキングコースの整備をもっと積極的に進めてほしい。交通事故の心配等せずに安心して運動できる環境を整備することは高齢化社会に向けて玉村町の重要な課題だと思います。現在は、近隣の伊勢崎市や高崎市、藤岡市の運動公園やウォーキングコースを利用しています。</p>
<p>昨年まで届いていた健康のしおりが今年は届くことがなく大変ショックで眠れない日がありました。安易にホームページで確認・保健センターに連絡をとりますが、まずはワンクッション来年度も健康のしおりは必要ですか？と確認する優しさがあっても良いのではないのでしょうか？と書いた所で何も変わらないのは分かっていますが、悔しかったら来年度は上記のような配慮を示す指示を所長さんから出して欲しいものです</p>
<p>仕事で介護をしているため、体を使っています。なので体力をつけるための体操など参加できませんが、健康には気をつけています。職場の健診は受けています。</p>
<p>質問が多いので二度とアンケートしたくない！！</p>
<p>自分の体は自分で守る、健康な体を維持していくのは、自分自身。 規則正しい生活と、運動、食事、少しでも意識して毎日を過ごして行きたいと思います。</p>
<p>自分の持つ資格（インストラクター）知識を生かせる場があれば嬉しい</p>
<p>地元野菜の紹介や、料理の仕方、各施設の案内（運動ができる場所等の利用内容） （町外で仕事をする者として、意外と町内のことは分からないことが多いため）</p>
<p>食育…小中学校の家庭科での実践的教育。サークルでの実践的教育。 保健づくり…楽しく体を動かせるもの（太極拳、エアロビクス等）であまり費用が掛からないもの。</p>
<p>食育として玉村町内で食べられるレストランを紹介してほしい。クーポン券があるといいです。</p>
<p>食育は子供頃より知識を得、一生を通して行うものです。小学生や幼児への教育に努めて欲しいと思っています。尚親の意識が重要なカギになるため母子での食育講座参加が必須かと思われます。町での今後の取り組みに期待しています。</p>
<p>少し興味が有り先々ボランティアなどに参加したい気持ちがあります</p>
<p>住みやすい町になるように、いつも町民のことを考えて頂きありがとうございます。これからもよろしくお願ひします</p>
<p>専門家による動画等の SNS 配信。感染症防止のため公民館等での老人会活動の指導と強要に近い勧誘の禁止の指導。地元野菜の安全確認ができる情報提示の仕組み。（QR コードのイメージしてください。）町内屋外禁煙条例の制定。</p>
<p>他人の目を気にする事なく運動できたらと思う</p>
<p>玉村町に4年住んでいるが特産品がわからない。コンビニに（玉村産）がおいてあれば手に取り易い。たまたんがかわいいのでグッズの販売所が増えるといい。</p>
<p>玉村町には、社会体育館があり運動器具があるようですがなかなか入りずらく行ってことがない。</p>

<p>玉村町の施設等で運動やスポーツに関する練習をしていると、「本格的」な練習はちょっと…とか、開放されている施設にもかかわらず渋られる事が多数ある。「健康」という事に関して推進しているとは到底思えない。机の上の物差しで考えてないで子供たちの未来や町の発展について何が必要なのか真剣に取り組んで欲しい。利用可能な期間が短い施設が多い。北部のサッカー場は無駄の塊、人工芝にして様々な運動に使えるようにしたほうが良い。道の駅も、もっとイベント開催して町の食や文化を広めることが必要。社会福祉より子育てや税制優遇など頭を使うべき。</p>
<p>玉村町の水道水はあまり美味しくないです。（カルキが強い）</p>
<p>町内スーパーの地産コーナーに食育の情報や食に関する情報が見やすく提示されていたりすると見るかもしれません</p>
<p>町内でも多く見かける野菜の無人販売店。その野菜の残留農薬の数値が高いと聞いてから購入していません。農協などを通さないため、基準以上の農薬を使用していると聞きました。せっかく、たくさんの販売店があるのに、事実だとしても嘘の噂だとしてももったいないと思いました。もし、無人販売店の野菜もしっかり農薬の数値など調べているなら、「安心です」と広報などに載せてほしいです。</p>
<p>定期的に町の野菜などを安く売る場所を作ってほしい。（例）毎月第一日曜日など ※料理のレシピ付きで野菜を売るといいと思う。</p>
<p>手軽に散歩ができる様な公園があると良いです。交通量の多い場所を歩いているお年寄りも多いので…</p>
<p>道路の整備、ウォーキングしやすい道 玉村の道路は歩道がない 小・中学校の通学路も危ない 小学生、中学生にもっとたばこ問題、喫煙防止教育をして下さい。 子供から親に煙草をやめるように指導してほしい。 近所の人の煙草の煙が迷惑です。</p>
<p>何か相談したくても役場等に行って話をするには勇気が出ない事もあるかもしれません！どんな時も応援、支援してもらえる優しさが用意されていたら嬉しいです。宜しくお願い致します。</p>
<p>乳がん検診を毎年でも受けたいと考えていますがそもそも玉村町内の個人の医院で乳がん検診が受けられません！受けられる医院の数が足りません。クーポンを頂いて保健センターで受けていますが、大変混雑しています。もう少し、気軽に受けられる環境であって欲しいです。</p>
<p>毎年個別で人間ドックを受けています（玉村・伊勢崎以外の病院で） 町では検診の補助をしていると思いますが、玉村・伊勢崎以外の病院がかかりつけであるので、がん検診等の案内が届きますが、利用できず、検診の補助が受けられず不公平に感じます。指定医療機関を県内の病院から選択できるようにしていただきたいと思います。</p>
<p>町に重点的に取り組んでほしいこと…体育館の充実</p>
<p>水もそうですが、野菜や人が口にする物の農薬や薬品の基準など厳しくするのが一番の健康になると思います。食品添加物もですがなるべく自然な物を食べたり飲んだりするのがベストだと思います。</p>
<p>無料でいつも利用できる屋内公共施設が町内に3か所位あるといい。そこで人との交流が生まれさまざまな知識や情報が得られたり相談できたりするのでは。</p>
<p>夜間でも安心して運動できる（ランニングなど）開放的な施設があったらいいと思います。 筋トレする場所も、もっと使いやすく、手軽に利用できたらいいです。</p>

野菜の収穫体験があるとうれしい

私は30代前半から原因不明の糖尿病を患い、現在も闘病中です。我々糖尿病患者が一番注意していることは食事であり、可能な限り低糖質な食事を心掛け自炊をしております。しかしながら昼食だけは忙しい朝に準備をすることは難しく、コンビニ等の外食に頼らざるを得ないことが多々あります。ご承知の通りコンビニ弁当等は塩分も糖質も高く健康的な昼食の確保に苦心している状況です。そこで地元の飲食店と協力して、低糖質・低脂質・低塩などといったランチメニューや弁当を販売してみたいかと思いますが、老若男女問わず需要はあると思います。

特にありません。

特にありません。健康に気を付けようとこのアンケートで気がつくことが出来ました。ありがとうございます。

特になし

特になし

特になし

特になし

特になし

IV 調査結果からみた考察（現状と課題）

今回の調査では、前回調査時と比べて対象者の性別、年齢、家族構成等において、大きな差はみられなかったが、職業については、正職員が全体の5割弱とかなり大きなウエイトを占めていたため、働いている世代の意見が多く反映されたものとなった。

1、健康について

◆ 普通体重を維持している者の割合減少、男性の肥満

問 6、8、9 参照

前回調査時に問題として指摘されていた20～30代女性のやせについては、今回調査では15.1%から11.3%と減少しており、改善がみられた。しかし、男性の肥満に関しては、前回調査時では40～50代に多い（37.0%）と指摘されていたが、今回調査では全年代において多いという結果となった（33.7%）。特に20～30代の男性では、【問 8】やせすぎ・太り過ぎが健康に良くないことを知っていますか。の質問で、「知らない」という回答が30.4%と高く、【問 9】自分の適正体重を知っていますか。の質問でも、「知らない」という回答が30.4%と高くなっているため、この世代への動機付けや情報提供が必要だと考えられる。

◆ 体重認識のズレ

問 7 参照

今回調査時において、普通体重だった者の割合は68.0%であったが、【問 7】現在の体重をどう思いますか。という質問で、「ちょうどよいと思う」と回答した者は33.3%と低かった。そこで、BMI値が低体重・ふつう・肥満の者に分け、それぞれの体重認識を集計したところ、低体重にも関わらず「ちょうどよいと思う」と回答した者が56.0%と半数を超えていた。また、ふつう体重に関わらず、「太っていると思う」「やや太っていると思う」と回答した者は、合計で50.2%と半数であった。

前回調査時でも、過度の肥満意識について課題として取り上げていたが、今回調査においても大きな改善が見られず、同様の結果となった。体重認識を変えるのは、なかなか難しいと思うが、引き続き対策を考える必要がある。

2、食生活について

◆ バランスの良い食事、野菜の摂取状況

問 13～15、24 参照

今回の調査では、主食・主菜・副菜の揃った食事をバランスの良い食事と定義し、どのくらいの頻度でとれているか調査したところ、全体の 42.4%が「1日2回以上とれている」と回答した。

しかし、年齢別にみていくと、20代・30代では30%を下回る結果となり、多くの人が1日に1回以下しかバランスのよい食事がとれていないということが分かった。

また、野菜の摂取については、「1日に2回以上食べる」と回答した者が、全体で44.4%いたが、男女別でみると、男性が32.6%と著しく低くなっていることが分かった。

【問 13】で、適切な食事内容や量についての認知について調査した結果、20代、30代で「知らない」「全く知らない」と回答した者が多かったが、男性と女性とではあまり差が見られず、知っていてもなかなか摂取に結びつかない、もしくは、誤った認識をしているのどちらかであることが分かった。

バランスの良い食事や、個人に合った食事の量の目安となる、「食事バランスガイド」の認知度は、20代、30代で高く、40代以上の男性で低かった。

よって、20～30代では、食事バランスガイドの使い方や、食品・料理の選び方などについて、実際に体験を通した取り組みを実施することが改善につながると考えられる。

男性については、野菜の摂取に繋がるように、野菜を食べることのメリットや、1日に必要な野菜の量などを情報提供し、少しでも摂取量が増えるような取り組みをしていくことが改善につながると考えられる。

◆ 食育の周知と関心

問 22～23 参照

今回調査において、食育という言葉を知っていると回答した者は全体の 92.2%と多かったが、そのうち意味を理解している者は 49.5%と約半数であり、残りの半数は、言葉のみ知っていて、意味は分からないと回答した。このことから、「食育」という言葉のみが普及していて、内容は浸透していないということが分かる。

【問 23】で、食育に関心があるか聞いたところ、「とてもある」「ある」と回答した者は合計で 46.4%と半数に満たない結果であったが、「どちらともいえない」と回答した者は全体の 35.7%と多かったことから、「食育」への興味・関心を向上させるためには、まず食育の意味について周知することが近道ではないかと考えられる。

◆ 玉村産農産物の販売促進

問 20 参照

【問 20】玉村町産の農産物の購入状況を見ると、前回調査時と比べ、「よく購入している」、「ときどき購入している」と回答した者の割合が増加していることが分かる。

しかし、【問 20-1】で、非購入者へ購入していない理由を聞くと、前回同様、「販売場所が分からない」と回答した者が一番多かった。この結果から、さらに玉村産農産物の販売促進を進めるためには、販売場所の周知が大切ということが分かった。

3、休養、こころの健康について

◆ 悩みごとを相談できる相手の有無

問 30～31 参照

悩みごとを相談できる相手の有無について、「いる」と回答した者は前回調査時と比較して、全体で少し減少していた。(81.5%→78.3%) 内約を見ていくと、特に60代男性と40～50代女性で減少が大きいことが分かった。この1年間の悩みごとの有無については、40～50代女性で「あったと答えている者が一番多く、80.7%であったため、この世代への介入がとても重要となることが分かった。同年代で集まれるようなイベントや、男性も参加しやすい居場所づくり、行政職員でも、気軽に話せる相手づくりのサポートが必要であると考えられる。

4、歯と口の健康について

◆ 若年層の歯科検診の推進

問 37 参照

定期的な歯科健診の受診率については、前回調査時と比較して、全体で大きく増加した(53.9%→70.6%)。しかし、その内約を見ていくと、50代・60代では年に1回以上受診している者が多いの 비해、20代や30代では、定期的に受診していない者や、年に1回未満の受診という者が多いことが分かった。町の歯周病検診は、40歳以降、10年おきでの実施となっているため、若年層への歯科健診は対象となっておらず、必要性についても周知があまりできていない。今後は、40歳以上と未満とで区分し、評価する必要があると考えられる。

5、お酒・たばこについて

◆ 毎日お酒を飲む人の増加

問 39～40 参照

お酒を毎日飲むと答えた者の割合が、前回調査時と比較して増加した(15.2%→18.5%)。その内約をみると、男性では60代(31.3%→41.7%)、女性では20～30代(3.2%→9.7%)、60代(6.1%→13.2%)の増加が大きいことが分かった。

一日あたりの飲酒量についても、60代男性に関しては多量飲酒をしている者も多いため、飲酒に関する取り組みを見直す必要があると考えられる。

◆ 女性の喫煙者の増加

問 44・45 参照

たばこを「吸っている」と答えた者は、全体で16.4%と、前回調査時(17.3%)と比較して、減少していたが、女性のみで見ると増加している(9.5%→11.5%)。特に、20～30代女性の喫煙者数が増えているため、この世代への禁煙教育が必要と考えられる。

また、喫煙が原因となる疾患についての認知度も前回調査時と比較して軒並み低くなっており、特に「妊婦への影響」や、「乳幼児への影響」の部分で大きく認知度が減少している。20～30代は、まさに妊娠・出産を考える世代でもあるため、そちらに関しても周知を進めていきたい。

6、生活習慣病・がんについて

◆ がん検診の受診方法や場所の周知徹底

問 46 参照

がん検診の受診率については、新型コロナウイルス感染症まん延防止のための受診控えの影響で、令和2年度の受診率は低くなることが想定されたが、アンケート結果を見ると、前回調査と比較して大きく下がったところはない。しかし、受けていない理由については、「どこで受けたらよいかわからない」と回答した方の割合が前回と比較してもかなり多かった。

受診方法や受診場所などの情報発信を徹底することで、受診率が上がると考えられる。

7、身体活動（運動・行動）について

◆ 健康の日の周知と健康づくりの実践

問 53 参照

今回調査では、健康の日を知っていると回答した者は全体の2.1%ととても低く、前回調査よりもさらに下がるという結果になった。また、健康の日に健康づくりを実践しているという者は0%となった。現在、町で行っている健康の日に関する周知・実践活動としては、保健センターからの郵便物（封筒）への記載と、広報（毎月1日号）への掲載、健康の日イベント（年1回）であるが、今後はもっと増やしていき、健康の日に行うイベントでは、「健康の日」というワードを全面に打ち出していく必要があるということが分かった。

◆ 情報発信方法

問 55 参照

健康づくりや食育に関する情報の入手先では、前回調査同様、「テレビ」という回答が一番多かったが、それに次いで、インターネット・SNSと回答した方がかなり多かった。今まで、情報発信方法としては、広報や町のHPを中心に行ってきたが、今後は、SNS等を活用した情報発信も検討し、より多くの方へ受け取ってもらえるような方法を検討していきたい。

8、健康づくりに関する要望

◆ 企業や飲食店等と連携した食環境整備の実践

問 56～自由記述欄参照

【問 56】健康づくりのために町に取り組んで欲しいことでは、前回調査時と比べ、「健康に配慮した食事を提供する店の育成」や、「企業や事業所での健康づくり支援」と回答した者が多かった。今回調査での回答者の大部分が働き世代であるということも考慮が必要とは思いますが、今までも町で実施してきた健康講座や運動教室等への参加が難しい方たちへのアプローチ方法として、企業や飲食店といった民間との連携を開拓する必要がある。

具体的な連携内容としては、自由記述欄で、いくつかご意見をいただいているため、参考にしたい。

健康づくりのために、町に取り組んで欲しいこととして、「スポーツ・レクリエーションの環境整備」と回答した者の割合が、前回調査に引き続き、1番高かった。また、自由記述欄でも、公園や遊歩道の整備等、これらに関する意見が多く出た。運動のしやすい環境を整えることは、健康増進のためにも必要なことであるが、健康増進部局のみで対応できるものではなく、他課との連携が必須とくる。これまで、健康増進に関しての取り組みは、保健センターが中心となっており、連携して行う事業はあまりなかった。これを機に、いろいろな部署と連携していくことも検討が必要と考えられる。