第２章　調査結果の詳細

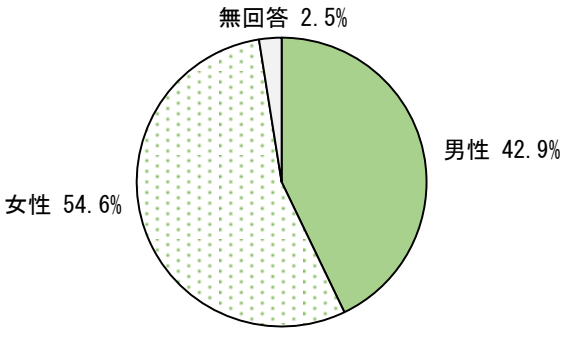
Ⅰ　一般市民調査結果

１．基本属性

（１）性別

Ｆ１　性別（○は１つだけ）

性　別

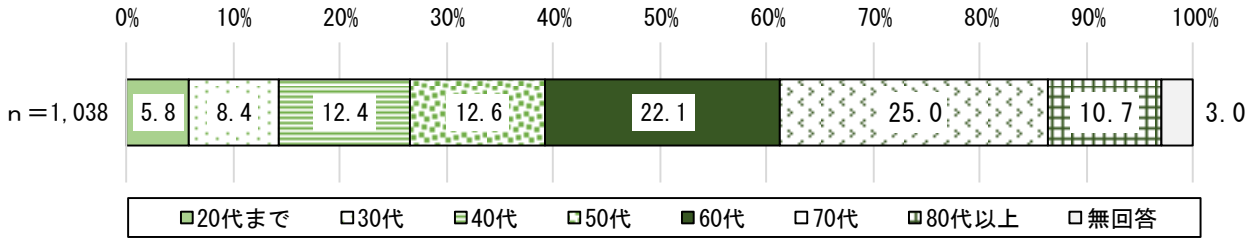


ｎ＝1,038

（２）年齢

Ｆ２　年齢

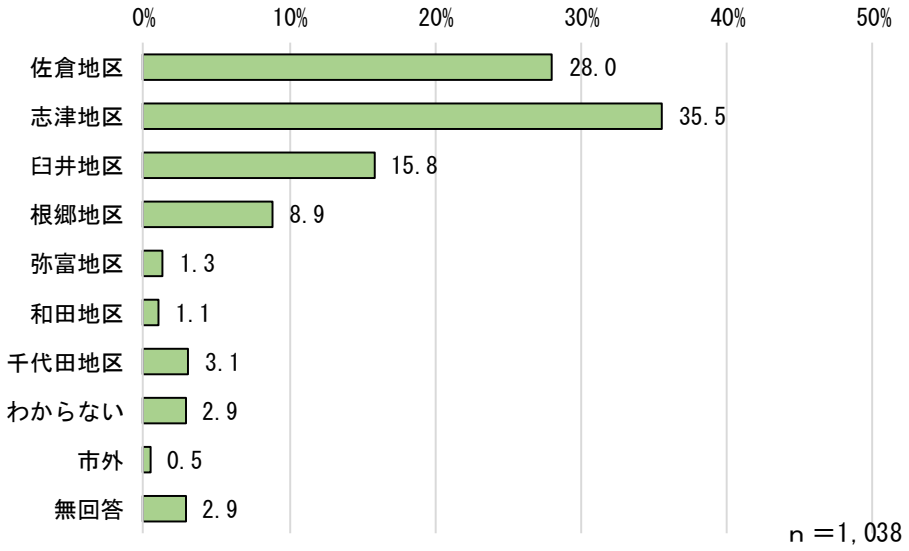
年　齢



（３）居住地域

Ｆ３　お住まいの地区（○は１つだけ）

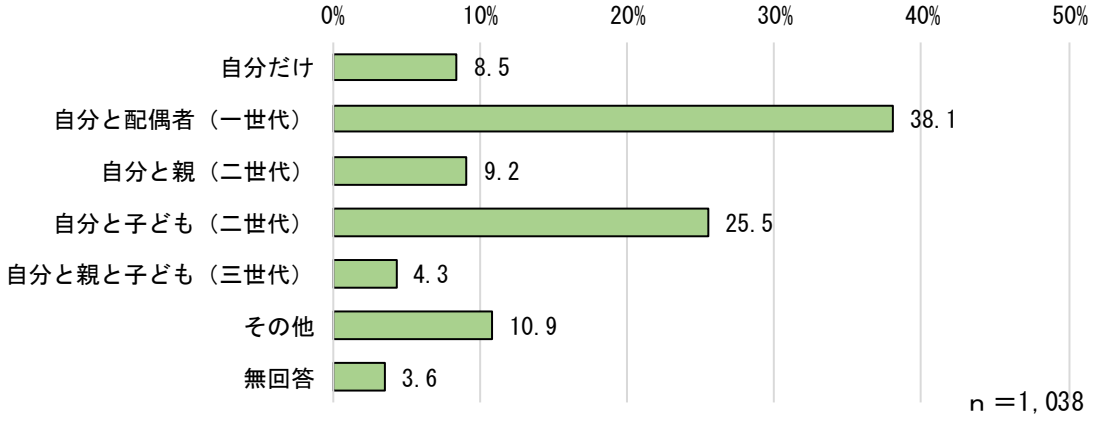
居住地域



（４）同居者

Ｆ４　一緒に住んでいる家族（○は１つだけ）

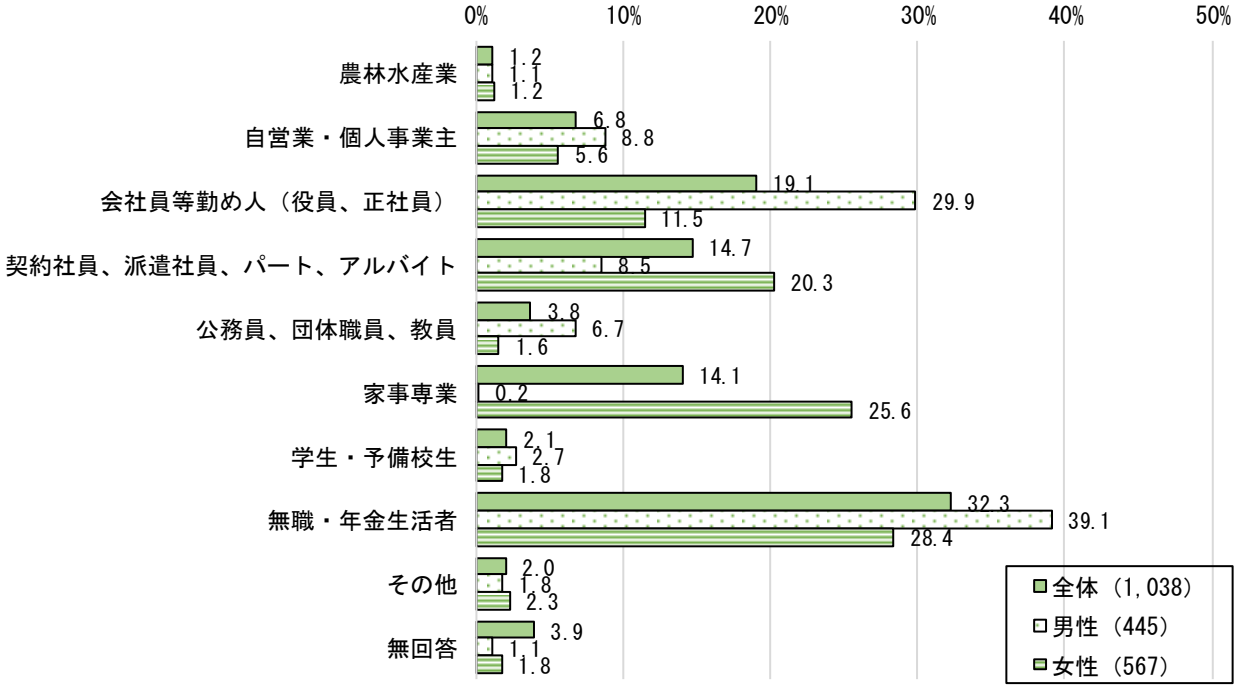
同居者／年齢



（５）職業

Ｆ５　職業（○は１つだけ）

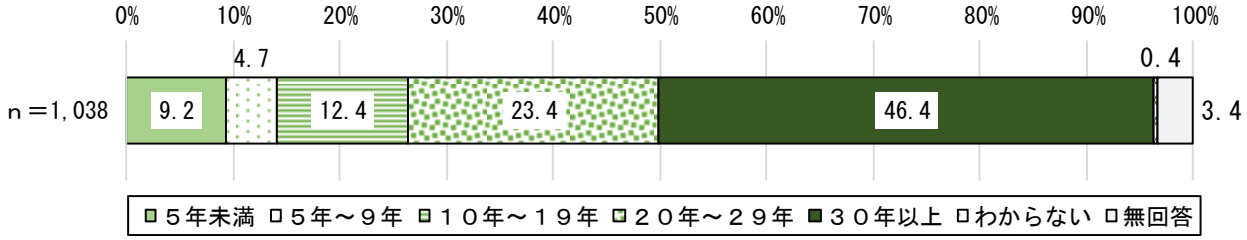
職　業



（６）居住年数

Ｆ６　佐倉市の居住期間（○は１つだけ）

居住年数



２．栄養・食生活

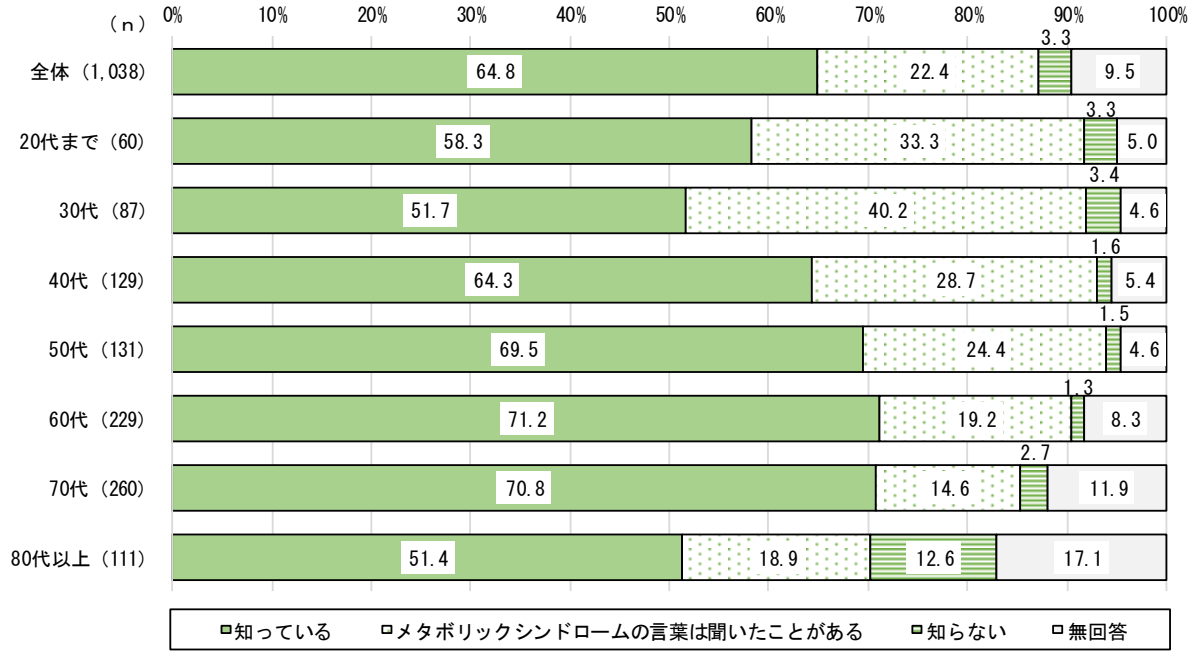
（１）メタボリックシンドローム

問１　メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪型肥満に高血圧・脂質異常・高血糖といった危険因子が加わった状態をいいます。このことを知っていましたか？（○は１つだけ）

メタボリックシンドロームについて、「知っている」が64.8％、「メタボリックシンドロームの言葉は聞いたことがある」が22.4％となっています。

年齢別にみると、＜60代＞と＜70代＞の「知っている」が７割以上となっています。＜30代＞は「知っている」が５割程度となっています。

メタボリックシンドローム／年齢



（２）ＢＭＩ（身長、体重）

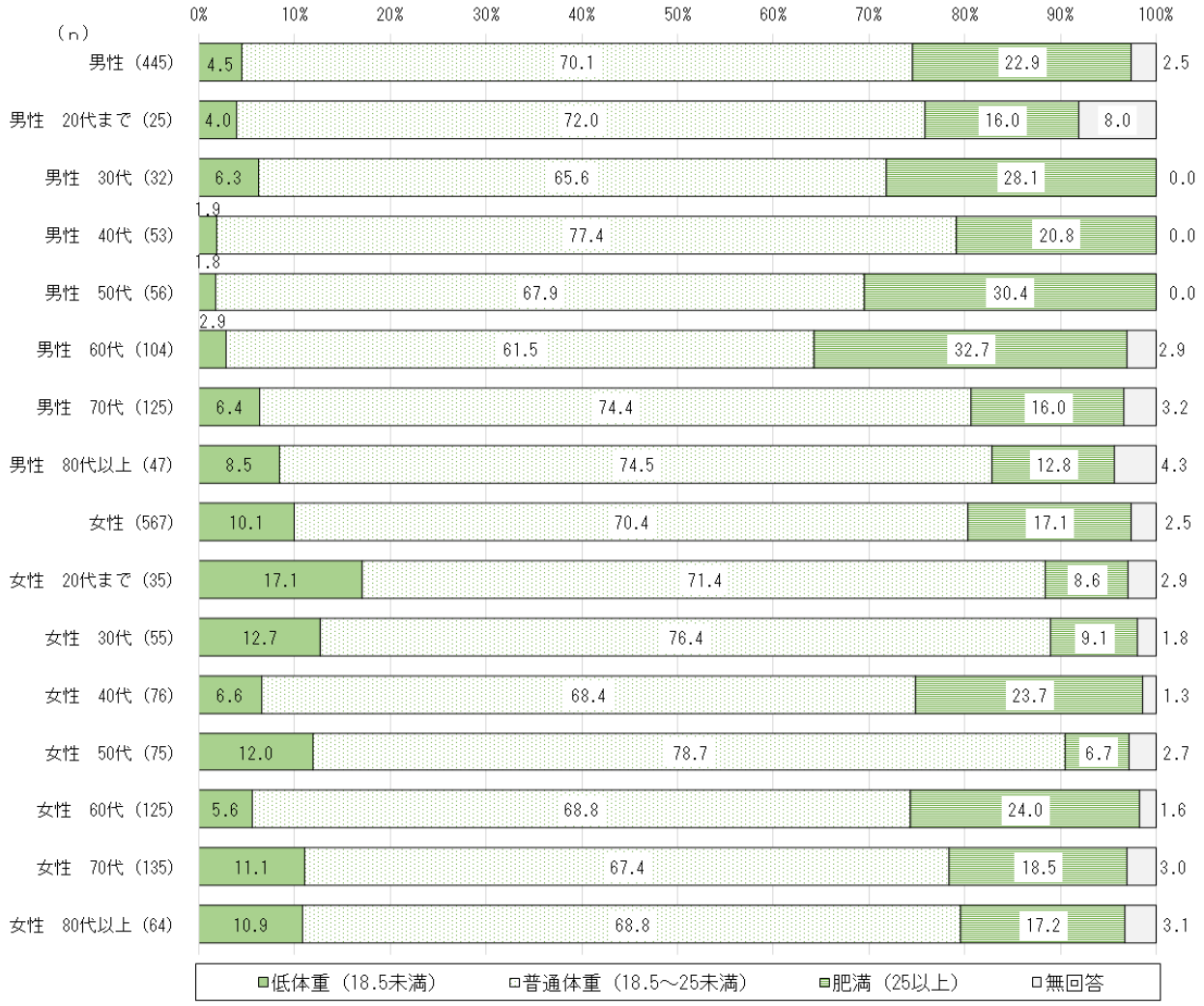
問２　あなたのおおよその身長、体重を整数で教えてください。（小数点以下は四捨五入してください）

数値で記入された身長・体重から、ＢＭＩを算出しました。

性別にみると、「肥満」が＜男性＞は22.9％と＜女性＞より多くなっています。

性・年齢別でみると、＜男性　50代＞と＜男性　60代＞は「肥満」が３割以上となっています。＜女性　20代まで＞は、「低体重」が17.1％となっています。

ＢＭＩ／性別、性・年齢



（３）食生活に関するふだんのこころがけ

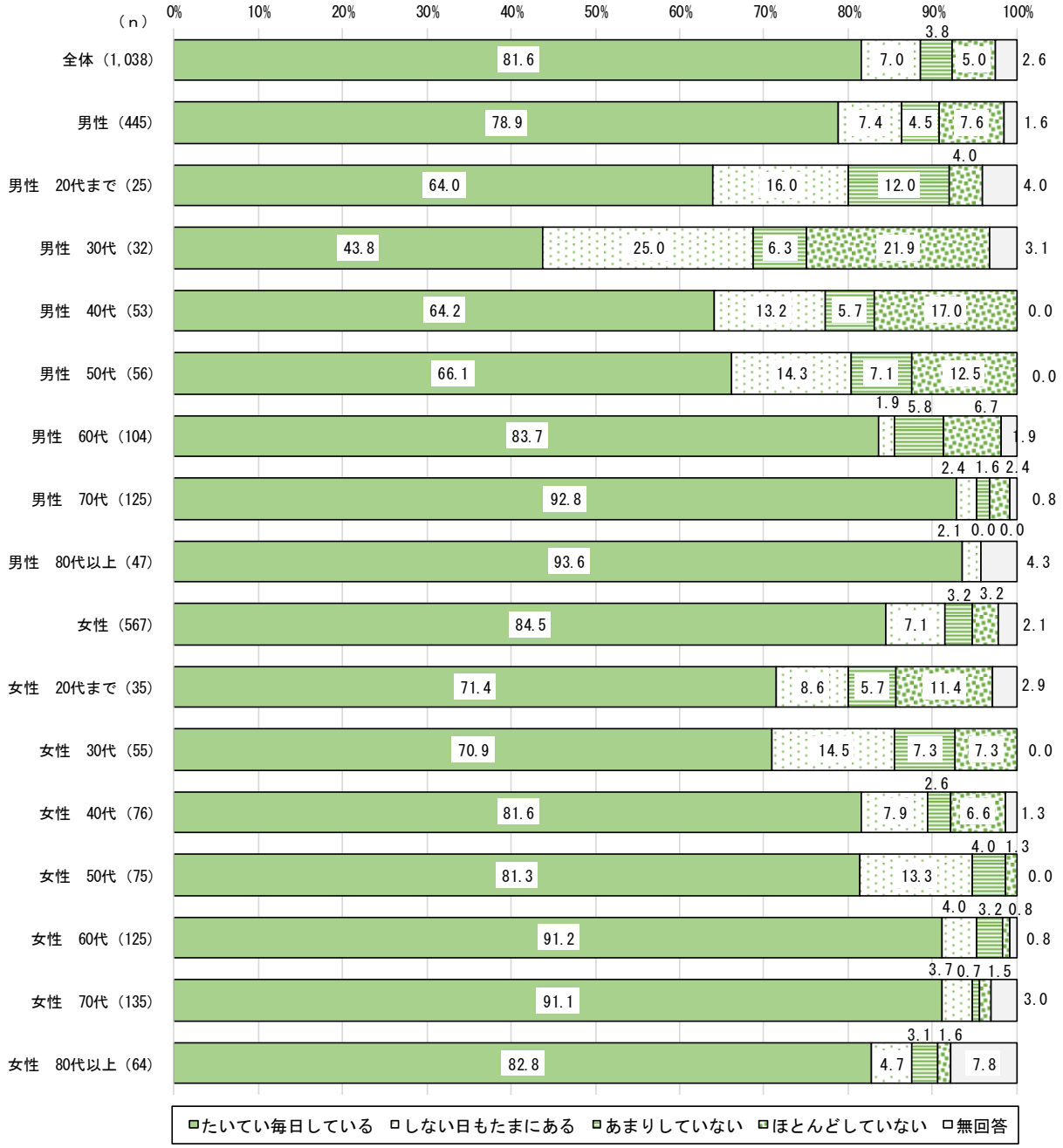
問３　あなたはふだん、次のそれぞれのことをどのくらいしていますか。（それぞれについて、当てはまる番号１つだけに○）

朝食を食べる

朝食を食べるは、「たいてい毎日している」は81.6％、「しない日もたまにある」は7.0％、「ほとんどしていない」が5.0％となっています。

性・年齢別にみると、＜男性　70代＞と、＜男性　80代以上＞、＜女性　60代＞、＜女性　70代＞は「たいてい毎日している」が９割以上となっています。＜男性　30代＞は朝食を食べない人の割合が約3割で他の年代に比べて高くなっています。

朝食を食べる／性別、性・年齢



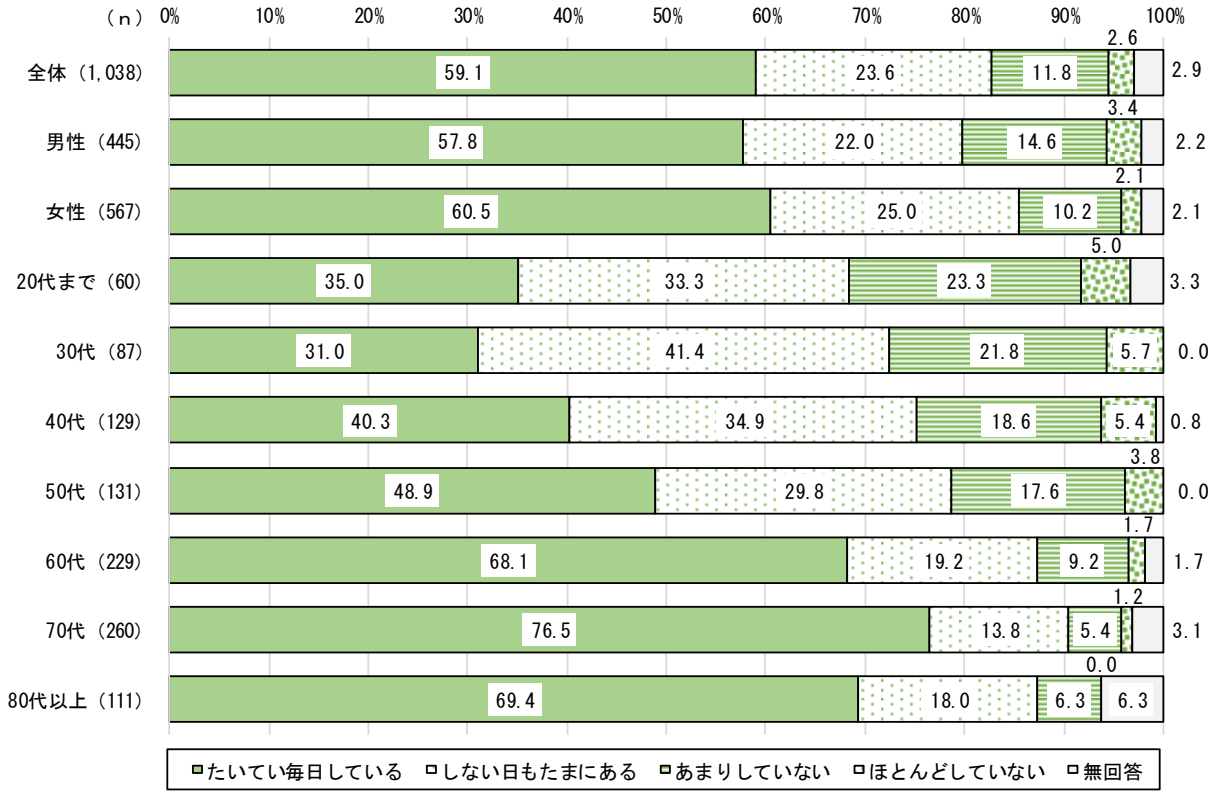
主食、主菜、副菜を組み合わせた食事を１日２回以上食べている

主食、主菜、副菜を組み合わせた食事を１日２回以上食べているは、「たいてい毎日している」が59.1%、「しない日もたまにある」が23.6%となっています。

性別にみると、＜女性＞は「たいてい毎日している」が60.5%と、＜男性＞の57.8%よりも多くなっています。

年齢別にみると、＜70代＞は「たいてい毎日している」が76.5%となっています。＜20代まで＞と＜30代＞、＜40代＞は「しない日もたまにある」が３割以上となっています。

主食、主菜、副菜を組み合わせた食事を１日２回以上食べている／性別、年齢

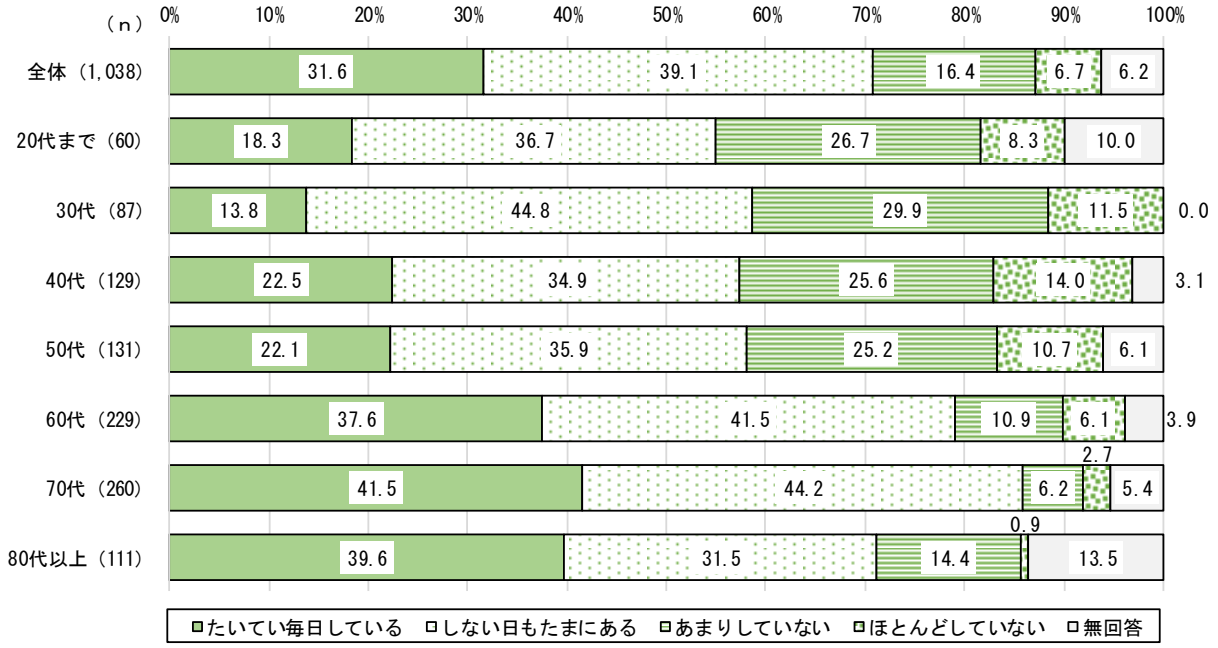


毎食（３食）、野菜料理を食べる

毎食（３食）、野菜料理を食べるは、「たいてい毎日している」が31.6%、「しない日もたまにある」が39.1%、「あまりしていない」が16.4%となっています。

年齢別にみると、＜60代＞と＜70代＞、＜80代以上＞は「たいてい毎日している」が約４割で、他の年代と比べると高くなっています。＜30代＞と＜40代＞、＜50代＞は「ほとんどしていない」が１割以上となっています。

毎食（３食）、野菜料理を食べる／年齢

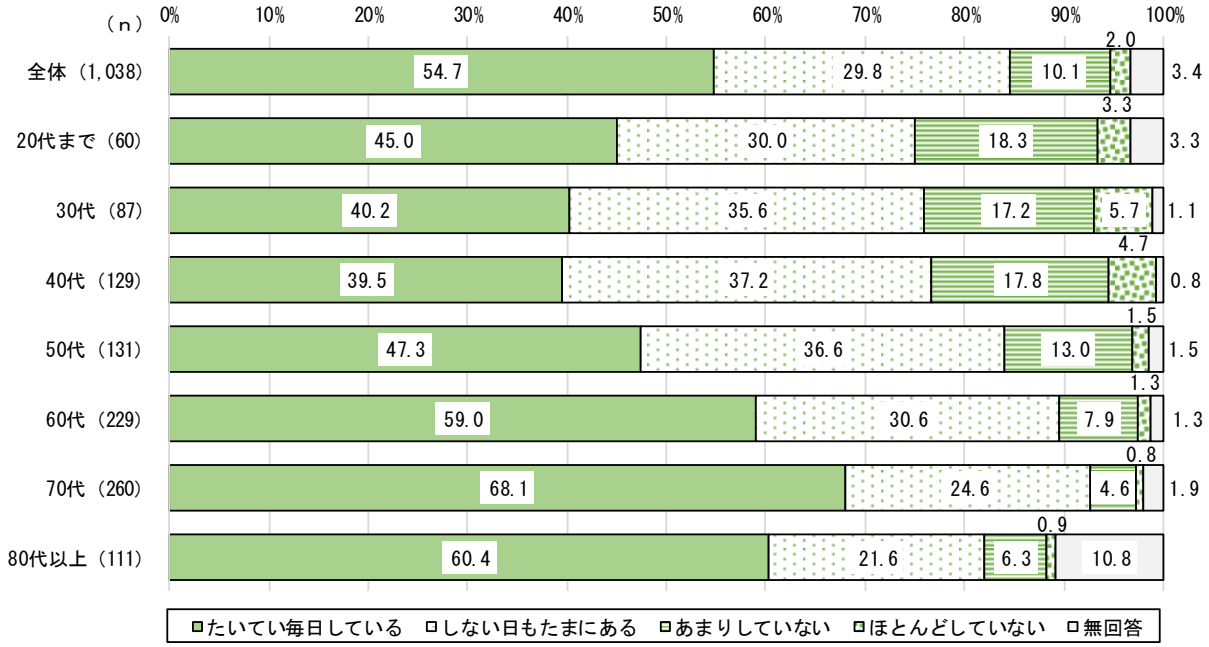


カルシウムを多く含む食品（乳製品・豆類・緑黄色野菜など）を食べている

カルシウムを多く含む食品（乳製品・豆類・緑黄色野菜など）を食べているは、「たいてい毎日している」が54.7％、「しない日もたまにある」が29.8％、「あまりしていない」が10.1％となっています。

年齢別にみると、＜70代＞と＜80代以上＞が「たいてい毎日している」が６割以上となっています。

カルシウムを多く含む食品（乳製品・豆類・緑黄色野菜など）を食べている／年齢

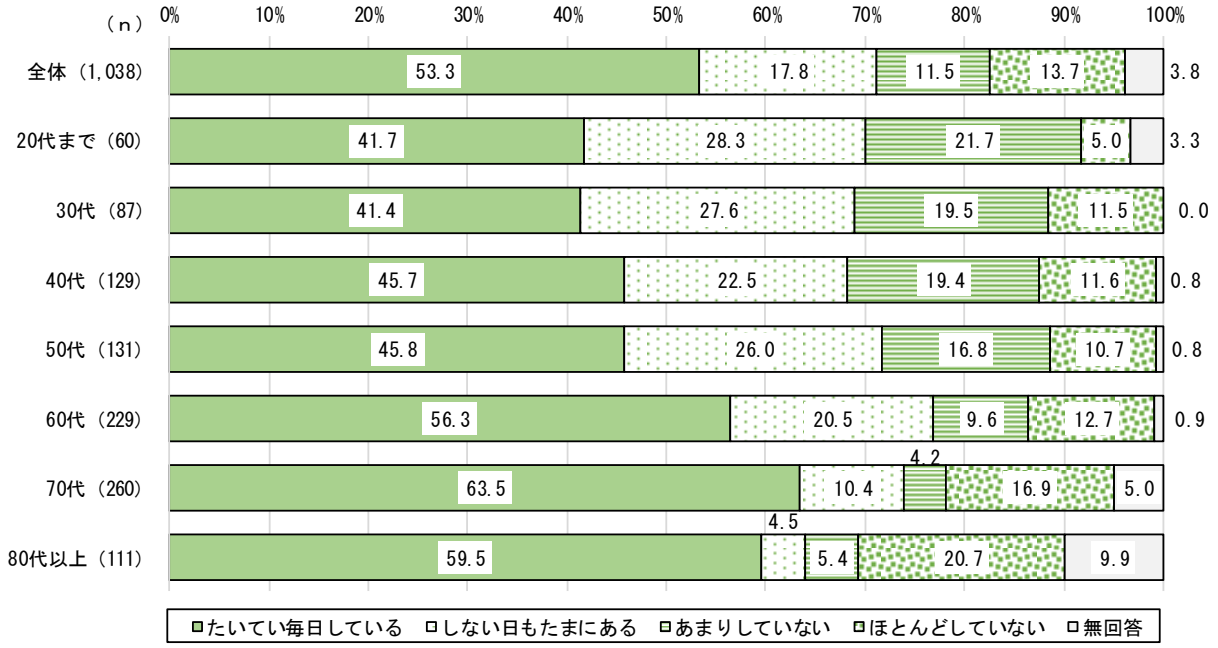


夜遅い時間の食事や飲酒をひかえる

夜遅い時間の食事や飲酒をひかえるは、「たいてい毎日している」が53.3%、「しない日もたまにある」が17.8%、「ほとんどしていない」が13.7%となっています。

年齢別にみると、＜70代＞と＜80代以上＞は「たいてい毎日している」が約６割、＜80代以上＞は「ほとんどしていない」が約２割となっており、＜20代まで＞と＜30代＞は「しない日もたまにある」が約３割となっています。

夜遅い時間の食事や飲酒をひかえる／年齢



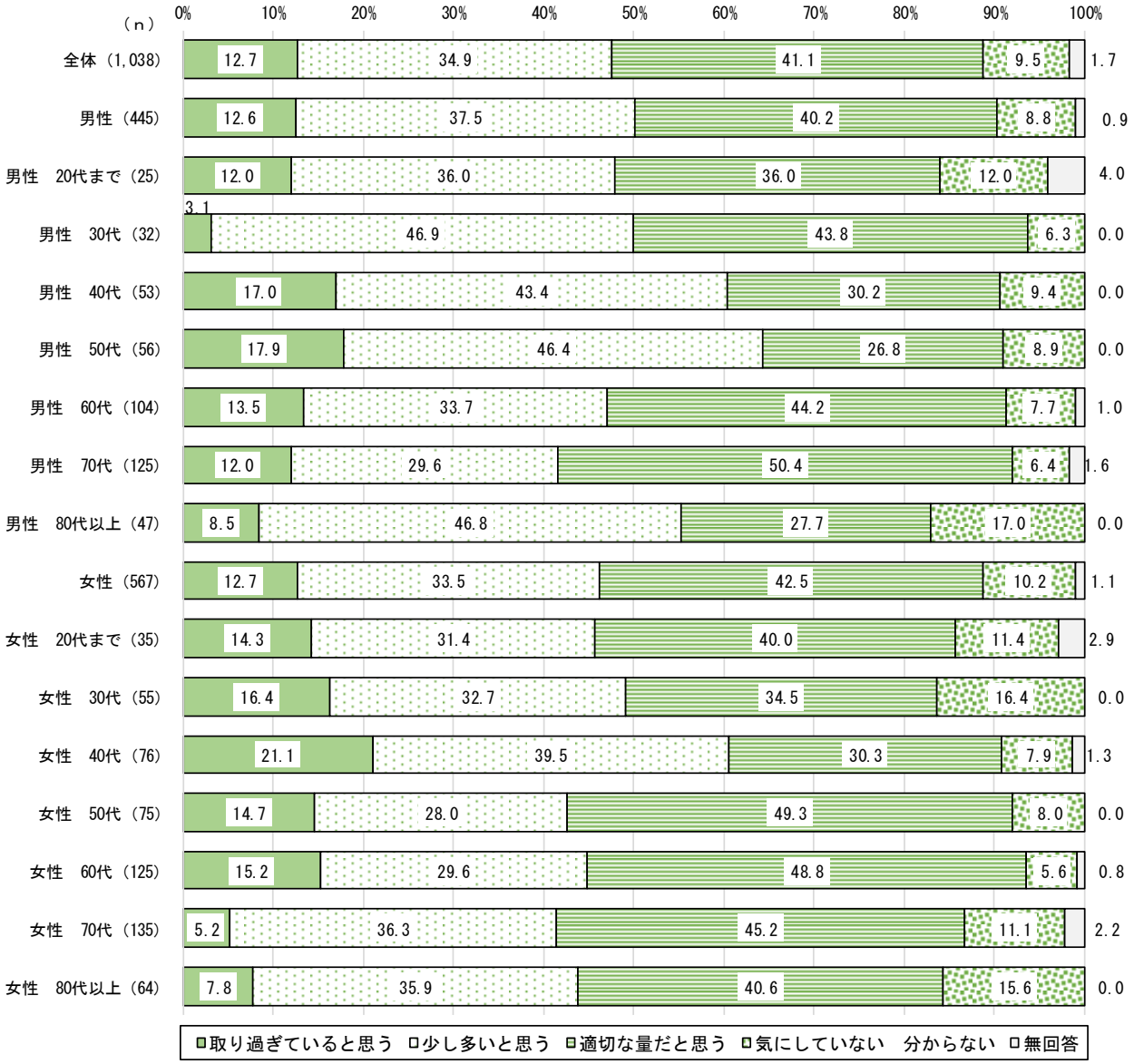
問４　あなたの塩分の摂取状況についてどのように思いますか。（○は１つだけ）

塩分の摂取状況は、「取り過ぎていると思う」が12.7％、「少し多いと思う」が34.9％、「適切な量だと思う」が41.1％となっています。

性別にみると、＜男性＞は「取り過ぎていると思う」と「少し多いと思う」をあわせた、塩分の摂取が《多い》と思うが、50.1％で、＜女性＞の46.2％より高くなっています。

年齢別にみると、＜男性　40代＞と＜男性　50代＞、＜女性　40代＞は、《多い》が６割以上で、他の年代より高くなっています。

塩分の摂取状況／性別、性・年齢



３．身体活動・運動

（１）身体活動・運動のこころがけ

問５　日頃から日常生活の中で、健康の維持・増進のため、意識的に身体を動かすなどの運動をしていますか。（○は１つだけ）

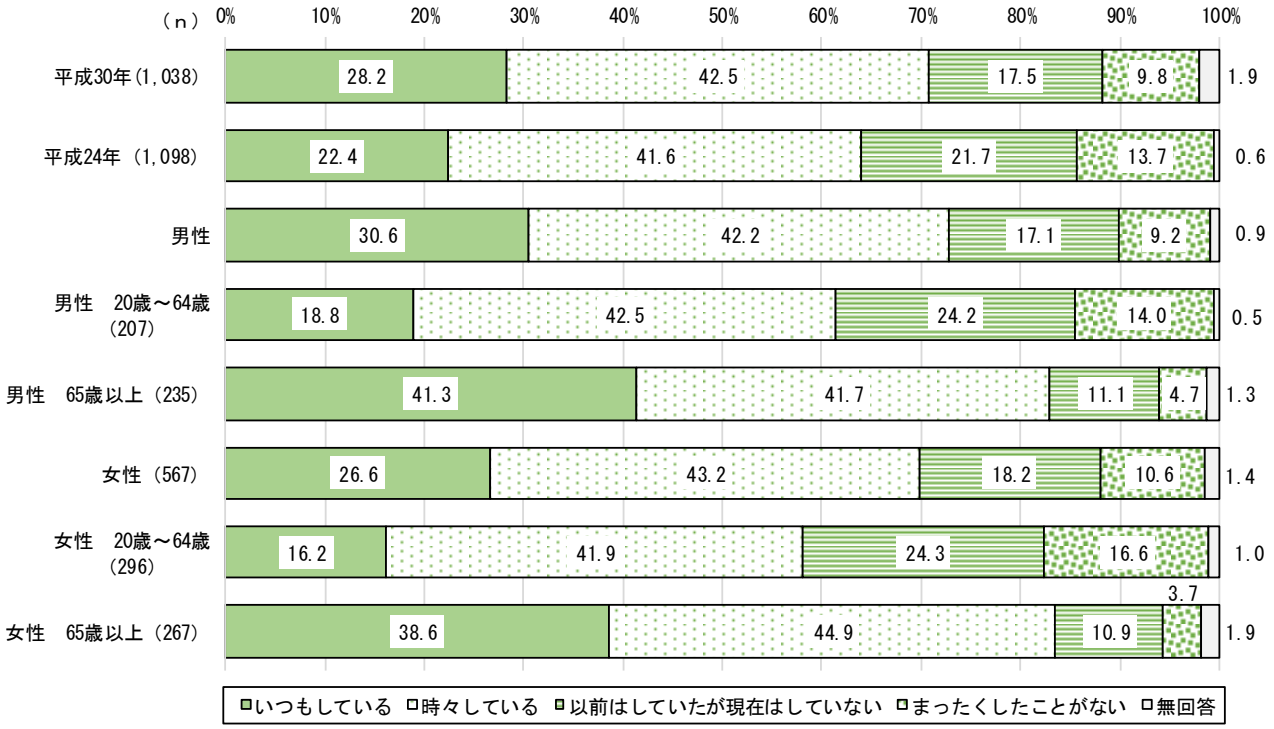
身体活動・運動のこころがけは、「いつもしている」が28.2％、「時々している」が42.5％、「以前はしていたが現在はしていない」が17.5％となっています。

平成24年の調査結果と比較すると、「いつもしている」が5.8ポイント増加、「まったくしたことがない」が3.9ポイント減少しています。

性別にみると、男女に大きな差はありませんでした。

年齢別にみると、＜男性　65歳以上＞と＜女性　65歳以上＞は「いつもしている」が約４割で他の世代と比較すると高くなっています。

身体活動・運動のこころがけ／前回、性別、性・年齢



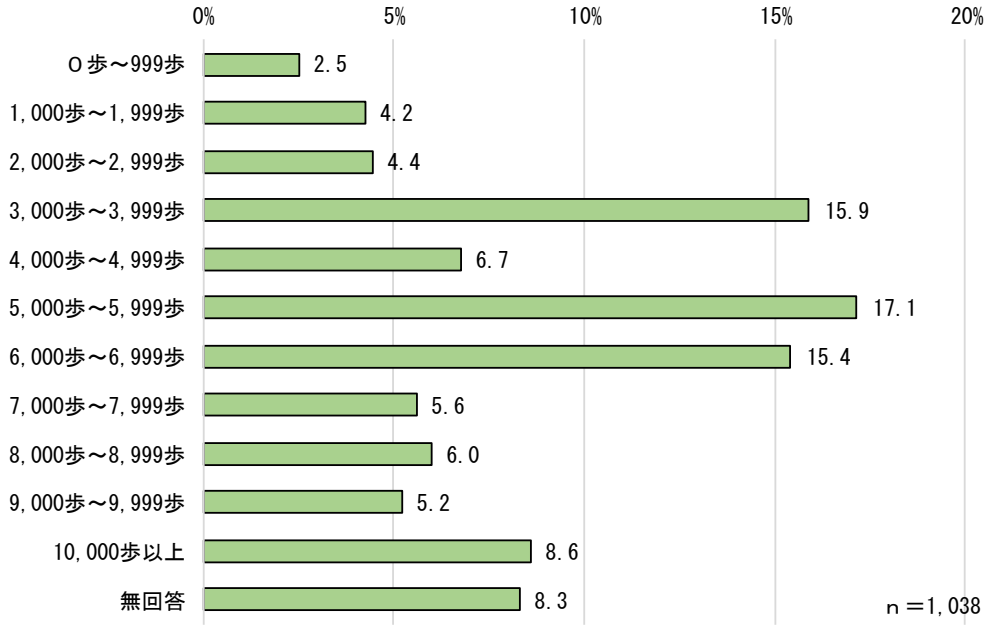
（２）運動の実践状況

問６　日常生活において、１日、およそ何歩くらい歩いていますか。

１日の徒歩数については、「5,000歩～5,999歩」が17.1％と最も多く、次いで「3,000歩～3,999歩」が15.9％、「6,000歩～6,999歩」が15.4％となっています。

年齢別にみると、＜男性　20歳～64歳＞は「9,000歩～9,999歩」と「10,000歩以上」が１割以上となっています。＜女性　20歳～64歳＞は「3,000歩～3,999歩」が17.2％と最も多く、＜女性　65歳以上＞は「6,000歩～6,999歩」が19.1％と最も多くなっています。

１日の徒歩数／性・年齢



（n）	0歩～999歩	1,000歩～1,999歩	2,000歩～2,999歩	3,000歩～3,999歩	4,000歩～4,999歩	5,000歩～5,999歩	6,000歩～6,999歩	7,000歩～7,999歩	8,000歩～8,999歩	9,000歩～9,999歩	10,000歩以上	無回答
全体(1,038)	2.5	4.2	4.4	15.9	6.7	17.1	15.4	5.6	6.0	5.2	8.6	8.3
男性　20歳～64歳（207）	1.4	4.8	4.3	10.6	3.9	14.5	17.4	4.3	5.8	10.6	19.8	2.4
男性　65歳以上（235）	3.8	5.1	3.4	17.9	4.3	22.6	8.9	9.8	4.7	5.1	8.9	5.5
女性　20歳～64歳（296）	0.7	3.0	5.1	17.2	8.4	14.2	15.5	4.1	9.5	5.4	8.4	8.4
女性　65歳以上（267）	4.1	4.5	4.5	17.6	9.4	18.7	19.1	3.7	3.7	1.5	0.7	12.4

（%）

問７　「息がはずむ程度」の運動を「３０分週２回以上」または、「週１回１時間以上」行なっていますか。（○は１つだけ）

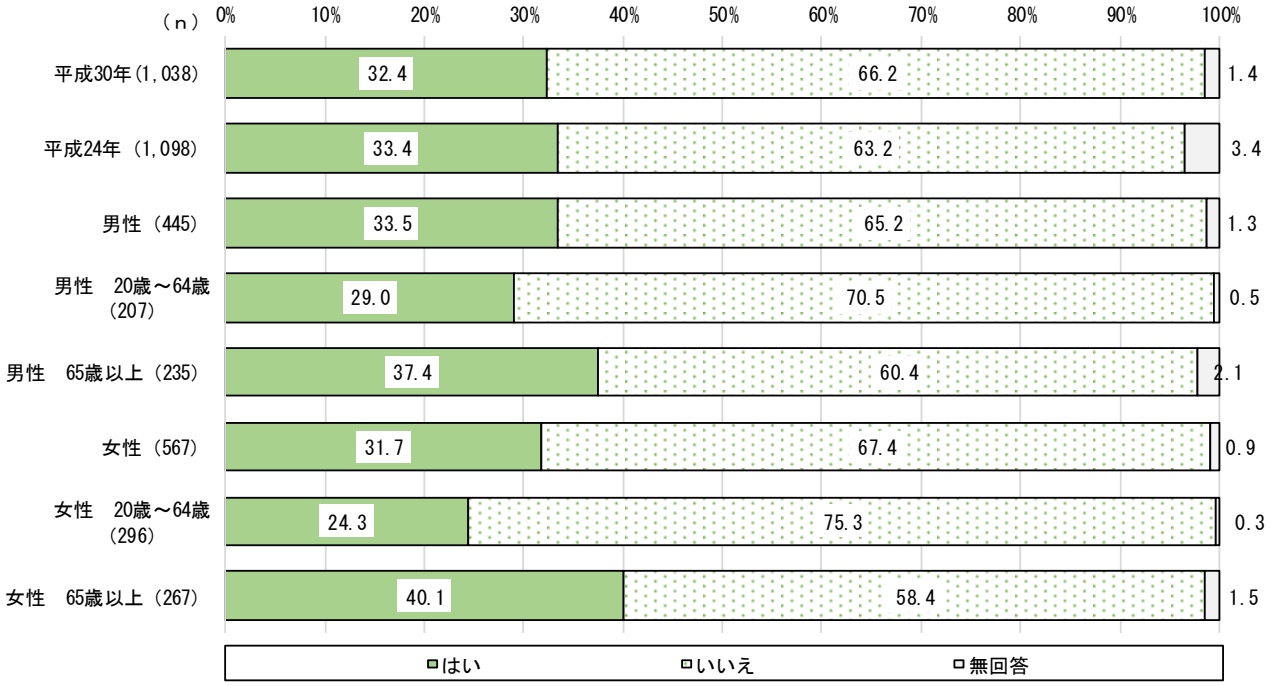
運動の実践状況は、「はい」が32.4%、「いいえ」が66.2%となっています。

平成24年の調査結果と比較すると、「はい」が１ポイント減少、「いいえ」が３ポイント増加しました。

性別にみると、男女に大きな差はありませんでした。

年齢別にみると、＜男性　65歳以上＞と＜女性　65歳以上＞は「はい」が約４割となっています。

運動の実践状況／前回、性別、性・年齢



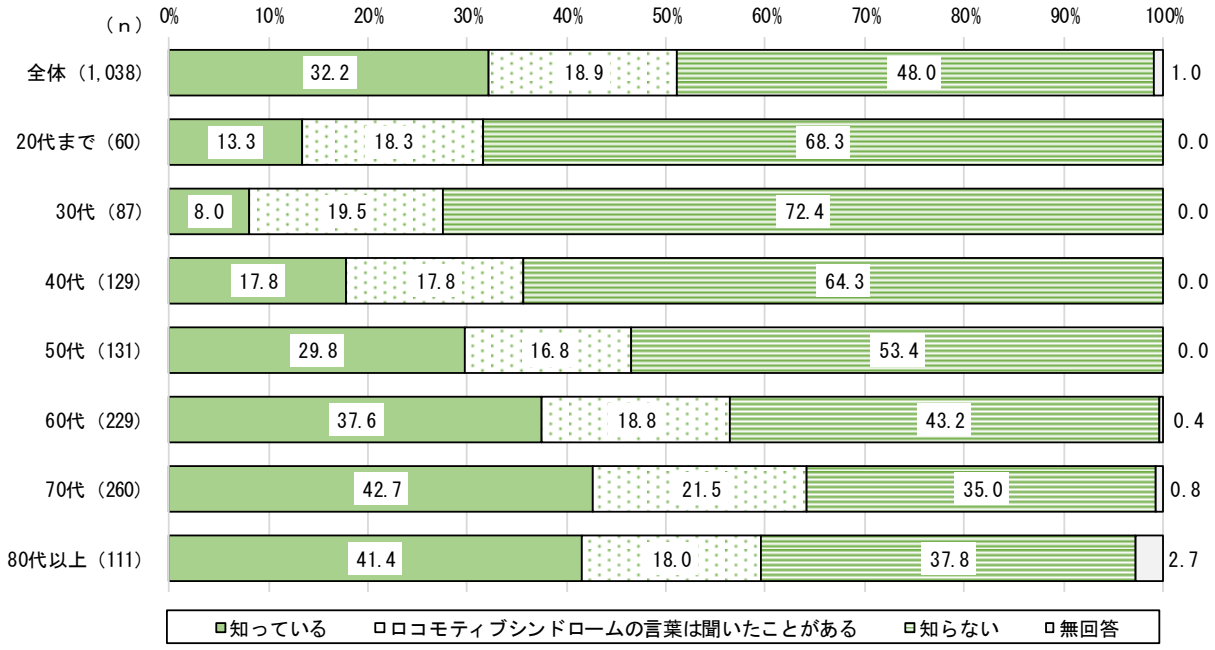
（３）ロコモティブシンドローム

問８　ロコモティブシンドロームとは、骨や関節の病気、筋力の低下、バランス能力の低下によって転倒、骨折しやすくなることで、自立した生活が出来なくなり、介護が必要となる危険性が高い状態をいいます。このことを知っていましたか。（○は１つだけ）

ロコモティブシンドロームの認知度は、「知っている」が32.2％、「知らない」が48.0％となっています。

年齢別にみると、＜60代＞と＜70代＞、＜80代以上＞は「知っている」が約４割となっています。＜30代＞は「知らない」が72.4％となっています。

ロコモティブシンドロームの認知度／年齢



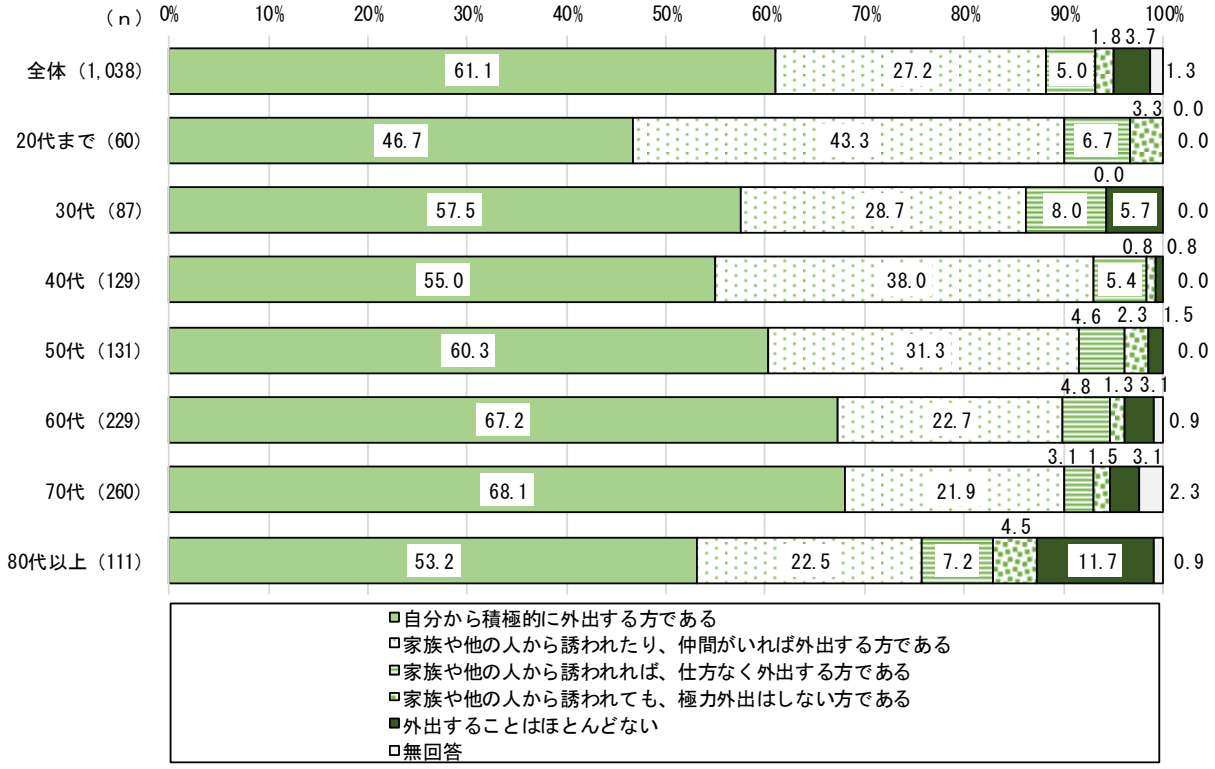
（４）外出状況

問９　日常生活の中で、買い物や散歩などを含めた外出の状況について、あなたは次のどれにあてはまると思いますか。（○は１つだけ）

外出状況は、「自分から積極的に外出する方である」が61.1％と最も多く、次いで「家族や他の人から誘われたり、仲間がいれば外出する方である」が27.2％となっています。

年齢別にみると、＜50代＞と＜60代＞、＜70代＞は「自分から積極的に外出する方である」が６割以上となっています。

外出状況／年齢



（５）社会活動の参加状況

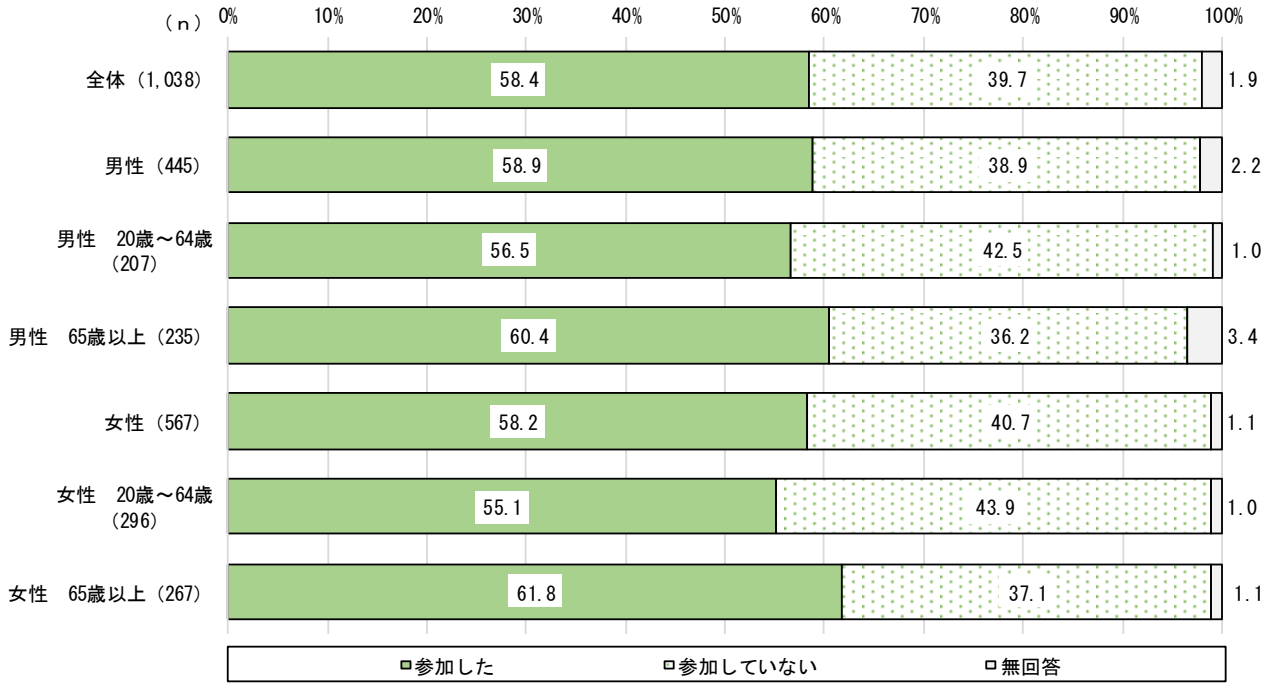
問10　この１年間に、個人または友人と、あるいはグループや団体で自主的に行われている活動に参加しましたか。（○は１つだけ）

過去１年間の活動参加の有無は、「参加した」は58.4％、「参加していない」は39.7％となっています。

性別にみると、＜男性＞と＜女性＞ともに「参加した」が約６割となっています。

年齢別にみると、＜男性　65歳以上＞と＜女性　65歳以上＞は「参加した」が６割以上となっています。

過去１年間の活動参加の有無／性別、性・年齢

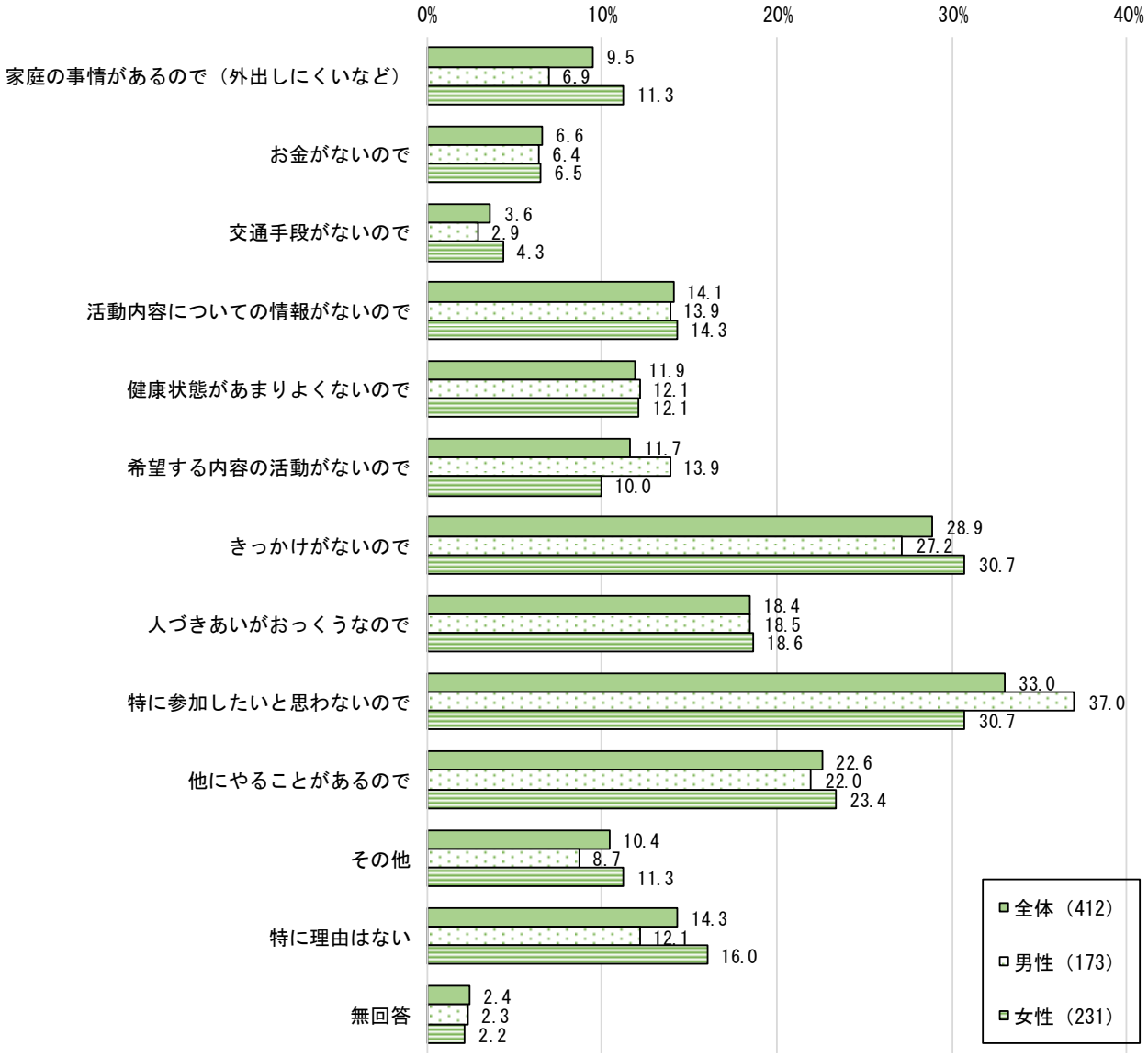


付問10－１　（問10で「参加していない」と回答した人のみ）
参加していない理由を教えてください。（○はいくつでも）

参加しない理由は、「特に参加したいと思わないので」が33.0%、「きっかけがないので」は28.9%となっています。

性別にみると、＜男性＞は「特に参加したいと思わないので」が37.0%で＜女性＞（30.7%）より高くなっています。また、＜女性＞は「家庭の事情があるので」が11.3%で＜男性＞（6.9%）より高くなっています。

参加しない理由／性別



４．休養・こころの健康づくり

（１）ストレスの状況

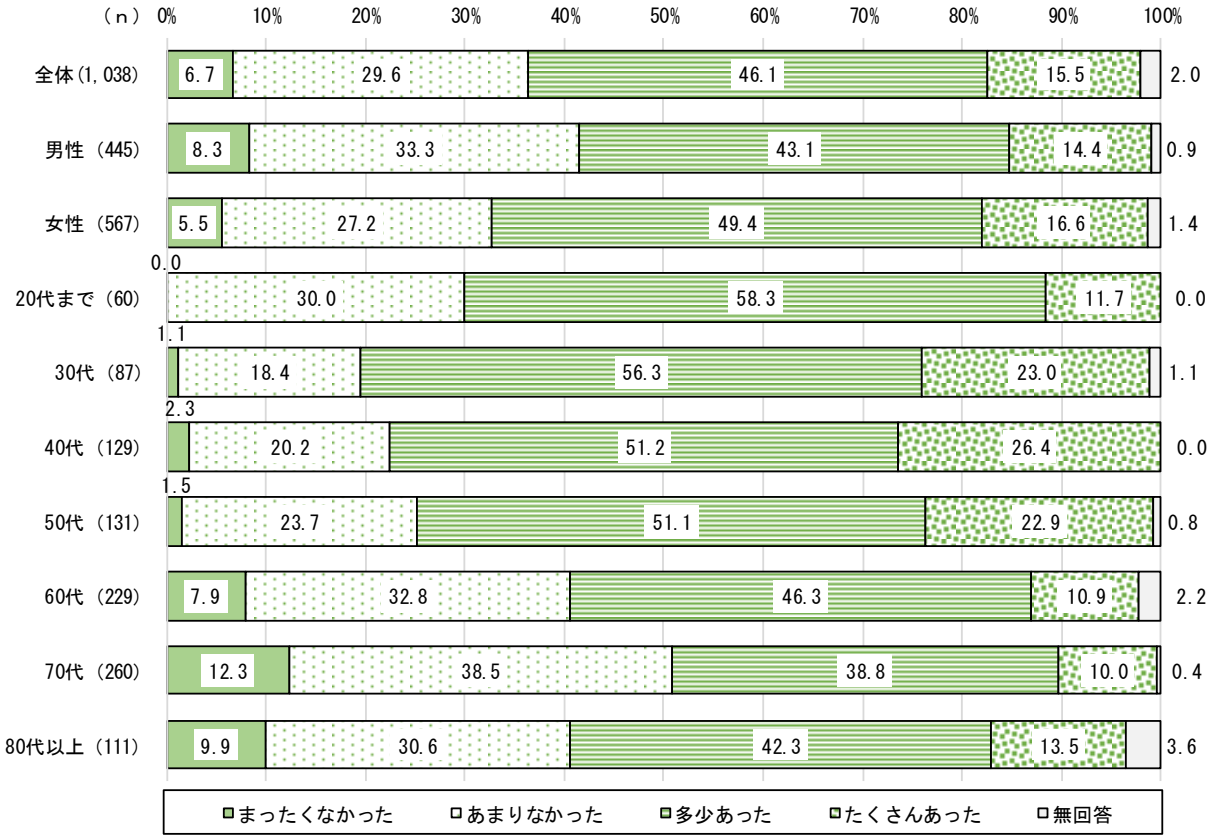
問11　あなたは、この１か月間に、不安、悩み、苦労、ストレスなどがありましたか。（○は１つだけ）

過去１か月間の不安・悩み・苦労・ストレスの有無は、「多少あった」は46.1%、「あまりなかった」は29.6%となっています。

性別にみると、＜女性＞は「多少あった」が49.4%と＜男性＞より多くなっています。

年齢別にみると、＜20代まで＞と＜30代＞、＜40代＞、＜50代＞は、半数以上が「多少あった」となっています。特に、＜40代＞は「たくさんあった」が26.4%と、４人に１人以上となっています。

過去１か月間の不安・悩み・苦労・ストレスの有無／性別、性・年齢

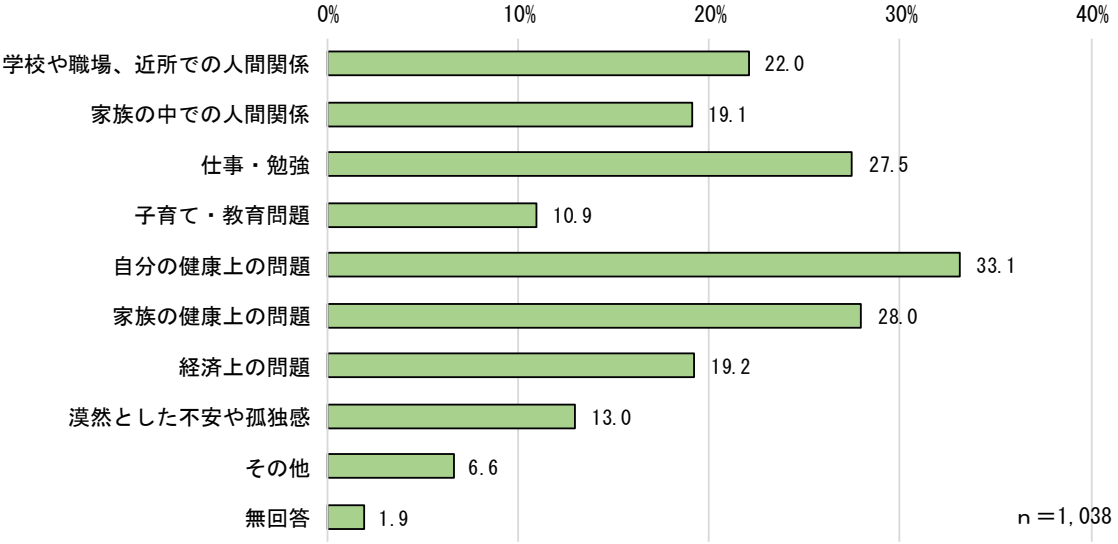


付問11－１　（問11で「多少あった」「たくさんあった」と回答した人のみ）
その理由を教えてください。（○はいくつでも）

不安・悩み・苦労・ストレスの理由は、「自分の健康上の問題」が33.1％と最も多く、次いで「家族の健康上の問題」が28.0％、「仕事・勉強」が27.5％となっています。

年齢別にみると、＜20代まで＞と＜30代＞、＜40代＞、＜50代＞は「仕事・勉強」が４割以上となっています。＜30代＞と＜40代＞が「学校や職場、近所での人間関係」が約４割となっています。＜70代＞と＜80代以上＞は、「自分の健康上の問題」が４割以上となっています。

不安・悩み・苦労・ストレスの理由／年齢



（ｎ）	学校や職場、近所での人間関係	家族の中での人間関係	仕事・勉強	子育て・教育問題	自分の健康上の問題	家族の健康上の問題	経済上の問題	漠然とした不安や孤独感	その他	無回答
全体（640）	22.0	19.1	27.5	10.9	33.1	28.0	19.2	13.0	6.6	1.9
20 代まで（42）	28.6	14.3	59.5	9.5	19.0	4.8	21.4	21.4	9.5	0.0
30 代（69）	37.7	17.4	40.6	31.9	21.7	13.0	18.8	11.6	0.0	1.4
40 代（100）	38.0	26.0	42.0	26.0	21.0	19.0	29.0	10.0	5.0	3.0
50 代（97）	29.9	20.6	45.4	15.5	22.7	26.8	23.7	13.4	9.3	2.1
60 代（131）	17.6	15.3	23.7	0.8	32.8	36.6	17.6	11.5	6.1	0.8
70 代（127）	7.1	22.0	3.1	0.8	46.5	38.6	14.2	11.8	8.7	3.1
80 代以上（62）	3.2	14.5	1.6	1.6	58.1	33.9	9.7	17.7	8.1	1.6

（%）

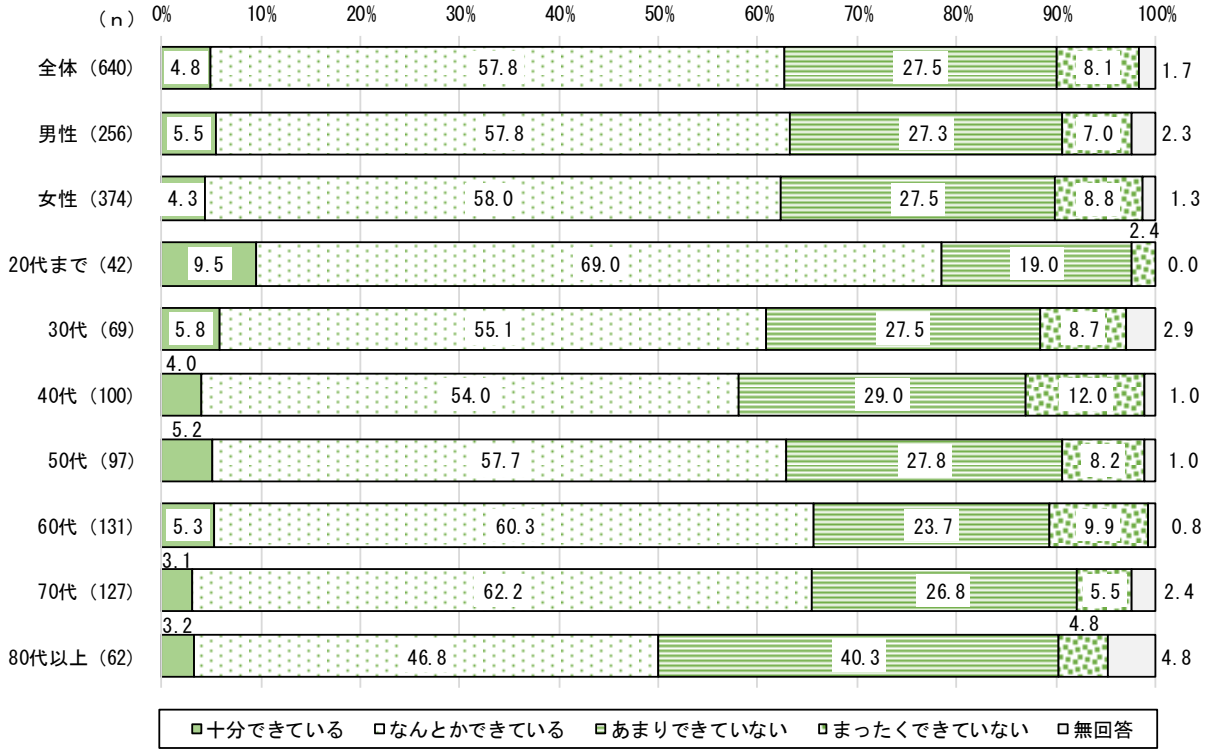
付問11－2　（問11で「多少あった」「たくさんあった」と回答した人のみ）
この１か月間を振り返り、不安、悩み、苦労、ストレスなどを解消できていると思いますか。（○は１つだけ）

不安・悩み・苦労・ストレスの解消状況は、「なんとかできている」が57.8％と最も多く、「あまりできていない」が27.5％となっています。

性別にみると、男女に大きな差はありませんでした。

年齢別にみると、30代以降すべての年代で「あまりできていない」、「まったくできていない」が３割を超えています。特に＜40代＞では「まったくできていない」が12.0％と高くなっています。また、＜80代以上＞は「あまりできていない」、が40.3％で他の年代に比べ高くなっています。

不安・悩み・苦労・ストレスの解消状況／性別、年齢



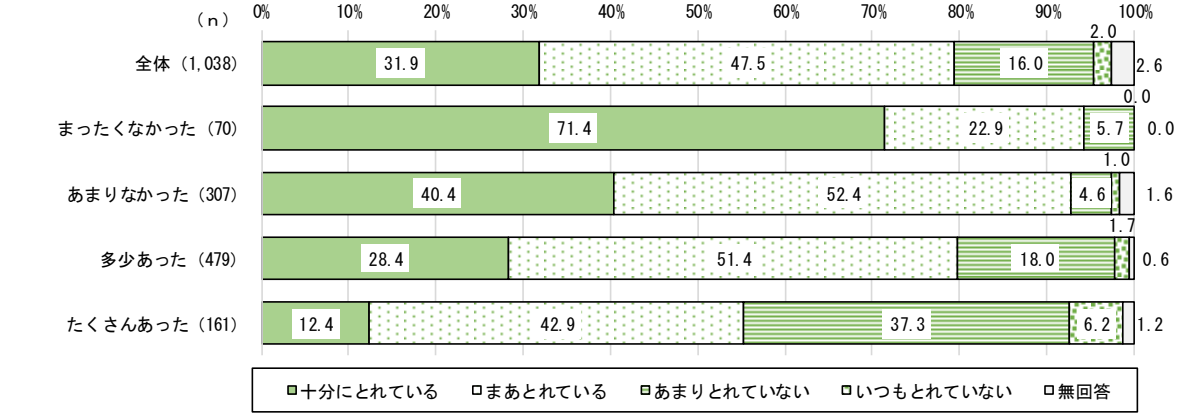
（２）睡眠による休養の状況

問12　あなたは、睡眠による休養がとれていますか。（○は１つだけ）

睡眠による休養の状況は、「まあとれている」が47.5％と最も多く、次いで「十分にとれている」が31.9％となっています。

過去１か月間の不安・悩み・苦労・ストレスの有無別にみると、不安・悩み・苦労・ストレスがなかった方は休養が十分に取れており、ストレスを感じている方は睡眠がとれていない傾向にあります。

睡眠による休養の状況／過去１か月間の不安・悩み・苦労・ストレスの有無



（３）最近のこころの状態

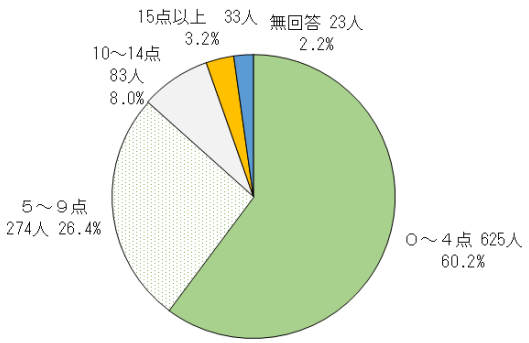
問13　最近のあなたの様子についてお聞きします。次の(ア)～(カ)の質問について、過去１か月の間はどのようであったか、６つの項目それぞれのあてはまる番号１つに○をつけてください。（○はそれぞれ１つだけ）

過去１か月間のこころの状態を点数階級別（６つの質問について、５段階（０～４点）で点数化して合計化したもの）に見たものです。

合計点数が高いほど精神的な問題がより重いとされます。

０～４点の問題の少ないと思われるかたは60.2％と最も高くなっています。10点以上の問題を抱えている可能性が高いかたは11.2％となっています。

最近のこころの状態



こころの状態について（点数階級別項目）

質問項目	点数
(ア)神経過敏（ちょっとしたことでも気になる）に感じましたか	「まったくない」0点
(イ)絶望的だと感じましたか	「少しだけ」　1点
(ウ)そわそわ、落ち着かなく感じましたか	「ときどき」　2点
(エ)気分が沈み込んで、何が起こっても気が晴れないように感じましたか	「たいてい」　3点
(オ)何をするにも骨折り（おっくう）だと感じましたか	「いつも」　4点
(カ)自分は価値のない人間だと感じましたか	

（４）うつ病について

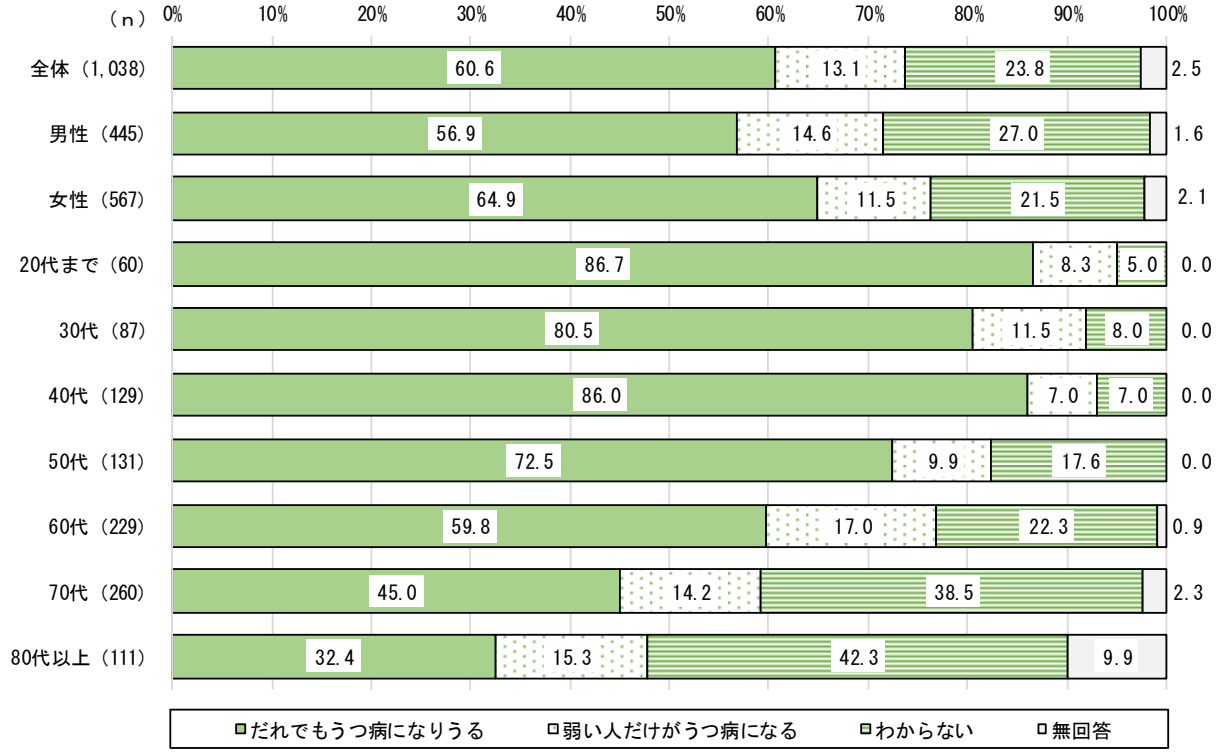
問14　うつ病についてお聞きします。　　次のア～ウについて、あなたが思うことをそれぞれ選んでください。（○は１つだけ）

ア　ストレスが続くと

ストレスが続くと、「だれでもうつ病になりうる」は60.6%、「わからない」が23.8%となっています。

性別にみると、＜女性＞は「だれでもうつ病になりうる」が64.9%と、＜男性＞の56.9%より多くなっています。

ストレスが続くと／性別、年齢



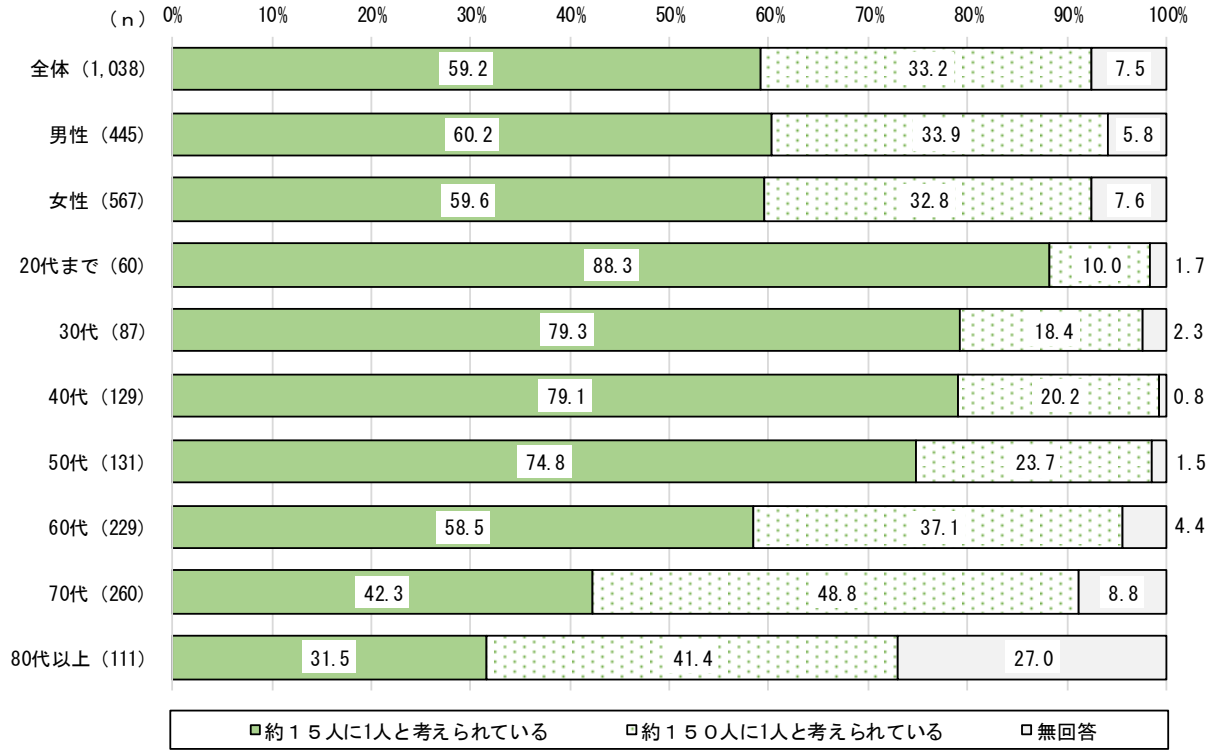
イ　一生のうちに、うつ病になる頻度はわが国では

一生のうちに、うつ病になる頻度はわが国では、「約15人に１人と考えられている」が59.2%、「約150人に１人と考えられている」が33.2%となっています。

性別にみると、男女に大きな差はありません。

年代が上がる毎に、「約15人に１人と考えられている」の割合は減少しています。

一生のうちに、うつ病になる頻度はわが国では／性別、年齢



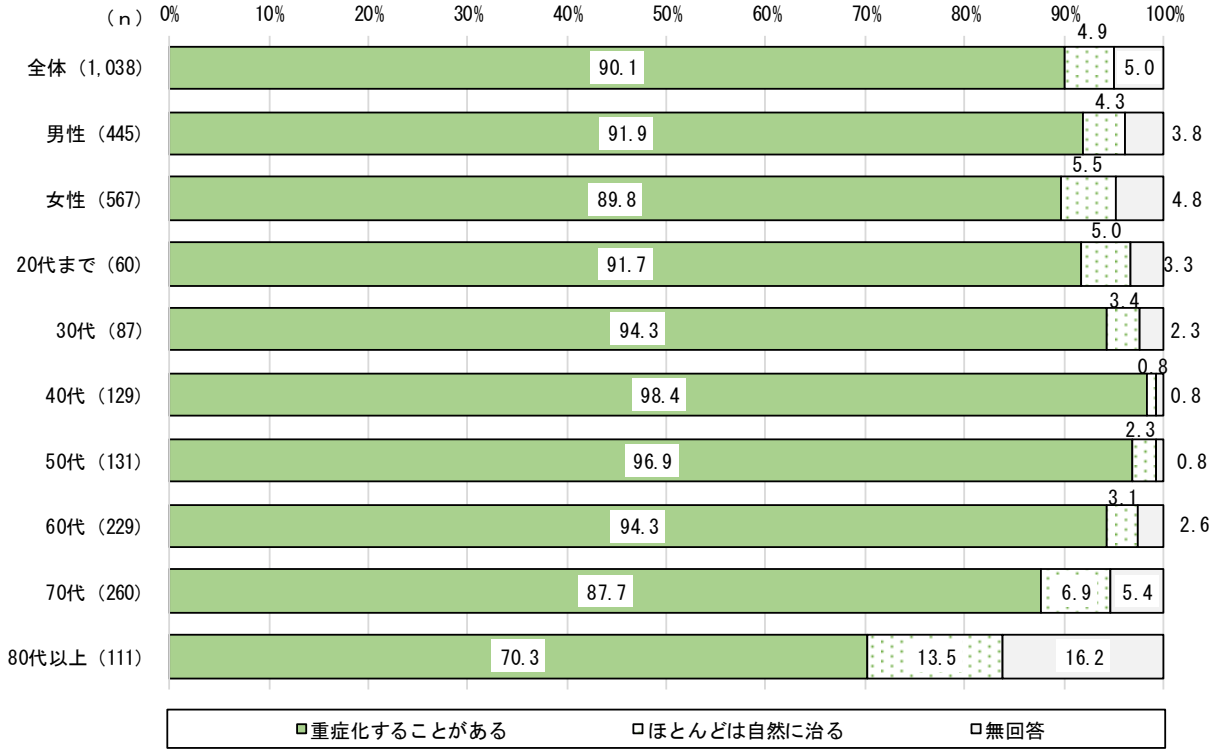
ウ　うつ病を治療せずに放っておくと

うつ病を治療せずに放っておくと、「重症化することがある」は90.1%、「ほとんどは自然に治る」が4.9%となっています。

性別にみると、＜男性＞は「重症化することがある」が91.9%、＜女性＞は89.8%となっています。

年齢別にみると、＜70代＞と＜80代以上＞を除く全ての年代で「重症化することがある」が９割以上となっています。

うつ病を治療せずに放っておくと／性別、年齢



５．自殺

（１）自殺について

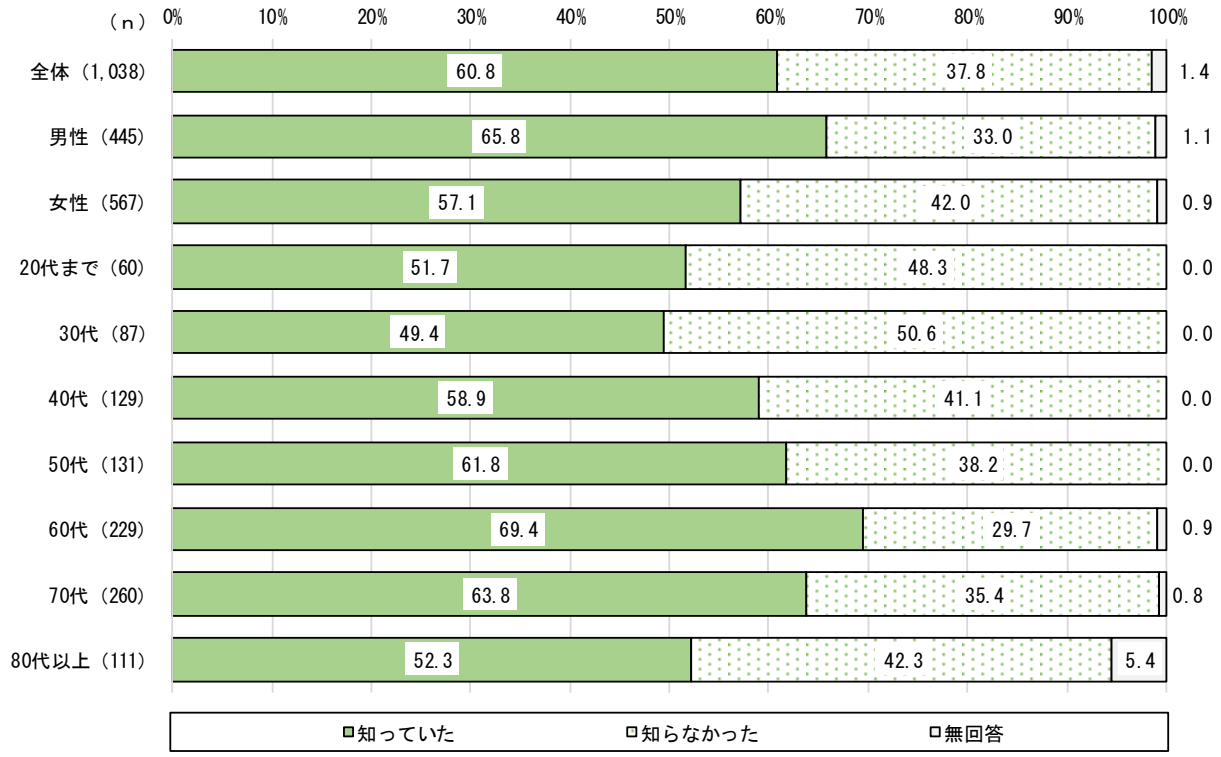
問15　我が国の自殺者数は長い間、毎年３万人を超え、この数年は３万人を下回っていますが、平成２８年においても約２万２０００人の方が亡くなっています。あなたは、毎年、このように多くの方が自殺でなくなっていることを知っていましたか。（○は１つだけ）

日本の自殺状況の認知度は、「知っていた」が60.8%、「知らなった」が37.8%となっています。

性別にみると、＜男性＞は「知っていた」が65.8%、＜女性＞は57.1%となっています。

年齢別にみると、＜60代＞は「知っていた」が69.4%となっています。＜20代まで＞と＜30代＞は「知らなかった」が約半数となっています。

日本の自殺状況の認知度／性別、年齢



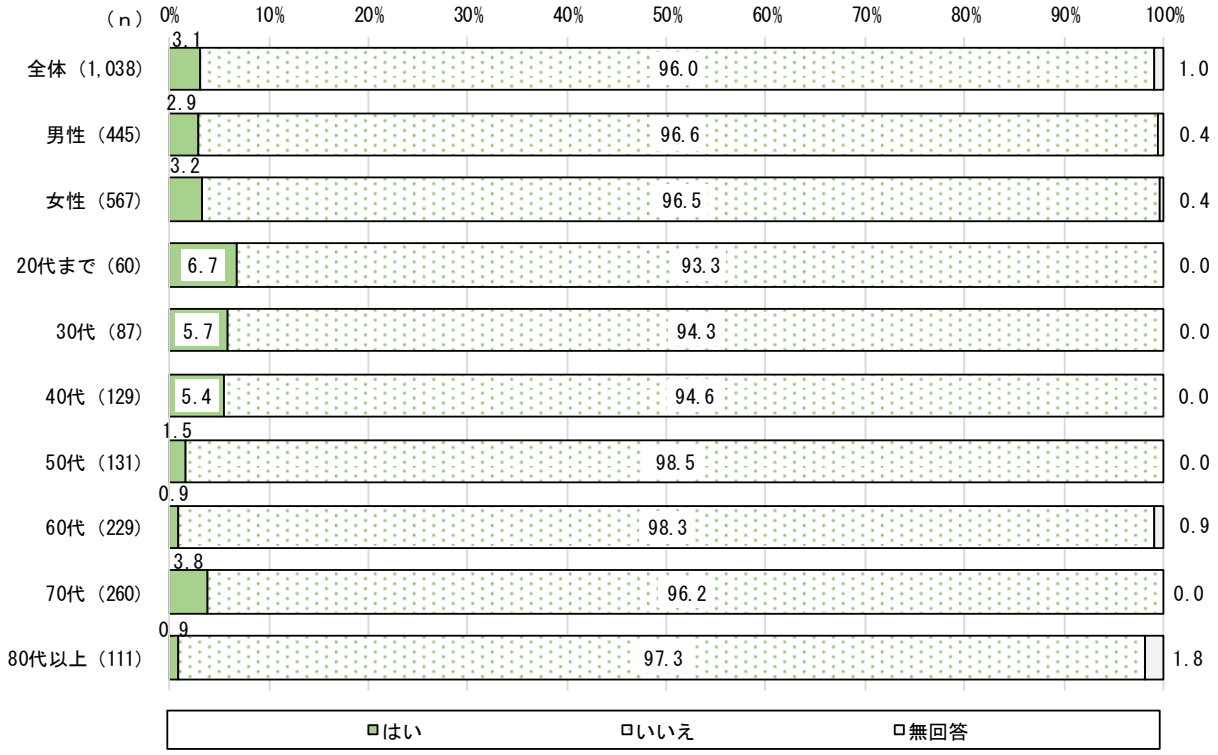
問16　あなたは最近１年以内に自殺を考えたことがありますか。（○は１つだけ）

１年以内に自殺を考えたことがあるは、「いいえ」が96.0％、「はい」が3.1％となっています。

性別にみると、男女に大きな差はありません。

年齢別にみると＜20代まで＞は、「はい」が6.7％、＜30代＞は5.7％、＜40代＞は5.4％となっています。

１年以内に自殺を考えたことがある／性別、年齢



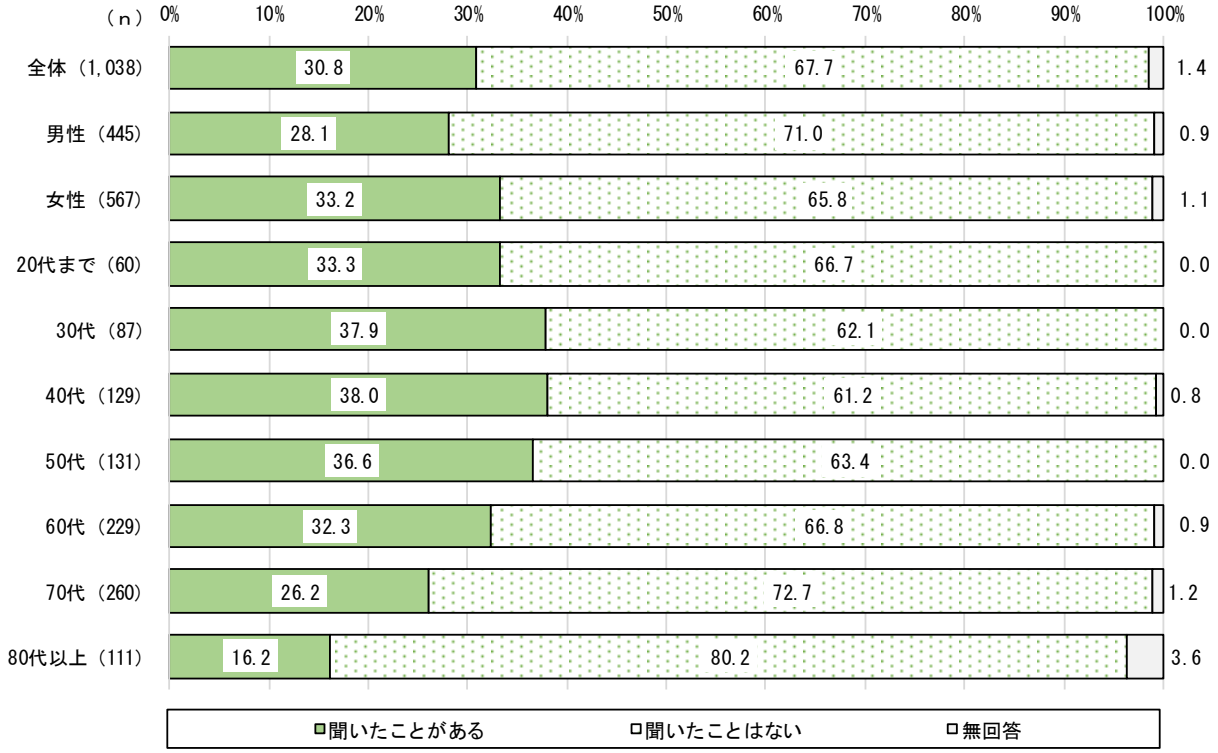
（２）自殺予防

問17　自殺予防週間（9/10～9/16）や自殺対策強化月間（3月）について聞いたことがありますか。（○は１つだけ）

自殺予防週間と自殺対策強化月間の認知度は、「聞いたことがある」は30.8％、「聞いたことはない」が67.7％となっています。

性別にみると、＜男性＞は「聞いたことがある」が28.1％、＜女性＞は33.2％となっています。

自殺予防週間と自殺対策強化月間の認知度／性別、年齢



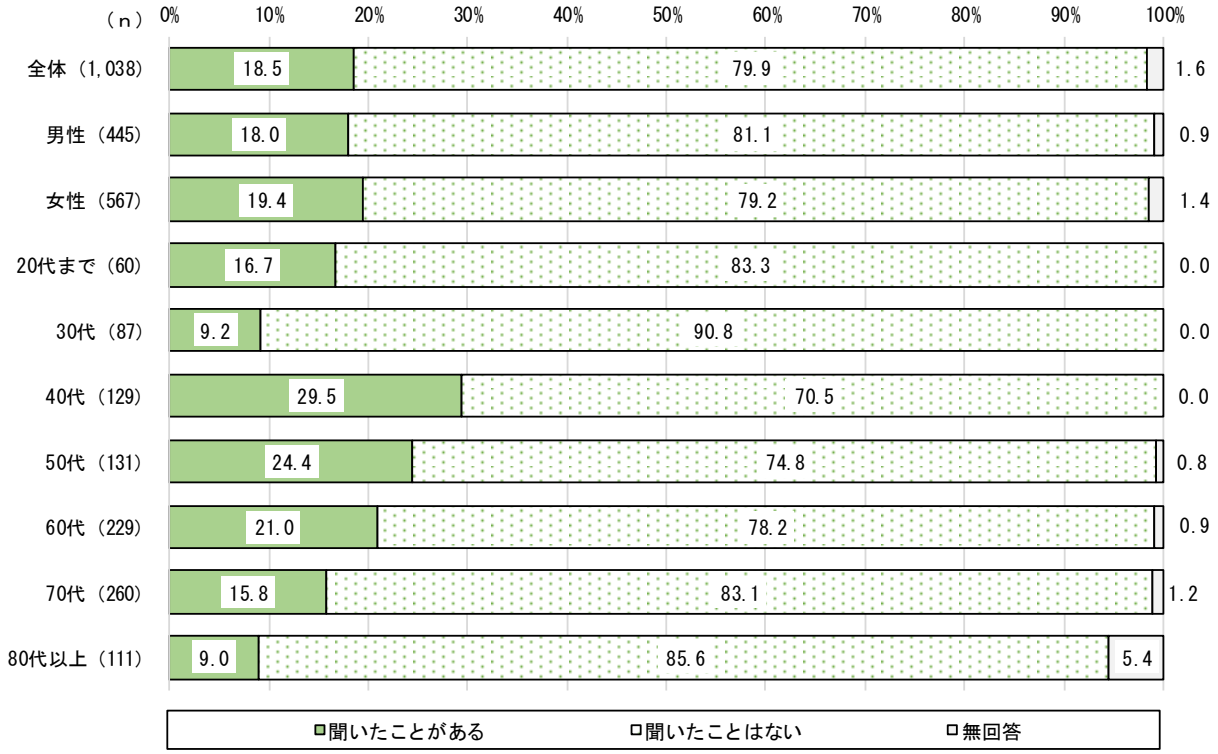
問18　あなたは、自殺対策としてゲートキーパー（自殺のサインに気づき、適切な対応を取れる人）について聞いたことがありますか。（○は１つだけ）

ゲートキーパーの認知度は、「聞いたことがある」が18.5％「聞いたことはない」は79.9％となっています。

性別にみると、男女に大きな差はありません。

年齢別にみると、＜40代＞は「聞いたことがある」が29.5％となっています。＜30代＞は「聞いたことがない」が90.8％となっています。

ゲートキーパーの認知度／性別、年齢



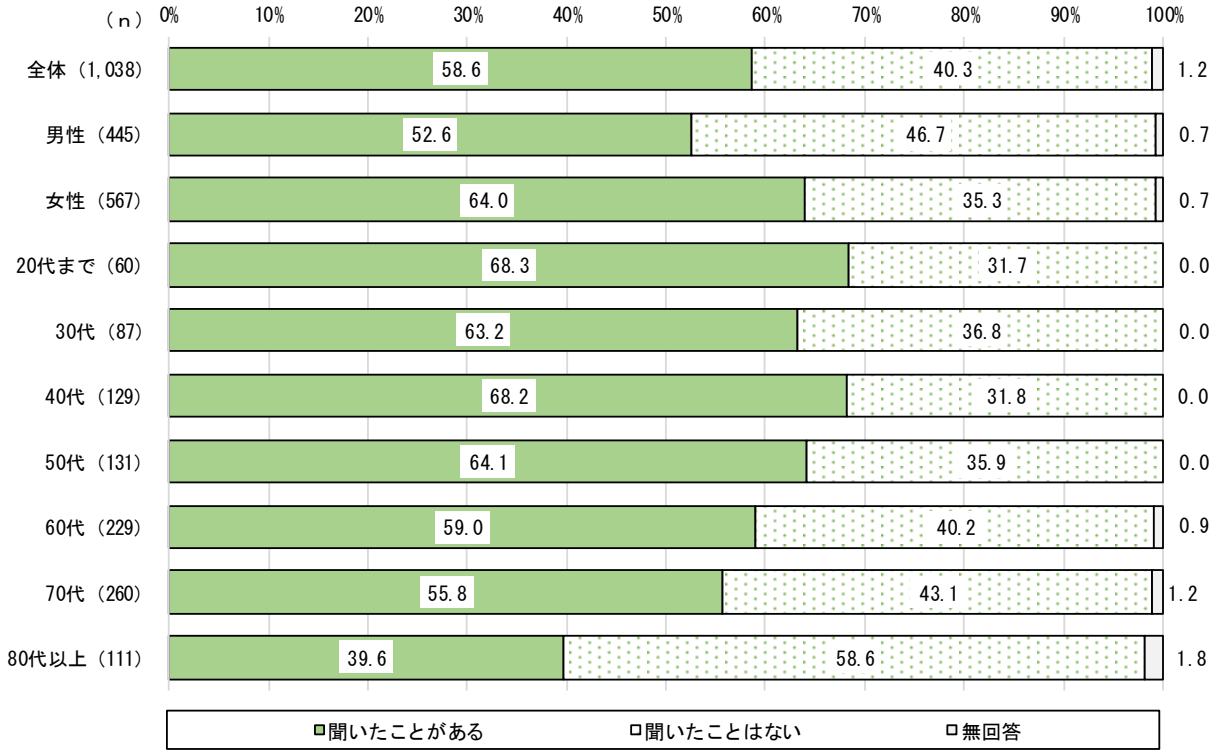
問19　悩みを抱える人がいつでもどこでも相談でき、適切な支援を受けられるためのよりどころとして、24時間365日の無料電話相談（よりそいホットライン）等があります。このことについて、聞いたことがありますか。（○は１つだけ）

よりそいホットラインの認知度は、「聞いたことがある」が58.6％、「聞いたことはない」が40.3％となっています。

性別にみると、＜女性＞は「聞いたことがある」が64.0％、＜男性＞の52.6％より多くなっています。

年齢別にみると、＜20代まで＞と＜30代＞、＜40代＞、＜50代＞は、「聞いたことがある」が６割以上となっています。

よりそいホットラインの認知度／性別、年齢

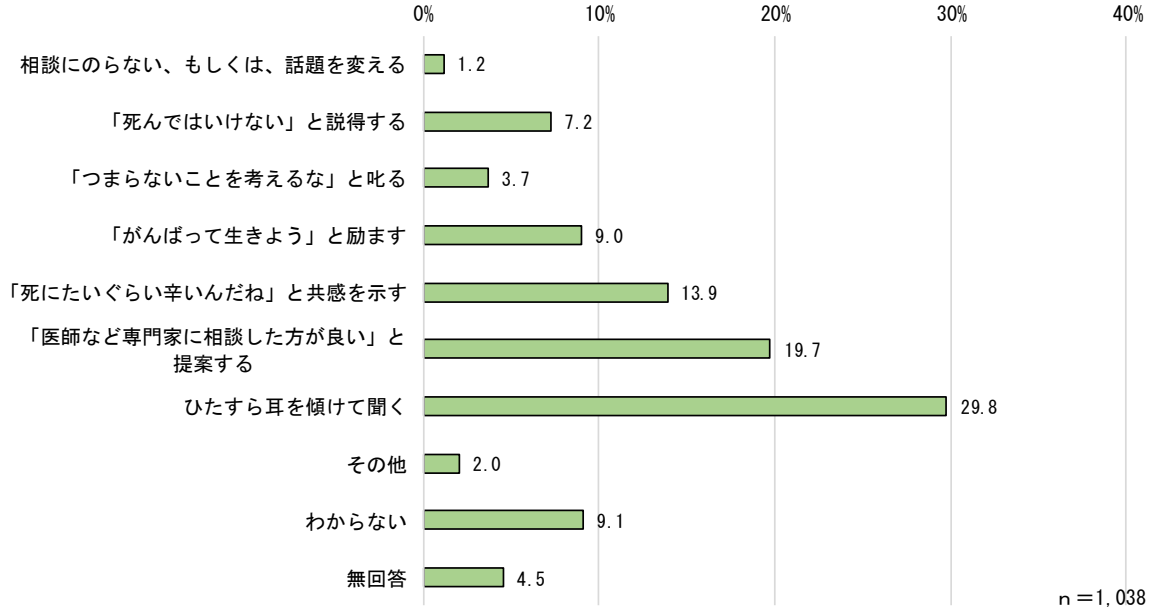


問20　あなたは、もしも身近な人から「死にたい」と打ち明けられたとき、どう対応するのが良いと思いますか。以下の中であなたのお考えに最も近いもの１つだけに○をつけてください。（○は１つだけ）

身近な人から「死にたい」と言われたときの対応は、「ひたすら耳を傾けて聞く」が29.8％と最も多く、次いで「「医師など専門家に相談した方が良い」と提案する」が19.7％、「「死にたいぐらい辛いんだね」と共感を示す」が13.9％となっています。

年齢別にみると、＜20代まで＞、＜30代＞、＜40代＞、＜50代＞、＜60代＞は、「ひたすら耳を傾けて聞く」を選択する人が多く、＜70代＞と＜80代以上＞は、「「がんばって生きよう」と励ます」を選択する人が他の世代より多くなっています。

身近な人から「死にたい」と言われたときの対応／性別、年齢



（ｎ）	相談にのらない、もしくは、話題を変える	「死んではいけない」と説得する	「つまらないことを考えるな」と叱る	「がんばって生きよう」と励ます	「死にたいぐらい辛いんだね」と共感を示す	「医師など専門家に相談した方が良い」と提案する	ひたすら耳を傾けて聞く	その他	わからない	無回答
全体（1,038）	1.2	7.2	3.7	9.0	13.9	19.7	29.8	2.0	9.1	4.5
男性（445）	1.3	8.5	6.5	12.1	9.7	23.4	24.3	1.8	10.3	2.0
女性（567）	1.1	6.5	0.9	6.2	17.3	17.1	34.9	2.3	8.1	5.6
20代まで（60）	0.0	5.0	0.0	6.7	20.0	8.3	46.7	1.7	8.3	3.3
30代（87）	0.0	4.6	1.1	3.4	23.0	11.5	46.0	0.0	5.7	4.6
40代（129）	0.0	7.0	1.6	3.1	20.2	20.9	37.2	1.6	4.7	3.9
50代（131）	1.5	6.9	2.3	5.3	16.8	15.3	40.5	3.1	5.3	3.1
60代（229）	0.9	7.0	2.2	7.9	13.5	23.6	31.4	2.2	7.4	3.9
70代（260）	1.9	6.9	6.2	14.6	8.5	24.2	18.5	1.9	13.5	3.8
80代以上（111）	2.7	13.5	6.3	12.6	7.2	19.8	15.3	3.6	13.5	5.4

（%）

６．たばこ

（１）喫煙状況

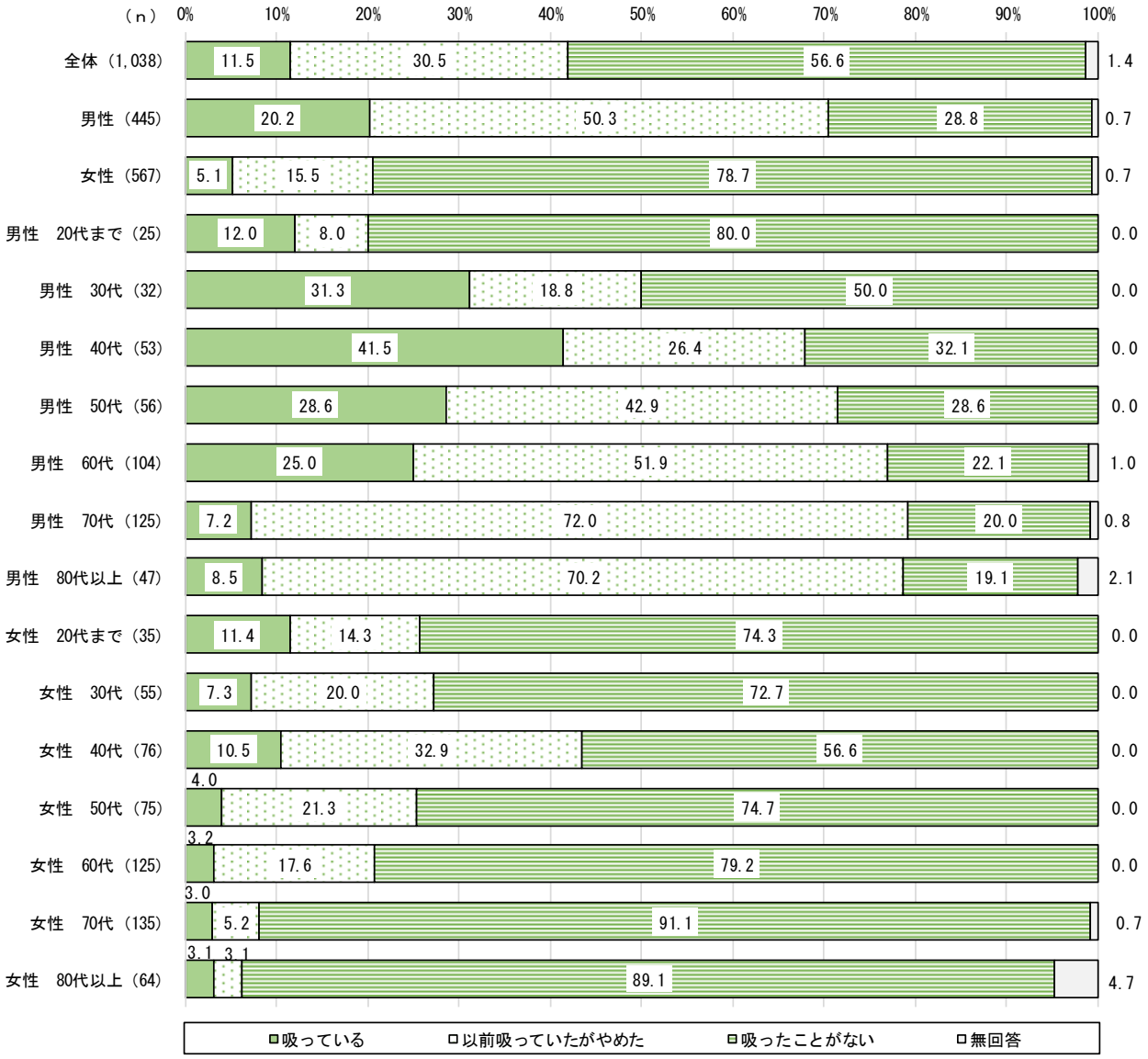
問21　あなたは、たばこを吸いますか。（○は１つだけ）

喫煙経験は、「吸っている」が11.5％、「以前吸っていたがやめた」が30.5％、「吸ったことがない」が56.6％となっています。

性別にみると、＜男性＞は「吸っている」が20.2％、＜女性＞より多くなっています。＜女性＞は「吸ったことがない」が78.7％となっています。

年齢別にみると、＜男性　40代＞は「吸っている」が41.5％と最も多く次いで、＜男性　30代＞は31.3％となっています。

喫煙経験／性別、性・年齢

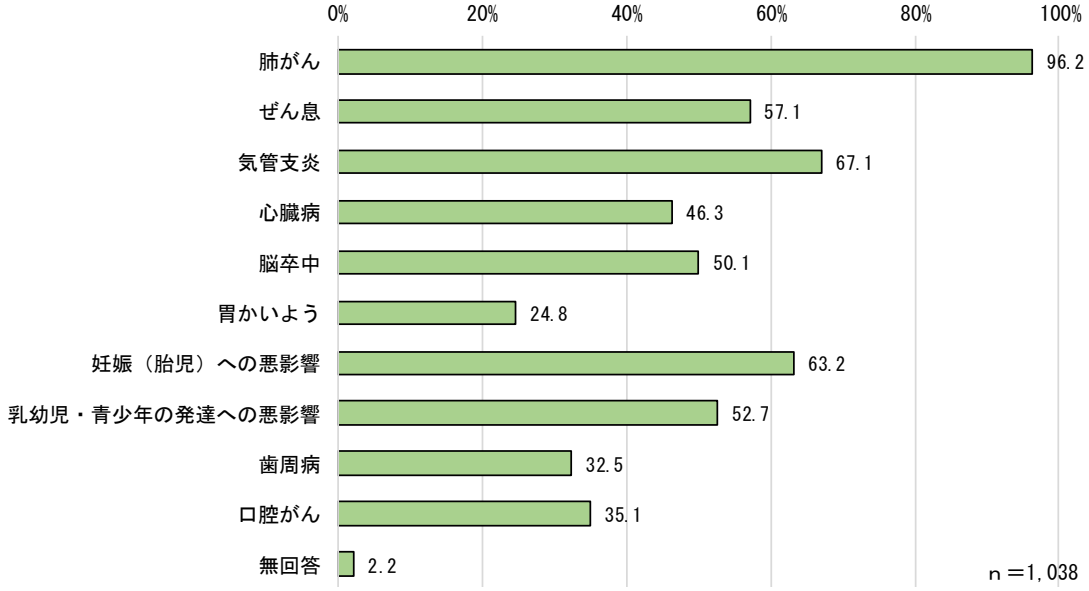


（２）禁煙と疾病の関係

問22　次の病気のうち、たばこを吸うことでかかりやすくなると、あなたが思う病気を選んでください。（○はいくつでも）

たばこを吸うことでかかりやすくなると思う病気は、「肺がん」が96.2%と最も多く、次いで「気管支炎」が67.1%、「妊娠（胎児）への悪影響」が63.2%となっています。

たばこを吸うことでかかりやすくなると思う病気



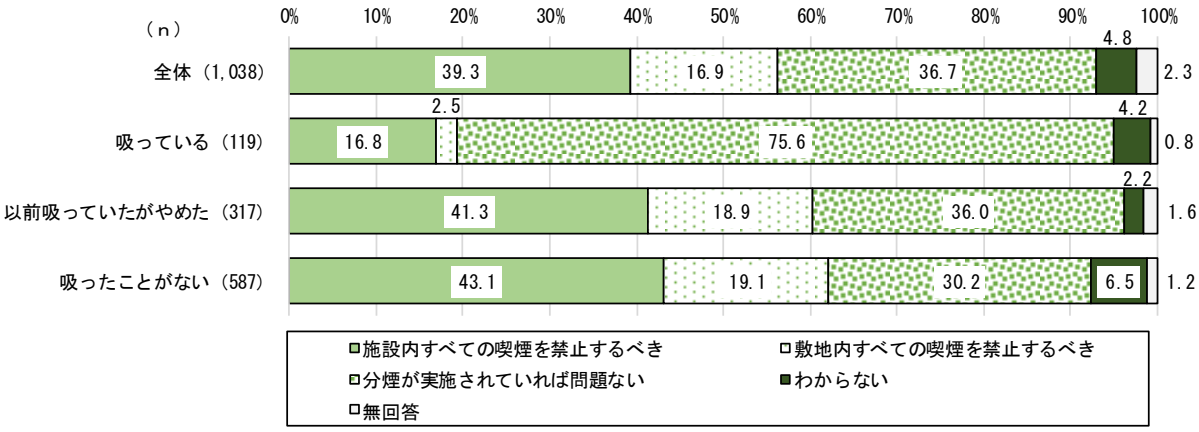
（３）公共の場での受動喫煙防止義務についての考え

問23　駅、学校、病院、路上といった公共の場での受動喫煙（室内又はこれに準ずる環境において、他人のたばこの煙を吸わされること）防止義務について、あなたの考えにもっとも近いものを１つだけ選んでください。（○は１つだけ）

公共の場での受動喫煙防止意義についての考えは、「施設内すべての喫煙を禁止すべき」が39.3%と最も高くなっています。

喫煙経験別にみると、＜以前吸っていたがやめた＞と＜吸ったことがない＞では、「施設内すべての喫煙を禁止するべき」が４割以上となっています。＜吸っている＞では「分煙が実施されていれば問題ない」が75.6%となっています。

公共の場での受動喫煙防止意義についての考え／喫煙経験

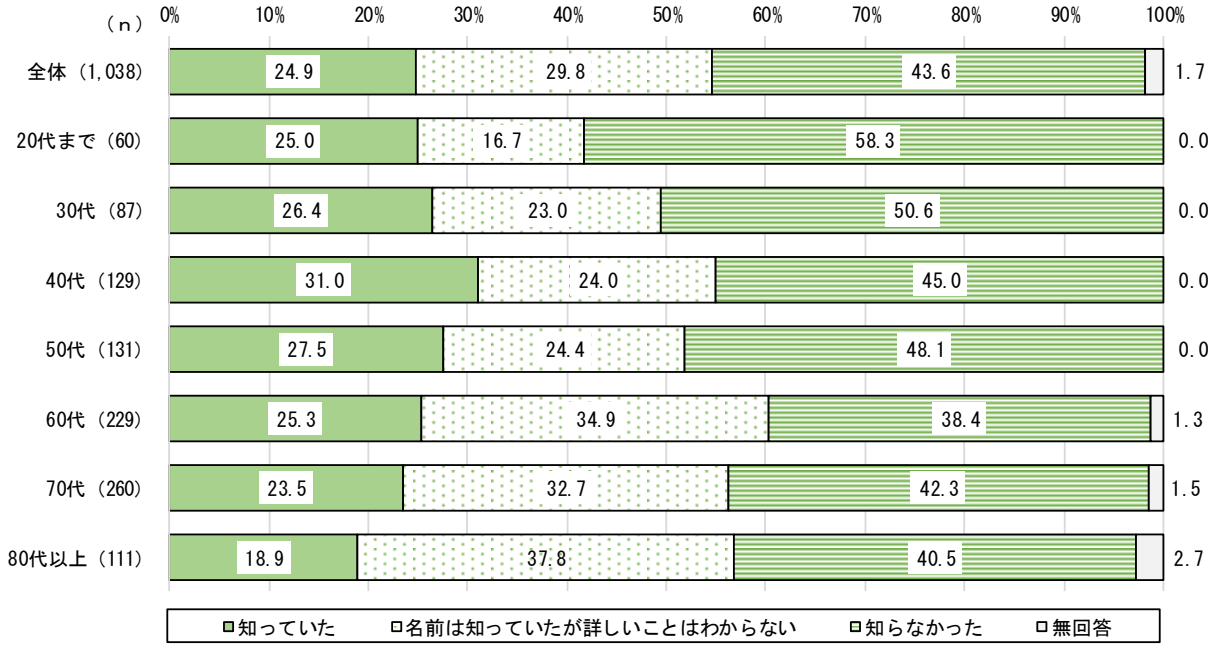


問24　あなたはＣＯＰＤ（慢性閉塞性肺疾患）を知っていましたか。
慢性閉塞性肺疾患とは、従来慢性気管支炎や肺気腫と呼ばれてきた病気の総称です。たばこが原因で肺に炎症が起こり、肺胞が壊れ、呼吸に障害が起こる病気です（○は１つだけ）

ＣＯＰＤの認知度は、「知っていた」が24.9％、「名前は知っていたが詳しいことはわからない」が29.8％、「知らなかった」が43.6％となっています。

年齢別にみると、「知っていた」が最も多いのは、＜40代＞で31.0％、「知らなかった」が最も多いのは＜20代まで＞で58.3％となっています。

ＣＯＰＤの認知度／年齢

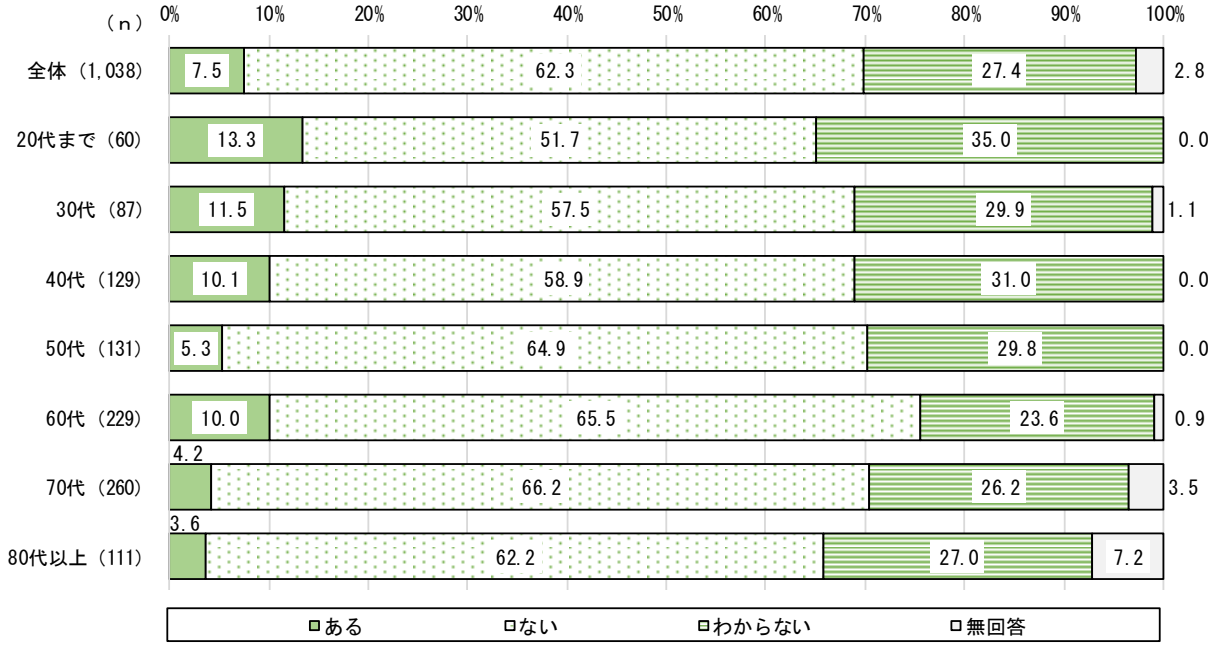


問25　あなたは、行政機関（市役所など）において受動喫煙の機会がありますか。（○は１つだけ）

行政機関においての受動喫煙の機会の有無は、「ある」が7.5％、「ない」が62.3％、「わからない」が27.4％となっています。

年齢別にみると、＜20代まで＞と＜30代＞、＜40代＞、＜60代＞は「ある」が１割以上となっています。

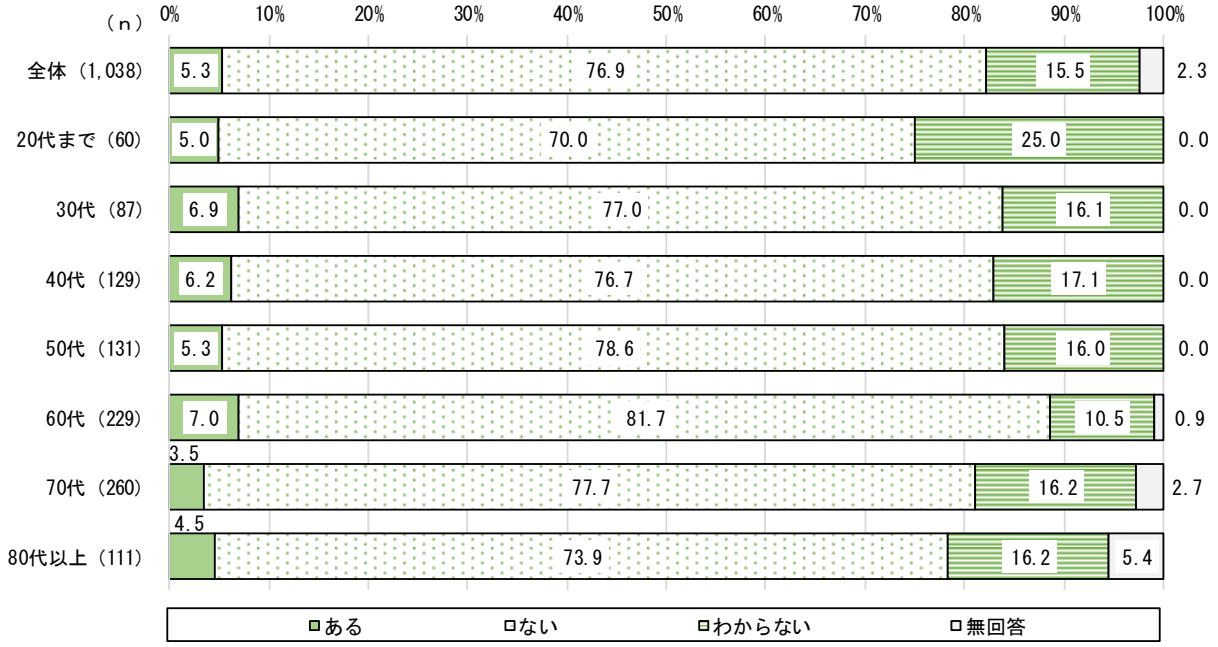
行政機関においての受動喫煙の機会の有無／年齢



問26　あなたは、医療機関（病院など）において受動喫煙の機会がありますか。（○は１つだけ）

医療機関においての受動喫煙の機会の有無は、「ある」が5.3％、「ない」が76.9％、「わからない」が15.5％となっています。

医療機関においての受動喫煙の機会の有無／年齢



７．アルコール

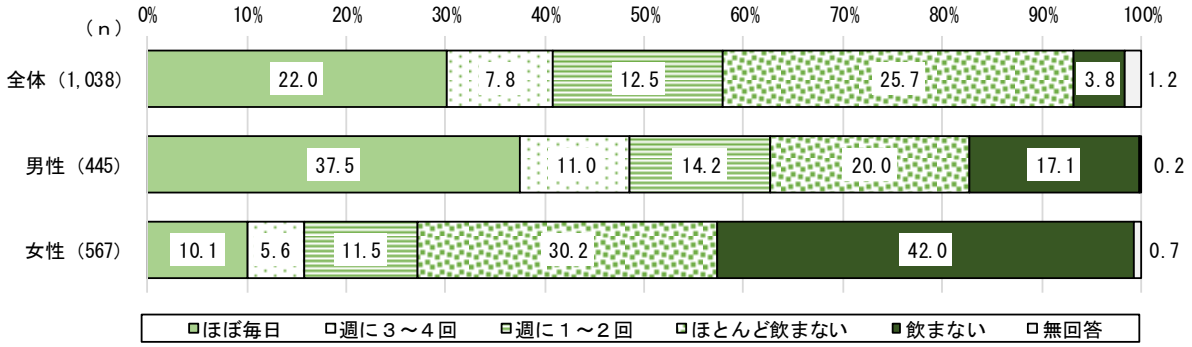
（１）飲酒状況

問27　あなたは、アルコールを飲みますか。（○は１つだけ）

飲酒頻度は、「ほとんど飲まない」が25.7％と最も多く、次いで「ほぼ毎日」22.0％となっています。

性別にみると、＜男性＞は「ほぼ毎日」が37.5％、＜女性＞は「飲まない」が42.0％となっています。

飲酒頻度／性別

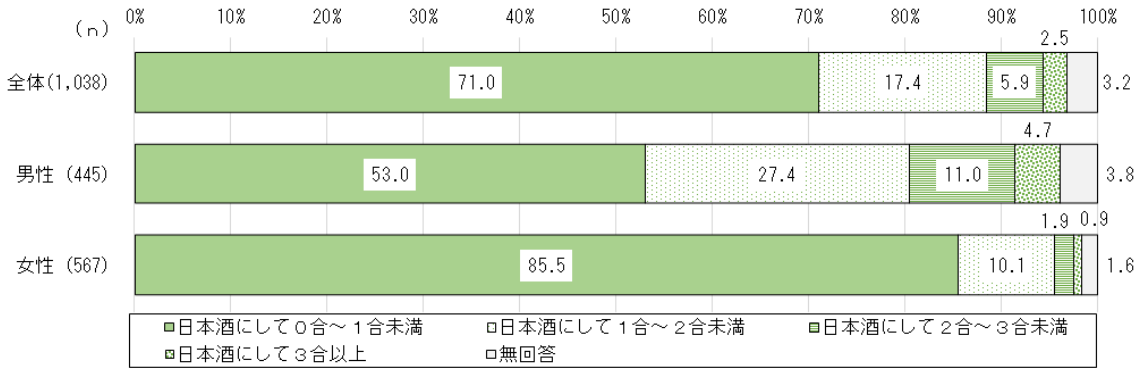


付問27－1　１日（回）の平均飲酒量を教えてください。問27で「ほとんど飲まない」「飲まない」と回答した人は、「日本酒にして０合～１合未満」を選択してください。（○は１つだけ）

１日（回）の平均飲酒量は、「日本酒にして０合～１合未満」が71.0％と最も多く、次いで「日本酒にして１合～２合未満」が17.4％となっています。

性別にみると、＜女性＞は「日本酒にして０合～１合未満」が85.5％になっており、＜男性＞の53.0％より多くなっています。

１日（回）の平均飲酒量／性別



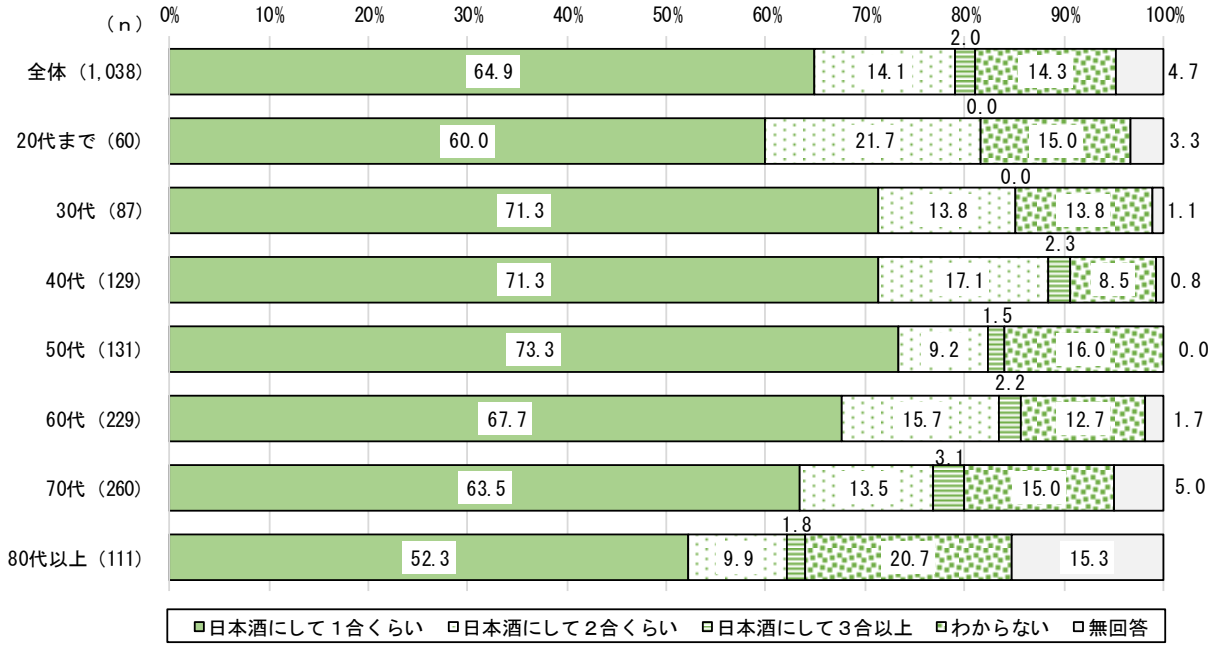
（２）適度な飲酒についての認識

問28　一般的にいわれている「適度な飲酒」とは、１日（回）どれくらいの量だと思いますか。（○は１つだけ）

適度な飲酒についての認識は、「日本酒にして１合くらい」が64.9%、次いで「わからない」が14.3%、「日本酒にして２合くらい」が14.1%となっています。

年齢別にみると、＜30代＞と＜40代＞、＜50代＞は「日本酒にして１合くらい」が７割以上となっています。

適度な飲酒についての認識／年齢

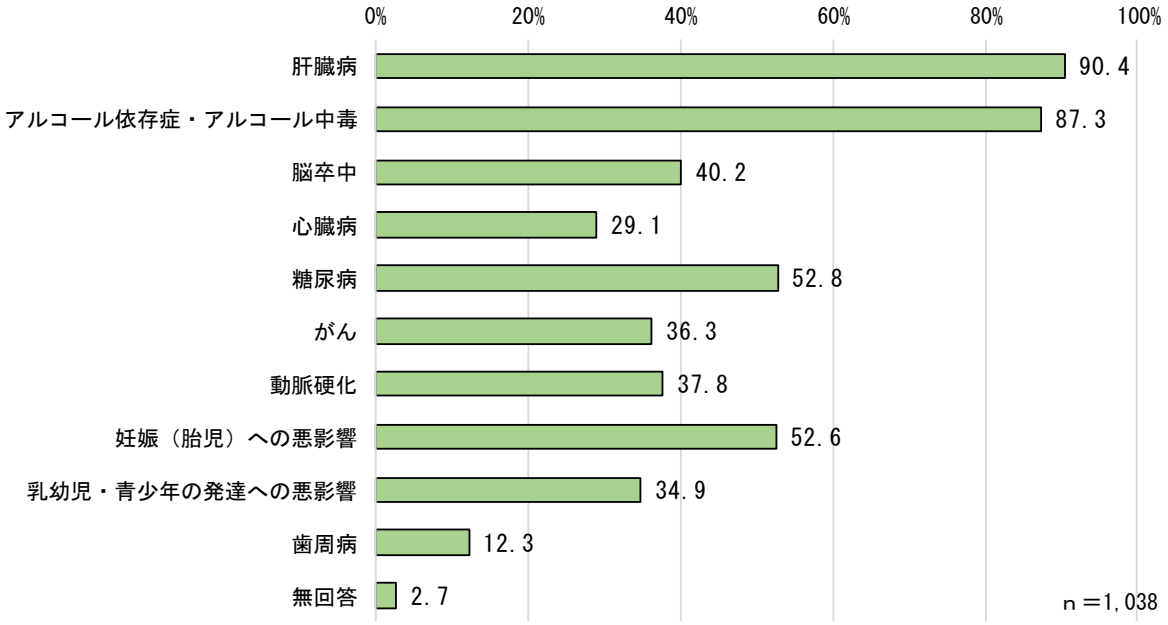


（３）飲酒と疾病の関係

問29　次の病気のうち、多量の飲酒を長期間することでかかりやすくなると、あなたが思う病気を選んでください。（○はいくつでも）

長期間の多量飲酒でかかりやすくなると思う病気は、「肝臓病」が90.4％と最も多く、次いで「アルコール依存症・アルコール中毒」が87.3％、「糖尿病」が52.8％、「妊娠（胎児）」への悪影響」が52.6％となっています。

長期間の多量飲酒でかかりやすくなると思う病気



８．歯の健康

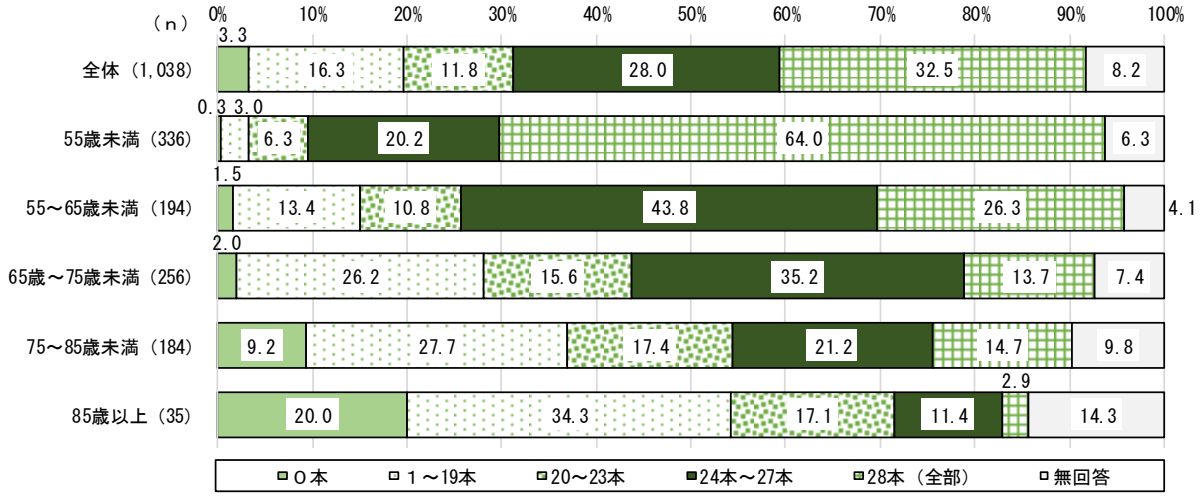
（１）歯の本数

問30　あなたの自分の歯の数は何本ですか。

歯の本数は、「28本（全部）」が32.5％と最も多く、次いで「24～27本」が28.0％となっています。「０本」は3.3％となっています。

年齢別にみると、＜55～65歳未満＞は「24本以上」が約７割となっています。＜75～85歳未満＞は「20本以上」が約５割となっています。

歯の本数／年齢

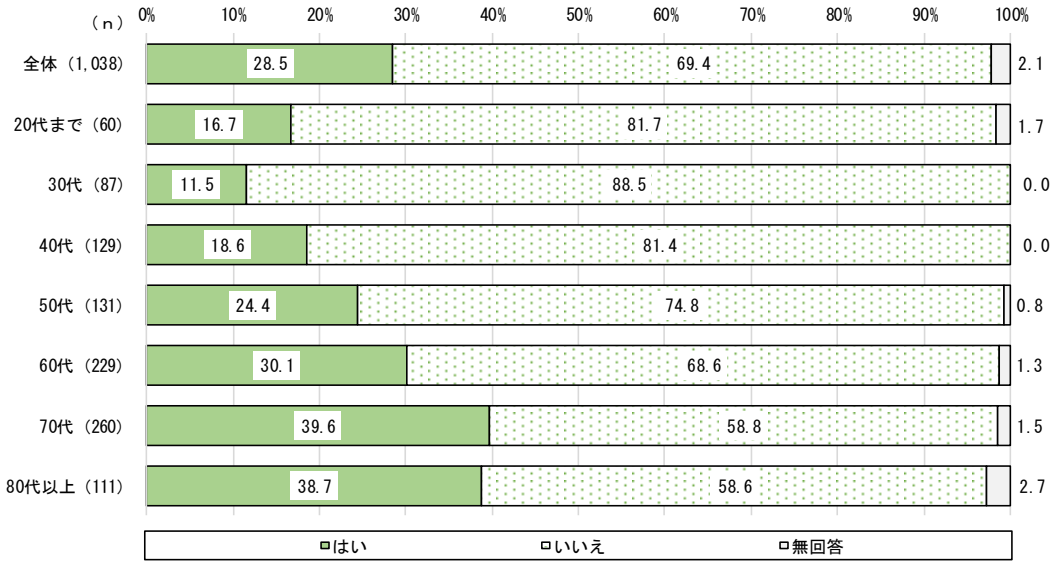


問31　現在、歯科医院に通院していますか。（○は１つだけ）

歯科医院への通院状況は、「はい」は28.5％、「いいえ」が69.4％となっています。

年齢別にみると、＜60代＞と＜70代＞、＜80代以上＞は、「はい」が３割以上となっています。＜30代＞は「いいえ」が88.5％となっています。

歯科医院への通院状況／年齢

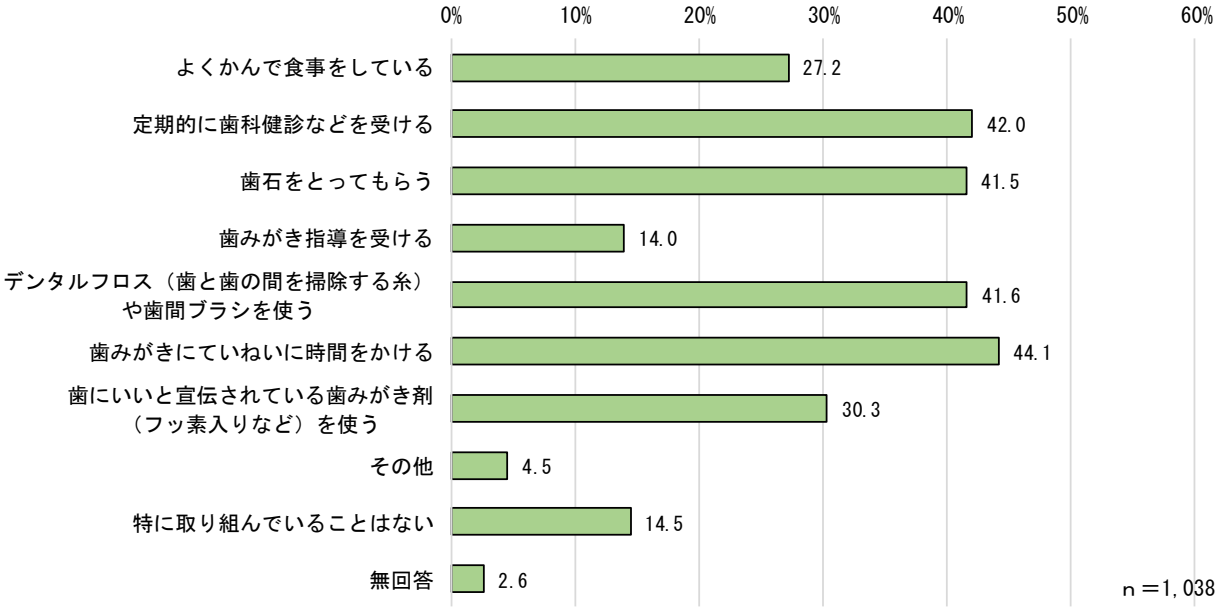


問32　ふだん、歯や歯ぐきの健康のために、どのようなことに取り組んでいますか。（○はいくつでも）

歯や歯ぐきの健康のための取り組みは、「歯みがきにていねいに時間をかける」が44.1％と最も多く、次いで「定期的に歯科健診などを受ける」は42.0％となっています。

年齢別にみると、＜60代＞と＜70代＞は、「定期的に歯科健診などを受ける」と「歯石をとってもらう」、「デンタルフロスや歯間ブラシを使う」、「歯みがきにていねいに時間をかける」が約半数となっています。

歯や歯ぐきの健康のための取り組み／年齢



（ｎ）	よくかんで食事をしている	定期的に歯科健診などを受ける	歯石をとってもらう	歯みがき指導を受ける	デンタルフロス（歯と歯の間を掃除する糸）や歯間ブラシを使う	歯みがきにていねいに時間をかける	歯にいいと宣伝されている歯みがき剤（フッ素入りなど）を使う	その他	特に取り組んでいることはない	無回答
全体（1,038）	27.2	42.0	41.5	14.0	41.6	44.1	30.3	4.5	14.5	2.6
20代まで（60）	30.0	25.0	16.7	5.0	20.0	43.3	40.0	5.0	18.3	0.0
30代（87）	19.5	33.3	35.6	5.7	26.4	55.2	34.5	0.0	14.9	0.0
40代（129）	15.5	33.3	41.1	11.6	41.9	36.4	40.3	3.9	20.2	0.0
50代（131）	17.6	37.4	36.6	7.6	45.8	47.3	38.2	6.1	10.7	0.8
60代（229）	30.1	47.6	47.6	18.8	46.7	47.2	25.3	3.9	13.1	1.7
70 代（260）	31.5	50.8	52.3	18.1	50.8	46.5	30.0	3.5	11.2	1.9
80代以上（111）	40.5	45.0	33.3	16.2	31.5	29.7	17.1	10.8	20.7	6.3

（%）

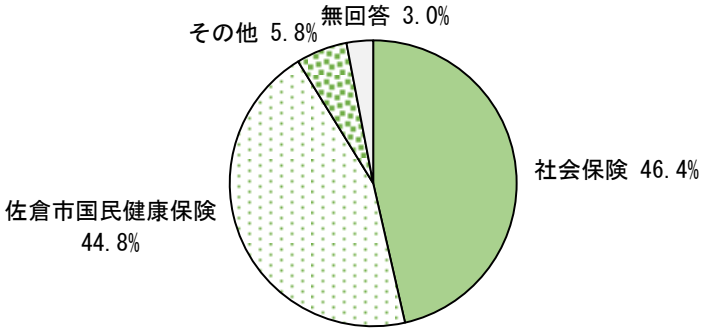
９．生活習慣病

（１）保険の種類

問33　あなたの健康保険の種類を教えてください。（○は１つだけ）

保険の種類は、「社会保険」が46.4%、「佐倉市国民健康保険」が44.8%となっています。

保険の種類



ｎ＝1,038

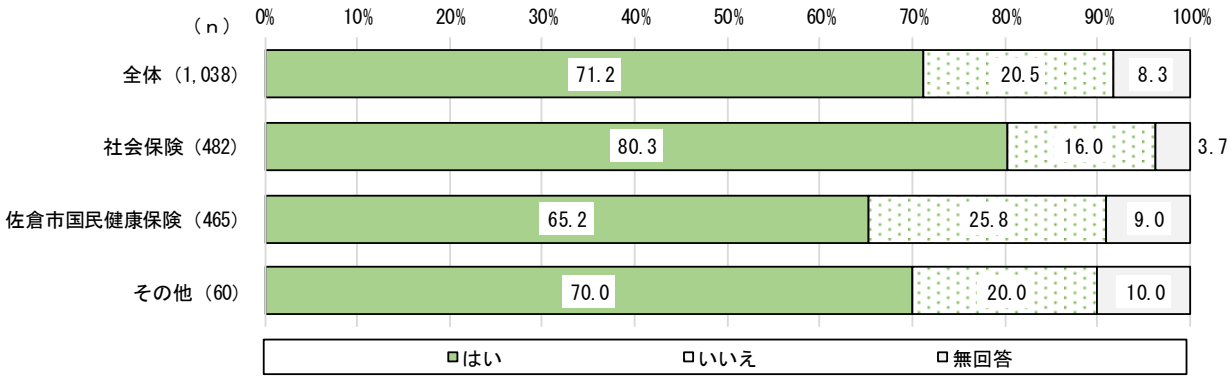
（２）健康診断や健康診査の受診状況

問34　あなたはこの１年間に健康診断や健康診査を受けましたか。（○は１つだけ）

健康診断・健康診査の受診の有無は、「はい」が71.2%、「いいえ」が20.5%となっています。

保険の種類別にみると、＜社会保険＞は「はい」が80.3%、＜佐倉市国民健康保険＞は「はい」が65.2%となっています。

健康診断・健康診査の受診の有無／保険の種類

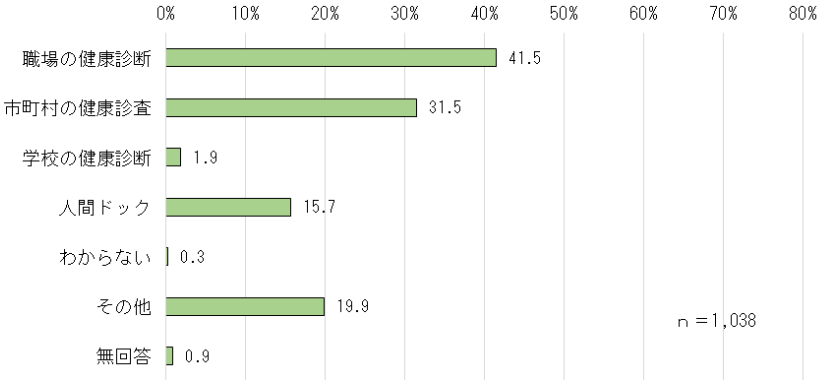


付問34-1（問34で「はい」と回答した人のみ）
健康診断や健康診査（血液検査・尿検査など）をどこで受けたか教えてください。（○はいくつでも）

受診した健康診断・診査の種類は、「職場の健康診断」は41.5%、「市町村の健康診査」は31.5%、「その他」が19.9%となっています。

保険種類別にみると、＜社会保険＞は「職場の健康診断」が67.2%、「人間ドック」が21.4%となっています。＜佐倉市国民健康保険＞は「市町村の健康診査」が56.4%、「その他」が31.4%となっています。

受診した健康診断・診査の種類／保険種類



	職場の健康診断	市町村の健康診査	学校の健康診断	人間ドック	わからない	その他	無回答
全体（1,038）	41.5	31.5	1.9	15.7	0.3	19.9	0.9
社会保険（482）	67.2	11.6	2.6	21.4	0.0	8.3	0.5
国民健康保険（465）	10.2	56.4	1.0	9.9	0.7	31.4	1.7
その他（60）	35.7	35.7	0.0	4.8	0.0	42.9	0.0

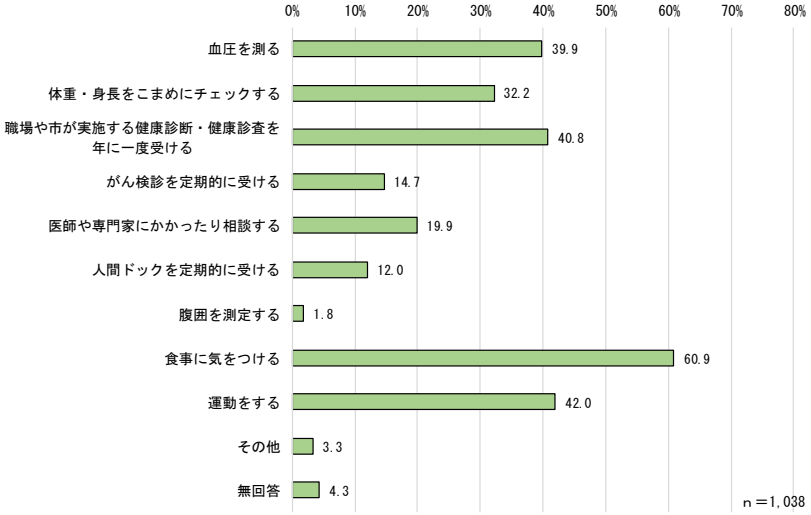
（%）

（２）生活習慣病予防のためのこころがけ

問35生活習慣病予防のために、心がけていることは何ですか。（○はいくつでも）

生活習慣病予防のために、こころがけていることは、「食事に気をつける」が60.9%と最も多く、次いで「運動をする」が42.0%、「職場や市が実施する健康診断・健康診査を年に一度受ける」が40.8%となっています。

生活習慣病予防のためのこころがけ

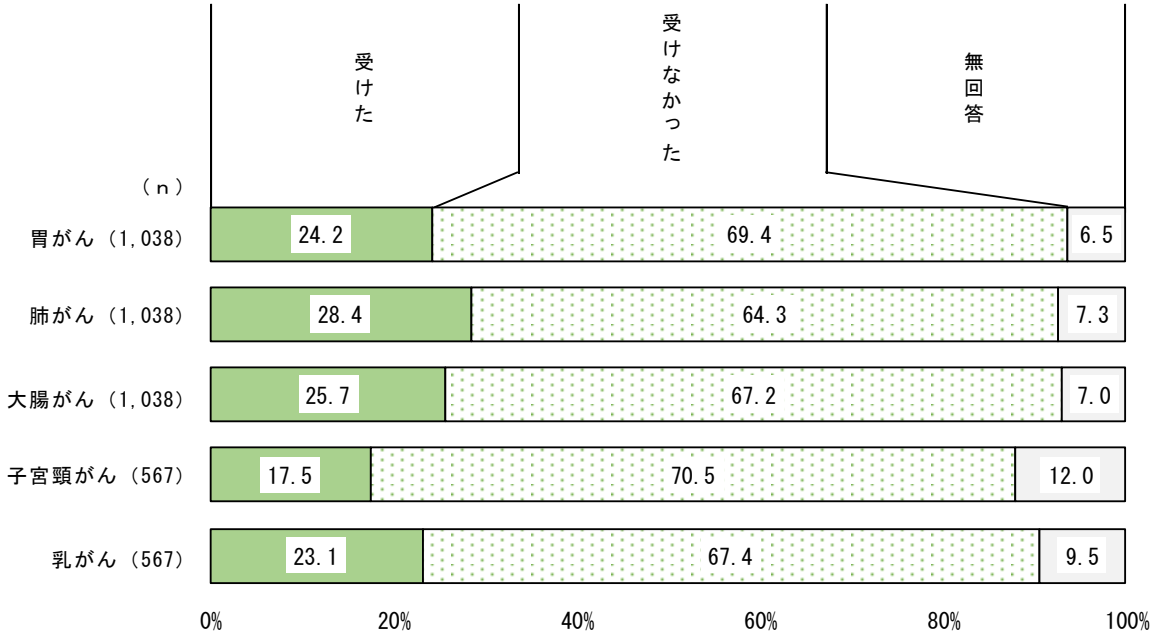


（３）がん検診の受診状況

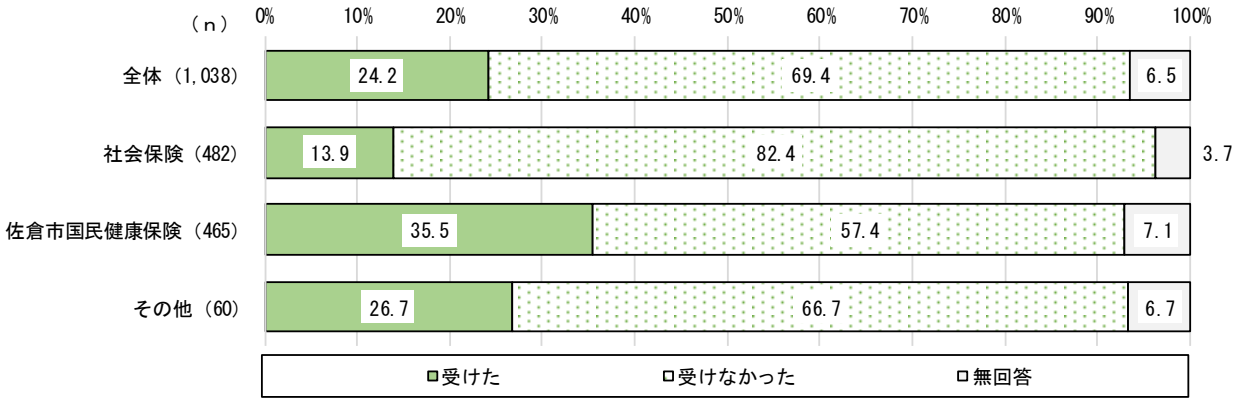
問36　あなたはこの１年間に市のがん検診を受けましたか。（○はそれぞれ１つだけ）

がん検診の受診状況は、＜肺がん＞は「受けた」が最も多い28.4％、次いで＜大腸がん＞が25.7％、＜胃がん＞が24.2％、＜乳がん＞が23.1％、＜子宮頸がん＞が17.5％なっています。

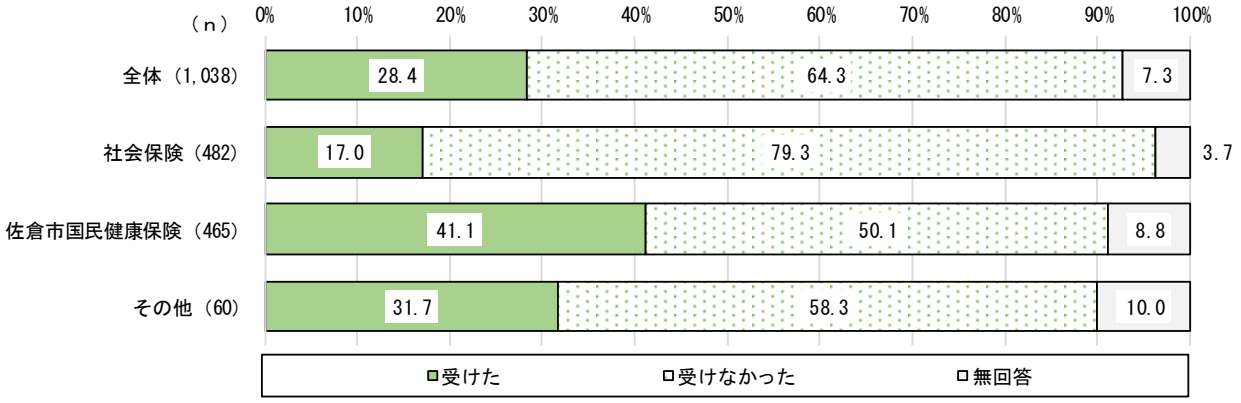
がん検診の受診状況



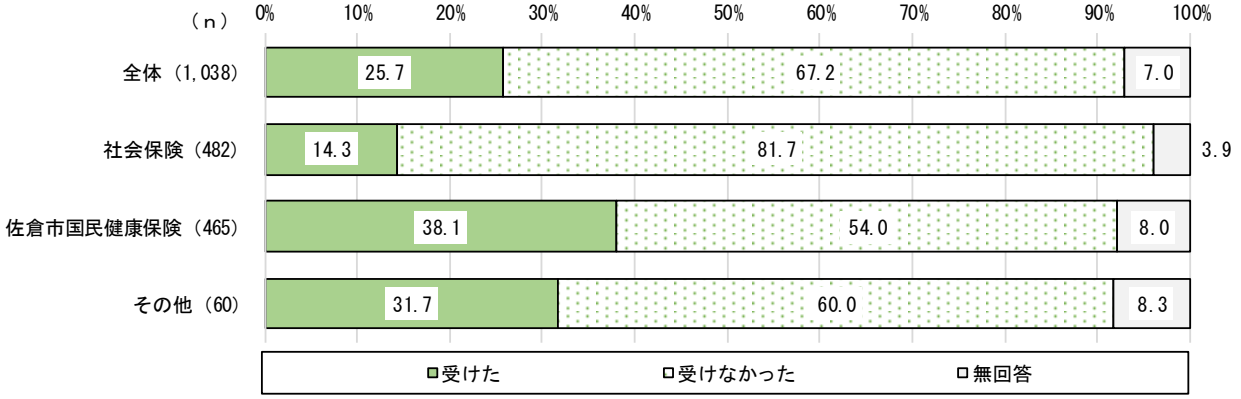
胃がん／保険の種類



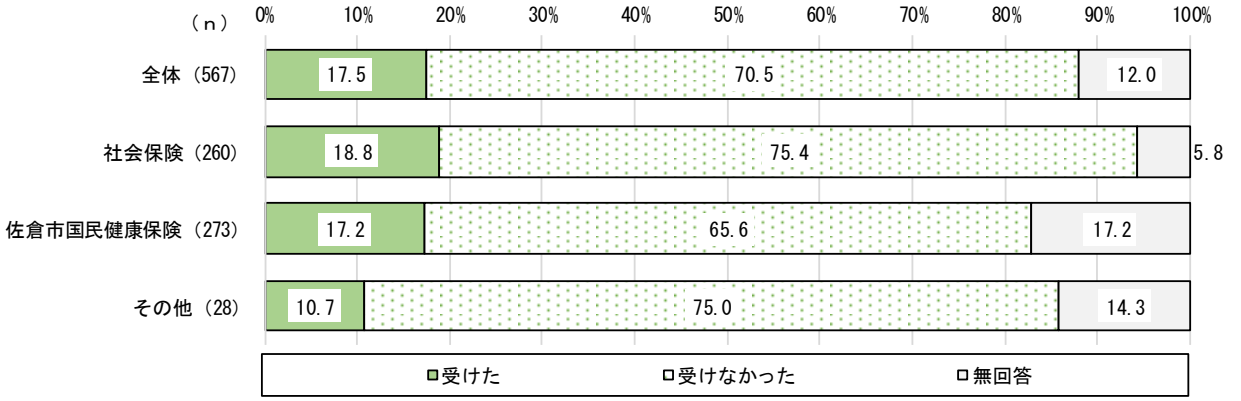
肺がん／保険種類



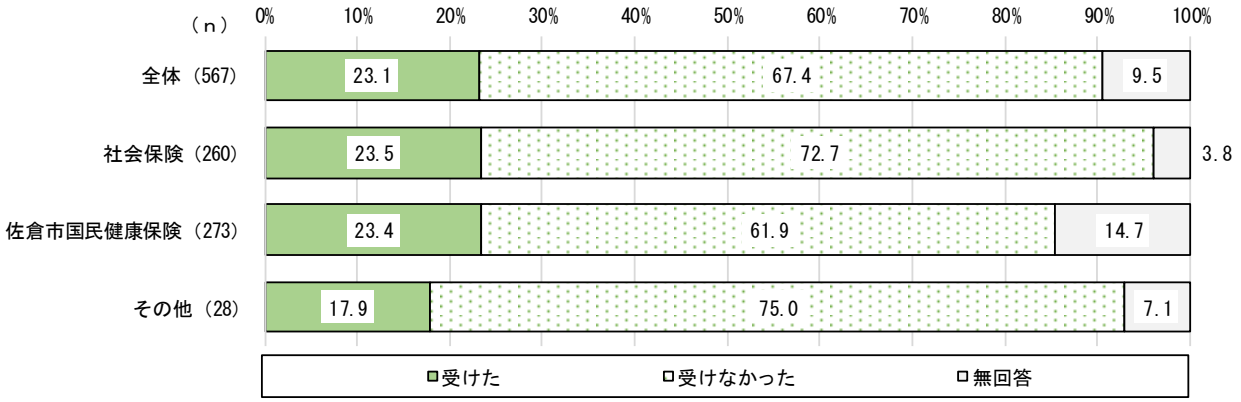
大腸がん／保険種類



子宮頸がん／保険種類



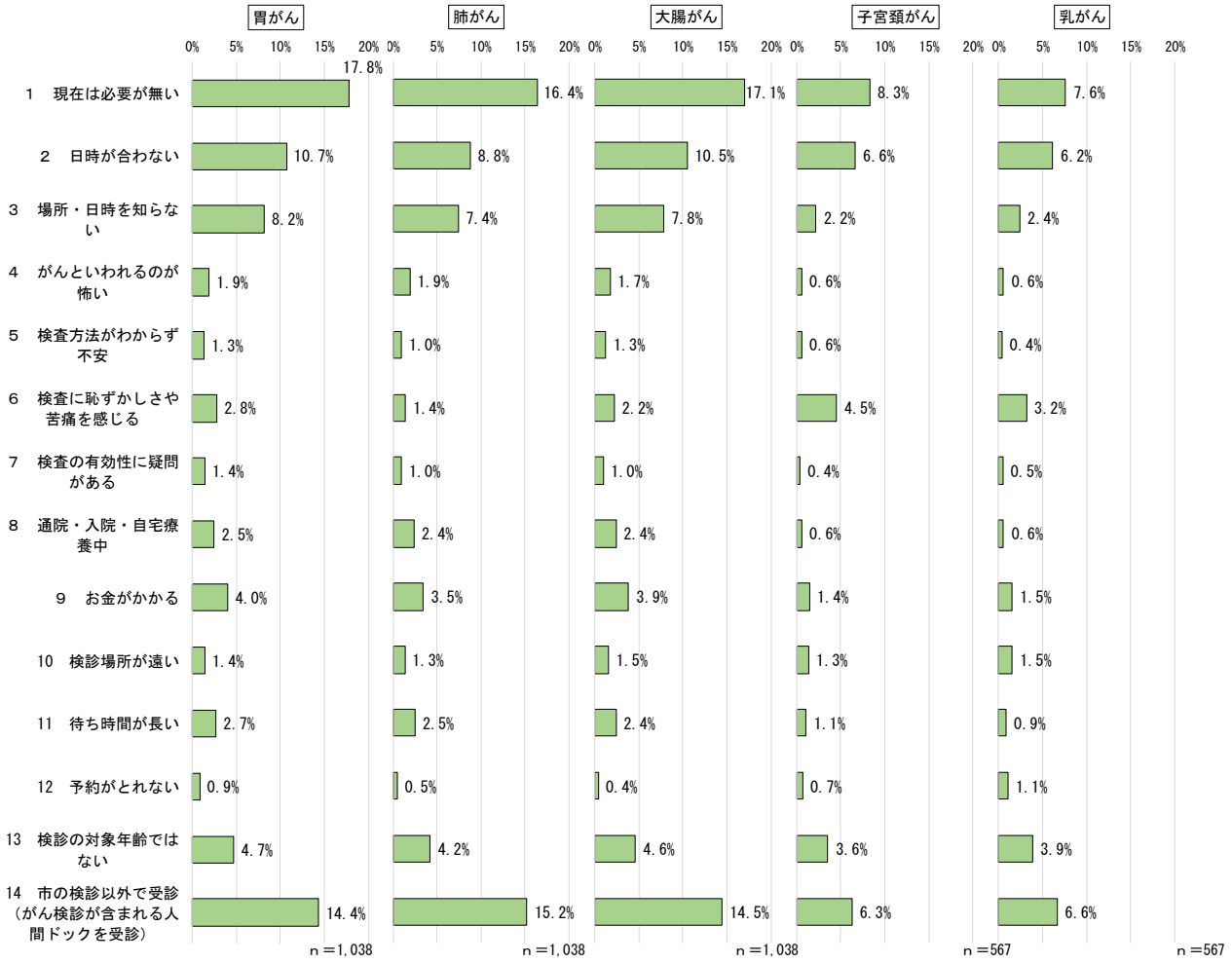
乳がん／保険種類



問37　（問36で「受けなかった」と回答した人のみ）それぞれのがん検診について、市のがん検診を受けなかった理由を選んでください。（○はいくつでも）

がん検診を受けなかった理由は、全ての項目において「現在は必要がない」が約１割～２割と最も多くなっています。次いで＜胃がん＞と＜肺がん＞、＜大腸がん＞は「市の検診以外で受診」が１割以上となっています。

がん検診を受けなかった理由



無回答除く

胃がん

	全体	社会保険	佐倉市国民健康保険	その他
1　現在は必要が無い	17.8	20.7	15.1	18.3
2　日時が合わない	10.7	11.4	10.8	8.3
3　場所・日時を知らない	8.2	13.7	2.4	11.7
4　がんといわれるのが怖い	1.9	1.9	2.2	1.7
5　検査方法がわからず不安	1.3	1.2	1.1	5.0
6　検査に恥ずかしさや苦痛を感じる	2.8	3.3	1.9	5.0
7　検査の有効性に疑問がある	1.4	1.5	1.3	1.7
8　通院・入院・自宅療養中	2.5	1.2	3.7	5.0
9　お金がかかる	4.0	5.2	3.2	3.3
10　検診場所が遠い	1.4	1.5	1.5	1.7
11　待ち時間が長い	2.7	2.7	3.0	1.7
12　予約がとれない	0.9	0.6	1.3	0.0
13　検診の対象年齢ではない	4.7	7.7	2.4	1.7
14　市の検診以外で受診（がん検診が含まれる人間ドックを受診）	14.4	20.1	9.2	10.0

（%）

肺がん

	全体	社会保険	佐倉市国民健康保険	その他
1　現在は必要が無い	16.4	19.9	13.5	13.3
2　日時が合わない	8.8	9.5	8.4	8.3
3　場所・日時を知らない	7.4	12.7	2.2	10.0
4　がんといわれるのが怖い	1.9	1.9	2.4	0.0
5　検査方法がわからず不安	1.0	1.0	0.6	3.3
6　検査に恥ずかしさや苦痛を感じる	1.4	1.9	0.9	1.7
7　検査の有効性に疑問がある	1.0	0.8	0.9	1.7
8　通院・入院・自宅療養中	2.4	1.2	3.4	5.0
9　お金がかかる	3.5	5.0	2.4	1.7
10　検診場所が遠い	1.3	1.5	1.3	1.7
11　待ち時間が長い	2.5	2.3	3.0	1.7
12　予約がとれない	0.5	0.6	0.4	0.0
13　検診の対象年齢ではない	4.2	7.1	1.9	1.7
14　市の検診以外で受診（がん検診が含まれる人間ドックを受診）	15.2	22.0	8.6	13.3

（%）

大腸がん

	全体	社会保険	佐倉市国民健康保険	その他
1　現在は必要が無い	17.1	20.3	14.0	18.3
2　日時が合わない	10.5	11.2	10.8	6.7
3　場所・日時を知らない	7.8	13.1	2.4	10.0
4　がんといわれるのが怖い	1.7	2.1	1.7	0.0
5　検査方法がわからず不安	1.3	1.2	1.1	3.3
6　検査に恥ずかしさや苦痛を感じる	2.2	2.3	1.9	3.3
7　検査の有効性に疑問がある	1.0	0.8	0.9	1.7
8　通院・入院・自宅療養中	2.4	1.0	3.9	3.3
9　お金がかかる	3.9	5.0	3.0	3.3
10　検診場所が遠い	1.5	1.5	1.5	1.7
11　待ち時間が長い	2.4	2.3	2.8	1.7
12　予約がとれない	0.4	0.4	0.4	0.0
13　検診の対象年齢ではない	4.6	7.7	2.2	1.7
14　市の検診以外で受診（がん検診が含まれる人間ドックを受診）	14.5	20.5	9.5	8.3

（%）

子宮頸がん

	全体	社会保険	佐倉市国民健康保険	その他
1　現在は必要が無い	8.3	6.2	10.1	10.0
2　日時が合わない	6.6	8.1	6.0	3.3
3　場所・日時を知らない	2.2	3.5	0.9	3.3
4　がんといわれるのが怖い	0.6	0.8	0.4	0.0
5　検査方法がわからず不安	0.6	0.4	0.9	0.0
6　検査に恥ずかしさや苦痛を感じる	4.5	3.7	6.2	0.0
7　検査の有効性に疑問がある	0.4	0.4	0.4	0.0
8　通院・入院・自宅療養中	0.6	0.2	1.1	0.0
9　お金がかかる	1.4	1.9	1.1	1.7
10　検診場所が遠い	1.3	1.9	0.9	1.7
11　待ち時間が長い	1.1	0.6	1.5	1.7
12　予約がとれない	0.7	0.8	0.6	0.0
13　検診の対象年齢ではない	3.6	3.7	3.7	3.3
14　市の検診以外で受診（がん検診が含まれる人間ドックを受診）	6.3	11.2	2.4	0.0

（%）

乳がん

	全体	社会保険	佐倉市国民健康保険	その他
１　現在は必要が無い	7.6	6.0	9.5	8.3
２　日時が合わない	6.2	7.1	6.0	3.3
３　場所・日時を知らない	2.4	3.7	1.1	3.3
４　がんといわれるのが怖い	0.6	0.8	0.4	0.0
５　検査方法がわからず不安	0.4	0.4	0.4	0.0
６　検査に恥ずかしさや苦痛を感じる	3.2	3.1	3.9	0.0
７　検査の有効性に疑問がある	0.5	0.4	0.4	0.0
８　通院・入院・自宅療養中	0.6	0.2	1.1	0.0
９　お金がかかる	1.5	1.9	1.3	1.7
10　検診場所が遠い	1.5	1.9	1.3	1.7
11　待ち時間が長い	0.9	0.6	1.3	0.0
12　予約がとれない	1.1	1.2	1.1	0.0
13　検診の対象年齢ではない	3.9	3.1	4.9	3.3
14　市の検診以外で受診（がん検診が含まれる人間ドックを受診）	6.6	11.4	2.8	1.7

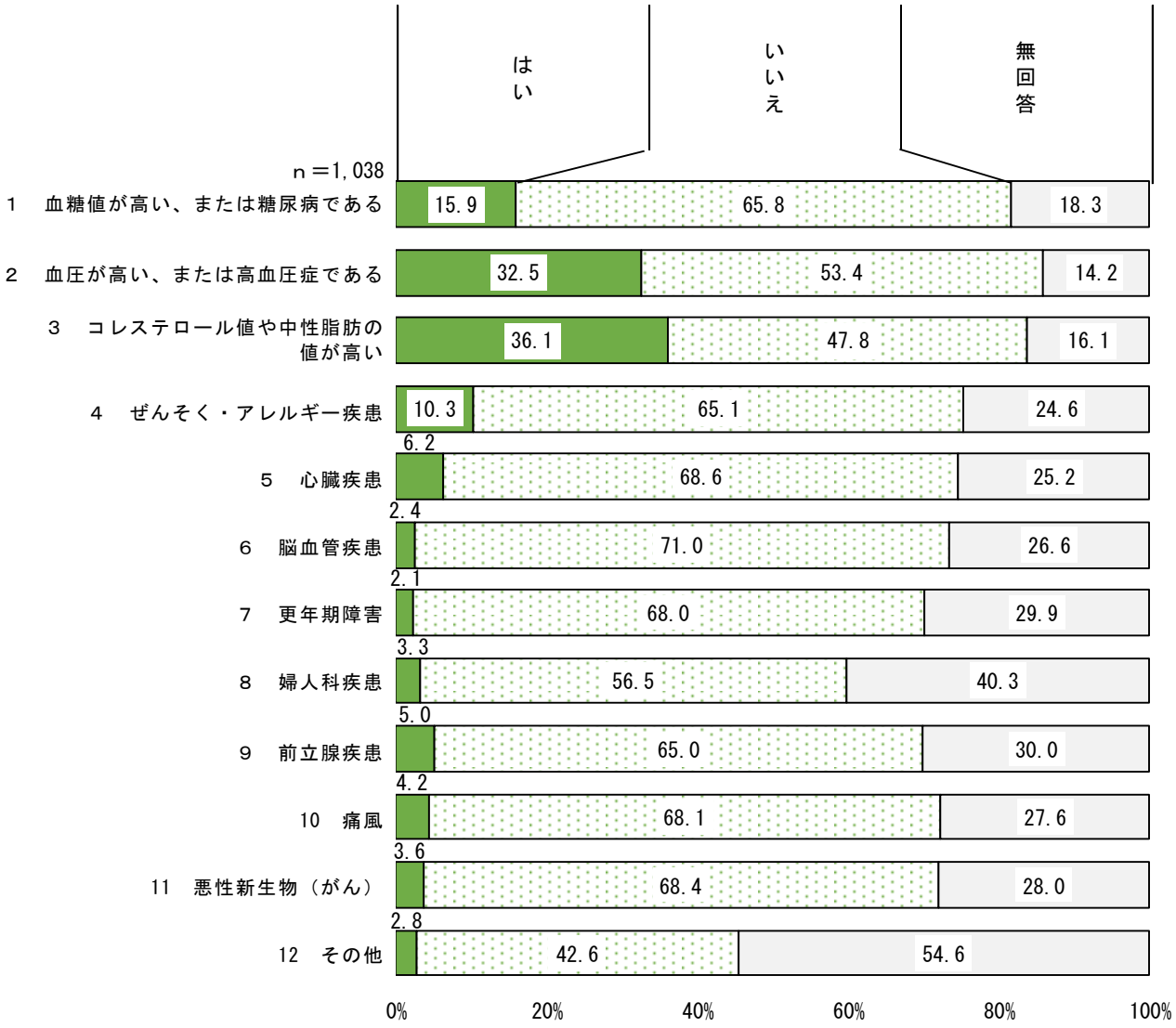
（%）

（４）医師や健康診断の結果による指摘

問38　あなたは、これまでに医師や健康診断の結果などから、次のようなことをいわれたことがありますか。（それぞれについて、当てはまる番号１つだけに○）

医師からの所見・健康診断の結果は、＜血圧が高い、または高血圧症である＞と＜コレステロール値や中性脂肪の値が高い＞は、「はい」が３割以上となっています。次いで、＜血糖値が高い、または糖尿病である＞は「はい」が15.9％となっています。

医師からの所見・健康診断結果

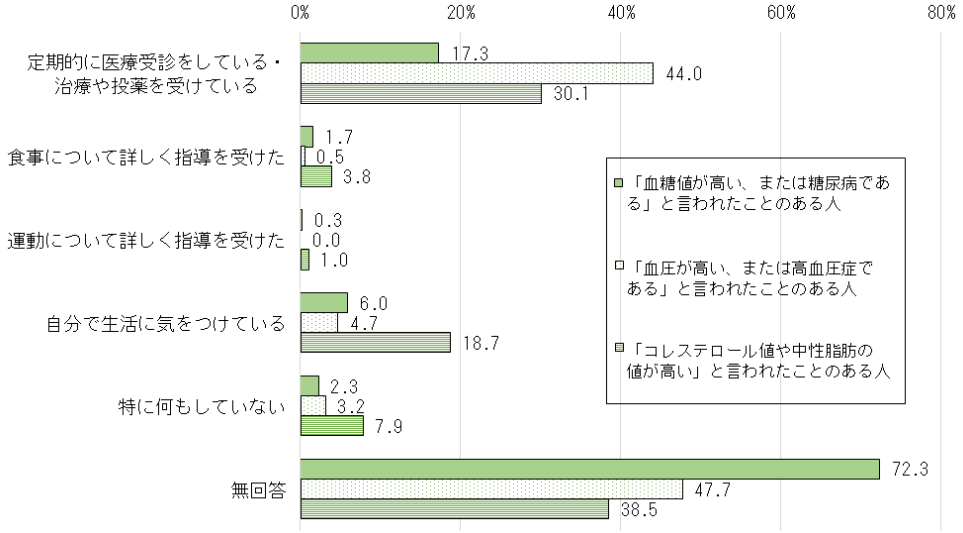


付問38－1（問38の１～３で「はい」と回答した人のみ）
どのような対応をしましたか。（○は１つだけ）

医師からの所見・健康診断結果への対応としては、＜「血圧が高い、または高血圧症である」と言われたことのある人＞は「定期的に医療受診をしている・治療や投薬を受けている」が44.0％、＜「血糖値が高い、または糖尿病である」と言われたことのある人＞は、「定期的に医療受診している・治療や投薬を受けている」が17.3％となっています。

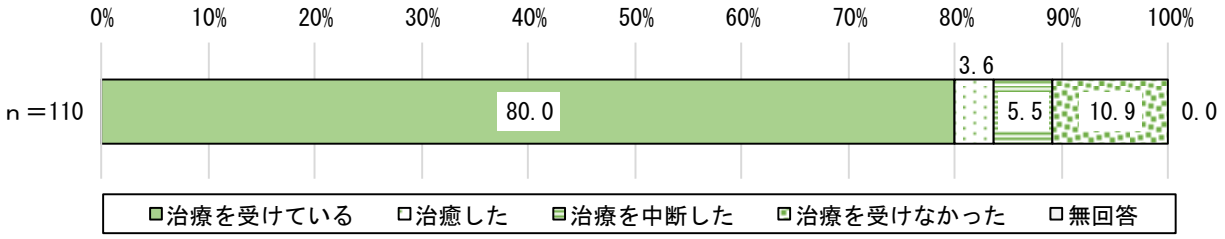
また、＜「コレステロール値や中性脂肪の値が高い」と言われたことのある人＞では、「定期的に医療受診している・治療や投薬を受けている」が30.1％、次いで「自分で生活に気をつけている」が18.7％となっています。

医師からの所見・健康診断結果への対応



付問38－1－1　（糖尿病と診断された人のみ）
現在、治療（食事・運動療法を含む）を受けていますか。（○は１つだけ）

「治療を受けている」が80.0％、「治療を受けなかった」が10.9％となっています。



付問38－1－1－1　（問38-1-1で「治療を中断した」と回答した人のみ）
糖尿病の治療を中断した理由を選んでください。（○はいくつでも）

糖尿病の「治療中断した」という人の理由は、「病院にいく時間が取れなかったから」が最も多く、次いで「自覚症状がないから」、「検査値に変化がないから」、「以前より検査値が良くなったから」、「食事療法が面倒だから」、「服薬・投薬管理が面倒だから」、「民間療法をやっているから」となっています。

付問38－1－1－2（問38-1-1で「治療を受けなかった」と回答した人のみ）
糖尿病の治療を受けなかった理由を選んでください。（○はいくつでも）

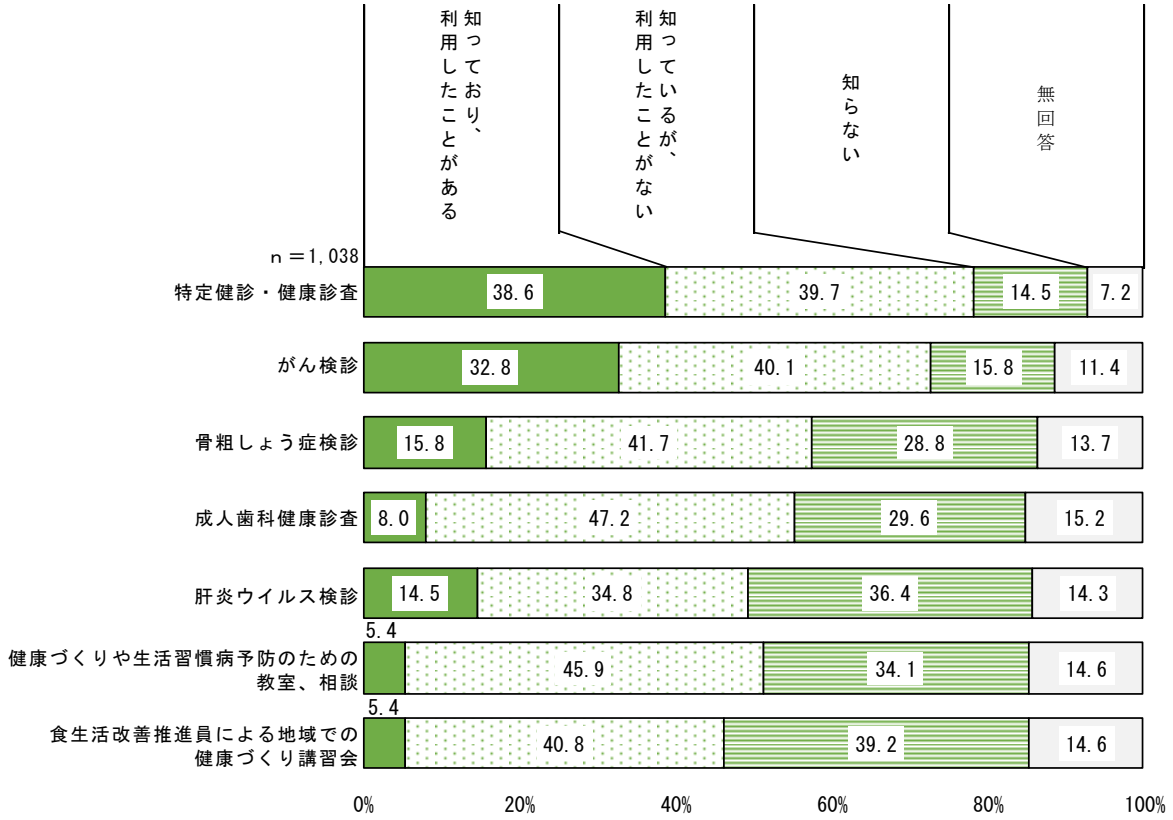
糖尿病の「治療を受けなかった」という人の理由は、「検査値がそれほど悪い値とは思わないから」が最も多く、次いで「自力（自己管理）あるいは民間療法で治せると思うから」、「自覚症状がないから」となっています。

（５）市が実施する保健サービスの認知・利用状況

問39　あなたは、市が健康づくりのために実施している次のような保健サービスを知っていますか。また、利用したことがありますか。（それぞれの保健サービスについて、当てはまる番号１つだけに○）

市が実施している保健サービスの認知・利用については、＜特定健診・健康診査＞は「知っており、利用したことがある」が38.6%、「知っているが、利用したことがない」が39.7%となっています。＜肝炎ウイルス検診＞と＜健康づくりや生活習慣病予防のための教室、相談＞、＜食生活改善推進員による地域での健康づくり講習会＞は「知らない」が３割以上となっています。

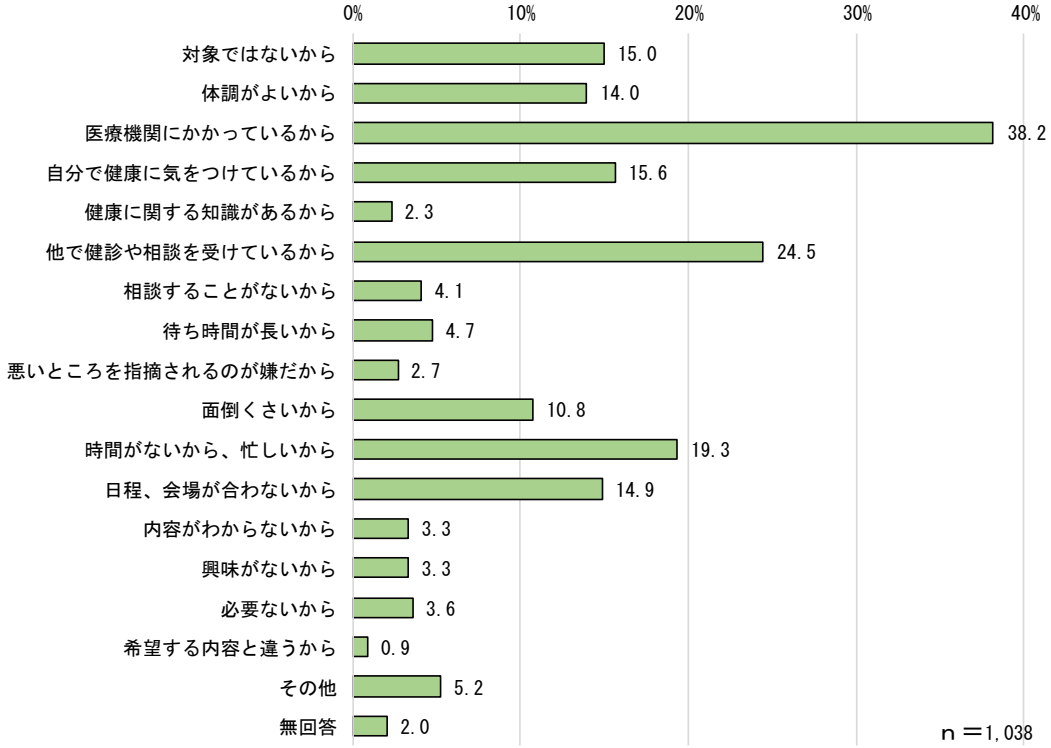
市が実施している保健サービスの認知・利用について



付問39－1（問39で「知っているが利用したことがない」が１つでもある人のみ）
その理由を教えてください。（○はいくつでも）

市が実施している保健サービスを「知っているが利用したことがない」という人の理由は、「医療機関にかかっているから」が38.2％と最も多く、次いで「他で健診や相談を受けているから」が24.5％、「時間がないから、忙しいから」が19.3％となっています。

知っているが利用したことのない理由／性別、年齢



（ｎ）	対象ではないから	体調がよいから	医療機関にかかっているから	自分で健康に気をつけているから	健康に関する知識があるから	他で健診や相談を受けているから	相談することがないから	待ち時間が長いから	悪いところを指摘されるのが嫌だから	面倒くさいから	時間がないから、忙しいから	日程、会場が合わないから	内容がわからないから	興味がないから	必要ないから	希望する内容と違うから	その他	無回答
全体（781）	15.0	14.0	38.2	15.6	2.3	24.5	4.1	4.7	2.7	10.8	19.3	14.9	3.3	3.3	3.6	0.9	5.2	2.0
男性（310）	14.2	16.5	41.3	15.2	1.6	28.4	3.5	5.5	2.3	8.7	14.8	10.6	4.8	3.2	4.8	0.6	6.8	2.6
女性（567）	15.4	12.3	35.9	16.0	2.8	22.1	4.5	4.1	2.8	12.1	22.1	17.5	2.4	3.5	2.8	1.1	4.3	1.5
20代まで（33）	42.4	30.3	0.0	9.1	6.1	3.0	6.1	6.1	0.0	9.1	45.5	27.3	9.1	6.1	12.1	0.0	0.0	0.0
30代（58）	29.3	12.1	12.1	5.2	0.0	24.1	3.4	3.4	3.4	12.1	32.8	22.4	6.9	8.6	5.2	1.7	5.2	1.7
40代（104）	16.3	12.5	15.4	9.6	1.9	27.9	5.8	8.7	2.9	20.2	44.2	18.3	1.0	3.8	2.9	0.0	6.7	0.0
50代（113）	11.5	12.4	23.0	8.8	1.8	30.1	5.3	2.7	2.7	13.3	24.8	24.8	4.4	5.3	3.5	1.8	10.6	0.9
60代（187）	11.2	9.6	43.9	14.4	3.2	29.9	3.7	4.3	2.1	12.3	12.3	14.4	3.7	3.2	3.2	1.6	5.3	1.6
70代（201）	10.9	18.4	61.7	25.4	2.5	20.9	3.0	5.5	3.0	5.0	7.5	7.0	3.0	1.5	2.5	0.5	3.0	2.5
80代以上（72）	13.9	12.5	54.2	22.2	1.4	18.1	2.8	1.4	1.4	4.2	2.8	5.6	0.0	0.0	4.2	0.0	4.2	6.9

（％）

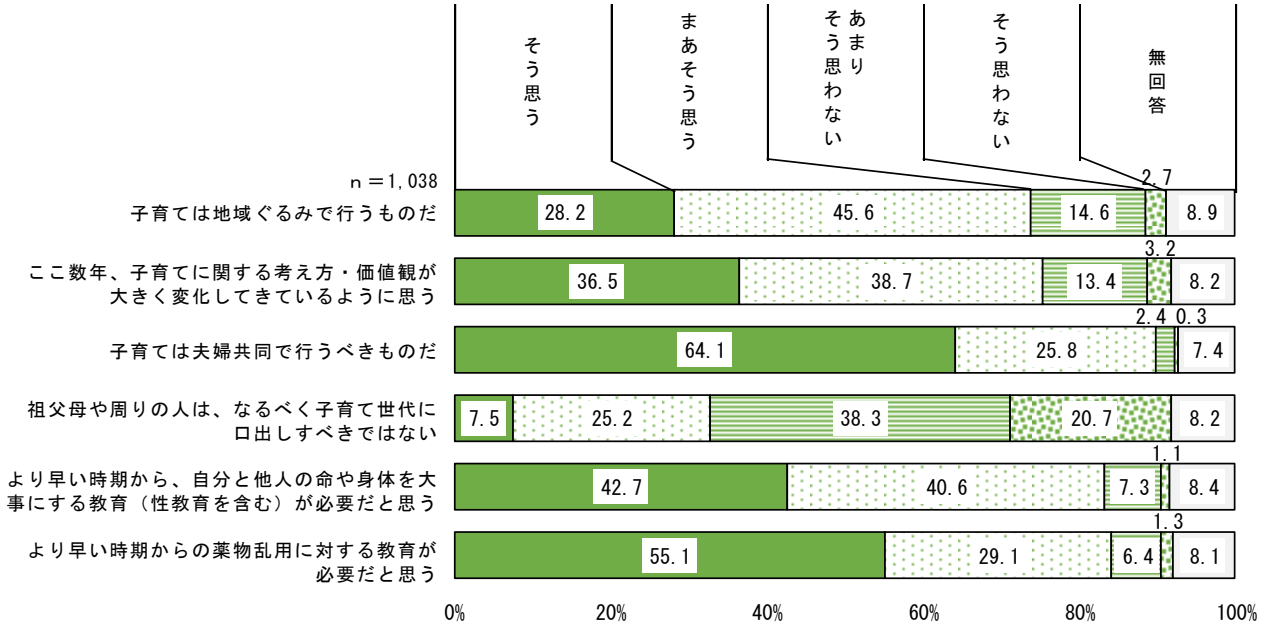
10. 子育て

（１）子育てに関する考え

問40　以下のそれぞれの意見について、あなたの考えにもっとも近い番号を選んでください。（それぞれについて、当てはまる番号１つだけに○）

子育てに関する考えは、＜子育ては夫婦共同で行うべきものだ＞は「そう思う」が64.1%、＜より早い時期からの薬物乱用に対する教育が必要だと思う＞が55.1%となっています。＜祖父母や周りの人は、なるべく子育て世代に口出しすべきではない＞は「そう思う」と「まあそう思う」の合計は32.7%、「そう思わない」は20.7%となっています。

子育てに関する考え

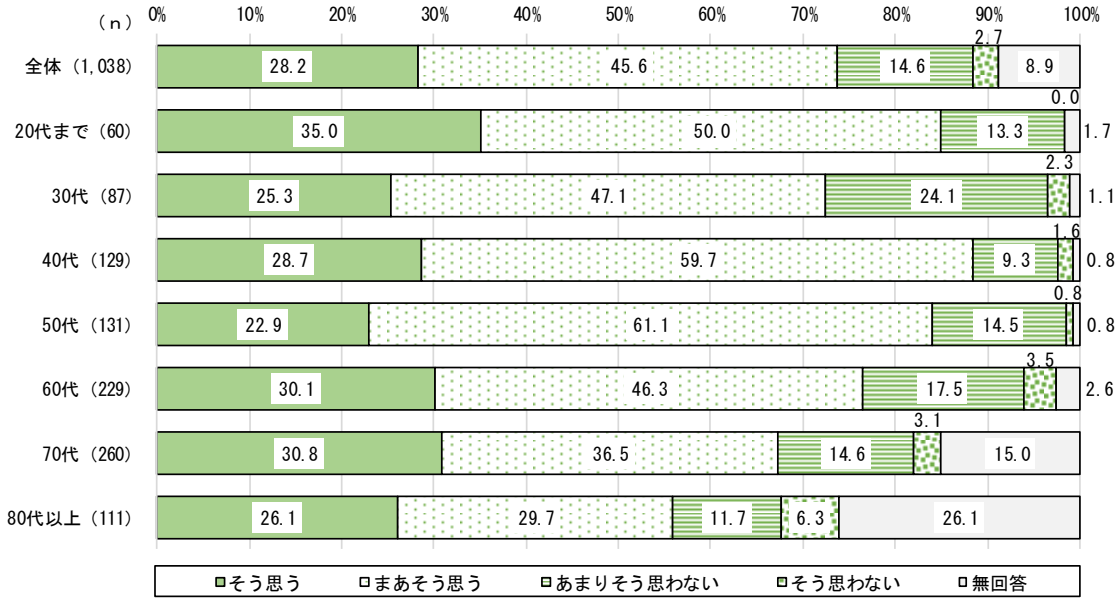


子育ては地域ぐるみで行うものだ

子育ては地域ぐるみで行うものだは、「まあそう思う」が45.6%、「そう思う」が28.2%、「あまりそう思わない」が14.6%となっています。

年齢別にみると、＜20代まで＞と＜60代＞、＜70代＞は「そう思う」が３割を超えています。

子育ては地域ぐるみで行うものだ／年齢

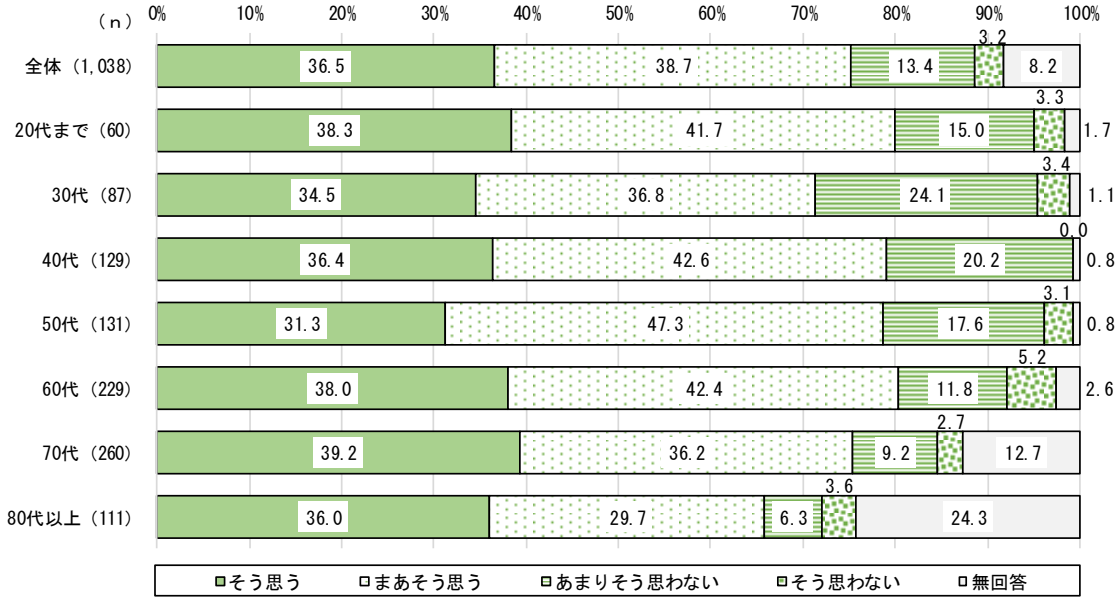


ここ数年、子育てに関する考え方・価値観が大きく変化してきているように思う

ここ数年、子育てに関する考え方・価値観が大きく変化してきているように思うは、「まあそう思う」が38.7%、「そう思う」が36.5%、「あまりそう思わない」が13.4%となっています。

年齢別にみると、＜60代＞は「そう思う」と「まあそう思う」の合計は80.4%となっています。

ここ数年、子育てに関する考え方・価値観が大きく変化してきているように思う／年齢

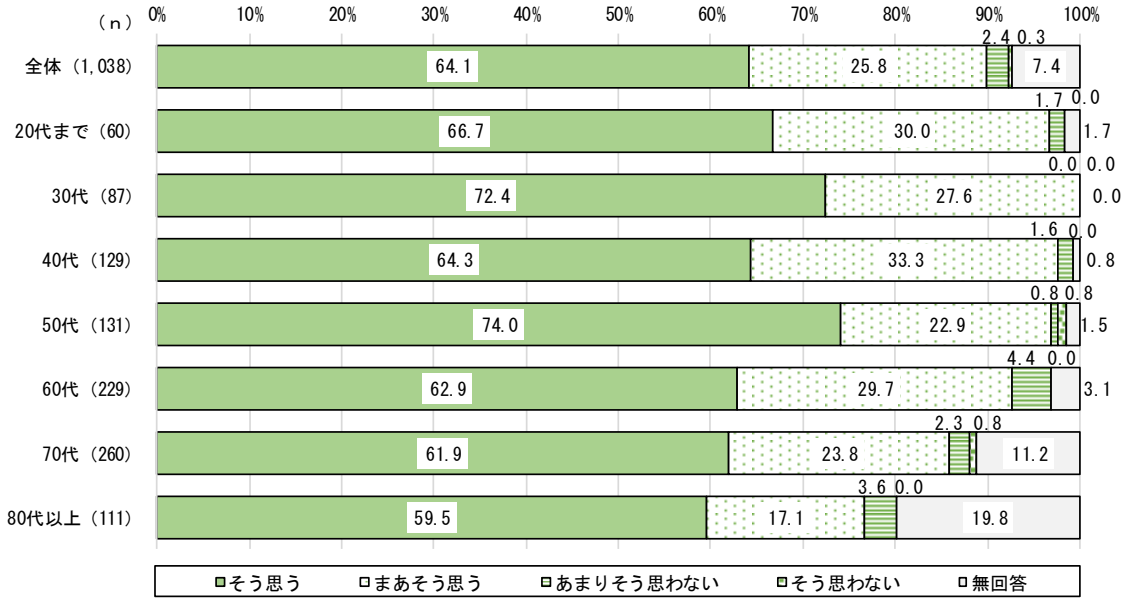


子育ては夫婦共同で行うべきものだ

子育ては夫婦共同で行うべきものだは、「そう思う」が64.1%、「まあそう思う」が25.8%、「あまりそう思わない」は2.4%となっています。

年齢別にみると、＜30代＞と＜50代＞は、「そう思う」は７割以上となっています。

子育ては夫婦共同で行うべきものだ／年齢

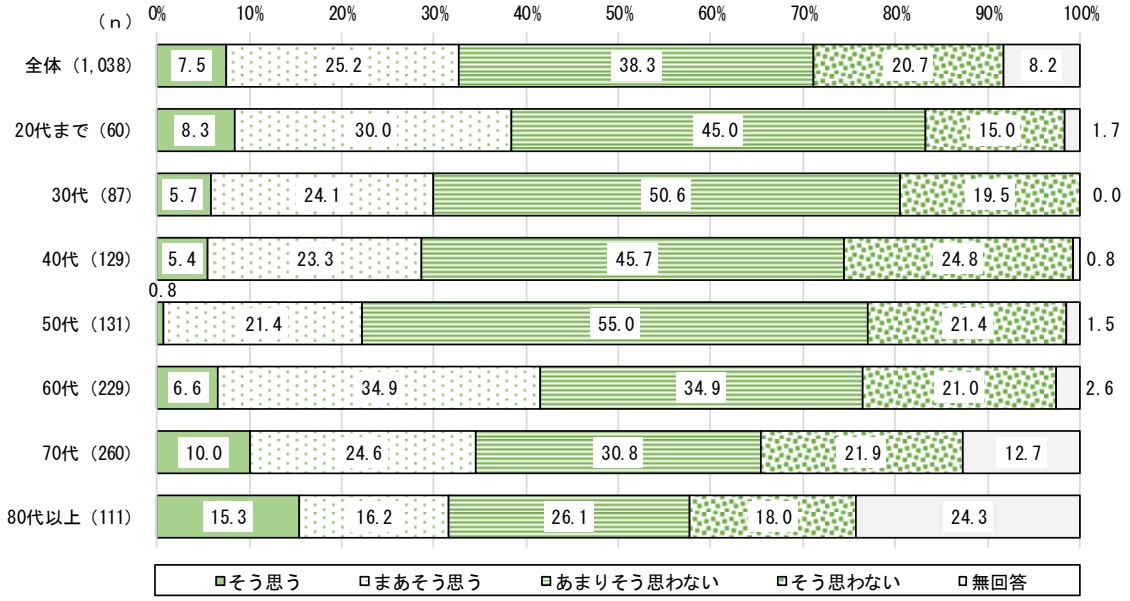


祖父母や周りの人は、なるべく子育て世代に口出しすべきではない

祖父母や周りの人は、なるべく子育て世代に口出しすべきではないは、「あまりそう思わない」が38.3%、「まあそう思う」は25.2%、「そう思わない」が20.7%となっています。

年齢別にみると、<80代以上>は「そう思う」が15.3%となっています。<50代>は「あまりそう思わない」と「そう思わない」の合計が76.4%となっています。

祖父母や周りの人は、なるべく子育て世代に口出しすべきではない／年齢

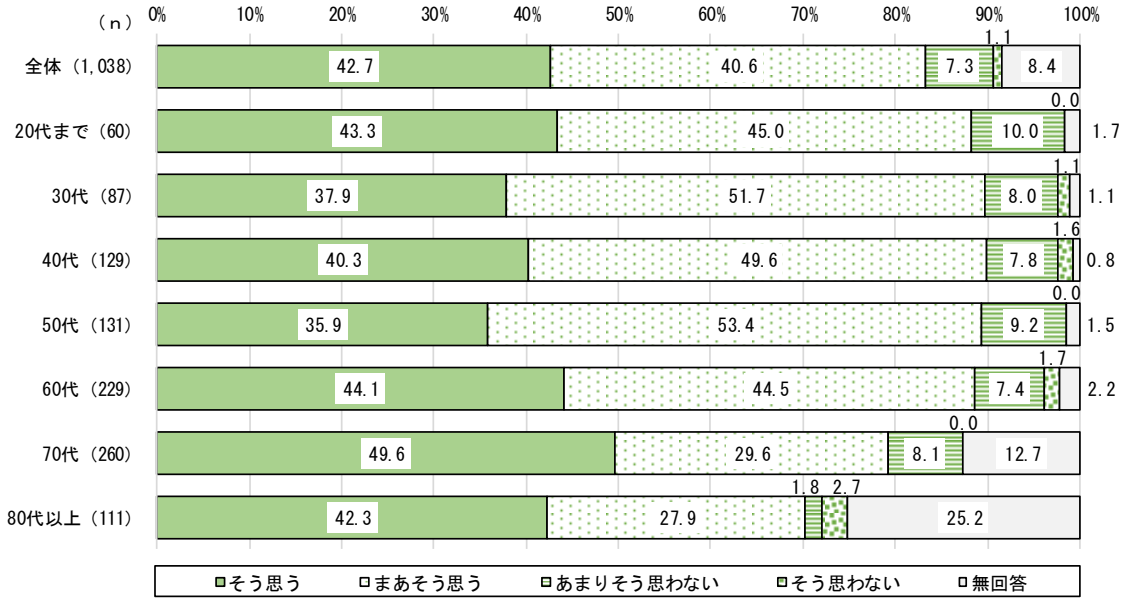


より早い時期から、自分と他人の命や身体を大事にする教育（性教育を含む）が必要だと思う

より早い時期から、自分と他人の命や身体を大事にする教育（性教育を含む）が必要だと思うは「まあそう思う」が40.6%、「そう思う」が42.7%となっています。

年齢別にみると、＜70代＞は「そう思う」が49.6%となっています。

より早い時期から、自分と他人の命や身体を大事にする教育（性教育を含む）が必要だと思う／年齢

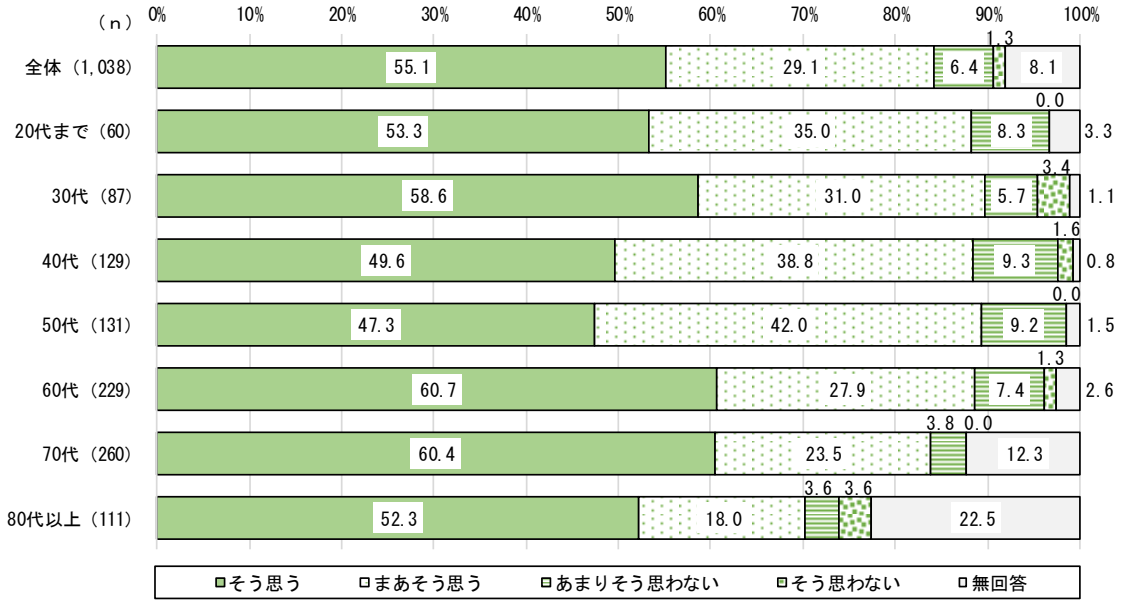


より早い時期からの薬物乱用に対する教育が必要だと思う

より早い時期からの薬物乱用に対する教育が必要だと思うは、「そう思う」が55.1%、「まあそう思う」が29.1%となっています。

年齢別にみると、＜40代＞と＜50代＞は「あまりそう思わない」が約１割となっています。

より早い時期からの薬物乱用に対する教育が必要だと思う／年齢

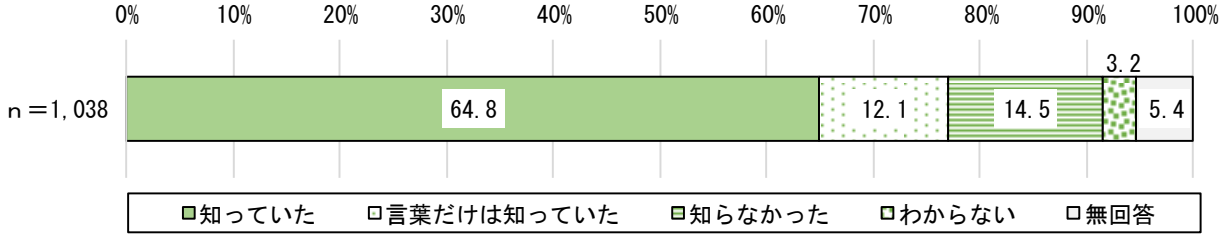


（２）マタニティマーク

問41　あなたは、マタニティマークを知っていましたか。（○は１つだけ）

マタニティマークの認知度は、「知っていた」が64.8%、「知らなかった」が14.5%、「言葉だけは知っていた」が12.1%となっています。

マタニティマークの認知度

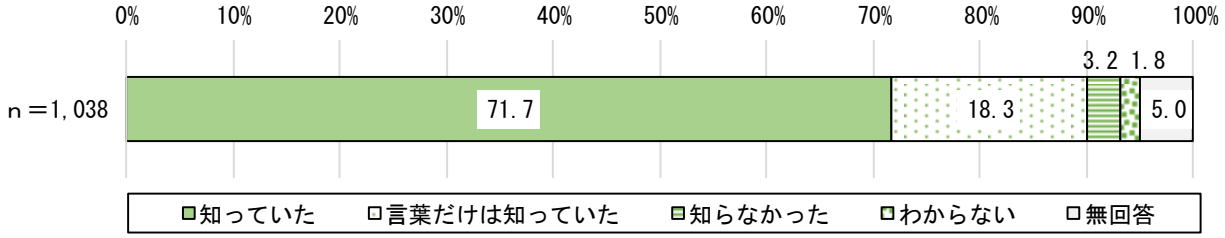


（３）発達障害

問42　あなたは、発達障害について知っていましたか。（○は１つだけ）

発達障害の認知度は、「知っていた」が71.7%、「言葉だけは知っていた」が18.3%となっています。

発達障害の認知度

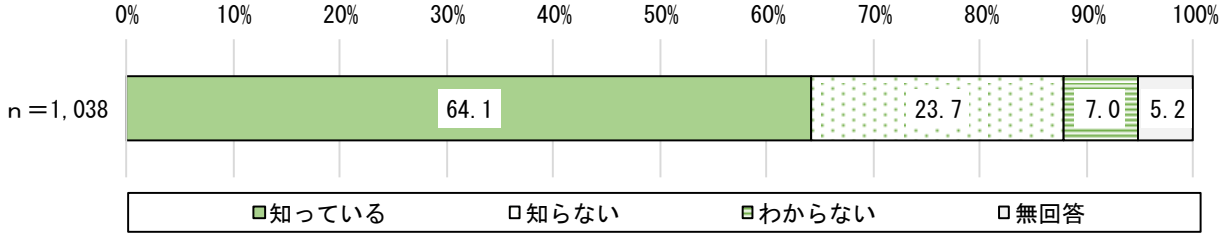


（４）虐待

問43　法律では、虐待を受けたと思われる、または疑いのある児童を発見したら、だれでも市町村の役場や児童相談所などに知らせることが義務付けられています。あなたは、そのような義務があることを知っていましたか、それとも知りませんでしたか。（○は１つだけ）

虐待発見したら届け出義務があることは、「知っている」が64.1%、「知らない」は23.7%となっています。

虐待発見したら届け出義務があること



11. 健康についての考え方

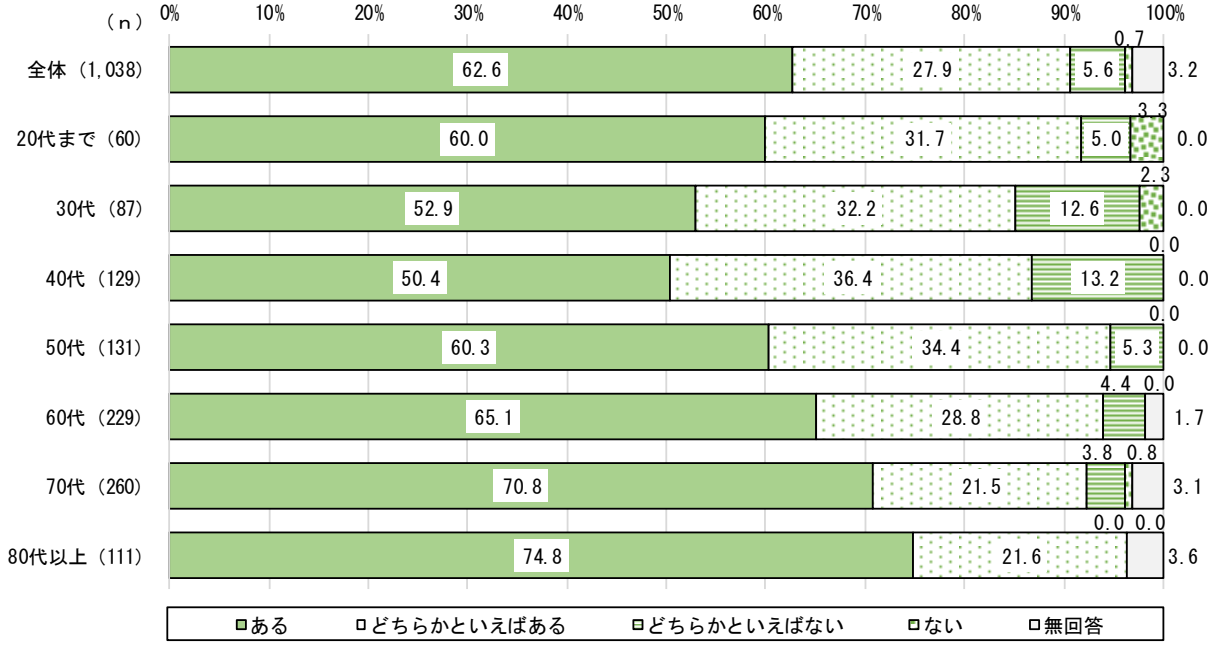
（１）健康への関心

問44　自分の健康に関心がありますか。（○は１つだけ）

健康への関心は、「ある」は62.6%、「どちらかといえばある」は27.9%となっています。

年齢別にみると、＜70代＞と＜80代以上＞は「ある」が７割以上となっています。＜30代＞と＜40代＞は１割以上が「どちらかといえばない」となっています。

健康への関心／年齢

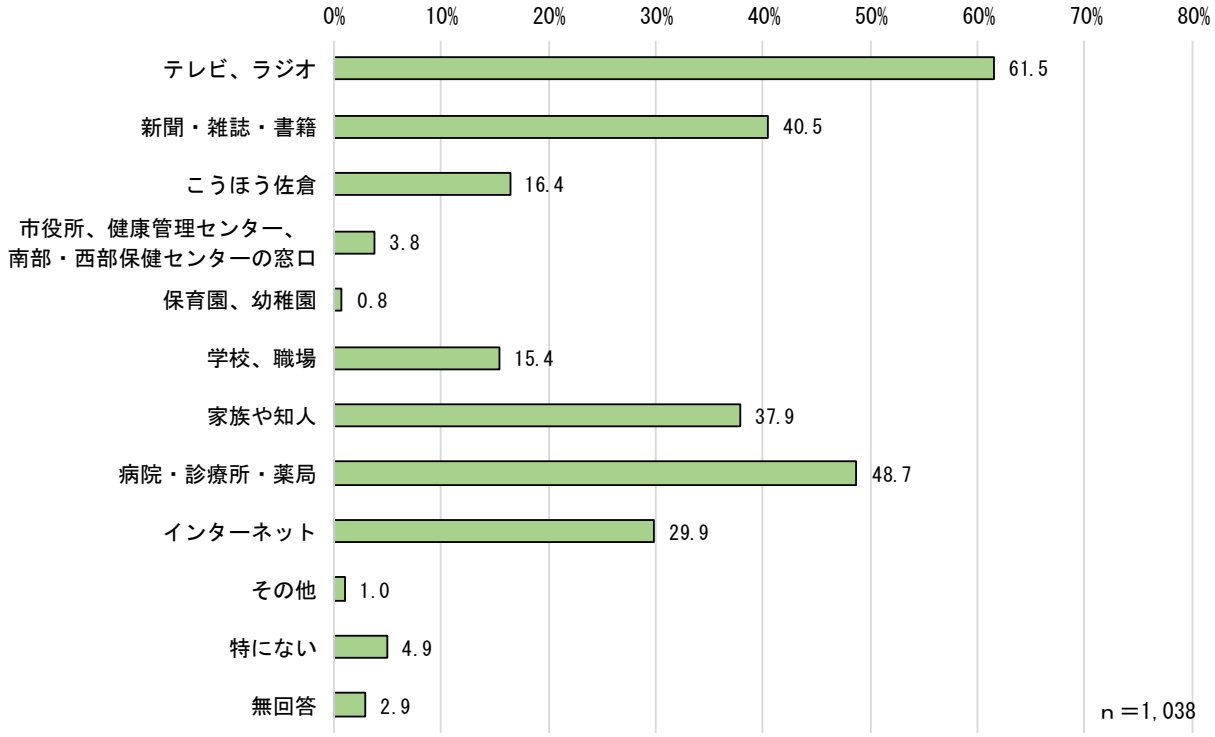


（２）健康に関する情報源・相談先

問45　ふだん、どこ（だれ）に、健康に関する情報を聞いたり、相談をしたりしていますか。（○はいくつでも）

健康に関する情報源・相談先は、「テレビ・ラジオ」が61.5％と最も多く、次いで「病院・診療所・薬局」が48.7％、「新聞・雑誌・書籍」が40.5％となっています。

健康に関する情報源・相談先



12. あなたの健康

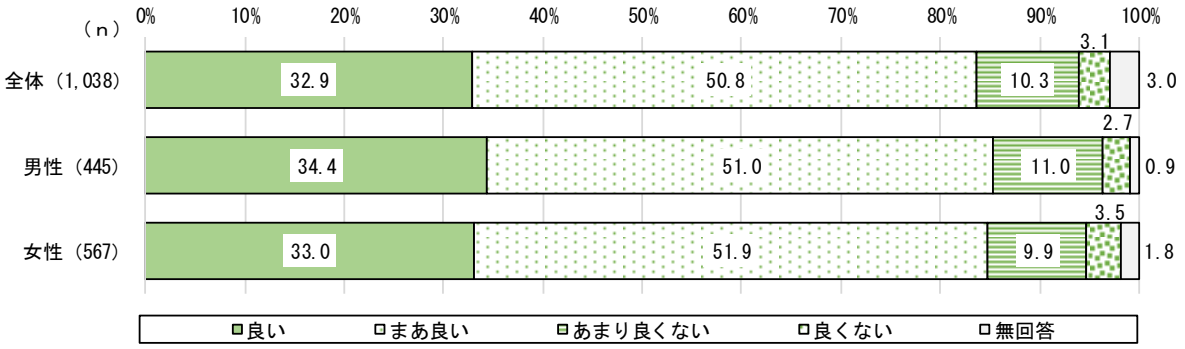
（１）過去１ヶ月間の健康状態

問46　過去1ヶ月間のあなたの健康状態はいかがでしたか。（○は１つだけ）

過去１ヶ月間健康状態は、「良い」は32.9%、「まあ良い」は50.8%となっています。「あまり良くない」は10.3%となっています。

性別にみると、男女に大きな差はありません。

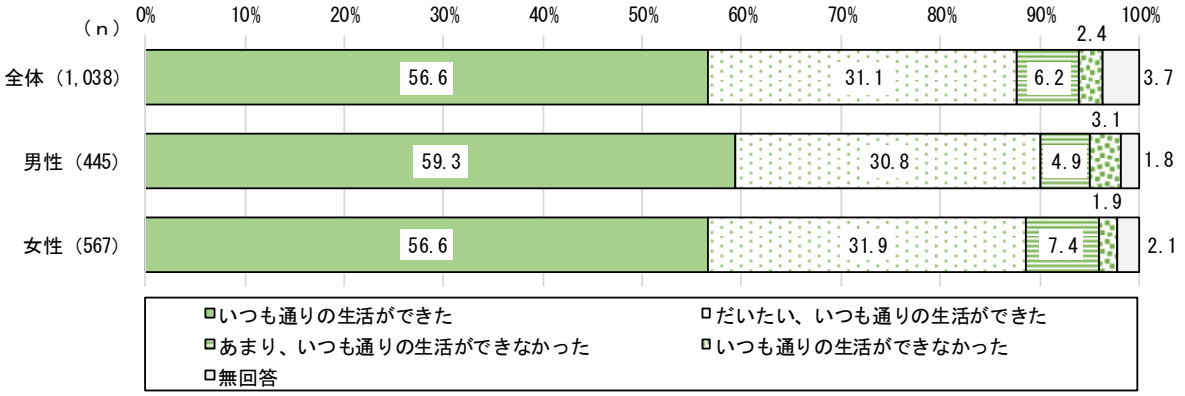
過去１ヶ月間の健康状態／性別



問47　過去1ヶ月間に、日常生活（仕事、学校、家事等の行動や家族や友人との付き合い）が身体的な理由でできないことがありましたか。（○は１つだけ）

過去１ヶ月間日常生活が身体的な理由で妨げられたかは、「いつも通りの生活ができた」が56.6%、「だいたい、いつも通りの生活ができた」が31.1%となっています。

過去１ヶ月間に日常生活が身体的な理由で妨げられたか ／性別

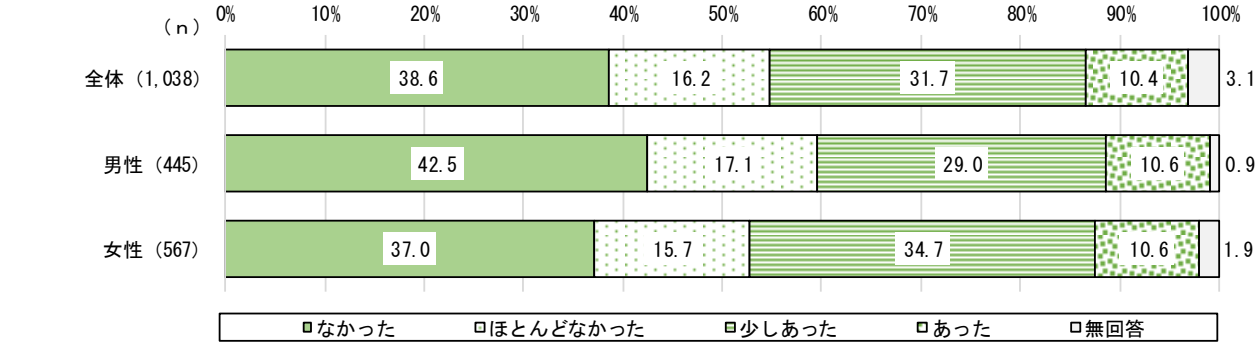


問48　過去1ヶ月間に、身体的な問題（身体の痛みやしびれ等）はどのくらいありましたか。（○は１つだけ）

過去１ヶ月間身体的な問題があったかは、「なかった」は38.6%、「ほとんどなかった」は16.2%、「少しあった」は31.7%となっています

性別にみると、＜男性＞は「なかった」が42.5%と、＜女性＞の37.0%を上回っています。

過去１ヶ月間に身体的な問題があったか



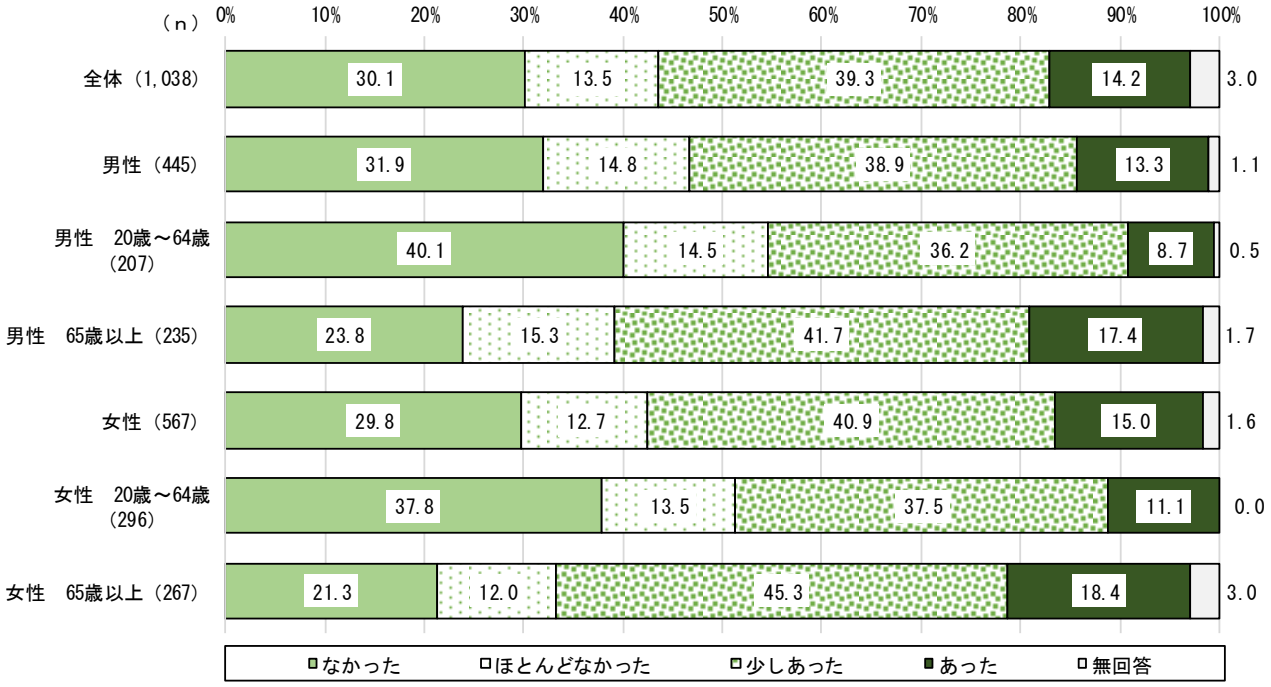
問49　過去1ヶ月間に、足腰の痛みはどのくらいありましたか。（○は１つだけ）

過去１ヶ月間に足腰の痛みがあったかは、「なかった」は30.1%、「ほとんどなかった」は13.5%、「少しあった」は39.3%、「あった」は14.2%となっています。

性別にみると、＜女性＞は「少しあった」が40.9%と、＜男性＞の38.9%を上回っています。

年齢別にみると、＜男性　65歳以上＞と＜女性　65歳以上＞はあったが、約２割となっています。

過去１ヶ月間に足腰の痛みがあったか／性別、性・年齢

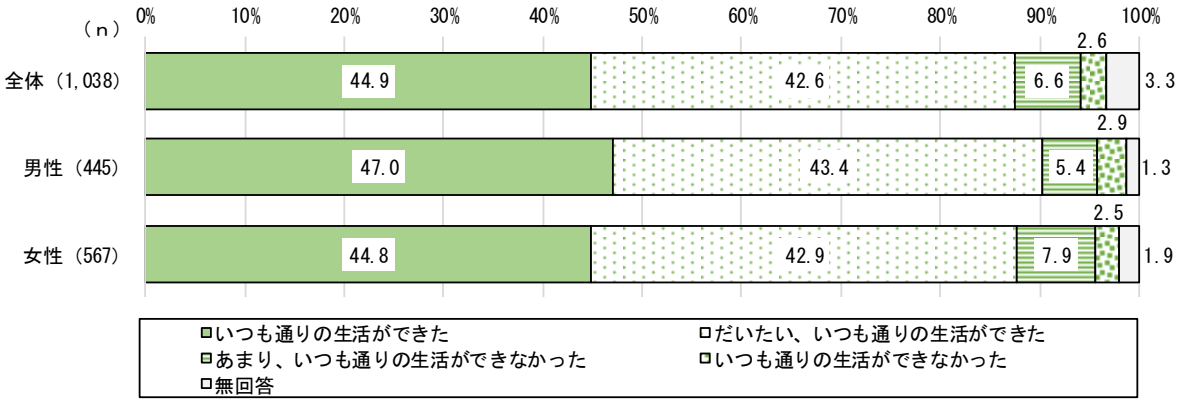


問50　過去1ヶ月間に、日常生活（仕事、学校、家事等の行動や家族や友人との付き合い）が、心理的な問題（不安を感じたり、気分が落ち込んだり、イライラしたりする）でできないことがありましたか。（○は１つだけ）

過去１ヶ月間に日常生活が心理的な理由で妨げられたかは、「いつも通りの生活ができた」は44.9%、「だいたい、いつも通りの生活ができた」は42.6%となっています。

性別にみると、＜男性＞は「いつも通りの生活ができた」が47.0%と、＜女性＞の44.8%を上回っています。

過去１ヶ月間に日常生活が心理的な理由で妨げられたか／性別

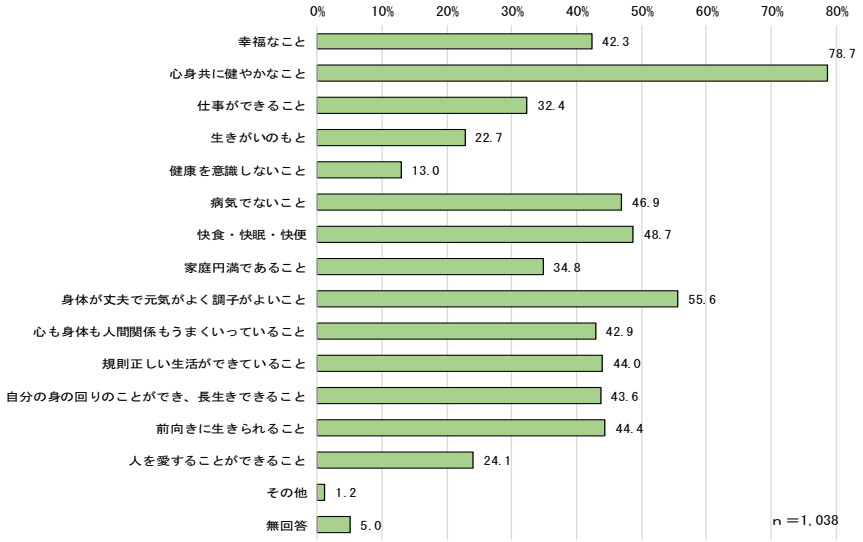


（２）健康とは

問51　あなたは「健康とはなんですか」と聞かれたらどのように答えますか。あなたのお考えに合うものをいくつでも結構ですから選んで、その番号に○をつけてください。（○はいくつでも）

健康についての考え方は、「心身共に健やかなこと」が78.7％と最も多く次いで「身体が丈夫で元気がよく調子がよいこと」が55.6％、「快食・快眠・快便」が48.7％、「病気でないこと」が46.9％となっています。

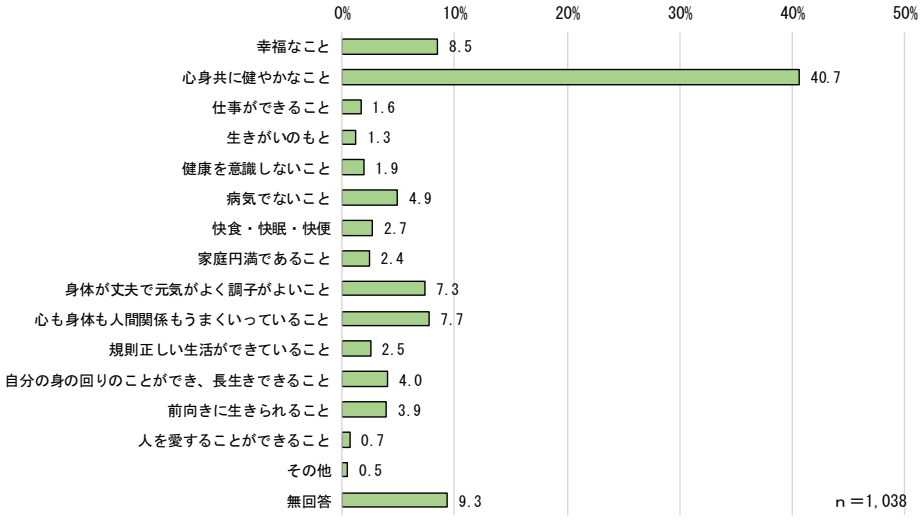
健康についての考え方



付問51－1　問51で選んだ中からあなたの考えに最も合うものを１つだけ選び、その番号をご記入ください。

問51の中で健康についての考え方で最も合うものは、「心身共に健やかなこと」が40.7％と最も多くなっています。次いで「幸福なこと」が8.5％、「心も身体も人間関係もうまくいっていること」が7.7％となっています。（無回答除く）

健康についての考え方で最も合うもの



13. 生きがい、まちづくり

（１）生きがい

問52　あなたは、生きがいを感じていますか。（○は１つだけ）

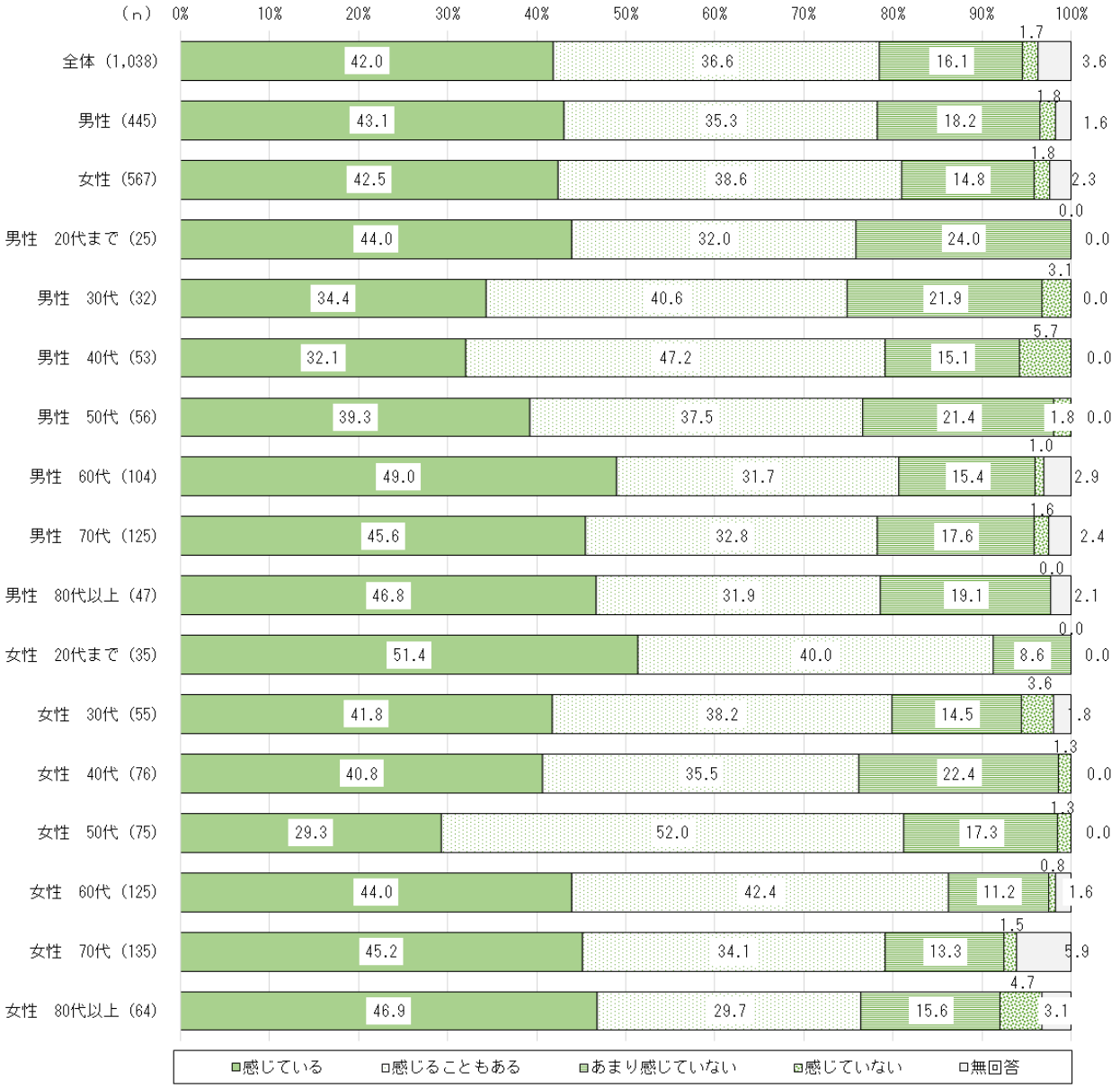
生きがいを「感じている」は42.0%、「感じることもある」は36.6%となっています。

性別にみると、「感じることもある」は＜女性＞は38.6%と＜男性＞よりも多くなっています。

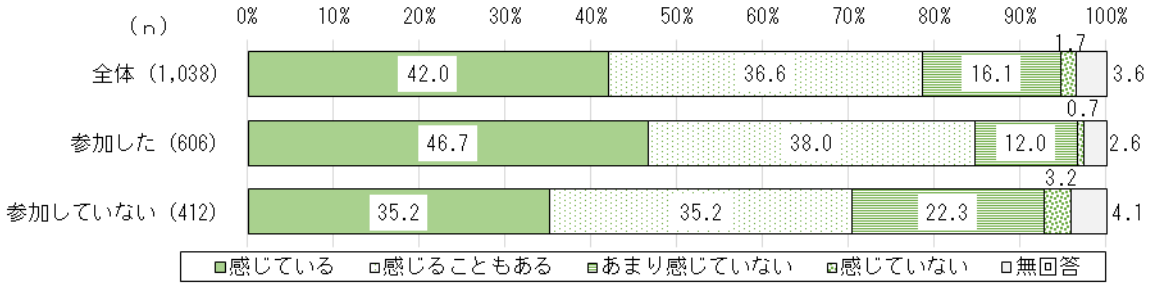
年齢別にみると、＜女性　50代＞は「感じている」は29.3%となっています。＜男性　20代まで＞は「あまり感じていない」が24.0%、＜男性　40代＞は「感じていない」が5.7%となっています。

健康づくりに関わる活動への参加状況別でみると、活動に参加している人の方が、参加していない人よりも生きがいを感じる度合いが高くなっています。

生きがい／性別、性・年齢



健康づくりに関わる活動への参加／生きがい

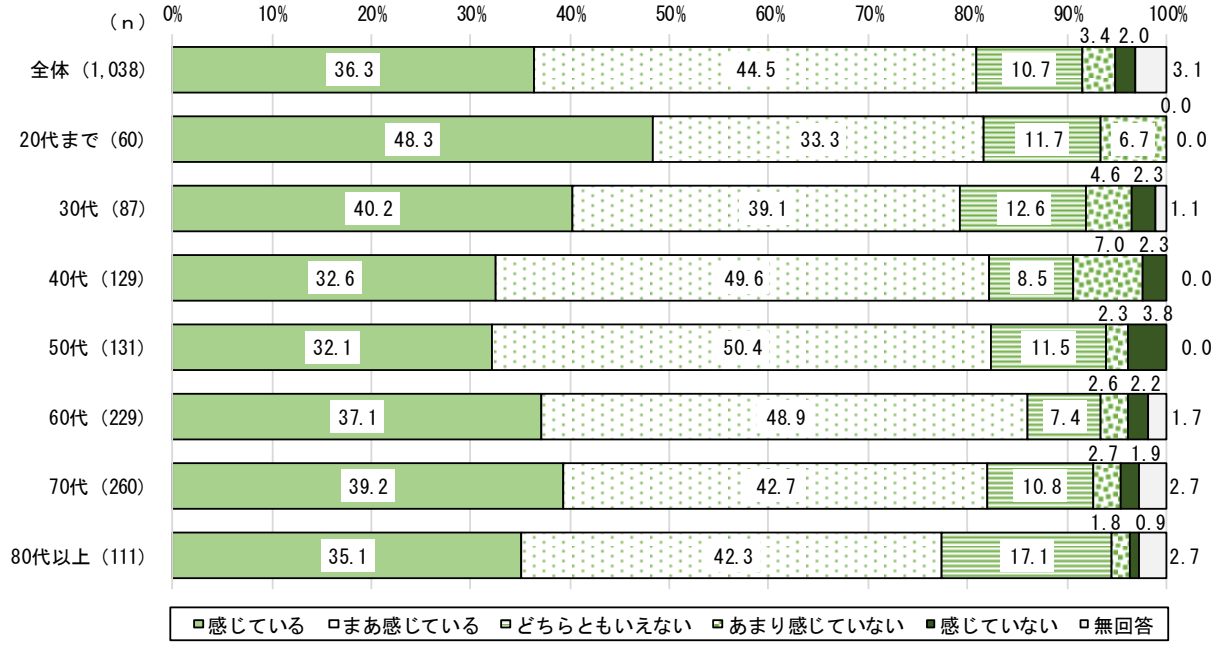


問53　あなたは、幸福と感じていますか。（○は１つだけ）

幸福感を「感じている」が36.3%、「まあ感じている」は44.5%となっています。

年齢別にみると、＜20代まで＞と＜30代＞は「感じている」が４割以上となっています。＜40代＞は「あまり感じていない」が7.0%、＜20代まで＞は6.7%となっています。

幸福感／年齢

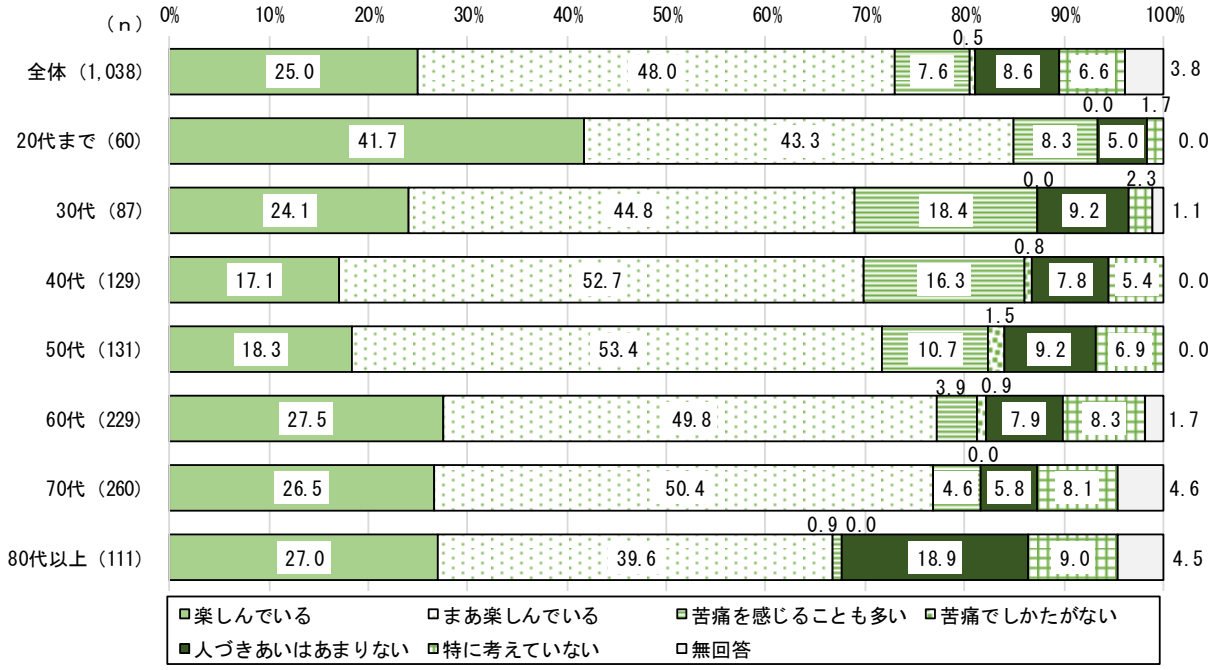


問54　あなたは、職場や家族、近所との人づきあいを楽しんでいますか。（○は１つだけ）

職場や家族・近所との人づきあいは、「楽しんでいる」が25.0%、「まあ楽しんでいる」は48.0%となっています。

年齢別にみると、＜20代まで＞は「楽しんでいる」が41.7%となっています。＜40代＞と＜50代＞、＜70代＞は「まあ楽しんでいる」が半数以上となっています。＜80代以上＞は、「人づきあいはあまりない」が18.9%となっています。

職場や家族・近所との人づきあい／年齢



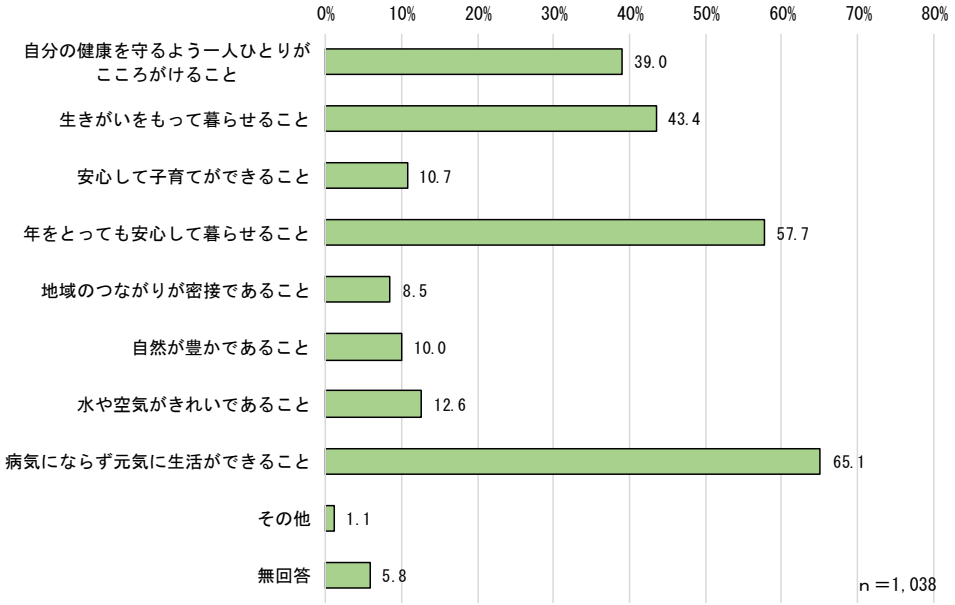
（２）健やかに暮らすために特に重要だと思うこと

問55　次のうち、あなた自身にとって、健やかに暮らすために特に重要だと思うことは何ですか。（○は３つまで）

健やかに過ごすために重要なことは、「病気にならず元気に生活ができること」が65.1％と最も多く、「年をとっても安心して暮らせること」が57.7％、「生きがいをもって暮らせること」が43.4％となっています。

年齢別にみると、＜20代まで＞から＜60代＞までは、「病気にならず元気に生活ができること」が最も多く、６割以上となっています。また、＜50代＞と＜60代＞、＜70代＞、＜80代以上＞は「年をとっても安心して暮らせること」が６割以上となっています。

健やかに過ごすために重要なこと／性別、年齢



（n）	自分の健康を守るよう一人ひとりがこころがけること	生きがいをもって暮らせること	安心して子育てができること	年をとっても安心して暮らせること	地域のつながりが密接であること	自然が豊かであること	水や空気がきれいであること	病気にならず元気に生活ができること	その他	無回答
全体（1,038）	39.0	43.4	10.7	57.7	8.5	10.0	12.6	65.1	1.1	5.8
男性（445）	38.4	45.4	10.1	55.7	9.4	10.3	11.5	67.2	0.9	4.0
女性（567）	40.6	43.4	11.6	60.7	7.9	10.1	14.1	65.6	1.2	4.2
20代まで（60）	23.3	56.7	20.0	15.0	10.0	18.3	25.0	60.0	1.7	1.7
30代（87）	31.0	47.1	39.1	40.2	1.1	11.5	12.6	65.5	3.4	4.6
40代（129）	29.5	45.7	24.8	51.9	7.8	7.8	17.1	64.3	3.1	0.0
50代（131）	38.2	45.8	11.5	61.8	4.6	10.7	9.9	74.0	0.8	1.5
60代（229）	37.1	48.0	3.9	63.3	7.0	11.4	11.4	73.8	0.0	5.7
70代（266）	49.2	38.5	1.5	68.5	12.7	8.8	13.1	62.7	0.4	5.4
80代以上（111）	50.5	39.6	2.7	66.7	13.5	7.2	9.0	55.9	0.9	7.2

（%）