

嬉野市
健康・食育に関するアンケート
調査結果報告書

令和4年11月

嬉野市

目次

第1部 調査の概要	1
1. 調査の概要.....	
(1) 調査の目的.....	1
(2) 調査の設計.....	1
(3) 回収状況.....	1
(4) 調査時期.....	1
(5) 調査結果利用上の注意.....	1
第2部 調査結果	3
1. 乳幼児保護者対象調査の結果.....	3
(1) 基本属性.....	3
(2) 妊娠生活.....	5
(3) 育児状況.....	11
(4) 食生活について.....	23
(5) 子どもについて.....	28
(6) 幼児の生活習慣等について.....	32
2. 18歳以上市民対象調査の結果.....	38
(1) 基本属性.....	38
(2) 食生活.....	48
(3) 運動.....	78
(4) 休養.....	84
(5) 喫煙.....	89
(6) 飲酒.....	93
(7) 口内環境.....	96
(8) 健康管理.....	103
(9) 地域での健康づくりの活動.....	117

第 1 部
調査の概要

1. 調査の概要

(1) 調査の目的

令和4年度に見直しを実施する「第3次嬉野市健康総合計画・食育推進計画」の基礎データとするため、「18歳以上市民」、「乳幼児保護者」の2つの調査を実施しました。

(2) 調査の設計

調査の種類	調査対象者	調査方法
18歳以上市民	嬉野市にお住いの18歳以上の市民	郵送配布、郵送回収
乳幼児保護者	嬉野市にお住いの0～5歳の乳幼児の保護者	

(3) 回収状況

調査の種類	配布数	有効回収数	調査方法
18歳以上市民	1,200人	335人	27.9%
乳幼児保護者	300人	127人	42.3%

(4) 調査時期

- ・18歳以上市民：令和4年8月15日（月）～9月8日（木）
- ・乳幼児保護者：令和4年8月15日（月）～9月8日（木）

(5) 調査結果利用上の注意

- 回答は、各設問の回答者数（計）を基数とした百分率（%）で示している。小数点第2位を四捨五入しているため、比率の合計が100.0%にならない場合がある。
- 複数回答を求めた質問では、回答比率の合計が100.0%を超える。
- 回答があっても、小数点第2位を四捨五入して0.1%に満たない場合は、表・グラフには「0.0」と表記している。
- 表・グラフにおいて、回答選択肢を簡略化して表記している場合がある。

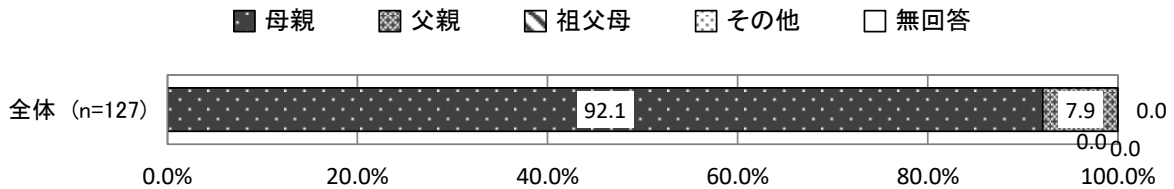
第 2 部
調 查 結 果

1. 乳幼児保護者対象調査の結果

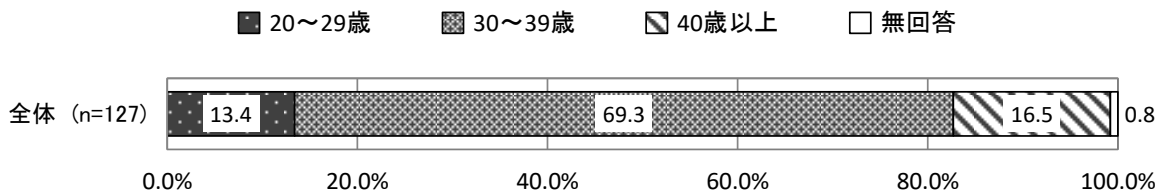
(1) 基本属性

①性別・年齢

問1 記入していただく方のお子さんとの続柄はどちらにあてはまりますか。



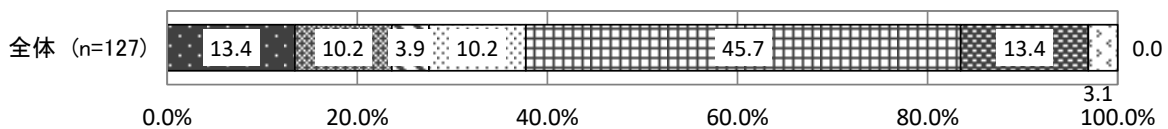
問2 あなたの年齢をお答えください。(令和4年7月1日現在)



②居住地区

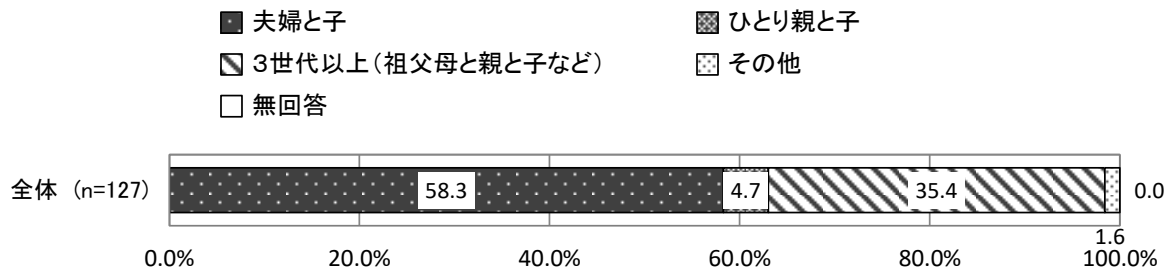
問3 あなたのお住まいの地区はどちらですか。

- 五町田小学校区(大字谷所・真崎地区・五町田第1～五町田第5)
- 久間小学校区(大字久間地区)
- 塩田小学校区(大字馬場下・美野地区)
- 大草野小学校区(大字大草野・式浪・三坂地区)
- 嬉野小学校区(大字下宿・井手川内・下野・下吉田地区)
- 轟・大野原小学校区(大字不動山・岩屋川内地区)
- 吉田小学校区(大字吉田地区)
- 無回答



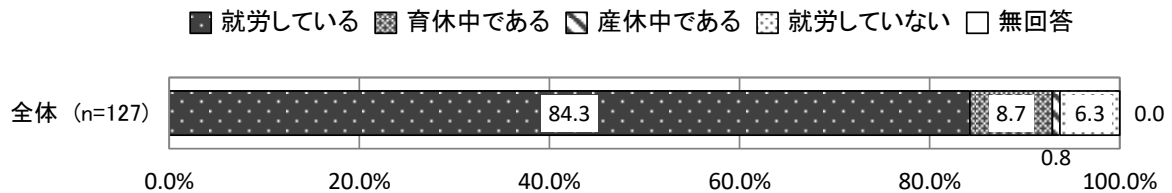
③家族構成

問4 あなたの家族構成はどれにあたりますか。

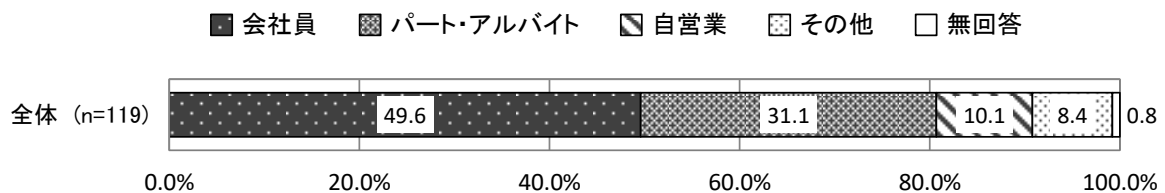


④就労状況

問5 あなたは、就労していますか。



問5-1 (問5で「1. 就労している」「2. 育休中である」「3. 産休中である」に○をつけた方におたずねします)
その職業は何ですか。



(2) 妊娠生活

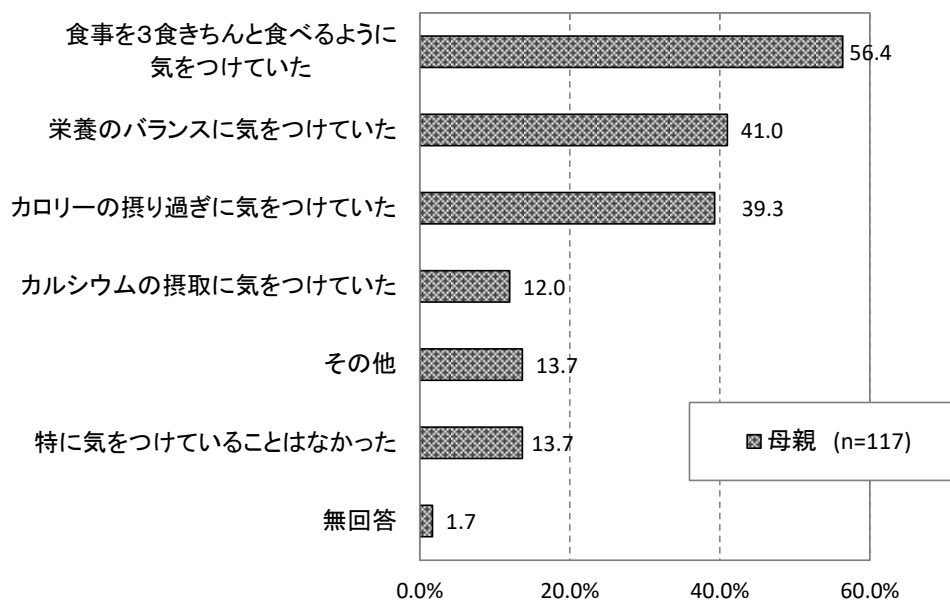
●妊娠されていた方又は現在妊娠中の方におうかがいします。

①妊娠中の食事

問6 あなたは、妊娠中の食事についてどのようなことに気をつけていましたか。

【あてはまるものすべてに○】

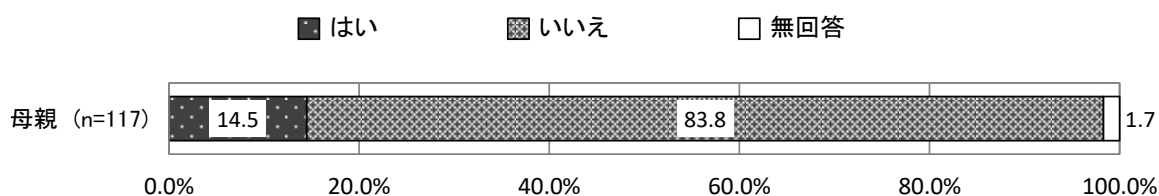
- 妊娠中の食事については、「食事を3食きちんと食べるように気をつけていた」(56.4%) が最も高く、以下「栄養のバランスに気をつけていた」(41.0%)、「カロリーの摂り過ぎに気をつけていた」(39.3%)、「カルシウムの摂取に気をつけていた」(12.0%) となっている。



②妊娠前後の喫煙状況

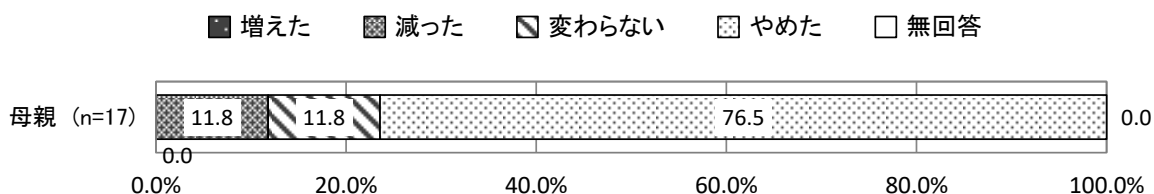
問7 妊娠前に、あなたはたばこを吸っていましたか。

- 妊娠前の喫煙状況では、「はい」は 14.5%、「いいえ」が 83.8%となっている。



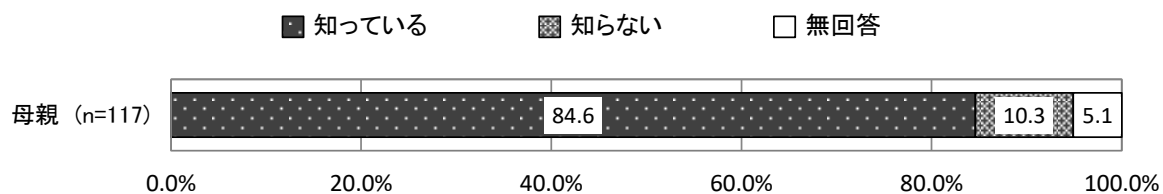
問7-1 (問7で「1. はい」に○をつけた方におたずねします)
 妊娠中は、妊娠前と比べ喫煙本数に変化はありましたか。

- 妊娠前に喫煙していたと回答した母親のうち妊娠中に喫煙本数が、「減った」「変わらない」「やめた」(11.8% (同率))、「やめた」(76.5%) となっている。



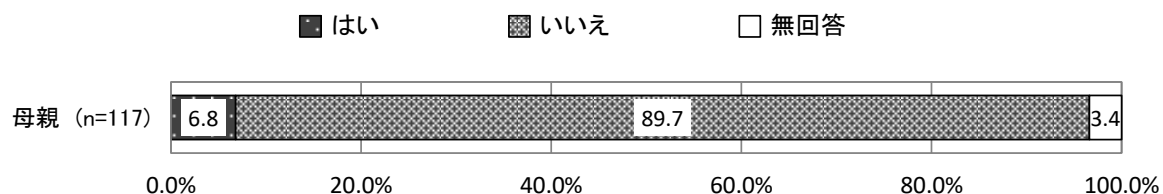
問8 妊娠中の喫煙による具体的な弊害を知っていますか。

- 妊娠中の喫煙による具体的な弊害の認知では、「知っている」が 84.6%、「知らない」が 10.3%となっている。



問9 出産後、たばこを吸っていますか。

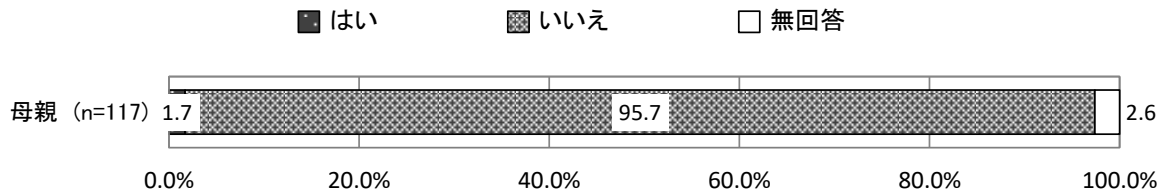
- 出産後の喫煙の有無では、「はい (吸っている)」が 6.8%、「いいえ (吸っていない)」は 89.7%となっている。



③妊娠中の飲酒

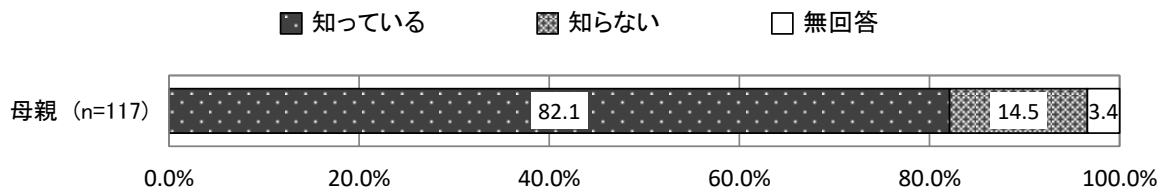
問 10 妊娠中、飲酒していましたか。

- 妊娠中の飲酒の有無では、「はい（飲酒していた）」は 1.7%、「いいえ（飲酒していない）」は 95.7%となっている。



問 11 妊娠中の飲酒による具体的な弊害を知っていますか。

- 妊娠中の飲酒による具体的な弊害の認知では、「知っている」が 82.1%、「知らない」は 14.5%となっている。

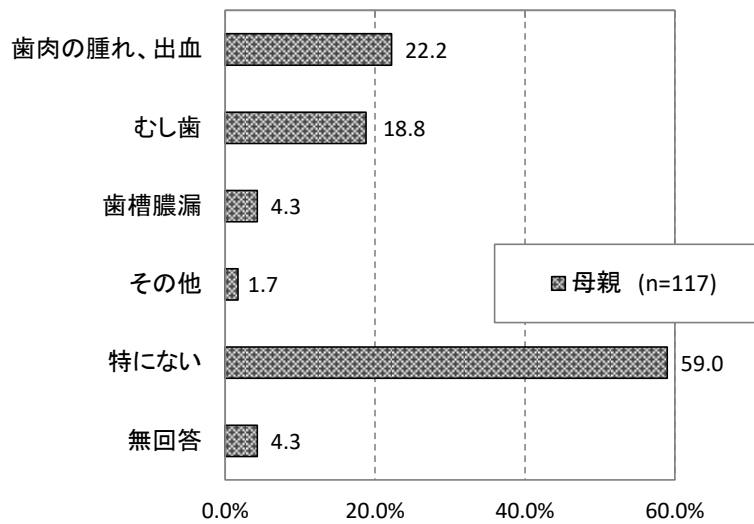


④妊娠中の口内状況

問 12 妊娠中に、次のような口の中に関する症状が起きましたか。

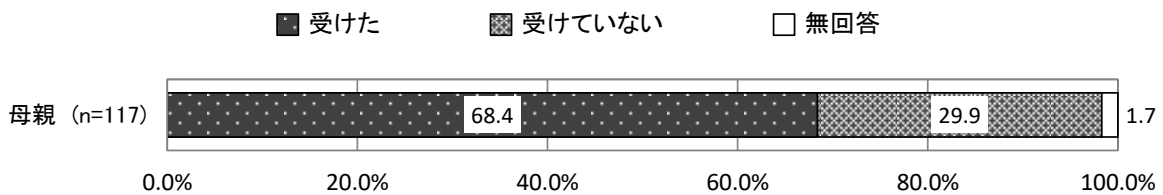
【あてはまるものすべてに○】

- 妊娠中に起きた口の中の症状では、「歯肉の腫れ、出血」(22.2%)、「むし歯」(18.8%)、「歯槽膿漏」(4.3%)となっている。



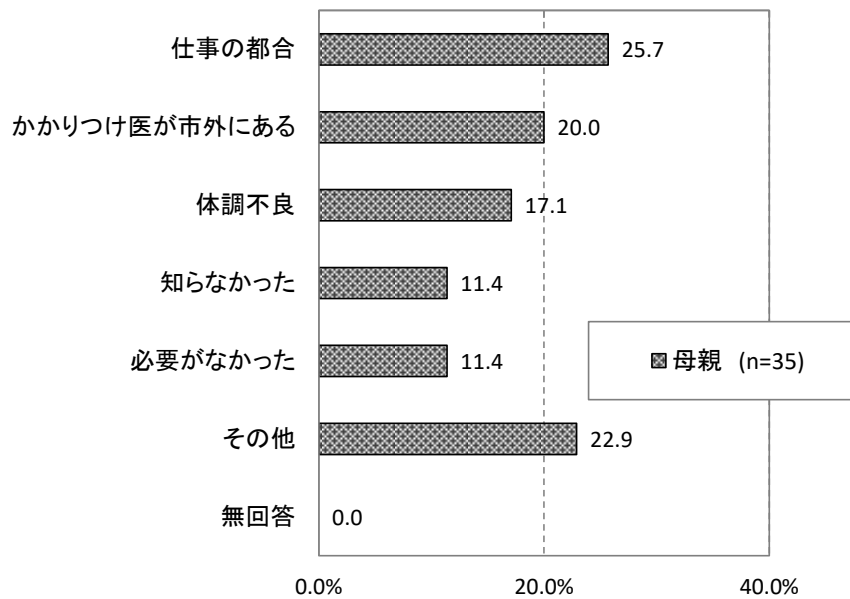
問 13 妊娠中に、歯科検診を受けましたか。

- 妊娠中の歯科健診受診の有無では、「受けた」が 68.4%、「受けていない」は 29.9%となっている。



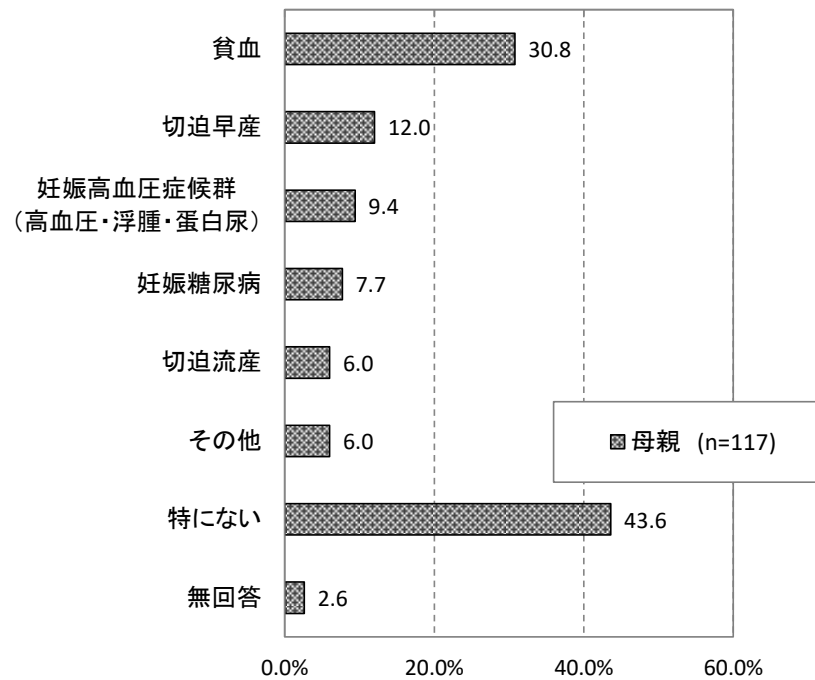
問 13-1 (問 13 で「1. はい」に○をつけた方におたずねします)
その理由は何ですか。【あてはまるものすべてに○】

- 妊娠中に歯科検診を受診していない理由では、「仕事の都合」(25.7%)、「かかりつけ医が市外にある」(20.0%)、「体調不良」(17.1%)、「知らなかった」「必要がなかった」(11.4%) (同率) となっている。



問 14 妊娠中に、身体に異常はありましたか。【あてはまるものすべてに○】

- 妊娠中の身体異常では、「貧血」(30.8%)、「切迫早産」(12.0%)、「妊娠高血圧症候群(高血圧・浮腫・蛋白尿)」(9.4%)、「妊娠糖尿病」(7.7%)となっている。

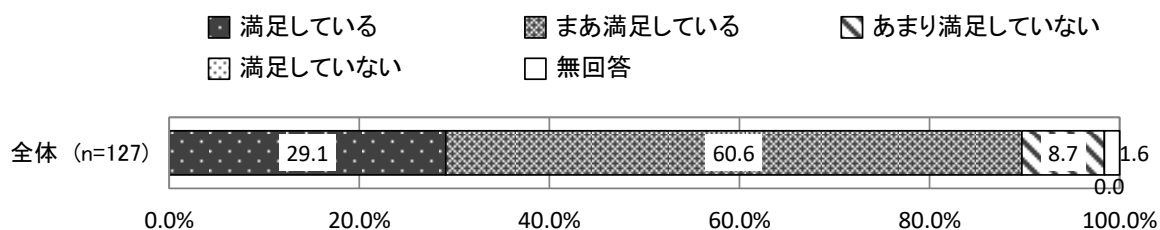


(3) 育児状況

①日常の育児

問 15 現在の子育てに満足していますか。

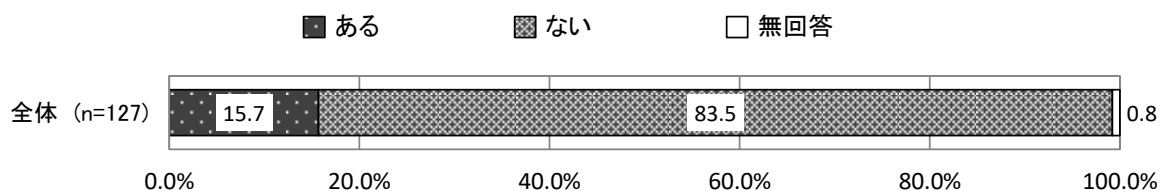
- 現在の子育ての満足度では、「まあ満足している」(60.6%) が最も高く、以下「満足している」(29.1%)、「あまり満足していない」(8.7%) となっている。



②緊急時の対応

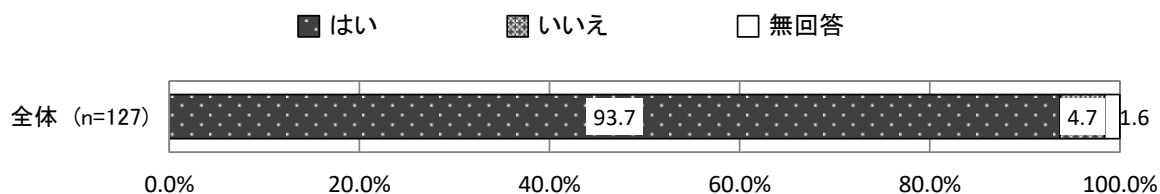
問 16 お子さんは、ケガややけど、誤飲、交通事故など不慮の事故に遭ったことがありますか。

- 子どもが不慮の事故に遭った経験の有無では、「ない」が 83.5%、「ある」が 15.7% となっている。



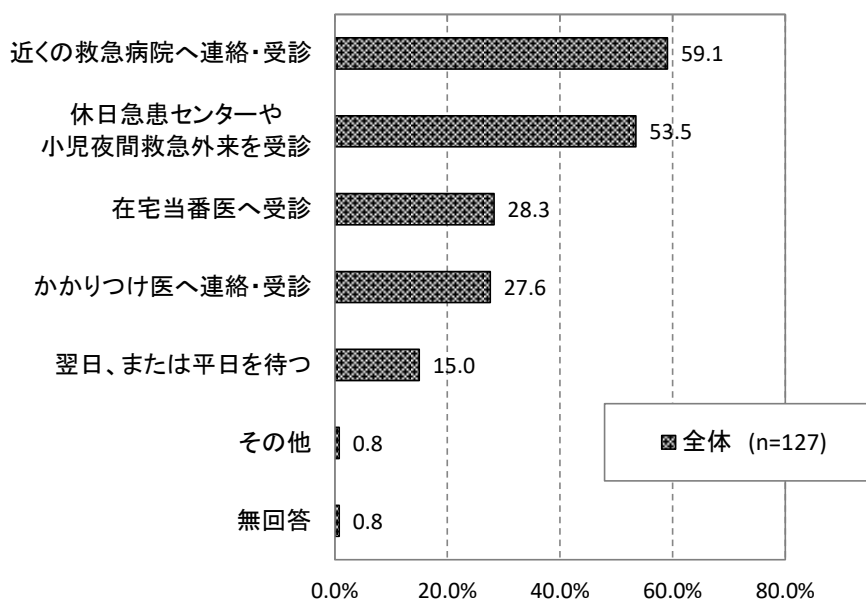
問 17 お子さんには、かかりつけの医師はいますか。

- 子どものかかりつけの医師の有無では、「はい」が 93.7%、「いいえ」は 4.7% となっている。



問 18 休日や夜間にお子さんが急病の時、あなたはどのように思いますか。
【あてはまるものすべてに○】

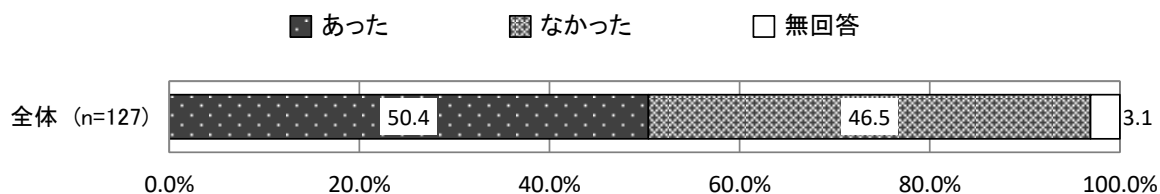
- 休日や夜間に子どもの急病時どうするかでは、「近くの救急病院へ連絡・受診」(59.1%)が最も高く、以下「休日急患センターや小児夜間救急外来を受診」(53.5%)、「在宅当番医へ受診」(28.3%)、「かかりつけ医へ連絡・受診」(27.6%)、「翌日、または平日を待つ」(15.0%)となっている。



③母親の状況

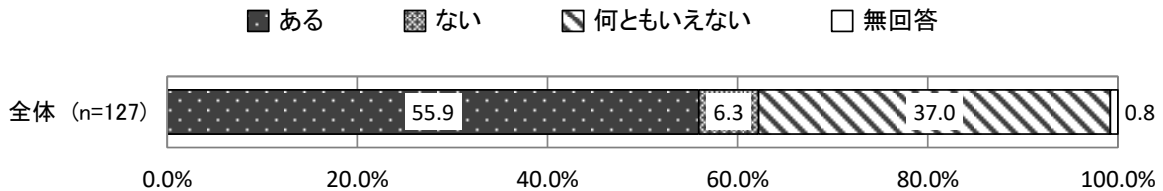
問 19 母親は妊娠中や産後3か月くらいの中に、気分が落ち込んだり涙もろくなったり、何もやる気になれないといったことがありましたか。

- マタニティブルーの経験では、「あった」が50.4%、「なかった」が46.5%となっている。



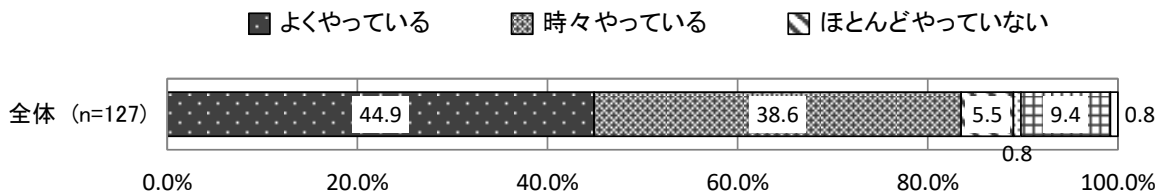
問 20 主に育児をしている方はゆったりとした気分でお子さんと過ごせる時間がありますか。

- ゆったりとした気分でお子さんと過ごせる時間があるかでは、「ある」が55.9%を占め、「何ともいえない」が37.0%、「ない」が6.3%となっている。



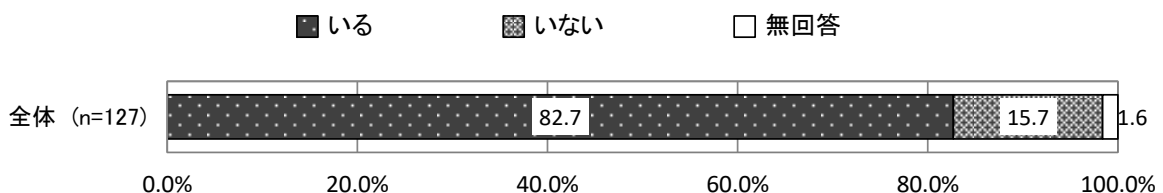
問 21 父親と母親は協力して育児をしていますか。

- 父親と母親の育児への協力状況では、「よくやっている」(44.9%) が最も高く、以下「時々やっている」(38.6%)、「ひとり親である」(9.4%)、「ほとんどやっていない」(5.5%)、「まったくやっていない」(0.8%) となっている。



問 22 親以外で育児を手伝ってくれる人がいますか。

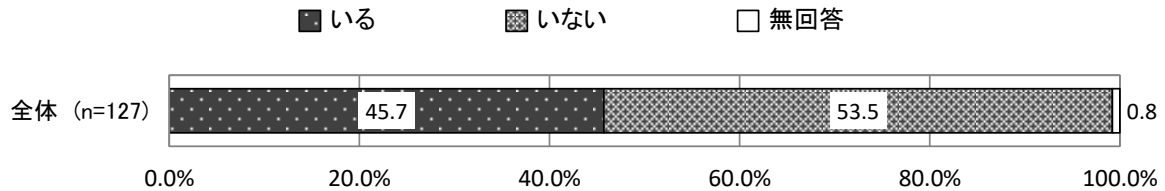
- 親以外で育児を手伝ってくれる人がいるかでは、「いる」が82.7%、「いない」が15.7%となっている。



④育児中の喫煙状況

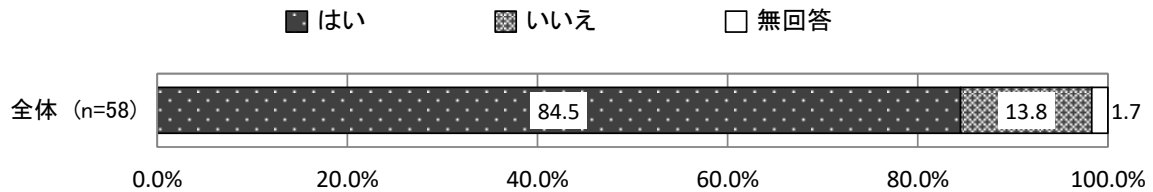
問 23 あなたの家族にたばこを吸っている人がいますか。

- 家族内での喫煙者の有無では、「いない」が53.5%、「いる」が45.7%となっている。



問 23-1 (問 23 で「1. いる」に○をつけた方におたずねします)
あなたの家庭では、分煙が実行されていますか。

- 家庭内分煙の実行の有無では、「はい」が84.5%、「いいえ」が13.8%となっている。



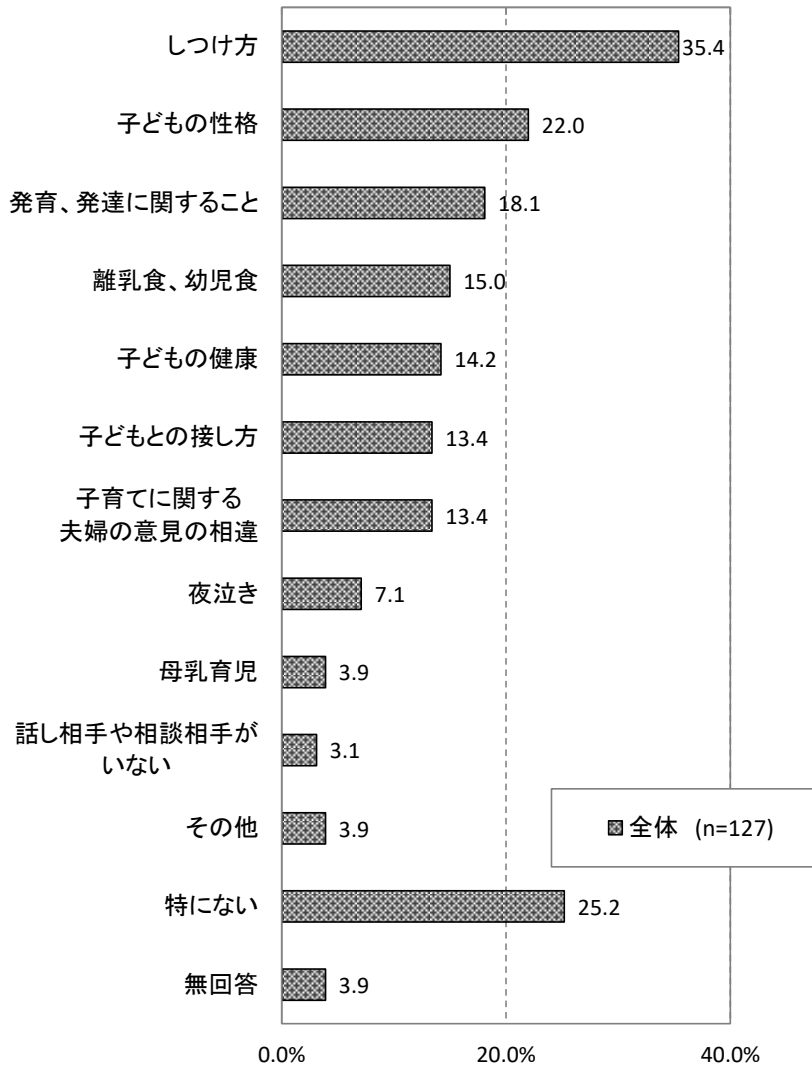
※分煙：受動喫煙の防止を目的とし、喫煙場所となる空間とそれ以外の空間に分離する方法のこと。

⑤育児の悩みや困りごと

問 24 子育てについて悩んでいること、困っていることはありますか。

【あてはまるものすべてに○】

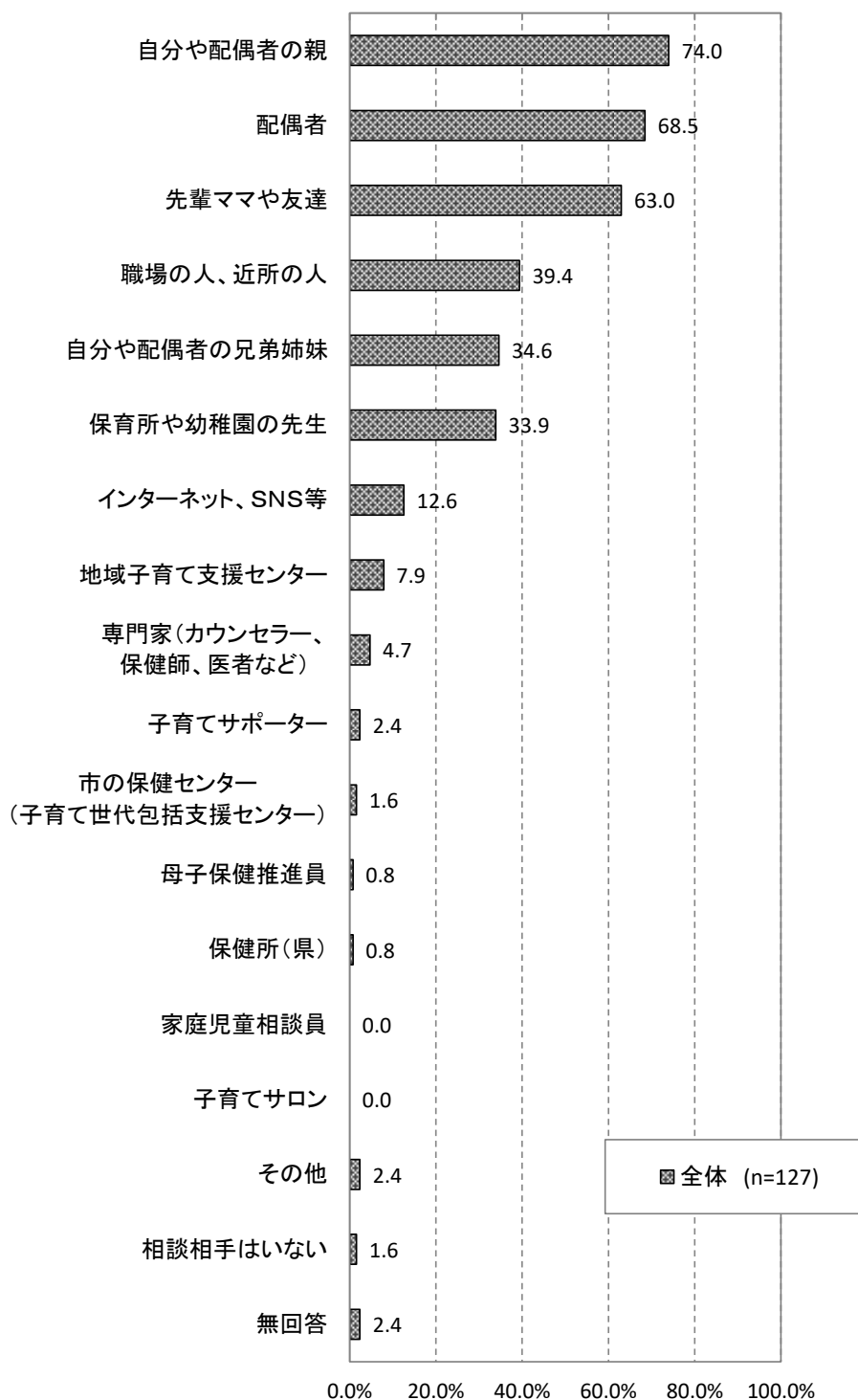
- 子育てについての悩みや困りごとでは、「しつけ方」(35.4%)が最も高く、以下「特
にない」(25.2%)、「子どもの性格」(22.0%)、「発育、発達に関すること」(18.1%)、
「離乳食、幼児食」(15.0%)となっている。



問 25 あなたにとって妊娠中や日常の子育ての相談相手は誰ですか。

【あてはまるものすべてに○】

- 妊娠中や子育ての相談相手では、「自分や配偶者の親」(74.0%) が最も高く、以下「配偶者」(68.5%)、「先輩ママや友達」(63.0%)、「職場の人、近所の人」(39.4%)、「自分や配偶者の兄弟姉妹」(34.6%) となっている。

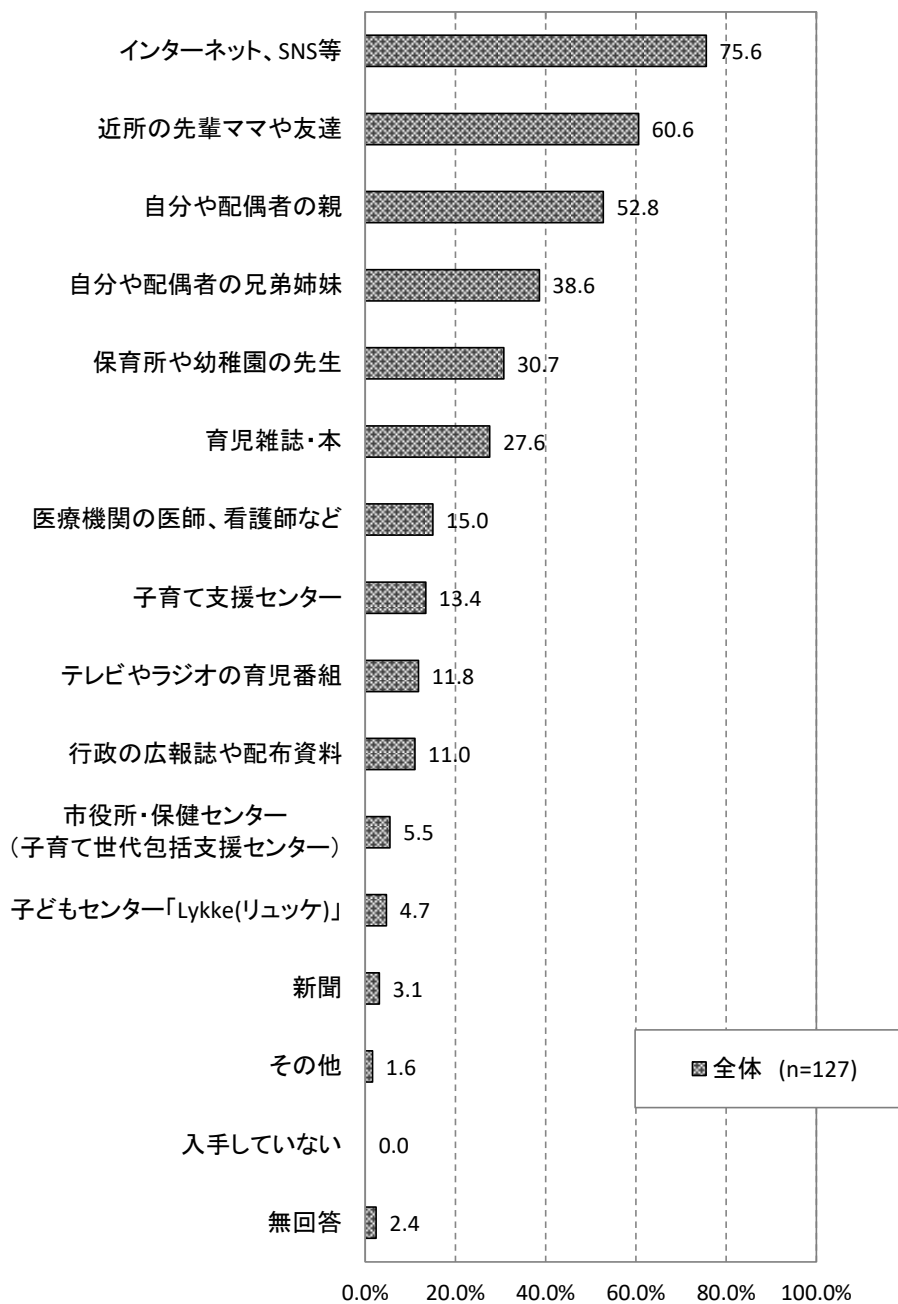


◎育児に関する情報

問 26 妊娠・出産、子育てに関する情報を主にどこから入手していますか。

【あてはまるものすべてに○】

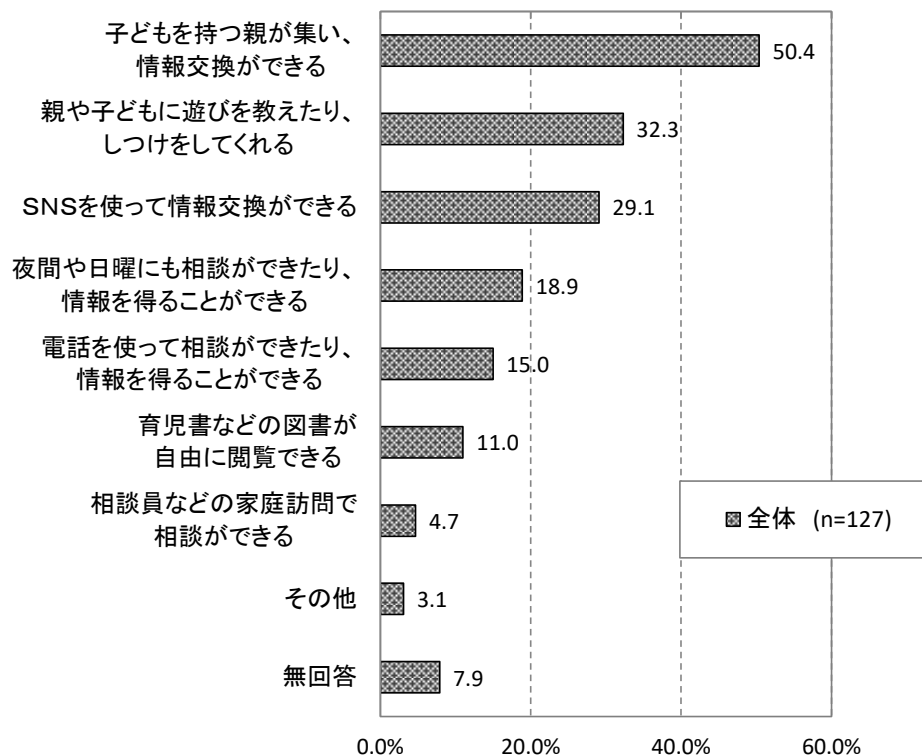
- 妊娠・出産・子育てに関する情報の入手先では、「インターネット、SNS 等」(75.6%) が最も高く、以下「近所の先輩ママや友達」(60.6%)、「自分や配偶者の親」(52.8%)、「自分や配偶者の兄弟姉妹」(38.6%)、「保育所や幼稚園の先生」(30.7%) となっている。



問 27 育児に関する情報、相談の場で期待することは何ですか。

【あてはまるものすべてに○】

- 育児に関する情報、相談の場で期待することでは、「子どもを持つ親が集い、情報交換ができる」(50.4%) が最も高く、以下「親や子どもに遊びを教えたり、しつけをしてくれる」(32.3%)、「SNSを使って情報交換ができる」(29.1%)、「夜間や日曜にも相談ができたり、情報を得ることができる」(18.9%)、「電話を使って相談ができたり、情報を得ることができる」(15.0%) となっている。

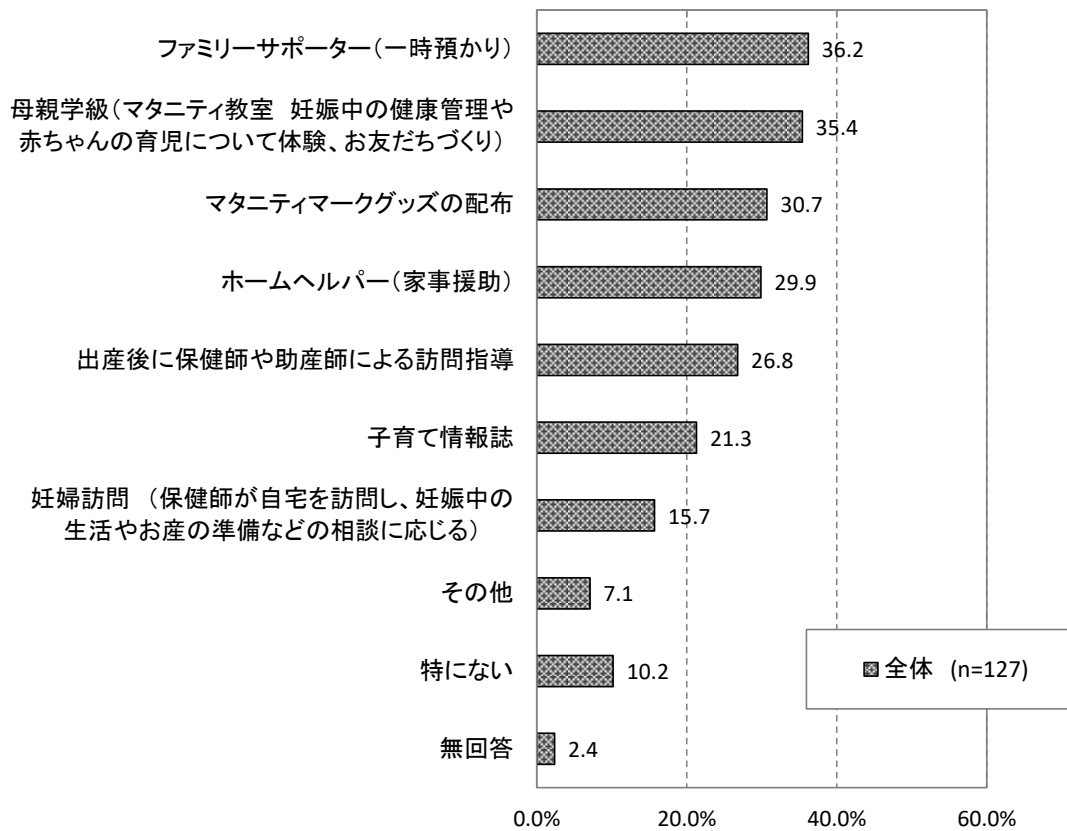


⑦市の母子保健サービスについて

問 28 嬉野市にあったら良いと思う母子保健サービスは何ですか。

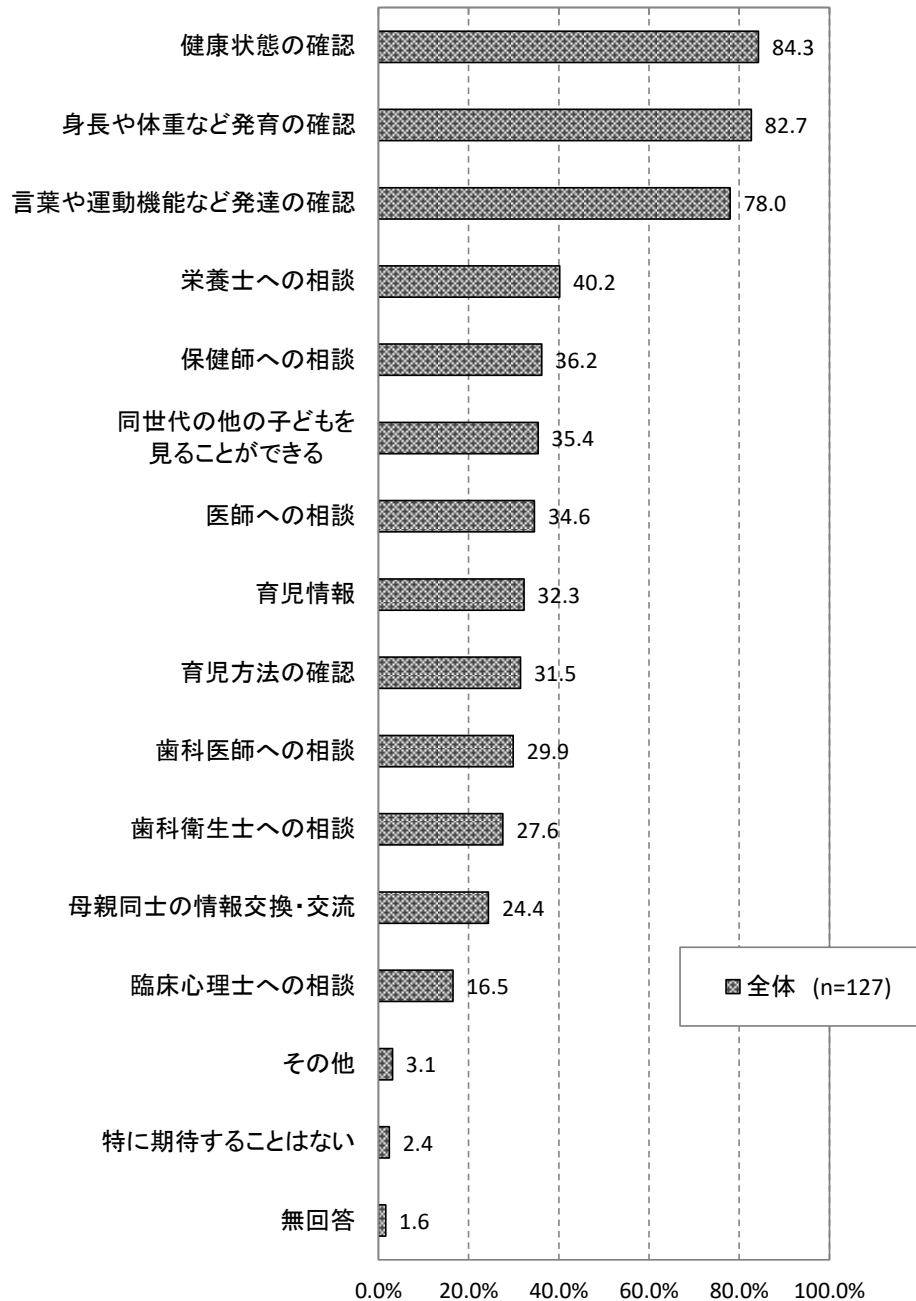
【あてはまるものすべてに○】

- 嬉野市に期待する母子保健サービスでは、「ファミリーサポーター（一時預かり）」（36.2%）が最も高く、以下「母親学級（マタニティ教室 妊娠中の健康管理や赤ちゃんの育児について体験、お友だちづくり）」（35.4%）、「マタニティマークグッズの配布」（30.7%）、「ホームヘルパー（家事援助）」（29.9%）、「出産後に保健師や助産師による訪問指導」（26.8%）となっている。



問 29 乳幼児健診に何を期待しますか。【あてはまるものすべてに○】

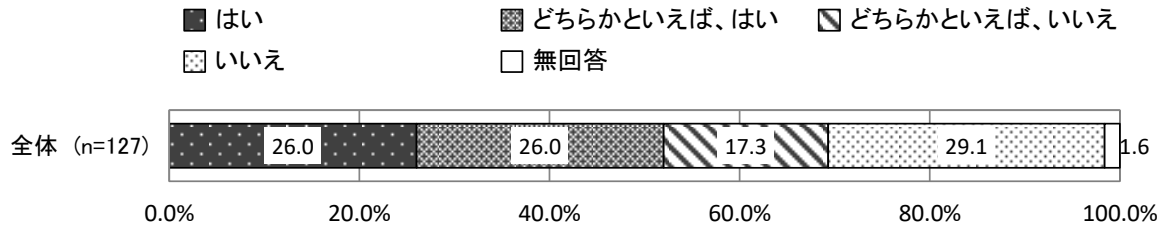
- 乳幼児健診に期待することでは、「健康状態の確認」(84.3%)が最も高く、以下「身長や体重など発育の確認」(82.7%)、「言葉や運動機能など発達の確認」(78.0%)、「栄養士への相談」(40.2%)、「保健師への相談」(36.2%)となっている。



⑧今後の出産意向

問 30 今後、子どもを産みたいと思いますか。

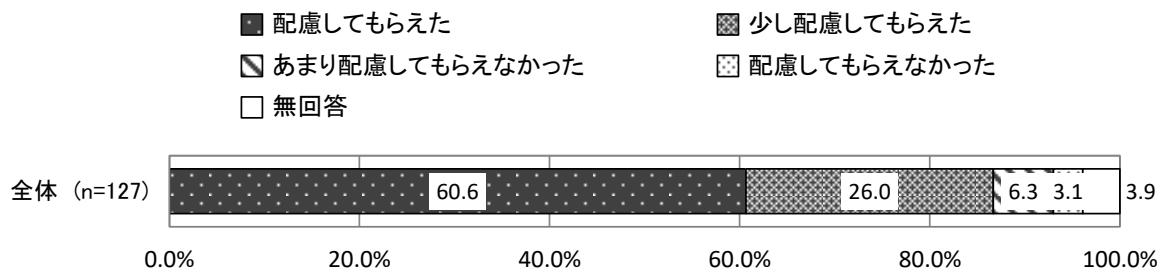
- 今後の出産への意向では、「いいえ」が29.1%を占め、「はい」は26.0%、「どちらかといえば、はい」は26.0%、「どちらかといえば、いいえ」は17.3%となっている。



⑨就労先の配慮

問 31 妊娠・出産時、育児に関して仕事上配慮してもらえたと思いますか。

- 妊娠・出産時、育児に関して仕事上配慮してもらえたかでは、「配慮してもらえた」(60.6%)が最も高く、以下「少し配慮してもらえた」(26.0%)、「あまり配慮してもらえなかった」(6.3%)、「配慮してもらえなかった」(3.1%)となっている。

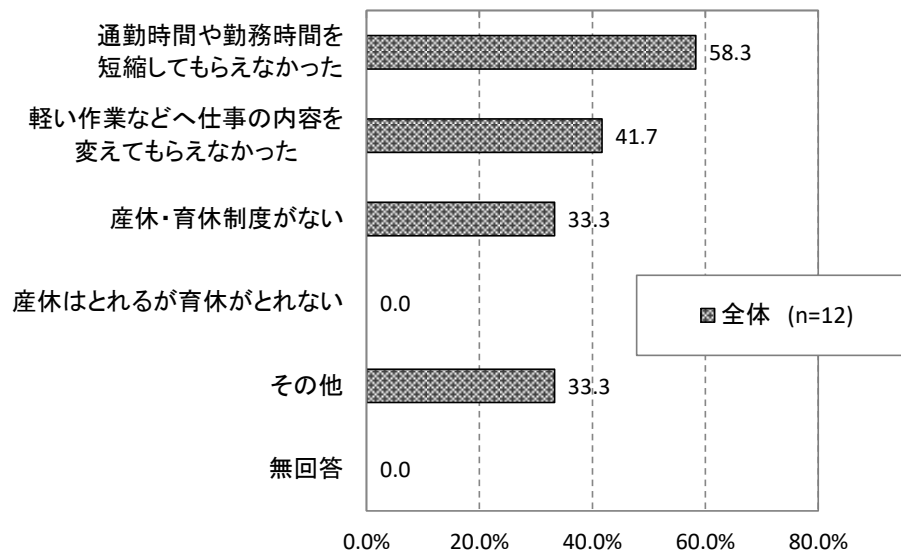


問31-1 (問31で「3. あまり配慮してもらえなかった」「4. 配慮してもらえなかった」に○をつけた方におたずねします)

どのようなことで配慮してもらえませんでしたか。

【あてはまるものすべてに○】

- 仕事上で配慮してもらえなかったことでは、「通勤時間や勤務時間を短縮してもらえなかった」(58.3%) が最も高く、以下「軽い作業などへ仕事の内容を変えてもらえなかった」(41.7%)、「産休・育休制度がない」(33.3%)、「その他」(33.3%) となっている。

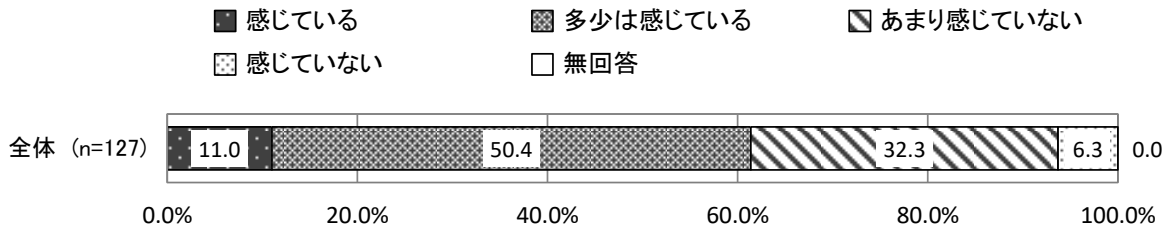


(4) 食生活について

①食品の安全性について

問 32 あなたは、食品の安全性に不安を感じていますか。

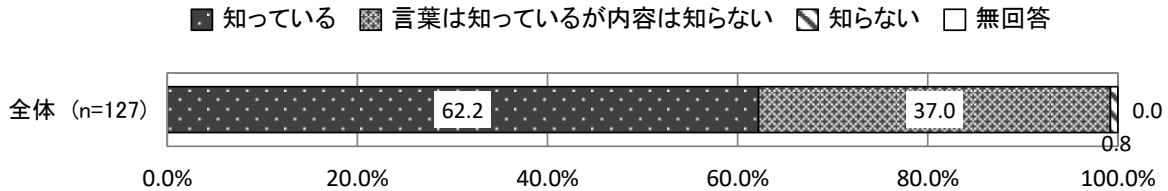
- 食品の安全性に不安を感じているかでは、「多少は感じている」(50.4%) が最も高く、以下「あまり感じていない」(32.3%)、「感じている」(11.0%)、「感じていない」(6.3%) となっている。



②「食育」について

問 33 あなたは、「食育」について知っていますか。

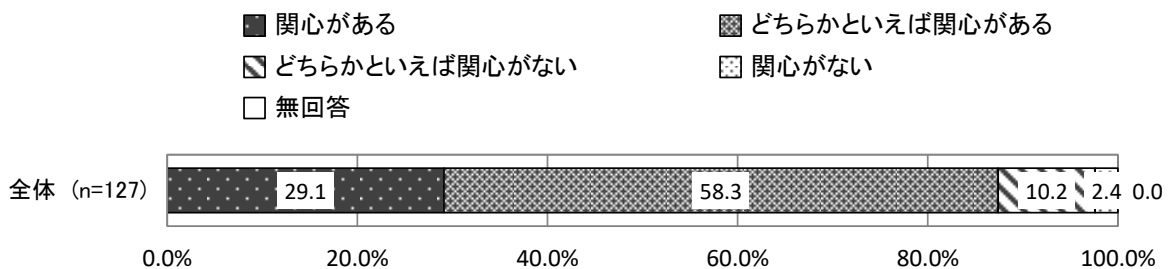
- 「食育」の認知状況では、「知っている」(62.2%) が最も高く、以下「言葉は知っているが内容は知らない」(37.0%)、「知らない」(0.8%) となっている。



※食育：心身の健康増進と豊かな人間形成のために、食に関する知識や食を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践する人を育てること。

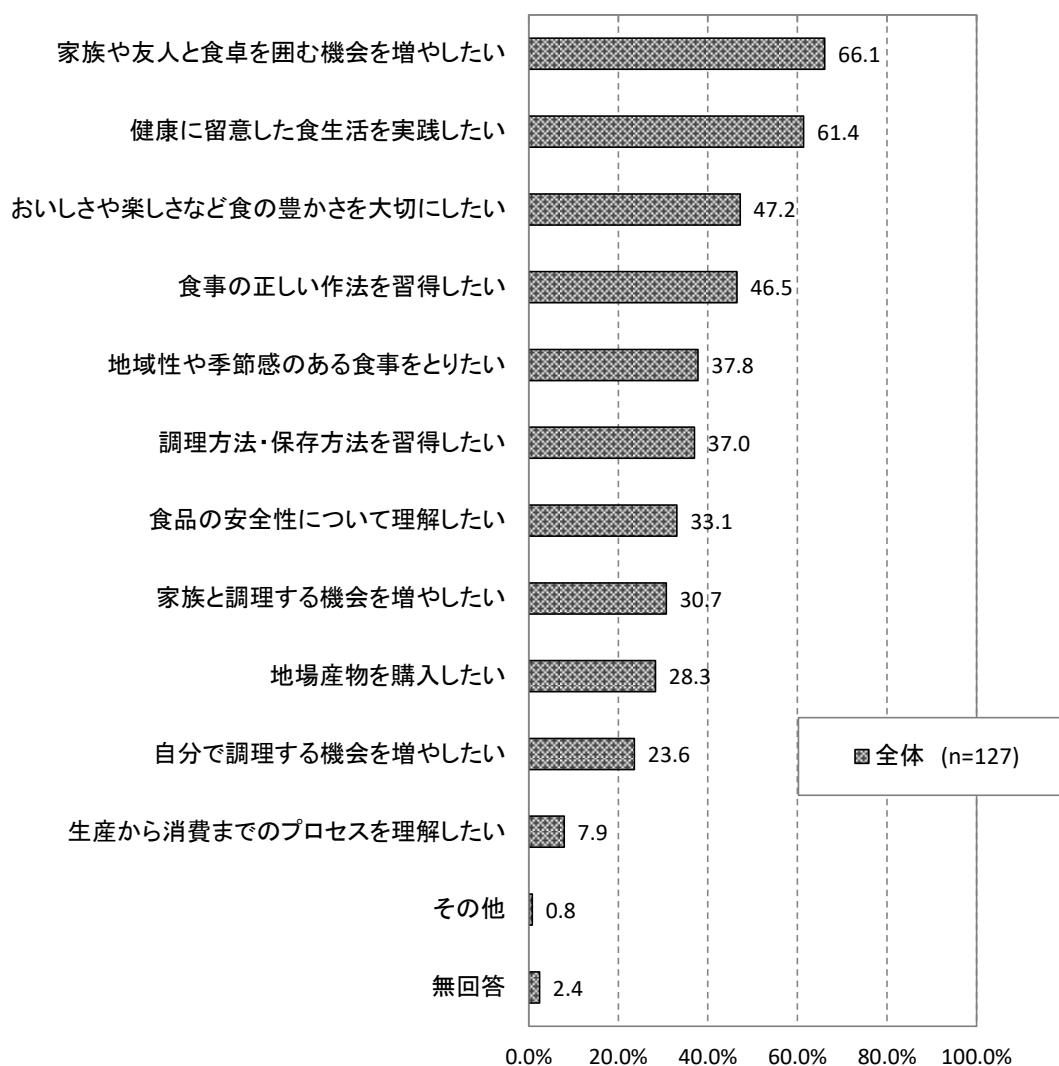
問 34 あなたは、「食育」に関心がありますか。

- 「食育」への関心度では、「どちらかといえば関心がある」(58.3%) が最も高く、以下「関心がある」(29.1%)、「どちらかといえば関心がない」(10.2%)、「関心がない」(2.4%) となっている。



問 35 あなたはどのようなことを食育として実践したいと思いますか。

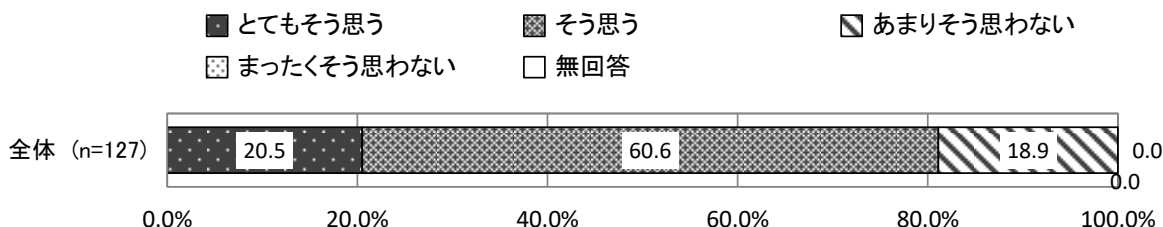
- 食育として実践したいことでは、「家族や友人と食卓を囲む機会を増やしたい」(66.1%)が最も高く、以下「健康に留意した食生活を実践したい」(61.4%)、「おいしさや楽しさなど食の豊かさを大切にしたい」(47.2%)、「食事の正しい作法を習得したい」(46.5%)、「地域性や季節感のある食事をとりたい」(37.8%)となっている。



③食文化の継承

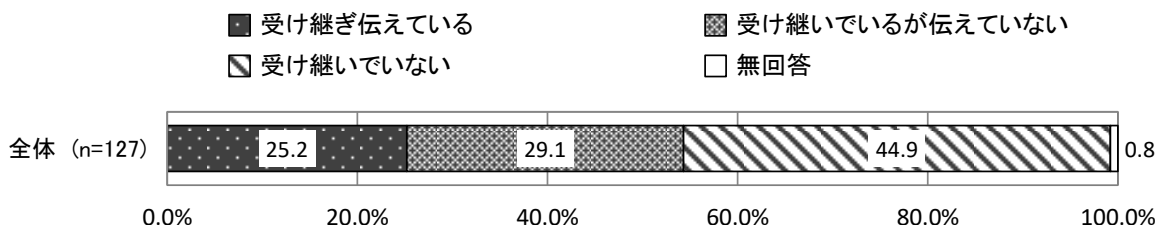
問 36 あなたは、地域や家庭で受け継がれてきた食文化を受け継ぐことは大切だと思いますか。

- 食文化を受け継ぐことは大切と思うかでは、「そう思う」(60.6%)が最も高く、以下「とてもそう思う」(20.5%)、「あまりそう思わない」(18.9%)となっている。



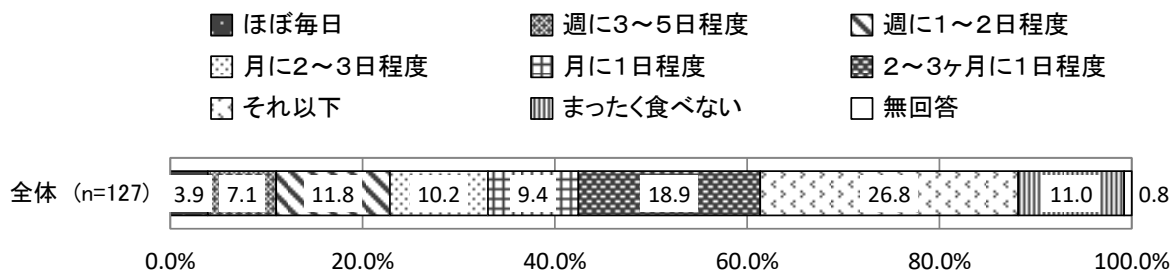
問 37 あなたは、地域や家庭で受け継がれてきた食文化を受け継ぎ、地域や次世代(子どもや孫を含む)に伝えていますか。

- 食文化を受け継ぎ地域や次世代に伝えているかでは、「受け継いでいない」(44.9%)が最も高く、以下「受け継いでいるが伝えていない」(29.1%)、「受け継ぎ伝えている」(25.2%)となっている。



問 38 あなたは、郷土料理や伝統料理をどのくらいの頻度で食べていますか。

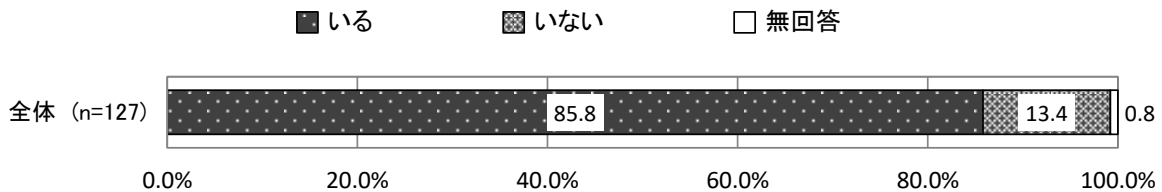
- 郷土料理や伝統料理の摂取頻度では、「それ以下」(26.8%)が最も高く、以下「2~3ヶ月に1日程度」(18.9%)、「週に1~2日程度」(11.8%)、「月に2~3日程度」(10.2%)となっている。



④農業・畜産体験

問 39 これまで、あなた又はあなたの家族の中で、田植え（種まき）、稲刈り、野菜の収穫、家畜の世話などを体験したことがある人はいますか。

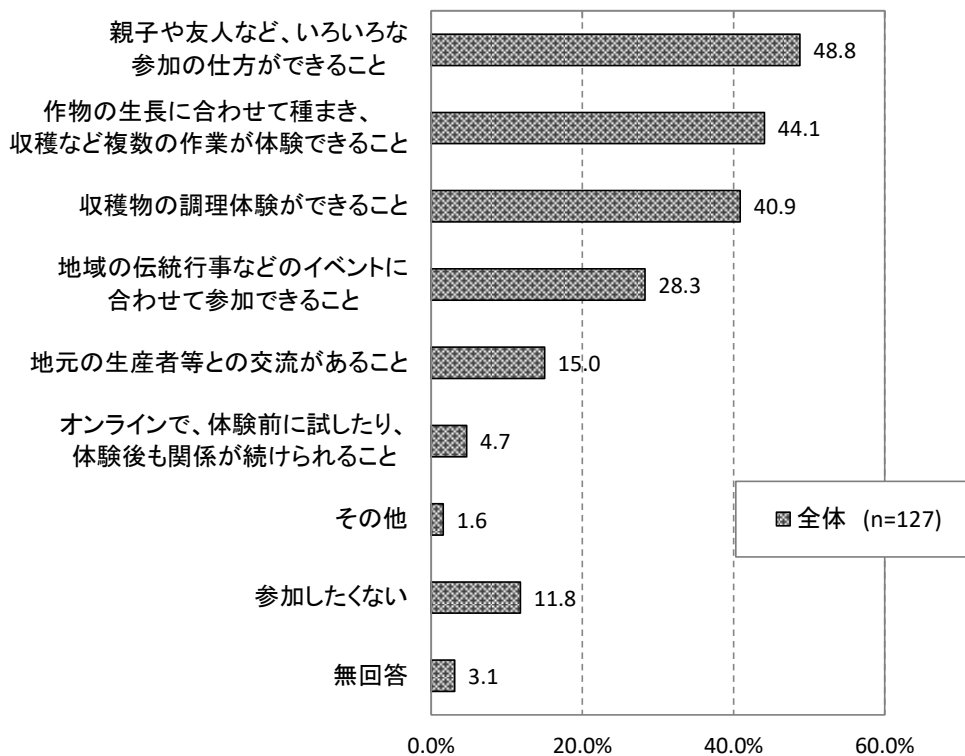
- 自身または家族の農業・畜産体験の参加経験の有無では、「いる」（85.8%）が最も高く、以下「いない」（13.4%）となっている。



問 40 農林漁業体験にどんな工夫があれば参加したいと思いますか。

【あてはまるものすべてに○】

- 農林漁業体験にどんな工夫があれば参加したいかでは、「親子や友人など、いろいろな参加の仕方ができること」（48.8%）が最も高く、以下「作物の生長に合わせて種まき、収穫など複数の作業が体験できること」（44.1%）、「収穫物の調理体験ができること」（40.9%）、「地域の伝統行事などのイベントに合わせて参加できること」（28.3%）、「地元の生産者等との交流があること」（15.0%）となっている。

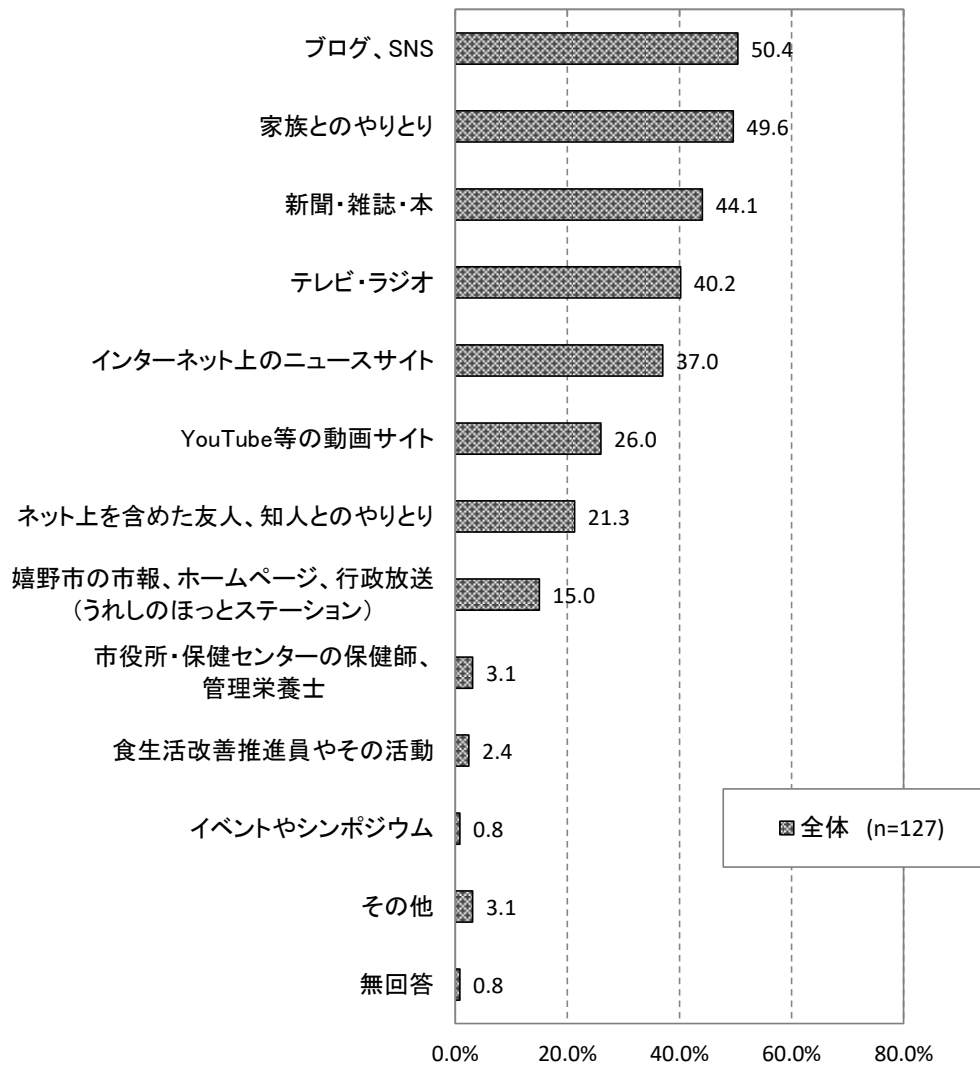


⑤食に関する情報

問 41 あなたは、食に関する情報をどこからよく入手しますか。

【あてはまるものすべてに○】

- 食に関する情報の入手先では、「ブログ、SNS」(50.4%)が最も高く、以下「家族とのやりとり」(49.6%)、「新聞・雑誌・本」(44.1%)、「テレビ・ラジオ」(40.2%)、「インターネット上のニュースサイト」(37.0%)となっている。

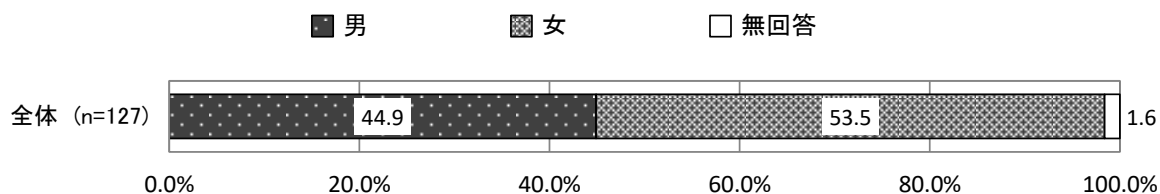


(5) 子どもについて

①子の性別・年齢

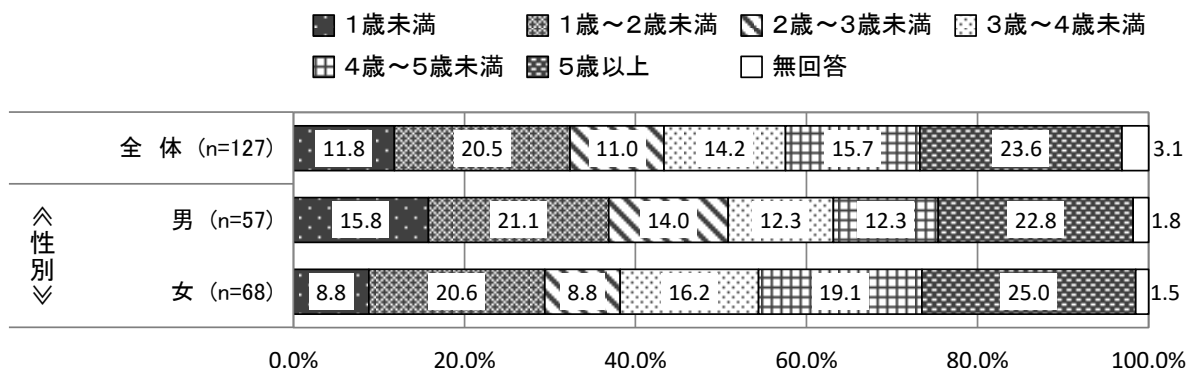
問 42 お子さんの性別に○を付けてください。

- 子どもの性別では、「女」(53.5%) が最も高く、以下「男」(44.9%) となっている。



問 42-1 お子さんの年齢をご記入ください。(令和4年7月1日現在)

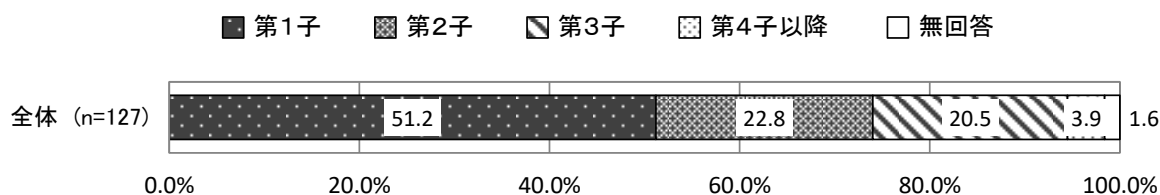
- 子どもの年齢では、「5歳以上」が 23.6%を占め、次いで「1歳～2歳未満」が 20.5%、「4歳～5歳未満」が 15.7%、「3歳～4歳未満」が 14.2%、「1歳未満」が 11.8%、「2歳～3歳未満」が 11.0%となっている。



②子の兄弟姉妹関係

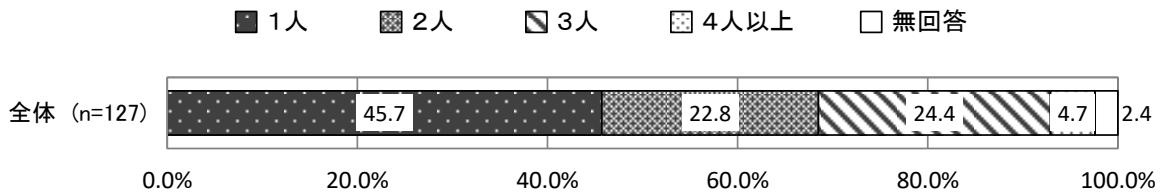
問 43 お子さんは何番目のお子さんですか。

- 子どもは何番目の子どもかでは、「第1子」(51.2%) が最も高く、以下「第2子」(22.8%)、「第3子」(20.5%)、「第4子以降」(3.9%) となっている。



問 44 お子さんは何人兄弟ですか。

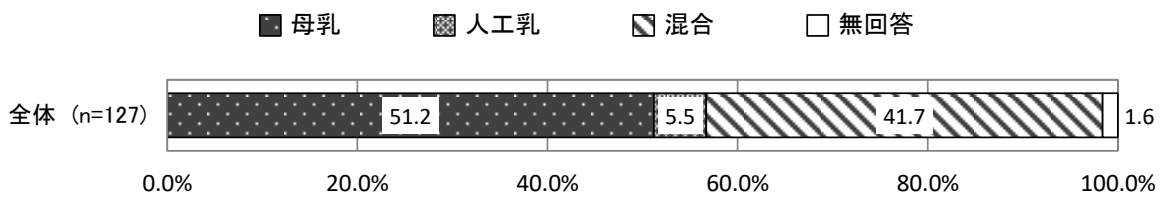
- 子どもは何人兄弟かでは、「1人」(45.7%)が最も高く、以下「3人」(24.4%)、「2人」(22.8%)、「4人以上」(4.7%)となっている。



③子の健康・成長について

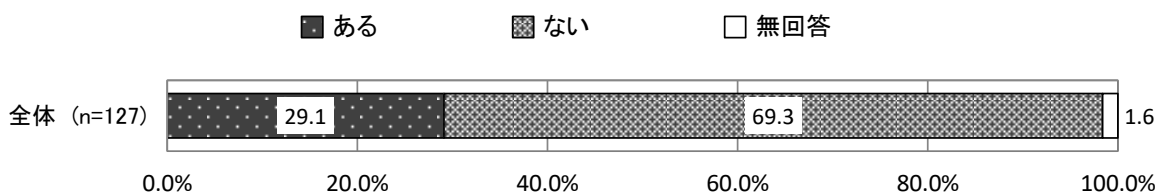
問 45 お子さんが生後1か月時の栄養法はどうでしたか。

- 生後1か月のときの栄養法では、「母乳」(51.2%)が最も高く、以下「混合」(41.7%)、「人工乳」(5.5%)となっている。



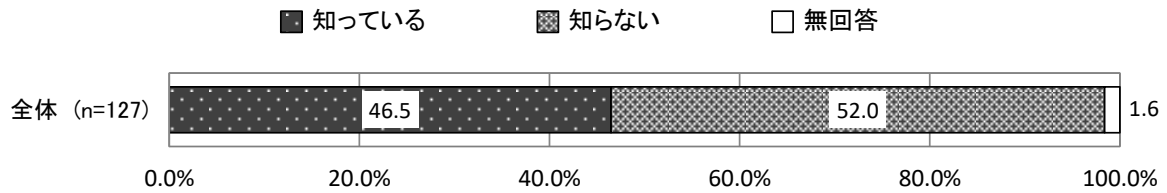
問 46 お子さんの健康や成長、発達のことでの心配なことがありますか。

- 健康や成長、発達のことでの心配事の有無では、「ない」が69.3%、「ある」が29.1%となっている。



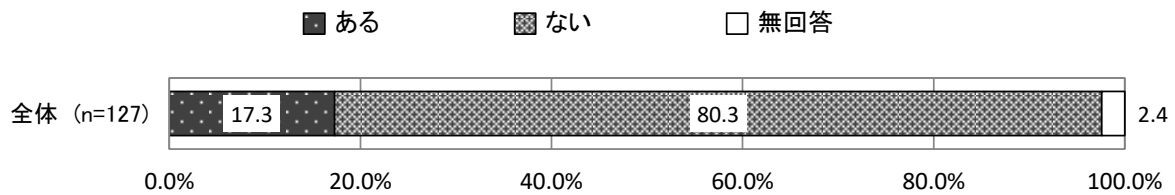
問 47 お子さんの成長や発達に関する専門の相談機関を知っていますか。

- 子どもの成長や発達に関する専門の相談機関のでは、「知らない」が 52.0%、「知っている」が 46.5%となっている。



問 48 お子さんの成長や発達に関することを専門の相談機関へ相談したことがありますか。

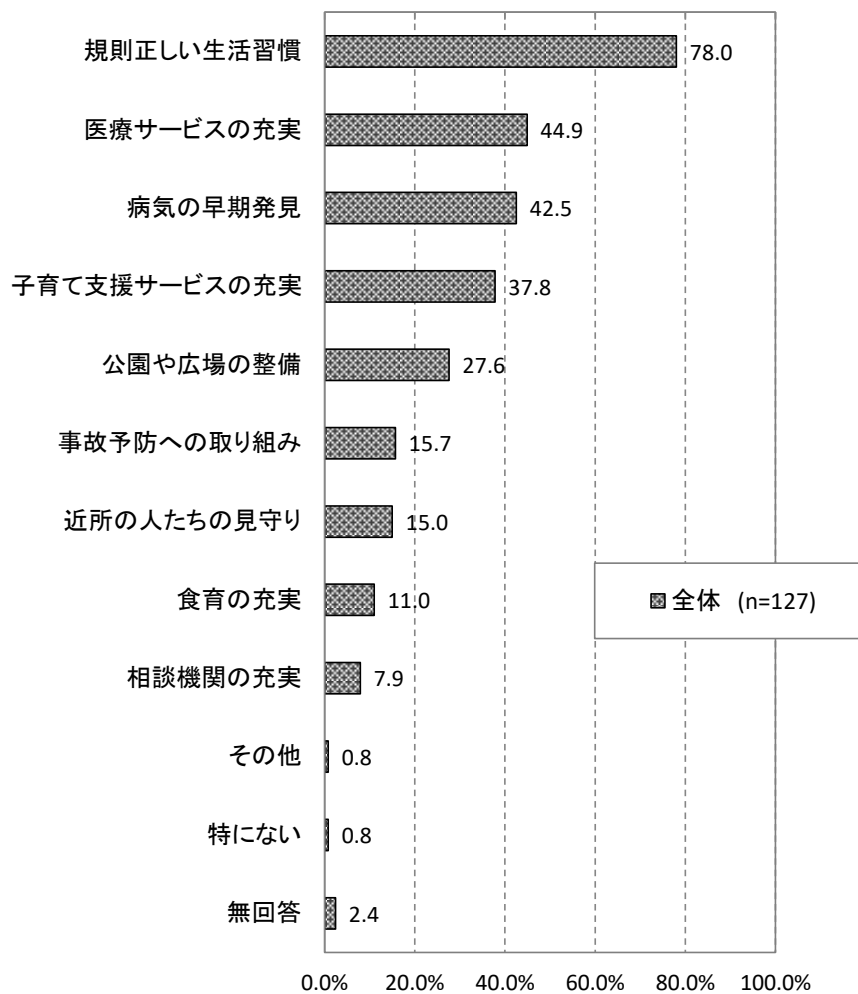
- 子どもの成長や発達に関することを専門の相談では、「ない」が 80.3%、「ある」が 17.3%となっている。



問 49 子どもたちが健やかに育っていくためには、どのようなことが重要だと思いますか。

【優先度が高いもの3つまで○】

- 子ども達が健やかに育つために必要と思うことでは、「規則正しい生活習慣」(78.0%)が最も高く、以下「医療サービスの充実」(44.9%)、「病気の早期発見」(42.5%)、「子育て支援サービスの充実」(37.8%)、「公園や広場の整備」(27.6%)となっている。



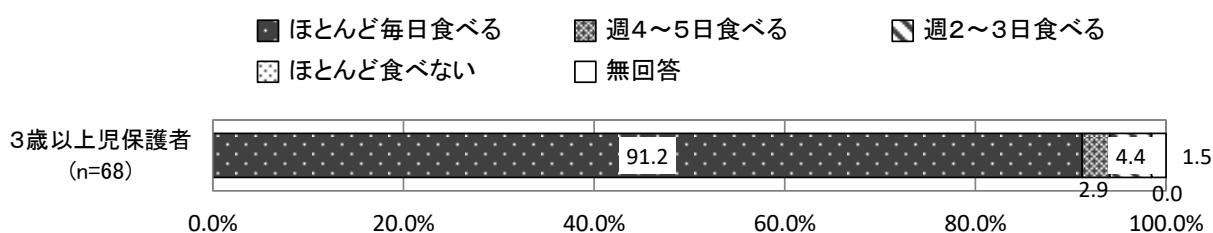
(6) 幼児の生活習慣等について

●ここからは、3歳以上のお子さんの保護者の方におうかがいします。

①3歳以上児の食事

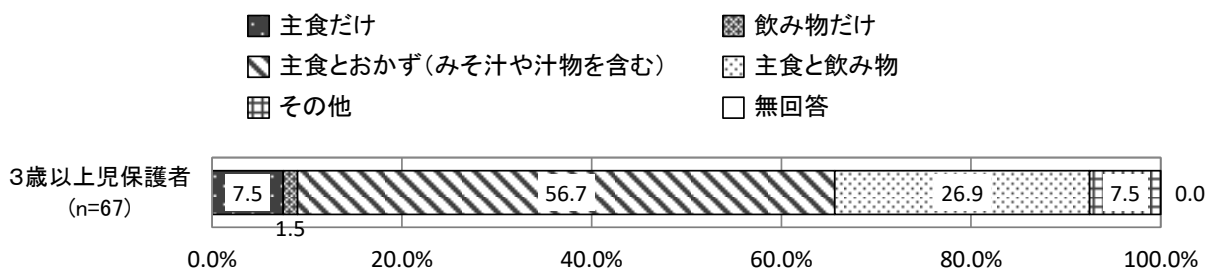
問 50 お子さんは、ふだん朝食を食べていますか。

○ 子どもの普段の朝食の摂取状況では、「ほとんど毎日食べる」(91.2%)が最も高く、以下「週2～3日食べる」(4.4%)、「週4～5日食べる」(2.9%)となっている。



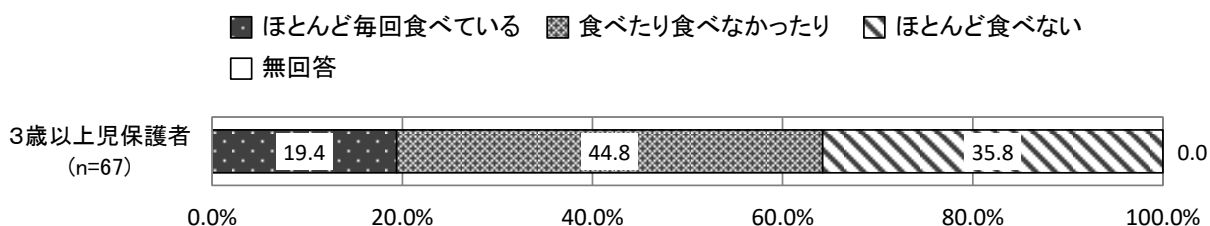
問 50-1-① (問 50 で「1. ほとんど毎日食べる」「2. 週4～5日食べる」「3. 週2～3日食べる」に○をつけた方におたずねします)
朝食は何を食べていますか。

○ 朝食の内容では、「主食とおかず(みそ汁や汁物を含む)」(56.7%)が最も高く、以下「主食と飲み物」(26.9%)、「主食だけ」「その他」(7.5%(同率))、「飲み物だけ」(1.5%)となっている。



問 50-1-② みそ汁を食べていますか。

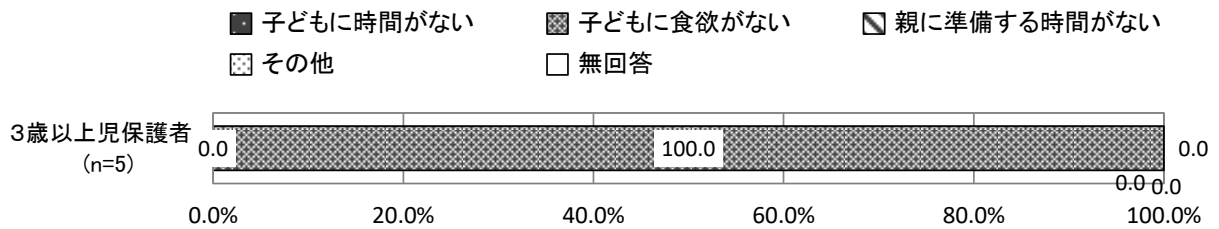
○ みそ汁の摂取状況では、「食べたり食べなかったり」(44.8%)が最も高く、以下「ほとんど食べない」(35.8%)、「ほとんど毎回食べている」(19.4%)となっている。



問 50-2 (問 50 で「2. 週 4～5 日 食べる」「3. 週 2～3 日 食べる」「4. ほとんど 食べない」に○をつけた方におたずねします)

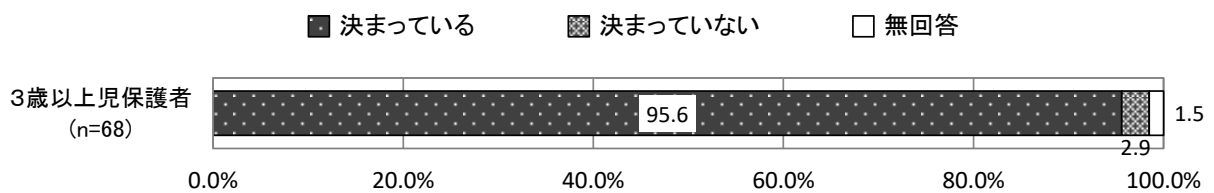
朝食を食べない最も大きな理由と思う番号を1つ選んでください。

- 朝食を食べない最も大きな理由では、「子どもに食欲がない」が 100.0%となっている。



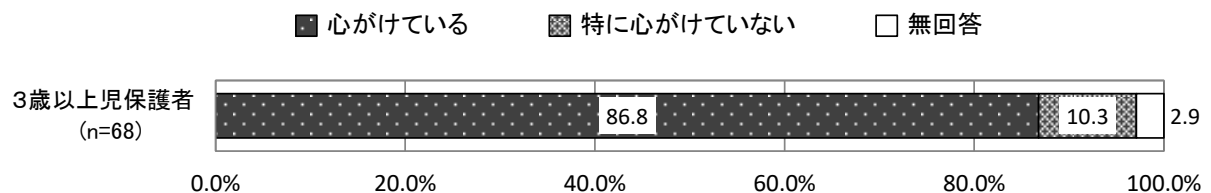
問 51 お子さんの食事時間はだいたい決まっていますか。

- 子どもの食事時間は決まっているかでは、「決まっている」が 95.6%を占め、「決まっていない」は 2.9%となっている。



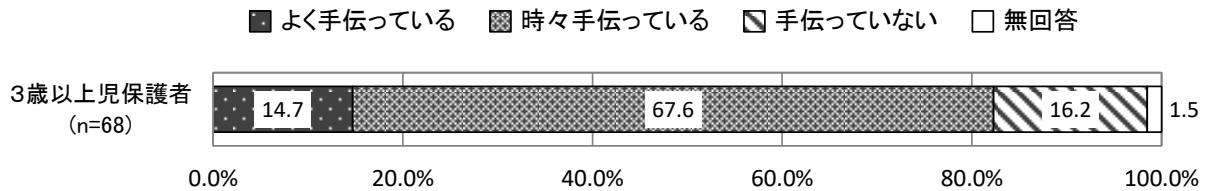
問 52 あなたはお子さんに毎日、ごはんなどの主食、肉魚卵等の主なおかず、野菜類等の副菜をバランスよく食べさせるよう心がけていますか。

- 子どもに毎日バランスよく食べさせるよう心がけているかでは、「心がけている」が 86.8%、「特に心がけていない」は 10.3%となっている。



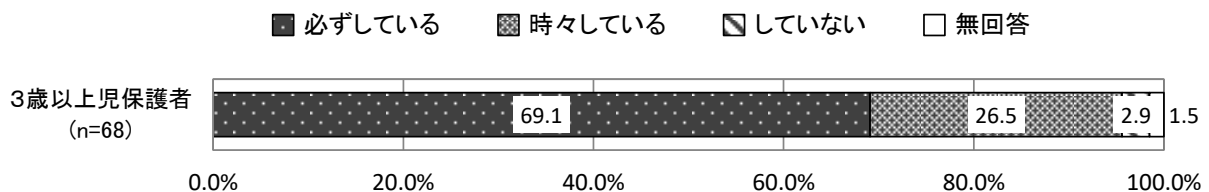
問 53 お子さんは、家で料理や食後のかたづけなどを手伝いますか。

- 子どもは家で料理や食後の片付けを手伝っているかでは、「時々手伝っている」(67.6%) が最も高く、以下「手伝っていない」(16.2%)、「よく手伝っている」(14.7%) となっている。



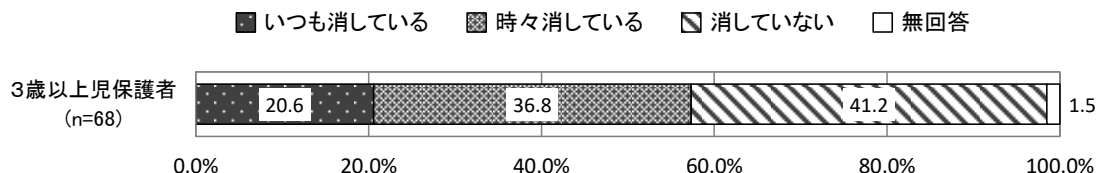
問 54 お子さんは、食事の際に「いただきます」や「ごちそうさまでした」のあいさつをしていますか。

- 子どもは食事のあいさつをしているかでは、「必ずしている」(69.1%) が最も高く、以下「時々している」(26.5%)、「していない」(2.9%) となっている。



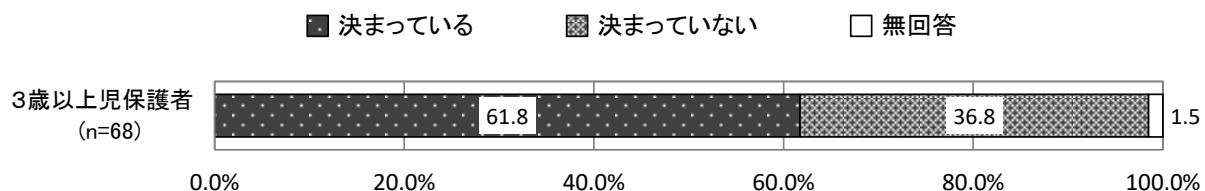
問 55 あなたの家庭では、テレビを消して食事をしていますか。

- 食事の際はテレビを消しているかでは、「消していない」(41.2%) が最も高く、以下「時々消している」(36.8%)、「いつも消している」(20.6%) となっている。



問 56 お子さんのおやつ（間食）の時間は、だいたい決まっていますか。

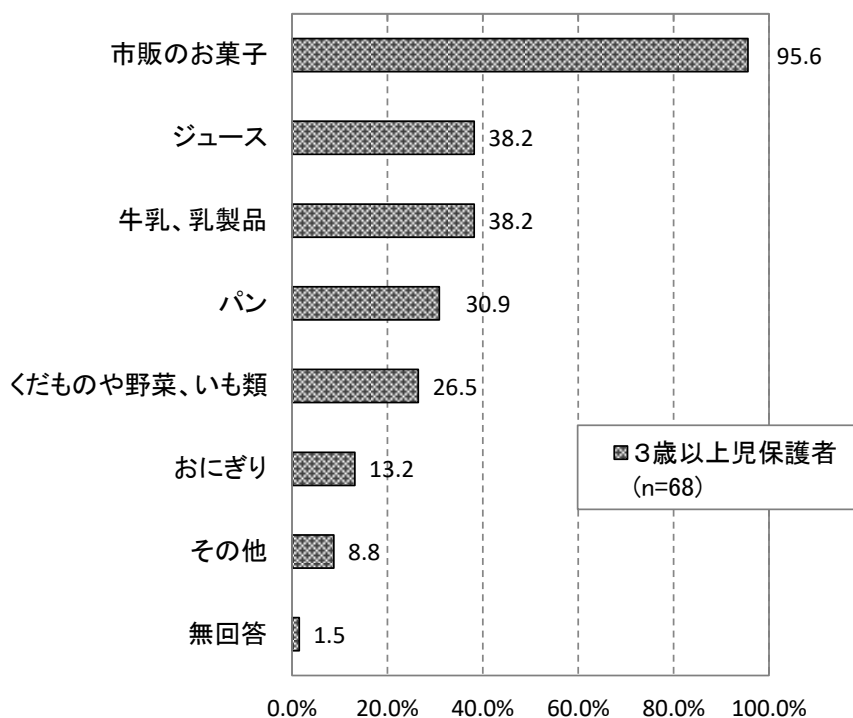
- 子どものおやつ（間食）の時間は決まっているかでは、「決まっている」が 61.8%、「決ま
っていない」が 36.8%となっている。



問 57 お子さんはどのようなおやつ（間食）を食べていますか。

【あてはまるものすべてに○】

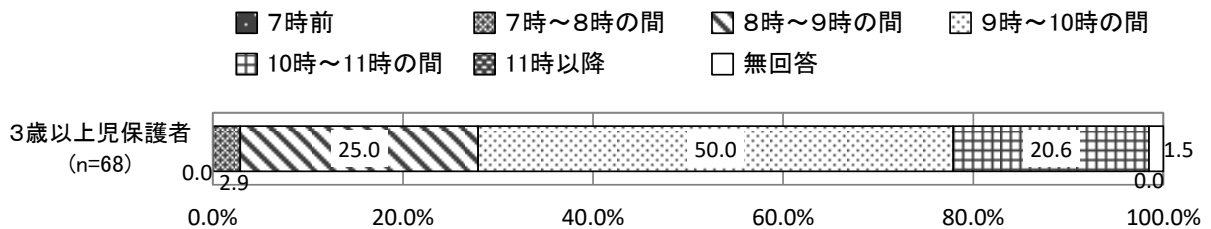
- 子どものおやつ（間食）の内容では、「市販のお菓子」（95.6%）が最も高く、以下「ジュ
ース」「牛乳、乳製品」（38.2%（同率））、「パン」（30.9%）、「くだものや野菜、い
も類」（26.5%）、「おにぎり」（13.2%）となっている。



②3歳以上児の就寝・起床時間

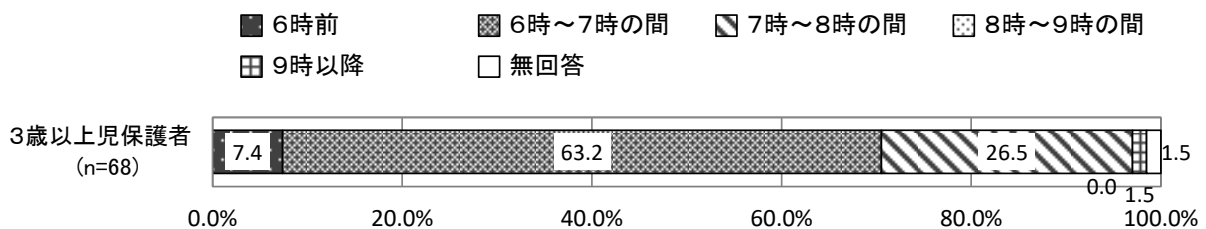
問 58 お子さんは、夜は何時ごろに寝ますか。

- 子どもの就寝時間では、「9時～10時の間」(50.0%) が最も高く、以下「8時～9時の間」(25.0%)、「10時～11時の間」(20.6%)、「7時～8時の間」(2.9%) となっている。



問 59 お子さんは、平日の朝は何時ごろに起きますか。

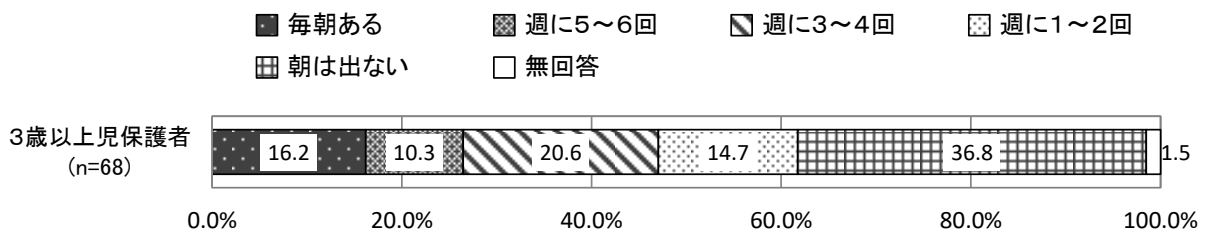
- 子どもの平日の起床時間では、「6時～7時の間」(63.2%) が最も高く、以下「7時～8時の間」(26.5%)、「6時前」(7.4%)、「9時以降」(1.5%) となっている。



③3歳以上児の排便習慣

問 60 お子さんは朝、排便する習慣がありますか。

- 子どもの朝の排便習慣では、「朝は出ない」(36.8%) が最も高く、以下「週に3～4回」(20.6%)、「毎朝ある」(16.2%)、「週に1～2回」(14.7%)、「週に5～6回」(10.3%) となっている。

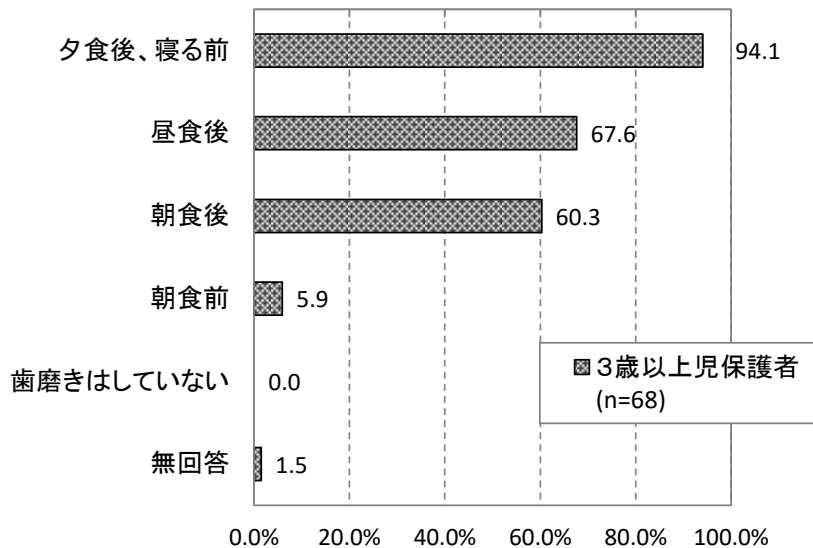


④3歳以上児の歯磨き習慣

問 61 お子さんは、1日のうちいつ歯みがきをしていますか。

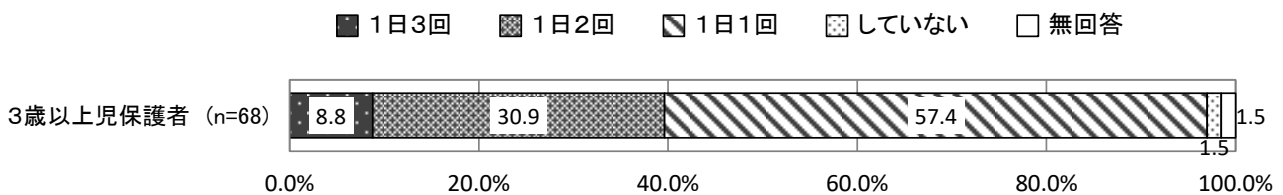
【あてはまるものすべてに○】

- 子どもの歯みがきの状況では、「夕食後、寝る前」(94.1%) が最も高く、以下「昼食後」(67.6%)、「朝食後」(60.3%)、「朝食前」(5.9%) となっている。



問 62 お子さんの歯の仕上げみがきをしていますか。

- 子どもの歯の仕上げみがきをしているかでは、「1日1回」(57.4%) が最も高く、以下「1日2回」(30.9%)、「1日3回」(8.8%)、「していない」(1.5%) となっている。

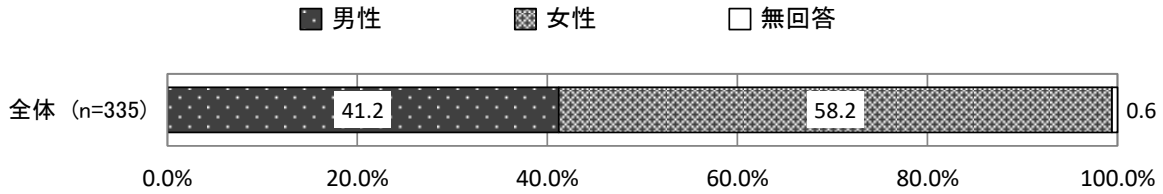


2. 18歳以上市民対象調査の結果

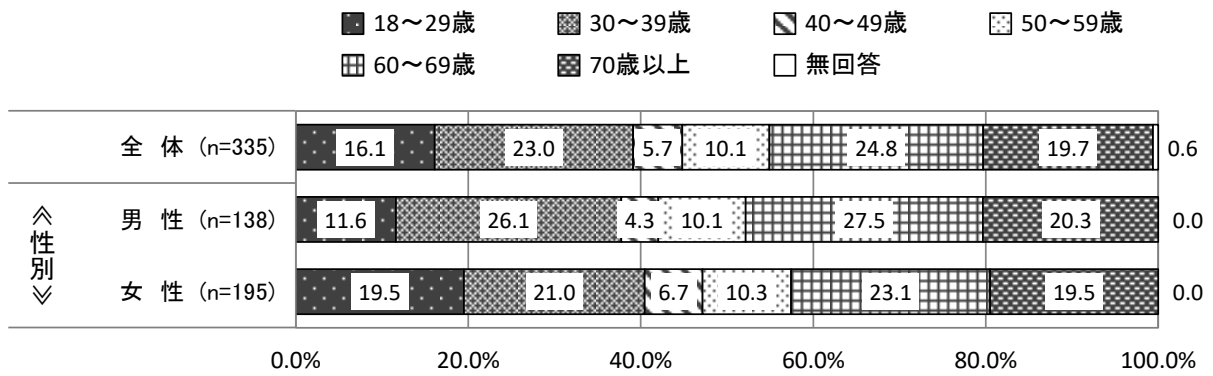
(1) 基本属性

①性別・年齢

問1 あなたの性別はどちらですか。



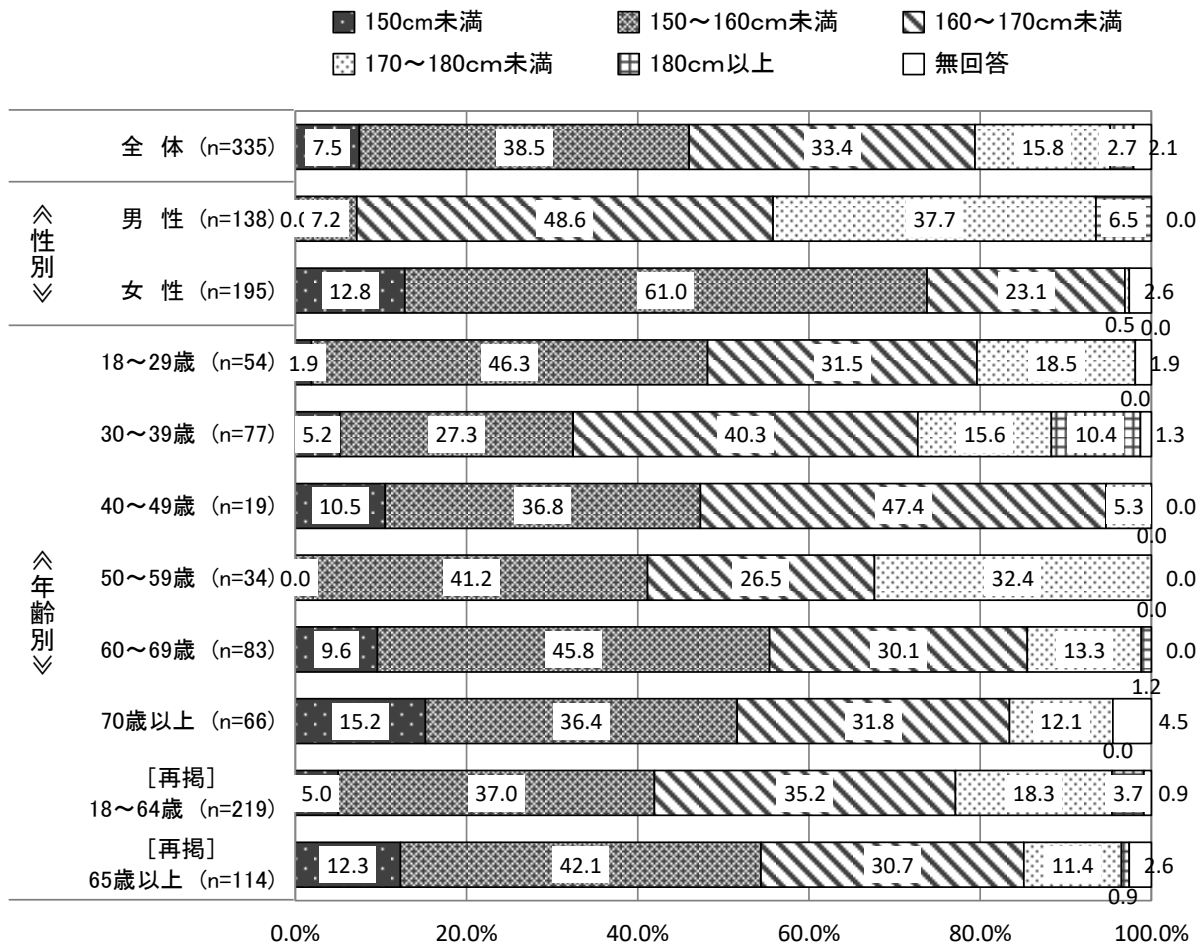
問2 あなたの年齢をお答えください。(令和4年7月1日現在)



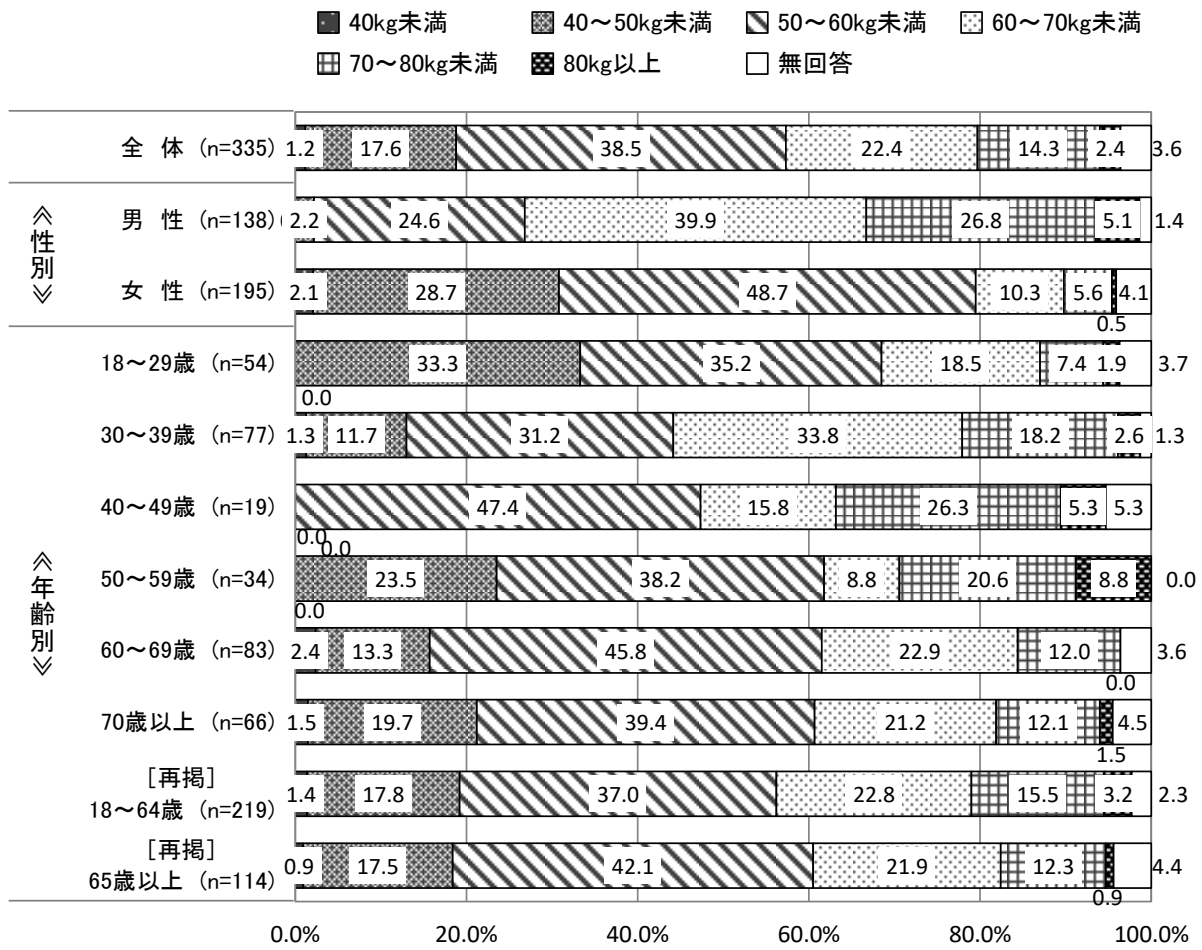
②身長・体重

問3 あなたの身長、体重をお答えください。(小数点以下は四捨五入してください)

【身長】



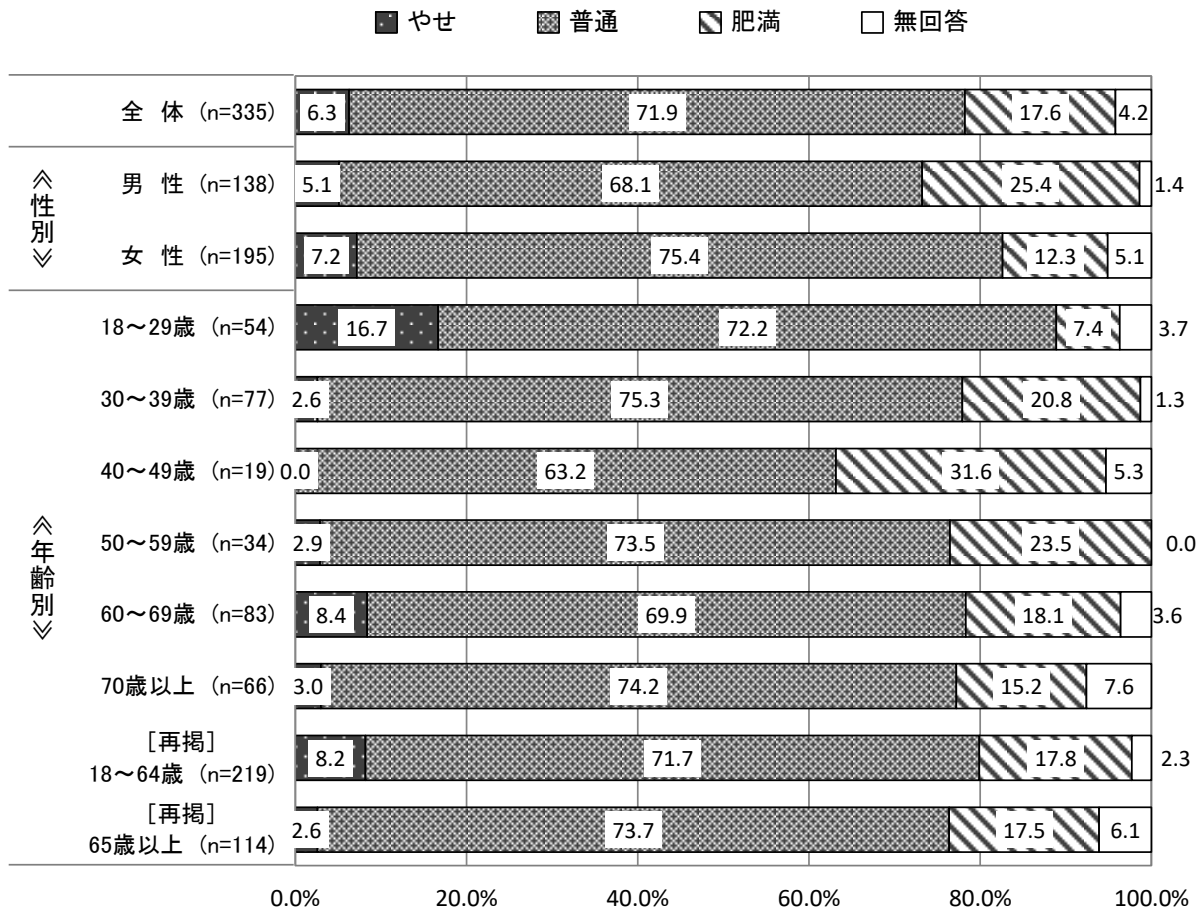
【体重】



③BMI の状況

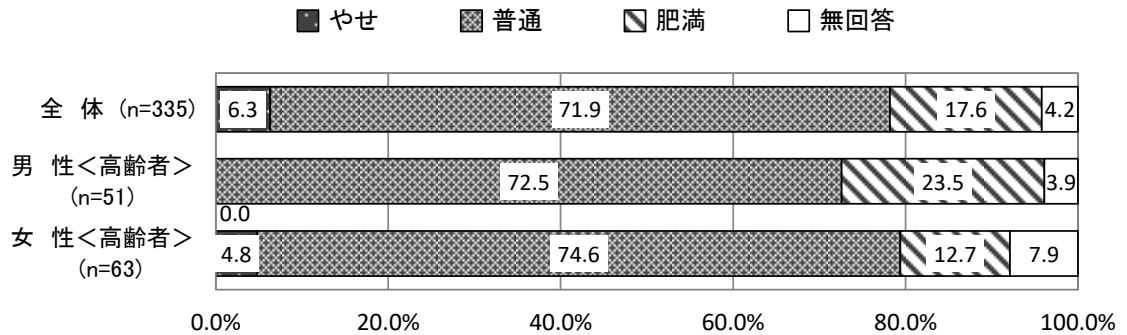
(1) BMI の算出

【BMI】



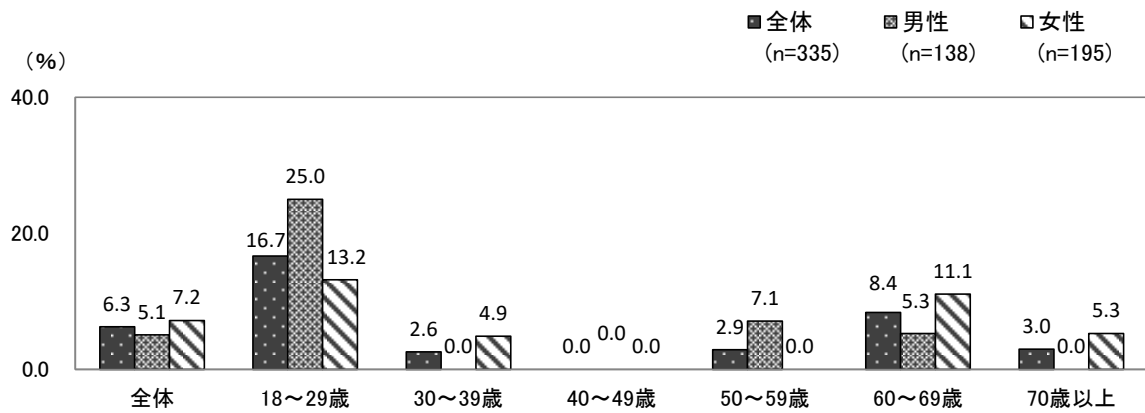
(2) 65歳以上の高齢者のBMIの状況

【65歳以上の高齢者のBMIの状況】



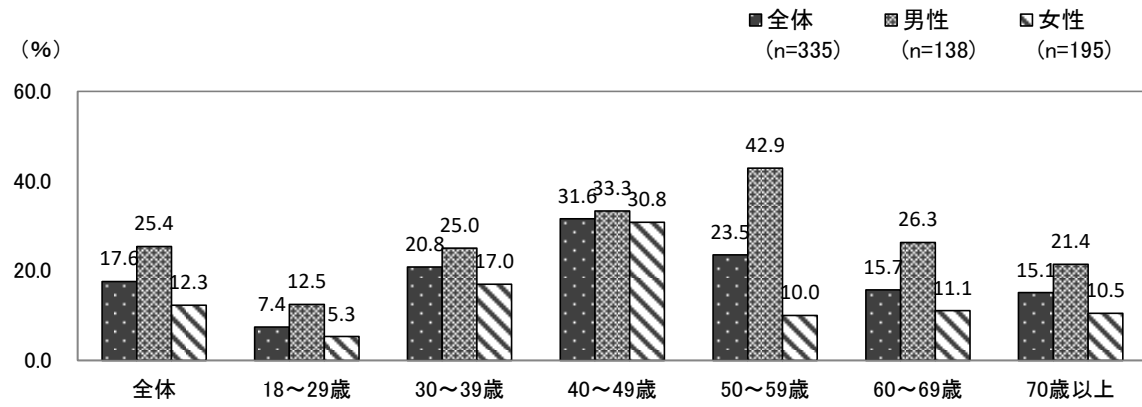
(3) やせ (BMI …18.5 未満) の割合

【やせの割】

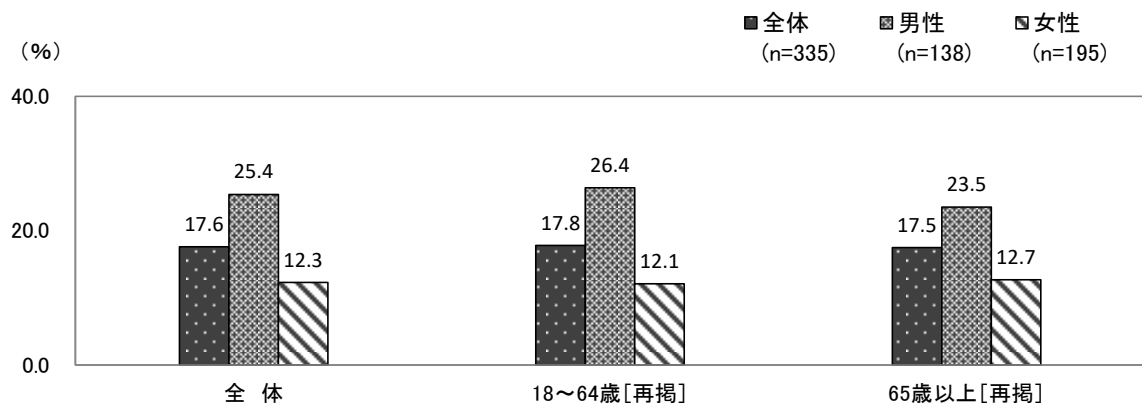


(4) 肥満（BMI…25.0以上）の割合

【「肥満」の割合－1】

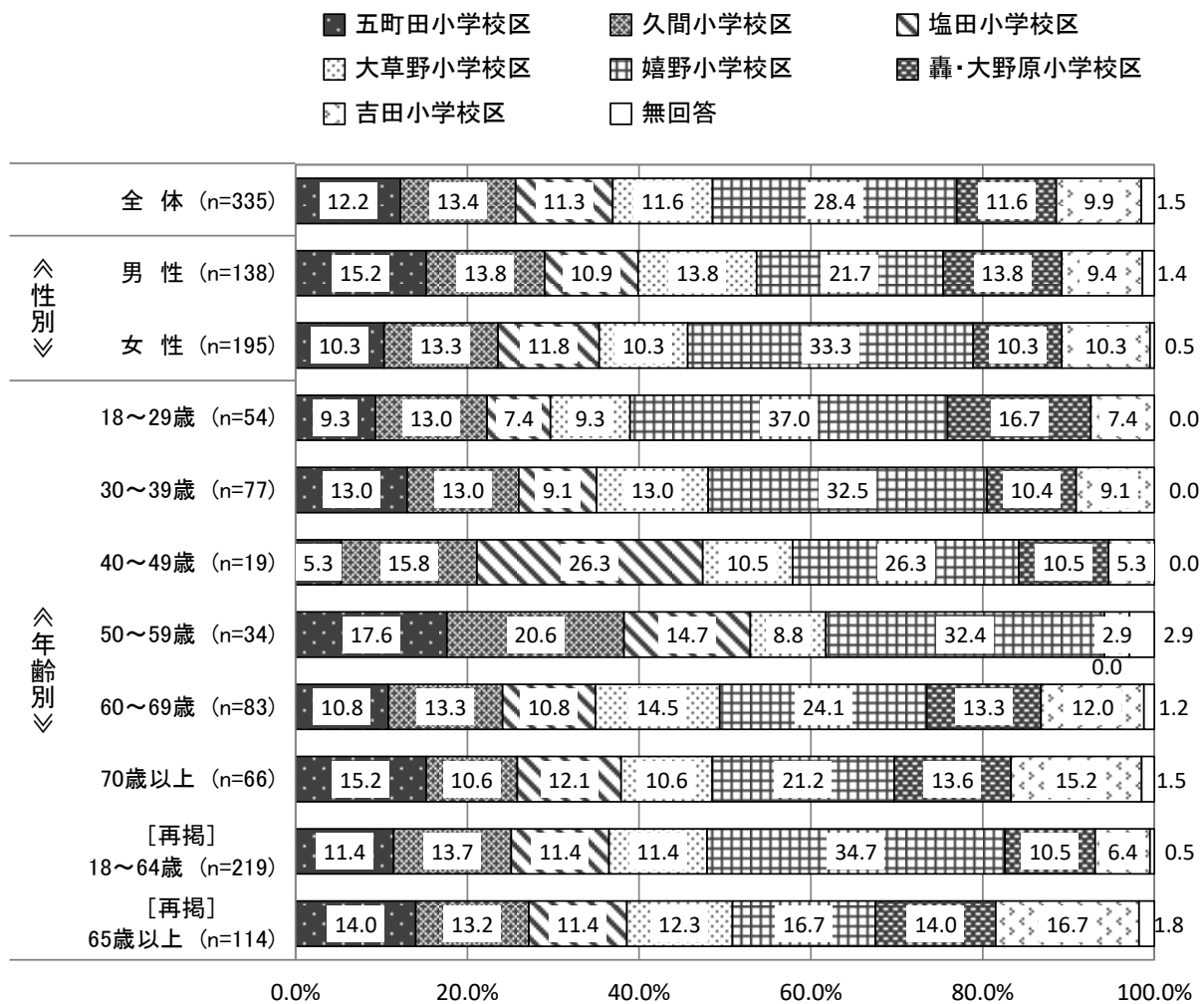


【「肥満」の割合－2】



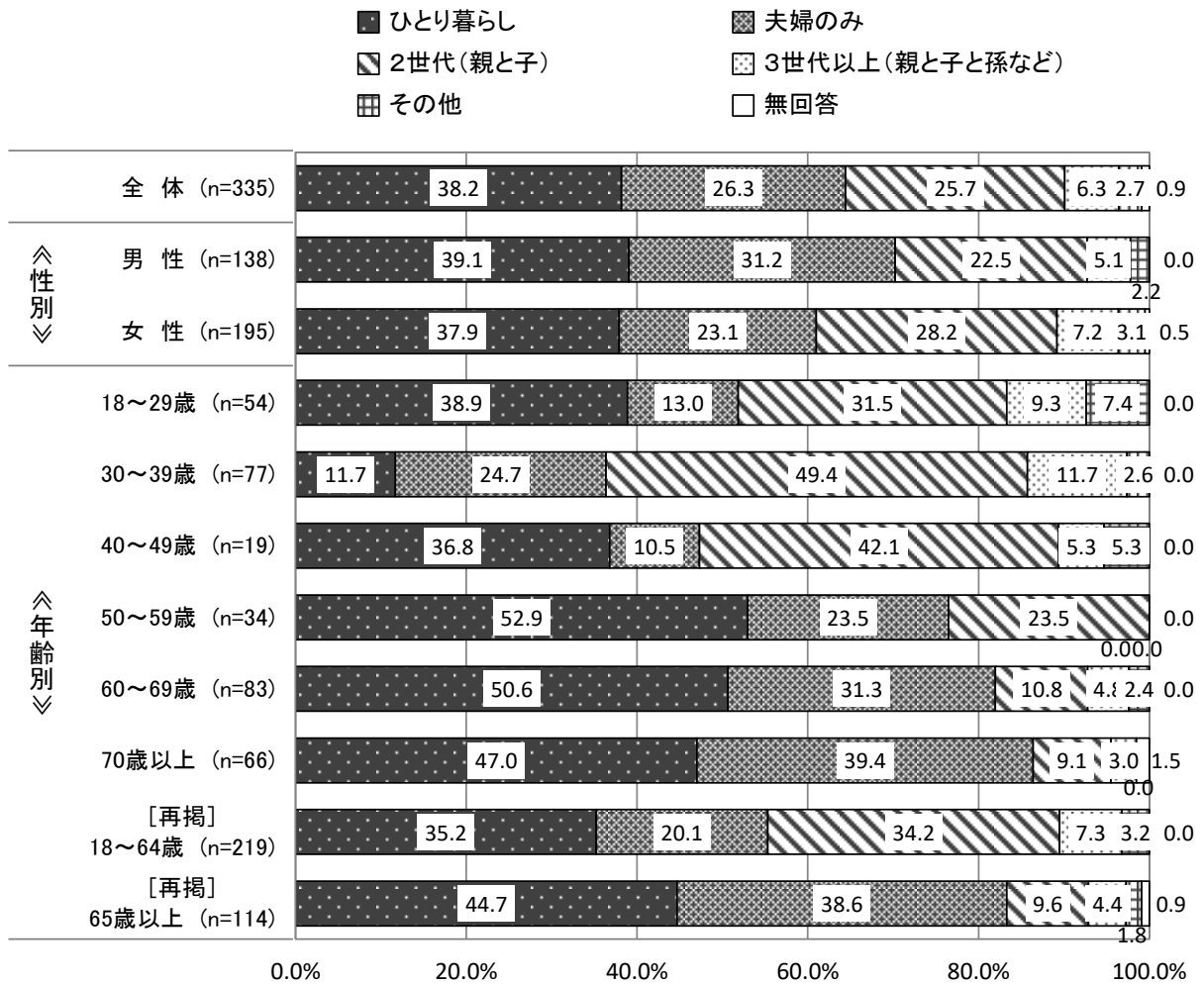
④居住区

問4 あなたのお住まいの地区はどちらですか。



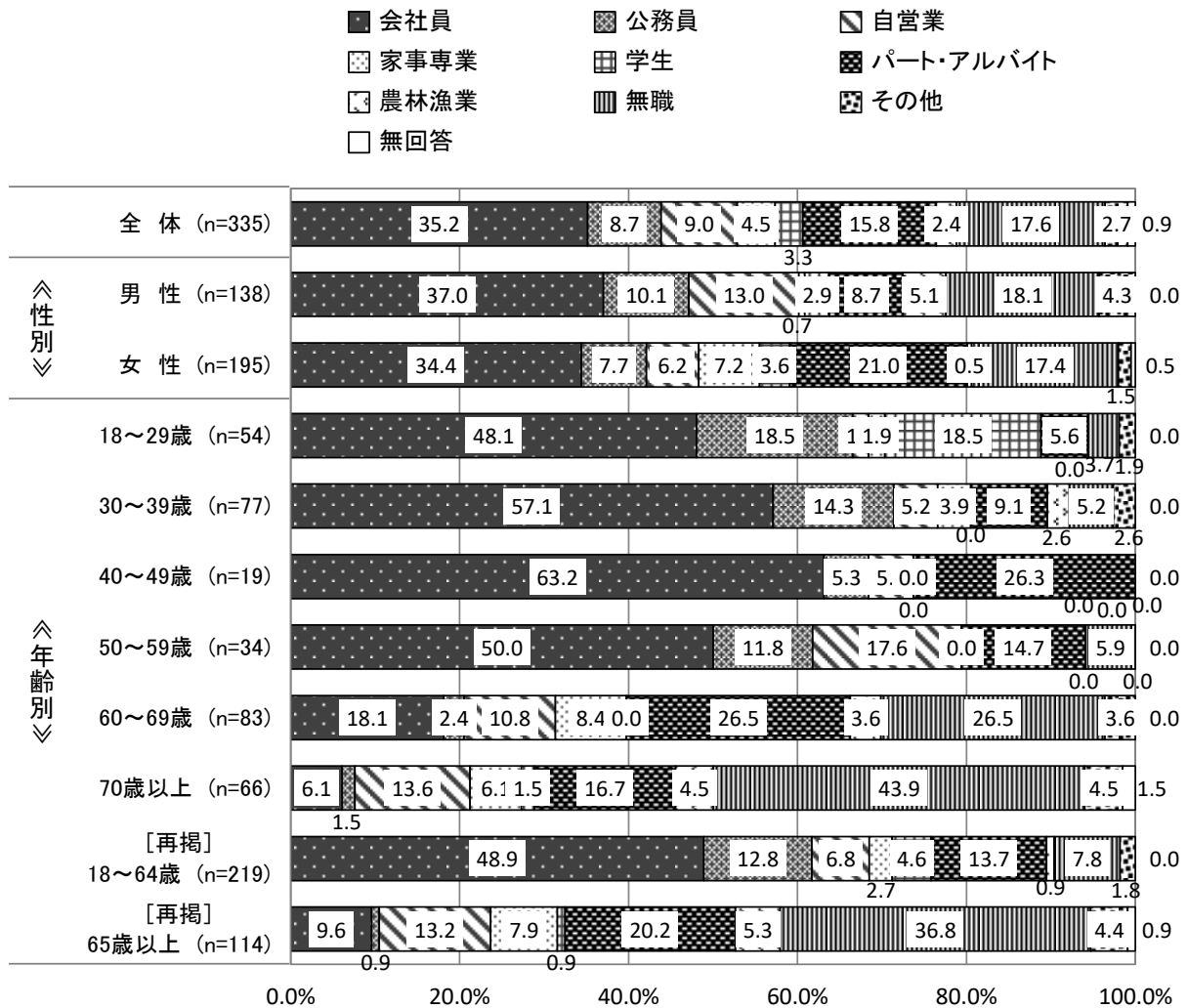
⑤家族構成

問5 あなたの家族構成はどれにあたりますか。

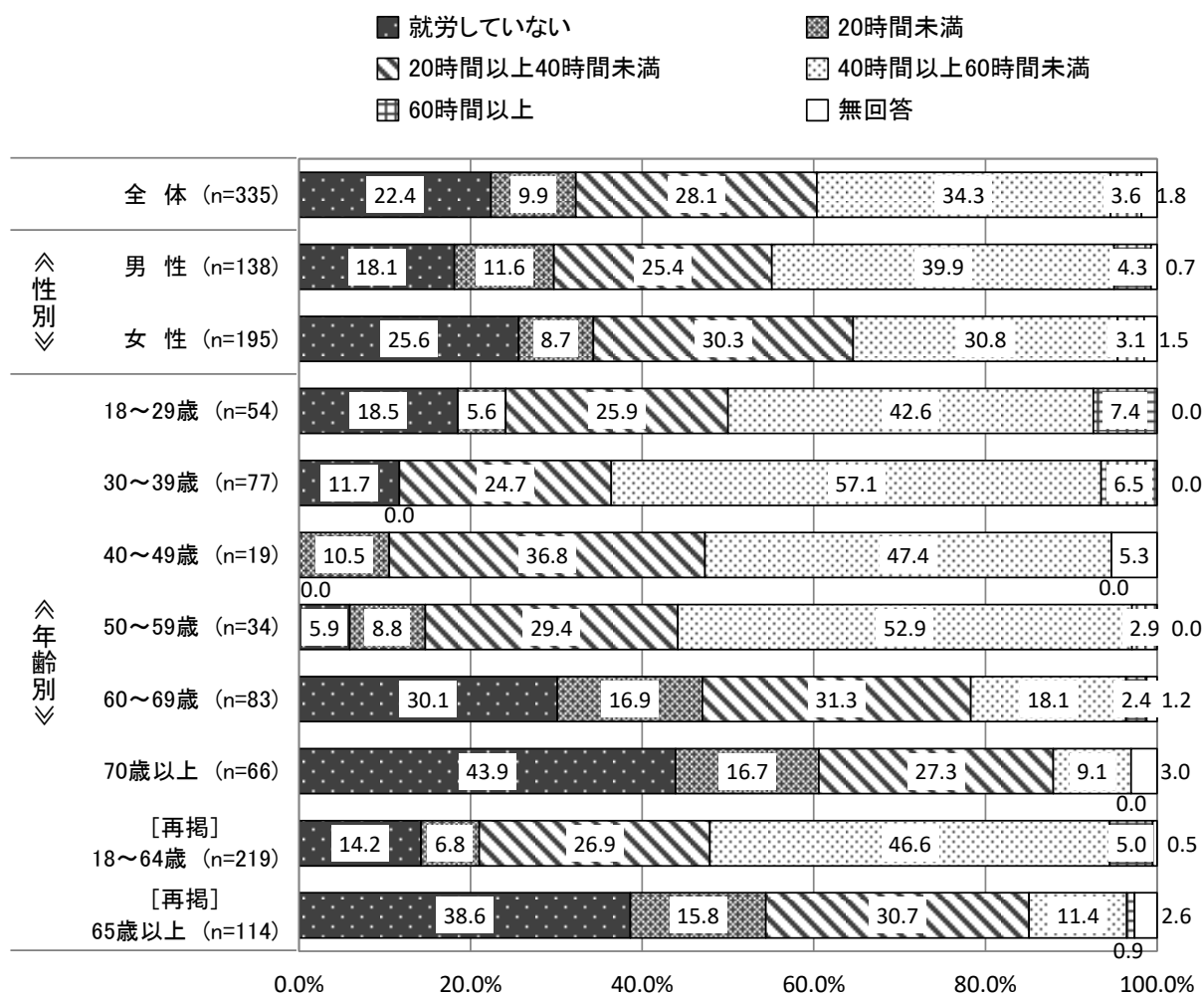


◎就労状況

問6 あなたのご職業は何ですか。



問7 あなたの週あたりの平均就労時間は何時間くらいですか。

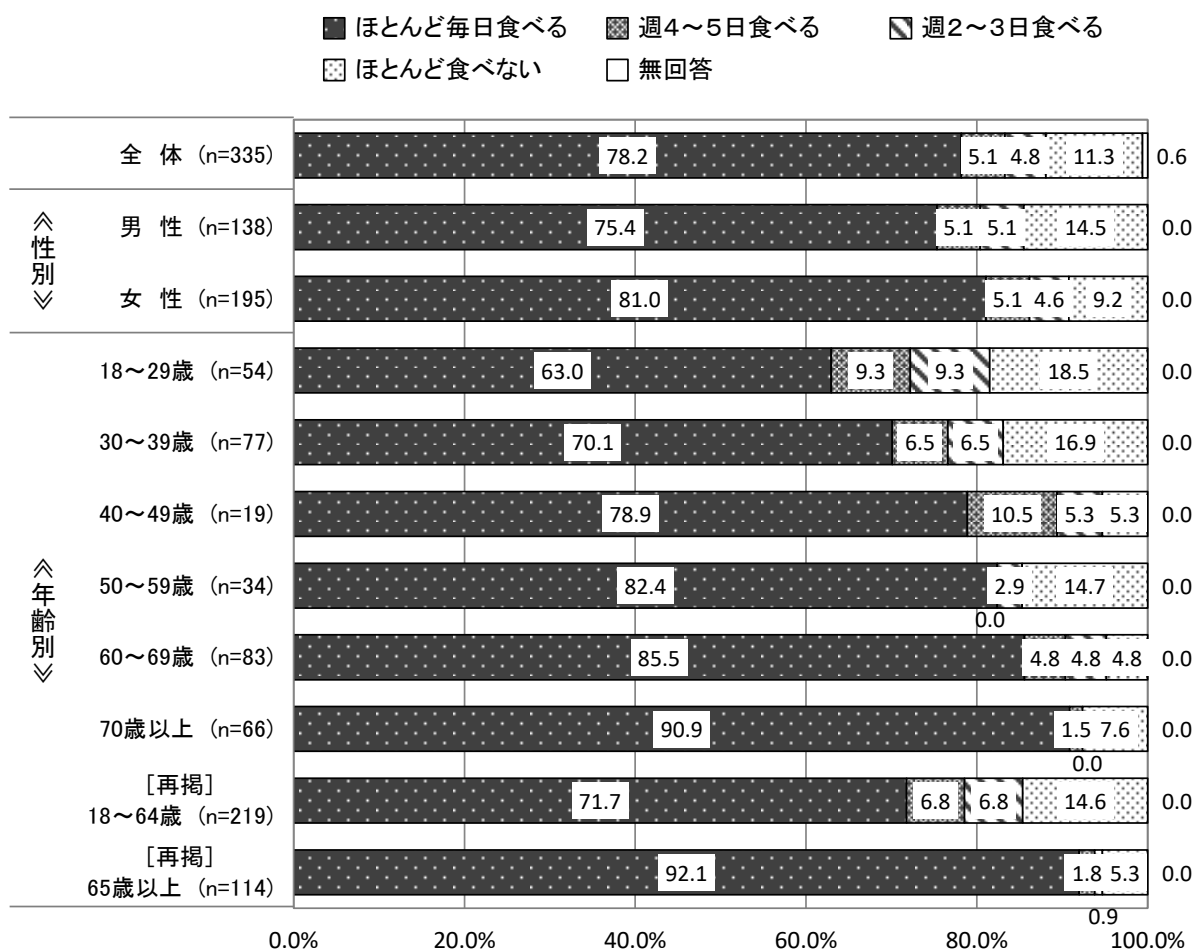


(2) 食生活

①朝食について

問8 あなたは、普段朝食を食べていますか。

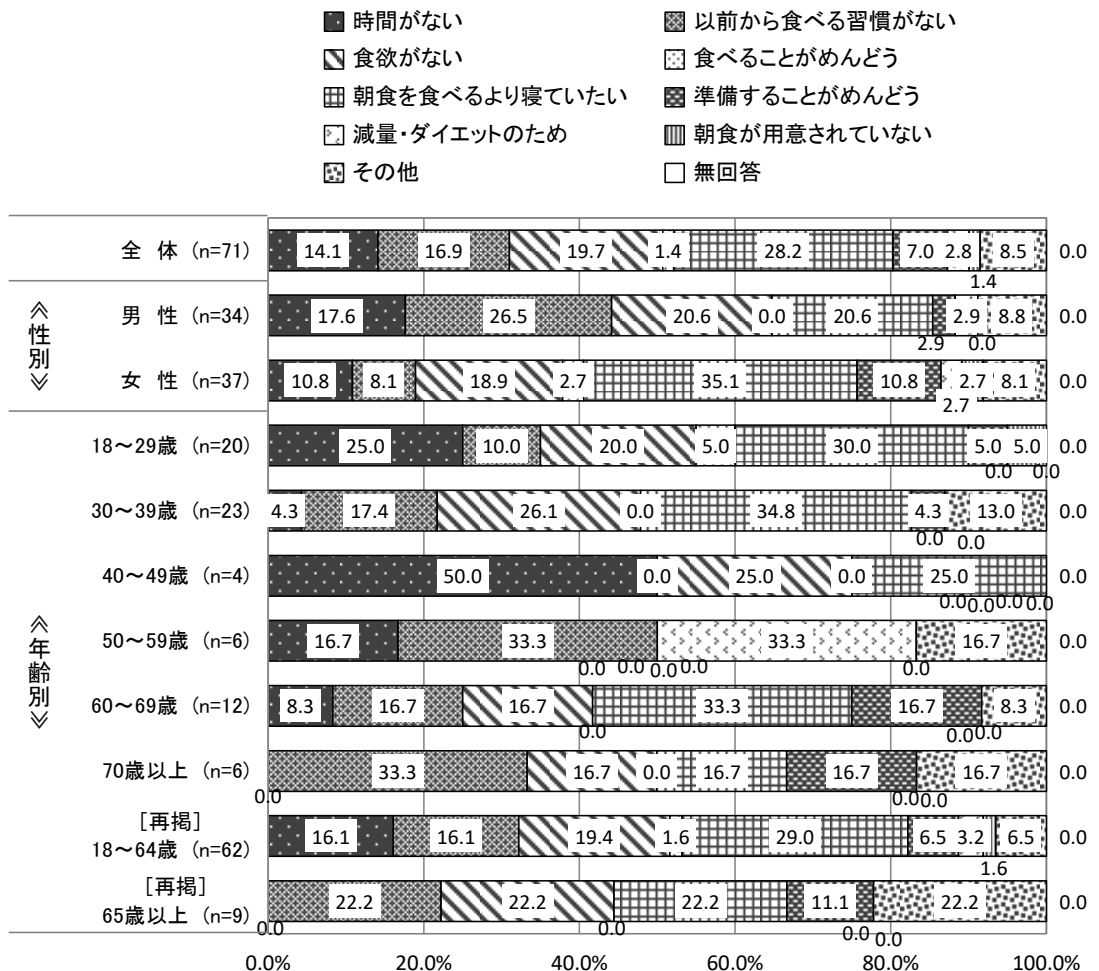
- 朝食の摂取状況では、「ほとんど毎日食べる」(78.2%) が最も高く、以下「ほとんど食べない」(11.3%)、「週4～5日食べる」(5.1%)、「週2～3日食べる」(4.8%) となっている。
- 性別にみると、男性では女性に比べ「ほとんど毎日食べる」の割合が低くなっている。
- 年齢別でみると、65 歳以上の年齢層で「ほとんど毎日食べる」の割合が約9割となっており、39 歳以下の年齢層で「ほとんど食べない」の割合が他に比べ高くなっている。



問8-1 (問8で「2. 週4～5日食べる」「3. 週2～3日食べる」「4. ほとんど食べない」に○をつけた方におたずねします)

朝食を食べない理由は何ですか。最も大きな理由と思う番号に1つだけ○をつけてください。

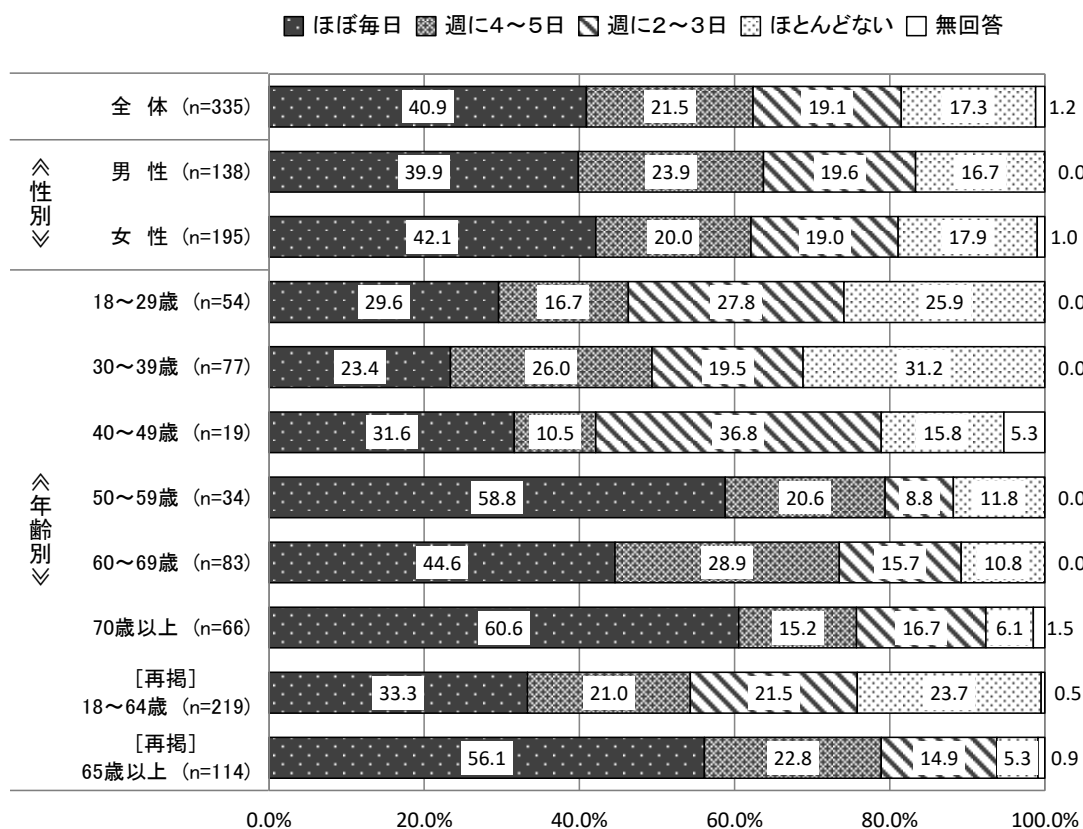
- 朝食を食べない理由では、「朝食を食べるより寝ていたい」(28.2%)が最も高く、以下「食欲がない」(19.7%)、「以前から食べる習慣がない」(16.9%)、「時間がない」(14.1%)、「その他」(8.5%)となっている。
- 性別にみると、男性は女性に比べ「以前から食べる習慣がない」(26.5%)の割合が高く、女性は男性に比べ「朝食を食べるより寝ていたい」(35.1%)の割合が高くなっている。
- 年齢別にみると、40～49歳では「時間がない」(50.0%)が半数を占め、30～39歳では「食欲がない」(26.1%)の割合が、他の年齢に比べ高くなっている。



②健康な食生活

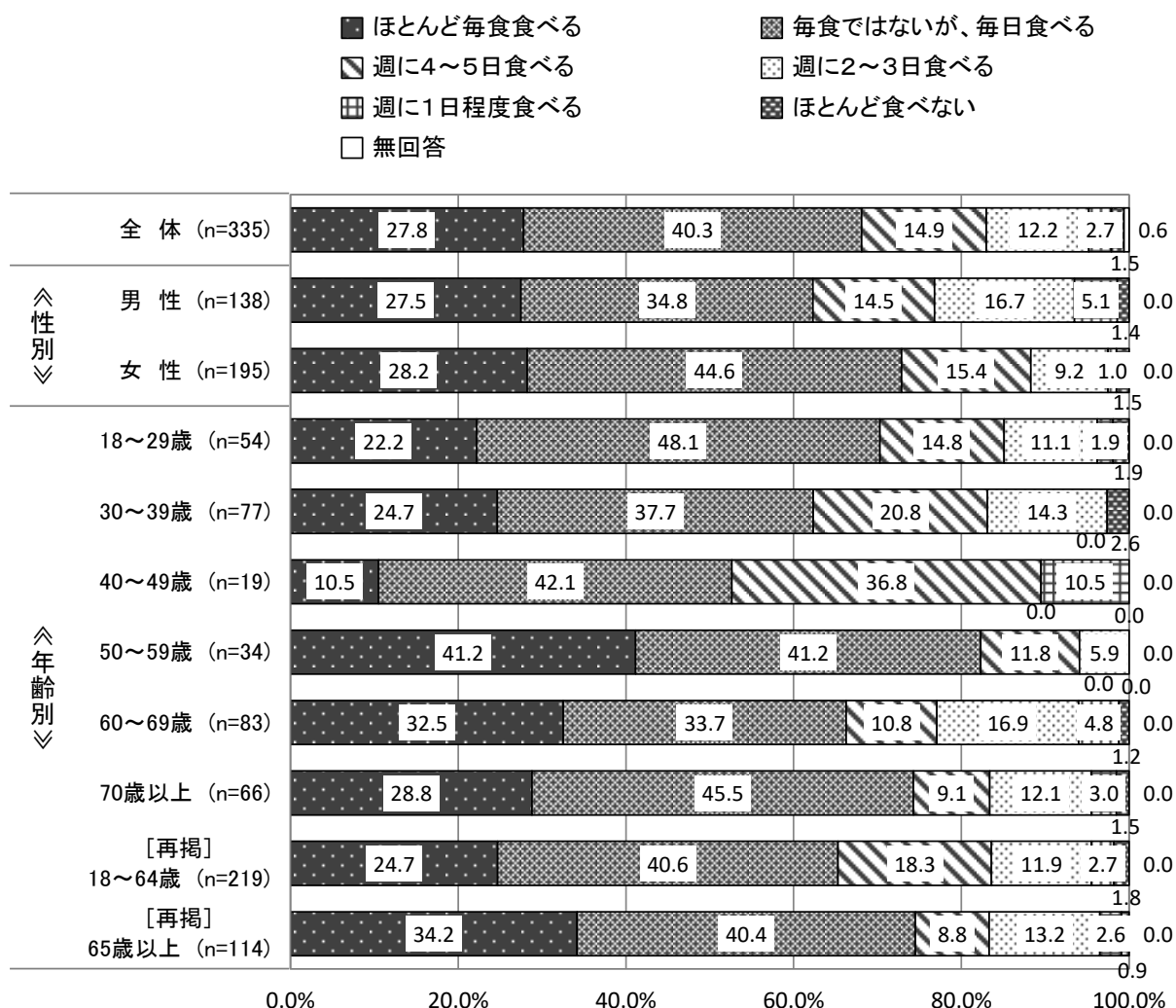
問9 主食（ごはん、パン、麺など）・主菜（肉・魚・卵・大豆製品などを使ったメインの料理）・副菜（野菜・きのこ・いも・海藻などを使った小鉢・小皿の料理）を3つそろえて1日2回以上食べることが、週に何日ありますか。

- 1日に2回以上「主食・主菜・副菜」をそろえて食べる頻度では、「ほぼ毎日」(40.9%)が最も高く、以下「週に4～5日」(21.5%)、「週に2～3日」(19.1%)、「ほとんどない」(17.3%)となっている。
- 性別にみると、特に大きな差はみられない。
- 年齢別にみると、他の年代に比べ「ほぼ毎日」の割合が50～59歳(58.8%)、70歳以上(60.6%)で高くなっている。



問 10 あなたは、ふだん野菜をどのくらい食べていますか。

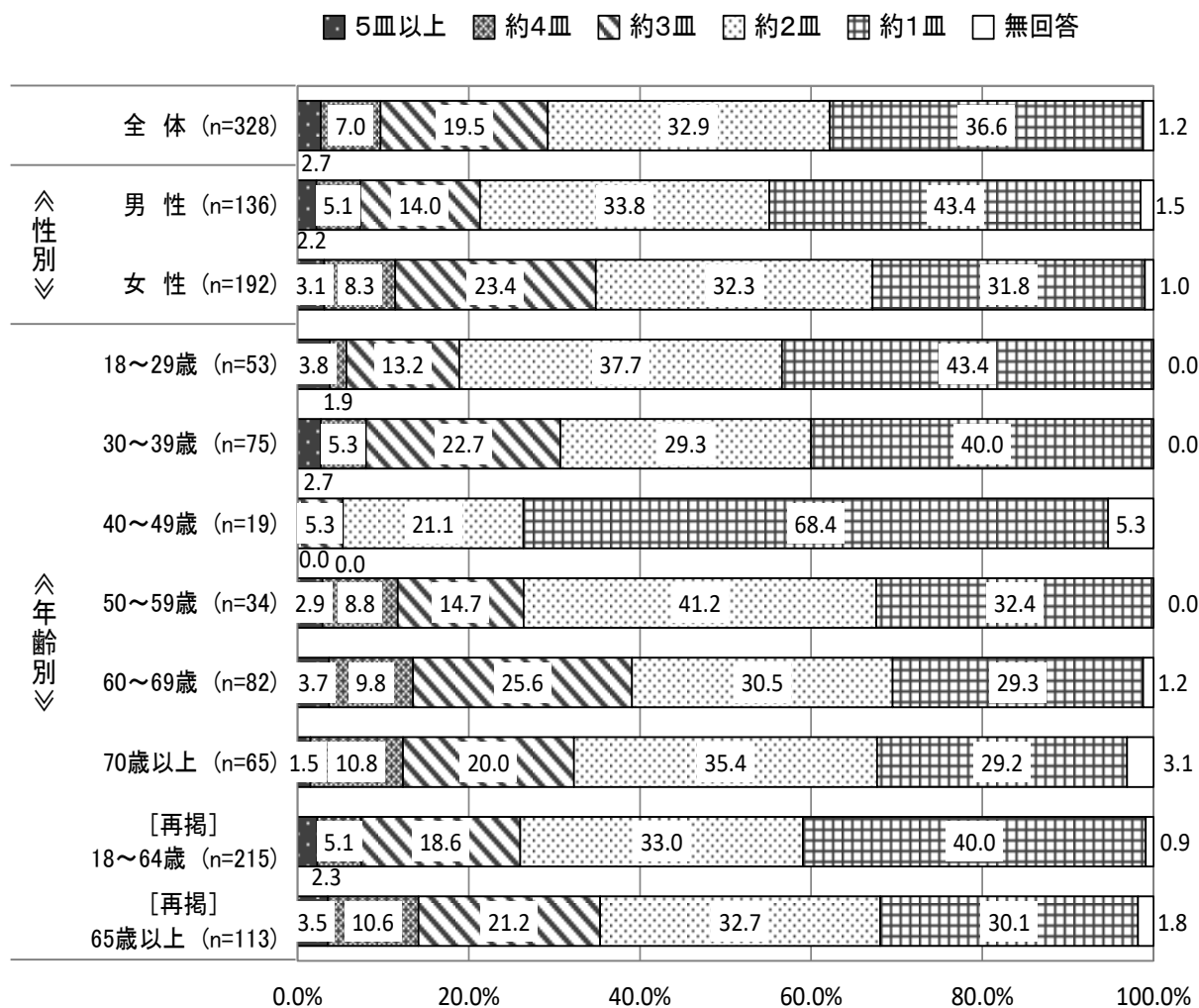
- 野菜の摂取頻度では、「毎食ではないが、毎日食べる」(40.3%) が最も高く、以下「ほとんど毎食食べる」(27.8%)、「週に4～5日食べる」(14.9%)、「週に2～3日食べる」(12.2%)、「週に1日程度食べる」(2.7%) となっている。
- 性別にみると、女性では男性に比べ「毎食ではないが、毎日食べる」(44.6%) の割合が高くなっている。
- 年齢別にみると、他の年齢層に比べ「ほとんど毎食食べる」の割合が 50～59 歳 (41.2%) で高くなっている。



問 10-1 (問 10 で「1. ほとんど毎食食べる」「2. 毎食ではないが、毎日食べる」「3. 週に4~5日食べる」「4. 週に2~3日食べる」「5. 週に1日程度食べる」に○をつけた方におたずねします)

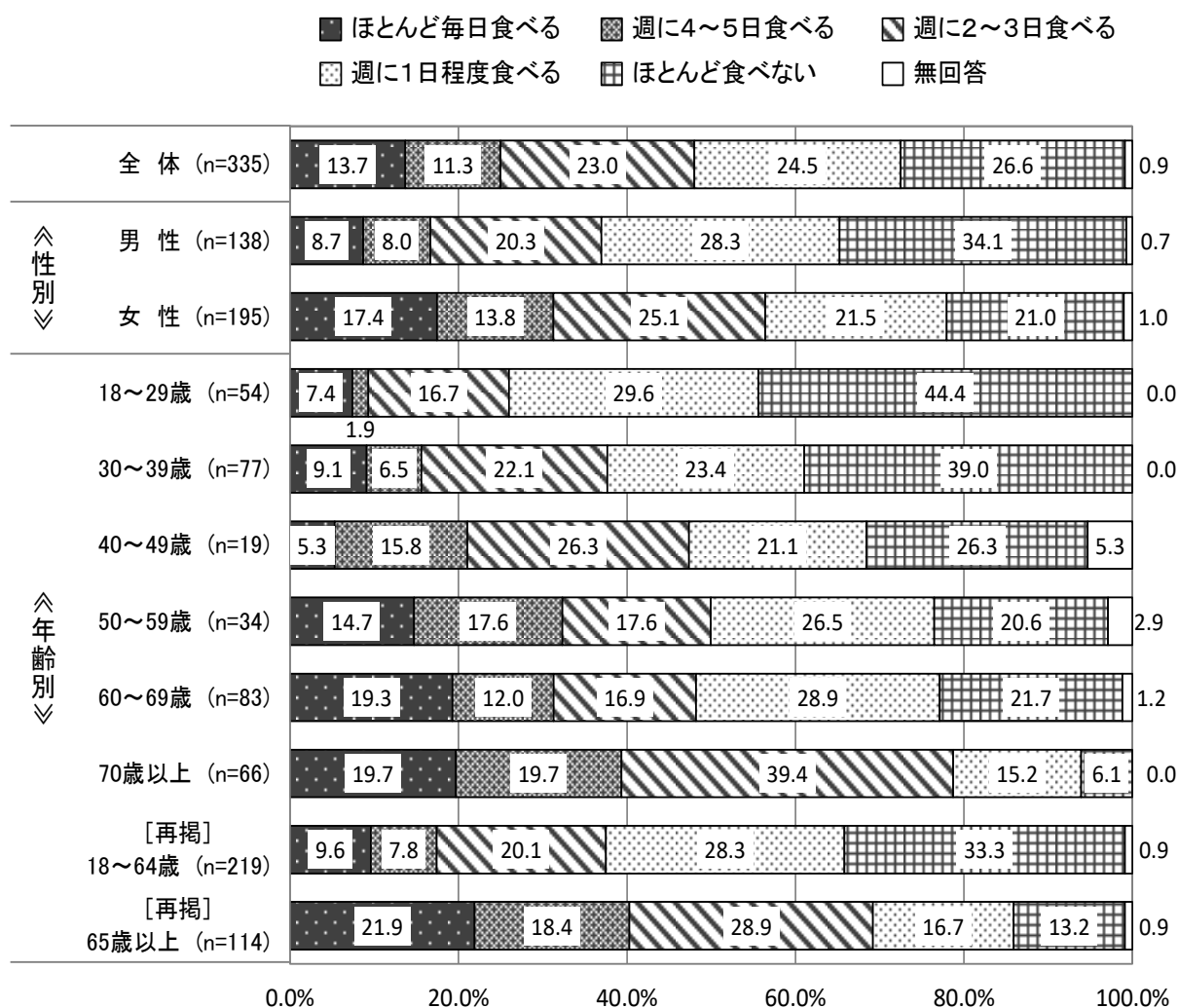
あなたは、ふだん野菜を1日に何皿くらい食べていますか。(1皿は小鉢1皿程度(70g)です)

- 1日における野菜の摂取量では、「約1皿」(36.6%)が最も高く、以下「約2皿」(32.9%)、「約3皿」(19.5%)、「約4皿」(7.0%)、「5皿以上」(2.7%)となっている。
- 性別にみると、男性では女性に比べ、「約1皿」「約2皿」という量の少ない回答の割合が高くなっている。
- 年齢別にみると、他の年齢層に比べ40~49歳で「約1皿」の割合が高くなっている。



問 11 あなたは、ふだん果物をどのくらい食べていますか。

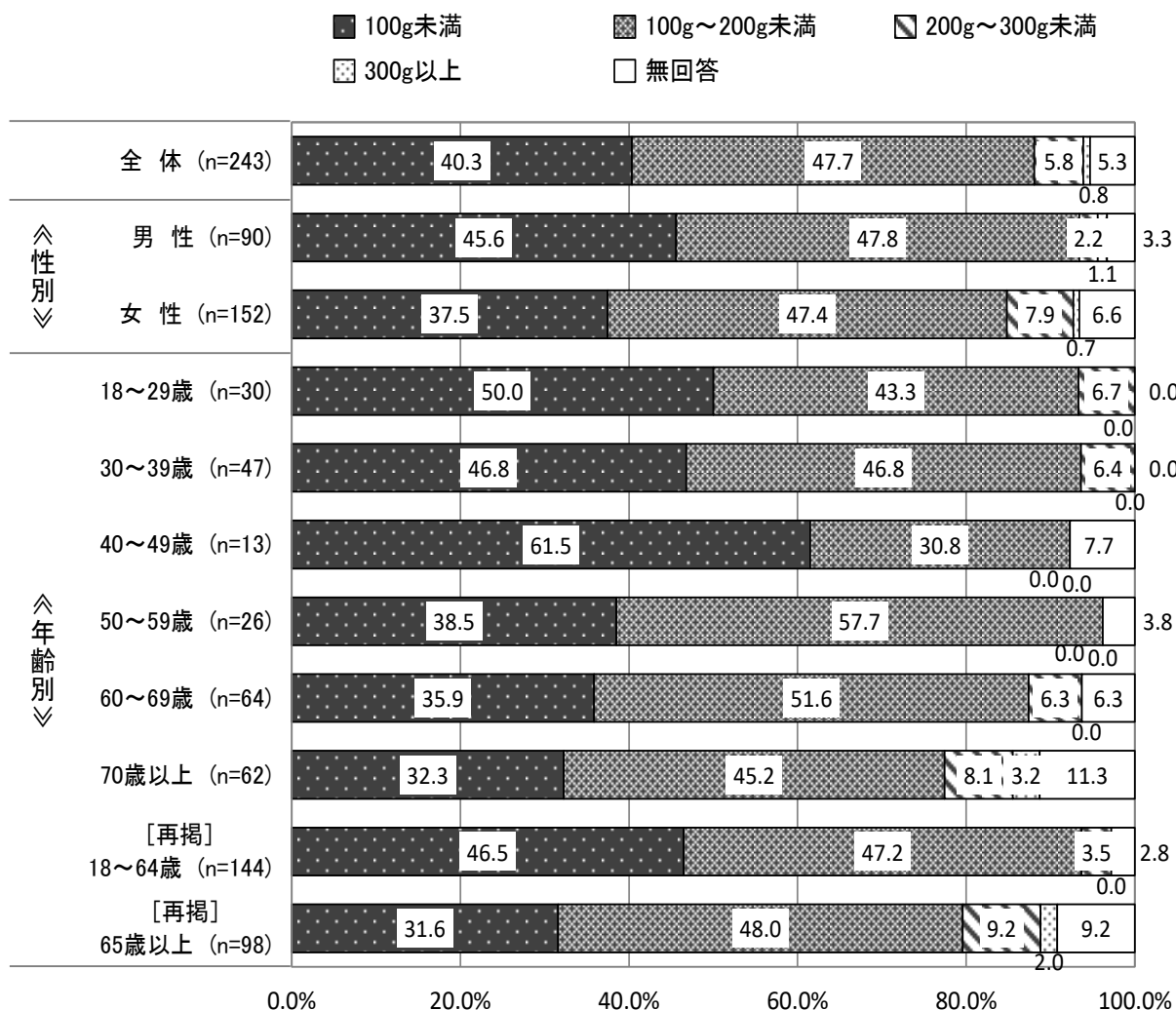
- 果物の摂取頻度では、「ほとんど食べない」(26.6%) が最も高く、以下「週に1日程度食べる」(24.5%)、「週に2～3日食べる」(23.0%)、「ほとんど毎日食べる」(13.7%)、「週に4～5日食べる」(11.3%) となっている。
- 性別にみると、男性に比べ女性では「ほとんど毎日食べる」「週に4～5日食べる」「週に2～3日食べる」の摂取頻度の高い割合が高くなっている。
- 年齢別にみると、年齢層が高くなるにつれ「ほとんど毎日食べる」「週に4～5日食べる」「週に2～3日食べる」の摂取頻度の高い割合が高くなっている。



問 11-1 (問 11 で「1. ほとんど毎日、食べる」「2. 週に4～5日食べる」「3. 週に2～3日食べる」「4. 週に1日程度食べる」に○をつけた方におたずねします)

1日に食べる果物の量はどのくらいですか。

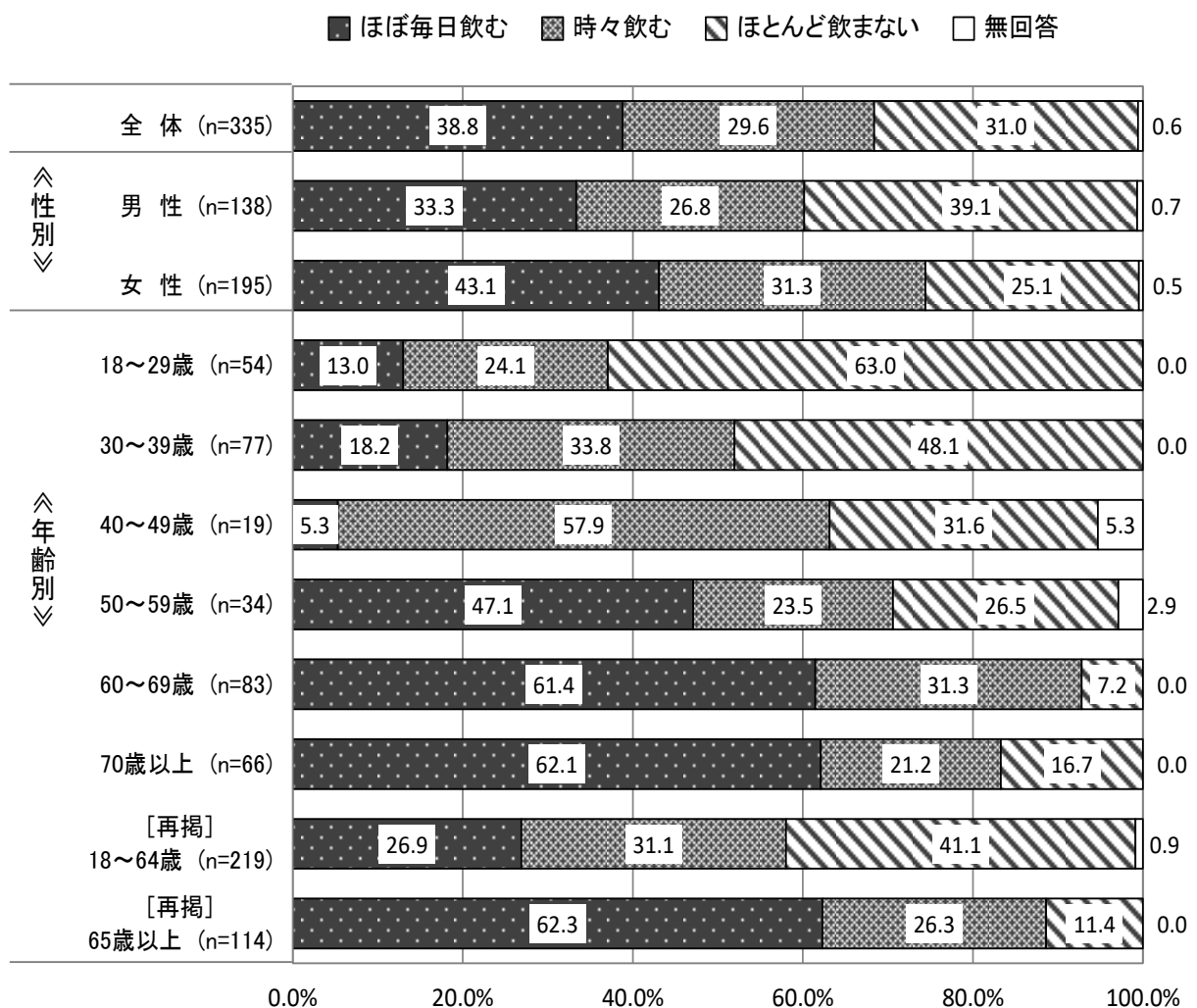
- 1日における果物の摂取量では、「100g～200g未満」(47.7%)が最も高く、以下「100g未満」(40.3%)、「200g～300g未満」(5.8%)、「300g以上」(0.8%)となっている。
- 性別にみると、女性に比べ男性では「100g未満」「100g～200g未満」の摂取量の少ない回答が多くなっている。
- 年齢別にみると、他の年齢層に比べ40～49歳では「100g未満」(61.5%)と摂取量の少ない割合が高くなっている。



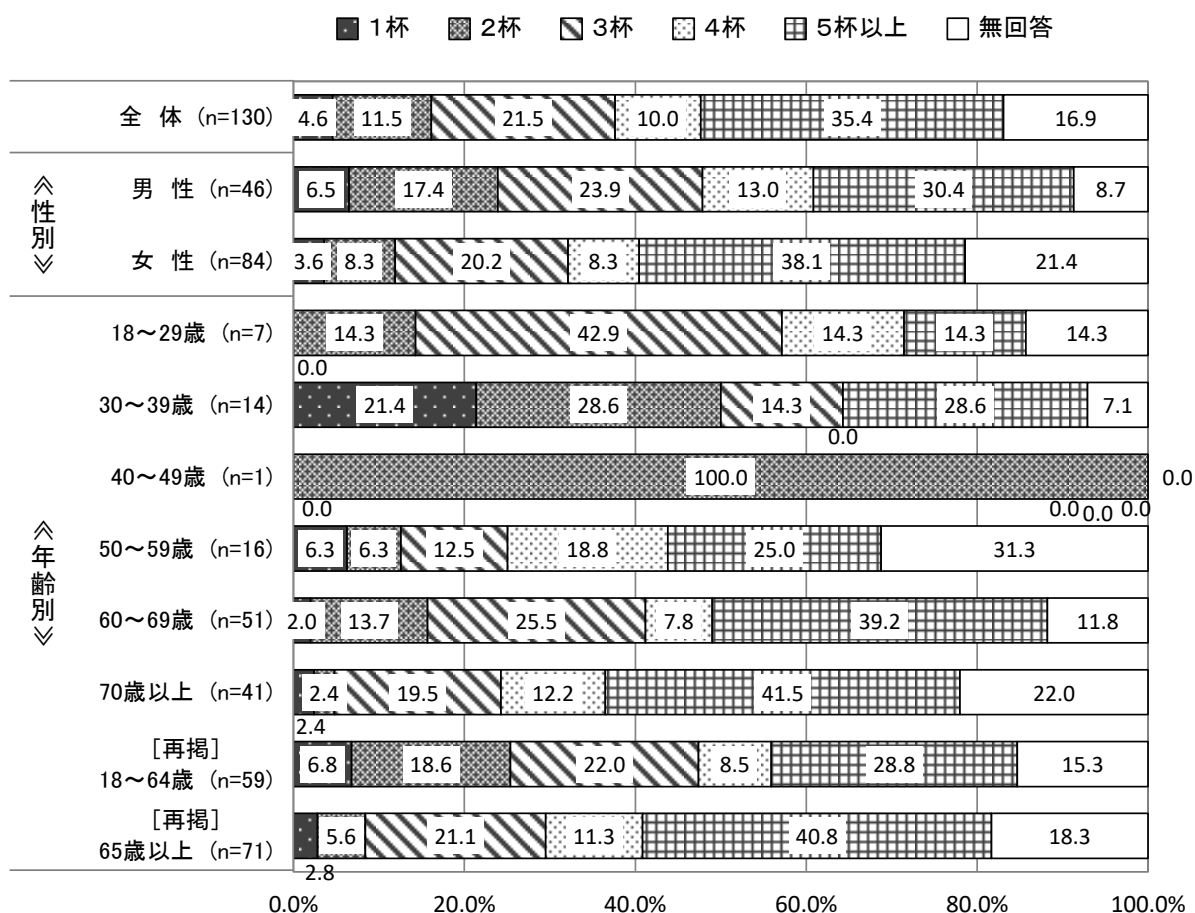
③嬉野茶の摂取状況

問 12 あなたは、ふだん「うれしの茶」を飲みますか。

- 「うれしの茶」の摂取頻度では、「ほぼ毎日飲む」(38.8%)が最も高く、以下「ほとんど飲まない」(31.0%)、「時々飲む」(29.6%)となっている。
- 性別にみると、女性では男性に比べ「ほぼ毎日飲む」(43.1%)の割合が高くなっている。
- 年齢別にみると、他の年齢層に比べ60歳以上の年齢層では「ほぼ毎日飲む」の割合が6割となっており、18~29歳では「ほとんど飲まない」の割合が6割を超え高くなっている。

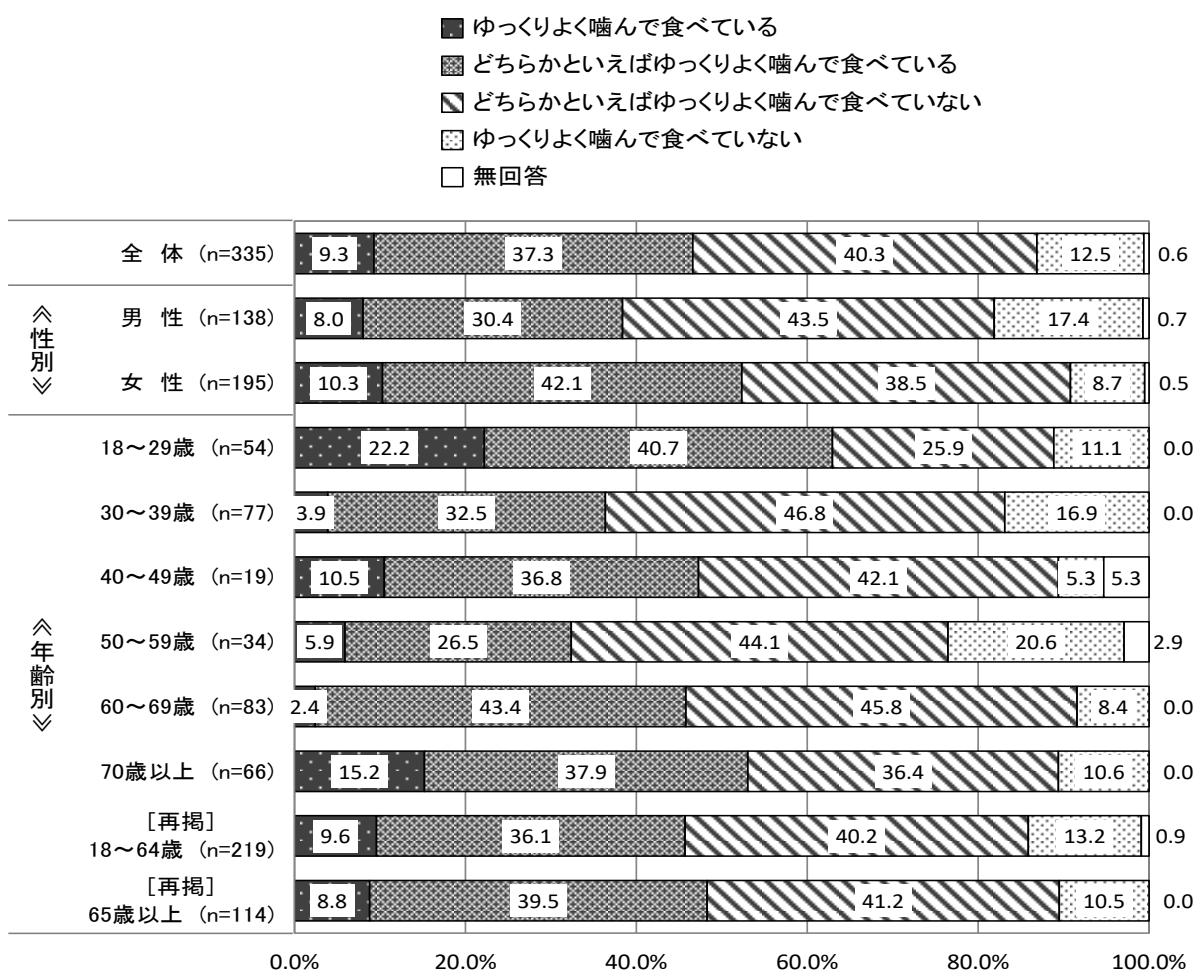


- 1日に飲むお茶の杯数では、「5杯以上」(35.4%)が最も高く、以下「3杯」(21.5%)、「2杯」(11.5%)、「4杯」(10.0%)となっている。
- 性別にみると、女性では男性に比べ「5杯以上」(38.1%)の割合が高くなっている。
- 年齢別にみると、60歳以上の年齢層で「5杯以上」の割合が約4割と高く、お茶を飲む杯数の割合が高くなっている。



問 13 あなたは、ふだんゆっくりよく噛んで食べていますか。

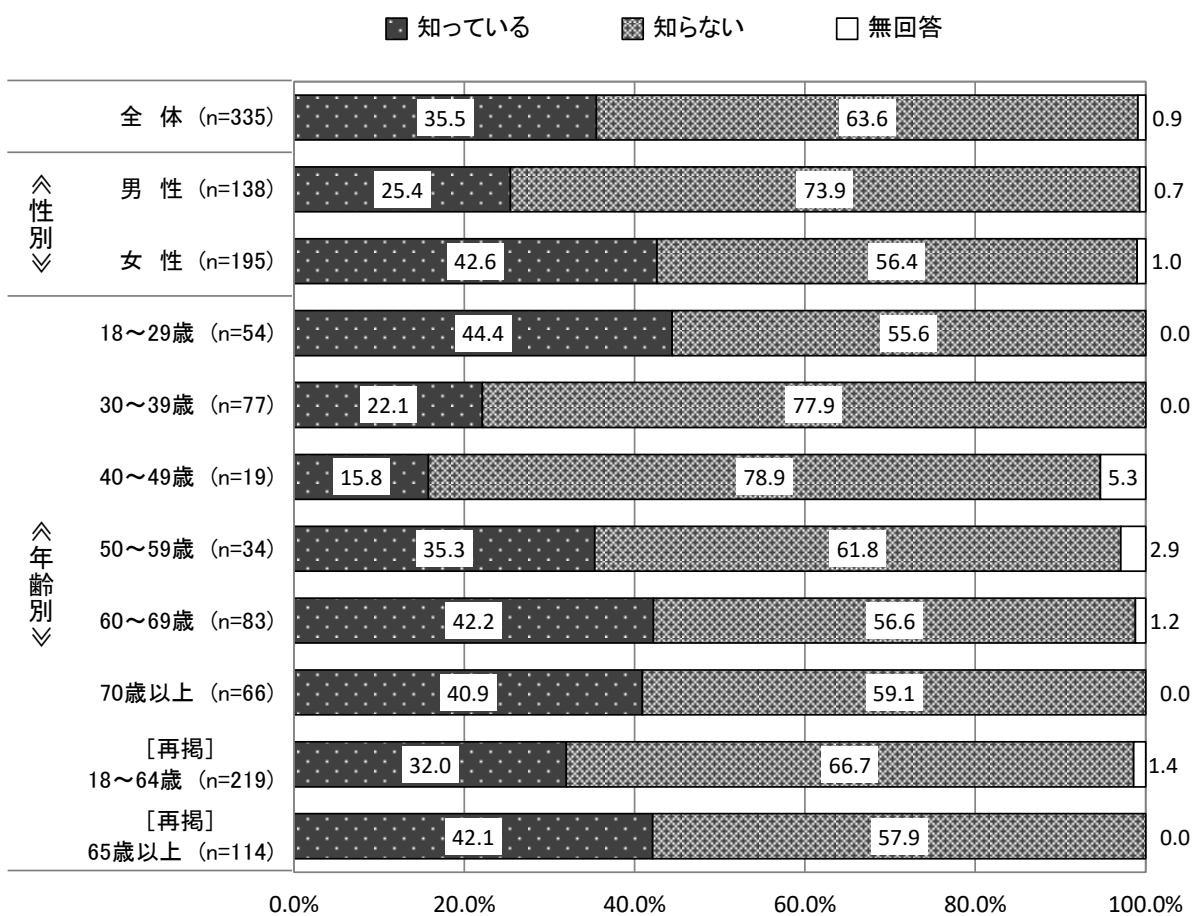
- ゆっくりよく噛んで食べているかでは、「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない」(40.3%) が最も高く、以下「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」(37.3%)、「ゆっくりよく噛んで食べていない」(12.5%)、「ゆっくりよく噛んで食べている」(9.3%) となっている。
- 性別にみると、「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」では女性の割合が高く、「ゆっくりよく噛んで食べていない」では男性の割合が高くなっている。
- 年齢別にみると、「ゆっくりよく噛んで食べている」では 18 歳～29 歳 (22.2%) の割合が他に比べ高くなっている。



④食塩摂取について

問 14 あなたは、1日当たりの食塩摂取目標量が成人の場合、男性が7.5g未満、女性が6.5g未満であることを知っていますか。

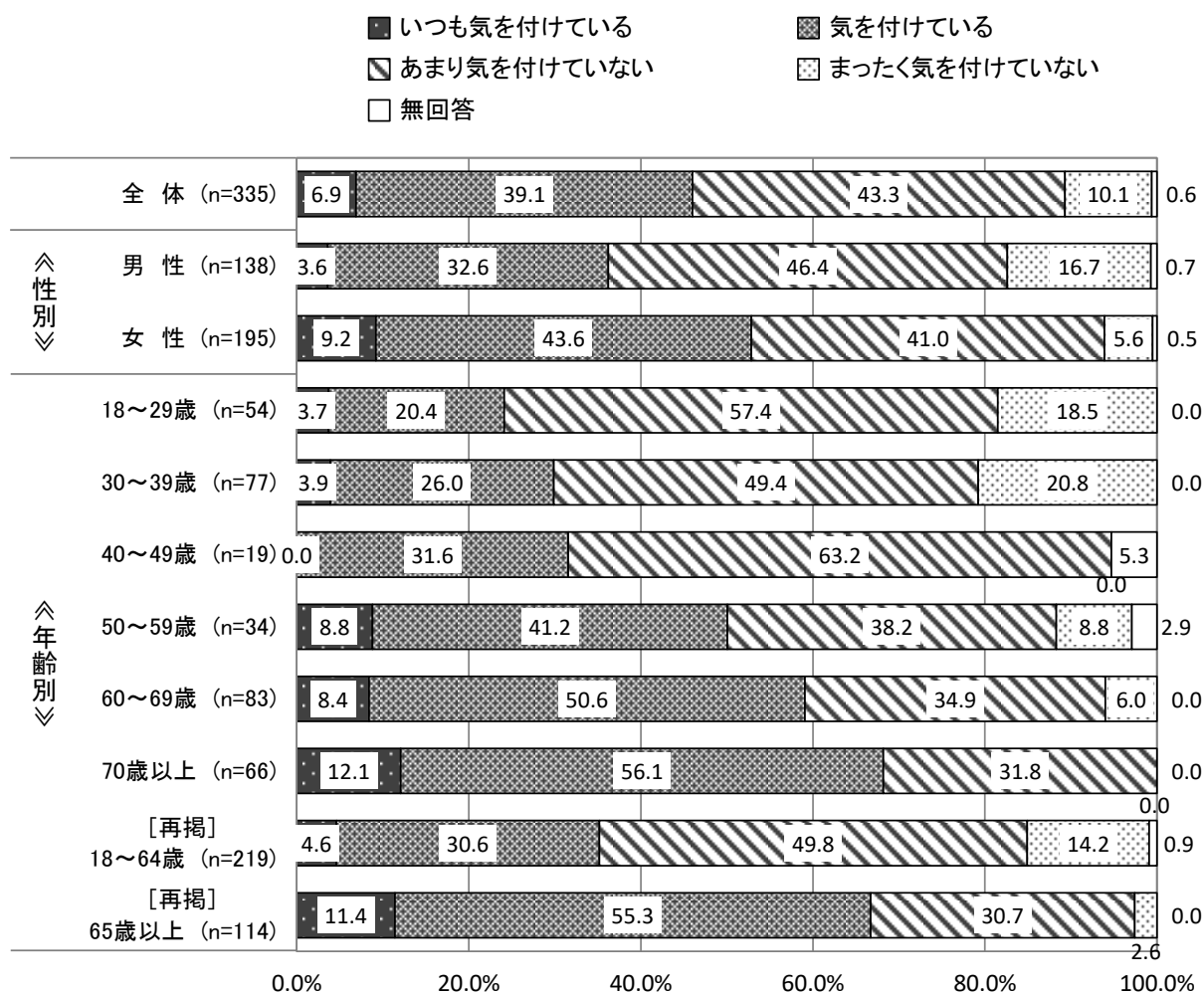
- 1日あたりの食塩摂取目標量の認知状況では、「知らない」(63.6%)、「知っている」(35.5%)となっている。
- 性別にみると、男性に比べ女性の方が「知っている」の割合が17.2%高くなっている。
- 年齢別にみると、40～49歳では「知っている」の割合が15.8%と低くなっている。



※食塩摂取量例：味噌汁1杯=1.5～2g、インスタントラーメン1食=5～6g、食パン(6枚切り1枚)=0.8gの塩分が含まれている。

問 15 あなたは、ふだん減塩に気を付けた食生活を実践していますか。

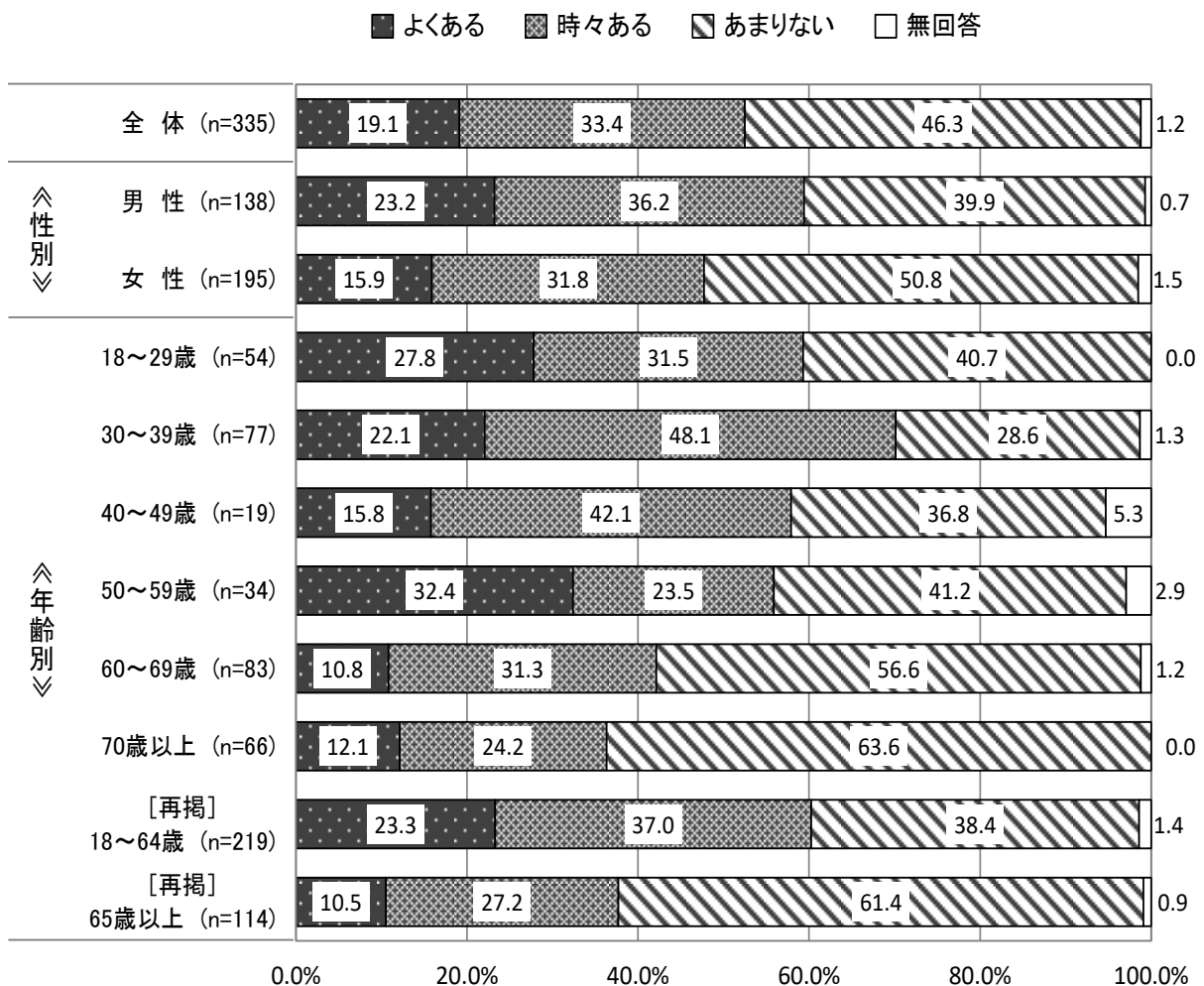
- 減塩を意識した食生活の実践状況では、「あまり気を付けていない」(43.3%)が最も高く、以下「気を付けている」(39.1%)、「まったく気を付けていない」(10.1%)、「いつも気を付けている」(6.9%)となっている。
- 性別にみると、男性では「まったく気を付けていない」(16.7%)の割合が女性より高くなっている。
- 年齢別にみると、年齢が高くなるにつれ「いつも気をつけている」「気を付けている」の割合が高くなっている。



⑤就寝前の飲食について

問 16 あなたは、夜遅く（就寝前2時間以内）に飲食（お茶や水を除く）をすることがありますか。

- 夜遅く（就寝前2時間以内）に飲食をすることがあるかでは、「あまりない」（46.3%）が最も高く、以下「時々ある」（33.4%）、「よくある」（19.1%）となっている。
- 性別にみると、女性の約半数が「あまりない」（50.8%）と回答している。
- 年齢別にみると、18～29歳、50～59歳では「よくある」、60歳以上では「あまりない」の割合が他に比べ高くなっている。

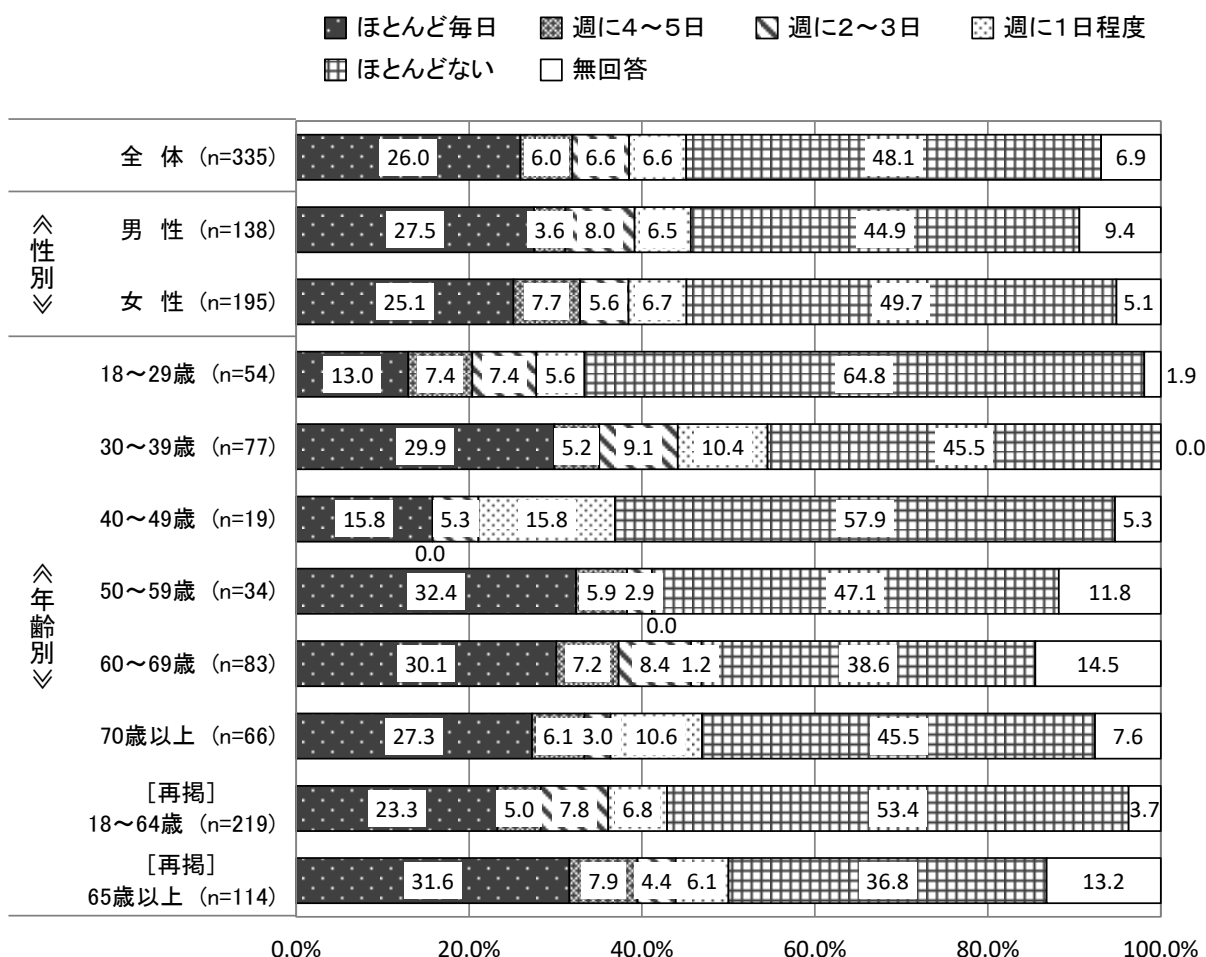


⑥家族との食事について

問 17 あなたが朝食、夕食を家族と一緒に食べる頻度はどのくらいですか。それぞれ選んでください。(〇はそれぞれ1つ)

- 朝食を家族と一緒に食べる頻度では、「ほとんどない」(48.1%) が最も高く、以下「ほとんど毎日」(26.0%)、「週に2~3日」(6.6%)、「週に1日程度」(6.6%) となっている。
- 性別にみると、特に大きな差はみられない。
- 年齢別にみると、「ほとんどない」では18~29歳(64.8%)で割合が高く、「週に1日程度」でも30~49歳で他に比べ割合が高くなっており、低い年齢層で朝食の共食の傾向が低いことがうかがえる。

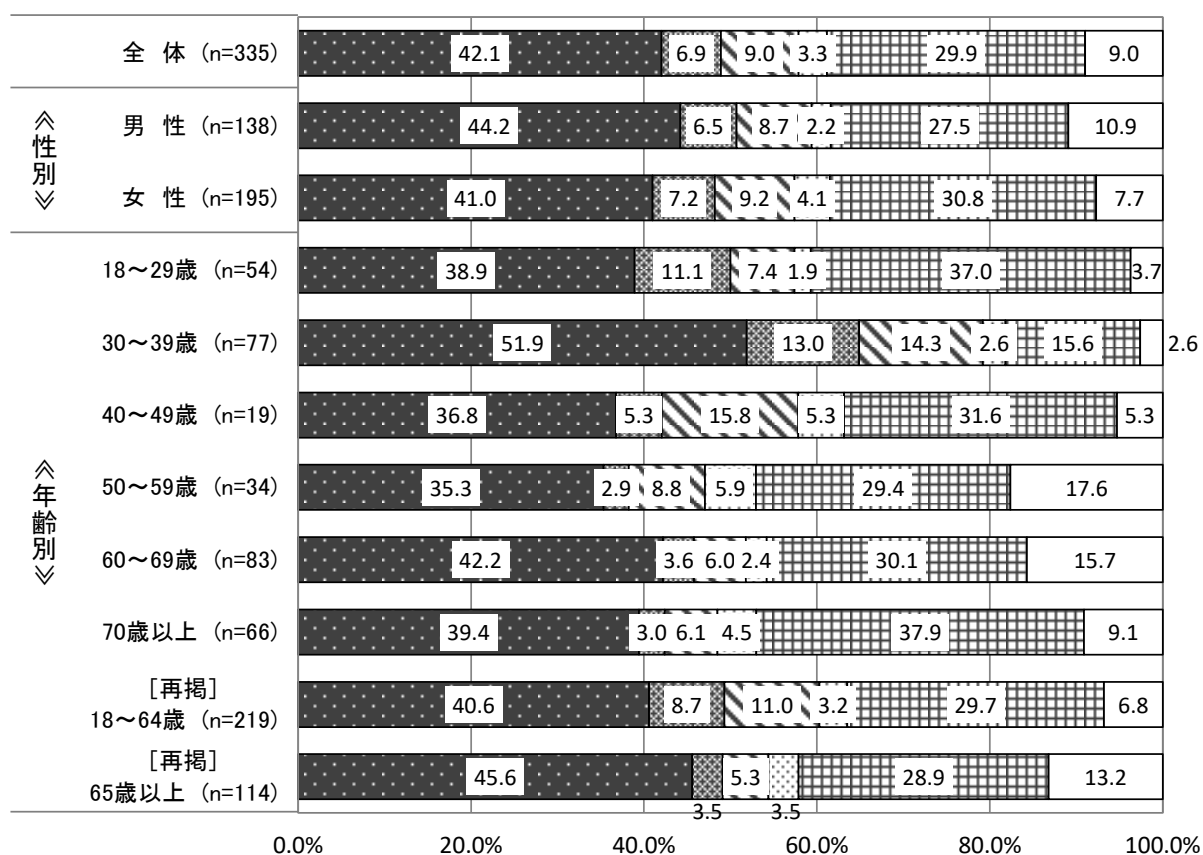
【朝食】



【夕食】

- 夕食を家族と一緒に食べる頻度では、「ほとんど毎日」(42.1%) が最も高く、以下「ほとんどない」(29.9%)、「週に2～3日」(9.0%)、「週に4～5日」(6.9%) となっている。
- 性別にみると、特に大きな差はみられない。
- 年齢別にみると、「ほとんど毎日」(では30～39歳51.9%) で他に比べ割合が高くなっている。

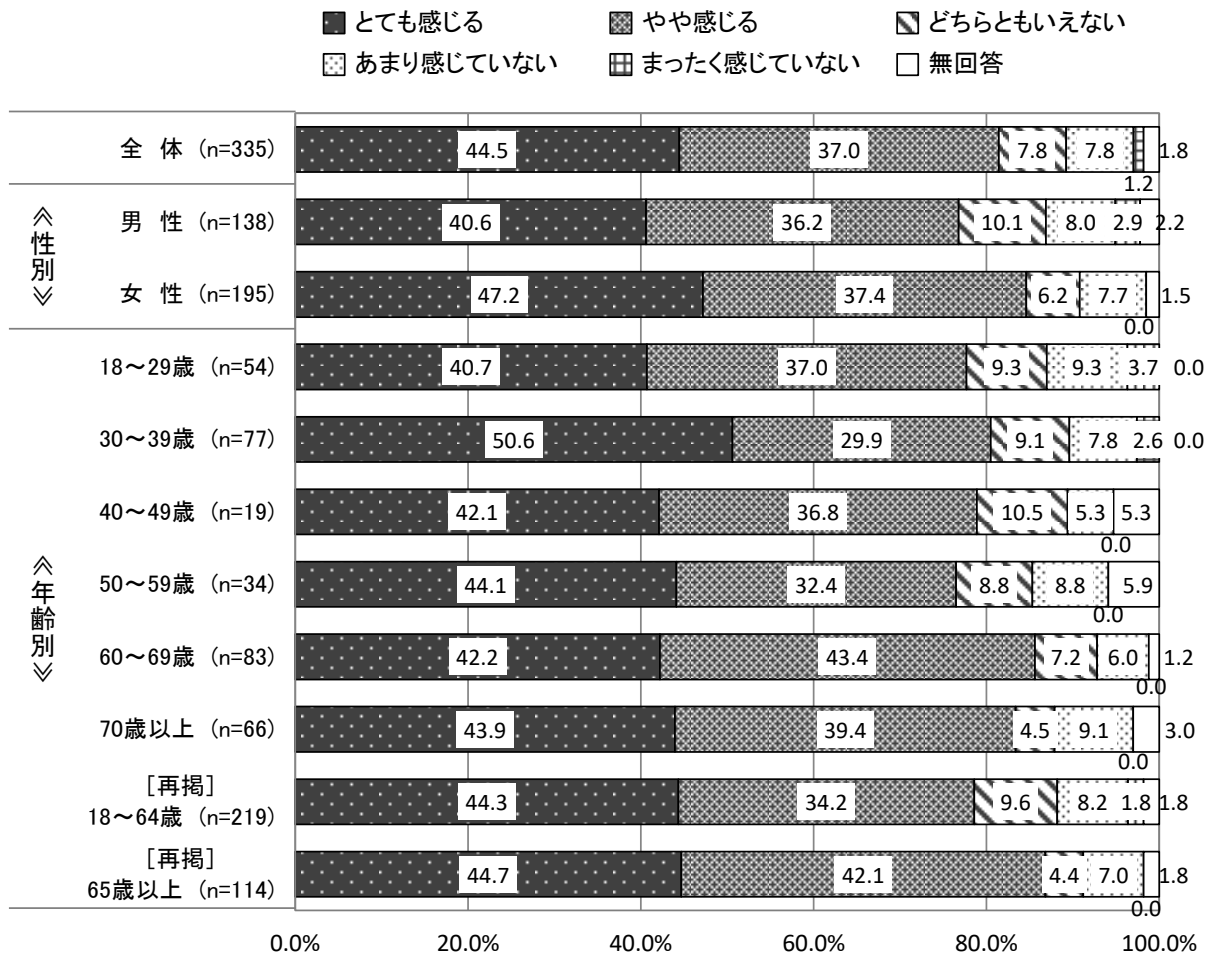
ほとんど毎日
 週に4～5日
 週に2～3日
 週に1日程度
 ほとんどない
 無回答



⑦食品の値上げについて

問 18 あなたは、昨年と比較してスーパーや店頭で食品の値上げを感じますか。

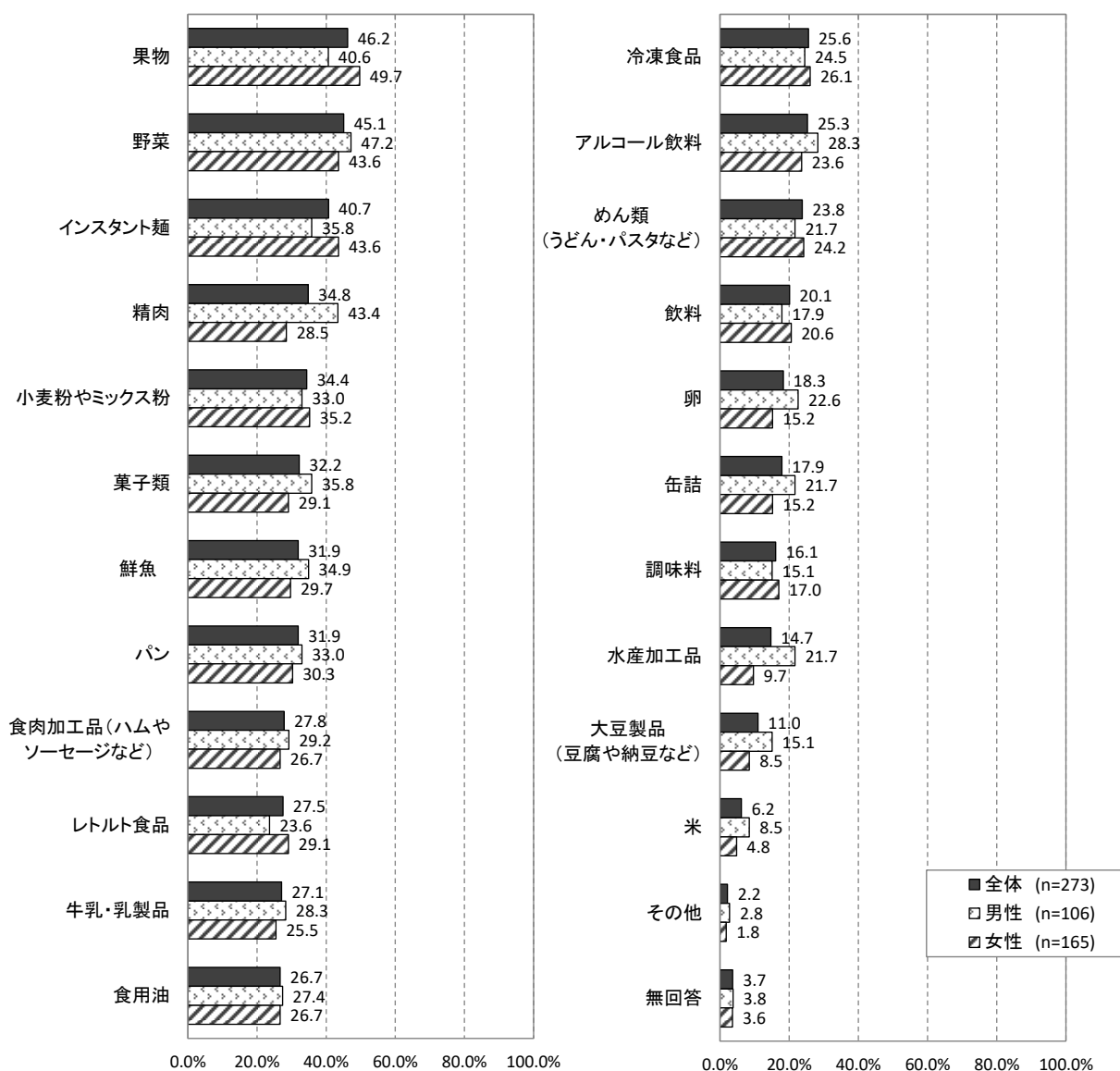
- 昨年と比較して食品の値上げを感じるかでは、「とても感じる」(44.5%) が最も高く、以下「やや感じる」(37.0%)、「どちらともいえない」(7.8%)、「あまり感じていない」(7.8%) となっている。
- 性別にみると、特に大きな差はみられない。
- 年齢別にみると、30～39歳で「とても感じる」割合が高くなっている。



問 18-1 (問 18で「1. とても感じる」「2. やや感じる」に○をつけた方におたずねします)

今後も食品の値上げが続いた場合、購入回数が減りそうな食品を教えてください。

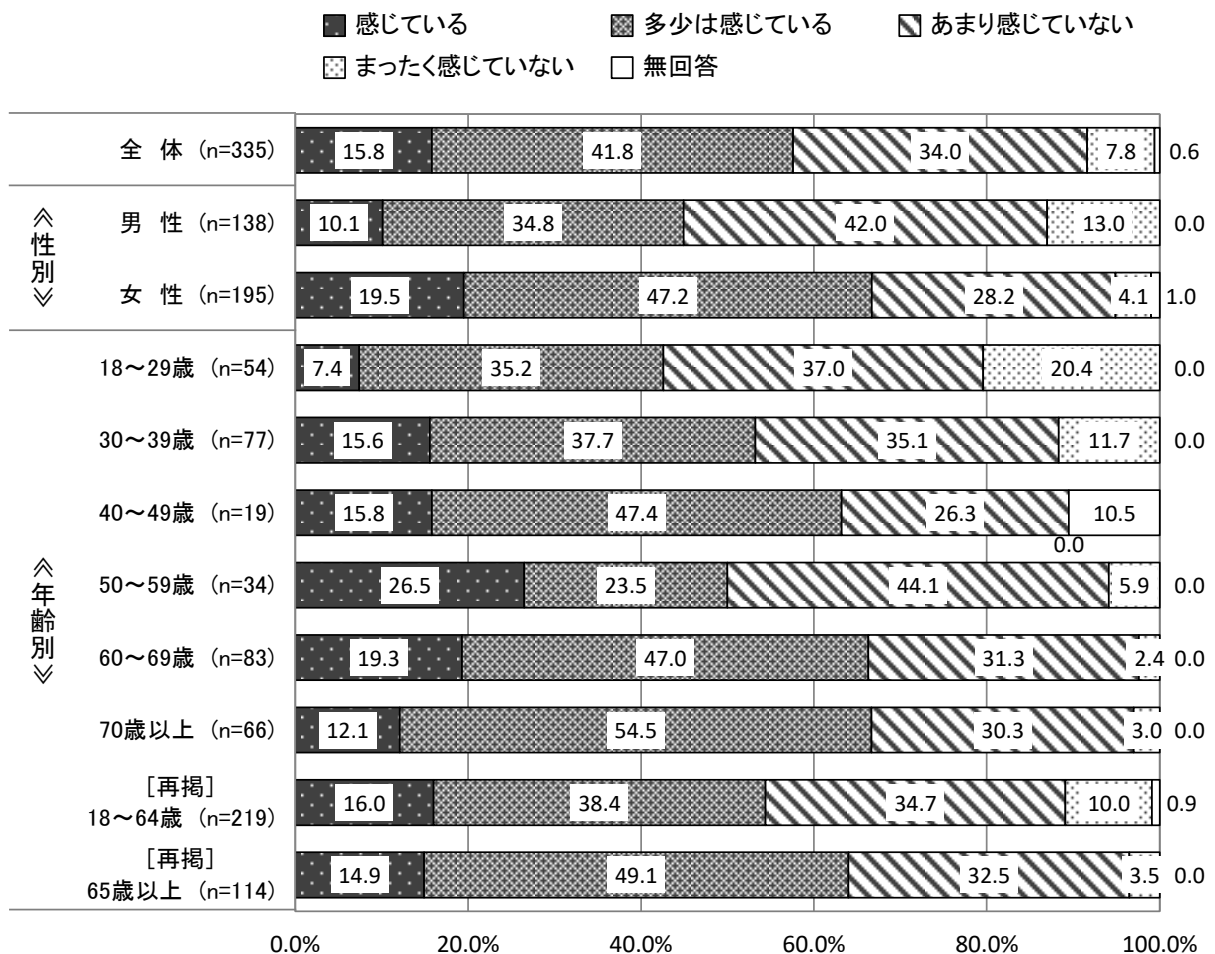
- 値上げが続いた場合購入の回数が減りそうな食品では、「果物」(46.2%) が最も高く、以下「野菜」(45.1%)、「精肉」(34.8%)、「小麦粉やミックス粉」(34.4%)、「菓子類」(32.2%) となっている。
- 性別にみると、男性は、「精肉」(43.4%)、「卵」(22.6%)、「大豆製品(豆腐や納豆など)」(15.1%)、「水産加工品」(21.7%)、女性では「果物」(49.7%)、「インスタント麺」(43.6%)、「レトルト食品」(29.1%) の割合が高くなっている。



⑧食品の安全性について

問 19 あなたは、食品の安全性に不安を感じていますか。

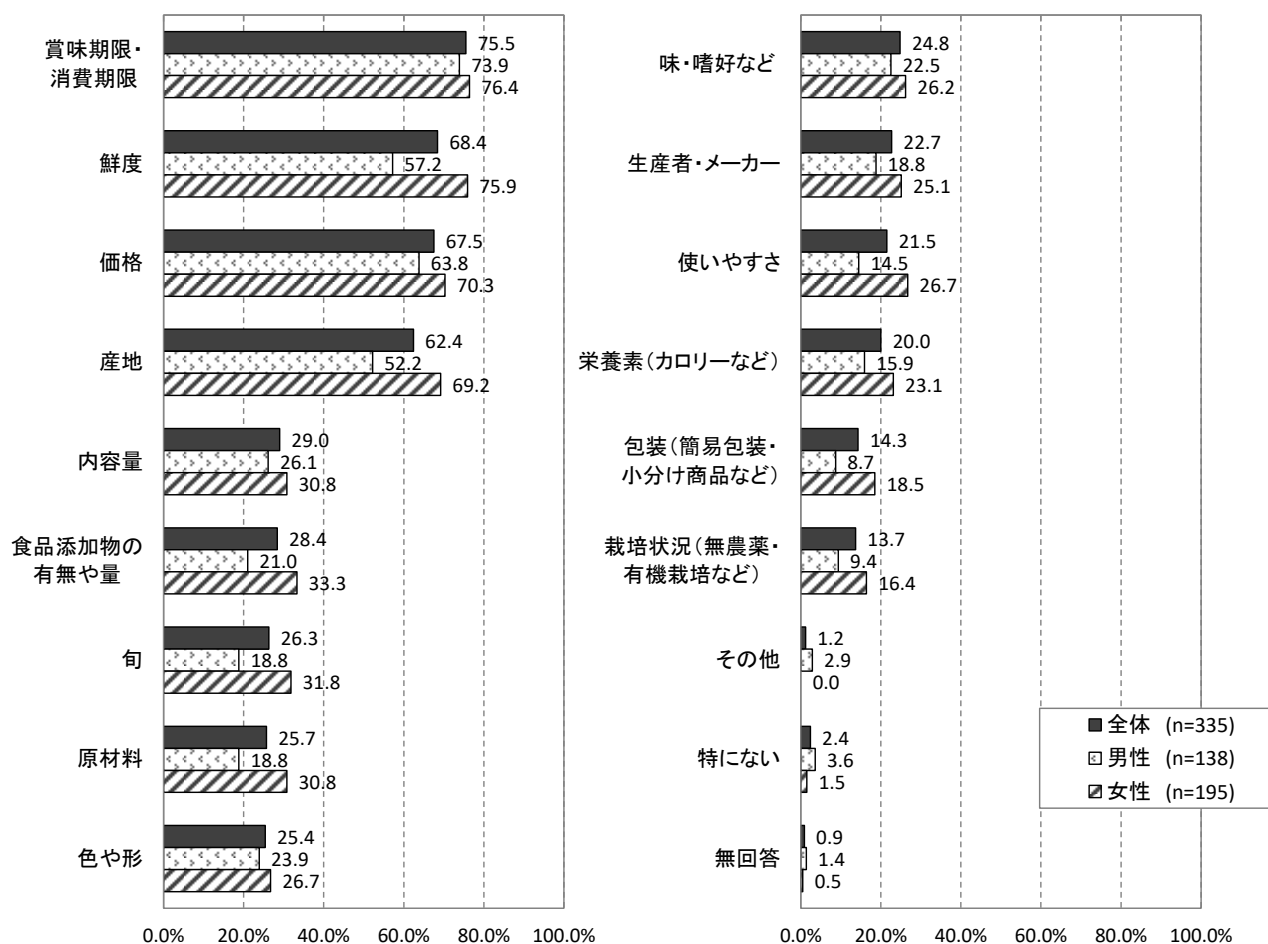
- 食品の安全性に不安を感じるかでは、「多少は感じている」(41.8%) が最も高く、以下「あまり感じていない」(34.0%)、「感じている」(15.8%)、「まったく感じていない」(7.8%) となっている。
- 性別にみると、女性では『感じている(「感じている」+「多少は感じている」)』が66.7%と男性44.9%に比べ21.8%高くなっている。
- 年齢別にみると、『感じている(「感じている」+「多少は感じている」)』では40～49歳、60歳以上の年齢層で6割を超え、18歳～39歳では「まったく感じていない」の割合が他に比べ高くなっている。



問 20 あなたは、食品を選ぶ際に気を付けていることはありますか。

【あてはまるものすべてに○】

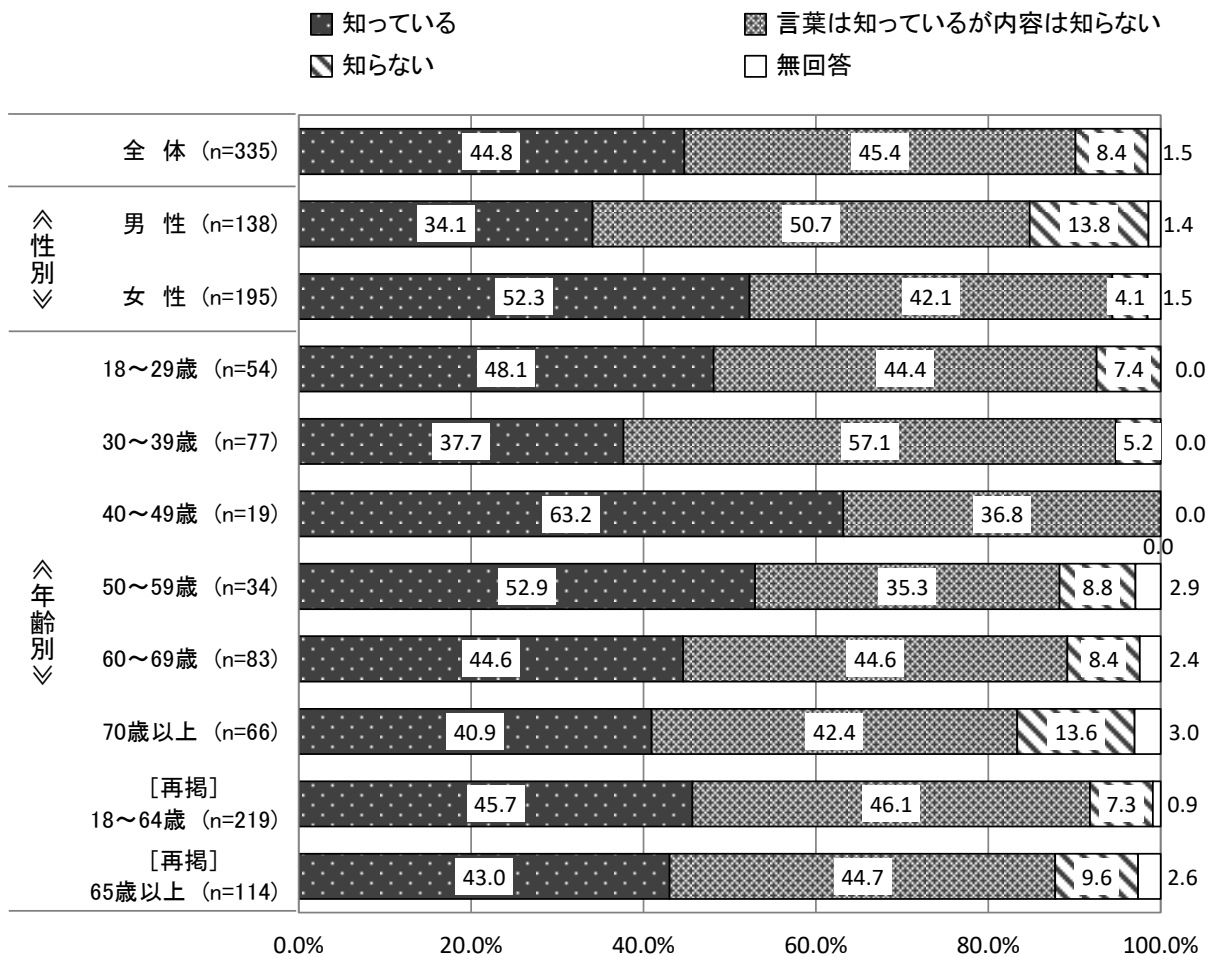
- 食品を選ぶ際に気をつけていることでは、「賞味期限・消費期限」(75.5%)が最も高く、以下「鮮度」(68.4%)、「価格」(67.5%)、「産地」(62.4%)、「内容量」(29.0%)となっている。
- 性別にみると、男性に比べ女性では「鮮度」(75.9%)、「産地」(69.2%)、「食品添加物の有無や量」(33.3%)、など多くの項目で割合が高くなっている。



⑨食育について

問 21 あなたは、「食育」について知っていますか。

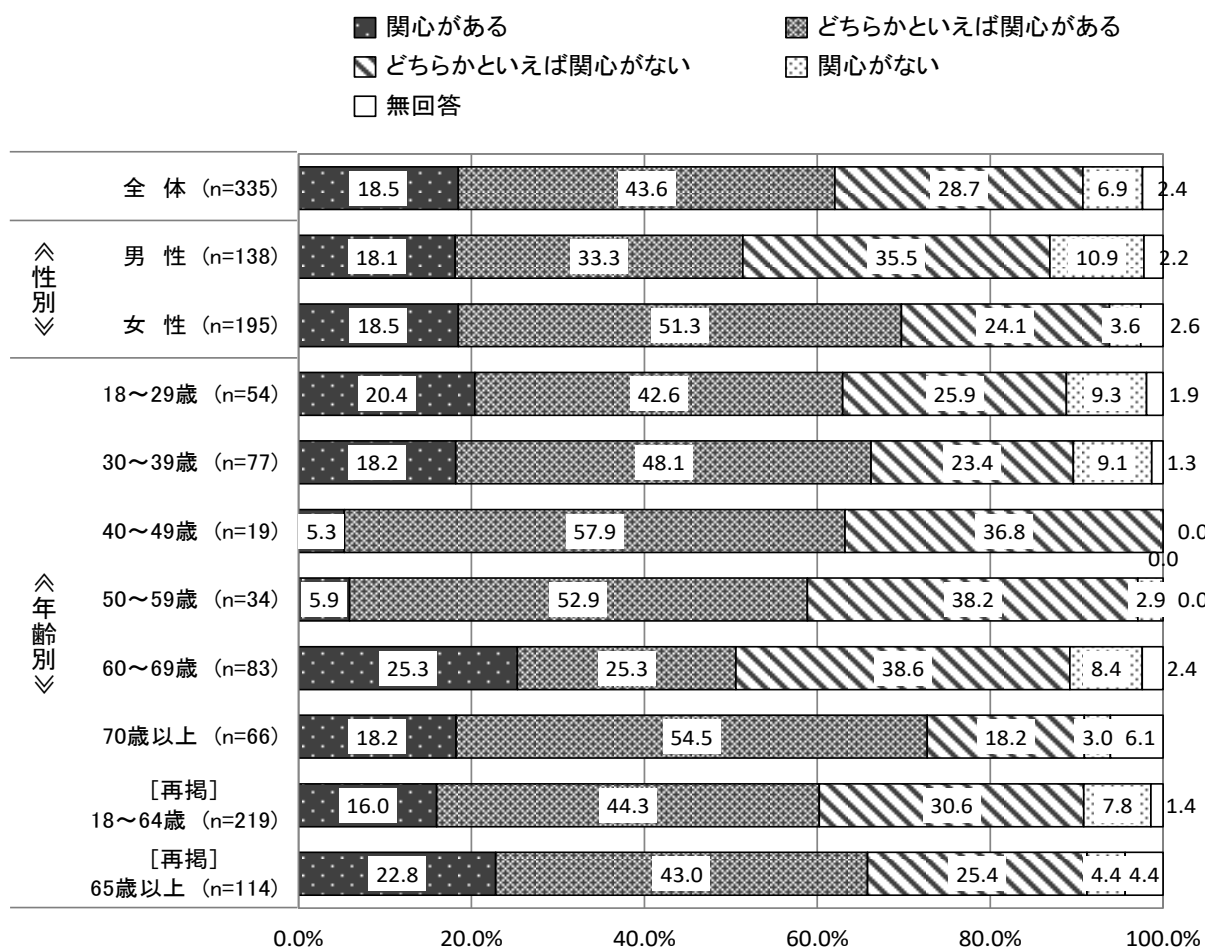
- 「食育」の認知状況では、「言葉は知っているが内容は知らない」(45.4%) が最も高く、以下「知っている」(44.8%)、「知らない」(8.4%) となっている。
- 性別にみると、女性では男性より「知っている」(52.3%) の割合が高くなっている。
- 年齢別にみると、「知っている」では 40～49 歳 (63.2%) の割合が他に比べ高くなっている。



※食育：心身の健康の増進と豊かな人間形成のために、食に関する知識や食を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。その中には、規則正しい食生活や栄養バランスのとれた食事などを実践したり、食を通じたコミュニケーションやマナー、あいさつなどの食に関する基礎を身に付けたり、自然の恵みへの感謝や伝統的な食文化などへの理解を深めたりすることが含まれます。

問 22 あなたは、「食育」に関心がありますか。

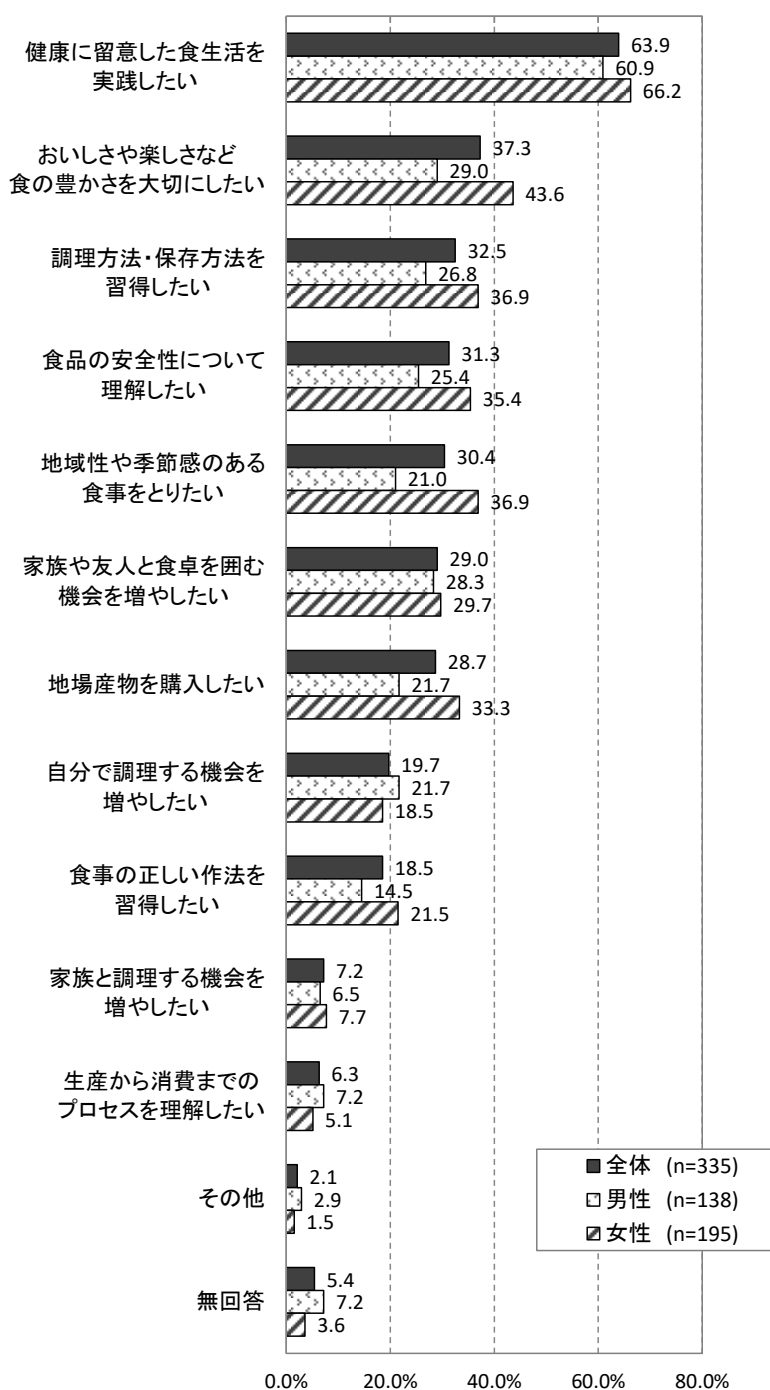
- 「食育」への関心度では、「どちらかといえば関心がある」(43.6%) が最も高く、以下「どちらかといえば関心がない」(28.7%)、「関心がある」(18.5%)、「関心がない」(6.9%) となっている。
- 性別にみると、『関心がある(「関心がある」+「どちらかといえば関心がある」)』では男性(51.4%)に比べ女性(69.8%)の方が18.4ポイント高くなっている。
- 年齢別にみると、『関心がない(「関心がない」+「どちらかといえば関心がない」)』では他に比べ60～69歳の割合が高くなっている。



問 23 あなたはどのようなことを食育として実践したいと思いますか。

【あてはまるものすべてに○】

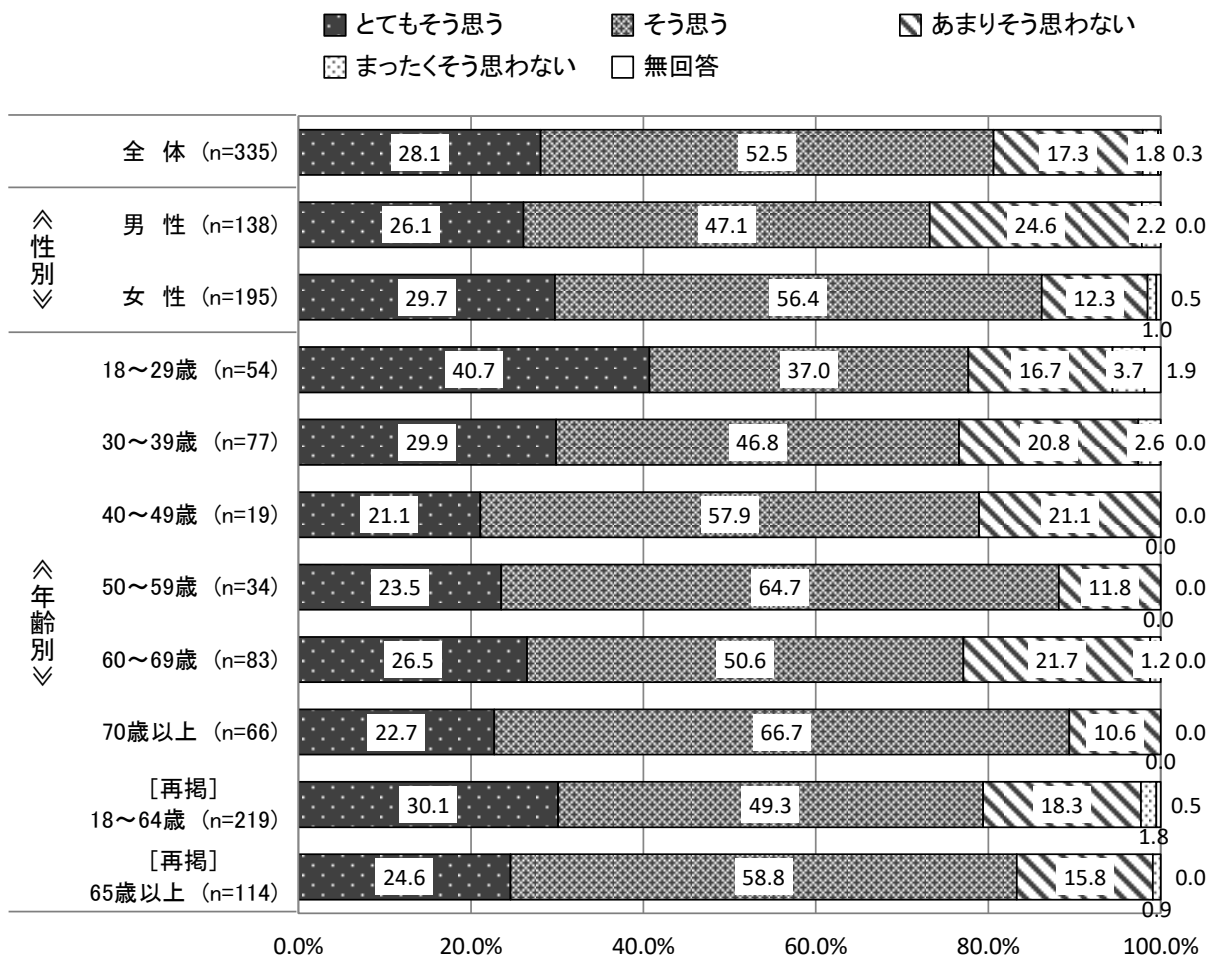
- 食育として実践したいことでは、「健康に留意した食生活を実践したい」(63.9%)が最も高く、以下「おいしさや楽しさなど食の豊かさを大切にしたい」(37.3%)、「調理方法・保存方法を習得したい」(32.5%)、「食品の安全性について理解したい」(31.3%)、「地域性や季節感のある食事をとりたい」(30.4%)となっている。
- 性別にみると、「自分で調理する機会を増やしたい」「生産から消費までのプロセスを理解したい」以外の項目で男性より女性の割合が高くなっている。



⑩食文化の継承について

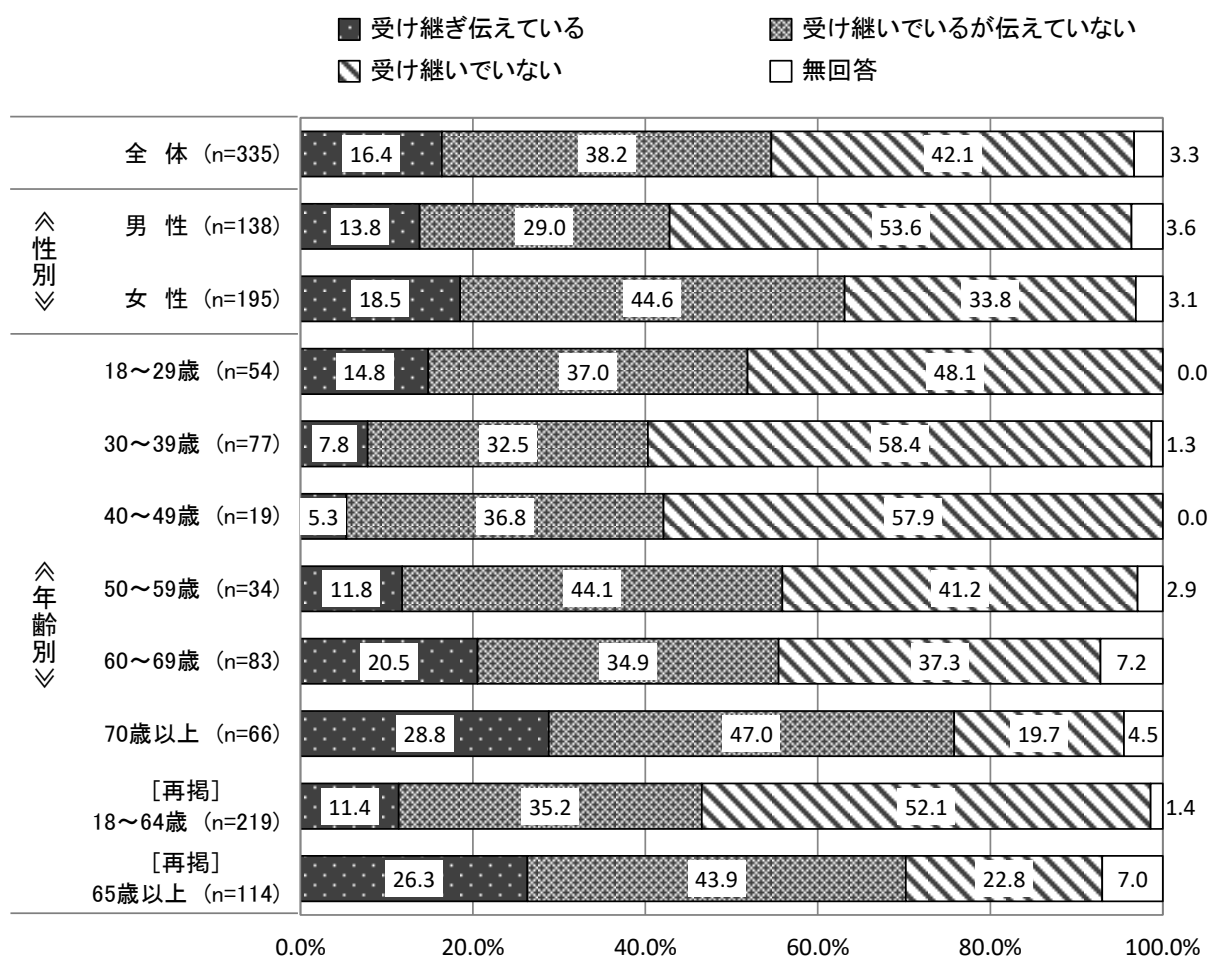
問 24 あなたは、地域や家庭で受け継がれてきた食文化を受け継ぐことは大切だと思いますか。

- 食文化を受け継ぐことは大切だと思うかでは、「そう思う」(52.5%)が最も高く、以下「とてもそう思う」(28.1%)、「あまりそう思わない」(17.3%)、「まったくそう思わない」(1.8%)となっている。
- 性別にみると、『そう思う(「とてもそう思う」+「そう思う」)』では男性(73.2%)に比べ女性(86.1%)が12.9ポイント高くなっている。
- 年齢別にみると、いずれの年代も『そう思う(「とてもそう思う」+「そう思う」)』で7割を超え高い割合となっている。



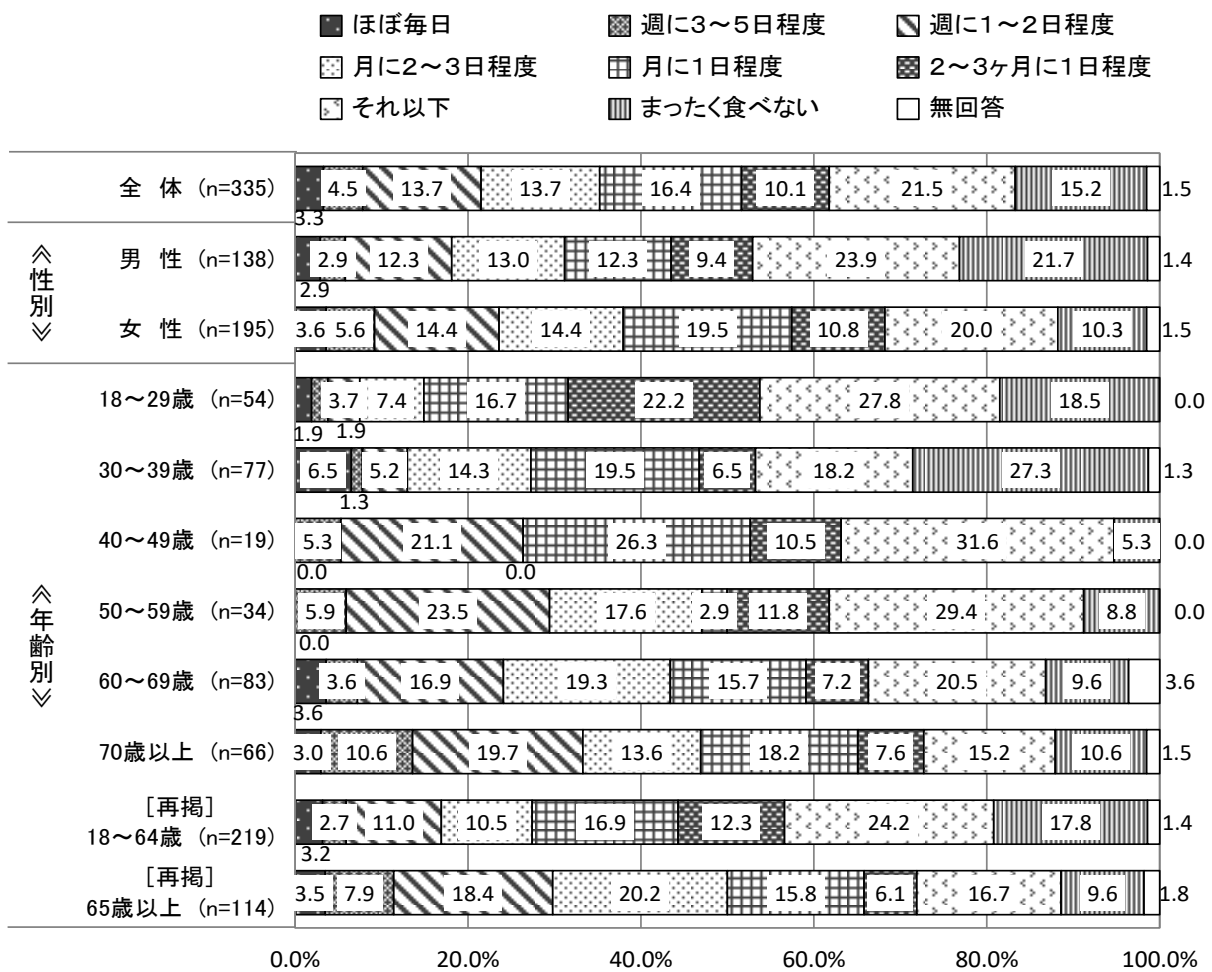
問 25 あなたは、地域や家庭で受け継がれてきた食文化を受け継ぎ、地域や次世代（子どもや孫を含む）に伝えていますか。

- 食文化を地域や次世代に伝えているかでは、「受け継いでいない」（42.1%が最も高く、以下「受け継いでいるが伝えていない」（38.2%）、「受け継ぎ伝えている」（16.4%）となっている。
- 性別にみると、男性では「受け継いでいない」の割合が 53.6%と半数を超え高くなっている。
- 年齢別にみると、70 歳以上では「受け継ぎ伝えている」の割合が他に比べ高くなっている。



問 26 あなたは、郷土料理や伝統料理をどのくらいの頻度で食べていますか。

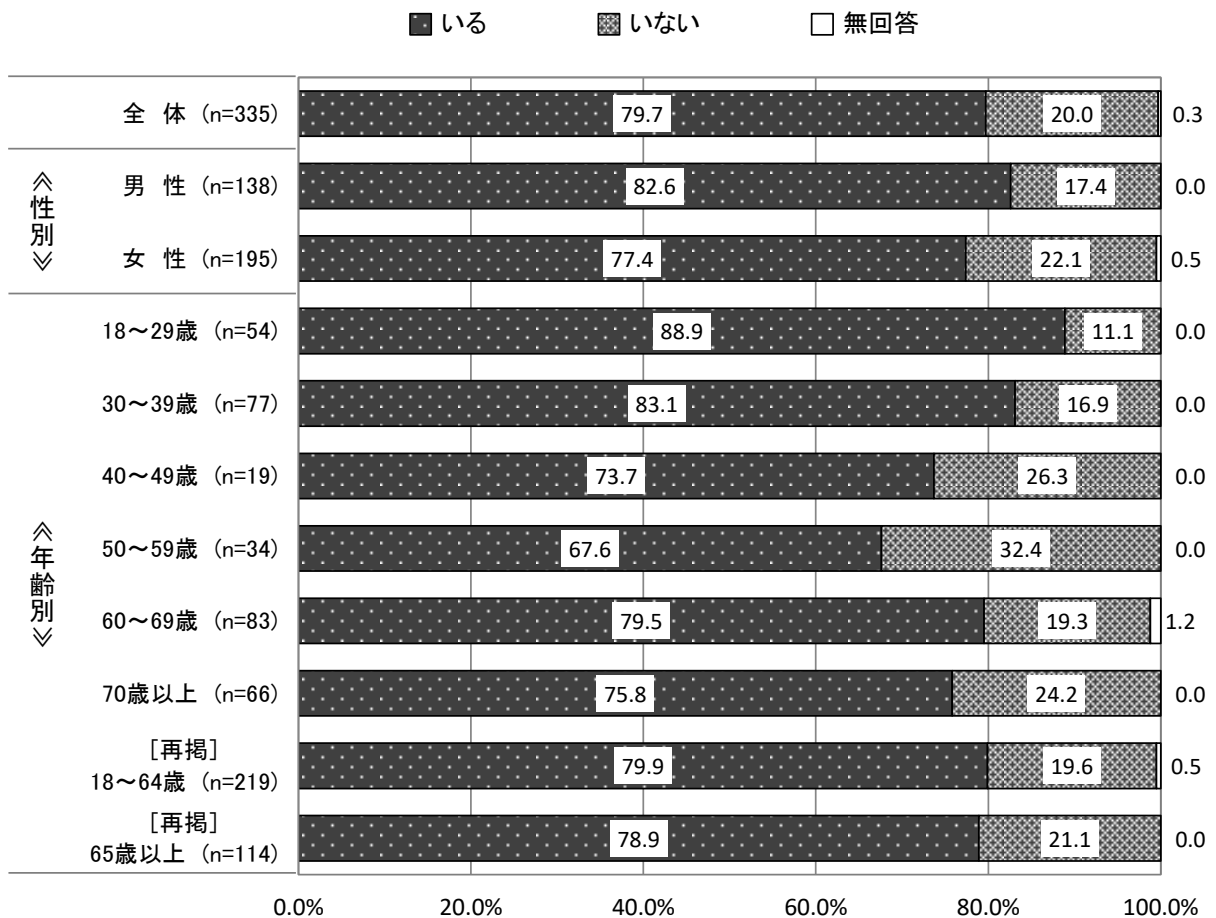
- 郷土料理や伝統料理の摂取頻度では、「それ以下」(21.5%) が最も高く、以下「月に1日程度」(16.4%)、「まったく食べない」(15.2%)、「週に1~2日程度」(13.7%)、「月に2~3日程度」(13.7%) となっている。
- 性別にみると、男性では女性に比べ、「まったく食べない」(21.7%) の割合が高くなっている。
- 年齢別にみると、40歳以上の年齢層では週に1~2日以上食べる割合が39歳以下の年齢を層に比べ高くなっている。



⑪農業・畜産体験について

問 27 これまで、あなた又はあなたの家族の中で、田植え（種まき）、稲刈り、野菜の収穫、家畜の世話などを体験したことがある人はいますか。

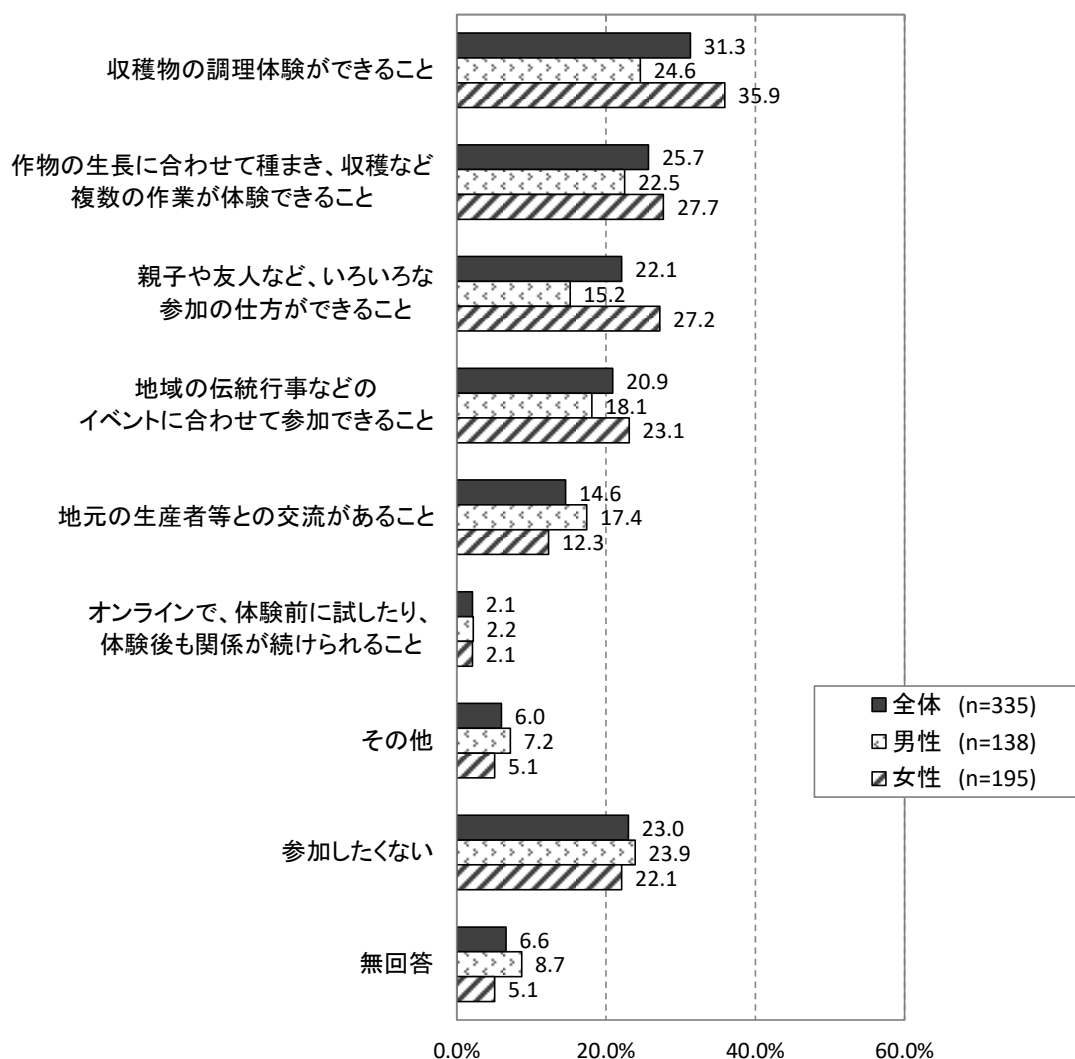
- 自身、自身の家族が農業・畜産の体験をしたことがあるかでは、「いる」（79.7%）が最も高く、以下「いない」（20.0%）となっている。
- 性別にみると、女性は、「いない」（22.1%）の割合が比較的高くなっている。
- 年齢別にみると、他の年齢層に比べ 50～59 歳では「いない」（32.4%）の割合が高くなっている。



問 28 農林漁業体験にどんな工夫があれば参加したいと思いますか。

【あてはまるものすべてに○】

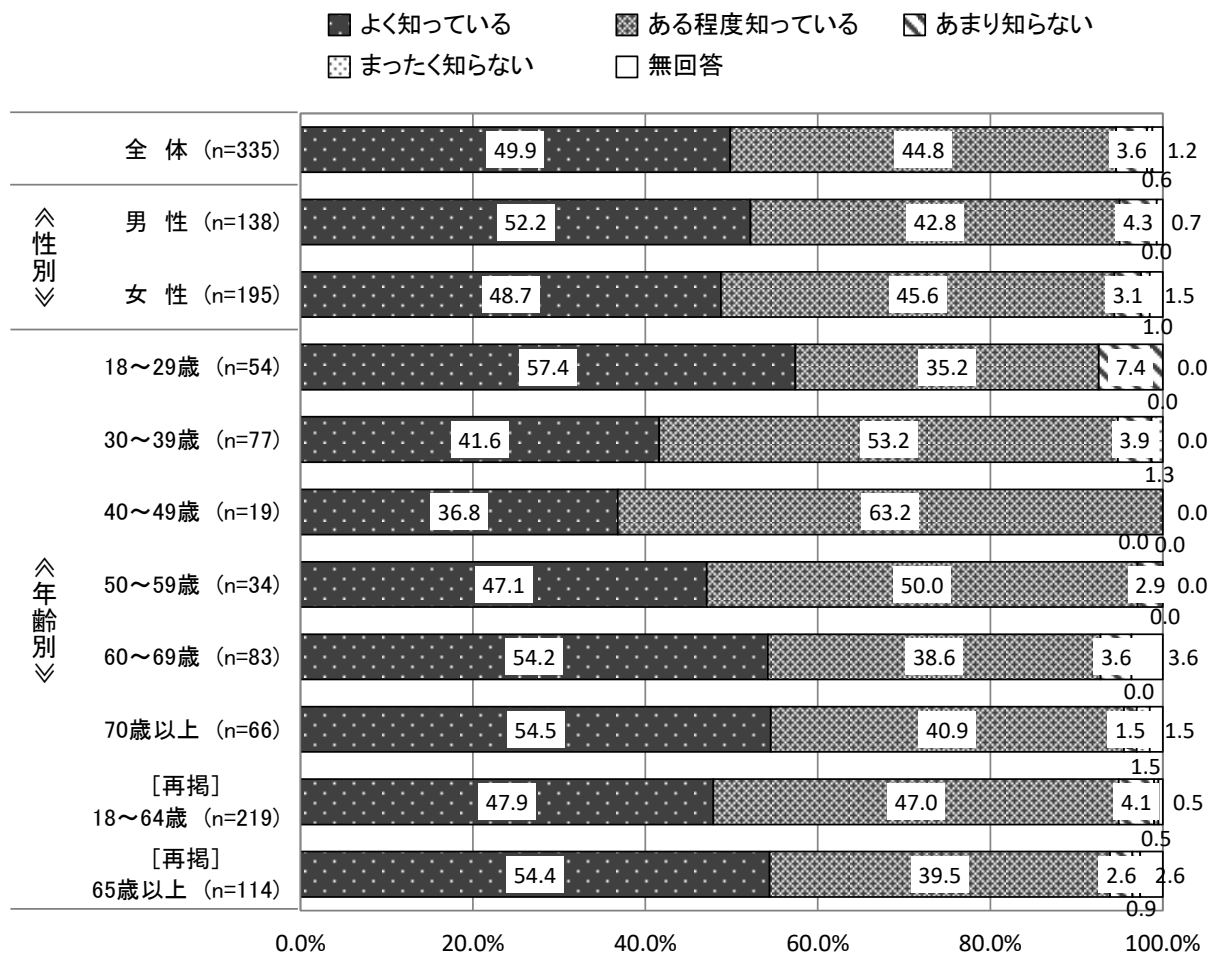
- 農林漁業体験にどんな工夫があれば参加したいかでは、「収穫物の調理体験ができること」(31.3%) が最も高く、以下「作物の生長に合わせて種まき、収穫など複数の作業が体験できること」(25.7%)、「参加したくない」(23.0%)、「親子や友人など、いろいろな参加の仕方ができること」(22.1%)、「地域の伝統行事などのイベントに合わせて参加できること」(20.9%) となっている。
- 性別にみると、女性で「収穫物の調理体験ができること」(35.9%)、「作物の生長に合わせて種まき、収穫など複数の作業が体験できること」(27.7%)、「親子や友人など、いろいろな参加の仕方ができること」(27.2%)、「地域の伝統行事などのイベントに合わせて参加できること」(23.1%) で男性に比べ女性の割合が高くなっている。



⑫食品ロスについて

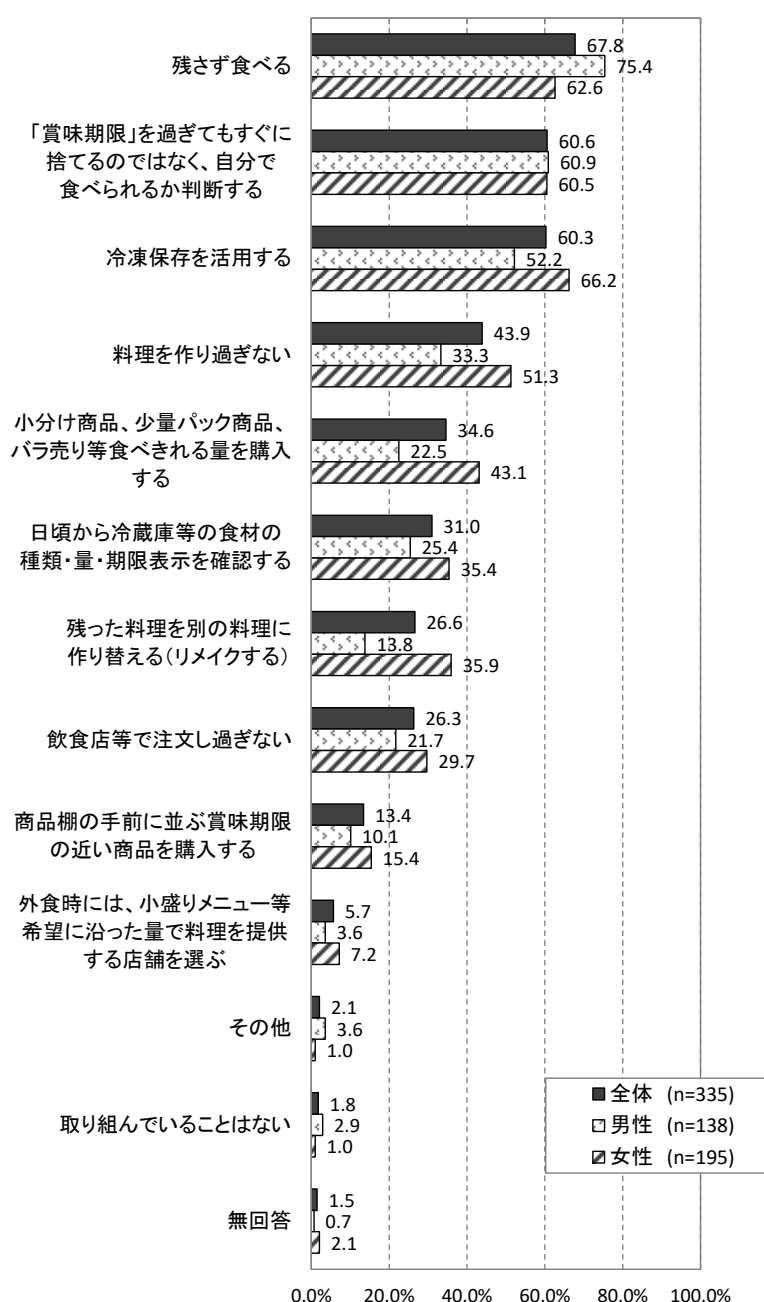
問 29 あなたは、「食品ロス」が問題となっていることを知っていますか。

- 「食品ロス」問題の認知状況では、「よく知っている」(49.9%) が最も高く、以下「ある程度知っている」(44.8%)、「あまり知らない」(3.6%)、「まったく知らない」(0.6%) となっている。
- 性別にみると、特に大きな差はみられない。
- 年齢別にみると、18～29歳では「よく知っている」の割合が57.4%と、他の年齢層に比べ高くなっている。



問 30 あなたは、「食品ロス」を減らすために取り組んでいることはありますか。
【あてはまるものすべてに○】

- 「食品ロス」を減らすために取り組んでいることでは、「残さず食べる」(67.8%)が最も高く、以下「賞味期限」を過ぎてもすぐに捨てるのではなく、自分で食べられるか判断する」(60.6%)、「冷凍保存を活用する」(60.3%)、「料理を作り過ぎない」(43.9%)、「小分け商品、少量パック商品、バラ売り等食べきれぬ量を購入する」(34.6%)となっている。
- 性別にみると、多くの項目で女性の方が割合が高くなっているが、その中でも「残った料理を別の料理に作り替える(リメイクする)」「小分け商品、少量パック商品、バラ売り等食べきれぬ量を購入する」では2割以上の差で割合が高くなっている。

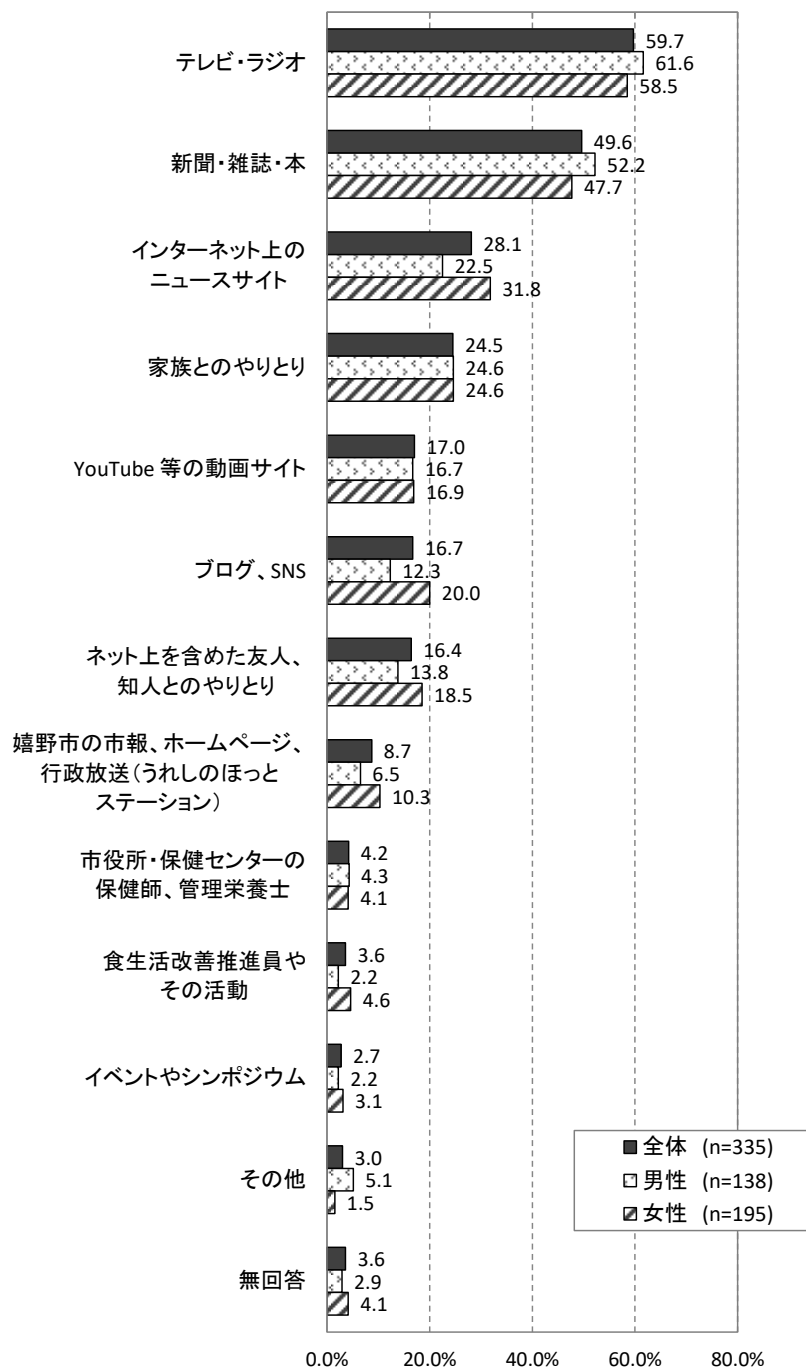


⑬食に関する情報源について

問 31 あなたは、食に関する情報をどこからよく入手しますか。

【あてはまるものすべてに○】

- 食に関する情報の入手先では、「テレビ・ラジオ」(59.7%) が最も高く、以下「新聞・雑誌・本」(49.6%)、「インターネット上のニュースサイト」(28.1%)、「家族とのやりとり」(24.5%)、「YouTube 等の動画サイト」(17.0%) となっている。
- 性別にみると、男性に比べ女性では「インターネット上のニュースサイト」(31.8%)、「ブログ、SNS」(20.0%) で男性より特に割合が高くなっている。



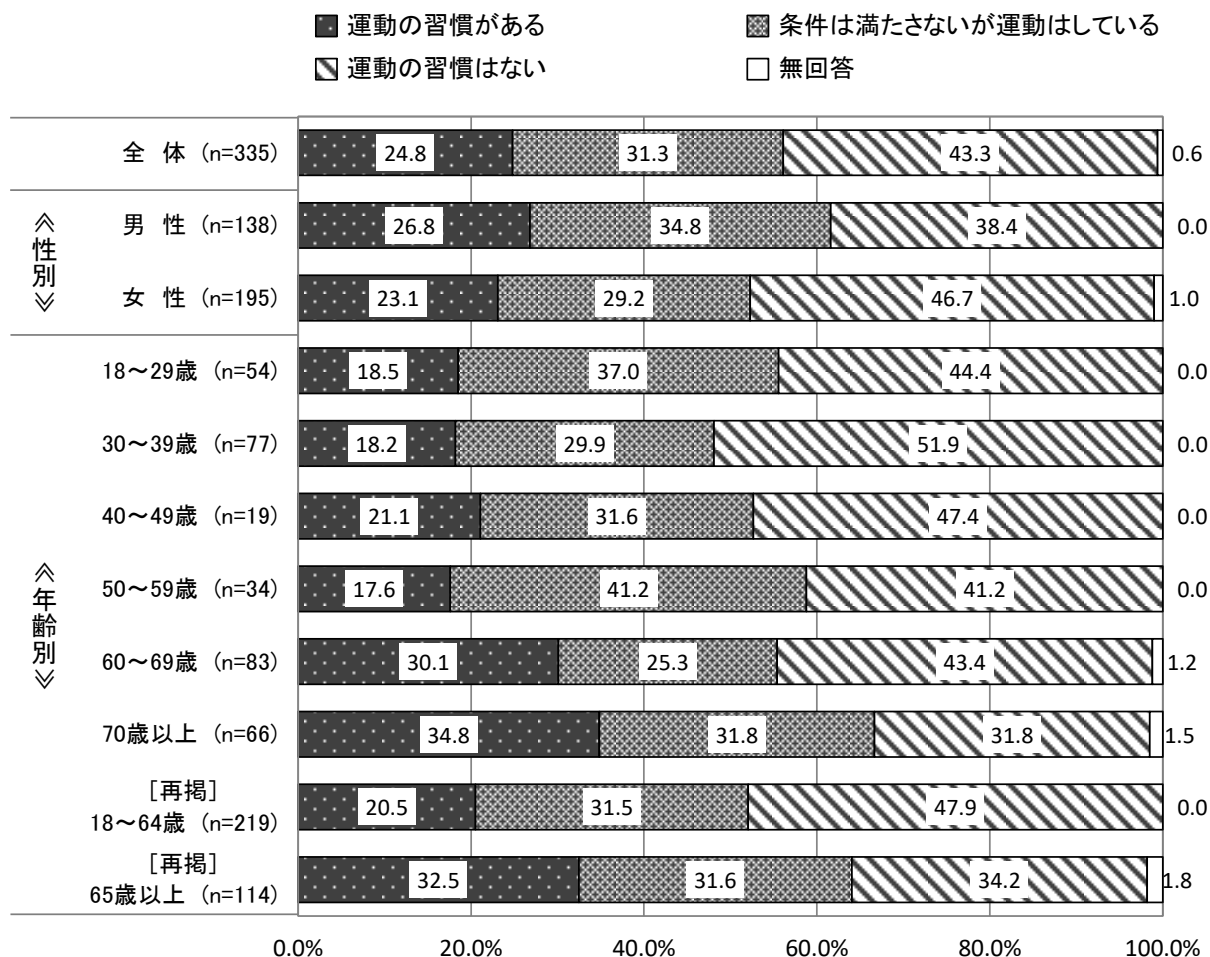
(3) 運動

①運動習慣

問 32 あなたは、運動をする習慣がありますか。

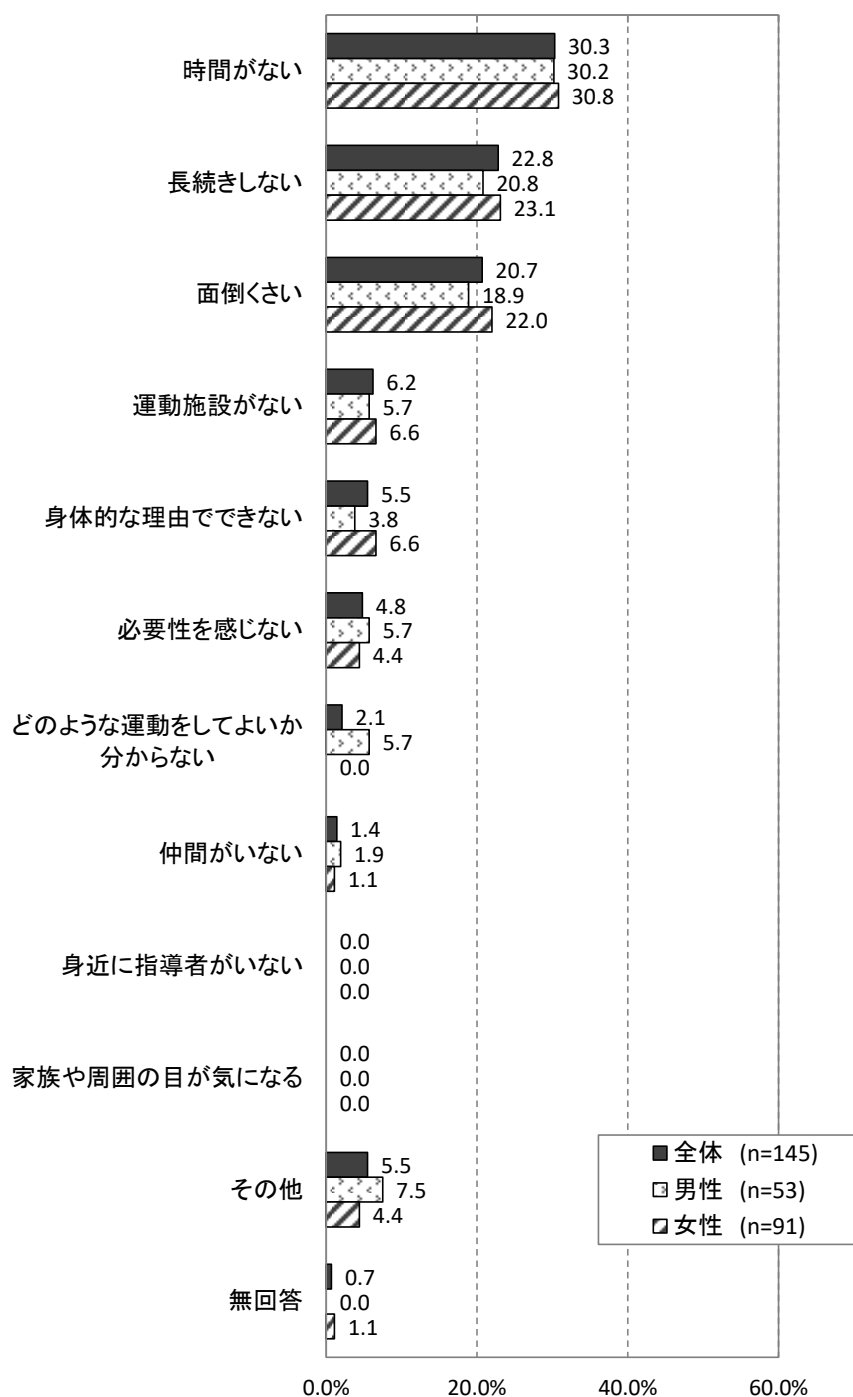
※「運動をする習慣」の条件とは、1回30分以上の運動（散歩を含む）を週2回以上実施し、1年以上継続している場合のことです。

- 運動習慣の状況では、「運動の習慣はない」（43.3%）が最も高く、以下「条件は満たさないが運動はしている」（31.3%）、「運動の習慣がある」（24.8%）となっている。
- 性別にみると、女性では「運動の習慣はない」が46.7%と、男性に比べ8.3ポイント高くなっている。
- 年齢別にみると、「運動の習慣はない」では30～39歳で51.9%と半数以上の回答があり他の年代に比べ高い割合となっている。

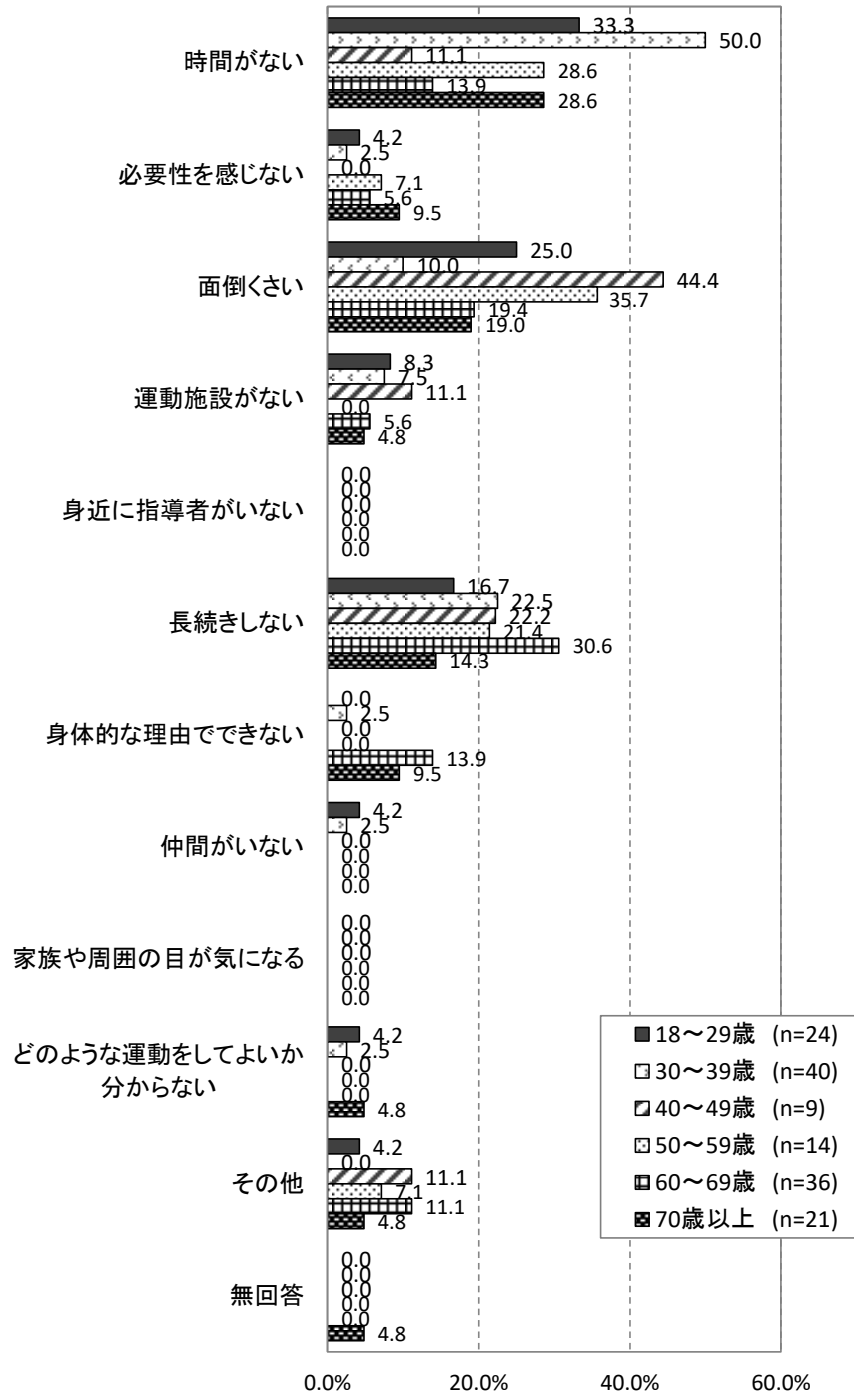


問 32-1 (問 32 で「3. 運動の習慣はない」に○をつけた方におたずねします)
 運動をしない理由はどのようなことですか。最も近い理由を1つだけお答えください。

- 運動をしない理由では、「時間がない」(30.3%)が最も高く、以下「長続きしない」(22.8%)、「面倒くさい」(20.7%)、「運動施設がない」(6.2%)、「身体的な理由でできない」(5.5%)、「その他」(5.5%)となっている。
- 性別にみると、特に大きな差はみられない。



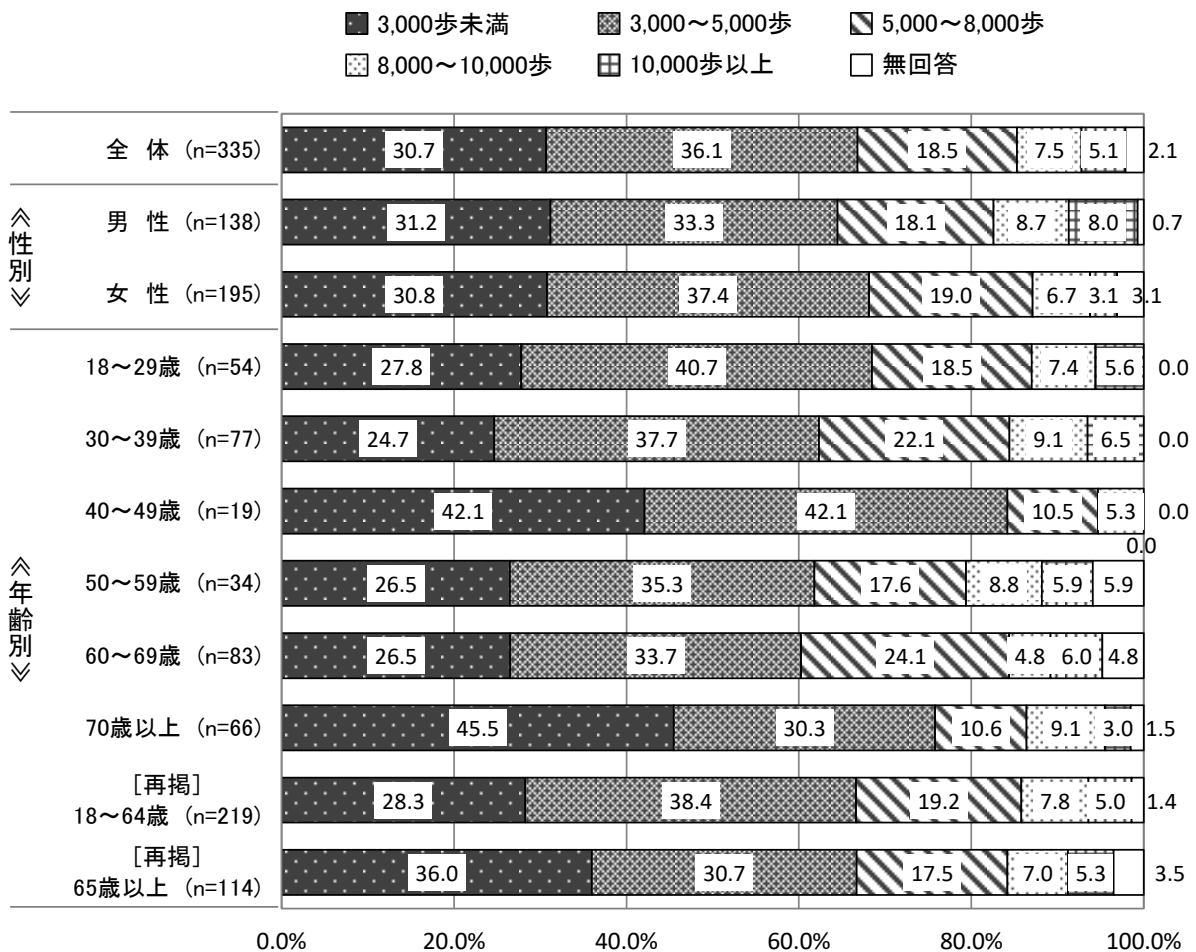
- 年齢別にみると、18～29歳は、「面倒くさい」(25.0%)、30～39歳は、「時間がない」(50.0%)、50～59歳は、「面倒くさい」(35.7%)、60～69歳は、「長続きしない」(30.6%)の割合が高くなっている。



②1日の歩行数

問 33 あなたは、日常生活の中で1日何歩ぐらい、歩いていると思いますか。

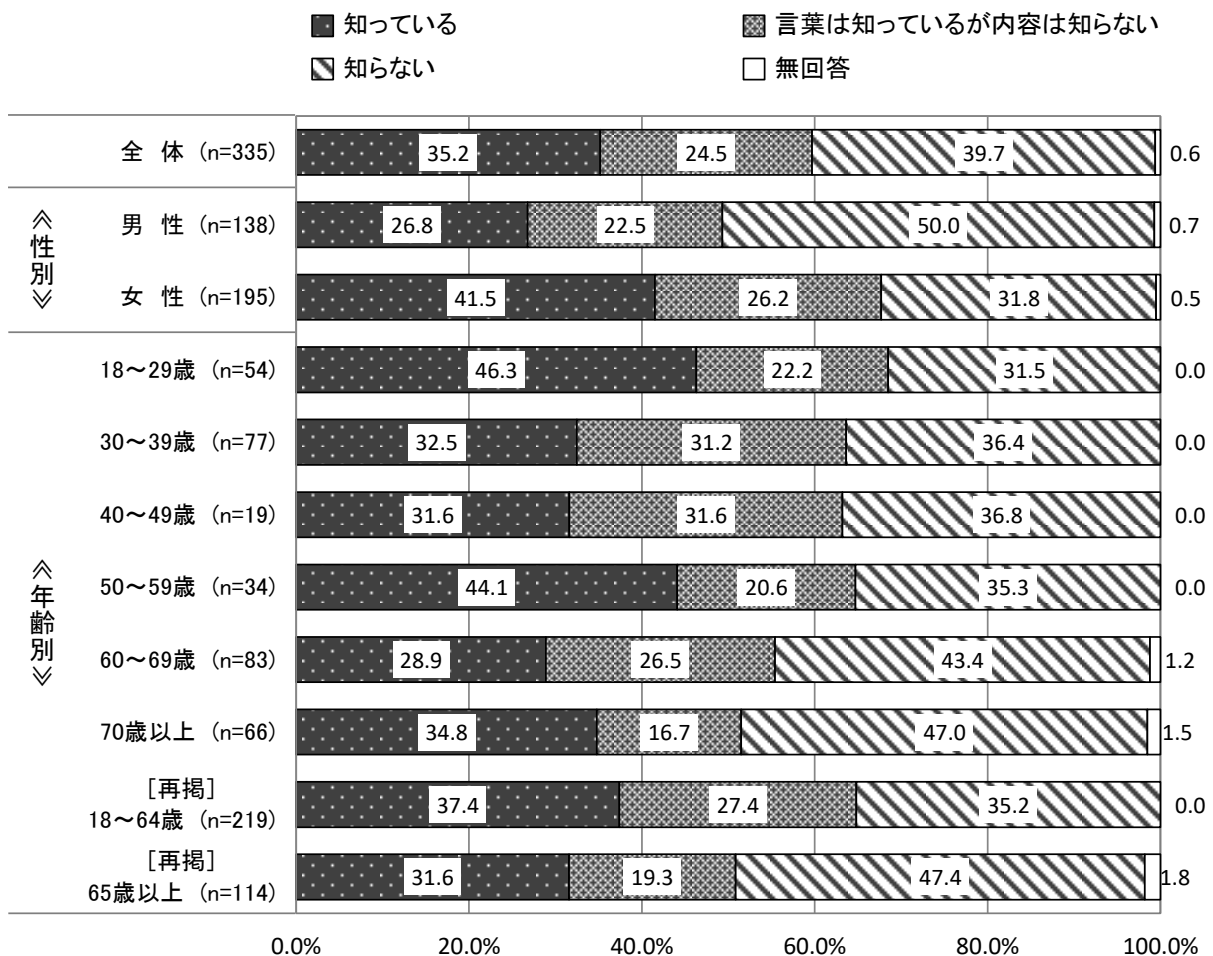
- 1日の歩行数では、「3,000～5,000歩」(36.1%)が最も高く、以下「3,000歩未満」(30.7%)、「5,000～8,000歩」(18.5%)、「8,000～10,000歩」(7.5%)、「10,000歩以上」(5.1%)となっている。
- 性別にみると、特に大きな差はみられない。
- 年齢別にみると、『5,000歩未満(「3,000歩未満」+「3,000～5,000歩」)』では40～49歳で84.2%と他に比べ割合が高くなっている。



③ロコモティブシンドローム（運動器症候群）の認知度

問 34 あなたは、ロコモティブシンドローム（運動器症候群）について知っていますか。

- ロコモティブシンドローム（運動器症候群）の認知状況では、「知らない」（39.7%）が最も高く、以下「知っている」（35.2%）、「言葉は知っているが内容は知らない」（24.5%）となっている。
- 性別にみると、「知らない」では男性（50.0%）と半数の回答と割合が高くなっている。
- 年齢別にみると、18～29歳、50～59歳では、「知っている」の割合が4割を超えており、60歳以上の年齢層では「知らない」の割合が4割を超えている。



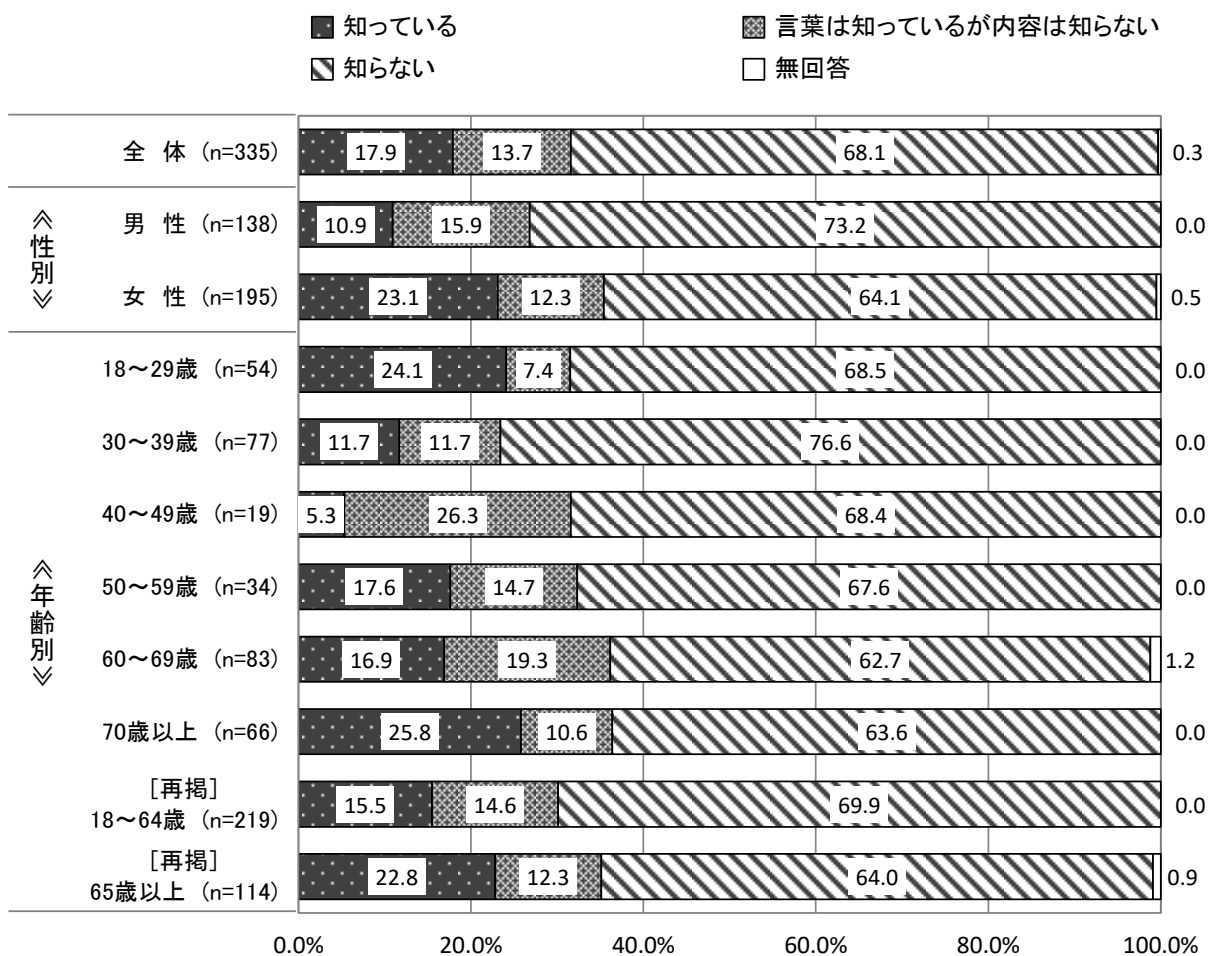
※ロコモティブシンドローム（運動器症候群）：

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

④フレイルの認知度

問 35 あなたは、フレイルについて知っていますか。

- フレイルの認知状況では、「知らない」(68.1%) が最も高く、以下「知っている」(17.9%)、「言葉は知っているが内容は知らない」(13.7%) となっている。
- 性別にみると、女性は男性に比べ、「知っている」(23.1%) の割合が高くなっている。
- 年齢別にみると、18~29歳、70歳以上の年齢層で「知っている」の割合が他に比べ高くなっている。またいずれの年齢層でも「知らない」の割合が6割を超えて高くなっている。

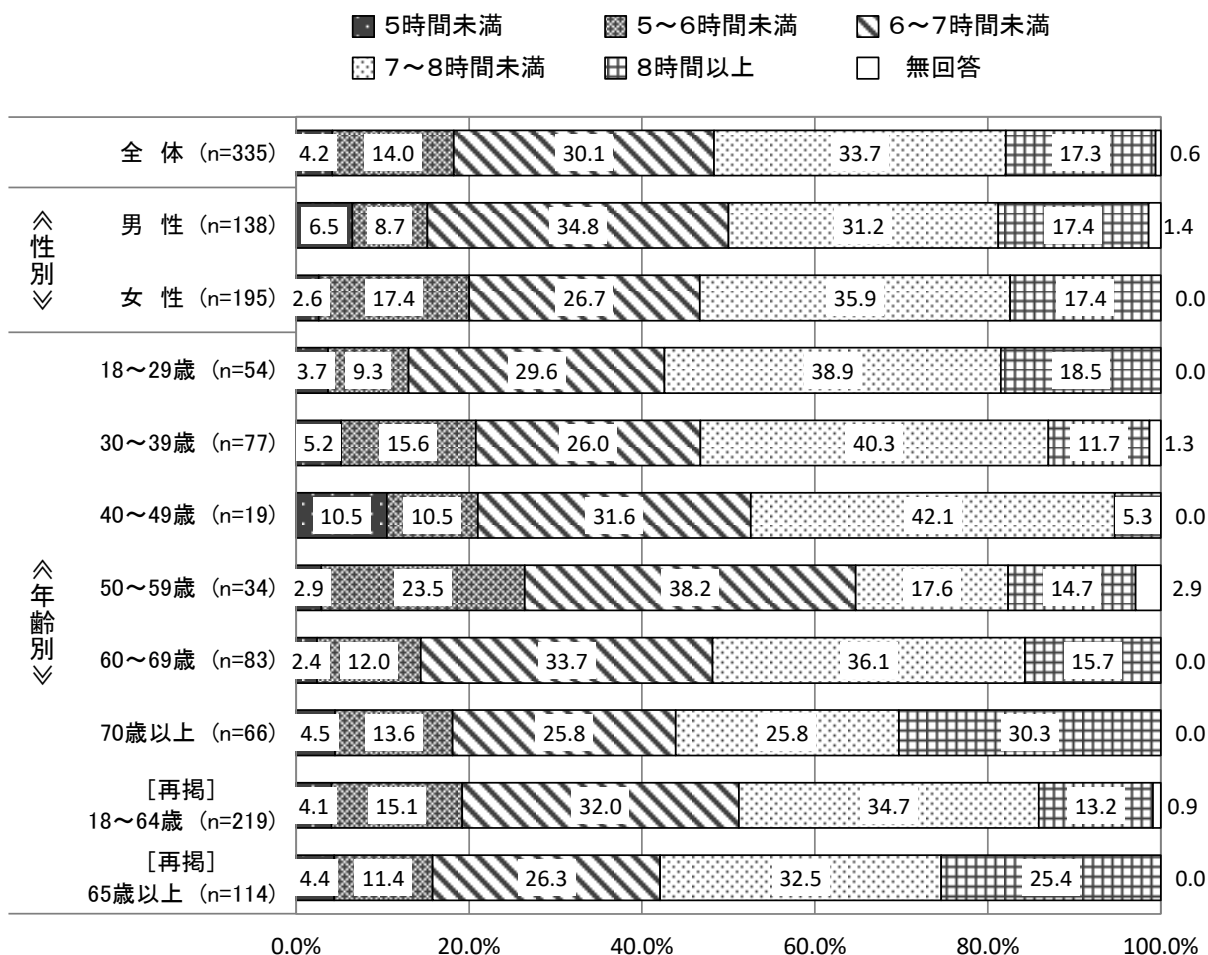


(4) 休養

①睡眠

問 36 あなたの1日の平均睡眠時間は何時間ですか。(小数点以下は四捨五入してください)

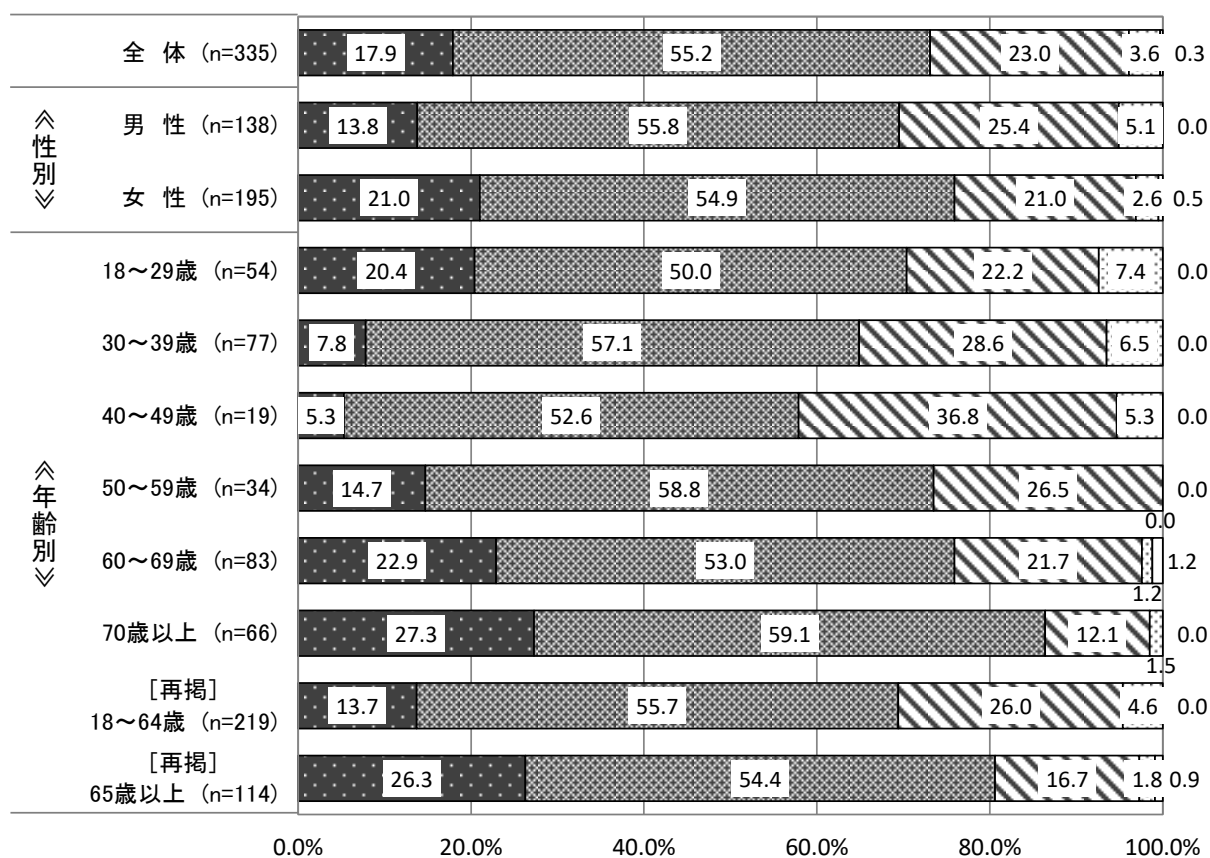
- 平均睡眠時間では、「7～8時間未満」(33.7%)が最も高く、以下「6～7時間未満」(30.1%)、「8時間以上」(17.3%)、「5～6時間未満」(14.0%)、「5時間未満」(4.2%)となっている。
- 性別にみると、特に大きな差はみられない。
- 年齢別にみると、40～49歳は、「5時間未満」(10.5%)、50～59歳は、「5～6時間未満」(23.5%)、「6～7時間未満」(38.2%)、70歳以上は、「8時間以上」(30.3%)で他に比べ割合が高くなっている。



問 37 あなたは、心だんの睡眠で休養が十分とれていると思いますか。

- 睡眠で休養が十分とれているかでは、「まあまあとれている」(55.2%)が最も高く、以下「あまりとれていない」(23.0%)、「十分とれている」(17.9%)、「まったくとれていない」(3.6%)となっている。
- 性別にみると、『とれている(「十分とれている」+「まあまあとれている」)』では女性の割合が6.3ポイント高く、『とれていない(「あまりとれていない」+「まったくとれていない」)』では男性の割合が6.9ポイント高くなっている。
- 年齢別にみると、比較的高い年齢層で『とれている』の割合が高くなっている。

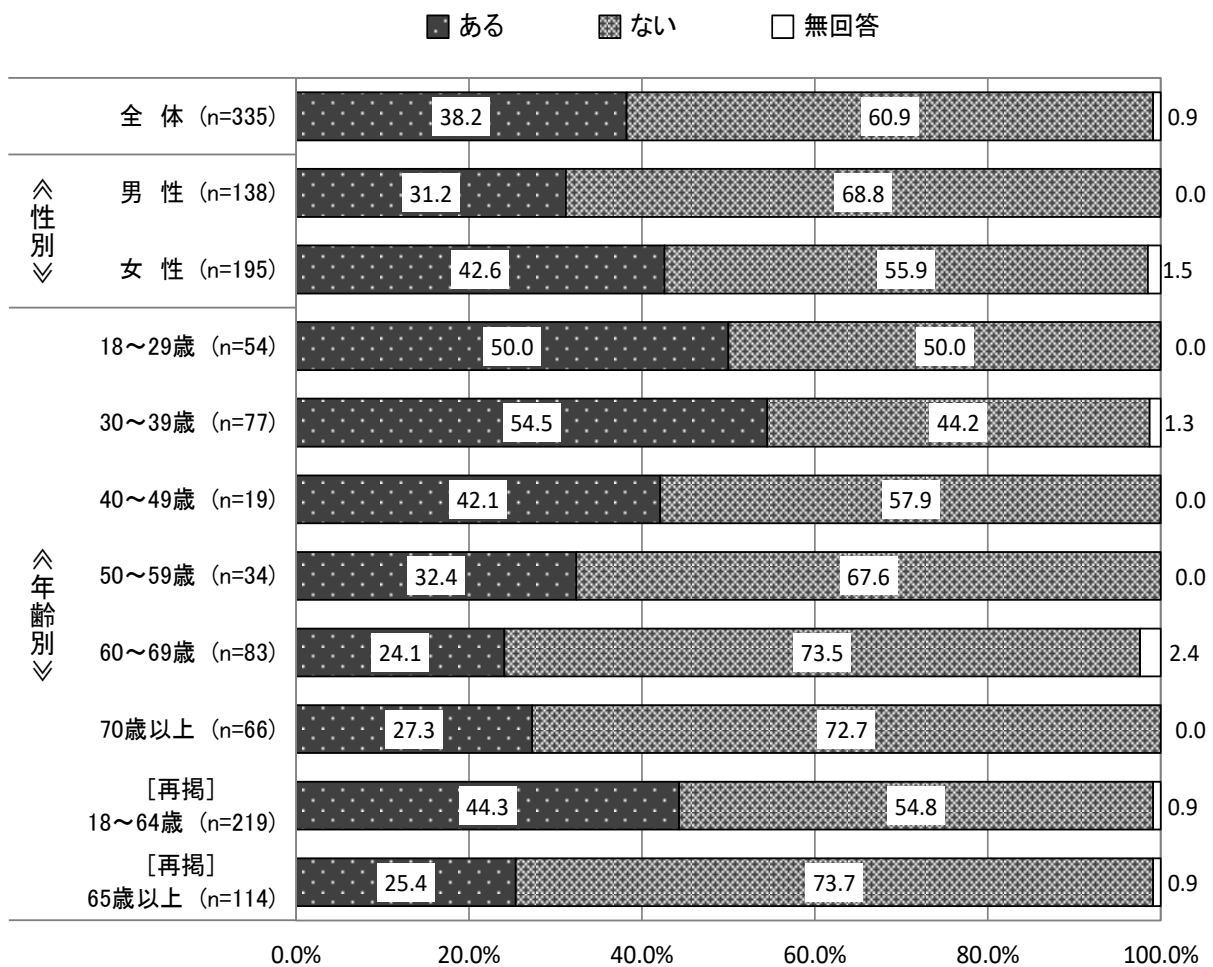
■ 十分とれている ■ まあまあとれている ■ あまりとれていない
 ■ まったくとれていない □ 無回答



②ストレス

問 38 あなたは、自分で解決できないようなストレスがありますか。

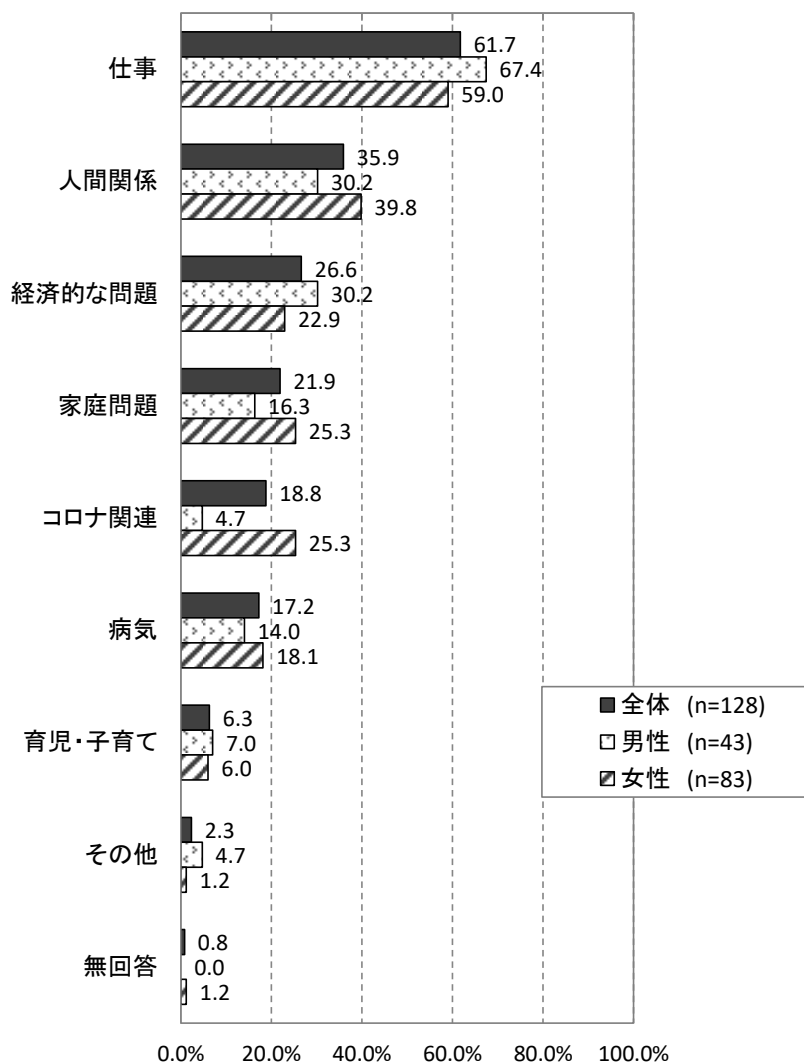
- 自分で解決できないようなストレスがあるかでは、「ない」(60.9%) が最も高く、以下「ある」(38.2%) となっている。
- 性別にみると、男性に比べ女性では「ある」の割合が 11.4 ポイント高くなっている。
- 年齢別にみると、39 歳以下の年齢層では、「ある」の割合が半数を超え高く、「ない」では 60 歳以上の年齢層で 7 割を超え高い割合となっている。



問 38-1 (問 38 で「1. ある」に○をつけた方におたずねします)

どんなことでストレスがありますか。【あてはまるものすべてに○】

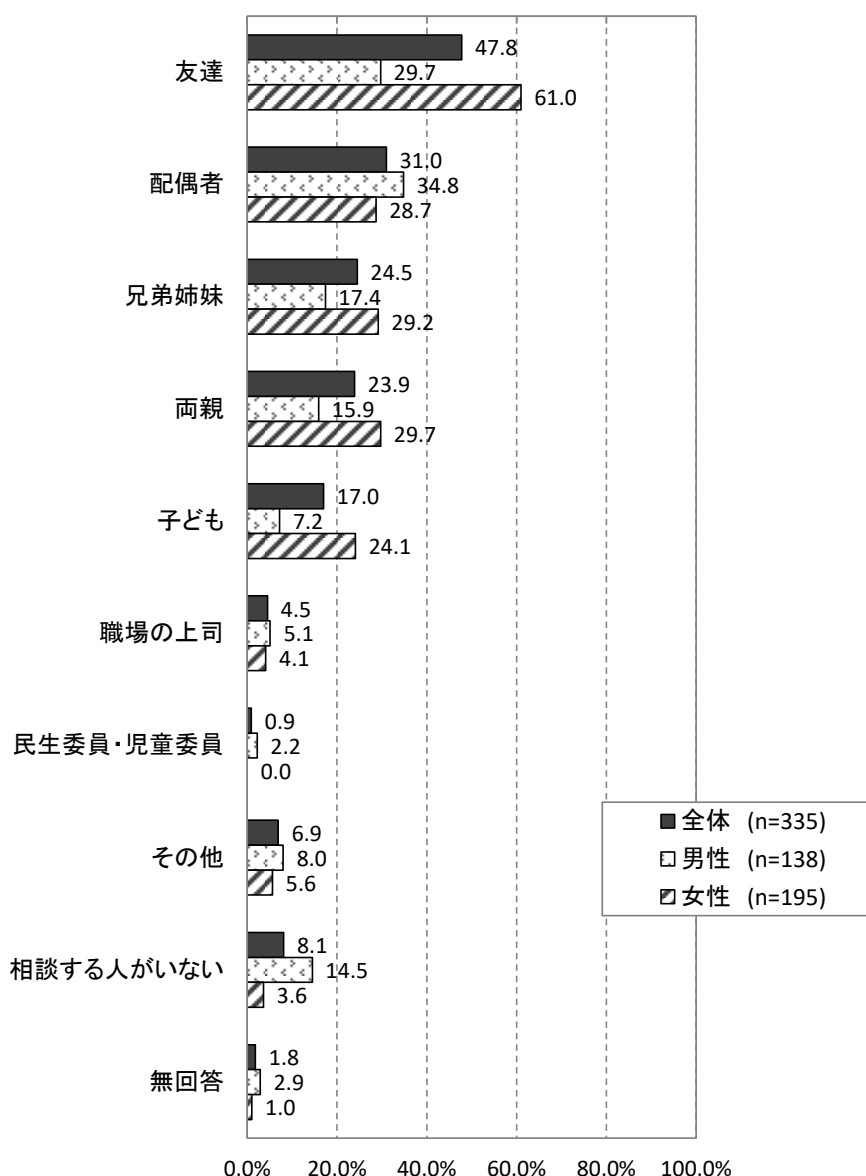
- ストレスの内容では、「仕事」(61.7%) が最も高く、以下「人間関係」(35.9%)、「経済的な問題」(26.6%)、「家庭問題」(21.9%)、「コロナ関連」(18.8%) となっている。
- 性別にみると、男性に比べ女性では「コロナ関連」で 20.6 ポイント上回っている。



問 39 あなたは、悩んだりストレスを抱えた時に、だれに相談しますか。

【あてはまるものすべてに○】

- 悩みやストレスの相談相手では、「友達」(47.8%)が最も高く、以下「配偶者」(31.0%)、「兄弟姉妹」(24.5%)、「両親」(23.9%)、「子ども」(17.0%)となっている。
- 性別にみると、男性は、「相談する人がいない」(14.5%)で女性を10.9ポイント上回っており、女性では「友達」(61.0%)や「子ども」(24.1%)、「両親」(29.7%)などで男性より高い割合となっている。

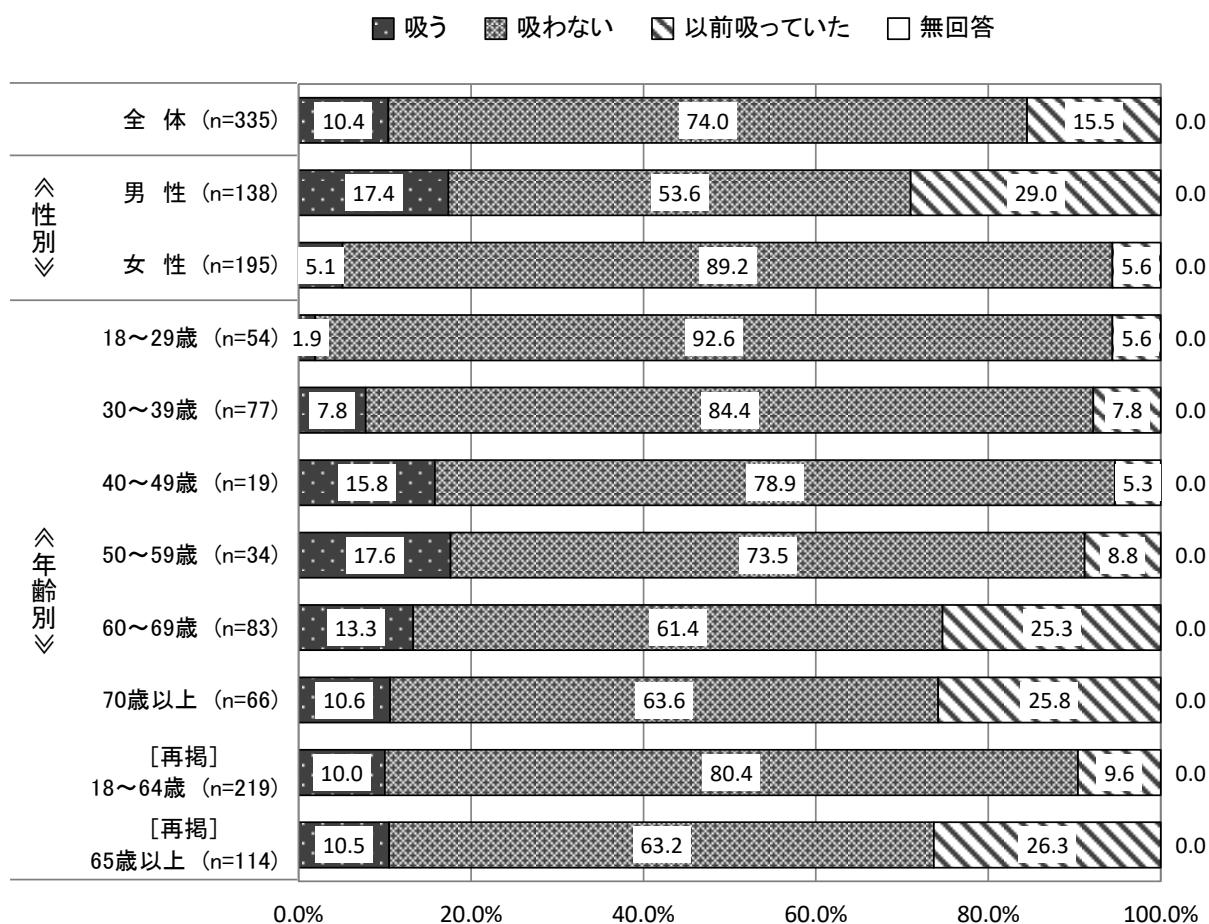


(5) 喫煙

①喫煙の状況

問 40 あなたは、たばこを吸いますか。

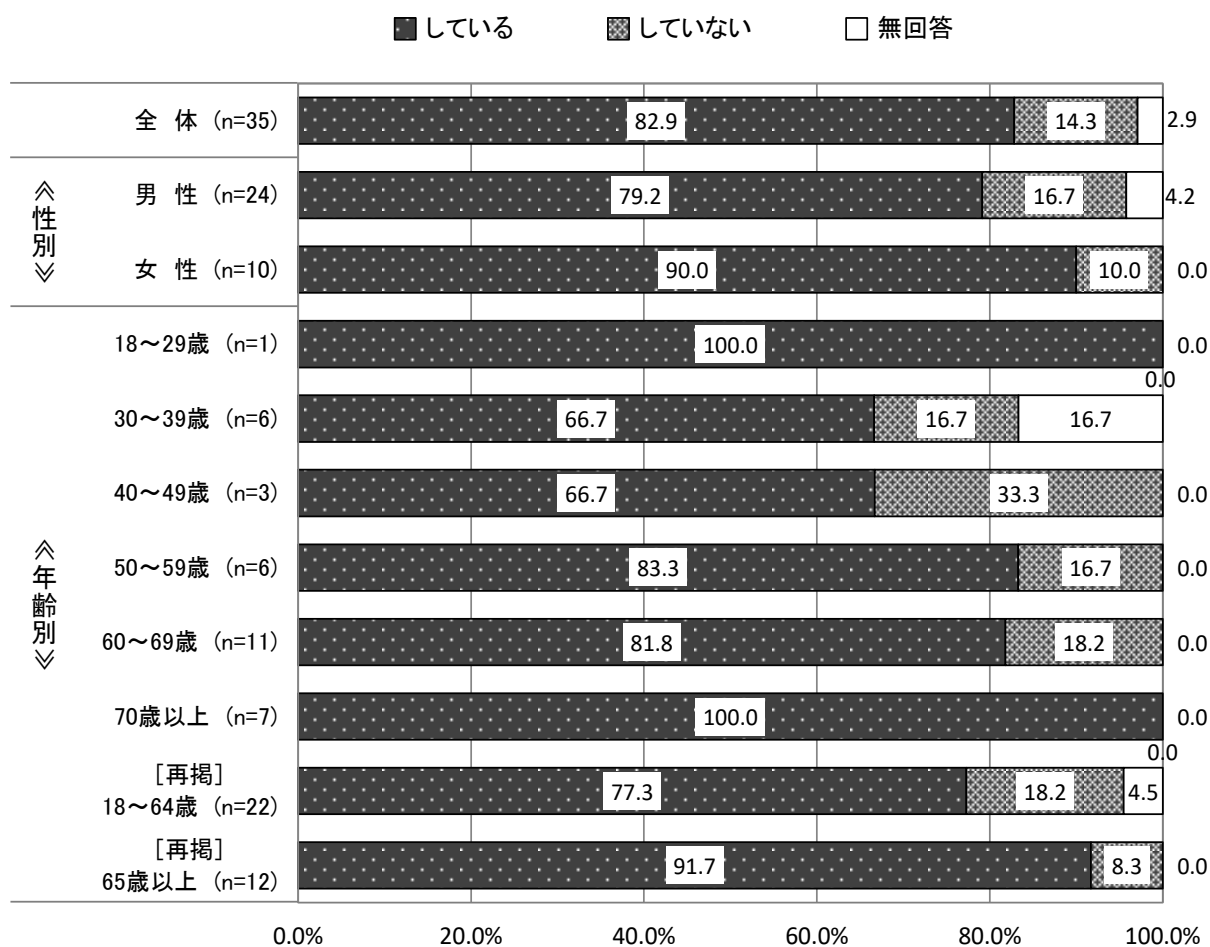
- 喫煙状況では、「吸わない」が74.0%、「以前吸っていた」が15.5%、「吸う」が10.4%となっている。
- 性別にみると、女性では男性に比べ「吸わない」割合が35.6ポイント高くなっている。
- 年齢別にみると、いずれの年齢層も「吸わない」割合が6割を超え、特に18～29歳では92.6%と約9割が「吸わない」と回答している。



問 40-1 (問 40 で「1. 吸う」に○をつけた方におたずねします)

あなたは職場や家で、分煙をしていますか。

- 分煙状況では、「している」が82.9%、「していない」が14.3%となっている。
- 性別にみると、男性では女性に比べ「していない」の割合が6.7ポイント高くなっている。
- 年齢別にみると、30歳以上の年齢層で年代が上がるにつれ分煙を「している」割合が高くなる傾向にある。

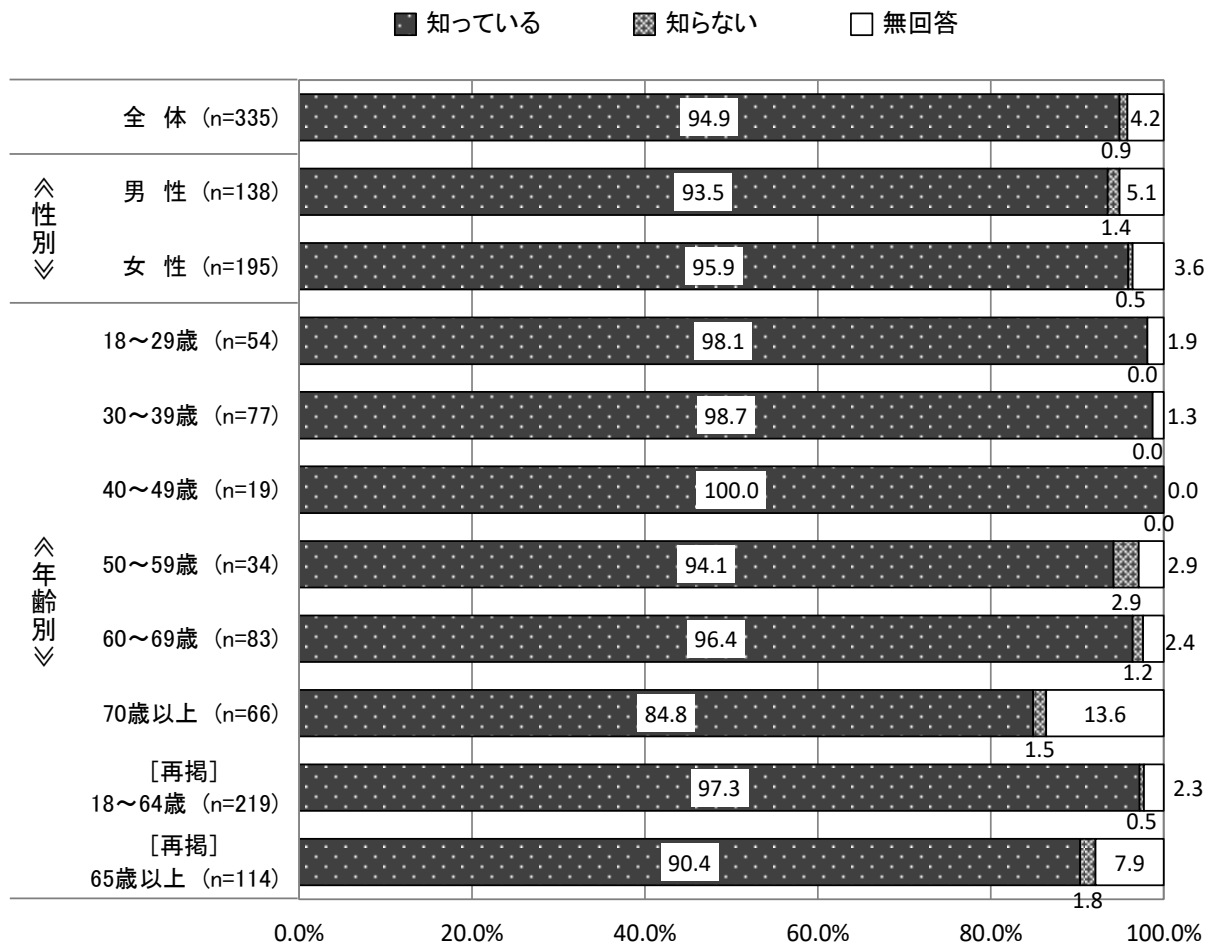


※分煙：受動喫煙の防止を目的とし、喫煙場所となる空間とそれ以外の空間に分離する方法のこと。

②喫煙による弊害について

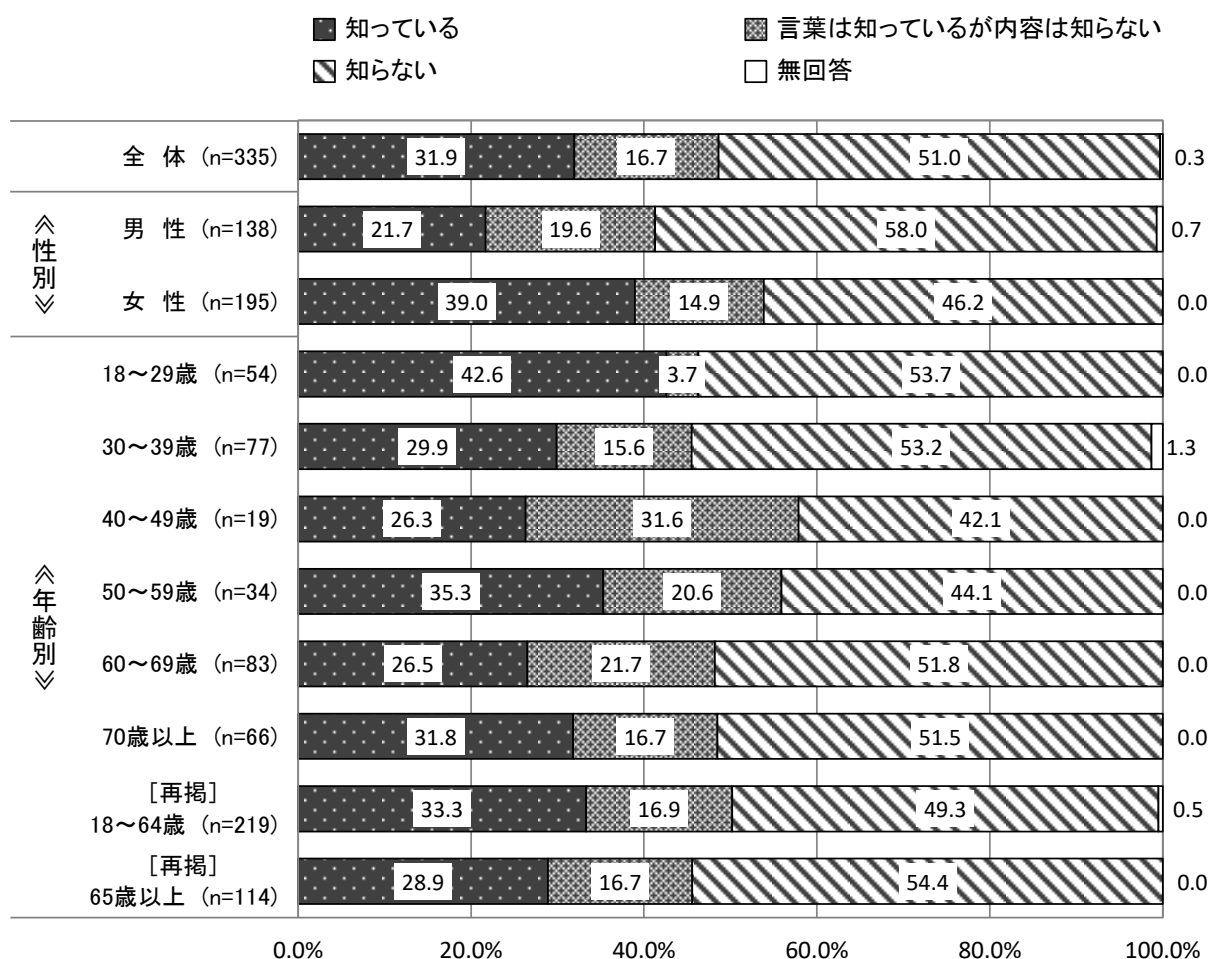
問 41 あなたは、たばこが（副流煙も含めて）身体に及ぼす影響を知っていますか。

- たばこが身体に及ぼす影響の認知では、「知っている」が 94.9%、「知らない」が 0.9%となっている。
- 性別にみると、特に大きな差はみられない。
- 年齢別にみると、他に比べ 70 歳以上の年齢層では「知っている」の割合が低くなっている。



問 42 あなたは、COPD（慢性閉塞性肺疾患）について知っていますか。

- COPD（慢性閉塞性肺疾患）の認知状況では、「知らない」（51.0%）が最も高く、以下「知っている」（31.9%）、「言葉は知っているが内容は知らない」（16.7%）となっている。
- 性別にみると、男性に比べ女性は「知っている」の割合が17.3ポイント高くなっている。
- 年齢別にみると、18～29歳の年齢層では「知っている」の割合が約4割と、他に比べ高くなっている。



※COPD（慢性閉塞性肺疾患）：

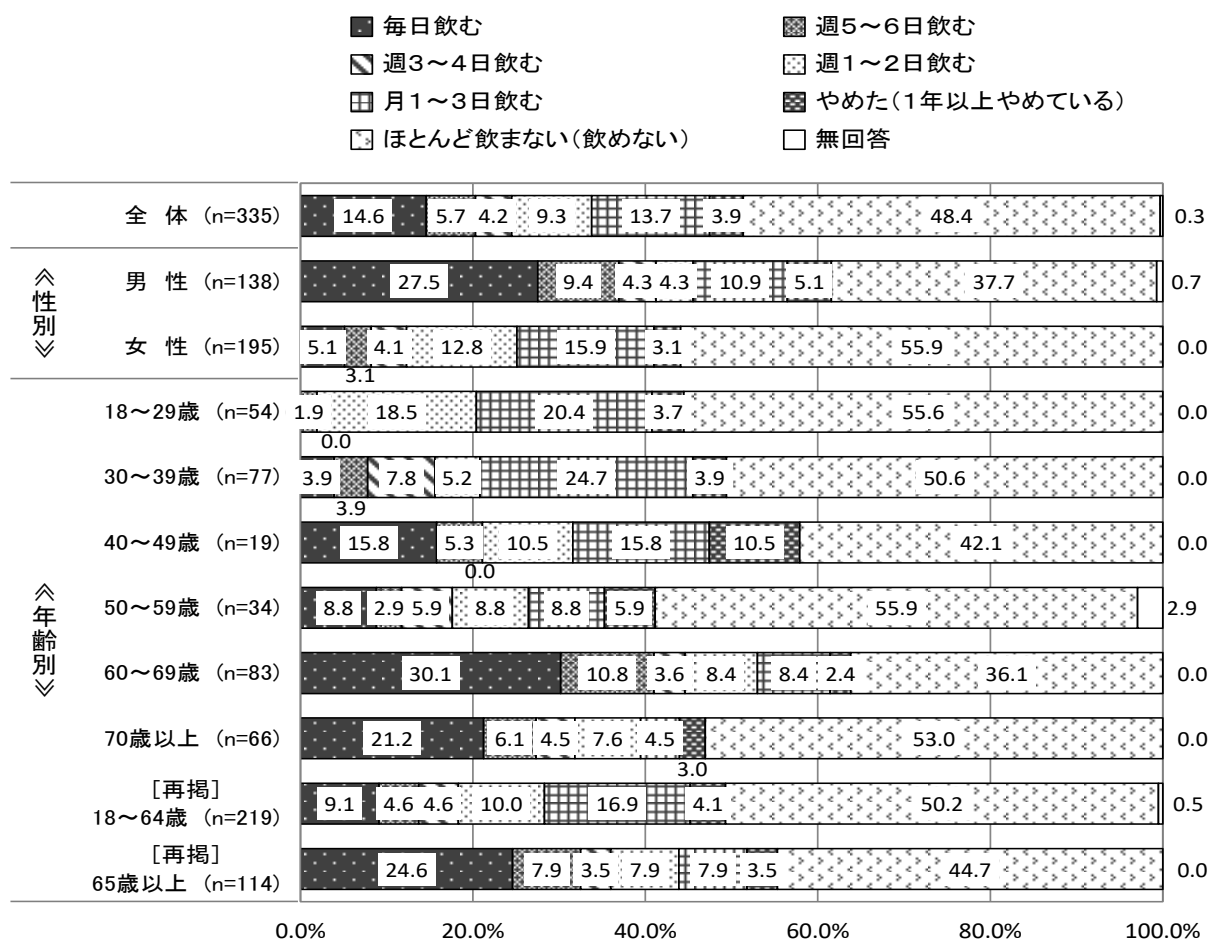
喫煙などにより、有害物質を長期に吸い込むことによって肺に炎症がおき、肺の中の組織が破壊されて酸素の取り込みや二酸化炭素を排出する機能が低下する疾患。

(6) 飲酒

① 飲酒の状況

問 43 あなたは、酒やビールなどのアルコール類をどのくらいの頻度で飲んでいま
すか。

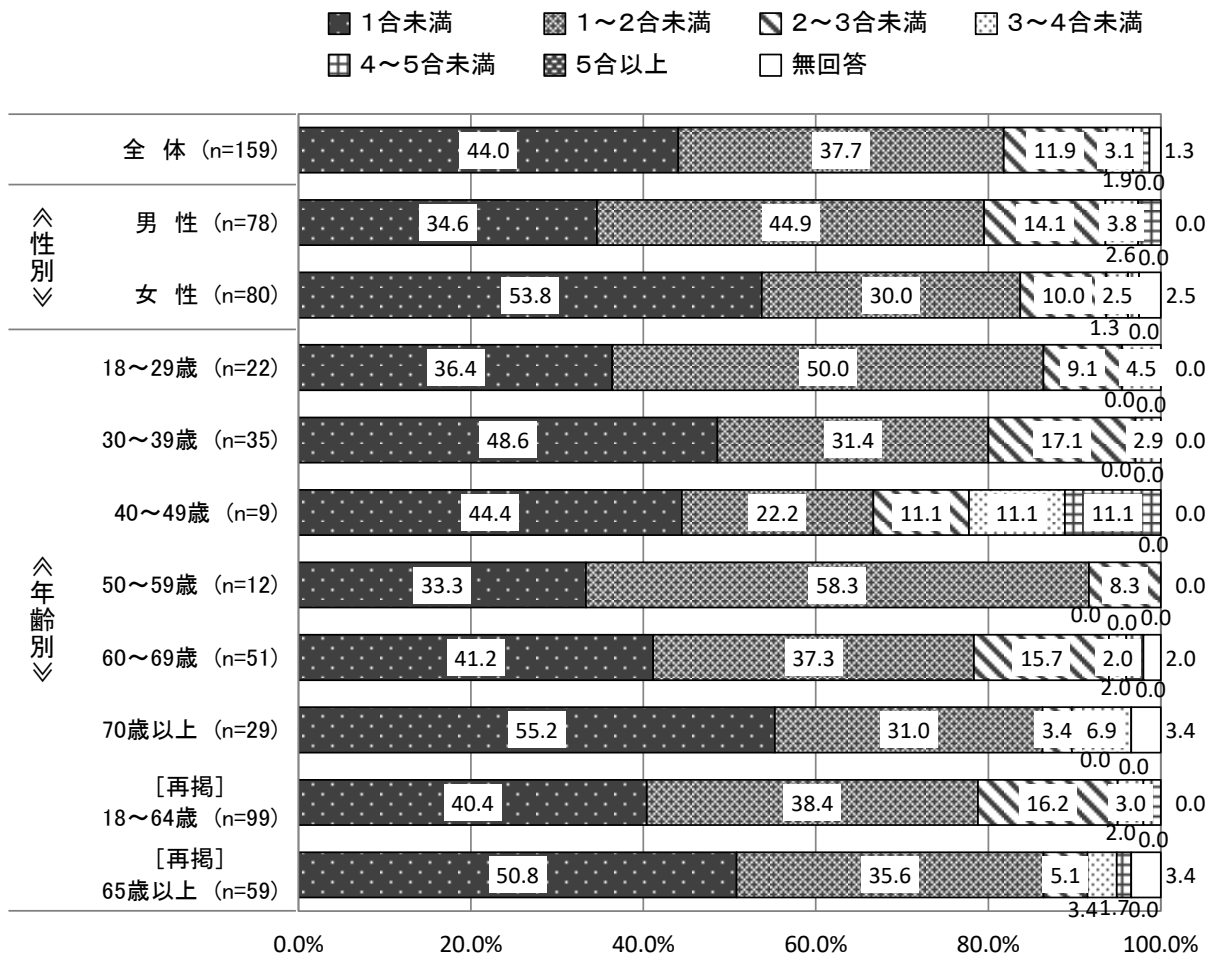
- アルコールの摂取頻度では、「ほとんど飲まない（飲めない）」（48.4%）が最も高く、以下「毎日飲む」（14.6%）、「月1～3日飲む」（13.7%）、「週1～2日飲む」（9.3%）、「週5～6日飲む」（5.7%）となっている。
- 性別にみると、男性では女性に比べ「毎日飲む」の割合が22.4ポイント高く、女性で男性に比べ「ほとんど飲まない（飲めない）」の割合が18.2ポイント高い割合となっている。
- 年齢別にみると、40～49歳以外の年齢層で「ほとんど飲まない（飲めない）」で5割を超えており、60～69歳では「毎日飲む」（30.1%）が他に比べ高い割合となっている。



問 43-1 (問 43 で「1. 毎日飲む」「2. 週5～6日飲む」「3. 週3～4日飲む」「4. 週1～2日飲む」「5. 月1～3日飲む」に○をつけた方におたずねします)

あなたが1回に飲むお酒の量は、日本酒に換算してどのくらいですか。

- 1回に摂取するお酒の量では、「1合未満」(44.0%) が最も高く、以下「1～2合未満」(37.7%)、「2～3合未満」(11.9%)、「3～4合未満」(3.1%)、「4～5合未満」(1.9%) となっている。
- 性別にみると、男性に比べ女性では「1合未満」で割合が 19.2 ポイント高く、「1～2合未満」では男性の方が 14.9 ポイント高くなっている。
- 年齢別にみると、70 歳以上では「1合未満」で 55.2 ポイントと他に比べ割合が高くなっている。



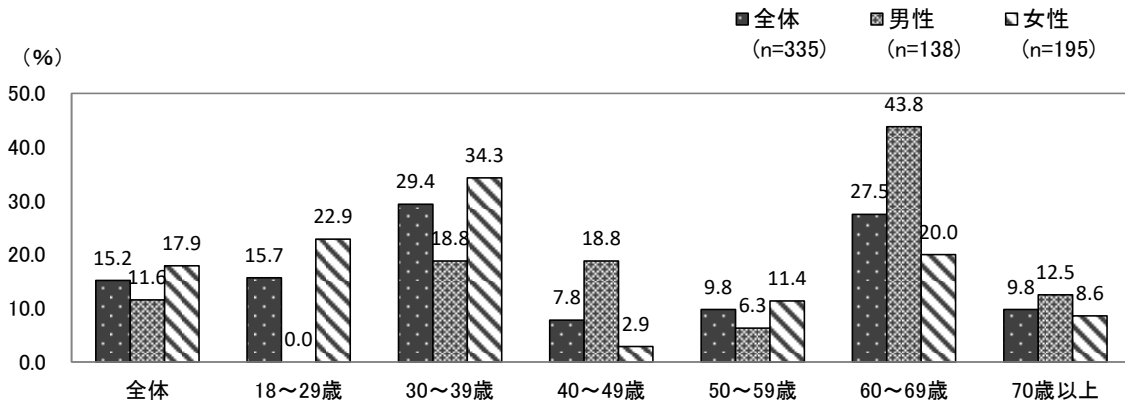
※以下を参考にしてお答えください。:

- ビール・・・・・・・・大びん1本＝日本酒1合(180cc)
- チューハイ・・・・・・・・(350cc)＝日本酒1合(180cc)
- ウイスキー・・・・・・・・ダブル1杯(60cc)＝日本酒1合(180cc)
- 焼酎(25度)・・・・・・・・1合＝日本酒1.5合(270cc)
- ワイン・・・・・・・・グラス1杯(120cc)＝日本酒0.5合(90cc)

②生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合

- 生活習慣病のリスクを高める量（1日あたりの純アルコール摂取量：男性…40g以上、女性…20g以上）を飲酒している者の割合として、①飲酒の状況より算出すると、全体では15.2%という結果になっている。〔日本酒1合→純アルコールに換算すると20g〕
- 性別にみると、「60～69歳」の男性で43.8%と突出して高く、半数近い人が生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている状況である。

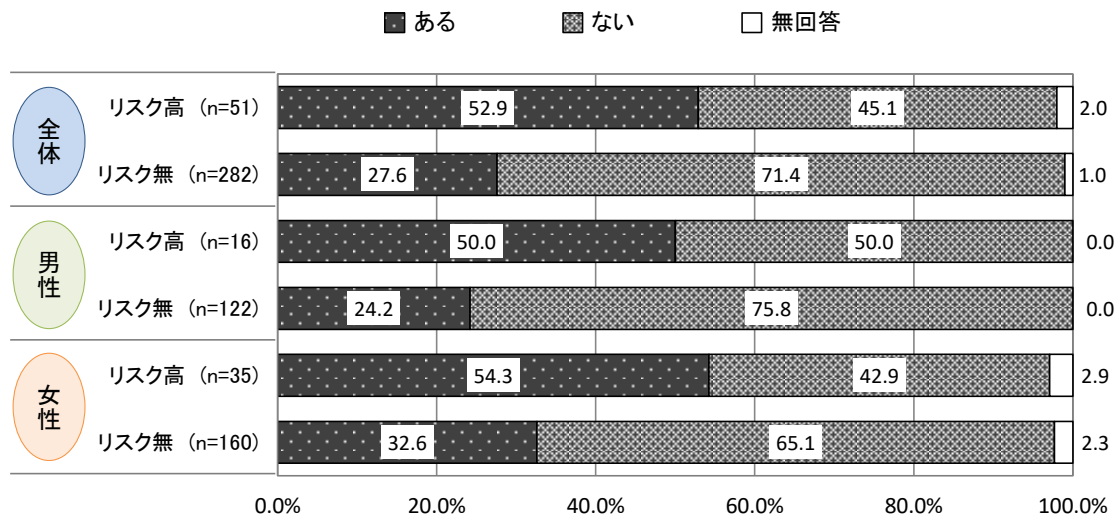
【生活習慣病のリスクを高める量の飲酒者の割合】



③生活習慣病のリスクを高める飲酒とストレスの関係

- 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者を生活習慣病の“リスク高”、その量を飲酒していないものを生活習慣病の“リスク無”として分け、問38のストレスの有無の割合を算出すると、全体では“リスク無”に比べて、“リスク高”のストレスがあるという回答の割合が高くなっている。
- 性別にみると、男女ともに“リスク無”に比べて、“リスク高”のストレスが「ある」という回答の割合が高くなっており、ストレスの有無が飲酒頻度や飲酒量に影響を及ぼしていることが推察される。

【飲酒量による生活習慣病のリスク別ストレスの有無】

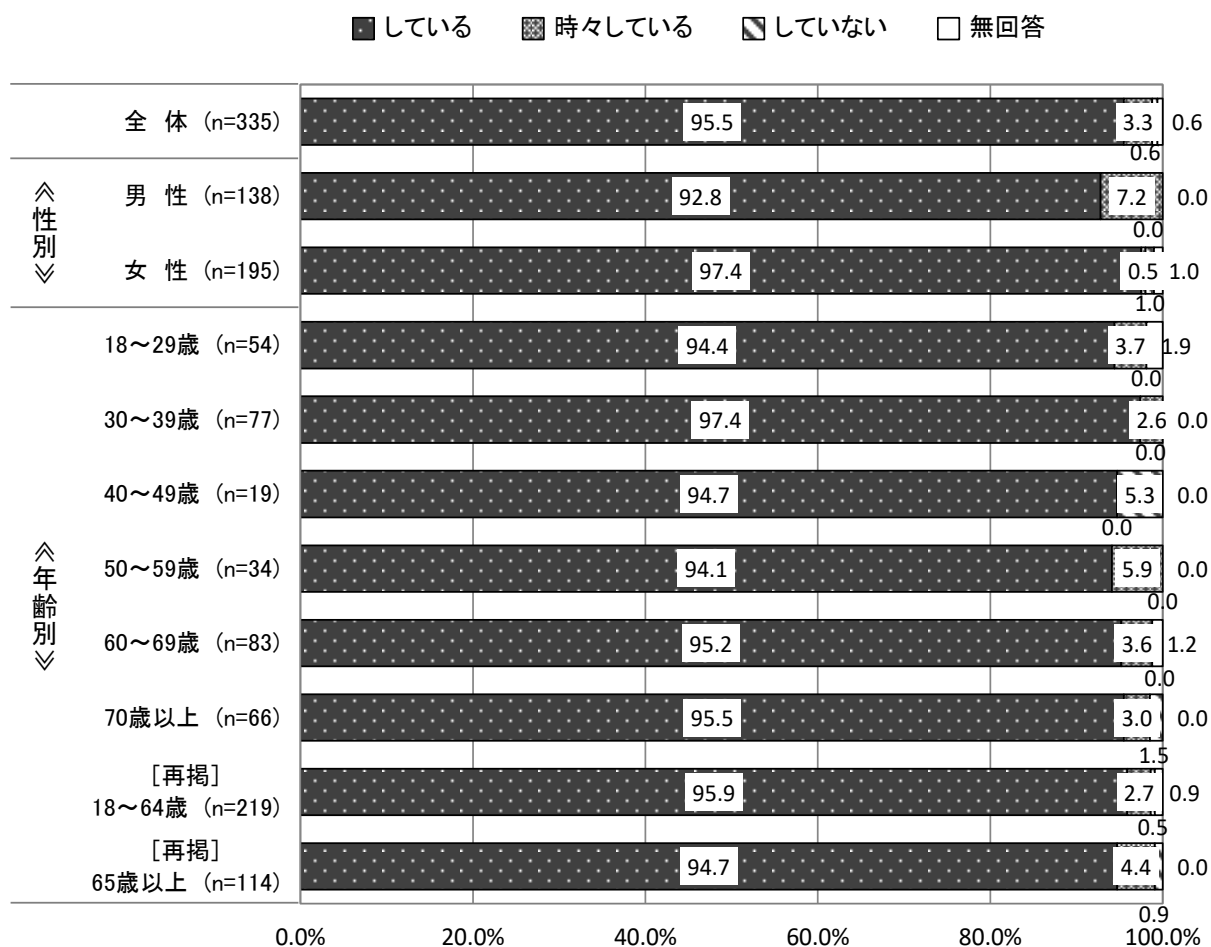


(7) □内環境

①歯磨きの状況

問 44 あなたは、歯みがき（入れ歯の洗浄を含む）をしていますか。

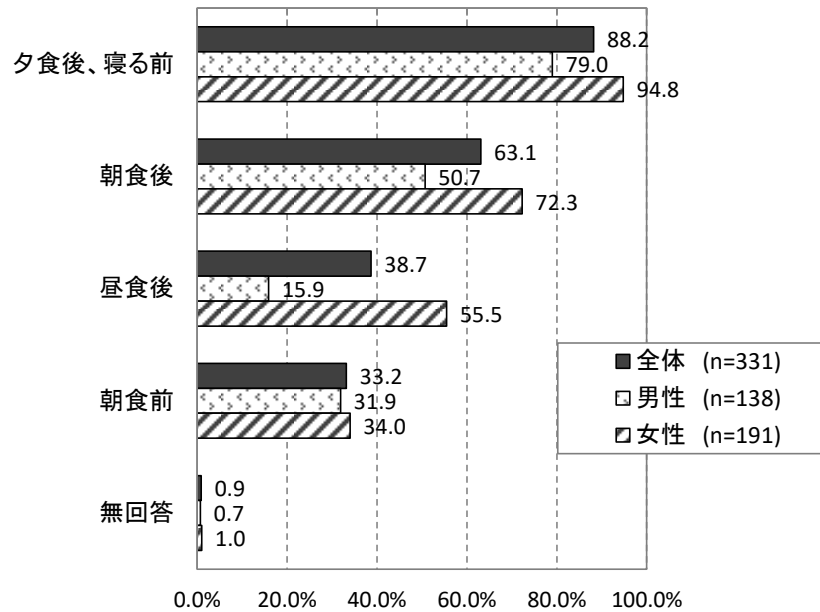
- 歯みがきの状況では、「している」が95.5%、「時々している」が3.3%、「していない」が0.6%となっている。
- 性別にみると、特に大きな差はみられない。
- 年齢別にみると、特に大きな差はみられない。



問 44-1 (問 44 で「1. している」「2. 時々している」に○をつけた方におたずね
します)

1日のうち、いつ歯みがきをしていますか。【あてはまるものすべてに○】。

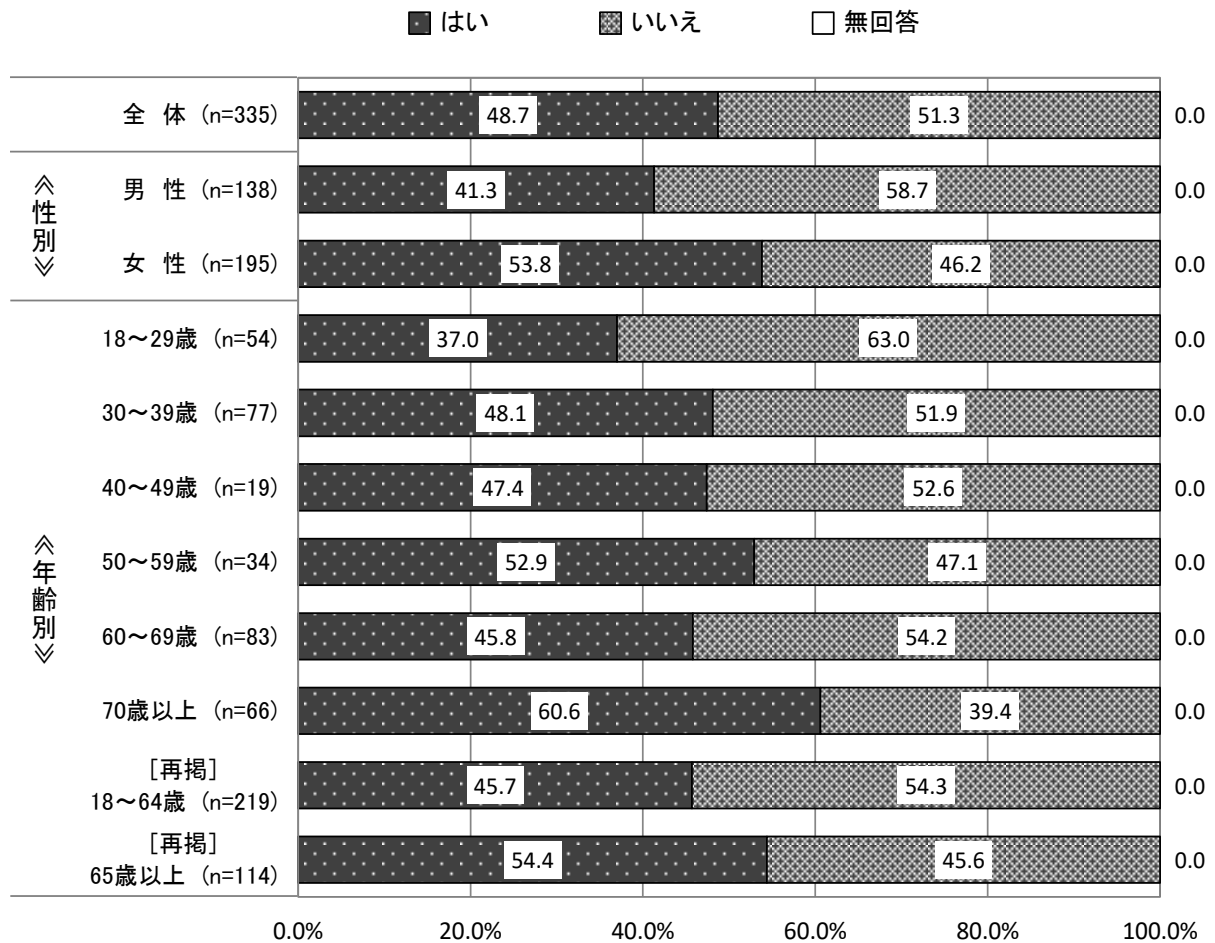
- いつ歯みがきをするかでは、「夕食後、寝る前」(88.2%) が最も高く、以下「朝食後」(63.1%)、「昼食後」(38.7%)、「朝食前」(33.2%) となっている。
- 性別にみると、全ての項目で女性の割合が男性の割合を上回っている。



② 歯科健診の受診状況

問 45 あなたは、定期的に歯科健診を受けていますか。

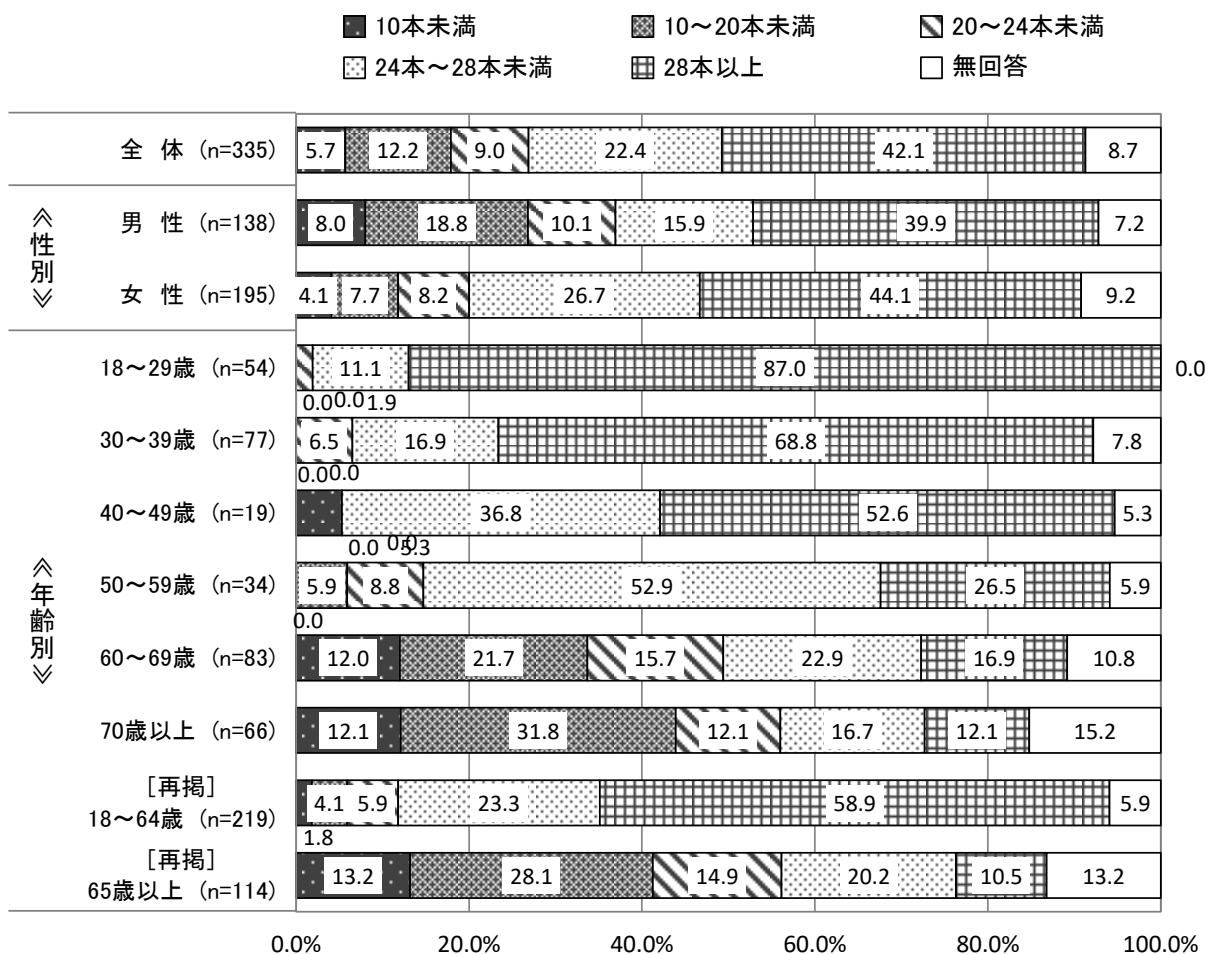
- 定期的に歯科健診を受けているかでは、「いいえ」(51.3%) が最も高く、以下「はい」(48.7%) となっている。
- 性別にみると、「はい」で男性に比べ女性の割合が 12.5 ポイント高くなっている。
- 年齢別にみると、70 歳以上の年齢層で他に比べ「はい」の割合が高くなっている。



③歯の本数

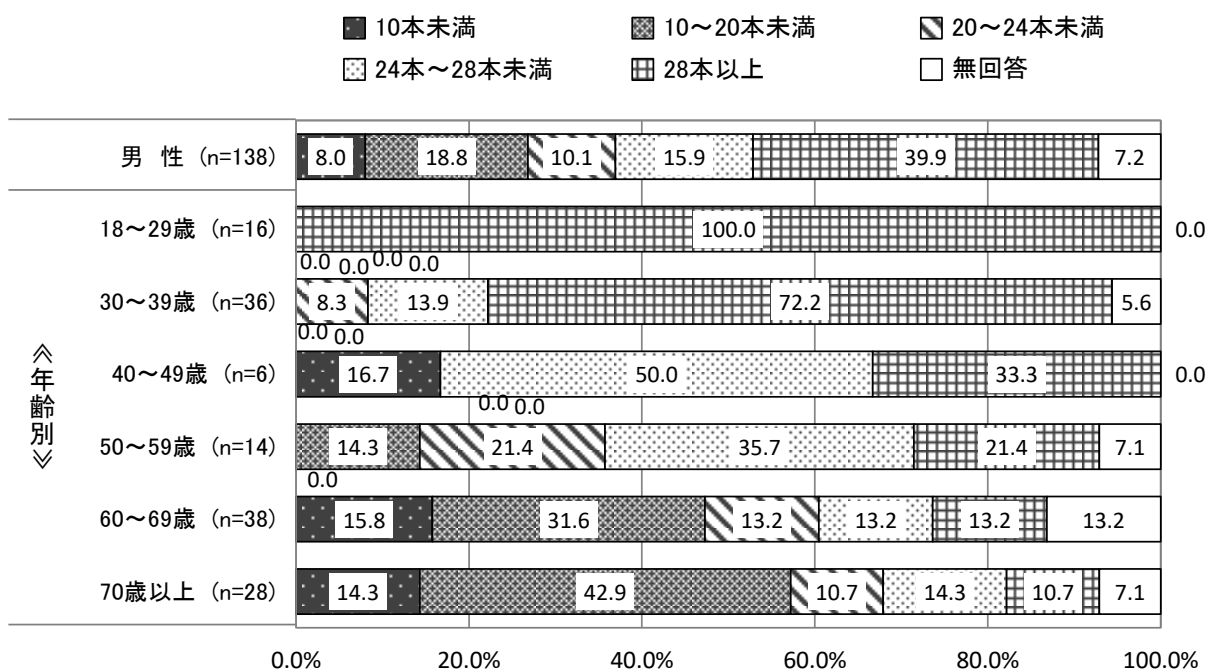
問 46 あなたは現在、自分の歯が何本ありますか。(一般的に、成人の歯の本数は「親知らず」を除いて 28 本です。)

- 現在の歯の本数では、「28 本以上」(42.1%) が最も高く、以下「24 本～28 本未満」(22.4%)、「10～20 本未満」(12.2%)、「20～24 本未満」(9.0%) となっている。
- 性別にみると、「10～20 本未満」では女性に比べ男性では 11.1 ポイント高く、「24 本～28 本未満」では女性の方が 10.8 ポイント高い割合となっている。
- 年齢別にみると、「28 本以上」では年齢が高くなるにつれて低い割合となっている。

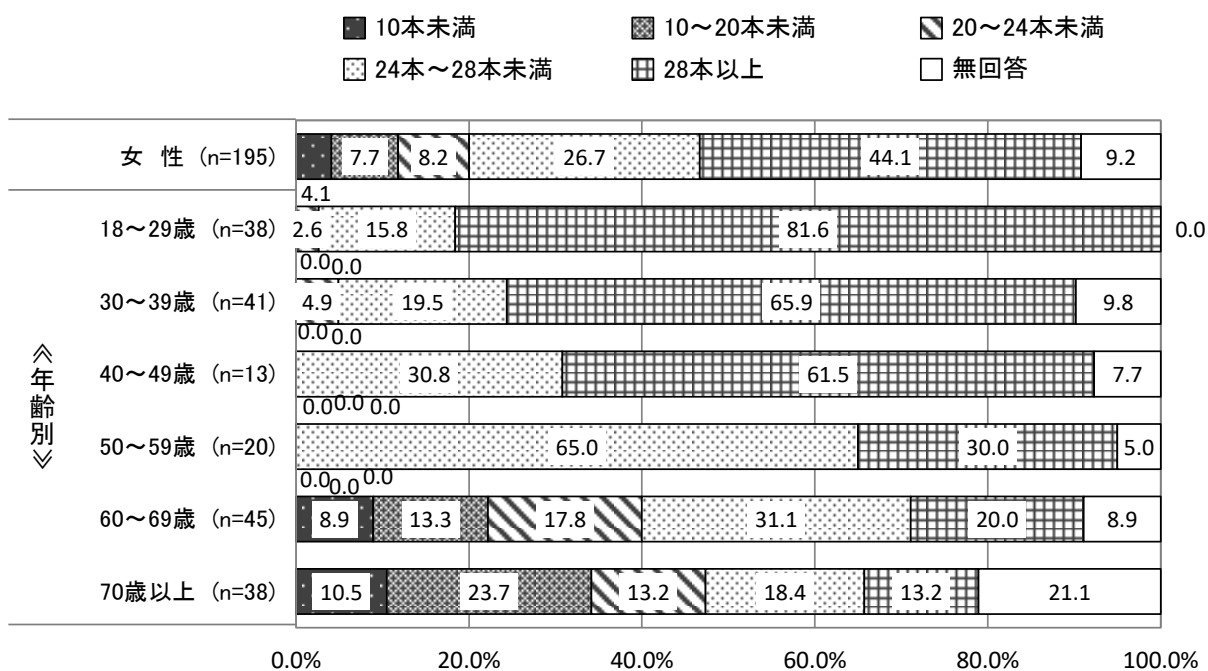


【歯の本数（男性）】

- 性・年齢別にみると、「28本以上」の回答の割合が「40～49歳」のうち、女性では61.5%であるのに対し、男性では33.3%と低くなっている。また、「10本未満」という回答の割合が、「40～49歳」の男性で16.7%と高くなっている。



【歯の本数（女性）】

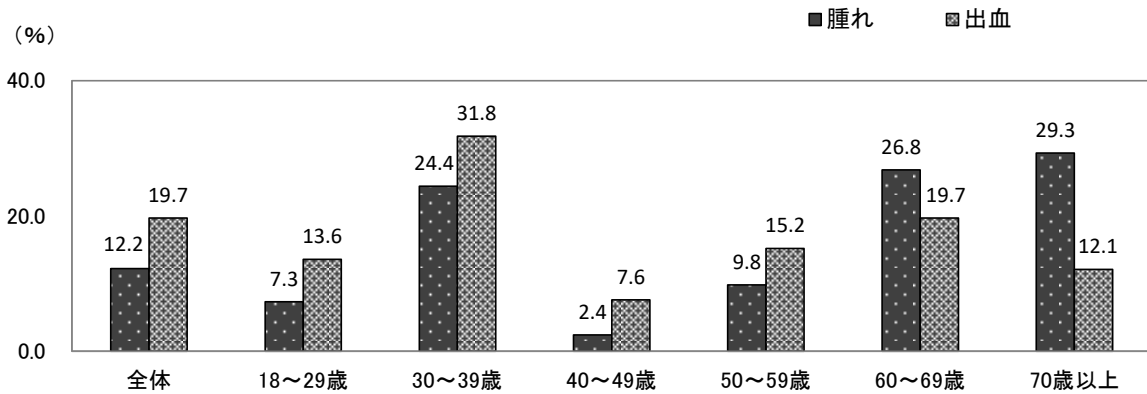


④歯ぐきの状態

問 47 あなたの歯ぐきの状態について、お答えください。

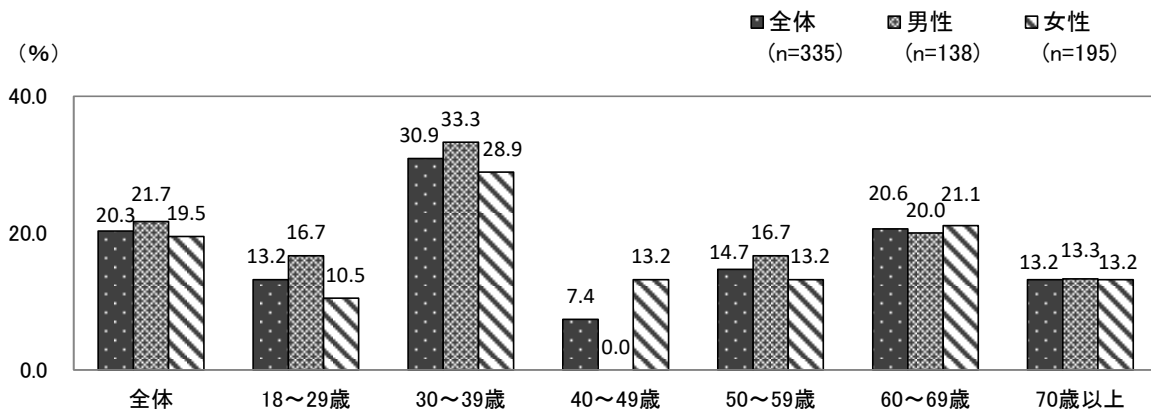
- 全体の 12.2%が歯ぐきに「腫れ」、19.7%が歯磨き時に「出血」があるという結果になっている。
- 年齢別にみると、「腫れ」では「30～39歳」（31.8%）、「出血」では「70歳以上」（29.3%）の割合が他に比べ高い割合となっている。

【歯ぐきの状態】



- 歯ぐきの腫れや歯磨き時の出血がみられる場合、“歯肉に炎症所見を有する者”とみなされ、歯ぐきの「腫れ」「出血」のいずれかを回答した割合は全体で 20.3%となっており、男性は 21.7%、女性は 19.5%と男性の方がやや高くなっている。
- 年齢別にみると、他の年代に比べ「30～39歳」で歯肉に炎症所見を有する割合が高くなっている。

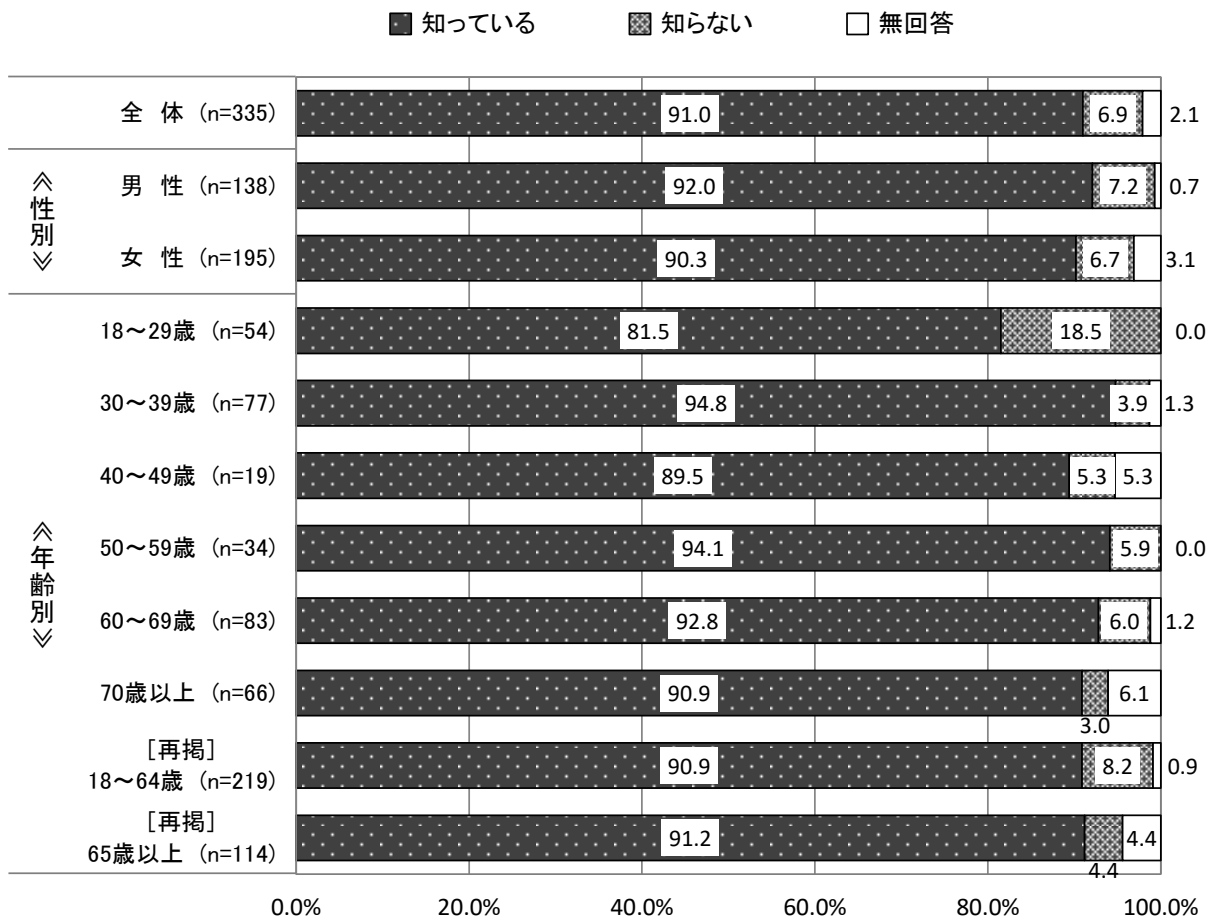
【歯肉に炎症所見を有する者の割合】



⑤歯周病による弊害の認知度

問 48 あなたは、歯周病が健康に悪影響を及ぼすことを知っていますか。

- 歯周病が健康に悪影響を及ぼすことを知っているかでは、「知っている」が91.0%、「知らない」が6.9%となっている。
- 性別にみると、特に大きな差はみられない。
- 年齢別にみると、18～29歳では「知らない」が1割ほど、他より高い割合となっている。

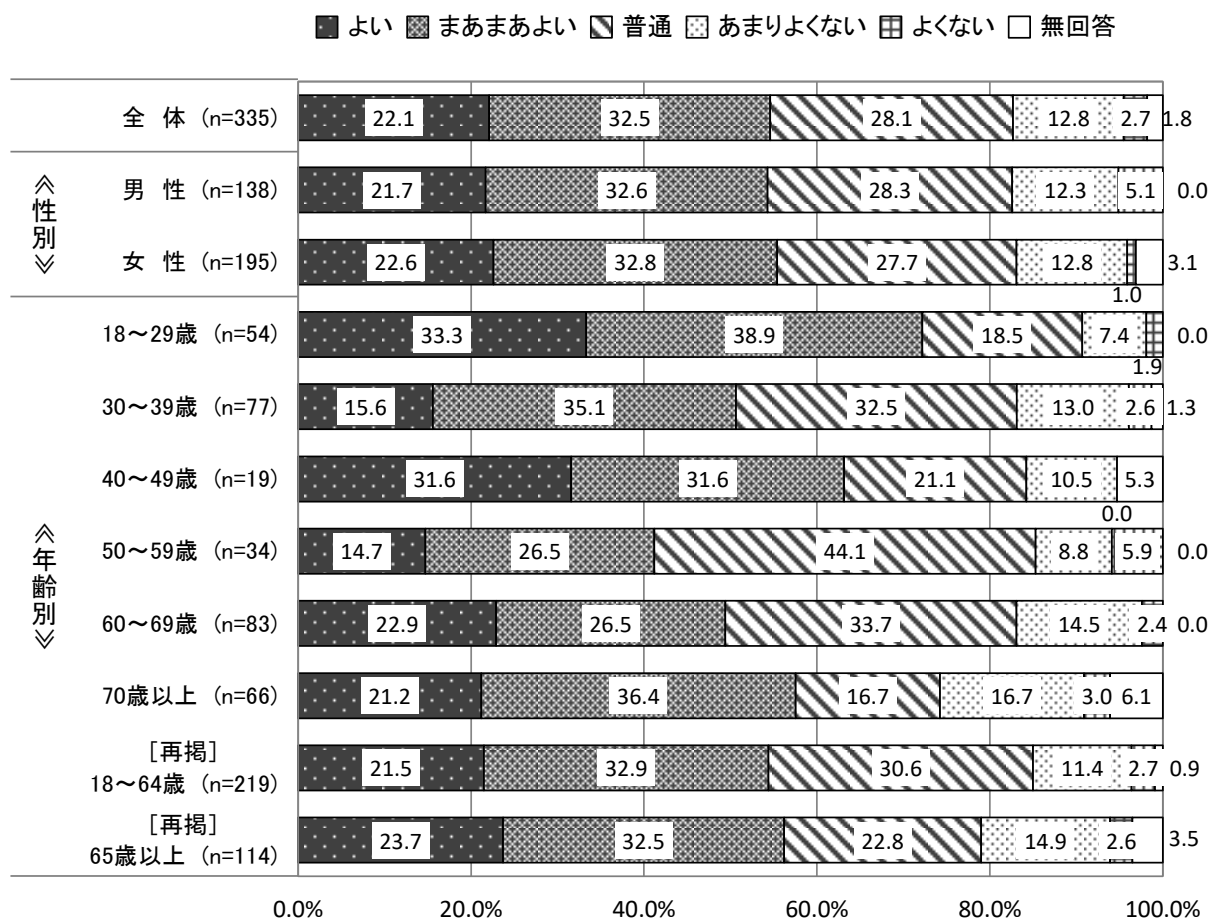


(8) 健康管理

①健康づくりの取組

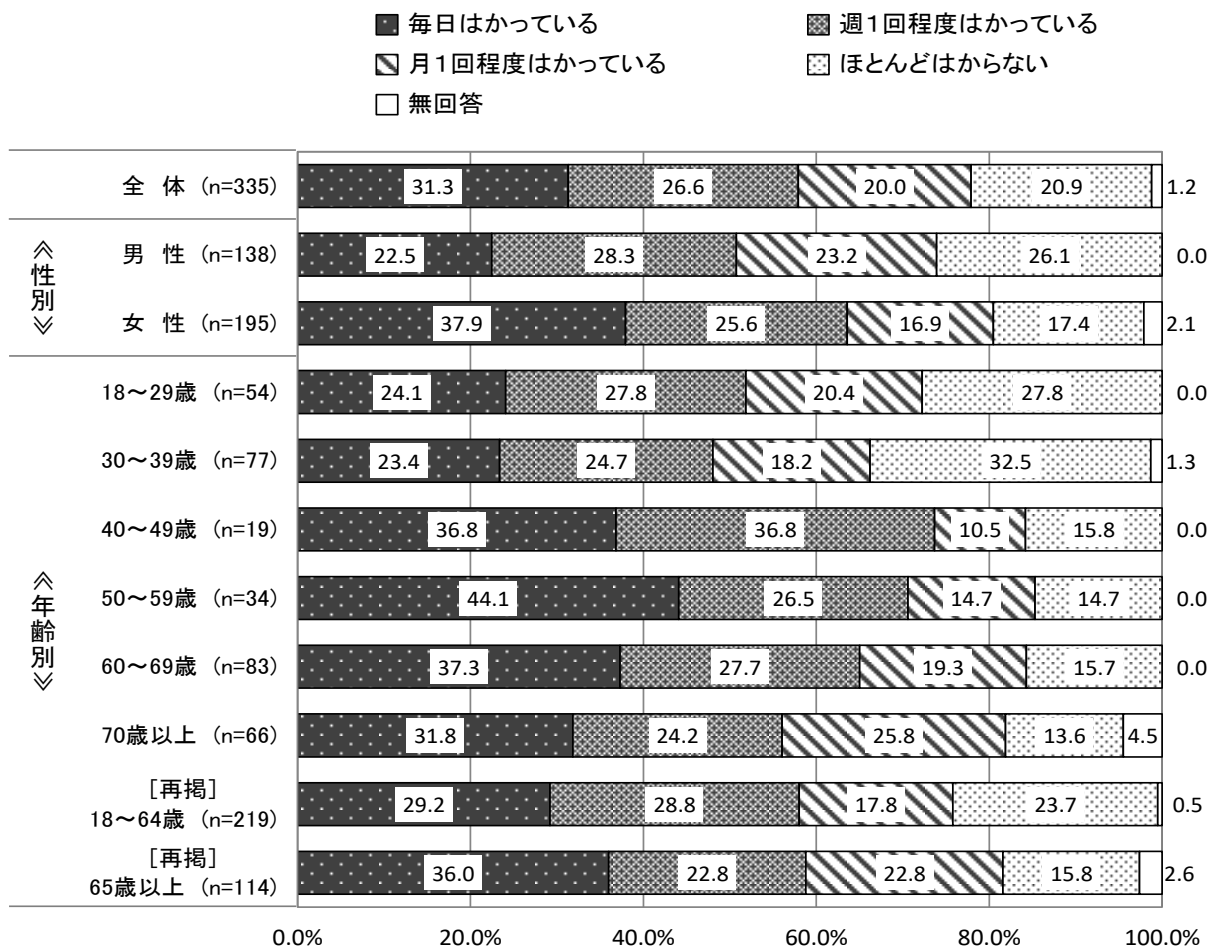
問 49 現在の健康状態はいかがですか。

- 現在の健康状態では、「まあまあよい」(32.5%)が最も高く、以下「普通」(28.1%)、「よい」(22.1%)、「あまりよくない」(12.8%)、「よくない」(2.7%)となっている。
- 性別にみると、特に大きな差はみられない。
- 年齢別にみると、18～29歳、40～49歳の年齢層では「よい」の割合が他に比べ高くなっている。



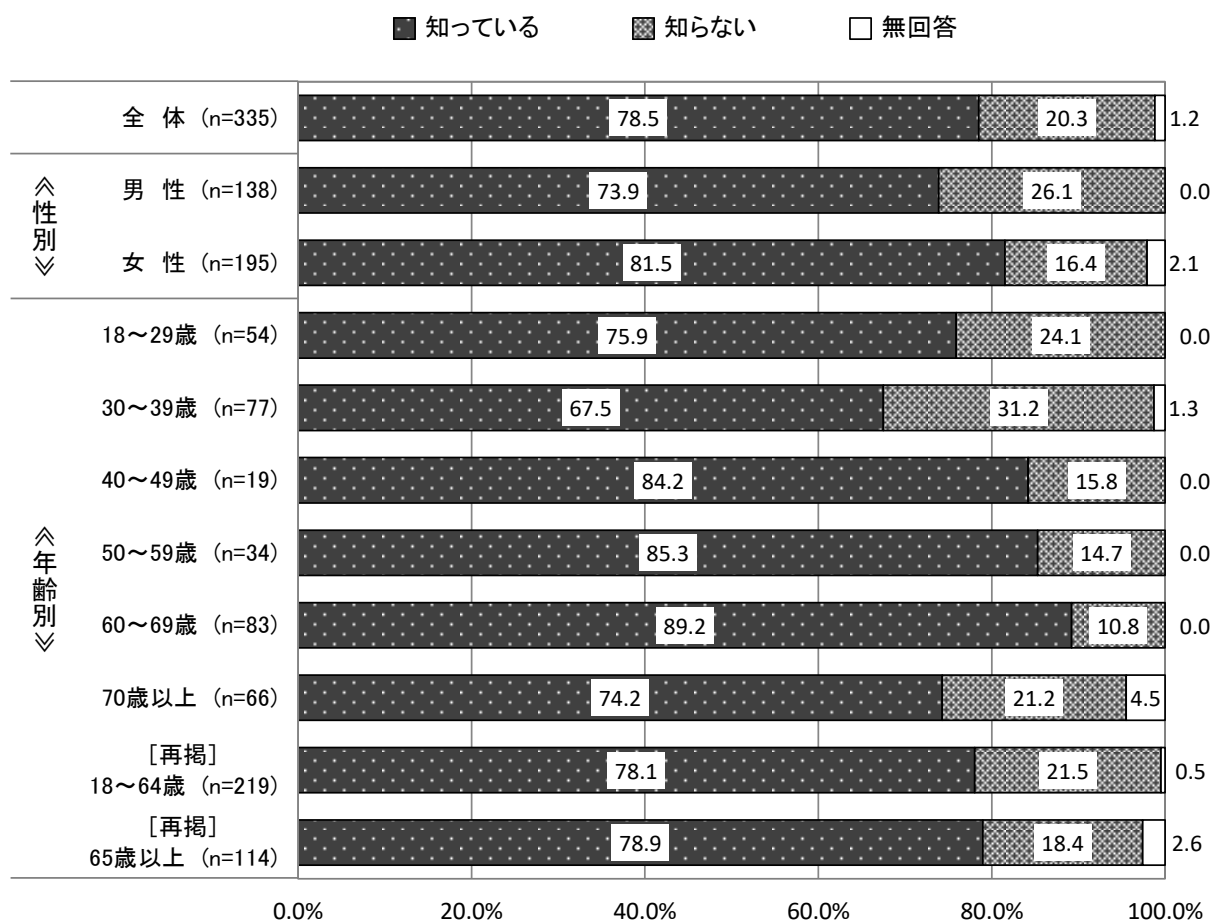
問 50 あなたはどのくらいの頻度^{ひんど}で体重をはかっていますか。

- 体重測定の頻度では、「毎日にかけている」(31.3%) が最も高く、以下「週1回程度はかけている」(26.6%)、「ほとんどはからない」(20.9%)、「月1回程度はかけている」(20.0%) となっている。
- 性別にみると、男性に比べ女性では「毎日にかけている」の割合が 15.4 ポイント高くなっている。
- 年齢別にみると、「毎日にかけている」では 50～59 歳 (44.1%)、「ほとんどはからない」では 30～39 歳 (32.5%) の割合が他に比べ高くなっている。



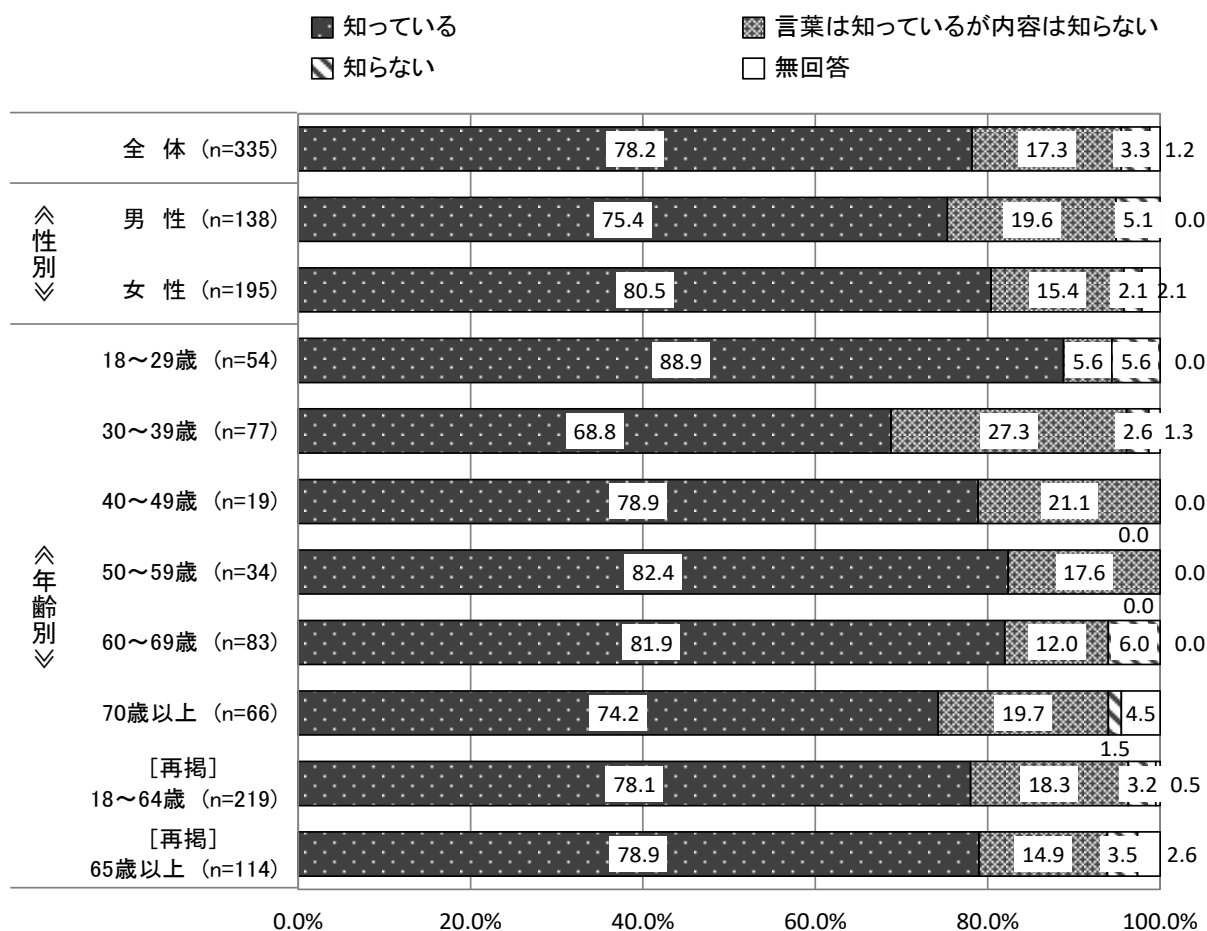
問 51 あなたは、自分の適正体重を知っていますか。

- 適正体重の認知状況では、「知っている」が78.5%、「知らない」が20.3%となっている。
- 性別にみると、「知らない」では男性（26.1%）で女性に比べ9.7ポイント高くなっている。
- 年齢別にみると、30～39歳で「知っている」の割合が他に比べ低くなっている。



問 52 あなたは、内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）について知っていますか。

- 内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）の認知状況では、「知っている」（78.2%）が最も高く、以下「言葉は知っているが内容は知らない」（17.3%）、「知らない」（3.3%）となっている。
- 性別にみると、特に大きな差はみられない。
- 年齢別にみると、18～29歳では「知っている」の割合が88.9%と高い割合となっている。

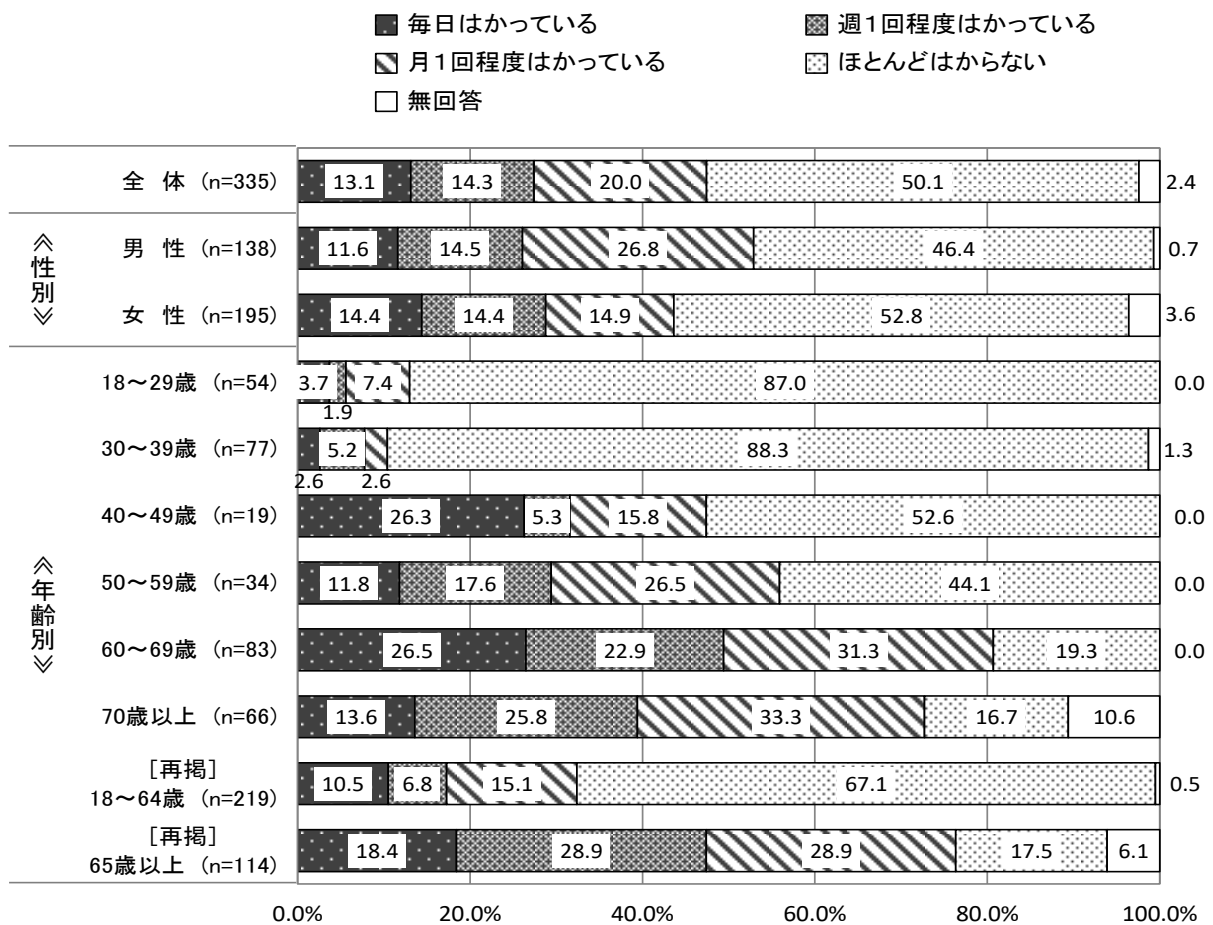


※内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）：

内臓脂肪が蓄積することによって、血圧、血糖が高くなったり、血中の脂質異常をおこしたりして、食事や運動などの生活習慣を改善しなければ、心筋梗塞や脳卒中等が起こりやすくなる状態のこと。

問 53 あなたはどのくらいの頻度^{ひんど}で血圧をはかっていますか。

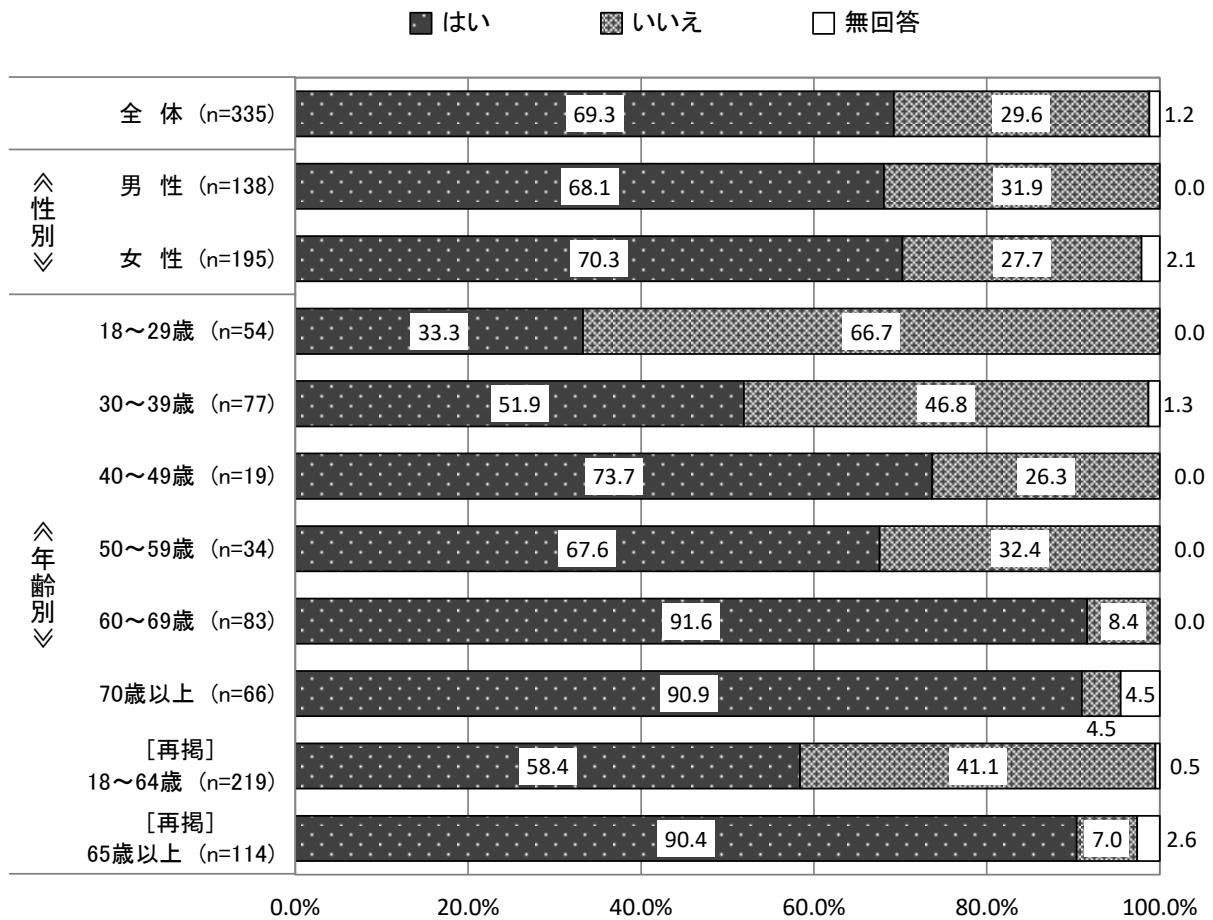
- 血圧測定の頻度では、「ほとんどはからない」(50.1%) が最も高く、以下「月1回程度はかっている」(20.0%)、「週1回程度はかっている」(14.3%)、「毎日かかっている」(13.1%) となっている。
- 性別にみると、男性では女性に比べ「月1回程度はかっている」で11.9ポイント高くなっている。
- 年齢別にみると、40～49歳、60～69歳では「毎日かかっている」、18～39歳では「ほとんどはからない」が他に比べ高い割合となっている。



②かかりつけの医師について

問 54 かかりつけの医師はいますか。

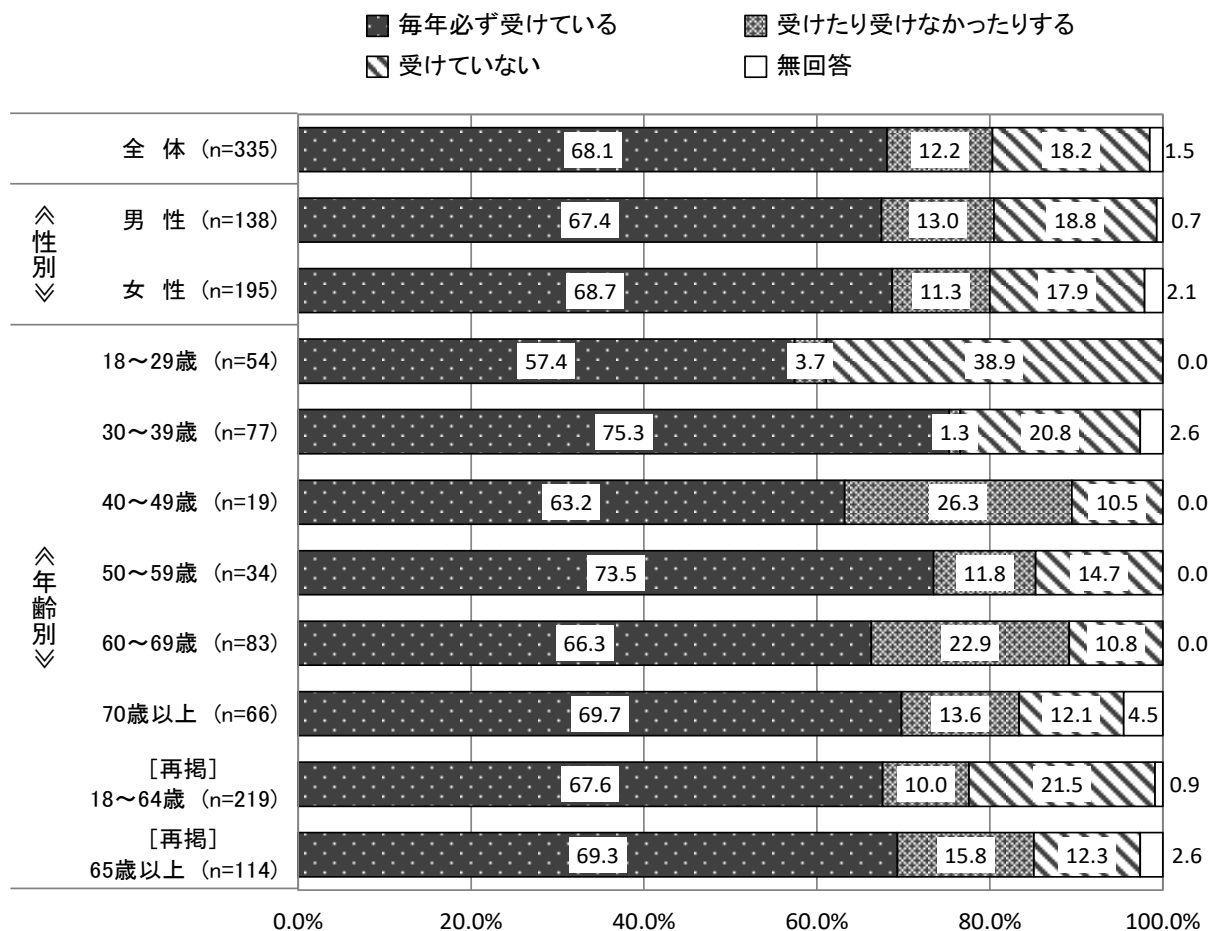
- かかりつけ医師の有無では、「はい」(69.3%)が最も高く、以下「いいえ」(29.6%)となっている。
- 性別にみると、特に大きな差はみられない。
- 年齢別にみると、60歳以上の年齢層で「はい」の回答が9割を超え他に比べ高い割合となっている。



③健診について

問 55 あなたは、市の特定健康診査や職場等の定期健康診断や人間ドック等を受けていますか。

- 特定健康診査や定期健康診断・人間ドック等の受診状況では、「毎年必ず受けている」(68.1%)が最も高く、以下「受けていない」(18.2%)、「受けたり受けなかったりする」(12.2%)となっている。
- 性別にみると、特に大きな差はみられない。
- 年齢別にみると、「毎年必ず受けている」では30～39歳(75.3%)、50～59歳(73.5%)、「受けていない」では18～29歳(38.9%)で他に比べ高い割合となっている。



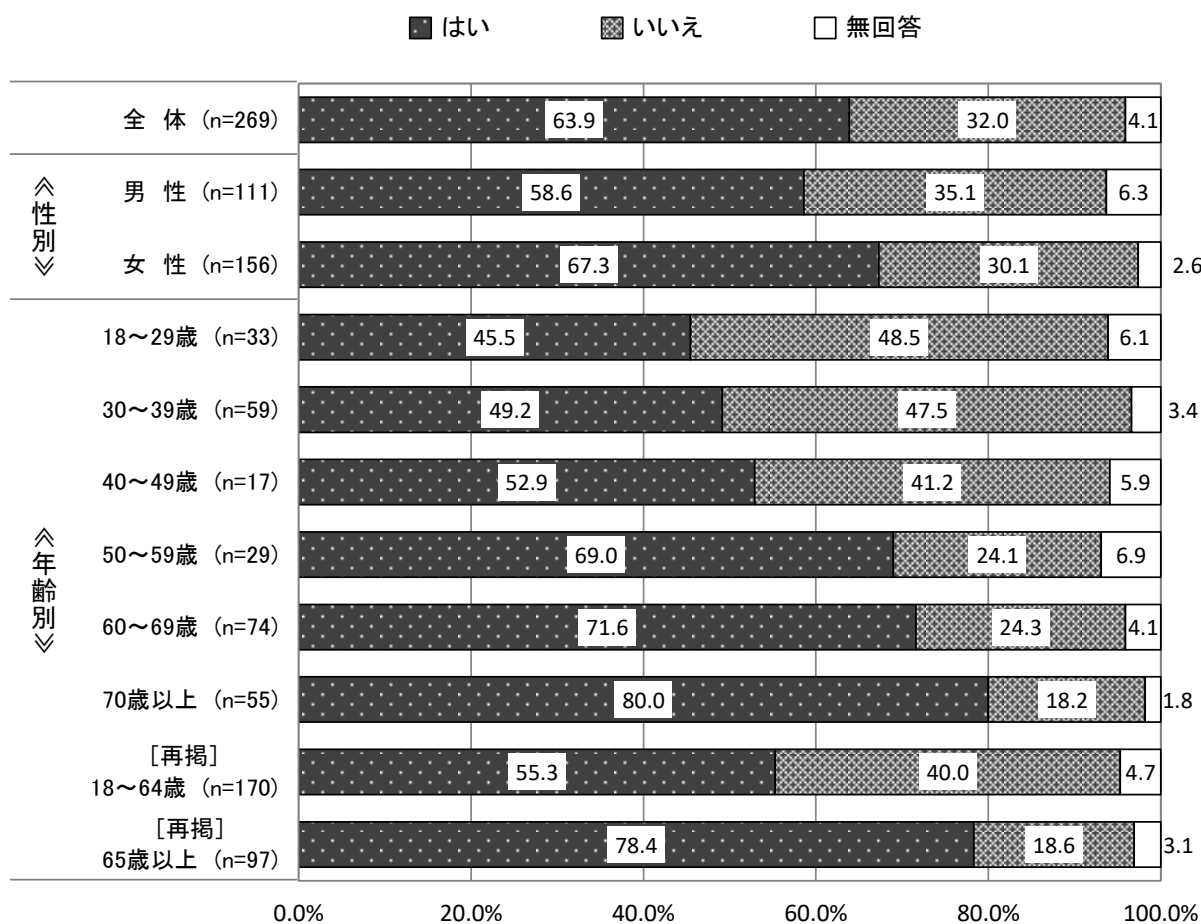
※特定健康診査：生活習慣病の要因となるメタボリックシンドロームに着目した健康診査で、40～74歳の方が対象となる。

※がん検診：がんを着目にした検診で、嬉野市では、肺がん・胃がん・大腸がん・前立腺がん・子宮頸がん・乳がんの6種類のがん検診を行っている。

問 55-1 (問 55 で「1. 毎年必ず受けている」「2. 受けてたり受けなかったりする」
に○をつけた方におたずねします)

健診結果を生活習慣の改善（食事・運動・休養等）につなげていますか。

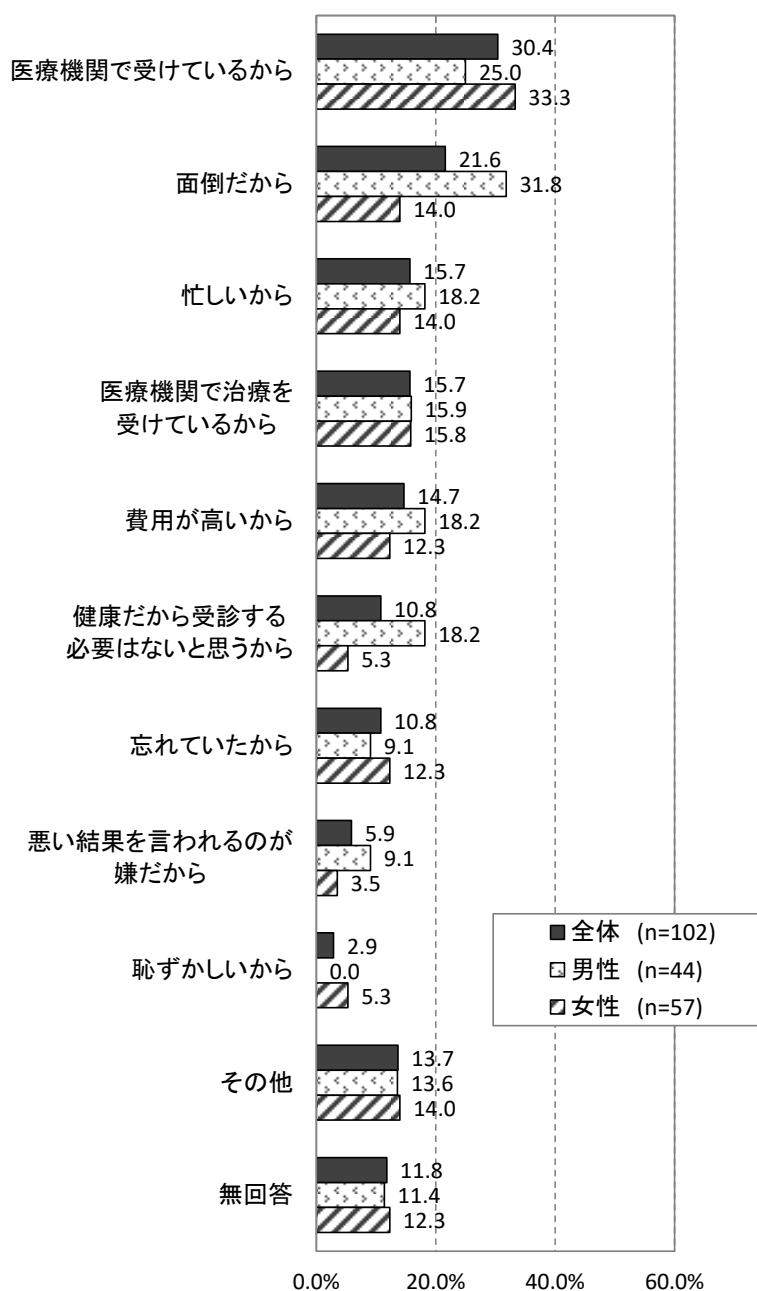
- 健診結果を生活習慣の改善につなげているかでは、「はい」(63.9%) が最も高く、
以下「いいえ」(32.0%) となっている。
- 性別にみると、「はい」で男性に比べ女性では 8.7 ポイント高くなっている。
- 年齢別にみると、年代が高くなるにつれ「はい」の割合が高くなっている。



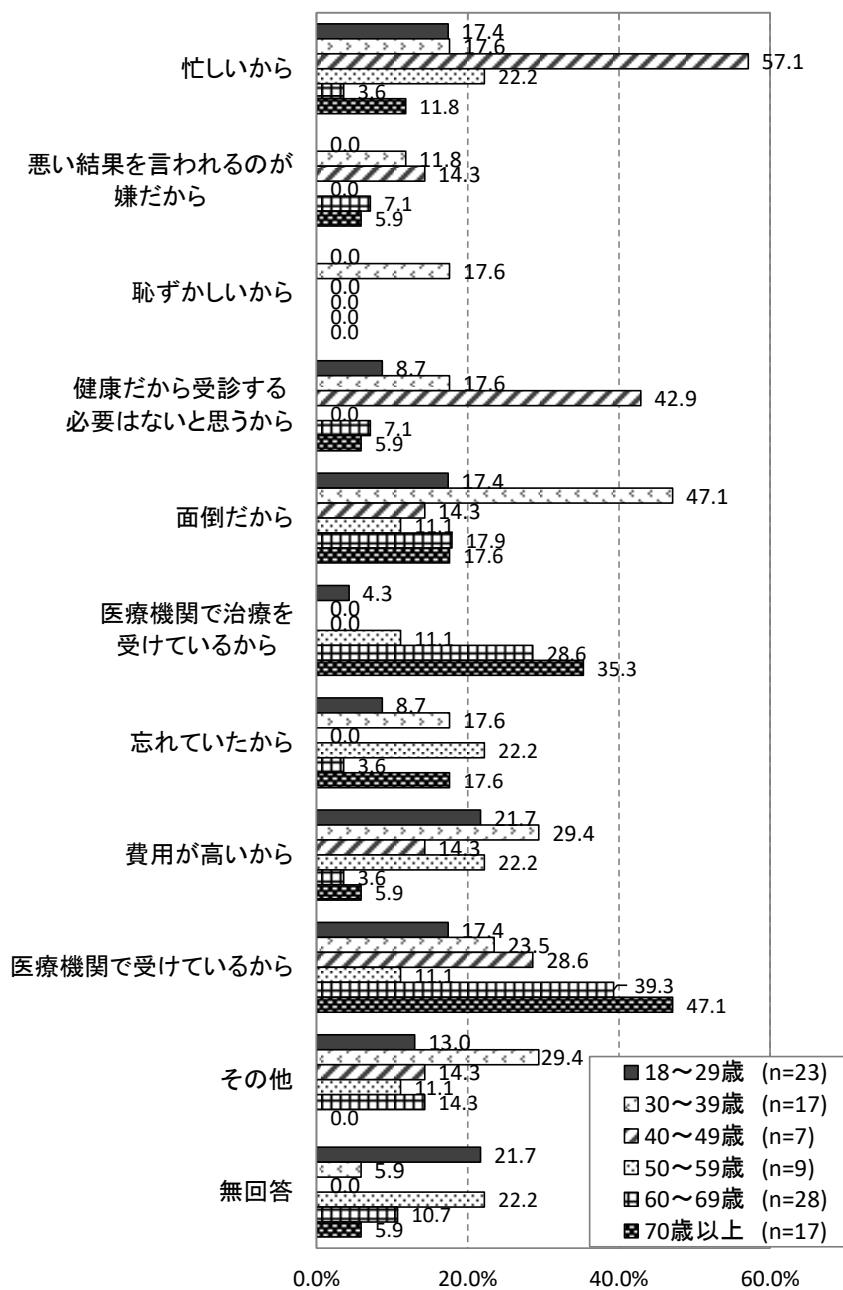
問 55-2 (問 55 で「2. 受けたり受けなかつたりする」「3. 受けていない」に○をつけた方におたずねします)

受診していない理由は何ですか。【あてはまるものすべてに○】

- 受診していない理由では、「医療機関で受けているから」(30.4%) が最も高く、以下「面倒だから」(21.6%)、「忙しいから」(15.7%)、「医療機関で治療を受けているから」(15.7%)、「費用が高いから」(14.7%) となっている。
- 性別にみると、男性では「面倒だから」で 17.8 ポイント、「健康だから受診する必要はないと思うから」で 12.9 ポイント女性より割合が高くなっている。



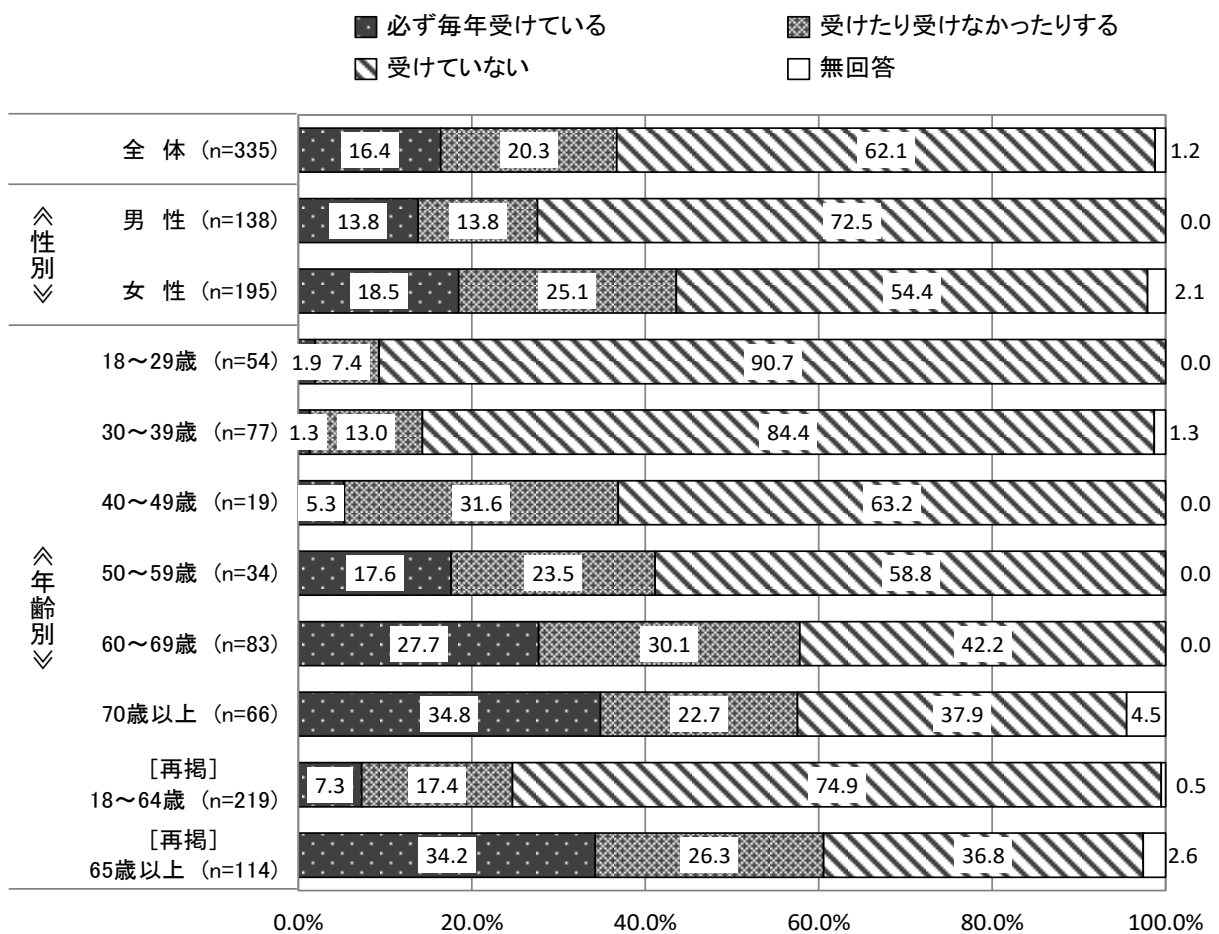
- 年齢別にみると、40～49歳では「忙しいから」(57.1%)、「健康だから受診する必要はないと思うから」(42.9%)、30～39歳では「面倒だから」(47.1%)、70歳以上では「医療機関で治療を受けているから」(36.3%)、「医療機関で受けているから」(47.1%)の割合が他に比べ高くなっている。



④がん検診について

問 56 あなたは、市のがん検診を受けていますか。

- 市のがん検診の受診状況では、「受けていない」(62.1%) が最も高く、以下「受けたり受けなかったりする」(20.3%)、「必ず毎年受けている」(16.4%) となっている。
- 性別にみると、「受けていない」で女性に比べ男性では 18.1 ポイント高い割合となっている。
- 年齢別にみると、年齢が高くなるにつれ「必ず毎年受けている」の割合が高くなり、年齢が低くなるにつれ「受けていない」の割合が高くなり、特に 18～29 歳では 90.7%が「受けていない」と回答している。

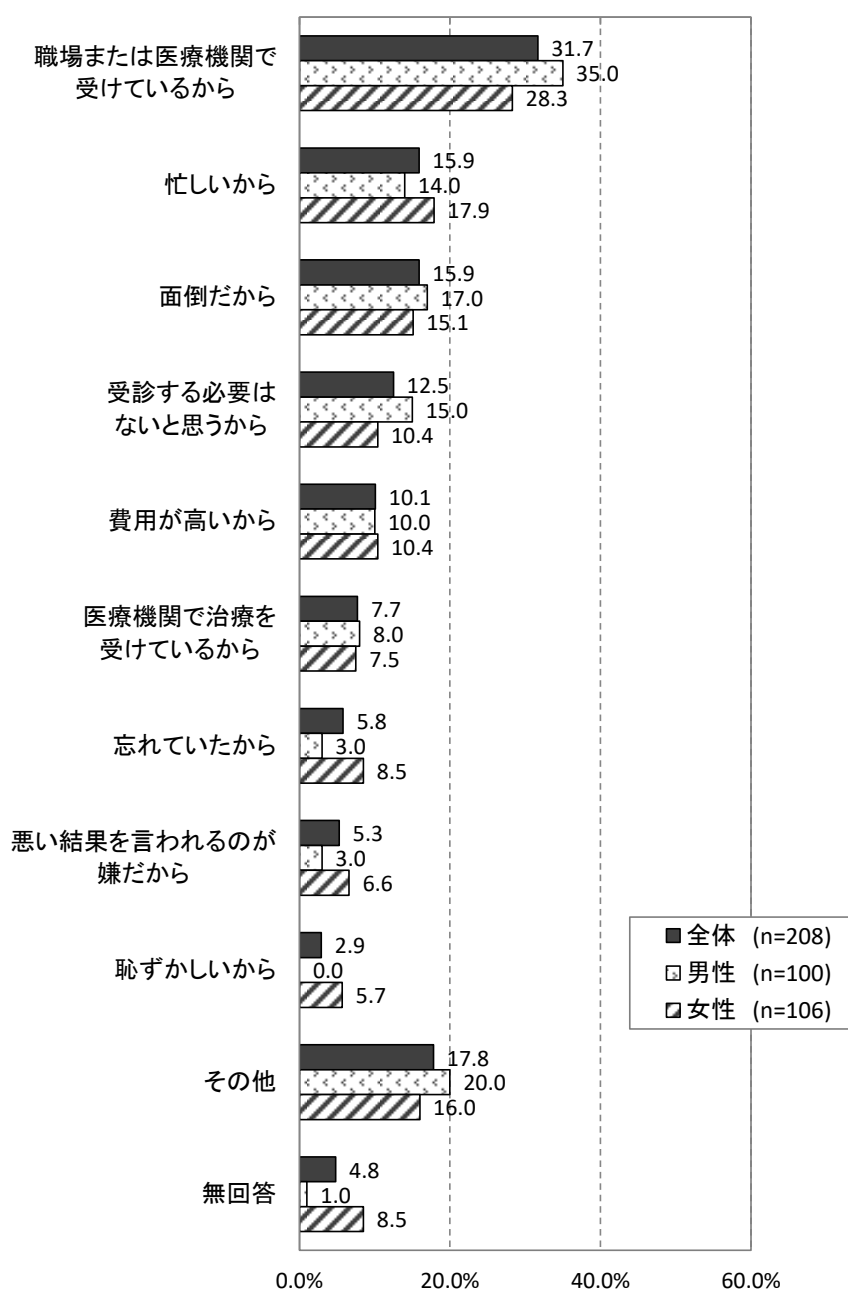


問 56-1 (問 56 で「3. 受けていない」に○をつけた方におたずねします)

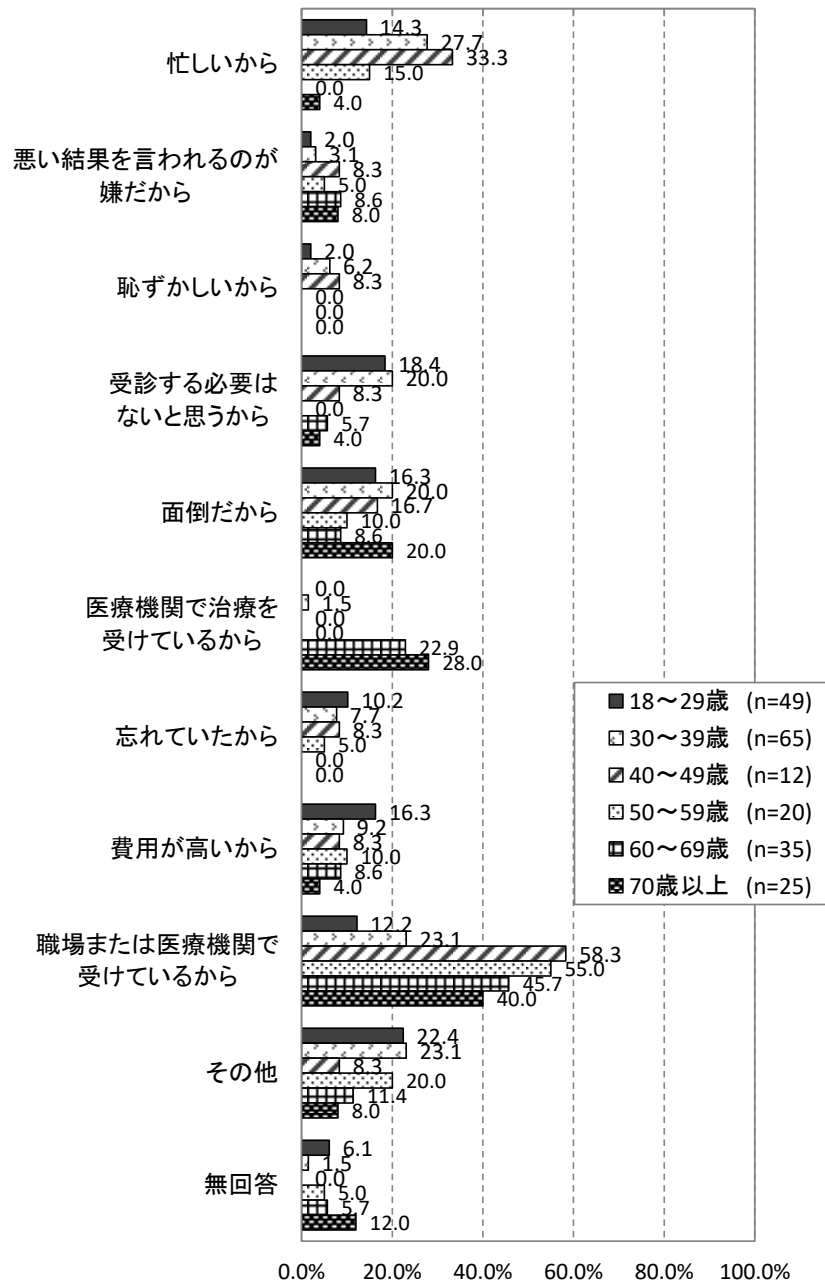
あなたが、がん検診を受診しない理由は何ですか。

【あてはまるものすべてに○】

- がん検診を受診しない理由では、「職場または医療機関で受けているから」(31.7%)が最も高く、以下「その他」(17.8%)、「忙しいから」(15.9%)、「面倒だから」(15.9%)、「受診する必要はないと思うから」(12.5%)となっている。
- 性別にみると、男性では「職場または医療機関で受けているから」で6.7ポイント、「受診する必要はないと思うから」で4.6ポイント女性より高く、女性では「忘れていたから」で5.5ポイント男性より高い割合となっている。



- 年齢別にみると、18～29歳では「受診する必要はないと思うから」、30～39歳では「忙しいから」、40歳以上では「職場または医療機関で受けているから」の割合が一番高くなっている。

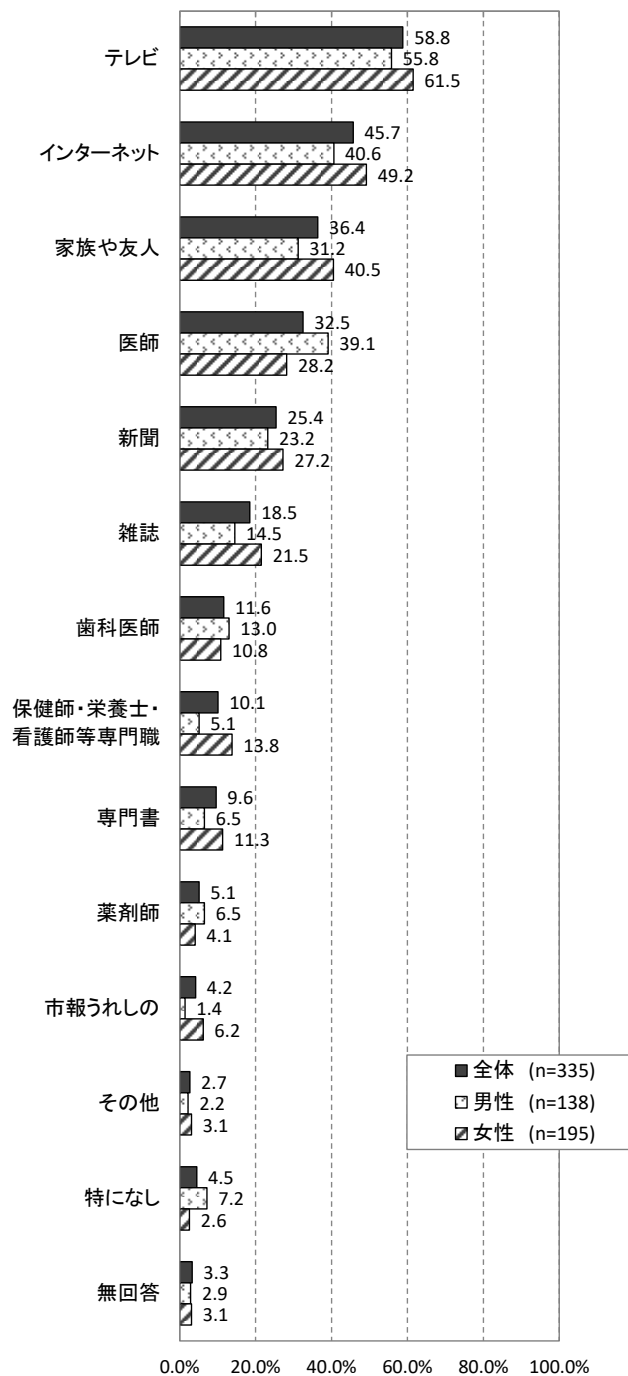


⑤健康に関する情報の入手先

問 57 あなたは、健康に関する知識を主にどこから得ていますか。

【あてはまるものすべてに○】

- 健康に関する知識の入手先では、「テレビ」(58.8%) が最も高く、以下「インターネット」(45.7%)、「家族や友人」(36.4%)、「医師」(32.5%)、「新聞」(25.4%) となっている。
- 性別にみると、男性では「医師」(39.1%) で女性に比べ 10.9 ポイント高く、女性では「家族や友人」(40.5%) で 9.3 ポイント、「保健師・栄養士・看護師等専門職」(13.8%) で 8.7 ポイント、「インターネット」(49.2%) で 8.6 ポイントなど男性に比べ高い割合となっている。

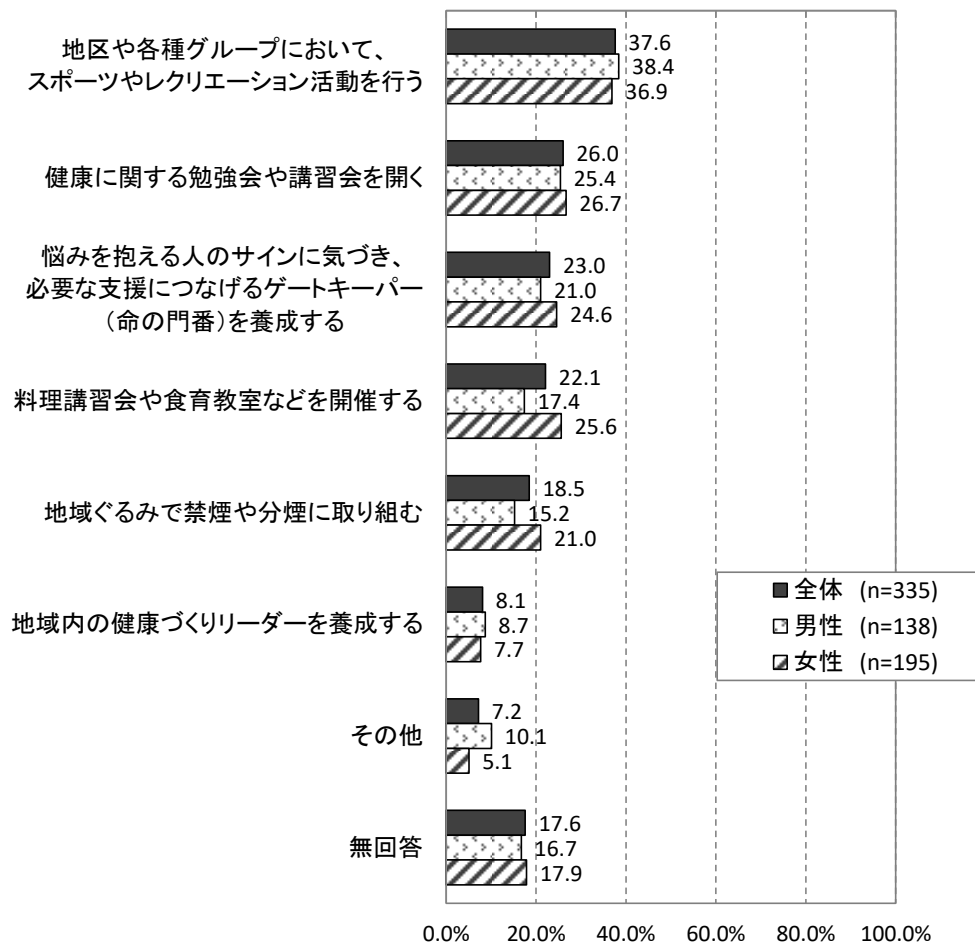


(9) 地域での健康づくりの活動

①健康づくりのために重要な市の取組

問 58 誰もがいきいきと健康的な生活を送るために、今後、地域においてどのような取り組みが重要だと考えますか。【あてはまるものすべてに○】

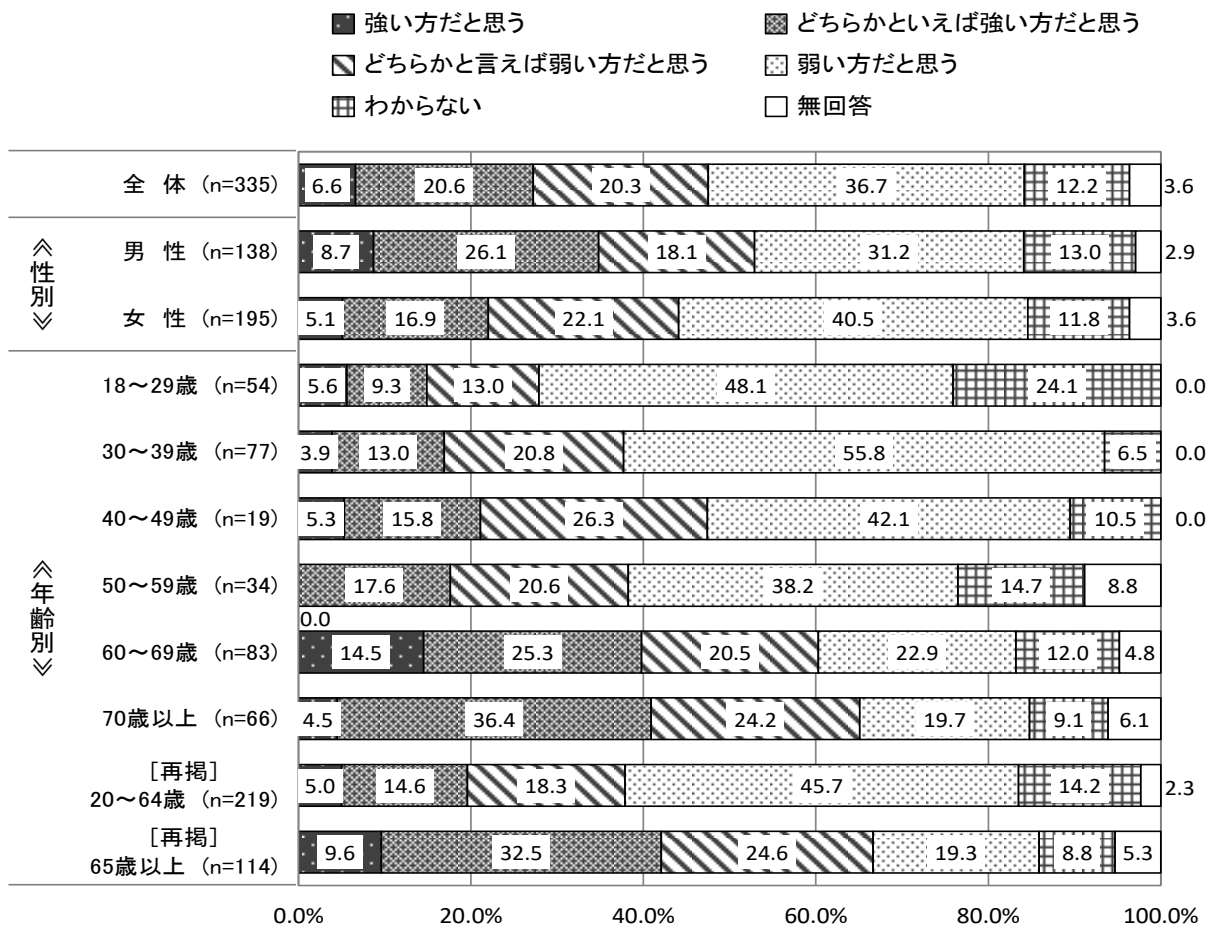
- 健康的な生活を送るため、今後地域においてどのような取り組みが重要と思うかでは、「地区や各種グループにおいて、スポーツやレクリエーション活動を行う」(37.6%) が最も高く、以下「健康に関する勉強会や講習会を開く」(26.0%)、「悩みを抱える人のサインに気づき、必要な支援につなげるゲートキーパー（命の門番）を養成する」(23.0%)、「料理講習会や食育教室などを開催する」(22.1%)、「地域ぐるみで禁煙や分煙に取り組む」(18.5%) となっている。
- 性別にみると、女性では「料理講習会や食育教室などを開催する」(25.6%) で男性より 8.2 ポイント高くなっている。



②地域とのつながりについて

問 59 あなたは、地域とのつながりは強い方だと思いますか。

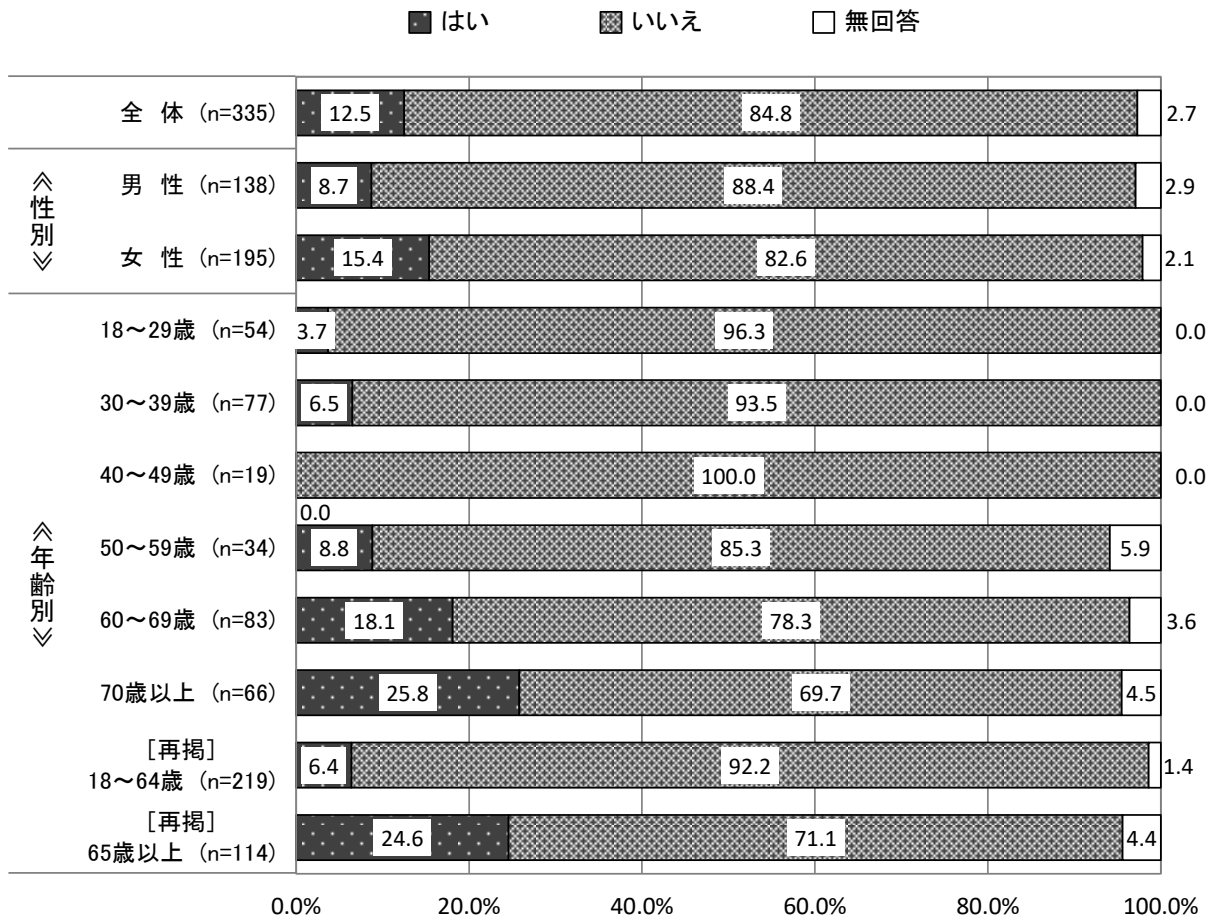
- 地域とのつながりは強い方と思うかでは、「弱い方だと思う」(36.7%)が最も高く、以下「どちらかといえば強い方だと思う」(20.6%)、「どちらかと言えば弱い方だと思う」(20.3%)、「わからない」(12.2%)、「強い方だと思う」(6.6%)となっている。
- 性別にみると、『強い方だと思う(「強い方だと思う」+「どちらかといえば強い方だと思う)』では女性 22.0%に比べ男性 34.8%と男性が 12.8 ポイント高く、『弱い方だと思う(「弱い方だと思う」+「どちらかと言えば弱い方だと思う)』では男性 49.3%に比べ女性 62.6%と女性が 13.3 ポイント高くなっている。
- 年齢別にみると、『強い方だと思う』では 59 歳以下では 1～2 割だが、60 歳以上では約 4 割と 59 歳以下に比べ比較的高い割合となっている。



③健康づくりを推進するグループ活動について

問 60 あなたは、健康づくりに関する団体やグループ活動に参加していますか。

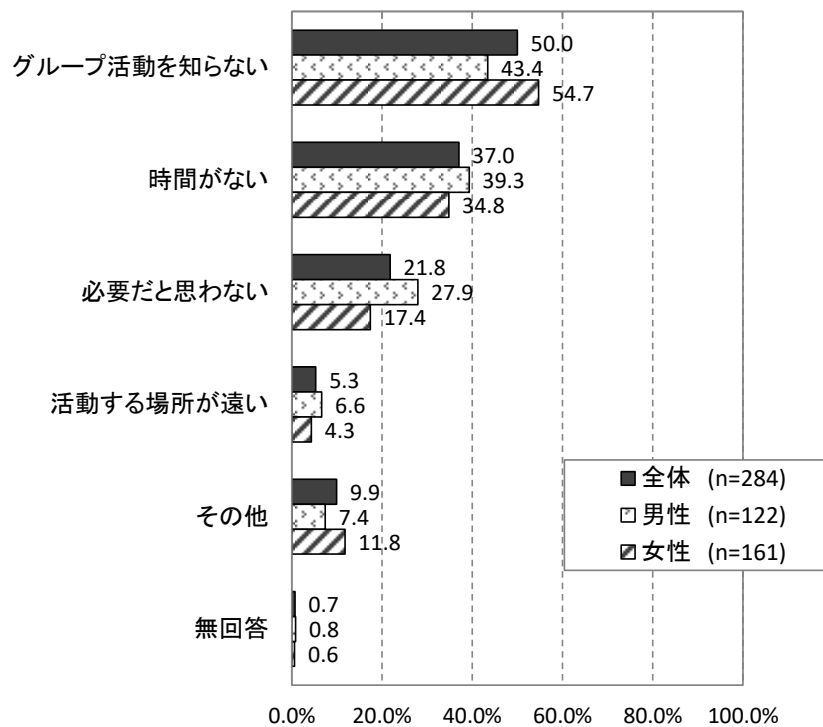
- 健康づくりに関する団体やグループ活動への参では、「いいえ」(84.8%) が最も高く、以下「はい」(12.5%) となっている。
- 性別にみると、男性に比べ女性では「はい」の割合が6.7ポイント高くなっている。
- 年齢別にみると、70歳以上では25.8%と他の年代に比べ高くなっている。



問 60-1 (問 60 で「2. いいえ」に○をつけた方におたずねします)

グループ活動に参加しない理由は何ですか。【あてはまるものすべてに○】

- グループ活動に参加しない理由では、「グループ活動を知らない」(50.0%) が最も高く、以下「時間がない」(37.0%)、「必要だと思わない」(21.8%)、「その他」(9.9%)、「活動する場所が遠い」(5.3%) となっている。
- 性別にみると、男性では「必要だと思わない」(27.9%) が女性に比べ 10.5 ポイント高く、女性では「グループ活動を知らない」(54.7%) と男性に比べ 11.3 ポイント高い割合となっている。



④健康・食育推進のための取組の認知状況

問 61 健康・食育推進のための次の取り組みを知っていますか。

【あてはまるものすべてに○】

- 健康・食育推進のための取り組みの認知状況では、「健康ウォーキング」(30.4%)、「こころの相談・SNS相談」(29.9%)、「健康マイレージ」(26.6%)、「学校での食育教室」(17.9%) となっている。
- 性別にみると、全ての項目で男性に比べ女性の割合が高くなっており、中でも「お口の健康づくり実践プラン（歯周疾患健診・妊婦歯科健診・フッ素塗布事業・はみがき推進）」(21.5%)で 12.8 ポイント、「食生活改善推進協議会（ヘルスマイト活動）」(20.0%)で 12.8 ポイント、「こころの相談・SNS相談」(34.9%)で 11.7 ポイントで差が大きくなっている。

