

健康に関する意識・生活アンケート調査 調査結果

- 1 調査期間 令和4年10月12日～11月2日
- 2 調査対象 市内在住の男女 4,000人

内訳	一般:19歳以上の男女 2,800人 小学生、中学生、高校生:小学5年生、中学2年生、高校2年生の男女 各200人 計1,200人
----	--

	一般							小学生	中学生	高校生	計
	19・20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳以上	5年生	2年生	2年生	
男性	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	2,000
女性	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	2,000
計	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	4,000

- 3 調査方法 配布:郵送による配布 回収:郵送による回収、WEB(インターネット)による回収
- 4 回収状況
- (1)全体

	一般	小学生	中学生	高校生	計
配布数	2,800	400	400	400	4,000
回答数	1,338	244	224	187	1,993
回収率	47.8%	61.0%	56.0%	46.8%	49.8%

(2)一般(19歳以上)

①男女別

性別	男性	女性	無回答	計
回答数	591	690	57	1,338
構成比	44.2%	51.6%	4.2%	100.0%

②年代別

年代	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳以上	無回答	計
回答数	11	109	148	165	174	249	250	225	7	1,338
構成比	0.8%	8.1%	11.1%	12.3%	13.0%	18.6%	18.7%	16.8%	0.5%	100.0%

(再掲)男女別、年代別

年代	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳以上	無回答	計
男性	8	49	56	69	64	121	111	110	3	591
女性	3	60	89	93	107	125	119	93	1	690
無回答			3	3	3	3	20	22	3	57
計	11	109	148	165	174	249	250	225	7	1,338

(3)小学生(5年生)

性別	男性	女性	無回答	計
回答数	112	127	5	244
構成比	45.9%	52.1%	2.0%	100.0%

(5)高校生(2年生)

性別	男性	女性	無回答	計
回答数	77	108	2	187
構成比	41.2%	57.7%	1.1%	100.0%

(4)中学生(2年生)

性別	男性	女性	無回答	計
回答数	111	109	4	224
構成比	49.6%	48.6%	1.8%	100.0%

5 集計上の取扱いについて

・男女別の集計においては、性別が「無回答」のものは、集計(有効回答数)には含めない。

有効 回答数	一般(19歳以上)		小学生(5年生)		中学生(2年生)		高校生(2年生)	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
	591	690	112	127	111	109	77	108

・年代別の集計においては、年代が「無回答」のものは、集計(有効回答数)には含めない。

有効 回答数	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳以上
	11	109	148	165	174	249	250	225

・全体集計においては、男女別、年代別が「無回答」のものも、集計(有効回答数)に含める。

有効 回答数	1,338
-----------	-------

一般(19歳以上)

区分	頁	設問
自身の健康管理	4	問1 心身の健康状態
	5	問2 身長・体重から見た体格区分
	6	問2 身長・体重から見た体格区分(再掲 20～60歳代、20～30歳代女性、70歳以上)
	7	問3 かかりつけ医の有無
	8	問4 かかりつけ歯科医の有無
栄養・食生活	9	問5 朝食の摂取状況
	10	問6 1週間のうち、主食・主菜・副菜の3つそろった食事が1日2回以上ある日の状況
	11	問7-1 普段の食生活での取組 ①エネルギー(カロリー)の調整
	12	問7-2 普段の食生活での取組 ②食塩を摂りすぎない(減塩)
	13	問7-3 普段の食生活での取組 ③脂肪分(あぶら)の量と質の調整
	14	問7-4 普段の食生活での取組 ④糖分(甘いもの)を摂りすぎない
	15	問7-5 普段の食生活での取組 ⑤野菜をたくさん摂ること
	16	問7-6 普段の食生活での取組 ⑥果物を摂ること
	17	全体集計(問7-1～問7-6) 自分にとって適切な食事内容を知っている人
身体活動・運動	18	問8 運動(からだを動かす遊びを含む)、スポーツを行うことへの意識
	19	問9 運動習慣の有無
	20	問10 普段の生活での歩数
	21	問11 日常生活の中での買い物や散歩などの外出することに対する意識
	22	問11 日常生活の中での買い物や散歩などの外出することに対する意識(60歳以上再掲)
	23	問12 スポーツやサークル活動の有無
	24	問12 スポーツやサークル活動の有無(60歳以上再掲)
	25	問13 ロコモティブシンドロームの認知度
	26	問14 フレイルの認知度
休養・こころの健康	27	問15 ストレスの有無(直近1ヶ月以内)
	28	問16 ストレスがあるときの対処法(複数回答)
	29	問17 睡眠での休養が取れているか(直近1ヶ月以内)
	30	問18 平均睡眠時間(直近1ヶ月間)
	31	問18 平均睡眠時間(直近1ヶ月間)(再掲 20～50歳代、60歳以上)
	32	問19 趣味や生きがいの有無
	33	問20 自分の悩みを気軽に相談できる人の有無
	34	問21 ゲートキーパーの認知度
	35	問22 自殺予防週間、自殺対策強化月間の認知度
	36	問22-1 自殺予防週間または自殺対策強化月間を何で知ったか(複数回答)
	37	問23 こころやからだ、生活(家庭・法律・くらし等)に関する相談窓口の認知度
喫煙	38	問24 喫煙の状況
	39	問24-1 吸っているたばこの種類(「毎日吸う」「時々吸う」と答えた人のみ)
	40	問24-2 1日に吸うたばこの本数(「毎日吸う」「時々吸う」と答えた人のみ)
	41	問24-3 たばこをやめたいと思うか(「毎日吸う」「時々吸う」と答えた人のみ)
	42	問25 受動喫煙(自分以外のたばこの煙を吸う場面、煙の臭いを感じる場面)の状況(複数回答)
	43	問26 COPD(慢性閉塞性肺疾患)の認知度
	44	問27 医療機関で禁煙治療を受けられることの認知度
飲酒	45	問28 飲酒の頻度
	46	問28-1 1日当たりの飲酒量(「飲酒する」と答えた人のみ)
	47	クロス集計(問28,問28-1) 「飲酒する」と答えた人のうち、生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている人
	48	問28-2 節度ある1日当たりの飲酒量の認知度(「飲酒する」と答えた人のみ)
歯の健康	49	問29 現在の歯の本数
	50	問30 普段の生活で、自分の歯や口の中の健康で気になっていること(複数回答)
	51	再集計(問30) 歯周疾患を持つ可能性がある人
	52	問31 歯周疾患が全身疾患に影響を及ぼすことの認知度
健康長寿	53	問32 米沢市が健康長寿日本一に取り組んでいる事業の認知度(複数回答)
	54	問33 健康長寿日本一のまち米沢に向けて、特に力をいれたらよいと思う取組

小学生・中学生・高校生

区分	頁	設問	小学生	中学生	高校生
食生活	55	朝食の摂取状況	○	○	○
	56	共食の状況	○	○	○
運動	57	運動(からだを動かす遊びを含む)、スポーツを行うことへの意識	○	○	○
休養・ こころの 健康	57	悩みや不安を感じたこと、いやな思いをしたことの有無(直近1ヶ月以内)	○	○	○
	58	悩みや不安を感じたとき、いやな思いをしたときの解決方法(複数回答)	○	○	○
	59	睡眠で休養が取れているか	○	○	○
	59	平均睡眠時間(直近1ヶ月間)	○	○	○
	60	好きなことや楽しめることの有無	○	○	○
喫煙	61	自分の悩みを相談できる人の有無(複数回答)	○	○	○
	62	受動喫煙(たばこの煙やにおいを感じる場面)の状況(複数回答)	○	○	○
	63	喫煙経験の有無(高校生のみ)			○
飲酒	63	たばこが体に及ぼす害(悪影響)の認知度	○	○	○
	64	飲酒経験の有無(高校生のみ)			○
歯の健康	64	かかりつけ歯科医の有無	○	○	○
	65	歯磨きのタイミング(複数回答)	○	○	○
	66	再集計(歯磨きのタイミング) 歯磨きの回数	○	○	○

再掲 小学生・中学生・高校生・一般(19歳以上)

区分	頁	設問
	67	再掲 ストレスの有無(直近1ヶ月以内)(小学生・中学生・高校生・一般(19歳以上))
	68	再掲 睡眠での休養が取れているか(直近1ヶ月以内)(小学生・中学生・高校生・一般(19歳以上))
	69	再掲 趣味や生きがいの有無(小学生・中学生・高校生・一般(19歳以上))
	70	再掲 自分の悩みを気軽に相談できる人の有無(小学生・中学生・高校生・一般(19歳以上))

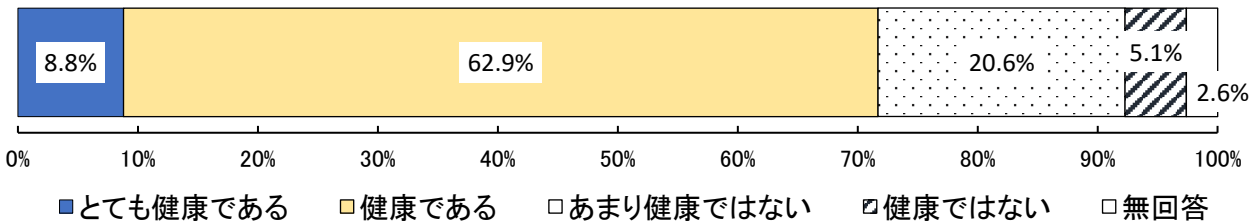
資料

区分	頁	アンケート調査票
	71	健康に関する意識・生活アンケート調査票 一般(19歳以上)
	79	健康に関する意識・生活アンケート調査票 小学生用
	81	健康に関する意識・生活アンケート調査票 中学生用
	83	健康に関する意識・生活アンケート調査票 高校生用

問 1

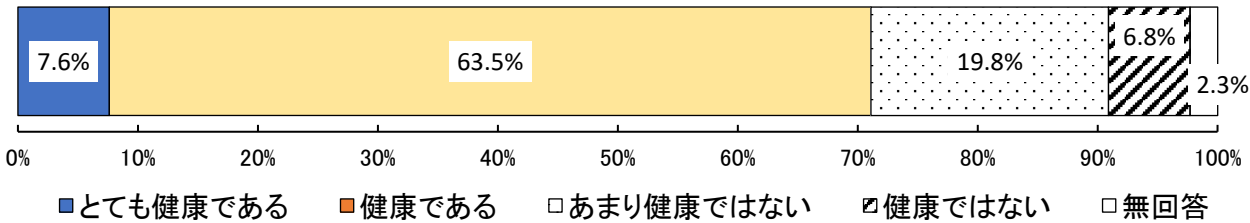
問1 心身の健康状態

【全体】



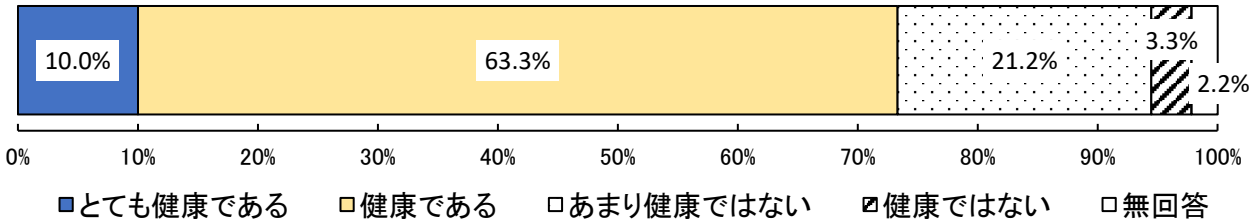
項目\内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
とても健康である	8.8%	54.5%	24.8%	16.9%	10.9%	6.3%	3.6%	3.6%	5.3%
健康である	62.9%	45.5%	67.0%	66.9%	63.7%	69.0%	71.9%	60.0%	48.0%
あまり健康ではない	20.6%		6.4%	12.8%	22.4%	22.4%	19.3%	24.8%	27.1%
健康ではない	5.1%		0.9%	1.4%	2.4%	1.2%	4.0%	6.0%	15.1%
無回答	2.6%		0.9%	2.0%	0.6%	1.1%	1.2%	5.6%	4.5%
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.1%	100.0%	100.0%	100.0%	100.1%

【男性】



項目\内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
	591	8	49	56	69	64	121	111	110
とても健康である	7.6%	50.0%	22.5%	7.1%	8.7%	4.7%	4.1%	3.6%	7.3%
健康である	63.5%	50.0%	69.4%	75.0%	69.5%	68.8%	71.9%	63.1%	40.9%
あまり健康ではない	19.8%		6.1%	12.5%	14.5%	25.0%	18.2%	25.2%	26.3%
健康ではない	6.8%			3.6%	5.8%	1.5%	4.1%	5.4%	20.0%
無回答	2.3%		2.0%	1.8%	1.5%		1.7%	2.7%	5.5%

【女性】

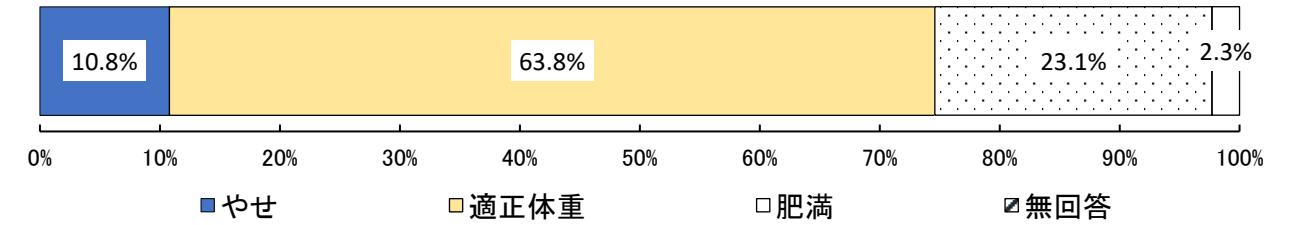


項目\内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
	690	3	60	89	93	107	125	119	93
とても健康である	10.0%	66.7%	26.7%	22.5%	12.9%	6.6%	3.2%	3.4%	4.3%
健康である	63.3%	33.3%	65.0%	62.9%	60.2%	70.1%	72.8%	56.3%	54.9%
あまり健康ではない	21.2%		6.7%	13.5%	26.9%	21.5%	20.0%	27.7%	25.8%
健康ではない	3.3%		1.6%			0.9%	3.2%	5.0%	11.8%
無回答	2.2%			1.1%		0.9%	0.8%	7.6%	3.2%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

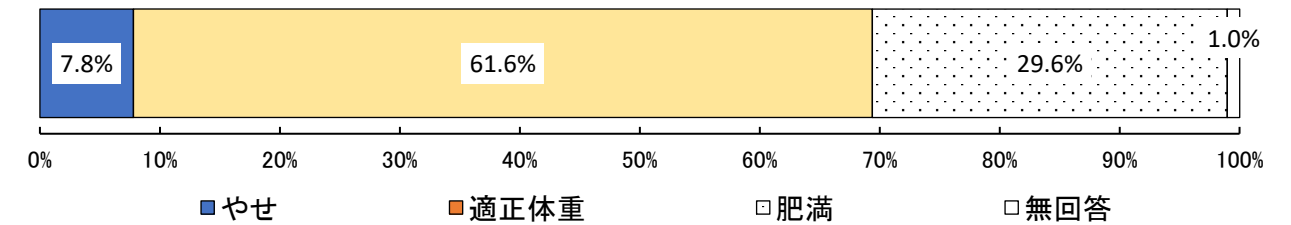
問 2

問2 身長・体重から見た体格区分 肥満度分類(BMI)
19歳～60歳代:【やせ】～18.5未満 【適正体重】18.5以上25未満 【肥満】25以上
70歳代以上:【やせ】20以下 【適正体重】20を超え25未満 【肥満】25以上
【全体】



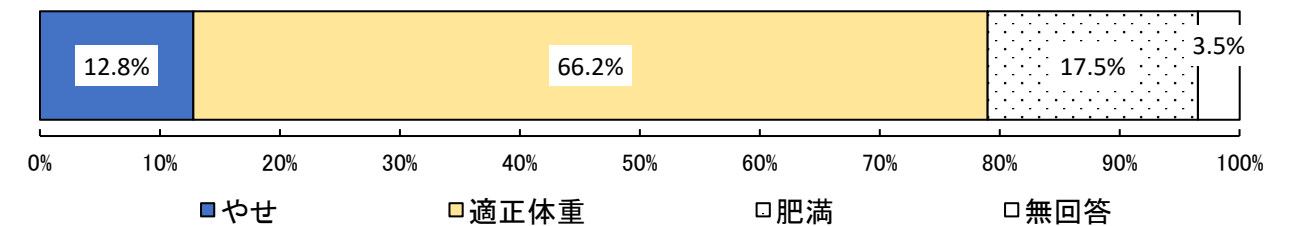
項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
やせ	10.8%	18.2%	13.8%	7.4%	6.7%	6.3%	8.8%	12.0%	18.7%
適正体重	63.8%	72.7%	67.0%	68.9%	64.8%	69.0%	61.5%	63.2%	57.8%
肥満	23.1%	9.1%	17.4%	22.3%	26.7%	24.1%	27.3%	22.0%	19.1%
無回答	2.3%		1.8%	1.4%	1.8%	0.6%	2.4%	2.8%	4.4%

【男性】



項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
やせ	7.8%	25.0%	10.2%	1.8%	1.4%	3.1%	9.1%	9.0%	12.7%
適正体重	61.6%	75.0%	69.4%	62.5%	58.0%	62.5%	52.9%	66.7%	62.8%
肥満	29.6%		20.4%	32.1%	40.6%	34.4%	37.2%	24.3%	21.8%
無回答	1.0%			3.6%			0.8%		2.7%

【女性】



項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
やせ	12.8%		16.7%	11.2%	10.8%	8.4%	8.0%	13.5%	23.7%
適正体重	66.2%	66.7%	65.0%	74.2%	69.9%	72.9%	69.6%	61.3%	50.5%
肥満	17.5%	33.3%	15.0%	14.6%	16.1%	17.8%	18.4%	19.3%	19.3%
無回答	3.5%		3.3%		3.2%	0.9%	4.0%	5.9%	6.5%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

一般（19歳以上）【自身の健康管理】

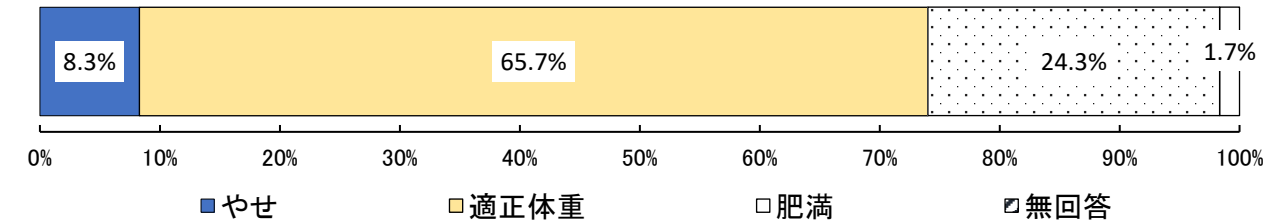
問2（再掲 20～60歳代、20～30歳代女性、70歳以上）

問2 身長・体重から見た体格区分（再掲 20～60歳代、20～30歳代女性、70歳以上）

肥満度分類(BMI)

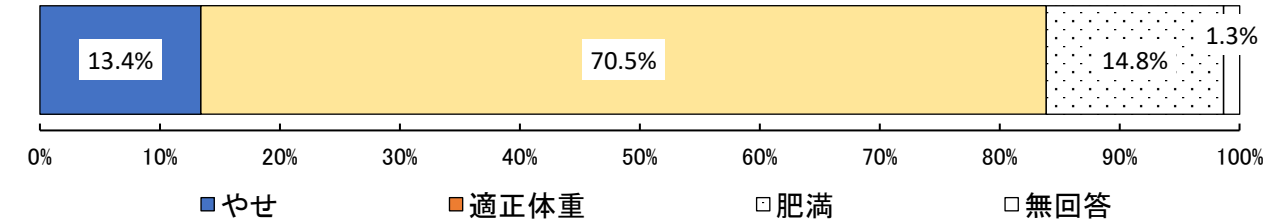
20歳代～60歳代:【やせ】～18.5未満 【適正体重】18.5以上25未満 【肥満】25以上
70歳代以上:【やせ】20以下 【適正体重】20を超え25未満 【肥満】25以上

【20～60歳代の体格区分】



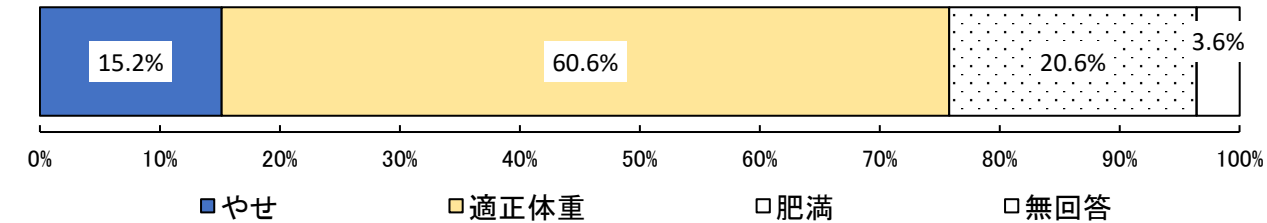
項目	内訳	20～60歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代
		845	109	148	165	174	249
やせ		8.3%	13.8%	7.4%	6.7%	6.3%	8.8%
適正体重		65.7%	67.0%	68.9%	64.8%	69.0%	61.5%
肥満		24.3%	17.4%	22.3%	26.7%	24.1%	27.3%
無回答		1.7%	1.8%	1.4%	1.8%	0.6%	2.4%

【20～30歳代女性の体格区分】



項目	内訳	20～30歳代女性	20歳代女性	30歳代女性
		149	60	89
やせ		13.4%	16.7%	11.2%
適正体重		70.5%	65.0%	74.2%
肥満		14.8%	15.0%	14.6%
無回答		1.3%	3.3%	

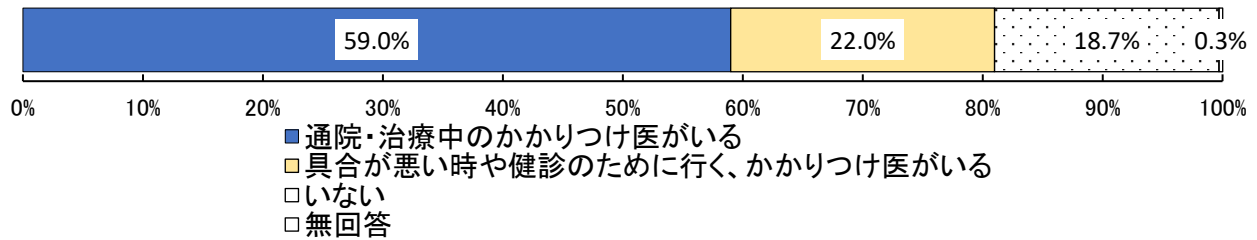
【70歳以上の体格区分】



項目	内訳	全体	70歳代	80歳～
		475	250	225
やせ		15.2%	12.0%	18.7%
適正体重		60.6%	63.2%	57.8%
肥満		20.6%	22.0%	19.1%
無回答		3.6%	2.8%	4.4%

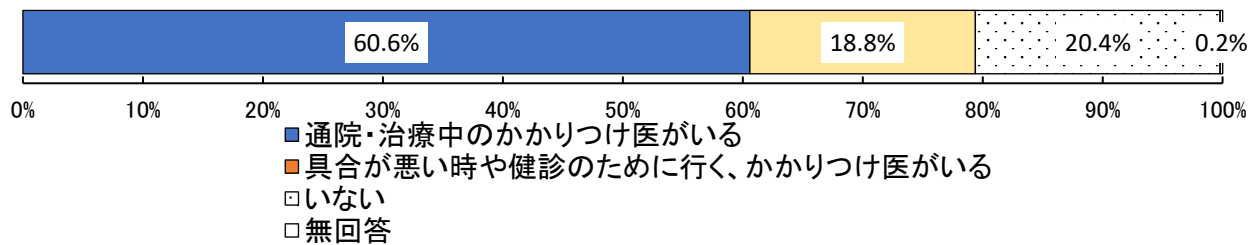
問3 かかりつけ医の有無

【全体】



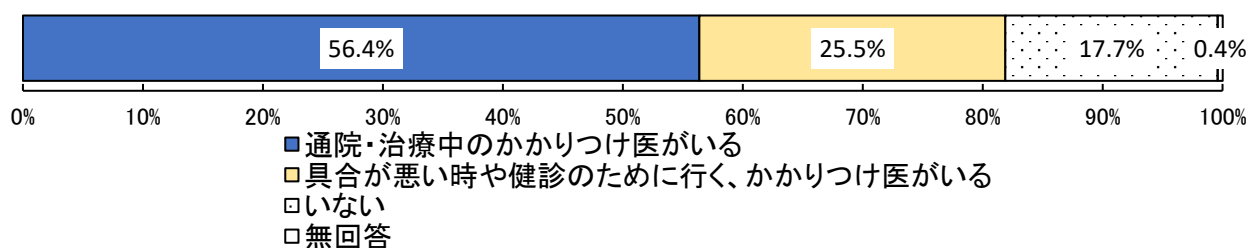
内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
通院・治療中のかかりつけ医がいる	59.0%	27.3%	22.9%	21.6%	39.4%	51.7%	71.1%	82.4%	83.1%
具合が悪い時や健診のために行く、かかりつけ医がいる	22.0%	18.2%	33.0%	40.6%	26.7%	29.9%	17.7%	10.4%	12.0%
いない	18.7%	54.5%	44.1%	37.8%	33.9%	18.4%	11.2%	6.4%	4.0%
無回答	0.3%							0.8%	0.9%

【男性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
通院・治療中のかかりつけ医がいる	60.6%	12.5%	12.3%	28.6%	40.6%	53.2%	73.5%	82.0%	83.7%
具合が悪い時や健診のために行く、かかりつけ医がいる	18.8%	25.0%	26.5%	32.1%	24.6%	23.4%	14.9%	10.8%	12.7%
いない	20.4%	62.5%	61.2%	39.3%	34.8%	23.4%	11.6%	7.2%	2.7%
無回答	0.2%								0.9%

【女性】



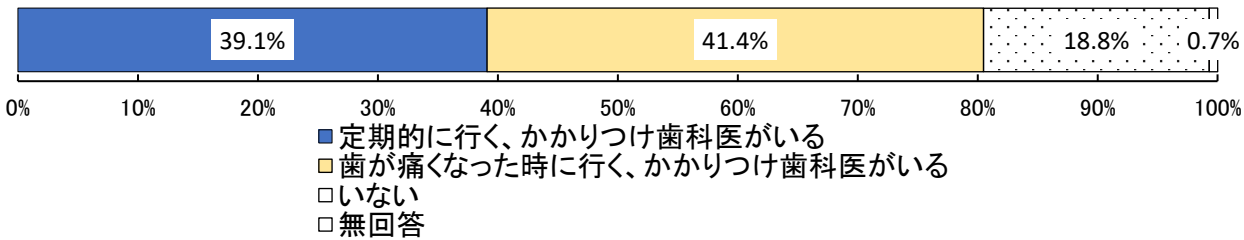
内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
通院・治療中のかかりつけ医がいる	56.4%	66.7%	31.7%	16.9%	37.7%	50.5%	68.8%	84.0%	83.9%
具合が悪い時や健診のために行く、かかりつけ医がいる	25.5%		38.3%	46.0%	29.0%	33.6%	20.0%	10.9%	10.7%
いない	17.7%	33.3%	30.0%	37.1%	33.3%	15.9%	11.2%	3.4%	4.3%
無回答	0.4%							1.7%	1.1%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

問 4

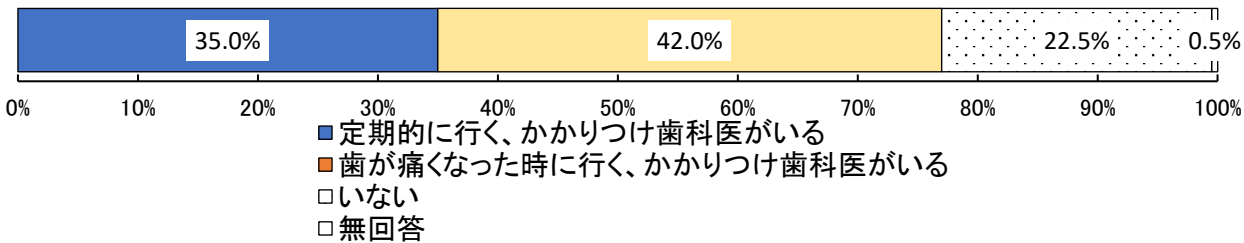
問4 かかりつけ歯科医の有無

【全体】



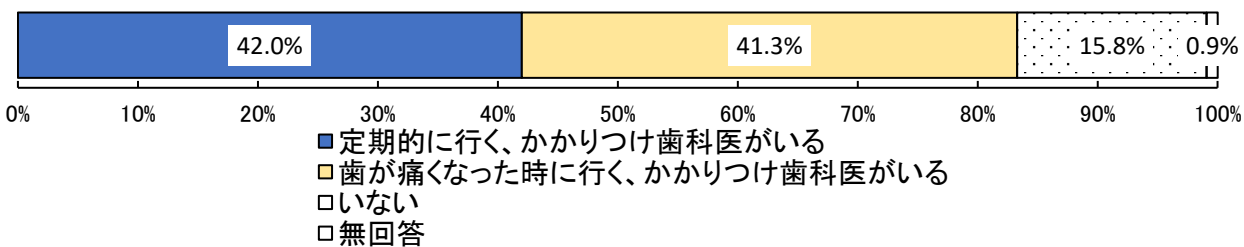
内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
定期的に行く、かかりつけ歯科医がいる	39.1%	36.4%	25.7%	37.2%	38.2%	43.1%	41.0%	47.6%	32.5%
歯が痛くなった時に行く、かかりつけ歯科医がいる	41.4%	27.2%	36.7%	29.0%	46.7%	39.1%	43.4%	41.2%	48.9%
いない	18.8%	36.4%	37.6%	33.8%	15.1%	17.8%	15.6%	9.6%	16.4%
無回答	0.7%							1.6%	2.2%

【男性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
定期的に行く、かかりつけ歯科医がいる	35.0%	37.5%	16.3%	32.1%	36.2%	29.7%	43.0%	39.6%	32.7%
歯が痛くなった時に行く、かかりつけ歯科医がいる	42.0%	25.0%	36.8%	23.2%	46.4%	43.7%	37.2%	47.8%	51.8%
いない	22.5%	37.5%	46.9%	44.7%	17.4%	26.6%	19.8%	11.7%	13.7%
無回答	0.5%							0.9%	1.8%

【女性】

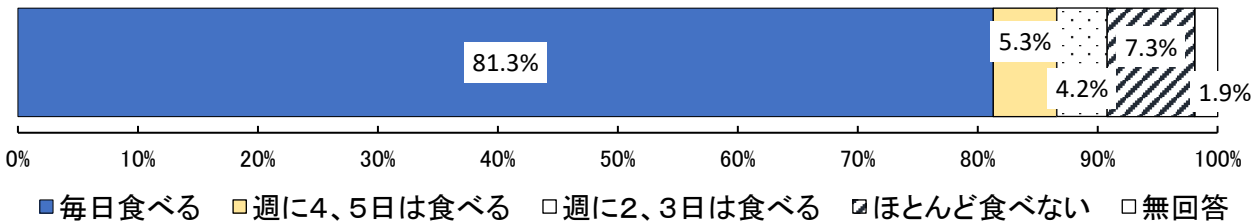


内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
定期的に行く、かかりつけ歯科医がいる	42.0%	33.3%	33.3%	40.5%	39.8%	50.5%	39.2%	52.1%	32.3%
歯が痛くなった時に行く、かかりつけ歯科医がいる	41.3%	33.3%	36.7%	33.7%	48.4%	36.5%	48.8%	38.7%	44.1%
いない	15.8%	33.3%	30.0%	25.8%	11.8%	13.0%	12.0%	6.7%	20.4%
無回答	0.9%							2.5%	3.2%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

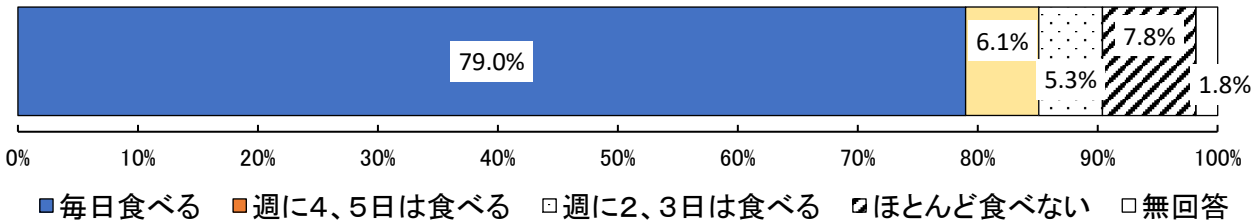
問5 朝食の摂取状況

【全体】



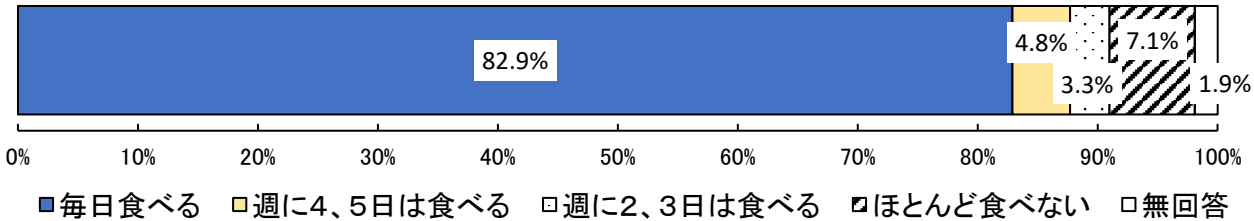
内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
毎日食べる	81.3%	63.6%	55.0%	67.6%	72.7%	78.2%	88.0%	93.2%	92.5%
週に4、5日は食べる	5.3%		17.4%	11.5%	6.7%	5.8%	2.4%	2.0%	0.9%
週に2、3日は食べる	4.2%	18.2%	8.3%	5.4%	7.9%	6.3%	2.8%		2.2%
ほとんど食べない	7.3%	18.2%	19.3%	14.8%	12.1%	8.6%	5.2%	1.2%	0.4%
無回答	1.9%			0.7%	0.6%	1.1%	1.6%	3.6%	4.0%

【男性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
毎日食べる	79.0%	50.0%	49.0%	58.9%	66.7%	79.7%	84.3%	91.0%	95.5%
週に4、5日は食べる	6.1%		18.3%	14.3%	10.1%	4.7%	3.3%	3.6%	
週に2、3日は食べる	5.3%	25.0%	10.2%	7.1%	10.1%	7.8%	3.3%		2.7%
ほとんど食べない	7.8%	25.0%	22.5%	17.9%	13.1%	6.2%	7.4%	0.9%	
無回答	1.8%			1.8%		1.6%	1.7%	4.5%	1.8%

【女性】

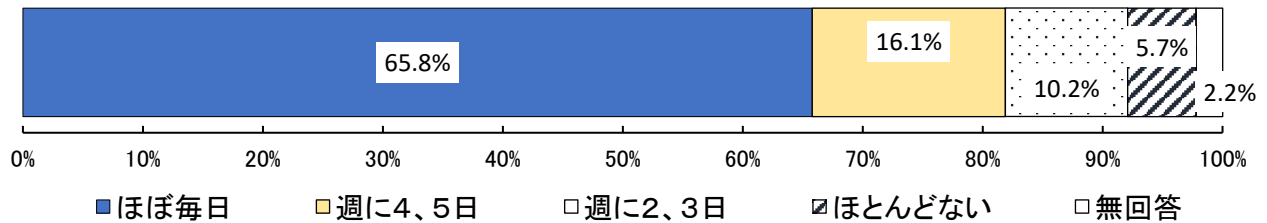


内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
毎日食べる	82.9%	100.0%	60.0%	73.0%	77.4%	79.4%	91.2%	95.0%	89.3%
週に4、5日は食べる	4.8%		16.7%	10.1%	4.3%	5.6%	1.6%	0.8%	1.1%
週に2、3日は食べる	3.3%		6.6%	3.4%	6.4%	4.7%	2.4%		2.1%
ほとんど食べない	7.1%		16.7%	13.5%	10.8%	9.4%	3.2%	1.7%	1.1%
無回答	1.9%				1.1%	0.9%	1.6%	2.5%	6.4%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

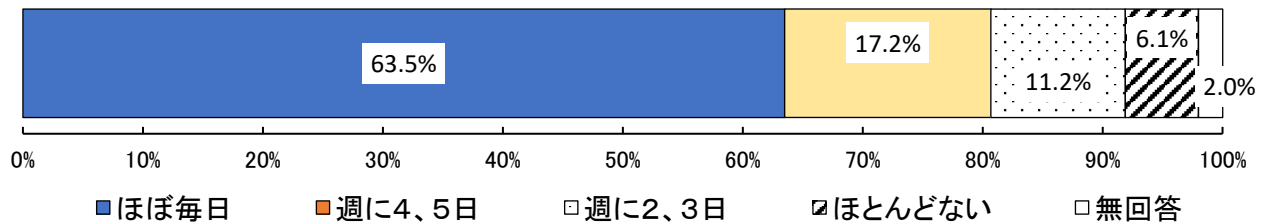
問6 1週間のうち、主食・主菜・副菜の3つそろった食事が1日2回以上ある日の状況

【全体】



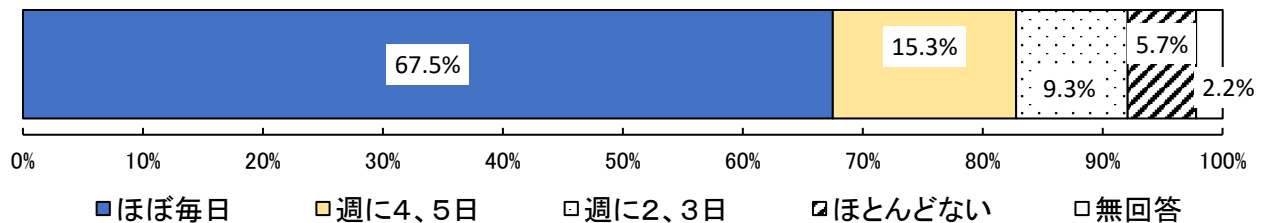
内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
ほぼ毎日	65.8%	54.6%	41.3%	46.6%	58.2%	62.6%	71.5%	75.6%	82.2%
週に4、5日	16.1%	9.1%	27.5%	21.6%	19.4%	16.1%	14.9%	14.0%	8.9%
週に2、3日	10.2%	27.2%	17.4%	18.9%	14.6%	14.3%	6.4%	4.8%	3.1%
ほとんどない	5.7%	9.1%	13.8%	12.2%	7.2%	5.8%	5.2%	1.2%	1.8%
無回答	2.2%			0.7%	0.6%	1.2%	2.0%	4.4%	4.0%

【男性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
ほぼ毎日	63.5%	62.5%	38.8%	42.9%	56.5%	60.9%	67.8%	71.2%	79.1%
週に4、5日	17.2%	12.5%	32.6%	28.6%	16.0%	12.5%	13.2%	18.0%	11.8%
週に2、3日	11.2%	12.5%	18.4%	19.6%	14.5%	17.2%	9.9%	5.4%	4.6%
ほとんどない	6.1%	12.5%	10.2%	7.1%	13.0%	7.8%	6.6%	0.9%	2.7%
無回答	2.0%			1.8%		1.6%	2.5%	4.5%	1.8%

【女性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
ほぼ毎日	67.5%	33.3%	43.3%	49.4%	59.1%	65.4%	75.2%	79.9%	86.0%
週に4、5日	15.3%		23.3%	16.9%	21.5%	17.8%	16.0%	10.9%	5.3%
週に2、3日	9.3%	66.7%	16.7%	18.0%	15.1%	11.2%	3.2%	4.2%	1.1%
ほとんどない	5.7%		16.7%	15.7%	3.2%	4.7%	4.0%	0.8%	1.1%
無回答	2.2%				1.1%	0.9%	1.6%	4.2%	6.5%

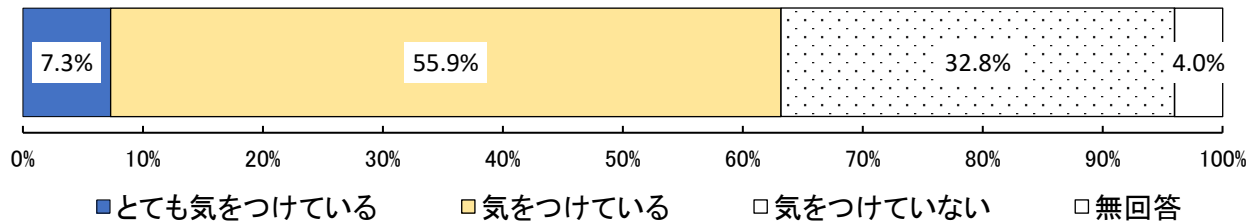
(年齢、性別の無回答は表示していない)

一般（19歳以上） 【栄養・食生活】

問7-1（エネルギー）

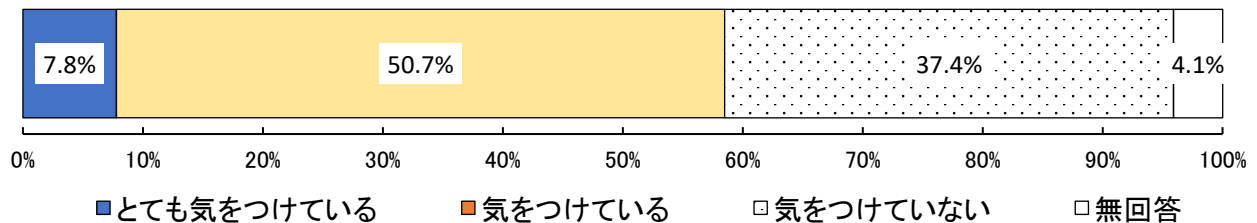
問7-1 普段の食生活での取組 ①エネルギー(カロリー)の調整

【全体】



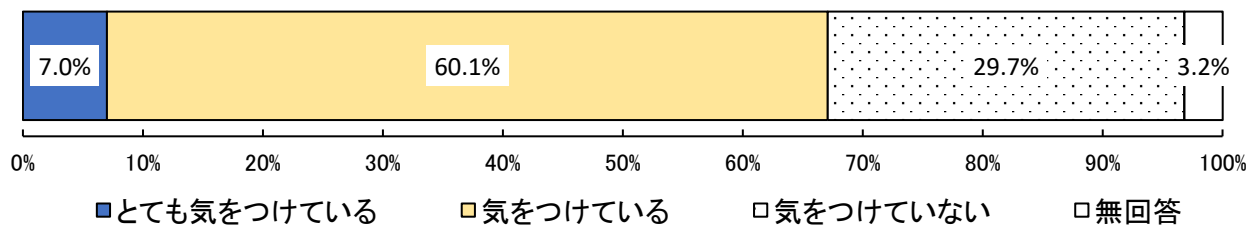
項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
とても気をつけている	7.3%	18.2%	7.3%	6.8%	4.9%	9.8%	7.6%	7.2%	7.1%
気をつけている	55.9%	45.4%	45.9%	55.4%	53.9%	51.7%	59.9%	61.6%	56.0%
気をつけていない	32.8%	36.4%	46.8%	37.1%	40.0%	36.8%	30.1%	24.4%	26.7%
無回答	4.0%			0.7%	1.2%	1.7%	2.4%	6.8%	10.2%

【男性】



項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
とても気をつけている	7.8%	25.0%	6.1%	3.6%	2.9%	9.4%	9.9%	6.3%	10.9%
気をつけている	50.7%	25.0%	36.7%	57.1%	52.2%	39.1%	53.7%	52.3%	57.3%
気をつけていない	37.4%	50.0%	57.2%	37.5%	44.9%	48.4%	33.9%	33.3%	23.6%
無回答	4.1%			1.8%		3.1%	2.5%	8.1%	8.2%

【女性】



項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
とても気をつけている	7.0%		8.3%	9.0%	6.4%	10.3%	5.6%	6.7%	3.2%
気をつけている	60.1%	100.0%	53.4%	52.8%	55.9%	59.8%	66.4%	69.8%	53.8%
気をつけていない	29.7%		38.3%	38.2%	36.6%	29.0%	25.6%	17.6%	32.2%
無回答	3.2%				1.1%	0.9%	2.4%	5.9%	10.8%

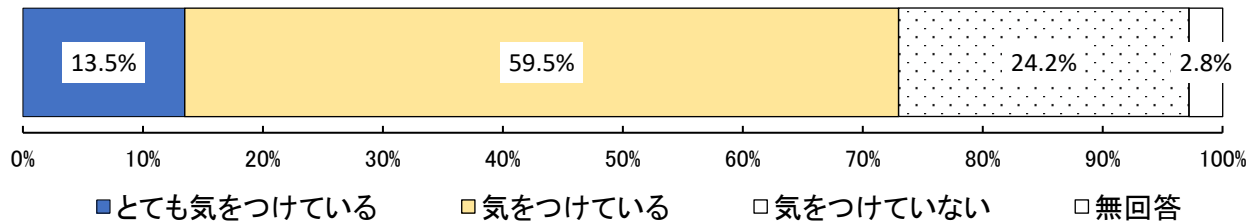
(年齢、性別の無回答は表示していない)

一般（19歳以上） 【栄養・食生活】

問7-2（塩分）

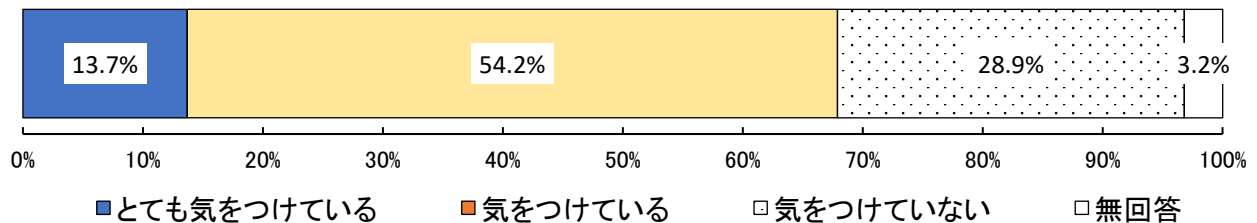
問7-2 普段の食生活での取組 ②食塩を摂りすぎない(減塩)

【全体】



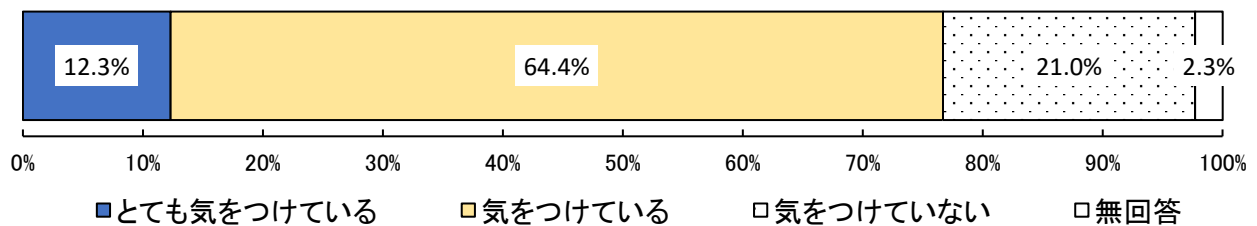
内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
とても気をつけている	13.5%	18.2%	5.5%	6.7%	9.1%	10.3%	13.2%	17.6%	22.2%
気をつけている	59.5%	36.3%	48.6%	52.7%	49.7%	60.3%	68.7%	66.8%	58.7%
気をつけていない	24.2%	45.5%	45.9%	39.9%	40.0%	28.2%	16.1%	10.4%	12.4%
無回答	2.8%			0.7%	1.2%	1.2%	2.0%	5.2%	6.7%

【男性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
とても気をつけている	13.7%		2.0%	3.6%	10.2%	10.9%	13.2%	16.2%	26.4%
気をつけている	54.2%	37.5%	44.9%	48.2%	39.1%	56.2%	63.6%	59.5%	55.4%
気をつけていない	28.9%	62.5%	53.1%	46.4%	50.7%	31.3%	20.7%	17.1%	12.7%
無回答	3.2%			1.8%		1.6%	2.5%	7.2%	5.5%

【女性】

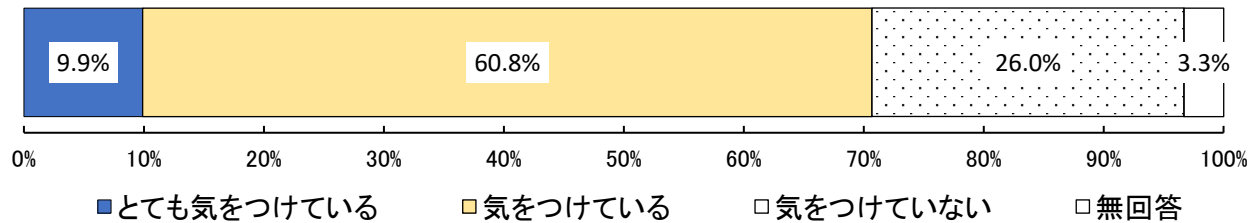


内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
とても気をつけている	12.3%	66.7%	8.3%	9.0%	8.6%	10.3%	13.6%	17.6%	14.0%
気をつけている	64.4%	33.3%	51.7%	55.0%	58.1%	63.6%	73.6%	74.0%	64.5%
気をつけていない	21.0%		40.0%	36.0%	32.2%	25.2%	11.2%	5.0%	12.9%
無回答	2.3%				1.1%	0.9%	1.6%	3.4%	8.6%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

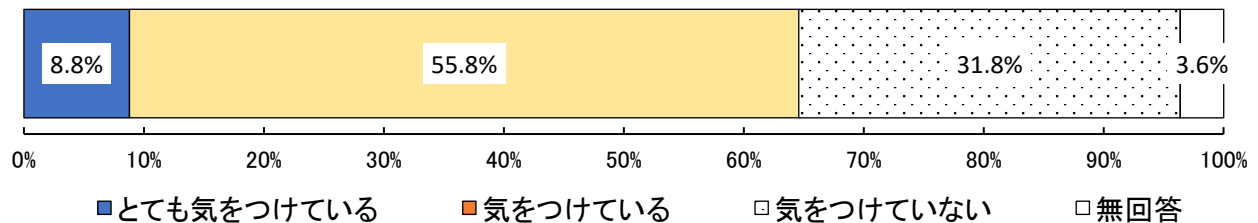
問7-3 普段の食生活での取組 ③脂肪分（あぶら）の量と質の調整

【全体】



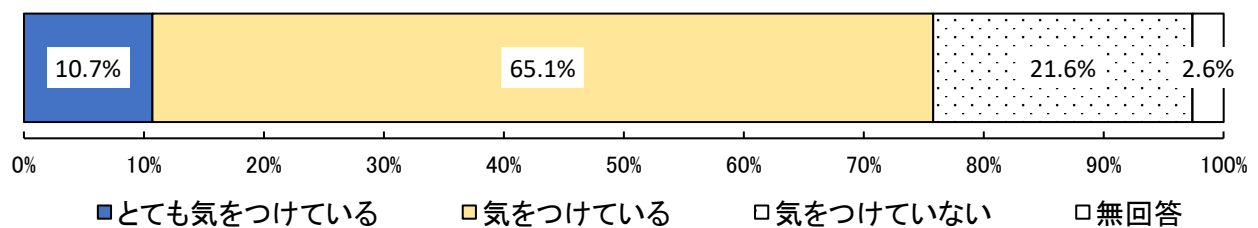
項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
とても気をつけている	9.9%	9.1%	9.2%	6.7%	9.1%	10.9%	8.4%	11.2%	12.5%
気をつけている	60.8%	45.5%	45.8%	59.5%	57.6%	60.9%	69.1%	66.8%	56.4%
気をつけていない	26.0%	45.4%	45.0%	33.1%	31.5%	26.5%	20.5%	16.4%	23.1%
無回答	3.3%			0.7%	1.8%	1.7%	2.0%	5.6%	8.0%

【男性】



項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
とても気をつけている	8.8%		6.1%	3.6%	5.8%	7.8%	9.1%	10.8%	13.6%
気をつけている	55.8%	37.5%	38.8%	58.9%	52.2%	51.6%	62.8%	58.6%	57.3%
気をつけていない	31.8%	62.5%	55.1%	35.7%	42.0%	37.5%	25.6%	23.4%	22.7%
無回答	3.6%			1.8%		3.1%	2.5%	7.2%	6.4%

【女性】

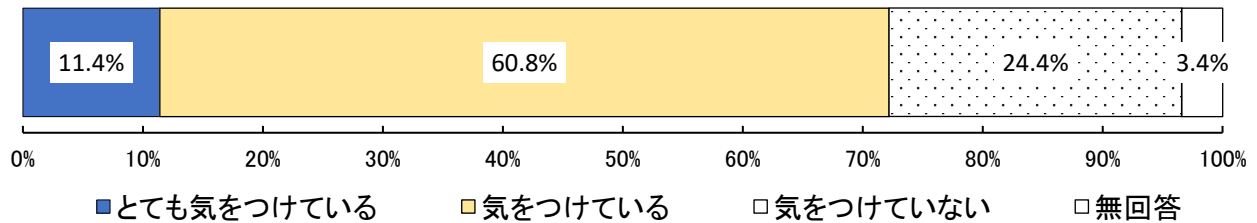


項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
とても気をつけている	10.7%	33.3%	11.7%	9.0%	11.8%	13.1%	8.0%	12.6%	8.6%
気をつけている	65.1%	66.7%	51.7%	59.5%	62.4%	65.4%	75.2%	73.1%	57.0%
気をつけていない	21.6%		36.6%	31.5%	23.6%	20.6%	15.2%	10.1%	25.8%
無回答	2.6%				2.2%	0.9%	1.6%	4.2%	8.6%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

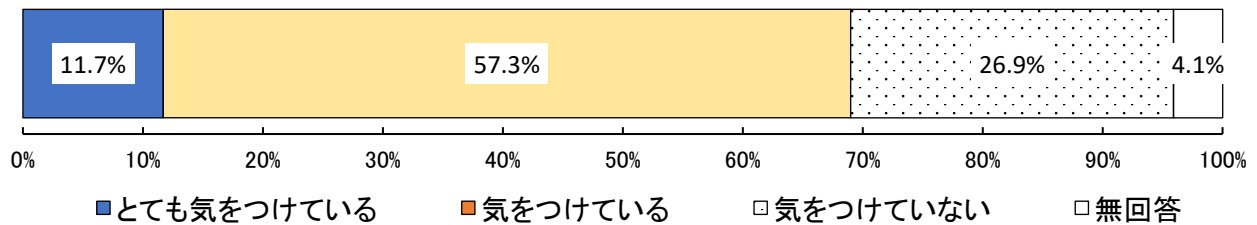
問7-4 普段の食生活での取組 ④糖分(甘いもの)を摂りすぎない

【全体】



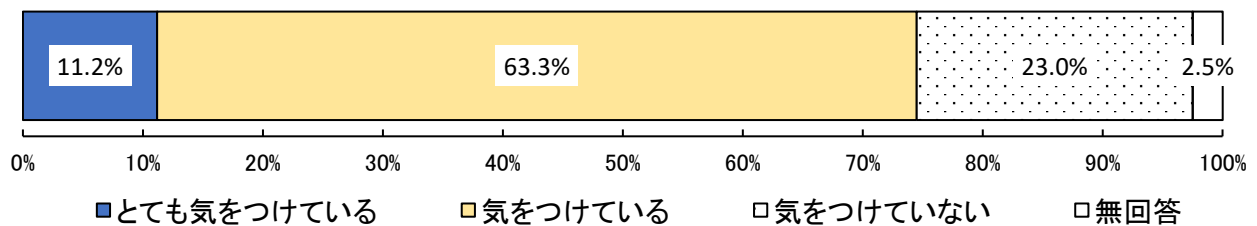
項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
とても気をつけている	11.4%	9.0%	11.0%	10.8%	10.3%	10.3%	10.0%	13.2%	12.9%
気をつけている	60.8%	45.5%	48.6%	58.8%	57.6%	64.4%	68.3%	65.2%	55.1%
気をつけていない	24.4%	45.5%	40.4%	29.7%	30.9%	23.6%	19.7%	15.6%	23.1%
無回答	3.4%			0.7%	1.2%	1.7%	2.0%	6.0%	8.9%

【男性】



項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
とても気をつけている	11.7%	12.5%	12.2%	5.4%	16.0%	9.4%	11.6%	13.5%	11.8%
気をつけている	57.3%	25.0%	49.0%	60.7%	47.8%	56.2%	63.6%	59.5%	59.1%
気をつけていない	26.9%	62.5%	38.8%	32.1%	36.2%	31.3%	22.3%	18.0%	21.8%
無回答	4.1%			1.8%		3.1%	2.5%	9.0%	7.3%

【女性】

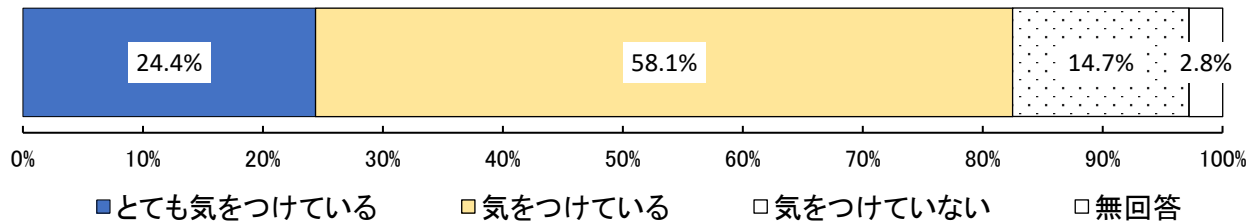


項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
とても気をつけている	11.2%		10.0%	14.6%	6.4%	11.2%	8.8%	13.4%	14.0%
気をつけている	63.3%	100.0%	48.3%	56.2%	65.6%	69.2%	72.8%	68.9%	49.4%
気をつけていない	23.0%		41.7%	29.2%	26.9%	18.7%	16.8%	14.3%	26.9%
無回答	2.5%				1.1%	0.9%	1.6%	3.4%	9.7%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

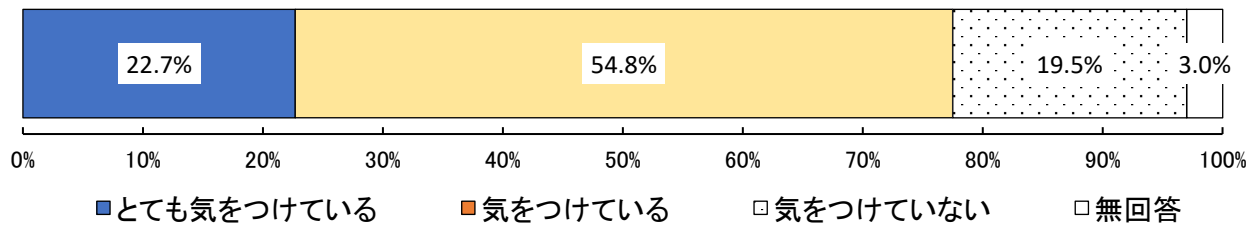
問7-5 普段の食生活での取組 ⑤野菜をたくさん摂ること

【全体】



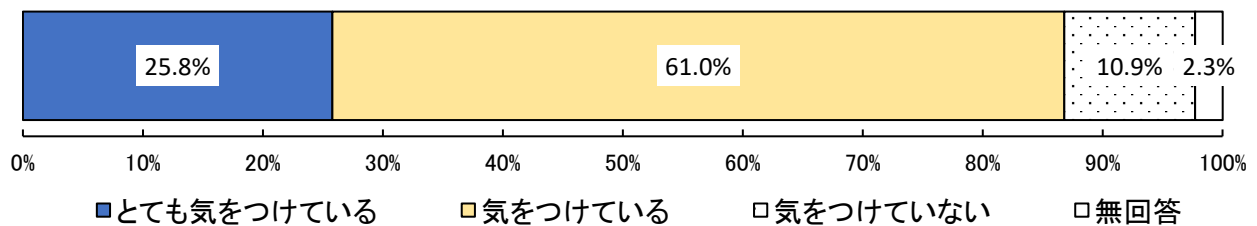
項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
とても気をつけている	24.4%	36.3%	21.1%	25.0%	24.2%	24.1%	22.9%	27.2%	23.1%
気をつけている	58.1%	54.6%	55.0%	55.4%	57.6%	59.8%	60.2%	57.6%	59.1%
気をつけていない	14.7%	9.1%	23.9%	18.9%	17.0%	14.4%	14.5%	10.8%	11.1%
無回答	2.8%			0.7%	1.2%	1.7%	2.4%	4.4%	6.7%

【男性】



項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
とても気をつけている	22.7%	25.0%	18.4%	23.2%	15.9%	21.9%	24.0%	23.4%	25.4%
気をつけている	54.8%	62.5%	57.1%	46.4%	60.9%	54.7%	52.9%	52.3%	60.0%
気をつけていない	19.5%	12.5%	24.5%	28.6%	23.2%	20.3%	20.6%	18.9%	9.1%
無回答	3.0%			1.8%		3.1%	2.5%	5.4%	5.5%

【女性】

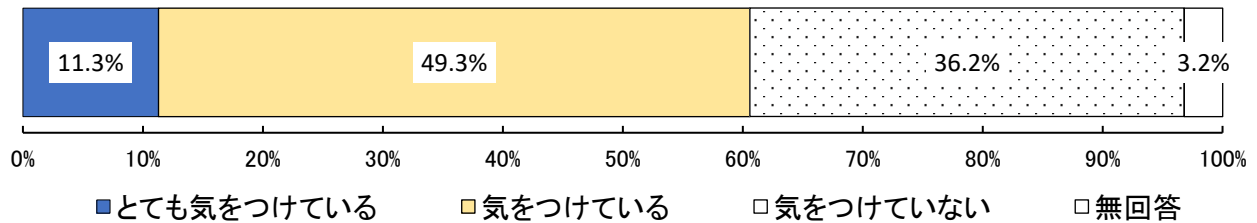


項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
とても気をつけている	25.8%	66.7%	23.3%	25.8%	31.2%	26.2%	22.4%	31.1%	18.3%
気をつけている	61.0%	33.3%	53.4%	60.7%	55.9%	62.6%	67.2%	62.1%	60.2%
気をつけていない	10.9%		23.3%	13.5%	11.8%	10.3%	8.0%	3.4%	14.0%
無回答	2.3%				1.1%	0.9%	2.4%	3.4%	7.5%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

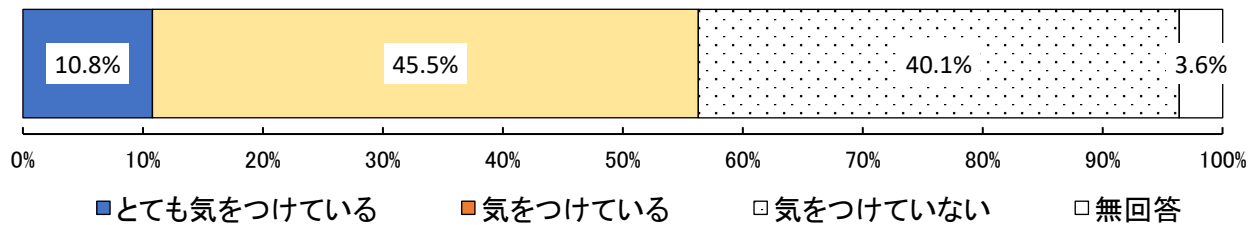
問7-6 普段の食生活での取組 ⑥果物を摂ること

【全体】



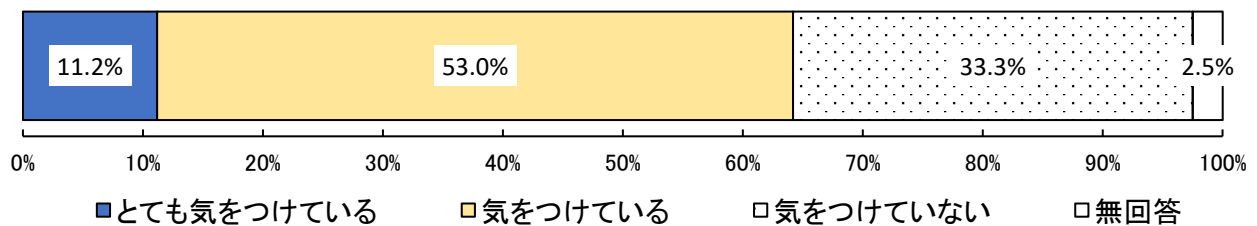
項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
とても気をつけている	11.3%	36.4%	7.3%	8.1%	9.7%	8.6%	8.8%	12.4%	19.1%
気をつけている	49.3%	27.2%	37.6%	43.9%	39.4%	45.4%	53.4%	60.8%	53.3%
気をつけていない	36.2%	36.4%	55.1%	47.3%	49.7%	44.3%	35.4%	21.6%	19.6%
無回答	3.2%			0.7%	1.2%	1.7%	2.4%	5.2%	8.0%

【男性】



項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
とても気をつけている	10.8%	12.5%	6.1%	10.7%	8.7%	4.7%	11.6%	9.9%	18.2%
気をつけている	45.5%	37.5%	30.6%	33.9%	33.3%	39.1%	49.6%	55.0%	57.3%
気をつけていない	40.1%	50.0%	63.3%	53.6%	58.0%	53.1%	36.3%	27.9%	18.2%
無回答	3.6%			1.8%		3.1%	2.5%	7.2%	6.3%

【女性】



項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
とても気をつけている	11.2%	100.0%	8.3%	6.7%	10.7%	11.2%	6.4%	14.3%	17.2%
気をつけている	53.0%		43.3%	50.6%	44.1%	49.5%	57.6%	66.4%	52.7%
気をつけていない	33.3%		48.4%	42.7%	44.1%	38.3%	33.6%	16.0%	21.5%
無回答	2.5%				1.1%	1.0%	2.4%	3.3%	8.6%

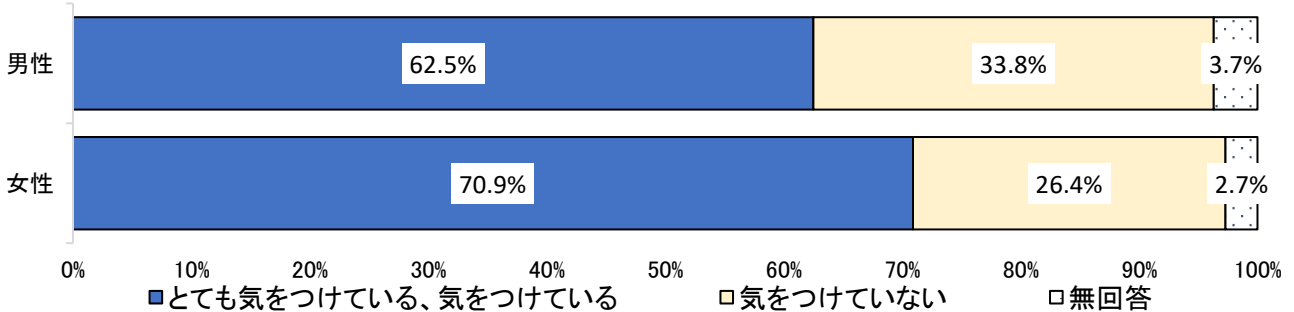
(年齢、性別の無回答は表示していない)

一般（19歳以上） 【栄養・食生活】

全体集計（問7-1～7-6）

全体集計（問7-1～問7-6） 自分にとって適切な食事内容を知っている人

問7-1から問7-6までの普段の食生活での取組において、「とても気をつけている」「気をつけている」と回答し人を、「自分にとって適切な食事内容を知っている人」として集計



【男性】

単位:人

設問	とても気をつけている	気をつけている	気をつけていない	無回答	計
エネルギー(カロリー)を調整すること	46	300	221	24	591
塩分を摂りすぎない(減塩すること)	81	320	171	19	591
脂肪分(あぶら)の量と質を調整すること	52	330	188	21	591
糖分(甘いもの)を摂りすぎないこと	69	339	159	24	591
野菜をたくさん食べようとする	64	269	237	21	591
果物を食べる	46	300	221	24	591
計		2,216	1,197	133	3,546
割合		62.5%	33.8%	3.7%	100.0%

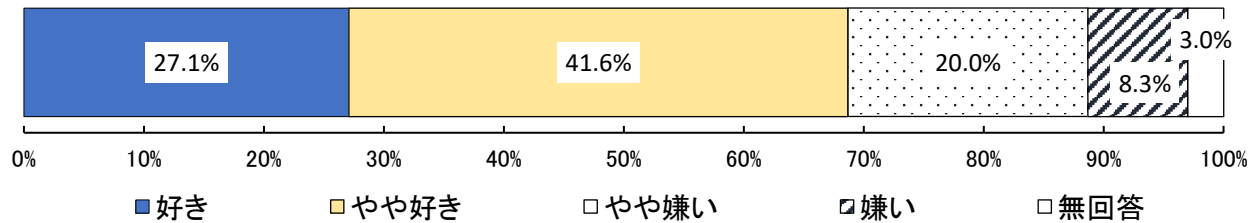
【女性】

単位:人

設問	とても気をつけている	気をつけている	気をつけていない	無回答	計
エネルギー(カロリー)を調整すること	48	415	205	22	690
塩分を摂りすぎない(減塩すること)	85	444	145	16	690
脂肪分(あぶら)の量と質を調整すること	74	449	149	18	690
糖分(甘いもの)を摂りすぎないこと	77	437	159	17	690
野菜をたくさん食べようとする	77	366	230	17	690
果物を食べる	48	415	205	22	690
計		2,935	1,093	112	4,140
割合		70.9%	26.4%	2.7%	100%

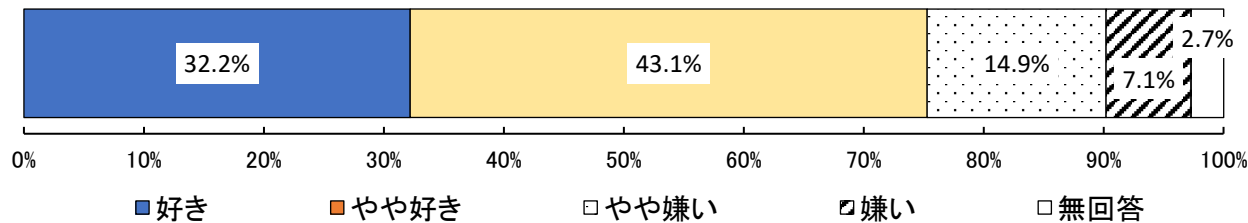
問8 運動(からだを動かす遊びを含む)、スポーツを行うことへの意識

【全体】



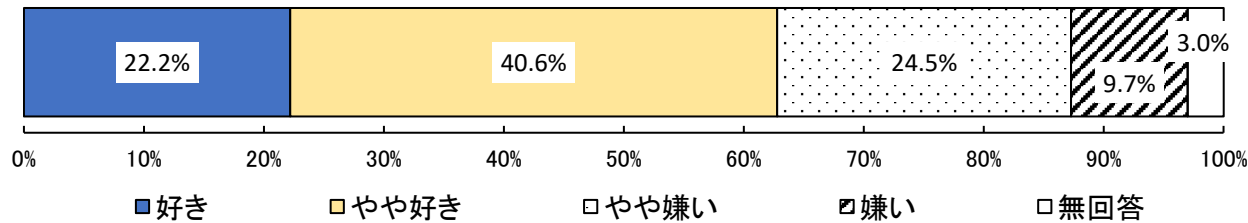
項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
好き	27.1%	36.4%	37.6%	25.0%	24.2%	21.8%	23.3%	31.2%	28.0%
やや好き	41.6%	45.4%	40.4%	41.9%	35.8%	44.2%	45.0%	42.4%	40.0%
やや嫌い	20.0%	18.2%	13.7%	25.0%	27.3%	23.0%	21.3%	16.8%	14.7%
嫌い	8.3%		8.3%	7.4%	11.5%	9.8%	7.2%	5.2%	10.2%
無回答	3.0%			0.7%	1.2%	1.2%	3.2%	4.4%	7.1%

【男性】



項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
好き	32.2%	37.5%	46.9%	26.8%	34.8%	25.0%	26.4%	36.0%	31.8%
やや好き	43.1%	37.5%	40.8%	48.2%	36.2%	51.6%	47.1%	45.1%	36.3%
やや嫌い	14.9%	25.0%	12.3%	16.1%	21.7%	15.6%	15.7%	9.0%	15.5%
嫌い	7.1%			7.1%	7.3%	6.2%	8.3%	5.4%	10.9%
無回答	2.7%			1.8%		1.6%	2.5%	4.5%	5.5%

【女性】



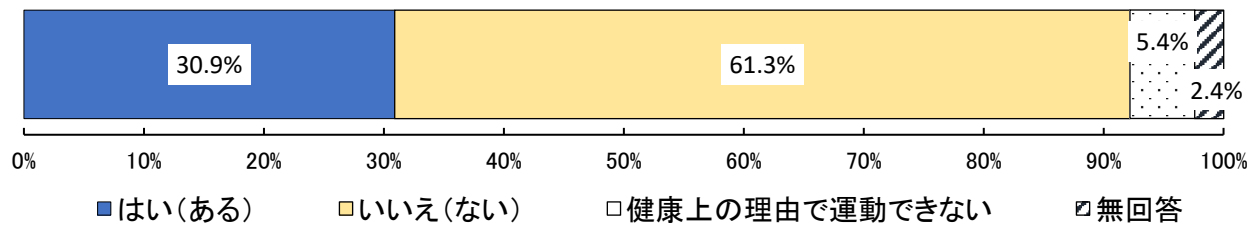
項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
好き	22.2%	33.3%	30.0%	24.7%	16.1%	39.3%	20.8%	26.1%	19.4%
やや好き	40.6%	66.7%	40.0%	37.1%	35.5%	28.1%	44.0%	40.3%	46.2%
やや嫌い	24.5%		15.0%	30.3%	31.1%	28.0%	24.8%	24.4%	15.1%
嫌い	9.7%		15.0%	7.9%	15.1%	12.1%	6.4%	5.0%	10.7%
無回答	3.0%				2.2%	0.9%	4.0%	4.2%	8.6%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

問9 運動習慣の有無

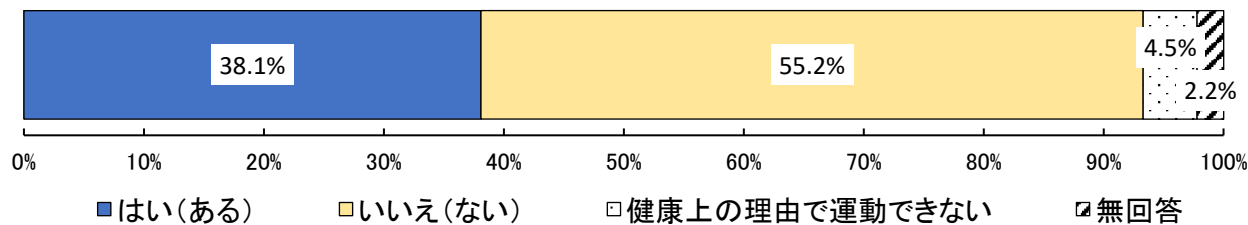
【運動習慣】1回30分以上の運動を週2回以上、1年以上の継続

【全体】



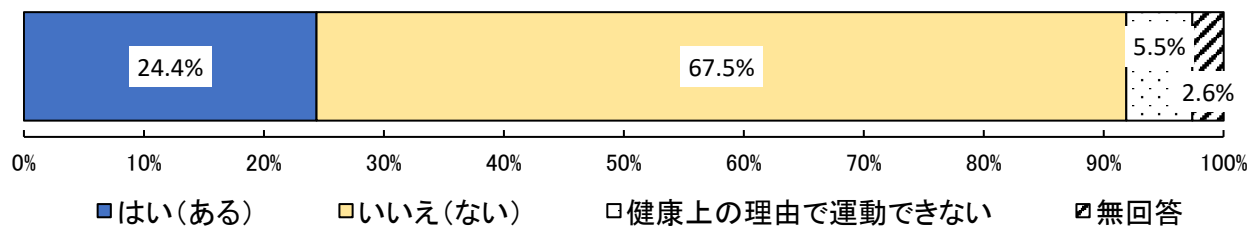
項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
はい(ある)	30.9%	27.3%	22.0%	23.0%	24.3%	15.5%	34.1%	44.4%	39.6%
いいえ(ない)	61.3%	72.7%	77.1%	75.6%	73.3%	81.6%	59.5%	42.8%	40.9%
健康上の理由で運動できない	5.4%		0.9%	0.7%	1.8%	1.7%	4.4%	8.0%	14.2%
無回答	2.4%			0.7%	0.6%	1.2%	2.0%	4.8%	5.3%

【男性】



項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
はい(ある)	38.1%	37.5%	30.6%	33.9%	36.2%	17.2%	41.3%	48.7%	43.7%
いいえ(ない)	55.2%	62.5%	69.4%	64.3%	63.8%	79.7%	52.1%	42.3%	40.0%
健康上の理由で運動できない	4.5%					1.5%	4.9%	4.5%	12.7%
無回答	2.2%		1.8%		1.6%	1.7%	4.5%	3.6%	

【女性】



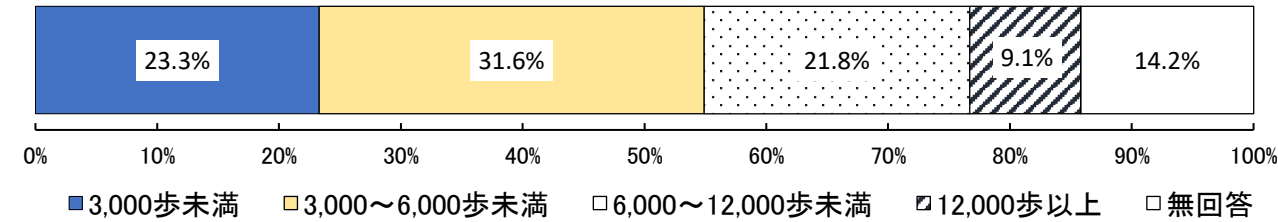
項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
はい(ある)	24.4%		15.0%	15.8%	15.1%	15.0%	28.0%	42.9%	31.2%
いいえ(ない)	67.5%	100.0%	83.3%	83.1%	80.6%	82.2%	65.6%	42.0%	46.2%
健康上の理由で運動できない	5.5%		1.7%	1.1%	3.2%	1.9%	4.0%	10.1%	15.1%
無回答	2.6%				1.1%	0.9%	2.4%	5.0%	7.5%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

問10 普段の生活での歩数

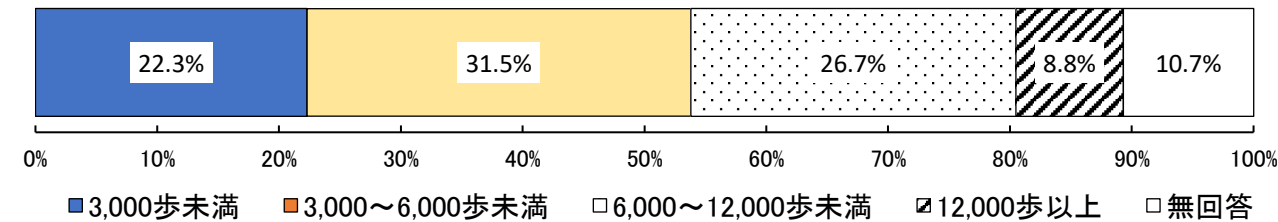
R5.8.17 民生常任
R5.8.22 市政協議

【全体】



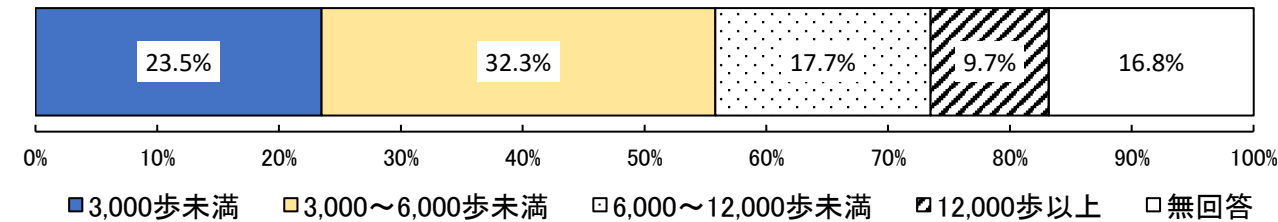
内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
3,000歩未満	23.3%	36.4%	22.0%	18.9%	24.2%	21.3%	24.5%	20.8%	27.6%
3,000～6,000歩未満	31.6%	36.4%	30.3%	23.7%	35.1%	33.9%	33.3%	35.2%	27.6%
6,000～12,000歩未満	21.8%	18.1%	25.7%	29.7%	25.5%	22.4%	23.3%	19.2%	12.9%
12,000歩以上	9.1%	9.1%	20.2%	18.2%	9.7%	10.9%	5.6%	5.2%	4.4%
無回答	14.2%		1.8%	9.5%	5.5%	11.5%	13.3%	19.6%	27.5%

【男性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
3,000歩未満	22.3%	50.0%	16.3%	16.1%	23.2%	23.5%	24.8%	20.7%	22.7%
3,000～6,000歩未満	31.5%	25.0%	28.6%	25.0%	29.0%	32.8%	32.2%	38.8%	30.0%
6,000～12,000歩未満	26.7%	25.0%	28.6%	41.1%	36.2%	29.7%	29.8%	22.5%	11.8%
12,000歩以上	8.8%		24.5%	12.5%	7.2%	10.9%	5.8%	6.3%	6.4%
無回答	10.7%		2.0%	5.3%	4.4%	3.1%	7.4%	11.7%	29.1%

【女性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
3,000歩未満	23.5%		26.7%	20.2%	24.7%	19.6%	24.0%	19.3%	33.3%
3,000～6,000歩未満	32.3%	66.7%	31.7%	23.6%	39.8%	35.5%	33.6%	34.5%	23.7%
6,000～12,000歩未満	17.7%		23.3%	23.6%	18.3%	17.8%	17.6%	14.3%	12.9%
12,000歩以上	9.7%	33.3%	16.6%	21.4%	11.8%	11.2%	5.6%	4.2%	2.1%
無回答	16.8%		1.7%	11.2%	5.4%	15.9%	19.2%	27.7%	28.0%

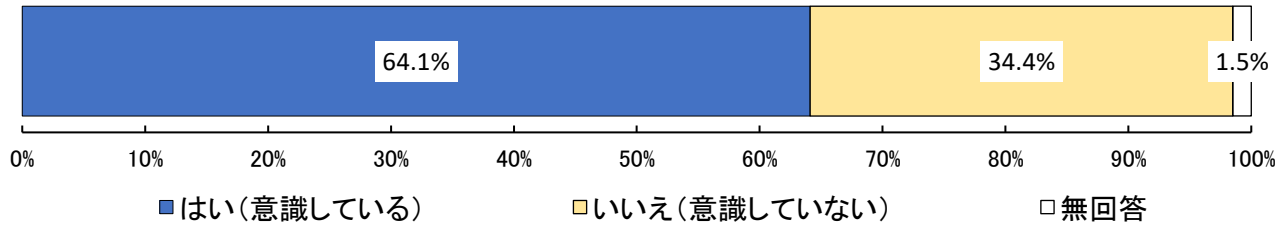
(年齢、性別の無回答は表示していない)

【歩数の平均値】

	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～	年齢不明
全体	5,578	5,691	7,269	7,430	6,524	6,319	4,768	4,494	3,844	2,850
男性	5,797	3,138	9,156	7,732	6,780	5,874	5,034	4,652	4,386	4,333
女性	5,514	12,500	5,734	7,239	6,435	6,688	4,520	4,389	3,169	3,000

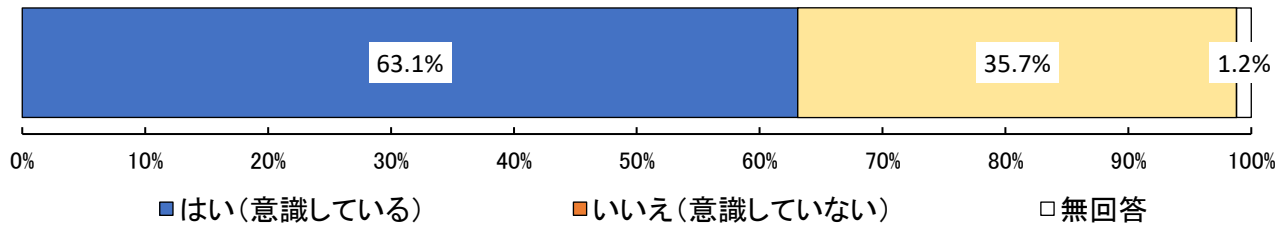
問11 日常生活の中での買い物や散歩などの外出することに対する意識

【全体】



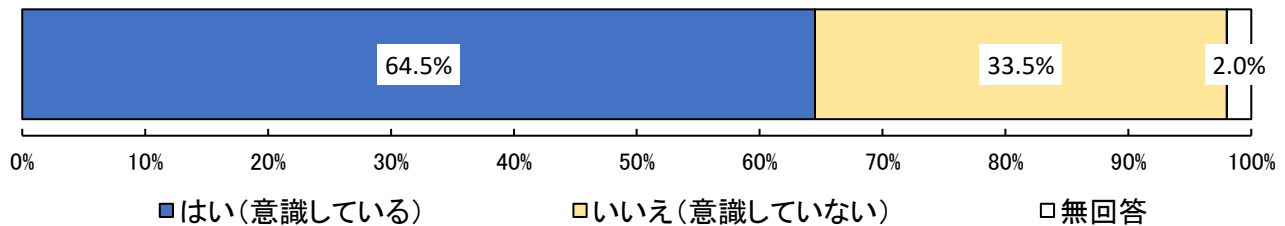
項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
はい(意識している)	64.1%	72.7%	56.9%	64.9%	61.8%	64.4%	71.1%	68.8%	54.7%
いいえ(意識していない)	34.4%	27.3%	43.1%	34.4%	38.2%	35.6%	28.1%	28.0%	40.9%
無回答	1.5%			0.7%			0.8%	3.2%	4.4%

【男性】



項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
はい(意識している)	63.1%	75.0%	59.2%	62.5%	62.3%	59.4%	67.8%	66.7%	59.1%
いいえ(意識していない)	35.7%	25.0%	40.8%	37.5%	37.7%	40.6%	32.2%	29.7%	38.2%
無回答	1.2%							3.6%	2.7%

【女性】



項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
はい(意識している)	64.5%	66.7%	55.0%	66.3%	61.3%	68.2%	74.4%	71.4%	45.2%
いいえ(意識していない)	33.5%	33.3%	45.0%	32.6%	38.7%	31.8%	24.0%	25.2%	47.3%
無回答	2.0%			1.1%			1.6%	3.4%	7.5%

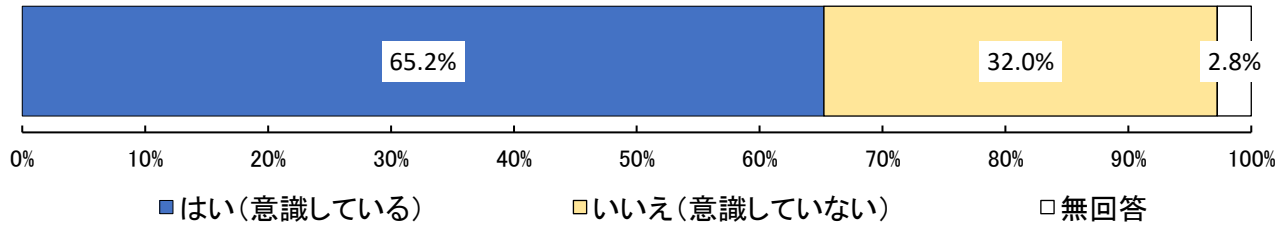
(年齢、性別の無回答は表示していない)

一般（19歳以上） 【身体活動・運動】

問11 （60歳以上再掲）

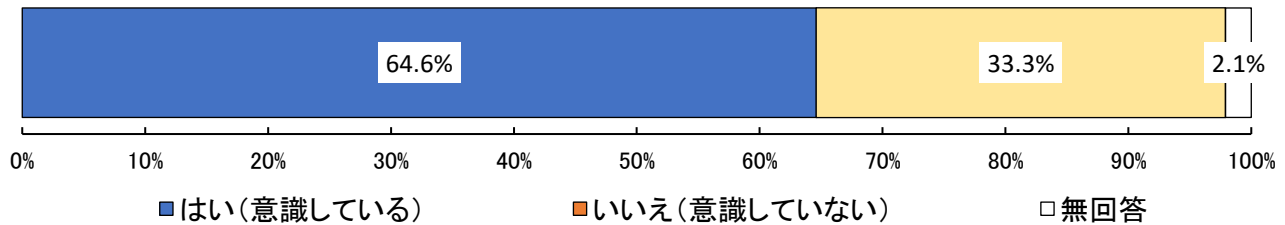
問11 日常生活の中での買い物や散歩などの外出することに対する意識（60歳以上再掲）

【全体】



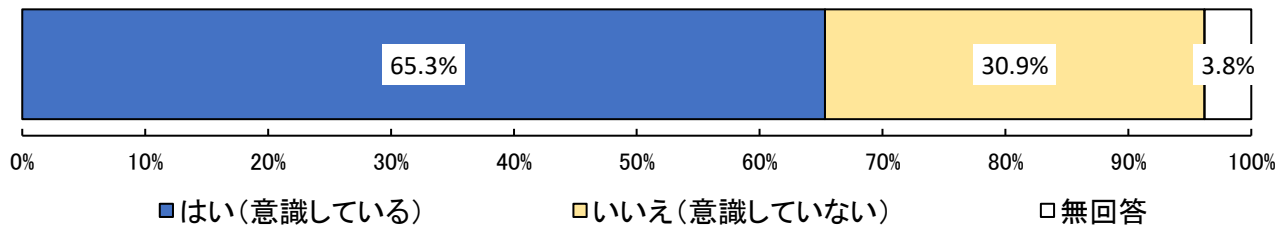
項目 \ 内訳	全体	60歳代	70歳代	80歳～
項目	724	249	250	225
はい(意識している)	65.2%	71.1%	68.8%	54.7%
いいえ(意識していない)	32.0%	28.1%	28.0%	40.9%
無回答	2.8%	0.8%	3.2%	4.4%

【男性】



項目 \ 内訳	全体	60歳代	70歳代	80歳～
項目	342	121	111	110
はい(意識している)	64.6%	67.8%	66.7%	59.1%
いいえ(意識していない)	33.3%	32.2%	29.7%	38.2%
無回答	2.1%		3.6%	2.7%

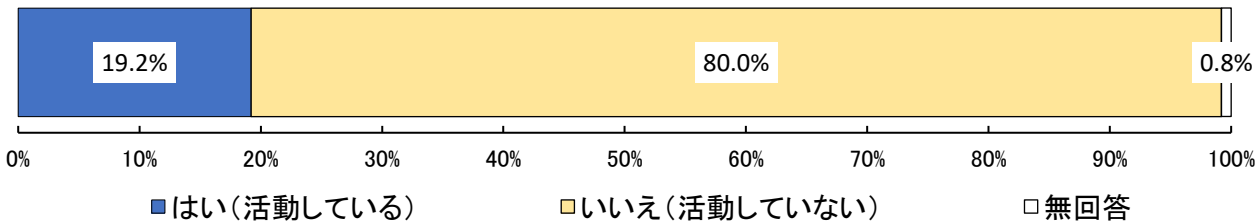
【女性】



項目 \ 内訳	全体	60歳代	70歳代	80歳～
項目	337	125	119	93
はい(意識している)	65.3%	74.4%	71.4%	45.2%
いいえ(意識していない)	30.9%	24.0%	25.2%	47.3%
無回答	3.8%	1.6%	3.4%	7.5%

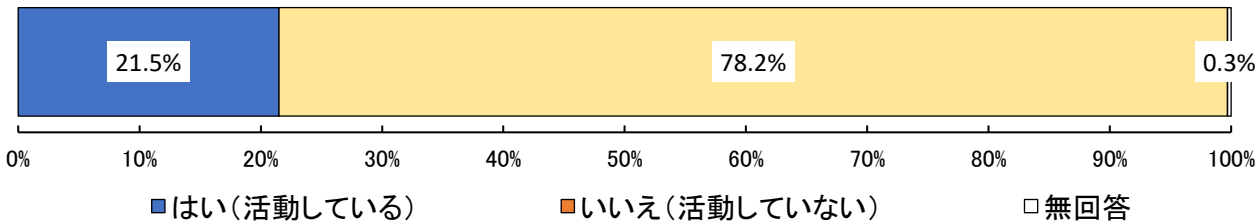
問12 スポーツやサークル活動の有無

【全体】



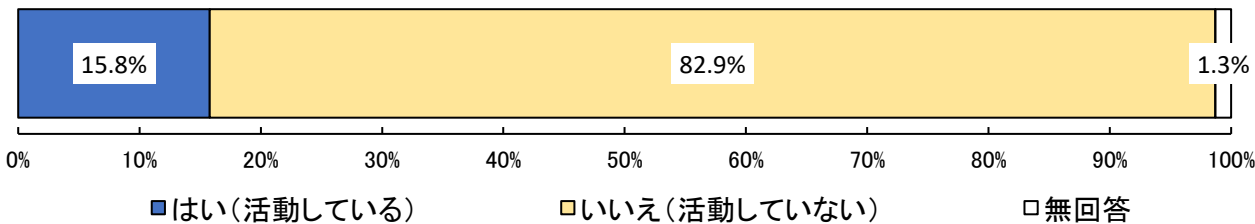
項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
はい(活動している)	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
いいえ(活動していない)	80.0%	81.8%	81.7%	87.2%	85.5%	88.0%	77.5%	71.6%	76.0%
無回答	0.8%							1.6%	3.1%

【男性】



項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
はい(活動している)	591	8	49	56	69	64	121	111	110
いいえ(活動していない)	78.2%	75.0%	69.4%	78.6%	75.4%	87.5%	76.0%	81.1%	77.3%
無回答	0.3%								1.8%

【女性】



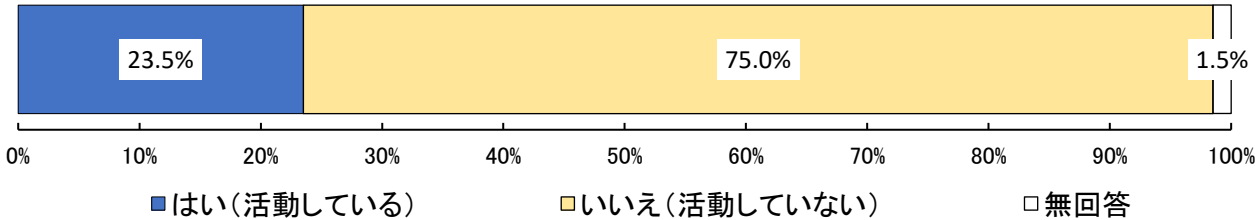
項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
はい(活動している)	690	3	60	89	93	107	125	119	93
いいえ(活動していない)	82.9%	100.0%	91.7%	95.5%	93.5%	87.8%	79.2%	64.7%	76.3%
無回答	1.3%							3.4%	5.4%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

一般（19歳以上） 【身体活動・運動】
問12 （60歳以上再掲）

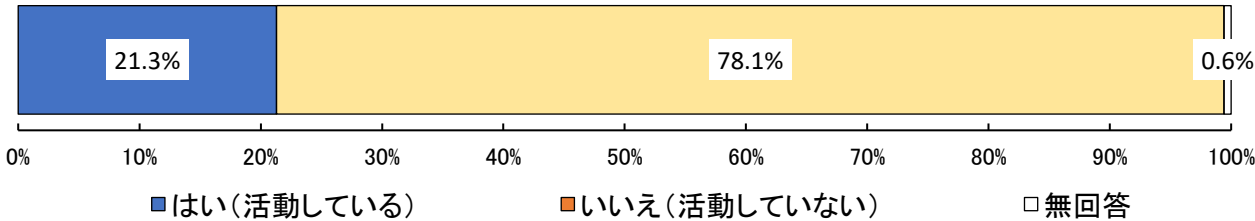
問12 スポーツやサークル活動の有無(60歳以上再掲)

【全体】



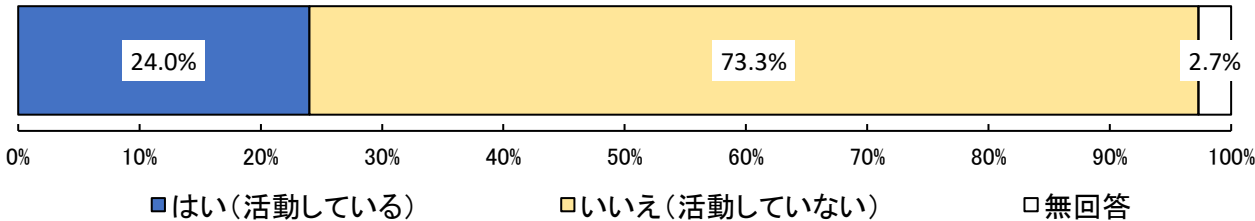
項目 \ 内訳	全体	60歳代	70歳代	80歳～
項目	724	249	250	225
はい(活動している)	23.5%	22.5%	26.8%	20.9%
いいえ(活動していない)	75.0%	77.5%	71.6%	76.0%
無回答	1.5%		1.6%	3.1%

【男性】



項目 \ 内訳	全体	60歳代	70歳代	80歳～
項目	342	121	111	110
はい(活動している)	21.3%	24.0%	18.9%	20.9%
いいえ(活動していない)	78.1%	76.0%	81.1%	77.3%
無回答	0.6%			1.8%

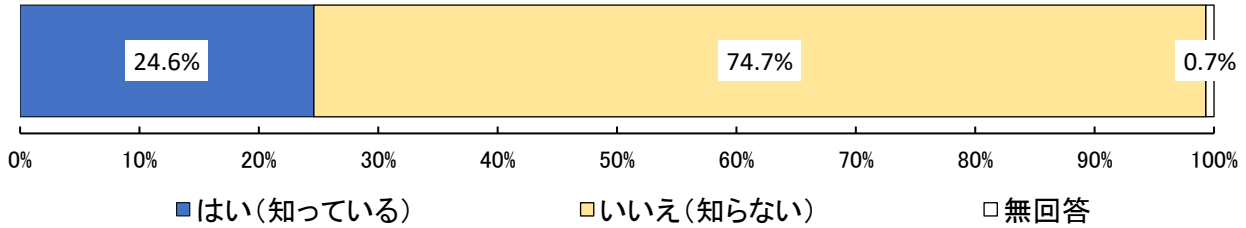
【女性】



項目 \ 内訳	全体	60歳代	70歳代	80歳～
項目	337	125	119	93
はい(活動している)	24.0%	20.8%	31.9%	18.3%
いいえ(活動していない)	73.3%	79.2%	64.7%	76.3%
無回答	2.7%		3.4%	5.4%

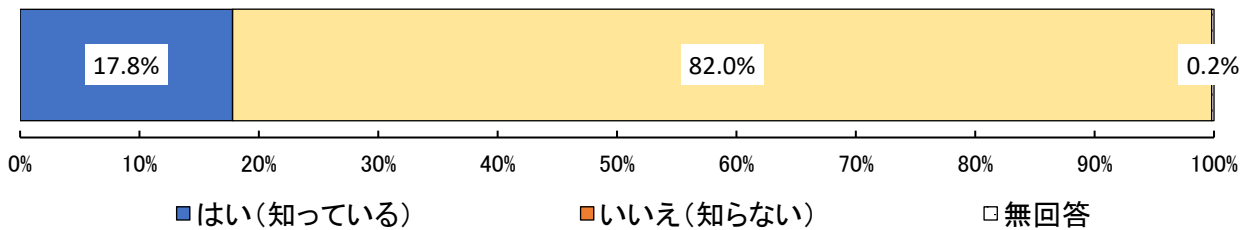
問13 ロコモティブシンドロームの認知度

【全体】



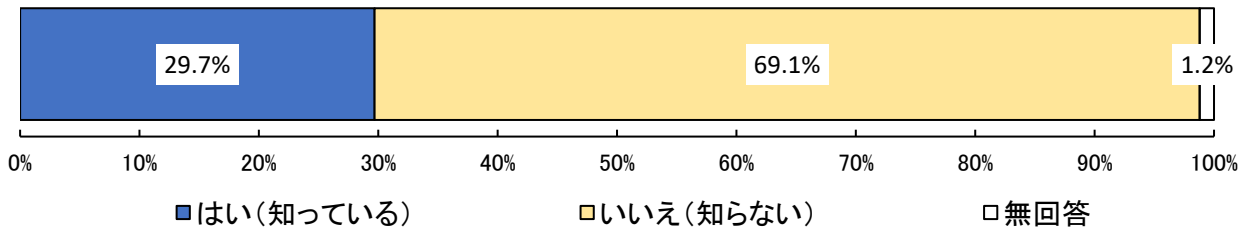
内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
はい(知っている)	24.6%		16.5%	25.7%	22.4%	24.1%	26.1%	33.2%	20.4%
いいえ(知らない)	74.7%	100.0%	82.6%	74.3%	77.6%	75.9%	73.9%	66.0%	76.9%
無回答	0.7%		0.9%					0.8%	2.7%

【男性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
はい(知っている)	17.8%		12.2%	23.2%	18.8%	23.4%	14.9%	18.0%	18.2%
いいえ(知らない)	82.0%	100.0%	87.8%	76.8%	81.2%	76.6%	85.1%	82.0%	80.9%
無回答	0.2%								0.9%

【女性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
はい(知っている)	29.7%		20.0%	25.8%	24.7%	25.2%	37.6%	45.4%	20.4%
いいえ(知らない)	69.1%	100.0%	78.3%	74.2%	75.3%	74.8%	62.4%	52.9%	74.2%
無回答	1.2%		1.7%					1.7%	5.4%

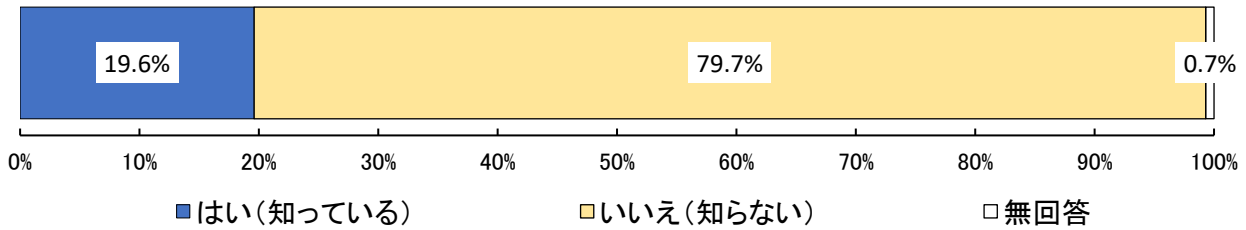
(年齢、性別の無回答は表示していない)

※ロコモティブシンドローム

筋肉、骨、関節、軟骨、椎間板といった運動器のいずれか、あるいは複数の障がいが起こり、歩行や日常生活に何らかの機能低下をきたして、要介護になっていたり、要介護になる危険の高い状態のこと。

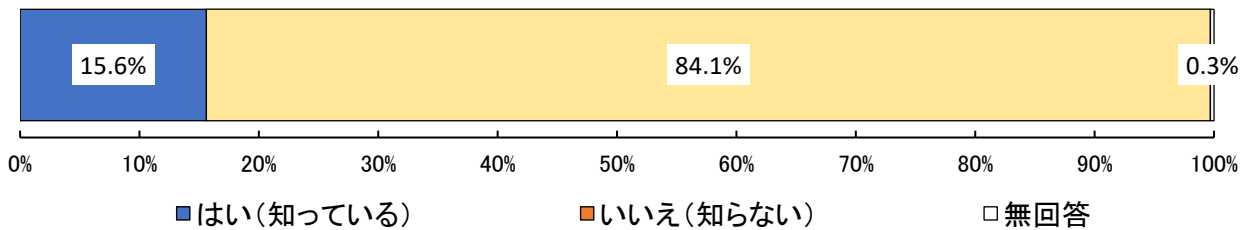
問14 フレイルの認知度

【全体】



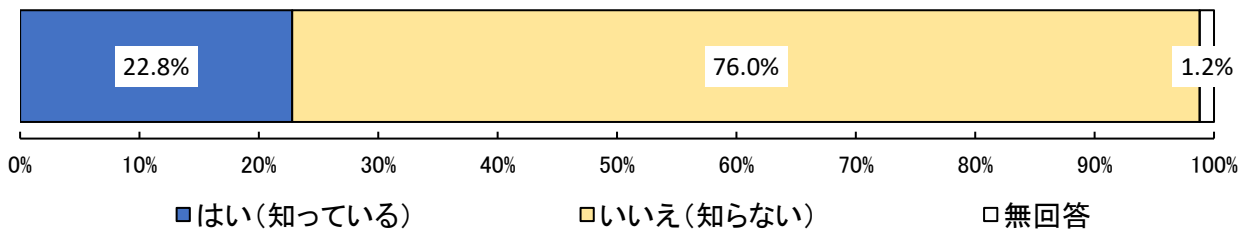
内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
はい(知っている)	19.6%	18.2%	21.1%	16.2%	13.3%	19.0%	26.9%	21.6%	16.4%
いいえ(知らない)	79.7%	81.8%	78.9%	83.8%	86.7%	81.0%	72.7%	77.2%	80.9%
無回答	0.7%						0.4%	1.2%	2.7%

【男性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
はい(知っている)	15.6%	25.0%	20.4%	12.5%	10.1%	12.5%	20.7%	10.8%	19.1%
いいえ(知らない)	84.1%	75.0%	79.6%	87.5%	89.9%	87.5%	79.3%	88.3%	80.0%
無回答	0.3%							0.9%	0.9%

【女性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
はい(知っている)	22.8%		21.7%	16.9%	16.1%	23.4%	33.6%	30.2%	11.8%
いいえ(知らない)	76.0%	100.0%	78.3%	83.1%	83.9%	76.6%	65.6%	68.1%	82.8%
無回答	1.2%						0.8%	1.7%	5.4%

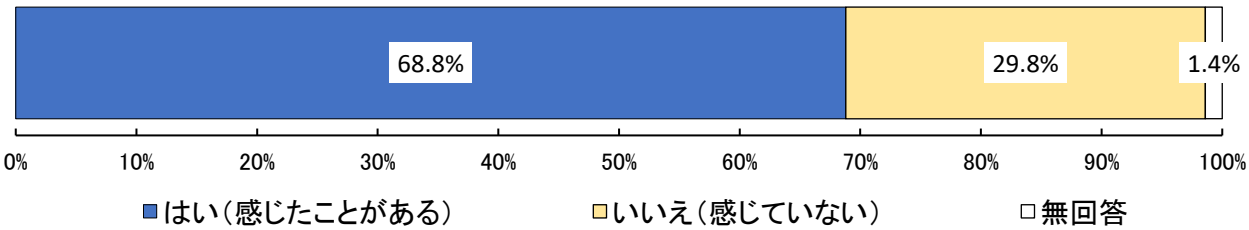
(年齢、性別の無回答は表示していない)

※フレイル

高齢期におこる心身の機能が衰えた虚弱状態のことで、要介護状態の前段階のこと。フレイルには、①身体的フレイル(オーラルフレイル、ロコモティブシンドローム、サルコペニア)、②心理的フレイル(うつ、認知機能の低下)、③社会的フレイル(閉じこもり、孤立・孤食)がある。

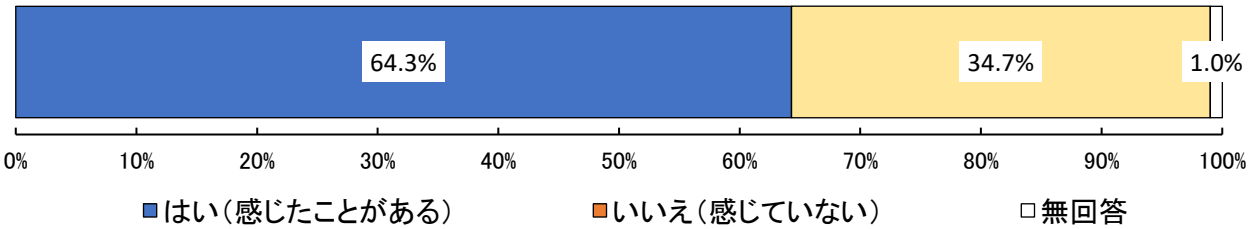
問15 ストレスの有無(直近1ヶ月以内)

【全体】



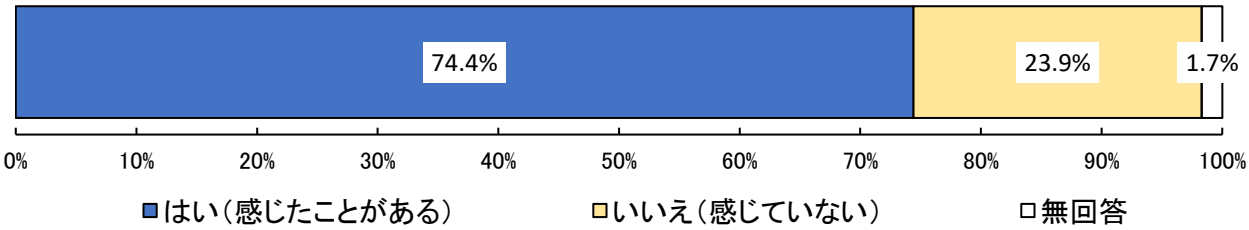
内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
はい(感じたことがある)	68.8%	72.7%	86.2%	88.5%	83.0%	80.5%	71.5%	49.2%	46.7%
いいえ(感じていない)	29.8%	27.3%	13.8%	11.5%	16.4%	19.5%	28.1%	48.8%	48.4%
無回答	1.4%				0.6%		0.4%	2.0%	4.9%

【男性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
はい(感じたことがある)	64.3%	75.0%	85.7%	89.3%	79.7%	73.4%	65.3%	45.0%	43.6%
いいえ(感じていない)	34.7%	25.0%	14.3%	10.7%	20.3%	26.6%	34.7%	55.0%	50.9%
無回答	1.0%								5.5%

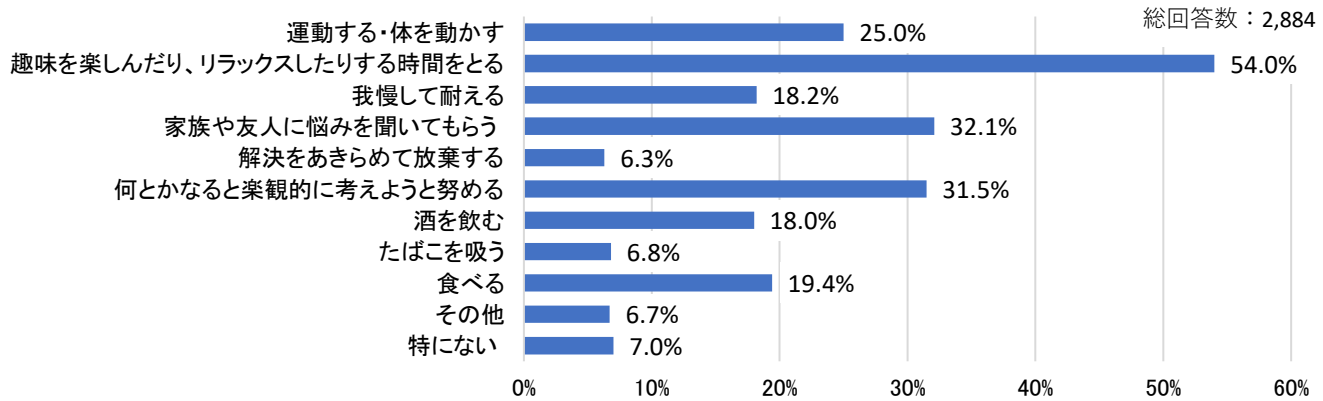
【女性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
はい(感じたことがある)	74.4%	66.7%	86.7%	89.9%	86.0%	84.1%	78.4%	54.6%	48.4%
いいえ(感じていない)	23.9%	33.3%	13.3%	10.1%	12.9%	15.9%	20.8%	41.2%	46.2%
無回答	1.7%				1.1%		0.8%	4.2%	5.4%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

問16 ストレスがあるときの対処法（複数回答）



項目	内訳	全世代		10歳代		20歳代	
		全体		男	女	男	女
		1,338		591	690	8	3
運動する・体を動かす		25.0%		30.3%	20.6%	25.0%	100.0%
趣味を楽しんだり、リラックスしたりする時間をとる		54.0%		52.1%	55.9%	87.5%	
我慢して耐える		18.2%		17.4%	19.0%		66.7%
家族や友人に悩みを聞いてもらう		32.1%		14.6%	48.3%		
解決をあきらめて放棄する		6.3%		6.4%	6.5%		
何とかなんとかと楽観的に考えようと努める		31.5%		27.2%	34.9%	25.0%	
酒を飲む		18.0%		25.9%	11.3%		
たばこを吸う		6.8%		10.3%	3.6%		
食べる		19.4%		11.7%	26.1%	25.0%	33.3%
その他		6.7%		5.9%	7.3%	12.5%	33.3%
特にない		7.0%		9.5%	4.8%		

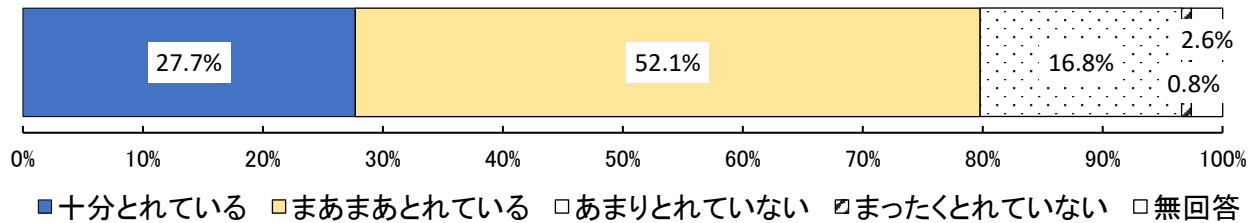
項目	内訳	30歳代		40歳代		50歳代	
		男	女	男	女	男	女
		56	89	69	93	64	107
運動する・体を動かす		26.8%	18.0%	34.8%	24.7%	20.3%	13.1%
趣味を楽しんだり、リラックスしたりする時間をとる		57.1%	57.3%	59.4%	52.7%	53.1%	65.4%
我慢して耐える		35.7%	21.4%	23.2%	25.8%	14.1%	22.4%
家族や友人に悩みを聞いてもらう		23.2%	51.7%	13.4%	52.7%	10.9%	52.3%
解決をあきらめて放棄する		10.7%	9.0%	10.1%	6.5%	3.1%	11.2%
何とかなんとかと楽観的に考えようと努める		37.5%	25.8%	26.6%	26.9%	26.6%	49.5%
酒を飲む		37.5%	29.2%	36.2%	18.3%	29.7%	16.8%
たばこを吸う		12.5%	6.7%	14.5%	6.5%	17.2%	5.6%
食べる		26.8%	47.2%	26.1%	33.3%	10.9%	38.3%
その他		8.9%	7.9%	5.8%	8.6%	3.1%	5.6%
特にない		1.8%	2.3%	4.4%	2.2%	9.4%	3.7%

項目	内訳	60歳代		70歳代		80歳～	
		男	女	男	女	男	女
		121	125	111	119	110	93
運動する・体を動かす		28.1%	22.4%	35.1%	23.5%	29.1%	26.9%
趣味を楽しんだり、リラックスしたりする時間をとる		52.1%	56.0%	44.1%	53.8%	41.8%	41.9%
我慢して耐える		10.7%	15.2%	7.2%	10.9%	20.9%	17.2%
家族や友人に悩みを聞いてもらう		19.8%	53.6%	9.0%	31.9%	5.5%	39.8%
解決をあきらめて放棄する		2.5%	3.2%	5.4%	5.0%	6.4%	5.4%
何とかなんとかと楽観的に考えようと努める		31.4%	45.6%	29.7%	39.5%	21.8%	19.4%
酒を飲む		31.4%	6.4%	19.8%	0.8%	12.7%	
たばこを吸う		16.5%	2.4%	5.4%		1.8%	1.1%
食べる		6.6%	20.8%	3.6%	7.6%	6.4%	10.8%
その他		8.3%	4.0%	3.6%	6.7%	5.5%	7.5%
特にない		9.1%	1.6%	15.3%	8.4%	15.5%	12.9%

（年齢、性別の無回答は表示していない）

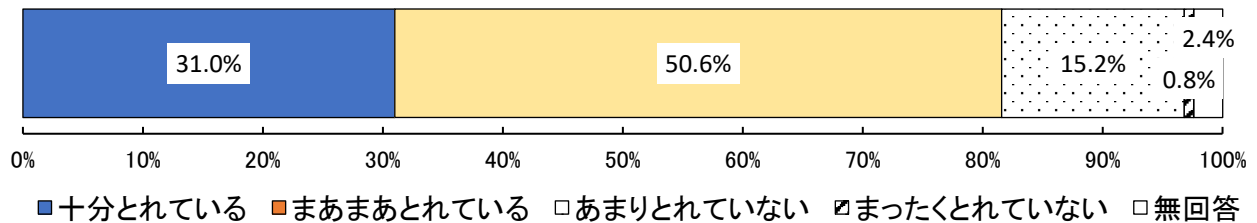
問17 睡眠での休養が取れているか(直近1ヶ月以内)

【全体】



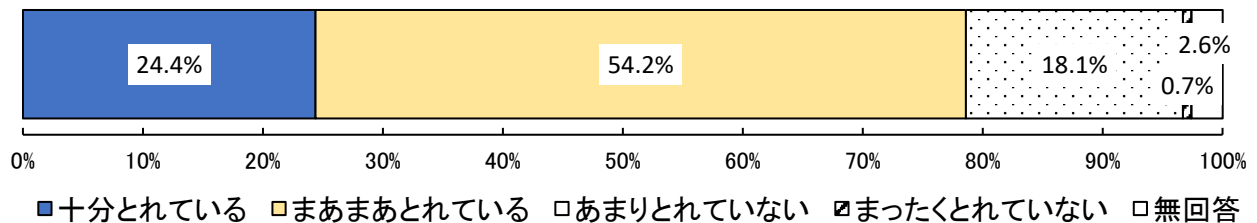
内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
十分に取れている	27.7%	45.5%	26.6%	18.2%	26.7%	23.0%	25.3%	26.4%	42.2%
まあまあとれている	52.1%	54.5%	50.5%	59.5%	49.1%	51.7%	55.8%	58.4%	39.1%
あまりとれていない	16.8%		22.0%	19.6%	23.0%	23.0%	16.1%	10.0%	12.5%
まったくとれていない	0.8%		0.9%	2.0%	0.6%	0.6%	1.2%	0.8%	
無回答	2.6%			0.7%	0.6%	1.7%	1.6%	4.4%	6.2%

【男性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
十分に取れている	31.0%	50.0%	28.6%	19.6%	26.1%	23.4%	31.4%	28.8%	44.6%
まあまあとれている	50.6%	50.0%	53.1%	55.4%	52.2%	57.8%	52.9%	53.2%	37.3%
あまりとれていない	15.2%		16.3%	21.4%	21.7%	14.1%	14.1%	12.6%	13.6%
まったくとれていない	0.8%		2.0%	1.8%		1.6%	0.8%	0.9%	
無回答	2.4%			1.8%		3.1%	0.8%	4.5%	4.5%

【女性】

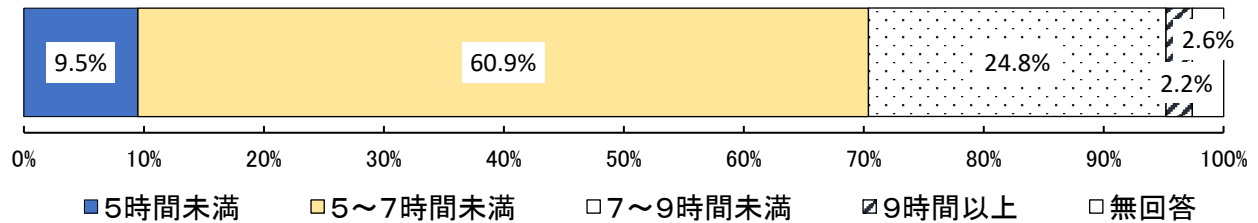


内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
十分に取れている	24.4%	33.3%	25.0%	16.9%	26.9%	23.4%	18.4%	25.2%	36.6%
まあまあとれている	54.2%	66.7%	48.3%	62.9%	47.3%	48.6%	59.2%	63.9%	43.0%
あまりとれていない	18.1%		26.7%	19.1%	23.6%	27.1%	18.4%	5.9%	11.8%
まったくとれていない	0.7%			1.1%	1.1%		1.6%	0.8%	
無回答	2.6%				1.1%	0.9%	2.4%	4.2%	8.6%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

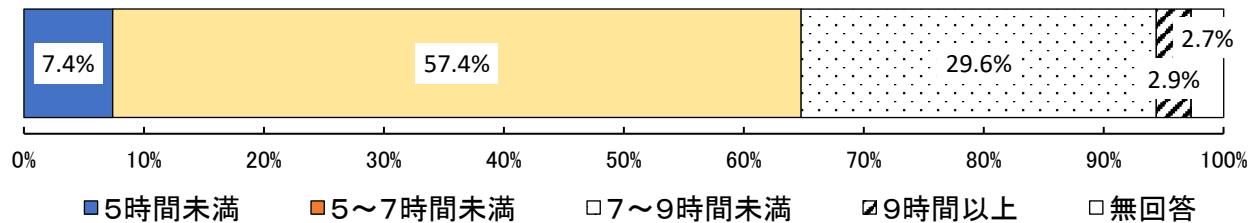
問18 平均睡眠時間(直近1ヶ月間)

【全体】



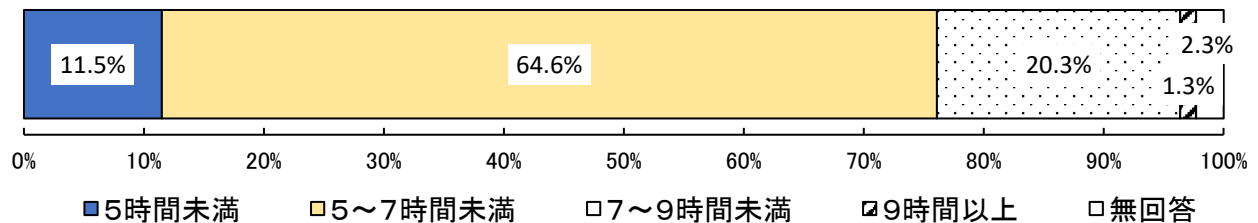
項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
5時間未満	9.5%	9.1%	7.3%	6.1%	11.5%	10.3%	12.0%	8.0%	9.8%
5～7時間未満	60.9%	36.4%	67.0%	72.3%	67.3%	74.2%	63.1%	61.6%	33.3%
7～9時間未満	24.8%	54.5%	24.8%	18.2%	21.2%	13.8%	22.9%	24.8%	41.8%
9時間以上	2.2%		0.9%	2.7%			0.8%	1.2%	8.0%
無回答	2.6%			0.7%		1.7%	1.2%	4.4%	7.1%

【男性】



項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
5時間未満	7.4%	12.5%	6.1%	7.1%	7.2%	4.7%	7.4%	9.0%	8.2%
5～7時間未満	57.4%	25.0%	63.3%	62.5%	75.4%	75.0%	61.2%	52.3%	33.6%
7～9時間未満	29.6%	62.5%	28.6%	21.5%	17.4%	17.2%	28.9%	33.3%	44.5%
9時間以上	2.9%		2.0%	7.1%			1.7%	0.9%	7.3%
無回答	2.7%			1.8%		3.1%	0.8%	4.5%	6.4%

【女性】



項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
5時間未満	11.5%		8.3%	4.5%	15.0%	13.1%	16.8%	6.7%	14.0%
5～7時間未満	64.6%	66.7%	70.0%	79.8%	62.4%	73.8%	64.8%	69.8%	31.2%
7～9時間未満	20.3%	33.3%	21.7%	15.7%	22.6%	12.2%	16.8%	17.6%	38.7%
9時間以上	1.3%							1.7%	7.5%
無回答	2.3%					0.9%	1.6%	4.2%	8.6%

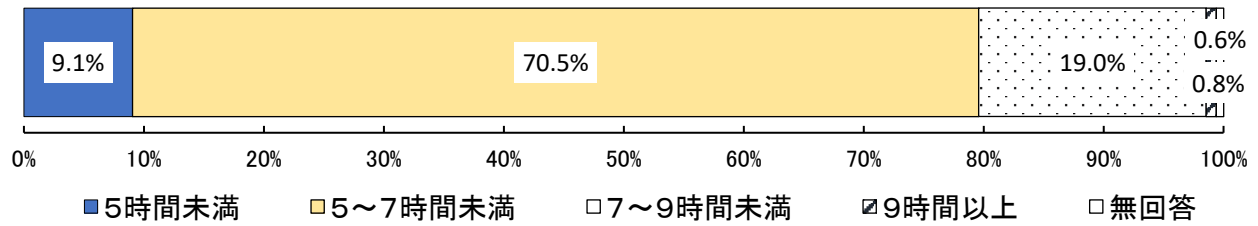
(年齢、性別の無回答は表示していない)

一般（19歳以上） 【休養・こころの健康】

問18（再掲 20～50歳代、60歳以上）

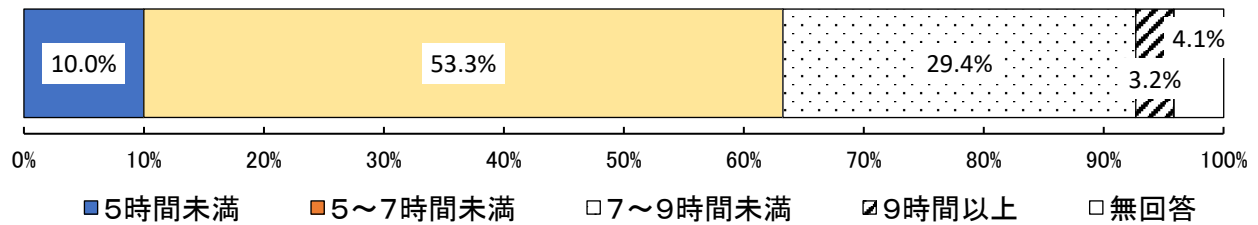
問18 平均睡眠時間（直近1ヶ月間）（再掲 20～50歳代、60歳以上）

【20～50歳代】



項目 \ 内訳	全体	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代
項目	596	109	148	165	174
5時間未満	9.1%	7.3%	6.1%	11.5%	10.4%
5～7時間未満	70.5%	67.0%	72.3%	67.3%	74.1%
7～9時間未満	19.0%	24.8%	18.2%	21.2%	13.8%
9時間以上	0.8%	0.9%	2.7%		
無回答	0.6%		0.7%		1.7%

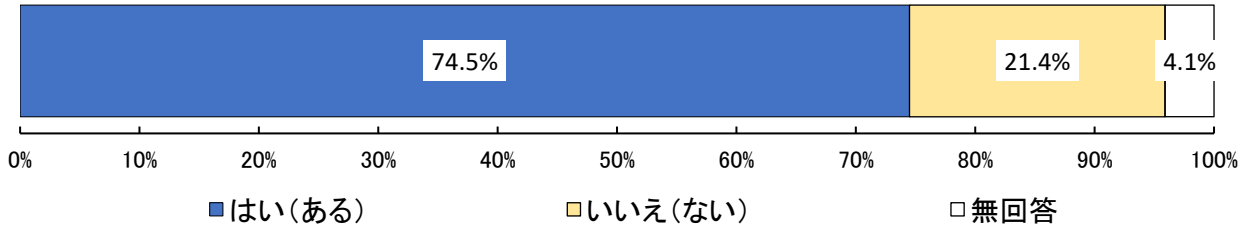
【60歳以上】



項目 \ 内訳	全体	60歳代	70歳代	80歳～
項目	724	121	111	110
5時間未満	10.0%	12.0%	8.0%	9.8%
5～7時間未満	53.3%	63.1%	61.6%	33.3%
7～9時間未満	29.4%	22.9%	24.8%	41.8%
9時間以上	3.2%	0.8%	1.2%	8.0%
無回答	4.1%	1.2%	4.4%	7.1%

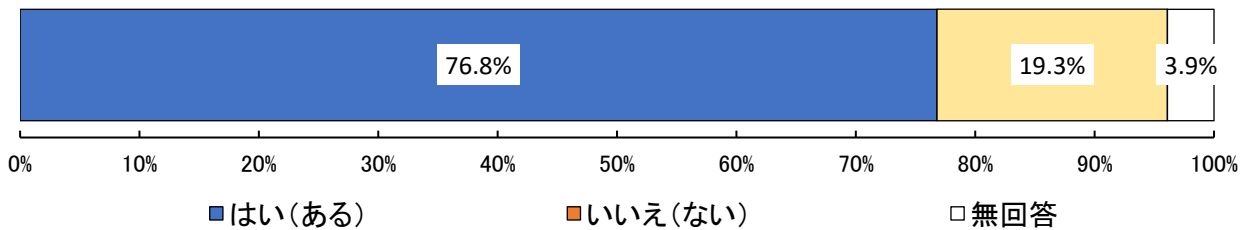
問19 趣味や生きがいの有無

【全体】



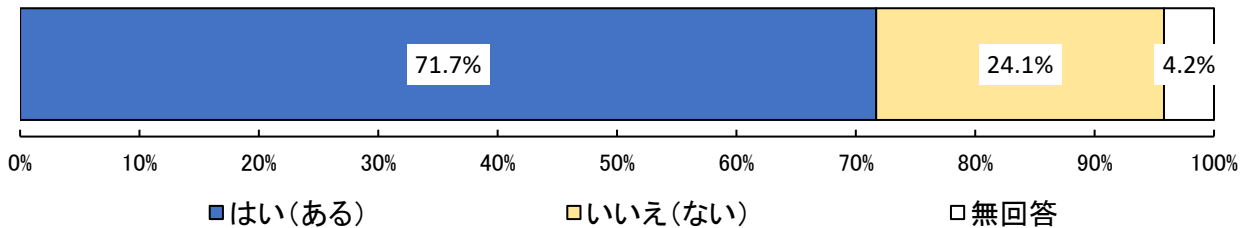
内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
はい(ある)	74.5%	100.0%	89.0%	83.1%	73.3%	73.6%	71.5%	76.8%	63.1%
いいえ(ない)	21.4%		11.0%	16.2%	26.7%	24.7%	24.9%	17.6%	24.9%
無回答	4.1%			0.7%		1.7%	3.6%	5.6%	12.0%

【男性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
はい(ある)	76.8%	100.0%	95.9%	85.7%	84.1%	78.1%	74.4%	74.8%	61.8%
いいえ(ない)	19.3%		4.1%	12.5%	15.9%	18.8%	21.5%	20.7%	29.1%
無回答	3.9%			1.8%		3.1%	4.1%	4.5%	9.1%

【女性】

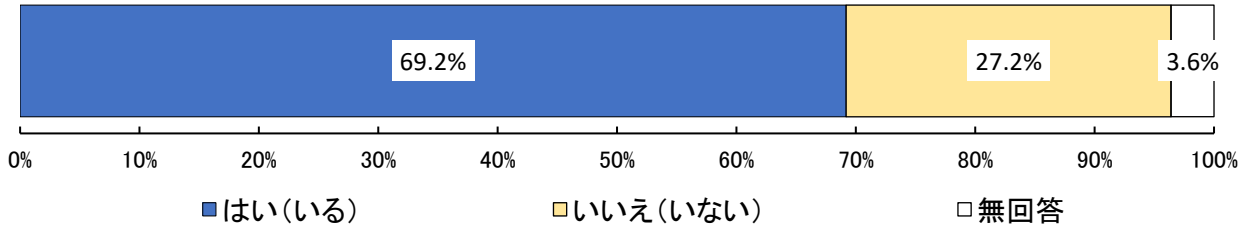


内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
はい(ある)	71.7%	100.0%	83.3%	80.9%	64.5%	71.0%	68.8%	77.3%	59.1%
いいえ(ない)	24.1%		16.7%	19.1%	35.5%	28.1%	28.0%	16.0%	23.7%
無回答	4.2%					0.9%	3.2%	6.7%	17.2%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

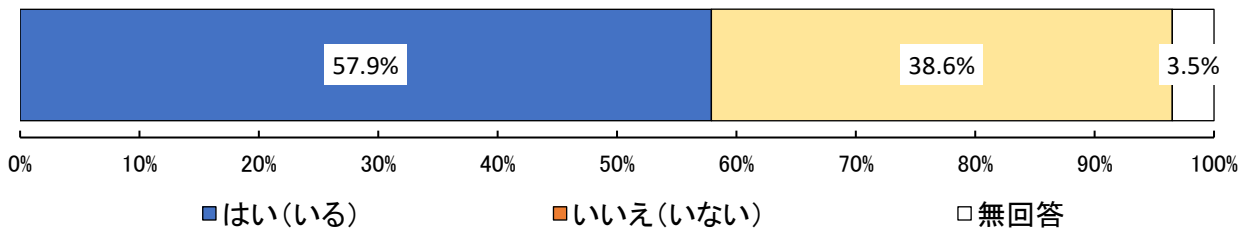
問20 自分の悩みを気軽に相談できる人の有無

【全体】



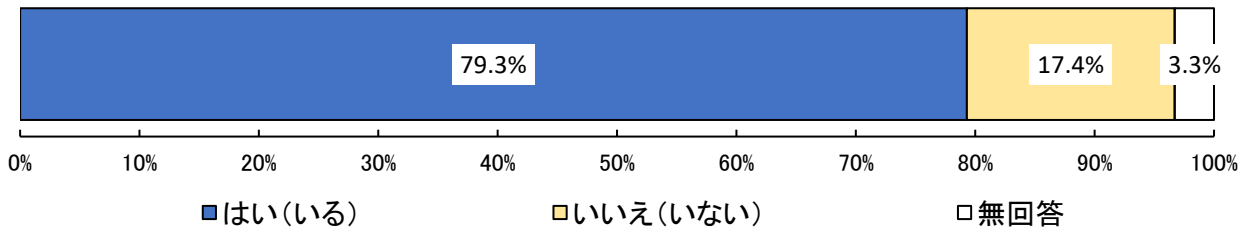
内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
はい(いる)	69.2%	72.7%	83.5%	75.0%	71.5%	68.4%	66.7%	66.8%	63.1%
いいえ(いない)	27.2%	27.3%	16.5%	24.3%	28.5%	29.9%	30.9%	27.2%	27.1%
無回答	3.6%			0.7%		1.7%	2.4%	6.0%	9.8%

【男性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
はい(いる)	57.9%	62.5%	73.5%	60.7%	52.2%	53.1%	58.7%	53.2%	59.1%
いいえ(いない)	38.6%	37.5%	26.5%	37.5%	47.8%	43.8%	39.7%	41.4%	31.8%
無回答	3.5%			1.8%		3.1%	1.6%	5.4%	9.1%

【女性】

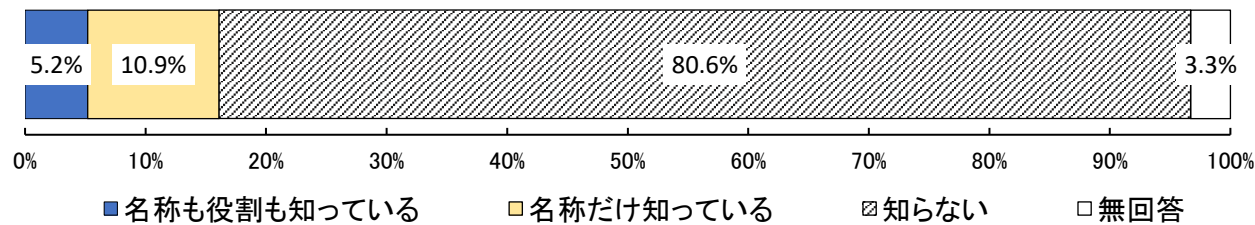


内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
はい(いる)	79.3%	100.0%	91.7%	83.1%	86.0%	77.6%	74.4%	79.8%	67.7%
いいえ(いない)	17.4%		8.3%	16.9%	14.0%	21.5%	22.4%	13.5%	21.5%
無回答	3.3%					0.9%	3.2%	6.7%	10.8%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

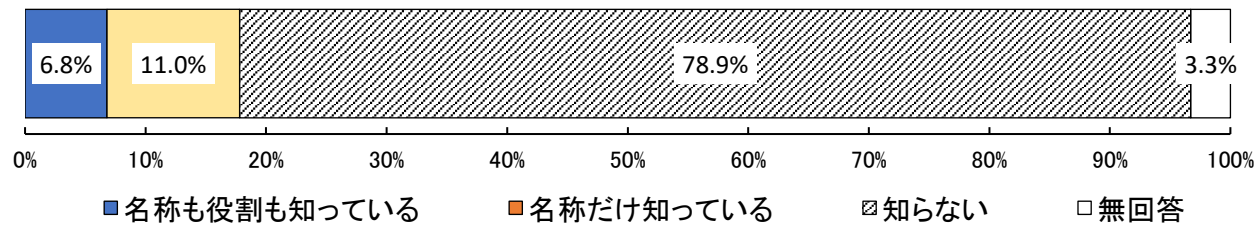
問21 ゲートキーパーの認知度

【全体】



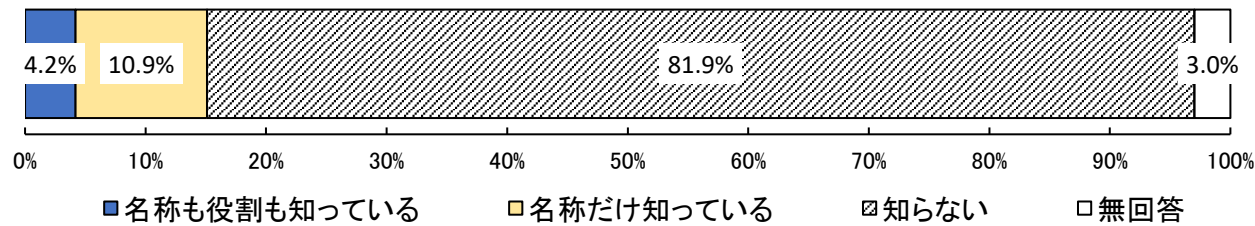
項目	内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
		1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
名称も役割も知っている		5.2%		9.2%	3.4%	10.9%	4.6%	4.8%	3.6%	3.6%
名称だけ知っている		10.9%	9.1%	8.2%	18.2%	10.9%	9.2%	12.5%	9.6%	8.4%
知らない		80.6%	90.9%	82.6%	77.7%	78.2%	83.9%	80.3%	81.2%	80.0%
無回答		3.3%			0.7%		2.3%	2.4%	5.6%	8.0%

【男性】



項目	内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
		591	8	49	56	69	64	121	111	110
名称も役割も知っている		6.8%		12.3%	3.6%	18.8%	4.7%	4.1%	4.5%	5.4%
名称だけ知っている		11.0%		6.1%	17.8%	10.2%	10.9%	12.4%	11.7%	9.1%
知らない		78.9%	100.0%	81.6%	76.8%	71.0%	81.3%	81.0%	78.4%	78.2%
無回答		3.3%			1.8%		3.1%	2.5%	5.4%	7.3%

【女性】



項目	内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
		690	3	60	89	93	107	125	119	93
名称も役割も知っている		4.2%		6.7%	2.2%	5.4%	4.6%	5.6%	3.3%	2.2%
名称だけ知っている		10.9%	33.3%	10.0%	18.0%	11.8%	8.4%	12.0%	7.6%	7.5%
知らない		81.9%	66.7%	83.3%	79.8%	82.8%	85.1%	80.0%	83.2%	80.6%
無回答		3.0%					1.9%	2.4%	5.9%	9.7%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

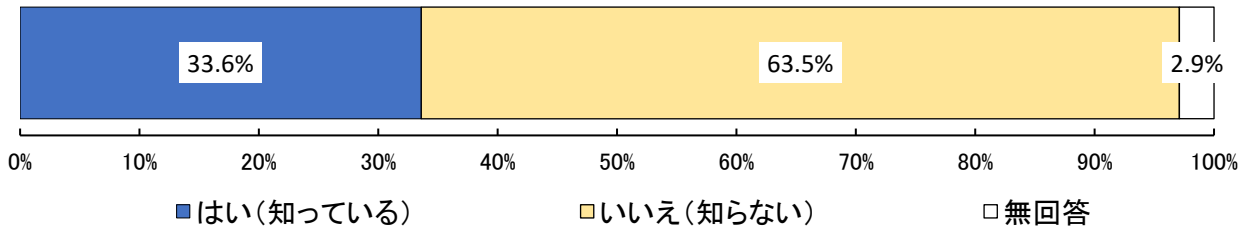
※ゲートキーパー

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のこと。

問22 自殺予防週間、自殺対策強化月間の認知度

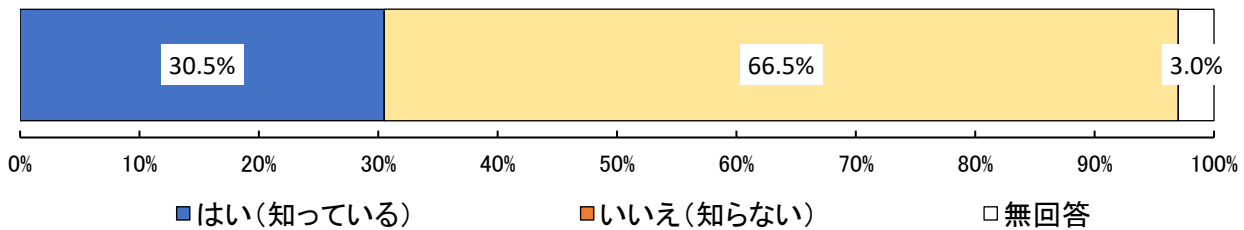
【自殺予防週間】毎年9/10-9/16 【自殺対策強化月間】毎年3月

【全体】



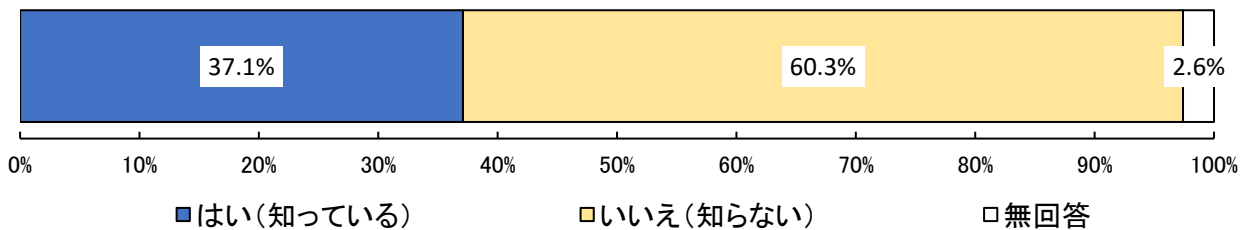
内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
はい(知っている)	33.6%	18.2%	33.0%	43.2%	43.0%	33.9%	37.8%	30.0%	20.9%
いいえ(知らない)	63.5%	81.8%	67.0%	56.1%	57.0%	64.4%	60.6%	64.0%	72.4%
無回答	2.9%			0.7%		1.7%	1.6%	6.0%	6.7%

【男性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
はい(知っている)	30.5%	25.0%	34.7%	35.7%	34.8%	29.7%	37.2%	27.0%	20.9%
いいえ(知らない)	66.5%	75.0%	65.3%	62.5%	65.2%	67.2%	62.0%	65.8%	73.6%
無回答	3.0%			1.8%		3.1%	0.8%	7.2%	5.5%

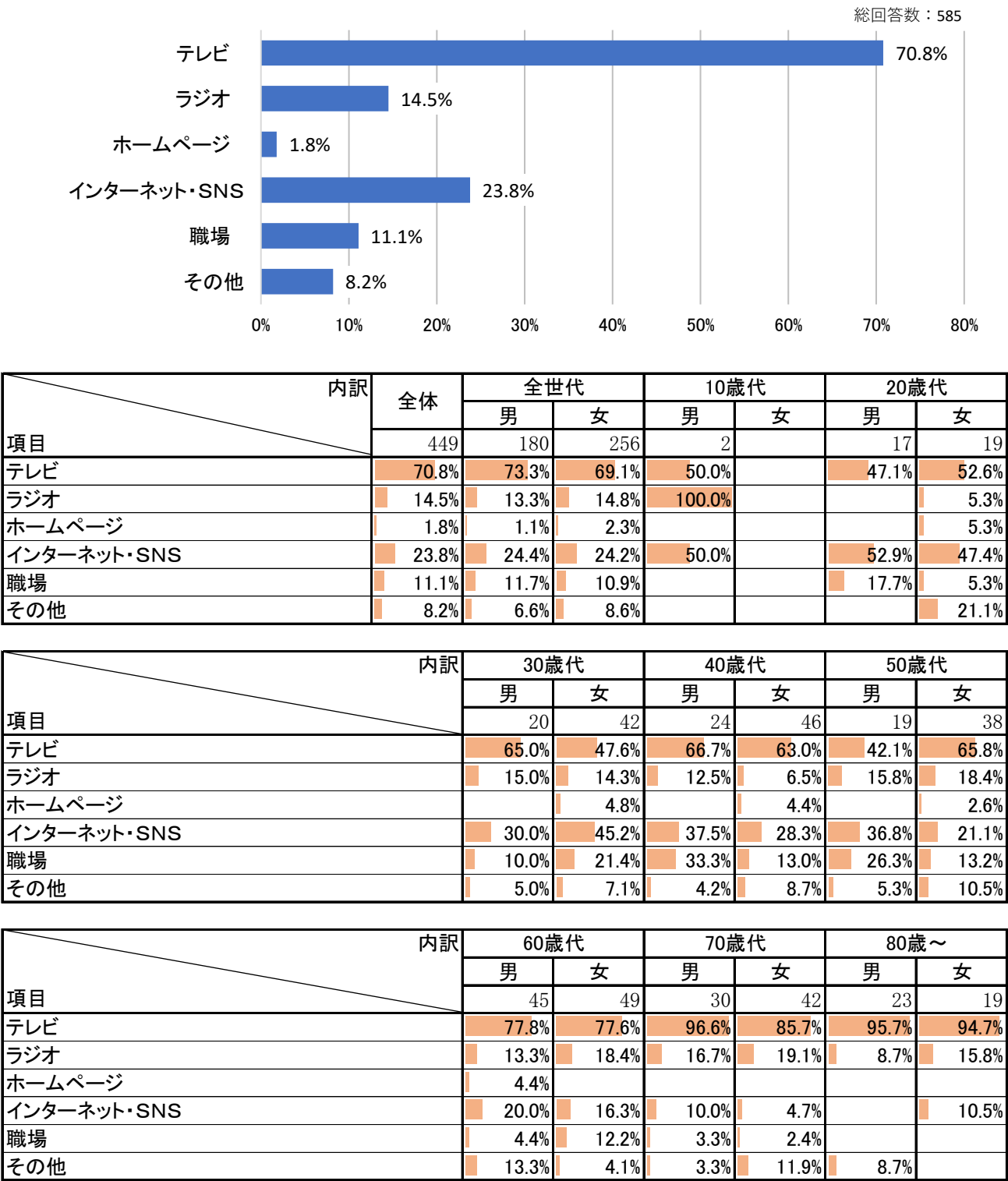
【女性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
はい(知っている)	37.1%		31.7%	47.2%	49.5%	35.5%	39.2%	35.3%	20.4%
いいえ(知らない)	60.3%	100.0%	68.3%	52.8%	50.5%	63.6%	58.4%	59.7%	71.0%
無回答	2.6%					0.9%	2.4%	5.0%	8.6%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

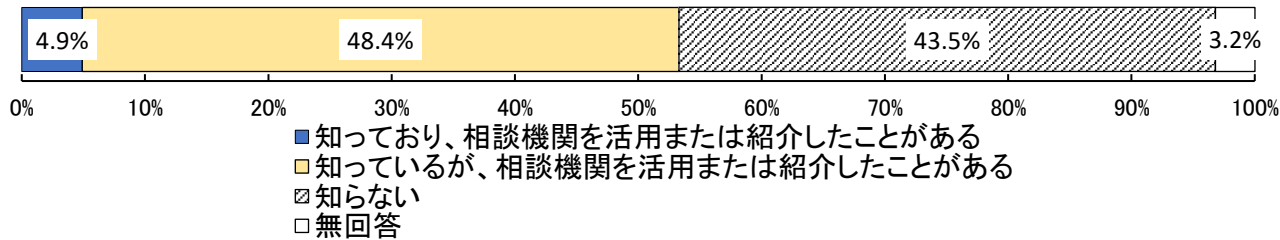
問22-1 自殺予防週間または自殺対策強化月間を何で知ったか（複数回答）



（年齢、性別の無回答は表示していない）

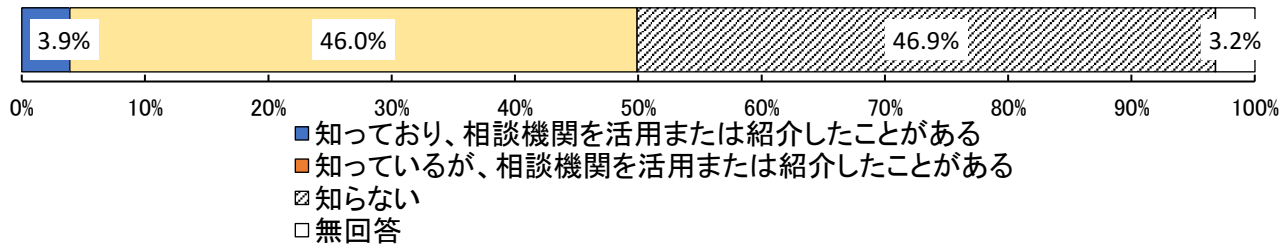
問23 こころやからだ、生活（家庭・法律・くらし等）に関する相談窓口の認知度

【全体】



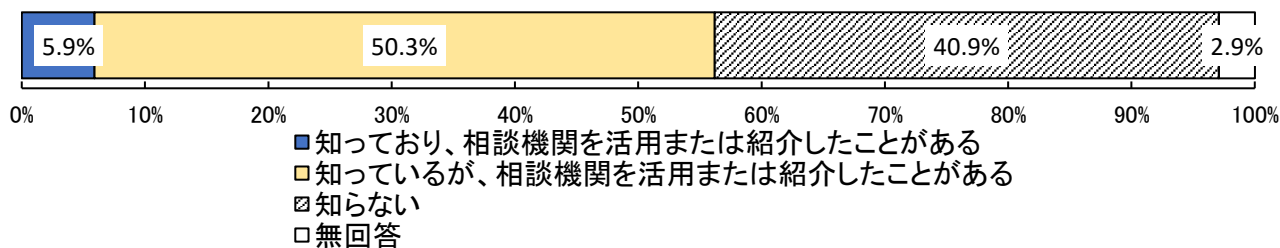
内訳		全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目		1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
知っている、相談機関を活用または紹介したことがある		4.9%		2.7%	4.1%	3.0%	3.5%	6.8%	4.4%	8.0%
知っているが、相談機関を活用または紹介したことがある		48.4%	27.3%	32.1%	39.9%	44.9%	45.4%	55.8%	61.2%	44.9%
知らない		43.5%	72.7%	64.3%	54.7%	52.1%	49.4%	35.4%	30.0%	38.7%
無回答		3.2%		0.9%	1.3%		1.7%	2.0%	4.4%	8.4%

【男性】



内訳		全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目		591	8	49	56	69	64	121	111	110
知っている、相談機関を活用または紹介したことがある		3.9%		2.1%	3.6%	2.9%		4.1%	2.7%	9.1%
知っているが、相談機関を活用または紹介したことがある		46.0%	25.0%	34.7%	37.5%	30.4%	39.1%	54.5%	55.9%	50.9%
知らない		46.9%	75.0%	61.2%	55.3%	66.7%	57.8%	39.7%	36.9%	33.6%
無回答		3.2%		2.0%	3.6%		3.1%	1.7%	4.5%	6.4%

【女性】

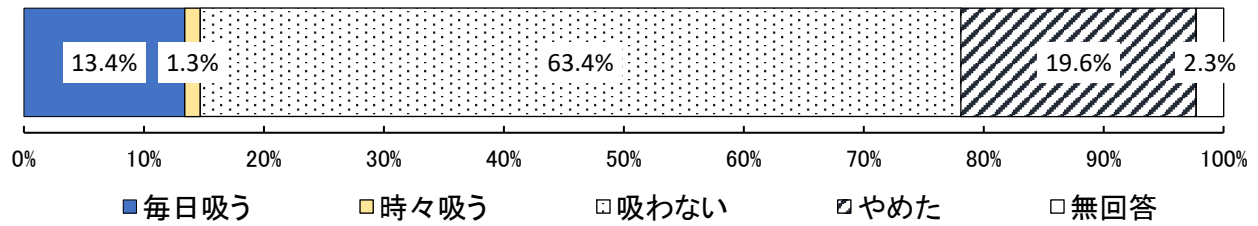


内訳		全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目		690	3	60	89	93	107	125	119	93
知っている、相談機関を活用または紹介したことがある		5.9%		3.3%	4.5%	3.2%	5.6%	9.6%	5.9%	7.5%
知っているが、相談機関を活用または紹介したことがある		50.3%	33.3%	30.0%	40.4%	55.9%	49.6%	58.4%	67.2%	35.5%
知らない		40.9%	66.7%	66.7%	55.1%	40.9%	43.9%	29.6%	22.7%	45.2%
無回答		2.9%					0.9%	2.4%	4.2%	11.8%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

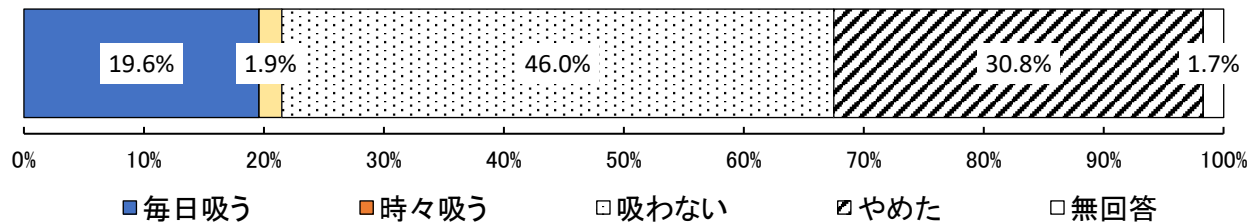
問24 喫煙の状況

【全体】



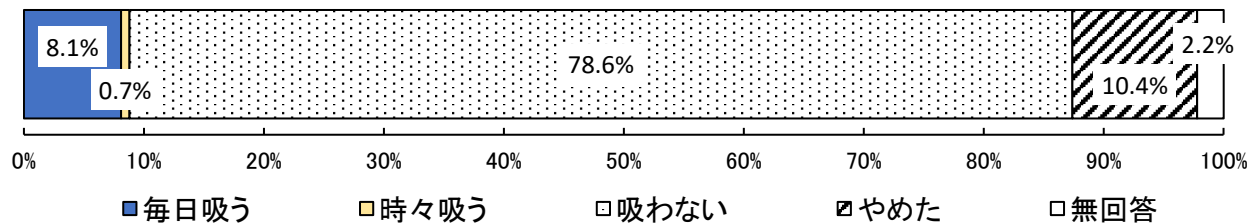
内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
毎日吸う	13.4%		7.3%	14.2%	23.0%	21.8%	16.1%	9.6%	3.1%
時々吸う	1.3%		2.8%	1.4%	0.6%	0.6%	2.4%		1.8%
吸わない	63.4%	90.9%	79.8%	66.2%	51.5%	55.8%	60.6%	66.8%	66.7%
やめた	19.6%	9.1%	10.1%	17.5%	24.9%	21.8%	18.9%	20.0%	21.3%
無回答	2.3%			0.7%			2.0%	3.6%	7.1%

【男性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
毎日吸う	19.6%		6.1%	16.1%	30.4%	35.9%	24.8%	20.7%	4.5%
時々吸う	1.9%		4.1%	1.8%	1.4%	1.5%	3.3%		1.8%
吸わない	46.0%	87.5%	81.6%	58.9%	33.4%	31.3%	40.5%	36.9%	53.7%
やめた	30.8%	12.5%	8.2%	21.4%	34.8%	31.3%	30.6%	38.8%	36.4%
無回答	1.7%			1.8%			0.8%	3.6%	3.6%

【女性】

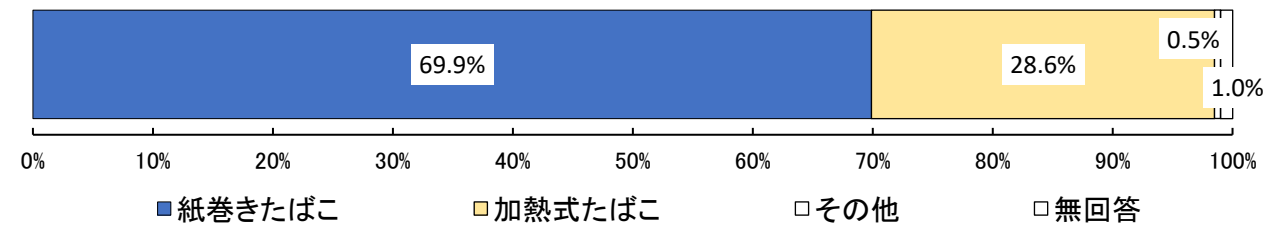


内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
毎日吸う	8.1%		8.3%	13.5%	18.3%	12.1%	7.2%		
時々吸う	0.7%		1.7%	1.1%			1.6%		1.1%
吸わない	78.6%	100.0%	78.3%	70.8%	64.5%	72.0%	80.8%	93.3%	84.9%
やめた	10.4%		11.7%	14.6%	17.2%	15.9%	7.2%	4.2%	5.4%
無回答	2.2%						3.2%	2.5%	8.6%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

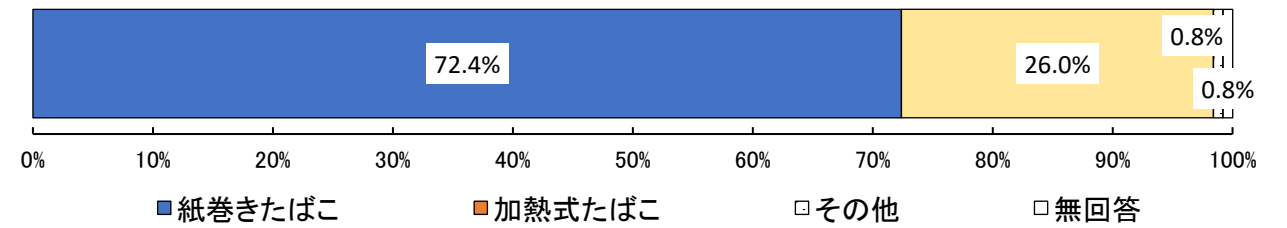
問24-1 吸っているたばこの種類（「毎日吸う」「時々吸う」と答えた人のみ）

【全体】



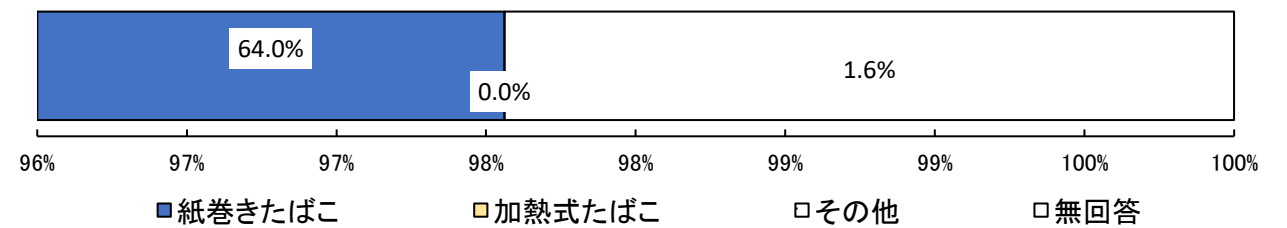
項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
紙巻きたばこ	137		11	23	39	46	24	11	9
紙巻きたばこ	69.9%		45.5%	52.2%	64.1%	61.5%	82.6%	87.5%	81.8%
加熱式たばこ			54.5%	47.8%	35.9%	38.5%	13.0%	12.5%	9.1%
その他	0.5%						2.2%		
無回答	1.0%						2.2%		9.1%

【男性】



項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
紙巻きたばこ	127		5	10	22	24	34	23	7
紙巻きたばこ	72.4%		60.0%	50.0%	63.6%	54.2%	82.4%	91.3%	85.7%
加熱式たばこ			40.0%	50.0%	36.4%	45.8%	14.7%	8.7%	
その他	0.8%						2.9%		
無回答	0.8%								14.3%

【女性】



項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
紙巻きたばこ	61		6	13	17	13	11		1
紙巻きたばこ	64.0%		33.3%	53.8%	64.7%	69.2%	81.8%		100.0%
加熱式たばこ			66.7%	46.2%	35.3%	30.8%	9.1%		
その他									
無回答	1.6%						9.1%		

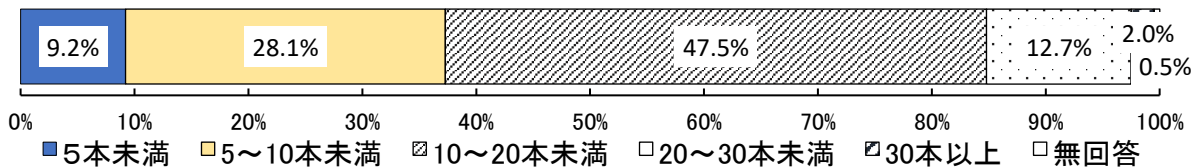
（年齢、性別の無回答は表示していない）

一般（19歳以上）【喫煙（たばこ）】

問24-2

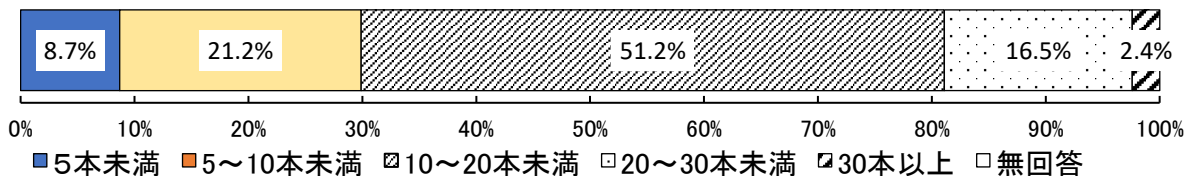
問24-2 1日に吸うたばこの本数（「毎日吸う」「時々吸う」と答えた人のみ）

【全体】



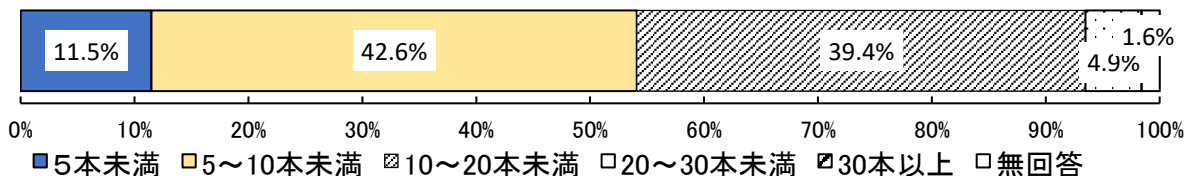
内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	137		11	23	39	39	46	24	11
5本未満	9.2%		36.4%	8.7%	7.7%	2.6%	6.5%	8.3%	27.2%
5～10本未満	28.1%		45.4%	43.5%	30.8%	17.9%	19.6%	37.5%	18.2%
10～20本未満	47.5%		9.1%	47.8%	56.4%	59.0%	39.1%	45.9%	45.5%
20～30本未満	12.7%				5.1%	15.4%	30.5%	8.3%	9.1%
30本以上	2.0%					5.1%	4.3%		
無回答	0.5%		9.1%						

【男性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	127		5	10	22	24	34	23	7
5本未満	8.7%		60.0%	10.0%	4.5%	4.2%	2.9%	8.7%	28.6%
5～10本未満	21.2%		40.0%	40.0%	18.2%	12.5%	11.8%	34.8%	14.3%
10～20本未満	51.2%			50.0%	68.2%	66.6%	38.2%	47.8%	57.1%
20～30本未満	16.5%				9.1%	12.5%	41.2%	8.7%	
30本以上	2.4%					4.2%	5.9%		
無回答									

【女性】

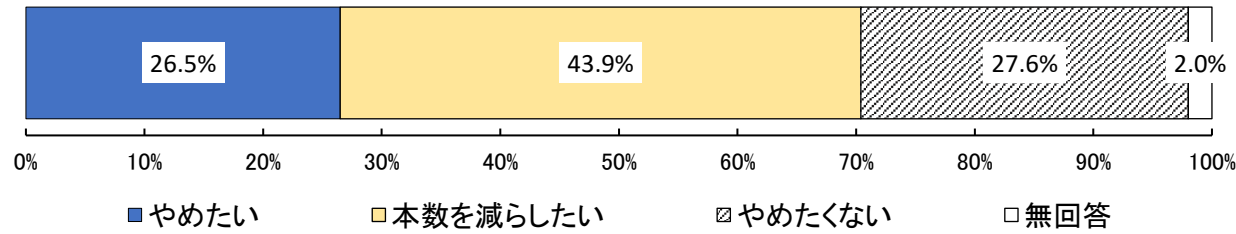


内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	61		6	13	17	13	11		1
5本未満	11.5%		16.7%	7.6%	11.8%		18.2%		100.0%
5～10本未満	42.6%		50.0%	46.2%	47.0%	30.8%	45.4%		
10～20本未満	39.4%		16.7%	46.2%	41.2%	46.1%	36.4%		
20～30本未満	4.9%					23.1%			
30本以上									
無回答	1.6%		16.6%						

(年齢、性別の無回答は表示していない)

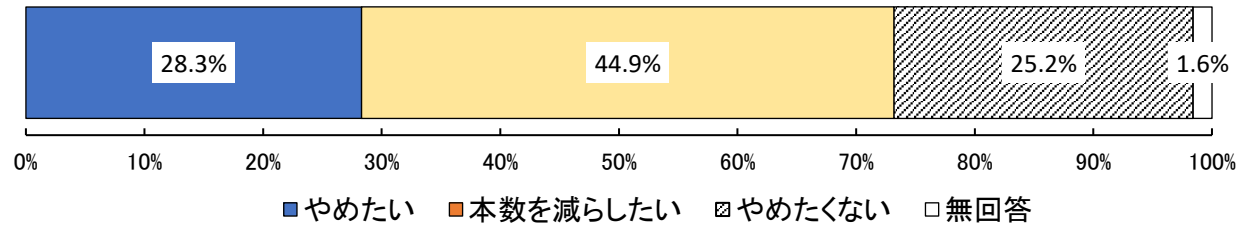
問24-3 たばこをやめたいと思うか「毎日吸う」「時々吸う」と答えた人のみ）

【全体】



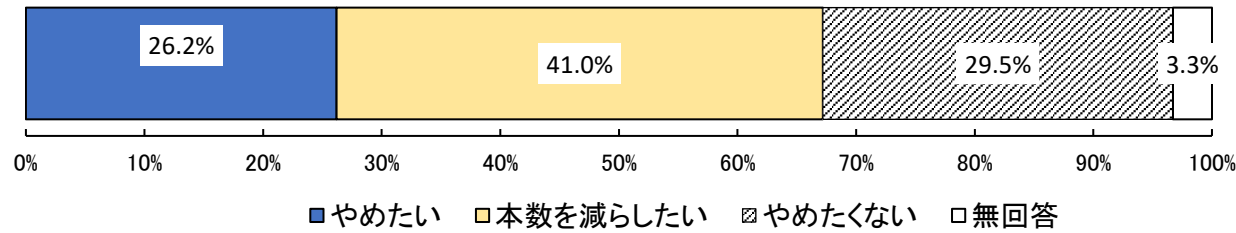
内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	196		11	23	39	39	46	24	11
やめたい	26.5%		18.2%	30.4%	25.6%	30.8%	32.6%	16.6%	9.1%
本数を減らしたい	43.9%		45.4%	34.8%	46.2%	41.0%	43.5%	54.2%	54.5%
やめたくない	27.6%		36.4%	30.4%	28.2%	28.2%	21.7%	25.0%	27.3%
無回答	2.0%			4.4%			2.2%	4.2%	9.1%

【男性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	127		5	10	22	24	34	23	7
やめたい	28.3%		20.0%	30.0%	31.8%	37.5%	32.4%	17.4%	
本数を減らしたい	44.9%		80.0%	20.0%	36.4%	37.5%	52.9%	52.2%	57.1%
やめたくない	25.2%			50.0%	31.8%	25.0%	14.7%	26.1%	28.6%
無回答	1.6%							4.3%	14.3%

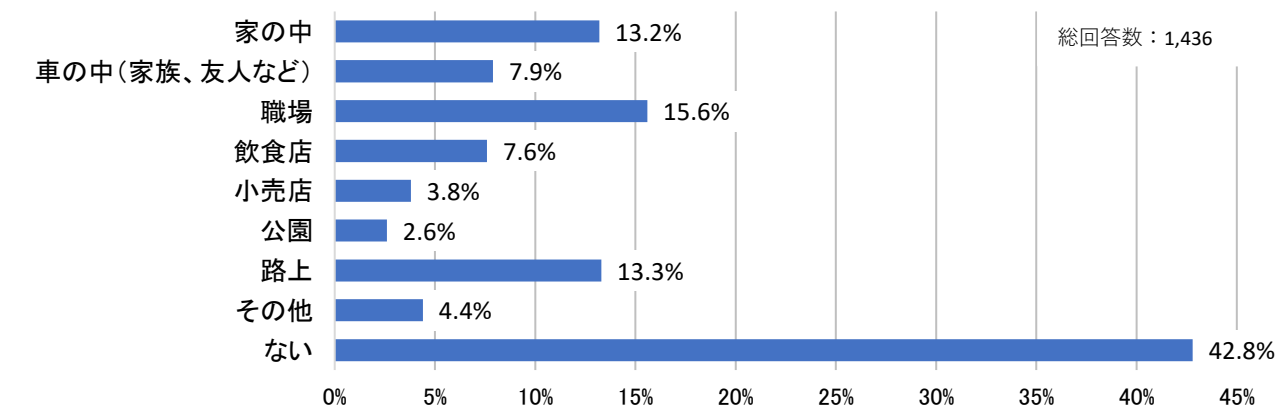
【女性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	61		6	13	17	13	11		1
やめたい	26.2%		16.7%	30.8%	17.7%	23.1%	36.4%		100.0%
本数を減らしたい	41.0%		16.7%	46.1%	58.8%	46.1%	18.2%		
やめたくない	29.5%		66.6%	15.4%	23.5%	30.8%	36.3%		
無回答	3.3%			7.7%			9.1%		

（年齢、性別の無回答は表示していない）

問25 受動喫煙(自分以外のたばこの煙を吸う場面、煙の臭いを感じる場面)の状況(複数回答)



内訳 項目	全体	全世代		10歳代		20歳代	
		男	女	男	女	男	女
		1,338	591	690	8	3	49
家の中	13.2%	8.6%	17.1%		33.3%	23.3%	15.9%
車の中(家族、友人など)	7.9%	6.6%	8.8%			16.7%	11.4%
職場	15.6%	12.3%	14.2%	12.5%	100.0%	33.3%	22.7%
飲食店	7.6%	9.3%	6.7%	12.5%		18.3%	12.5%
小売店	3.8%	3.2%	4.6%	12.5%	33.3%	3.3%	2.3%
公園	2.6%	3.4%	2.0%			3.3%	2.3%
路上	13.3%	14.4%	13.2%			21.7%	14.8%
その他	4.4%	5.1%	3.9%	12.5%		1.7%	1.1%
ない	42.8%	44.2%	41.5%	50.0%		25.0%	17.0%

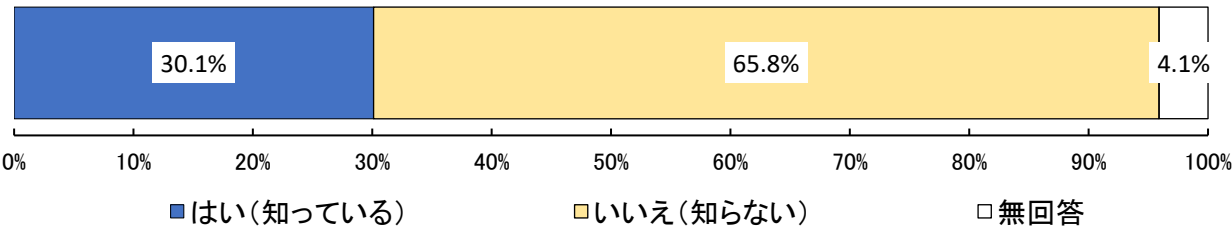
内訳 項目	30歳代		40歳代		50歳代	
	男	女	男	女	男	女
	56	89	69	93	64	107
家の中	10.7%	16.9%	10.1%	19.4%	6.3%	22.4%
車の中(家族、友人など)	7.1%	19.9%	10.1%	8.6%	4.7%	10.3%
職場	33.9%	18.0%	44.9%	25.8%	32.8%	23.4%
飲食店	5.4%	7.9%	10.1%	7.5%	10.9%	11.2%
小売店		10.1%	5.8%	5.4%	1.6%	8.4%
公園	1.8%	3.4%	4.4%	2.2%	4.7%	2.8%
路上	21.4%	19.1%	13.0%	16.1%	12.5%	16.8%
その他	3.6%	5.6%	2.9%	6.5%	4.7%	3.7%
ない	32.1%	30.3%	26.1%	31.2%	46.9%	29.9%

内訳 項目	60歳代		70歳代		80歳～	
	男	女	男	女	男	女
	121	125	111	119	110	93
家の中	18.4%	16.4%	9.9%	10.9%	5.5%	10.8%
車の中(家族、友人など)	8.0%	7.1%	7.2%	5.9%		
職場	7.2%	6.4%	7.2%	0.8%		
飲食店	2.4%	2.1%	7.2%	2.5%	3.6%	3.2%
小売店	2.4%	2.1%	2.7%	1.7%	2.7%	
公園	0.8%	0.7%	5.4%	1.7%	0.9%	1.1%
路上	11.2%	10.0%	14.4%	9.2%	6.4%	3.2%
その他	6.4%	5.7%	6.3%	1.7%	3.6%	1.1%
ない	55.2%	49.3%	46.0%	53.8%	59.1%	53.8%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

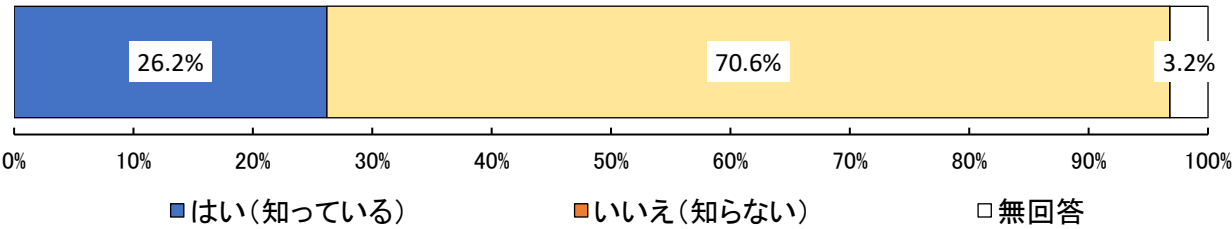
問26 COPD（慢性閉塞性肺疾患）の認知度

【全体】



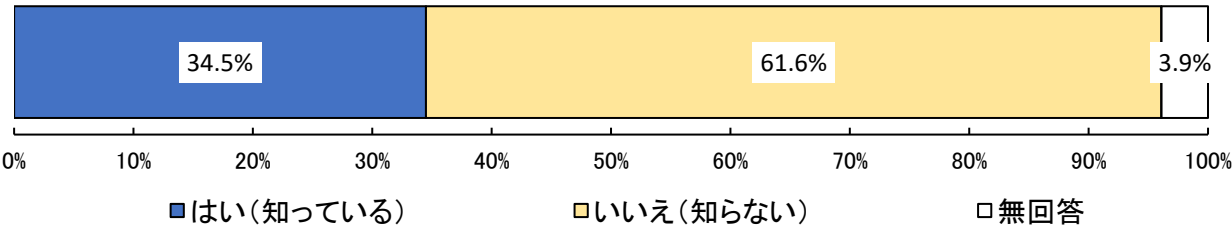
項目	内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
		1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
はい(知っている)		30.1%	18.2%	36.7%	37.1%	41.2%	36.8%	29.7%	24.0%	17.3%
いいえ(知らない)		65.8%	81.8%	63.3%	62.2%	58.8%	63.2%	68.7%	67.2%	70.2%
無回答		4.1%			0.7%			1.6%	8.8%	12.5%

【男性】



項目	内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
		591	8	49	56	69	64	121	111	110
はい(知っている)		26.2%	12.5%	30.6%	30.3%	29.0%	34.4%	27.3%	20.7%	21.8%
いいえ(知らない)		70.6%	87.5%	69.4%	67.9%	71.0%	65.6%	71.1%	73.9%	69.1%
無回答		3.2%			1.8%			1.6%	5.4%	9.1%

【女性】



項目	内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
		690	3	60	89	93	107	125	119	93
はい(知っている)		34.5%	33.3%	41.7%	39.3%	51.6%	39.3%	32.8%	28.6%	11.8%
いいえ(知らない)		61.6%	66.7%	58.3%	60.7%	48.4%	60.7%	65.6%	60.5%	75.3%
無回答		3.9%						1.6%	10.9%	12.9%

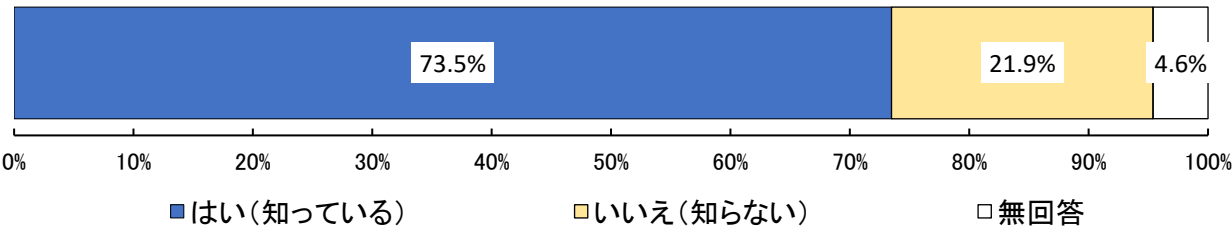
(年齢、性別の無回答は表示していない)

※COPD（慢性閉塞性肺疾患）

主に喫煙により、有害物質を長期に吸い込むことによって肺に炎症がおき、肺の組織が破壊されて、酸素の取り込みや二酸化炭素を排出する機能が低下する疾患。咳、たん、息切れを主な症状とし、徐々に呼吸障がい progresses。

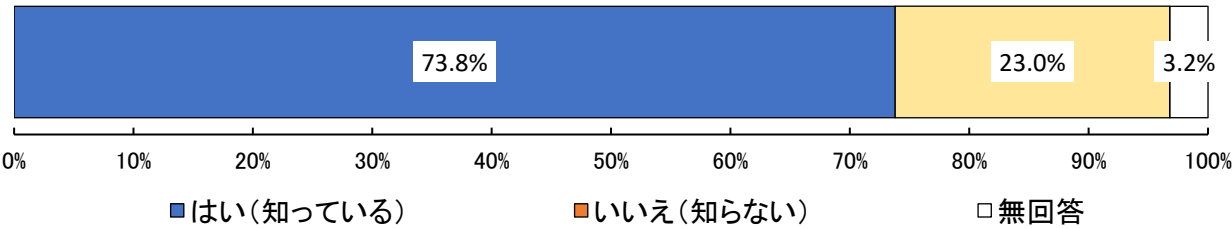
問27 医療機関で禁煙治療を受けられることの認知度

【全体】



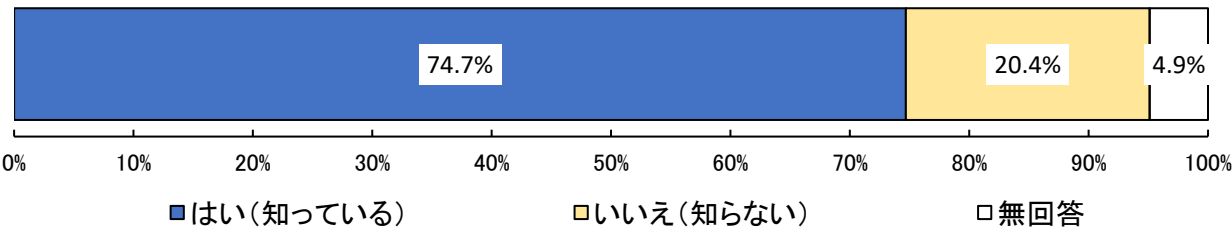
項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
はい(知っている)	73.5%	54.5%	77.1%	81.8%	85.5%	88.5%	80.7%	68.0%	45.8%
いいえ(知らない)	21.9%	45.5%	22.9%	17.6%	14.5%	10.9%	18.1%	23.6%	38.7%
無回答	4.6%			0.6%		0.6%	1.2%	8.4%	15.5%

【男性】



項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
	591	8	49	56	69	64	121	111	110
はい(知っている)	73.8%	62.5%	77.6%	78.6%	79.7%	84.4%	85.1%	71.2%	50.9%
いいえ(知らない)	23.0%	37.5%	22.5%	19.6%	20.3%	15.6%	14.1%	23.4%	39.1%
無回答	3.2%			1.8%			0.8%	5.4%	10.0%

【女性】

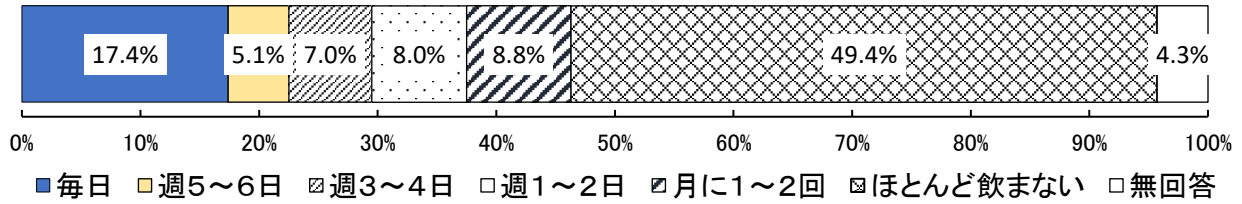


項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
	690	3	60	89	93	107	125	119	93
はい(知っている)	74.7%	33.3%	76.7%	84.3%	90.3%	90.7%	77.6%	65.5%	38.7%
いいえ(知らない)	20.4%	66.7%	23.3%	15.7%	9.7%	8.4%	20.8%	24.4%	40.9%
無回答	4.9%					0.9%	1.6%	10.1%	20.4%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

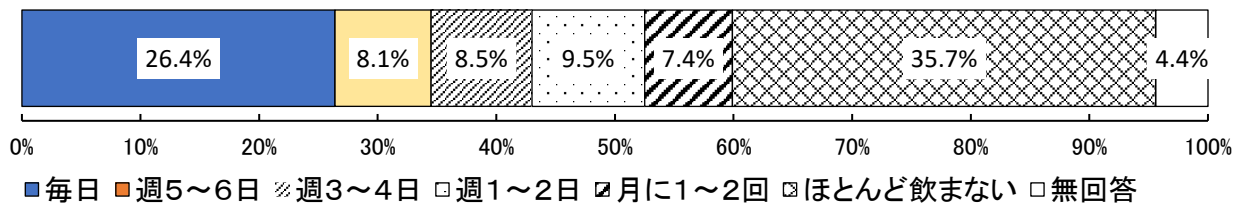
問28 飲酒の頻度

【全体】



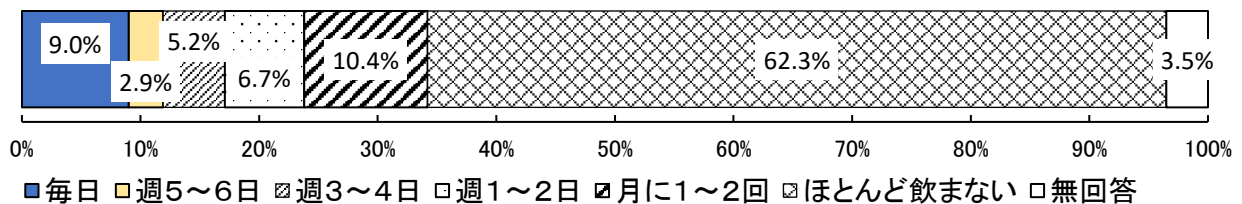
内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
毎日	17.4%	18.2%	1.8%	11.5%	22.4%	23.0%	21.7%	16.8%	16.4%
週5～6日	5.1%		3.7%	5.4%	6.7%	6.9%	7.7%	3.6%	2.6%
週3～4日	7.0%		8.3%	7.4%	9.7%	7.5%	6.4%	5.2%	5.8%
週1～2日	8.0%		15.6%	10.8%	10.3%	11.5%	5.2%	6.4%	3.6%
月に1～2回	8.8%		21.1%	12.1%	12.1%	7.5%	7.2%	6.8%	3.6%
ほとんど飲まない	49.4%	81.8%	49.5%	51.4%	38.8%	41.9%	49.0%	52.4%	57.8%
無回答	4.3%			1.4%		1.7%	2.8%	8.8%	10.2%

【男性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
毎日	26.4%	25.0%	4.1%	14.3%	30.4%	34.4%	34.7%	28.0%	24.6%
週5～6日	8.1%		4.1%	7.1%	11.6%	14.1%	11.6%	4.5%	5.4%
週3～4日	8.5%		10.2%	10.7%	8.7%	4.7%	8.2%	8.1%	9.1%
週1～2日	9.5%		16.3%	12.5%	14.5%	12.5%	8.2%	7.2%	4.5%
月に1～2回	7.4%		30.6%	10.7%	7.3%	3.1%	5.0%	4.5%	4.5%
ほとんど飲まない	35.7%	75.0%	34.7%	41.1%	27.5%	28.1%	30.6%	36.0%	45.5%
無回答	4.4%			3.6%		3.1%	1.7%	11.7%	6.4%

【女性】

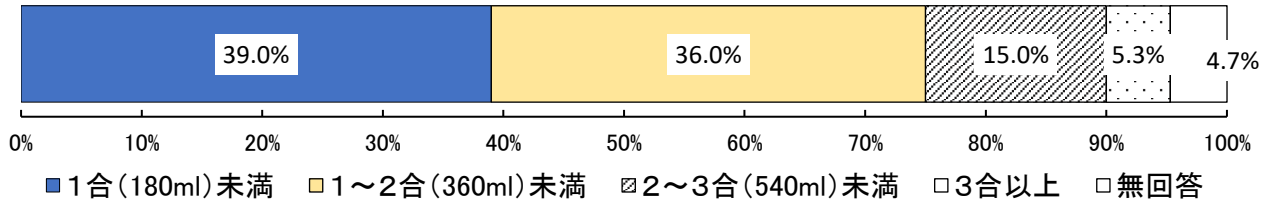


内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
毎日	9.0%			10.1%	16.1%	15.9%	8.8%	4.2%	5.3%
週5～6日	2.9%		3.3%	4.5%	3.2%	2.8%	4.0%	2.5%	
週3～4日	5.2%		6.7%	4.5%	10.8%	8.4%	4.8%	0.8%	2.2%
週1～2日	6.7%		15.0%	10.1%	7.5%	10.3%	1.6%	5.9%	1.1%
月に1～2回	10.4%		13.3%	13.5%	16.1%	10.3%	9.6%	9.3%	3.2%
ほとんど飲まない	62.3%	100.0%	61.7%	57.3%	46.3%	51.4%	67.2%	70.6%	77.4%
無回答	3.5%					0.9%	4.0%	6.7%	10.8%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

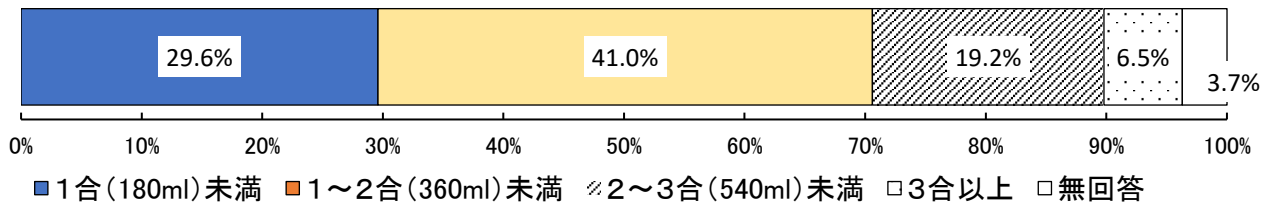
問28-1 1日当たりの飲酒量(「飲酒する」と答えた人のみ)

【全体】



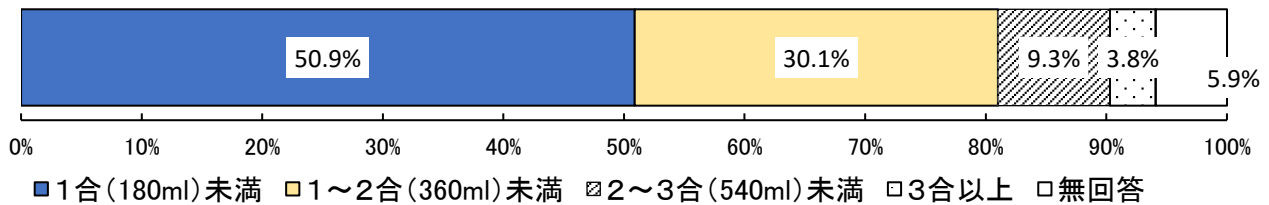
項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	620	2	55	70	101	98	120	97	72
1合(180ml)未満	39.0%	50.0%	41.8%	28.6%	38.6%	38.8%	36.7%	39.2%	52.8%
1～2合(360ml)未満	36.0%		36.3%	38.6%	27.7%	40.8%	35.8%	42.3%	30.5%
2～3合(540ml)未満	15.0%		9.1%	21.4%	19.8%	14.3%	20.0%	11.3%	4.2%
3合以上	5.3%	50.0%	5.5%	8.6%	11.9%	4.1%	5.0%		1.4%
無回答	4.7%		7.3%	2.8%	2.0%	2.0%	2.5%	7.2%	11.1%

【男性】



項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	354	2	32	31	50	44	82	58	53
1合(180ml)未満	29.6%	50.0%	43.8%	29.0%	20.0%	22.7%	25.6%	20.7%	52.8%
1～2合(360ml)未満	41.0%		37.5%	35.5%	32.0%	52.3%	43.9%	55.1%	28.3%
2～3合(540ml)未満	19.2%		12.5%	22.6%	28.0%	20.5%	23.2%	19.0%	5.7%
3合以上	6.5%	50.0%	3.1%	12.9%	18.0%	4.5%	6.1%		1.9%
無回答	3.7%		3.1%		2.0%		1.2%	5.2%	11.3%

【女性】



項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	236		23	38	50	51	36	27	11
1合(180ml)未満	50.9%		39.1%	26.3%	58.0%	54.9%	63.9%	66.7%	27.3%
1～2合(360ml)未満	30.1%		34.8%	42.1%	22.0%	33.3%	19.4%	22.2%	54.5%
2～3合(540ml)未満	9.3%		4.4%	21.0%	12.0%	5.9%	11.1%		
3合以上	3.8%		8.7%	5.3%	6.0%	3.9%			
無回答	5.9%		13.0%	5.3%	2.0%	2.0%	5.6%	11.1%	18.2%

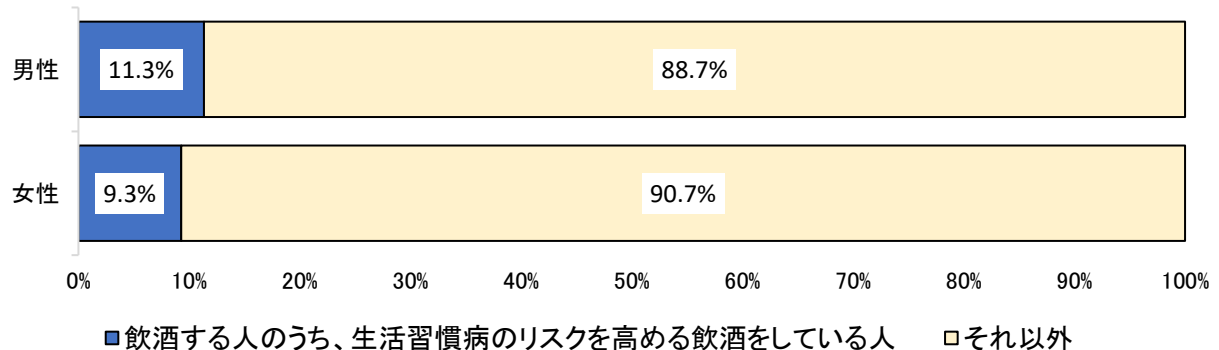
(年齢、性別の無回答は表示していない)

(19歳以上) 【飲酒】

問28, 問28-1 クロス集計

クロス集計(問28,問28-1)「飲酒する」と答えた人のうち、生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている人

問28「飲酒頻度」、問28-1「1日当たりの飲酒量(飲酒すると答えた人のみ)」のうち、国の集計区分を参考に、「生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている人」を集計したもの。



【男性】

単位: 人

設問	毎日	週5～6日	週3～4日	週1～2日	月1～2日	計
飲酒すると答えた人	156	48	50	56	44	354
1合未満(180ml)未満	31	15	14	27	18	105
1～2合(360ml)未満	74	17	18	20	16	145
2～3合(540ml)未満	32	12	13	7	4	68
3合以上	14	4	2	2	1	23
無回答	5		3		5	13
ほとんど飲まないと答えた人						211
無回答						26
	計					591

内容	人数	割合
飲酒する人のうち、生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている人(太枠部分)	67	11.3%
それ以外	524	88.7%

【女性】

単位: 人

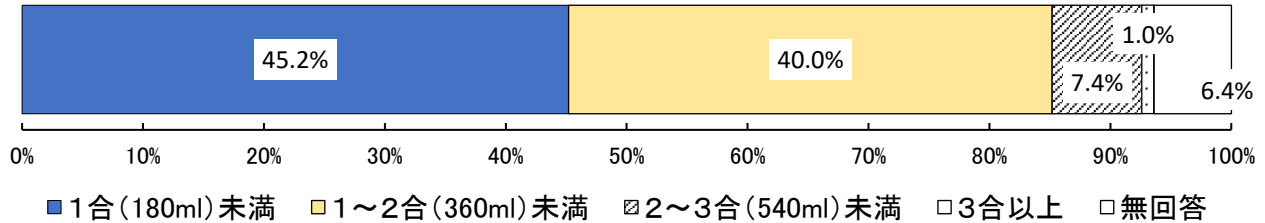
設問	毎日	週5～6日	週3～4日	週1～2日	月1～2日	計
飲酒すると答えた人	62	20	36	46	72	236
1合未満(180ml)未満	27	8	15	25	45	120
1～2合(360ml)未満	18	7	13	15	18	71
2～3合(540ml)未満	11	2	4	2	3	22
3合以上	5	1	1	1	1	9
無回答	1	2	3	3	5	14
ほとんど飲まないと答えた人						430
無回答						24
	計					690

内容	人数	割合
飲酒する人のうち、生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている人(太枠部分)	64	9.3%
それ以外	626	90.7%

問28-2 節度ある1日当たりの飲酒量の認知度(「飲酒する」と答えた人のみ)

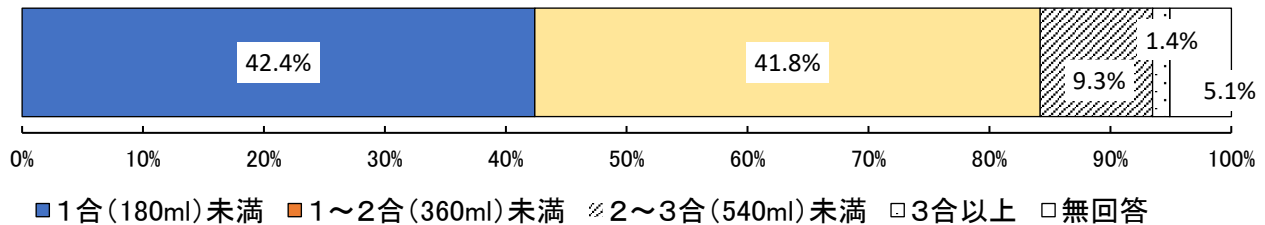
【節度ある飲酒量 1日平均純アルコールで約20g程度】
※清酒での換算1合180ml

【全体】



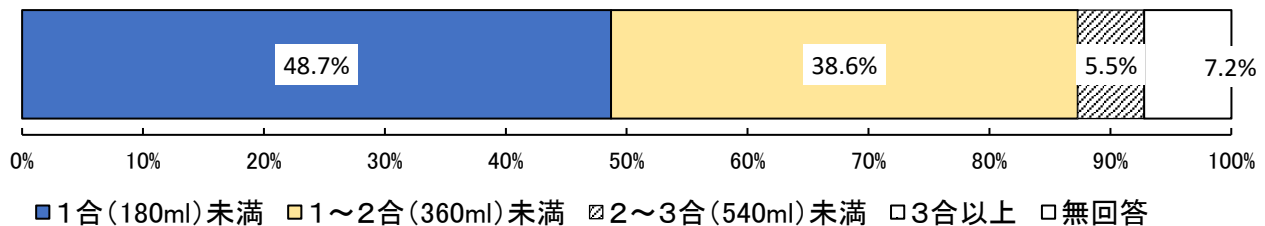
項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
	620	2	55	70	101	98	120	97	72
1合(180ml)未満	45.2%		50.9%	47.1%	50.5%	42.9%	41.7%	43.3%	45.8%
1～2合(360ml)未満	40.0%	50.0%	41.8%	40.0%	36.6%	48.0%	41.7%	35.1%	36.1%
2～3合(540ml)未満	7.4%		1.8%	7.1%	7.9%	6.1%	10.0%	11.3%	4.2%
3合以上	1.0%		1.8%		2.0%		0.8%	1.0%	1.4%
無回答	6.4%	50.0%	3.7%	5.8%	3.0%	3.0%	5.8%	9.3%	12.5%

【男性】



項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
	354	2	32	31	50	44	82	58	53
1合(180ml)未満	42.4%		53.2%	51.6%	36.0%	43.2%	37.8%	34.5%	52.8%
1～2合(360ml)未満	41.8%	50.0%	37.5%	38.7%	46.0%	50.0%	46.3%	39.7%	30.2%
2～3合(540ml)未満	9.3%		3.1%	6.5%	12.0%	4.5%	11.0%	17.2%	5.7%
3合以上	1.4%		3.1%		4.0%			1.7%	1.9%
無回答	5.1%	50.0%	3.1%	3.2%	2.0%	2.3%	4.9%	6.9%	9.4%

【女性】

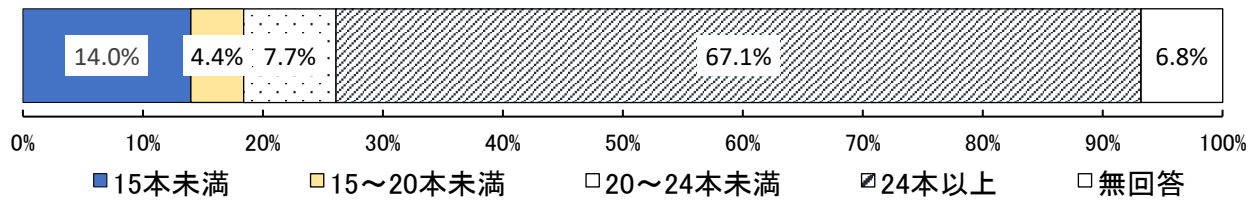


内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	236		23	38	50	51	36	27	11
1合(180ml)未満	48.7%		47.8%	42.1%	64.0%	43.1%	52.8%	51.9%	9.1%
1～2合(360ml)未満	38.6%		47.8%	42.1%	28.0%	45.1%	30.6%	33.3%	63.6%
2～3合(540ml)未満	5.5%			7.9%	4.0%	7.9%	8.3%	3.7%	
3合以上									
無回答	7.2%		4.4%	7.9%	4.0%	3.9%	8.3%	11.1%	27.3%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

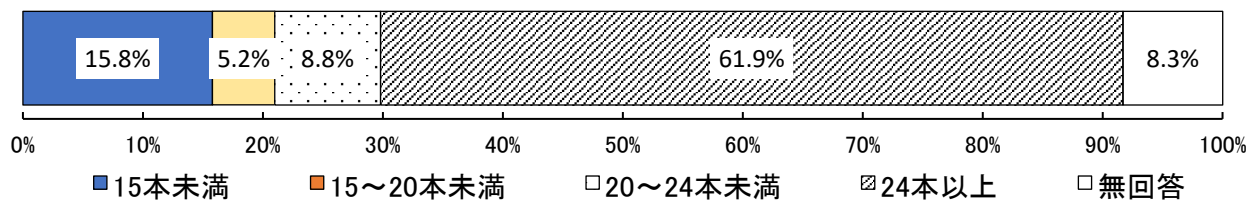
問29 現在の歯の本数

【全体】



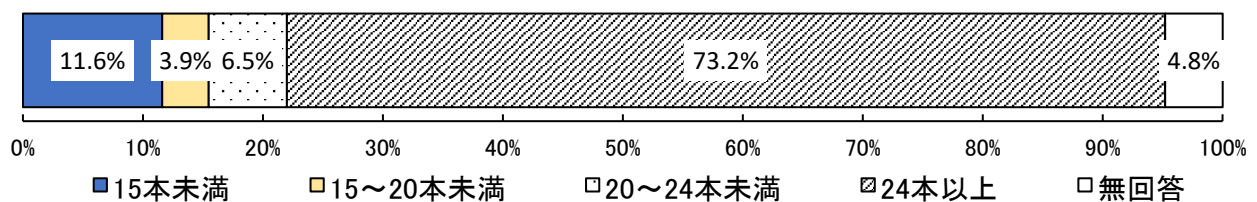
項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
全体	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
15本未満	14.0%		1.8%	2.0%	2.5%	5.8%	10.5%	22.0%	37.8%
15～20本未満	4.4%				1.8%	2.3%	4.4%	8.0%	9.3%
20～24本未満	7.7%			1.4%	1.8%	8.6%	12.4%	12.8%	8.9%
24本以上	67.1%	100.0%	97.3%	94.6%	92.1%	79.3%	68.3%	47.2%	25.8%
無回答	6.8%		0.9%	2.0%	1.8%	4.0%	4.4%	10.0%	18.2%

【男性】



項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
全体	591	8	49	56	69	64	121	111	110
15本未満	15.8%			1.8%	4.3%	7.8%	11.6%	22.6%	40.0%
15～20本未満	5.2%						6.6%	9.9%	10.9%
20～24本未満	8.8%				2.9%	6.3%	11.6%	17.1%	11.8%
24本以上	61.9%	100.0%	100.0%	92.8%	89.9%	78.1%	66.1%	36.9%	20.0%
無回答	8.3%			5.4%	2.9%	7.8%	4.1%	13.5%	17.3%

【女性】



項目 \ 内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
全体	690	3	60	89	93	107	125	119	93
15本未満	11.6%		3.3%	2.2%	1.1%	3.7%	9.6%	20.2%	37.6%
15～20本未満	3.9%				3.2%	3.7%	2.4%	6.7%	9.7%
20～24本未満	6.5%			2.2%	1.1%	10.3%	12.0%	9.2%	5.4%
24本以上	73.2%	100.0%	95.0%	95.6%	94.6%	80.4%	72.0%	56.3%	30.1%
無回答	4.8%		1.7%			1.9%	4.0%	7.6%	17.2%

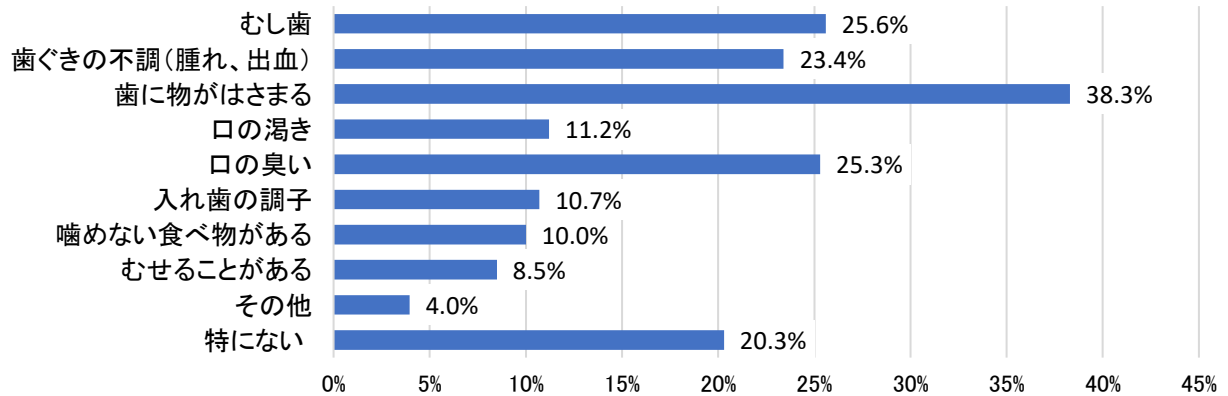
(年齢、性別の無回答は表示していない)

※大人の歯の数

親知らずを含めて上下16本ずつ、合計32本。親知らずは、すべての方に生えてくるわけではないので、親知らずの本数によって歯の数は変わり、親知らずのない方は上下14本ずつ、合計28本が基準。

問30 普段の生活で、自分の歯や口の中の健康で気になっていること(複数回答)

総回答数：2,283



内訳 項目	全体	全世代		10歳代		20歳代	
		男	女	男	女	男	女
	1,338	591	690	8	3	49	60
むし歯	25.6%	25.9%	26.8%	12.5%	33.3%	30.6%	33.3%
歯ぐきの不調(腫れ、出血)	23.4%	22.8%	24.5%	12.5%	33.3%	18.4%	16.7%
歯に物がはさまる	38.3%	37.6%	39.3%	12.5%	33.3%	22.5%	21.7%
口の渇き	11.2%	11.3%	11.3%			10.2%	10.0%
口の臭い	25.3%	23.4%	28.0%	25.0%		22.5%	30.0%
入れ歯の調子	10.7%	12.9%	8.7%		66.7%		
噛めない食べ物がある	10.0%	8.0%	11.2%				6.7%
むせることがある	8.5%	9.6%	6.8%				3.3%
その他	4.0%	3.4%	4.4%	12.5%		8.2%	6.7%
特にない	20.3%	20.0%	21.2%	62.5%		42.9%	38.3%

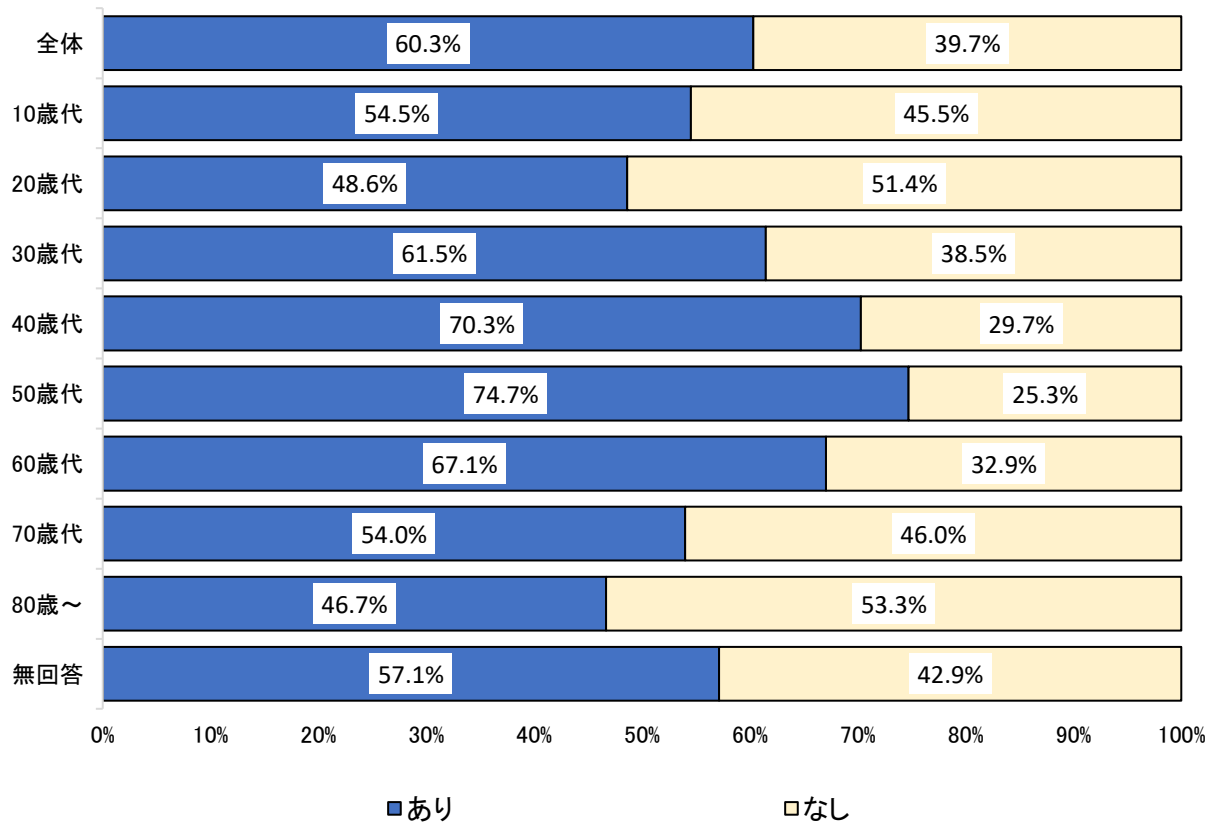
内訳 項目	30歳代		40歳代		50歳代	
	男	女	男	女	男	女
	56	89	69	93	64	107
むし歯	41.1%	43.8%	47.8%	33.3%	29.7%	33.6%
歯ぐきの不調(腫れ、出血)	21.4%	34.8%	33.3%	33.3%	28.1%	31.8%
歯に物がはさまる	33.9%	24.7%	39.1%	46.2%	46.9%	62.6%
口の渇き	7.1%	5.6%	15.9%	8.6%	10.9%	14.2%
口の臭い	35.7%	34.8%	37.7%	41.9%	26.6%	39.3%
入れ歯の調子			1.5%	2.2%	1.6%	4.7%
噛めない食べ物がある	3.6%			2.2%	4.7%	11.2%
むせることがある	14.3%	5.6%	4.4%	3.2%		11.2%
その他	7.1%	5.6%	7.3%	1.1%	1.6%	5.6%
特にない	25.0%	21.4%	15.9%	17.2%	18.8%	12.2%

内訳 項目	60歳代		70歳代		80歳～	
	男	女	男	女	男	女
	121	125	111	119	110	93
むし歯	20.7%	28.8%	18.0%	10.8%	13.6%	10.8%
歯ぐきの不調(腫れ、出血)	32.2%	28.0%	17.1%	14.3%	10.9%	10.8%
歯に物がはさまる	37.2%	51.2%	47.8%	28.6%	30.9%	29.0%
口の渇き	10.7%	14.4%	13.5%	10.9%	10.0%	14.0%
口の臭い	22.3%	32.0%	19.8%	10.9%	10.0%	8.6%
入れ歯の調子	15.7%	7.2%	27.0%	18.5%	22.7%	23.7%
噛めない食べ物がある	7.4%	14.4%	17.1%	14.3%	10.4%	25.8%
むせることがある	9.1%	7.2%	13.5%	6.7%	18.2%	8.6%
その他	4.1%	4.8%		3.4%		4.3%
特にない	16.5%	13.6%	15.3%	30.3%	16.4%	22.6%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

再集計（問30） 歯周疾患を持つ可能性がある人

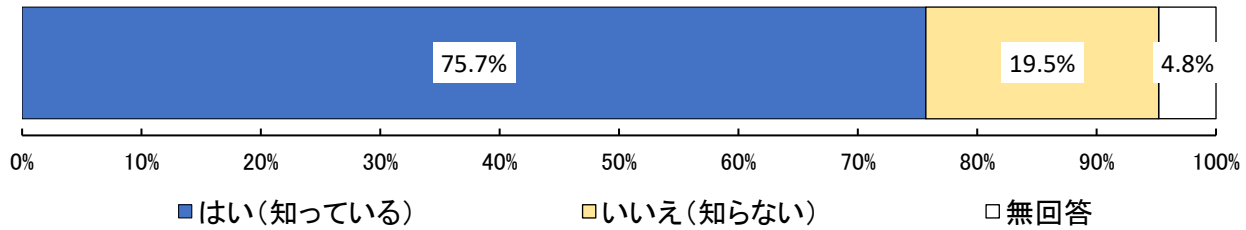
問30において、歯や口腔で気になることのうち、歯周疾患を持つ可能性がある人（問30の項目のうち、「歯ぐきの不調（腫れ、出血）」「歯に者がはさまる」「口の臭い」「噛めない食べ物がある」のいずれかに該当する人）を集計したもの。



項目	あり		なし		計	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合
10歳代	6	54.5%	5	45.5%	11	100.0%
20歳代	53	48.6%	56	51.4%	109	100.0%
30歳代	91	61.5%	57	38.5%	148	100.0%
40歳代	116	70.3%	49	29.7%	165	100.0%
50歳代	130	74.7%	44	25.3%	174	100.0%
60歳代	167	67.1%	82	32.9%	249	100.0%
70歳代	135	54.0%	115	46.0%	250	100.0%
80歳～	105	46.7%	120	53.3%	225	100.0%
年齢不明	4	57.1%	3	42.9%	7	100.0%
計	807	60.3%	531	39.7%	1,338	100.0%

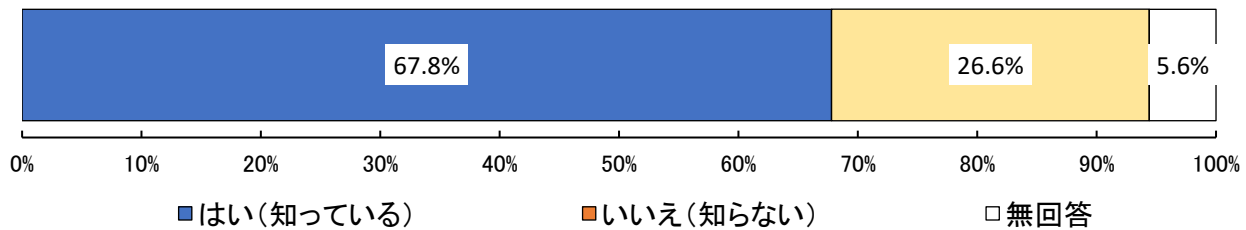
問31 歯周疾患が全身疾患に影響を及ぼすことの認知度

【全体】



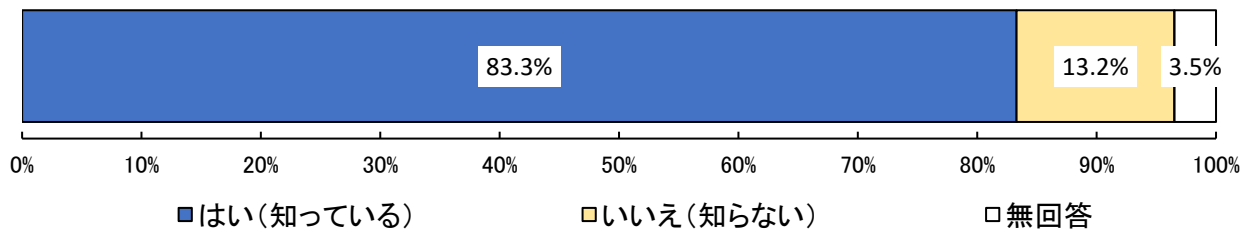
内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
はい(知っている)	75.7%	36.4%	65.2%	78.4%	77.0%	86.2%	85.1%	82.0%	54.2%
いいえ(知らない)	19.5%	63.6%	33.0%	20.9%	22.4%	12.6%	12.9%	11.2%	30.2%
無回答	4.8%		1.8%	0.7%	0.6%	1.2%	2.0%	6.8%	15.6%

【男性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	591	8	49	56	69	64	121	111	110
はい(知っている)	67.8%	50.0%	51.0%	67.9%	65.2%	79.7%	79.3%	73.9%	51.8%
いいえ(知らない)	26.6%	50.0%	44.9%	30.4%	33.3%	20.3%	19.0%	18.0%	31.8%
無回答	5.6%		4.1%	1.7%	1.5%		1.7%	8.1%	16.4%

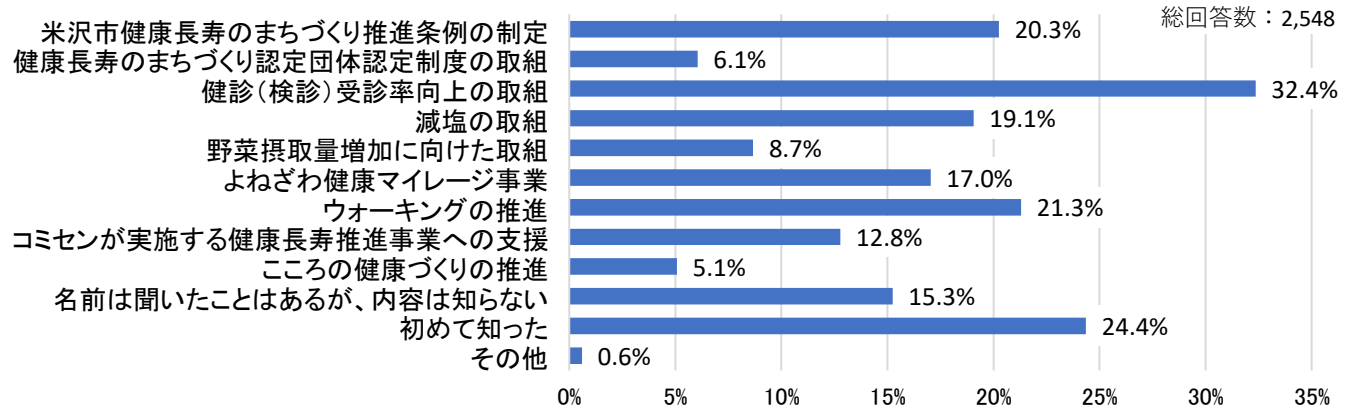
【女性】



内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
項目	690	3	60	89	93	107	125	119	93
はい(知っている)	83.3%		76.7%	84.3%	87.1%	89.7%	92.8%	89.9%	57.0%
いいえ(知らない)	13.2%	100.0%	23.3%	15.7%	12.9%	8.4%	4.8%	4.2%	30.1%
無回答	3.5%					1.9%	2.4%	5.9%	12.9%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

問32 米沢市が健康長寿日本一に取り組んでいる事業の認知度（複数回答）



項目	内訳	全体		全世代		10歳代		20歳代	
		1,338		男	女	男	女	男	女
米沢市健康長寿のまちづくり推進条例の制定		20.3%		21.0%	19.4%	12.5%		14.3%	13.3%
健康長寿のまちづくり認定団体認定制度の取組		6.1%		5.4%	6.4%			2.0%	5.0%
健診(検診)受診率向上の取組		32.4%		25.2%	38.0%	25.0%		2.0%	11.7%
減塩の取組		19.1%		16.9%	20.1%	25.0%	33.3%	16.3%	18.3%
野菜摂取量増加に向けた取組		8.7%		6.1%	11.0%	25.0%		10.2%	8.3%
よねざわ健康マイレージ事業		17.0%		14.7%	19.3%	12.5%		10.2%	10.0%
ウォーキングの推進		21.3%		19.8%	23.2%	12.5%	33.3%	14.3%	18.3%
コミセンが実施する健康長寿推進事業への支援		12.8%		10.0%	15.2%	12.5%		2.0%	10.0%
こころの健康づくりの推進		5.1%		4.7%	5.5%			8.2%	5.0%
名前は聞いたことはあるが、内容は知らない		15.3%		15.4%	15.5%			10.2%	18.3%
初めて知った		24.4%		27.8%	21.7%	37.5%	66.7%	46.9%	38.3%
その他		0.6%		0.5%	0.4%	25.0%			

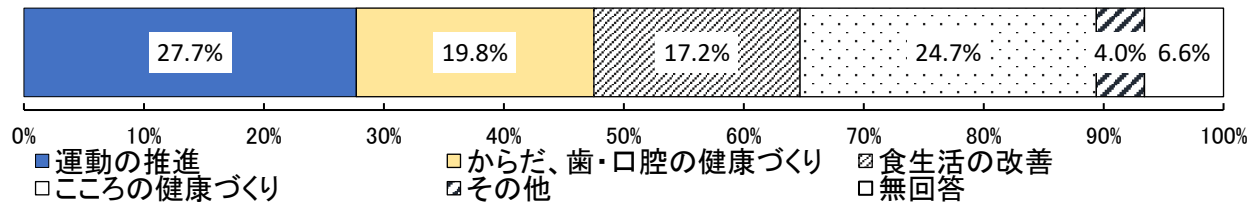
項目	内訳	30歳代		40歳代		50歳代	
		男	女	男	女	男	女
米沢市健康長寿のまちづくり推進条例の制定		10.7%	10.1%	17.4%	17.2%	20.3%	14.0%
健康長寿のまちづくり認定団体認定制度の取組		1.8%	3.4%	2.9%	5.4%		2.8%
健診(検診)受診率向上の取組		14.3%	14.6%	5.8%	29.0%	18.8%	38.3%
減塩の取組		19.6%	10.1%	14.5%	15.1%	10.9%	16.8%
野菜摂取量増加に向けた取組		5.4%	14.6%	7.3%	14.0%	6.3%	11.2%
よねざわ健康マイレージ事業		14.3%	24.7%	14.5%	23.7%	18.8%	22.4%
ウォーキングの推進		25.0%	30.3%	26.1%	23.7%	15.6%	26.2%
コミセンが実施する健康長寿推進事業への支援		7.1%	6.7%	4.4%	8.6%	6.3%	10.3%
こころの健康づくりの推進		3.6%	4.5%	4.4%	6.5%	4.7%	5.6%
名前は聞いたことはあるが、内容は知らない		14.3%	15.7%	10.1%	21.5%	18.8%	24.3%
初めて知った		44.6%	32.6%	46.4%	23.7%	34.4%	18.7%
その他				1.5%	1.1%		0.9%

項目	内訳	60歳代		70歳代		80歳～	
		男	女	男	女	男	女
米沢市健康長寿のまちづくり推進条例の制定		27.3%	25.6%	21.6%	31.1%	25.5%	17.2%
健康長寿のまちづくり認定団体認定制度の取組		6.6%	6.4%	9.0%	15.1%	9.1%	3.2%
健診(検診)受診率向上の取組		33.9%	52.8%	42.3%	61.3%	30.9%	36.6%
減塩の取組		10.7%	28.0%	22.5%	33.6%	21.8%	10.8%
野菜摂取量増加に向けた取組		4.1%	12.0%	6.3%	10.1%	4.6%	5.4%
よねざわ健康マイレージ事業		23.1%	24.0%	11.7%	21.0%	9.1%	3.2%
ウォーキングの推進		24.8%	21.6%	18.0%	28.6%	15.5%	9.7%
コミセンが実施する健康長寿推進事業への支援		14.9%	13.6%	12.6%	29.4%	12.7%	23.7%
こころの健康づくりの推進		7.4%	5.6%	2.7%	8.4%	3.6%	2.2%
名前は聞いたことはあるが、内容は知らない		11.6%	13.6%	20.7%	8.4%	17.3%	9.7%
初めて知った		25.6%	12.0%	11.7%	7.6%	12.7%	32.3%
その他			0.8%			1.8%	

(年齢、性別の無回答は表示していない)

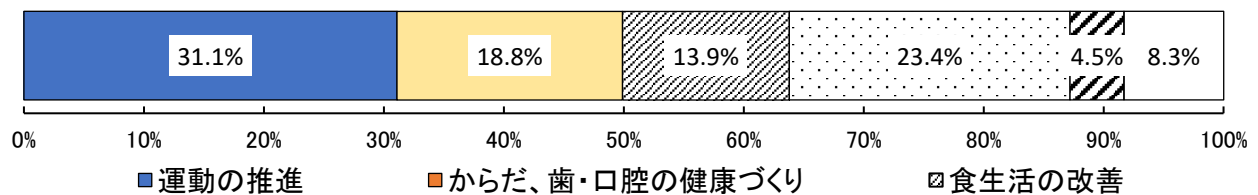
問33 健康長寿日本一のまち米沢に向けて、特に力をいれたらよいと思う取組

【全体】



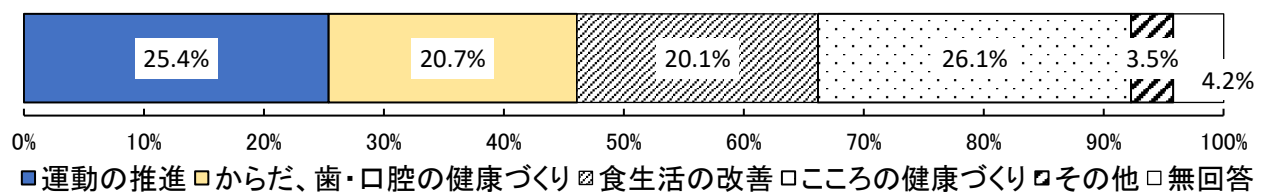
項目	内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
		1,338	11	109	148	165	174	249	250	225
運動の推進		27.7%	27.3%	34.8%	31.8%	34.5%	20.7%	25.7%	28.8%	22.7%
からだ、歯・口腔の健康づくり		19.8%	27.3%	16.5%	22.3%	14.5%	28.7%	22.9%	17.6%	16.0%
食生活の改善		17.2%	27.3%	15.6%	13.5%	18.8%	19.0%	19.3%	16.8%	15.5%
こころの健康づくり		24.7%	18.1%	29.4%	28.4%	27.9%	25.3%	21.7%	23.2%	22.2%
その他		4.0%		2.8%	2.0%	3.7%	4.6%	4.4%	3.6%	5.8%
無回答		6.6%		0.9%	2.0%	0.6%	1.7%	6.0%	10.0%	17.8%

【男性】



項目	内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
		591	8	49	56	69	64	121	111	110
運動の推進		31.1%	37.5%	42.9%	33.9%	39.1%	21.9%	28.1%	31.6%	27.3%
からだ、歯・口腔の健康づくり		18.8%	25.0%	18.4%	17.9%	20.3%	26.5%	17.4%	18.9%	15.5%
食生活の改善		13.9%	25.0%	10.2%	14.3%	15.9%	20.3%	17.4%	9.9%	10.0%
こころの健康づくり		23.4%	12.5%	26.5%	26.8%	20.3%	25.0%	23.1%	20.7%	23.6%
その他		4.5%			5.3%	2.9%	4.7%	5.8%	5.4%	5.4%
無回答		8.3%		2.0%	1.8%	1.5%	1.6%	8.2%	13.5%	18.2%

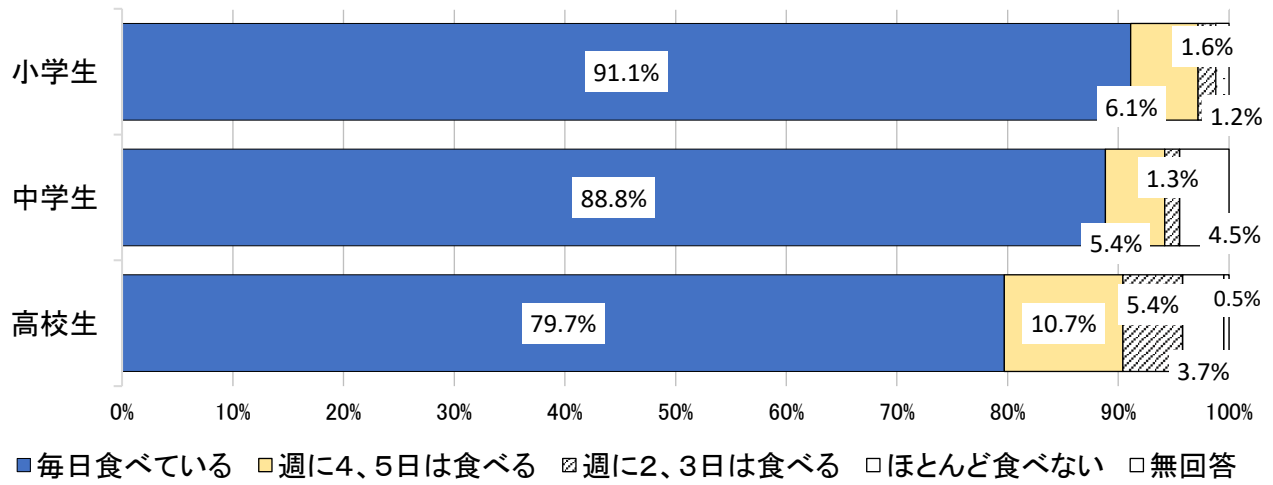
【女性】



項目	内訳	全体	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳～
		690	3	60	89	93	107	125	119	93
運動の推進		25.4%		28.3%	30.3%	31.2%	20.5%	23.2%	26.1%	20.4%
からだ、歯・口腔の健康づくり		20.7%	33.3%	15.0%	25.8%	10.7%	29.0%	28.8%	13.4%	18.3%
食生活の改善		20.1%	33.3%	20.0%	13.5%	21.5%	18.7%	21.6%	25.2%	18.3%
こころの健康づくり		26.1%	33.3%	31.7%	28.1%	32.3%	25.2%	20.0%	26.1%	23.7%
その他		3.5%		5.0%		4.3%	4.7%	3.2%	1.7%	6.4%
無回答		4.2%			2.3%		1.9%	3.2%	7.5%	12.9%

(年齢、性別の無回答は表示していない)

朝食の摂取状況

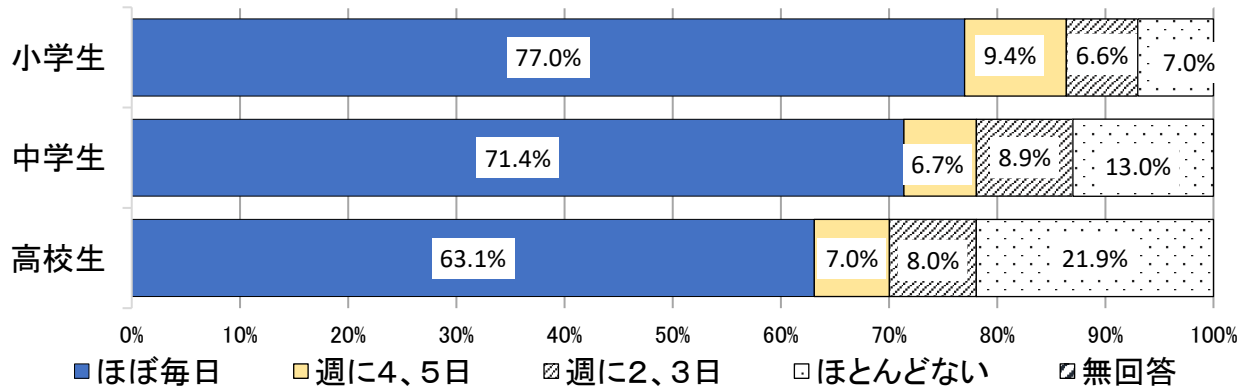


内訳	小学生	中学生	高校生
項目	244	224	187
毎日食べている	91.1%	88.8%	79.7%
週に4、5日は食べる	6.1%	5.4%	10.7%
週に2、3日は食べる	1.6%	1.3%	5.4%
ほとんど食べない	1.2%	4.5%	3.7%
無回答			0.5%

2 共食の状況

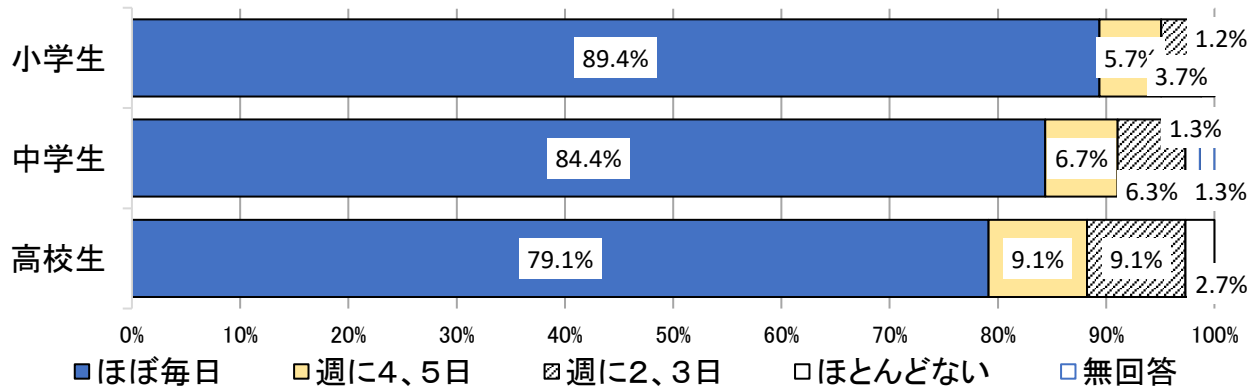
共食の状況

【朝食】



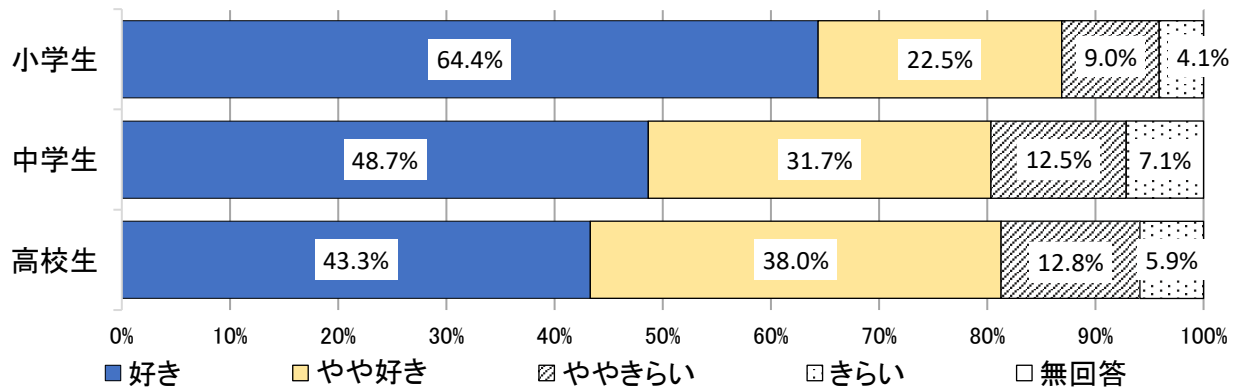
内訳	小学生	中学生	高校生
項目	244	224	187
ほぼ毎日	77.0%	71.4%	63.1%
週に4、5日	9.4%	6.7%	7.0%
週に2、3日	6.6%	8.9%	8.0%
ほとんどない	7.0%	13.0%	21.9%
無回答			

【夕食】



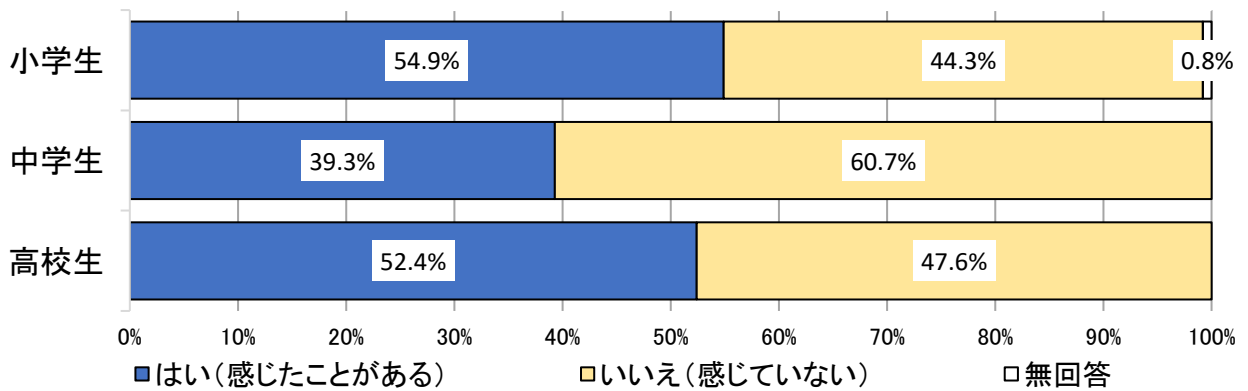
内訳	小学生	中学生	高校生
項目	244	224	187
ほぼ毎日	89.4%	84.4%	79.1%
週に4、5日	5.7%	6.7%	9.1%
週に2、3日	3.7%	6.3%	9.1%
ほとんどない	1.2%	1.3%	2.7%
無回答		1.3%	

運動(からだを動かす遊びを含む)、スポーツを行うことへの意識



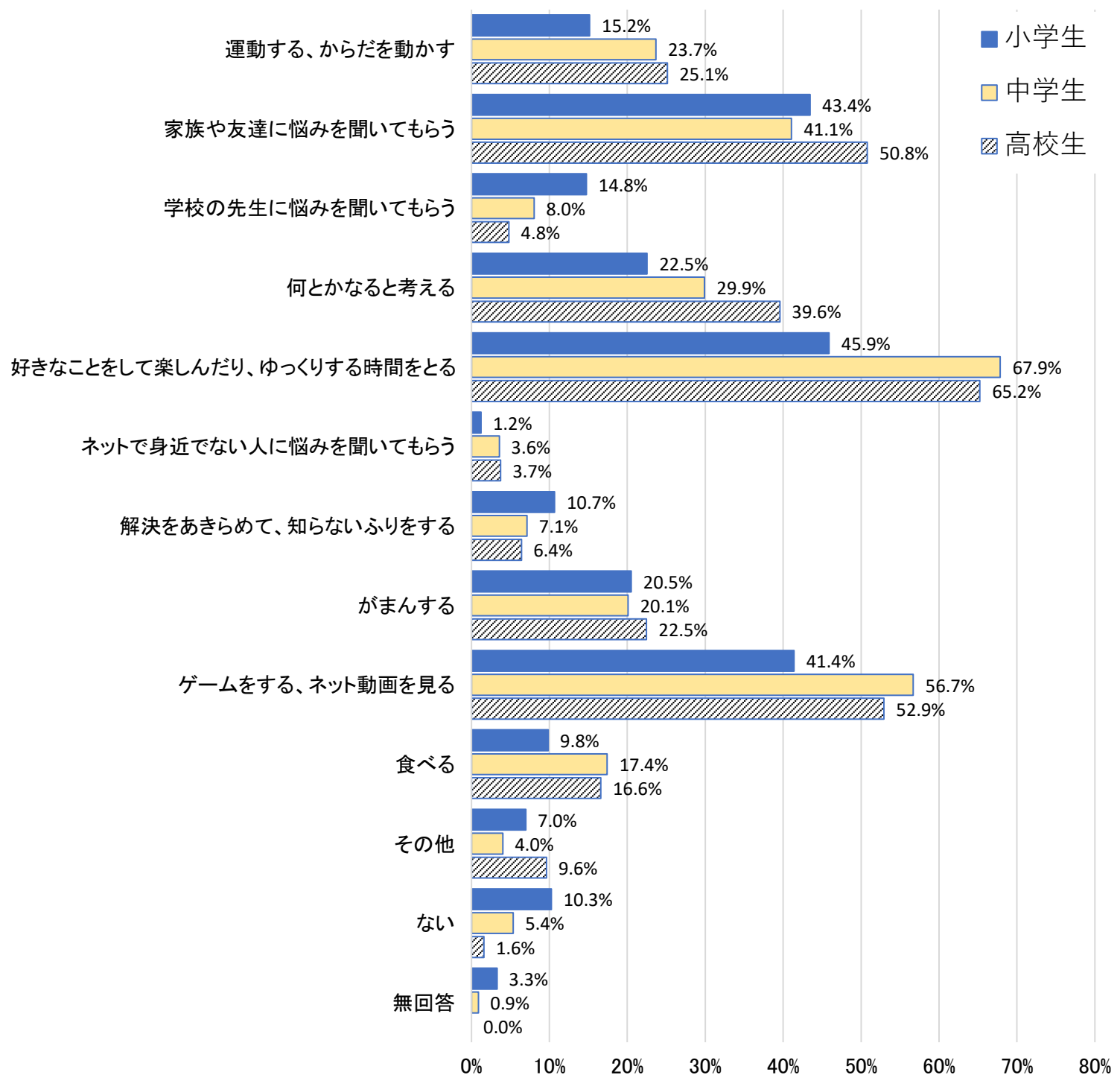
項目 \ 内訳	小学生	中学生	高校生
項目	244	224	187
好き	64.4%	48.7%	43.3%
やや好き	22.5%	31.7%	38.0%
やや嫌い	9.0%	12.5%	12.8%
嫌い	4.1%	7.1%	5.9%
無回答			

悩みや不安を感じたこと、いやな思いをしたことの有無(直近1ヶ月以内)



項目 \ 内訳	小学生	中学生	高校生
項目	244	224	187
はい(感じたことがある)	54.9%	39.3%	52.4%
いいえ(感じていない)	44.3%	60.7%	47.6%
無回答	0.8%		

悩みや不安を感じたとき、いやな思いをしたときの解決方法(複数回答)

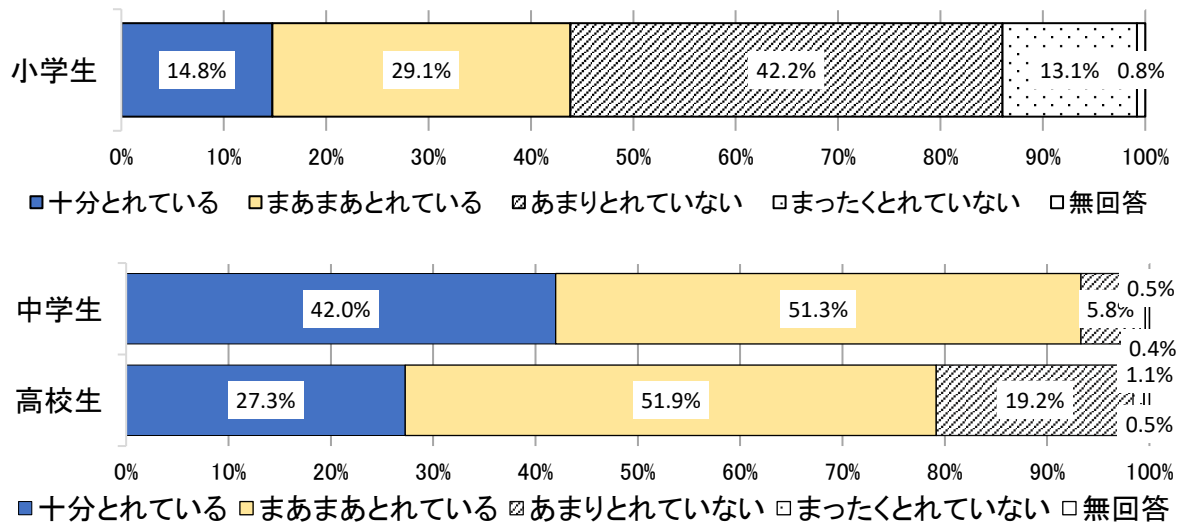


項目	内訳	小学生	中学生	高校生
		244	224	187
運動する、からだを動かす		15.2%	23.7%	25.1%
家族や友達に悩みを聞いてもらう		43.4%	41.1%	50.8%
学校の先生に悩みを聞いてもらう		14.8%	8.0%	4.8%
何とかなると考える		22.5%	29.9%	39.6%
好きなことをして楽しんだり、ゆっくりする時間をとる		45.9%	67.9%	65.2%
ネットで身近でない人に悩みを聞いてもらう		1.2%	3.6%	3.7%
解決をあきらめて、知らないふりをする		10.7%	7.1%	6.4%
がまんする		20.5%	20.1%	22.5%
ゲームをする、ネット動画を見る		41.4%	56.7%	52.9%
食べる		9.8%	17.4%	16.6%
その他		7.0%	4.0%	9.6%
ない		10.3%	5.4%	1.6%
無回答		3.3%	0.9%	

小学生・中学生・高校生

5 睡眠休養・睡眠時間

睡眠で休養が取れているか



【問】この1か月間、睡眠で休養が十分とれているか

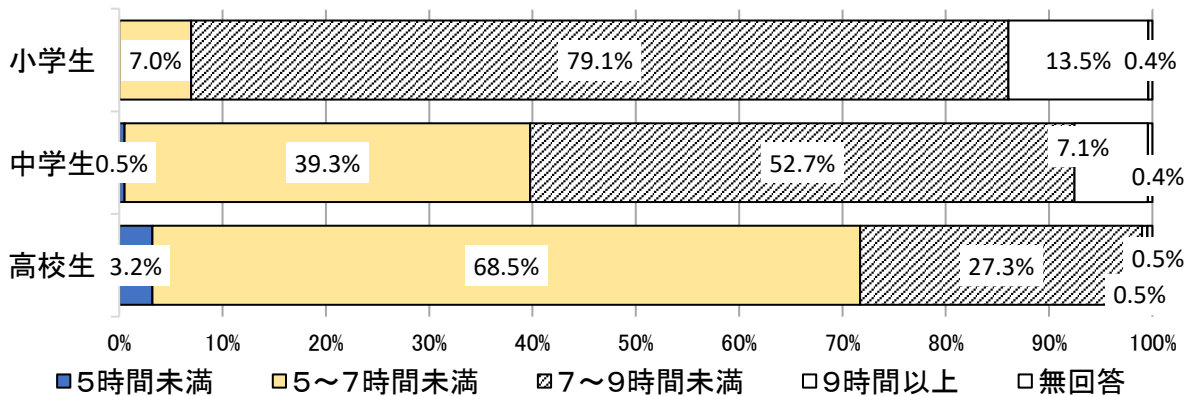
項目 \ 内訳	中学生	高校生
項目	224	187
十分とれている	42.0%	27.3%
まあまあとれている	51.3%	51.9%
あまりとれていない	5.8%	19.2%
まったくとれていない	0.5%	1.1%
無回答	0.4%	0.5%

【問】日中(朝あさ9時から夕方4時の間あいだ)、眠くなることはあるか

項目 \ 内訳	小学生
項目	244
まったくない	14.8%
あまりない	29.1%
ときどきある	42.2%
よくある	13.1%
無回答	0.8%

小学生の回答項目については、まったくない＝十分とれている、あまりない＝まあまあとれている、ときどきある＝あまりとれていない、よくある＝まったくとれていない に読み替える。

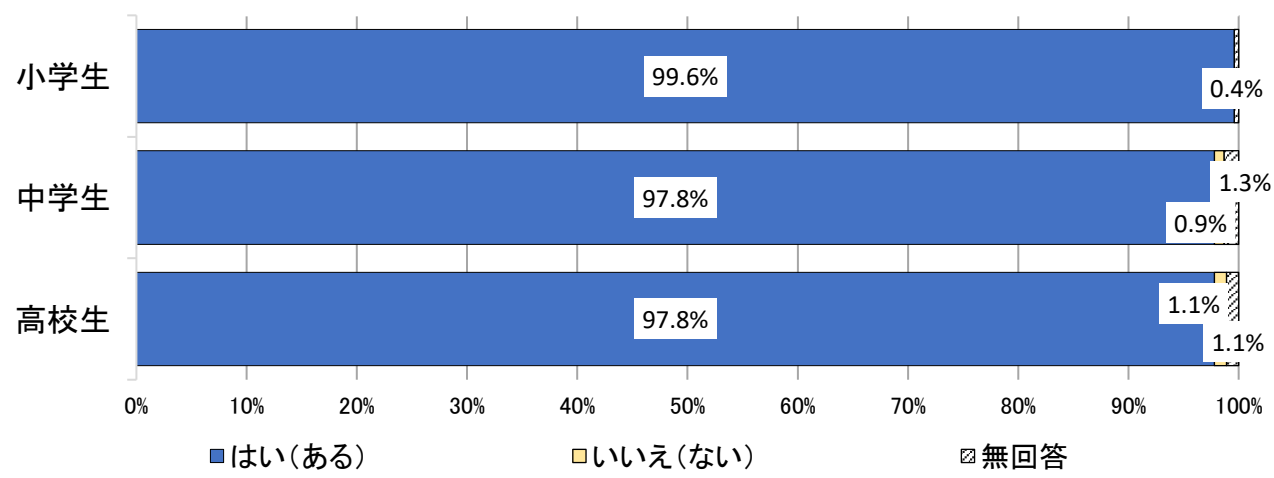
平均睡眠時間(直近1ヶ月間)



項目 \ 内訳	小学生	中学生	高校生
項目	244	224	187
5時間未満		0.5%	3.2%
5～7時間未満	7.0%	39.3%	68.5%
7～9時間未満	79.1%	52.7%	27.3%
9時間以上	13.5%	7.1%	0.5%
無回答	0.4%	0.4%	0.5%

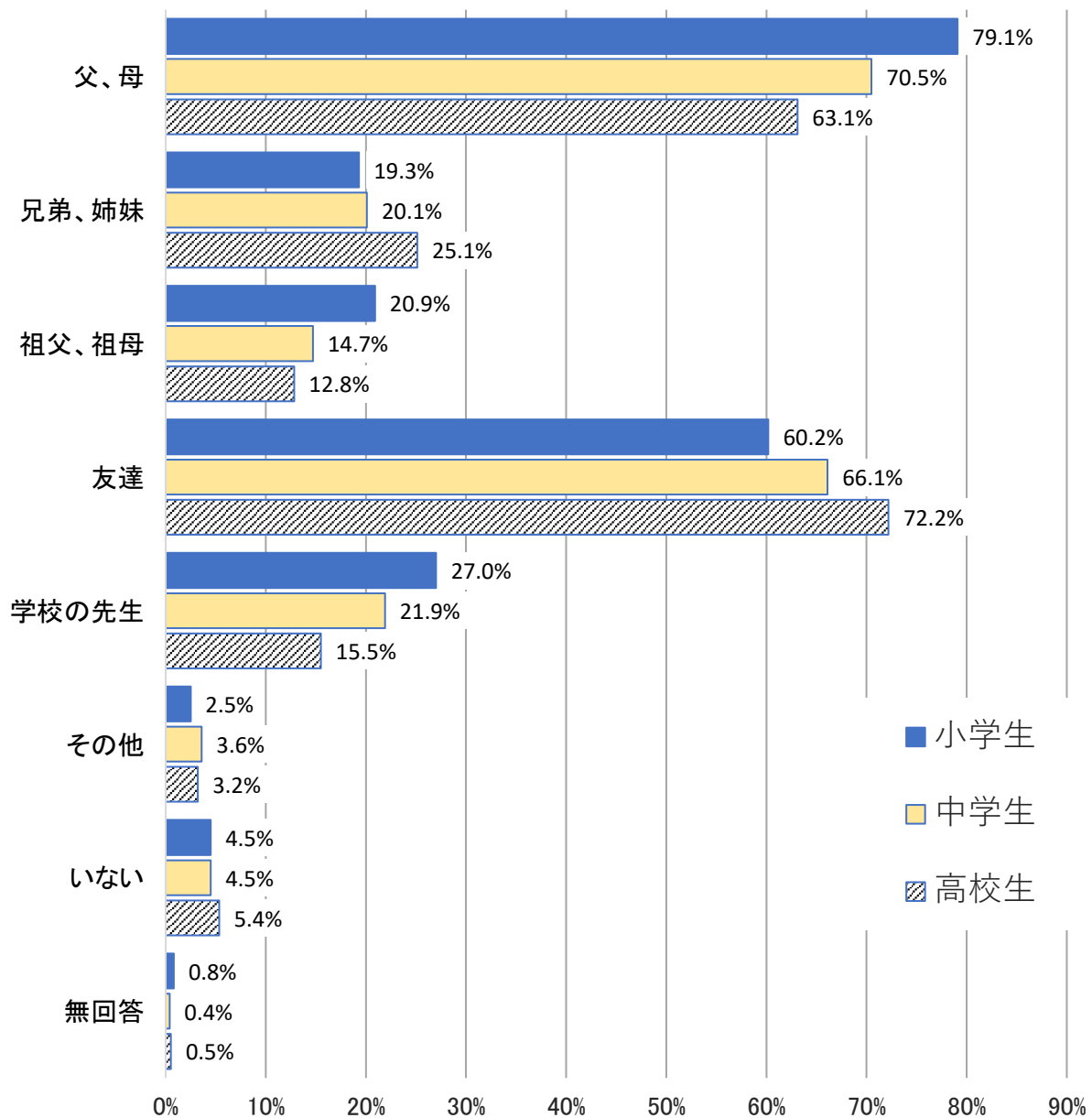
小学生・中学生・高校生
6 好きなこと・楽しめること

好きなことや楽しめることの有無



内訳	小学生	中学生	高校生
項目	244	224	187
はい(ある)	99.6%	97.8%	97.8%
いいえ(ない)		0.9%	1.1%
無回答	0.4%	1.3%	1.1%

自分の悩みを相談できる人の有無(複数回答)

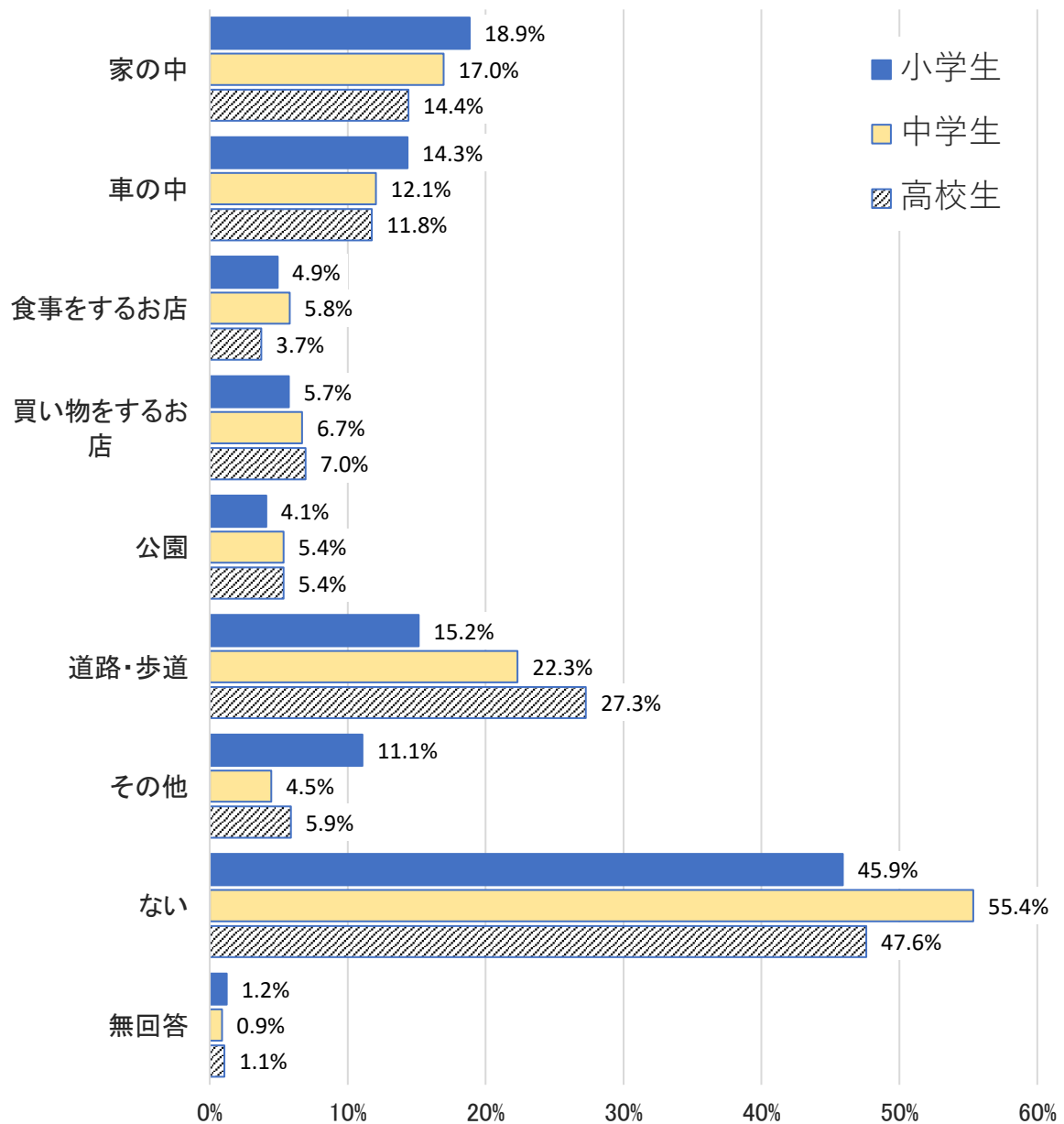


内訳	小学生	中学生	高校生
項目	244	224	187
父、母	79.1%	70.5%	63.1%
兄弟、姉妹	19.3%	20.1%	25.1%
祖父、祖母	20.9%	14.7%	12.8%
友達	60.2%	66.1%	72.2%
学校の先生	27.0%	21.9%	15.5%
その他	2.5%	3.6%	3.2%
いない	4.5%	4.5%	5.4%
無回答	0.8%	0.4%	0.5%

相談できる人の有無(再掲)

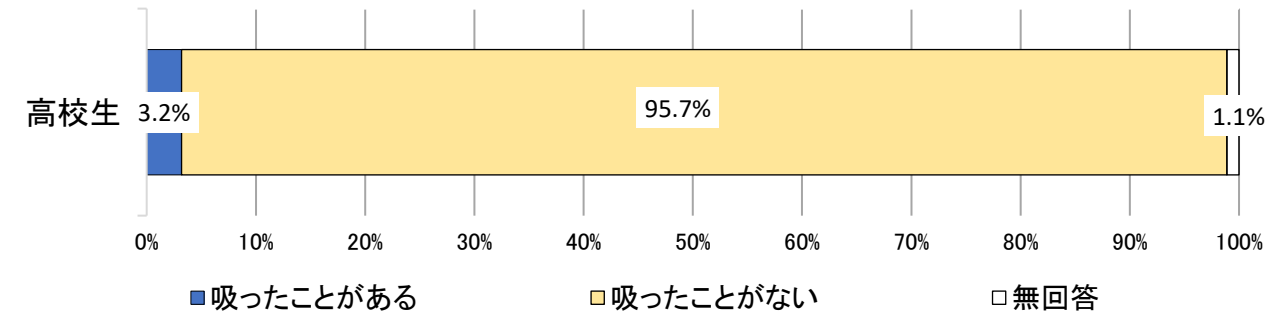
内訳	全体	小学生	中学生	高校生
項目	655	244	224	187
いる	94.7%	94.7%	95.1%	94.2%
いない	4.7%	4.5%	4.5%	5.3%
無回答	0.6%	0.8%	0.4%	0.5%

受動喫煙(たばこの煙やにおいを感じる場面)の状況(複数回答)



内訳	小学生	中学生	高校生
項目	244	224	187
家の中	18.9%	17.0%	14.4%
車の中	14.3%	12.1%	11.8%
食事をするお店	4.9%	5.8%	3.7%
買い物をするお店	5.7%	6.7%	7.0%
公園	4.1%	5.4%	5.4%
道路・歩道	15.2%	22.3%	27.3%
その他	11.1%	4.5%	5.9%
ない	45.9%	55.4%	47.6%
無回答	1.2%	0.9%	1.1%

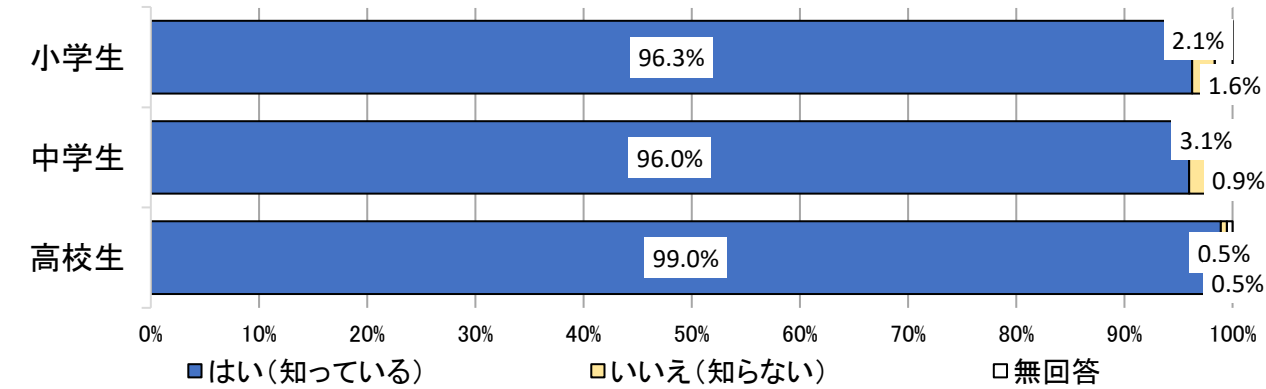
喫煙経験の有無(高校生のみ)



項目 \ 内訳	高校生	男子	女子
	187	77	108
吸ったことがある	3.2%	6.5%	0.9%
吸ったことがない	95.7%	92.2%	98.2%
無回答	1.1%	1.3%	0.9%

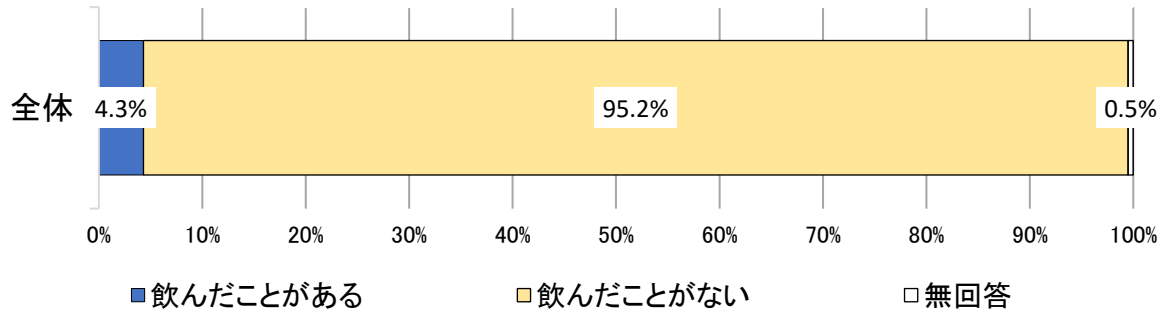
※性別無回答は表示していない

たばこが体に及ぼす害(悪影響)の認知度



項目 \ 内訳	小学生	中学生	高校生
	244	224	187
はい(知っている)	96.3%	96.0%	99.0%
いいえ(知らない)	2.1%	3.1%	0.5%
無回答	1.6%	0.9%	0.5%

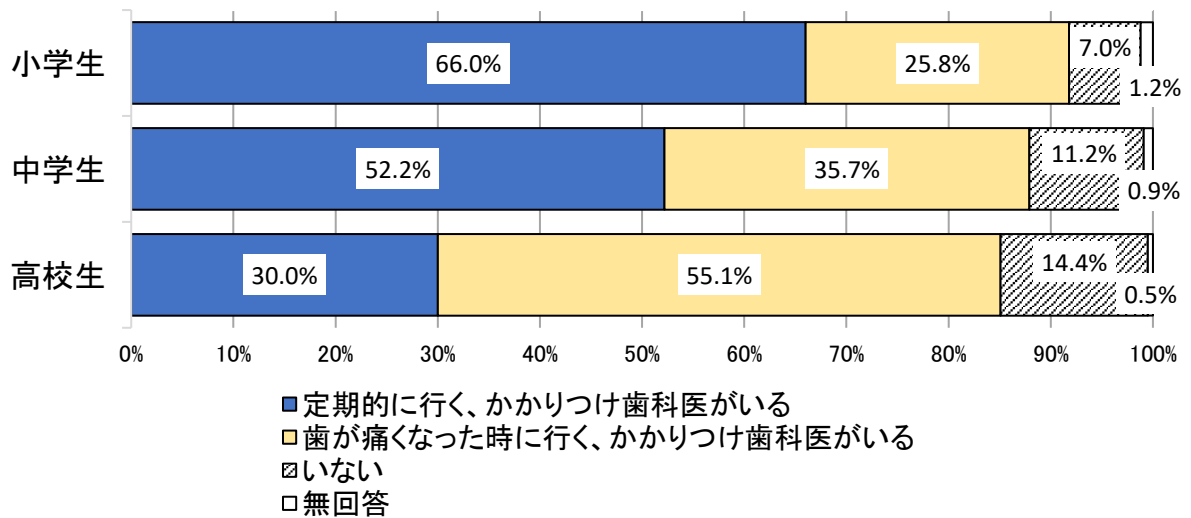
飲酒経験の有無(高校生のみ)



項目 \ 内訳	全体	男子	女子
飲んだことがある	187	77	108
飲んだことがない	4.3%	3.9%	3.7%
飲んだことがない	95.2%	94.8%	96.3%
無回答	0.5%	1.3%	

※性別無回答は表示していない

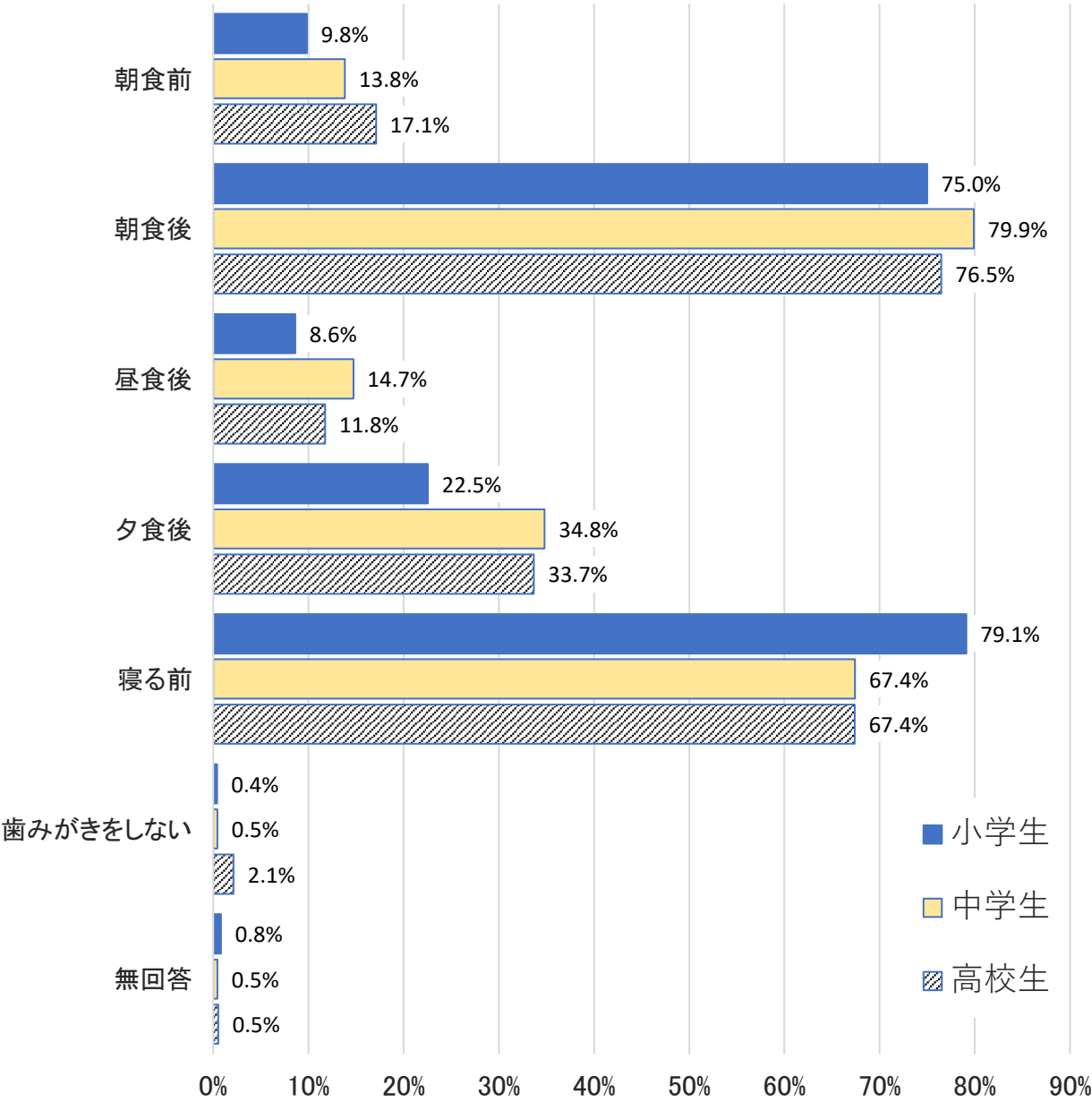
かかりつけ歯科医の有無



項目 \ 内訳	全体	小学生	中学生	高校生
定期的に行く、かかりつけ歯科医がいる	655	244	224	187
定期的に行く、かかりつけ歯科医がいる	51.0%	66.0%	52.2%	30.0%
歯が痛くなった時に行く、かかりつけ歯科医がいる	37.6%	25.8%	35.7%	55.1%
いない	10.5%	7.0%	11.2%	14.4%
無回答	0.9%	1.2%	0.9%	0.5%

小学生・中学生・高校生
11 歯磨きのタイミング

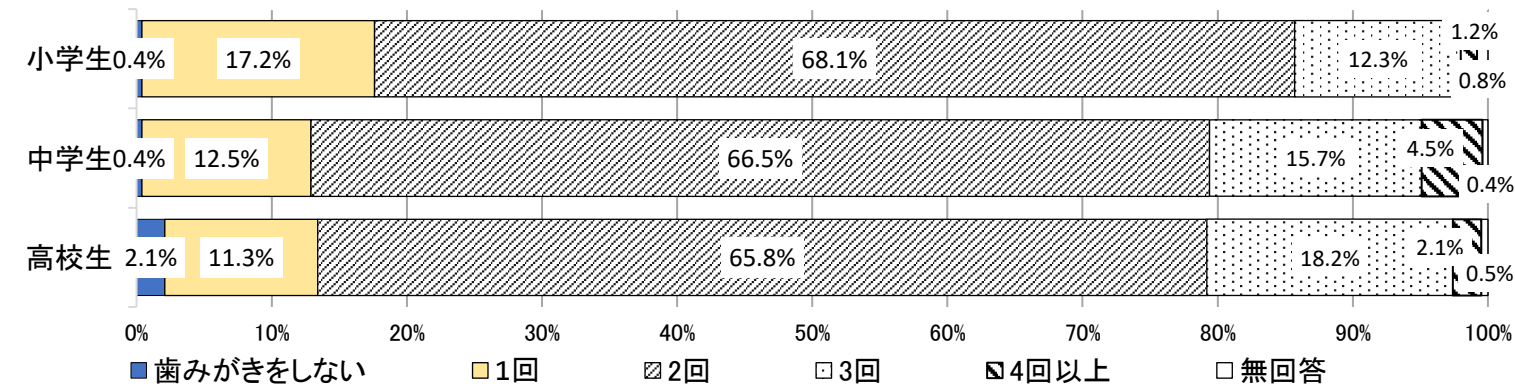
歯磨きのタイミング(複数回答)



内訳	小学生	中学生	高校生
項目	479	474	391
朝食前	9.8%	13.8%	17.1%
朝食後	75.0%	79.9%	76.5%
昼食後	8.6%	14.7%	11.8%
夕食後	22.5%	34.8%	33.7%
寝る前	79.1%	67.4%	67.4%
歯みがきをしない	0.4%	0.5%	2.1%
無回答	0.8%	0.5%	0.5%

再集計(歯磨きのタイミング) 歯磨きの回数

R5.8.17 民生常任委員会
R5.8.22 市政協議会



項目	内訳	全体	小学生	中学生	高校生
歯みがきをしない		655	244	224	187
1回		13.9%	17.2%	12.5%	11.3%
2回		66.9%	68.1%	66.5%	65.8%
3回		15.1%	12.3%	15.7%	18.2%
4回以上		2.6%	1.2%	4.5%	2.1%
無回答		0.6%	0.8%	0.4%	0.5%

(再掲)

項目	内訳	全体	小学生	中学生	高校生
歯みがきをしない		655	244	224	187
1回		13.9%	17.2%	12.5%	11.3%
2回以上		84.6%	81.6%	86.6%	86.1%
無回答		0.6%	0.8%	0.5%	0.5%

歯磨き回数の内訳

小学生

単位:人

歯みがきをしない	1
1回	42
朝食後	3
夕食後	2
寝る前	37
2回	166
朝食前、夕食後	2
朝食前、寝る前	14
朝食後、夕食後	29
朝食後、寝る前	119
昼食後、夕食後	2
3回	30
朝食前、朝食後、夕食後	2
朝食前、朝食後、寝る前	3
朝食前、夕食後、寝る前	1
朝食後、昼食後、夕食後	8
朝食後、昼食後、寝る前	9
朝食後、夕食後、寝る前	7
4回	3
朝食前、朝食後、昼食後、寝る前	1
朝食前、朝食後、夕食後、寝る前	1
朝食後、昼食後、夕食後、寝る前	1
無回答	2

中学生

単位:人

歯みがきをしない	1
1回	28
朝食前	1
朝食後	9
夕食後	3
寝る前	15
2回	149
朝食前、夕食後	2
朝食前、寝る前	15
朝食後、夕食後	39
朝食後、寝る前	89
昼食後、夕食後	1
昼食後、寝る前	1
夕食後、寝る前	2
3回	35
朝食前、朝食後、昼食後	1
朝食前、朝食後、夕食後	1
朝食前、朝食後、寝る前	3
朝食前、昼食後、夕食後	1
朝食前、昼食後、寝る前	1
朝食後、昼食後、夕食後	12
朝食後、夕食後、寝る前	16
4回	9
朝食前、朝食後、昼食後、夕食後	1
朝食前、朝食後、昼食後、寝る前	1
朝食前、昼食後、夕食後、寝る前	3
朝食後、昼食後、夕食後、寝る前	4
5回	1
朝食前、朝食後、昼食後、夕食後、寝る前	1
無回答	1

高校生

単位:人

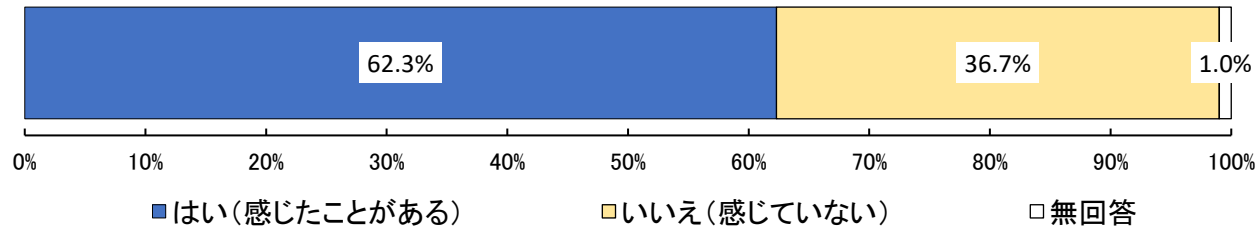
歯みがきをしない	4
1回	21
朝食前	3
朝食後	4
夕食後	3
寝る前	11
2回	123
朝食前、夕食後	1
朝食前、寝る前	16
朝食後、夕食後	33
朝食後、寝る前	70
昼食後、夕食後	1
夕食後、寝る前	2
3回	34
朝食前、朝食後、夕食後	3
朝食前、朝食後、寝る前	5
朝食前、夕食後、寝る前	1
朝食後、昼食後、夕食後	7
朝食後、昼食後、寝る前	10
昼食後、夕食後、寝る前	8
4回	3
朝食前、朝食後、昼食後、夕食後	1
朝食前、朝食後、夕食後、寝る前	1
朝食後、昼食後、夕食後、寝る前	1
5回	1
朝食前、朝食後、昼食後、夕食後、寝る前	1
無回答	1

(再掲)歯みがきの回数が1日2回の内訳

区分	小学生	中学生	高校生
朝食後と寝る前	71.7%	59.7%	56.9%
朝食後と夕食後	17.5%	26.2%	26.8%
朝食前と寝る前	8.4%	10.1%	13.0%
その他	2.4%	4.0%	3.3%

再掲 ストレスの有無(直近1ヶ月以内)(小学生・中学生・高校生・一般(19歳以上))

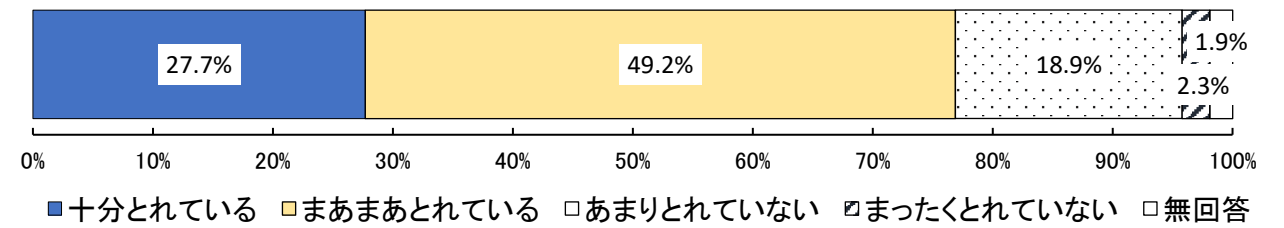
【全体】



項目 \ 内訳	全体	小学生	中学生	高校生	一般(19歳以上)
	1,993	244	224	187	1,338
はい(感じたことがある)	62.3%	54.9%	39.3%	52.4%	68.8%
いいえ(感じていない)	36.7%	44.3%	60.7%	47.6%	29.8%
無回答	1.0%	0.8%			1.4%

再掲 睡眠での休養が取れているか(直近1ヶ月以内)(小学生・中学生・高校生・一般(19歳以上))

【全体】

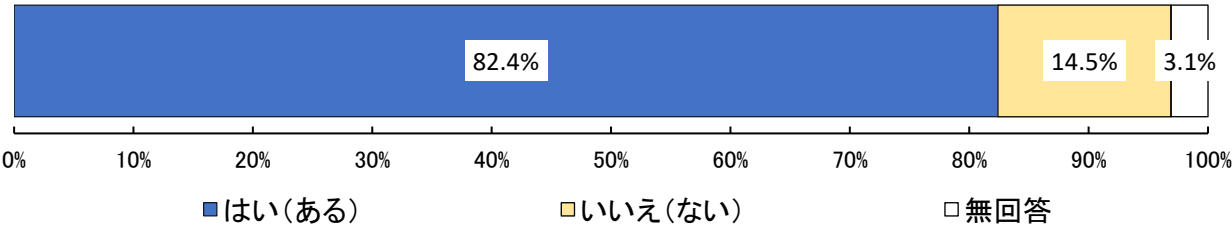


項目 \ 内訳	全体	小学生	中学生	高校生	一般(19歳以上)
	1,993	244	224	187	1,338
十分とれている	27.7%	14.8%	42.0%	27.3%	27.7%
まあまあとれている	49.2%	29.1%	51.3%	51.9%	52.1%
あまりとれていない	18.9%	42.2%	5.8%	19.3%	16.8%
まったくとれていない	2.3%	13.1%	0.4%	1.1%	0.8%
無回答	1.9%	0.8%	0.4%	0.5%	2.6%

再掲 趣味や生きがいの有無 小学生・中学生・高校生・19歳以上

再掲 趣味や生きがいの有無(小学生・中学生・高校生・一般(19歳以上))

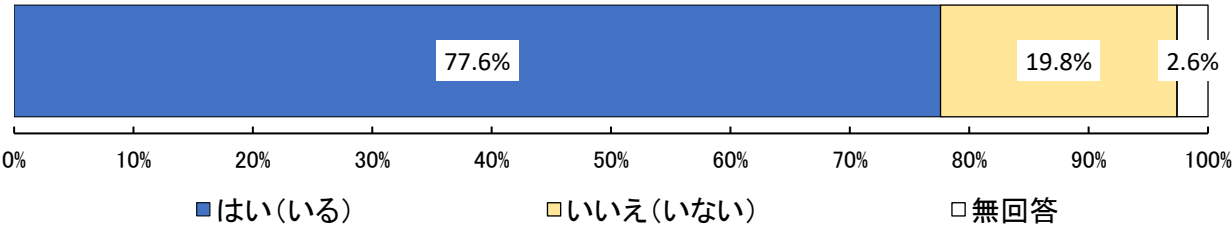
【全体】



項目 \ 内訳	全体	小学生	中学生	高校生	一般(19歳以上)
	1,993	244	224	187	1,338
はい(ある)	82.4%	99.6%	97.8%	97.8%	74.5%
いいえ(ない)	14.5%		0.9%	1.1%	21.4%
無回答	3.1%	0.4%	1.3%	1.1%	4.1%

再掲 自分の悩みを気軽に相談できる人の有無(小学生・中学生・高校生・一般(19歳以上))

【全体】



内訳	全体	小学生	中学生	高校生	一般(19歳以上)
項目	1,993	244	224	187	1,338
はい(いる)	77.6%	94.7%	95.1%	94.2%	69.2%
いいえ(いない)	19.8%	4.5%	4.5%	5.3%	27.2%
無回答	2.6%	0.8%	0.4%	0.5%	3.6%

健康に関する意識・生活アンケート調査票

あてはまる項目に○または、数値をご記入ください。

あなたのことをお聞きします。

【○は1つだけ】

性別	1 男性	2 女性						
年代	1 10代	2 20代	3 30代	4 40代	5 50代	6 60代	7 70代	8 80代以上
職業	※兼業の場合は、主たる職業 1 お勤め(会社員、公務員、団体職員、パート、アルバイトなど) 2 自営業(農林水産業、商工サービス業、自由業、内職など) 3 家事従事者 4 学生(大学生、専門学校生など) 5 その他(無職を含む)							

自身の健康管理について、お聞きします。

問 1 心身の健康状態はどうか。【○は1つだけ】

- 1 とても健康である 2 健康である
3 あまり健康ではない 4 健康でない

問 2 身長と体重を教えてください。

身長 . cm (記入例) 1 5 7 . 5 cm

体重 . kg (記入例) 5 2 . 7 kg

問 3 かかりつけ医がいますか。【○は1つだけ】

- 1 通院・治療中のかかりつけ医がいる
2 具合が悪い時や健診のために行く、かかりつけ医がいる
3 いない

問 4 かかりつけ歯科医がいますか。【○は1つだけ】

- 1 定期的に行く、かかりつけ歯科医がいる
2 歯が痛くなった時に行く、かかりつけ歯科医がいる
3 いない

栄養・食生活について、お聞きします。**問 5** 毎日、朝食※を食べていますか。【○は1つだけ】

- 1 毎日食べる 2 週に4、5日は食べる 3 週に2、3日は食べる
4 ほとんど食べない

※朝食を食べるとは、エネルギー源となる食べ物、飲み物を食べた・飲んだことを指します。

問 6 主食※¹、主菜※²、副菜※³の3つそろった食事が1日2回以上ある日は、週に何日ありますか。【○は1つだけ】

- 1 ほぼ毎日 2 週に4、5日 3 週に2、3日 4 ほとんどない

※1 主食：ごはん、パン、麺 ※2 主菜：肉・魚・卵・大豆製品などを使った料理
※3 副菜：野菜、きのこ・海藻などを使った料理

問 7 普段の食生活で以下の内容を、どの程度取り組んでいますか。【それぞれ○は1つだけ】

項目	とても 気をつけている	気をつけている	気をつけていない
エネルギー（カロリー）を調整すること	1	2	3
塩分を摂りすぎない（減塩すること）	1	2	3
脂肪分（あぶら）の量と質を調整すること	1	2	3
糖分（甘いもの）を摂りすぎないこと	1	2	3
野菜をたくさん食べるようにすること	1	2	3
果物を食べること	1	2	3

身体活動・運動について、お聞きします。**問 8** 運動（からだを動かす遊びを含む）やスポーツをすることは好きですか。【○は1つだけ】

- 1 好き 2 やや好き 3 やや嫌い 4 嫌い

問 9 運動習慣※は、ありますか。【○は1つだけ】

- 1 はい 2 いいえ 3 健康上の理由で運動できない

※ 運動習慣とは、1回30分以上の運動を週2回以上、1年以上継続していることです。

【どちらかの枠内に数値を記入してください】

(記入例) 時間: 分 または 歩数: 歩

1 はい 2 いいえ

1 はい 2 いいえ

1 はい 2 いいえ

1 はい 2 いいえ

休養・こころの健康について、お聞きます。

1 はい 2 いいえ

- 1 運動する・体を動かす
- 2 趣味を楽しんだり、リラックスしたりする時間をとる
- 3 我慢して耐える
- 4 家族や友人に悩みを聞いてもらう
- 5 解決をあきらめて放棄する
- 6 何とかなると楽観的に考えようと努める
- 7 酒を飲む
- 8 たばこを吸う
- 9 食べる
- 10 その他()
- 11 特にない

問 17 この1か月間、睡眠で休養が十分とれていますか。【○は1つだけ】

- | | |
|-------------|--------------|
| 1 十分とれている | 2 まあまあとれている |
| 3 あまりとれていない | 4 まったくとれていない |

問 18 この1か月間の1日の平均睡眠時間はどれくらいですか。【○は1つだけ】

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

問 19 趣味や生きがいはありますか。【○は1つだけ】

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

問 20 自分の悩みを気軽に相談できる人はいますか。【○は1つだけ】

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

問 21 ゲートキーパー※という存在を知っていますか。【○は1つだけ】

- | | | |
|---------------|-------------|--------|
| 1 名称も役割も知っている | 2 名称だけ知っている | 3 知らない |
|---------------|-------------|--------|

※ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。

問 22 自殺予防週間※¹ または自殺対策強化月間※²があることを知っていますか。

【○は1つだけ】

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

※1 自殺予防週間：毎年9/10～9/16 ※2 自殺対策強化月間：毎年3月

（問22 で、「1 はい」と答えた方にお聞きします。）

問 22-1 自殺予防週間または自殺対策強化月間を何で知りましたか。

【あてはまるものすべてに○】

- | | | | |
|-------|-------------------------------|----------|---------------|
| 1 テレビ | 2 ラジオ | 3 ホームページ | 4 インターネット・SNS |
| 5 職場 | 6 その他（ ） | | |

問 23 米沢市には心やからだ、生活（家庭・法律・くらしなど）に関する様々な相談窓口があることを知っていますか。【○は1つだけ】

- | |
|------------------------------|
| 1 知っており、相談機関を活用または紹介したことがある |
| 2 知っているが、相談機関を活用または紹介したことはない |
| 3 知らない |

たばこについて、お聞きます。**問 24** たばこ（加熱式や電子たばこを含む）を吸いますか。【○は1つだけ】

- 1 毎日吸う 2 時々吸う 3 吸わない 4 やめた

（問24 で、「1 毎日吸う」「2 時々吸う」と答えた方にお聞きます。）

問 24-1 主に吸っているたばこの種類は、次のうちどれですか。【○は1つだけ】

- 1 紙巻たばこ 2 加熱式たばこ※ 3 その他（ ）

※加熱式たばことは、専用の道具を使って、たばこ葉やその加工品を電気ヒーターで加熱などして吸うタイプのものです。（アイコス、グロー、ブルーム・テックなど）

（問24 で、「1 毎日吸う」「2 時々吸う」と答えた方にお聞きます。）

問 24-2 1日に吸うたばこの本数（カートリッジ数）は、どれくらいですか。【○は1つだけ】

- 1 5本未満 2 5～10本未満 3 10～20本未満
4 20～30本未満 5 30本以上

（問24 で、「1 毎日吸う」「2 時々吸う」と答えた方にお聞きます。）

問 24-3 たばこをやめたいと思いますか。【○は1つだけ】

- 1 やめたい 2 本数を減らしたい 3 やめたくない

問 25 ここ3か月間、自分以外の人吸うたばこ（加熱式たばこを含む）の煙を吸う場面、煙の臭いを感じる場面（受動喫煙）はありましたか。【あてはまるものすべてに○】

- 1 家の中 2 車の中（家族、友人など）
3 職場 4 飲食店
5 小売店 6 公園
7 路上 8 その他（ ）
9 ない

問 26 COPD（慢性閉塞性肺疾患）※という疾患を知っていますか。【○は1つだけ】

- 1 はい 2 いいえ

※COPD（慢性閉塞性肺疾患）とは、主に喫煙により、有害物質を長期に吸い込むことによって肺に炎症がおき、肺の組織が破壊されて、酸素の取り込みや二酸化炭素を排出する機能が低下する疾患です。咳、たん、息切れを主な症状とし、徐々に呼吸障がい progresses。

問 27 医療機関で禁煙治療が受けられることを知っていますか。【○は1つだけ】

- 1 はい 2 いいえ

飲酒について、お聞きします。**問 28** どのくらいの頻度で、お酒（清酒、焼酎、ビールなど）を飲みますか。【○は1つだけ】

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

（問28 で、「1 毎日」から「5 月に1～2回」まで答えた方にお聞きします。）

問 28-1 お酒を飲む日は、1日あたりどれくらいの量を飲みますか。（表1を参考）

【○は1つだけ】

- 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

（問28 で、「1 毎日」から「5 月に1～2回」まで答えた方にお聞きします。）

問 28-2 節度ある適度な飲酒量とは、1日にどれくらいの量だと思いますか。（表1を参考）

【○は1つだけ】

- 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

表1：清酒と他のアルコール飲料の換算表

清酒	他のアルコール飲料に換算（ ）内はアルコール度数				
	ビール (5%)	焼酎 (25%)	ワイン (14%)	ウイスキー (43%)	缶チューハイ (5%)
1合	中瓶1本	0.6合	1/4本	ダブル1杯	ロング缶1本
180ml	500ml	約110ml	約180ml	60ml	500ml
2合	中瓶2本	1.2合	1/2本	ダブル2杯	ロング缶2本
360ml	1000ml	約220ml	約360ml	120ml	1000ml
3合	中瓶3本	1.8合	3/4本	ダブル3杯	ロング缶3本
540ml	(1500ml)	約330ml	約540ml	180ml	1500ml

歯の健康について、お聞きします。**問 29** あなたの歯※は、現在何本ありますか。【枠内に数値を記入してください】

※歯は、むし歯治療でかぶせた歯、差し歯、根だけ残っている歯も1本に数えます。

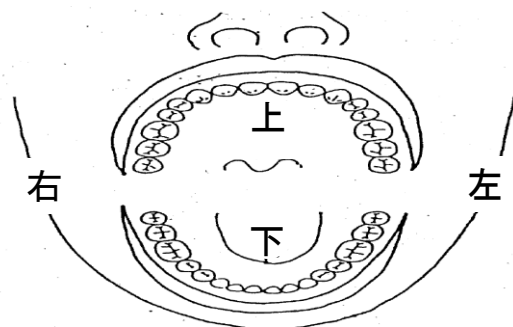
自分の歯は 本 ある （記入例） 本 ある

参考：大人の歯の数

右図を参考にしてください。

大人の歯の数は、親知らずを含めて上下16本ずつ、合計32本あります。

親知らずは、すべての方に生えてくるわけではないので、親知らずの本数によって歯の数は変わり、親知らずのない方は上下14本ずつ、合計28本が基準になります。



問 30 ふだんの生活で、自分の歯や口の中の健康について気になっていることがありますか。

【あてはまるものすべてに○】

- | | |
|--------------|-----------------|
| 1 むし歯 | 2 歯ぐきの不調(腫れ、出血) |
| 3 歯に物がはさまる | 4 口の渇き |
| 5 口の臭い | 6 入れ歯の調子 |
| 7 噛めない食べ物がある | 8 むせることがある |
| 9 その他() | 10 特にない |

問 31 歯周疾患が全身疾患※に影響することを知っていますか。【○は1つだけ】

- 1 はい 2 いいえ

※歯周疾患が影響する全身疾患には、動脈硬化、糖尿病、心筋梗塞、誤えん性肺炎（食べ物や唾液が誤って肺に入っておこる肺炎）などがあります。

目指せ！健康長寿日本一のまち米沢の取組について、お聞きします。

問 32 米沢市が健康長寿日本一に向けて取り組んでいる事で、知っていることを教えてください。

【あてはまるものすべてに○】

- 1 米沢市健康長寿のまちづくり推進条例の制定
- 2 健康長寿のまちづくり認定団体認定制度の取組
- 3 健診(検診)受診率向上の取組(健診ガイドブックの全戸配布等)
- 4 減塩の取組(市民や企業を対象とした適塩教室等)
- 5 野菜摂取量増加に向けた取組(＃よねざわベジアップキャンペーン等)
- 6 よねざわ健康マイレージ事業
- 7 ウォーキングの推進(オクトーバーラン&ウォーク等)
- 8 コミュニティセンターが実施する健康長寿推進事業への支援
- 9 こころの健康づくりの推進(ゲートキーパー養成講座、自殺予防週間や自殺対策強化月間での普及啓発等)
- 10 名前は聞いたことはあるが、内容は知らない
- 11 初めて知った
- 12 その他()

問 33 「健康長寿日本一のまち米沢」を目指すために、特に力を入れたほうがよいと思うものはどれですか。【○は1つだけ】

- | | | |
|-------------|------------------|----------|
| 1 運動の推進 | 2 からだ、歯・口腔の健康づくり | 3 食生活の改善 |
| 4 こころの健康づくり | 5 その他() | |

問 34 その他、健康づくり全般（栄養・食生活、身体活動・運動、休養・こころの健康、たばこ、飲酒、歯の健康、生活習慣病など）について、ご意見やご要望、ご提案がありましたら、記入してください。

調査は、以上となります。
ご協力いただき、誠にありがとうございました。

郵送での回答の場合は、同封の返信用封筒に入れて、
11月2日（水）までお近くのポストに投函してください。
（切手は不要です。）

あてはまるものに○をつけるか、^{すうじ}数字^かを書いてください。

性別	1 男性	2 女性
身長	. cm	(記入例) 1 4 1 . 2 cm
体重	. kg	(記入例) 3 6 . 0 kg

問 6

にっちゅうあさ ^じ ゆうがた ^じ あいだ ^{ねむ}
 日中(朝9時から夕方4時の間)、眠くなることはありますか。【○は1つだけ】

- 1 よくある 2 ときどきある 3 あまりない 4 まったくない

問 7

まいにち ^{よる} ^ね ^{あさ} ^お ^{じかん}
 毎日、夜寝てから朝起きるまでの時間は、どのくらいですか。【○は1つだけ】

- 1 5時間より少ない 2 5時間から7時間の間
 3 7時間から9時間の間 4 9時間より多い

問 8

す ^{たの}
 好きなことや楽しめることはありますか。【○は1つだけ】

- 1 はい 2 いいえ

問 9

じぶん ^{なや} ^{そうだん} ^{ひと}
 自分の悩みを相談できる人はいますか。【あてはまるものすべてに○】

- 1 お父さん、お母さん 2 兄弟、姉妹
 3 おじいちゃん、おばあちゃん 4 友達
 5 学校の先生 6 その他()
 7 いない

問 10

せいかつ ^{なか} ^{けむり} ^{かん} ^{ばしょ}
 生活の中で、たばこの煙やにおいを感じる場所がありますか。【あてはまるものすべてに○】

- 1 お家の中 2 車の中
 3 食事をするお店 4 買い物をするお店
 5 公園 6 道路・歩道
 7 その他() 8 ない

問 11

たばこやたばこの煙を吸うことは、自分のからだに悪いことを知っていますか。
 【○は1つだけ】

- 1 はい 2 いいえ

じぶん ^は ^{おし}
 自分の歯について、教えてください。

問 12

よく行く歯医者(かかりつけ歯科医)はいますか。【○は1つだけ】

- 1 よく行く(1～3か月に1回)、かかりつけ歯科医がいる
 2 歯がいたくなったりときだけ行く、かかりつけ歯科医がいる
 3 いない

問 13

歯みがきは、いつしていますか。【あてはまるものすべてに○】

- 1 朝ごはんの前 2 朝ごはんの後 3 昼ごはんの後
 4 夕ごはんの後 5 寝る前 6 歯みがきをしない

アンケートは、これで終わりです。ありがとうございました。

健康に関する意識・生活アンケート調査票

あてはまるものに○をつけるか、数字を書いてください。

あなたのことを教えてください。

性別	1 男性 2 女性	
身長	. cm	(記入例) 1 5 5 . 8 cm
体重	. kg	(記入例) 4 8 . 6 kg

毎日の食事について、教えてください。

問 1 毎日、朝食を食べていますか。【○は1つだけ】

- 1 毎日食べている 2 週に4、5日は食べる 3 週に2、3日は食べる
4 ほとんど食べない

問 2 朝食と夕食、それぞれ家族と一緒に食べる日はどれくらいありますか。

【それぞれ○は1つだけ】

朝食

- 1 ほぼ毎日 2 週に4、5日 3 週に2、3日 4 ほとんどない

夕食

- 1 ほぼ毎日 2 週に4、5日 3 週に2、3日 4 ほとんどない

ふだんの生活について、教えてください。

問 3 運動(ウォーキング、からだを動かす遊びなど)、スポーツをすることは好きですか。

【○は1つだけ】

- 1 好き 2 やや好き 3 やや嫌い 4 嫌い

問 4 この1か月間、悩みや不安を感じたこと、いやな思いをしたことがありますか。

【○は1つだけ】

- 1 はい 2 いいえ

問 5 悩みや不安を感じたとき、いやな思いをしたときの解決方法がありますか。

【あてはまるものすべてに○】

- | | |
|----------------------------|------------------------|
| 1 運動する、からだを動かす | 2 家族や友達に悩みを聞いてもらう |
| 3 学校の先生に悩みを聞いてもらう | 4 何とかなると考える |
| 5好きなことをして楽しんだり、ゆっくりする時間をとる | 6 ネットで身近でない人に悩みを聞いてもらう |
| 7 解決をあきらめて、知らないふりをする | 8 がまんする |
| 9 ゲームをする、ネット動画を見る | 10 食べる |
| 11 その他() | 12 ない |

問 6 この1か月間、睡眠で休養が十分とれていますか。【○は1つだけ】

- | | |
|-------------|--------------|
| 1 十分とれている | 2 まあまあとれている |
| 3 あまりとれていない | 4 まったくとれていない |

問 7 この1か月間の1日の平均睡眠時間はどれくらいですか。【○は1つだけ】

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

問 8好きなことや楽しめることはありますか。【○は1つだけ】

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

問 9自分の悩みを相談できる人はいますか。【あてはまるものすべてに○】

- | | |
|-----------------|----------|
| 1 お父さん、お母さん | 2 兄弟、姉妹 |
| 3 おじいちゃん、おばあちゃん | 4 友達 |
| 5 学校の先生 | 6 その他() |
| 7 いない | |

問 10生活の中で、たばこの煙やにおいを感じる場所がありますか。【あてはまるものすべてに○】

- | | |
|-----------|------------|
| 1 家の中 | 2 車の中 |
| 3 食事をするお店 | 4 買い物をするお店 |
| 5 公園 | 6 道路・歩道 |
| 7 その他() | 8 ない |

問 11たばこやたばこの煙を吸うことで、自分のからだに悪影響があることを知っていますか。
【○は1つだけ】

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

自分の歯について、教えてください。

問 12よく行く歯医者(かかりつけ歯科医)はいますか。【○は1つだけ】

- | |
|------------------------------|
| 1 よく行く(1～3か月に1回)、かかりつけ歯科医がいる |
| 2 歯が痛くなったときだけ行く、かかりつけ歯科医がいる |
| 3 いない |

問 13歯みがきは、いつしていますか。【あてはまるものすべてに○】

- | | | | |
|-------|------------|-------|-------|
| 1 朝食前 | 2 朝食後 | 3 昼食後 | 4 夕食後 |
| 5 寝る前 | 6 歯みがきをしない | | |

アンケートは、これで終わりです。ありがとうございました。

あてはまるものに○をつけるか、数字を書いてください。

性別	1 男性 2 女性	
身長	. cm	(記入例) 157 . 7 cm
体重	. kg	(記入例) 53 . 2 kg

問 1 毎日、朝食を食べていますか。【○は1つだけ】

- 1 毎日食べている 2 週に4、5日は食べる 3 週に2、3日は食べる
4 ほとんど食べない

問 2 朝食と夕食、それぞれ家族と一緒に食べる日はどれくらいありますか。

【それぞれ○は1つだけ】

朝食

- 1 ほぼ毎日 2 週に4、5日 3 週に2、3日 4 ほとんどない

夕食

- 1 ほぼ毎日 2 週に4、5日 3 週に2、3日 4 ほとんどない

問 3 運動(ウォーキング、からだを動かす遊びなど)、スポーツをすることは好きですか。

【○は1つだけ】

- 1 好き 2 やや好き 3 やや嫌い 4 嫌い

問 4 この1か月間、悩みや不安を感じたこと、いやな思いをしたことがありますか。

【○は1つだけ】

- 1 はい 2 いいえ

問 5 悩みや不安を感じたとき、いやな思いをしたときの解決方法がありますか。

【あてはまるものすべてに○】

- | | |
|-----------------------------|------------------------|
| 1 運動する、からだを動かす | 2 家族や友達に悩みを聞いてもらう |
| 3 学校の先生に悩みを聞いてもらう | 4 何とかなると考える |
| 5 好きなことをして楽しんだり、ゆっくりする時間をとる | 6 ネットで身近でない人に悩みを聞いてもらう |
| 7 解決をあきらめて、知らないふりをする | 8 がまんする |
| 9 ゲームをする、ネット動画を見る | 10 食べる |
| 11 その他() | 12 ない |

問 6 この1か月間、睡眠で休養が十分とれていますか。【○は1つだけ】

- | | |
|-------------|--------------|
| 1 十分とれている | 2 まあまあとれている |
| 3 あまりとれていない | 4 まったくとれていない |

問 7 この1か月間の1日の平均睡眠時間はどれくらいですか。【○は1つだけ】

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

問 8 好きなことや楽しめることはありますか。【○は1つだけ】

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

問 9 自分の悩みを相談できる人はいますか。【あてはまるものすべてに○】

- | | |
|---------|----------|
| 1 父、母 | 2 兄弟、姉妹 |
| 3 祖父、祖母 | 4 友達 |
| 5 学校の先生 | 6 その他() |
| 7 いない | |

問 10 生活の中で、たばこの煙やにおいを感じる場所がありますか。【あてはまるものすべてに○】

- | | |
|-----------|------------|
| 1 家の中 | 2 車の中 |
| 3 食事をするお店 | 4 買い物をするお店 |
| 5 公園 | 6 道路・歩道 |
| 7 その他() | 8 ない |

問 11 たばこを吸ったことがありますか。【○は1つだけ】

- | | |
|------------|------------|
| 1 吸ったことがない | 2 吸ったことがある |
|------------|------------|

問 12 たばこやたばこの煙を吸うことで、自分のからだに悪影響があることを知っていますか。
【○は1つだけ】

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

問 13 お酒を飲んだことがありますか。【○は1つだけ】

- | | |
|------------|------------|
| 1 飲んだことがある | 2 飲んだことがない |
|------------|------------|

自分の歯について、教えてください。

問 14 よく行く歯医者(かかりつけ歯科医)はいますか。【○は1つだけ】

- | |
|------------------------------|
| 1 よく行く(1～3か月に1回)、かかりつけ歯科医がいる |
| 2 歯が痛くなったときだけ行く、かかりつけ歯科医がいる |
| 3 いない |

問 15 歯みがきは、いつしていますか。【あてはまるものすべてに○】

- | | | | |
|-------|------------|-------|-------|
| 1 朝食前 | 2 朝食後 | 3 昼食後 | 4 夕食後 |
| 5 寝る前 | 6 歯みがきをしない | | |

アンケートは、これで終わりです。ありがとうございました。