

福島町  
健康実態調査

結果報告書

平成19年10月

ぎょうせい総合研究所



# 目次

## I 調査の概要

|                     |   |
|---------------------|---|
| 1. 調査の概要            | 2 |
| (1) 調査目的            | 2 |
| (2) 調査対象及び調査方法等     | 2 |
| (3) 回収結果            | 2 |
| 2. 本調査報告書の基本的な事項    | 3 |
| (1) 数値の基本的な取り扱いについて | 3 |

## II 調査結果（一般住民）

|                              |    |
|------------------------------|----|
| 1. 対象者の属性                    | 6  |
| (1) 性別                       | 6  |
| (2) 年齢                       | 6  |
| (3) 医療保険の種類                  | 6  |
| (4) 家族構成                     | 7  |
| (5) 就業状況                     | 7  |
| 2. 健康状態や健康意識について             | 8  |
| (1) 健康状態について                 | 8  |
| (2) 健康の維持・増進のための取り組み         | 10 |
| (3) 主に取り組んでいること              | 12 |
| 3. 腹囲・体重について                 | 14 |
| (1) 体重・身長・腹囲・BMIについて         | 14 |
| (2) 適正な体重について                | 20 |
| 4. 食生活について                   | 22 |
| (1) 朝食について                   | 22 |
| (2) 朝食を食べない理由                | 25 |
| (3) 主食・主菜・副菜をそろえて食べているか      | 27 |
| (4) 野菜や海草・きのこ類を食べる頻度         | 29 |
| (5) 乳製品を摂る頻度                 | 31 |
| (6) 脂肪のとり過ぎに注意しているか          | 33 |
| (7) 糖分のとり過ぎに注意しているか          | 34 |
| (8) 塩分のとり過ぎに注意しているか          | 35 |
| (9) 食事を共にする家族や友達の有無          | 36 |
| (10) 家族や友達と一緒に食事をすることがあるか    | 38 |
| (11) 出来合いのおかず等をとる頻度          | 40 |
| (12) 体重管理のために食事量や内容に気をつけているか | 42 |
| 5. 運動について                    | 44 |
| (1) 健康づくりのために意識して運動をしているか    | 44 |
| (2) 運動をしない理由                 | 47 |
| (3) 1日あたりの平均の歩数              | 49 |
| 6. 睡眠・ストレスについて               | 51 |
| (1) 休み以外の日の1日あたりの睡眠時間        | 51 |
| (2) この1カ月間、睡眠により休養がとれているか    | 53 |
| 7. たばこについて                   | 55 |

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| (1) たばこについて.....                | 55 |
| (2) たばこをやめたいと思うか.....           | 58 |
| (3) たばこと健康を考える上で有効な取り組み.....    | 60 |
| 8. 飲酒について.....                  | 62 |
| (1) 飲酒について.....                 | 62 |
| (2) 1日平均の飲酒量.....               | 64 |
| (3) 日本酒1合程度が1日の適量ということについて..... | 66 |
| 9. 歯の健康について.....                | 67 |
| (1) 歯や口の状態について.....             | 67 |
| (2) 歯や口についての症状.....             | 69 |
| (3) 1日に歯磨きをする回数.....            | 71 |
| (4) 現在の自分の歯の本数.....             | 73 |
| (5) 歯の健康管理で実践していること.....        | 75 |
| 10. 健康づくり情報.....                | 78 |
| (1) 健康づくりについてほしい情報.....         | 78 |
| 11. 健康管理について.....               | 80 |
| (1) 病気について.....                 | 80 |
| (2) 健康管理の方法について.....            | 81 |
| (3) 健康に関する情報の入手先.....           | 83 |
| (4) 過去1年間の健康診断や人間ドックの受診.....    | 85 |
| (5) どこで受けたか.....                | 87 |
| (6) 受けていない理由.....               | 89 |
| (7) 健診を受けやすい条件.....             | 91 |
| (8) 健診を受けやすい時間帯.....            | 93 |
| (9) 保健指導を受けたい場所.....            | 95 |
| (10) 保健指導を受けやすい日程・時間帯について.....  | 97 |

### Ⅲ 調査結果（中高生）

|                                  |     |
|----------------------------------|-----|
| 1. 対象者の属性.....                   | 104 |
| (1) 性別.....                      | 104 |
| (2) 年齢.....                      | 104 |
| (3) いっしょに住んでいる人.....             | 104 |
| (4) 世帯類型.....                    | 105 |
| 2. 健康について.....                   | 106 |
| (1) 自分は健康だと思うか.....              | 106 |
| (2) あたなににとって健康とはどういうことか.....     | 108 |
| 3. 食事について.....                   | 110 |
| (1) 朝食を食べているか.....               | 110 |
| (2) 朝食を食べない理由.....               | 112 |
| (3) ふだんの食事で多いものはどれか.....         | 114 |
| (4) ふだんの食事を一緒に食べる人はだれか.....      | 115 |
| (5) 食事の時間は楽しいか.....              | 117 |
| (6) ふだんの食事で直したいことは何か.....        | 119 |
| 4. 体重について.....                   | 121 |
| (1) 自分の体型についてどう思うか.....          | 121 |
| (2) ダイエットをしたことがあるか（ダイエット中か）..... | 123 |

|   |     |
|---|-----|
| (3) 初めてダイエットをした時期はいつか.....              | 125 |
| (4) ダイエットをした理由は何か.....                  | 126 |
| 5. 運動・スポーツについて.....                     | 127 |
| (1) ふだん外で遊ぶことが多いか.....                  | 127 |
| (2) 運動やスポーツをすることが楽しいか.....              | 129 |
| (3) 学校の授業以外の運動やスポーツをしているか.....          | 131 |
| (4) 運動やスポーツをしていない理由は何か.....             | 133 |
| (5) 運動やスポーツを今後どのようにしたいか.....            | 135 |
| 6. 睡眠や、ふだんの悩みなどについて.....                | 136 |
| (1) 平日、何時ごろねることが多いか.....                | 136 |
| (2) 平日の睡眠時間は何時間くらいか.....                | 138 |
| (3) 睡眠についてあてはまるものがあるか.....              | 140 |
| (4) この1か月の不満、悩み、苦労、ストレスがあったか.....       | 142 |
| (5) どのようなことで不満、悩み、苦労、ストレスを感じているか.....   | 144 |
| (6) 不満、悩み、苦労、ストレスを感じたとき、どのようにしているか..... | 146 |
| (7) 不満、悩み、苦労、ストレスは解消できているか.....         | 148 |
| (8) 不満、悩み、苦労、ストレスについて話をする人がいるか.....     | 150 |
| 7. たばこについて.....                         | 152 |
| (1) たばこを吸ったことがあるか.....                  | 152 |
| (2) 初めてたばこを吸った時期はいつか.....               | 154 |
| (3) どのように入手したか.....                     | 155 |
| (4) この1週間でたばこを吸ったか.....                 | 156 |
| (5) たばこの害を知っているか.....                   | 157 |
| (6) まわりでたばこを吸う人がいるか.....                | 159 |
| (7) たばこをすすめられたとき、断ることができるか.....         | 160 |
| (8) 大人になったらたばこを吸いたいと思うか.....            | 161 |
| 8. お酒について.....                          | 162 |
| (1) お酒を飲んだことがあるか.....                   | 162 |
| (2) 初めてお酒を飲んだのはいつか.....                 | 164 |
| (3) どのようにして飲んだか、手に入れたか.....             | 165 |
| (4) アルコールの害について知っているか.....              | 166 |
| (5) まわりでお酒を飲む人がいるか.....                 | 167 |
| (6) お酒をすすめられたとき、断ることができるか.....          | 168 |
| (7) 大人になったらお酒を飲みたいと思うか.....             | 169 |
| 9. 歯の健康について.....                        | 170 |
| (1) 歯や口について次のようなことがあるか.....             | 170 |
| (2) 歯科医院に相談や治療に行ったか.....                | 172 |
| (3) いつ歯みがきをするのか.....                    | 174 |
| (4) 歯の健康についてお聞きします.....                 | 175 |
| 10. 健康づくりについて.....                      | 180 |
| (1) 朝は、すっきり目がさめるか.....                  | 180 |
| (2) 毎日の生活が楽しいか.....                     | 182 |
| (3) ふだん心がけているものがあるか.....                | 184 |
| (4) 健康づくりで知りたいことはあるか.....               | 186 |
| 11. からだや性のことについて.....                   | 188 |
| (1) からだや性のことについてどのくらい知っているか.....        | 188 |
| (2) からだや性に関することはどこで知ることが多いか.....        | 192 |

|                                    |     |
|------------------------------------|-----|
| 12. 薬物について.....                    | 194 |
| (1) 薬物の使用が法律で禁止されていることを知っているか..... | 194 |
| (2) 薬物の使用についてどのように考えるか.....        | 195 |
| 13. 自分のことや相談相手について.....            | 196 |
| (1) 悩みごとなど何でも相談できる人がまわりにいるか.....   | 196 |
| (2) 自分のことが好きか.....                 | 198 |
| (3) 自分の意見を他人に言うことができるか.....        | 200 |
| (4) 人の言葉や行動に左右されやすいか.....          | 202 |
| (5) 相手の気持ちを考え行動ができるか.....          | 204 |

|                |
|----------------|
| <b>IV 自由意見</b> |
|----------------|

|                    |
|--------------------|
| <b>V 資料：アンケート表</b> |
|--------------------|

# I 調査の概要

# 1. 調査の概要

---

## (1) 調査目的

「福島町健康づくり推進計画（仮称）」の策定にあたり、健康意識や健康診断の受診状況、健診に対する考え方等について町民の実態や意見を把握し、基礎資料とすることを目的としています。

## (2) 調査対象及び調査方法等

|      |   |
|------|---|
| 調査対象 | 一般：福島町に居住する19歳以上75歳未満の町民<br>中高生：福島町に居住する中学生・高校生 |
| 標本数  | 一般：2,000<br>中高生：225                             |
| 抽出法  | 無作為抽出   |
| 調査方法 | 郵送による配布・回収                                      |
| 調査時期 | 平成19年8月   |

## (3) 回収結果

| 調査対象 | 配布数（票）<br>A | 回収数（票）<br>B | 回収率<br>B/A  |
|------|-------------|-------------|-------------|
| 一般   | 2,000       | 回収数 846     | 回収率 42.3%   |
|      |             | 有効回収数 846   | 有効回収率 42.3% |
| 中高生  | 225         | 回収数 211     | 回収率 93.8%   |
|      |             | 有効回収数 210   | 有効回収率 93.3% |

## 2. 本調査報告書の基本的な事項

---

### (1) 数値の基本的な取り扱いについて

- ①比率はすべて百分率(%)で表し、小数点以下2位を四捨五入して算出しています。従って、合計が100%を上下する場合があります。
- ②基数となるべき実数は、“n=〇〇〇”として掲載し、各比率はnを100%として算出しています。
- ③質問の終わりに(複数回答)とある問は、1人の回答者が2つ以上の回答を出してもよい問であり、従って各回答の合計比率は100%を超える場合があります。
- ④図表として示したのものの中には「無回答者」を省略した部分があります。そのため、区分ごとの実数(nの値)の合計が全体の標本数と一致しないことがあります。
- ⑤本報告書は、回答者の回答結果を数値化し、集計した結果をとりまとめたもので、実績値と異なる可能性があります。



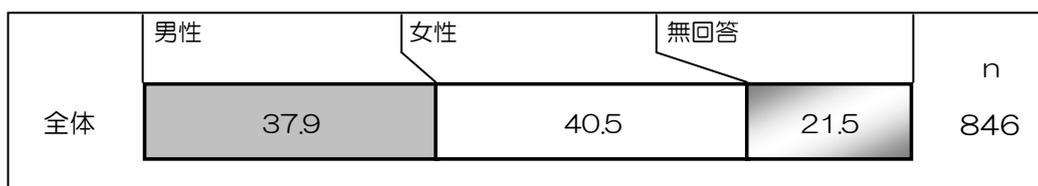
## Ⅱ 調査結果（一般住民）

# 1. 対象者の属性

## (1) 性別

「女性」が40.5%、「男性」が37.9%となっています。

図表 1 性別（全体）



## (2) 年齢

「45～64歳」が47.0%と最も多く、次いで「65歳以上」(26.8%)、「19～44歳」(24.5%)の順となっています。

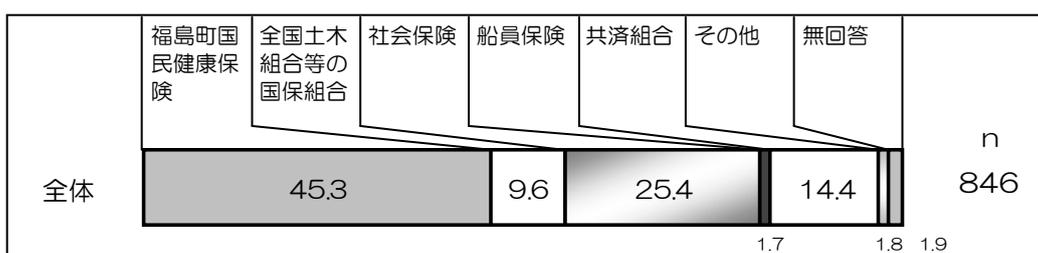
図表 2 年齢（全体）



## (3) 医療保険の種類

「福島町国民健康保険」が45.3%と最も多く、次いで「社会保険」(25.4%)、「共済組合」(14.4%)、「全国土木組合等の国保組合」(9.6%)、「その他」(1.8%)、「船員保険」(1.7%)の順となっています。

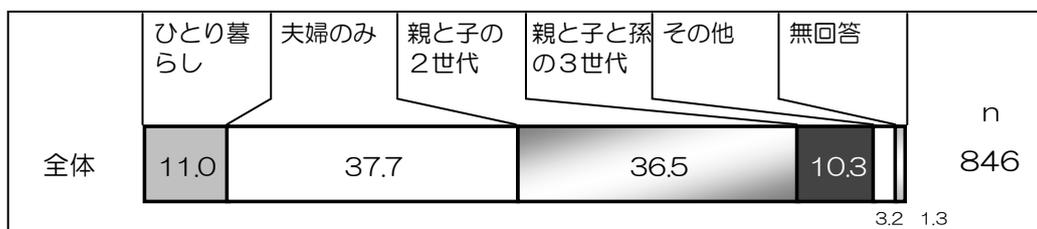
図表 3 医療保険の種類（全体）



#### (4) 家族構成

「夫婦のみ」が37.7%と最も多く、次いで「親と子の2世代」(36.5%)、「ひとり暮らし」(11.0%)、「親と子と孫の3世代」(10.3%)、「その他」(3.2%)の順となっています。

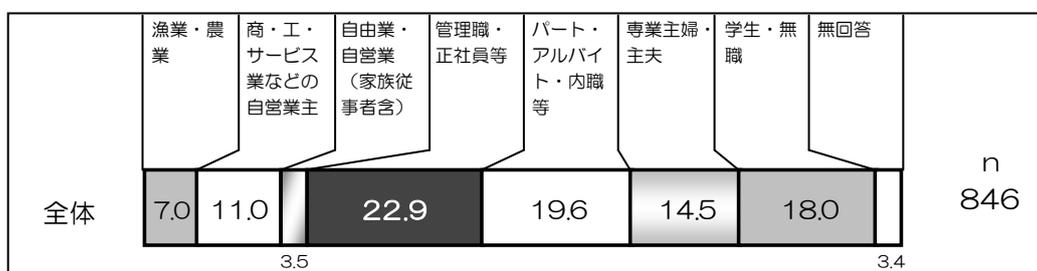
図表 4 家族構成 (全体)



#### (5) 就業状況

「管理職・正社員等」が22.9%と最も多く、次いで「パート・アルバイト・内職等」(19.6%)、「学生・無職」(18.0%)、「専業主婦・主夫」(14.5%)、「商・工・サービス業などの自営業主」(11.0%)、「漁業・農業」(7.0%)、「自由業・自営業(家族従事者含)」(3.5%)の順となっています。

図表 5 就業状況 (全体)



## 2. 健康状態や健康意識について

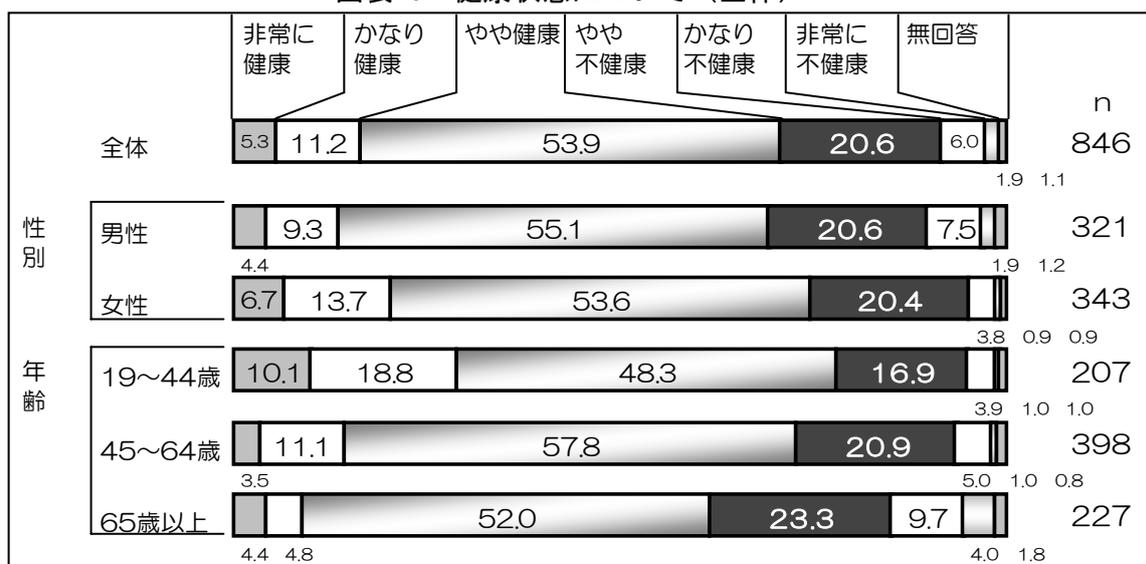
### (1) 健康状態について

問1 ふだん、ご自分で健康だと思いますか。

#### ポイント

- ◆ 自分の健康に対する肯定的な評価が70.4%、否定的な評価は28.5%
- ◆ 肯定的な評価が男女ともに約70%
- ◆ 肯定的な評価の割合は、年齢とともに低下する傾向
- ◆ 漁業・農業従事者、65歳以上の無職で、“不健康”と評価する割合が高い傾向

図表 6 健康状態について（全体）



#### 全体

「やや健康」が53.9%と最も多く、「非常に健康」(5.3%)、「かなり健康」(11.2%)を合わせると、自分の健康に対する肯定的な評価が70.4%を占めています。

一方、否定的な評価は、「やや不健康」(20.6%)、「かなり不健康」(6.0%)、「非常に不健康」(1.9%)を合わせて28.5%となっています。

#### 性別・年齢別

肯定的な評価が男女ともに約70%を占めており、性別による大きな傾向の違いはみられません。

また、肯定的な評価は、年齢とともに低下する傾向がみられ、65歳以上-男性では「かなり不健康」(14.7%)、65歳以上-女性では「やや不健康」(30.2%)が比較的高い割合となっています。

## その他属性別

漁業・農業では「かなり不健康」、ひとり暮らし、65歳以上-無職では「やや不健康」が比較的高い割合となっており、漁業・農業と65歳以上-無職では“不健康”と評価する割合が比較的高い傾向となっています。

図表 7 健康状態について（詳細）

（単位：人、％）

|          | 合計               | “健康” | 非常に健康 | かなり健康 | やや健康 | やや不健康 | かなり不健康 | 非常に不健康 | “不健康” | 無回答  |     |
|----------|------------------|------|-------|-------|------|-------|--------|--------|-------|------|-----|
| 全体       | 846              | 16.5 | 5.3   | 11.2  | 53.9 | 20.6  | 6.0    | 1.9    | 7.9   | 1.1  |     |
| 年齢×性別    | 19～44歳-男性        | 89   | 21.3  | 7.9   | 13.5 | 56.2  | 16.9   | 3.4    | 0.0   | 3.4  | 2.2 |
|          | 19～44歳-女性        | 83   | 42.2  | 15.7  | 26.5 | 39.8  | 16.9   | 0.0    | 1.2   | 1.2  | 0.0 |
|          | 45～64歳-男性        | 154  | 11.0  | 1.3   | 9.7  | 55.8  | 24.7   | 5.8    | 1.3   | 7.1  | 1.3 |
|          | 45～64歳-女性        | 172  | 17.4  | 5.2   | 12.2 | 61.0  | 16.3   | 4.1    | 0.6   | 4.7  | 0.6 |
|          | 65歳以上-男性         | 75   | 10.7  | 6.7   | 4.0  | 53.3  | 17.3   | 14.7   | 4.0   | 18.7 | 0.0 |
|          | 65歳以上-女性         | 86   | 5.8   | 1.2   | 4.7  | 53.5  | 30.2   | 7.0    | 1.2   | 8.1  | 2.3 |
| 世帯類型     | ひとり暮らし           | 93   | 16.1  | 6.5   | 9.7  | 47.3  | 26.9   | 7.5    | 1.1   | 8.6  | 1.1 |
|          | 夫婦のみ             | 319  | 12.5  | 3.8   | 8.8  | 56.4  | 19.1   | 7.5    | 2.8   | 10.3 | 1.6 |
|          | 2世代              | 309  | 20.4  | 6.5   | 13.9 | 51.8  | 20.1   | 6.1    | 1.3   | 7.4  | 0.3 |
|          | 3世代              | 87   | 18.4  | 5.7   | 12.6 | 56.3  | 20.7   | 1.1    | 1.1   | 2.3  | 2.3 |
| 就業状況     | 漁業・農業            | 59   | 10.2  | 3.4   | 6.8  | 50.8  | 25.4   | 11.9   | 0.0   | 11.9 | 1.7 |
|          | 商・工・サービス業などの自営業主 | 93   | 17.2  | 7.5   | 9.7  | 58.1  | 19.4   | 3.2    | 1.1   | 4.3  | 1.1 |
|          | 自由業・自営業（家族従事者含）  | 30   | 26.7  | 3.3   | 23.3 | 43.3  | 26.7   | 3.3    | 0.0   | 3.3  | 0.0 |
|          | 管理職・正社員等         | 194  | 17.5  | 5.2   | 12.4 | 53.6  | 17.5   | 8.8    | 1.5   | 10.3 | 1.0 |
|          | パート・アルバイト・内職等    | 166  | 27.1  | 9.6   | 17.5 | 53.0  | 15.1   | 3.6    | 0.0   | 3.6  | 1.2 |
|          | 専業主婦・主夫          | 123  | 10.6  | 1.6   | 8.9  | 62.6  | 18.7   | 4.9    | 2.4   | 7.3  | 0.8 |
|          | 学生・無職            | 152  | 10.5  | 3.9   | 6.6  | 48.0  | 28.9   | 5.9    | 5.9   | 11.8 | 0.7 |
| 学生無職年齢区分 | 19～44歳-学生・無職     | 24   | 20.8  | 8.3   | 12.5 | 54.2  | 20.8   | 4.2    | 0.0   | 4.2  | 0.0 |
|          | 45～64歳-無職        | 38   | 13.2  | 5.3   | 7.9  | 52.6  | 28.9   | 2.6    | 2.6   | 5.3  | 0.0 |
|          | 65歳以上-無職         | 87   | 6.9   | 2.3   | 4.6  | 43.7  | 32.2   | 8.0    | 8.0   | 16.1 | 1.1 |

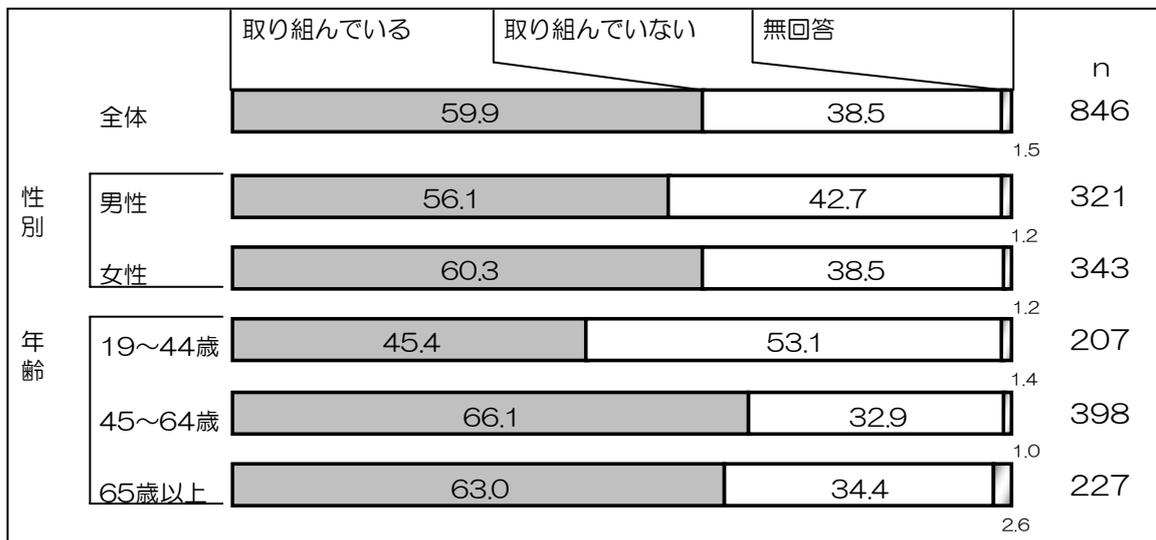
## (2) 健康の維持・増進のための取り組み

問2 健康の維持・増進のために、何か取り組まれていますか。

### ポイント

- ◆ 「取り組んでいる」が59.9%、「取り組んでいない」が38.5%
- ◆ 「取り組んでいる」が男女ともに約60%
- ◆ 中年期以降、健康の維持・増進に取り組む人が増える傾向
- ◆ 専業主婦・主夫、65歳以上-無職では、「取り組んでいる」が約70%と比較的高い傾向

図表 8 健康の維持・増進のための取り組み（全体）



### 全体

「取り組んでいる」が59.9%となっており、「取り組んでいない」は38.5%となっています。

### 性別・年齢別

「取り組んでいる」が男女ともに約60%となっており、性別による大きな傾向の違いはみられません。

また、45~64歳では「取り組んでいる」が66.1%で、19~44歳（45.4%）と比べて20ポイント以上高い割合となっており、中年期以降、健康の維持・増進に取り組む人が増える傾向がうかがえます。

### その他属性別

専業主婦・主夫と65歳以上-無職では「取り組んでいる」が約70%と、比較的高い割合となっています。

図表 9 健康の維持・増進のための取り組み（詳細）

（単位：人、％）

|          |                  | 合計  | 取り組んでいる | 取り組んでいない | 無回答 |
|----------|------------------|-----|---------|----------|-----|
| 全体       |                  | 846 | 59.9    | 38.5     | 1.5 |
| 年齢×性別    | 19～44歳-男性        | 89  | 41.6    | 56.2     | 2.2 |
|          | 19～44歳-女性        | 83  | 48.2    | 51.8     | 0.0 |
|          | 45～64歳-男性        | 154 | 63.0    | 36.4     | 0.6 |
|          | 45～64歳-女性        | 172 | 64.5    | 34.3     | 1.2 |
|          | 65歳以上-男性         | 75  | 61.3    | 37.3     | 1.3 |
|          | 65歳以上-女性         | 86  | 62.8    | 34.9     | 2.3 |
| 就業状況     | 漁業・農業            | 59  | 54.2    | 42.4     | 3.4 |
|          | 商・工・サービス業などの自営業主 | 93  | 69.9    | 30.1     | 0.0 |
|          | 自由業・自営業（家族従事者含）  | 30  | 76.7    | 23.3     | 0.0 |
|          | 管理職・正社員等         | 194 | 56.7    | 42.8     | 0.5 |
|          | パート・アルバイト・内職等    | 166 | 55.4    | 41.6     | 3.0 |
|          | 専業主婦・主夫          | 123 | 66.7    | 33.3     | 0.0 |
|          | 学生・無職            | 152 | 58.6    | 40.1     | 1.3 |
| 学生無職年齢区分 | 19～44歳-学生・無職     | 24  | 25.0    | 70.8     | 4.2 |
|          | 45～64歳-無職        | 38  | 60.5    | 39.5     | 0.0 |
|          | 65歳以上-無職         | 87  | 67.8    | 31.0     | 1.1 |

### (3) 主に取り組んでいること

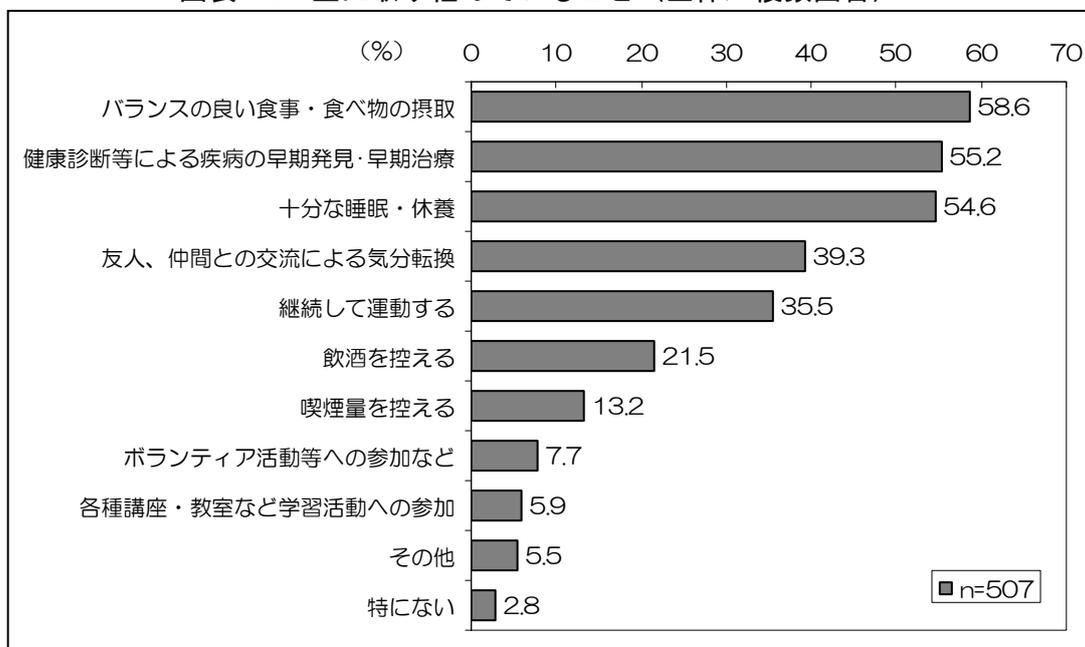
問2付問

取り組んでいる方にうかがいます。主に取り組んでいることは何ですか。(問2で、「1 取り組んでいる」と回答した人のみ)【複数回答】

#### ポイント

- ◆ 「バランスの良い食事・食べ物の摂取」が最上位
- ◆ 食事や健診、睡眠・休養と比べると、「継続して運動する」は取り組みの度合いが低い
- ◆ ひとり暮らしや管理職・正社員等では、「バランスの良い食事・食べ物の摂取」の割合が低く、漁業・農業では、「継続して運動する」が低い

図表 10 主に取り組んでいること (全体/複数回答)



#### 全体

「バランスの良い食事・食べ物の摂取」が58.6%と最も多く、次いで「健康診断等による疾病の早期発見・早期治療」(55.2%)、「十分な睡眠・休養」(54.6%)、「友人、仲間との交流による気分転換」(39.3%)と続いています。

また、「継続して運動する」は35.5%と、上位にあがっている食事や健診、睡眠・休養と比べると、取り組みの度合いが低くなっています。

なお、30%未満の回答としては、「飲酒を控える」(21.5%)、「喫煙量を控える」(13.2%)、「ボランティア活動等への参加など」(7.7%)、「各種講座・教室など学習活動への参加」(5.9%)があがっています。

#### 性別・年齢別

男性では「飲酒を控える」(38.3%)や「継続して運動する」(43.3%)、女性では

「バランスの良い食事・食べ物の摂取」(61.4%)や「友人、仲間との交流による気分転換」(45.9%)が比較的高い割合となっています。

また、19～44歳-男性では「継続して運動する」(51.4%)、19～44歳-女性では「友人、仲間との交流による気分転換」(57.5%)、45～64歳-男性では「健康診断等による疾病の早期発見・早期治療」(68.0%)、「飲酒を控える」(38.1%)、「喫煙量を控える」(27.8%)の3つが比較的高い割合となっています。

**その他属性別**

ひとり暮らし、管理職・正社員等では「バランスの良い食事・食べ物の摂取」の取り組みの割合が低くなっており、漁業・農業では「継続して運動する」(15.6%)が低い一方、65歳以上-無職とともに「飲酒を控える」が比較的高い割合となっています。

図表 11 主に取り組んでいること（詳細／複数回答）

(単位:人、%)

|          | 合計               | 健康診断等による疾病の早期発見・早期治療 | バランスの良い食事・食べ物の摂取 | 継続して運動する | 十分な睡眠・休養 | 飲酒を控える | 喫煙量を控える | 各種講座・教室など学習活動への参加 | ボランティア活動等への参加など | 友人、仲間との交流による気分転換 | その他  | 特になし |      |
|----------|------------------|----------------------|------------------|----------|----------|--------|---------|-------------------|-----------------|------------------|------|------|------|
| 全体       | 507              | 55.2                 | 58.6             | 35.5     | 54.6     | 21.5   | 13.2    | 5.9               | 7.7             | 39.3             | 5.5  | 2.8  |      |
| 性別       | 男性               | 180                  | 55.6             | 52.8     | 43.3     | 55.6   | 38.3    | 20.0              | 2.8             | 5.0              | 28.9 | 5.6  | 1.7  |
|          | 女性               | 207                  | 59.9             | 61.4     | 30.0     | 52.7   | 9.7     | 7.7               | 7.7             | 10.6             | 45.9 | 3.9  | 2.9  |
| 年齢×性別    | 19～44歳-男性        | 37                   | 27.0             | 35.1     | 51.4     | 35.1   | 32.4    | 5.4               | 0.0             | 0.0              | 40.5 | 5.4  | 2.7  |
|          | 19～44歳-女性        | 40                   | 45.0             | 52.5     | 27.5     | 52.5   | 5.0     | 7.5               | 5.0             | 0.0              | 57.5 | 5.0  | 2.5  |
|          | 45～64歳-男性        | 97                   | 68.0             | 57.7     | 42.3     | 60.8   | 38.1    | 27.8              | 2.1             | 5.2              | 25.8 | 7.2  | 0.0  |
|          | 45～64歳-女性        | 111                  | 64.9             | 64.0     | 31.5     | 50.5   | 10.8    | 8.1               | 6.3             | 13.5             | 45.0 | 4.5  | 0.9  |
|          | 65歳以上-男性         | 46                   | 52.2             | 56.5     | 39.1     | 60.9   | 43.5    | 15.2              | 6.5             | 8.7              | 26.1 | 2.2  | 4.3  |
|          | 65歳以上-女性         | 54                   | 61.1             | 63.0     | 29.6     | 59.3   | 11.1    | 7.4               | 13.0            | 13.0             | 40.7 | 1.9  | 5.6  |
| 世帯類型     | ひとり暮らし           | 53                   | 52.8             | 37.7     | 30.2     | 47.2   | 22.6    | 7.5               | 3.8             | 3.8              | 43.4 | 1.9  | 5.7  |
|          | 夫婦のみ             | 209                  | 59.3             | 68.9     | 38.3     | 59.3   | 23.0    | 14.8              | 9.6             | 12.9             | 36.4 | 5.3  | 2.4  |
|          | 2世代              | 181                  | 50.3             | 53.0     | 36.5     | 49.2   | 17.1    | 13.8              | 3.9             | 3.9              | 39.8 | 7.2  | 1.7  |
|          | 3世代              | 45                   | 60.0             | 62.2     | 33.3     | 62.2   | 31.1    | 11.1              | 2.2             | 4.4              | 44.4 | 4.4  | 2.2  |
|          | その他              | 14                   | 50.0             | 42.9     | 14.3     | 50.0   | 14.3    | 7.1               | 0.0             | 7.1              | 50.0 | 7.1  | 7.1  |
| 就業状況     | 漁業・農業            | 32                   | 56.3             | 68.8     | 15.6     | 46.9   | 34.4    | 15.6              | 6.3             | 6.3              | 34.4 | 6.3  | 0.0  |
|          | 商・工・サービス業などの自営業主 | 65                   | 49.2             | 55.4     | 29.2     | 55.4   | 21.5    | 13.8              | 1.5             | 12.3             | 40.0 | 7.7  | 3.1  |
|          | 自由業・自営業(家族従事者含)  | 23                   | 56.5             | 69.6     | 60.9     | 47.8   | 21.7    | 8.7               | 8.7             | 4.3              | 47.8 | 8.7  | 0.0  |
|          | 管理職・正社員等         | 110                  | 61.8             | 44.5     | 44.5     | 50.9   | 27.3    | 13.6              | 0.9             | 1.8              | 31.8 | 5.5  | 1.8  |
|          | パート・アルバイト・内職等    | 92                   | 48.9             | 58.7     | 30.4     | 56.5   | 13.0    | 13.0              | 5.4             | 10.9             | 44.6 | 8.7  | 2.2  |
|          | 専業主婦・主夫          | 82                   | 62.2             | 67.1     | 35.4     | 53.7   | 14.6    | 11.0              | 13.4            | 13.4             | 50.0 | 2.4  | 2.4  |
|          | 学生・無職            | 89                   | 53.9             | 66.3     | 38.2     | 62.9   | 24.7    | 15.7              | 9.0             | 5.6              | 32.6 | 3.4  | 4.5  |
| 学生無職年齢区分 | 19～44歳-学生・無職     | 6                    | 0.0              | 33.3     | 33.3     | 66.7   | 0.0     | 0.0               | 0.0             | 0.0              | 50.0 | 0.0  | 16.7 |
|          | 45～64歳-無職        | 23                   | 65.2             | 73.9     | 30.4     | 52.2   | 13.0    | 17.4              | 0.0             | 4.3              | 26.1 | 4.3  | 0.0  |
|          | 65歳以上-無職         | 59                   | 54.2             | 66.1     | 42.4     | 66.1   | 30.5    | 15.3              | 13.6            | 6.8              | 33.9 | 3.4  | 5.1  |

### 3. 腹囲・体重について

---

#### (1) 体重・身長・腹囲・BMIについて

問3 あなたの現在の体重と身長及び腹囲をお書きください。

#### ポイント

##### 【男性の腹囲】

- ◆ 腹囲「85cm以上」が全体では44.2%、中年期以降は2人に1人の割合

##### 【女性の腹囲】

- ◆ 腹囲「90cm以上」が13.1%、高齢期以降は4人に1人の割合

##### 【BMI】

- ◆ 男性の肥満者の割合が33.6%、女性では30.0%
- ◆ 19~44歳では肥満者の割合が26.6%、45~64歳以降は30%以上に上昇
- ◆ 19~44歳-男性では、肥満者の割合が38.2%となっている一方、19~44歳-女性では「やせ（18.5未満）」が10.8%と比較的多い
- ◆ 船員保険の加入者と漁業・農業では、肥満者の割合が40%以上
- ◆ 肥満者の割合は、道全体とほぼ同程度の水準

#### 【男性の腹囲】

##### 全 体

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の診断基準の1つである腹囲「85 cm以上」が44.2%となっています。

##### 年 齢 別

45~64歳では「85 cm以上」が47.4%、65歳以上では46.7%と、中年期以降の2人に1人の割合で腹囲85 cm以上となっています。

図表 12 腹囲について（男性詳細）

（単位：人、％）

|              |                  | 合計        | 85cm未満 | 85cm以上 | 無回答  |
|--------------|------------------|-----------|--------|--------|------|
| 男性全体         |                  | 321       | 39.6   | 44.2   | 16.2 |
| 年齢           | 19～44歳           | 89        | 43.8   | 38.2   | 18.0 |
|              | 45～64歳           | 154       | 41.6   | 47.4   | 11.0 |
|              | 65歳以上            | 75        | 30.7   | 46.7   | 22.7 |
| 年齢           | 20歳代以下           | 35        | 42.9   | 28.6   | 28.6 |
|              | 30歳代             | 32        | 43.8   | 40.6   | 15.6 |
|              | 40歳代             | 46        | 39.1   | 52.2   | 8.7  |
|              | 50歳代             | 92        | 47.8   | 42.4   | 9.8  |
|              | 60歳代             | 79        | 30.4   | 53.2   | 16.5 |
|              | 70歳以上            | 34        | 32.4   | 41.2   | 26.5 |
|              | 保険の種類            | 福島町国民健康保険 | 129    | 37.2   | 43.4 |
| 全国土木組合等の国保組合 |                  | 26        | 38.5   | 38.5   | 23.1 |
| 社会保険         |                  | 88        | 43.2   | 46.6   | 10.2 |
| 船員保険         |                  | 6         | 33.3   | 66.7   | 0.0  |
| 共済組合         |                  | 67        | 40.3   | 43.3   | 16.4 |
| その他          |                  | 4         | 50.0   | 50.0   | 0.0  |
| 就業状況         |                  | 漁業・農業     | 31     | 29.0   | 41.9 |
|              | 商・工・サービス業などの自営業主 | 36        | 44.4   | 41.7   | 13.9 |
|              | 自由業・自営業（家族従事者含）  | 11        | 27.3   | 72.7   | 0.0  |
|              | 管理職・正社員等         | 126       | 46.0   | 42.9   | 11.1 |
|              | パート・アルバイト・内職等    | 36        | 41.7   | 36.1   | 22.2 |
|              | 専業主婦・主夫          | 9         | 22.2   | 55.6   | 22.2 |
|              | 学生・無職            | 68        | 30.9   | 48.5   | 20.6 |
|              | 学生無職年齢区分         |           |        |        |      |
| 19～44歳-学生・無職 | 15               | 46.7      | 33.3   | 20.0   |      |
| 45～64歳-無職    | 18               | 22.2      | 61.1   | 16.7   |      |
| 65歳以上-無職     | 34               | 29.4      | 50.0   | 20.6   |      |

【女性の腹囲】

全 体

腹囲「90 cm以上」が 13.1%となっています。

## 年 齢 別

65 歳以上では「90 cm以上」が 24.4%と、高齢期以降の4人に1人の割合で腹囲90 cm以上となっています。

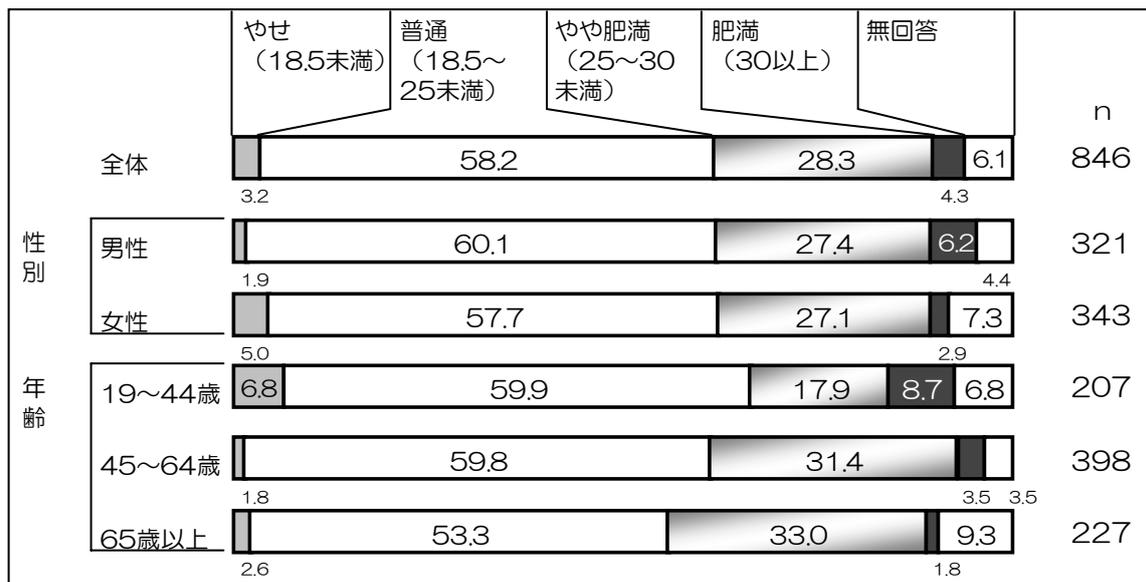
図表 13 腹囲について（女性詳細）

（単位：人、％）

|                 |                        | 合計               | 90cm未満 | 90cm以上 | 無回答  |
|-----------------|------------------------|------------------|--------|--------|------|
| 女性全体            |                        | 343              | 63.3   | 13.1   | 23.6 |
| 年 齢             | 19～44歳                 | 83               | 69.9   | 0.0    | 30.1 |
|                 | 45～64歳                 | 172              | 66.9   | 14.0   | 19.2 |
|                 | 65歳以上                  | 86               | 50.0   | 24.4   | 25.6 |
| 年 齢             | 20歳代以下                 | 20               | 40.0   | 0.0    | 60.0 |
|                 | 30歳代                   | 43               | 88.4   | 0.0    | 11.6 |
|                 | 40歳代                   | 51               | 62.7   | 3.9    | 33.3 |
|                 | 50歳代                   | 95               | 71.6   | 8.4    | 20.0 |
|                 | 60歳代                   | 93               | 58.1   | 24.7   | 17.2 |
|                 | 70歳以上                  | 39               | 41.0   | 30.8   | 28.2 |
| 保 険<br>の<br>種 類 | 福島町国民健康<br>保険          | 173              | 59.0   | 16.2   | 24.9 |
|                 | 全国土木組合等<br>の国保組合       | 30               | 63.3   | 10.0   | 26.7 |
|                 | 社会保険                   | 87               | 67.8   | 12.6   | 19.5 |
|                 | 船員保険                   | 5                | 80.0   | 20.0   | 0.0  |
|                 | 共済組合                   | 36               | 66.7   | 5.6    | 27.8 |
|                 | その他                    | 7                | 85.7   | 0.0    | 14.3 |
| 就 業<br>状 況      | 漁業・農業                  | 10               | 50.0   | 30.0   | 20.0 |
|                 | 商・工・サービス業<br>などの自営業主   | 40               | 65.0   | 20.0   | 15.0 |
|                 | 自由業・自営業<br>(家族従事者含)    | 13               | 92.3   | 0.0    | 7.7  |
|                 | 管理職・正社員等               | 32               | 65.6   | 3.1    | 31.3 |
|                 | パート・アルバイト<br>・内職等      | 97               | 71.1   | 6.2    | 22.7 |
|                 | 専業主婦・主夫                | 85               | 67.1   | 9.4    | 23.5 |
|                 | 学生・無職                  | 54               | 44.4   | 31.5   | 24.1 |
|                 | 学生<br>無職<br>年 齢<br>区 分 | 19～44歳-学生・<br>無職 | 6      | 33.3   | 0.0  |
| 45～64歳-無職       | 13                     | 30.8             | 38.5   | 30.8   |      |
| 65歳以上-無職        | 35                     | 51.4             | 34.3   | 14.3   |      |

## 【BMI】

図表 14 BMIについて（全体）



### 全 体

「やや肥満（25～30 未満）」（28.3%）と「肥満（30 以上）」（4.3%）を合わせた肥満者の割合は 32.6%となっており、一方、「やせ（18.5 未満）」は 3.2%で、「普通（18.5～25 未満）」が 58.2%となっています。

### 性別・年齢別

男性では肥満者の割合が 33.6%で、女性では 30.0%となっており、性別による大きな傾向の違いはみられません。

### その他属性別

船員保険の加入者と漁業・農業では、肥満者の割合が 40%以上となっており、自由業・自営業（家族従事者含む）では「肥満（30 以上）」が 10.0%と、比較的高い割合となっています。

なお、19～44 歳-学生・無職では、「やせ（18.5 未満）」（16.7%）と「肥満（30 以上）」（12.5%）の両方で、比較的高い割合となっているのが特徴です。

### 他調査と比較

道の調査（平成 16 年度健康づくり道民調査）によると、道全体の 20 歳以上男性では肥満者の割合が 39.9%、女性では 33.8%となっており、調査が異なるため厳密には比較できないものの、町の調査結果は、道全体とほぼ同程度の水準と推測されます。

また、国の調査（平成 17 年国民健康・栄養調査）によると、肥満者の割合は、男性の 40 歳代で最も高く 34.1%で、同じ男性の 40 歳代と比較すると、町の肥満者の割合は 50.0%と、比較的高い水準と推測されます。

図表 15 BMIについて（詳細）

（単位：人、％）

|          |                  | 合計  | やせ(18.5未満) | 普通(18.5～25未満) | やや肥満(25～30未満) | 肥満(30以上) | 無回答  |
|----------|------------------|-----|------------|---------------|---------------|----------|------|
| 全体       |                  | 846 | 3.2        | 58.2          | 28.3          | 4.3      | 6.1  |
| 年齢×性別    | 19～44歳-男性        | 89  | 3.4        | 52.8          | 24.7          | 13.5     | 5.6  |
|          | 19～44歳-女性        | 83  | 10.8       | 67.5          | 8.4           | 4.8      | 8.4  |
|          | 45～64歳-男性        | 154 | 1.3        | 60.4          | 31.2          | 5.2      | 1.9  |
|          | 45～64歳-女性        | 172 | 2.3        | 59.9          | 30.8          | 2.3      | 4.7  |
|          | 65歳以上-男性         | 75  | 1.3        | 68.0          | 24.0          | 0.0      | 6.7  |
|          | 65歳以上-女性         | 86  | 4.7        | 44.2          | 38.4          | 2.3      | 10.5 |
| 保険の種類    | 福島町国民健康保険        | 383 | 2.9        | 57.7          | 29.2          | 2.3      | 7.8  |
|          | 全国土木組合等の国保組合     | 81  | 3.7        | 59.3          | 27.2          | 6.2      | 3.7  |
|          | 社会保険             | 215 | 3.7        | 59.5          | 25.6          | 6.0      | 5.1  |
|          | 船員保険             | 14  | 0.0        | 57.1          | 28.6          | 14.3     | 0.0  |
|          | 共済組合             | 122 | 4.1        | 59.0          | 29.5          | 4.1      | 3.3  |
|          | その他              | 15  | 0.0        | 60.0          | 20.0          | 13.3     | 6.7  |
| 就業状況     | 漁業・農業            | 59  | 0.0        | 50.8          | 35.6          | 6.8      | 6.8  |
|          | 商・工・サービス業などの自営業主 | 93  | 2.2        | 62.4          | 32.3          | 2.2      | 1.1  |
|          | 自由業・自営業(家族従事者含)  | 30  | 0.0        | 53.3          | 26.7          | 10.0     | 10.0 |
|          | 管理職・正社員等         | 194 | 4.1        | 56.7          | 28.9          | 5.2      | 5.2  |
|          | パート・アルバイト・内職等    | 166 | 3.6        | 60.2          | 24.7          | 4.8      | 6.6  |
|          | 専業主婦・主夫          | 123 | 3.3        | 63.4          | 26.0          | 1.6      | 5.7  |
|          | 学生・無職            | 152 | 4.6        | 57.9          | 28.9          | 2.6      | 5.9  |
| 学生無職年齢区分 | 19～44歳-学生・無職     | 24  | 16.7       | 58.3          | 12.5          | 12.5     | 0.0  |
|          | 45～64歳-無職        | 38  | 2.6        | 60.5          | 28.9          | 2.6      | 5.3  |
|          | 65歳以上-無職         | 87  | 2.3        | 56.3          | 34.5          | 0.0      | 6.9  |

図表 16 BMIについて（男女別・年代別）

（単位：人、％）

| 男性BMI（単位：％） |       |            |               |               |          |      |
|-------------|-------|------------|---------------|---------------|----------|------|
|             | 合計(人) | やせ(18.5未満) | 普通(18.5～25未満) | やや肥満(25～30未満) | 肥満(30以上) | 無回答  |
| 合計          | 321   | 1.9        | 60.1          | 27.4          | 6.2      | 4.4  |
| 20歳代以下      | 35    | 8.6        | 57.1          | 11.4          | 14.3     | 8.6  |
| 30歳代        | 32    | 0.0        | 53.1          | 25.0          | 18.8     | 3.1  |
| 40歳代        | 46    | 0.0        | 47.8          | 43.5          | 6.5      | 2.2  |
| 50歳代        | 92    | 2.2        | 62.0          | 29.3          | 5.4      | 1.1  |
| 60歳代        | 79    | 0.0        | 67.1          | 27.8          | 1.3      | 3.8  |
| 70歳以上       | 34    | 2.9        | 64.7          | 20.6          | 0.0      | 11.8 |
| 無回答         | 3     | 0.0        | 66.7          | 0.0           | 0.0      | 33.3 |

| 女性BMI（単位：％） |       |            |               |               |          |      |
|-------------|-------|------------|---------------|---------------|----------|------|
|             | 合計(人) | やせ(18.5未満) | 普通(18.5～25未満) | やや肥満(25～30未満) | 肥満(30以上) | 無回答  |
| 合計          | 343   | 5.0        | 57.7          | 27.1          | 2.9      | 7.3  |
| 20歳代以下      | 20    | 5.0        | 50.0          | 10.0          | 10.0     | 25.0 |
| 30歳代        | 43    | 14.0       | 74.4          | 7.0           | 2.3      | 2.3  |
| 40歳代        | 51    | 9.8        | 62.7          | 15.7          | 2.0      | 9.8  |
| 50歳代        | 95    | 1.1        | 61.1          | 32.6          | 2.1      | 3.2  |
| 60歳代        | 93    | 2.2        | 53.8          | 34.4          | 4.3      | 5.4  |
| 70歳以上       | 39    | 5.1        | 38.5          | 43.6          | 0.0      | 12.8 |
| 無回答         | 2     | 0.0        | 50.0          | 0.0           | 0.0      | 50.0 |

## (2) 適正な体重について

問4 あなたは自分の適正な体重を知っていますか。

### ポイント

- ◆ 「知らない」が23.8%
- ◆ 19～44歳では「知らない」が30.9%
- ◆ 船員保険の加入者、漁業・農業、学生・無職では「知らない」が比較的高い割合
- ◆ 適正な体重の認識度は、道全体とほぼ同程度の水準

図表 17 適正な体重について（全体）

|    |        | 知っている | 知らない | 無回答  | n   |
|----|--------|-------|------|------|-----|
| 性別 | 全体     | 67.8  | 23.8 | 8.4  | 846 |
|    | 男性     | 66.4  | 25.9 | 7.8  | 321 |
|    | 女性     | 71.7  | 22.7 | 5.5  | 343 |
| 年齢 | 19～44歳 | 64.7  | 30.9 | 4.3  | 207 |
|    | 45～64歳 | 73.9  | 20.4 | 5.8  | 398 |
|    | 65歳以上  | 61.7  | 22.9 | 15.4 | 227 |

### 全体

「知っている」が67.8%を占めており、「知らない」は23.8%となっています。

### 性別・年齢別

男性では「知っている」が66.4%、女性では71.7%を占めており、性別による大きな傾向の違いはみられません。

また、19～44歳では「知らない」が30.9%となっており、45～64歳と65歳以上では同回答が約20%に低下しています。

### その他属性別

船員保険の加入者、漁業・農業、学生・無職では「知らない」が比較的高い割合となっています。

### 他調査と比較

道の調査（平成16年度健康づくり道民調査）によると、道全体の20歳以上男性では「知っている」が69.9%、女性では71.4%となっており、調査が異なるため厳密には比較できないものの、町の調査結果は、道全体とほぼ同程度の水準と推測されます。

図表 18 適正な体重について（詳細）

（単位：人、％）

|       |                  | 合計  | 知っている | 知らない | 無回答  |
|-------|------------------|-----|-------|------|------|
| 全体    |                  | 846 | 67.8  | 23.8 | 8.4  |
| 年齢×性別 | 19～44歳-男性        | 89  | 61.8  | 31.5 | 6.7  |
|       | 19～44歳-女性        | 83  | 74.7  | 25.3 | 0.0  |
|       | 45～64歳-男性        | 154 | 70.1  | 23.4 | 6.5  |
|       | 45～64歳-女性        | 172 | 75.6  | 19.8 | 4.7  |
|       | 65歳以上-男性         | 75  | 65.3  | 22.7 | 12.0 |
|       | 65歳以上-女性         | 86  | 61.6  | 26.7 | 11.6 |
| 保険の種類 | 福島町国民健康保険        | 383 | 67.4  | 23.2 | 9.4  |
|       | 全国土木組合等の国保組合     | 81  | 65.4  | 24.7 | 9.9  |
|       | 社会保険             | 215 | 65.1  | 27.9 | 7.0  |
|       | 船員保険             | 14  | 57.1  | 35.7 | 7.1  |
|       | 共済組合             | 122 | 78.7  | 17.2 | 4.1  |
|       | その他              | 15  | 60.0  | 33.3 | 6.7  |
| 就業状況  | 漁業・農業            | 59  | 59.3  | 28.8 | 11.9 |
|       | 商・工・サービス業などの自営業主 | 93  | 68.8  | 28.0 | 3.2  |
|       | 自由業・自営業（家族従事者含）  | 30  | 76.7  | 6.7  | 16.7 |
|       | 管理職・正社員等         | 194 | 72.2  | 21.6 | 6.2  |
|       | パート・アルバイト・内職等    | 166 | 73.5  | 21.1 | 5.4  |
|       | 専業主婦・主夫          | 123 | 62.6  | 26.0 | 11.4 |
|       | 学生・無職            | 152 | 63.2  | 28.9 | 7.9  |

## 4. 食生活について

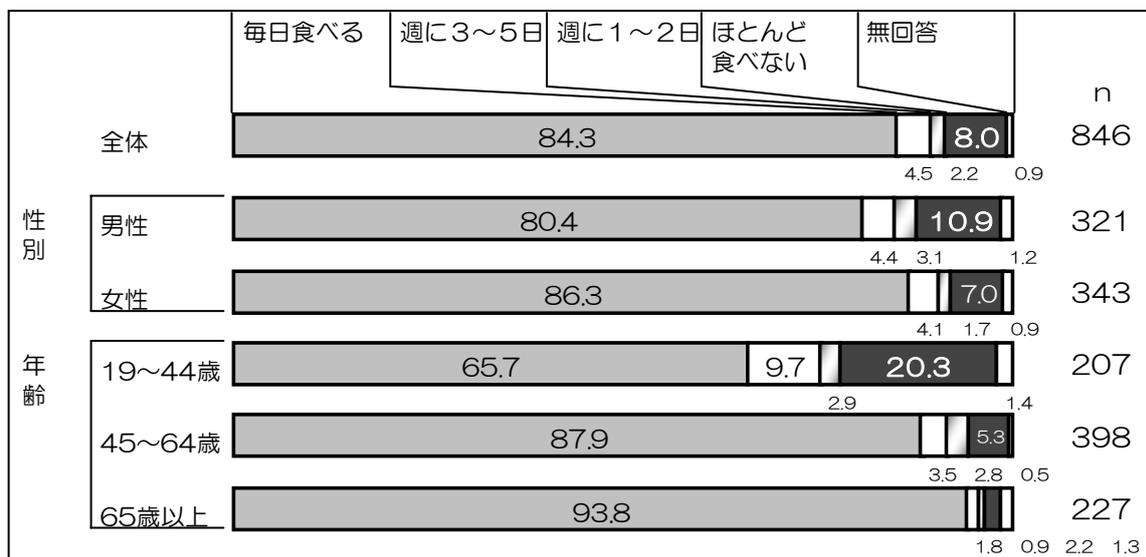
### (1) 朝食について

問5 あなたは、ふだん朝食を食べていますか。

#### ポイント

- ◆ 欠食率（「ほとんど食べない」）は、女性で7.0%、男性で10.9%
- ◆ 19～44歳-男性、女性ともに、欠食率が約20%
- ◆ 欠食率は、道全体と比べて高い水準で、国全体とほぼ同程度の水準

図表 19 朝食について（全体）



#### 全体

「毎日食べる」が84.3%を占めており、欠食の状況としては、「ほとんど食べない」（8.0%）、「週に3～5日」（4.5%）、「週に1～2日」（2.2%）となっています。

#### 性別・年齢別

女性では「毎日食べる」が86.3%、男性では80.4%を占めており、欠食率（「ほとんど食べない」の割合）は、女性7.0%、男性10.9%となっています。

また、19～44歳-男性、女性ともに、欠食率が約20%と、青・壮年期は欠食率が比較的高い割合となっています。

#### その他属性別

全国土木組合等の組合保険や社会保険の加入者、2世代や3世代の世帯、自由業・自営業（家族従事者含む）、管理職・正社員等、パート・アルバイト・内職等、19～44歳-学生・無職では、いずれも「ほとんど食べない」が10%以上と、比較的高い割合となっています。

## 他調査と比較

道の調査（平成 16 年度健康づくり道民調査）によると、道全体の欠食率は、15 歳以上男性では 5.0%、女性では 3.3%となっており、調査が異なるため厳密には比較できないものの、町の調査結果（19 歳以上男性 10.9%、女性 7.0%）は、比較的高い水準と推測されます。

また、国の調査（平成 17 年国民健康・栄養調査）によると、国全体の欠食の状況は、20 歳以上男性では 19.6%、女性では 12.0%となっており、同様の状況で比較すると、町の調査結果（「毎日食べる」以外の回答の合計）では、19 歳以上男性で 18.4%、女性で 12.8%と、国全体とほぼ同程度の水準と推測されます。

図表 20 朝食について（詳細）

（単位：人、％）

|                                      |                      | 合計  | 毎日食<br>べる | 週に3～5<br>日 | 週に1～2<br>日 | ほとんど<br>食べない | 無回答 |
|--------------------------------------|----------------------|-----|-----------|------------|------------|--------------|-----|
| 全体                                   |                      | 846 | 84.3      | 4.5        | 2.2        | 8.0          | 0.9 |
| 年齢<br>×<br>性別                        | 19～44歳-男性            | 89  | 61.8      | 7.9        | 5.6        | 22.5         | 2.2 |
|                                      | 19～44歳-女性            | 83  | 69.9      | 8.4        | 1.2        | 19.3         | 1.2 |
|                                      | 45～64歳-男性            | 154 | 84.4      | 4.5        | 2.6        | 7.8          | 0.6 |
|                                      | 45～64歳-女性            | 172 | 89.5      | 3.5        | 2.3        | 4.1          | 0.6 |
|                                      | 65歳以上-男性             | 75  | 93.3      | 0.0        | 1.3        | 4.0          | 1.3 |
|                                      | 65歳以上-女性             | 86  | 95.3      | 1.2        | 1.2        | 1.2          | 1.2 |
| 保<br>険<br>の<br>種<br>類                | 福島町国民健康保<br>険        | 383 | 89.3      | 2.3        | 2.3        | 5.0          | 1.0 |
|                                      | 全国土木組合等の<br>国保組合     | 81  | 79.0      | 6.2        | 1.2        | 13.6         | 0.0 |
|                                      | 社会保険                 | 215 | 74.9      | 7.0        | 2.8        | 14.0         | 1.4 |
|                                      | 船員保険                 | 14  | 64.3      | 21.4       | 7.1        | 0.0          | 7.1 |
|                                      | 共済組合                 | 122 | 90.2      | 4.1        | 0.8        | 4.9          | 0.0 |
|                                      | その他                  | 15  | 86.7      | 0.0        | 6.7        | 6.7          | 0.0 |
| 世<br>帯<br>類<br>型                     | ひとり暮らし               | 93  | 80.6      | 8.6        | 3.2        | 7.5          | 0.0 |
|                                      | 夫婦のみ                 | 319 | 91.8      | 1.6        | 1.6        | 3.8          | 1.3 |
|                                      | 2世代                  | 309 | 80.3      | 5.2        | 2.3        | 12.0         | 0.3 |
|                                      | 3世代                  | 87  | 77.0      | 6.9        | 2.3        | 11.5         | 2.3 |
|                                      | その他                  | 27  | 70.4      | 11.1       | 7.4        | 7.4          | 3.7 |
| 就<br>業<br>状<br>況                     | 漁業・農業                | 59  | 84.7      | 5.1        | 1.7        | 3.4          | 5.1 |
|                                      | 商・工・サービス業<br>などの自営業主 | 93  | 80.6      | 5.4        | 5.4        | 7.5          | 1.1 |
|                                      | 自由業・自営業（家<br>族従事者含）  | 30  | 76.7      | 10.0       | 0.0        | 13.3         | 0.0 |
|                                      | 管理職・正社員等             | 194 | 78.4      | 6.2        | 1.0        | 13.9         | 0.5 |
|                                      | パート・アルバイト・<br>内職等    | 166 | 79.5      | 5.4        | 3.6        | 10.2         | 1.2 |
|                                      | 専業主婦・主夫              | 123 | 93.5      | 1.6        | 0.8        | 4.1          | 0.0 |
|                                      | 学生・無職                | 152 | 90.8      | 2.6        | 2.6        | 3.9          | 0.0 |
| 学<br>生<br>無<br>職<br>年<br>齢<br>区<br>分 | 19～44歳-学生・無<br>職     | 24  | 70.8      | 8.3        | 8.3        | 12.5         | 0.0 |
|                                      | 45～64歳-学生・無<br>職     | 38  | 89.5      | 5.3        | 2.6        | 2.6          | 0.0 |
|                                      | 65歳以上-学生・無<br>職      | 87  | 96.6      | 0.0        | 1.1        | 2.3          | 0.0 |

## (2) 朝食を食べない理由

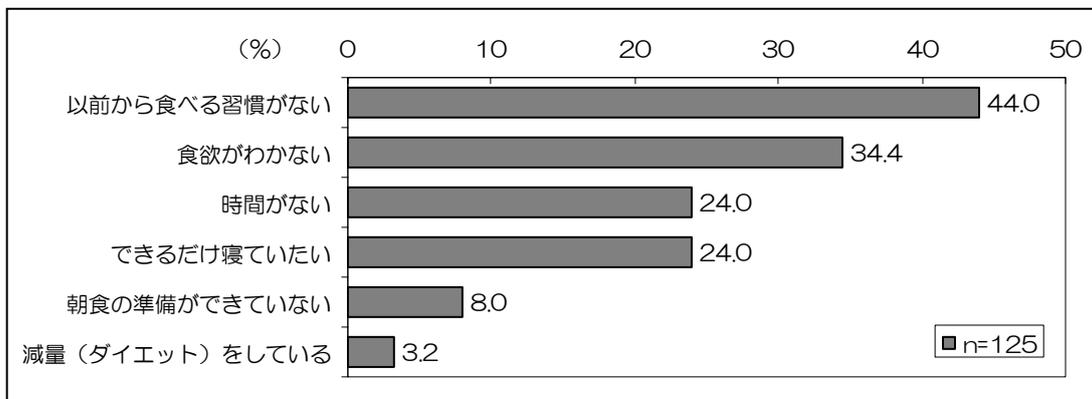
問5付問

朝食を毎日食べない理由は何ですか。(問5で、「2~4」に回答した人のみ)【複数回答】

### ポイント

- ◆ 「以前から食べる習慣がない」が44.0%と最も多く、朝食を食べない理由の多くが、習慣や生活リズムに基づくもの
- ◆ 青・壮年期やそれ以前の時点で、朝食を食べる習慣がなくなる傾向

図表 21 朝食を食べない理由 (全体/複数回答)



### 全体

「以前から食べる習慣がない」が44.0%と最も多く、次いで「食欲がわかない」(34.4%)と続いており、朝食を食べない理由の多くが、習慣や生活リズムに基づくものとなっています。

また、そのほかの回答は、「時間がない」(24.0%)、「できるだけ寝ていたい」(24.0%)と続いており、「朝食の準備ができていない」(8.0%)、「減量(ダイエット)をしている」(3.2%)との回答もみられます。

### 性別・年齢別

男性では「できるだけ寝ていたい」が33.9%、「朝食の準備ができていない」が11.9%で、これらの理由は女性と比べて高い割合となっています。

また、19~44歳では「食欲がわかない」が41.2%、「以前から食べる習慣がない」が38.2%で、45~64歳では「以前から食べる習慣がない」が52.2%となっており、青・壮年期やそれ以前の時点で、食べる習慣がなくなる傾向が大きいと推測されます。

なお、45~64歳-女性では「食欲がわかない」(41.2%)、65歳以上-男性では「朝食の準備ができていない」(25.0%)も比較的高い割合となっています。

### その他属性別

ひとり暮らしでは「朝食の準備ができていない」(16.7%)、商・工・サービス業などの自営業主では「時間がない」(41.2%)、19~44歳-学生・無職では「食欲がわかない」(57.1%)が比較的高い割合となっています。

図表 22 朝食を食べない理由（詳細／複数回答）

（単位：人、％）

|                                      |                      | 合計  | 時間が<br>ない | できる<br>だけ寝て<br>いたい | 食欲が<br>わかない | 減量(ダイ<br>エット)を<br>している | 朝食の準<br>備ができ<br>ていない | 以前から<br>食べる習<br>慣がない | 無回答  |
|--------------------------------------|----------------------|-----|-----------|--------------------|-------------|------------------------|----------------------|----------------------|------|
| 全体                                   |                      | 125 | 24.0      | 24.0               | 34.4        | 3.2                    | 8.0                  | 44.0                 | 4.0  |
| 性別                                   | 男性                   | 59  | 25.4      | 33.9               | 35.6        | 1.7                    | 11.9                 | 49.2                 | 1.7  |
|                                      | 女性                   | 44  | 22.7      | 13.6               | 36.4        | 4.5                    | 0.0                  | 36.4                 | 4.5  |
| 年齢                                   | 19～44歳               | 68  | 27.9      | 33.8               | 41.2        | 1.5                    | 8.8                  | 38.2                 | 0.0  |
|                                      | 45～64歳               | 46  | 21.7      | 13.0               | 30.4        | 4.3                    | 6.5                  | 52.2                 | 6.5  |
|                                      | 65歳以上                | 11  | 9.1       | 9.1                | 9.1         | 9.1                    | 9.1                  | 45.5                 | 18.2 |
| 年齢<br>×<br>性別                        | 19～44歳-男性            | 32  | 31.3      | 50.0               | 46.9        | 0.0                    | 12.5                 | 40.6                 | 0.0  |
|                                      | 19～44歳-女性            | 24  | 20.8      | 16.7               | 37.5        | 0.0                    | 0.0                  | 41.7                 | 0.0  |
|                                      | 45～64歳-男性            | 23  | 21.7      | 17.4               | 21.7        | 4.3                    | 8.7                  | 56.5                 | 4.3  |
|                                      | 45～64歳-女性            | 17  | 23.5      | 11.8               | 41.2        | 5.9                    | 0.0                  | 29.4                 | 11.8 |
|                                      | 65歳以上-男性             | 4   | 0.0       | 0.0                | 25.0        | 0.0                    | 25.0                 | 75.0                 | 0.0  |
|                                      | 65歳以上-女性             | 3   | 33.3      | 0.0                | 0.0         | 33.3                   | 0.0                  | 33.3                 | 0.0  |
| 保険<br>の<br>種類                        | 福島町国民健康保<br>険        | 37  | 18.9      | 13.5               | 29.7        | 2.7                    | 13.5                 | 62.2                 | 0.0  |
|                                      | 全国土木組合等の<br>国保組合     | 17  | 11.8      | 23.5               | 35.3        | 0.0                    | 0.0                  | 41.2                 | 11.8 |
|                                      | 社会保険                 | 51  | 29.4      | 29.4               | 29.4        | 2.0                    | 5.9                  | 39.2                 | 2.0  |
|                                      | 船員保険                 | 4   | 25.0      | 25.0               | 25.0        | 25.0                   | 0.0                  | 0.0                  | 50.0 |
|                                      | 共済組合                 | 12  | 33.3      | 33.3               | 66.7        | 8.3                    | 16.7                 | 33.3                 | 0.0  |
|                                      | その他                  | 2   | 50.0      | 0.0                | 100.0       | 0.0                    | 0.0                  | 0.0                  | 0.0  |
| 世帯<br>類型                             | ひとり暮らし               | 18  | 44.4      | 33.3               | 33.3        | 5.6                    | 16.7                 | 33.3                 | 0.0  |
|                                      | 夫婦のみ                 | 22  | 18.2      | 18.2               | 27.3        | 9.1                    | 4.5                  | 40.9                 | 13.6 |
|                                      | 2世代                  | 60  | 20.0      | 26.7               | 38.3        | 1.7                    | 6.7                  | 48.3                 | 1.7  |
|                                      | 3世代                  | 18  | 33.3      | 11.1               | 27.8        | 0.0                    | 5.6                  | 44.4                 | 5.6  |
|                                      | その他                  | 7   | 0.0       | 28.6               | 42.9        | 0.0                    | 14.3                 | 42.9                 | 0.0  |
| 就業<br>状<br>況                         | 漁業・農業                | 6   | 16.7      | 33.3               | 16.7        | 0.0                    | 0.0                  | 50.0                 | 16.7 |
|                                      | 商・工・サービス業<br>などの自営業主 | 17  | 41.2      | 17.6               | 17.6        | 5.9                    | 5.9                  | 52.9                 | 0.0  |
|                                      | 自由業・自営業(家<br>族従事者含)  | 7   | 28.6      | 14.3               | 14.3        | 0.0                    | 28.6                 | 42.9                 | 0.0  |
|                                      | 管理職・正社員等             | 41  | 29.3      | 29.3               | 39.0        | 0.0                    | 7.3                  | 43.9                 | 4.9  |
|                                      | パート・アルバイト・<br>内職等    | 32  | 21.9      | 25.0               | 40.6        | 6.3                    | 9.4                  | 34.4                 | 6.3  |
|                                      | 専業主婦・主夫              | 8   | 0.0       | 12.5               | 50.0        | 0.0                    | 0.0                  | 50.0                 | 0.0  |
|                                      | 学生・無職                | 14  | 7.1       | 21.4               | 35.7        | 7.1                    | 7.1                  | 50.0                 | 0.0  |
| 学<br>生<br>無<br>職<br>年<br>齢<br>区<br>分 | 19～44歳-学生・無<br>職     | 7   | 14.3      | 28.6               | 57.1        | 0.0                    | 0.0                  | 42.9                 | 0.0  |
|                                      | 45～64歳-学生・無<br>職     | 4   | 0.0       | 25.0               | 25.0        | 0.0                    | 25.0                 | 50.0                 | 0.0  |
|                                      | 65歳以上-学生・無<br>職      | 3   | 0.0       | 0.0                | 0.0         | 33.3                   | 0.0                  | 66.7                 | 0.0  |

### (3) 主食・主菜・副菜をそろえて食べているか

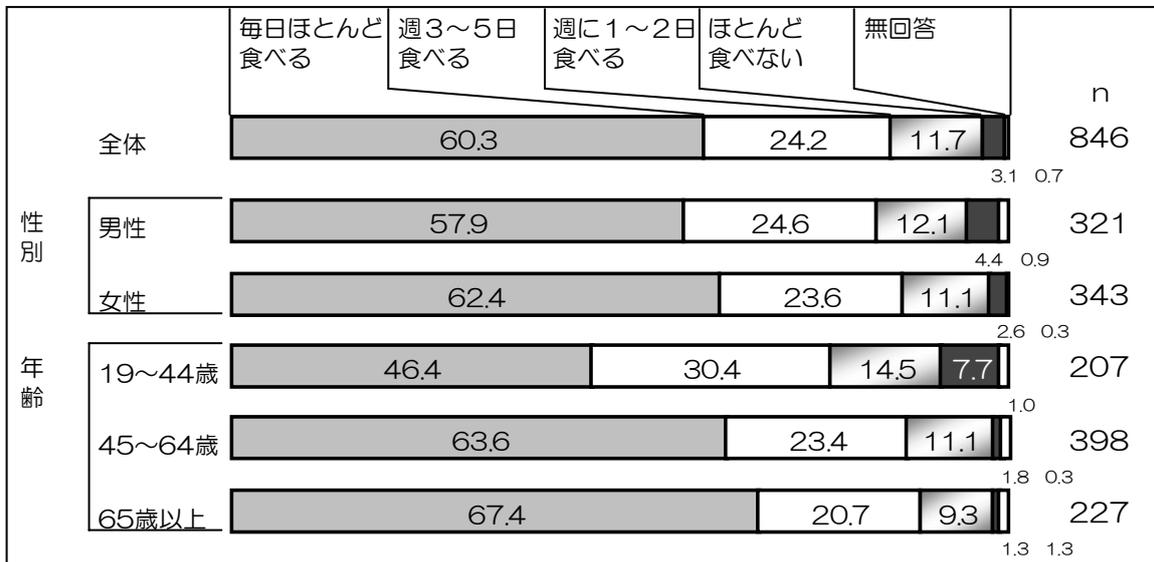
問6

主食(ご飯、パン、麺類)主菜(肉・魚・卵といったおかず)・副菜(野菜・海草などの入ったサラダやお浸し)をそろえて食べていますか。

#### ポイント

- ◆ 「毎日ほとんど食べる」が男女ともに約60%
- ◆ 19~44歳-男性では「ほとんど食べない」が10%
- ◆ 主食・主菜・副菜の摂取頻度は、中年期以降に比べて青・壮年期で低い傾向

図表 23 主食・主菜・副菜をそろえて食べているか(全体)



#### 全体

「毎日ほとんど食べる」が60.3%と最も多く、次いで「週3~5日食べる」(24.2%)、「週に1~2日食べる」(11.7%)、「ほとんど食べない」(3.1%)の順となっています。

#### 性別・年齢別

「毎日ほとんど食べる」が男女ともに約60%を占めており、性別による大きな傾向の違いはみられません。

また、45~64歳と65歳以上では「毎日ほとんど食べる」が60%以上を占めている一方、19~44歳では46.4%で、特に19~44歳-男性では「ほとんど食べない」が10.1%となっているなど、主食・主菜・副菜の摂取頻度は、中年期以降に比べて青・壮年期で低い傾向がみられます。

図表 24 主食・主菜・副菜をそろえて食べているか（詳細）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | 毎日ほとんど食べる | 週3～5日食べる | 週に1～2日食べる | ほとんど食べない | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|-----------|----------|-----------|----------|-----|
| 全体            |           | 846 | 60.3      | 24.2     | 11.7      | 3.1      | 0.7 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 19～44歳-男性 | 89  | 42.7      | 31.5     | 13.5      | 10.1     | 2.2 |
|               | 19～44歳-女性 | 83  | 56.6      | 25.3     | 12.0      | 6.0      | 0.0 |
|               | 45～64歳-男性 | 154 | 61.7      | 22.7     | 12.3      | 2.6      | 0.6 |
|               | 45～64歳-女性 | 172 | 61.6      | 25.6     | 11.0      | 1.7      | 0.0 |
|               | 65歳以上-男性  | 75  | 69.3      | 20.0     | 9.3       | 1.3      | 0.0 |
|               | 65歳以上-女性  | 86  | 68.6      | 18.6     | 10.5      | 1.2      | 1.2 |

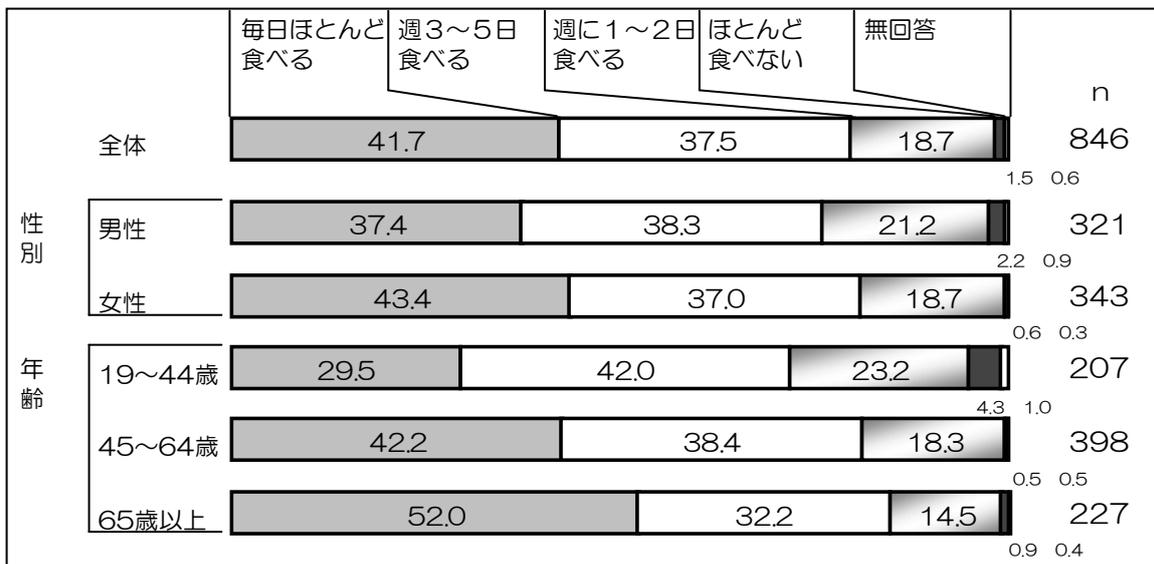
#### (4) 野菜や海草・きのこ類を食べる頻度

問7 野菜や海草・きのこ類を食べますか。

#### ポイント

- ◆ 「毎日ほとんど食べる」が男女ともに約40%
- ◆ 野菜や海草・きのこ類の摂取頻度は年齢とともに上昇し、青・壮年期の特に男性で低い傾向

図表 25 野菜や海草・きのこ類を食べる頻度（全体）



#### 全体

「毎日ほとんど食べる」が41.7%と最も多く、次いで「週3～5日食べる」(37.5%)、「週に1～2日食べる」(18.7%)、「ほとんど食べない」(1.5%)の順となっています。

#### 性別・年齢別

「毎日ほとんど食べる」が男女ともに約40%となっており、性別による大きな傾向の違いはみられません。

また、19～44歳-男性では「毎日ほとんど食べる」が25.8%と、比較的低い割合となっています。

さらに、19～44歳-男性、19～44歳-女性、45～64歳-男性では、いずれも「週3～5日食べる」が最も多く、一方、45～64歳-女性、65歳以上-男性、65歳以上-女性では「毎日ほとんど食べる」が最も多くなっており、野菜や海草・きのこ類の摂取頻度は年齢とともに上昇し、青・壮年期の特に男性で低い傾向がみられます。

図表 26 野菜や海草・きのこ類を食べる頻度（詳細）

（単位：人、％）

|               | 合計        | 毎日ほとんど食べる | 週3～5日食べる | 週に1～2日食べる | ほとんど食べない | 無回答 |     |
|---------------|-----------|-----------|----------|-----------|----------|-----|-----|
| 全体            | 846       | 41.7      | 37.5     | 18.7      | 1.5      | 0.6 |     |
| 年齢<br>×<br>性別 | 19～44歳-男性 | 89        | 25.8     | 41.6      | 24.7     | 5.6 | 2.2 |
|               | 19～44歳-女性 | 83        | 33.7     | 42.2      | 21.7     | 2.4 | 0.0 |
|               | 45～64歳-男性 | 154       | 37.0     | 40.3      | 20.8     | 1.3 | 0.6 |
|               | 45～64歳-女性 | 172       | 45.3     | 35.5      | 18.6     | 0.0 | 0.6 |
|               | 65歳以上-男性  | 75        | 50.7     | 32.0      | 17.3     | 0.0 | 0.0 |
|               | 65歳以上-女性  | 86        | 47.7     | 36.0      | 16.3     | 0.0 | 0.0 |

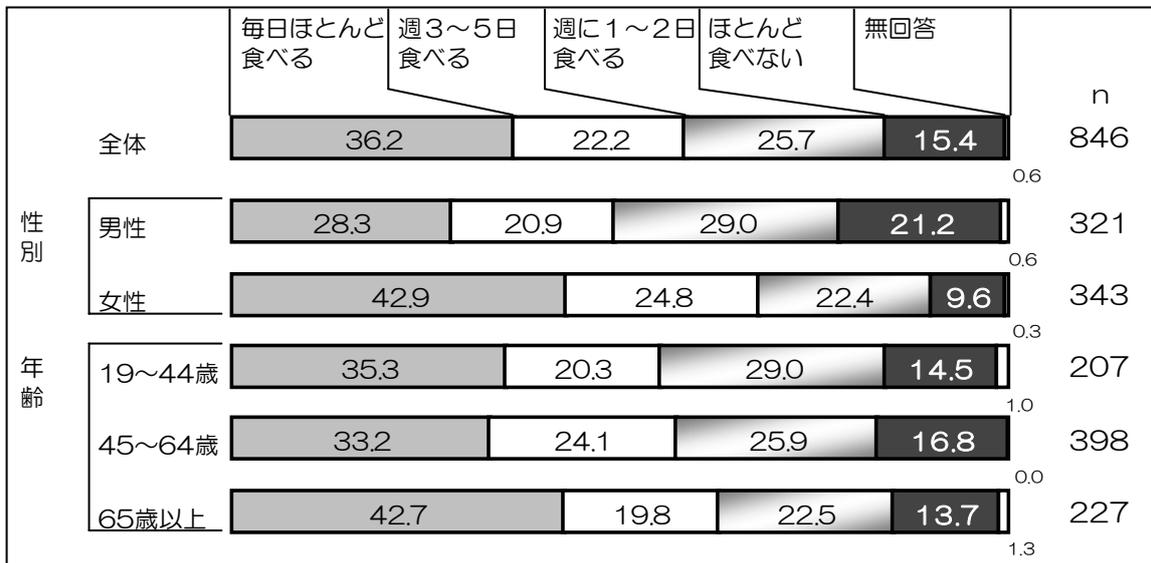
(5) 乳製品を摂る頻度

問8 牛乳やヨーグルト・チーズなどの乳製品を食べますか。

**ポイント**

- ◆ 「毎日ほとんど食べる」が36.2%
- ◆ 男性では「毎日ほとんど食べる」が28.3%で、女性と比べて10ポイント以上低い
- ◆ 45～64歳-男性と65歳以上-男性では、「ほとんど食べない」がいずれも20%以上と、乳製品の摂取頻度は、中年期以降の男性で低い傾向

図表 27 乳製品を摂る頻度（全体）



**全 体**

「毎日ほとんど食べる」が 36.2%と最も多く、次いで「週に1～2日食べる」(25.7%)、「週3～5日食べる」(22.2%)、「ほとんど食べない」(15.4%)の順となっています。

**性別・年齢別**

男性では「毎日ほとんど食べる」が 28.3%で、女性(42.9%)と比べて 10 ポイント以上低く、「ほとんど食べない」が 21.2%となっており、乳製品の摂取頻度は、女性で高い傾向がみられます。

また、45～64 歳-男性と 65 歳以上-男性では、「ほとんど食べない」がいずれも 20%以上となっており、乳製品の摂取頻度は、中年期以降の男性で低い傾向がみられます。

図表 28 乳製品を摂る頻度（詳細）

（単位：人、％）

|       |           | 合計  | 毎日ほとんど食べる | 週3～5日食べる | 週に1～2日食べる | ほとんど食べない | 無回答 |
|-------|-----------|-----|-----------|----------|-----------|----------|-----|
| 全体    |           | 846 | 36.2      | 22.2     | 25.7      | 15.4     | 0.6 |
| 年齢×性別 | 19～44歳-男性 | 89  | 28.1      | 15.7     | 37.1      | 16.9     | 2.2 |
|       | 19～44歳-女性 | 83  | 48.2      | 21.7     | 20.5      | 9.6      | 0.0 |
|       | 45～64歳-男性 | 154 | 24.7      | 24.0     | 27.9      | 23.4     | 0.0 |
|       | 45～64歳-女性 | 172 | 37.2      | 27.3     | 24.4      | 11.0     | 0.0 |
|       | 65歳以上-男性  | 75  | 36.0      | 20.0     | 22.7      | 21.3     | 0.0 |
|       | 65歳以上-女性  | 86  | 50.0      | 20.9     | 20.9      | 7.0      | 1.2 |

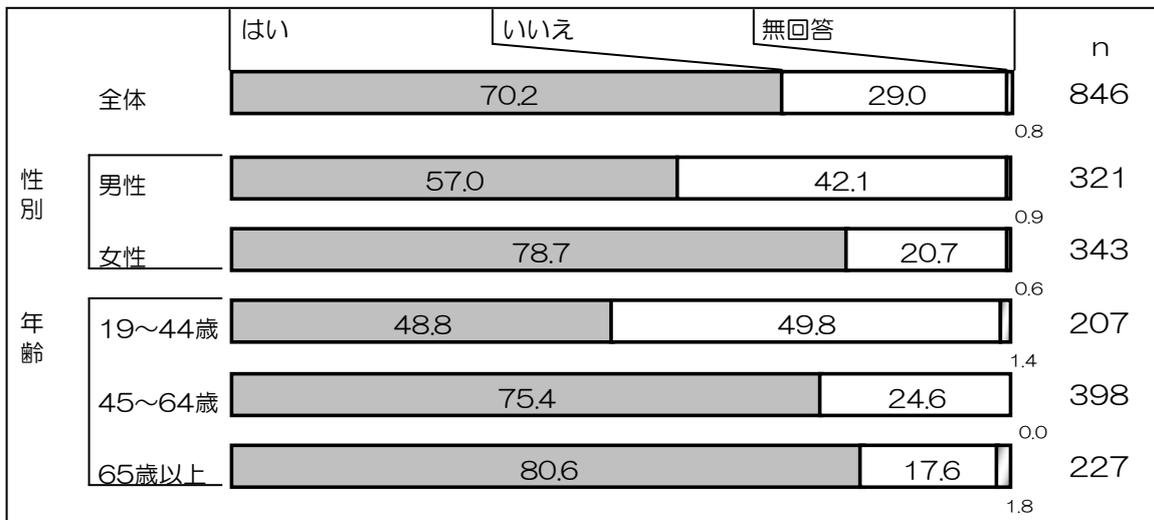
(6) 脂肪のとり過ぎに注意しているか

問9 油物を控えめにするなど、脂肪のとり過ぎに気をつけていますか。

**ポイント**

- ◆ 女性では「はい」が78.7%で、男性と比べて20ポイント以上高い
- ◆ 脂肪の摂取に対する意識は、青・壮年期と中年期の男性で低い傾向

図表 29 脂肪のとり過ぎに注意しているか（全体）



**全体**

「はい」が70.2%を占めており、「いいえ」は29.0%となっています。

**性別・年齢別**

女性では「はい」が78.7%で、男性（57.6%）と比べて20ポイント以上高い割合となっており、脂肪の摂取に対する意識は、女性で高い傾向がみられます。

また、19~44歳-男性では「いいえ」が61.8%を占めており、45~64歳-男性では38.3%と、脂肪の摂取に対する意識は、青・壮年期と中年期の男性で低い傾向がみられます。

図表 30 脂肪のとり過ぎに注意しているか（詳細）

（単位：人、%）

|               |           | 合計  | はい   | いいえ  | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|------|------|-----|
| 全体            |           | 846 | 70.2 | 29.0 | 0.8 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 19~44歳-男性 | 89  | 34.8 | 61.8 | 3.4 |
|               | 19~44歳-女性 | 83  | 66.3 | 33.7 | 0.0 |
|               | 45~64歳-男性 | 154 | 61.7 | 38.3 | 0.0 |
|               | 45~64歳-女性 | 172 | 83.1 | 16.9 | 0.0 |
|               | 65歳以上-男性  | 75  | 73.3 | 26.7 | 0.0 |
|               | 65歳以上-女性  | 86  | 82.6 | 15.1 | 2.3 |

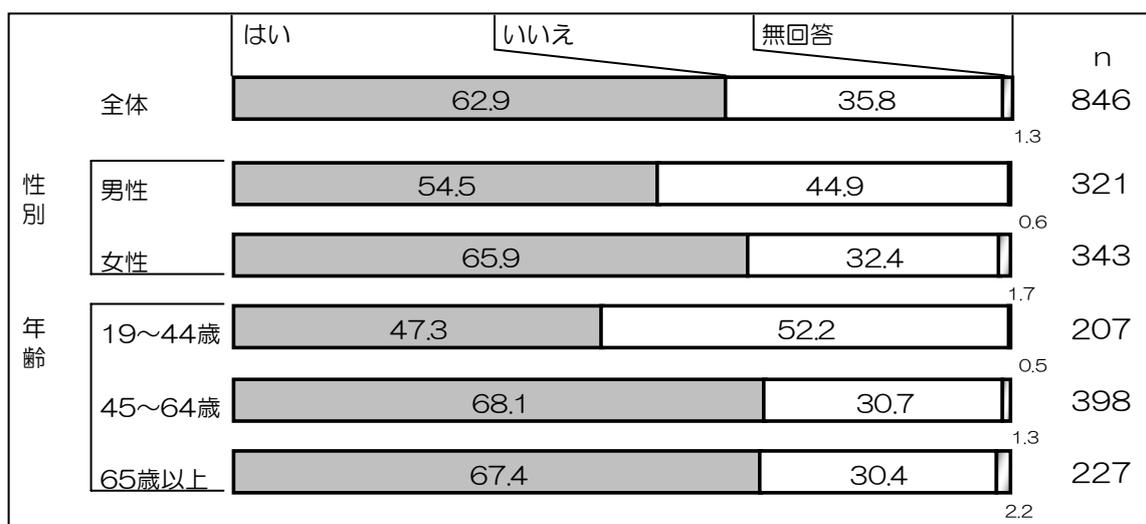
## (7) 糖分のとり過ぎに注意しているか

問10 甘い物を控えるなど、糖分のとり過ぎに気をつけていますか。

### ポイント

- ◆ 女性では「はい」が65.9%で、男性と比べて10ポイント以上高い
- ◆ 糖分の摂取に対する意識は、男性の場合は中年期以降に高まる傾向

図表 31 糖分のとり過ぎに注意しているか（全体）



### 全体

「はい」が62.9%を占めており、「いいえ」は35.8%となっています。

### 性別・年齢別

女性では「はい」が65.9%で、男性（54.5%）と比べて10ポイント以上高くなっており、糖分の摂取に対する意識は、女性で高い傾向がみられます。

また、19~44歳-男性では「いいえ」が66.3%を占めている一方、中年期以降の男性では「はい」が60%以上となっており、糖分の摂取に対する意識は、男性の場合は中年期以降に高まる傾向がみられます。

図表 32 糖分のとり過ぎに注意しているか（詳細）

（単位：人、%）

|       |           | 合計  | はい   | いいえ  | 無回答 |
|-------|-----------|-----|------|------|-----|
| 全体    |           | 846 | 62.9 | 35.8 | 1.3 |
| 年齢×性別 | 19~44歳-男性 | 89  | 32.6 | 66.3 | 1.1 |
|       | 19~44歳-女性 | 83  | 60.2 | 39.8 | 0.0 |
|       | 45~64歳-男性 | 154 | 63.6 | 36.4 | 0.0 |
|       | 45~64歳-女性 | 172 | 69.2 | 28.5 | 2.3 |
|       | 65歳以上-男性  | 75  | 62.7 | 36.0 | 1.3 |
|       | 65歳以上-女性  | 86  | 65.1 | 32.6 | 2.3 |

(8) 塩分のとり過ぎに注意しているか

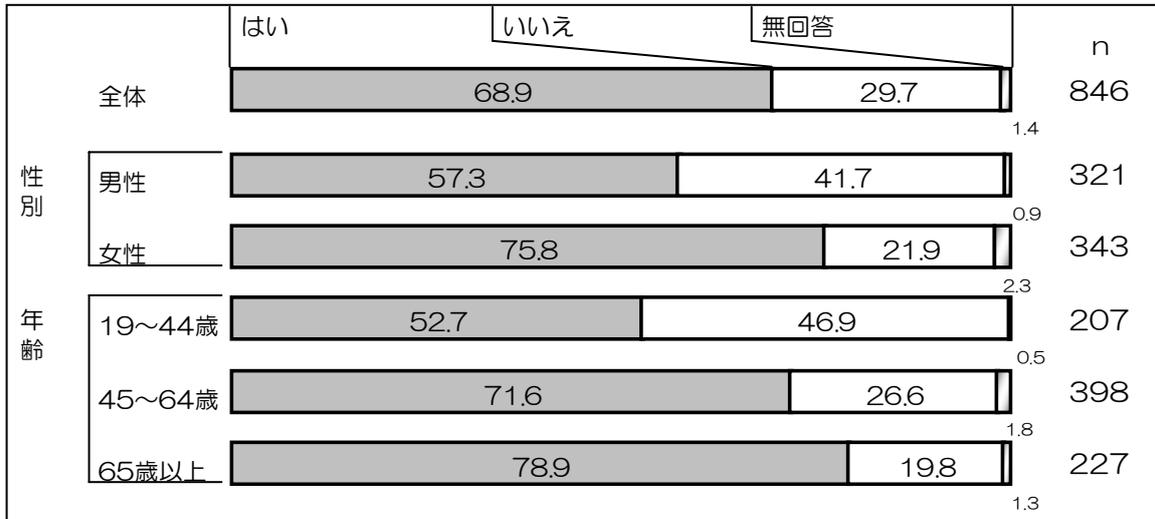
問11

漬物にしょう油をかけない・控えるなど、塩分のとり過ぎに気をつけていますか。

**ポイント**

- ◆ 女性では「はい」が75.8%で、男性と比べて約20ポイント高い
- ◆ 塩分の摂取に対する意識は、男性の場合は中年期以降に高まる傾向

図表 33 塩分のとり過ぎに注意しているか（全体）



**全体**

「はい」が68.9%を占めており、「いいえ」は29.7%となっています。

**性別・年齢別**

女性では「はい」が75.8%で、男性（57.3%）と比べて約20ポイント高くなっており、塩分の摂取に対する意識は、女性で高い傾向がみられます。

また、19~44歳-男性では「いいえ」が60.7%を占めている一方、中年期以降の男性では「はい」が60%以上となっており、塩分の摂取に対する意識は、男性の場合は中年期以降に高まる傾向がみられます。

図表 34 塩分のとり過ぎに注意しているか（詳細）

（単位：人、%）

|       |           | 合計  | はい   | いいえ  | 無回答 |
|-------|-----------|-----|------|------|-----|
| 全体    |           | 846 | 68.9 | 29.7 | 1.4 |
| 年齢×性別 | 19~44歳-男性 | 89  | 38.2 | 60.7 | 1.1 |
|       | 19~44歳-女性 | 83  | 68.7 | 31.3 | 0.0 |
|       | 45~64歳-男性 | 154 | 63.0 | 37.0 | 0.0 |
|       | 45~64歳-女性 | 172 | 75.0 | 20.9 | 4.1 |
|       | 65歳以上-男性  | 75  | 66.7 | 30.7 | 2.7 |
|       | 65歳以上-女性  | 86  | 83.7 | 15.1 | 1.2 |

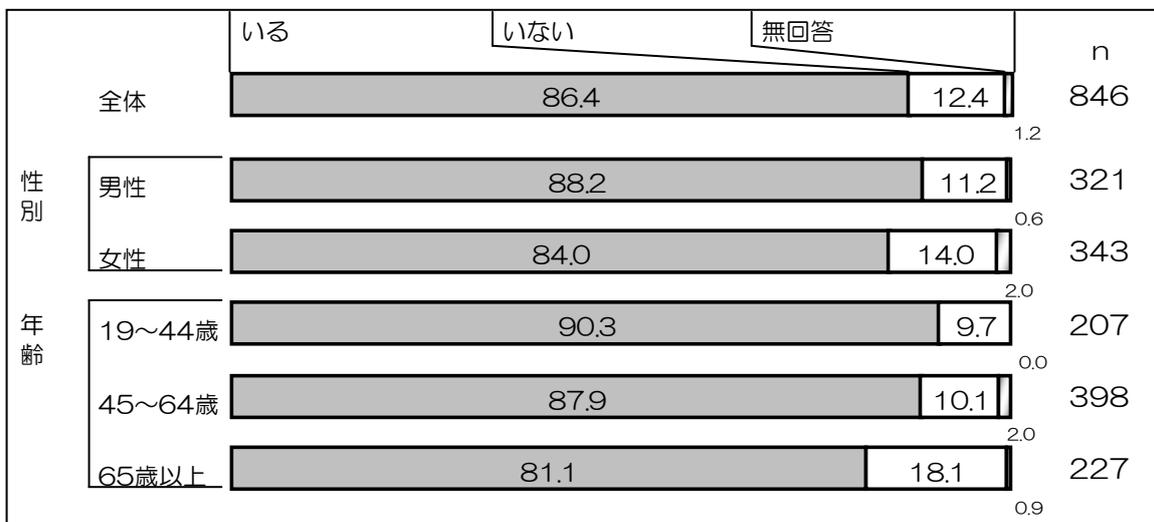
(9) 食事を共にする家族や友達の有無

問12 食事を共にする家族や友達がありますか。

**ポイント**

- ◆ 「いない」は12.4%
- ◆ 高齢期の女性の4人に1人は、食事を共にする家族や友達がない“孤食”
- ◆ ひとり暮らしでは「いない」が71.0%

図表 35 食事を共にする家族や友達の有無（全体）



**全体**

「いる」が86.4%を占めており、「いない」は12.4%となっています。

**性別・年齢別**

「いる」が男女ともに80%以上を占めており、性別による大きな傾向の違いはみられません。

また、65歳以上-女性では「いない」が26.7%と、同じ年齢層の男性と比べて高い割合となっており、高齢期の女性の4人に1人は、食事を共にする家族や友達がない“孤食”という結果です。

**その他属性別**

ひとり暮らしでは「いない」が71.0%を占めています。

図表 36 食事を共にする家族や友達の有無（詳細）

（単位：人、％）

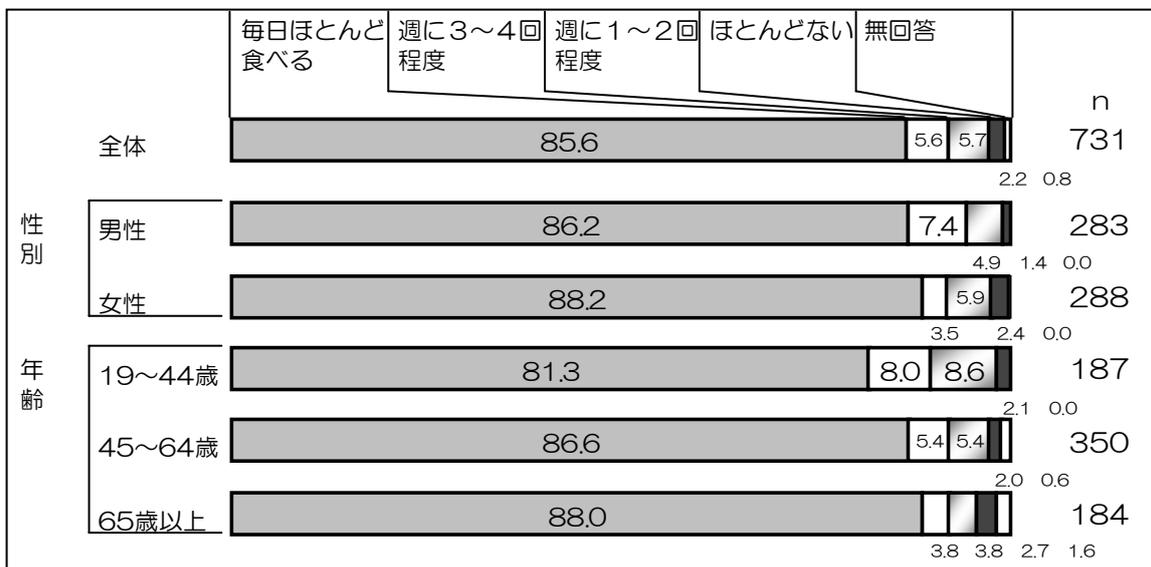
|       |           | 合計  | いる   | いない  | 無回答 |
|-------|-----------|-----|------|------|-----|
| 全体    |           | 846 | 86.4 | 12.4 | 1.2 |
| 年齢×性別 | 19～44歳-男性 | 89  | 87.6 | 12.4 | 0.0 |
|       | 19～44歳-女性 | 83  | 89.2 | 10.8 | 0.0 |
|       | 45～64歳-男性 | 154 | 88.3 | 11.0 | 0.6 |
|       | 45～64歳-女性 | 172 | 87.8 | 8.7  | 3.5 |
|       | 65歳以上-男性  | 75  | 88.0 | 10.7 | 1.3 |
|       | 65歳以上-女性  | 86  | 72.1 | 26.7 | 1.2 |
| 世帯類型  | ひとり暮らし    | 93  | 28.0 | 71.0 | 1.1 |
|       | 夫婦のみ      | 319 | 92.5 | 6.0  | 1.6 |
|       | 2世代       | 309 | 94.5 | 4.2  | 1.3 |
|       | 3世代       | 87  | 98.9 | 1.1  | 0.0 |
|       | その他       | 27  | 88.9 | 11.1 | 0.0 |

(10) 家族や友達と一緒に食事をすることがあるか

問12付問 家族や友達とそろって食事をすることがありますか。(問12で、「1  
いる」と回答した人のみ)

- ポイント**
- ◆ 「毎日ほとんど食べる」が男女ともに約90%
  - ◆ 19～44歳-男性では「ほとんどない」が11.5%と、比較的高い割合
  - ◆ ひとり暮らしでは「週に1～2回程度」が53.8%と最も多い

図表 37 家族や友達と一緒に食事をするかどうか (全体)



**全体**

「毎日ほとんど食べる」が85.6%を占めており、次いで「週に1～2回程度」(5.7%)、「週に3～4回程度」(5.6%)と続いており、「ほとんどない」(2.2%)との回答もみられます。

**性別・年齢別**

「毎日ほとんど食べる」が男女ともに約90%を占めており、性別による大きな傾向の違いはみられません。

また、いずれの年齢層でも「毎日ほとんど食べる」が80%以上を占めており、19～44歳-男性では「ほとんどない」が11.5%と、比較的高い割合となっています。

**その他属性別**

ひとり暮らしでは「週に1～2回程度」が53.8%と最も多く、「毎日ほとんど食べる」は19.2%となっています。

図表 38 家族や友達と一緒に食事をするかどうか（詳細）

（単位：人、％）

|       |           | 合計     | 毎日ほとんど食べる | 週に3~4回程度 | 週に1~2回程度 | ほとんどない | 無回答  |
|-------|-----------|--------|-----------|----------|----------|--------|------|
| 全体    |           | 731    | 85.6      | 5.6      | 5.7      | 2.2    | 0.8  |
| 年齢×性別 | 19~44歳-男性 | 78     | 78.2      | 9.0      | 11.5     | 1.3    | 0.0  |
|       | 19~44歳-女性 | 74     | 89.2      | 2.7      | 6.8      | 1.4    | 0.0  |
|       | 45~64歳-男性 | 136    | 89.0      | 7.4      | 2.2      | 1.5    | 0.0  |
|       | 45~64歳-女性 | 151    | 86.8      | 4.6      | 6.6      | 2.0    | 0.0  |
|       | 65歳以上-男性  | 66     | 89.4      | 6.1      | 3.0      | 1.5    | 0.0  |
|       | 65歳以上-女性  | 62     | 90.3      | 1.6      | 3.2      | 4.8    | 0.0  |
|       | 世帯類型      | ひとり暮らし | 26        | 19.2     | 11.5     | 53.8   | 15.4 |
| 夫婦のみ  |           | 295    | 86.8      | 5.4      | 4.4      | 1.7    | 1.7  |
| 2世代   |           | 292    | 88.0      | 5.8      | 3.8      | 2.4    | 0.0  |
| 3世代   |           | 86     | 94.2      | 2.3      | 3.5      | 0.0    | 0.0  |
| その他   |           | 24     | 83.3      | 12.5     | 4.2      | 0.0    | 0.0  |

(11) 出来合いのおかず等をとる頻度

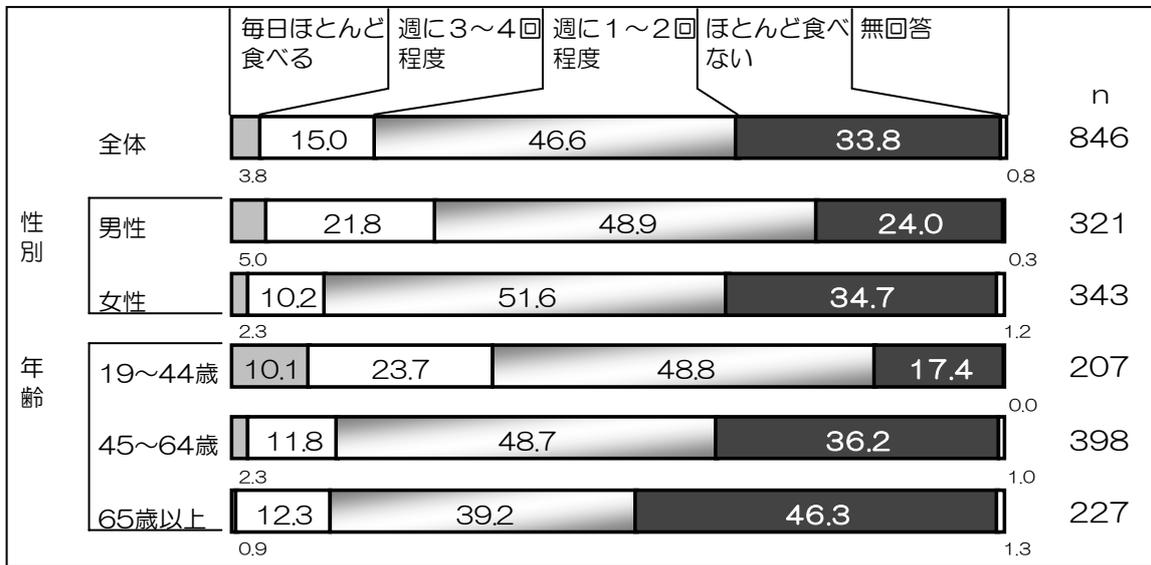
問13

インスタント食品・冷凍食品・惣菜（出来合いのおかず等）を食べていますか。

**ポイント**

- ◆ 「週に1～2回程度」が46.6%と最も多い
- ◆ 出来合いのおかずを食べる頻度は、青・壮年期の男性で高い傾向
- ◆ ひとり暮らしでは「毎日ほとんど食べる」、3世代の世帯では「週に3～4回程度」が比較的高い割合

図表 39 出来合いのおかず等をとる頻度（全体）



**全体**

「週に1～2回程度」が46.6%と最も多く、次いで「ほとんど食べない」(33.8%)、「週に3～4回程度」(15.0%)、「毎日ほとんど食べる」(3.8%)の順となっています。

**性別・年齢別**

男性では「週に3～4回程度」が21.8%で、女性(10.2%)と比べて10ポイント以上高い割合となっており、出来合いのおかずを食べる頻度は、男性で高い傾向がみられます。

また、「ほとんど食べない」の割合は、年齢とともに上昇しており、65歳以上では同回答が46.3%となっています。

一方、19～44歳-男性では「毎日ほとんど食べる」が12.4%、「週に3～4回程度」が31.5%となっており、同じ年齢層の女性や中年期以降の男性と比べて高い割合となっており、出来合いのおかずを食べる頻度は、青・壮年期の男性で高い傾向がみられます。

## その他属性別

ひとり暮らしでは「毎日ほとんど食べる」が9.7%、3世代の世帯では「週に3～4回程度」が21.8%と、比較的高い割合となっています。

図表 40 出来合いのおかず等をとる頻度（詳細）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | 毎日ほとんど食べる | 週に3～4回程度 | 週に1～2回程度 | ほとんど食べない | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|-----------|----------|----------|----------|-----|
| 全体            |           | 846 | 3.8       | 15.0     | 46.6     | 33.8     | 0.8 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 19～44歳-男性 | 89  | 12.4      | 31.5     | 42.7     | 13.5     | 0.0 |
|               | 19～44歳-女性 | 83  | 6.0       | 16.9     | 59.0     | 18.1     | 0.0 |
|               | 45～64歳-男性 | 154 | 2.6       | 18.8     | 52.6     | 26.0     | 0.0 |
|               | 45～64歳-女性 | 172 | 1.7       | 6.4      | 50.0     | 40.1     | 1.7 |
|               | 65歳以上-男性  | 75  | 1.3       | 16.0     | 49.3     | 32.0     | 1.3 |
|               | 65歳以上-女性  | 86  | 0.0       | 10.5     | 47.7     | 40.7     | 1.2 |
| 世帯<br>類型      | ひとり暮らし    | 93  | 9.7       | 18.3     | 36.6     | 35.5     | 0.0 |
|               | 夫婦のみ      | 319 | 0.6       | 9.4      | 43.6     | 44.8     | 1.6 |
|               | 2世代       | 309 | 4.9       | 17.2     | 50.8     | 26.5     | 0.6 |
|               | 3世代       | 87  | 6.9       | 21.8     | 49.4     | 21.8     | 0.0 |
|               | その他       | 27  | 0.0       | 22.2     | 48.1     | 29.6     | 0.0 |

## (12) 体重管理のために食事量や内容に気をつけているか

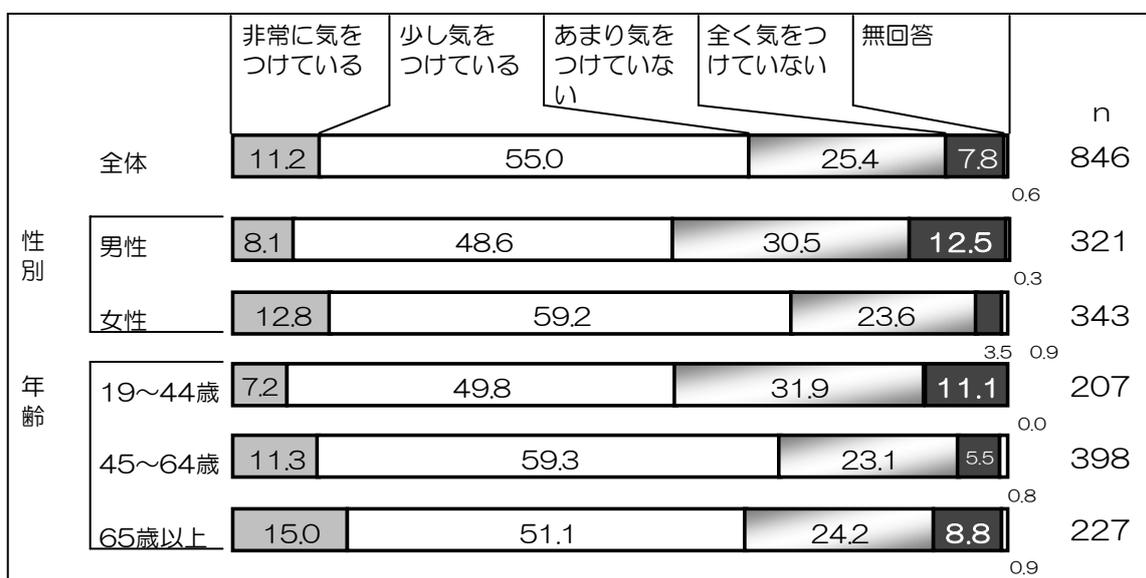
問14

食事全般について、体重管理のために食事の量や内容に気をつけていますか。

### ポイント

- ◆ 体重管理を実践している層が66.2%
- ◆ 女性では体重管理を実践している層が72.0%を占めており、男性と比べて10ポイント以上高い
- ◆ 19～44歳-男性では、実践していない層が55.1%
- ◆ 65歳以上-男性では「全く気をつけていない」が13.3%

図表 41 体重管理のために食事量や内容に気をつけているか（全体）



### 全体

「少し気をつけている」が55.0%と最も多く、「非常に気をつけている」（11.2%）を合わせると、体重管理を実践している層が66.2%を占めており、実践していない層は、「あまり気をつけていない」（25.4%）、「全く気をつけていない」（7.8%）を合わせて33.2%となっています。

### 性別・年齢別

女性では体重管理を実践している層が72.0%を占めており、男性（56.7%）と比べて10ポイント以上高い割合となっており、体重管理の実践度は、女性で高い傾向がみられます。

また、「非常に気をつけている」の割合が年齢とともに上昇しており、65歳以上では15.0%となっています。

一方、19～44歳-男性では「あまり気をつけていない」（38.2%）と「全く気をつ

けていない」(16.9%)を合わせると、実践していない層が55.1%となっているほか、65歳以上-男性では「全く気をつけていない」が13.3%と、比較的高い割合となっています。

図表 42 体重管理のために食事量や内容に気をつけているか（詳細）

（単位：人、%）

|               |           | 合計  | 非常に気をつけている | 少し気をつけている | あまり気をつけていない | 全く気をつけていない | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|------------|-----------|-------------|------------|-----|
| 全体            |           | 846 | 11.2       | 55.0      | 25.4        | 7.8        | 0.6 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 19～44歳-男性 | 89  | 3.4        | 41.6      | 38.2        | 16.9       | 0.0 |
|               | 19～44歳-女性 | 83  | 12.0       | 57.8      | 27.7        | 2.4        | 0.0 |
|               | 45～64歳-男性 | 154 | 11.7       | 51.9      | 26.6        | 9.7        | 0.0 |
|               | 45～64歳-女性 | 172 | 11.6       | 63.4      | 20.3        | 2.9        | 1.7 |
|               | 65歳以上-男性  | 75  | 6.7        | 49.3      | 29.3        | 13.3       | 1.3 |
|               | 65歳以上-女性  | 86  | 16.3       | 51.2      | 26.7        | 5.8        | 0.0 |

## 5. 運動について

### (1) 健康づくりのために意識して運動をしているか

問15 日頃から健康づくりのために、意識して身体を動かすなどの運動をしていますか。

#### ポイント

- ◆ 意識的に運動をしている層が男女ともに約60%
- ◆ 19～44歳-女性では運動をしていない層が53.0%
- ◆ 運動の実践度は、高齢期で高い傾向
- ◆ 運動の実践度は、道全体と比べて高い水準

図表 43 健康づくりのために意識して運動をしているか（全体）

|    | いつもしている | ときどきしている | 以前はしていたが、現在はしていない | まったくしたことがない | 無回答  | n   |
|----|---------|----------|-------------------|-------------|------|-----|
| 全体 | 20.9    | 43.9     | 20.0              | 14.5        |      | 846 |
| 性別 | 男性      | 22.1     | 41.4              | 21.2        | 15.0 | 321 |
|    | 女性      | 16.9     | 46.1              | 21.6        | 14.6 | 343 |
| 年齢 | 19～44歳  | 15.5     | 41.5              | 27.1        | 15.9 | 207 |
|    | 45～64歳  | 19.6     | 43.0              | 21.1        | 15.6 | 398 |
|    | 65歳以上   | 29.1     | 45.8              | 11.9        | 11.9 | 227 |

#### 全体

「ときどきしている」が 43.9%と最も多く、「いつもしている」(20.9%) を合わせると、意識的に運動をしている層が 64.8%を占めており、運動をしていない層は、「以前はしていたが、現在はしていない」(20.0%) と「まったくしたことがない」(14.5%) を合わせて 34.5%となっています。

#### 性別・年齢別

意識的に運動をしている層が男女ともに約 60%を占めており、性別による大きな傾向の違いはみられません。

また、19～44 歳-女性では「以前はしていたが、現在はしていない」(31.3%) と「まったくしたことがない」(21.7%) を合わせると、運動をしていない層が 53.0%

となっています。一方、65歳以上-男性では「いつもしている」が32.0%、65歳以上-女性では「ときどきしている」が54.7%となっており、運動の実践度は、高齢期で高い傾向がみられます。

#### その他属性別

共済組合の加入者、管理職・正社員等、19~44歳-学生・無職では「以前はしていたが、現在はしていない」、漁業・農業では「まったくしたことがない」(25.4%)が比較的高い割合となっています。

#### 他調査と比較

道の調査(平成16年度健康づくり道民調査)によると、道全体の15歳以上男性では、意識的に運動をしている層が50.1%、女性では52.3%となっており、調査が異なるため厳密には比較できないものの、町の調査結果(19歳以上男性63.5%、女性63.0%)は、比較的高い水準と推測されます。

図表 44 健康づくりのために意識して運動をしているか（詳細）

（単位：人、％）

|              |                      | 合計  | いつもして<br>いる | ときどきし<br>ている | 以前はし<br>ていた<br>が、現在<br>はしてい<br>ない | まったく<br>したことが<br>ない | 無回答 |
|--------------|----------------------|-----|-------------|--------------|-----------------------------------|---------------------|-----|
| 全体           |                      | 846 | 20.9        | 43.9         | 20.0                              | 14.5                | 0.7 |
| 年齢×性別        | 19～44歳-男性            | 89  | 20.2        | 43.8         | 24.7                              | 11.2                | 0.0 |
|              | 19～44歳-女性            | 83  | 10.8        | 36.1         | 31.3                              | 21.7                | 0.0 |
|              | 45～64歳-男性            | 154 | 18.8        | 41.6         | 20.8                              | 18.8                | 0.0 |
|              | 45～64歳-女性            | 172 | 16.9        | 45.9         | 21.5                              | 14.0                | 1.7 |
|              | 65歳以上-男性             | 75  | 32.0        | 40.0         | 16.0                              | 10.7                | 1.3 |
|              | 65歳以上-女性             | 86  | 23.3        | 54.7         | 12.8                              | 9.3                 | 0.0 |
| 保険の種類        | 福島町国民健康保険            | 383 | 20.9        | 47.0         | 17.0                              | 13.8                | 1.3 |
|              | 全国土木組合等の<br>国保組合     | 81  | 28.4        | 39.5         | 13.6                              | 18.5                | 0.0 |
|              | 社会保険                 | 215 | 21.9        | 39.5         | 22.8                              | 15.3                | 0.5 |
|              | 船員保険                 | 14  | 14.3        | 42.9         | 21.4                              | 21.4                | 0.0 |
|              | 共済組合                 | 122 | 14.8        | 41.8         | 31.1                              | 12.3                | 0.0 |
|              | その他                  | 15  | 13.3        | 53.3         | 13.3                              | 20.0                | 0.0 |
| 就業状況         | 漁業・農業                | 59  | 22.0        | 39.0         | 13.6                              | 25.4                | 0.0 |
|              | 商・工・サービス業<br>などの自営業主 | 93  | 18.3        | 51.6         | 15.1                              | 15.1                | 0.0 |
|              | 自由業・自営業(家<br>族従事者含)  | 30  | 30.0        | 43.3         | 16.7                              | 10.0                | 0.0 |
|              | 管理職・正社員等             | 194 | 20.6        | 34.5         | 28.4                              | 16.0                | 0.5 |
|              | パート・アルバイト・<br>内職等    | 166 | 17.5        | 43.4         | 24.1                              | 14.5                | 0.6 |
|              | 専業主婦・主夫              | 123 | 24.4        | 43.9         | 18.7                              | 10.6                | 2.4 |
|              | 学生・無職                | 152 | 23.0        | 50.7         | 15.1                              | 10.5                | 0.7 |
| 学生無職<br>年齢区分 | 19～44歳-学生・無<br>職     | 24  | 12.5        | 45.8         | 33.3                              | 8.3                 | 0.0 |
|              | 45～64歳-学生・無<br>職     | 38  | 21.1        | 47.4         | 15.8                              | 13.2                | 2.6 |
|              | 65歳以上-学生・無<br>職      | 87  | 27.6        | 52.9         | 10.3                              | 9.2                 | 0.0 |

## (2) 運動をしない理由

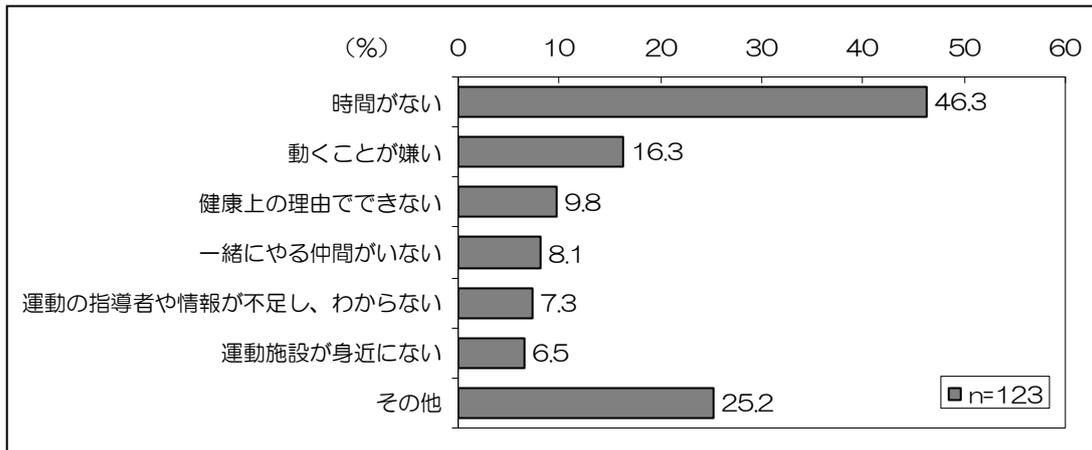
問15付問

運動をしていない理由を教えてください。(問15で、「4 まったくしたことがない」と回答した人のみ)【複数回答】

### ポイント

- ◆ 「時間がない」が46.3%と最も多い
- ◆ 男性では「健康上の理由でできない」、女性では「動くことが嫌い」が比較的高い割合
- ◆ 19～44歳では「運動施設が身近にない」、「一緒にやる仲間がいない」、65歳以上と45～64歳-男性では「健康上の理由でできない」が比較的高い割合
- ◆ 社会保険の加入者では「時間がない」が比較的高い割合

図表 45 運動をしない理由 (全体/複数回答)



### 全 体

「時間がない」が46.3%と最も多く、次いで「動くことが嫌い」(16.3%)、「健康上の理由でできない」(9.8%)と続いています。

また、運動を取り巻く環境面を理由にあげたものとしては、「一緒にやる仲間がいない」(8.1%)、「運動の指導者や情報が不足し、わからない」(7.3%)、「運動施設が身近にない」(6.5%)と続き、いずれも10%未満となっています。

### 性別・年齢別

男性では「健康上の理由でできない」(18.8%)、女性では「動くことが嫌い」(24.0%)が比較的高い割合となっています。

また、19～44歳では「運動施設が身近にない」(12.1%)、「一緒にやる仲間がいない」(18.2%)、65歳以上と45～64歳-男性では「健康上の理由でできない」が他の年齢層に比べて高い割合となっています。

### その他属性別

福島町国民健康保険の加入者、商・工・サービス業など自営業主では「健康上の理由

できない」、社会保険の加入者では「時間がない」(60.6%)が比較的高い割合となっています。

図表 46 運動をしない理由(詳細/複数回答)

(単位:人、%)

|                      |                      | 合計  | 動くことが<br>嫌い | 時間がない | 運動施設<br>が身近に<br>ない | 運動の指<br>導者や情<br>報が不足<br>し、わか<br>らない | 一緒にや<br>る仲間が<br>いない | 健康上の<br>理由でで<br>きない |
|----------------------|----------------------|-----|-------------|-------|--------------------|-------------------------------------|---------------------|---------------------|
| 全体                   |                      | 123 | 16.3        | 46.3  | 6.5                | 7.3                                 | 8.1                 | 9.8                 |
| 性別                   | 男性                   | 48  | 12.5        | 47.9  | 6.3                | 4.2                                 | 8.3                 | 18.8                |
|                      | 女性                   | 50  | 24.0        | 48.0  | 8.0                | 10.0                                | 6.0                 | 4.0                 |
| 年齢                   | 19～44歳               | 33  | 24.2        | 60.6  | 12.1               | 3.0                                 | 18.2                | 3.0                 |
|                      | 45～64歳               | 62  | 16.1        | 46.8  | 6.5                | 6.5                                 | 3.2                 | 8.1                 |
|                      | 65歳以上                | 27  | 7.4         | 29.6  | 0.0                | 14.8                                | 7.4                 | 18.5                |
| 年齢×<br>性別            | 19～44歳-男性            | 10  | 20.0        | 60.0  | 20.0               | 0.0                                 | 20.0                | 10.0                |
|                      | 19～44歳-女性            | 18  | 33.3        | 61.1  | 11.1               | 5.6                                 | 16.7                | 0.0                 |
|                      | 45～64歳-男性            | 29  | 10.3        | 51.7  | 3.4                | 6.9                                 | 3.4                 | 17.2                |
|                      | 45～64歳-女性            | 24  | 25.0        | 45.8  | 8.3                | 8.3                                 | 0.0                 | 0.0                 |
|                      | 65歳以上-男性             | 8   | 12.5        | 25.0  | 0.0                | 0.0                                 | 12.5                | 25.0                |
|                      | 65歳以上-女性             | 8   | 0.0         | 25.0  | 0.0                | 25.0                                | 0.0                 | 25.0                |
| 保険の<br>種類            | 福島町国民健康保<br>険        | 53  | 13.2        | 49.1  | 9.4                | 13.2                                | 5.7                 | 15.1                |
|                      | 全国土木組合等の<br>国保組合     | 15  | 20.0        | 33.3  | 0.0                | 0.0                                 | 20.0                | 6.7                 |
|                      | 社会保険                 | 33  | 15.2        | 60.6  | 6.1                | 3.0                                 | 12.1                | 0.0                 |
|                      | 船員保険                 | 3   | 33.3        | 33.3  | 0.0                | 33.3                                | 0.0                 | 0.0                 |
|                      | 共済組合                 | 15  | 20.0        | 26.7  | 6.7                | 0.0                                 | 0.0                 | 6.7                 |
|                      | その他                  | 3   | 33.3        | 0.0   | 0.0                | 0.0                                 | 0.0                 | 66.7                |
| 世帯<br>類型             | ひとり暮らし               | 6   | 16.7        | 50.0  | 16.7               | 16.7                                | 16.7                | 16.7                |
|                      | 夫婦のみ                 | 45  | 15.6        | 46.7  | 4.4                | 8.9                                 | 4.4                 | 8.9                 |
|                      | 2世代                  | 53  | 18.9        | 41.5  | 7.5                | 5.7                                 | 9.4                 | 11.3                |
|                      | 3世代                  | 14  | 7.1         | 64.3  | 7.1                | 7.1                                 | 14.3                | 0.0                 |
|                      | その他                  | 4   | 25.0        | 50.0  | 0.0                | 0.0                                 | 0.0                 | 25.0                |
| 就業<br>状況             | 漁業・農業                | 15  | 0.0         | 80.0  | 0.0                | 13.3                                | 6.7                 | 0.0                 |
|                      | 商・工・サービス業<br>などの自営業主 | 14  | 21.4        | 50.0  | 7.1                | 14.3                                | 0.0                 | 14.3                |
|                      | 自由業・自営業(家<br>族従事者含)  | 3   | 0.0         | 66.7  | 66.7               | 0.0                                 | 0.0                 | 0.0                 |
|                      | 管理職・正社員等             | 31  | 12.9        | 58.1  | 6.5                | 0.0                                 | 12.9                | 3.2                 |
|                      | パート・アルバイト・<br>内職等    | 24  | 12.5        | 66.7  | 8.3                | 4.2                                 | 12.5                | 0.0                 |
|                      | 専業主婦・主夫              | 13  | 38.5        | 15.4  | 0.0                | 7.7                                 | 0.0                 | 0.0                 |
|                      | 学生・無職                | 16  | 25.0        | 0.0   | 6.3                | 6.3                                 | 6.3                 | 50.0                |
| 学生<br>無職<br>年齢<br>区分 | 19～44歳-学生・無<br>職     | 2   | 100.0       | 0.0   | 0.0                | 0.0                                 | 0.0                 | 50.0                |
|                      | 45～64歳-学生・無<br>職     | 5   | 0.0         | 0.0   | 20.0               | 20.0                                | 0.0                 | 40.0                |
|                      | 65歳以上-学生・無<br>職      | 8   | 25.0        | 0.0   | 0.0                | 0.0                                 | 12.5                | 50.0                |

### (3) 1日あたりの平均の歩数

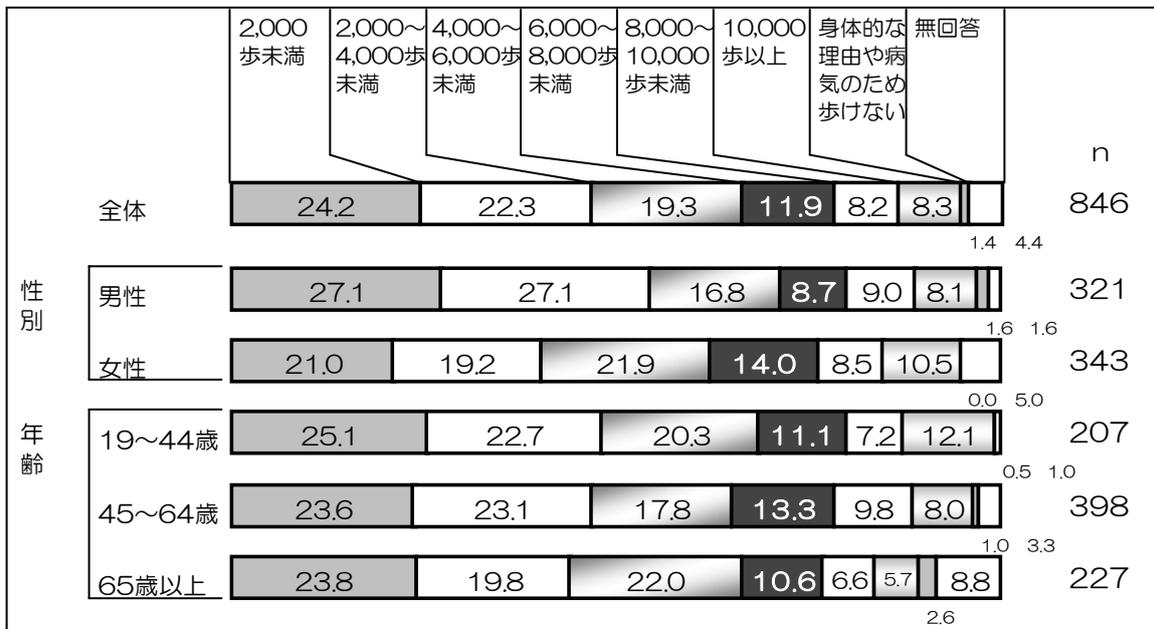
問16

家事なども含め、あなたは、日常生活の中で1日にどの程度歩いていますか。おおまかな数字として最も近いものをお答えください。  
※目安として、約10分歩くと、1,000歩程度となります。

#### ポイント

- ◆ 「2,000歩未満」が24.2%と最も多い
- ◆ 19~44歳-女性では「10,000歩以上」が15.7%
- ◆ 学生・無職では「2,000歩未満」が30.3%
- ◆ 道全体と比べて、「2,000歩未満」など歩数の少ない層の割合が高く、「10,000歩以上」など歩数の多い層の割合が低い傾向

図表 47 1日あたりの平均の歩数（全体）



#### 全体

「2,000歩未満」が24.2%と最も多く、次いで「2,000~4,000歩未満」(22.3%)、「4,000~6,000歩未満」(19.3%)、「6,000~8,000歩未満」(11.9%)、「10,000歩以上」(8.3%)、「8,000~10,000歩未満」(8.2%)と続いており、「身体的な理由や病気のため歩けない」(1.4%)との回答もみられます。

#### 性別・年齢別

男性では「2,000歩未満」(27.1%)や「2,000~4,000歩未満」(27.1%)が比較的多く、2つの回答で54.2%となっており、女性では「4,000~6,000歩未満」が21.9%と最も多くなっています。

また、19~44歳では「10,000歩以上」が12.1%と、そのほかの年齢層と比べて高い割合となっており、特に19~44歳-女性では「10,000歩以上」が15.7%と

なっています。

### その他属性別

パート・アルバイト・内職等では「10,000歩以上」が15.7%と比較的多くみられる一方、学生・無職では「10,000歩以上」が2.6%で、「2,000歩未満」が30.3%と、比較的高い割合となっています。

### 他調査と比較

道の調査（平成16年度健康づくり道民調査）によると、道全体の15歳以上では「2,000歩未満」が9.8%で、「10,000歩以上」が28.8%となっており、調査が異なるため厳密には比較できないものの、町の調査結果でみると、「2,000歩未満」など歩数の少ない層の割合が高く、「10,000歩以上」など歩数の多い層の割合が低い傾向がみられます。

図表 48 1日あたりの平均の歩数（詳細）

（単位：人、%）

|       |                  | 合計  | 2,000歩未満 | 2,000～4,000歩未満 | 4,000～6,000歩未満 | 6,000～8,000歩未満 | 8,000～10,000歩未満 | 10,000歩以上 | 身体的な理由や病気のため歩けない | 無回答  |
|-------|------------------|-----|----------|----------------|----------------|----------------|-----------------|-----------|------------------|------|
| 全体    |                  | 846 | 24.2     | 22.3           | 19.3           | 11.9           | 8.2             | 8.3       | 1.4              | 4.4  |
| 年齢×性別 | 19～44歳-男性        | 89  | 23.6     | 23.6           | 23.6           | 10.1           | 5.6             | 11.2      | 1.1              | 1.1  |
|       | 19～44歳-女性        | 83  | 24.1     | 24.1           | 18.1           | 9.6            | 7.2             | 15.7      | 0.0              | 1.2  |
|       | 45～64歳-男性        | 154 | 27.9     | 31.2           | 13.6           | 7.8            | 11.7            | 7.1       | 0.6              | 0.0  |
|       | 45～64歳-女性        | 172 | 19.2     | 15.7           | 19.8           | 18.0           | 10.5            | 10.5      | 0.0              | 6.4  |
|       | 65歳以上-男性         | 75  | 29.3     | 24.0           | 16.0           | 8.0            | 8.0             | 6.7       | 2.7              | 5.3  |
|       | 65歳以上-女性         | 86  | 20.9     | 20.9           | 30.2           | 10.5           | 5.8             | 5.8       | 0.0              | 5.8  |
| 就業状況  | 漁業・農業            | 59  | 28.8     | 15.3           | 8.5            | 13.6           | 10.2            | 8.5       | 1.7              | 13.6 |
|       | 商・工・サービス業などの自営業主 | 93  | 15.1     | 22.6           | 26.9           | 14.0           | 10.8            | 8.6       | 0.0              | 2.2  |
|       | 自由業・自営業（家族従事者含）  | 30  | 16.7     | 26.7           | 30.0           | 13.3           | 3.3             | 6.7       | 0.0              | 3.3  |
|       | 管理職・正社員等         | 194 | 25.3     | 27.3           | 14.9           | 12.4           | 9.3             | 8.2       | 1.5              | 1.0  |
|       | パート・アルバイト・内職等    | 166 | 22.3     | 19.9           | 18.1           | 12.7           | 7.2             | 15.7      | 0.0              | 4.2  |
|       | 専業主婦・主夫          | 123 | 25.2     | 16.3           | 23.6           | 17.1           | 7.3             | 5.7       | 0.0              | 4.9  |
|       | 学生・無職            | 152 | 30.3     | 24.3           | 19.7           | 5.9            | 8.6             | 2.6       | 4.6              | 3.9  |

## 6. 睡眠・ストレスについて

### (1) 休み以外の日の1日あたりの睡眠時間

問17 休み以外の1日の睡眠は何時間くらいですか。

#### ポイント

- ◆ 「6時間から7時間くらい」が48.1%と最も多い
- ◆ 19～44歳-男性では「6時間より少ない」が23.6%
- ◆ 19～44歳-女性と45～64歳-女性では「6時間から7時間くらい」が50%以上
- ◆ 漁業・農業では「6時間より少ない」(27.1%)、商・工・サービス業などの自営業主、管理職・正社員等、パート・アルバイト・内職等では、いずれも「6時間から7時間くらい」が50%以上

図表 49 休み以外の日の1日あたりの睡眠時間（全体）

|    | 6時間より少ない | 6時間から7時間くらい | 7時間から8時間くらい | 8時間から9時間くらい | 9時間より多い | 無回答 | n   |     |
|----|----------|-------------|-------------|-------------|---------|-----|-----|-----|
| 全体 | 15.1     | 48.1        | 24.0        | 9.3         | 2.1     | 1.3 | 846 |     |
| 性別 | 男性       | 16.5        | 46.1        | 21.8        | 11.5    | 3.7 | 0.3 | 321 |
|    | 女性       | 14.0        | 52.2        | 23.9        | 6.7     | 0.9 | 2.3 | 343 |
| 年齢 | 19～44歳   | 16.9        | 53.1        | 22.2        | 6.3     | 1.0 | 0.5 | 207 |
|    | 45～64歳   | 15.8        | 51.3        | 23.4        | 7.5     | 1.0 | 1.0 | 398 |
|    | 65歳以上    | 12.8        | 37.9        | 26.9        | 14.5    | 5.3 | 2.6 | 227 |

#### 全体

「6時間から7時間くらい」が48.1%と最も多く、「7時間から8時間くらい」(24.0%)を合わせると、この2つの時間帯が72.1%を占めています。

次いで「6時間より少ない」(15.1%)、「8時間から9時間くらい」(9.3%)と続いており、「9時間より多い」(2.1%)との回答もみられます。

#### 性別・年齢別

男性では「8時間から9時間くらい」が11.5%と、女性(6.7%)と比べて高い割合となっています。

また、19～44歳-男性では「6時間より少ない」が23.6%、19～44歳-女性と

45～64 歳-女性では「6時間から7時間くらい」が50%以上と、比較的高い割合となっています。

### その他属性別

漁業・農業では「6時間より少ない」(27.1%)、商・工・サービス業などの自営業主、管理職・正社員等、パート・アルバイト・内職等では、いずれも「6時間から7時間くらい」が50%以上と、比較的高い割合となっています。

図表 50 休み以外の日の1日あたりの睡眠時間（詳細）

（単位：人、％）

|       |                  | 合計  | 6時間より少ない | 6時間から7時間くらい | 7時間から8時間くらい | 8時間から9時間くらい | 9時間より多い | 無回答 |
|-------|------------------|-----|----------|-------------|-------------|-------------|---------|-----|
| 全体    |                  | 846 | 15.1     | 48.1        | 24.0        | 9.3         | 2.1     | 1.3 |
| 年齢×性別 | 19～44歳-男性        | 89  | 23.6     | 51.7        | 18.0        | 4.5         | 2.2     | 0.0 |
|       | 19～44歳-女性        | 83  | 10.8     | 56.6        | 25.3        | 6.0         | 0.0     | 1.2 |
|       | 45～64歳-男性        | 154 | 14.9     | 48.1        | 23.4        | 12.3        | 1.3     | 0.0 |
|       | 45～64歳-女性        | 172 | 15.1     | 55.8        | 22.7        | 3.5         | 0.6     | 2.3 |
|       | 65歳以上-男性         | 75  | 12.0     | 34.7        | 24.0        | 17.3        | 10.7    | 1.3 |
|       | 65歳以上-女性         | 86  | 14.0     | 40.7        | 25.6        | 14.0        | 2.3     | 3.5 |
| 就業状況  | 漁業・農業            | 59  | 27.1     | 37.3        | 20.3        | 13.6        | 1.7     | 0.0 |
|       | 商・工・サービス業などの自営業主 | 93  | 18.3     | 55.9        | 15.1        | 9.7         | 1.1     | 0.0 |
|       | 自由業・自営業(家族従事者含)  | 30  | 16.7     | 36.7        | 40.0        | 6.7         | 0.0     | 0.0 |
|       | 管理職・正社員等         | 194 | 13.9     | 55.2        | 17.5        | 11.9        | 1.0     | 0.5 |
|       | パート・アルバイト・内職等    | 166 | 15.1     | 54.2        | 25.9        | 4.2         | 0.0     | 0.6 |
|       | 専業主婦・主夫          | 123 | 14.6     | 43.1        | 30.1        | 6.5         | 2.4     | 3.3 |
|       | 学生・無職            | 152 | 10.5     | 39.5        | 30.9        | 11.2        | 5.3     | 2.6 |

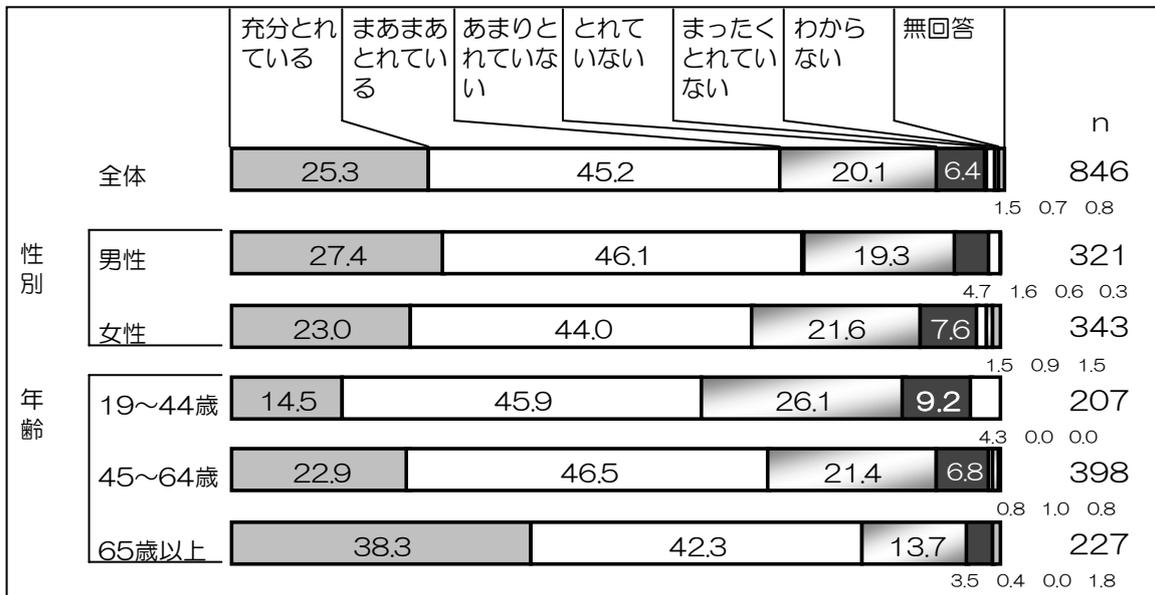
(2) この1ヵ月間、睡眠により休養がとれているか

問18 ここ1ヵ月間、とっている睡眠で休養が十分とれていると思いますか。

**ポイント**

- ◆ 自分の睡眠に対する肯定的な評価が男女ともに約70%
- ◆ 肯定的な評価の割合が若い年齢層ほど低い
- ◆ 漁業・農業と商・工・サービス業などの自営業主では「とれていない」が10%以上
- ◆ 睡眠による疲労回復効果が得られていない割合が、道全体と比べて高い水準

図表 51 この1ヵ月間、睡眠により休養がとれているか（全体）



**全体**

「まあまあとれている」が45.2%と最も多く、「充分とれている」(25.3%)を合わせると、自分の睡眠に対する肯定的な評価が70.5%を占めています。

一方、否定的な評価は「あまりとれていない」(20.1%)、「とれていない」(6.4%)、「まったくとれていない」(1.5%)を合わせた28.0%で、「わからない」(0.7%)との回答もみられます。

**性別・年齢別**

肯定的な評価が男女ともに約70%を占めており、性別による大きな傾向の違いはみられません。

また、19~44歳では男女ともに「充分とれている」の割合が低く、一方、65歳以上では「充分とれている」が38.3%で、「まあまあとれている」(42.3%)を合わせた肯定的な評価が80.6%を占めており、肯定的な評価の割合は若い年齢層ほど低く、前問の睡眠時間と同様に、高齢期とそのほかの年齢層では異なる傾向がみられます。

### その他属性別

漁業・農業、商・工・サービス業などの自営業主では「とれていない」が10%以上と、比較的高い割合となっており、管理職・正社員等では「充分とれている」が16.5%と、比較的低い割合となっています。

### 他調査と比較

道の調査（平成16年度健康づくり道民調査）によると、道全体の20歳以上で睡眠による疲労回復効果が得られていない人の割合が18.9%となっており、調査が異なるため厳密には比較できないものの、町の調査結果（19歳以上で否定的な評価28.0%）は、比較的高い水準と推測されます。

図表 52 この1ヵ月間、睡眠により休養がとれているか（詳細）

（単位：人、％）

|               |                      | 合計  | 充分とれている | まあまあとれている | あまりとれていない | とれていない | まったくとれていない | わからない | 無回答 |
|---------------|----------------------|-----|---------|-----------|-----------|--------|------------|-------|-----|
| 全体            |                      | 846 | 25.3    | 45.2      | 20.1      | 6.4    | 1.5        | 0.7   | 0.8 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 19～44歳-男性            | 89  | 11.2    | 53.9      | 23.6      | 7.9    | 3.4        | 0.0   | 0.0 |
|               | 19～44歳-女性            | 83  | 18.1    | 36.1      | 30.1      | 9.6    | 6.0        | 0.0   | 0.0 |
|               | 45～64歳-男性            | 154 | 25.3    | 47.4      | 22.7      | 1.9    | 1.3        | 1.3   | 0.0 |
|               | 45～64歳-女性            | 172 | 22.1    | 45.3      | 20.3      | 9.3    | 0.0        | 1.2   | 1.7 |
|               | 65歳以上-男性             | 75  | 49.3    | 34.7      | 8.0       | 6.7    | 0.0        | 0.0   | 1.3 |
|               | 65歳以上-女性             | 86  | 29.1    | 50.0      | 16.3      | 2.3    | 0.0        | 0.0   | 2.3 |
| 就業<br>状況      | 漁業・農業                | 59  | 18.6    | 40.7      | 27.1      | 11.9   | 1.7        | 0.0   | 0.0 |
|               | 商・工・サービス業<br>などの自営業主 | 93  | 23.7    | 43.0      | 19.4      | 12.9   | 0.0        | 1.1   | 0.0 |
|               | 自由業・自営業（家族<br>従事者含）  | 30  | 30.0    | 36.7      | 30.0      | 3.3    | 0.0        | 0.0   | 0.0 |
|               | 管理職・正社員等             | 194 | 16.5    | 44.8      | 27.3      | 7.2    | 2.6        | 1.0   | 0.5 |
|               | パート・アルバイト・<br>内職等    | 166 | 19.9    | 51.2      | 20.5      | 5.4    | 2.4        | 0.6   | 0.0 |
|               | 専業主婦・主夫              | 123 | 30.1    | 48.0      | 14.6      | 5.7    | 0.0        | 0.0   | 1.6 |
|               | 学生・無職                | 152 | 38.8    | 40.8      | 13.2      | 2.6    | 2.0        | 0.7   | 2.0 |

## 7. たばこについて

### (1) たばこについて

問19 たばこを吸っていますか。

#### ポイント

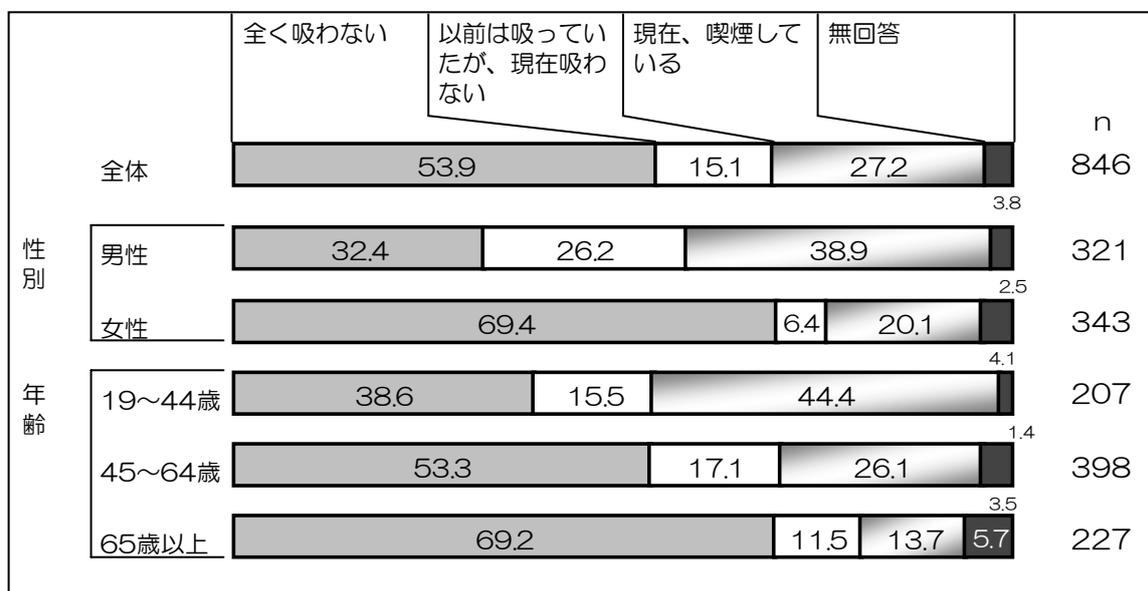
##### 【たばこについて】

- ◆ 喫煙率は27.2%
- ◆ 男性の喫煙率は38.9%で、女性と比べて約20ポイント高い
- ◆ 19～44歳では男女ともに喫煙率が40%以上
- ◆ 喫煙率は、道全体及び国全体と同程度の水準または女性で比較的高い水準

##### 【1日平均のたばこの本数】

- ◆ 「10～20本未満」と「20～30本未満」の2つで65.2%
- ◆ 男性では20本以上が63.2%を占めている一方、女性では20本未満が66.7%
- ◆ 喫煙本数の多い層の割合は、中年期男性で高い傾向

図表 53 たばこについて（全体）



##### 【たばこについて】

#### 全 体

「全く吸わない」が53.9%と最も多く、「以前は吸っていたが、現在吸わない」（15.1%）を合わせると、非喫煙率が69.0%で、喫煙率（「現在、喫煙している」）は27.2%となっています。

## 性別・年齢別

19歳以上において、男性の喫煙率は38.9%で、女性（20.1%）と比べて約20ポイント高い割合となっている一方、19～44歳では男女ともに喫煙率が40%以上となっています。

なお、喫煙率は年齢とともに低下し、65歳以上の喫煙率は、男性29.3%、女性5.8%となっています。

## 他調査と比較

道の調査（平成16年度健康づくり道民調査）によると、道全体の喫煙率は、20歳以上男性では44.8%、女性では12.1%となっており、調査が異なるため厳密には比較できないものの、町の調査結果（20歳以上男性40.2%、女性19.9%）は、道全体と同程度の水準または女性で比較的高い水準と推測されます。

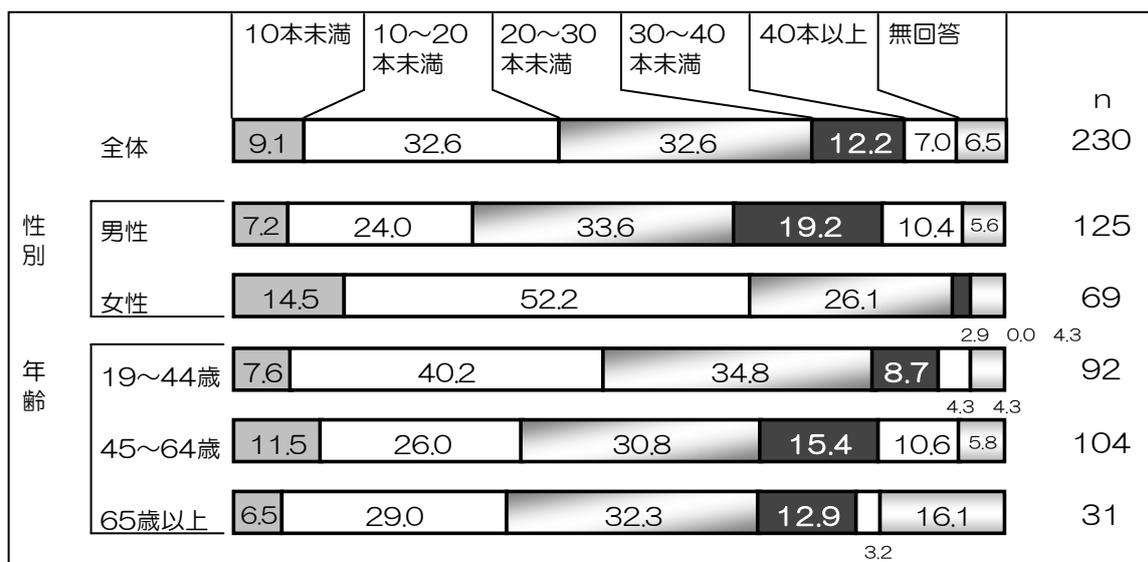
また、国の調査（平成17年国民健康・栄養調査）によると、国全体の喫煙率は、20歳以上男性では39.3%、女性では11.3%となっており、町の調査結果は、国全体と同程度の水準または女性で比較的高い水準と推測されます。

図表 54 たばこについて（詳細）

（単位：人、%）

|               |           | 合計  | 全く吸わない | 以前は吸っていたが、現在吸わない | 現在、喫煙している | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|--------|------------------|-----------|-----|
| 全体            |           | 846 | 53.9   | 15.1             | 27.2      | 3.8 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 19～44歳-男性 | 89  | 27.0   | 22.5             | 49.4      | 1.1 |
|               | 19～44歳-女性 | 83  | 48.2   | 8.4              | 41.0      | 2.4 |
|               | 45～64歳-男性 | 154 | 28.6   | 29.9             | 38.3      | 3.2 |
|               | 45～64歳-女性 | 172 | 71.5   | 7.0              | 16.9      | 4.7 |
|               | 65歳以上-男性  | 75  | 46.7   | 21.3             | 29.3      | 2.7 |
|               | 65歳以上-女性  | 86  | 86.0   | 3.5              | 5.8       | 4.7 |

図表 55 1日平均のたばこの本数（全体）



【1日平均のたばこの本数】

全体

「10~20本未満」（32.6%）と「20~30本未満」（32.6%）の2つで65.2%を占めており、そのほかの回答は「30~40本未満」（12.2%）、「10本未満」（9.1%）と続いており、「40本以上」（7.0%）との回答もみられます。

性別・年齢別

男性では20本以上が63.2%を占めている一方、女性では20本未満が66.7%を占めており、喫煙本数の多い層の割合は、男性で高い傾向がみられます。

また、45~64歳-男性では20本以上が69.5%を占めているなど、喫煙本数の多い層の割合は、中年期で高い傾向がみられます。

図表 56 1日平均のたばこの本数（詳細）

（単位：人、%）

|       |           | 合計  | 10本未満 | 10~20本未満 | 20~30本未満 | 30~40本未満 | 40本以上 | 無回答  |
|-------|-----------|-----|-------|----------|----------|----------|-------|------|
| 全体    |           | 230 | 9.1   | 32.6     | 32.6     | 12.2     | 7.0   | 6.5  |
| 年齢×性別 | 19~44歳-男性 | 44  | 6.8   | 31.8     | 36.4     | 18.2     | 6.8   | 0.0  |
|       | 19~44歳-女性 | 34  | 11.8  | 58.8     | 26.5     | 0.0      | 0.0   | 2.9  |
|       | 45~64歳-男性 | 59  | 6.8   | 18.6     | 33.9     | 20.3     | 15.3  | 5.1  |
|       | 45~64歳-女性 | 29  | 20.7  | 48.3     | 20.7     | 6.9      | 0.0   | 3.4  |
|       | 65歳以上-男性  | 22  | 9.1   | 22.7     | 27.3     | 18.2     | 4.5   | 18.2 |
|       | 65歳以上-女性  | 5   | 0.0   | 20.0     | 60.0     | 0.0      | 0.0   | 20.0 |

(2) たばこをやめたいと思うか

問19付問

たばこを吸うことをやめたいと思いますか。(問19で、「3 現在、喫煙している」と回答した人のみ)

**ポイント**

- ◆ 「本数を減らしたい」が30.0%と最も多い
- ◆ 禁煙希望者（「やめたい」）が男女ともに約30%
- ◆ 19～44歳-女性と65歳以上-男性では、禁煙希望者が比較的高い割合

図表 57 たばこをやめたいと思うか（全体）

|    | 本数を減らしたい | やめたい | やめたいとは思わない | 特に考えていない | 無回答  | n   |     |
|----|----------|------|------------|----------|------|-----|-----|
| 全体 | 30.0     | 28.7 | 13.5       | 27.8     | 0.0  | 230 |     |
| 性別 | 男性       | 27.2 | 30.4       | 13.6     | 28.8 | 0.0 | 125 |
|    | 女性       | 34.8 | 27.5       | 14.5     | 23.2 | 0.0 | 69  |
| 年齢 | 19～44歳   | 30.4 | 28.3       | 12.0     | 29.3 | 0.0 | 92  |
|    | 45～64歳   | 28.8 | 26.0       | 15.4     | 29.8 | 0.0 | 104 |
|    | 65歳以上    | 32.3 | 38.7       | 12.9     | 16.1 | 0.0 | 31  |

**全 体**

「本数を減らしたい」が30.0%と最も多く、次いで「やめたい」(28.7%)、「特に考えていない」(27.8%)、「やめたいとは思わない」(13.5%)の順となっています。

**性別・年齢別**

禁煙希望者（「やめたい」）が男女ともに約30%となっており、19～44歳-女性では38.2%、65歳以上-男性では禁煙希望者が45.5%と、比較的高い割合となっています。

図表 58 たばこをやめたいと思うか（詳細）

（単位：人、％）

|                       |           | 合計  | 本数を減<br>らしたい | やめたい | やめたい<br>とは思わ<br>ない | 特に考え<br>ていない | 無回答 |
|-----------------------|-----------|-----|--------------|------|--------------------|--------------|-----|
| 全体                    |           | 230 | 30.0         | 28.7 | 13.5               | 27.8         | 0.0 |
| 年<br>齢<br>×<br>性<br>別 | 19～44歳-男性 | 44  | 25.0         | 25.0 | 13.6               | 36.4         | 0.0 |
|                       | 19～44歳-女性 | 34  | 29.4         | 38.2 | 8.8                | 23.5         | 0.0 |
|                       | 45～64歳-男性 | 59  | 27.1         | 28.8 | 13.6               | 30.5         | 0.0 |
|                       | 45～64歳-女性 | 29  | 37.9         | 17.2 | 24.1               | 20.7         | 0.0 |
|                       | 65歳以上-男性  | 22  | 31.8         | 45.5 | 13.6               | 9.1          | 0.0 |
|                       | 65歳以上-女性  | 5   | 60.0         | 20.0 | 0.0                | 20.0         | 0.0 |

### (3) たばこと健康を考える上で有効な取り組み

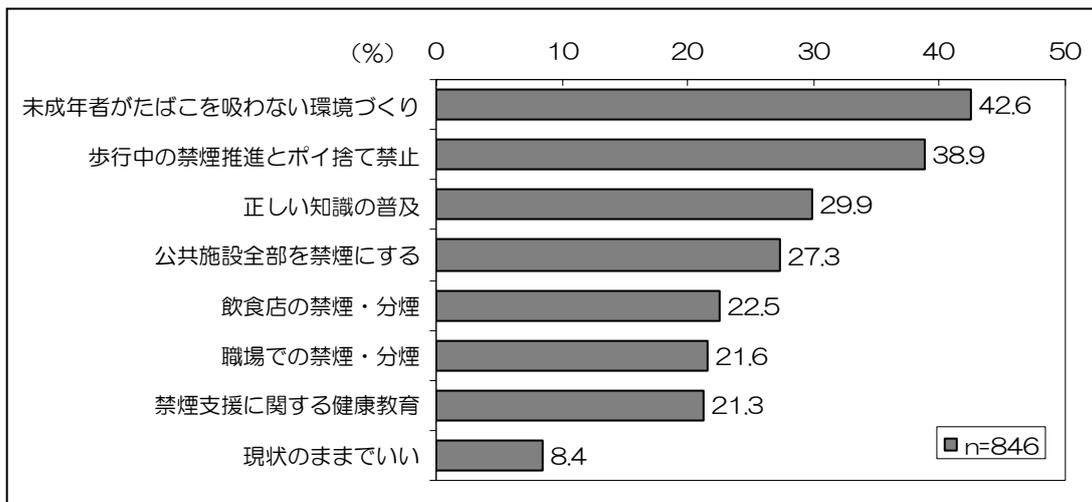
問20

たばこと健康を考える上で、どのような取り組みが有効だと思いますか。【複数回答】

#### ポイント

- ◆ 未成年者の喫煙対策とともに、道路上など歩行空間における対策が上位
- ◆ 青・壮年期の男女で取り組みに対する意識が異なる傾向

図表 59 たばこと健康を考える上で有効な取り組み（全体／複数回答）



#### 全体

「未成年者がたばこを吸わない環境づくり」が42.6%と最も多く、次いで「歩行中の禁煙推進とポイ捨て禁止」（38.9%）と続いており、未成年者の喫煙対策とともに、道路上など歩行空間における対策が上位にあがっています。

そのほかの回答は、「正しい知識の普及」（29.9%）、「公共施設全部を禁煙にする」（27.3%）、「飲食店の禁煙・分煙」（22.5%）、「職場での禁煙・分煙」（21.6%）、「禁煙支援に関する健康教育」（21.3%）と続いており、「現状のままでいい」（8.4%）との回答もみられます。

#### 性別・年齢別

「未成年者がたばこを吸わない環境づくり」が男女ともに約40%と最も多く、性別による大きな傾向の違いはみられません。

また、19～44歳-女性では「歩行中の禁煙推進とポイ捨て禁止」（43.4%）、「飲食店の禁煙・分煙」（36.1%）との分煙対策等を支持する回答が比較的高い割合となっています。

一方、19～44歳-男性では「歩行中の禁煙推進とポイ捨て禁止」は女性に比べて10ポイント以上低い割合で、「現状のままでいい」（16.9%）が比較的多くみられるなど、青・壮年期の男女で取り組みに対する意識が異なる傾向がみられます。

さらに、65歳以上では男女ともに「未成年者がたばこを吸わない環境づくり」が比較的高い割合となっています。

### その他属性別

2世代の世帯では「歩行中の禁煙推進とポイ捨て禁止」(43.7%)、管理職・正社員等では「職場での禁煙・分煙」(38.7%)、「飲食店の禁煙・分煙」(29.4%)が比較的高い割合となっています。

図表 60 たばこと健康を考える上で有効な取り組み（詳細／複数回答）

(単位:人、%)

|       | 合計               | 飲食店の禁煙・分煙 | 歩行中の禁煙推進とポイ捨て禁止 | 職場での禁煙・分煙 | 未成年者がたばこを吸わない環境づくり | 禁煙支援に関する健康教育 | 正しい知識の普及 | 公共施設全部を禁煙にする | 現状のままでいい | 無回答  |      |
|-------|------------------|-----------|-----------------|-----------|--------------------|--------------|----------|--------------|----------|------|------|
| 全体    | 846              | 22.5      | 38.9            | 21.6      | 42.6               | 21.3         | 29.9     | 27.3         | 8.4      | 12.5 |      |
| 性別    | 男性               | 321       | 23.7            | 38.3      | 24.9               | 42.1         | 19.9     | 28.0         | 32.4     | 11.5 | 6.9  |
|       | 女性               | 343       | 23.3            | 42.0      | 19.5               | 43.4         | 22.7     | 32.1         | 22.7     | 7.0  | 14.0 |
| 年齢    | 19～44歳           | 207       | 32.4            | 37.2      | 26.1               | 35.3         | 17.4     | 25.6         | 25.1     | 12.6 | 6.3  |
|       | 45～64歳           | 398       | 22.1            | 37.4      | 25.9               | 43.7         | 24.9     | 33.9         | 31.4     | 8.3  | 7.5  |
|       | 65歳以上            | 227       | 14.1            | 42.7      | 10.1               | 48.5         | 18.9     | 26.9         | 23.8     | 4.8  | 25.6 |
| 年齢×性別 | 19～44歳-男性        | 89        | 31.5            | 32.6      | 27.0               | 36.0         | 15.7     | 20.2         | 28.1     | 16.9 | 5.6  |
|       | 19～44歳-女性        | 83        | 36.1            | 43.4      | 25.3               | 37.3         | 19.3     | 32.5         | 21.7     | 9.6  | 6.0  |
|       | 45～64歳-男性        | 154       | 26.0            | 37.0      | 31.8               | 40.9         | 22.7     | 30.5         | 35.7     | 11.7 | 1.3  |
|       | 45～64歳-女性        | 172       | 20.9            | 40.1      | 21.5               | 44.2         | 25.0     | 33.7         | 26.7     | 7.6  | 12.8 |
|       | 65歳以上-男性         | 75        | 10.7            | 48.0      | 9.3                | 52.0         | 18.7     | 30.7         | 32.0     | 5.3  | 18.7 |
|       | 65歳以上-女性         | 86        | 16.3            | 44.2      | 10.5               | 48.8         | 22.1     | 29.1         | 16.3     | 3.5  | 23.3 |
| 世帯類型  | ひとり暮らし           | 93        | 26.9            | 26.9      | 22.6               | 43.0         | 28.0     | 35.5         | 31.2     | 6.5  | 11.8 |
|       | 夫婦のみ             | 319       | 18.2            | 37.3      | 19.7               | 47.0         | 20.1     | 30.1         | 28.5     | 8.2  | 17.6 |
|       | 2世代              | 309       | 24.3            | 43.7      | 22.0               | 38.5         | 20.7     | 31.4         | 24.3     | 10.0 | 6.1  |
|       | 3世代              | 87        | 29.9            | 41.4      | 29.9               | 37.9         | 23.0     | 18.4         | 35.6     | 5.7  | 11.5 |
|       | その他              | 27        | 18.5            | 40.7      | 14.8               | 55.6         | 22.2     | 40.7         | 14.8     | 7.4  | 11.1 |
| 就業状況  | 漁業・農業            | 59        | 16.9            | 44.1      | 15.3               | 45.8         | 15.3     | 22.0         | 28.8     | 11.9 | 11.9 |
|       | 商・工・サービス業などの自営業主 | 93        | 24.7            | 44.1      | 24.7               | 45.2         | 22.6     | 24.7         | 36.6     | 6.5  | 6.5  |
|       | 自由業・自営業(家族従事者含)  | 30        | 23.3            | 53.3      | 16.7               | 50.0         | 20.0     | 40.0         | 40.0     | 3.3  | 6.7  |
|       | 管理職・正社員等         | 194       | 29.4            | 32.0      | 38.7               | 40.2         | 20.6     | 29.4         | 30.4     | 9.3  | 3.6  |
|       | パート・アルバイト・内職等    | 166       | 20.5            | 39.8      | 18.7               | 45.2         | 25.9     | 29.5         | 22.9     | 10.8 | 10.2 |
|       | 専業主婦・主夫          | 123       | 22.8            | 35.8      | 22.8               | 43.9         | 20.3     | 37.4         | 29.3     | 4.9  | 14.6 |
|       | 学生・無職            | 152       | 19.1            | 44.1      | 5.9                | 41.4         | 21.1     | 31.6         | 23.0     | 7.2  | 21.1 |

## 8. 飲酒について

### (1) 飲酒について

問21 お酒等、アルコール類を飲みますか。

#### ポイント

- ◆ 男性では「ほとんど毎日飲んでいる」が39.6%
- ◆ 中年期以降の男性で飲酒頻度が比較的高い傾向
- ◆ 管理職・正社員等では「ほとんど毎日飲んでいる」が38.7%

図表 61 飲酒について（全体）

|        | ほとんど毎日飲んでいる | 週2～3日 | 週1日ぐらい | 以前は習慣があったが、現在は無い | 以前からほとんど飲まない | 無回答  | n   |
|--------|-------------|-------|--------|------------------|--------------|------|-----|
| 全体     | 23.3        | 11.3  | 7.3    | 8.5              | 42.9         | 6.6  | 846 |
| 性別     |             |       |        |                  |              |      |     |
| 男性     | 39.6        | 15.9  | 7.8    | 9.7              | 23.7         | 3.4  | 321 |
| 女性     | 9.3         | 7.9   | 8.2    | 8.5              | 58.0         | 8.2  | 343 |
| 年齢     |             |       |        |                  |              |      |     |
| 19～44歳 | 21.7        | 13.5  | 13.0   | 8.7              | 40.1         | 3.8  | 207 |
| 45～64歳 | 26.1        | 13.1  | 6.5    | 8.8              | 41.7         | 2.9  | 398 |
| 65歳以上  | 20.3        | 6.6   | 7.9    | 4.0              | 48.0         | 13.2 | 227 |

#### 全体

「以前からほとんど飲まない」が42.9%と最も多く、次いで「ほとんど毎日飲んでいる」（23.3%）、「週2～3日」（11.3%）、「以前は習慣があったが、現在は無い」（8.5%）、「週1日ぐらい」（7.3%）の順となっています。

#### 性別・年齢別

男性では「ほとんど毎日飲んでいる」が39.6%で、「週2～3日」（15.9%）、「週1日ぐらい」（7.8%）を合わせると、飲酒率は63.3%で、女性（25.4%）と比べて約40ポイント高い割合となっています。

また、45～64歳-男性では「ほとんど毎日飲んでいる」が44.2%、65歳以上-男性では49.3%と、中年期以降の男性で飲酒頻度が比較的高い傾向がみられます。

## その他属性別

管理職・正社員等では「ほとんど毎日飲んでいる」が38.7%と、飲酒頻度が比較的高い傾向がみられます。

図表 62 飲酒について（詳細）

（単位：人、％）

|       |                  | 合計  | ほとんど毎日飲んでいる | 週2～3日 | 週1日ぐらい | 以前は習慣があったが、現在は無い | 以前からほとんど飲まない | 無回答  |
|-------|------------------|-----|-------------|-------|--------|------------------|--------------|------|
| 全体    |                  | 846 | 23.3        | 11.3  | 7.3    | 8.5              | 42.9         | 6.6  |
| 年齢×性別 | 19～44歳-男性        | 89  | 23.6        | 19.1  | 12.4   | 6.7              | 34.8         | 3.4  |
|       | 19～44歳-女性        | 83  | 14.5        | 9.6   | 16.9   | 10.8             | 44.6         | 3.6  |
|       | 45～64歳-男性        | 154 | 44.2        | 19.5  | 5.8    | 10.4             | 18.2         | 1.9  |
|       | 45～64歳-女性        | 172 | 10.5        | 8.7   | 5.8    | 9.3              | 60.5         | 5.2  |
|       | 65歳以上-男性         | 75  | 49.3        | 5.3   | 6.7    | 12.0             | 21.3         | 5.3  |
|       | 65歳以上-女性         | 86  | 2.3         | 4.7   | 4.7    | 4.7              | 65.1         | 18.6 |
| 就業状況  | 漁業・農業            | 59  | 27.1        | 10.2  | 1.7    | 1.7              | 49.2         | 10.2 |
|       | 商・工・サービス業などの自営業主 | 93  | 24.7        | 16.1  | 8.6    | 7.5              | 43.0         | 0.0  |
|       | 自由業・自営業(家族従事者含)  | 30  | 16.7        | 13.3  | 10.0   | 13.3             | 36.7         | 10.0 |
|       | 管理職・正社員等         | 194 | 38.7        | 16.5  | 10.8   | 6.7              | 26.3         | 1.0  |
|       | パート・アルバイト・内職等    | 166 | 18.7        | 12.7  | 7.2    | 7.8              | 47.0         | 6.6  |
|       | 専業主婦・主夫          | 123 | 7.3         | 7.3   | 6.5    | 13.0             | 59.3         | 6.5  |
|       | 学生・無職            | 152 | 21.7        | 5.3   | 5.3    | 11.8             | 46.1         | 9.9  |

## (2) 1日平均の飲酒量

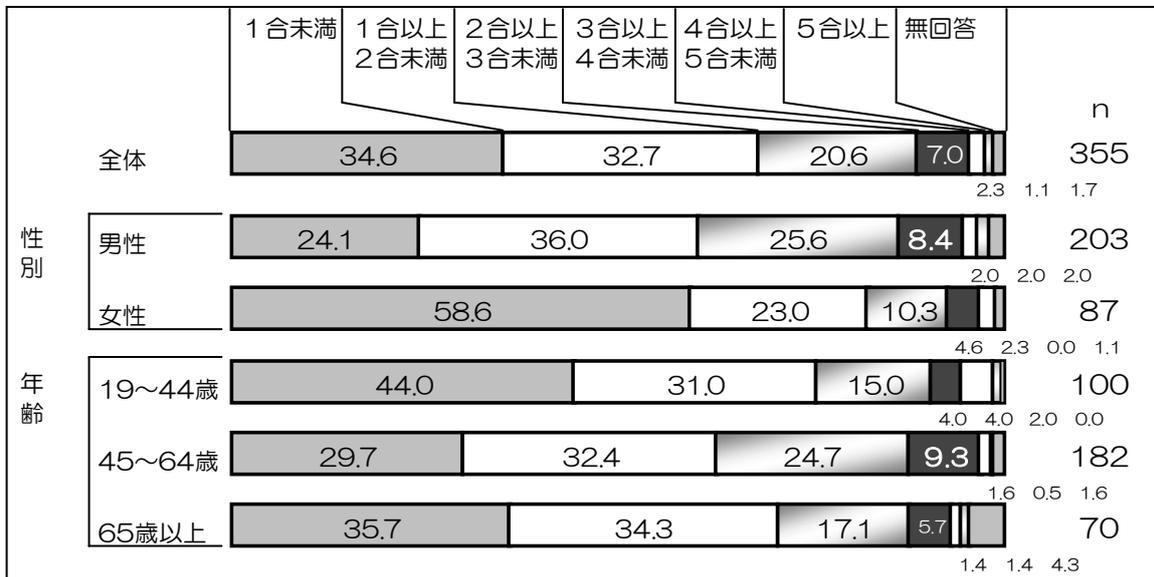
問21(1)

1日平均のお酒の量は、日本酒に換算してどのくらいですか。(問21で、「1～3」に回答した人のみ)

### ポイント

- ◆ 男性では「1合以上2合未満」、女性では「1合未満」が最も多く、飲酒量は性別で異なる傾向
- ◆ 飲酒量の多い層の割合は、男性や中年期で高い傾向
- ◆ 1日平均の飲酒量は、道全体とほぼ同程度の水準

図表 63 1日平均の飲酒量（全体）



### 全体

「1合未満」が34.6%と最も多く、次いで「1合以上2合未満」(32.7%)、「2合以上3合未満」(20.6%)、「3合以上4合未満」(7.0%)と続いており、「4合以上5合未満」(2.3%)や「5合以上」(1.1%)との回答もみられます。

### 性別・年齢別

男性では「1合以上2合未満」が36.0%、女性では「1合未満」が58.6%と最も多くなっており、飲酒量は性別で異なる傾向がみられます。

また、45～64歳-男性では「1合未満」が19.6%と低く、「2合以上3合未満」が29.9%と比較的高い割合となっており、飲酒量の多い層の割合は、男性や中年期で高い傾向がみられます。

### その他属性別

漁業・農業、管理職・正社員等では「2合以上3合未満」がいずれも約30%と、比較的高い割合となっています。

## 他調査と比較

道の調査（平成 16 年度健康づくり道民調査）によると、道全体の習慣的な多量飲酒者（週 3 回以上、かつ 1 日に純アルコールで約 60 g 以上酒類を飲む人）は、20 歳以上男性では 7.4%、女性では 0.9%となっています。

調査が異なるため厳密には比較できないものの、町の調査結果でみると、前問で「ほとんど毎日飲んでいる」と回答し、かつ 1 日平均の飲酒量を 3 合以上と回答した割合は、20 歳以上男性では 5.5%、女性では 1.2%となっており、道全体とほぼ同程度の水準と推測されます。

図表 64 1 日平均の飲酒量（詳細）

(単位:人、%)

|               |                      | 合計  | 1合未満 | 1合以上2合未満 | 2合以上3合未満 | 3合以上4合未満 | 4合以上5合未満 | 5合以上 | 無回答  |
|---------------|----------------------|-----|------|----------|----------|----------|----------|------|------|
| 全体            |                      | 355 | 34.6 | 32.7     | 20.6     | 7.0      | 2.3      | 1.1  | 1.7  |
| 年齢<br>×<br>性別 | 19～44歳-男性            | 49  | 34.7 | 32.7     | 18.4     | 6.1      | 4.1      | 4.1  | 0.0  |
|               | 19～44歳-女性            | 34  | 64.7 | 23.5     | 8.8      | 0.0      | 2.9      | 0.0  | 0.0  |
|               | 45～64歳-男性            | 107 | 19.6 | 36.4     | 29.9     | 9.3      | 0.9      | 0.9  | 2.8  |
|               | 45～64歳-女性            | 43  | 55.8 | 20.9     | 11.6     | 9.3      | 2.3      | 0.0  | 0.0  |
|               | 65歳以上-男性             | 46  | 23.9 | 39.1     | 21.7     | 8.7      | 2.2      | 2.2  | 2.2  |
|               | 65歳以上-女性             | 10  | 50.0 | 30.0     | 10.0     | 0.0      | 0.0      | 0.0  | 10.0 |
| 就業<br>状況      | 漁業・農業                | 23  | 21.7 | 34.8     | 26.1     | 8.7      | 0.0      | 0.0  | 8.7  |
|               | 商・工・サービス業<br>などの自営業主 | 46  | 43.5 | 32.6     | 13.0     | 4.3      | 0.0      | 0.0  | 6.5  |
|               | 自由業・自営業(家<br>族従事者含)  | 12  | 58.3 | 25.0     | 16.7     | 0.0      | 0.0      | 0.0  | 0.0  |
|               | 管理職・正社員等             | 128 | 27.3 | 32.0     | 27.3     | 7.8      | 3.9      | 1.6  | 0.0  |
|               | パート・アルバイト・<br>内職等    | 64  | 32.8 | 40.6     | 20.3     | 6.3      | 0.0      | 0.0  | 0.0  |
|               | 専業主婦・主夫              | 26  | 65.4 | 15.4     | 11.5     | 3.8      | 3.8      | 0.0  | 0.0  |
|               | 学生・無職                | 49  | 30.6 | 34.7     | 14.3     | 12.2     | 4.1      | 4.1  | 0.0  |

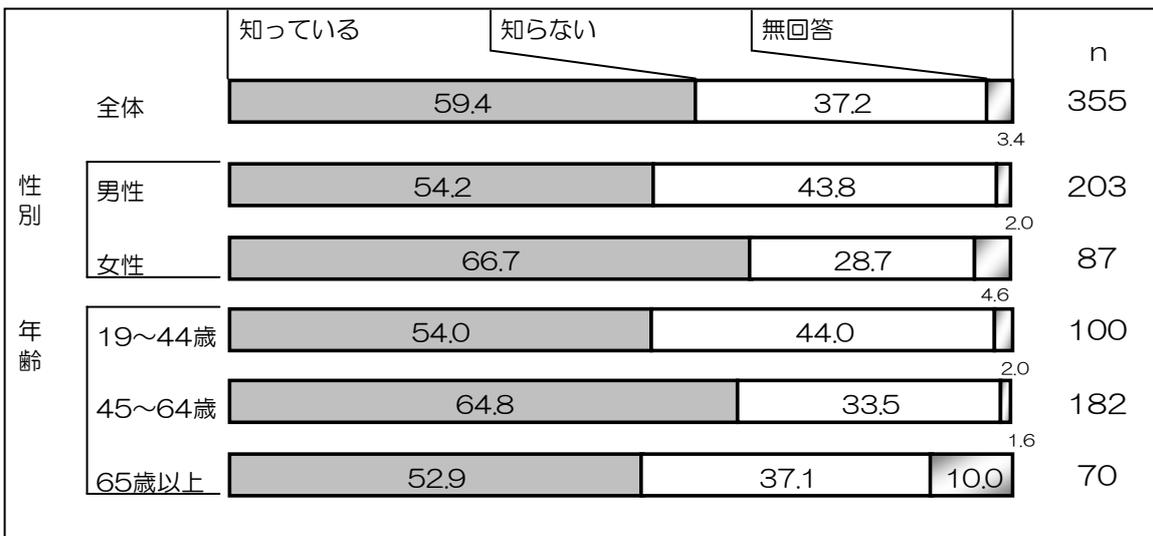
(3) 日本酒 1 合程度が 1 日の適量ということについて

問21(2) お酒の適量は、1日に日本酒 1 合程度ということを知っていますか。  
(問21で、「1～3」に回答した人のみ)

**ポイント**

- ◆ 「知っている」が59.4%
- ◆ 青・壮年期と高齢期の男性で認識度が低い傾向

図表 65 日本酒 1 合程度が 1 日の適量ということについて (全体)



**全 体**

「知っている」が59.4%で、「知らない」は37.2%となっています。

**性別・年齢別**

女性では「知っている」が66.7%で、男性(54.2%)と比べて10ポイント以上高い割合となっており、適量飲酒の認識度は、女性で高い傾向がみられます。

また、19～44歳-男性では「知らない」が49.0%、65歳以上-男性では47.8%と、青・壮年期と高齢期の男性で認識度が低い傾向がみられます。

図表 66 日本酒 1 合程度が 1 日の適量ということについて (詳細)

(単位: 人、%)

|       | 合計        | 知っている | 知らない | 無回答  |      |
|-------|-----------|-------|------|------|------|
| 全体    | 355       | 59.4  | 37.2 | 3.4  |      |
| 年齢×性別 | 19～44歳-男性 | 49    | 51.0 | 49.0 | 0.0  |
|       | 19～44歳-女性 | 34    | 58.8 | 41.2 | 0.0  |
|       | 45～64歳-男性 | 107   | 58.9 | 40.2 | 0.9  |
|       | 45～64歳-女性 | 43    | 72.1 | 23.3 | 4.7  |
|       | 65歳以上-男性  | 46    | 45.7 | 47.8 | 6.5  |
|       | 65歳以上-女性  | 10    | 70.0 | 10.0 | 20.0 |

## 9. 歯の健康について

### (1) 歯や口の状態について

問22 歯や口の状態についてどのように思いますか。

#### ポイント

- ◆ 「やや不満だが日常には困らない」が男女ともに約50%
- ◆ 歯や口の状態に対する満足度は、中年期で低い傾向
- ◆ 30歳以上で歯や口に関して悩みがある人の割合は、道全体と比べて高い水準

図表 67 歯や口の状態について（全体）

|    |        | ほぼ満足している | やや不満だが日常には困らない | 不自由や苦痛を感じる | 無回答  | n   |
|----|--------|----------|----------------|------------|------|-----|
| 全体 |        | 31.0     | 49.9           | 11.2       | 7.9  | 846 |
| 性別 | 男性     | 30.8     | 52.3           | 11.2       | 5.6  | 321 |
|    | 女性     | 32.1     | 48.7           | 11.1       | 8.2  | 343 |
| 年齢 | 19~44歳 | 37.2     | 50.7           | 9.7        | 2.4  | 207 |
|    | 45~64歳 | 27.1     | 53.8           | 13.1       | 6.0  | 398 |
|    | 65歳以上  | 32.6     | 43.2           | 9.7        | 14.5 | 227 |

#### 全体

「やや不満だが日常には困らない」が49.9%と最も多く、次いで「ほぼ満足している」(31.0%)、「不自由や苦痛を感じる」(11.2%)の順となっています。

#### 性別・年齢別

「やや不満だが日常には困らない」が男女ともに約50%となっており、性別による大きな傾向の違いはみられません。

また、45~64歳では「ほぼ満足している」が27.1%で、19~44歳(37.2%)から10ポイント以上の低下を示しており、歯や口の状態に対する満足度は、中年期で低い傾向がみられます。

さらに、65歳以上-男性では「ほぼ満足している」が28.0%で、同年齢の女性(38.4%)と比べて10ポイント以上低い割合となっています。

## その他属性別

共済組合の加入者では「不自由や苦痛を感じる」が17.2%と、比較的高い割合となっており、パート・アルバイト・内職等では「ほぼ満足している」(26.5%)の割合が低く、「やや不満だが日常には困らない」(58.4%)が比較的高い割合となっています。

## 他調査と比較

道の調査(平成16年度健康づくり道民調査)によると、道全体の30歳以上では、歯や口腔に関して悩みがある人の割合が46.7%となっています。

調査が異なるため厳密には比較できないものの、町の調査結果でみると、30歳以上では「やや不満だが日常には困らない」または「不自由や苦痛を感じる」と回答した割合が62.0%となっており、比較的高い水準と推測されます。

図表 68 歯や口の状態について(詳細)

(単位:人、%)

|       |                  | 合計  | ほぼ満足している | やや不満だが日常には困らない | 不自由や苦痛を感じる | 無回答  |
|-------|------------------|-----|----------|----------------|------------|------|
| 全体    |                  | 846 | 31.0     | 49.9           | 11.2       | 7.9  |
| 年齢×性別 | 19～44歳-男性        | 89  | 41.6     | 47.2           | 9.0        | 2.2  |
|       | 19～44歳-女性        | 83  | 34.9     | 53.0           | 9.6        | 2.4  |
|       | 45～64歳-男性        | 154 | 26.6     | 55.2           | 14.3       | 3.9  |
|       | 45～64歳-女性        | 172 | 27.3     | 52.9           | 11.6       | 8.1  |
|       | 65歳以上-男性         | 75  | 28.0     | 53.3           | 8.0        | 10.7 |
|       | 65歳以上-女性         | 86  | 38.4     | 36.0           | 11.6       | 14.0 |
| 保険の種類 | 福島町国民健康保険        | 383 | 28.7     | 52.0           | 9.9        | 9.4  |
|       | 全国土木組合等の国保組合     | 81  | 35.8     | 45.7           | 7.4        | 11.1 |
|       | 社会保険             | 215 | 31.2     | 51.6           | 11.6       | 5.6  |
|       | 船員保険             | 14  | 14.3     | 57.1           | 14.3       | 14.3 |
|       | 共済組合             | 122 | 36.1     | 44.3           | 17.2       | 2.5  |
|       | その他              | 15  | 46.7     | 33.3           | 13.3       | 6.7  |
| 就業状況  | 漁業・農業            | 59  | 28.8     | 50.8           | 8.5        | 11.9 |
|       | 商・工・サービス業などの自営業主 | 93  | 32.3     | 54.8           | 9.7        | 3.2  |
|       | 自由業・自営業(家族従事者含)  | 30  | 50.0     | 33.3           | 10.0       | 6.7  |
|       | 管理職・正社員等         | 194 | 32.0     | 51.0           | 13.9       | 3.1  |
|       | パート・アルバイト・内職等    | 166 | 26.5     | 58.4           | 10.8       | 4.2  |
|       | 専業主婦・主夫          | 123 | 29.3     | 49.6           | 12.2       | 8.9  |
|       | 学生・無職            | 152 | 34.9     | 41.4           | 10.5       | 13.2 |

## (2) 歯や口についての症状

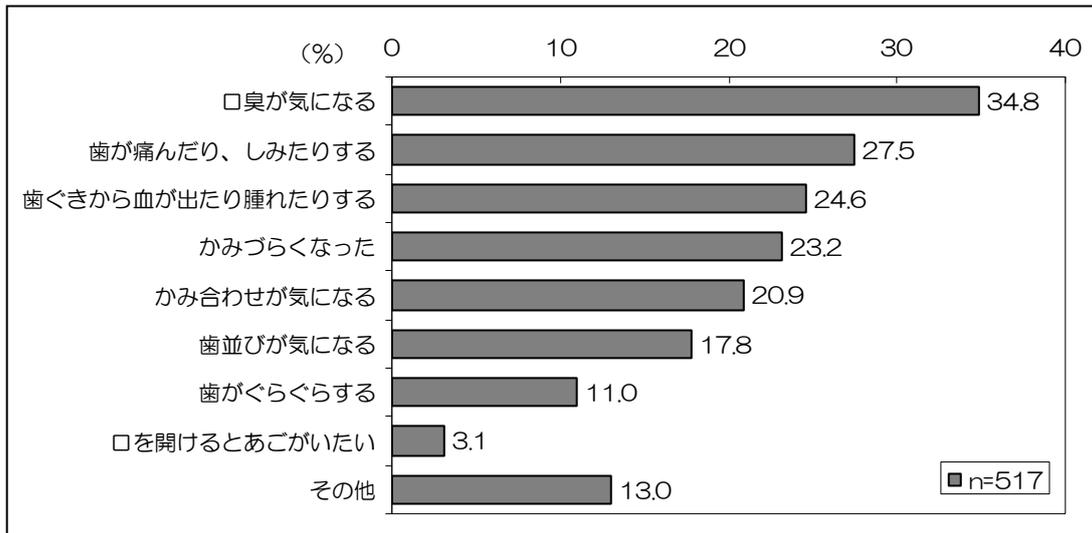
問22付問

歯や口について次の症状がありますか。(問22で、「2」または「3」と回答した人のみ)【複数回答】

### ポイント

- ◆ 「口臭が気になる」が34.8%と最も多い
- ◆ 男性は女性よりも複数の症状をもっている人が多い傾向
- ◆ 19～44歳-男性では「歯が痛んだり、しみたりする」と「歯ぐきから血が出たり腫れたりする」、19～44歳-女性では「歯並びが気になる」と「口を開けるとあごがいたい」が比較的高い割合
- ◆ 特に65歳以上では、男性が女性よりも複数の症状をもっている傾向が大きい

図表 69 歯や口についての症状 (全体/複数回答)



### 全体

「口臭が気になる」が34.8%と最も多く、次いで「歯が痛んだり、しみたりする」(27.5%)、「歯ぐきから血が出たり腫れたりする」(24.6%)、「かみづらくなった」(23.2%)、「かみ合わせが気になる」(20.9%)と続いています。

また、「歯並びが気になる」(17.8%)、「歯がぐらぐらする」(11.0%)と続いており、「口を開けるとあごがいたい」(3.1%)との回答もみられます。

### 性別・年齢別

ほとんどの回答では、男性における割合が女性と比べて高くなっており、男性は女性よりも複数の症状をもっている人が多い傾向がみられます。

また、19～44歳-男性では「歯が痛んだり、しみたりする」(40.0%)と「歯ぐきから血が出たり腫れたりする」(34.0%)で、19～44歳-女性では「歯並びが気になる」(40.4%)と「口を開けるとあごがいたい」(13.5%)が比較的高い割合となっています。

なお、青・壮年期では男女ともに「口を開けるとあごがいたい」が10%以上となっています。

また、特に65歳以上では、男性が女性よりも複数の症状をもっている傾向が大きく、「口臭が気になる」(47.8%)、「かみづらくなった」(32.6%)、「かみ合わせが気になる」(30.4%)が比較的高い割合となっています。

図表 70 歯や口についての症状（詳細／複数回答）

(単位:人、%)

|       |           | 合計  | 歯が痛んだり、しみたりする | 歯ぐきから血が出たり腫れたりする | 口臭が気になる | 歯並びが気になる | かみづらくなった | 歯がぐらぐらする | かみ合わせが気になる | 口を開けるとあごがいたい | その他  | 無回答  |
|-------|-----------|-----|---------------|------------------|---------|----------|----------|----------|------------|--------------|------|------|
| 全体    |           | 517 | 27.5          | 24.6             | 34.8    | 17.8     | 23.2     | 11.0     | 20.9       | 3.1          | 13.0 | 6.0  |
| 性別    | 男性        | 204 | 28.4          | 28.4             | 38.7    | 18.6     | 24.5     | 15.2     | 23.5       | 2.9          | 13.7 | 2.0  |
|       | 女性        | 205 | 27.3          | 22.0             | 33.2    | 18.0     | 21.0     | 5.4      | 20.0       | 4.9          | 11.2 | 8.3  |
| 年齢×性別 | 19～44歳-男性 | 50  | 40.0          | 34.0             | 26.0    | 28.0     | 12.0     | 8.0      | 26.0       | 10.0         | 14.0 | 2.0  |
|       | 19～44歳-女性 | 52  | 26.9          | 15.4             | 28.8    | 40.4     | 9.6      | 1.9      | 23.1       | 13.5         | 17.3 | 5.8  |
|       | 45～64歳-男性 | 107 | 27.1          | 26.2             | 41.1    | 15.9     | 27.1     | 16.8     | 18.7       | 0.9          | 16.8 | 1.9  |
|       | 45～64歳-女性 | 111 | 31.5          | 25.2             | 39.6    | 11.7     | 23.4     | 4.5      | 19.8       | 1.8          | 9.0  | 3.6  |
|       | 65歳以上-男性  | 46  | 19.6          | 28.3             | 47.8    | 13.0     | 32.6     | 17.4     | 30.4       | 0.0          | 6.5  | 2.2  |
|       | 65歳以上-女性  | 41  | 17.1          | 19.5             | 22.0    | 7.3      | 29.3     | 12.2     | 17.1       | 2.4          | 9.8  | 24.4 |

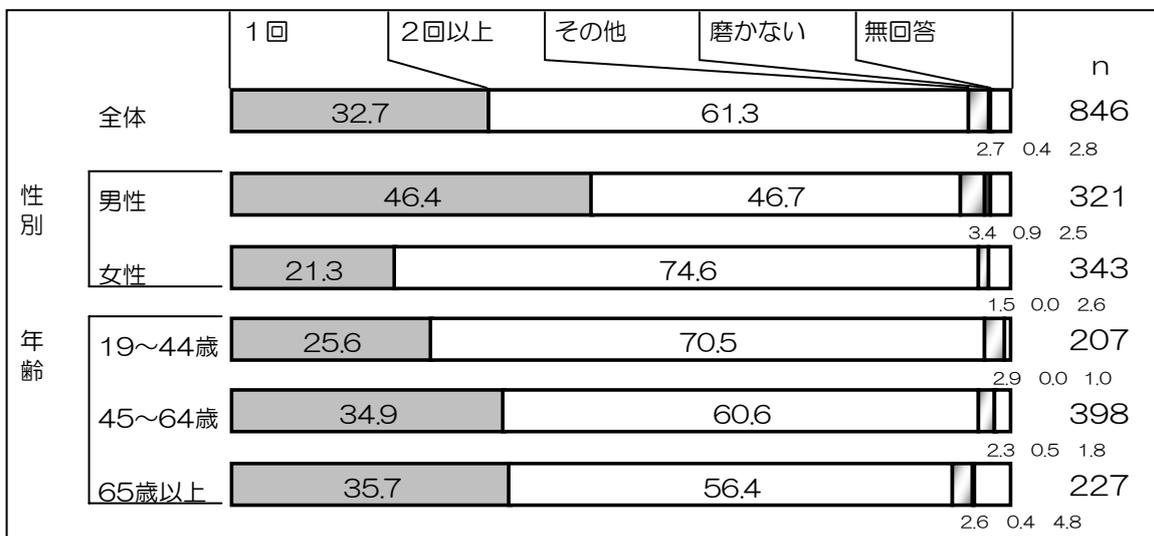
### (3) 1日に歯磨きをする回数

問23 歯磨きは1日に何回しますか。

#### ポイント

- ◆ 男性では「1回」と「2回以上」の2つの回答におおむね分かれている一方、女性では「2回以上」が74.6%
- ◆ 45～64歳-男性と65歳以上-男性では「1回」が約50%
- ◆ 歯磨きの回数は、道全体とほぼ同程度の水準

図表 71 1日に歯磨きをする回数（全体）



#### 全 体

「2回以上」が61.3%を占めており、次いで「1回」(32.7%)と続いており、「磨かない」(0.4%)との回答もみられます。

#### 性別・年齢別

男性では「1回」(46.4%)と「2回以上」(46.7%)の2つの回答におおむね分かれている一方、女性では「2回以上」が74.6%を占めており、性別で異なる傾向がみられます。

また、19～44歳-女性では「2回以上」が85.5%を占めており、一方、45～64歳-男性と65歳以上-男性では「1回」が約50%と、比較的高い割合となっています。

#### 他調査と比較

道の調査(平成16年度健康づくり道民調査)によると、道全体の15歳以上では、1日2回以上歯を磨く人の割合が61.9%となっており、調査が異なるため厳密には比較できないものの、町の調査結果(19歳以上61.3%)は、道全体とほぼ同程度の水準と推測されます。

図表 72 1日に歯磨きをする回数（詳細／複数回答）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | 1回   | 2回以上 | その他 | 磨かない | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|------|------|-----|------|-----|
| 全体            |           | 846 | 32.7 | 61.3 | 2.7 | 0.4  | 2.8 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 19～44歳-男性 | 89  | 39.3 | 56.2 | 3.4 | 0.0  | 1.1 |
|               | 19～44歳-女性 | 83  | 12.0 | 85.5 | 1.2 | 0.0  | 1.2 |
|               | 45～64歳-男性 | 154 | 50.0 | 44.2 | 3.2 | 1.3  | 1.3 |
|               | 45～64歳-女性 | 172 | 22.7 | 72.7 | 1.7 | 0.0  | 2.9 |
|               | 65歳以上-男性  | 75  | 48.0 | 41.3 | 2.7 | 1.3  | 6.7 |
|               | 65歳以上-女性  | 86  | 26.7 | 68.6 | 1.2 | 0.0  | 3.5 |

#### (4) 現在の自分の歯の本数

問24 現在、自分の歯は、何本ありますか。

##### ポイント

- ◆ 男性では「すべてある」と「24本以上」を合わせて46.1%で、女性では38.8%
- ◆ 歯の本数は、中年期以降に大きく変化する傾向
- ◆ 中年期以降の女性は、「すべてある」と「24本以上」を合わせた割合が低く、「19本以下」が高い傾向
- ◆ 歯の本数は、道全体とほぼ同程度の水準

図表 73 現在の自分の歯の本数（全体）

|    |        | すべてある | 24本以上 | 20～23本 | 19本以下 | 無回答  | n   |
|----|--------|-------|-------|--------|-------|------|-----|
| 全体 |        | 13.2  | 26.5  | 16.1   | 33.6  | 10.6 | 846 |
| 性別 | 男性     | 14.3  | 31.8  | 19.6   | 28.0  | 6.2  | 321 |
|    | 女性     | 13.4  | 25.4  | 14.3   | 34.1  | 12.8 | 343 |
| 年齢 | 19～44歳 | 30.9  | 42.0  | 15.5   | 9.2   | 2.4  | 207 |
|    | 45～64歳 | 9.0   | 28.1  | 19.3   | 38.4  | 5.0  | 398 |
|    | 65歳以上  | 4.8   | 10.6  | 11.0   | 47.1  | 26.4 | 227 |

##### 全体

「19本以下」が33.6%で最も多く、次いで「24本以上」(26.5%)、「20～23本」(16.1%)と続いており、「すべてある」は13.2%となっています。

##### 性別・年齢別

男性では「すべてある」(14.3%)と「24本以上」(31.8%)を合わせて46.1%で、女性では38.8%となっています。

また、19～44歳では「すべてある」が30.9%で、45～64歳では9.0%に大きく低下し、さらに65歳以上では4.8%まで低下しています。一方、「19本以下」の割合は年齢とともに上昇し、65歳以上では47.1%となっているなど、歯の本数は、中年期以降に大きく変化する傾向がみられます。

なお、中年期以降は、「すべてある」と「24本以上」を合わせた割合が、女性で低い傾向がみられます。

##### 他調査と比較

道の調査(平成16年度健康づくり道民調査)によると、道全体の55～64歳では、

24 歯以上を有する割合が 39.4%となっており、調査が異なるため厳密には比較できないものの、町の調査結果をみると、55～64 歳では「すべてある」または「24 本以上」と回答した割合が 35.4%と、道全体とほぼ同程度の水準と推測されます。

図表 74 現在の自分の歯の本数（詳細／複数回答）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | すべてある | 24本以上 | 20～23本 | 19本以下 | 無回答  |
|---------------|-----------|-----|-------|-------|--------|-------|------|
| 全体            |           | 846 | 13.2  | 26.5  | 16.1   | 33.6  | 10.6 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 19～44歳-男性 | 89  | 28.1  | 43.8  | 19.1   | 7.9   | 1.1  |
|               | 19～44歳-女性 | 83  | 34.9  | 42.2  | 13.3   | 7.2   | 2.4  |
|               | 45～64歳-男性 | 154 | 10.4  | 33.1  | 21.4   | 32.5  | 2.6  |
|               | 45～64歳-女性 | 172 | 8.7   | 25.0  | 18.0   | 40.1  | 8.1  |
|               | 65歳以上-男性  | 75  | 6.7   | 14.7  | 16.0   | 42.7  | 20.0 |
|               | 65歳以上-女性  | 86  | 1.2   | 10.5  | 8.1    | 47.7  | 32.6 |

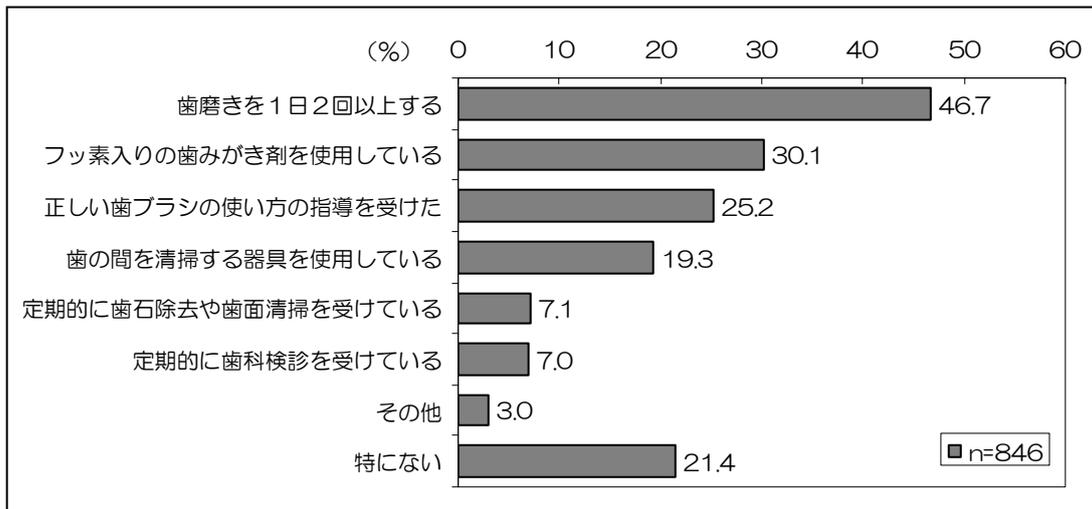
## (5) 歯の健康管理で実践していること

問25 歯の健康管理でどのようなことを実践していますか。【複数回答】

### ポイント

- ◆ 「定期的に歯石除去や歯面清掃を受けている」と「定期的に歯科検診を受けている」が、いずれも10%未満
- ◆ 女性は男性よりも複数の健康管理を実践している人が多い傾向
- ◆ 19～44歳-男性と65歳以上-女性、全国土木組合等の国保組合、船員保険では「定期的に歯科検診を受けている」との割合が低い
- ◆ 「歯の間を清掃する器具を使用している」との割合と、定期的に歯科検診を受けている人の割合は、道全体と比べて低い水準

図表 75 歯の健康管理で実践していること（全体／複数回答）



### 全 体

「歯磨きを1日2回以上する」が46.7%と最も多く、実践している項目としては、次いで「フッ素入りの歯みがき剤を使用している」(30.1%)、「正しい歯ブラシの使い方の指導を受けた」(25.2%)、「歯の間を清掃する器具を使用している」(19.3%)と続いています。

また、歯科医と接する項目としては、「定期的に歯石除去や歯面清掃を受けている」が7.1%、「定期的に歯科検診を受けている」が7.0%と、いずれも10%未満となっています。

### 性別・年齢別

ほとんどの回答では、女性における割合が男性と比べて高くなっており、女性は男性よりも複数の健康管理を実践している人が多い傾向がみられます。特に、女性では「歯磨きを1日2回以上する」(54.8%)、「フッ素入りの歯みがき剤を使用している」(35.9%)、「歯の間を清掃する器具を使用している」(24.2%)が比較的高い割合と

なっています。

また、19～44 歳-女性では「歯磨きを1日2回以上する」(67.5%)、「フッ素入りの歯みがき剤を使用している」(47.0%)、「正しい歯ブラシの使い方の指導を受けた」(36.1%)が比較的高い割合となっています。

さらに、19～44 歳-男性と65 歳以上-女性では「定期的に歯科検診を受けている」との割合が低くなっているのが特徴です。

#### その他属性別

全国土木組合等の国保組合と船員保険の加入者では、いずれも「定期的に歯科検診を受けている」との割合が低い一方、自由業・自営業(家族従事者含む)では、定期的な受診者が比較的高い割合となっています。

#### 他調査と比較

道の調査(平成16年度健康づくり道民調査)によると、道全体の35～44 歳では、歯と歯の間を清掃する補助用具を使用する人の割合は43.7%、45～54 歳では44.5%となっています。

調査が異なるため厳密には比較できないものの、町の調査結果をみると、35～44 歳では「歯の間を清掃する器具を使用している」が29.2%、45～54 歳では23.1%と、道全体と比べて低い水準と推測されます。

また、定期的に歯科検診を受けている人の割合は、道全体の55～64 歳では25.5%、町の調査結果でみると、55～64 歳では7.9%と、道全体と比べて低い水準と推測されます。

図表 76 歯の健康管理で実践していること（詳細／複数回答）

（単位：人、％）

|                   |                      | 合計  | 定期的に<br>歯科検診<br>を受けて<br>いる | 正しい歯<br>ブラシの<br>使い方の<br>指導を受<br>けた | 定期的に<br>歯石除去<br>や歯面清<br>掃を受け<br>ている | 歯の間を<br>清掃する<br>器具を使<br>用してい<br>る | フッ素入<br>りの歯み<br>がき剤を<br>使用してい<br>る | 歯磨きを<br>1日2回以<br>上する | その他 | 特にな<br>い | 無回答  |
|-------------------|----------------------|-----|----------------------------|------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|----------------------|-----|----------|------|
| 全体                |                      | 846 | 7.0                        | 25.2                               | 7.1                                 | 19.3                              | 30.1                               | 46.7                 | 3.0 | 21.4     | 8.0  |
| 性別                | 男性                   | 321 | 5.9                        | 20.2                               | 7.2                                 | 12.8                              | 27.4                               | 37.7                 | 2.8 | 30.5     | 5.9  |
|                   | 女性                   | 343 | 7.0                        | 28.6                               | 7.9                                 | 24.2                              | 35.9                               | 54.8                 | 2.6 | 14.9     | 8.5  |
| 年齢<br>×<br>性別     | 19～44歳-男性            | 89  | 2.2                        | 18.0                               | 3.4                                 | 6.7                               | 32.6                               | 40.4                 | 2.2 | 30.3     | 2.2  |
|                   | 19～44歳-女性            | 83  | 8.4                        | 36.1                               | 10.8                                | 30.1                              | 47.0                               | 67.5                 | 2.4 | 8.4      | 1.2  |
|                   | 45～64歳-男性            | 154 | 7.1                        | 22.7                               | 10.4                                | 15.6                              | 26.6                               | 37.7                 | 1.9 | 31.2     | 6.5  |
|                   | 45～64歳-女性            | 172 | 8.7                        | 32.0                               | 9.3                                 | 28.5                              | 36.6                               | 54.7                 | 3.5 | 18.0     | 5.2  |
|                   | 65歳以上-男性             | 75  | 8.0                        | 17.3                               | 4.0                                 | 14.7                              | 24.0                               | 34.7                 | 4.0 | 30.7     | 9.3  |
|                   | 65歳以上-女性             | 86  | 2.3                        | 14.0                               | 1.2                                 | 10.5                              | 24.4                               | 41.9                 | 1.2 | 15.1     | 22.1 |
| 保険<br>の<br>種<br>類 | 福島町国民健康保<br>険        | 383 | 7.8                        | 22.7                               | 5.0                                 | 18.5                              | 26.9                               | 42.8                 | 3.1 | 21.9     | 11.7 |
|                   | 全国土木組合等の<br>国保組合     | 81  | 1.2                        | 23.5                               | 8.6                                 | 23.5                              | 35.8                               | 45.7                 | 3.7 | 17.3     | 7.4  |
|                   | 社会保険                 | 215 | 7.0                        | 29.3                               | 8.4                                 | 23.3                              | 33.5                               | 51.6                 | 2.3 | 20.9     | 4.2  |
|                   | 船員保険                 | 14  | 0.0                        | 14.3                               | 7.1                                 | 14.3                              | 35.7                               | 35.7                 | 0.0 | 14.3     | 0.0  |
|                   | 共済組合                 | 122 | 8.2                        | 29.5                               | 10.7                                | 14.8                              | 32.0                               | 52.5                 | 4.1 | 23.8     | 3.3  |
|                   | その他                  | 15  | 6.7                        | 26.7                               | 6.7                                 | 13.3                              | 26.7                               | 53.3                 | 0.0 | 20.0     | 6.7  |
| 就<br>業<br>状<br>況  | 漁業・農業                | 59  | 8.5                        | 10.2                               | 3.4                                 | 11.9                              | 18.6                               | 30.5                 | 1.7 | 30.5     | 11.9 |
|                   | 商・工・サービス業<br>などの自営業主 | 93  | 8.6                        | 24.7                               | 11.8                                | 25.8                              | 30.1                               | 51.6                 | 6.5 | 19.4     | 7.5  |
|                   | 自由業・自営業(家<br>族従事者含)  | 30  | 16.7                       | 36.7                               | 23.3                                | 30.0                              | 20.0                               | 40.0                 | 0.0 | 13.3     | 6.7  |
|                   | 管理職・正社員等             | 194 | 6.2                        | 24.7                               | 9.8                                 | 16.5                              | 29.4                               | 50.5                 | 3.1 | 28.4     | 3.1  |
|                   | パート・アルバイト・<br>内職等    | 166 | 5.4                        | 30.1                               | 4.8                                 | 21.1                              | 38.0                               | 50.0                 | 3.0 | 16.3     | 4.2  |
|                   | 専業主婦・主夫              | 123 | 5.7                        | 32.5                               | 4.9                                 | 23.6                              | 38.2                               | 55.3                 | 1.6 | 14.6     | 8.9  |
|                   | 学生・無職                | 152 | 7.2                        | 21.7                               | 3.9                                 | 16.4                              | 23.0                               | 38.8                 | 3.3 | 25.0     | 11.2 |

## 10. 健康づくり情報

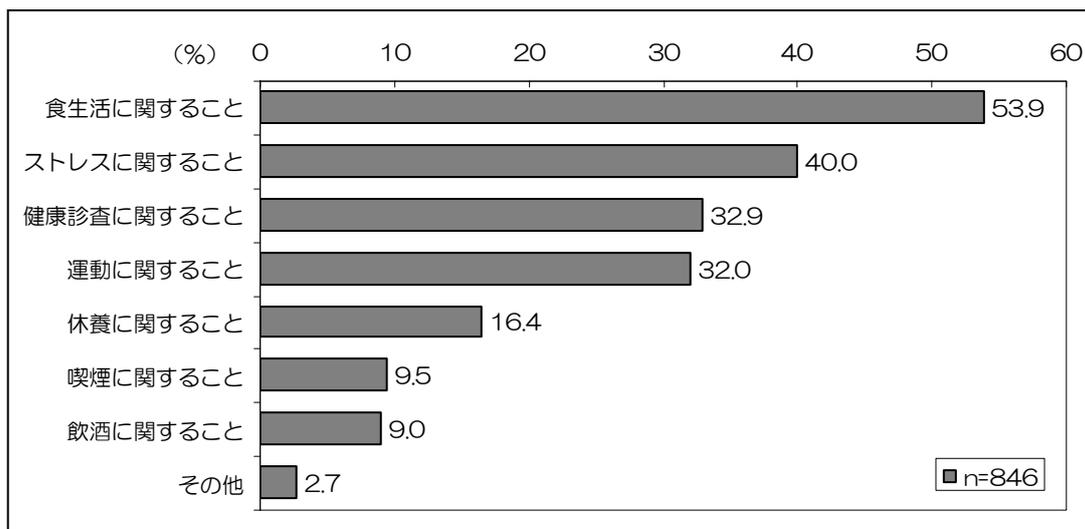
### (1) 健康づくりについてほしい情報

問26 健康づくりでほしい情報は何か。【複数回答】

#### ポイント

- ◆ 「食生活に関すること」が53.9%と最も多く、「ストレスに関すること」、「健康診査に関すること」、「運動に関すること」も上位
- ◆ 女性では「ストレスに関すること」が比較的高い割合
- ◆ 45～64歳-男性では「喫煙に関すること」と「飲酒に関すること」、45～64歳-女性では「ストレスに関すること」が比較的高い割合
- ◆ 45～64歳-無職では「健康診査に関すること」(42.1%)が比較的高い割合

図表 77 健康づくりについてほしい情報（全体／複数回答）



#### 全体

「食生活に関すること」が 53.9%と最も多く、次いで「ストレスに関すること」(40.0%)、「健康診査に関すること」(32.9%)、「運動に関すること」(32.0%)と続いており、食生活とともに、ストレスへの関心の高さがうかがえます。

また、20%未満の回答としては、「休養に関すること」(16.4%)、「喫煙に関すること」(9.5%)、「飲酒に関すること」(9.0%)の順となっています。

#### 性別・年齢別

男性では「飲酒に関すること」(19.0%)、「喫煙に関すること」(16.5%)、女性では「ストレスに関すること」(46.4%)が比較的高い割合となっています。

また、19～44歳-男性では「休養に関すること」(23.6%)、45～64歳-男性では

「喫煙に関すること」(20.8%)と「飲酒に関すること」(19.5%)、45～64歳-女性では「ストレスに関すること」(53.5%)、65歳以上-男性では「飲酒に関すること」(24.0%)が比較的高い割合となっています。

### その他属性別

全国土木組合等の国保組合の加入者では「食生活に関すること」(60.5%)、船員保険の加入者では「ストレスに関すること」(64.3%)、共済組合の加入者では「運動に関すること」(42.6%)、45～64歳-無職では「健康診査に関すること」(42.1%)が比較的高い割合となっています。

### 他調査と比較

道の調査(平成16年度健康づくり道民調査)によると、道全体の15歳以上では、健康づくりでほしい情報として「食生活についての情報」(65.8%)が最も多く、次いで「運動についての情報」(39.2%)、「ストレスについて」(33.6%)、「健康診査についての情報」(30.1%)と続いており、町の調査で上位となった項目は、道の調査とおおむね同様の項目となっています。

図表 78 健康づくりについてほしい情報(詳細/複数回答)

(単位:人、%)

|              |              | 合計        | 食生活に関すること | 運動に関すること | 飲酒に関すること | 喫煙に関すること | 休養に関すること | ストレスに関すること | 健康診査に関すること | その他  | 無回答  |
|--------------|--------------|-----------|-----------|----------|----------|----------|----------|------------|------------|------|------|
| 全体           |              | 846       | 53.9      | 32.0     | 9.0      | 9.5      | 16.4     | 40.0       | 32.9       | 2.7  | 13.0 |
| 性別           | 男性           | 321       | 52.6      | 33.3     | 19.0     | 16.5     | 20.6     | 38.9       | 31.8       | 4.0  | 10.6 |
|              | 女性           | 343       | 56.0      | 32.7     | 2.9      | 5.8      | 13.4     | 46.4       | 34.1       | 1.5  | 14.6 |
| 年齢×性別        | 19～44歳-男性    | 89        | 49.4      | 28.1     | 12.4     | 15.7     | 23.6     | 44.9       | 16.9       | 3.4  | 7.9  |
|              | 19～44歳-女性    | 83        | 54.2      | 33.7     | 4.8      | 7.2      | 10.8     | 44.6       | 32.5       | 2.4  | 7.2  |
|              | 45～64歳-男性    | 154       | 51.9      | 39.0     | 20.8     | 19.5     | 18.8     | 41.6       | 36.4       | 4.5  | 11.7 |
|              | 45～64歳-女性    | 172       | 60.5      | 36.6     | 2.3      | 6.4      | 14.0     | 53.5       | 37.2       | 1.2  | 11.0 |
|              | 65歳以上-男性     | 75        | 60.0      | 29.3     | 24.0     | 12.0     | 21.3     | 28.0       | 40.0       | 2.7  | 10.7 |
|              | 65歳以上-女性     | 86        | 48.8      | 24.4     | 2.3      | 3.5      | 15.1     | 33.7       | 29.1       | 1.2  | 27.9 |
|              | 保険の種類        | 福島町国民健康保険 | 383       | 55.1     | 29.8     | 8.9      | 9.4      | 14.4       | 33.9       | 34.7 | 3.7  |
| 全国土木組合等の国保組合 |              | 81        | 60.5      | 28.4     | 8.6      | 7.4      | 8.6      | 39.5       | 34.6       | 0.0  | 14.8 |
| 社会保険         |              | 215       | 52.6      | 32.6     | 10.7     | 10.7     | 15.3     | 46.0       | 34.0       | 1.9  | 8.4  |
| 船員保険         |              | 14        | 42.9      | 21.4     | 7.1      | 14.3     | 14.3     | 64.3       | 21.4       | 7.1  | 7.1  |
| 共済組合         |              | 122       | 53.3      | 42.6     | 9.0      | 8.2      | 27.9     | 48.4       | 27.9       | 3.3  | 11.5 |
| その他          |              | 15        | 46.7      | 26.7     | 0.0      | 6.7      | 33.3     | 33.3       | 13.3       | 0.0  | 20.0 |
| 学生無職年齢区分     | 19～44歳-学生・無職 | 24        | 41.7      | 29.2     | 4.2      | 12.5     | 20.8     | 45.8       | 8.3        | 8.3  | 16.7 |
|              | 45～64歳-無職    | 38        | 36.8      | 31.6     | 2.6      | 10.5     | 2.6      | 31.6       | 42.1       | 5.3  | 15.8 |
|              | 65歳以上-無職     | 87        | 50.6      | 35.6     | 10.3     | 11.5     | 16.1     | 25.3       | 36.8       | 1.1  | 23.0 |

## 11. 健康管理について

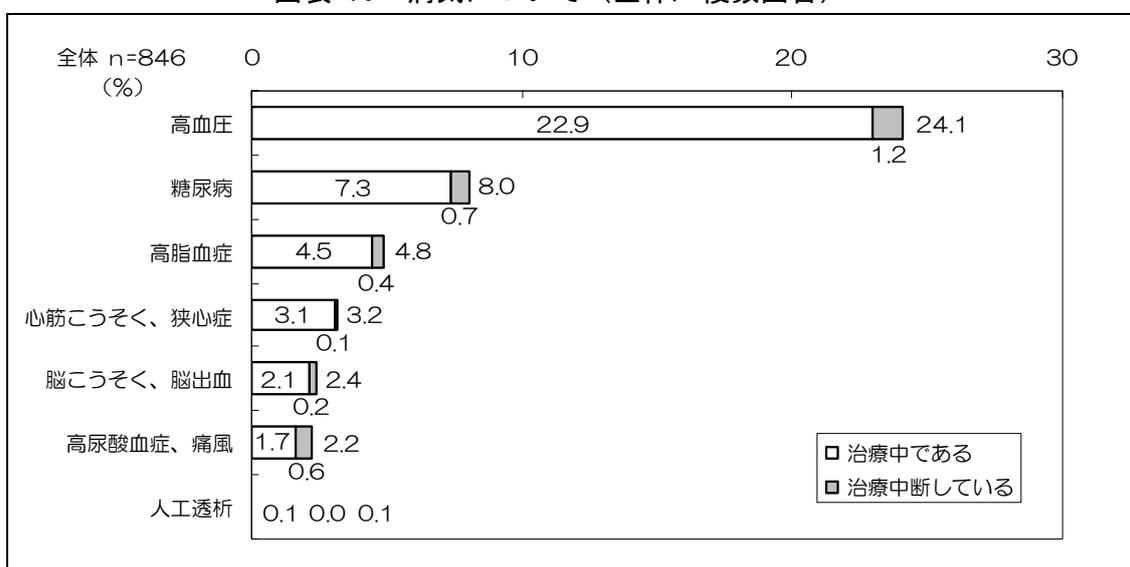
### (1) 病気について

問27 現在、次の1～7の病気について、うかがいます。

#### ポイント

◆ 「高血圧」が22.9%と最も多い

図表 79 病気について (全体/複数回答)



#### 全体

治療中の病気については、「高血圧」が 22.9%と最も多く、治療中断を含めると 24.1%となっています。そのほかの治療中の病気としては、「糖尿病」(7.3%)、「高脂血症」(4.5%)、「心筋こうそく、狭心症」(3.1%)、「脳こうそく、脳出血」(2.1%)、「高尿酸血症、痛風」(1.7%)、「人工透析」(0.1%)があがっています。

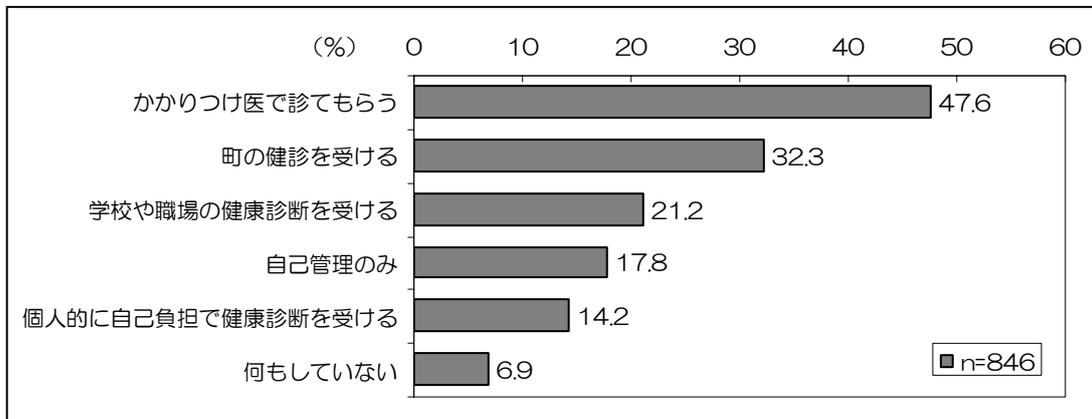
## (2) 健康管理の方法について

問28 あなたの健康管理の方法を聞かせてください。【複数回答】

### ポイント

- ◆ 「かかりつけ医で診てもらおう」が47.6%と最も多い
- ◆ 女性では「町の健診を受ける」と「個人的に自己負担で健康診断を受ける」が比較的高い割合
- ◆ 全国土木組合等の国保組合、パート・アルバイト・内職等、19～44歳-学生・無職では「自己管理のみ」が比較的高い割合

図表 80 健康管理の方法について（全体／複数回答）



### 全体

「かかりつけ医で診てもらおう」が47.6%と最も多く、次いで「町の健診を受ける」（32.3%）、「学校や職場の健康診断を受ける」（21.2%）と続いており、かかりつけ医への受診とともに、各種健診が管理方法として上位にあがっています。また、健診に関しては、「個人的に自己負担で健康診断を受ける」（14.2%）との回答もみられます。

なお、「自己管理のみ」は17.8%となっており、「何もしていない」（6.9%）との回答もみられます。

### 性別・年齢別

女性では「町の健診を受ける」（41.1%）と「個人的に自己負担で健康診断を受ける」（20.1%）が比較的高い割合となっています。

また、19～44歳では「学校や職場の健康診断を受ける」（38.6%）、65歳以上では「かかりつけ医で診てもらおう」（71.8%）が比較的高い割合となっています。

さらに、45～64歳-女性と65歳以上-女性では「個人的に自己負担で健康診断を受ける」が比較的高い割合となっています。

### その他属性別

全国土木組合等の国保組合の加入者、パート・アルバイト・内職等、19～44歳-学生・無職では「自己管理のみ」が比較的高い割合となっています。

図表 81 健康管理の方法について（詳細／複数回答）

（単位：人、％）

|          |                  | 合計  | かかりつけ医で診てもらおう | 町の健診を受ける | 個人的に自己負担で健康診断を受ける | 学校や職場の健康診断を受ける | 自己管理のみ | 何もしていない | 無回答 |
|----------|------------------|-----|---------------|----------|-------------------|----------------|--------|---------|-----|
| 全体       |                  | 846 | 47.6          | 32.3     | 14.2              | 21.2           | 17.8   | 6.9     | 2.8 |
| 性別       | 男性               | 321 | 42.1          | 19.9     | 9.3               | 34.3           | 16.5   | 10.0    | 1.9 |
|          | 女性               | 343 | 49.6          | 41.1     | 20.1              | 14.3           | 18.4   | 6.1     | 2.9 |
| 年齢       | 19～44歳           | 207 | 21.3          | 20.8     | 7.7               | 38.6           | 23.2   | 14.0    | 1.9 |
|          | 45～64歳           | 398 | 47.5          | 34.2     | 14.3              | 23.9           | 18.6   | 5.3     | 3.3 |
|          | 65歳以上            | 227 | 71.8          | 37.9     | 19.4              | 1.8            | 12.3   | 2.6     | 3.1 |
| 年齢×性別    | 19～44歳-男性        | 89  | 15.7          | 13.5     | 3.4               | 46.1           | 21.3   | 20.2    | 1.1 |
|          | 19～44歳-女性        | 83  | 22.9          | 26.5     | 10.8              | 37.3           | 22.9   | 12.0    | 1.2 |
|          | 45～64歳-男性        | 154 | 43.5          | 17.5     | 8.4               | 44.2           | 14.3   | 5.8     | 3.2 |
|          | 45～64歳-女性        | 172 | 50.6          | 50.6     | 20.3              | 9.3            | 20.3   | 5.2     | 2.9 |
|          | 65歳以上-男性         | 75  | 70.7          | 33.3     | 18.7              | 1.3            | 16.0   | 4.0     | 0.0 |
|          | 65歳以上-女性         | 86  | 73.3          | 36.0     | 27.9              | 2.3            | 9.3    | 2.3     | 4.7 |
| 保険の種類    | 福島町国民健康保険        | 383 | 56.1          | 37.6     | 15.4              | 3.9            | 17.5   | 8.1     | 3.7 |
|          | 全国土木組合等の国保組合     | 81  | 38.3          | 28.4     | 13.6              | 13.6           | 24.7   | 7.4     | 4.9 |
|          | 社会保険             | 215 | 40.5          | 28.4     | 14.9              | 35.8           | 19.5   | 6.5     | 1.4 |
|          | 船員保険             | 14  | 50.0          | 21.4     | 14.3              | 28.6           | 7.1    | 7.1     | 0.0 |
|          | 共済組合             | 122 | 37.7          | 26.2     | 10.7              | 58.2           | 12.3   | 3.3     | 2.5 |
|          | その他              | 15  | 60.0          | 13.3     | 13.3              | 6.7            | 26.7   | 6.7     | 0.0 |
| 就業状況     | 漁業・農業            | 59  | 55.9          | 22.0     | 13.6              | 1.7            | 13.6   | 15.3    | 0.0 |
|          | 商・工・サービス業などの自営業主 | 93  | 45.2          | 40.9     | 18.3              | 6.5            | 21.5   | 6.5     | 4.3 |
|          | 自由業・自営業（家族従事者含）  | 30  | 50.0          | 46.7     | 20.0              | 6.7            | 13.3   | 6.7     | 3.3 |
|          | 管理職・正社員等         | 194 | 30.9          | 18.6     | 6.7               | 60.8           | 13.9   | 6.2     | 2.1 |
|          | パート・アルバイト・内職等    | 166 | 45.2          | 38.6     | 13.9              | 24.1           | 24.1   | 8.4     | 2.4 |
|          | 専業主婦・主夫          | 123 | 52.8          | 42.3     | 17.9              | 5.7            | 18.7   | 3.3     | 2.4 |
|          | 学生・無職            | 152 | 64.5          | 29.6     | 17.1              | 2.6            | 16.4   | 7.2     | 2.6 |
| 学生無職年齢区分 | 19～44歳-学生・無職     | 24  | 16.7          | 4.2      | 4.2               | 16.7           | 29.2   | 20.8    | 8.3 |
|          | 45～64歳-無職        | 38  | 65.8          | 28.9     | 13.2              | 0.0            | 21.1   | 10.5    | 0.0 |
|          | 65歳以上-無職         | 87  | 75.9          | 36.8     | 21.8              | 0.0            | 11.5   | 2.3     | 2.3 |

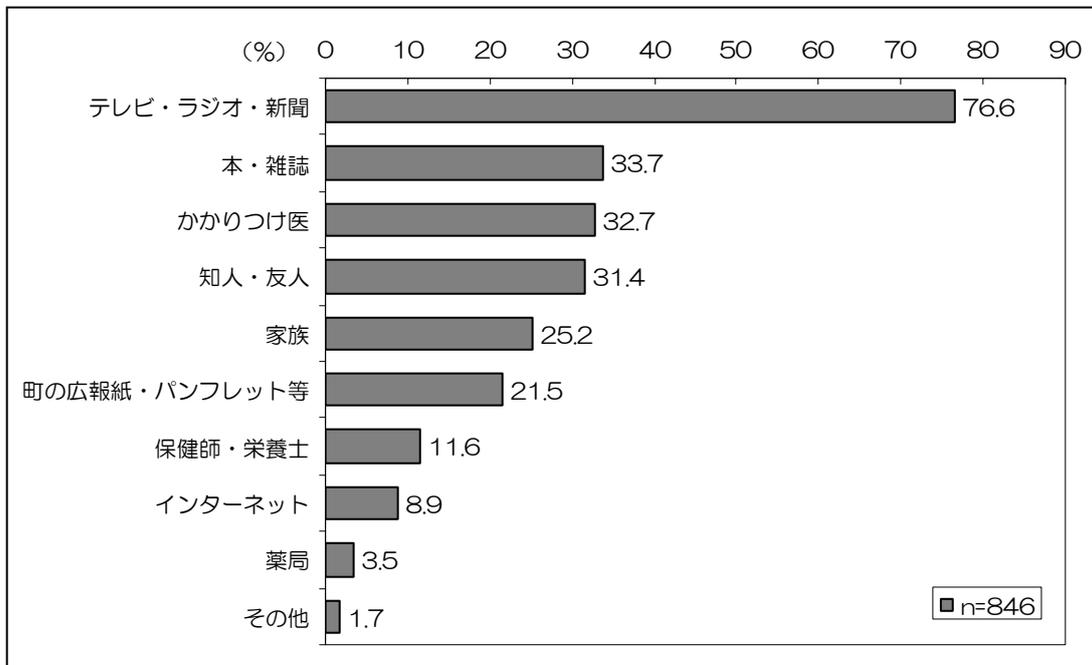
### (3) 健康に関する情報の入手先

問29 健康に関する情報を主にどこから得ていますか。【複数回答】

#### ポイント

- ◆ 「テレビ・ラジオ・新聞」が76.6%と最も多い
- ◆ 男性では「家族」、女性では「知人・友人」が比較的高い割合
- ◆ 45～64歳-男性では「家族」、45～64歳-女性では「知人・友人」と「町の広報紙・パンフレット等」が比較的高い割合
- ◆ ひとり暮らしでは「保健師・栄養士」、夫婦のみでは「町の広報紙・パンフレット等」が比較的高い割合

図表 82 健康に関する情報の入手先（全体／複数回答）



#### 全 体

「テレビ・ラジオ・新聞」が76.6%と最も多く、健康に関する情報について、これらマスメディアの影響の大きさがうかがえます。

そのほかの回答は、次いで「本・雑誌」(33.7%)、「かかりつけ医」(32.7%)、「知人・友人」(31.4%)、「家族」(25.2%)と続いており、町役場等が関係する情報源に関しては、「町の広報紙・パンフレット等」が21.5%、「保健師・栄養士」が11.6%となっています。また、「インターネット」は8.9%で、「薬局」(3.5%)との回答もみられます。

#### 性別・年齢別

男性では「家族」(31.2%)、女性では「知人・友人」(37.9%)が比較的高い割合となっています。

また、19～44歳-男性では「インターネット」(24.7%)、19～44歳-女性では「テレビ・ラジオ・新聞」(88.0%)、45～64歳-男性では「家族」(31.8%)、45～64歳-女性では「知人・友人」(41.3%)と「町の広報紙・パンフレット等」(27.3%)が比較的高い割合となっています。

さらに、65歳以上では、男女ともに「かかりつけ医」が比較的高い割合となっています。

### その他属性別

ひとり暮らしでは「保健師・栄養士」(17.2%)、夫婦のみでは「町の広報紙・パンフレット等」(26.0%)が比較的高い割合となっています。

また、自由業・自営業(家族従事者含む)では「町の広報紙・パンフレット等」(30.0%)と「インターネット」(20.0%)、専業主婦・主夫では「町の広報紙・パンフレット等」(26.8%)、45～64歳-無職と65歳以上-無職では「かかりつけ医」が比較的高い割合となっています。

図表 83 健康に関する情報の入手先(詳細/複数回答)

(単位:人、%)

|          | 合計               | テレビ・ラジオ・新聞 | 本・雑誌 | 家族   | 知人・友人 | かかりつけ医 | 薬局   | 保健師・栄養士 | 町の広報紙・パンフレット等 | インターネット | その他  | 無回答 |     |
|----------|------------------|------------|------|------|-------|--------|------|---------|---------------|---------|------|-----|-----|
| 全体       | 846              | 76.6       | 33.7 | 25.2 | 31.4  | 32.7   | 3.5  | 11.6    | 21.5          | 8.9     | 1.7  | 5.4 |     |
| 性別       | 男性               | 321        | 75.4 | 32.7 | 31.2  | 27.4   | 30.5 | 3.4     | 10.0          | 17.8    | 13.4 | 1.6 | 5.6 |
|          | 女性               | 343        | 79.0 | 37.9 | 23.3  | 37.9   | 35.0 | 3.5     | 12.8          | 23.9    | 6.1  | 2.0 | 5.2 |
| 年齢×性別    | 19～44歳-男性        | 89         | 78.7 | 36.0 | 28.1  | 24.7   | 9.0  | 1.1     | 3.4           | 11.2    | 24.7 | 1.1 | 3.4 |
|          | 19～44歳-女性        | 83         | 88.0 | 53.0 | 25.3  | 36.1   | 12.0 | 4.8     | 6.0           | 16.9    | 15.7 | 2.4 | 1.2 |
|          | 45～64歳-男性        | 154        | 73.4 | 34.4 | 31.8  | 27.9   | 33.8 | 2.6     | 12.3          | 22.7    | 13.0 | 2.6 | 6.5 |
|          | 45～64歳-女性        | 172        | 79.1 | 40.7 | 22.1  | 41.3   | 35.5 | 2.3     | 12.8          | 27.3    | 4.7  | 2.3 | 4.7 |
|          | 65歳以上-男性         | 75         | 76.0 | 25.3 | 34.7  | 30.7   | 49.3 | 8.0     | 13.3          | 16.0    | 1.3  | 0.0 | 6.7 |
|          | 65歳以上-女性         | 86         | 70.9 | 18.6 | 23.3  | 33.7   | 55.8 | 4.7     | 18.6          | 24.4    | 0.0  | 1.2 | 9.3 |
| 世帯類型     | ひとり暮らし           | 93         | 72.0 | 31.2 | 5.4   | 24.7   | 31.2 | 2.2     | 17.2          | 18.3    | 12.9 | 2.2 | 7.5 |
|          | 夫婦のみ             | 319        | 77.4 | 29.5 | 30.1  | 34.5   | 39.8 | 5.3     | 14.1          | 26.0    | 4.1  | 1.9 | 5.6 |
|          | 2世代              | 309        | 77.0 | 36.9 | 24.3  | 30.1   | 25.2 | 2.6     | 10.4          | 17.5    | 11.7 | 1.6 | 4.9 |
|          | 3世代              | 87         | 77.0 | 39.1 | 28.7  | 33.3   | 28.7 | 2.3     | 3.4           | 21.8    | 13.8 | 0.0 | 4.6 |
|          | その他              | 27         | 88.9 | 48.1 | 33.3  | 37.0   | 44.4 | 3.7     | 3.7           | 22.2    | 7.4  | 0.0 | 0.0 |
| 就業状況     | 漁業・農業            | 59         | 74.6 | 20.3 | 30.5  | 30.5   | 45.8 | 8.5     | 13.6          | 15.3    | 3.4  | 0.0 | 3.4 |
|          | 商・工・サービス業などの自営業主 | 93         | 69.9 | 39.8 | 21.5  | 30.1   | 31.2 | 1.1     | 9.7           | 21.5    | 10.8 | 4.3 | 4.3 |
|          | 自由業・自営業(家族従事者含む) | 30         | 80.0 | 36.7 | 20.0  | 23.3   | 23.3 | 3.3     | 6.7           | 30.0    | 20.0 | 0.0 | 6.7 |
|          | 管理職・正社員等         | 194        | 75.3 | 37.1 | 28.4  | 23.7   | 21.6 | 1.5     | 10.8          | 16.5    | 19.1 | 1.0 | 5.7 |
|          | パート・アルバイト・内職等    | 166        | 83.1 | 41.6 | 27.1  | 44.6   | 33.7 | 4.2     | 10.2          | 23.5    | 6.6  | 2.4 | 2.4 |
|          | 専業主婦・主夫          | 123        | 82.1 | 38.2 | 29.3  | 41.5   | 32.5 | 3.3     | 12.2          | 26.8    | 5.7  | 0.8 | 4.9 |
|          | 学生・無職            | 152        | 77.0 | 22.4 | 19.1  | 25.0   | 44.1 | 5.3     | 15.1          | 23.7    | 1.3  | 2.0 | 6.6 |
| 学生無職年齢区分 | 19～44歳-学生・無職     | 24         | 75.0 | 41.7 | 20.8  | 20.8   | 8.3  | 0.0     | 0.0           | 12.5    | 8.3  | 8.3 | 4.2 |
|          | 45～64歳-無職        | 38         | 78.9 | 21.1 | 18.4  | 13.2   | 44.7 | 10.5    | 10.5          | 21.1    | 0.0  | 2.6 | 5.3 |
|          | 65歳以上-無職         | 87         | 77.0 | 17.2 | 19.5  | 32.2   | 52.9 | 4.6     | 21.8          | 28.7    | 0.0  | 0.0 | 8.0 |

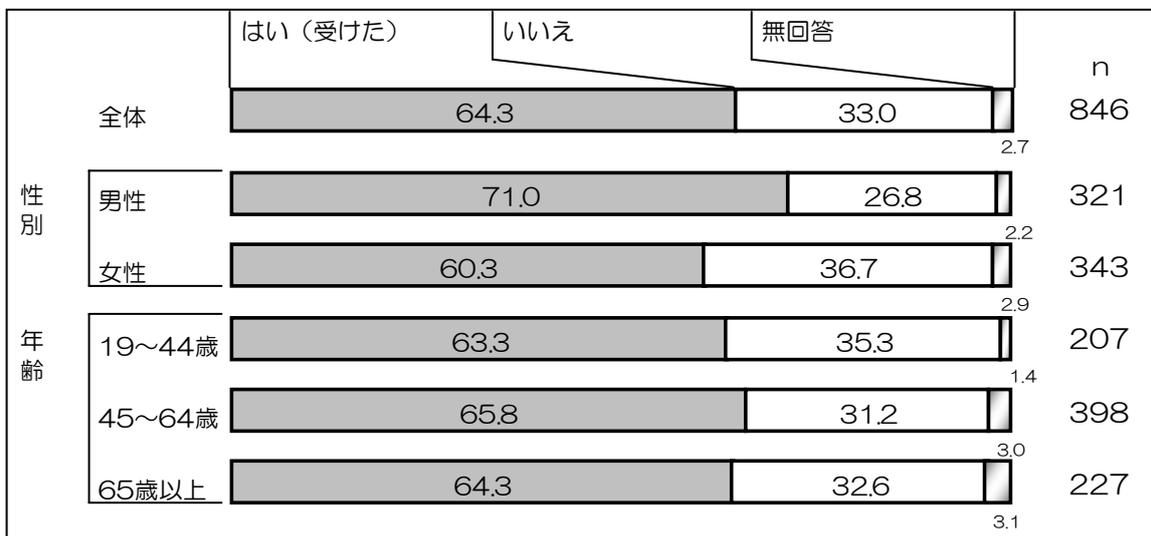
(4) 過去1年間の健康診断や人間ドックの受診

問30 過去1年間に、健康診断や人間ドックを受けましたか（病気診療を除く）。

**ポイント**

- ◆ 19～44歳-女性では、未受診者（「いいえ」）が41.0%
- ◆ 福島町国民健康保険の加入者では、未受診者が40.7%で、社会保険の加入者においても未受診者が28.4%
- ◆ 19～44歳-学生・無職では、未受診者が66.7%
- ◆ 受診率は、国全体とほぼ同程度の水準

図表 84 過去1年間の健康診断や人間ドックの受診（全体）



**全 体**

「はい（受けた）」が64.3%を占めており、「いいえ」が33.0%となっています。

**性別・年齢別**

女性では「はい（受けた）」が60.3%で、男性（71.0%）と比べて約10ポイント低い割合となっており、女性における健診等の未受診者は36.7%となっています。また、19～44歳-女性では、未受診者が41.0%となっています。

**その他属性別**

福島町国民健康保険の加入者では、未受診者が40.7%で、社会保険の加入者においても未受診者が28.4%となっています。

また、3世代の世帯、漁業・農業、自由業・自営業（家族従事者含む）、学生・無職で、未受診者が比較的多くみられるほか、19～44歳-学生・無職では、未受診者が66.7%を占めています。

## 他調査と比較

国の調査（平成16年国民生活基礎調査）によると、過去1年間の健診（健康診断や健康診査）や人間ドックの受診率は、20歳以上男性では65.9%、女性では55.3%となっています。

調査が異なるため厳密には比較できないものの、町の調査結果（19歳以上男性71.0%、女性60.3%）は、国全体とほぼ同程度の水準と推測されます。

図表 85 過去1年間の健康診断や人間ドックの受診（詳細）

（単位：人、％）

|          |                  | 合計  | はい(受けた) | いいえ  | 無回答 |
|----------|------------------|-----|---------|------|-----|
| 全体       |                  | 846 | 64.3    | 33.0 | 2.7 |
| 年齢×性別    | 19～44歳-男性        | 89  | 73.0    | 25.8 | 1.1 |
|          | 19～44歳-女性        | 83  | 57.8    | 41.0 | 1.2 |
|          | 45～64歳-男性        | 154 | 71.4    | 25.3 | 3.2 |
|          | 45～64歳-女性        | 172 | 60.5    | 37.2 | 2.3 |
|          | 65歳以上-男性         | 75  | 70.7    | 29.3 | 0.0 |
|          | 65歳以上-女性         | 86  | 62.8    | 31.4 | 5.8 |
| 保険の種類    | 福島町国民健康保険        | 383 | 55.9    | 40.7 | 3.4 |
|          | 全国土木組合等の国保組合     | 81  | 58.0    | 38.3 | 3.7 |
|          | 社会保険             | 215 | 69.8    | 28.4 | 1.9 |
|          | 船員保険             | 14  | 85.7    | 14.3 | 0.0 |
|          | 共済組合             | 122 | 88.5    | 9.0  | 2.5 |
|          | その他              | 15  | 33.3    | 66.7 | 0.0 |
| 世帯類型     | ひとり暮らし           | 93  | 71.0    | 25.8 | 3.2 |
|          | 夫婦のみ             | 319 | 66.8    | 30.7 | 2.5 |
|          | 2世代              | 309 | 61.8    | 35.0 | 3.2 |
|          | 3世代              | 87  | 58.6    | 40.2 | 1.1 |
|          | その他              | 27  | 66.7    | 33.3 | 0.0 |
| 就業状況     | 漁業・農業            | 59  | 57.6    | 42.4 | 0.0 |
|          | 商・工・サービス業などの自営業主 | 93  | 54.8    | 39.8 | 5.4 |
|          | 自由業・自営業(家族従事者含)  | 30  | 46.7    | 50.0 | 3.3 |
|          | 管理職・正社員等         | 194 | 86.6    | 11.3 | 2.1 |
|          | パート・アルバイト・内職等    | 166 | 63.9    | 34.9 | 1.2 |
|          | 専業主婦・主夫          | 123 | 58.5    | 39.0 | 2.4 |
|          | 学生・無職            | 152 | 53.9    | 43.4 | 2.6 |
| 学生無職年齢区分 | 19～44歳-学生・無職     | 24  | 29.2    | 66.7 | 4.2 |
|          | 45～64歳-無職        | 38  | 60.5    | 39.5 | 0.0 |
|          | 65歳以上-無職         | 87  | 58.6    | 39.1 | 2.3 |

## (5) どこで受けたか

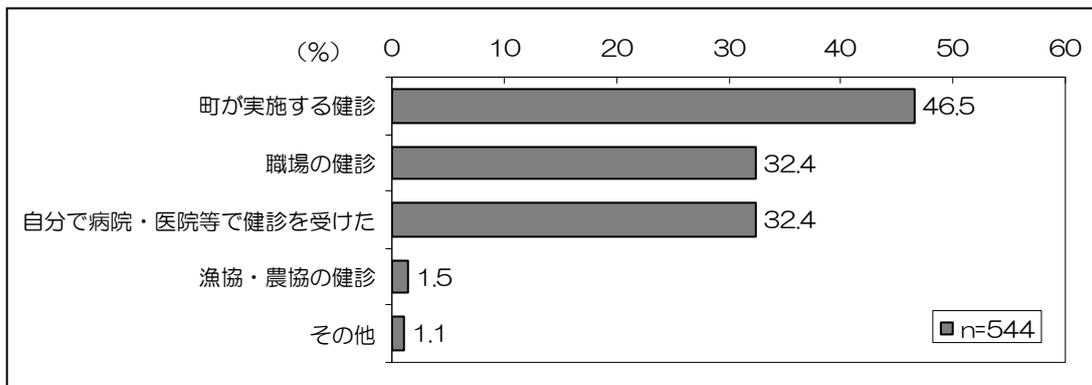
問30付問

どこで受けましたか。(問30で、「1 はい(受けた)」と回答した人のみ)【複数回答】

### ポイント

- ◆ 男性では「職場の健診」、女性では「町が実施する健診」が最も多い
- ◆ 65歳以上-女性、福島町国民健康保険の加入者、自由業・自営業（家族従事者含む）と専業主婦・主夫では、「町が実施する健診」とともに、「自分で病院・医院等で健診を受けた」も比較的高い割合

図表 86 どこで受けたか（全体／複数回答）



### 全 体

「町が実施する健診」が46.5%と最も多く、次いで「職場の健診」(32.4%)、「自分で病院・医院等で健診を受けた」(32.4%)、「漁協・農協の健診」(1.5%)の順となっています。

### 性別・年齢別

男性では「職場の健診」(48.2%)、女性では「町が実施する健診」(59.4%)が最も多くなっています。

また、19～44歳-男性、19～44歳-女性、45～64歳-男性では「職場の健診」、45～64歳-女性では「町が実施する健診」(64.4%)、65歳以上-男性では「自分で病院・医院等で健診を受けた」(56.6%)が最も多くなっています。

さらに、65歳以上-女性では「町が実施する健診」(63.0%)とともに、「自分で病院・医院等で健診を受けた」(51.9%)も比較的高い割合となっています。

### その他属性別

福島町国民健康保険の加入者では、「町が実施する健診」(61.2%)とともに、「自分で病院・医院等で健診を受けた」(44.4%)も比較的多くみられ、社会保険と共済組合の加入者では「職場の健診」が最も多くなっています。

また、漁業・農業と学生・無職では「自分で病院・医院等で健診を受けた」、商・工・サービス業などの自営業主とパート・アルバイト・内職等では「町が実施する健診」が

最も多く、自由業・自営業（家族従事者含む）と専業主婦・主夫では「町が実施する健診」とともに、「自分で病院・医院等で健診を受けた」も比較的高い割合となっています。

図表 87 どこで受けたか（詳細／複数回答）

（単位：人、％）

|       |                  | 合計  | 町が実施する健診 | 漁協・農協の健診 | 職場の健診 | 自分で病院・医院等で健診を受けた | その他  | 無回答  |
|-------|------------------|-----|----------|----------|-------|------------------|------|------|
| 全体    |                  | 544 | 46.5     | 1.5      | 32.4  | 32.4             | 1.1  | 1.5  |
| 性別    | 男性               | 228 | 30.7     | 2.2      | 48.2  | 28.5             | 2.2  | 0.4  |
|       | 女性               | 207 | 59.4     | 0.0      | 19.3  | 36.2             | 0.5  | 2.9  |
| 年齢×性別 | 19～44歳-男性        | 65  | 27.7     | 1.5      | 60.0  | 10.8             | 6.2  | 0.0  |
|       | 19～44歳-女性        | 48  | 43.8     | 0.0      | 52.1  | 16.7             | 2.1  | 4.2  |
|       | 45～64歳-男性        | 110 | 23.6     | 1.8      | 61.8  | 25.5             | 0.9  | 0.0  |
|       | 45～64歳-女性        | 104 | 64.4     | 0.0      | 14.4  | 37.5             | 0.0  | 2.9  |
|       | 65歳以上-男性         | 53  | 49.1     | 3.8      | 5.7   | 56.6             | 0.0  | 1.9  |
|       | 65歳以上-女性         | 54  | 63.0     | 0.0      | 0.0   | 51.9             | 0.0  | 1.9  |
| 保険の種類 | 福島町国民健康保険        | 214 | 61.2     | 1.4      | 5.1   | 44.4             | 1.9  | 1.4  |
|       | 全国土木組合等の国保組合     | 47  | 44.7     | 0.0      | 27.7  | 38.3             | 0.0  | 2.1  |
|       | 社会保険             | 150 | 44.0     | 0.7      | 46.7  | 25.3             | 0.0  | 1.3  |
|       | 船員保険             | 12  | 16.7     | 16.7     | 16.7  | 33.3             | 16.7 | 0.0  |
|       | 共済組合             | 108 | 26.9     | 0.9      | 72.2  | 14.8             | 0.0  | 0.0  |
|       | その他              | 5   | 0.0      | 0.0      | 20.0  | 80.0             | 0.0  | 20.0 |
| 就業状況  | 漁業・農業            | 34  | 38.2     | 14.7     | 5.9   | 52.9             | 2.9  | 0.0  |
|       | 商・工・サービス業などの自営業主 | 51  | 68.6     | 0.0      | 7.8   | 37.3             | 0.0  | 0.0  |
|       | 自由業・自営業（家族従事者含）  | 14  | 64.3     | 0.0      | 7.1   | 50.0             | 0.0  | 0.0  |
|       | 管理職・正社員等         | 168 | 26.8     | 1.2      | 72.0  | 13.7             | 0.0  | 0.6  |
|       | パート・アルバイト・内職等    | 106 | 50.9     | 0.0      | 36.8  | 25.5             | 0.0  | 2.8  |
|       | 専業主婦・主夫          | 72  | 63.9     | 0.0      | 8.3   | 45.8             | 0.0  | 2.8  |
|       | 学生・無職            | 82  | 48.8     | 0.0      | 2.4   | 52.4             | 6.1  | 2.4  |

## (6) 受けていない理由

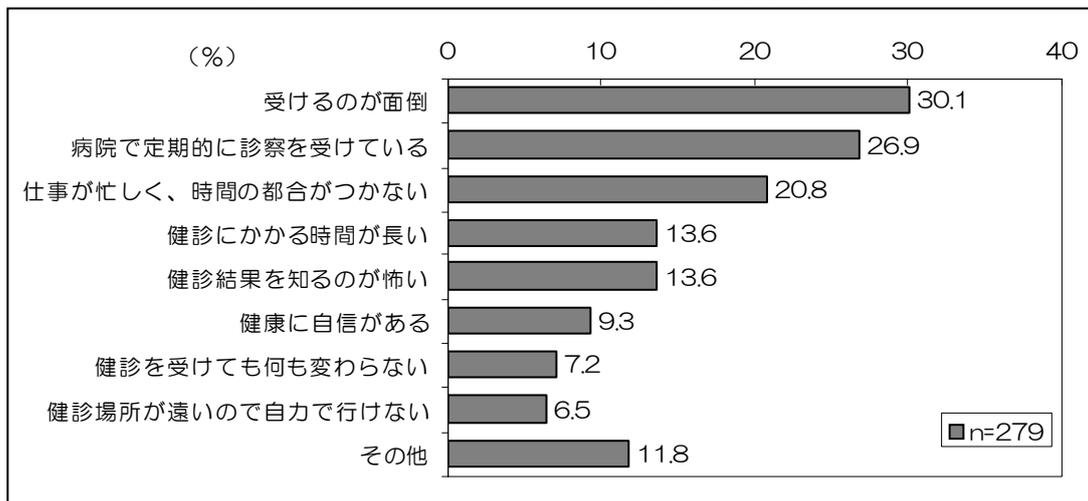
問30(1)

受けていない理由は何ですか。(問30で、「2 いいえ」と回答した人のみ)【複数回答】

### ポイント

- ◆ 19～44歳-男性では「健康に自信がある」や「健診を受けても何も変わらない」、45～64歳-男性では「仕事が忙しく、時間の都合がつかない」、45～64歳-女性では「健診結果を知るのが怖い」が比較的高い割合
- ◆ 65歳以上-女性では「健診場所が遠いので自力で行けない」との理由も比較的高い割合
- ◆ 管理職・正社員等では「仕事が忙しく、時間の都合がつかない」が50.0%

図表 88 受けていない理由 (全体/複数回答)



### 全 体

「受けるのが面倒」が30.1%と最も多く、次いで「病院で定期的に診察を受けている」(26.9%)、「仕事が忙しく、時間の都合がつかない」(20.8%)と続いており、「健診にかかる時間が長い」(13.6%)との理由を含めて、健診を重要視していない意識(他のことの方が大事との意識を含む)をうかがわせる理由が上位にあがっています。

そのほかの理由としては、「健診結果を知るのが怖い」(13.6%)、「健康に自信がある」(9.3%)、「健診を受けても何も変わらない」(7.2%)があがっており、「健診場所が遠いので自力で行けない」(6.5%)との理由もみられます。

### 性別・年齢別

「受けるのが面倒」が男女ともに最も多く、男性では「仕事が忙しく、時間の都合がつかない」(25.6%)、女性では「健診結果を知るのが怖い」(19.0%)が比較的高い割合となっています。

また、19～44歳-男性では「健康に自信がある」(17.4%)や「健診を受けても何も変わらない」(17.4%)、19～44歳-女性では「その他」(32.4%)、45～64歳-男性では「仕事が忙しく、時間の都合がつかない」(33.3%)、45～64歳-女性では

「健診結果を知るのが怖い」(23.4%)が比較的高い割合となっています。

さらに、65歳以上-男性では「健診にかかる時間が長い」(27.3%)が比較的高い割合となっており、一方、65歳以上-女性では「病院で定期的に診察を受けている」(51.9%)が最も多く、「健診場所が遠いので自力で行けない」(22.2%)との理由も比較的高い割合となっています。

### その他属性別

福島町国民健康保険の加入者では「病院で定期的に診察を受けている」(31.4%)、社会保険の加入者では「仕事が忙しく、時間の都合がつかない」(32.8%)が比較的高い割合となっています。

また、商・工・サービス業などの自営業主、自由業・自営業(家族従事者含む)では、「受けるのが面倒」が40%以上となっており、管理職・正社員等では「仕事が忙しく、時間の都合がつかない」が50.0%と最も多くなっているのが特徴です。

図表 89 受けていない理由(詳細/複数回答)

(単位:人、%)

|       |                  | 合計  | 病院で定期的に診察を受けている | 健診場所が遠いので自力で行けない | 健診にかかる時間が長い | 仕事が忙しく、時間の都合がつかない | 受けるのが面倒 | 健康に自信がある | 健診結果を知るのが怖い | 健診を受けても何も変わらない | その他  | 無回答  |
|-------|------------------|-----|-----------------|------------------|-------------|-------------------|---------|----------|-------------|----------------|------|------|
| 全体    |                  | 279 | 26.9            | 6.5              | 13.6        | 20.8              | 30.1    | 9.3      | 13.6        | 7.2            | 11.8 | 5.0  |
| 性別    | 男性               | 86  | 24.4            | 4.7              | 16.3        | 25.6              | 31.4    | 14.0     | 8.1         | 11.6           | 8.1  | 1.2  |
|       | 女性               | 126 | 26.2            | 7.9              | 13.5        | 21.4              | 28.6    | 5.6      | 19.0        | 4.8            | 15.1 | 4.0  |
| 年齢×性別 | 19～44歳-男性        | 23  | 13.0            | 0.0              | 8.7         | 13.0              | 30.4    | 17.4     | 8.7         | 17.4           | 8.7  | 4.3  |
|       | 19～44歳-女性        | 34  | 8.8             | 0.0              | 11.8        | 26.5              | 35.3    | 8.8      | 11.8        | 2.9            | 32.4 | 2.9  |
|       | 45～64歳-男性        | 39  | 25.6            | 2.6              | 12.8        | 33.3              | 30.8    | 7.7      | 5.1         | 7.7            | 12.8 | 0.0  |
|       | 45～64歳-女性        | 64  | 25.0            | 6.3              | 18.8        | 25.0              | 35.9    | 1.6      | 23.4        | 4.7            | 7.8  | 4.7  |
|       | 65歳以上-男性         | 22  | 36.4            | 9.1              | 27.3        | 18.2              | 31.8    | 22.7     | 13.6        | 13.6           | 0.0  | 0.0  |
|       | 65歳以上-女性         | 27  | 51.9            | 22.2             | 3.7         | 7.4               | 3.7     | 11.1     | 18.5        | 7.4            | 7.4  | 3.7  |
| 保険の種類 | 福島町国民健康保険        | 156 | 31.4            | 6.4              | 12.8        | 17.9              | 28.8    | 10.9     | 12.8        | 7.1            | 10.9 | 4.5  |
|       | 全国土木組合等の国保組合     | 31  | 19.4            | 9.7              | 12.9        | 22.6              | 38.7    | 12.9     | 9.7         | 3.2            | 6.5  | 9.7  |
|       | 社会保険             | 61  | 18.0            | 3.3              | 13.1        | 32.8              | 36.1    | 6.6      | 16.4        | 9.8            | 9.8  | 3.3  |
|       | 船員保険             | 2   | 0.0             | 50.0             | 100.0       | 0.0               | 50.0    | 0.0      | 50.0        | 0.0            | 0.0  | 0.0  |
|       | 共済組合             | 11  | 27.3            | 0.0              | 0.0         | 9.1               | 0.0     | 0.0      | 9.1         | 9.1            | 45.5 | 0.0  |
|       | その他              | 10  | 30.0            | 20.0             | 30.0        | 20.0              | 30.0    | 10.0     | 10.0        | 10.0           | 10.0 | 10.0 |
| 就業状況  | 漁業・農業            | 25  | 32.0            | 8.0              | 16.0        | 28.0              | 24.0    | 8.0      | 8.0         | 12.0           | 4.0  | 0.0  |
|       | 商・工・サービス業などの自営業主 | 37  | 16.2            | 5.4              | 5.4         | 35.1              | 40.5    | 10.8     | 16.2        | 5.4            | 13.5 | 0.0  |
|       | 自由業・自営業(家族従事者含)  | 15  | 20.0            | 13.3             | 26.7        | 33.3              | 40.0    | 6.7      | 6.7         | 6.7            | 6.7  | 6.7  |
|       | 管理職・正社員等         | 22  | 22.7            | 0.0              | 9.1         | 50.0              | 40.9    | 4.5      | 13.6        | 0.0            | 0.0  | 4.5  |
|       | パート・アルバイト・内職等    | 58  | 19.0            | 8.6              | 19.0        | 32.8              | 32.8    | 12.1     | 17.2        | 3.4            | 10.3 | 3.4  |
|       | 専業主婦・主夫          | 48  | 31.3            | 4.2              | 12.5        | 4.2               | 29.2    | 6.3      | 12.5        | 2.1            | 22.9 | 6.3  |
|       | 学生・無職            | 66  | 34.8            | 7.6              | 12.1        | 1.5               | 22.7    | 12.1     | 13.6        | 16.7           | 10.6 | 9.1  |

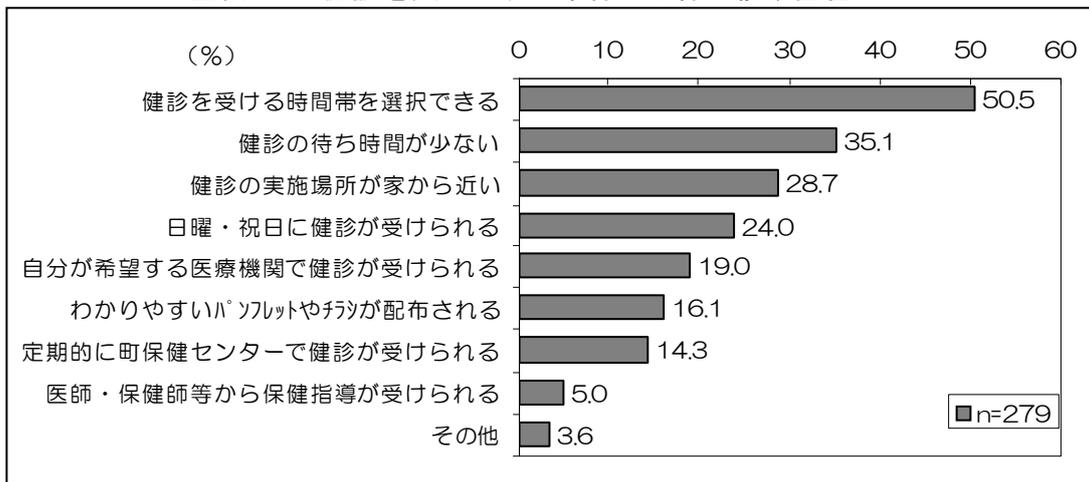
## (7) 健診を受けやすい条件

問30(2) 町の健診を受ける場合、どのような条件があれば、健診を受けやすいですか。【複数回答】

### ポイント

- ◆ 「健診を受ける時間帯を選択できる」が50.5%と最も多く、健診受診の条件としては、時間に関するものが比較的上位
- ◆ 45～64歳-男性と65歳以上-女性では「健診の実施場所が家から近い」が比較的高い割合
- ◆ 65歳以上-男性では「健診を受ける時間帯を選択できる」が86.4%
- ◆ 社会保険の加入者と専業主婦・主夫では「健診の待ち時間が少ない」が比較的高い割合

図表 90 健診を受けやすい条件（全体／複数回答）



### 全体

「健診を受ける時間帯を選択できる」が50.5%と最も多く、次いで「健診の待ち時間が少ない」（35.1%）と続いており、「日曜・祝日に健診が受けられる」（24.0%）を含めて、健診受診の条件としては、時間に関するものが比較的上位にあがっています。

また、健診の場所に関するものとしては、「健診の実施場所が家から近い」（28.7%）との条件も比較的上位にあがっているほか、「自分が希望する医療機関で健診が受けられる」（19.0%）、「定期的に町保健センターで健診が受けられる」（14.3%）との条件もみられます。

さらに、「わかりやすいパンフレットやチラシが配布される」は16.1%となっており、「医師・保健師等から保健指導が受けられる」（5.0%）との条件もみられます。

### 性別・年齢別

「健診を受ける時間帯を選択できる」が男女ともに最も多く、男性では「健診の実施場所が家から近い」が37.2%と、比較的高い割合となっています。

また、19～44歳-男性では「健診の実施場所が家から近い」（39.1%）や「日曜・祝日に健診が受けられる」（34.8%）が比較的高い割合となっており、19～44歳-女

性では「健診の待ち時間が少ない」が50.0%と最も多く、「日曜・祝日に健診が受けられる」(35.3%)も比較的高い割合となっています。

さらに、45～64歳-男性と65歳以上-女性では「健診の実施場所が家から近い」が比較的高い割合となっており、65歳以上-男性では「健診を受ける時間帯を選択できる」が86.4%となっています。

### その他属性別

社会保険の加入者と専業主婦・主夫では「健診の待ち時間が少ない」、漁業・農業では「健診の実施場所が家から近い」(48.0%)、「わかりやすいパンフレットやチラシが配布される」(32.0%)、管理職・正社員等では「日曜・祝日に健診が受けられる」(45.5%)と「わかりやすいパンフレットやチラシが配布される」(27.3%)が比較的高い割合となっています。

図表 91 健診を受けやすい条件（詳細／複数回答）

(単位:人、%)

|       | 合計               | 健診の実施場所が家から近い | 健診の待ち時間が少ない | 日曜・祝日に健診が受けられる | 健診を受ける時間帯を選択できる | 定期的に町保健センターで健診が受けられる | 自分が希望する医療機関で健診が受けられる | わかりやすいパンフレットやチラシが配布される | 医師・保健師等から保健指導が受けられる | その他  | 無回答  |      |
|-------|------------------|---------------|-------------|----------------|-----------------|----------------------|----------------------|------------------------|---------------------|------|------|------|
| 全体    | 279              | 28.7          | 35.1        | 24.0           | 50.5            | 14.3                 | 19.0                 | 16.1                   | 5.0                 | 3.6  | 10.8 |      |
| 性別    | 男性               | 86            | 37.2        | 33.7           | 25.6            | 58.1                 | 15.1                 | 18.6                   | 14.0                | 3.5  | 4.7  | 3.5  |
|       | 女性               | 126           | 23.8        | 39.7           | 28.6            | 46.8                 | 14.3                 | 19.8                   | 15.1                | 6.3  | 3.2  | 11.9 |
| 年齢×性別 | 19～44歳-男性        | 23            | 39.1        | 39.1           | 34.8            | 47.8                 | 13.0                 | 13.0                   | 13.0                | 0.0  | 4.3  | 0.0  |
|       | 19～44歳-女性        | 34            | 2.9         | 50.0           | 35.3            | 44.1                 | 17.6                 | 23.5                   | 26.5                | 5.9  | 8.8  | 5.9  |
|       | 45～64歳-男性        | 39            | 38.5        | 28.2           | 25.6            | 48.7                 | 17.9                 | 23.1                   | 17.9                | 7.7  | 7.7  | 2.6  |
|       | 45～64歳-女性        | 64            | 23.4        | 35.9           | 29.7            | 45.3                 | 14.1                 | 21.9                   | 14.1                | 7.8  | 1.6  | 12.5 |
|       | 65歳以上-男性         | 22            | 31.8        | 40.9           | 18.2            | 86.4                 | 13.6                 | 18.2                   | 9.1                 | 0.0  | 0.0  | 4.5  |
|       | 65歳以上-女性         | 27            | 51.9        | 33.3           | 14.8            | 55.6                 | 11.1                 | 11.1                   | 3.7                 | 3.7  | 0.0  | 18.5 |
| 保険の種類 | 福島町国民健康保険        | 156           | 30.8        | 32.7           | 19.9            | 59.0                 | 15.4                 | 18.6                   | 14.7                | 5.8  | 1.9  | 10.9 |
|       | 全国土木組合等の国保組合     | 31            | 25.8        | 25.8           | 22.6            | 38.7                 | 19.4                 | 22.6                   | 22.6                | 3.2  | 6.5  | 9.7  |
|       | 社会保険             | 61            | 24.6        | 42.6           | 32.8            | 44.3                 | 13.1                 | 26.2                   | 18.0                | 4.9  | 4.9  | 6.6  |
|       | 船員保険             | 2             | 100.0       | 100.0          | 100.0           | 0.0                  | 0.0                  | 0.0                    | 0.0                 | 0.0  | 0.0  | 0.0  |
|       | 共済組合             | 11            | 27.3        | 45.5           | 36.4            | 45.5                 | 0.0                  | 9.1                    | 27.3                | 0.0  | 0.0  | 9.1  |
|       | その他              | 10            | 20.0        | 30.0           | 20.0            | 30.0                 | 20.0                 | 0.0                    | 0.0                 | 10.0 | 10.0 | 20.0 |
| 就業状況  | 漁業・農業            | 25            | 48.0        | 24.0           | 8.0             | 60.0                 | 20.0                 | 16.0                   | 32.0                | 8.0  | 0.0  | 12.0 |
|       | 商・工・サービス業などの自営業主 | 37            | 21.6        | 32.4           | 27.0            | 56.8                 | 13.5                 | 24.3                   | 13.5                | 2.7  | 5.4  | 5.4  |
|       | 自由業・自営業(家族従事者含)  | 15            | 20.0        | 40.0           | 20.0            | 66.7                 | 20.0                 | 33.3                   | 6.7                 | 6.7  | 0.0  | 6.7  |
|       | 管理職・正社員等         | 22            | 18.2        | 40.9           | 45.5            | 45.5                 | 9.1                  | 27.3                   | 27.3                | 0.0  | 4.5  | 4.5  |
|       | パート・アルバイト・内職等    | 58            | 27.6        | 39.7           | 41.4            | 56.9                 | 15.5                 | 17.2                   | 8.6                 | 6.9  | 1.7  | 5.2  |
|       | 専業主婦・主夫          | 48            | 22.9        | 37.5           | 22.9            | 33.3                 | 14.6                 | 18.8                   | 22.9                | 8.3  | 6.3  | 14.6 |
|       | 学生・無職            | 66            | 36.4        | 31.8           | 9.1             | 51.5                 | 13.6                 | 13.6                   | 13.6                | 3.0  | 3.0  | 16.7 |

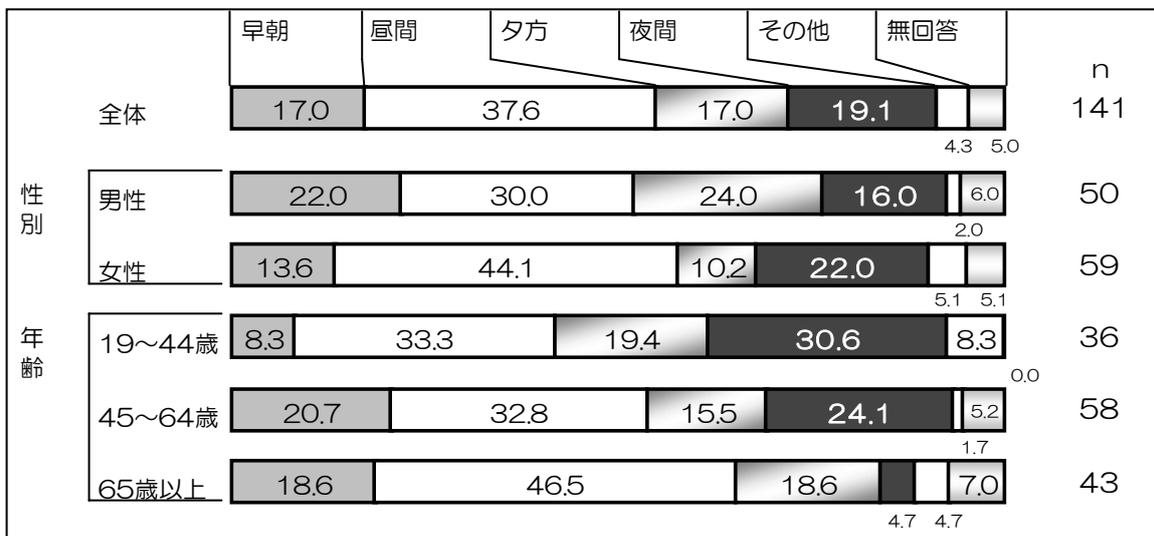
## (8) 健診を受けやすい時間帯

問30(2) 付問 その場合、どの時間帯がいいですか。(問30(2)で、「4 健診を受ける時間帯を選択できる」と回答した人のみ)

### ポイント

- ◆ 健診を受診しやすい時間帯は、全体では「昼間」が最も多い。
- ◆ 自由業・自営業（家族従事者含む）は「早朝」、専業主婦・主夫と学生は「昼間」、漁業・農業と管理職・正社員等は「夜間」を希望。

図表 92 健診を受けやすい時間帯（全体）



### 全体

「昼間」が37.6%と最も多く、次いで「夜間」（19.1%）、「早朝」（17.0%）、「夕方」（17.0%）の順となっています。

### 性別・年齢別

「昼間」が男女ともに最も多く、次いで、男性では「夕方」が24.0%、女性では「夜間」が22.0%となっています。

また、19～44歳-女性では「夜間」が40.0%と最も多く、45～64歳-男性では「早朝」（31.6%）や「夜間」（26.3%）が比較的高い割合となっています。

さらに、45～64歳-女性では「夕方」（10.3%）が低く、65歳以上では男女ともに「昼間」が最も多くなっており、健診を受けやすい時間帯は、性別や年齢別でばらつく傾向がみられます。

### その他属性別

自由業・自営業（家族従事者含む）は「早朝」（30.0%）、専業主婦・主夫（50.0%）と学生・無職（61.8%）は「昼間」、漁業・農業は「夕方」（53.3%）、商・工・サービス業などの自営業主（28.6%）と管理職・正社員等（70.0%）は「夜間」を希望しています。

図表 93 健診を受けやすい時間帯（詳細）

（単位：人、％）

|               |                      | 合計  | 早朝   | 昼間   | 夕方   | 夜間   | その他  | 無回答  |
|---------------|----------------------|-----|------|------|------|------|------|------|
| 全体            |                      | 141 | 17.0 | 37.6 | 17.0 | 19.1 | 4.3  | 5.0  |
| 年齢<br>×<br>性別 | 19～44歳-男性            | 11  | 18.2 | 36.4 | 27.3 | 18.2 | 0.0  | 0.0  |
|               | 19～44歳-女性            | 15  | 0.0  | 33.3 | 13.3 | 40.0 | 13.3 | 0.0  |
|               | 45～64歳-男性            | 19  | 31.6 | 15.8 | 21.1 | 26.3 | 0.0  | 5.3  |
|               | 45～64歳-女性            | 29  | 13.8 | 41.4 | 10.3 | 24.1 | 3.4  | 6.9  |
|               | 65歳以上-男性             | 19  | 15.8 | 42.1 | 26.3 | 5.3  | 5.3  | 5.3  |
|               | 65歳以上-女性             | 15  | 26.7 | 60.0 | 6.7  | 0.0  | 0.0  | 6.7  |
| 就業<br>状況      | 漁業・農業                | 15  | 13.3 | 26.7 | 53.3 | 0.0  | 0.0  | 6.7  |
|               | 商・工・サービス業<br>などの自営業主 | 21  | 19.0 | 19.0 | 14.3 | 28.6 | 0.0  | 19.0 |
|               | 自由業・自営業<br>(家族従事者含)  | 10  | 30.0 | 30.0 | 0.0  | 20.0 | 10.0 | 10.0 |
|               | 管理職・正社員等             | 10  | 0.0  | 10.0 | 20.0 | 70.0 | 0.0  | 0.0  |
|               | パート・アルバイト・<br>内職等    | 33  | 18.2 | 33.3 | 18.2 | 21.2 | 9.1  | 0.0  |
|               | 専業主婦・主夫              | 16  | 12.5 | 50.0 | 18.8 | 18.8 | 0.0  | 0.0  |
|               | 学生・無職                | 34  | 17.6 | 61.8 | 5.9  | 5.9  | 5.9  | 2.9  |

(9) 保健指導を受けたい場所

問31 保健指導を受けるとしたらどこで受けたいですか。

- ポイント**
- ◆ 「健康づくりセンター」が男女ともに最も多く、次いで、男性では「医療機関」、女性では「近くの会館」
  - ◆ 自由業・自営業（家族従事者含む）では「健康づくりセンター」、管理職・正社員等では「医療機関」、学生・無職では「近くの会館」を望む

図表 94 保健指導を受けたい場所（全体）

|    |        | 健康づくりセンター | 医療機関 | 近くの会館 | 自宅   | その他  | 無回答 | n   |
|----|--------|-----------|------|-------|------|------|-----|-----|
| 性別 | 全体     | 37.1      | 22.3 | 20.0  | 11.1 | 9.0  | 0.5 | 846 |
|    | 男性     | 37.7      | 27.4 | 15.3  | 11.2 | 8.4  | 0.0 | 321 |
|    | 女性     | 39.4      | 17.5 | 22.2  | 11.4 | 9.0  | 0.6 | 343 |
| 年齢 | 19~44歳 | 38.6      | 26.6 | 17.4  | 11.1 | 5.8  | 0.5 | 207 |
|    | 45~64歳 | 38.4      | 22.4 | 19.1  | 11.6 | 8.0  | 0.5 | 398 |
|    | 65歳以上  | 33.5      | 18.9 | 24.2  | 10.6 | 12.3 | 0.4 | 227 |

**全体**

「健康づくりセンター」が37.1%と最も多く、次いで「医療機関」（22.3%）、「近くの会館」（20.0%）、「自宅」（11.1%）の順となっています。

**性別・年齢別**

「健康づくりセンター」が男女ともに最も多く、次いで、男性では「医療機関」（27.4%）、女性では「近くの会館」（22.2%）と続いています。

また、19~44歳-女性では「健康づくりセンター」が44.6%、45~64歳-男性では「医療機関」が29.9%と、比較的高い割合となっており、一方、65歳以上-男性では「自宅」が低い割合となっているのが特徴です。

**その他属性別**

自由業・自営業（家族従事者含む）では「健康づくりセンター」（50.0%）、管理職・正社員等では「医療機関」（30.4%）、学生・無職では「近くの会館」（30.9%）が比較的高い割合となっています。

図表 95 保健指導を受けたい場所（詳細）

（単位：人、％）

|       |                  | 合計  | 健康づくりセンター | 医療機関 | 近くの会館 | 自宅   | その他 | 無回答  |
|-------|------------------|-----|-----------|------|-------|------|-----|------|
| 全体    |                  | 846 | 37.1      | 22.3 | 20.0  | 11.1 | 0.5 | 9.0  |
| 年齢×性別 | 19～44歳-男性        | 89  | 36.0      | 28.1 | 16.9  | 14.6 | 0.0 | 4.5  |
|       | 19～44歳-女性        | 83  | 44.6      | 24.1 | 16.9  | 8.4  | 0.0 | 6.0  |
|       | 45～64歳-男性        | 154 | 40.9      | 29.9 | 10.4  | 11.7 | 0.0 | 7.1  |
|       | 45～64歳-女性        | 172 | 36.0      | 16.3 | 24.4  | 13.4 | 1.2 | 8.7  |
|       | 65歳以上-男性         | 75  | 34.7      | 22.7 | 22.7  | 6.7  | 0.0 | 13.3 |
|       | 65歳以上-女性         | 86  | 40.7      | 14.0 | 23.3  | 10.5 | 0.0 | 11.6 |
| 就業状況  | 漁業・農業            | 59  | 20.3      | 18.6 | 35.6  | 10.2 | 0.0 | 15.3 |
|       | 商・工・サービス業などの自営業主 | 93  | 38.7      | 23.7 | 16.1  | 12.9 | 1.1 | 7.5  |
|       | 自由業・自営業（家族従事者含）  | 30  | 50.0      | 23.3 | 10.0  | 10.0 | 0.0 | 6.7  |
|       | 管理職・正社員等         | 194 | 40.2      | 30.4 | 11.3  | 12.9 | 0.5 | 4.6  |
|       | パート・アルバイト・内職等    | 166 | 44.0      | 19.9 | 19.3  | 8.4  | 0.0 | 8.4  |
|       | 専業主婦・主夫          | 123 | 39.0      | 17.9 | 21.1  | 13.0 | 1.6 | 7.3  |
|       | 学生・無職            | 152 | 27.6      | 21.1 | 30.9  | 7.9  | 0.0 | 12.5 |

(10) 保健指導を受けやすい日程・時間帯について

問32 保健指導を受ける場合、利用しやすい日程・時間帯はいつですか。

**ポイント**

**【保健指導を受けやすい日程について】**

- ◆ 男性では「日曜・祝日がよい」、女性では「平日がよい」が最も多い
- ◆ 自由業・自営業（家族従事者含む）では「平日がよい」、管理職・正社員等とパート・アルバイト・内職等では「日曜・祝日がよい」、専業主婦・主夫と学生・無職では「いつでもよい」が最も多い

**【保健指導を受けやすい平日の時間帯】**

- ◆ 「午前9～12時」が44.2%と最も多い
- ◆ ほとんどの就業形態では「午前9～12時」が最も多く、自由業・自営業（家族従事者含む）のみ、「午後1～5時」が44.4%と最も多い

**【保健指導を受けやすい日曜・祝日の時間帯】**

- ◆ すべての年齢層で「午前9～12時」が最も多い
- ◆ 自由業・自営業（家族従事者含む）、専業主婦・主夫では「午後1～5時」が最も多く、そのほかの就業形態では、いずれも「午前9～12時」が最も多い
- ◆ 漁業・農業では「午後5～7時」、商・工・サービス業などの自営業主では「午後7時以降」も比較的高い割合

図表 96 保健指導を受けやすい日程について（全体）

|    |        | 平日がよい | 日曜・祝日がよい | いつでもよい | 無回答  | n   |
|----|--------|-------|----------|--------|------|-----|
| 全体 |        | 31.8  | 28.6     | 30.9   | 8.7  | 846 |
| 性別 | 男性     | 28.7  | 33.6     | 29.3   | 8.4  | 321 |
|    | 女性     | 34.1  | 26.8     | 30.9   | 8.2  | 343 |
| 年齢 | 19～44歳 | 36.7  | 33.3     | 26.6   | 3.4  | 207 |
|    | 45～64歳 | 29.4  | 32.7     | 30.4   | 7.5  | 398 |
|    | 65歳以上  | 31.3  | 18.1     | 36.1   | 14.5 | 227 |

## 【保健指導を受けやすい日程について】

### 全 体

「平日がよい」(31.8%)、「いつでもよい」(30.9%)、「日曜・祝日がよい」(28.6%)の3つに回答がおおむね分かれています。

### 性別・年齢別

男性では「日曜・祝日がよい」が33.6%、女性では「平日がよい」が34.1%と最も多くなっています。

また、19～44歳-男性と45～64歳-男性では「日曜・祝日がよい」、19～44歳-女性と45～64歳-女性、65歳以上-男性では「平日がよい」、65歳以上-女性では「いつでもよい」(37.2%)が比較的高い割合となっています。

### その他属性別

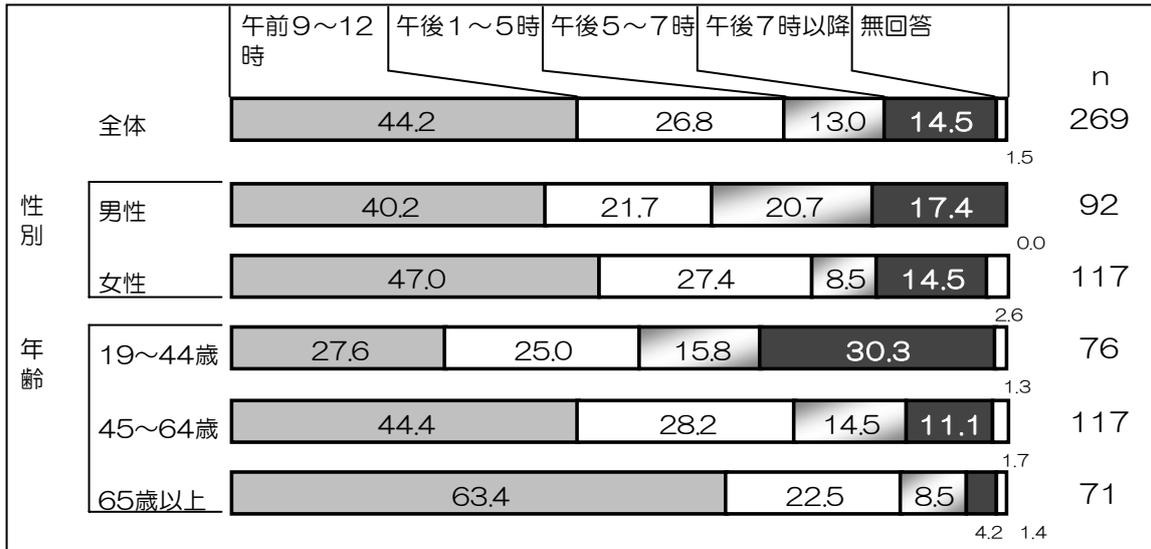
自由業・自営業(家族従事者含む)では「平日がよい」(60.0%)、管理職・正社員等とパート・アルバイト・内職等では「日曜・祝日がよい」、専業主婦・主夫と学生・無職では「いつでもよい」が最も多くなっています。

図表 97 保健指導を受けやすい日程について(詳細)

(単位:人、%)

|       | 合計               | 平日がよい | 日曜・祝日がよい | いつでもよい | 無回答  |      |
|-------|------------------|-------|----------|--------|------|------|
| 全体    | 846              | 31.8  | 28.6     | 30.9   | 8.7  |      |
| 年齢×性別 | 19～44歳-男性        | 89    | 32.6     | 39.3   | 24.7 | 3.4  |
|       | 19～44歳-女性        | 83    | 38.6     | 31.3   | 26.5 | 3.6  |
|       | 45～64歳-男性        | 154   | 22.7     | 39.0   | 29.9 | 8.4  |
|       | 45～64歳-女性        | 172   | 34.3     | 28.5   | 30.2 | 7.0  |
|       | 65歳以上-男性         | 75    | 36.0     | 17.3   | 34.7 | 12.0 |
|       | 65歳以上-女性         | 86    | 30.2     | 18.6   | 37.2 | 14.0 |
| 就業状況  | 漁業・農業            | 59    | 35.6     | 18.6   | 30.5 | 15.3 |
|       | 商・工・サービス業などの自営業主 | 93    | 31.2     | 33.3   | 30.1 | 5.4  |
|       | 自由業・自営業(家族従事者含)  | 30    | 60.0     | 13.3   | 20.0 | 6.7  |
|       | 管理職・正社員等         | 194   | 29.4     | 37.6   | 27.3 | 5.7  |
|       | パート・アルバイト・内職等    | 166   | 27.1     | 47.0   | 18.7 | 7.2  |
|       | 専業主婦・主夫          | 123   | 36.6     | 13.8   | 42.3 | 7.3  |
|       | 学生・無職            | 152   | 28.3     | 15.8   | 42.1 | 13.8 |

図表 98 保健指導を受けやすい平日の時間帯（全体）



【保健指導を受けやすい平日の時間帯】

**全 体**

「午前9～12時」が44.2%と最も多く、次いで「午後1～5時」（26.8%）、「午後7時以降」（14.5%）、「午後5～7時」（13.0%）の順となっています。

**性別・年齢別**

男性では「午後5～7時」が20.7%で、女性（8.5%）と比べて10ポイント以上高い割合となっています。

また、19～44歳-男性では「午前9～12時」（31.0%）と「午後7時以降」（31.0%）の2つの時間帯に希望が分かれており、19～44歳-女性では「午後1～5時」（34.4%）と「午後7時以降」（28.1%）の2つの時間帯に希望が分かれています。

さらに、中年期以降は「午前9～12時」が最も多く、65歳以上-女性では同回答が76.9%を占めています。

**その他属性別**

ほとんどの就業形態では「午前9～12時」が最も多く、自由業・自営業（家族従事者含む）のみ、「午後1～5時」が44.4%と最も多くなっています。

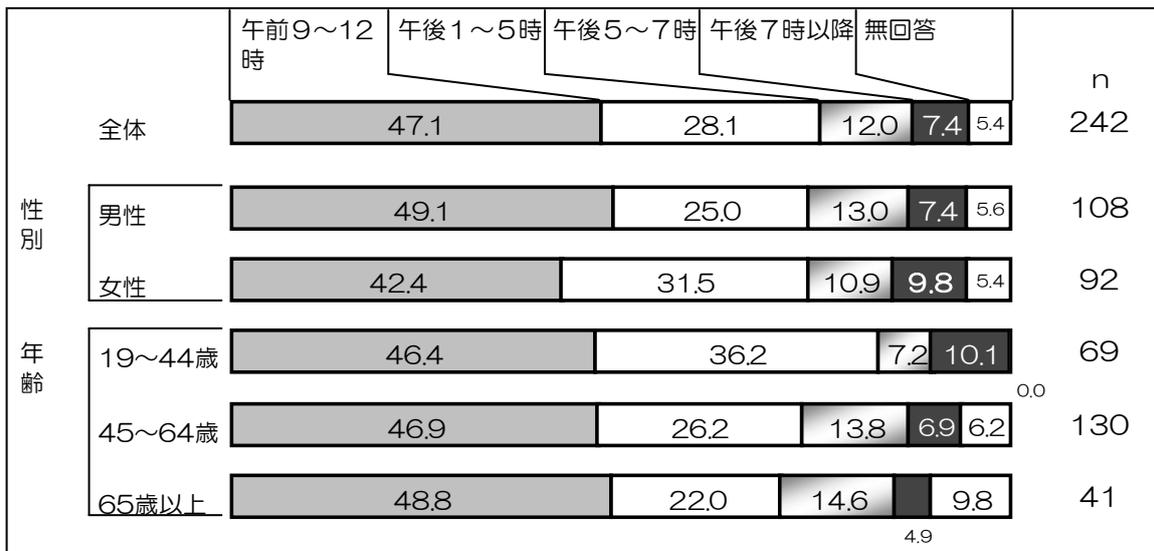
また、パート・アルバイト・内職等では「午後5～7時」（20.0%）との希望も比較的高い割合となっています。

図表 99 保健指導を受けやすい平日の時間帯（詳細）

（単位：人、％）

|           |                      | 合計  | 午前9～<br>12時 | 午後1～<br>5時 | 午後5～<br>7時 | 午後7時<br>以降 | 無回答 |
|-----------|----------------------|-----|-------------|------------|------------|------------|-----|
| 全体        |                      | 269 | 44.2        | 26.8       | 13.0       | 14.5       | 1.5 |
| 年齢×<br>性別 | 19～44歳-男性            | 29  | 31.0        | 10.3       | 27.6       | 31.0       | 0.0 |
|           | 19～44歳-女性            | 32  | 25.0        | 34.4       | 9.4        | 28.1       | 3.1 |
|           | 45～64歳-男性            | 35  | 37.1        | 31.4       | 20.0       | 11.4       | 0.0 |
|           | 45～64歳-女性            | 59  | 45.8        | 27.1       | 10.2       | 13.6       | 3.4 |
|           | 65歳以上-男性             | 27  | 55.6        | 18.5       | 14.8       | 11.1       | 0.0 |
|           | 65歳以上-女性             | 26  | 76.9        | 19.2       | 3.8        | 0.0        | 0.0 |
| 就業<br>状況  | 漁業・農業                | 21  | 57.1        | 33.3       | 9.5        | 0.0        | 0.0 |
|           | 商・工・サービス業<br>などの自営業主 | 29  | 41.4        | 27.6       | 17.2       | 13.8       | 0.0 |
|           | 自由業・自営業<br>(家族従事者含)  | 18  | 11.1        | 44.4       | 16.7       | 27.8       | 0.0 |
|           | 管理職・正社員等             | 57  | 28.1        | 26.3       | 19.3       | 24.6       | 1.8 |
|           | パート・アルバイト・<br>内職等    | 45  | 35.6        | 20.0       | 20.0       | 22.2       | 2.2 |
|           | 専業主婦・主夫              | 45  | 60.0        | 28.9       | 4.4        | 6.7        | 0.0 |
|           | 学生・無職                | 43  | 62.8        | 23.3       | 7.0        | 4.7        | 2.3 |

図表 100 保健指導を受けやすい日曜・祝日の時間帯（全体）



【保健指導を受けやすい日曜・祝日の時間帯】

**全 体**

「午前9～12時」が47.1%と最も多く、次いで「午後1～5時」（28.1%）、「午後5～7時」（12.0%）、「午後7時以降」（7.4%）の順となっています。

**性別・年齢別**

「午前9～12時」が男女ともに最も多くなっています。

また、すべての年齢層で「午前9～12時」が最も多く、45～64歳-女性では「午後1～5時」（36.7%）、65歳以上-女性では「午後5～7時」（25.0%）や「午後7時以降」（12.5%）も比較的高い割合となっています。

**その他属性別**

自由業・自営業（家族従事者含む）、専業主婦・主夫では「午後1～5時」が最も多く、そのほかの就業形態では、いずれも「午前9～12時」が最も多くなっています。

なお、漁業・農業では「午後5～7時」（27.3%）、商・工・サービス業などの自営業主では「午後7時以降」（19.4%）も比較的高い割合となっており、学生・無職では「午前9～12時」（37.5%）と「午後1～5時」（37.5%）の2つの時間帯に希望が分かれています。

図表 101 保健指導を受けやすい日曜・祝日の時間帯（詳細）

（単位：人、％）

|       |                  | 合計  | 午前9～12時 | 午後1～5時 | 午後5～7時 | 午後7時以降 | 無回答  |
|-------|------------------|-----|---------|--------|--------|--------|------|
| 全体    |                  | 242 | 47.1    | 28.1   | 12.0   | 7.4    | 5.4  |
| 年齢×性別 | 19～44歳-男性        | 35  | 45.7    | 37.1   | 5.7    | 11.4   | 0.0  |
|       | 19～44歳-女性        | 26  | 50.0    | 34.6   | 7.7    | 7.7    | 0.0  |
|       | 45～64歳-男性        | 60  | 51.7    | 20.0   | 16.7   | 6.7    | 5.0  |
|       | 45～64歳-女性        | 49  | 38.8    | 36.7   | 8.2    | 10.2   | 6.1  |
|       | 65歳以上-男性         | 13  | 46.2    | 15.4   | 15.4   | 0.0    | 23.1 |
|       | 65歳以上-女性         | 16  | 43.8    | 12.5   | 25.0   | 12.5   | 6.3  |
| 就業状況  | 漁業・農業            | 11  | 36.4    | 27.3   | 27.3   | 9.1    | 0.0  |
|       | 商・工・サービス業などの自営業主 | 31  | 45.2    | 19.4   | 9.7    | 19.4   | 6.5  |
|       | 自由業・自営業（家族従事者含）  | 4   | 25.0    | 50.0   | 25.0   | 0.0    | 0.0  |
|       | 管理職・正社員等         | 73  | 61.6    | 20.5   | 11.0   | 4.1    | 2.7  |
|       | パート・アルバイト・内職等    | 78  | 42.3    | 29.5   | 15.4   | 7.7    | 5.1  |
|       | 専業主婦・主夫          | 17  | 35.3    | 52.9   | 5.9    | 5.9    | 0.0  |
|       | 学生・無職            | 24  | 37.5    | 37.5   | 4.2    | 0.0    | 20.8 |

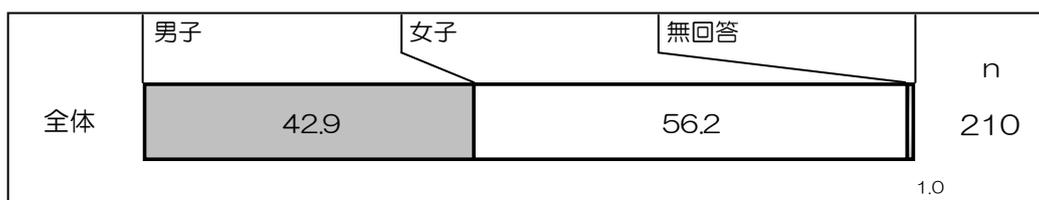
### Ⅲ 調査結果（中高生）

# 1. 対象者の属性

## (1) 性別

「女子」が56.2%、「男子」が42.9%となっています。

図表 102 性別（全体）

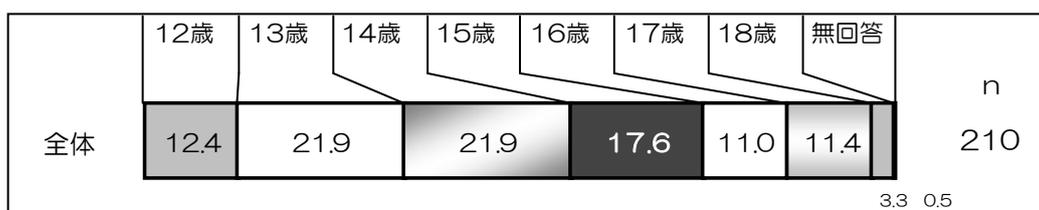


## (2) 年齢

「13歳」と「14歳」がそれぞれ21.9%となっており、次いで「15歳」(17.6%)、「12歳」(12.4%)、「17歳」(11.4%)、「16歳」(11.0%)、「18歳」(3.3%)の順となっています。

なお、中学生（12～14歳と想定）と高校生（15歳～と想定）の比率は、おおむね6対4となっています。

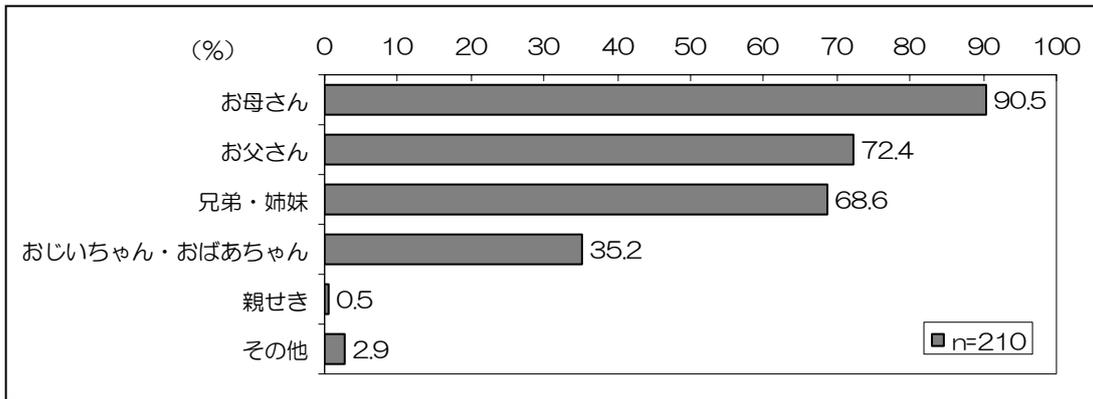
図表 103 年齢（全体）



## (3) いっしょに住んでいる人

「お母さん」が90.5%で最も多く、次いで「お父さん」(72.4%)、「兄弟・姉妹」(68.6%)と続いており、「おじいちゃん・おばあちゃん」は35.2%となっています。

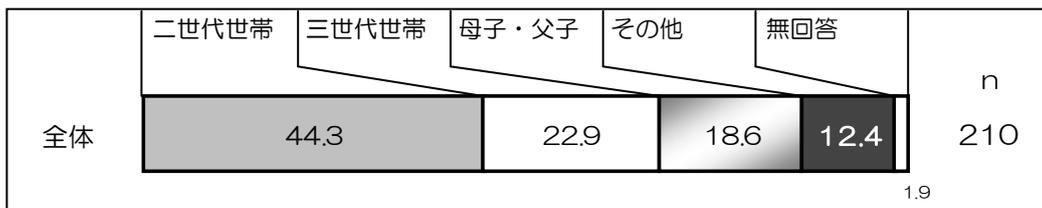
図表 104 いっしょに住んでいる人（全体）



(4) 世帯類型

「二世帯世帯」が44.3%と最も多く、次いで「三世帯世帯」(22.9%)、「母子・父子」(18.6%)、「その他」(12.4%)の順となっています。

図表 105 世帯類型（全体）



## 2. 健康について

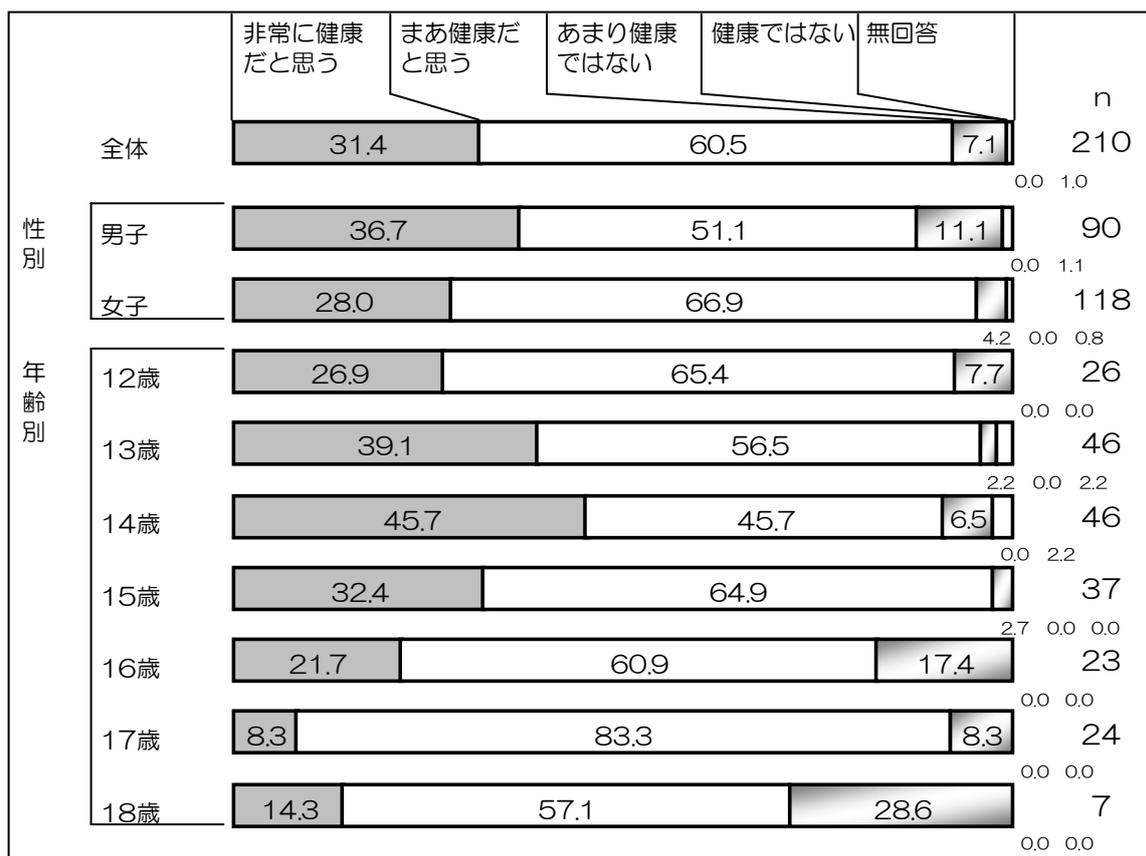
### (1) 自分は健康だと思うか

問1 自分は健康だと思いますか。

#### ポイント

- ◆ 自分の健康に対して肯定的な評価が91.9%、否定的な評価は7.1%
- ◆ 「まあ健康だと思う」との回答に男女で10ポイント以上の差
- ◆ 15~18歳-男子では「あまり健康ではない」が17.1%、15~18歳-女子では「まあ健康だと思う」が71.4%
- ◆ 健康に対する自己評価は、性別や年齢によって異なる傾向

図表 106 健康状態について（全体）



#### 全体

「まあ健康だと思う」が60.5%と最も多く、「非常に健康だと思う」(31.4%)を合わせると、自分の健康に対して肯定的な評価が91.9%を占めています。

一方、否定的な評価は「あまり健康ではない」が7.1%となっています。

## 性別・年齢別

性別で見ると、「まあ健康だと思う」との回答に男女で10ポイント以上の差がみられます。

また、年齢別で見ると、14歳では「非常に健康だと思う」が45.7%で、同回答の割合はおおむね年齢とともに低下しており、15～18歳-男子では「あまり健康ではない」が17.1%、15～18歳-女子では「まあ健康だと思う」が71.4%と、健康に対する自己評価は、性別や年齢によって異なる傾向がみられます。

図表 107 健康状態について（詳細）

（単位：人、%）

|               |           | 合計  | 非常に健康<br>だと思う | まあ健康<br>だと思う | あまり健<br>康ではな<br>い | 健康では<br>ない | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|---------------|--------------|-------------------|------------|-----|
| 全体            |           | 210 | 31.4          | 60.5         | 7.1               | 0.0        | 1.0 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 47.3          | 43.6         | 7.3               | 0.0        | 1.8 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 32.3          | 62.9         | 3.2               | 0.0        | 1.6 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 20.0          | 62.9         | 17.1              | 0.0        | 0.0 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 23.2          | 71.4         | 5.4               | 0.0        | 0.0 |

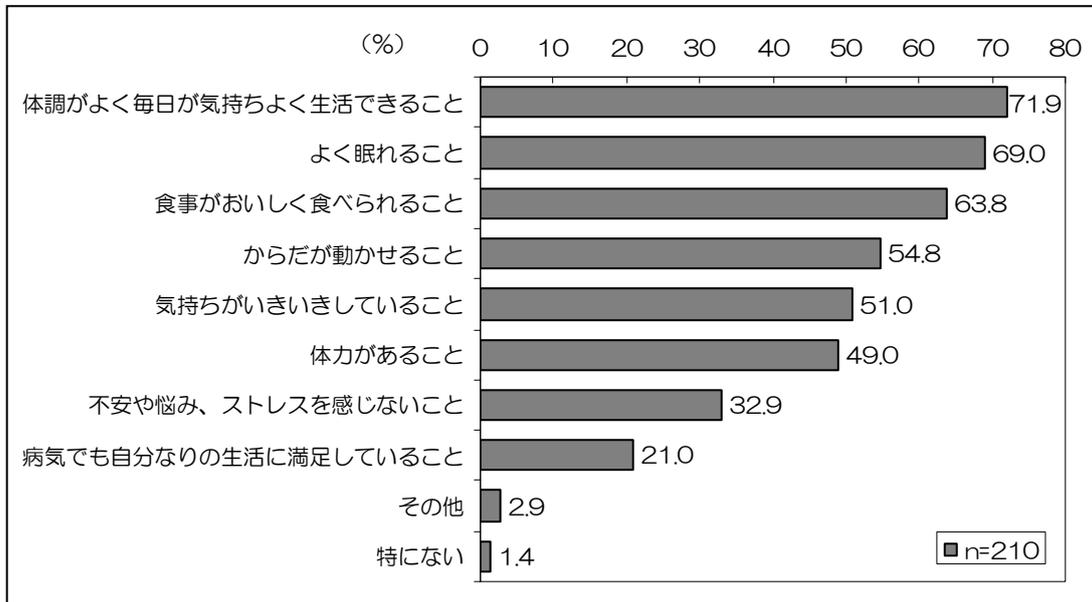
## (2) あなたにとって健康とはどういうことか

問2 あなたにとって、「健康」とはどういうことですか。【複数回答】

### ポイント

- ◆ 「体調がよく毎日が気持ちよく生活できること」が71.9%と最も多い
- ◆ 12～14歳-男子では「からだが動かせること」や「体力があること」、12～14歳-女子では「体調がよく毎日が気持ちよく生活できること」や「気持ちがいきいきしていること」が比較的高い割合

図表 108 健康とはどのようなことか（全体／複数回答）



### 全 体

「体調がよく毎日が気持ちよく生活できること」が71.9%と最も多く、次いで「よく眠れること」(69.0%)、「食事がおいしく食べられること」(63.8%)、「からだが動かせること」(54.8%)、「気持ちがいきいきしていること」(51.0%)、「体力があること」(49.0%)と続いています。

また、「不安や悩み、ストレスを感じないこと」(32.9%)、「病気でも自分なりの生活に満足していること」(21.0%)は、この年齢層の健康観としては下位となっています。

### 性別・年齢別

12～14歳-男子では「からだが動かせること」(72.7%)や「体力があること」(61.8%)、12～14歳-女子では「体調がよく毎日が気持ちよく生活できること」(88.7%)や「気持ちがいきいきしていること」(62.9%)が比較的高い割合となっています。

図表 109 健康とはどのようなことか（詳細／複数回答）

（単位：人、％）

|               | 合計        | 食事がおいしく食べられること | よく眠れること | 体力があること | 気持ちがいきいきしていること | 体調がよく毎日が気持ちよく生活できること | 不安や悩み、ストレスを感じないこと | からだがか動かせること | 病気でも自分なりの生活に満足していること | 特にない | その他 | 無回答 |     |
|---------------|-----------|----------------|---------|---------|----------------|----------------------|-------------------|-------------|----------------------|------|-----|-----|-----|
| 全体            | 210       | 63.8           | 69.0    | 49.0    | 51.0           | 71.9                 | 32.9              | 54.8        | 21.0                 | 1.4  | 2.9 | 1.4 |     |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55             | 70.9    | 74.5    | 61.8           | 56.4                 | 67.3              | 34.5        | 72.7                 | 21.8 | 1.8 | 5.5 | 3.6 |
|               | 12～14歳-女子 | 62             | 67.7    | 74.2    | 53.2           | 62.9                 | 88.7              | 41.9        | 61.3                 | 21.0 | 0.0 | 3.2 | 0.0 |
|               | 15～18歳-男子 | 35             | 51.4    | 60.0    | 42.9           | 40.0                 | 65.7              | 25.7        | 40.0                 | 11.4 | 5.7 | 0.0 | 0.0 |
|               | 15～18歳-女子 | 56             | 60.7    | 62.5    | 37.5           | 39.3                 | 62.5              | 26.8        | 39.3                 | 25.0 | 0.0 | 1.8 | 1.8 |

### 3. 食事について

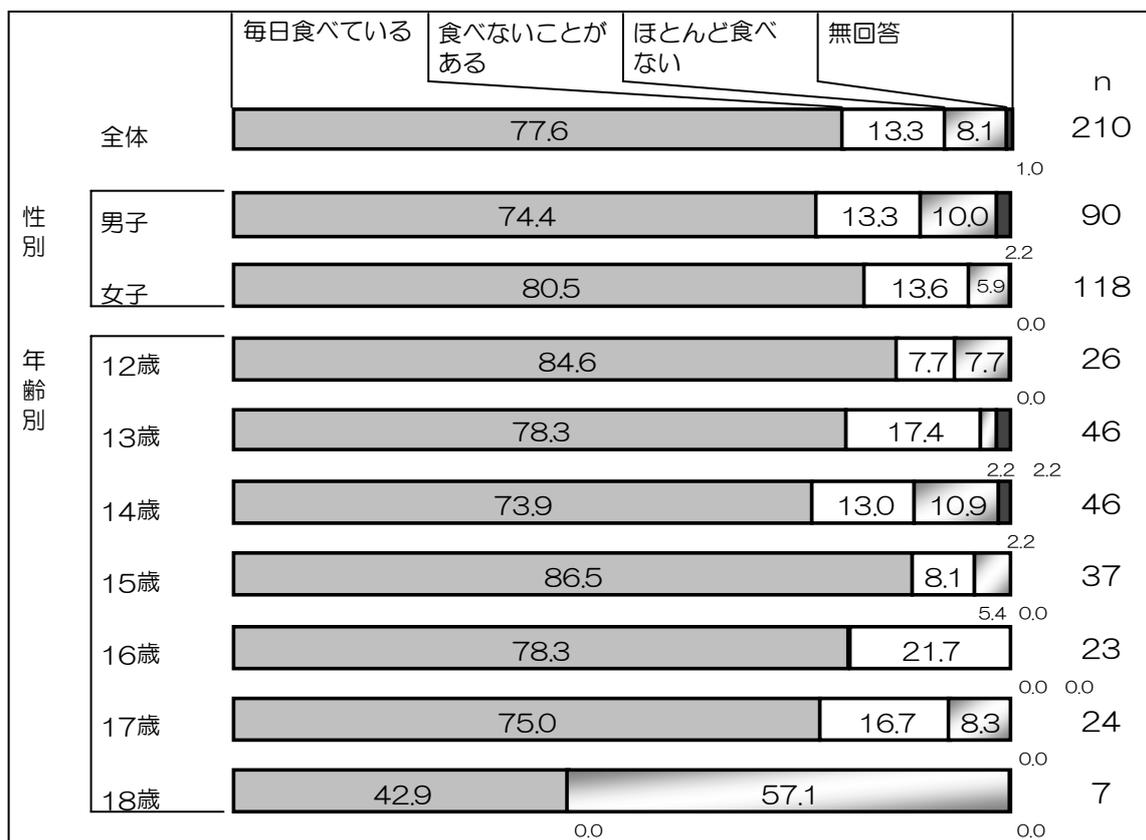
#### (1) 朝食を食べているか

問3 ふだん、朝食を食べていますか。

#### ポイント

- ◆ 「食べないことがある」が13.3%、「ほとんど食べない」が8.1%
- ◆ 欠食率が10%を超える属性は、男子10.0%、14歳10.9%
- ◆ 12～14歳-男子では「ほとんど食べない」が9.1%、15～18歳-男子では11.4%
- ◆ 12～14歳の欠食率は、道全体と比べて高い水準

図表 110 朝食について（全体）



#### 全 体

「毎日食べている」が77.6%を占めており、欠食の状況は「食べないことがある」が13.3%、「ほとんど食べない」が8.1%となっています。

#### 性別・年齢別

性別や年齢別でみると、欠食率（「ほとんど食べない」の割合）が10%を超える属性は、男子10.0%、14歳10.9%などとなっています。

また、12～14 歳-男子では「ほとんど食べない」が 9.1%、15～18 歳-男子では 11.4%となっています。

#### 他調査と比較

道の調査（平成 16 年度健康づくり道民調査）によると、道全体の欠食率は、12～14 歳の男子 2.3%、女子 1.7%、15～19 歳の男子 7.0%、女子 4.6%となっています。

調査が異なるため厳密には比較できないものの、町の調査結果でみると、12～14 歳の男子 9.1%、女子 4.8%、15～18 歳の男子 11.4%、女子 7.1%となっており、比較的高い水準と推測されます。

図表 111 朝食について（詳細）

（単位：人、%）

|               |           | 合計  | 毎日食べている | 食べないことがある | ほとんど食べない | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|---------|-----------|----------|-----|
| 全体            |           | 210 | 77.6    | 13.3      | 8.1      | 1.0 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 70.9    | 16.4      | 9.1      | 3.6 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 83.9    | 11.3      | 4.8      | 0.0 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 80.0    | 8.6       | 11.4     | 0.0 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 76.8    | 16.1      | 7.1      | 0.0 |

## (2) 朝食を食べない理由

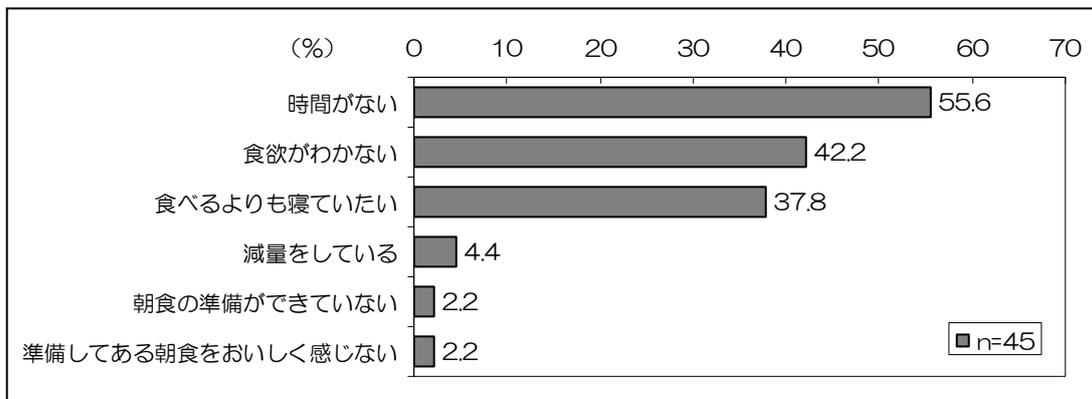
問3付問

朝食を食べない理由は何ですか。(問3で「2 食べないことがある」「3 ほとんど食べない」と回答した人のみ)【複数回答】

### ポイント

- ◆ 「時間がない」が55.6%と最も多い
- ◆ 12～14歳-女子では「食欲がわからない」、15～18歳-男子と15～18歳-女子では「時間がない」が比較的高い割合

図表 112 朝食を食べない理由 (全体/複数回答)



### 全体

「時間がない」が55.6%と最も多く、次いで「食欲がわからない」(42.2%)、「食べるよりも寝ていたい」(37.8%)と続いています。

また、「減量をしている」(4.4%)、「朝食の準備ができていない」(2.2%)、「準備してある朝食をおいしく感じない」(2.2%)との理由もみられます。

### 性別・年齢別

12～14歳-女子では「食欲がわからない」(70.0%)、15～18歳-男子と15～18歳-女子では「時間がない」が比較的高い割合となっています。

### 他調査と比較

国レベルの調査「平成17年度児童生徒の食生活等実態調査報告書(独立行政法人日本スポーツ振興センター)」によると、朝食を食べない理由としては、中学校(2年生)の男女ともに「食べる時間がない」が最も多く、次いで「食欲がない」と続いており、調査が異なるため厳密には比較できないものの、町の調査結果は、国レベルの調査と同様の傾向と推測されます。

図表 113 朝食を食べない理由（詳細／複数回答）

（単位：人、％）

|               |           | 合計 | 時間がな<br>い | 食べるよ<br>りも寝て<br>いたい | 食欲がわ<br>かない | 減量をし<br>ている | 朝食の準<br>備ができ<br>ていない | 準備して<br>ある朝食<br>をおいしく<br>感じない | 無回答 |
|---------------|-----------|----|-----------|---------------------|-------------|-------------|----------------------|-------------------------------|-----|
| 全体            |           | 45 | 55.6      | 37.8                | 42.2        | 4.4         | 2.2                  | 2.2                           | 4.4 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 14 | 57.1      | 35.7                | 21.4        | 0.0         | 0.0                  | 0.0                           | 7.1 |
|               | 12～14歳-女子 | 10 | 30.0      | 50.0                | 70.0        | 20.0        | 0.0                  | 10.0                          | 0.0 |
|               | 15～18歳-男子 | 7  | 85.7      | 28.6                | 42.9        | 0.0         | 14.3                 | 0.0                           | 0.0 |
|               | 15～18歳-女子 | 13 | 61.5      | 38.5                | 46.2        | 0.0         | 0.0                  | 0.0                           | 0.0 |

### (3) ふだんの食事で多いものはどれか

問4 ふだんの食事で多いものはどれですか。

#### ポイント

##### 【朝食】

◆ 「家で、親などが手作りで作ったもの」が67.1%

##### 【昼食】

◆ 「給食やお弁当」が65.7%

##### 【夕食】

◆ 「家で、親などが手作りで作ったもの」が88.6%

図表 114 ふだんの食事で多いもの（全体）

（単位：人、％）

|                | 合計  | 家で、親などが手作りで作ったもの | スーパーなどで買ったものに手を加えたもの | ハンバーガーやスーパー、コンビニのお弁当やパンなど | カップラーメンなどインスタント食品 | レストランや食堂などで食べる | 給食やお弁当 | 食べない | 無回答 |
|----------------|-----|------------------|----------------------|---------------------------|-------------------|----------------|--------|------|-----|
| ふだんの食事で多いもの：朝食 | 210 | 67.1             | 13.3                 | 13.3                      | 1.0               | 0.0            | 0.0    | 0.0  | 5.2 |
| ふだんの食事で多いもの：昼食 | 210 | 18.6             | 3.3                  | 1.9                       | 5.7               | 0.5            | 65.7   | 0.5  | 3.8 |
| ふだんの食事で多いもの：夕食 | 210 | 88.6             | 6.2                  | 1.0                       | 0.5               | 0.0            | 0.0    | 0.5  | 3.3 |

#### 【朝食】

「家で、親などが手作りで作ったもの」が67.1%と最も多く、そのほかの回答は「スーパーなどで買ったものに手を加えたもの」（13.3%）、「ハンバーガーやスーパー、コンビニのお弁当やパンなど」（13.3%）などがあがっています。

#### 【昼食】

「給食やお弁当」が65.7%と最も多く、そのほかの回答は「カップラーメンなどインスタント食品」（5.7%）、「スーパーなどで買ったものに手を加えたもの」（3.3%）、「ハンバーガーやスーパー、コンビニのお弁当やパンなど」（1.9%）など、いずれも10%未満となっています。

#### 【夕食】

「家で、親などが手作りで作ったもの」が88.6%と最も多く、そのほかの回答は「スーパーなどで買ったものに手を加えたもの」（6.2%）、「ハンバーガーやスーパー、コンビニのお弁当やパンなど」（1.0%）など、いずれも10%未満となっています。

#### (4) ふだんの食事を一緒に食べる人はだれか

問5 ふだんの食事は、だれと食べることが多いですか。

#### ポイント

##### 【朝食】

- ◆「ひとりで食べる」は29.0%で、いわゆる“共食”（誰かと一緒に食事）と“孤食”（ひとりで食事）の比率は、おおむね7対3
- ◆15～18歳-女子では「ひとりで食べる」が44.6%
- ◆“孤食”の割合は、道全体と比べて低い水準

##### 【夕食】

- ◆「ひとりで食べる」は8.1%で、“共食”と“孤食”の比率は、おおむね9対1
- ◆15～18歳-女子では「ひとりで食べる」が12.5%

図表 115 ふだんの食事を一緒に食べる人（全体）

|                   | 家族みんなで食べる | みんなはそろわないが、家族の誰かと食べる | ひとりで食べる | 無回答     | n   |
|-------------------|-----------|----------------------|---------|---------|-----|
| ふだんの食事を一緒に食べる人：朝食 | 27.1      | 40.5                 | 29.0    | 3.3     | 210 |
| ふだんの食事を一緒に食べる人：夕食 | 59.5      |                      | 25.7    | 8.1 6.7 | 210 |

#### 【朝食】

##### 全 体

「みんなはそろわないが、家族の誰かと食べる」が40.5%と最も多く、「家族みんなで食べる」（27.1%）を合わせると67.6%を占めています。

一方、「ひとりで食べる」は29.0%で、いわゆる“共食”（誰かと一緒に食事）と“孤食”（ひとりで食事）の比率は、おおむね7対3となっています。

##### 性別・年齢別

15～18歳-女子では「ひとりで食べる」が44.6%と、比較的高い割合となっています。

##### 他調査と比較

道の公表資料（北海道食育推進行動計画 小中学生の朝食摂取状況〔北海道PTA連合会調べ 平成16年度〕）によると、朝食における“孤食”の割合は、道全体で小学生23.7%、中学生36.3%となっています。

調査が異なるため厳密には比較できないものの、町の調査結果（12～14歳22.9%）は、比較的低い水準と推測されます。

図表 116 ふだんの食事を一緒に食べる人：朝食（詳細）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | 家族みんなで食べる | みんなはそろわないが、家族の誰かと食べる | ひとりで食べる | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|-----------|----------------------|---------|-----|
| 全体            |           | 210 | 27.1      | 40.5                 | 29.0    | 3.3 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 45.5      | 30.9                 | 18.2    | 5.5 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 17.7      | 51.6                 | 27.4    | 3.2 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 34.3      | 37.1                 | 25.7    | 2.9 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 16.1      | 39.3                 | 44.6    | 0.0 |

【夕食】

全体

「家族みんなで食べる」が 59.5%と最も多く、「みんなはそろわないが、家族の誰かと食べる」（25.7%）を合わせると 85.2%を占めています。

一方、「ひとりで食べる」は 8.1%で、“共食”と“孤食”の比率は、おおむね 9対1 となっています。

性別・年齢別

15～18歳-女子では「ひとりで食べる」が 12.5%と、比較的高い割合となっています。

図表 117 ふだんの食事を一緒に食べる人：夕食（詳細）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | 家族みんなで食べる | みんなはそろわないが、家族の誰かと食べる | ひとりで食べる | 無回答  |
|---------------|-----------|-----|-----------|----------------------|---------|------|
| 全体            |           | 210 | 59.5      | 25.7                 | 8.1     | 6.7  |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 67.3      | 14.5                 | 9.1     | 9.1  |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 61.3      | 25.8                 | 8.1     | 4.8  |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 51.4      | 37.1                 | 0.0     | 11.4 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 57.1      | 30.4                 | 12.5    | 0.0  |

(5) 食事の時間は楽しいか

問6 食事の時間は楽しいですか。

**ポイント**

**【朝食】**

- ◆「何とも思わない」との回答が54.8%と最も多く、昼食や夕食と比べて無関心が多い
- ◆15～18歳-女子では「何とも思わない」が67.9%

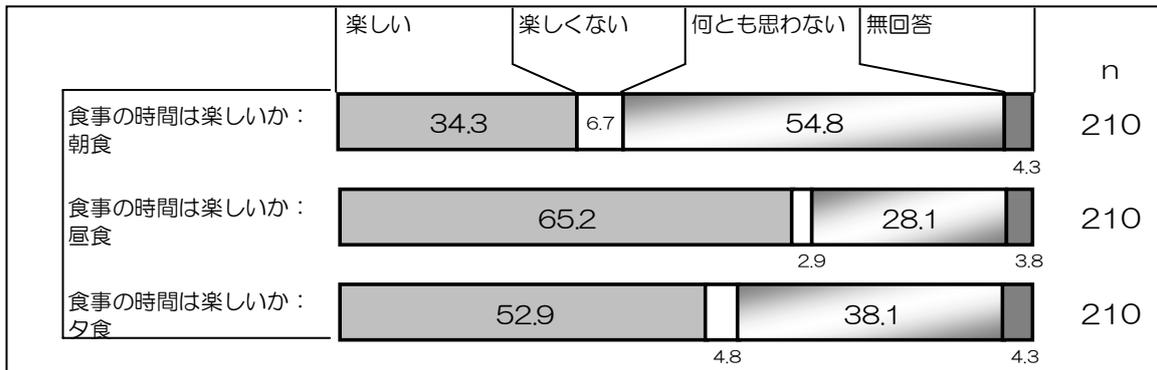
**【昼食】**

- ◆「楽しい」が65.2%と最も多い
- ◆15～18歳-男子では「何とも思わない」が54.3%

**【夕食】**

- ◆「楽しい」が52.9%と最も多く、「何とも思わない」(38.1%)
- ◆15～18歳-女子では「楽しくない」が10.7%、15～18歳-男子では「何とも思わない」が60.0%

図表 118 食事の時間は楽しいか（全体）



**【朝食】**

**全体**

「何とも思わない」との回答が54.8%と最も多く、昼食や夕食と比べて無関心が多くなっており、前問の結果（朝食を「ひとりで食べる」との“孤食”が29.0%）との関連性が推測されます。

また、「楽しい」は34.3%で、「楽しくない」(6.7%)との回答もみられます。

**性別・年齢別**

15～18歳-女子では「何とも思わない」が67.9%と、比較的高い割合となっています。

図表 119 食事の時間は楽しいか：朝食（詳細）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | 楽しい  | 楽しくない | 何とも思わない | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|------|-------|---------|-----|
| 全体            |           | 210 | 34.3 | 6.7   | 54.8    | 4.3 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 49.1 | 1.8   | 41.8    | 7.3 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 33.9 | 9.7   | 53.2    | 3.2 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 28.6 | 5.7   | 60.0    | 5.7 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 23.2 | 8.9   | 67.9    | 0.0 |

【昼食】

全体

「楽しい」が65.2%と最も多く、次いで「何とも思わない」（28.1%）と続いており、「楽しくない」（2.9%）との回答もみられます。

性別・年齢別

15～18歳-男子では「何とも思わない」が54.3%と、比較的高い割合となっています。

図表 120 食事の時間は楽しいか：昼食（詳細）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | 楽しい  | 楽しくない | 何とも思わない | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|------|-------|---------|-----|
| 全体            |           | 210 | 65.2 | 2.9   | 28.1    | 3.8 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 69.1 | 3.6   | 21.8    | 5.5 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 77.4 | 0.0   | 19.4    | 3.2 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 31.4 | 8.6   | 54.3    | 5.7 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 69.6 | 1.8   | 28.6    | 0.0 |

【夕食】

全体

「楽しい」が52.9%と最も多く、「何とも思わない」（38.1%）と続いており、「楽しくない」（4.8%）との回答もみられます。

性別・年齢別

15～18歳-女子では「楽しくない」が10.7%、15～18歳-男子では「何とも思わない」が60.0%と、比較的高い割合となっています。

図表 121 食事の時間は楽しいか：夕食（詳細）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | 楽しい  | 楽しくない | 何とも思わない | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|------|-------|---------|-----|
| 全体            |           | 210 | 52.9 | 4.8   | 38.1    | 4.3 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 60.0 | 0.0   | 34.5    | 5.5 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 64.5 | 1.6   | 29.0    | 4.8 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 25.7 | 8.6   | 60.0    | 5.7 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 50.0 | 10.7  | 39.3    | 0.0 |

(6) ふだんの食事で直したいことは何か

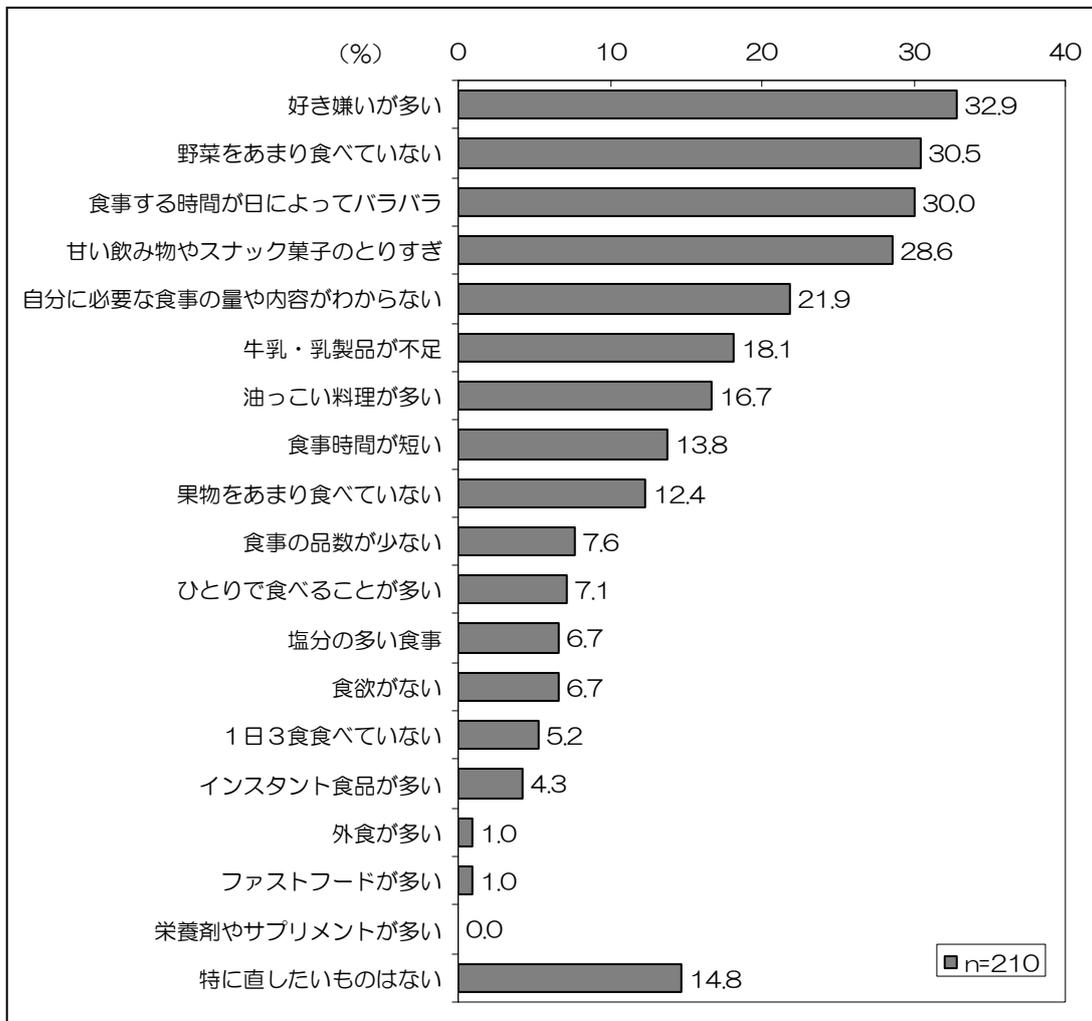
問7

ふだんの自分の食事について、特に直したいことは何ですか。  
【複数回答】

**ポイント**

- ◆ 「好き嫌が多い」が32.9%と最も多い
- ◆ 80%以上の方は、「好き嫌い」、「野菜不足」、「不規則な食事時間」など、自分の食事に対していずれかの問題点を認識
- ◆ 12~14歳-女子では「牛乳・乳製品が不足」、15~18歳-男子では「食事する時間が日によってバラバラ」、15~18歳-女子では「ひとりで食べるが多い」が比較的高い割合

図表 122 ふだんの食事で直したいこと（全体/複数回答）



**全 体**

「好き嫌が多い」が 32.9%と最も多く、次いで「野菜をあまり食べていない」(30.5%)、「食事する時間が日によってバラバラ」(30.0%)、「甘い飲み物やスナッ

ク菓子のとりすぎ」(28.6%)と続いています。

また、「自分に必要な食事の量や内容がわからない」は 21.9%で、比較的上位にあがっています。

なお、「特に直したいものはない」は 14.8%で、残りの 80%以上の人は、“好き嫌い”、“野菜不足”、“不規則な食事時間”など、自分の食事に対していずれかの問題点を認識している結果となっています。

**性別・年齢別**

12～14歳-女子では「牛乳・乳製品が不足」(29.0%)、15～18歳-男子では「食事する時間が日によってバラバラ」(42.9%)、15～18歳-女子では「ひとりで食べることが多い」(14.3%)が比較的高い割合となっているのが特徴です。

図表 123 ふだんの食事で直したいこと（詳細／複数回答）

(単位:人、%)

|               |           | 合計  | 食事する時間が日によってバラバラ | 自分に必要な食事の量や内容がわからない | 野菜をあまり食べていない | 果物をあまり食べていない | 甘い飲み物やスナック菓子のとりすぎ | 塩分の多い食事    | 油っこい料理が多い | 牛乳・乳製品が不足     | 食事時間が短い     | 食事の品数が少ない |
|---------------|-----------|-----|------------------|---------------------|--------------|--------------|-------------------|------------|-----------|---------------|-------------|-----------|
| 全体            |           | 210 | 30.0             | 21.9                | 30.5         | 12.4         | 28.6              | 6.7        | 16.7      | 18.1          | 13.8        | 7.6       |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 27.3             | 9.1                 | 34.5         | 9.1          | 25.5              | 9.1        | 16.4      | 9.1           | 12.7        | 5.5       |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 30.6             | 27.4                | 27.4         | 9.7          | 32.3              | 6.5        | 14.5      | 29.0          | 16.1        | 3.2       |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 42.9             | 25.7                | 34.3         | 17.1         | 25.7              | 2.9        | 14.3      | 14.3          | 14.3        | 20.0      |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 25.0             | 26.8                | 28.6         | 16.1         | 28.6              | 7.1        | 21.4      | 16.1          | 12.5        | 7.1       |
|               |           | 合計  | 好き嫌いが多い          | ひとりで食べることが多い        | 外食が多い        | ファストフードが多い   | インスタント食品が多い       | 1日3食食べていない | 食欲がない     | 栄養剤やサプリメントが多い | 特に直したいものはない | 無回答       |
| 全体            |           | 210 | 32.9             | 7.1                 | 1.0          | 1.0          | 4.3               | 5.2        | 6.7       | 0.0           | 14.8        | 4.3       |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 32.7             | 7.3                 | 0.0          | 0.0          | 3.6               | 7.3        | 9.1       | 0.0           | 21.8        | 10.9      |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 33.9             | 1.6                 | 0.0          | 3.2          | 4.8               | 3.2        | 6.5       | 0.0           | 17.7        | 0.0       |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 25.7             | 5.7                 | 2.9          | 0.0          | 2.9               | 8.6        | 2.9       | 0.0           | 11.4        | 0.0       |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 37.5             | 14.3                | 1.8          | 0.0          | 3.6               | 3.6        | 7.1       | 0.0           | 7.1         | 3.6       |

## 4. 体重について

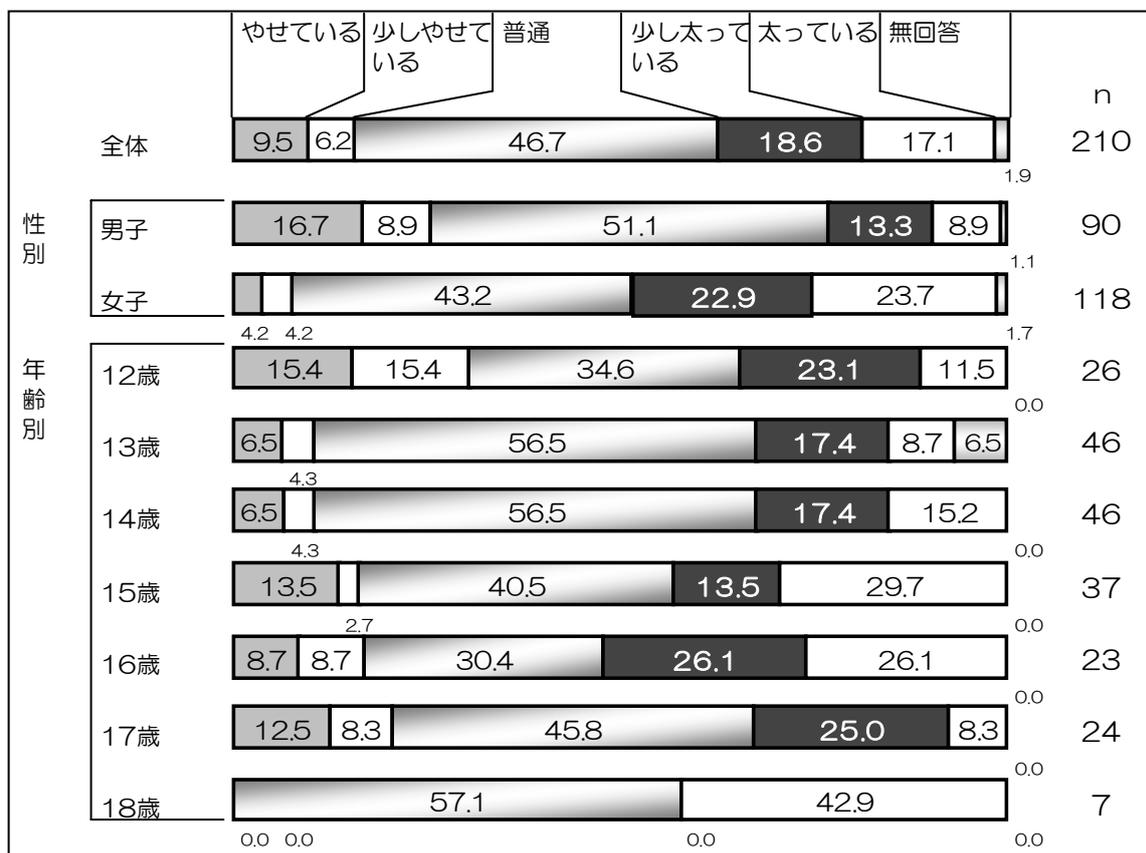
### (1) 自分の体型についてどう思うか

問8 自分の体型についてどう思いますか。

#### ポイント

◆ 男子では“やせ”と感じている回答、女子では“太め”と感じている回答が比較的高い割合となっており、自分の体型に対する意識は性別によって異なる傾向

図表 124 自分の体型について（全体）



#### 全体

「普通」が46.7%と最も多く、次いで「少し太っている」(18.6%)、「太っている」(17.1%)、「やせている」(9.5%)、「少しやせている」(6.2%)の順となっています。

**性別・年齢別**

男子では“やせ”と感じている回答（25.6%）、女子では“太め”と感じている回答（46.6%）が比較的高い割合となっています。

また、15～18歳-男子では「やせている」が20.0%と比較的高い割合となっている一方、同じ年齢の女子では「少し太っている」（23.2%）、「太っている」（32.1%）と、自分の体型に対する意識は性別によって異なる傾向がみられます。

図表 125 自分の体型について（詳細）

（単位：人、%）

|               |           | 合計  | やせている | 少しやせている | 普通   | 少し太っている | 太っている | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|-------|---------|------|---------|-------|-----|
| 全体            |           | 210 | 9.5   | 6.2     | 46.7 | 18.6    | 17.1  | 1.9 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 14.5  | 10.9    | 50.9 | 14.5    | 7.3   | 1.8 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 3.2   | 3.2     | 51.6 | 22.6    | 16.1  | 3.2 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 20.0  | 5.7     | 51.4 | 11.4    | 11.4  | 0.0 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 5.4   | 5.4     | 33.9 | 23.2    | 32.1  | 0.0 |

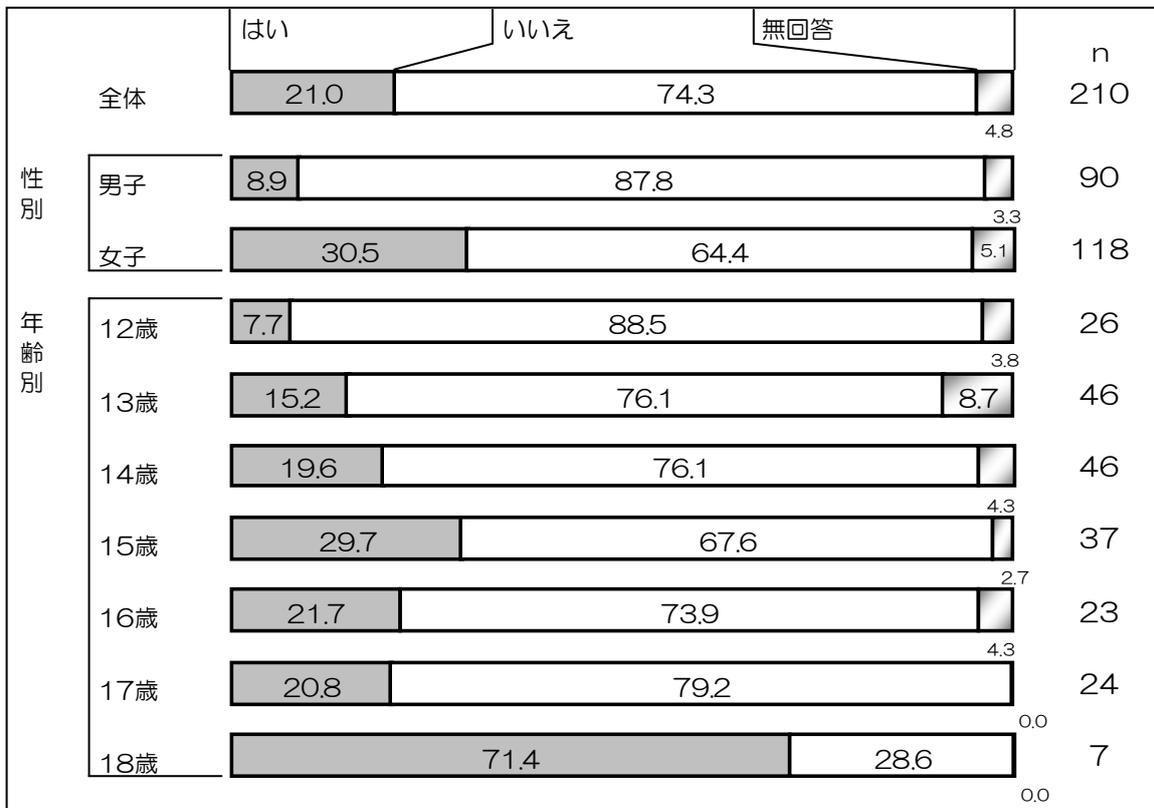
(2) ダイエットをしたことがあるか (ダイエット中か)

問9 今までにダイエットをしたことがありますか。または、現在ダイエットをしていますか。

**ポイント**

- ◆ 5人に1人がダイエット経験者
- ◆ 女子ではダイエット経験者が30.5%
- ◆ 15~18歳-女子ではダイエット経験者が39.3%
- ◆ 女子や上の年齢ほど経験者の割合は高い傾向

図表 126 ダイエットをしたことがある、または現在しているか (全体)



**全体**

「はい」が21.0%と、5人に1人がダイエット経験者となっています。

**性別・年齢別**

女子ではダイエット経験者が30.5%で、男子(8.9%)と20ポイント以上の差がみられます。

また、年齢別でみると、12歳から15歳にかけて、年齢とともに経験者の割合が上昇し、15歳以降の年齢では、いずれも20%以上となっており、15~18歳-女子ではダイエット経験者が39.3%となっているなど、女子や上の年齢ほど経験者の割合は高い傾向となっています。

図表 127 ダイエットをしたことがある、または現在しているか（詳細）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | はい   | いいえ  | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|------|------|-----|
| 全体            |           | 210 | 21.0 | 74.3 | 4.8 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 7.3  | 87.3 | 5.5 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 22.6 | 71.0 | 6.5 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 11.4 | 88.6 | 0.0 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 39.3 | 57.1 | 3.6 |

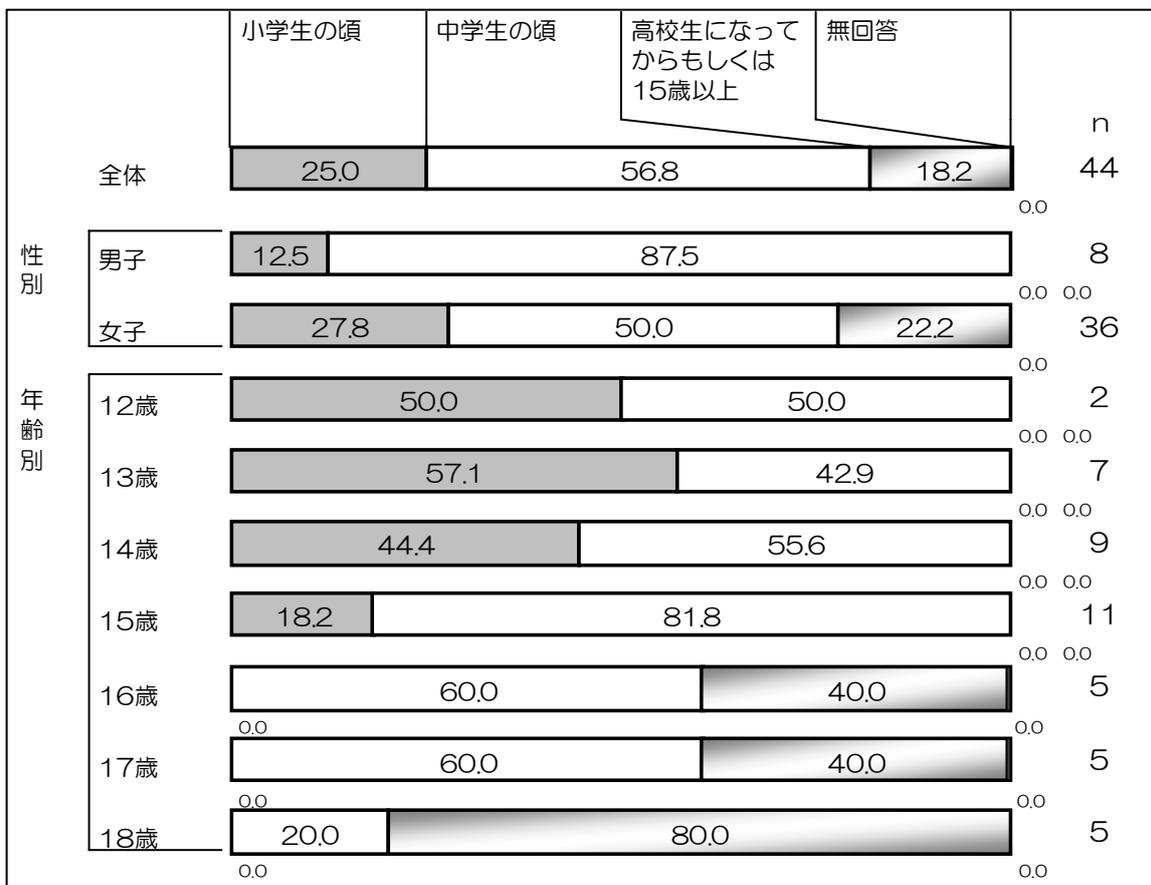
### (3) 初めてダイエットをした時期はいつか

問9付問1 初めてダイエットをしたのはいつですか。(問9で「1. はい」と回答した人のみ)

#### ポイント

- ◆ 「中学生の頃」が56.8%と最も多い
- ◆ 女子では中学生の頃までに77.8%がダイエットを経験
- ◆ ダイエット経験の低年齢化の傾向

図表 128 初めてダイエットをした時期（全体）



#### 全体

「中学生の頃」が56.8%と最も多く、次いで「小学生の頃」(25.0%)、「高校生になってからもしくは15歳以上」(18.2%)の順となっています。

#### 性別・年齢別

女子では「中学生の頃」が50.0%で、「小学生の頃」(27.8%)と合わせると、中学生の頃までに77.8%がダイエットを経験している結果となっています。

また、年齢別でみると、12歳から14歳にかけては、いずれも「小学生の頃」が40%以上となっており、ダイエット経験の低年齢化の傾向がうかがえます。

#### (4) ダイエットをした理由は何か

問9付問2 その理由は何ですか。(問9付問1で、「1. 小学生の頃」と回答した人のみ)

#### ポイント

◆ 理由は「体重が増えはじめたから」と「きれいでいたいから」の2つ

図表 129 ダイエットをした理由 (全体)

(単位:人)

|     |     | 合計 | 体重が増えはじめたから | 医師に進められたから | 健康のため | きれいでいたいから | 流行っているから | 無回答 |
|-----|-----|----|-------------|------------|-------|-----------|----------|-----|
| 全体  |     | 11 | 6           | 0          | 0     | 5         | 0        | 0   |
| 性別  | 男子  | 1  | 0           | 0          | 0     | 1         | 0        | 0   |
|     | 女子  | 10 | 6           | 0          | 0     | 4         | 0        | 0   |
| 年齢別 | 12歳 | 1  | 1           | 0          | 0     | 0         | 0        | 0   |
|     | 13歳 | 4  | 1           | 0          | 0     | 3         | 0        | 0   |
|     | 14歳 | 4  | 3           | 0          | 0     | 1         | 0        | 0   |
|     | 15歳 | 2  | 1           | 0          | 0     | 1         | 0        | 0   |
|     | 16歳 | 0  | 0           | 0          | 0     | 0         | 0        | 0   |
|     | 17歳 | 0  | 0           | 0          | 0     | 0         | 0        | 0   |
|     | 18歳 | 0  | 0           | 0          | 0     | 0         | 0        | 0   |

#### 全体

「体重が増えはじめたから」(6人)と「きれいでいたいから」(5人)の2つの理由に分かれています。

#### 性別・年齢別

女子では「体重が増えはじめたから」(6人)、「きれいでいたいから」(4人)となっています。

また、年齢別でみると、13歳では「きれいでいたいから」(3人)、14歳では「体重が増えはじめたから」(3人)などとなっています。

## 5. 運動・スポーツについて

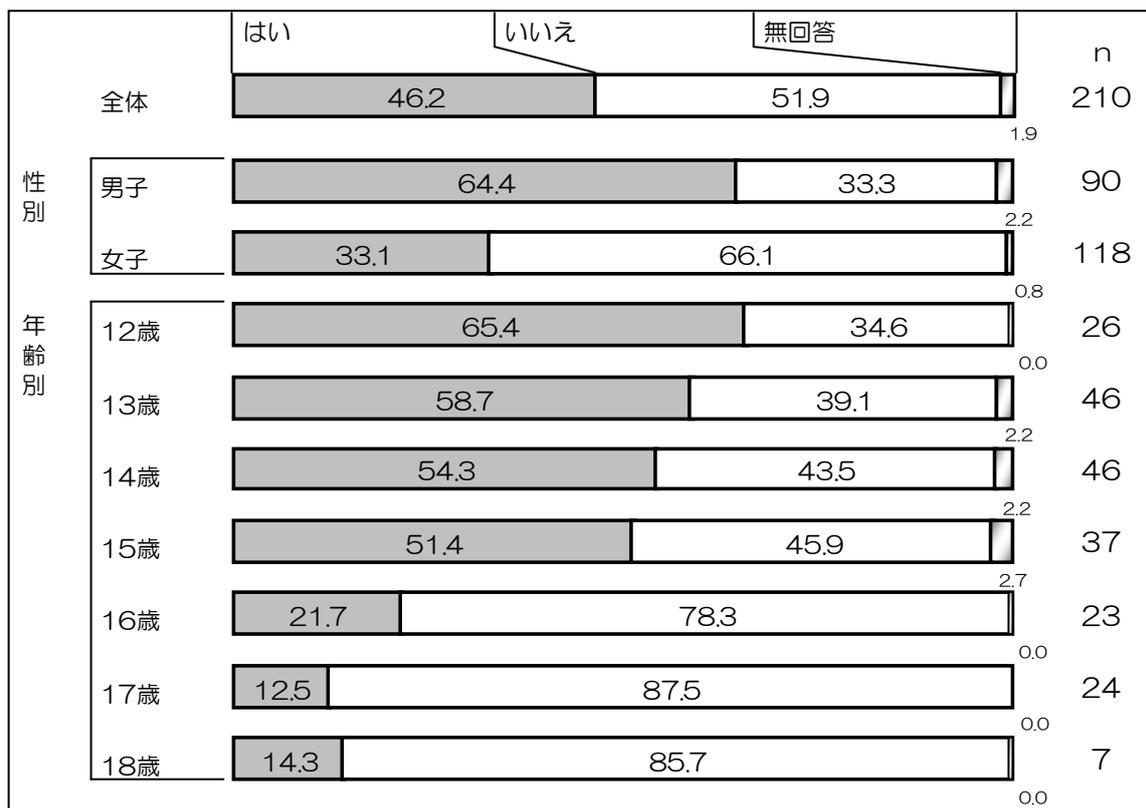
### (1) ふだん外で遊ぶことが多いか

問10 ふだん、公園や運動場など、外で遊ぶことが多いですか。

#### ポイント

- ◆ 「はい」と「いいえ」に回答がおおむね分かれる
- ◆ 女子では「はい」が33.1%で、男子と比べて30ポイント以上低い
- ◆ 15～18歳-女子では「はい」が16.1%
- ◆ おおむね年齢とともに外で遊ぶ割合が低下する傾向

図表 130 ふだん外で遊ぶことが多いか（全体）



#### 全体

「はい」(46.2%)と「いいえ」(51.9%)に回答がおおむね分かれています。

#### 性別・年齢別

女子では「はい」が33.1%で、男子(64.4%)と比べて30ポイント以上低い割合で、15～18歳-女子では16.1%となっています。

また、年齢別でみると、15歳から16歳にかけて「はい」が約30ポイント低下し

ており、おおむね年齢とともに外で遊ぶ割合が低下する傾向となっています。

図表 131 ふだん外で遊ぶことが多いか（詳細）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | はい   | いいえ  | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|------|------|-----|
| 全体            |           | 210 | 46.2 | 51.9 | 1.9 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 70.9 | 25.5 | 3.6 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 48.4 | 51.6 | 0.0 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 54.3 | 45.7 | 0.0 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 16.1 | 82.1 | 1.8 |

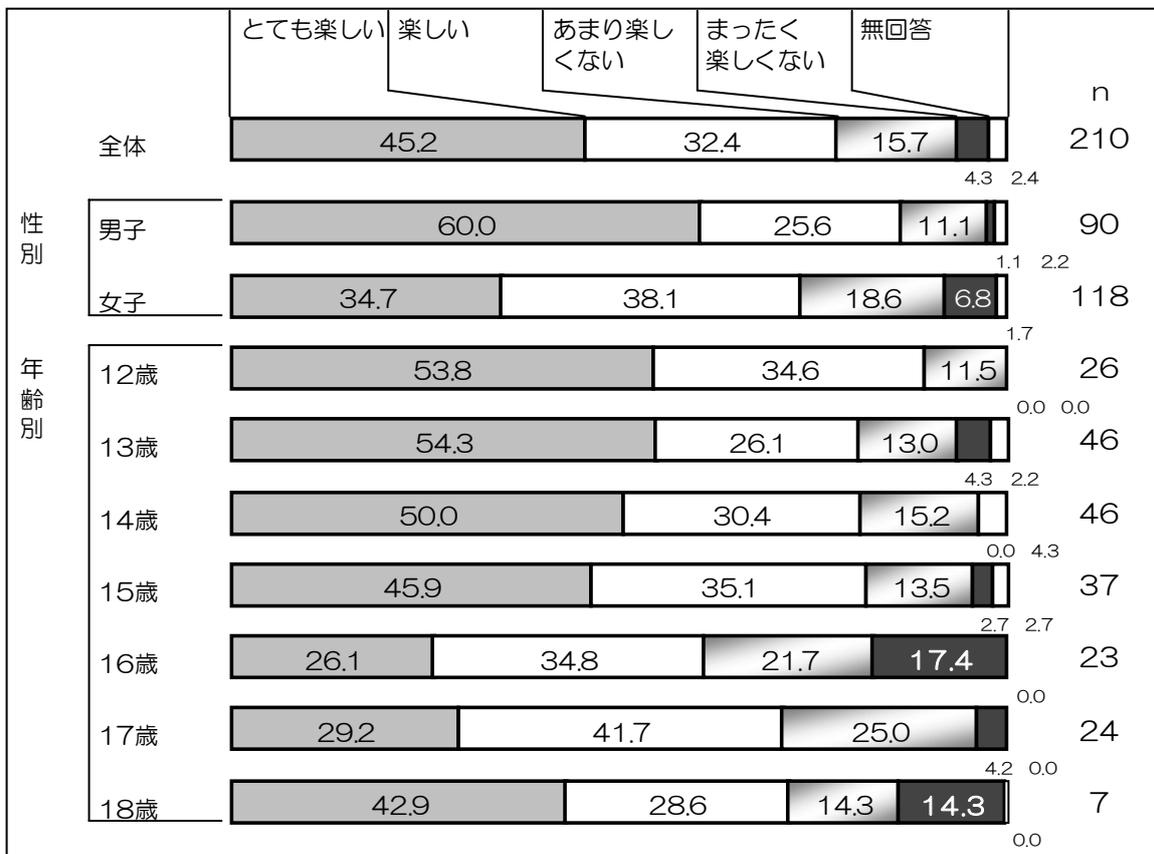
## (2) 運動やスポーツをすることが楽しいか

問11 運動やスポーツをすることが楽しいと思いますか。

### ポイント

- ◆ 運動やスポーツに対する肯定的な回答が77.6%
- ◆ 男子では「とても楽しい」が60.0%で、女子と比べて20ポイント以上高い
- ◆ 15~18歳-女子では「とても楽しい」が23.2%
- ◆ 運動に対する意識は、性別や年齢によって異なる傾向

図表 132 運動やスポーツをすることが楽しいか (全体)



### 全体

「とても楽しい」が45.2%と最も多く、「楽しい」(32.4%)を合わせると、運動やスポーツに対する肯定的な回答が77.6%を占めています。

一方、否定的な回答は、「あまり楽しくない」が15.7%となっており、「まったく楽しくない」(4.3%)との回答もみられます。

### 性別・年齢別

男子では「とても楽しい」が60.0%で、女子(34.7%)と比べて20ポイント以上高い割合となっています。

また、年齢別でみると、16歳では「とても楽しい」が26.1%で、13歳（54.3%）と比べて約30ポイント低い割合で、「まったく楽しくない」が17.4%となっています。

さらに、15～18歳-女子では「とても楽しい」が23.2%で比較的高い割合となっている一方、「まったく楽しくない」が10.7%と比較的高い割合となっているなど、運動に対する意識は、性別や年齢によって異なる傾向がみられます。

図表 133 運動やスポーツをすることが楽しいか（詳細）

（単位：人、%）

|               |           | 合計  | とても楽しい | 楽しい  | あまり楽しくない | まったく楽しくない | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|--------|------|----------|-----------|-----|
| 全体            |           | 210 | 45.2   | 32.4 | 15.7     | 4.3       | 2.4 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 61.8   | 27.3 | 7.3      | 0.0       | 3.6 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 45.2   | 32.3 | 17.7     | 3.2       | 1.6 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 57.1   | 22.9 | 17.1     | 2.9       | 0.0 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 23.2   | 44.6 | 19.6     | 10.7      | 1.8 |

### (3) 学校の授業以外の運動やスポーツをしているか

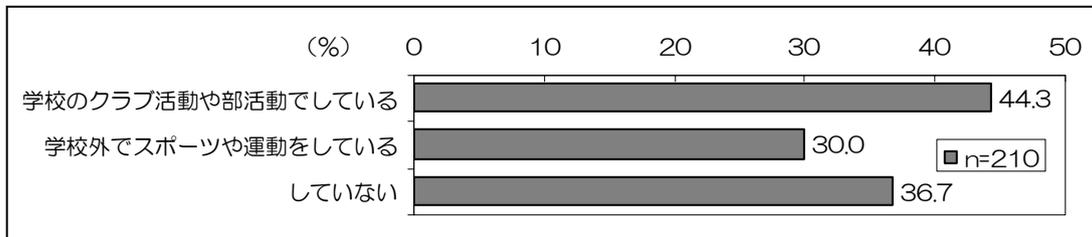
問12

ふだん、運動やスポーツをしていますか（学校の体育の授業以外で）。  
【複数回答】

#### ポイント

- ◆ 運動やスポーツに対する肯定的な回答が77.6%
- ◆ 12～14歳-女子では「していない」が46.8%で、15～18歳-女子では同回答が69.6%に上昇しており、学校の授業以外の運動やスポーツの状況は、性別によって異なる傾向
- ◆ 女子で運動をしていない割合が、国全体と比べて高い水準

図表 134 学校の授業以外の運動やスポーツについて（全体／複数回答）



#### 全 体

「学校のクラブ活動や部活動でしている」が44.3%で、「学校外でスポーツや運動をしている」が30.0%となっています。

また、「していない」は36.7%で、残りの約60%の人は、授業以外のいずれかの機会に運動やスポーツをしている結果となっています。

#### 性別・年齢別

12～14歳-男子では「学校のクラブ活動や部活動でしている」が70.9%で、同じ年齢層の女子（30.6%）と比べて40ポイント以上高い割合となっており、この傾向は15～18歳でも同様です。

一方、12～14歳-女子では「していない」が46.8%で、15～18歳-女子では同回答が69.6%に上昇しており、学校の授業以外の運動やスポーツの状況は、性別によって異なる傾向がみられます。

#### 他調査と比較

国レベルの調査「平成17年度児童生徒の食生活等実態調査報告書（独立行政法人日本スポーツ振興センター）」によると、学校の授業以外での運動の状況としては、「していない」が中学校（2年生）の男子で8.7%、女子で23.4%となっています。

調査が異なるため厳密には比較できないものの、町の調査結果でみると、中学校（12～14歳と想定）の男子で3.6%、女子で46.8%となっており、女子で運動をしていない割合が比較的高い水準と推測されます。

図表 135 学校の授業以外の運動やスポーツについて（詳細／複数回答）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | 学校のクラブ活動<br>や部活動<br>でしている | 学校外で<br>スポーツ<br>や運動を<br>している | してい<br>ない | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|---------------------------|------------------------------|-----------|-----|
| 全体            |           | 210 | 44.3                      | 30.0                         | 36.7      | 2.4 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 70.9                      | 47.3                         | 3.6       | 3.6 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 30.6                      | 33.9                         | 46.8      | 0.0 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 65.7                      | 31.4                         | 17.1      | 2.9 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 21.4                      | 8.9                          | 69.6      | 1.8 |

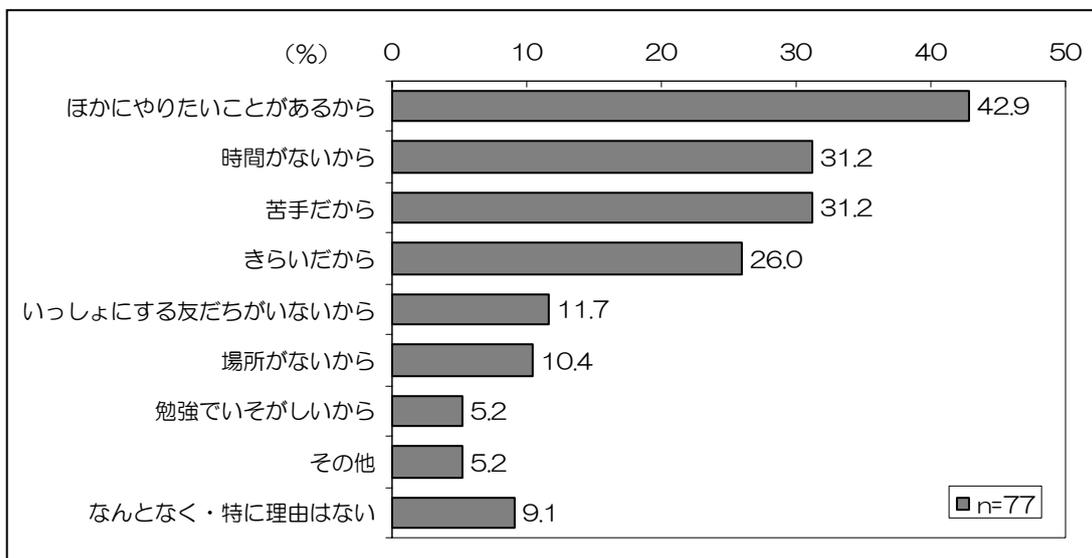
#### (4) 運動やスポーツをしていない理由は何か

問12付問 していない理由は何ですか。(問12で、「3 していない」と回答した人のみ)【複数回答】

##### ポイント

- ◆ 運動やスポーツをしていない理由の多くは、ほかにやりたいことがある、苦手、きれいといった“興味が薄いこと”、または、“時間がないこと”
- ◆ 12～14歳-女子では「勉強が忙しいから」、15～18歳-女子では「場所がないから」との理由も男子や他の年齢層と比べて高い割合

図表 136 運動やスポーツをしていない理由 (全体/複数回答)



##### 全体

「ほかにやりたいことがあるから」が42.9%と最も多く、次いで「時間がないから」(31.2%)、「苦手だから」(31.2%)、「きれいだから」(26.0%)と続いており、運動やスポーツをしていない理由の多くは、ほかにやりたいことがある、苦手、きれいといった“興味が薄いこと”、または、“時間がないこと”であることがわかります。

なお、上位にはあがっていませんが、「いっしょにする友だちがないから」(11.7%)や「場所がないから」(10.4%)などの理由もみられます。

##### 性別・年齢別

12～14歳-女子、15～18歳-女子ともに「ほかにやりたいことがあるから」という理由が最も多く、12～14歳-女子では「勉強が忙しいから」(10.3%)、15～18歳-女子では「場所がないから」(17.9%)との理由も男子や他の年齢層と比べて高い割合となっているのが特徴です。

図表 137 運動やスポーツをしていない理由（詳細／複数回答）

（単位：人、％）

|               |           | 合計 | 場所がないから | いっしょにする友だちがいないから | 時間がな | ほかにやりたいことがあるから | きらいだから | 勉強でいそがしいから | 苦手だから | その他  | なんとなく・特に理由はない | 無回答 |
|---------------|-----------|----|---------|------------------|------|----------------|--------|------------|-------|------|---------------|-----|
| 全体            |           | 77 | 10.4    | 11.7             | 31.2 | 42.9           | 26.0   | 5.2        | 31.2  | 5.2  | 9.1           | 0.0 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 2  | 0.0     | 0.0              | 0.0  | 0.0            | 0.0    | 0.0        | 50.0  | 50.0 | 0.0           | 0.0 |
|               | 12～14歳-女子 | 29 | 3.4     | 13.8             | 31.0 | 37.9           | 17.2   | 10.3       | 34.5  | 6.9  | 13.8          | 0.0 |
|               | 15～18歳-男子 | 6  | 0.0     | 0.0              | 16.7 | 33.3           | 33.3   | 0.0        | 50.0  | 0.0  | 16.7          | 0.0 |
|               | 15～18歳-女子 | 39 | 17.9    | 12.8             | 35.9 | 48.7           | 33.3   | 2.6        | 25.6  | 2.6  | 5.1           | 0.0 |

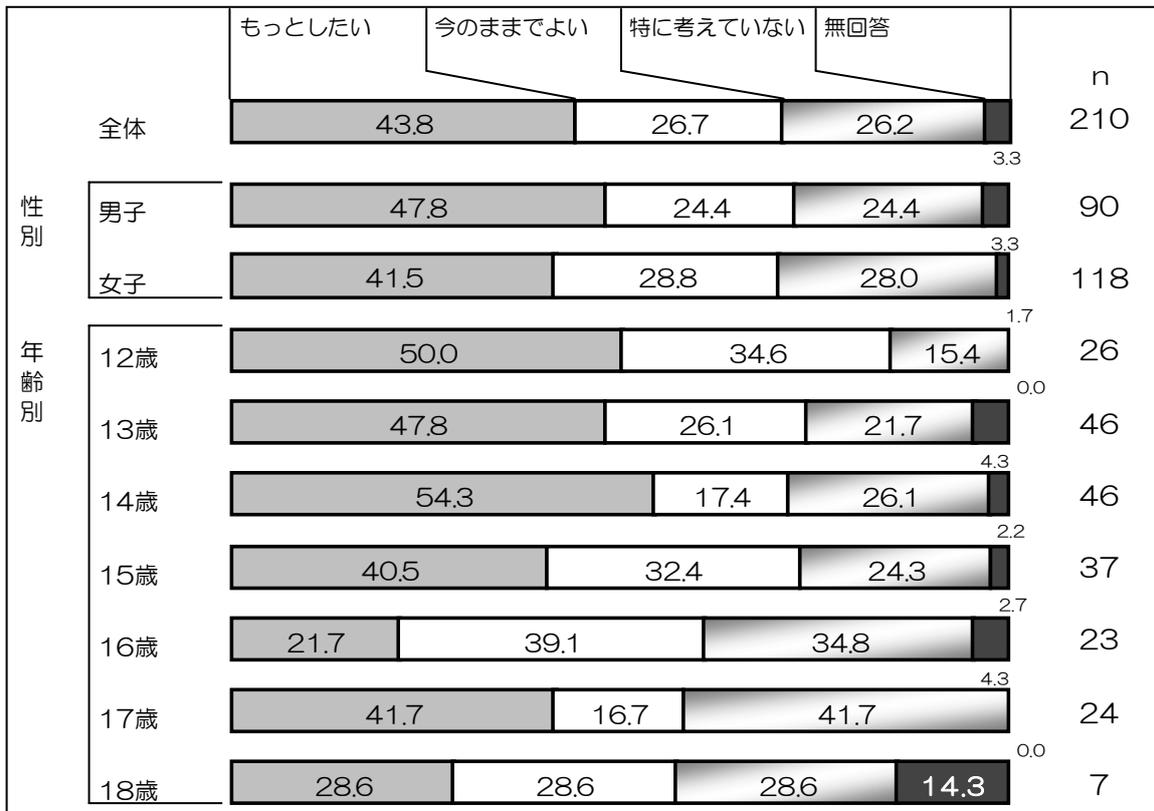
(5) 運動やスポーツを今後どのようにしたいか

問13 運動やスポーツについて、今後は、どのようにしたいと思いますか。

**ポイント**

- ◆ 「もっとしたい」が男女ともに40%以上
- ◆ 16歳では「もっとしたい」が21.7%で、12歳や14歳などと比べて低い割合

図表 138 運動やスポーツを今後どのようにしたいか (全体)



**全 体**

「もっとしたい」が43.8%と最も多く、そのほかの回答は「今のままでよい」(26.7%)と「特に考えていない」(26.2%)におおむね分かれています。

**性別・年齢別**

「もっとしたい」が男女ともに40%以上となっており、性別による大きな傾向の違いはみられません。

また、年齢別でみると、16歳では「もっとしたい」が21.7%で、12歳(50.0%)や14歳(54.3%)などと比べて低い割合となっており、問11の結果(16歳の約20%が運動等を「まったく楽しくない」と回答)との関連性が推測されます。

## 6. 睡眠や、ふだんの悩みなどについて

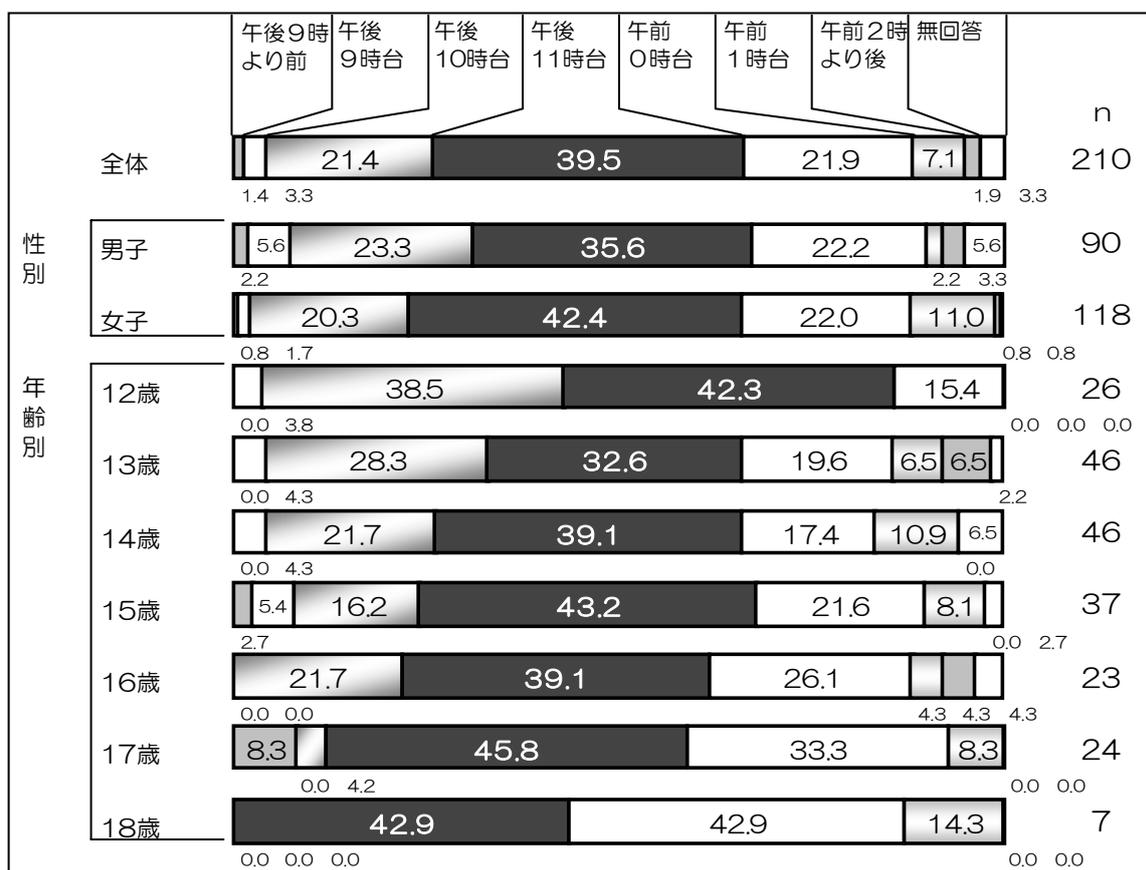
### (1) 平日、何時ごろねることが多いか

問14 平日（学校のある日）は、夜は何時ごろねることが多いですか。

#### ポイント

- ◆ 女子では「午前1時台」が11.0%で、男子と比べて約10ポイント高い割合
- ◆ 15～18歳-女子では「午前1時台」が12.5%にのぼる
- ◆ 遅い時間帯の占める割合は、男子や上の年齢ほど高い傾向

図表 139 平日の就寝時間（全体）



#### 全体

「午後11時台」が39.5%と最も多く、次いで、その前後の時間帯の「午前0時台」（21.9%）、「午後10時台」（21.4%）と続いており、「午前1時台」以降の時間帯は9.0%となっています。

**性別・年齢別**

「午前1時台」が男子では2.2%、女子では11.0%と女子が約10ポイント高い割合となっています。

また、年齢別で見ると、「午前0時台」以降の割合がおおむね年齢とともに上昇しており、12～14歳-男子では「午前0時台」が34.3%、15～18歳-女子では「午前1時台」が12.5%となっているなど、遅い時間帯の占める割合は、男子や上の年齢ほど高い傾向がみられます。

図表 140 平日の就寝時間（詳細）

（単位：人、%）

|               |           | 合計  | 午後9時<br>より前 | 午後9時<br>台 | 午後10時<br>台 | 午後11時<br>台 | 午前0時<br>台 | 午前1時<br>台 | 午前2時<br>より後 | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|-------------|-----------|------------|------------|-----------|-----------|-------------|-----|
| 全体            |           | 210 | 1.4         | 3.3       | 21.4       | 39.5       | 21.9      | 7.1       | 1.9         | 3.3 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 0.0         | 7.3       | 30.9       | 32.7       | 14.5      | 3.6       | 3.6         | 7.3 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 0.0         | 1.6       | 25.8       | 40.3       | 21.0      | 9.7       | 1.6         | 0.0 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 5.7         | 2.9       | 11.4       | 40.0       | 34.3      | 0.0       | 2.9         | 2.9 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 1.8         | 1.8       | 14.3       | 44.6       | 23.2      | 12.5      | 0.0         | 1.8 |

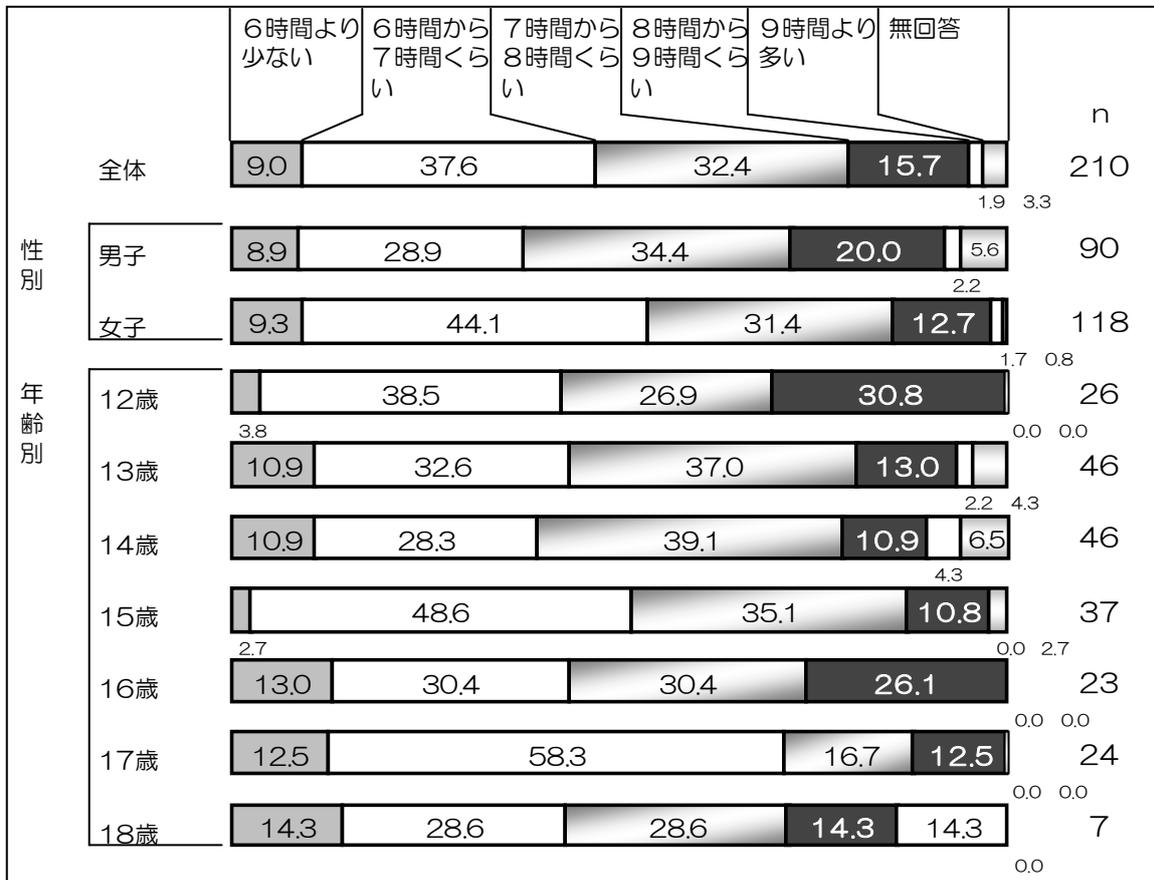
(2) 平日の睡眠時間は何時間くらいか

問15 平日（学校のある日）は、夜は何時間くらい寝ることが多いですか。

**ポイント**

- ◆ 女子では「6時間から7時間くらい」が44.1%と最も多く、「6時間より少ない」を合わせると53.4%
- ◆ 15~18歳-男子では「6時間より少ない」が14.3%
- ◆ 短い睡眠時間の割合は、上の年齢ほど高い傾向

図表 141 平日の睡眠時間（全体）



**全体**

「6時間から7時間くらい」が37.6%と最も多く、次いで「7時間から8時間くらい」（32.4%）と続いており、この2つの時間帯が70.0%を占めています。

また、「6時間より少ない」（9.0%）との回答もみられます。

**性別・年齢別**

女子では「6時間から7時間くらい」が44.1%と最も多く、「6時間より少ない」（9.3%）を合わせると53.4%となっており、男子では「7時間から8時間くらい」

が34.4%と最も多くなっています。

また、年齢別でみると、16歳から17歳にかけて、7時間以上との回答が約30ポイント低下しているほか、15～18歳-男子では「6時間より少ない」が14.3%、15～18歳-女子では「6時間から7時間ぐらい」が51.8%となっているなど、短い睡眠時間の割合は、上の年齢ほど高い傾向がみられます。

図表 142 平日の睡眠時間（詳細）

（単位：人、%）

|               |           | 合計  | 6時間より少ない | 6時間から7時間ぐらい | 7時間から8時間ぐらい | 8時間から9時間ぐらい | 9時間より多い | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|----------|-------------|-------------|-------------|---------|-----|
| 全体            |           | 210 | 9.0      | 37.6        | 32.4        | 15.7        | 1.9     | 3.3 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 5.5      | 25.5        | 38.2        | 18.2        | 3.6     | 9.1 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 12.9     | 37.1        | 33.9        | 14.5        | 1.6     | 0.0 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 14.3     | 34.3        | 28.6        | 22.9        | 0.0     | 0.0 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 5.4      | 51.8        | 28.6        | 10.7        | 1.8     | 1.8 |

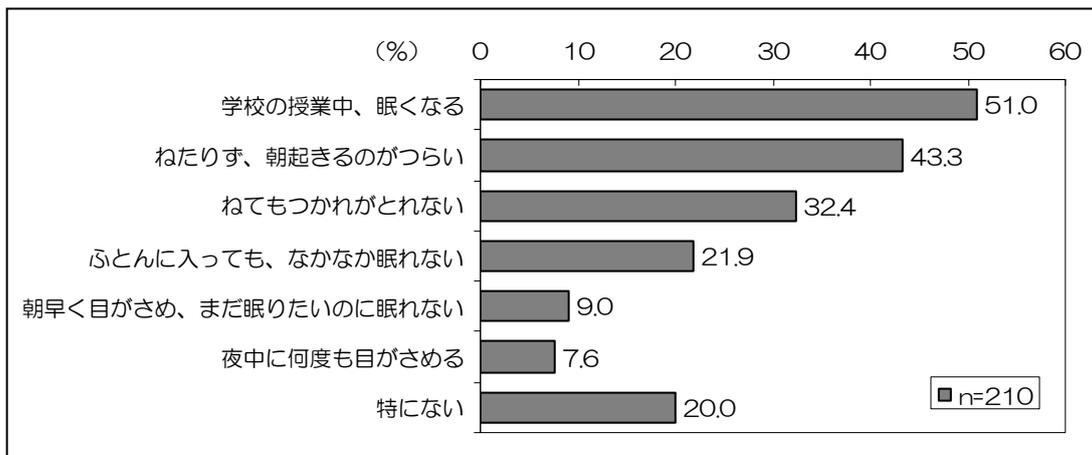
### (3) 睡眠についてあてはまるものがあるか

問16 睡眠について、あなたにあてはまるものがありますか。【複数回答】

#### ポイント

- ◆ 80%の人は、睡眠に関するいずれかの問題を意識
- ◆ 女子で睡眠に関する問題を意識する割合が比較的高い傾向

図表 143 睡眠について（全体／複数回答）



#### 全体

「学校の授業中、眠くなる」が51.0%と最も多く、次いで「ねたりず、朝起きるのがつらい」(43.3%)、「ねてもつかれがとれない」(32.4%)と続いています。

また、「ふとんに入っても、なかなか眠れない」(21.9%)との“入眠障害”や「朝早く目がさめ、まだ眠りたいのに眠れない」(9.0%)との“早期覚醒”、さらには「夜中に何度も目がさめる」(7.6%)との“中途覚醒”の傾向を示す回答もみられます。

なお、「特にない」は20.0%で、残りの80%の人は、睡眠に関するいずれかの問題を意識している結果となっています。

#### 性別・年齢別

12～14歳-女子では「ねてもつかれがとれない」(40.3%)、「朝早く目がさめ、まだ眠りたいのに眠れない」(16.1%)、「夜中に何度も目がさめる」(14.5%)、15～18歳-女子では「学校の授業中、眠くなる」(62.5%)、「ねてもつかれがとれない」(41.1%)、「ふとんに入っても、なかなか眠れない」(28.6%)など、女子で睡眠に関する問題を意識する割合が比較的高い傾向がみられます。

また、15～18歳-男子では「ねたりず、朝起きるのがつらい」が62.9%と、比較的高い割合となっています。

図表 144 睡眠について（詳細／複数回答）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | ねたりず、朝起きるのがつらい | ねてもつかれがとれない | ふとんに入っても、なかなか眠れない | 夜中に何度も目がさめる | 朝早く目がさめ、まだ眠りたいのに眠れない | 学校の授業中、眠くなる | 特にない | 無回答  |
|---------------|-----------|-----|----------------|-------------|-------------------|-------------|----------------------|-------------|------|------|
| 全体            |           | 210 | 43.3           | 32.4        | 21.9              | 7.6         | 9.0                  | 51.0        | 20.0 | 5.7  |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 30.9           | 21.8        | 18.2              | 3.6         | 3.6                  | 40.0        | 25.5 | 12.7 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 45.2           | 40.3        | 22.6              | 14.5        | 16.1                 | 51.6        | 12.9 | 1.6  |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 62.9           | 22.9        | 17.1              | 2.9         | 8.6                  | 51.4        | 20.0 | 0.0  |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 42.9           | 41.1        | 28.6              | 7.1         | 7.1                  | 62.5        | 23.2 | 3.6  |

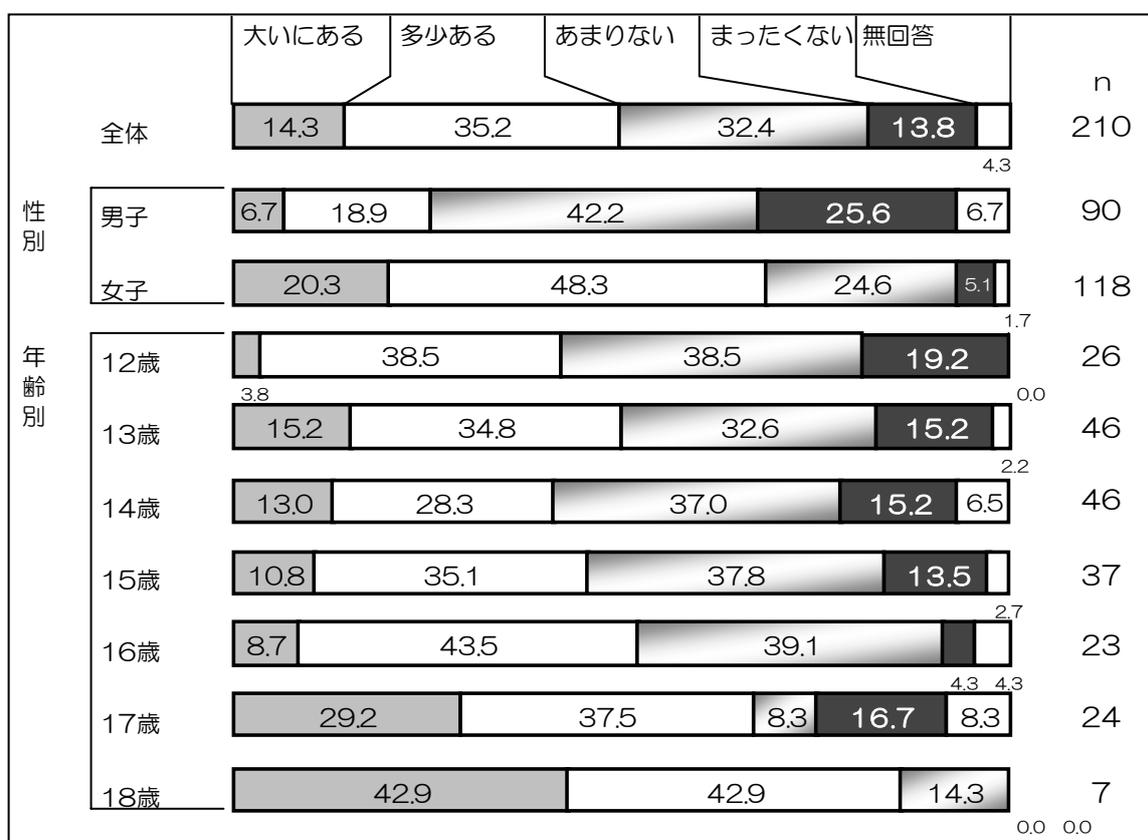
(4) この1か月の不満、悩み、苦労、ストレスがあったか

問17 ここ1か月間、不満、悩み、苦労、ストレスがありましたか。

**ポイント**

- ◆ 女子では「大いにある」と「多少ある」を合わせると68.6%を占めており、男子と比べて40ポイント以上高い割合
- ◆ ストレス等を意識している割合は、女子や上の年齢ほど高い傾向

図表 145 この1か月の不満、悩み、苦労、ストレスについて (全体)



**全体**

「多少ある」が35.2%と最も多く、「大いにある」(14.3%)を合わせると49.5%で、これらストレス等を意識している層と、意識していない層(「あまりない」または「まったくない」)におおむね分かれています。

**性別・年齢別**

女子では「大いにある」(20.3%)と「多少ある」(48.3%)を合わせると68.6%を占めており、男子(25.6%)と比べて40ポイント以上高い割合となっています。

また、年齢別でみると、14歳以降はストレス等を意識している層の割合が年齢とともに上昇しており、15~18歳-女子では「大いにある」が21.4%で、「まったくない」

が5.4%となっているなど、ストレス等を意識している割合は、女子や上の年齢ほど高い傾向がみられます。

図表 146 この1か月の不満、悩み、苦労、ストレスについて（詳細）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | 大いにある | 多少ある | あまりない | まったくない | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|-------|------|-------|--------|-----|
| 全体            |           | 210 | 14.3  | 35.2 | 32.4  | 13.8   | 4.3 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 3.6   | 16.4 | 45.5  | 29.1   | 5.5 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 19.4  | 48.4 | 25.8  | 4.8    | 1.6 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 11.4  | 22.9 | 37.1  | 20.0   | 8.6 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 21.4  | 48.2 | 23.2  | 5.4    | 1.8 |

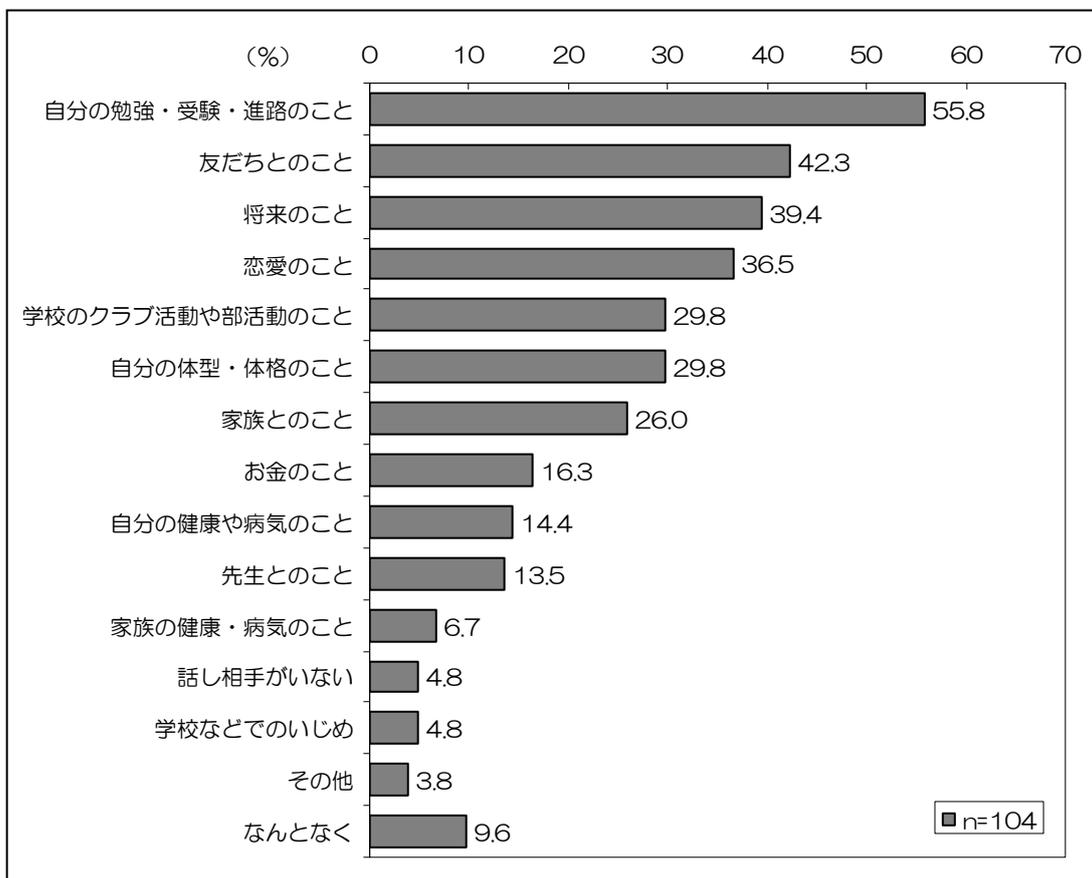
(5) どのようなことで不満、悩み、苦勞、ストレスを感じているか

どのようなことで不満、悩み、苦勞、ストレスを感じていますか。(問  
問17(1) 17で、「1 大いにある、2 多少ある」と回答した人のみ)【複数回  
答】

**ポイント**

- ◆ 12~14歳-男子では「学校のクラブ活動や部活動のこと」、15~18歳-男子では「家族とのこと」などが比較的高い割合
- ◆ 12~14歳-女子では「友だちとのこと」、「自分の体型・体格のこと」、「学校などでのいじめ」、15~18歳-女子では「自分の勉強・受験・進路のこと」、「将来のこと」などが比較的高い割合

図表 147 どのようなことで感じているか (全体/複数回答)



**全 体**

「自分の勉強・受験・進路のこと」が55.8%と最も多く、次いで「友だちとのこと」(42.3%)、「将来のこと」(39.4%)、「恋愛のこと」(36.5%)と続いています。

また、そのほかの回答は、「学校のクラブ活動や部活動のこと」(29.8%)、「自分の体型・体格のこと」(29.8%)、「家族のこと」(26.0%)などがあがっており、「話し相手がない」(4.8%)、「学校などでのいじめ」(4.8%)との回答もみられます。

**性別・年齢別**

12～14歳-男子では「学校のクラブ活動や部活動のこと」(45.5%)、15～18歳-男子では「家族とのこと」(41.7%)などが比較的高い割合となっています。

また、12～14歳-女子では「友だちとのこと」が57.1%と最も多く、そのほかの回答は「自分の体型・体格のこと」(38.1%)や「学校などでのいじめ」(9.5%)、15～18歳-女子では「自分の勉強・受験・進路のこと」(64.1%)、「将来のこと」(53.8%)などが、男子や他の年齢層に比べて高い割合となっているのが特徴です。

図表 148 どのようなことで感じているか（詳細／複数回答）

(単位:人、%)

|               |           | 合計  | 家族とのこと      | 友だちとのこと | 話し相手がいない    | 恋愛のこと  | 自分の健康や病気のこと | 将来のこと | 学校のクラブ活動や部活動のこと | 自分の勉強・受験・進路のこと |
|---------------|-----------|-----|-------------|---------|-------------|--------|-------------|-------|-----------------|----------------|
| 全体            |           | 104 | 26.0        | 42.3    | 4.8         | 36.5   | 14.4        | 39.4  | 29.8            | 55.8           |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 11  | 27.3        | 45.5    | 18.2        | 27.3   | 27.3        | 27.3  | 45.5            | 45.5           |
|               | 12～14歳-女子 | 42  | 23.8        | 57.1    | 2.4         | 38.1   | 7.1         | 33.3  | 31.0            | 54.8           |
|               | 15～18歳-男子 | 12  | 41.7        | 16.7    | 8.3         | 8.3    | 16.7        | 25.0  | 33.3            | 41.7           |
|               | 15～18歳-女子 | 39  | 23.1        | 33.3    | 2.6         | 46.2   | 17.9        | 53.8  | 23.1            | 64.1           |
|               |           | 合計  | 家族の健康・病気のこと | お金のこと   | 自分の体型・体格のこと | 先生とのこと | 学校などでのいじめ   | その他   | なんとなく           | 無回答            |
| 全体            |           | 104 | 6.7         | 16.3    | 29.8        | 13.5   | 4.8         | 3.8   | 9.6             | 0.0            |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 11  | 9.1         | 27.3    | 18.2        | 9.1    | 0.0         | 0.0   | 27.3            | 0.0            |
|               | 12～14歳-女子 | 42  | 4.8         | 9.5     | 38.1        | 7.1    | 9.5         | 7.1   | 4.8             | 0.0            |
|               | 15～18歳-男子 | 12  | 0.0         | 8.3     | 8.3         | 25.0   | 8.3         | 8.3   | 16.7            | 0.0            |
|               | 15～18歳-女子 | 39  | 10.3        | 23.1    | 30.8        | 17.9   | 0.0         | 0.0   | 7.7             | 0.0            |

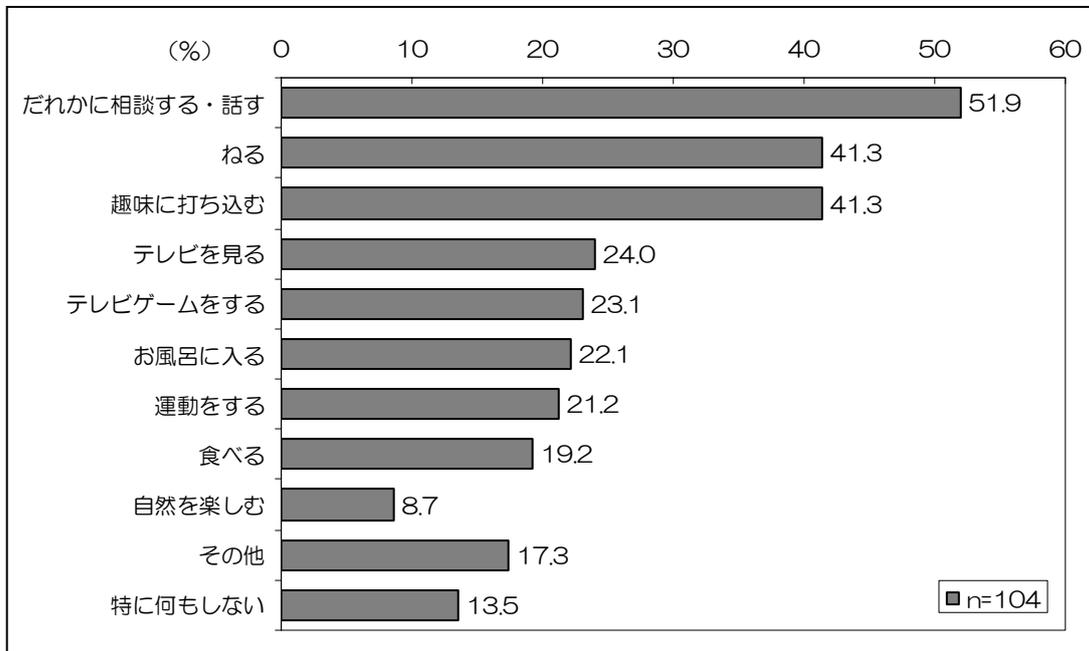
(6) 不満、悩み、苦勞、ストレスを感じたとき、どのようにしているか

不満、悩み、苦勞、ストレスを感じたとき、どのようにしていますか。  
 問17(2) (問17で、「1 大いにある、2 多少ある」と回答した人のみ)  
 【複数回答】

**ポイント**

- ◆ 12～14歳-男子と15～18歳-男子では「運動をする」、「ねる」、「テレビゲームをする」が女子に比べて高い割合
- ◆ 15～18歳-女子では「だれかに相談する・話す」が64.1%と、男子や他の年齢層に比べて高い割合

図表 149 どのように対処しているか (全体/複数回答)



**全 体**

「だれかに相談する・話す」が51.9%と最も多く、次いで「ねる」(41.3%)または「趣味に打ち込む」(41.3%)と続いています。

なお、「特に何もしない」は13.5%で、残りの80%以上は、ストレス等に対していずれかの方法により対処している結果となっています。

**性別・年齢別**

12～14歳-男子と15～18歳-男子では「運動をする」、「ねる」、「テレビゲームをする」が女子に比べて高い割合となっており、15～18歳-女子では「だれかに相談する・話す」が64.1%と、男子や他の年齢層に比べて高い割合となっているのが特徴です。

図表 150 どのように対処しているか（詳細／複数回答）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | だれかに相談する・話す | 運動をする  | ねる        | 趣味に打ち込む | 自然を楽しむ  | お風呂に入る |
|---------------|-----------|-----|-------------|--------|-----------|---------|---------|--------|
| 全体            |           | 104 | 51.9        | 21.2   | 41.3      | 41.3    | 8.7     | 22.1   |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 11  | 27.3        | 45.5   | 54.5      | 36.4    | 27.3    | 18.2   |
|               | 12～14歳-女子 | 42  | 54.8        | 19.0   | 23.8      | 40.5    | 9.5     | 23.8   |
|               | 15～18歳-男子 | 12  | 25.0        | 41.7   | 66.7      | 50.0    | 16.7    | 33.3   |
|               | 15～18歳-女子 | 39  | 64.1        | 10.3   | 48.7      | 41.0    | 0.0     | 17.9   |
|               |           | 合計  | 食べる         | テレビを見る | テレビゲームをする | その他     | 特に何もしない | 無回答    |
| 全体            |           | 104 | 19.2        | 24.0   | 23.1      | 17.3    | 13.5    | 0.0    |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 11  | 9.1         | 36.4   | 45.5      | 18.2    | 18.2    | 0.0    |
|               | 12～14歳-女子 | 42  | 19.0        | 26.2   | 7.1       | 28.6    | 14.3    | 0.0    |
|               | 15～18歳-男子 | 12  | 16.7        | 25.0   | 41.7      | 8.3     | 16.7    | 0.0    |
|               | 15～18歳-女子 | 39  | 23.1        | 17.9   | 28.2      | 7.7     | 10.3    | 0.0    |

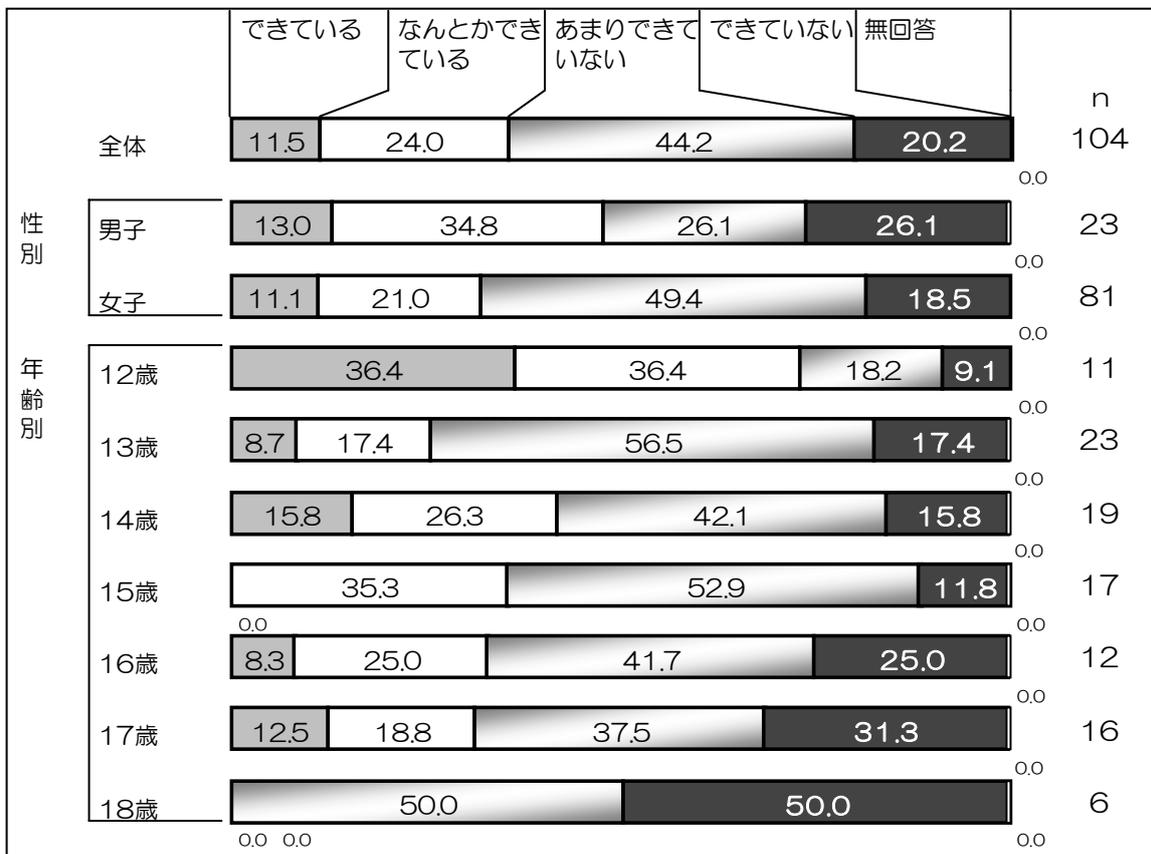
(7) 不満、悩み、苦労、ストレスは解消できているか

問17(3) ここ1ヶ月間、不満、悩み、苦労、ストレスは解消できていますか。  
 (問17で、「1 大いにある、2 多少ある」と回答した人のみ)

**ポイント**

- ◆ 解消できていない層が64.4%
- ◆ 女子では、解消できていない層が67.9%
- ◆ 15~18歳-男子では解消できていない層が75.0%
- ◆ ストレス等の解消状況は、性別や年齢によって異なる傾向

図表 151 解消できているかについて (全体)



**全体**

「あまりできていない」が44.2%と最も多く、「できていない」(20.2%)を合わせると、解消できていない層が64.4%を占めています。

**性別・年齢別**

女子では「あまりできていない」が49.4%と最も多く、「できていない」(18.5%)を合わせると、解消できていない層が67.9%を占めています。

一方、男子では「なんとかできている」が34.8%と最も多くなっています。

また、年齢別でみると、12歳では「できている」が36.4%で、そのほかの年齢で

はいずれも20%以下となっているほか、15～18歳-男子と15～18歳-女子では「できている」が10%未満で、特に15～18歳-男子では解消できていない層が75.0%となっているなど、ストレス等の解消状況は、性別や年齢によって異なる傾向がみられます。

図表 152 解消できているかについて（詳細）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | できている | なんとかできている | あまりできていない | できていない | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|-------|-----------|-----------|--------|-----|
| 全体            |           | 104 | 11.5  | 24.0      | 44.2      | 20.2   | 0.0 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 11  | 18.2  | 54.5      | 18.2      | 9.1    | 0.0 |
|               | 12～14歳-女子 | 42  | 16.7  | 16.7      | 50.0      | 16.7   | 0.0 |
|               | 15～18歳-男子 | 12  | 8.3   | 16.7      | 33.3      | 41.7   | 0.0 |
|               | 15～18歳-女子 | 39  | 5.1   | 25.6      | 48.7      | 20.5   | 0.0 |

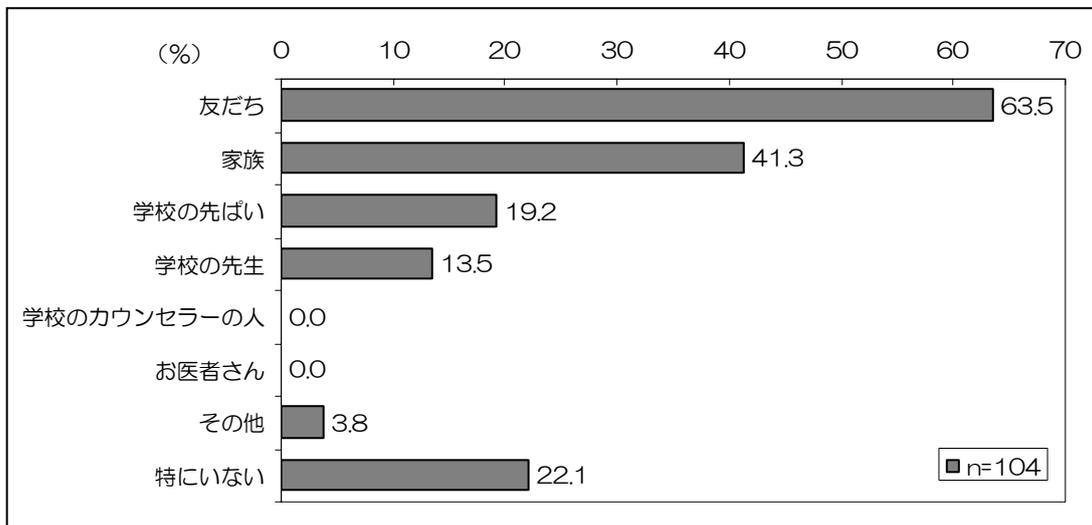
(8) 不満、悩み、苦勞、ストレスについて話をする人がいるか

不満、悩み、苦勞、ストレスについてだれかに話したいとき、話をす  
問17(4) る人がいますか。(問17で、「1 大いにある、2 多少ある」と回答  
した人のみ)【複数回答】

**ポイント**

- ◆ 「友だち」が63.5%と最も多い
- ◆ 12～14歳-男子と15～18歳-男子では「特にいない」、12～14歳-女子では「学校の先ばい」、15～18歳-女子では「家族」が比較的高い割合

図表 153 相談相手 (全体/複数回答)



**全 体**

「友だち」が63.5%と最も多く、次いで「家族」(41.3%)、「学校の先ばい」(19.2%)、「学校の先生」(13.5%)と続いています。

また、「学校のカウンセラーの人」や「お医者さん」との回答はみられません。

なお、「特にいない」は22.1%で、残りの約80%の人は、いずれかの相談相手がいる結果となっています。

**性別・年齢別**

12～14歳-男子と15～18歳-男子では「特にいない」が女子に比べて高い割合となっており、12～14歳-女子では「学校の先ばい」(33.3%)、15～18歳-女子では「家族」(46.2%)が比較的高い割合となっているのが特徴です。

図表 154 相談相手（詳細／複数回答）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | 家族   | 友だち  | 学校の先<br>ばい | 学校の先<br>生 | 学校のカ<br>ウンセ<br>ラーの人 | お医者さ<br>ん | その他 | 特にいな<br>い | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|------|------|------------|-----------|---------------------|-----------|-----|-----------|-----|
| 全体            |           | 104 | 41.3 | 63.5 | 19.2       | 13.5      | 0.0                 | 0.0       | 3.8 | 22.1      | 0.0 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 11  | 45.5 | 45.5 | 9.1        | 9.1       | 0.0                 | 0.0       | 9.1 | 36.4      | 0.0 |
|               | 12～14歳-女子 | 42  | 40.5 | 66.7 | 33.3       | 11.9      | 0.0                 | 0.0       | 4.8 | 16.7      | 0.0 |
|               | 15～18歳-男子 | 12  | 25.0 | 58.3 | 8.3        | 8.3       | 0.0                 | 0.0       | 8.3 | 41.7      | 0.0 |
|               | 15～18歳-女子 | 39  | 46.2 | 66.7 | 10.3       | 17.9      | 0.0                 | 0.0       | 0.0 | 17.9      | 0.0 |

## 7. たばこについて

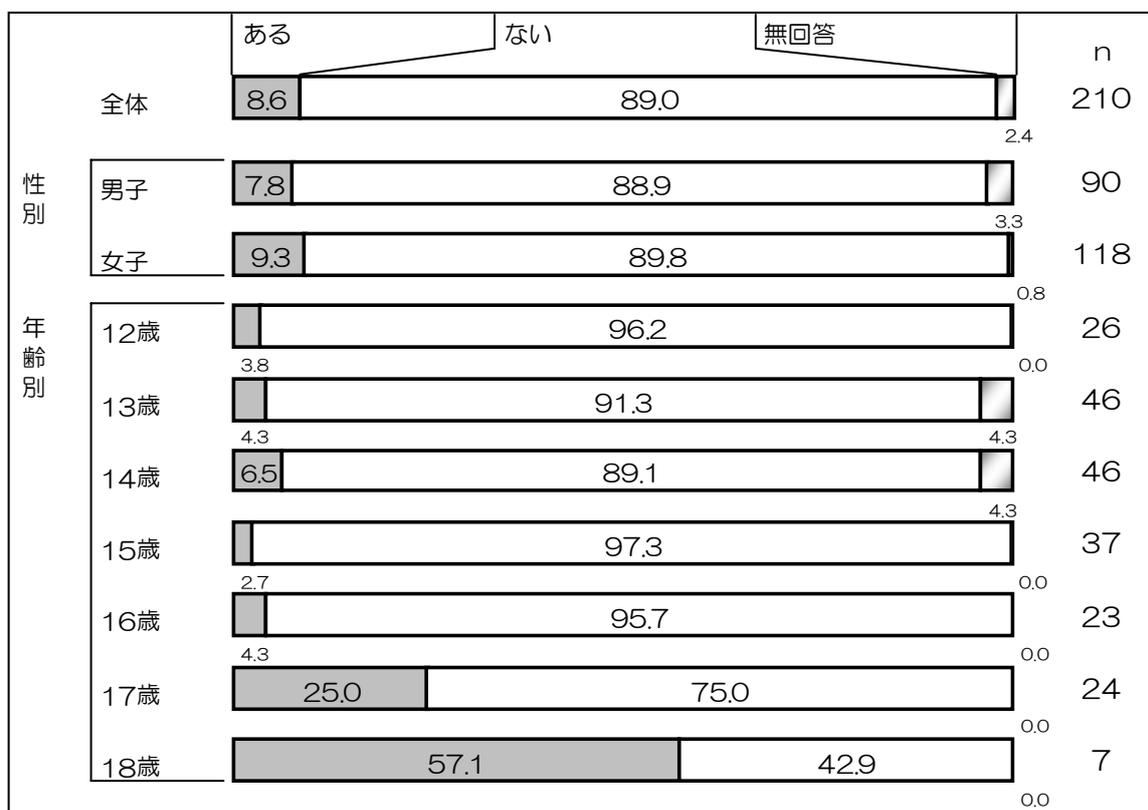
### (1) たばこを吸ったことがあるか

問18 今までに、たばこを吸ったことがありますか。

#### ポイント

- ◆ 17歳では喫煙経験者が4人に1人
- ◆ 15～18歳-女子では「ある」が16.1%と、同じ年齢層の男子に比べて高い割合

図表 155 たばこを吸ったことがあるか（全体）



#### 全体

「ある」が8.6%と、喫煙経験者は10人に1人となっています。

#### 性別・年齢別

喫煙経験者は、男女ともに10%未満で、年齢別で見ると、「ある」が16歳から17歳にかけて約20ポイント上昇し、17歳では25.0%と、喫煙経験者が4人に1人となっています。

また、15～18歳-女子では「ある」が16.1%と、同じ年齢層の男子に比べて高い割合となっています。

図表 156 たばこを吸ったことがあるか（詳細／複数回答）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | ある   | ない   | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|------|------|-----|
| 全体            |           | 210 | 8.6  | 89.0 | 2.4 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 7.3  | 87.3 | 5.5 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 3.2  | 95.2 | 1.6 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 8.6  | 91.4 | 0.0 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 16.1 | 83.9 | 0.0 |

(2) 初めてたばこを吸った時期はいつか

問18(1) 初めて、たばこを吸ったのはいつですか。(問18で、「1 ある」と回答した人のみ)

**ポイント**

- ◆ 「小学校4年生以下」が最も多い
- ◆ 男子では全員が「小学校4年生以下」または「小学校5～6年生」

図表 157 初めてたばこを吸った時期（全体）

(単位:人)

|     |     | 合計 | 小学校4年生以下 | 小学校5～6年生 | 中学生になってから | 高校生になってからもしくは15歳以上 | 無回答 |
|-----|-----|----|----------|----------|-----------|--------------------|-----|
| 全体  |     | 18 | 10       | 2        | 1         | 5                  | 0   |
| 性別  | 男子  | 7  | 5        | 2        | 0         | 0                  | 0   |
|     | 女子  | 11 | 5        | 0        | 1         | 5                  | 0   |
| 年齢別 | 12歳 | 1  | 1        | 0        | 0         | 0                  | 0   |
|     | 13歳 | 2  | 1        | 0        | 1         | 0                  | 0   |
|     | 14歳 | 3  | 2        | 1        | 0         | 0                  | 0   |
|     | 15歳 | 1  | 1        | 0        | 0         | 0                  | 0   |
|     | 16歳 | 1  | 1        | 0        | 0         | 0                  | 0   |
|     | 17歳 | 6  | 4        | 0        | 0         | 2                  | 0   |
|     | 18歳 | 4  | 0        | 1        | 0         | 3                  | 0   |

**全体**

「小学校4年生以下」が10人と最も多く、次いで「高校生になってからもしくは15歳以上」(5人)、「小学校5～6年生」(2人)、「中学生になってから」(1人)の順となっています。

**性別・年齢別**

男子では全員が「小学校4年生以下」または「小学校5～6年生」となっており、女子では「小学校4年生以下」と「高校生になってからもしくは15歳以上」の2つに回答がおおむね分かれています。

また、年齢別で見ると、12歳から16歳にかけては「小学校4年生以下」がほとんどで、17歳以降では「小学校4年生以下」と「高校生になってからもしくは15歳以上」の2つに回答がおおむね分かれています。

### (3) どのように入手したか

問18(2) たばこはどのようにして手にいれましたか。または、手にいれますか。  
(問18で、「1 ある」と回答した人のみ)

#### ポイント

- ◆ 「友だちからもらった」が男女ともに最も多い
- ◆ 女子では「家にあるたばこを吸った」との回答も比較的多い

図表 158 どのように入手したか（全体）

(単位:人)

|     |     | 合計 | 家にある<br>たばこを<br>吸った | 友だちか<br>らもらっ<br>た | 自動販売<br>機で買っ<br>た | たばこ屋<br>やコンビ<br>ニで買っ<br>た | その他 | 無回答 |
|-----|-----|----|---------------------|-------------------|-------------------|---------------------------|-----|-----|
| 全体  |     | 18 | 5                   | 8                 | 2                 | 0                         | 3   | 0   |
| 性別  | 男子  | 7  | 1                   | 3                 | 1                 | 0                         | 2   | 0   |
|     | 女子  | 11 | 4                   | 5                 | 1                 | 0                         | 1   | 0   |
| 年齢別 | 12歳 | 1  | 0                   | 0                 | 0                 | 0                         | 1   | 0   |
|     | 13歳 | 2  | 1                   | 1                 | 0                 | 0                         | 0   | 0   |
|     | 14歳 | 3  | 0                   | 1                 | 1                 | 0                         | 1   | 0   |
|     | 15歳 | 1  | 1                   | 0                 | 0                 | 0                         | 0   | 0   |
|     | 16歳 | 1  | 0                   | 1                 | 0                 | 0                         | 0   | 0   |
|     | 17歳 | 6  | 2                   | 2                 | 1                 | 0                         | 1   | 0   |
|     | 18歳 | 4  | 1                   | 3                 | 0                 | 0                         | 0   | 0   |

#### 全 体

「友だちからもらった」が8人と最も多く、次いで「家にあるたばこを吸った」(5人)、「自動販売機で買った」(2人)と続いており、「たばこ屋やコンビニで買った」との回答はみられません。

#### 性別・年齢別

「友だちからもらった」が男女ともに最も多く、また、女子では「家にあるたばこを吸った」との回答も比較的多くみられます。

また、年齢によって入手先の傾向にばらつきがみられます。

(4) この1週間でたばこを吸ったか

問18(3) この1週間でたばこを吸いましたか。(問18で、「1 ある」と回答した人のみ)



**ポイント**

◆ この1週間の喫煙者は全員が17歳または18歳

図表 159 この1週間のうちたばこを吸ったかについて (全体)

(単位:人)

|     |     | 合計 | はい | いいえ | 無回答 |
|-----|-----|----|----|-----|-----|
| 全体  |     | 18 | 4  | 12  | 2   |
| 性別  | 男子  | 7  | 2  | 4   | 1   |
|     | 女子  | 11 | 2  | 8   | 1   |
| 年齢別 | 12歳 | 1  | 0  | 1   | 0   |
|     | 13歳 | 2  | 0  | 2   | 0   |
|     | 14歳 | 3  | 0  | 3   | 0   |
|     | 15歳 | 1  | 0  | 0   | 1   |
|     | 16歳 | 1  | 0  | 1   | 0   |
|     | 17歳 | 6  | 2  | 3   | 1   |
|     | 18歳 | 4  | 2  | 2   | 0   |

**全 体**

「はい」が4人、「いいえ」が12人となっています。

**性別・年齢別**

「はい」が男女ともに2人ずつで、また、年齢別で見ると、喫煙者全員が17歳または18歳となっています。

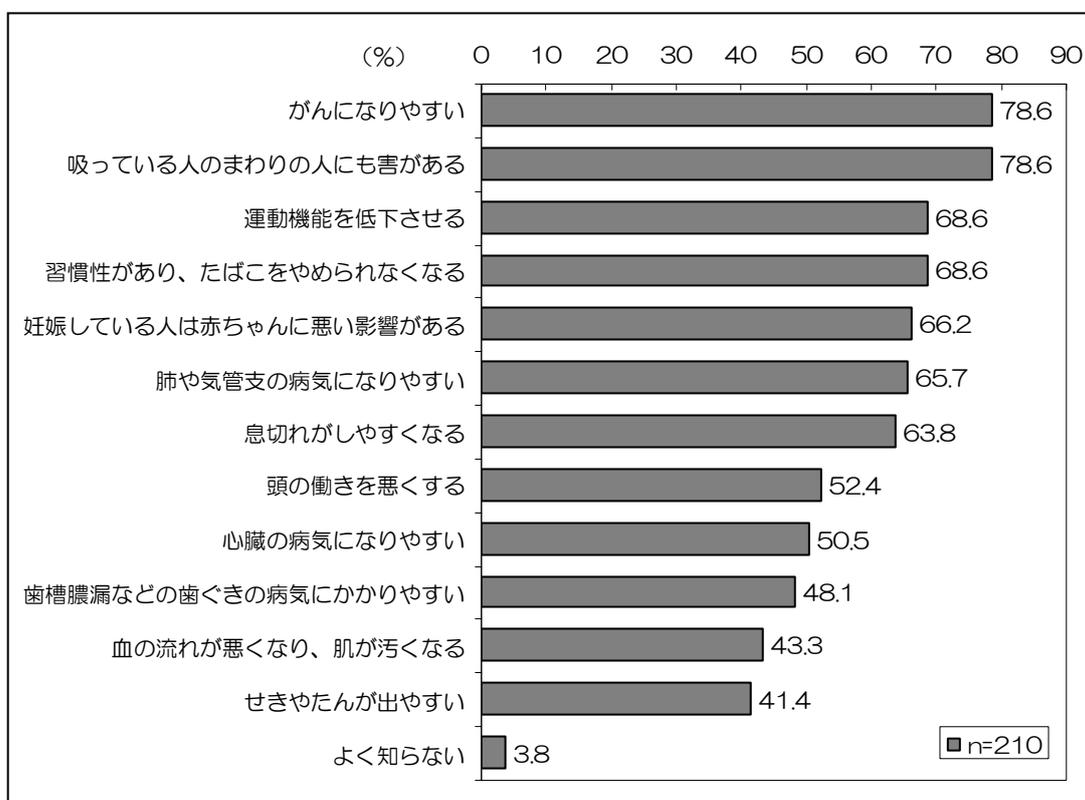
## (5) たばこの害を知っているか

問19 たばこの害について知っていますか。【複数回答】

### ポイント

- ◆ 「がんになりやすい」、「吸っている人のまわりの人にも害がある」の2つが78.6%と最も多い
- ◆ 12～14歳-男子と15～18歳-男子では「吸っている人のまわりの人にも害がある」、「妊娠している人は赤ちゃんに悪い影響がある」との認識度が、女子に比べて低い割合

図表 160 たばこの害で知っていること（全体／複数回答）



### 全体

「がんになりやすい」、「吸っている人のまわりの人にも害がある」の2つが78.6%と最も多く、次いで「運動機能を低下させる」(68.6%)、または「習慣性があり、たばこをやめられなくなる」(68.6%)と続いています。

また、「妊娠している人は赤ちゃんに悪い影響がある」が66.2%と、比較的上位にあがっています。

なお、「歯槽膿漏などの歯ぐきの病気にかかりやすい」(48.1%)、「血の流れが悪くなり、肌が汚くなる」(43.3%)、「せきやたんが出やすい」(41.4%)との認識度は、

いずれも50%未満となっています。

**性別・年齢別**

12～14歳-男子と15～18歳-男子では「吸っている人のまわりの人にも害がある」、「妊娠している人は赤ちゃんに悪い影響がある」との認識度が、女子に比べて低い割合となっているのが特徴です。

図表 161 たばこの害で知っていること（詳細／複数回答）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | 運動機能を低下させる         | がんになりやすい             | 心臓の病気になるやすい    | 息切れがしやすくなる       | せきやたんが出やすい           | 頭の働きを悪くする | 習慣性があり、たばこをやめられなくなる |
|---------------|-----------|-----|--------------------|----------------------|----------------|------------------|----------------------|-----------|---------------------|
| 全体            |           | 210 | 68.6               | 78.6                 | 50.5           | 63.8             | 41.4                 | 52.4      | 68.6                |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 70.9               | 78.2                 | 50.9           | 65.5             | 36.4                 | 54.5      | 65.5                |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 58.1               | 83.9                 | 58.1           | 61.3             | 48.4                 | 48.4      | 80.6                |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 71.4               | 71.4                 | 45.7           | 62.9             | 37.1                 | 51.4      | 54.3                |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 78.6               | 80.4                 | 46.4           | 67.9             | 42.9                 | 57.1      | 69.6                |
|               |           | 合計  | 吸っている人のまわりの人にも害がある | 妊娠している人は赤ちゃんに悪い影響がある | 肺や気管支の病気になるやすい | 血の流れが悪くなり、肌が汚くなる | 歯槽膿漏などの歯ぐきの病気にかかりやすい | よく知らない    | 無回答                 |
| 全体            |           | 210 | 78.6               | 66.2                 | 65.7           | 43.3             | 48.1                 | 3.8       | 6.7                 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 69.1               | 49.1                 | 61.8           | 38.2             | 43.6                 | 3.6       | 10.9                |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 82.3               | 77.4                 | 74.2           | 43.5             | 53.2                 | 4.8       | 3.2                 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 74.3               | 51.4                 | 51.4           | 48.6             | 40.0                 | 5.7       | 5.7                 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 89.3               | 82.1                 | 71.4           | 46.4             | 53.6                 | 1.8       | 3.6                 |

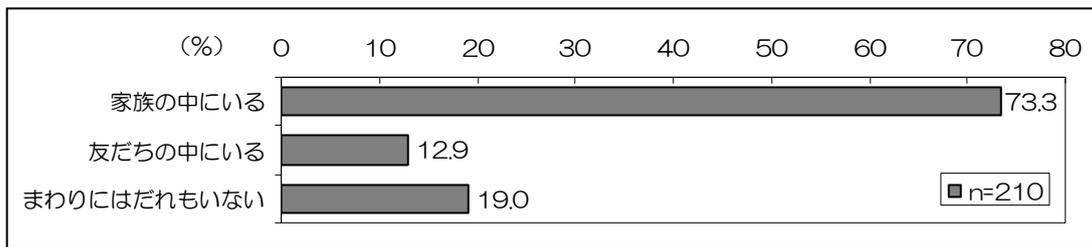
(6) まわりでたばこを吸う人がいるか

問20 まわりにたばこを吸う人がいますか。【複数回答】

**ポイント**

- ◆ 喫煙者のいる家庭が70%以上
- ◆ 15～18歳-男子と15～18歳-女子では、「友だちの中にいる」がいずれも20%以上

図表 162 まわりでたばこを吸う人について（全体／複数回答）



**全 体**

「家族の中にいる」が73.3%と、喫煙者のいる家庭が70%以上を占めており、「まわりにはだれもない」は19.0%となっています。

また、「友だちの中にいる」は12.9%となっています。50%未満となっており、「よく知らない」(3.8%)との回答もみられます。

**性別・年齢別**

15～18歳-男子と15～18歳-女子では、「友だちの中にいる」がいずれも20%以上となっているほか、15～18歳-女子では「家族の中にいる」が85.7%と、比較的高い割合となっているのが特徴です。

図表 163 まわりでたばこを吸う人について（詳細／複数回答）

(単位: 人、%)

|               |           | 合計  | 家族の中にいる | 友だちの中にいる | まわりにはだれもない | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|---------|----------|------------|-----|
| 全体            |           | 210 | 73.3    | 12.9     | 19.0       | 4.3 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 65.5    | 3.6      | 27.3       | 7.3 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 75.8    | 3.2      | 21.0       | 1.6 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 65.7    | 22.9     | 20.0       | 2.9 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 85.7    | 26.8     | 8.9        | 1.8 |

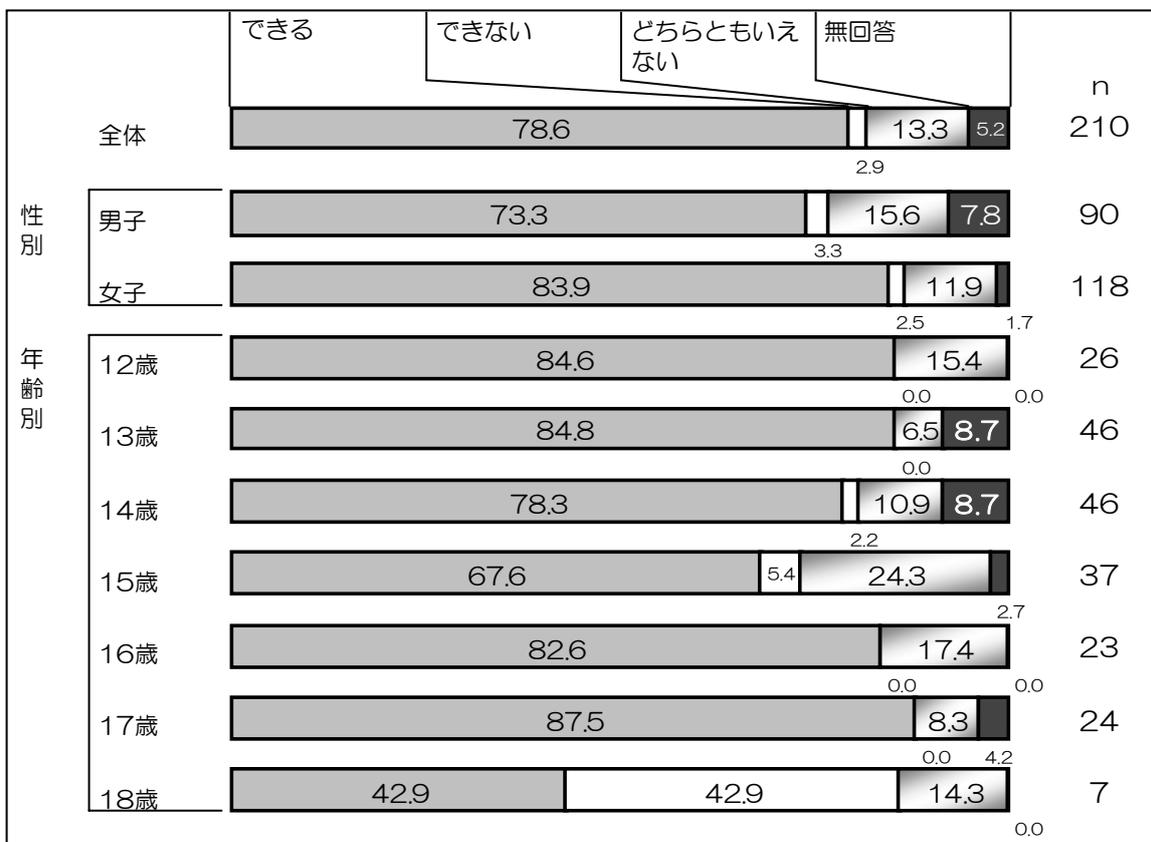
(7) たばこをすすめられたとき、断ることができるか

問21 友だちやまわりの人にたばこをすすめられたとき、断ることができますか。

**ポイント**

- ◆ 女子では「できる」が83.9%、男子では73.3%
- ◆ 15歳では「どちらともいえない」が24.3%で、13歳などと比べて10ポイント以上高い割合

図表 164 たばこを進められたとき、断ることができるか（全体）



**全体**

「できる」が78.6%と最も多く、次いで「どちらともいえない」(13.3%)、「できない」(2.9%)の順となっています。

**性別・年齢別**

女子では「できる」が83.9%、男子では73.3%を占めています。

また、年齢別でみると、15歳では「どちらともいえない」が24.3%で、13歳(6.5%)などと比べて10ポイント以上高い割合となっています。

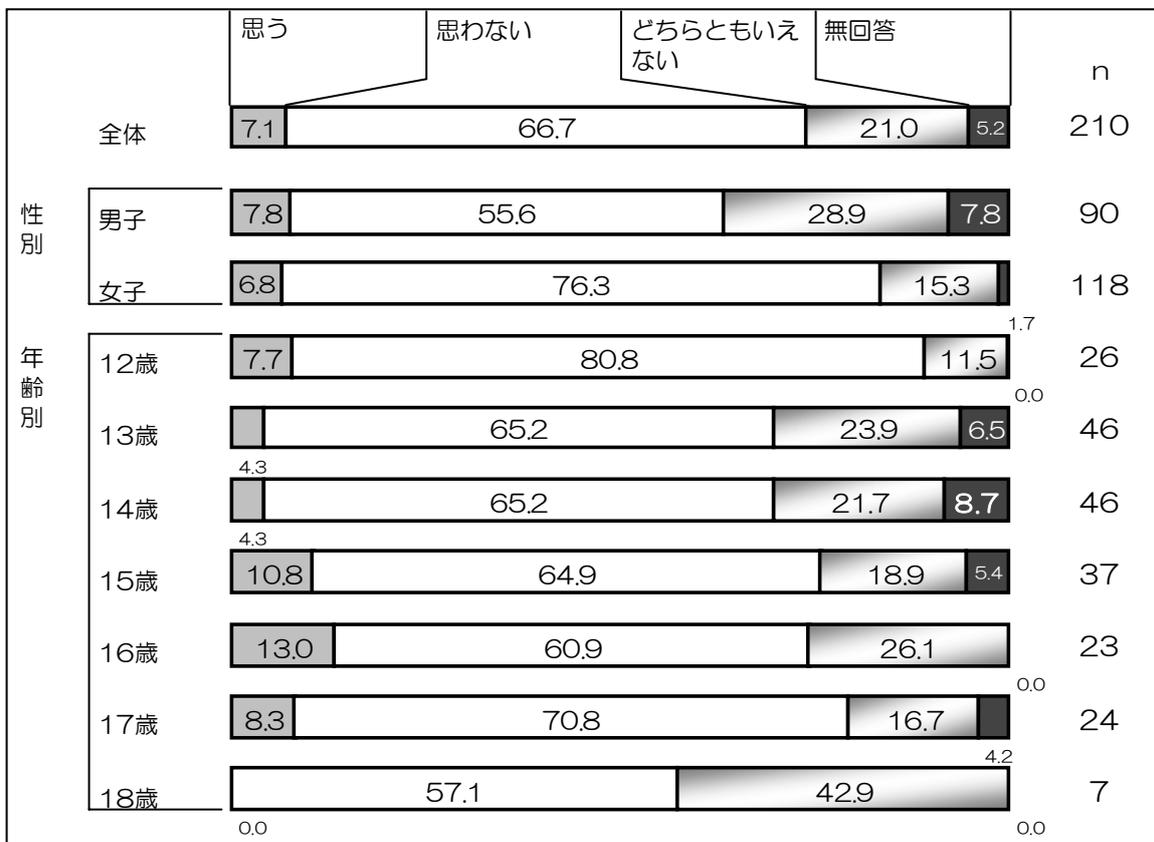
(8) 大人になったらたばこを吸いたいと思うか

問22 大人になったら、たばこを吸いたいと思いますか。

**ポイント**

- ◆ 女子では「思わない」が76.3%を占めており、男子と比べて約20ポイント高い割合
- ◆ 男子では「どちらともいえない」が28.9%で、女子と比べて10ポイント以上高い割合
- ◆ 15歳と16歳では「思う」が10%以上

図表 165 大人になったらたばこを吸いたいと思うか (全体)



**全体**

「思わない」が66.7%と最も多く、次いで「どちらともいえない」(21.0%)、「思う」(7.1%)の順となっています。

**性別・年齢別**

女子では「思わない」が76.3%を占めており、男子(55.6%)と比べて約20ポイント高く、一方、男子では「どちらともいえない」が28.9%で、女子(15.3%)と比べて10ポイント以上高い割合となっており、将来の喫煙に対する意識は、性別によって異なる傾向がみられます。

また、年齢別でみると、15歳と16歳では「思う」が10%以上で、そのほかの年齢ではいずれも10%未満となっています。

## 8. お酒について

### (1) お酒を飲んだことがあるか

問23 今までに、お酒を飲んだことがありますか。

#### ポイント

- ◆ 飲酒経験者が男女ともに約30%
- ◆ 12歳では経験者が26.9%で、16歳以降では40%以上
- ◆ 15~18歳-女子では飲酒経験者が39.3%と、同じ年齢層の男子に比べて高い割合

図表 166 お酒を飲んだことがあるか（全体）

|     | ある   | ない   | 無回答  | n   |
|-----|------|------|------|-----|
| 全体  | 32.4 | 61.4 | 6.2  | 210 |
| 性別  |      |      |      |     |
| 男子  | 30.0 | 64.4 | 5.6  | 90  |
| 女子  | 34.7 | 59.3 | 5.9  | 118 |
| 年齢別 |      |      |      |     |
| 12歳 | 26.9 | 73.1 | 0.0  | 26  |
| 13歳 | 34.8 | 58.7 | 6.5  | 46  |
| 14歳 | 26.1 | 58.7 | 15.2 | 46  |
| 15歳 | 18.9 | 75.7 | 5.4  | 37  |
| 16歳 | 43.5 | 56.5 | 0.0  | 23  |
| 17歳 | 41.7 | 58.3 | 0.0  | 24  |
| 18歳 | 85.7 | 14.3 | 0.0  | 7   |

#### 全体

「ある」が32.4%と、飲酒経験者は3人に1人となっています。

#### 性別・年齢別

飲酒経験者が男女ともに約30%となっており、また、年齢別でみると、12歳では経験者が26.9%で、16歳以降では40%以上となっています。

さらに、15~18歳-女子では飲酒経験者が39.3%と、同じ年齢層の男子に比べて高い割合となっています。

図表 167 お酒を飲んだことがあるか（詳細）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | ある   | ない   | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|------|------|-----|
| 全体            |           | 210 | 32.4 | 61.4 | 6.2 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 29.1 | 61.8 | 9.1 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 30.6 | 61.3 | 8.1 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 31.4 | 68.6 | 0.0 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 39.3 | 57.1 | 3.6 |

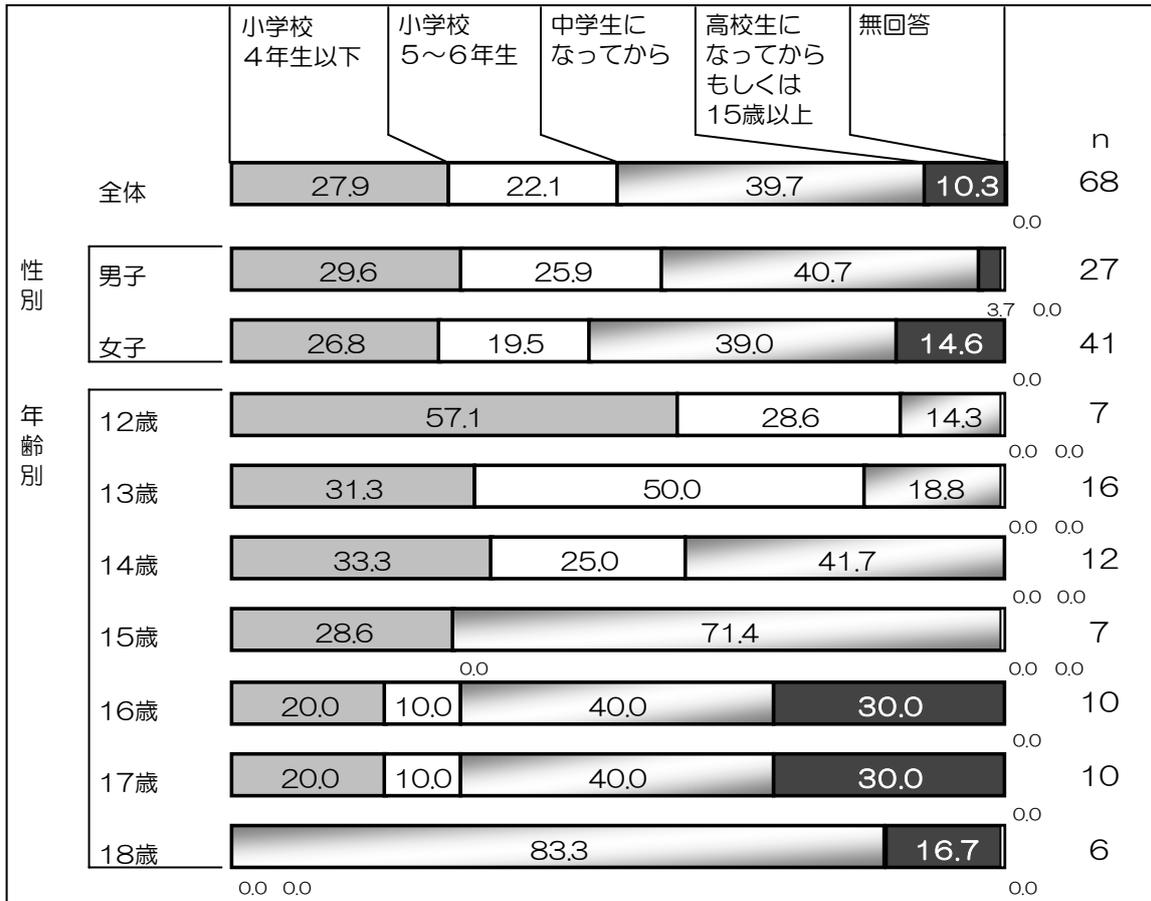
(2) 初めてお酒を飲んだのはいつか

問23(1) 初めてお酒を飲んだのはいつですか。

**ポイント**

- ◆ 「中学生になってから」が男女ともに約40%で最も多い
- ◆ 低い年齢ほど小学生での経験の割合が高く、飲酒の低年齢化の傾向

図表 168 初めてお酒を飲んだ時期（全体）



**全体**

「中学生になってから」が39.7%と最も多く、次いで「小学校4年生以下」(27.9%)、「小学校5～6年生」(22.1%)、「高校生になってからもしくは15歳以上」(10.3%)の順となっています。

**性別・年齢別**

「中学生になってから」が男女ともに約40%で最も多く、性別による大きな傾向の違いはみられません。

また、年齢別でみると、小学生での経験が12歳から14歳のいずれも50%以上で、低い年齢ほど小学生での経験の割合が高く、飲酒の低年齢化の傾向がうかがえます。

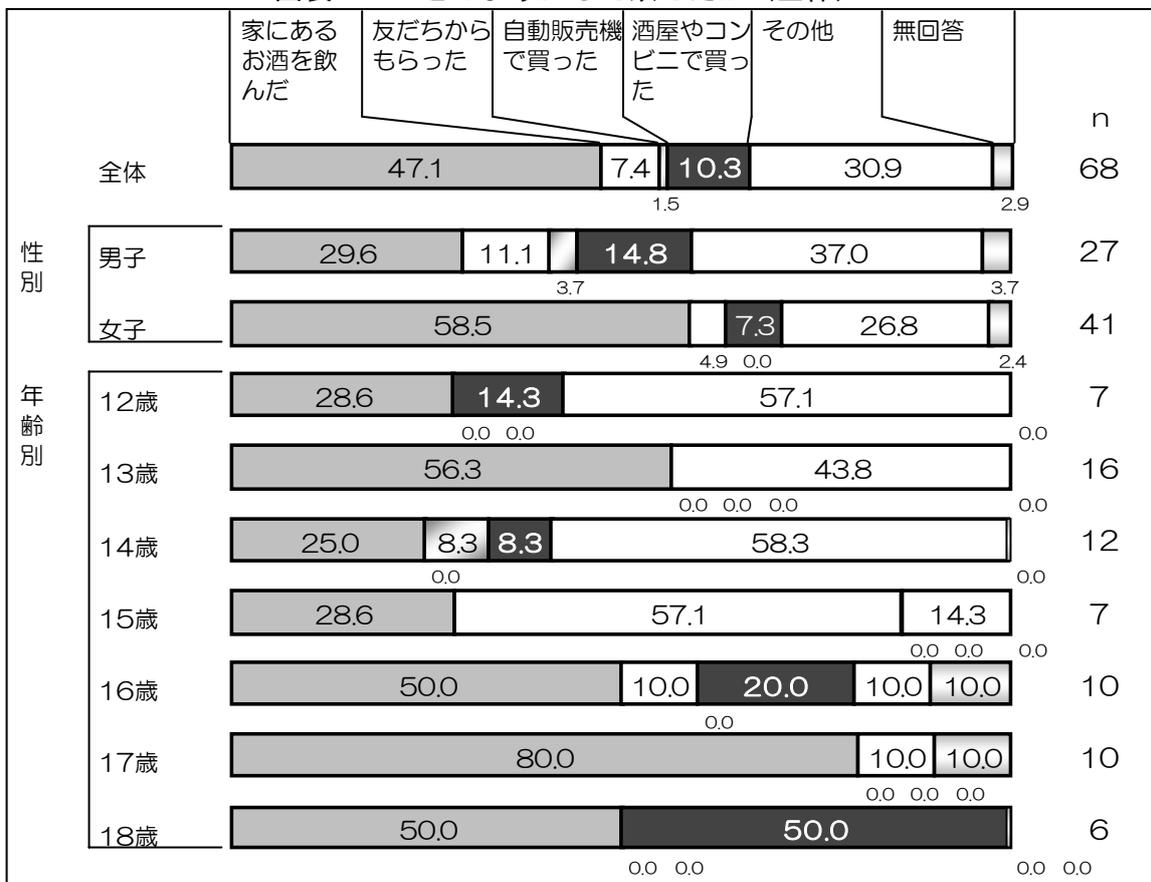
(3) どのようにして飲んだか、手に入れたか

問23(2) お酒はどのようにして飲みましたか。また、手にいれましたか。

**ポイント**

- ◆ 「家にあるお酒を飲んだ」が47.1%と最も多い
- ◆ 男子では「自動販売機で買った」と「酒屋やコンビニで買った」を合わせると18.5%
- ◆ 女子では「家にあるお酒を飲んだ」が58.5%

図表 169 どのようにして飲んだか（全体）



**全体**

「家にあるお酒を飲んだ」が47.1%と最も多く、次いで「酒屋やコンビニで買った」（10.3%）、「友だちからもらった」（7.4%）、「自動販売機で買った」（1.5%）の順となっています。

**性別・年齢別**

男子では「自動販売機で買った」（3.7%）と「酒屋やコンビニで買った」（14.8%）を合わせると18.5%で、一方、女子では「家にあるお酒を飲んだ」が58.5%となっており、お酒の入手先は、性別によって異なる傾向がみられます。

また、年齢によって入手先の傾向にばらつきがみられます。

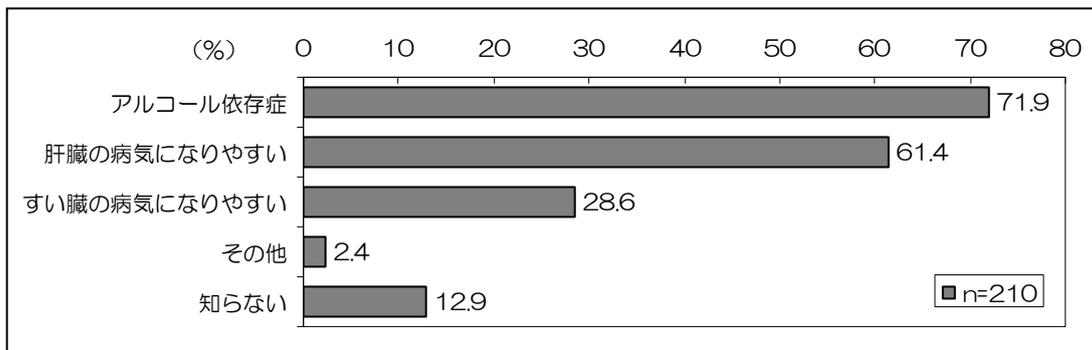
(4) アルコールの害について知っているか

問24 アルコールの害について知っていますか。【複数回答】

**ポイント**

- ◆ 約90%の人は、いずれかのアルコールの害を知っている
- ◆ 12~14歳-男子では「知らない」が23.6%となっており、同じ年齢層の女子に比べて、いずれの害についても認識度が低い傾向

図表 170 アルコールの害について（全体／複数回答）



**全体**

「アルコール依存症」が71.9%と最も多く、次いで「肝臓の病気になりやすい」(61.4%)、「すい臓の病気になりやすい」(28.6%)と続いています。

なお、「知らない」は12.9%で、残りの約90%の人は、いずれかのアルコールの害を知っている結果となっています。

**性別・年齢別**

12~14歳-男子では「知らない」が23.6%となっており、同じ年齢層の女子に比べて、いずれの害についても認識度が低い傾向がみられます。

図表 171 アルコールの害について（詳細／複数回答）

(単位:人、%)

|               |           | 合計  | アルコール依存症 | 肝臓の病気になりやすい | すい臓の病気になりやすい | その他 | 知らない | 無回答  |
|---------------|-----------|-----|----------|-------------|--------------|-----|------|------|
| 全体            |           | 210 | 71.9     | 61.4        | 28.6         | 2.4 | 12.9 | 8.1  |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12~14歳-男子 | 55  | 49.1     | 49.1        | 21.8         | 3.6 | 23.6 | 14.5 |
|               | 12~14歳-女子 | 62  | 74.2     | 67.7        | 30.6         | 4.8 | 16.1 | 3.2  |
|               | 15~18歳-男子 | 35  | 77.1     | 62.9        | 34.3         | 0.0 | 8.6  | 8.6  |
|               | 15~18歳-女子 | 56  | 91.1     | 67.9        | 30.4         | 0.0 | 1.8  | 3.6  |

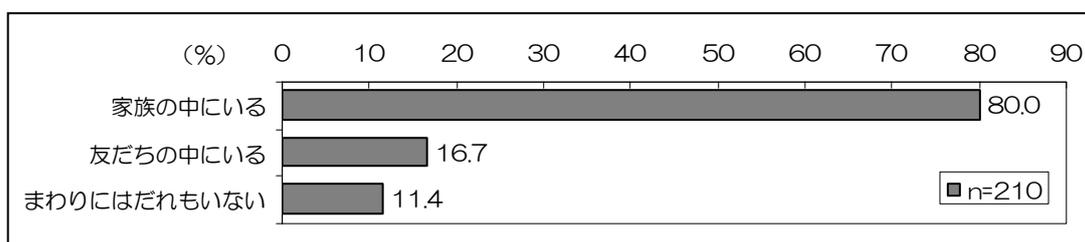
(5) まわりでお酒を飲む人がいるか

問25 まわりにお酒を飲む人がいますか。【複数回答】

**ポイント**

- ◆ 約90%の人は、まわりにお酒を飲む人がいる
- ◆ 15～18歳-男子と15～18歳-女子では、「友だちの中にいる」がいずれも20%以上

図表 172 まわりでお酒を飲む人について（全体／複数回答）



**全 体**

「家族の中にいる」が80.0%で、「友だちの中にいる」が16.7%となっています。なお、「まわりにはだれもない」は11.4%で、残りの約90%の人は、まわりにお酒を飲む人がいる結果となっています。

**性別・年齢別**

15～18歳-男子と15～18歳-女子では、「友だちの中にいる」がいずれも20%以上となっているのが特徴です。

図表 173 まわりでお酒を飲む人について（詳細／複数回答）

（単位：人、%）

|               |           | 合計  | 家族の中にいる | 友だちの中にいる | まわりにはだれもない | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|---------|----------|------------|-----|
| 全体            |           | 210 | 80.0    | 16.7     | 11.4       | 4.8 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 69.1    | 9.1      | 21.8       | 7.3 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 87.1    | 12.9     | 9.7        | 0.0 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 82.9    | 22.9     | 2.9        | 8.6 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 83.9    | 25.0     | 8.9        | 1.8 |

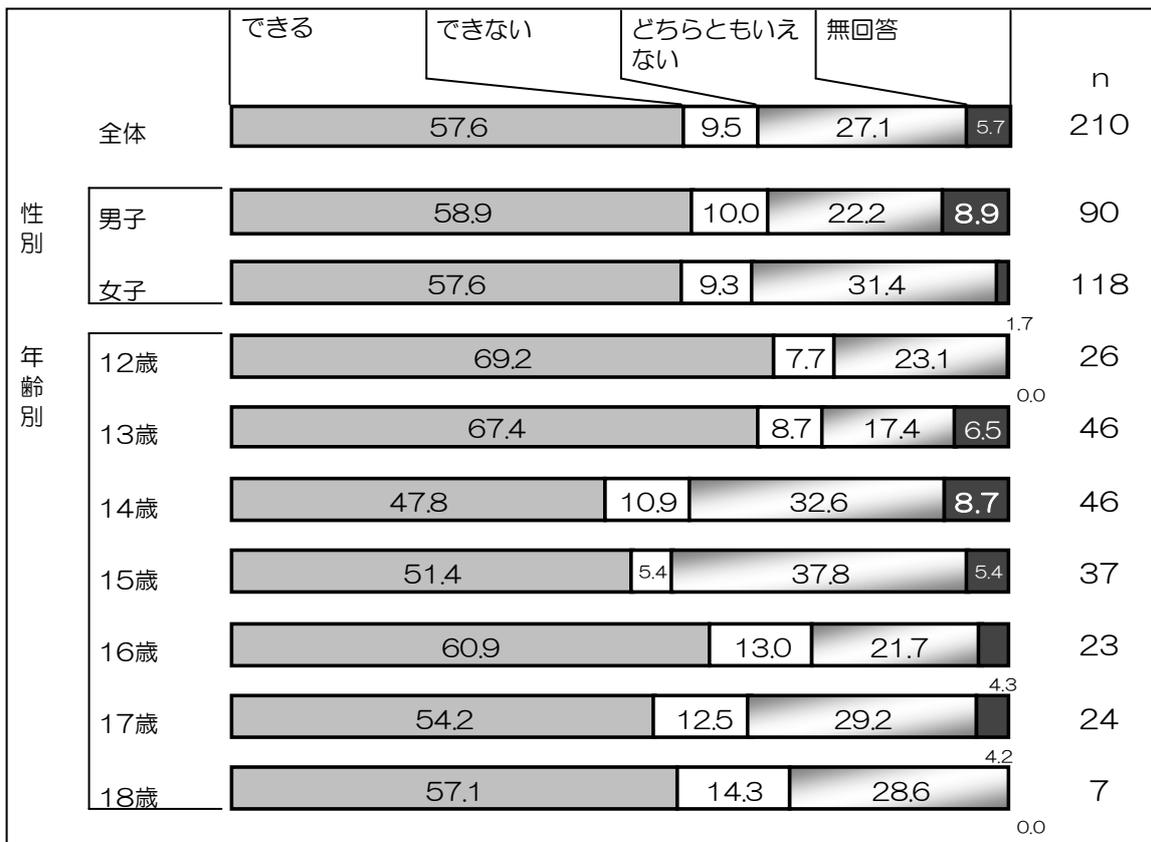
(6) お酒をすすめられたとき、断ることができるか

問26 友だちやまわりの人にお酒をすすめられたとき、断ることができますか。

**ポイント**

- ◆ 「できる」が男女ともに約60%
- ◆ 12歳と13歳では「できる」が約70%を占めている一方、14歳と15歳では同回答の割合が低下

図表 174 お酒を進められたとき、断ることができるか（全体）



**全体**

「できる」が57.6%と最も多く、次いで「どちらともいえない」(27.1%)、「できない」(9.5%)の順となっています。

**性別・年齢別**

「できる」が男女ともに約60%となっており、性別による大きな傾向の違いはみられません。

また、年齢別でみると、12歳と13歳では「できる」が約70%を占めている一方、14歳と15歳では同回答の割合が低下し、「どちらともいえない」が30%以上となっているなど、お酒を進められたときの対応は、年齢によって異なる傾向がみられます。

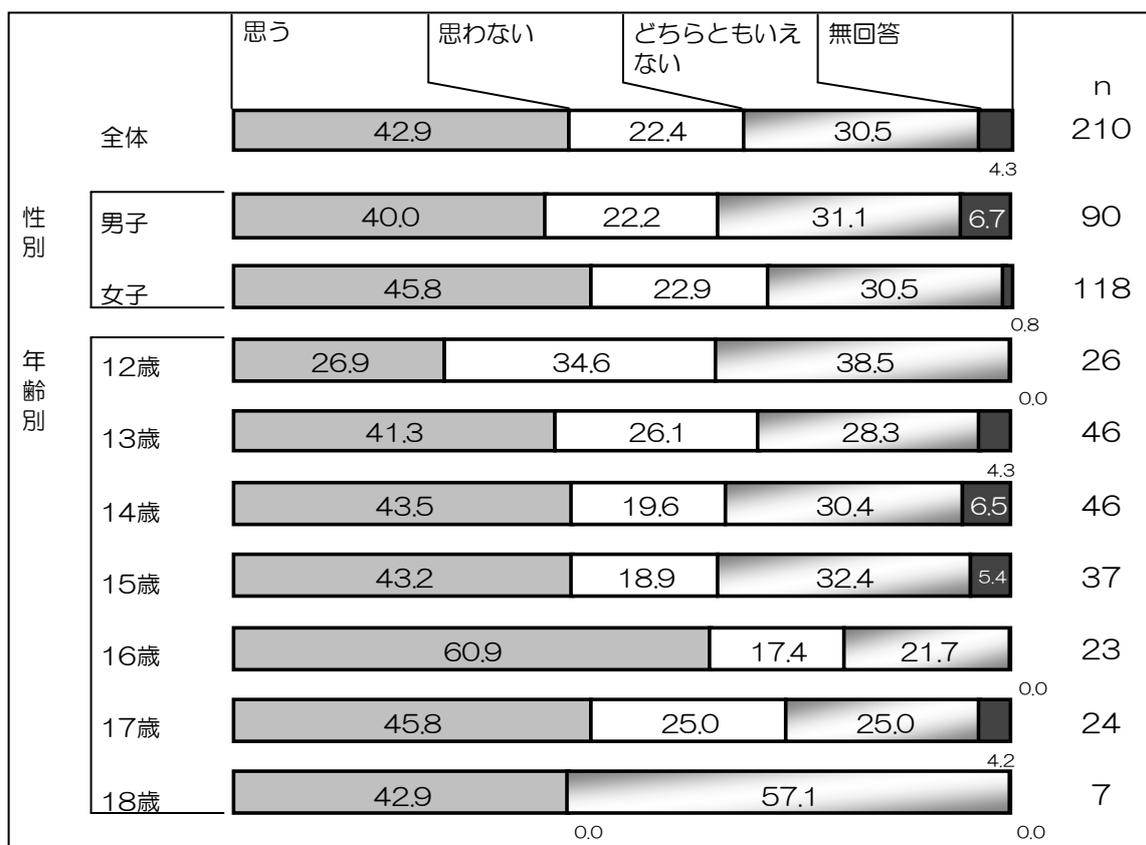
(7) 大人になったらお酒を飲みたいと思うか

問27 大人になったら、お酒を飲みたいと思いますか。

**ポイント**

- ◆ 「思う」が男女ともに40%以上
- ◆ 16歳では「思う」が60.9%で、12歳と比べると30ポイント以上高い割合

図表 175 大人になったらお酒を飲みたいと思うか（全体）



**全体**

「思う」が42.9%と最も多く、次いで「どちらともいえない」(30.5%)、「思わない」(22.4%)の順となっています。

**性別・年齢別**

「思う」が男女ともに40%以上となっており、性別による大きな傾向の違いはみられません。

また、年齢別でみると、16歳では「思う」が60.9%で、12歳(26.9%)と比べると30ポイント以上高い割合となっているなど、将来の飲酒に対する意識は、年齢によって異なる傾向がみられます。

## 9. 歯の健康について

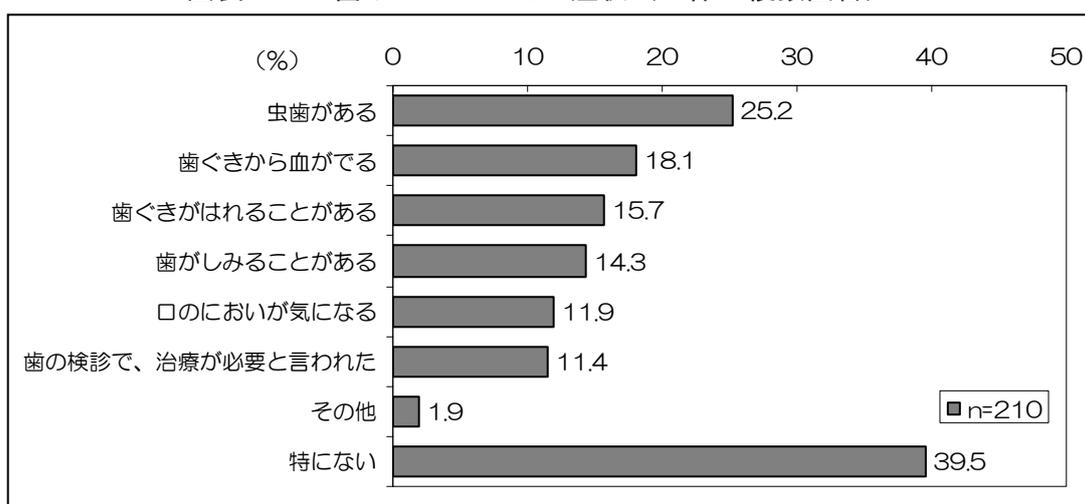
### (1) 歯や口について次のようなことがあるか

問28 現在、歯や口について、次のようなことがありますか。【複数回答】

#### ポイント

- ◆ 約60%の人は、いずれかの歯や口に関する症状を有する
- ◆ 4分の1は「虫歯がある」
- ◆ 12～14歳-男子と12～14歳-女子では、「虫歯がある」がいずれも約30%
- ◆ 15～18歳-女子では、「歯ぐきから血がでる」をはじめ、ほとんどの症状で比較的高い割合

図表 176 歯や口についての症状（全体／複数回答）



#### 全体

歯や口の自覚症状としては、「虫歯がある」が 25.2%と最も多く、次いで「歯ぐきから血がでる」(18.1%)、「歯ぐきがはれることがある」(15.7%)、「歯がしみることがある」(14.3%)と続いています。

また、「口のおいが気になる」(11.9%)や「歯の検診で、治療が必要と言われた」(11.4%)との回答もみられます。

なお、「特にない」は 39.5%で、残りの約 60%の人は、いずれかの歯や口に関する症状を有する結果となっています。

#### 性別・年齢別

12～14歳-男子と12～14歳-女子では、「虫歯がある」がいずれも約30%となっています。

また、15～18歳-女子では、「歯ぐきから血がでる」(23.2%)をはじめ、ほとん

どの症状で比較的高い割合となっているのが特徴です。

図表 177 歯や口についての症状（詳細／複数回答）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | 歯ぐきが<br>はれるこ<br>とがある | 歯がしみ<br>ることがあ<br>る | 歯ぐきか<br>ら血がで<br>る | 口にお<br>いが気<br>になる | 虫歯があ<br>る | 歯の検診<br>で、治療<br>が必要と<br>言われた | その他 | 特にな<br>い | 無回答  |
|---------------|-----------|-----|----------------------|--------------------|-------------------|-------------------|-----------|------------------------------|-----|----------|------|
| 全体            |           | 210 | 15.7                 | 14.3               | 18.1              | 11.9              | 25.2      | 11.4                         | 1.9 | 39.5     | 10.0 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 12.7                 | 9.1                | 10.9              | 9.1               | 29.1      | 10.9                         | 1.8 | 40.0     | 14.5 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 16.1                 | 17.7               | 21.0              | 16.1              | 32.3      | 12.9                         | 1.6 | 32.3     | 4.8  |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 11.4                 | 5.7                | 17.1              | 2.9               | 20.0      | 11.4                         | 0.0 | 45.7     | 11.4 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 21.4                 | 21.4               | 23.2              | 16.1              | 17.9      | 10.7                         | 3.6 | 44.6     | 7.1  |

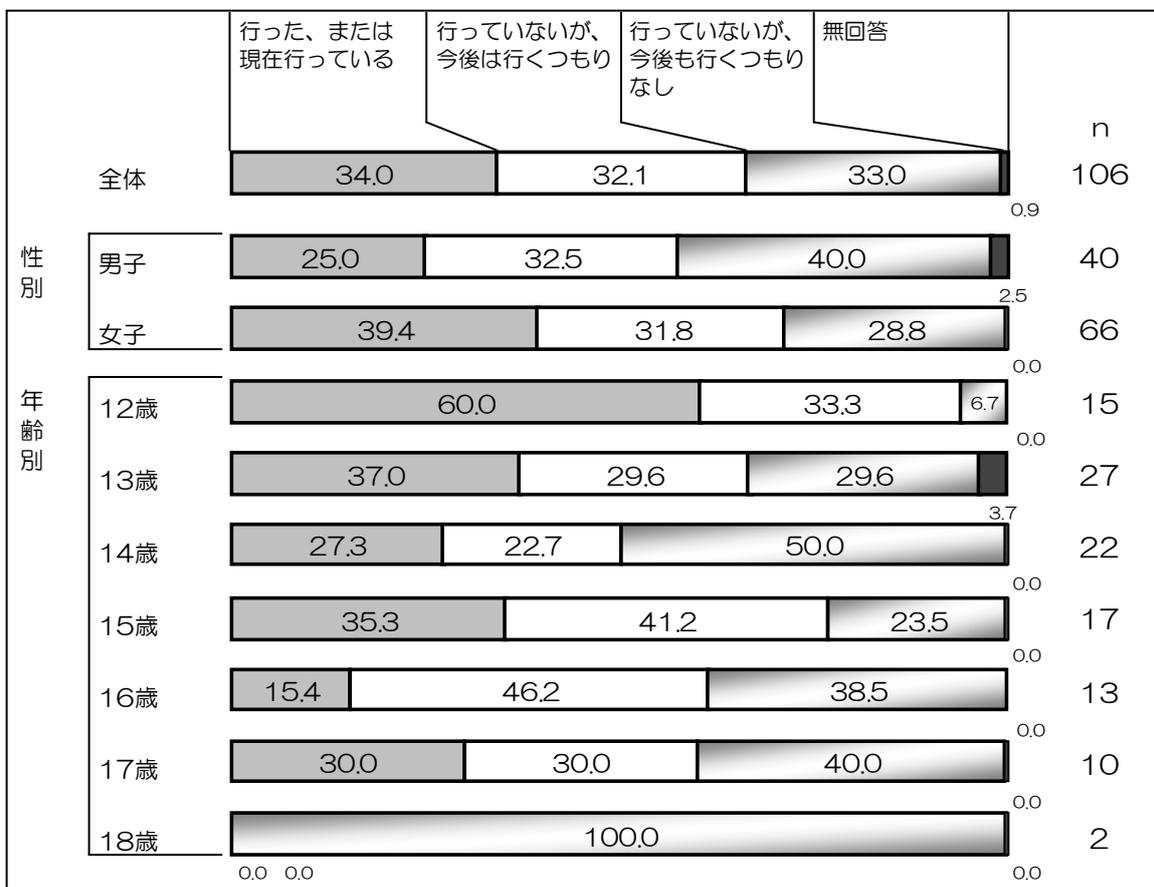
## (2) 歯科医院に相談や治療に行ったか

問28付問 歯科医院（病院）に相談や治療に行きましたか。（問28で、「1～7」に回答した人のみ）

### ポイント

- ◆ 症状があっても、3人に1人は歯科医院に行くつもりがない
- ◆ 女子では「行った、または現在行っている」、男子では「今後も行くつもりなし」が最も多い
- ◆ 歯に関する行動は、性別や年齢によって異なる傾向

図表 178 歯科医院への相談や治療（全体）



### 全体

「行った、または現在行っている」(34.0%)、「行っていないが、今後は行くつもりなし」(33.0%)、「行っていないが、今後は行くつもり」(32.1%)の3つに回答がおおむね分かれており、3人に1人はいくつもりがないとしています。

### 性別・年齢別

女子では「行った、または現在行っている」が39.4%で最も多く、男子では「行っていないが、今後は行くつもりなし」が40.0%で最も多くなっています。

また、年齢別でみると、12歳では「行った、または現在行っている」(60.0%)と「行っていないが、今後は行くつもり」(33.3%)を合わせると93.3%を占めており、14歳(50.0%)と比べると約40ポイント高い割合となっているなど、歯に関する行動は、性別や年齢によって異なる傾向がみられます。

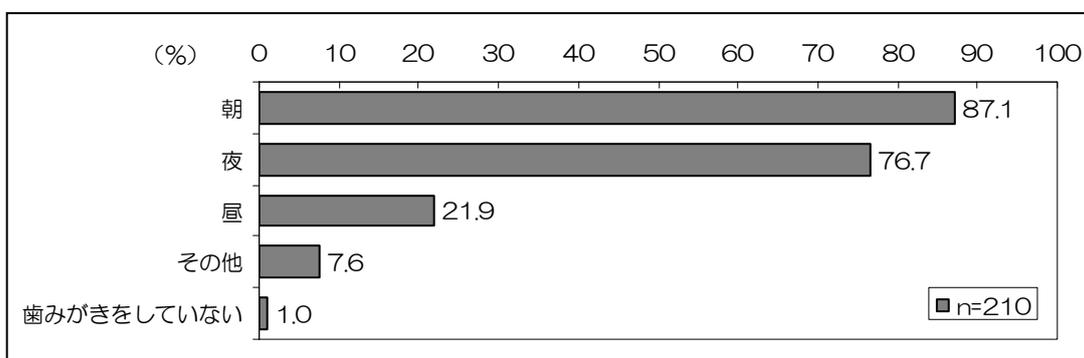
### (3) いつ歯みがきをするのか

問29 あなたは、いつ歯みがきをしていますか。【複数回答】

#### ポイント

- ◆ 「朝」が87.1%と最も多く、次いで「夜」(76.7%)、「昼」(21.9%)
- ◆ 12~14歳-男子では「昼」が25.5%、12~14歳-女子では33.9%となっており、15~18歳に比べて高い割合

図表 179 歯みがきをする時間（全体／複数回答）



#### 全体

「朝」が87.1%と最も多く、次いで「夜」(76.7%)と続いています。

また、「昼」は21.9%となっており、「歯みがきをしていない」(1.0%)との回答もみられます。

#### 性別・年齢別

12~14歳-男子では「昼」が25.5%、12~14歳-女子では33.9%となっており、15~18歳に比べて高い割合となっています。

図表 180 歯みがきをする時間（詳細／複数回答）

(単位: 人、%)

|               |           | 合計  | 朝    | 昼    | 夜    | その他  | 歯みがきをしていない | 無回答  |
|---------------|-----------|-----|------|------|------|------|------------|------|
| 全体            |           | 210 | 87.1 | 21.9 | 76.7 | 7.6  | 1.0        | 7.1  |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12~14歳-男子 | 55  | 74.5 | 25.5 | 74.5 | 10.9 | 1.8        | 12.7 |
|               | 12~14歳-女子 | 62  | 96.8 | 33.9 | 77.4 | 8.1  | 0.0        | 1.6  |
|               | 15~18歳-男子 | 35  | 91.4 | 0.0  | 82.9 | 5.7  | 2.9        | 2.9  |
|               | 15~18歳-女子 | 56  | 89.3 | 19.6 | 76.8 | 5.4  | 0.0        | 7.1  |

(4) 歯の健康についてお聞きします

問30 歯の健康について、お聞きします。

**ポイント**

**【歯の健康について】**

- ◆ 「関心がある」が44.3%
- ◆ 16歳から17歳にかけて「たいへん関心がある」と「関心がある」を合わせた割合が低下し、「関心がない」との割合が上昇
- ◆ 上の年齢ほど歯の健康への関心が低い傾向

**【むし歯の予防方法について】**

- ◆ 「知っている」が42.4%
- ◆ 上の年齢ほど認識度が低い傾向

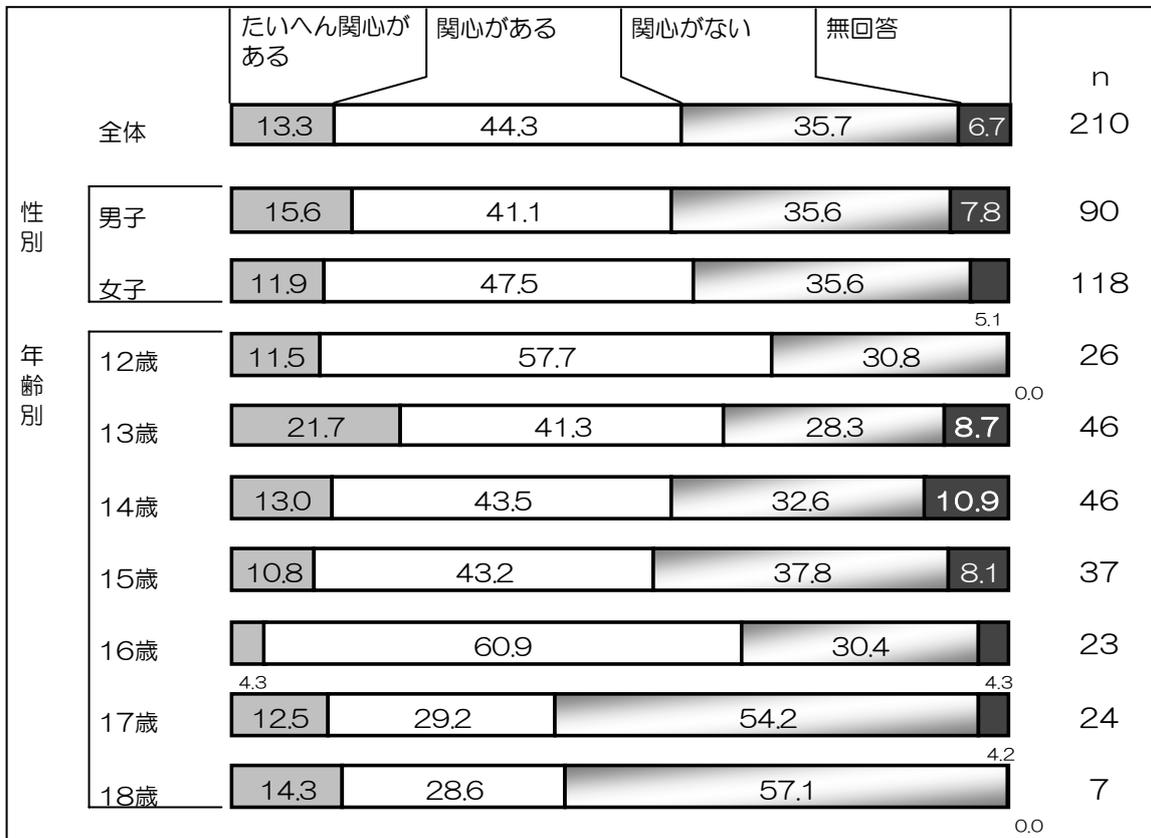
**【歯の健康が全身の健康に関係があることについて】**

- ◆ 「知らない」が37.6%
- ◆ 認識度は年齢によって異なる傾向

**【フッ素入りの歯みがき剤を使っているか】**

- ◆ 「わからない」が55.7%
- ◆ 使用の状況は年齢によって異なる傾向

図表 181 歯の健康について（全体）



## 【歯の健康について】

### 全 体

「関心がある」が44.3%と最も多く、次いで「関心がない」(35.7%)、「たいへん関心がある」(13.3%)の順となっています。

### 性別・年齢別

性別による大きな傾向の違いはみられない一方、年齢別でみると、16歳から17歳にかけて「たいへん関心がある」と「関心がある」を合わせた割合が低下し、「関心がない」との割合が上昇しています。

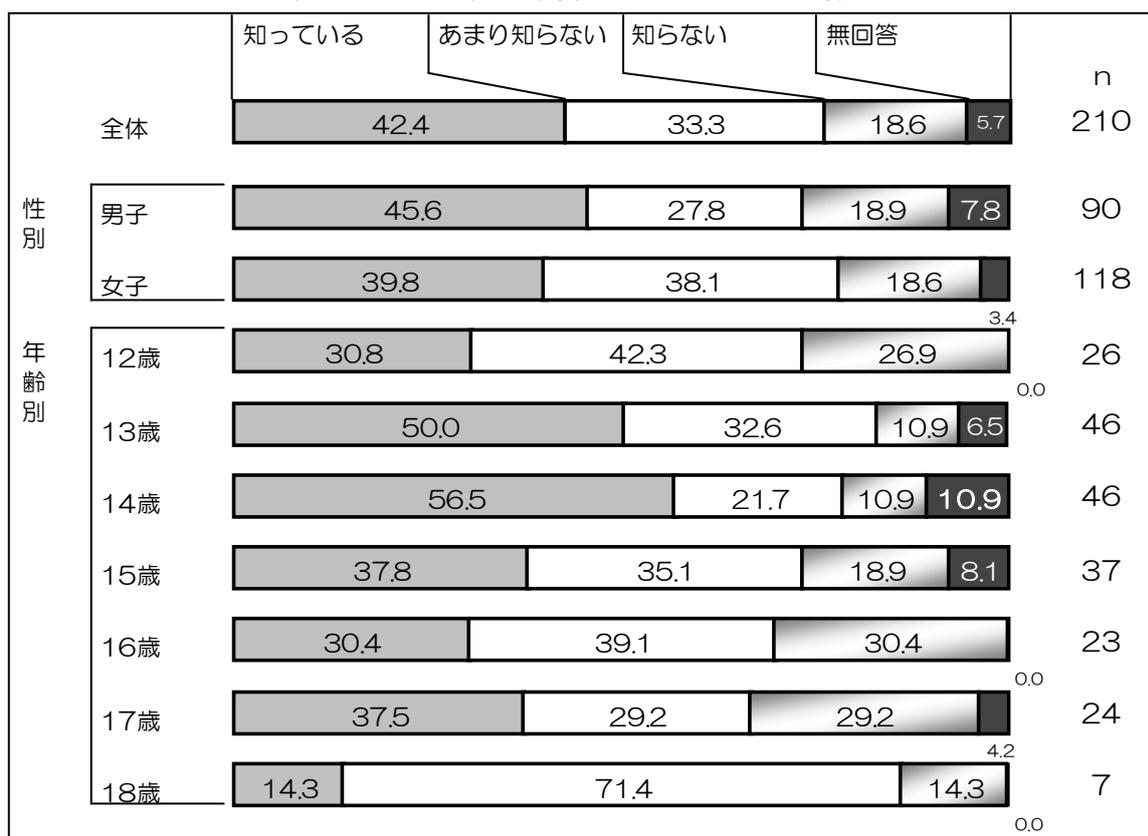
また、15～18歳-男子では「関心がない」が42.9%、同じ年齢層の女子では「たいへん関心がある」が10%未満で、「関心がない」が41.1%と、上の年齢ほど歯の健康への関心が低い傾向がみられます。

図表 182 歯の健康について（詳細）

(単位:人、%)

|               |           | 合計  | たいへん<br>関心がある | 関心があ<br>る | 関心がな<br>い | 無回答  |
|---------------|-----------|-----|---------------|-----------|-----------|------|
| 全体            |           | 210 | 13.3          | 44.3      | 35.7      | 6.7  |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 16.4          | 41.8      | 30.9      | 10.9 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 16.1          | 50.0      | 30.6      | 3.2  |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 14.3          | 40.0      | 42.9      | 2.9  |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 7.1           | 44.6      | 41.1      | 7.1  |

図表 183 むし歯の予防方法について（全体）



【むし歯の予防方法について】

**全 体**

「知っている」が42.4%と最も多く、次いで「あまり知らない」（33.3%）、「知らない」（18.6%）の順となっています。

**性別・年齢別**

性別による大きな傾向の違いはみられない一方、年齢別でみると、14歳では「知っている」が56.5%で、12歳や16歳と20ポイント以上の差がみられます。

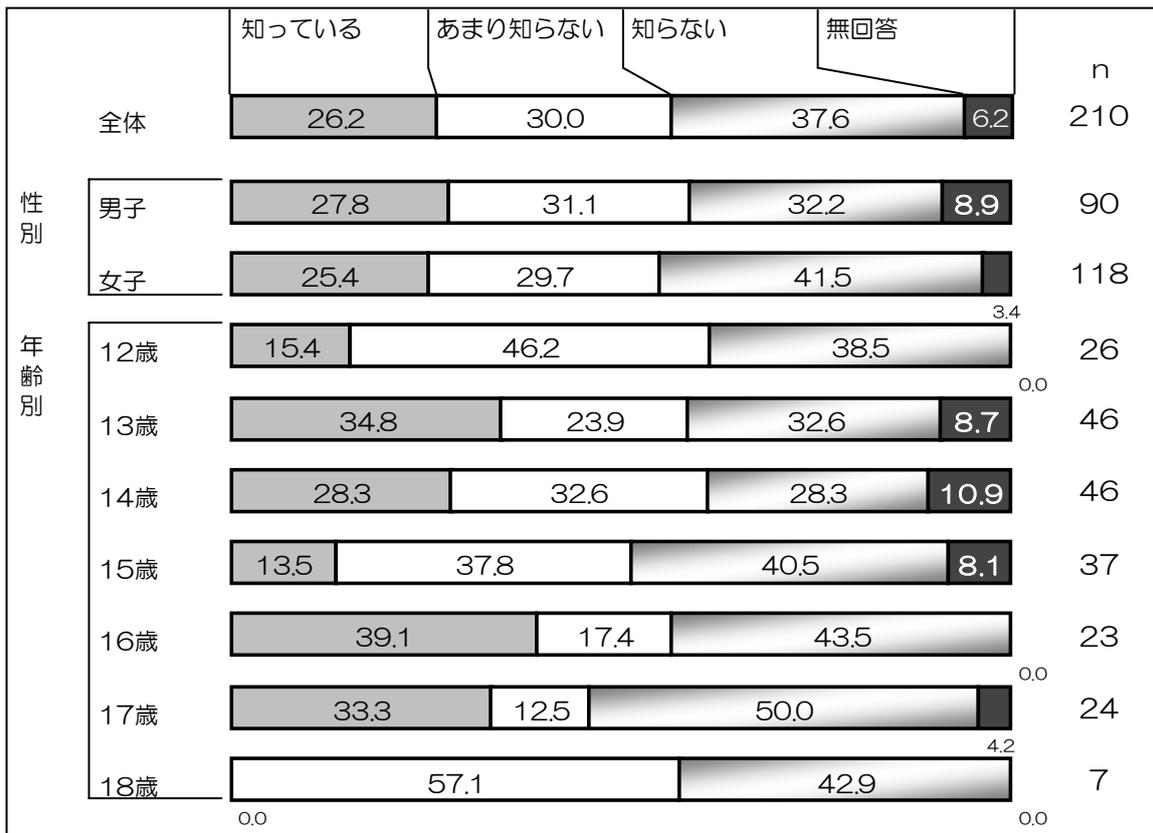
また、15~18歳-男子では「知らない」が25.7%、同じ年齢層の女子では「知っている」が30%未満で、「知らない」が23.2%と、上の年齢ほど認識度が低い傾向がみられます。

図表 184 むし歯の予防方法について（詳細）

（単位：人、%）

|               |           | 合計  | 知っている | あまり知らない | 知らない | 無回答  |
|---------------|-----------|-----|-------|---------|------|------|
| 全体            |           | 210 | 42.4  | 33.3    | 18.6 | 5.7  |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12~14歳-男子 | 55  | 47.3  | 27.3    | 14.5 | 10.9 |
|               | 12~14歳-女子 | 62  | 50.0  | 33.9    | 14.5 | 1.6  |
|               | 15~18歳-男子 | 35  | 42.9  | 28.6    | 25.7 | 2.9  |
|               | 15~18歳-女子 | 56  | 28.6  | 42.9    | 23.2 | 5.4  |

図表 185 歯の健康が全身の健康に関係があることについて（全体）



【歯の健康が全身の健康に関係があることについて】

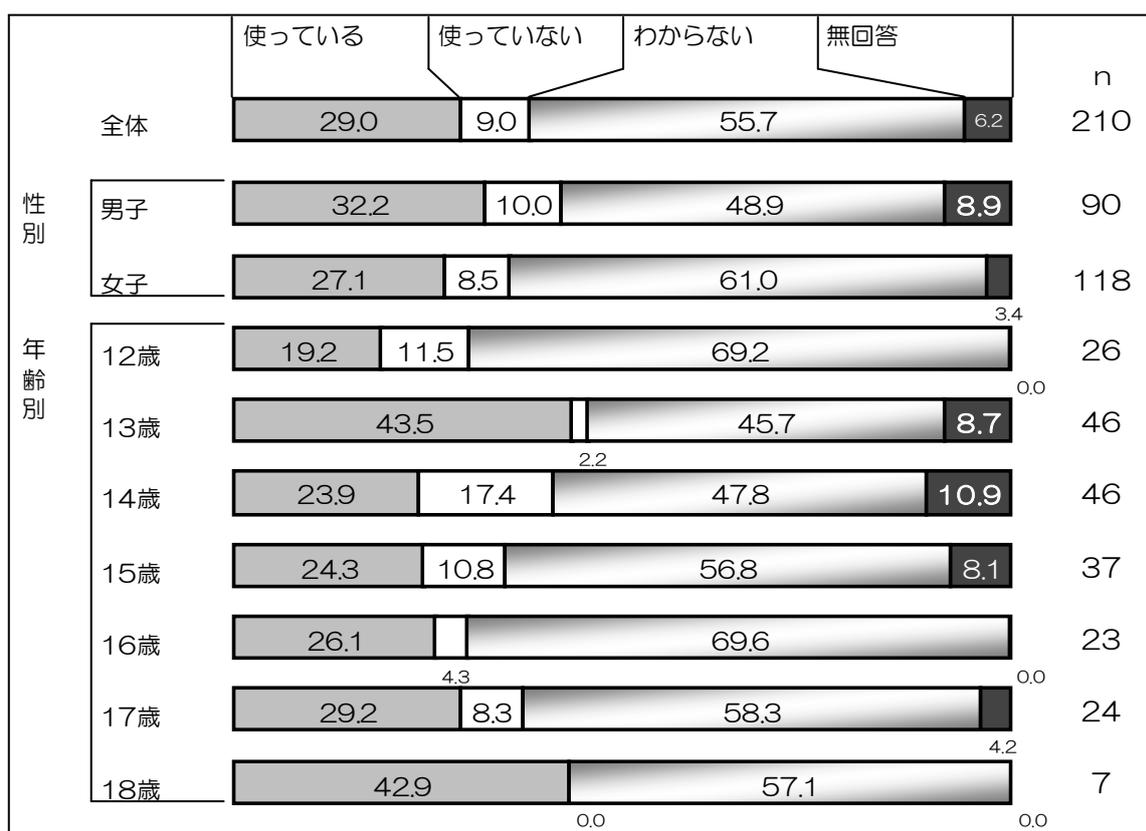
**全 体**

「知らない」が37.6%と最も多く、次いで「あまり知らない」(30.0%)、「知っている」(26.2%)の順となっています。

**性別・年齢別**

性別による大きな傾向の違いはみられない一方、年齢別でみると、13歳、16歳、17歳では「知っている」が30%以上で、12歳や15歳では20%に満たない状況であり、認識度は年齢によって異なる傾向がみられます。

図表 186 フッ素入りの歯みがき剤を使っているか（全体）



【フッ素入りの歯みがき剤を使っているか】

**全 体**

「わからない」が55.7%と最も多く、次いで「使っている」(29.0%)、「使っていない」(9.0%)の順となっています。

**性別・年齢別**

性別による大きな傾向の違いはみられない一方、年齢別でみると、13歳では「使っている」が43.5%で、12歳(19.2%)と20ポイント以上の差がみられ、使用状況は年齢によって異なる傾向がみられます。

## 10. 健康づくりについて

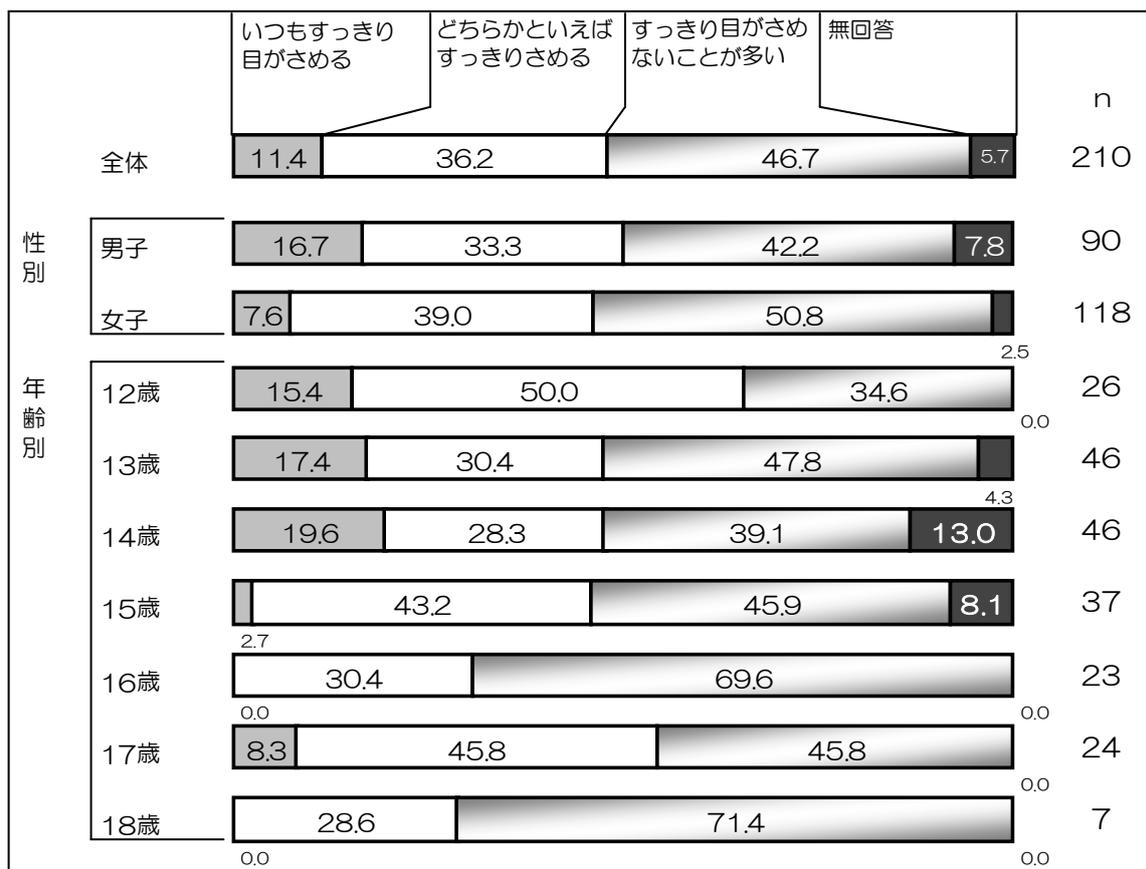
### (1) 朝は、すっきり目がさめるか

問31 朝は、すっきり目がさめますか。

#### ポイント

- ◆ 「すっきり目がさめないことが多い」が46.7%と最も多い
- ◆ 女子では「いつもすっきり目がさめる」が7.6%で、男子と比べると約10ポイント低い割合
- ◆ 16歳では「すっきり目がさめないことが多い」が69.6%で、12歳と比べると30ポイント以上高い割合
- ◆ 15~18歳-男子では「すっきり目がさめないことが多い」が57.1%

図表 187 朝の目覚めについて（全体）



#### 全体

「すっきり目がさめないことが多い」が46.7%と最も多く、次いで「どちらかといえばすっきりさめる」(36.2%)、「いつもすっきり目がさめる」(11.4%)の順となっています。

**性別・年齢別**

女子では「いつもすっきり目がさめる」が7.6%で、男子（16.7%）と比べると約10ポイント低い割合となっています。

また、年齢別でみると、16歳では「すっきり目がさめないことが多い」が69.6%で、12歳（34.6%）と比べると30ポイント以上高い割合となっています。

さらに、15～18歳-男子では「すっきり目がさめないことが多い」が57.1%と、同じ年齢層の女子と比べて高い割合となっているなど、目覚めの状況は、性別や年齢によって異なる傾向がみられます。

図表 188 朝の目覚めについて（詳細）

（単位：人、%）

|               |           | 合計  | いつも<br>すっきり目<br>がさめる | どちらかと<br>いえば<br>すっきりさ<br>める | すっきり目<br>がさめな<br>いこと<br>が多い | 無回答  |
|---------------|-----------|-----|----------------------|-----------------------------|-----------------------------|------|
| 全体            |           | 210 | 11.4                 | 36.2                        | 46.7                        | 5.7  |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 27.3                 | 29.1                        | 32.7                        | 10.9 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 9.7                  | 38.7                        | 50.0                        | 1.6  |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 0.0                  | 40.0                        | 57.1                        | 2.9  |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 5.4                  | 39.3                        | 51.8                        | 3.6  |

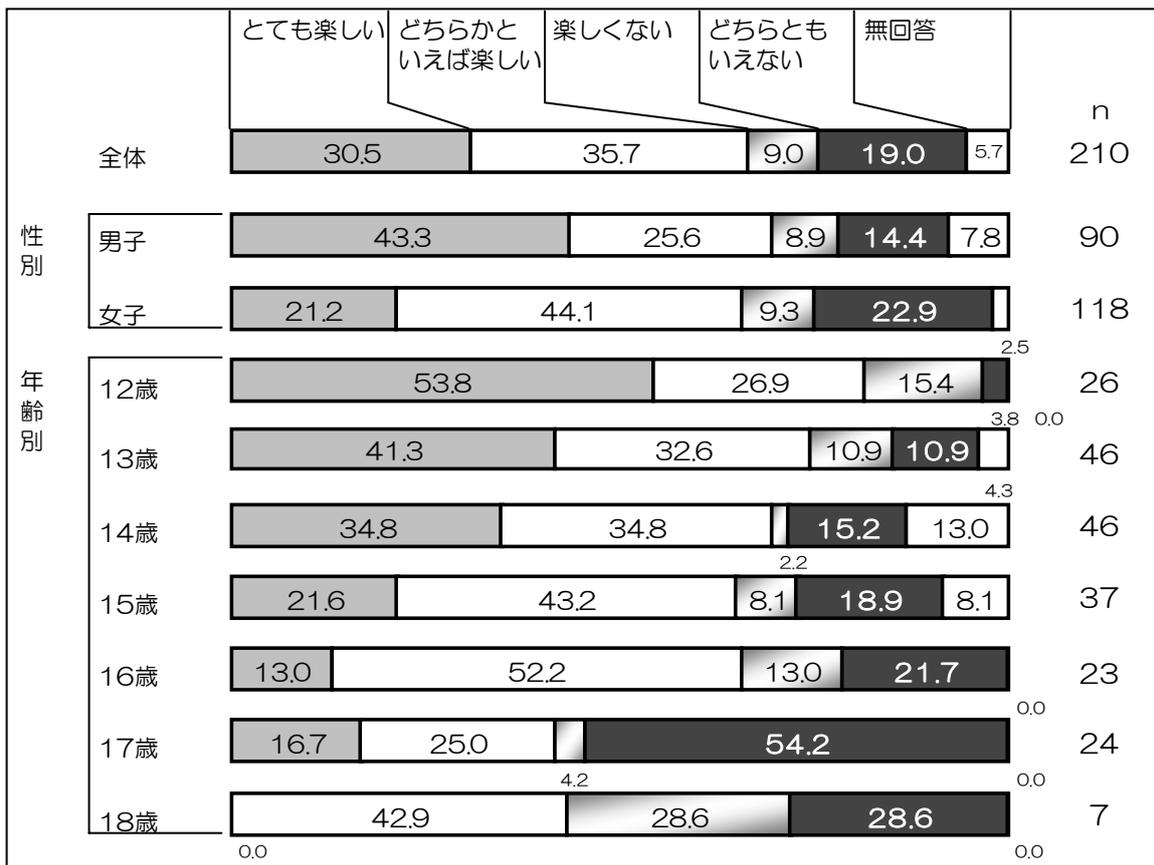
(2) 毎日の生活が楽しいか

問32 あなたは、毎日の生活が楽しいですか。

**ポイント**

- ◆ 「どちらかといえば楽しい」が35.7%と最も多く、「とても楽しい」(30.5%)を合わせると66.2%
- ◆ 女子では「とても楽しい」が21.2%で、男子と比べて20ポイント以上低い割合
- ◆ おおむね年齢とともに「とても楽しい」との回答の割合が低下し、17歳では「どちらともいえない」が54.2%
- ◆ 上の年齢ほど肯定的な評価が低下し、否定的な評価や「どちらともいえない」との回答が増える傾向

図表 189 毎日の生活について (全体)



**全体**

「どちらかといえば楽しい」が35.7%と最も多く、「とても楽しい」(30.5%)を合わせると66.2%を占めています。また、「どちらともいえない」は19.0%で、「楽しくない」(9.0%)との回答もみられます。

## 性別・年齢別

女子では「とても楽しい」が21.2%で、男子（44.3%）と比べて20ポイント以上低い割合となっています。

また、年齢別でみると、おおむね年齢とともに「とても楽しい」との回答の割合が低下し、17歳では「どちらともいえない」が54.2%を占めています。

さらに、15～18歳-男子では「楽しくない」が14.3%と比較的高い割合となっているほか、15～18歳-女子では「とても楽しい」が14.3%と比較的低くなっており、上の年齢ほど肯定的な評価が低下し、否定的な評価や「どちらともいえない」との回答が増える傾向がみられます。

図表 190 毎日の生活について（詳細）

（単位：人、%）

|               |           | 合計  | とても楽しい | どちらかといえば楽しい | 楽しくない | どちらともいえない | 無回答  |
|---------------|-----------|-----|--------|-------------|-------|-----------|------|
| 全体            |           | 210 | 30.5   | 35.7        | 9.0   | 19.0      | 5.7  |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 58.2   | 21.8        | 5.5   | 3.6       | 10.9 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 27.4   | 41.9        | 11.3  | 17.7      | 1.6  |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 20.0   | 31.4        | 14.3  | 31.4      | 2.9  |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 14.3   | 46.4        | 7.1   | 28.6      | 3.6  |

### (3) ふだん心がけているものがあるか

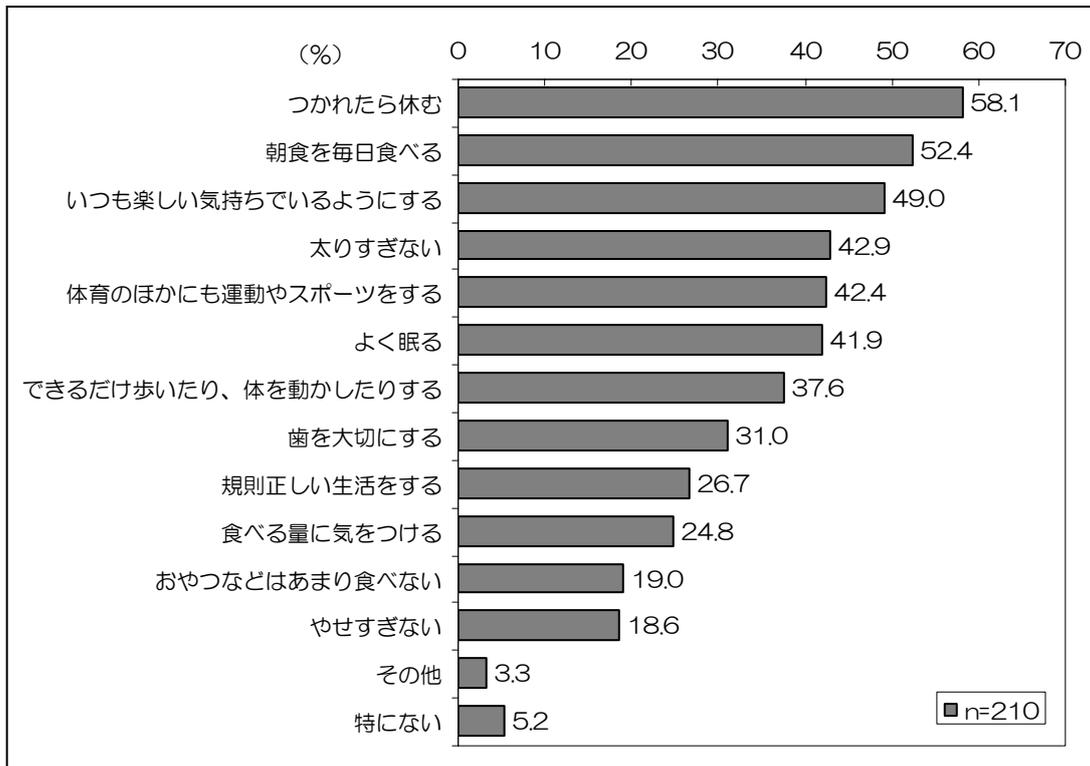
問33

次のうち、ふだんあなたが心がけているものに○をつけてください。  
【複数回答】

#### ポイント

- ◆ 「つかれたら休む」が58.1%と最も多い
- ◆ 12～14歳-男子では「体育のほかに運動やスポーツをする」をはじめ、体を動かしたり、やせすぎないように心がけている割合が比較的高く、15～18歳-男子では「よく眠る」が比較的高い割合
- ◆ 12～14歳-女子と15～18歳-女子では、「朝食を毎日食べる」や「いつも楽しい気持ちでいるようにする」との割合が比較的高く、12～14歳-女子では「太りすぎない」も比較的高い割合

図表 191 ふだん心がけていること（全体／複数回答）



#### 全体

「つかれたら休む」が58.1%と最も多く、次いで「朝食を毎日食べる」(52.4%)、「いつも楽しい気持ちでいるようにする」(49.0%)と続いています。また、そのほかの回答は、「太りすぎない」(42.9%)、「体育のほかに運動やスポーツをする」(42.4%)、「よく眠る」(41.9%)がいずれも40%以上となっており、「できるだけ歩いたり、体を動かしたりする」(37.6%)、「歯を大切にする」(31.0%)と続いています。

食生活に関する回答については、「朝食を毎日食べる」が上位にあがる一方、「食べる量に気をつける」(24.8%)、「おやつなどはあまり食べない」(19.0%)、「やせすぎない」(18.6%)は、いずれも30%未満となっています。

なお、生活習慣のすべてが関係する「規則正しい生活をする」との回答は、26.7%となっています。

**性別・年齢別**

12～14歳-男子では「体育のほかに運動やスポーツをする」(67.3%)をはじめ、体を動かしたり、やせすぎないように心がけている割合が比較的高く、15～18歳-男子では「よく眠る」(51.4%)が比較的高い割合となっているのが特徴です。

また、12～14歳-女子と15～18歳-女子では、「朝食を毎日食べる」や「いつも楽しい気持ちでいるようにする」との割合が比較的高く、12～14歳-女子では「太りすぎない」(51.6%)も比較的高い割合となっているのが特徴です。

図表 192 ふだん心がけていること（詳細／複数回答）

(単位:人、%)

|               |           | 合計  | よく眠る         | 朝食を毎日食べる | おやつなどはあまり食べない | 食べる量に気をつける        | 太りすぎない | やせすぎない | 体育のほかに運動やスポーツをする | できるだけ歩いたり、体を動かしたりする |
|---------------|-----------|-----|--------------|----------|---------------|-------------------|--------|--------|------------------|---------------------|
| 全体            |           | 210 | 41.9         | 52.4     | 19.0          | 24.8              | 42.9   | 18.6   | 42.4             | 37.6                |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 40.0         | 49.1     | 14.5          | 23.6              | 41.8   | 38.2   | 67.3             | 50.9                |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 46.8         | 61.3     | 24.2          | 37.1              | 51.6   | 16.1   | 38.7             | 45.2                |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 51.4         | 40.0     | 14.3          | 11.4              | 34.3   | 14.3   | 48.6             | 31.4                |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 33.9         | 55.4     | 21.4          | 21.4              | 41.1   | 5.4    | 19.6             | 21.4                |
|               |           | 合計  | 歯を大切に<br>にする | つかれたら休む  | 規則正しい生活をする    | いつも楽しい気持ちでいるようにする | 特にない   | その他    | 無回答              |                     |
| 全体            |           | 210 | 31.0         | 58.1     | 26.7          | 49.0              | 5.2    | 3.3    | 5.2              |                     |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 38.2         | 69.1     | 32.7          | 47.3              | 7.3    | 1.8    | 7.3              |                     |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 33.9         | 64.5     | 25.8          | 56.5              | 8.1    | 6.5    | 0.0              |                     |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 31.4         | 57.1     | 25.7          | 40.0              | 0.0    | 0.0    | 8.6              |                     |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 21.4         | 42.9     | 23.2          | 50.0              | 3.6    | 3.6    | 3.6              |                     |

#### (4) 健康づくりで知りたいことはあるか

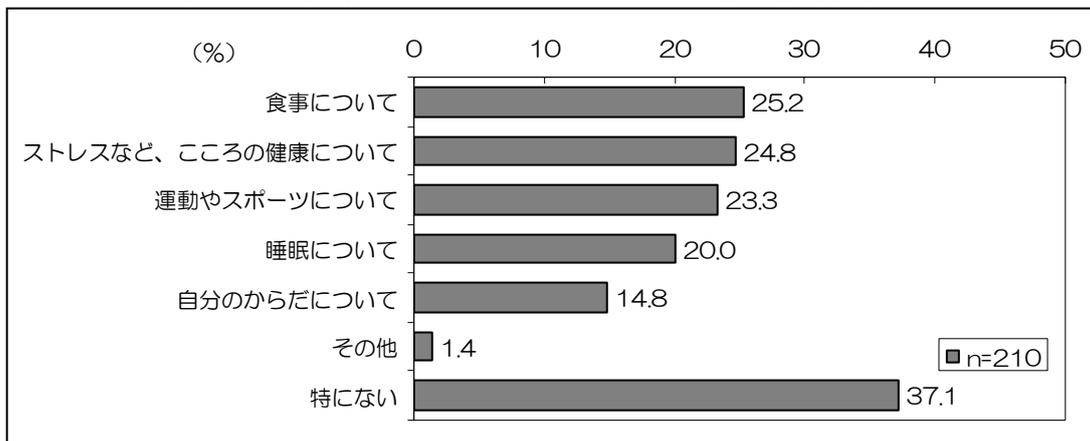
問34

健康づくりについて、教えてほしいことや知りたいことはありますか。  
【複数回答】

#### ポイント

- ◆ 「特にない」が37.1%と最も多い
- ◆ 12～14歳-男子では「運動やスポーツについて」、12～14歳-女子では「運動やスポーツについて」とともに、「ストレスなど、こころの健康について」も比較的高い割合
- ◆ 15～18歳-男子では「食事について」、15～18歳-女子では「ストレスなど、こころの健康について」が比較的高い割合

図表 193 健康づくりで知りたいこと（全体／複数回答）



#### 全 体

「特にない」が37.1%と最も多く、次いで「食事について」(25.2%)、「ストレスなど、こころの健康について」(24.8%)、「運動やスポーツについて」(23.3%)、「睡眠について」(20.0%)、「自分のからだについて」(14.8%)の順となっています。

#### 性別・年齢別

12～14歳-男子では「運動やスポーツについて」(29.1%)、12～14歳-女子では「運動やスポーツについて」(30.6%)とともに、「ストレスなど、こころの健康について」(35.5%)も比較的高い割合となっています。

また、15～18歳-男子では「食事について」(31.4%)、15～18歳-女子では「ストレスなど、こころの健康について」(39.3%)が比較的高い割合となっているのが特徴です。

図表 194 健康づくりで知りたいこと（詳細／複数回答）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | 食事について | 運動やスポーツについて | ストレスなど、こころの健康について | 睡眠について | 自分のからだについて | その他 | 特になし | 無回答  |
|---------------|-----------|-----|--------|-------------|-------------------|--------|------------|-----|------|------|
| 全体            |           | 210 | 25.2   | 23.3        | 24.8              | 20.0   | 14.8       | 1.4 | 37.1 | 9.0  |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 20.0   | 29.1        | 9.1               | 16.4   | 7.3        | 1.8 | 41.8 | 14.5 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 25.8   | 30.6        | 35.5              | 21.0   | 24.2       | 0.0 | 32.3 | 6.5  |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 31.4   | 22.9        | 8.6               | 22.9   | 14.3       | 2.9 | 34.3 | 8.6  |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 26.8   | 10.7        | 39.3              | 21.4   | 12.5       | 1.8 | 41.1 | 3.6  |

## 11. からだや性のことについて

(1) からだや性のことについてどのくらい知っているか

問35 次のことについて、あなたはどのくらい知っていますか。

### ポイント

#### 【月経について】

- ◆ 「知っている」が64.3%
- ◆ 女子では「知っている」が90%以上を占めている一方、男子では12~14歳、15~18歳ともに、「ことばだけ知っている」や「知らない」の割合が高く、男女で認識度に差

#### 【妊娠や出産について】

- ◆ 「知っている」が75.7%で、中絶や避妊などと比べて認識度が比較的高い
- ◆ 男女の認識度の差が比較的小さい

#### 【中絶について】

- ◆ 「知っている」が48.6%で、妊娠や出産などと比べて認識度が比較的低い
- ◆ 男女の差とともに、年齢による認識度の差

#### 【避妊について】

- ◆ 「知っている」が54.3%で、中絶と同様に認識度が比較的低い
- ◆ 男女の差とともに、年齢による認識度の差

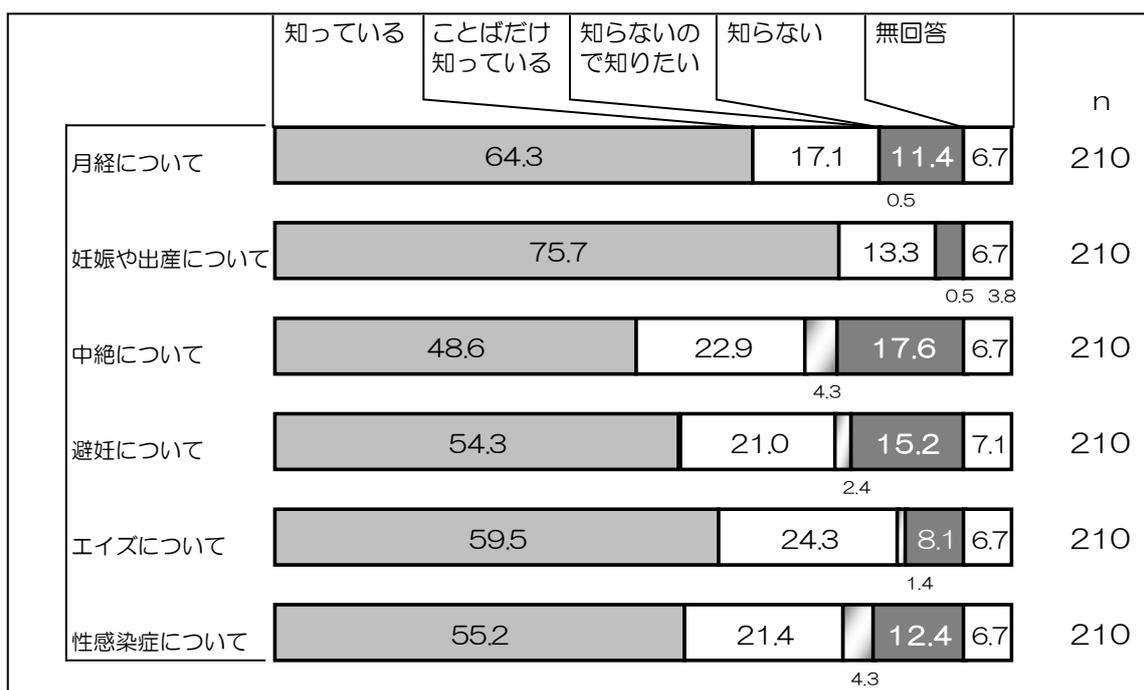
#### 【エイズについて】

- ◆ 「知っている」が59.5%
- ◆ 男女の差とともに、年齢による認識度の差

#### 【性感染症について】

- ◆ 「知っている」が55.2%
- ◆ 15~18歳-女子では「知っている」が80.4%と、他の項目と比べると最も低い割合
- ◆ 男女の差とともに、年齢による認識度の差

図表 195 からだや性のことについて（全体）



【月経について】

全体

「知っている」が64.3%で、そのほかの回答は「ことばだけ知っている」(17.1%)、「知らない」(11.4%)、「知らないのを知りたい」(0.5%)の順となっています。

性別・年齢別

女子では「知っている」が90%以上を占めている一方、男子では12~14歳、15~18歳ともに、「ことばだけ知っている」や「知らない」の割合が高く、男女で認識度に差がみられます。

【妊娠や出産について】

全体

「知っている」が75.7%で、中絶や避妊などと比べて認識度が比較的高い項目となっています。

なお、そのほかの回答は「ことばだけ知っている」(13.3%)、「知らない」(3.8%)、「知らないのを知りたい」(0.5%)の順となっています。

性別・年齢別

女子では「知っている」が90%以上を占めており、男子では12~14歳で「知っている」が47.3%、15~18歳で65.7%となっており、他の項目に比べて、男女の認識度の差が比較的小さい項目です。

## 【中絶について】

### 全 体

「知っている」が48.6%で、妊娠や出産などと比べて認識度が比較的低い項目となっています。

なお、そのほかの回答は「ことばだけ知っている」(22.9%)、「知らない」(17.6%)、「知らないので知りたい」(4.3%)の順となっています。

### 性別・年齢別

15～18歳-女子では「知っている」が83.9%を占めている一方、12～14歳女子では46.8%、12～14歳-男子では14.5%の認識度となっており、男女の差とともに、年齢による認識度の差がみられます。

## 【避妊について】

### 全 体

「知っている」が54.3%で、中絶と同様に認識度が比較的低い項目となっています。

なお、そのほかの回答は「ことばだけ知っている」(21.0%)、「知らない」(15.2%)、「知らないので知りたい」(2.4%)の順となっています。

### 性別・年齢別

15～18歳-女子では「知っている」が85.7%を占めている一方、同じ年齢の男子では54.3%の認識度となっています。

また、12～14歳女子では58.1%、12～14歳-男子では20.0%の認識度となっており、中絶と同様に男女の差とともに、年齢による認識度の差がみられます。

## 【エイズについて】

### 全 体

「知っている」が59.5%で、そのほかの回答は「ことばだけ知っている」(24.3%)、「知らない」(8.1%)、「知らないので知りたい」(1.4%)の順となっています。

### 性別・年齢別

15～18歳-女子では「知っている」が83.9%を占めている一方、同じ年齢の男子では62.9%の認識度となっています。

また、12～14歳女子では59.7%、12～14歳-男子では34.5%の認識度となっており、この項目についても男女の差とともに、年齢による認識度の差がみられます。

## 【性感染症について】

### 全 体

「知っている」が55.2%で、そのほかの回答は「ことばだけ知っている」(21.4%)、「知らない」(12.4%)、「知らないので知りたい」(4.3%)の順となっています。

### 性別・年齢別

15～18歳-女子では「知っている」が80.4%と、他の項目と比べると最も低い割合となっており、同じ年齢の男子では57.1%の認識度となっています。

また、12～14 歳女子では 54.8%、12～14 歳-男子では 30.9%の認識度となっており、この項目についても男女の差とともに、年齢による認識度の差がみられます。

図表 196 からだや性のことについて（詳細）

（単位：人、％）

|           |           | 合計  | 知っている | ことばだけ知っている | 知らない<br>ので知りたい | 知らない | 無回答  |
|-----------|-----------|-----|-------|------------|----------------|------|------|
| 全体        |           | 210 | 64.3  | 17.1       | 0.5            | 11.4 | 6.7  |
| 月経について    | 12～14歳-男子 | 55  | 23.6  | 32.7       | 0.0            | 32.7 | 10.9 |
|           | 12～14歳-女子 | 62  | 90.3  | 4.8        | 1.6            | 3.2  | 0.0  |
|           | 15～18歳-男子 | 35  | 34.3  | 42.9       | 0.0            | 11.4 | 11.4 |
|           | 15～18歳-女子 | 56  | 96.4  | 0.0        | 0.0            | 0.0  | 3.6  |
| 妊娠や出産について | 12～14歳-男子 | 55  | 47.3  | 30.9       | 0.0            | 10.9 | 10.9 |
|           | 12～14歳-女子 | 62  | 91.9  | 6.5        | 1.6            | 0.0  | 0.0  |
|           | 15～18歳-男子 | 35  | 65.7  | 17.1       | 0.0            | 5.7  | 11.4 |
|           | 15～18歳-女子 | 56  | 94.6  | 1.8        | 0.0            | 0.0  | 3.6  |
| 中絶について    | 12～14歳-男子 | 55  | 14.5  | 25.5       | 7.3            | 41.8 | 10.9 |
|           | 12～14歳-女子 | 62  | 46.8  | 30.6       | 6.5            | 16.1 | 0.0  |
|           | 15～18歳-男子 | 35  | 51.4  | 28.6       | 0.0            | 8.6  | 11.4 |
|           | 15～18歳-女子 | 56  | 83.9  | 8.9        | 1.8            | 1.8  | 3.6  |
| 避妊について    | 12～14歳-男子 | 55  | 20.0  | 30.9       | 3.6            | 34.5 | 10.9 |
|           | 12～14歳-女子 | 62  | 58.1  | 22.6       | 4.8            | 14.5 | 0.0  |
|           | 15～18歳-男子 | 35  | 54.3  | 20.0       | 0.0            | 11.4 | 14.3 |
|           | 15～18歳-女子 | 56  | 85.7  | 10.7       | 0.0            | 0.0  | 3.6  |
| エイズについて   | 12～14歳-男子 | 55  | 34.5  | 40.0       | 0.0            | 14.5 | 10.9 |
|           | 12～14歳-女子 | 62  | 59.7  | 25.8       | 1.6            | 12.9 | 0.0  |
|           | 15～18歳-男子 | 35  | 62.9  | 22.9       | 0.0            | 2.9  | 11.4 |
|           | 15～18歳-女子 | 56  | 83.9  | 8.9        | 3.6            | 0.0  | 3.6  |
| 性感染症について  | 12～14歳-男子 | 55  | 30.9  | 29.1       | 3.6            | 25.5 | 10.9 |
|           | 12～14歳-女子 | 62  | 54.8  | 19.4       | 9.7            | 16.1 | 0.0  |
|           | 15～18歳-男子 | 35  | 57.1  | 28.6       | 0.0            | 2.9  | 11.4 |
|           | 15～18歳-女子 | 56  | 80.4  | 12.5       | 1.8            | 1.8  | 3.6  |

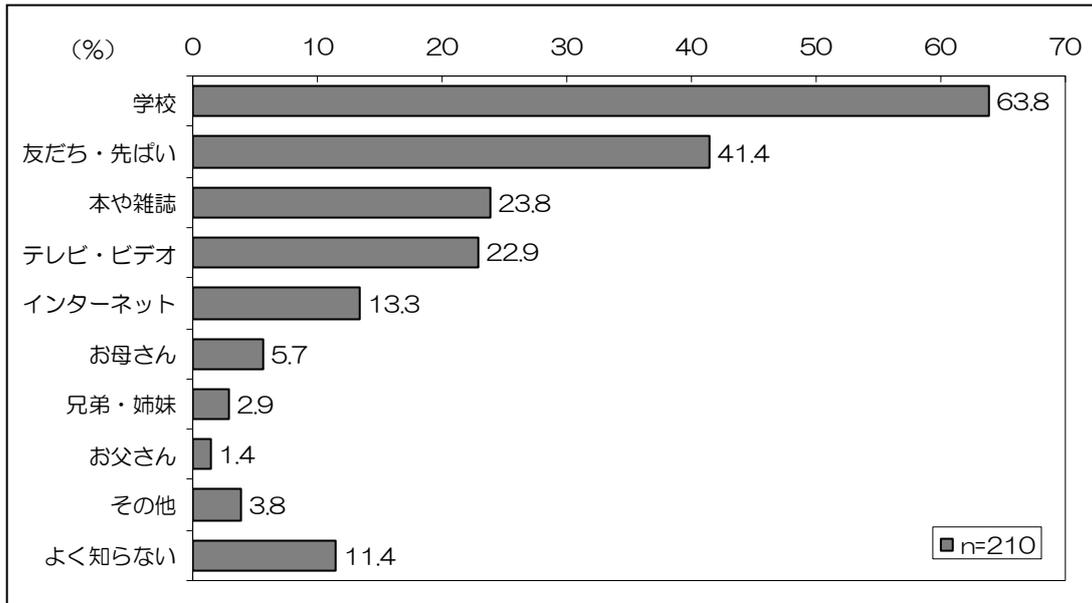
(2) からだや性に関することはどこで知ることが多いか

問36 からだや性に関することは、どこで知ることが多いですか。【複数回答】

**ポイント**

- ◆ 「学校」が63.8%と最も多い
- ◆ 情報源の多くは、学校や友だち・先輩からの人づてによるもので、これに続くのが「インターネット」(13.3%)を含めたメディアからの情報
- ◆ 女子では「学校」や「友だち・先輩」が男子と比べて高い割合となっており、15～18歳では12～14歳に比べて「学校」との割合に男女差が小さい
- ◆ 12～14歳-女子では、「お母さん」、「本や雑誌」、「テレビ・ビデオ」と、多くの項目で男子や他の年齢層に比べて高い割合

図表 197 からだや性に関する情報の入手先（全体／複数回答）



**全 体**

「学校」が63.8%と最も多く、次いで「友だち・先輩」(41.4%)、「本や雑誌」(23.8%)、「テレビ・ビデオ」(22.9%)と続いており、情報源の多くは、学校や友だち・先輩からの人づてによるもので、これに続くのが「インターネット」(13.3%)を含めたメディアからの情報となっています。

また、家族からの情報入手については、「お母さん」(5.7%)、「兄弟・姉妹」(2.9%)、「お父さん」(1.4%)と、いずれも10%未満となっています。

なお、「よく知らない」(11.4%)との回答もみられます。

**性別・年齢別**

女子では「学校」や「友だち・先輩」が男子と比べて高い割合となっており、15～18歳では12～14歳に比べて「学校」との割合に男女差が小さい状況です。

また、12～14歳-女子では、「お母さん」(11.3%)、「本や雑誌」(38.7%)、「テレビ・ビデオ」(35.5%)と、多くの項目で男子や他の年齢層に比べて高い割合となっているのが特徴です。

図表 198 からだや性に関する情報の入手先 (詳細/複数回答)

(単位:人、%)

|               | 合計        | 学校   | 友だち・先輩 | お父さん | お母さん | 兄弟・姉妹 | 本や雑誌 | テレビ・ビデオ | インターネット | その他  | よく知らない | 無回答  |
|---------------|-----------|------|--------|------|------|-------|------|---------|---------|------|--------|------|
| 全体            | 210       | 63.8 | 41.4   | 1.4  | 5.7  | 2.9   | 23.8 | 22.9    | 13.3    | 3.8  | 11.4   | 7.6  |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55   | 36.4   | 30.9 | 0.0  | 0.0   | 14.5 | 21.8    | 5.5     | 3.6  | 23.6   | 14.5 |
|               | 12～14歳-女子 | 62   | 67.7   | 54.8 | 1.6  | 11.3  | 38.7 | 35.5    | 19.4    | 3.2  | 11.3   | 0.0  |
|               | 15～18歳-男子 | 35   | 71.4   | 20.0 | 0.0  | 0.0   | 2.9  | 17.1    | 11.4    | 14.3 | 0.0    | 8.6  |
|               | 15～18歳-女子 | 56   | 83.9   | 51.8 | 3.6  | 8.9   | 1.8  | 21.4    | 17.9    | 14.3 | 7.1    | 1.8  |

## 12. 薬物について

### (1) 薬物の使用が法律で禁止されていることを知っているか

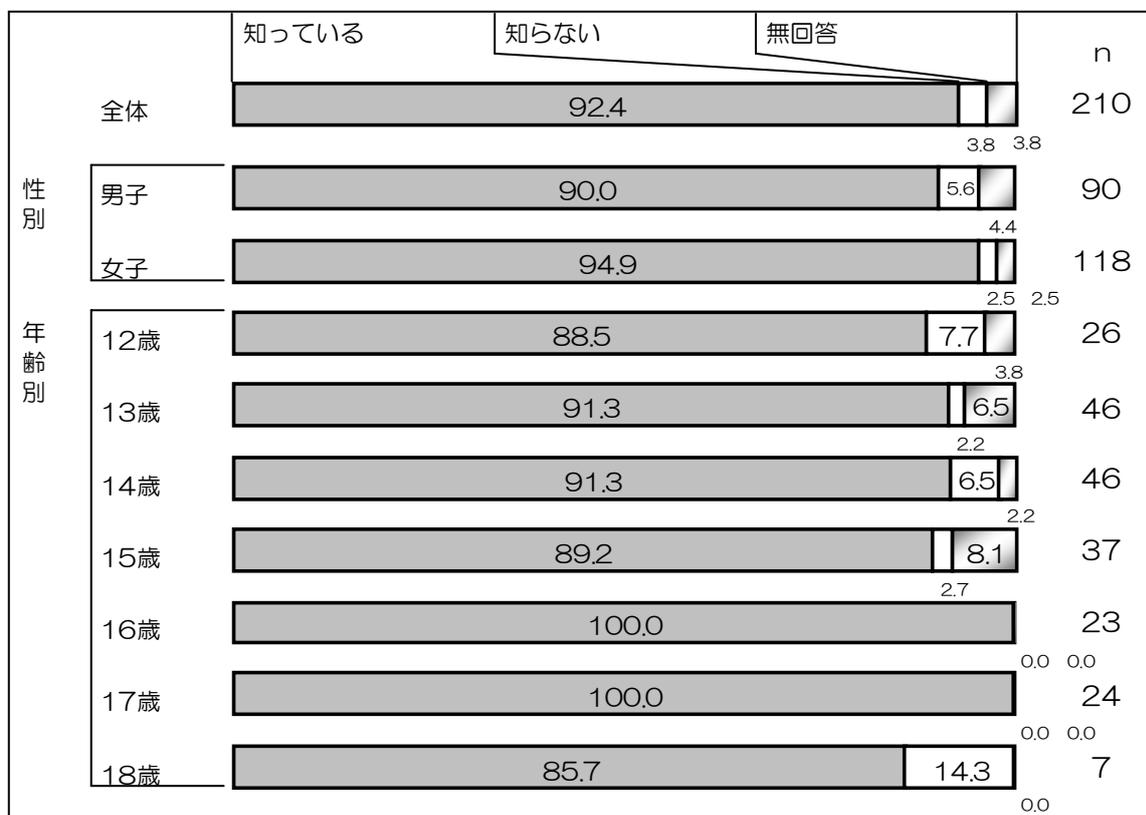
問37

シンナー・覚せい剤などの薬物の使用が、法律で禁止されていることを知っていますか。

#### ポイント

- ◆ 「知っている」が92.4%
- ◆ 性別や年齢別で見ると、いずれも「知っている」が80%以上

図表 199 薬物が法律で禁止されていることについて（全体）



#### 全体

「知っている」が92.4%を占めており、「知らない」は3.8%となっています。

#### 性別・年齢別

性別や年齢別で見ると、いずれも「知っている」が80%以上となっており、属性による大きな傾向の違いはみられません。

## (2) 薬物の使用についてどのように考えるか

問38

シンナー・覚せい剤などの薬物の使用について、どのように考えますか。

### ポイント

- ◆ 「使用するべきでなく許されることではない」が81.0%と最も多い
- ◆ 15～18歳-男子では「使用するべきでなく許されることではない」が68.6%で、同じ年齢層の女子と比べて20ポイント以上低い割合
- ◆ 15～18歳-男子では「個人の自由」が17.1%で、同じ年齢層の女子と比べて10ポイント以上高い割合

図表 200 薬物の使用について（詳細）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | 使用するべきでなく許されることではない | 心や体に害がないなら1回くらいかまわない | 個人の自由 | その他 | わからない | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|---------------------|----------------------|-------|-----|-------|-----|
| 全体            |           | 210 | 81.0                | 0.5                  | 7.1   | 1.9 | 4.3   | 5.2 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 76.4                | 0.0                  | 3.6   | 1.8 | 9.1   | 9.1 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 83.9                | 1.6                  | 8.1   | 1.6 | 3.2   | 1.6 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 68.6                | 0.0                  | 17.1  | 2.9 | 5.7   | 5.7 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 91.1                | 0.0                  | 3.6   | 1.8 | 0.0   | 3.6 |

### 全体

「使用するべきでなく許されることではない」が81.0%と最も多く、次いで「個人の自由」（7.1%）、「わからない」（4.3%）と続いており、「心や体に害がないなら1回くらいかまわない」（0.5%）との回答もみられます。

### 性別・年齢別

15～18歳-男子では「使用するべきでなく許されることではない」が68.6%で、同じ年齢層の女子（91.1%）と比べて20ポイント以上低い割合となっています。

また、15～18歳-男子では「個人の自由」が17.1%で、同じ年齢層の女子（3.6%）と比べて10ポイント以上高い割合となっています。

## 13. 自分のことや相談相手について

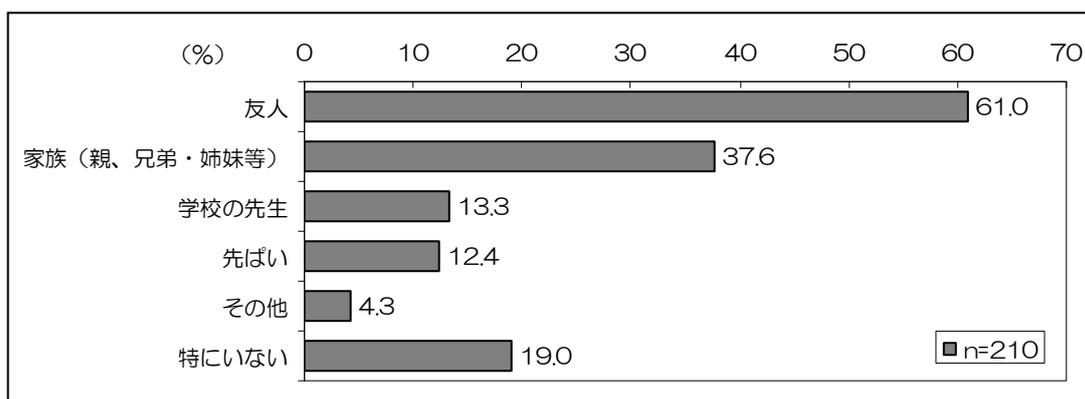
(1) 悩みごとなど何でも相談できる人がまわりにいるか

問39 悩みごとなど何でも相談できる人がまわりにはいますか。【複数回答】

### ポイント

- ◆ 「友人」が61.0%と最も多い
- ◆ 12～14歳-男子では「学校の先生」、12～14歳-女子では「先ばい」、15歳～18歳-女子では「家族」が比較的高い割合
- ◆ 男子では女子に比べて「特にない」が高い割合

図表 201 悩みごとの相談相手（全体／複数回答）



### 全体

「友人」が61.0%と最も多く、次いで「家族（親、兄弟・姉妹等）」（37.6%）と続いており、そのほかの回答は「学校の先生」（13.3%）、「先ばい」（12.4%）と、いずれも20%未満となっています。

なお、「特にない」は19.0%で、残りの約80%の人は、いずれかの相談できる人がまわりにいる結果となっています。

### 性別・年齢別

12～14歳-男子では「学校の先生」（20.0%）、12～14歳-女子では「先ばい」（25.8%）、15歳～18歳-女子では「家族」（48.2%）が比較的高い割合となっています。

なお、男子では女子に比べて「特にない」が高い割合となっています。

図表 202 悩みごとの相談相手（詳細／複数回答）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | 友人   | 先ばい  | 学校の先生 | 家族（親、兄弟・姉妹等） | その他 | 特にいない | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|------|------|-------|--------------|-----|-------|-----|
| 全体            |           | 210 | 61.0 | 12.4 | 13.3  | 37.6         | 4.3 | 19.0  | 5.7 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 50.9 | 5.5  | 20.0  | 34.5         | 3.6 | 25.5  | 7.3 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 72.6 | 25.8 | 14.5  | 40.3         | 3.2 | 14.5  | 1.6 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 45.7 | 0.0  | 5.7   | 22.9         | 5.7 | 28.6  | 8.6 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 69.6 | 12.5 | 10.7  | 48.2         | 5.4 | 12.5  | 3.6 |

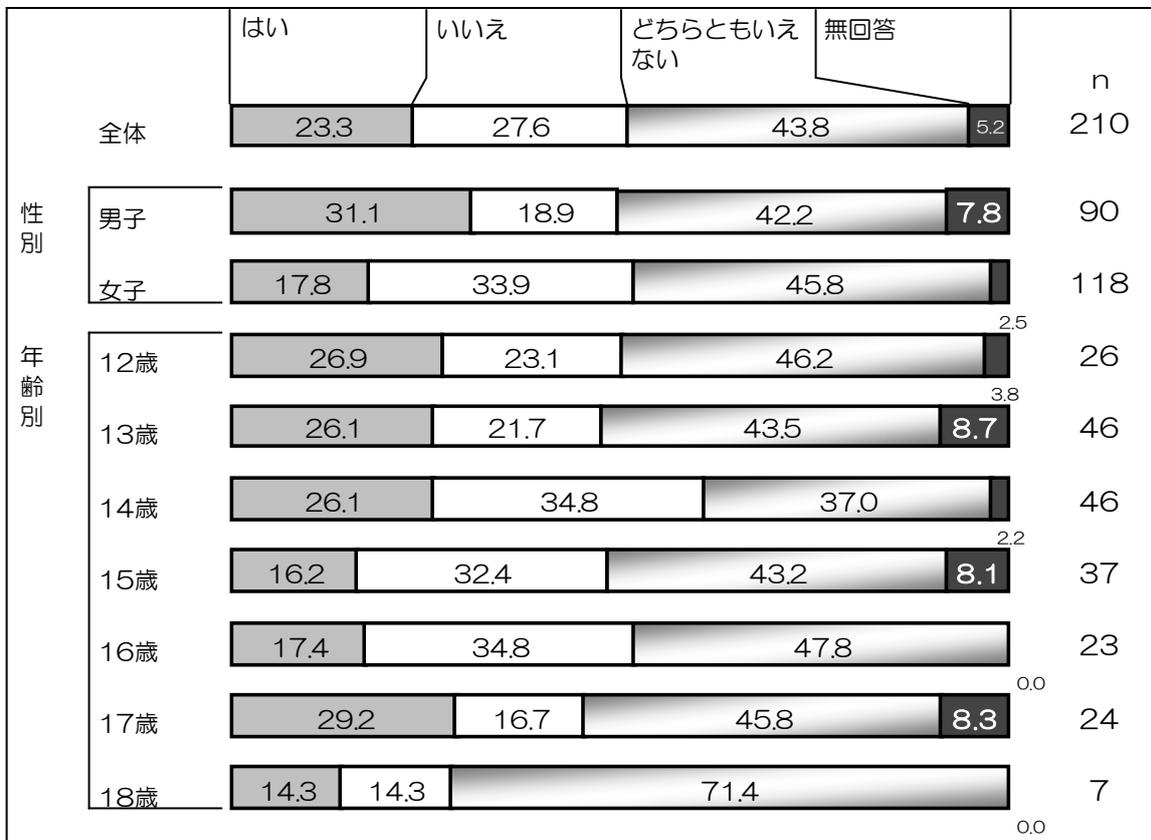
(2) 自分のことが好きか

問40 自分のことは好きですか。

**ポイント**

- ◆ 「どちらともいえない」が43.8%と最も多い
- ◆ 女子では「はい」が17.8%で、男子と比べて10ポイント以上低い割合
- ◆ 12~14歳-女子では「いいえ」が38.7%、15~18歳-女子では「どちらともいえない」が50.0%

図表 203 自分のことが好きであるか（全体）



**全体**

「どちらともいえない」が43.8%と最も多く、次いで「いいえ」(27.6%)、「はい」(23.3%)の順となっています。

**性別・年齢別**

女子では「はい」が17.8%で、男子(31.1%)と比べて10ポイント以上低い割合となっています。

また、年齢別でみると、12歳から14歳では「はい」が20%以上で、15歳と16歳では同回答が20%未満に低下し、17歳では再び20%以上に上昇しています。

さらに、12~14歳-女子では「いいえ」が38.7%、15~18歳-女子では「ど

らともいえない」が50.0%と比較的高い割合となっており、自分に対する意識は、性別や年齢によって異なる傾向がみられます。

図表 204 自分のことが好きであるか（詳細）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | はい   | いいえ  | どちらとも<br>いえない | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|------|------|---------------|-----|
| 全体            |           | 210 | 23.3 | 27.6 | 43.8          | 5.2 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 36.4 | 14.5 | 41.8          | 7.3 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 17.7 | 38.7 | 41.9          | 1.6 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 22.9 | 25.7 | 42.9          | 8.6 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 17.9 | 28.6 | 50.0          | 3.6 |

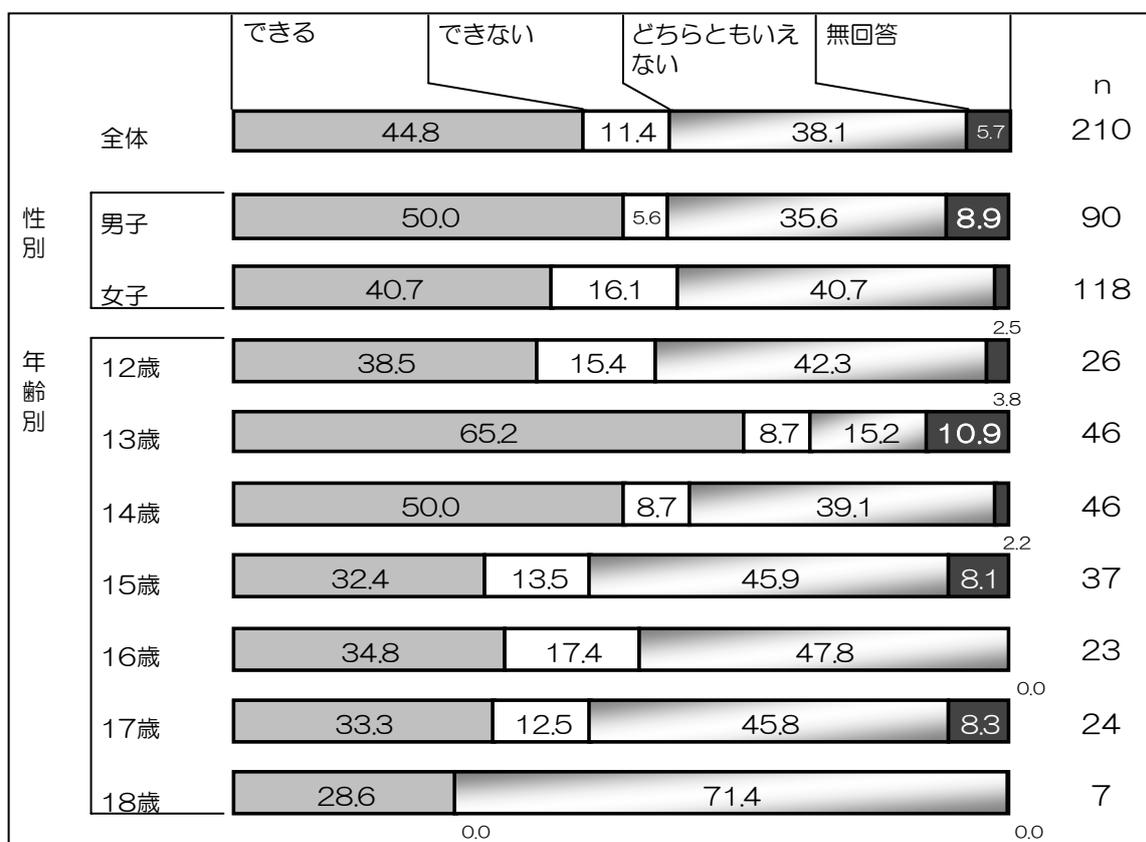
### (3) 自分の意見を他人に言うことができるか

問41 自分の意見を、他人にきちんと言うことはできますか。

#### ポイント

- ◆ 女子では「できない」が16.1%で、男子と比べて10ポイント以上高い割合
- ◆ 13歳と14歳では「できる」が最も多く、15歳以降では「どちらともいえない」が最も多い回答
- ◆ 上の年齢層ほど「どちらともいえない」との割合が上昇する傾向

図表 205 自分の意見を他人に言うことができるか（全体）



#### 全体

「できる」が44.8%と最も多く、次いで「どちらともいえない」(38.1%)、「できない」(11.4%)の順となっています。

#### 性別・年齢別

女子では「できない」が16.1%で、男子(5.6%)と比べて10ポイント以上高い割合となっています。

また、年齢別でみると、13歳と14歳では「できる」が最も多く、15歳以降では「どちらともいえない」が最も多い回答となっており、自己表現は、性別や年齢によって異なる傾向がみられます。

さらに、15～18歳-男子では「できる」が34.3%と、下の年齢に比べて低い割合で、同じ年齢層の女子でも同様の傾向がみられ、上の年齢層ほど「どちらともいえない」との割合が上昇する傾向がみられます。

図表 206 自分の意見を他人に言うことができるか（詳細）

（単位：人、%）

|               |           | 合計  | できる  | できない | どちらとも<br>いえない | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|------|------|---------------|-----|
| 全体            |           | 210 | 44.8 | 11.4 | 38.1          | 5.7 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 60.0 | 5.5  | 25.5          | 9.1 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 48.4 | 14.5 | 35.5          | 1.6 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 34.3 | 5.7  | 51.4          | 8.6 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 32.1 | 17.9 | 46.4          | 3.6 |

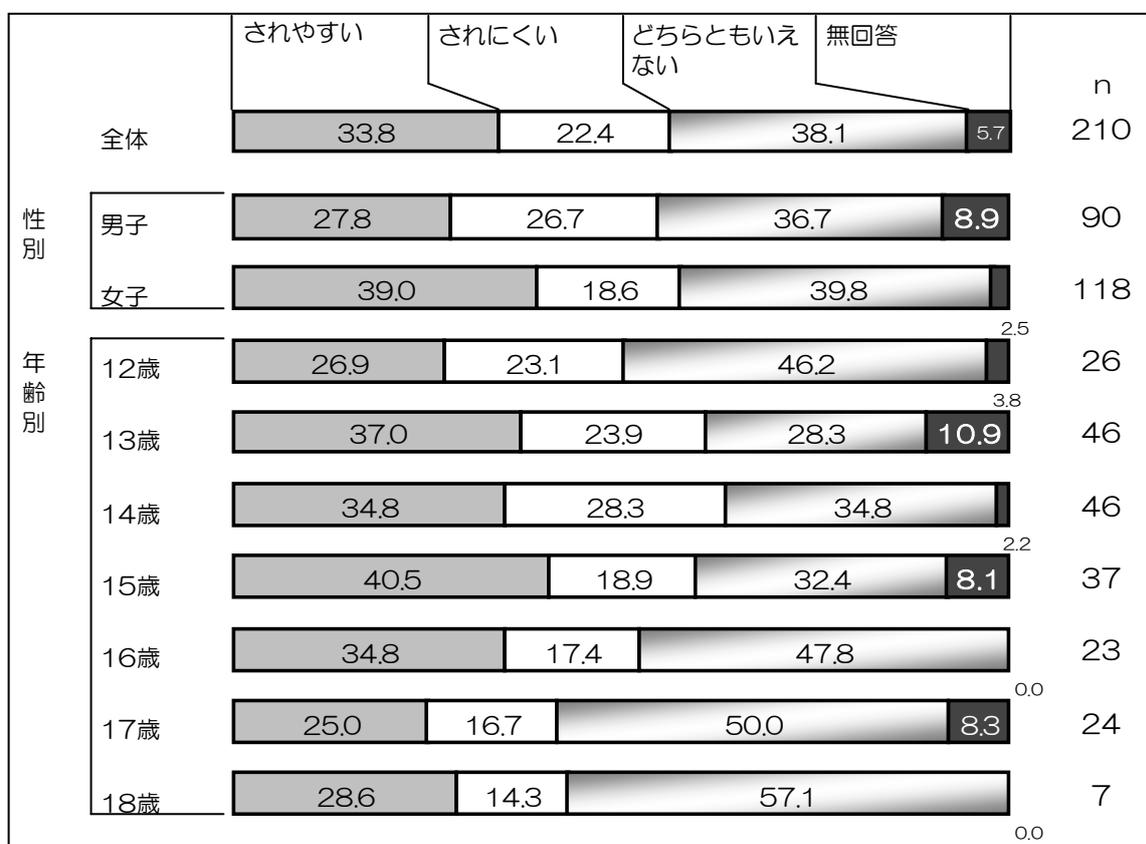
#### (4) 人の言葉や行動に左右されやすいか

問42 人の言葉や行動に左右されやすいですか。

##### ポイント

- ◆ 女子では「されやすい」傾向
- ◆ 13歳から15歳にかけて「されやすい」が最も多く、15歳では40.5%
- ◆ 15～18歳-女子では「されやすい」が41.1%と比較的高い割合となっている一方、「されにくい」が12.5%と比較的低い割合

図表 207 人の言葉や行動に左右されやすいか（全体）



##### 全体

「どちらともいえない」が38.1%と最も多く、次いで「されやすい」(33.8%)、「されにくい」(22.4%)の順となっています。

##### 性別・年齢別

女子では「どちらともいえない」(39.8%)が最も多いものの、「されやすい」が39.0%にのぼり、男性に比べ、左右されやすい傾向がうかがわれます。

また、年齢別でみると、13歳から15歳にかけて「されやすい」が最も多く、15歳では40.5%となっています。

さらに、15～18歳-女子では「されやすい」が41.1%と比較的高い割合となっている一方、「されにくい」が12.5%と比較的低い割合となっているのが特徴です。

図表 208 人の言葉や行動に左右されやすいか（詳細）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | されやすい | されにくい | どちらとも<br>いえない | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|-------|-------|---------------|-----|
| 全体            |           | 210 | 33.8  | 22.4  | 38.1          | 5.7 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 30.9  | 27.3  | 32.7          | 9.1 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 37.1  | 24.2  | 37.1          | 1.6 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 22.9  | 25.7  | 42.9          | 8.6 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 41.1  | 12.5  | 42.9          | 3.6 |

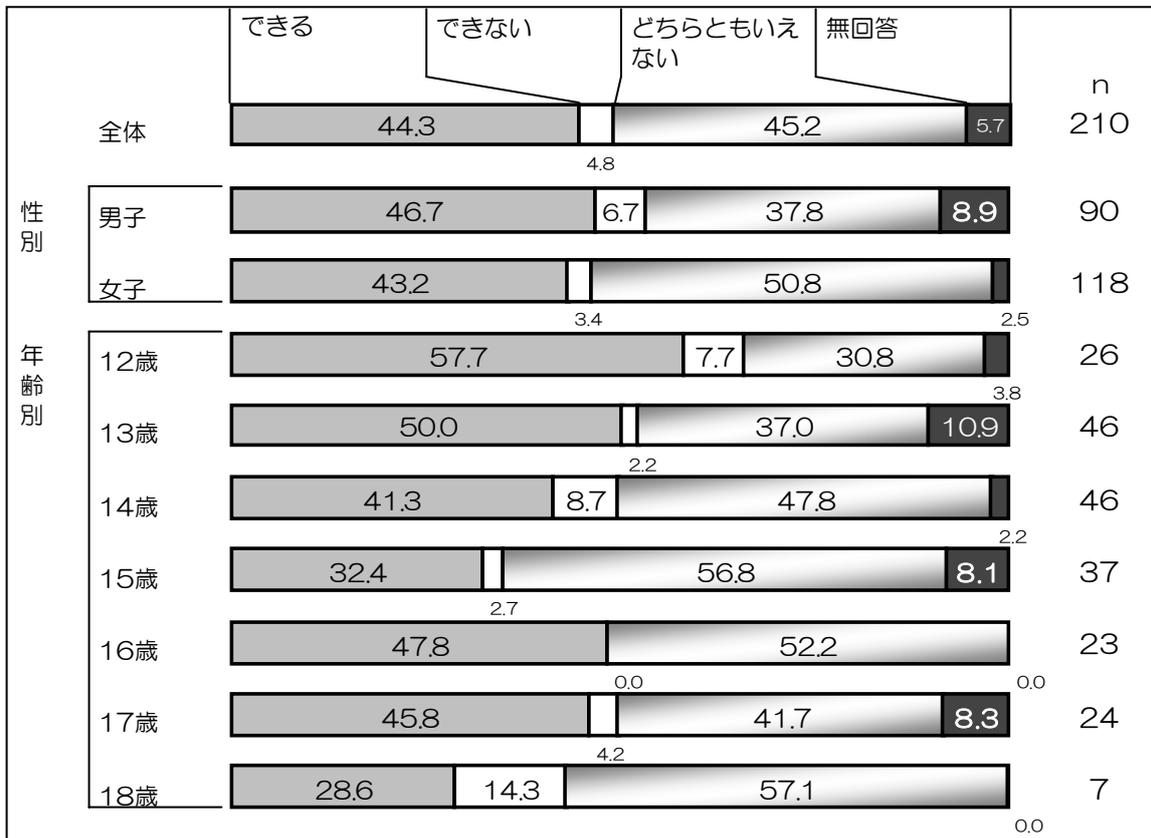
(5) 相手の気持ちを考え行動ができるか

問43 相手の気持ちを考えて行動することができますか

**ポイント**

- ◆ 男女いずれも「できる」が半数に届かない
- ◆ 男子では「できる」が46.7%と最も多く、女子では「どちらともいえない」が50.8%と最も多い
- ◆ 15歳では「できる」が32.4%で、12歳（57.7%）と比べると20ポイント以上低い割合
- ◆ 15～18歳-女子では「できる」が35.7%と比較的低い割合となっている一方、「どちらともいえない」が58.9%と比較的高い割合

図表 209 相手の気持ちを考え行動ができるか（全体）



**全体**

「できる」が44.3%と半数に届かず、「できない」が4.8%、「どちらともいえない」が45.2%となっています。

**性別・年齢別**

男子では「できる」が46.7%と最も多く、女子では「どちらともいえない」が50.8%と最も多くなっています。

また、年齢別でみると、15歳では「できる」が32.4%で、12歳（57.7%）と比

べると 20 ポイント以上低い割合となっており、相手の気持ちを考えて行動できるか否かは、年齢によって異なる傾向がみられます。

さらに、15～18 歳-女子では「できる」が 35.7%と比較的低い割合となっている一方、「どちらともいえない」が 58.9%と比較的高い割合となっているのが特徴です。

図表 210 相手の気持ちを考え行動ができるか（詳細）

（単位：人、％）

|               |           | 合計  | できる  | できない | どちらとも<br>いえない | 無回答 |
|---------------|-----------|-----|------|------|---------------|-----|
| 全体            |           | 210 | 44.3 | 4.8  | 45.2          | 5.7 |
| 年齢<br>×<br>性別 | 12～14歳-男子 | 55  | 47.3 | 7.3  | 36.4          | 9.1 |
|               | 12～14歳-女子 | 62  | 50.0 | 4.8  | 43.5          | 1.6 |
|               | 15～18歳-男子 | 35  | 45.7 | 5.7  | 40.0          | 8.6 |
|               | 15～18歳-女子 | 56  | 35.7 | 1.8  | 58.9          | 3.6 |



## IV 自由意見

## ■一般住民

| 年齢-性別      | 自由意見   |
|------------|--|
| 19～44 歳-男性 | 本人にわかりやすく納得できるように、詳しく、やさしく教えてもらえたら良いと思います。歳とった人には、特にしてもらいたいです。私も 71 歳の年老いた 1 人です。  |
| 19～44 歳-男性 | サイクリングコースやウォーキングコースなどが整備されていると利用したいと思います。ペットと一緒に散歩できるコースもあるといいですね。   |
| 19～44 歳-男性 | 健康、不健康の判別を正しく理解している人が少ないと考えている。理解しなければ気を付けることもできないだろう。まずは人それぞれに正しい情報収集の仕方を教えるべきだ。  |
| 19～44 歳-男性 | 町民の健康を気にするより、職員の健康を指摘すべきと思う。町民には全く楽な職場と思っている人間がいて、このアンケートが無意味にならないよう心配で血圧があがる。   |
| 19～44 歳-男性 | 出稼ぎ者には、もっといい方法がないと意味ないから、どうにかしてほしい   |
| 19～44 歳-女性 | 福島町は女性の喫煙率が高い。子どものいる所で吸うことにより、受動喫煙が多いと思う。親が吸うことで、子の喫煙も確率的に高くなる。公共の場所の喫煙は完全に禁煙にすべきだ。健康に対して町が意識が低いと思います。もっと働きかけるべき。よろしくお願いします。   |
| 19～44 歳-女性 | エアロビ等、町民が気軽に参加できることを継続的にやってほしい。  |
| 19～44 歳-女性 | 保健師さんに相談をしに行きたいのですが、役場の中にデスクを移したので、なかなか相談しにくくなった。以前のように入口が違う方が、私は相談や病院のことなど聞きやすかった。<br>※役場員が話を聞いているようにも見えるし、顔をじろじろ見ているようで、今では聞きたいことがあってもいけない。                                    |
| 19～44 歳-女性 | 時間のあるときなどに料理教室などへの参加をさせてもらっています。今回はガンの検診が 2 回もあったものが 1 回になり、仕事の都合でその 1 回が行けるか行けないか定かではありません。不便に思います。   |
| 19～44 歳-女性 | 健診や保健指導は年代に合わせ(例えば、仕事をしている人、していない人に合わせたり)、自分が希望する医療機関で受けられるようにしたら、もっと健康への意識が強まり、良いと思う。現状、決まった日時に、決まった場所でしか健診を受けられないのはかなり不便。  |
| 19～44 歳-女性 | 夜にウォーキングすることがあり、もう少し街灯を多くしてもらいたい。  |
| 45～64 歳-男性 | 献血成分分析でも、各数値がわかるので奨励して下さい。   |
| 45～64 歳-男性 | いつも私たちの健康への対応ありがとうございます。できれば身体的なケアは勿論ですが、メンタルな部分も対応して頂ければと希望しております。「病は気から」と言うことわざもあるくらいですので、よろしくお願い致します。   |
| 45～64 歳-男性 | ごろうさまです。健康づくりは、自分の体のデータを最も知ってもらっている「かかりつけの医院」を利用した方が良いと感じます。そのデータに基づいて自己管理を中心に医師のアドバイスをもらうような形が必要ではないかと思ます。「医者のための体」ではなく「自分の体」であることに、主眼を置いた考え方を再認識し、コストのかからない日頃のメンテナンスを考えてみたいです。 |
| 45～64 歳-男性 | もっとパンフレット等で宣伝し、住みよく働ける場所を作り、病院等の設備をもっと充実させてほしい。また、夜間での救急をもっと受け入れる体制をとってほしい。  |
| 45～64 歳-男性 | 1. 町保健師の言葉使いが悪いので、もう少しわかりやすく丁寧に語りかけてもらいたい。<br>2. 専門医の講義・研修会を定期的(2～3ヵ月)に開いてほしい。   |

| 年齢-性別      | 自由意見  |
|------------|---|
| 45～64 歳-男性 | このアンケートは本当に無作為抽出ですか。何かメタボな人を狙った気がしているのは私だけでしょうか。集計頑張ってください。   |
| 45～64 歳-男性 | 全町民が、体を動かす何か1つを選択してもらい、相談、指導、実践に移せる体制をつくれませんかと思う。   |
| 45～64 歳-男性 | 夕張の医師を参考に、予防医療に力を入れて頑張ってください。   |
| 45～64 歳-男性 | 自分自身でも、タバコ・お酒はなるべく控えています。甘いものが好きなので、おいおい控えていきたいと思います。職場で健康診断は、現場が変わるごとに会社で健康診断を受けています。その結果を参考にしています。  |
| 45～64 歳-男性 | 軽いストレッチ運動等の紹介をしてほしい。  |
| 45～64 歳-男性 | テレビをつければ、美食、過食が蔓延しているけれど、粗食に努めたいものです。   |
| 45～64 歳-男性 | 各地区にある会館の室内でラジオ体操(月曜日～金曜日の朝)をやったらいいと思う。   |
| 45～64 歳-男性 | 今回のこの調査についてのアンケートは、これからは必要なことなので、どんどん実施してほしいと思います。  |
| 45～64 歳-男性 | 健康づくりの指導、頑張ってください。期待しております。   |
| 45～64 歳-女性 | 健診を受け、結果が来るのが遅すぎるように思いますが、早めに結果を知りたいです。   |
| 45～64 歳-女性 | 町の健診をいつまでも、やってくれるようにお願いします。   |
| 45～64 歳-女性 | 働いている人は風呂にも入れるから、日曜、祝日が良いと思う。ゆっくりきれいに風呂に入れる。  |
| 45～64 歳-女性 | メタボリックシンドロームのことは気になっていますので、成人病健診で指導を受けたいと思っています。  |
| 45～64 歳-女性 | 健診が大切なのは充分わかっているにもかかわらず、なかなか出かけられないです。知り合いに個人情報的なものが知られる気がして、お手伝いをしている方はほとんど町内の主婦の方で、何となく気まずい感があって、それから足が遠のいてしまっています。このアンケートを機に、健診を受けてみようと思っています。   |
| 45～64 歳-女性 | 福島町の健診を受けるのですが、保健指導がほとんど役場に来て下さいと通知が来ますよね。忙しいので(私が)、そのような方には自宅に来てくれたらいいと思います。最近では、私が忙しいので自宅に届くので助かっています。これからもよろしくお願い致します。   |
| 45～64 歳-女性 | 健康づくりの各設備が整っているにもかかわらず、生かされていないのではないのでしょうか。関わる責任者、利用する会長、役員、町民に対する態度が、行きたくても利用したくてもできない状況にあります。町政の指導がそこまで行き届くのは大変なことではありますが、まずは町民と直接関わる所は、人柄を重点にくれぐれも優しい人等がいいと思います。利用する人が決まってしまうたり、せつかく来ても来なくなったりします。 |
| 45～64 歳-女性 | 脳ドックやマンモグラフィーによる乳がん検診等が、できるようになって良かったと思っています。是非まだ町の健診を受けたことのない人を1人でも減らせるような情報提供をすると良いと思います。   |
| 45～64 歳-女性 | 関心はあるけど、なかなか参加できず。  |
| 45～64 歳-女性 | 町の特産品を使った、健康メニュー(献立)を知らせていってはどうでしょうか。   |
| 45～64 歳-女性 | 糖尿病と言われてから、保健師さんがカロリー計算を、1週間分とその他の食品までを計算して出してもらいました。参考に頑張っていますが、あまりうまくいきません(食べ過ぎます)。ありがとうございました。   |
| 65 歳以上-男性  | メタボリックの直接指導を受けて改善したい。   |

| 年齢-性別    | 自由意見   |
|----------|--|
| 65歳以上-男性 | 病院通いもなく、すごく健康なので心配なく、現在仕事しています。8/18で満70歳になります。   |
| 65歳以上-女性 | すでに病気の問屋になってしまっているが、今までと同じく保健師や栄養士の指導のもとに頑張りたい。ヨロシク  |
| 65歳以上-女性 | 食事の面について、色々と身体にどのような影響を与えているのか、色々とテレビまた常に本を読んで勉強します。また、色々な人と触れ合って心の勉強させていただきます。現在は日本舞踊または、歌の会などで友を作っています。健康づくりは心の豊かさや食事から作られると思います。  |
| 65歳以上-女性 | 健康意識を常に持ち続けることによって、おのずと最低限でも努力できると思う(医者にかかることも)。まずは、本人の意識。   |
| -        | 町では健康づくりのための行事を色々やっていると思います。今まで通り続けて下さい。なるべく参加して、自分の健康のため頑張りたいです。  |
| -        | 私は体が悪いので、30年以上薬を飲んでおりますが、これがどうしたら早く治るか。  |
| -        | 松崎町の病院院長が、薬漬けをやめ予防に力を入れ、地域に入り医療懇話会を開催し、病気のこと、薬のことなど行っています。当町でも開催しては、院長は総合診療医(アメリカの家庭医等資格を有しています)で適任だと思います。   |
| -        | 産婦人科の情報がほしい。あと役場の健康づくりセンターに行きづらいから、行きやすくしてほしい。   |
| -        | 専業主婦の場合、子どもが幼稚園、保育所などに行くようになるまで、自分の親が遠い所に住んでいるなどで、子どもを預かってもらう所がなく、なかなか健康診断を受けるための1人の時間がなかったです。私の場合。<br>35歳以上の健康診断を受けられるようになって、40歳以上になるまで受けられない人がいると思います。子どもの健診の時に親も一緒にできるといいと思います。町の広報紙で健康づくりのコーナーで話を増やして、もっとアピールしてもいいと思います。20歳代~40歳代に、もっと関心を持ってもらえる話がほしいです。 |
| -        | 健診の結果、病気が見つかった人への個別指導を強化してもらいたい。特に食事療法を。メタボリックシンドロームや糖尿の原因の恐ろしさを、毎回何度も聞かされても(わかっているのに)、実際にそれ以上の指導がほしいといつも思います。それに健康体操のようなものも、何で65歳以上なんですか。それ以外の若い人にはどんな指導をしてもらえますか。誰でも参加できる健康体操をお願いします。特に冬場は体育館に行ったら、いつでも指導者がいてほしいと思います(協力体制が必要だと思う)。                        |
| -        | 生活習慣は食事が大切と思う。それにはきめの細かい食指導、つまりひとつひとつ細かく、一つの食べ物について組み合わせや量のこと、手を引いてもらえるようなら良いかと考える。なかなか難しいと思います。漠然としたことで、ああしろ、こうしろでは、各自に身につかないと思う。   |
| -        | 健康に興味があり、時間もある感じですが、具体的に何をしていけば良いかがわかりません。また今の自分がどのような健康状態で、何を強化し、どう食生活等の改善をすれば、健康になれるのかがわかりません。やはり、チャンスがあるなら専門家の方々に指導して頂けると助かります。   |
| -        | 町で35歳以上~脳健診などができるとよい。年齢にかかわらず、もっと色々な健診ができるようになるとうい。  |
| -        | 健康づくりセンターに行って、保健師さん達が本当に親身になって話してくれて、ありがたく思っています。  |
| -        | これからはお世話になることがあります。よろしく願います。本年70歳になりました。   |
| -        | いろいろ書かれているけれども、近いものには、(例えば迷うとき、上の○か下の○の時は)△を付けるなどの方がいいと思います。1についての④家族構成などは、人に言えない事情もあることで、○1コでは何か物足りない。私だけのことです。   |

| 年齢-性別 | 自由意見   |
|-------|--|
| -     | 私は7年前より、病院に通院しております。年3回、血液検査をしております。今のところ正常です。   |
| -     | 健康づくり推進計画で、生き生きとしたまちづくりを推進するためにも、町の保健師や栄養士が先頭に立って意見提案や活動をするべきである。期待されるように頑張ってください。                               |
| -     | 保健指導を受けますが、あまりにも数字を言うので、受けてもストレスがたまってしまいます。病院の先生のように楽しくお話をしてくれたらいつも思っています。そうすると、また頑張ってみようという気持ちになりますが、それができません。  |
| -     | 町全体の禁煙への取り組みや喫煙マナーの周知徹底ポイ捨て禁止など若者や児童生徒によい？   |
| -     | 日本人。特に田舎の子等は歯が弱い。学校(低学年ばかりでなく、中高等)で習慣にしてほしい。<br>妊婦の鰯の煮干しは歯(母子共に)や、身、骨に素晴らしい効果があり、歳いくほどにもっと食べれば良かったと思う。全般に勧めてほしい。 |

## ■中高校生

| 年齢-性別  | 自由意見                                      |
|--------|---|
| 12歳-女子 | 太りすぎない食事を教えてほしいですね。                       |
| 12歳-女子 | 運動会をやればいいと思います。                           |
| 12歳-女子 | 相手の立場になってよく考え、これから行動できるような人になりたいです。       |
| 13歳-女子 | 「歯を大切に」私はムシ菌ゼロです。                         |
| 13歳-女子 | とにかく、笑うこと。                                |
| 13歳-女子 | 特にないけど、これからお年寄りだけでなく、子どもも大切に！             |
| 14歳-女子 | 発声とか。                                     |
| 14歳-男子 | 総合体育館で夜にやっているクラブ活動を、週一回ではなくもっともっと増やしてほしい。 |
| 15歳-女子 | 規則正しい生活を毎日心がける！ということ。友達と仲良くしたりすること。       |

## V 資料：アンケート表

# ～福島町健康実態調査～

町民の皆様には、日頃、町政運営にご理解、ご協力をいただきありがとうございます。

さて、当町は、全道に比べると、**がん**で死亡する方が多いことや心臓病、脳卒中などの病気で、病院に通院している方が大変多いことがわかりました。

これらの病気は日常の生活習慣が深く関係しています。心疾患や脳卒中は死につながることも多いだけでなく、後遺症治療のためにさまざまな負担を伴ったり、また、寝たきり状態になるなど、日常生活に支障をきたす場合も多く、生活の質（QOL）の低下を招くことになります。

そこで、町では町民の皆さまと協力し、誰もが心豊かに、生き生きとした毎日が送れる“まちづくり”を推進するため、「**福島町健康づくり推進計画**」（仮称）の策定作業を進めています。

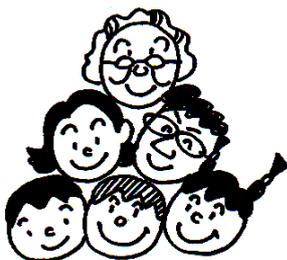
町では、より多くの町民の方々の生活実態を把握し、町の実態に即した計画づくりを進めるため、**健康実態調査アンケート**を実施することといたしました。

このアンケート調査は、19歳～74歳の町民の皆様の中から、無作為に2,000人の方を選ばせていただき、ご協力をお願いするものです。

なお、この調査は無記名であり、調査結果はコンピュータで処理します。ご回答いただいた方の個人情報の取扱いに充分配慮し、ご迷惑をおかけすることは決してありません。

一人でも多くの方がアンケートを通じて、計画の策定に参画していただきたく、時節柄ご多忙のところ大変恐縮ですが、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力下さいますようお願い申し上げます。

平成 19年8月  
福島町長 村田 駿



## — アンケートに答える前にお読みください —

1. あて名のご本人が直接お答えください。
2. 質問によっては回答する方を限定しているものもありますので、なるべく質問の順にお答えください。
3. ご記入は、鉛筆、ボールペン、万年筆などでお書きください。
4. お答えは回答の番号の数字を○で囲んでください。（一部、直接数字をご記入いただく質問もあります。）
5. ご記入いただきましたアンケート票は、同封の返信用封筒に入れて、

**8月31日（金）までに 郵便ポストに投函してください。**

（切手は不要です。調査票や封筒へのお名前、ご住所の記入も不要です。）

6. この調査に関してのお問い合わせは、下記までお願い致します。

福島町役場 町民課福祉グループ

TEL: 47-3001(代表)4682(直通) / FAX: 47-4406

# あなたは知っていますか、生活習慣病のこわさを

40～74歳の  
男性の2人に1人、女性の5人に1人（全国平均）

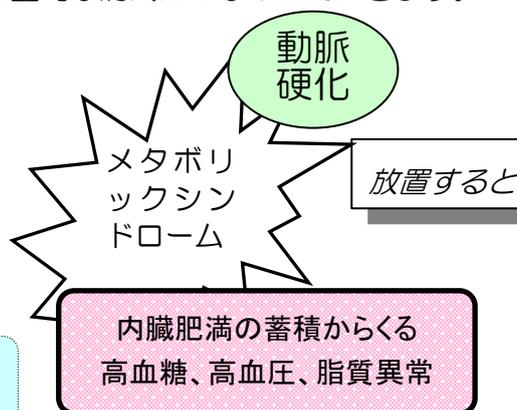
過食や運動不足など不規則な生活習慣によって、内臓のまわりに脂肪が蓄積する

「内臓脂肪型肥満」の人が増えています。

内臓肥満が蓄積すると高血糖や高血圧、脂質異常などを起こす「メタボリックシンドローム」（内臓脂肪症候群）と呼ばれる状態となり、さらに、これを放置しておくと、糖尿病合併症や脳梗塞、心臓病などの重篤な病気につながっていきます。



（腹囲）男性85cm以上  
女性90cm以上



**糖尿病合併症**  
（人工透析・失明）

メタボリックシンドロームは予防できます。

まずは健康診査から！

メタボリックシンドロームは、食事、運動、休養、喫煙といった生活習慣をちょっと改善するだけで、内臓脂肪を減らし、予防することができます。

そのためには、まず、**健康診査を受けること**が健康づくりの第一歩です！



# 調査票

1

## 基礎情報について

次の①から⑥それぞれにお答えください。

|                            |   |   |
|----------------------------|---|---|
| ①性別 [1つに○]                 | 1 男性  | 2 女性  |
| ②年齢(平成 19 年 8月1日現在) [1つに○] | 1 19 歳以下<br>2 20～24 歳<br>3 25～29 歳<br>4 30～34 歳<br>5 35～39 歳<br>6 40～44 歳 | 7 45～49 歳<br>8 50～54 歳<br>9 55～59 歳<br>10 60～64 歳<br>11 65～69 歳<br>12 70 歳以上            |
| ③医療保険の種類 [1つに○]            | 1 福島町国民健康保険<br>2 全国土木組合等の国保組合<br>3 社会保険                                   | 4 船員保険<br>5 共済組合<br>6 その他 ( )   |
| ④家族構成 [1つに○]               | 1 ひとり暮らし<br>2 夫婦のみ<br>3 親と子の 2 世代<br>4 親と子と孫の 3 世代<br>5 その他 ( )           |   |
| ⑤就業等の状況 [1～13の1つに○]        | 自営・自由業など  | 1 漁業・農業<br>2 商・工・サービス業などの自営業主<br>3 自由業 (作家、芸術家、弁護士など)<br>4 上記「1～3」の家族従業者                |
|                            | 会社・組織などに勤めている方  | 5 管理職<br>6 正社員・正職員<br>7 パートタイム・派遣・契約社員<br>8 アルバイト (日雇いや臨時雇い)<br>9 内職・在宅就業<br>10 その他 ( ) |
|                            | 無職・学生の方   | 11 専業主婦・専業主夫 (収入を得る仕事をしていない方)<br>12 学生 (専門学校生、大学生など)<br>13 その他の無職 (年金生活者、失業中の方など)       |

## 2 健康状態や健康意識について

問1 ふだん、ご自分で健康だと思いますか。[1つに○]

- 1 非常に健康
- 2 かなり健康
- 3 やや健康
- 4 やや不健康
- 5 かなり不健康
- 6 非常に不健康

問2 健康の維持・増進のために、何か取り組まれていますか。[1つに○]

- 1  取り組んでいる
- 2  取り組んでいない

**取り組んでいる方にうかがいます。主に取り組んでいることは何ですか。[主なこと5つまでに○]**

- 1 健康診断などの受診による、疾病の早期発見・早期治療
- 2 バランスの良い食事・食べ物の摂取
- 3 継続して運動する
- 4 十分な睡眠・休養
- 5 飲酒を控える
- 6 喫煙量を控える
- 7 各種講座・教室など学習活動への参加
- 8 ボランティア活動等への参加など
- 9 友人、仲間との交流による気分転換
- 10 その他 ( )
- 11 特にない

## 3 腹囲・体重について

問3 あなたの現在の体重と身長及び腹囲をお書きください。  
正しい腹囲の測り方がありますので、ご注意ください。

正しい腹囲の測り方

腹囲の正しい測り方はへそのまわりを測ることで、  
腰の1番細いところではないので、気をつけてください！



現在の体重

kg

身長

c m

腹囲

c m

問4 あなたは自分の適正な体重を知っていますか。[1つに○]

- 1 知っている
- 2 知らない

# 4

## 食生活について

問5 あなたは、ふだん朝食を食べていますか。[1つに○]

- 1 毎日食べる
- 2 週に3～5日
- 3 週に1～2日
- 4 ほとんど食べない

「2～4」のいずれかに○をつけた方にうかがいます。

朝食を毎日食べない理由は何ですか。[当てはまるものすべてに○]

- 1 時間がない
- 2 できるだけ寝ていたい
- 3 食欲がわかない
- 4 減量（ダイエット）をしている
- 5 朝食の準備ができていない
- 6 以前から食べる習慣がない

問6 主食(ご飯、パン、麺類)主菜(肉・魚・卵といったおかず)・副菜(野菜・海草などの入ったサラダやお浸し)をそろえて食べていますか。[1つに○]

- 1 毎日ほとんど食べる
- 2 週3～5日食べる
- 3 週に1～2日食べる
- 4 ほとんど食べない

問7 野菜や海草・きのこ類を食べますか。[1つに○]

- 1 毎日ほとんど食べる
- 2 週3～5日食べる
- 3 週に1～2日食べる
- 4 ほとんど食べない

問8 牛乳やヨーグルト・チーズなどの乳製品を食べますか。[1つに○]

- 1 毎日ほとんど食べる
- 2 週3～5日食べる
- 3 週に1～2日食べる
- 4 ほとんど食べない

問9 油物を控えめにするなど、脂肪のとり過ぎに気をつけていますか。[1つに○]

- 1 はい
- 2 いいえ

問10 甘い物を控えるなど、糖分のとり過ぎに気をつけていますか。[1つに○]

- 1 はい
- 2 いいえ

問11 漬物にしょう油をかけない・控えるなど、塩分のとり過ぎに気をつけていますか。[1つに○]

- 1 はい
- 2 いいえ

問12 食事を共にする家族や友達がありますか。[1つに○]

- 1 いる
- 2 いない

→「1 いる」に○をつけた方にうかがいます。

家族や友達とそろって食事をすることがありますか。[1つに○]

- 1 毎日ほとんど食べる
- 2 週に3～4回程度
- 3 週に1～2回程度
- 4 ほとんどない

問13 インスタント食品・冷凍食品・惣菜(出来合いのおかず等)を食べていますか。[1つに○]

- 1 毎日ほとんど食べる
- 2 週に3～4回程度
- 3 週に1～2回程度
- 4 ほとんど食べない

問14 食事全般について、体重管理のために食事の量や内容に気をつけていますか。[1つに○]

- 1 非常に気をつけている
- 2 少し気をつけている
- 3 あまり気をつけていない
- 4 全く気をつけていない

# 5

## 運動について

問15 日頃から健康づくりのために、意識して身体を動かすなどの運動をしていますか。[1つに○]

- 1 いつもしている
- 2 ときどきしている
- 3 以前はしていたが、現在はしていない
- 4 まったくしたことがない

↓  
「4 まったくしたことがない」に○をつけた方にうかがいます。

運動をしていない理由を教えてください。[当てはまるものすべてに○]

- 1 動くことが嫌い
- 2 時間がない
- 3 運動施設が身近にない
- 4 運動の指導者や情報が不足し、何をしたら良いかわからない
- 5 一緒にやる仲間がない
- 6 健康上の理由でできない
- 7 その他

問16 家事なども含め、あなたは、日常生活の中で1日にどの程度歩いていますか。おおまかな数字として最も近いものをお答えください。

※目安として、約10分歩くと、1,000歩程度となります。[1つに○]

- 1 2,000歩未満 (20分未満)
- 2 2,000～4,000歩未満 (20～40分未満)
- 3 4,000～6,000歩未満 (40～1時間未満)
- 4 6,000～8,000歩未満 (1時間～1時間20分未満)
- 5 8,000～10,000歩未満 (1時間20分～1時間40分未満)
- 6 10,000歩以上 (1時間40分以上)
- 7 身体的な理由や病気のため歩けない

# 6

## 睡眠・ストレスについて

問17 休み以外の1日の睡眠は何時間くらいですか。[1つに○]

- |               |               |
|---------------|---------------|
| 1 6時間より少ない    | 4 8時間から9時間くらい |
| 2 6時間から7時間くらい | 5 9時間より多い     |
| 3 7時間から8時間くらい |               |

問18 ここ1ヵ月間、とっている睡眠で休養が十分とれていると思いますか。[1つに○]

- |             |              |
|-------------|--------------|
| 1 充分とれている   | 4 とれていない     |
| 2 まあまあとれている | 5 まったくとれていない |
| 3 あまりとれていない | 6 わからない      |

# 7

## たばこについて

問19 たばこを吸っていますか。[1つに○]

- 1 全く吸わない
- 2 以前は吸っていたが、現在吸わない
- 3 現在、喫煙している → 1日平均 本

↓  
「3 現在、喫煙している」に○をつけた方にかがいます。

たばこを吸うことをやめたいと思いますか。[1つに○]

- 1 本数を減らしたい
- 2 やめたい
- 3 やめたいとは思わない
- 4 特に考えていない

問20 たばこ健康を考える上で、どのような取り組みが有効だと思いますか。[主なもの3つまでに○]

- 1 飲食店の禁煙・分煙
- 2 歩行中の禁煙推進とポイ捨て禁止
- 3 職場での禁煙・分煙
- 4 未成年者がたばこを吸わない環境づくり
- 5 禁煙支援に関する健康教育
- 6 正しい知識の普及
- 7 役場、学校、保育所、公民館などの公共施設全部を禁煙にする
- 8 現状のままでいい

# 8

## 飲酒について

問21 お酒等、アルコール類を飲みますか。[1つに○]

- |  |  |
|--|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1 ほとんど毎日飲んでいる</li> <li>2 週2～3日</li> <li>3 週1日ぐらい</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>4 以前は習慣があったが、現在は無い</li> <li>5 以前からほとんど飲まない</li> </ol> |
|--|--|

↓  
お酒等を飲んでいる方(1～3に○をつけた方)は、次の(1)～(2)にお答えください。

(1) 1日平均のお酒の量は、日本酒に換算※してどのくらいですか。[1つに○]

※日本酒1合 = ビール中瓶1本、ウイスキーやブランデーダブル1杯または水割り2杯、焼酎0.5合、ワイングラス2杯

- 1 1合未満
- 2 1合以上2合未満
- 3 2合以上3合未満
- 4 3合以上4合未満
- 5 4合以上5合未満
- 6 5合以上

(2) お酒の適量は、1日に日本酒1合程度ということを知っていますか。[1つに○]

- 1 知っている
- 2 知らない

## 9

### 歯の健康について

問22 歯や口の状態についてどのように思いますか。[1つに○]

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

↓  
「2または3」に○をつけた方にうかがいます。

歯や口について次の症状がありますか。[当てはまるものすべてに○]

- 1 歯が痛んだり、しみたりする
- 2 歯ぐきから血が出たり腫れたりする
- 3 口臭が気になる
- 4 歯並びが気になる
- 5 かみづらくなった
- 6 歯がぐらぐらする
- 7 かみ合わせが気になる
- 8 口を開けるとあごがいたい
- 9 その他

問23 歯磨きは1日に何回しますか。[1つに○]

- 1 1回
- 2 2回以上
- 3 その他
- 4 磨かない

問24 現在、自分の歯は、何本ありますか。[1つに○]

- 1 すべてある
- 2 24本以上
- 3 20～23本
- 4 19本以下

※かぶせた歯(金歯・銀歯)や差し歯、根だけ残っている歯も含みます。(入れ歯、ブリッジは除きます。)  
※大人の場合、全部残っていると上下あわせて32本です。

**問25 歯の健康管理でどのようなことを実践していますか。[当てはまるものすべてに○]**

- 1 定期的に歯科検診を受けている
- 2 正しい歯ブラシの使い方についての指導を受けたことがある
- 3 定期的に歯石除去や歯面清掃を受けている
- 4 歯の間を清掃する器具（デンタルフロスや歯間ブラシなど）を使用している
- 5 フッ素入りの歯みがき剤を使用している
- 6 歯磨きを1日2回以上する
- 7 その他（ )
- 8 特にない

**10**

**健康づくり情報**

**問26 健康づくりでほしい情報は何ですか。[当てはまるものすべてに○]**

- 1 食生活に関すること
- 2 運動に関すること
- 3 飲酒に関すること
- 4 喫煙に関すること
- 5 休養に関すること
- 6 ストレスに関すること
- 7 健康診査に関すること
- 8 その他（ )

**11**

**健康管理について**

**問27 現在、次の1～7の病気について、うかがいます。**

[1～7の病気について、「1 治療中」「2 治療中断」「3 治療は受けていない」のうち、1つに○]

※「治療中断」とは 治療の必要があるものの、患者が自己判断で治療をやめてしまうことをいいます。

| 病名           | 治療中である | 治療を中断している | 治療は受けていない |
|--------------|--------|-----------|-----------|
| 1 心筋こうそく、狭心症 | 1      | 2         | 3         |
| 2 脳こうそく、脳出血  | 1      | 2         | 3         |
| 3 人工透析       | 1      | 2         | 3         |
| 4 糖尿病        | 1      | 2         | 3         |
| 5 高血圧        | 1      | 2         | 3         |
| 6 高脂血症       | 1      | 2         | 3         |
| 7 高尿酸血症、痛風   | 1      | 2         | 3         |

問28 あなたの健康管理の方法を聞かせてください。[当てはまるものすべてに○]

- 1 かかりつけ医で診てもらおう
- 2 町の健診を受ける
- 3 個人的に自己負担で健康診断を受ける
- 4 学校や職場の健康診断を受ける
- 5 自己管理のみ
- 6 何もしていない

問29 健康に関する情報を主にどこから得ていますか。[主なもの5つまでに○]

- 1 テレビ・ラジオ・新聞
- 2 本・雑誌
- 3 家族
- 4 知人・友人
- 5 かかりつけ医
- 6 薬局
- 7 保健師・栄養士
- 8 町の広報紙・パンフレット等
- 9 インターネット
- 10 その他 ( )

問30 過去1年間に、健康診断や人間ドックを受けましたか(病気診療を除く)。[1つに○]

1 はい(受けた)

2 いいえ

→「1 はい(受けた)」に○をつけた方にうかがいます。

どこで受けましたか。[当てはまるものすべてに○]

- 1 町が実施する健診
- 2 漁協・農協の健診
- 3 職場の健診
- 4 自分で病院・医院等で健診を受けた
- 5 その他 ( )

→ 健診や人間ドックを受けていない方(2に○をつけた方)は、次の(1)と(2)にお答えください。

(1) 受けていない理由は何ですか。[当てはまるもの3つまでに○]

- 1 病院で定期的に診察を受けている
- 2 健診場所が遠いので自力で行けない
- 3 健診にかかる時間が長い
- 4 仕事が忙しく、時間の都合がつかない(仕事を休めない)
- 5 受けるのが面倒
- 6 健康に自信がある
- 7 健診結果を知るのが怖い
- 8 健診を受けても何も変わらない
- 9 その他 ( )



健康づくりについて、あなたのお考えをお聞かせください。

## ～ 福島町健康実態調査 ～

### 【中高生調査】

大人になっても健康で過ごしていくためには、食事をバランスよく食べたり、運動やスポーツをしたり、よく寝るなど、みなさんの年齢からの健康づくりがとても大切です。

そこで、福島町に住んでいる中学・高校生のみなさんに、ふだんの健康づくりや生活についてお聞きするアンケート調査を行うことになりました。

みなさんから答えていただいた結果は、健康づくりのための取り組みを考えたり、健康づくりを進めるための計画をつくるために使います。

アンケートは、あなたのお名前を書かないで集めますので、だれかに答えを知られたりすることはありません。ありのまま、思ったとおりに答えてください。

みなさんと一緒に、これからの健康づくりについて考えていきたいと思っておりますので、アンケートへのご協力をお願いします。

平成 19 年 8 月

福島町長

### — アンケートに答える前にお読みください —

- 1 答えは、質問ごとに [○は1つだけ]、[○は3つまで]、[○はあてはまるものぜんぶ] などと、○印をつける数が違います。

黒のえんぴつやボールペンを使い、番号を囲むようにはっきり○をつけてください。 例 **①**

- 2 質問によっては、答える方を限定しているものもありますので、なるべく質問の順にお答えください。
- 3 すべての質問の答えを書き終えたら、封筒に入れ、封をして、提出してください。
- 4 この調査に関してのお問い合わせは、下記までお願い致します。

福島町役場 町民課福祉グループ

TEL : 4 7 - 3 0 0 1 (代表) 4 7 - 4 6 8 2 (直通) / FAX : 4 7 - 4 4 0 6

# 調査票

## 1 あなたのことについて

あなたにあてはまる番号に○をつけてください。

|                                  |                                     |                              |
|----------------------------------|-------------------------------------|------------------------------|
| ①性別<br>[○は1つだけ]                  | 1 男子                                | 2 女子                         |
| ②年齢<br>(平成19年8月1日現在)<br>[○は1つだけ] | 1 12歳<br>2 13歳<br>3 14歳<br>4 15歳    | 5 16歳<br>6 17歳<br>7 18歳      |
| ③いっしょに住んでいる人<br>[○は住んでいるひと全員]    | 1 お父さん<br>2 お母さん<br>3 おじいちゃん・おばあちゃん | 4 兄弟・姉妹<br>5 親せき<br>6 その他( ) |

## 2 健康について

問1 自分は健康だと思いますか。[○は1つだけ]

- |             |             |
|-------------|-------------|
| 1 非常に健康だと思う | 3 あまり健康ではない |
| 2 まあ健康だと思う  | 4 健康ではない    |

問2 あなたにとって、「健康」とはどういうことですか。[○はあてはまるものぜんぶ]

- |                       |                       |
|-----------------------|-----------------------|
| 1 食事がおいしく食べられること      | 6 不安や悩み、ストレスを感じないこと   |
| 2 よく眠れること             | 7 からだが動かせること          |
| 3 体力があること             | 8 病気があっても自分なりの生活に満足して |
| 4 気持ちがいきいきしていること      | いること                  |
| 5 体調がよくて毎日が気持ちよく生活できる | 9 特にな                 |
| こと                    | 10 その他( )             |

## 3 食事について

問3 ふだん、朝食を食べていますか。[○は1つだけ]

- |             |            |
|-------------|------------|
| 1 毎日食べている   | 3 ほとんど食べない |
| 2 食べないことがある |            |

→「2～3」に回答した方にうかがいます。

**朝食を食べない理由は何ですか。〔〇はあてはまるものぜんぶ〕**

- |                              |                     |
|------------------------------|---------------------|
| 1 時間がない                      | 4 減量（ダイエット）をしている    |
| 2 食べるよりも寝ていたい<br>（眠くて起きられない） | 5 朝食の準備ができていない      |
| 3 食欲がわからない                   | 6 準備してある朝食をおいしく感じない |

**問4 ふだんの食事で多いものはどれですか。〔①～③それぞれ、〇は1つだけ〕**

|      | 家で、親などが手作りで作ったもの | スーパーなどで買ったものに、親などが手をくわえたもの | パンやお弁当やハンバーガーやサンドイッチなどを買ったお弁当やパンなどを食べる | カップラーメンなど | インスタント食品 | レストランや食堂などで食べる | 給食やお弁当 | 食べない |
|------|------------------|----------------------------|--|-----------|----------|----------------|--------|------|
| ① 朝食 | 1                | 2                          | 3                                      | 4         | 5        | 6              |        |      |
| ② 昼食 | 1                | 2                          | 3                                      | 4         | 5        | 6              | 7      |      |
| ③ 夕食 | 1                | 2                          | 3                                      | 4         | 5        | 6              | 7      |      |

**問5 ふだんの食事は、だれと食べることが多いですか。〔①と②それぞれ、〇は1つだけ〕**

|      | 家族みんなで食べる | みんなはそろわないが、家族の誰かと食べる | ひとりで食べる |
|------|-----------|----------------------|---------|
| ① 朝食 | 1         | 2                    | 3       |
| ② 夕食 | 1         | 2                    | 3       |

**問6 食事の時間は楽しいですか。〔①～③それぞれ、〇は1つだけ〕**

|      | 楽しい | 楽しくない | 何とも思わない |
|------|-----|-------|---------|
| ① 朝食 | 1   | 2     | 3       |
| ② 昼食 | 1   | 2     | 3       |
| ③ 夕食 | 1   | 2     | 3       |

**問7 ふだんの自分の食事について、特に直したいことは何ですか。〔〇は5つまで〕**

- |                          |                  |
|--------------------------|------------------|
| 1 食事する時間が日によってバラバラ       | 10 食事の品数が少ない     |
| 2 自分にとって必要な食事の量や内容がわからない | 11 好き嫌いが多い       |
| 3 野菜をあまり食べていない           | 12 ひとりで食べることが多い  |
| 4 果物をあまり食べていない           | 13 外食が多い         |
| 5 甘い飲み物やスナック菓子のとりすぎ      | 14 ファストフードが多い    |
| 6 塩分の多い食事                | 15 インスタント食品が多い   |
| 7 油っこい料理が多い              | 16 1日3食食べていない    |
| 8 牛乳・乳製品が不足              | 17 食欲がない         |
| 9 食事時間が短い                | 18 栄養剤やサプリメントが多い |
|                          | 19 特に直したいものはない   |

# 4

## 体重について

問8 自分の体型についてどう思いますか。[○は1つだけ]

- 1 やせている
- 2 少しやせている
- 3 普通
- 4 少し太っている
- 5 太っている

問9 今までにダイエットをしたことがありますか。または、現在ダイエットをしていますか。[○は1つだけ]

- 1 はい
- 2 いいえ

「1」に回答した方にうかがいます。

初めてダイエットをしたのはいつですか。[○は1つだけ]

- 1 小学生の頃
- 2 中学生の頃
- 3 高校生になってからもしくは15歳以上

「1」に回答した方にうかがいます。

その理由は何ですか。[○は1つだけ]

- 1 体重が増えはじめたから
- 2 医師に進められたから
- 3 健康のため
- 4 きれいで（格好よく）いたいから
- 5 流行っているから

# 5

## 運動・スポーツについて

問10 ふだん、公園や運動場など、外で遊ぶことが多いですか。[○は1つだけ]

- 1 はい
- 2 いいえ

問11 運動やスポーツをすることが楽しいと思いますか。[○は1つだけ]

- 1 とても楽しい
- 2 楽しい
- 3 あまり楽しくない
- 4 まったく楽しくない

問12 ふだん、運動やスポーツをしていますか(学校の体育の授業以外で)。[○はあてはまるものぜんぶ]

- 1 学校のクラブ活動や部活動でしている
- 2 学校外でスポーツや運動をしている
- 3 していない

運動やスポーツをしていない方にうかがいます。

していない理由は何ですか。[○はあてはまるものぜんぶ]

- 1 場所がないから
- 2 いっしょにする友だちがないから
- 3 時間がないから
- 4 ほかにやりたいことがあるから
- 5 きらいだから
- 6 勉強でいそがしいから
- 7 苦手だから
- 8 その他 ( )
- 9 なんとなく・特に理由はない

問13 運動やスポーツについて、今後は、どのようにしたいと思いますか。[○は1つだけ]

- |           |            |
|-----------|------------|
| 1 もっとしたい  | 3 特に考えていない |
| 2 このままでよい |            |

## 6

### 睡眠や、ふだんの悩みなどについて

問14 平日(学校のある日)は、夜は何時ごろねることが多いですか。[○は1つだけ]

- |           |          |           |
|-----------|----------|-----------|
| 1 午後9時より前 | 4 午後11時台 | 7 午前2時より後 |
| 2 午後9時台   | 5 午前0時台  |           |
| 3 午後10時台  | 6 午前1時台  |           |

問15 平日(学校のある日)は、夜は何時間くらいねることが多いですか。[○は1つだけ]

- |               |               |
|---------------|---------------|
| 1 6時間より少ない    | 4 8時間から9時間くらい |
| 2 6時間から7時間くらい | 5 9時間より多い     |
| 3 7時間から8時間くらい |               |

問16 睡眠について、あなたにあてはまるものがありますか。[○はあてはまるものぜんぶ]

- |                     |                            |
|---------------------|----------------------------|
| 1 ねたりず、朝起きるのがつらい    | 5 朝早く目がさめてしまい、まだ眠りたいのに眠れない |
| 2 ねてもつかれがとれない       | 6 学校の授業中、眠くなる              |
| 3 ふとんに入っても、なかなか眠れない | 7 特にない                     |
| 4 夜中に何度も目がさめる       |                            |

問17 ここ1か月間、不満、悩み、苦労、ストレスがありましたか。[○は1つだけ]

- |         |          |
|---------|----------|
| 1 大いにある | 3 あまりない  |
| 2 多少ある  | 4 まったくない |

↓  
「1 大いにある、2 多少ある」のいずれかに○をつけた方は、次の(1)～(4)にお答えください。

(1) どのようなことで不満、悩み、苦労、ストレスを感じていますか。[○はあてはまるものぜんぶ]

- |                   |                |
|-------------------|----------------|
| 1 家族とのこと          | 9 家族の健康・病気のこと  |
| 2 友だちとのこと         | 10 お金のこと       |
| 3 話し相手がいない        | 11 自分の体型・体格のこと |
| 4 恋愛のこと           | 12 先生とのこと      |
| 5 自分の健康や病気のこと     | 13 学校などでのいじめ   |
| 6 将来のこと           | 14 その他 ( )     |
| 7 学校のクラブ活動や部活動のこと | 15 なんとなく       |
| 8 自分の勉強・受験・進路のこと  |                |

(2) 不満、悩み、苦労、ストレスを感じたとき、どのようにしていますか。[○はあてはまるものぜんぶ]

- |               |             |
|---------------|-------------|
| 1 だれかに相談する・話す | 7 食べる       |
| 2 運動をする       | 8 テレビを見る    |
| 3 ねる          | 9 テレビゲームをする |
| 4 趣味に打ち込む     | 10 その他 ( )  |
| 5 自然を楽しむ      | 11 特に何もしない  |
| 6 お風呂に入る      |             |

(3) ここ1ヶ月間、不満、悩み、苦労、ストレスは解消できていますか。[○は1つだけ]

- |             |             |
|-------------|-------------|
| 1 できている     | 3 あまりできていない |
| 2 なんとかできている | 4 できていない    |

(4) 不満、悩み、苦労、ストレスについてだれかに話したいとき、話をする人がいますか。[○は3つまで]

- |          |               |
|----------|---------------|
| 1 家族     | 5 学校のカウンセラーの人 |
| 2 友だち    | 6 お医者さん       |
| 3 学校の先ばい | 7 その他 ( )     |
| 4 学校の先生  | 8 特にいない       |

## 7 たばこについて

問18 今までに、たばこを吸ったことがありますか[○は1つだけ]

- |      |      |
|------|------|
| 1 ある | 2 ない |
|------|------|

↓  
たばこを吸ったことがある方は、次の(1)～(3)にお答えください。

(1) 初めて、たばこを吸ったのはいつですか。[○は1つだけ]

- |            |                      |
|------------|----------------------|
| 1 小学校4年生以下 | 3 中学生になってから          |
| 2 小学校5～6年生 | 4 高校生になってからもしくは15歳以上 |

(2) たばこはどのようにして手にいれましたか。または、手にいれますか。[○は1つだけ]

- |               |                 |
|---------------|-----------------|
| 1 家にあるたばこを吸った | 4 たばこ屋やコンビニで買った |
| 2 友だちからもらった   | 5 その他 ( )       |
| 3 自動販売機で買った   |                 |

(3) この1週間でたばこを吸いましたか。[○は1つだけ]

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

問19 たばこの害について知っていますか。[○はあてはまるものぜんぶ]

- |                       |                                    |
|-----------------------|------------------------------------|
| 1 運動機能を低下させる          | 8 吸っている人だけでなく、まわりの人にも害がある          |
| 2 がんになりやすい            | 9 妊娠している人は、おなかの赤ちゃんに悪い影響がある        |
| 3 心臓の病気になりやすい         | 10 肺や気管支の病気になりやすい                  |
| 4 息切れがしやすくなる          | 11 血の流れが悪くなり、肌が汚くなる                |
| 5 せきやたんが出やすい          | 12 歯槽(しそう)膿漏(のうろう)などの歯ぐきの病気にかかりやすい |
| 6 頭の働きを悪くする           | 13 よく知らない                          |
| 7 習慣性があり、たばこをやめられなくなる |                                    |



# 9

## 歯の健康について

問28 現在、歯や口について、次のようなことがありますか。[○はあてはまるものぜんぶ]

- |                |                    |
|----------------|--------------------|
| 1 歯ぐきがはれることがある | 6 歯の検診で、治療が必要と言われた |
| 2 歯がしみることがある   | 7 その他 ( )          |
| 3 歯ぐきから血がでる    |                    |
| 4 口のおいが気になる    | 8 特にない             |
| 5 虫歯がある        |                    |

あてはまるものがある方にうかがいます。

歯科医院(病院)に相談や治療に行きましたか。[○は1つだけ]

- |                    |                      |
|--------------------|----------------------|
| 1 行った、または現在行っている   | 3 行っていないが、今後も行くつもりなし |
| 2 行っていないが、今後は行くつもり |                      |

問29 あなたは、いつ歯みがきをしていますか。[○はあてはまるものぜんぶ]

- |     |              |
|-----|--------------|
| 1 朝 | 4 その他 ( )    |
| 2 昼 | 5 歯みがきをしていない |
| 3 夜 |              |

問30 歯の健康について、お聞きします。[①~④それぞれ、○は1つだけ]

|                               |             |         |
|-------------------------------|-------------|---------|
| ① 歯の健康に関心がありますか               | 1 たいへん関心がある | 3 関心がない |
|                               | 2 関心がある     |         |
| ② むし歯の予防方法を知っていますか            | 1 知っている     | 3 知らない  |
|                               | 2 あまり知らない   |         |
| ③ 歯の健康が全身の健康に関係があることを知っていますか  | 1 知っている     | 3 知らない  |
|                               | 2 あまり知らない   |         |
| ④ 歯をみがくとき、フッ素入りの歯みがき剤を使っていますか | 1 使っている     | 3 わからない |
|                               | 2 使っていない    |         |

# 10

## 健康づくりについて

問31 朝は、すっきり目がさめますか。[○は1つだけ]

- |                   |                   |
|-------------------|-------------------|
| 1 いつもすっきり目がさめる    | 3 すっきり目がさめないことが多い |
| 2 どちらかといえばすっきりさめる |                   |

問32 あなたは、毎日の生活が楽しいですか。[○は1つだけ]

- |               |             |
|---------------|-------------|
| 1 とても楽しい      | 3 楽しくない     |
| 2 どちらかといえば楽しい | 4 どちらともいえない |

問33 次のうち、ふだんあなたが心がけているものに○をつけてください。[○はあてはまるものぜんぶ]

- |                     |                       |
|---------------------|-----------------------|
| 1 よく眠る              | 8 できるだけ歩いたり、体を動かしたりする |
| 2 朝食を毎日食べる          | 9 歯を大切にする             |
| 3 おやつなどはあまり食べない     | 10 つかれたら休む            |
| 4 食べる量に気をつける        | 11 規則正しい生活をする         |
| 5 太りすぎない            | 12 いつも楽しい気持ちでいるようにする  |
| 6 やせすぎない            | 13 特にない               |
| 7 体育のほかにも運動やスポーツをする | 14 その他 ( )            |

問34 健康づくりについて、教えてほしいことや知りたいことはありますか。[○はあてはまるものぜんぶ]

- |                     |              |
|---------------------|--------------|
| 1 食事について            | 5 自分のからだについて |
| 2 運動やスポーツについて       | 6 その他 ( )    |
| 3 ストレスなど、こころの健康について | 7 特にない       |
| 4 睡眠について            |              |

## 11

 からだや性のことについて

問35 次のことについて、あなたはどのくらい知っていますか。[①～⑥それぞれ、○は1つだけ]

|             | 知っている | ことばだけ知っている | 知らないので知りたい | 知らない |
|-------------|-------|------------|------------|------|
| ① 月経について    | 1     | 2          | 3          | 4    |
| ② 妊娠や出産について | 1     | 2          | 3          | 4    |
| ③ 中絶について    | 1     | 2          | 3          | 4    |
| ④ 避妊について    | 1     | 2          | 3          | 4    |
| ⑤ エイズについて   | 1     | 2          | 3          | 4    |
| ⑥ 性感染症について  | 1     | 2          | 3          | 4    |

問36 からだや性に関することは、どこで知ることが多いですか。[○はあてはまるものぜんぶ]

- |          |           |
|----------|-----------|
| 1 学校     | 6 本や雑誌    |
| 2 友だち・先輩 | 7 テレビ・ビデオ |
| 3 お父さん   | 8 インターネット |
| 4 お母さん   | 9 その他 ( ) |
| 5 兄弟・姉妹  | 10 よく知らない |

