

健康・食育・歯科に関するアンケート
調査結果報告書

令和6年

酒々井町

目次

I	調査の概要	1
1.	調査の目的	1
2.	調査の対象	1
3.	調査期間	1
4.	調査方法	1
5.	有効回答件数	1
6.	数値等に係る基本的な考え方	1
II	18歳以上の調査結果	2
1.	回答者について	2
2.	健康状態・身体状況について	5
3.	喫煙について	19
4.	飲酒について	25
5.	食生活について	28
6.	睡眠・ストレスについて	41
7.	歯の健康について	50
8.	日常生活について	62
III	小学生・中学生の調査結果	67
1.	回答者について	67
2.	ふだんの生活や健康について	68
3.	運動について	77
4.	食生活について	83
5.	歯の健康について	90
6.	たばこやお酒について	103
7.	こころの健康について	108
8.	地域での関わりについて	112
IV	調査結果のまとめ	116
1.	18歳以上	116
2.	小学4年生・中学1年生	119
V	調査票	122

I 調査の概要

1. 調査の目的

このアンケート調査は、町民の生活習慣や健康づくりに対する意識や関心、日ごろの生活等を把握し、「酒々井健康プラン」の中間評価を含む健康づくり関連計画の推進のための基礎資料とするため実施しました。

2. 調査の対象

- ・ 18歳以上の町民 …………… 1,000名
- ・ 小学4年生 …………… 129名
- ・ 中学1年生 …………… 146名

3. 調査期間

令和6年2月28日から令和6年3月25日まで

4. 調査方法

- ・ 18歳以上の町民 …………… 郵送配布、郵送回収
- ・ 小学4年生・中学1年生 …………… 学校配布、郵送回収

5. 有効回答件数

- ・ 18歳以上の町民 …………… 358件（有効回収率35.8%）
- ・ 小学4年生 …………… 125件（有効回収率96.9%）
- ・ 中学1年生 …………… 129件（有効回収率88.4%）

6. 数値等に係る基本的な考え方

- （1）回答は各質問の回答者数（n）を基数とした百分率（%）で示してあります。また、小数点以下第2位を四捨五入しているため、内訳の合計が（100.0%）にならない場合があります。
- （2）複数回答が可能な設問の場合、回答者が全体に対してどのくらいの比率であるかという見方になるため、回答比率の合計が（100.0%）を超える場合があります。
- （3）クロス集計の場合、無回答が含まれないため、クロス集計の有効回答数の合計と単純集計（全体）の有効回答数が合致しないことがあります。
- （4）調査結果を図表にて表示していますが、グラフ以外の表は、最も高い割合のものを太字・斜体で強調しています。（無回答・その他・特になし等を除く）
- （5）グラフ中の選択肢で回答がなかった場合、見やすさを優先して（0.0%）表記を省略しています。

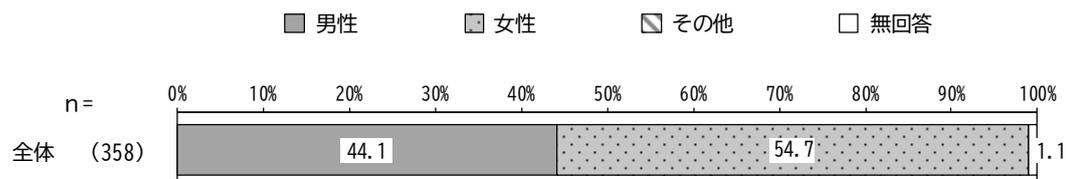
Ⅱ 18歳以上の調査結果

1. 回答者について

(1) 性別

問1 あなたの性別をお答えください。(○は1つ)

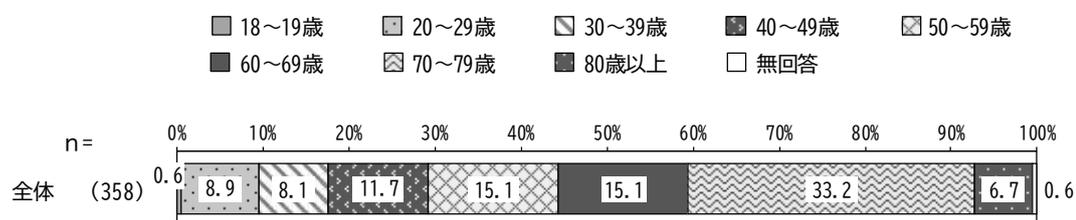
回答者の性別は、「男性」が(44.1%)、「女性」が(54.7%)となっており、「その他」の回答はありませんでした。



(2) 年齢

問2 あなたの年齢をお答えください。(○は1つ)

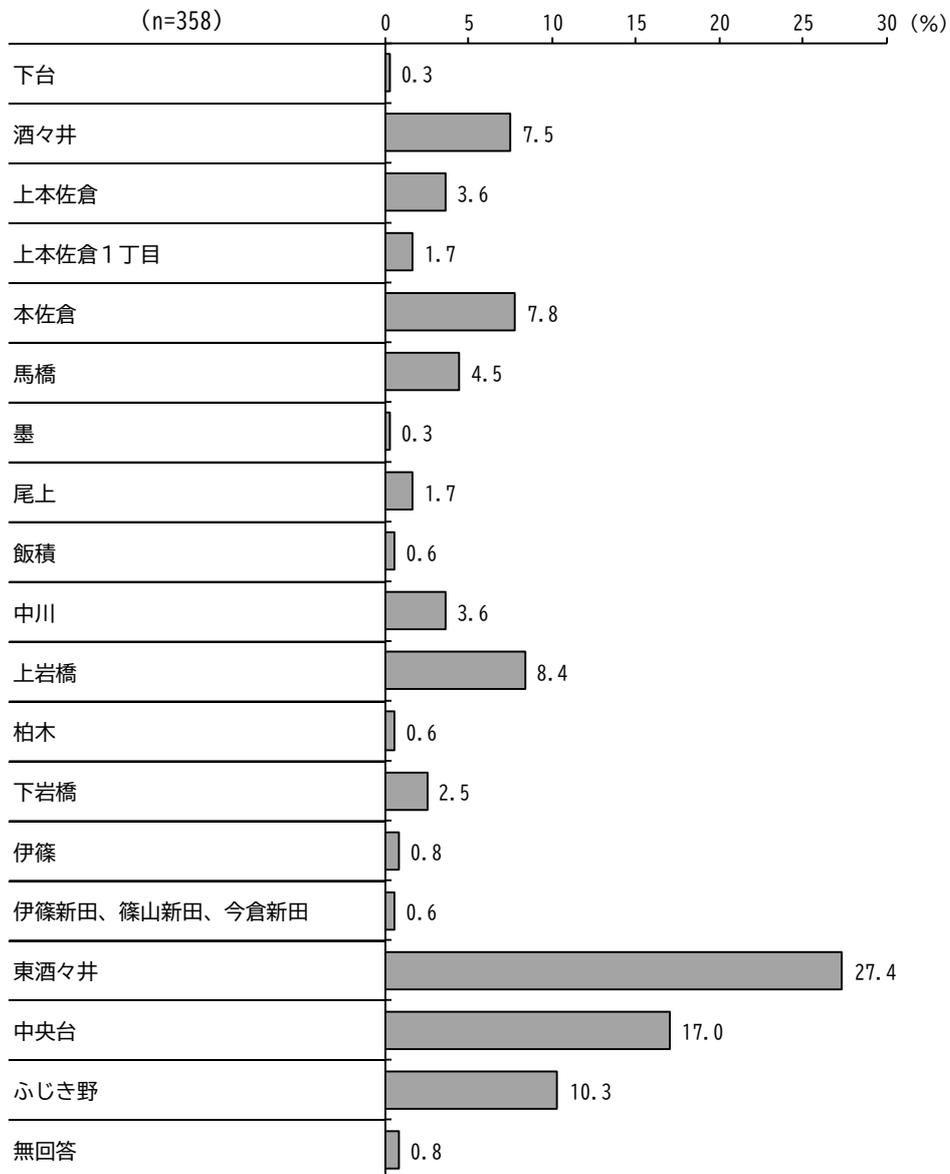
回答者の年齢は、「70～79歳」が(33.2%)と3割を超えて最も高く、「40～49歳」、「50～59歳」、「60～69歳」にかけて1割台となっており、それ以外の年齢は1割よりも少ないです。



(3) 居住地区

問3 あなたのお住まいの地区はどこですか。(○は1つ)

回答者の居住地区は、「東酒々井」が(27.4%)と2割半ばを超えて最も高く、次いで「中央台」(17.0%)、「ふじき野」(10.3%)が1割台で続いています。

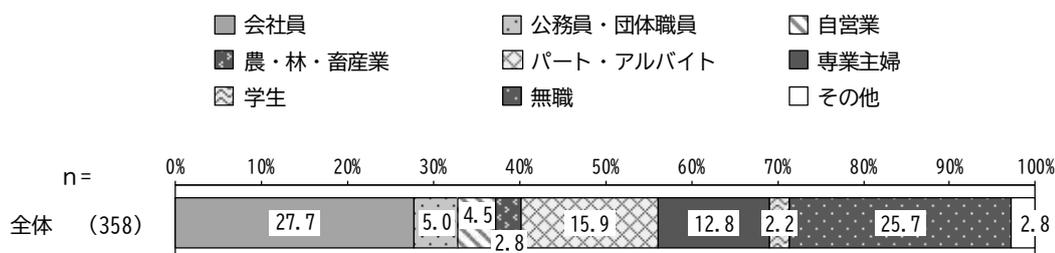


II 18歳以上の調査結果

(4) 職業

問4 あなたのご職業は何ですか。2つ以上ご職業をお持ちの場合は、収入が多い方をお答えください。(〇は1つ)

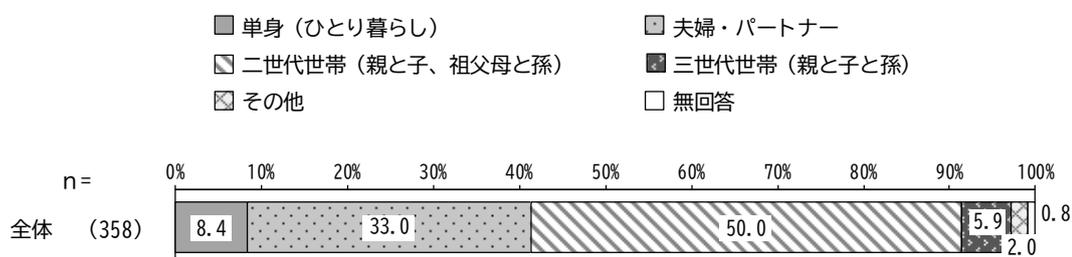
回答者の職業は、「会社員」が(27.7%)、「無職」が(25.7%)と2割半ばを超えて高く、次いで「パート・アルバイト」(15.9%)、「専業主婦」(12.8%)が1割台で続いています。



(5) 家族構成

問5 あなたの家族構成はどのようになっていますか。(〇は1つ)

回答者の家族構成は、「二世世代世帯(親と子、祖父母と孫)」が(50.0%)と5割を占めて最も高く、次いで「夫婦・パートナー」(33.0%)、「単身(ひとり暮らし)」(8.4%)が続いています。

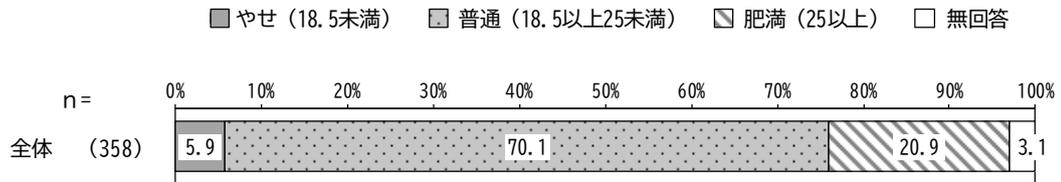


2. 健康状態・身体状況について

(1) BMI

問6 あなたの身長と体重をご記入ください。

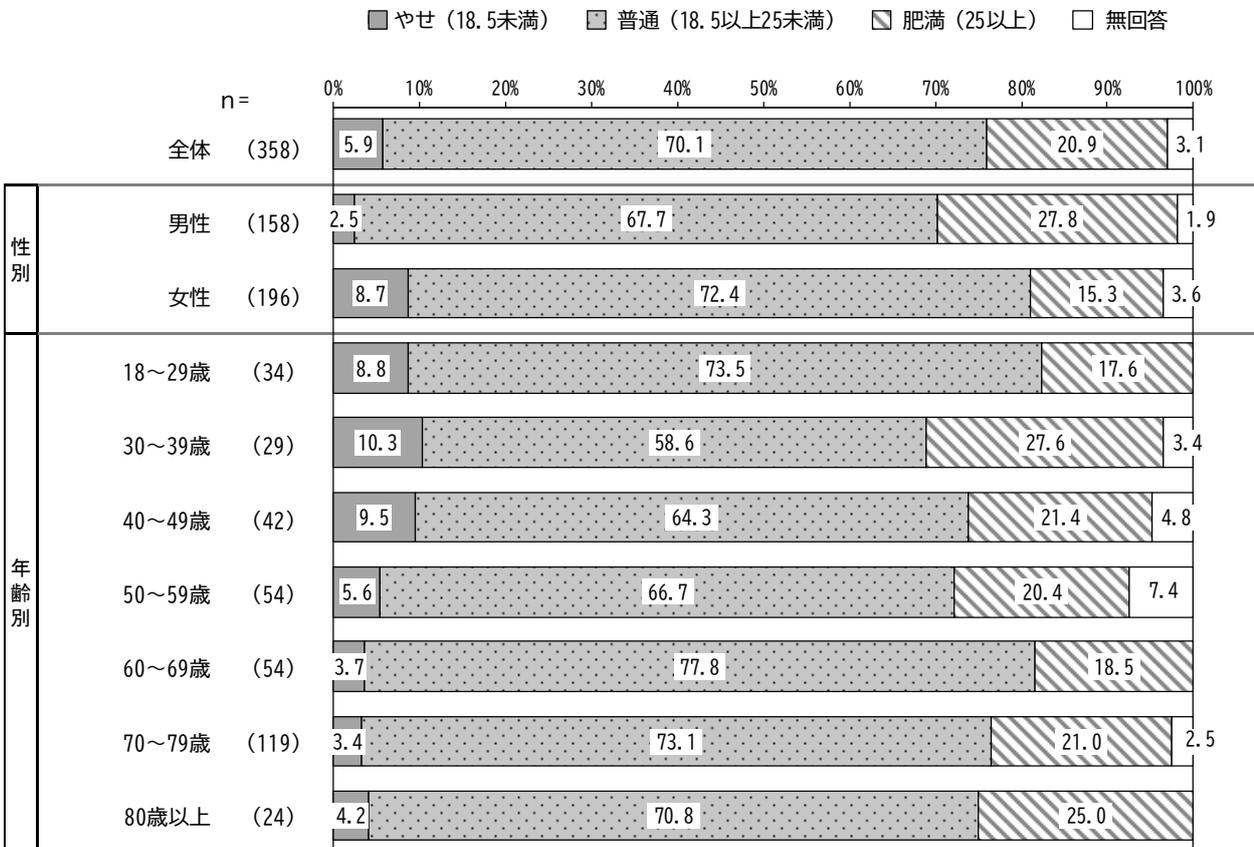
回答者の身長と体重から算出したBMIは、「普通（18.5以上25未満）」が（70.1%）と7割を占めており、「肥満（25以上）」が（20.9%）と2割を超えています。また、「やせ（18.5未満）」は（5.9%）となっています。



【性別・年齢別】

性別で見ると、「肥満（25以上）」は男性が女性を10ポイント以上上回っています。反対に「やせ（18.5未満）」は女性が（8.7%）と男性よりも高くなっています。

年齢別で見ると、50歳未満のいずれの年齢でも、「やせ（18.5未満）」が1割前後を占めています。「肥満（25以上）」はいずれの年齢でも2割前後を占めており、特に〔30～39歳〕で（27.6%）と、他の年齢よりも高くなっています。

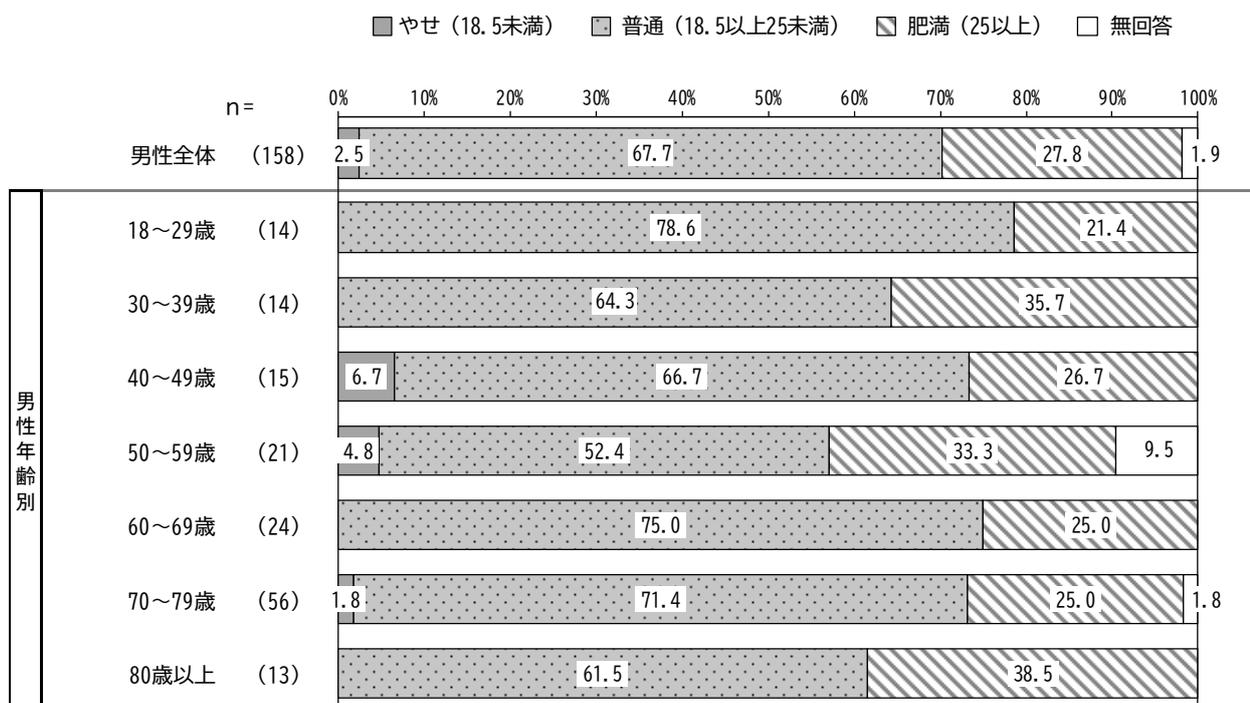


II 18歳以上の調査結果

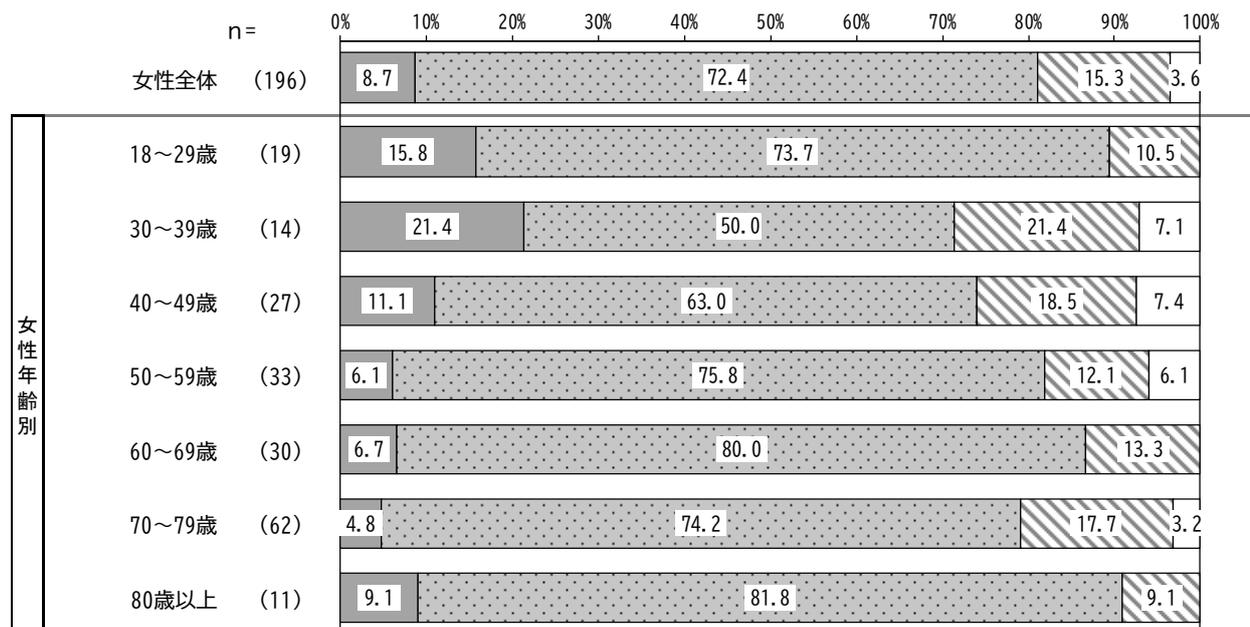
【性年齢別】

性年齢別でみると、「やせ（18.5未満）」の割合はいずれの年齢でも《女性》が《男性》を上回っており、特に《女性》の〔30～39歳〕で（21.4%）と2割を超えて高く、〔18～29歳〕と〔40～49歳〕も1割を超えています。一方、「肥満（25以上）」の割合はいずれの年齢でも《男性》が《女性》を上回っており、特に《男性》の〔30～39歳〕、〔50～59歳〕、〔80歳以上〕で3割を超えて高くなっています。

《男性》



《女性》

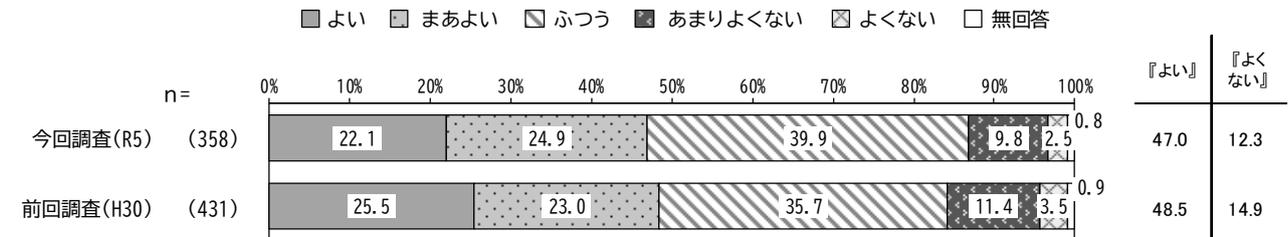


(2) 健康状態

問7 現在、あなたの健康状態はいかがですか。(○は1つ)

自身の健康状態をどう思うかについては、「よい」(22.1%)と「まあよい」(24.9%)を合わせた『よい』が(47.0%)と4割半ばを超えており、「あまりよくない」(9.8%)と「よくない」(2.5%)を合わせた『よくない』(12.3%)を34.7ポイント上回っています。

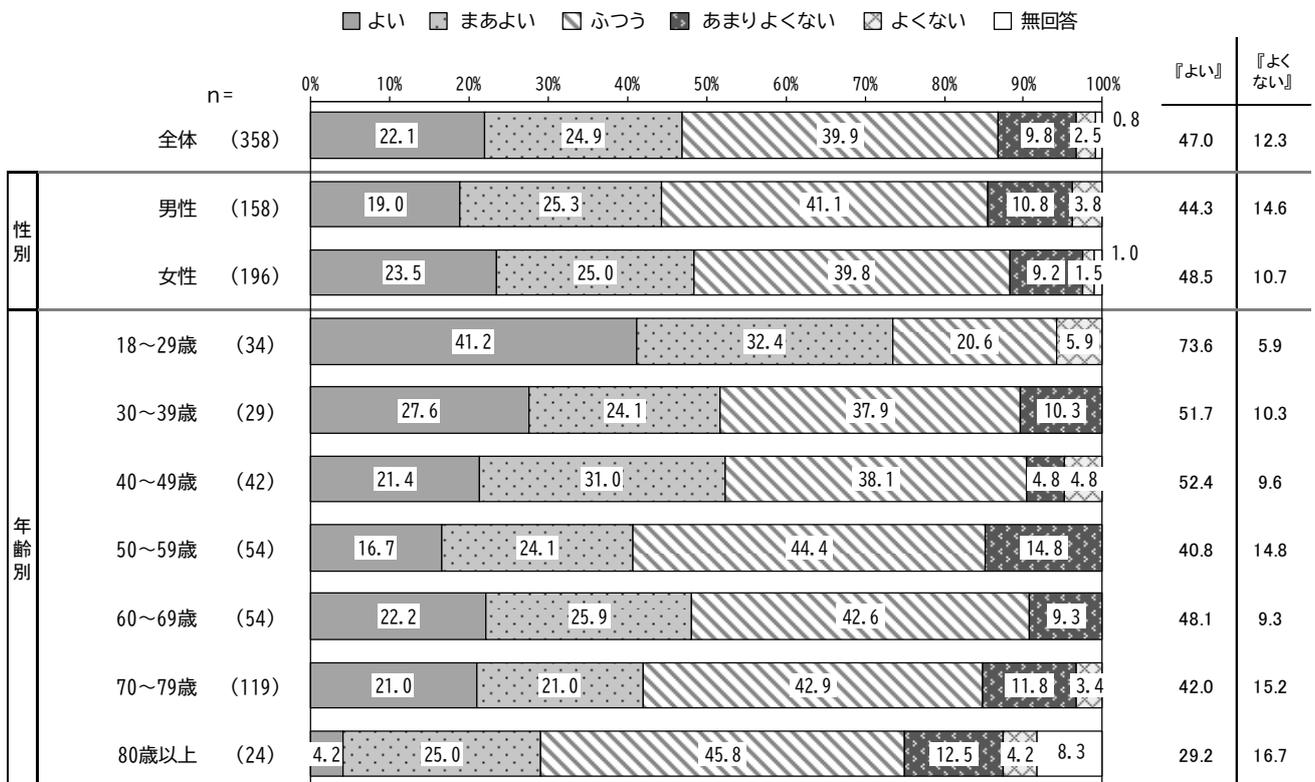
前回調査と比較すると、「普通」が4.2ポイント上がっています。



【性別・年齢別】

性別でみると、『よい』は男女ともに4割を超えています。『よくない』は、〔男性〕が(14.6%)と、〔女性〕(10.7%)を上回っています。

年齢別でみると、『よい』は50歳未満の年齢で5割を超えており、特に〔18～29歳〕では7割を超えて他の年齢よりも高くなっています。



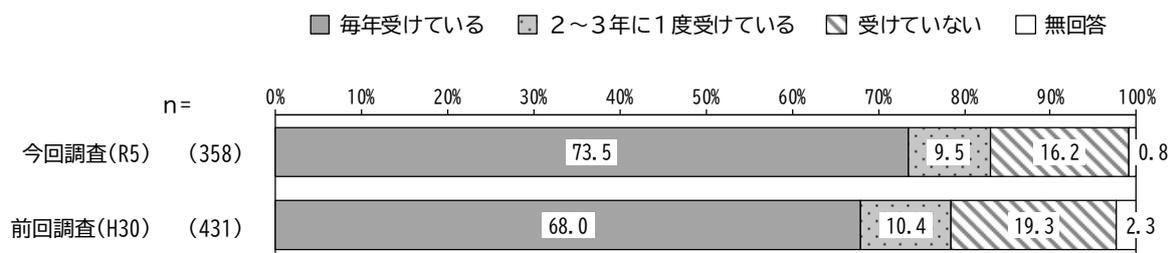
II 18歳以上の調査結果

(3) 健康診断の受診状況

問8 あなたは健康診断を受けていますか(がん検診は除きます)。(〇は1つ)

定期的に健康診断や検診を受けているかについては、「毎年受けている」が(73.5%)と7割を超えており、「2～3年に1度受けている」(9.5%)を合わせると8割以上が1～3年に1度は健康診断を受けています。一方、「受けていない」は(16.2%)と1割半ばを超えています。

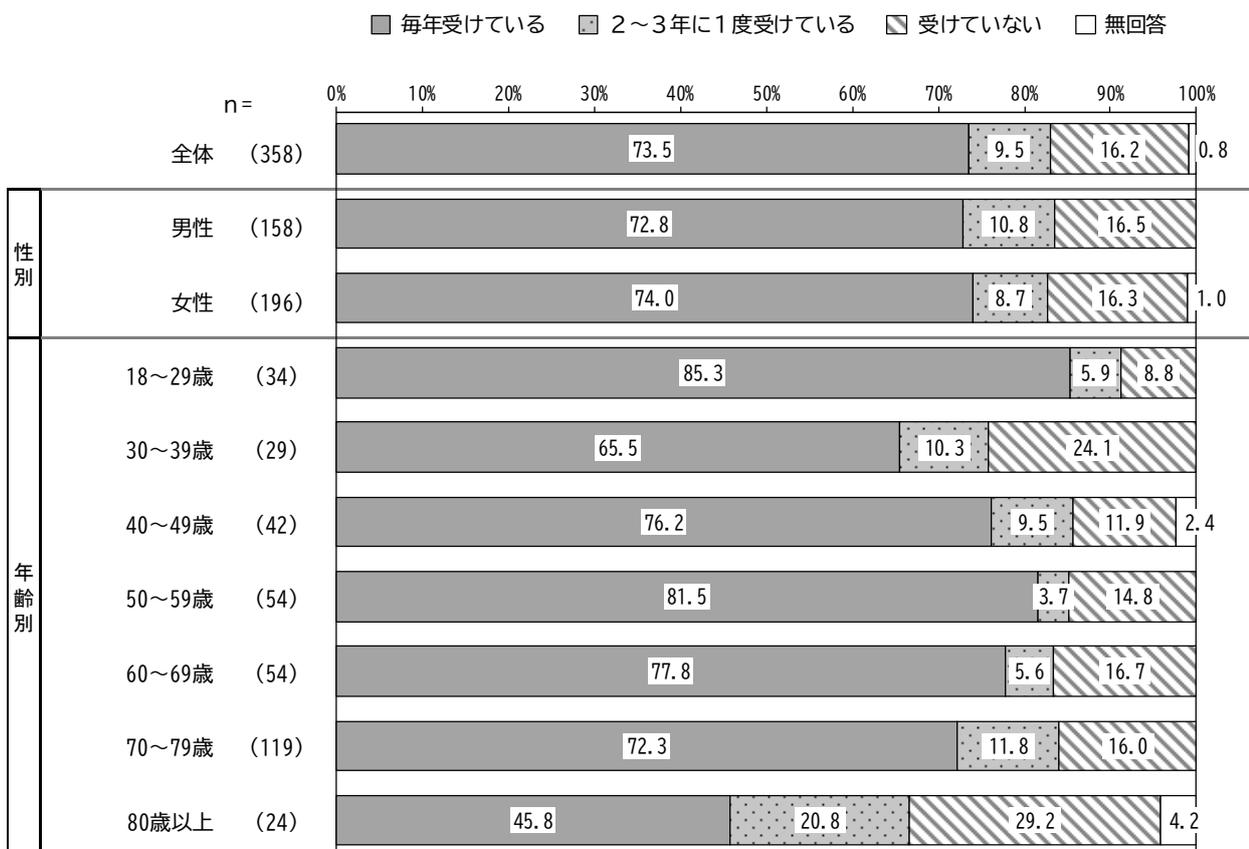
前回調査と比較すると、「毎年受けている」割合が5.5ポイント上がっています。



【性別・年齢別】

性別でみると、男女であまり差はありません。

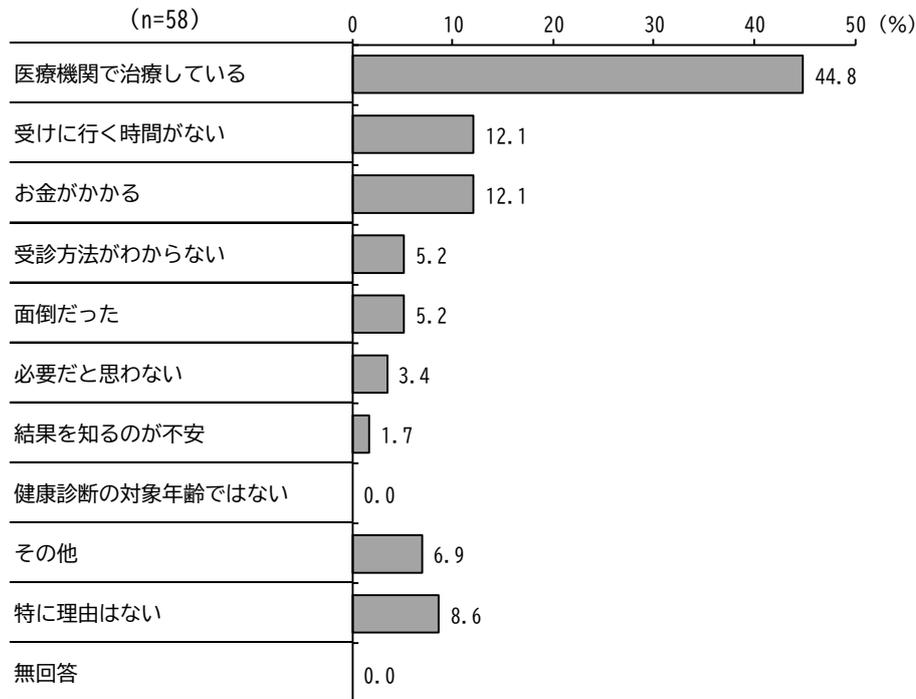
年齢別でみると、「受けていない」割合は、〔30～39歳〕で(24.1%)、〔80歳以上〕で(29.2%)と2割を超えて高くなっています。



(4) 健康診断を受診していない理由

【問8で「受けていない」とお答えの方にお聞きします。
問8-1 受けていない理由をお答えください。(○は1つ)

健康診断や検診を受けていない理由は、「医療機関で治療している」が(44.8%)と4割半ばで最も高く、次いで「受けに行く時間がない」と「お金がかかる」が(12.1%)と1割を超えて続いています。



【性別・年齢別】

性別でみると、男女ともに「医療機関で治療している」が4割を超えて最も高くなっています。年齢別は回答数(n)が少ないので、コメントはしません。

	n	必要だと思わない	受けに行く時間がない	受診方法がわからない	結果を知るのが不安	お金がかかる	医療機関で治療している	面倒だった	健康診断の対象年齢ではない	その他	特に理由はない	無回答	
(単位:%)													
全体	(58)	3.4	12.1	5.2	1.7	12.1	44.8	5.2	0.0	6.9	8.6	0.0	
性別	男性	(26)	0.0	19.2	3.8	3.8	15.4	42.3	0.0	7.7	7.7	0.0	
	女性	(32)	6.3	6.3	6.3	0.0	9.4	46.9	9.4	6.3	9.4	0.0	
年齢別	18~29歳	(3)	0.0	0.0	33.3	0.0	33.3	0.0	0.0	0.0	33.3	0.0	
	30~39歳	(7)	0.0	14.3	14.3	0.0	14.3	14.3	0.0	28.6	0.0	0.0	
	40~49歳	(5)	0.0	40.0	0.0	0.0	0.0	20.0	0.0	0.0	40.0	0.0	
	50~59歳	(8)	0.0	25.0	12.5	0.0	37.5	25.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
	60~69歳	(9)	0.0	0.0	0.0	0.0	22.2	44.4	22.2	0.0	0.0	11.1	0.0
	70~79歳	(19)	10.5	10.5	0.0	5.3	0.0	57.9	0.0	0.0	10.5	5.3	0.0
	80歳以上	(7)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

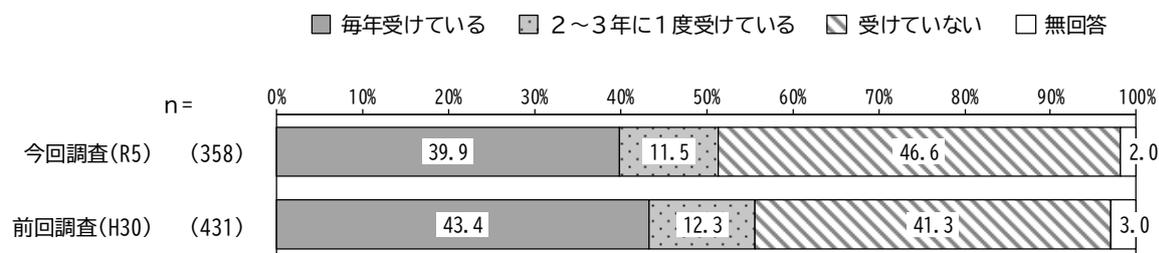
II 18歳以上の調査結果

(5) がん検診の受診状況

問9 あなたはがん検診を受けていますか。(○は1つ)

定期的ながん検診を受けているかについては、「毎年受けている」が(39.9%)と4割を占めており、「2～3年に1度受けている」(11.5%)を合わせると5割以上が1～3年に1度はがん検診を受けています。一方、「受けていない」は(46.6%)と4割半ばを超えています。

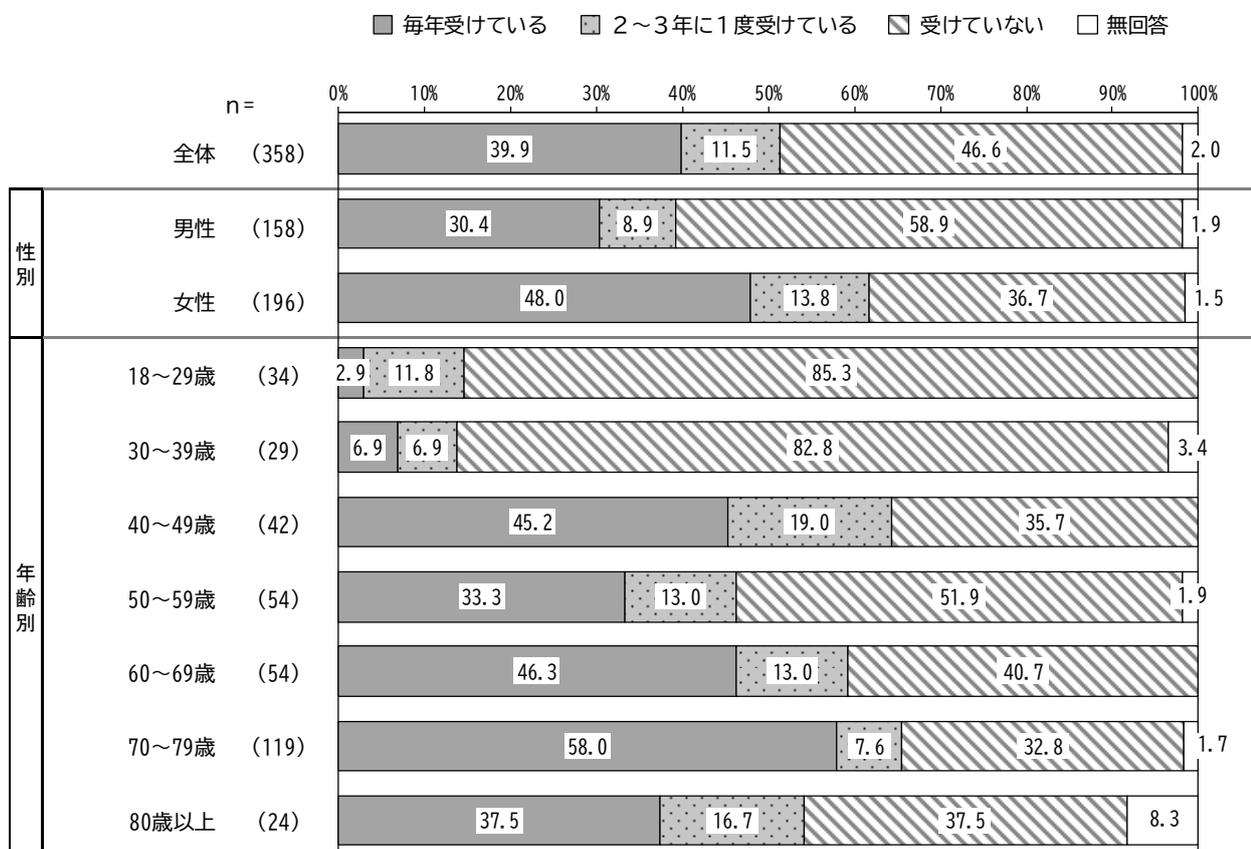
前回調査と比較すると、「受けていない」割合が5.3ポイント高くなっています。



【性別・年齢別】

性別で見ると、「毎年受けている」は〔女性〕が(48.0%)と4割半ばを超えており、〔男性〕(30.4%)を17.6ポイント上回っています。反対に、「受けていない」は〔男性〕が(58.9%)と6割近くで、〔女性〕(36.7%)を22.2ポイント上回っています。

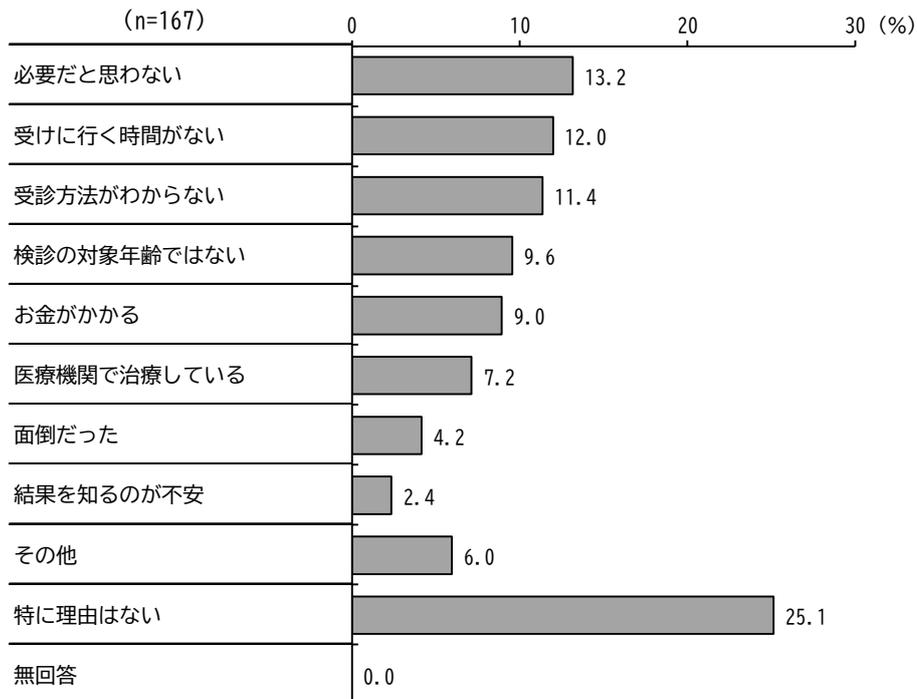
年齢別で見ると、「毎年受けている」は、40歳以上の年齢で3割を超えており、特に〔70～79歳〕で6割近くを占めています。一方、「受けていない」は40歳未満の年齢で8割を超えており、特に〔50～59歳〕では5割を超えて最も高くなっています。



(6) がん検診を受診していない理由

【問9で「受けていない」とお答えの方にお聞きします。
問9-1 受けていない理由をお答えください。(○は1つ)

がん検診を受けていない理由は、「特に理由はない」が(25.1%)と2割半ばで最も高く、次いで「必要だと思わない」(13.2%)、「受けに行く時間がない」(12.0%)、「受診方法がわからない」(11.4%)が続いています。



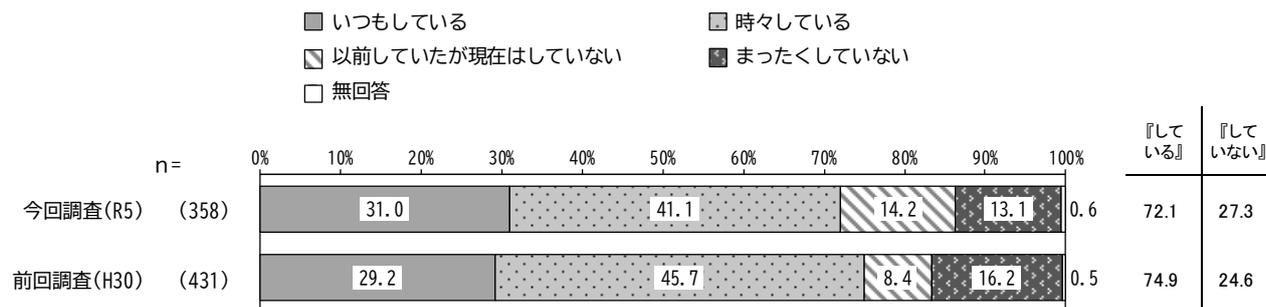
II 18歳以上の調査結果

(7) 日常生活での運動状況

問 10 健康の維持・増進のために、日常生活の中で、意識的に体を動かしたり、運動をしたりしていますか。(○は1つ)

ふだん健康のために意識して体を動かしているかについては、「いつもしている」(31.0%)と「時々している」(41.1%)を合わせた運動を『している』が(72.1%)と7割を超えており、「以前していたが現在はしていない」(14.2%)と「まったくしていない」(13.1%)を合わせた『していない』(27.3%)を44.8ポイント上回っています。

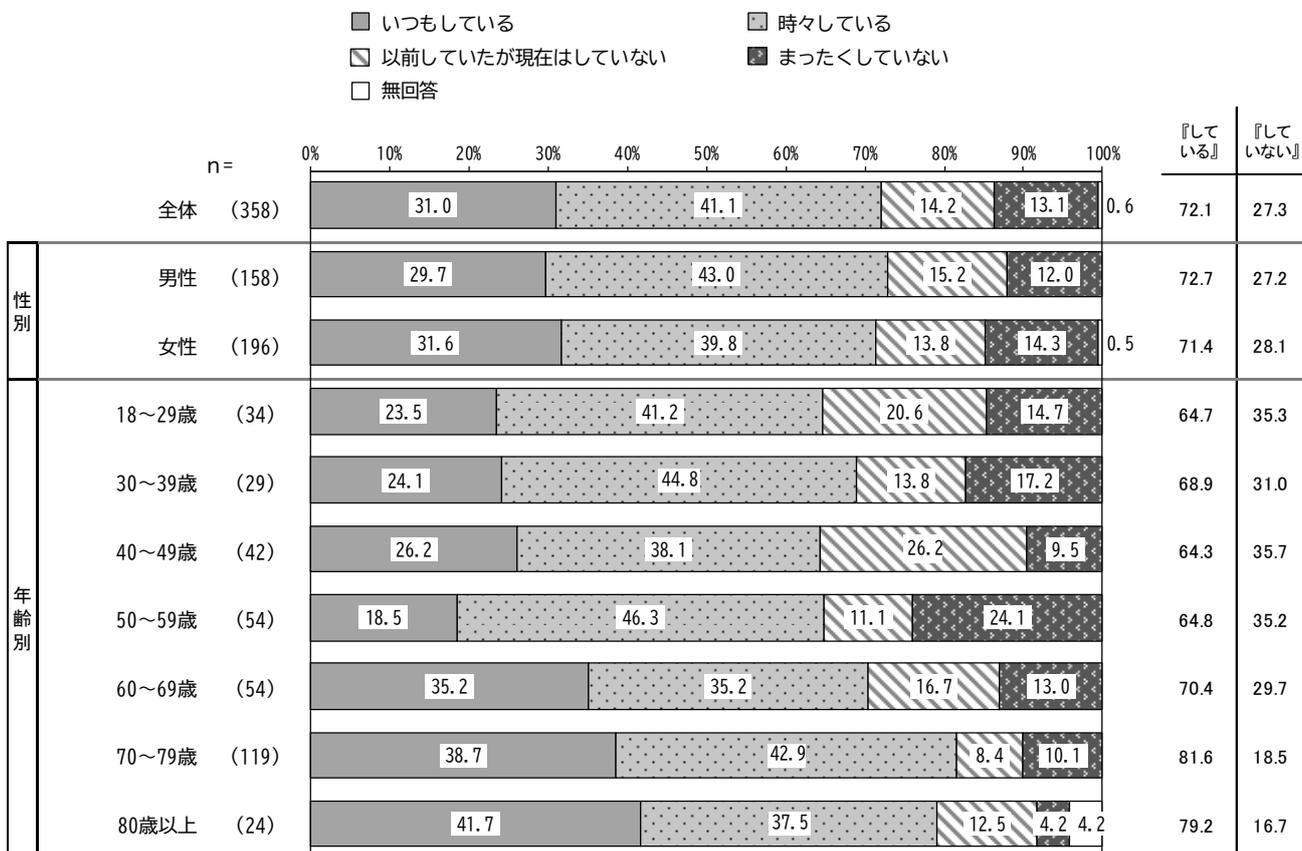
前回調査と比較すると、「以前していたが現在はしていない」が5.8ポイント上がっていますが、「まったくしていない」は3.1ポイント下がっています。



【性別・年齢別】

性別で見ると、男女ともにあまり差はありません。

年齢別で見ると、『している』は〔60～69歳〕で7割を超えており、70歳以上の年齢では8割前後を占めて高くなっています。「以前していたが現在はしていない」は〔40～49歳〕(26.2%)、「まったくしていない」は〔50～59歳〕(24.1%)が2割半ば前後で、他の年齢よりも高くなっています。

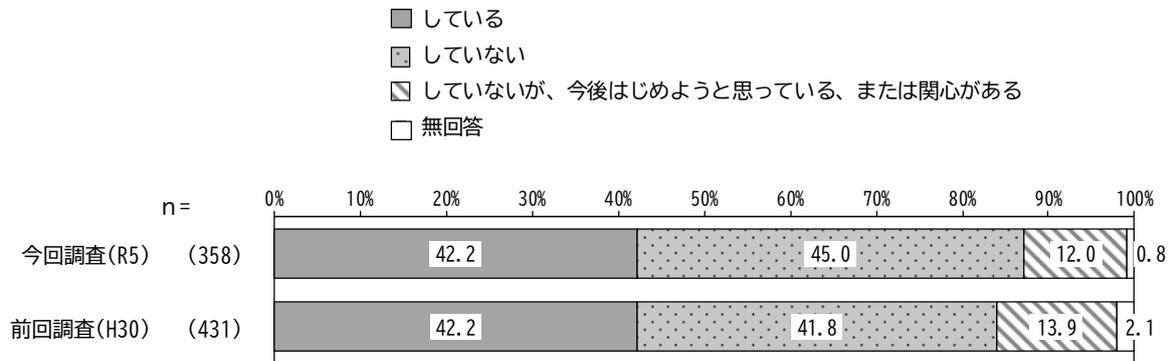


(8) 1回30分以上の運動状況

問11 現在、1回30分以上の運動を、週2回以上していますか。(○は1つ)

1回30分以上の運動を週2回以上しているかについては、「している」が(42.2%)、「していない」が(45.0%)と、「していないが、今後はじめようと思っている、または関心がある」が(12.0%)となっています。

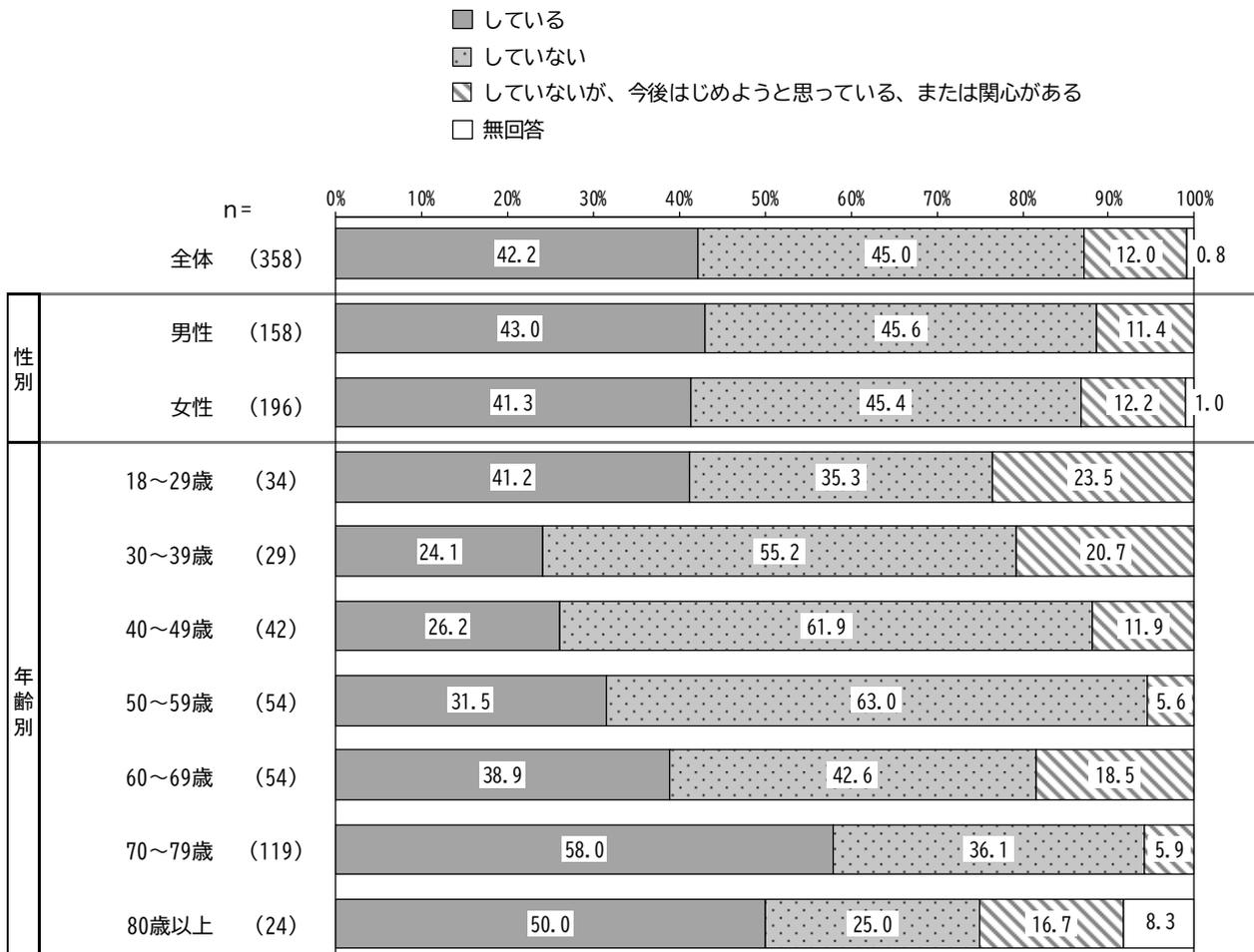
前回調査と比較すると、「している」割合に変化はありません。



【性別・年齢別】

性別でみると、男女ともにあまり差はありません。

年齢別でみると、「している」は70歳以上の年齢で5割以上を占めて高くなっています。40歳未満の年齢では「していないが、今後はじめようと思っている、または関心がある」が2割を超えています。



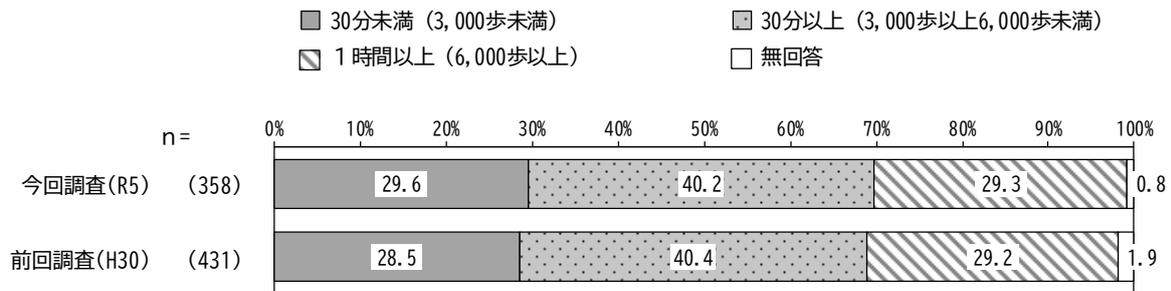
II 18歳以上の調査結果

(9) 1日の歩行時間

問 12 あなたは、1日に何分くらい歩いていますか。(通勤・通学などの移動時の歩行だけではなく、仕事や家事、趣味など日常生活のすべての場面での歩行時間をお答えください。)
(○は1つ)

1日に歩く時間は、「30分以上」が(40.2%)と4割を占めて最も高く、「30分未満」(29.6%)と「1時間以上」(29.3%)がそれぞれ約3割を占めています。

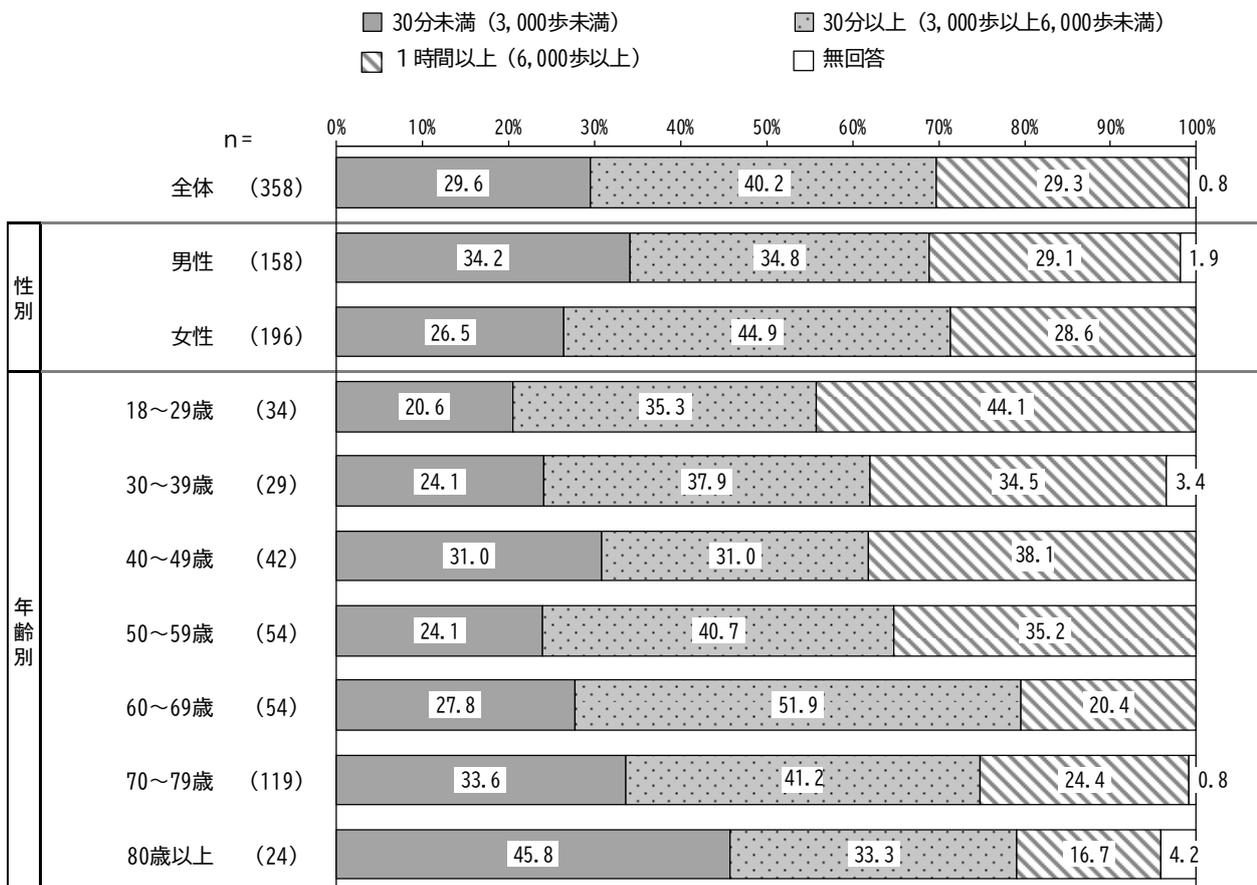
前回調査と比較すると、あまり差はありません。



【性別・年齢別】

性別で見ると、「30分未満」は〔男性〕が〔女性〕を7.7ポイント上回っており、「30分以上」は〔女性〕が〔男性〕を10.1ポイント上回っています。

年齢別で見ると、「1時間以上」の割合は年齢が下がるにつれて高くなる傾向にあり、〔18～29歳〕で(44.1%)と4割を超えて、他の年齢よりも高くなっています。

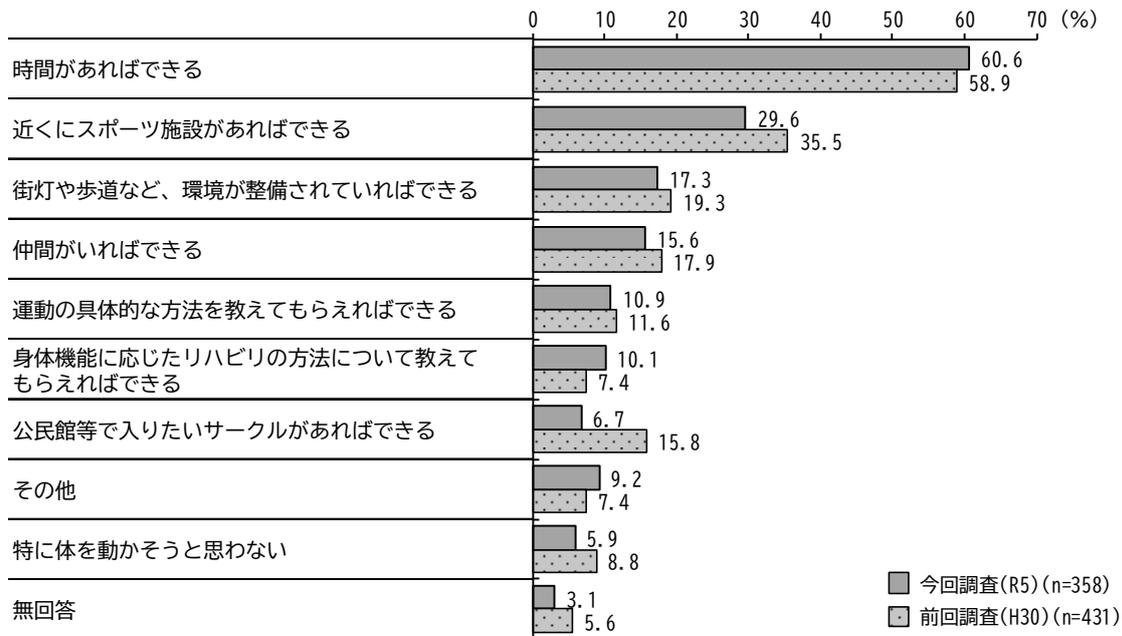


(10) 体を動かすことができる条件

問 13 体を動かすことができる条件は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

体を動かすことができる条件は、「時間があればできる」が(60.6%)と6割に達し最も高く、次いで「近くにスポーツ施設があればできる」(29.6%)、「街灯や歩道など、環境が整備されていればできる」(17.3%)が続いています。

前回調査と比較すると、「公民館等で入りたいサークルがあればできる」が9.1ポイント、「近くにスポーツ施設があればできる」が5.9ポイント下がっています。



【性別・年齢別】

性別で見ると、男女ともに「時間があればできる」が6割で最も高くなっています。

年齢別で見ると、いずれの年齢でも「時間があればできる」が最も高くなっています。40歳未満の年齢では「近くにスポーツ施設があればできる」が4割、「仲間がいればできる」が3割を超えて、他の年齢よりも高くなっています。また、[80歳以上]では、「身体機能に応じたりハビリの方法について教えてもらえばできる」が2割半ばで他の年齢よりも高くなっています。

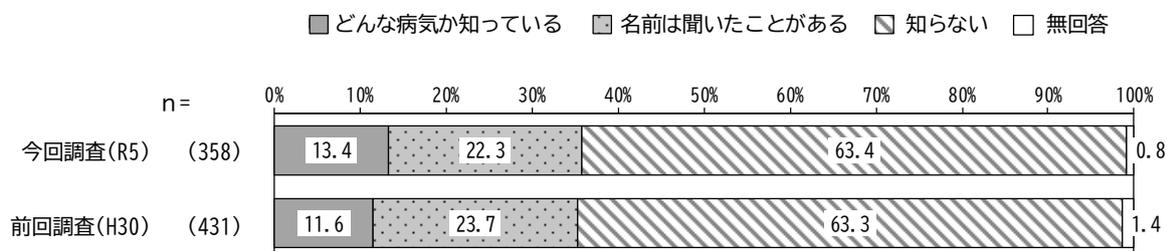
		n	時間があればできる	公民館等で入りたいサークルがあればできる	近くにスポーツ施設があればできる	街灯や歩道など、環境が整備されていればできる	仲間がいればできる	運動の具体的な方法を教えてもらえばできる	身体機能に応じたりハビリの方法について教えてもらえばできる	その他	特に体を動かさそうと思わない	無回答
(単位:%)												
全体		(358)	60.6	6.7	29.6	17.3	15.6	10.9	10.1	9.2	5.9	3.1
性別	男性	(158)	60.1	3.8	29.1	16.5	13.3	7.6	10.1	8.2	9.5	1.3
	女性	(196)	60.7	9.2	29.6	17.3	17.9	13.8	10.2	9.7	3.1	4.6
年齢別	18~29歳	(34)	76.5	0.0	44.1	14.7	35.3	8.8	2.9	8.8	0.0	0.0
	30~39歳	(29)	62.1	10.3	48.3	24.1	31.0	20.7	10.3	6.9	6.9	0.0
	40~49歳	(42)	81.0	4.8	33.3	28.6	14.3	9.5	0.0	0.0	2.4	0.0
	50~59歳	(54)	64.8	1.9	24.1	14.8	14.8	7.4	9.3	5.6	7.4	0.0
	60~69歳	(54)	57.4	5.6	31.5	22.2	3.7	7.4	11.1	7.4	11.1	3.7
	70~79歳	(119)	49.6	10.9	21.8	11.8	14.3	13.4	12.6	13.4	5.9	6.7
	80歳以上	(24)	54.2	8.3	25.0	12.5	8.3	8.3	25.0	20.8	0.0	4.2

II 18歳以上の調査結果

(11) ロコモティブシンドロームの認知状況

問 14 ロコモティブシンドローム(運動器症候群)について知っていますか。(○は1つ)

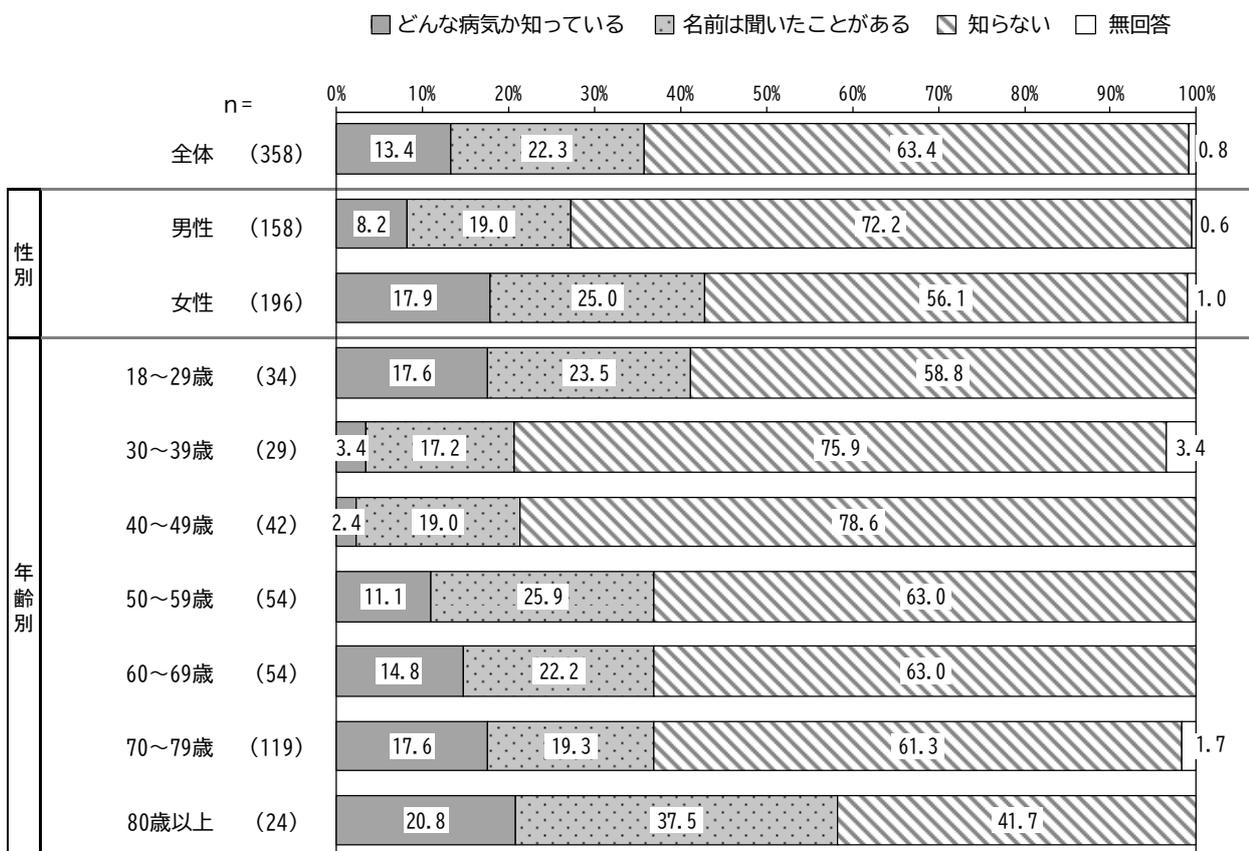
ロコモティブシンドロームの認知状況は、「知らない」が(63.4%)と6割を超えて最も高く、「名前は聞いたことがある」が(22.3%)、「どんな病気か知っている」が(13.4%)となっています。前回調査と比較すると、あまり差はありません。



【性別・年齢別】

性別で見ると、「どんな病気か知っている」と「名前は聞いたことがある」ともに、〔女性〕が〔男性〕を上回っており、特に「どんな病気か知っている」は9.7ポイント上回っています。

年齢別で見ると、「どんな病気か知っている」割合は、30～40歳代で1割を切って、他の年齢よりも低くなっています。

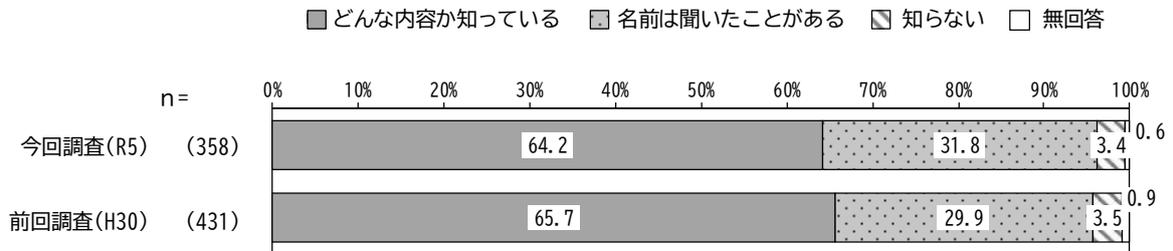


(12) メタボリックシンドロームの認知状況

問 15 メタボリックシンドローム(内臓脂肪型肥満)について知っていますか。(○は1つ)

メタボリックシンドロームの認知状況は、「どんな内容か知っている」が(64.2%)と6割を超えて最も高く、「名前は聞いたことがある」(31.8%)と合わせると、メタボリックシンドロームの認知度は9割半ばを超えています。

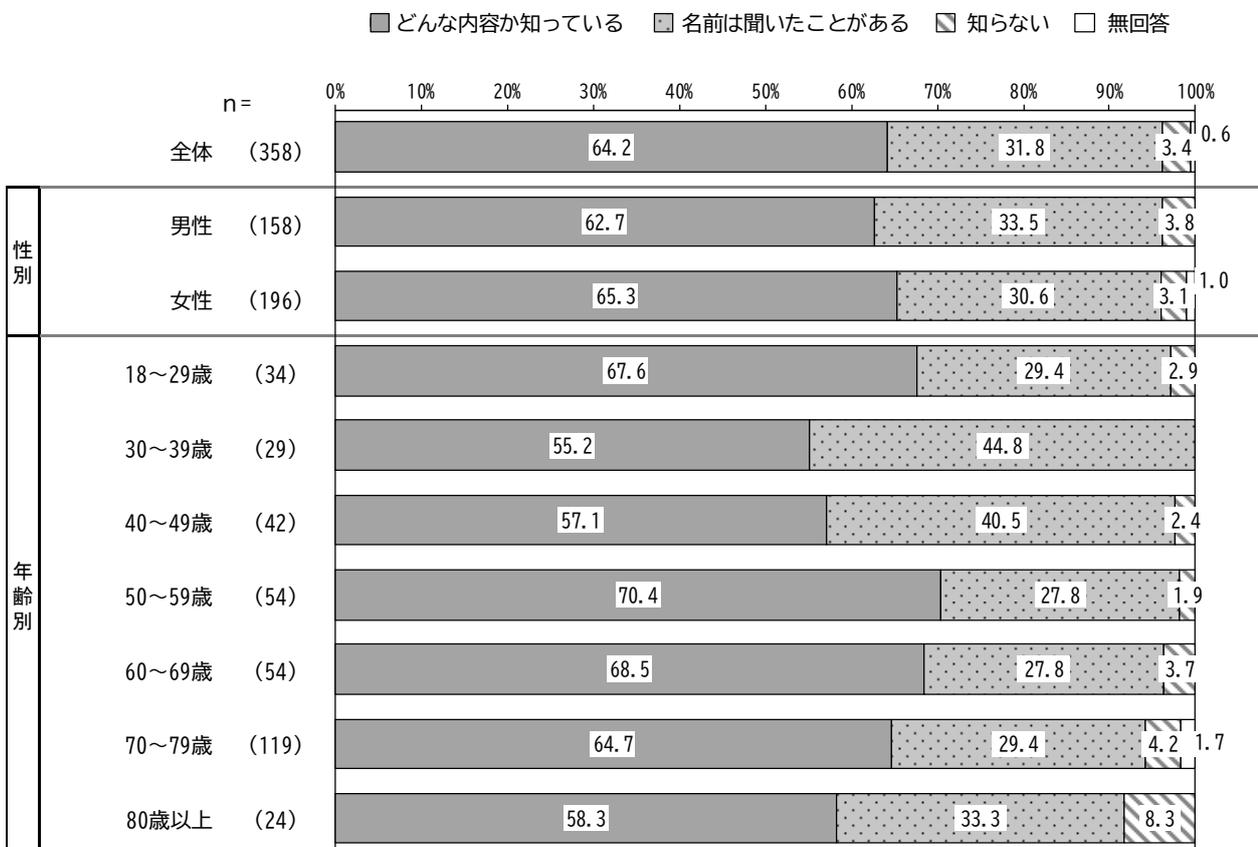
前回調査と比較すると、あまり差はありません。



【性別・年齢別】

性別で見ると、「どんな内容か知っている」は男女ともに6割を超えています。

年齢別で見ると、「どんな内容か知っている」は、いずれの年齢でも5割半ばを超えており、特に〔50～59歳〕では7割を占めています。反対に「知らない」は〔80歳以上〕で(8.3%)と、他の年齢よりも高くなっています。



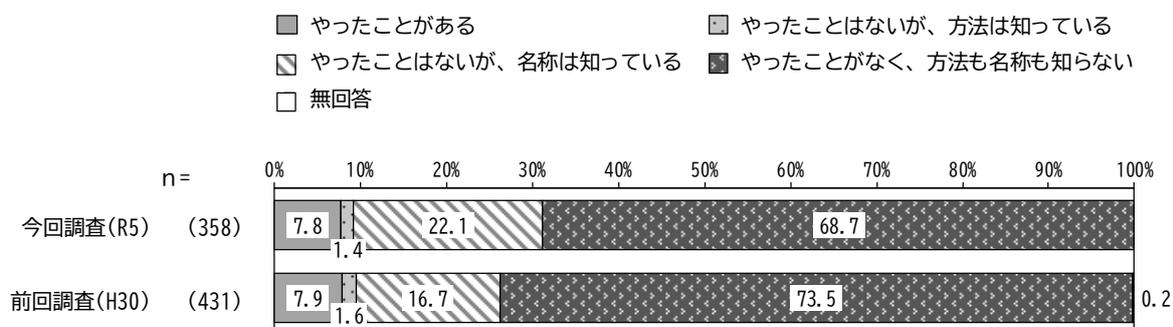
II 18歳以上の調査結果

(13) しすいハート体操の実施状況

問 16 あなたは、しすいハート体操をやったことがありますか。(○は1つ)

しすいハート体操の実施状況は、「やったことがある」が(7.8%)となっています。一方、「やったことがなく、方法も名称も知らない」が(68.7%)と6割半ばを超えて最も高くなっています。

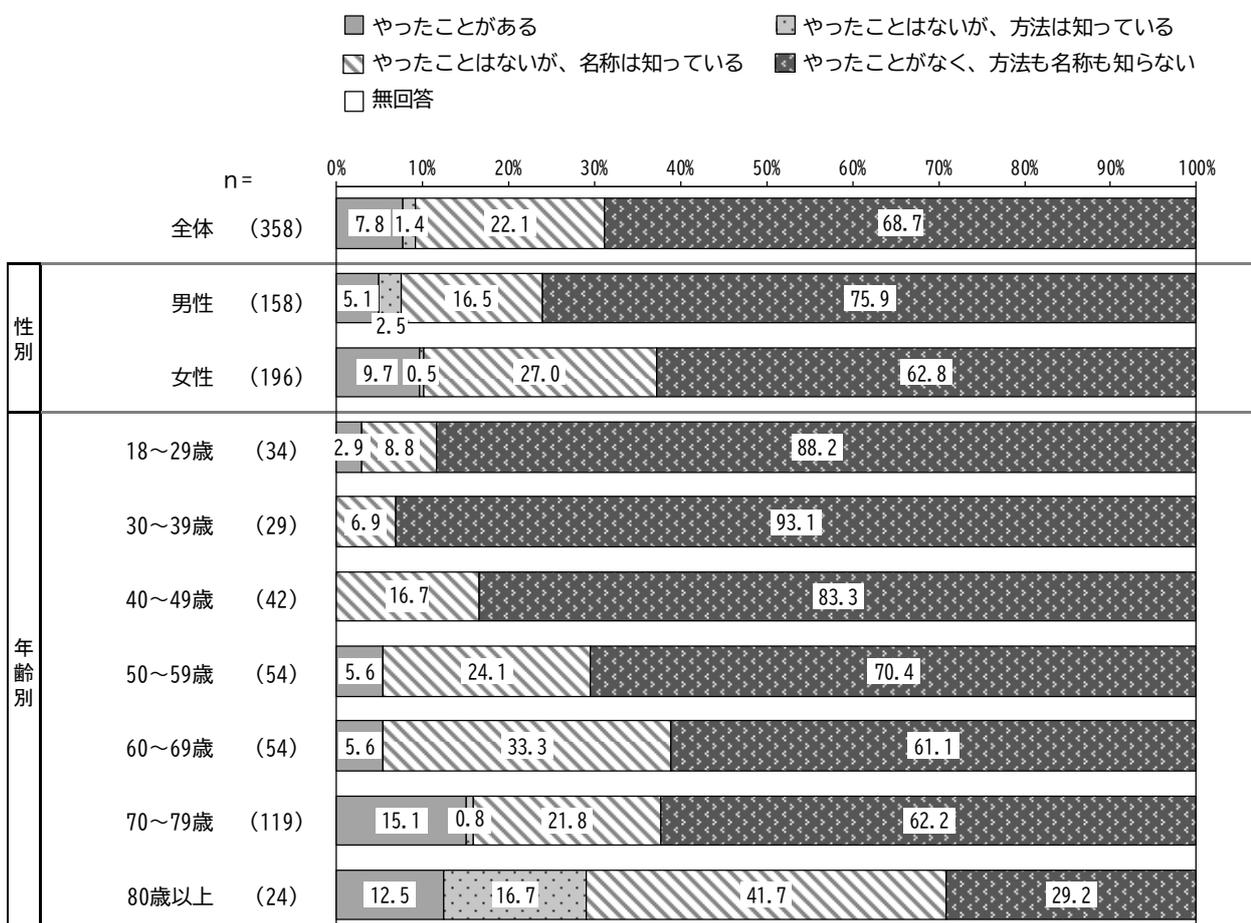
前回調査と比較すると、「やったことはないが、名称は知っている」が5.4ポイント上がっており、しすいハート体操の名称を知っている人が増えています。



【性別・年齢別】

性別でみると、「やったことがある」は〔女性〕が〔男性〕を4.6ポイント上回っており、「やったことはないが、名称は知っている」は〔女性〕が〔男性〕を10.5ポイント上回っています。

年齢別でみると、「やったことがある」は70歳以上の年齢で1割を超えて、他の年齢よりも高くなっています。「やったことがなく、方法も名称も知らない」は年齢が下がるにつれて高くなる傾向にあり、50歳未満の年齢で8割を超えて高く、特に〔30～39歳〕は9割を超えています。



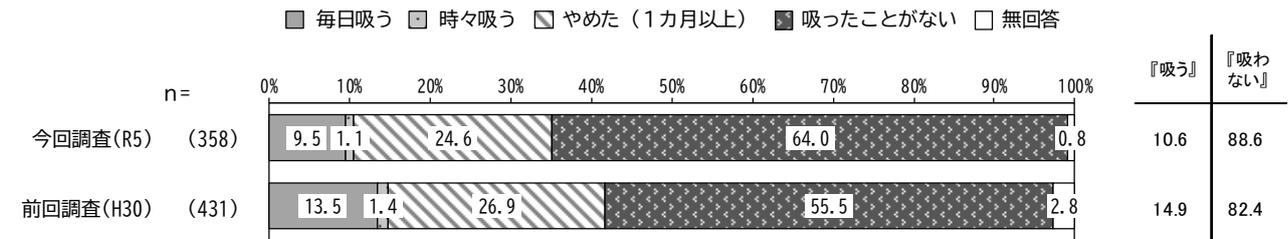
3. 喫煙について

(1) 喫煙の状況

問 17 現在あなたはタバコを吸っていますか。(○は1つ)

喫煙の状況は、「毎日吸う」(9.5%)と「時々吸う」(1.1%)を合わせた『吸う』が(10.6%)と1割を占めており、「やめた(1カ月以上)」(24.6%)と「吸ったことがない」(64.0%)を合わせた『吸わない』(88.6%)は8割半ばを超えています。

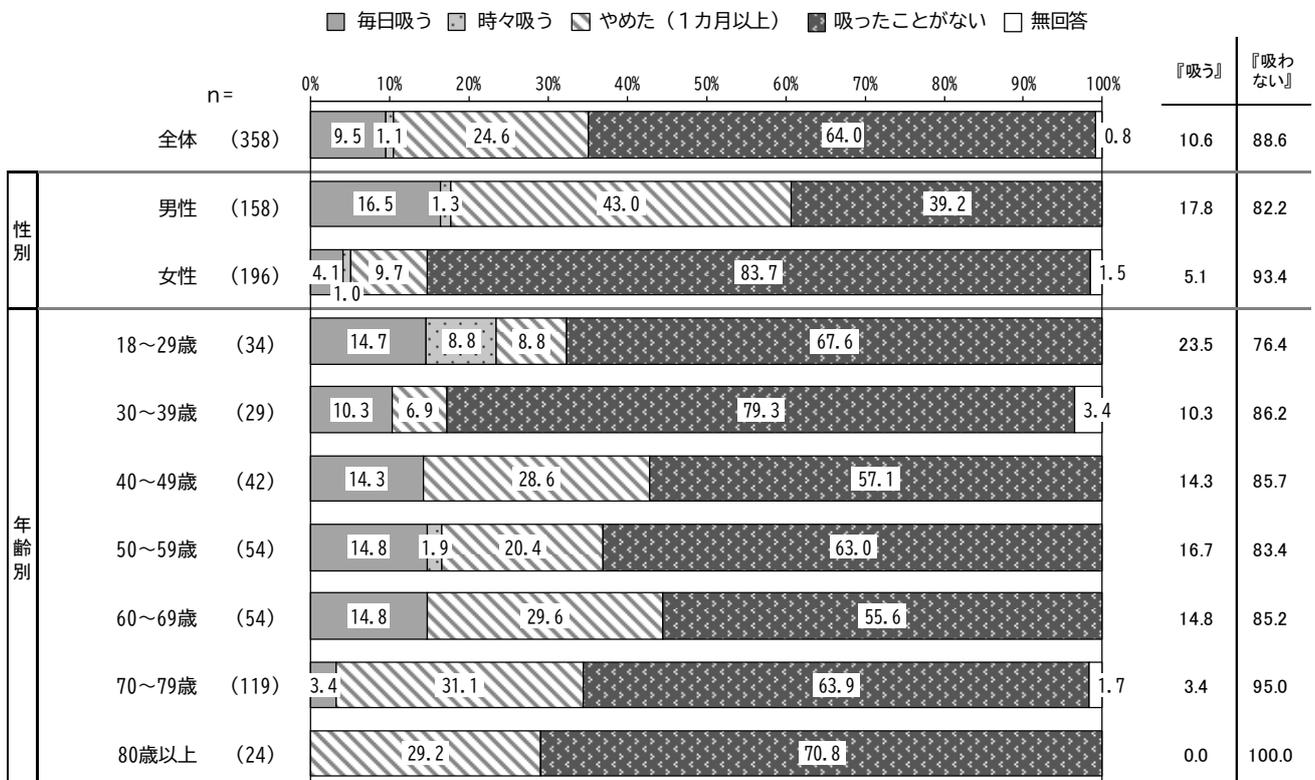
前回調査と比較すると、『吸う』割合が4.3ポイント下がっています。



【性別・年齢別】

性別で見ると、「毎日吸う」は、[男性]が(16.5%)と1割半ばを超えて、[女性](4.1%)を12.4ポイント上回っています。また、[男性]の「やめた(1カ月以上)」割合が4割を超えています。

年齢別で見ると、「毎日吸う」は70歳未満のいずれの年齢でも1割台を占めています。「やめた(1カ月以上)」は40歳以上のいずれの年齢でも2割を超えています。

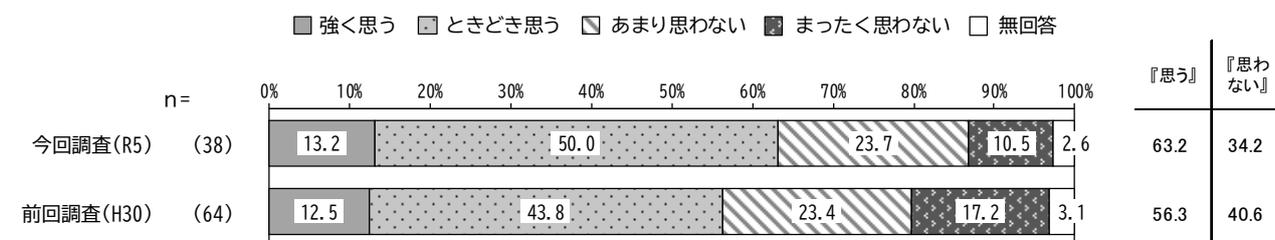


II 18歳以上の調査結果

(2) 禁煙の意向

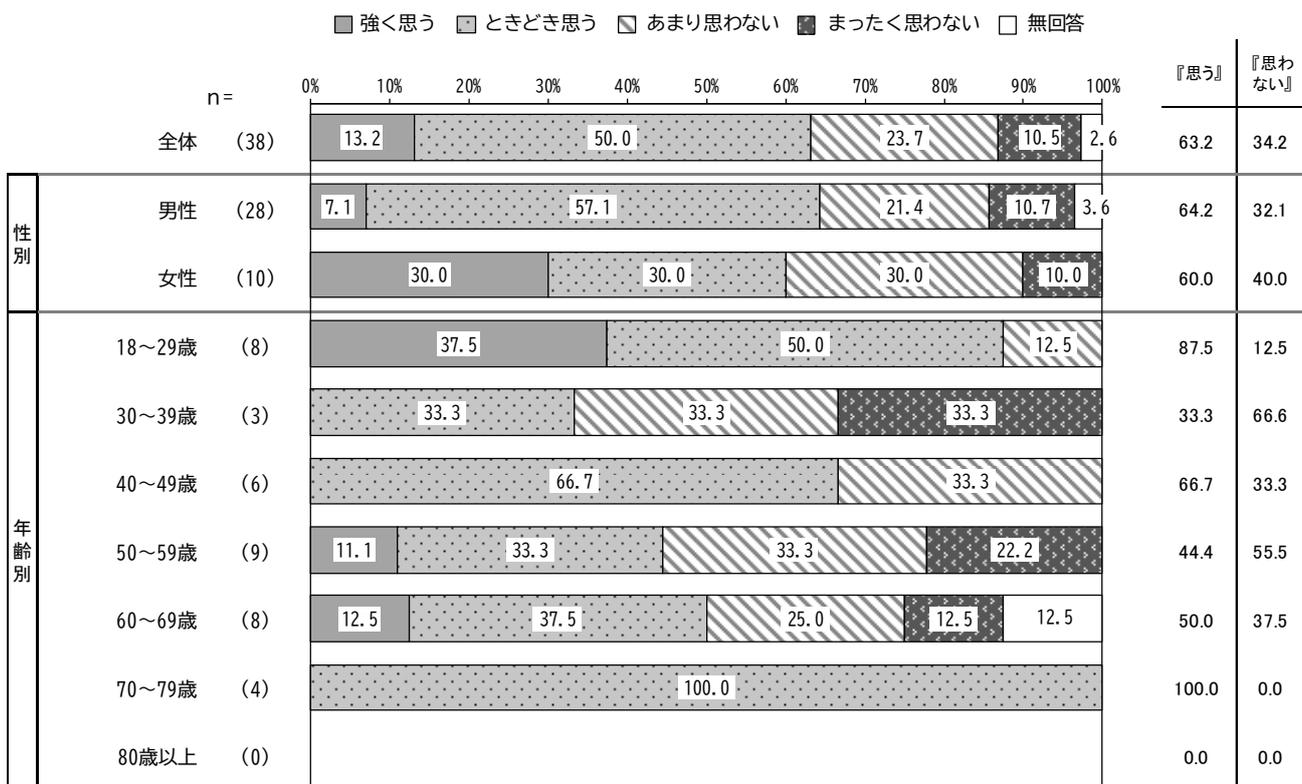
【問 17 で「毎日吸う」「時々吸う」とお答えの方にお聞きします。
問 17-1 禁煙しようと思いませんか。(○は1つ)

喫煙をしている人が禁煙しようと思うかについては、「強く思う」(13.2%)と「ときどき思う」(50.0%)を合わせた『思う』が(63.2%)と6割を超えており、「あまり思わない」(23.7%)と「まったく思わない」(10.5%)を合わせた『思わない』(34.2%)を29.0ポイント上回っています。前回調査と比較すると、「ときどき思う」割合が6.2ポイント上がっています。



【性別・年齢別】

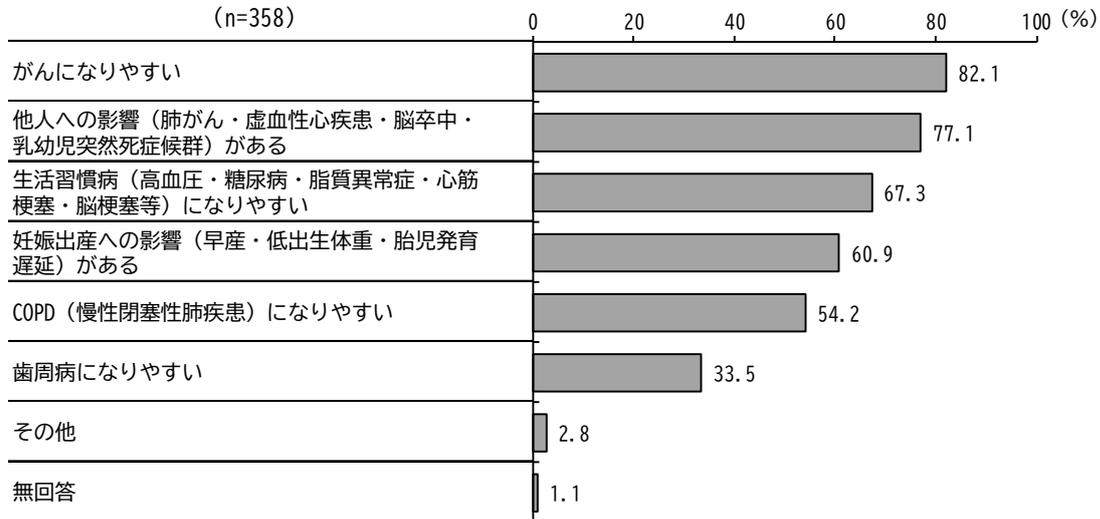
性別でみると、「強く思う」は〔女性〕が〔男性〕を、「ときどき思う」は〔男性〕が〔女性〕をそれぞれ上回っています。



(3) 喫煙の影響の認知状況

問 18 たばこを吸うことで影響が出ると思うものを選んでください。(あてはまるものすべてに○)

喫煙の影響の認知状況は、「がんになりやすい」が(82.1%)と8割を超えて最も高く、次いで「他人への影響がある」(77.1%)、「生活習慣病になりやすい」(67.3%)が続いています。



【性別・年齢別】

性別でみると、「がんになりやすい」は男女ともに最も高くなっています。また「妊娠出産への影響がある」は〔女性〕(71.4%)が〔男性〕(48.1%)を23.3ポイント上回っています。

年齢別でみると「がんになりやすい」はいずれの年齢でも7割を超えており、特に〔40～49歳〕では9割に達しています。また、「妊娠出産への影響がある」や「歯周病になりやすい」の割合は年齢が下がるにつれて高くなる傾向にあります。

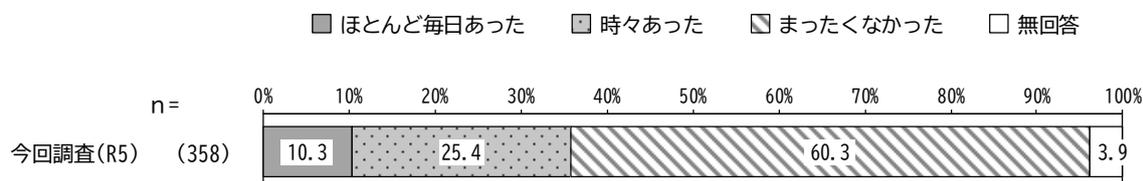
		n	がんになりやすい	COPD (慢性閉塞性肺疾患) になりやすい	生活習慣病 (高血圧・糖尿病・脂質異常症・心筋梗塞・脳梗塞等) になりやすい	他人への影響 (肺がん・虚血性心疾患・脳卒中・乳幼児突然死症候群) がある	妊娠出産への影響 (早産・低出生体重・胎児発育遅延) がある	歯周病になりやすい	その他	無回答
(単位: %)										
全 体		(358)	82.1	54.2	67.3	77.1	60.9	33.5	2.8	1.1
性別	男性	(158)	79.1	50.0	63.3	73.4	48.1	33.5	4.4	0.6
	女性	(196)	84.2	58.2	70.4	80.1	71.4	34.2	1.5	1.5
年齢別	18～29歳	(34)	88.2	50.0	76.5	82.4	73.5	47.1	2.9	0.0
	30～39歳	(29)	79.3	55.2	58.6	69.0	75.9	51.7	13.8	3.4
	40～49歳	(42)	90.5	54.8	69.0	73.8	66.7	45.2	4.8	0.0
	50～59歳	(54)	85.2	57.4	64.8	83.3	68.5	29.6	0.0	0.0
	60～69歳	(54)	72.2	48.1	77.8	79.6	55.6	29.6	1.9	0.0
	70～79歳	(119)	81.5	54.6	62.2	76.5	55.5	26.9	0.0	2.5
	80歳以上	(24)	83.3	62.5	70.8	70.8	41.7	25.0	4.2	0.0

II 18歳以上の調査結果

(4) 受動喫煙の状況

問 19 この1か月に、自分以外の人が吸っているたばこ(加熱式たばこを含む)の煙を吸う機会がありましたか。(○は1つ)

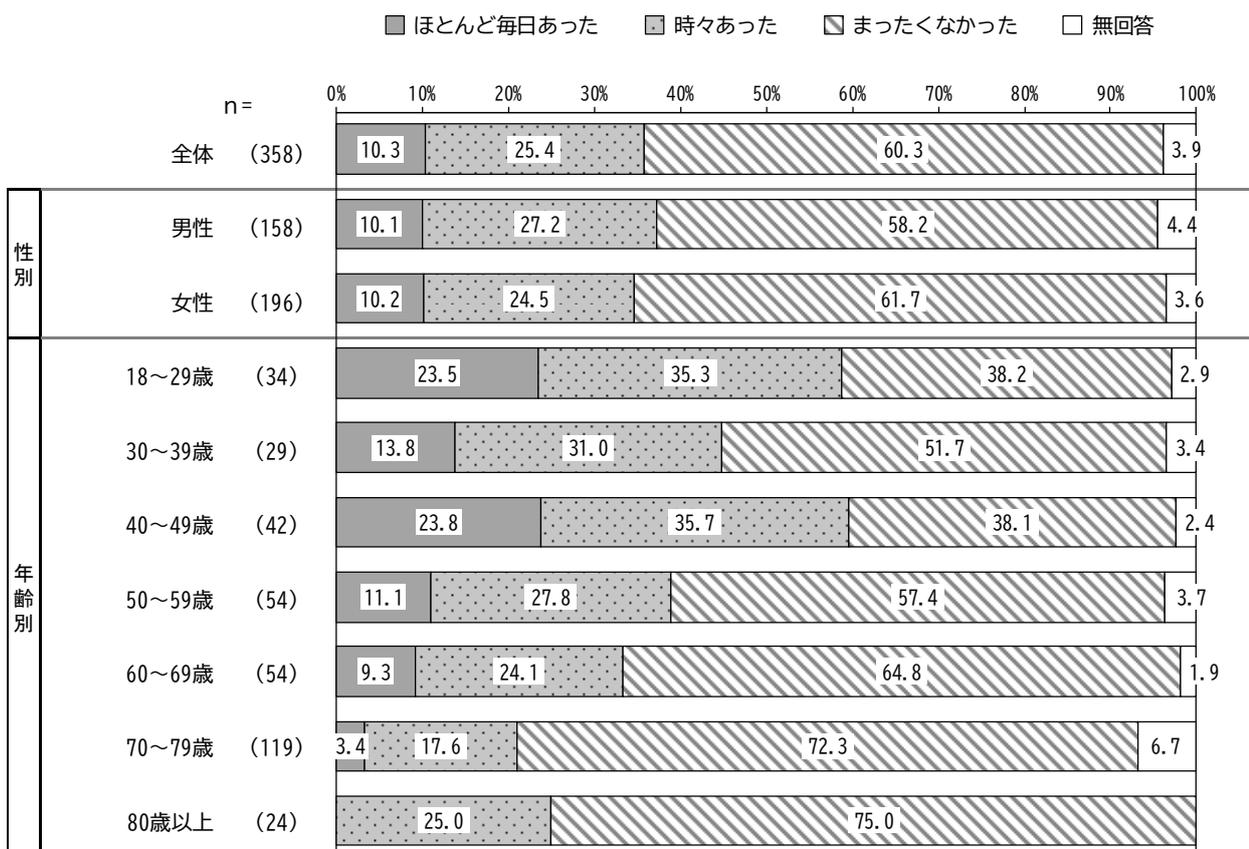
この1か月の受動喫煙の状況は、「まったくなかった」が(60.3%)と6割を占めて最も高く、「時々あった」が(25.4%)、「ほとんど毎日あった」が(10.3%)となっています。



【性別・年齢別】

性別で見ると、男女ともにあまり差はありません。

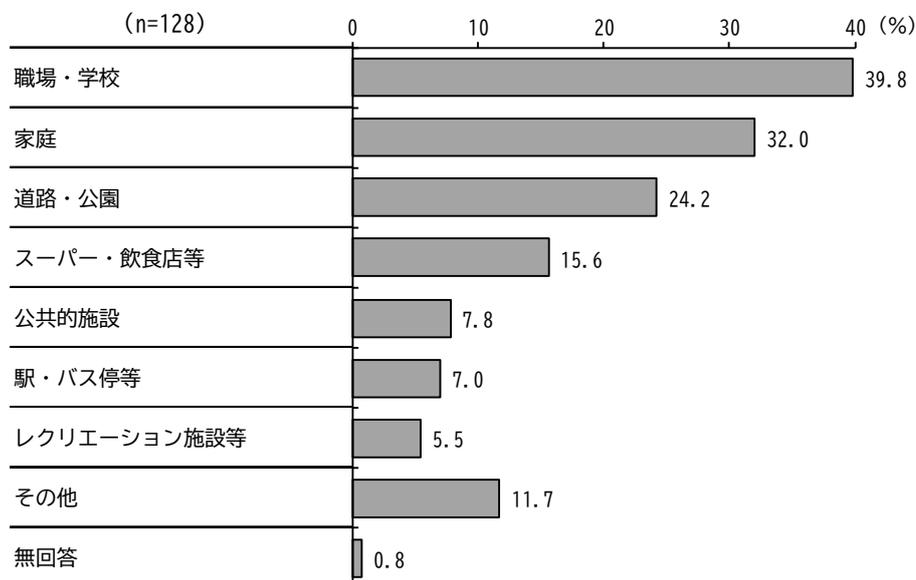
年齢別で見ると、〔18～29歳〕と〔40～49歳〕では、「ほとんど毎日あった」が2割を超えて高く、「時々あった」と合わせると6割近くが受動喫煙を受けています。



(5) 受動喫煙の場所

【問 19 で「ほとんど毎日あった」「時々あった」とお答えの方にお聞きします。】
 問 19-1 たばこの煙を吸った場所はどこですか。(あてはまるものすべてに○)

受動喫煙を受けた場所は、「職場・学校」が(39.8%)と4割で最も高く、次いで「家庭」(32.0%)、「道路・公園」(24.2%)が続いています。



【性別・年齢別】

性別でみると、〔男性〕では「職場・学校」、〔女性〕では「家庭」が5割前後で最も高くなっています。

年齢別でみると、70歳未満の年齢では「職場・学校」が最も高く、特に〔18～29歳〕では6割半ばに達しています。

(単位:%)		n	家庭	職場・学校	駅・バス停等	公共的施設	レクリエーション施設等	スーパー・飲食店等	道路・公園	その他	無回答
全体		(128)	32.0	39.8	7.0	7.8	5.5	15.6	24.2	11.7	0.8
性別	男性	(59)	15.3	55.9	3.4	5.1	8.5	20.3	22.0	10.2	1.7
	女性	(68)	47.1	26.5	10.3	10.3	2.9	11.8	26.5	11.8	0.0
年齢別	18～29歳	(20)	35.0	65.0	5.0	15.0	0.0	20.0	15.0	15.0	0.0
	30～39歳	(13)	38.5	38.5	23.1	23.1	7.7	15.4	30.8	7.7	0.0
	40～49歳	(25)	36.0	48.0	12.0	4.0	0.0	24.0	16.0	8.0	0.0
	50～59歳	(21)	23.8	38.1	9.5	0.0	4.8	14.3	23.8	14.3	0.0
	60～69歳	(18)	44.4	50.0	0.0	0.0	5.6	16.7	16.7	5.6	0.0
	70～79歳	(25)	28.0	16.0	0.0	12.0	12.0	4.0	28.0	20.0	4.0
	80歳以上	(6)	0.0	0.0	0.0	0.0	16.7	16.7	83.3	0.0	0.0

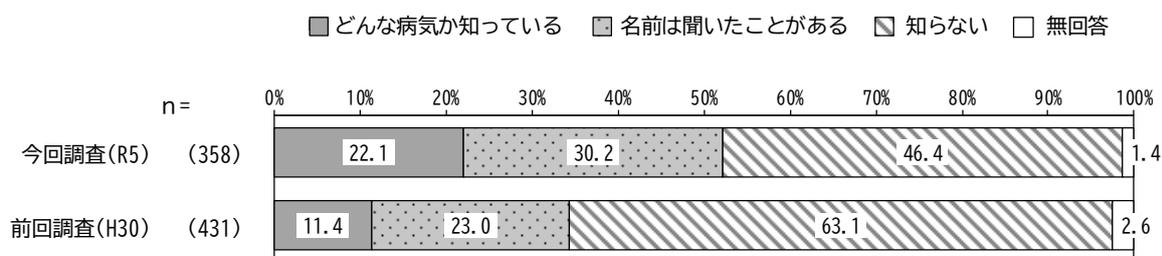
II 18歳以上の調査結果

(6) 慢性閉塞性肺疾患/COPDの認知状況

問 20 あなたは慢性閉塞性肺疾患/COPD(シー・オー・ピー・ディー)という病気を知っていますか。
(○は1つ)

慢性閉塞性肺疾患/COPDの認知状況は、「どんな病気か知っている」が(22.1%)と2割を超えており、「名前は聞いたことがある」(30.2%)と合わせると、5割以上がCOPDを認知しています。一方、「知らない」は(46.4%)と4割半ばを超えています。

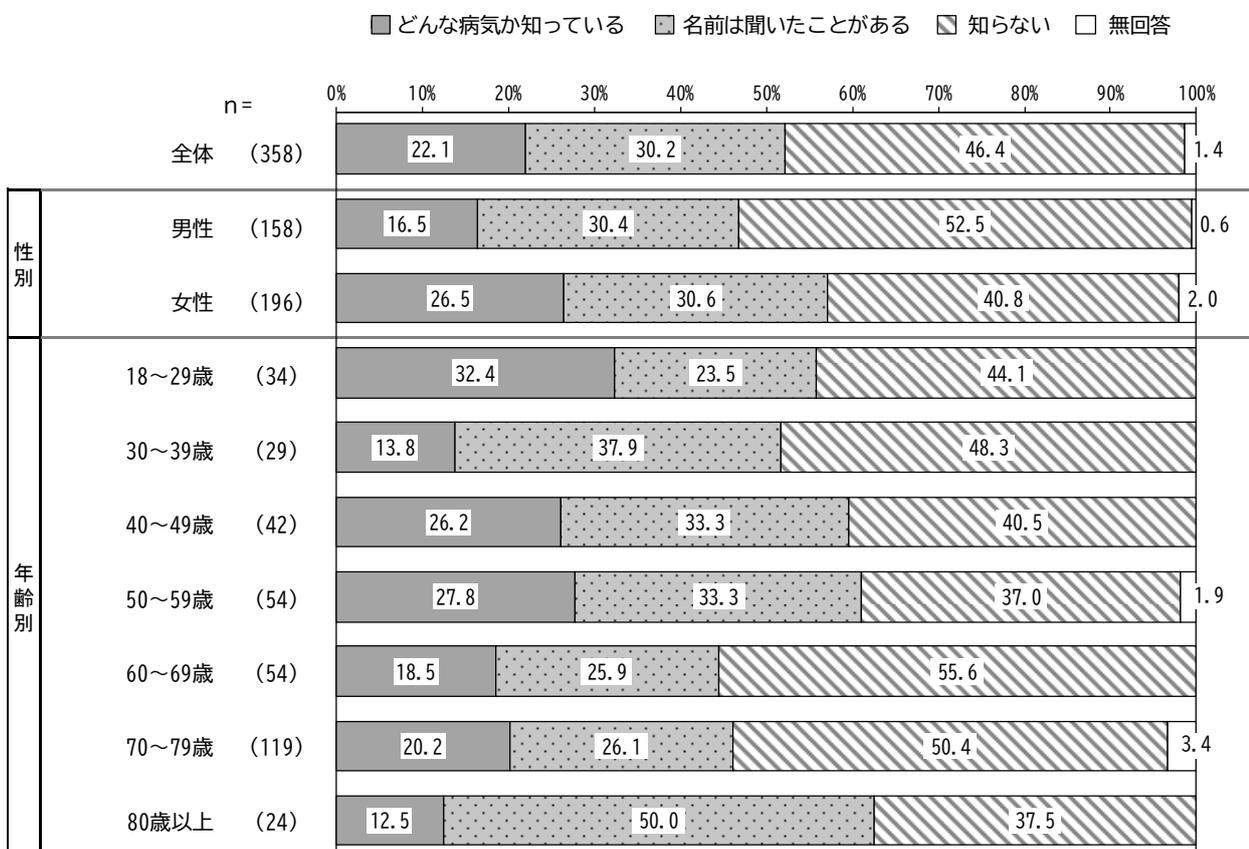
前回調査と比較すると、「どんな病気か知っている」割合は10.7ポイント上がっています。



【性別・年齢別】

性別でみると、「どんな病気か知っている」は、[女性]で(26.5%)と2割半ばを超えており、[男性](16.5%)を10.0ポイント上回っています。

年齢別でみると、「どんな病気か知っている」は、[18~29歳]で3割を超えて他の年齢よりも高くなっており、40~50歳代の年齢でも2割半ばを超えています。一方、「知らない」は60~70歳代の年齢で5割を超えています。



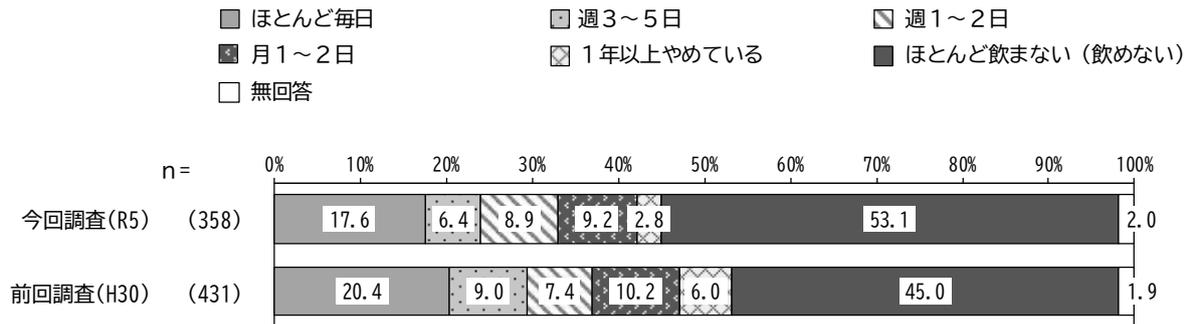
4. 飲酒について

(1) 飲酒の頻度

問 21 どのくらいの頻度でお酒を飲みますか。(○は1つ)

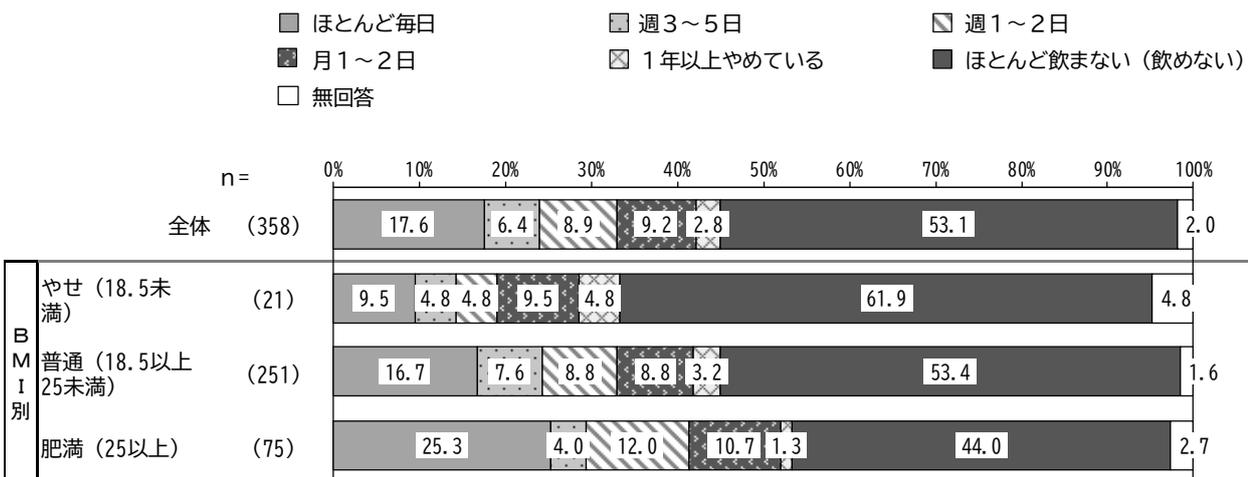
飲酒頻度は、「ほとんど飲まない（飲めない）」が（53.1%）と5割を超えています。一方、「ほとんど毎日」が（17.6%）と1割半ばを超えており、「週3～5日」（6.4%）や「週1～2日」（8.9%）と合わせた週1回以上飲酒している割合は3割を超えています。

前回調査と比較すると、「ほとんど飲まない（飲めない）」が8.1ポイント上がっており、飲酒する割合は全体的に下がっています。



【BMI別】

BMI別でみると、BMIが高いほど飲酒している割合が高くなる傾向にあります。〔肥満（25以上）〕では「ほとんど毎日」が（25.3%）と2割半ばを占めており、週1回以上飲酒する割合が4割を超えています。

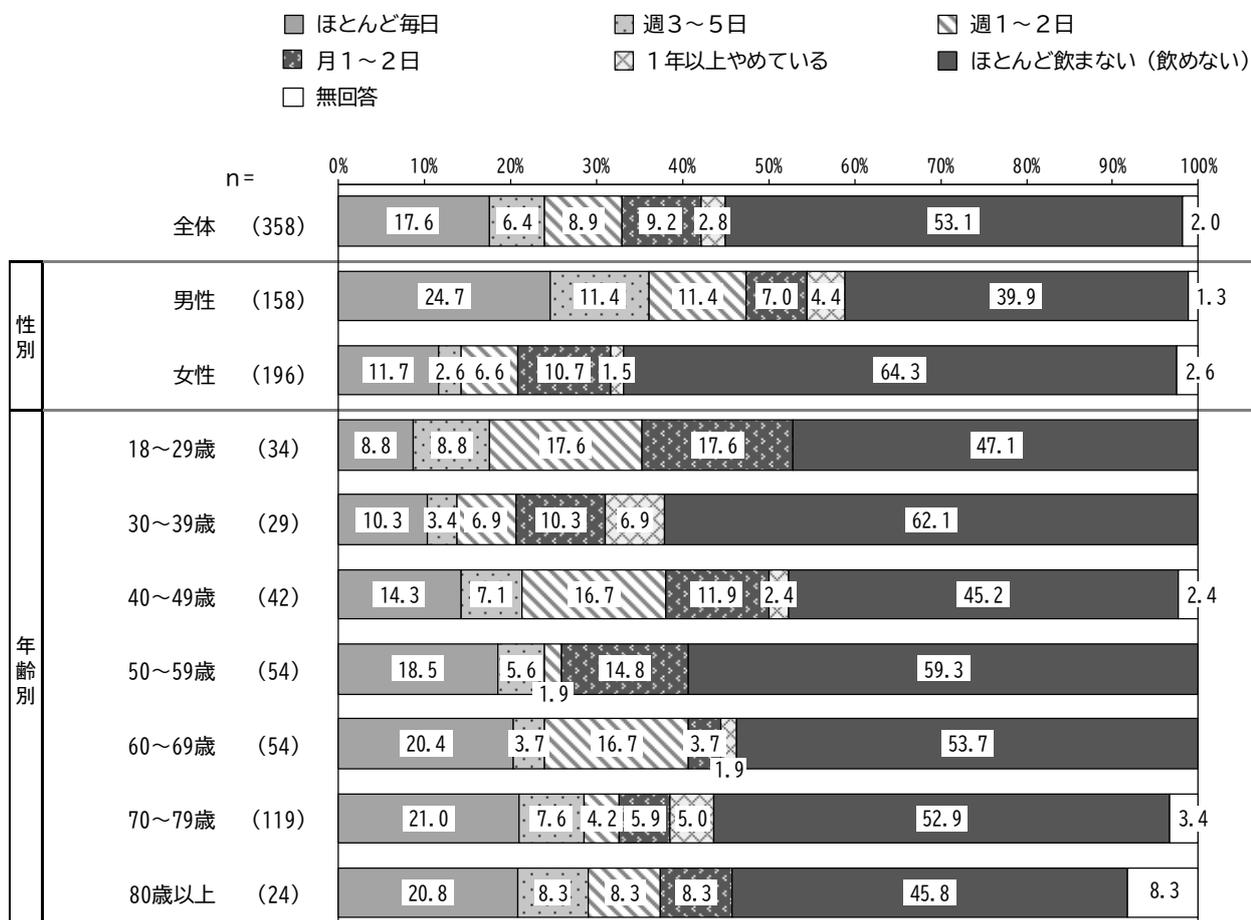


II 18歳以上の調査結果

【性別・年齢別】

性別で見ると、「ほとんど毎日」は、〔男性〕が（24.7%）と2割半ばを占めて、〔女性〕（11.7%）を13.0ポイント上回っています。反対に「ほとんど飲まない（飲めない）」は、〔女性〕が（64.3%）と6割を超えて、〔男性〕（39.9%）を24.4ポイント上回っています。

年齢別で見ると、「ほとんど毎日」は、年齢が上がるにつれて高くなる傾向にあり、50歳以上の年齢ではいずれも2割前後を占めています。

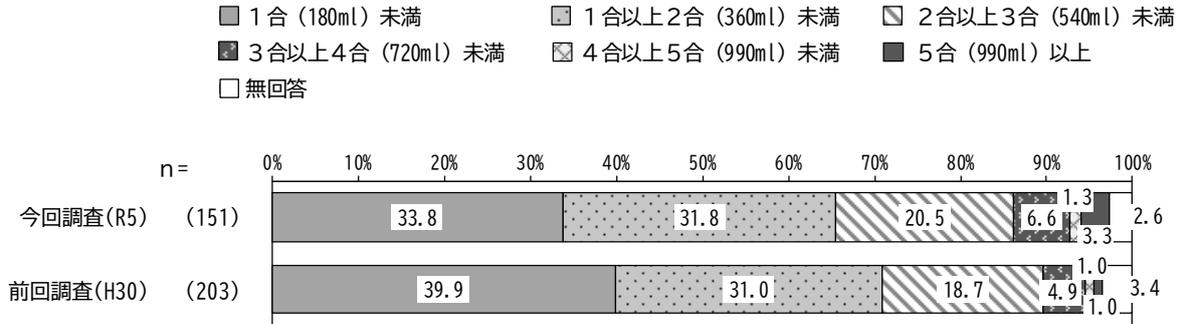


(2) 飲酒量

【問 21 で「1年以上やめている」「ほとんど飲まない(飲めない)」以外を選んだ方に質問です。】
 問 21-1 1日あたりの量はどのくらいですか。(○は1つ)

お酒を飲む人の1日あたりの飲酒量は、純アルコール20gの適量以内にあたる「1合(180ml)未満」が(33.8%)、「1合以上2合(360ml)未満」が(31.8%)、「2合以上3合(540ml)未満」が(20.5%)となっており、3合以上は1割を超えています。

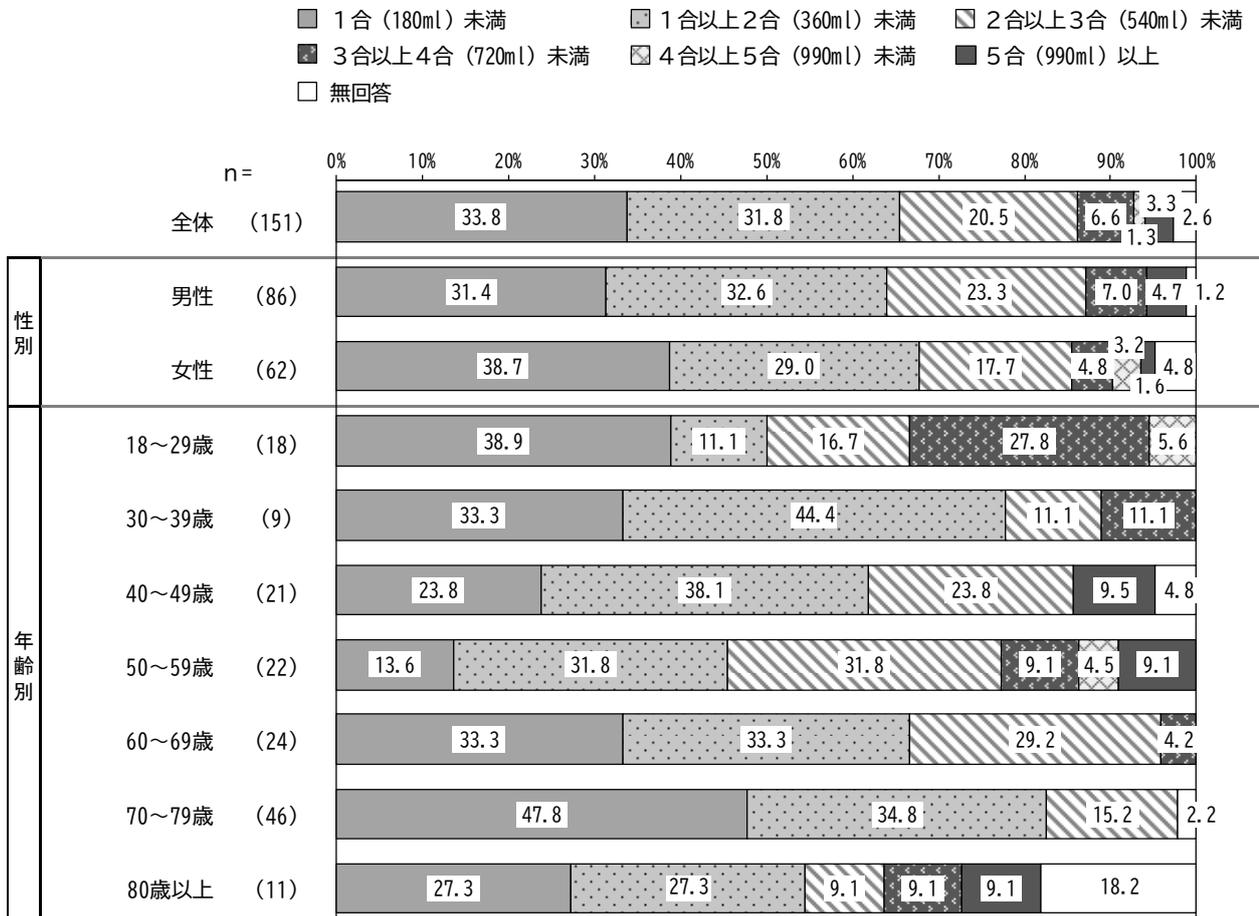
前回調査と比較すると、「1合(180ml)未満」の割合が6.1ポイント下がっています。



【性別・年齢別】

性別で見ると、「1合(180ml)未満」は〔女性〕が〔男性〕を7.3ポイント、「2合以上3合(540ml)未満」は〔男性〕が〔女性〕を5.6ポイントと、5ポイント以上上回っています。

年齢別で見ると、1合以上飲酒している割合は〔40~49歳〕と〔50~59歳〕で7割を超えています。〔18~29歳〕では「3合以上4合(720ml)未満」が(27.8%)と他の年齢よりも高くなっています。〔40~49歳〕、〔50~59歳〕、〔80歳以上〕では「5合(990ml)以上」が1割近くを占めています。

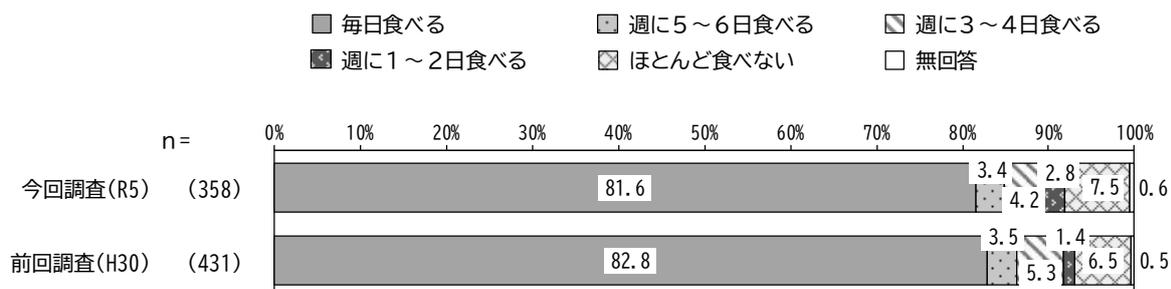


5. 食生活について

(1) 朝食の摂取状況

問 22 あなたは、毎日、朝食を食べていますか。(○は1つ)

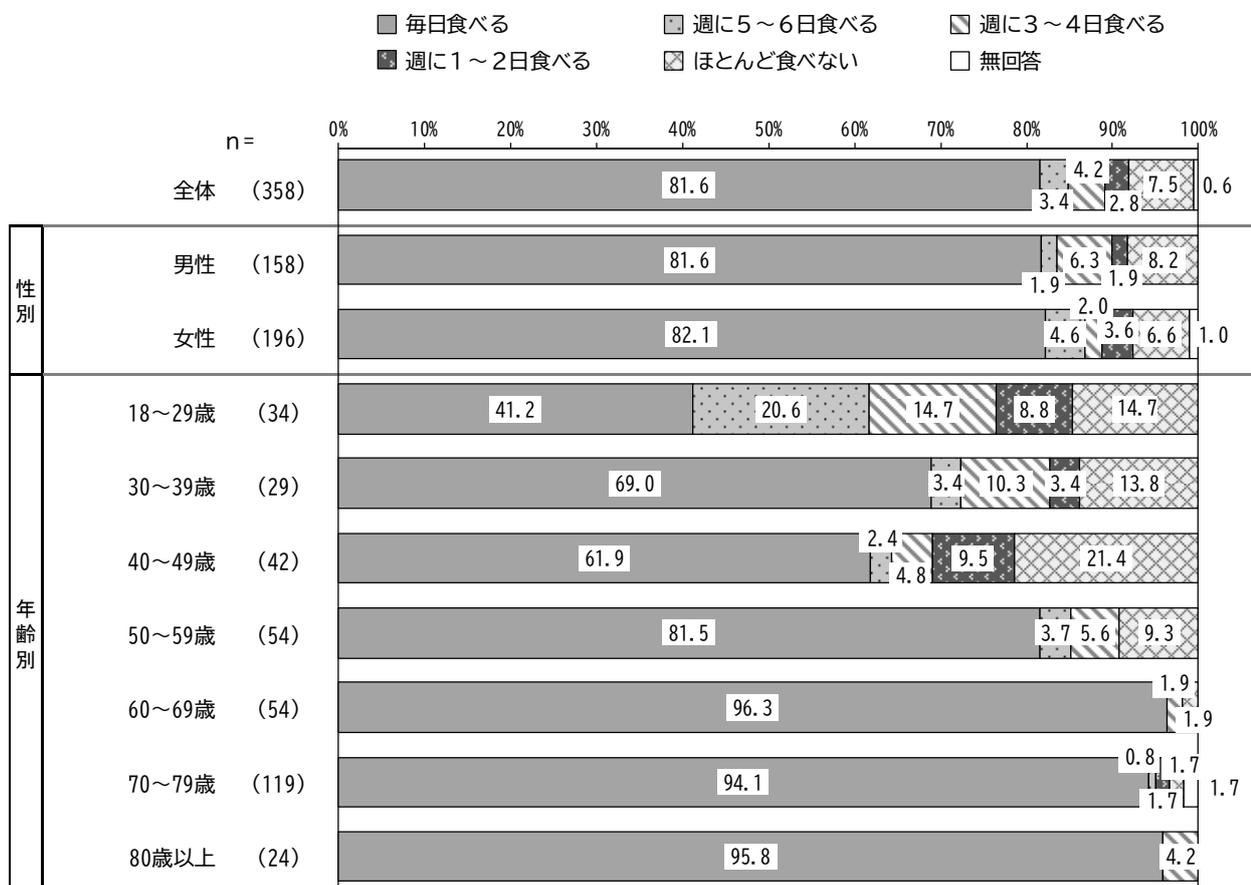
朝食の摂取状況は、「毎日食べる」が(81.6%)と8割を超えて最も高く、「週に5～6日食べる」(3.4%)と合わせると、朝食を週のほとんどで摂っている割合は8割半ばを占めています。一方、「ほとんど食べない」は(7.5%)となっています。
前回調査と比較すると、あまり差はありません。



【性別・年齢別】

性別でみると、男女ともに「毎日食べる」が8割を超えており、あまり差はありません。

年齢別でみると、「ほとんど食べない」は、〔40～49歳〕で(21.4%)と2割を超えて他の年齢よりも高くなっており、〔18～29歳〕と〔30～39歳〕でも1割を超えています。

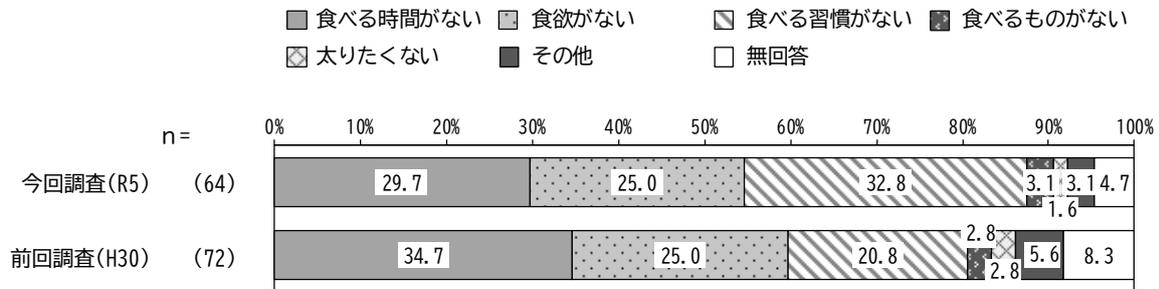


(2) 朝食を食べない理由

【問 22 で「毎日食べる」以外をお答えの方にお聞きします。】
問 22-1 朝食を食べない理由は何ですか。(○は1つ)

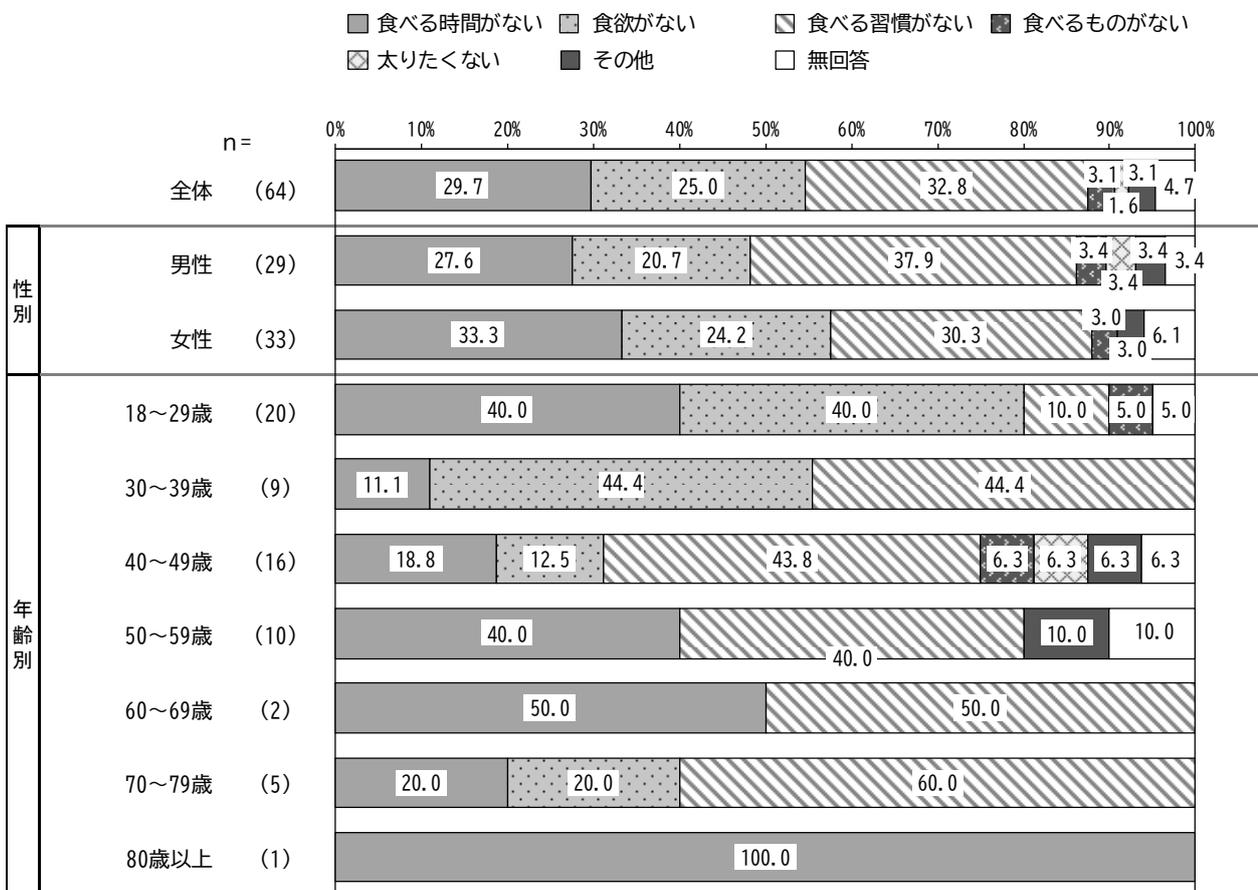
朝食を食べない理由は、「食べる習慣がない」が(32.8%)と最も高く、次いで「食べる時間がない」(29.7%)、「食欲がない」(25.0%)が続いています。

前回調査と比較すると、「食べる習慣がない」が12.0ポイント上がっています。



【性別・年齢別】

性別でみると、「食べる時間がない」は〔女性〕が〔男性〕を5.7ポイント、「食べる習慣がない」は〔男性〕が〔女性〕を7.6ポイントと、5ポイント以上上回っています。



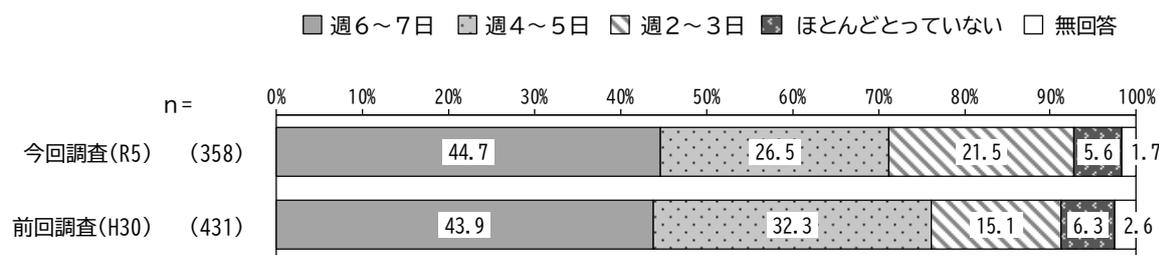
II 18歳以上の調査結果

(3) 主食・主菜・副菜がそろう頻度

問 23 バランスのとれた食事(主食・主菜・副菜を組み合わせた食事)を、1日2回以上とっている日が週にどのくらいありますか。(○は1つ)

1週間に1日2回以上主食・主菜・副菜がそろう頻度は、「週6～7日」が(44.7%)と4割半ば近くで最も高く、「週4～5日」(26.5%)と合わせると7割以上が週の半分以上バランスのとれた食事をとっています。一方、「ほとんどとっていない」は(5.6%)となっています。

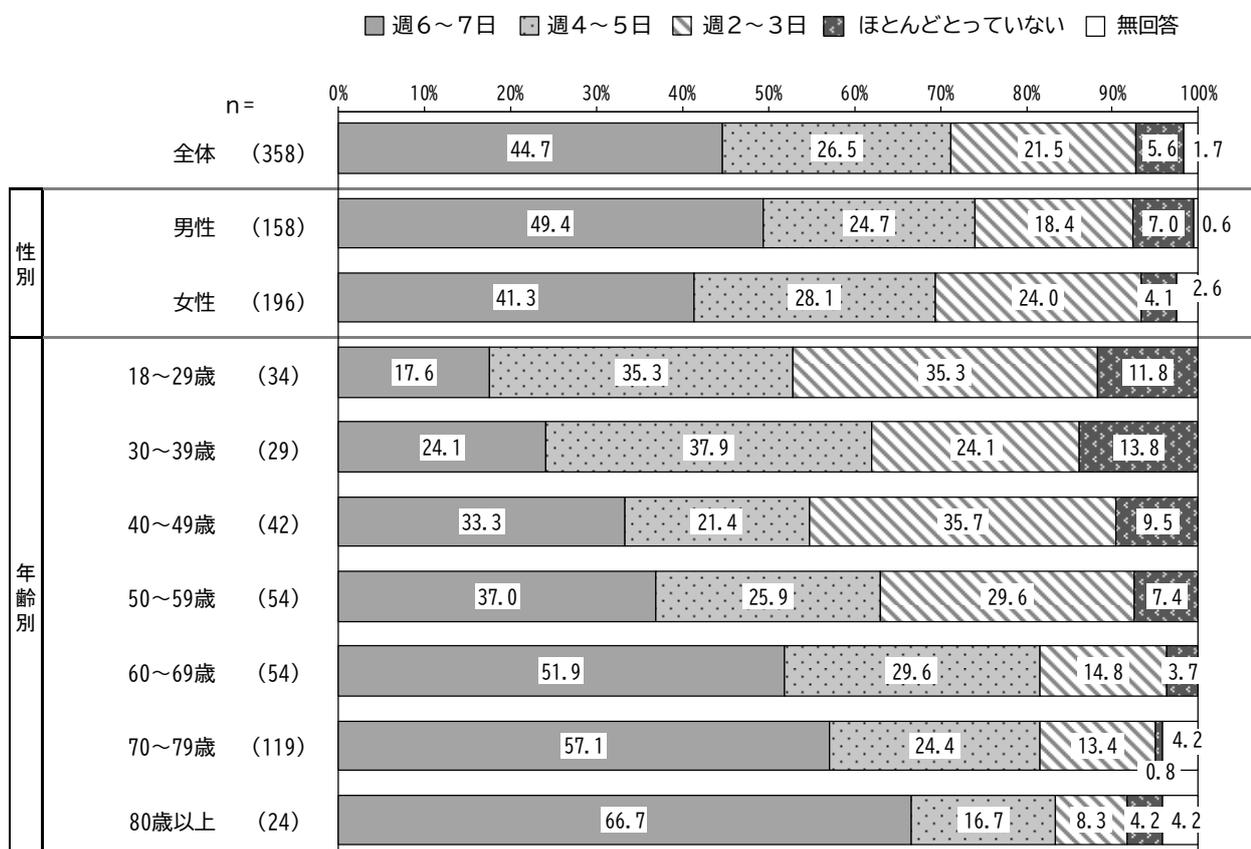
前回調査と比較すると、「週4～5日」が5.8ポイント下がり、「週2～3日」が6.4ポイント上がっています。



【性別・年齢別】

性別でみると、「週6～7日」は男女とも4割を超えていますが、「男性」(49.4%)が「女性」(41.3%)を8.1ポイント上回っています。

年齢別でみると、「週6～7日」の割合は年齢が上がるにつれて高くなる傾向にあり、60歳以上の年齢では5割を超えています。一方、「ほとんどとっていない」は40歳未満の年齢で1割を超えています。

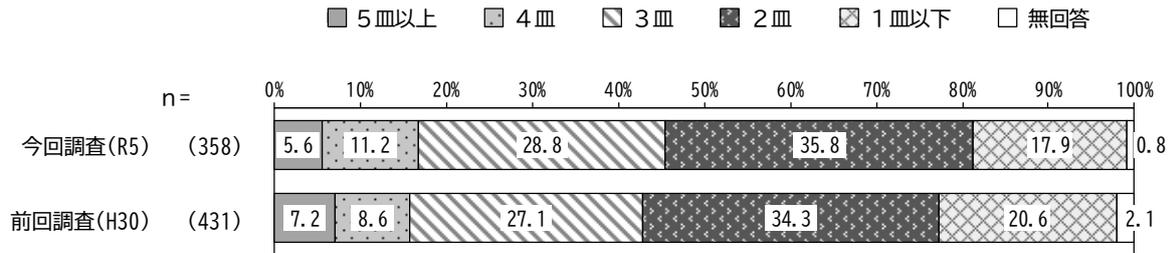


(4) 野菜の摂取状況

問 24 1日にどのくらい野菜料理(副菜)を食べていますか。野菜 70gを1皿としてお答えください。
(○は1つ)

1日の野菜の摂取状況は、「2皿」が(35.8%)と3割半ばを超えて最も高く、次いで「3皿」(28.8%)、「1皿」(17.9%)が続いており、3皿以下で8割を超えています。1日分の摂取目標量である「5皿以上」は(5.6%)となっています。

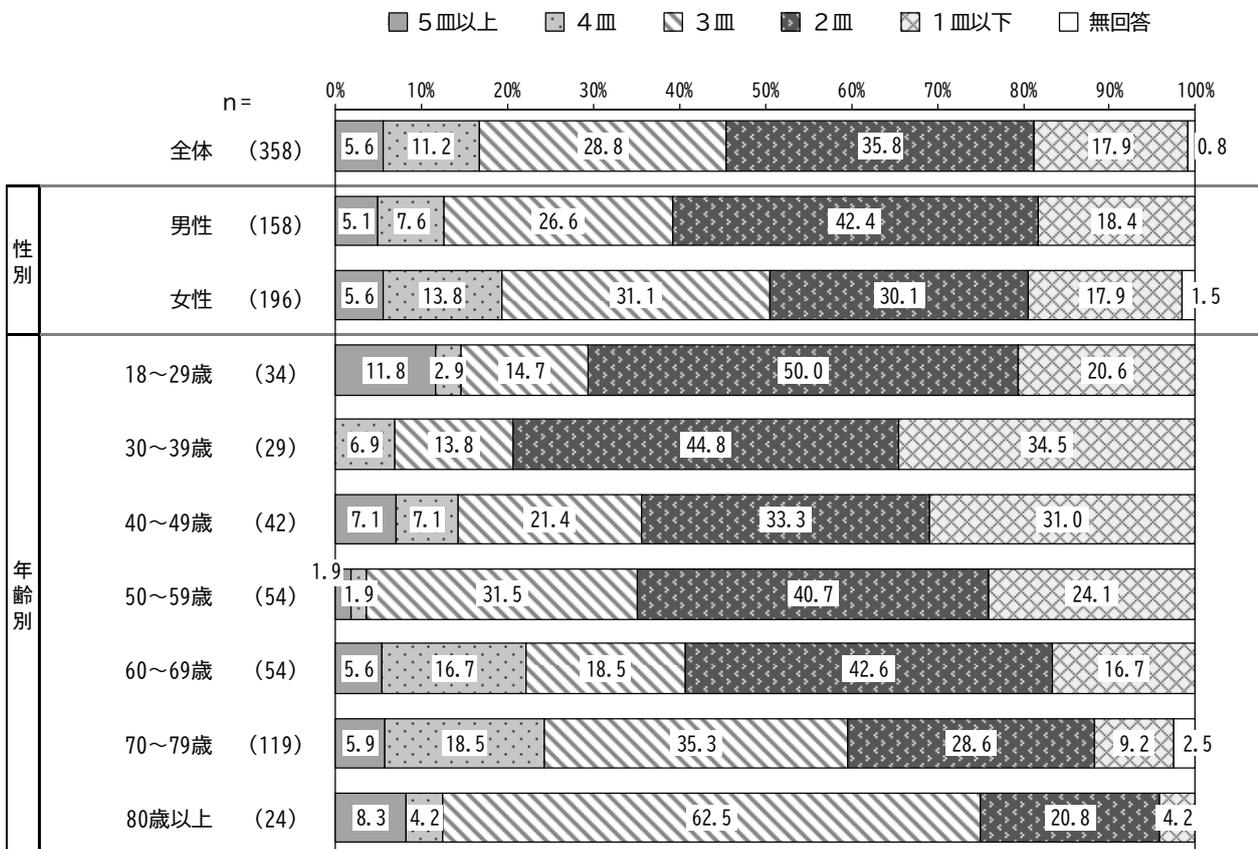
前回調査と比較すると、「5皿以上」と「1皿以下」は減少し、2皿～4皿は5.8ポイント上がっています。



【性別・年齢別】

性別でみると、「5皿以上」は男女ともに5%程度で差はありません。[男性]では「2皿」(42.4%)、[女性]では「3皿」(31.1%)が最も高くなっています。

年齢別でみると、「1皿以下」は、60歳未満の年齢で2割を超えており、特に30～40歳代の年齢では3割を超えて高くなっています。



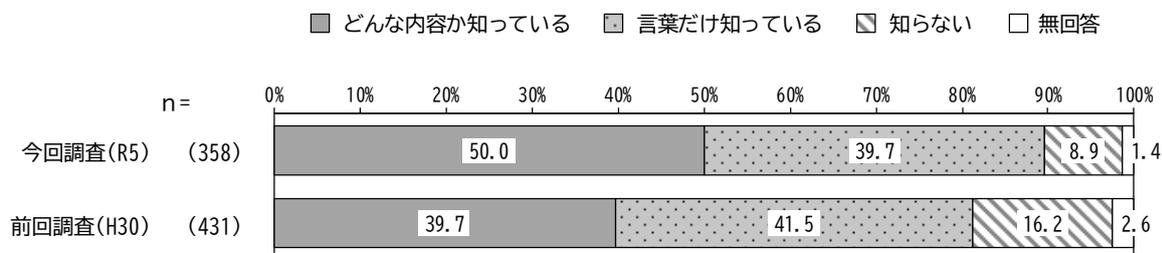
II 18歳以上の調査結果

(5) 食育の認知状況

問 25 「食育」という言葉を知っていますか。(○は1つ)

食育の認知状況は、「どんな内容か知っている」が(50.0%)と5割を占めており、「言葉だけ知っている」(39.7%)と合わせると約9割を占めています。一方、「知らない」が(8.9%)となっています。

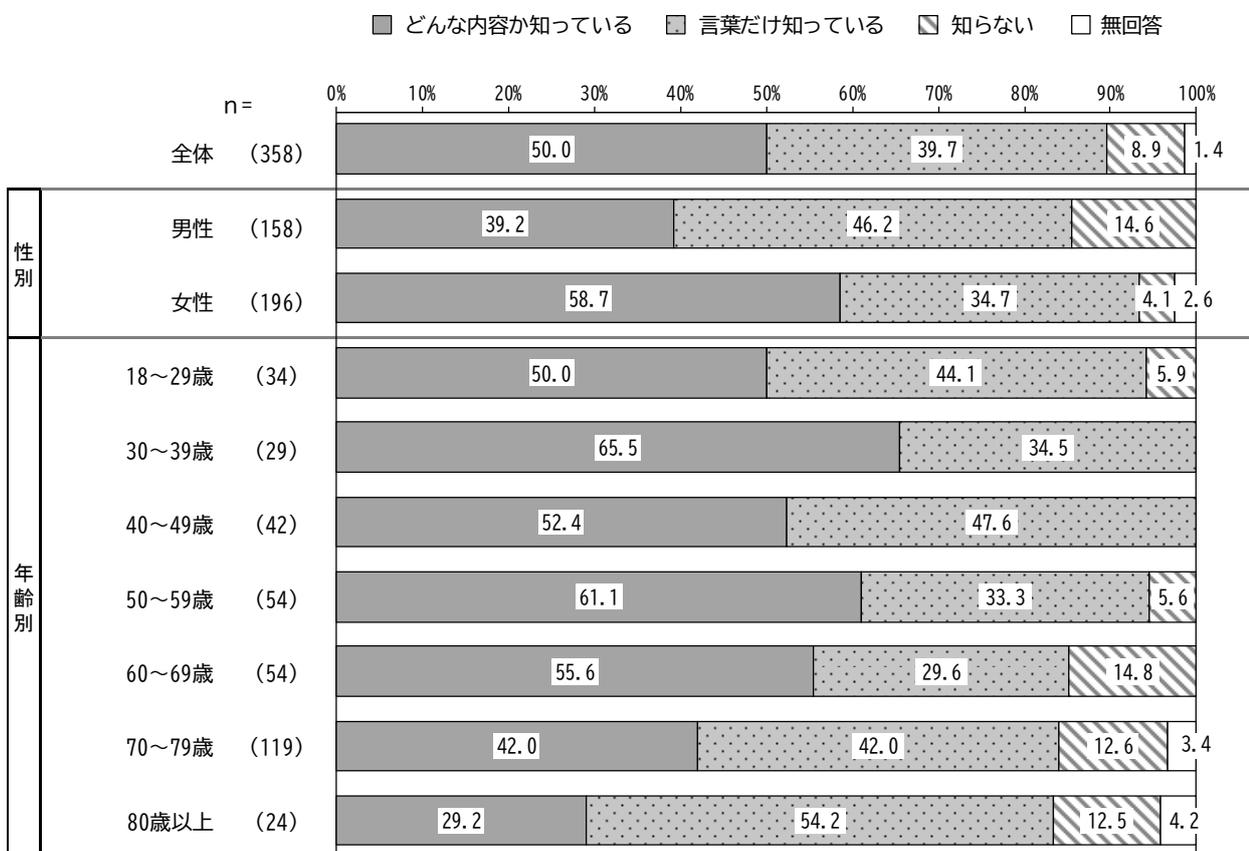
前回調査と比較すると、「どんな内容か知っている」は10.3ポイント上がっています。



【性別・年齢別】

性別でみると、「どんな内容か知っている」は、[女性]で(58.7%)と5割半ばを超えており、[男性](39.2%)を19.5ポイント上回っています。

年齢別でみると、「どんな内容か知っている」は、70歳未満の年齢で5割以上となっており、特に[30~39歳]と[50~59歳]では6割を超えて高くなっています。一方、「知らない」は60歳以上の年齢で1割を超えています。

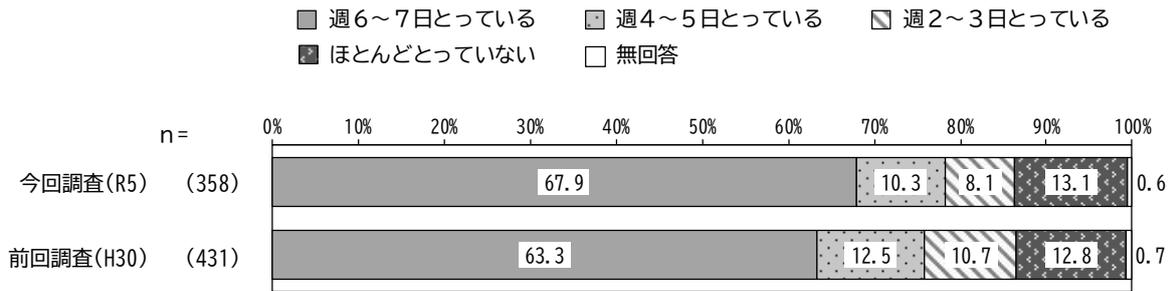


(6) 共食の頻度

問 26 家族や友達など、誰かと一緒に食事をしていますか。(○は1つ)

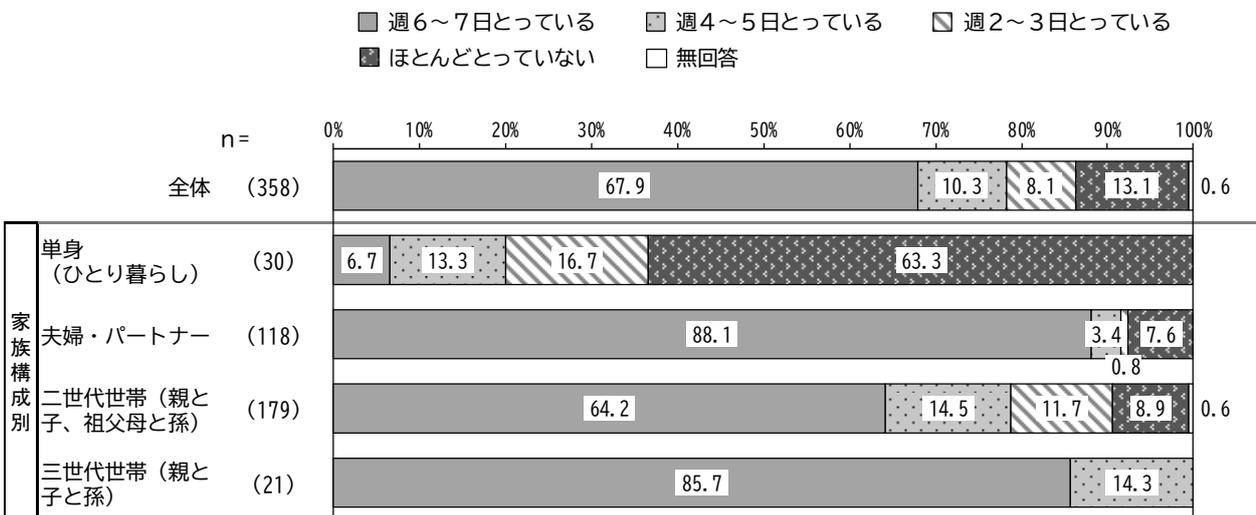
家族や友達などと食事をする頻度は、「週6～7日とっている」が(67.9%)と6割半ばを超えて最も高く、「週4～5日とっている」(10.3%)と合わせると、週の半分以上家族や友人などと食事をしている割合は7割半ばを超えています。一方、「ほとんどとっていない」は(13.1%)と1割を超えています。

前回調査と比較すると、あまり差はありませんが、「週6～7日とっている」は4.6ポイント上がっています。



【家族構成別】

家族構成別でみると、「単身(ひとり暮らし)」以外では、週4日以上とっている割合が7割半ばを超えています。一方、「単身(ひとり暮らし)」は「ほとんどとっていない」が(63.3%)と6割を超えています。

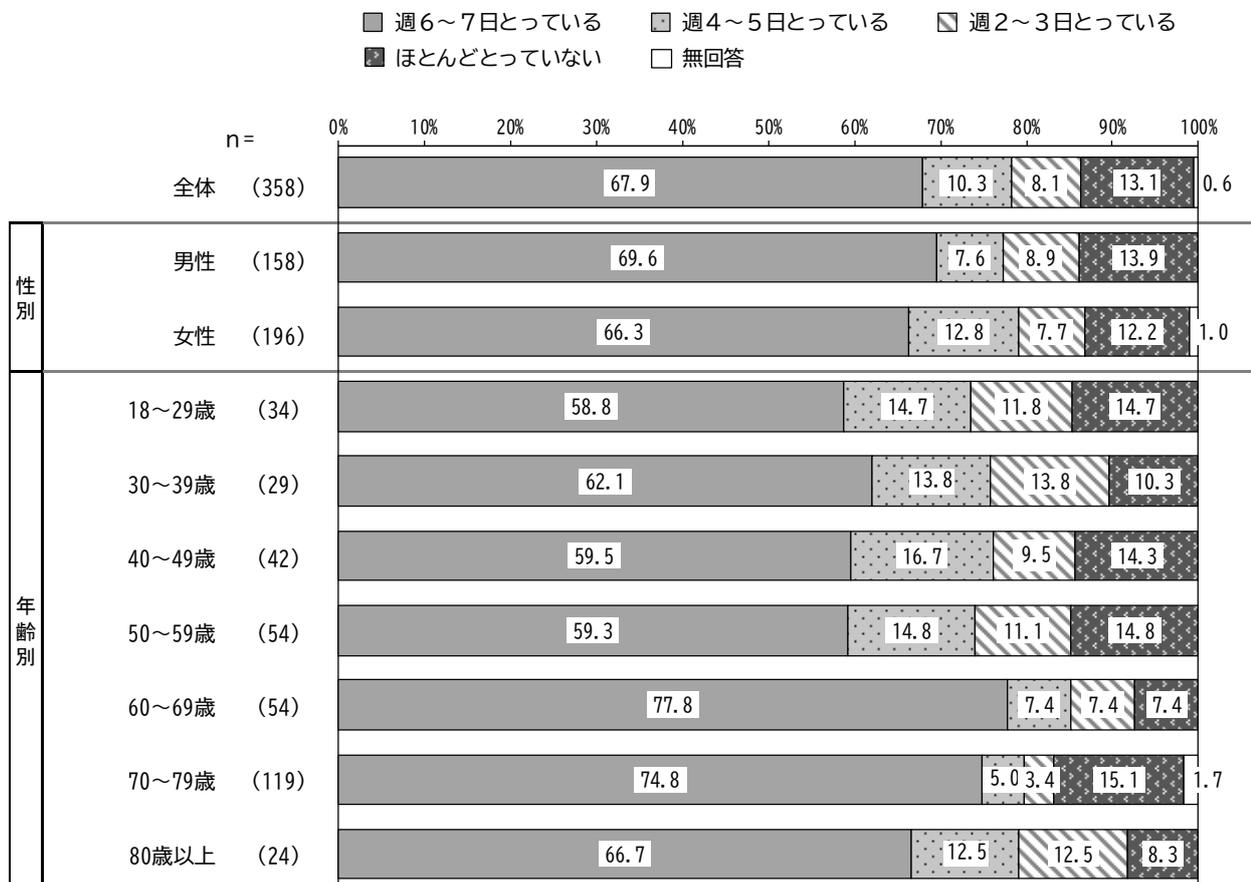


II 18歳以上の調査結果

【性別・年齢別】

性別で見ると、男女ともに「週6～7日とっている」が6割を超えています。

年齢別で見ると、「週6～7日とっている」は60歳未満の年齢で6割前後を占めていますが、60～70歳代では7割を超えています。「ほとんどとっていない」は60歳未満の年齢と〔70～79歳〕で1割を超えています。

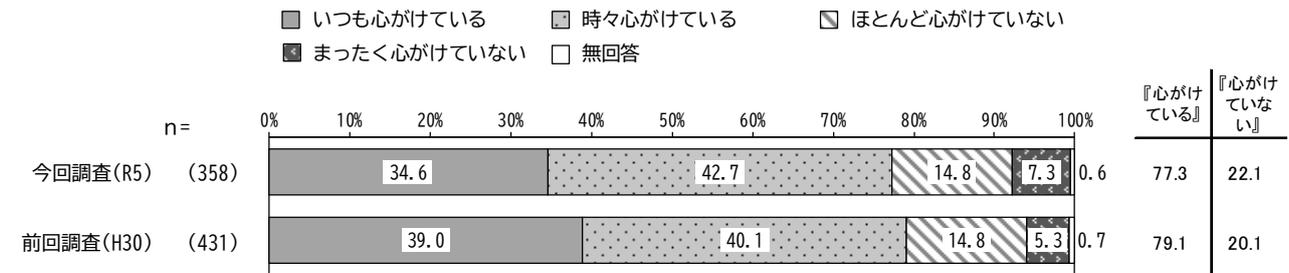


(7) 減塩への意識

問 27 うす味(減塩)を心がけていますか。(○は1つ)

うす味(減塩)を心がけているかについては、「いつも心がけている」(34.6%)と「時々心がけている」(42.7%)を合わせた『心がけている』が(77.3%)と7割半ばを超えており、「ほとんど心がけていない」(14.8%)と「まったく心がけていない」(7.3%)を合わせた『心がけていない』(22.1%)を55.2ポイント上回っています。

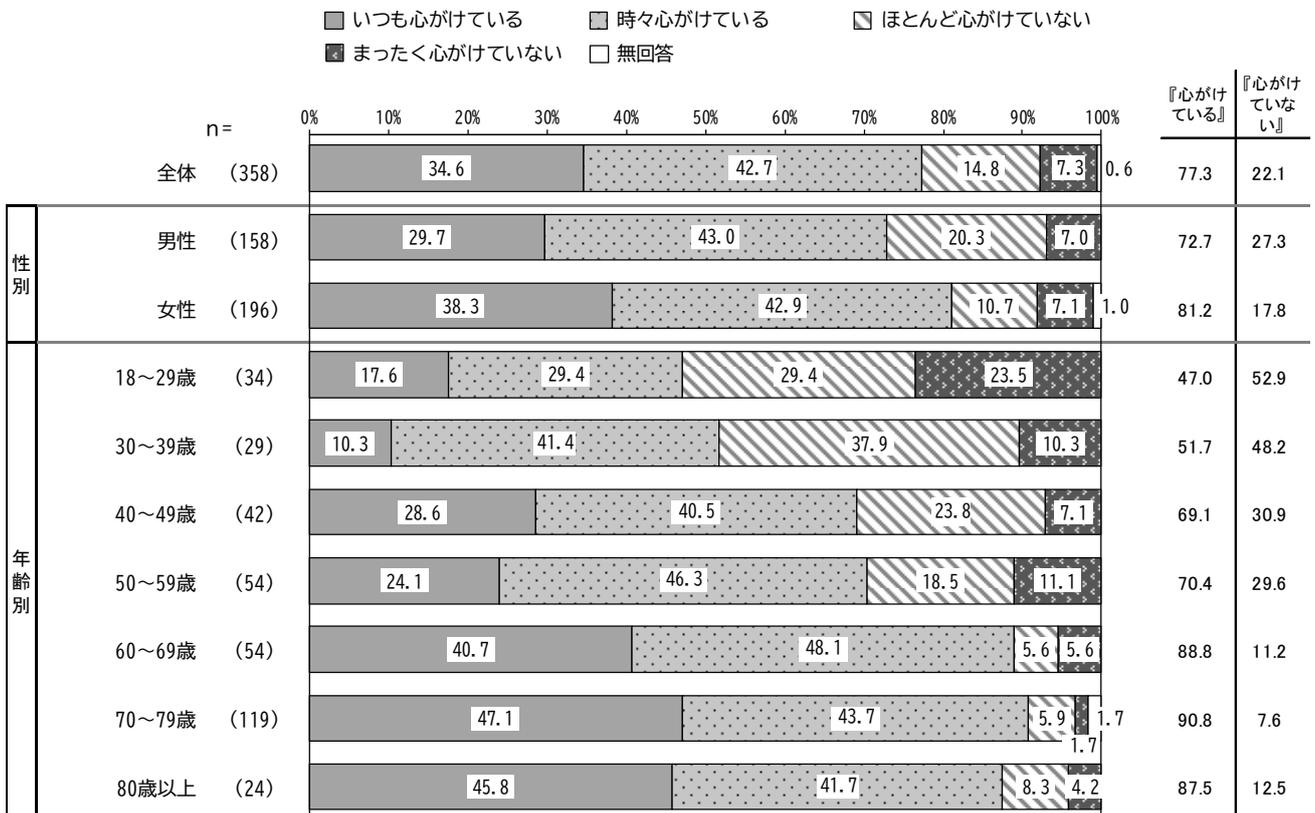
前回調査と比較すると、『心がけている』がやや下がっていますが、あまり差はありません。



【性別・年齢別】

性別でみると、「いつも心がけている」は、[女性](38.3%)が[男性](29.7%)を8.6ポイント上回っています。反対に「ほとんど心がけていない」は[男性](20.3%)が[女性](10.7%)を9.6ポイント上回っています。一方、「まったく心がけていない」は男女とも7%程度で差はありません。

年齢別でみると、年齢が上がるにつれて『心がけている』は高くなる傾向にあり、60歳以上の年齢では8割を超えています。一方、「まったく心がけていない」は[18~29歳](23.5%)、「ほとんど心がけていない」は[30~39歳](37.9%)で、他の年齢よりも高くなっています。



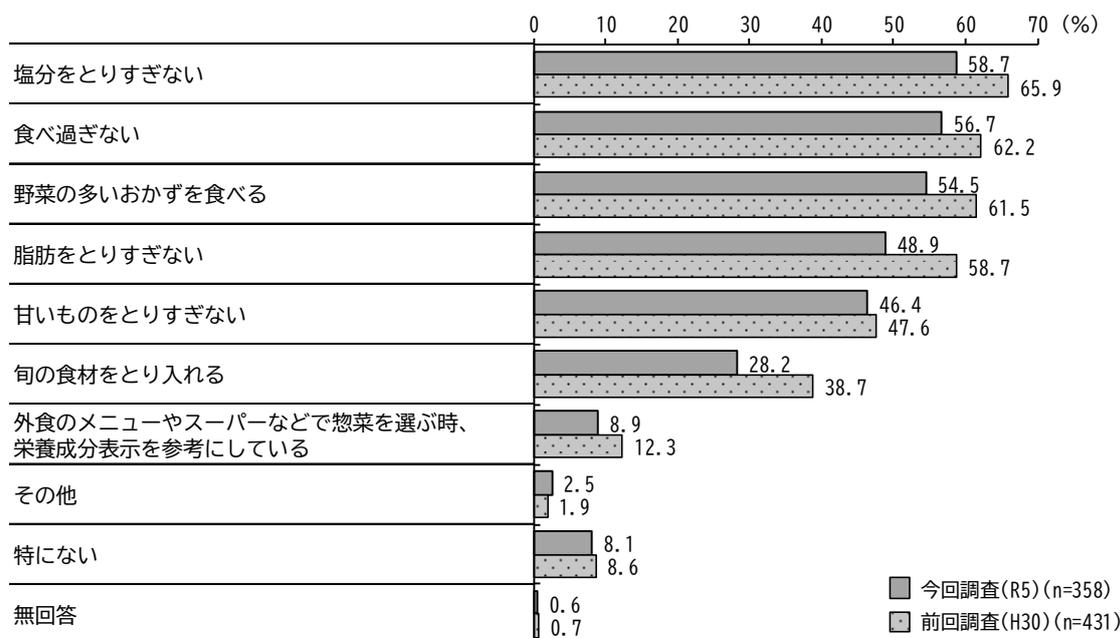
II 18歳以上の調査結果

(8) 食事の内容で気を付けていること

問 28 食事の内容で気を付けていることはありますか(あてはまるものすべてに○)

食事の内容で気を付けていることは、「塩分をとりすぎない」が(58.7%)と5割半ばを超えて最も高く、次いで「食べ過ぎない」(56.7%)、「野菜の多いおかずを食べる」(54.5%)が5割を超えて続いています。

前回調査と比較すると、いずれの項目でも前回調査より下がっており、特に「脂肪をとりすぎない」や「旬の食材をとり入れる」は10ポイント前後下がっています。



【性別・年齢別】

性別で見ると、いずれの項目でも〔女性〕が〔男性〕を上回っており、特に「野菜の多いおかずを食べる」は16.1ポイント上回っています。

年齢別で見ると、「塩分をとりすぎない」は年齢が上がるにつれて高くなる傾向にあり、60歳以上の年齢で7割を超えています。また、「旬の食材をとり入れる」も年齢が上がるにつれて高くなる傾向にあります。

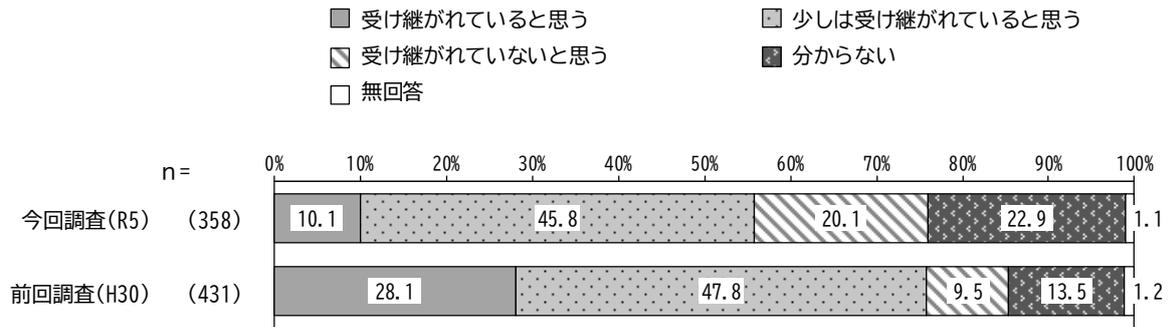
		n	塩分をとりすぎない	脂肪をとりすぎない	甘いものをとりすぎない	野菜の多いおかずを食べる	食べ過ぎない	旬の食材をとり入れる	外食のメニューやスーパーなどで惣菜を選ぶ時、栄養成分表示を参考にしている	その他	特にない	無回答
(単位:%)												
全体		(358)	58.7	48.9	46.4	54.5	56.7	28.2	8.9	2.5	8.1	0.6
性別	男性	(158)	57.0	43.7	43.0	45.6	55.1	21.5	5.7	2.5	11.4	0.0
	女性	(196)	59.7	53.1	49.0	61.7	57.7	33.7	11.7	2.6	5.6	1.0
年齢別	18~29歳	(34)	26.5	44.1	50.0	26.5	61.8	8.8	5.9	0.0	11.8	0.0
	30~39歳	(29)	31.0	27.6	41.4	51.7	41.4	10.3	13.8	0.0	13.8	0.0
	40~49歳	(42)	42.9	33.3	31.0	54.8	57.1	14.3	4.8	2.4	9.5	0.0
	50~59歳	(54)	51.9	46.3	38.9	46.3	55.6	16.7	7.4	5.6	11.1	0.0
	60~69歳	(54)	74.1	50.0	48.1	63.0	55.6	33.3	9.3	3.7	5.6	0.0
	70~79歳	(119)	73.9	62.2	56.3	64.7	62.2	39.5	9.2	1.7	5.0	1.7
	80歳以上	(24)	70.8	45.8	41.7	50.0	50.0	54.2	16.7	4.2	8.3	0.0

(9) 食についての継承状況

問 29 郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で料理や味が受け継がれていると思いますか。
(○は1つ)

地域や家庭で受け継がれてきた料理や味が、「受け継がれていると思う」が(10.1%)、「少しは受け継がれていると思う」が(45.8%)と、『受け継がれていると思う』割合が5割半ばを超えています。

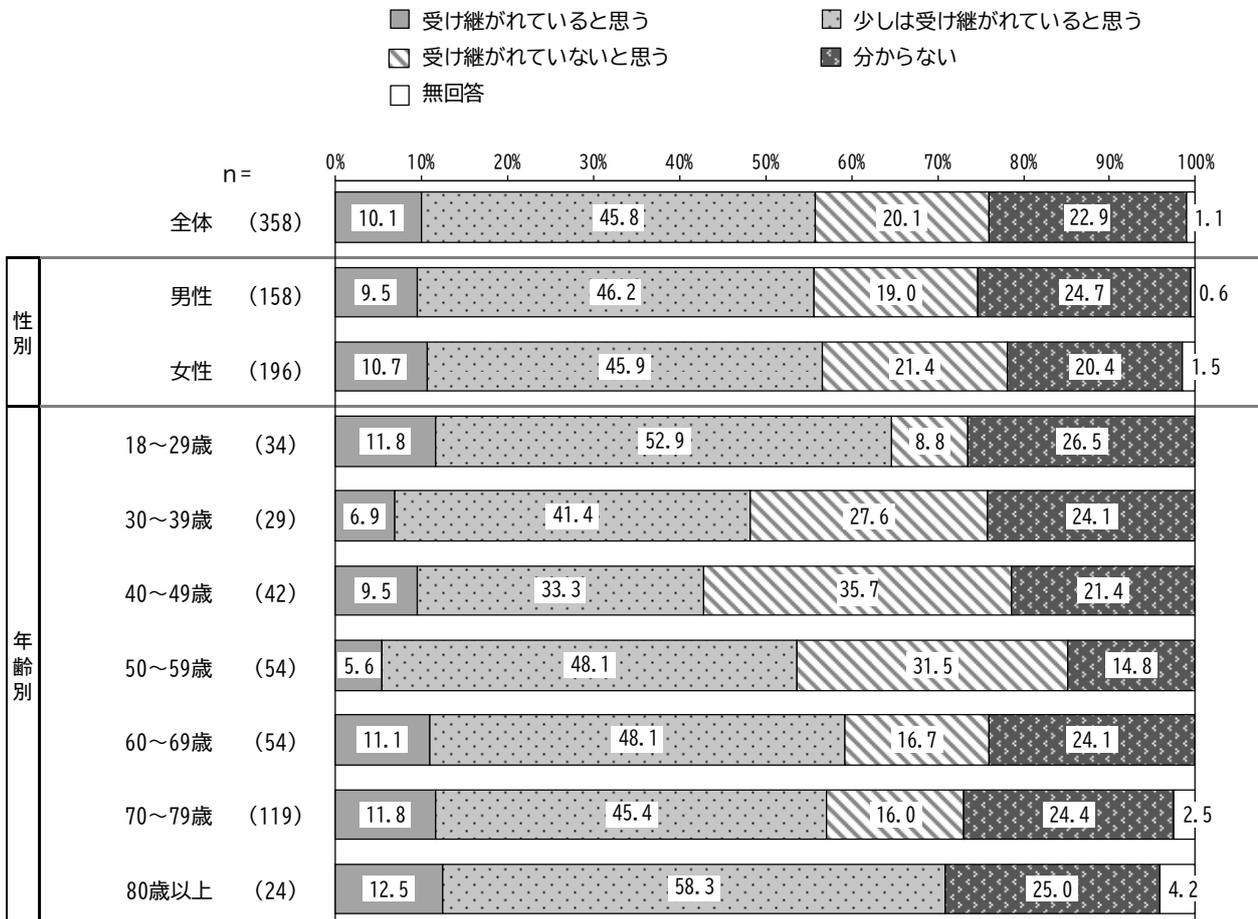
前回調査と比較すると、「受け継がれていると思う」が18.0ポイント下がっており、「受け継がれていないと思う」が10.6ポイント上がっています。



【性別・年齢別】

性別でみると、「受け継がれていると思う」は男女ともに1割前後で、あまり差はありません。

年齢別でみると、「受け継がれていると思う」は、[18~29歳]と60歳以上で1割を超えています。反対に「受け継がれていないと思う」は40~50歳代で3割を超えて他の年齢よりも高くなっています。



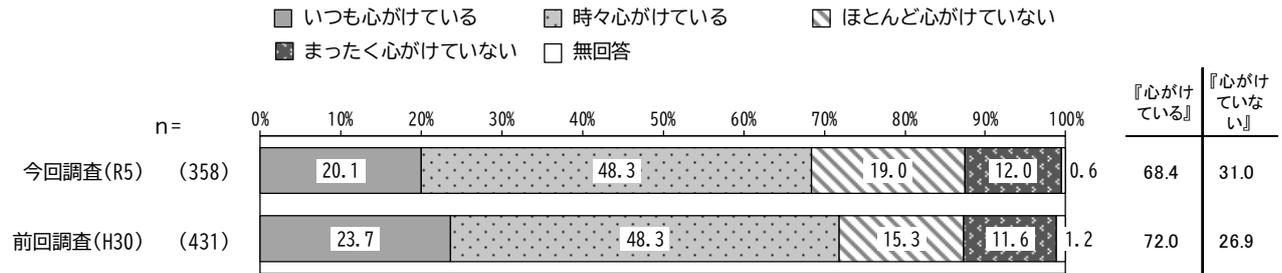
II 18歳以上の調査結果

(10) 地産地消への意識

問 30 地域で生産された農産物や加工品を地域で消費する取り組み(地産地消)を心がけていますか。(〇は1つ)

地産地消を心がけているかについては、「いつも心がけている」(20.1%)と「時々心がけている」(48.3%)を合わせた『心がけている』が(68.4%)と6割半ばを超えており、「ほとんど心がけていない」(19.0%)と「まったく心がけていない」(12.0%)を合わせた『心がけていない』(31.0%)を37.4ポイント上回っています。

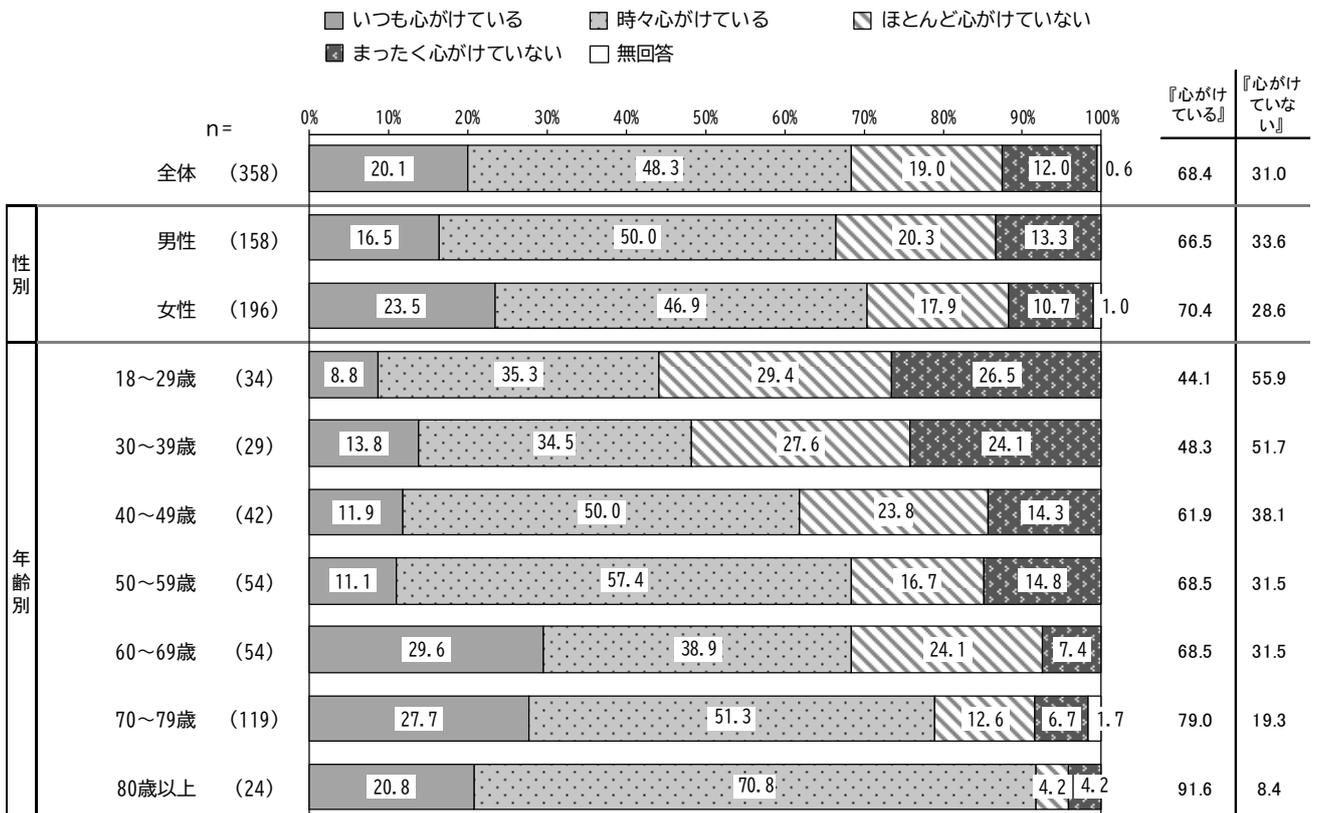
前回調査と比較すると、「いつも心がけている」が3.6ポイント下がっています。



【性別・年齢別】

性別でみると、「いつも心がけている」は、[女性](23.5%)が[男性](16.5%)を7.0ポイント上回っています。

年齢別でみると、『心がけている』は年齢が上がるにつれて高くなる傾向にあり、[80歳以上]で9割を超えています。一方、『心がけていない』は、40歳未満の年齢で5割を超えて高くなっています。

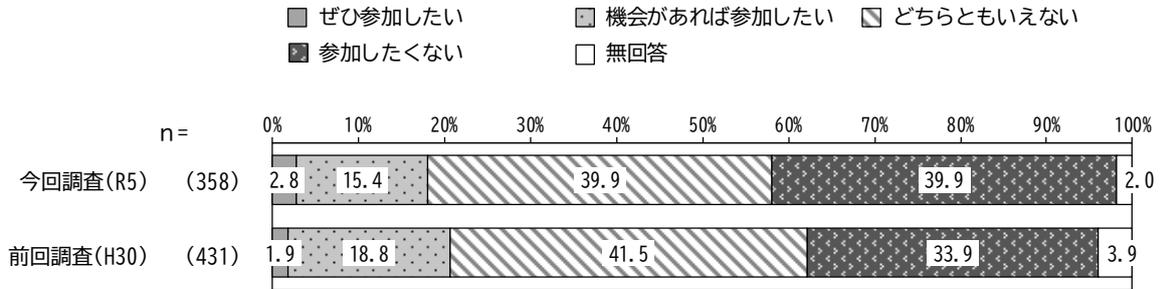


(11) 農業体験の参加意向

問 31 町内で米作りなど農業体験の機会があれば参加したいですか。(○は1つ)

米作りなど農業体験の参加意向は、「ぜひ参加したい」が(2.8%)、「機会があれば参加したい」が(15.4%)と、参加したいと思う割合が2割近くを占めています。一方、「参加したくない」は(39.9%)と4割を占めています。

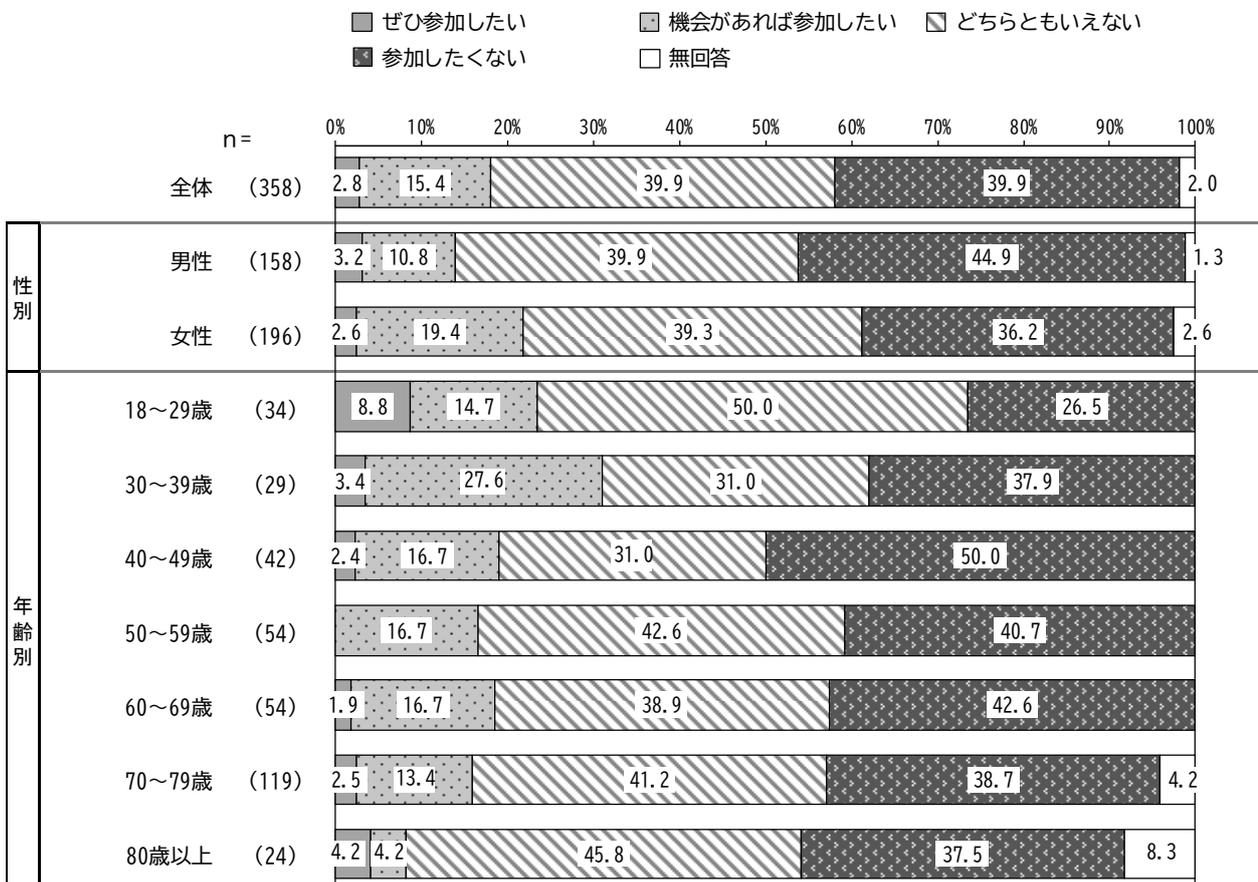
前回調査と比較すると、「機会があれば参加したい」が3.4ポイント下がっています。



【性別・年齢別】

性別でみると、「機会があれば参加したい」は、〔女性〕が(19.4%)と2割近くを占めて、〔男性〕(10.8%)を8.6ポイント上回っています。反対に「参加したくない」は〔男性〕(44.9%)が〔女性〕(36.2%)を8.7ポイント上回っています。

年齢別でみると、「ぜひ参加したい」は〔18～29歳〕(8.8%)で、「機会があれば参加したい」は〔30～39歳〕(27.6%)で、他の年齢よりも高くなっています。

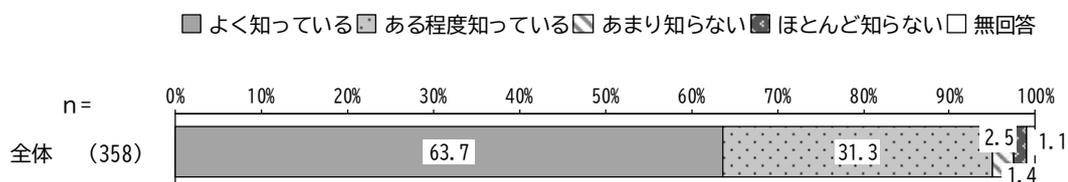


II 18歳以上の調査結果

(12) 「食品ロス」の認知状況

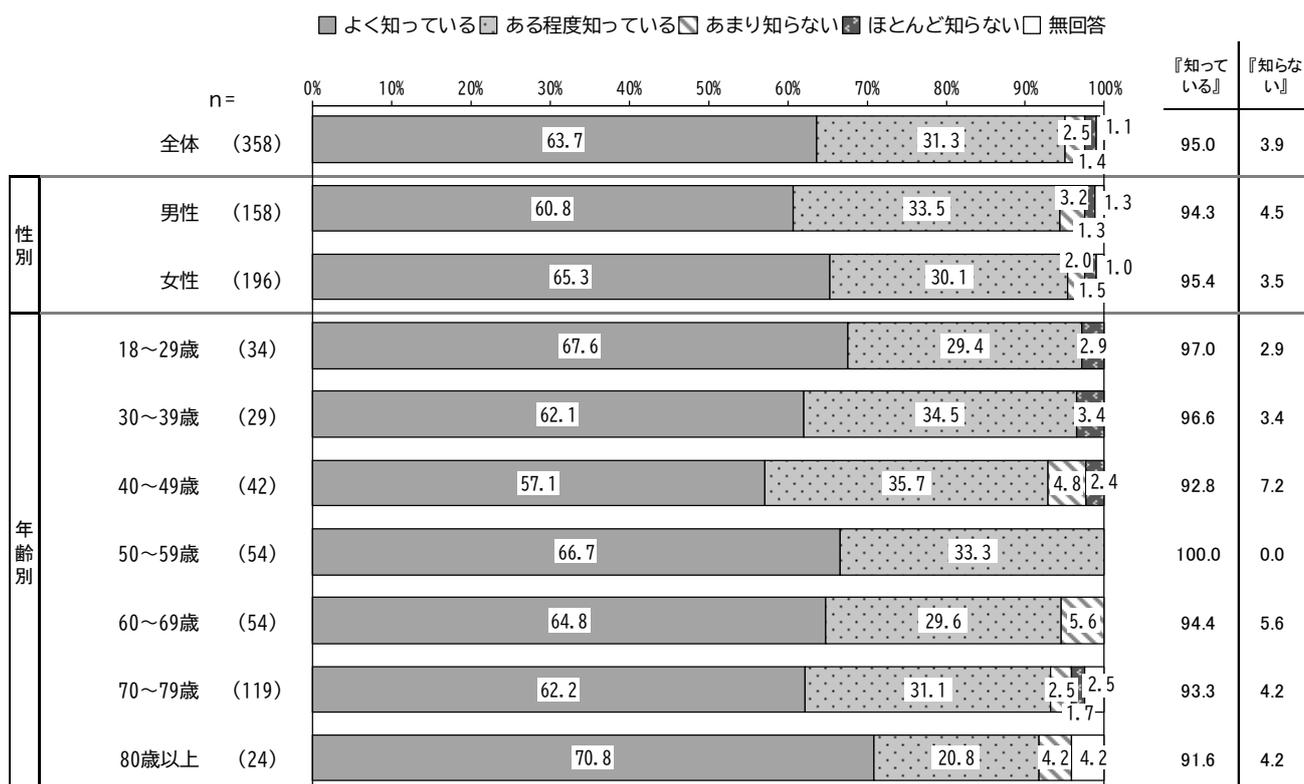
問 32 「食品ロス」という問題を知っていますか。(○は1つ)

食品ロスの認知状況は、「よく知っている」(63.7%)と「ある程度知っている」(31.3%)を合わせた『知っている』が(95.0%)と9割半ばを占めており、「あまり知らない」(2.5%)と「ほとんど知らない」(1.4%)を合わせた『知らない』を上回っています。



【性別・年齢別】

性別で見ると、『知っている』は男女ともに9割半ば前後を占めています。
年齢別で見ると、『知っている』は、いずれの年齢でも9割を超えています。

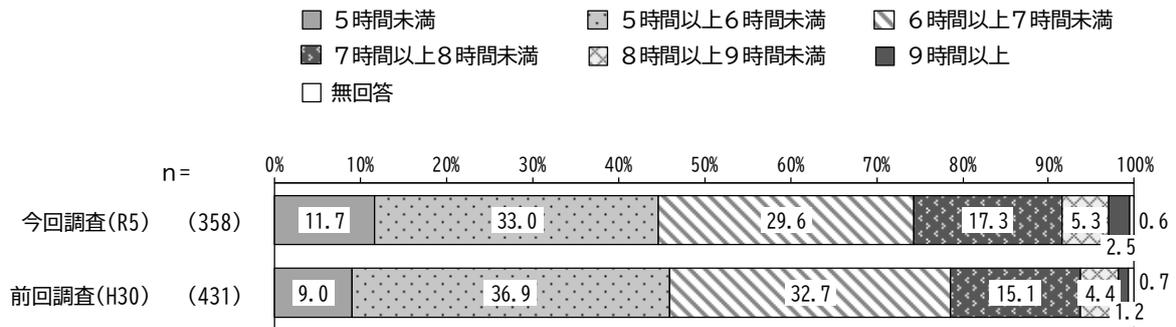


6. 睡眠・ストレスについて

(1) 睡眠時間

問 33 ここ1ヶ月、あなたの1日の平均睡眠時間はどのくらいでしたか。(○は1つ)

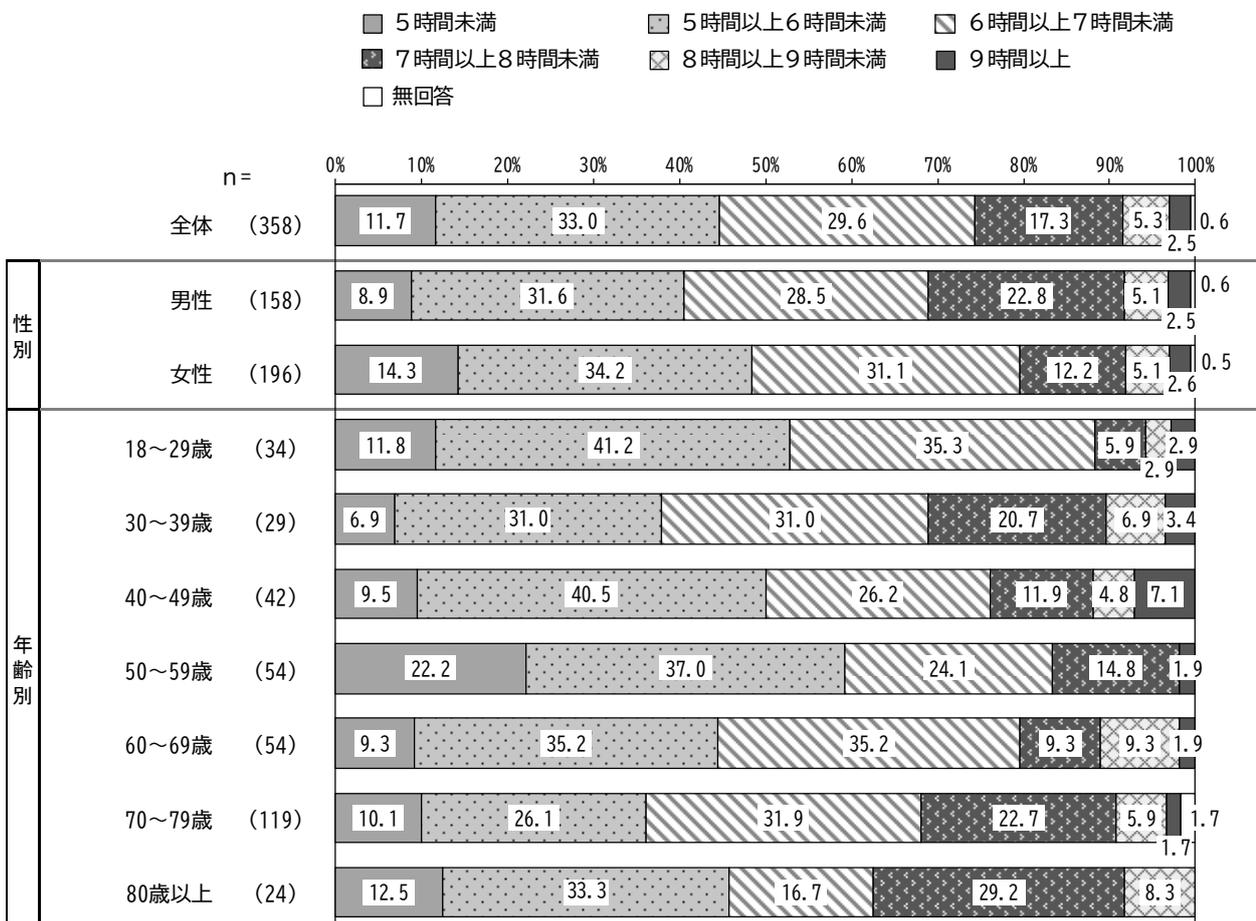
1日の平均睡眠時間は、「5時間以上6時間未満」が(33.0%)と3割を超えて最も高く、次いで「6時間以上7時間未満」が(29.6%)、「7時間以上8時間未満」が(17.3%)続いています。前回調査と比較すると、「5時間以上6時間未満」と「6時間以上7時間未満」の割合がやや下がっています。



【性別・年齢別】

性別で見ると、「5時間未満」は、〔女性〕(14.3%)が〔男性〕(8.9%)を5.4ポイント上回っています。反対に「7時間以上8時間未満」は〔男性〕(22.8%)が〔女性〕(12.2%)を10.6ポイント上回っています。

年齢別で見ると、「5時間未満」は、〔50～59歳〕で(22.2%)と2割を超えて、他の年齢よりも高くなっています。



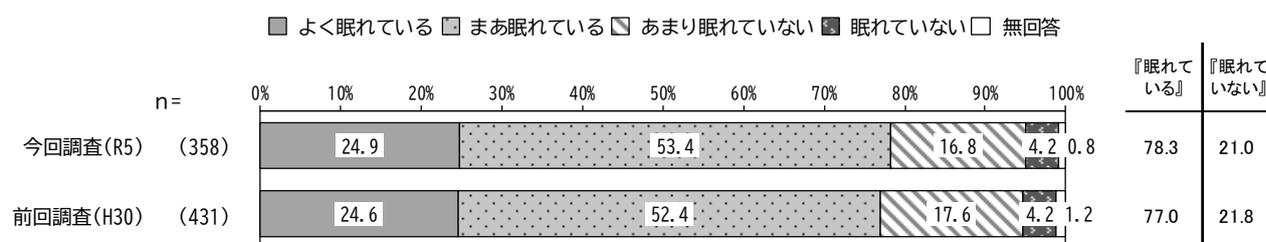
II 18歳以上の調査結果

(2) 睡眠状況

問 34 あなたはよく眠れていると感じますか(○は1つ)

ふだんよく眠れていると感じるかについては、「よく眠れている」(24.9%)と「まあ眠れている」(53.4%)を合わせた『眠れている』は(78.3%)と7割半ばを超えており、「あまり眠れていない」(16.8%)と「眠れていない」(4.2%)を合わせた『眠れていない』(21.0%)を57.3ポイント上回っています。

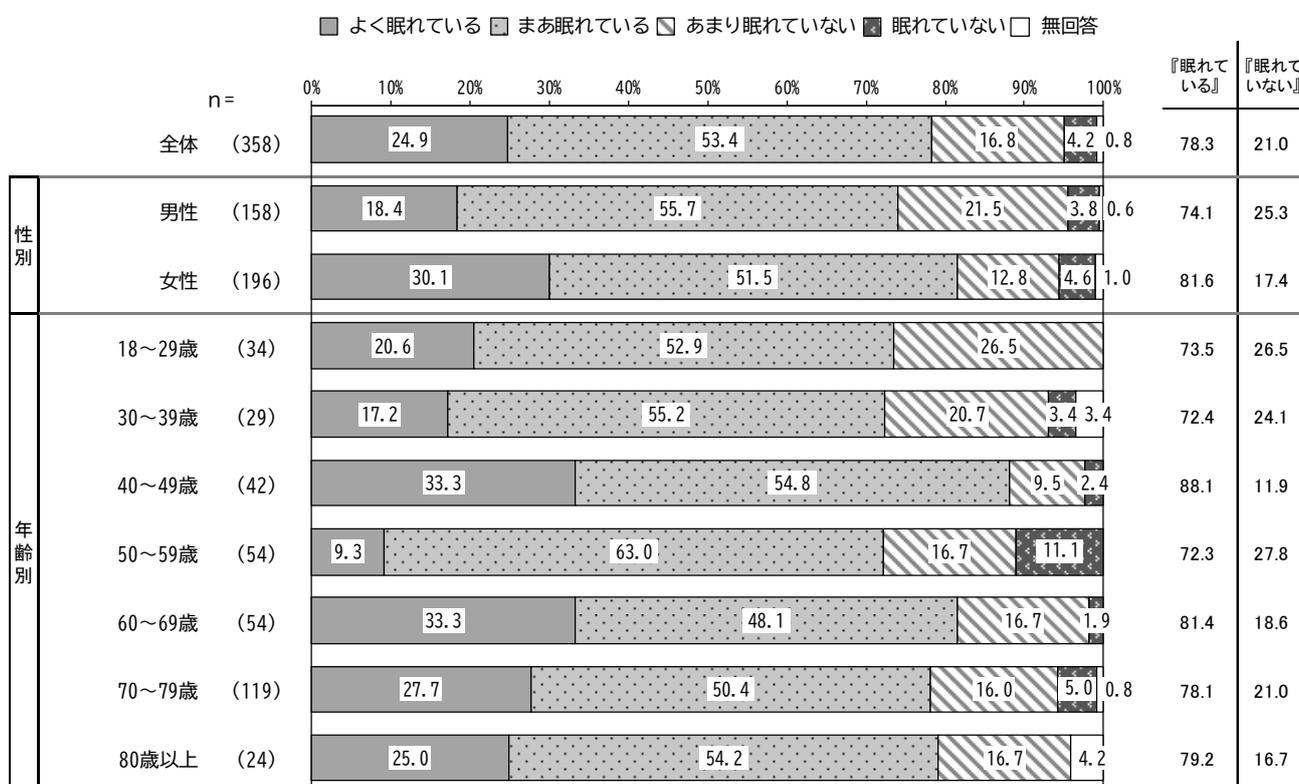
前回調査と比較すると、あまり差はありません。



【性別・年齢別】

性別でみると、「よく眠れている」は、[女性]で(30.1%)と3割を占めており、[男性](18.4%)を11.7ポイント上回っています。反対に「あまり眠れていない」は[男性](21.5%)が[女性](12.8%)を8.7ポイント上回っています。

年齢別でみると、『眠れている』は、いずれの年齢でも7割を超えていますが、特に[40~49歳]と[60~69歳]は8割を超えて高くなっています。一方、[50~59歳]は「眠れていない」が(11.1%)と1割を超えて、他の年齢よりも高くなっています。

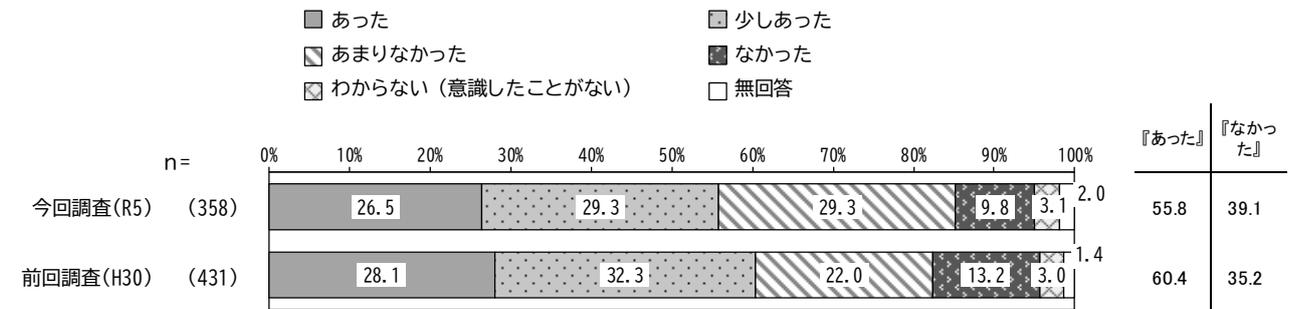


(3) 悩みやストレス等の状況

問 35 この1か月間に不満、悩み、イライラ、ストレス等を感じたことがありますか。(○は1つ)

この1ヶ月の間に不満、悩み、イライラ、ストレス等を感じるがあったかについては、「あった」(26.5%)と「少しあった」(29.3%)を合わせた『あった』が(55.8%)と5割半ばを超えており、「あまりなかった」(29.3%)と「なかった」(9.8%)を合わせた『なかった』(39.1%)を16.7ポイント上回っています。

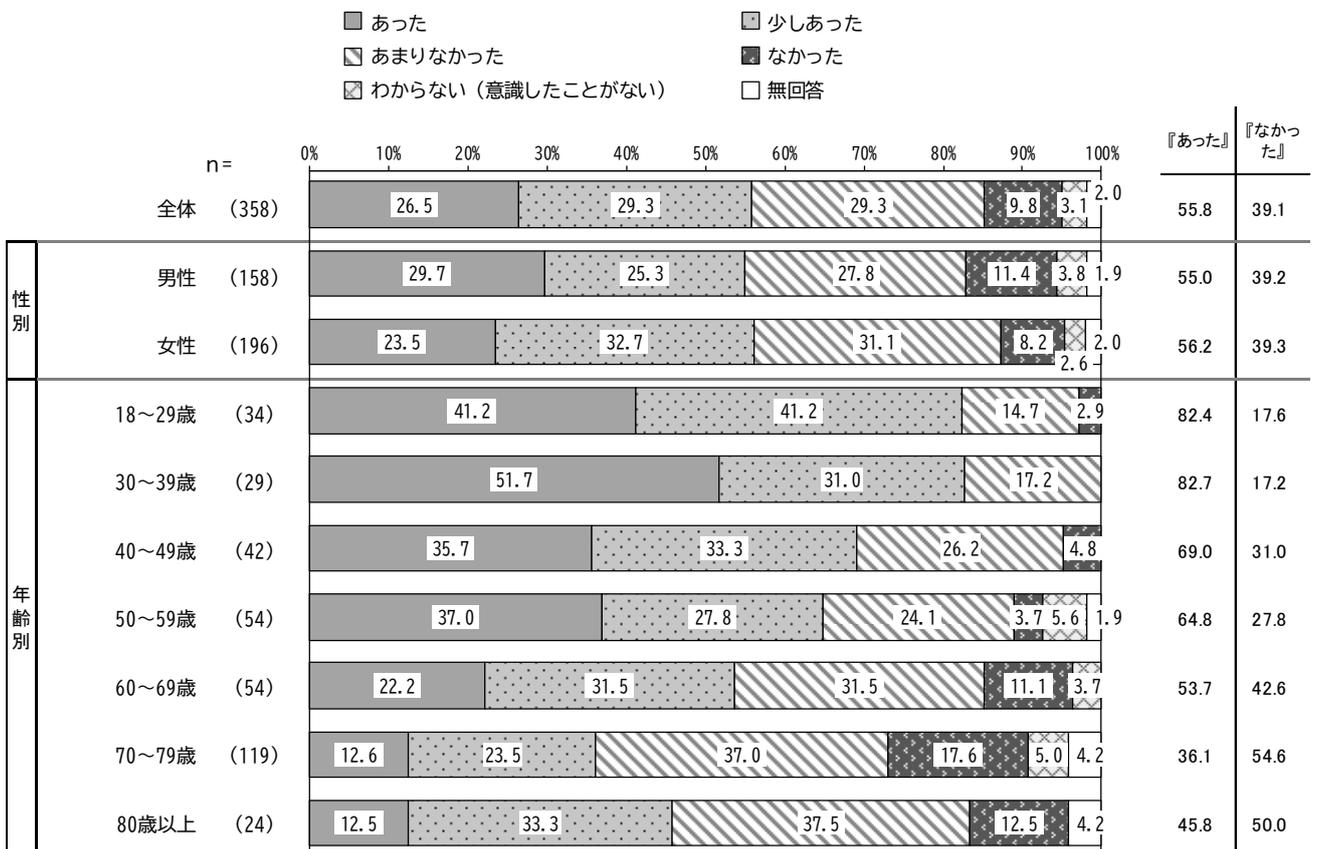
前回調査と比較すると、『あった』割合が4.6ポイント下がっています。



【性別・年齢別】

性別でみると、『あった』は男女ともに5割半ば程度でありあまり差はありませんが、「あった」と「なかった」は〔男性〕の方が、「少しあった」と「あまりなかった」は〔女性〕の方が、それぞれ高くなっています。

年齢別でみると、『あった』は年齢が下がるにつれて高くなる傾向にあり、40歳未満の年齢で8割を超えています。特に〔30～39歳〕では「あった」が(51.7%)と5割を超えて、他の年齢よりも高くなっています。



II 18歳以上の調査結果

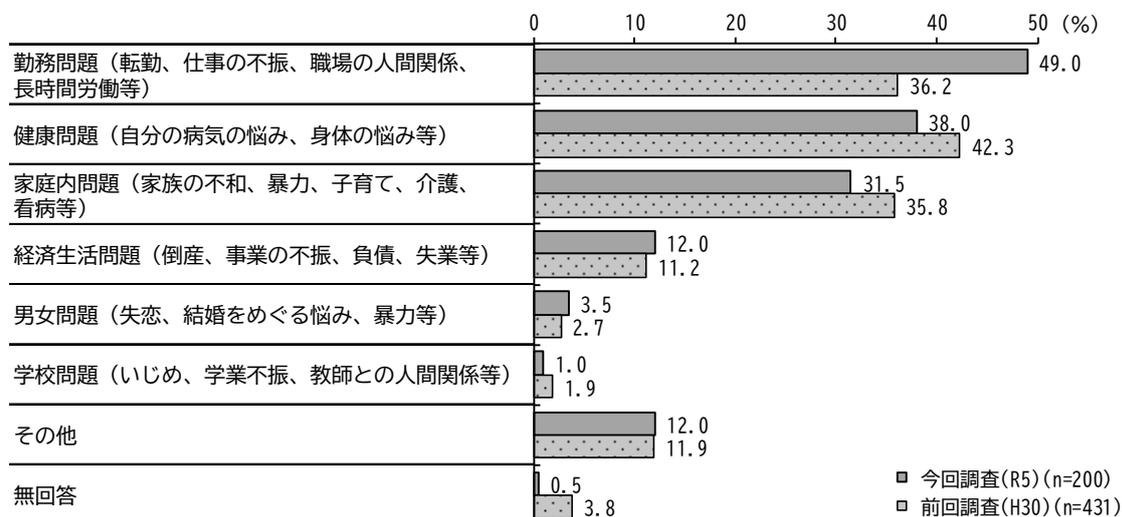
(4) 悩みやストレス等の原因

【問35で「あった」「少しあった」とお答えの方にお聞きします。】

問35-1 どのような不満、悩み、イライラ、ストレス等がありますか。(あてはまるものすべてに○)

悩みやストレス等の原因は、「勤務問題」が(49.0%)と5割近くで最も高く、次いで「健康問題」(38.0%)、「家庭内問題」(31.5%)が3割台で続いています。

前回調査と比較すると、「勤務問題」が12.8ポイント上がっています。



【性別・年齢別】

性別でみると、男女ともに「勤務問題」が5割程度で最も高くなっています。「家庭内問題」では〔女性〕が〔男性〕を12.3ポイント、「経済生活問題」では〔男性〕が〔女性〕を7.0ポイント、それぞれ上回っています。

年齢別でみると、70歳未満の年齢では「勤務問題」が5割を超えて最も高く、特に〔30～39歳〕では(79.2%)と8割近くで、他の年齢よりも高くなっています。また、70歳以上の年齢では「健康問題」が5割を超えて最も高くなっています。

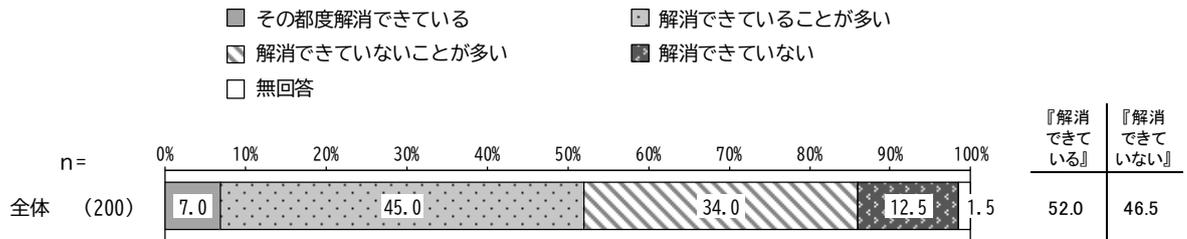
(単位:%)		n	家庭内問題	健康問題	経済生活問題	勤務問題	男女問題	学校問題	その他	無回答
全体		(200)	31.5	38.0	12.0	49.0	3.5	1.0	12.0	0.5
性別	男性	(87)	24.1	36.8	16.1	50.6	3.4	2.3	11.5	1.1
	女性	(110)	36.4	39.1	9.1	48.2	3.6	0.0	11.8	0.0
年齢別	18～29歳	(28)	7.1	32.1	7.1	60.7	17.9	7.1	10.7	0.0
	30～39歳	(24)	41.7	25.0	20.8	79.2	0.0	0.0	4.2	0.0
	40～49歳	(29)	41.4	34.5	24.1	62.1	6.9	0.0	0.0	3.4
	50～59歳	(35)	22.9	34.3	14.3	62.9	0.0	0.0	11.4	0.0
	60～69歳	(29)	37.9	27.6	6.9	51.7	0.0	0.0	20.7	0.0
	70～79歳	(43)	39.5	53.5	4.7	16.3	0.0	0.0	16.3	0.0
	80歳以上	(11)	18.2	63.6	9.1	0.0	0.0	0.0	27.3	0.0

(5) 悩みやストレス等の解消状況

【問 35 で「あった」「少しあった」とお答えの方にお聞きします。】

問 35-2 不満、悩み、イライラ、ストレス等を感じるたびに、解消はできていますか。(○は1つ)

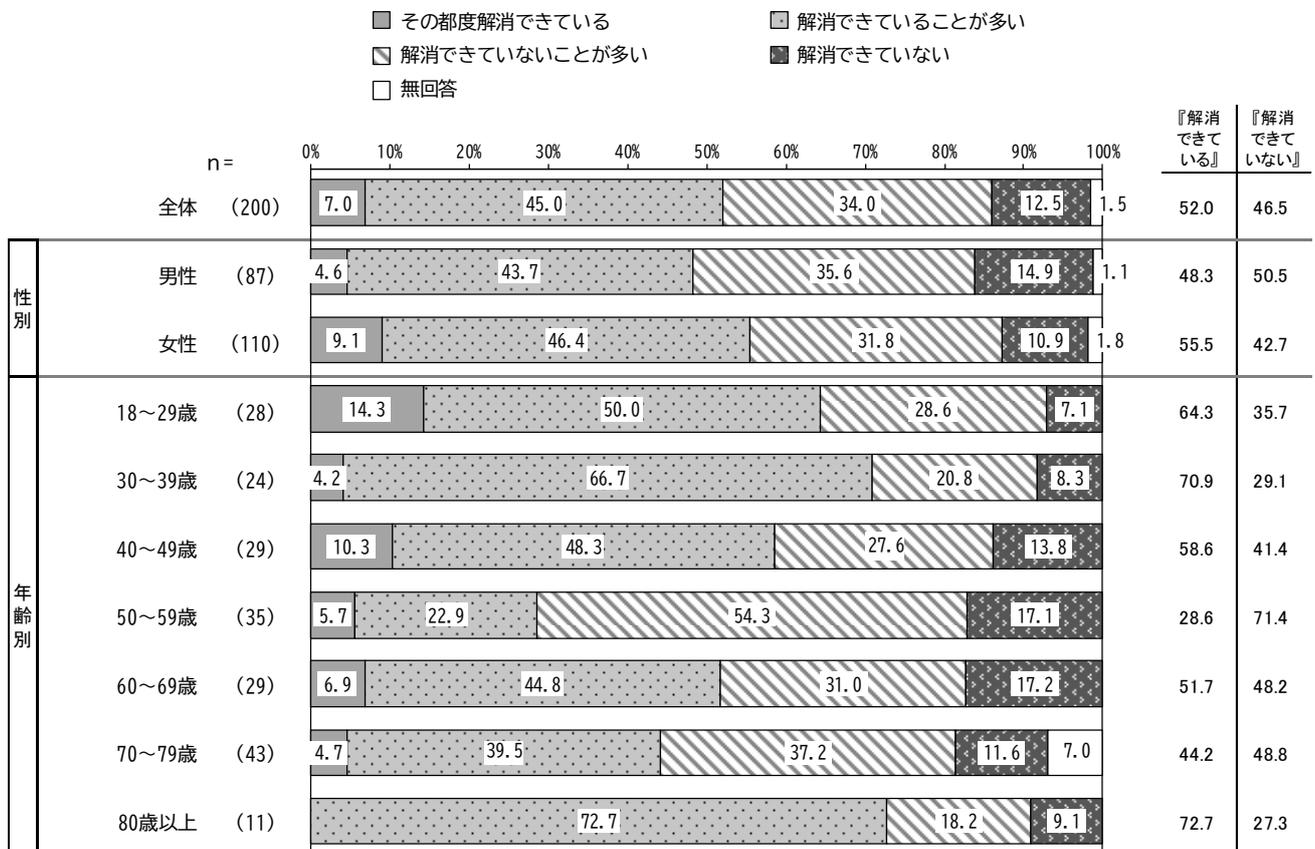
悩みやストレス等の解消状況は、「その都度解消できている」(7.0%)と「解消できていることが多い」(45.0%)を合わせた『解消できている』が(52.0%)と5割を超えており、「解消できていないことが多い」(34.0%)と「解消できていない」(12.5%)を合わせた『解消できていない』(46.5%)を5.5ポイント上回っています。



【性別・年齢別】

性別でみると、『解消できていない』は、[男性]が(50.5%)と5割を占めて、[女性](42.7%)を7.8ポイント上回っています。

年齢別でみると、『解消できていない』は、[50~59歳]で(71.4%)と7割を超えて、他の年齢よりも高くなっています。



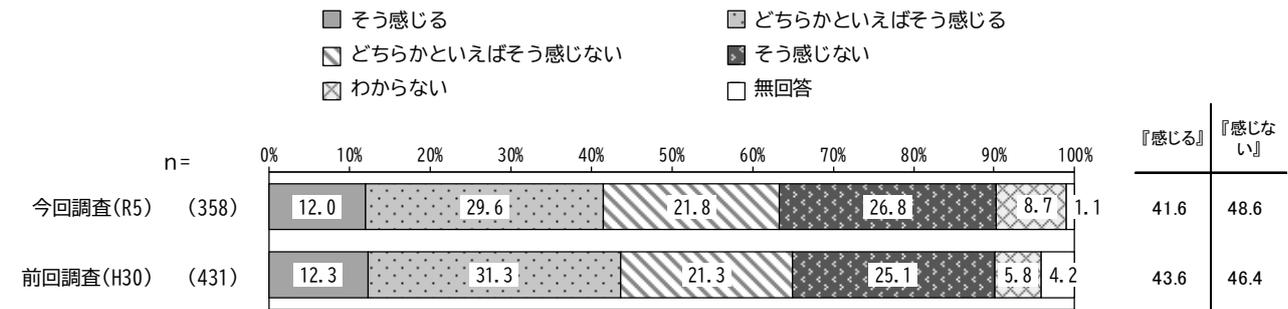
II 18歳以上の調査結果

(6) 助けや相談を求めることへのためらい

問36 あなたは、悩みを抱えたときやストレスを感じたときに、誰かに相談をしたり、助けを求めたりすることにためらいを感じますか。(○は1つ)

助けや相談を求めることにためらいを感じるかについては、「そう感じる」(12.0%)と「どちらかといえばそう感じる」(29.6%)を合わせた『感じる』が(41.6%)と4割を超えています。反対に「どちらかといえばそう感じない」(21.8%)と「そう感じない」(26.8%)を合わせた『感じない』(48.6%)は4割半ばを超えています。

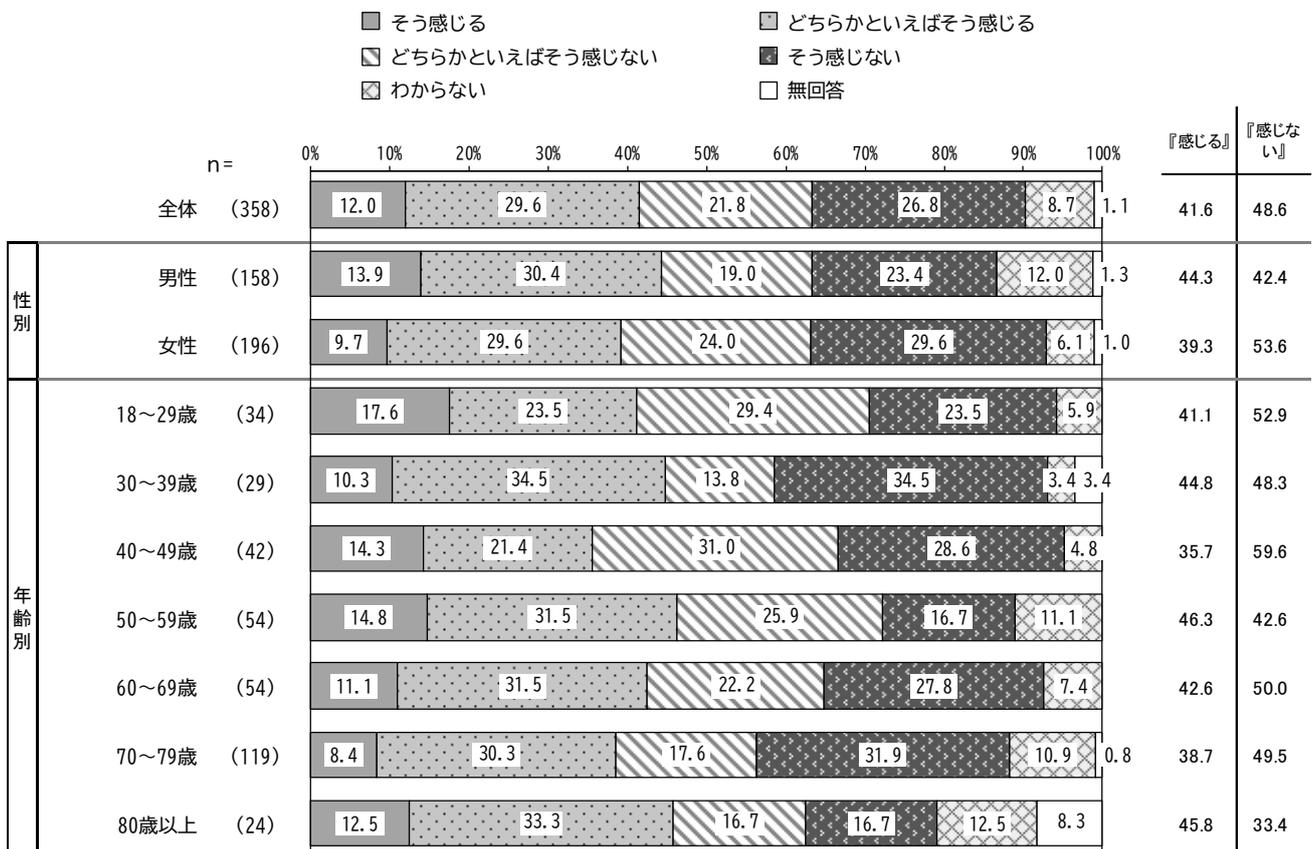
前回調査と比較すると、『感じる』割合はやや下がっていますが、あまり差はありません。



【性別・年齢別】

性別でみると、「そう感じる」は、[男性]が(13.9%)と1割を超えて、[女性](9.7%)を4.2ポイント上回っています。

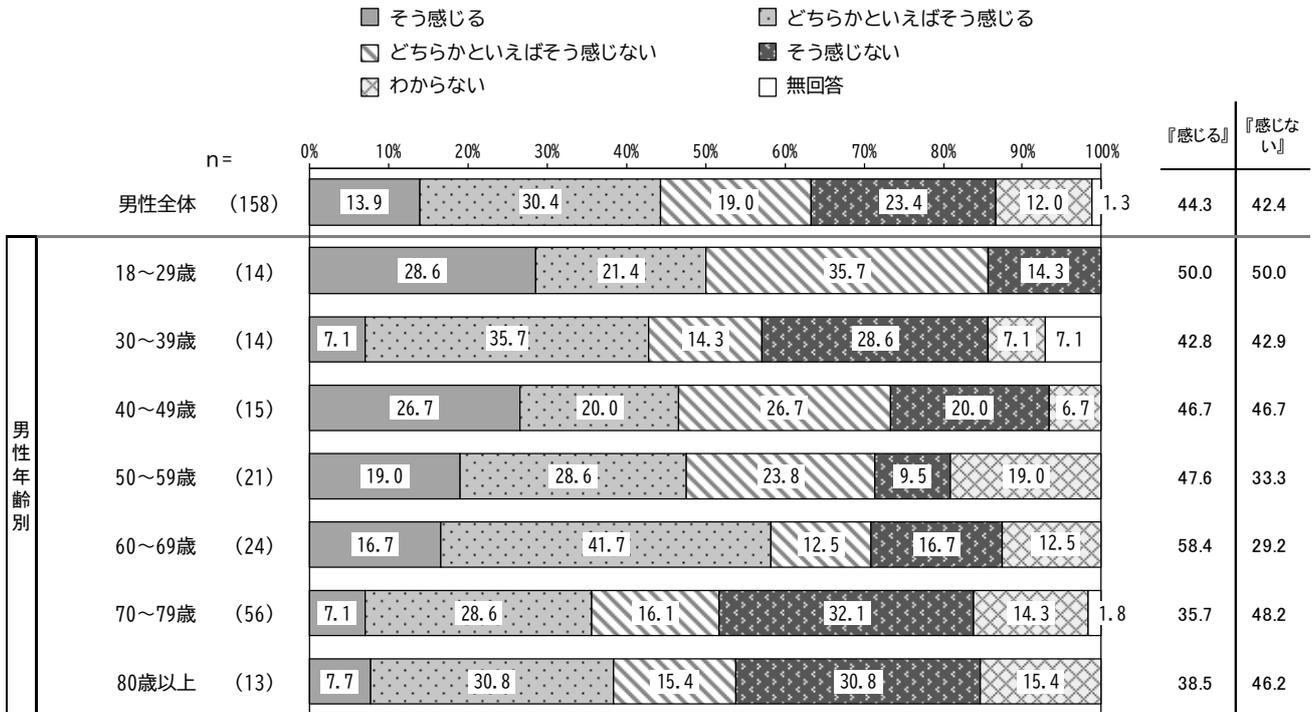
年齢別でみると、『感じる』は、[40~49歳]と[70~79歳]以外のいずれの年齢でも4割を超えています。



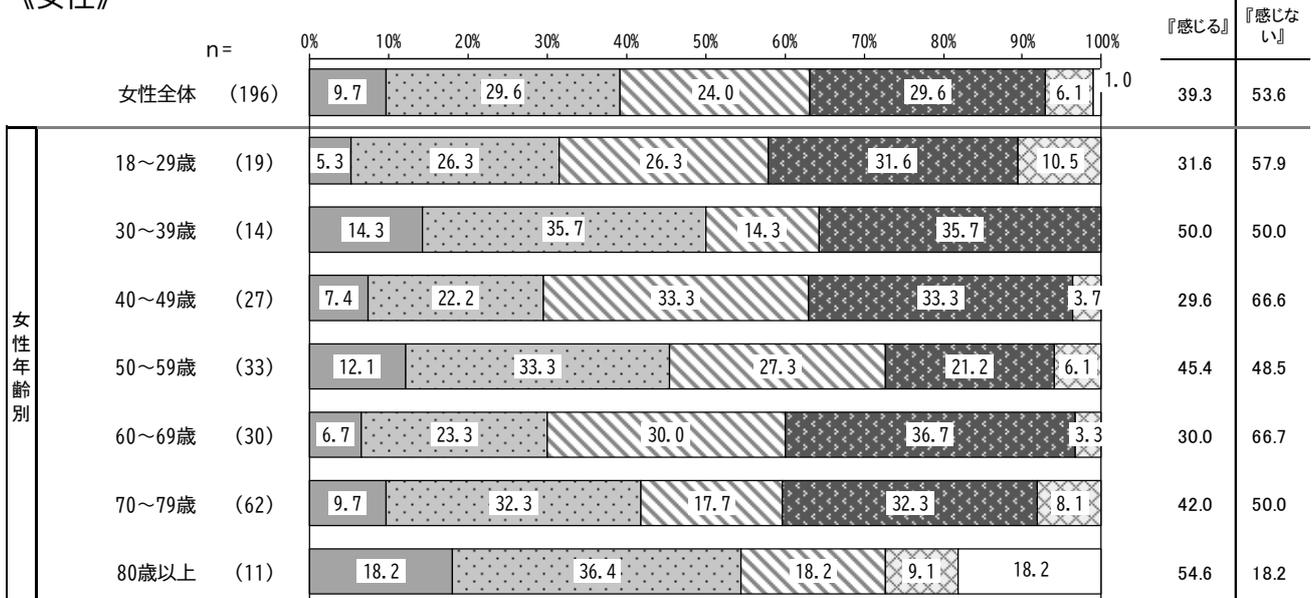
【性年齢別】

性年齢別でみると、「そう感じる」は、《男性》の〔18～29歳〕と〔40～49歳〕で2割半ばを超えて高くなっています。また、『感じる』割合は、《男性》の〔18～29歳〕と〔60～69歳〕、《女性》の〔30～39歳〕と〔80歳以上〕で5割以上となっています。

《男性》



《女性》

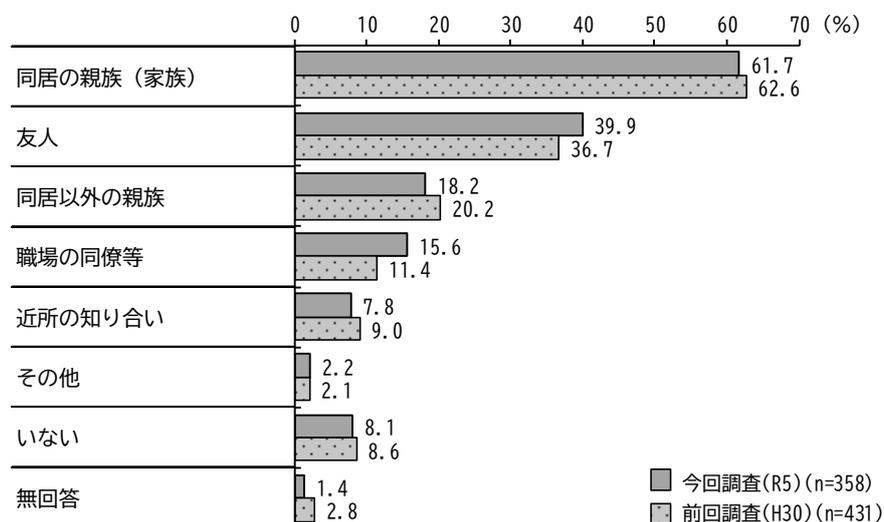


II 18歳以上の調査結果

(7) 不安や悩み等に耳を傾けてくれる人

問 37 あなたの不安や悩みやつらい気持ちを受け止めて、耳を傾けてくれる人はいますか。
(あてはまるものすべてに○)

不安や悩みやつらい気持ちを受け止めて、耳を傾けてくれる人は、「同居の親族(家族)」が(61.7%)と6割を超えて最も高く、次いで「友人」(39.9%)、「同居以外の親族」(18.2%)が続いています。前回調査と比較すると、全体的にあまり差はありません。



【性別・年齢別】

性別でみると、男女ともに「同居の親族(家族)」が最も高くなっています。また、「同居の親族(家族)」以外のいずれの相談相手も〔女性〕が〔男性〕を上回っています。

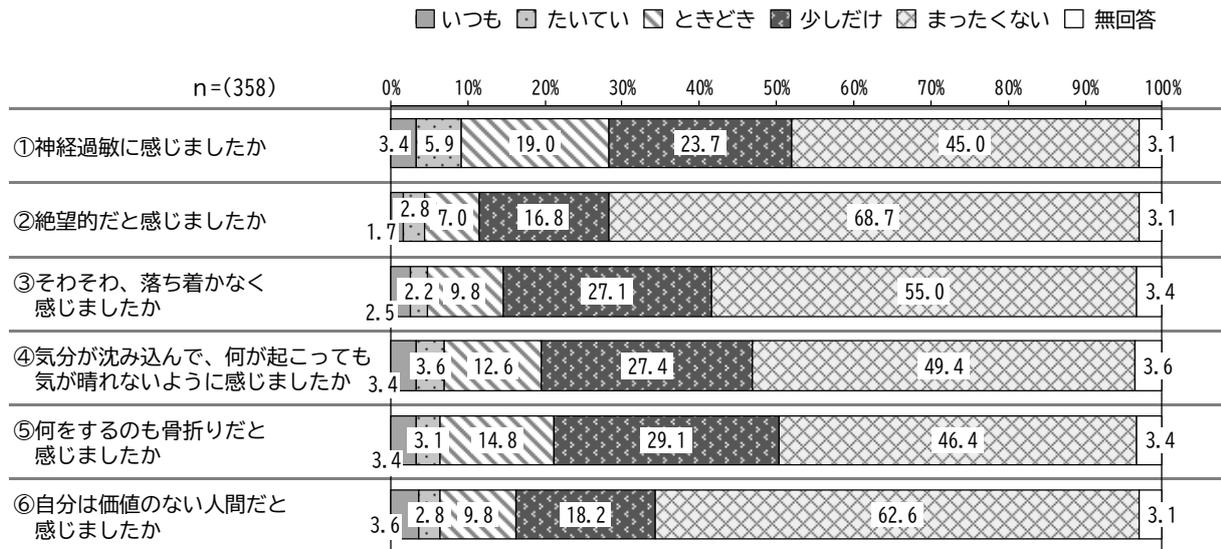
年齢別でみると、いずれの年齢でも「同居の親族(家族)」が最も高くなっています。また、「友人」が〔18～29歳〕と〔40～49歳〕で5割を超えて、他の年齢よりも高くなっています。一方、「いない」は〔50～59歳〕で(18.5%)と2割近くで、他の年齢よりも高くなっています。

(単位:%)		n	同居の親族(家族)	同居以外の親族	友人	職場の同僚等	近所の知り合い	その他	いない	無回答
全体		(358)	61.7	18.2	39.9	15.6	7.8	2.2	8.1	1.4
性別	男性	(158)	67.7	10.1	27.8	12.7	5.7	1.3	12.0	1.9
	女性	(196)	56.6	24.5	49.0	18.4	9.7	3.1	5.1	1.0
年齢別	18～29歳	(34)	70.6	11.8	67.6	29.4	0.0	8.8	5.9	0.0
	30～39歳	(29)	58.6	20.7	44.8	17.2	0.0	3.4	3.4	3.4
	40～49歳	(42)	69.0	16.7	52.4	31.0	11.9	2.4	9.5	2.4
	50～59歳	(54)	51.9	13.0	40.7	27.8	5.6	0.0	18.5	0.0
	60～69歳	(54)	57.4	22.2	37.0	20.4	16.7	0.0	5.6	0.0
	70～79歳	(119)	65.5	17.6	27.7	1.7	9.2	1.7	5.9	2.5
	80歳以上	(24)	58.3	29.2	37.5	0.0	0.0	4.2	8.3	0.0

(8) ネガティブな精神状態の状況

問 38 次のそれぞれの質問について、過去1か月の間に感じることはありましたか。
 (①～⑥それぞれに○は1つずつ)

過去1か月の間に①～⑥のネガティブな精神状態を感じたかについて、「まったくない」と「無回答」以外の『感じた』割合は、〔①神経過敏に感じましたか〕と〔⑤何をするのも骨折りだと感じましたか〕で5割を超えており、〔③そろそろ、落ち着かなく感じましたか〕と〔④気分が沈み込んで、何が起ころしても気が晴れないように感じましたか〕で4割を超えています。

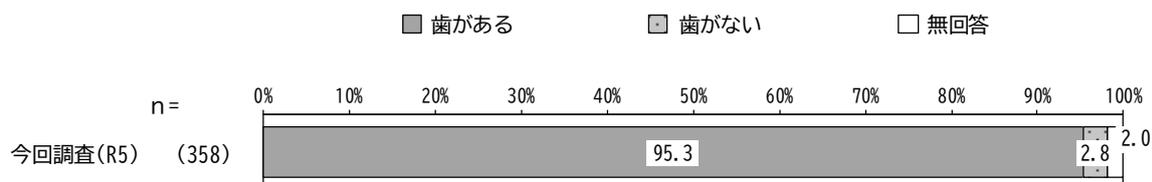


7. 歯の健康について

(1) 歯の本数

問 39 現在あなたの歯は何本ありますか。歯の本数を記入して下さい。親知らず(歯肉に埋まっている歯は数えません。)、差し歯も含めて全て数えます。(〇は1つ)

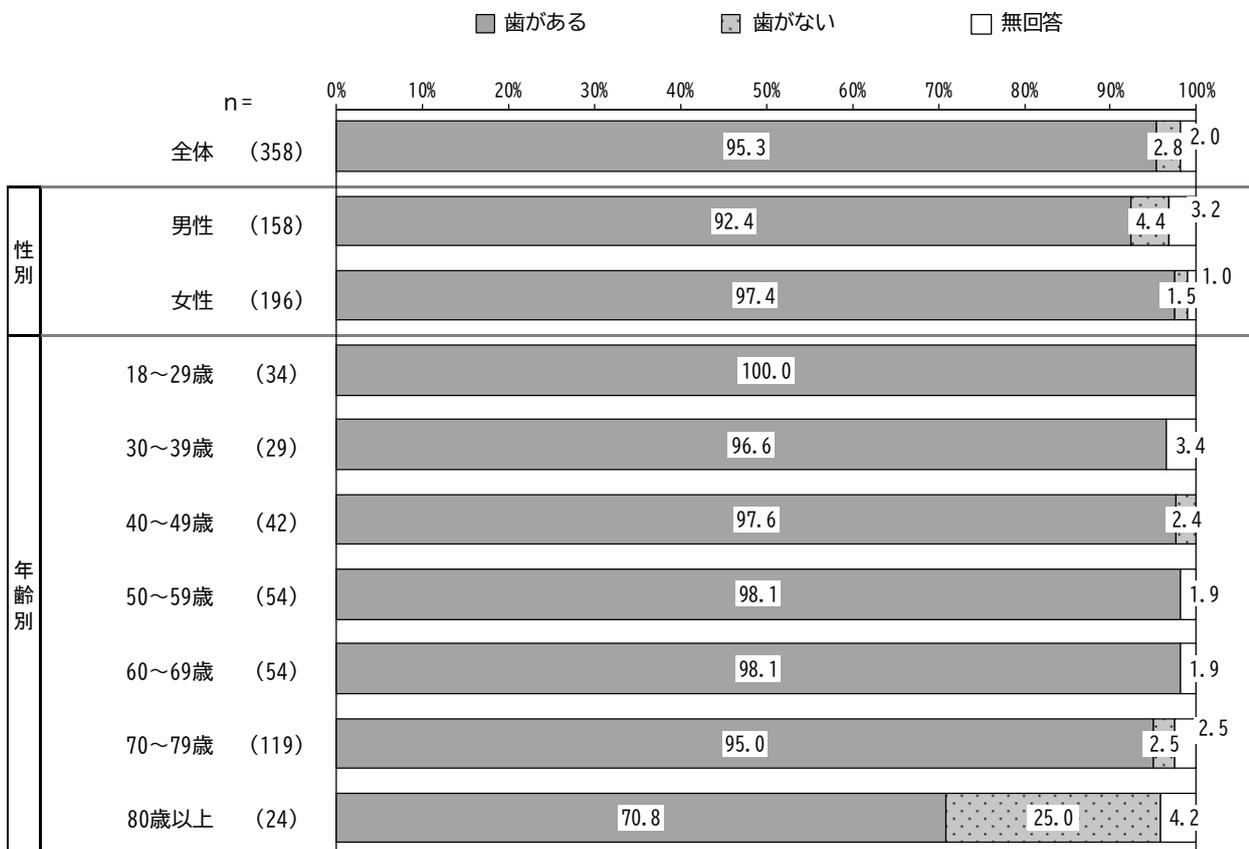
歯の有無は、「歯がある」が(95.3%)と9割半ばを占めており、「歯がない」は(2.8%)となっています。



【性別・年齢別】

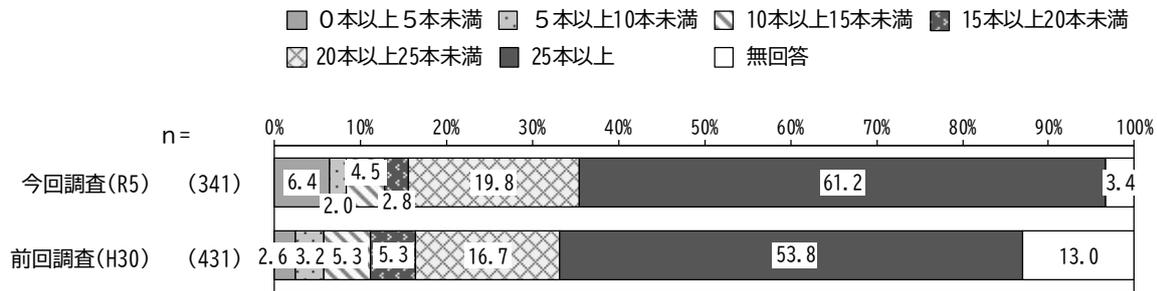
性別で見ると、「歯がある」割合は、男女ともに9割を超えていますが、〔女性〕が〔男性〕を5.0ポイント上回っています。

年齢別で見ると、「歯がある」は、80歳未満の年齢でいずれも9割半ば以上となっています。〔80歳以上〕では、「歯がない」が(25.0%)となっています。



歯の本数は、「25本以上」が（64.2%）と6割を超えており、「20本以上25本未満」（20.8%）と合わせると、20本以上が8割半ばを占めています。

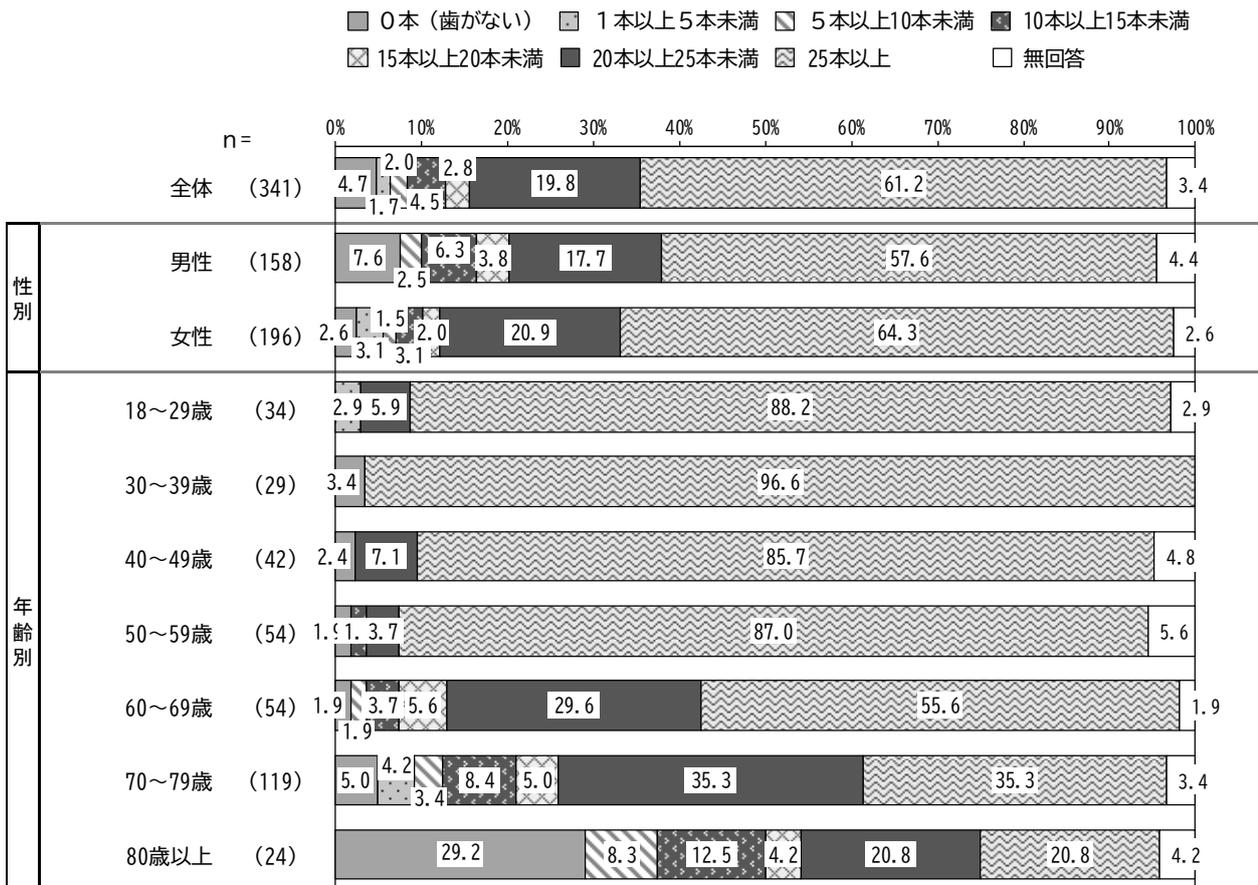
前回調査と比較すると、「25本以上」が7.4ポイント上がっています。



【性別・年齢別】

性別でみると、20本未満の割合は、〔男性〕が（20.2%）と〔女性〕（12.3%）を7.9ポイント上回っています。

年齢別でみると、〔80歳以上〕の20本以上の割合は（41.6%）で4割強となっています。



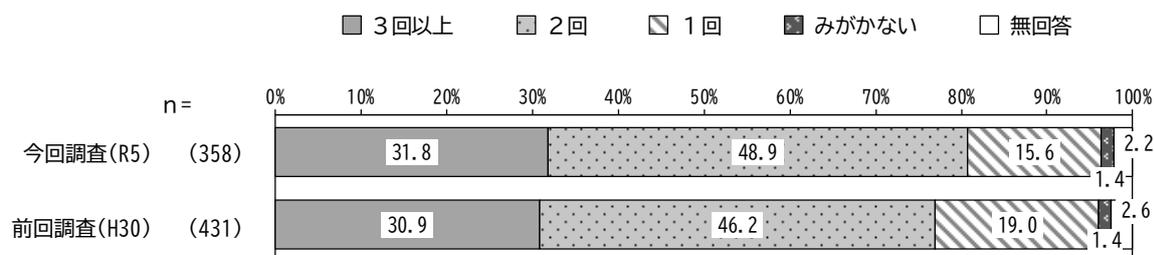
II 18歳以上の調査結果

(2) 歯をみがく回数

問 40 あなたは、1日何回歯をみがきますか。(○は1つ)

1日に歯をみがく回数は、「2回」が(48.9%)と5割近くで最も高く、「3回以上」(31.8%)と合わせると、1日に2回以上歯をみがいている割合は8割を超えています。一方、「1回」は(15.6%)、「みがかない」は(1.4%)となっています。

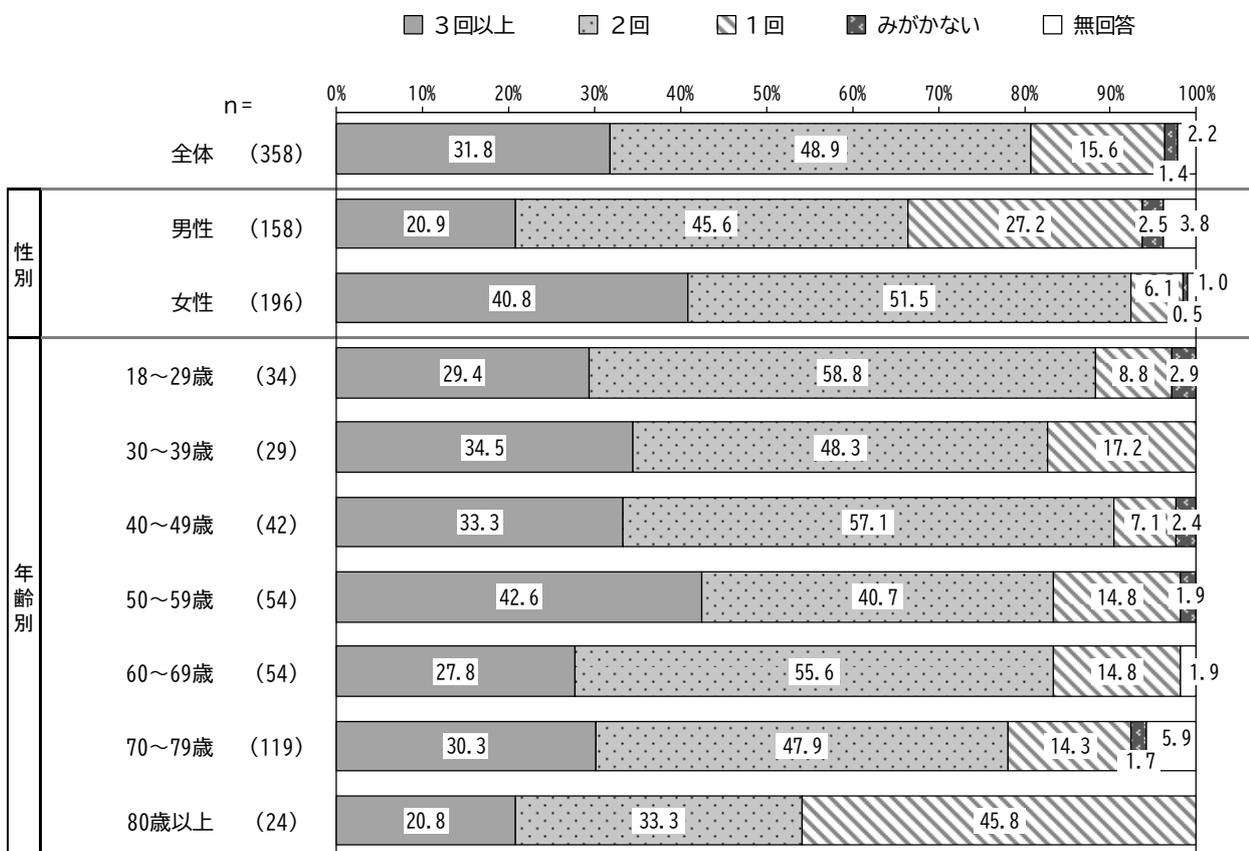
前回調査と比較すると、「2回」と「3回以上」の割合がやや上がっていますが、あまり差はありません。



【性別・年齢別】

性別でみると、「1回」は、〔男性〕が(27.2%)と2割半ばを超えて、〔女性〕(6.1%)を21.1ポイント上回っています。

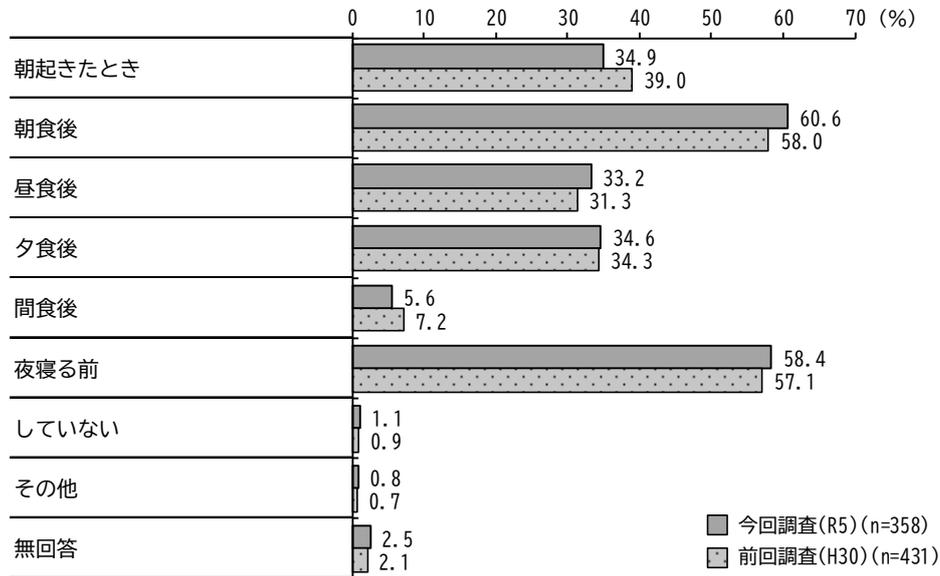
年齢別でみると、「1回」は、〔80歳以上〕で(45.8%)と4割半ばで、他の年齢よりも高くなっています。



(3) 歯みがきの状況

問 41 あなたは、1日のうち、いつ歯みがきをしていますか。(あてはまるものすべてに○)

1日のうちに歯みがきをいつするかについては、「朝食後」(60.6%)と「夜寝る前」(58.4%)が6割前後で他の項目より高くなっています。また、「朝起きたとき」、「昼食後」、「夕食後」はそれぞれ3割台となっています。



【性別・年齢別】

性別でみると、〔女性〕は「朝食後」、〔男性〕は「夜寝る前」が最も高くなっています。また、「朝起きたとき」以外のいずれの歯をみがく機会も、〔女性〕が〔男性〕を上回っています。

(単位:%)		n	朝起きたとき	朝食後	昼食後	夕食後	間食後	夜寝る前	していない	その他	無回答
全 体		(358)	34.9	60.6	33.2	34.6	5.6	58.4	1.1	0.8	2.5
性別	男性	(158)	35.4	49.4	24.1	29.1	2.5	53.8	1.9	0.6	3.8
	女性	(196)	34.2	70.4	40.8	39.3	8.2	61.7	0.5	1.0	1.5
年齢別	18~29歳	(34)	35.3	58.8	35.3	35.3	0.0	64.7	2.9	0.0	2.9
	30~39歳	(29)	55.2	41.4	34.5	31.0	6.9	65.5	0.0	3.4	0.0
	40~49歳	(42)	38.1	64.3	40.5	35.7	7.1	61.9	0.0	0.0	0.0
	50~59歳	(54)	35.2	68.5	48.1	29.6	5.6	57.4	1.9	0.0	0.0
	60~69歳	(54)	20.4	75.9	25.9	29.6	7.4	68.5	0.0	0.0	1.9
	70~79歳	(119)	31.1	60.5	28.6	38.7	5.9	49.6	1.7	1.7	5.9
	80歳以上	(24)	50.0	33.3	20.8	41.7	4.2	58.3	0.0	0.0	0.0

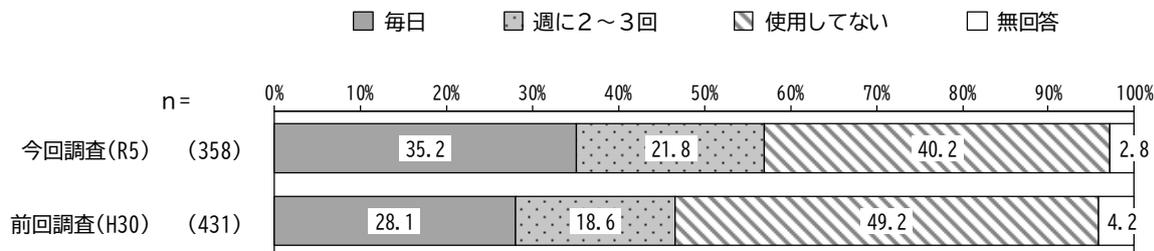
II 18歳以上の調査結果

(4) 歯間清掃道具の使用状況

問 42 デンタルフロスや歯間ブラシなど歯ブラシ以外の清掃道具を使っていますか。(○は1つ)

デンタルフロスや歯間ブラシなど歯間清掃道具使用状況は、「毎日」が(35.2%)と3割半ばで最も高く、「週に2~3回」(21.8%)と合わせると、歯間清掃道具を使用している割合は5割半ばを超えています。一方、「使用していない」は(40.2%)と4割を占めています。

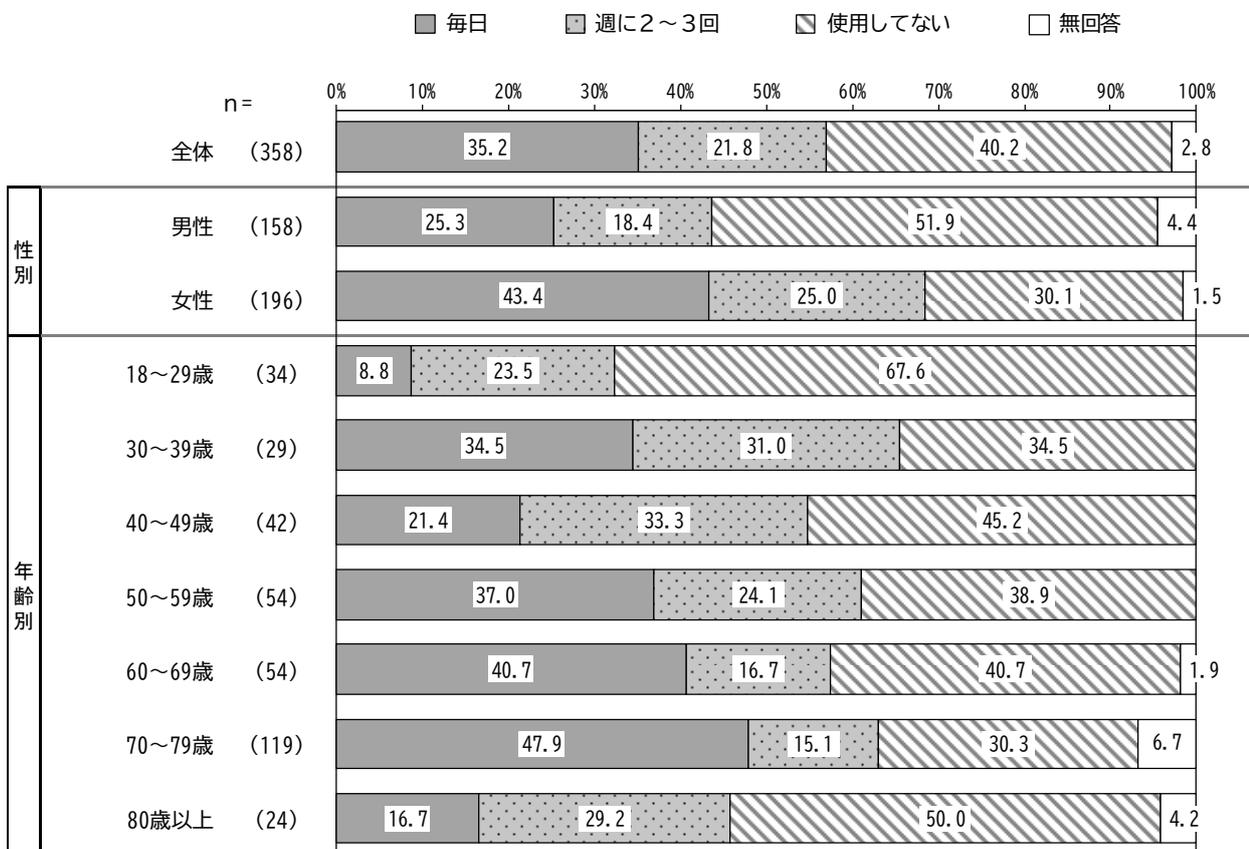
前回調査と比較すると、「使用していない」が9.0ポイント下がっています。



【性別・年齢別】

性別で見ると、「使用していない」は、[男性]が(51.9%)と5割を超えて、[女性](30.1%)を21.8ポイント上回っています。また、[女性]は「毎日」が(43.4%)と4割を超えています。

年齢別で見ると、歯間清掃道具を使用している割合は、30~70歳代で5割を超えており、特に60~70歳代は「毎日」が4割を超えています。反対に「使用していない」は、[18~29歳]で(67.6%)と6割半ばを超えており、他の年齢よりも高くなっています。

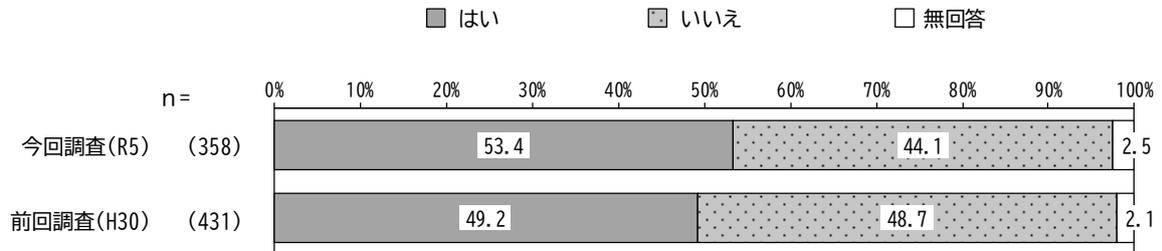


(5) 予防のための歯科医院等の受診状況

問 43 年に1回以上歯の清掃や歯石を取るなど予防のために歯科医院等を受診していますか。
(○は1つ)

予防のために歯科医院等を受診しているかについては、「はい」が(53.4%)、「いいえ」が(44.1%)となっています。

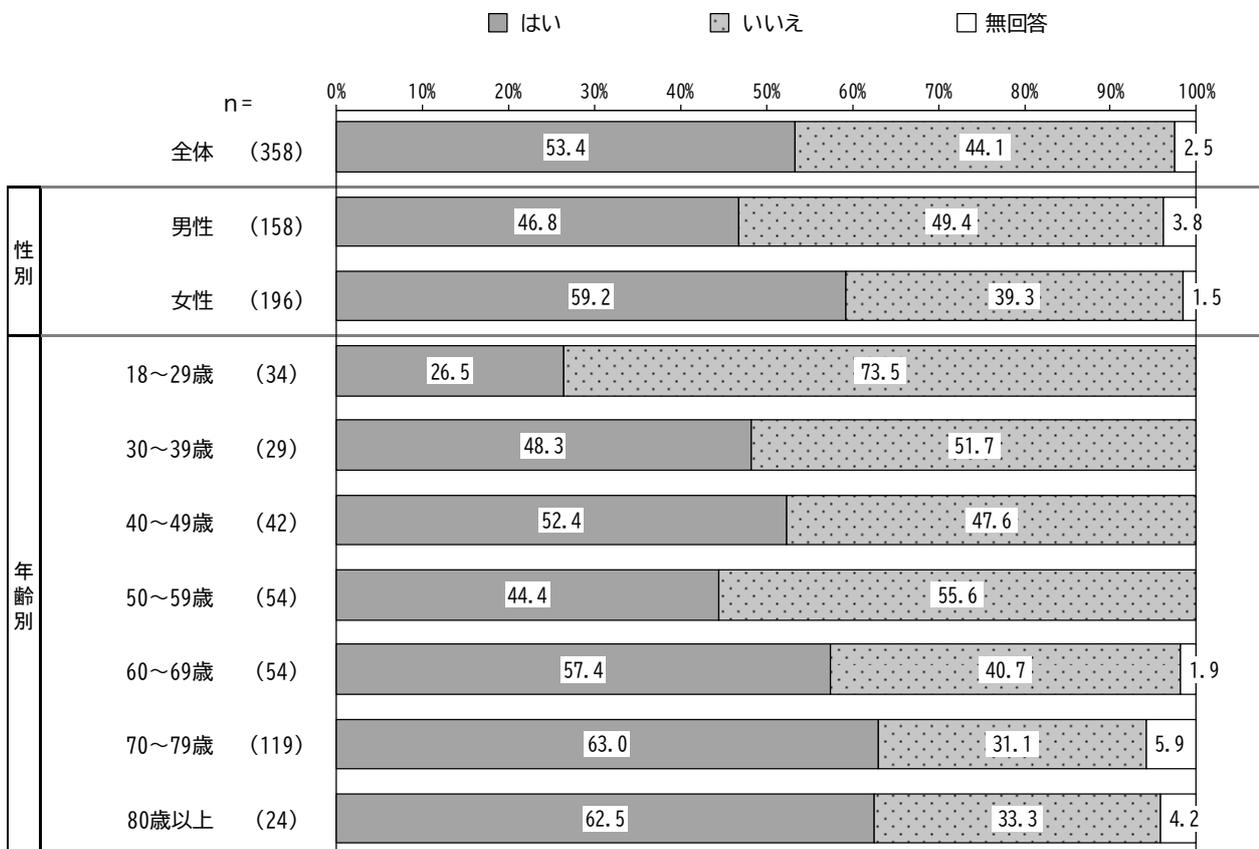
前回調査と比較すると、「はい」が4.2ポイント上がっています。



【性別・年齢別】

性別で見ると、「はい」は、〔女性〕で(59.2%)と6割近くで、〔男性〕(46.8%)を12.4ポイント上回っています。

年齢別で見ると、「はい」は、30歳以上の年齢で4割を超えており、特に70歳以上では6割を超えて高くなっています。反対に「いいえ」は、〔18~29歳〕で(73.5%)と7割を超えて、他の年齢よりも高くなっています。



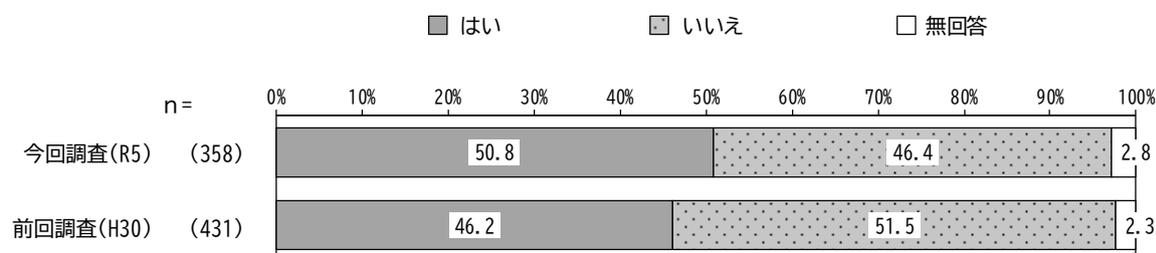
II 18歳以上の調査結果

(6) 歯科検診の受診状況

問 44 定期的に(年に1回以上)歯科検診を受けていますか。(○は1つ)

定期的に歯科検診を受診しているかについては、「はい」が(50.8%)、「いいえ」が(46.4%)となっています。

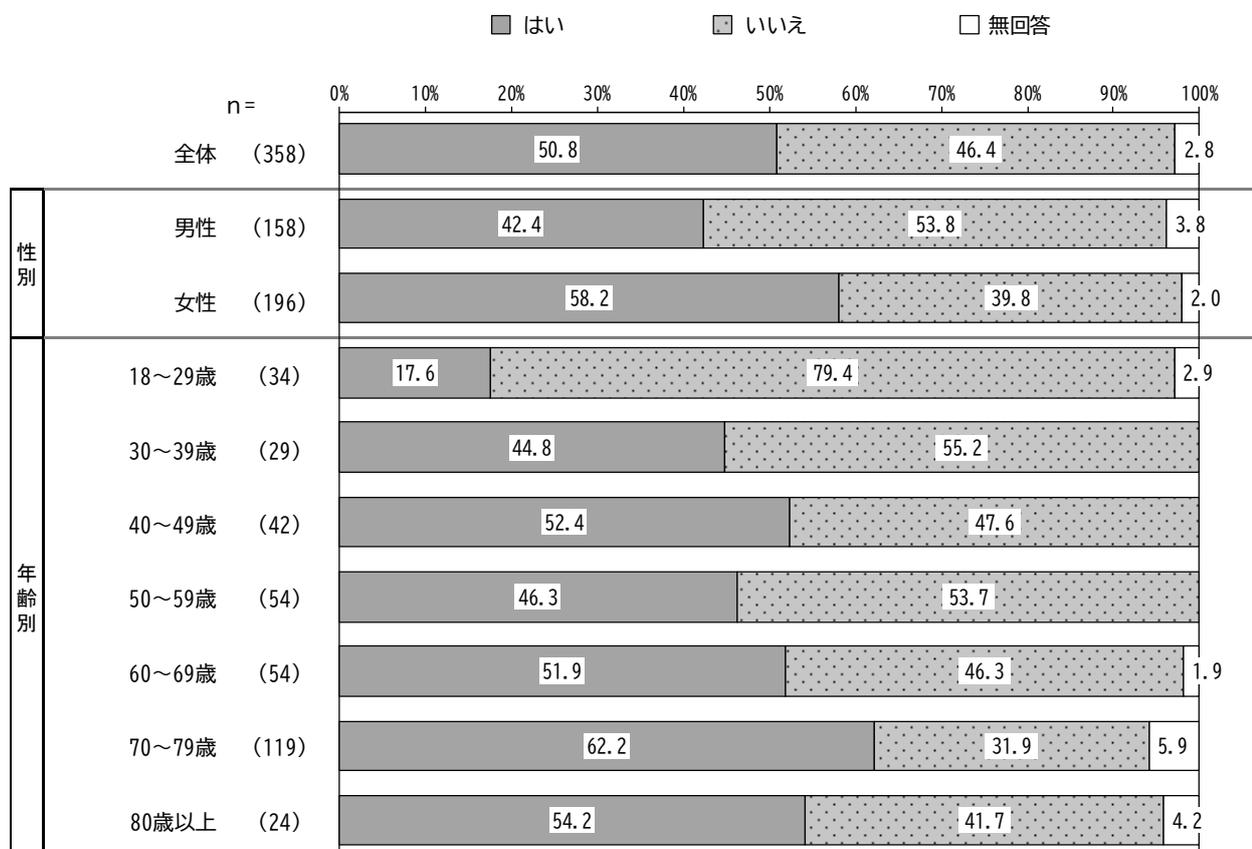
前回調査と比較すると、「はい」が4.6ポイント上がっています。



【性別・年齢別】

性別で見ると、「はい」は、〔女性〕で(58.2%)と6割近くで、〔男性〕(42.4%)を15.8ポイント上回っています。

年齢別で見ると、「はい」は、30歳以上の年齢で4割を超えており、特に〔70~79歳〕では(62.2%)と6割を超えて、他の年齢よりも高くなっています。反対に「いいえ」は、〔18~29歳〕で(79.4%)と8割近くで、他の年齢よりも高くなっています。

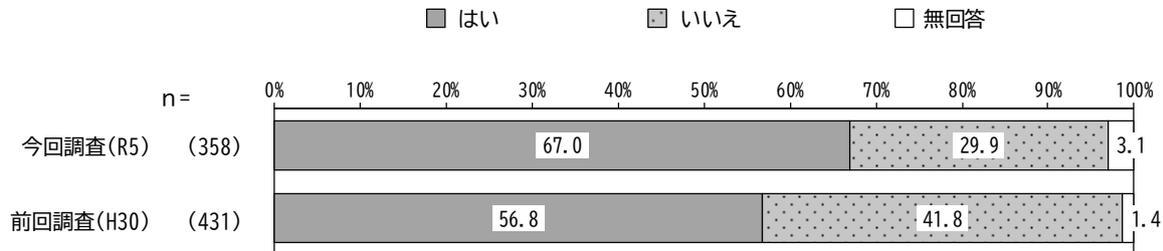


(7) よく噛んで食べることへの意識

問 45 よく噛んで食べることを意識していますか。(○は1つ)

よく噛んで食べることを意識しているかについては、「はい」が(67.0%)、「いいえ」が(29.9%)となっています。

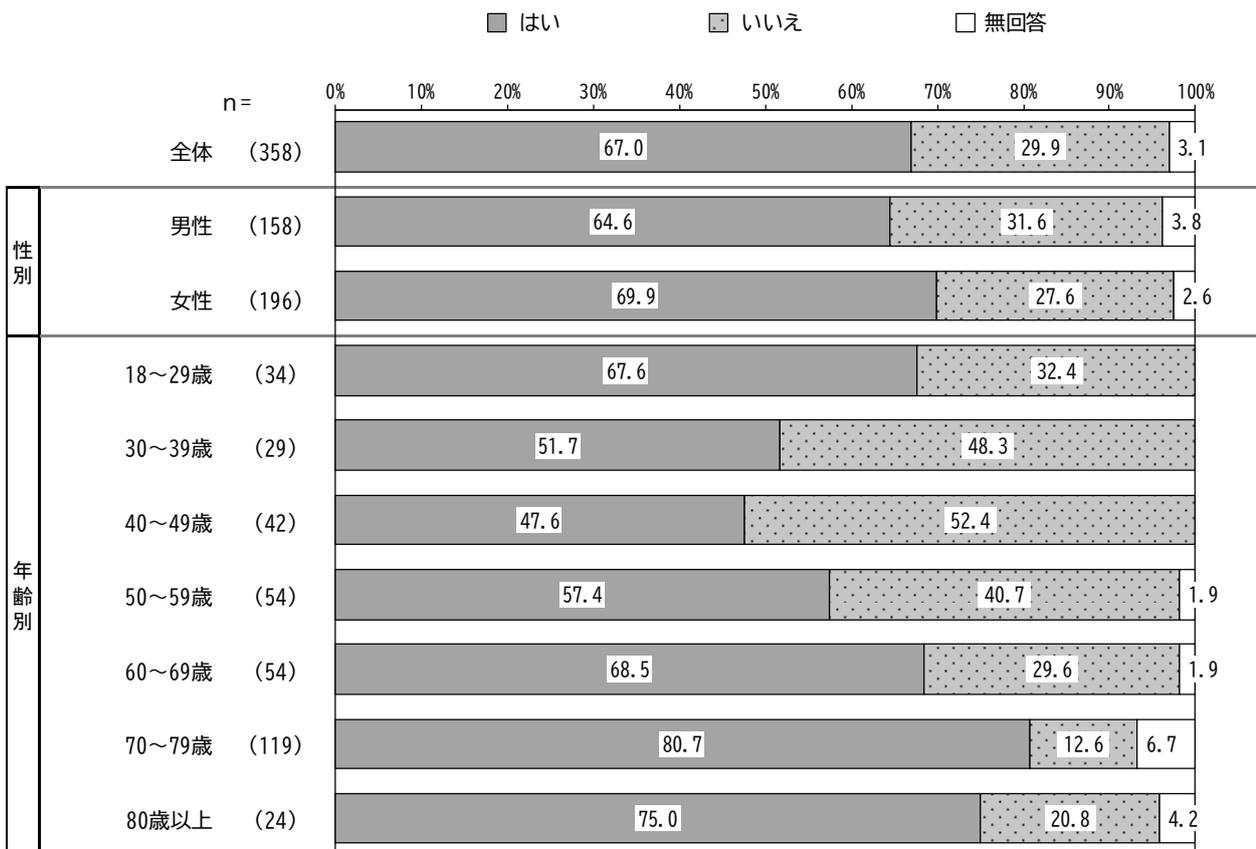
前回調査と比較すると、「はい」が10.2ポイント上がっています。



【性別・年齢別】

性別で見ると、「はい」は男女ともに6割を超えています。

年齢別で見ると、「はい」は、〔70～79歳〕で8割、〔80歳以上〕で7割半ばを占めて高くなっています。



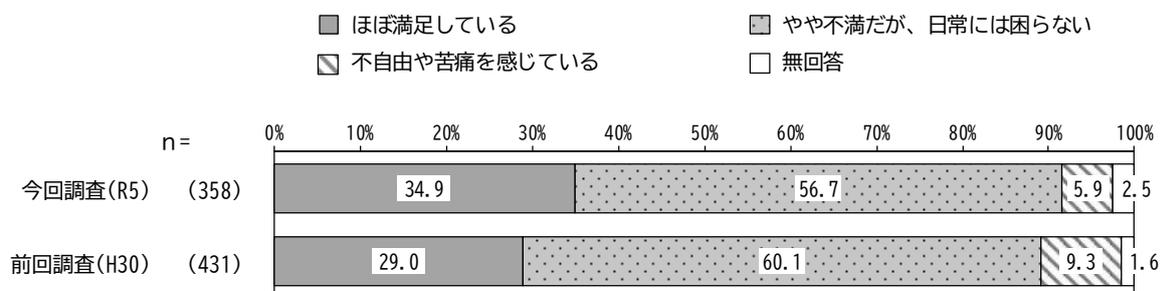
II 18歳以上の調査結果

(8) 歯や口の現状の満足状況

問 46 歯や口の現状に満足していますか。(○は1つ)

歯や口の現状の満足状況は、「やや不満だが、日常には困らない」が(56.7%)と5割半ばを超えて最も高く、「ほぼ満足している」が(34.9%)、「不自由や苦痛を感じている」が(5.9%)となっています。

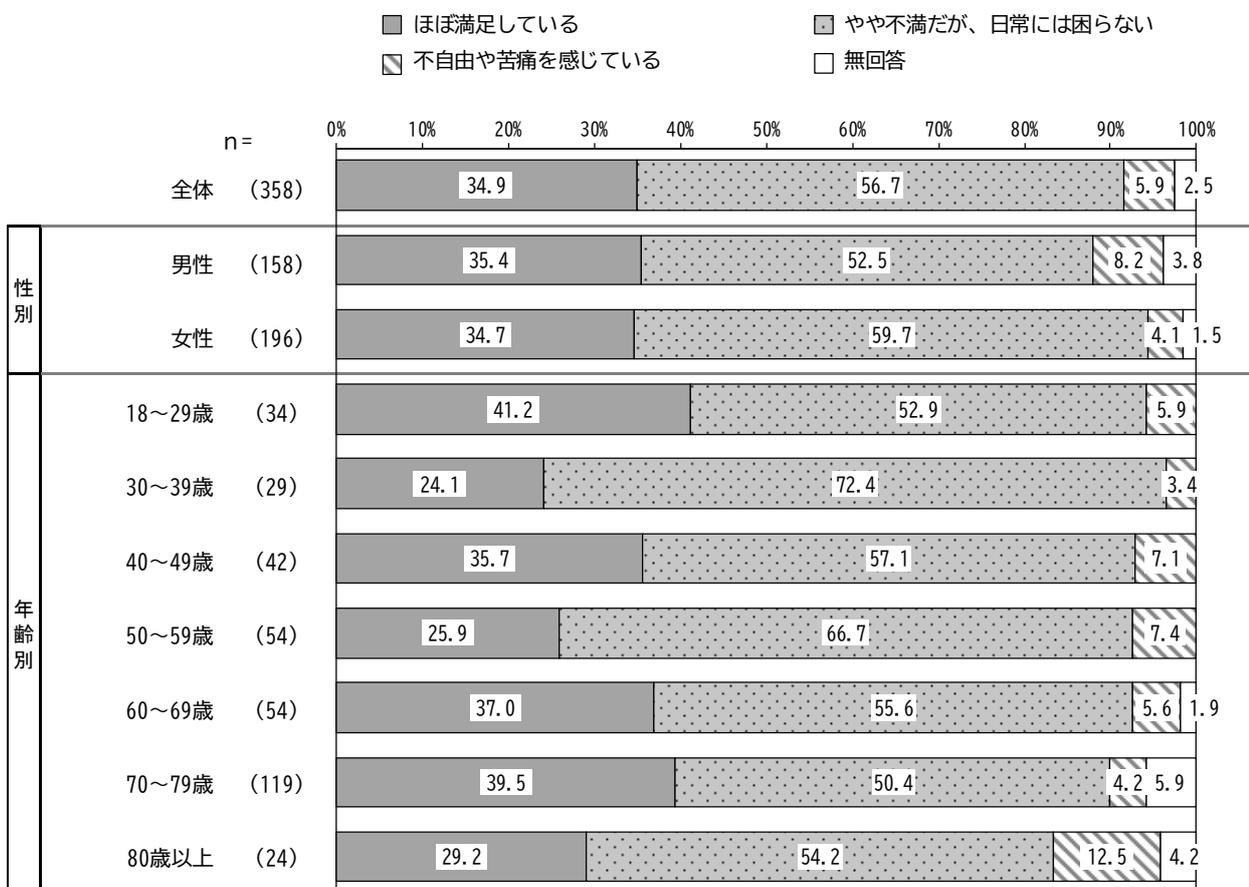
前回調査と比較すると、「ほぼ満足している」が5.9ポイント上がっています。



【性別・年齢別】

性別で見ると、「不自由や苦痛を感じている」は、[男性]が(8.2%)と、[女性](4.1%)の倍の割合となっています。

年齢別で見ると、「不自由や苦痛を感じている」は、[80歳以上]で(12.5%)と1割を超えて、他の年齢よりも高くなっています。

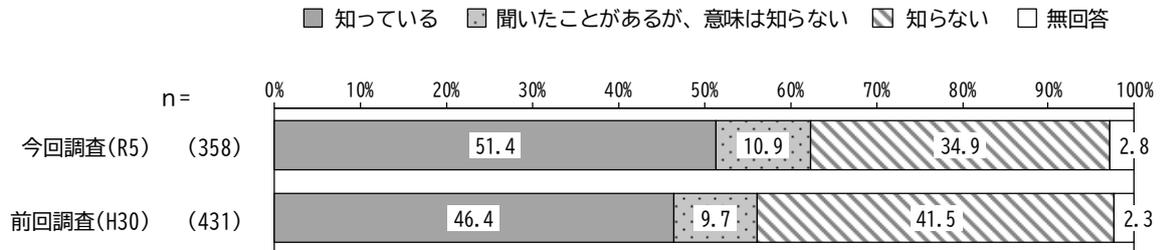


(9)「8020運動」の認知状況

問 47 『8020運動』を知っていますか。(○は1つ)

「8020運動」の認知状況は、「知っている」が(51.4%)と5割を超えており、「聞いたことがあるが、意味は知らない」(10.9%)と合わせると、名前は知っている割合は6割を超えています。一方、「知らない」は(34.9%)と3割半ばを占めています。

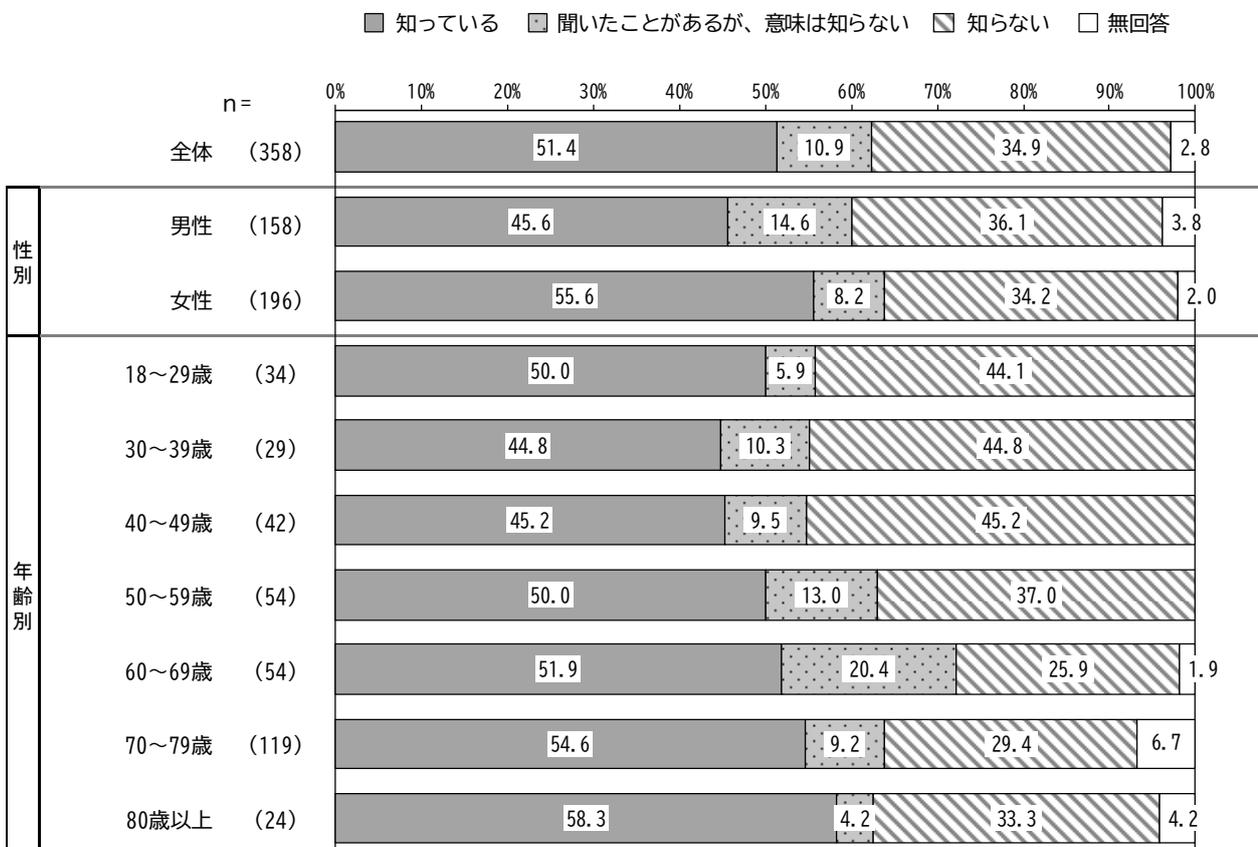
前回調査と比較すると、「知っている」が5.0ポイント上がっています。



【性別・年齢別】

性別で見ると、「知っている」は、[女性]が(55.6%)と5割半ばを占めて、[男性](45.6%)を10.0ポイント上回っています。

年齢別で見ると、「知っている」は、[18~29歳]と50歳以上の年齢で5割を超えています。一方、「知らない」は50歳未満の年齢で4割半ば前後を占めています。



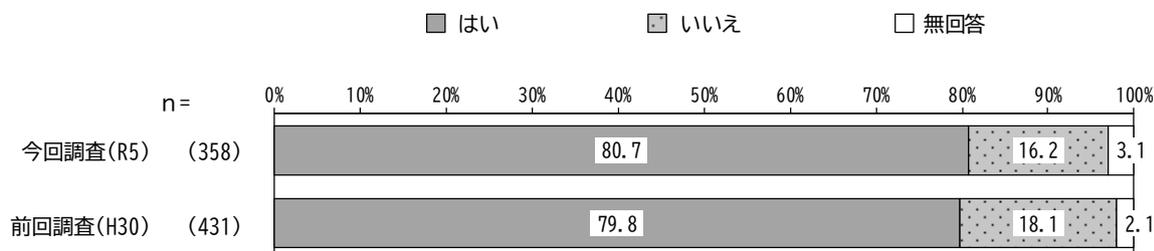
II 18歳以上の調査結果

(10) むし歯や歯周病の影響の認知状況

問 48 むし歯や歯周病が全身の病気に関わっていることを知っていますか。(○は1つ)

むし歯や歯周病が全身の病気に関わっていることを知っているかについては、「はい」が(80.7%)と8割を占めており、「いいえ」が(16.2%)となっています。

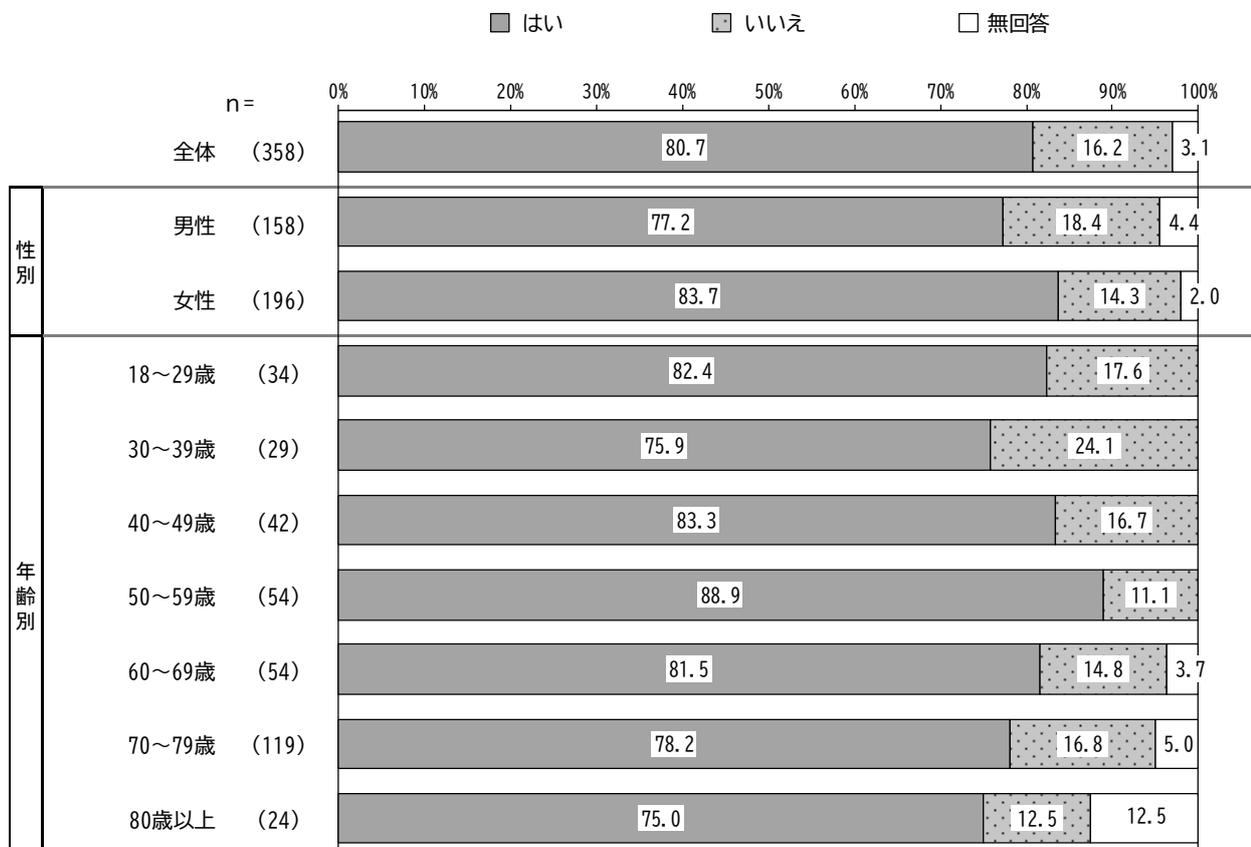
前回調査と比較すると、あまり差はありません。



【性別・年齢別】

性別で見ると、「はい」は、〔女性〕で(83.7%)と8割を超えており、〔男性〕(77.2%)を6.5ポイント上回っています。

年齢別で見ると、「はい」は、いずれの年齢でも7割半ば以上となっており、特に〔50～59歳〕で(88.9%)と9割近くを占めています。反対に「いいえ」は、〔30～39歳〕で(24.1%)と2割を超えて、他の年齢よりも高くなっています。

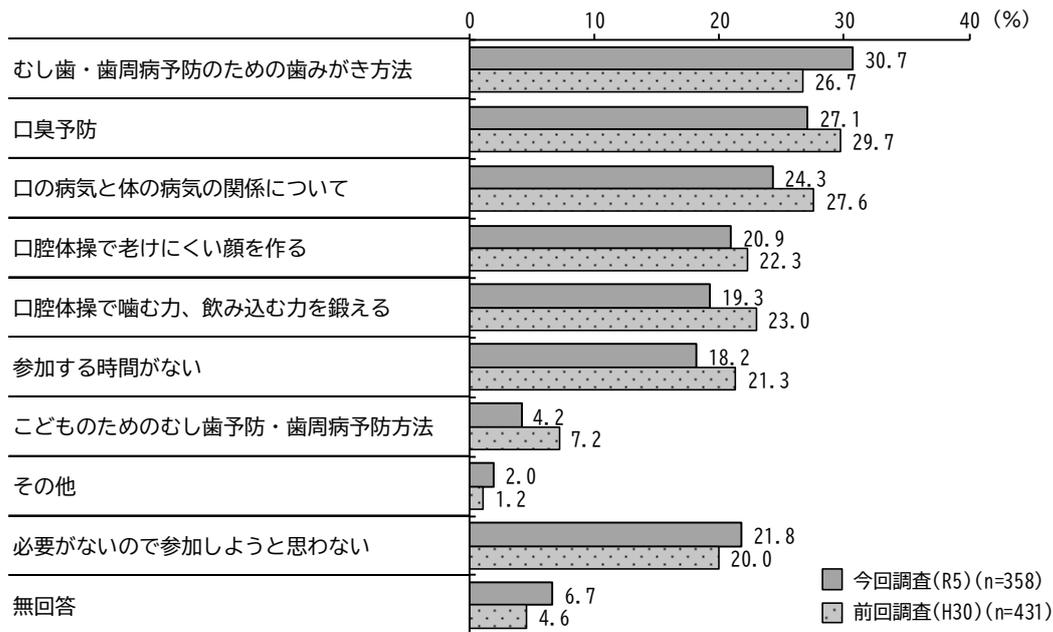


(11) 参加したい歯や口腔の健康教室

問 49 あなたがいつまでもおいしく食べられ、病気になりにくい歯・口を保つために、どのような内容の教室に参加してみたいと思いますか。(あてはまるものすべてに○)

参加したい歯や口腔の健康教室は、「むし歯・歯周病予防のための歯みがき方法」が(30.7%)と3割に達し最も高く、次いで「口臭予防」(27.1%)、「口の病気と体の病気の関係について」(24.3%)が続いています。

前回調査と比較すると、「むし歯・歯周病予防のための歯みがき方法」が4.0ポイント上がっていますが、それ以外の参加したい教室はいずれも下がっています。



【性別・年齢別】

性別でみると、男女とも「むし歯・歯周病予防のための歯みがき方法」が3割前後で最も高くなっています。また、〔女性〕では、「口腔体操で老けにくい顔を作る」が(31.1%)と3割を超えて高くなっています。

年齢別でみると、〔18～29歳〕では「口臭予防」、〔30～39歳〕では「むし歯・歯周病予防のための歯みがき方法」がそれぞれ4割を超えて、他の年齢よりも高くなっています。

(単位:%)	n	むし歯・歯周病予防のための歯みがき方法	こどものためのむし歯予防・歯周病予防方法	口臭予防	口の病気と体の病気の関係について	口腔体操で噛む力、飲み込む力を鍛える	口腔体操で老けにくい顔を作る	参加する時間がない	その他	必要がないので参加しようと思わない	無回答	
全体	(358)	30.7	4.2	27.1	24.3	19.3	20.9	18.2	2.0	21.8	6.7	
性別	男性	(158)	29.7	2.5	29.1	22.2	12.7	8.2	3.8	26.6	8.2	
	女性	(196)	31.6	5.1	25.5	26.5	24.5	31.1	0.5	17.9	5.1	
年齢別	18～29歳	(34)	26.5	2.9	44.1	14.7	11.8	11.8	35.3	0.0	20.6	0.0
	30～39歳	(29)	44.8	17.2	34.5	31.0	17.2	17.2	27.6	0.0	17.2	0.0
	40～49歳	(42)	31.0	14.3	31.0	26.2	16.7	31.0	16.7	0.0	19.0	0.0
	50～59歳	(54)	25.9	0.0	25.9	20.4	14.8	16.7	33.3	1.9	20.4	1.9
	60～69歳	(54)	35.2	1.9	20.4	20.4	16.7	27.8	16.7	0.0	29.6	5.6
	70～79歳	(119)	29.4	1.7	23.5	28.6	27.7	21.0	7.6	4.2	21.0	10.9
	80歳以上	(24)	29.2	0.0	25.0	25.0	12.5	16.7	8.3	4.2	20.8	25.0

II 18歳以上の調査結果

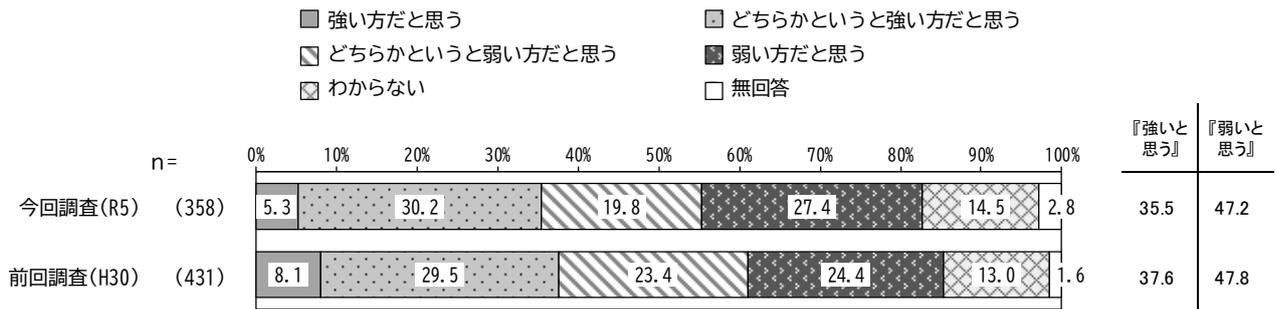
8. 日常生活について

(1) 地域の人たちとのつながり

問 50 あなたと、あなたがお住まいの地域の人たちとのつながりは、強い方だと思いますか。
(○は1つ)

地域の人たちとのつながりの強さについては、「強い方だと思う」(5.3%)と「どちらかという強い方だと思う」(30.2%)を合わせた『強いと思う』が(35.5%)と3割半ばを超えており、「どちらかという弱い方だと思う」(19.8%)と「弱い方だと思う」(27.4%)を合わせた『弱いと思う』(47.2%)を11.7ポイント下回っています。

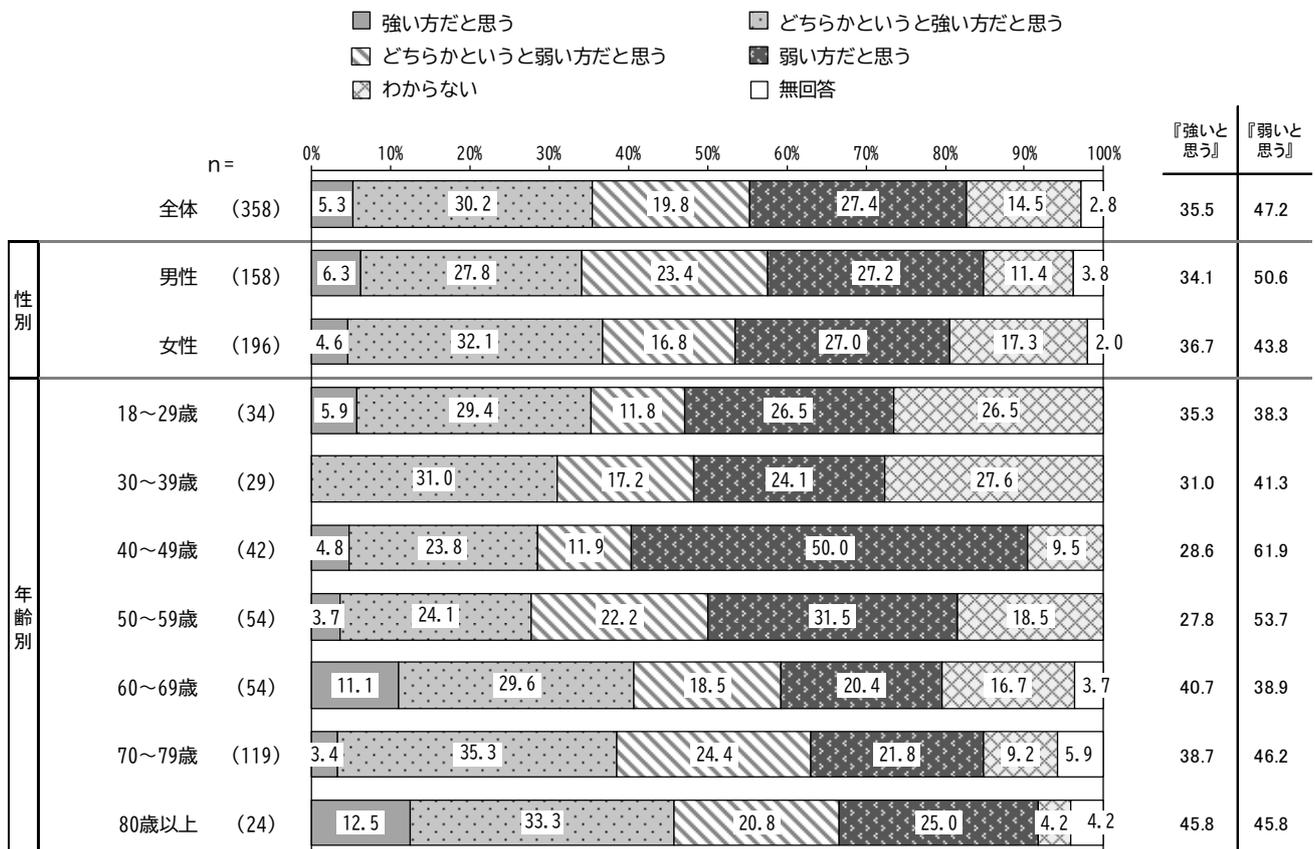
前回調査と比較すると、『強いと思う』がやや下がっています。



【性別・年齢別】

性別でみると、『強いと思う』は、〔女性〕(36.7%)が〔男性〕(34.1%)を2.6ポイント上回っています。

年齢別でみると、『強いと思う』は、〔60～69歳〕と〔80歳以上〕で4割を超えて高くなっています。反対に『弱いと思う』は、〔40～49歳〕で(61.9%)と6割を超えて、他の年齢よりも高くなっています。



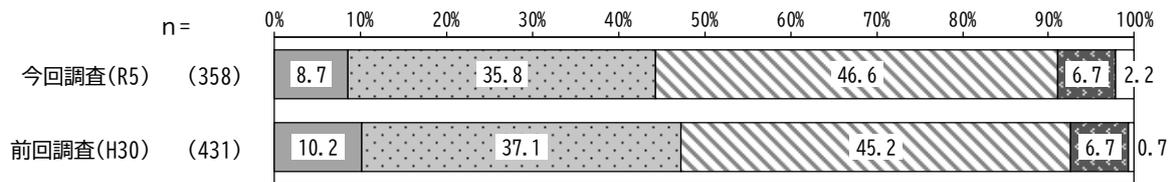
(2) 地域の人たちとのつきあいの程度

問 51 あなたは地域内のご近所の方とどのようなおつきあいをしていますか。(○は1つ)

地域の人たちとのつきあいの程度は、「あいさつ程度の最小限のつきあいはしている」が(46.6%)、「日常的に立ち話をする程度のつきあいはしている」が(35.8%)となっています。

前回調査と比較すると、「互いに相談したり日用品の貸し借りをするなど、生活面で協力し合っている人がいる」がやや下がっています。

- 互いに相談したり日用品の貸し借りをするなど、生活面で協力し合っている人がいる
- 日常的に立ち話をする程度のつきあいはしている
- あいさつ程度の最小限のつきあいはしている
- 全くしていない
- 無回答

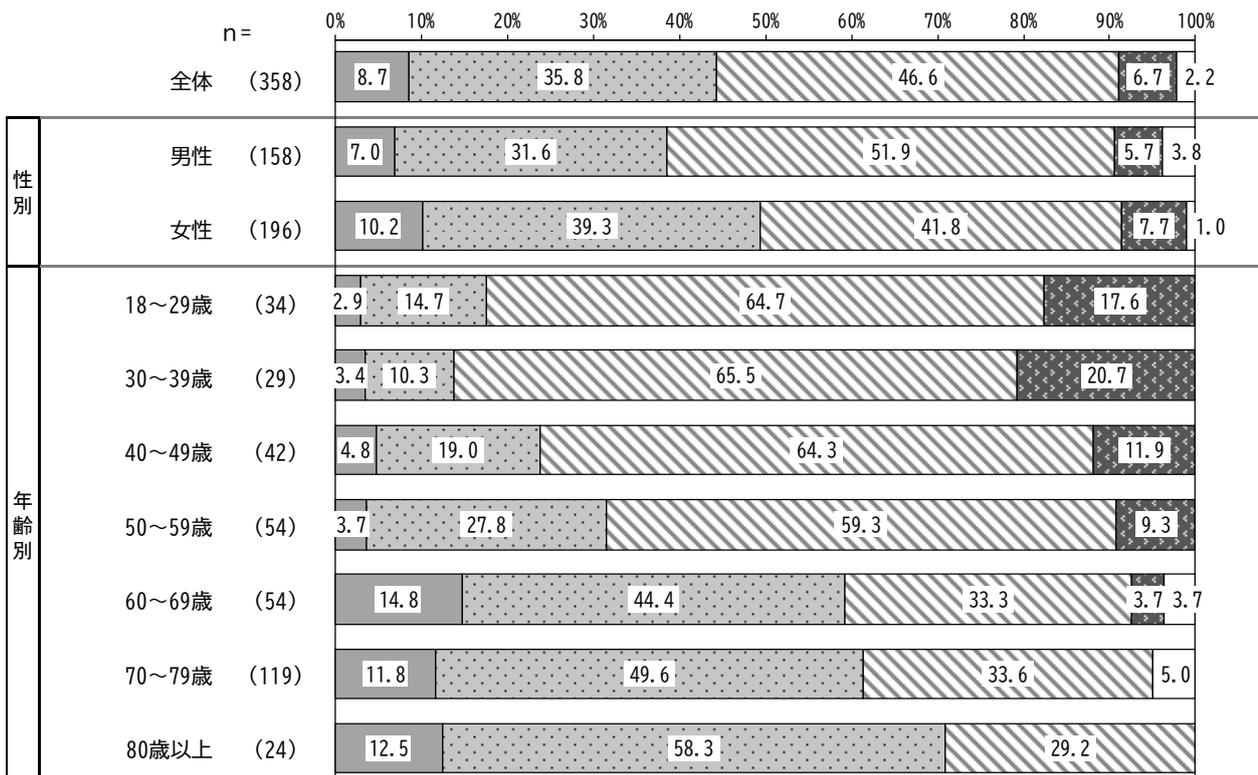


【性別・年齢別】

性別でみると、「あいさつ程度の最小限のつきあいはしている」は、〔男性〕(51.9%)が〔女性〕(41.8%)を10.1ポイント上回っており、それ以外は〔女性〕が〔男性〕を上回っています。

年齢別でみると、「全くしていない」は、50歳未満で1割を超えており、特に〔30～39歳〕で2割を占めています。

- 互いに相談したり日用品の貸し借りをするなど、生活面で協力し合っている人がいる
- 日常的に立ち話をする程度のつきあいはしている
- あいさつ程度の最小限のつきあいはしている
- 全くしていない
- 無回答



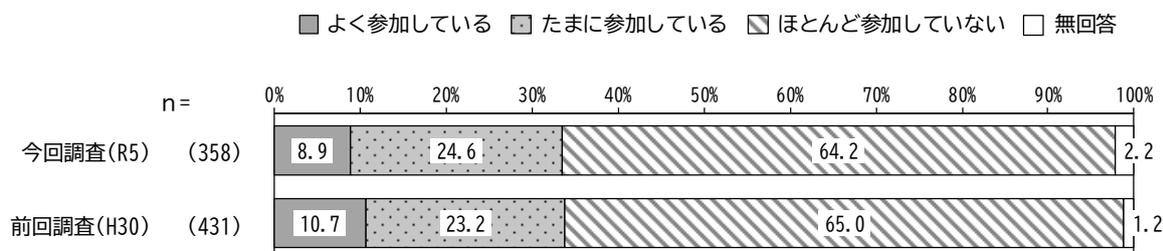
II 18歳以上の調査結果

(3) 地域活動等の参加状況

問 52 あなたは地域活動やボランティア活動に参加していますか。(○は1つ)

地域活動やボランティア活動の参加状況は、「よく参加している」が(8.9%)、「たまに参加している」が(24.6%)と、参加している割合が3割を超えています。一方、「ほとんど参加していない」は(64.2%)と6割を超えています。

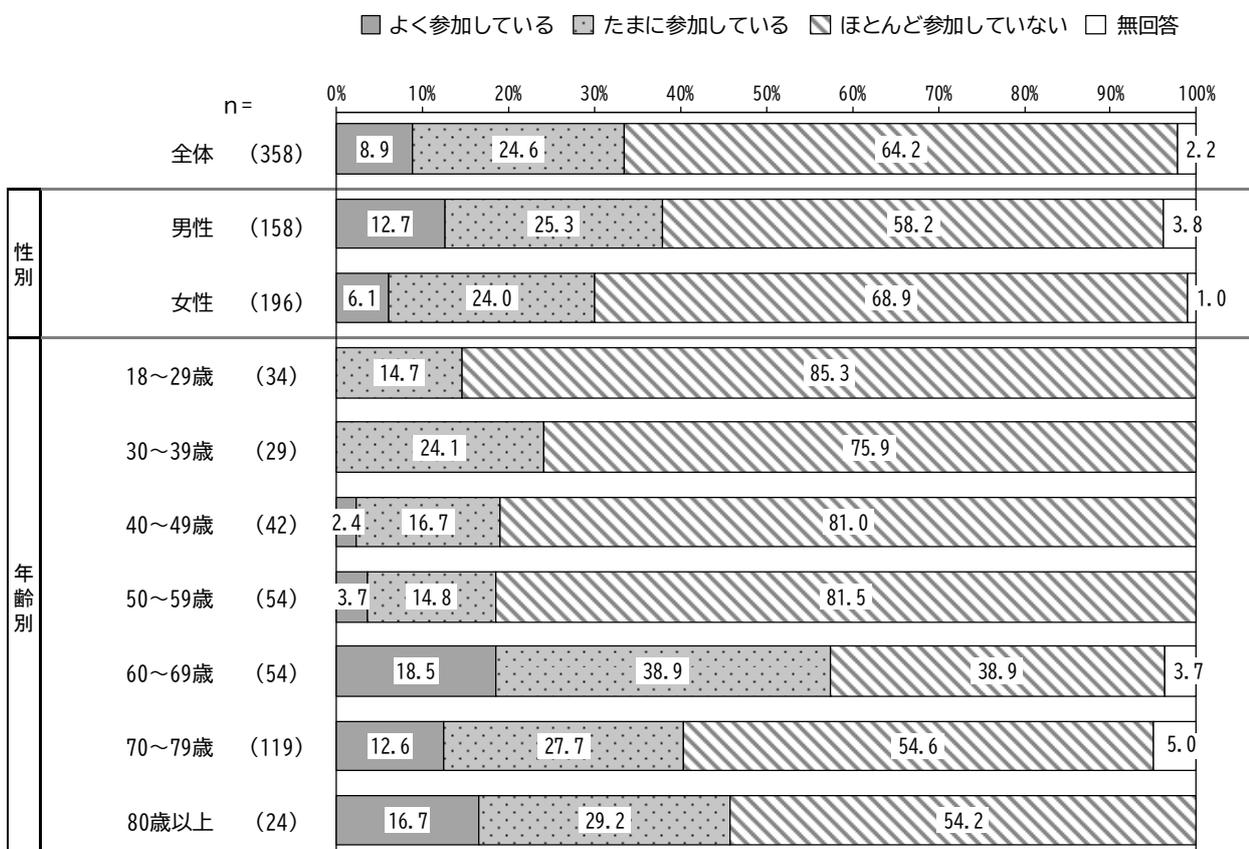
前回調査と比較すると、「よく参加している」がやや下がっていますが、あまり差はありません。



【性別・年齢別】

性別で見ると、「よく参加している」は、[男性]が(12.7%)と、[女性](6.1%)の倍の割合となっています。

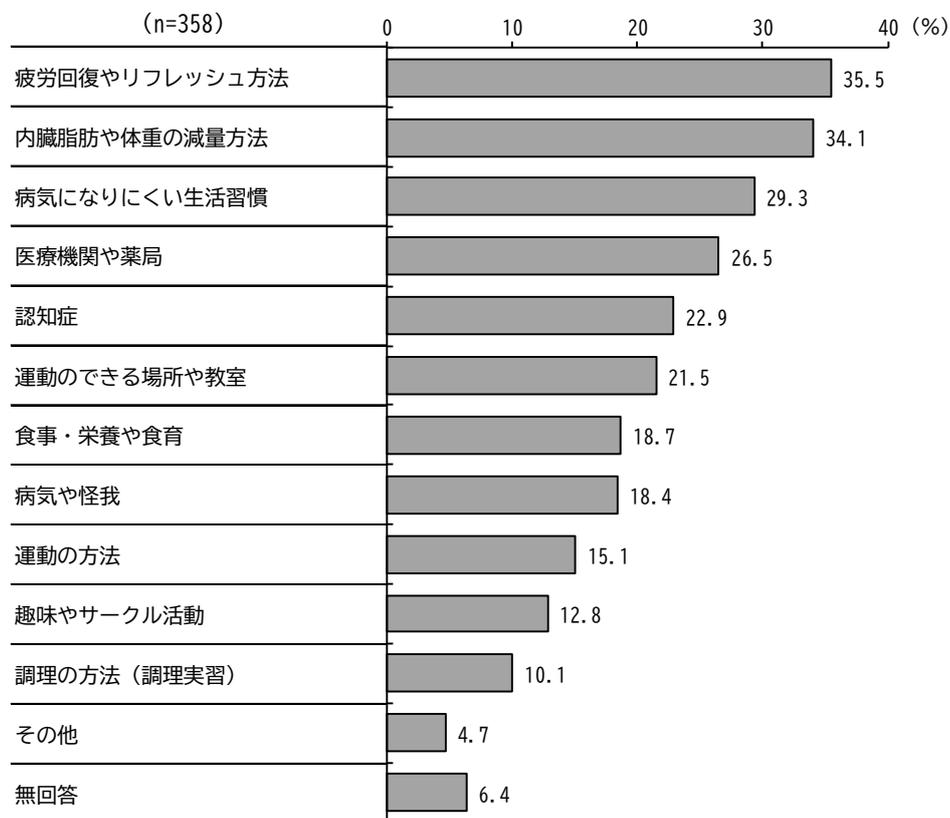
年齢別で見ると、「よく参加している」は、60歳以上の年齢で1割を超えています。反対に「ほとんど参加していない」は、60歳未満の年齢で7割半ばを超えています。



(4) 知りたい健康に関する情報

問 53 健康に関する情報で知りたいものはどのようなものですか。(あてはまるものすべてに○)

健康に関する情報で知りたいものは、「疲労回復やリフレッシュ方法」が(35.5%)と最も高く、次いで「内臓脂肪や体重の減量方法」(34.1%)、「病気になりにくい生活習慣」(29.3%)が続いています。



II 18歳以上の調査結果

【性別・年齢別】

性別で見ると、男性は「疲労回復やリフレッシュ方法」、女性は「内臓脂肪や体重の減量方法」が最も高くなっています。

年齢別で見ると、40歳未満の年齢では「疲労回復やリフレッシュ方法」が、[40～49歳]では「医療機関や薬局」が、50～60歳代では「内臓脂肪や体重の減量方法」が、70歳以上では「病気になりにくい生活習慣」が最も高くなっており、年齢層ごとに最も知りたい健康情報が異なっています。

(単位:%)		n	食事・栄養 や食育	病気や怪我	医療機関や 薬局	運動のできる 場所や教室	運動の方法	内臓脂肪や 体重の減量 方法	病気になり にくい生活 習慣
全 体		(358)	18.7	18.4	26.5	21.5	15.1	34.1	29.3
性別	男性	(158)	19.6	23.4	25.3	19.6	12.7	27.8	27.8
	女性	(196)	17.9	14.8	27.6	23.5	17.3	39.3	30.6
年齢別	18～29歳	(34)	2.9	17.6	14.7	20.6	8.8	23.5	11.8
	30～39歳	(29)	31.0	24.1	34.5	34.5	17.2	41.4	31.0
	40～49歳	(42)	23.8	26.2	50.0	26.2	11.9	47.6	23.8
	50～59歳	(54)	20.4	24.1	33.3	22.2	7.4	38.9	24.1
	60～69歳	(54)	14.8	11.1	20.4	22.2	22.2	42.6	24.1
	70～79歳	(119)	20.2	16.8	22.7	18.5	16.0	29.4	36.1
	80歳以上	(24)	16.7	12.5	12.5	12.5	25.0	12.5	54.2

(単位:%)		n	疲労回復や リフレッシュ 方法	趣味やサー クル活動	調理の方法 (調理実習)	認知症	その他	無回答
全 体		(358)	35.5	12.8	10.1	22.9	4.7	6.4
性別	男性	(158)	38.0	12.0	9.5	22.2	4.4	9.5
	女性	(196)	33.7	13.8	10.7	23.5	5.1	3.6
年齢別	18～29歳	(34)	44.1	23.5	14.7	14.7	8.8	8.8
	30～39歳	(29)	51.7	20.7	17.2	17.2	0.0	10.3
	40～49歳	(42)	35.7	9.5	16.7	23.8	0.0	2.4
	50～59歳	(54)	33.3	11.1	7.4	16.7	9.3	0.0
	60～69歳	(54)	38.9	9.3	11.1	22.2	1.9	13.0
	70～79歳	(119)	28.6	13.4	6.7	28.6	5.0	5.9
	80歳以上	(24)	37.5	4.2	4.2	29.2	4.2	4.2

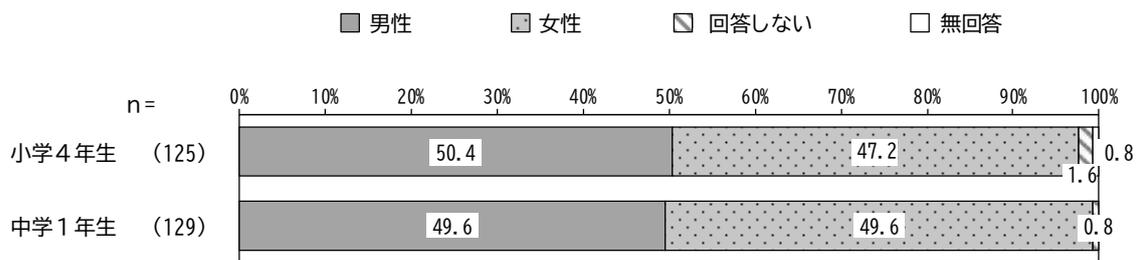
Ⅲ 小学生・中学生の調査結果

1. 回答者について

(1) 性別

問1 あなたの性別はどちらですか。(○は1つ)

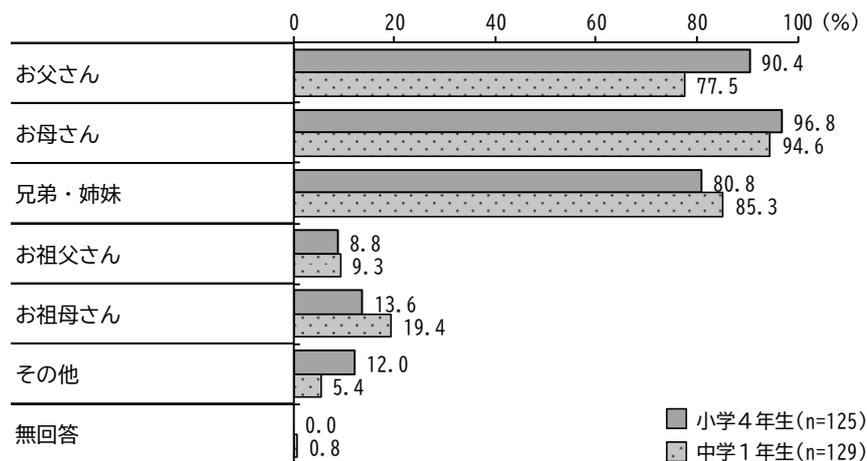
回答者の性別は、小学4年生では「男性」が(50.4%)、「女性」が(47.2%)、「回答しない」が(1.6%)、「無回答」が(0.8%)となっており、中学1年生では「男性」が(49.6%)、「女性」が(49.6%)、「回答しない」が(0.8%)となっています。



(2) 同居家族

問2 あなたと一緒に住んでいる人をすべてお答えください。(あてはまるものすべてに○)

回答者の同居家族は、小学4年生・中学1年生ともに「お母さん」が9割、「兄弟・姉妹」が8割を超えて最も高くなっています。「お父さん」は小学4年生では9割ですが、中学1年生では7割台になっています。



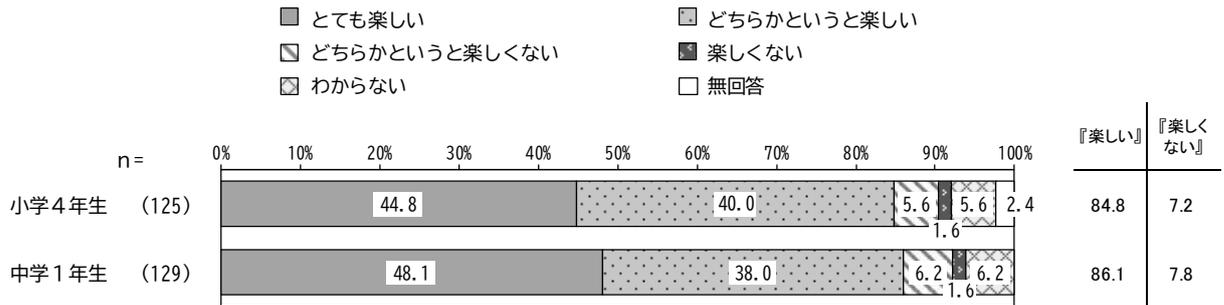
Ⅲ 小学生・中学生の調査結果

2. ふだんの生活や健康について

(1) 学校が楽しいか

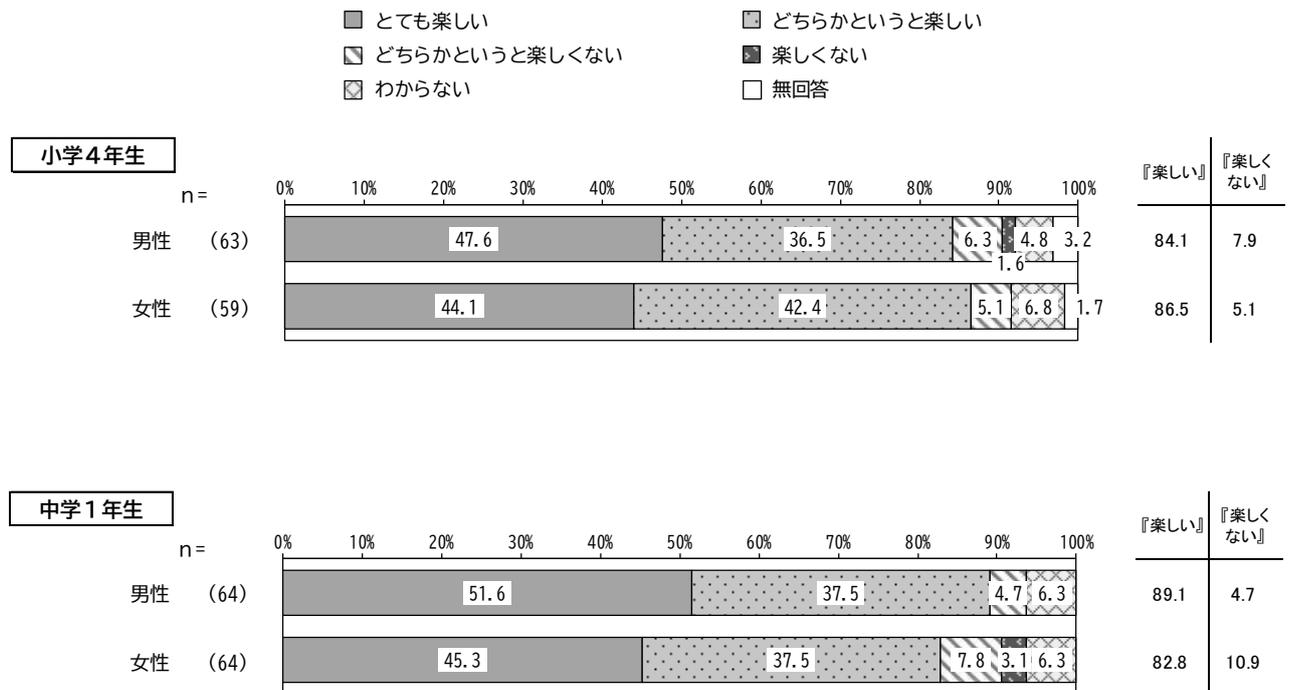
問3 学校は楽しいですか。(○は1つ)

学校が楽しいかについては、「とても楽しい」と「どちらかという楽しい」を合わせた『楽しい』は、小学4年生で(84.8%)、中学1年生で(86.1%)とともに8割半ば前後を占めています。一方、「どちらかという楽しくない」と「楽しくない」を合わせた『楽しくない』は、小学4年生で(7.2%)、中学1年生で(7.8%)となっています。



【学年-性別】

『楽しい』は小学4年生・中学1年生の男女ともに8割台と高く、特に中学1年生の〔男性〕では9割近くを占めています。反対に『楽しくない』は、中学1年生の〔女性〕で(10.9%)と1割を超えて、他の学年-性別よりも高くなっています。

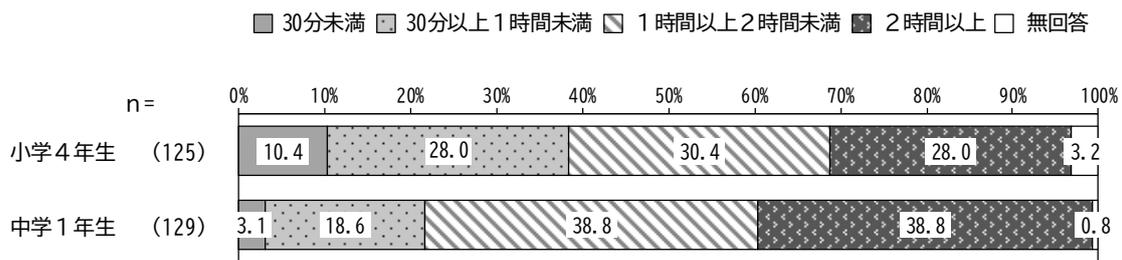


(2) 1日の電子機器の使用時間

問4 1日にテレビや動画のみたり、ゲーム機、携帯電話、タブレット、パソコンなどを使う時間はどのくらいですか。(①と②にそれぞれ○は1つ)

①学校がある日

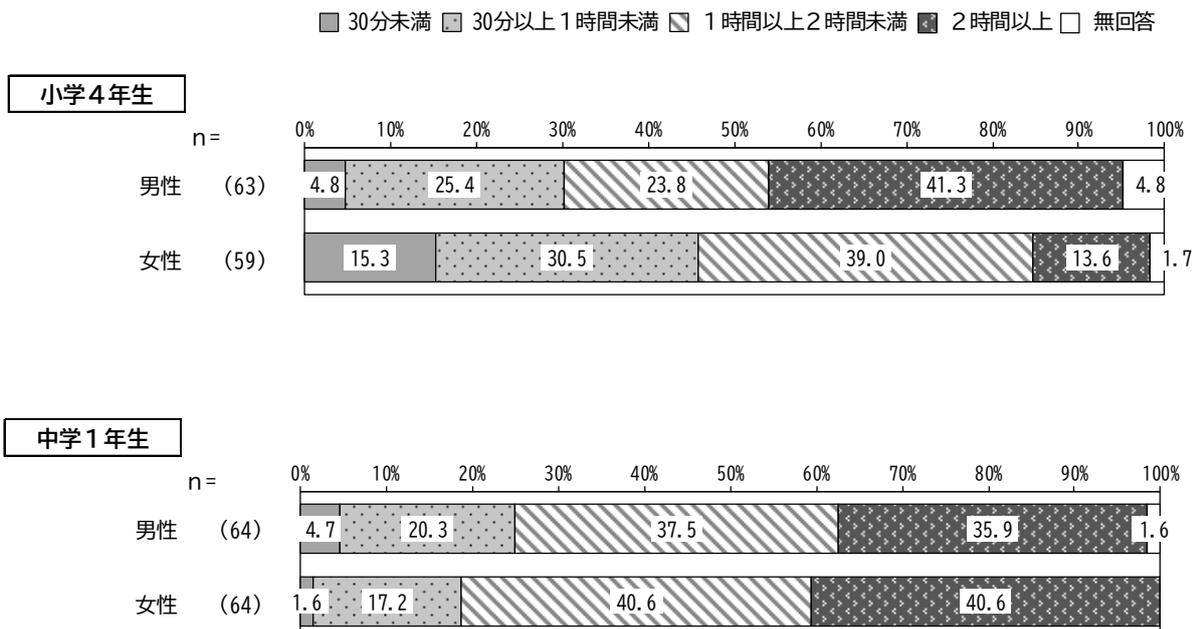
学校がある日の電子機器の使用時間は、小学4年生では「1時間以上2時間未満」が(30.4%)、「2時間以上」が(28.0%)と、1時間以上使用している割合は5割半ばを超えています。一方、中学1年生では「1時間以上2時間未満」と「2時間以上」がともに(38.8%)と、1時間以上使用している割合は7割半ばを超えています。



【学年-性別】

小学4年生では、〔男性〕で「2時間以上」が、〔女性〕で「1時間以上2時間未満」がそれぞれ4割前後で最も高くなっており、〔男性〕の方が長時間電子機器を使用している割合が高くなっています。

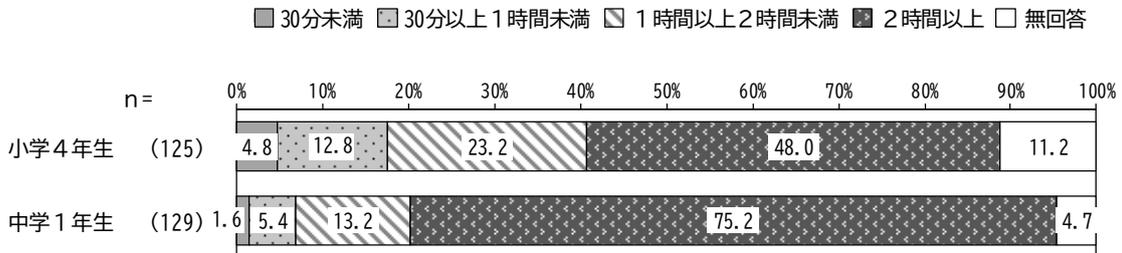
中学1年生では、「1時間以上2時間未満」と「2時間以上」が〔男性〕で3割半ば前後、〔女性〕でそれぞれ4割を占めており、特に〔女性〕は1時間以上電子機器を使用している割合が8割を超えて高くなっています。



Ⅲ 小学生・中学生の調査結果

②学校が休みの日

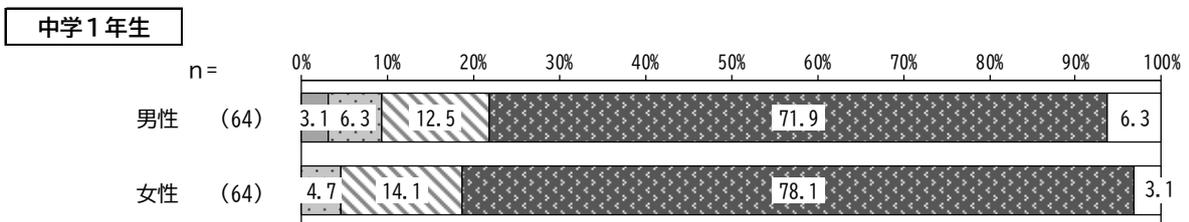
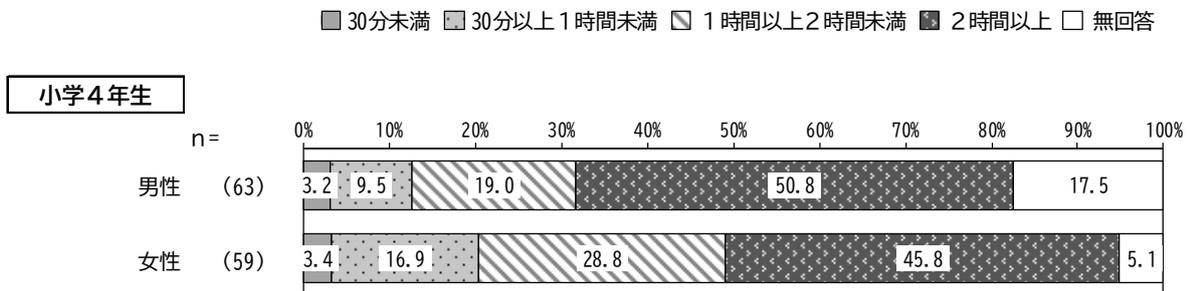
学校が休みの日の電子機器の使用時間は、小学4年生では「1時間以上2時間未満」が(23.2%)、「2時間以上」が(48.0%)と、1時間以上使用している割合は7割を超えています。一方、中学1年生では「2時間以上」が(75.2%)と7割半ばを占めており、1時間以上使用している割合は8割半ばを超えています。



【学年-性別】

小学4年生では「2時間以上」が男女ともに4割半ばを超えて最も高く、特に〔男性〕では5割を占めています。

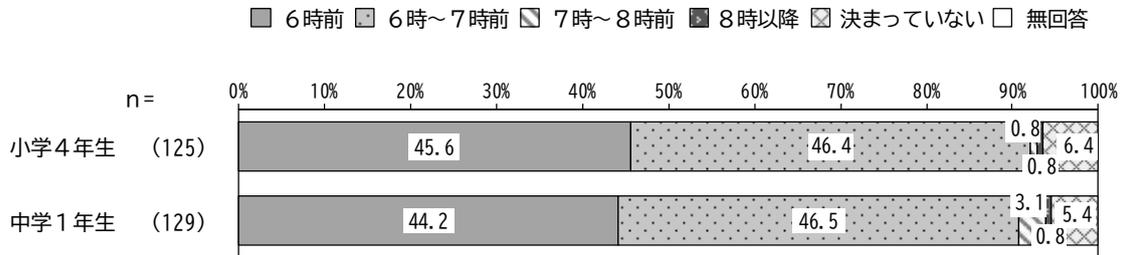
中学1年生では男女ともに「2時間以上」が7割を超えており、特に〔女性〕では1時間以上電子機器を使用している割合が9割を超えています。



(3) 平日の起床時間

問5 平日(学校がある日)は何時ごろに起きますか。(○は1つ)

平日(学校がある日)の起床時間は、小学4年生と中学1年生で「6時前」と「6時～7時前」が4割半ば前後となっており、7時前までに起床する割合は9割を超えています。

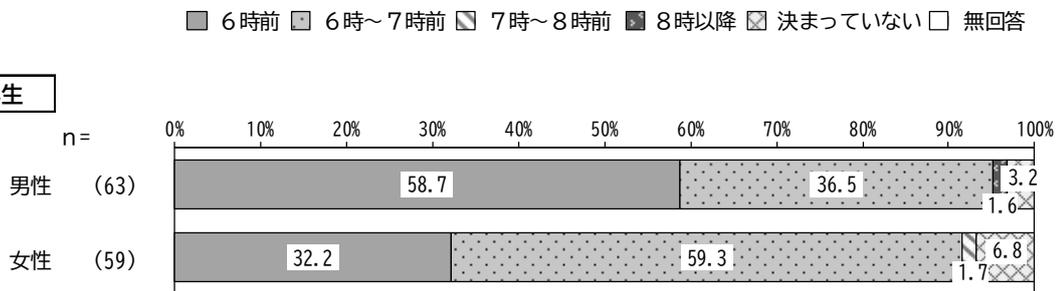


【学年-性別】

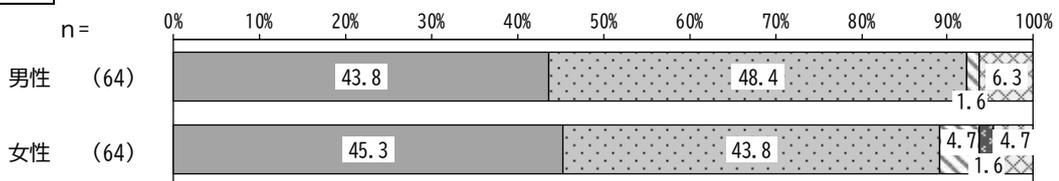
小学4年生では、〔男性〕が「6時前」、〔女性〕が「6時～7時前」でそれぞれ6割近くと最も高くなっています。

中学1年生では男女ともに「6時前」と「6時～7時前」が4割半ば前後となっており、男女であまり差はありません。

小学4年生



中学1年生

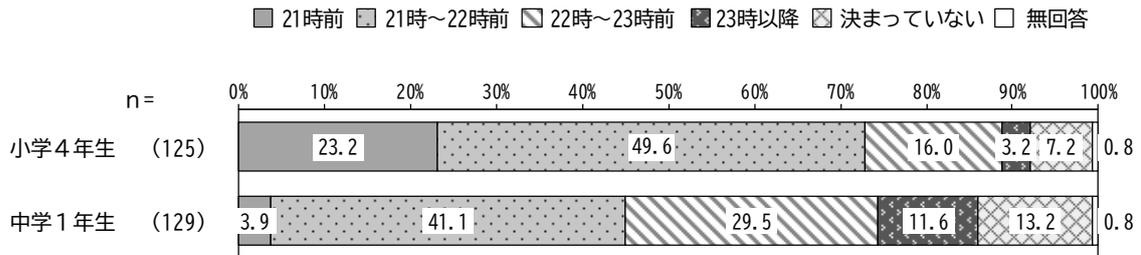


Ⅲ 小学生・中学生の調査結果

(4) 平日の就寝時間

問6 平日(学校がある日)は何時ごろに寝ていますか。(○は1つ)

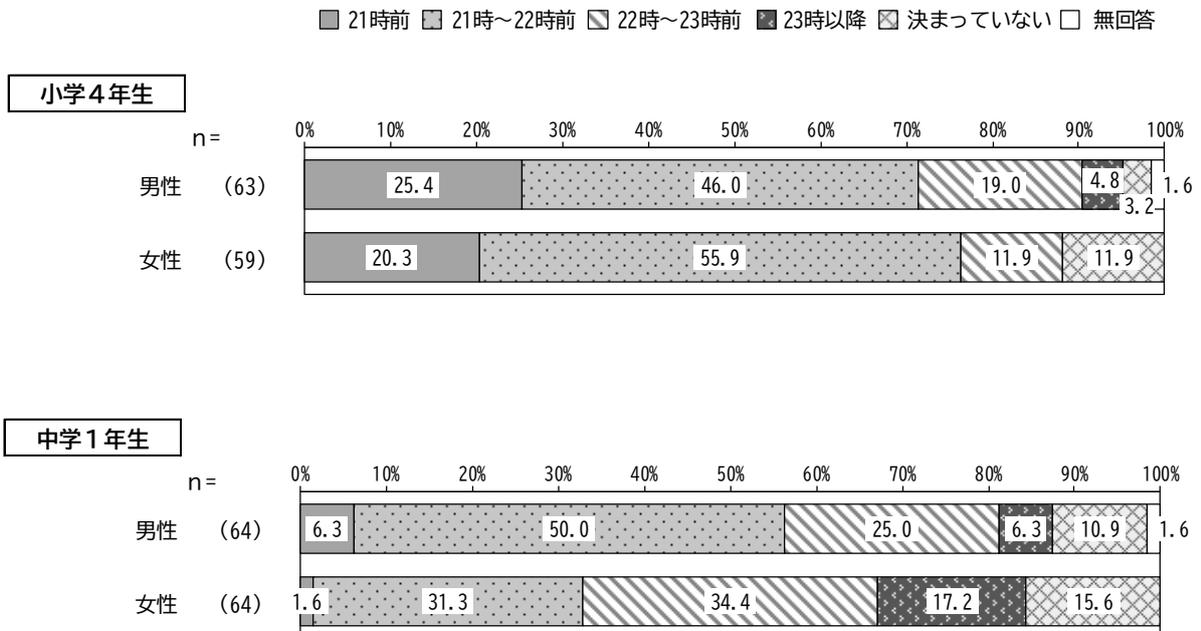
平日(学校がある日)の就寝時間は、小学4年生と中学1年生ともに「21時～22時前」が4割台で最も高くなっています。小学4年生では「21時前」が(23.2%)と2割を超えているのに対し、中学1年生では「22時～23時前」が(29.5%)と3割近くを占めています。また、「23時以降」は、中学1年生で(11.6%)と1割を超えており、就寝時間が「決まっていない」割合も1割を超えています。



【学年-性別】

小学4年生では、男女ともに「21時～22時前」が最も高くなっています。

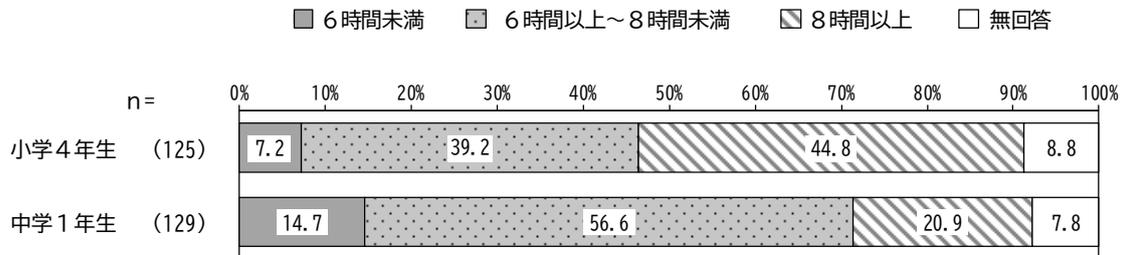
中学1年生では、〔男性〕では「21時～22時前」が5割を占めて最も高く、〔女性〕では「21時～22時前」と「22時～23時前」が3割台となっています。また、「23時以降」は〔女性〕が(17.2%)と1割半ばを超えて、〔男性〕を上回っています。



(5) 睡眠時間

問7 毎日のどのくらい寝ていますか。(○は1つ)

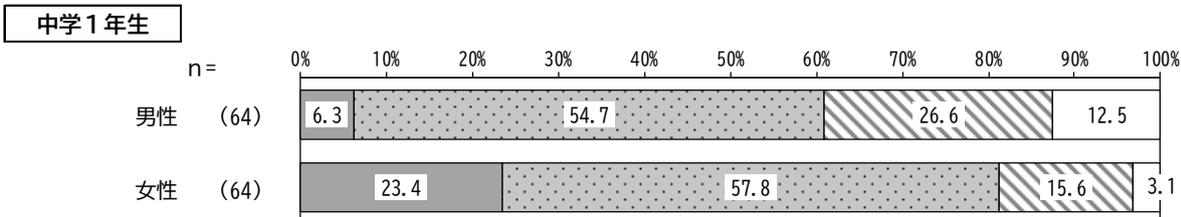
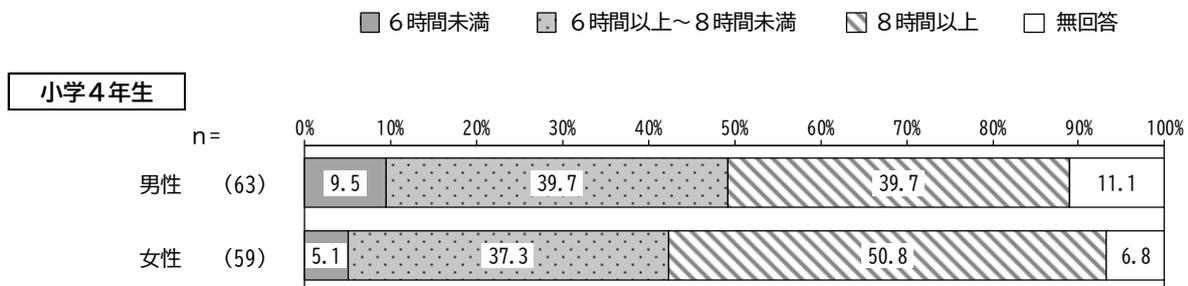
睡眠時間は、小学4年生で「8時間以上」が(44.8%)、中学1年生で「6時間以上～8時間未満」が(56.6%)と最も高くなっています。中学1年生では「6時間未満」が(14.7%)と1割を超えて、小学4年生の倍の割合となっています。



【学年-性別】

小学4年生では、「8時間以上」が〔女性〕で(50.8%)と5割を占めて、〔男性〕(39.7%)を11.1ポイント上回っています。

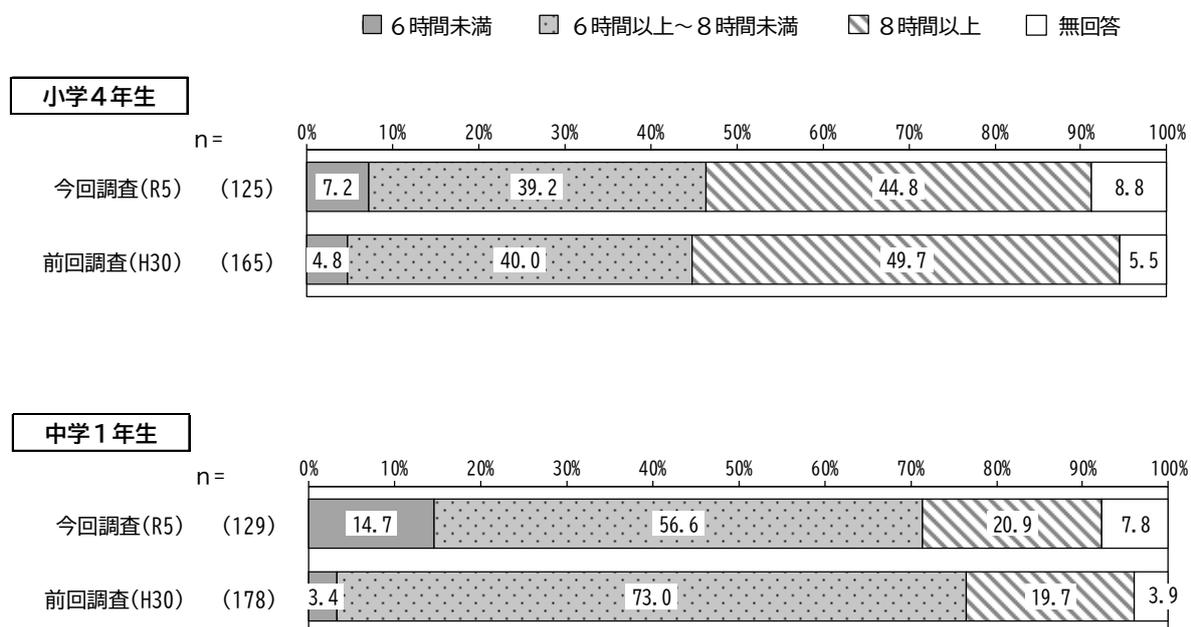
中学1年生では、男女ともに「6時間以上～8時間未満」が5割半ば前後で最も高くなっています。一方、「6時間未満」は〔女性〕で(23.4%)と2割を超えており〔男性〕(6.3%)を17.1ポイント上回っています。



Ⅲ 小学生・中学生の調査結果

【前回調査比較】

前回調査と比較すると、「6時間未満」割合が、小学4年生・中学1年生ともに増えています。

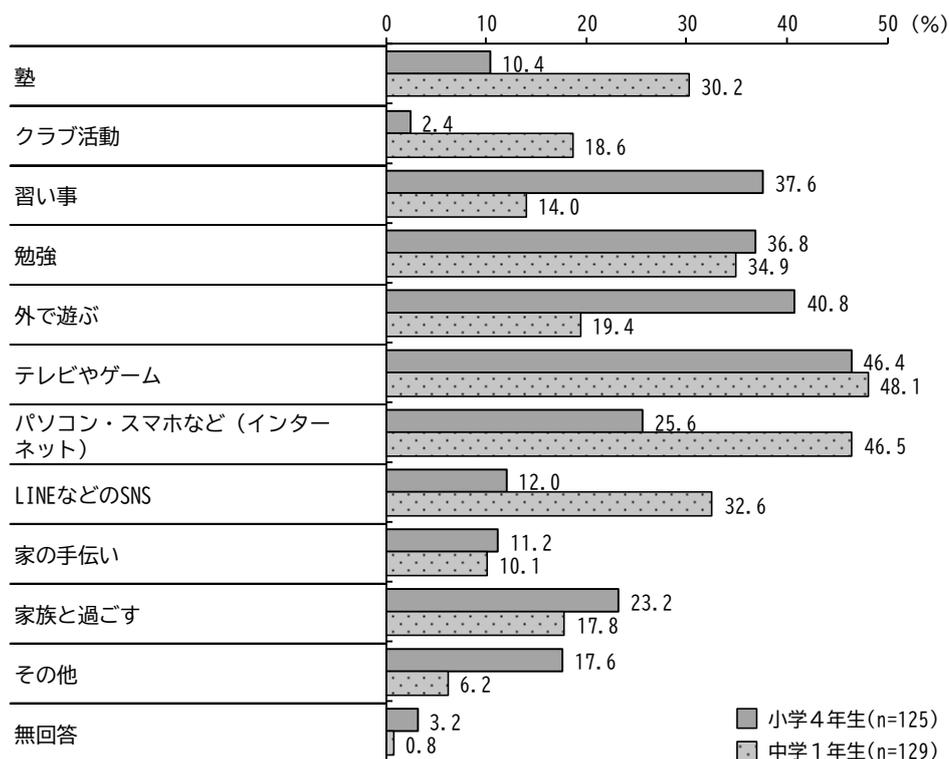


(6) 放課後の過ごし方

問8 下校後(放課後)、主にどのように過ごしていますか。(○は3つまで)

下校後(放課後)の過ごし方について、小学4年生では、「テレビやゲーム」(46.4%)、「外で遊ぶ」(40.8%)、「習い事」(37.6%)の順に高くなっています。中学1年生では、「テレビやゲーム」(48.1%)、「パソコン・スマホなど(インターネット)」(46.5%)、「勉強」(34.9%)の順に高くなっています。

小学4年生では「習い事」と「外で遊ぶ」が中学1年生を20ポイント以上上回っています。中学1年生では「パソコン・スマホなど(インターネット)」、「LINEなどのSNS」、「クラブ活動」、「塾」が小学4年生を15ポイント以上上回っています。

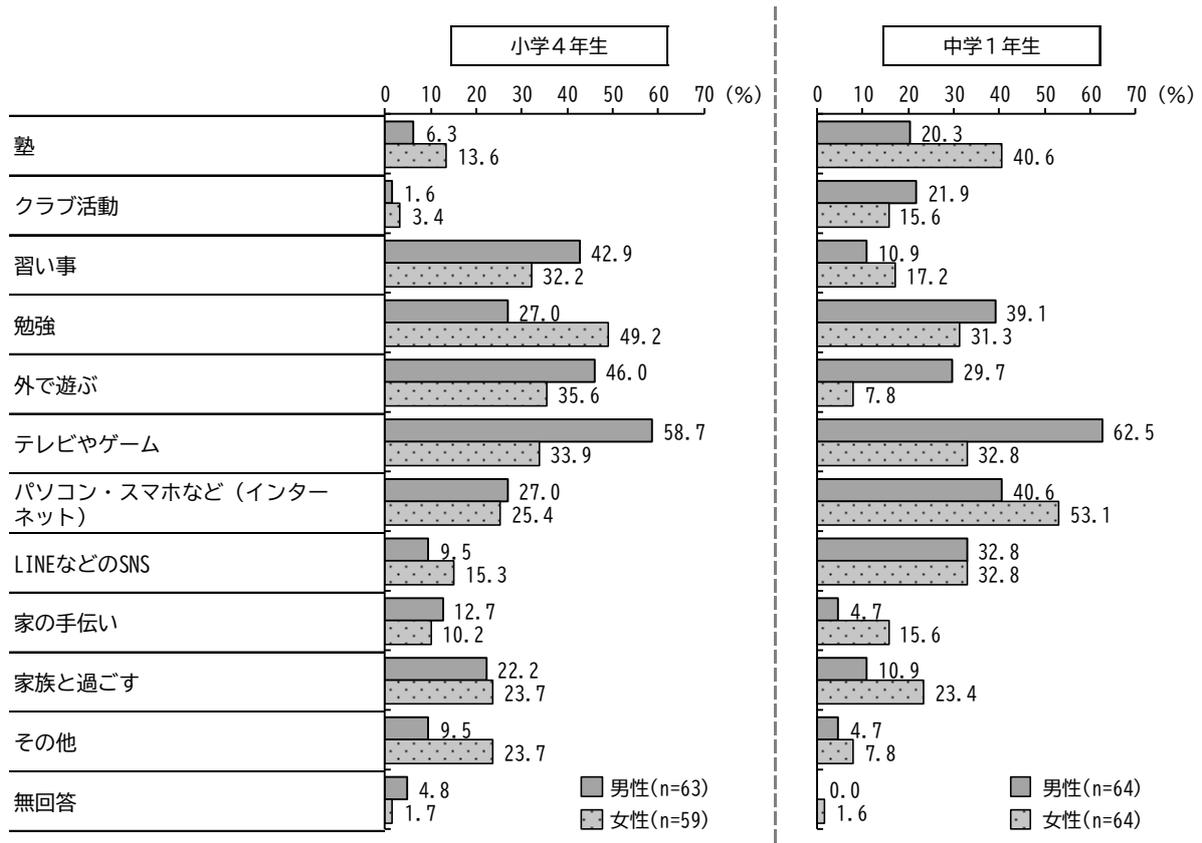


Ⅲ 小学生・中学生の調査結果

【学年-性別】

小学4年生では、〔男性〕は「テレビやゲーム」(58.7%)、〔女性〕は「勉強」(49.2%)が最も高くなっています。また、〔男性〕では、「テレビやゲーム」、「習い事」、「外で遊ぶ」の割合が10ポイント以上、〔女性〕を上回っています。反対に、〔女性〕では、「勉強」、「塾」、「LINEなどのSNS」の割合が5ポイント以上、〔男性〕を上回っています。

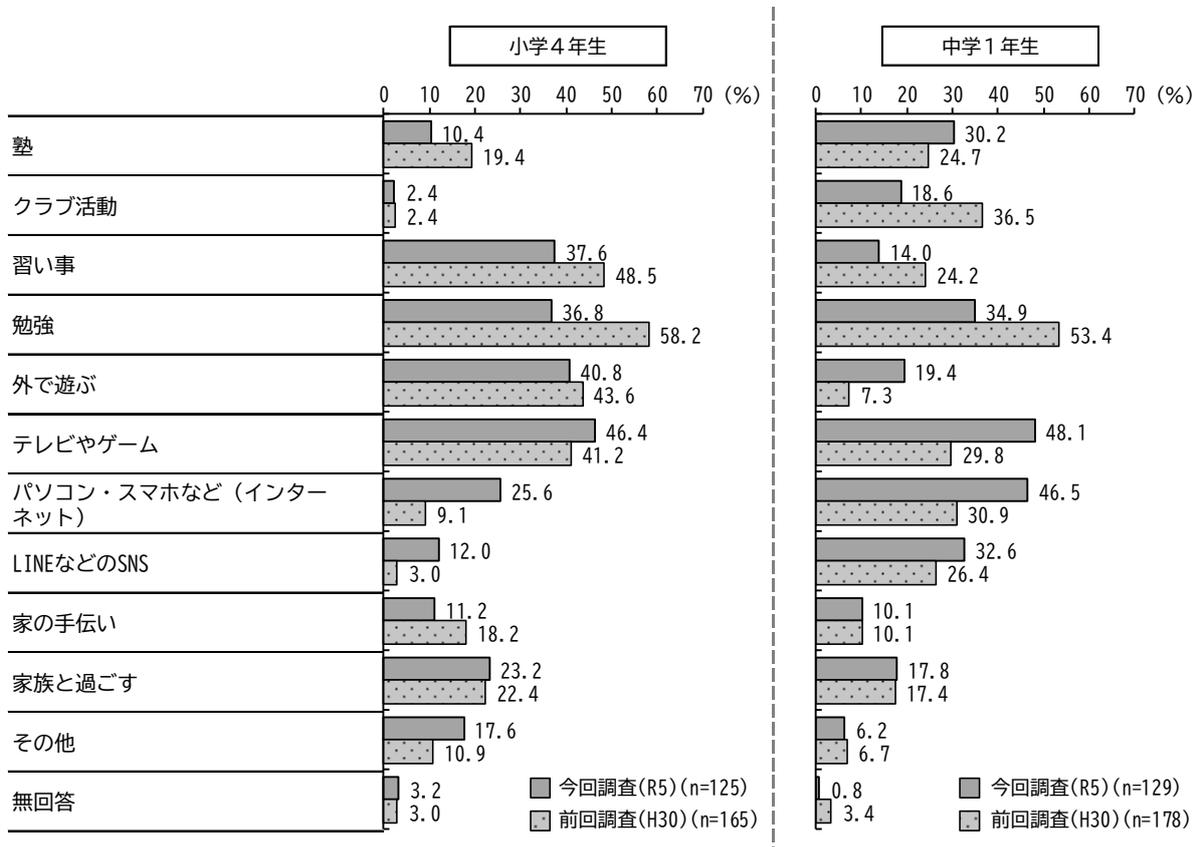
中学1年生では、〔男性〕は「テレビやゲーム」(62.5%)、〔女性〕は「パソコン・スマホなど(インターネット)」(53.1%)が最も高くなっています。また、〔男性〕では、「テレビやゲーム」、「外で遊ぶ」の割合が20ポイント以上、〔女性〕を上回っています。反対に、〔女性〕では、「塾」、「家族と過ごす」、「パソコン・スマホなど(インターネット)」、「家の手伝い」の割合が10ポイント以上、〔男性〕を上回っています。



【前回調査比較】

前回調査と比較すると、小学4年生では、「パソコン・スマホなど（インターネット）」や「LINEなどのSNS」の割合が前回調査から上がっており、反対に「塾」、「習い事」、「勉強」、「家の手伝い」が下がっています。

中学1年生では、「外で遊ぶ」、「テレビやゲーム」、「パソコン・スマホなど（インターネット）」の割合が前回調査から10ポイント以上上がっており、反対に「クラブ活動」、「習い事」、「勉強」が10ポイント以上下がっています。

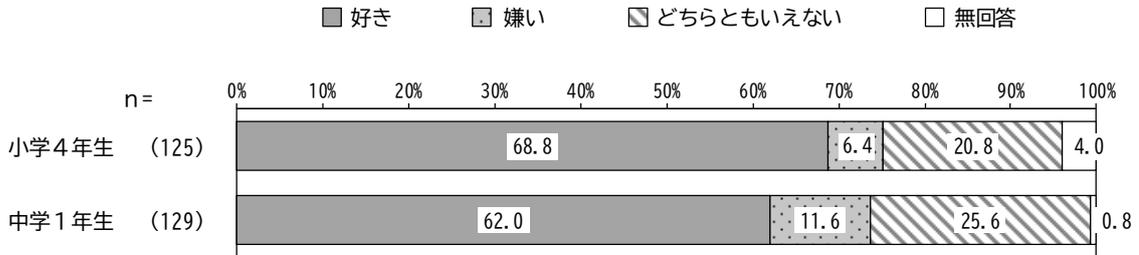


3. 運動について

(1) 運動は好きか

問9 運動することは好きですか。(○は1つ)

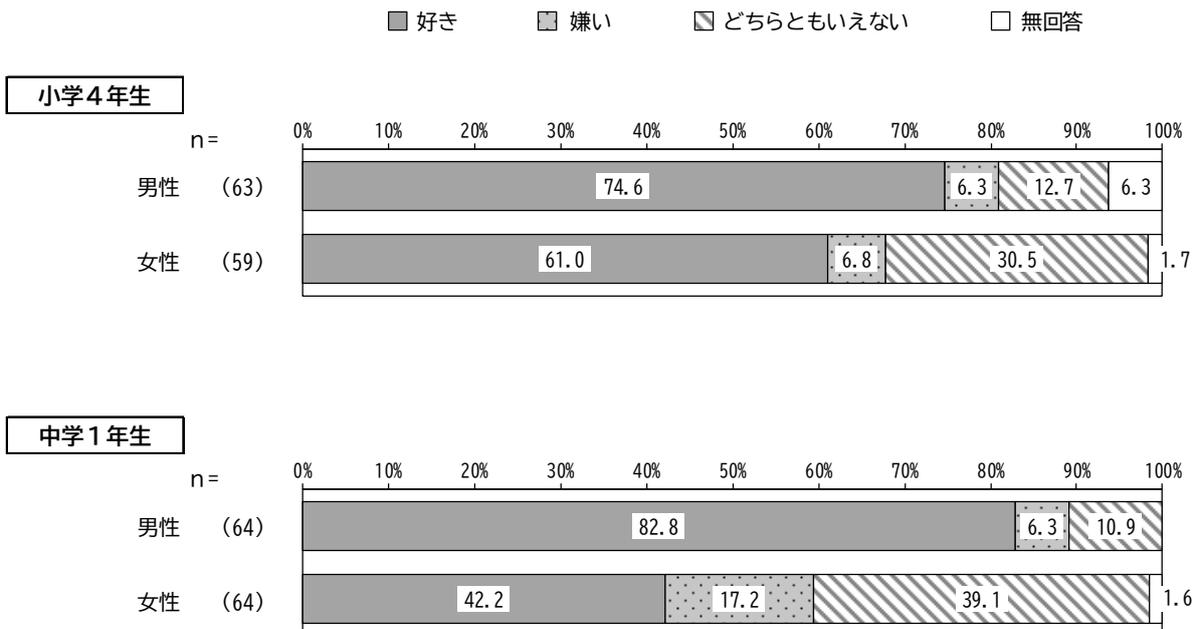
運動することが好きかについては、「好き」の割合は、小学4年生(68.8%)と中学1年生(62.0%)ともに6割台で高くなっています。「嫌い」は中学1年生で(11.6%)と1割を超えています。



【学年-性別】

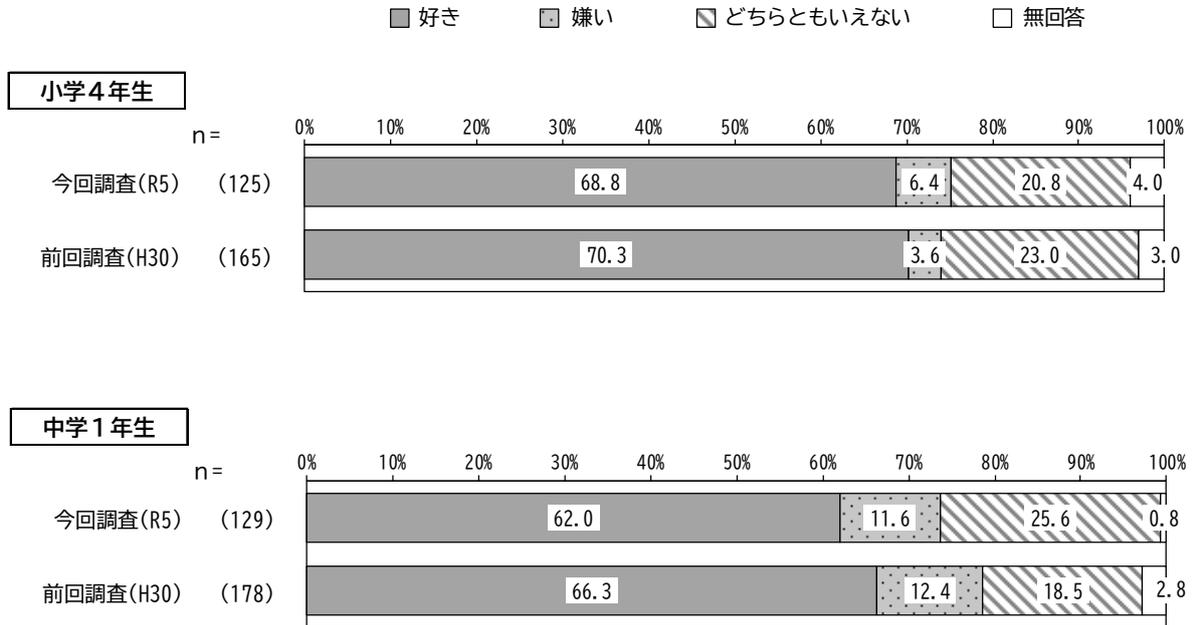
小学4年生では、「好き」の割合は、[男性]が(74.6%)と7割半ば近くを占めて、[女性](61.0%)を13.6ポイント上回っています。一方、「嫌い」は男女ともに差はなく、「どちらともいえない」は[女性]で(30.5%)と3割を占めて高くなっています。

中学1年生では、「好き」の割合は、[男性]が(82.8%)と8割を超えて、[女性](42.2%)を40.6ポイント上回っています。一方、「嫌い」は[女性]が(17.2%)と1割半ばを超えて、[男性](6.3%)を10.9ポイント上回っています。また、「どちらともいえない」は[女性]で(39.1%)と高くなっています。



【前回調査比較】

前回調査と比較すると、「好き」の割合は、小学4年生ではあまり変化がありませんが、中学1年生では前回調査より4.3ポイント下がっています。

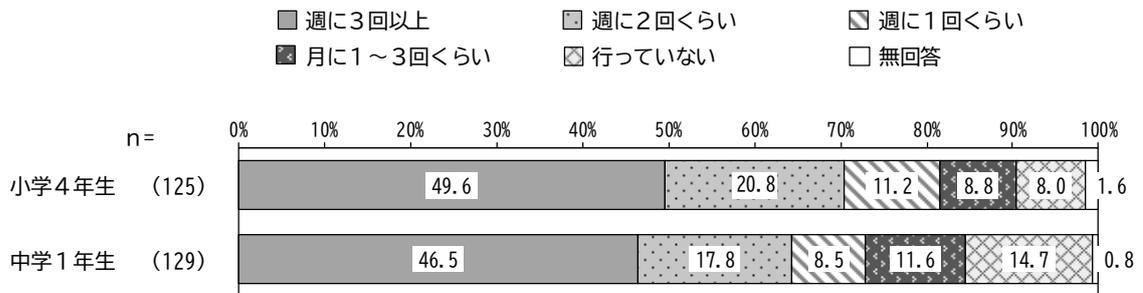


Ⅲ 小学生・中学生の調査結果

(2) 授業以外の運動状況

問 10 学校の授業以外の時間で、1回 30 分以上の運動(公園の遊具で遊ぶ、かけっこする、サッカーやドッジボールをするなど)をどのくらい行っていますか。(○は1つ)

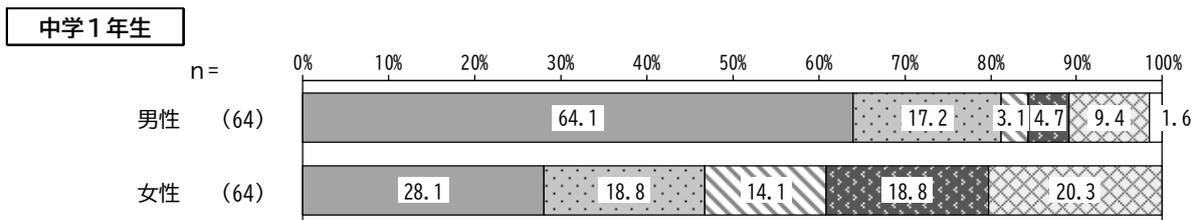
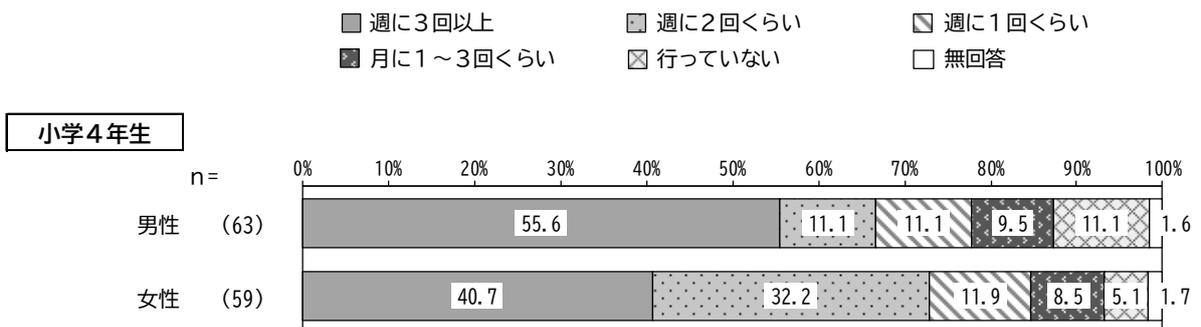
学校の授業以外の時間で1回 30 分以上の運動を行う頻度は、「週に3回以上」の割合は、小学4年生(49.6%)と中学1年生(46.5%)ともに4割半ばを超えて最も高くなっています。中学1年生では、「月に1～3回くらい」と「行っていない」がともに1割を超えています。



【学年-性別】

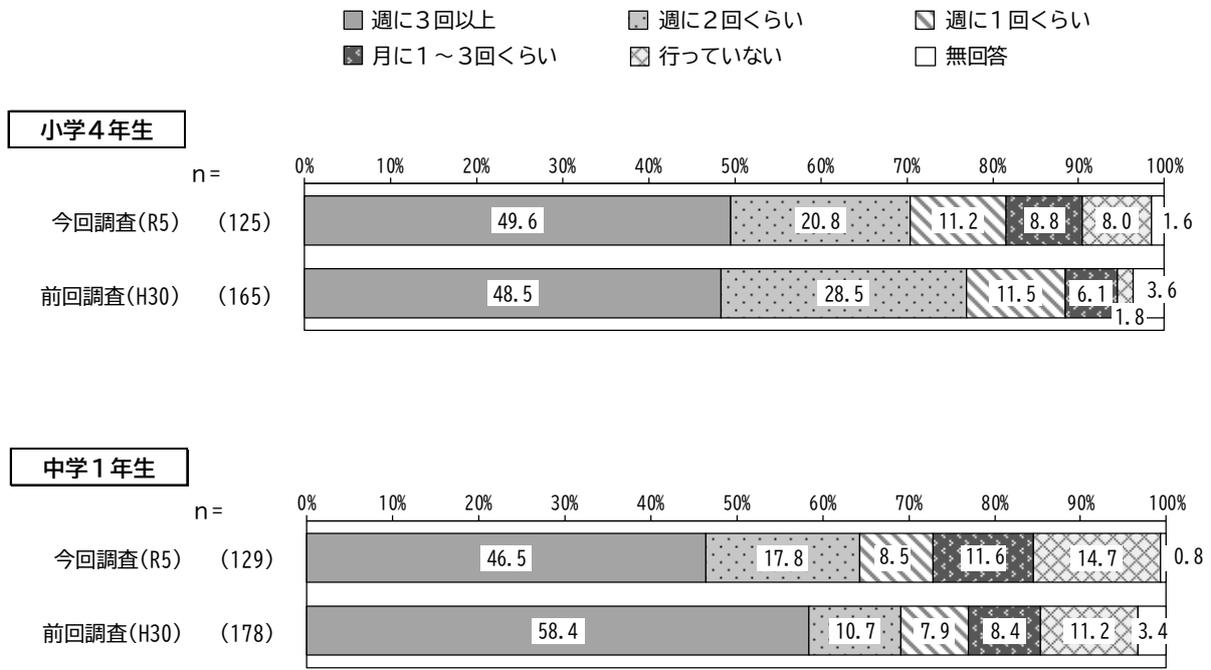
小学4年生では、「週に3回以上」の割合は、〔男性〕が(55.6%)と5割半ばを占めて、〔女性〕(40.7%)を14.9ポイント上回っています。一方、「週に2回くらい」は〔女性〕が(32.2%)と3割を超えて、〔男性〕(11.1%)を21.1ポイント上回っています。「行っていない」は〔男性〕で(11.1%)と1割を超えて、〔女性〕(5.1%)の倍以上の割合となっています。

中学1年生では、「週に3回以上」の割合は、〔男性〕が(64.1%)と6割を超えて、〔女性〕(28.1%)を36.0ポイント上回っています。一方、「週に1回くらい」、「月に1～3回くらい」、「行っていない」は、〔女性〕が〔男性〕をそれぞれ10ポイント以上上回っています。



【前回調査比較】

前回調査と比較すると、「週3回以上」の割合は、小学4年生ではあまり変化ありませんが、中学1年生では11.9ポイント下がっています。「週2回くらい」の割合は、小学4年生では7.7ポイント下がっていますが、中学1年生では7.1ポイント上がっています。また、「行っていない」は、小学4年生で6.2ポイント上がっています。



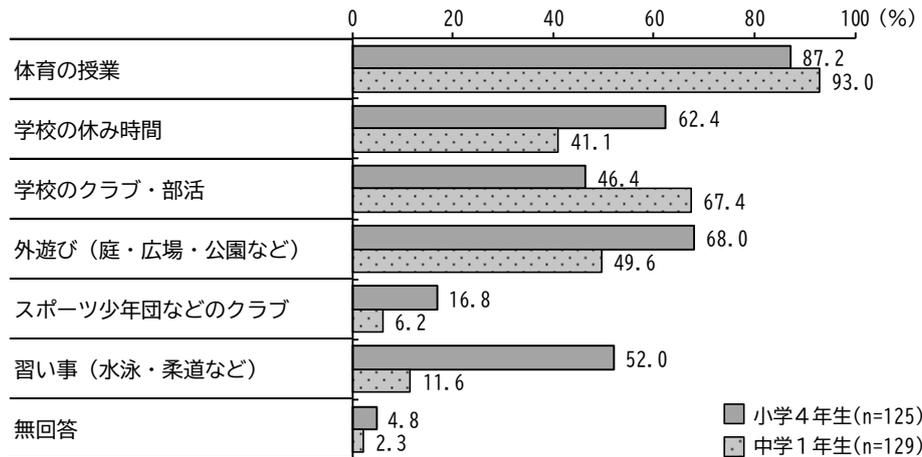
Ⅲ 小学生・中学生の調査結果

(3) 運動する機会

問 11 あなたは、いつ運動や身体を動かしていますか。(あてはまるものすべてに○)

いつ運動や身体を動かしているかについては、小学4年生では、「体育の授業」(87.2%)、「外遊び(庭・広場・公園など)」(68.0%)、「学校の休み時間」(62.4%)、「習い事(水泳・柔道など)」(52.0%)の順に5割を超えて高くなっています。中学1年生では、「体育の授業」(93.0%)、「学校のクラブ・部活」(67.4%)、「外遊び(庭・広場・公園など)」(49.6%)の順に高くなっています。

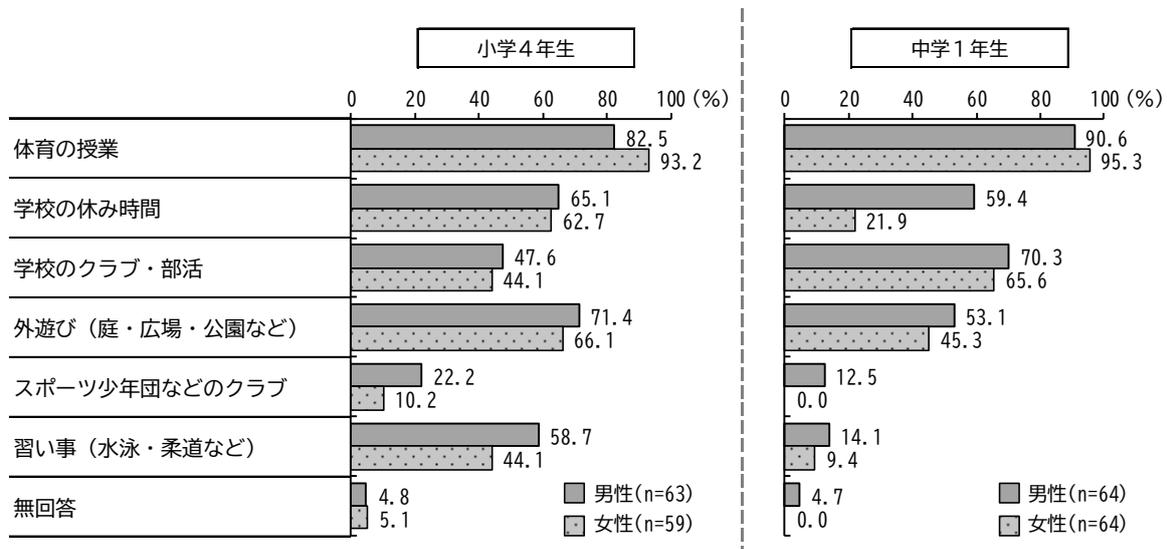
小学4年生・中学1年生ともに「体育の授業」が9割前後で最も高くなっています。小学4年生では、「習い事(水泳・柔道など)」、「学校の休み時間」、「外遊び(庭・広場・公園など)」が中学1年生を上回っています。中学1年生では「学校のクラブ・部活」が小学4年生を上回っています



【学年-性別】

小学4年生では、男女ともに傾向は変わりませんが、〔男性〕では「習い事(水泳・柔道など)」と「スポーツ少年団などのクラブ」、〔女性〕では「体育の授業」がそれぞれ10ポイント以上上回っています。

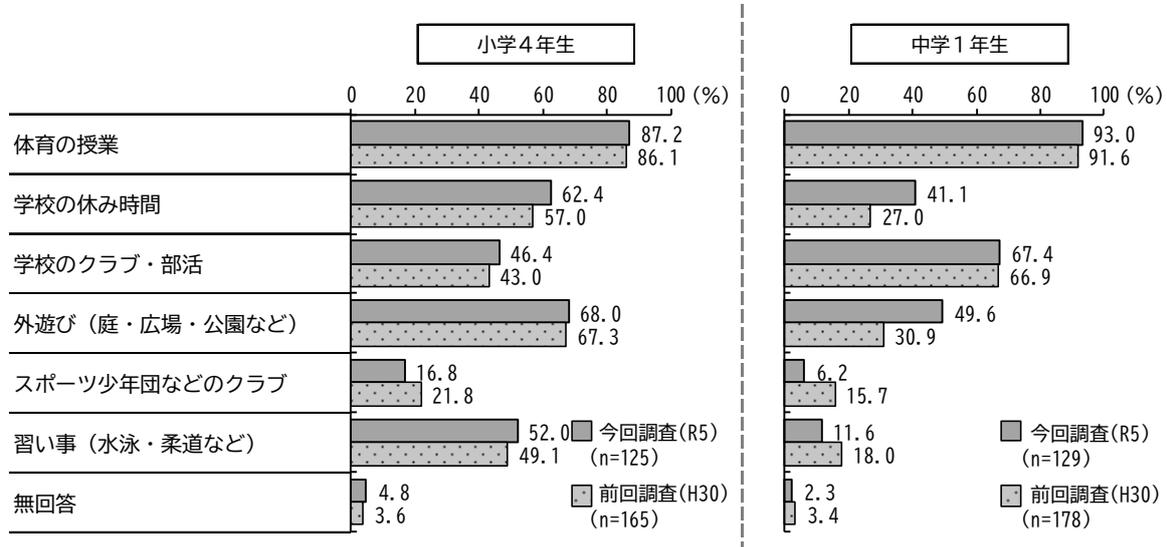
中学1年生では、「学校の休み時間」が〔男性〕で(59.4%)と6割近くで、〔女性〕(21.9%)を37.5ポイント上回っています。



【前回調査比較】

前回調査と比較すると、小学4年生では、「学校の休み時間」の割合が5.4ポイント上がっており、反対に「スポーツ少年団などのクラブ」が5.0ポイント下がっています。

中学1年生では、「学校の休み時間」が14.1ポイント、「外遊び（庭・広場・公園など）」が18.7ポイント上がっています。



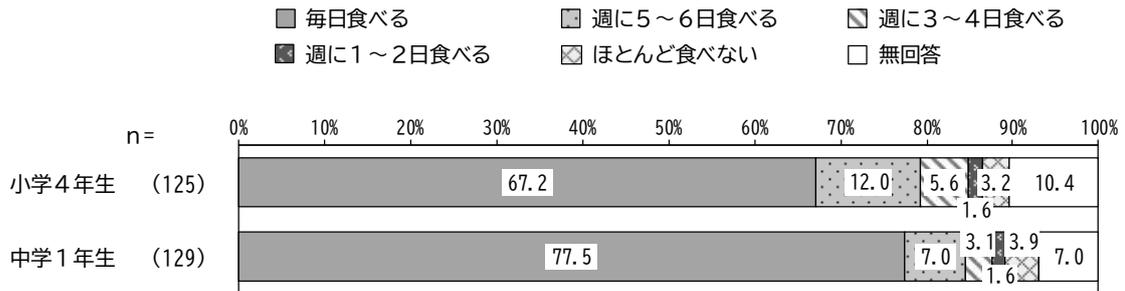
Ⅲ 小学生・中学生の調査結果

4. 食生活について

(1) 朝食の摂取状況

問 12 あなたは毎日、朝食を食べていますか。(○は1つ)

朝食の摂取状況は、小学4年生では「毎日食べる」が(67.2%)、「週に5～6日食べる」が(12.0%)と、週の大半朝食を摂っている割合は8割近くを占めています。一方、中学1年生では「毎日食べる」が(77.5%)、「週に5～6日食べる」が(7.0%)と、週の大半朝食を摂っている割合は8割半ば近くを占めています。

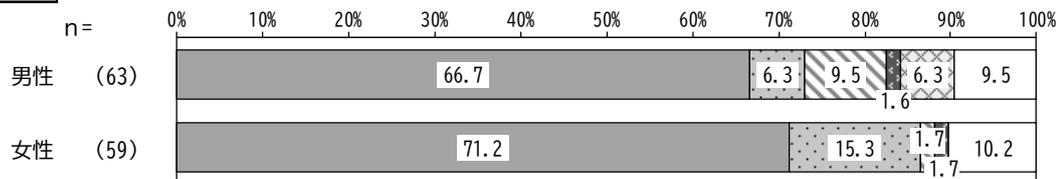


【学年-性別】

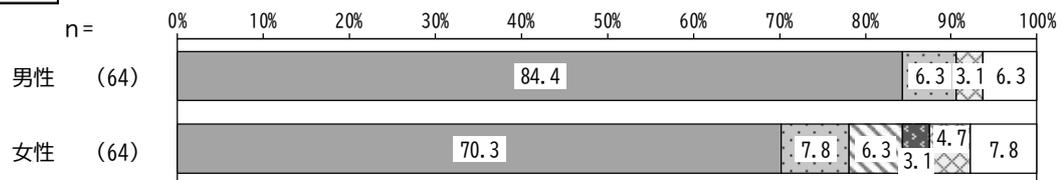
小学4年生では、「毎日食べる」と「週に5～6日食べる」ともに〔女性〕が〔男性〕を上回っています。

中学1年生では、「毎日食べる」は、〔男性〕が(84.4%)と8割半ば近くを占め、〔女性〕(70.3%)を14.1ポイント上回っています。

小学4年生



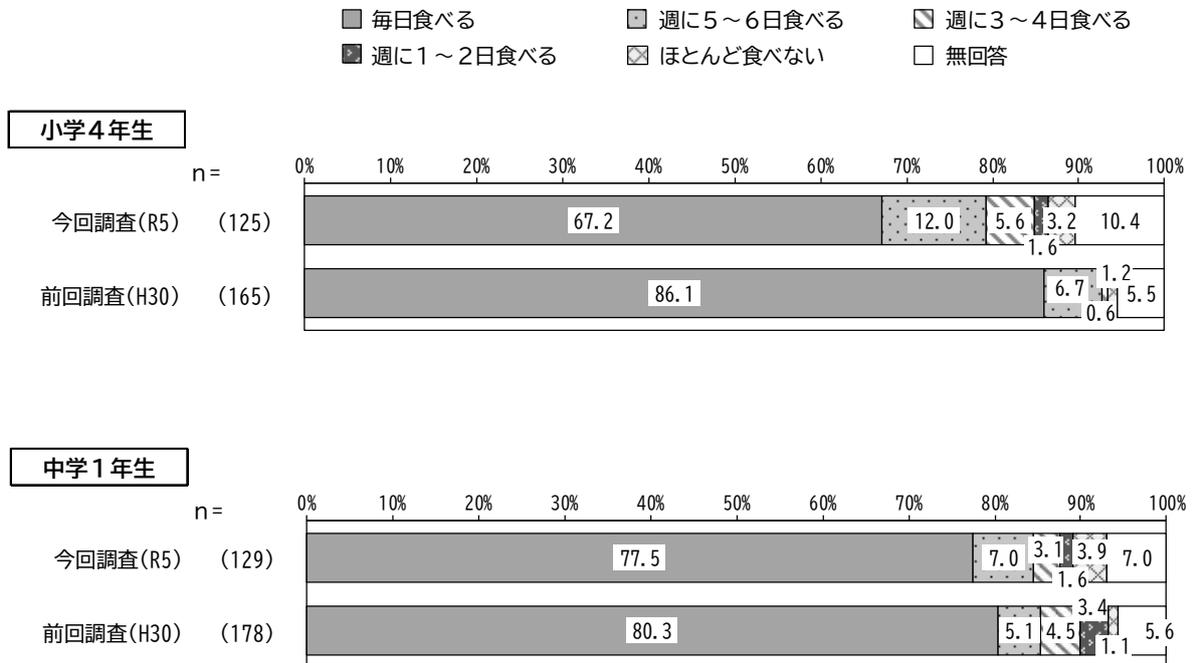
中学1年生



【前回調査比較】

前回調査と比較すると、「毎日食べる」の割合は、小学4年生で前回調査より18.9ポイント下がっています。

中学1年生では、前回調査よりあまり変化ありません。

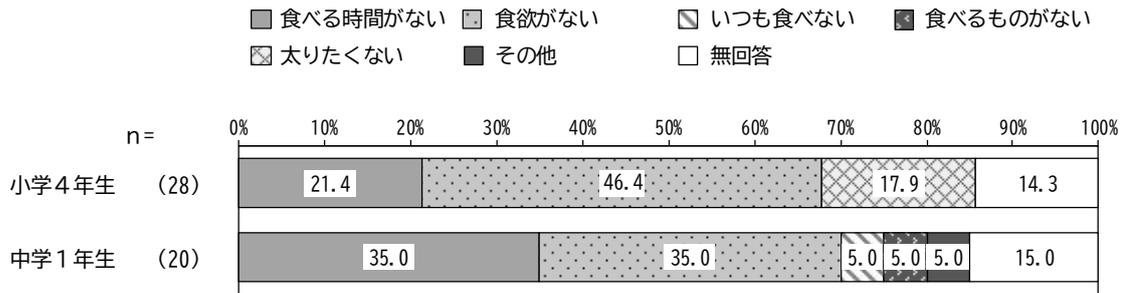


Ⅲ 小学生・中学生の調査結果

(2) 朝食を食べない理由

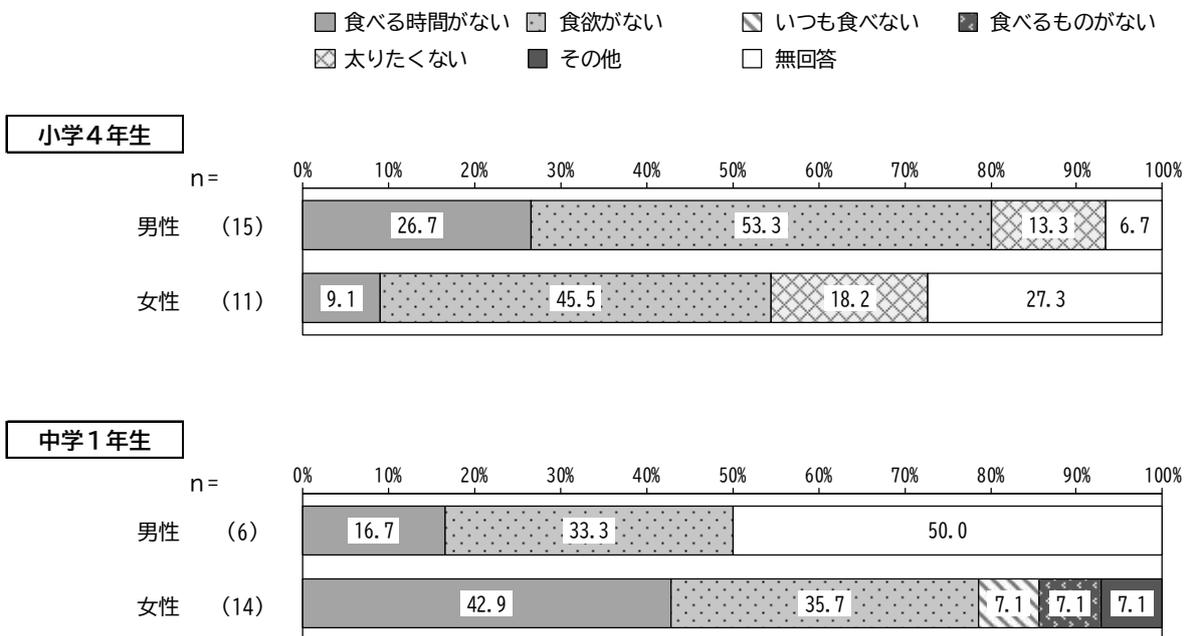
【問 12 で「毎日食べる」以外をお答えの方にお聞きします。】
 問 12-1 朝食を食べない理由は何ですか。(○は1つ)

朝食を食べない理由は、小学4年生では「食欲がない」が(46.4%)と4割半ばを超えて最も高くなっています。中学1年生では、「食べる時間がない」と「食欲がない」がともに(35.0%)と3割半ばを占めています。また、「太りたくない」は、中学1年生では回答がありませんでしたが、小学4年生で(17.9%)となっています。



【学年-性別】

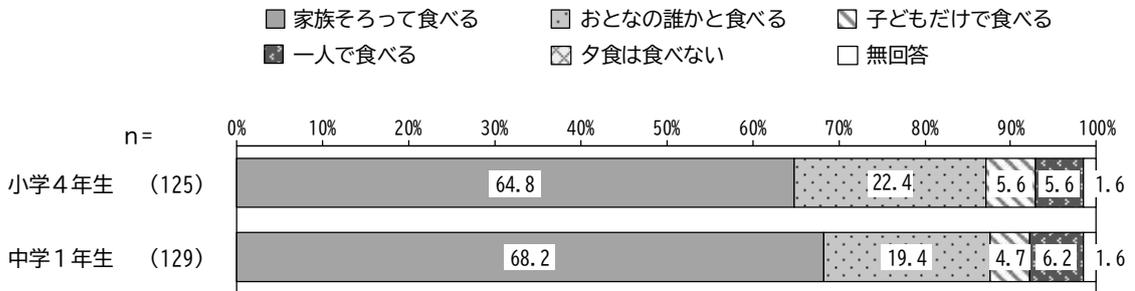
回答数(n)が少ないため、一定の傾向を評価することはできませんでした。



(3) 夕食の共食状況

問 13 ふだん夕食は誰と食べていますか。(○は1つ)

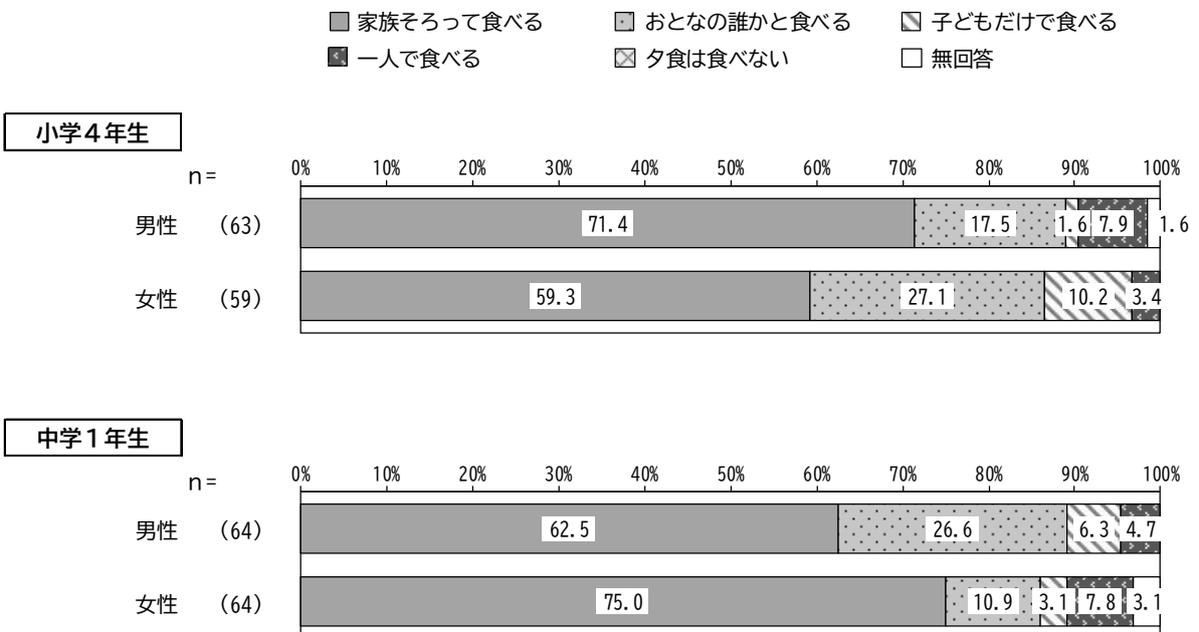
夕食の共食状況は、小学4年生・中学1年生ともに「家族そろって食べる」が6割台、「おとなの誰かと食べる」が2割前後となっています。



【学年-性別】

小学4年生では、「家族そろって食べる」割合は、〔男性〕が(71.4%)と7割を超えて、〔女性〕(59.3%)を12.1ポイント上回っています。一方、「おとなの誰かと食べる」と「子どもだけで食べる」は〔女性〕が〔男性〕を10ポイント近く上回っています。

中学1年生では、「家族そろって食べる」割合は、〔女性〕が(75.0%)と7割半ばを占めて、〔男性〕(62.5%)を12.5ポイント上回っています。一方、「おとなの誰かと食べる」は〔男性〕(26.6%)が〔女性〕(10.9%)を15.7ポイント上回っています。

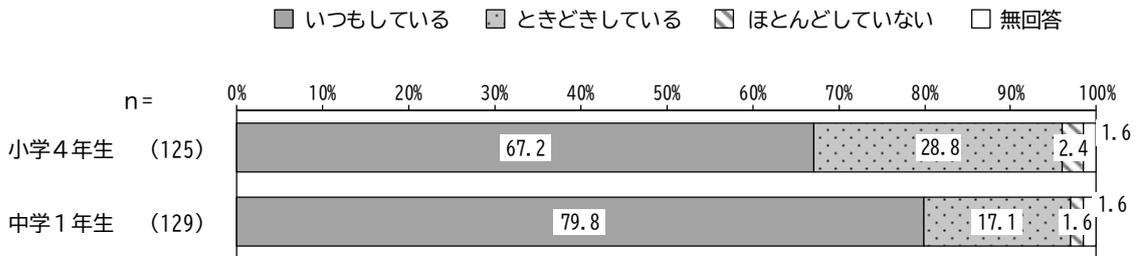


Ⅲ 小学生・中学生の調査結果

(4) 食事の際のあいさつ状況

問 14 食事のあいさつ(「いただきます」や「ごちそうさまでした」)をしていますか。(○は1つ)

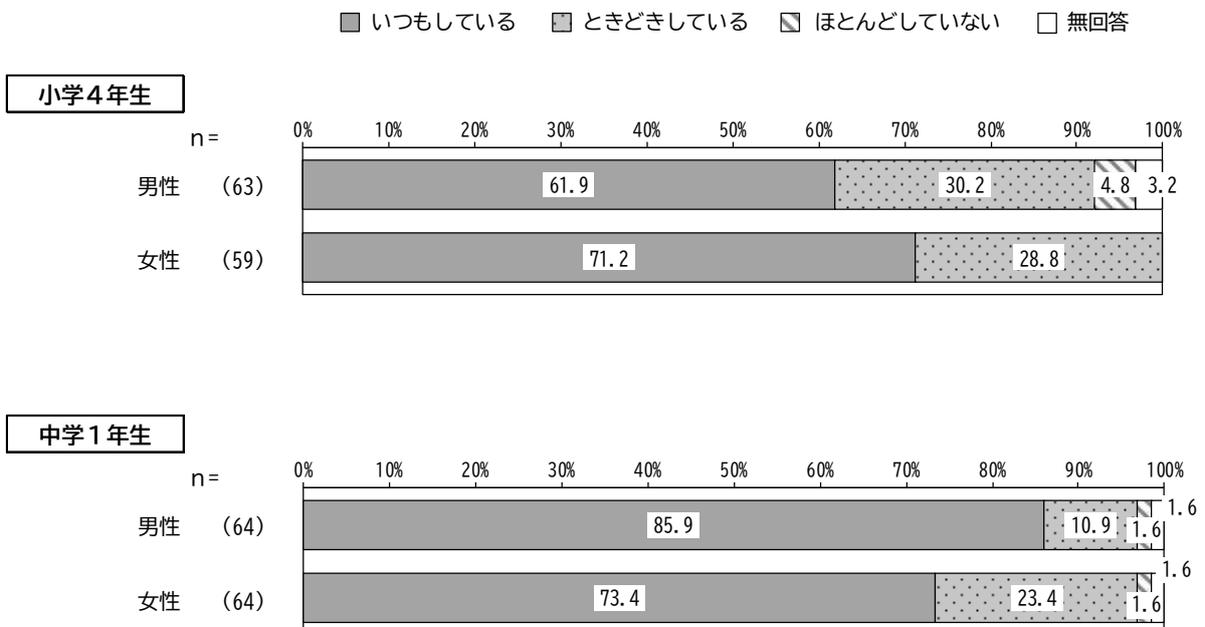
食事のあいさつをしているかについては、小学4年生では「いつもしている」が(67.2%)、「ときどきしている」が(28.8%)、「ほとんどしていない」が(2.4%)となっており、中学1年生では「いつもしている」が(79.8%)、「ときどきしている」が(17.1%)、「ほとんどしていない」が(1.6%)となっています。



【学年-性別】

小学4年生では、「いつもしている」は、〔女性〕で(71.2%)と7割を超えており、〔男性〕(61.9%)を9.3ポイント上回っています。

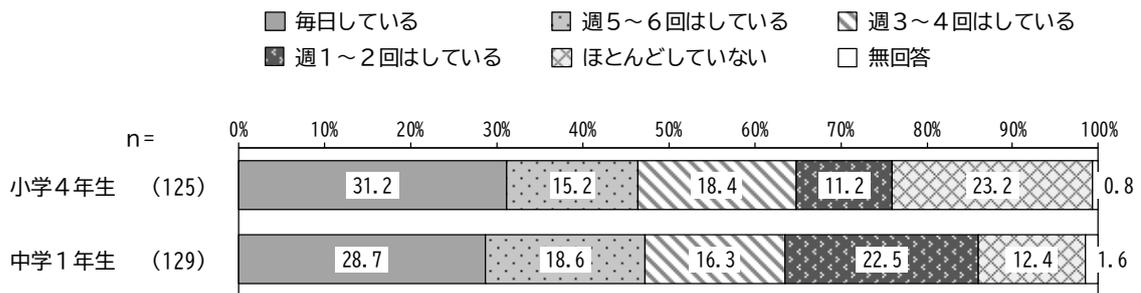
中学1年生では、「いつもしている」は、〔男性〕で(85.9%)と8割半ばを超えており、〔女性〕(73.4%)を12.5ポイント上回っていますが、「ときどきしている」合わせた食事のあいさつをしている割合は、男女ともに9割半ばを超えて同じ割合となっています。



(5) 家での手伝い状況

問 15 家で食事の準備(買い物を含む)や片付けなどの手伝いを、週にどれくらいしていますか。
(○は1つ)

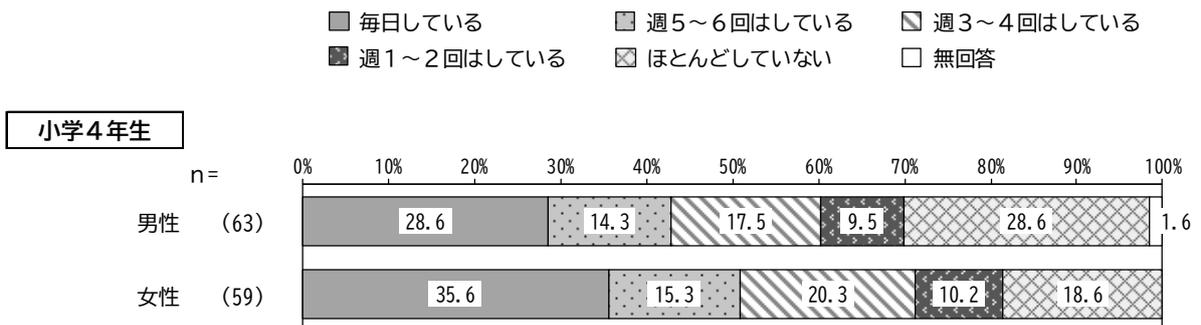
週に家での手伝いをする頻度は、小学4年生では、「毎日している」が(31.2%)と3割を超えて最も高く、「週5～6回はしている」(15.2%)と合わせた、週の大半手伝いをしている割合は4割半ばを超えています。一方、「ほとんどしていない」は(23.2%)と2割を超えています。中学1年生では、「毎日している」が(28.7%)と2割半ばを超えて最も高く、「週5～6回はしている」(18.6%)と合わせた、週の大半手伝いをしている割合は4割半ばを超えています。また、「週1～2回はしている」(22.5%)が2割を超えています。



【学年-性別】

小学4年生では、「毎日している」割合は、[女性]が(35.6%)と3割半ばで、[男性](28.6%)を7.0ポイント上回っています。反対に、「ほとんどしていない」は[男性](28.6%)が[女性](18.6%)を10.0ポイント上回っています。

中学1年生では、「毎日している」と「週5～6回はしている」はともに[女性]が[男性]を上回っています。一方、「ほとんどしていない」は男女ともに(12.5%)と同じ割合になっています。

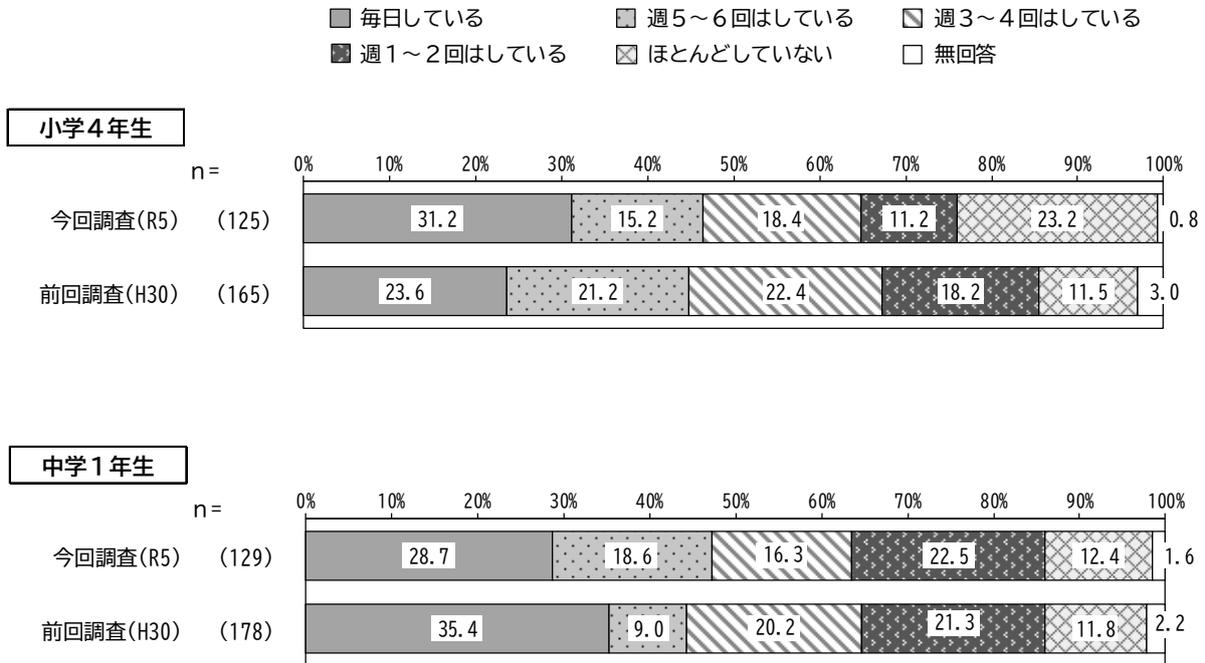


Ⅲ 小学生・中学生の調査結果

【前回調査比較】

前回調査と比較すると、小学4年生では、「毎日している」が7.6ポイント上がっていますが、「ほとんどしていない」は11.7ポイント上がっています。

中学1年生では、「毎日している」が6.7ポイント下がっています。

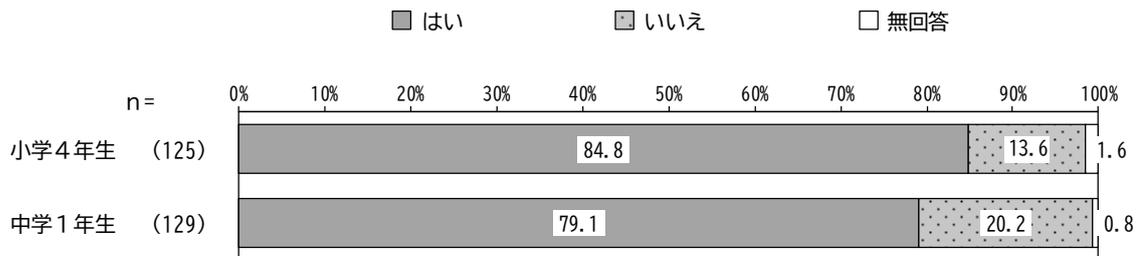


5. 歯の健康について

(1) よく噛んで食べることへの意識

問 16 よくかんで食べるように気をつけていますか。(○は1つ)

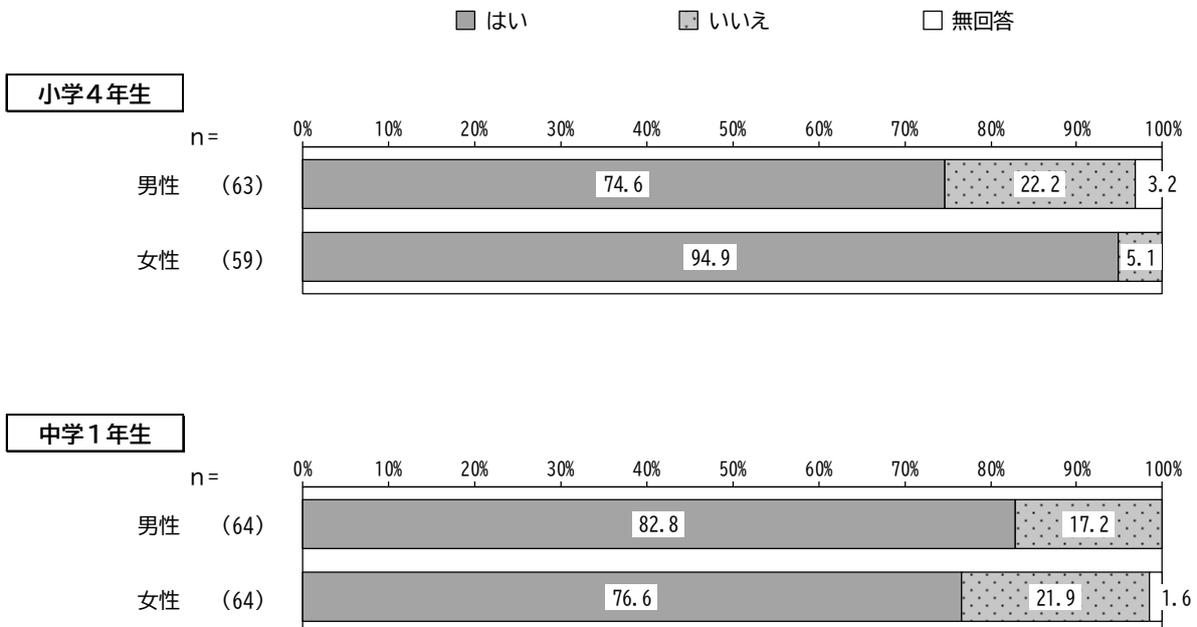
よくかんで食べるように気をつけているかについては、小学4年生では「はい」が(84.8%)、「いいえ」が(13.6%)となっており、中学1年生では「はい」が(79.1%)、「いいえ」が(20.2%)となっています。



【学年-性別】

小学4年生では、「はい」は〔女性〕で(94.9%)と9割半ばを占めており、〔男性〕(74.6%)を20.3ポイント上回っています。反対に「いいえ」は〔男性〕で(22.2%)と2割を超えています。

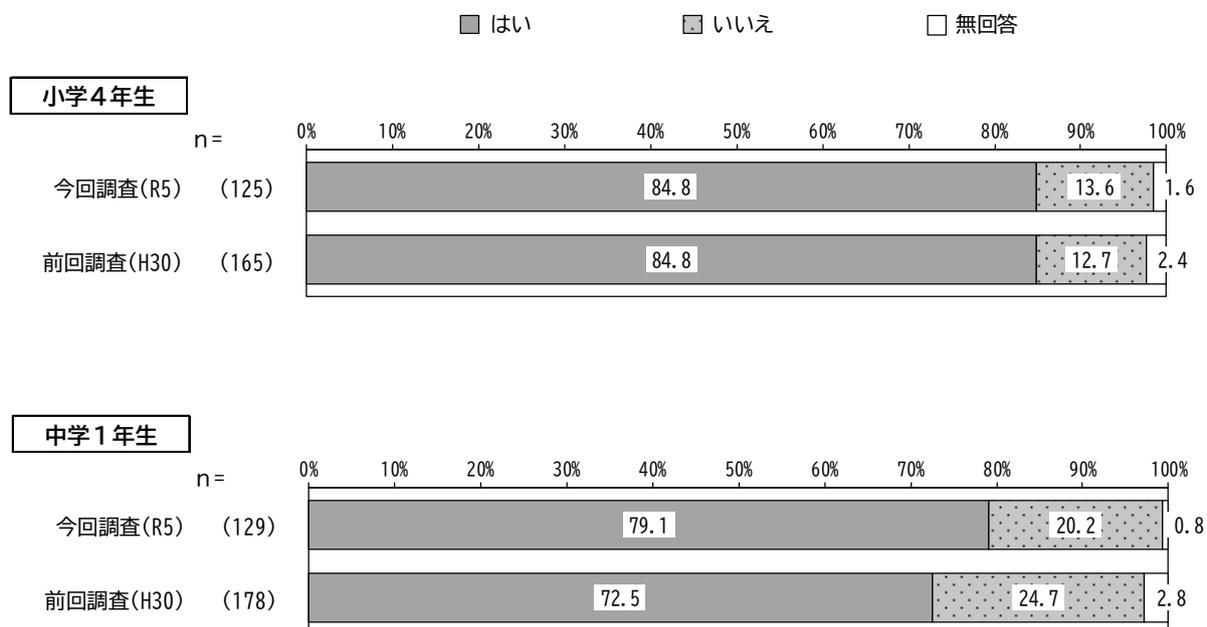
中学1年生では、「はい」は〔男性〕で(82.8%)と8割を占めており、〔女性〕(76.6%)を6.2ポイント上回っています。反対に「いいえ」は〔女性〕で(21.9%)と2割を超えています。



Ⅲ 小学生・中学生の調査結果

【前回調査比較】

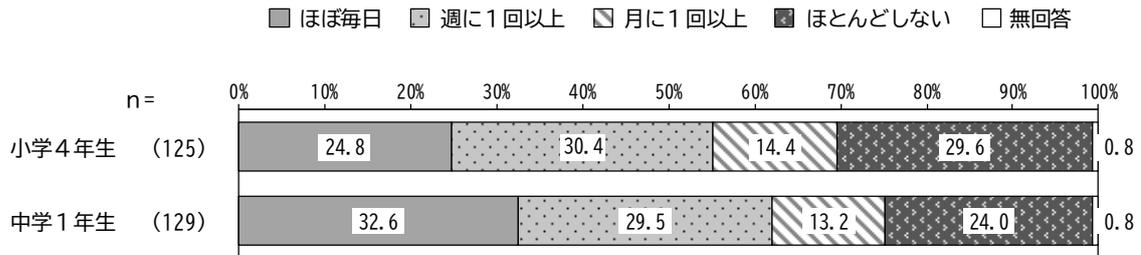
前回調査と比較すると、小学4年生では、あまり変化ありませんが、中学1年生では、「はい」の割合が6.6ポイント上がっています。



(2) 歯や歯ぐきの観察状況

問 17 鏡を使って歯や歯ぐきの様子を観察することがありますか。(○は1つ)

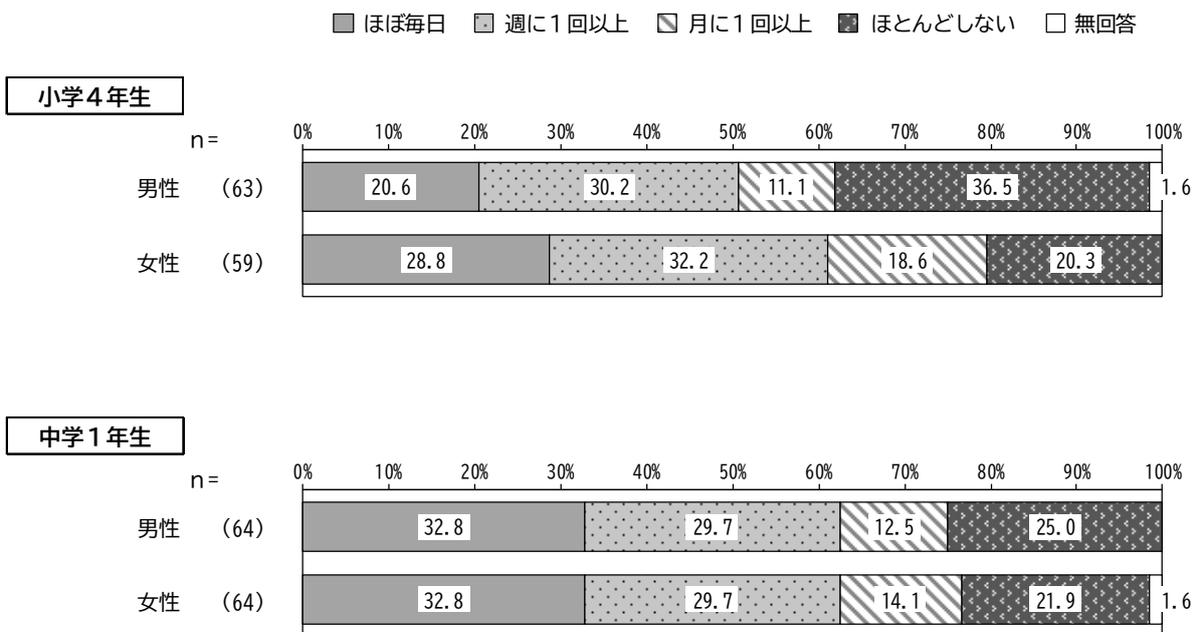
鏡を使って歯や歯ぐきの様子を観察することがあるかについては、小学4年生では、「週に1回以上」と「ほとんどしない」が3割程度を占めており、「ほぼ毎日」は(24.8%)と2割半ばを占めています。中学1年生では、「ほぼ毎日」と「週に1回以上」が3割前後で、週の1回以上口腔の様子を観察している割合は6割を超えています。一方、「ほとんどしない」(24.0%)が2割を超えています。



【学年-性別】

小学4年生では、「ほぼ毎日」の割合は、〔女性〕が(28.8%)と2割半ばを超えて、〔男性〕(20.6%)を8.2ポイント上回っています。反対に、「ほとんどしない」は〔男性〕が(36.5%)と3割半ばを超えており、〔女性〕(20.3%)を16.2ポイント上回っています。

中学1年生では、男女であまり大きな差はなく、「ほとんどしない」はいずれも2割台となっています。

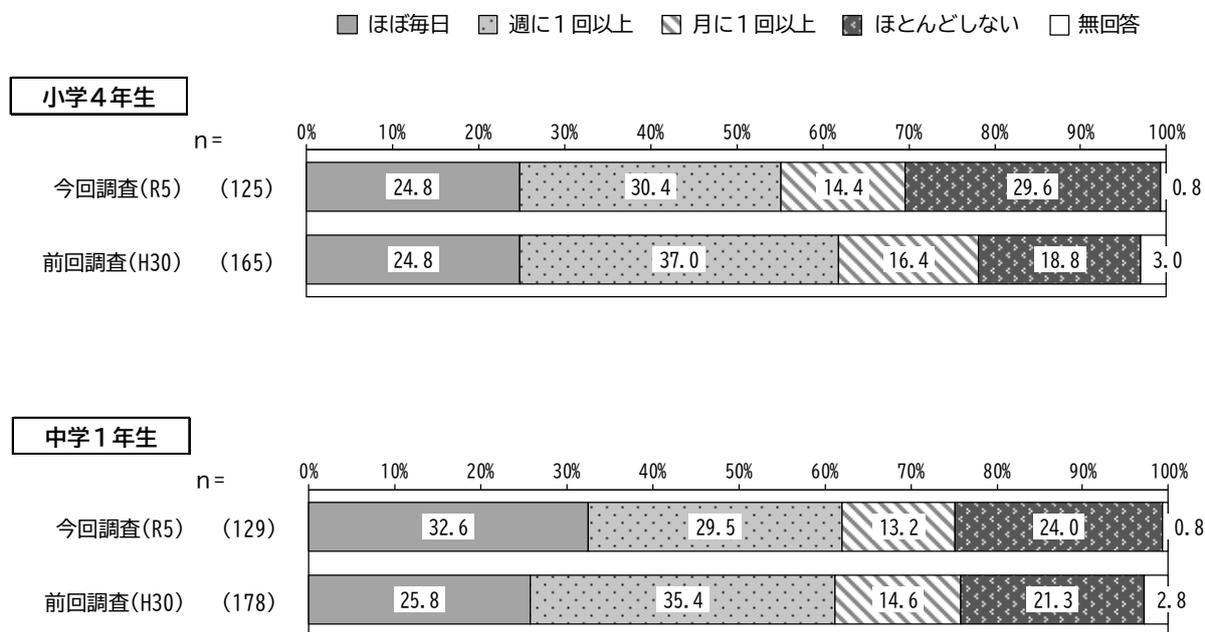


Ⅲ 小学生・中学生の調査結果

【前回調査比較】

前回調査と比較すると、小学4年生では、「ほとんどしない」の割合が10.8ポイント上がっています。

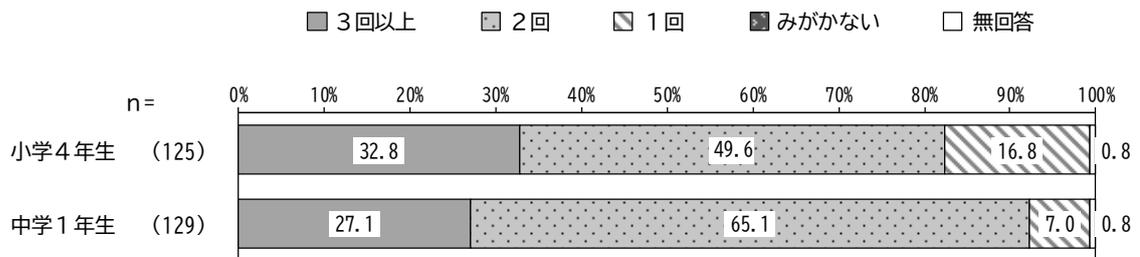
中学1年生では、「ほぼ毎日」の割合が6.8ポイント上がっています。



(3) 歯をみがく回数

問 18 1日何回歯をみがきますか。(○は1つ)

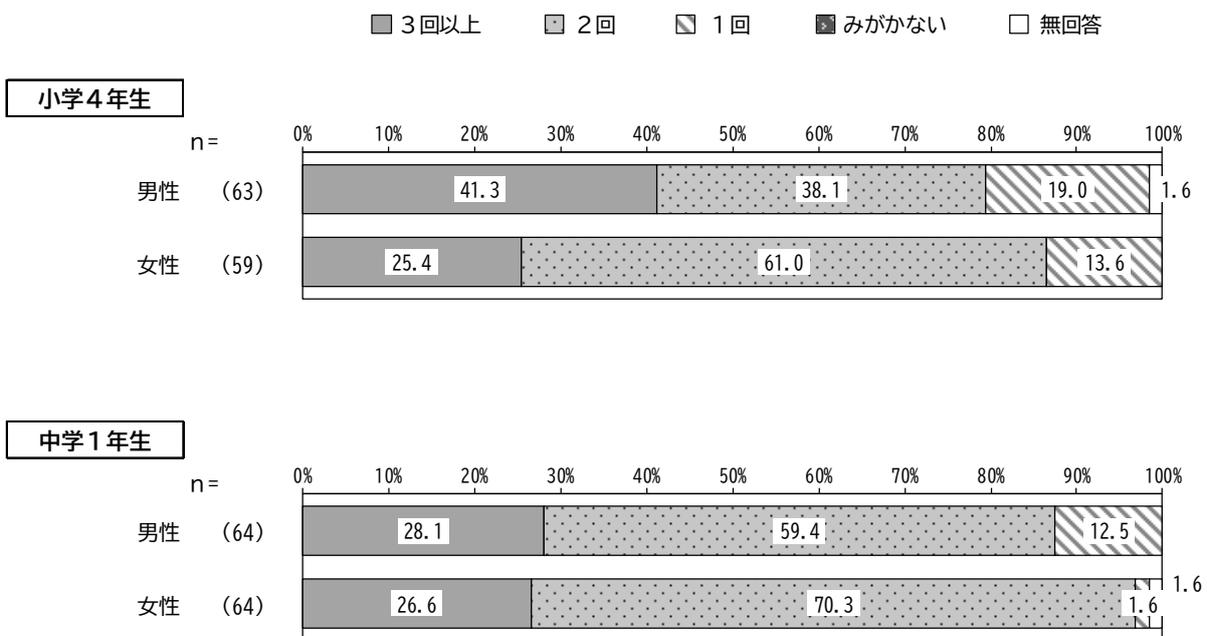
1日に歯をみがく回数は、小学4年生では「1回」が(16.8%)、「2回」が(49.6%)、「3回以上」が(32.8%)となっており、中学1年生では「1回」が(7.0%)、「2回」が(65.1%)、「3回以上」が(27.1%)となっています。小学4年生・中学1年生ともに「みがかない」という回答はありませんでした。



【学年-性別】

小学4年生では、「3回以上」の割合は、〔男性〕が(41.3%)と4割を超えて、〔女性〕(25.4%)を15.9ポイント上回っています。一方、「2回」は〔女性〕が(61.0%)と6割を超えており、〔男性〕(38.1%)を22.9ポイント上回っています。

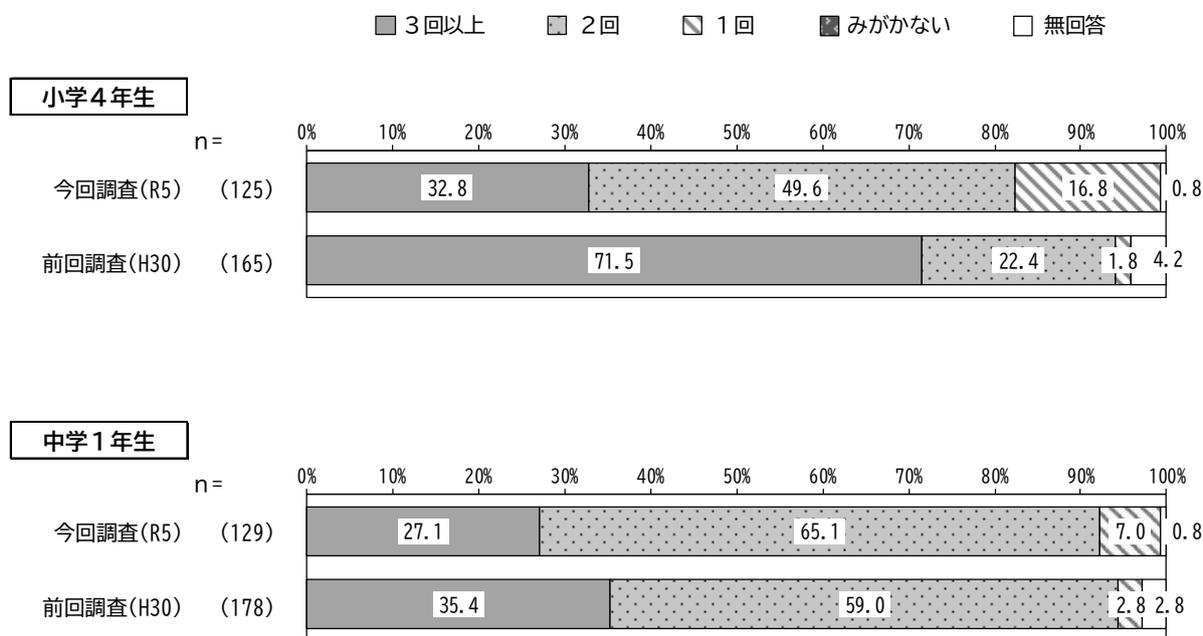
中学1年生では、「2回」は〔女性〕が(70.3%)と7割を超えて、〔男性〕(59.4%)を10.9ポイント上回っています。一方、「1回」は〔男性〕が(12.5%)と1割を超えており、〔女性〕(1.6%)を10.9ポイント上回っています。



Ⅲ 小学生・中学生の調査結果

【前回調査比較】

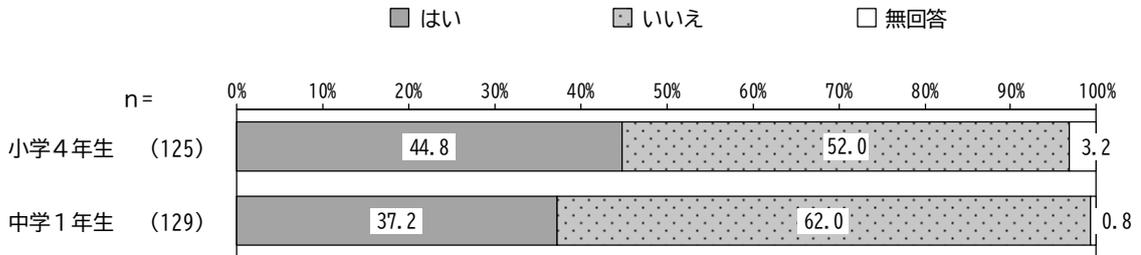
前回調査と比較すると、小学4年生・中学1年生ともに、「3回以上」の割合が下がっており、コロナ禍において給食後の歯みがきタイムが中止となったため、「2回」の割合が前回調査よりも増加したと考えられます。



(4) 歯間清掃道具の使用状況

問 19 歯ブラシ以外で、歯の間をきれいにする器具(デンタルフロスなど)を使っていますか。
(○は1つ)

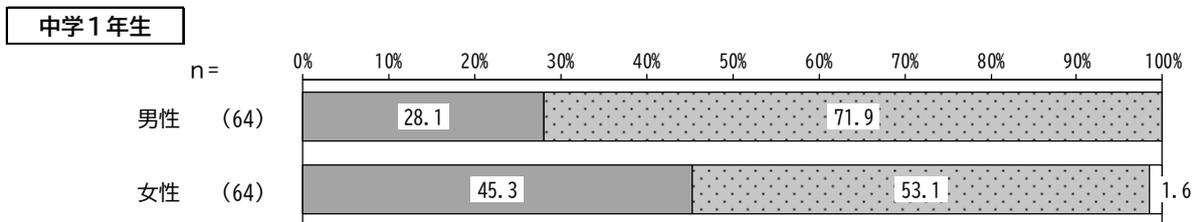
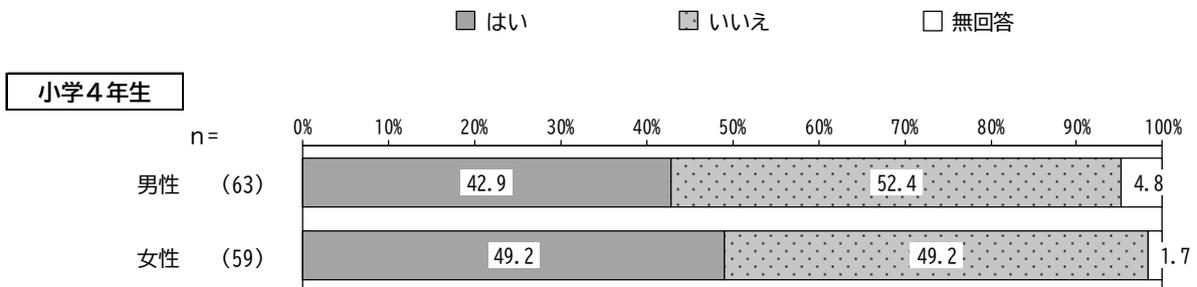
歯間清掃道具の使用状況は、小学4年生では「はい」が(44.8%)、「いいえ」が(52.0%)となっており、中学1年生では「はい」が(37.2%)、「いいえ」が(62.0%)となっています。



【学年-性別】

小学4年生では、「はい」は〔女性〕で(49.2%)と5割近くを占めており、〔男性〕(42.9%)を6.3ポイント上回っています。

中学1年生では、「はい」は〔女性〕で(45.3%)と4割半ばを占めており、〔男性〕(28.1%)を17.2ポイント上回っています。

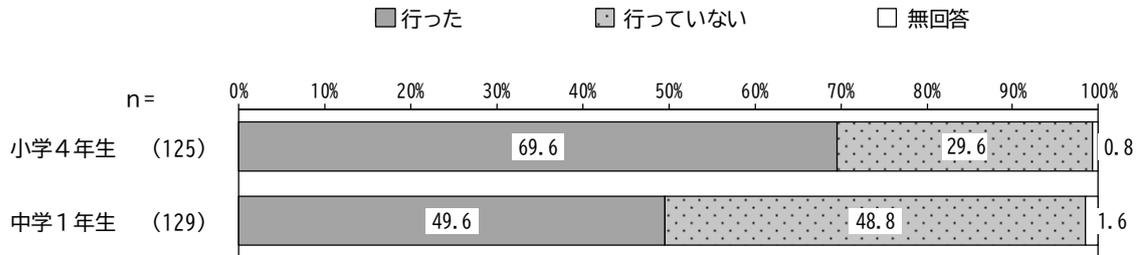


Ⅲ 小学生・中学生の調査結果

(5) 歯科（歯医者）の受診状況

問 20 あなたは、この1年間で歯科(歯医者)に行きましたか。(○は1つ)

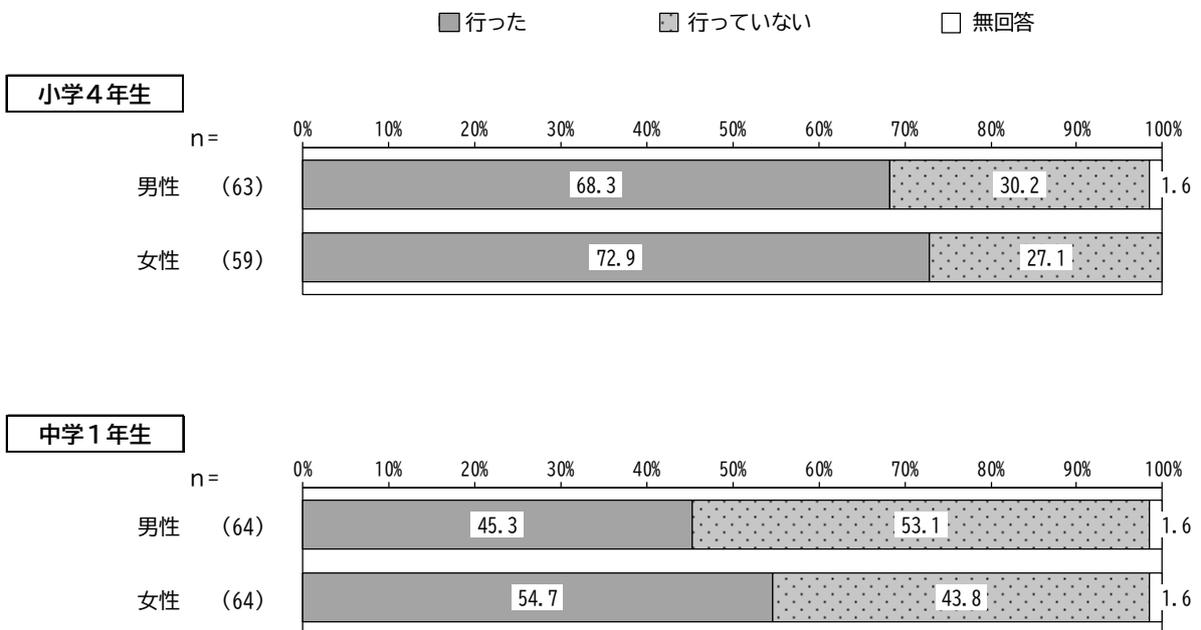
この1年間で歯科（歯医者）に行ったかについては、小学4年生では「行った」が（69.6%）、「行っていない」が（29.6%）となっており、中学1年生では「行った」が（49.6%）、「行っていない」が（48.8%）となっています。



【学年-性別】

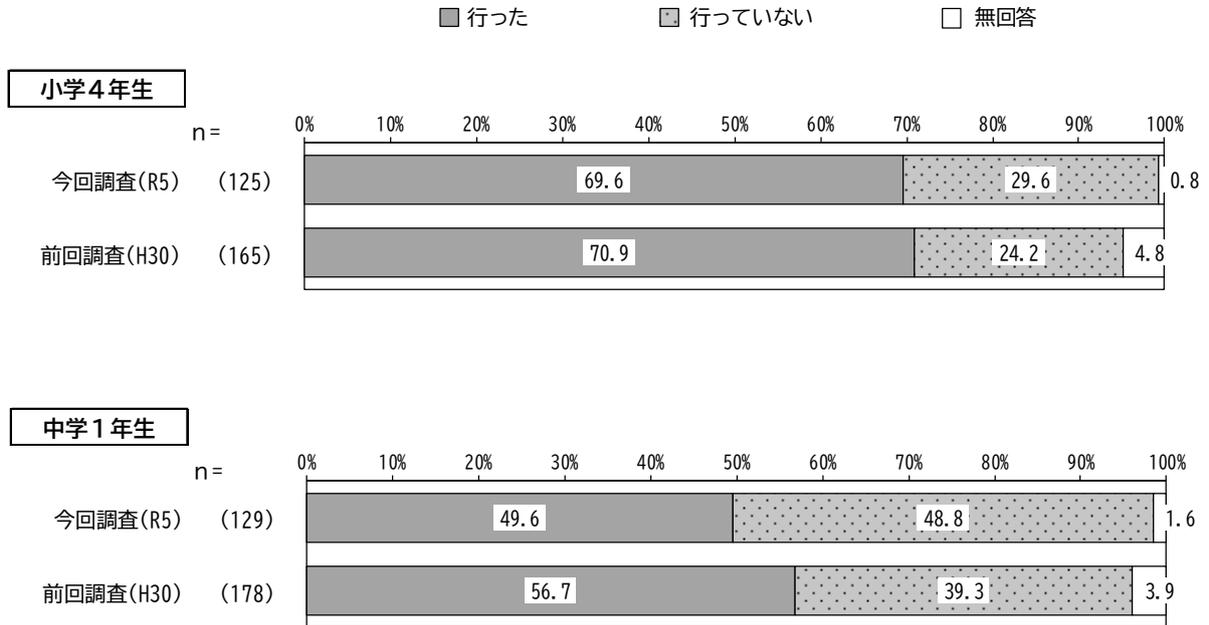
小学4年生では、「行った」は〔女性〕で（72.9%）と7割を超えており、〔男性〕（68.3%）を4.6ポイント上回っています。

中学1年生では、「行った」は〔女性〕で（54.7%）と5割半ば近くを占めており、〔男性〕（45.3%）を9.4ポイント上回っています。



【前回調査比較】

前回調査と比較すると、小学4年生・中学1年生ともに、「行っていない」の割合が上がっています。



Ⅲ 小学生・中学生の調査結果

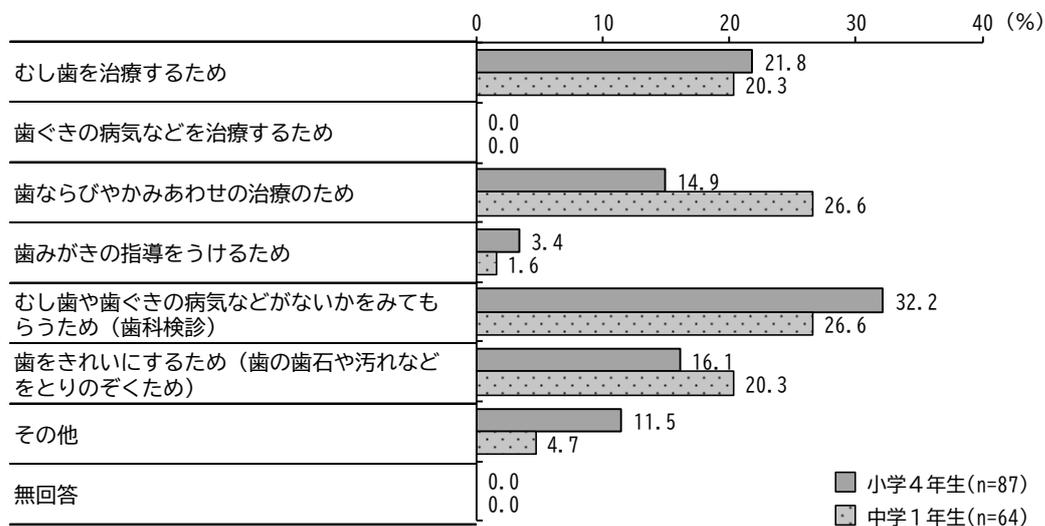
(6) 歯科(歯医者)に行った理由

【問 20 で「行った」をお答えの方にお聞きします。】

問 20-1 あなたが歯科(歯医者)に行った理由は何ですか。(○は1つ)

歯科(歯医者)に行った理由は、小学4年生では、「むし歯や歯ぐきの病気などがないかをみてもらうため(歯科検診)」(32.2%)、「むし歯を治療するため」(21.8%)、「歯をきれいにするため(歯の歯石や汚れなどをとりのぞくため)」(16.1%)の順に高くなっています。中学1年生では、「むし歯や歯ぐきの病気などがないかをみてもらうため(歯科検診)」と「歯ならびやかみあわせの治療のため」(ともに26.6%)、「むし歯を治療するため」と「歯をきれいにするため(歯の歯石や汚れなどをとりのぞくため)」(ともに20.3%)の順に高くなっています。

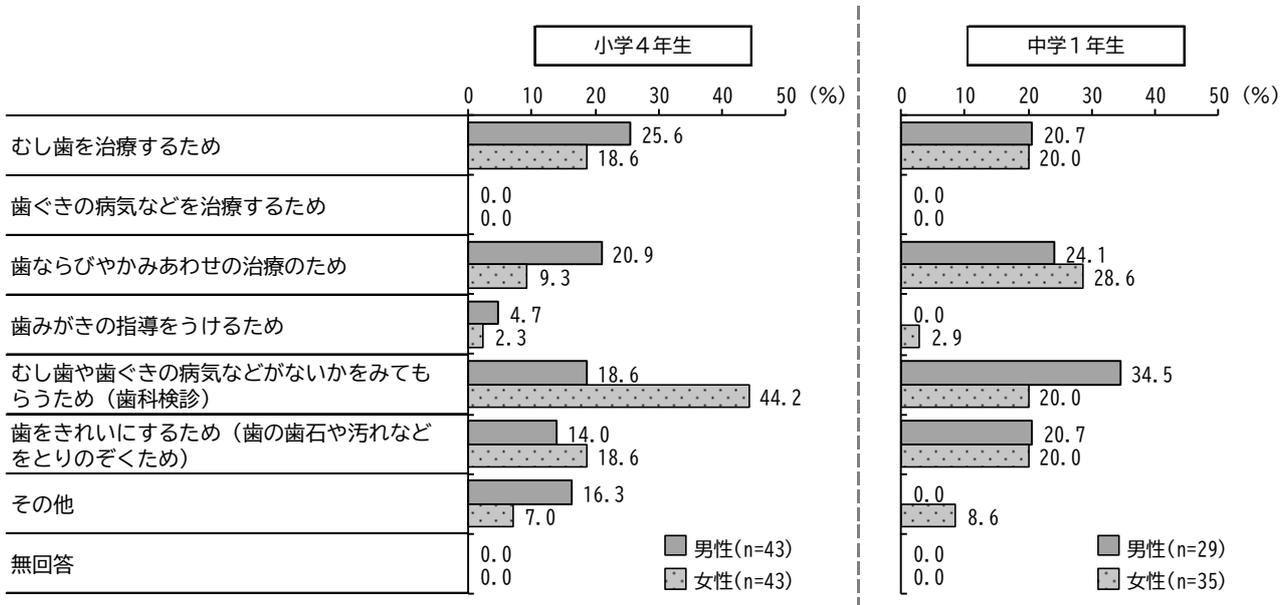
小学4年生では「むし歯や歯ぐきの病気などがないかをみてもらうため(歯科検診)」が中学1年生を5.6ポイント上回っています。中学1年生では「歯ならびやかみあわせの治療のため」が小学4年生を11.7ポイント上回っています。



【学年-性別】

小学4年生では、〔女性〕は「むし歯や歯ぐきの病気などがないかをみてもらうため（歯科検診）」が（44.2%）と4割を超えて最も高く、〔男性〕（18.6%）を25.6ポイント上回っています。〔男性〕は「歯ならびやかみあわせの治療のため」が（20.9%）と、〔女性〕（9.3%）を11.6ポイント上回っています。

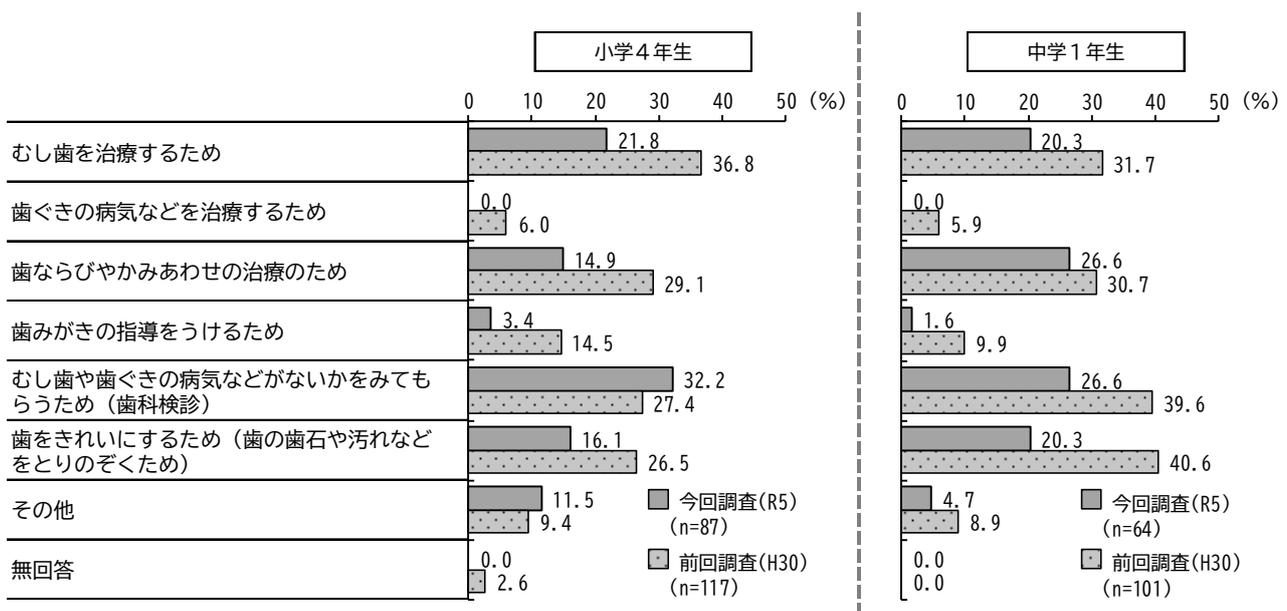
中学1年生では、〔男性〕は「むし歯や歯ぐきの病気などがないかをみてもらうため（歯科検診）」が（34.5%）と3割半ば近くで最も高く、〔女性〕（20.0%）を14.5ポイント上回っています。



【前回調査比較】

前回調査と比較すると、小学4年生では、「むし歯や歯ぐきの病気などがないかをみてもらうため（歯科検診）」「その他」以外の項目はいずれも下がっています。

中学1年生では、いずれの項目でも前回調査より下がっています。



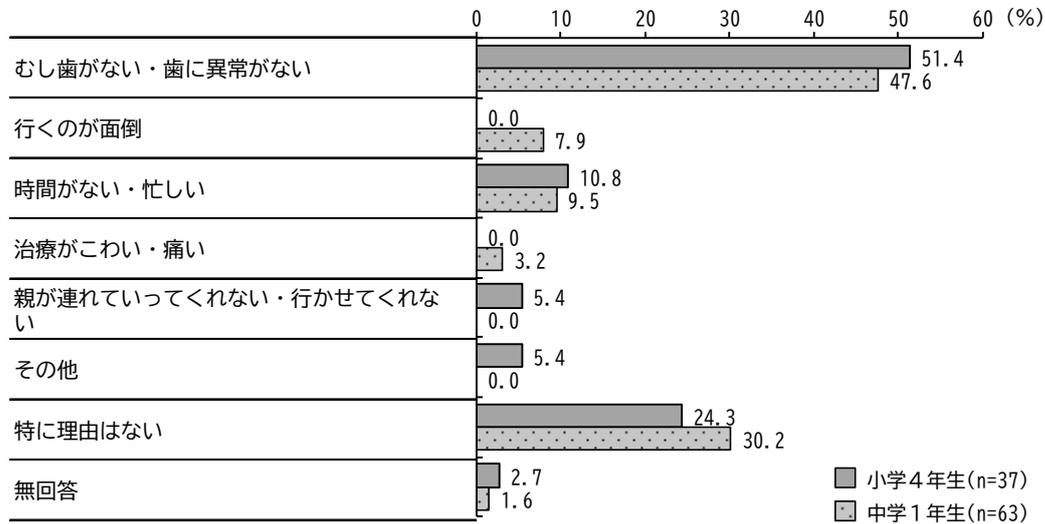
Ⅲ 小学生・中学生の調査結果

(7) 歯科（歯医者）に行っていない理由

【問 20 で「行っていない」をお答えの方にお聞きします。】

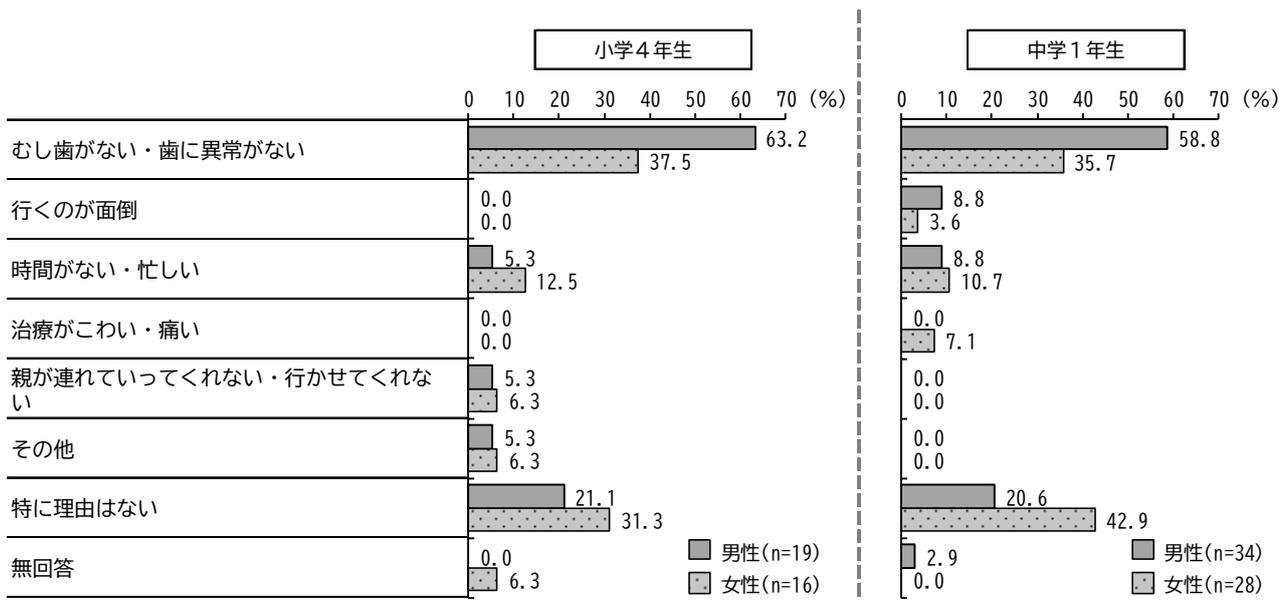
問 20-2 あなたが歯科(歯医者)に行っていない理由は何ですか。(○は1つ)

歯科（歯医者）に行っていない理由は、小学4年生・中学1年生ともに、「むし歯がない・歯に異常がない」と「特に理由はない」が高くなっています。



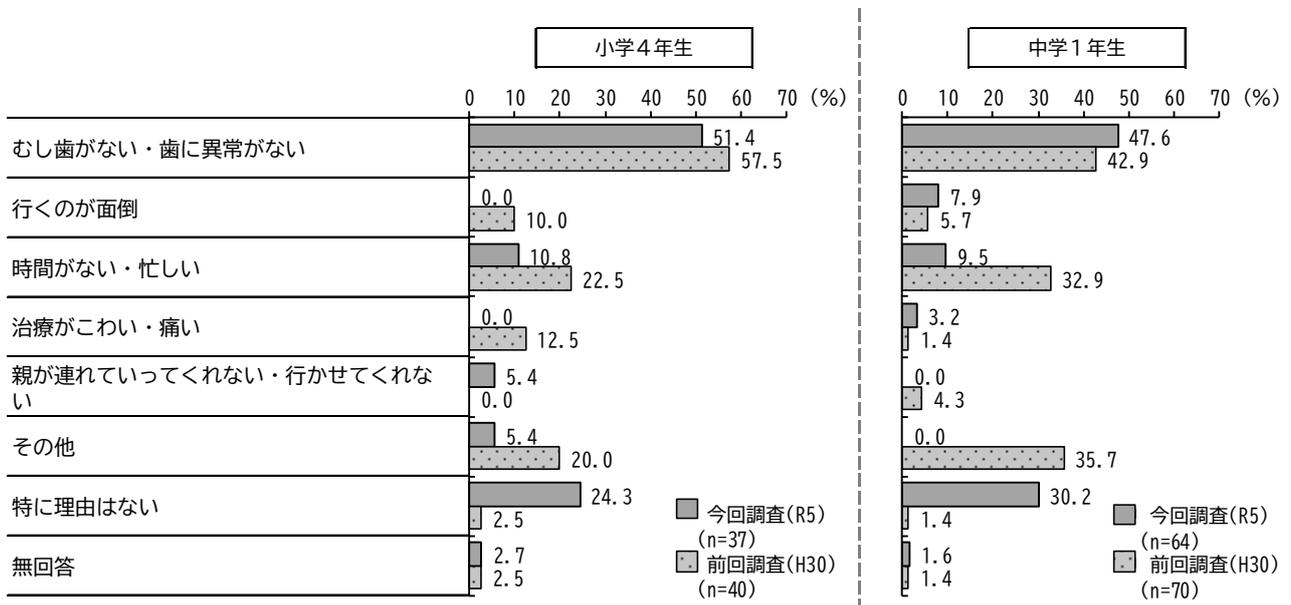
【学年-性別】

小学4年生・中学1年生ともに、「むし歯がない・歯に異常がない」は〔男性〕が〔女性〕を20ポイント以上上回っており、反対に「特に理由はない」は〔女性〕が〔男性〕を10ポイント以上上回っています。



【前回調査比較】

前回調査と比較すると、小学4年生・中学1年生ともに「特に理由はない」が上がっており、「時間がない・忙しい」、「その他」は下がっています。



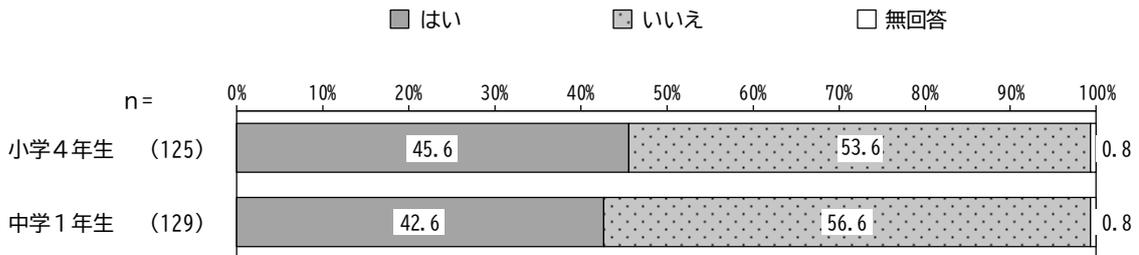
Ⅲ 小学生・中学生の調査結果

6. たばこやお酒について

(1) たばこを吸う同居人の有無

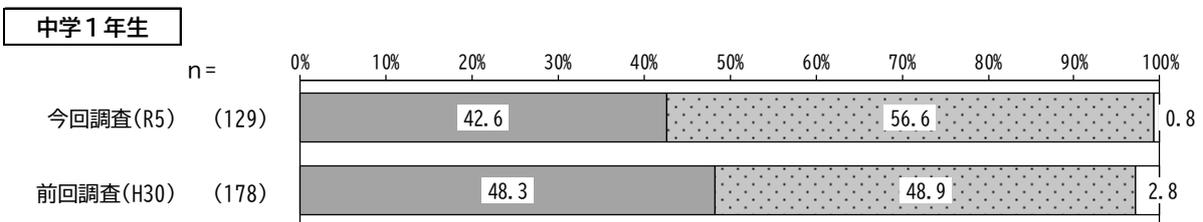
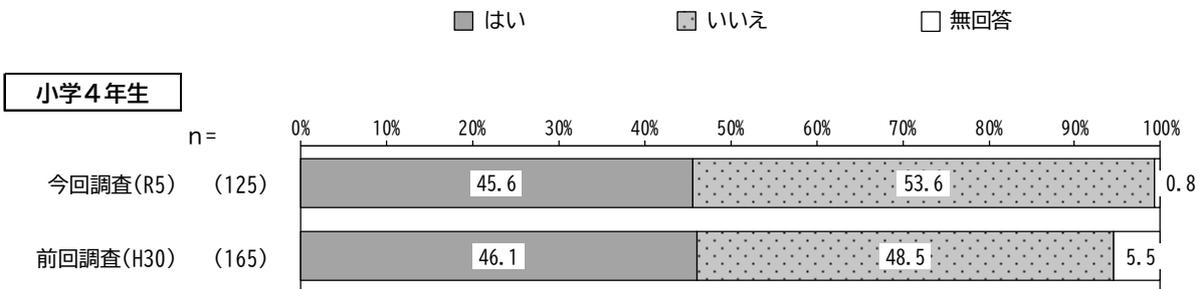
問 21 一緒に住んでいる人の中に、たばこを吸う人がいますか。(○は1つ)

同居人にたばこを吸う人がいるかについては、小学4年生では「はい」が(45.6%)、「いいえ」が(53.6%)となっており、中学1年生では「はい」が(42.6%)、「いいえ」が(56.6%)となっています。



【前回調査比較】

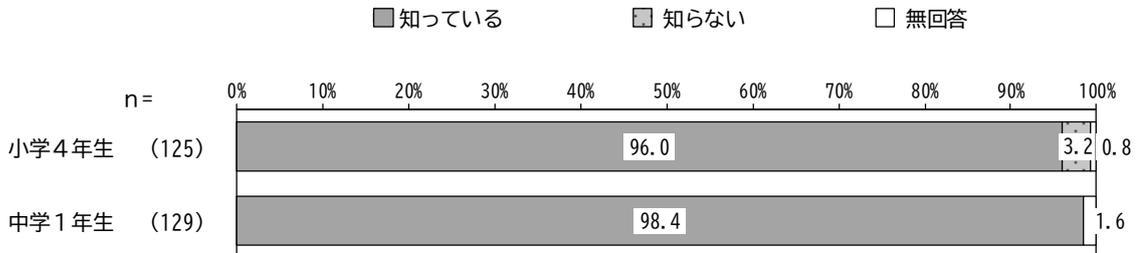
前回調査と比較すると、小学4年生では、「はい」の割合はあまり変化ありません。中学1年生では、「いいえ」の割合が7.7ポイント上がっています。



(2) たばこの健康への影響の認知状況

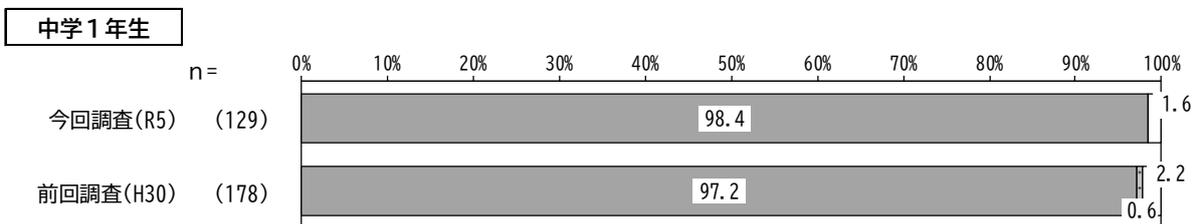
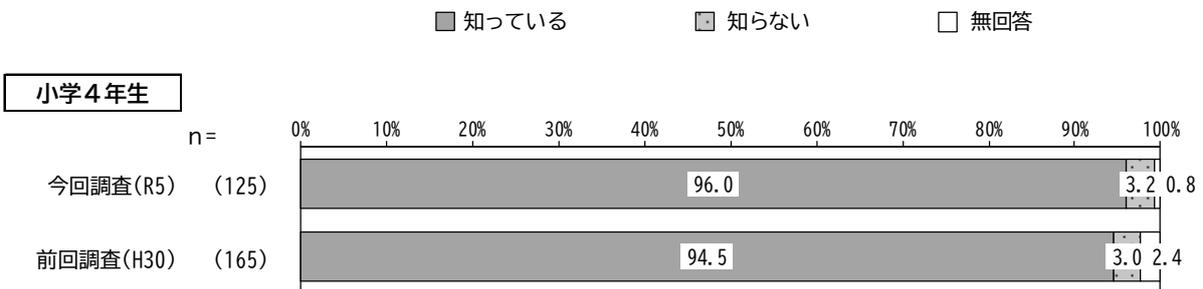
問 22 たばこが健康に悪いことを知っていますか。(○は1つ)

たばこが健康に悪いことを知っているかについては、小学4年生では「知っている」が(96.0%)、「知らない」が(3.2%)となっており、中学1年生では「知っている」が(98.4%)で、「知らない」という回答はありませんでした。



【前回調査比較】

前回調査と比較すると、「知っている」割合は、小学4年生・中学1年生ともにやや上がっていますが、あまり差はありません。

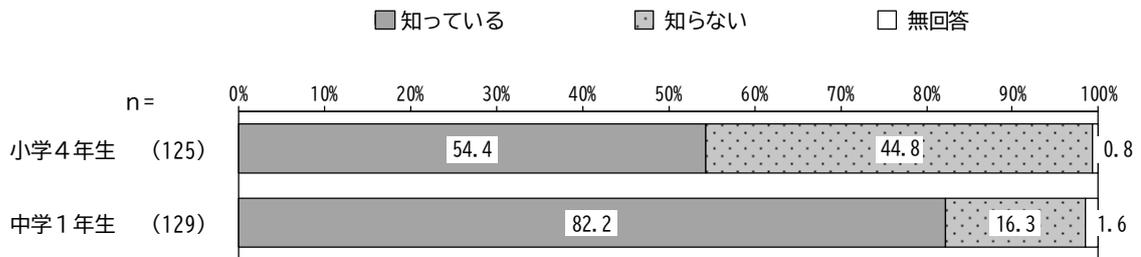


Ⅲ 小学生・中学生の調査結果

(3) 喫煙と歯周病の関係の認知状況

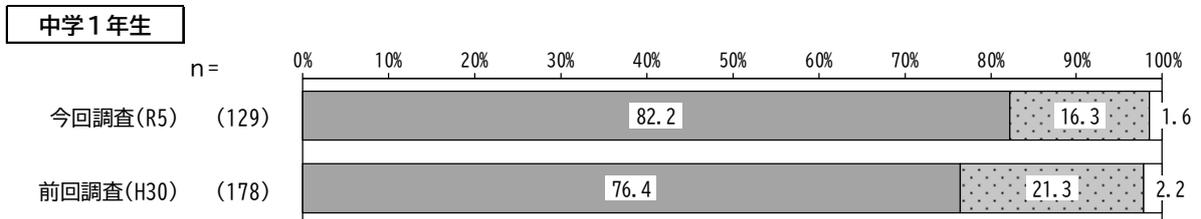
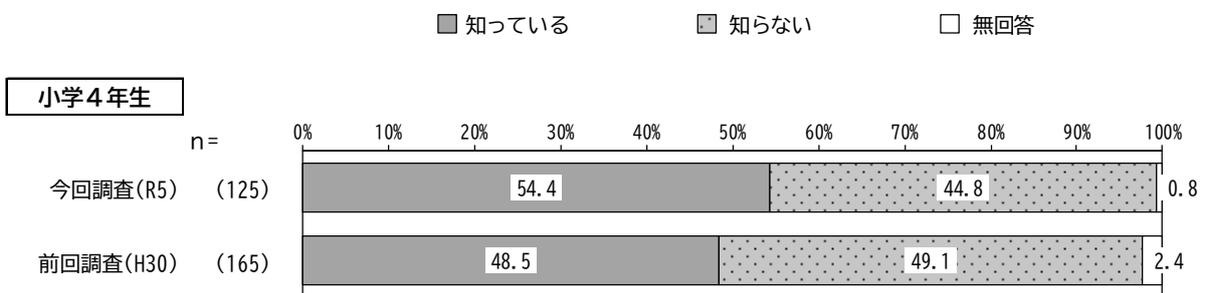
問 23 たばこを吸うことが歯肉(歯ぐき)の病気(歯周病)を進行させる原因の一つであることを知っていますか。(○は1つ)

喫煙が歯周病を進行させる原因の一つであること知っているかについては、小学4年生では「知っている」が(54.4%)、「知らない」が(44.8%)となっており、中学1年生では「知っている」が(82.2%)、「知らない」が(16.3%)となっています。



【前回調査比較】

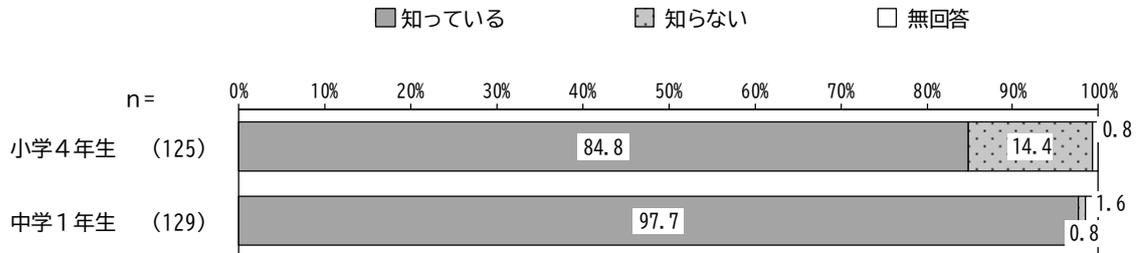
前回調査と比較すると、「知っている」割合は、小学4年生・中学1年生とも5ポイント以上上がっています。



(4) お酒の成長への影響の認知状況

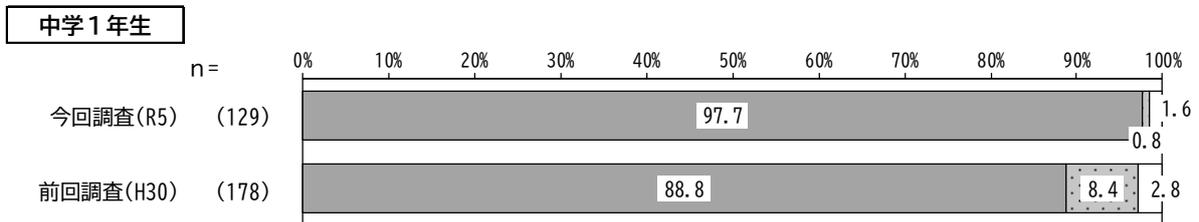
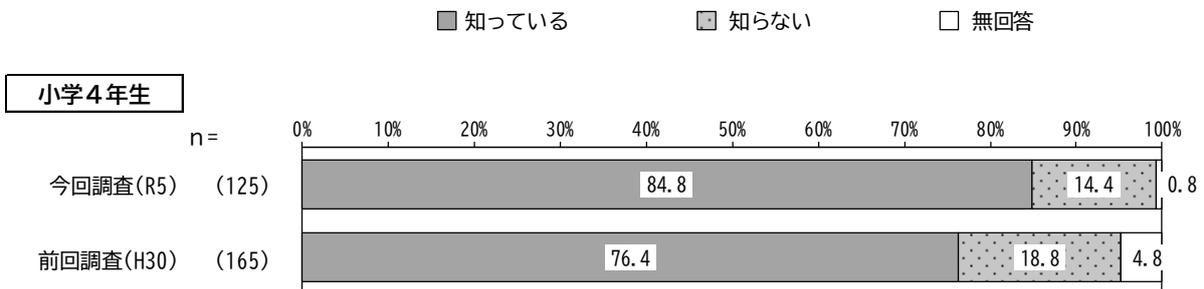
問 24 お酒が子どもの体や脳の成長に悪いことを知っていますか。(○は1つ)

お酒が子どもの体や脳の成長に悪いことを知っているかについては、小学4年生では「知っている」が(84.8%)、「知らない」が(14.4%)となっており、中学1年生では「知っている」が(97.7%)、「知らない」が(0.8%)となっています。



【前回調査比較】

前回調査と比較すると、「知っている」割合は、小学4年生・中学1年生とも8ポイント以上上がっています。



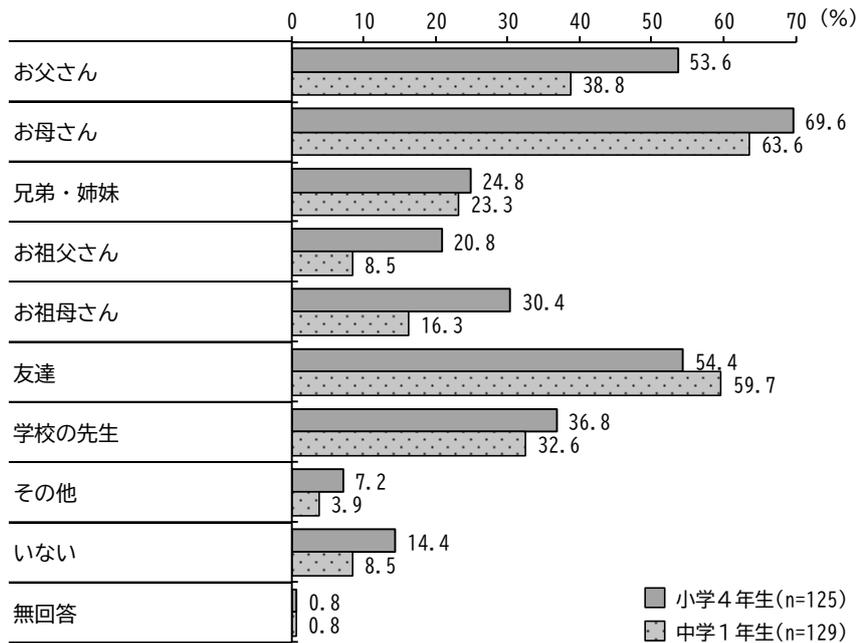
7. こころの健康について

(1) 相談相手

問 25 あなたには、不満や悩みやつらい気持ちを受け止め、話を聞いてくれる人がいますか。
(あてはまるものすべてに○)

不満や悩みやつらい気持ちを受け止めてくれる相談相手は、小学4年生では、「お母さん」(69.6%)、「友達」(54.4%)、「お父さん」(53.6%)の順に5割を超えて高くなっています。中学1年生では、「お母さん」(63.6%)、「友達」(59.7%)、「お父さん」(38.8%)の順に高くなっています。

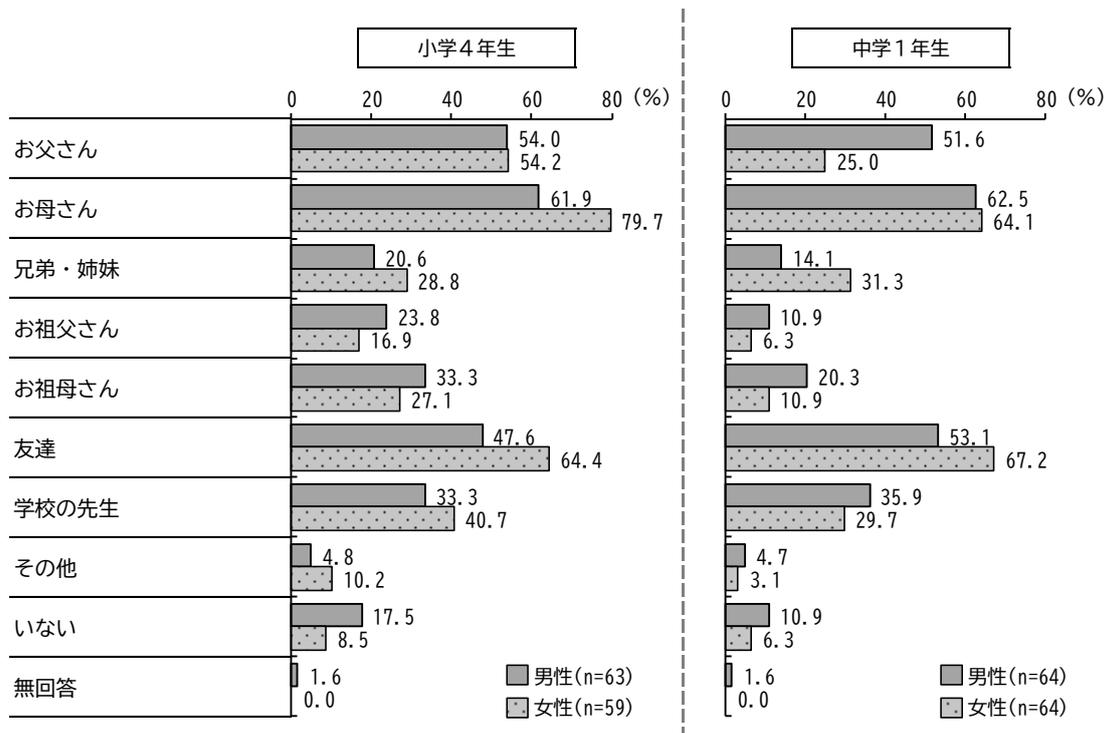
小学4年生では、「友だち」以外のいずれの相談相手も中学1年生を上回っていますが、「いない」が(14.4%)と高くなっています。



【学年-性別】

小学4年生では、「お祖父さん」と「お祖母さん」以外のいずれの相談相手も、〔女性〕が〔男性〕を上回っており、特に「お母さん」と「友達」は15ポイント以上上回っています。一方、〔男性〕は相談相手が「いない」が(17.5%)と1割半ばを超えており、〔女性〕(8.5%)を9.0ポイント上回っています。

中学1年生では、〔男性〕は「お父さん」が(51.6%)と5割を超えており、〔女性〕(25.0%)を26.6ポイント上回っています。一方、〔女性〕は「兄弟・姉妹」と「友達」で〔男性〕を15ポイント前後上回っています。



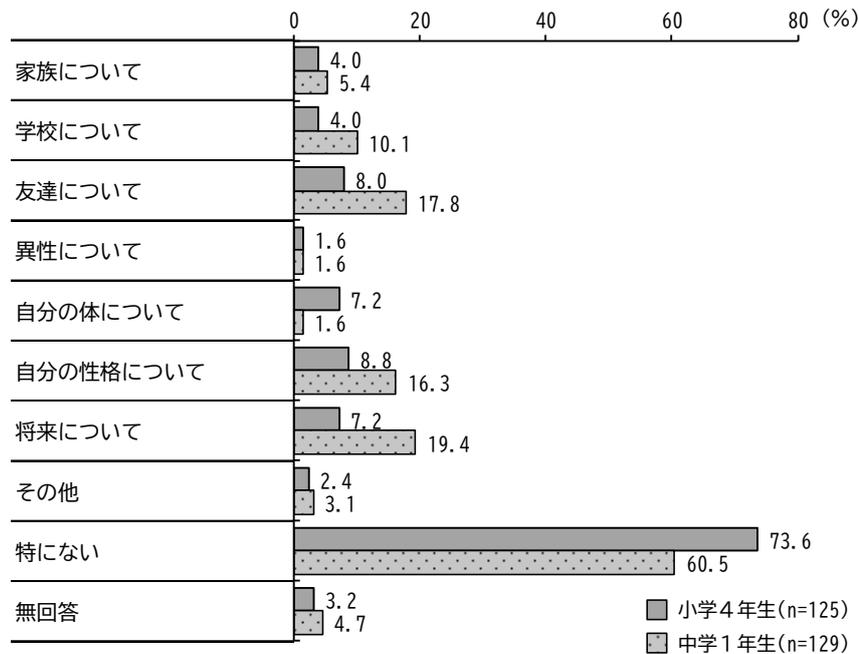
Ⅲ 小学生・中学生の調査結果

(2) 心配なこと・悩んでいること

問 26 あなたはいま、心配なことや悩んでいることがありますか。(あてはまるものすべてに○)

いま現在、心配なことや悩んでいることは、小学4年生・中学1年生ともに「特にない」が6割以上で最も高くなっています。

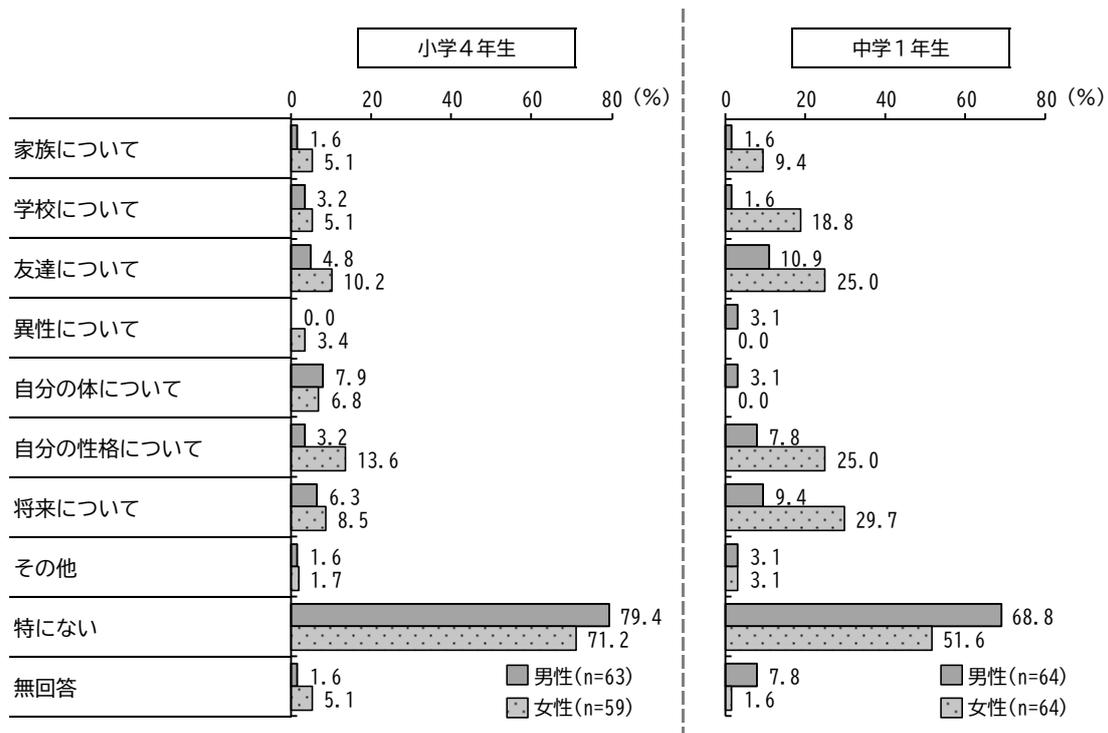
「異性について」と「自分の体について」以外のいずれの心配や悩み事の割合も、中学1年生が小学4年生を上回っており、特に中学1年生では、「将来について」、「友達について」、「自分の性格について」が1割半ばを超えて高くなっています。



【学年-性別】

小学4年生では、「自分の体について」以外のいずれの心配や悩み事も、〔女性〕が〔男性〕を上回っており、特に「自分の性格について」は10.4ポイント以上上回っています。

中学1年生では、「異性について」と「自分の体について」以外のいずれの心配や悩み事も、〔女性〕が〔男性〕を上回っており、特に「将来について」は20.3ポイント、「学校について」と「自分の性格について」は17.2ポイント、「友達について」は14.1ポイント上回っています。一方、〔男性〕は心配や悩み事が「特にない」が(68.8%)と6割半ばを超えており、〔女性〕(51.6%)を17.2ポイント上回っています。

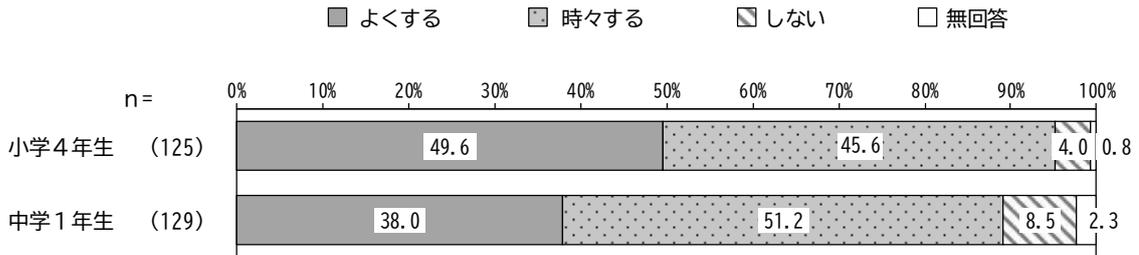


8. 地域での関わりについて

(1) 地域・近所の人へのあいさつ

問 27 地域・近所の人にあいさつをしていますか。(○は1つ)

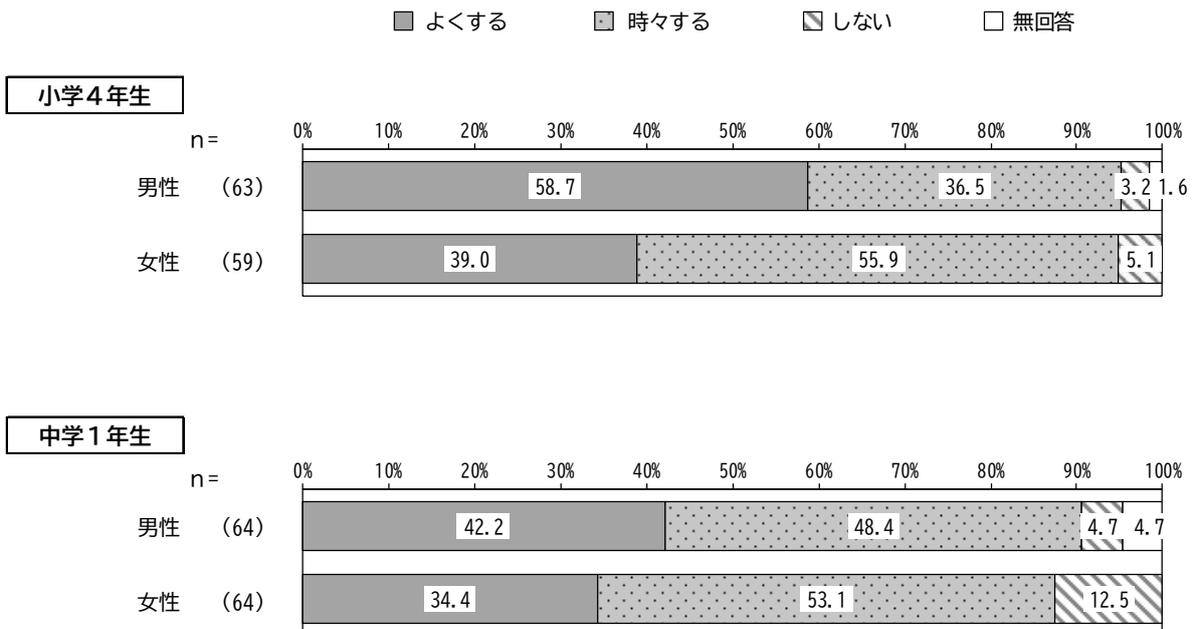
地域や近所の人にあいさつをしているかについては、小学4年生では「よくする」が(49.6%)、「時々する」が(45.6%)と、あいさつをする割合が9割半ばを占めており、「しない」が(4.0%)となっています。中学1年生では「よくする」が(38.0%)、「時々する」が(51.2%)と、あいさつをする割合が9割近くを占めており、「しない」が(8.5%)となっています。



【学年-性別】

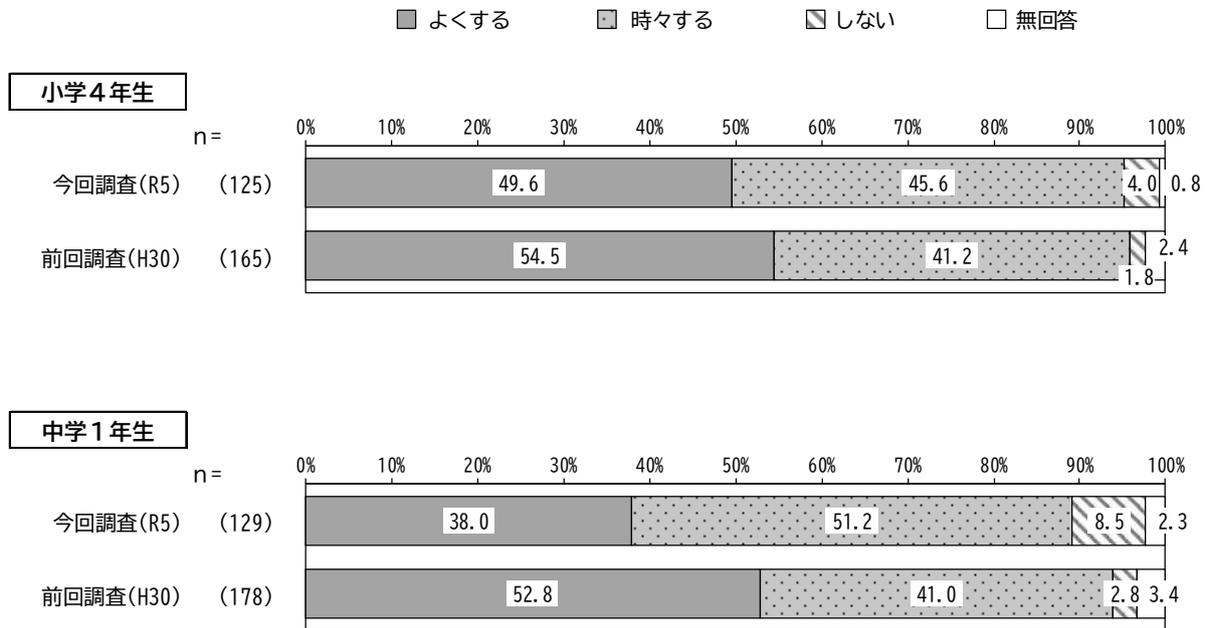
小学4年生では、「よくする」は〔男性〕が〔女性〕を19.7ポイント、「時々する」が〔女性〕が〔男性〕を19.4ポイント上回っており、あいさつをする割合は男女であまり差はありません。

中学1年生では、〔男性〕が(42.2%)と4割を超えており、〔女性〕(34.4%)を7.8ポイント上回っています。反対に、「しない」は〔女性〕が(12.5%)と1割を超えており、〔男性〕(4.7%)を7.8ポイント上回っています。



【前回調査比較】

前回調査と比較すると、「よくする」割合は、小学4年生・中学1年生ともに下がっており、特に中学1年生は14.8ポイント下がっています。

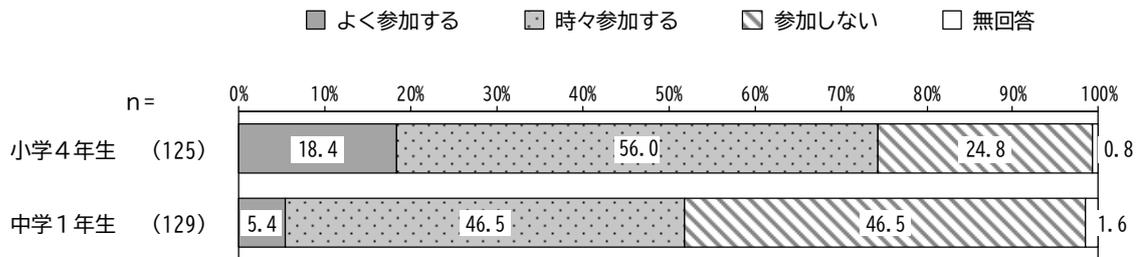


Ⅲ 小学生・中学生の調査結果

(2) 地区行事の参加状況

問 28 あなたは、地区の行事に参加しますか。(○は1つ)

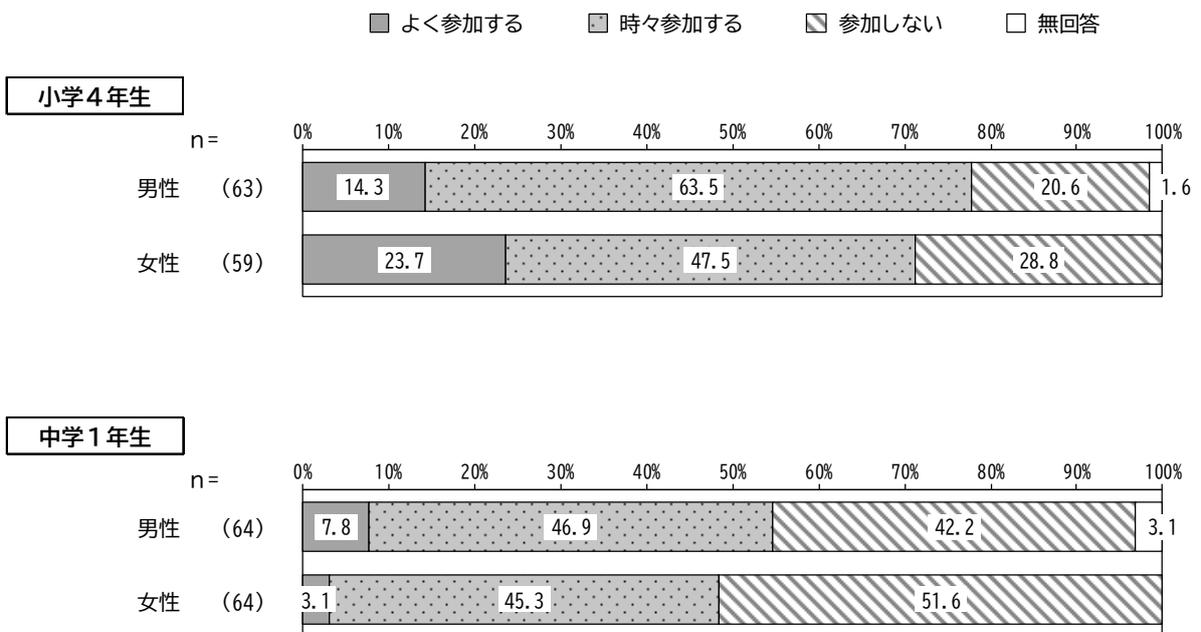
地区の行事の参加状況は、小学4年生では「よく参加する」が(18.4%)、「時々参加する」が(56.0%)と、地区行事に参加する割合が7割半ばを占めており、「参加しない」が(24.8%)となっています。中学1年生では「よく参加する」が(5.4%)、「時々参加する」が(46.5%)と、地区行事に参加する割合が5割を超えていますが、「参加しない」が(46.5%)と4割半ばを超えています。



【学年-性別】

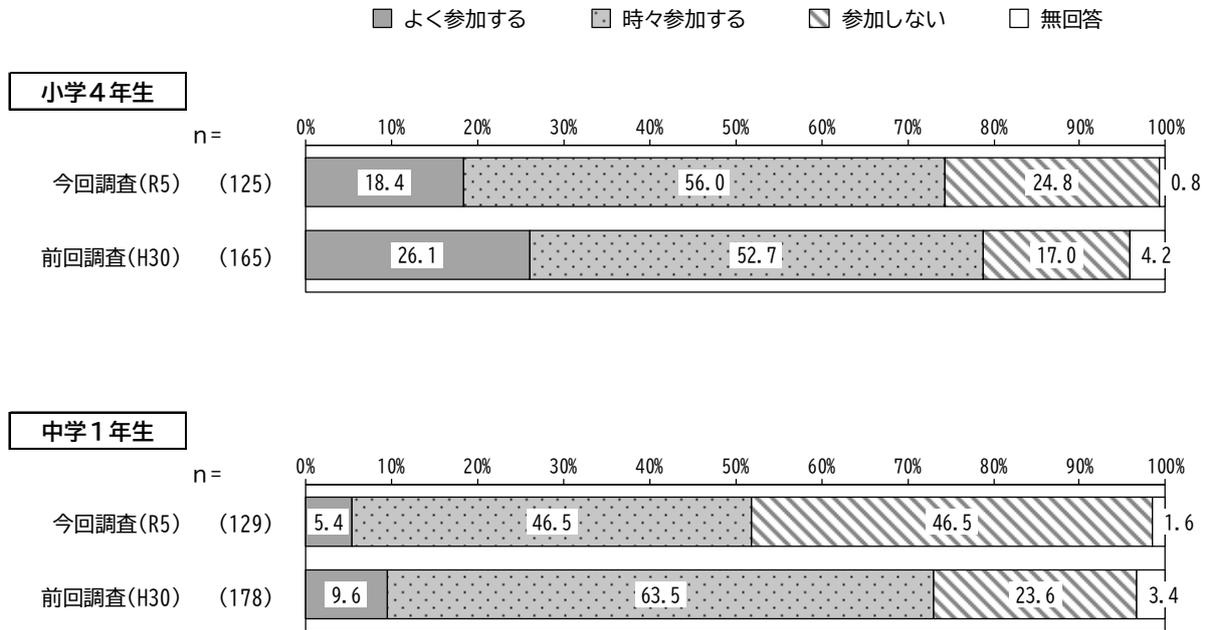
小学4年生では、「よく参加する」は〔女性〕が(23.7%)と2割を超えており、〔男性〕(14.3%)を9.4ポイント上回っています。一方、「時々参加する」は〔男性〕が(63.5%)と6割を超えて、〔女性〕を16.0ポイント上回っています。また、「参加しない」は男女とも2割台となっていますが、〔女性〕が〔男性〕を8.2ポイント上回っています。

中学1年生では、「よく参加する」と「時々参加する」とともに、〔男性〕が〔女性〕を上回っています。一方、「参加しない」は〔女性〕が(51.6%)と5割を超えており、〔男性〕(42.2%)を9.4ポイント上回っています。



【前回調査比較】

前回調査と比較すると、「参加しない」割合は、小学4年生・中学1年生ともに上がっており、特に中学1年生では22.9ポイント上がっています。



IV 調査結果のまとめ

1. 18 歳以上

(1) 健康状態・身体状況について

- BMIは「肥満（25 以上）」が2割を占めており、特に男性の30 歳以上で2割半ばを超えています。「やせ（18.5 未満）」は（5.9%）となっており、女性の50 歳未満で1割を超えて高く、特に女性の30 歳代で2割を超えています。
- 健康状態は、「よい」と「まあよい」を合わせた『よい』が4割半ばを超えています。一方、「あまりよくない」と「よくない」を合わせた『よくない』は1割を超えており、30 歳以上の年齢で1割前後を占めています。
- 定期的な健康診断や検診の受診状況は、8割以上が1～3年に1度は健康診断を受けており、「毎年受けている」は前回調査より5.5ポイント上がっています。一方、「受けていない」は30 歳代と80 歳以上で2割台と高くなっています。がん検診の受診状況は、5割以上が1～3年に1度はがん検診を受けていますが、「受けていない」は4割半ばを超えており、前回調査より5.3ポイント上がっています。また、女性の方が男性よりもがん検診を受けている割合が高くなっています。
- 日常生活での運動状況は、「いつもしている」と「時々している」を合わせた運動を『している』が7割を超えており、1回30分以上の運動を週2回以上しているかについては、「している」が4割を超えています。また、1日に歩く時間は、「30分以上」が4割、「30分未満」と「1時間以上」がそれぞれ3割程度となっています。また、運動を「時間があればできる」と6割が回答しています。
- ロコモティブシンドロームの認知状況は、「知らない」が6割を超えており、「どんな病気か知っている」は1割程度です。また、メタボリックシンドロームの認知状況は、「どんな内容か知っている」が6割を超えており、「名前は聞いたことがある」と合わせると、メタボリックシンドロームの認知度は9割半ばを超えていますが、ロコモティブシンドロームとメタボリックシンドロームの認知度はともに、前回調査からあまり変わっていません。
- しすいハート体操の実施状況は、「やったことがある」が（7.8%）で、「やったことがなく、方法も名称も知らない」が6割半ばを超えていますが、「やったことはないが、名称は知っている」は前回調査より5.4ポイント上がっており、しすいハート体操の名称を知っている人が増えています。

(2) 喫煙について

- 喫煙の状況は、「毎日吸う」と「時々吸う」を合わせた『吸う』が1割を占めており、男性の方が女性より喫煙している割合が高く、「毎日吸う」は70 歳未満の年齢で1割台を占めています。一方、「やめた（1カ月以上）」と「吸ったことがない」を合わせた『吸わない』は9割近くになっています。
- 禁煙の意向は、「強く思う」と「ときどき思う」を合わせた『思う』が6割を超えており、「あまり思わない」と「まったく思わない」を合わせた『思わない』を上回っています。また、「ときどき思う」の割合は前回調査より6.2ポイント上がっています。
- 喫煙の影響の認知状況は、「歯周病になりやすい」が3割台と、5割を切ってやや低くなっています。また、「妊娠出産への影響がある」割合は、女性が男性を上回っています。
- この1か月の受動喫煙の状況は、「時々あった」と「ほとんど毎日あった」を合わせると、3割半ばが受動喫煙を受けており、特に18～29歳と40歳代では6割近くを占めています。
- COPDの認知状況は、「知らない」が4割半ばを超えていますが、「どんな病気か知っている」割合は前回調査より10.7ポイント上がっています。

(3) 飲酒について

- 飲酒頻度は、「ほとんど飲まない（飲めない）」が5割を超えて前回調査より8.1ポイント上がっており、飲酒する割合は全体的に下がっています。一方、「ほとんど毎日」が（17.6%）で、男性の割合が2割半ばを占めて、女性を上回っています。また、「ほとんど毎日」、「週3～5日」、「週1～2日」を合わせた週1回以上飲酒している割合は3割を超えており、BMIが高いほど飲酒している割合が高くなる傾向にあります。
- 1日あたりの飲酒量は、「1合（180ml）未満」と「1合以上2合（360ml）未満」とともに3割台です。一方、「2合以上3合（540ml）未満」は2割、3合以上は1割を超えています。また、男性の方が女性より飲酒量が多い傾向にあります。

(4) 食生活について

- 朝食の摂取状況は、「毎日食べる」8割を超えており、「週に5～6日食べる」と合わせると、朝食を週のほとんどで摂っている割合は8割半ばを占めています。一方、「ほとんど食べない」は、40歳代で2割を超えて他の年齢よりも高くなっています。朝食を食べない理由は、「食べる習慣がない」、「食べる時間がない」、「食欲がない」が高く、「食べる習慣がない」割合は前回調査より10ポイント以上上がっています。
- 1週間に1日2回以上主食・主菜・副菜がそろふ頻度は、「週6～7日」が4割半ば近くで、「週4～5日」と合わせると7割以上が週の半分以上バランスのとれた食事をとっています。
- 1日の野菜の摂取状況は、「2皿」が3割半ばを超えて最も高く、3皿以下で8割を超えており、1日分の摂取目標量である「5皿以上」は（5.6%）にとどまっています。男性は「2皿」、〔女性〕は「3皿」が最も高くなっています。
- 食育の認知状況は、「どんな内容か知っている」が5割を占めており、女性の割合が男性を上回っています。また、「言葉だけ知っている」と合わせると約9割が認知しており、「どんな内容か知っている」割合は前回調査より10ポイント程度上がっています。
- 共食の頻度は、家族や友達などと食事を週の4日以上とっている割合は（78.2%）となっています。一方、「ほとんどとっていない」は1割を超えており、特に単身（ひとり暮らし）の人で6割を超えています。
- うす味（減塩）を心がけているかについては、「いつも心がけている」（34.6%）と「時々心がけている」（42.7%）を合わせた『心がけている』が7割半ばを超えていますが、「ほとんど心がけていない」割合は男性が女性を10ポイント程度上回っています。また、18～29歳では「まったく心がけていない」が2割を超えて高くなっています。一方、食事の内容で気を付けていることは、「塩分をとりすぎない」、「食べ過ぎない」、「野菜の多いおかずを食べる」が5割を超えて高くなっています。
- 地域や家庭で受け継がれてきた料理や味が、「受け継がれていると思う」と「少しは受け継がれていると思う」を合わせた『受け継がれていると思う』割合は5割半ばを超えていますが、「受け継がれていないと思う」割合は前回調査から10ポイント程度上がっています。また、地産地消を「いつも心がけている」と「時々心がけている」を合わせた『心がけている』が6割半ばを超えており、年齢が上がるほど『心がけている』割合も高くなっています。
- 米作りなど農業体験の参加意向は、参加したいと思う割合が2割近くを占めています。一方、「参加したくない」は4割を占めています。
- 食品ロスの認知状況は、「よく知っている」と「ある程度知っている」を合わせた『知っている』が9割半ばを占めており、いずれの年齢でも9割を超えて高くなっています。

IV 調査結果のまとめ

(5) 睡眠・ストレスについて

- 1日の平均睡眠時間は、6時間未満が全体で4割を超えており、特に50歳代では「5時間未満」が2割を超えて高くなっています。また、「よく眠れている」と「まあ眠れている」を合わせた『眠れている』は全体で7割半ばを超えていますが、50歳代は「眠れていない」が1割を超えて他の年齢よりも高くなっています。
- この1ヶ月の間の悩みやストレス等の状況は、「あった」と「少しあった」を合わせた『あった』が5割半ばを占めており、特に40歳未満の年齢で8割を超えています。悩みやストレス等の原因は、「勤務問題」が5割近くで最も高く、「健康問題」(38.0%)、「家庭内問題」(31.5%)が続いています。悩みやストレス等を「解消できていないことが多い」と「解消できていない」を合わせた『解消できていない』は4割半ばを超えており、特に50歳代で7割を超えて高くなっています。
- 助けや相談を求めることにためらいを「そう感じる」と「どちらかといえばそう感じる」を合わせた『感じる』が(41.6%)と4割を超えており、男性の方が女性を上回っています。不安や悩み等に耳を傾けてくれる人は、男女ともに「同居の親族(家族)」が最も高くなっていますが、女性の方が男性よりも多くの相談先がある傾向にあります。

(6) 歯の健康について

- 1日に歯をみがく回数は、「2回」が5割近くで最も高く、「3回以上」と合わせると、1日に2回以上歯をみがいている割合は8割を超えています。また、歯間清掃道具を「毎日」使う割合は3割半ばですが、「使用してない」は4割を占めています。
- 予防のために歯科医院等を受診しているかと定期的に歯科検診を受診しているかについては、どちらも「はい」が5割を超えており、前回調査から上がっています。特に女性ではどちらも6割近くを占めて男性を上回っています。
- よく噛んで食べることを意識しているかについては、「はい」が6割半ばを超えて、前回調査から10ポイント上がっています。
- 歯や口の現状の満足状況は、「不自由や苦痛を感じている」が(5.9%)と、前回調査から下がっています。
- 「8020運動」の認知状況は、「知っている」が5割を超えており、前回調査から5ポイント上がっています。また、むし歯や歯周病が全身の病気に関わっていることを知っている割合は8割を占めています。
- 参加したい歯や口腔の健康教室は、「むし歯・歯周病予防のための歯みがき方法」、「口臭予防」、「口の病気と体の病気の関係について」が2割以上で高くなっています。また、女性では「口腔体操で老けにくい顔を作る」が3割を超えて高くなっています。

(7) 日常生活について

- 地域の人たちとのつながりの強さについては、「強い方だと思う」と「どちらかという強い方だと思う」を合わせた『強いと思う』が3割半ば、「どちらかという弱い方だと思う」と「弱い方だと思う」を合わせた『弱いと思う』が4割半ばで、地域の人たちとのつきあいの程度は、「あいさつ程度の最小限のつきあいはしている」と「日常的に立ち話をする程度のつきあいはしている」が高くなっています。
- 地域活動やボランティア活動の参加状況は、「よく参加している」と「たまに参加している」を合わせると、参加している割合が3割を超えていますが、「ほとんど参加していない」は6割を超えています。
- 健康に関する情報で知りたいものは、「疲労回復やりフレッシュ方法」と「内臓脂肪や体重の減量方法」が3割半ばで高くなっており、40歳未満では「疲労回復やりフレッシュ方法」、40歳代では「医療機関や薬局」、50～60歳代では「内臓脂肪や体重の減量方法」、70歳以上では「病気になりにくい生活習慣」と、年齢層ごとに最も知りたい健康情報が異なっています。

2. 小学4年生・中学1年生

(1) ふだんの生活や健康について

- 学校が楽しいかについては、小学4年生・中学1年生とともに8割半ばが「楽しい」と回答しています。
- 1日の電子機器の使用時間は、学校がある日は、1時間以上使用している割合が小学4年生で5割半ば、中学1年生で7割半ばを超えています。学校が休みの日は、1時間以上使用している割合が小学4年生で7割、中学1年生で8割半ばを超えており、学校がある日より長くなっています。特に中学1年生では男女ともに「2時間以上」が7割を超えています。
- 平日学校がある日の起床時間は、小学4年生と中学1年生ともに7時前までに起床する割合は9割を超えています。学校がある日の就寝時間は、小学4年生と中学1年生ともに「21時～22時前」が4割台で最も高くなっていますが、中学1年生では「22時～23時前」が3割を占めています。また、睡眠時間は、小学4年生で「8時間以上」が(44.8%)、中学1年生で「6時間以上～8時間未満」が(56.6%)と最も高くなっていますが、中学1年生では「6時間未満」が(14.7%)と1割を超えて、小学4年生の倍の割合となっており、特に中学1年生の女性では2割を超えて高くなっています。
- 下校後(放課後)の過ごし方について、小学4年生では、「テレビやゲーム」、「外で遊ぶ」、「習い事」の順に高く、中学1年生では、「テレビやゲーム」、「パソコン・スマホなど(インターネット)」、「勉強」の順に高くなっています。小学4年生では「習い事」と「外で遊ぶ」が中学1年生を上回っており、中学1年生では「パソコン・スマホなど(インターネット)」、「LINEなどのSNS」、「クラブ活動」が小学4年生を上回っています。

(2) 運動について

- 運動が「好き」の割合は、小学4年生と中学1年生ともに6割台となっており、「嫌い」は中学1年生で1割を超えており、特に中学1年生の女性で高くなっています。
- 学校の授業以外の時間で1回30分以上の運動を行う頻度は、小学4年生と中学1年生ともに「週に3回以上」が4割半ばを超えて最も高くなっていますが、中学1年生の女性では3割程度と低く、「行っていない」が2割を占めています。
- いつ運動や身体を動かしているかについては、小学4年生では、「体育の授業」、「外遊び(庭・広場・公園など)」、「習い事(水泳・柔道など)」の順に高く、中学1年生では、「体育の授業」、「学校のクラブ・部活」、「外遊び(庭・広場・公園など)」の順に高くなっています。

IV 調査結果のまとめ

(3) 食生活について

- 朝食の摂取状況は、小学4年生では「毎日食べる」と「週に5～6日食べる」を合わせた週の大半で朝ご飯を食べている割合は、小学4年生と中学1年生ともに8割前後を占めています。朝食を食べない理由は、小学4年生では「食欲がない」、中学1年生では、「食べる時間がない」と「食欲がない」が高くなっています。
- 夕食の共食状況は、小学4年生と中学1年生ともに「家族そろって食べる」が6割台、「おとなの誰かと食べる」が2割前後となっています。
- 食事のあいさつを「いつもしている」は、小学4年生では6割半ば、中学1年生では8割を占めています。
- 家で手伝いをする頻度は、「毎日している」と「週5～6回はしている」と合わせた、週の大半手伝いをしている割合は、小学4年生で4割半ばを超えていますが、一方で「ほとんどしていない」は2割を超えています。中学1年生で週の大半手伝いをしている割合は4割半ばを超えています。また、「週1～2回はしている」が2割を超えています。

(4) 歯の健康について

- よく噛んで食べることを意識しているかについては、「はい」が小学4年生で8割半ば、中学1年生で8割を占めています。一方、「いいえ」は小学4年生の女性以外は2割前後と高くなっています。
- 鏡を使って歯や歯ぐきの様子を観察することは、「ほぼ毎日」と「週に1回以上」を合わせた、週の1回以上口腔の様子を観察している割合は、小学4年生と中学1年生ともに5割を超えています。一方、「ほとんどしない」は小学4年生と中学1年生ともに2割を超えており、特に小学4年生の男性で(36.5%)と高くなっています。
- 1日に歯をみがく回数は、小学4年生・中学1年生ともに「みがかない」という回答はなく、小学4年生の男性で「3回」、それ以外では「2回」が最も高くなっています。また、歯間清掃道具の使用状況は、小学4年生と中学1年生ともに「いいえ」の方が「はい」を上回っています。
- この1年間で歯科(歯医者)に「行った」割合は、小学4年生で7割、中学1年生で5割となっています。歯科(歯医者)に行った理由は、小学4年生では、「むし歯や歯ぐきの病気などがなければをみってもらうため(歯科検診)」、「むし歯を治療するため」、中学1年生では、「むし歯や歯ぐきの病気などがなければをみってもらうため(歯科検診)」と「歯ならびやかみあわせの治療のため」が高くなっています。反対に、歯科(歯医者)に行っていない理由は、小学4年生と中学1年生ともに、「むし歯がない・歯に異常がない」と「特に理由はない」が高くなっています。

(5) たばこやお酒について

- 同居人にたばこを吸う人がいるかについて、「はい」の割合は、小学4年生と中学1年生ともに4割台となっています。
- たばこが健康に悪いことを「知っている」は、小学4年生と中学1年生で9割半ばを超えて高くなっています。また、喫煙が歯周病を進行させる原因の一つであること「知っている」は、小学4年生で5割半ばを占め、中学1年生で8割を超えています。お酒が子どもの体や脳の成長に悪いことを「知っている」は、小学4年生で8割半ばを占め、中学1年生では9割半ばを超えて高くなっています。

(6) こころの健康について

- 不満や悩みやつらい気持ちを受け止めてくれる相談相手は、小学4年生では、「お母さん」、「友達」、「お父さん」の順に5割を超えて高く、中学1年生では、「お母さん」、「友達」が5割を超えています。
- いま現在、心配なことや悩んでいることは、小学4年生・中学1年生ともに「特にない」が6割以上で最も高くなっています。中学1年生の女性では、「学校について」、「友達について」、「自分の性格について」、「将来について」が2割前後で高くなっています。

(7) 地域での関わりについて

- 地域や近所の人にあいさつを「よくする」と「時々する」を合わせた『あいさつをする』割合は、小学4年生と中学1年生ともに9割前後と高く、特に「よくする」割合は、小学4年生と中学1年生ともに男性が女性を上回っています。
- 地区の行事の参加状況は、「よく参加している」と「たまに参加している」を合わせた『地区行事に参加する』割合は、小学4年生で7割半ばを占めていますが、中学1年生では5割程度と、中学生になると参加する割合が少なくなっています。

V 調査票

健康・食育・歯科に関するアンケート調査

18歳以上の方へ

— 調査のご協力をお願い —

日頃より皆様には、町の保健行政にご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、このたび、町では、町民の皆様の健康づくり、また食育の推進を図るため「酒々井健康プラン」の中間評価を行います。このアンケート調査は、町民の皆様の生活習慣や健康づくりに対する意識や関心、日ごろの生活等についてお尋ねするもので、その結果は、上記の計画を含む健康づくり関連計画の推進のための基礎資料として活用させていただきます。

つきましては、お忙しいところ誠にお手数をおかけしますが、本アンケート調査にご理解、ご協力くださいますよう、宜しく願い申し上げます。

令和6年3月

酒々井町長 小坂 泰久

【ご記入にあたってのお願い】

- この調査は、あて名のご本人が、現在の状況についてお答えください。なお、ご本人自身が記入できない場合は、ご家族の方や介護されている方がご本人に聞きながら代わってお答えください。
- お答えは、あなたの現在の状態や考え方に最も近い番号を選び、当てはまる番号に○をつけてください。
- 「その他」に○を付けられた場合は、()の中へできる限り具体的な内容をご記入ください。
- 回答いただきました調査票は、令和6年3月25日(月)までに、同封の返信用封筒（切手は不要）に入れて、郵便ポストに入れてください。
- このアンケート調査についてのお問い合わせは、下記へお願いします。

酒々井町 健康福祉課 保健センター

☎ 043-496-0090 (直通)
FAX 043-496-8453



あなたご自身についてお聞きします

問1 あなたの性別をお答えください。(○は1つ)

- | | | |
|-------|-------|--------|
| 1. 男性 | 2. 女性 | 3. その他 |
|-------|-------|--------|

問2 あなたの年齢をお答えください。(○は1つ)

- | | | | |
|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 1. 18～19歳 | 2. 20～29歳 | 3. 30～39歳 | 4. 40～49歳 |
| 5. 50～59歳 | 6. 60～69歳 | 7. 70～79歳 | 8. 80歳以上 |

問3 あなたのお住まいの地区はどこですか。(○は1つ)

- | | | |
|------------|---------|--------------------|
| 1. 下台 | 2. 酒々井 | 3. 上本佐倉 |
| 4. 上本佐倉1丁目 | 5. 本佐倉 | 6. 馬橋 |
| 7. 墨 | 8. 尾上 | 9. 飯積 |
| 10. 中川 | 11. 上岩橋 | 12. 柏木 |
| 13. 下岩橋 | 14. 伊篠 | 15. 伊篠新田、篠山新田、今倉新田 |
| 16. 東酒々井 | 17. 中央台 | 18. ふじき野 |

問4 あなたのご職業は何ですか。2つ以上ご職業をお持ちの場合は、収入が多い方をお答えください。(○は1つ)

- | | | |
|------------|--------------|------------|
| 1. 会社員 | 2. 公務員・団体職員 | 3. 自営業 |
| 4. 農・林・畜産業 | 5. パート・アルバイト | 6. 専業主婦 |
| 7. 学生 | 8. 無職 | 9. その他 () |

問5 あなたの家族構成はどのようになっていますか。(○は1つ)

- | | |
|---------------------|-----------------|
| 1. 単身(ひとり暮らし) | 2. 夫婦・パートナー |
| 3. 二世帯世帯(親と子、祖父母と孫) | 4. 三世帯世帯(親と子と孫) |
| 5. その他 () | |

健康状態・身体状況についてお聞きします

問6 あなたの身長と体重をご記入ください。(小数点第一位まで)

①身長

cm

②体重

kg

V 調査票

問7 現在、あなたの健康状態はいかがですか。(○は1つ)

- | | | |
|------------|---------|--------|
| 1. よい | 2. まあよい | 3. ふつう |
| 4. あまりよくない | 5. よくない | |

問8 あなたは健康診断を受けていますか(がん検診は除きます)。(○は1つ)

- | | |
|------------------|-----------------|
| 1. 毎年受けている | 2. 2~3年に1度受けている |
| 3. 受けていない →問8-1へ | |

→問8-1 【問8で「3. 受けていない」とお答えの方にお聞きします。
受けていない理由をお答えください。(○は1つ)

- | | | |
|--------------|------------------|----------------|
| 1. 必要だと思わない | 2. 受けに行く時間がない | 3. 受診方法がわからない |
| 4. 結果を知るのが不安 | 5. お金がかかる | 6. 医療機関で治療している |
| 7. 面倒だった | 8. 健康診断の対象年齢ではない | |
| 9. その他 () | 10. 特に理由はない | |

【ここからは全員お答えください】

問9 あなたはがん検診を受けていますか。(○は1つ)

- | | |
|------------------|-----------------|
| 1. 毎年受けている | 2. 2~3年に1度受けている |
| 3. 受けていない →問9-1へ | |

→問9-1 【問9で「3. 受けていない」とお答えの方にお聞きします。
受けていない理由をお答えください。(○は1つ)

- | | | |
|--------------|----------------|----------------|
| 1. 必要だと思わない | 2. 受けに行く時間がない | 3. 受診方法がわからない |
| 4. 結果を知るのが不安 | 5. お金がかかる | 6. 医療機関で治療している |
| 7. 面倒だった | 8. 検診の対象年齢ではない | |
| 9. その他 () | 10. 特に理由はない | |

【ここからは全員お答えください】

問10 健康の維持・増進のために、日常生活の中で、意識的に体を動かしたり、運動をしたりしていますか。(○は1つ)

- | | |
|--------------------|--------------|
| 1. いつもしている | 2. 時々している |
| 3. 以前していたが現在はしていない | 4. まったくしていない |

問11 現在、1回30分以上の運動を、週2回以上していますか。(○は1つ)

- | | |
|----------------------------------|----------|
| 1. している | 2. していない |
| 3. していないが、今後はじめようと思っている、または関心がある | |

問12 あなたは、1日に何分くらい歩いていますか。(通勤・通学などの移動時の歩行だけではなく、仕事や家事、趣味など日常生活のすべての場面での歩行時間をお答えください。)(○は1つ)

- | | |
|---------------------|-----------------------------|
| 1. 30分未満 (3,000歩未満) | 2. 30分以上 (3,000歩以上6,000歩未満) |
| 3. 1時間以上 (6,000歩以上) | |

問13 体を動かすことができる条件は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

- | |
|-----------------------------------|
| 1. 時間があればできる |
| 2. 公民館等で入りたいサークルがあればできる |
| 3. 近くにスポーツ施設があればできる |
| 4. 街灯や歩道など、環境が整備されていればできる |
| 5. 仲間がいればできる |
| 6. 運動の具体的な方法を教えてもらえればできる |
| 7. 身体機能に応じたりハビリの方法について教えてもらえればできる |
| 8. その他 () |
| 9. 特に体を動かそうと思わない |

問14 ロコモティブシンドローム (運動器症候群) について知っていますか。(○は1つ)

- | | | |
|----------------|----------------|---------|
| 1. どんな病気か知っている | 2. 名前は聞いたことがある | 3. 知らない |
|----------------|----------------|---------|

ロコモティブシンドロームとは？

運動器の障害による要介護の状態や要介護リスクの高い状態を表す新しい言葉で、「運動器症候群」といいます。



問15 メタボリックシンドローム (内臓脂肪型肥満) について知っていますか。(○は1つ)

- | | | |
|----------------|----------------|---------|
| 1. どんな内容か知っている | 2. 名前は聞いたことがある | 3. 知らない |
|----------------|----------------|---------|

問16 あなたは、しすいハート体操をやったことがありますか。(○は1つ)

- | | |
|-----------------------|------------------------|
| 1. やったことがある | 2. やったことはないが、方法は知っている |
| 3. やったことはないが、名称は知っている | 4. やったことがなく、方法も名称も知らない |

「しすいハート体操」とは？

しすいハート体操は、楽しい音楽で行う酒々井町オリジナル体操です。立位と椅子に座って行う座位の2種類あります。



喫煙についてお聞きします

問17 現在あなたはタバコを吸っていますか。(○は1つ)

- | | | |
|---------------|-------------|---------|
| 1. 毎日吸う | 2. 時々吸う | →問17-1へ |
| 3. やめた(1カ月以上) | 4. 吸ったことがない | |

→問17-1 【問17で「1. 毎日吸う」「2. 時々吸う」とお答えの方にお聞きします。】
禁煙しようと思いますか。(○は1つ)

- | | |
|------------|-------------|
| 1. 強く思う | 2. とくとき思う |
| 3. あまり思わない | 4. まったく思わない |

【ここからは全員お答えください】

問18 たばこを吸うことで影響が出ると思うものを選んでください。(あてはまるものすべてに○)

- | |
|---|
| 1. がんになりやすい |
| 2. COPD(慢性閉塞性肺疾患)になりやすい |
| 3. 生活習慣病(高血圧・糖尿病・脂質異常症・心筋梗塞・脳梗塞等)になりやすい |
| 4. 他人への影響(肺がん・虚血性心疾患・脳卒中・乳幼児突然死症候群)がある |
| 5. 妊娠出産への影響(早産・低出生体重・胎児発育遅延)がある |
| 6. 歯周病になりやすい |
| 7. その他() |

問19 この1か月に、自分以外の人が吸っているたばこ(加熱式たばこを含む)の煙を吸う機会がありましたか。(○は1つ)

- | | | | |
|--------------|----------|---------|-------------|
| 1. ほとんど毎日あった | 2. 時々あった | →問19-1へ | 3. まったくなかった |
|--------------|----------|---------|-------------|

→問19-1 【問19で「1. ほとんど毎日あった」「2. 時々あった」とお答えの方にお聞きします。】
たばこの煙を吸った場所はどこですか。(あてはまるものすべてに○)

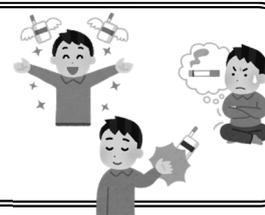
- | | | |
|----------|----------------|--------------|
| 1. 家庭 | 2. 職場・学校 | 3. 駅・バス停等 |
| 4. 公共的施設 | 5. レクリエーション施設等 | 6. スーパー・飲食店等 |
| 7. 道路・公園 | 8. その他() | |

問20 あなたは慢性閉塞性肺疾患/COPD(シー・オー・ピー・ディー)という病気を知っていますか。(○は1つ)

- | | | |
|----------------|----------------|---------|
| 1. どんな病気が知っている | 2. 名前は聞いたことがある | 3. 知らない |
|----------------|----------------|---------|

COPD(慢性閉塞性肺疾患)とは?

咳や痰、息切れが主な症状で、「慢性気管支炎」と「肺気腫」のどちらか、または両方によって肺への空気の流れが悪くなる病気を「慢性閉塞性肺疾患」といいます。



飲酒についてお聞きします

問21 どのくらいの頻度でお酒を飲みますか。(○は1つ)

- | | | |
|--------------|-------------------|---------|
| 1. ほとんど毎日 | 2. 週3～5日 | →問21-1へ |
| 3. 週1～2日 | 4. 月1～2日 | |
| 5. 1年以上やめている | 6. ほとんど飲まない(飲めない) | |

→問21-1 【問21で「1」～「4」とお答えの方にお聞きします。】

1日あたりの量はどのくらいですか。(○は1つ)

※清酒1合(180ml)の目安は、ビール中ビン1本(500ml)、焼酎35度1杯(80ml)、
ウイスキーダブル1杯(60ml)、ワイン1杯(120ml)です。

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 1. 1合(180ml)未満 | 2. 1合以上2合(360ml)未満 |
| 3. 2合以上3合(540ml)未満 | 4. 3合以上4合(720ml)未満 |
| 5. 4合以上5合(990ml)未満 | 6. 5合(990ml)以上 |

【ここからは全員お答えください】

食生活についてお聞きします

問22 あなたは、毎日、朝食を食べていますか。(○は1つ)

- | | | |
|--------------|--------------|---------|
| 1. 毎日食べる | | →問22-1へ |
| 2. 週に5～6日食べる | 3. 週に3～4日食べる | |
| 4. 週に1～2日食べる | 5. ほとんど食べない | |

→問22-1 【問22で「2」～「5」とお答えの方にお聞きします。】

朝食を食べない理由は何ですか。(○は1つ)

- | | |
|-------------|-------------|
| 1. 食べる時間がない | 2. 食欲がない |
| 3. 食べる習慣がない | 4. 食べるものがない |
| 5. 太りたくない | 6. その他() |

【ここからは全員お答えください】

問23 バランスのとれた食事(主食・主菜・副菜を組み合わせた食事)を、1日2回以上とっている日が週にどのくらいありますか。(○は1つ)

- | | | | |
|----------|----------|----------|---------------|
| 1. 週6～7日 | 2. 週4～5日 | 3. 週2～3日 | 4. ほとんどとっていない |
|----------|----------|----------|---------------|

問24 1日にどのくらい野菜料理(副菜)を食べていますか。野菜70gを1皿としてお答えください。(○は1つ)

※野菜70gの料理例：サラダ、煮物、酢のものなら小鉢1皿、具だくさんみそ汁なら1杯程度

- | | | | | |
|---------|-------|-------|-------|---------|
| 1. 5皿以上 | 2. 4皿 | 3. 3皿 | 4. 2皿 | 5. 1皿以下 |
|---------|-------|-------|-------|---------|

問32 「食品ロス」という問題を知っていますか。(○は1つ)

- | | |
|------------|--------------|
| 1. よく知っている | 2. ある程度知っている |
| 3. あまり知らない | 4. ほとんど知らない |

食品ロスとは？

食品ロスとは、まだ食べられるのに廃棄される食品のことです。



睡眠・ストレスについてお聞きします

問33 ここ1ヶ月、あなたの1日の平均睡眠時間はどのくらいでしたか。(○は1つ)

- | | | |
|---------------|---------------|---------------|
| 1. 5時間未満 | 2. 5時間以上6時間未満 | 3. 6時間以上7時間未満 |
| 4. 7時間以上8時間未満 | 5. 8時間以上9時間未満 | 6. 9時間以上 |

問34 あなたはよく眠れていると感じますか(○は1つ)

- | | |
|--------------|------------|
| 1. よく眠れている | 2. まあ眠れている |
| 3. あまり眠れていない | 4. 眠れていない |

問35 この1か月間に不満、悩み、イライラ、ストレス等を感じたことがありますか。(○は1つ)

- | | | |
|------------|----------|----------------|
| 1. あった | 2. 少しあった | →問35-1, 問35-2へ |
| 4. あまりなかった | 5. なかった | |

→問35-1 【問35で「1. あった」「2. 少しあった」とお答えの方にお聞きします。】

どのような不満、悩み、イライラ、ストレス等がありますか。(あてはまるものすべてに○)

- | |
|----------------------------------|
| 1. 家庭内問題(家族の不和、暴力、子育て、介護、看病等) |
| 2. 健康問題(自分の病気の悩み、身体の悩み等) |
| 3. 経済生活問題(倒産、事業の不振、負債、失業等) |
| 4. 勤務問題(転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働等) |
| 5. 男女問題(失恋、結婚をめぐる悩み、暴力等) |
| 6. 学校問題(いじめ、学業不振、教師との人間関係等) |
| 7. その他() |

→問35-2 【問35で「1. あった」「2. 少しあった」とお答えの方にお聞きします。】

不満、悩み、イライラ、ストレス等を感じるたびに、解消はできていますか。(○は1つ)

- | | |
|------------------|-----------------|
| 1. その都度解消できている | 2. 解消できていることが多い |
| 3. 解消できていないことが多い | 4. 解消できていない |

V 調査票

【ここからは全員お答えください】

問36 あなたは、悩みを抱えたときやストレスを感じたときに、誰かに相談をしたり、助けを求めたりすることにためらいを感じますか。(○は1つ)

- | | |
|-------------------|------------------|
| 1. そう感じる | 2. どちらかといえばそう感じる |
| 3. どちらかといえばそう感じない | 4. そう感じない |
| 5. わからない | |

問37 あなたの不安や悩みやつらい気持ちを受け止めて、耳を傾けてくれる人はいますか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|--------------|-------------|
| 1. 同居の親族(家族) | 2. 「1」以外の親族 |
| 3. 友人 | 4. 職場の同僚等 |
| 5. 近所の知り合い | 6. その他() |
| 7. いない | |

問38 次のそれぞれの質問について、過去1か月の間に感じることはありましたか。(①～⑥それぞれに○は1つずつ)

	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったく ない
①神経過敏に感じましたか	1	2	3	4	5
②絶望的だと感じましたか	1	2	3	4	5
③そわそわ、落ち着かなく感じましたか	1	2	3	4	5
④気分が沈み込んで、何が起ころうとも気が晴れないように感じましたか	1	2	3	4	5
⑤何をするのも骨折りだと感じましたか	1	2	3	4	5
⑥自分は価値のない人間だと感じましたか	1	2	3	4	5

歯の健康についてお聞きします

問39 現在あなたの歯は何本ありますか。歯の本数を記入して下さい。親知らず(歯肉に埋まっている歯は数えません。)、差し歯も含めて全て数えます。(○は1つ)

※永久歯は28本です。(親知らずが4本ある場合は32本となります。)

※差し歯は自分の残っている歯の根に人工の歯を作っているものです。また、インプラント(人工の歯の根)は数に含めません。

- | | |
|---------------|---------|
| 1. 歯がある () 本 | 2. 歯がない |
|---------------|---------|

問40 あなたは、1日何回歯をみがきますか。(○は1つ)

- | | | | |
|-------|-------|---------|----------|
| 1. 1回 | 2. 2回 | 3. 3回以上 | 4. みがかない |
|-------|-------|---------|----------|

問41 あなたは、1日のうち、いつ歯みがきをしていますか。(あてはまるものすべてに○)

- | | | | | |
|-----------|----------|------------|--------|--------|
| 1. 朝起きたとき | 2. 朝食後 | 3. 昼食後 | 4. 夕食後 | 5. 間食後 |
| 6. 夜寝る前 | 7. していない | 8. その他 () | | |

問42 デンタルフロスや歯間ブラシなど歯ブラシ以外の清掃道具を使っていますか。(○は1つ)

- | | | |
|-------|-----------|------------|
| 1. 毎日 | 2. 週に2～3回 | 3. 使用していない |
|-------|-----------|------------|

問43 年に1回以上歯の清掃や歯石を取るなど予防のために歯科医院等を受診していますか。(○は1つ)

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問44 定期的に(年に1回以上)歯科検診を受けていますか。(○は1つ)

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問45 よく噛んで食べることを意識していますか。(○は1つ)

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問46 歯や口の現状に満足していますか。(○は1つ)

- | | |
|-----------------|--------------------|
| 1. ほぼ満足している | 2. やや不満だが、日常には困らない |
| 3. 不自由や苦痛を感じている | |

問47 『8020運動』を知っていますか。(○は1つ)

- | | | |
|----------|----------------------|---------|
| 1. 知っている | 2. 聞いたことがあるが、意味は知らない | 3. 知らない |
|----------|----------------------|---------|

「8020運動」とは？

生涯自分の歯で食べられる楽しみが味わえるよう、80歳で自分の歯を20本以上保とうという運動です。



問52 あなたは地域活動やボランティア活動に参加していますか。(○は1つ)

- | | | |
|-------------|--------------|----------------|
| 1. よく参加している | 2. たまに参加している | 3. ほとんど参加していない |
|-------------|--------------|----------------|

問53 健康に関する情報で知りたいものはどのようなものですか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|-----------------|------------------|
| 1. 食事・栄養や食育 | 2. 病気や怪我 |
| 3. 医療機関や薬局 | 4. 運動のできる場所や教室 |
| 5. 運動の方法 | 6. 内臓脂肪や体重の減量方法 |
| 7. 病気になりにくい生活習慣 | 8. 疲労回復やリフレッシュ方法 |
| 9. 趣味やサークル活動 | 10. 調理の方法(調理実習) |
| 11. 認知症 | 12. その他() |

お忙しいところ、アンケートにご協力を頂き、ありがとうございました。
 ご記入いただきましたアンケート用紙は、同封の返信用封筒に入れて、
令和6年3月25日(月)までにご投函ください。



健康・食育に関するアンケート調査

小学4年生、中学1年生の方へ 調査へのご協力をお願い

酒々井町では、みなさんが大人になっても、明るく元気で生活ができるように、町の健康づくりを進めています。このアンケート調査を通して、町内の小学4年生、中学1年生のみなさんに、「毎日の生活の中で、どのようなことに気をつけているか」や「健康について、どのようなことを知っているか」を教えていただき、その結果を今後の町づくりの取り組みに生かしていきたいと思っています。回答していただいた内容については、プライバシーの保護に十分注意し、このアンケート調査の目的以外に使用することはありませんので、ご協力をお願いいたします。

令和6年2月 酒々井町長 小坂 泰久

記入するときの注意点

- この調査は、あなたの現在の状況についてお答えください。
- あなたの現在の状態や考え方に最も近い番号を選び、当てはまる番号に○を付けてください。
- 「その他」に○を付けた場合は、()の中へできるだけ具体的に内容を書いてください。

○あなたのことについてお聞きします

問1 あなたの性別はどちらですか。(○は1つ)

- | | | |
|-------|-------|----------|
| 1. 男性 | 2. 女性 | 3. 回答しない |
|-------|-------|----------|

問2 あなたと一緒に住んでいる人をすべてお答えください。(あてはまるものすべてに○)

- | | | |
|----------|----------|-----------|
| 1. お父さん | 2. お母さん | 3. 兄弟・姉妹 |
| 4. お祖父さん | 5. お祖母さん | 6. その他() |

○ふだんの生活や健康についてお聞きします

問3 学校は楽しいですか。(○は1つ)

- | | | |
|-----------------|---------------|----------|
| 1. とても楽しい | 2. どちらかという楽しい | |
| 3. どちらかという楽しくない | 4. 楽しくない | 5. わからない |

問4 1日にテレビや動画を見たり、ゲーム機、携帯電話、タブレット、パソコンなどを使う時間はどのくらいですか。(①と②にそれぞれ○は1つ)

	30分未満	30分以上1時間未満	1時間以上2時間未満	2時間以上
①学校がある日	1	2	3	4
②学校が休みの日	1	2	3	4

問5 平日(学校がある日)は何時ごろに起きますか。(○は1つ)

- | | | |
|---------|------------|-----------|
| 1. 6時前 | 2. 6時～7時前 | 3. 7時～8時前 |
| 4. 8時以降 | 5. 決まっていない | |

問6 平日（学校がある日）は何時ごろに寝ていますか。（○は1つ）

- | | | |
|----------|-------------|-------------|
| 1. 21時前 | 2. 21時～22時前 | 3. 22時～23時前 |
| 4. 23時以降 | 5. 決まっていない | |

問7 毎日どのくらい寝ていますか。（○は1つ）

- | | | |
|----------|----------------|----------|
| 1. 6時間未満 | 2. 6時間以上～8時間未満 | 3. 8時間以上 |
|----------|----------------|----------|

問8 下校後（放課後）、主にどのように過ごしていますか。（○は3つまで）

- | | | | |
|---------------|------------|------------------------|------------|
| 1. 塾 | 2. クラブ活動 | 3. 習い事 | 4. 勉強 |
| 5. 外で遊ぶ | 6. テレビやゲーム | 7. パソコン・スマホなど（インターネット） | |
| 8. LINEなどのSNS | 9. 家の手伝い | 10. 家族と過ごす | 11. その他（ ） |

○運動についてお聞きします

問9 運動することは好きですか。（○は1つ）

- | | | |
|-------|-------|--------------|
| 1. 好き | 2. 嫌い | 3. どちらともいえない |
|-------|-------|--------------|

問10 学校の授業以外の時間で、1回30分以上の運動（公園の遊具で遊ぶ、かけっこする、サッカーやドッジボールをするなど）をどのくらい行っていますか。（○は1つ）

- | | | |
|--------------|------------|------------|
| 1. 週に3回以上 | 2. 週に2回くらい | 3. 週に1回くらい |
| 4. 月に1～3回くらい | 5. 行っていない | |

問11 あなたは、いつ運動や身体を動かしていますか。（あてはまるものすべてに○）

- | | | |
|-------------------|------------------|-----------------|
| 1. 体育の授業 | 2. 学校の休み時間 | 3. 学校のクラブ・部活 |
| 4. 外遊び（庭・広場・公園など） | 5. スポーツ少年団などのクラブ | 6. 習い事（水泳・柔道など） |

○食生活についてお聞きします

問12 あなたは毎日、朝食を食べていますか。（○は1つ）

- | | |
|----------------|--------------|
| 1. 毎日食べる →問13へ | |
| 2. 週に5～6日食べる | 3. 週に3～4日食べる |
| 4. 週に1～2日食べる | 5. ほとんど食べない |
- 問12-1へ

問12-1 朝食を食べない理由は何ですか。（○は1つ）

- | | | |
|-------------|-----------|------------|
| 1. 食べる時間がない | 2. 食欲がない | 3. いつも食べない |
| 4. 食べるものがない | 5. 太りたくない | 6. その他（ ） |

問13 【全員にお聞きします】ふだん夕食は誰と食べていますか。（○は1つ）

- | | | |
|--------------|---------------|--------------|
| 1. 家族そろって食べる | 2. おとなの誰かと食べる | 3. 子どもだけで食べる |
| 4. 一人で食べる | 5. 夕食は食べない | |

V 調査票

問14 ^{しょくじ} 食事のあいさつ（「いただきます」や「ごちそうさまでした」）をしていますか。（○は1つ）

1. いつもしている 2. ときどきしている 3. ほとんどしていない

問15 ^{しょくじ} ^{じゆんび} ^か ^{もの} 家で食事の準備（買い物を含む）や片付けなどの手伝いを、^{かたづ} ^{てつだ} 週にどれくらいしていますか。（○は1つ）

1. 毎日している 2. 週5～6回はしている 3. 週3～4回はしている
4. 週1～2回はしている 5. ほとんどしていない

○歯の健康についてお聞きします

問16 よくかんで食べるように気をつけていますか。（○は1つ）

1. はい 2. いいえ

問17 ^{かがみ} 鏡を使って歯や歯ぐきの様子^{ようす} ^{かんさつ} を観察することがありますか。（○は1つ）

1. ほぼ毎日 2. 週に1回以上
3. 月に1回以上 4. ほとんどしない

問18 1日何回歯をみがきますか。（○は1つ）

1. 1回 2. 2回
3. 3回以上 4. みがかない

問19 歯ブラシ以外で、歯の間をきれいに^{きく} する器具（デンタルフロスなど）を使っていますか。（○は1つ）

1. はい 2. いいえ

問20 あなたは、この1年間で^{しか} ^{はいしや} 歯科（歯医者）に行きましたか。（○は1つ）

1. 行った →問20-1へ 2. 行っていない →問20-2へ

→問20-1 【問20で「1. 行った」を答えた方にお聞きします】

あなたが^{しか} ^{はいしや} 歯科（歯医者）に行^{りゆう} った理由は何ですか。（○は1つ）

1. むし歯を^{ちりょう} 治療するため 2. 歯ぐきの^{びょうき} ^{ちりょう} 病気などを治療するため
3. 歯ならびやかみあわせの^{ちりょう} 治療のため 4. 歯みがきの^{しどう} 指導をうけるため
5. むし歯や歯ぐきの^{びょうき} 病気などが^{しかけんしん} ないかを^し みてもら^{りゆう} うため（歯科検診）
6. 歯をきれいに^{しせき} ^{よこ} するため（歯の歯石や汚れなどを^し とりのぞくため）
7. その他（ ）

問20-2 【問20で「2. 行っていない」を答えた方にお聞きします】 ←

あなたが^{しか} ^{はいしや} 歯科（歯医者）に行^{りゆう} っていない理由は何ですか。（○は1つ）

1. むし歯がない・歯に^{いじょう} 異常がない 2. 行くのが^{めんどう} 面倒
3. 時間が^{いそが} ない・忙^{いそが} しい 4. 治療が^{こわい} ^{いた} 怖い・痛^{いた} い
5. 親が^{おや} 連れてい^{りゆう} ってくれない・行^{りゆう} かせてくれない 6. その他（ ）
7. 特に理由はない

○たばこやお酒についてお聞きします

問21 一緒に住んでいる人の中に、たばこを吸う人がいますか。(○は1つ)

1. はい 2. いいえ

問22 たばこが健康に悪いことを知っていますか。(○は1つ)

1. 知っている 2. 知らない

問23 たばこを吸うことが歯肉(歯ぐき)の病気(歯周病)を進行させる原因の一つであることを知っていますか。(○は1つ)

1. 知っている 2. 知らない

問24 お酒が子どもの体や脳の成長に悪いことを知っていますか。(○は1つ)

1. 知っている 2. 知らない

○こころの健康についてお聞きします

問25 あなたには、不満や悩みやつらい気持ちを受け止め、話を聞いてくれる人がいますか。(あてはまるものすべてに○)

- | | | |
|----------|-----------|----------|
| 1. お父さん | 2. お母さん | 3. 兄弟・姉妹 |
| 4. お祖父さん | 5. お祖母さん | 6. 友達 |
| 7. 学校の先生 | 8. その他() | 9. いない |

問26 あなたはいま、心配なことや悩んでいることがありますか。(あてはまるものすべてに○)

- | | | |
|-----------|-------------|--------------|
| 1. 家族について | 2. 学校について | 3. 友達について |
| 4. 異性について | 5. 自分の体について | 6. 自分の性格について |
| 7. 将来について | 8. その他() | 9. 特にない |

○地域での関わりについてお聞きします

問27 地域・近所の人にあいさつをしていますか。(○は1つ)

1. よくする 2. 時々する 3. しない

問28 あなたは、地区の行事に参加しますか。(○は1つ)

1. よく参加する 2. 時々参加する 3. 参加しない



ゴール!
ご協力ありがとうございました!

健康・食育・歯科に関するアンケート
調査結果報告書

令和6年

発行 酒々井町健康福祉課（保健センター）