

生活と健康に関するアンケート 結果報告書

令和5年2月
栗東市

目次

I アンケート調査の概要	1
1 調査の目的.....	1
2 調査概要.....	1
3 回収結果.....	1
4 報告書の見方.....	1
II アンケート調査結果	2
1 あなた自身のことについて.....	2
2 あなたの健康のことについて.....	6
3 健診の受診状況などに関して.....	11
4 健康の情報に関して.....	17
5 食事について.....	23
6 新型コロナウイルスと健康について.....	29
7 運動について.....	32
8 歯について.....	36
9 たばこについて.....	40
10 飲酒について.....	43
11 生きがい・交流・休養について.....	45

I アンケート調査の概要

1 調査の目的

本調査は、栗東市の皆様の健康に対する意識や健康づくりの実践状況等についてお伺いし、計画策定の基礎資料とさせていただくことを目的として実施しました。

2 調査概要

- ◇調査対象者：栗東市在住の15～69歳の方（無作為抽出）
- ◇調査期間：令和4年10月3日（月）～10月14日（金）
- ◇調査方法：郵送配布・郵送回収による本人記入方式、WEB調査

3 回収結果

- ◇配布数：1,994件
- ◇有効回収数：957件
- ◇有効回収率：48.0%

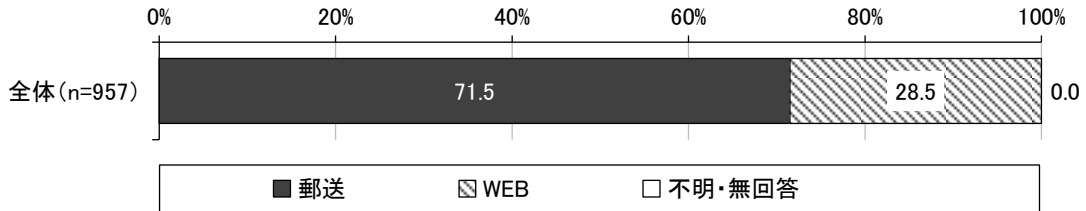
4 報告書の見方

- ◇回答結果の割合「%」は有効サンプル数に対して、それぞれの回答数の割合を小数点以下第2位で四捨五入したものです。そのため、単数回答（複数の選択肢から1つの選択肢を選ぶ方式）であっても合計値が100.0%にならない場合があります。このことは、本報告書内の分析文、グラフ、表においても反映しています。
- ◇複数回答（複数の選択肢から2つ以上の選択肢を選ぶ方式）の設問の場合、回答は選択肢ごとの有効回答数に対して、それぞれの割合を示しています。そのため、合計が100.0%を超える場合があります。
- ◇図表中において「不明・無回答」とあるものは、回答が示されていない、または回答の判別が困難なものです。
- ◇図表中の「n（number of case）」は、集計対象者総数（あるいは回答者限定設問の限定条件に該当する人）を表しています。
- ◇本文中の設問の選択肢は簡略化している場合があります。
- ◇「不明・無回答」を除き、回答の高いもの**第1位**、**第2位**、**第3位**に網掛けをしています。
- ◇集計対象者総数（n）が少ない（10件未満）クロス集計については、分析文の記載を省略しています。

Ⅱ アンケート調査結果

調査方法

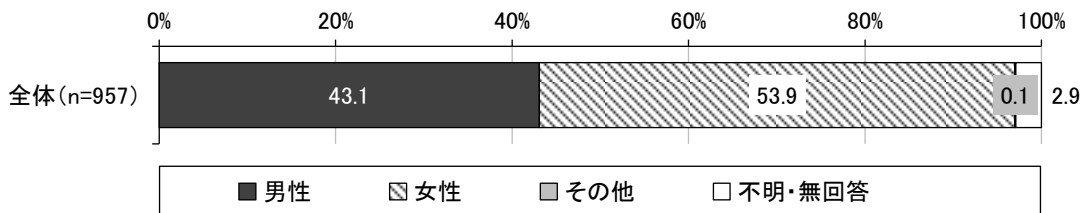
調査方法についてみると、「郵送」が71.5%、「WEB」が28.5%となっています。



Ⅰ あなた自身のことについて

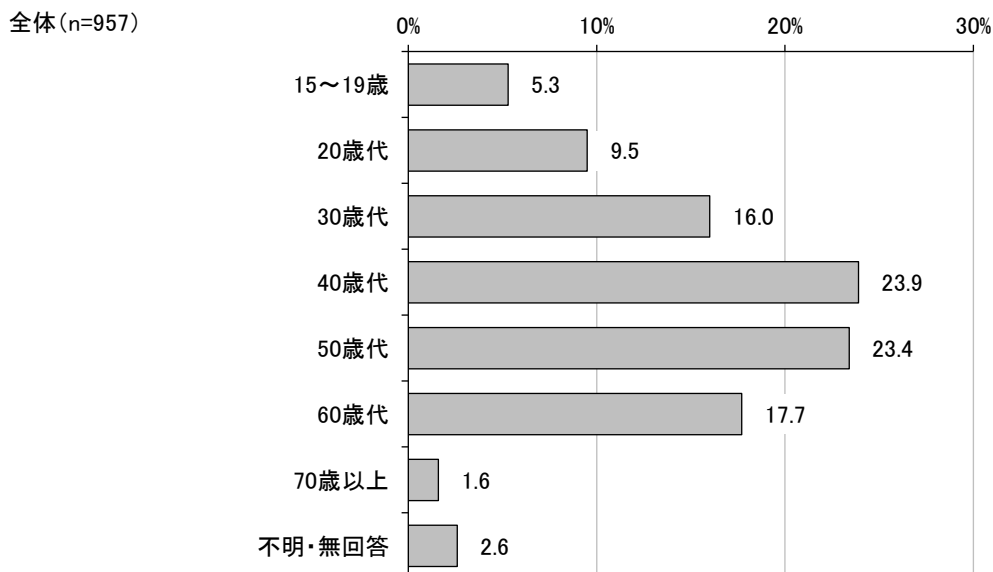
問1 あなたの性別を教えてください。(性別を記入してください)

性別についてみると、「男性」が43.1%、「女性」が53.9%、「その他」が0.1%となっています。



問2 令和5年3月末時点で満何歳になっていますか。(数字を記入してください)

年齢についてみると、「40歳代」が23.9%と最も高く、次いで「50歳代」が23.4%、「60歳代」が17.7%となっています。

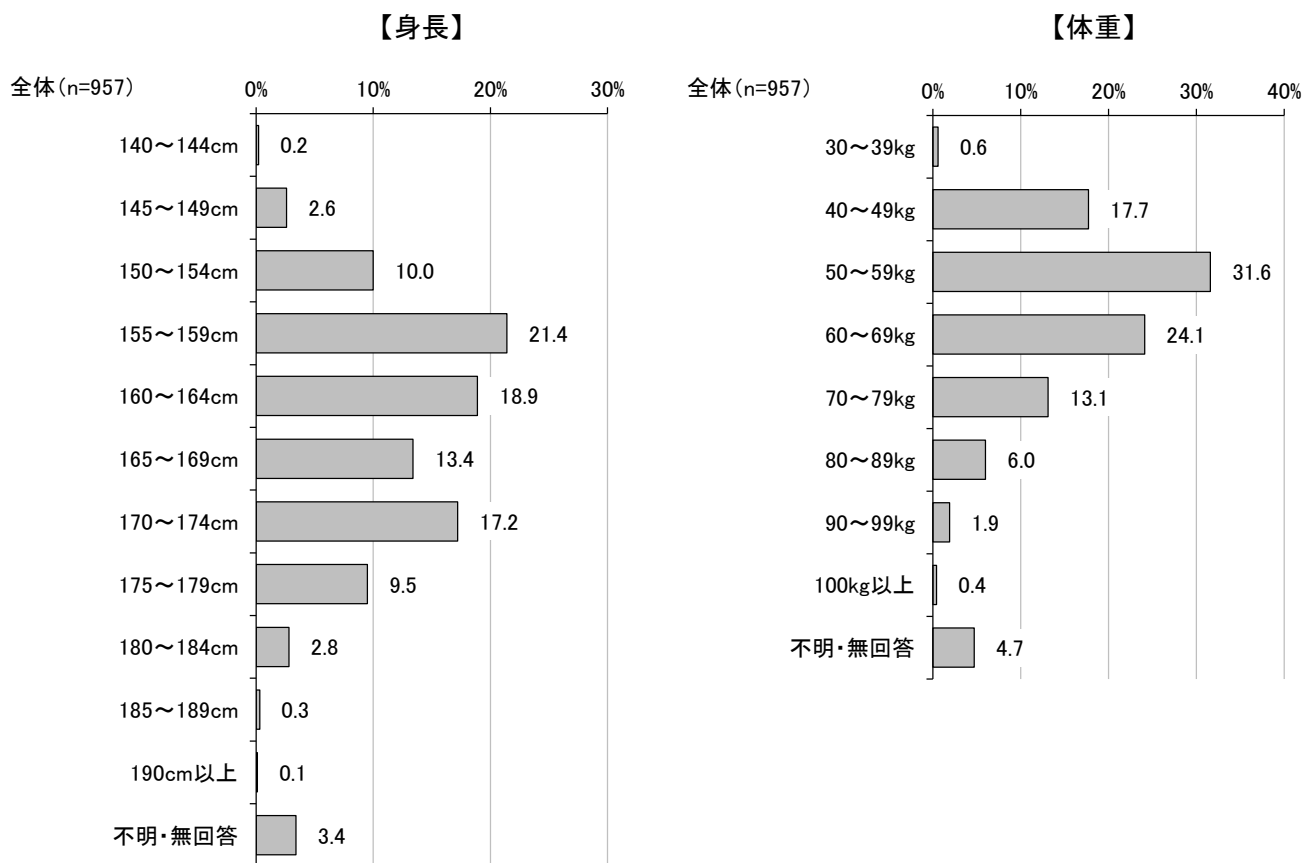


問3 あなたの身長・体重を教えてください。(数字を記入してください)

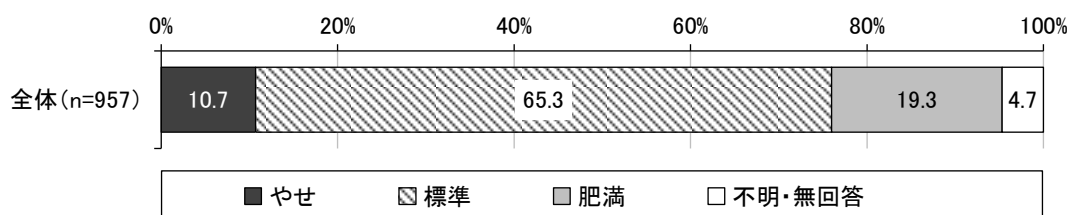
身長についてみると、「155～159cm」が21.4%と最も高く、次いで「160～164cm」が18.9%、「170～174cm」が17.2%となっています。

体重についてみると、「50～59kg」が31.6%と最も高く、次いで「60～69kg」が24.1%、「40～49kg」が17.7%となっています。

BMIについてみると、「標準」が65.3%と最も高く、次いで「肥満」が19.3%となっています。



【BMI】



問3【BMI】×性別、年齢別、性・年齢別

性別にみると、「肥満」では男性が女性を12.2ポイント上回っています。

年齢別にみると、「やせ」では15～19歳が2割台となっており、他の区分と比べて高くなっています。

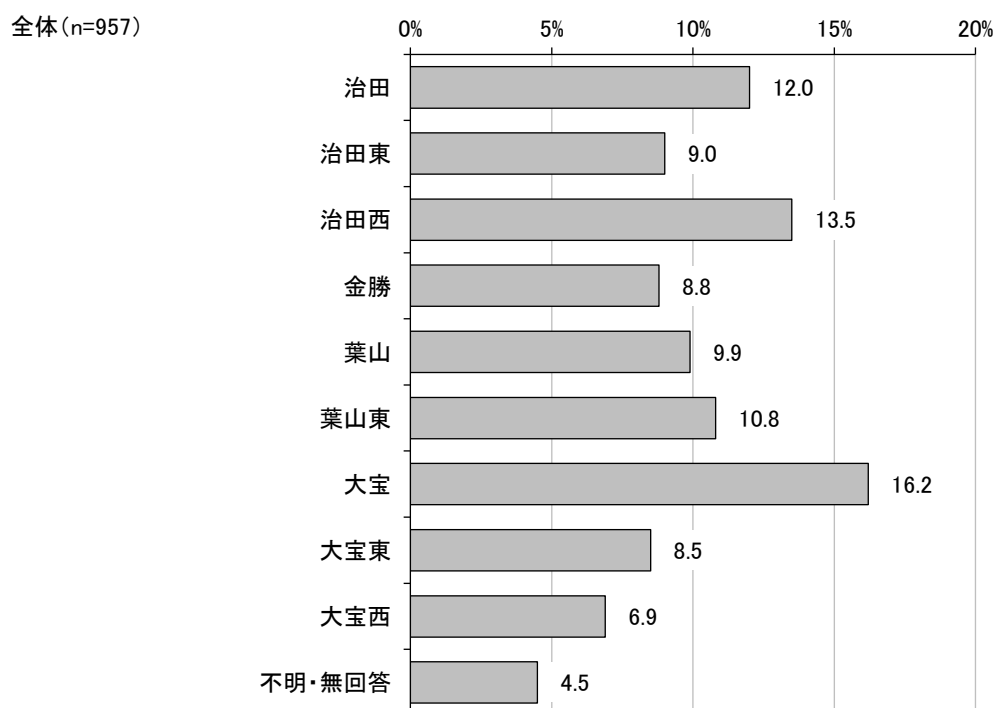
性・年齢別にみると、「肥満」ではすべての区分で男性が女性よりも高くなっています。

単位：%		やせ	標準	肥満	不明・無回答
全体(n=957)		10.7	65.3	19.3	4.7
性別	男性(n=412)	6.8	66.0	26.7	0.5
	女性(n=516)	14.3	67.4	14.5	3.7
年齢別	15～19歳(n=51)	25.5	64.7	7.8	2.0
	20歳代(n=91)	14.3	72.5	12.1	1.1
	30歳代(n=153)	11.8	63.4	19.6	5.2
	40歳代(n=229)	8.3	71.2	17.5	3.1
	50歳代(n=224)	9.8	64.3	24.6	1.3
	60歳代(n=169)	8.9	67.5	23.1	0.6
	70歳以上(n=15)	13.3	46.7	40.0	0.0

単位：%		やせ	標準	肥満	不明・無回答
男性全体(n=412)		6.8	66.0	26.7	0.5
男性・年齢別	15～19歳(n=24)	29.2	58.3	12.5	0.0
	20歳代(n=41)	7.3	73.2	19.5	0.0
	30歳代(n=69)	4.3	68.1	26.1	1.4
	40歳代(n=85)	4.7	67.1	27.1	1.2
	50歳代(n=97)	7.2	60.8	32.0	0.0
	60歳代(n=88)	3.4	70.5	26.1	0.0
	70歳以上(n=7)	14.3	28.6	57.1	0.0
単位：%		やせ	標準	肥満	不明・無回答
女性全体(n=516)		14.3	67.4	14.5	3.7
女性・年齢別	15～19歳(n=25)	24.0	68.0	4.0	4.0
	20歳代(n=50)	20.0	72.0	6.0	2.0
	30歳代(n=84)	17.9	59.5	14.3	8.3
	40歳代(n=142)	10.6	73.2	12.0	4.2
	50歳代(n=126)	11.9	66.7	19.0	2.4
	60歳代(n=81)	14.8	64.2	19.8	1.2
	70歳以上(n=8)	12.5	62.5	25.0	0.0

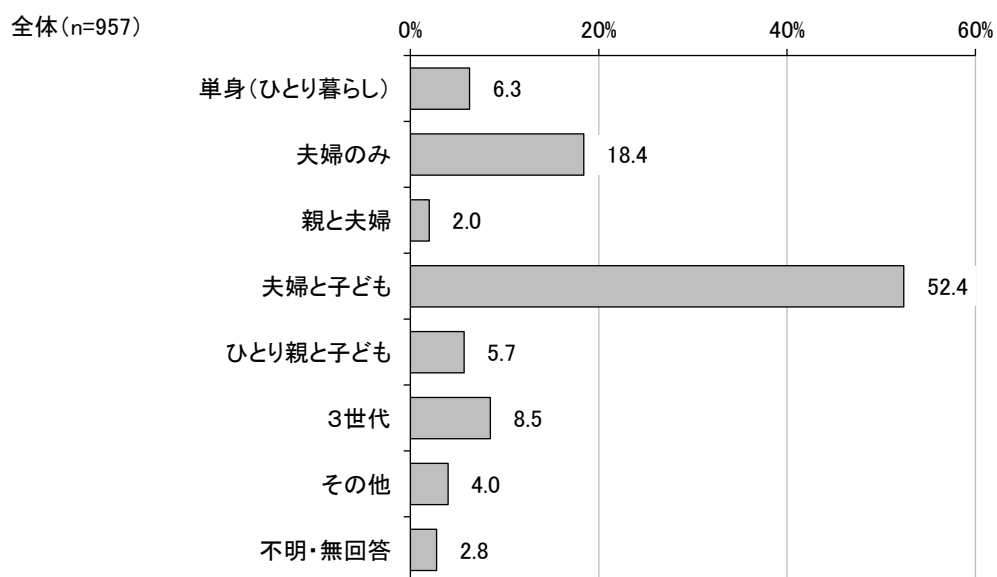
問4 あなたがお住まいの学区はどこですか。(〇は1つ)

居住学区についてみると、「大宝」が16.2%と最も高く、次いで「治田西」が13.5%、「治田」が12.0%となっています。



問5 あなたが現在一緒に暮らしているご家族について教えてください。(〇は1つ)

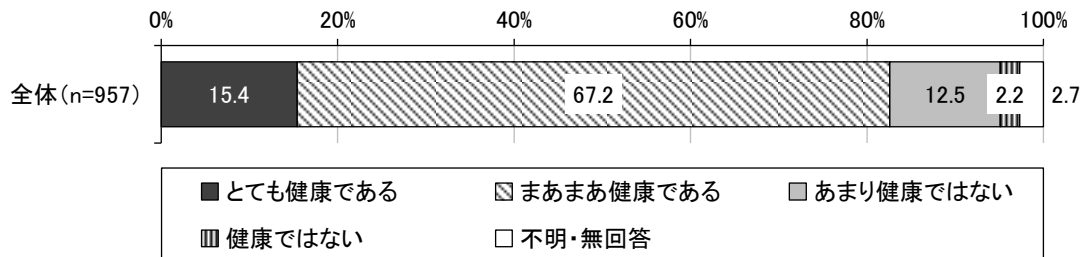
同居家族についてみると、「夫婦と子ども」が52.4%と最も高く、次いで「夫婦のみ」が18.4%、「3世代」が8.5%となっています。



2 あなたの健康のことについて

問6 あなたは、自分の健康状態をどのように感じていますか。(○は1つ)

健康状態についてみると、「まあまあ健康である」が67.2%と最も高く、次いで「とても健康である」が15.4%、「あまり健康ではない」が12.5%となっています。



問6 × 性別、年齢別

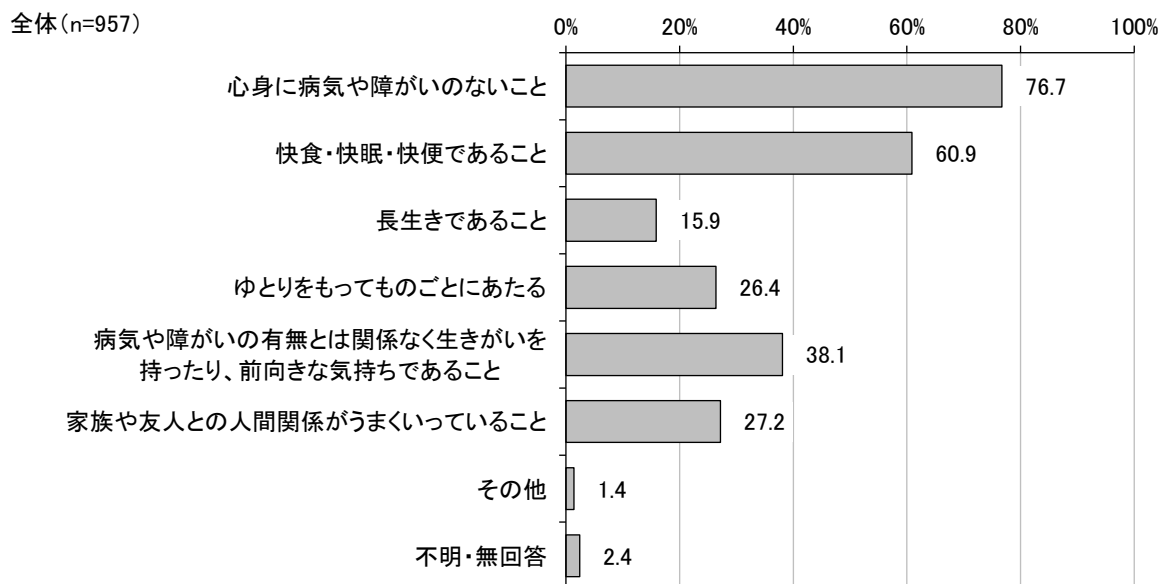
性別にみると、大きな違いはありません。

年齢別にみると、『健康である』（「とても健康である」と「まあまあ健康である」の合計）では70歳以上で6割となっており、他の区分と比べて低くなっています。

単位: %		とても健康である	まあまあ健康である	あまり健康ではない	健康ではない	不明・無回答
全体 (n=957)		15.4	67.2	12.5	2.2	2.7
性別	男性 (n=412)	15.3	66.7	14.3	2.9	0.7
	女性 (n=516)	16.3	70.0	11.8	1.7	0.2
年齢別	15～19歳 (n=51)	39.2	49.0	7.8	3.9	0.0
	20歳代 (n=91)	26.4	62.6	9.9	1.1	0.0
	30歳代 (n=153)	22.9	61.4	14.4	1.3	0.0
	40歳代 (n=229)	17.0	72.1	10.5	0.4	0.0
	50歳代 (n=224)	8.5	69.6	17.0	3.6	1.3
	60歳代 (n=169)	5.9	79.9	11.2	3.0	0.0
	70歳以上 (n=15)	0.0	60.0	26.7	13.3	0.0

問7 あなたは、「健康」ということはどんなことだと思いますか。(あてはまるものすべてに○)

「健康」ということはどんなことだと思うかについてみると、「心身に病気や障がいのないこと」が76.7%と最も高く、次いで「快食・快眠・快便であること」が60.9%、「病気や障がいの有無とは関係なく生きがいを持ったり、前向きな気持ちであること」が38.1%となっています。



問7×性別、年齢別

性別にみると、「快食・快眠・快便であること」では女性が男性を7.2ポイント上回っています。

年齢別にみると、「快食・快眠・快便であること」では70歳以上で2割となっており、他の区分と比べて低くなっています。

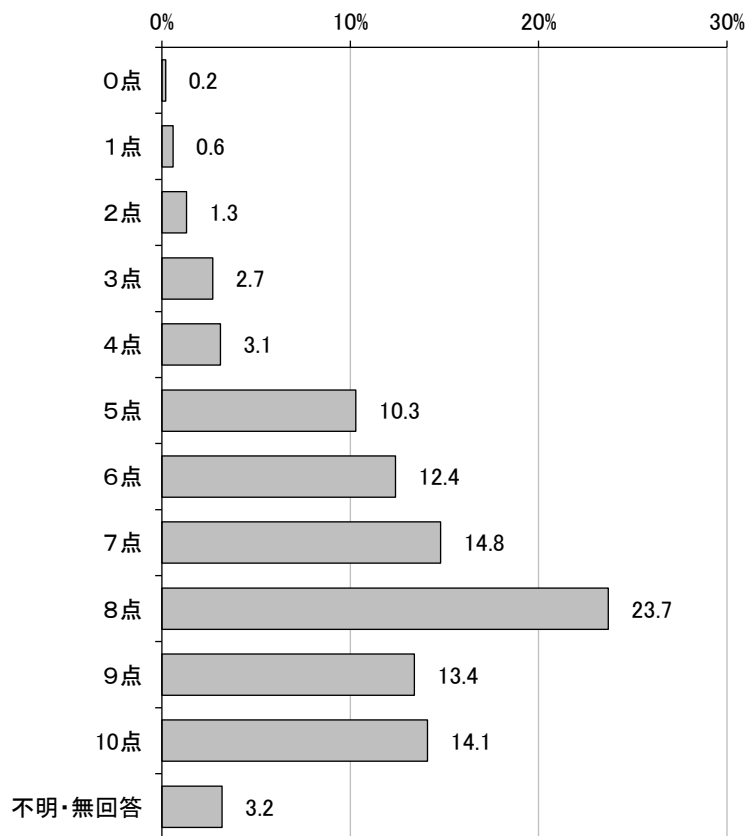
単位：%		心身に病気や障がいのないこと	快食・快眠・快便であること	長生きであること	ゆとりをもつてものごとにあたる	生きがいを持つたり、前向きな気持ちであること	病気や障がいの有無とは関係なく、家族や友人との人間関係がうまくいっていること	その他	不明・無回答
全体(n=957)		76.7	60.9	15.9	26.4	38.1	27.2	1.4	2.4
性別	男性(n=412)	81.6	58.3	16.5	29.1	38.1	29.4	1.5	0.2
	女性(n=516)	76.6	65.5	16.1	24.8	39.5	26.2	1.4	0.0
年齢別	15～19歳(n=51)	72.5	45.1	15.7	23.5	29.4	27.5	0.0	0.0
	20歳代(n=91)	72.5	62.6	17.6	24.2	40.7	25.3	1.1	0.0
	30歳代(n=153)	87.6	66.7	19.0	29.4	31.4	22.2	0.0	0.0
	40歳代(n=229)	79.9	65.9	16.6	27.5	38.0	26.2	1.3	0.0
	50歳代(n=224)	78.6	64.3	13.8	25.0	42.0	28.1	2.7	0.4
	60歳代(n=169)	72.8	59.8	16.6	30.2	45.6	35.5	1.2	0.0
	70歳以上(n=15)	86.7	20.0	13.3	20.0	46.7	33.3	6.7	0.0

問8 あなたは、現在どの程度幸せですか。(○は1つ)

(「とても不幸」を0点、「とても幸せ」を10点として、あてはまる点数に○をつけてください)

現在の幸福度についてみると、「8点」が23.7%と最も高く、次いで「7点」が14.8%、「10点」が14.1%となっています。

全体(n=957)



問 8 × 性別、年齢別

性別にみると、男女ともに「8点」が最も高く、次いで男性では「7点」、女性では「10点」が高くなっています。

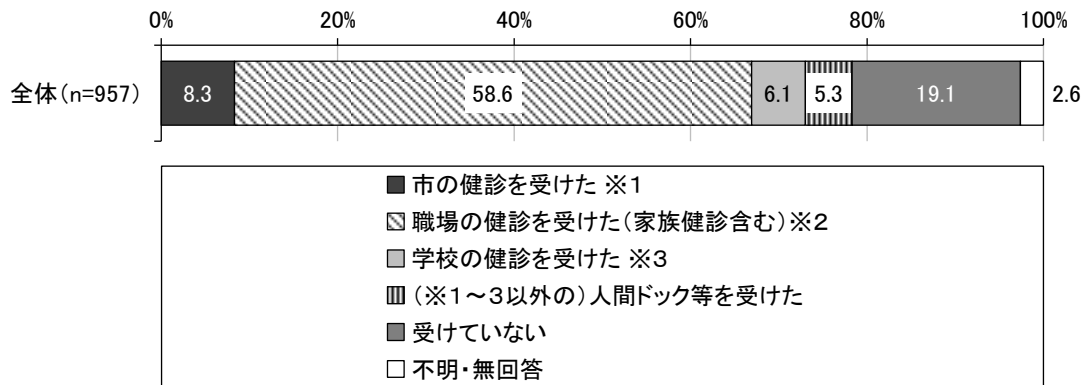
年齢別にみると、15～19歳では「10点」、70歳以上では「6点」「8点」、それ以外の区分では「8点」が最も高くなっています。

単位：%		0点	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点	不明・無回答
全体(n=957)		0.2	0.6	1.3	2.7	3.1	10.3	12.4	14.8	23.7	13.4	14.1	3.2
性別	男性(n=412)	0.5	0.5	1.2	1.7	4.6	11.2	13.6	15.5	23.8	13.8	12.1	1.5
	女性(n=516)	0.0	0.8	1.4	3.7	2.1	9.9	12.0	15.1	25.0	13.4	16.3	0.4
年齢別	15～19歳(n=51)	0.0	0.0	0.0	0.0	5.9	9.8	11.8	15.7	15.7	15.7	23.5	2.0
	20歳代(n=91)	1.1	1.1	0.0	1.1	0.0	13.2	7.7	16.5	26.4	14.3	18.7	0.0
	30歳代(n=153)	0.0	0.0	0.7	2.0	7.2	7.8	13.1	16.3	26.8	11.1	14.4	0.7
	40歳代(n=229)	0.0	0.9	1.3	3.9	2.2	5.7	10.9	14.8	27.5	15.7	16.6	0.4
	50歳代(n=224)	0.4	0.9	3.1	4.0	2.7	13.8	15.2	14.7	20.1	12.9	11.2	0.9
	60歳代(n=169)	0.0	0.6	0.6	1.8	3.0	13.0	13.6	14.2	24.9	14.8	11.8	1.8
	70歳以上(n=15)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	20.0	26.7	20.0	26.7	0.0	6.7	0.0

3 健診の受診状況などに関して

問9 あなたは、この1年間に、健診等（健康診断、健康診査、人間ドック）を受けましたか。
（○は1つ）

この1年間の健診等の受診状況についてみると、「職場の健診を受けた（家族健診含む）」が58.6%と最も高く、次いで「受けていない」が19.1%、「市の健診を受けた」が8.3%となっています。



問9 × 性別、年齢別

性別にみると、「職場の健診を受けた（家族健診含む）」では男性が女性を16.0ポイント、「受けていない」では女性が男性を12.6ポイント、それぞれ上回っています。

年齢別にみると、15～19歳では「学校の健診を受けた」、70歳以上では「市の健診を受けた」、それ以外の区分では「職場の健診を受けた（家族健診含む）」が最も高くなっています。

単位: %		市の健診を受けた ※1	(職場の健診を含む) ※2	※3 学校の健診を受けた	ドック(※1等3以外の)人間	受けていない	不明・無回答
全体(n=957)		8.3	58.6	6.1	5.3	19.1	2.6
性別	男性(n=412)	3.4	68.9	6.6	8.3	12.6	0.2
	女性(n=516)	12.6	52.9	5.6	3.3	25.2	0.4
年齢別	15～19歳(n=51)	0.0	2.0	80.4	0.0	17.6	0.0
	20歳代(n=91)	2.2	59.3	17.6	1.1	18.7	1.1
	30歳代(n=153)	3.9	69.3	0.0	2.0	24.8	0.0
	40歳代(n=229)	9.2	70.7	0.0	3.9	16.2	0.0
	50歳代(n=224)	7.6	66.1	0.0	7.6	18.3	0.4
	60歳代(n=169)	14.8	50.3	0.6	11.8	21.9	0.6
	70歳以上(n=15)	53.3	20.0	0.0	6.7	20.0	0.0

問9 × 《男女》性・年齢別

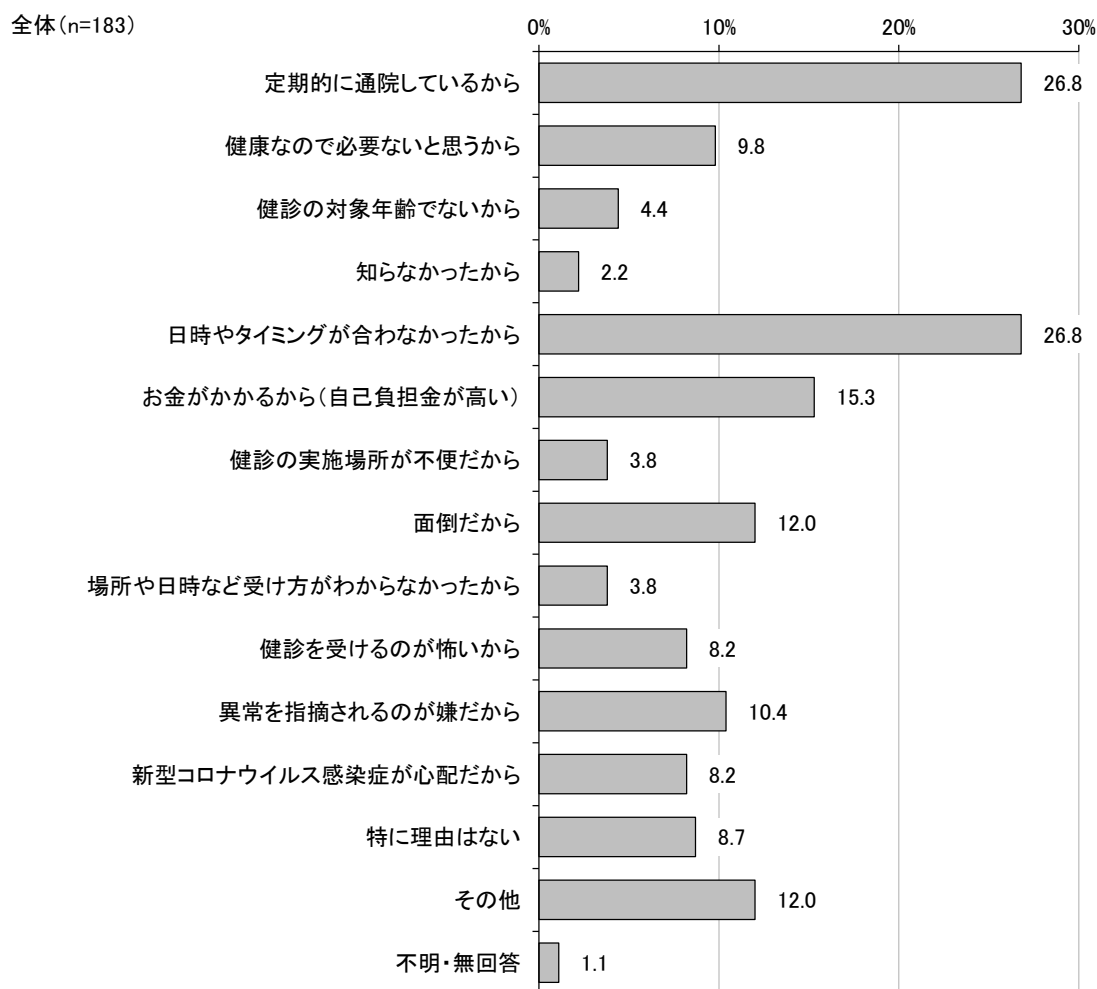
性・年齢別にみると、女性の20歳代を除き、「受けていない」は男性よりも高くなっています。

単位：%		市の健診を受けた※1	（職場の健診を含む）※2	※3 学校の健診を受けた	ド（※1等3以外の）人間	受けていない	不明・無回答
男性全体(n=412)		3.4	68.9	6.6	8.3	12.6	0.2
男性・年齢別	15～19歳(n=24)	0.0	4.2	87.5	0.0	8.3	0.0
	20歳代(n=41)	0.0	63.4	12.2	0.0	24.4	0.0
	30歳代(n=69)	1.4	92.8	0.0	1.4	4.3	0.0
	40歳代(n=85)	1.2	82.4	0.0	8.2	8.2	0.0
	50歳代(n=97)	2.1	75.3	0.0	11.3	10.3	1.0
	60歳代(n=88)	9.1	53.4	1.1	15.9	20.5	0.0
	70歳以上(n=7)	28.6	28.6	0.0	14.3	28.6	0.0

単位：%		市の健診を受けた※1	（職場の健診を含む）※2	※3 学校の健診を受けた	ド（※1等3以外の）人間	受けていない	不明・無回答
女性全体(n=516)		12.6	52.9	5.6	3.3	25.2	0.4
女性・年齢別	15～19歳(n=25)	0.0	0.0	72.0	0.0	28.0	0.0
	20歳代(n=50)	4.0	56.0	22.0	2.0	14.0	2.0
	30歳代(n=84)	6.0	50.0	0.0	2.4	41.7	0.0
	40歳代(n=142)	14.1	63.4	0.0	1.4	21.1	0.0
	50歳代(n=126)	11.9	58.7	0.0	4.8	24.6	0.0
	60歳代(n=81)	21.0	46.9	0.0	7.4	23.5	1.2
	70歳以上(n=8)	75.0	12.5	0.0	0.0	12.5	0.0

問10 問9で「受けていない」と答えた人におたずねします。健診等（健康診断、健康診査、人間ドック）を受けていない理由は何ですか。（あてはまるものすべてに○）

健診等を受けていない理由についてみると、「定期的に通院しているから」「日時やタイミングが合わなかったから」が26.8%と最も高く、次いで「お金がかかるから（自己負担金が高い）」が15.3%、「面倒だから」「その他」が12.0%となっています。



問 10×性別、年齢別

性別にみると、男性では「定期的に通院しているから」、女性では「日時やタイミングが合わなかったから」が最も高くなっています。

年齢別にみると、20歳代では「お金がかかるから（自己負担金が高い）」、30～40歳代では「日時やタイミングが合わなかったから」、それ以外の区分では「定期的に通院しているから」が最も高くなっています。

単位: %		定期的に通院しているから	健康なので必要ないと思うから	健診の対象年齢でないから	知らなかったから	日時やタイミングが合わなかったから	お金がかかるから（自己負担金が高い）	健診の実施場所が不便だから	面倒だから	場所や日時など受け方がわからなかったから	健診を受けるのが怖いから	異常を指摘されるのが嫌だから	新型コロナウイルス感染症が心配だから	特に理由はない	その他	不明・無回答
全体 (n=183)		26.8	9.8	4.4	2.2	26.8	15.3	3.8	12.0	3.8	8.2	10.4	8.2	8.7	12.0	1.1
性別	男性 (n=52)	36.5	17.3	5.8	3.8	19.2	11.5	5.8	13.5	0.0	1.9	1.9	7.7	5.8	9.6	1.9
	女性 (n=130)	22.3	6.9	3.8	1.5	30.0	16.9	3.1	11.5	5.4	10.8	13.8	8.5	10.0	13.1	0.8
年齢別	15～19歳 (n=9)	0.0	22.2	44.4	11.1	0.0	0.0	0.0	11.1	0.0	11.1	0.0	0.0	33.3	22.2	0.0
	20歳代 (n=17)	5.9	5.9	11.8	5.9	11.8	29.4	5.9	17.6	5.9	5.9	5.9	0.0	17.6	17.6	5.9
	30歳代 (n=38)	7.9	15.8	2.6	5.3	36.8	26.3	0.0	15.8	7.9	7.9	10.5	7.9	5.3	10.5	0.0
	40歳代 (n=37)	24.3	5.4	2.7	0.0	40.5	10.8	2.7	5.4	2.7	5.4	2.7	8.1	13.5	10.8	0.0
	50歳代 (n=41)	29.3	7.3	0.0	0.0	26.8	12.2	7.3	17.1	4.9	14.6	19.5	12.2	7.3	9.8	2.4
	60歳代 (n=37)	54.1	10.8	0.0	0.0	18.9	10.8	5.4	8.1	0.0	5.4	13.5	8.1	0.0	13.5	0.0
	70歳以上 (n=3)	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	33.3	0.0	0.0	0.0

問 10×《男女》性・年齢別

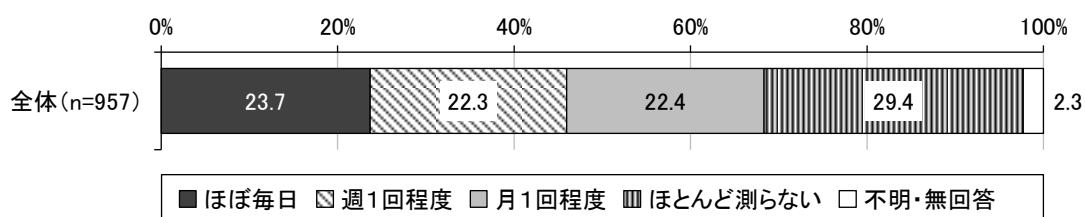
性・年齢別にみると、女性の50歳代、男女の60歳代では「定期的に通院しているから」、男性の50歳代、女性の30～40歳代では「日時やタイミングが合わなかったから」が最も高く、男性の20歳代では「面倒だから」「特に理由はない」が最も高くなっています。

単位：%		定期的に通院しているから	健康なので必要ないと思うから	健診の対象年齢でないから	知らなかったから	日時やタイミングが合わなかったから	お金がかかるから（自己負担金が高い）	健診の実施場所が不便だから	面倒だから	場所や日時など受け方がわからなかったから	健診を受けるのが怖いから	異常を指摘されるのが嫌だから	新型コロナウイルス感染症が心配だから	特に理由はない	その他	不明・無回答
男性全体 (n=52)		36.5	17.3	5.8	3.8	19.2	11.5	5.8	13.5	0.0	1.9	1.9	7.7	5.8	9.6	1.9
男性・年齢別	15～19歳 (n=2)	0.0	50.0	100.0	50.0	0.0	0.0	0.0	50.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	20歳代 (n=10)	0.0	10.0	10.0	10.0	10.0	20.0	10.0	30.0	0.0	10.0	10.0	0.0	30.0	10.0	0.0
	30歳代 (n=3)	33.3	33.3	0.0	0.0	33.3	33.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	40歳代 (n=7)	28.6	14.3	0.0	0.0	14.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	42.9	0.0
	50歳代 (n=10)	20.0	20.0	0.0	0.0	50.0	10.0	10.0	0.0	0.0	0.0	0.0	20.0	0.0	0.0	10.0
	60歳代 (n=18)	66.7	16.7	0.0	0.0	11.1	11.1	5.6	16.7	0.0	0.0	0.0	5.6	0.0	5.6	0.0
	70歳以上 (n=2)	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	50.0	0.0	0.0	0.0

単位：%		定期的に通院しているから	健康なので必要ないと思うから	健診の対象年齢でないから	知らなかったから	日時やタイミングが合わなかったから	お金がかかるから（自己負担金が高い）	健診の実施場所が不便だから	面倒だから	場所や日時など受け方がわからなかったから	健診を受けるのが怖いから	異常を指摘されるのが嫌だから	新型コロナウイルス感染症が心配だから	特に理由はない	その他	不明・無回答
女性全体 (n=130)		22.3	6.9	3.8	1.5	30.0	16.9	3.1	11.5	5.4	10.8	13.8	8.5	10.0	13.1	0.8
女性・年齢別	15～19歳 (n=7)	0.0	14.3	28.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	14.3	0.0	0.0	42.9	28.6	0.0
	20歳代 (n=7)	14.3	0.0	14.3	0.0	14.3	42.9	0.0	0.0	14.3	0.0	0.0	0.0	0.0	28.6	14.3
	30歳代 (n=35)	5.7	14.3	2.9	5.7	37.1	25.7	0.0	17.1	8.6	8.6	11.4	8.6	5.7	11.4	0.0
	40歳代 (n=30)	23.3	3.3	3.3	0.0	46.7	13.3	3.3	6.7	3.3	6.7	3.3	10.0	16.7	3.3	0.0
	50歳代 (n=31)	32.3	3.2	0.0	0.0	19.4	12.9	6.5	22.6	6.5	19.4	25.8	9.7	9.7	12.9	0.0
	60歳代 (n=19)	42.1	5.3	0.0	0.0	26.3	10.5	5.3	0.0	0.0	10.5	26.3	10.5	0.0	21.1	0.0
	70歳以上 (n=1)	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

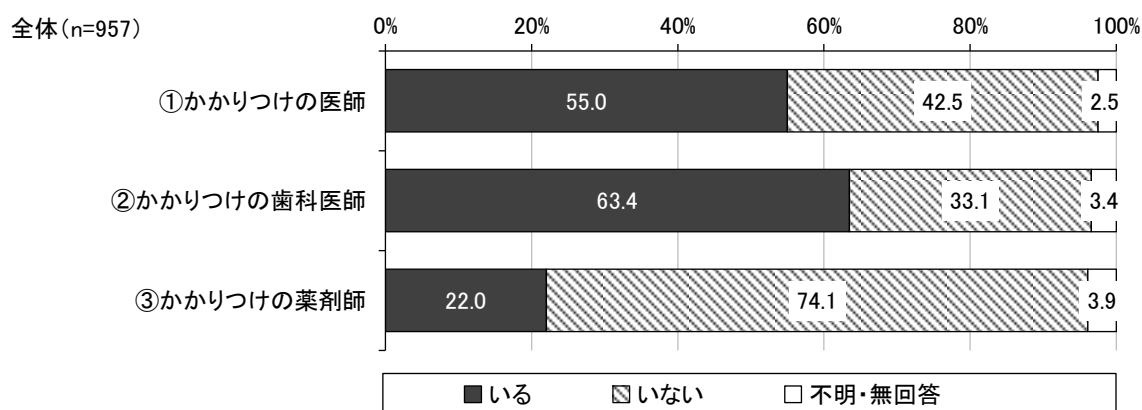
問 11 あなたは、体重測定をどれくらいの頻度で行っていますか。(〇は1つ)

体重測定の頻度についてみると、「ほとんど測らない」が 29.4%と最も高く、次いで「ほぼ毎日」が 23.7%、「月1回程度」が 22.4%となっています。



問 12 あなたは、かかりつけ医等がいますか。(それぞれ、〇は1つ)

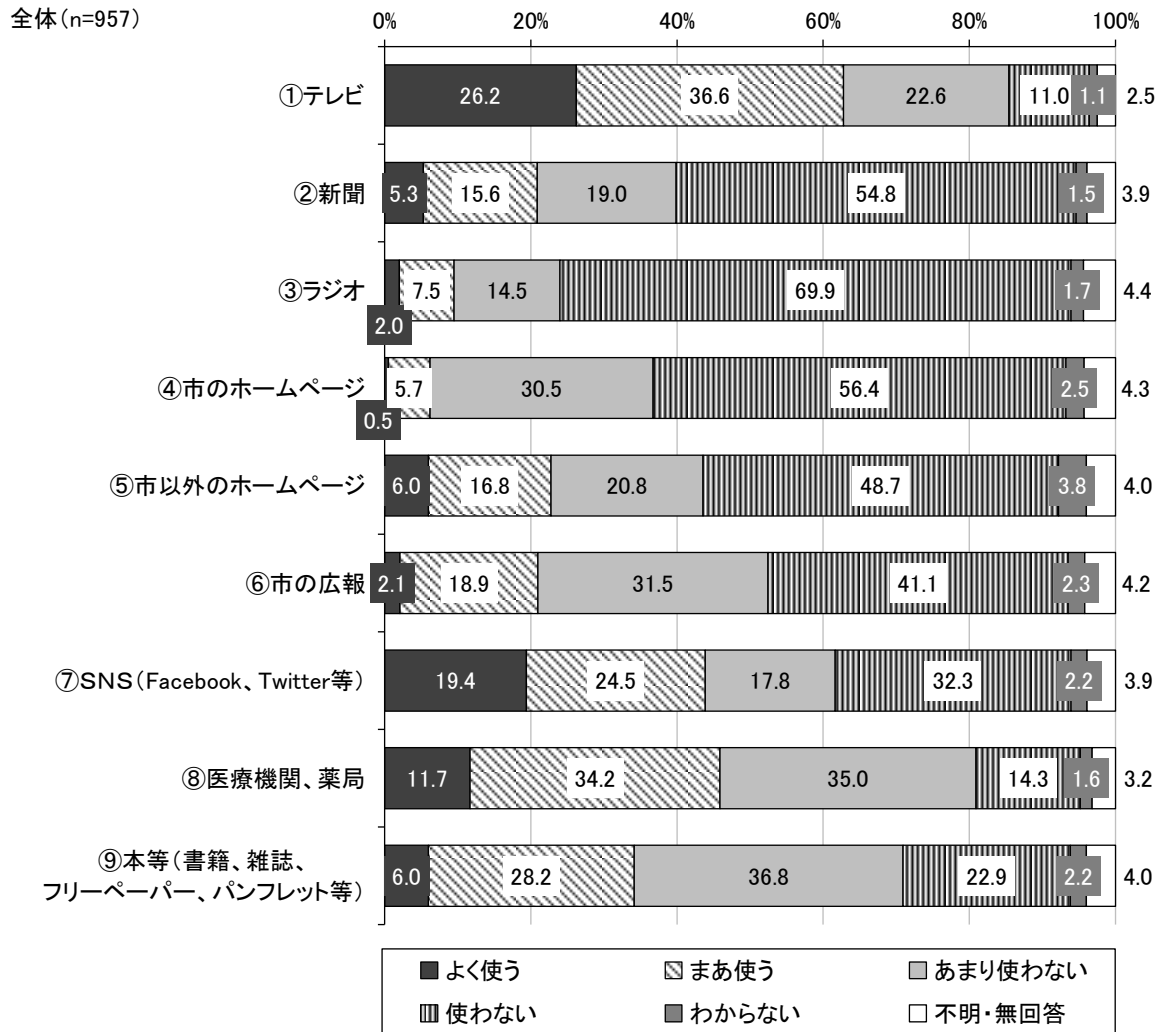
かかりつけ医等の有無についてみると、「いる」は〔①かかりつけの医師〕で 55.0%、〔②かかりつけの歯科医師〕で 63.4%、〔③かかりつけの薬剤師〕で 22.0%となっています。



4 健康の情報に関して

問 13A 健康に関する情報を入手する際に、あなたがよく使うものについてお答え下さい。
(それぞれ1つに○)

健康に関する情報を入手する際に、あなたがよく使うものについてみると、〔①テレビ〕〔⑧医療機関、薬局〕〔⑦SNS (Facebook、Twitter 等)〕で『使う』(「よく使う」と「まあ使う」の合計)が4割を超えて高くなっています。一方、〔④市のホームページ〕〔③ラジオ〕では『使わない』(「あまり使わない」と「使わない」の合計)が8割を超えて高くなっています。



問 13A. 利用頻度×性別、年齢別

性別にみると、各項目において、男女で概ね同様の傾向がみられる中、〔⑧医療機関、薬局〕では男性で「あまり使わない」、女性で「まあ使う」が最も高くなっています。また、『使う』では〔①テレビ〕〔⑥市の広報〕〔⑦SNS (Facebook、Twitter 等)〕〔⑧医療機関、薬局〕〔⑨本等 (書籍、雑誌、フリーペーパー、パンフレット等)〕で、女性が男性よりも13.0ポイント以上上回っています。

年齢別にみると、〔①テレビ〕〔⑥市の広報〕〔⑦SNS (Facebook、Twitter 等)〕〔⑧医療機関、薬局〕〔⑨本等 (書籍、雑誌、フリーペーパー、パンフレット等)〕では、区分によって最も高いものに違いがみられます。また、〔⑦SNS (Facebook、Twitter 等)〕では30歳代までは『使う』、50歳代以上では『使わない』、〔⑧医療機関、薬局〕では50歳代までは『使わない』、60歳代以上では『使う』が、それぞれ5割を超えています。また、〔⑦SNS (Facebook、Twitter 等)〕の40歳代では『使う』『使わない』がともに約5割で、ほぼ同率となっています。

①テレビ

単位：%		よく使う	まあ使う	あまり使わない	使わない	わからない	不明・無回答
全体 (n=957)		26.2	36.6	22.6	11.0	1.1	2.5
性別	男性 (n=412)	23.3	30.3	26.7	15.0	1.9	2.7
	女性 (n=516)	28.3	41.1	20.2	8.1	0.4	1.9
年齢別	15～19歳 (n=51)	23.5	25.5	27.5	19.6	2.0	2.0
	20歳代 (n=91)	25.3	34.1	23.1	14.3	1.1	2.2
	30歳代 (n=153)	23.5	33.3	28.1	11.8	1.3	2.0
	40歳代 (n=229)	25.8	34.5	24.0	12.7	1.3	1.7
	50歳代 (n=224)	27.2	40.2	20.1	9.8	0.9	1.8
	60歳代 (n=169)	26.6	41.4	21.9	6.5	0.6	3.0
	70歳以上 (n=15)	40.0	33.3	6.7	13.3	0.0	6.7

②新聞

単位：%		よく使う	まあ使う	あまり使わない	使わない	わからない	不明・無回答
全体 (n=957)		5.3	15.6	19.0	54.8	1.5	3.9
性別	男性 (n=412)	6.8	16.0	20.6	50.0	1.7	4.9
	女性 (n=516)	4.3	15.7	18.0	58.3	1.4	2.3
年齢別	15～19歳 (n=51)	0.0	5.9	13.7	74.5	3.9	2.0
	20歳代 (n=91)	1.1	8.8	15.4	70.3	1.1	3.3
	30歳代 (n=153)	0.0	7.2	14.4	74.5	1.3	2.6
	40歳代 (n=229)	6.1	10.9	20.1	59.4	0.9	2.6
	50歳代 (n=224)	4.9	22.8	21.9	45.1	1.8	3.6
	60歳代 (n=169)	13.6	27.2	23.1	29.6	1.8	4.7
	70歳以上 (n=15)	6.7	20.0	13.3	46.7	0.0	13.3

③ラジオ

単位：%		よく使う	まあ使う	あまり使わない	使わない	わからない	不明・無回答
全体 (n=957)		2.0	7.5	14.5	69.9	1.7	4.4
性別	男性 (n=412)	2.4	8.7	15.0	67.0	1.9	4.9
	女性 (n=516)	1.6	7.0	13.6	73.1	1.6	3.3
年齢別	15～19歳 (n=51)	0.0	2.0	13.7	80.4	2.0	2.0
	20歳代 (n=91)	3.3	4.4	8.8	79.1	1.1	3.3
	30歳代 (n=153)	1.3	7.8	11.1	75.8	1.3	2.6
	40歳代 (n=229)	2.2	6.6	16.6	69.9	1.3	3.5
	50歳代 (n=224)	1.3	12.1	13.8	67.4	1.3	4.0
	60歳代 (n=169)	2.4	7.1	18.9	62.7	3.6	5.3
	70歳以上 (n=15)	6.7	6.7	0.0	66.7	0.0	20.0

④市のホームページ

単位：%		よく使う	まあ使う	あまり使わない	使わない	わからない	不明・無回答
全体 (n=957)		0.5	5.7	30.5	56.4	2.5	4.3
性別	男性 (n=412)	0.2	3.6	29.6	58.7	2.9	4.9
	女性 (n=516)	0.8	7.4	31.4	55.0	2.3	3.1
年齢別	15～19歳 (n=51)	0.0	0.0	13.7	78.4	3.9	3.9
	20歳代 (n=91)	1.1	1.1	19.8	71.4	3.3	3.3
	30歳代 (n=153)	0.0	4.6	26.8	63.4	2.0	3.3
	40歳代 (n=229)	0.4	6.1	34.1	53.3	3.1	3.1
	50歳代 (n=224)	0.9	6.3	34.8	53.6	0.9	3.6
	60歳代 (n=169)	0.6	8.9	35.5	46.7	3.6	4.7
	70歳以上 (n=15)	0.0	13.3	26.7	33.3	6.7	20.0

⑤市以外のホームページ

単位：%		よく使う	まあ使う	あまり使わない	使わない	わからない	不明・無回答
全体 (n=957)		6.0	16.8	20.8	48.7	3.8	4.0
性別	男性 (n=412)	6.8	17.5	20.9	47.3	3.4	4.1
	女性 (n=516)	4.8	16.1	21.3	50.2	4.3	3.3
年齢別	15～19歳 (n=51)	2.0	11.8	13.7	60.8	5.9	5.9
	20歳代 (n=91)	5.5	11.0	18.7	58.2	3.3	3.3
	30歳代 (n=153)	7.8	22.9	15.0	49.7	3.3	1.3
	40歳代 (n=229)	8.7	21.4	23.1	39.7	3.5	3.5
	50歳代 (n=224)	5.4	17.0	23.7	47.8	2.7	3.6
	60歳代 (n=169)	2.4	10.1	24.9	53.3	5.3	4.1
	70歳以上 (n=15)	0.0	0.0	13.3	60.0	6.7	20.0

⑥市の広報

単位：%		よく使う	まあ使う	あまり使わない	使わない	わからない	不明・無回答
全体 (n=957)		2.1	18.9	31.5	41.1	2.3	4.2
性別	男性 (n=412)	0.5	12.1	30.1	49.3	3.2	4.9
	女性 (n=516)	2.9	24.2	32.9	35.3	1.7	2.9
年齢別	15～19歳 (n=51)	0.0	5.9	17.6	70.6	3.9	2.0
	20歳代 (n=91)	0.0	4.4	16.5	70.3	4.4	4.4
	30歳代 (n=153)	0.7	16.3	31.4	47.1	2.0	2.6
	40歳代 (n=229)	2.6	24.9	31.9	38.2	1.7	2.6
	50歳代 (n=224)	3.1	19.6	36.2	36.2	0.9	4.0
	60歳代 (n=169)	1.8	23.1	37.3	29.6	3.6	4.7
	70歳以上 (n=15)	0.0	26.7	40.0	13.3	0.0	20.0

⑦SNS (Facebook、Twitter 等)

単位：%		よく使う	まあ使う	あまり使わない	使わない	わからない	不明・無回答
全体 (n=957)		19.4	24.5	17.8	32.3	2.2	3.9
性別	男性 (n=412)	13.1	22.1	19.9	37.6	2.9	4.4
	女性 (n=516)	23.8	26.7	16.5	28.3	1.7	2.9
年齢別	15～19歳 (n=51)	52.9	21.6	15.7	7.8	2.0	0.0
	20歳代 (n=91)	47.3	30.8	12.1	4.4	1.1	4.4
	30歳代 (n=153)	27.5	27.5	23.5	18.3	0.7	2.6
	40歳代 (n=229)	17.0	31.0	17.0	30.6	1.7	2.6
	50歳代 (n=224)	8.0	20.1	20.5	46.4	0.9	4.0
	60歳代 (n=169)	6.5	18.9	16.0	47.9	6.5	4.1
	70歳以上 (n=15)	0.0	0.0	0.0	73.3	6.7	20.0

⑧医療機関、薬局

単位：%		よく使う	まあ使う	あまり使わない	使わない	わからない	不明・無回答
全体 (n=957)		11.7	34.2	35.0	14.3	1.6	3.2
性別	男性 (n=412)	8.3	30.1	38.6	18.0	1.5	3.6
	女性 (n=516)	14.1	37.8	32.4	11.8	1.7	2.1
年齢別	15～19歳 (n=51)	9.8	23.5	41.2	19.6	3.9	2.0
	20歳代 (n=91)	9.9	27.5	41.8	15.4	2.2	3.3
	30歳代 (n=153)	11.1	34.0	40.5	11.8	1.3	1.3
	40歳代 (n=229)	10.5	36.2	33.2	17.0	1.3	1.7
	50歳代 (n=224)	12.5	33.0	37.5	13.4	0.4	3.1
	60歳代 (n=169)	13.6	38.5	26.6	14.8	2.4	4.1
	70歳以上 (n=15)	6.7	60.0	13.3	0.0	6.7	13.3

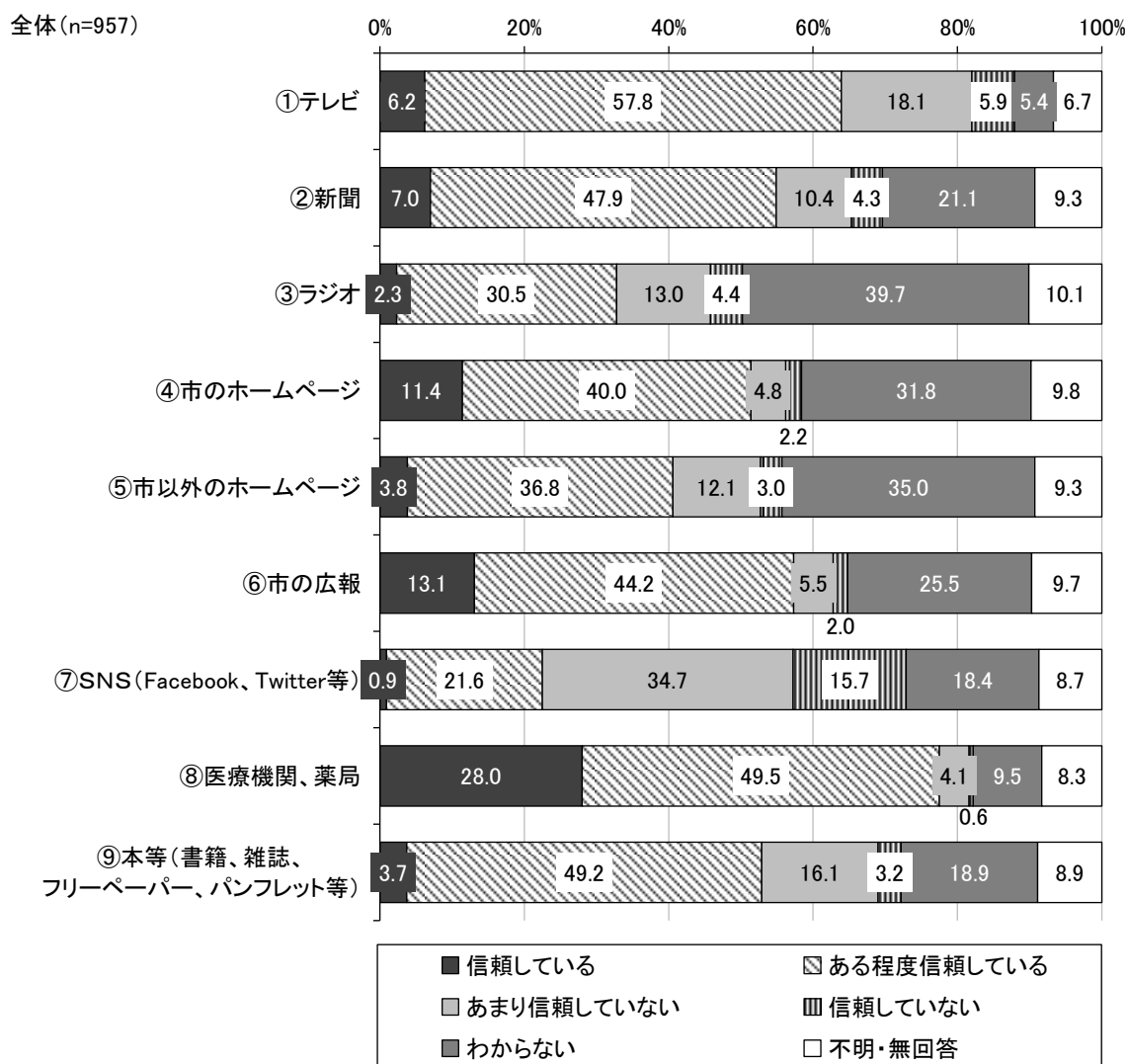
⑨本等 (書籍、雑誌、フリーペーパー、パンフレット等)

単位：%		よく使う	まあ使う	あまり使わない	使わない	わからない	不明・無回答
全体 (n=957)		6.0	28.2	36.8	22.9	2.2	4.0
性別	男性 (n=412)	4.4	22.3	38.8	27.4	2.4	4.6
	女性 (n=516)	7.0	33.1	35.5	19.6	2.1	2.7
年齢別	15～19歳 (n=51)	11.8	23.5	25.5	33.3	3.9	2.0
	20歳代 (n=91)	8.8	15.4	37.4	34.1	1.1	3.3
	30歳代 (n=153)	7.2	24.8	41.2	22.2	2.0	2.6
	40歳代 (n=229)	4.8	31.9	38.4	20.5	1.3	3.1
	50歳代 (n=224)	4.0	34.4	34.8	21.0	2.2	3.6
	60歳代 (n=169)	5.3	27.8	37.9	21.3	3.6	4.1
	70歳以上 (n=15)	0.0	20.0	26.7	26.7	6.7	20.0

問 13B 健康に関する情報を入手する際に、信頼するかどうかについてお答え下さい。

(それぞれ1つに○)

健康に関する情報を入手する際に、信頼するかどうかについてみると、〔⑧医療機関、薬局〕〔①テレビ〕〔⑥市の広報〕〔②新聞〕〔⑨本等（書籍、雑誌、フリーペーパー、パンフレット等）〕〔④市のホームページ〕で『信頼している』（「信頼している」と「ある程度信頼している」の合計）が5割を超えて高くなっています。



問 13B. 情報の信頼性×性別、年齢別

性別にみると、各項目において、男女で概ね同様の傾向がみられる中、〔⑤市以外のホームページ〕では男性で「ある程度信頼している」、女性で「ある程度信頼している」「わからない」が最も高くなっています。また、『信頼している』では〔①テレビ〕〔⑦SNS (Facebook、Twitter 等)〕〔⑨本等 (書籍、雑誌、フリーペーパー、パンフレット等)〕で、女性が男性よりも 10.0 ポイント以上上回っており、『信頼していない』(「あまり信頼していない」と「信頼していない」の合計)では〔①テレビ〕〔②新聞〕〔③ラジオ〕〔⑤市以外のホームページ〕で、男性が女性よりも 10.0 ポイント以上上回っています。

年齢別にみると、〔③ラジオ〕〔④市のホームページ〕〔⑤市以外のホームページ〕〔⑥市の広報〕〔⑦SNS (Facebook、Twitter 等)〕〔⑧医療機関、薬局〕では、区分によって最も高いものに違いがみられます。また、〔⑦SNS (Facebook、Twitter 等)〕ではすべての区分で『信頼していない』が『信頼している』を上回っています。

①テレビ

単位：%		信頼している	ある程度信頼している	あまり信頼していない	信頼していない	わからない	不明・無回答
全体(n=957)		6.2	57.8	18.1	5.9	5.4	6.7
性別	男性(n=412)	5.6	50.0	23.3	9.2	4.6	7.3
	女性(n=516)	6.4	64.5	14.3	3.3	6.0	5.4
年齢別	15～19歳(n=51)	7.8	49.0	19.6	9.8	9.8	3.9
	20歳代(n=91)	8.8	58.2	18.7	5.5	4.4	4.4
	30歳代(n=153)	6.5	52.9	22.9	5.9	7.2	4.6
	40歳代(n=229)	5.7	59.8	15.3	7.4	5.7	6.1
	50歳代(n=224)	3.1	62.1	18.8	4.0	4.5	7.6
	60歳代(n=169)	7.1	56.8	18.9	5.9	3.6	7.7
	70歳以上(n=15)	13.3	60.0	6.7	6.7	6.7	6.7

②新聞

単位：%		信頼している	ある程度信頼している	あまり信頼していない	信頼していない	わからない	不明・無回答
全体(n=957)		7.0	47.9	10.4	4.3	21.1	9.3
性別	男性(n=412)	6.3	47.8	14.3	6.8	14.8	10.0
	女性(n=516)	7.6	49.0	7.9	2.3	25.4	7.8
年齢別	15～19歳(n=51)	7.8	35.3	13.7	5.9	31.4	5.9
	20歳代(n=91)	11.0	51.6	8.8	4.4	18.7	5.5
	30歳代(n=153)	7.8	37.9	13.7	4.6	29.4	6.5
	40歳代(n=229)	6.6	51.5	7.9	3.9	21.4	8.7
	50歳代(n=224)	7.1	53.8	10.7	2.7	16.1	9.8
	60歳代(n=169)	4.1	49.1	13.0	5.9	16.6	11.2
	70歳以上(n=15)	6.7	46.7	0.0	13.3	20.0	13.3

③ラジオ

単位：%		信頼している	ある程度信頼している	あまり信頼していない	信頼していない	わからない	不明・無回答
全体(n=957)		2.3	30.5	13.0	4.4	39.7	10.1
性別	男性(n=412)	2.4	30.8	17.0	6.6	32.8	10.4
	女性(n=516)	1.9	30.8	10.5	2.7	45.3	8.7
年齢別	15～19歳(n=51)	3.9	21.6	11.8	3.9	52.9	5.9
	20歳代(n=91)	4.4	39.6	12.1	5.5	33.0	5.5
	30歳代(n=153)	3.3	29.4	16.3	4.6	39.9	6.5
	40歳代(n=229)	2.2	31.4	10.9	3.1	43.2	9.2
	50歳代(n=224)	0.9	33.5	14.3	3.6	36.6	11.2
	60歳代(n=169)	1.2	24.9	14.2	6.5	40.2	13.0
	70歳以上(n=15)	0.0	26.7	6.7	13.3	33.3	20.0

④市のホームページ

単位：%		信頼している	ある程度信頼している	あまり信頼していない	信頼していない	わからない	不明・無回答
全体(n=957)		11.4	40.0	4.8	2.2	31.8	9.8
性別	男性(n=412)	11.4	38.8	6.3	2.9	30.3	10.2
	女性(n=516)	11.0	42.2	3.7	1.6	32.9	8.5
年齢別	15～19歳(n=51)	13.7	25.5	9.8	2.0	43.1	5.9
	20歳代(n=91)	14.3	41.8	5.5	2.2	29.7	6.6
	30歳代(n=153)	13.1	40.5	7.8	1.3	30.1	7.2
	40歳代(n=229)	9.6	45.0	2.2	1.7	33.2	8.3
	50歳代(n=224)	12.9	42.4	4.5	2.7	27.2	10.3
	60歳代(n=169)	7.7	37.3	5.3	3.0	33.7	13.0
	70歳以上(n=15)	6.7	20.0	0.0	6.7	46.7	20.0

⑤市以外のホームページ

単位：%		信頼している	ある程度信頼している	あまり信頼していない	信頼していない	わからない	不明・無回答
全体(n=957)		3.8	36.8	12.1	3.0	35.0	9.3
性別	男性(n=412)	3.2	35.2	16.3	4.4	31.1	10.0
	女性(n=516)	4.1	38.6	8.7	1.9	38.6	8.1
年齢別	15～19歳(n=51)	7.8	15.7	25.5	2.0	43.1	5.9
	20歳代(n=91)	5.5	41.8	15.4	3.3	27.5	6.6
	30歳代(n=153)	4.6	34.6	17.6	2.0	36.6	4.6
	40歳代(n=229)	3.9	44.1	7.4	2.6	34.1	7.9
	50歳代(n=224)	2.7	40.2	11.6	3.6	29.9	12.1
	60歳代(n=169)	1.8	30.8	10.1	4.1	41.4	11.8
	70歳以上(n=15)	0.0	13.3	0.0	6.7	60.0	20.0

⑥市の広報

単位：%		信頼している	ある程度信頼している	あまり信頼していない	信頼していない	わからない	不明・無回答
全体(n=957)		13.1	44.2	5.5	2.0	25.5	9.7
性別	男性(n=412)	11.4	41.7	6.8	3.4	26.7	10.0
	女性(n=516)	14.1	47.7	4.7	0.8	24.4	8.3
年齢別	15～19歳(n=51)	13.7	27.5	11.8	0.0	41.2	5.9
	20歳代(n=91)	13.2	44.0	5.5	3.3	27.5	6.6
	30歳代(n=153)	13.1	43.1	6.5	1.3	29.4	6.5
	40歳代(n=229)	14.8	47.6	2.6	1.7	25.3	7.9
	50歳代(n=224)	14.7	46.9	4.9	2.2	21.0	10.3
	60歳代(n=169)	8.3	45.6	7.7	3.0	22.5	13.0
	70歳以上(n=15)	0.0	53.3	6.7	0.0	20.0	20.0

⑦SNS (Facebook、Twitter等)

単位：%		信頼している	ある程度信頼している	あまり信頼していない	信頼していない	わからない	不明・無回答
全体(n=957)		0.9	21.6	34.7	15.7	18.4	8.7
性別	男性(n=412)	0.7	16.0	35.4	20.4	18.2	9.2
	女性(n=516)	1.2	26.2	34.7	12.0	18.8	7.2
年齢別	15～19歳(n=51)	7.8	19.6	41.2	15.7	13.7	2.0
	20歳代(n=91)	1.1	24.2	52.7	13.2	3.3	5.5
	30歳代(n=153)	0.7	26.1	41.8	13.7	11.8	5.9
	40歳代(n=229)	0.0	26.6	34.5	16.6	14.8	7.4
	50歳代(n=224)	1.3	17.4	35.7	13.8	21.9	9.8
	60歳代(n=169)	0.0	17.2	20.1	19.5	32.0	11.2
	70歳以上(n=15)	0.0	6.7	6.7	20.0	46.7	20.0

⑧医療機関、薬局

単位：%		信頼している	ある程度信頼している	あまり信頼していない	信頼していない	わからない	不明・無回答
全体(n=957)		28.0	49.5	4.1	0.6	9.5	8.3
性別	男性(n=412)	25.7	49.0	5.8	1.0	9.7	8.7
	女性(n=516)	29.8	50.6	2.7	0.4	9.5	7.0
年齢別	15～19歳(n=51)	45.1	33.3	7.8	0.0	9.8	3.9
	20歳代(n=91)	38.5	45.1	2.2	1.1	6.6	6.6
	30歳代(n=153)	33.3	49.7	5.2	0.0	7.2	4.6
	40歳代(n=229)	25.3	52.8	3.1	0.9	10.9	7.0
	50歳代(n=224)	24.6	54.0	4.5	0.0	8.0	8.9
	60歳代(n=169)	21.9	47.3	4.7	1.8	13.0	11.2
	70歳以上(n=15)	13.3	53.3	0.0	0.0	20.0	13.3

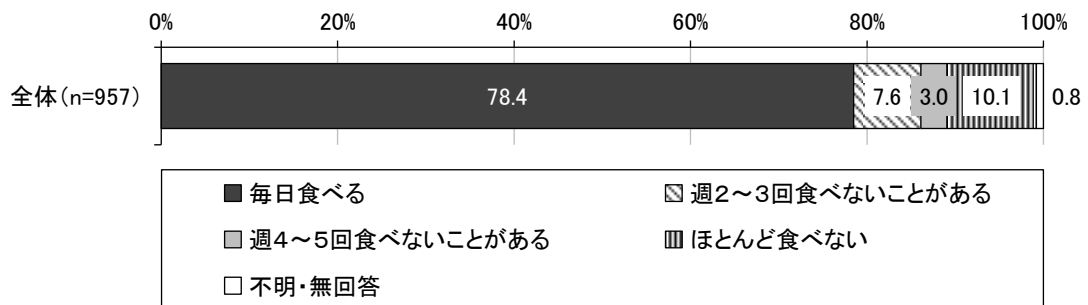
⑨本等 (書籍、雑誌、フリーペーパー、パンフレット等)

単位：%		信頼している	ある程度信頼している	あまり信頼していない	信頼していない	わからない	不明・無回答
全体(n=957)		3.7	49.2	16.1	3.2	18.9	8.9
性別	男性(n=412)	3.6	43.7	19.9	4.4	18.9	9.5
	女性(n=516)	3.9	53.7	13.4	2.5	19.0	7.6
年齢別	15～19歳(n=51)	7.8	47.1	13.7	2.0	23.5	5.9
	20歳代(n=91)	7.7	53.8	11.0	3.3	18.7	5.5
	30歳代(n=153)	4.6	48.4	20.3	2.0	17.6	7.2
	40歳代(n=229)	3.9	51.5	14.4	3.9	18.8	7.4
	50歳代(n=224)	1.8	50.4	16.5	3.6	17.9	9.8
	60歳代(n=169)	1.8	44.4	18.9	3.0	21.9	10.1
	70歳以上(n=15)	6.7	33.3	13.3	13.3	13.3	20.0

5 食事について

問 14 あなたはふだん、朝食を食べていますか。(○は1つ)

朝食を食べているかについてみると、「毎日食べる」が78.4%と最も高く、次いで「ほとんど食べない」が10.1%、「週2～3回食べないことがある」が7.6%となっています。



問 14×性別、年齢別

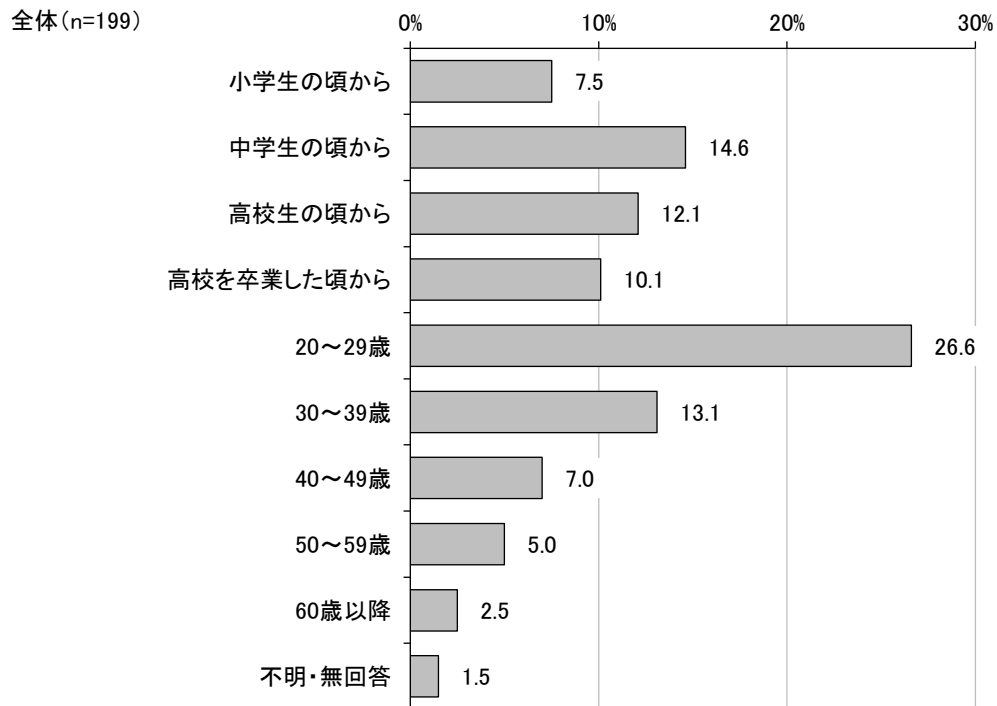
性別にみると、「毎日食べる」では女性が男性を9.8ポイント上回っています。

年齢別にみると、20歳代から年齢が上がるにつれて「毎日食べる」が高くなっています。

単位: %		毎日食べる	週2～3回食べないことがある	週4～5回食べないことがある	ほとんど食べない	不明・無回答
全体 (n=957)		78.4	7.6	3.0	10.1	0.8
性別	男性 (n=412)	72.8	9.0	3.4	13.8	1.0
	女性 (n=516)	82.6	6.8	2.9	7.2	0.6
年齢別	15～19歳 (n=51)	70.6	15.7	0.0	13.7	0.0
	20歳代 (n=91)	67.0	9.9	4.4	15.4	3.3
	30歳代 (n=153)	71.2	11.8	5.9	9.8	1.3
	40歳代 (n=229)	78.2	9.2	2.2	10.0	0.4
	50歳代 (n=224)	83.0	3.6	2.2	10.7	0.4
	60歳代 (n=169)	85.2	4.1	3.6	7.1	0.0
	70歳以上 (n=15)	86.7	6.7	0.0	6.7	0.0

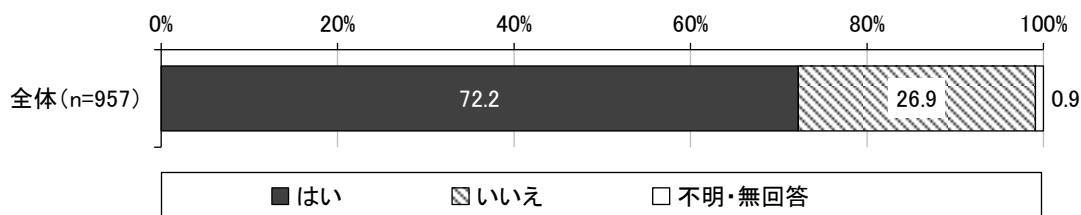
問15 問14で「2週2～3回食べないことがある」「3週4～5回食べないことがある」「4 ほとんど食べない」と答えた人におたずねします。いつ頃から朝食を食べないことがあるようになりましたか。(〇は1つ)

いつ頃から朝食を食べないことがあるようになったかについてみると、「20～29歳」が26.6%と最も高く、次いで「中学生の頃から」が14.6%、「30～39歳」が13.1%となっています。



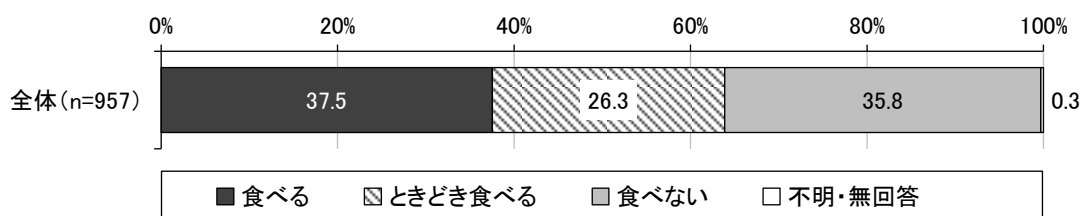
問 16 あなたはふだん、食事の内容や栄養のバランスに気をつけていますか。(○は1つ)

ふだん、食事の内容や栄養のバランスに気をつけているかについてみると、「はい」が72.2%、「いいえ」が26.9%となっています。



問 17 あなたはふだん、朝食を誰かと一緒に食べていますか。(○は1つ)

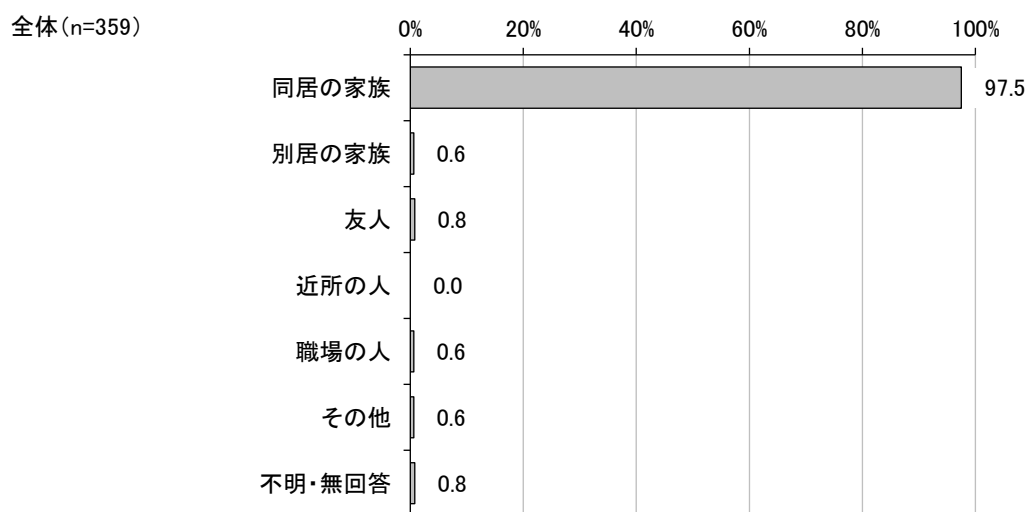
ふだん、朝食を誰かと一緒に食べているかについてみると、「食べる」が37.5%と最も高く、次いで「食べない」が35.8%、「ときどき食べる」が26.3%となっています。



問 18 問 17 で「1 食べる」と答えた人におたずねします。それは、誰ですか。

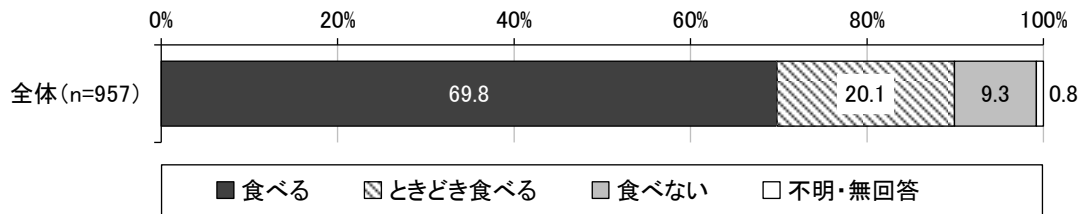
(あてはまるものすべてに○)

誰と食べるかについてみると、「同居の家族」が97.5%と最も高く、次いで「友人」が0.8%、「別居の家族」「職場の人」「その他」が0.6%となっています。



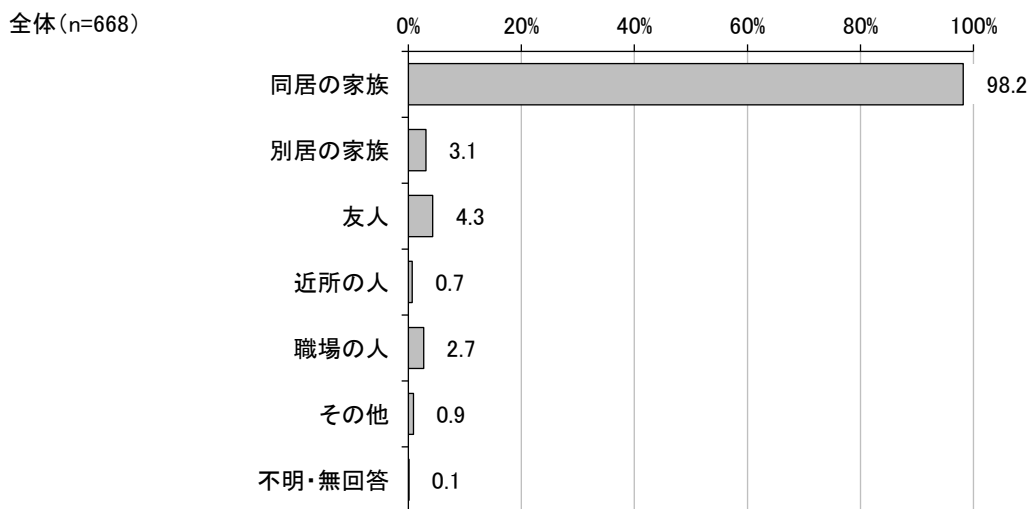
問 19 あなたはふだん、夕食を誰かと一緒に食べていますか。(○は1つ)

ふだん、夕食を誰かと一緒に食べているかについてみると、「食べる」が69.8%と最も高く、次いで「ときどき食べる」が20.1%、「食べない」が9.3%となっています。



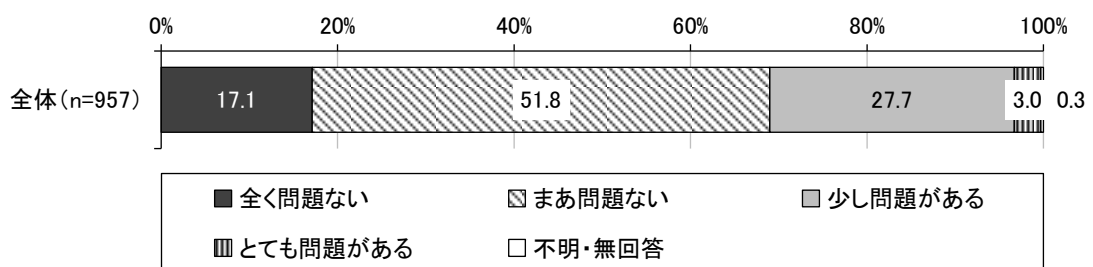
問 20 問 19 で「1 食べる」と答えた人におたずねします。それは、誰ですか。(あてはまるものすべてに○)

誰と食べるかについてみると、「同居の家族」が98.2%と最も高く、次いで「友人」が4.3%、「別居の家族」が3.1%となっています。



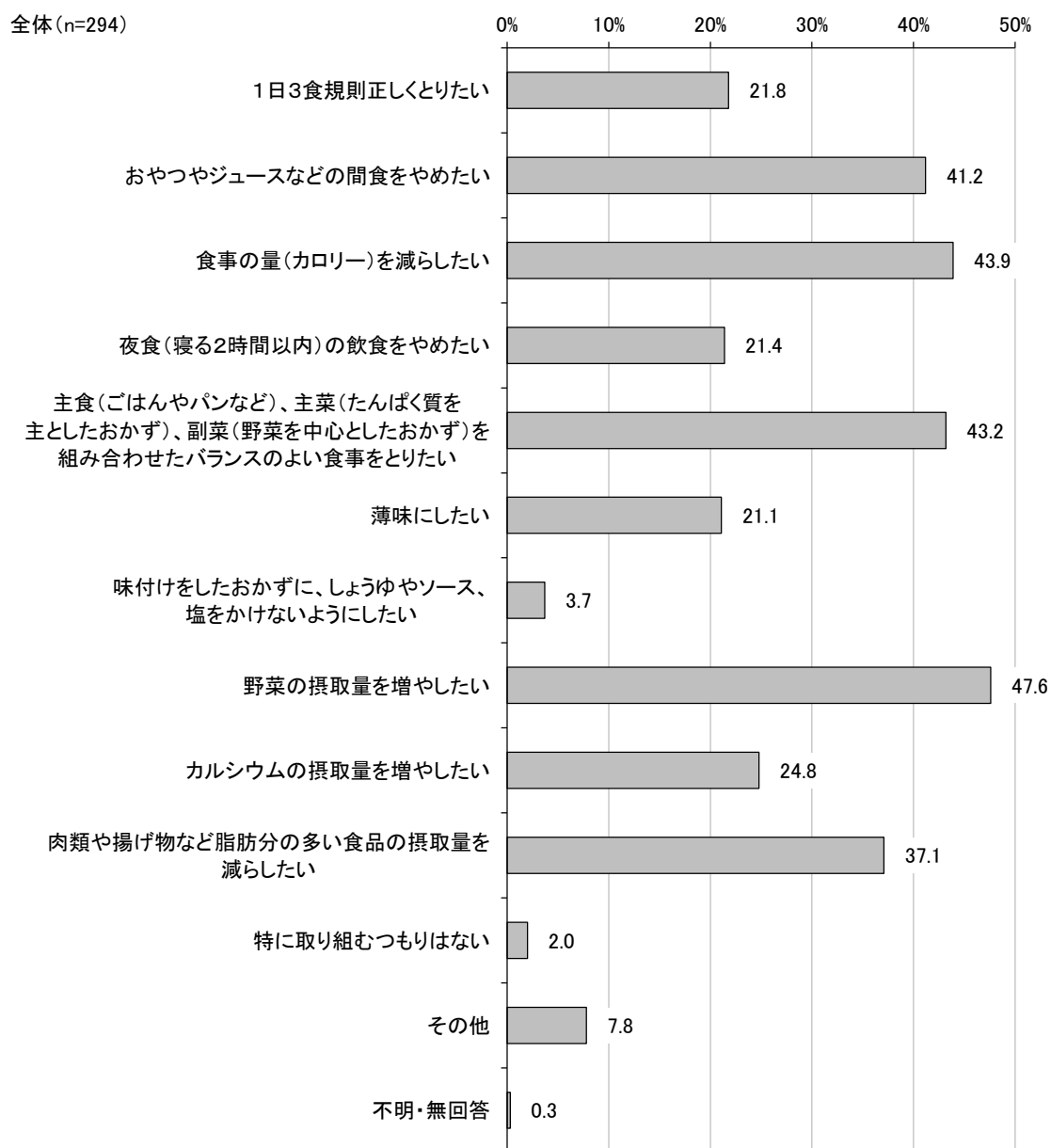
問 21 あなたは、今の自分の食事の量や内容など食生活全般についてどのように感じますか。(○は1つ)

今の自分の食事の量や内容など食生活全般についてどのように感じるかについてみると、「まあ問題ない」が51.8%と最も高く、次いで「全く問題ない」が17.1%、「少し問題がある」が27.7%となっています。



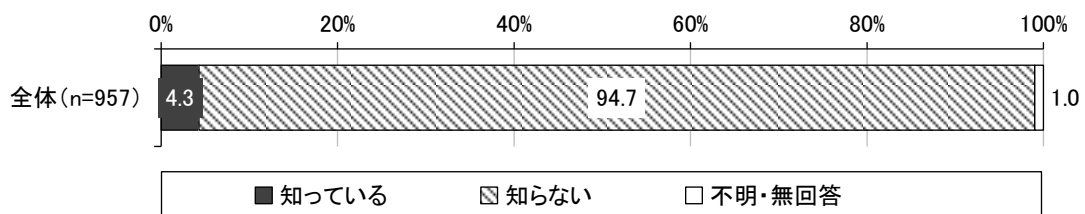
問 22 問 21 で「3 少し問題がある」「4 とても問題がある」と答えた人におたずねします。あなたのご自身の食生活についてどのような改善に取り組みたいと思いますか。(あてはまるものすべてに○)

自身の食生活についてどのような改善に取り組みたいと思うかについてみると、「野菜の摂取量を増やしたい」が47.6%と最も高く、次いで「食事の量(カロリー)を減らしたい」が43.9%、「主食(ごはんやパンなど)、主菜(たんぱく質を主としたおかず)、副菜(野菜を中心としたおかず)を組み合わせたバランスのよい食事をとりたい」が43.2%となっています。



問 23 「あなたの健康ささえ隊」協力店は「健康りっとう21」を推進する取組みのひとつとして、市民のみなさんの健康づくりを応援する活動に賛同し、健康づくり啓発チラシ「プロジェクトW」（野菜たっぷりレシピ）を配布していますが、知っていますか。（〇は1つ）

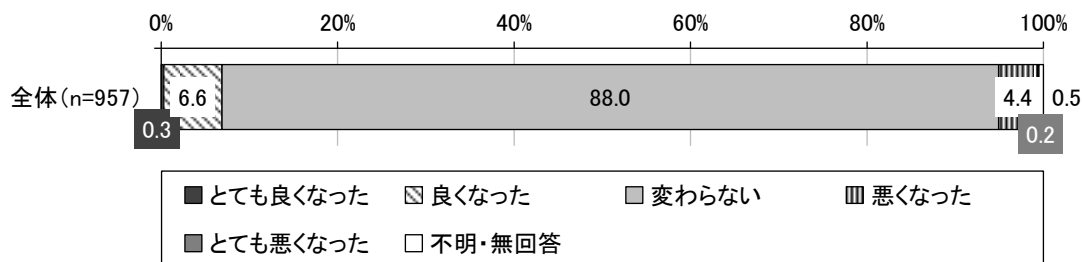
健康づくり啓発チラシ「プロジェクトW」（野菜たっぷりレシピ）の認知度についてみると、「知らない」が94.7%、「知っている」が4.3%となっています。



6 新型コロナウイルスと健康について

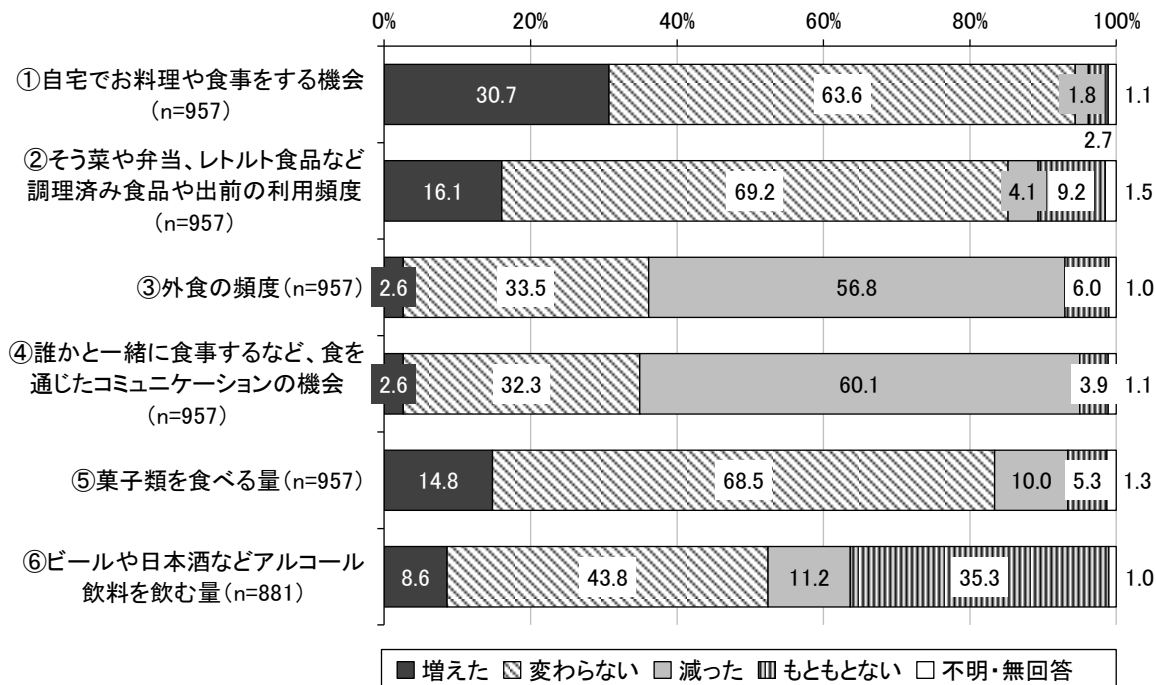
問 24 現在のあなたの食生活は、新型コロナウイルス感染症の拡大前と比べてどう変化しましたか。(〇は1つ)

食生活は、新型コロナウイルス感染症の拡大前と比べてどう変化したかについてみると、「変わらない」が88.0%と最も高く、次いで「良くなった」が6.6%、「悪くなった」が4.4%となっています。



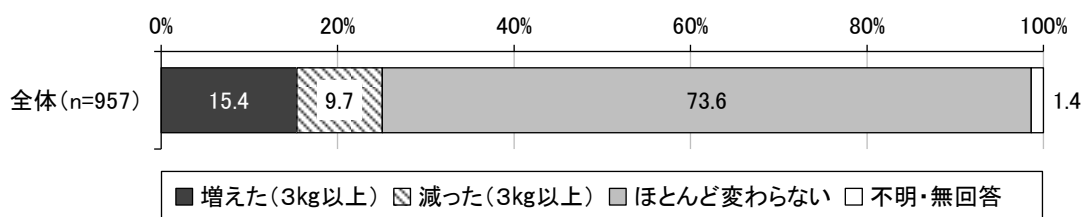
問 25 次の項目について、新型コロナウイルス感染症の拡大前に比べて変わりましたか。(それぞれ1つに〇) ※⑥は、20歳以上の方のみ

新型コロナウイルス感染症の拡大前に比べて、〔②そう菜や弁当、レトルト食品など調理済み食品や出前の利用頻度〕〔⑤菓子類を食べる量〕〔①自宅でお料理や食事をする機会〕で「変わらない」が6割を超えて高くなっています。一方、〔④誰かと一緒に食事するなど、食を通じたコミュニケーションの機会〕〔③外食の頻度〕で「減った」が6割程度と高くなっています。



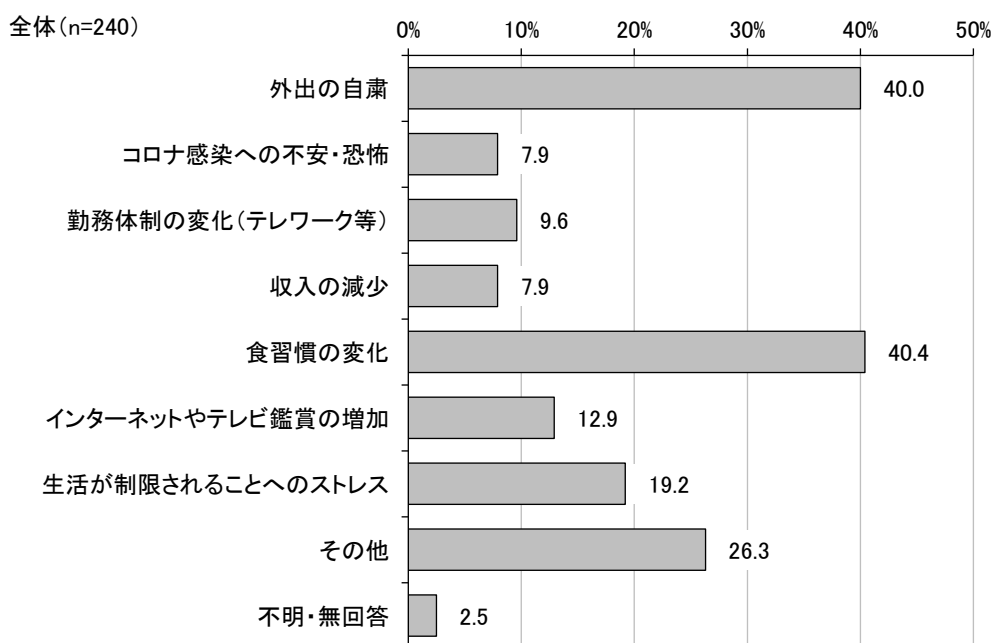
問 26 新型コロナウイルス感染症拡大前後で、あなたの体重は変化しましたか。(○は1つ)

新型コロナウイルス感染症拡大前後で、体重は変化したかについてみると、「ほとんど変わらない」が73.6%と最も高く、次いで「増えた(3kg以上)」が15.4%、「減った(3kg以上)」が9.7%となっています。



問 27 問 26 で「1 増えた(3kg以上)」「2 減った(3kg以上)」と答えた人におたずねします。その原因と思う事柄は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

増減があった原因とそう思う事柄についてみると、「食習慣の変化」が40.4%と最も高く、次いで「外出の自粛」が40.0%、「その他」が26.3%となっています。



問 28 新型コロナウイルス感染症拡大前後での、1週間あたりの運動をする日数の平均を教えてください。(運動：1回30分以上のウォーキング、スポーツなど)(○はそれぞれ1つ)

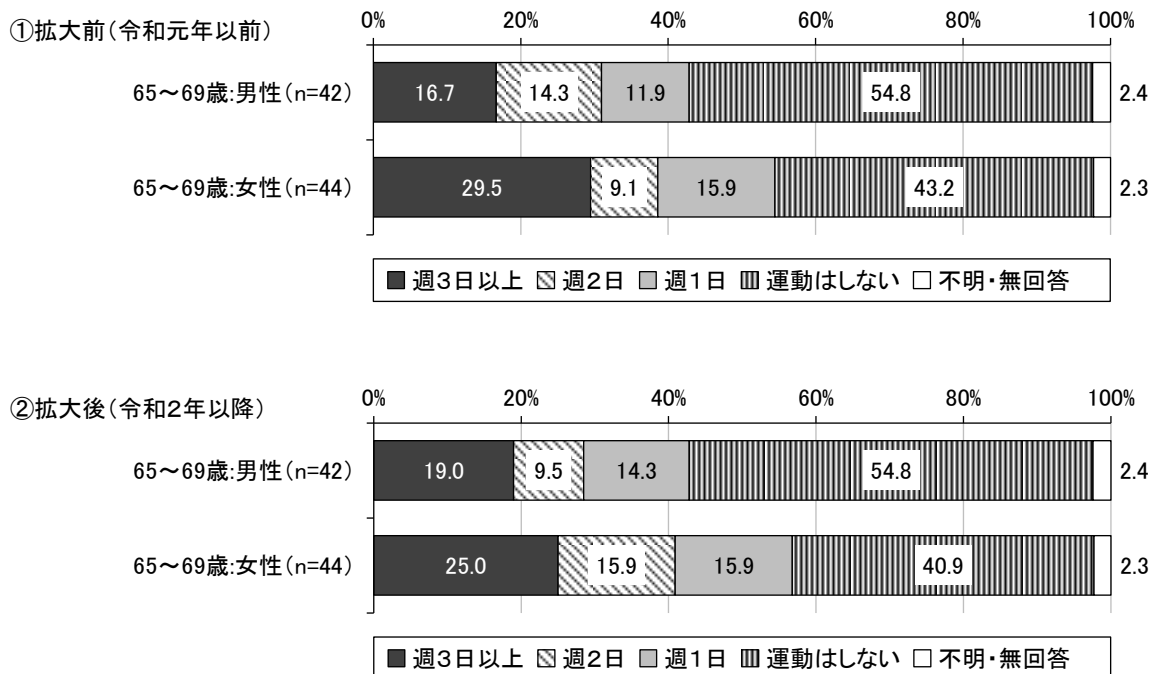
新型コロナウイルス感染症拡大前後での、1週間あたりの運動をする日数の平均についてみると、〔①拡大前(令和元年以前)〕〔②拡大後(令和2年以降)〕で差異はなく、いずれも「運動はしない」が5割程度で高くなっています。



問 28×《男女》性・年齢別(65～69歳)

65～69歳を性別にみると、〔①拡大前(令和元年以前)〕においては、「週3日以上」では女性が男性を12.8ポイント、「運動はしない」では男性が女性を11.6ポイント、それぞれ上回っています。

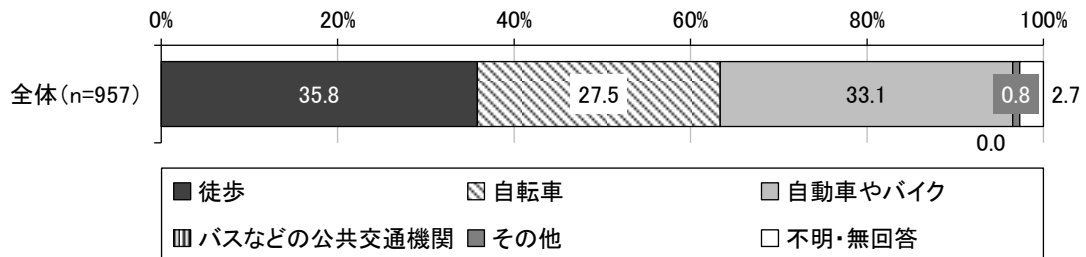
〔②拡大後(令和2年以降)〕においては、「運動はしない」では男性が女性を13.9ポイント上回っています。



7 運動について

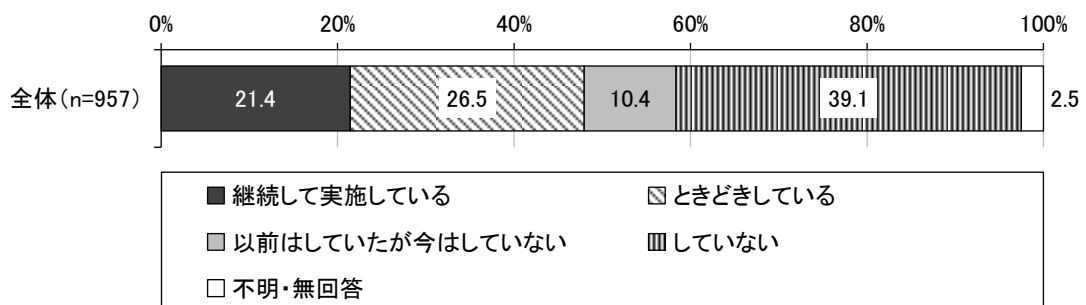
問 29 あなたは、徒歩 10 分で行けるところへ出かけるとき、主にどのようにしますか。
(○は 1 つ)

徒歩 10 分で行けるところへ出かけるとき、主にどのようにするかについてみると、「徒歩」が 35.8%と最も高く、次いで「自動車やバイク」が 33.1%、「自転車」が 27.5%となっています。



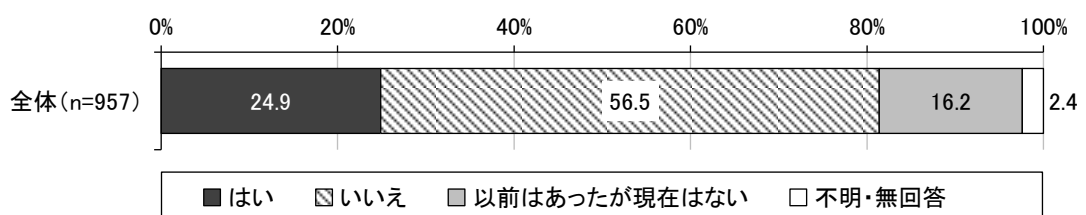
問 30 あなたは、日頃、自分の健康づくりのため意識的に運動を実行していますか（学校の授業で行っているものは除きます）。(○は 1 つ)

自分の健康づくりのため意識的に運動を実行しているかについてみると、「していない」が 39.1%と最も高く、次いで「ときどきしている」が 26.5%、「継続して実施している」が 21.4%となっています。



問 31 あなたは、1 日 30 分以上の軽く汗をかく運動を週 2 日以上、1 年以上実施していますか。
(○は 1 つ)

1 日 30 分以上の軽く汗をかく運動を週 2 日以上、1 年以上実施しているかについてみると、「いいえ」が 56.5%と最も高く、次いで「はい」が 24.9%、「以前はあったが現在はない」が 16.2%となっています。



問 31 × 性別、年齢別

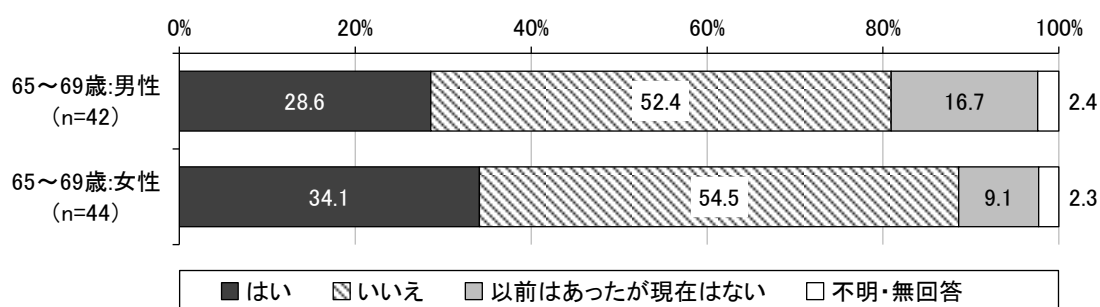
性別にみると、「いいえ」では女性が男性を 9.2 ポイント上回っています。

年齢別にみると、15～19 歳、70 歳以上では「はい」、それ以外の区分では「いいえ」が最も高くなっています。

単位:%		はい	いいえ	ない 以前は あったが 現在は	不明・ 無回答
全体(n=957)		24.9	56.5	16.2	2.4
性別	男性(n=412)	28.9	51.5	17.7	1.9
	女性(n=516)	21.5	60.7	15.1	2.7
年齢別	15～19歳(n=51)	43.1	39.2	11.8	5.9
	20歳代(n=91)	18.7	53.8	23.1	4.4
	30歳代(n=153)	17.0	58.8	22.9	1.3
	40歳代(n=229)	20.1	67.2	10.9	1.7
	50歳代(n=224)	29.5	53.6	15.2	1.8
	60歳代(n=169)	27.2	53.3	17.2	2.4
	70歳以上(n=15)	53.3	20.0	20.0	6.7

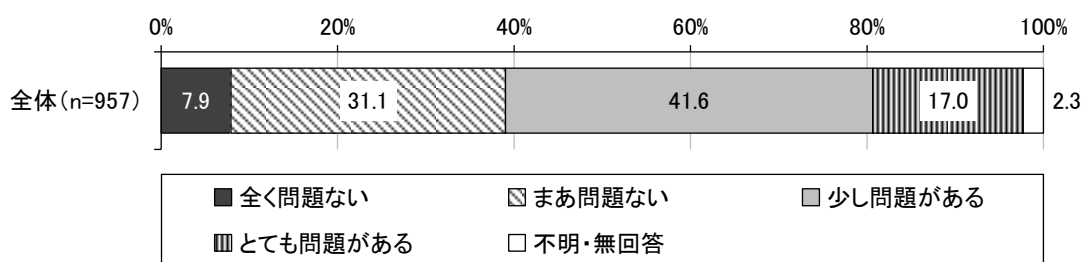
問 31 × 《男女》性・年齢別（65～69 歳）

65～69 歳を性別にみると、「以前はあったが現在はない」では男性が女性を 7.6 ポイント上回っています。



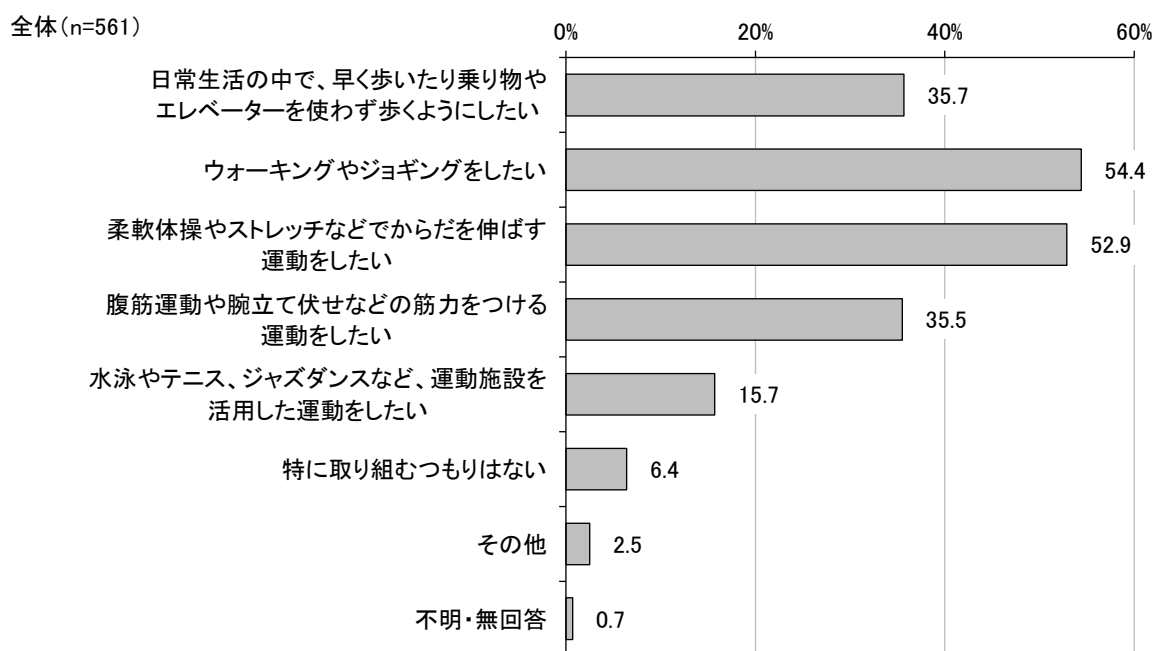
問 32 あなたは、今の自分の運動の量や回数についてどのように感じますか。(○は1つ)

今の自分の運動の量や回数についてどのように感じるかについてみると、「少し問題がある」が41.6%と最も高く、次いで「まあ問題ない」が31.1%、「とても問題がある」が17.0%となっています。



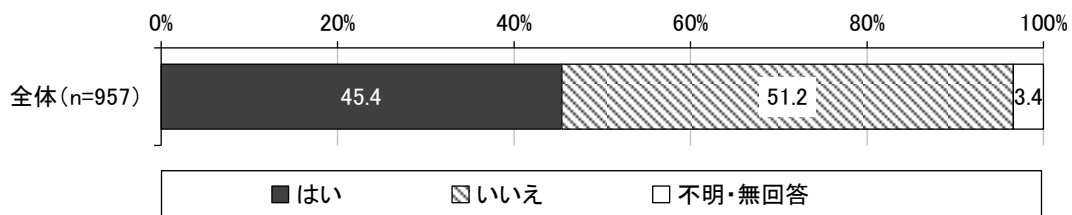
問 33 問 32 で「3 少し問題がある」「4 とても問題がある」と答えた人におたずねします。あなたご自身の運動習慣についてどのような改善に取り組みたいと思いますか。(あてはまるものすべてに○)

自身の運動習慣についてどのような改善に取り組みたいと思うかについてみると、「ウォーキングやジョギングをしたい」が54.4%と最も高く、次いで「柔軟体操やストレッチなどでからだを伸ばす運動をしたい」が52.9%、「日常生活の中で、早く歩いたり乗り物やエレベーターを使わず歩くようにしたい」が35.7%となっています。



問 34 骨粗しょう症予防には、18 歳くらいまでにカルシウムを摂取すると同時に運動をしっかりし、骨量を充分高めておくことが重要であると知っていますか。(○は1つ)

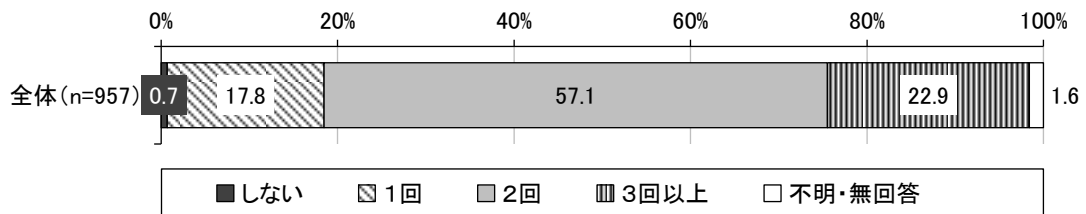
骨量を充分高めておくことが重要であると知っているかについてみると、「いいえ」が 51.2%、「はい」が 45.4%となっています。



8 歯について

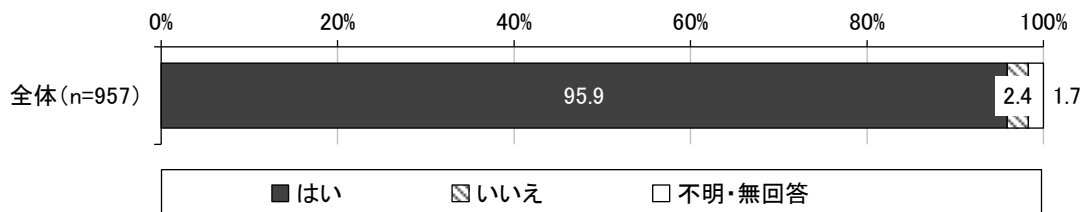
問 35 あなたは、1日に何回歯みがきをしますか。(○は1つ)

1日に何回歯みがきをするかについてみると、「2回」が57.1%と最も高く、次いで「3回以上」が22.9%、「1回」が17.8%となっています。



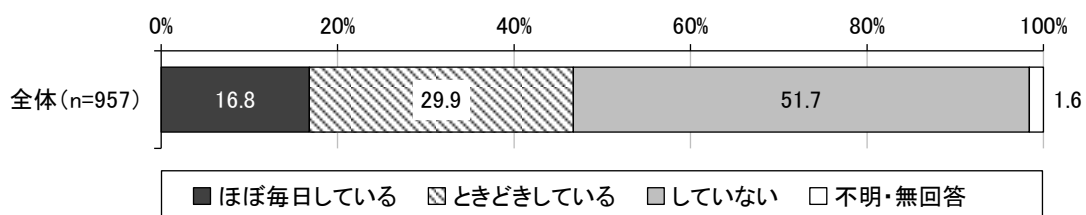
問 36 あなたは、歯みがきの際に歯みがき粉を使用していますか。(○は1つ)

歯みがきの際に歯みがき粉を使用するかについてみると、「はい」が95.9%、「いいえ」が2.4%となっています。



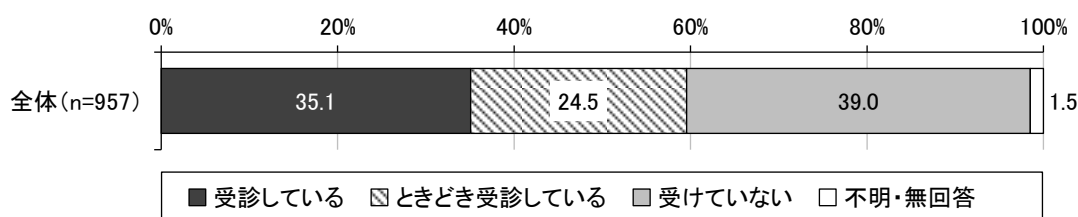
問 37 あなたは、定期的に舌のケアをしていますか。(○は1つ)

定期的に舌のケアをしているかについてみると、「していない」が51.7%と最も高く、次いで「ときどきしている」が29.9%、「ほぼ毎日している」が16.8%となっています。



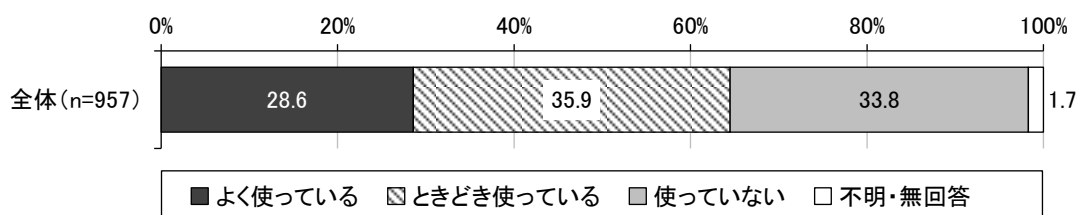
問 38 あなたは、定期的に歯科検診を受けていますか。(○は1つ)

定期的に歯科検診を受けているかについてみると、「受けていない」が39.0%と最も高く、次いで「受診している」が35.1%、「ときどき受診している」が24.5%となっています。



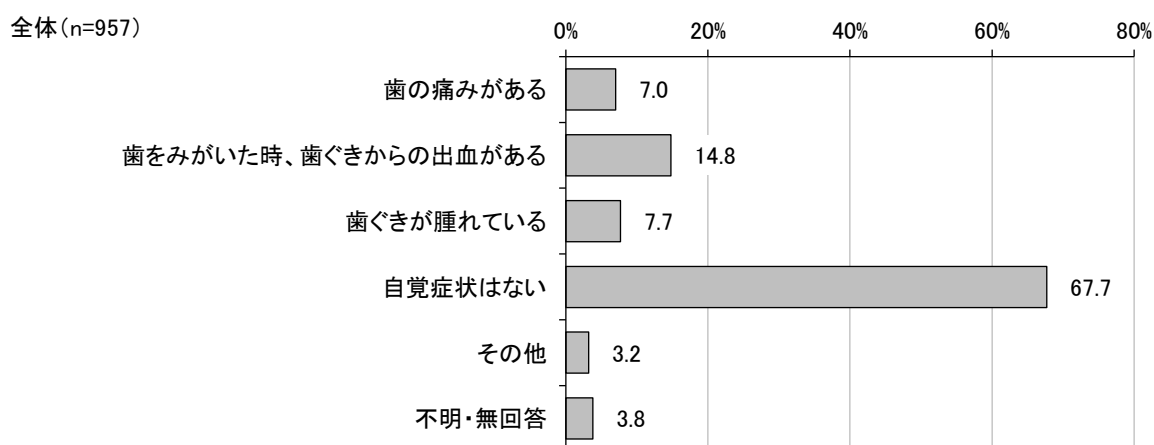
問 39 あなたは、歯ブラシ以外に、デンタルフロスや歯間ブラシなどの歯と歯の間を清掃するための補助用具を使っていますか。(○は1つ)

歯ブラシ以外に歯と歯の間を清掃するための補助用具を使っているかについてみると、「ときどき使っている」が35.9%と最も高く、次いで「使っていない」が33.8%、「よく使っている」が28.6%となっています。



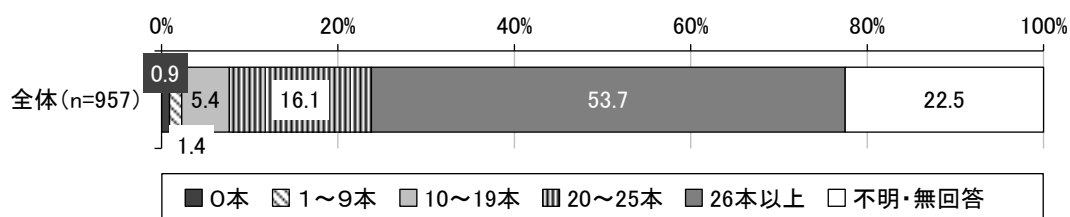
問 40 現在、むし歯や歯ぐきの炎症を示す自覚症状はありますか。(○はいくつでも)

現在、むし歯や歯ぐきの炎症を示す自覚症状があるかについてみると、「自覚症状はない」が67.7%と最も高く、次いで「歯をみがいた時、歯ぐきからの出血がある」が14.8%、「歯ぐきが腫れている」が7.7%となっています。



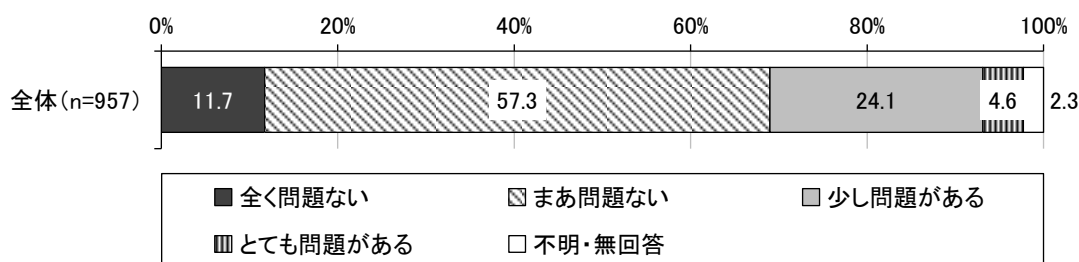
問 41 現在、自分の歯は何本ありますか。(数字を記入してください)

歯の本数についてみると、「26本以上」が53.7%と最も高く、次いで「20～25本」が16.1%となっています。



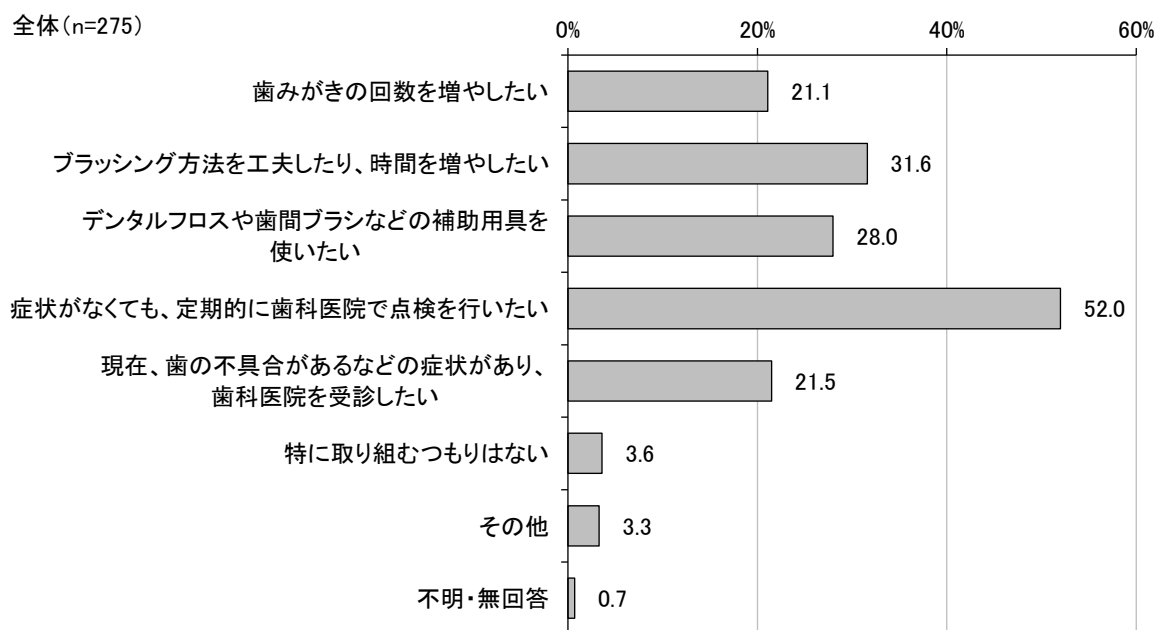
問 42 あなたは、今の自分のお口（歯と歯ぐき）の手入れについてどのように感じますか。
(○は1つ)

今の自分のお口の手入れについてどのように感じるかについてみると、「まあ問題ない」が57.3%と最も高く、次いで「少し問題がある」が24.1%、「全く問題ない」が11.7%となっています。



問 43 問 42 で「3 少し問題がある」「4 とても問題がある」と答えた人におたずねします。あなたのご自身の歯の手入れについてどのような改善に取り組みたいと思いますか。（あてはまるものすべてに○）

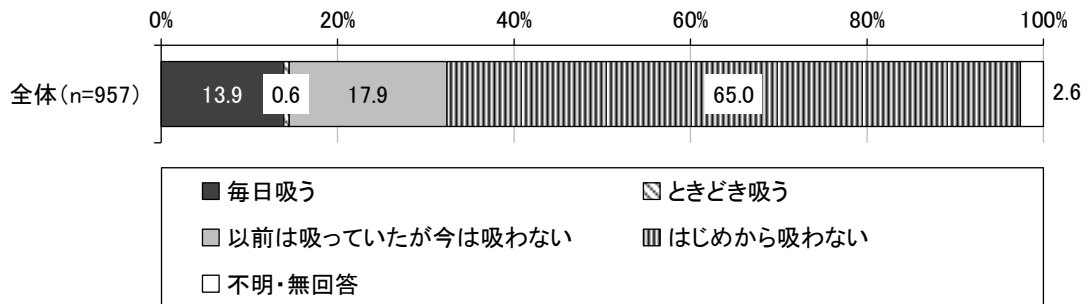
自身の歯の手入れについてどのような改善に取り組みたいと思うかについてみると、「症状がなくても、定期的に歯科医院で点検を行いたい」が 52.0%と最も高く、次いで「ブラッシング方法を工夫したり、時間を増やしたい」が 31.6%、「デンタルフロスや歯間ブラシなどの補助用具を使いたい」が 28.0%となっています。



9 たばこについて

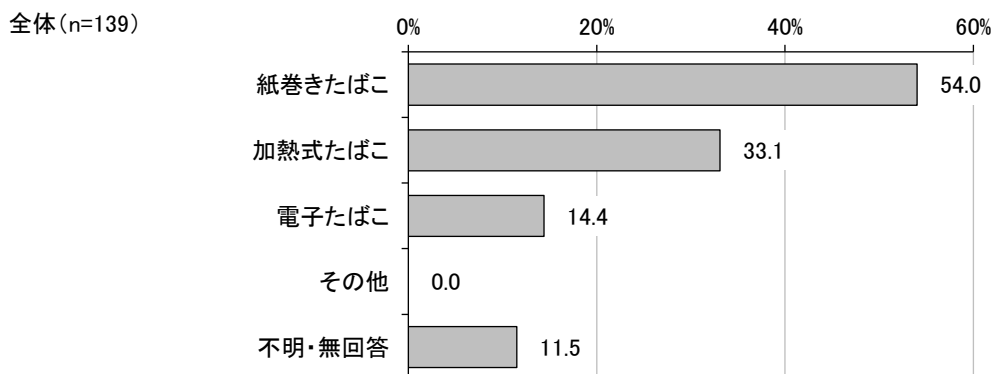
問 44 あなたは、たばこ（加熱式たばこ、電子たばこを含む）を吸いますか。（○は1つ）

たばこを吸うかについてみると、「はじめから吸わない」が 65.0%と最も高く、次いで「以前は吸っていたが今は吸わない」が 17.9%、「毎日吸う」が 13.9%となっています。



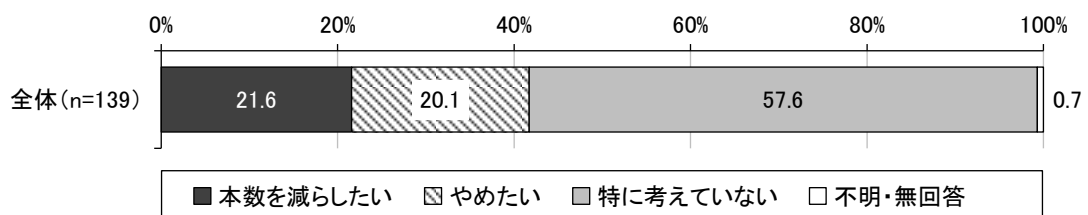
問 44-2 どんなたばこを吸いますか。（あてはまるものすべてに○）

どんなたばこを吸うかについてみると、「紙巻きたばこ」が 54.0%と最も高く、次いで「加熱式たばこ」が 33.1%、「電子たばこ」が 14.4%となっています。



問 45 問 44 で「1 毎日吸う」「2 ときどき吸う」と答えた人におたずねします。今後はどのようにしたいと思いますか。（○は1つ）

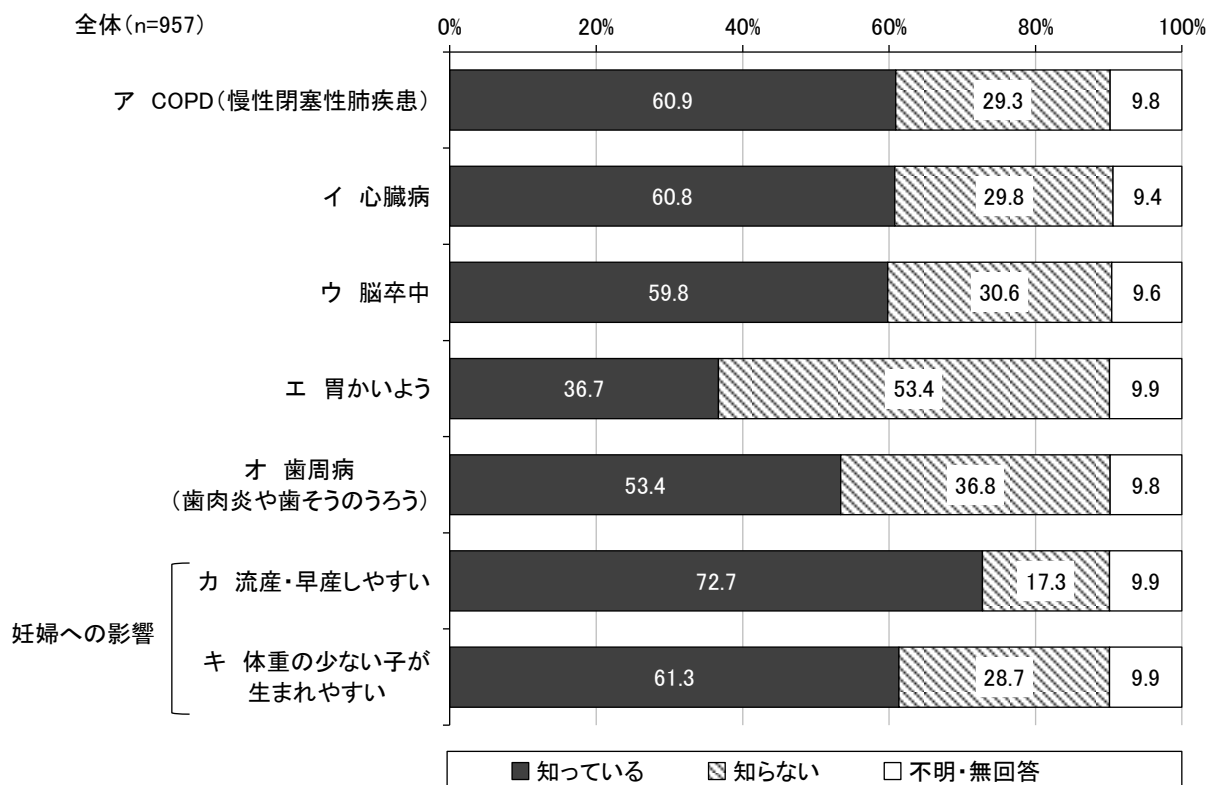
今後はどのようにしたいと思うかについてみると、「特に考えていない」が 57.6%と最も高く、次いで「本数を減らしたい」が 21.6%、「やめたい」が 20.1%となっています。



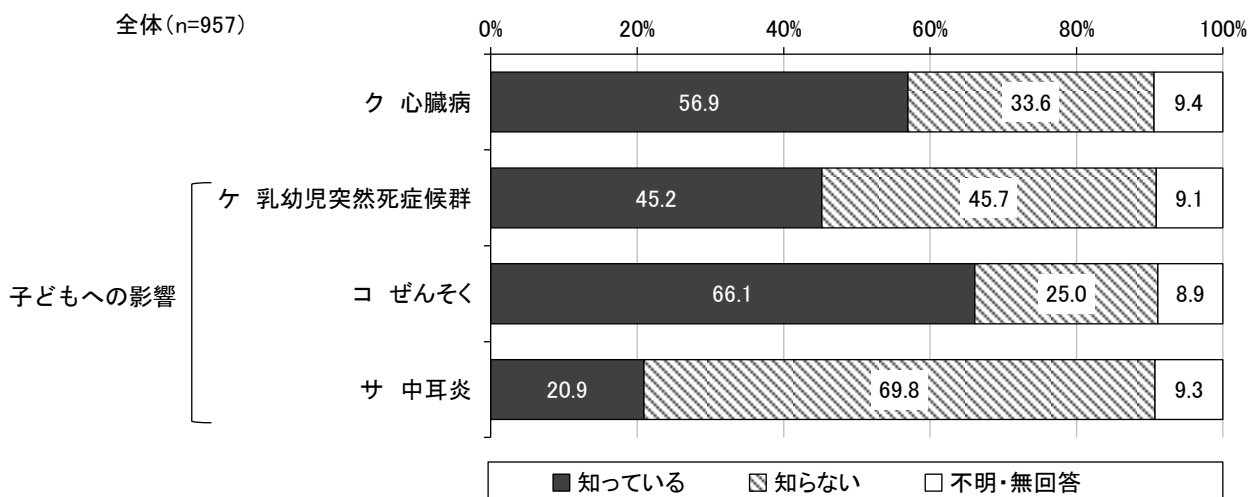
問 46 あなたは、たばこの煙を吸うことで次の表にあげた病気にかかる危険を高めることを知っていますか。各項目のあてはまる方にそれぞれ○をつけてください。

たばこの煙を吸うことでア～サの病気にかかる危険を高めることを知っているかについてみると、【喫煙による影響】では〔カ 流産・早産しやすい〕で「知っている」が72.7%と高くなっています。一方、〔エ 胃かいよう〕では「知らない」が53.4%と高くなっています。【受動喫煙による影響】では〔コ ぜんそく〕で「知っている」が66.1%と高くなっています。一方、〔サ 中耳炎〕では「知らない」が69.8%と高くなっています。

【喫煙による影響（自分が吸うタバコの煙）】

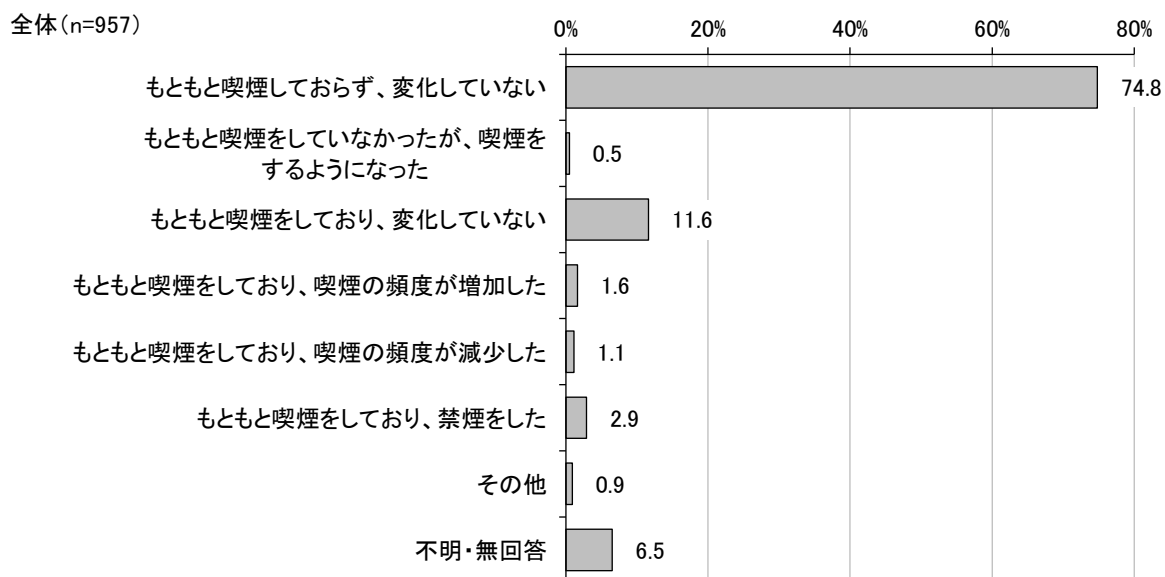


【受動喫煙による影響（他人の吸うタバコから立ち上る煙、吐く息に含まれる煙）】



問 47 新型コロナウイルス感染症拡大前後で、あなたの喫煙習慣は変化しましたか。(○は1つ)

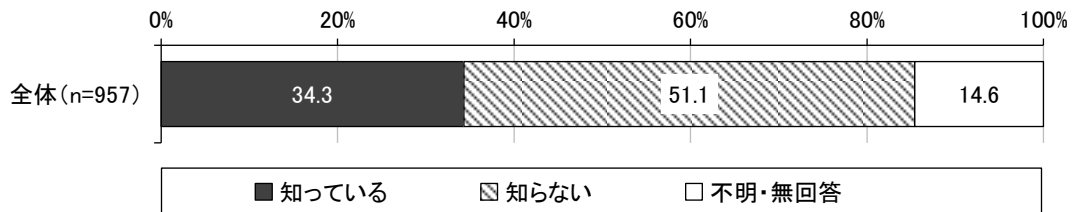
新型コロナウイルス感染症拡大前後で、喫煙習慣は変化したかについてみると、「もともと喫煙しておらず、変化していない」が74.8%と最も高く、次いで「もともと喫煙をしており、変化していない」が11.6%、「もともと喫煙をしており、禁煙をした」が2.9%となっています。



10 飲酒について

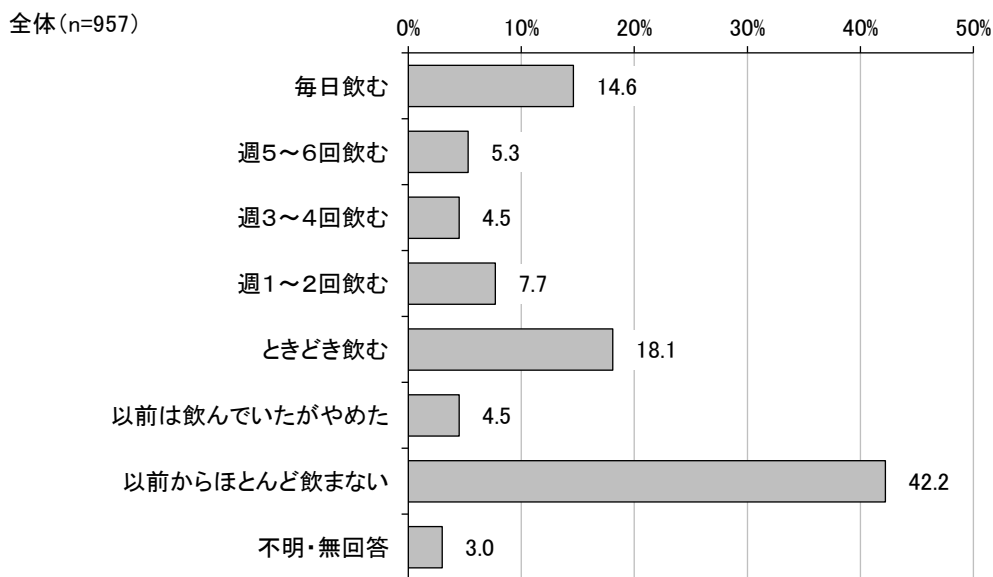
問 48 「節度ある適度な飲酒」としては、1日平均純アルコールで約20g以内〔純アルコール20gは、日本酒1合（180ml）、ビール500ml、焼酎35度0.4合（72ml）、ウイスキー・ブランデーダブル（60ml）、ワイン200mlに相当します〕であることを知っていますか。（○は1つ）

「節度ある適度な飲酒」は1日平均純アルコールで約20g以内であることを知っているかについてみると、「知らない」が51.1%、「知っている」が34.3%となっています。



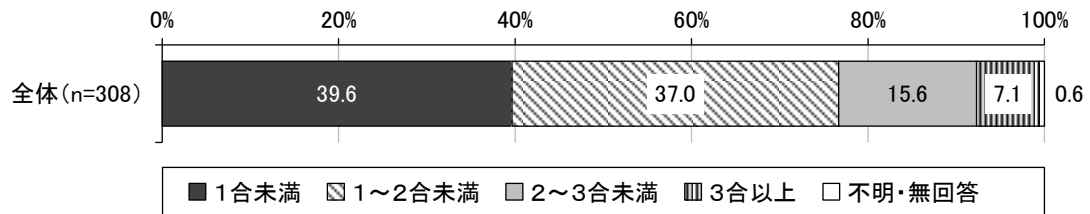
問 49 あなたは、ふだん、酒類を飲みますか。（○は1つ）

ふだん、酒類を飲むかについてみると、「以前からほとんど飲まない」が42.2%と最も高く、次いで「ときどき飲む」が18.1%、「毎日飲む」が14.6%となっています。



問 50 問 49 で 1～4 と答えた酒類を飲む人におたずねします。1日にどのくらいの量を飲みますか。日本酒に換算してお答えください。(○は1つ)

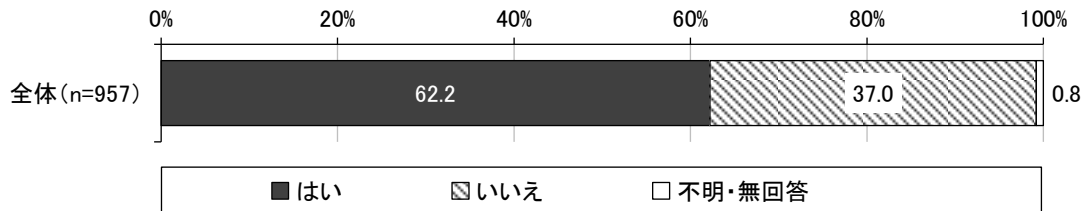
酒類を1日にどのくらいの量を飲むかについてみると、「1合未満」が39.6%と最も高く、次いで「1～2合未満」が37.0%、「2～3合未満」が15.6%となっています。



II 生きがい・交流・休養について

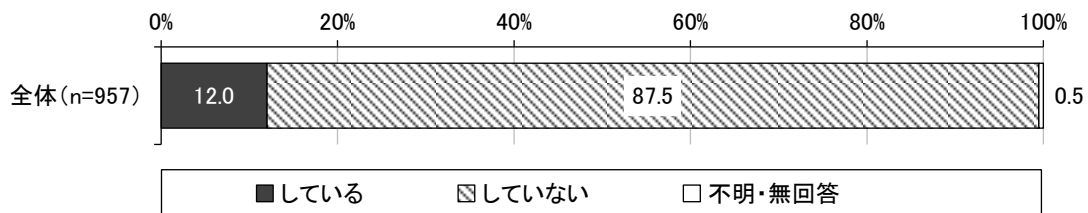
問 51 あなたは、今、楽しみや目標を持って活動していることがありますか。(〇は1つ)

現在、楽しみや目標を持って活動していることがあるかについてみると、「はい」が62.2%、「いいえ」が37.0%となっています。



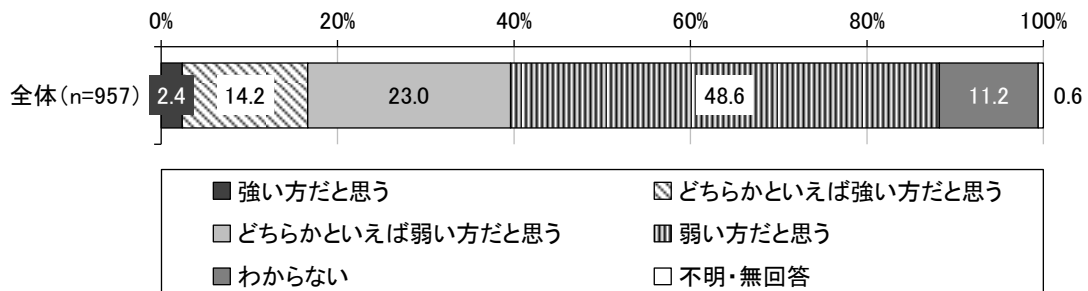
問 52 あなたは、現在市民活動（地域活動やボランティア活動）をしていますか。(〇は1つ)

現在市民活動をしているかについてみると、「していない」が87.5%、「している」が12.0%となっています。



問 53 あなたは、地域の人たちとのつながりが強い方だと思いますか。(〇は1つ)

地域の人たちとのつながりについてみると、「弱い方だと思う」が48.6%と最も高く、次いで「どちらかといえば弱い方だと思う」が23.0%、「どちらかといえば強い方だと思う」が14.2%となっています。



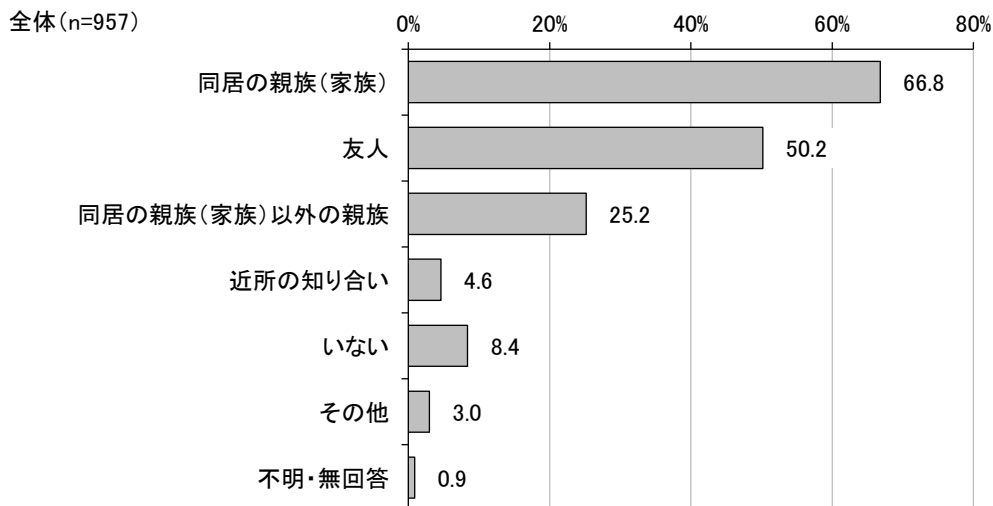
問 53×地域別

地域別にみると、『つながりが強い』（「強い方だと思う」と「どちらかといえば強い方だと思う」の合計）では「金勝」が約3割となっており、他の地域と比べて高くなっています。

単位：%		強い方だと思う	どちらかといえば強い方だと思う	どちらかといえば弱い方だと思う	弱い方だと思う	わからない	不明・無回答
全体(n=957)		2.4	14.2	23.0	48.6	11.2	0.6
地域別	治田(n=115)	2.6	13.0	24.3	49.6	10.4	0.0
	治田東(n=86)	0.0	12.8	23.3	52.3	11.6	0.0
	治田西(n=129)	2.3	16.3	19.4	52.7	7.8	1.6
	金勝(n=84)	4.8	23.8	25.0	35.7	10.7	0.0
	葉山(n=95)	2.1	15.8	22.1	46.3	11.6	2.1
	葉山東(n=103)	5.8	14.6	23.3	47.6	8.7	0.0
	大宝(n=155)	1.3	12.9	23.9	48.4	13.5	0.0
	大宝東(n=81)	2.5	8.6	23.5	51.9	12.3	1.2
	大宝西(n=66)	1.5	15.2	28.8	42.4	12.1	0.0

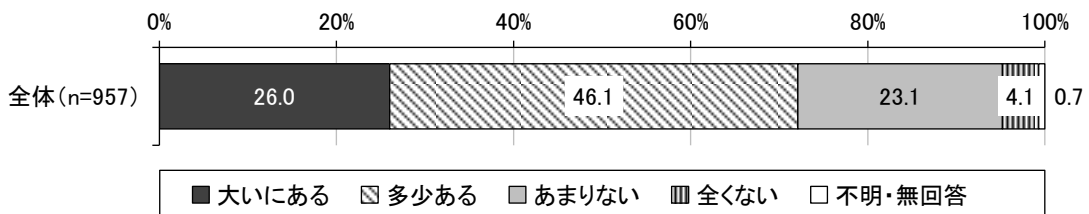
問 54 あなたには、不満や悩みやつらい気持ちを受け止め、耳を傾けてくれる人がいますか。
 (○はいくつでも)

不満や悩みやつらい気持ちを受け止め、耳を傾けてくれる人がいるかについてみると、「同居の親族(家族)」が66.8%と最も高く、次いで「友人」が50.2%、「同居の親族(家族)以外の親族」が25.2%となっています。



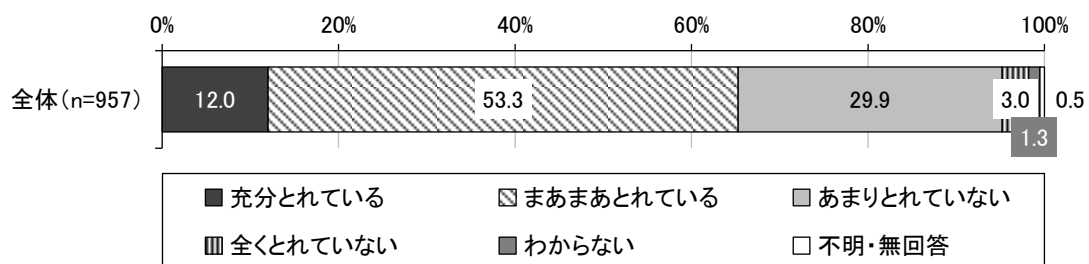
問 55 この1か月間に、不満、悩み、苦労などによる、ストレスなどがありましたか。(○は1つ)

この1か月間に、不満、悩み、苦労などによる、ストレスなどがあったかについてみると、「多少ある」が46.1%と最も高く、次いで「大いにある」が26.0%、「あまりない」が23.1%となっています。



問 56 いつもとっている睡眠で休養が充分とれていますか。(○は1つ)

いつもとっている睡眠で休養が充分とれているかについてみると、「まあまあとれている」が53.3%と最も高く、次いで「あまりとれていない」が29.9%、「充分とれている」が12.0%となっています。



生活と健康に関するアンケート
結果報告書

発行: 栗東市 健康増進課

TEL: 077-554-6100

FAX: 077-554-6101

発行年月: 令和5年2月