

健康づくりと食育についてのアンケート～20歳以上の市民の方～

問1 性別と年齢をお答えください。

(1) 性別

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	男	220	44.3	258	39.3
2	女	275	55.3	397	60.5
3	その他	0	0.0	-	-
	無回答	2	0.4	1	0.2
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

(2) 年齢

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	20歳代	27	5.4	34	5.2
2	30歳代	46	9.3	65	9.9
3	40歳代	75	15.1	118	18.0
4	50歳代	87	17.5	109	16.6
5	60歳代	95	19.1	129	19.7
6	70歳以上	159	32.0	196	29.9
	無回答	8	1.6	5	0.8
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

問2 仕事をしていますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	勤めている(パート・アルバイトも含む)	256	51.5	295	45.0
2	自営業・自由業	32	6.4	50	7.6
3	家事専業	65	13.1	94	14.3
4	学生	4	0.8	3	0.5
5	無職(年金生活など)	130	26.2	197	30.0
6	その他	9	1.8	10	1.5
	無回答	1	0.2	7	1.1
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

問2-1 1日の労働時間(残業を含む)は、平均どのくらいですか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	4時間未満	22	7.6	31	9.0
2	4時間以上6時間未満	46	16.0	71	20.6
3	6時間以上8時間未満	90	31.3	92	26.7
4	8時間以上10時間未満	101	35.1	121	35.1
5	10時間以上	27	9.4	29	8.4
	無回答	2	0.7	1	0.3
n(回答者数)/構成比(%)の合計		288	100.0	345	100.0

問2-2 職場には、メンタルヘルスに関する制度(相談や研修など)がありますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	ある	143	49.7	149	43.2
2	ない	137	47.6	188	54.5
	無回答	8	2.8	8	2.3
n(回答者数)/構成比(%)の合計		288	100.0	345	100.0

問3 身長と体重をお書きください。

(1)身長

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	140cm未満	0	0.0	3	0.5
2	140cm台	34	6.8	52	7.9
3	150cm台	163	32.8	240	36.6
4	160cm台	202	40.6	228	34.8
5	170cm台	81	16.3	119	18.1
6	180cm以上	10	2.0	7	1.1
	無回答	7	1.4	7	1.1
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

健康づくりと食育についてのアンケート～20歳以上の市民の方～

(2)体重

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	40kg未満	10	2.0	16	2.4
2	40kg台	99	19.9	144	22.0
3	50kg台	154	31.0	221	33.7
4	60kg台	127	25.6	155	23.6
5	70kg台	75	15.1	74	11.3
6	80kg以上	23	4.6	36	5.5
	無回答	9	1.8	10	1.5
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

BMI(体格指数)

		今回調査		全体	
		実数	%	実数	%
	やせ(18.5未満)	49	9.9	71	10.8
	標準	331	66.6	457	69.7
	肥満(25.0以上)	108	21.7	117	17.8
	無回答	9	1.8	11	1.7
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

低栄養傾向者

		今回調査		全体	
		実数	%	実数	%
	低栄養傾向者(BMI20以下)	129	26.0	170	25.9
	低栄養傾向でない	359	72.2	475	72.4
	無回答	9	1.8	11	1.7
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

問4 自分が太っていると思いますか、やせていると思いますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	太っている	191	38.4	318	48.5
2	ちょうどよい(ふつう)	242	48.7	241	36.7
3	やせている	59	11.9	95	14.4
	無回答	5	1.0	2	0.3
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

問5 自分の適正体重を知っていますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	はい	348	70.0	466	71.0
2	いいえ	135	27.2	174	26.5
	無回答	14	2.8	16	2.4
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

問6 適切な体重を維持するために、何か意識的に行っていることがありますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	食事に気をつける	270	54.3	352	53.7
2	定期的に運動する	209	42.1	232	35.4
3	毎日体重を測る	139	28.0	167	25.5
4	その他	34	6.8	31	4.7
5	何も行っていない	116	23.3	171	26.1
	無回答	2	0.4	4	0.6
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	154.9	656	146.0

健康づくりと食育についてのアンケート～20歳以上の市民の方～

問7 メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)について知っていますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	言葉も内容も詳しく知っている	100	20.1	145	22.1
2	言葉とだいたいの内容を知っている	283	56.9	369	56.3
3	言葉だけ知っている	87	17.5	113	17.2
4	知らない	21	4.2	21	3.2
	無回答	6	1.2	8	1.2
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

問7-1 メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に「該当」または「予備軍」であると健診の結果や医師などから言われましたか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	該当すると言われた	41	8.7	50	8.0
2	予備軍だと言われた	77	16.4	86	13.7
3	該当しない(言われていない)	295	62.8	389	62.0
4	わからない、覚えていない	45	9.6	71	11.3
	無回答	12	2.6	31	4.9
n(回答者数)/構成比(%)の合計		470	100.0	627	100.0

問8 1日3回食事をしていますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	毎日	400	80.5	533	81.3
2	週に4～5日	35	7.0	44	6.7
3	週に2～3日	21	4.2	23	3.5
4	週に1日ぐらい	32	6.4	43	6.6
	無回答	9	1.8	13	2.0
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

問9 朝食を食べていますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	毎日	412	82.9	546	83.2
2	週に4～5日	31	6.2	35	5.3
3	週に2～3日	16	3.2	24	3.7
4	食べない	34	6.8	44	6.7
	無回答	4	0.8	7	1.1
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

問9-1 食べないのはどうしてですか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	時間がないから	18	22.2	36	35.0
2	食べる気がしないから	39	48.1	49	47.6
3	家族も食べないから	0	0.0	0	0.0
4	朝食が用意されてないから	6	7.4	2	1.9
5	その他	15	18.5	12	11.7
	無回答	3	3.7	4	3.9
n(回答者数)/構成比(%)の合計		81	100.0	103	100.0

問10 野菜を食べるようにしていますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	毎食	191	38.4	246	37.5
2	1日に1～2回	179	36.0	246	37.5
3	週に3～4回	100	20.1	133	20.3
4	ほとんど食べない	21	4.2	25	3.8
	無回答	6	1.2	6	0.9
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

健康づくりと食育についてのアンケート～20歳以上の市民の方～

問11 野菜を1日に何皿食べますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	食べない	7	1.4	10	1.5
2	1皿	166	33.4	204	31.1
3	2皿	136	27.4	191	29.1
4	3皿	98	19.7	144	22.0
5	4皿	32	6.4		
6	5皿以上	26	5.2	73	11.1
	無回答	32	6.4	34	5.2
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

問12 主食、主菜、副菜を3つそろえて食べることが1日2食以上あるのは週に何日ですか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	ほぼ毎日	224	45.1	297	45.3
2	週に4～5日	103	20.7	122	18.6
3	週に2～3日	110	22.1	150	22.9
4	ほとんどない	48	9.7	68	10.4
	無回答	12	2.4	19	2.9
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

問13 塩分を多く含む食品(漬物・佃煮・汁もの・めん類の汁など)を控えるようにしていますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	いつもしている	45	9.1	77	11.7
2	できるだけしている	239	48.1	315	48.0
3	あまりしていない	175	35.2	209	31.9
4	まったくしていない	34	6.8	43	6.6
	無回答	4	0.8	12	1.8
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

問14 自分の適正体重を維持するのに必要な食事量を知っていますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	はい	186	37.4	213	32.5
2	いいえ	295	59.4	424	64.6
	無回答	16	3.2	19	2.9
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

問15 朝食・夕食を誰かと一緒に食べていますか。

(1) 朝食

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	ほとんど毎日	190	38.2	269	41.0
2	週に4～5日	26	5.2	37	5.6
3	週に2～3日	50	10.1	41	6.3
4	週に1日程度	18	3.6	35	5.3
5	一緒に食べていない	201	40.4	240	36.6
	無回答	12	2.4	34	5.2
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

(2) 夕食

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	ほとんど毎日	311	62.6	385	58.7
2	週に4～5日	33	6.6	45	6.9
3	週に2～3日	37	7.4	62	9.5
4	週に1日程度	19	3.8	19	2.9
5	一緒に食べていない	71	14.3	102	15.5
	無回答	26	5.2	43	6.6
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

健康づくりと食育についてのアンケート～20歳以上の市民の方～

問16 食事バランスガイドを知っていますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	知っている	142	28.6	246	37.5
2	知らない	346	69.6	370	56.4
	無回答	9	1.8	40	6.1
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

問16-1 食事バランスガイドを参考にメニューを考えたり、選んだりしますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	ほぼ毎食参考にしている	23	16.2	21	8.5
2	毎日1食は参考にしている	18	12.7	35	14.2
3	ときどき参考にしている	59	41.5	94	38.2
4	ほとんど参考にしない	38	26.8	91	37.0
	無回答	4	2.8	5	2.0
n(回答者数)/構成比(%)の合計		142	100.0	246	100.0

問17 食育に関心がありますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	関心がある	107	21.5	154	23.5
2	どちらかといえば関心がある	207	41.6	293	44.7
3	どちらかといえば関心がない	83	16.7	111	16.9
4	関心がない	58	11.7	53	8.1
5	わからない	37	7.4	33	5.0
	無回答	5	1.0	12	1.8
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

問18 あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を受け継いでいますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	受け継いでいる	186	37.4		
2	受け継いでいない	296	59.6		
	無回答	15	3.0		
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0		

問19 あなたが郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継いできた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を、地域や次世代(子どもやお孫さんを含む)に対し伝えていますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	伝えている	144	29.0		
2	伝えていない	336	67.6		
	無回答	17	3.4		
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0		

問20 地域で生産された農産物や水産物をその地域で消費することを「地産地消」と言いますが、あなたはこの言葉を知っていますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	はい	363	73.0	492	75.0
2	いいえ	122	24.5	151	23.0
	無回答	12	2.4	13	2.0
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

健康づくりと食育についてのアンケート～20歳以上の市民の方～

問21 あなたは、食品ロスを減らすために取り組んでいることはありますか。

	今回調査		前回調査		
	実数	%	実数	%	
1 料理をつくりすぎない	189	38.0			
2 残さず食べる	337	67.8			
3 残った料理を別の料理に作り替える	109	21.9			
4 冷凍保存を活用する	265	53.3			
5 日頃から冷蔵庫の食材の種類・量・期限表示を確認する	200	40.2			
6 「賞味期限」を過ぎてもすぐ捨てるのではなく、自分で食べられるかを判断する	309	62.2			
7 小分け商品、少量パック商品、バラ売り等食べきれぬ量を購入する	143	28.8			
8 商品棚の手前に並ぶ賞味期限の近い商品を購入する	59	11.9			
9 飲食店等で注文し過ぎない	197	39.6			
10 外食時には、小盛りメニュー等希望に沿った量で料理を提供する店舗を選ぶ	45	9.1			
11 その他	9	1.8			
12 取り組んでいることはない	13	2.6			
無回答	11	2.2			
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	379.4		

問22 1日に歩く時間は合計何分ぐらいですか。(通勤、通学、買い物等も含む)

	今回調査		前回調査		
	実数	%	実数	%	
1 15分未満	82	16.5	112	17.1	
2 15分以上30分未満	150	30.2	193	29.4	
3 30分以上1時間未満	146	29.4	220	33.5	
4 1時間以上	115	23.1	118	18.0	
無回答	4	0.8	13	2.0	
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

問23 体を動かす仕事をしている、または運動(ウォーキング等)やスポーツ、趣味などで「意識的に体を動かす」ことをしている

	今回調査		前回調査		
	実数	%	実数	%	
1 毎日	148	29.8	175	26.7	
2 毎日ではないが、週2日以上	185	37.2	217	33.1	
3 週に1日以下、またはほとんどしていない	156	31.4	254	38.7	
無回答	8	1.6	10	1.5	
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

問23-1 その時間はどれくらいですか。

	今回調査		前回調査		
	実数	%	実数	%	
1 30分未満	72	21.6	82	20.9	
2 30分以上	245	73.6	292	74.5	
無回答	16	4.8	18	4.6	
n(回答者数)/構成比(%)の合計		333	100.0	392	100.0

問23-2 運動の強さはどれくらいですか。

	今回調査		前回調査		
	実数	%	実数	%	
1 かなり息がはずみ、たくさん汗が出る	57	17.1	72	18.4	
2 少し息がはずみ、少し汗が出る	189	56.8	208	53.1	
3 息はほとんどはずまない	75	22.5	98	25.0	
無回答	12	3.6	14	3.6	
n(回答者数)/構成比(%)の合計		333	100.0	392	100.0

問23-3 どれくらいの期間続けていますか。

	今回調査		前回調査		
	実数	%	実数	%	
1 1年未満	43	12.9	54	13.8	
2 1年以上	273	82.0	323	82.4	
無回答	17	5.1	15	3.8	
n(回答者数)/構成比(%)の合計		333	100.0	392	100.0

健康づくりと食育についてのアンケート～20歳以上の市民の方～

運動習慣者

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
運動習慣者	216	43.5	265	40.4
運動習慣者でない	250	50.3	357	54.4
無回答	31	6.2	34	5.2
n(回答者数)/構成比(%)の合計				
	497	100.0	656	100.0

問24 運動不足だと思いませんか。

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 そうは思わない	126	25.4	136	20.7
2 少し運動不足	212	42.7	271	41.3
3 かなり運動不足	149	30.0	239	36.4
無回答	10	2.0	10	1.5
n(回答者数)/構成比(%)の合計				
	497	100.0	656	100.0

問25 ロコモティブシンドローム(運動器症候群)を知っていますか。

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 言葉も意味も知っている	76	15.3	114	17.4
2 言葉は知っているが、意味は知らない	87	17.5	161	24.5
3 言葉も意味も知らない	327	65.8	367	55.9
無回答	7	1.4	14	2.1
n(回答者数)/構成比(%)の合計				
	497	100.0	656	100.0

問26 運動を継続または始めるために、何が必要だと思いませんか。

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 運動する時間	300	60.4	368	56.1
2 一緒に運動する仲間やサークル	156	31.4	195	29.7
3 運動する場所	231	46.5	291	44.4
4 運動内容や量を指導する専門家	92	18.5	116	17.7
5 運動の知識	120	24.1	135	20.6
6 体操教室、ダイエット教室等の教室	56	11.3	108	16.5
7 地域ぐるみの行事	26	5.2	33	5.0
8 呼びかけやきっかけ	73	14.7	125	19.1
9 その他	38	7.6	62	9.5
無回答	20	4.0	39	5.9
n(回答者数)/構成比(%)の合計				
	497	223.7	656	224.5

問27 毎日の睡眠によって休養を十分に取れていますか。

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 十分取れている	101	20.3	139	21.2
2 まあまあ取れている	238	47.9	321	48.9
3 やや不足している	109	21.9	150	22.9
4 まったく不足している	44	8.9	41	6.3
無回答	5	1.0	5	0.8
n(回答者数)/構成比(%)の合計				
	497	100.0	656	100.0

問28 日頃楽しめる趣味や生きがいを持っていますか。

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 持っている	281	56.5	359	54.7
2 持ちたいと思っている	149	30.0	220	33.5
3 持っていない	61	12.3	65	9.9
無回答	6	1.2	12	1.8
n(回答者数)/構成比(%)の合計				
	497	100.0	656	100.0

健康づくりと食育についてのアンケート～20歳以上の市民の方～

問29 ストレスがありますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	とても多い	62	12.5	63	9.6
2	多い	94	18.9	162	24.7
3	ときどきストレスを感じる	237	47.7	322	49.1
4	ストレスを感じることはあまりない	93	18.7	99	15.1
	無回答	11	2.2	10	1.5
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

問29-1 ストレスの内容はどのようなものですか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	人間関係について	173	44.0	213	38.9
2	生きがいや将来について	103	26.2	145	26.5
3	自分や家族の健康・病気について	152	38.7	182	33.3
4	家事・育児・介護について	91	23.2	118	21.6
5	学校の勉強や仕事について	86	21.9	143	26.1
6	収入や家計のやりくりについて	132	33.6	142	26.0
7	その他	12	3.1	19	3.5
	無回答	5	1.3	14	2.6
n(回答者数)/構成比(%)の合計		393	192.0	547	178.5

問29-2 ストレスを解消できていますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	できている	197	50.1	342	62.5
2	できていない	177	45.0	190	34.7
	無回答	19	4.8	15	2.7
n(回答者数)/構成比(%)の合計		393	100.0	547	100.0

問29-3 どのように対処していますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	家族に相談している	139	35.4	143	26.1
2	友人・知人に相談している	120	30.5	167	30.5
3	職場の上司、学校の先生に相談している	22	5.6	9	1.6
4	公的な機関の相談窓口を利用している	8	2.0	5	0.9
5	民間の相談機関(悩み相談所など)の相談窓口(電話での相談を含む)を利用している	0	0.0	4	0.7
6	趣味	150	38.2	181	33.1
7	運動	77	19.6	87	15.9
8	飲食	119	30.3	138	25.2
9	よく眠る	84	21.4	115	21.0
10	その他	17	4.3	36	6.6
11	特にない	52	13.2	56	10.2
	無回答	13	3.3	80	14.6
n(回答者数)/構成比(%)の合計		393	203.8	547	186.4

問30 このひと月ぐらいの間に、次のことがありましたか。

①神経過敏に感じましたか

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	まったくなかった	231	46.5		
2	少しだけあった	125	25.2		
3	ときどきあった	77	15.5		
4	よくあった	27	5.4		
5	いつもあった	13	2.6		
	無回答	24	4.8		
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0		



健康づくりと食育についてのアンケート～20歳以上の市民の方～

②絶望的だと感じましたか

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 まったくなかった	339	68.2		
2 少しだけあった	84	16.9		
3 ときどきあった	33	6.6		
4 よくあった	11	2.2		
5 いつもあった	9	1.8		
無回答	21	4.2		
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	

③そろそろ、落ち着かなく感じましたか

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 まったくなかった	273	54.9		
2 少しだけあった	118	23.7		
3 ときどきあった	59	11.9		
4 よくあった	13	2.6		
5 いつもあった	9	1.8		
無回答	25	5.0		
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	

④気分が沈み込んで、何が起ころとも気が晴れないように感じましたか

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 まったくなかった	240	48.3		
2 少しだけあった	140	28.2		
3 ときどきあった	59	11.9		
4 よくあった	25	5.0		
5 いつもあった	13	2.6		
無回答	20	4.0		
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	

⑤何をするのもおっくうだと感じましたか

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 まったくなかった	187	37.6		
2 少しだけあった	166	33.4		
3 ときどきあった	68	13.7		
4 よくあった	37	7.4		
5 いつもあった	19	3.8		
無回答	20	4.0		
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	

⑥自分は価値のない人間だと感じましたか

(SA)

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 まったくなかった	325	65.4		
2 少しだけあった	76	15.3		
3 ときどきあった	46	9.3		
4 よくあった	12	2.4		
5 いつもあった	17	3.4		
無回答	21	4.2		
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	

K6合計点

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
0点～4点	305	61.4		
5点～9点(何らかのうつ・不安の問題がある可能性)	100	20.1		
10点～12点(うつ・不安障害が疑われる)	30	6.0		
13点以上(重度のうつ・不安障害が疑われる)	34	6.8		
無回答	28	5.6		
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	

健康づくりと食育についてのアンケート～20歳以上の市民の方～

問31 現在、たばこを吸っていますか。

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 現在吸っている	59	11.9	90	13.7
2 以前は吸っていたが、現在は禁煙した	139	28.0	173	26.4
3 以前から吸っていない	286	57.5	379	57.8
無回答	13	2.6	14	2.1
n(回答者数)/構成比(%)の合計				
	497	100.0	656	100.0

問31-1 吸っているたばこの種類は何ですか。

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 紙巻きたばこ	42	71.2	74	82.2
2 加熱式たばこ	22	37.3	29	32.2
3 その他	0	0.0	1	1.1
無回答	1	1.7	1	1.1
n(回答者数)/構成比(%)の合計				
	59	110.2	90	116.6

問31-2 自分の喫煙について、どのようにお考えですか。

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 やめたい	14	23.7	21	23.3
2 本数を減らしたい	24	40.7	39	43.3
3 今までどおりでよい	21	35.6	30	33.3
無回答	0	0.0	0	0.0
n(回答者数)/構成比(%)の合計				
	59	100.0	90	100.0

問31-3 禁煙に取り組んだことがありますか。

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 はい	29	49.2	51	56.7
2 いいえ	29	49.2	37	41.1
無回答	1	1.7	2	2.2
n(回答者数)/構成比(%)の合計				
	59	100.0	90	100.0

禁煙に取り組んだ回数

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 1回	10	34.5	25	49.0
2 2回	8	27.6	12	23.5
3 3回	4	13.8	7	13.7
4 4回	0	0.0	1	2.0
5 5回以上	0	0.0	3	5.9
無回答	7	24.1	3	5.9
n(回答者数)/構成比(%)の合計				
	29	100.0	51	100.0

問32 あなたは、日常的に受動喫煙にさらされる機会がありますか。

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 家族	59	11.9		
2 路上・公園	85	17.1		
3 その他	42	8.5		
4 そのような機会はない	279	56.1		
無回答	44	8.9		
n(回答者数)/構成比(%)の合計				
	497	100.0		

問33 COPD(慢性閉塞性肺疾患)という病気を知っていますか。

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 言葉も意味も知っている	121	24.3	169	25.8
2 言葉は知っているが意味は知らない	77	15.5	134	20.4
3 言葉も意味も知らない	278	55.9	331	50.5
無回答	21	4.2	22	3.4
n(回答者数)/構成比(%)の合計				
	497	100.0	656	100.0

健康づくりと食育についてのアンケート～20歳以上の市民の方～

問34 喫煙に関する以下の内容を知っていますか。

	今回調査		前回調査		
	実数	%	実数	%	
1 狭心症などの心疾患になりやすい	227	45.7	307	46.8	
2 脳卒中になりやすい	202	40.6	258	39.3	
3 歯周病になりやすい	129	26.0	167	25.5	
4 胃潰瘍(胃のただれ)になりやすい	93	18.7	116	17.7	
5 肺気腫(肺の組織がつぶれる)になりやすい	269	54.1	342	52.1	
6 肺がんなどのがんになりやすい	386	77.7	499	76.1	
7 気管支炎やぜんそくになりやすい	301	60.6	354	54.0	
8 妊娠中の人喫煙すると、早産や低体重児が産まれやすくなる	289	58.1	398	60.7	
9 たばこの煙で周囲の人にも健康の害がある	386	77.7	501	76.4	
10 加熱式たばこであっても本人はもちろん、周囲の人にも健康の害がある	198	39.8	229	34.9	
11 たばこをやめるための飲み薬や貼り薬がある	240	48.3	385	58.7	
12 喫煙習慣の本質はニコチン依存症という病気である	269	54.1	384	58.5	
無回答	36	7.2	85	13.0	
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	608.6	656	613.7

問35 お酒やビールなどのアルコール類を飲むことがありますか。

	今回調査		前回調査		
	実数	%	実数	%	
1 ほとんど毎日飲む	111	22.3	141	21.5	
2 毎日ではないが週に3日以上飲む	38	7.6	61	9.3	
3 週に1～2日飲む	41	8.2	49	7.5	
4 たまに飲む	94	18.9	158	24.1	
5 飲まない	206	41.4	239	36.4	
無回答	7	1.4	8	1.2	
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

問35-1 1日に飲むアルコールの分量は平均どの程度ですか。

	今回調査		前回調査		
	実数	%	実数	%	
1 ビール系飲料	166	58.5	259	63.3	
2 チューハイ・ハイボール	89	31.3	132	32.3	
3 日本酒	29	10.2	30	7.3	
4 焼酎	33	11.6	65	15.9	
5 ワイン	19	6.7	38	9.3	
6 ウイスキー等の洋酒	10	3.5	17	4.2	
7 その他	13	4.6	20	4.9	
無回答	25	8.8	22	5.4	
n(回答者数)/構成比(%)の合計		284	135.2	409	142.6

ビール系飲料の本数

	今回調査		前回調査		
	実数	%	実数	%	
1 1本	116	69.9	172	66.4	
2 2本	20	12.0	57	22.0	
3 3本	10	6.0	16	6.2	
4 4本以上	3	1.8	6	2.3	
無回答	17	10.2	8	3.1	
n(回答者数)/構成比(%)の合計		166	100.0	259	100.0

チューハイ・ハイボールの本数

	今回調査		前回調査		
	実数	%	実数	%	
1 1本	56	62.9	90	68.2	
2 2本	20	22.5	28	21.2	
3 3本	6	6.7	9	6.8	
4 4本以上	1	1.1	3	2.3	
無回答	6	6.7	2	1.5	
n(回答者数)/構成比(%)の合計		89	100.0	132	100.0

健康づくりと食育についてのアンケート～20歳以上の市民の方～

日本酒の合数

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	1合	17	58.6	22	73.3
2	2合	7	24.1	6	20.0
3	3合	2	6.9	1	3.3
4	4合以上	0	0.0	0	0.0
	無回答	3	10.3	1	3.3
n(回答者数)/構成比(%)の合計		29	100.0	30	100.0

焼酎の杯数

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	1杯	19	57.6	23	35.4
2	2杯	6	18.2	23	35.4
3	3杯	3	9.1	12	18.5
4	4杯以上	4	12.1	4	6.2
	無回答	1	3.0	3	4.6
n(回答者数)/構成比(%)の合計		33	100.0	65	100.0

ワインの杯数

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	1杯	9	47.4	17	44.7
2	2杯	5	26.3	12	31.6
3	3杯	2	10.5	6	15.8
4	4杯以上	1	5.3	2	5.3
	無回答	2	10.5	1	2.6
n(回答者数)/構成比(%)の合計		19	100.0	38	100.0

ウイスキー等の洋酒の杯数

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	1杯	6	60.0	7	41.2
2	2杯	1	10.0	3	17.6
3	3杯	0	0.0	4	23.5
4	4杯以上	1	10.0	1	5.9
	無回答	2	20.0	2	11.8
n(回答者数)/構成比(%)の合計		10	100.0	17	100.0

純アルコール量

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
	20g未満	129	49.8	166	42.9
	20g～40g未満	65	25.1	100	25.8
	40g～60g未満	40	15.4	69	17.8
	60g～80g未満	5	1.9	32	8.3
	80g以上	20	7.7	20	5.2
	無回答	0	0.0	0	0.0
n(回答者数)/構成比(%)の合計		259	100.0	387	100.0

多量飲酒者

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
	多量飲酒者	17	3.4	30	4.6
	多量飲酒者でない	466	93.8	614	93.6
	無回答	14	2.8	12	1.8
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

生活習慣病リスクのある飲酒

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
	リスクを高める飲酒	59	11.9	99	15.1
	その他	436	87.7	556	84.8
	無回答	2	0.4	1	0.2
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

健康づくりと食育についてのアンケート～20歳以上の市民の方～

問36 アルコールの適正量を知っていますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	知っている	185	37.2	211	32.2
2	知らない	285	57.3	390	59.5
	無回答	27	5.4	55	8.4
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

問37 多量のアルコール摂取が健康に及ぼす影響について次のことを知っていますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	内臓の病気になりやすい	295	59.4	439	66.9
2	アルコール依存症やアルコール性認知症になりやすい	360	72.4	504	76.8
3	胃がん・食道がんになりやすい	180	36.2	244	37.2
4	人格変化を起こすことがある	221	44.5	359	54.7
	無回答	53	10.7	60	9.1
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	223.2	656	244.7

問38 いつ歯をみがいていますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	朝食の前	184	37.0	238	36.3
2	朝食の後	296	59.6	396	60.4
3	昼食の後	120	24.1	146	22.3
4	夕食の後	129	26.0	150	22.9
5	寝る前	347	69.8	449	68.4
6	みがかない	3	0.6	7	1.1
	無回答	9	1.8	7	1.1
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	212.5

問39 歯ブラシ以外にどんなものを使って歯をみがいていますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	歯みがき剤	374	75.3	484	73.8
2	糸ようじやデンタルフロス	130	26.2	156	23.8
3	歯間ブラシ	212	42.7	216	32.9
4	その他	15	3.0	18	2.7
	無回答	33	6.6	64	9.8
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	153.8	656	143.0

問40 永久歯(親しらずを除く)は全部で28本あります。現在あなたの歯は親しらずを除いて何本ありますか。

		今回調査		前回調査	
		実数	%	実数	%
1	0本	15	3.0	14	2.1
2	1本以上10本未満	34	6.8	69	10.5
3	10本以上20本未満	59	11.9	99	15.1
4	20本以上24本未満	80	16.1	116	17.7
5	24本以上	238	47.9	329	50.2
	無回答	71	14.3	29	4.4
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

健康づくりと食育についてのアンケート～20歳以上の市民の方～

問41 この1年間に、次のことのために歯科医院へ行ったことがありますか。

	今回調査		前回調査		
	実数	%	実数	%	
1 行っていない	162	32.6	223	34.0	
2 むし歯の治療	125	25.2	183	27.9	
3 歯周病の治療	64	12.9	58	8.8	
4 歯ならび、かみ合わせの治療	25	5.0	37	5.6	
5 顎の関節の治療	4	0.8	4	0.6	
6 歯の色の治療	7	1.4	16	2.4	
7 歯の健康診断	171	34.4	177	27.0	
8 歯石の除去	172	34.6	217	33.1	
9 歯みがき指導	30	6.0	23	3.5	
10 その他	24	4.8	31	4.7	
無回答	14	2.8	17	2.6	
n(回答者数)/構成比(%)の合計					
		497	160.5	656	150.2

問42 過去に市が実施している成人歯科健康診査を受けたことがありますか。

	今回調査		前回調査		
	実数	%	実数	%	
1 受けたことがある	134	27.0	122	18.6	
2 まったく受けたことがない	320	64.4	482	73.5	
3 健診の対象外である	33	6.6	30	4.6	
無回答	10	2.0	22	3.4	
n(回答者数)/構成比(%)の合計					
		497	100.0	656	100.0

問42-1 成人歯科健康診査を受けた後、歯科医院に行きましたか。

	今回調査		前回調査		
	実数	%	実数	%	
1 行った	108	80.6	92	75.4	
2 行っていない	13	9.7	11	9.0	
3 行く必要がなかった	9	6.7	16	13.1	
無回答	4	3.0	3	2.5	
n(回答者数)/構成比(%)の合計					
		134	100.0	122	100.0

問43 最近の健康状態は次のどれですか。

	今回調査		前回調査		
	実数	%	実数	%	
1 非常に健康だと思う	31	6.2	31	4.7	
2 健康なほうだと思う	342	68.8	448	68.3	
3 あまり健康でないと思う	98	19.7	123	18.8	
4 健康でないと思う	15	3.0	38	5.8	
無回答	11	2.2	16	2.4	
n(回答者数)/構成比(%)の合計					
		497	100.0	656	100.0

問44 現在、医療機関に通院中または経過観察中の病気がありますか。

	今回調査		前回調査		
	実数	%	実数	%	
1 ない	189	38.0	256	39.0	
2 高血圧	117	23.5	135	20.6	
3 心臓病	27	5.4	40	6.1	
4 脳血管の病気	9	1.8	13	2.0	
5 糖尿病	46	9.3	39	5.9	
6 脂質異常症	41	8.2	52	7.9	
7 呼吸器の病気(肺炎や気管支炎等)	23	4.6	23	3.5	
8 胃腸の病気	21	4.2	37	5.6	
9 腎臓の病気	10	2.0	17	2.6	
10 肝臓の病気	9	1.8	16	2.4	
11 整形外科的な病気	64	12.9	64	9.8	
12 がん	24	4.8	26	4.0	
13 精神の病気	14	2.8	16	2.4	
14 認知症	1	0.2	4	0.6	
15 その他	58	11.7	73	11.1	
無回答	26	5.2	37	5.6	
n(回答者数)/構成比(%)の合計					
		497	136.4	656	129.1

健康づくりと食育についてのアンケート～20歳以上の市民の方～

問45 フレイルという言葉やその意味を知っていますか。

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 言葉も意味も知っている	93	18.7		
2 言葉は知っているが、意味は知らない	58	11.7		
3 言葉も意味も知らない	339	68.2		
無回答	7	1.4		
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	

問46 健康に関心がありますか。

	今回調査		前回調査		
	実数	%	実数	%	
1 関心がある	239	48.1	305	46.5	
2 どちらかといえば関心がある	207	41.6	287	43.8	
3 どちらかといえば関心がない	33	6.6	39	5.9	
4 関心がない	10	2.0	8	1.2	
無回答	8	1.6	17	2.6	
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

問47 健康に関する知識や情報をどこから得ていますか。

	今回調査		前回調査		
	実数	%	実数	%	
1 家族	158	31.8	188	28.7	
2 友人・知人	126	25.4	168	25.6	
3 学校・職場	61	12.3	82	12.5	
4 保健センター・保健所	14	2.8	16	2.4	
5 病院・医院	157	31.6	219	33.4	
6 テレビ・ラジオ	200	40.2	391	59.6	
7 新聞・雑誌・本	128	25.8	210	32.0	
8 市の広報紙	28	5.6	48	7.3	
9 インターネット	240	48.3	230	35.1	
10 サークル活動	7	1.4	9	1.4	
11 その他	7	1.4	7	1.1	
12 特にない	17	3.4	23	3.5	
無回答	6	1.2	12	1.8	
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	231.2	656	244.4

問48 この1年間に健康診断やがん検診などを受けましたか。

	今回調査		前回調査		
	実数	%	実数	%	
1 受けた(市が実施するもの)	169	34.0	444	67.7	
2 受けた(職場や人間ドッグ・自費等)	217	43.7			
3 受けていない	118	23.7	201	30.6	
無回答	6	1.2	11	1.7	
n(回答者数)/構成比(%)の合計		497	100.0	656	100.0

問48-1 どのような健診・検診を受けましたか。

	今回調査		前回調査		
	実数	%	実数	%	
1 基本的な健康診断	324	86.9	371	83.6	
2 胃がん検診	107	28.7	131	29.5	
3 肺がん検診	85	22.8	110	24.8	
4 大腸がん検診	108	29.0	133	30.0	
5 乳がん検診	53	14.2	87	19.6	
6 子宮がん検診	52	13.9	96	21.6	
7 その他	9	2.4	15	3.4	
無回答	3	0.8	5	1.1	
n(回答者数)/構成比(%)の合計		373	198.7	444	213.6

健康づくりと食育についてのアンケート～20歳以上の市民の方～

問48-2 健診の結果はどうでしたか。

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 特に異常はなかった	278	74.5	326	73.4
2 何らかの異常があった	81	21.7	85	19.1
3 わからない	6	1.6	15	3.4
無回答	8	2.1	18	4.1
n(回答者数)/構成比(%)の合計				
	373	100.0	444	100.0

問48-3 健診を受けていない理由は何ですか。

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 受けたいと思うが、機会がない	34	28.8	57	28.4
2 結果が不安で受けたくない	10	8.5	10	5.0
3 忙しくて時間がとれない	23	19.5	46	22.9
4 健診場所が遠い	7	5.9	6	3.0
5 費用がかかる	18	15.3	28	13.9
6 受ける必要はないと思う	4	3.4	8	4.0
7 心配な時はいつでも病院などで診てもらえる	32	27.1	45	22.4
8 病気の治療をしている	16	13.6	33	16.4
9 面倒だから	21	17.8	21	10.4
10 知らなかった	3	2.5	2	1.0
11 その他	13	11.0	16	8.0
無回答	3	2.5	18	9.0
n(回答者数)/構成比(%)の合計				
	118	155.9	201	144.4

問49 近所の方との交流はありますか。

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 よくある	80	16.1	119	18.1
2 ときどきある	167	33.6	257	39.2
3 あまりない	175	35.2	215	32.8
4 まったくない	71	14.3	60	9.1
無回答	4	0.8	5	0.8
n(回答者数)/構成比(%)の合計				
	497	100.0	656	100.0

問50 地域の人たちとのつながりはどれにあてはまりますか。

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 強いほうだ	18	3.6	33	5.0
2 どちらかといえば強いほうだ	95	19.1	143	21.8
3 どちらかといえば弱いほうだ	140	28.2	210	32.0
4 弱いほうだ	137	27.6	135	20.6
5 わからない	73	14.7	93	14.2
6 できればつながりたくない	27	5.4	28	4.3
無回答	7	1.4	14	2.1
n(回答者数)/構成比(%)の合計				
	497	100.0	656	100.0

問51 自治会や藤井寺市等が実施しているイベントなどに参加していますか。

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 積極的に参加している	18	3.6	33	5.0
2 興味あるものに参加している	80	16.1	130	19.8
3 つきあいで参加している	35	7.0	49	7.5
4 あまり参加していない	158	31.8	205	31.3
5 まったく参加していない	200	40.2	226	34.5
無回答	6	1.2	13	2.0
n(回答者数)/構成比(%)の合計				
	497	100.0	656	100.0



健康づくりと食育についてのアンケート～20歳以上の市民の方～

問52 現在、ボランティア活動に参加していますか。

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 よく参加している	21	4.2	21	3.2
2 ときどき参加している	25	5.0	51	7.8
3 ほとんど参加しない	61	12.3	70	10.7
4 参加したことがない	310	62.4	388	59.1
5 以前はしていたが今はしていない	46	9.3	52	7.9
6 参加したことはないが、今後参加したい	29	5.8	61	9.3
無回答	5	1.0	13	2.0
n(回答者数)/構成比(%)の合計				
	497	100.0	656	100.0

問53 市民一人ひとりの健康づくりや食育を進めるために、藤井寺市はどのような取組に力を入れるべきだと思いますか。

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 広報紙やホームページなどで、健康づくりや食育に関する情報を提供する	196	39.4	232	35.4
2 健康づくりや食育に関する講習会、相談会などを開催する	84	16.9	109	16.6
3 がん検診などを充実し、受診機会を増やす	210	42.3	232	35.4
4 健康づくりや食育のために活動する人やサークルなどを育成する	61	12.3	89	13.6
5 健康づくりや食育のための施設や運動機器などを充実させる	136	27.4	206	31.4
6 歩きやすい安全な道や身近に利用できる公園など生活環境を整える	292	58.8	348	53.0
7 その他	28	5.6	23	3.5
無回答	44	8.9	88	13.4
n(回答者数)/構成比(%)の合計				
	497	211.6	656	202.3

問54 このたびの新型コロナウイルス感染症の感染拡大にあたって、日々の暮らしの中で何か変わったことがありましたか。

	今回調査		前回調査	
	実数	%	実数	%
1 外出を控えたり、閉じこもりがちになった	245	49.3		
2 体力が低下した	123	24.7		
3 気持ちが落ち込むことが多くなった	74	14.9		
4 親子や夫婦間でぎくしゃくするなどの家庭内の問題が生じた	18	3.6		
5 運動する機会が減った	109	21.9		
6 間食が増えた	65	13.1		
7 アルコール(お酒)を飲むことが増えた	25	5.0		
8 たばこを吸う量が増えた	19	3.8		
9 体重が増えた	98	19.7		
10 生活リズムが不規則になった	32	6.4		
11 その他	15	3.0		
12 特に変わったことはない	140	28.2		
無回答	16	3.2		
n(回答者数)/構成比(%)の合計				
	497	196.8		