

健康いわき 21（第二次） 評価のための 市民アンケート調査

－調査結果報告書－

令和5年 3月

いわき市 保健福祉部 健康づくり推進課

目次

I 調査概要	1
II 調査結果の詳細(乳幼児期)	3
1 ご家族について.....	3
2 お子さんについて.....	8
3 乳幼児の「お口の健康」について.....	23
4 保護者自身について	29
5 保護者の「食生活」について.....	38
6 保健事業について.....	57
III 調査結果の詳細(学童期)	59
1 学童について	59
2 普段の生活について	64
3 「お口の健康」について	82
4 保護者自身について	87
5 保護者の「食生活」について.....	95
6 保健事業について.....	114
IV 調査結果の詳細(青年期)	116
1 あなたについて.....	116
2 普段の生活について	121
3 「お口の健康」について.....	142
4 「こころの健康」について.....	146
5 「食生活」について	161
6 保健事業について.....	180
V 調査結果の詳細(壮年期)	182
1 あなたについて.....	182
2 普段の生活について	187
3 「お口の健康」について	214
4 「こころの健康」について.....	219
5 「食生活」について	235
6 保健事業について.....	255
VI 調査結果の詳細(高齢期)	257
1 あなたについて.....	257
2 普段の生活について	262
3 「お口の健康」について	289
4 「こころの健康」について.....	295
5 「食生活」について	311
6 保健事業について.....	330

I 調査概要

1 調査の目的

いわき市では、市民一人ひとりの健康づくりの行動指針として、平成31年3月に「健康いわき21（第二次）」を策定し、様々な施策を推進している。

令和5年度に計画期間の最終年度となることから、次期計画の策定に向け、計画の目標達成状況及び市民の健康状態の推移を把握し、計画の評価及び施策の充実を図るために、アンケート調査を実施した。

2 調査期間

令和4年11月22日（火）～令和4年12月9日（金）

※集計処理にあたっては、1月5日（木）着分の調査票まで含めた。

3 調査対象

乳幼児期（0歳～就学前）	：1,000名
学童期（小・中学生）	：1,000名
青年期（16歳～29歳）	：1,500名
壮年期（30歳～64歳）	：1,500名
高齢期（65歳～）	：1,500名

4 抽出方法

乳幼児期・学童期　　：地域人口、年齢層及び学校規模に配慮し、
保育所、幼稚園、小中学校を抽出

青年期・壮年期・高齢期：住民基本台帳による無作為抽出

5 調査方法

乳幼児期・学童期：教育機関に依頼し、調査票を配布・回収

青年期・壮年期　　：郵送による配付・回収に加え、回答率を向上させるため、Web回答を併用

高齢期　　　　　　：郵送による配付・回収

6 回収状況

世代	乳幼児期	学童期	青年期	壮年期	高齢期	計
対象者年齢	0～就学前	小・中学生	16～29歳	30～64歳	65歳～	
送付件数(件)	1,000	1,000	1,500	1,500	1,500	6,500
回答数(件)	726	591	269	459	796	2,841
回収率(%)	72.6	59.1	17.9	30.6	53.1	43.7

7 調査結果の見方

- n (number of cases) は回答割合算出における基数であり、100.0%が何人の回答に相当するかを表している。
- 回答割合は百分率で表し、小数点第2位を四捨五入して算出している。したがって、単一回答式の質問においては、回答割合を合計しても100.0%にならない場合がある。
また、複数回答式の質問においては、各設問の調査数を基数として算出するため、全ての選択肢の割合を合計すると100.0%を超える場合がある。
- 回答が皆無(0件)であった選択肢の回答割合は、図表中では「-」と表記している。なお、一部、視認性を考慮して「-」を非掲載としている場合がある。
- 調査数(n)が少数のものは、回答割合の信頼性が低いため、コメントを省略している場合がある。
- 図表及びコメントで、選択肢の語句等を一部簡略化等している場合がある。

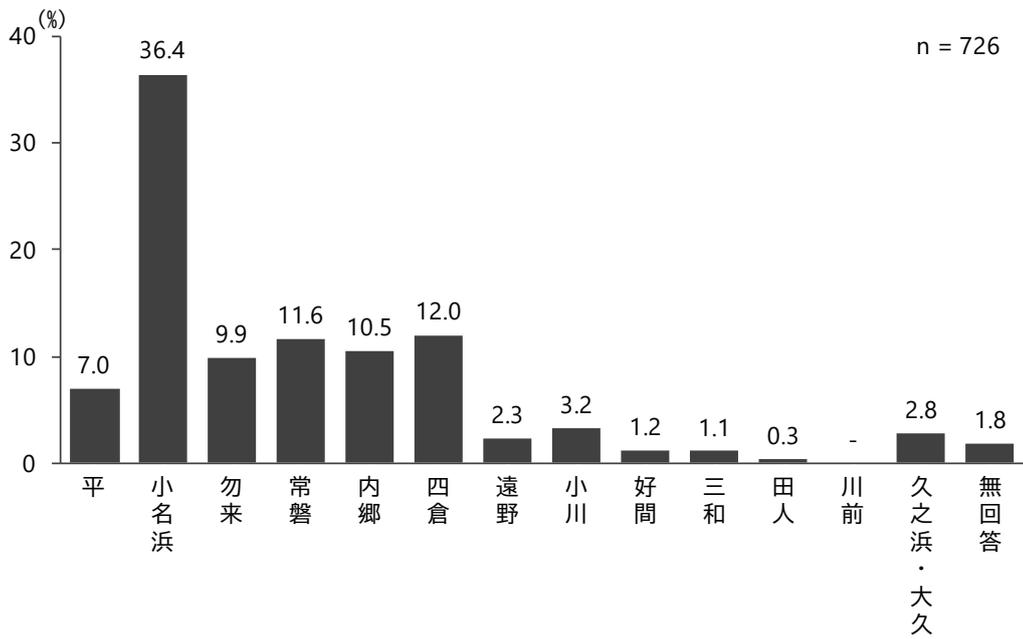
II 調査結果の詳細（乳幼児期）

1 ご家族について

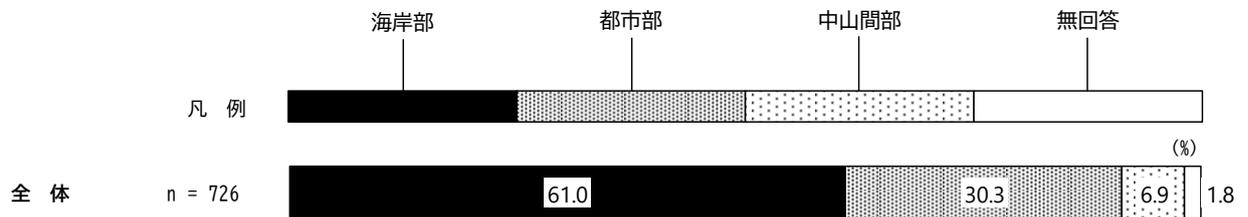
（1）居住地区

問1 住んでいる地域はどちらですか。（○は1つ）

<地区別>

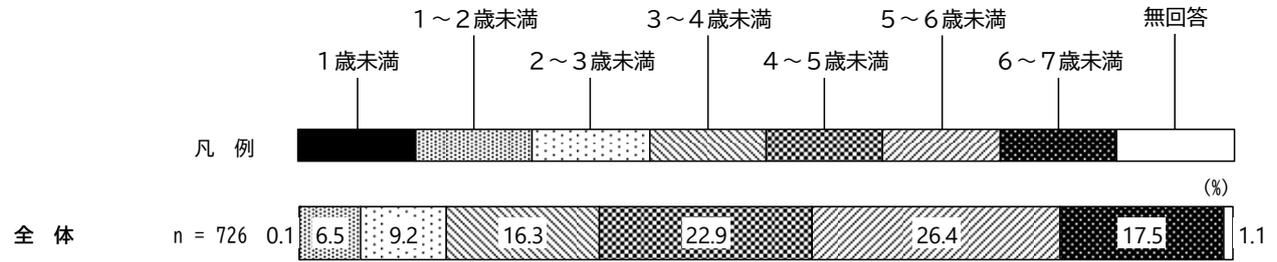


<地域別>



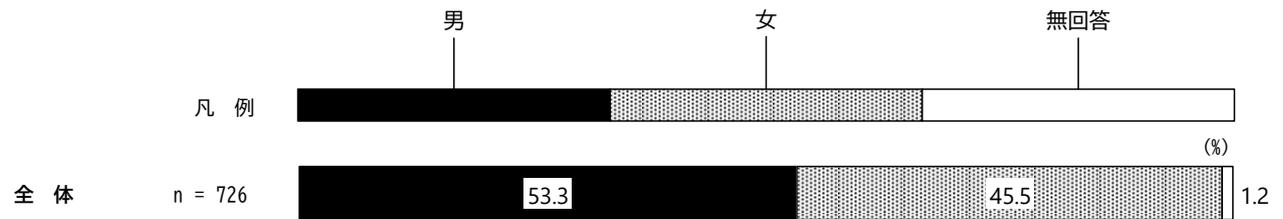
（2）子どもの年齢

問2 お子さんの年齢についてお答えください。（数字を記入）



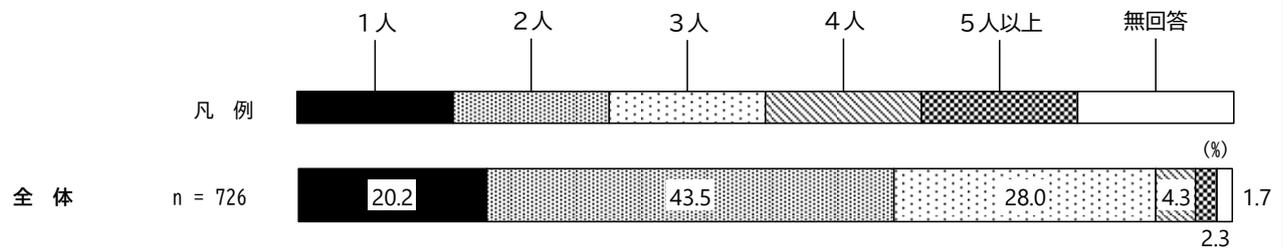
（3）子どもの性別

問3 お子さんの性別についてお答えください。（○は1つ）



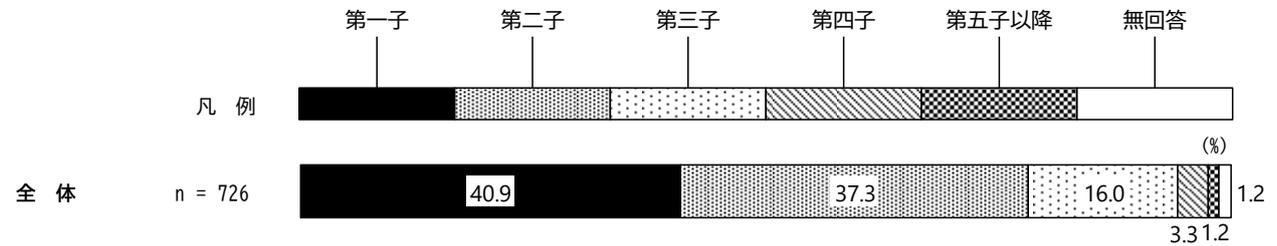
（4）子どもの兄弟数

問4 お子さんを含めた兄弟の数をお答えください。（数字を記入）



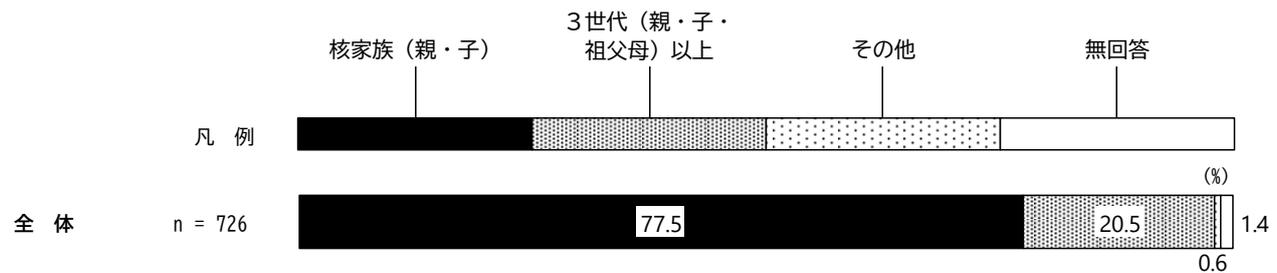
（5）子どもは第何子か

問5 お子さんは第何子かお答えください。（数字を記入）



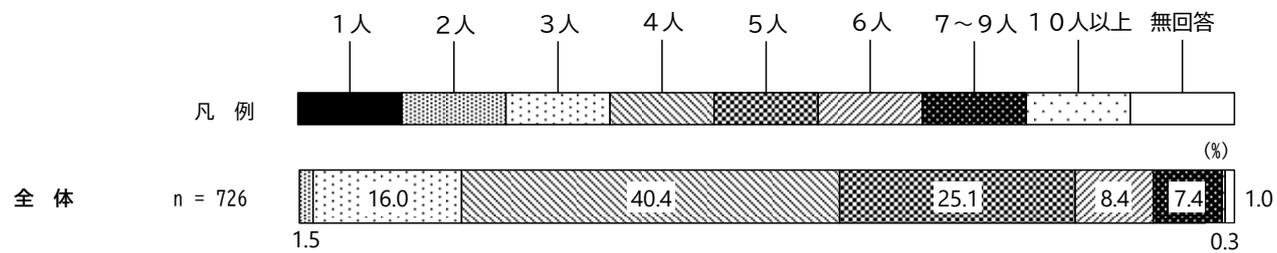
（6）家族構成

問6 家族構成についてお答えください。（○は1つ）



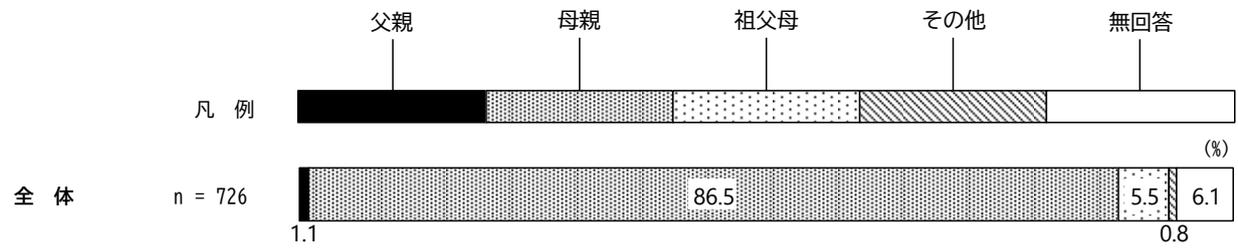
（7）家族の人数

問7 家族の人数をお答えください。（数字を記入）



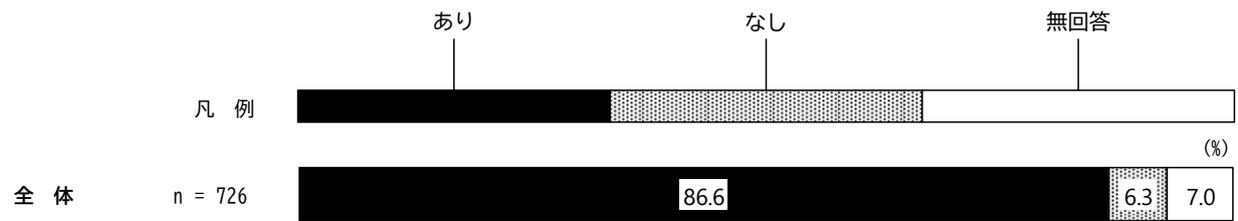
(8) 幼稚園、保育園以外での日中の主な保育者

問8 幼稚園、保育園以外での日中の主な保育者についてお答えください。(〇は1つ)



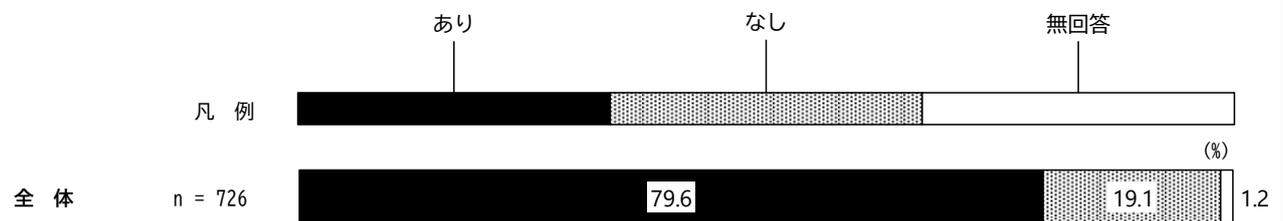
(9) 父親の就労

問9 父親の就労についてお答えください。(〇は1つ)



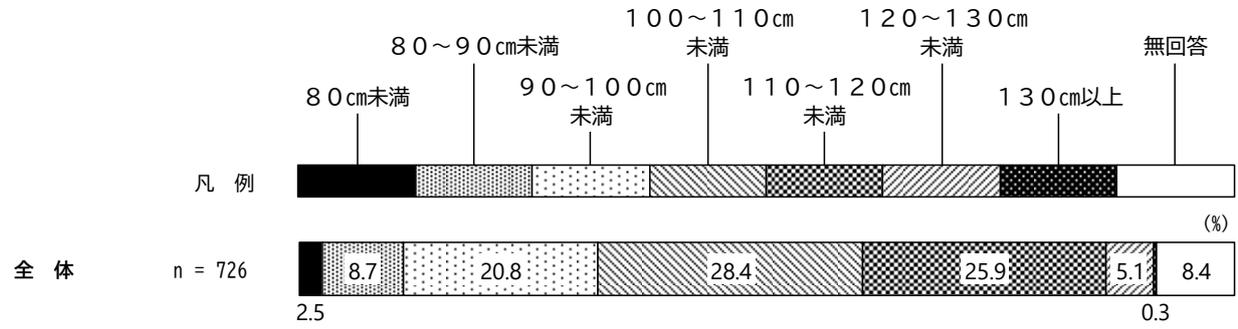
(10) 母親の就労

問10 母親の就労についてお答えください。(〇は1つ)



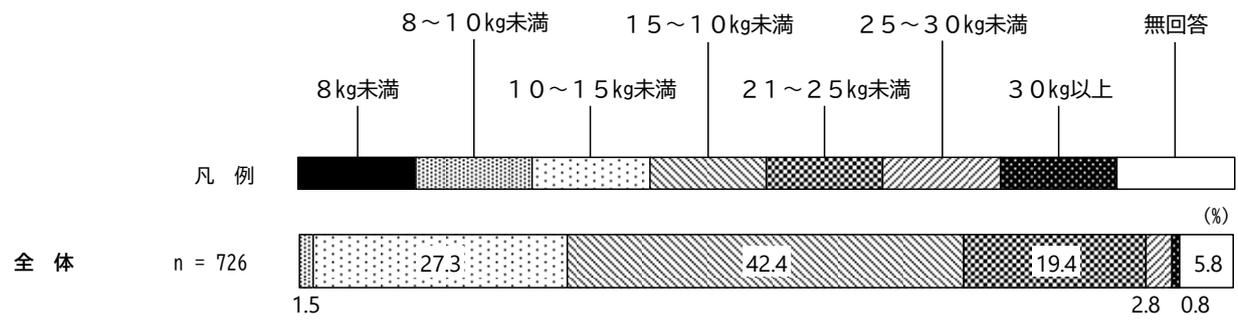
(11) 子どもの身長

問11 お子さんの身長は何cmですか。(数字を記入)



(12) 子どもの体重

問12 お子さんの体重は何kgですか。(数字を記入)

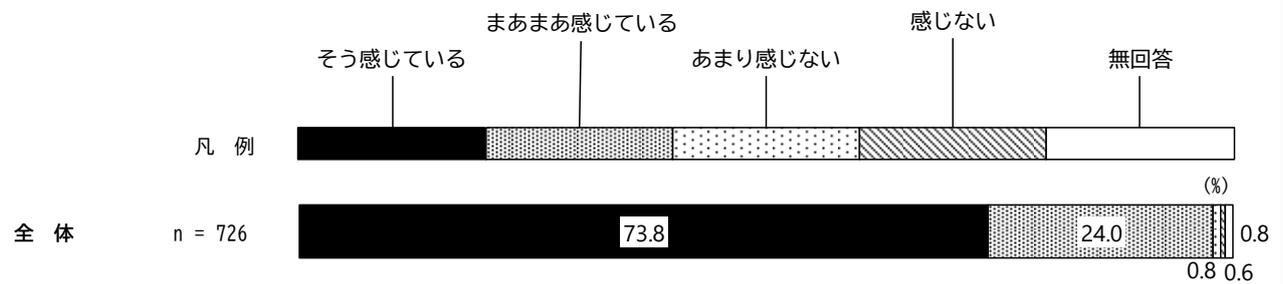


2 お子さんについて

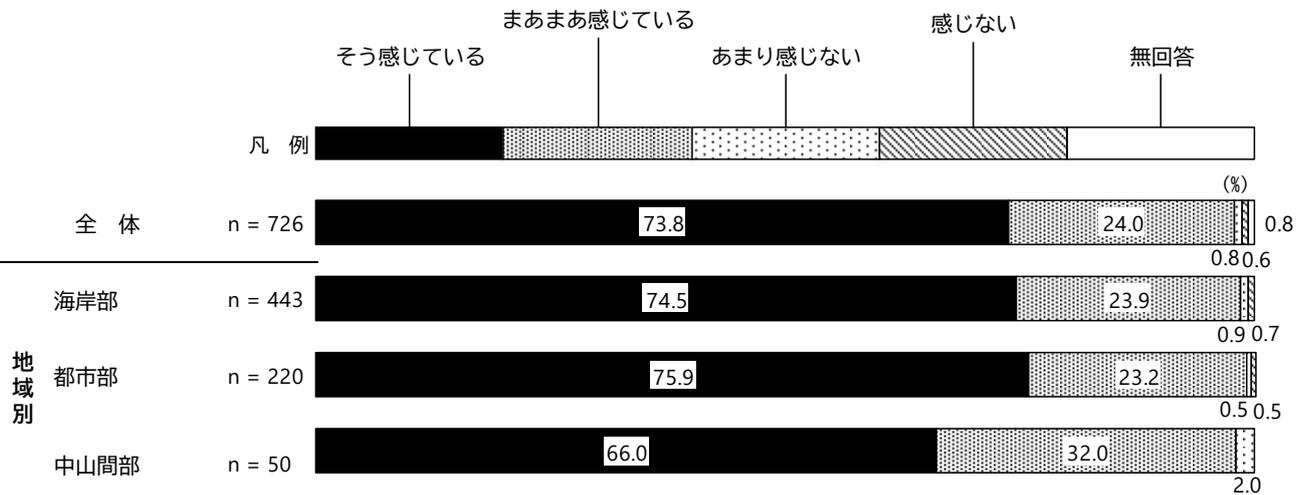
(1) 子どもが心身共に健やかに成長していると思うか

- 「そう感じている」が73.8%と最も高くなっている。次いで「まあまあ感じている」が24.0%、「あまり感じない」が0.8%となっている。
- 『健やかに成長していると感じている』（「そう感じている」+「まあまあ感じている」）は97.8%となっている。
- 地域別では『健やかに成長していると感じている』が全地域で9割を超えている。

問13 お子さんは心身共に健やかに成長していると感じていますか。（○は1つ）



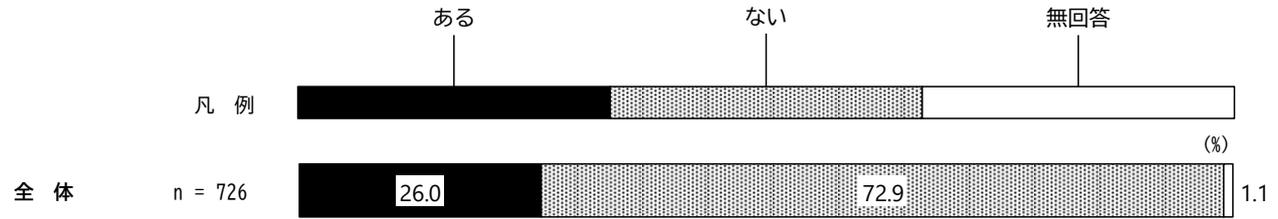
【子どもが心身共に健やかに成長していると思うか／地域別】



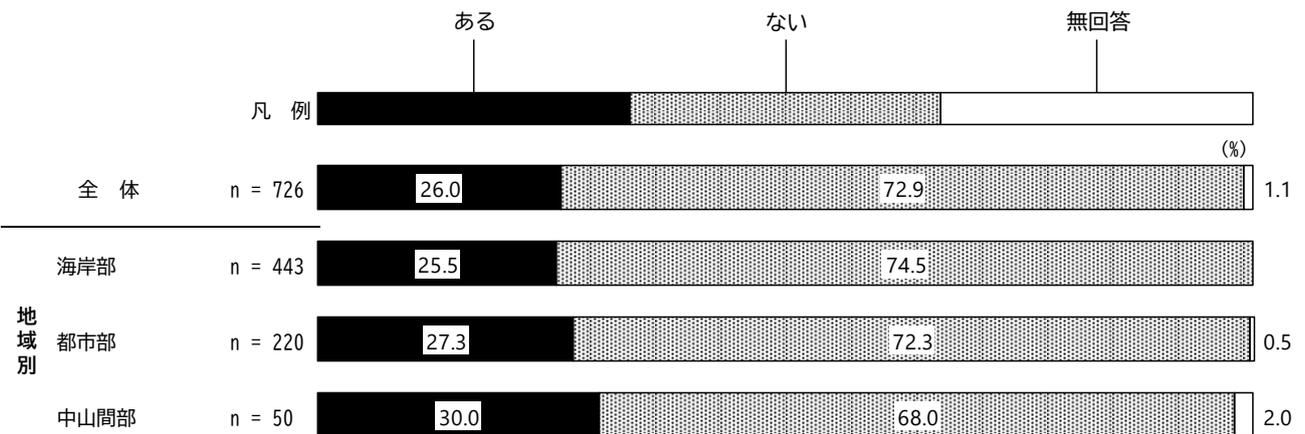
（2）子どもの情緒面で心配なことがあるか

- 「ない」が72.9%、「ある」が26.0%となっている。
- 地域別では「ある」について大きな差は出ていない。

問14 お子さんの情緒面で心配なことがありますか（○は1つ）



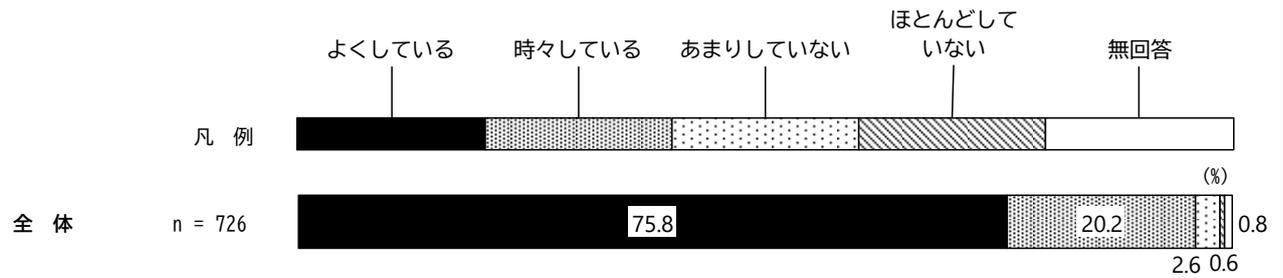
【子どもの情緒面で心配なことがあるか／地域別】



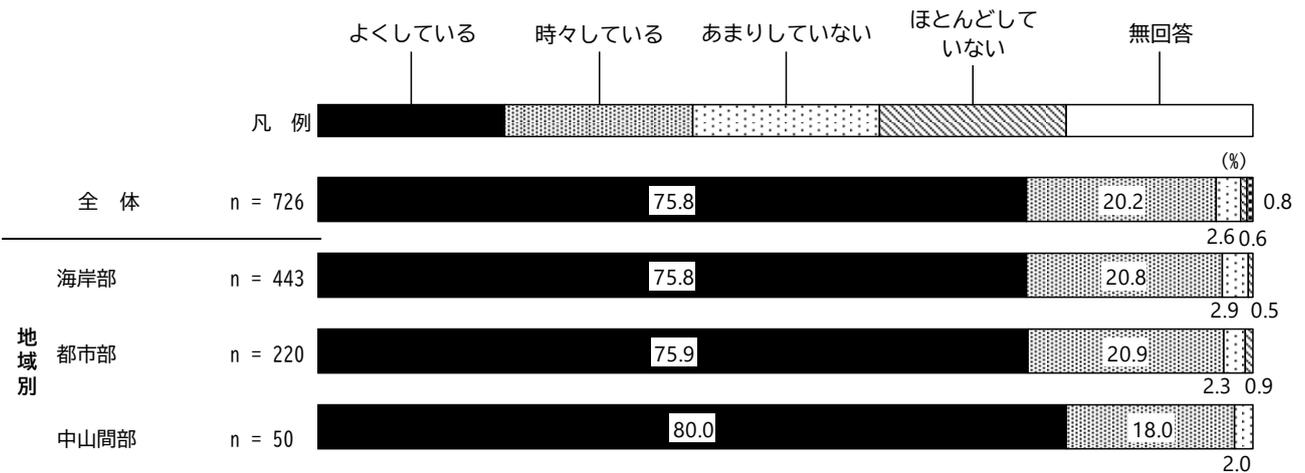
（3）子どもが身体を使った遊びをするか

- 「よくしている」が75.8%と最も高くなっている。次いで「時々している」が20.2%となっている。
- 地域別では『身体を使った遊びをしている』（「よくしている」+「時々している」）が全地域で9割を超えている。

問15 お子さんは身体を使った遊びをしますか。（○は1つ）



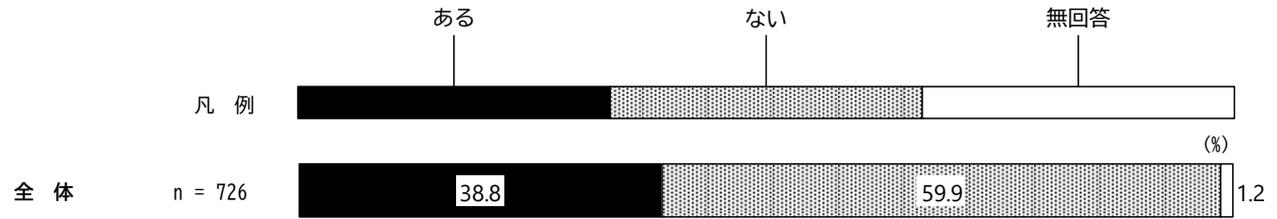
【子どもが身体を使った遊びをするか／地域別】



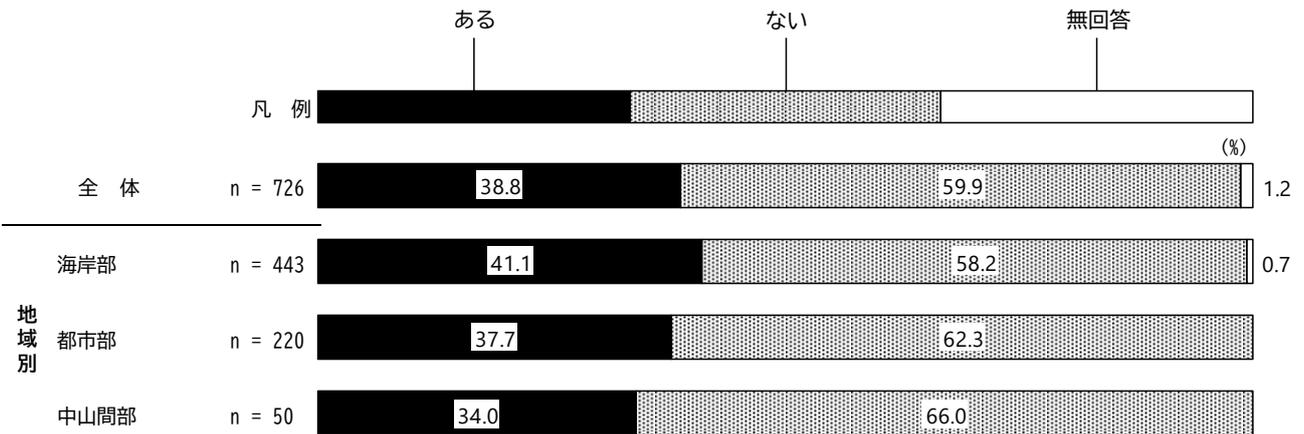
（４）子どもがアレルギーと診断されたことがあるか

- アレルギーと診断されたことが「ない」が 59.9%、「ある」が 38.8%となっている。
- 地域別では「ある」について大きな差は出ていない。

問16 お子さんはアレルギーと診断されたことがありますか。（○は1つ）



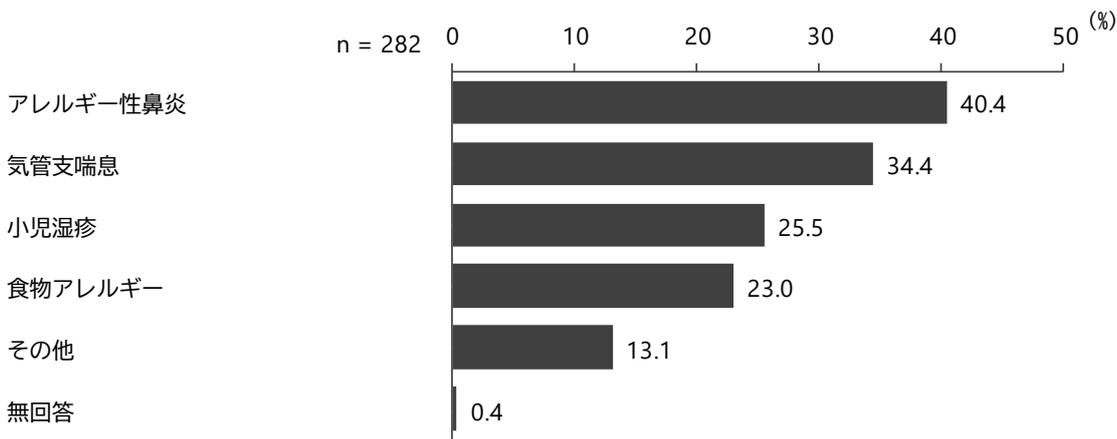
【子どもがアレルギーと診断されたことがあるか／地域別】



（5）子どものアレルギーの診断名

- 「アレルギー性鼻炎」が40.4%と最も高くなっている。次いで「気管支喘息」が34.4%、「小児湿疹」が25.5%となっている。
- 中山間部では「アレルギー性鼻炎」が76.5%と他地域に比べ20ポイント以上高い。
- 海岸部では「気管支喘息」が37.4%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問16-1 アレルギーの診断名は何でしたか。（あてはまるものすべてに○）



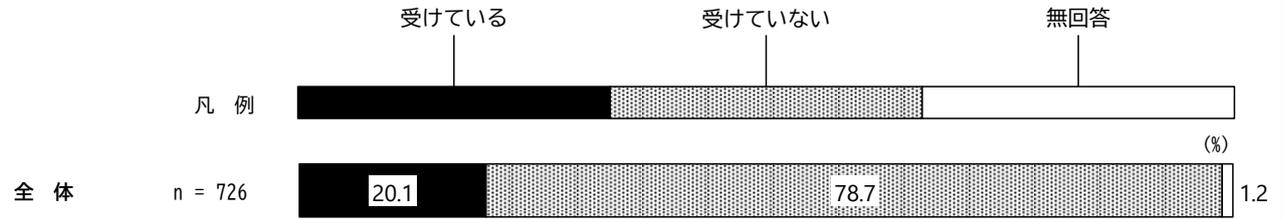
【子どものアレルギーの診断名／地域別】

		n	アレルギー性鼻炎 (%)	気管支喘息 (%)	小児湿疹 (%)	食物アレルギー (%)	その他 (%)	無回答 (%)
全体		282	40.4	34.4	25.5	23.0	13.1	0.4
地域別	海岸部	182	34.1	37.4	30.2	25.8	12.1	0.5
	都市部	83	47.0	31.3	20.5	19.3	16.9	-
	中山間部	17	76.5	17.6	-	11.8	5.9	-

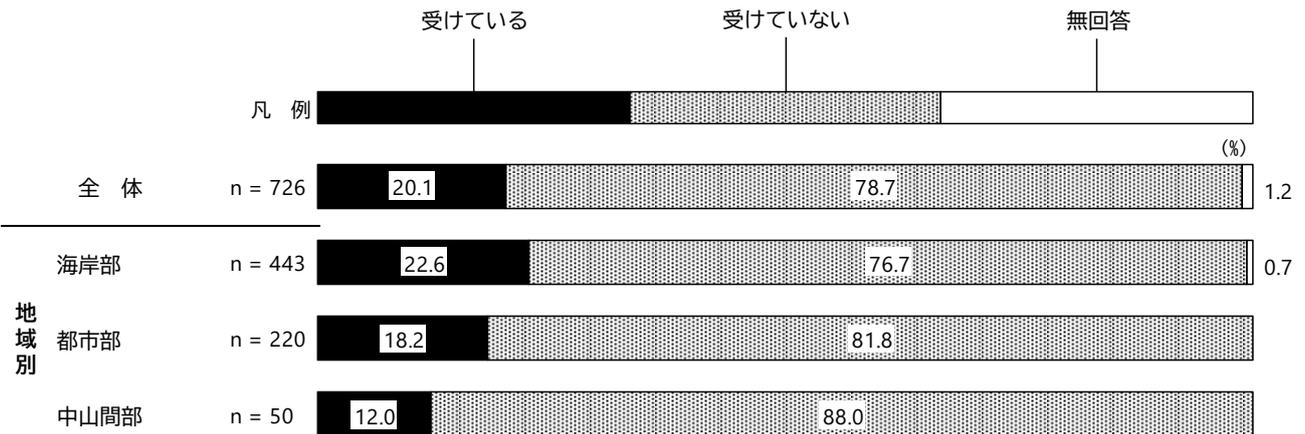
（6）子どもがアレルギー疾患の治療を受けているか

- 「受けていない」が78.7%、「受けている」が20.1%となっている。
- 中山間部では「受けていない」が88.0%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問17 お子さんは現在アレルギー疾患の治療を受けていますか。（○は1つ）



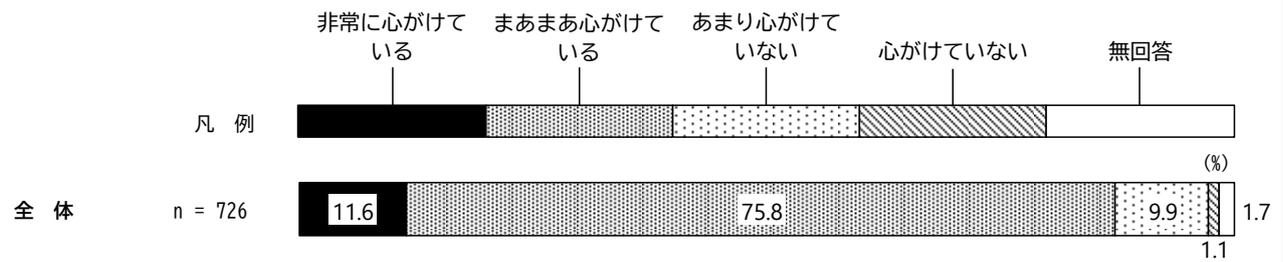
【子どもがアレルギー疾患の治療を受けているか／地域別】



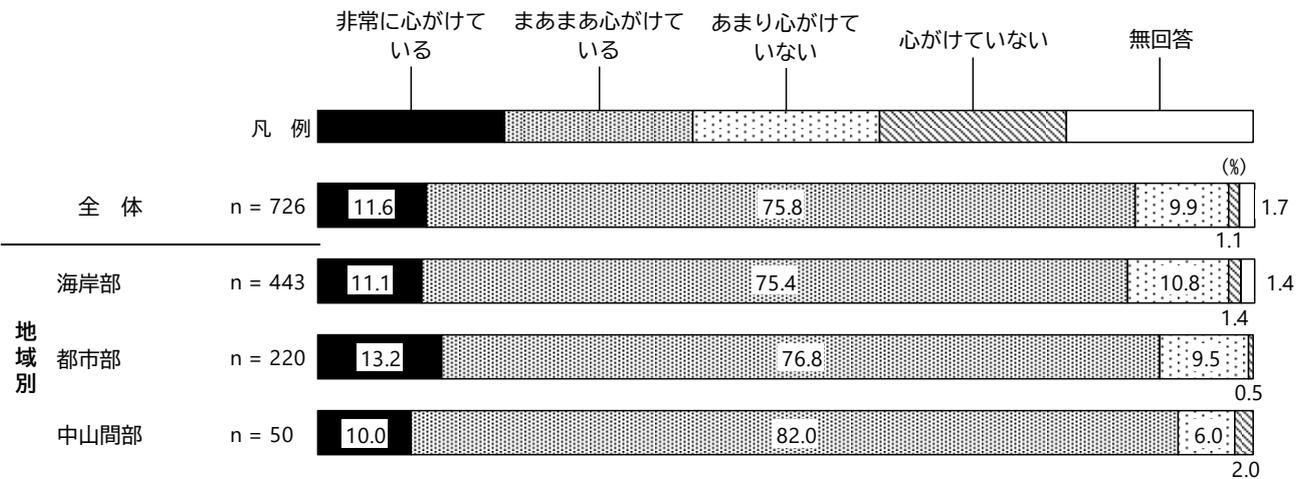
(7) 子どもの食事の栄養バランスを心がけているか

- 「まあまあ心がけている」が75.8%と最も高くなっている。次いで「非常に心がけている」が11.6%、「あまり心がけていない」が9.9%となっている。
- 『心がけている』（「非常に心がけている」+「まあまあ心がけている」）は87.4%となっている。
- 地域別では『心がけている』について大きな差は出ていない。

問18 お子さんの食事を作る場合には、栄養のバランスを心がけていますか。（○は1つ）



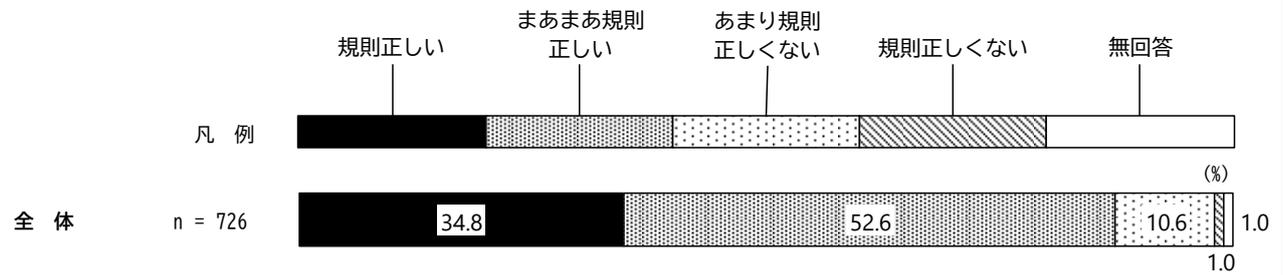
【子どもの食事の栄養バランスを心がけているか／地域別】



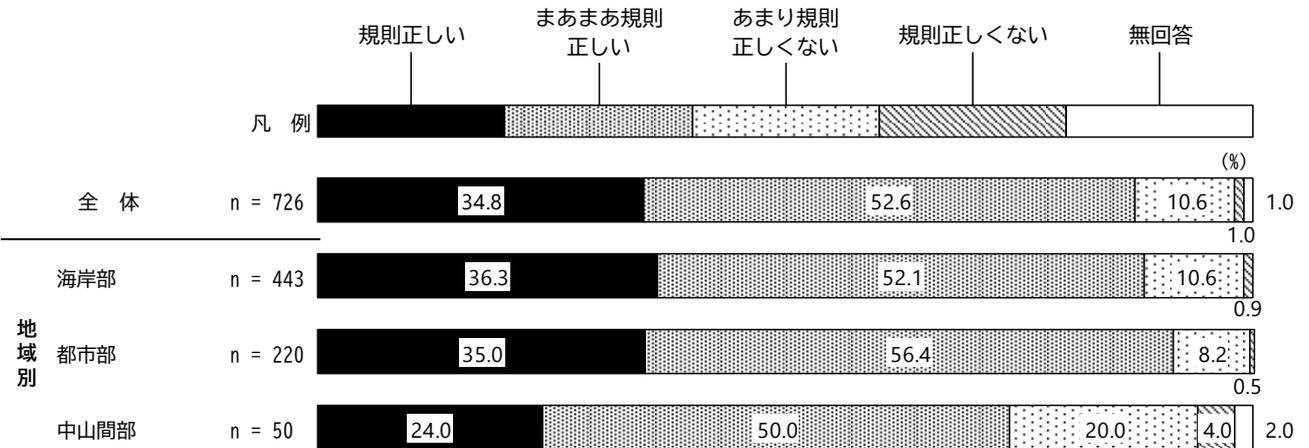
（8）子どもは規則正しい生活を送っているか

- 「まあまあ規則正しい」が52.6%と最も高くなっている。次いで「規則正しい」が34.8%、「あまり規則正しくない」が10.6%となっている。
- 『規則正しい生活をしている子どもの割合』（「規則正しい」+「まあまあ規則正しい」）は87.4%となっている。
- 都市部では『規則正しい生活をしている子どもの割合』が91.4%と9割を超えている。
- 中山間部では『規則正しい生活をしている子どもの割合』が74.0%と他地域に比べ10ポイント以上低い。

問19 ここ1か月お子さんは起床・就寝時間等、規則正しい生活を送れていますか。（○は1つ）



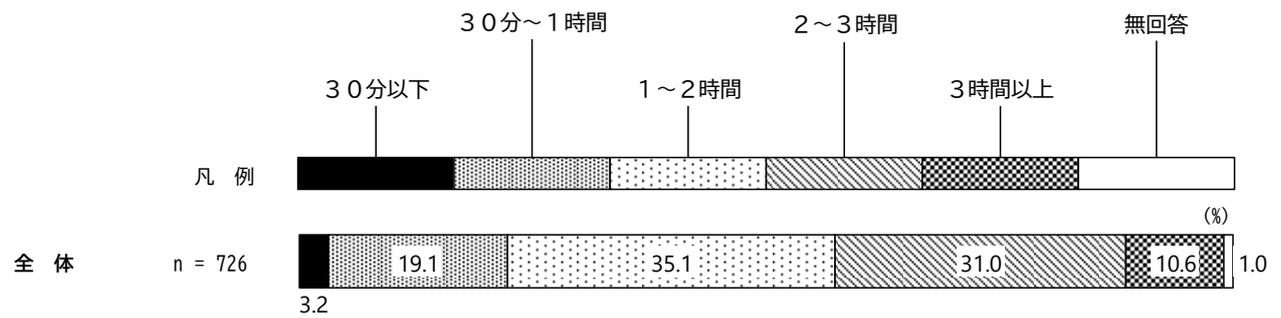
【子どもは規則正しい生活を送っているか／地域別】



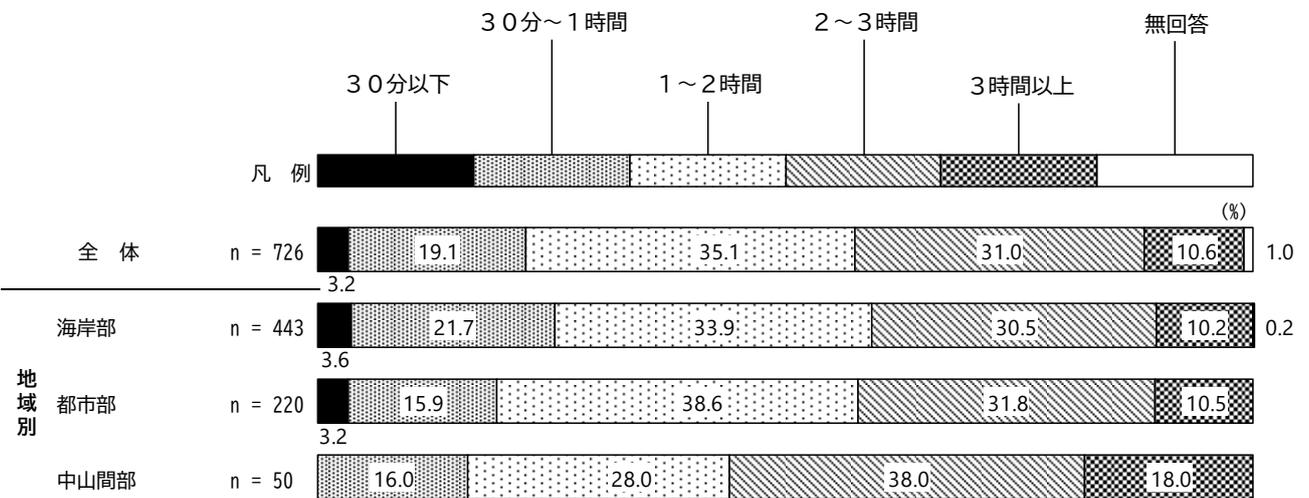
(9) 子どもがテレビ等を見ている1日の平均時間

- 「1～2時間」が35.1%と最も高くなっている。次いで「2～3時間」が31.0%、「30分～1時間」が19.1%となっている。
- 『テレビ等を1日に2時間以上見る子どもの割合』は41.6%となっている。
- 中山間部では1日に2時間以上テレビ等を見ている子どもが56.0%と他地域に比べ10ポイント以上高い。

問20 お子さんは1日平均何時間テレビやビデオ、スマートフォンを見ていますか。(○は1つ)



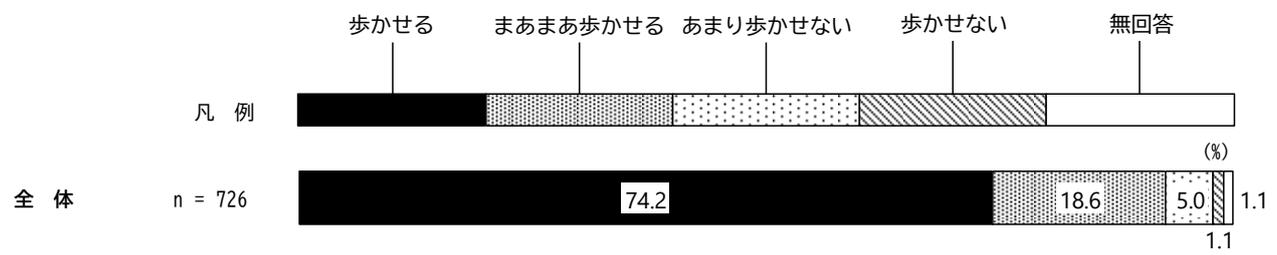
【子どもがテレビ等を見ている1日の平均時間／地域別】



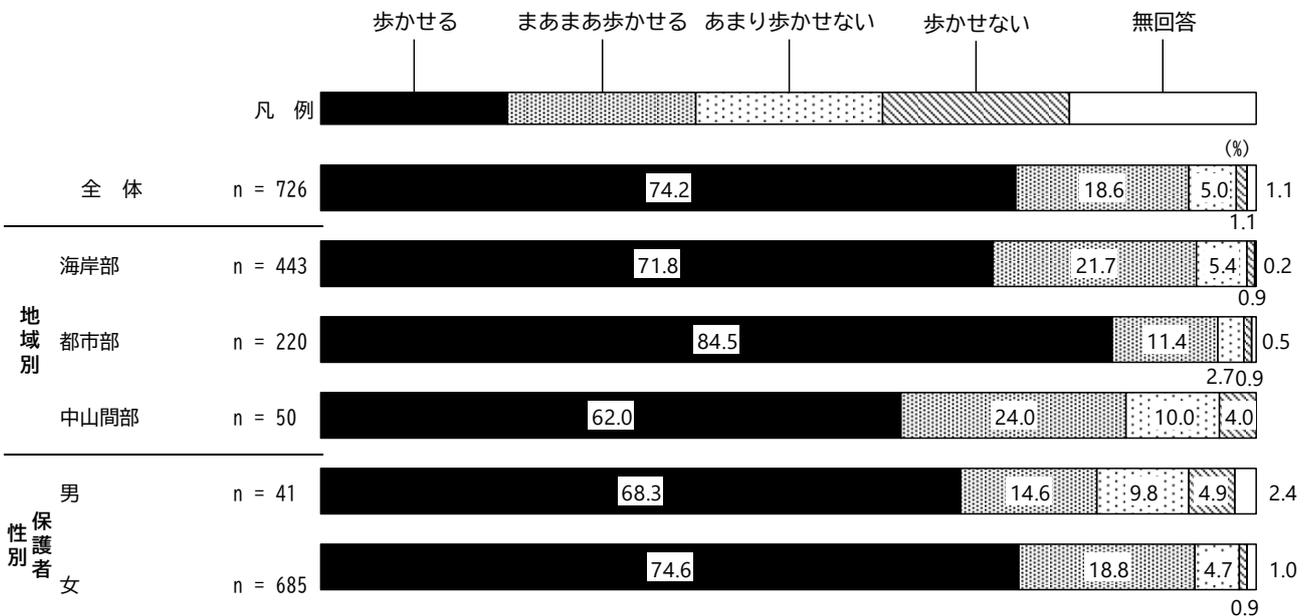
（10）歩いて5分程度なら子どもを歩かせるか

- 「歩かせる」が74.2%と最も高くなっている。次いで「まあまあ歩かせる」が18.6%、「あまり歩かせない」が5.0%となっている。
- 『歩いて5分程度なら子供を歩かせる親の割合』（「歩かせる」+「まあまあ歩かせる」）は92.8%となっている。
- 中山間部では『歩いて5分程度なら子供を歩かせる親の割合』が86.0%と他地域に比べ5ポイント以上低い。
- 男性の保護者では『歩いて5分程度なら子供を歩かせる親の割合』が82.9%と女性の保護者に比べ10ポイント以上低い。

問21 歩いて5分程度ならお子さんを歩かせますか。（○は1つ）



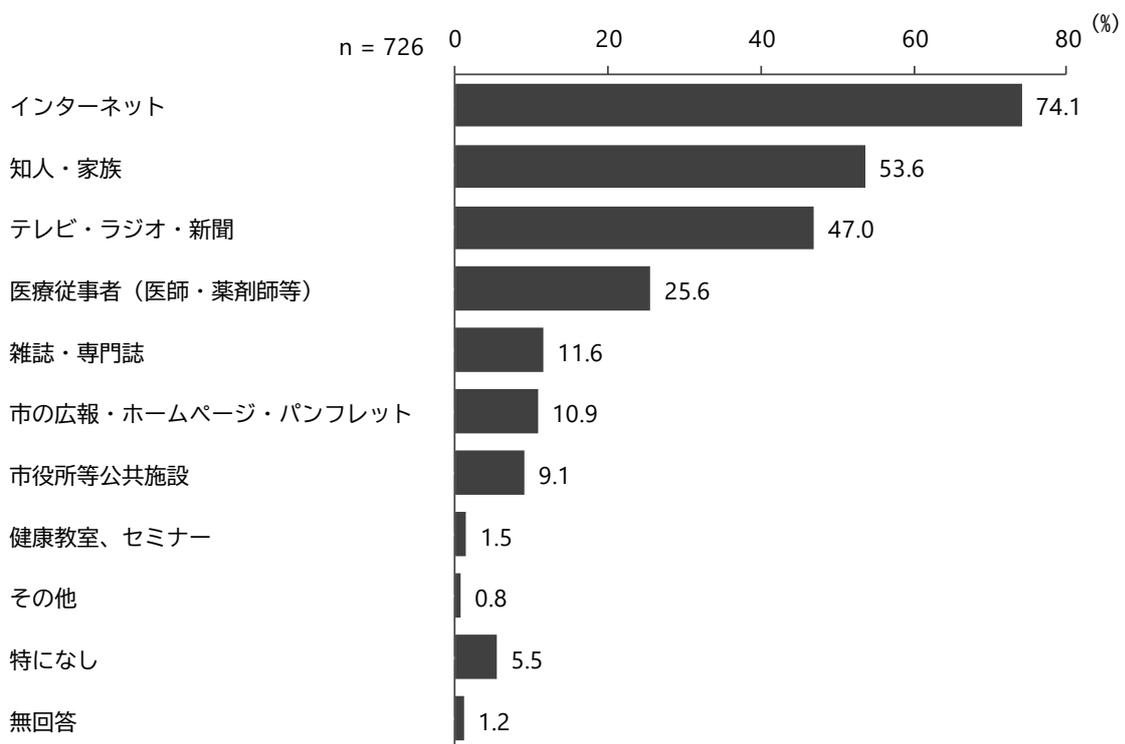
【歩いて5分程度なら子どもを歩かせるか／地域別／保護者性別】



（11）子どもの健康に関する情報の入手先

- 「インターネット」が74.1%と最も高くなっている。次いで「知人・家族」が53.6%、「テレビ・ラジオ・新聞」が47.0%となっている。
- 海岸部では「知人・家族」「テレビ・ラジオ・新聞」が他地域に比べ低い。
- 都市部では「医療従事者（医師・薬剤師等）」が他地域に比べ高い。
- 男性の保護者では「市の広報・ホームページ・パンフレット」が女性の保護者に比べ高い。
- 女性の保護者では「インターネット」「知人・家族」が男性の保護者に比べ高い。
- 45歳以上の保護者では「インターネット」が他の年齢の保護者に比べ10ポイント以上低い。

問22 お子さんの健康に関する情報をどこから得ていますか。（あてはまるものすべてに○）



【子どもの健康に関する情報の入手先／地域別／保護者年齢別】

(%)

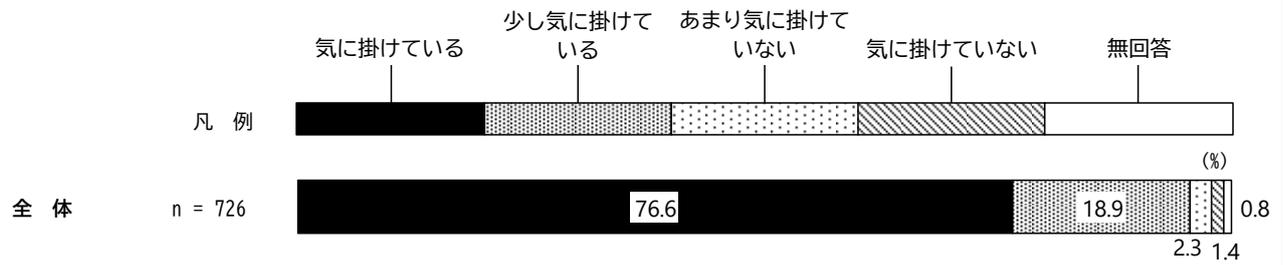
		n	インターネット	知人・家族	テレビ・ラジオ・新聞	医療従事者（医師・薬剤師等）	雑誌・専門誌	市の広報・ホームページ・パンフレット	市役所等公共施設	健康教室、セミナー	その他	特になし	無回答
全 体		726	74.1	53.6	47.0	25.6	11.6	10.9	9.1	1.5	0.8	5.5	1.2
地域別	海岸部	443	73.1	49.9	45.1	24.8	9.9	10.4	7.4	0.7	0.7	6.1	0.5
	都市部	220	77.3	60.0	50.9	29.1	14.1	13.6	11.8	3.2	0.5	4.5	0.5
	中山間部	50	78.0	66.0	48.0	20.0	16.0	6.0	14.0	2.0	2.0	6.0	-
性別	保護者 男	41	61.0	34.1	48.8	19.5	4.9	19.5	7.3	4.9	-	7.3	2.4
	女	685	74.9	54.7	46.9	26.0	12.0	10.4	9.2	1.3	0.9	5.4	1.2
保護者年齢別	20～24歳	12	75.0	58.3	41.7	8.3	8.3	-	8.3	8.3	-	-	-
	25～29歳	146	69.9	51.4	38.4	18.5	6.8	8.2	9.6	0.7	0.7	10.3	2.7
	30～34歳	170	75.3	51.8	45.9	30.6	8.8	10.0	4.7	-	-	3.5	1.2
	35～39歳	222	77.0	55.4	50.0	23.4	11.3	13.1	8.6	3.2	1.4	4.5	0.5
	40～44歳	139	77.0	53.2	50.4	30.9	20.9	12.2	15.8	1.4	1.4	2.9	1.4
	45歳以上	36	58.3	58.3	55.6	30.6	11.1	11.1	5.6	-	-	13.9	-

（12）受動喫煙を気に掛けているか

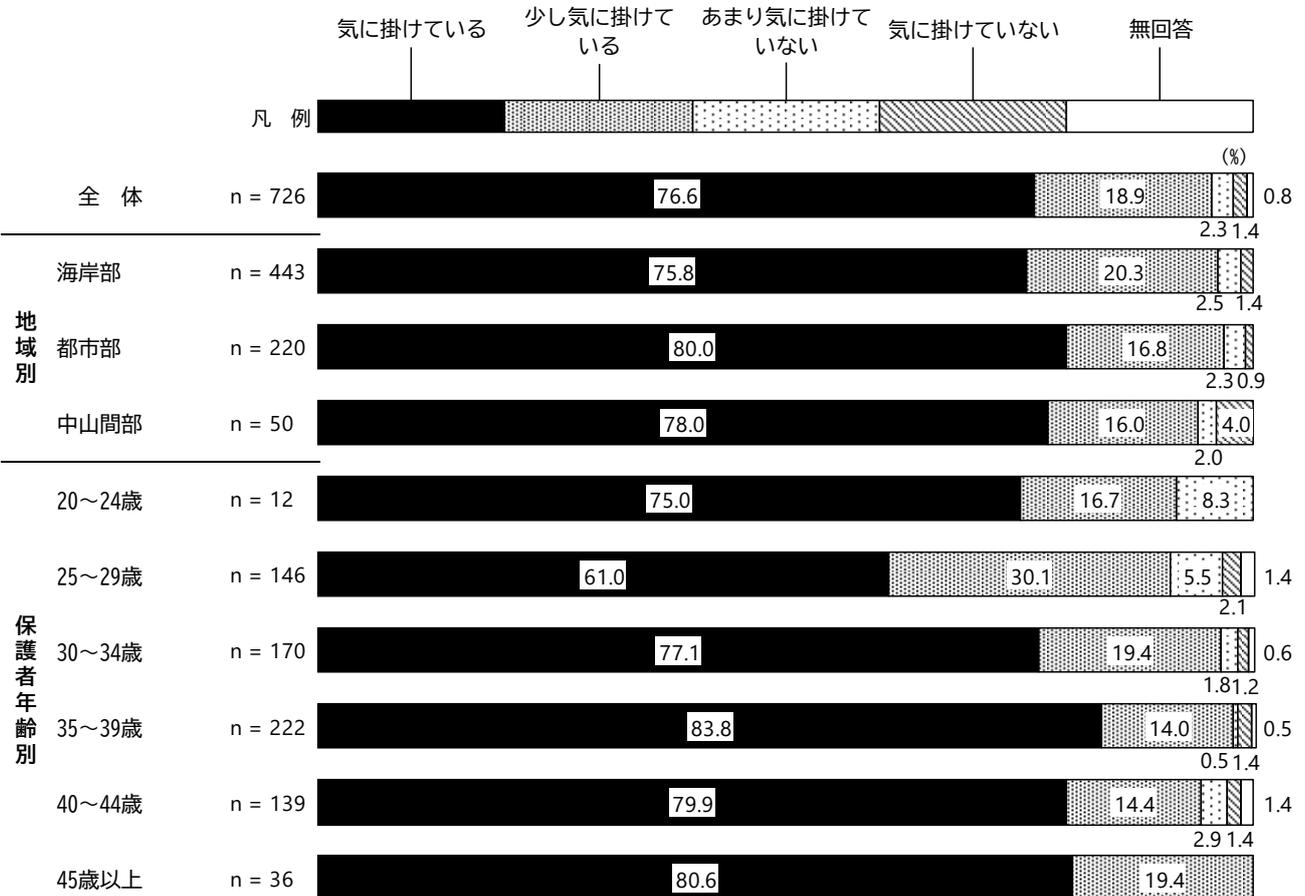
- 「気に掛けている」が76.6%と最も高くなっている。次いで「少し気に掛けている」が18.9%、「あまり気に掛けていない」が2.3%となっている。
- 地域別では『気に掛けていない』（「あまり気に掛けていない」+「気に掛けていない」）について大きな差は出ていない。
- 20～24歳、25～29歳の保護者では、『気に掛けていない』が他の年齢の保護者に比べわずかに高くなっている。

問23 受動喫煙によりお子さんに害を及ぼす又は及ぼされることを気に掛けていますか。

（○は1つ）



【受動喫煙を気に掛けているか／地域別／保護者年齢別】

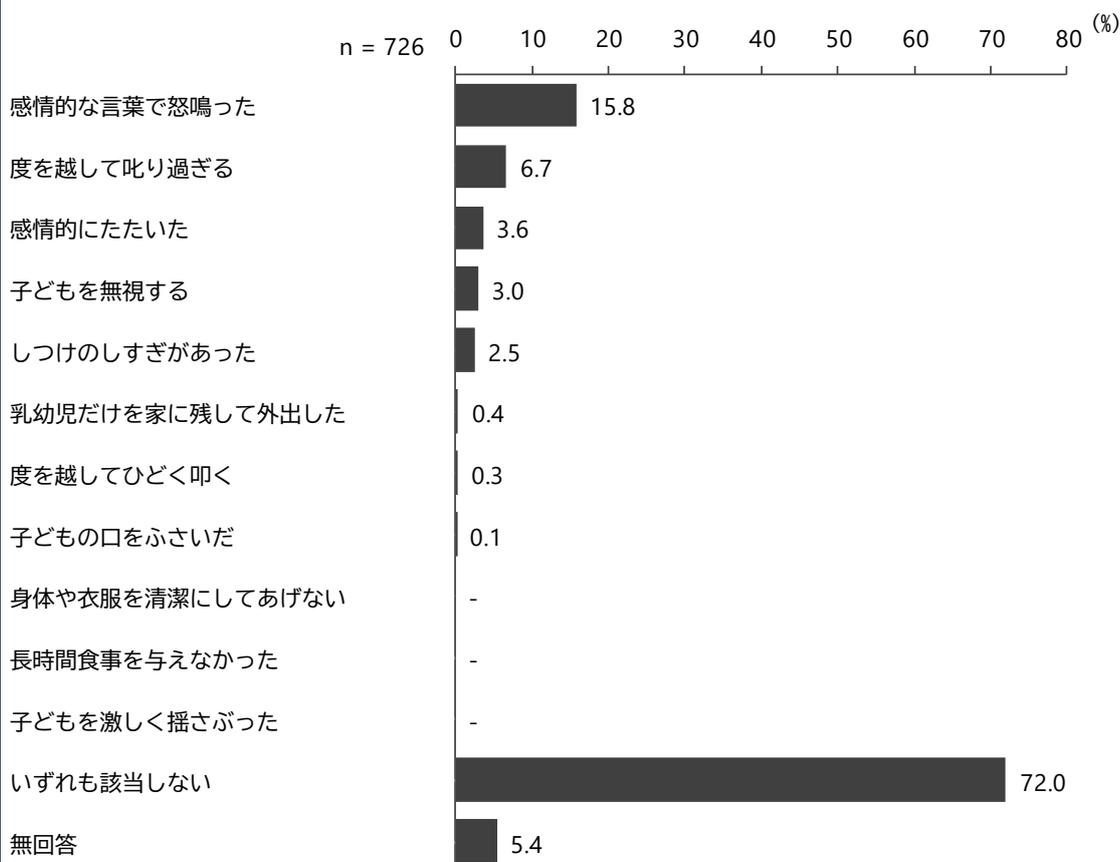


（13）1か月の間に家庭で子どもに対して次のようなことがあったか

- 「感情的な言葉で怒鳴った」が15.8%と最も高くなっている。次いで「度を越して叱り過ぎる」が6.7%、「感情的にたたいた」が3.6%となっている。一方、「いずれも該当しない」が72.0%となっている。
- 「度を越してひどく叩く」親の割合は0.3%、「子どもを無視する」親の割合は3.0%。
- 地域別では「度を越してひどく叩く」と回答したのは海岸部の0.5%のみ。
- 保護者年齢別では「感情的な言葉で怒鳴った」割合は40歳以上から2割を超えている。

問24 ここ1か月の間に家庭でお子さんに対し次のようなことがありますか。

（あてはまるものすべてに○）



II 調査結果の詳細（乳幼児期）

【1か月の間に家庭で子どもに対して次のようなことがあったか／地域別／保護者年齢別】

(%)

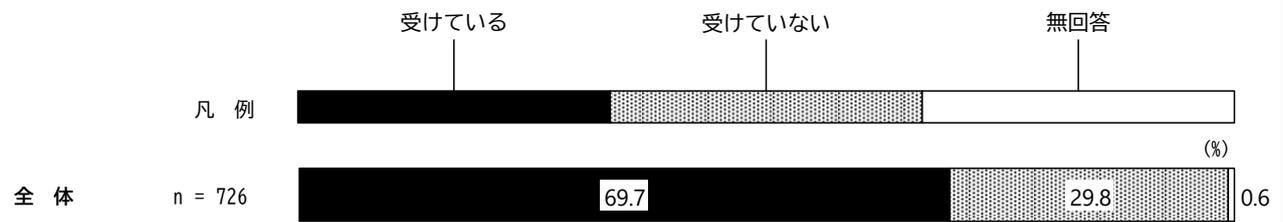
	n	感情的な言葉で怒鳴った	度を越して叱り過ぎる	感情的にたたいた	子どもを無視する	しつけのしすぎがあった	乳幼児だけを家に残して外出した	度を越してひどく叩く	子どもの口をふさいだ	身体や衣服を清潔にしてあげない	長時間食事を与えなかった	子どもを激しく揺さぶった	いずれも該当しない	無回答	
全 体	726	15.8	6.7	3.6	3.0	2.5	0.4	0.3	0.1	-	-	-	72.0	5.4	
地域別	海岸部	443	16.3	6.5	3.8	2.7	3.2	0.2	0.5	0.2	-	-	-	72.7	4.7
	都市部	220	15.5	6.8	2.7	3.2	1.4	0.5	-	-	-	-	-	72.7	5.0
	中山間部	50	14.0	10.0	6.0	4.0	2.0	-	-	-	-	-	-	68.0	8.0
保護者年齢別	20～24歳	12	8.3	16.7	-	8.3	-	-	-	8.3	-	-	-	83.3	-
	25～29歳	146	6.2	5.5	2.1	2.1	2.1	-	0.7	-	-	-	-	82.9	4.8
	30～34歳	170	17.6	7.1	2.9	4.7	2.9	-	-	-	-	-	-	66.5	7.6
	35～39歳	222	17.6	6.8	3.2	2.7	1.8	0.5	0.5	-	-	-	-	71.6	5.0
	40～44歳	139	20.1	6.5	6.5	2.2	3.6	0.7	-	-	-	-	-	67.6	5.0
	45歳以上	36	22.2	8.3	5.6	2.8	2.8	2.8	-	-	-	-	-	69.4	2.8

3 乳幼児の「お口の健康」について

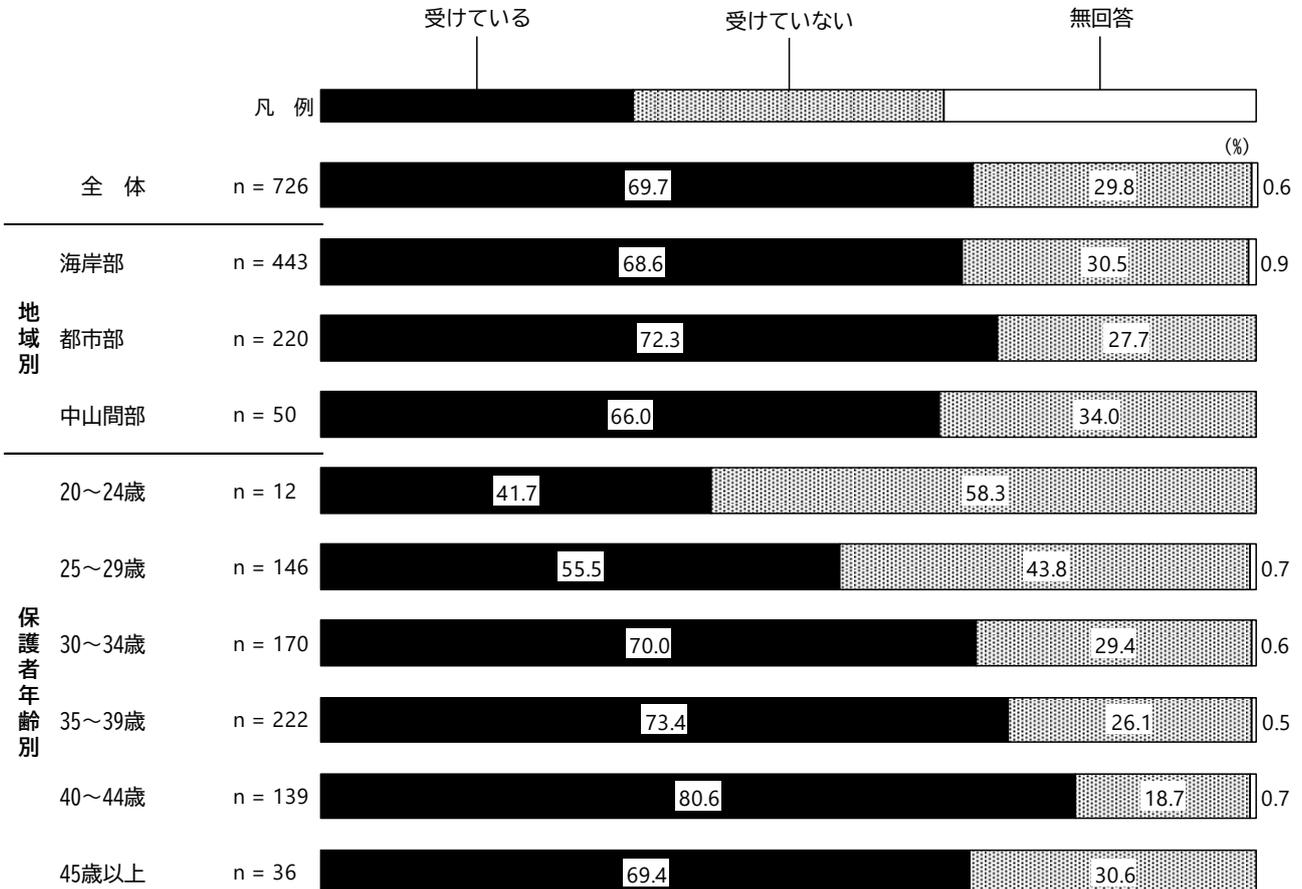
(1) 子どもが年に1回歯の定期検診を受けているか

- 「受けている」が69.7%、「受けていない」が29.8%となっている。
- 地域別では「受けていない」について大きな差は出ていない。
- 保護者の年齢別では、「受けていない」が40～44歳までは年齢が上がるほど割合が低い傾向がある。

問25 お子さんは年に1回歯の定期検診を受けていますか。(○は1つ)



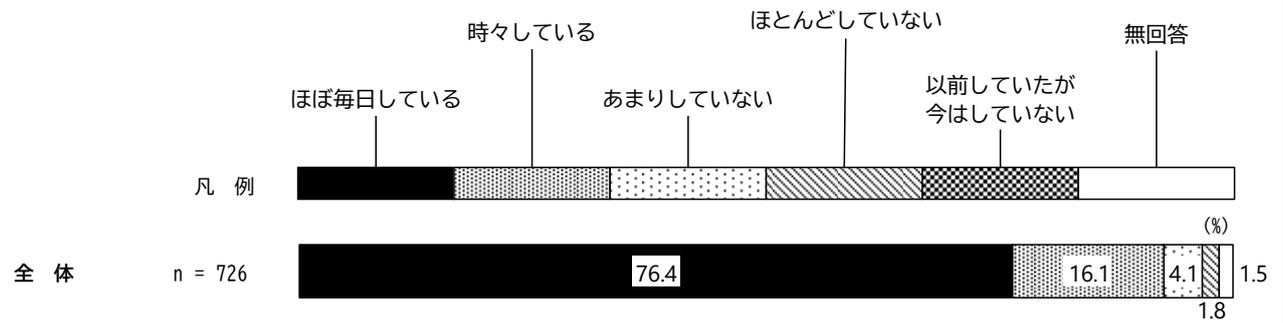
【子どもが年に1回歯の定期検診を受けているか／地域別／保護者年齢別】



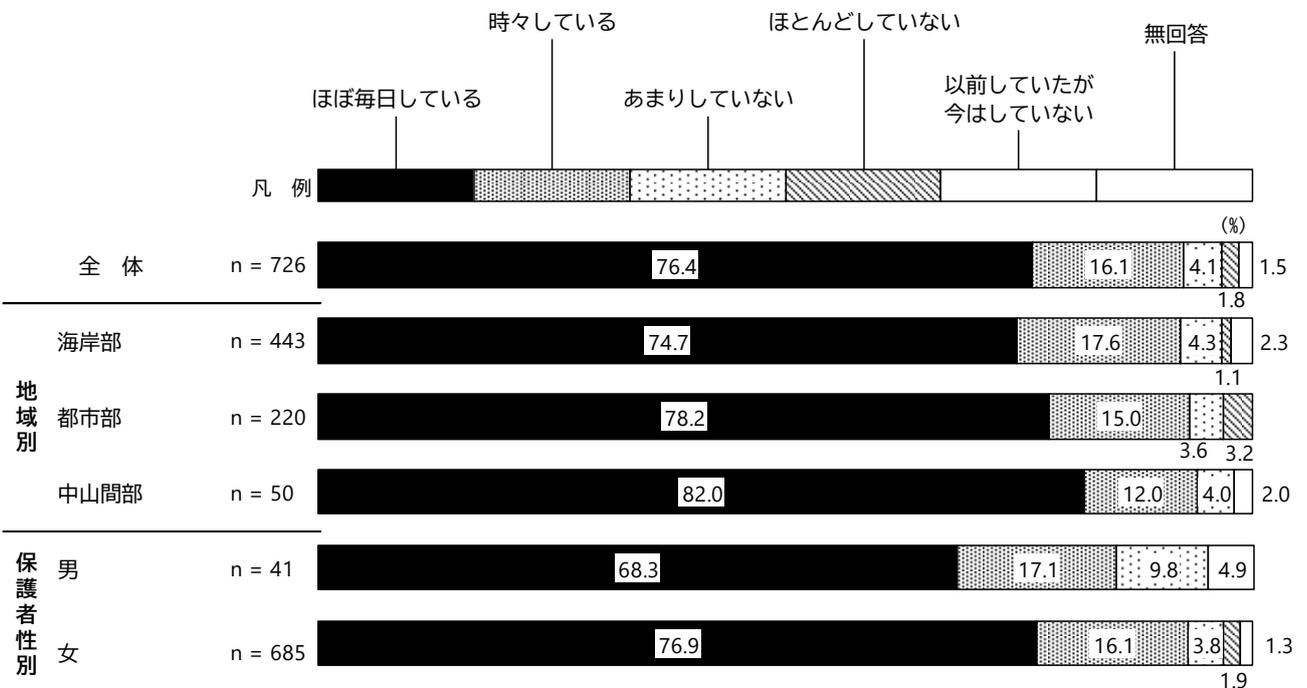
(2) 子どもに仕上げ磨きをしているか

- 「ほぼ毎日している」が76.4%と最も高くなっている。次いで「時々している」が16.1%、「あまりしていない」が4.1%となっている。
- 地域別では『歯の仕上げ磨きをする親の割合』（「ほぼ毎日している」）について大きな差は出ていない。
- 女性の保護者では、『歯の仕上げ磨きをする親の割合』が76.9%と男性の保護者に比べ5ポイント以上高い。

問26 お子さんの仕上げ磨きをしていますか。(○は1つ)



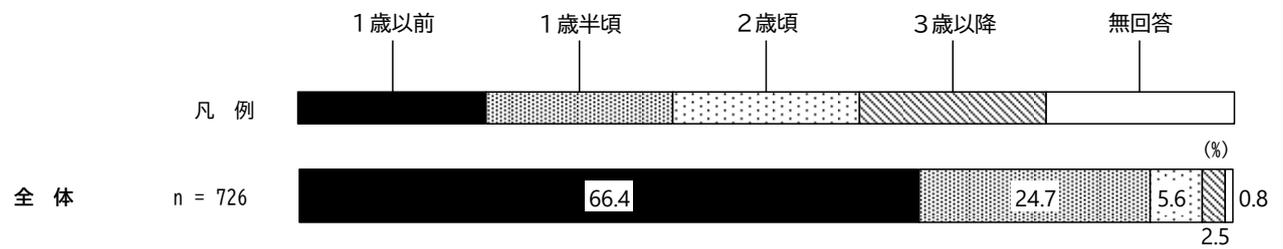
【子どもに仕上げ磨きをしているか／地域別／保護者性別】



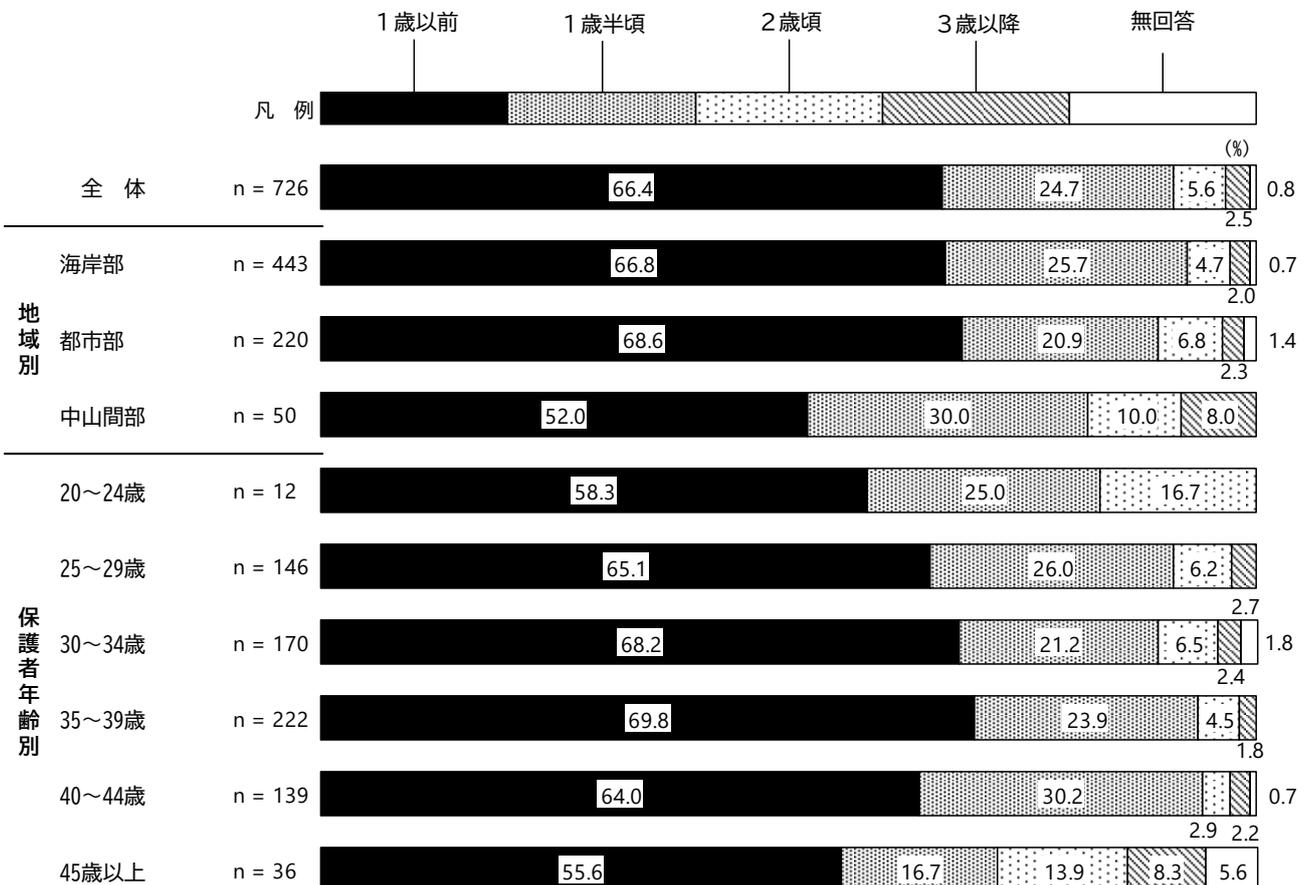
(3) 子どもの仕上げ磨きの開始時期

- 「1歳以前」が66.4%と最も高くなっている。次いで「1歳半頃」が24.7%、「2歳頃」が5.6%となっている。
- 『歯の仕上げ磨きを1歳半以前に開始する親の割合』（「1歳以前」+「1歳半頃」）は91.1%となっている。
- 中山間部では『歯の仕上げ磨きを1歳半以前に開始する親の割合』が82.0%と他地域に比べ5ポイント以上低い。
- 45歳以上の保護者では『歯の仕上げ磨きを1歳半以前に開始する親の割合』が72.3%と他の年齢の保護者に比べ10ポイント以上低い。

問27 お子さんの仕上げ磨きはいつからはじめましたか。(〇は1つ)



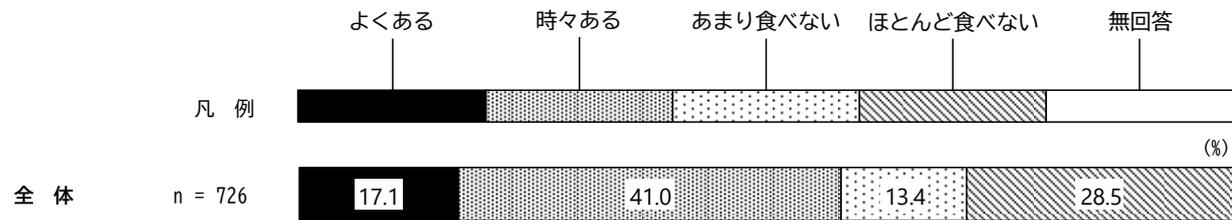
【子どもの仕上げ磨きの開始時期／地域別／保護者年齢別】



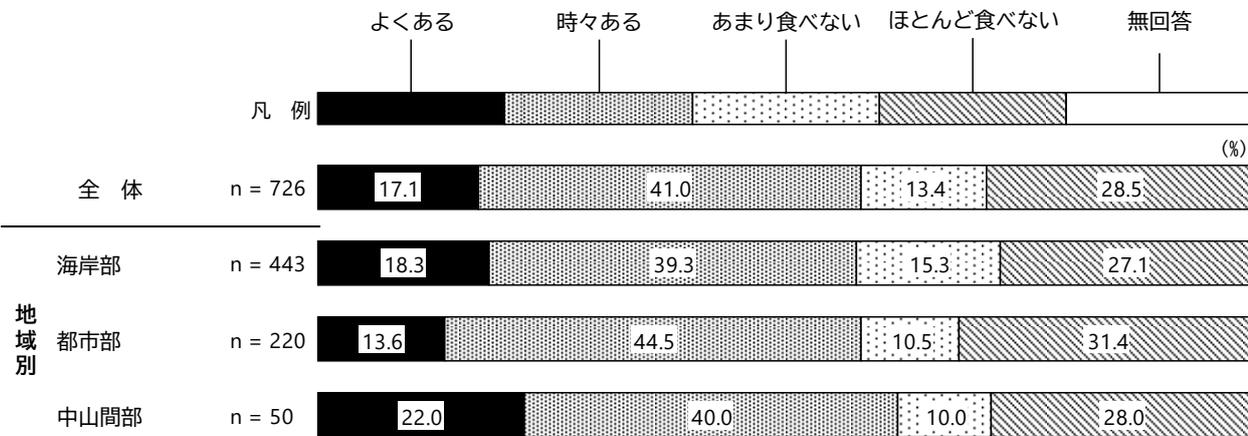
（４）子どもが夕食後から就寝までにおやつを食べることがあるか

- 「時々ある」が41.0%と最も高くなっている。次いで「ほとんど食べない」が28.5%、「よくある」が17.1%となっている。
- 『夕食から寝るまでの間におやつを食べる子どもの割合』（「よくある」+「時々ある」）は58.1%となっている。
- 地域別では『夕食から寝るまでの間におやつを食べる子どもの割合』について大きな差は出ていない。

問28 お子さんは夕食の後から寝るまでの間におやつを食べることがありますか。（○は1つ）



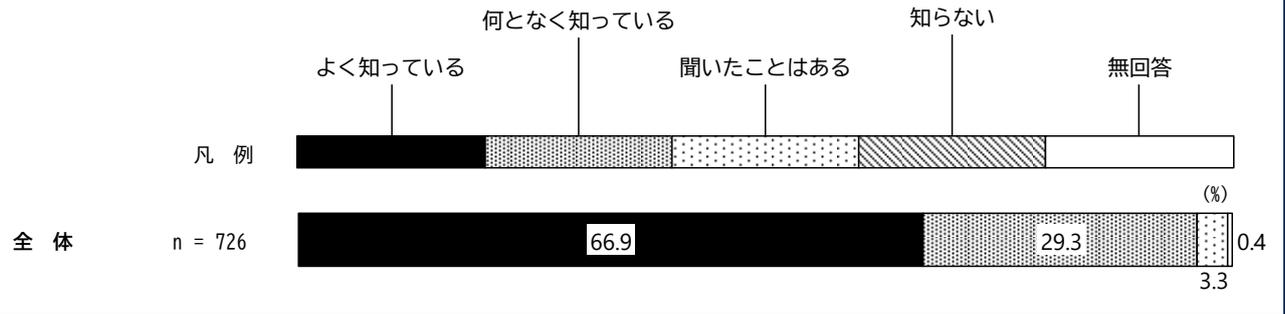
【子どもが夕食後から就寝までにおやつを食べることがあるか／地域別】



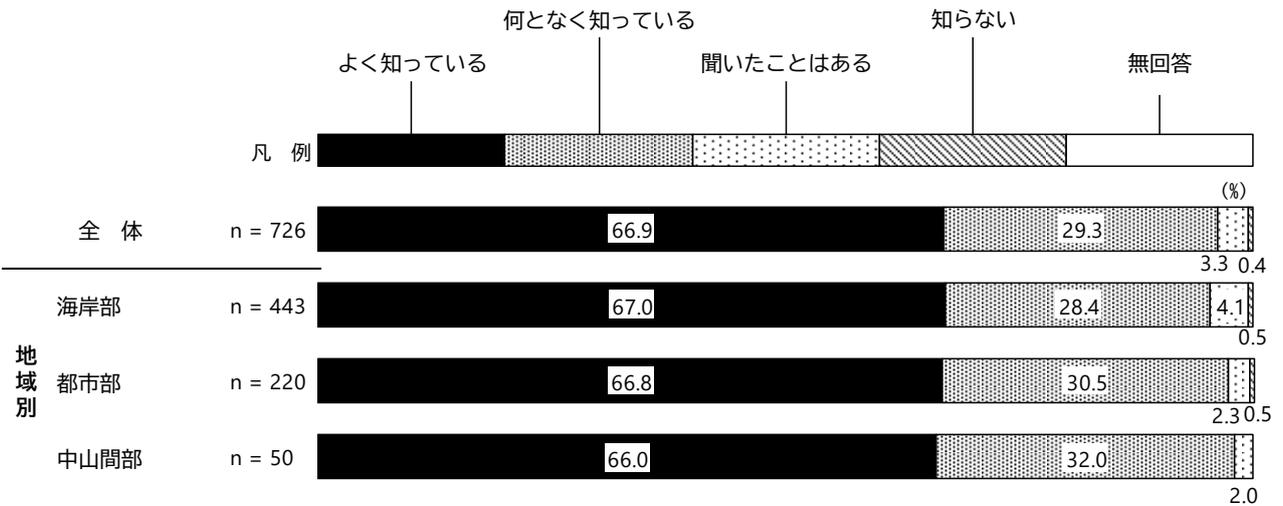
(5) フッ化物のむし歯予防の効果について

- 「よく知っている」が66.9%と最も高くなっている。次いで「何となく知っている」が29.3%となっている。
- 『知っている』（「よく知っている」+「何となく知っている」）は96.2%となっている。
- 地域別では『知っている』が全地域で9割を超えている。

問29 フッ化物のむし歯予防の効果についてご存じですか。(○は1つ)



【フッ化物のむし歯予防の効果について／地域別】

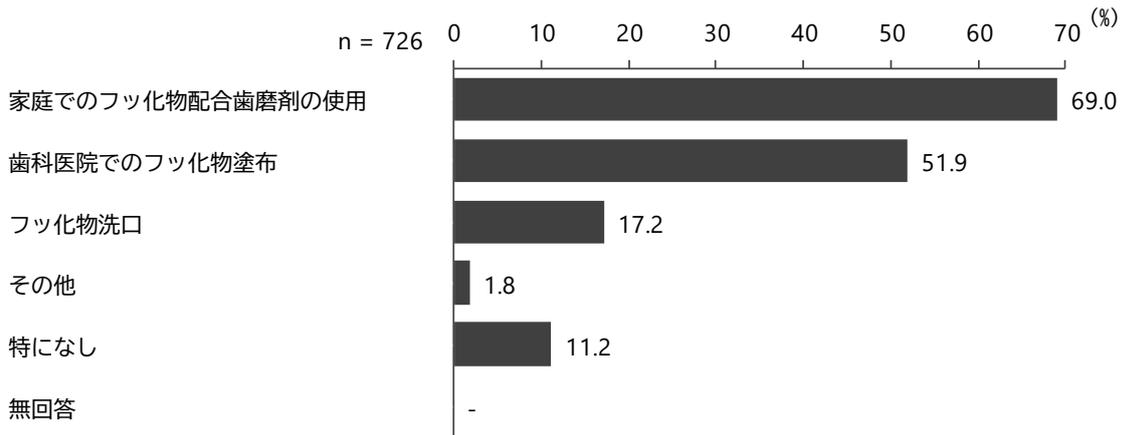


（6）フッ化物が含まれるものを何か取り入れているか

- 「家庭でのフッ化物配合歯磨剤の使用」が 69.0%と最も高くなっている。次いで「歯科医院でのフッ化物塗布」が 51.9%、「フッ化物洗口」が 17.2%となっている。
- 中山間部では「フッ化物洗口」が 28.0%と他地域に比べ 5 ポイント以上高い。
- 男性の保護者では「特になし」が 31.7%と女性の保護者に比べ 20 ポイント以上高い。

問30 フッ化物が含まれるもので、何か取り入れているものはありますか。

（あてはまるものすべてに○）



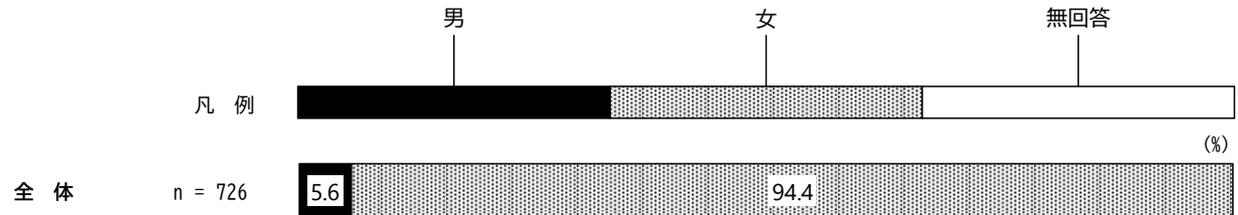
【フッ化物が含まれるものを何か取り入れているか／地域別／保護者性別】

		n	家庭でのフッ化物配合歯磨剤の使用 (%)	歯科医院でのフッ化物塗布 (%)	フッ化物洗口 (%)	その他 (%)	特になし (%)	無回答 (%)
全体		726	69.0	51.9	17.2	1.8	11.2	-
地域別	海岸部	443	68.4	51.9	15.1	1.4	11.3	-
	都市部	220	70.5	53.2	19.1	2.3	10.5	-
	中山間部	50	70.0	50.0	28.0	4.0	12.0	-
性別	男性	41	39.0	36.6	7.3	-	31.7	-
	女性	685	70.8	52.8	17.8	1.9	9.9	-

4 保護者自身について

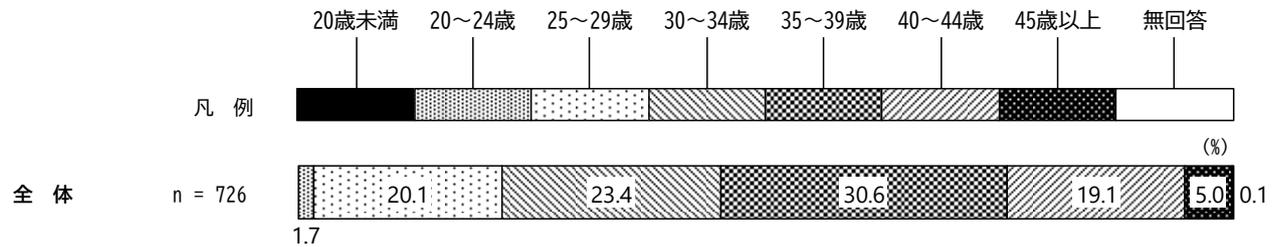
（1）性別

問31 ご自身の性別についてお答えください。（〇は1つ）



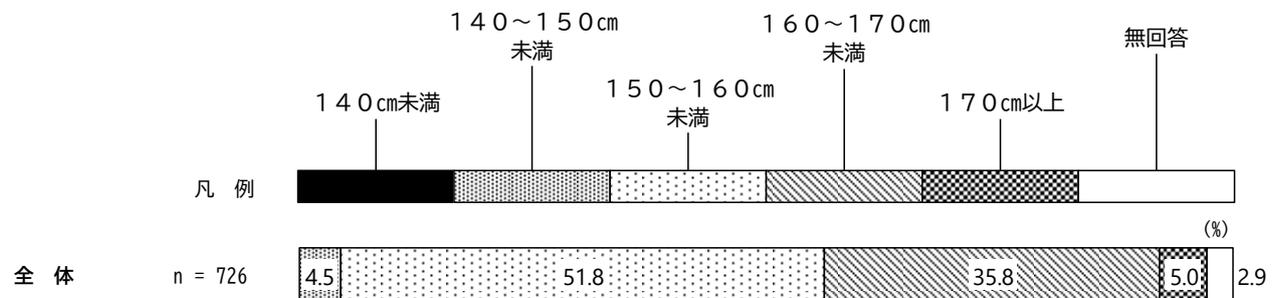
（2）年齢

問32 ご自身の年齢についてお答えください。（数字を記入）



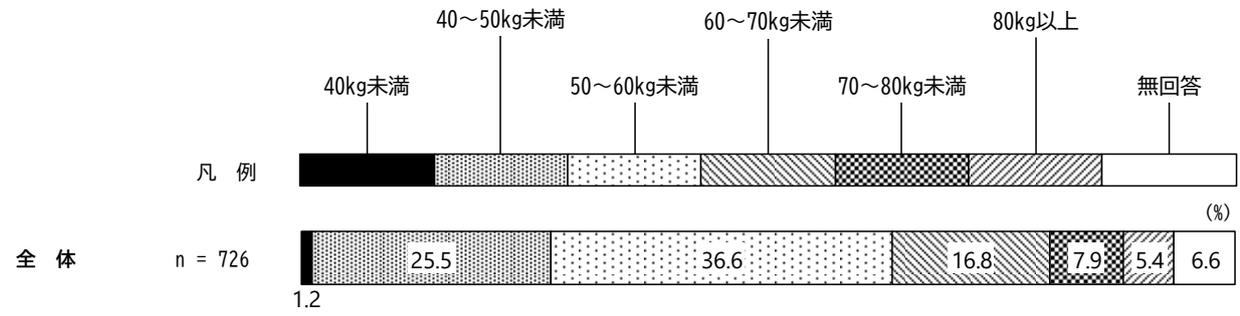
（3）身長

問33 ご自身の身長は何cmですか。（数字を記入）



（4）体重

問34 ご自身の体重は何kgですか。（数字を記入）

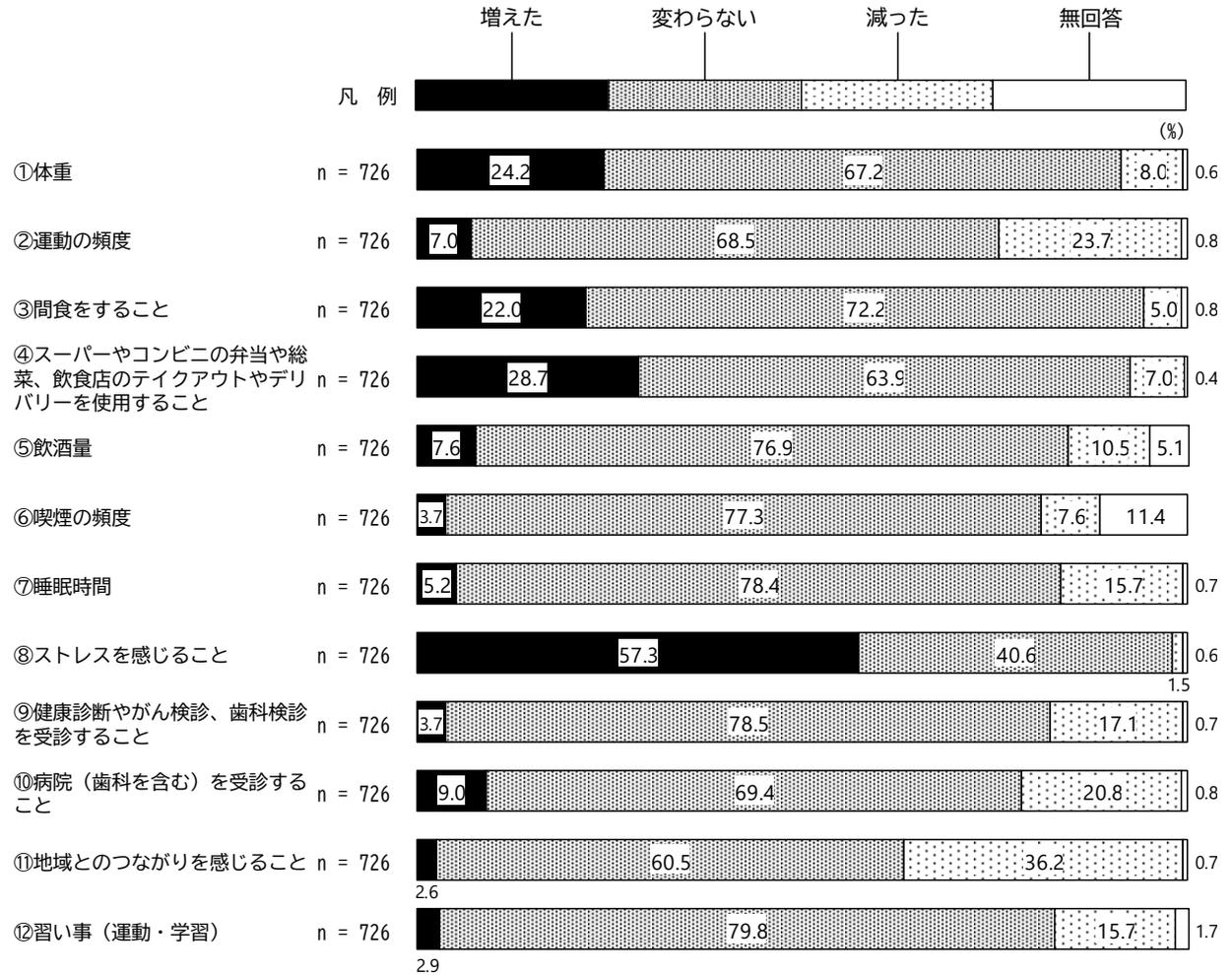


(5) 新型コロナウイルス感染症の影響による変化

● 新型コロナウイルスの影響によって「増えた」割合が最も高いのは『⑧ストレスを感じること』(57.3%)で、「減った」割合が最も高いのは『⑪地域とのつながりを感じること』(36.2%)となっている。「変わらない」が最も高いのは『⑫習い事（運動・学習）』で79.8%となっている。

問35 新型コロナウイルス感染症の影響により、次の①～⑫について変化がありましたか。

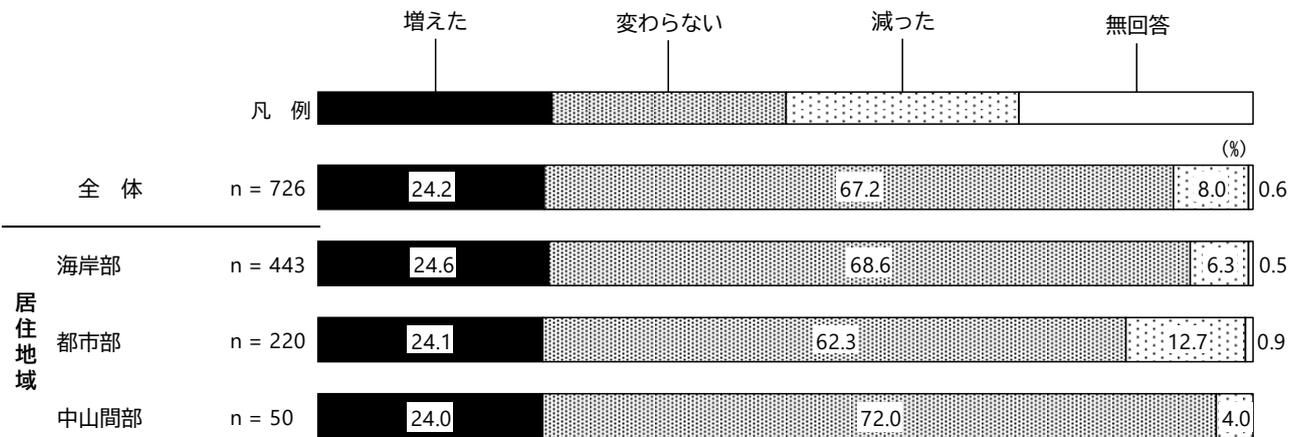
(○はそれぞれ1つ)



II 調査結果の詳細（乳幼児期）

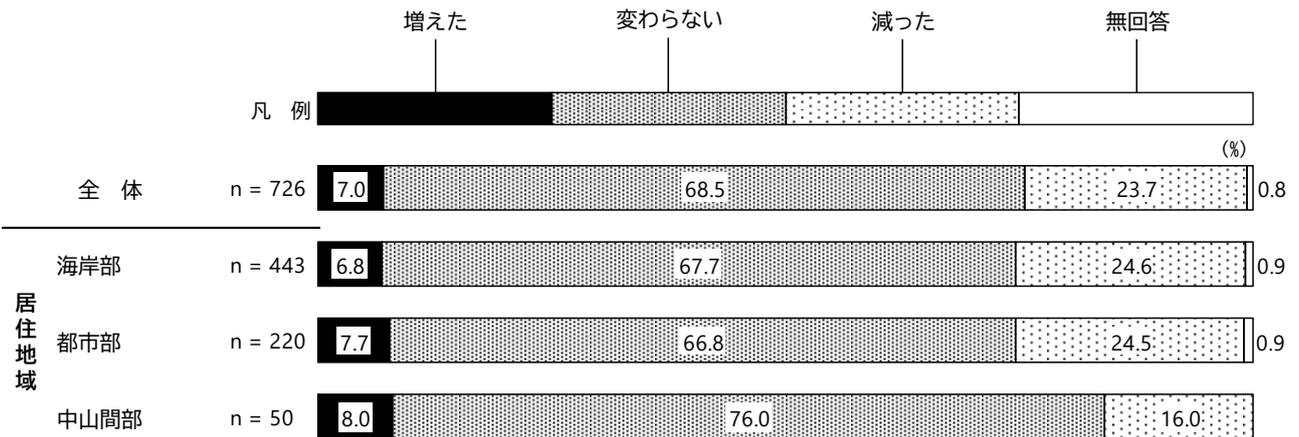
【①体重／地域別】

● 都市部では「減った」が12.7%と他地域に比べ5ポイント以上高い。



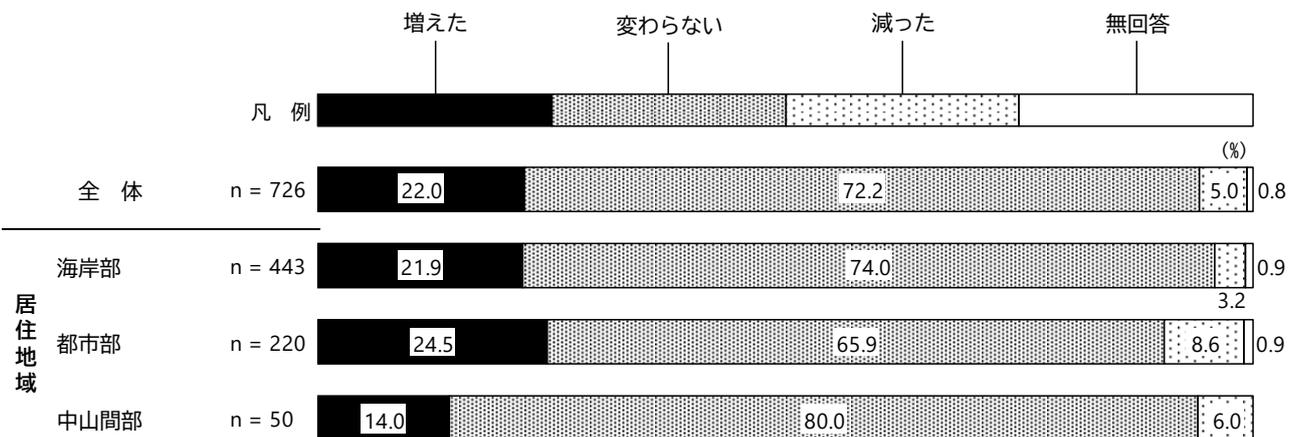
【②運動の頻度／地域別】

● 中山間部では「変わらない」が76.0%と他地域に比べ5ポイント以上高い。



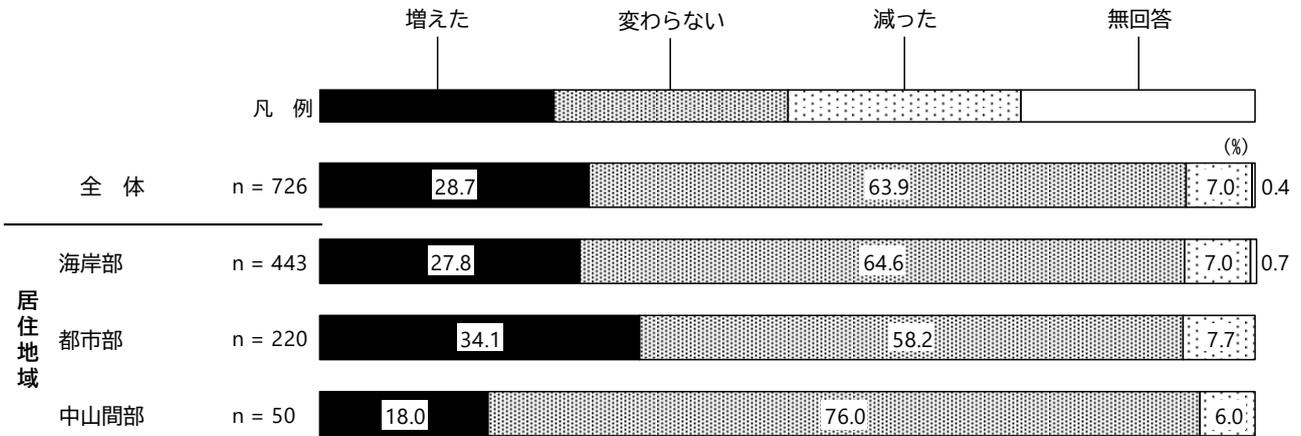
【③間食をすること／地域別】

● 中山間部では「変わらない」が80.0%と他地域に比べ5ポイント以上高い。



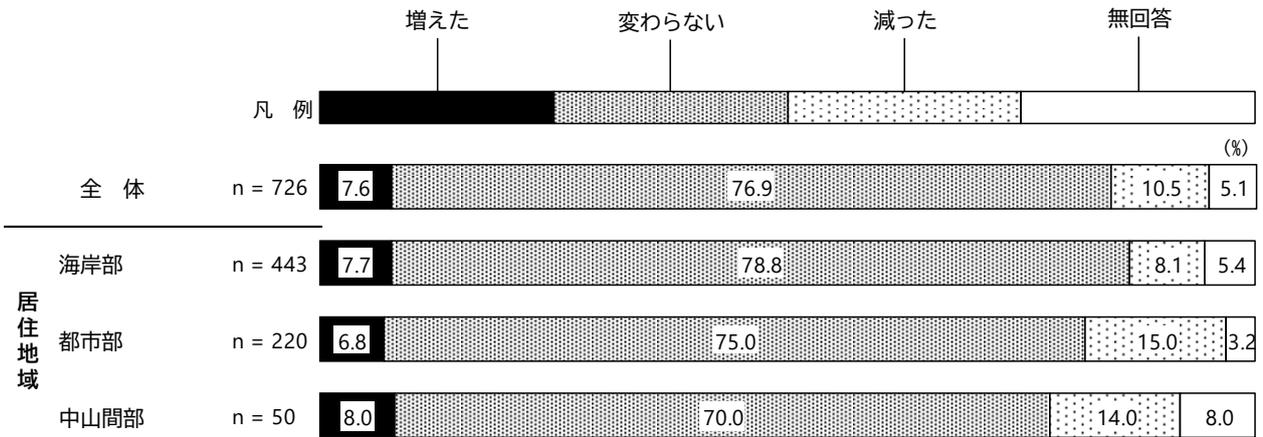
【④スーパーやコンビニの弁当や総菜、
飲食店のテイクアウトやデリバリーを使用すること／地域別】

● 都市部では「増えた」が34.1%と他地域に比べ5ポイント以上高い。



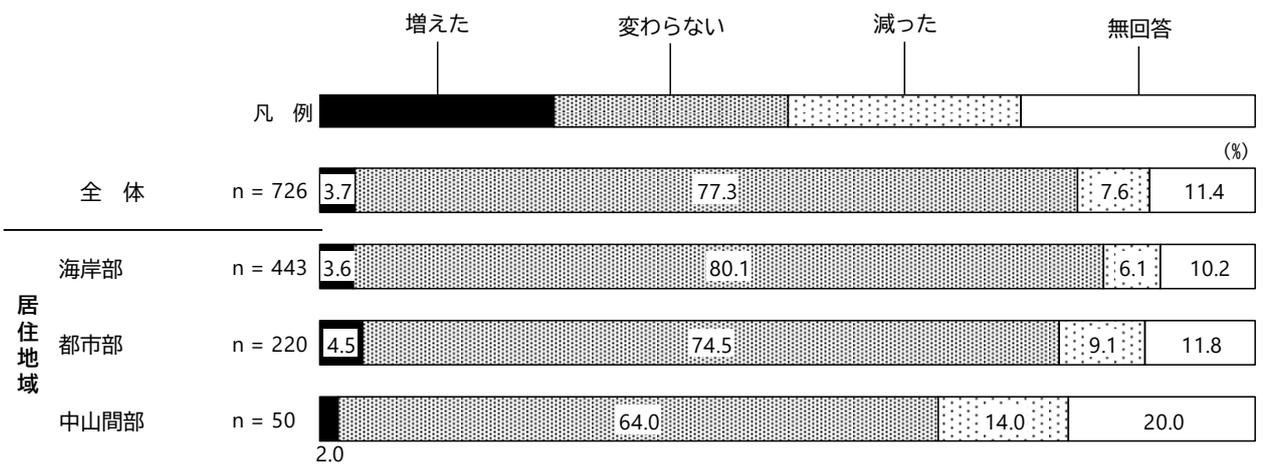
【⑤飲酒量／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



【⑥喫煙の頻度／地域別】

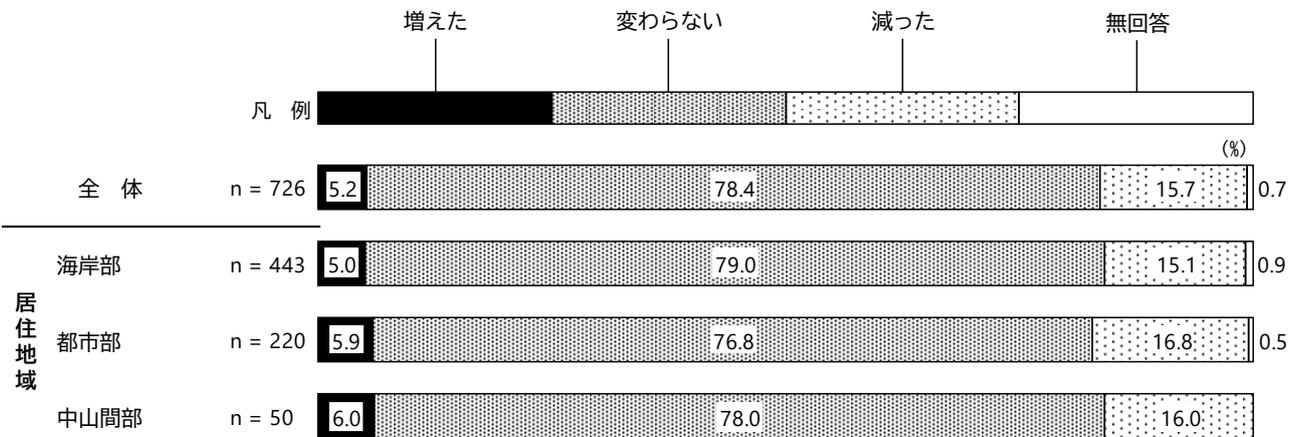
● 海岸部では「変わらない」が80.1%と他地域に比べ5ポイント以上高い。



II 調査結果の詳細（乳幼児期）

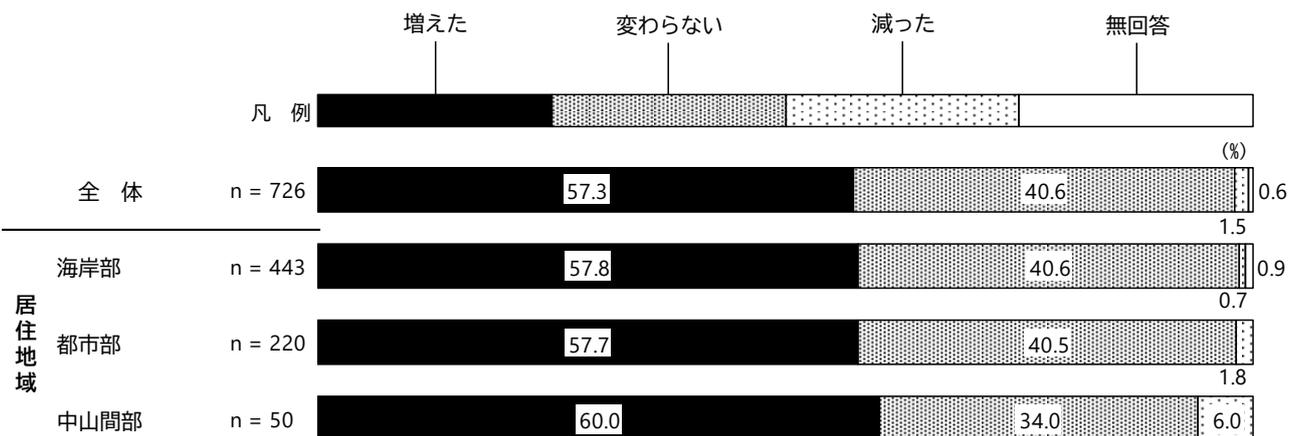
【⑦睡眠時間／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



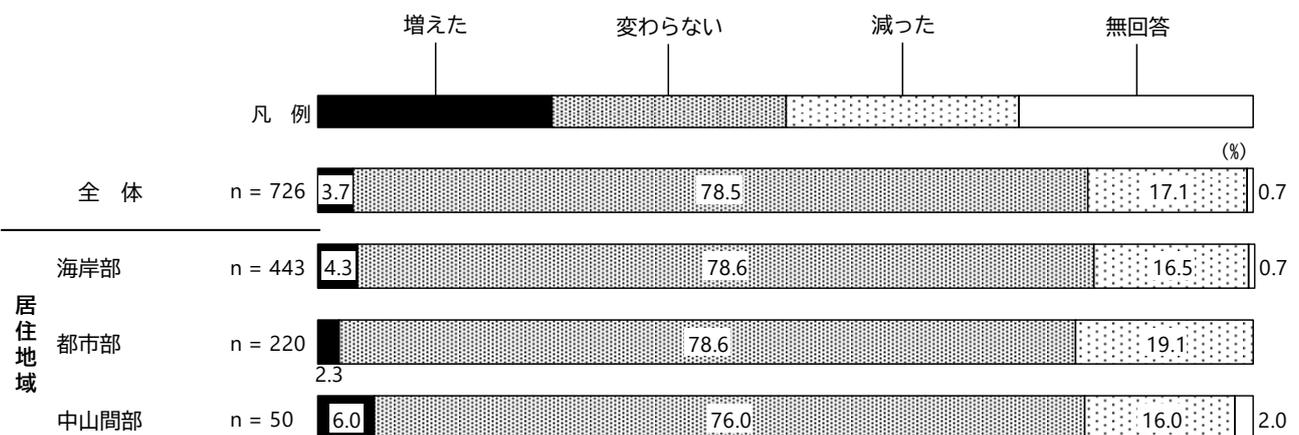
【⑧ストレスを感じる事／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



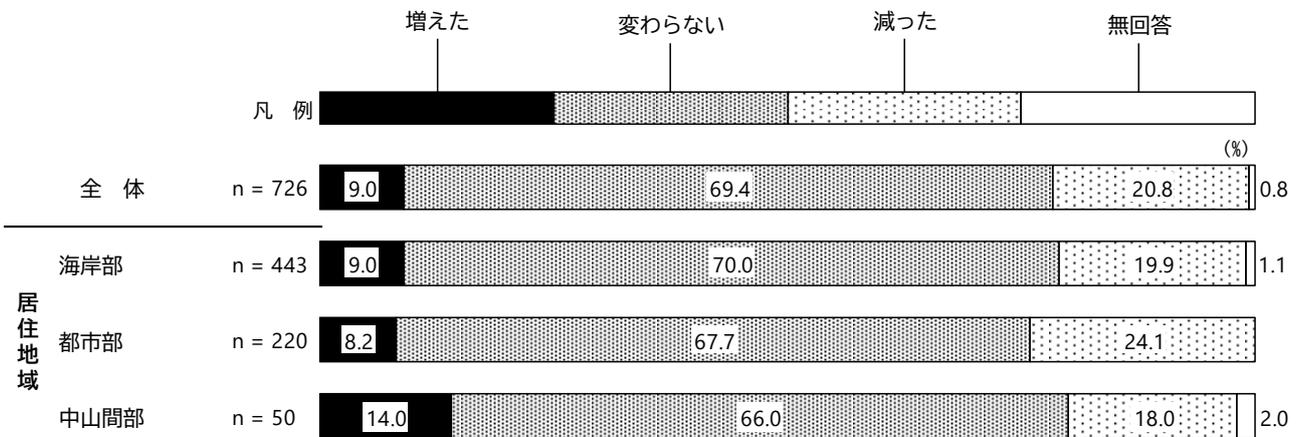
【⑨健康診断やがん検診、歯科検診を受診すること／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



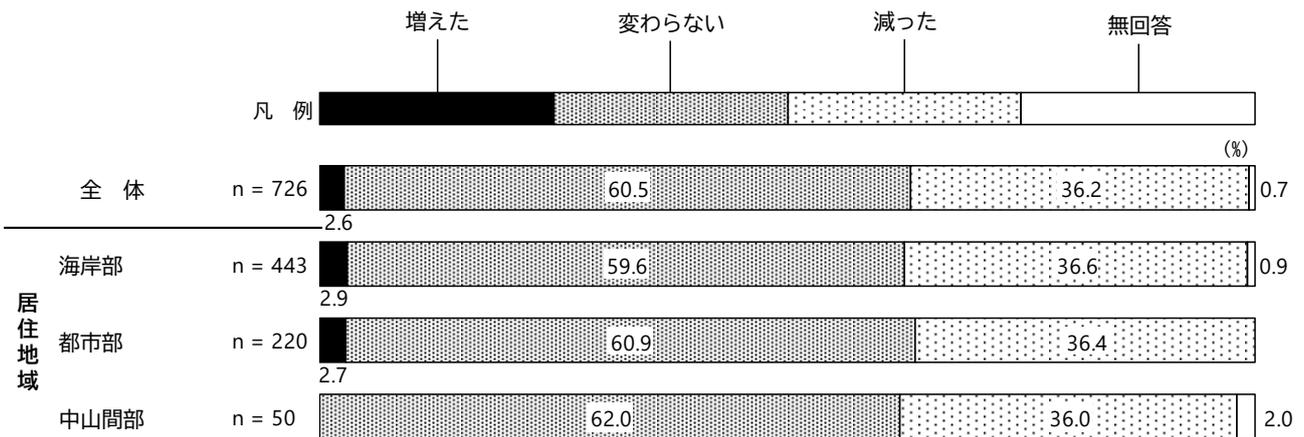
【⑩病院（歯科を含む）を受診すること／地域別】

● 中山間部では「増えた」が14.0%と他地域に比べ5ポイント以上高い。



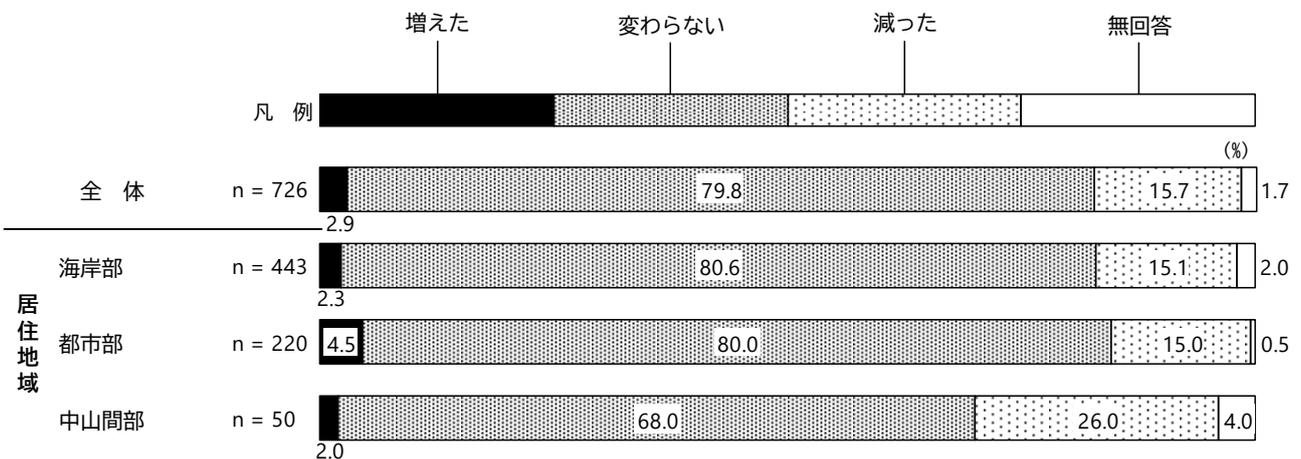
【⑪地域とのつながりを感じる／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



【⑫習い事（運動・学習）／地域別】

● 中山間部では「減った」が26.0%と他地域に比べ10ポイント以上高い。

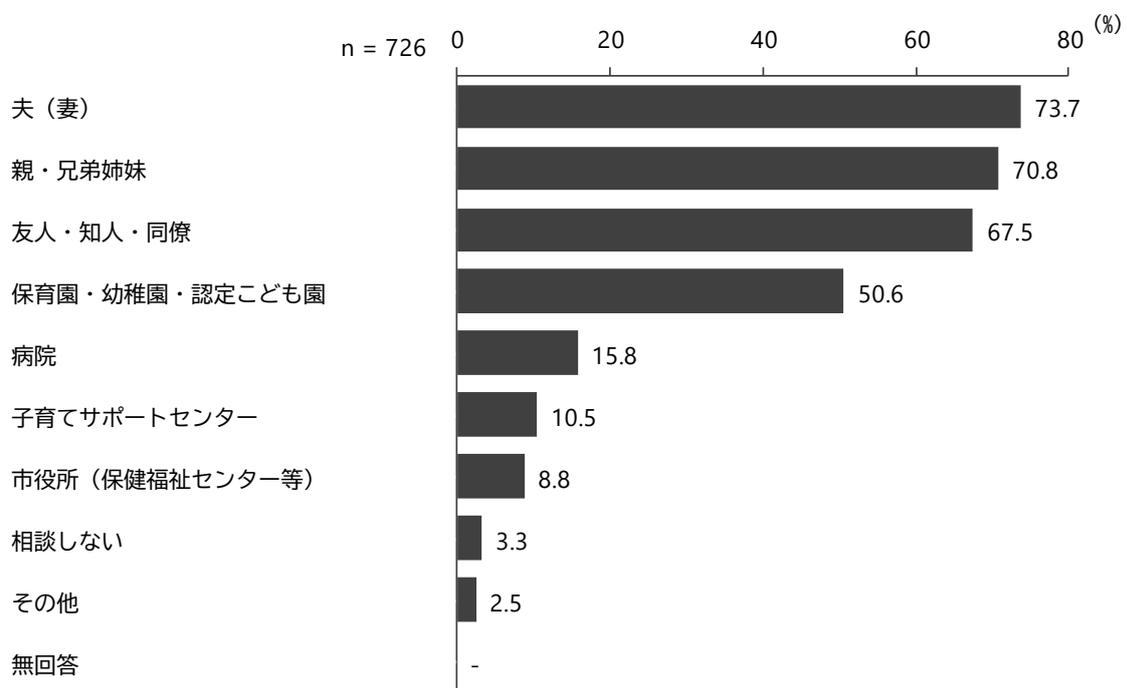


（6）育児で悩んだり困ったことがあった時の相談先

- 「夫（妻）」が73.7%と最も高くなっている。次いで「親・兄弟姉妹」が70.8%、「友人・知人・同僚」が67.5%となっている。
- 地域別では大きな差は出ていない。
- 男性の保護者では「相談しない」が14.6%と女性の保護者に比べ10ポイント以上高い。
- 保護者年齢別では30歳以上では「夫（妻）」が高くなっているが、20～24歳では「親・兄弟姉妹」「友人・知人・同僚」、25～29歳では「親・兄弟姉妹」が最も高くなっている。

問36 育児で悩んだり困ったことがあった時は、誰（どこ）に相談しますか。

（あてはまるものすべてに○）



【育児で悩んだり困ったことがあった時の相談先／地域別／保護者性別／保護者年齢別】

(%)

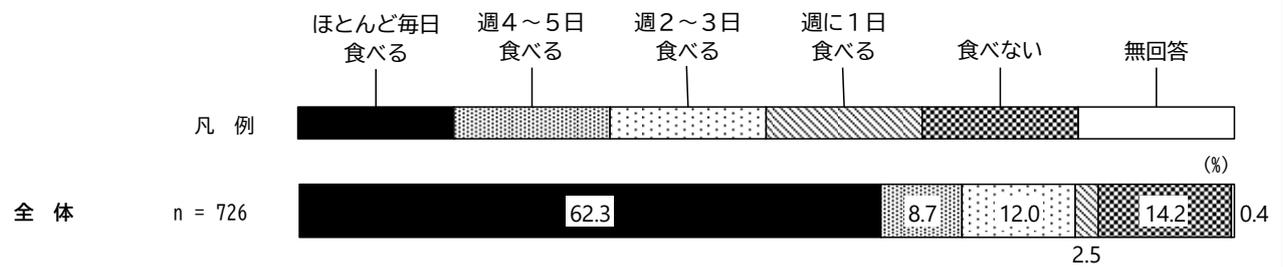
		n	夫（妻）	親・兄弟姉妹	友人・知人・同僚	も保育園・幼稚園・認定こども園	病院	子育てサポートセンター	等）市役所（保健福祉センター）	その他	相談しない	無回答
全体		726	73.7	70.8	67.5	50.6	15.8	10.5	8.8	2.5	3.3	-
地域別	海岸部	443	74.0	69.1	67.5	48.3	15.6	9.3	7.9	2.5	3.2	-
	都市部	220	76.4	74.5	69.1	53.6	15.0	13.2	10.9	2.7	2.3	-
	中山間部	50	64.0	72.0	62.0	54.0	20.0	10.0	6.0	2.0	8.0	-
性別	男	41	78.0	39.0	26.8	22.0	9.8	7.3	7.3	-	14.6	-
	女	685	73.4	72.7	69.9	52.3	16.2	10.7	8.9	2.6	2.6	-
年齢別	20～24歳	12	41.7	75.0	75.0	25.0	-	-	-	-	-	-
	25～29歳	146	59.6	77.4	69.9	44.5	13.7	13.0	13.0	2.7	2.7	-
	30～34歳	170	71.8	71.2	59.4	43.5	13.5	8.2	5.9	0.6	5.3	-
	35～39歳	222	83.3	67.6	70.7	55.9	15.3	13.1	9.5	1.4	1.8	-
	40～44歳	139	78.4	71.9	69.8	61.9	23.7	7.9	10.1	3.6	2.9	-
	45歳以上	36	72.2	58.3	63.9	41.7	13.9	8.3	-	13.9	8.3	-

5 保護者の「食生活」について

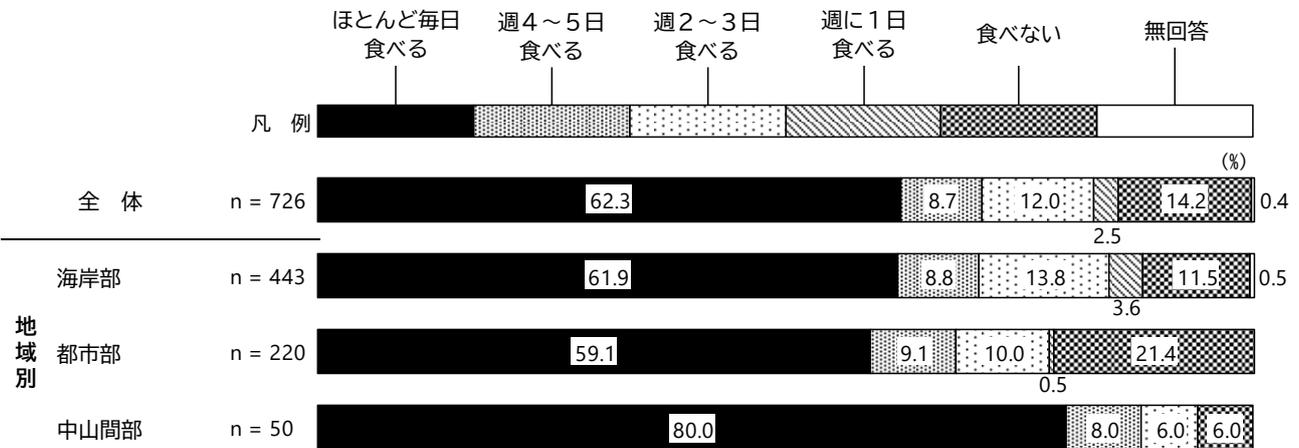
(1) ふだん朝食を食べているか

- 「ほとんど毎日食べる」が62.3%と最も高くなっている。次いで「食べない」が14.2%、「週2～3日食べる」が12.0%となっている。
- 都市部では『朝食を欠食する割合』（「食べない」）が21.4%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問37 あなたは、ふだん朝食を食べていますか。（○は1つ）



【ふだん朝食を食べているか／地域別】

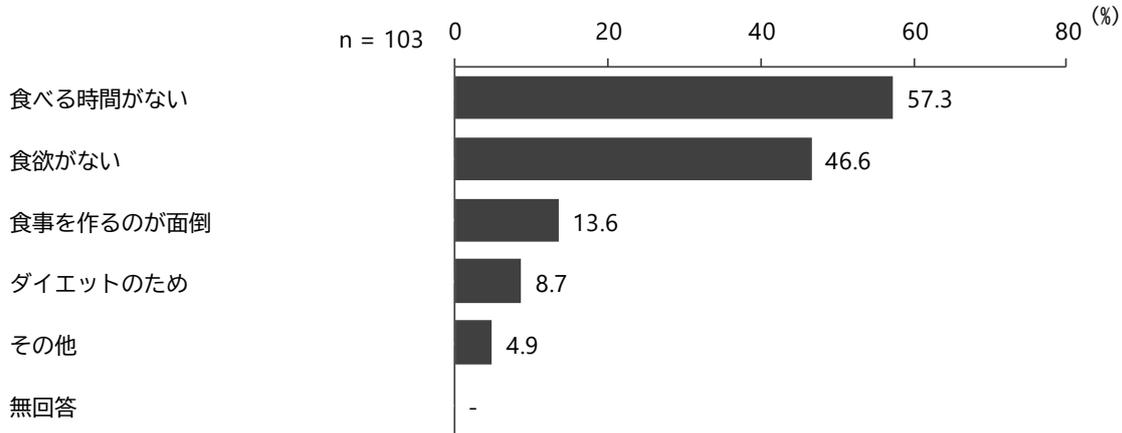


（2）朝食を食べない理由

● 「食べる時間がない」が57.3%と最も高くなっている。次いで「食欲がない」が46.6%、「食事を作るのが面倒」が13.6%となっている。

問37-1 朝食を食べない理由について、どのようなことがありますか。

（あてはまるものすべてに○）



【朝食を食べない理由／男女別／地域別】

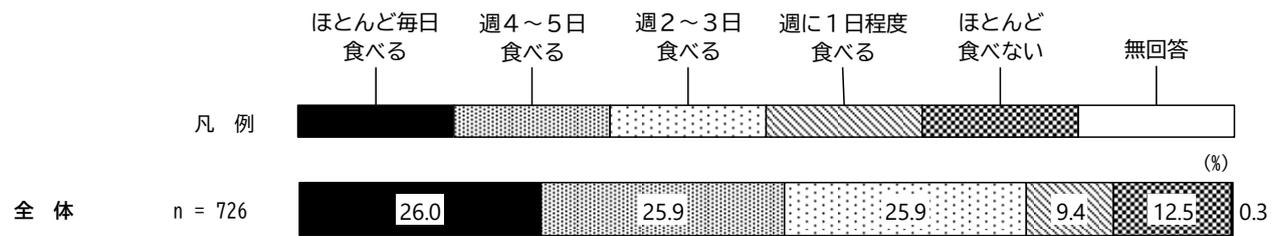
		n	食べる時間がない (%)	食欲がない (%)	食事を作るのが面倒 (%)	ダイエットのため (%)	その他 (%)	無回答 (%)
全体		103	57.3	46.6	13.6	8.7	4.9	-
地域別	海岸部	51	56.9	47.1	19.6	5.9	3.9	-
	都市部	47	61.7	42.6	6.4	10.6	4.3	-
	中山間部	3	-	66.7	-	-	33.3	-

※地域別集計については、調査数（n）が少ないため参考値として掲載

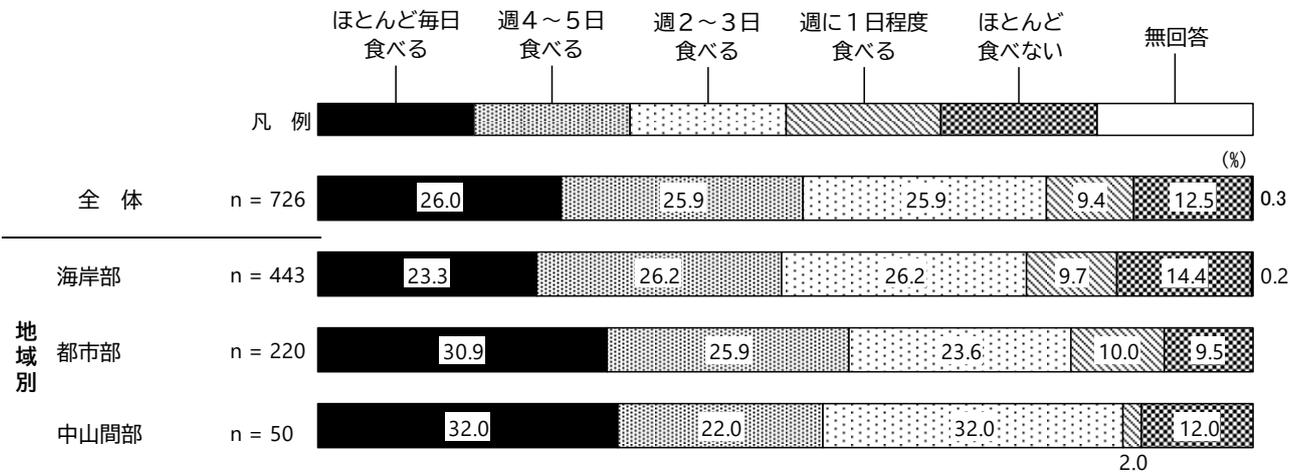
（3）主食・主菜・副菜を揃えて食べる頻度

- 「ほとんど毎日食べる」が26.0%と最も高くなっている。次いで「週4～5日食べる」、「週2～3日食べる」が25.9%となっている。
- 海岸部では『栄養バランスに配慮した食生活を実践している』（「ほとんど毎日食べる」）が23.3%と他地域に比べ5ポイント以上低い。

問38 あなたは、主食・主菜・副菜を三つ揃えて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。（○は1つ）



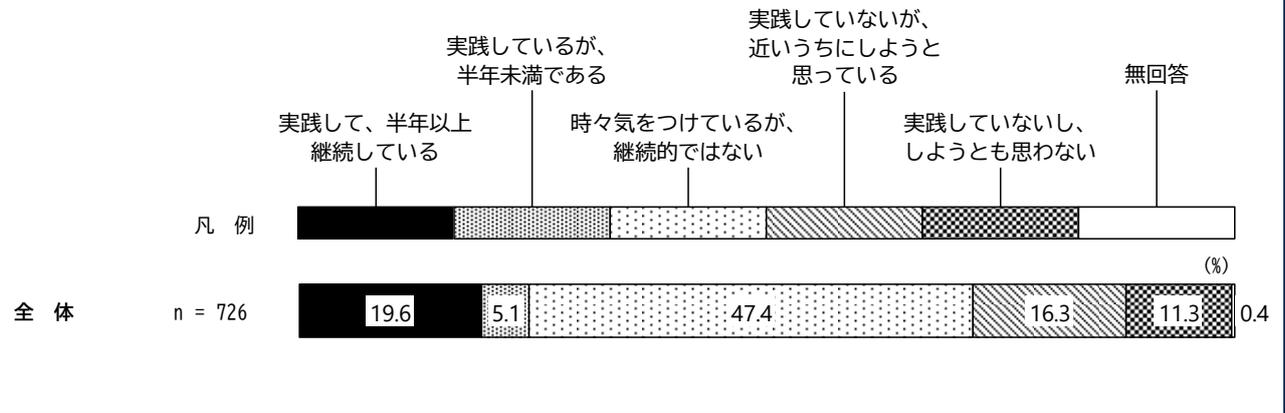
【主食・主菜・副菜を揃えて食べる頻度／地域別】



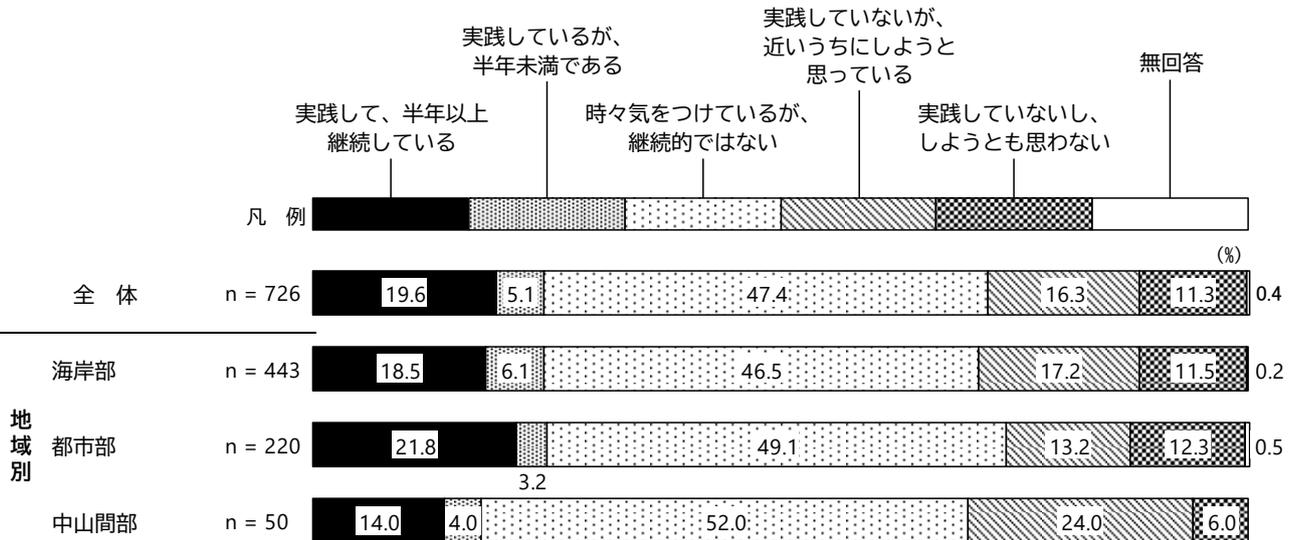
（４）健康維持増進や生活習慣病予防のために実施していること

- 「時々気をつけているが、継続的ではない」が 47.4%と最も高くなっている。次いで「実践して、半年以上継続している」が 19.6%、「実践していないが、近いうちにしようと思っている」が 16.3%となっている。
- 中山間部では『生活習慣病の予防や改善のために、普段から適正体重の維持や減塩等に気を付けた食生活を実践している』（「実践して、半年以上継続している」）が 14.0%と他地域に比べ低い。

問 39 あなたは、健康の維持増進や生活習慣病予防のために(1)適切な食事（減塩等）、(2)定期的な運動、(3)週に複数回の体重計測のいずれかを実施していますか。（○は1つ）



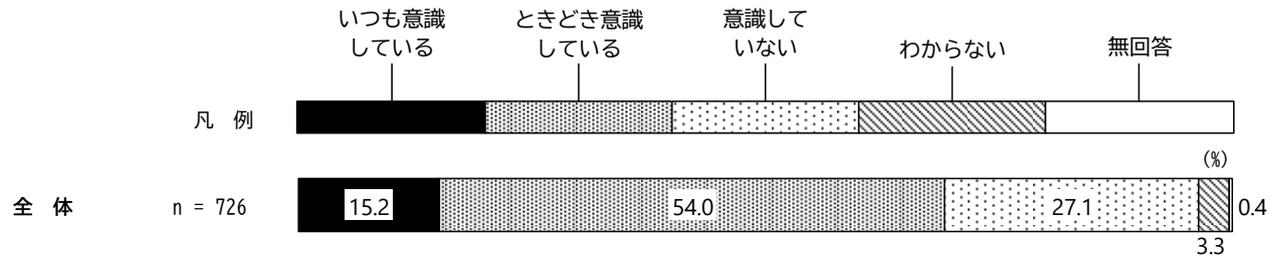
【健康維持増進や生活習慣病予防のために実施していること／地域別】



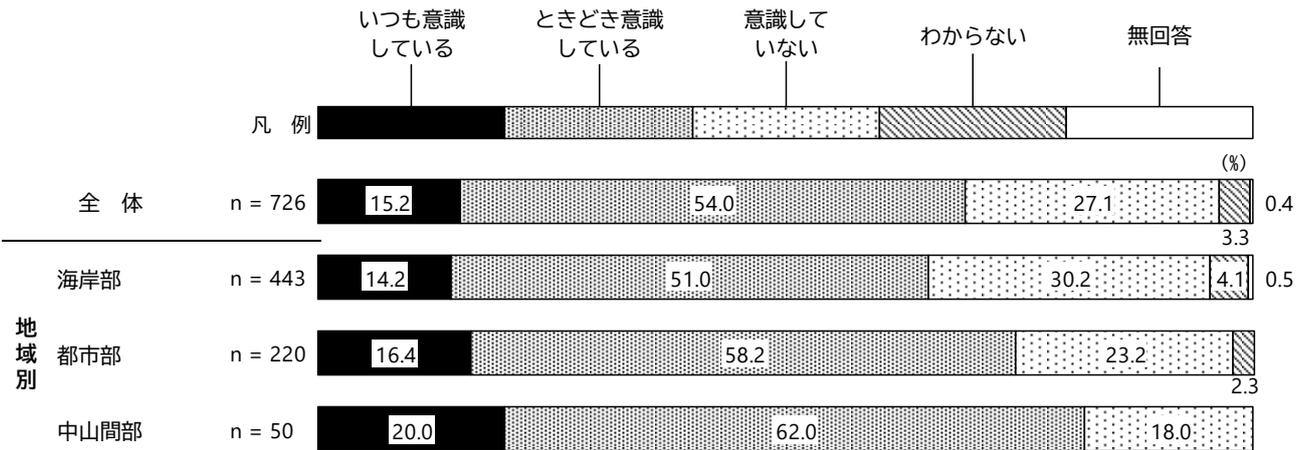
(5) 日頃の食事の中での減塩意識について

- 「ときどき意識している」が54.0%と最も高くなっている。次いで「意識していない」が27.1%、「いつも意識している」が15.2%となっている。
- 海岸部では「意識していない」が30.2%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問40 あなたは、日頃の食事の中で減塩を意識していますか。（○は1つ）



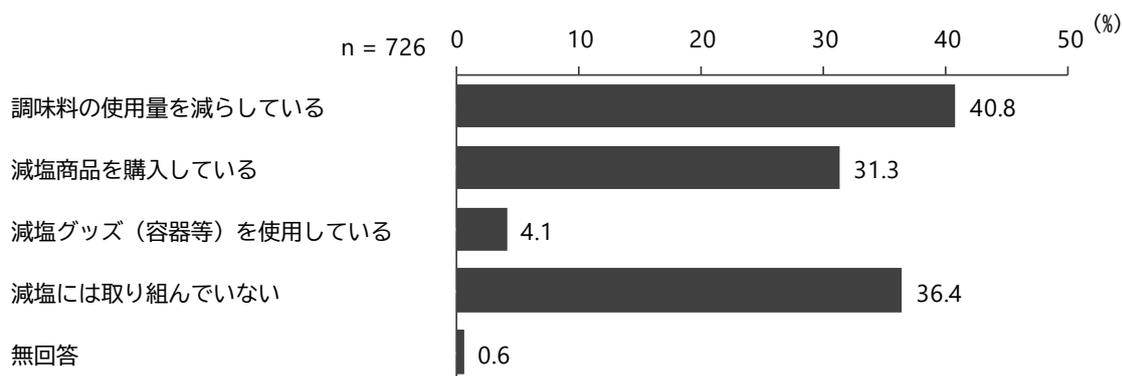
【日頃の食事の中での減塩意識について／地域別】



（6）減塩の取り組みについて

- 「調味料の使用量を減らしている」が40.8%と最も高くなっている。次いで、「減塩商品を購入している」が31.3%となっている。一方、「減塩には取り組んでいない」が36.4%となっている。
- 海岸部では「減塩には取り組んでいない」が39.7%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問41 あなたは、減塩に取り組んでいますか。（あてはまるものすべてに○）



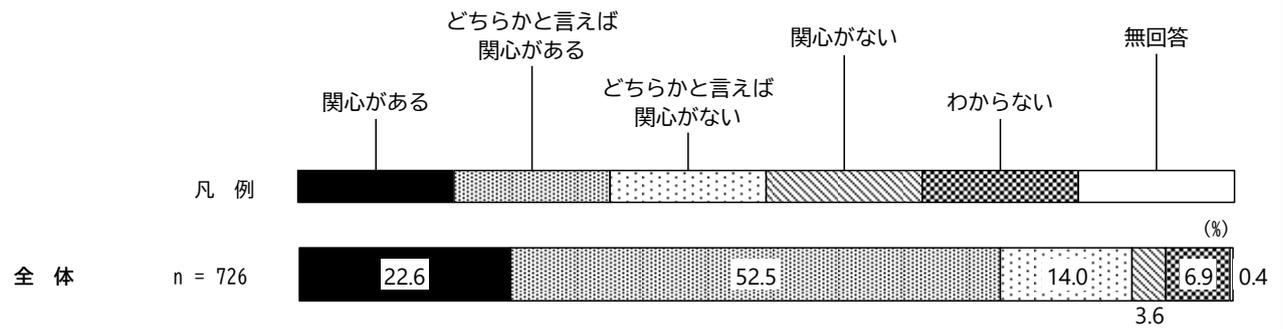
【減塩の取り組みについて／地域別】

		n	調味料の使用量を減らしている (%)	減塩商品を購入している (%)	減塩グッズ（容器等）を使用している (%)	減塩には取り組んでいない (%)	無回答 (%)
全体		726	40.8	31.3	4.1	36.4	0.6
地域別	海岸部	443	39.3	28.2	3.6	39.7	0.5
	都市部	220	42.3	35.0	5.0	32.7	0.5
	中山間部	50	48.0	42.0	6.0	22.0	-

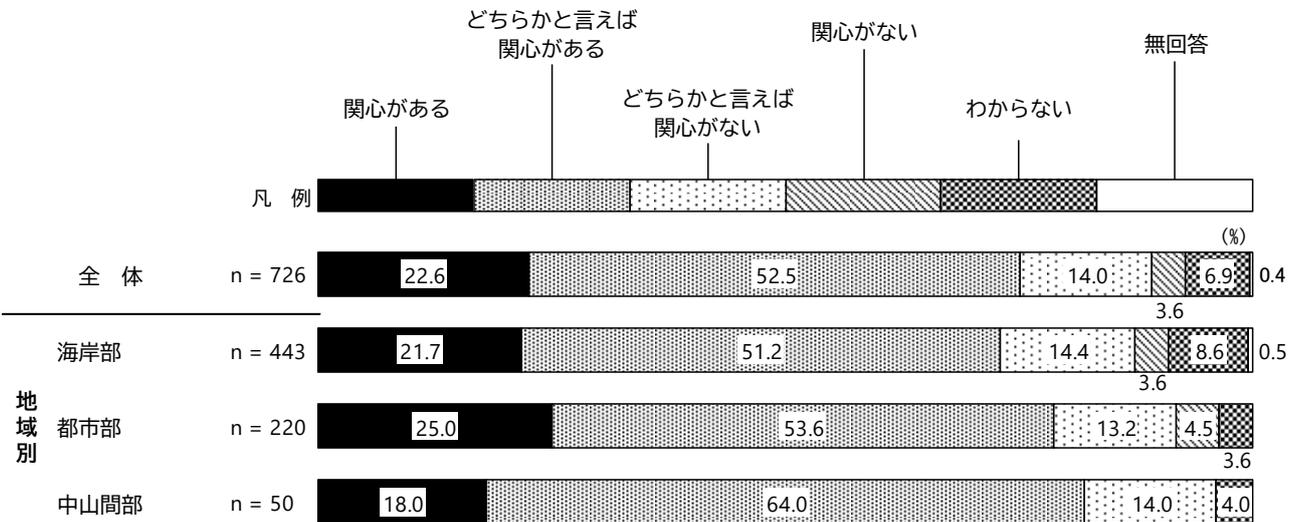
（7）食育に関心があるか

- 「どちらかと言えば関心がある」が52.5%と最も高くなっている。次いで「関心がある」が22.6%、「どちらかと言えば関心がない」が14.0%となっている。
- 『食育に関心がある』（「関心がある」+「どちらかと言えば関心がある」）が75.1%となっている。
- 海岸部では『食育に関心がある』が72.9%と他地域に比べ5ポイント以上低い。

問4 2 あなたは、食育に関心がありますか。（○は1つ）



【食育に関心があるか／地域別】

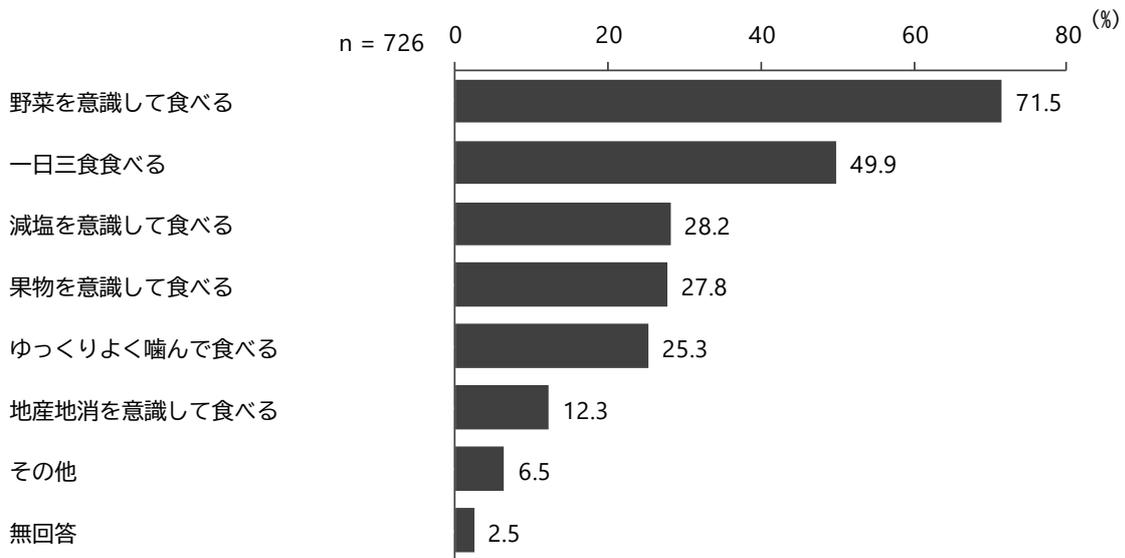


（8）「食」に関する取り組みで実施していること

- 「野菜を意識して食べる」が71.5%と最も高くなっている。次いで「一日三食食べる」が49.9%、「減塩を意識して食べる」が28.2%となっている。
- 「ゆっくりよく噛んで食べる」は25.3%となっている。
- 中山間部では「ゆっくりよく噛んで食べる」が20.0%と他地域に比べ5ポイント以上低い。
- 男性の保護者では「その他」を除くすべての選択肢の割合が女性の保護者に比べ5ポイント以上低い。

問43 あなたは日頃「食」に関する取り組みで、実施されていることは何ですか。

（あてはまるものすべてに○）



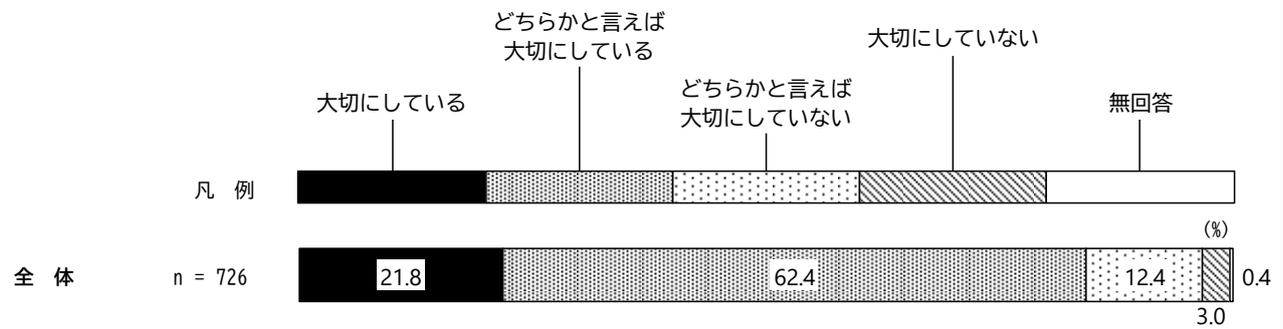
【「食」に関する取り組みで実施していること／地域別／保護者性別】

		n	野菜を意識して食べる	一日三食食べる	減塩を意識して食べる	果物を意識して食べる	ゆっくりよく噛んで食べる	地産地消を意識して食べる	その他	無回答
全体		726	71.5	49.9	28.2	27.8	25.3	12.3	6.5	2.5
地域別	海岸部	443	67.7	49.2	27.3	24.2	25.5	11.5	8.4	2.0
	都市部	220	79.5	45.5	29.5	33.6	25.9	14.1	3.2	3.2
	中山間部	50	70.0	76.0	30.0	36.0	20.0	10.0	6.0	2.0
保護者性別	男	41	56.1	36.6	19.5	22.0	14.6	4.9	7.3	-
	女	685	72.4	50.7	28.8	28.2	26.0	12.7	6.4	2.6

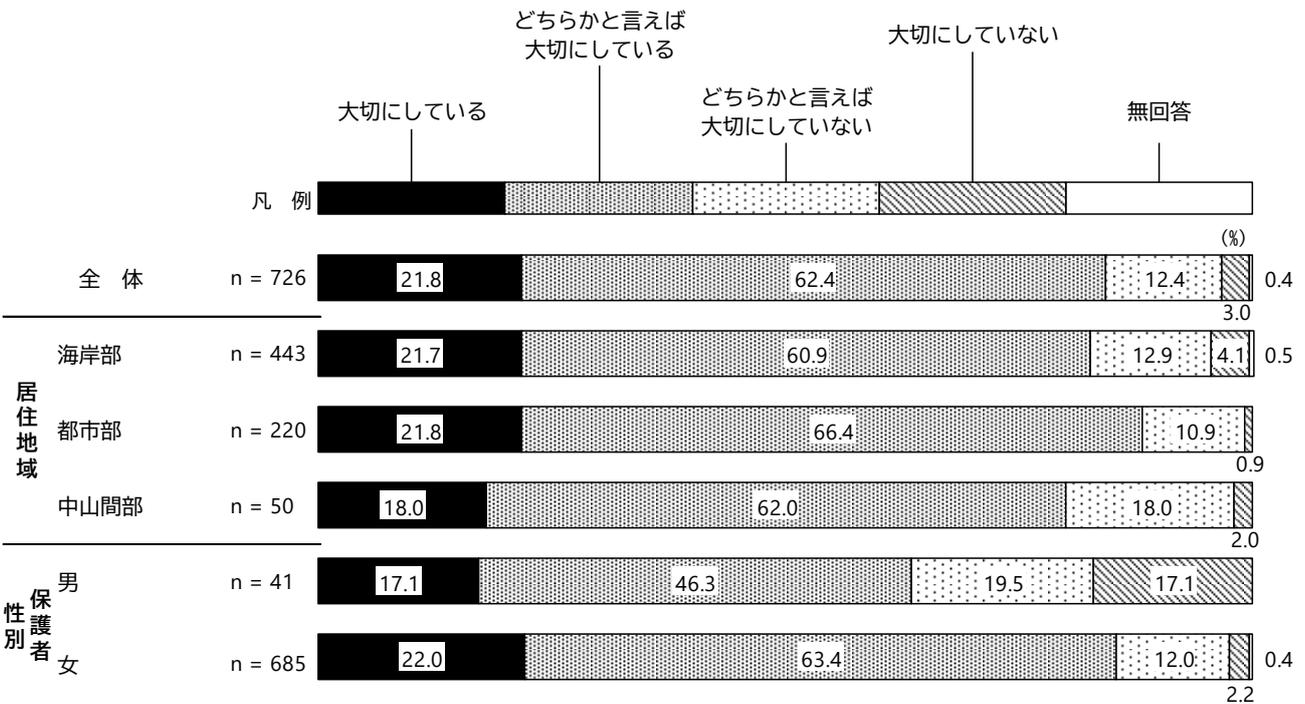
(9) 食文化を大切にしているか

- 「どちらかと言えば大切にしている」が62.4%と最も高くなっている。次いで「大切にしている」が21.8%、「どちらかと言えば大切にしている」が12.4%となっている。
- 『食文化を大切にしている』（「大切にしている」+「どちらかと言えば大切にしている」）は84.2%となっている。
- 地域別では『食文化を大切にしている』について大きな差は出ていない。
- 男性の保護者では『食文化を大切にしている』が63.4%と女性の保護者に比べ20ポイント以上低い。

問44 あなたはふだん、伝統食や行事食及び食事マナーなどを含め、食文化を大切にしていますか。(○は1つ)



【食文化を大切にしているか／地域別／保護者性別】

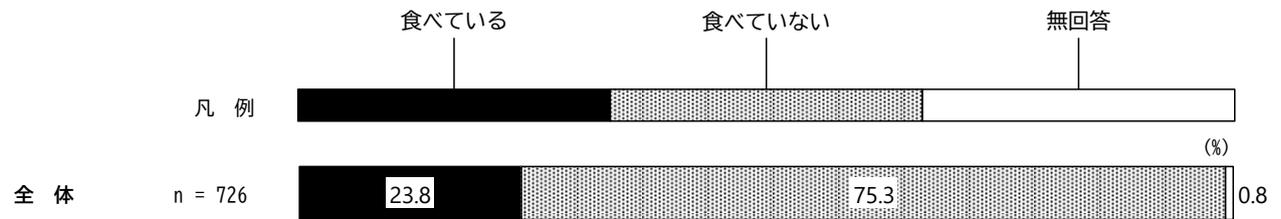


（10）郷土料理や伝統料理を月1回以上食べているか

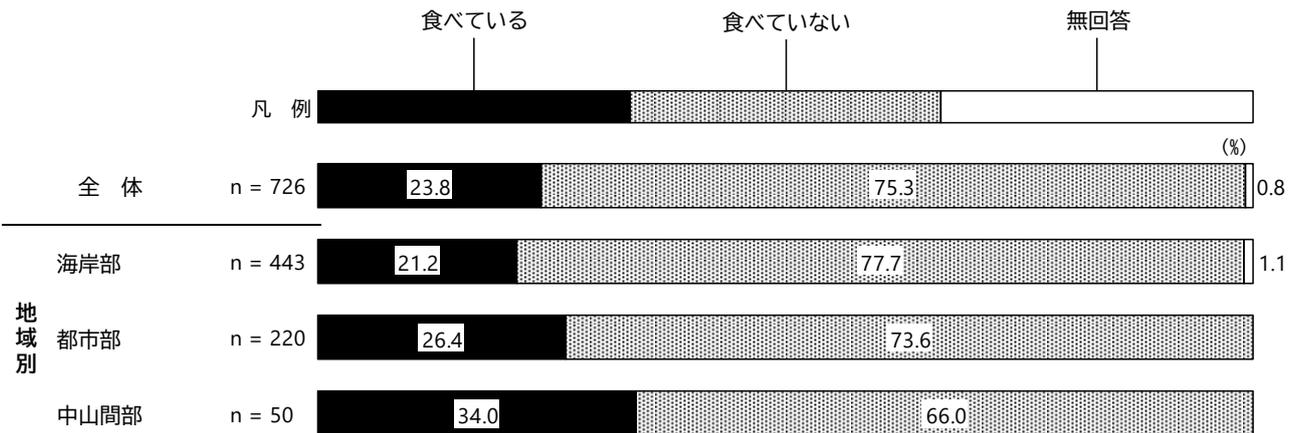
- 「食べていない」が75.3%、「食べている」が23.8%となっている。
- 海岸部では「食べている」が21.2%と他地域に比べ5ポイント以上低い。

問45 あなたは、郷土料理や伝統料理（行事食）含むなど、月1回以上食べていますか。

（○は1つ）



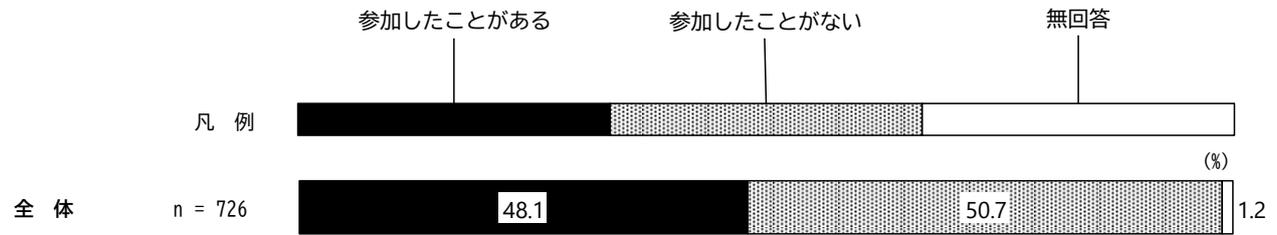
【郷土料理や伝統料理を月1回以上食べているか／地域別】



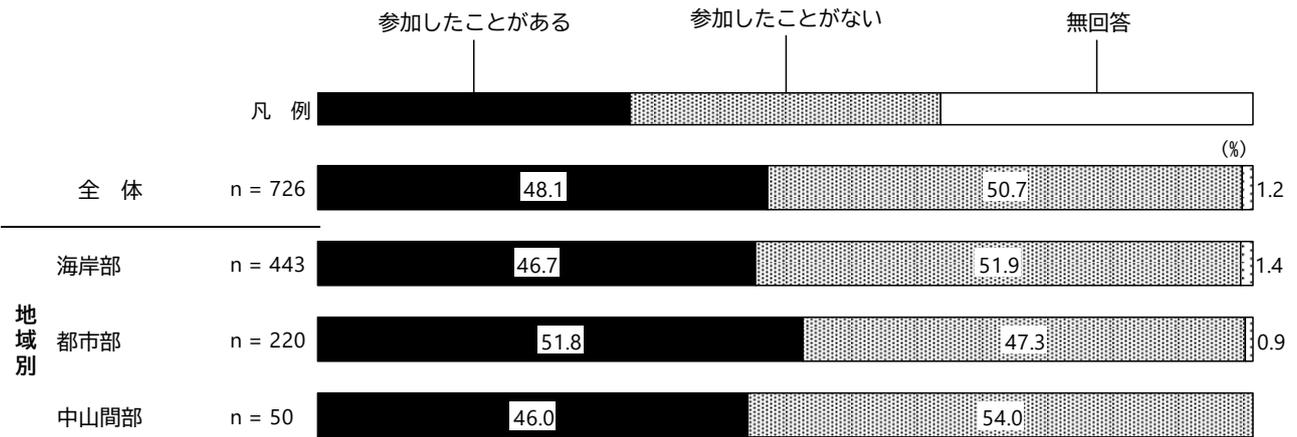
（11）過去10年間で、農林漁業体験に参加したことがあるか

- 「参加したことがない」が50.7%、「参加したことがある」が48.1%となっている。
- 都市部では「参加したことがある」が51.8%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問46 あなたは、おおむね過去10年間で田植えや野菜、果物の収穫、水産加工など、農林漁業体験に参加したことがありますか。（○は1つ）



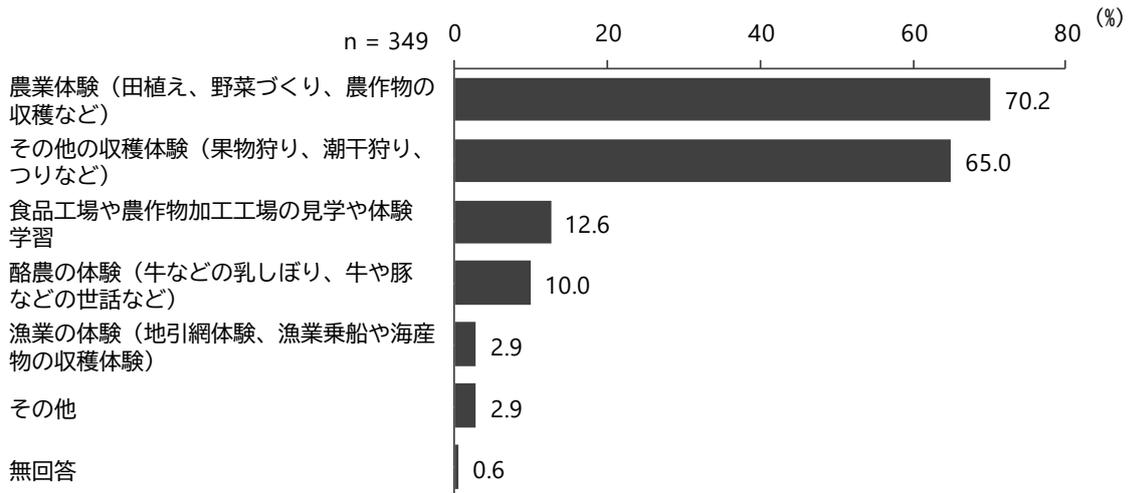
【過去10年間で、農林漁業体験に参加したことがあるか／地域別】



（12）参加したことのある農林漁業体験

- 「農業体験（田植え、野菜づくり、農作物の収穫など）」が70.2%と最も高くなっている。次いで「その他の収穫体験（果物狩り、潮干狩り、つりなど）」が65.0%、「食品工場や農作物加工工場の見学や体験学習」が12.6%となっている。
- 中山間部では「農業体験（田植え、野菜づくり、農作物の収穫など）」が82.6%と他地域に比べ10ポイント以上高い。

問46-1 それほどどのような体験でしたか。（あてはまるものすべてに○）



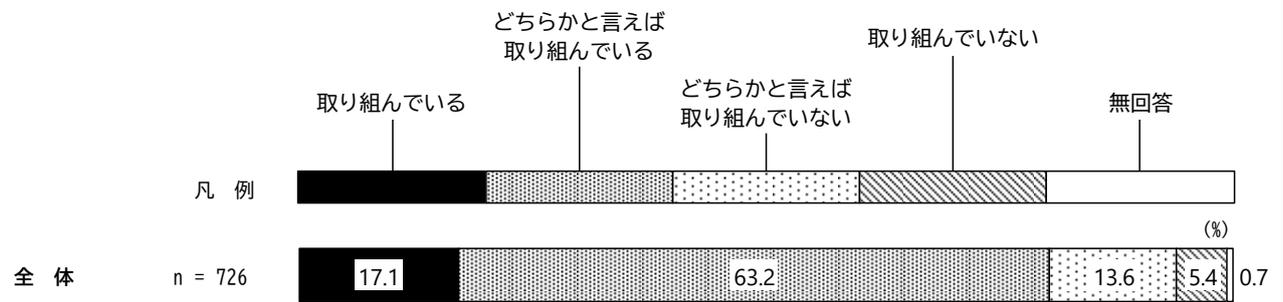
【参加したことのある農林漁業体験／地域別】

地域別	n	（%）						
		農業体験（田植え、野菜づくりなど）	その他の収穫体験（果物狩り、潮干狩り、つりなど）	食品工場や農作物加工工場の見学や体験学習	酪農の体験（牛などの乳しぼり、牛や豚などの世話など）	漁業の体験（地引網体験、漁業乗船や海産物の収穫体験）	その他	無回答
全体	349	70.2	65.0	12.6	10.0	2.9	2.9	0.6
海岸部	207	69.1	66.7	15.9	8.2	3.4	2.9	0.5
都市部	114	68.4	63.2	7.0	13.2	1.8	3.5	0.9
中山間部	23	82.6	60.9	8.7	8.7	-	-	-

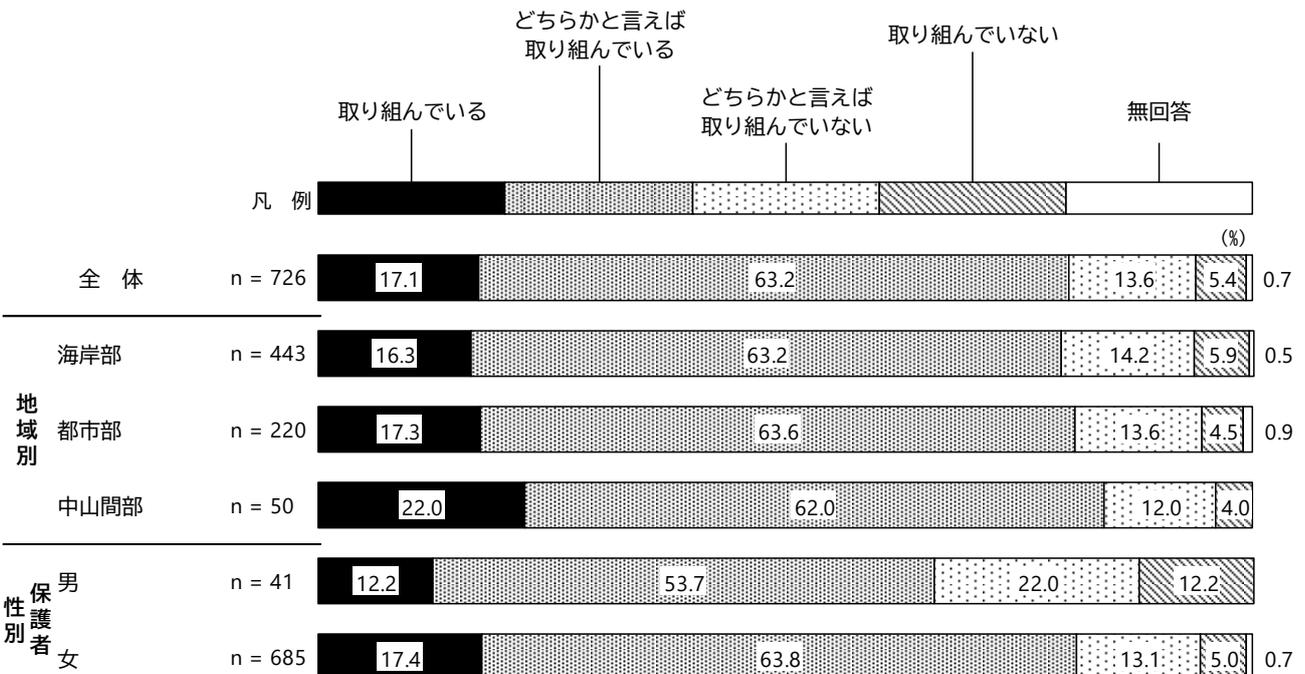
(13) 「食品ロス」を削減することを意識して取り組んでいるか

- 「どちらかと言えば取り組んでいる」が63.2%と最も高くなっている。次いで「取り組んでいる」が17.1%、「どちらかと言えば取り組んでいない」が13.6%となっている。
- 『食品ロス削減のために何らかの行動をしている』（「取り組んでいる」+「どちらかと言えば取り組んでいる」）は80.3%となっている。
- 地域別では『食品ロス削減のために何らかの行動をしている』について大きな差は出ていない。
- 男性の保護者では『食品ロス削減のために何らかの行動をしている』が65.9%と女性の保護者に比べ10ポイント以上低い。

問47 あなたは「食品ロス」を削減することを意識して取り組んでいますか。（○は1つ）



【「食品ロス」を削減することを意識して取り組んでいるか／地域別／保護者性別】

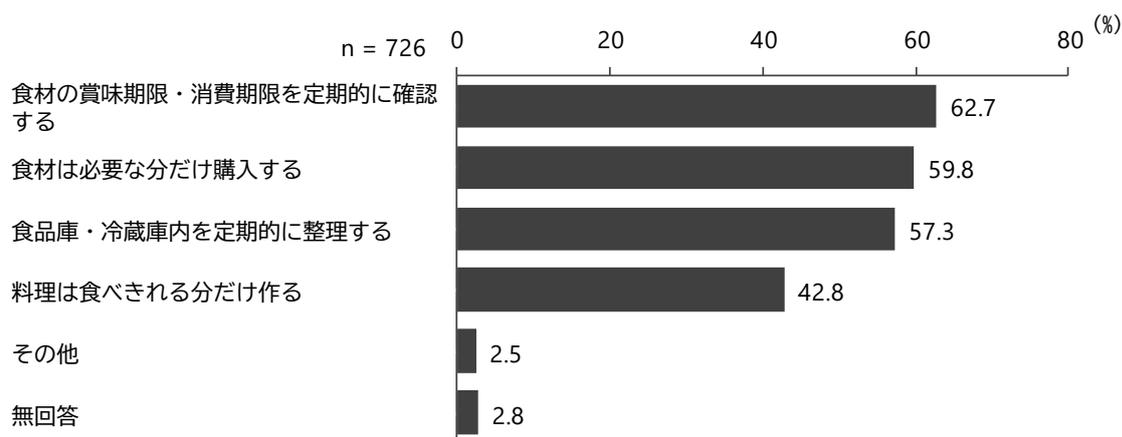


（14）食品ロス削減のために取り組んでいること

- 「食材の賞味期限・消費期限を定期的に確認する」が62.7%と最も高くなっている。次いで「食材は必要な分だけ購入する」が59.8%、「食品庫・冷蔵庫内を定期的に整理する」が57.3%となっている。
- 海岸部では「食材の賞味期限・消費期限を定期的に確認する」が58.2%と他地域に比べ10ポイント以上低い。

問48 あなたが、食品ロスのために取り組んでいることはなんですか。

（あてはまるものすべてに○）



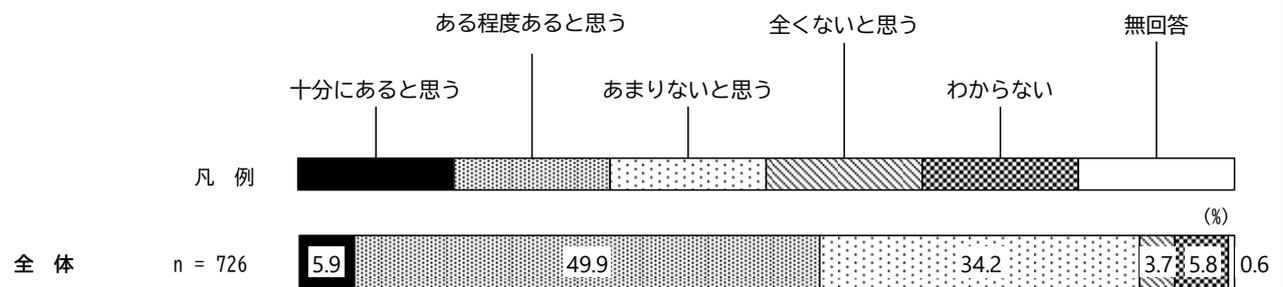
【食品ロス削減のために取り組んでいること／地域別】

		n	を食材の賞味期限・消費期限に定期的に確認する	る食材は必要な分だけ購入する	に食品庫・冷蔵庫内を定期的に整理する	る料理は食べきれ的分だけ作る	その他	無回答
全体		726	62.7	59.8	57.3	42.8	2.5	2.8
地域別	海岸部	443	58.2	60.5	56.4	44.7	2.9	2.9
	都市部	220	69.5	59.1	59.1	40.5	0.9	2.7
	中山間部	50	72.0	56.0	56.0	36.0	6.0	-

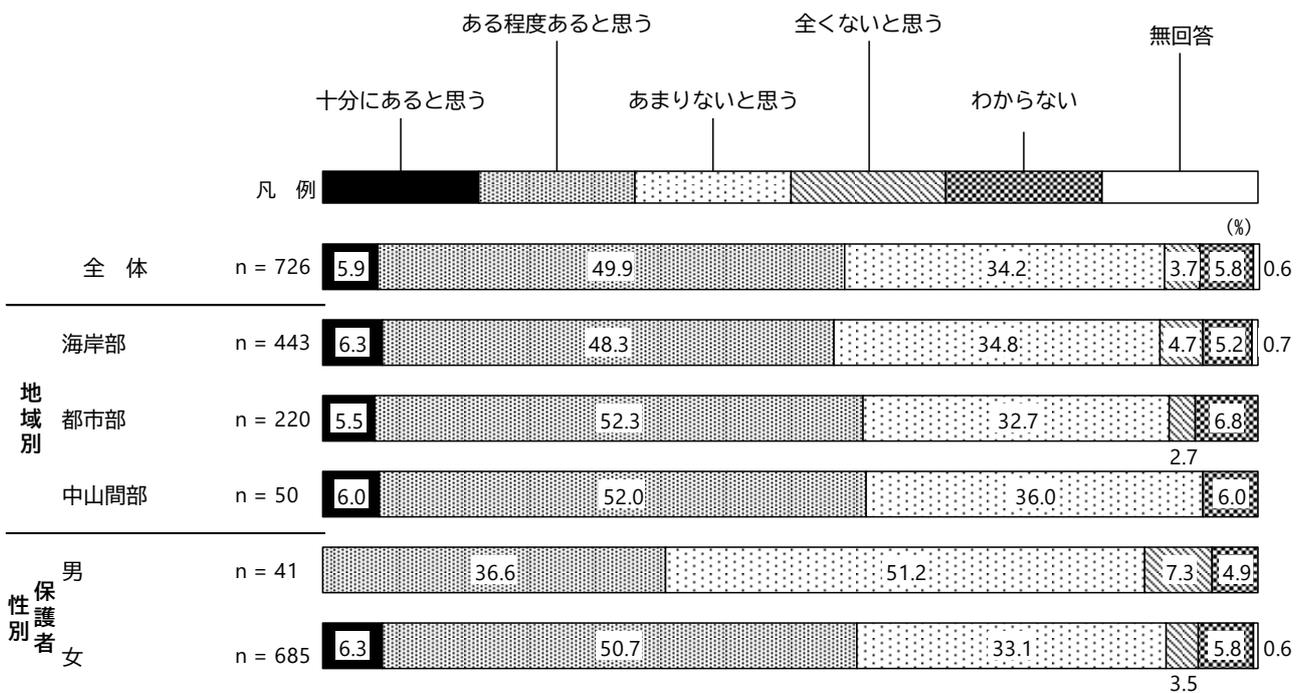
（15）健康に悪影響を与えないための食品選びや調理方法の知識があるか

- 「ある程度あると思う」が49.9%と最も高くなっている。次いで「あまりないと思う」が34.2%、「十分にあると思う」が5.9%となっている。
- 『食品の安全性について、基礎的な知識がある』（「十分にあると思う」+「ある程度あると思う」）は55.8%となっている。
- 地域別では『食品の安全性について、基礎的な知識がある』について大きな差は出ていない。
- 男性の保護者では『食品の安全性について、基礎的な知識がある』が36.6%と女性の保護者に比べ20ポイント以上低い。

問49 あなたは、健康に悪影響を与えないようにするために、どのような食品を選んだほうがよいかや、どのような調理が必要かについての知識がありますか。（○は1つ）



【健康に悪影響を与えないための食品選びや調理方法の知識があるか／地域別／保護者性別】

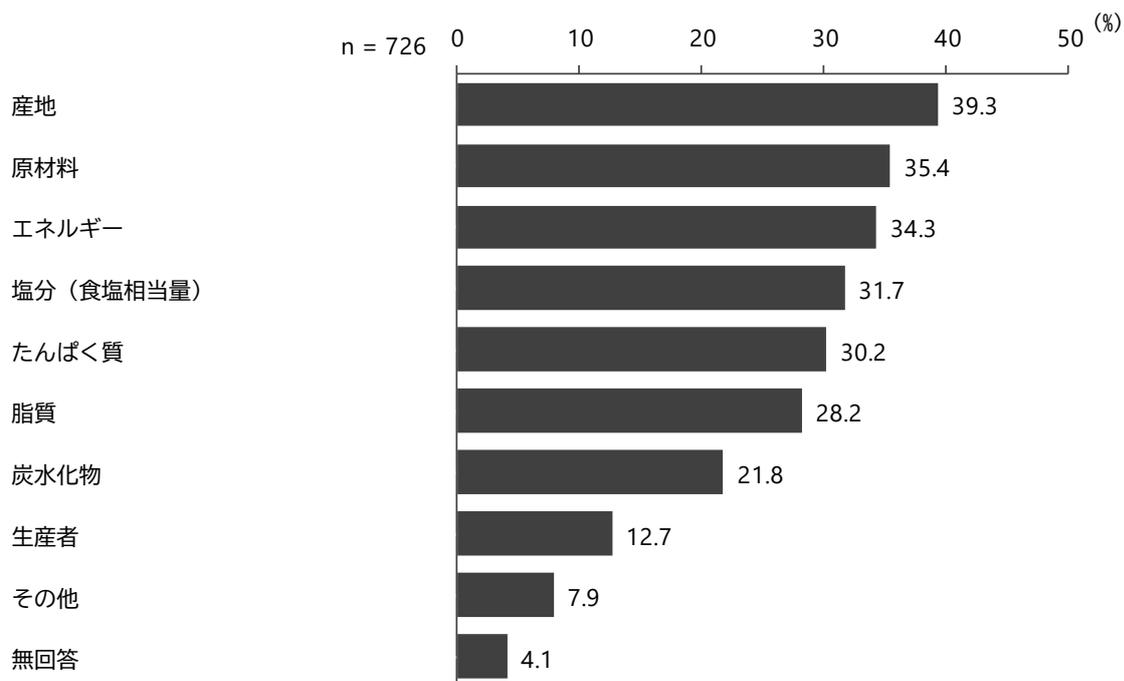


（16）食品を選択する際に気を付けていること

- 「産地」が39.3%と最も高くなっている。次いで「原材料」が35.4%、「エネルギー」が34.3%となっている。
- 都市部では「エネルギー」が39.1%と最も高くなっている。

問50 あなたは、ふだん食品を選択する際にどのようなことに気を付けていますか。

（あてはまるものすべてに○）



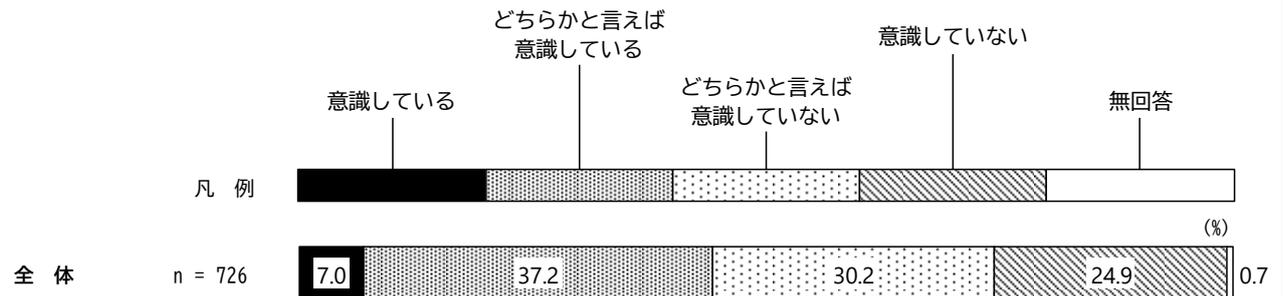
【食品を選択する際に気を付けていること／地域別】

		n	産地	原材料	エネルギー	塩分（食塩相当量）	たんぱく質	脂質	炭水化物	生産者	その他	無回答
全体		726	39.3	35.4	34.3	31.7	30.2	28.2	21.8	12.7	7.9	4.1
地域別	海岸部	443	39.7	37.2	30.9	30.7	27.5	28.9	20.1	12.2	7.2	4.1
	都市部	220	38.6	35.5	39.1	32.3	35.9	24.5	25.0	15.0	8.6	4.5
	中山間部	50	36.0	28.0	42.0	42.0	30.0	34.0	20.0	8.0	12.0	-

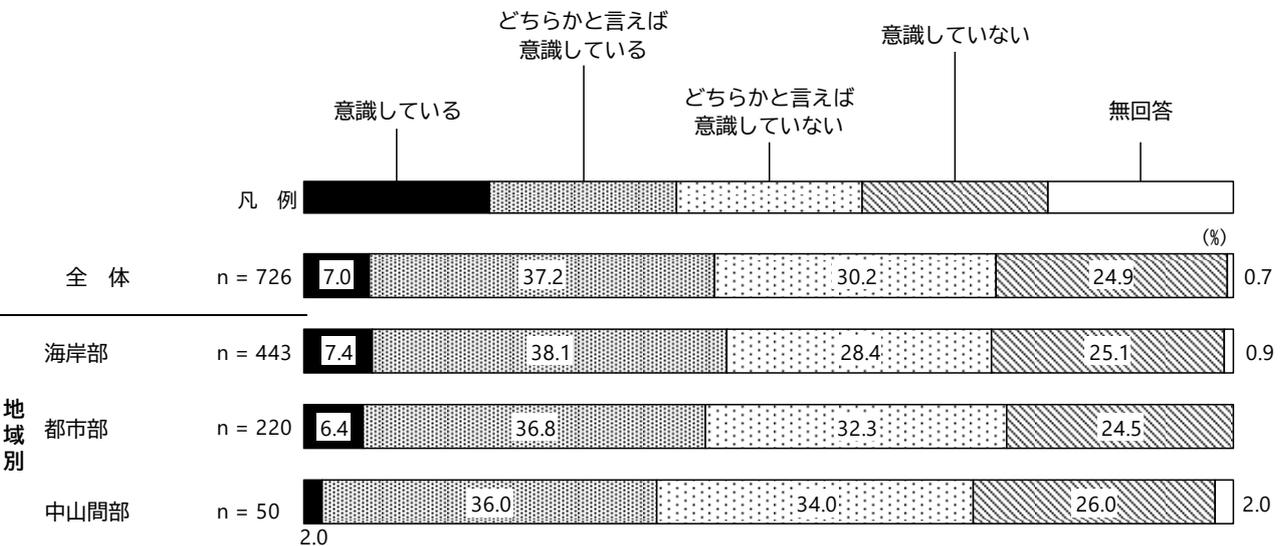
(17) 食品を購入する際に環境を意識しているか

- 「どちらかと言えば意識している」が37.2%と最も高くなっている。次いで「どちらかと言えば意識していない」が30.2%、「意識していない」が24.9%となっている。
- 『環境を意識している』（「意識している」+「どちらかと言えば意識している」）は44.2%となっている。
- 中山間部では『環境を意識している』が38.0%と他地域に比べ5ポイント以上低い。

問51 あなたは、ふだん食品を選択する際に環境に配慮した農林水産物・食品を意識して購入しますか。（○は1つ）



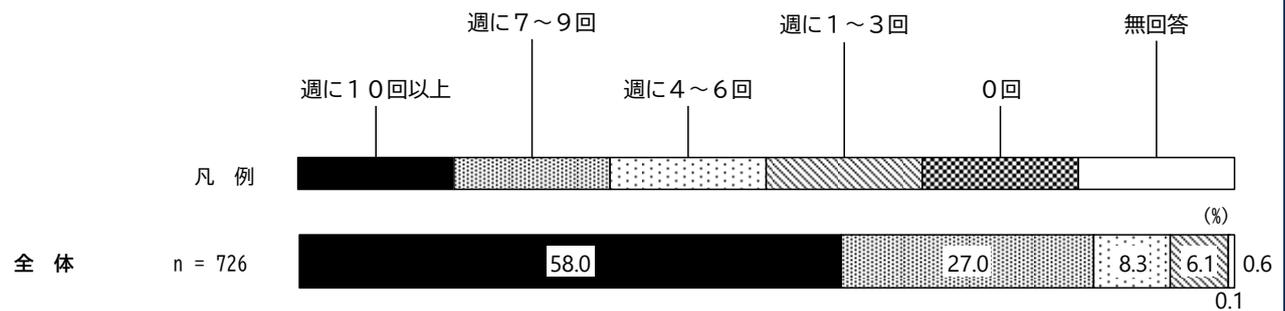
【食品を購入する際に環境を意識しているか／地域別】



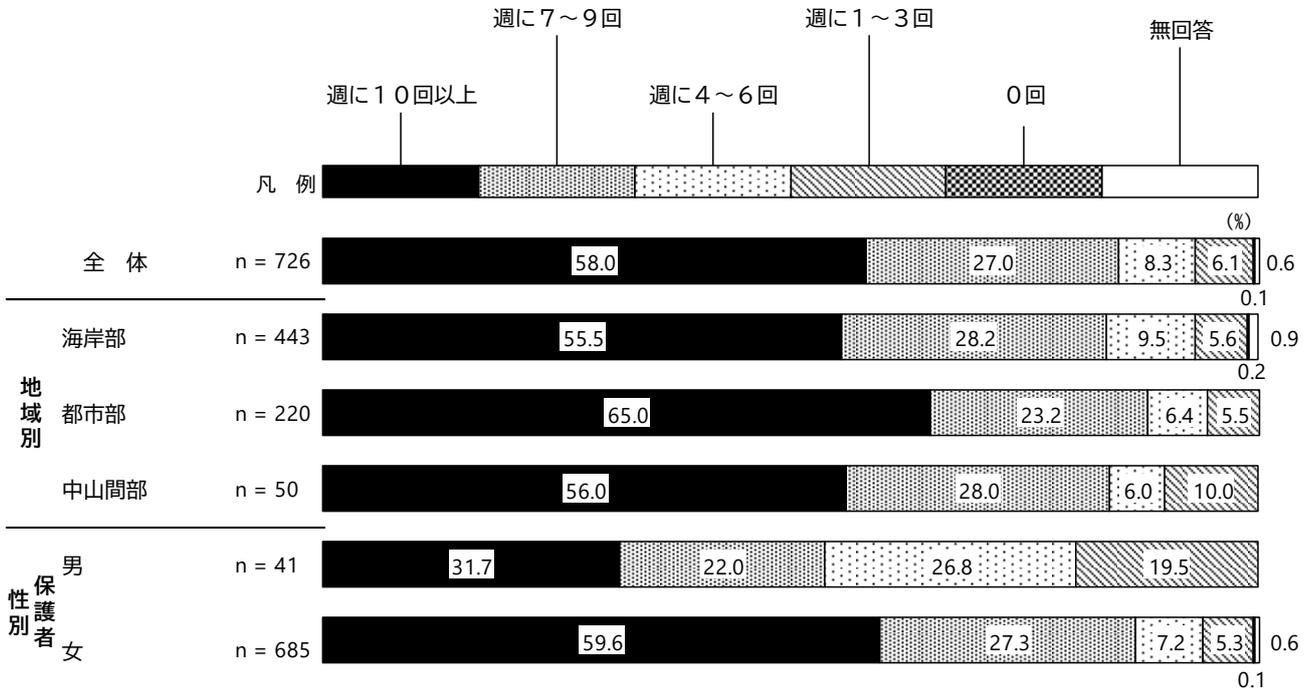
（18）家族と朝食や夕食を一緒に食べる1週間あたりの頻度

- 「週に10回以上」が58.0%と最も高くなっている。次いで「週に7～9回」が27.0%、「週に4～6回」が8.3%となっている。
- 都市部では「週に10回以上」が65.0%と他地域に比べ5ポイント以上高い。
- 男性の保護者では「週に10回以上」が31.7%と女性の保護者に比べ20ポイント以上低い。

問52 あなたは、朝食や夕食を家族と一緒に食べることは、1週間にどのくらいありますか。
（同居者ありのみ）（○は1つ）



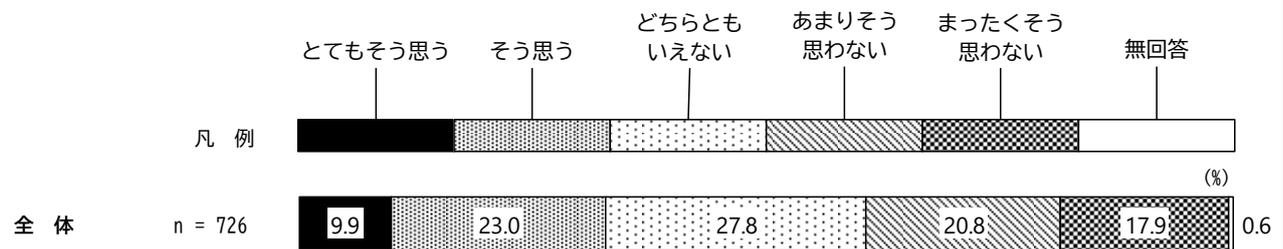
【家族と朝食や夕食を一緒に食べる1週間あたりの頻度／地域別／保護者性別】



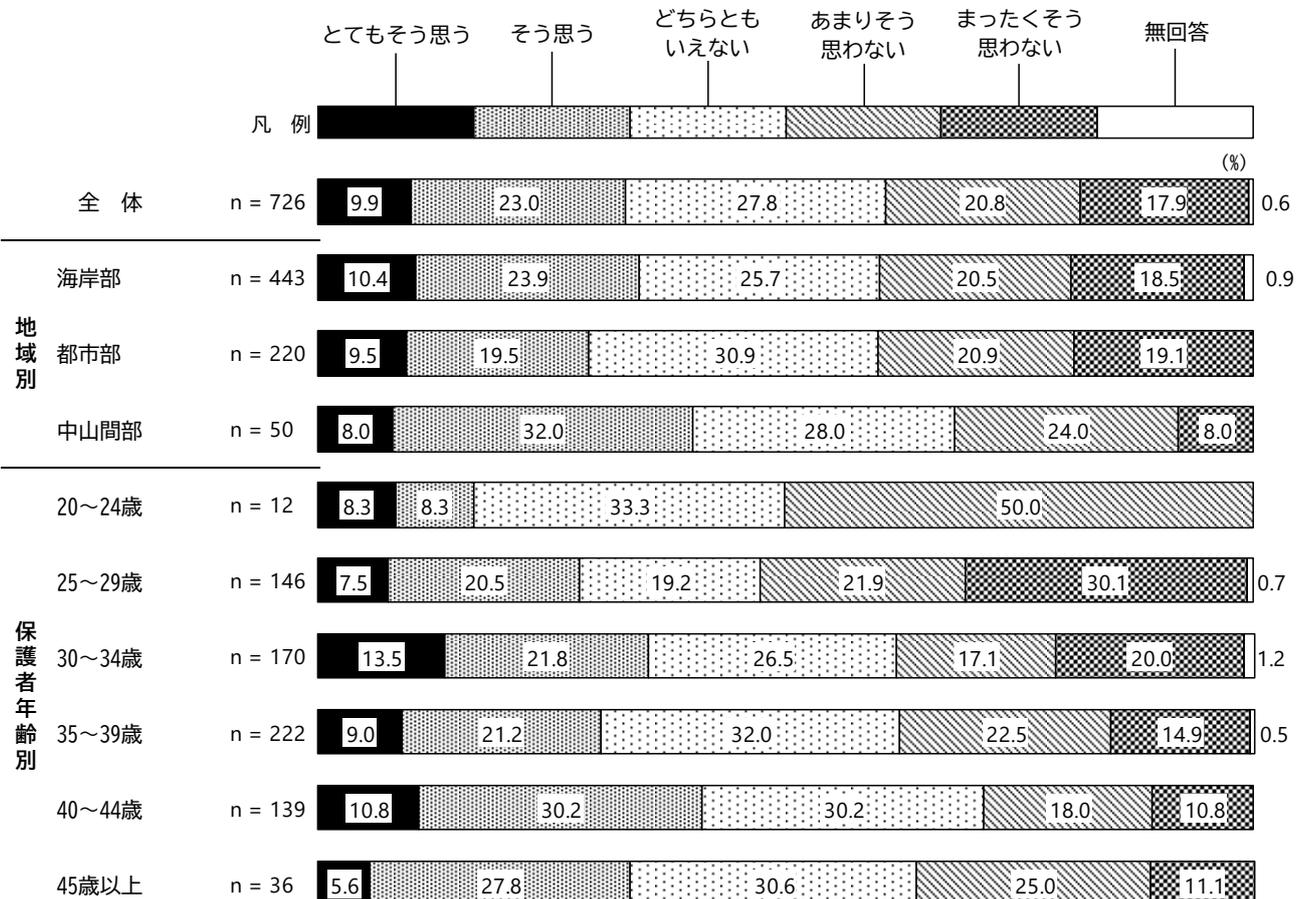
（19）地域や所属コミュニティでの食事会等に参加したいか

- 「どちらともいえない」が27.8%と最も高くなっている。次いで「そう思う」が23.0%、「あまりそう思わない」が20.8%となっている。
- 『地域等で共食したいと思う』（「とてもそう思う」+「そう思う」）は32.9%となっている。
- 都市部では『地域等で共食したいと思う』が29.0%と他地域に比べ5ポイント以上低い。
- 保護者の年齢別では『地域等で共食したいと思う』について年齢が下がるほど低い傾向となっている。

問53 地域や所属コミュニティ（職場を含む）での食事会等の機会があれば、あなたは参加したいと思いますか。（○は1つ）



【地域や所属コミュニティでの食事会等に参加したいか／地域別／保護者年齢別】



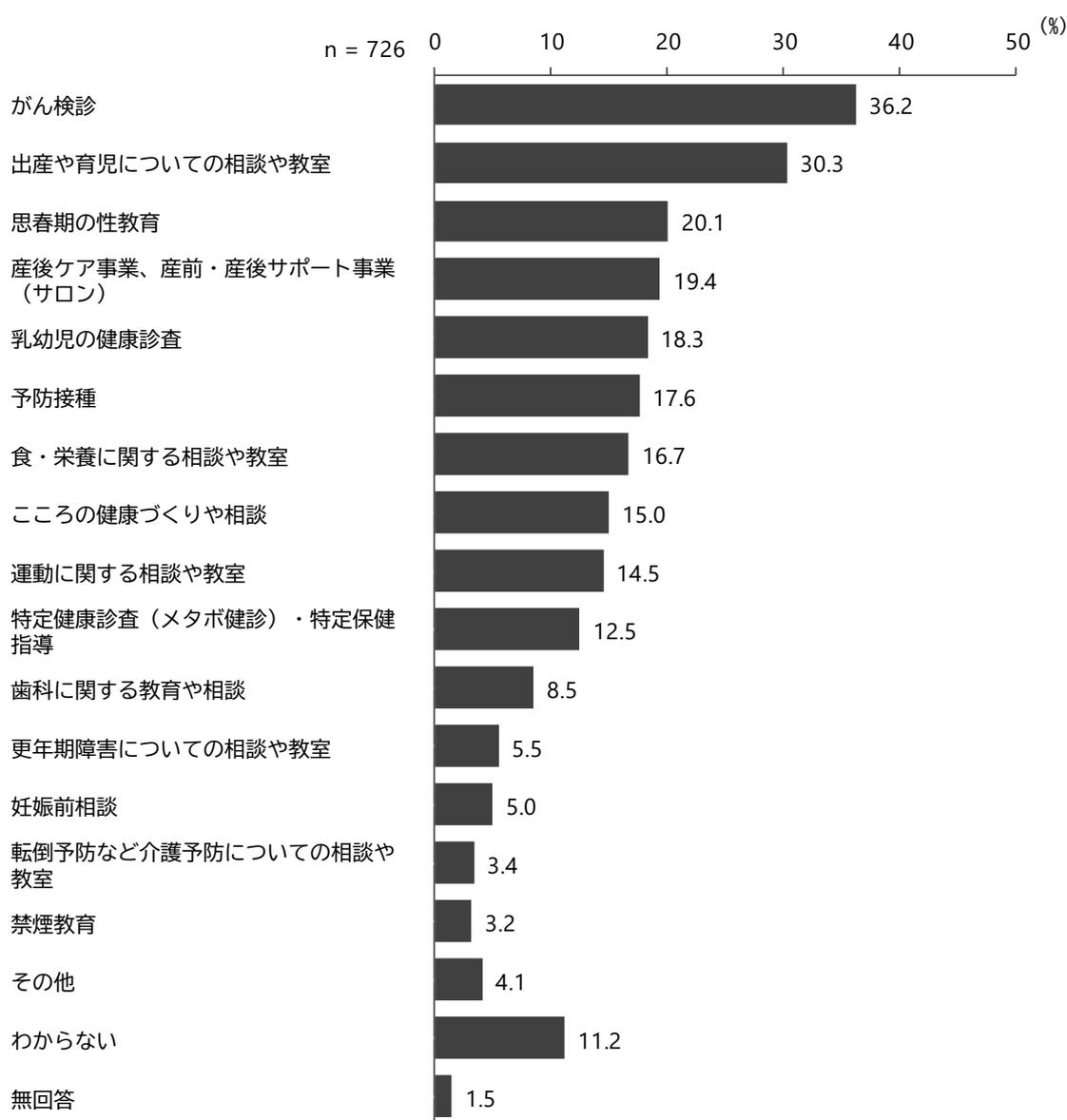
6 保健事業について

（1）いわき市の保険事業として今後どのような事業に力をいれていくべきか

- 「がん検診」が 36.2%と最も高くなっている。次いで「出産や育児についての相談や教室」が 30.3%、「思春期の性教育」が 20.1%となっている。
- 中山間部では「出産や育児についての相談や教室」が 40.0%と最も高くなっており、他地域に比べ 10 ポイント以上高い。

問54 いわき市の保健事業として今後どのような事業に力をいれていくべきだと思いますか。

（○は3つまで）



II 調査結果の詳細（乳幼児期）

【いわき市の保険事業として今後どのような事業に力をいれていくべきか／地域別】

(%)

		n	がん検診	出産や育児についての相談	思春期の性教育	産後ケア事業、産前・産後サポート事業（サロン）	乳幼児の健康診査	予防接種	食・栄養に関する相談や教室	こころの健康づくりや相談	運動に関する相談や教室
全	体	726	36.2	30.3	20.1	19.4	18.3	17.6	16.7	15.0	14.5
地域別	海岸部	443	35.4	29.6	20.5	19.0	19.0	16.3	17.2	13.1	13.1
	都市部	220	36.4	29.1	20.9	21.8	18.2	19.1	16.8	16.8	17.3
	中山間部	50	36.0	40.0	16.0	18.0	10.0	18.0	16.0	28.0	16.0

(%)

		n	特定健康診査（メタボ健診）・特定保健指導	歯科に関する教育や相談	更年期障害についての相談	妊娠前相談	転倒予防など介護予防についての相談や教室	禁煙教育	その他	わからない	無回答
全	体	726	12.5	8.5	5.5	5.0	3.4	3.2	4.1	11.2	1.5
地域別	海岸部	443	12.2	7.7	5.0	5.9	2.5	3.2	4.7	13.8	1.6
	都市部	220	13.6	10.5	5.9	3.2	5.9	2.3	3.2	6.4	1.8
	中山間部	50	12.0	8.0	10.0	6.0	2.0	6.0	4.0	8.0	-

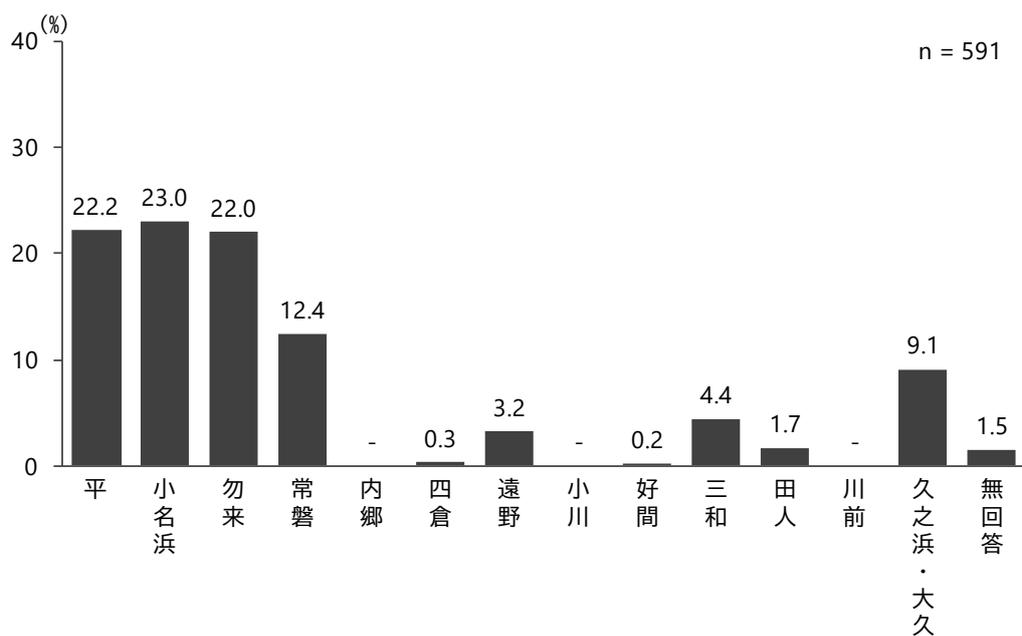
Ⅲ 調査結果の詳細（学童期）

1 学童について

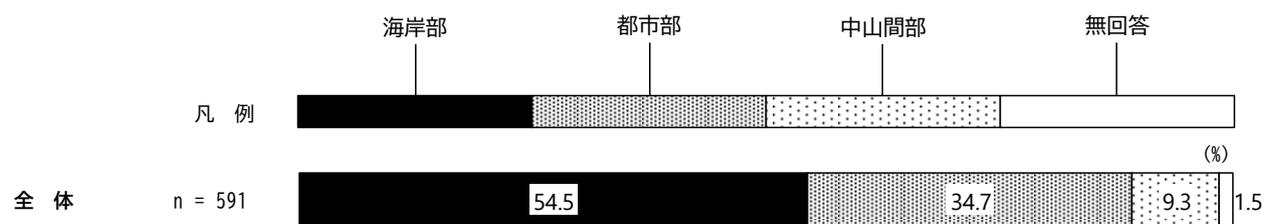
(1) 居住地区

問1 住んでいる地域はどちらですか。（○は1つ）

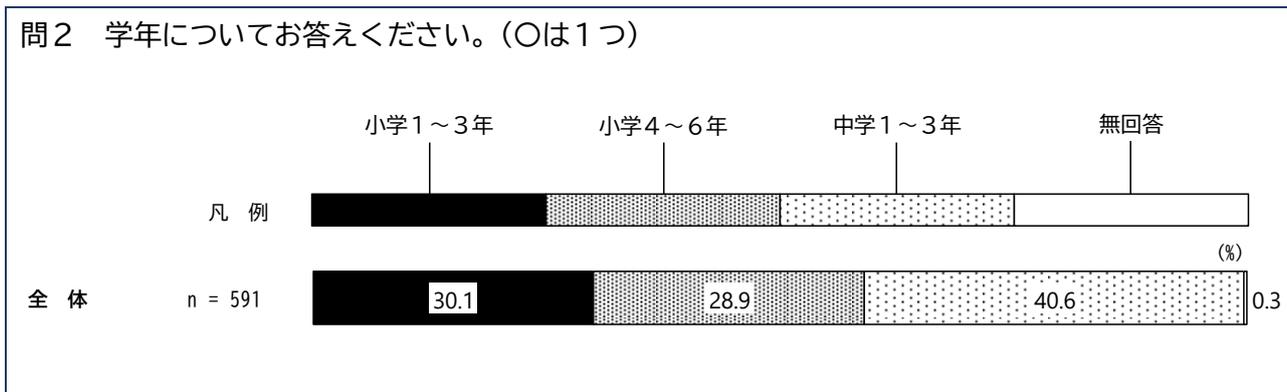
<地区別>



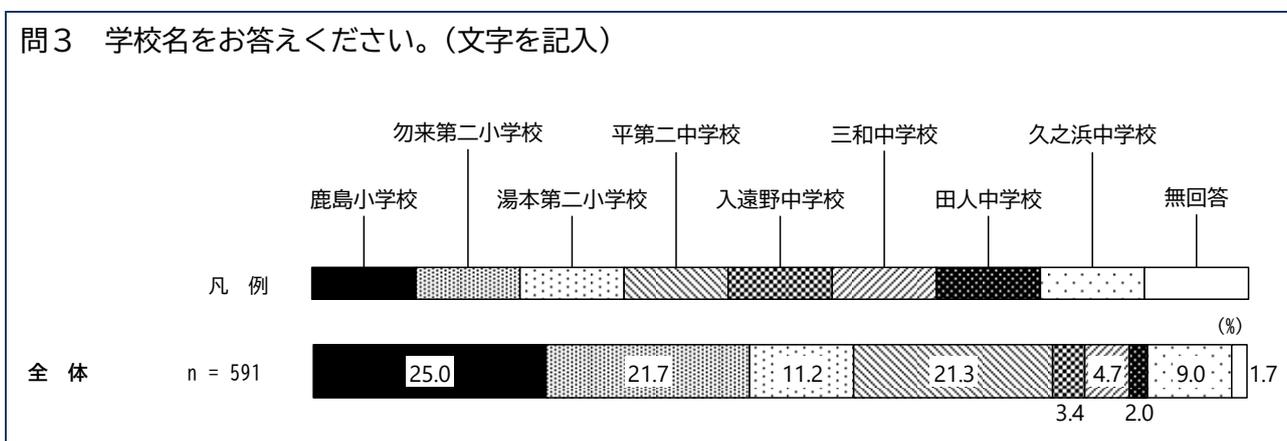
<地域別>



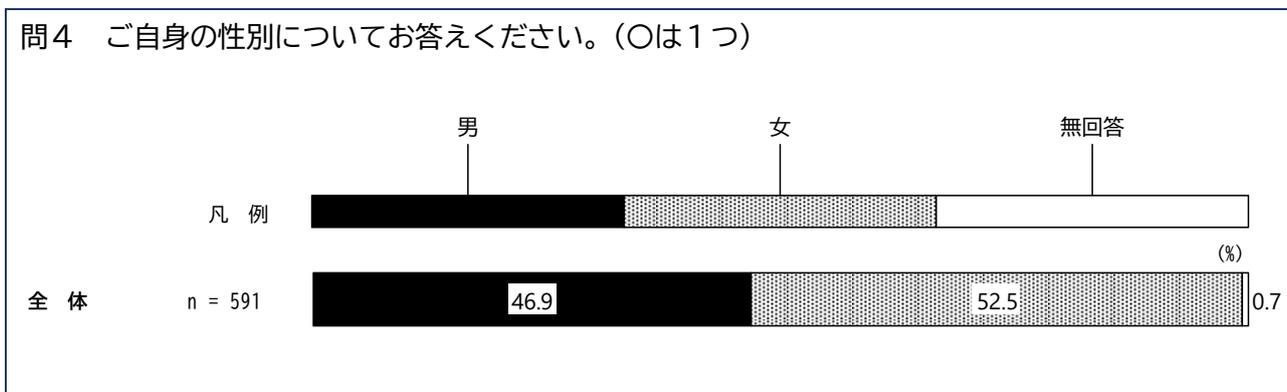
(2) 学年



(3) 学校名

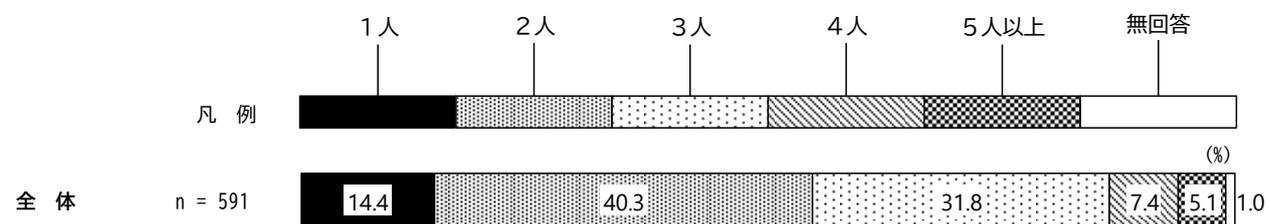


(4) 性別



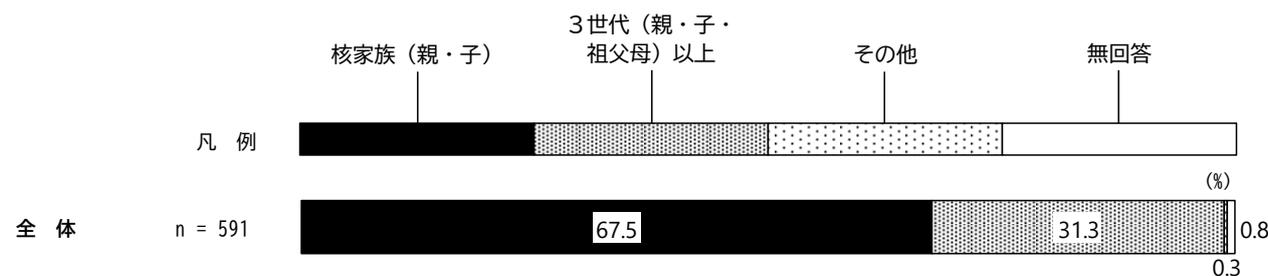
（5）ご自身を含めた兄弟の数

問5 ご自身を含めた兄弟の数をお答えください。（数字を記入）



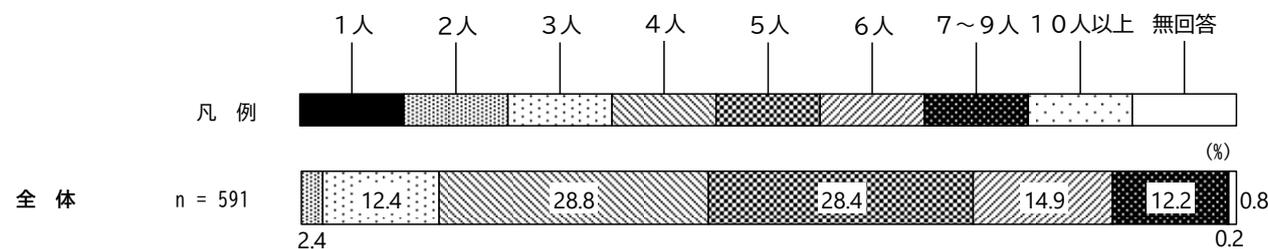
（6）家族構成

問6 家族構成についてお答えください。（○は1つ）

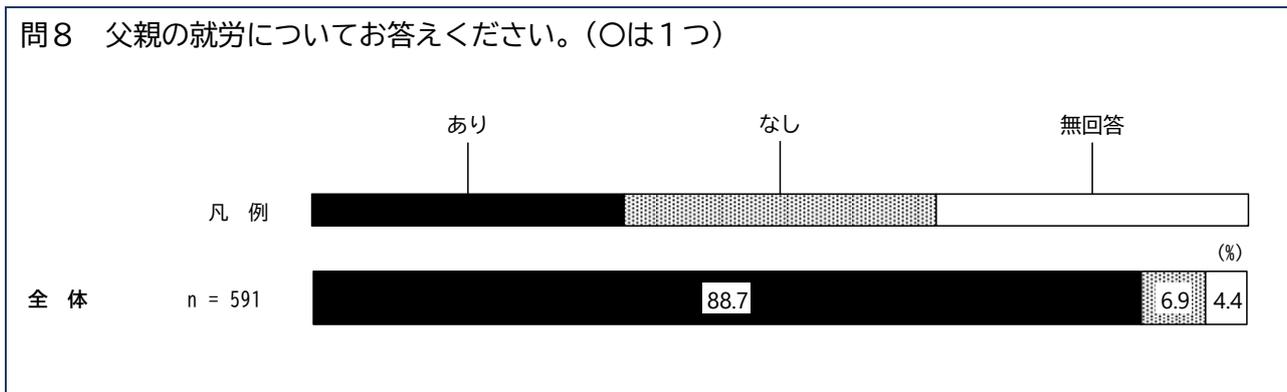


（7）家族の人数

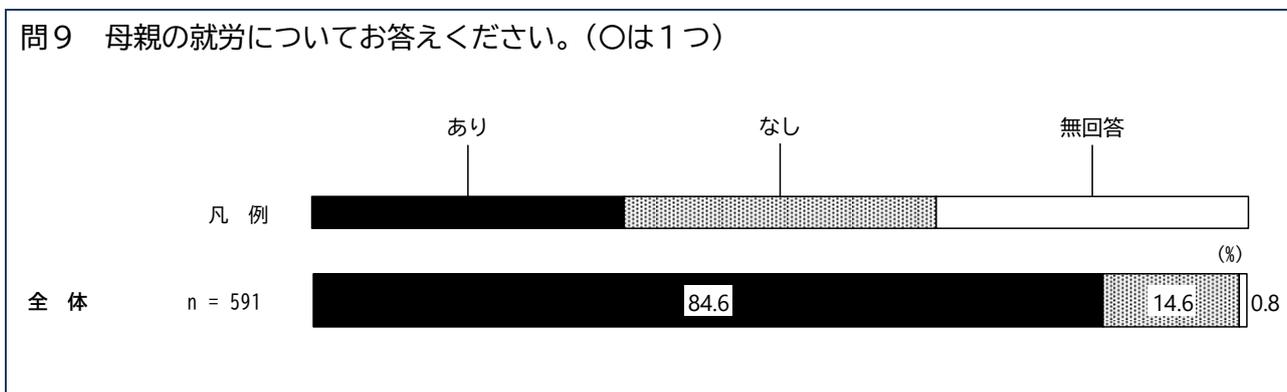
問7 家族の人数をお答えください。（数字を記入）



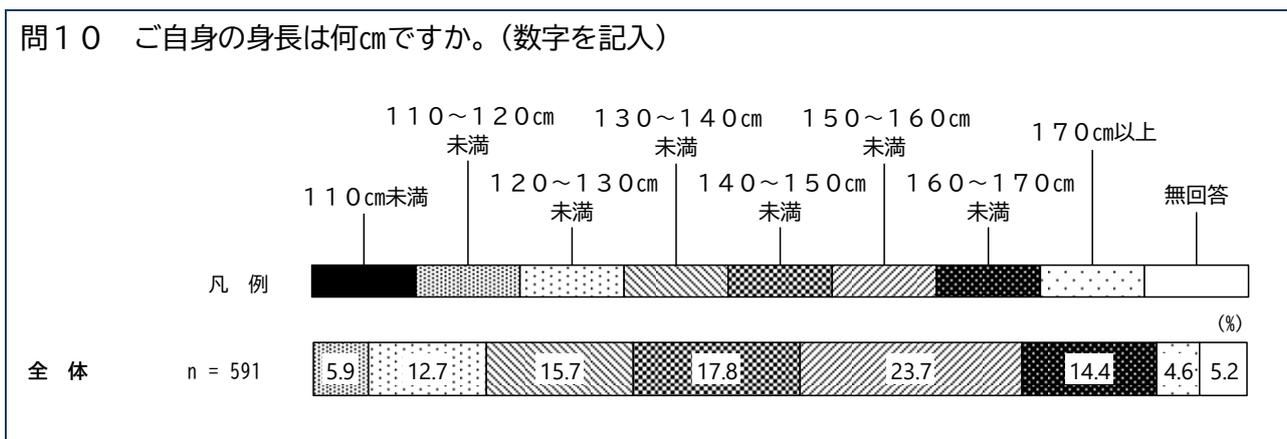
（8）父親の就労



（9）母親の就労

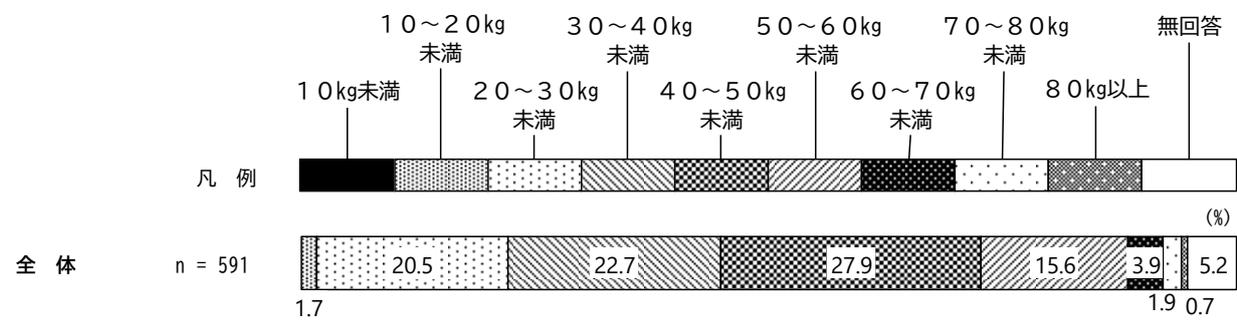


（10）身長



（11）体重

問11 ご自身の体重は何kgですか。（数字を記入）

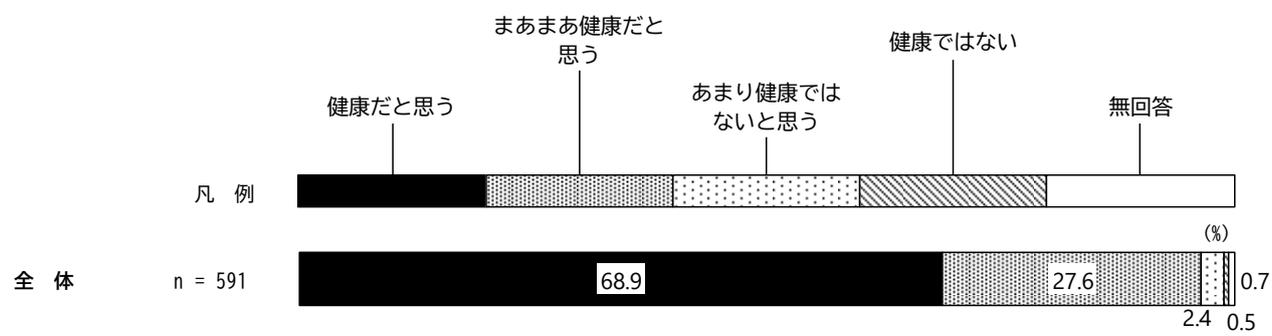


2 普段の生活について

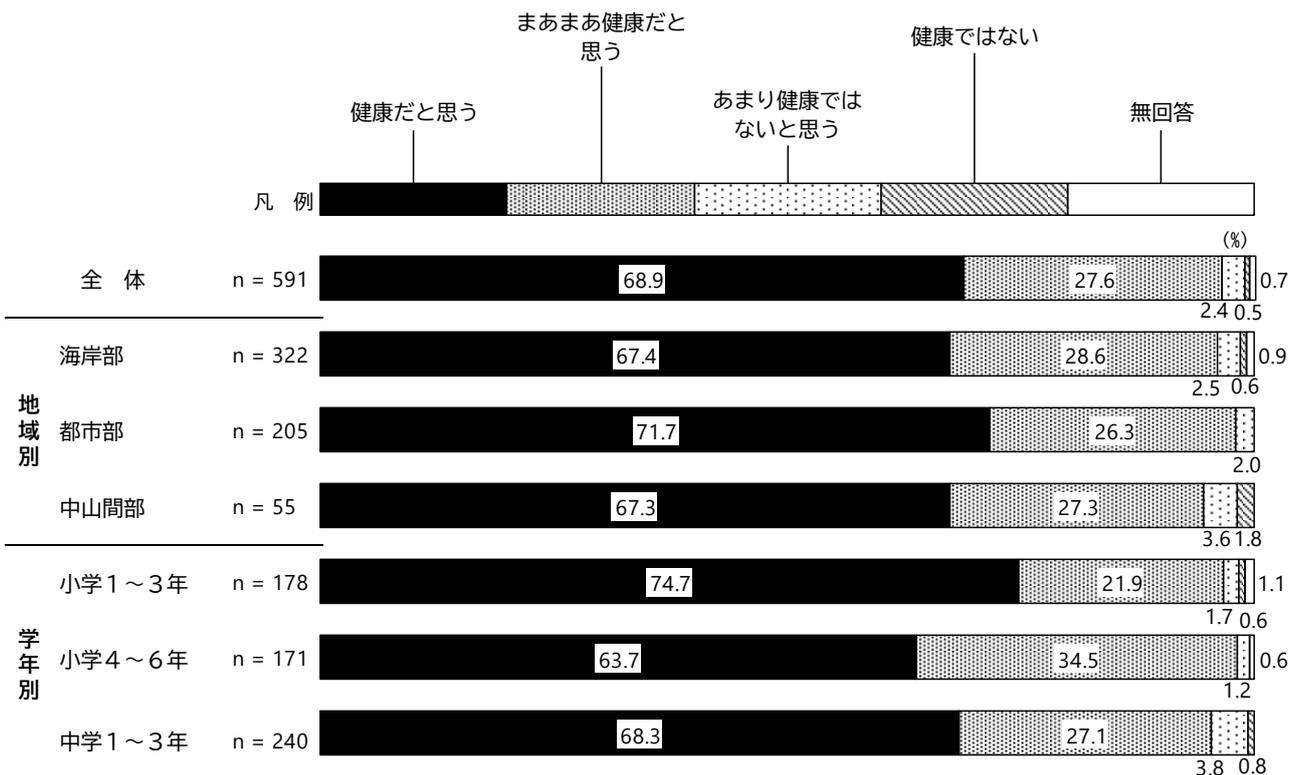
(1) 健康状態についてどう思うか

- 「健康だと思う」が 68.9%と最も高くなっている。次いで「まあまあ健康だと思う」が 27.6%、「あまり健康ではないと思う」が 2.4%となっている。
- 『自分自身を健康であると思う』（「健康だと思う」+「まあまあ健康だと思う」）は 96.5%となっている。
- 地域別では『自分自身を健康であると思う』について大きな差は出ていない。
- 小学1～3年では『自分自身を健康であると思う』が 74.7%で他の学年に比べ5ポイント以上高い。

問12 あなたは、現在の健康状態についてどう思いますか。（○は1つ）



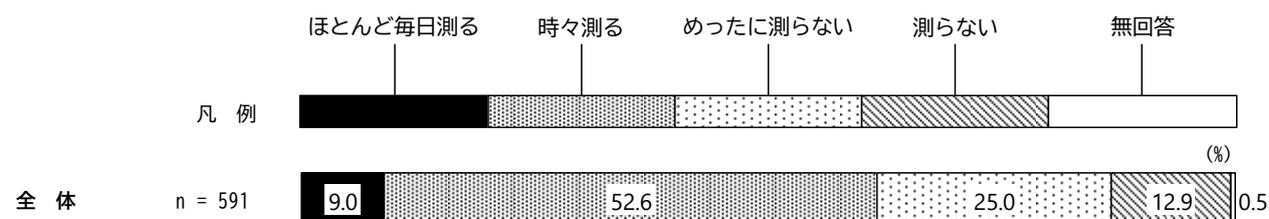
【健康状態についてどう思うか／地域別／学年別】



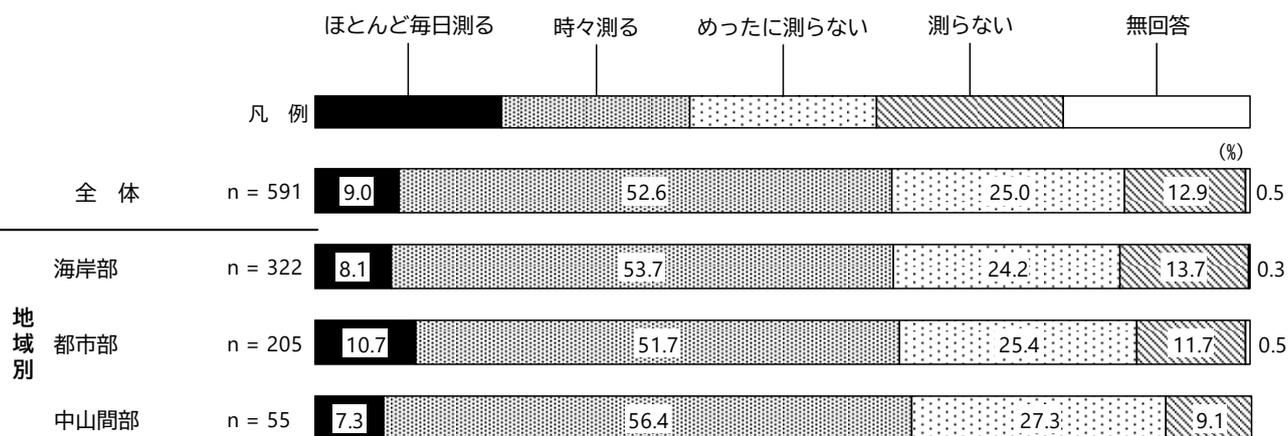
（２）定期的に体重を測っているか

- 「時々測る」が52.6%と最も高くなっている。次いで「めったに測らない」が25.0%、「測らない」が12.9%となっている。
- 『定期的に体重測定している』（「ほとんど毎日測る」＋「時々測る」）は61.6%となっている。
- 地域別では『定期的に体重測定している』について大きな差は出ていない。

問13 あなたは、ふだん定期的に体重を測っていますか。（○は1つ）



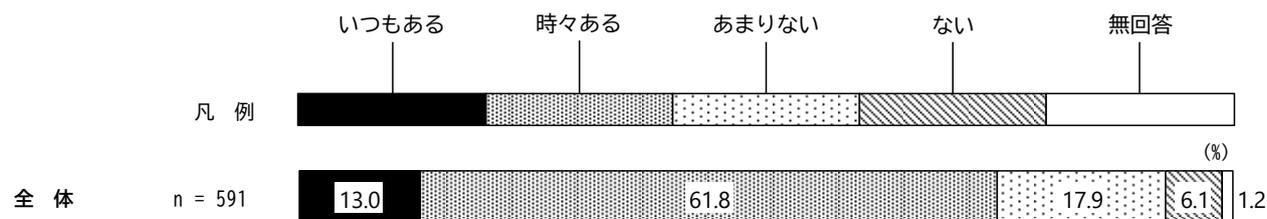
【定期的に体重を測っているか／地域別】



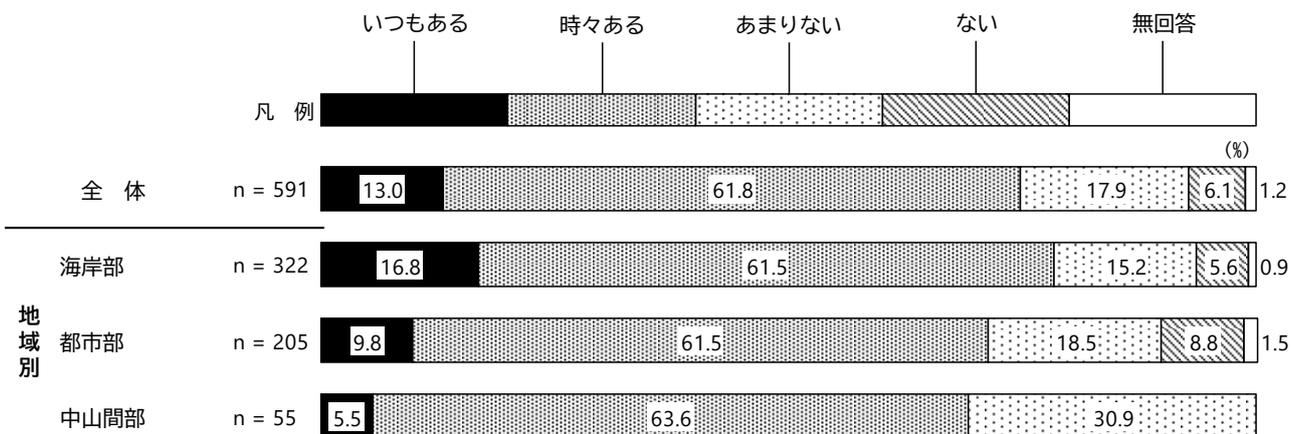
(3) イライラすることがあるか

- 「時々ある」が 61.8%と最も高くなっている。次いで「あまりない」が 17.9%、「いつもある」が 13.0%となっている。
- 海岸部では『頻回にイライラすることがある』（「いつもある」）が 16.8%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問14 あなたは、イライラすることがありますか。（○は1つ）



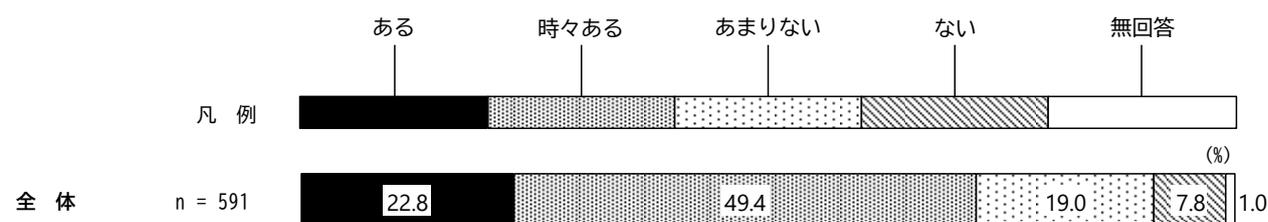
【イライラすることがあるか／地域別】



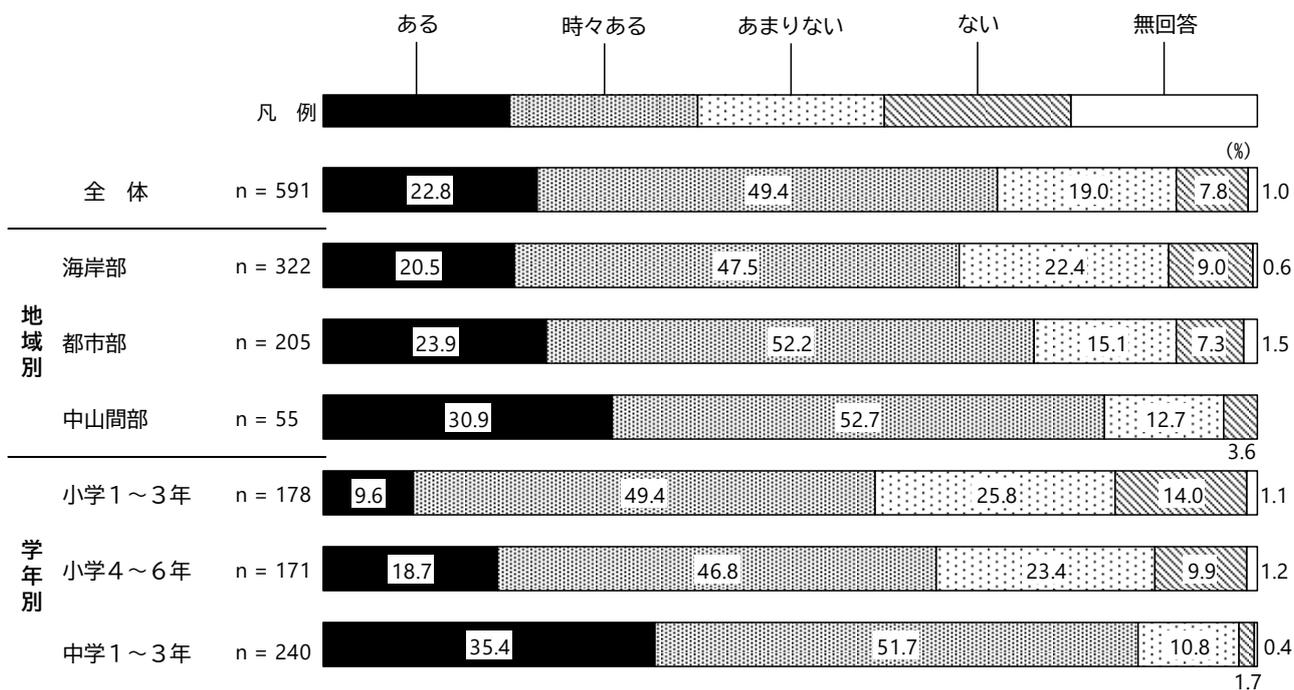
（４）この1か月間に疲れを感じるがあったか

- 「時々ある」が49.4%と最も高くなっている。次いで「ある」が22.8%、「あまりない」が19.0%となっている。
- 中山間部では『最近1か月で疲れを感じた』（「ある」）が30.9%と他地域に比べ5ポイント以上高い。
- 学年別では『最近1か月で疲れを感じた』割合は学年が上がるほど高い傾向となっている。

問15 あなたは、この1か月間に疲れを感じるがありましたか。（○は1つ）



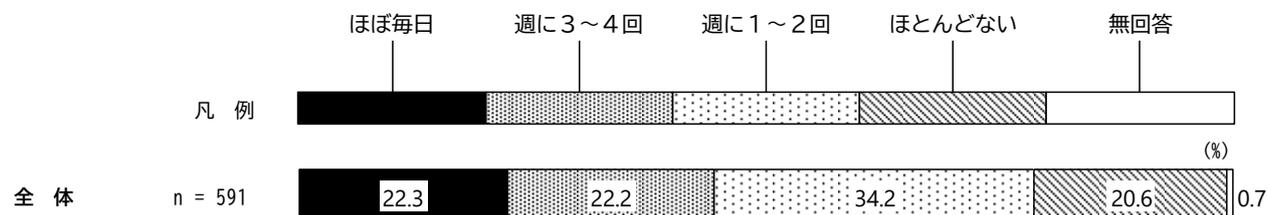
【この1か月間に疲れを感じるがあったか／地域別／学年別】



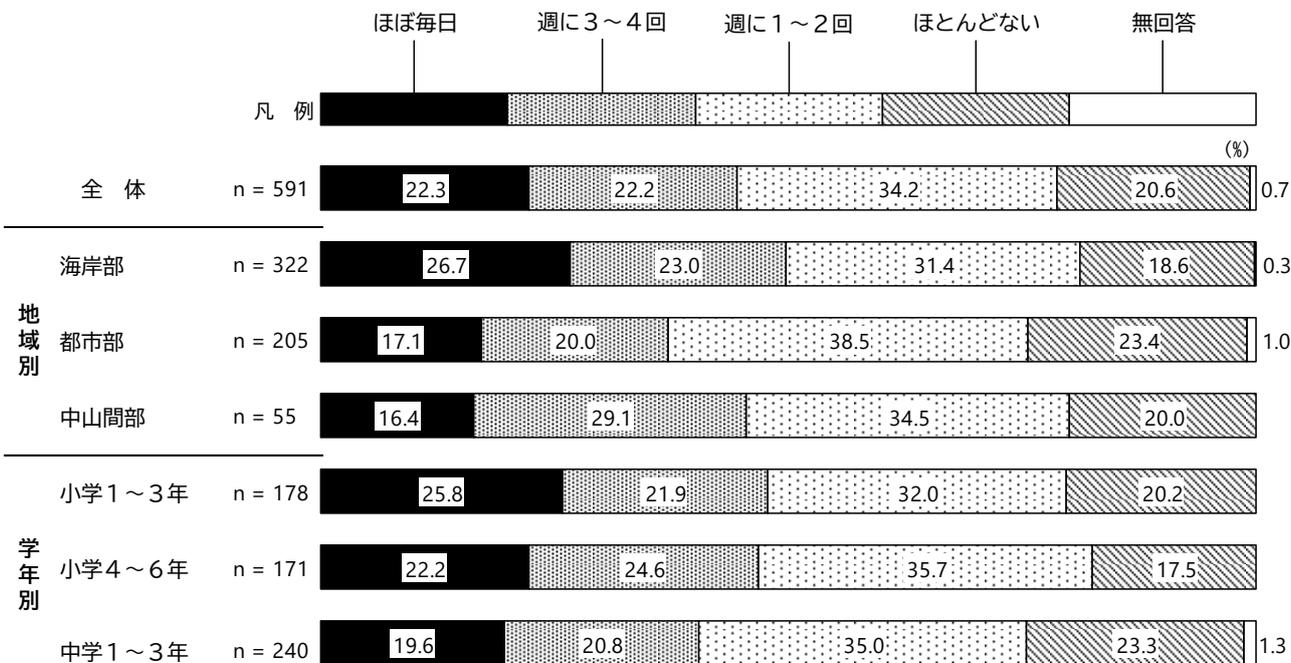
（５）ジュースやスポーツ飲料を飲む頻度

- 「週に1～2回」が34.2%と最も高くなっている。次いで「ほぼ毎日」が22.3%、「週に3～4回」が22.2%となっている。
- 『甘味飲料を週3回～4回以上飲む』（「ほぼ毎日」＋「週に3～4回」）は44.5%となっている。
- 都市部では『甘味飲料を週3回～4回以上飲む』が37.1%と他地域に比べ5ポイント以上低い。
- 学年別では『甘味飲料を週3回～4回以上飲む』割合は学年が上がるほど低い傾向となっている。

問16 あなたは、ジュースやスポーツ飲料をどれくらい飲みますか。（○は1つ）



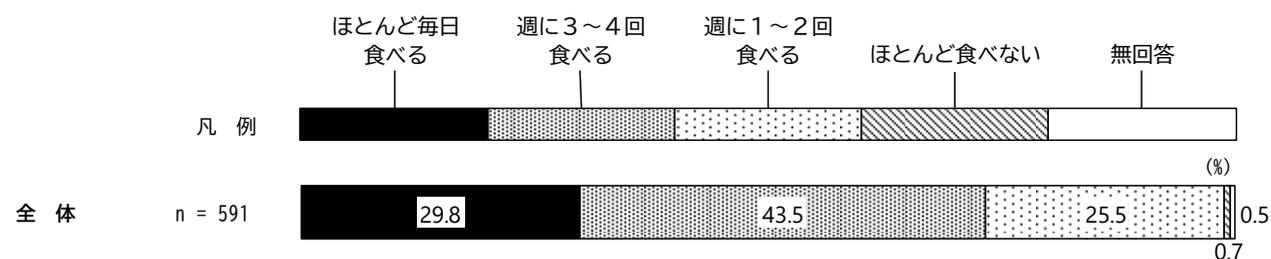
【ジュースやスポーツ飲料を飲む頻度／地域別／学年別】



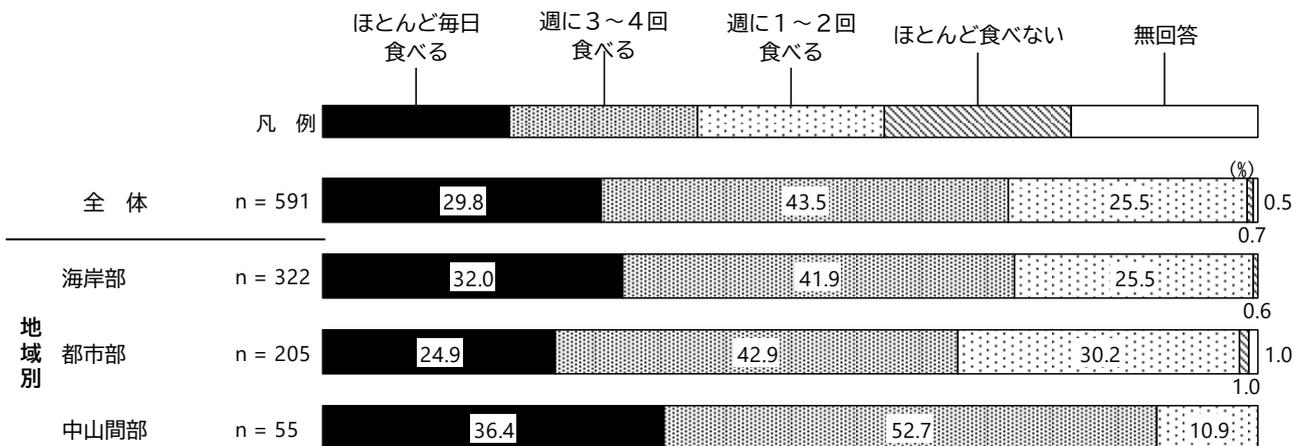
（6）揚げ物や炒め物を食べる頻度

- 「週に3～4回食べる」が43.5%と最も高くなっている。次いで「ほとんど毎日食べる」が29.8%、「週に1～2回食べる」が25.5%となっている。
- 『揚げ物や炒め物を週3回～4回以上食べる』（「ほとんど毎日食べる」+「週に3～4回食べる」）は73.3%となっている。
- 中山間部では『揚げ物や炒め物を週3回～4回以上食べる』が89.1%と他地域に比べ15ポイント以上高い。

問17 あなたは、揚げ物・炒め物のおかずを食べていますか。（○は1つ）



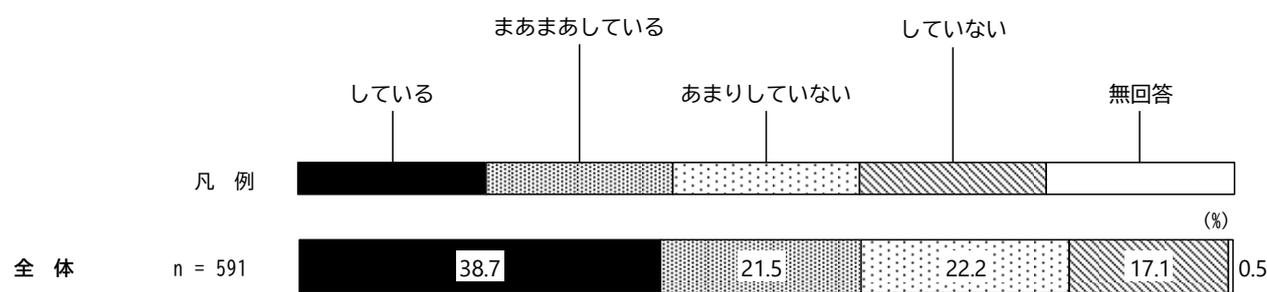
【揚げ物や炒め物を食べる頻度／地域別】



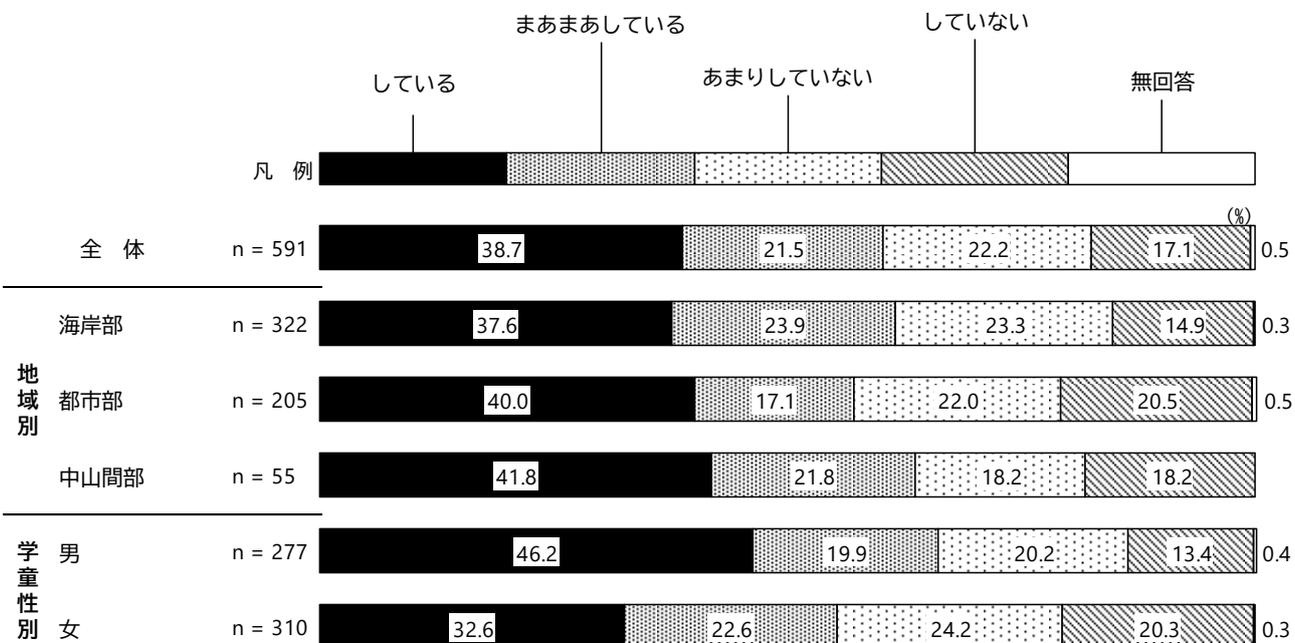
（7）日頃体育以外に何か運動をしているか

- 「している」が38.7%と最も高くなっている。次いで「あまりしていない」が22.2%、「まあまあしている」が21.5%となっている。
- 『日頃体育以外に運動している』（「している」＋「まあまあしている」）は60.2%となっている。
- 都市部では『日頃体育以外に運動している』が57.1%と他地域に比べ低い。
- 女子児童では『日頃体育以外に運動している』が55.2%と男子児童に比べ10ポイント以上低い。

問18 あなたは、日頃体育以外に何か運動をしていますか。（○は1つ）



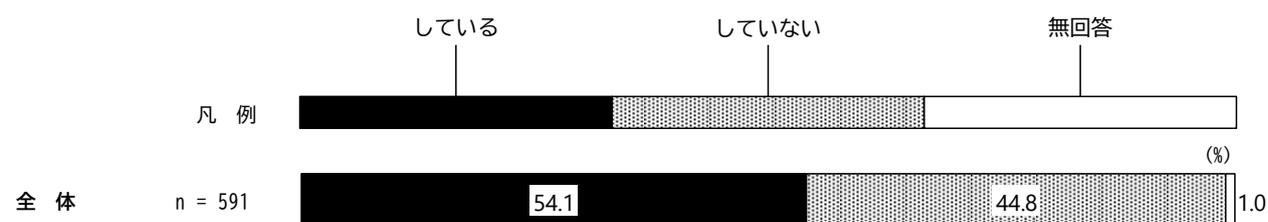
【日頃体育以外に何か運動をしているか／地域別／学童性別】



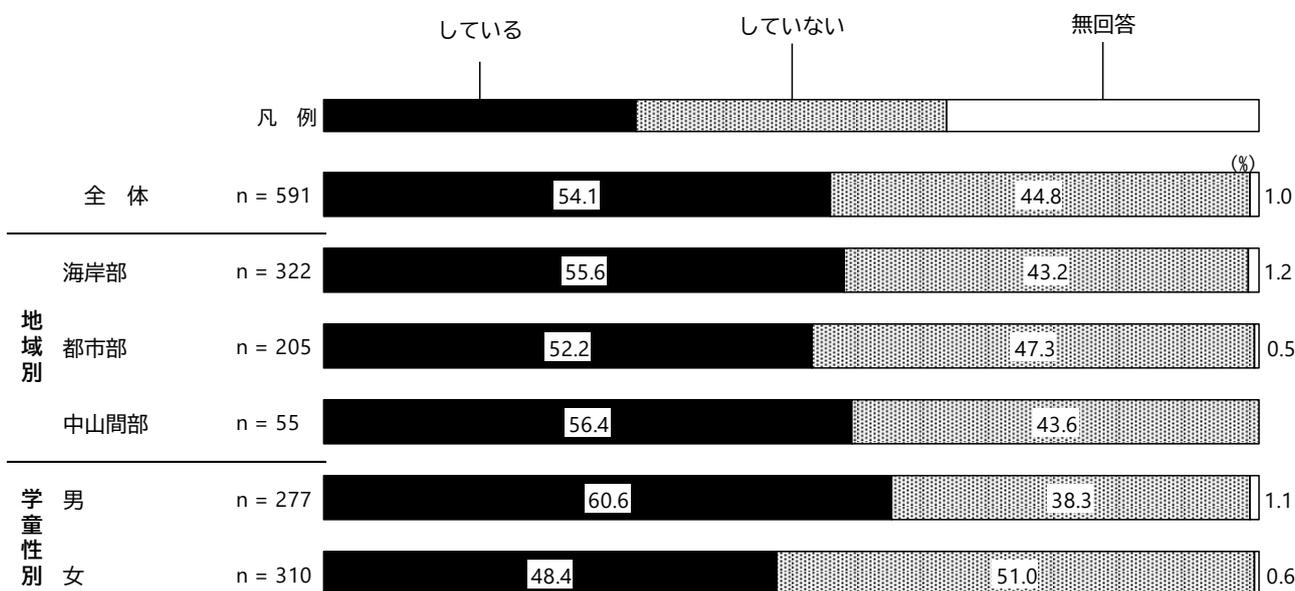
（８）体を動かす習い事や部活をしているか

- 「している」が54.1%、「していない」が44.8%となっている。
- 地域別では『体を動かす習い事や部活をしている』（「している」）割合について大きな差は出していない。
- 女子児童では『体を動かす習い事や部活をしている』が48.4%と男子児童に比べ10ポイント以上低い。

問19 あなたは、何か体を動かす習い事や部活動をしていますか。（○は1つ）



【体を動かす習い事や部活をしているか／地域別／学童性別】

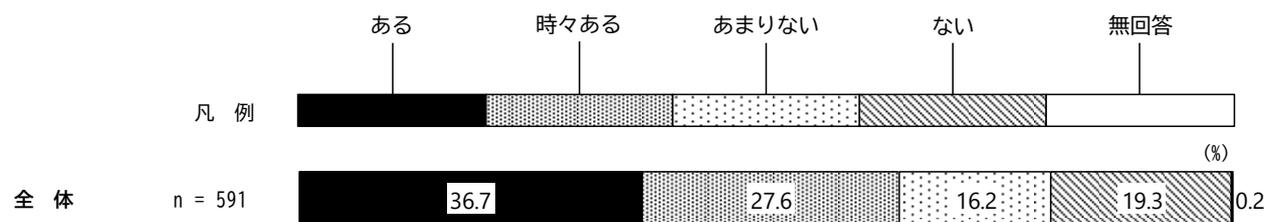


（9）外で体を動かして遊ぶことがあるか

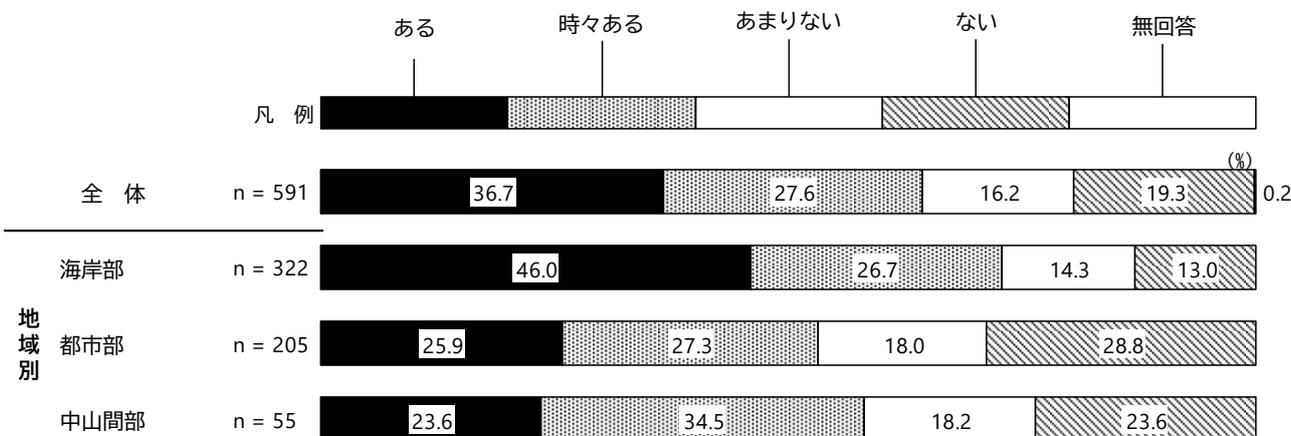
- 「ある」が36.7%と最も高くなっている。次いで「時々ある」が27.6%、「ない」が19.3%となっている。
- 『外で体を動かして遊んでいる』（「ある」＋「時々ある」）は64.3%となっている。
- 海岸部では『外で体を動かして遊んでいる』が72.7%と他地域に比べ10ポイント以上高い。

問20 あなたは、外で体を動かして遊ぶことがありますか。

（野球・なわとび・フットベースボール・おにごっこなど）（○は1つ）



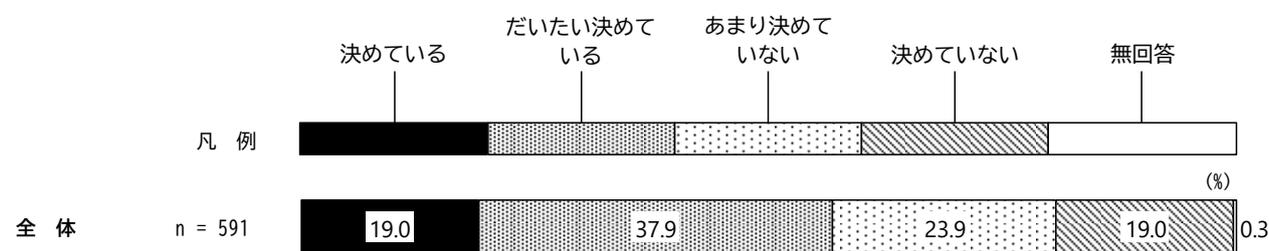
【外で体を動かして遊ぶことがあるか／地域別】



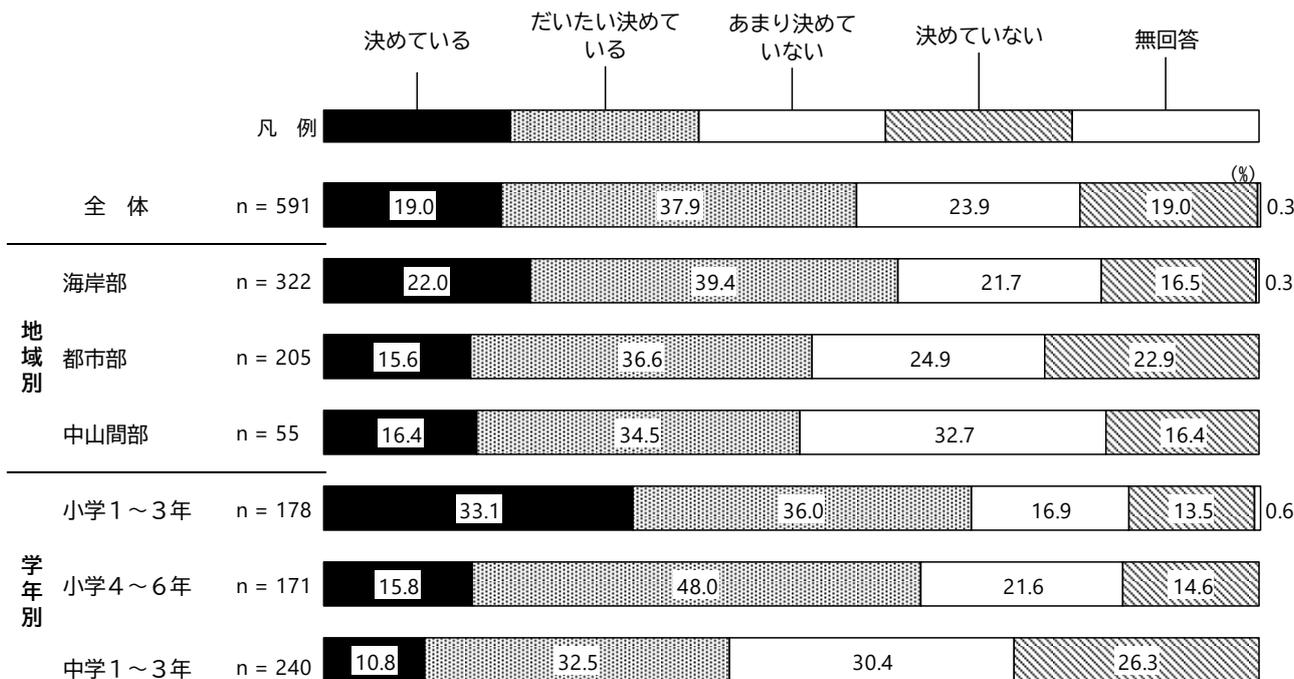
（10）テレビ等を見たり、ゲームをする時間を決めているか

- 「だいたい決めている」が37.9%と最も高くなっている。次いで「あまり決めていない」が23.9%、「決めていない」が19.0%となっている。
- 『時間を決めてテレビ等を見たり、ゲームをしている』（「決めていない」+「だいたい決めている」）は56.9%となっている。
- 海岸部では『時間を決めてテレビ等を見たり、ゲームをしている』が61.4%と他地域に比べ5ポイント以上高い。
- 学年別では『時間を決めてテレビ等を見たり、ゲームをしている』割合は学年が上がるほど低い傾向となっている。

問21 あなたは、テレビやビデオ、スマートフォンを見たり、ゲームをする時間を決めていますか。（○は1つ）



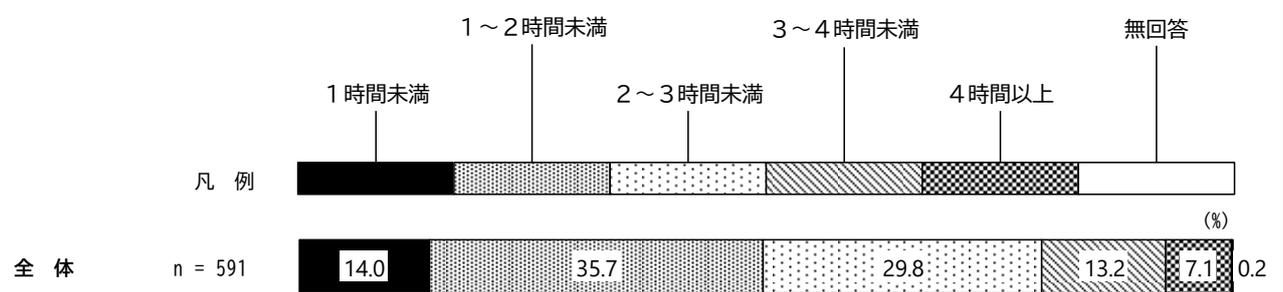
【テレビ等を見たり、ゲームをする時間を決めているか／地域別／学年別】



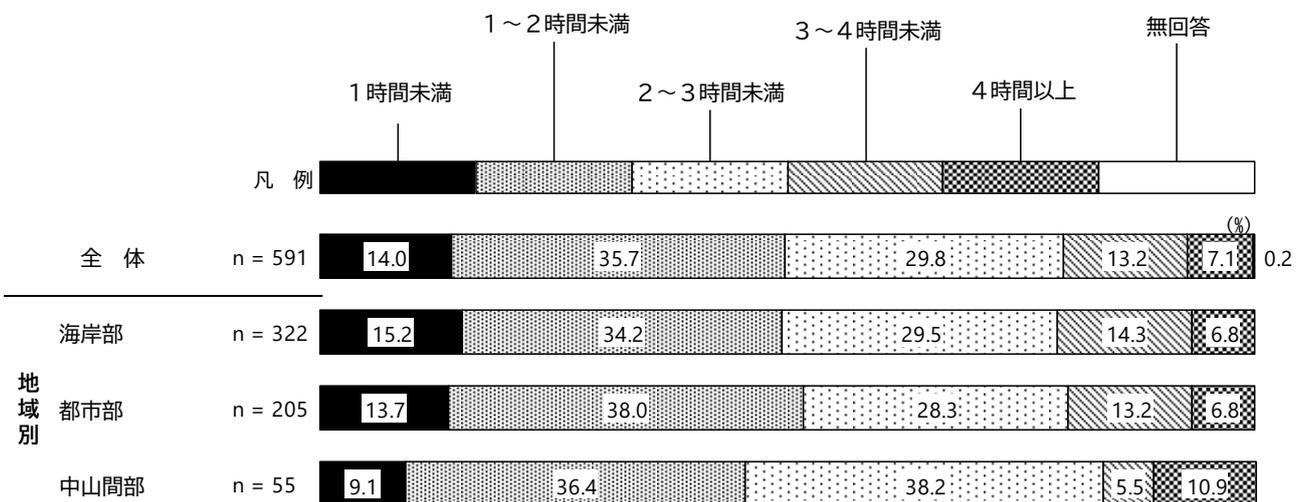
（11）テレビ等を見たり、ゲームをする1日あたりの平均時間（月～金）

- 「1～2時間未満」が35.7%と最も高くなっている。次いで「2～3時間未満」が29.8%、「1時間未満」が14.0%となっている。
- 『テレビ等を見たり、ゲームをする時間が平日2時間以上』（「2～3時間未満」＋「3～4時間未満」＋「4時間以上」）は50.1%となっている。
- 中山間部では『テレビ等を見たり、ゲームをする時間が平日2時間以上』が54.6%と地域別の中で最も高い。

問22 あなたは、テレビやビデオ、スマートフォンを見たり、ゲームをする時間は1日平均どれくらいですか（月～金）。（○は1つ）



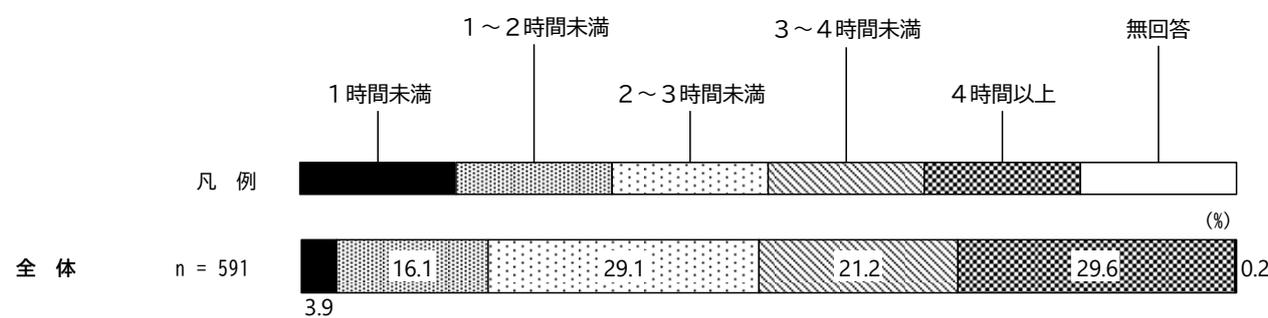
【テレビ等を見たり、ゲームをする1日あたりの平均時間（月～金）／地域別】



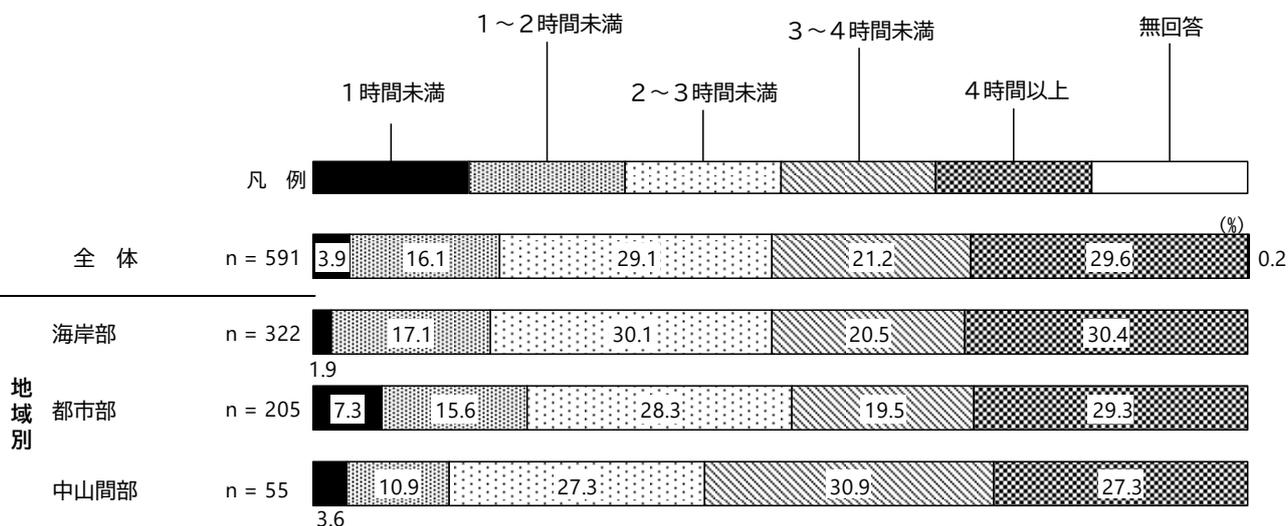
（12）テレビ等を見たり、ゲームをする1日あたりの平均時間（土・日）

- 「4時間以上」が29.6%と最も高くなっている。次いで「2～3時間未満」が29.1%、「3～4時間未満」が21.2%となっている。
- 『テレビ等を見たり、ゲームをする時間が休日2時間以上』（「2～3時間未満」＋「3～4時間未満」＋「4時間以上」）は79.9%となっている。
- 中山間部では『テレビ等を見たり、ゲームをする時間が休日2時間以上』が85.5%と地域別の中で最も高い。

問23 あなたは、テレビやビデオ、スマートフォンを見たり、ゲームをする時間は1日平均どれくらいですか（土・日）。（○は1つ）



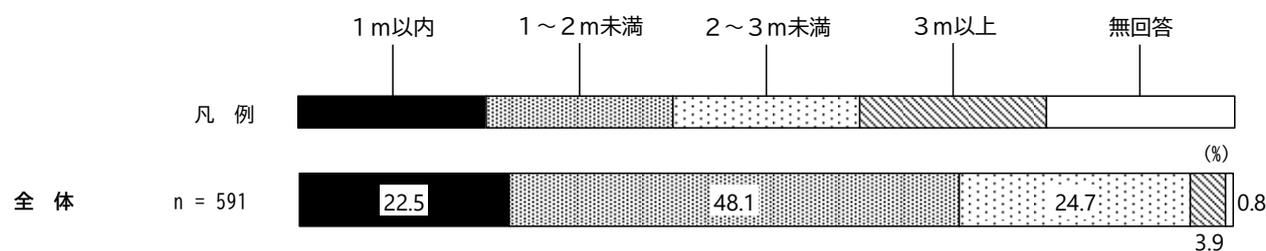
【テレビ等を見たり、ゲームをする1日あたりの平均時間（土・日）／地域別】



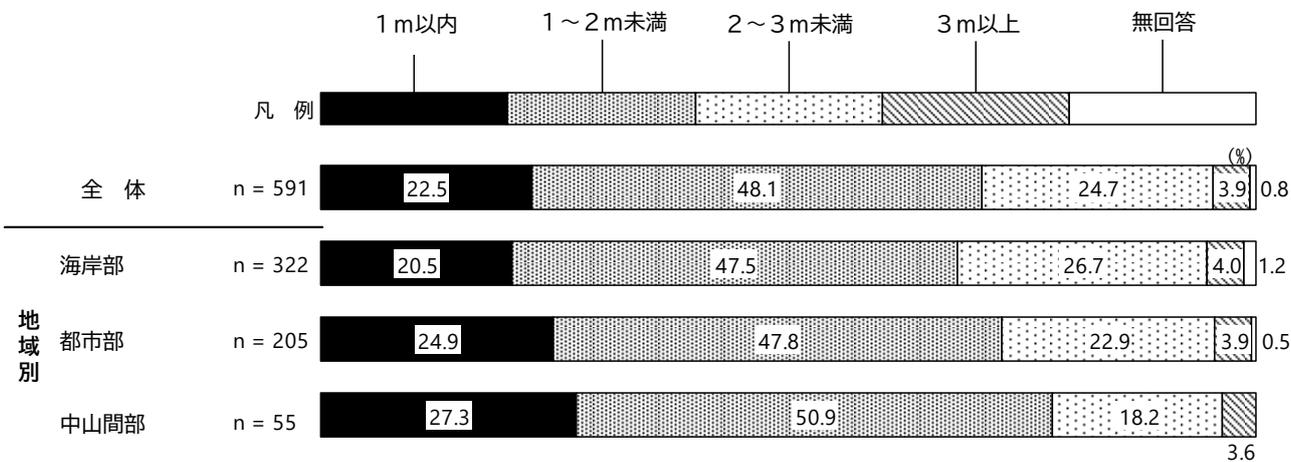
（13）テレビ等を見たり、ゲームをする時の画面からの距離

- 「1～2m未満」が48.1%と最も高くなっている。次いで「2～3m未満」が24.7%、「1m以内」が22.5%となっている。
- 『テレビ等を見たり、ゲームをするとき、3m以上離れている』（「3m以上」）は3.9%となっている。
- 地域別では『テレビ等を見たり、ゲームをするとき、3m以上離れている』について大きな差は出ていない。

問24 あなたは、テレビやビデオを見たり、ゲームをする時、画面からどれくらい離れていますか。（○は1つ）



【テレビ等を見たり、ゲームをする時の画面からの距離／地域別】



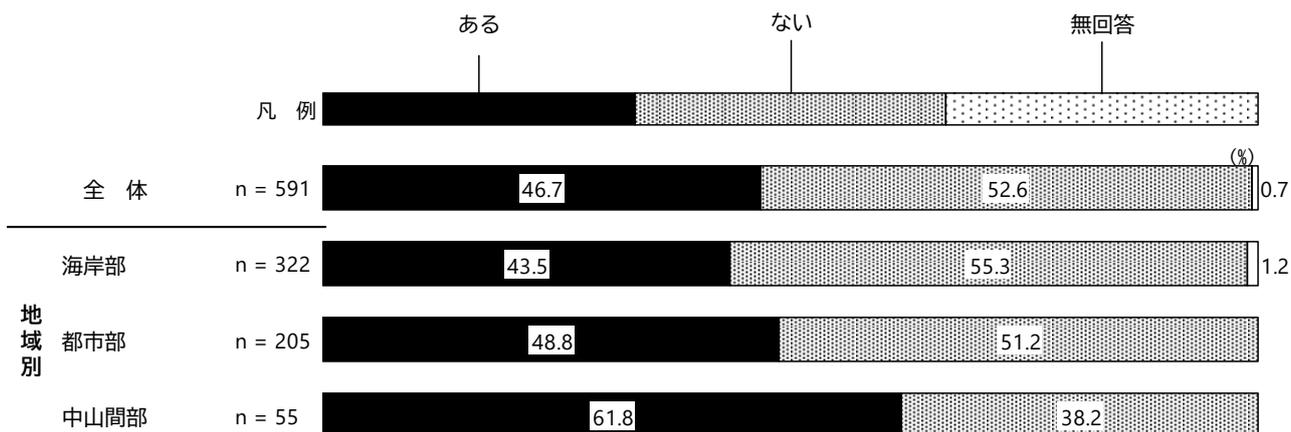
（14）視力の低下について

- 「ある」が46.7%、「ない」が52.6%となっている。
- 中山間部では『視力が低下していると言われた』（「ある」）が61.8%と他地域に比べ10ポイント以上高い。

問25 あなたは、視力が低下していると言われたことがありますか。（○は1つ）



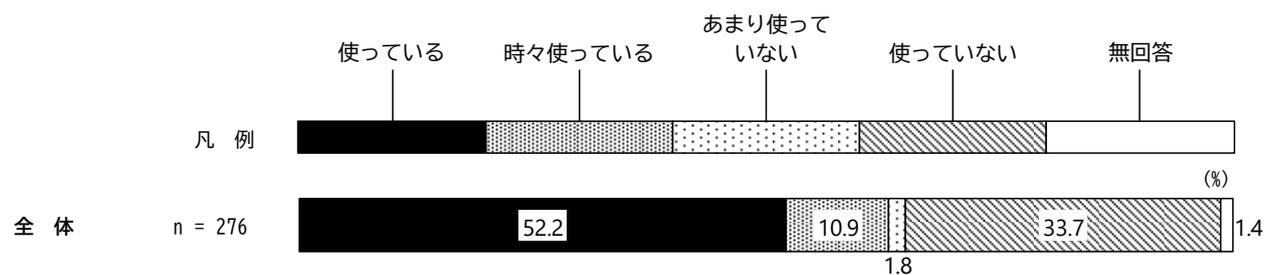
【視力の低下について／地域別】



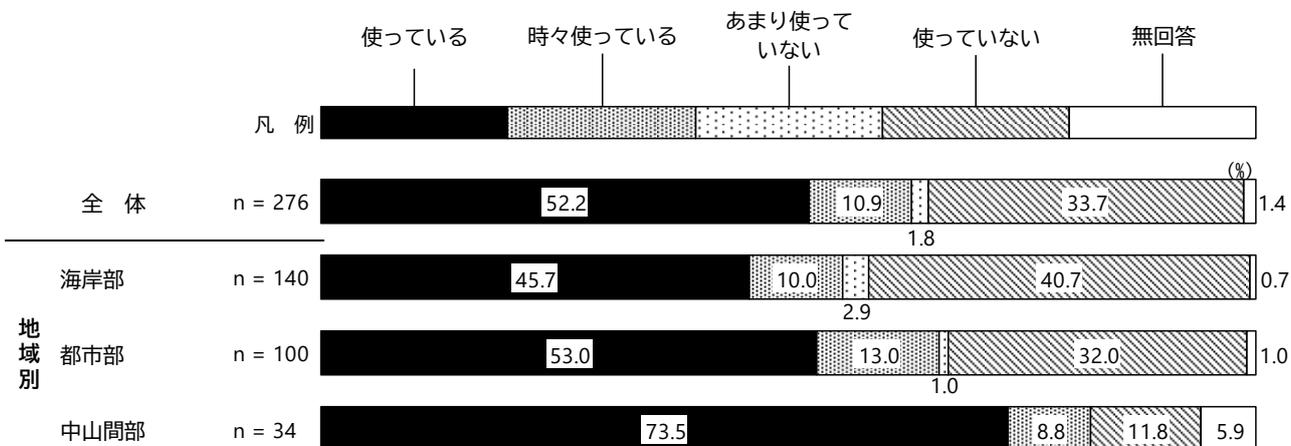
（15）視力にあった眼鏡やコンタクトレンズを使用しているか

- 「使っている」が52.2%と最も高くなっている。次いで「使っていない」が33.7%、「時々使っている」が10.9%となっている。
- 『視力にあった眼鏡やコンタクトレンズを使用している』（「使っている」＋「時々使っている」）は63.1%となっている。
- 海岸部では「使っていない」が40.7%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問25-1 視力にあった眼鏡やコンタクトレンズを使用していますか。（○は1つ）



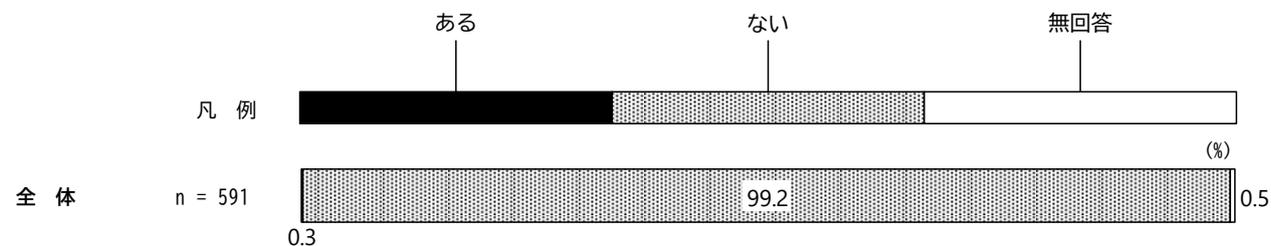
【視力にあった眼鏡やコンタクトレンズを使用しているか／地域別】



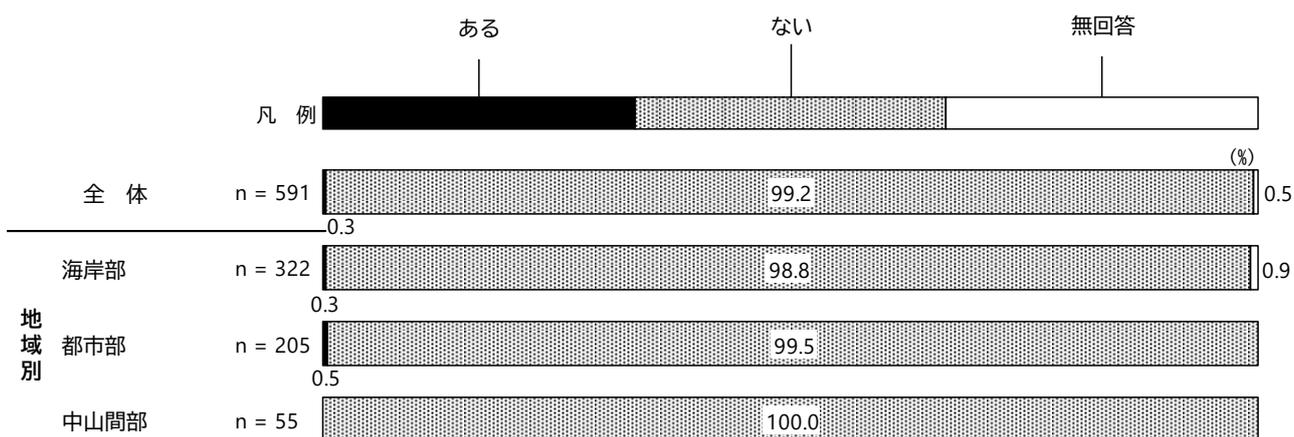
（16）お酒を飲んだことがあるか

- 「ない」が99.2%、「ある」が0.3%となっている。
- 地域別では大きな差は出ていない。

問26 あなたは、お酒を飲んだことがありますか。（○は1つ）



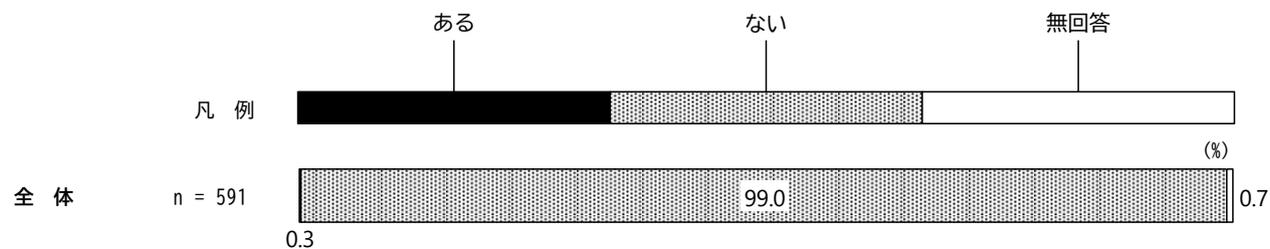
【お酒を飲んだことがあるか／地域別】



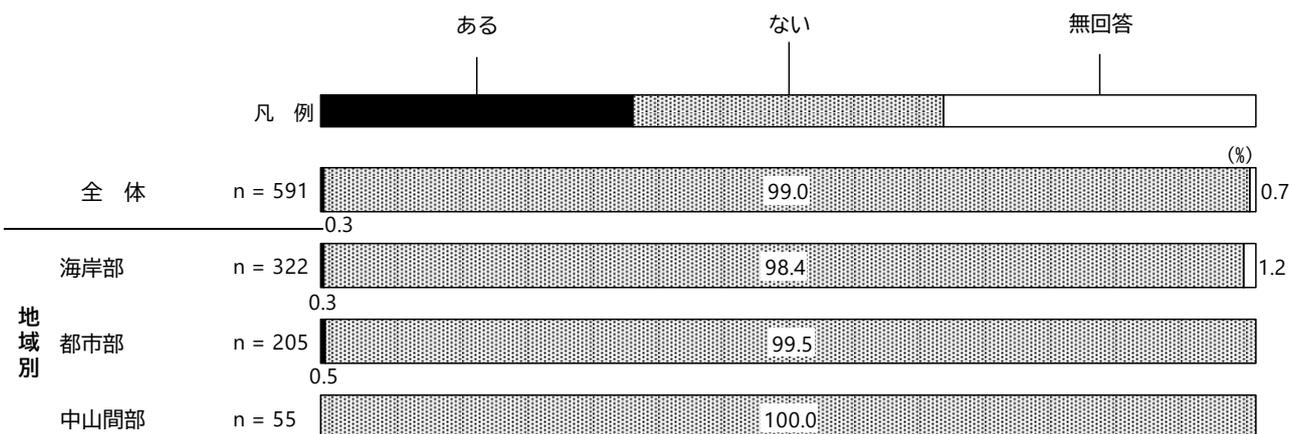
（17）たばこを吸ったことがあるか

- 「ない」が99.0%、「ある」が0.3%となっている。
- 地域別では大きな差は出ていない。

問27 あなたは、たばこを吸ったことがありますか。（○は1つ）



【たばこを吸ったことがあるか／地域別】



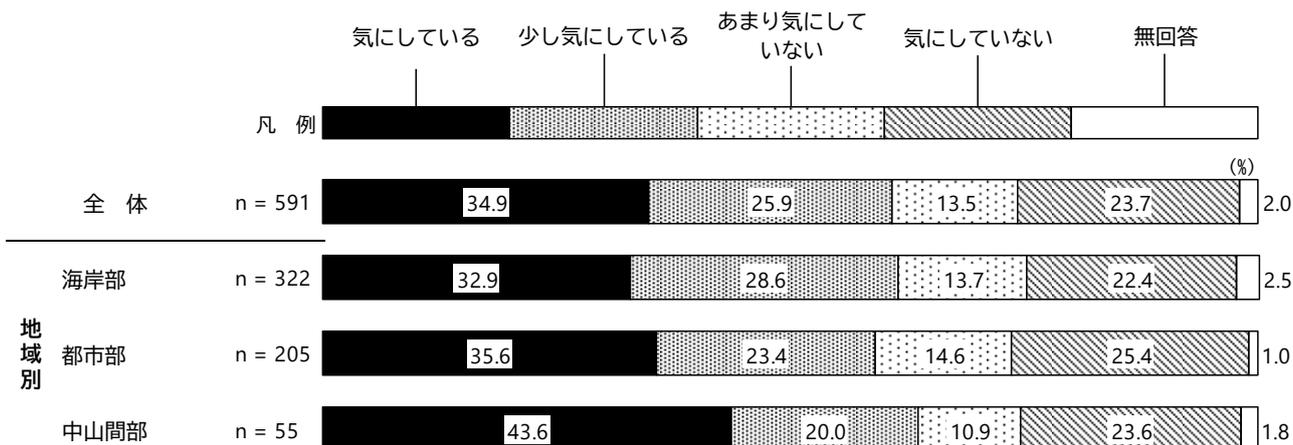
（18）受動喫煙を気に掛けているか

- 「気にしている」が34.9%と最も高くなっている。次いで「少し気にしている」が25.9%、「気にしていない」が23.7%となっている。
- 中山間部では「気にしている」が43.6%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問28 あなたは、受動喫煙により体が悪い影響を受けることを気にしていますか。（○は1つ）



【受動喫煙を気に掛けているか／地域別】

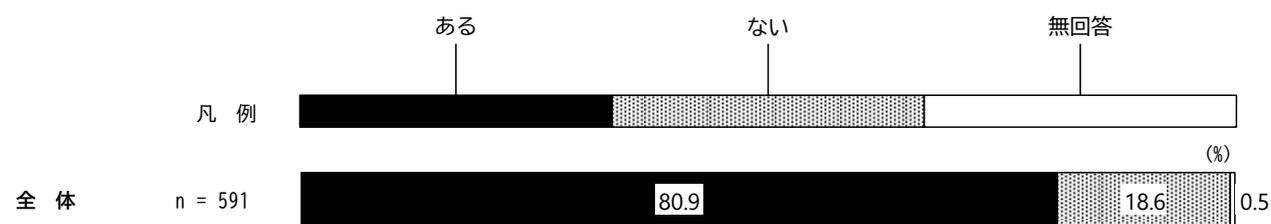


3 「お口の健康」について

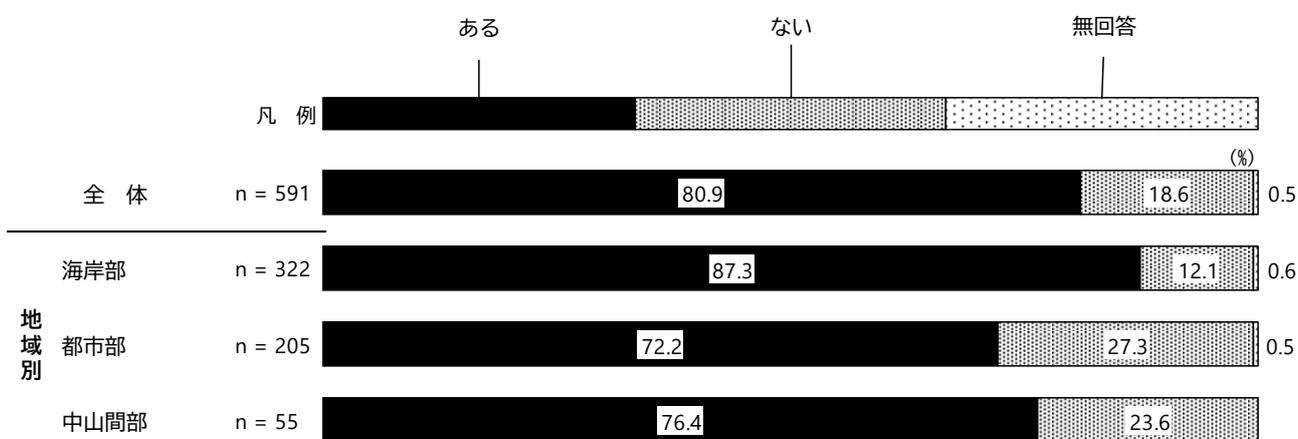
(1) 歯磨きのしかたについて指導を受けたことがあるか

- 「ある」が80.9%、「ない」が18.6%となっている。
- 海岸部では『歯磨きのしかたについて指導を受けたことがある』（「ある」）が87.3%と他地域に比べ10ポイント以上高い。

問29 あなたは、歯磨きのしかたについて指導を受けたことがありますか。（○は1つ）



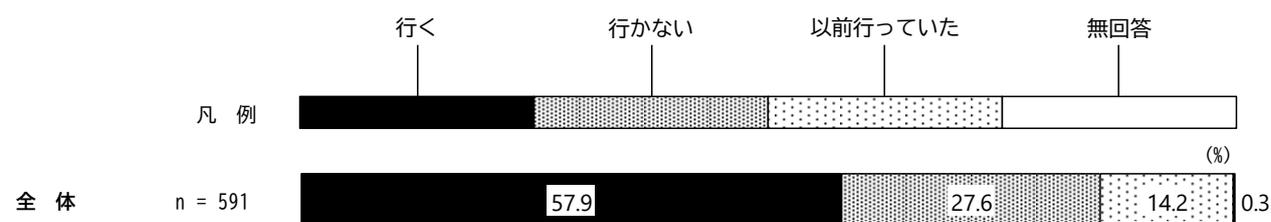
【歯磨きのしかたについて指導を受けたことがあるか／地域別】



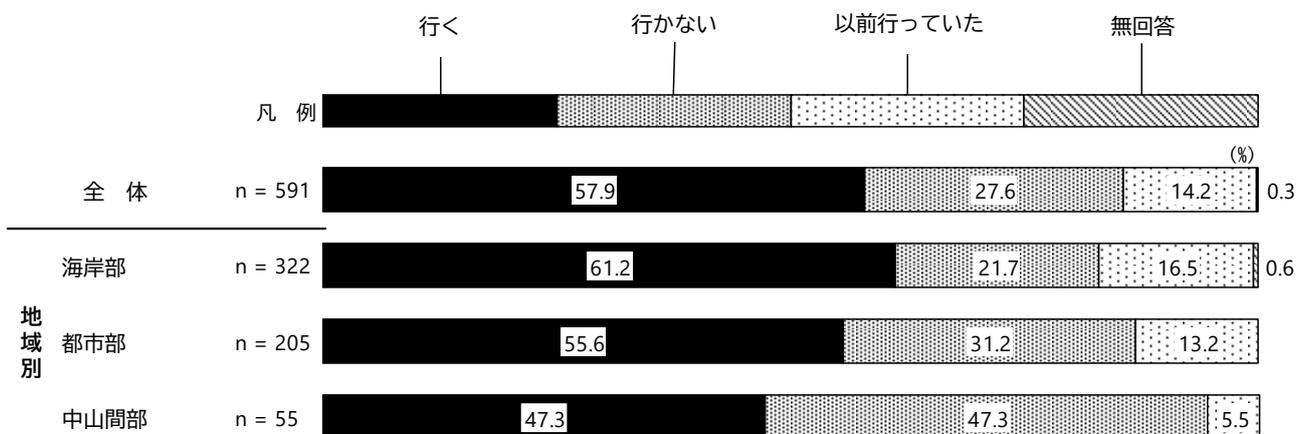
（２）学校の歯科検診以外で歯科医院に行くか

- 「行く」が57.9%と最も高くなっている。次いで「行かない」が27.6%、「以前行っていた」が14.2%となっている。
- 中山間部では『学校の歯科検診以外でむし歯予防の目的で年2回以上歯科医院に行く』（「行く」）が47.3%と他地域に比べ5ポイント以上低い。

問30 あなたは、学校の歯科検診以外にむし歯予防の目的で、年2回以上歯科医院に行きますか。（○は1つ）



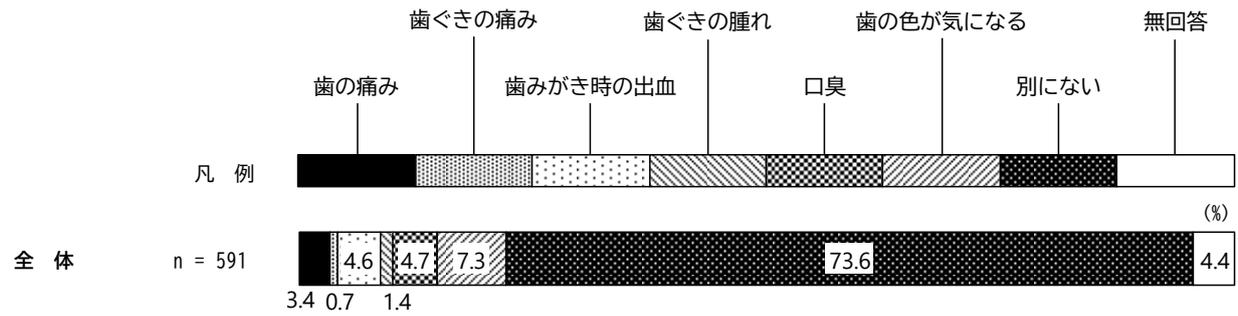
【学校の歯科検診以外で歯科医院に行くか／地域別】



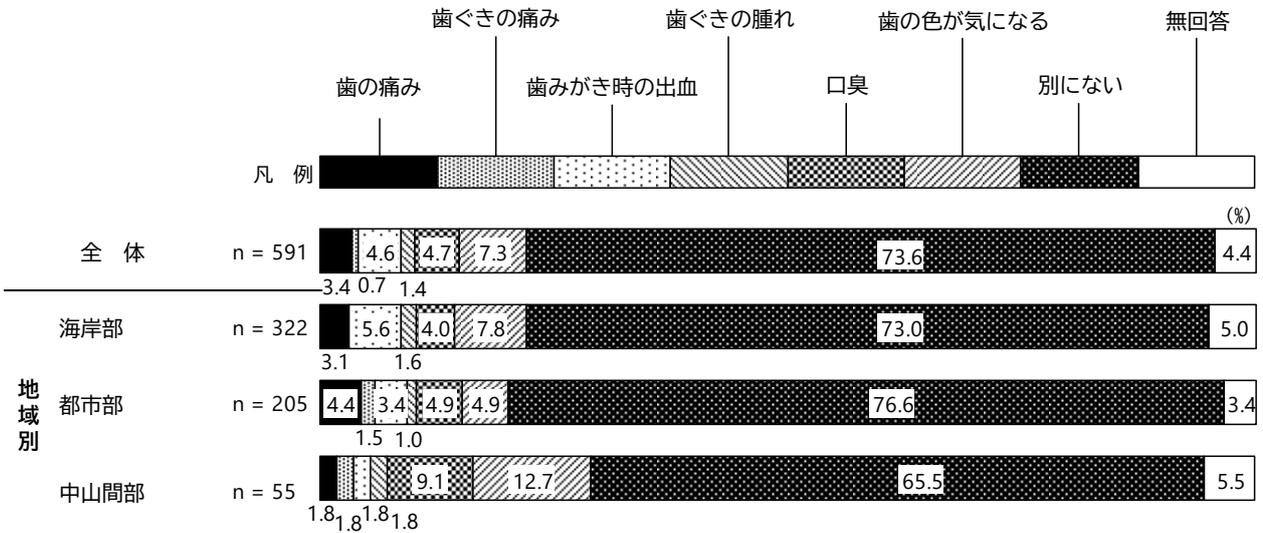
（3）現在歯や歯ぐきに気になる症状があるか

- 「歯の色が気になる」が7.3%と最も高くなっている。次いで「口臭」が4.7%、「歯みがき時の出血」が4.6%となっている。一方、「別がない」が73.6%となっている。
- 『歯や歯ぐきに症状がある』は22.1%となっている。
- 中山間部では『歯や歯ぐきに症状がある』が29.0%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問31 あなたは、現在歯や歯ぐきに次のような気になる症状がありますか。（○は1つ）



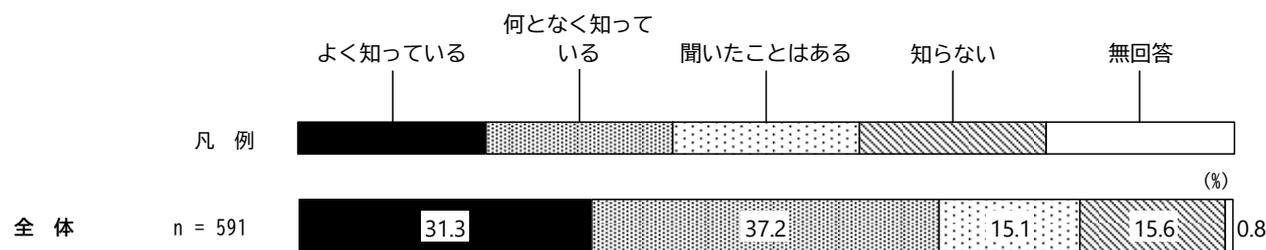
【現在歯や歯ぐきに気になる症状があるか／地域別】



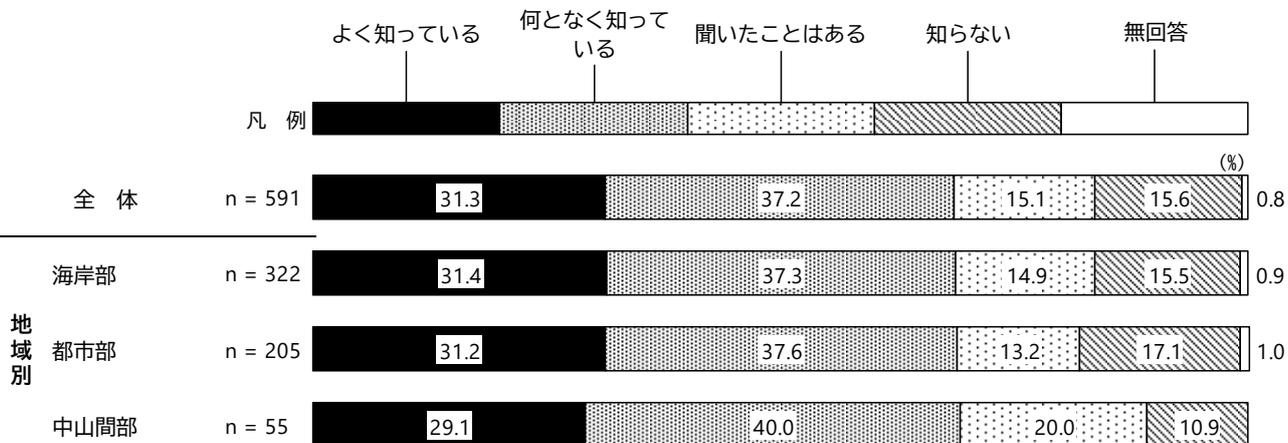
（４）フッ化物のむし歯予防の効果について

- 「何となく知っている」が37.2%と最も高くなっている。次いで「よく知っている」が31.3%、「知らない」が15.6%となっている。
- 『フッ化物のむし歯予防の効果について知っている』（「よく知っている」+「何となく知っている」）は68.5%となっている。
- 地域別では『フッ化物のむし歯予防の効果について知っている』について大きな差は出ていない。

問32 フッ化物のむし歯予防の効果についてご存じですか。（○は1つ）



【フッ化物のむし歯予防の効果について／地域別】

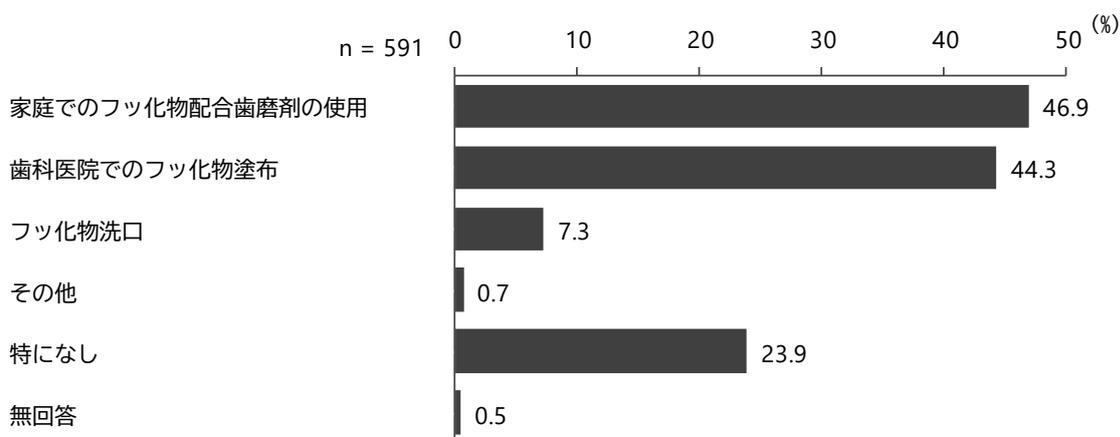


（５）フッ化物が含まれるものを何か取り入れているか

- 「家庭でのフッ化物配合歯磨剤の使用」が46.9%と最も高くなっている。次いで「歯科医院でのフッ化物塗布」が44.3%、「フッ化物洗口」が7.3%となっている。一方、「特になし」が23.9%となっている。
- 海岸部では「歯科医院でのフッ化物塗布」が49.4%と他地域に比べ5ポイント以上高い。
- 学年別では家庭でのフッ化物配合歯磨剤の使用」と「歯科医院でのフッ化物塗布」の割合は学年が下がるほど高い傾向となっている。

問33 フッ化物が含まれるもので、何か取り入れているものはありますか。

（あてはまるものすべてに○）



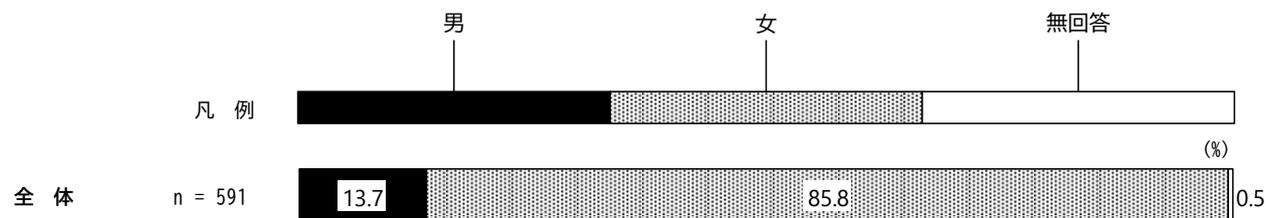
【フッ化物が含まれるものを何か取り入れているか／地域別／学年別】

		n	家庭でのフッ化物配合歯磨剤の使用 (%)	歯科医院でのフッ化物塗布 (%)	フッ化物洗口 (%)	その他 (%)	特になし (%)	無回答 (%)
全体		591	46.9	44.3	7.3	0.7	23.9	0.5
地域別	海岸部	322	50.0	49.4	7.8	1.2	21.4	0.6
	都市部	205	39.5	40.0	5.9	-	27.3	0.5
	中山間部	55	54.5	27.3	7.3	-	29.1	-
学年別	小学1～3年	178	56.2	57.9	9.0	0.6	12.4	-
	小学4～6年	171	45.0	50.9	7.0	0.6	20.5	0.6
	中学1～3年	240	41.3	29.6	5.8	0.8	35.0	0.8

4 保護者自身について

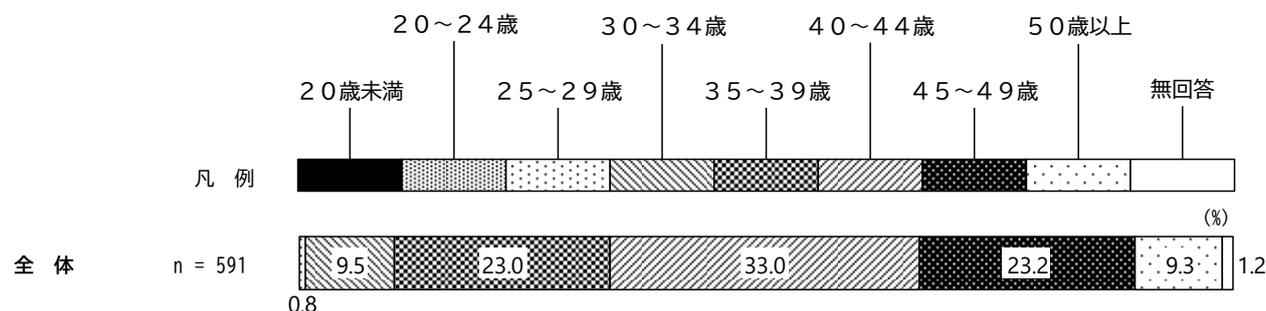
(1) 性別

問34 ご自身の性別についてお答えください。(〇は1つ)



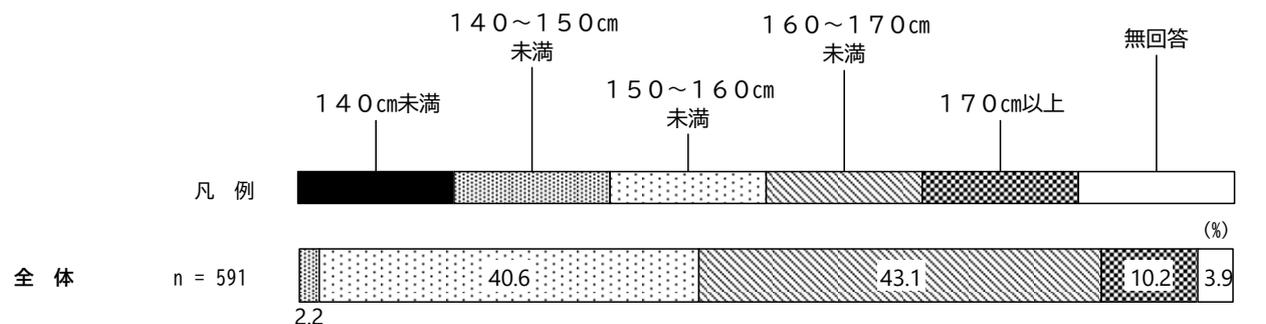
(2) 年齢

問35 ご自身の年齢についてお答えください。(数字を記入)



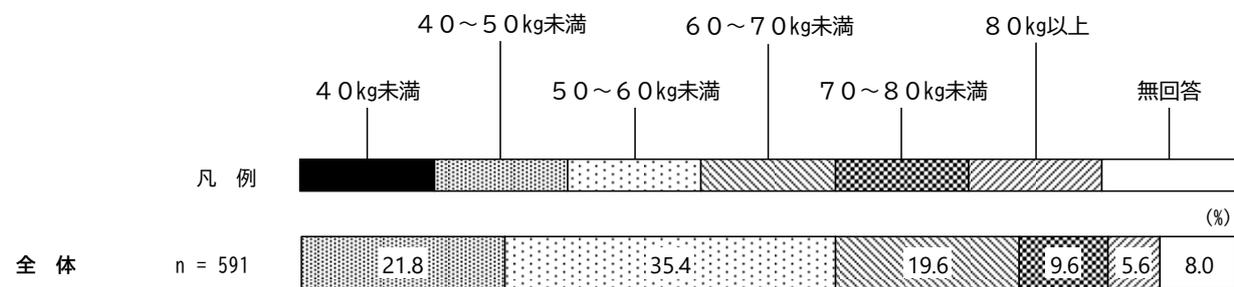
(3) 身長

問36 ご自身の身長は何cmですか。(数字を記入)



（４）体重

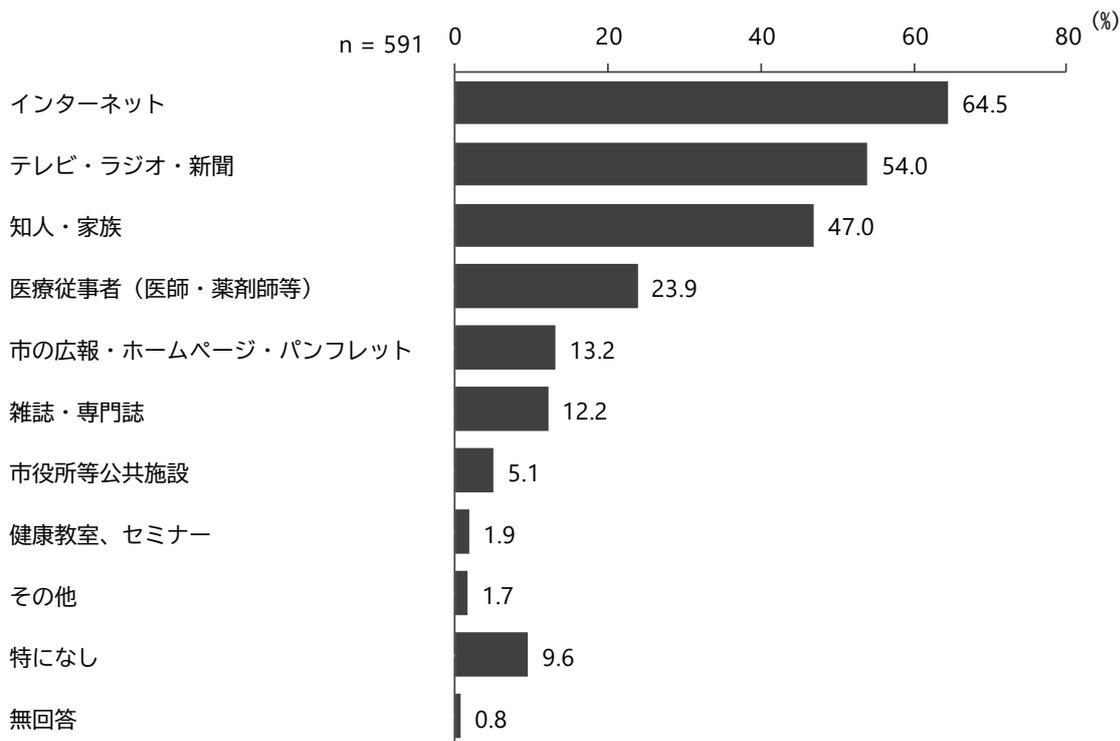
問37 ご自身の体重は何kgですか。（数字を記入）



（５）子どもの健康に関する情報の入手先

- 「インターネット」が64.5%と最も高くなっている。次いで「テレビ・ラジオ・新聞」が54.0%、「知人・家族」が47.0%となっている。
- 海岸部では「知人・家族」が51.2%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問38 お子さんの健康に関する情報をどこから得ていますか。（あてはまるものすべてに○）



【子どもの健康に関する情報の入手先／地域別】

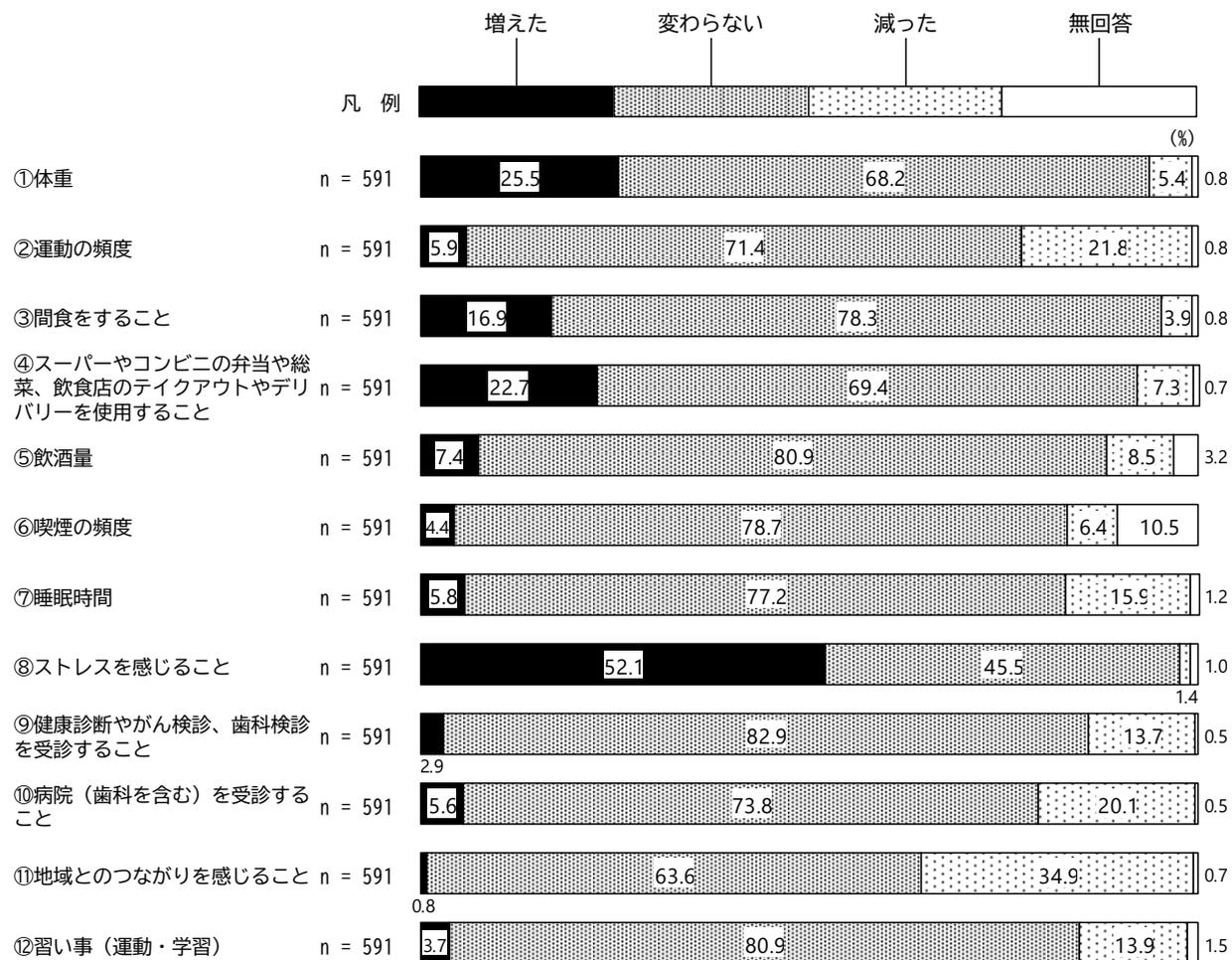
		n	インターネット	テレビ・ラジオ・新聞	知人・家族	医療従事者（医師・薬剤師等）	市の広報・ホームページ・パンフレット	雑誌・専門誌	市役所等公共施設	健康教室、セミナー	その他	特になし	無回答
全体		591	64.5	54.0	47.0	23.9	13.2	12.2	5.1	1.9	1.7	9.6	0.8
地域別	海岸部	322	64.0	52.2	51.2	25.2	11.5	11.2	2.2	2.5	1.2	8.7	1.2
	都市部	205	65.9	56.1	41.5	22.0	14.1	14.1	8.8	1.5	2.0	11.2	0.5
	中山間部	55	63.6	50.9	43.6	23.6	18.2	9.1	9.1	-	3.6	9.1	-

（6）新型コロナウイルス感染症の影響による変化

● 新型コロナウイルスの影響によって「増えた」割合が最も高いのは『⑧ストレスを感じること』が52.1%で、「減った」割合が最も高いのは『⑪地域とのつながりを感じること』が34.9%となっている。「変わらない」が最も高いのは『⑨健康診断やがん検診、歯科検診を受診すること』で82.9%となっている。

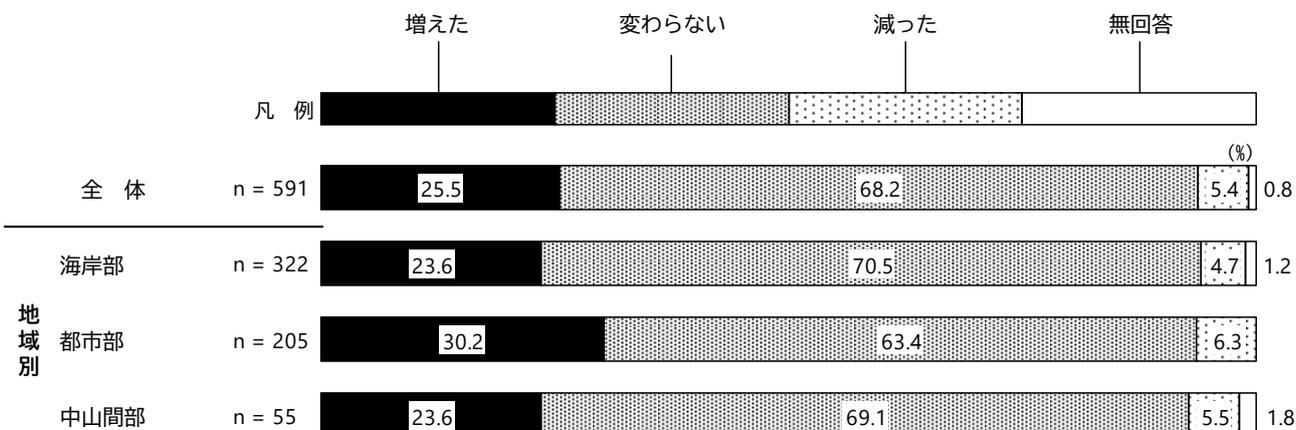
問39 新型コロナウイルス感染症の影響により、次の①～⑫について変化がありましたか。

（○はそれぞれ1つ）



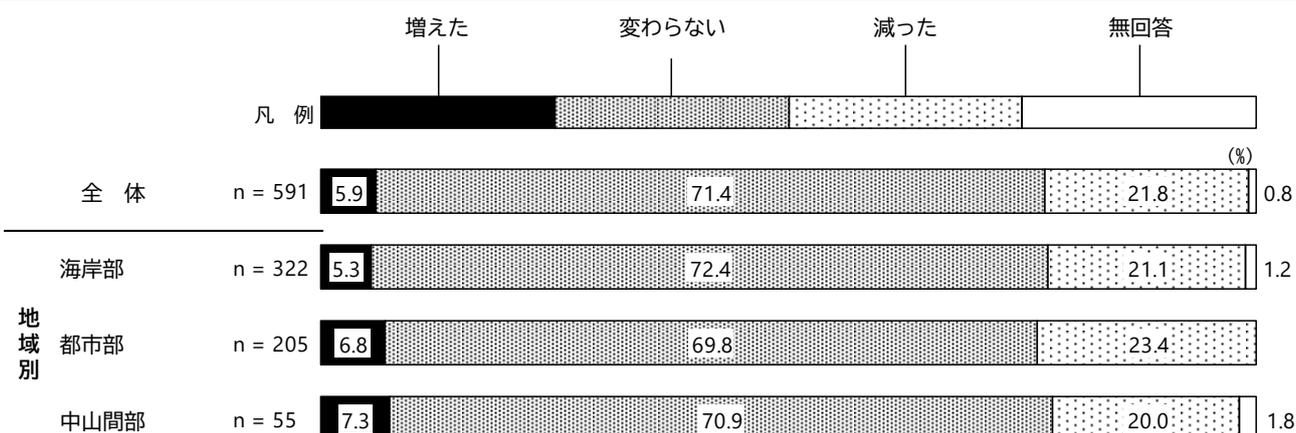
【①体重／地域別】

● 都市部では「増えた」が30.2%と他地域に比べ5ポイント以上高い。



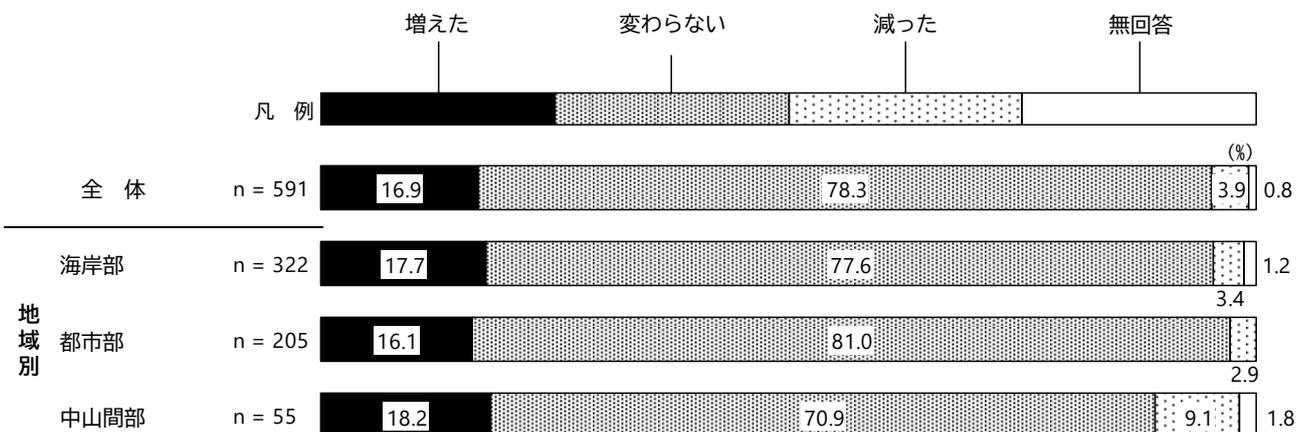
【②運動の頻度／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



【③間食をすること／地域別】

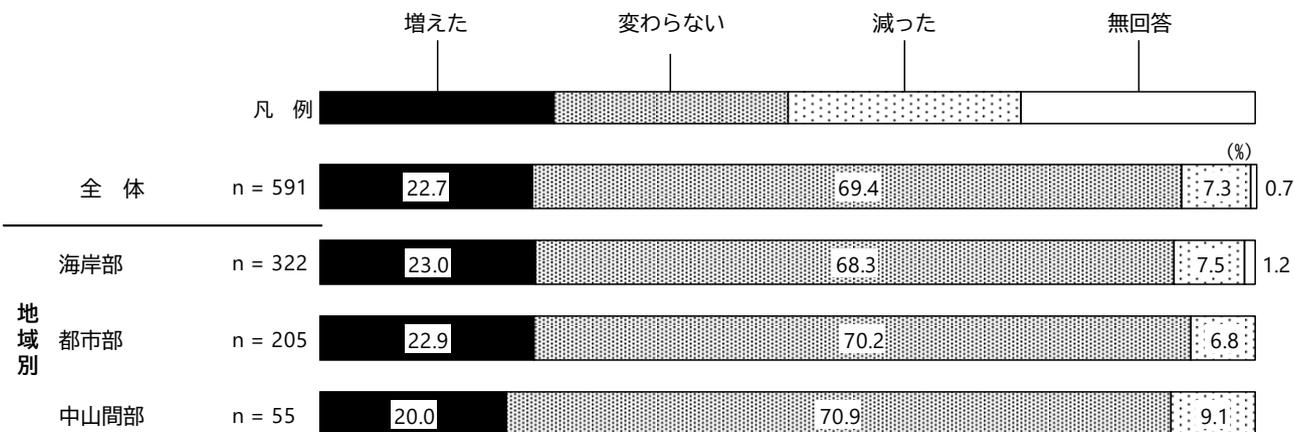
● 中山間部では「減った」が9.1%と他地域に比べ5ポイント以上高い。



Ⅲ 調査結果の詳細（学童期）

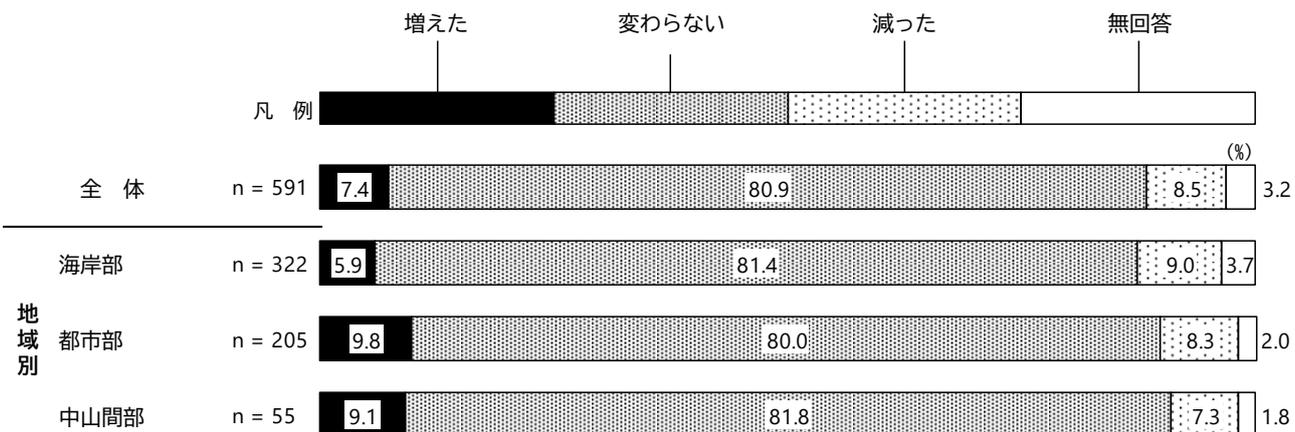
【④スーパーやコンビニの弁当や総菜、 飲食店のテイクアウトやデリバリーを使用すること／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



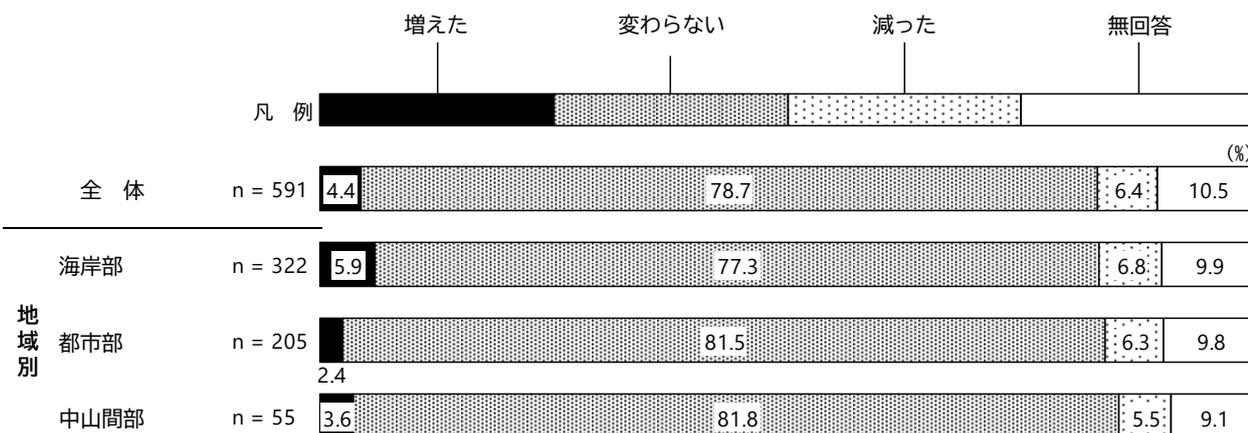
【⑤飲酒量／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



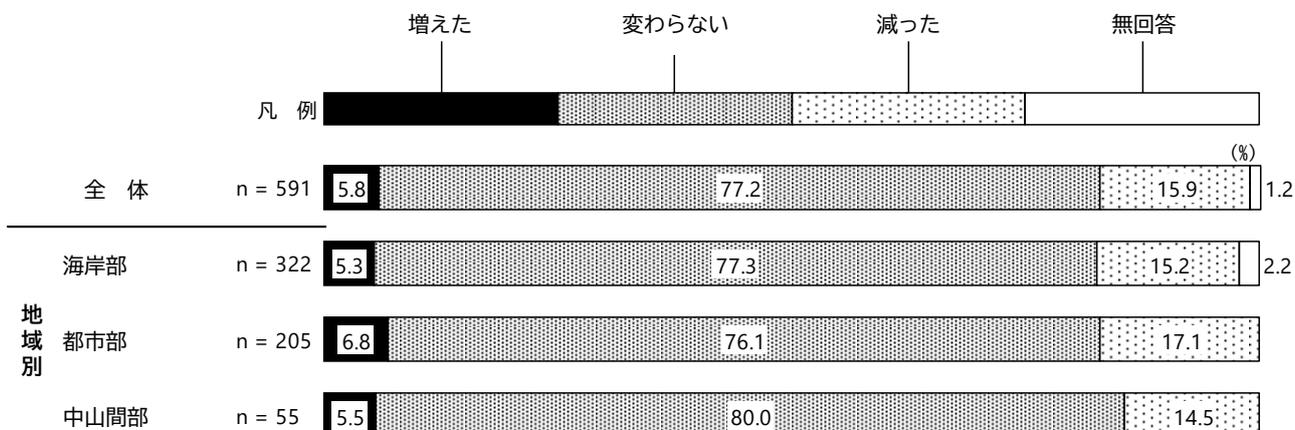
【⑥喫煙の頻度／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



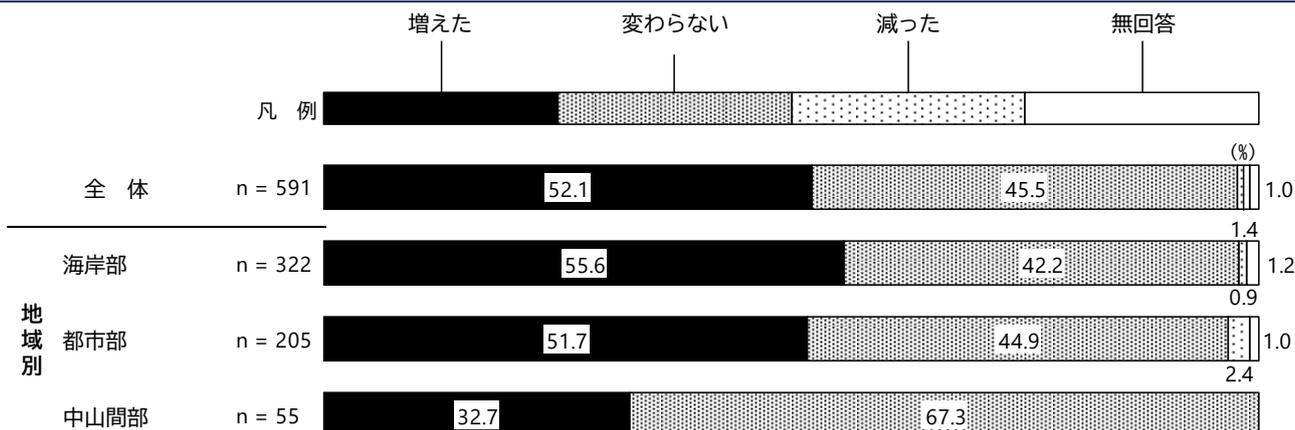
【⑦睡眠時間／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



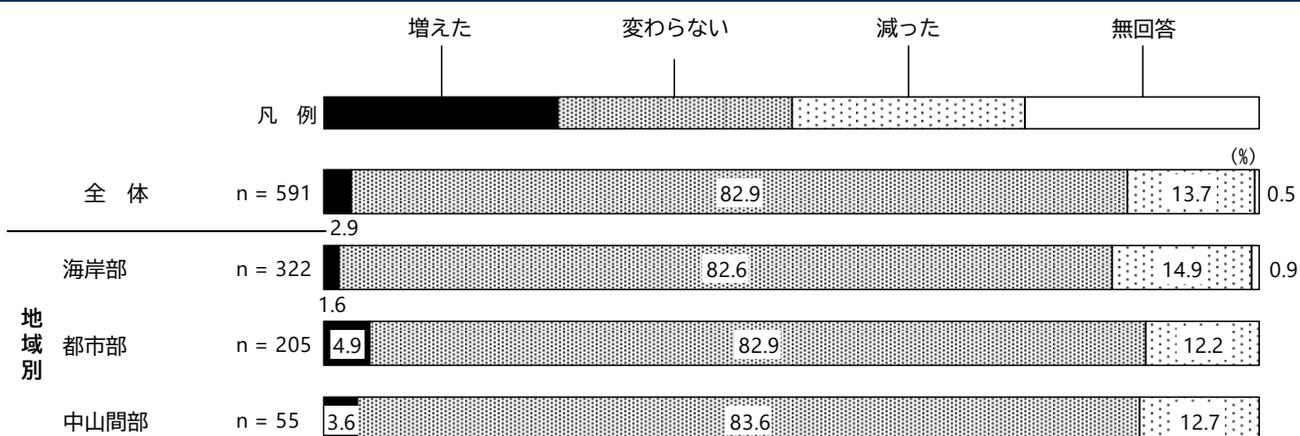
【⑧ストレスを感じること／地域別】

● 中山間部では「変わらない」が67.3%と他地域に比べ20ポイント以上高い。



【⑨健康診断やがん検診、歯科検診を受診すること／地域別】

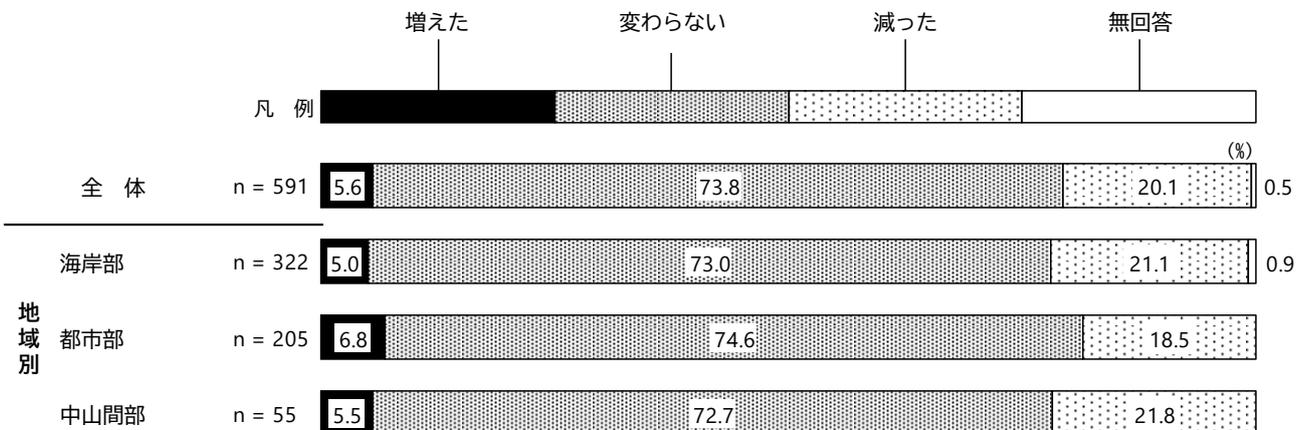
● 地域別では大きな差は出ていない。



Ⅲ 調査結果の詳細（学童期）

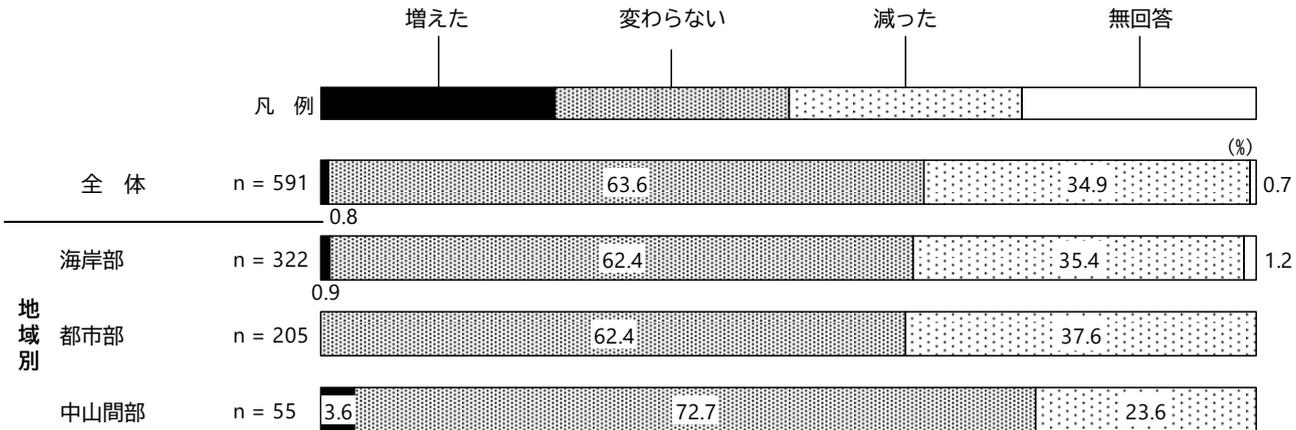
【⑩病院（歯科を含む）を受診すること／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



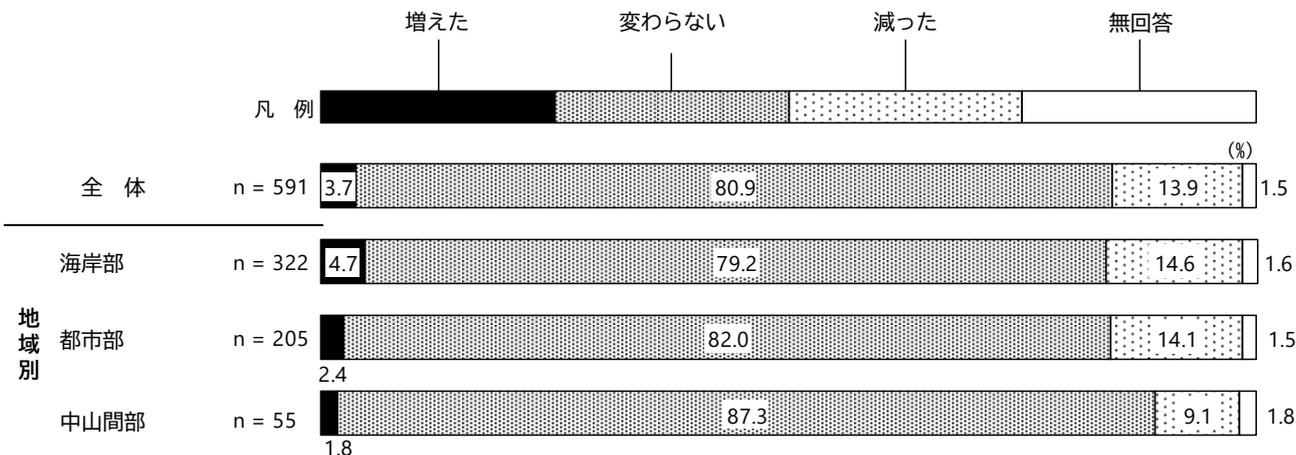
【⑪地域とのつながりを感じる／地域別】

● 中山間部では「変わらない」が72.7%と他地域に比べ10ポイント以上高い。



【⑫習い事（運動・学習）／地域別】

● 中山間部では「変わらない」が87.3%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

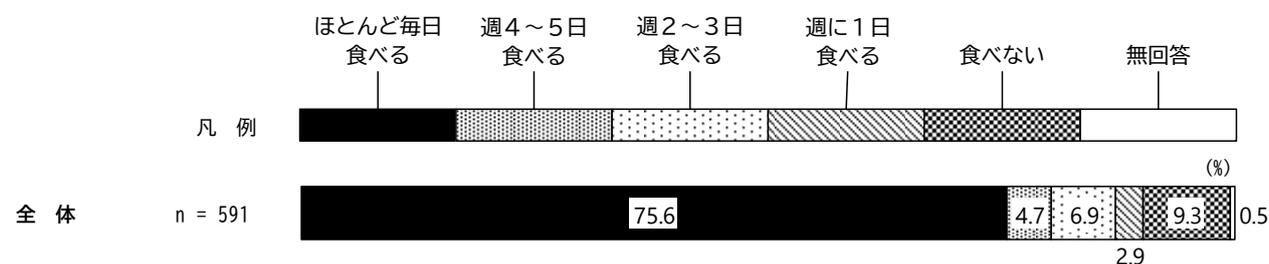


5 保護者の「食生活」について

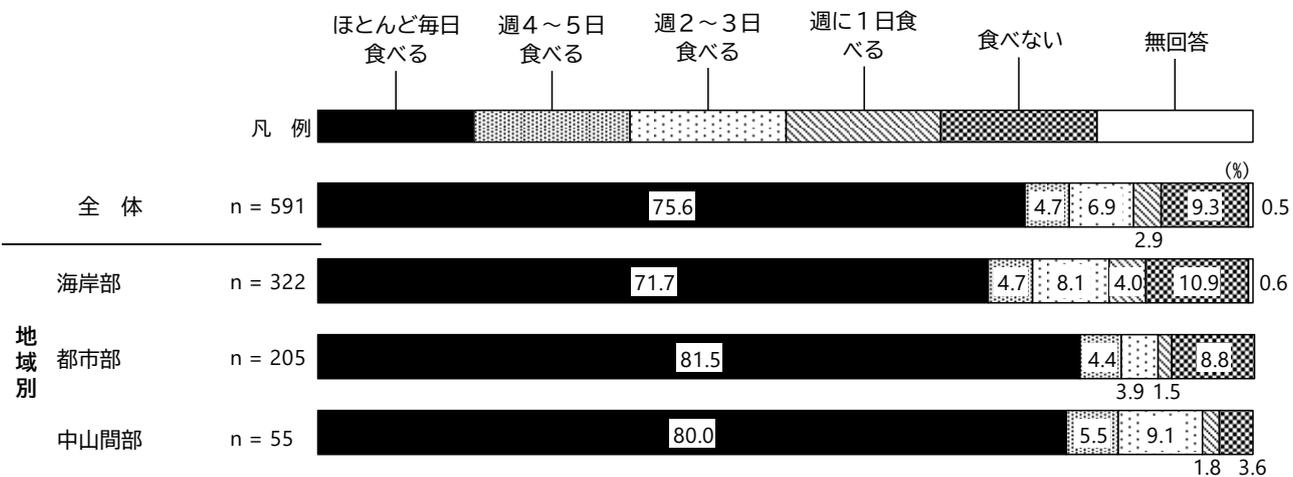
(1) ふだん朝食を食べているか

- 「ほとんど毎日食べる」が75.6%と最も高くなっている。次いで「食べない」が9.3%、「週2～3日食べる」が6.9%となっている。
- 地域別にみると、『朝食を欠食する割合』（「食べない」）は海岸部で10.9%と最も高くなっている。

問40 あなたは、ふだん朝食を食べていますか。（○は1つ）



【ふだん朝食を食べているか／地域別】

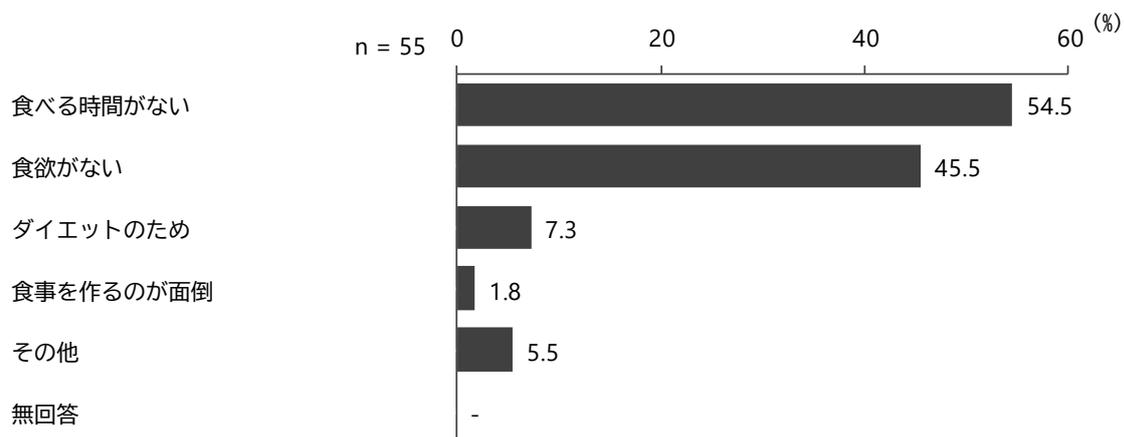


（２）朝食を食べない理由

● 「食べる時間がない」が54.5%と最も高くなっている。次いで「食欲がない」が45.5%、「ダイエットのため」が7.3%となっている。

問40-1 朝食を食べない理由について、どのようなことがありますか。

（あてはまるものすべてに○）



【朝食を食べない理由／地域別】

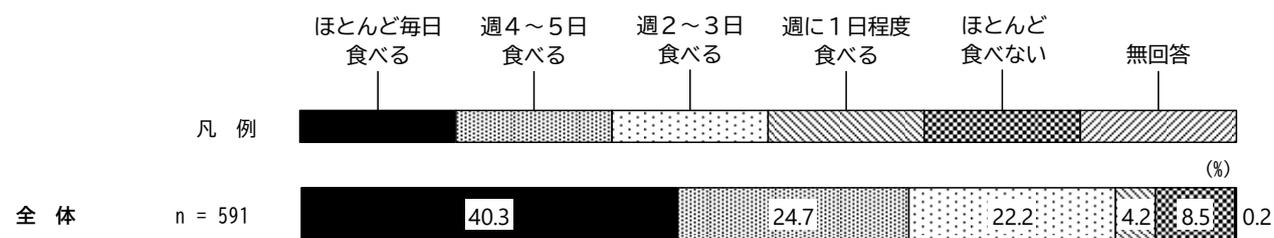
		n	食べる時間がない	食欲がない	ダイエットのため	食事を作るのが面倒	その他	無回答
全体		55	54.5	45.5	7.3	1.8	5.5	-
地域別	海岸部	35	54.3	45.7	5.7	2.9	8.6	-
	都市部	18	50.0	50.0	5.6	-	-	-
	中山間部	2	100.0	-	50.0	-	-	-

※地域別集計については、調査数（n）が少ないため参考値として掲載

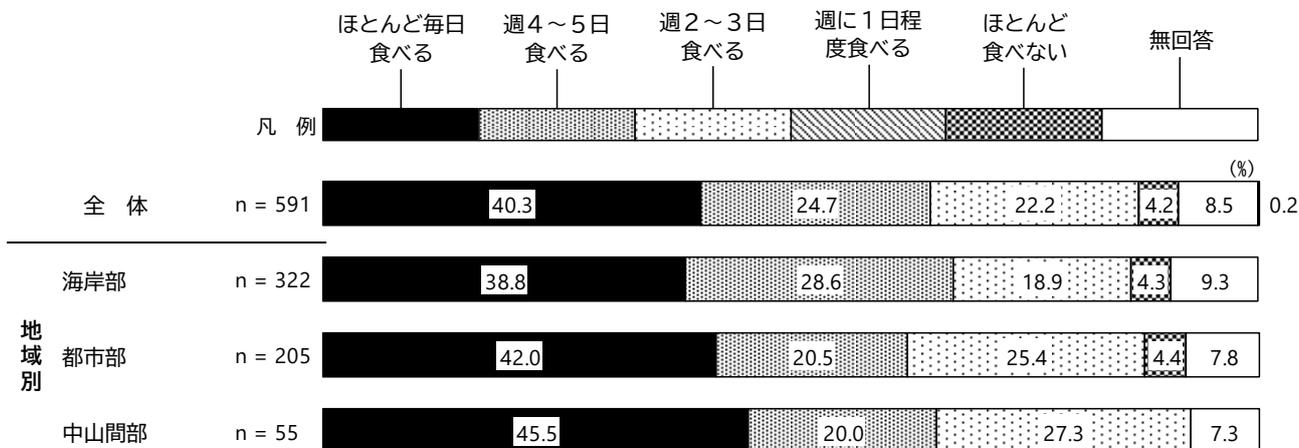
（3）主食・主菜・副菜を揃えて食べる頻度

- 「ほとんど毎日食べる」が40.3%と最も高くなっている。次いで「週4～5日食べる」が24.7%、「週2～3日食べる」が22.2%となっている。
- 地域別では『栄養バランスに配慮した食生活を実践している』（「ほとんど毎日食べる」）について大きな差は出ていない。

問41 あなたは、主食・主菜・副菜を三つ揃えて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。（〇は1つ）



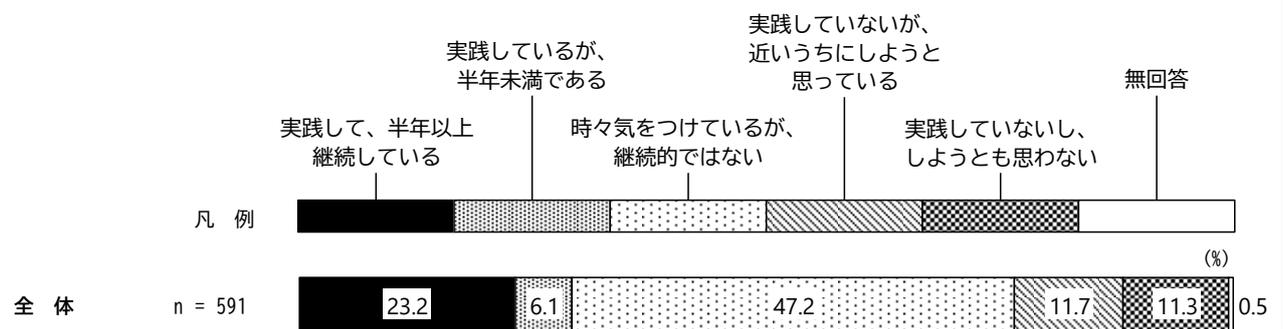
【主食・主菜・副菜を揃えて食べる頻度／地域別】



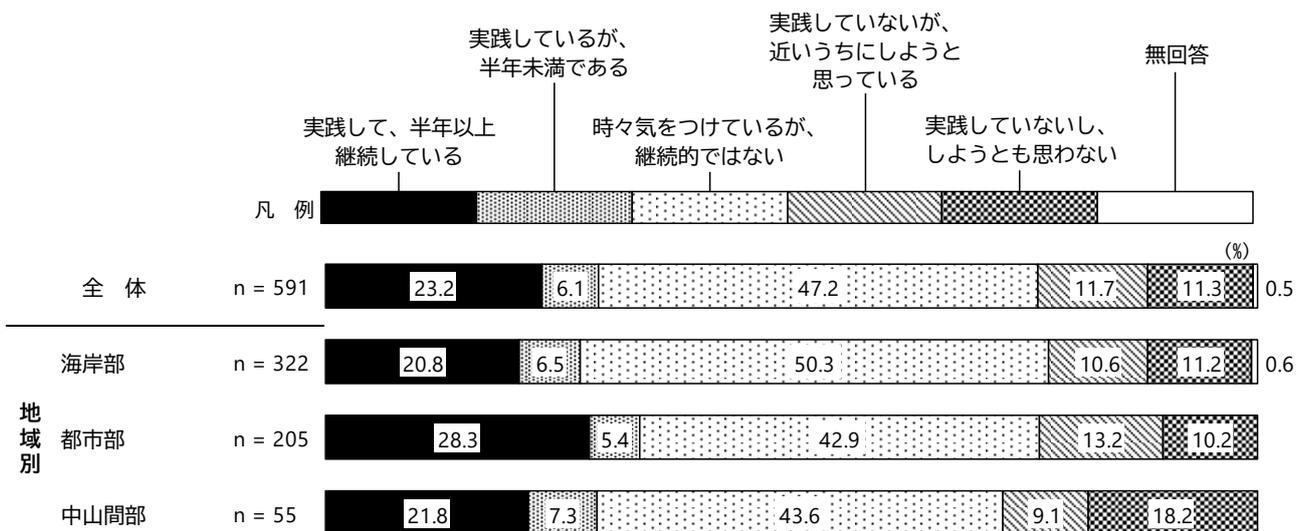
（４）健康維持増進や生活習慣病予防のために実施していること

- 「時々気をつけているが、継続的ではない」が 47.2%と最も高くなっている。次いで「実践して、半年以上継続している」が 23.2%、「実践していないが、近いうちにしようと思っている」が 11.7%となっている。
- 都市部では『生活習慣病の予防や改善のために、普段から適正体重の維持や減塩等に気を付けた食生活を実践している』（「実践して、半年以上継続している」）が 28.3%と他地域に比べ 5ポイント以上高い。

問 4 2 あなたは、健康の維持増進や生活習慣病予防のために(1)適切な食事（減塩等）、(2)定期的な運動、(3)週に複数回の体重計測のいずれかを実施していますか。（○は1つ）



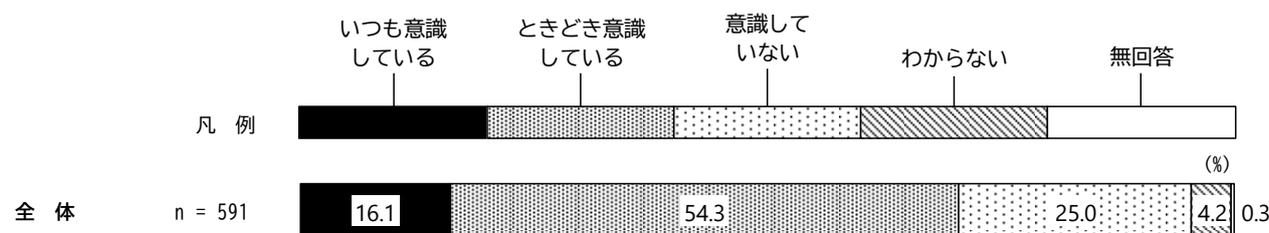
【健康維持増進や生活習慣病予防のために実施していること／地域別】



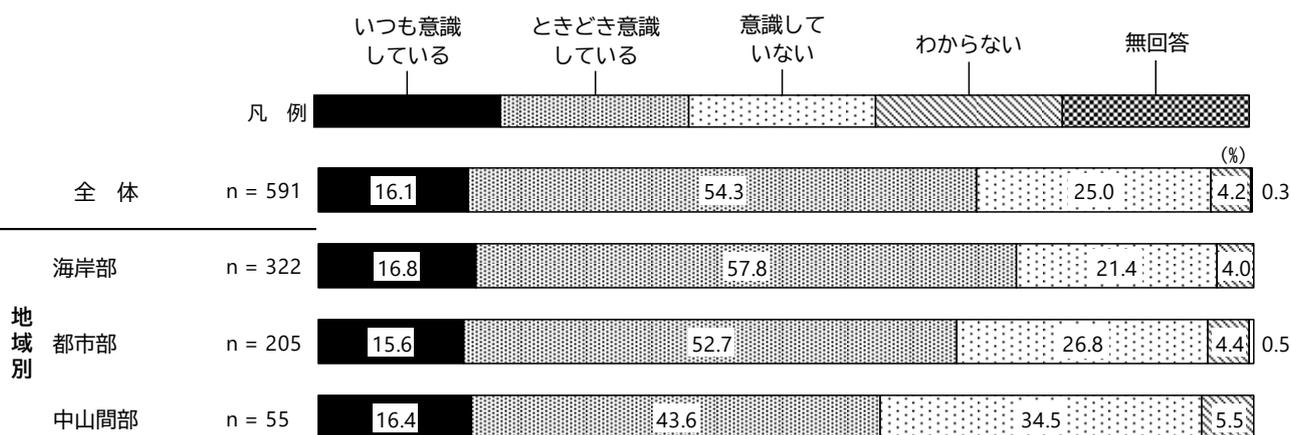
（５）日頃の食事の中での減塩意識について

- 「ときどき意識している」が54.3%と最も高くなっている。次いで「意識していない」が25.0%、「いつも意識している」が16.1%となっている。
- 中山間部では「意識していない」が34.5%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問43 あなたは、日頃の食事の中で減塩を意識していますか。（○は1つ）



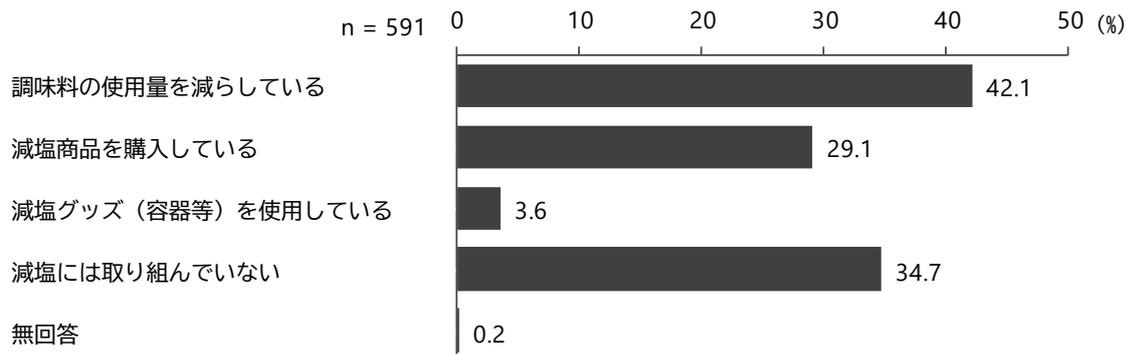
【日頃の食事の中での減塩意識について／地域別】



（6）減塩の取り組みについて

- 「調味料の使用量を減らしている」が42.1%と最も高くなっている。次いで「減塩商品を購入している」が29.1%となっている。一方、「減塩には取り組んでいない」は34.7%となっている。
- 中山間部では「減塩には取り組んでいない」が47.3%と他地域に比べ10ポイント以上高い。

問44 あなたは、減塩に取り組んでいますか。（あてはまるものすべてに○）



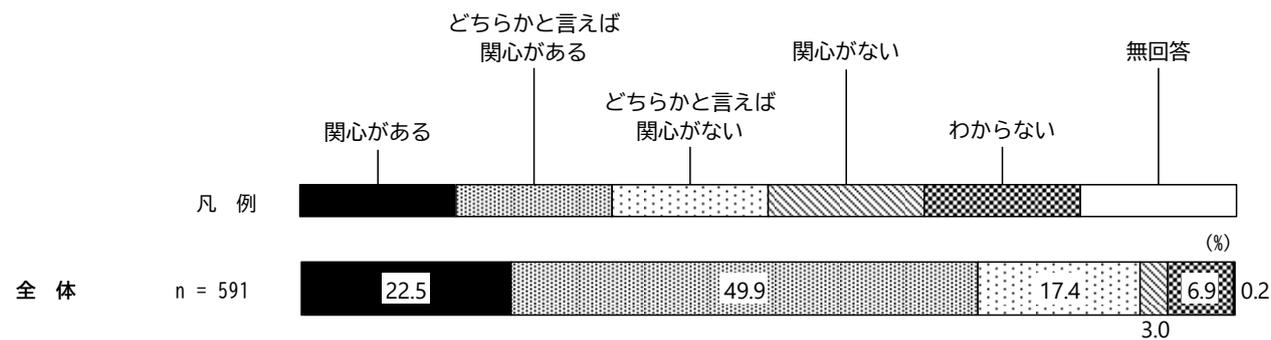
【減塩の取り組みについて／地域別】

		n	調味料の使用量を減らしている (%)	減塩商品を購入している (%)	減塩グッズ（容器等）を使用している (%)	減塩には取り組んでいない (%)	無回答 (%)
全体		591	42.1	29.1	3.6	34.7	0.2
地域別	海岸部	322	45.0	30.4	2.8	31.1	-
	都市部	205	39.5	30.7	5.4	36.6	-
	中山間部	55	36.4	18.2	1.8	47.3	-

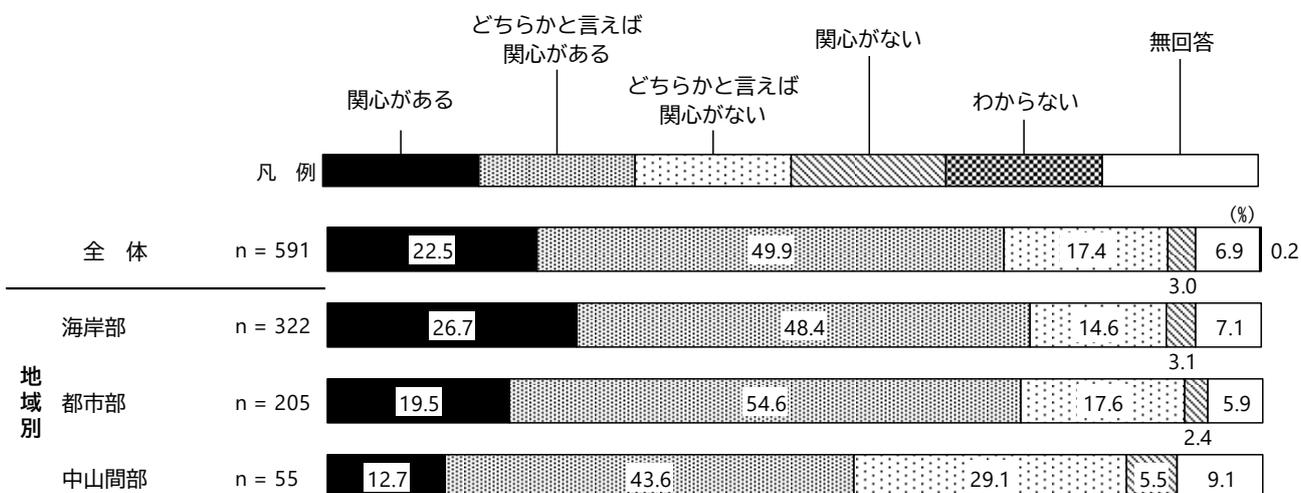
（7）食育に関心があるか

- 「どちらかと言えば関心がある」が49.9%と最も高くなっている。次いで「関心がある」が22.5%、「どちらかと言えば関心がない」が17.4%となっている。
- 『食育に関心がある』（「関心がある」+「どちらかと言えば関心がある」）は72.4%となっている。
- 中山間部では『食育に関心がある』が56.3%と他地域に比べ10ポイント以上低い。

問45 あなたは、食育に関心がありますか。（○は1つ）



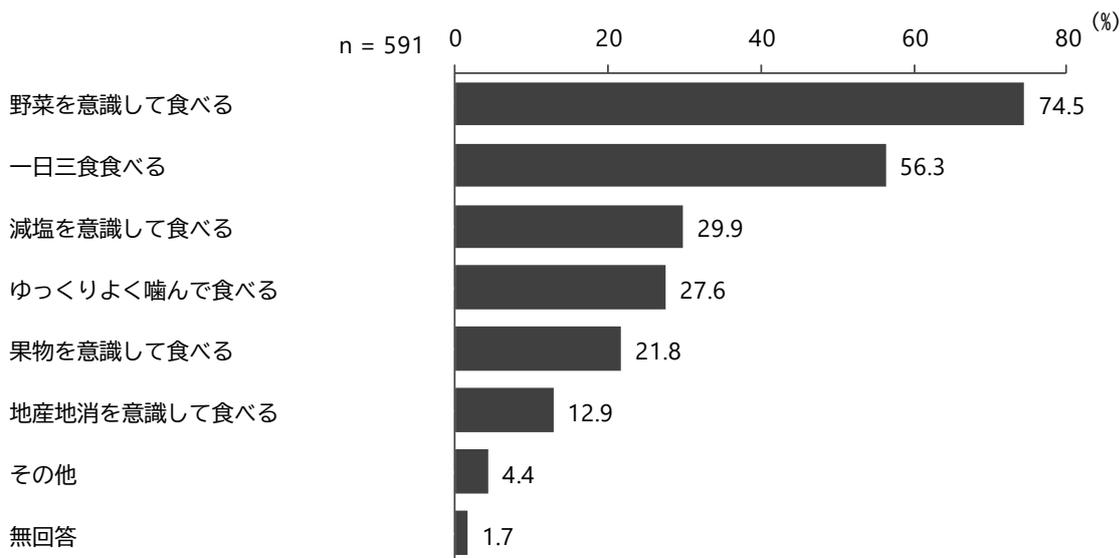
【食育に関心があるか／地域別】



（８）「食」に関する取り組みで実施していること

- 「野菜を意識して食べる」が74.5%と最も高くなっている。次いで「一日三食食べる」が56.3%、「減塩を意識して食べる」が29.9%となっている。
- 「ゆっくりよく噛んで食べる」は27.6%となっている。
- 地域別では「野菜を意識して食べる」が各地域でそれぞれ最も高くなっている。

問46 あなたは日頃「食」に関する取り組みで、実施されていることは何ですか。（あてはまるものすべてに○）



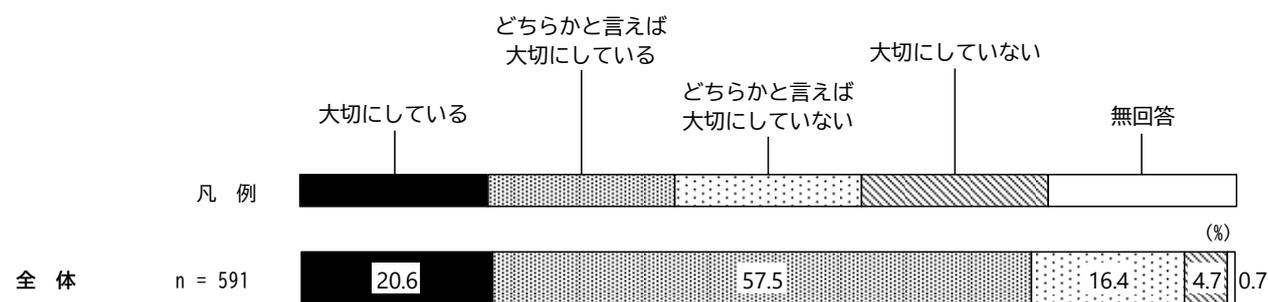
【「食」に関する取り組みで実施していること／地域別】

		n	野菜を意識して食べる	一日三食食べる	減塩を意識して食べる	ゆっくりよく噛んで食べる	果物を意識して食べる	地産地消を意識して食べる	その他	無回答
全体		591	74.5	56.3	29.9	27.6	21.8	12.9	4.4	1.7
地域別	海岸部	322	79.2	53.1	30.7	30.1	23.0	12.4	5.3	2.2
	都市部	205	70.2	61.5	30.2	25.4	22.0	14.1	2.9	1.0
	中山間部	55	67.3	58.2	29.1	25.5	14.5	12.7	5.5	-

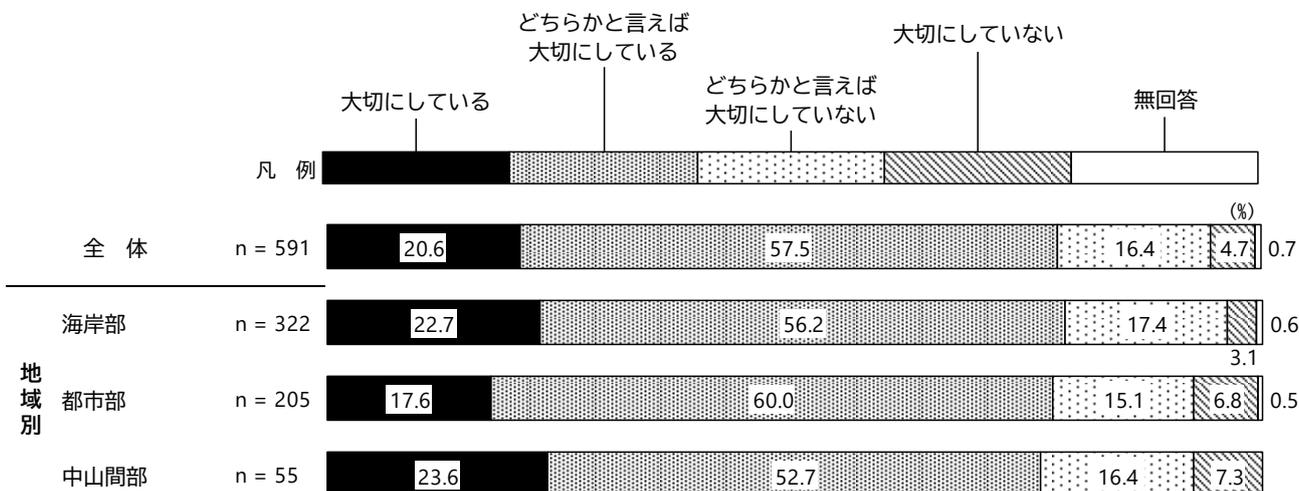
（9）ふだん食文化を大切にしているか

- 「どちらかと言えば大切にしている」が57.5%と最も高くなっている。次いで「大切にしている」が20.6%、「どちらかと言えば大切にしていない」が16.4%となっている。
- 『食文化を大切にしている』（「大切にしている」+「どちらかと言えば大切にしている」）は78.1%となっている。
- 地域別では『食文化を大切にしている』について大きな差は出ていない。

問47 あなたはふだん、伝統食や行事食及び食事マナーなどを含め、食文化を大切にしていますか。（○は1つ）



【ふだん食文化を大切にしているか／地域別】

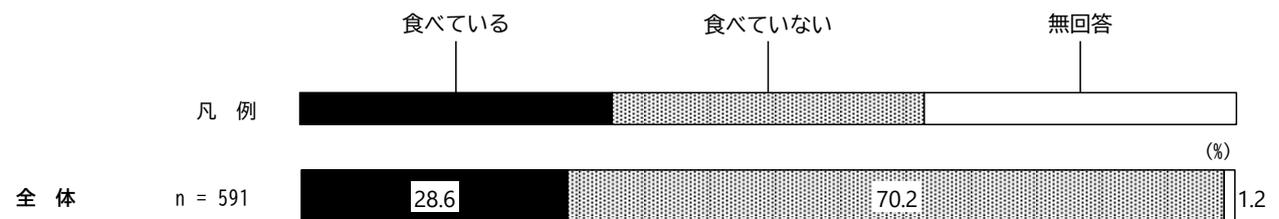


（10）郷土料理や伝統料理を月1回以上食べているか

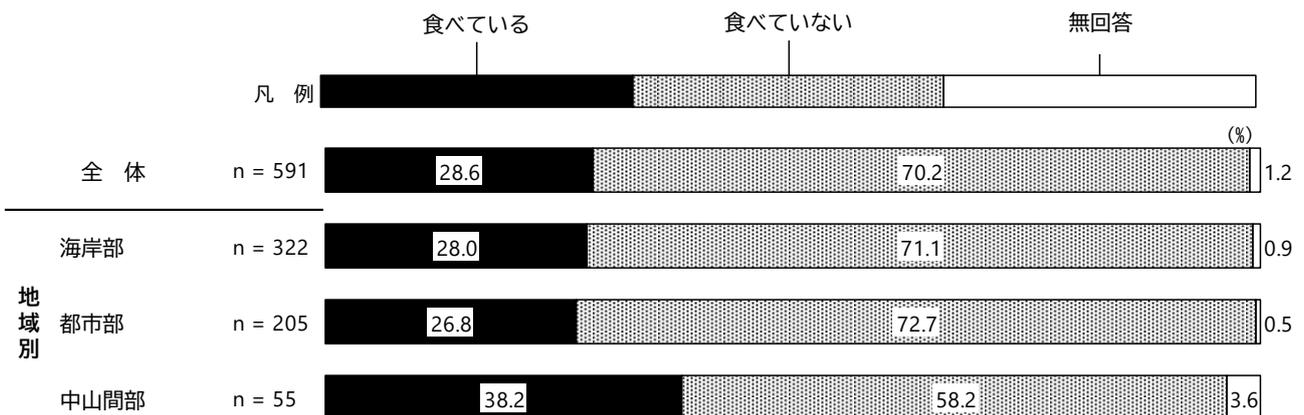
- 「食べていない」が70.2%、「食べている」が28.6%となっている。
- 都市部では「食べている」が26.8%と地域別の中で最も低い。

問48 あなたは、郷土料理や伝統料理（行事食）含むなど、月1回以上食べていますか。

（○は1つ）



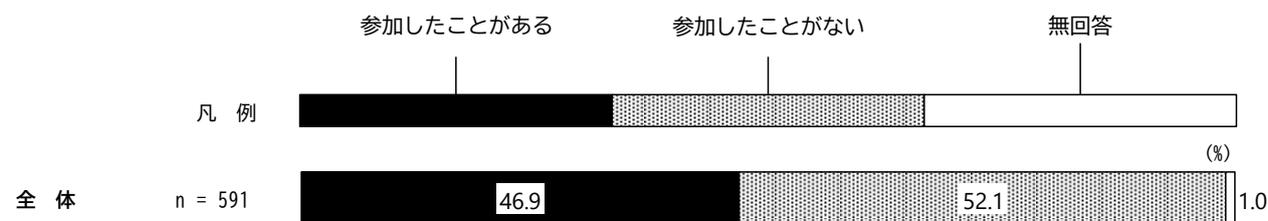
【郷土料理や伝統料理を月1回以上食べているか／地域別】



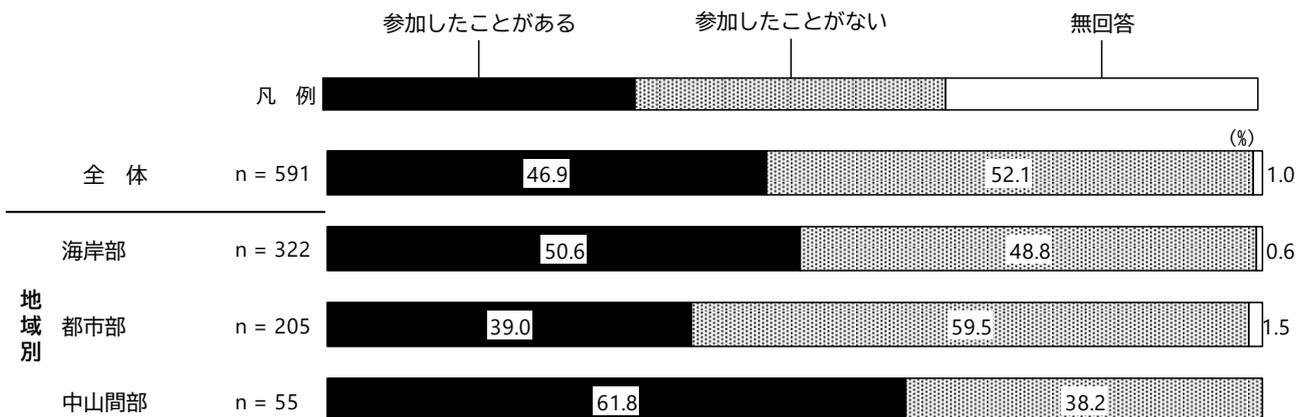
（11）過去10年間で、農林漁業体験に参加したことがあるか

- 「参加したことがない」が52.1%、「参加したことがある」が46.9%となっている。
- 都市部では「参加したことがある」が39.0%と他地域に比べ10ポイント以上低い。

問49 あなたは、おおむね過去10年間で田植えや野菜、果物の収穫、水産加工など、農林漁業体験に参加したことがありますか。（○は1つ）



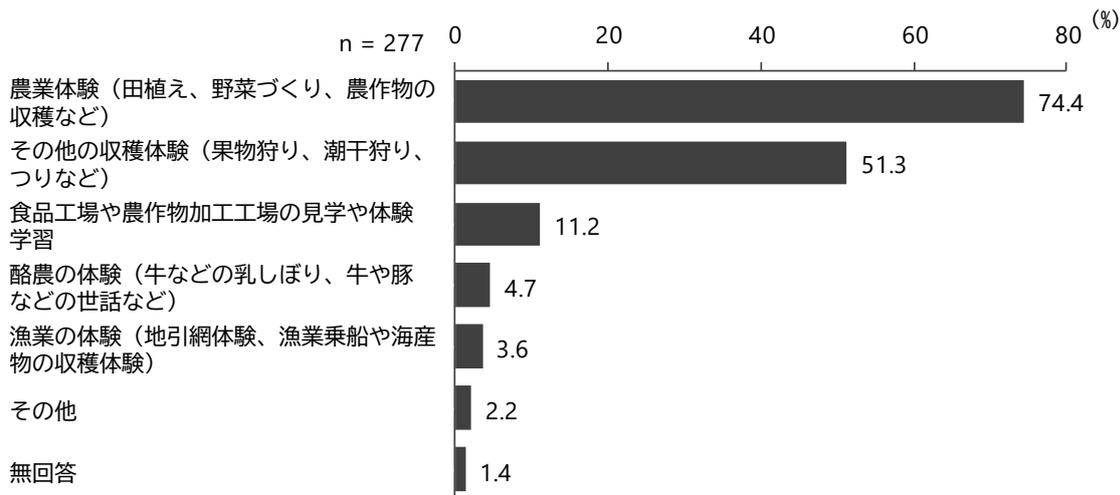
【過去10年間で、農林漁業体験に参加したことがあるか／地域別】



（12）参加したことのある農林漁業体験

- 「農業体験（田植え、野菜づくり、農作物の収穫など）」が74.4%と最も高くなっている。次いで「その他の収穫体験（果物狩り、潮干狩り、つりなど）」が51.3%、「食品工場や農作物加工工場の見学や体験学習」が11.2%となっている。
- 中山間部では「その他の収穫体験（果物狩り、潮干狩り、つりなど）」が41.2%と他地域に比べ10ポイント以上低い。

問49-1 それはどのような体験でしたか。（あてはまるものすべてに○）



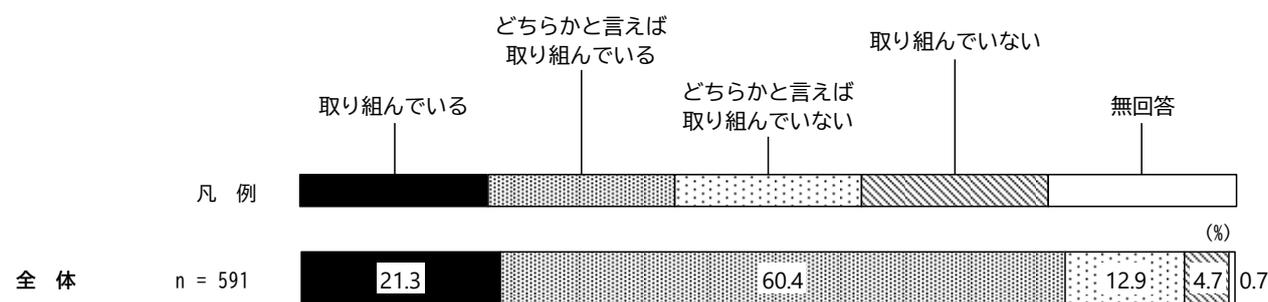
【参加したことのある農林漁業体験について／地域別】

地域別	n	%						
		農業体験（田植え、野菜づくり、農作物の収穫など）	その他の収穫体験（果物狩り、潮干狩り、つりなど）	食品工場や農作物加工工場の見学や体験学習	酪農の体験（牛などの乳しぼり、牛や豚などの世話など）	漁業の体験（地引網体験、漁業乗船や海産物の収穫体験）	その他	無回答
全体	277	74.4	51.3	11.2	4.7	3.6	2.2	1.4
海岸部	163	74.2	51.5	11.7	6.1	4.9	2.5	1.2
都市部	80	73.8	55.0	11.3	3.8	2.5	1.3	2.5
中山間部	34	76.5	41.2	8.8	-	-	2.9	-

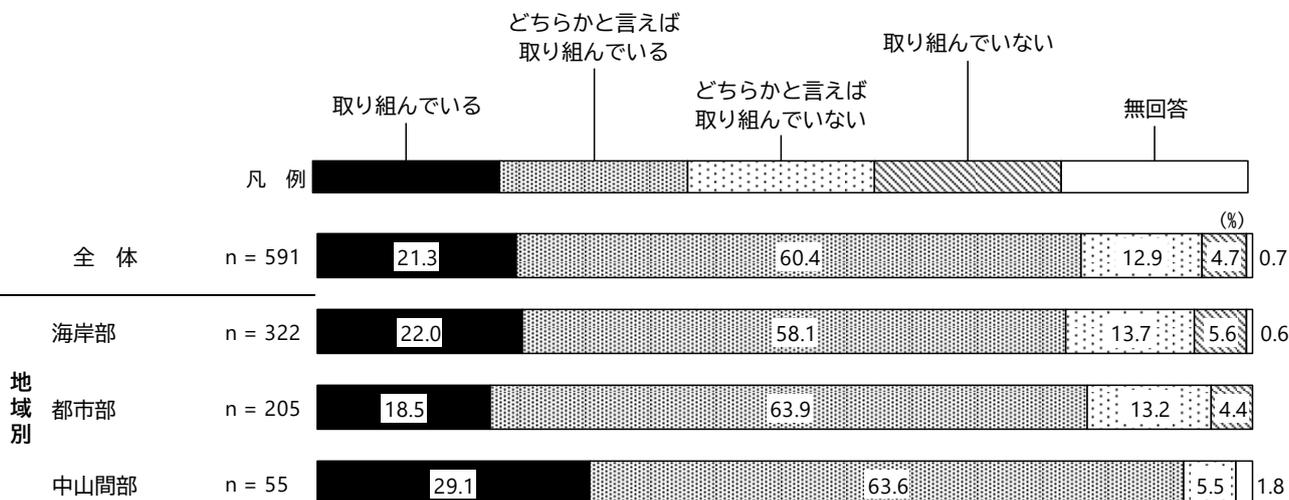
（13）「食品ロス」を削減することを意識して取り組んでいるか

- 「どちらかと言えば取り組んでいる」が60.4%と最も高くなっている。次いで「取り組んでいる」が21.3%、「どちらかと言えば取り組んでいない」が12.9%となっている。
- 『食品ロス削減のために何らかの行動をしている』（「取り組んでいる」+「どちらかと言えば取り組んでいる」）は81.7%となっている。
- 中山間部では『食品ロス削減のために何らかの行動をしている』が92.7%と他地域に比べ10ポイント以上高い。

問50 あなたは「食品ロス」を削減することを意識して取り組んでいますか。（○は1つ）



【「食品ロス」を削減することを意識して取り組んでいるか／地域別】

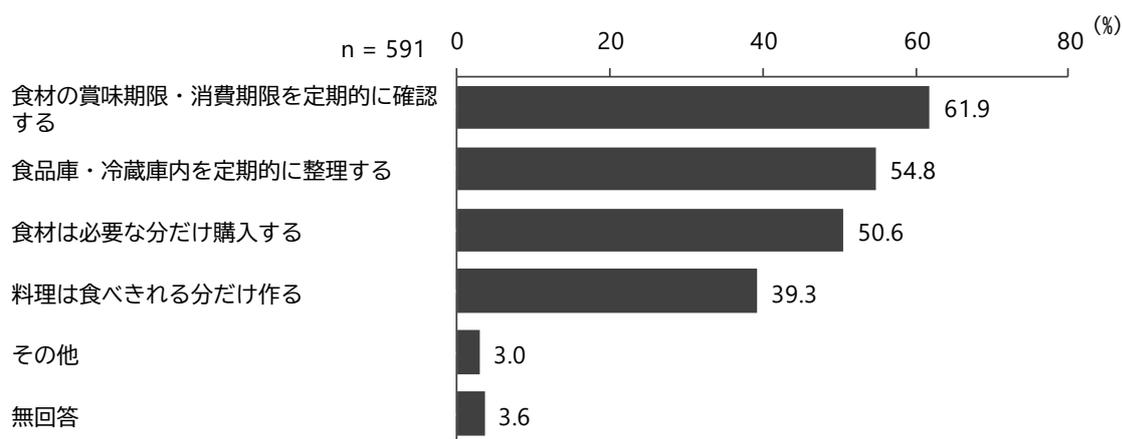


（14）食品ロス削減のために取り組んでいること

- 「食材の賞味期限・消費期限を定期的に確認する」が61.9%と最も高くなっている。次いで「食品庫・冷蔵庫内を定期的に整理する」が54.8%、「食材は必要な分だけ購入する」が50.6%となっている。
- 中山間部では「食品庫・冷蔵庫内を定期的に整理する」が他地域と比べ10ポイント以上低く、「食材の賞味期限・消費期限を定期的に確認する」が10ポイント以上高くなっている。

問51 あなたが、食品ロスのために取り組んでいることはなんですか。

（あてはまるものすべてに○）



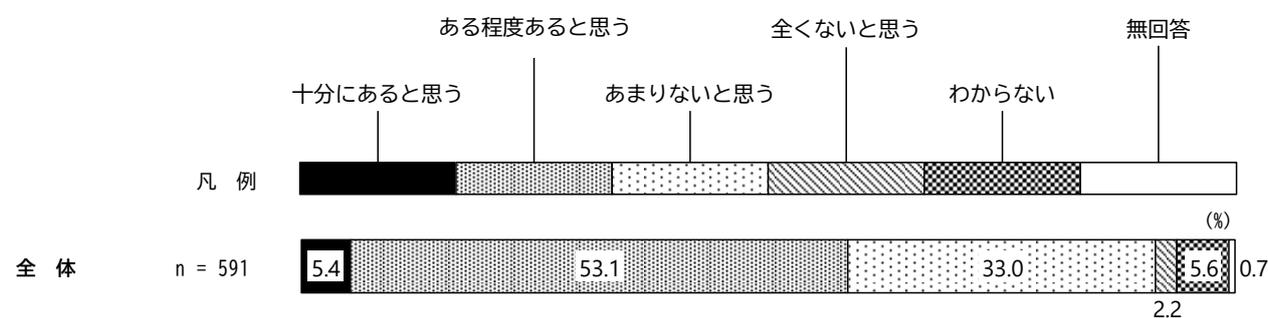
【食品ロス削減のために取り組んでいること／地域別】

		n	を食材の賞味期限・消費期限に定期的に確認する	に食品庫・冷蔵庫内を定期的に整理する	る食材は必要な分だけ購入する	る料理は食べきれ的分だけ作る	その他	無回答
全 体		591	61.9	54.8	50.6	39.3	3.0	3.6
地域別	海岸部	322	62.4	57.1	47.8	37.9	3.4	4.0
	都市部	205	58.0	55.1	55.6	43.9	2.9	3.4
	中山間部	55	76.4	40.0	49.1	36.4	1.8	-

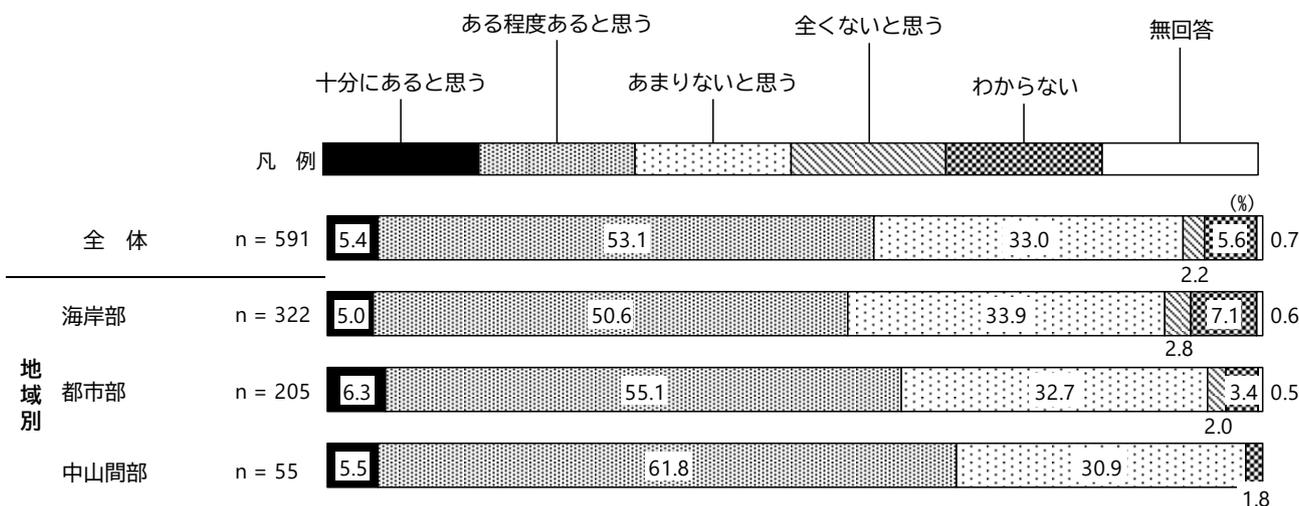
（15）健康に悪影響を与えないための食品選びや調理方法の知識があるか

- 「ある程度あると思う」が53.1%と最も高くなっている。次いで「あまりないと思う」が33.0%、「わからない」が5.6%となっている。
- 『食品の安全性について、基礎的な知識がある』（「十分にあると思う」+「ある程度あると思う」）は58.5%となっている。
- 海岸部では『食品の安全性について、基礎的な知識がある』が55.6%と他地域に比べ5ポイント以上低い。

問52 あなたは、健康に悪影響を与えないようにするために、どのような食品を選んだほうがよいかや、どのような調理が必要かについての知識がありますか。（○は1つ）



【健康に悪影響を与えないための食品選びや調理方法の知識があるか／地域別】

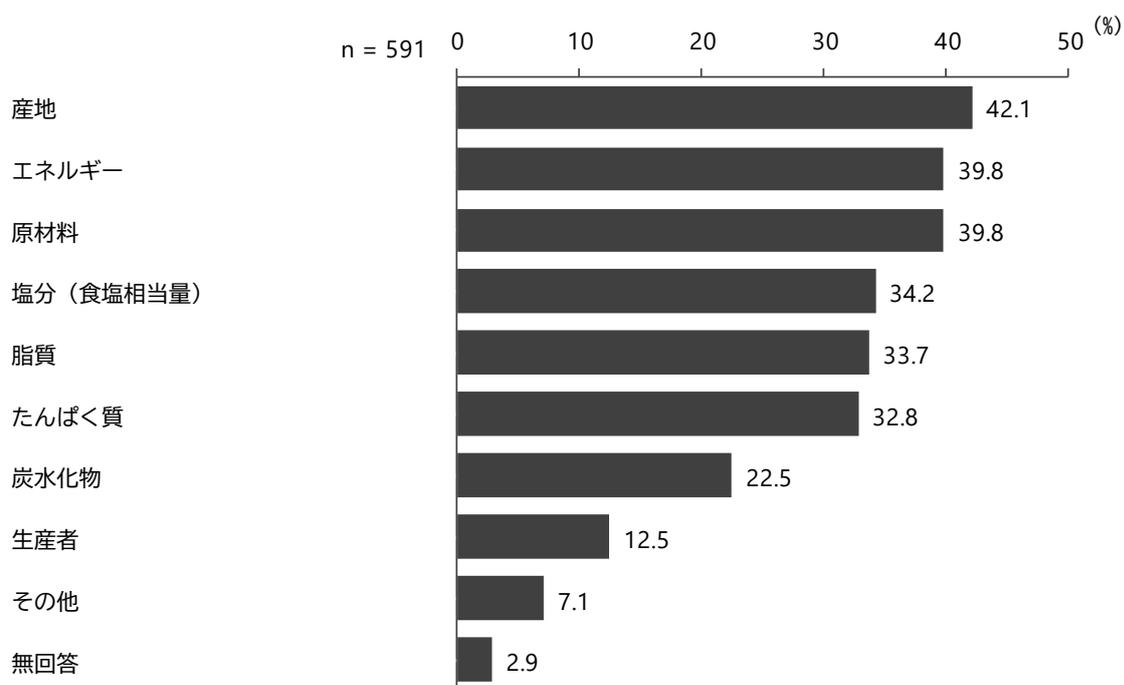


（16）食品を選択する際に気を付けていること

- 「産地」が42.1%と最も高くなっている。次いで「エネルギー」と「原材料」がともに39.8%となっている。
- 都市部では「脂質」が41.0%と他地域に比べ10ポイント以上高い。

問53 あなたは、ふだん食品を選択する際にどのようなことに気を付けていますか。

（あてはまるものすべてに○）



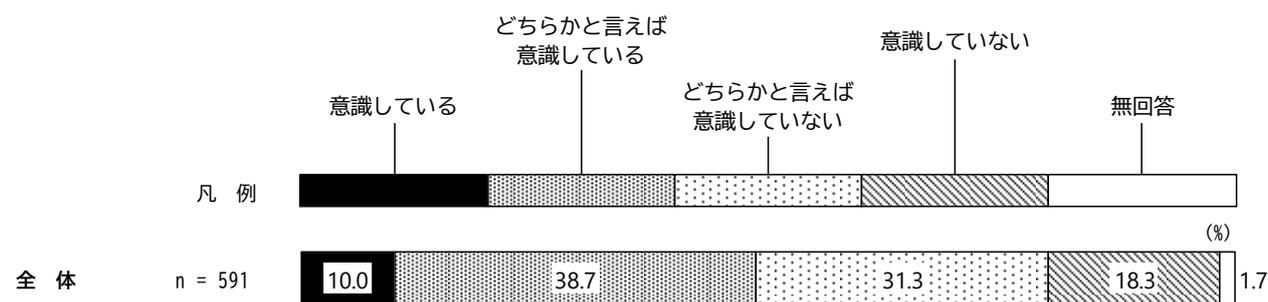
【食品を選択する際に気を付けていること／地域別】

		n	産地	エネルギー	原材料	塩分（食塩相当量）	脂質	たんぱく質	炭水化物	生産者	その他	無回答
全体		591	42.1	39.8	39.8	34.2	33.7	32.8	22.5	12.5	7.1	2.9
地域別	海岸部	322	43.5	39.4	40.7	34.5	29.8	33.5	20.8	12.4	7.5	3.1
	都市部	205	40.0	39.0	40.0	34.6	41.0	32.2	26.3	13.2	6.3	2.4
	中山間部	55	45.5	40.0	34.5	30.9	29.1	30.9	18.2	12.7	7.3	1.8

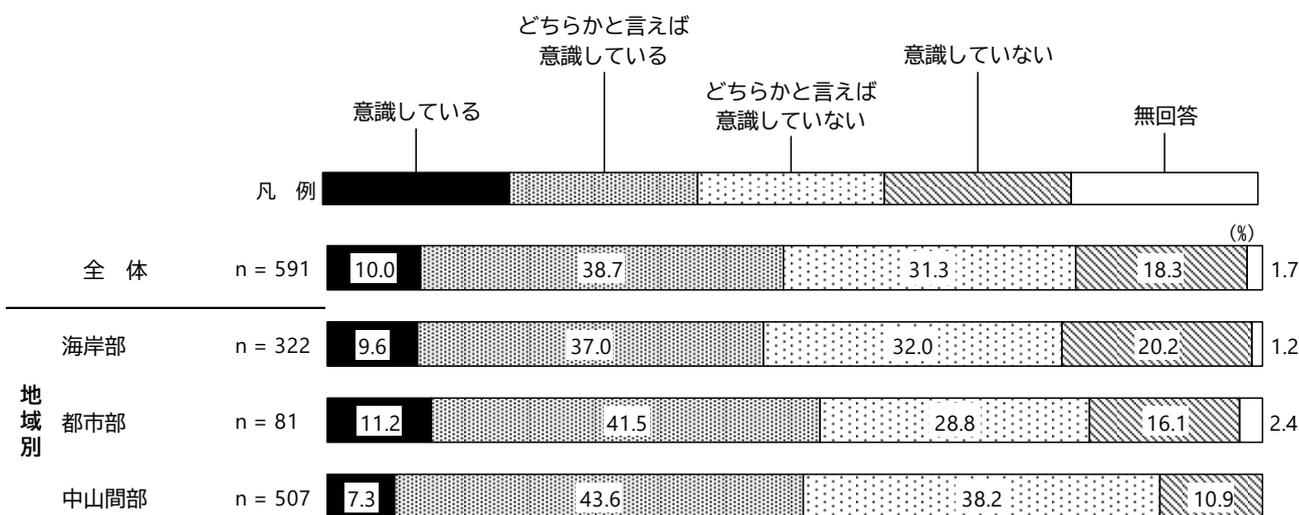
（17）食品を購入する際に環境を意識しているか

- 「どちらかと言えば意識している」が38.7%と最も高くなっている。次いで「どちらかと言えば意識していない」が31.3%、「意識していない」が18.3%となっている。
- 『環境を意識している』（「意識している」+「どちらかと言えば意識している」）は48.7%となっている。
- 地域別では『環境を意識している』について大きな差は出ていない。

問54 あなたは、ふだん食品を選択する際に環境に配慮した農林水産物・食品を意識して購入しますか。（○は1つ）



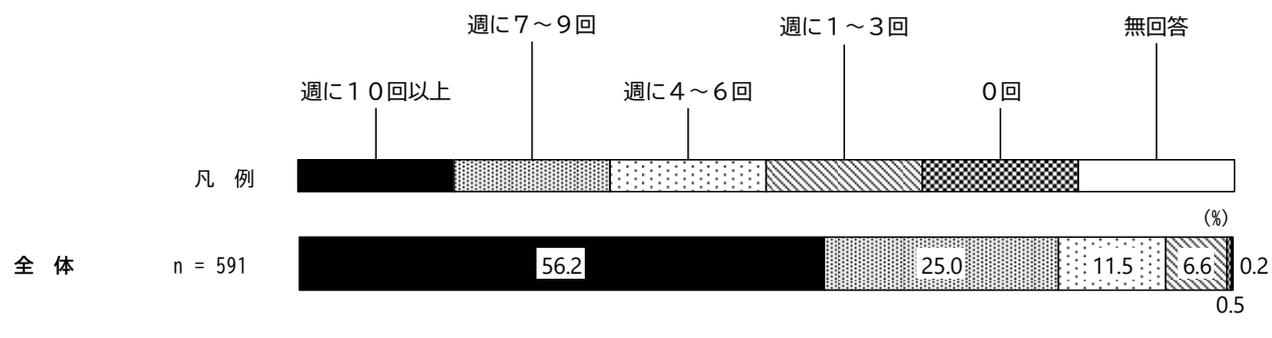
【食品を購入する際に環境を意識しているか／地域別】



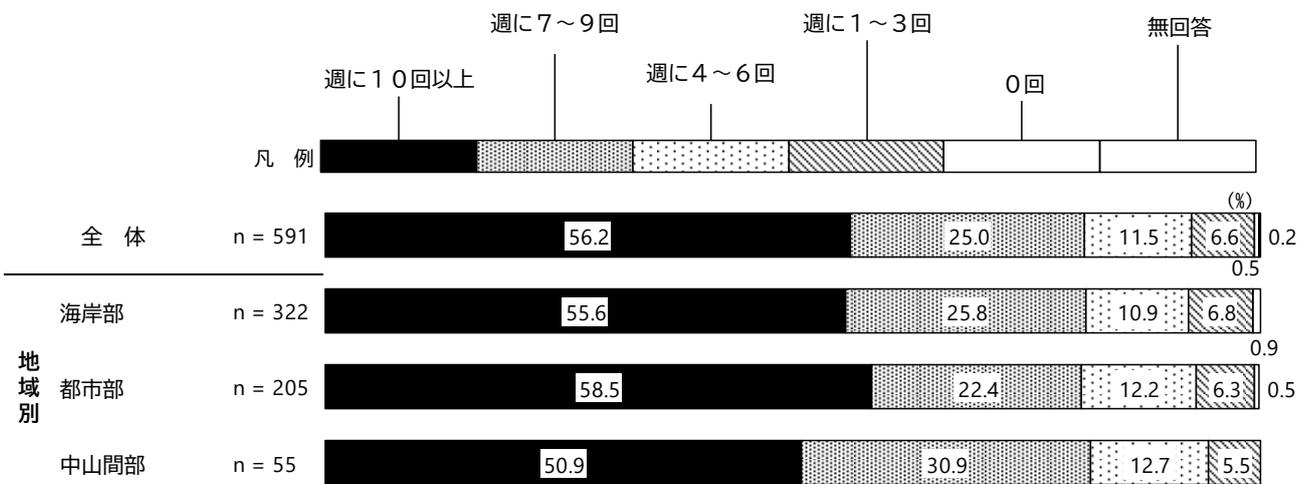
（18）家族と朝食や夕食を一緒に食べる1週間あたりの頻度

- 「週に10回以上」が56.2%と最も高くなっている。次いで「週に7～9回」が25.0%、「週に4～6回」が11.5%となっている。
- 地域別では「週に10回以上」について大きな差は出ていない。

問55 あなたは、朝食や夕食を家族と一緒に食べることは、1週間にどのくらいありますか。（同居者ありのみ）（○は1つ）



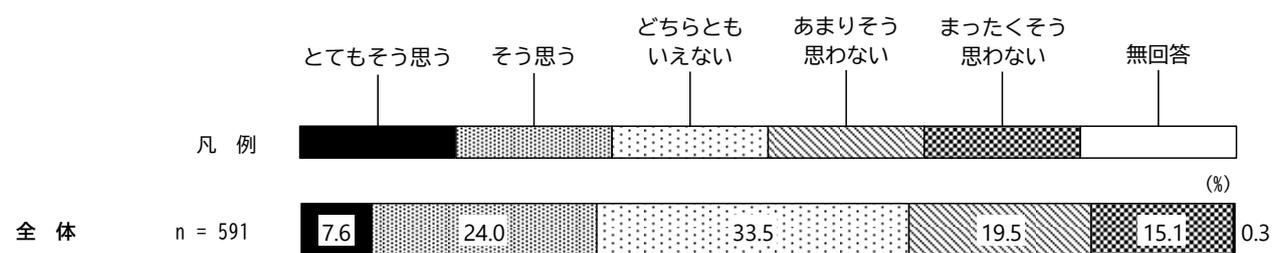
【家族と朝食や夕食を一緒に食べる1週間あたりの頻度／地域別】



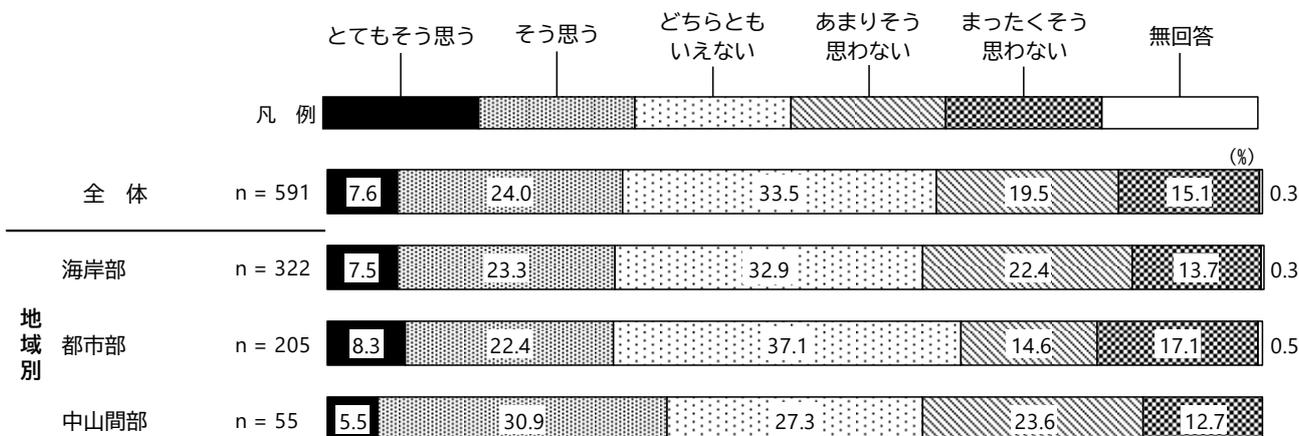
（19）地域や所属コミュニティでの食事会等に参加したいか

- 「どちらともいえない」が33.5%と最も高くなっている。次いで「そう思う」が24.0%、「あまりそう思わない」が19.5%となっている。
- 『地域等で共食したいと思う』（「とてもそう思う」＋「そう思う」）は31.6%となっている。
- 中山間部では『地域等で共食したいと思う』が36.4%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問56 地域や所属コミュニティ（職場を含む）での食事会等の機会があれば、あなたは参加したいと思いますか。（○は1つ）



【地域や所属コミュニティでの食事会等に参加したいか／地域別】



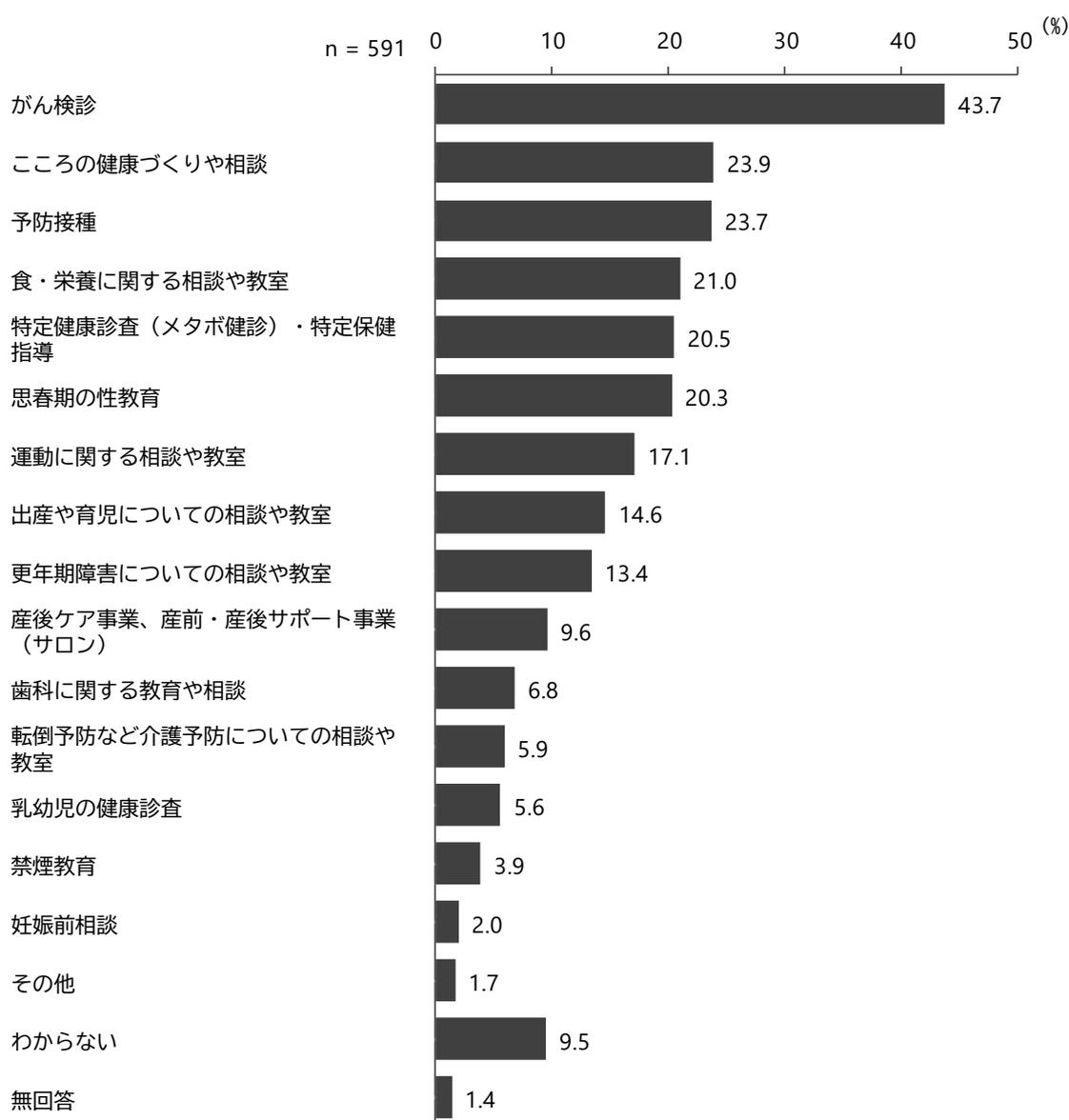
6 保健事業について

（1）いわき市の保健事業として今後どのような事業に力をいれていくべきか

- 「がん検診」が43.7%と最も高くなっている。次いで「こころの健康づくりや相談」が23.9%、「予防接種」が23.7%となっている。
- 中山間部では「特定健康診断（メタボ検診）・特定保健指導」が29.1%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問57 いわき市の保健事業として今後どのような事業に力をいれていくべきだと思いますか。

（○は3つまで）



【いわき市の保険事業として今後どのような事業に力をいれていくべきか／地域別】

(%)

		n	がん検診	こころの健康づくりや相談	予防接種	食・栄養に関する相談や教室	特定健康診査（メタボ健診）・特定保健指導	思春期の性教育	運動に関する相談や教室	出産や育児についての相談や教室	更年期障害についての相談や教室
全 体		591	43.7	23.9	23.7	21.0	20.5	20.3	17.1	14.6	13.4
地域別	海岸部	322	39.8	24.8	21.7	23.3	19.6	23.6	17.7	14.3	11.2
	都市部	205	49.8	22.0	24.9	18.5	19.5	16.6	16.1	14.6	17.1
	中山間部	55	45.5	23.6	29.1	20.0	29.1	16.4	16.4	14.5	14.5

(%)

		n	産後ケア事業、産前・産後サポート事業（サロン）	歯科に関する教育や相談	転倒予防など介護予防について の相談や教室	乳幼児の健康診査	禁煙教育	妊娠前相談	その他	わからない	無回答
全 体		591	9.6	6.8	5.9	5.6	3.9	2.0	1.7	9.5	1.4
地域別	海岸部	322	10.2	6.5	5.9	5.3	4.7	2.5	2.2	11.5	0.6
	都市部	205	10.2	7.8	5.4	5.9	2.9	1.5	1.5	6.8	1.0
	中山間部	55	5.5	5.5	9.1	7.3	3.6	1.8	-	7.3	3.6

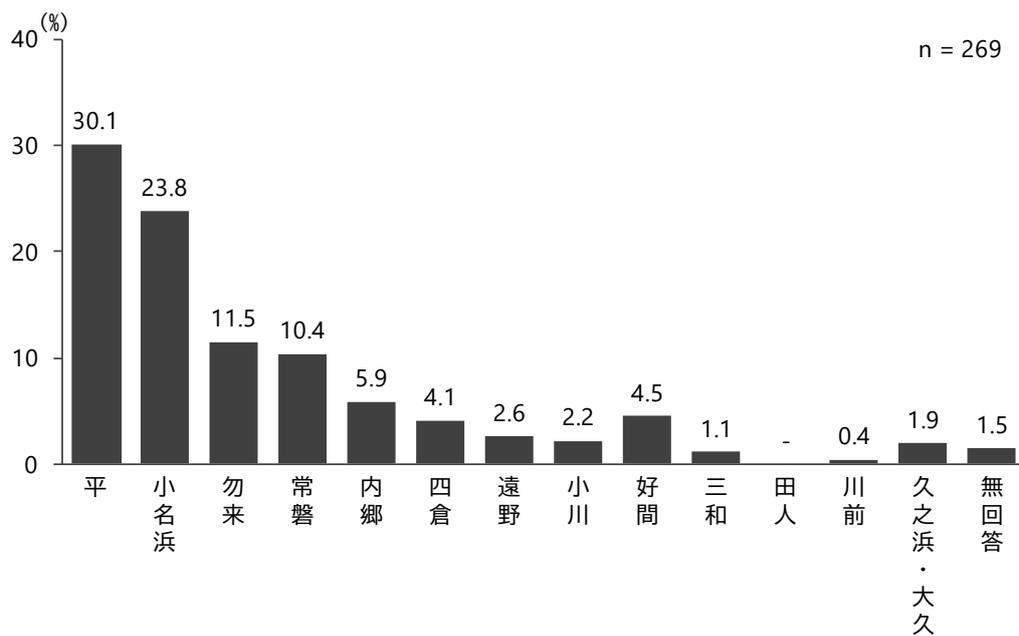
IV 調査結果の詳細（青年期）

1 あなたについて

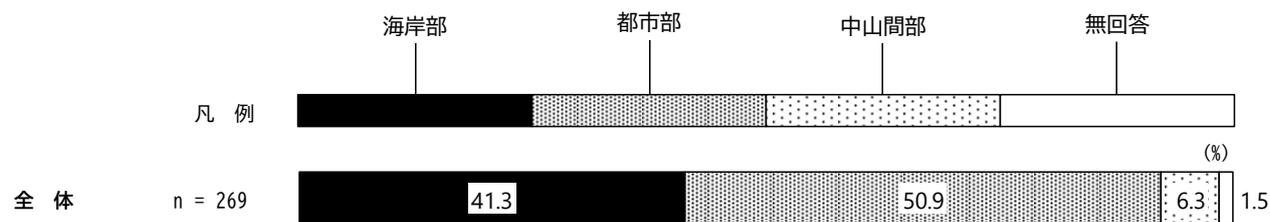
(1) 居住地区

問1 住んでいる地域はどちらですか。(○は1つ)

<地区別>

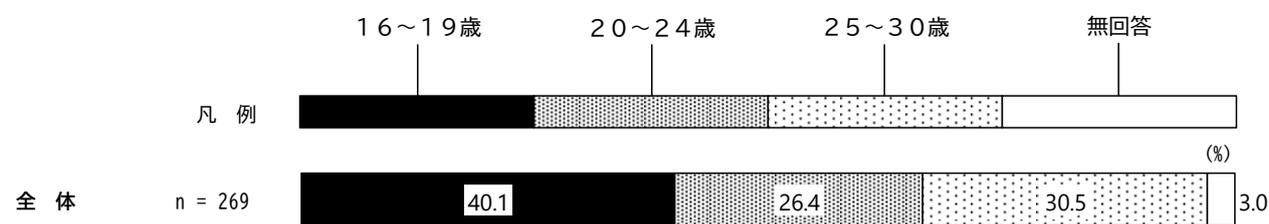


<地域別>



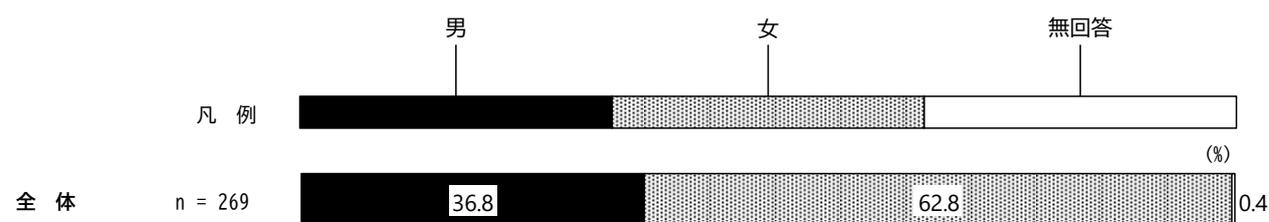
(2) 年齢

問2 年齢についてお答えください。(数字を記入)



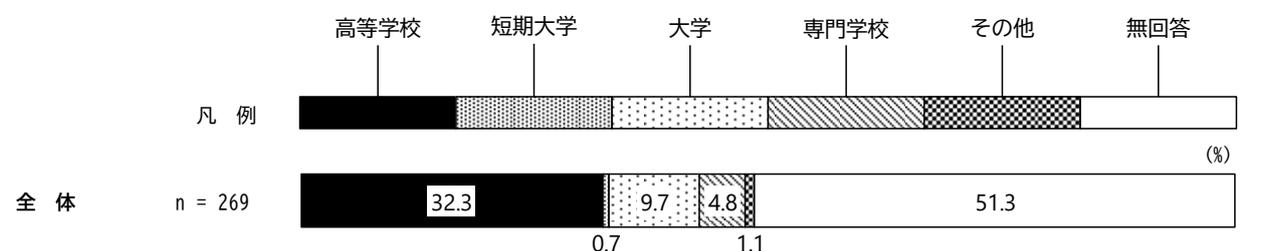
(3) 性別

問3 性別についてお答えください。(○は1つ)



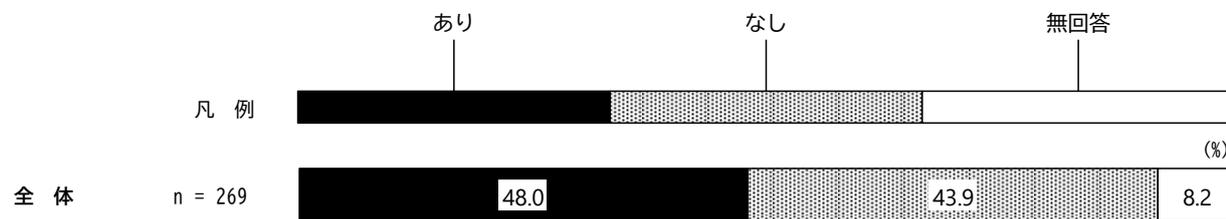
(4) 学校の区分

問4 学校の区分をお答えください。(○は1つ)



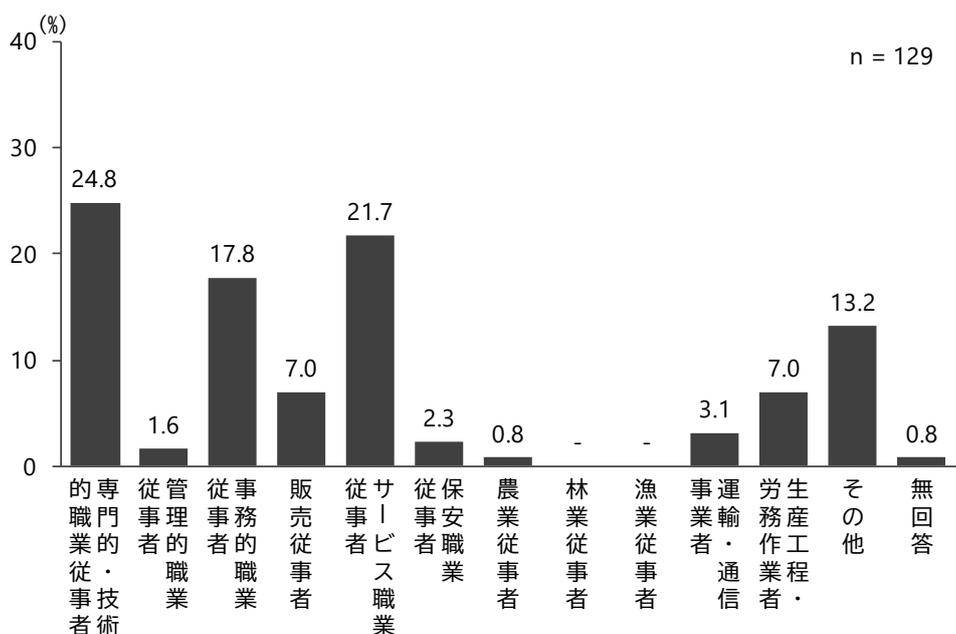
（5）就労

問5 就労についてお答えください。（○は1つ）



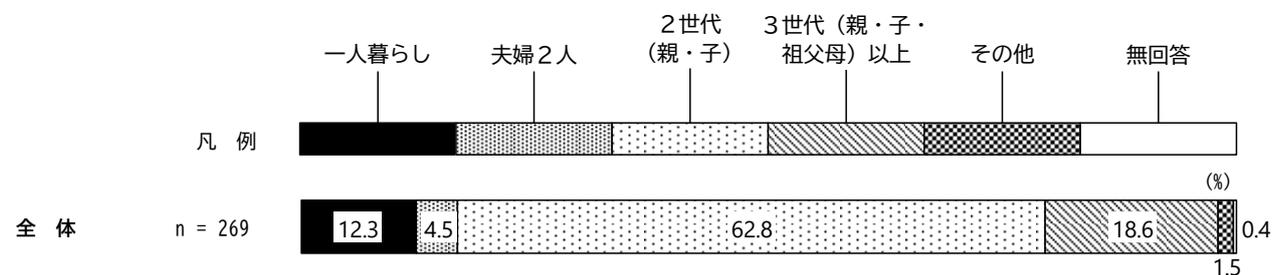
（6）就労の詳細

問5-1 具体的な就労内容（○は1つ）



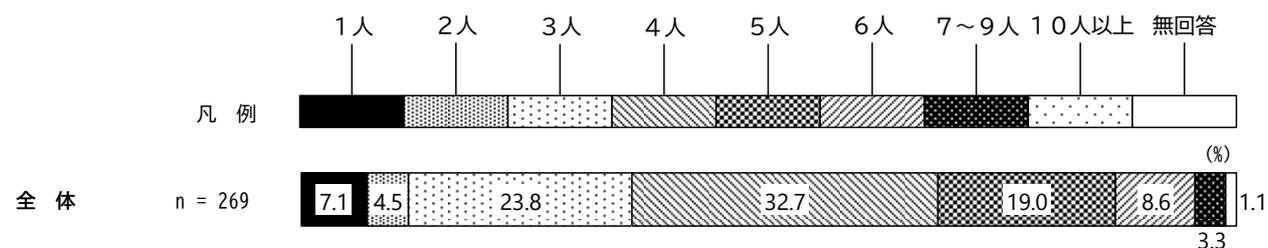
（7）家族構成

問6 家族構成についてお答えください。（○は1つ）



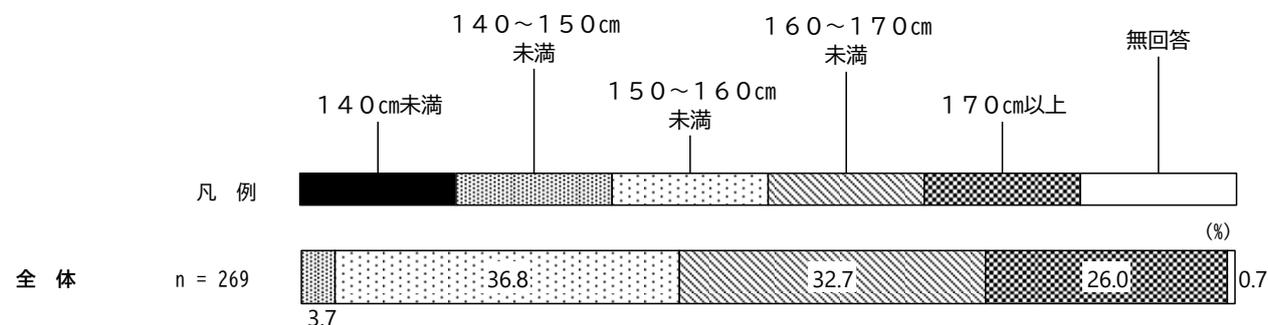
（8）家族の人数

問7 家族の人数をお答えください。（数字を記入）



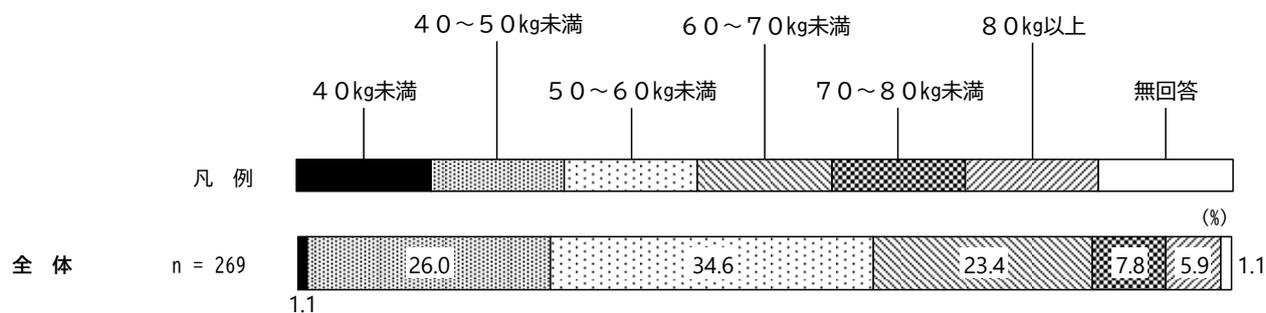
（9）身長

問8 ご自身の身長は何cmですか。（数字を記入）

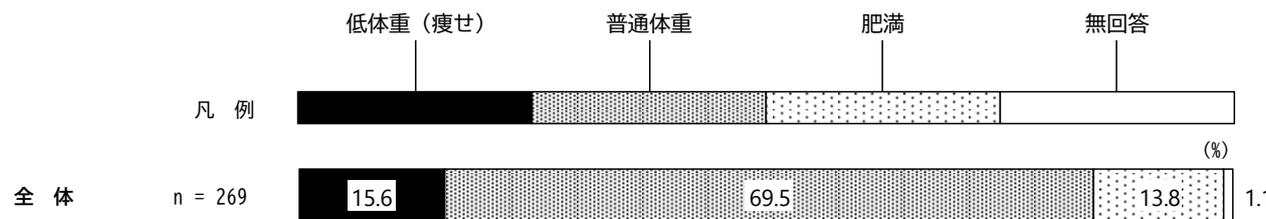


（10）体重

問9 ご自身の体重は何kgですか。（数字を記入）

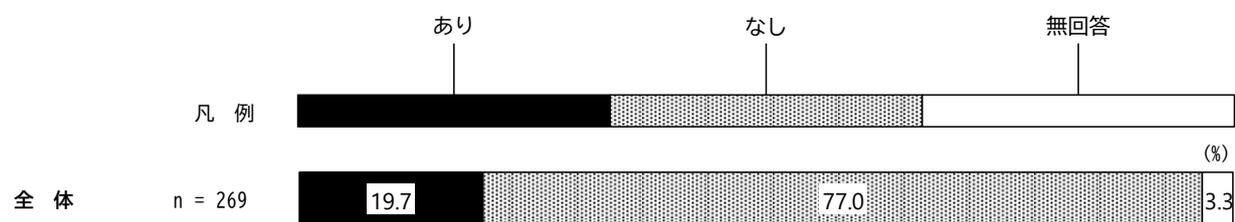


（11）BMI



（12）18歳以下の子供の有無

問10 18歳以下の子供の有無についてお答えください。（○は1つ）

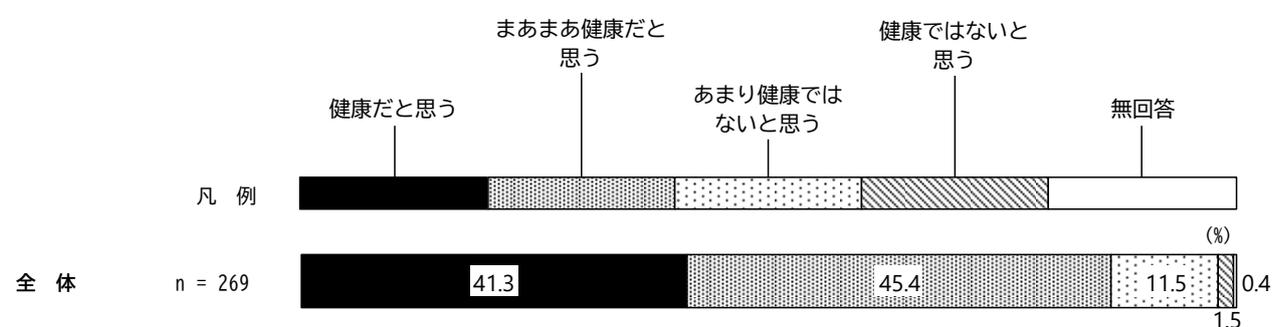


2 普段の生活について

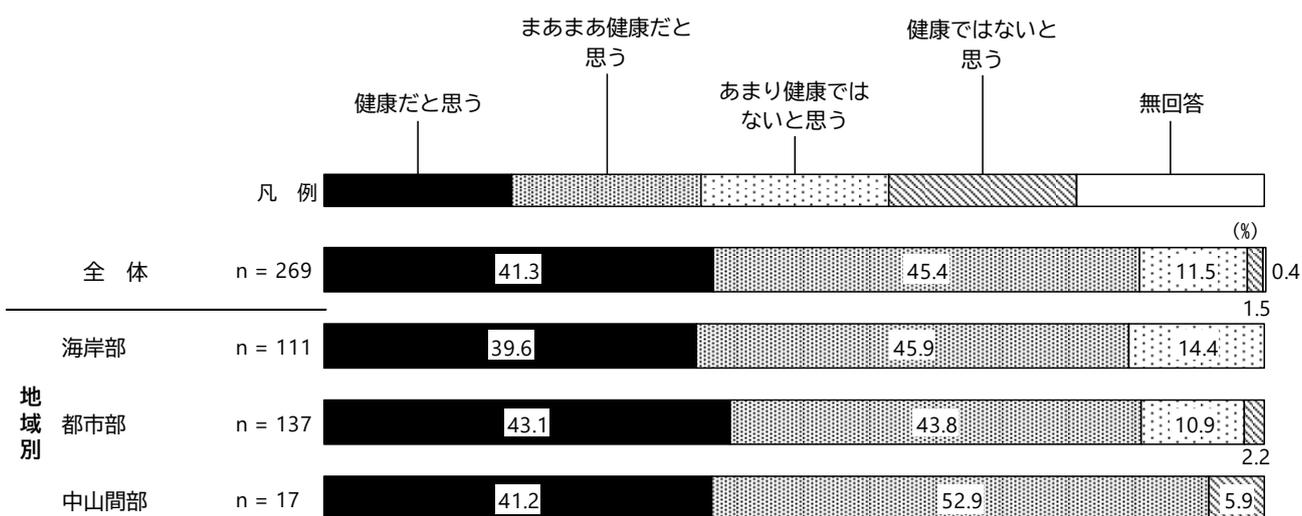
(1) 健康状態についてどう思うか

- 「まあまあ健康だと思う」が45.4%と最も高くなっている。次いで「健康だと思う」が41.3%、「あまり健康ではないと思う」が11.5%となっている。
- 『自分自身を健康であると思う人』（「健康だと思う」＋「まあまあ健康だと思う」）は86.7%となっている。
- 中山間部では『自分自身を健康であると思う人』が他地域と比べ5ポイント以上高くなっている。

問11 あなたは、現在の健康状態についてどう思いますか。（○は1つ）



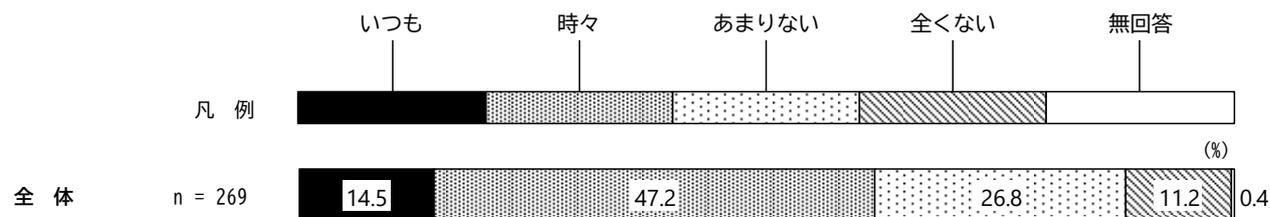
【健康状態についてどう思うか／地域別】



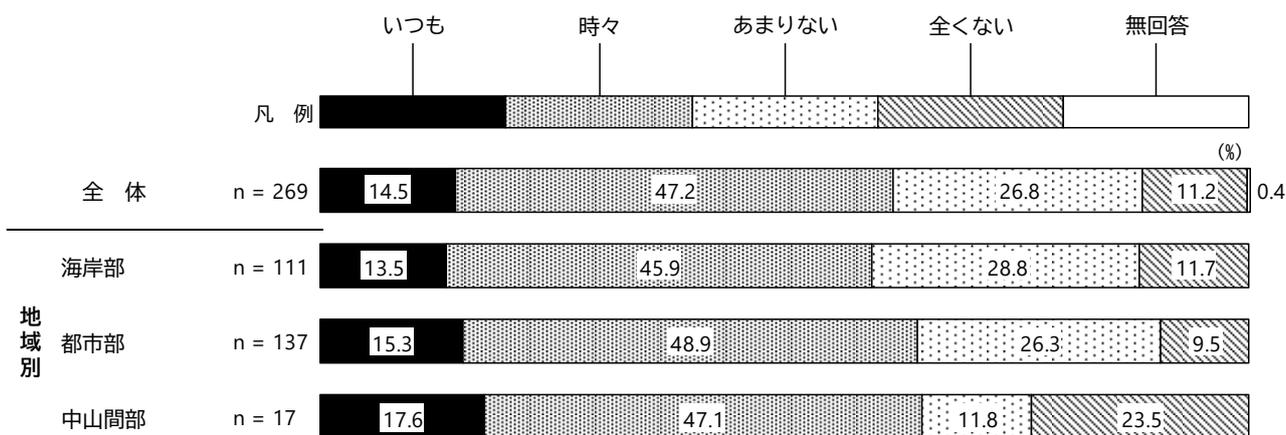
(2) 十分な睡眠時間を確保できない日がどれくらいあるか

- 「時々」が47.2%と最も高くなっている。次いで「あまりない」が26.8%、「いつも」が14.5%となっている。
- 地域別では『十分な睡眠時間を確保できない日がいつもある人』（「いつも」）について大きな差は出ていない。

問12 あなたは、十分な睡眠時間を確保できない日がどれくらいありますか。（○は1つ）



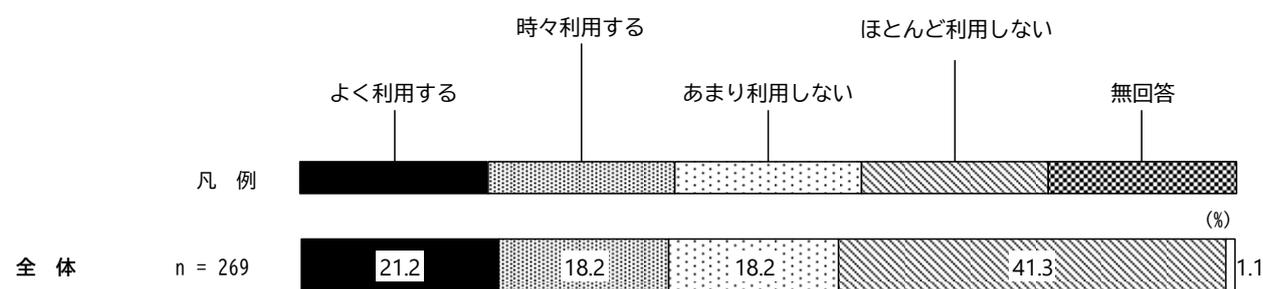
【十分な睡眠時間を確保できない日がどれくらいあるか／地域別】



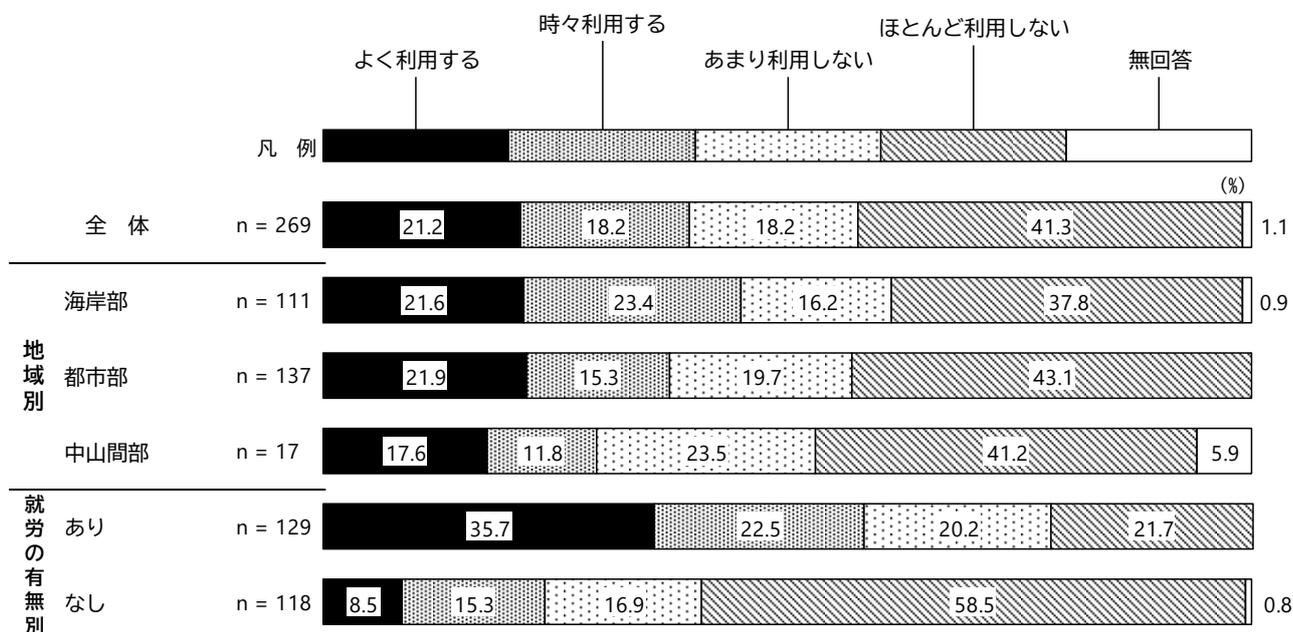
（3）歩いて5分程度の距離で車を利用するか

- 「ほとんど利用しない」が41.3%と最も高くなっている。次いで「よく利用する」が21.2%、「時々利用する」、「あまり利用しない」がともに18.2%となっている。
- 地域別では『歩いて5分程度で行ける距離でも車をよく利用する人』（「よく利用する」）について大きな差は出ていない。
- 就労している人では『歩いて5分程度で行ける距離でも車をよく利用する人』が35.7%と就労していない人に比べ20ポイント以上高い。

問13 あなたは、歩いて5分程度で行ける距離でも、車を利用するほうですか。（○は1つ）



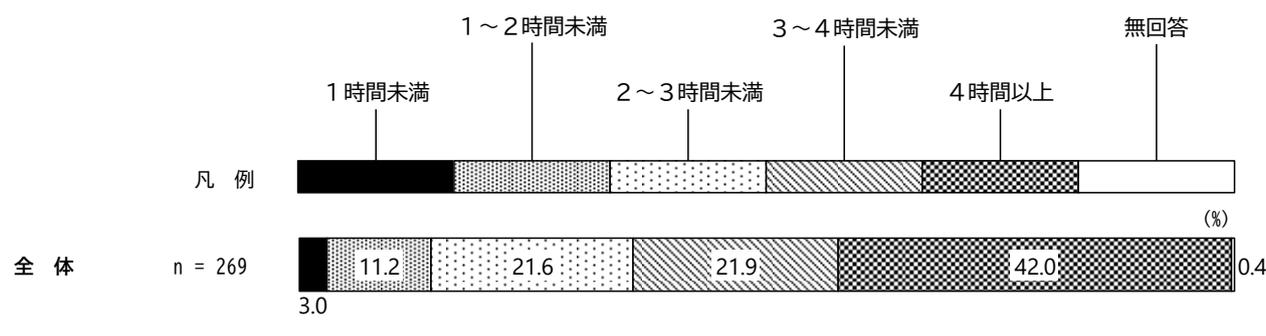
【歩いて5分程度の距離で車を利用するか／地域別／就労の有無別】



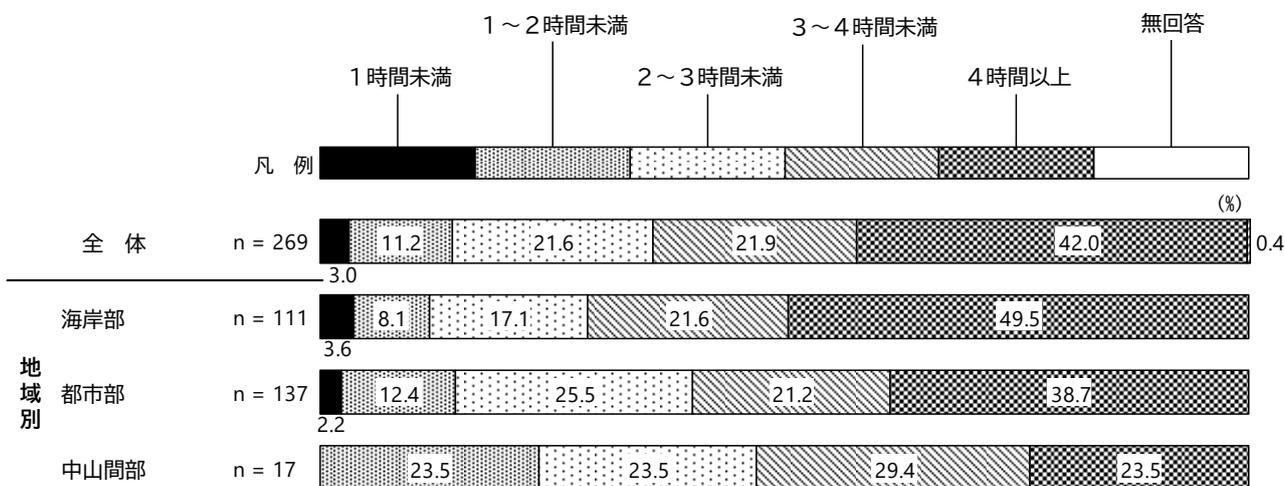
（４）テレビ等やパソコンに向かう１日あたりの平均時間（月～金）

- 「４時間以上」が42.0%と最も高くなっている。次いで「３～４時間未満」が21.9%、「２～３時間未満」が21.6%となっている。
- 海岸部では『テレビ等をする時間が平日４時間以上の人』（「４時間以上」）が49.5%と他地域に比べ10ポイント以上高い。

問14 あなたは、月～金曜日まで、テレビ・ゲーム・スマートフォン・パソコンに向かう時間は1日平均どれくらいですか。（○は1つ）



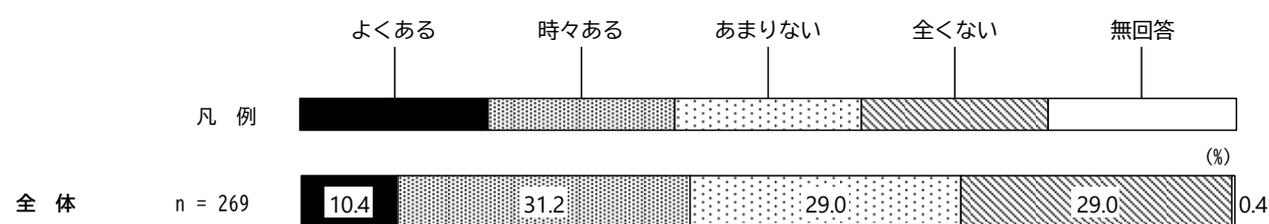
【テレビ等やパソコンに向かう1日あたりの平均時間（月～金）／地域別】



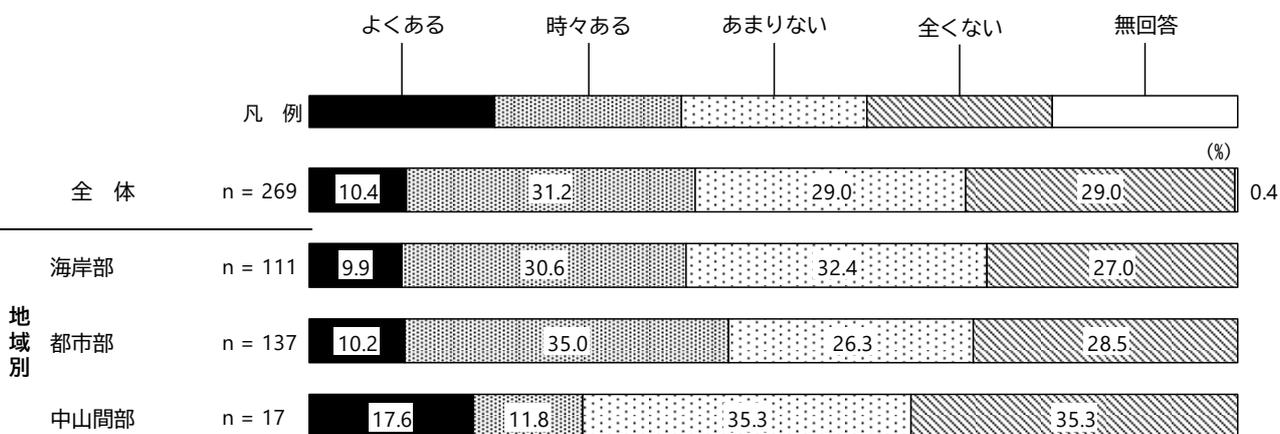
（５）テレビ等の使用後に、目がかすんだりぼやけたりするか

- 「時々ある」が31.2%と最も高くなっている。次いで「あまりない」と「全くない」が29.0%となっている。
- 『テレビ・ゲーム・パソコン等の使用後に、目がかすんだりぼやけたりする人』（「よくある」＋「時々ある」）は41.6%となっている。
- 都市部では『テレビ・ゲーム・パソコン等の使用後に、目がかすんだりぼやけたりする人』は45.2%と各地域の中で最も高くなっている。

問15 あなたは、テレビ・ゲーム・スマートフォン・パソコン等の使用後に、目がかすんだりぼやけたりすることがありますか。（○は1つ）



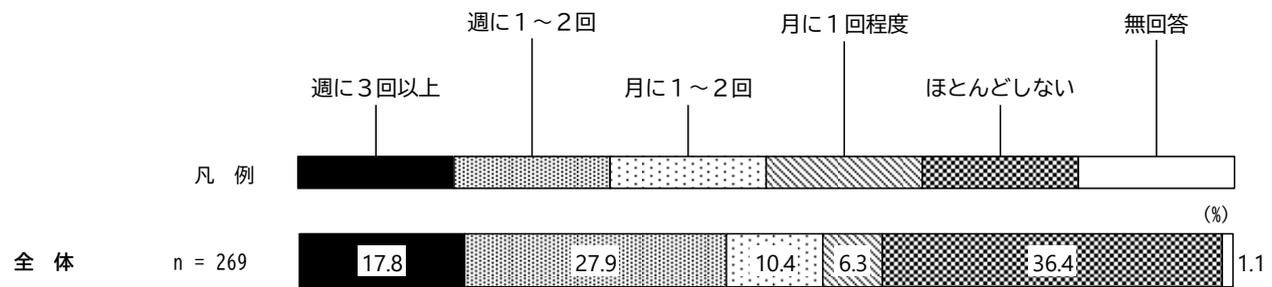
【テレビ等の使用後に、目がかすんだりぼやけたりするか／地域別】



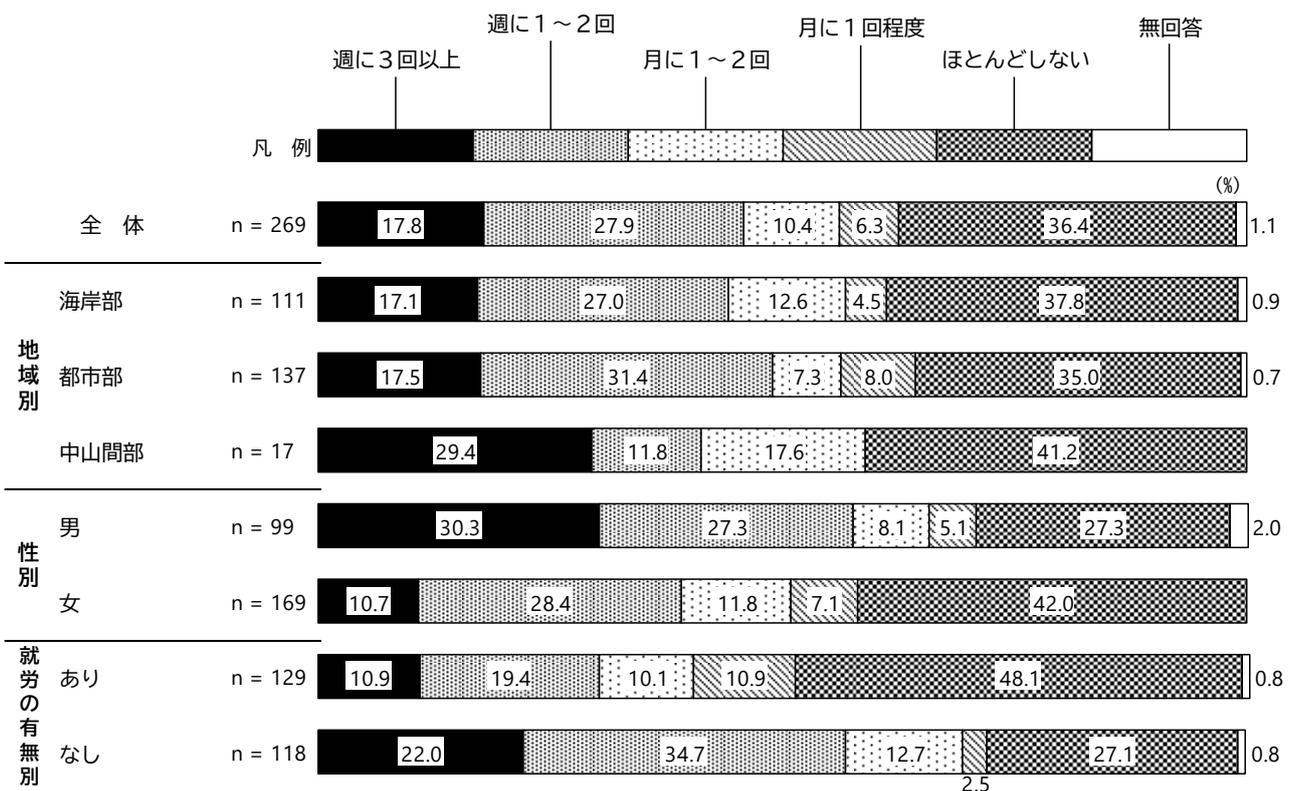
(6) 運動の頻度

- 「ほとんどしない」が36.4%と最も高くなっている。次いで「週に1～2回」が27.9%、「週に3回以上」が17.8%となっている。
- 海岸部・都市部では『運動を週3回以上する人』（「週に3回以上」）について大きな差は出でならず、中山間部で29.4%と高くなっている。
- 女性では『運動を週3回以上する人』が10.7%と男性に比べ10ポイント以上低い。
- 就労している人では『運動を週3回以上する人』が10.9%と就労していない人に比べ10ポイント以上低い。

問16 あなたは、運動（1回30分以上の汗ばむ程度のもの）をどれくらいしますか。（○は1つ）



【運動の頻度／地域別／性別／就労の有無別】

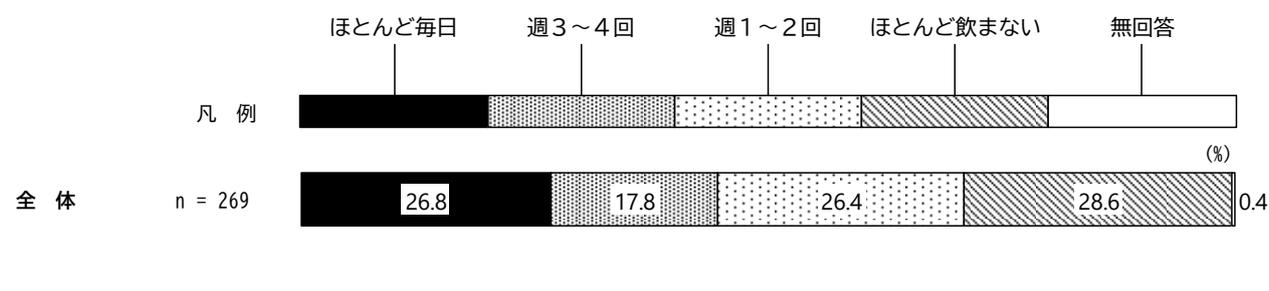


(7) ジュース類を飲む頻度

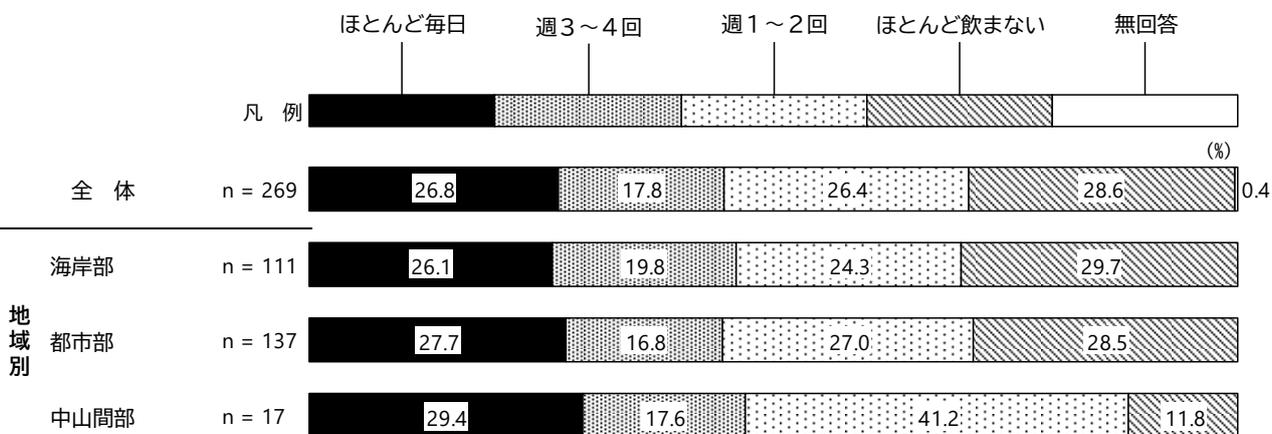
- 「ほとんど飲まない」が28.6%と最も高くなっている。次いで「ほとんど毎日」が26.8%、「週1～2回」が26.4%となっている。
- 『甘味飲料を週3回～4回以上飲む人』（「ほとんど毎日」+「週3～4回」）は44.6%となっている。
- 地域別では『甘味飲料を週3回～4回以上飲む人』について大きな差は出ていない。

問17 あなたは、ジュース類（缶コーヒー、スポーツ飲料を含む）をどれくらい飲みますか。

（○は1つ）



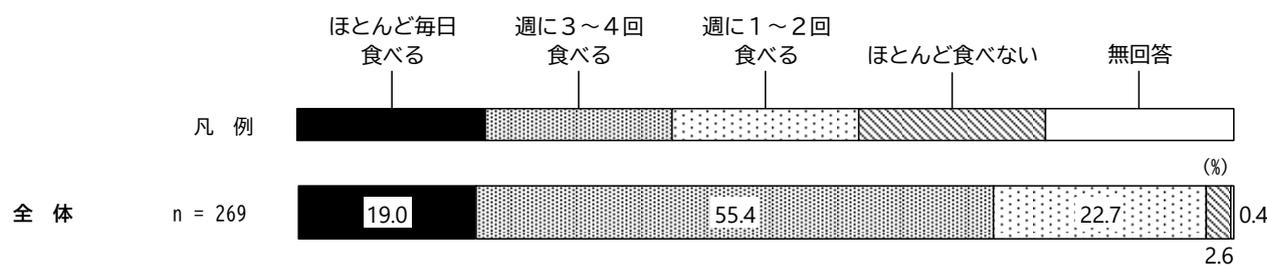
【ジュース類を飲む頻度／地域別】



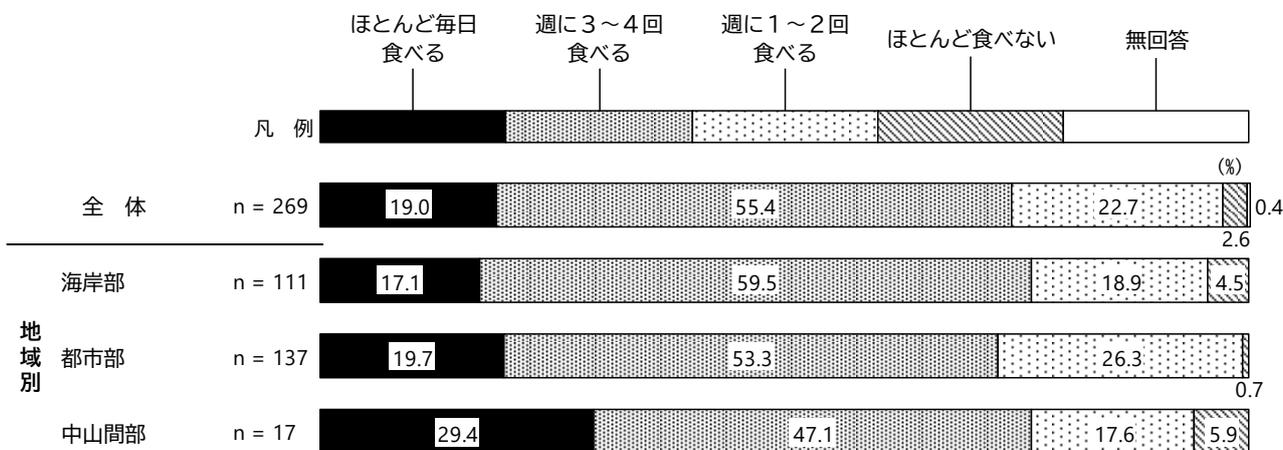
（8）揚げ物や炒め物を食べる頻度

- 「週に3～4回食べる」が55.4%と最も高くなっている。次いで「週に1～2回食べる」が22.7%、「ほとんど毎日食べる」が19.0%となっている。
- 『油を使った料理を週3回以上好んで食べる人』（「ほとんど毎日食べる」+「週に3～4回食べる」）は74.4%となっている。
- 海岸部・都市部では『油を使った料理を週3回以上好んで食べる人』について大きな差は出ていない。

問18 あなたは、油を使った料理（揚げ物や炒め物）を食べますか。（○は1つ）



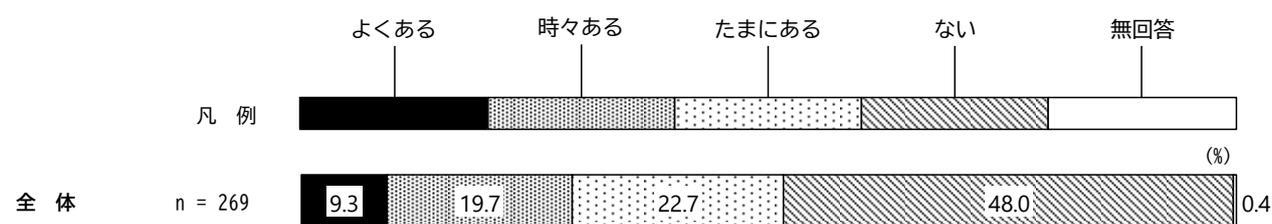
【揚げ物や炒め物を食べる頻度／地域別】



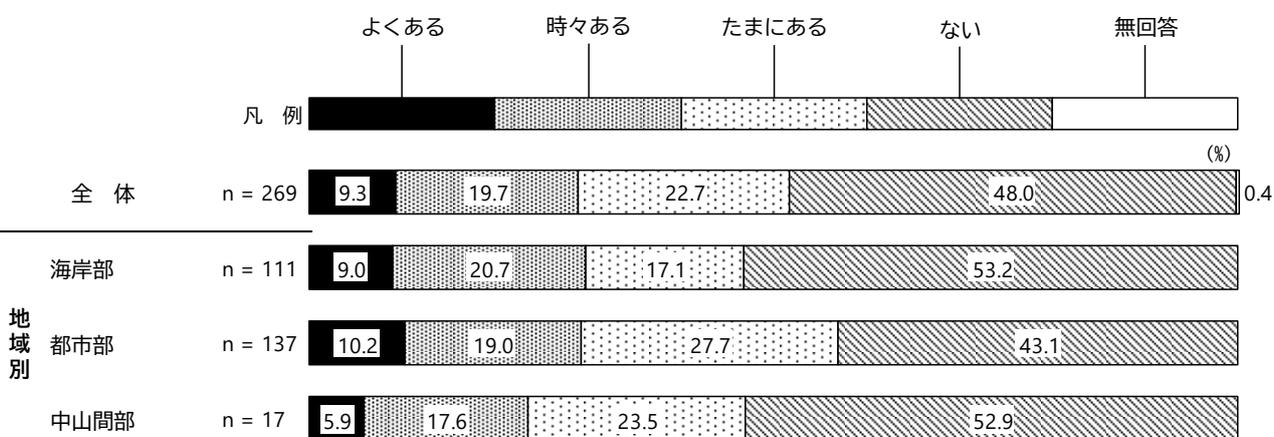
（9）この2～3か月で胃腸の調子が悪いと感じたことがあるか

- 「ない」が48.0%と最も高くなっている。次いで「たまにある」が22.7%、「時々ある」が19.7%となっている。
- 『最近2～3か月で胃腸の調子が悪いと感じる人』（「よくある」+「時々ある」）は29.0%となっている。
- 地域別では『最近2～3か月で胃腸の調子が悪いと感じる人』について大きな差は出ていない。

問19 あなたは、この2～3か月、胃腸の調子が悪いと感じることがありますか。（○は1つ）



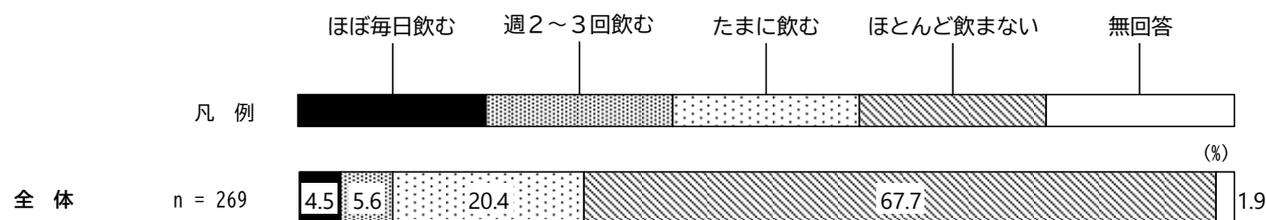
【この2～3か月で胃腸の調子が悪いと感じたことがあるか／地域別】



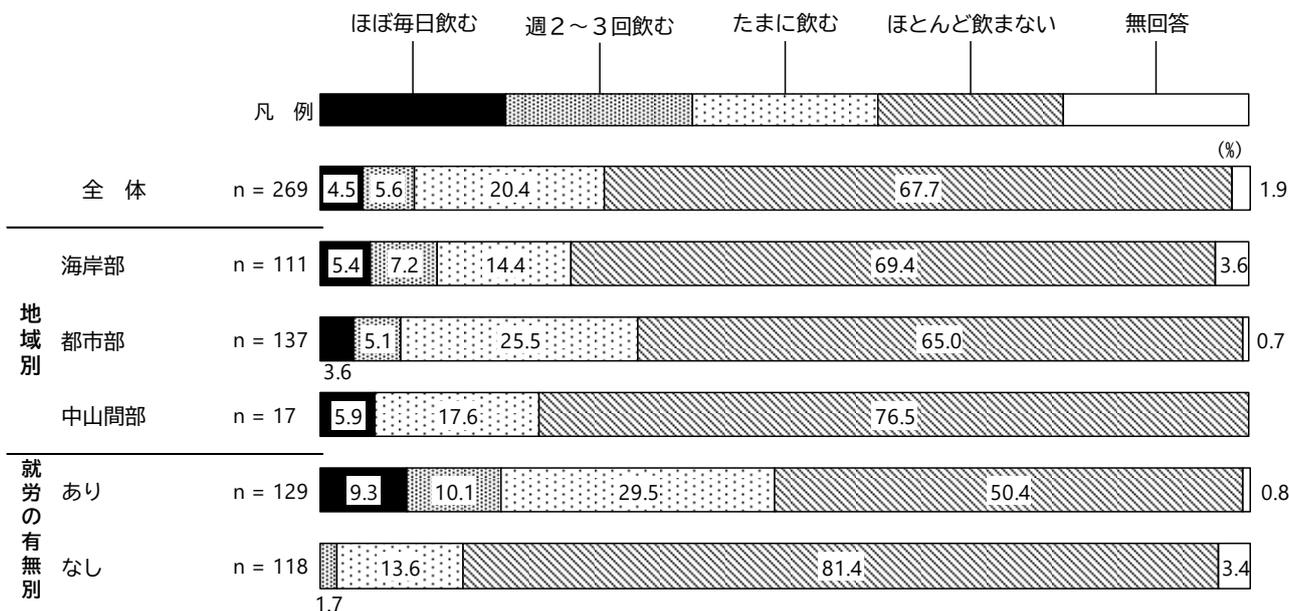
（10）飲酒の頻度

- 「ほとんど飲まない」が67.7%と最も高くなっている。次いで「たまに飲む」が20.4%、「週2～3回飲む」が5.6%となっている。
- 地域別では『ほとんど毎日飲酒する人』（「ほぼ毎日飲む」）について大きな差は出ていない。
- 就労している人では『ほとんど毎日飲酒する人』が9.3%と就労していない人に比べ5ポイント以上高い。

問20 あなたは、お酒を飲みますか。（○は1つ）



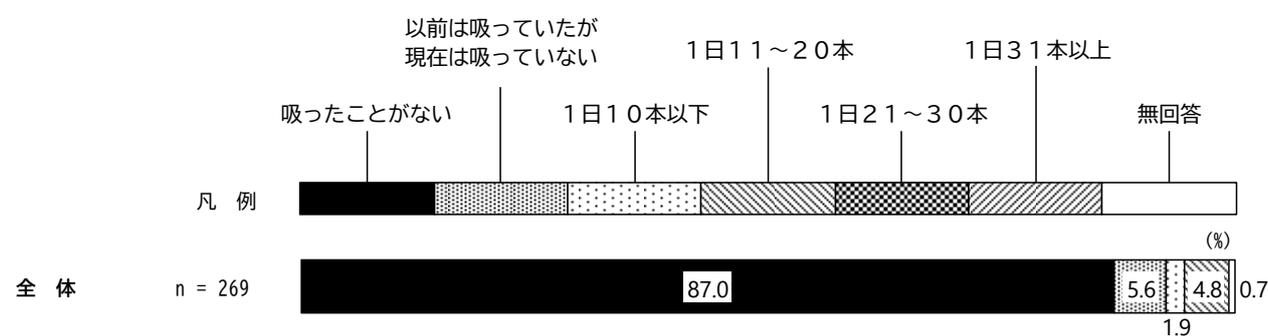
【飲酒の頻度／地域別／就労の有無別】



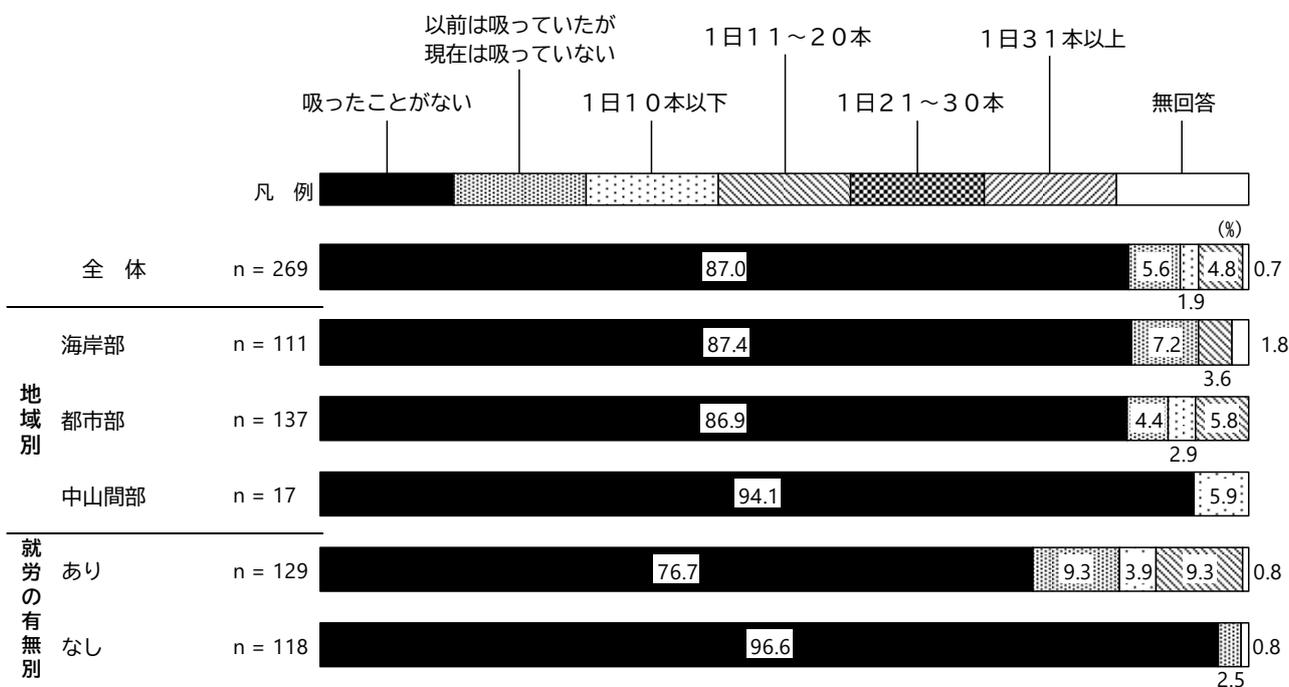
(11) 喫煙について

- 「吸ったことがない」が87.0%と最も高くなっている。次いで「以前は吸っていたが現在は吸っていない」が5.6%、「1日11～20本」が4.8%となっている。
- 『喫煙する人』（「1日10本以下」+「1日11～20本」+「1日21～30本」+「1日31本以上」）は6.7%となっている。
- 地域別では『喫煙する人』について大きな差は出ていない。
- 就労している人では『喫煙する人』が13.2%と就労していない人に比べ10ポイント以上高い。

問21 あなたは、たばこを吸いますか。(○は1つ)



【喫煙について／地域別／就労の有無別】

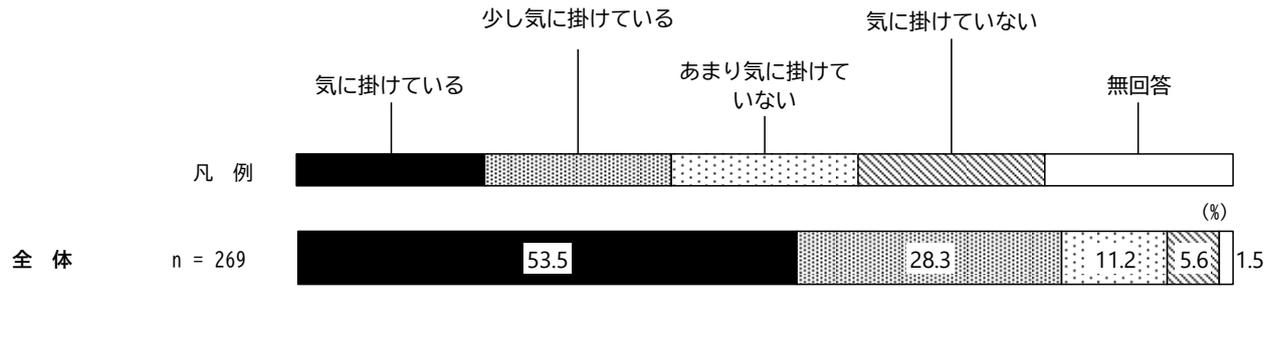


（12）受動喫煙を気に掛けているか

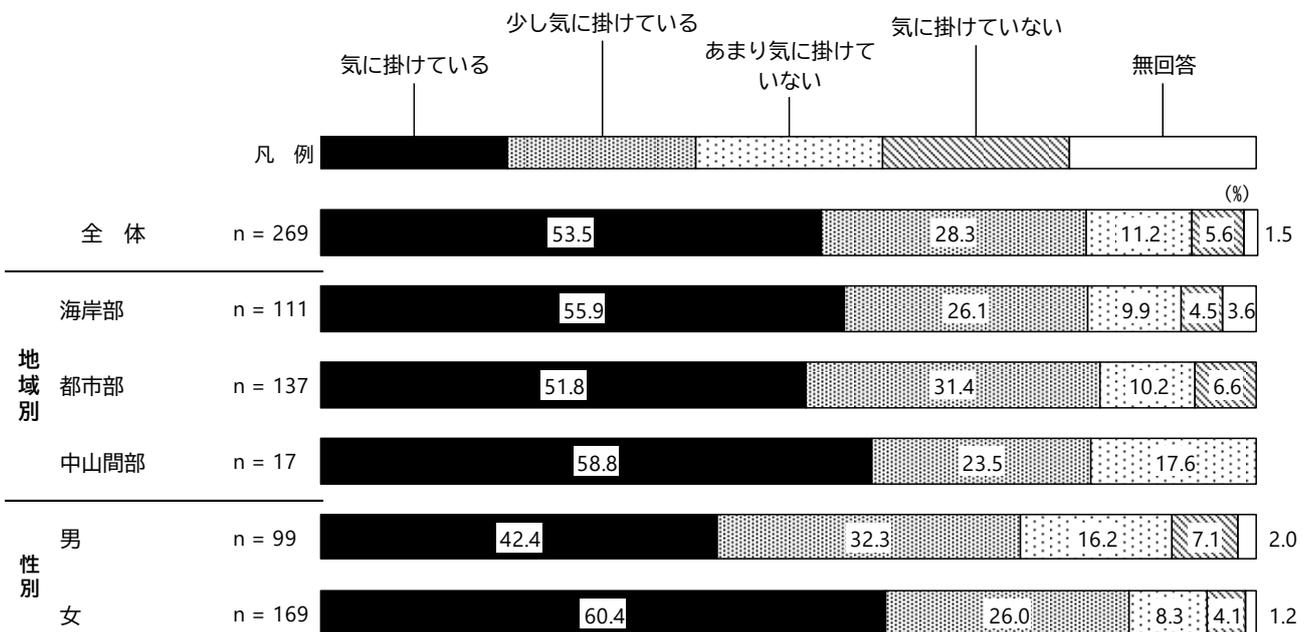
- 「気に掛けている」が53.5%と最も高くなっている。次いで「少し気に掛けている」が28.3%、「あまり気に掛けていない」が11.2%となっている。
- 地域別では「気に掛けている」について大きな差は出ていない。
- 男性では「気に掛けている」が42.4%と女性に比べ10ポイント以上低い。

問22 あなたは、受動喫煙により害を及ぼす又は及ぼされることを気に掛けていますか。

（○は1つ）



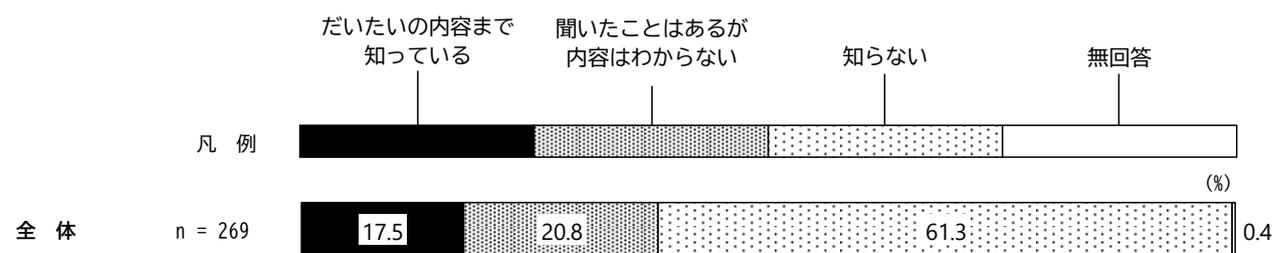
【受動喫煙を気に掛けているか／地域別／性別】



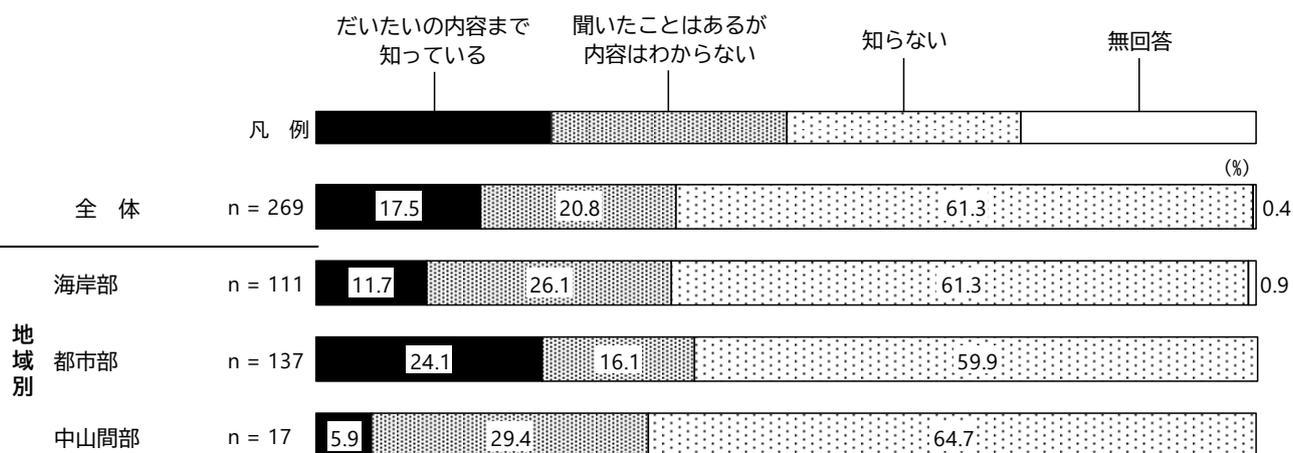
（13）COPDの認知度

- 「知らない」が61.3%と最も高くなっている。次いで「聞いたことはあるが内容はわからない」が20.8%、「だいたいの内容まで知っている」が17.5%となっている。
- 都市部では『COPDの概念を知っている人』（「だいたいの内容まで知っている」）が24.1%と他地域に比べ10ポイント以上高い。

問23 COPDという言葉を知っていますか。（COPD：慢性閉塞性肺疾患）（○は1つ）



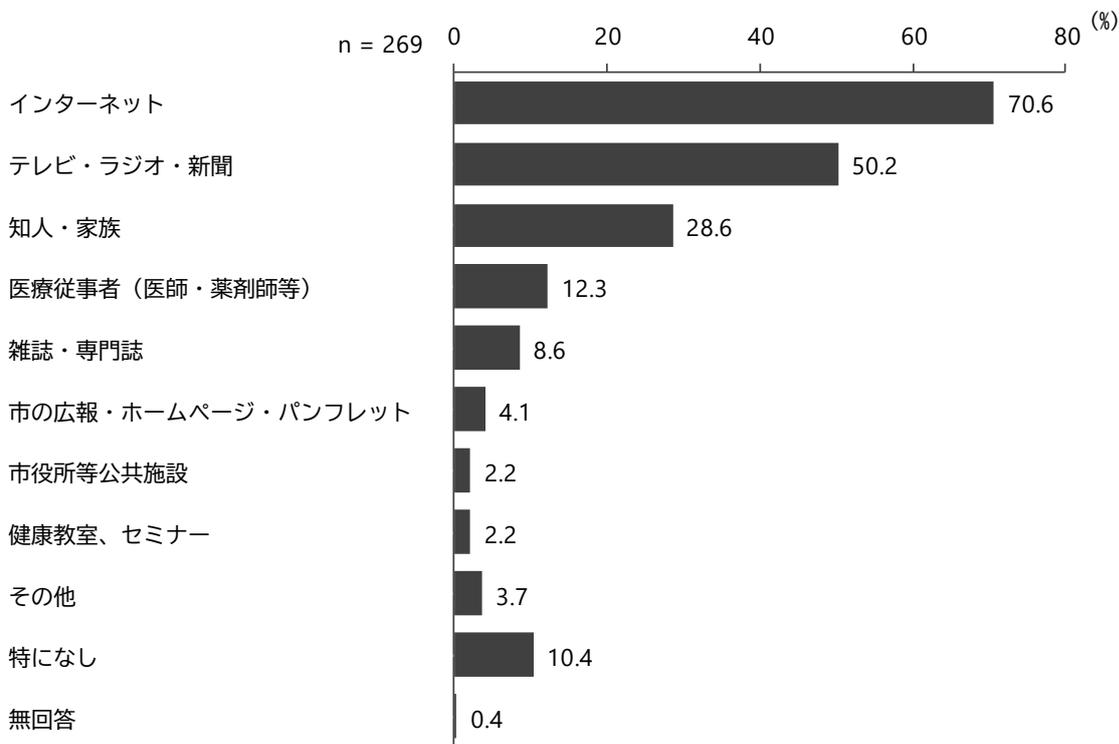
【COPDの認知度／地域別】



（14）健康に関する情報の入手先

- 「インターネット」が70.6%と最も高くなっている。次いで「テレビ・ラジオ・新聞」が50.2%、「知人・家族」が28.6%となっている。
- 都市部では「インターネット」が75.9%と他地域に比べ10ポイント以上高い。

問24 あなたは、健康に関する情報をどこから得ていますか。（あてはまるものすべてに○）



【健康に関する情報の入手先／地域別】

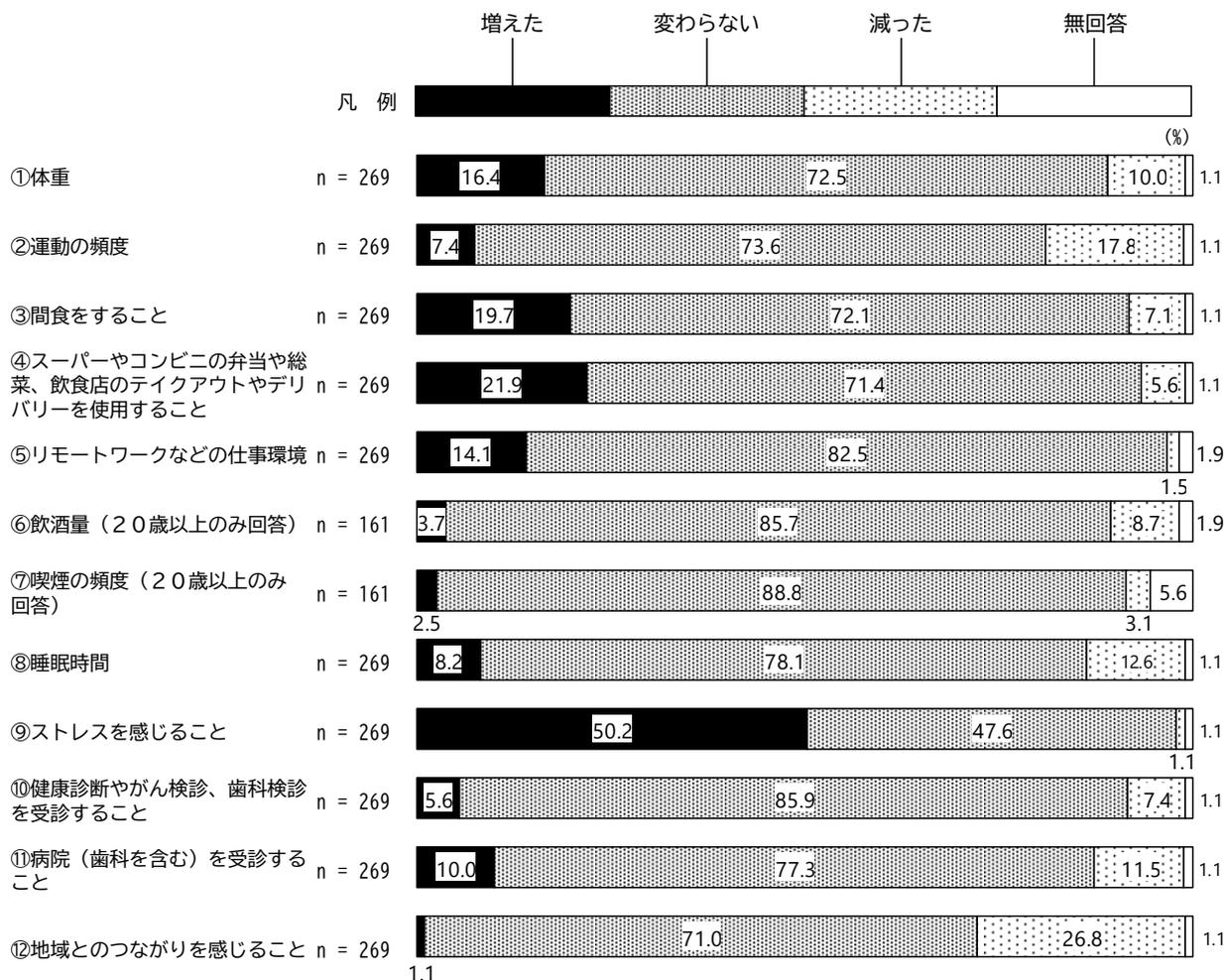
		n	インターネット	テレビ・ラジオ・新聞	知人・家族	医療従事者（医師・薬剤師等）	雑誌・専門誌	市の広報・ホームページ・パンフレット	市役所等公共施設	健康教室、セミナー	その他	特になし	無回答
全体		269	70.6	50.2	28.6	12.3	8.6	4.1	2.2	2.2	3.7	10.4	0.4
地域別	海岸部	111	65.8	49.5	22.5	10.8	6.3	1.8	1.8	3.6	2.7	11.7	0.9
	都市部	137	75.9	49.6	33.6	13.9	9.5	6.6	2.9	0.7	4.4	9.5	-
	中山間部	17	58.8	52.9	23.5	11.8	17.6	-	-	5.9	5.9	11.8	-

（15）新型コロナウイルス感染症の影響による変化

● 新型コロナウイルスの影響によって「増えた」割合が最も高いのは『⑨ストレスを感じること』が50.2%で、「減った」割合が最も高いのは『⑫地域とのつながりを感じること』が26.8%となっている。「変わらない」が最も高いのは『⑦喫煙の頻度（20歳以上のみ回答）』が88.8%となっている。

問25 新型コロナウイルス感染症の影響により、次の①～⑫について変化がありましたか。

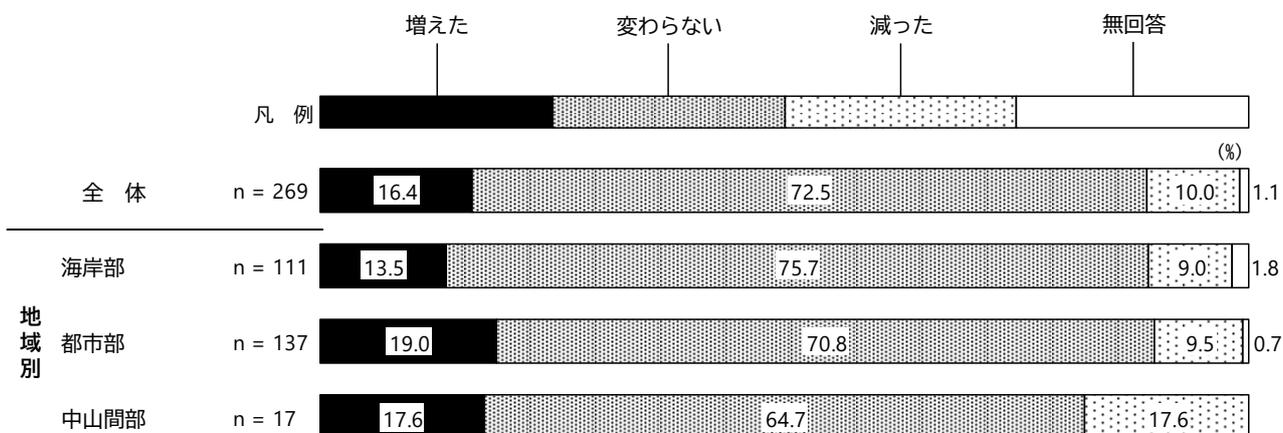
（○はそれぞれ1つ）



IV 調査結果の詳細（青年期）

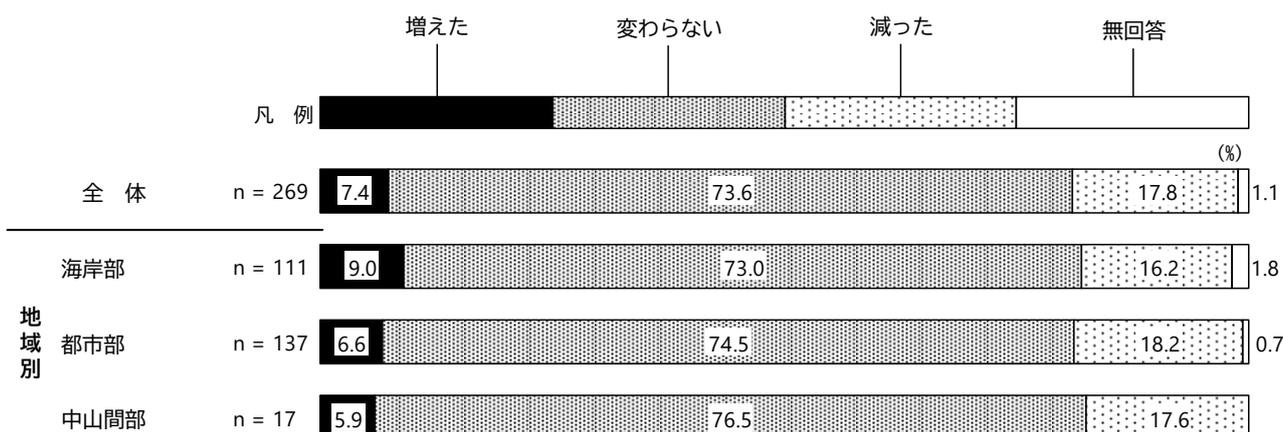
【①体重／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



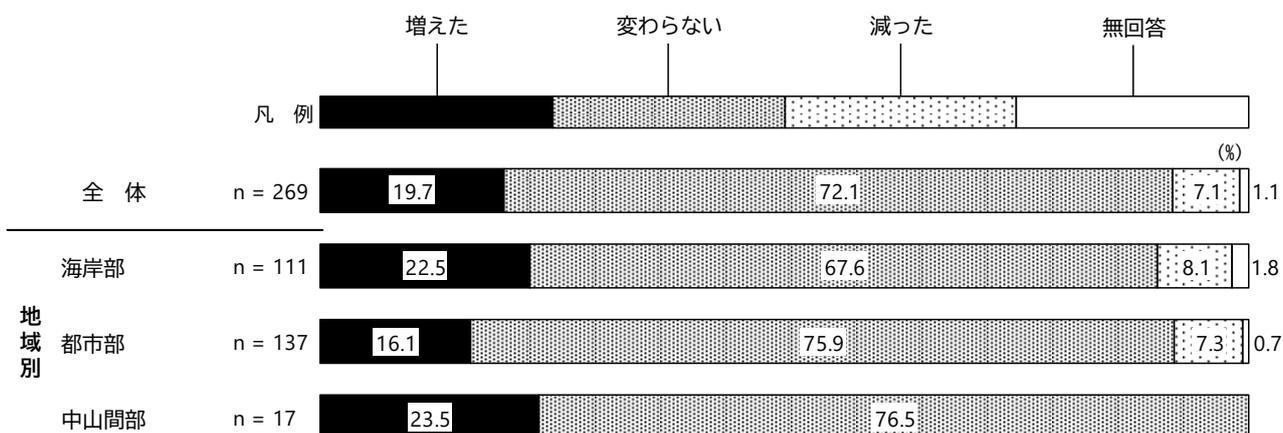
【②運動の頻度／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



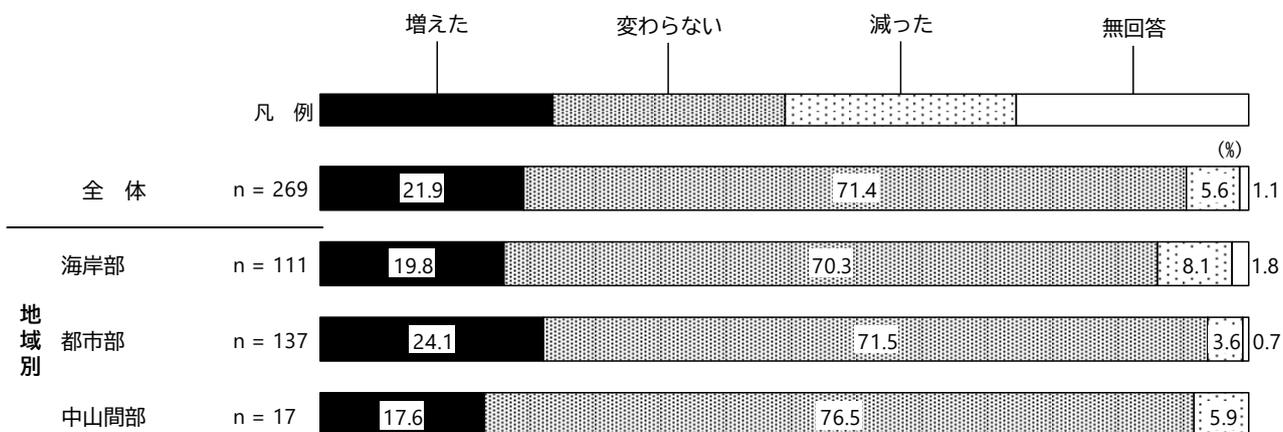
【③間食をすること／地域別】

● 都市部では「増えた」が16.1%と都市部に比べ5ポイント以上低い。



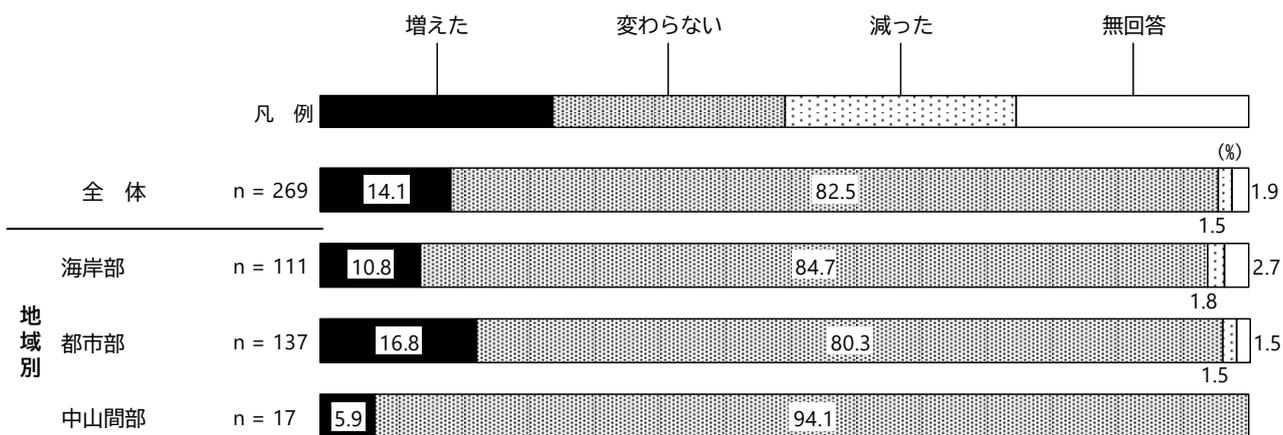
【④スーパーやコンビニの弁当や総菜、
飲食店のテイクアウトやデリバリーを使用すること／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



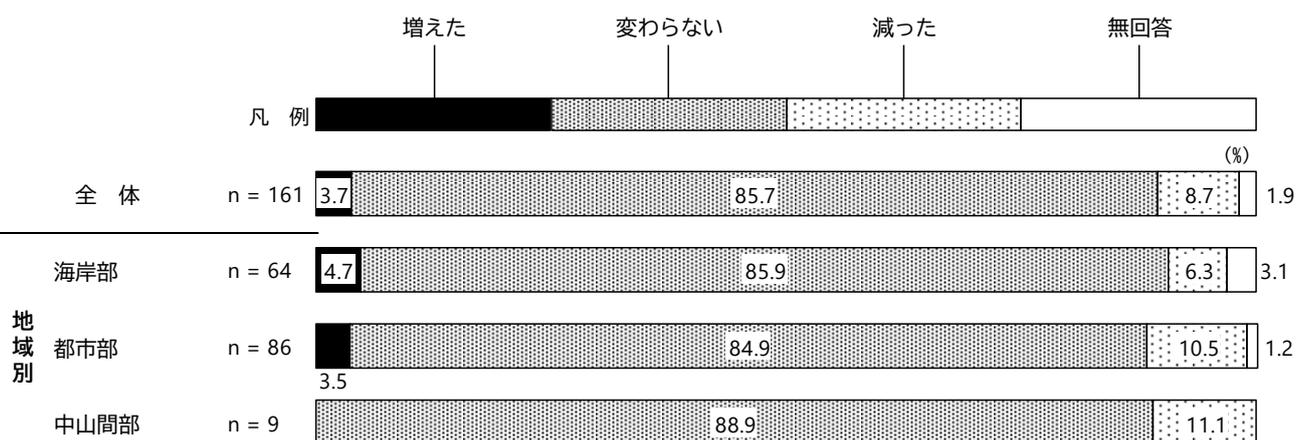
【⑤リモートワークなどの仕事環境／地域別】

● 都市部では「増えた」が16.8%と他地域に比べ5ポイント以上高い。



【⑥飲酒量（20歳以上のみ）／地域別】

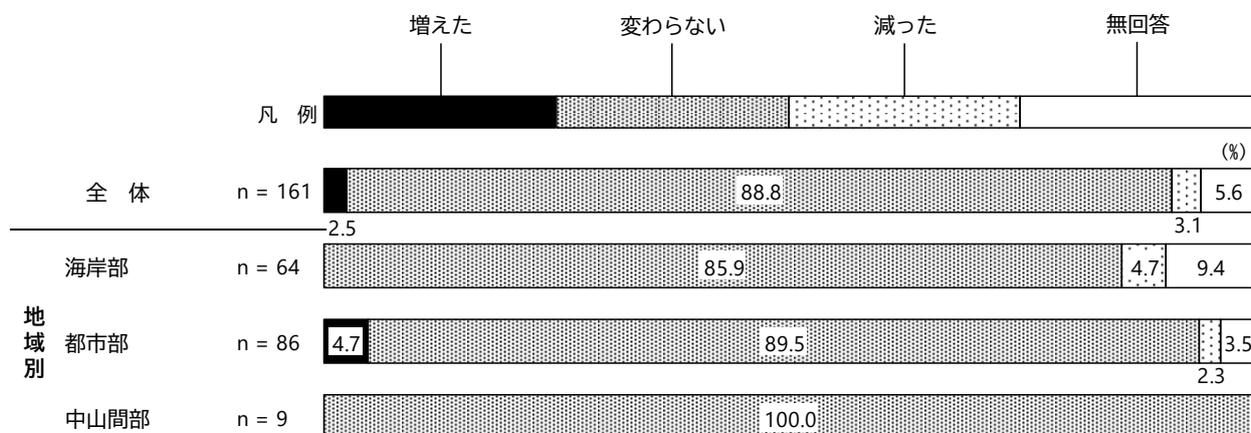
● 地域別では大きな差は出ていない。



IV 調査結果の詳細（青年期）

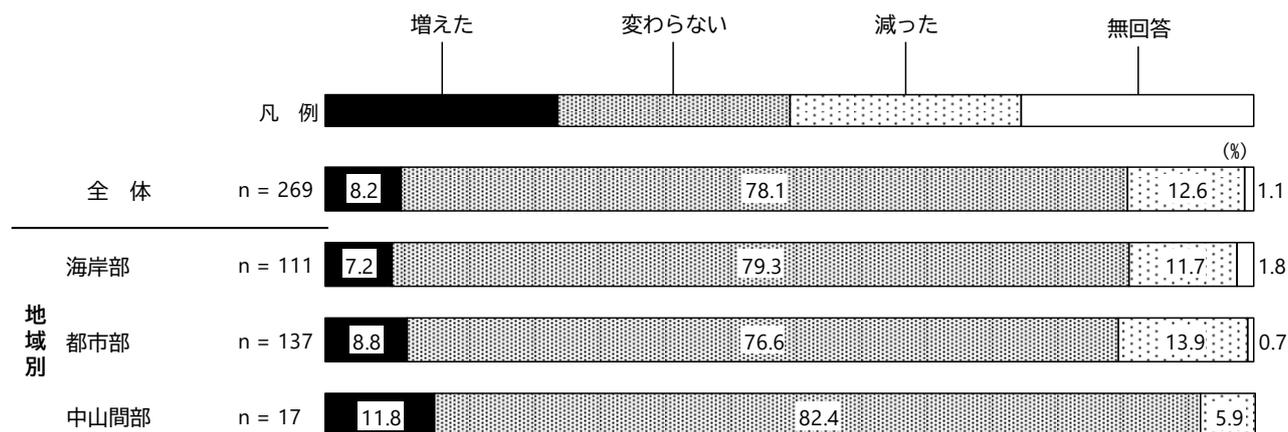
【⑦喫煙の頻度（20歳以上のみ）／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



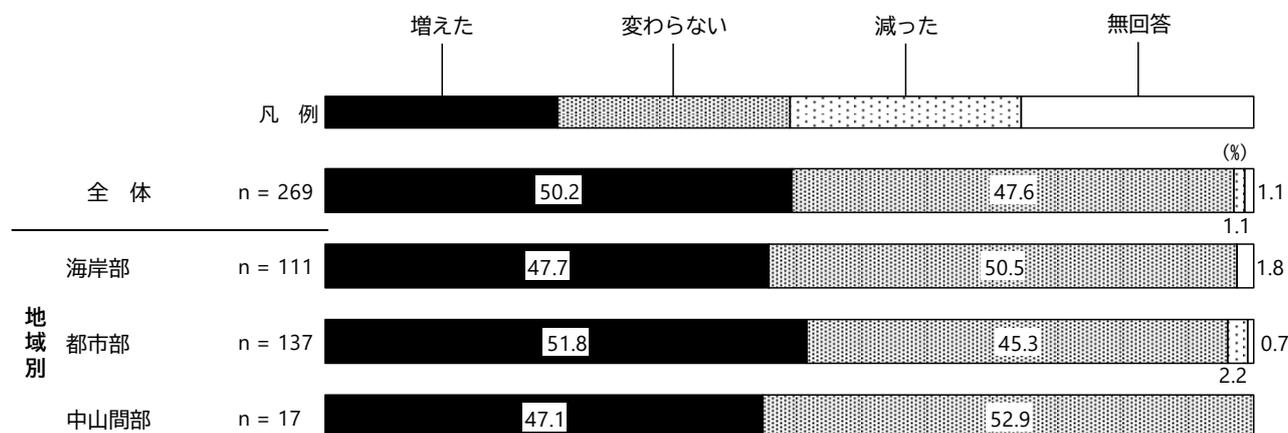
【⑧睡眠時間／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



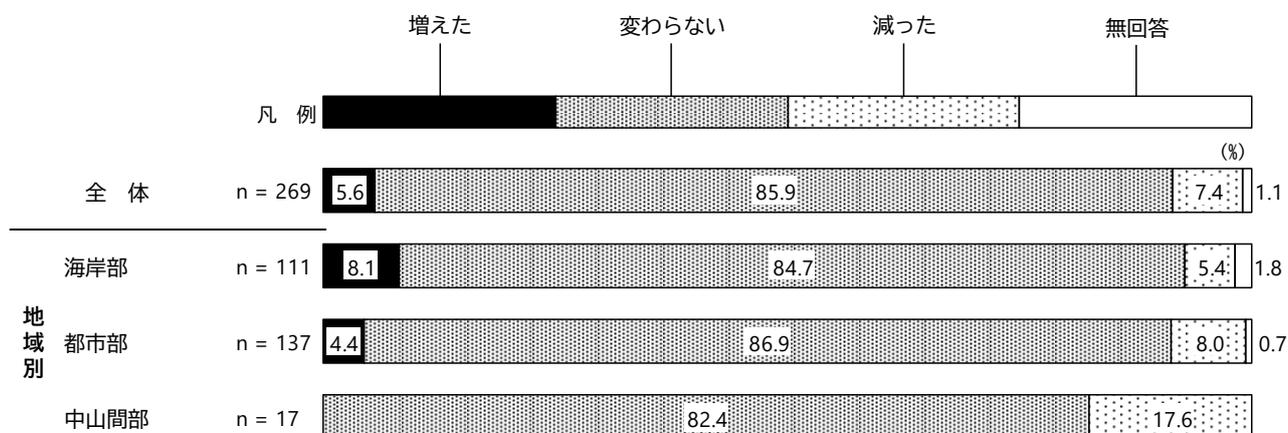
【⑨ストレスを感じること／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



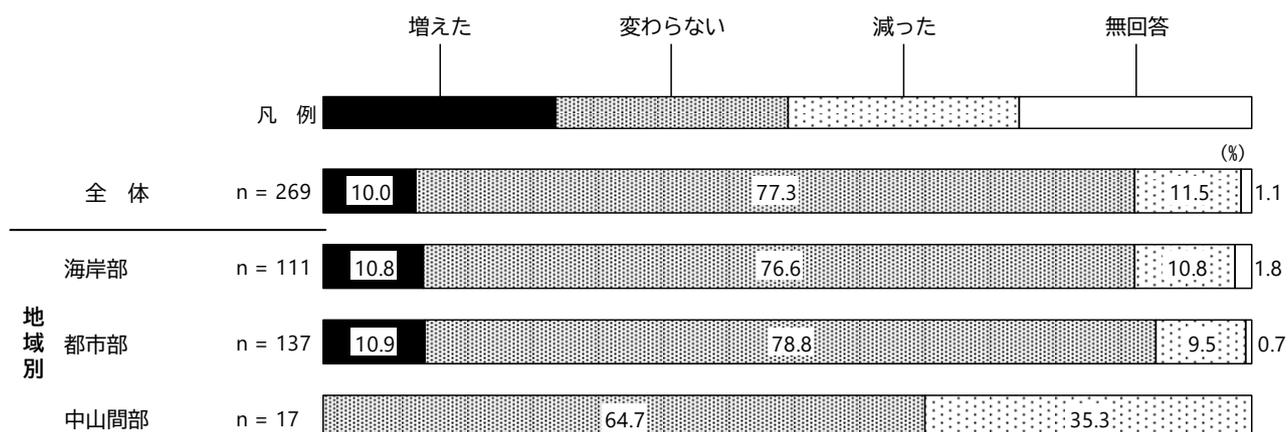
【⑩健康診断やがん検診、歯科検診を受診すること／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



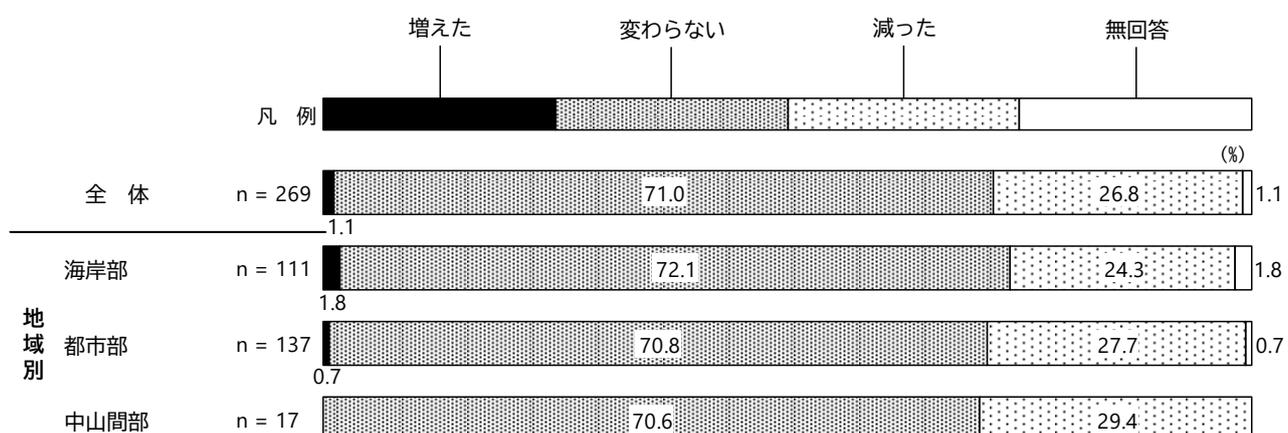
【⑪病院（歯科を含む）を受診すること／地域別】

● 海岸部・都市部では大きな差は出ていない。



【⑫地域とのつながりを感じることに地域別】

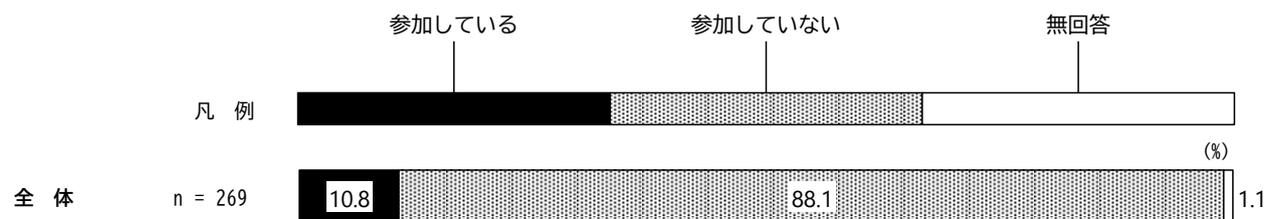
● 地域別では大きな差は出ていない。



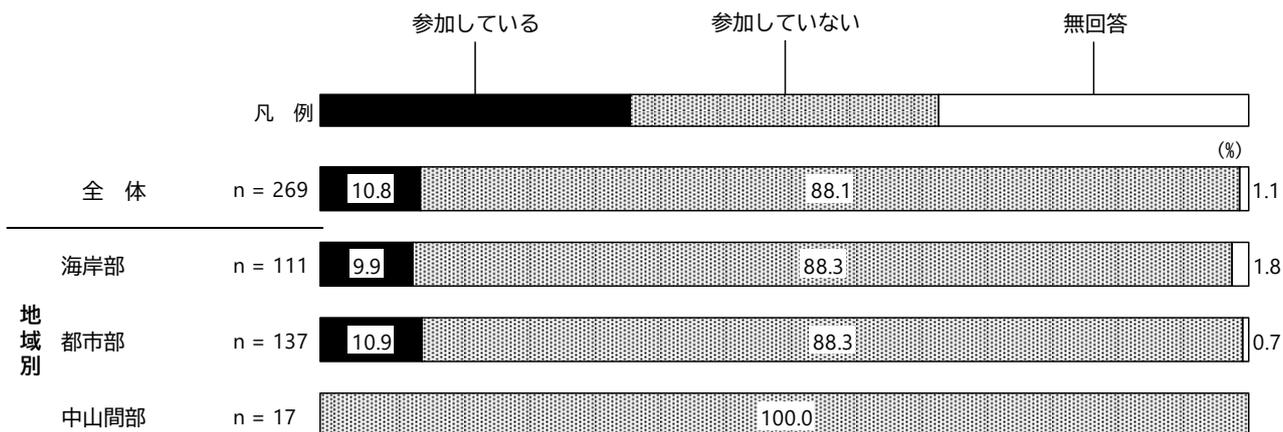
（16）地域や組織での活動への参加の有無

- 「参加していない」が88.1%、「参加している」が10.8%となっている。
- 海岸部・都市部では「参加している」について大きな差は出ておらず、中山間部では「参加していない」が100.0%となっている。

問26 あなたは、地域や組織での活動に参加していますか。（○は1つ）



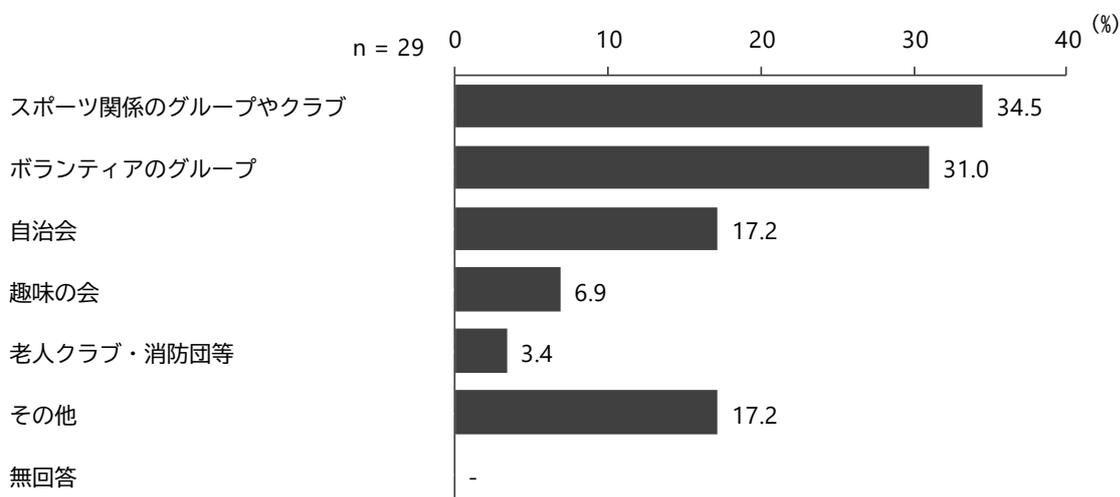
【地域や組織での活動への参加の有無／地域別】



(17) 参加している組織や会

- 「スポーツ関係のグループやクラブ」が34.5%と最も高くなっている。次いで「ボランティアのグループ」が31.0%、「自治会」が17.2%となっている。

問26-1 あなたは、どのような組織や会に入っていますか。(あてはまるものすべてに○)



【参加している組織や会／地域別】

		n	スポーツ関係のグループやクラブ (%)	ボランティアのグループ (%)	自治会 (%)	趣味の会 (%)	老人クラブ・消防団等 (%)	その他 (%)	無回答 (%)
全体		29	34.5	31.0	17.2	6.9	3.4	17.2	-
地域別	海岸部	11	36.4	45.5	9.1	-	-	9.1	-
	都市部	15	33.3	26.7	20.0	13.3	6.7	20.0	-
	中山間部	-	-	-	-	-	-	-	-

※地域別集計については、調査数（n）が少ないため参考値として掲載

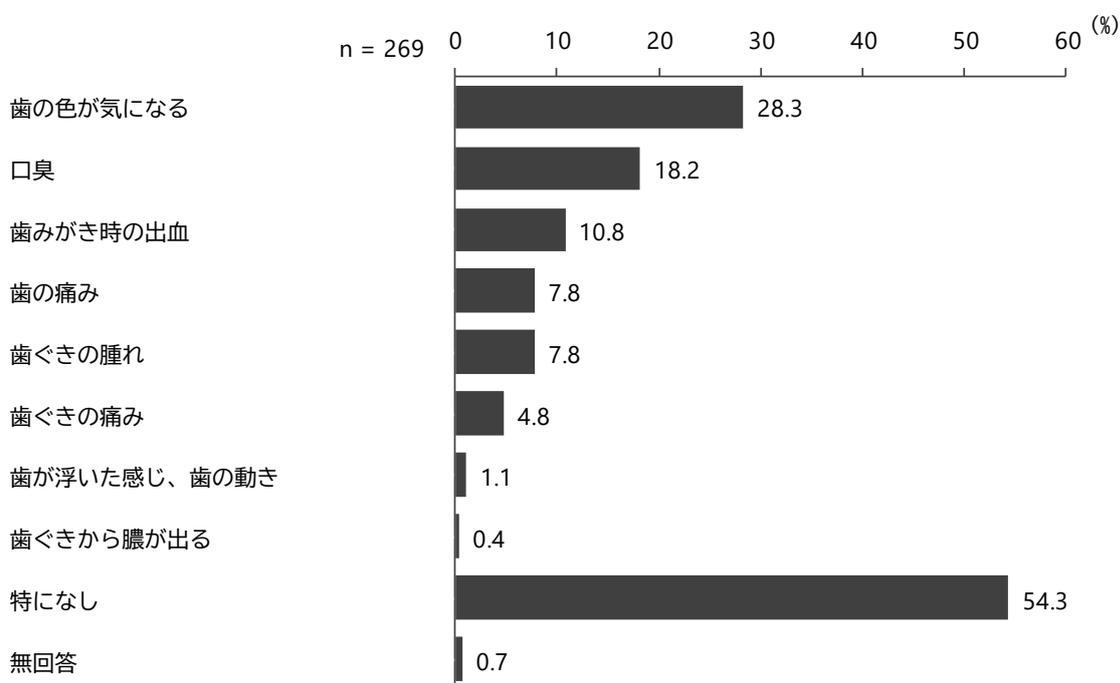
3 「お口の健康」について

(1) 現在歯や歯ぐきに気になる症状があるか

- 「歯の色が気になる」が28.3%と最も高くなっている。次いで「口臭」が18.2%、「歯みがき時の出血」が10.8%となっている。一方、「特になし」が54.3%となっている。
- 『歯や歯ぐきに症状がある』（100.0%－「特になし」「無回答」）は45.0%となっている。
- 海岸部・都市部では『歯や歯ぐきに症状がある』について大きな差は出ていない。
- BMI別では『歯や歯ぐきに症状がある』はBMIが上がるほど高い傾向となっている。

問27 あなたは、現在歯や歯ぐきに次のような気になる症状がありますか。

（あてはまるものすべてに○）



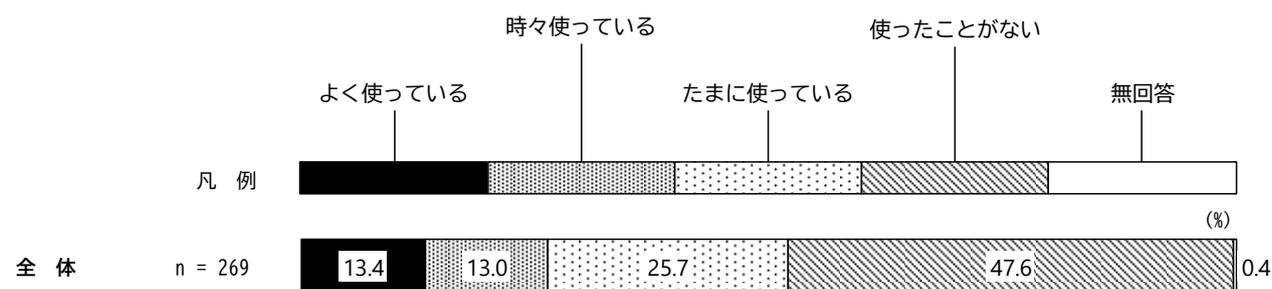
【現在歯や歯ぐきに気になる症状があるか／地域別／BMI別】

		n	歯の色が気になる	口臭	歯みがき時の出血	歯の痛み	歯ぐきの腫れ	歯ぐきの痛み	歯が浮いた感じ	歯ぐきから膿が出る	特になし	無回答
全体		269	28.3	18.2	10.8	7.8	7.8	4.8	1.1	0.4	54.3	0.7
地域別	海岸部	111	28.8	12.6	9.0	8.1	6.3	5.4	1.8	-	56.8	1.8
	都市部	137	26.3	18.2	11.7	6.6	9.5	4.4	0.7	0.7	55.5	-
	中山間部	17	41.2	58.8	17.6	11.8	-	-	-	-	29.4	-
BMI別	低体重（痩せ）	42	23.8	14.3	4.8	-	7.1	2.4	-	-	69.0	2.4
	普通体重	187	27.3	17.6	10.2	9.6	6.4	5.3	1.6	0.5	53.5	0.5
	肥満	37	37.8	27.0	18.9	5.4	10.8	2.7	-	-	43.2	-

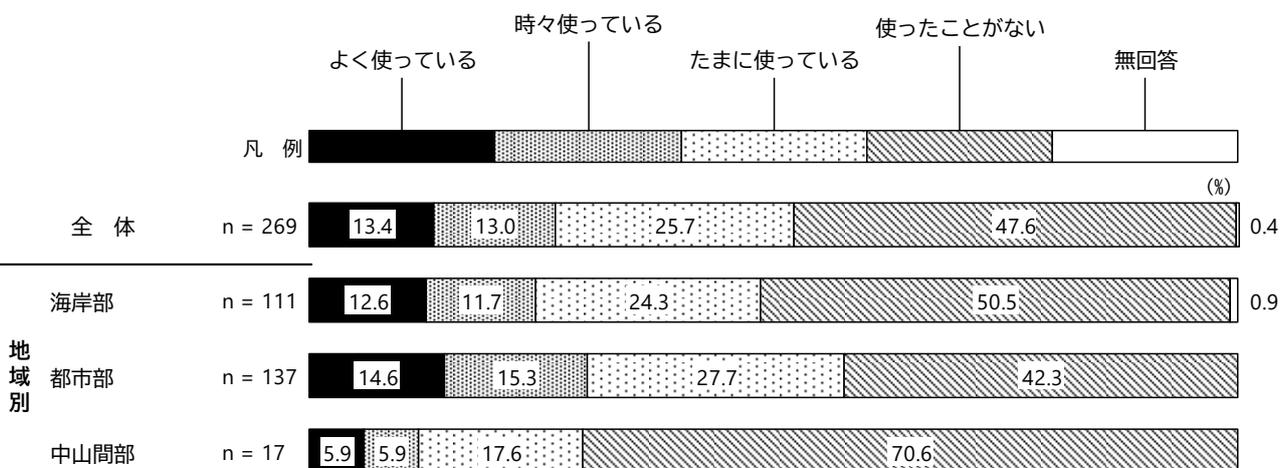
（２） 歯間ブラシまたはデンタルフロス（糸ようじ）の使用について

- 「使ったことがない」が 47.6%と最も高くなっている。次いで「たまに使っている」が 25.7%、「よく使っている」が 13.4%となっている。
- 海岸部・都市部では『歯間ブラシまたはデンタルフロスをよく使う人』（「よく使っている」）について大きな差は出ていないが、中山間部では低くなっている。

問 2 8 あなたは、歯間ブラシまたはデンタルフロス（糸ようじ）を使っていますか。（○は1つ）



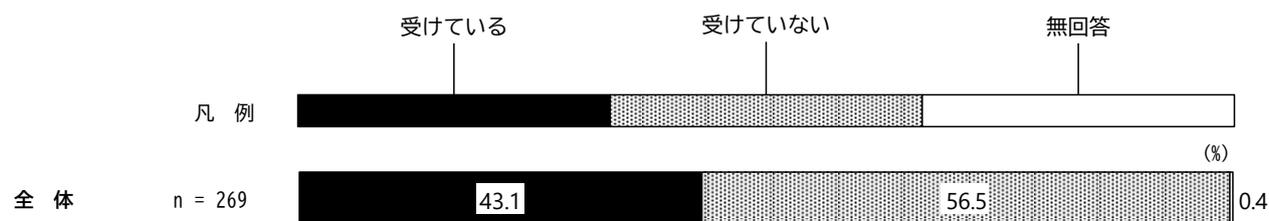
【歯間ブラシまたはデンタルフロス（糸ようじ）の使用について／地域別】



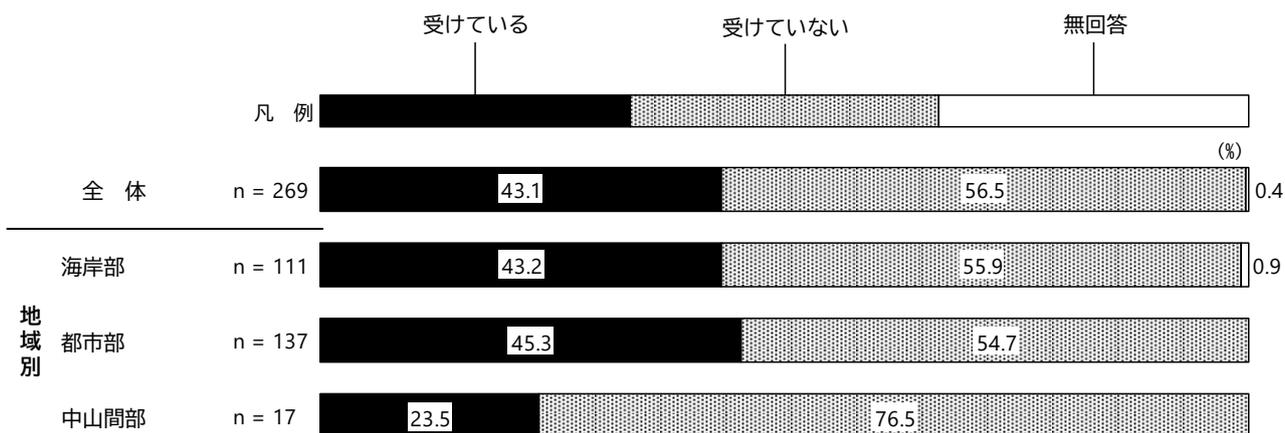
（3）年に1回歯の定期検診を受けているか

- 「受けていない」が56.5%、「受けている」が43.1%となっている。
- 海岸部・都市部では「受けている」について大きな差は出ていないが、中山間部では低くなっている。

問29 年に1回歯の定期検診を受けていますか。（○は1つ）



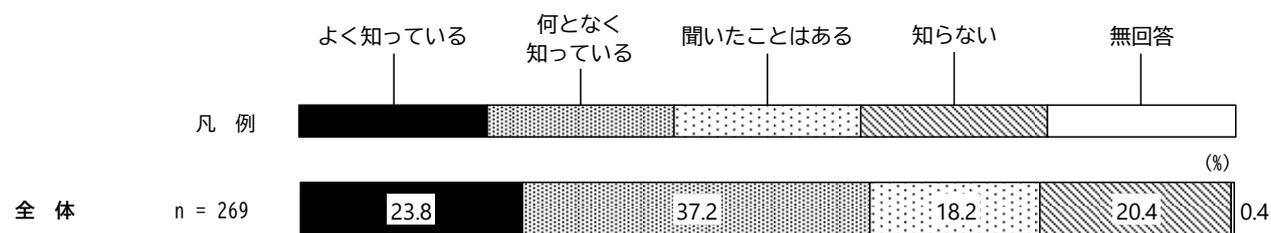
【年に1回歯の定期検診を受けているか／地域別】



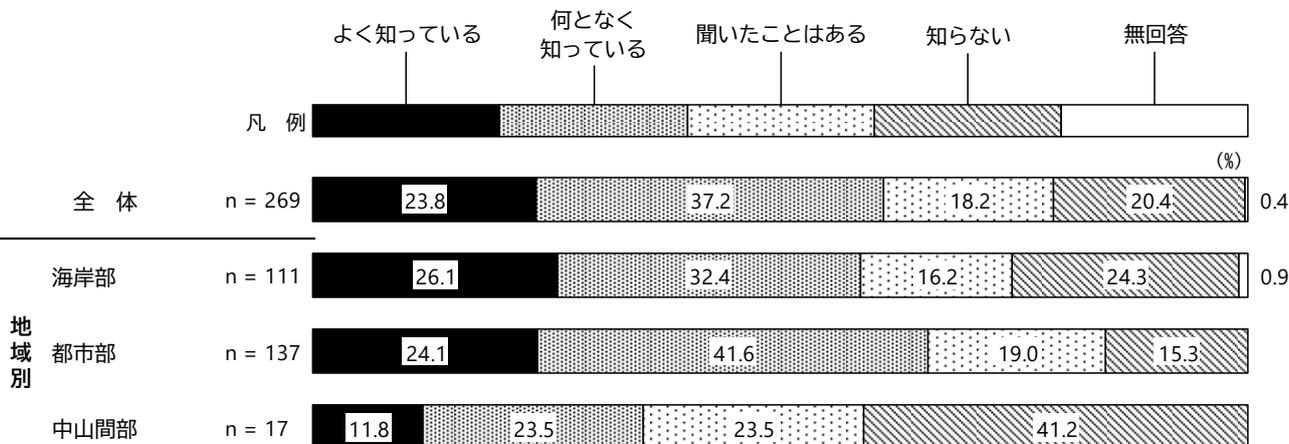
（４） 歯科疾患と全身の健康の関連についての認知度

- 「何となく知っている」が37.2%と最も高くなっている。次いで「よく知っている」が23.8%、「知らない」が20.4%となっている。
- 『歯科疾患と全身の健康の関連について知っている人』（「よく知っている」＋「何となく知っている」）は61.0%となっている。
- 都市部では『歯科疾患と全身の健康の関連について知っている人』が65.7%と各地域の中で最も高くなっている。

問30 歯科疾患が全身の健康に関連があることを知っていますか。（○は1つ）



【歯科疾患と全身の健康の関連についての認知度／地域別】

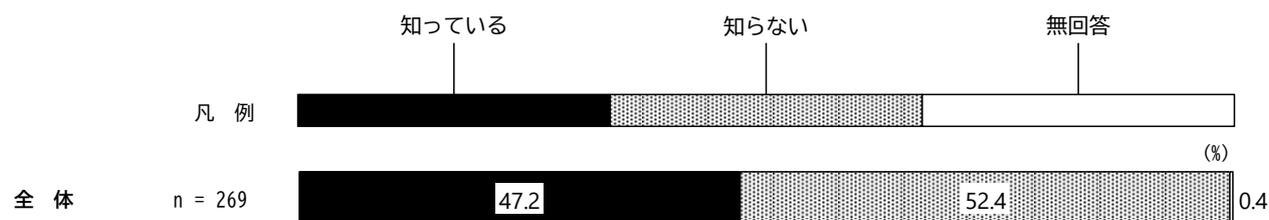


4 「こころの健康」について

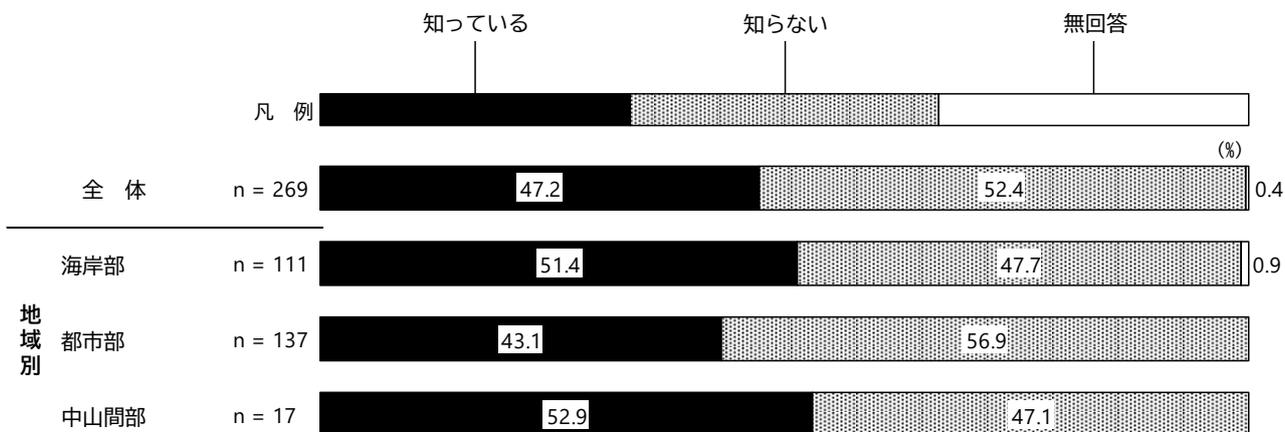
(1) 「心の健康や病気」の相談窓口の認知度

- 「知らない」が52.4%、「知っている」が47.2%となっている。
- 都市部では「知っている」が43.1%と他地域に比べ5ポイント以上低い。

問31 「心の健康や病気」について、相談できる窓口を知っていますか。（○は1つ）



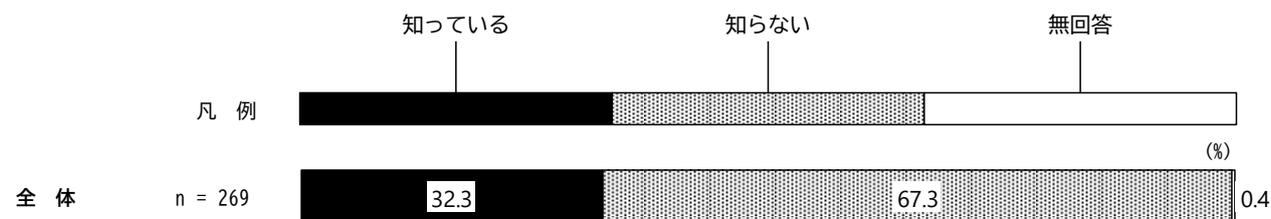
【「心の健康や病気」の相談窓口の認知度／地域別】



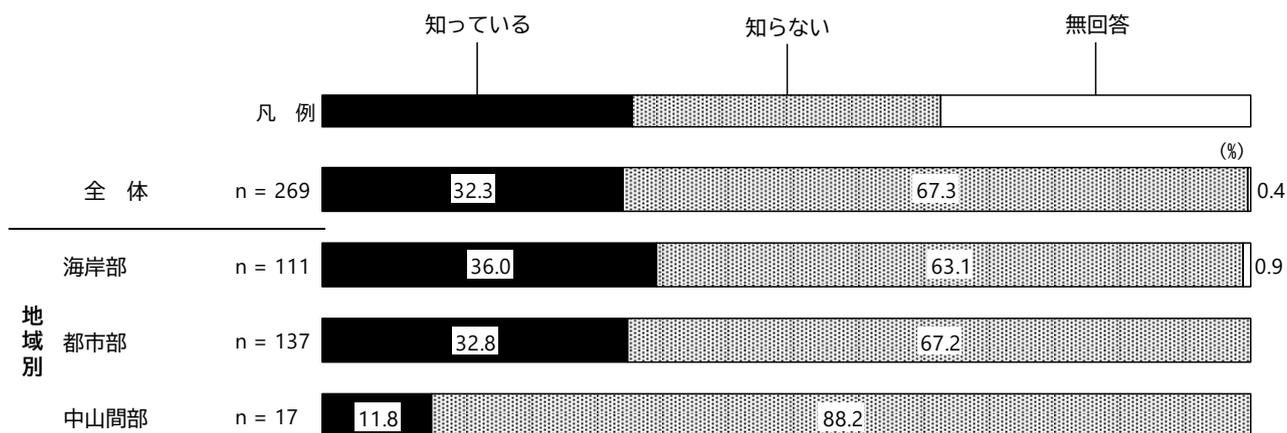
（２）仕事上や、経済的、介護の悩みの相談先を知っているか

- 「知らない」が67.3%、「知っている」が32.3%となっている。
- 都市部では「知っている」が36.0%と各地域の中で最も高くなっている。

問32 あなたは仕事上の悩みや、経済的な悩み、介護の悩みを抱えたときの相談先を知っていますか。（○は1つ）



【仕事上や、経済的、介護の悩みの相談先を知っているか／地域別】

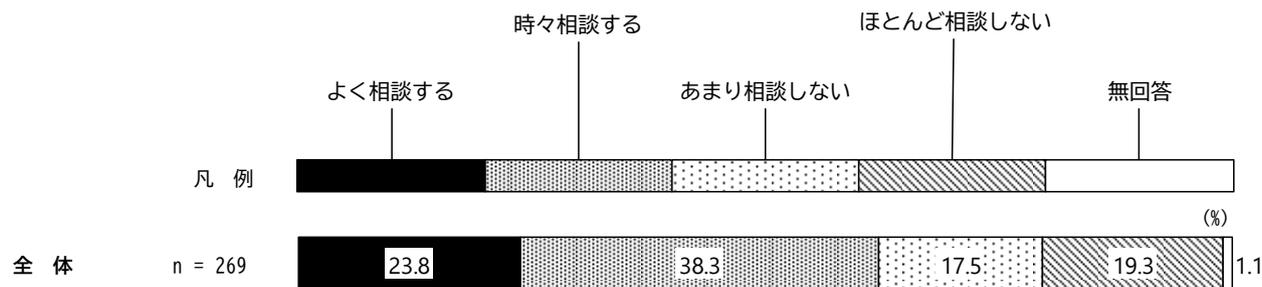


(3) ストレスや健康上の悩みを相談できるか

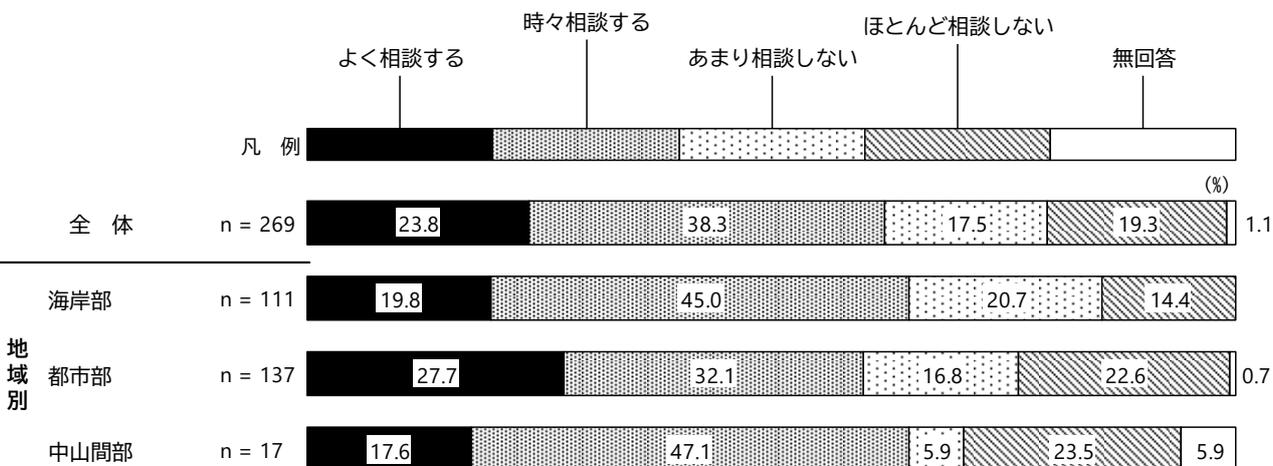
- 「時々相談する」が38.3%と最も高くなっている。次いで「よく相談する」が23.8%、「ほとんど相談しない」が19.3%となっている。
- 中山間部では「ほとんど相談しない」が23.5%と各地域の中で最も高くなっている。

問33 あなたは、ストレスや健康上の悩みを抱えたとき、相談することはできますか。

(○は1つ)



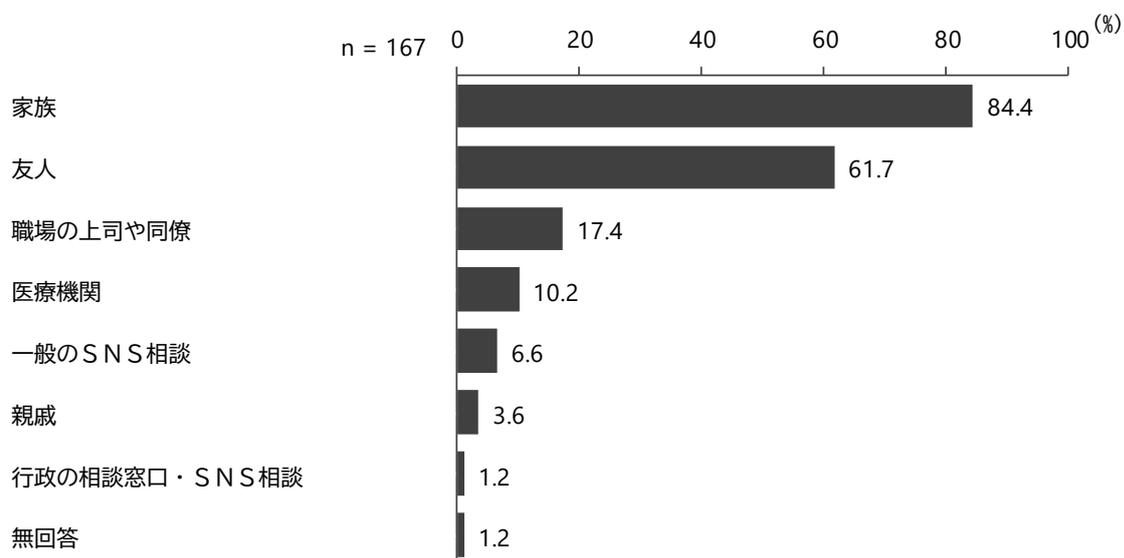
【ストレスや健康上の悩みを相談できるか／地域別】



（４）ストレスや健康上の悩みの相談先

- 「家族」が84.4%と最も高くなっている。次いで「友人」が61.7%、「職場の上司や同僚」が17.4%となっている。

問33-1 主に誰に相談しますか。（あてはまるものすべてに○）



【ストレスや健康上の悩みの相談先／地域別】

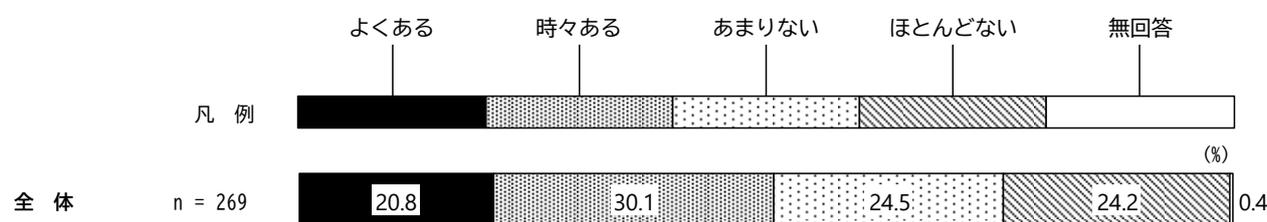
		n	家族	友人	職場の上司や同僚	医療機関	一般のSNS相談	親戚	行政の相談窓口・SNS相談	無回答
全体		167	84.4	61.7	17.4	10.2	6.6	3.6	1.2	1.2
地域別	海岸部	72	77.8	61.1	16.7	9.7	5.6	2.8	-	1.4
	都市部	82	89.0	61.0	19.5	9.8	8.5	4.9	2.4	1.2
	中山間部	11	90.9	72.7	9.1	-	-	-	-	-

※地域別集計については、調査数（n）が少ないため参考値として掲載

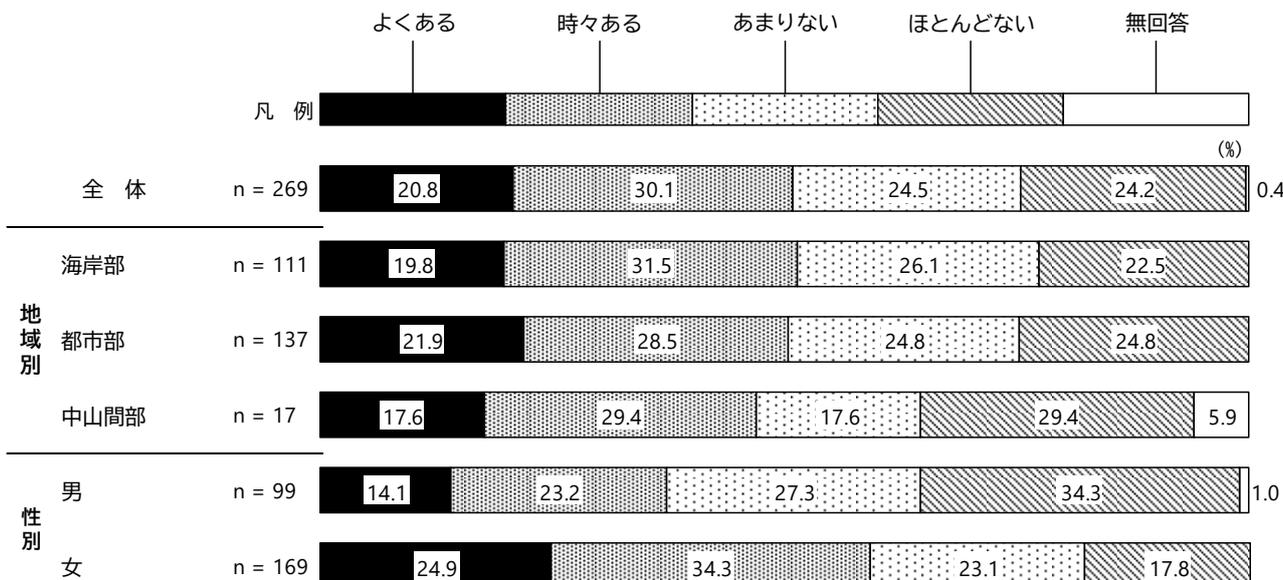
(5) ここ2～3か月で気分が落ち込んだり、イライラしたことはあるか

- 「時々ある」が30.1%と最も高くなっている。次いで「あまりない」が24.5%、「ほとんどない」が24.2%となっている。
- 『最近2～3か月で精神的にイライラすることがよくある』（「よくある」）は20.8%となっている。
- 地域別では『最近2～3か月で精神的にイライラすることがよくある』について大きな差は出ていない。
- 女性では『最近2～3か月で精神的にイライラすることがよくある』が24.9%と男性に比べ10ポイント以上高い。

問34 あなたは、ここ2～3か月、ひどく気分が落ち込んだり、イライラしたことはありますか。（○は1つ）



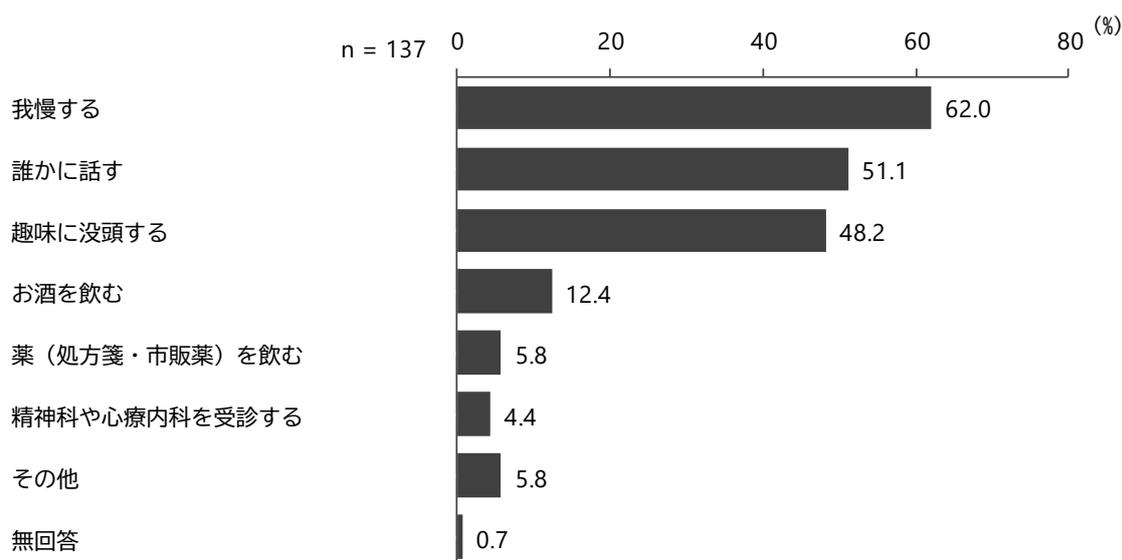
【ここ2～3か月で気分が落ち込んだり、イライラしたことはあるか／地域別／性別】



（6）気分が落ち込んだり、イライラした時にすること

- 「我慢する」が62.0%と最も高くなっている。次いで「誰かに話す」が51.1%、「趣味に没頭する」が48.2%となっている。
- 就労している人では「お酒を飲む」が23.2%と就労していない人に比べ20ポイント以上高い。

問34-1 そのような症状の時、主に何をしますか。（あてはまるものすべてに○）



【気分が落ち込んだり、イライラした時にすること／地域別／就労の有無別】

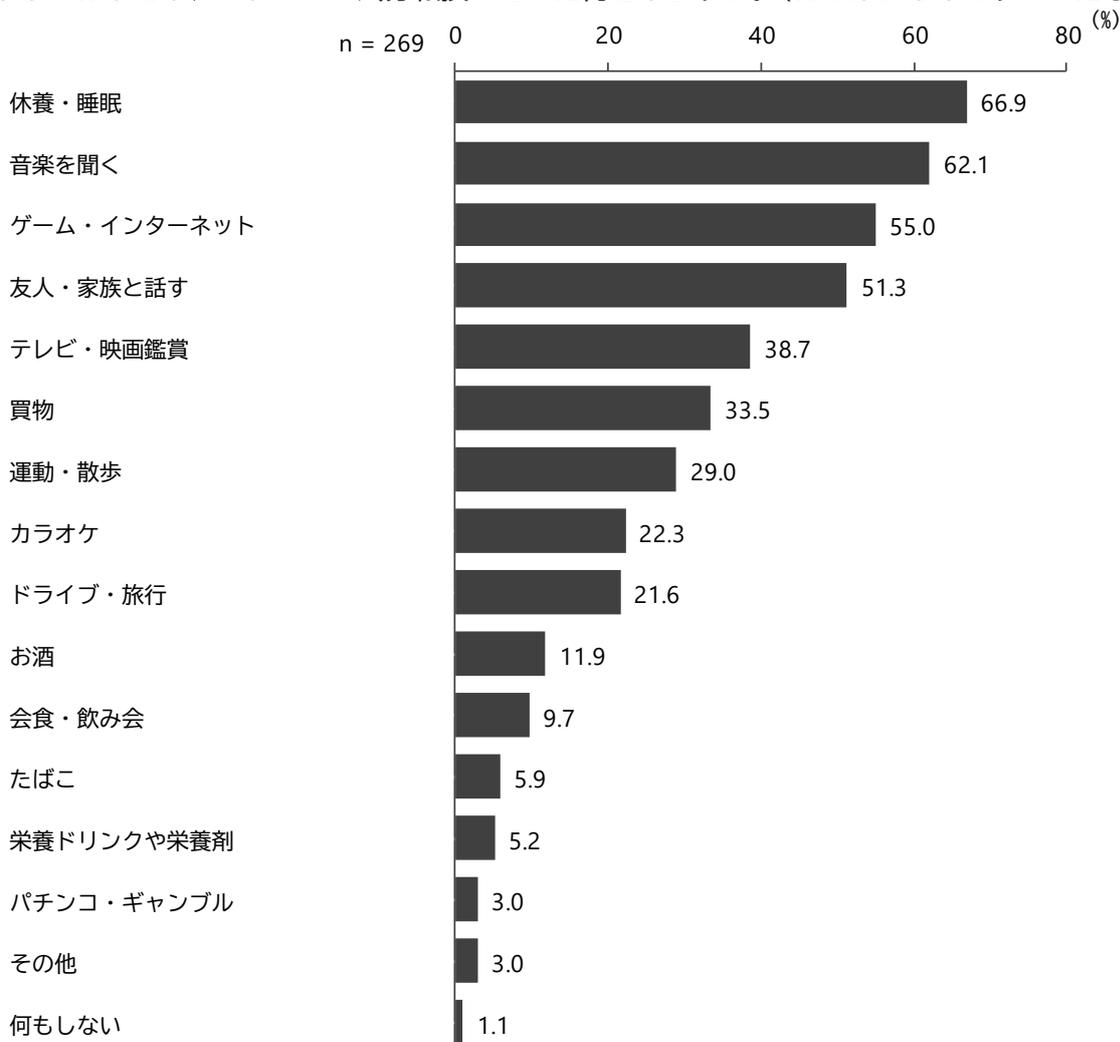
(%)

		n	我慢する	誰かに話す	趣味に没頭する	お酒を飲む	薬（処方箋・市販薬）を飲む	精神科や心療内科を受診する	その他	無回答
全体		137	62.0	51.1	48.2	12.4	5.8	4.4	5.8	0.7
地域別	海岸部	57	64.9	47.4	49.1	17.5	7.0	7.0	5.3	-
	都市部	69	59.4	50.7	47.8	8.7	5.8	2.9	5.8	1.4
	中山間部	8	50.0	87.5	50.0	12.5	-	-	12.5	-
就労の有無	あり	69	58.0	49.3	42.0	23.2	5.8	5.8	4.3	1.4
	なし	59	66.1	57.6	55.9	1.7	3.4	3.4	8.5	-

(7) ストレスや気分転換に何をするか

- 「休養・睡眠」が66.9%と最も高くなっている。次いで「音楽を聞く」が62.1%、「ゲーム・インターネット」が55.0%となっている。
- 海岸部・都市部では「休養・睡眠」が最も高く、中山間部では「音楽を聞く」「友人・家族と話す」が最も高くなっている。

問35 あなたは、ストレスや気分転換のために何をしますか。(あてはまるものすべてに○)



【ストレスや気分転換に何をするか／地域別】

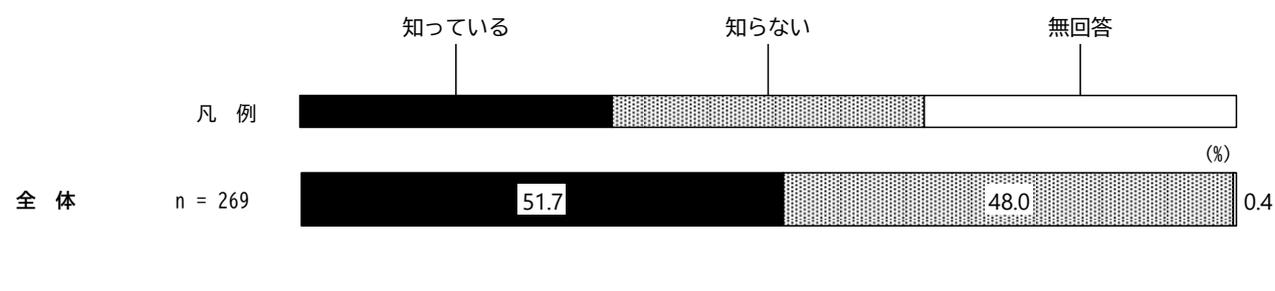
		n	休養・睡眠	音楽を聞く	ゲーム・インターネット	友人・家族と話す	テレビ・映画鑑賞	買物	運動・散歩	カラオケ	ドライブ・旅行	お酒	会食・飲み会
全体		269	66.9	62.1	55.0	51.3	38.7	33.5	29.0	22.3	21.6	11.9	9.7
地域別	海岸部	111	71.2	64.9	55.0	45.9	40.5	27.9	26.1	19.8	18.0	11.7	7.2
	都市部	137	65.7	60.6	57.7	55.5	39.4	37.2	29.2	25.5	24.8	11.7	10.9
	中山間部	17	41.2	52.9	35.3	52.9	29.4	47.1	47.1	11.8	23.5	17.6	17.6

※全体の回答数上位11項目を抜粋

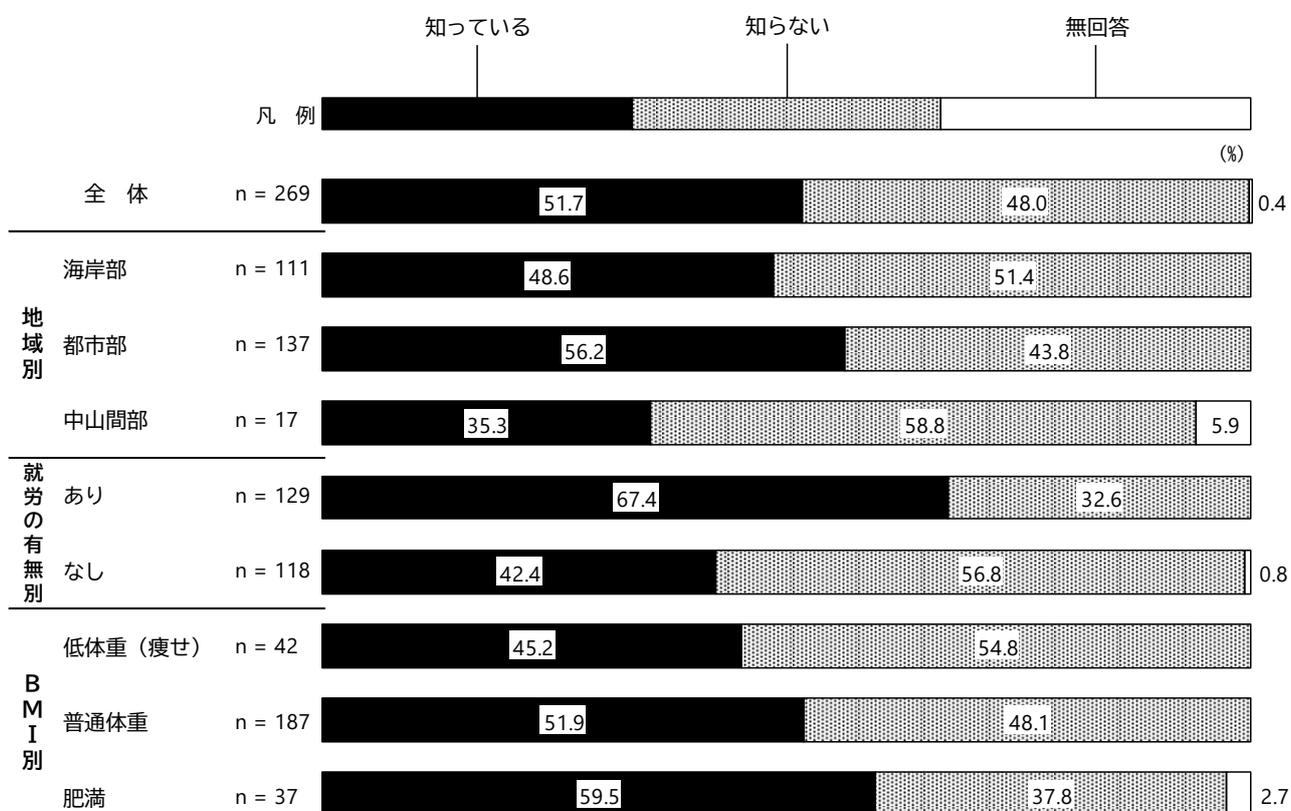
（８）適正な飲酒量を知っているか

- 「知っている」が51.7%、「知らない」が48.0%となっている。
- 中山間部では「知っている」が35.3%と他地域に比べ10ポイント以上低く、都市部では56.2%と他地域に比べ5ポイント以上高い。
- 就労していない人では「知っている」が42.4%と就労している人に比べ20ポイント以上低い。
- BMI別では「知っている」割合はBMIが上がるほど高い傾向となっている。

問36 あなたは、適正な飲酒の量を知っていますか。（○は1つ）



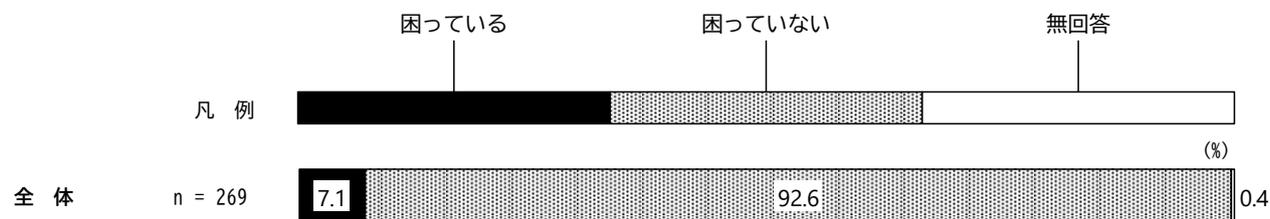
【適正な飲酒量を知っているか／地域別／就労の有無別／BMI別】



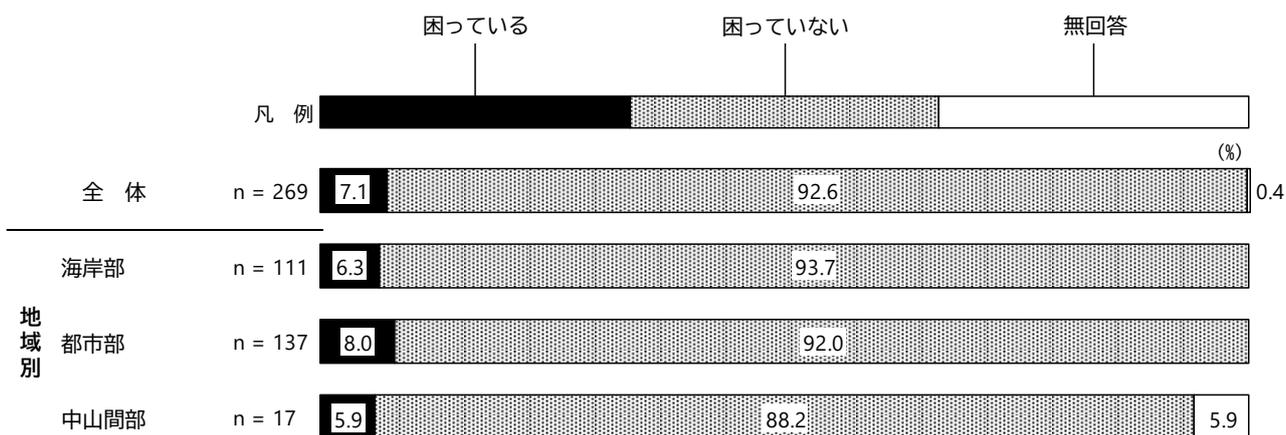
(9) ご自身、または家族のアルコール問題に困っているか

- 「困っていない」が92.6%、「困っている」が7.1%となっている。
- 地域別では「困っている」について大きな差は出ていない。

問37 あなた自身、または家族のアルコール問題に困っていますか。(○は1つ)



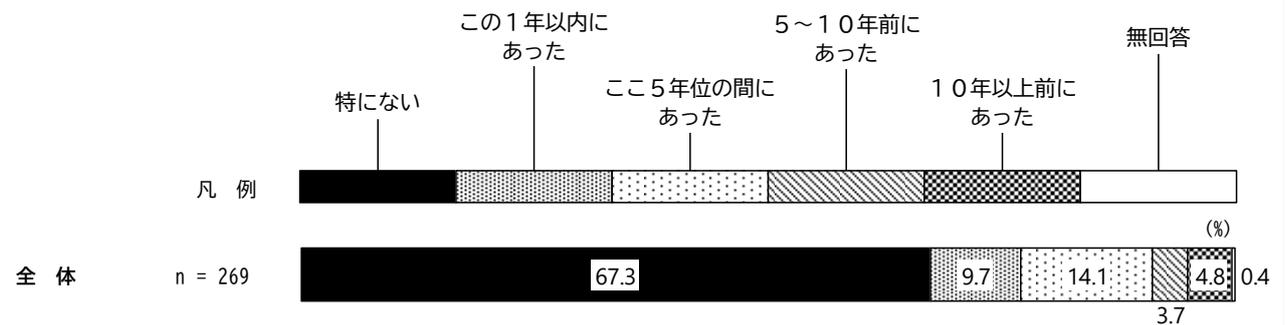
【ご自身、または家族のアルコール問題に困っているか／地域別】



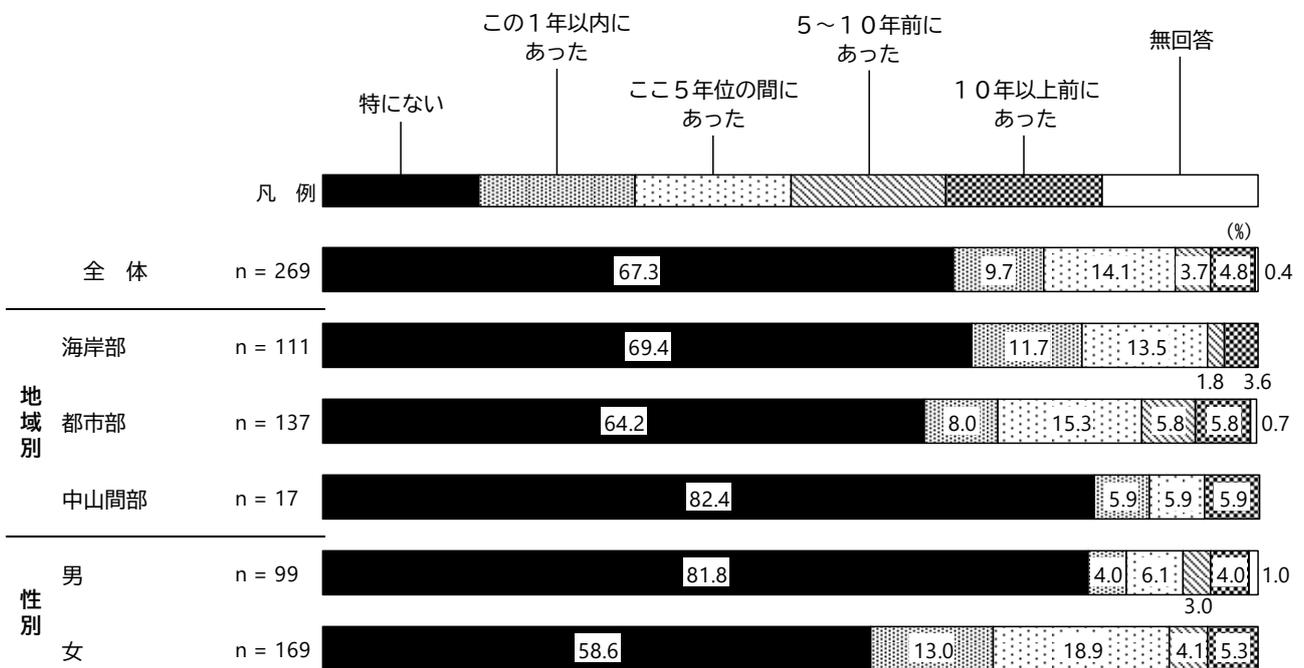
(10) 「自殺したい」と考えたことがあるか

- 「特にない」が67.3%と最も高くなっている。次いで「ここ5年位の間にあった」が14.1%、「この1年以内にあった」が9.7%となっている。
- 『自殺念慮あり』（「この1年以内にあった」+「ここ5年位の間にあった」+「5～10年前にあった」+「10年以上前にあった」）は32.3%となっている。
- 地域別では『自殺念慮あり』について大きな差は出ていない。
- 女性では『自殺念慮あり』が41.3%と男性に比べ20ポイント以上高い。

問38 あなたはこれまでに、「自殺したい」と考えたことはありましたか。(○は1つ)



【「自殺したい」と考えたことがあるか／地域別】

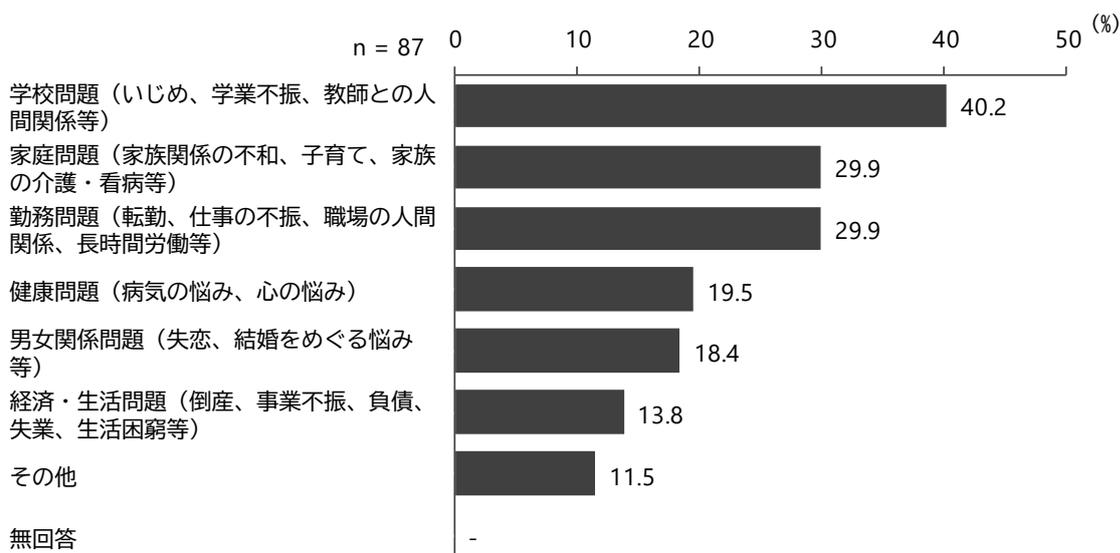


（11）「自殺したい」と思った理由や原因

● 「学校問題（いじめ、学業不振、教師との人間関係等）」が40.2%と最も高くなっている。次いで「家庭問題（家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病等）」と「勤務問題（転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働等）」が29.9%となっている。

問38-1 「自殺したい」と思った理由や原因はどのようなことですか。

（あてはまるものすべてに○）



【「自殺したい」と思った理由や原因／地域別】

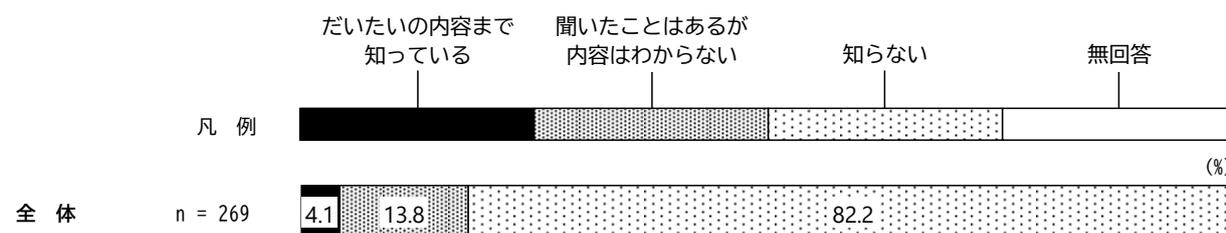
		n	学校問題（いじめ、学業不振、教師との人間関係等）	家庭問題（家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病等）	勤務問題（転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働等）	健康問題（病気の悩み、心の悩み）	男女関係問題（失恋、結婚をめぐる悩み等）	困窮等（経済不振、生活問題、負債、失業、倒産、生活困窮等）	その他	無回答
全体		87	40.2	29.9	29.9	19.5	18.4	13.8	11.5	-
地域別	海岸部	34	41.2	35.3	23.5	29.4	14.7	14.7	14.7	-
	都市部	48	41.7	27.1	33.3	12.5	18.8	10.4	6.3	-
	中山間部	3	33.3	33.3	33.3	33.3	66.7	33.3	33.3	-

※地域別集計については、調査数（n）が少ないため参考値として掲載

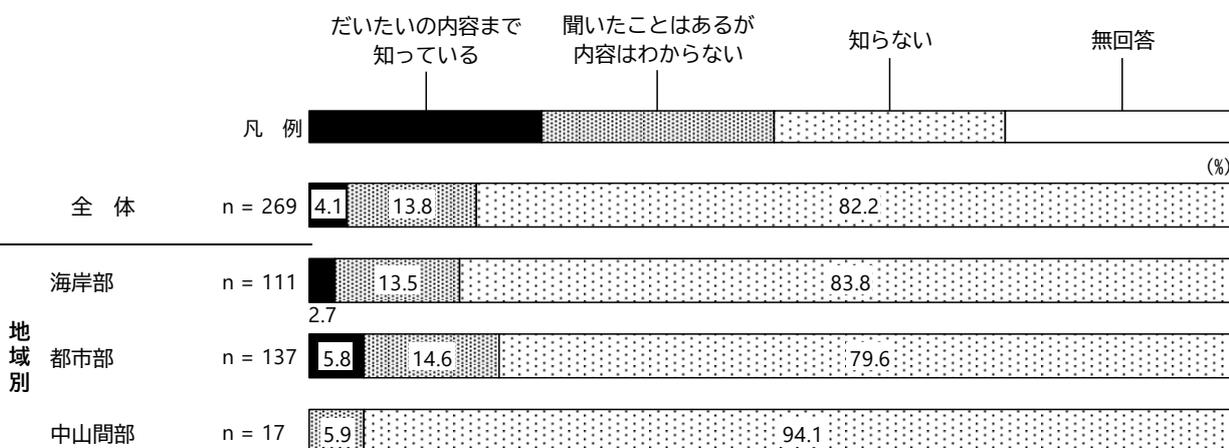
（12）「ゲートキーパー」の認知度

- 「知らない」が82.2%と最も高くなっている。次いで「聞いたことはあるが内容はわからない」が13.8%、「だいたいの内容まで知っている」が4.1%となっている。
- 『「ゲートキーパー」という名前だけでも知っている』（「だいたいの内容まで知っている」＋聞いたことはあるが内容はわからない）は17.9%となっている。
- 都市部では『「ゲートキーパー」という名前だけでも知っている』は20.4%となり、各地域の中で最も高くなっている。

問39 「ゲートキーパー」という言葉を知っていますか。（○は1つ）



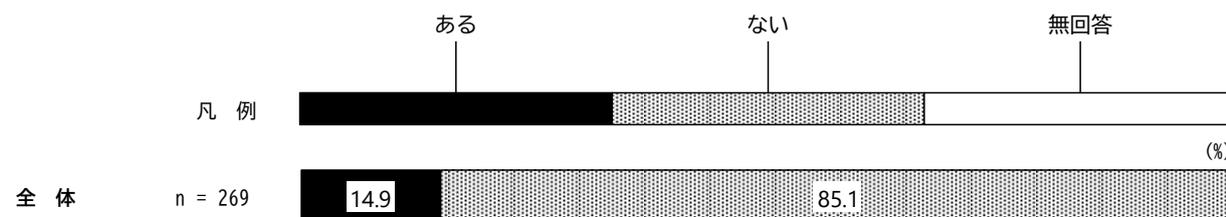
【「ゲートキーパー」の認知度／地域別】



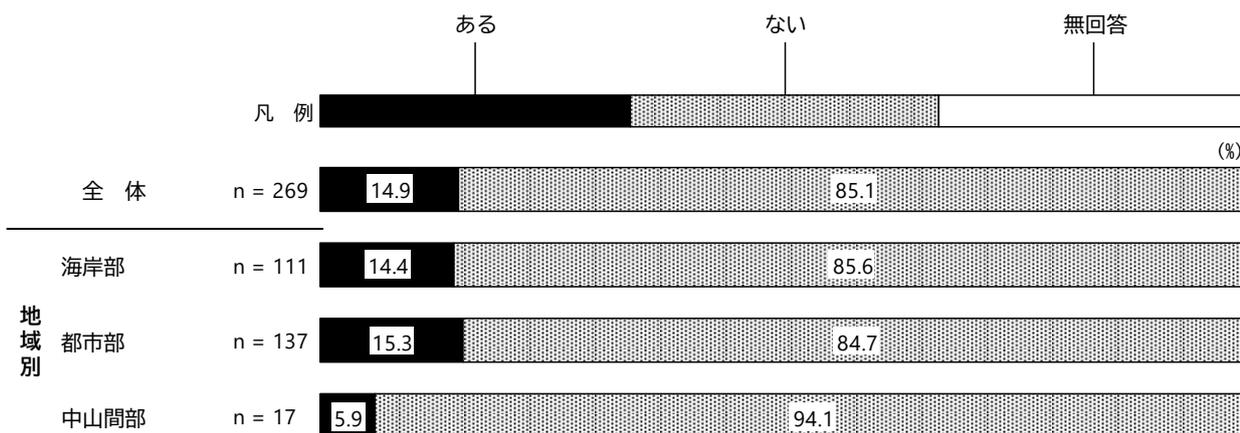
（13）「自殺したい」と打ち明けられたり、相談されたことはあるか

- 「ない」が85.1%、「ある」が14.9%となっている。
- 都市部では「ある」は15.3%となり、各地域の中で最も高くなっている。

問40 あなたはこれまでに、身近な方から「自殺したい」と打ち明けられたり、相談されたりしたことはありますか。（○は1つ）



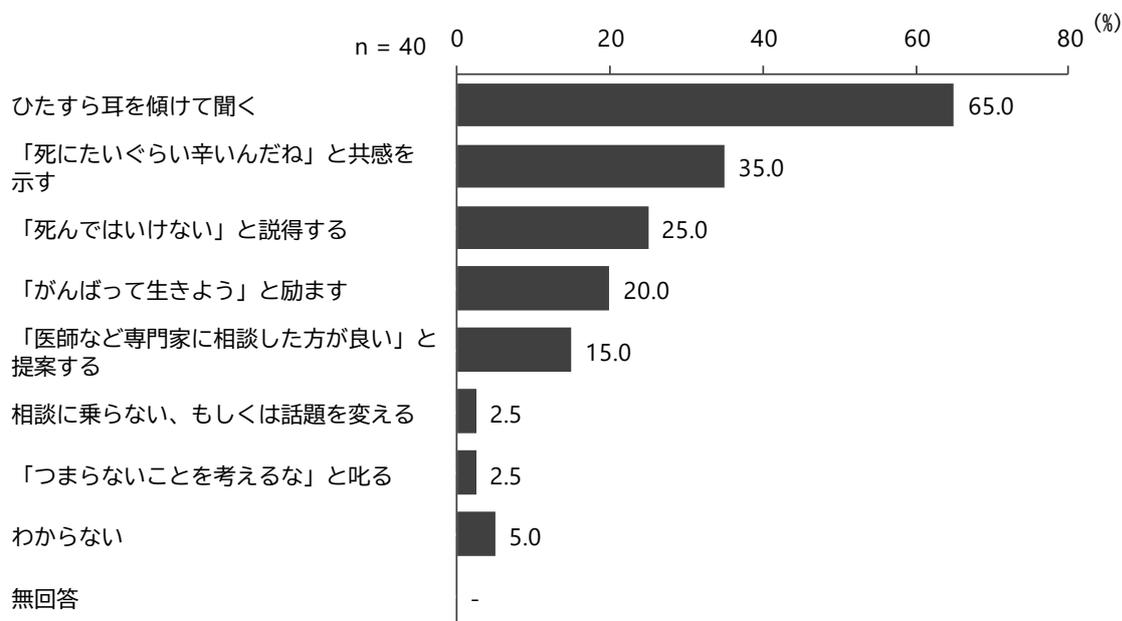
【「自殺したい」と打ち明けられたり、相談されたことはあるか／地域別】



（14）「自殺したい」と相談された時にとる行動

● 「ひたすら耳を傾けて聞く」が65.0%と最も高くなっている。次いで「死にたいぐらい辛いんだね」と共感を示す」が35.0%、「死んではいけない」と説得する」が25.0%となっている。

問40-1 あなたはどのような行動をとると考えますか。（あてはまるものすべてに○）



【「自殺したい」と相談された時にとる行動／地域別】

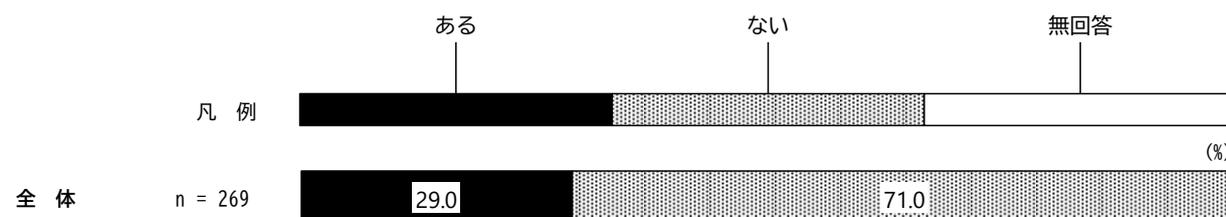
		n	ひたすら耳を傾けて聞く	「死にたいぐらい辛いんだね」と共感を示す	「死んではいけない」と説得する	「がんばって生きよう」と励ます	「医師など専門家に相談した方が良い」と提案する	相談に乗らない、もしくは話題を変える	「つまらないことを考えるな」と叱る	わからない	無回答
全体		40	65.0	35.0	25.0	20.0	15.0	2.5	2.5	5.0	-
地域別	海岸部	16	56.3	37.5	31.3	25.0	6.3	-	6.3	12.5	-
	都市部	21	71.4	33.3	23.8	19.0	23.8	4.8	-	-	-
	中山間部	1	100.0	-	-	-	-	-	-	-	-

※地域別集計については、調査数（n）が少ないため参考値として掲載

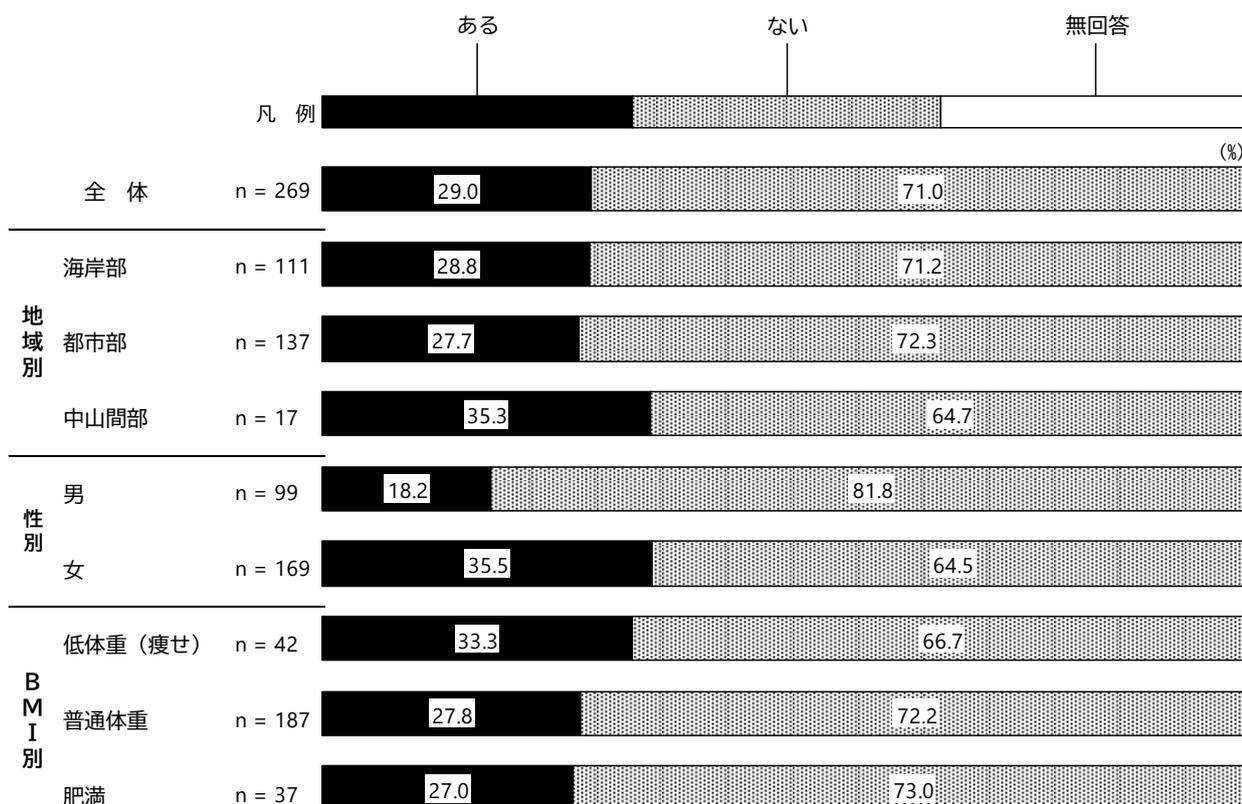
（15）ここ2～3か月以内に孤独を感じることはあったか

- 「ない」が71.0%、「ある」が29.0%となっている。
- 地域別では「ある」について大きな差は出ていない。
- 女性では「ある」が35.5%と男性に比べ10ポイント以上高い。
- BMI別では「ある」割合はBMIが低いほど高い傾向となっている。

問41 あなたは、ここ2～3か月以内に孤独を感じることはありますか。（○は1つ）



【ここ2～3か月の間で孤独を感じることはあったか／地域別／性別／BMI別】

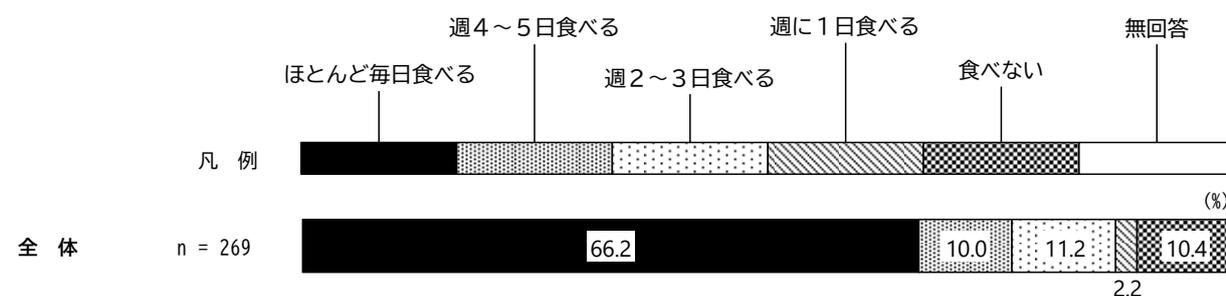


5 「食生活」について

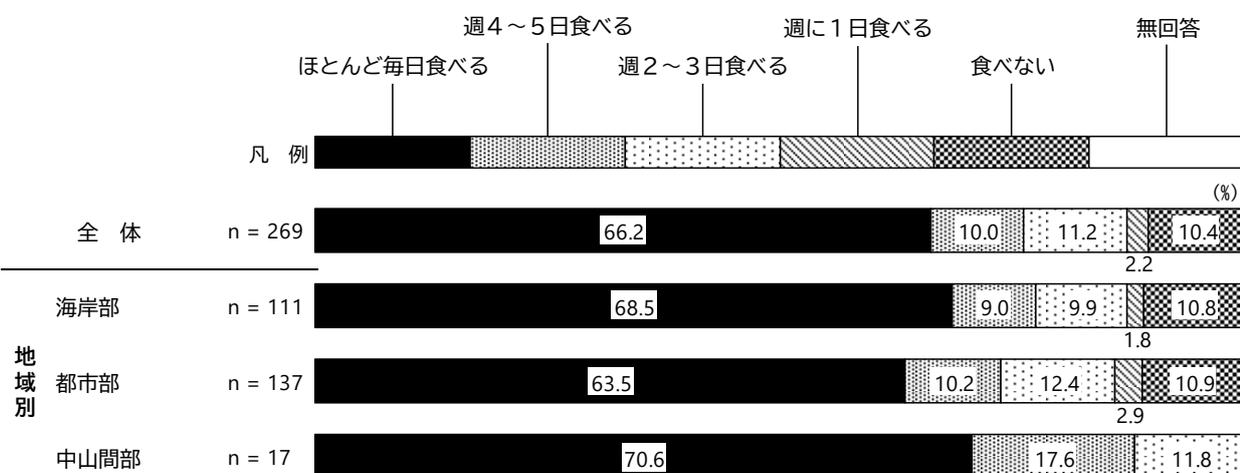
(1) ふだん朝食を食べているか

- 「ほとんど毎日食べる」が66.2%と最も高くなっている。次いで「週2～3日食べる」が11.2%、「食べない」が10.4%となっている。
- 海岸部・都市部では『朝食を欠食する割合』（「食べない」）について大きな差は出ていない。

問42 あなたは、ふだん朝食を食べていますか。（○は1つ）



【ふだん朝食を食べているか／地域別】

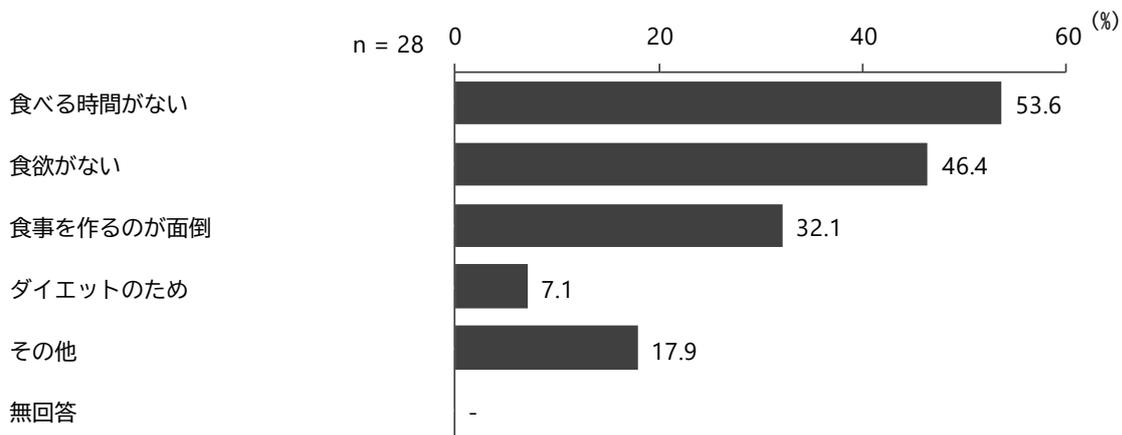


（2）朝食を食べない理由

● 「食べる時間がない」が53.6%と最も高くなっている。次いで「食欲がない」が46.4%、「食事を作るのが面倒」が32.1%となっている。

問42-1 朝食を食べない理由について、どのようなことがありますか。

（あてはまるものすべてに○）



【朝食を食べない理由／地域別】

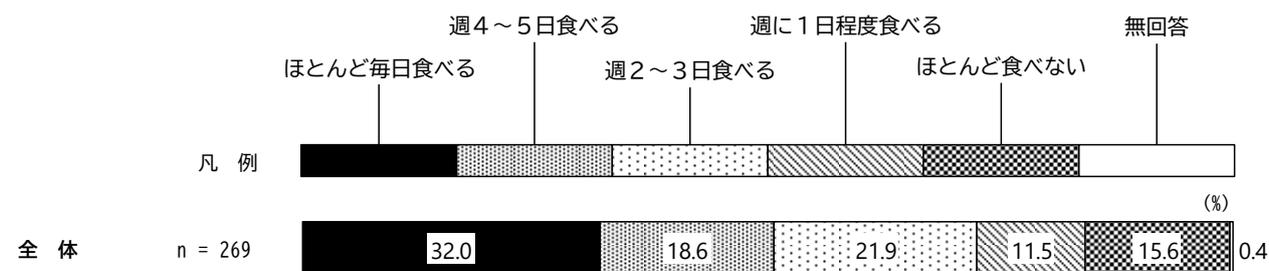
		n	食べる時間がない	食欲がない	食事を作るのが面倒	ダイエットのため	その他	無回答
全体		28	53.6	46.4	32.1	7.1	17.9	-
地域別	海岸部	12	66.7	58.3	41.7	-	-	-
	都市部	15	40.0	33.3	20.0	6.7	33.3	-
	中山間部	-	-	-	-	-	-	-

※地域別集計については、調査数（n）が少ないため参考値として掲載

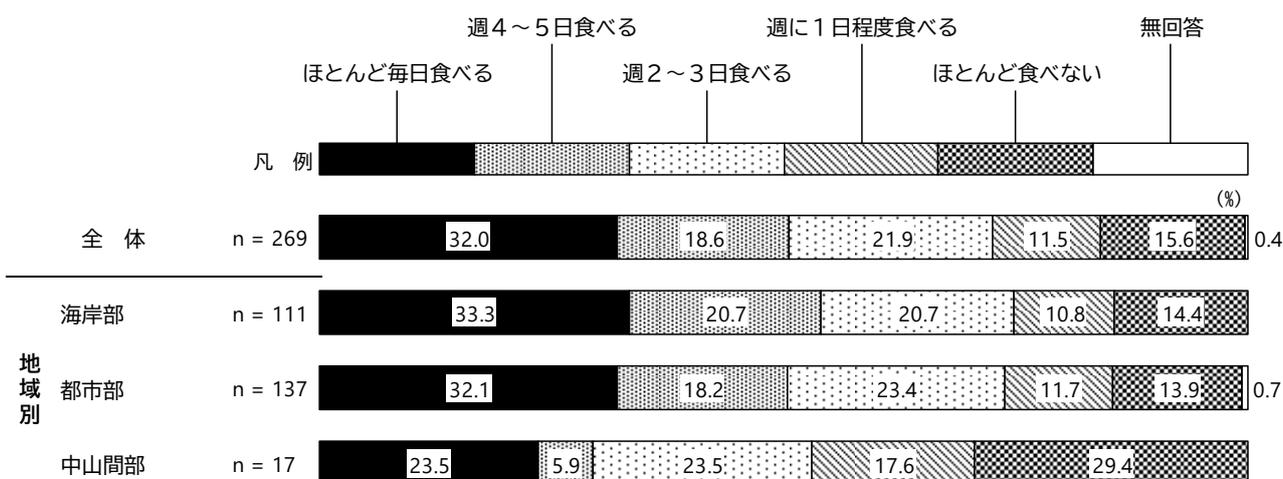
(3) 主食・主菜・副菜を揃えて食べる頻度

- 「ほとんど毎日食べる」が32.0%と最も高くなっている。次いで「週2～3日食べる」が21.9%、「週4～5日食べる」が18.6%となっている。
- 中山間部では「ほとんど食べない」が29.4%と他地域に比べ10ポイント以上高い。

問43 あなたは、主食・主菜・副菜を三つ揃えて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。（○は1つ）



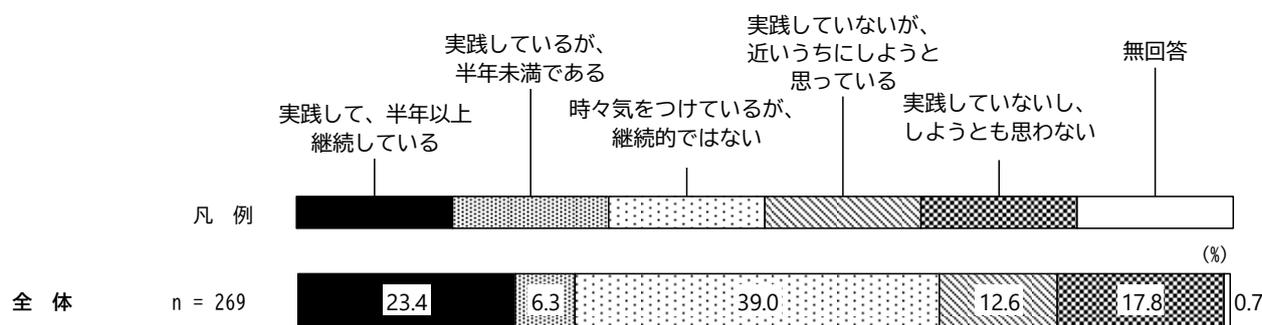
【主食・主菜・副菜を揃えて食べる頻度／地域別】



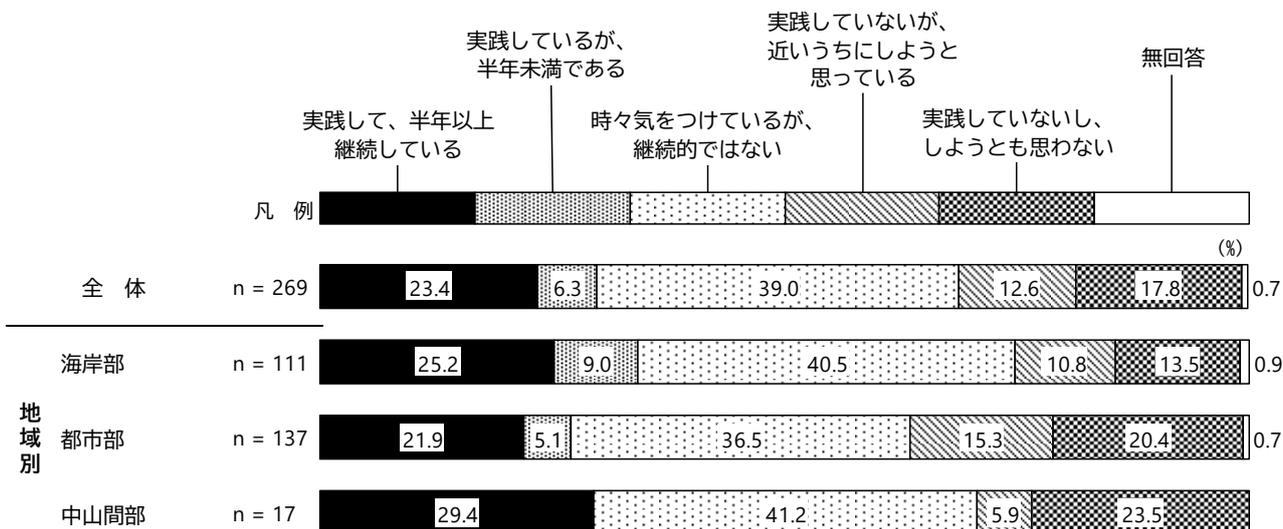
（４）健康維持増進や生活習慣病予防のために実施していること

- 「時々気をつけているが、継続的ではない」が 39.0%と最も高くなっている。次いで「実践して、半年以上継続している」が 23.4%、「実践していないし、しようとも思わない」が 17.8%となっている。
- 地域別では『生活習慣病の予防や改善のために、普段から適正体重の維持や減塩等に気を付けた食生活を実践している』（「実践して、半年以上継続している」）について大きな差は出ていない。

問 4 4 あなたは、健康の維持増進や生活習慣病予防のために(1)適切な食事（減塩等）、(2)定期的な運動、(3)週に複数回の体重計測のいずれかを実施していますか。（○は1つ）



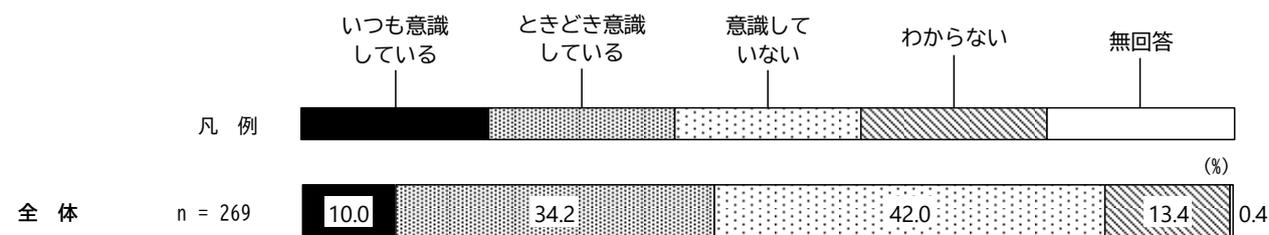
【健康維持増進や生活習慣病予防のために実施していること／地域別】



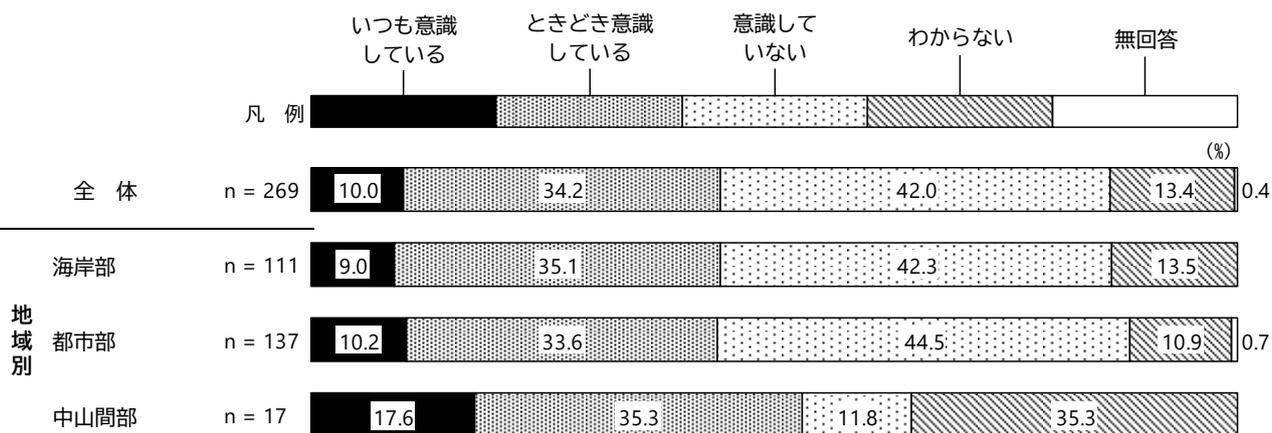
(5) 日頃の食事の中での減塩意識について

- 「意識していない」が42.0%と最も高くなっている。次いで「ときどき意識している」が34.2%、「わからない」が13.4%となっている。
- 中山間部では「意識していない」が11.8%と他地域に比べ20ポイント以上低い。

問45 あなたは、日頃の食事の中で減塩を意識していますか。(○は1つ)



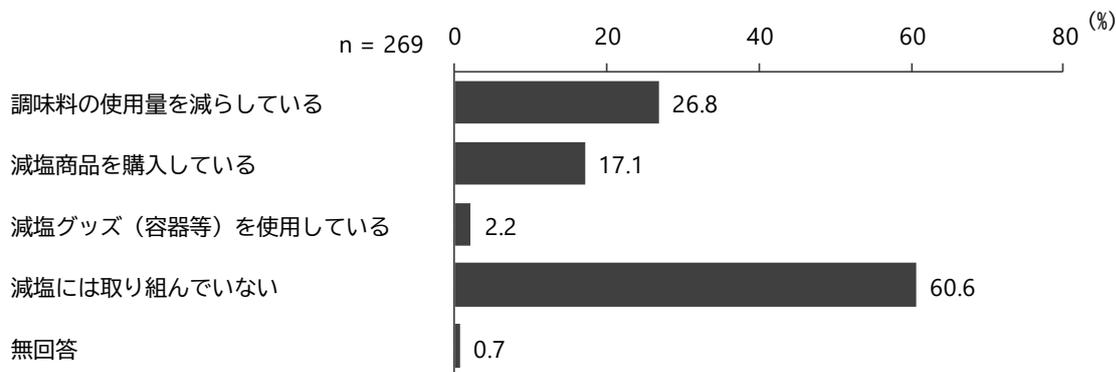
【日頃の食事の中での減塩意識について／地域別】



（6）減塩の取り組みについて

- 「調味料の使用量を減らしている」が26.8%と最も高くなっている。次いで、「減塩商品を購入している」が17.1%となっている。一方、「減塩には取り組んでいない」は60.6%となっている。
- 地域別では「減塩には取り組んでいない」について大きな差は出ていない。

問46 あなたは、減塩に取り組んでいますか。（あてはまるものすべてに○）



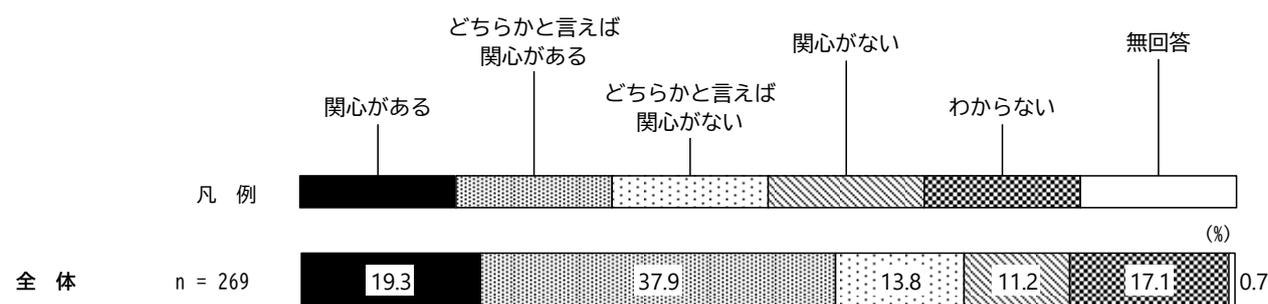
【減塩の取り組みについて／地域別】

		n	調味料の使用量を減らしている (%)	減塩商品を購入している (%)	減塩グッズ（容器等）を使用している (%)	減塩には取り組んでいない (%)	無回答 (%)
全体		269	26.8	17.1	2.2	60.6	0.7
地域別	海岸部	111	28.8	15.3	2.7	58.6	-
	都市部	137	25.5	18.2	2.2	62.0	1.5
	中山間部	17	23.5	23.5	-	58.8	-

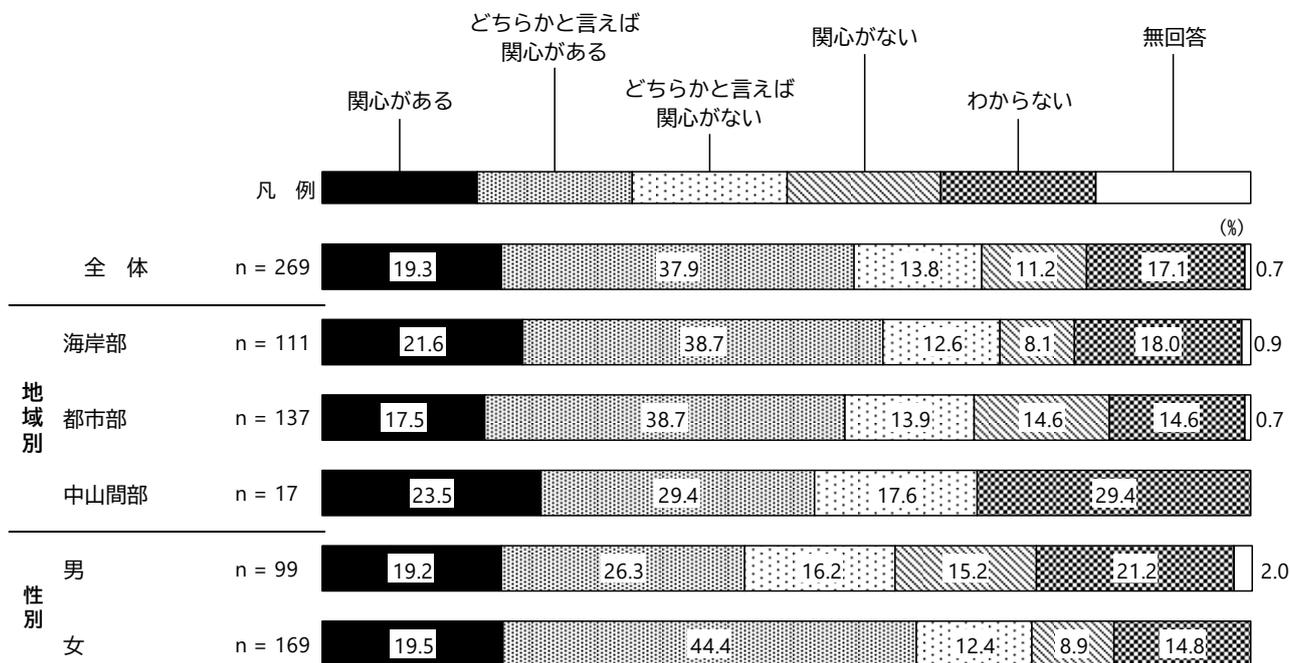
（7）食育に関心があるか

- 「どちらかと言えば関心がある」が 37.9%と最も高くなっている。次いで「関心がある」が 19.3%、「わからない」が 17.1%となっている。
- 『食育に関心を持っている』（「関心がある」+「どちらかと言えば関心がある」）は 57.2%となっている。
- 女性では『食育に関心を持っている』が 63.9%と男性に比べ 10 ポイント以上高い。

問47 あなたは、食育に関心がありますか。（○は1つ）



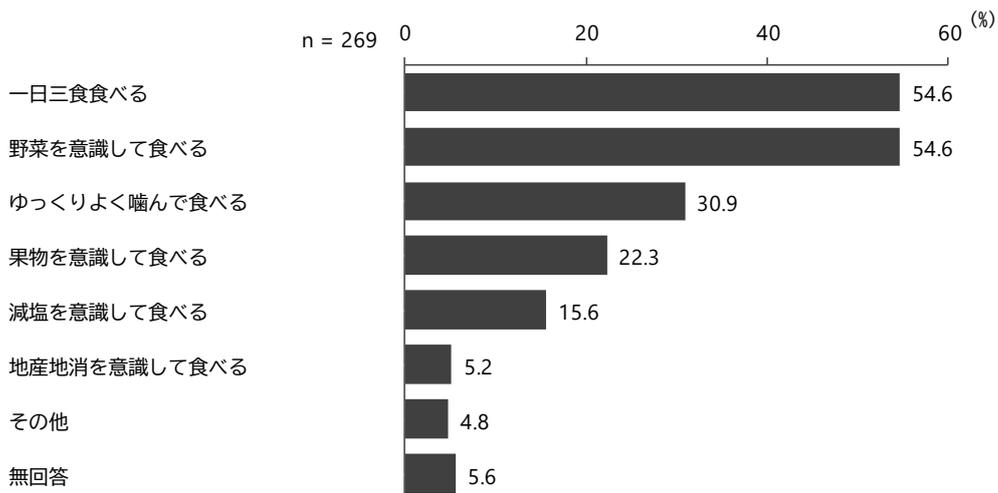
【食育に関心があるか／地域別／性別】



(8) 「食」に関する取り組みで実施していること

- 「一日三食食べる」と「野菜を意識して食べる」が 54.6%と最も高くなっている。次いで「ゆっくりよく噛んで食べる」が 30.9%となっている。
- 海岸部では「一日三食食べる」、都市部では「野菜を意識して食べる」がそれぞれ最も高くなっている。

問48 あなたは日頃「食」に関する取り組みで、実施されていることは何ですか。
(あてはまるものすべてに○)



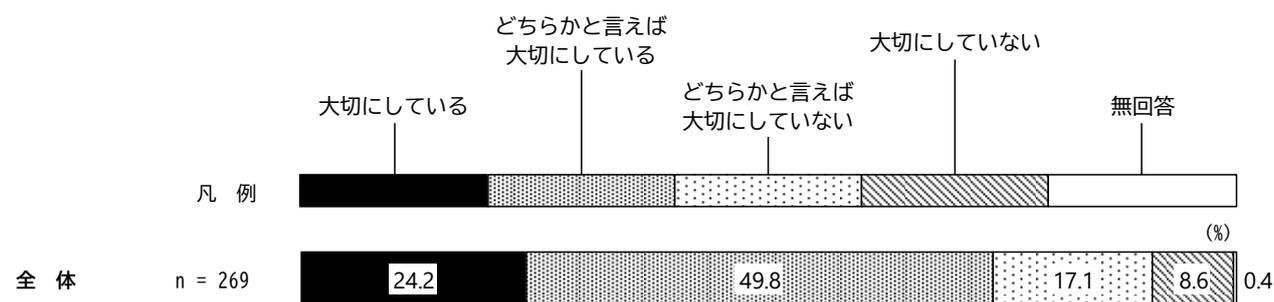
【「食」に関する取り組みで実施していること／地域別】

		n	一日三食食べる	野菜を意識して食べる	ゆっくりよく噛んで食べる	果物を意識して食べる	減塩を意識して食べる	地産地消を意識して食べる	その他	無回答
全体		269	54.6	54.6	30.9	22.3	15.6	5.2	4.8	5.6
地域別	海岸部	111	58.6	51.4	28.8	21.6	11.7	2.7	1.8	7.2
	都市部	137	52.6	58.4	31.4	24.1	16.8	8.0	7.3	4.4
	中山間部	17	52.9	52.9	35.3	11.8	35.3	-	-	-

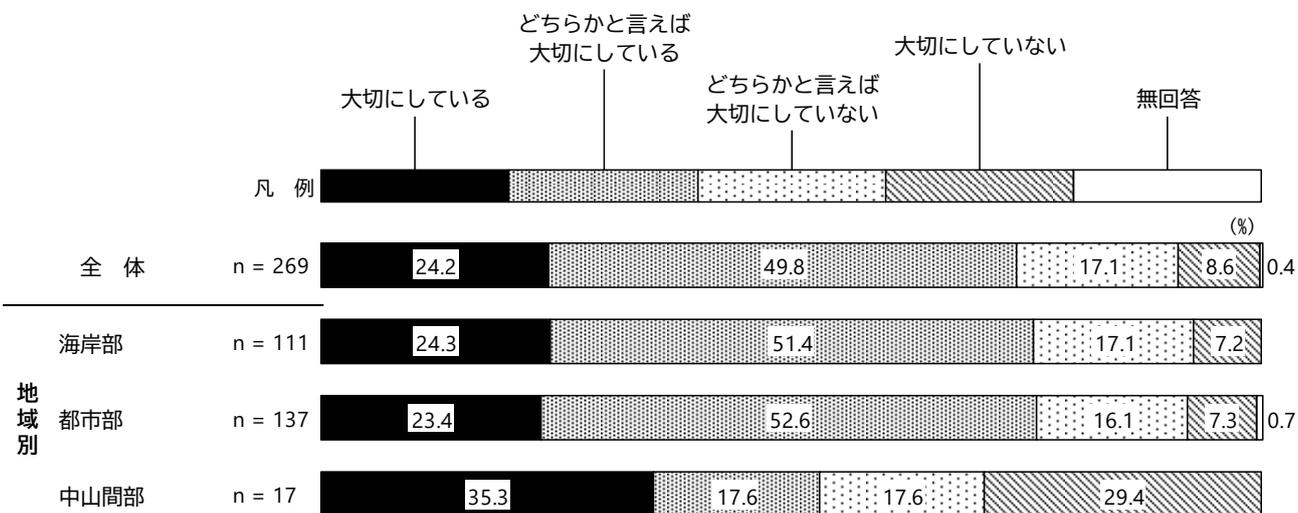
(9) 食文化を大切にしているか

- 「どちらかと言えば大切にしている」が49.8%と最も高くなっている。次いで「大切にしている」が24.2%、「どちらかと言えば大切にしている」が17.1%となっている。
- 『食文化を大切にしている』（「大切にしている」+「どちらかと言えば大切にしている」）は74.0%となっている。
- 海岸部・都市部では『食文化を大切にしている』について大きな差は出ていない。

問49 あなたはふだん、伝統食や行事食及び食事マナーなどを含め、食文化を大切にしていますか。（○は1つ）



【食文化を大切にしているか／地域別】

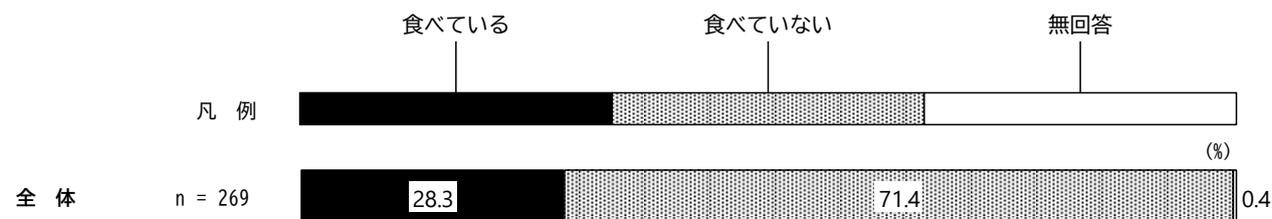


（10）郷土料理や伝統料理を月1回以上食べているか

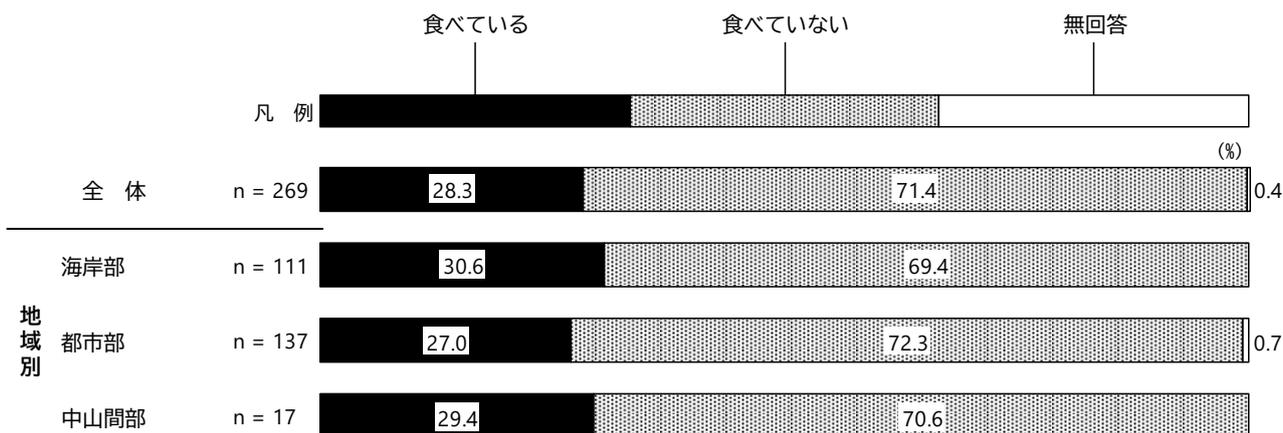
- 「食べていない」が71.4%、「食べている」が28.3%となっている。
- 地域別では「食べている」について大きな差は出ていない。

問50 あなたは、郷土料理や伝統料理（行事食）含むなど、月1回以上食べていますか。

（○は1つ）



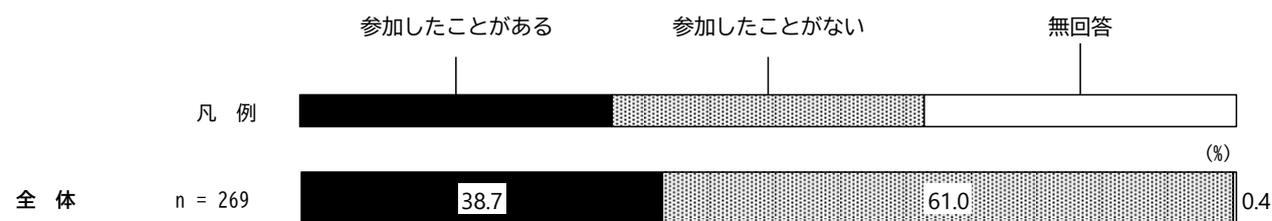
【郷土料理や伝統料理を月1回以上食べているか／地域別】



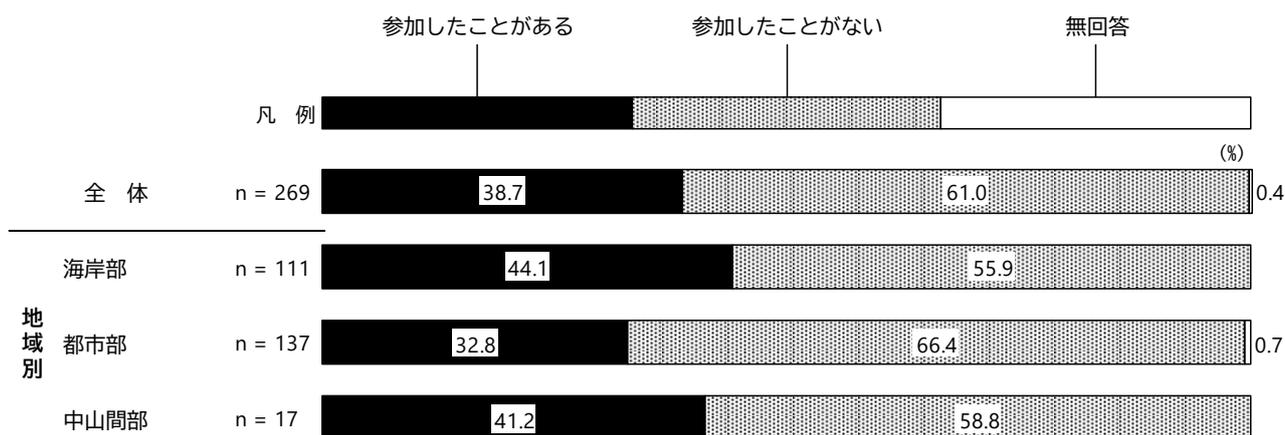
(11) 過去10年間で、農林漁業体験に参加したことがあるか

- 「参加したことがない」が61.0%、「参加したことがある」が38.7%となっている。
- 都市部では「参加したことがある」が32.8%と他地域に比べ5ポイント以上低い。

問51 あなたは、おおむね過去10年間で田植えや野菜、果物の収穫、水産加工など、農林漁業体験に参加したことがありますか。(〇は1つ)



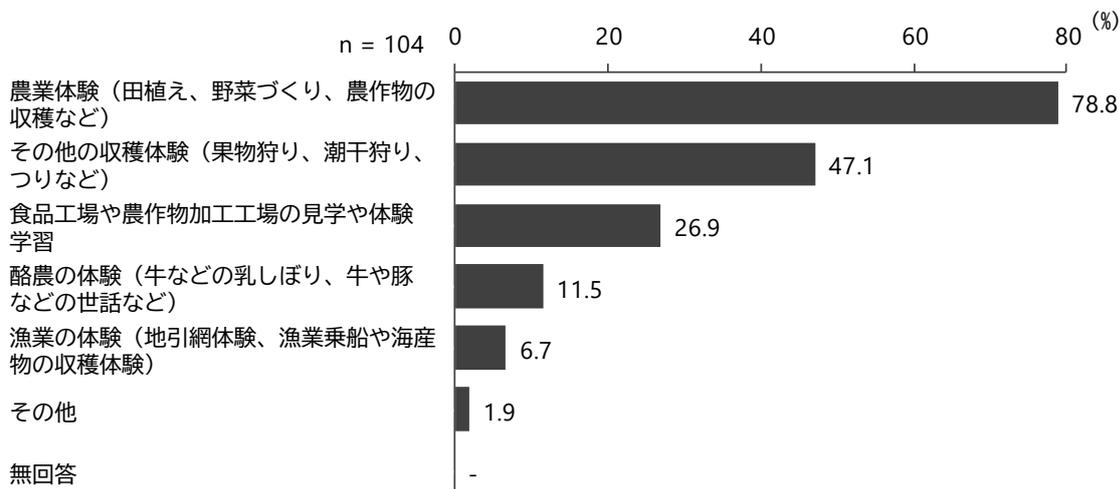
【過去10年間で、農林漁業体験に参加したことがあるか／地域別】



（12）参加したことのある農林漁業体験

● 「農業体験（田植え、野菜づくり、農作物の収穫など）」が78.8%と最も高くなっている。次いで「その他の収穫体験（果物狩り、潮干狩り、つりなど）」が47.1%、「食品工場や農作物加工工場の見学や体験学習」が26.9%となっている。

問51-1 それはどのような体験でしたか。（あてはまるものすべてに○）



【参加したことのある農林漁業体験／地域別】

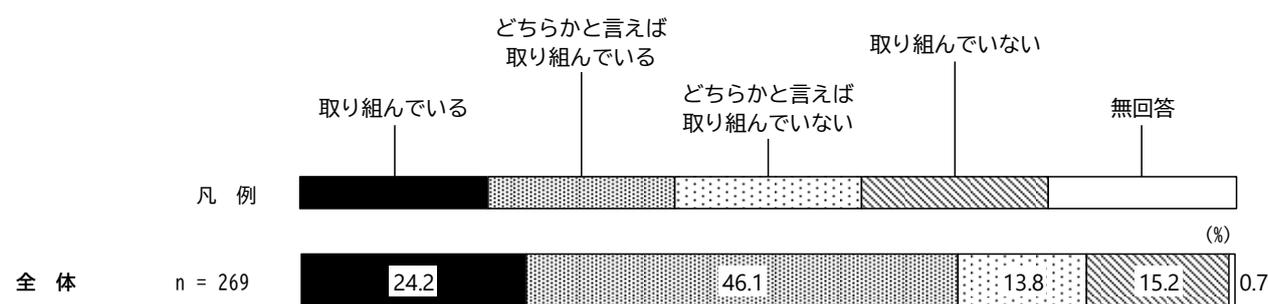
		n	農業体験（田植え、野菜づくり、農作物の収穫など）	その他の収穫体験（果物狩り、潮干狩り、つりなど）	食品工場や農作物加工工場の見学や体験学習	酪農の体験（牛や豚などの世話など）	漁業乗船や海産物の収穫体験	その他	無回答
全体		104	78.8	47.1	26.9	11.5	6.7	1.9	-
地域別	海岸部	49	81.6	44.9	30.6	14.3	10.2	2.0	-
	都市部	45	73.3	53.3	26.7	8.9	4.4	-	-
	中山間部	7	85.7	28.6	-	-	-	14.3	-

※地域別集計については、調査数（n）が少ないため参考値として掲載

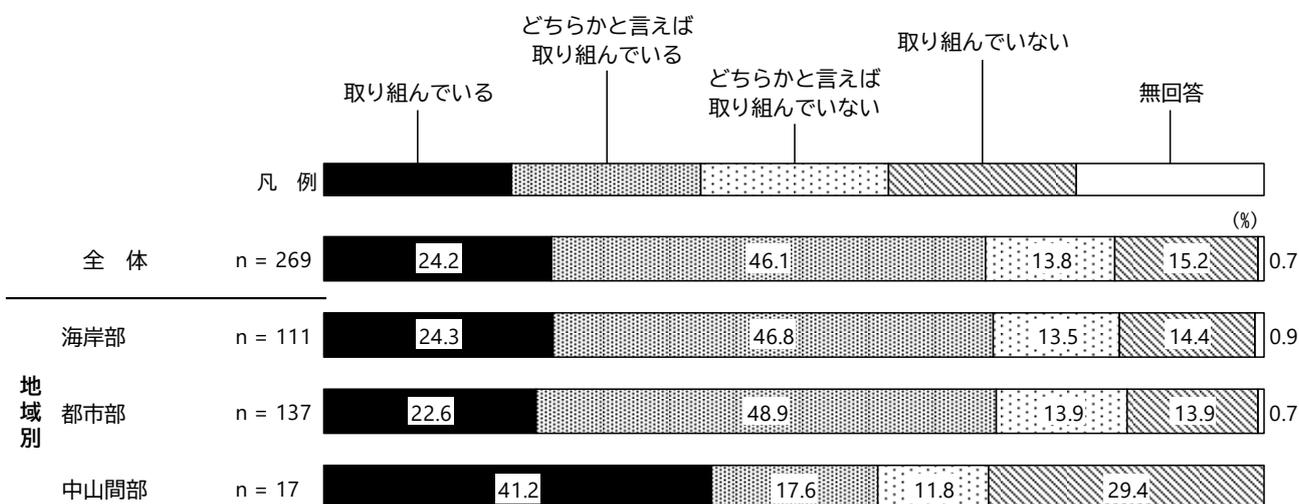
（13）「食品ロス」を削減することを意識して取り組んでいるか

- 「どちらかと言えば取り組んでいる」が46.1%と最も高くなっている。次いで「取り組んでいる」が24.2%、「取り組んでいない」が15.2%となっている。
- 『食品ロス削減のために何らかの行動をしている』（「取り組んでいる」+「どちらかと言えば取り組んでいる」）は70.3%となっている。
- 海岸部・都市部では『食品ロス削減のために何らかの行動をしている』について大きな差は出していない。

問52 あなたは「食品ロス」を削減することを意識して取り組んでいますか。（○は1つ）



【「食品ロス」を削減することを意識して取り組んでいるか／地域別】

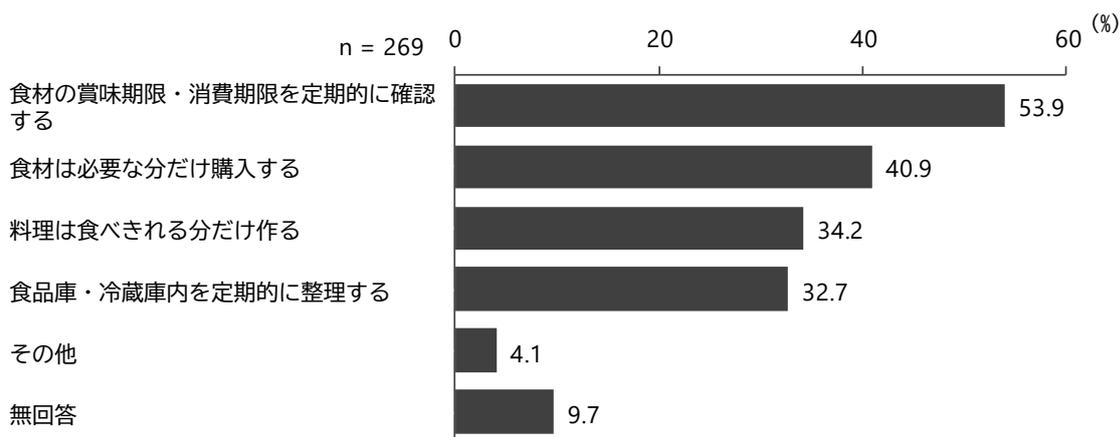


（14）食品ロス削減のために取り組んでいること

- 「食材の賞味期限・消費期限を定期的に確認する」が53.9%と最も高くなっている。次いで「食材は必要な分だけ購入する」が40.9%、「料理は食べきれ的分だけ作る」が34.2%となっている。
- 海岸部・都市部では「食材の賞味期限・消費期限を定期的に確認する」が最も高く、中山間部では「料理は食べきれ的分だけ作る」が最も高くなっている。

問53 あなたが、食品ロスのために取り組んでいることはなんですか。

（あてはまるものすべてに○）



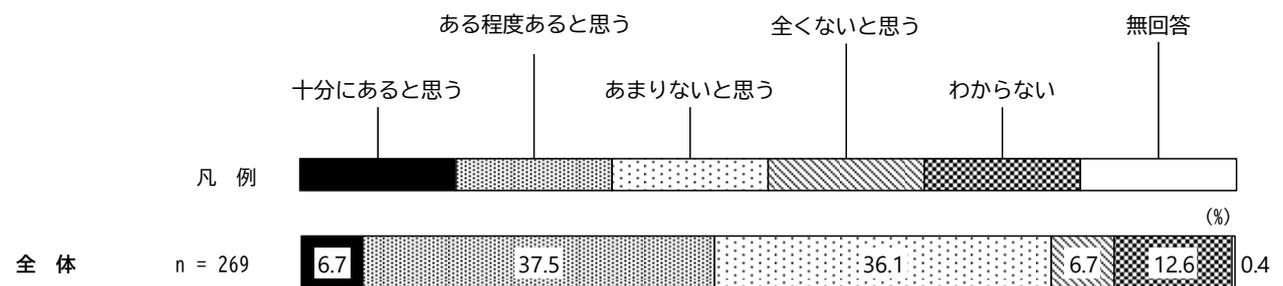
【食品ロス削減のために取り組んでいること／地域別】

		n	を食材の賞味期限・消費期限を定期的に確認する	る食材は必要な分だけ購入する	る料理は食べきれ的分だけ作る	に食品庫・冷蔵庫内を定期的に整理する	その他	無回答
全体		269	53.9	40.9	34.2	32.7	4.1	9.7
地域別	海岸部	111	49.5	38.7	30.6	29.7	4.5	12.6
	都市部	137	60.6	43.1	33.6	35.8	3.6	5.8
	中山間部	17	41.2	29.4	58.8	35.3	-	23.5

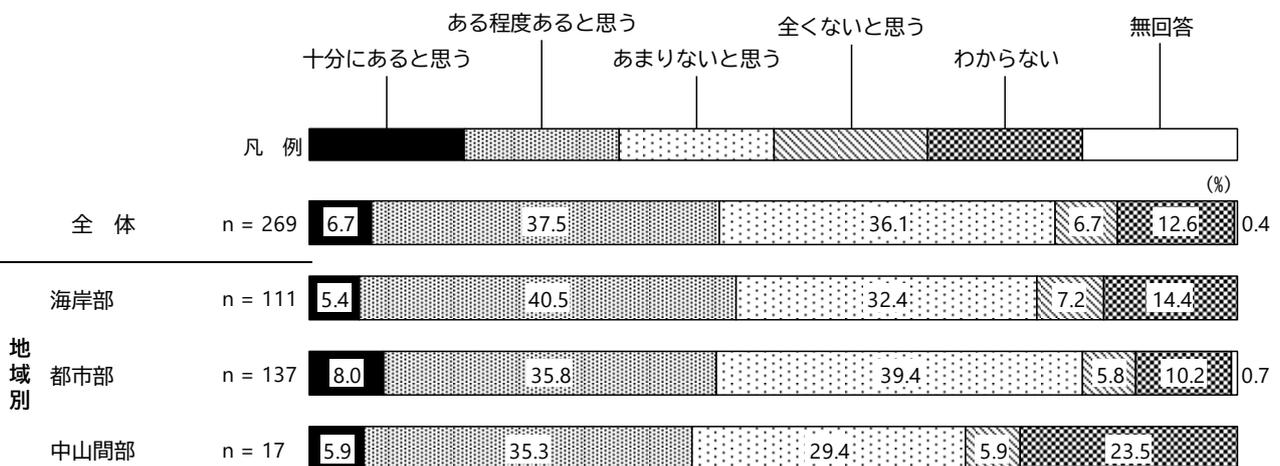
（15）健康に悪影響を与えないための食品選びや調理方法の知識があるか

- 「ある程度あると思う」が37.5%と最も高くなっている。次いで「あまりないと思う」が36.1%、「わからない」が12.6%となっている。
- 『食品の安全性について、基礎的な知識がある』（「十分にあると思う」+「ある程度あると思う」）は44.2%となっている。
- 地域別では『食品の安全性について、基礎的な知識がある』について大きな差は出ていない。

問54 あなたは、健康に悪影響を与えないようにするために、どのような食品を選んだほうがよいかや、どのような調理が必要かについての知識がありますか。（○は1つ）



【健康に悪影響を与えないための食品選びや調理方法の知識があるか／地域別】

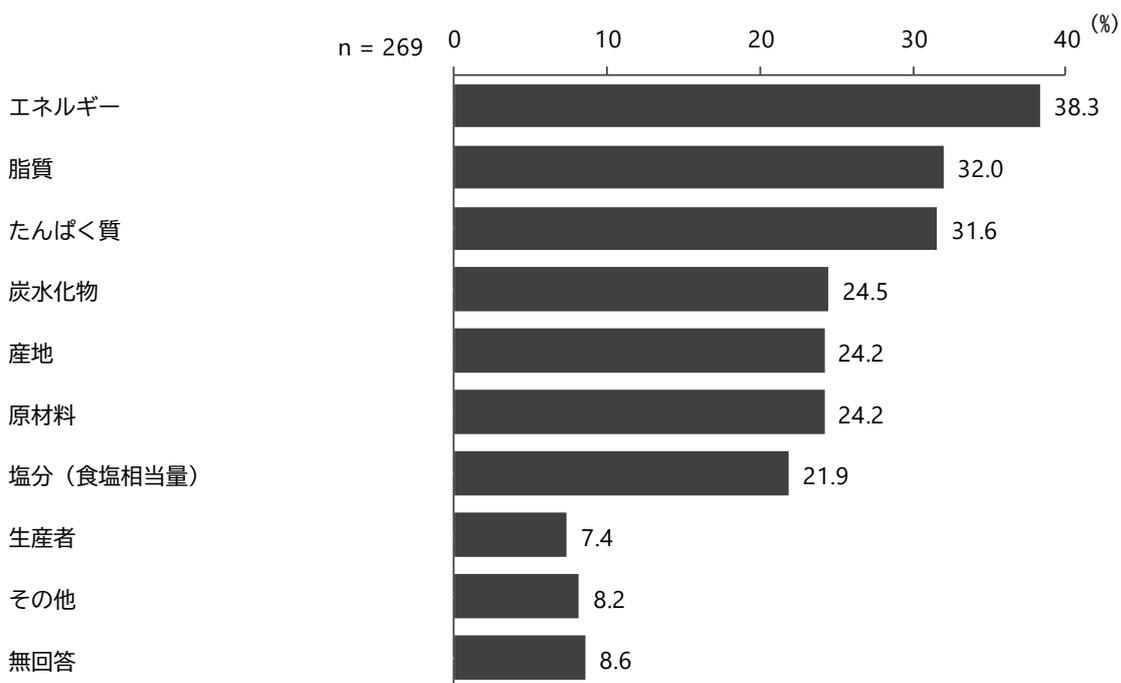


（16）食品を選択する際に気を付けていること

- 「エネルギー」が38.3%と最も高くなっている。次いで「脂質」が32.0%、「たんぱく質」が31.6%となっている。
- 都市部では「産地」が29.9%と他地域に比べ10ポイント以上高い。

問55 あなたは、ふだん食品を選択する際にどのようなことに気を付けていますか。

（あてはまるものすべてに○）



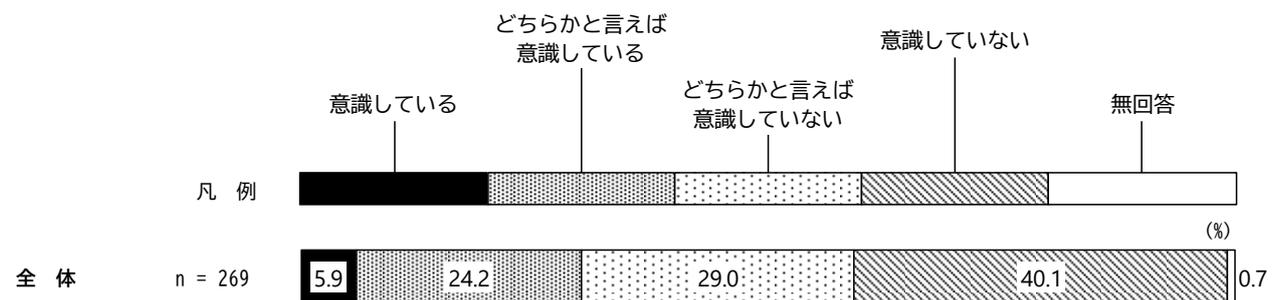
【食品を選択する際に気を付けていること／地域別】

		n	エネルギー	脂質	たんぱく質	炭水化物	産地	原材料	塩分（食塩相当量）	生産者	その他	無回答
全体		269	38.3	32.0	31.6	24.5	24.2	24.2	21.9	7.4	8.2	8.6
地域別	海岸部	111	42.3	36.0	28.8	24.3	17.1	27.0	15.3	7.2	6.3	8.1
	都市部	137	35.0	27.7	35.0	25.5	29.9	21.9	25.5	7.3	8.8	8.8
	中山間部	17	41.2	41.2	17.6	17.6	17.6	29.4	35.3	11.8	11.8	11.8

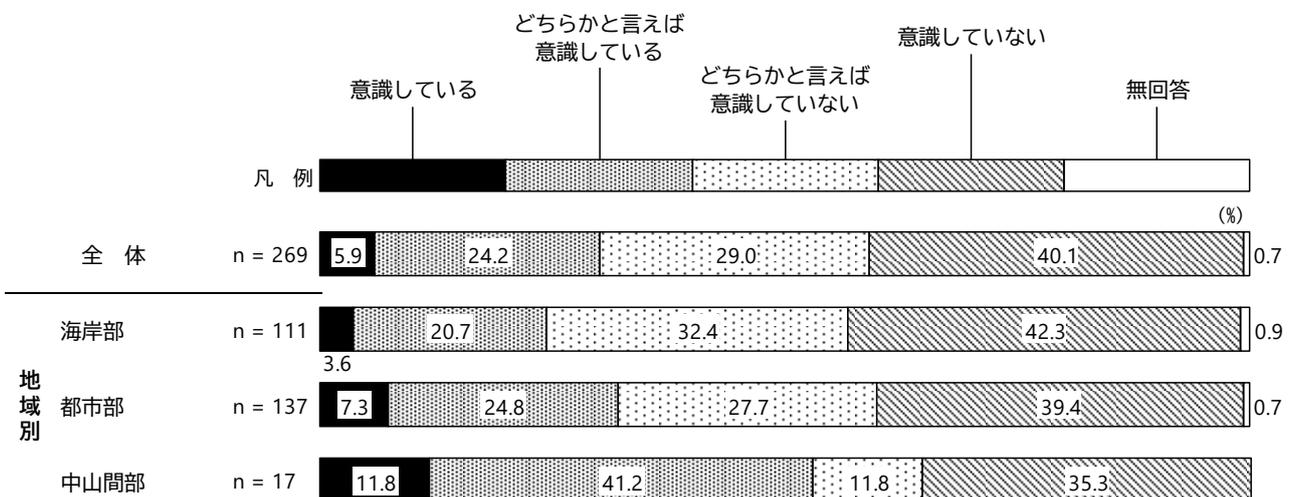
（17）食品を購入する際に環境を意識しているか

- 「意識していない」が40.1%と最も高くなっている。次いで「どちらかと言えば意識していない」が29.0%、「どちらかと言えば意識している」が24.2%となっている。
- 『環境を意識している』（「意識している」+「どちらかと言えば意識している」）は30.1%となっている。
- 海岸部では『環境を意識している』が24.3%と他地域に比べ5ポイント以上低い。

問56 あなたは、ふだん食品を選択する際に環境に配慮した農林水産物・食品を意識して購入しますか。（○は1つ）



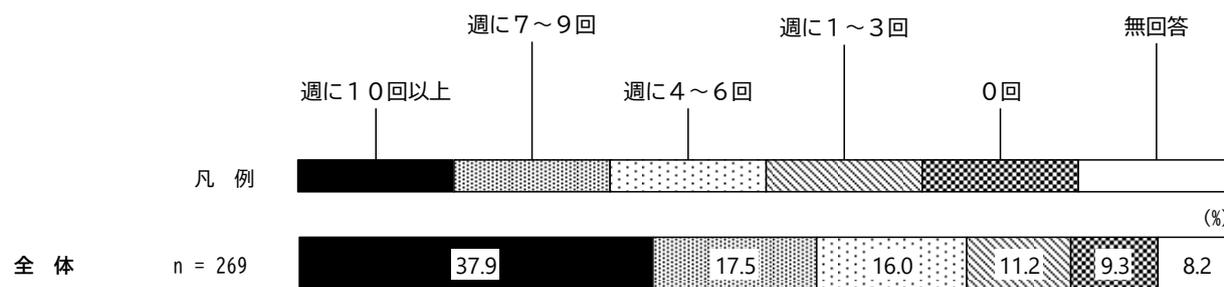
【食品を購入する際に環境を意識しているか／地域別】



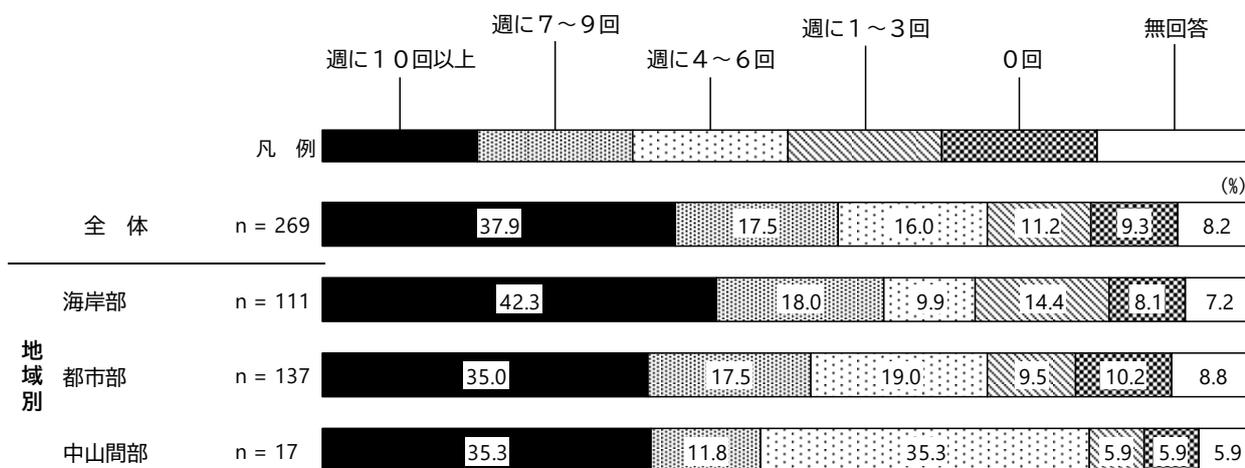
（18）家族と朝食や夕食を一緒に食べる1週間あたりの頻度

- 「週に10回以上」が37.9%と最も高くなっている。次いで「週に7～9回」が17.5%、「週に4～6回」が16.0%となっている。
- 海岸部では「週に10回以上」が42.3%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問57 あなたは、朝食や夕食を家族と一緒に食べることは、1週間にどのくらいありますか。（同居者ありのみ）（○は1つ）



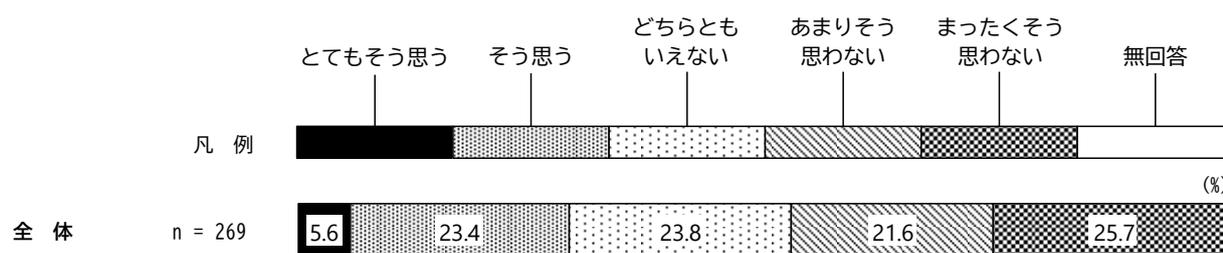
【家族と朝食や夕食を一緒に食べる1週間あたりの頻度／地域別】



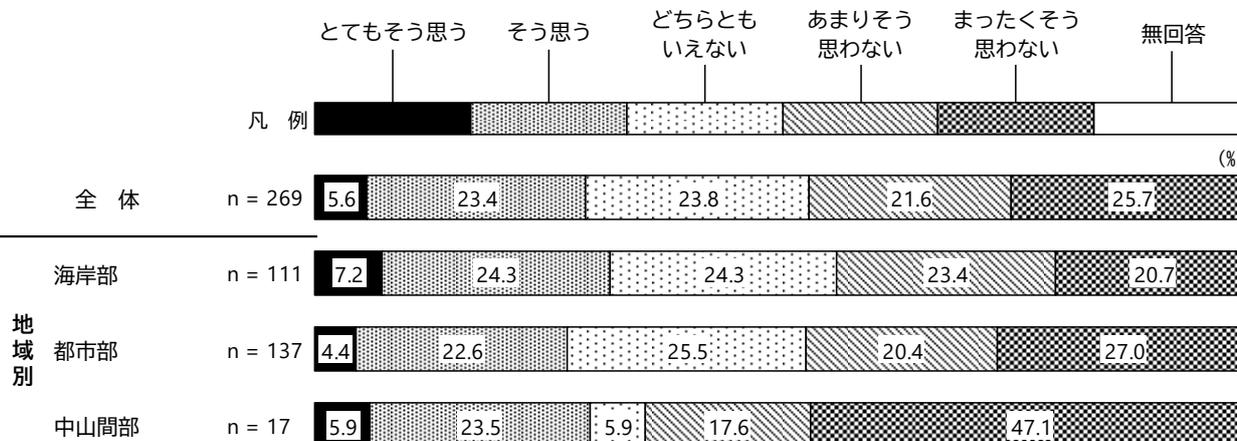
（19）地域や所属コミュニティでの食事会等に参加したいか

- 「まったくそう思わない」が25.7%と最も高くなっている。次いで「どちらともいえない」が23.8%、「そう思う」が23.4%となっている。
- 『地域等で共食したいと思う』（「とてもそう思う」＋「そう思う」）は29.0%となっている。
- 地域別では『地域等で共食したいと思う』について大きな差は出ていない。

問58 地域や所属コミュニティ（職場を含む）での食事会等の機会があれば、あなたは参加したいと思いますか。（○は1つ）



【地域や所属コミュニティでの食事会等に参加したいか／地域別】



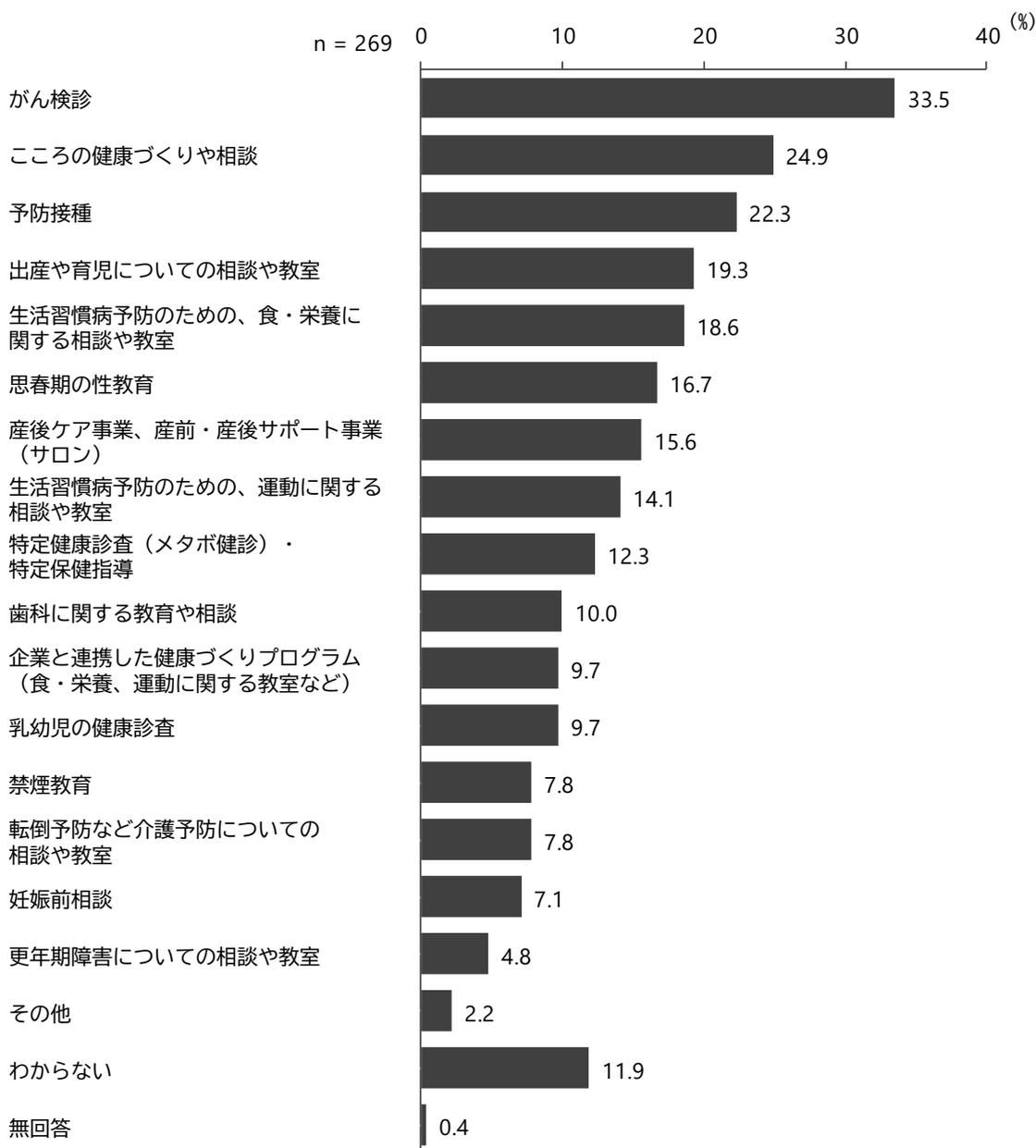
6 保健事業について

(1) いわき市の保険事業として今後どのような事業に力をいれていくべきか

- 「がん検診」が33.5%と最も高くなっている。次いで「こころの健康づくりや相談」が24.9%、「予防接種」が22.3%となっている。
- 地域別では「がん検診」が各地域でそれぞれ最も高くなっている。

問59 いわき市の保健事業として今後どのような事業に力をいれていくべきだと思いますか。

(○は3つまで)



【いわき市の保健事業として今後どのような事業に力をいれていくべきか／地域別】

(%)

		n	がん検診	こころの健康づくりや相談	予防接種	や出産や育児についての相談	食生活習慣病予防のための、教室や栄養に関する相談や、教	思春期の性教育	産後ケア事業、産前・産後サポート事業（サロン）	運動に関する相談や教室、生活習慣病予防のための、
全 体		269	33.5	24.9	22.3	19.3	18.6	16.7	15.6	14.1
地域別	海岸部	111	29.7	23.4	22.5	17.1	19.8	11.7	13.5	18.0
	都市部	137	34.3	25.5	23.4	20.4	19.7	21.2	19.7	10.2
	中山間部	17	41.2	35.3	17.6	17.6	5.9	11.8	-	17.6

(%)

		n	特定健康診査（メタボ健診）・特定保健指導	禁煙教育	転倒予防など介護予防についての相談や教室	妊娠前相談	更年期障害についての相談	その他	わからない	無回答
全 体		269	12.3	7.8	7.8	7.1	4.8	2.2	11.9	0.4
地域別	海岸部	111	9.9	8.1	9.0	7.2	4.5	2.7	14.4	0.9
	都市部	137	13.1	8.0	5.8	8.0	3.6	1.5	10.2	-
	中山間部	17	17.6	-	17.6	-	17.6	-	11.8	-

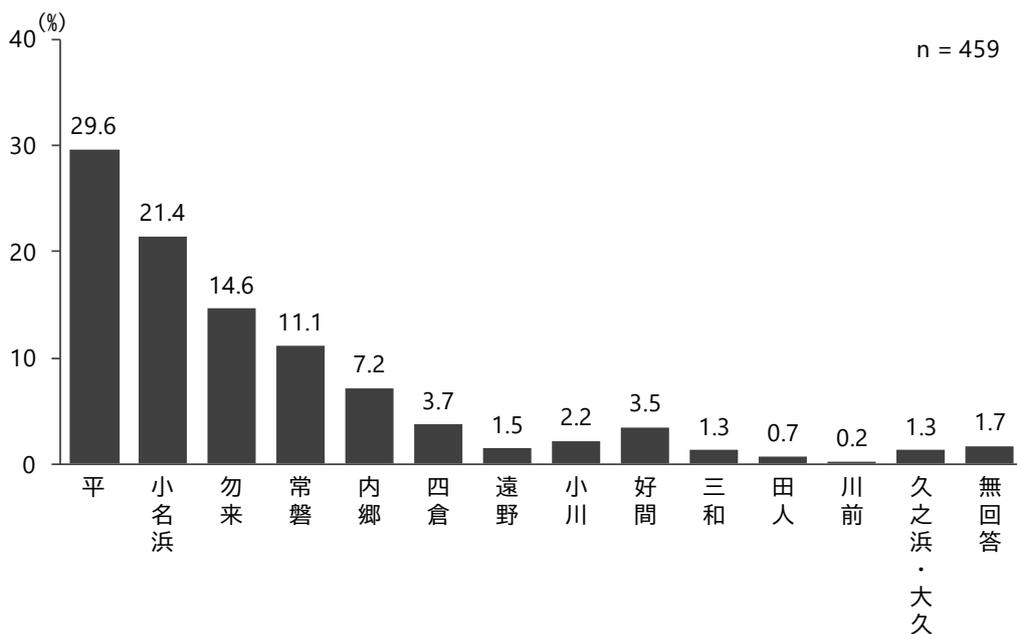
V 調査結果の詳細（壮年期）

1 あなたについて

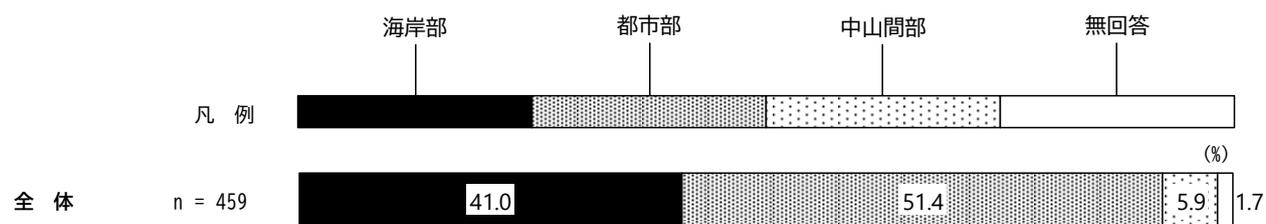
(1) 居住地区

問1 住んでいる地域はどちらですか。（○は1つ）

<地区別>

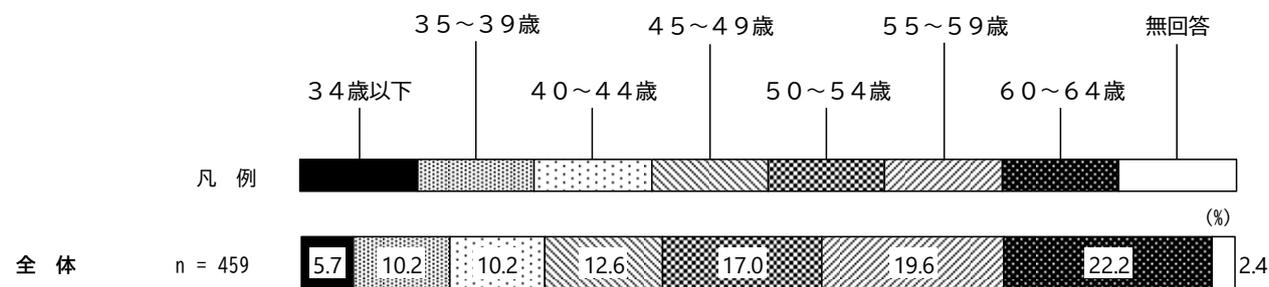


<地域別>



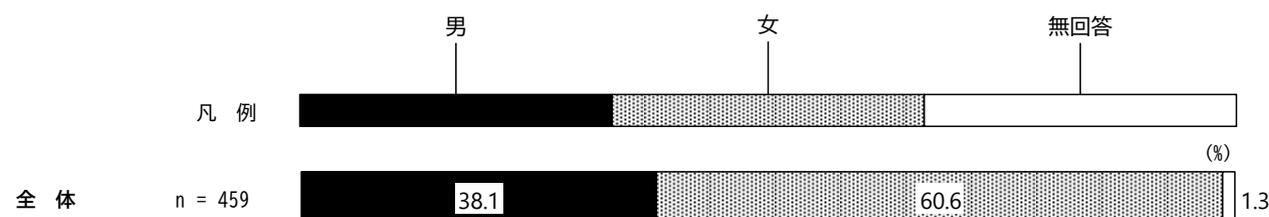
(2) 年齢

問2 年齢についてお答えください。(数字を記入)



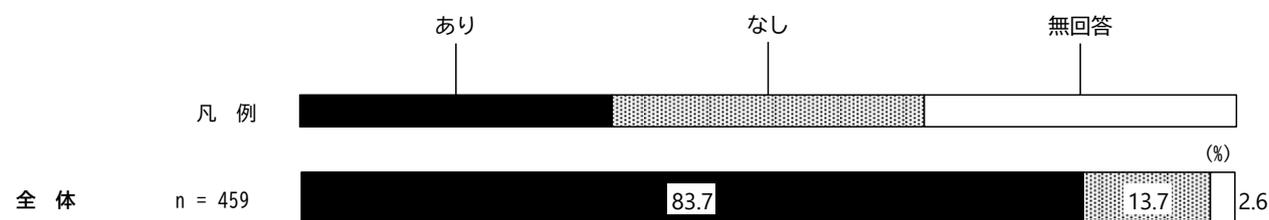
(3) 性別

問3 性別についてお答えください。(○は1つ)



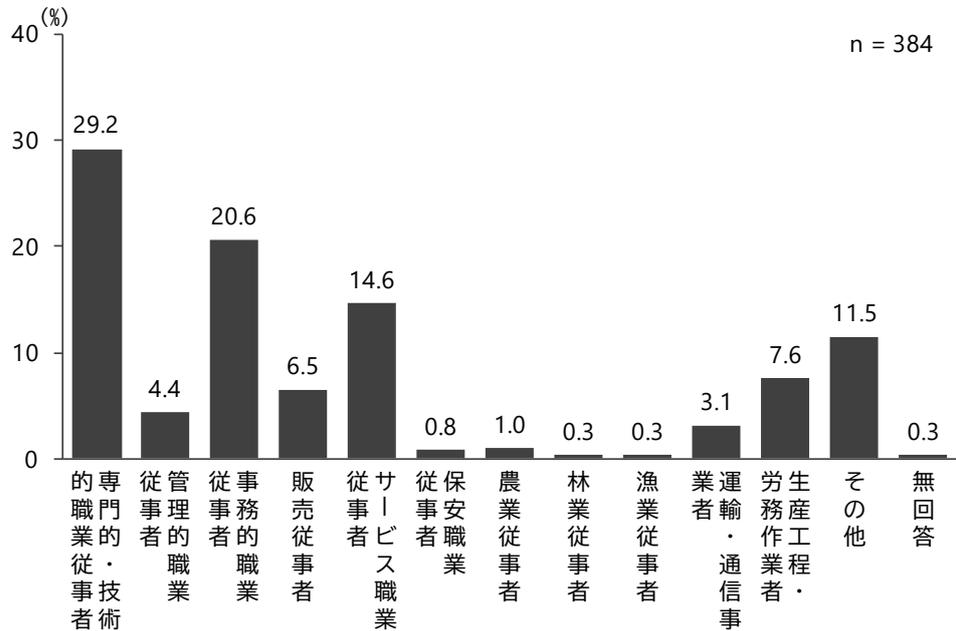
(4) 就労

問4 就労についてお答えください。(○は1つ)



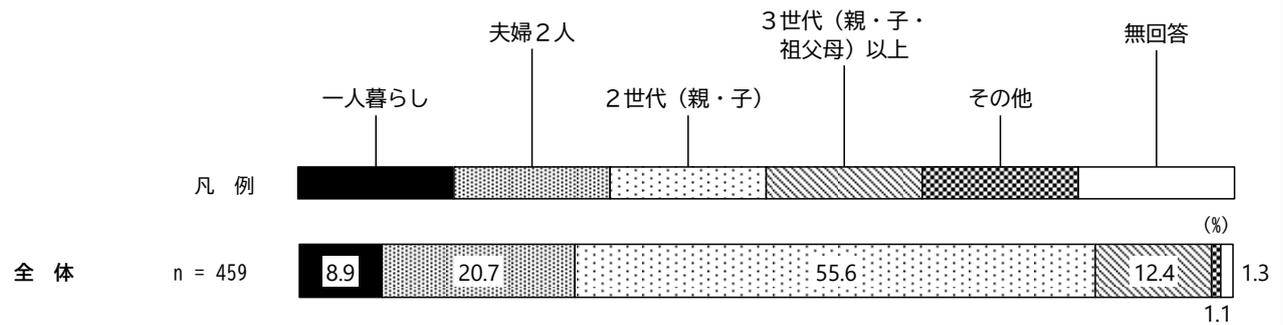
(5) 就労の詳細

問4-1 具体的な就労内容（○は1つ）



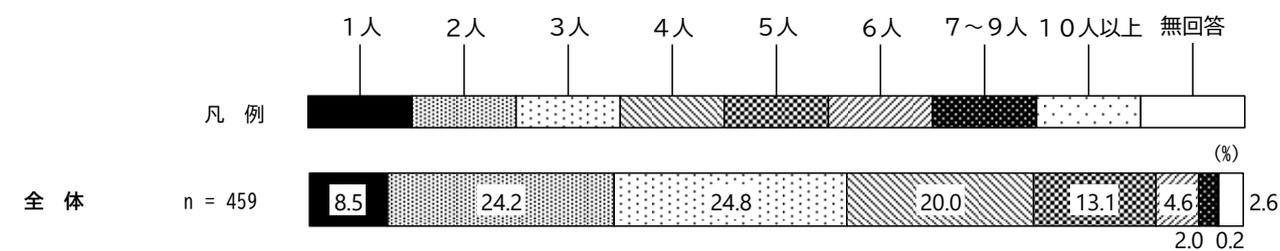
(6) 家族構成

問5 家族構成についてお答えください。（○は1つ）



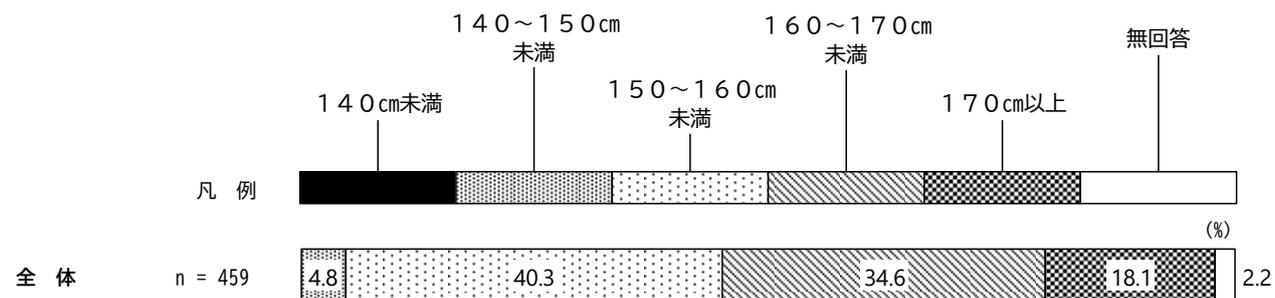
(7) 家族の人数

問6 家族の人数をお答えください。(数字を記入)



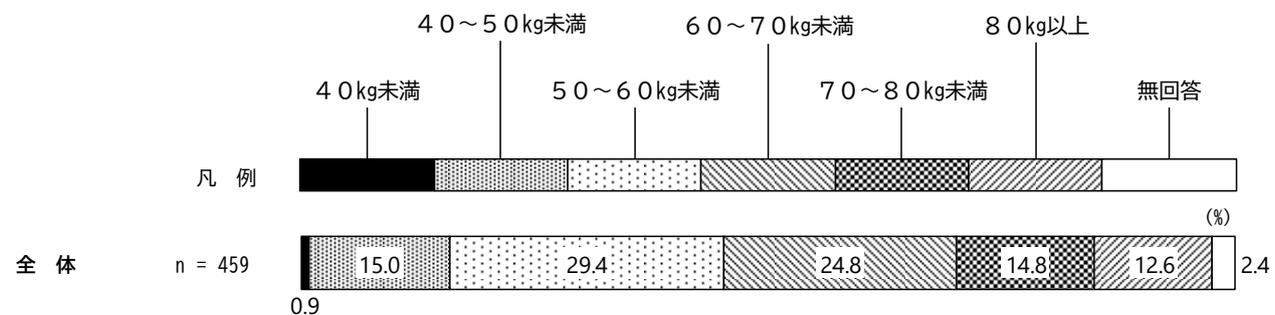
(8) 身長

問7 ご自身の身長は何cmですか。(数字を記入)

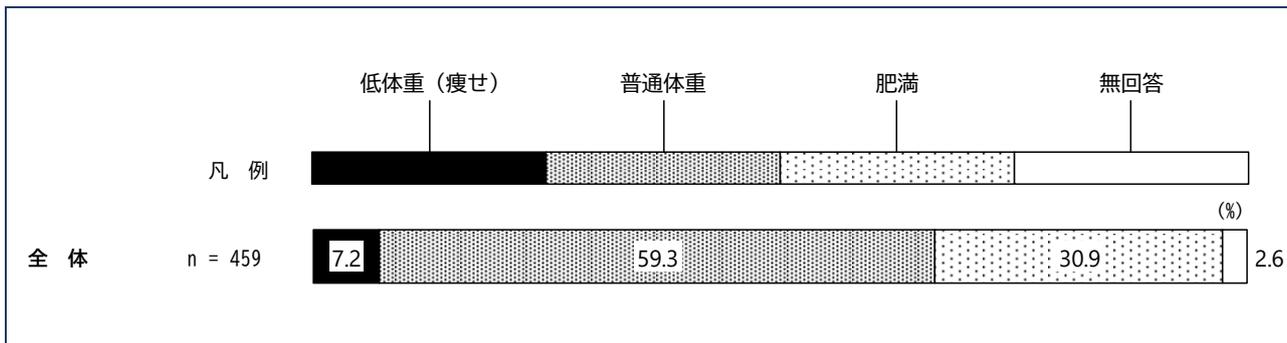


(9) 体重

問8 ご自身の体重は何kgですか。(数字を記入)

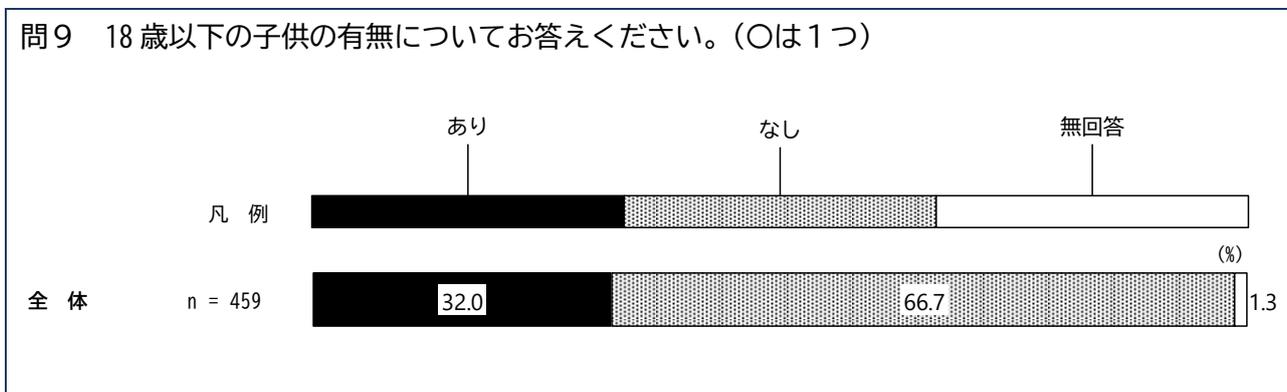


(10) BMI



(11) 18歳以下の子供の有無

問9 18歳以下の子供の有無についてお答えください。(○は1つ)

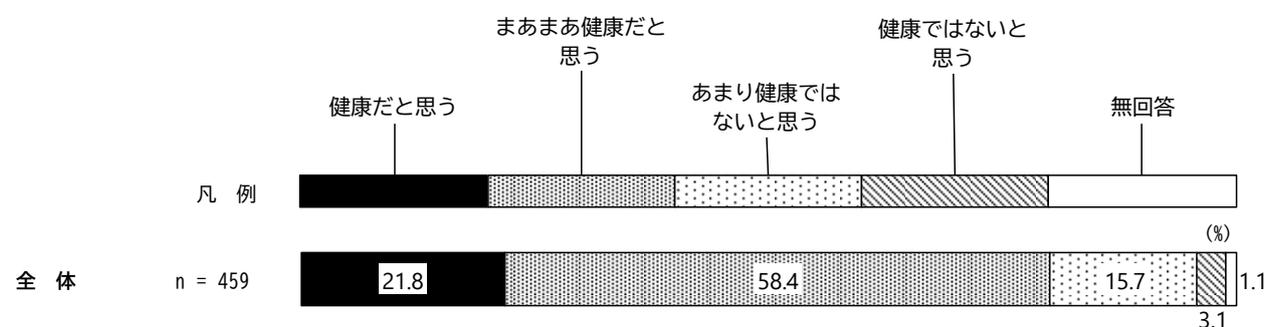


2 普段の生活について

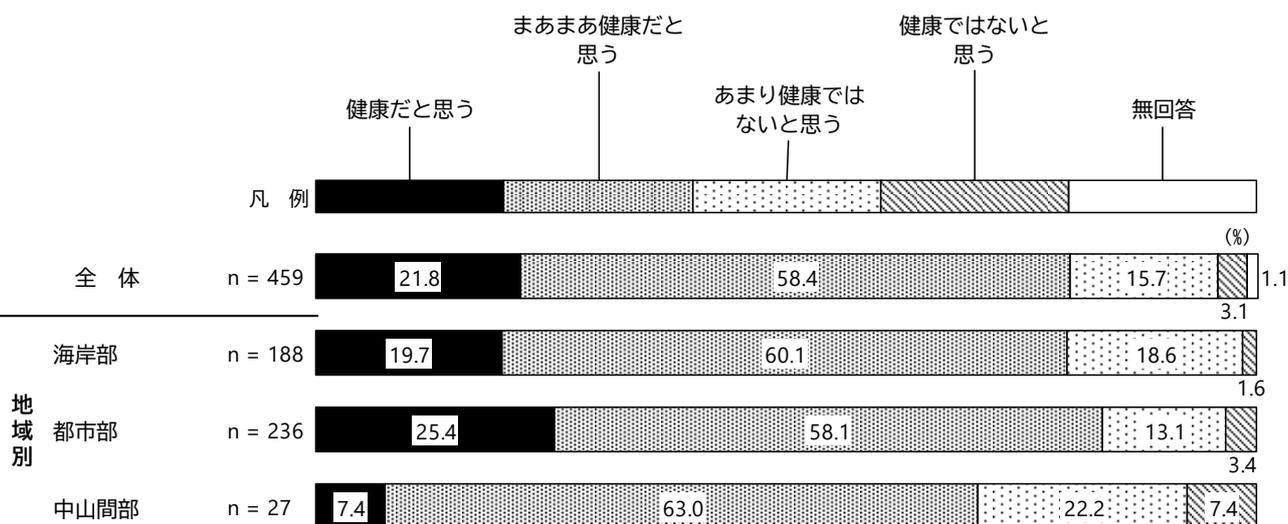
(1) 健康状態についてどう思うか

- 「まあまあ健康だと思う」が 58.4%と最も高くなっている。次いで「健康だと思う」が 21.8%、「あまり健康ではないと思う」が 15.7%となっている。
- 『自分自身を健康であると思う人』（「健康だと思う」+「まあまあ健康だと思う」）は 80.2%となっている。
- 中山間部では『自分自身を健康であると思う人』が 70.4%と他地域に比べ5ポイント以上低い。

問10 あなたは、現在の健康状態についてどう思いますか。（○は1つ）



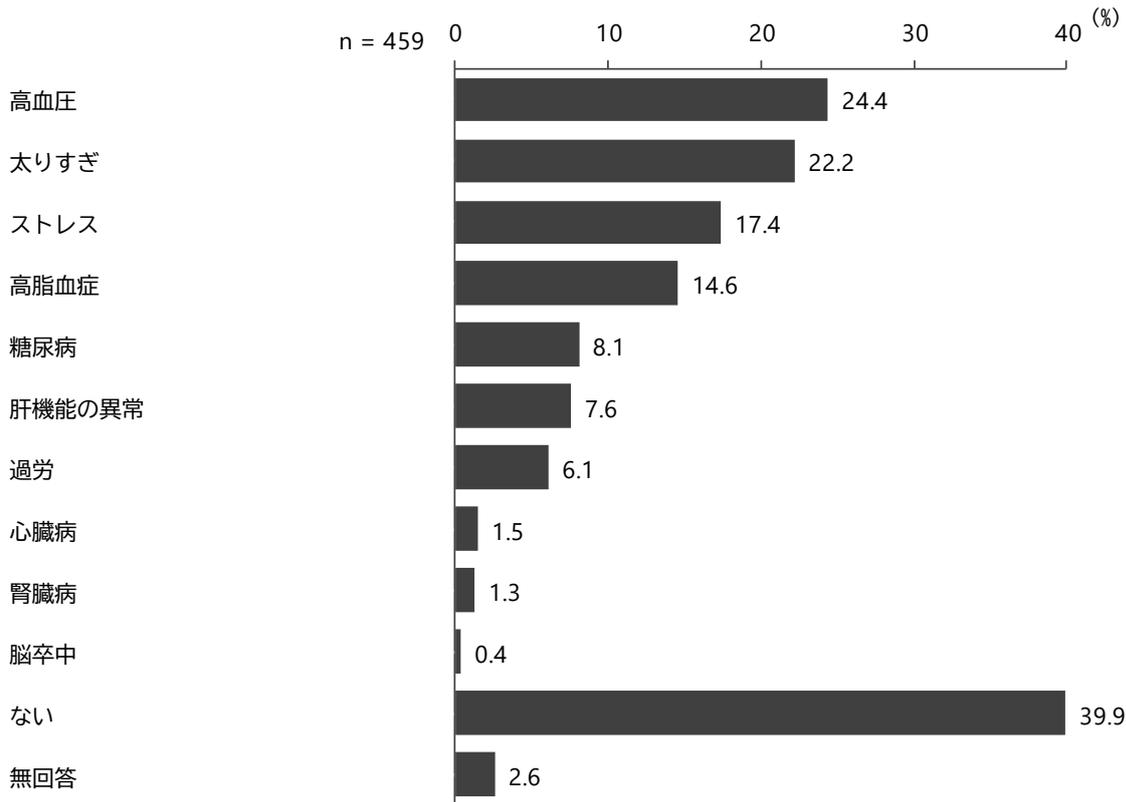
【健康状態についてどう思うか／地域別】



(2) 健康診断や病院で言われたことのある病気や状態

- 「高血圧」が24.4%と最も高くなっている。次いで「太りすぎ」が22.2%、「ストレス」が17.4%となっている。一方、「ない」は39.9%となっている。
- 地域別では「高血圧」が各地域でそれぞれ最も高くなっている。
- 男性では「高血圧」が37.1%と女性に比べ20ポイント以上高い。

問11 あなたは、健康診断や病院で次のような病気や状態があると言われたことがありますか。
(あてはまるものすべてに○)



【健康診断や病院で言われたことのある病気や状態／地域別／性別】

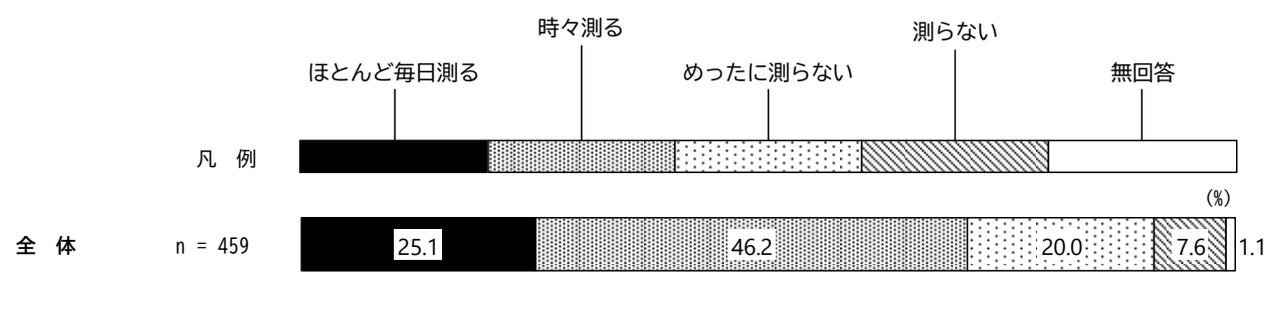
(%)

		n	高血圧	太りすぎ	ストレス	高脂血症	糖尿病	肝機能の異常	過労	心臓病	腎臓病	脳卒中	ない	無回答
全体		459	24.4	22.2	17.4	14.6	8.1	7.6	6.1	1.5	1.3	0.4	39.9	2.6
地域別	海岸部	188	26.1	25.0	16.5	14.4	9.6	9.0	6.9	2.7	1.6	0.5	38.3	1.1
	都市部	236	22.9	20.3	17.8	14.8	5.9	6.8	5.9	0.8	1.3	0.4	44.1	2.1
	中山間部	27	29.6	18.5	22.2	18.5	18.5	3.7	3.7	-	-	-	22.2	-
性別	男	175	37.1	25.7	17.1	18.3	10.9	9.1	8.0	1.1	2.3	0.6	29.1	1.7
	女	278	16.5	20.1	17.6	12.6	6.5	6.5	5.0	1.8	0.7	0.4	47.5	1.4

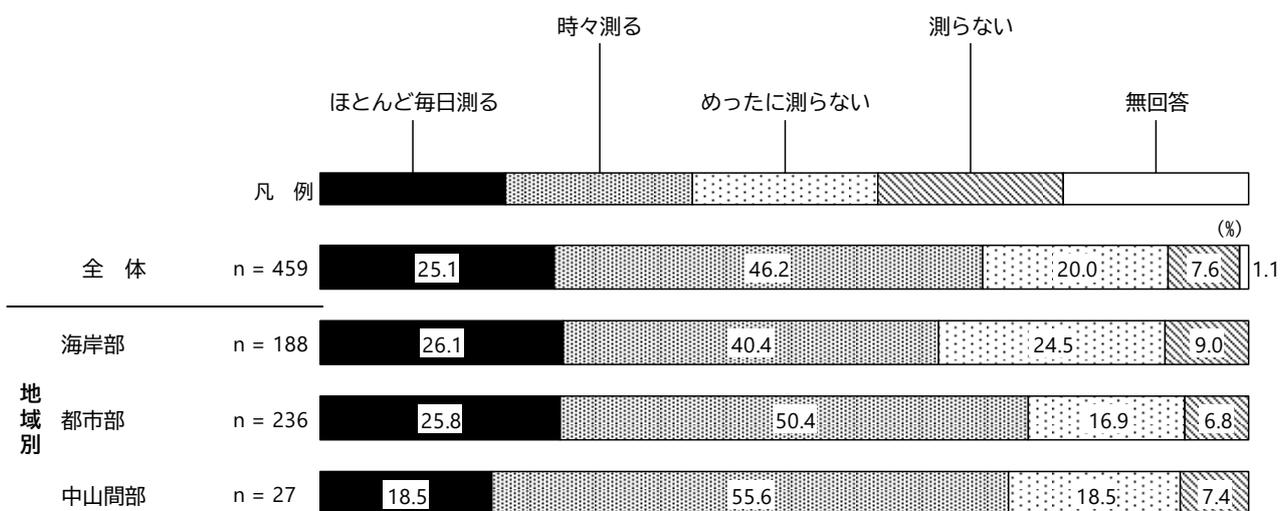
（3）定期的に体重を測っているか

- 「時々測る」が46.2%と最も高くなっている。次いで「ほとんど毎日測る」が25.1%、「めったに測らない」が20.0%となっている。
- 『定期的に体重測定する人』（「ほとんど毎日測る」＋「時々測る」）は71.3%となっている。
- 海岸部では『定期的に体重測定する人』が66.5%と他地域に比べ5ポイント以上低い。

問12 あなたは、定期的に体重を測っていますか。（○は1つ）



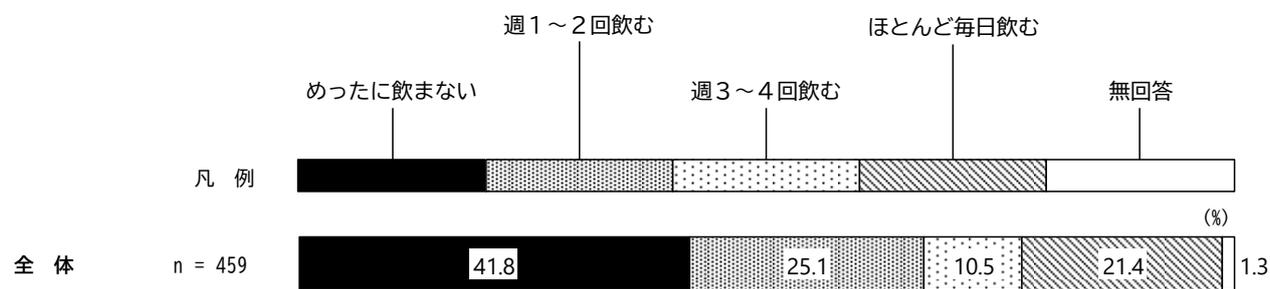
【定期的に体重を測っているか／地域別】



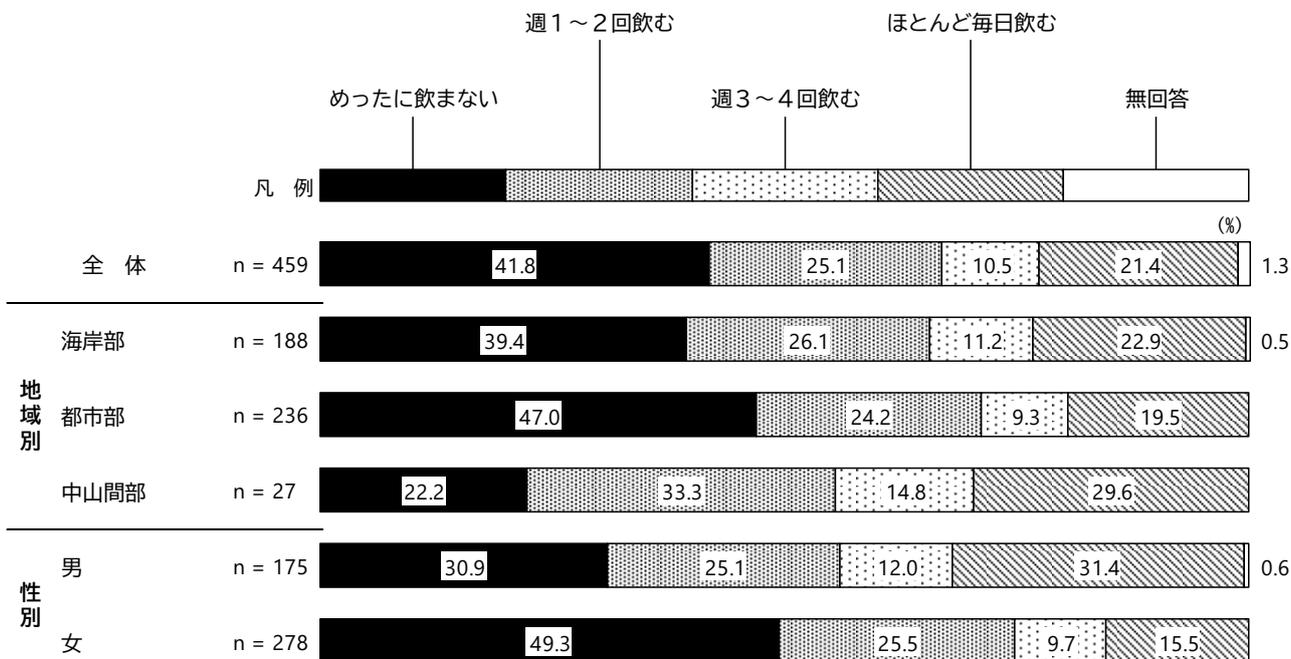
(4) ジュース類を飲む頻度

- 「めったに飲まない」が41.8%と最も高くなっている。次いで「週1～2回飲む」が25.1%、「ほとんど毎日飲む」が21.4%となっている。
- 『甘味飲料を週3～4回以上飲む』は31.9%となっている。
- 中山間部では『甘味飲料を週3～4回以上飲む』が44.4%と他地域と比べ10ポイント以上高い。
- 男性では『甘味飲料を週3～4回以上飲む』が43.4%と女性に比べ10ポイント以上高い。

問13 あなたは、ジュース類（缶コーヒー、スポーツ飲料を含む）をどれくらい飲みますか。
(○は1つ)



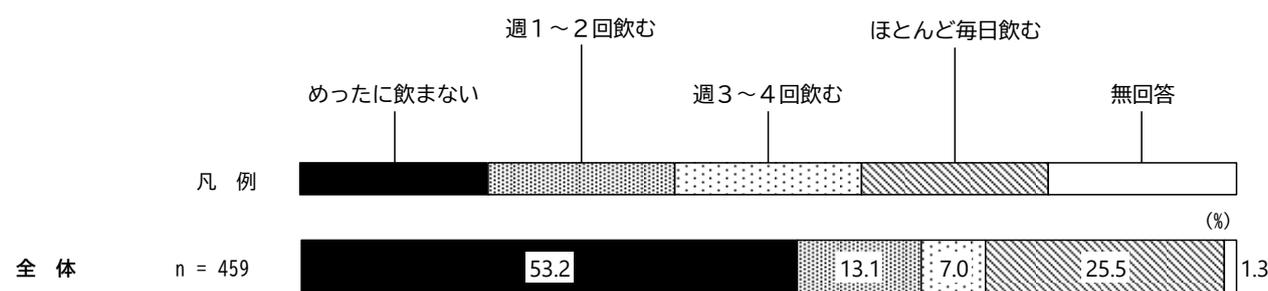
【ジュース類を飲む頻度／地域別／性別】



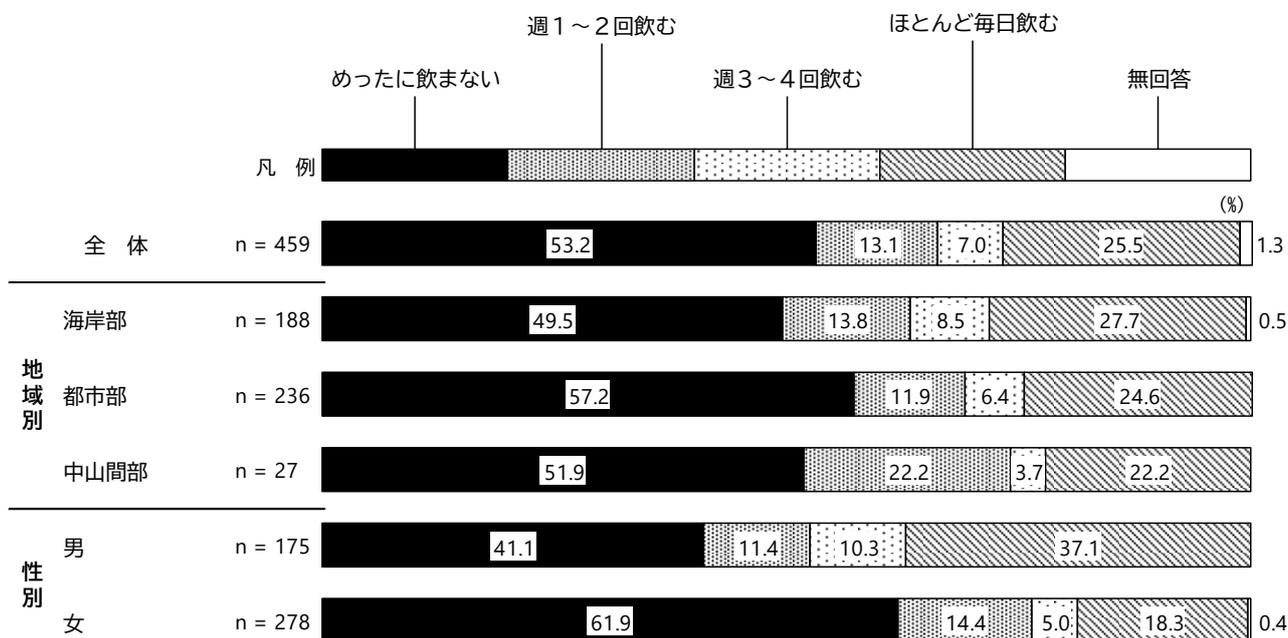
(5) 飲酒の頻度

- 「めったに飲まない」が 53.2%と最も高くなっている。次いで「ほとんど毎日飲む」が 25.5%、「週1～2回飲む」が 13.1%となっている。
- 地域別では『ほとんど毎日飲酒する人』（「ほとんど毎日飲む」）について大きな差は出ていない。
- 男性は『ほとんど毎日飲酒する人』が 37.1%と女性に比べ 10ポイント以上高い。

問14 あなたは、お酒を飲みますか。（○は1つ）



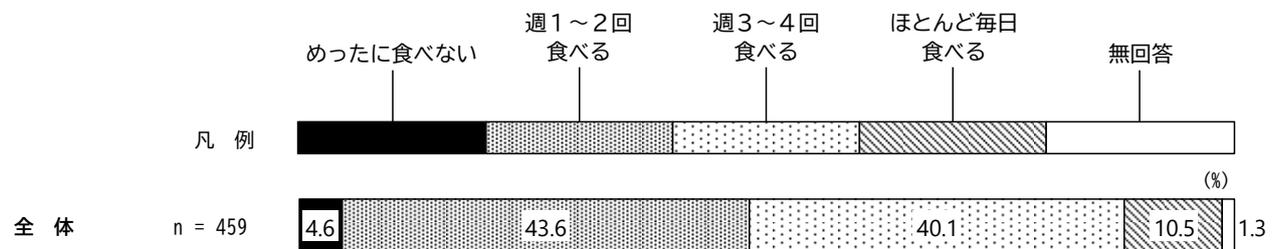
【飲酒の頻度／地域別／性別】



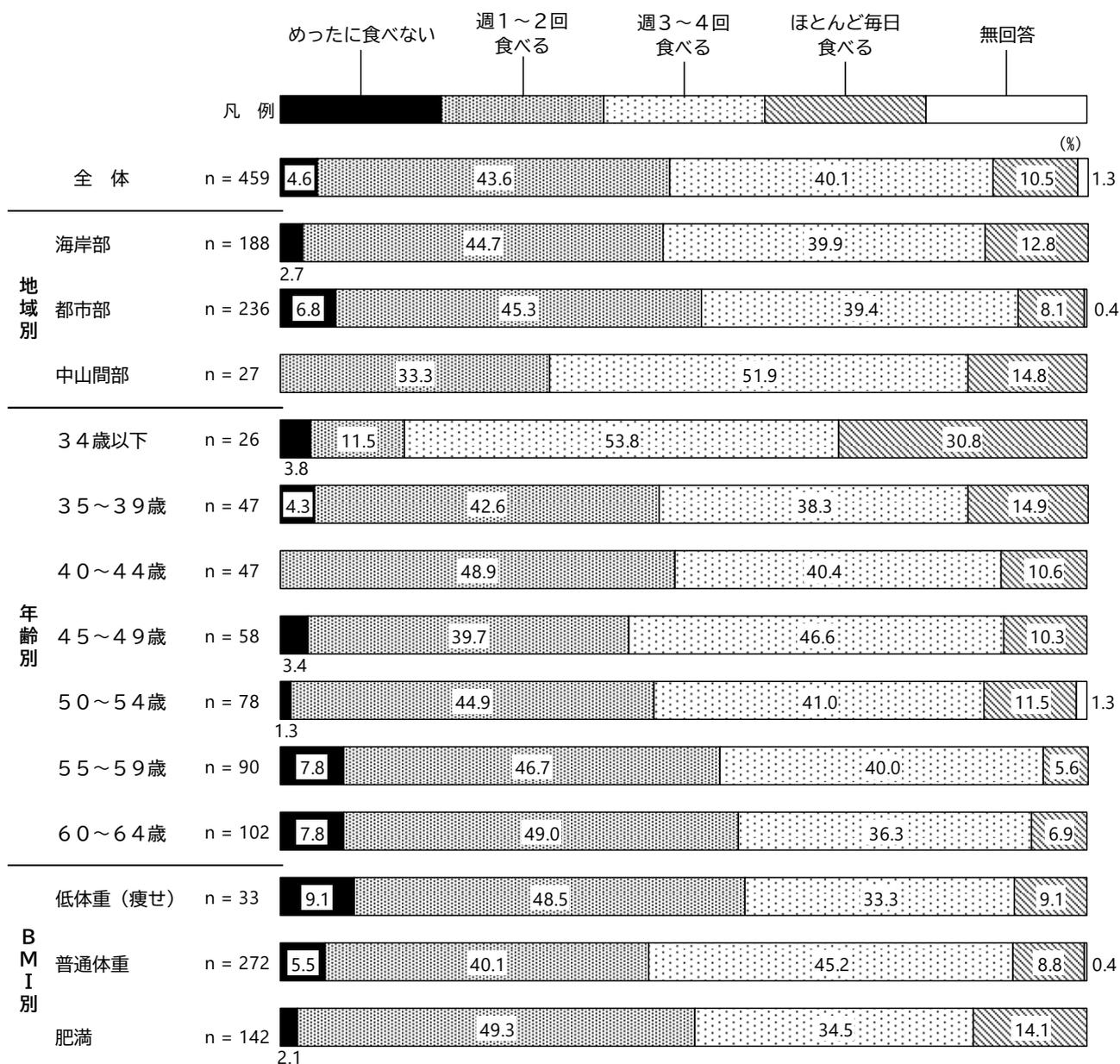
（6）揚げ物や炒め物を食べる頻度

- 「週1～2回食べる」が43.6%と最も高くなっている。次いで「週3～4回食べる」が40.1%、「ほとんど毎日食べる」が10.5%となっている。
- 『油を使った料理を週3～4回以上好んで食べる人』（「週3～4回食べる」+「ほとんど毎日食べる」）は50.6%となっている。
- 中山間部では『油を使った料理を週3～4回以上好んで食べる人』が66.7%と他地域に比べ10ポイント以上高い。
- 34歳以下では『油を使った料理を週3～4回以上好んで食べる人』が84.6%と他の年齢に比べて20ポイント以上高い。
- 普通体重では『油を使った料理を週3～4回以上好んで食べる人』が54.0%と他のBMIに比べ5ポイント以上高い。

問15 あなたは、揚げ物や炒め物を食べますか。（○は1つ）



【揚げ物や炒め物を食べる頻度／地域別／年齢別／BMI別】

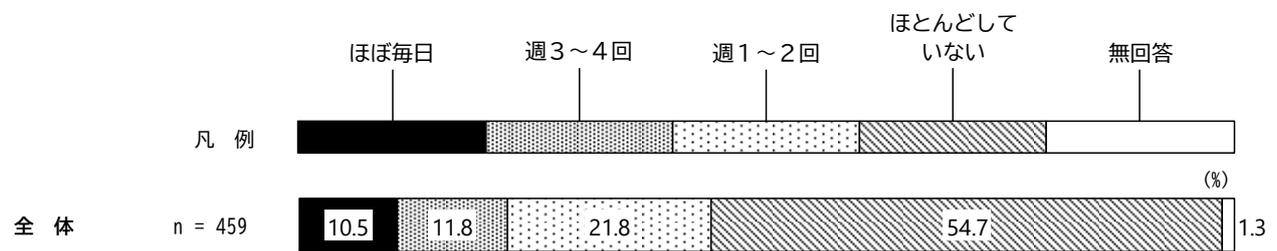


(7) 運動の頻度

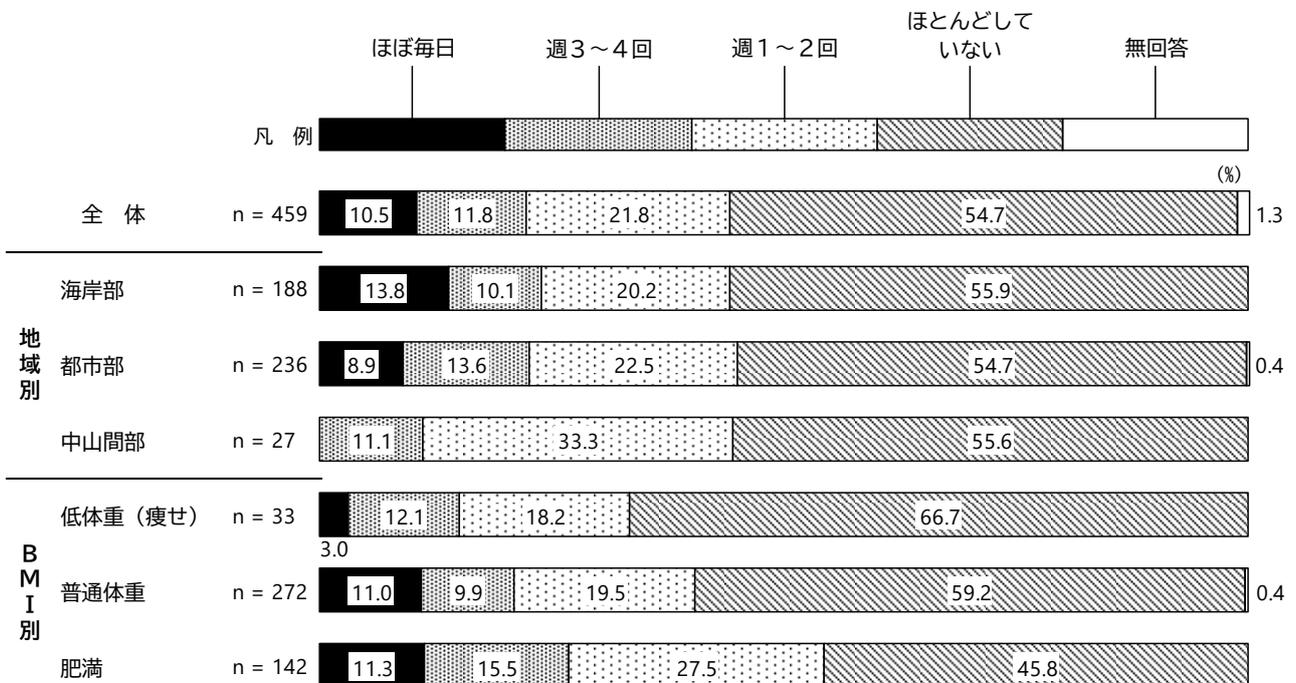
- 「ほとんどしていない」が54.7%と最も高くなっている。次いで「週1～2回」が21.8%、「週3～4回」が11.8%となっている。
- 地域別では『1回30分以上の運動をほとんどしていない』（ほとんどしていない）について大きな差は出ていない。
- 低体重（痩せ）では『1回30分以上の運動をほとんどしていない』が66.7%と他のBMIに比べ5ポイント以上高い。

問16 あなたは、運動（1回30分以上の汗ばむ程度のもの）をどれくらいしますか。

（○は1つ）



【運動の頻度／地域別／BMI別】

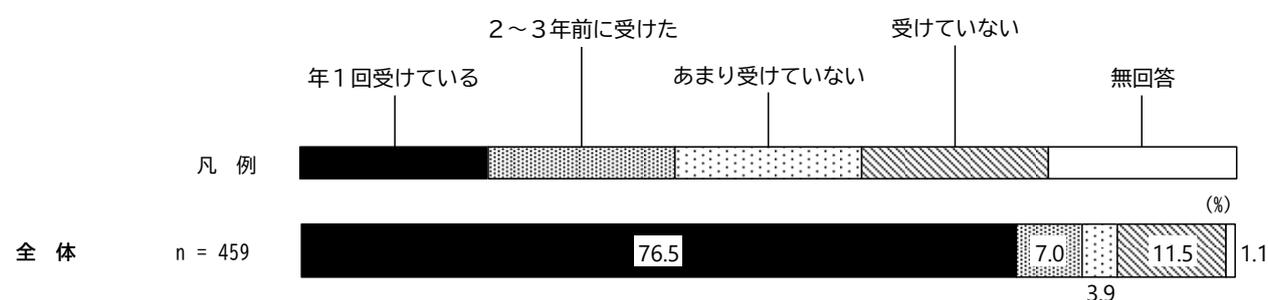


（8）定期的に健診（検診）を受けているか

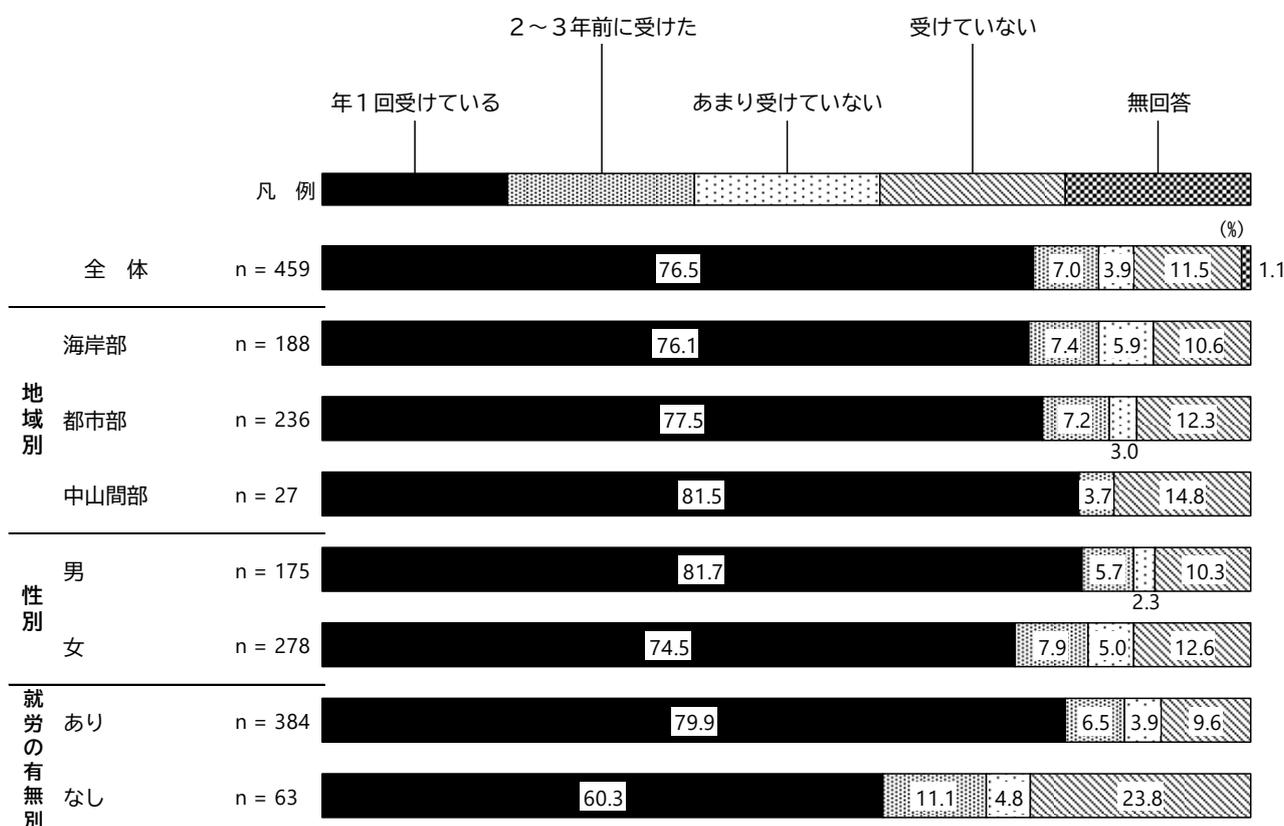
- 「年1回受けている」が76.5%と最も高くなっている。次いで「受けていない」が11.5%、「2～3年前に受けた」が7.0%となっている。
- 地域別では『定期的に健診（検診）を受ける人』（「年1回受けている」）について大きな差は出していない。
- 女性では『定期的に健診（検診）を受ける人』が74.5%と男性に比べ5ポイント以上低い。
- 就労していない人では『定期的に健診（検診）を受ける人』が60.3%と就労している人に比べ10ポイント以上低い。

問17 あなたは、「健康診査・特定健康診査」や「がん検診」を定期的に受けていますか。

（○は1つ）



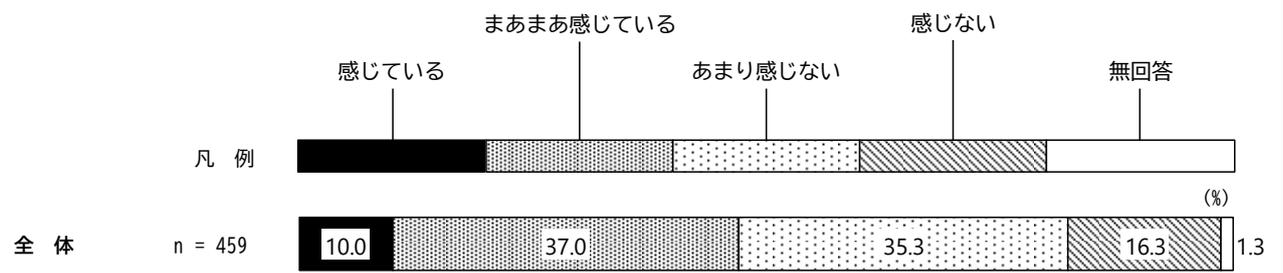
【定期的に健診（検診）を受けているか／地域別／性別／就労の有無別】



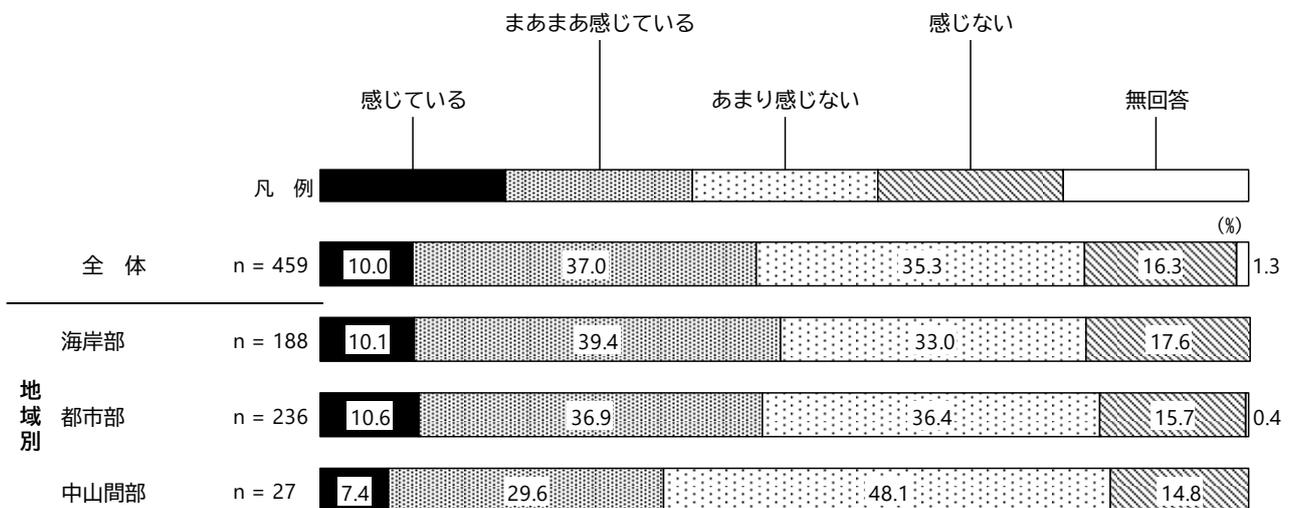
(9) この2～3か月、日々の生活にゆとりを感じているか

- 「まあまあ感じている」が37.0%と最も高くなっている。次いで「あまり感じない」が35.3%、「感じない」が16.3%となっている。
- 『最近2～3か月で日々の生活にゆとりを感じる人』（「感じている」＋「まあまあ感じている」）は47.0%となっている。
- 中山間部では『最近2～3か月で日々の生活にゆとりを感じる人』が37.0%と他地域に比べ10ポイント以上低い。

問18 あなたは、この2～3か月、日々の生活にゆとりを感じていますか。（○は1つ）



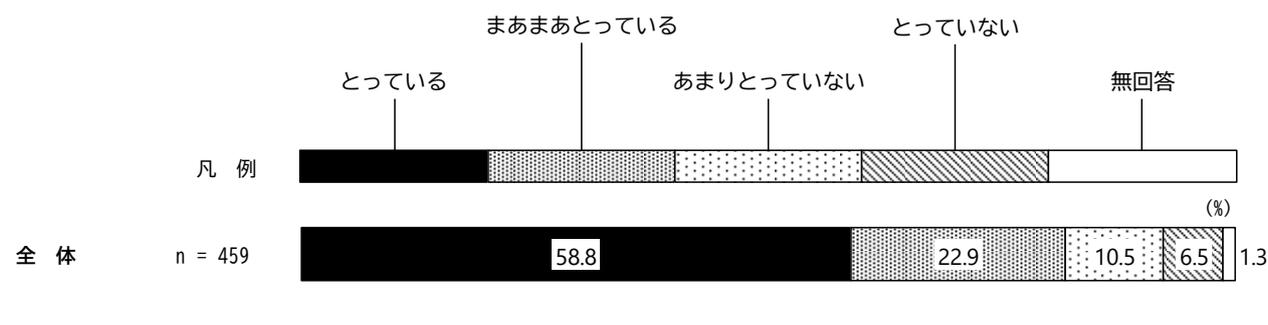
【この2～3か月間、日々の生活にゆとりを感じているか／地域別】



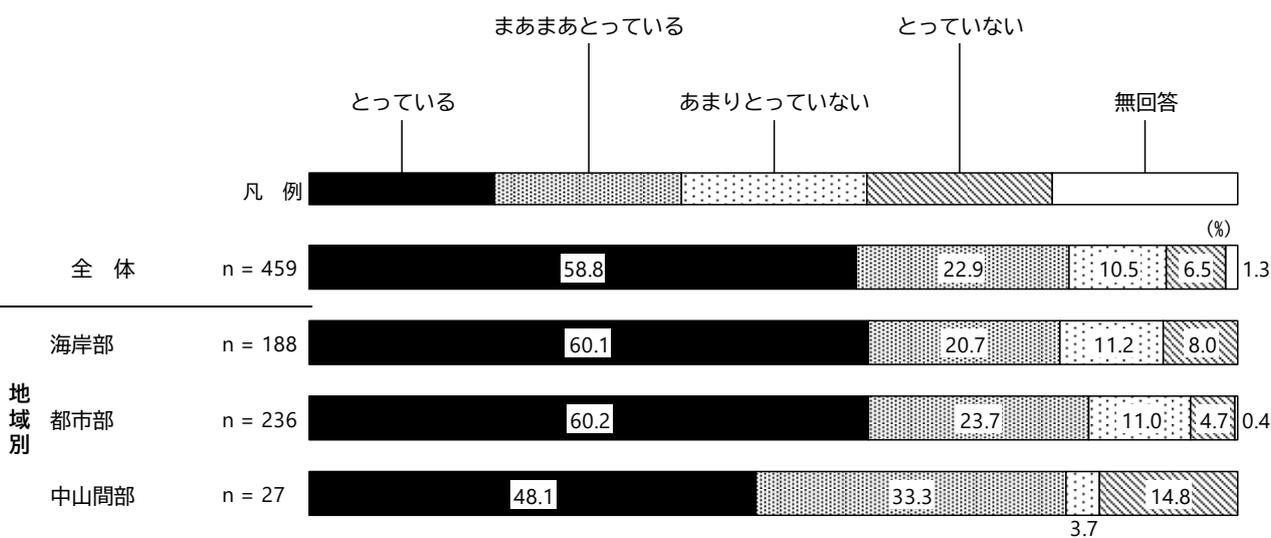
（10）週1回程度の休養をとっているか

- 「とっている」が58.8%と最も高くなっている。次いで「まあまあとっている」が22.9%、「あまりとっていない」が10.5%となっている。
- 中山間部では『週1回程度休みをとる人』（「とっている」）が48.1%と他地域に比べ10ポイント以上低い。

問19 あなたは、休養のため、週1回くらいは休みをとっていますか。（○は1つ）



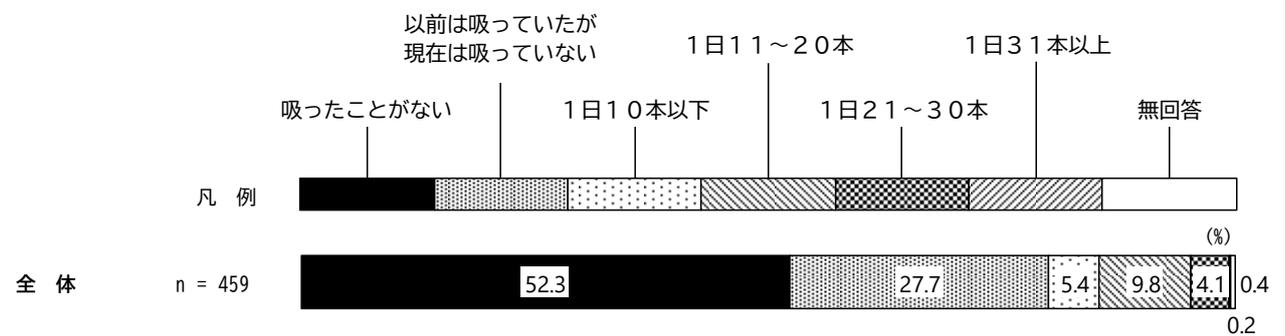
【週1回程度の休養をとっているか／地域別】



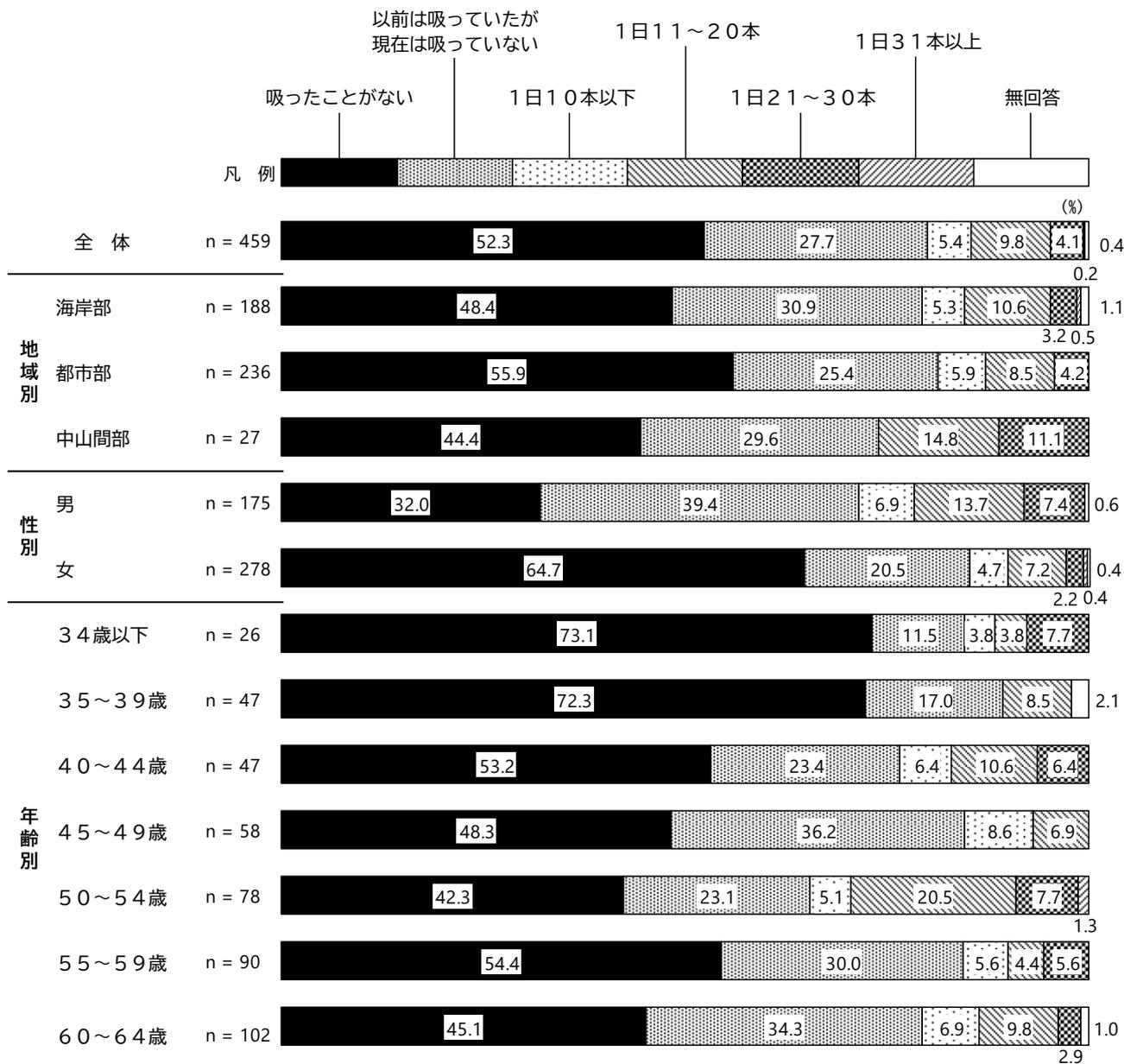
(11) 喫煙について

- 「吸ったことがない」が52.3%と最も高くなっている。次いで「以前は吸っていたが現在は吸っていない」が27.7%、「1日11～20本」が9.8%となっている。
- 『喫煙する人』（「1日10本以下」+「1日11～20本」+「1日21～30本」+「1日31本以上」）は19.5%となっている。
- 中山間部では『喫煙する人』が25.9%と他地域に比べ5ポイント以上高い。
- 男性では『喫煙する人』が28.0%と女性に比べ10ポイント以上高い。
- 50～54歳では『喫煙する人』が34.6%と他の年齢に比べ10ポイント以上高い。

問20 あなたは、たばこを吸いますか。（○は1つ）



【喫煙について／地域別／性別／年齢別】

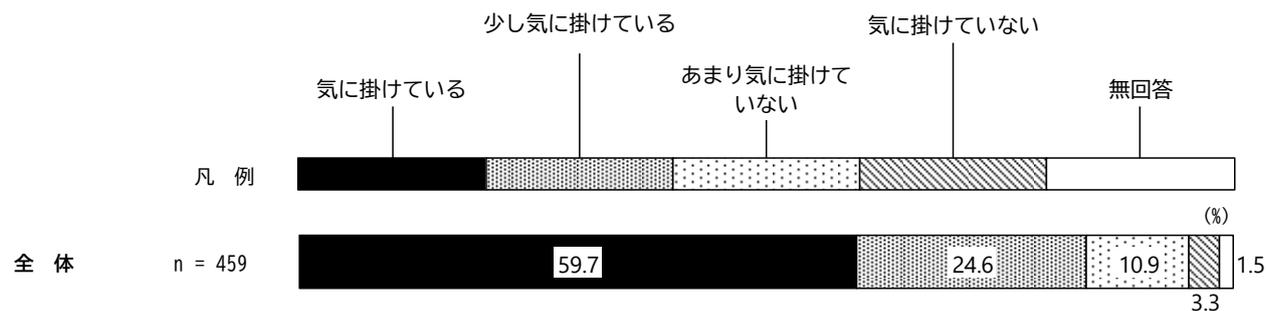


（12）受動喫煙を気に掛けているか

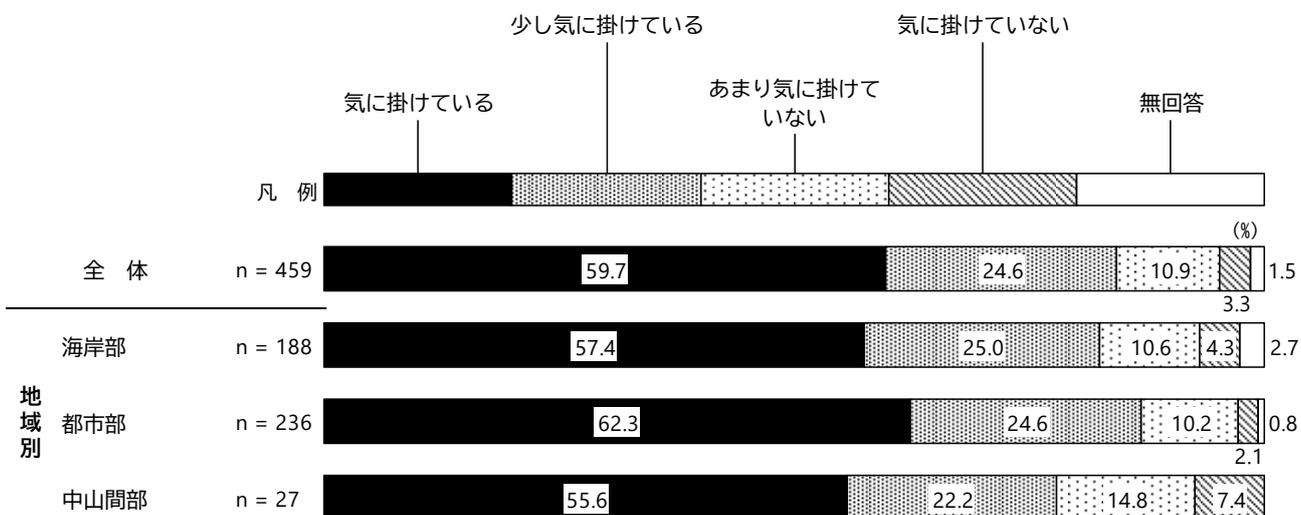
- 「気に掛けている」が59.7%と最も高くなっている。次いで「少し気に掛けている」が24.6%、「あまり気に掛けていない」が10.9%となっている。
- 中山間部では『受動喫煙の影響を気に掛けていない』（「気に掛けていない」+「あまり気に掛けていない」）が22.2%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問21 あなたは、受動喫煙により害を及ぼす又は及ぼされることを気に掛けていますか。

（○は1つ）



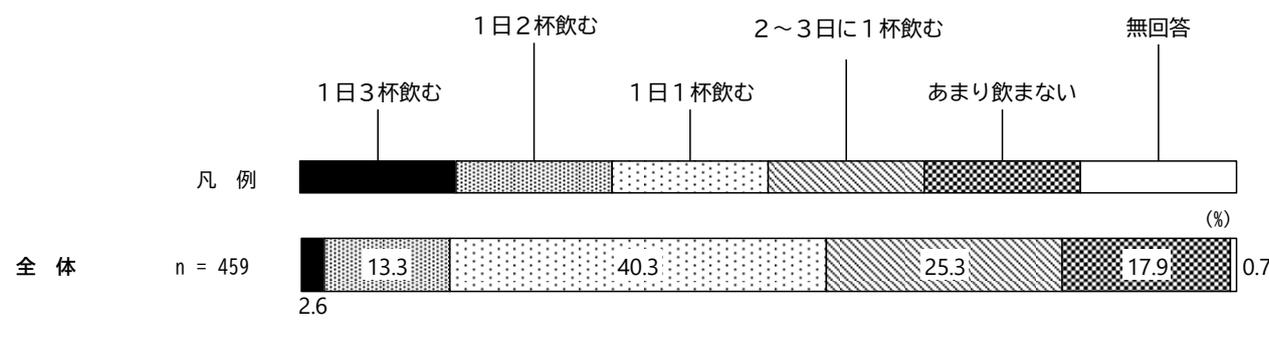
【受動喫煙を気に掛けているか／地域別】



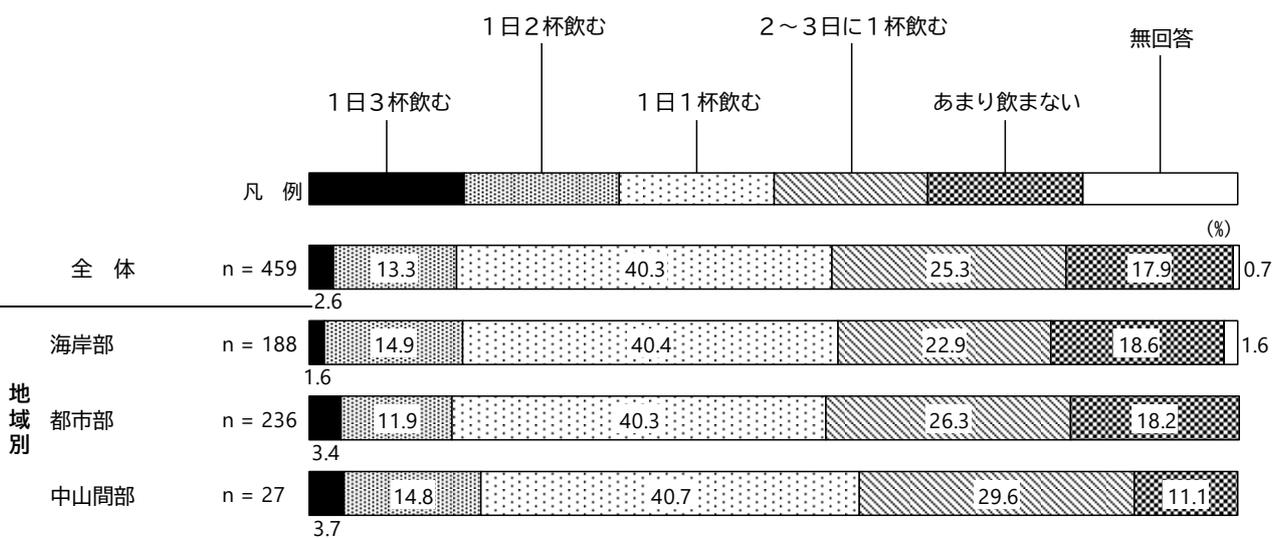
（13）みそ汁を1日に飲む頻度

- 「1日1杯飲む」が40.3%と最も高くなっている。次いで「2～3日に1杯飲む」が25.3%、「あまり飲まない」が17.9%となっている。
- 地域別では『みそ汁を1日どれくらい飲むか』について大きな差はない。

問22 あなたは、みそ汁を一日にどれくらい飲みますか。（○は1つ）



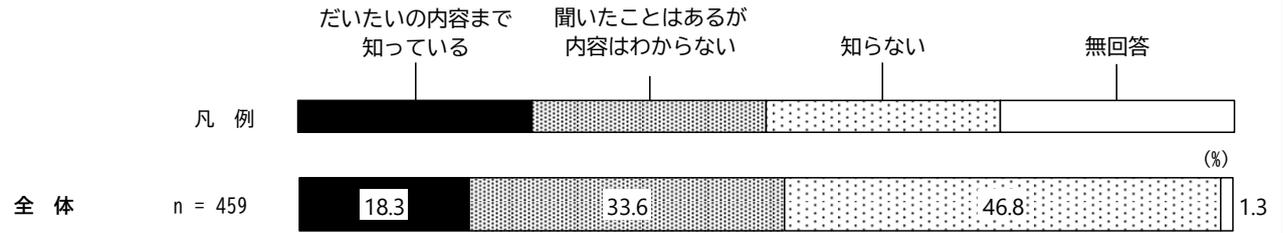
【みそ汁を1日に飲む頻度／地域別】



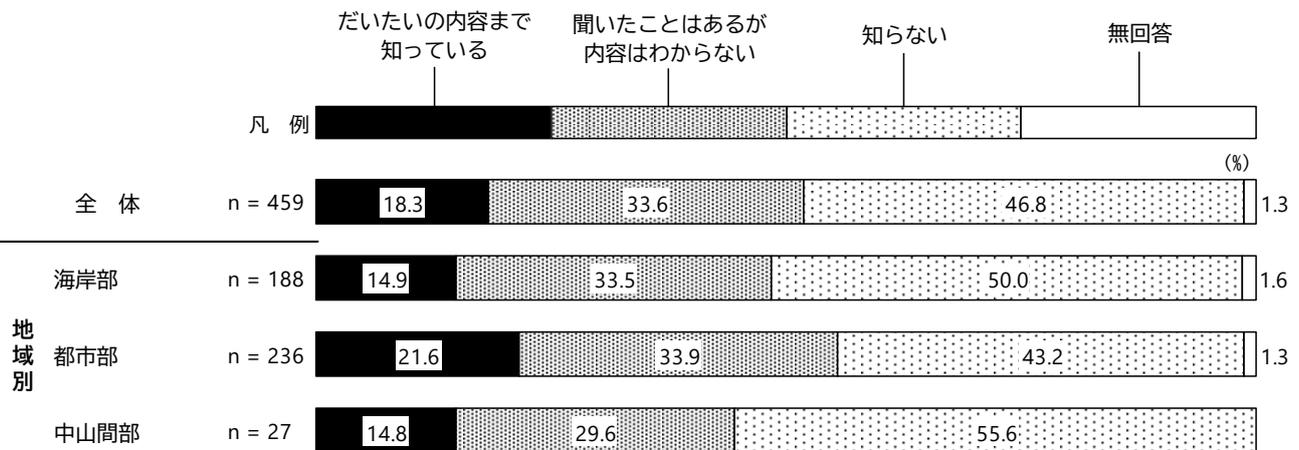
(14) COPDの認知度

- 「知らない」が46.8%と最も高くなっている。次いで「聞いたことはあるが内容はわからない」が33.6%、「だいたいの内容まで知っている」が18.3%となっている。
- 都市部では『COPDの概念を知っている人』（「だいたいの内容まで知っている」）が21.6%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問23 COPD（慢性閉塞性肺疾患）という言葉を知っていますか。（○は1つ）



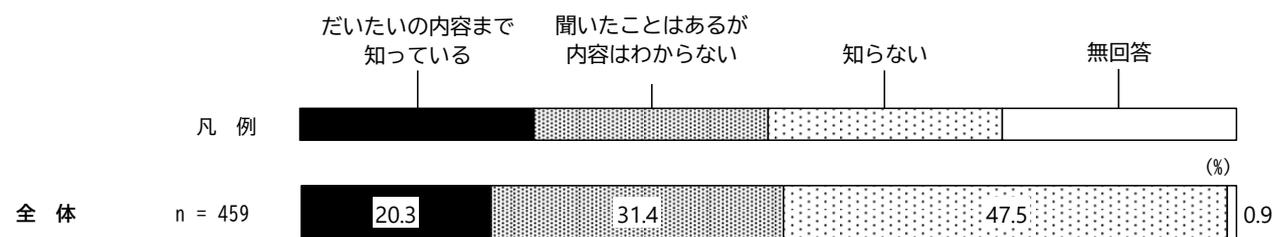
【COPDの認知度／地域別】



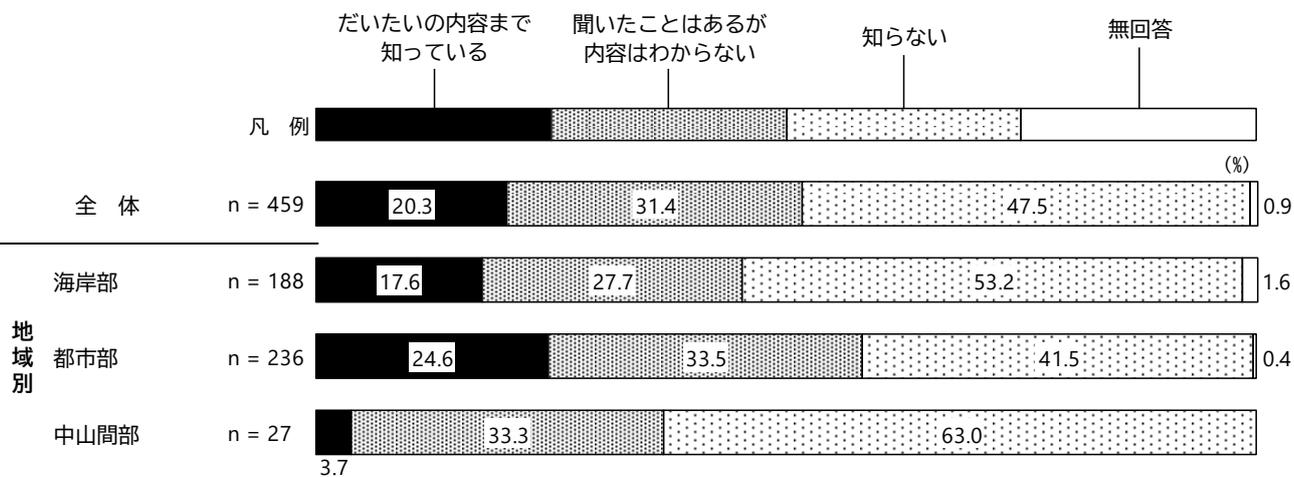
(15) ロコモティブシンドロームの認知度

- 「知らない」が47.5%と最も高くなっている。次いで「聞いたことはあるが内容はわからない」が31.4%、「だいたいの内容まで知っている」が20.3%となっている。
- 中山間部では『ロコモティブシンドロームの概念を知っている人』（「だいたいの内容まで知っている」）が3.7%と他地域に比べ10ポイント以上低い。

問24 ロコモティブシンドローム（年齢と共に運動機能や自立度が低下し、介護が必要となる可能性が高い状態）という言葉を知っていますか。（○は1つ）



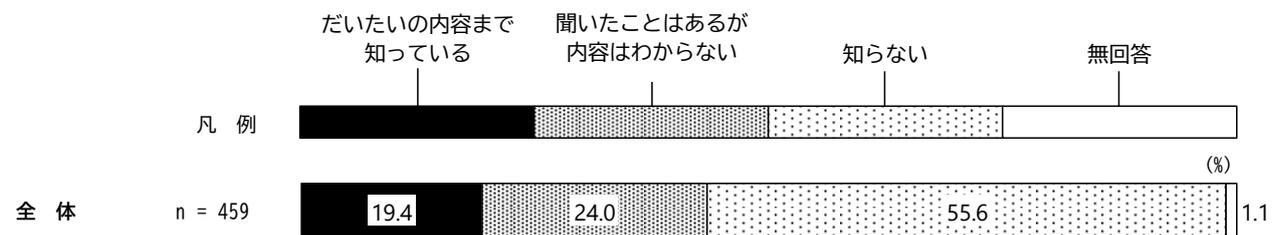
【ロコモティブシンドロームの認知度／地域別】



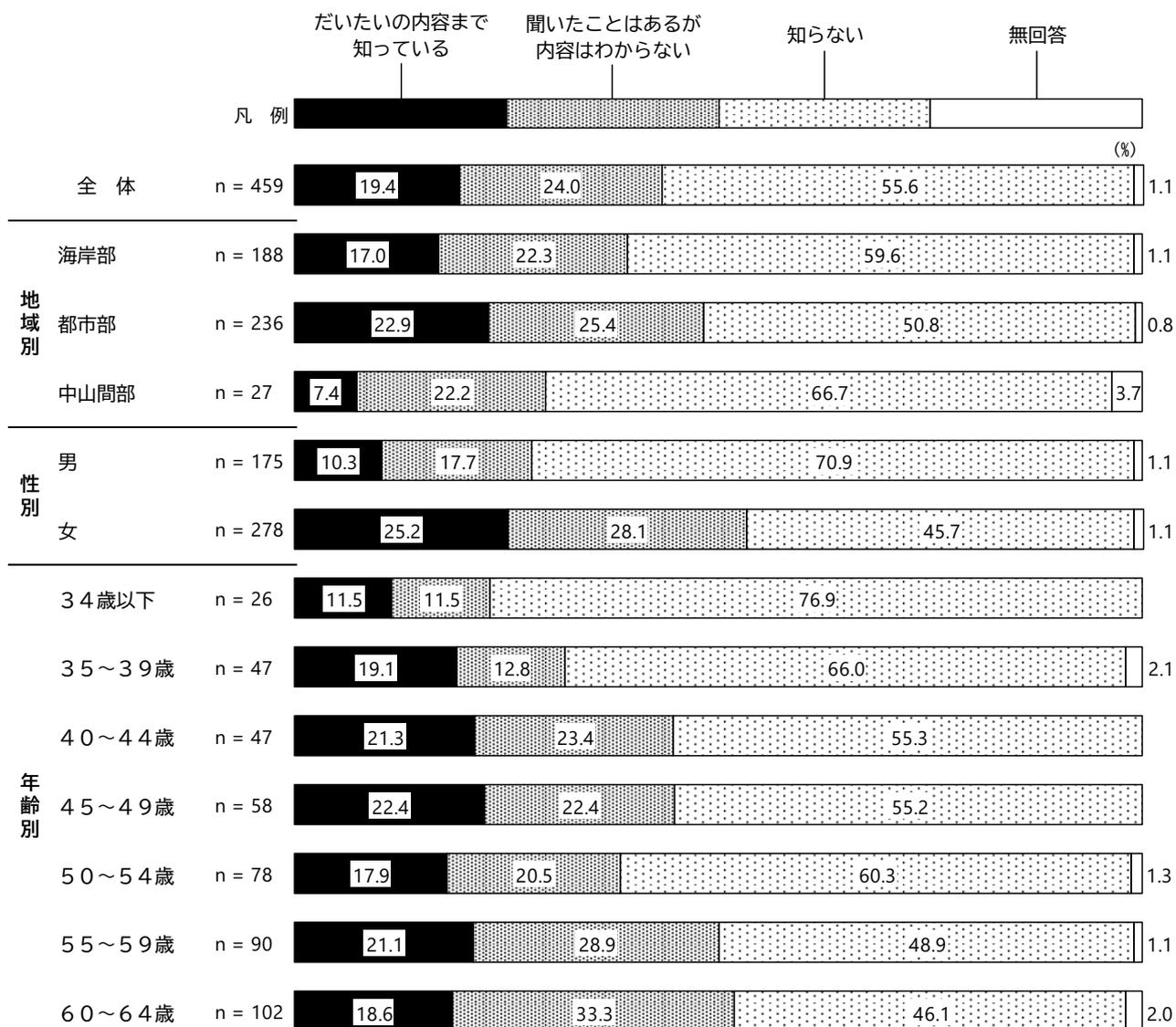
(16) フレイルの認知度

- 「知らない」が55.6%と最も高くなっている。次いで「聞いたことはあるが内容はわからない」が24.0%、「だいたいの内容まで知っている」が19.4%となっている。
- 中山間部では『フレイルの概念を知っている』（「だいたいの内容まで知っている」）が7.4%と他地域に比べ5ポイント以上低い。
- 男性では『フレイルの概念を知っている』が10.3%と女性に比べ10ポイント以上低い。
- 34歳以下では『フレイルの概念を知っている』が11.5%と他の年齢に比べ5ポイント以上低い。

問25 フレイル（加齢により心身が老い衰えた状態）という言葉を知っていますか。（○は1つ）



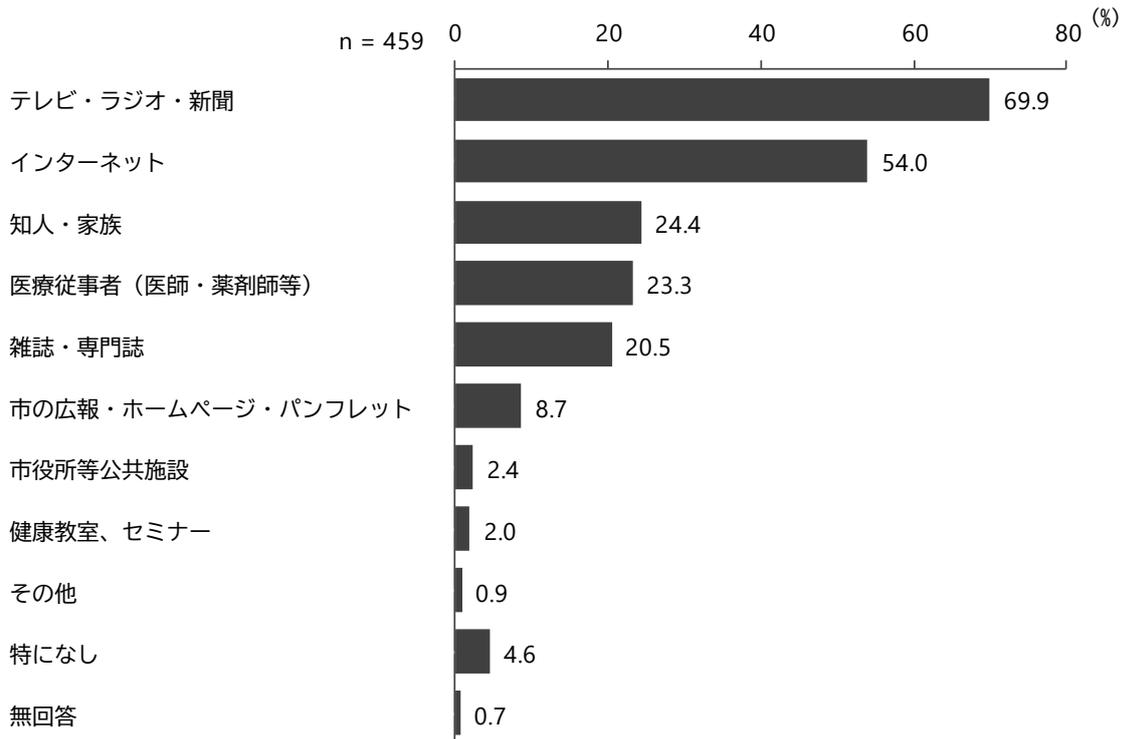
【フレイルの認知度／地域別／性別／年齢別】



（17）健康に関する情報の入手先

- 「テレビ・ラジオ・新聞」が69.9%と最も高くなっている。次いで「インターネット」が54.0%、「知人・家族」が24.4%となっている。
- 地域別では全地域で「テレビ・ラジオ・新聞」が最も高くなっている。
- 年齢別では「テレビ・ラジオ・新聞」の割合は年齢が上がるほど高い傾向となっており、「インターネット」は年齢が下がるほど高い傾向となっている。

問26 あなたは、健康に関する情報をどこから得ていますか。（あてはまるものすべてに○）



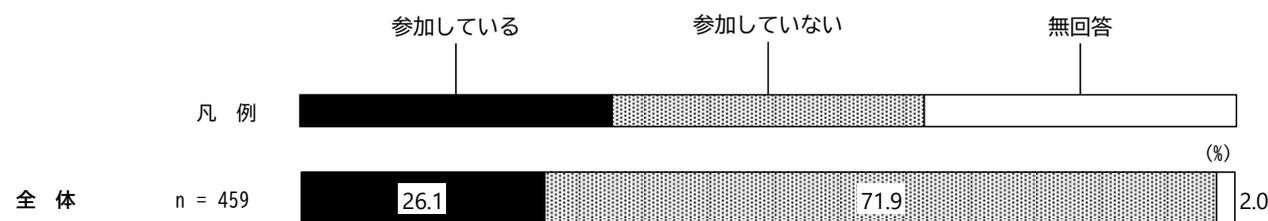
【健康に関する情報の入手先／地域別／年齢別】

		n	テレビ・ラジオ・新聞	インターネット	知人・家族	医療従事者（医師・薬剤師等）	雑誌・専門誌	市の広報・ホームページ・パンフレット	市役所等公共施設	健康教室、セミナー	その他	特になし	無回答
全体		459	69.9	54.0	24.4	23.3	20.5	8.7	2.4	2.0	0.9	4.6	0.7
地域別	海岸部	188	64.9	58.5	22.3	21.3	19.7	8.5	2.1	-	1.6	6.4	1.1
	都市部	236	71.6	50.8	25.4	25.8	19.9	10.2	3.0	3.8	0.4	3.4	0.4
	中山間部	27	81.5	48.1	29.6	22.2	33.3	-	-	-	-	3.7	-
年齢別	34歳以下	26	61.5	69.2	19.2	7.7	19.2	7.7	-	3.8	-	3.8	-
	35～39歳	47	59.6	74.5	19.1	19.1	12.8	8.5	4.3	4.3	-	4.3	2.1
	40～44歳	47	57.4	61.7	21.3	21.3	21.3	10.6	6.4	-	2.1	4.3	-
	45～49歳	58	77.6	63.8	19.0	31.0	20.7	6.9	-	1.7	-	3.4	-
	50～54歳	78	69.2	51.3	25.6	24.4	19.2	7.7	3.8	1.3	2.6	5.1	1.3
	55～59歳	90	65.6	50.0	31.1	30.0	25.6	11.1	2.2	1.1	1.1	6.7	-
	60～64歳	102	80.4	38.2	24.5	20.6	20.6	8.8	1.0	2.9	-	2.9	1.0

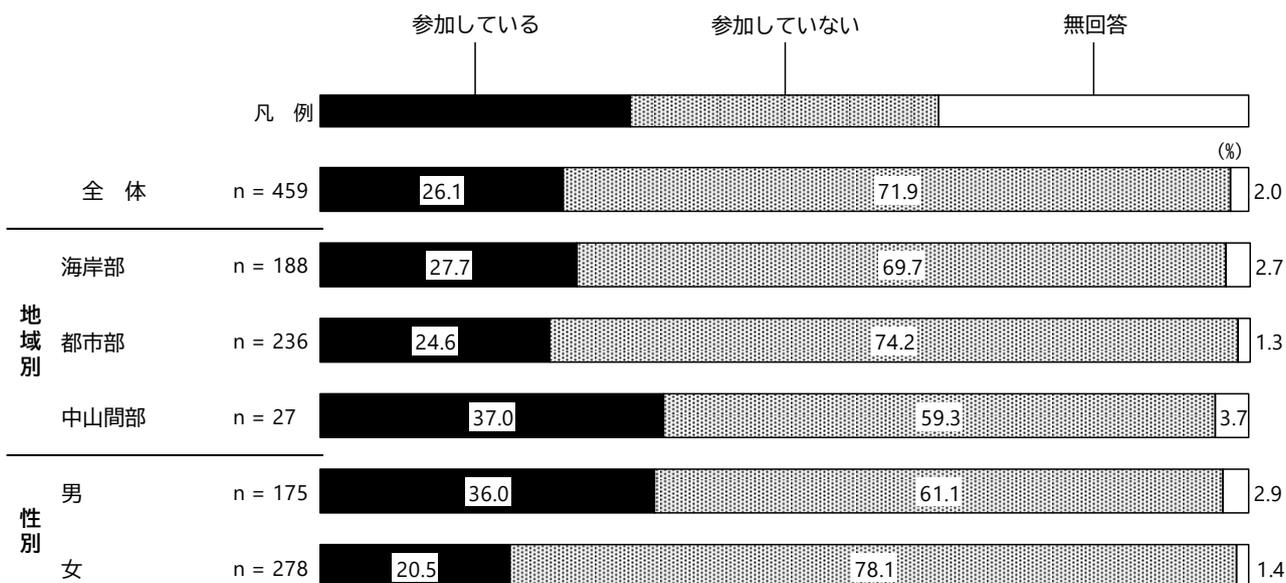
(18) 地域や組織での活動への参加の有無

- 「参加していない」が71.9%、「参加している」が26.1%となっている。
- 都市部では「参加している」が24.6%と地域別の中で最も低い。
- 女性では「参加している」が20.5%と男性に比べ10ポイント以上低い。

問27 あなたは、地域や組織での活動に参加していますか。(○は1つ)



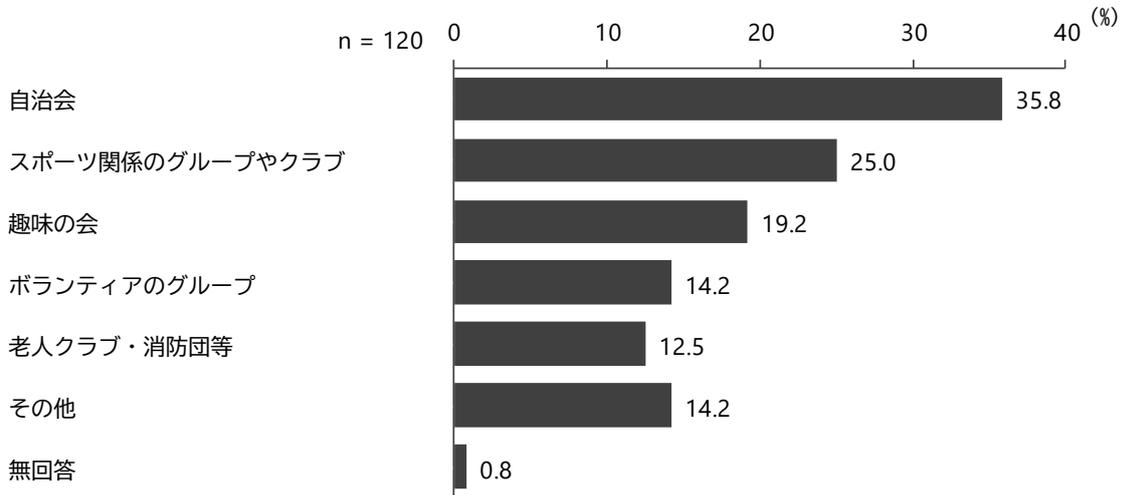
【地域や組織での活動への参加の有無／地域別／性別】



（19）参加している組織や会

● 「自治会」が35.8%と最も高くなっている。次いで「スポーツ関係のグループやクラブ」が25.0%、「趣味の会」が19.2%となっている。

問27-1 あなたは、どういう組織や会に入っていますか。（あてはまるものすべてに○）



【参加している組織や会／地域別】

		n	自治会	スポーツ関係のグループや	趣味の会	ボランティアのグループ	老人クラブ・消防団等	その他	無回答
全体		120	35.8	25.0	19.2	14.2	12.5	14.2	0.8
地域別	海岸部	52	42.3	23.1	19.2	15.4	15.4	15.4	-
	都市部	58	29.3	31.0	22.4	12.1	5.2	13.8	-
	中山間部	10	40.0	-	-	20.0	40.0	10.0	10.0

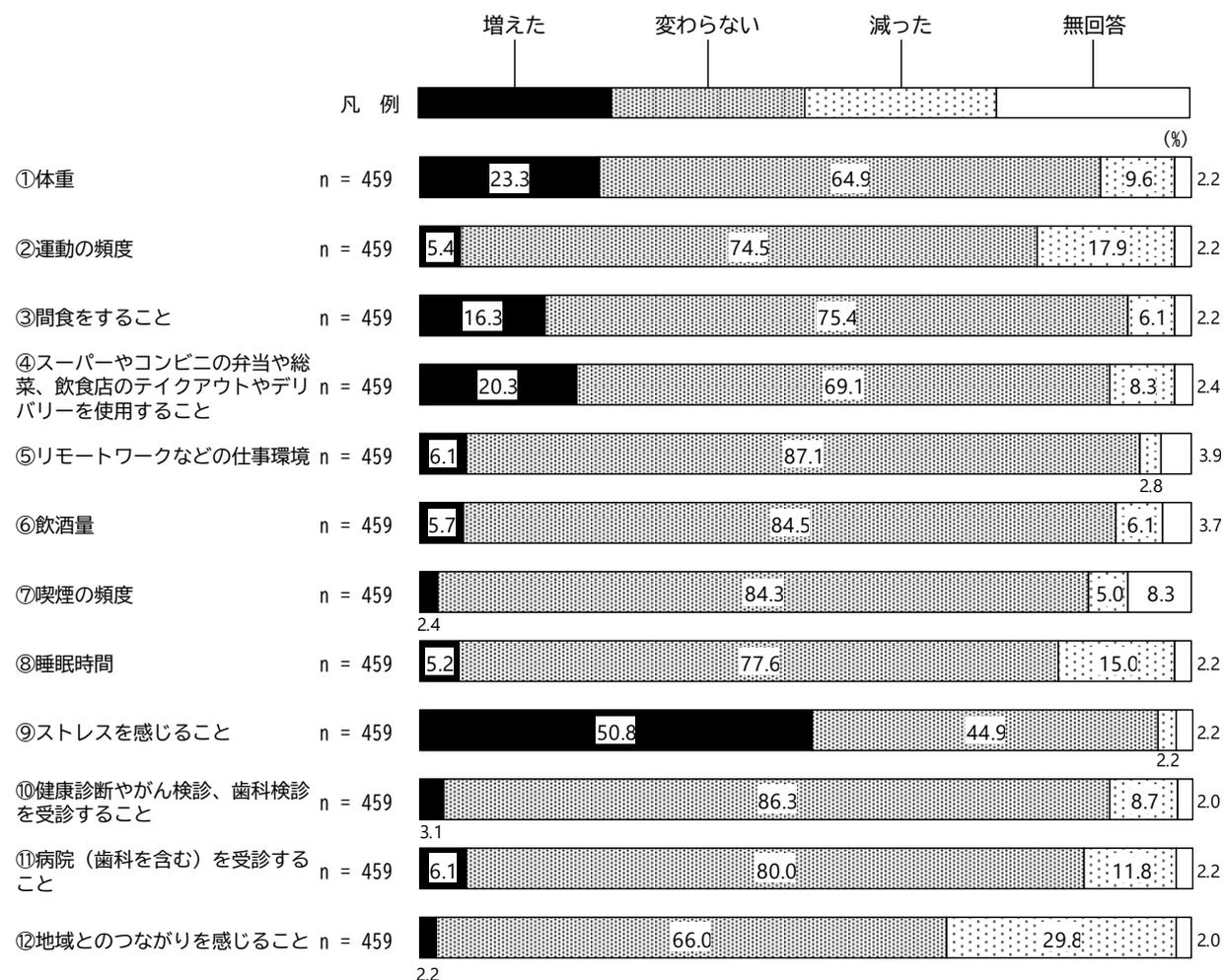
※地域別集計については、調査数（n）が少ないため参考値として掲載

（20）新型コロナウイルス感染症の影響による変化

● 新型コロナウイルスの影響によって「増えた」割合が最も高いのは『⑧ストレスを感じること』(50.8%)で、「減った」割合が最も高いのは『⑪地域とのつながりを感じること』(29.8%)となっている。「変わらない」が最も高いのは『⑤リモートワークなどの仕事環境』で87.1%となっている。

問28 新型コロナウイルス感染症の影響により、次の①～⑫について変化がありましたか。

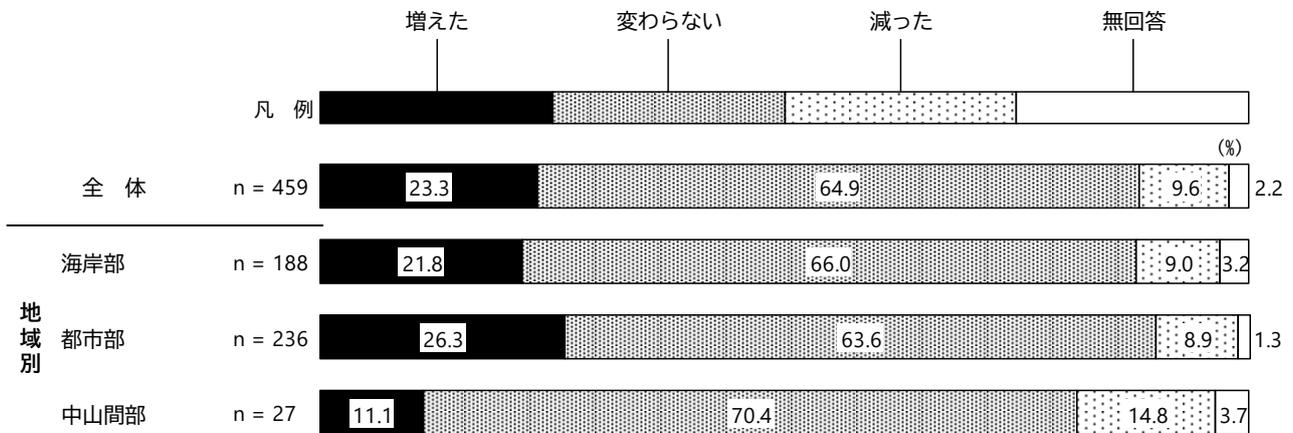
(○はそれぞれ1つ)



V 調査結果の詳細（壮年期）

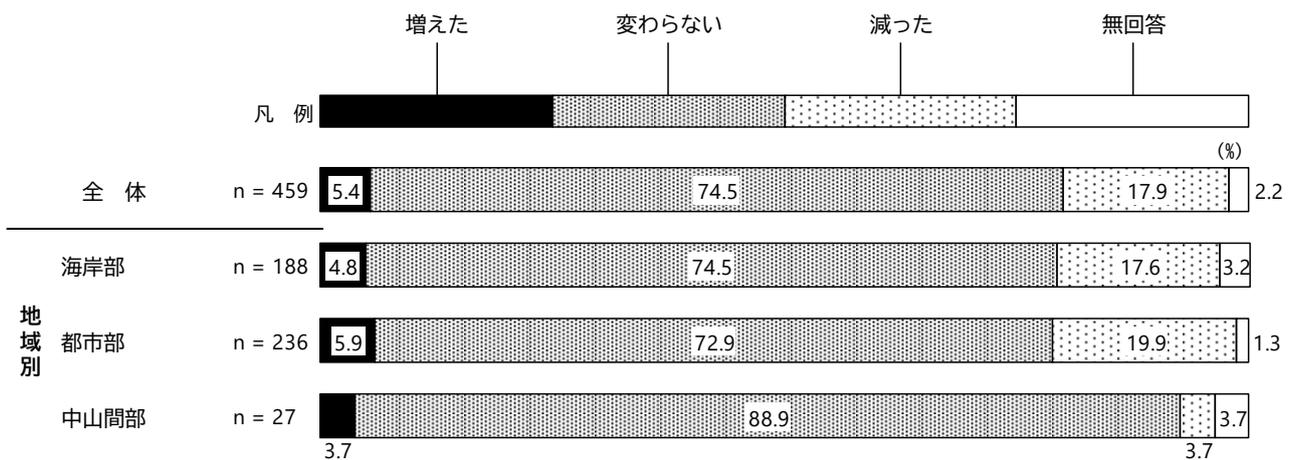
【①体重／地域別】

● 中山間部では「減った」が14.8%と他地域に比べ5ポイント以上高い。



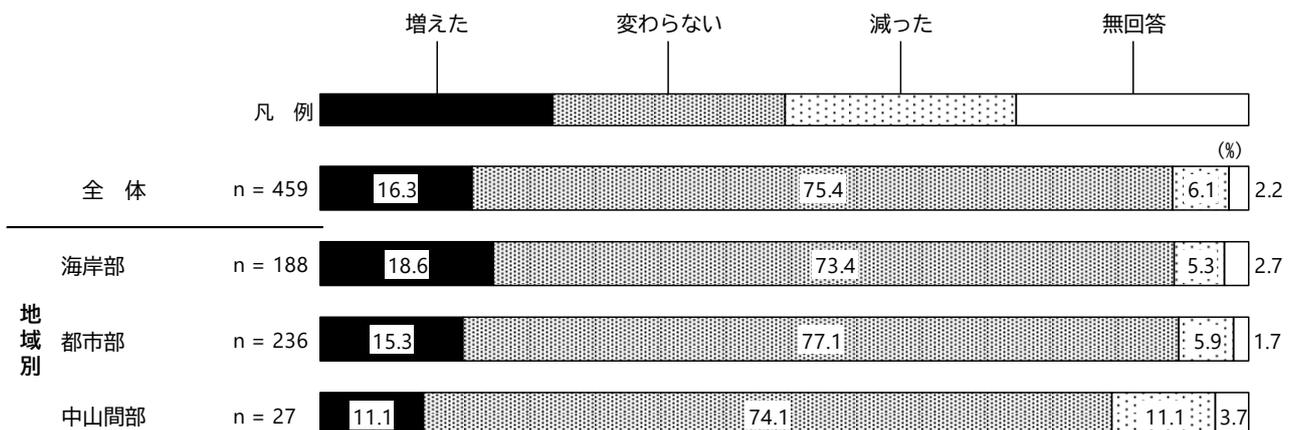
【②運動の頻度／地域別】

● 中山間部では「変わらない」が88.9%と他地域に比べ10ポイント以上高い。



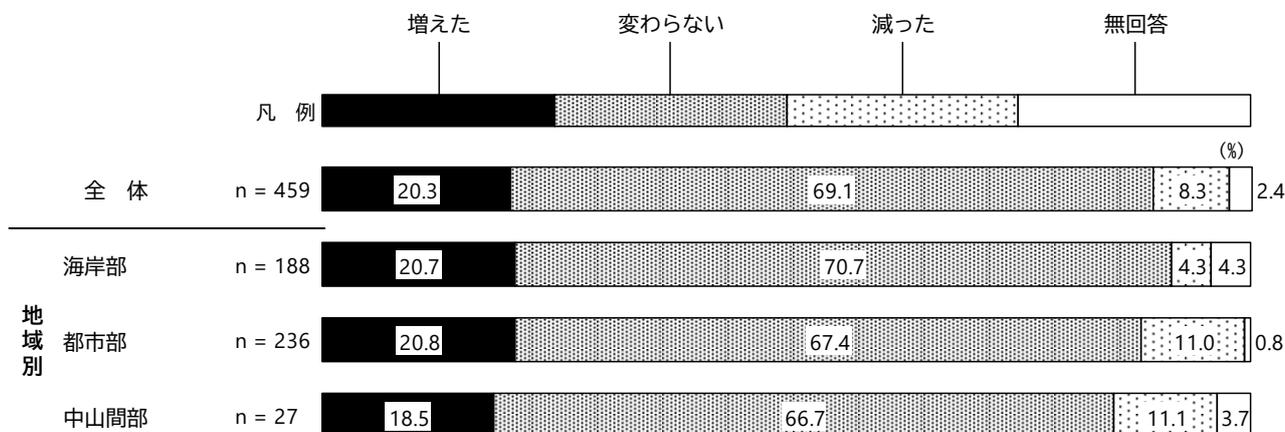
【③間食をすること／地域別】

● 中山間部では「減った」が11.1%と他地域に比べ5ポイント以上高い。



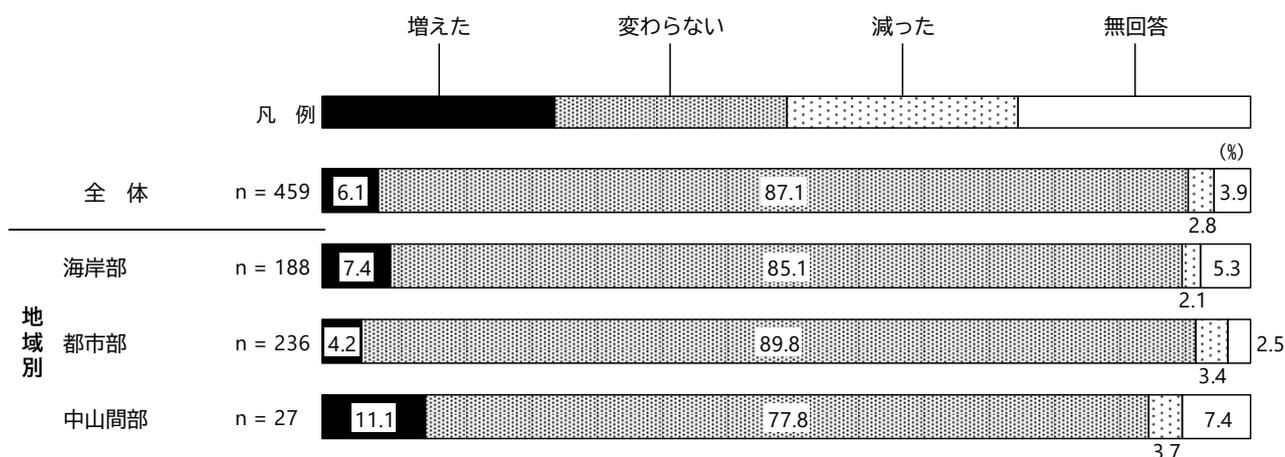
【④スーパーやコンビニの弁当や総菜、
飲食店のテイクアウトやデリバリーを使用すること／地域別】

● 海岸部では「減った」が4.3%と他地域に比べ5ポイント以上低い。



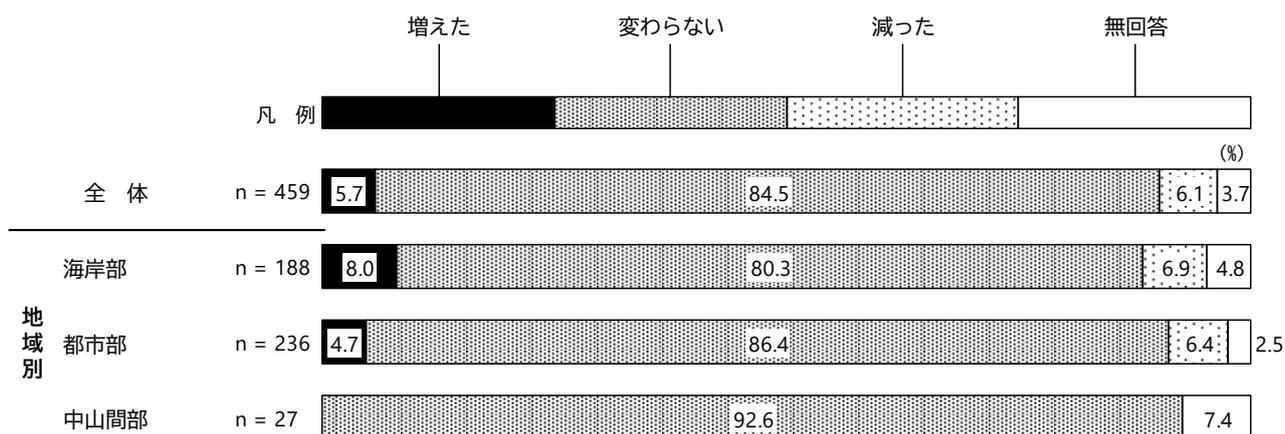
【⑤リモートワークなどの仕事環境／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



【⑥飲酒量／地域別】

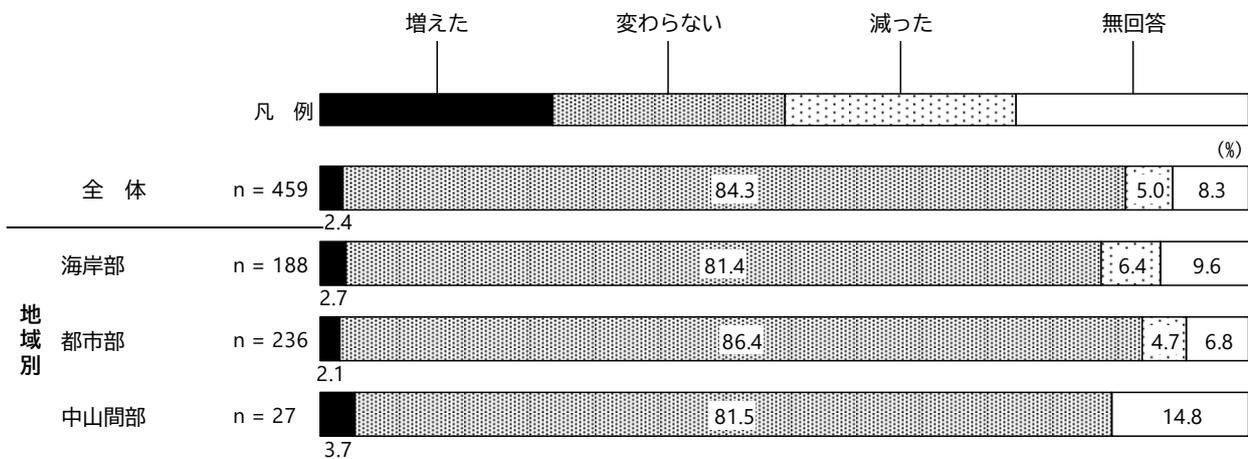
● 地域別では大きな差は出ていない。



V 調査結果の詳細（壮年期）

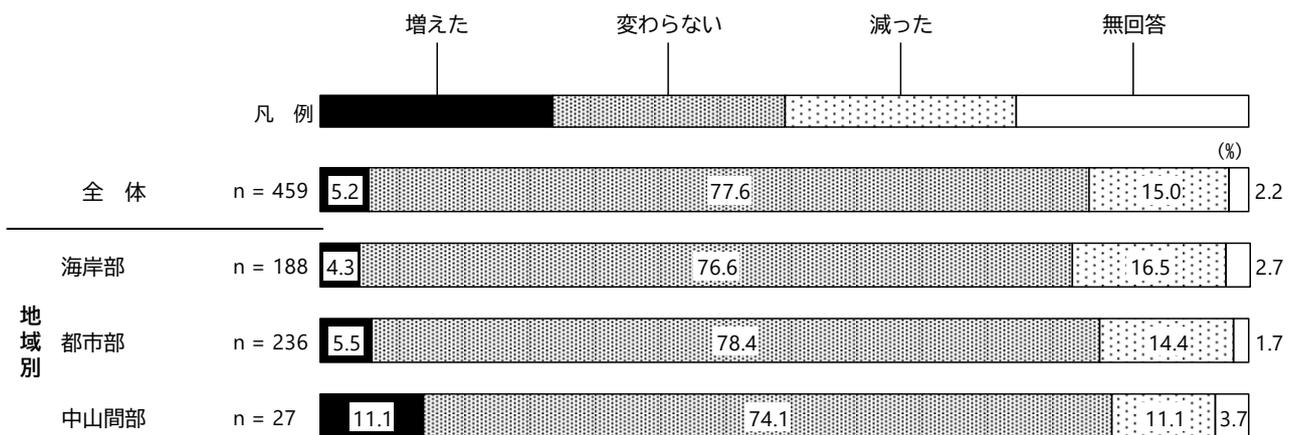
【⑦喫煙の頻度／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



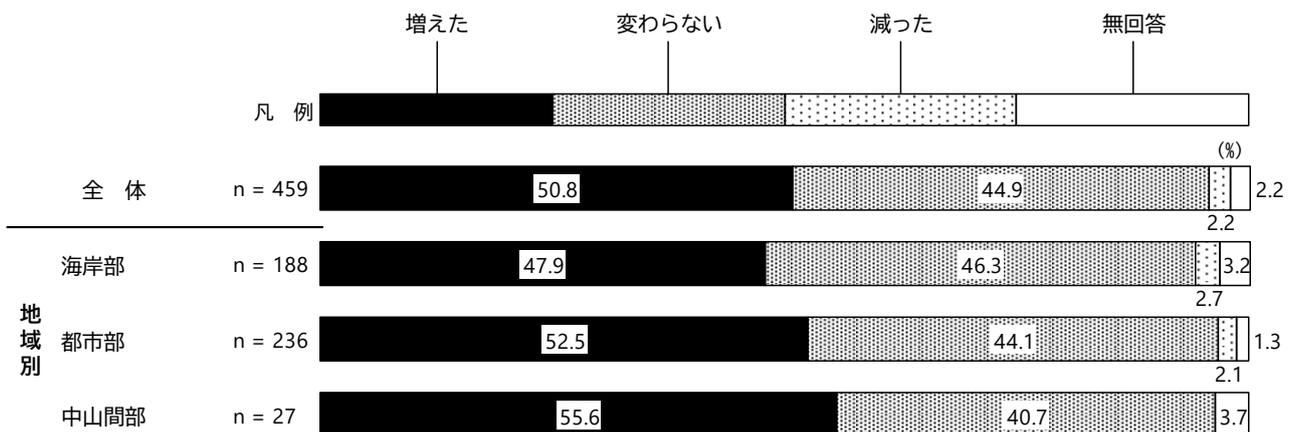
【⑧睡眠時間／地域別】

● 中山間部では「増えた」が11.1%と他地域に比べ5ポイント以上高い。



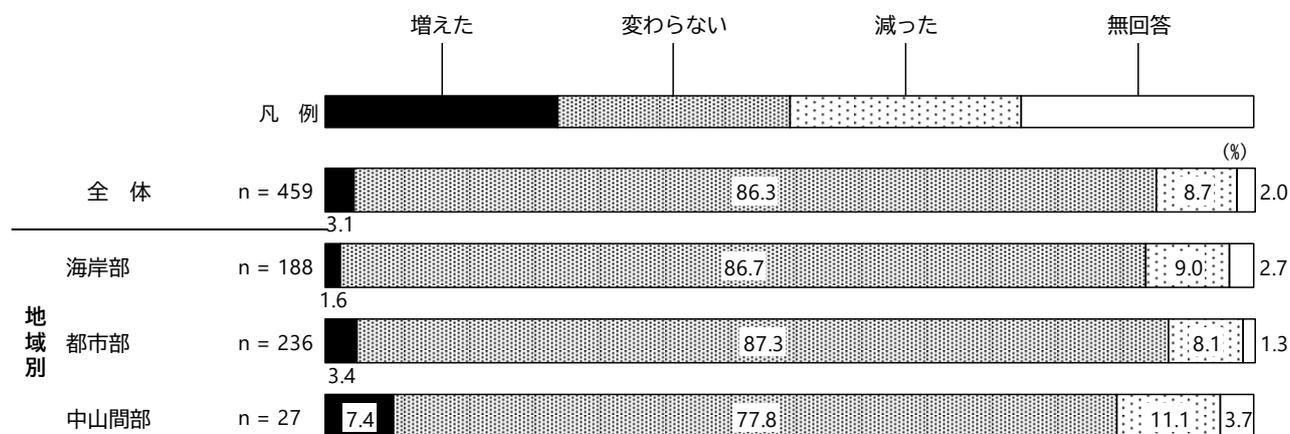
【⑨ストレスを感じること／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



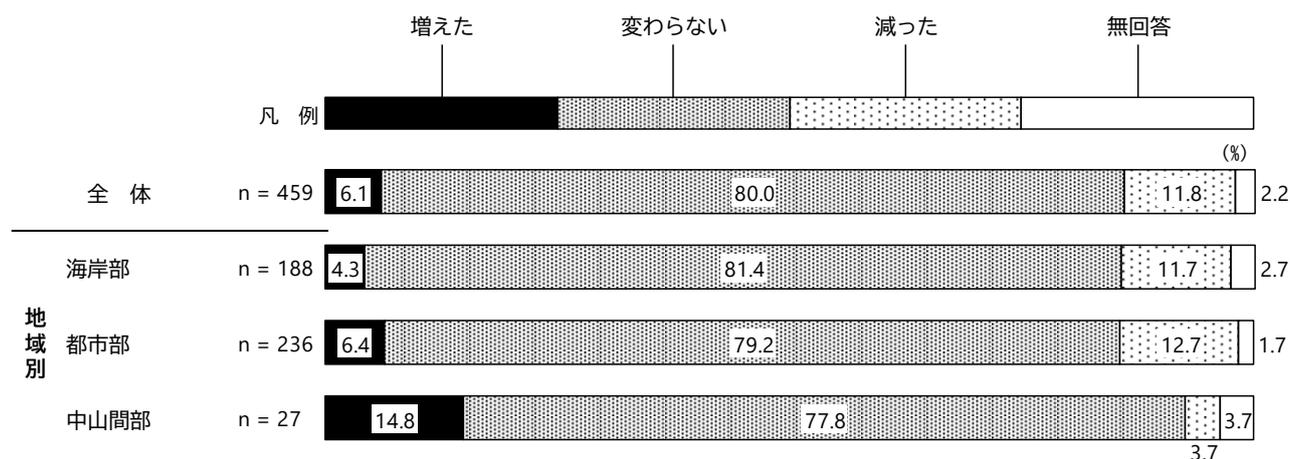
【⑩健康診断やがん検診、歯科検診を受診すること／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



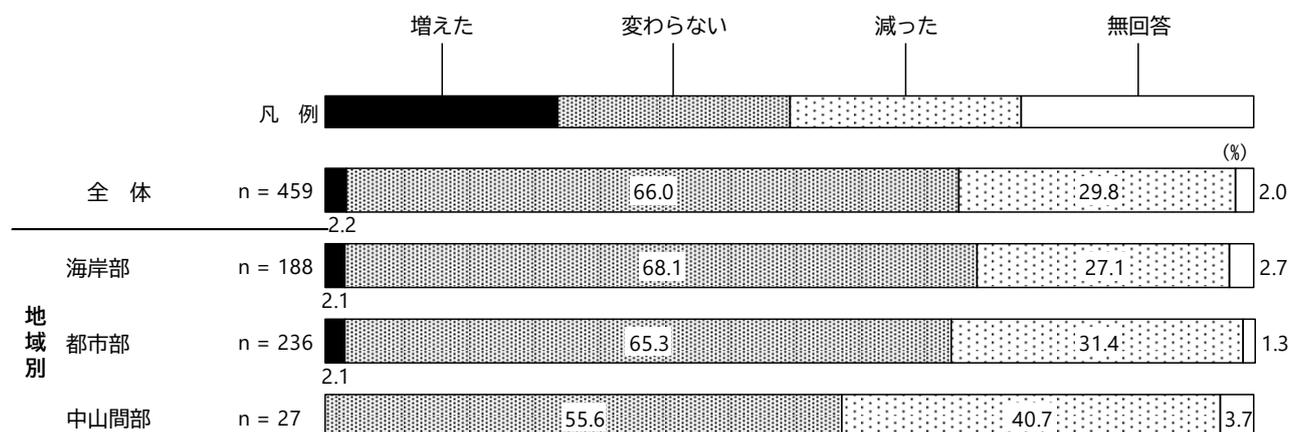
【⑪病院（歯科を含む）を受診すること／地域別】

● 中山間部では「増えた」が14.8%と他地域に比べ5ポイント以上高い。



【⑫地域とのつながりを感じることに地域別】

● 中山間部では「減った」が40.7%と他地域に比べ5ポイント以上高い。



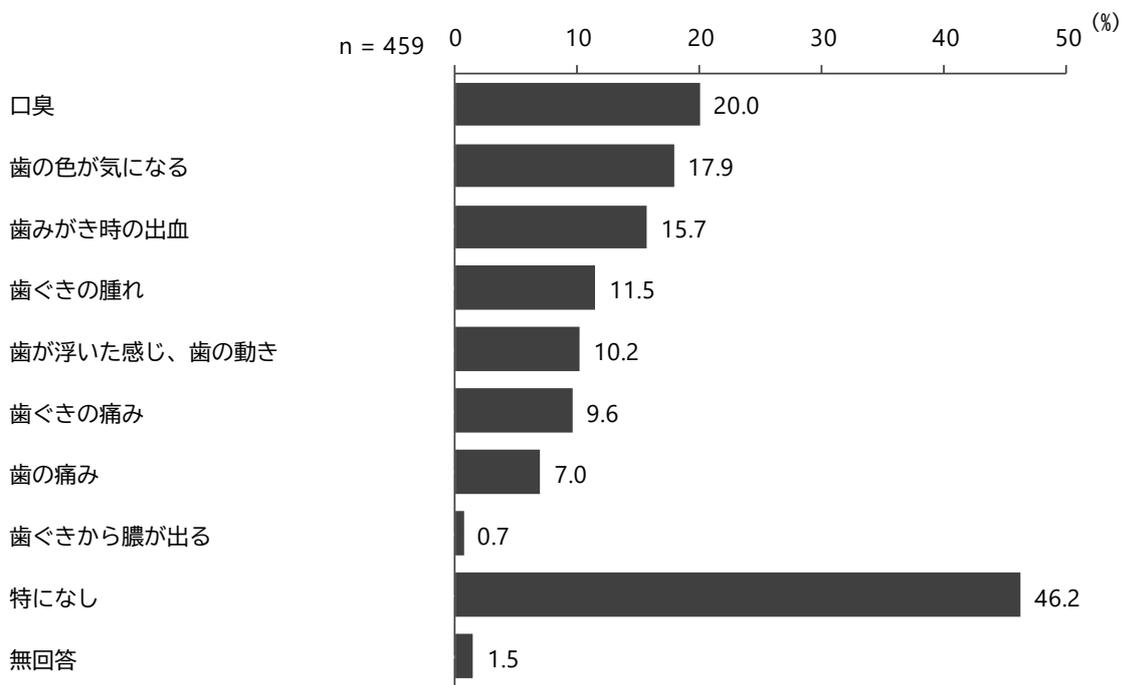
3 「お口の健康」について

(1) 歯や歯ぐきに気になる症状があるか

- 「口臭」が20.0%と最も高くなっている。次いで「歯の色が気になる」が17.9%、「歯みがき時の出血」が15.7%となっている。一方、「特になし」は46.2%となっている。
- 『歯や歯ぐきに症状がある』（100.0%－「特になし」「無回答」）は52.3%となっている。
- 中山間部では『歯や歯ぐきに症状がある』が70.4%と他地域に比べ10ポイント以上高い。

問29 あなたは、現在歯や歯ぐきに次のような気になる症状がありますか。

（あてはまるものすべてに○）



【歯や歯ぐきに気になる症状があるか／地域別】

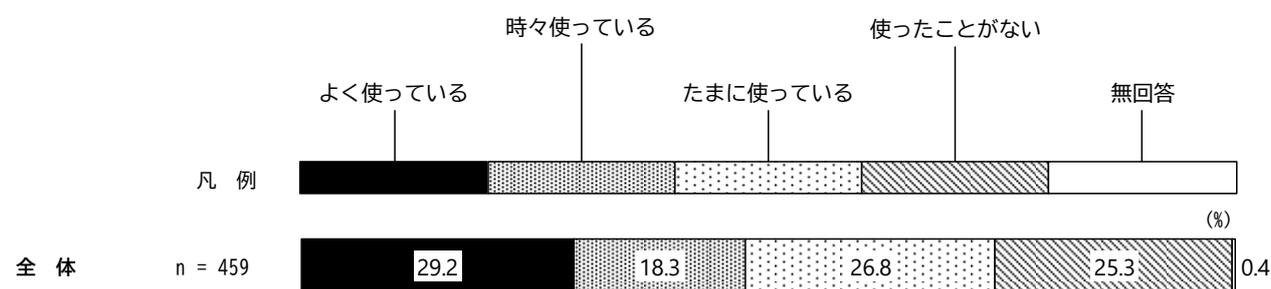
		n	口臭	歯の色が気になる	歯みがき時の出血	歯ぐきの腫れ	歯が浮いた感じ、歯の動き	歯ぐきの痛み	歯の痛み	歯ぐきから膿が出る	特になし	無回答
全体		459	20.0	17.9	15.7	11.5	10.2	9.6	7.0	0.7	46.2	1.5
地域別	海岸部	188	18.1	16.0	15.4	12.2	8.0	10.1	4.8	0.5	44.7	1.6
	都市部	236	19.9	18.6	15.3	9.7	10.6	7.6	7.6	0.8	50.0	1.3
	中山間部	27	37.0	25.9	18.5	25.9	18.5	25.9	18.5	-	25.9	3.7

（２） 歯間ブラシまたはデンタルフロス（糸ようじ）の使用について

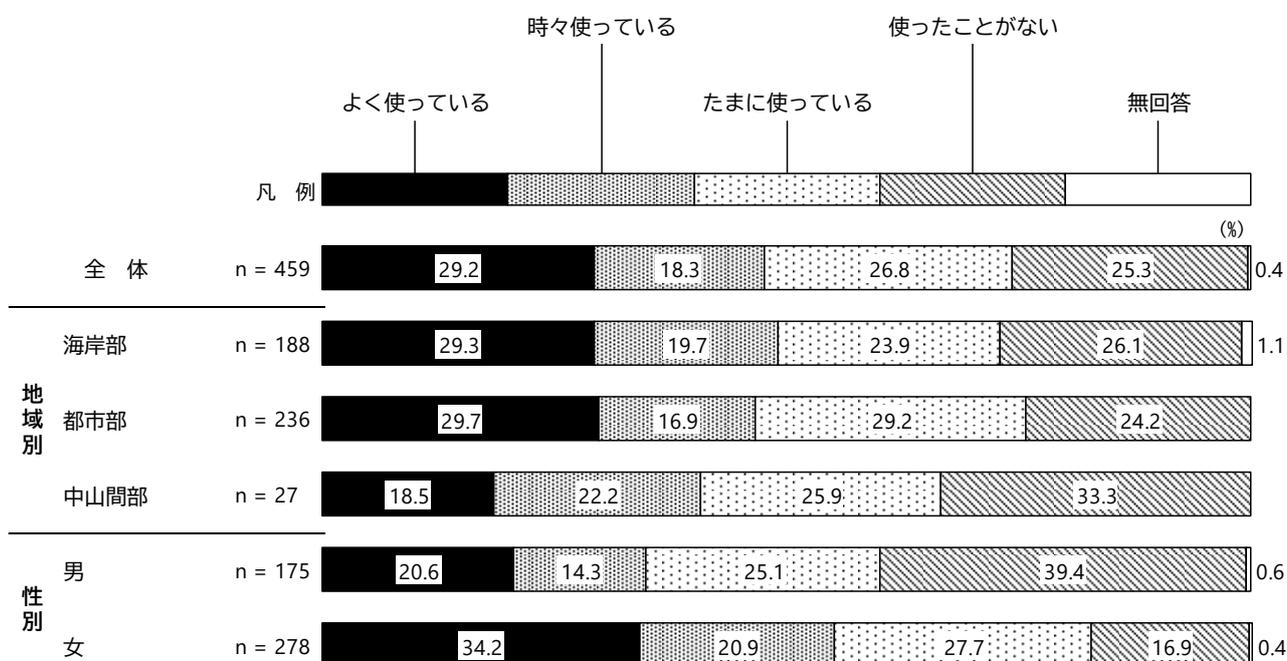
- 「よく使っている」が29.2%と最も高くなっている。次いで「たまに使っている」が26.8%、「使ったことがない」が25.3%となっている。
- 中山間部では『歯間ブラシまたはデンタルフロスをよく使う人』（「よく使っている」）が18.5%と他地域に比べ5ポイント以上低い。
- 男性では『歯間ブラシまたはデンタルフロスをよく使う人』が20.6%と女性に比べ10ポイント以上低い。

問30 あなたは、現在、歯間ブラシまたはデンタルフロス（糸ようじ）を使っていますか。

（○は1つ）



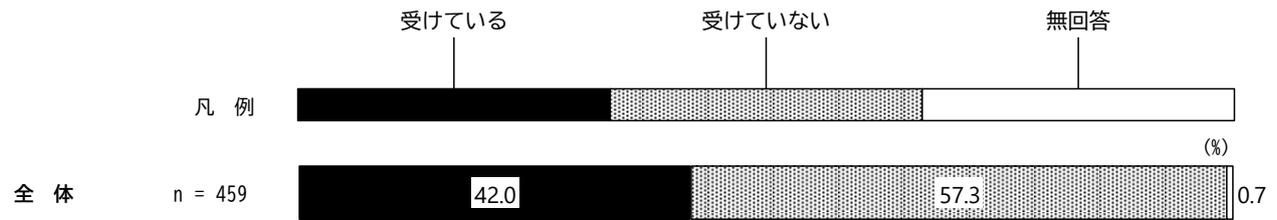
【歯間ブラシまたはデンタルフロス（糸ようじ）の使用について／地域別／性別】



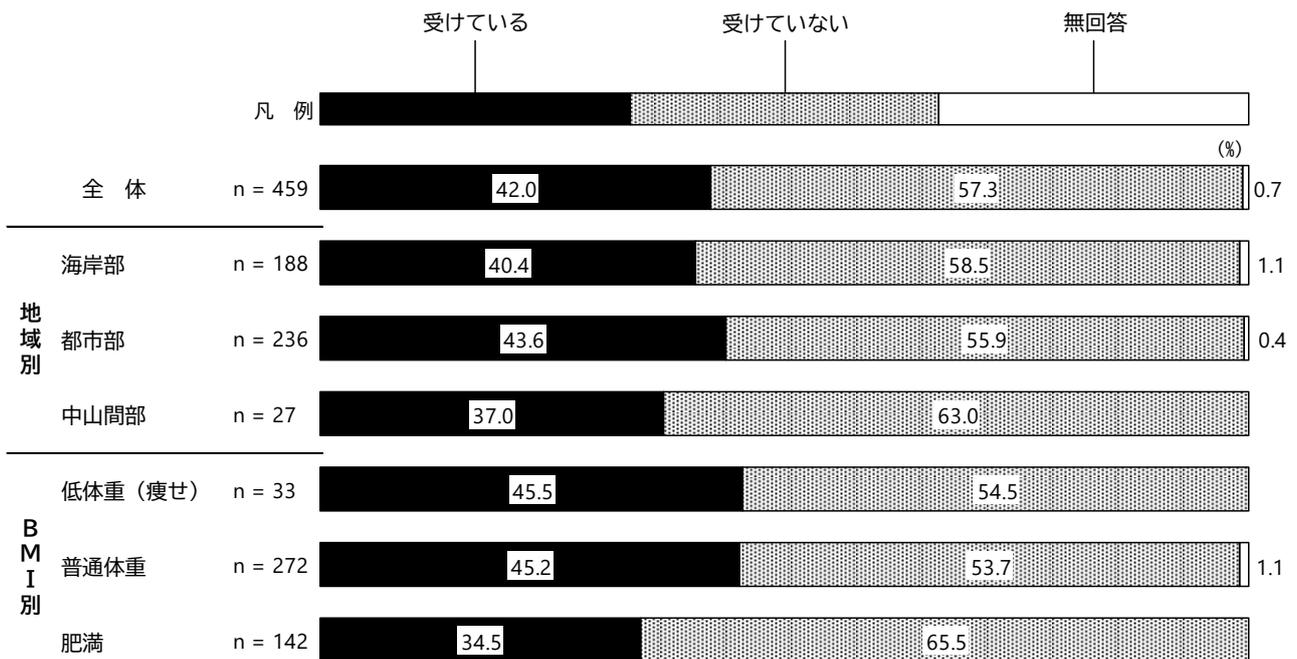
（3）歯の定期検診を年に1回受診しているか

- 「受けていない」が57.3%、「受けている」が42.0%となっている。
- 地域別では「受けている」について大きな差はない。
- 肥満では「受けていない」が65.5%と他のBMIに比べ10ポイント以上高い。

問31 年に1回歯の定期検診を受けていますか。（○は1つ）



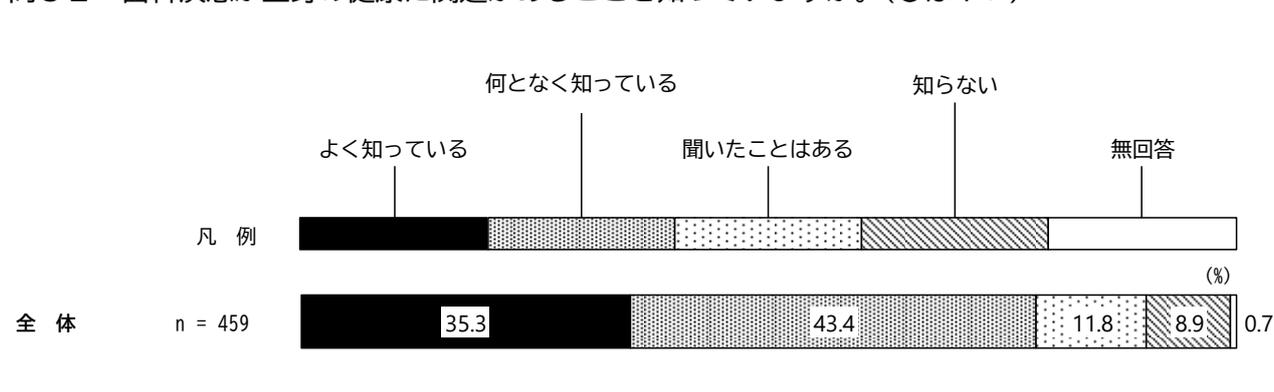
【歯の定期検診を年に1回受診しているか／地域別／BMI別】



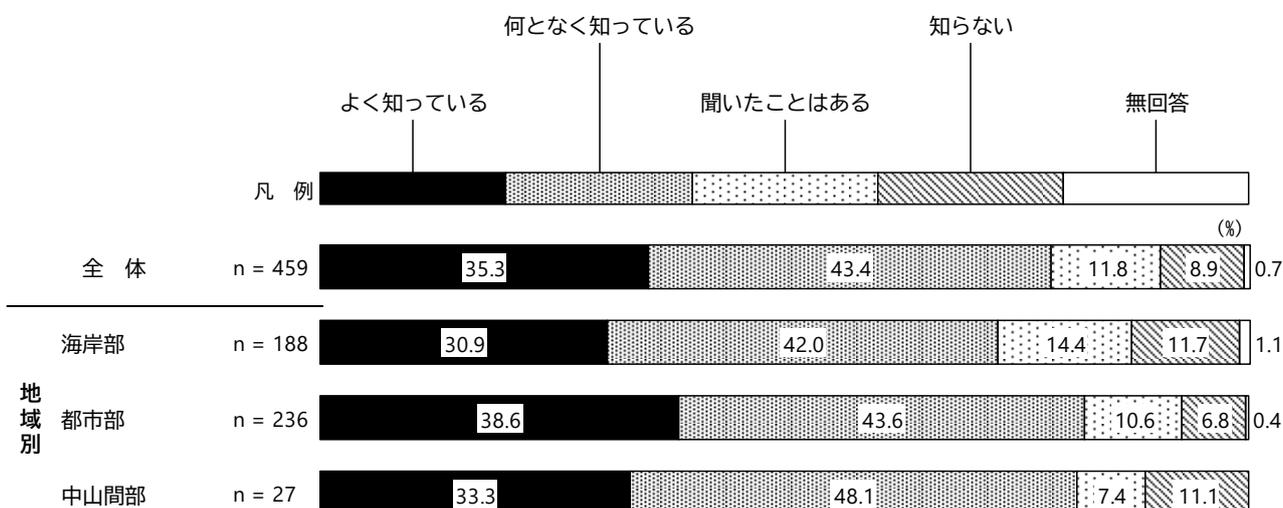
（４）歯科疾患と全身の健康の関連についての認知度

- 「何となく知っている」が43.4%と最も高くなっている。次いで「よく知っている」が35.3%、「聞いたことはある」が11.8%となっている。
- 『歯科疾患と全身の健康の関連について知っている人』（「よく知っている」+「何となく知っている」）は78.7%となっている。
- 海岸部では『歯科疾患と全身の健康の関連について知っている人』が72.9%と他地域に比べ5ポイント以上低い。

問32 歯科疾患が全身の健康に関連があることを知っていますか。（○は1つ）



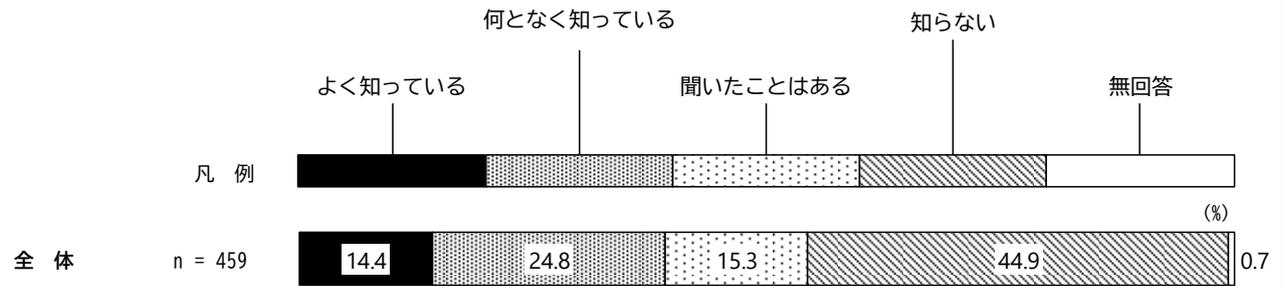
【歯科疾患と全身の健康の関連についての認知度／地域別】



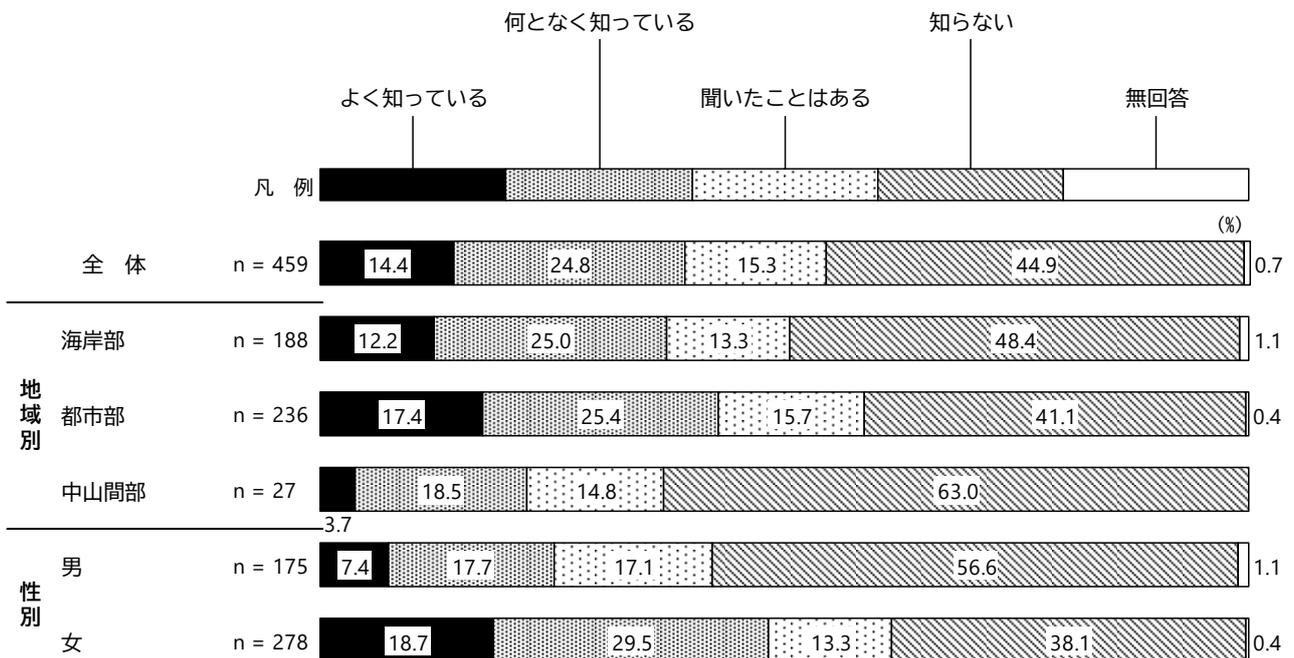
(5) オーラルフレイルの認知度

- 「知らない」が44.9%と最も高くなっている。次いで「何となく知っている」が24.8%、「聞いたことはある」が15.3%となっている。
- 中山間部では「知らない」が63.0%と他地域に比べ10ポイント以上高い。
- 男性では「知らない」が56.6%と女性に比べ10ポイント以上高い。

問33 「オーラルフレイル」（口腔に関する衰え）という言葉を知っていますか。（○は1つ）



【オーラルフレイルの認知度／地域別／性別】

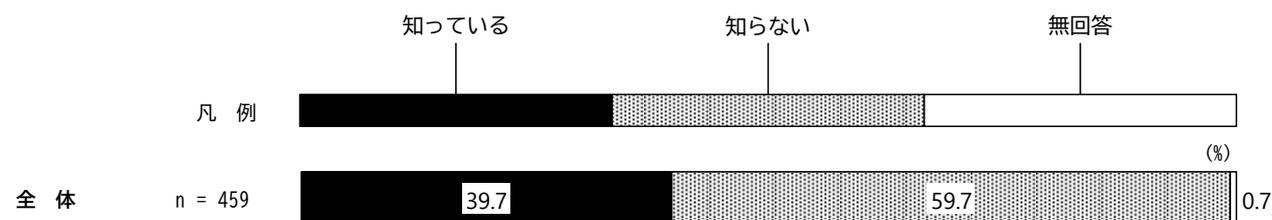


4 「こころの健康」について

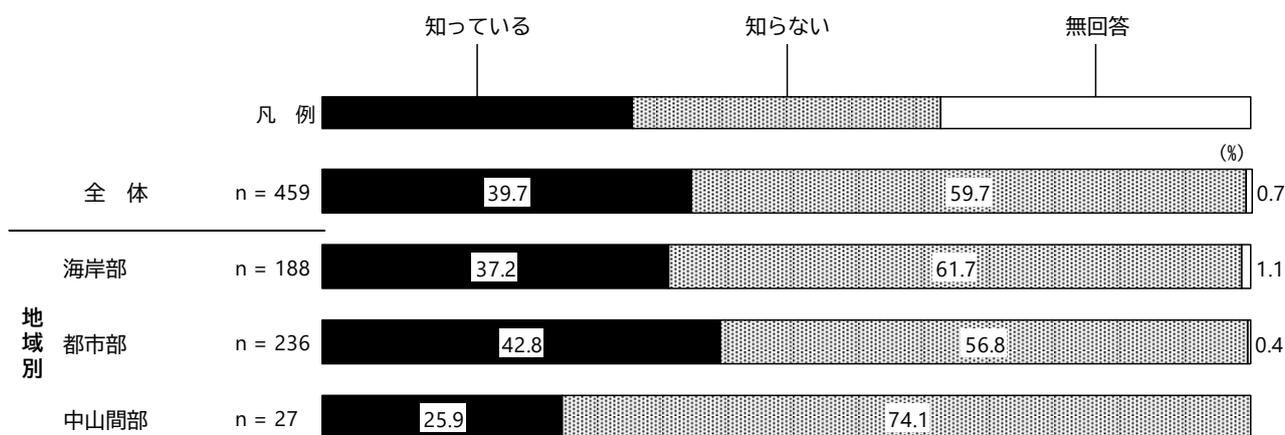
(1) 「心の健康や病気」の相談窓口の認知度

- 「知らない」が59.7%、「知っている」が39.7%となっている。
- 中山間部では「知らない」が74.1%と他地域に比べ10ポイント以上高い。

問34 「心の健康や病気」について、相談できる窓口を知っていますか。（○は1つ）



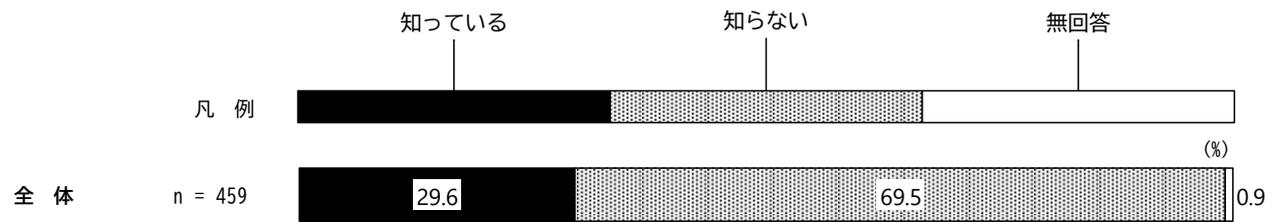
【「心の健康や病気」の相談窓口の認知度／地域別】



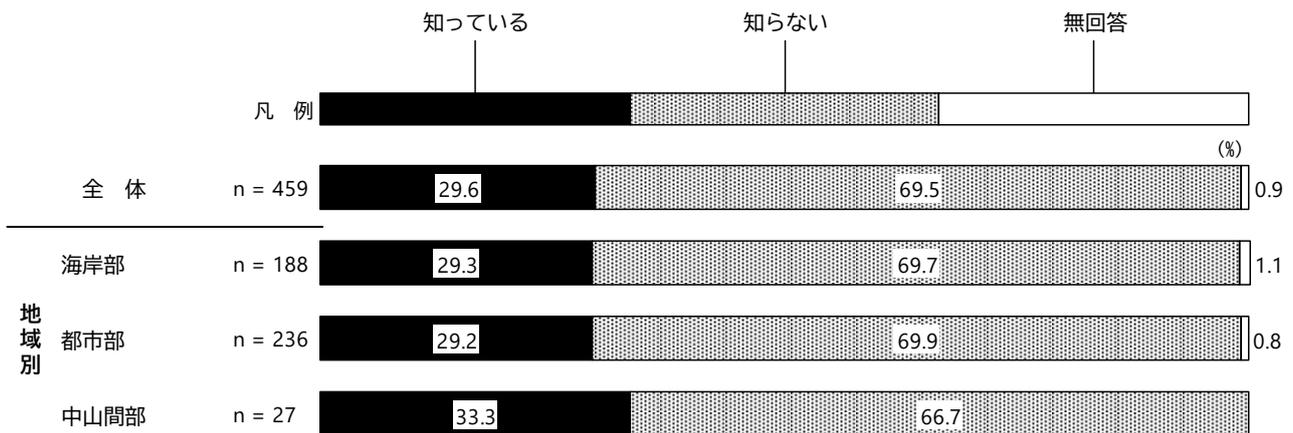
(2) 仕事上や、経済的、介護の悩みの相談先を知っているか

- 「知らない」が69.5%、「知っている」が29.6%となっている。
- 地域別では『悩みを抱えたときの相談先』について大きな差は出ていない。

問35 あなたは仕事上の悩みや、経済的な悩み、介護の悩みを抱えたときの相談先を知っていますか。(○は1つ)



【仕事上や、経済的、介護の悩みの相談先を知っているか／地域別】

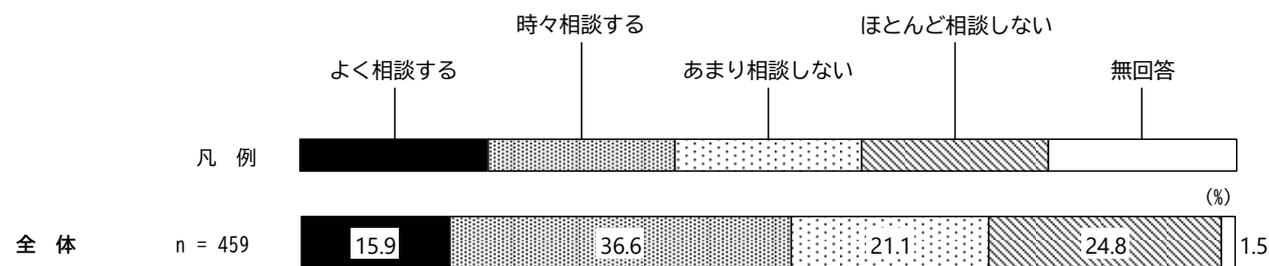


(3) ストレスや健康上の悩みを相談できるか

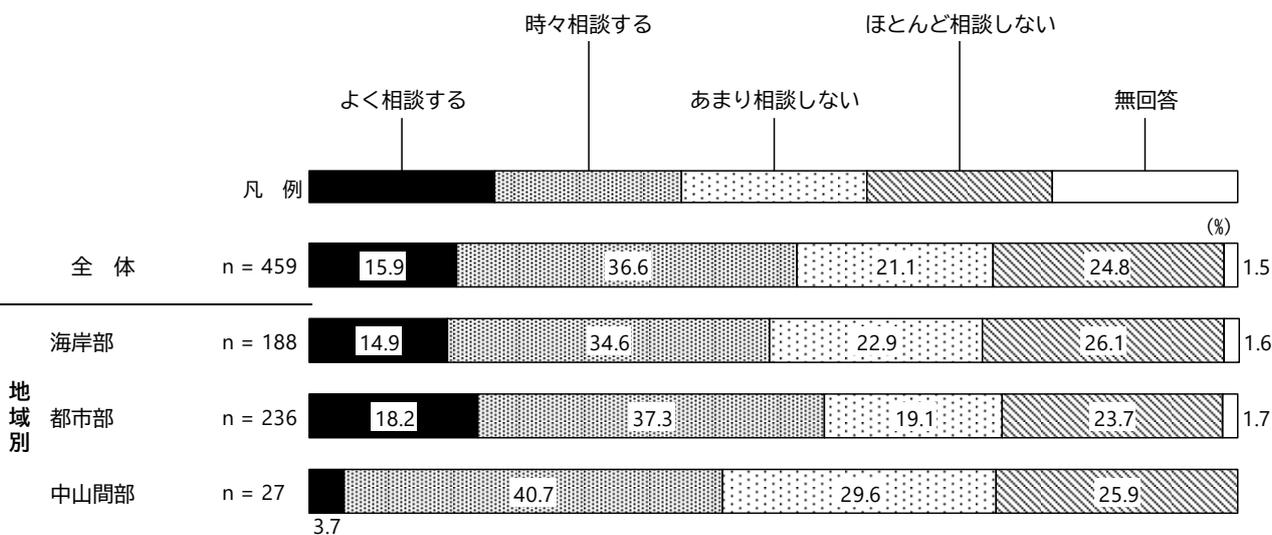
- 「時々相談する」が36.6%と最も高くなっている。次いで「ほとんど相談しない」が24.8%、「あまり相談しない」が21.1%となっている。
- 中山間部では『相談する』（「よく相談する」+「時々相談する」）が44.4%と他地域に比べ5ポイント以上低い。

問36 あなたは、ストレスや健康上の悩みを抱えたとき、相談することはできますか。

(○は1つ)



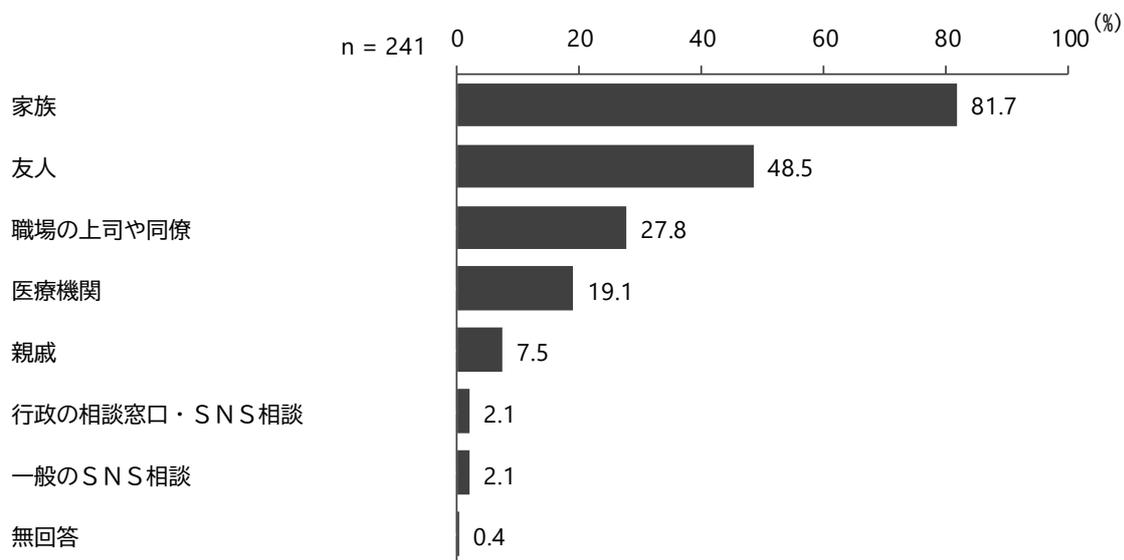
【ストレスや健康上の悩みを相談できるか／地域別】



（４）ストレスや健康上の悩みの相談先

- 「家族」が81.7%と最も高くなっている。次いで「友人」が48.5%、「職場の上司や同僚」が27.8%となっている。
- 地域別では「家族」が各地域で最も高くなっている。

問36-1 主に誰に相談しますか。(あてはまるものすべてに○)



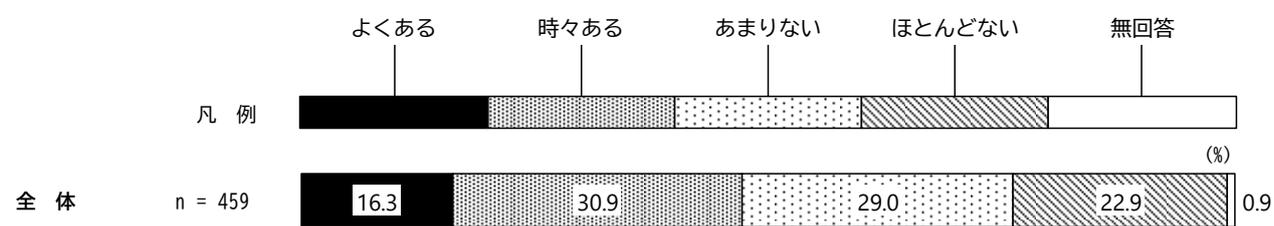
【ストレスや健康上の悩みの相談先／地域別】

		n	家族	友人	職場の上司や同僚	医療機関	親戚	行政の相談窓口・SNS相談	一般のSNS相談	無回答
全体		241	81.7	48.5	27.8	19.1	7.5	2.1	2.1	0.4
地域別	海岸部	93	82.8	45.2	26.9	19.4	8.6	2.2	3.2	1.1
	都市部	131	80.2	53.4	29.0	17.6	7.6	2.3	1.5	-
	中山間部	12	83.3	25.0	33.3	25.0	-	-	-	-

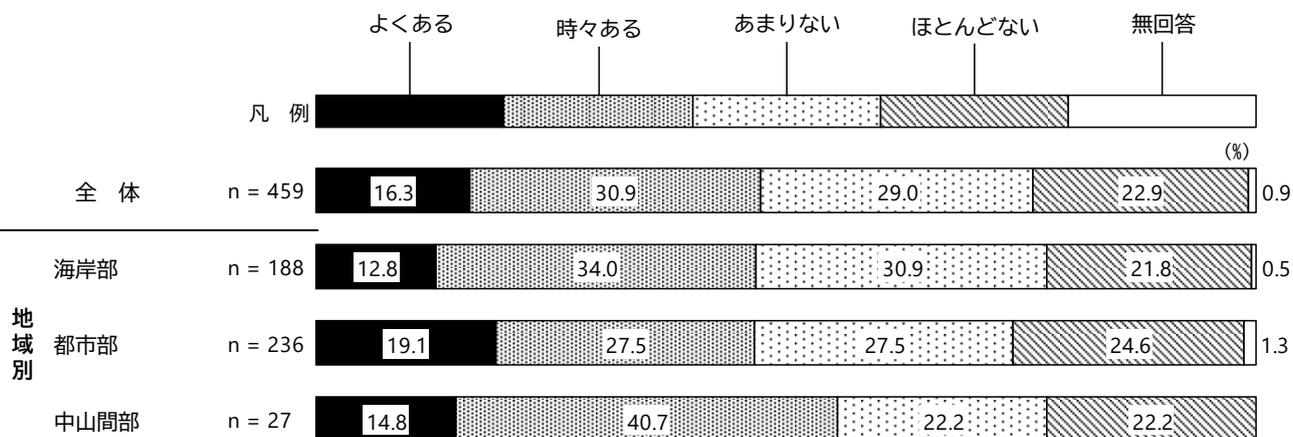
(5) ここ2～3か月で気分が落ち込んだり、イライラしたことがあるか

- 「時々ある」が30.9%と最も高くなっている。次いで「あまりない」が29.0%、「ほとんどない」が22.9%となっている。
- 『最近2～3か月でひどく気分が落ち込んだりイライラしたことがある人』（「よくある」＋「時々ある」）は47.2%となっている。
- 中山間部では『最近2～3か月でひどく気分が落ち込んだりイライラしたことがある人』が55.5%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問37 あなたは、ここ2～3か月、ひどく気分が落ち込んだり、イライラしたことはありますか。(○は1つ)



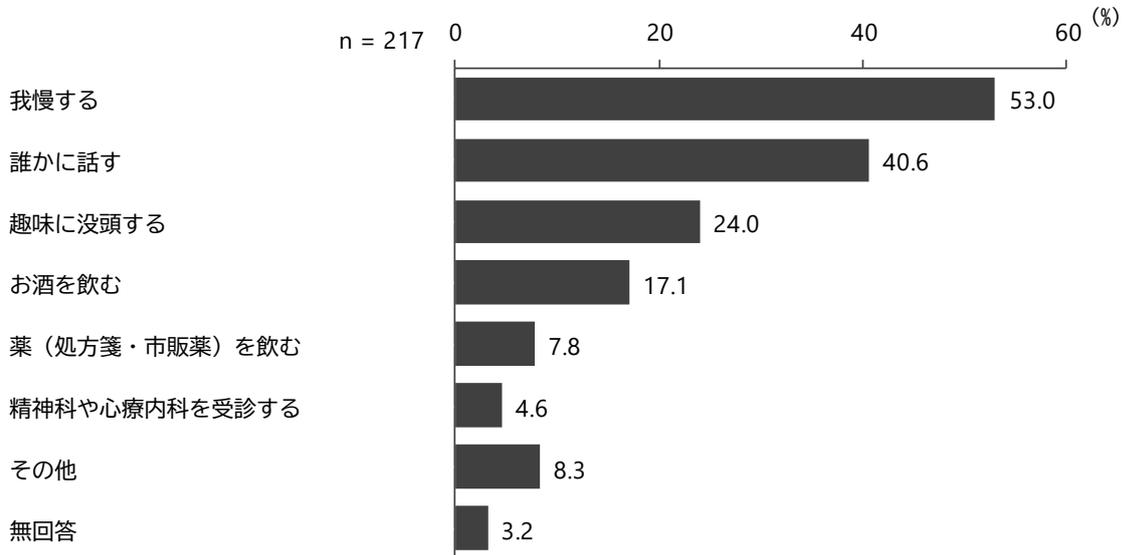
【ここ2～3か月でひどく気分が落ち込んだり、イライラしたことがあるか／地域別】



(6) 気分が落ち込んだり、イライラした時にすること

● 「我慢する」が53.0%と最も高くなっている。次いで「誰かに話す」が40.6%、「趣味に没頭する」が24.0%となっている。

問37-1 そのような症状の時、主に何をしますか。(あてはまるものすべてに○)



【気分が落ち込んだり、イライラした時にすること／地域別】

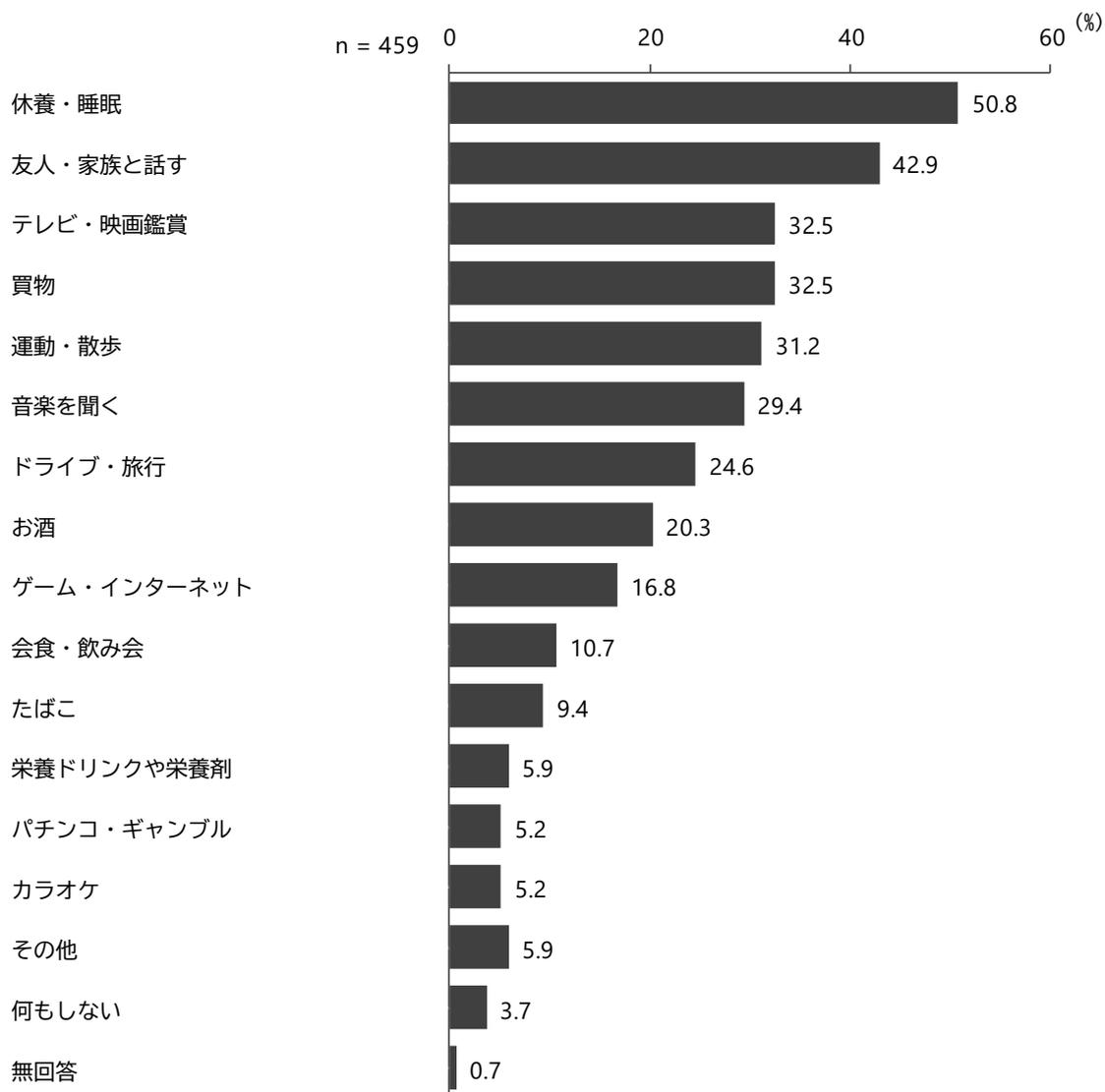
		n	我慢する	誰かに話す	趣味に没頭する	お酒を飲む	薬（処方箋・市販薬）を飲む	精神科や心療内科を受診する	その他	無回答
全体		217	53.0	40.6	24.0	17.1	7.8	4.6	8.3	3.2
地域別	海岸部	88	53.4	36.4	29.5	18.2	5.7	5.7	13.6	4.5
	都市部	110	49.1	45.5	20.0	15.5	10.9	4.5	5.5	1.8
	中山間部	15	73.3	33.3	20.0	20.0	-	-	-	-

※地域別集計については、調査数（n）が少ないため参考値として掲載

（7）ストレスや気分転換に何をするか

- 「休養・睡眠」が50.8%と最も高くなっている。次いで「友人・家族と話す」が42.9%、「テレビ・映画鑑賞」が32.5%となっている。
- 中山間部では「友人・家族と話す」が22.2%と他地域に比べ10ポイント以上低い。
- 男性では「友人・家族と話す」が29.1%と女性に比べ20ポイント以上低い。
- 年齢別では「休養・睡眠」については年齢が上がるほど低い傾向となっている。

問38 あなたは、ストレスや気分転換のために何をしますか。（あてはまるものすべてに○）



V 調査結果の詳細（壮年期）

【ストレスや気分転換に何をするか／地域別／性別／年齢別】

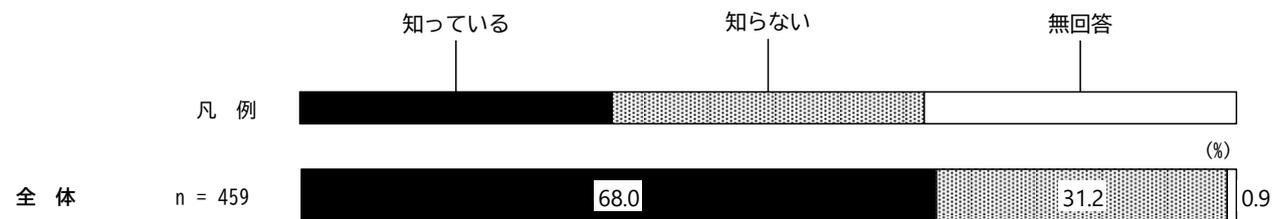
		n	休養・睡眠	友人・家族と話す	テレビ・映画鑑賞	買物	運動・散歩	音楽を聞く	ドライブ・旅行	お酒	ゲーム・インターネット	会食・飲み会	たばこ
全体		459	50.8	42.9	32.5	32.5	31.2	29.4	24.6	20.3	16.8	10.7	9.4
地域別	海岸部	188	51.1	40.4	32.4	31.4	30.9	25.0	26.1	23.4	17.6	13.3	8.5
	都市部	236	50.8	47.0	33.5	31.8	32.2	32.6	22.5	18.2	17.4	9.7	8.5
	中山間部	27	44.4	22.2	22.2	48.1	14.8	29.6	37.0	18.5	7.4	3.7	22.2
性別	男	175	47.4	29.1	27.4	16.0	38.9	26.3	24.6	28.6	19.4	9.7	14.3
	女	278	52.5	51.8	35.3	43.5	25.5	30.9	24.8	15.1	15.1	11.5	6.1
年齢別	34歳以下	26	76.9	46.2	30.8	30.8	23.1	30.8	26.9	23.1	42.3	7.7	7.7
	35～39歳	47	66.0	51.1	27.7	42.6	29.8	21.3	17.0	23.4	29.8	14.9	2.1
	40～44歳	47	55.3	38.3	31.9	48.9	27.7	42.6	14.9	12.8	25.5	10.6	12.8
	45～49歳	58	62.1	41.4	37.9	32.8	37.9	27.6	27.6	20.7	15.5	13.8	3.4
	50～54歳	78	46.2	42.3	32.1	25.6	24.4	34.6	24.4	17.9	15.4	9.0	19.2
	55～59歳	90	46.7	46.7	37.8	38.9	31.1	27.8	32.2	25.6	11.1	12.2	10.0
	60～64歳	102	37.3	38.2	28.4	23.5	34.3	24.5	25.5	19.6	7.8	8.8	6.9

※全体の回答数上位11項目を抜粋

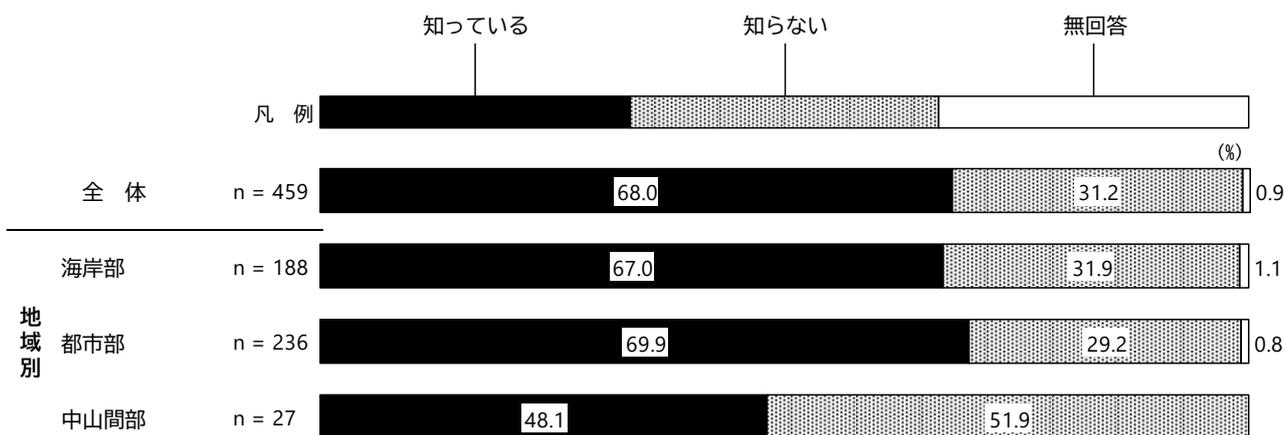
（8）適正な飲酒量を知っているか

- 「知っている」が68.0%、「知らない」が31.2%となっている。
- 中山間部では「知らない」が51.9%と他地域に比べ20ポイント以上高い。

問39 あなたは、適正な飲酒の量を知っていますか。（○は1つ）



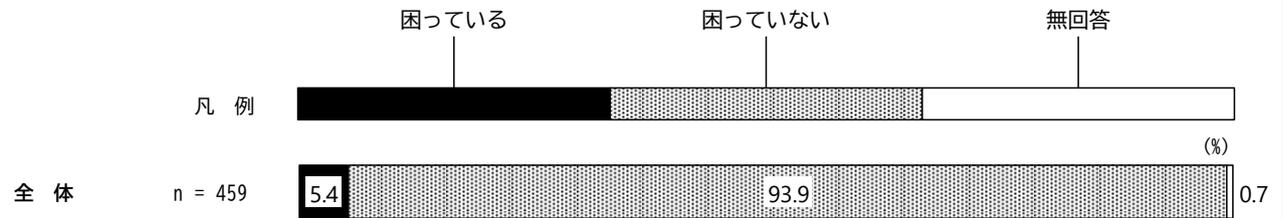
【適正な飲酒量を知っているか／地域別】



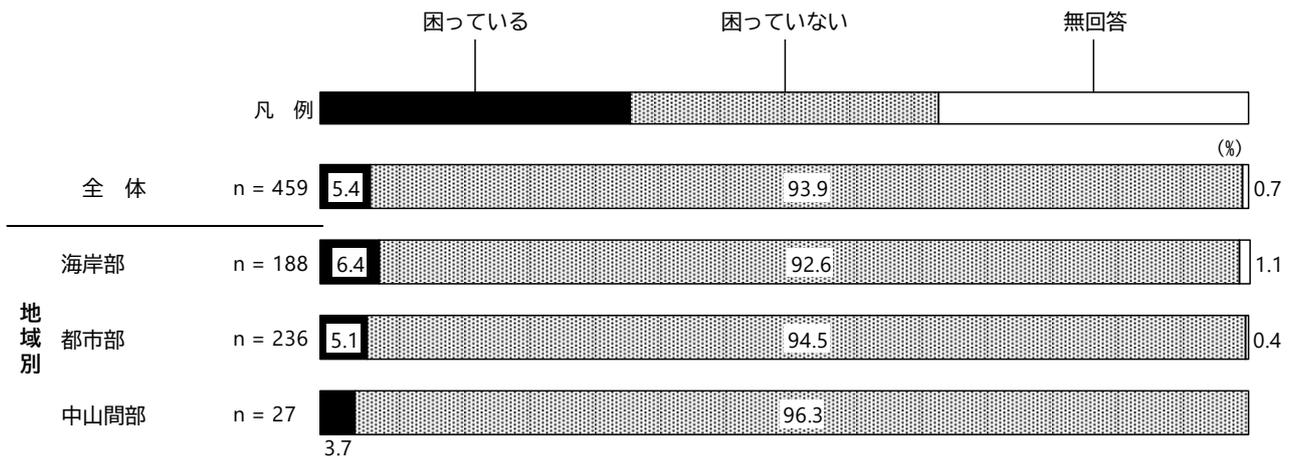
(9) ご自身、または家族のアルコール問題に困っているか

- 「困っていない」が93.9%、「困っている」が5.4%となっている。
- 地域別では『自身や家族アルコール問題に困っているか』について大きな差は出ていない。

問40 あなた自身、または家族のアルコール問題に困っていますか。(○は1つ)



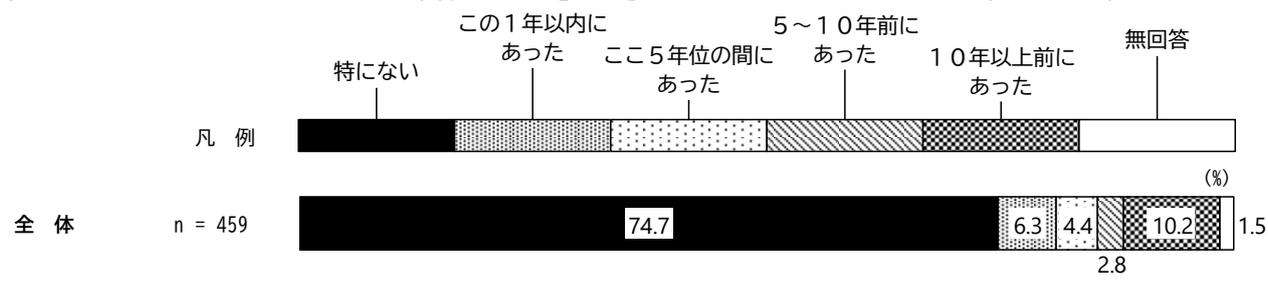
【ご自身、または家族のアルコール問題に困っているか／地域別】



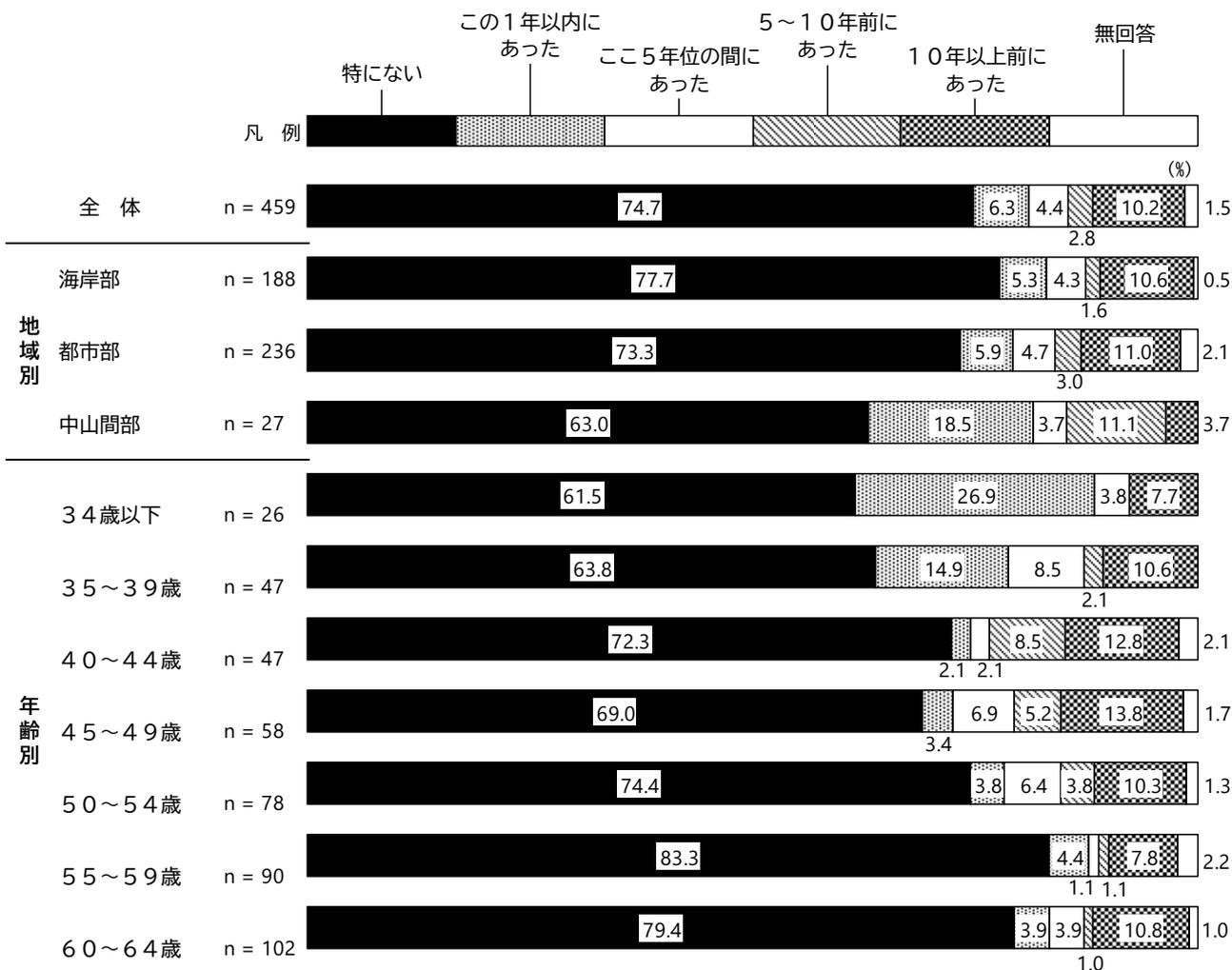
(10) 「自殺したい」と考えたことがあるか

- 「特にない」が74.7%と最も高くなっている。次いで「10年以上前にあった」が10.2%、「この1年以内にあった」が6.3%となっている。
- 『自殺念慮あり』（「この1年以内にあった」「ここ5年位の間にあった」「5～10年前にあった」「10年以上前にあった」）は23.7%となっている。
- 中山間部では『自殺念慮あり』が37.0%他地域に比べ10ポイント以上高い。
- 年齢別では『自殺念慮あり』の割合は34歳以下で最も高い。

問41 あなたはこれまでに、「自殺したい」と考えたことはありましたか。(○は1つ)



【「自殺したい」と考えたことがあるか／地域別／年齢別】

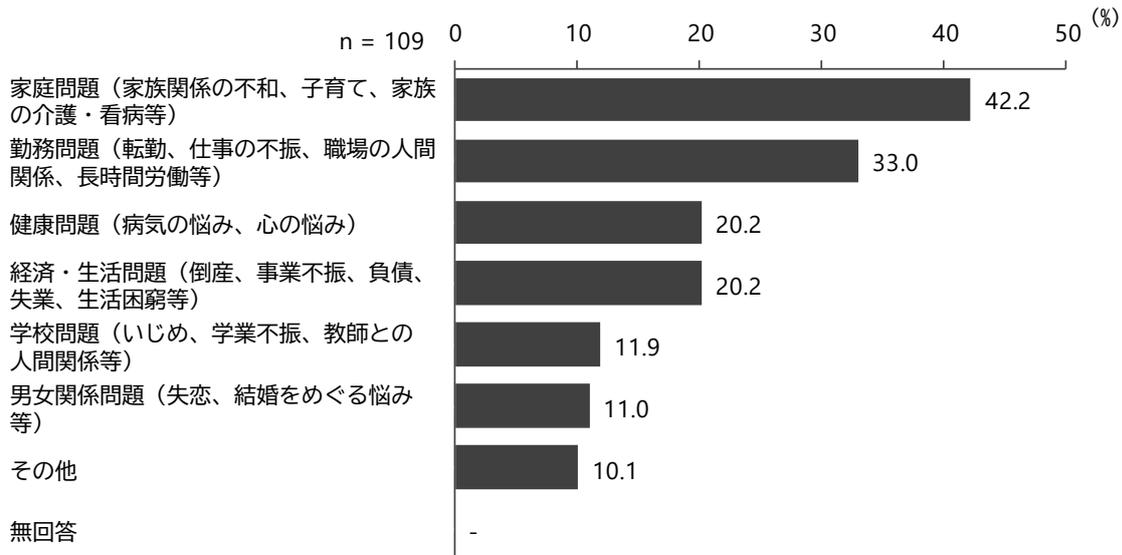


（11）「自殺したい」と思った理由や原因

● 「家庭問題（家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病等）」が42.2%と最も高くなっている。次いで「勤務問題（転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働等）」が33.0%、「健康問題（病気の悩み、心の悩み）」、「経済・生活問題（倒産、事業不振、負債、失業、生活困窮等）」がともに20.2%となっている。

問41-1 「自殺したい」と思った理由や原因はどのようなことですか。

（あてはまるものすべてに○）



【「自殺したい」と思った理由や原因／地域別】

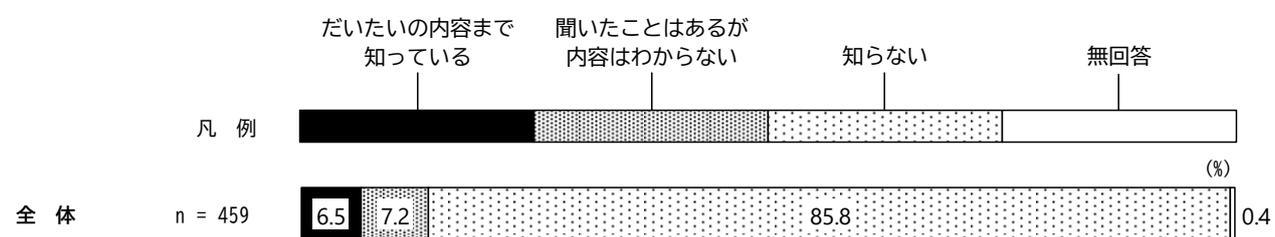
		n	看病等）	家庭問題（子育て、家族関係の不和）	間労働等）	振勤務問題（転勤、職場の人間関係、仕事の長時間）	健康問題（病気の悩み、心の悩み）	困業不振）	経済・生活問題（倒産、事業不振、負債、失業、生活困窮等）	振学校問題（いじめ、学業不振、教師との人間関係等）	をめぐりる悩み等）	男女関係問題（失恋、結婚）	その他	無回答
全体		109	42.2	33.0	20.2	20.2	11.9	11.0	10.1	-				
地域別	海岸部	41	43.9	24.4	26.8	14.6	12.2	14.6	14.6	-				
	都市部	58	39.7	39.7	15.5	25.9	12.1	8.6	5.2	-				
	中山間部	10	50.0	30.0	20.0	10.0	10.0	10.0	20.0	-				

※地域別集計については、調査数（n）が少ないため参考値として掲載

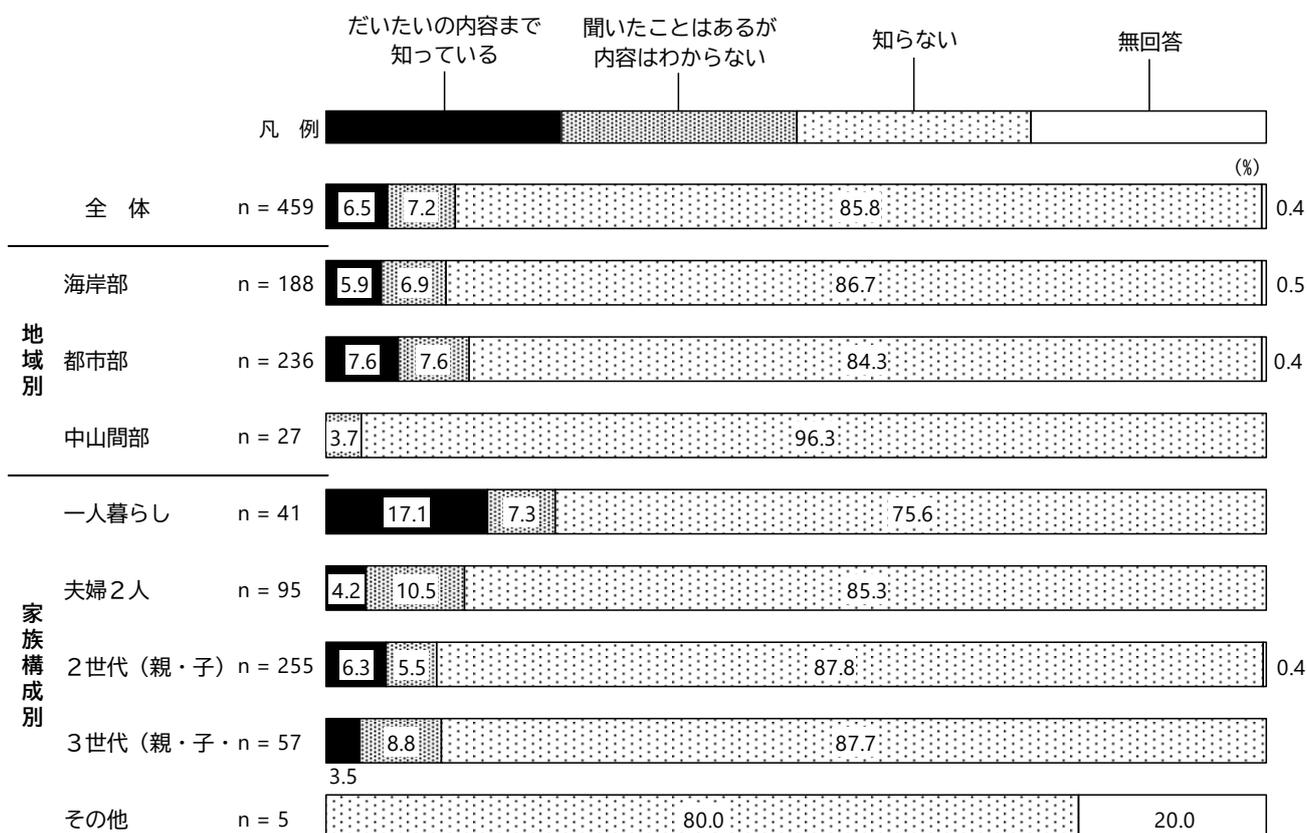
（12）「ゲートキーパー」の認知度

- 「知らない」が85.8%と最も高くなっている。次いで「聞いたことはあるが内容はわからない」が7.2%、「だいたいの内容まで知っている」が6.5%となっている。
- 『「ゲートキーパー」という名前だけでも知っている』（「だいたいの内容まで知っている」＋聞いたことはあるが内容はわからない）は13.7%となっている。
- 中山間部では『「ゲートキーパー」という名前だけでも知っている』が3.7%と他地域に比べ5ポイント以上低い。
- 一人暮らしでは『「ゲートキーパー」という名前だけでも知っている』が24.4%と他の家族構成に比べ5ポイント以上高い。

問42 「ゲートキーパー」という言葉を知っていますか。（○は1つ）



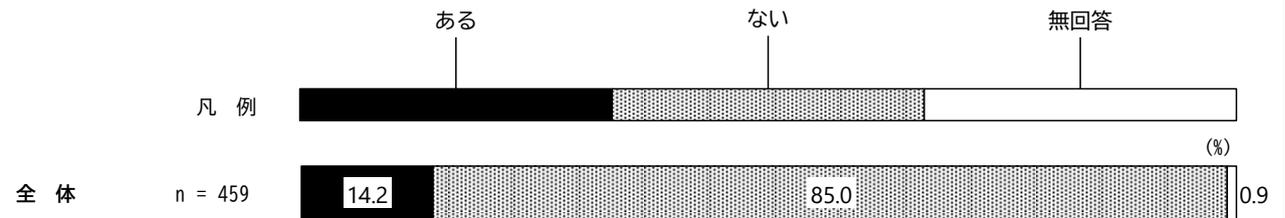
【「ゲートキーパー」の認知度／地域別／家族構成別】



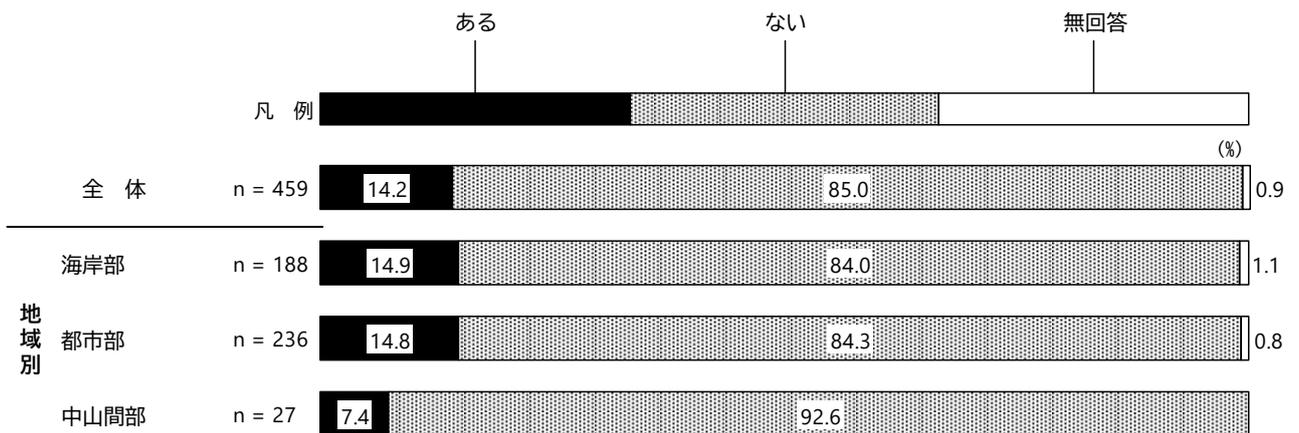
(13) 「自殺したい」と打ち明けられたり、相談されたことはあるか

- 「ない」が85.0%、「ある」が14.2%となっている。
- 中山間部では「ある」が7.4%と他地域に比べ5ポイント以上低い。

問43 あなたはこれまでに、身近な方から「自殺したい」と打ち明けられたり、相談されたりしたことはありますか。(〇は1つ)



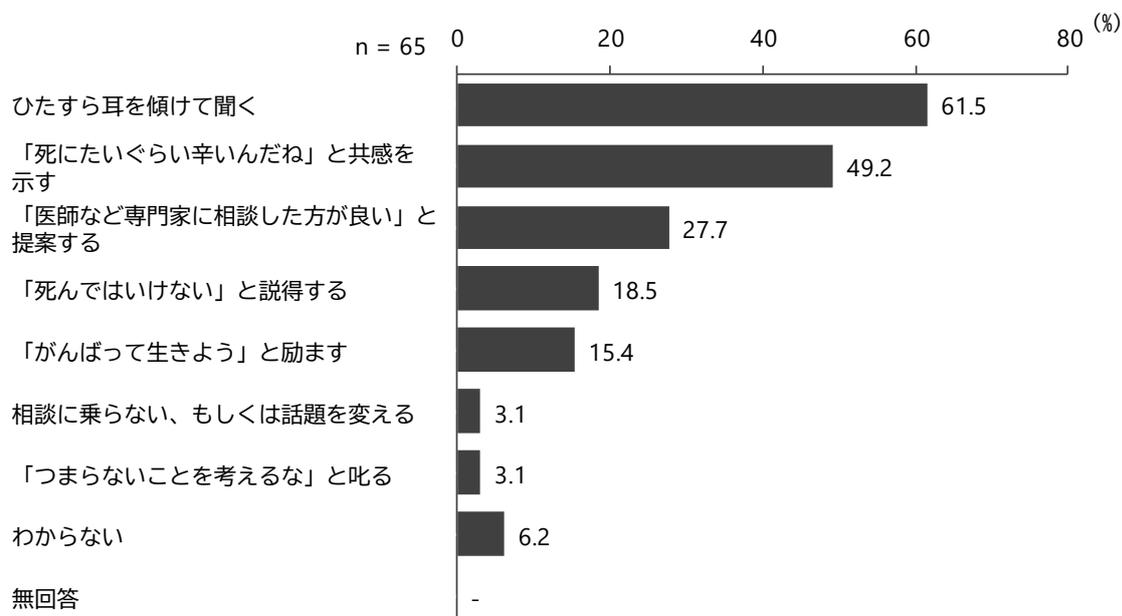
【「自殺したい」と打ち明けられたり、相談されたことはあるか／地域別】



（14）「自殺したい」と相談された時にとる行動

- 「ひたすら耳を傾けて聞く」が61.5%と最も高くなっている。次いで「死にたいぐらい辛いんだね」と共感を示す」が49.2%、「医師など専門家に相談した方が良い」と提案する」が27.7%となっている。

問43-1 あなたはどのような行動をとると考えますか。（あてはまるものすべてに○）



【「自殺したい」と相談された時にとる行動／地域別】

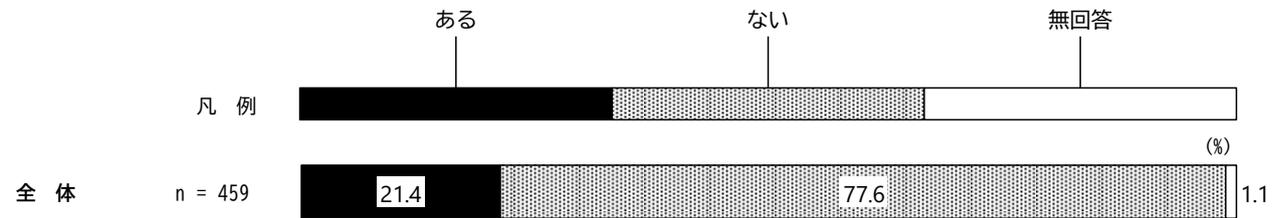
		n	ひたすら耳を傾けて聞く	「死にたいぐらい辛いんだね」と共感を示す	「医師など専門家に相談した方が良い」と提案する	「死んではいけない」と説得する	「がんばって生きよう」と励ます	相談に乗らない、もしくは話題を変える	「つまらないことを考えるな」と叱る	わからない	無回答
全体		65	61.5	49.2	27.7	18.5	15.4	3.1	3.1	6.2	-
地域別	海岸部	28	71.4	42.9	32.1	21.4	17.9	3.6	3.6	7.1	-
	都市部	35	54.3	54.3	25.7	14.3	11.4	2.9	2.9	5.7	-
	中山間部	2	50.0	50.0	-	50.0	50.0	-	-	-	-

※地域別集計については、調査数（n）が少ないため参考値として掲載

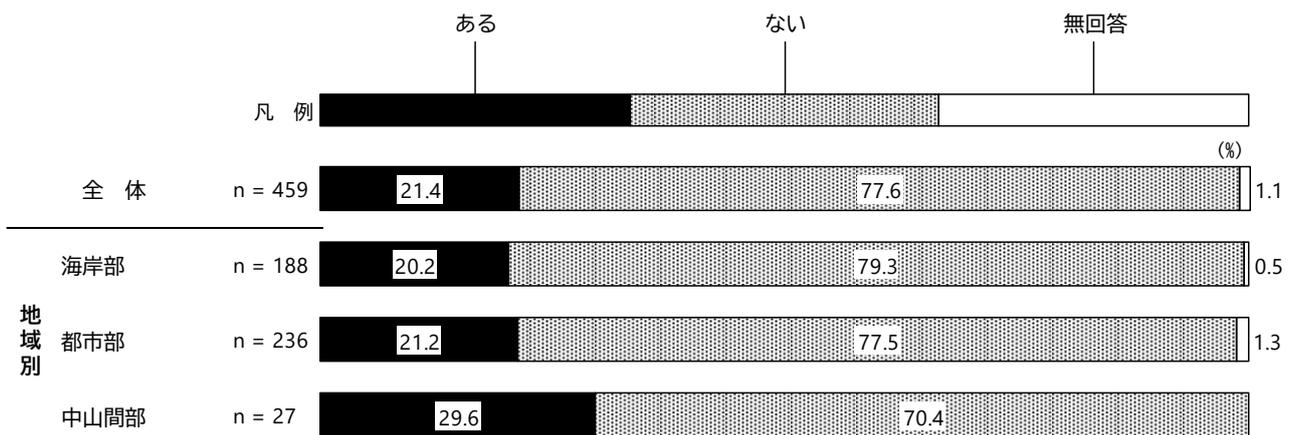
(15) ここ2～3か月以内に孤独を感じることはあったか

- 「ない」が77.6%、「ある」が21.4%となっている。
- 中山間部では「ある」が29.6%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問44 あなたは、ここ2～3か月以内に孤独を感じることはありますか。(○は1つ)



【ここ2～3か月以内に孤独を感じることはあったか／地域別】

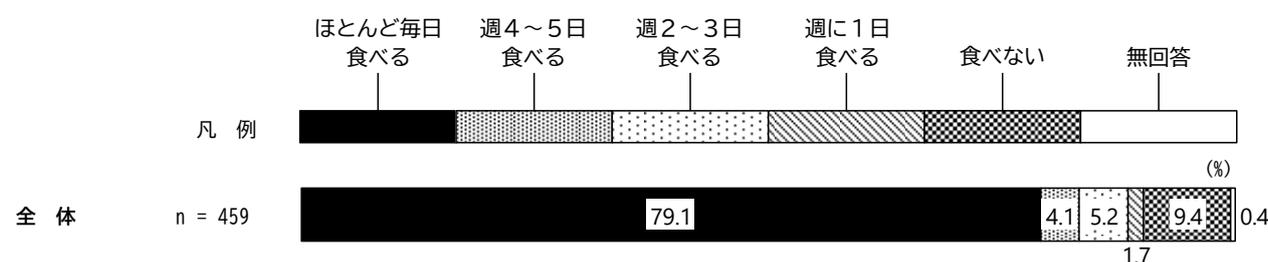


5 「食生活」について

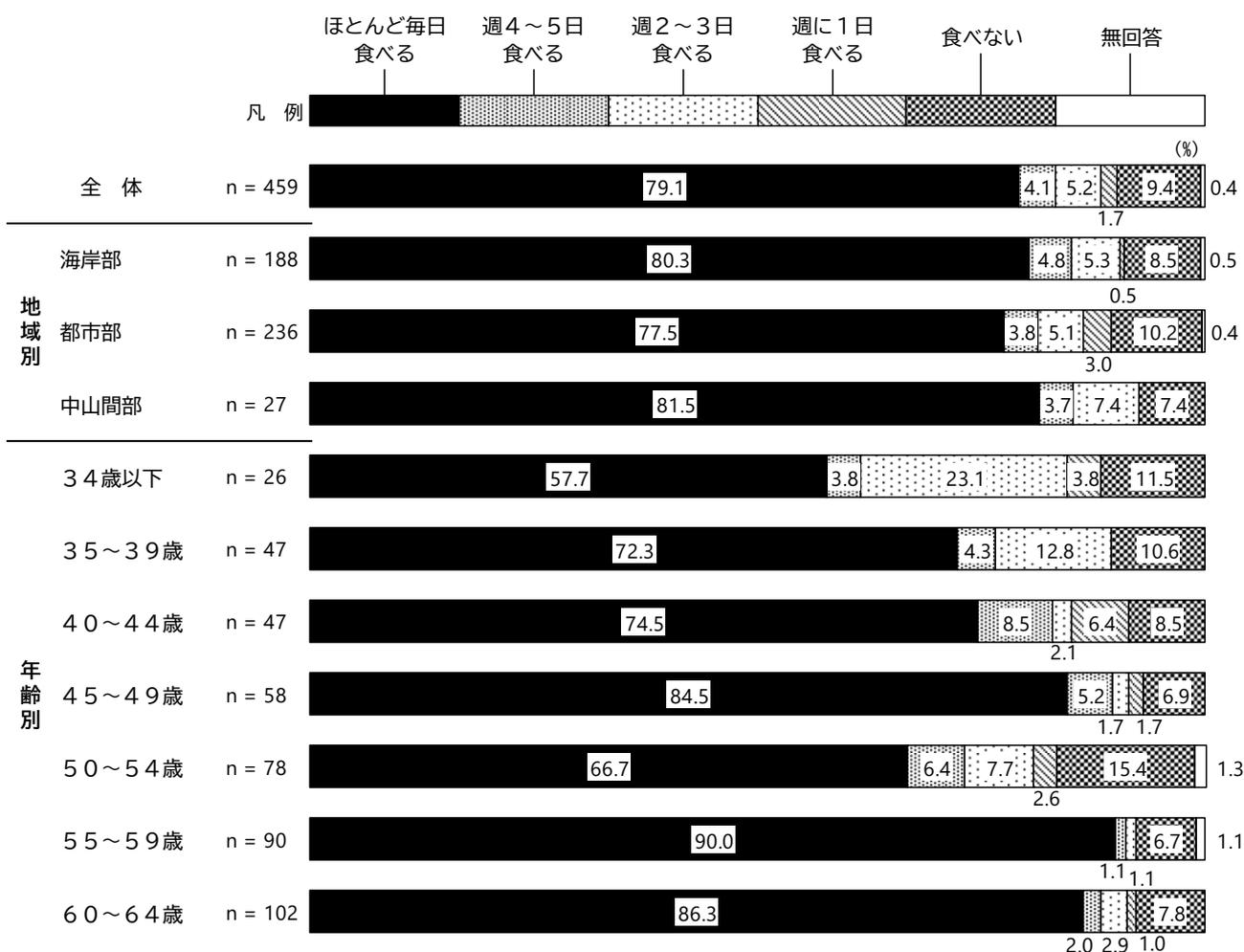
(1) ふだん朝食を食べているか

- 「ほとんど毎日食べる」が79.1%と最も高くなっている。次いで「食べない」が9.4%、「週2～3日食べる」が5.2%となっている。
- 地域別では『朝食を欠食する割合』（「食べない」）について大きな差は出ていない。
- 50～54歳では『朝食を欠食する割合』が15.4%と他の年齢に比べ高い。

問45 あなたは、ふだん朝食を食べていますか。（○は1つ）



【ふだん朝食を食べているか／地域別／年齢別】

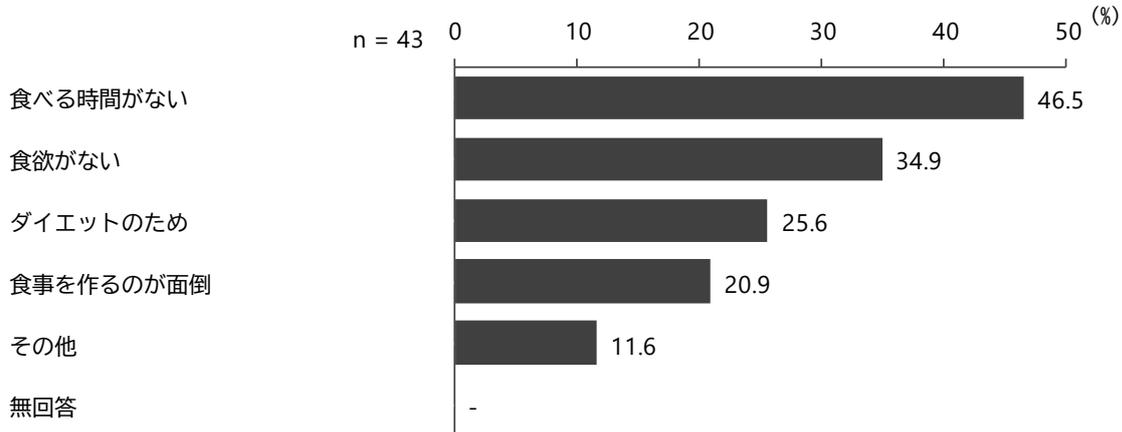


(2) 朝食を食べない理由

● 「食べる時間がない」が46.5%と最も高くなっている。次いで「食欲がない」が34.9%、「ダイエットのため」が25.6%となっている。

問45-1 朝食を食べない理由について、どのようなことがありますか。

(あてはまるものすべてに○)



【朝食を食べない理由／地域別】

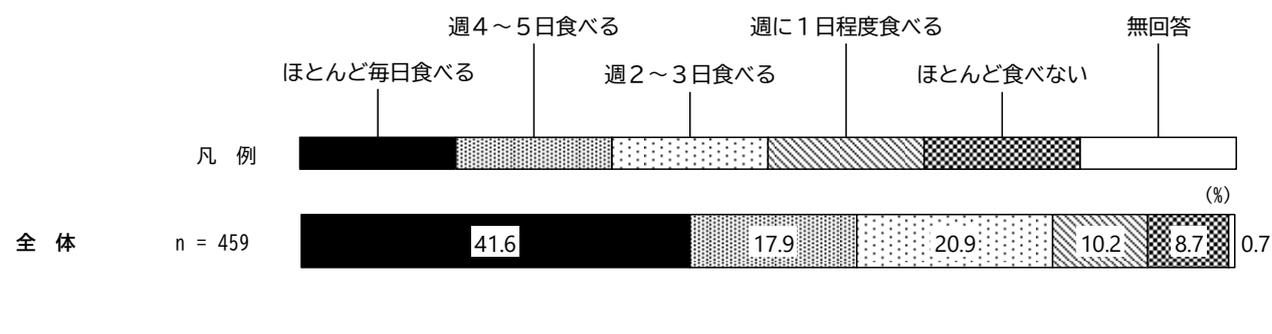
		n	食べる時間がない (%)	食欲がない (%)	ダイエットのため (%)	食事を作るのが面倒 (%)	その他 (%)	無回答 (%)
全体		43	46.5	34.9	25.6	20.9	11.6	-
地域別	海岸部	16	50.0	25.0	25.0	31.3	6.3	-
	都市部	24	41.7	37.5	29.2	16.7	16.7	-
	中山間部	2	50.0	100.0	-	-	-	-

※地域別集計については、調査数（n）が少ないため参考値として掲載

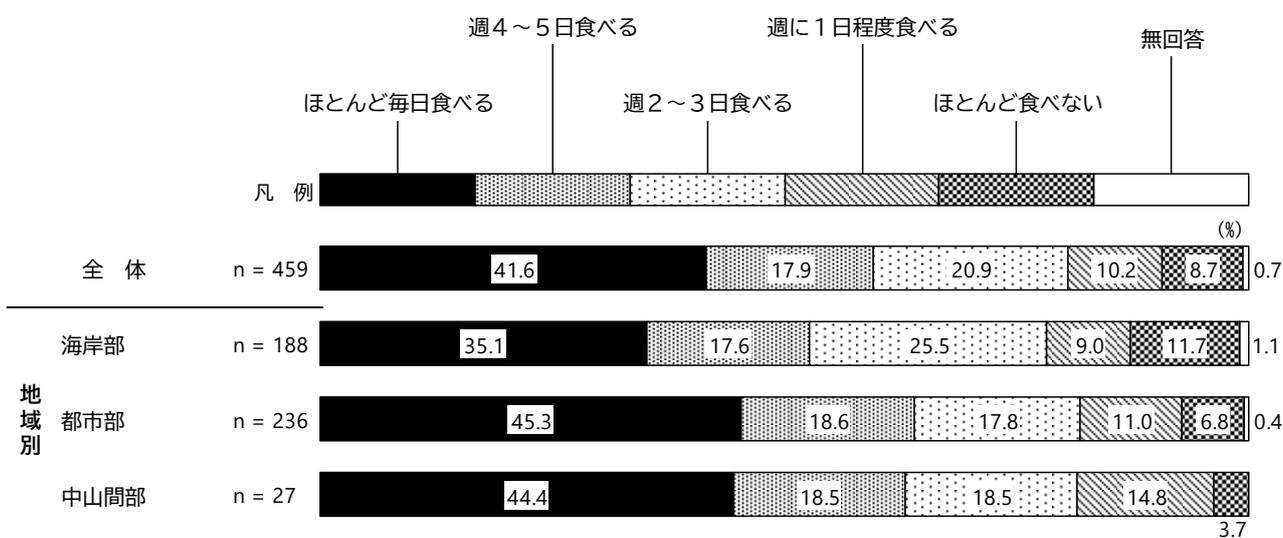
(3) 主食・主菜・副菜を揃えて食べる頻度

- 「ほとんど毎日食べる」が41.6%と最も高くなっている。次いで「週2～3日食べる」が20.9%、「週4～5日食べる」が17.9%となっている。
- 海岸部では『栄養バランスに配慮した食生活を実践している』（「ほとんど毎日食べる」）が35.1%と他地域に比べ5ポイント以上低い。

問46 あなたは、主食・主菜・副菜を三つ揃えて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。（○は1つ）



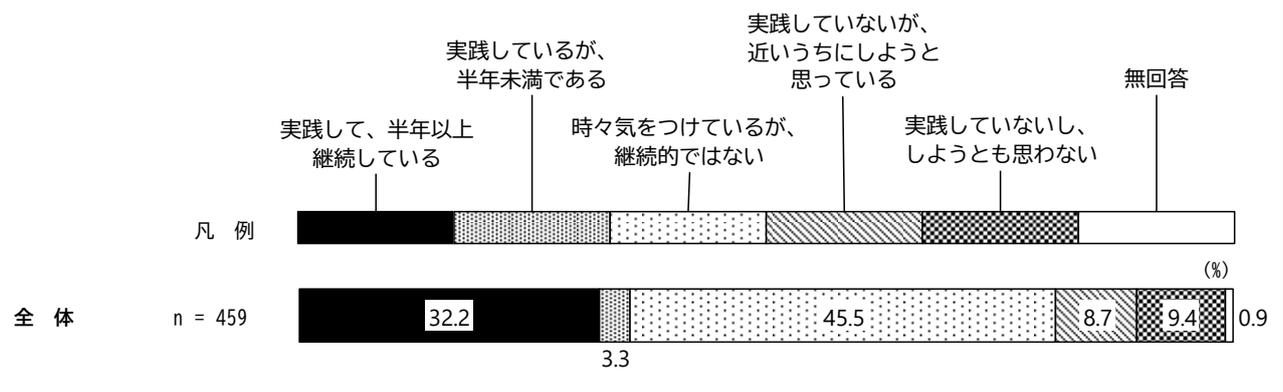
【主食・主菜・副菜を揃えて食べる頻度／地域別】



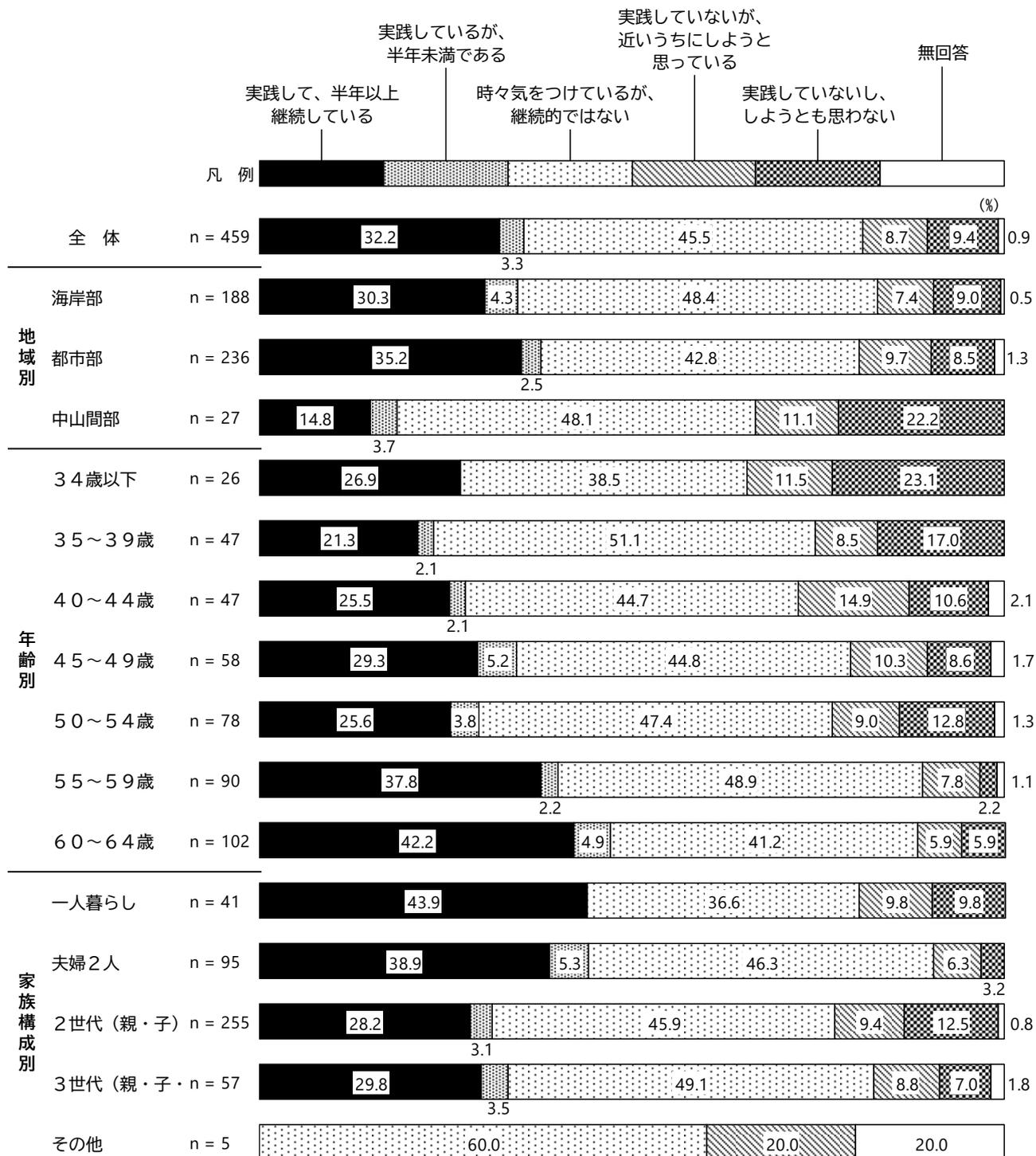
（４）健康維持増進や生活習慣病予防のために実施していること

- 「時々気をつけているが、継続的ではない」が 45.5%と最も高くなっている。次いで「実践して、半年以上継続している」が 32.2%、「実践していないし、しようとも思わない」が 9.4%となっている。
- 中山間部では『生活習慣病の予防や改善のために、普段から適正体重の維持や減塩等に気を付けた食生活を実践している』（「実践して、半年以上継続している」）が 14.8%と他地域に比べ 10 ポイント以上低い。
- 年齢別では「実践していないし、しようとも思わない」の割合が 50～54 歳を除き年齢が下がるほど高い傾向となっている。
- 一人暮らしでは『生活習慣病の予防や改善のために、普段から適正体重の維持や減塩等に気を付けた食生活を実践している』が 43.9%と家族構成別の中で最も高い。

問 4 7 あなたは、健康の維持増進や生活習慣病予防のために(1)適切な食事（減塩等）、(2)定期的な運動、(3)週に複数回の体重計測のいずれかを実施していますか。（○は1つ）



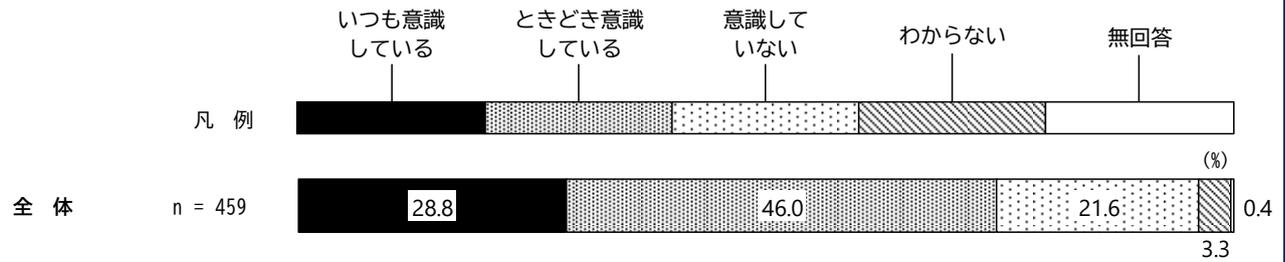
【健康維持増進や生活習慣病予防のために実施していること／地域別／年齢別／家族構成別】



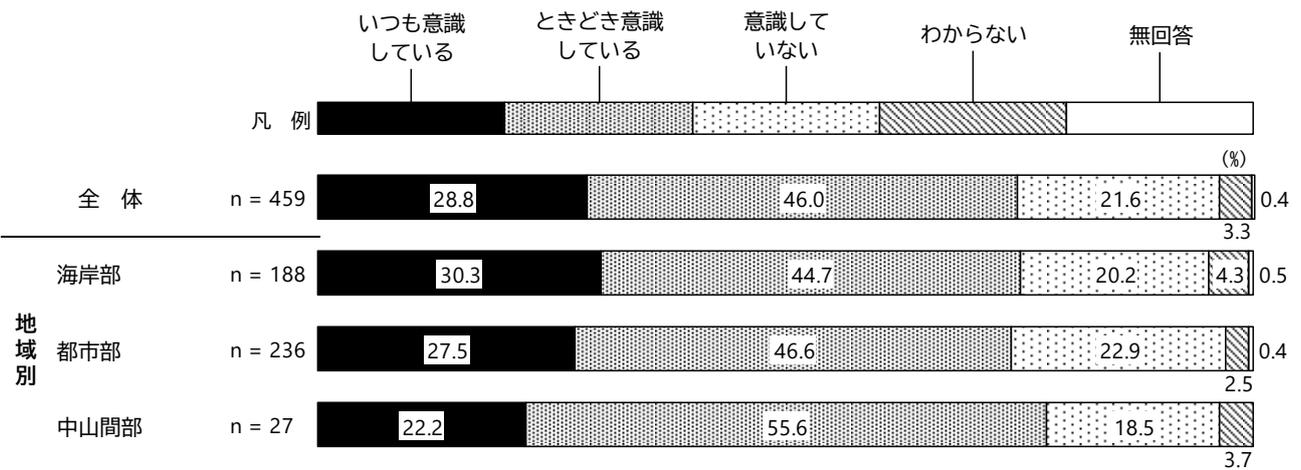
(5) 日頃の食事の中での減塩意識について

- 「ときどき意識している」が46.0%と最も高くなっている。次いで「いつも意識している」が28.8%、「意識していない」が21.6%となっている。
- 中山間部では「いつも意識している」が22.2%と他地域に比べ5ポイント以上低い。

問48 あなたは、日頃の食事の中で減塩を意識していますか。(〇は1つ)



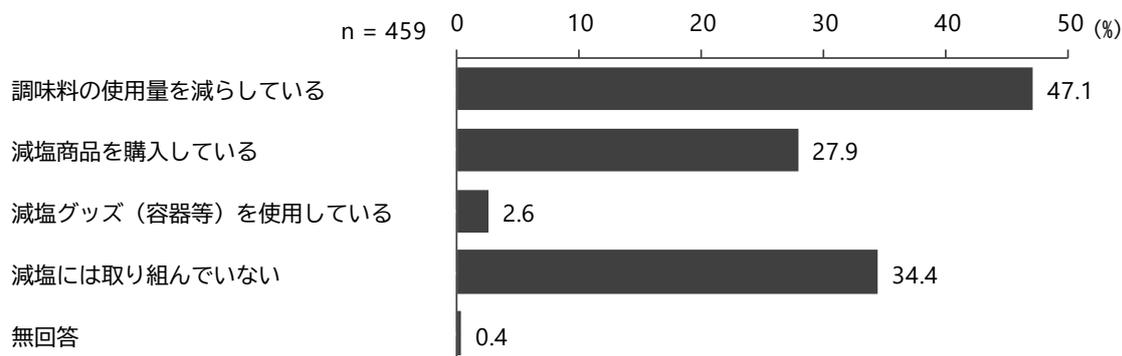
【日頃の食事の中での減塩意識について／地域別】



（6）減塩の取り組みについて

- 「調味料の使用量を減らしている」が47.1%と最も高くなっている。次いで「減塩商品を購入している」が27.9%となっている。一方、「減塩には取り組んでいない」が34.4%となっている。
- 地域別では「減塩には取り組んでいない」について大きな差は出ていない。
- 年齢別では「減塩には取り組んでいない」割合は35～39歳で最も高い。
- 夫婦2人では「減塩商品を購入している」が40.0%と他の家族構成に比べ10ポイント以上高い。

問49 あなたは、減塩に取り組んでいますか。（あてはまるものすべてに○）



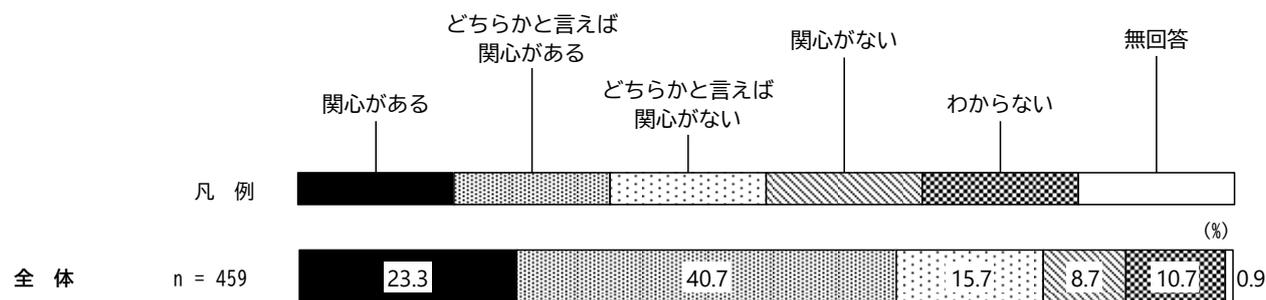
【減塩の取り組みについて／地域別／年齢別／家族構成別】

		n	調味料の使用量を減らしている (%)	減塩商品を購入している (%)	減塩グッズ（容器等）を使用している (%)	減塩には取り組んでいない (%)	無回答 (%)
全体		459	47.1	27.9	2.6	34.4	0.4
地域別	海岸部	188	50.0	26.6	2.1	33.5	0.5
	都市部	236	45.3	29.7	3.0	34.7	0.4
	中山間部	27	48.1	14.8	3.7	37.0	-
年齢別	34歳以下	26	38.5	26.9	-	42.3	-
	35～39歳	47	38.3	19.1	2.1	48.9	-
	40～44歳	47	40.4	21.3	2.1	44.7	-
	45～49歳	58	41.4	32.8	10.3	34.5	-
	50～54歳	78	43.6	29.5	-	37.2	1.3
	55～59歳	90	52.2	25.6	1.1	30.0	1.1
	60～64歳	102	59.8	30.4	2.9	23.5	-
家族構成別	一人暮らし	41	41.5	24.4	-	39.0	-
	夫婦2人	95	54.7	40.0	3.2	20.0	-
	2世代（親・子）	255	45.9	23.9	3.5	38.4	-
	3世代（親・子・祖父母）以上	57	42.1	26.3	-	42.1	1.8
	その他	5	80.0	-	-	-	20.0

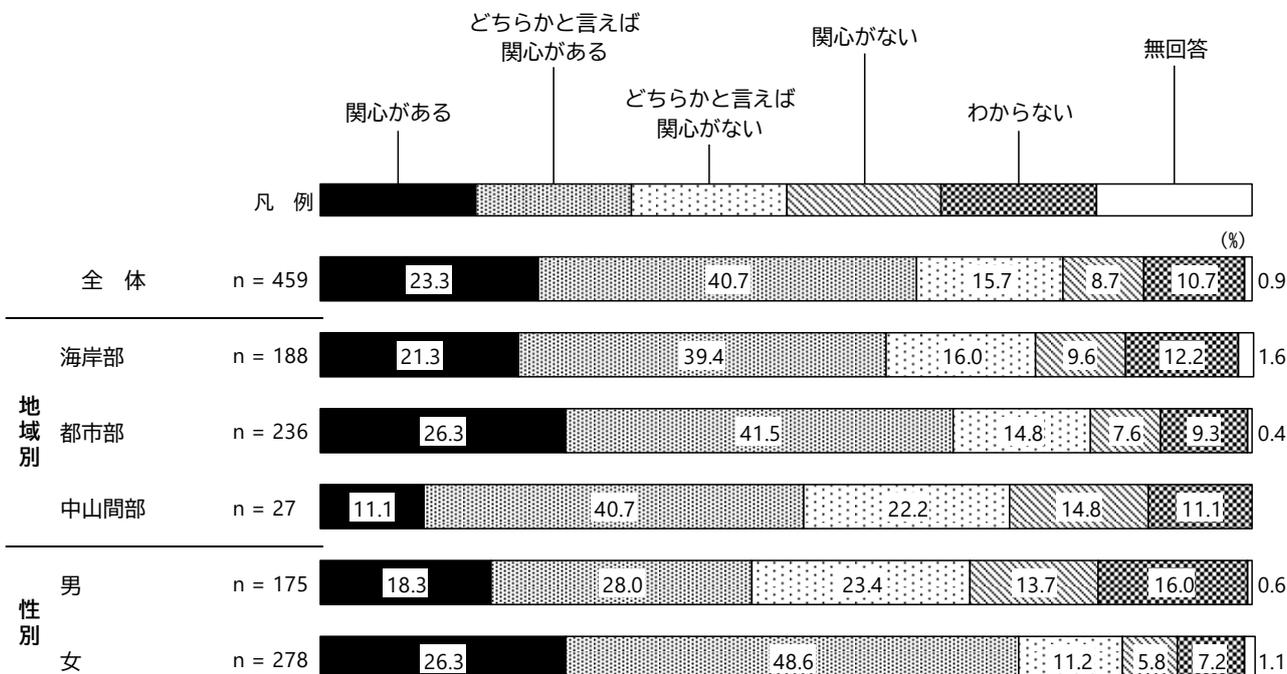
(7) 食育に関心があるか

- 「どちらかと言えば関心がある」が40.7%と最も高くなっている。次いで「関心がある」が23.3%、「どちらかと言えば関心がない」が15.7%となっている。
- 『食育に関心がある』（「関心がある」+「どちらかと言えば関心がある」）が64.0%となっている。
- 中山間部では『食育に関心がある』が51.8%と他地域に比べ5ポイント以上低い。
- 男性は『食育に関心がある』が46.3%と女性に比べ20ポイント以上低い。

問50 あなたは、食育に関心がありますか。（○は1つ）



【食育に関心があるか／地域別／性別】

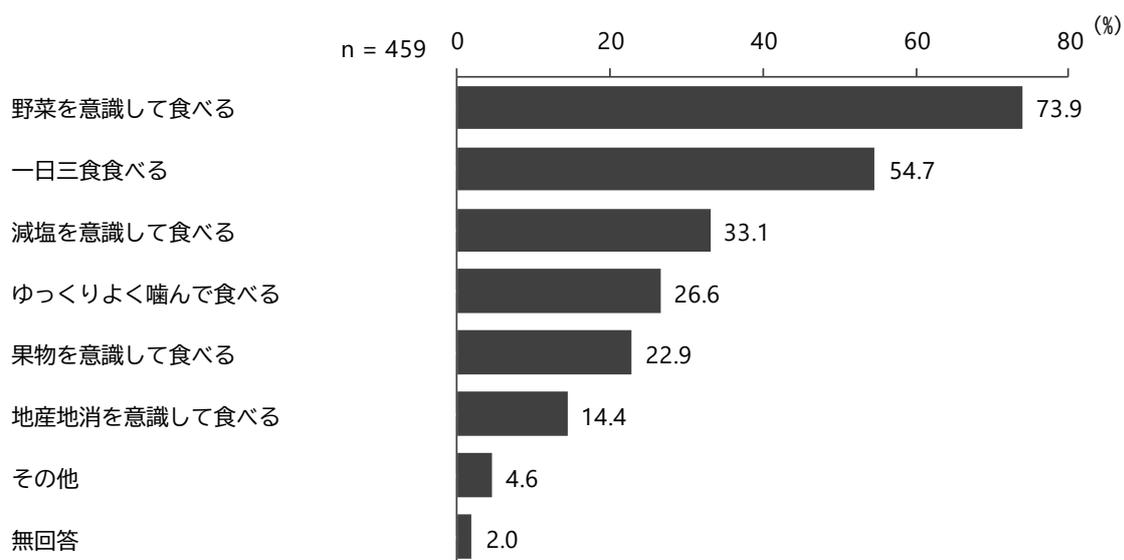


（8）「食」に関する取り組みで実施していること

- 「野菜を意識して食べる」が73.9%と最も高くなっている。次いで「一日三食食べる」が54.7%、「減塩を意識して食べる」が33.1%となっている。
- 「ゆっくりよく噛んで食べる」は26.6%となっている。
- 都市部では「野菜を意識して食べる」が76.7%、「果物を意識して食べる」が28.4%とそれぞれ他地域に比べ5ポイント以上高い。

問51 あなたは日頃「食」に関する取り組みで、実施されていることは何ですか。

（あてはまるものすべてに○）



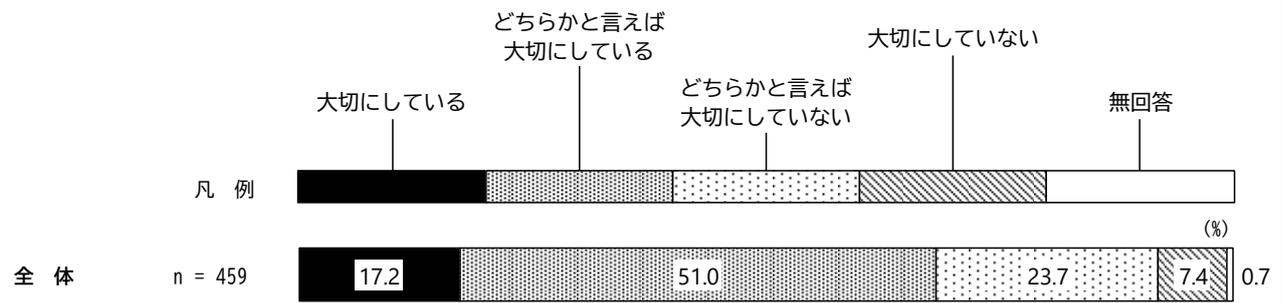
【「食」に関する取り組みで実施していること／地域別】

		n	野菜を意識して食べる	一日三食食べる	減塩を意識して食べる	ゆっくりよく噛んで食べる	果物を意識して食べる	地産地消を意識して食べる	その他	無回答
全体		459	73.9	54.7	33.1	26.6	22.9	14.4	4.6	2.0
地域別	海岸部	188	70.7	53.7	30.3	29.3	16.0	16.0	5.3	2.7
	都市部	236	76.7	55.1	34.7	23.7	28.4	13.6	4.7	0.8
	中山間部	27	66.7	55.6	33.3	29.6	22.2	11.1	-	7.4

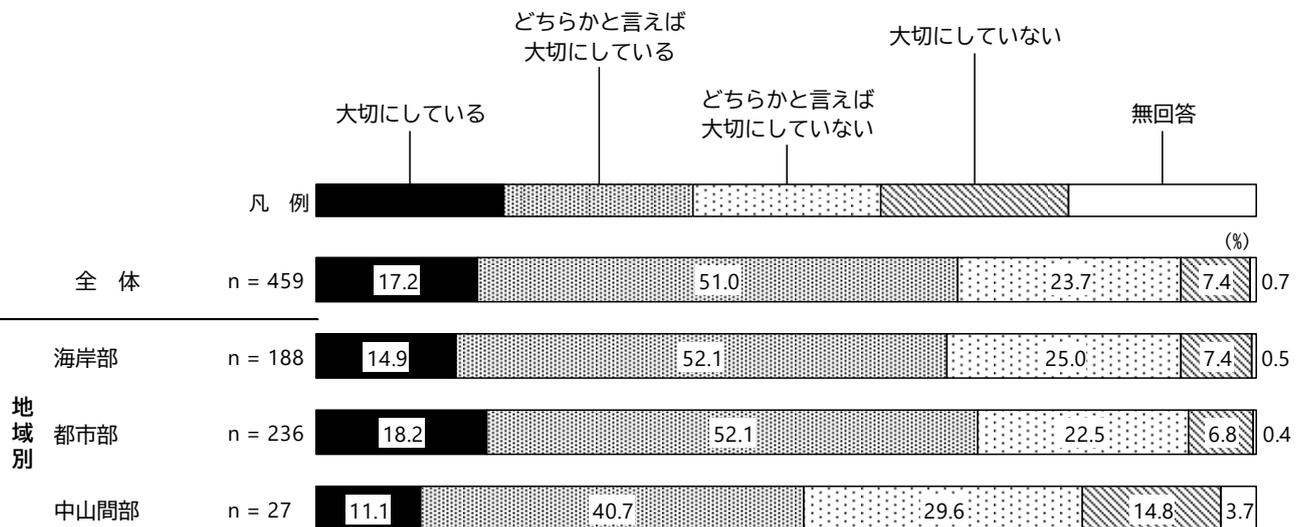
(9) 食文化を大切にしているか

- 「どちらかと言えば大切にしている」が51.0%と最も高くなっている。次いで「どちらかと言えば大切にしていない」が23.7%、「大切にしている」が17.2%となっている。
- 『食文化を大切にしている』（「大切にしている」+「どちらかと言えば大切にしている」）は68.2%となっている。
- 中山間部では『食文化を大切にしている』が51.8%と他地域に比べ10ポイント以上低い。

問52 あなたはふだん、伝統食や行事食及び食事マナーなどを含め、食文化を大切にしていますか。（○は1つ）



【食文化を大切にしているか／地域別】

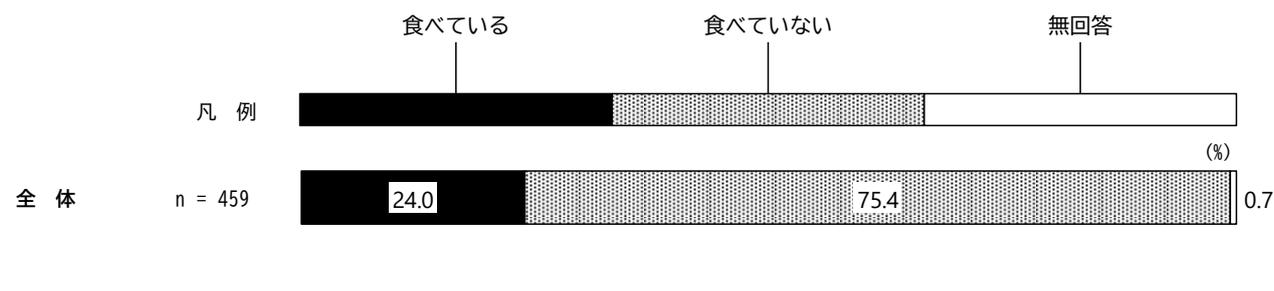


（10）郷土料理や伝統料理を月1回以上食べているか

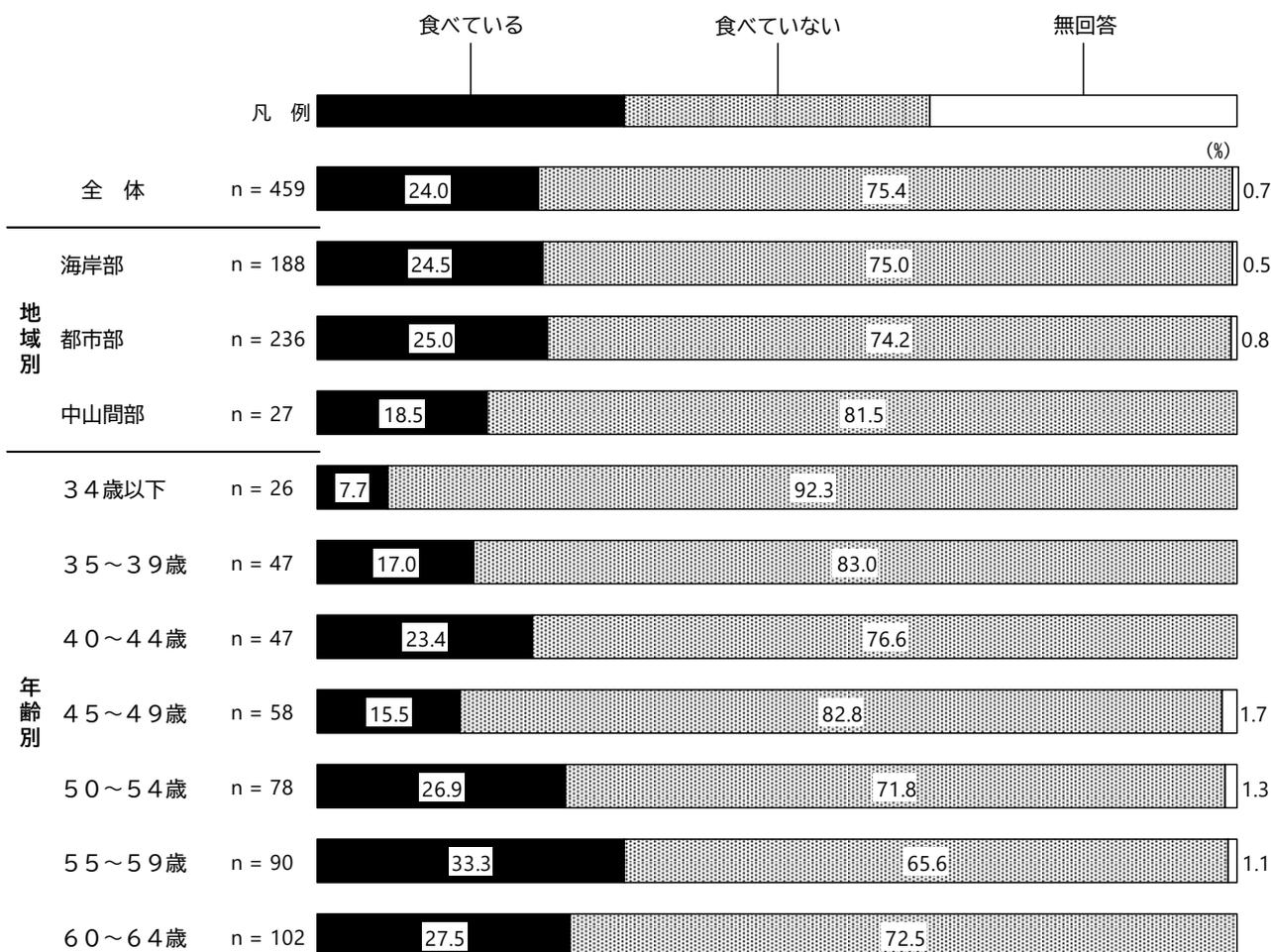
- 「食べていない」が75.4%、「食べている」が24.0%となっている。
- 中山間部では「食べている」が18.5%と他地域に比べ5ポイント以上低い。
- 34歳以下では「食べている」が7.7%と他の年齢と比べ5ポイント以上低い。

問53 あなたは、郷土料理や伝統料理（行事食）含むなど、月1回以上食べていますか。

（○は1つ）



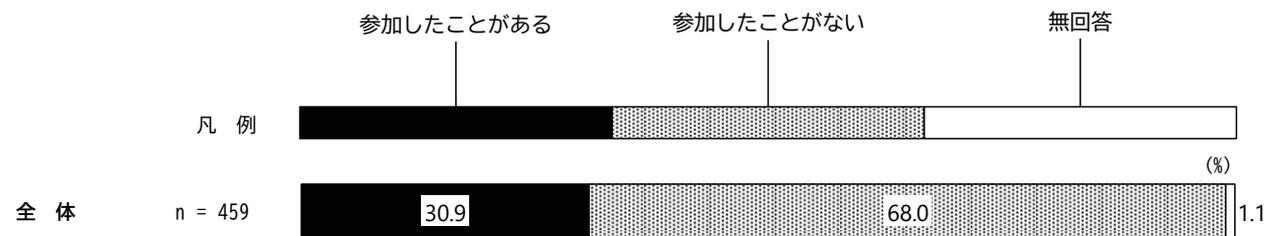
【郷土料理や伝統料理を月1回以上食べているか／地域別／年齢別】



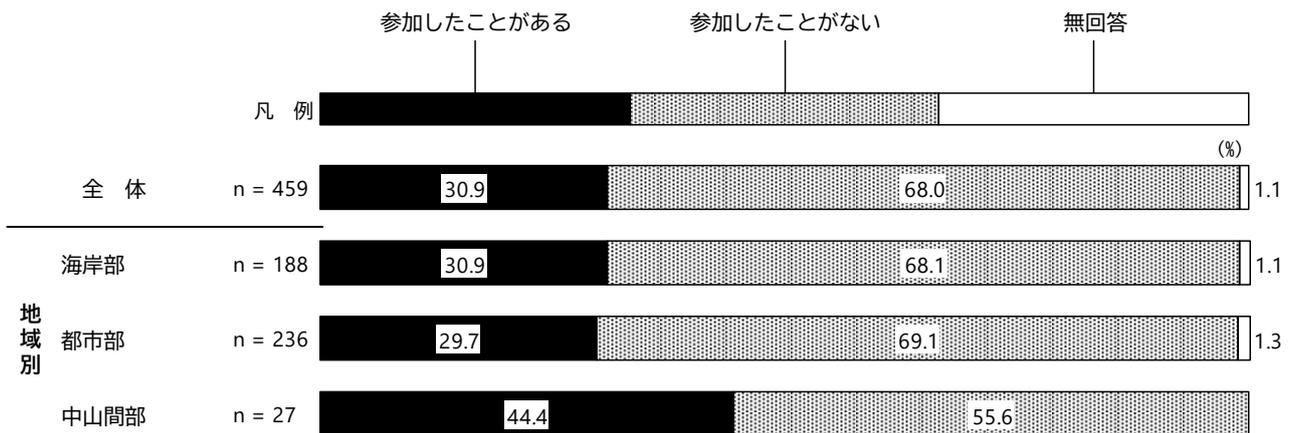
(11) 過去10年間で、農林漁業体験に参加したことがあるか

- 「参加したことがない」が68.0%、「参加したことがある」が30.9%となっている。
- 都市部では「参加したことがある」が29.7%と地域別の中で最も低い。

問54 あなたは、おおむね過去10年間で田植えや野菜、果物の収穫、水産加工など、農林漁業体験に参加したことがありますか。（○は1つ）



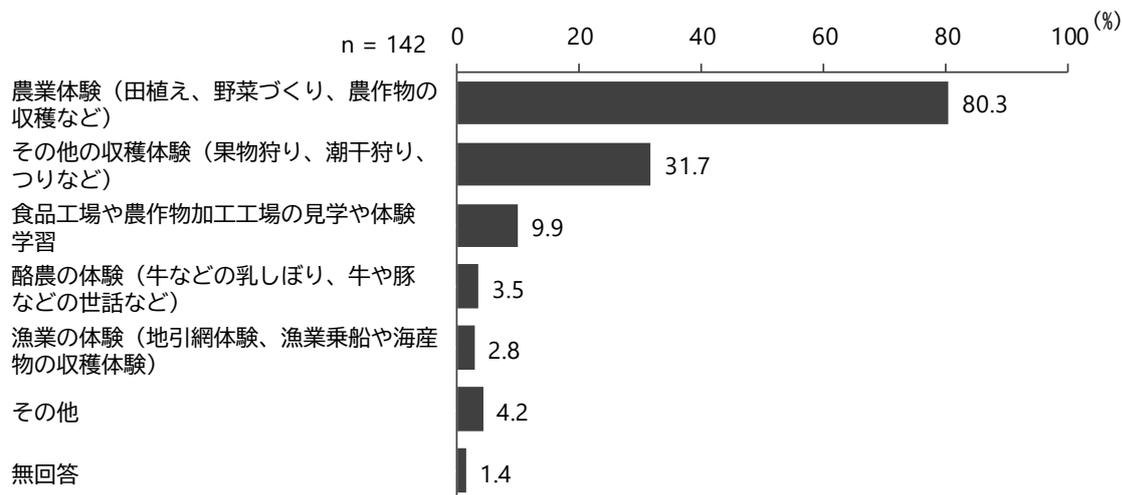
【過去10年間で、農林漁業体験に参加したことがあるか／地域別】



（12）参加したことのある農林漁業体験

● 「農業体験（田植え、野菜づくり、農作物の収穫など）」が80.3%と最も高くなっている。次いで「その他の収穫体験（果物狩り、潮干狩り、つりなど）」が31.7%、「食品工場や農作物加工工場の見学や体験学習」が9.9%となっている。

問54-1 それはどのような体験でしたか。（あてはまるものすべてに○）



【参加したことのある農林漁業体験／地域別】

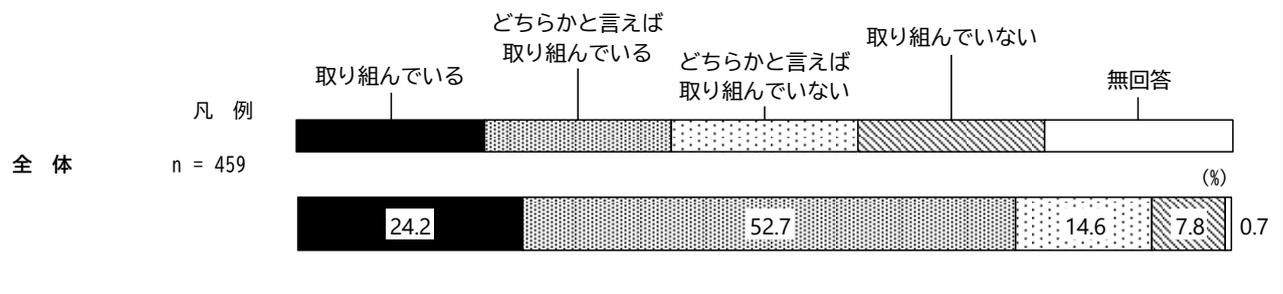
		n	農業体験（田植え、野菜づくり、農作物の収穫など）	その他の収穫体験（果物狩り、潮干狩り、つりなど）	食品工場や農作物加工工場の見学や体験学習	酪農の体験（牛や豚などの世話など）	漁業乗船や海産物の収穫体験	漁業の体験（地引網体験、漁業乗船や海産物の収穫体験）	その他	無回答
全体		142	80.3	31.7	9.9	3.5	2.8	4.2	1.4	
地域別	海岸部	58	79.3	34.5	12.1	1.7	3.4	3.4	1.7	
	都市部	70	80.0	31.4	8.6	5.7	2.9	5.7	-	
	中山間部	12	91.7	25.0	8.3	-	-	-	-	

※地域別集計については、調査数（n）が少ないため参考値として掲載

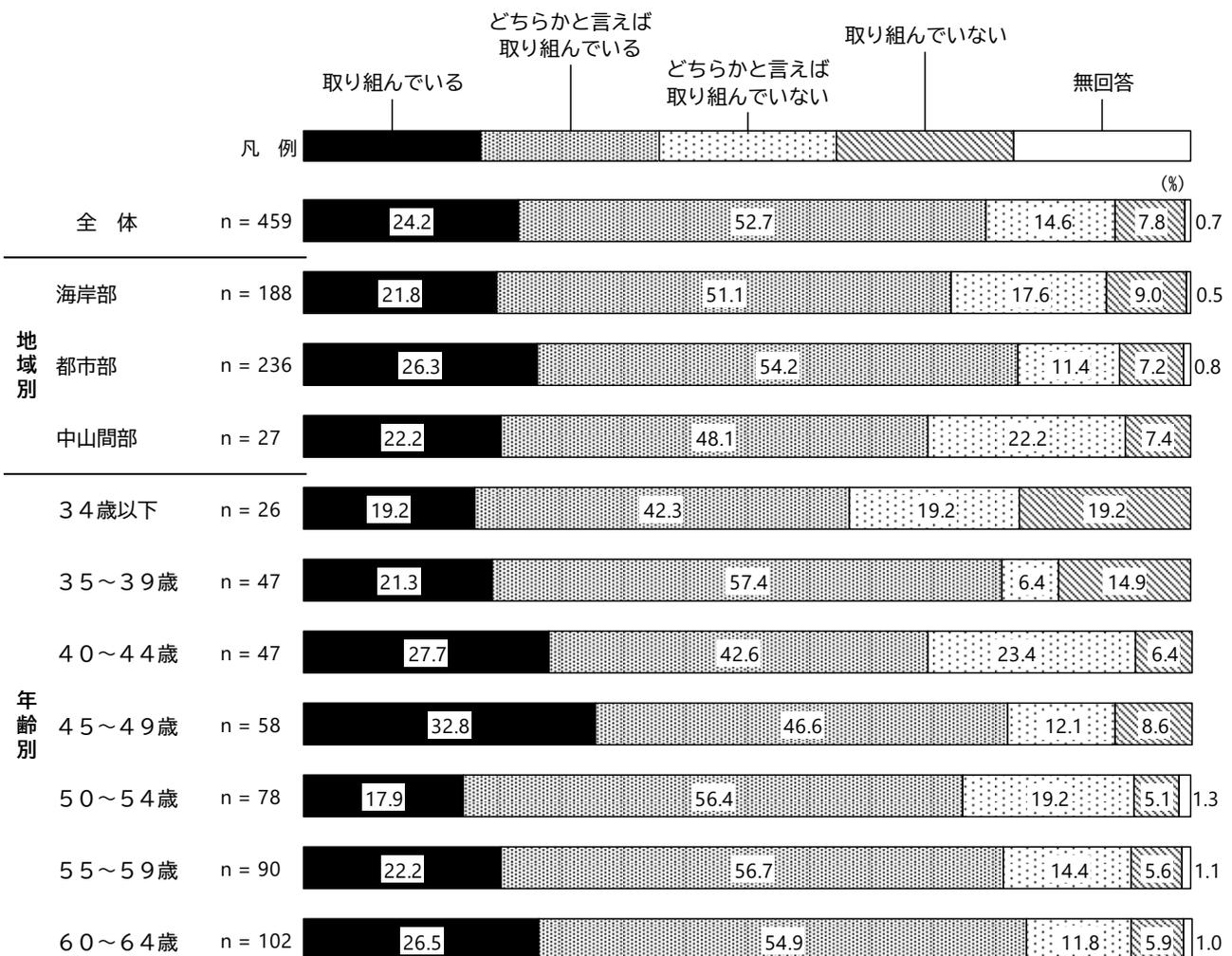
（13）「食品ロス」を削減することを意識して取り組んでいるか

- 「どちらかと言えば取り組んでいる」が52.7%と最も高くなっている。次いで「取り組んでいる」が24.2%、「どちらかと言えば取り組んでいない」が14.6%となっている。
- 『食品ロス削減のために何らかの行動をしている』（「取り組んでいる」+「どちらかと言えば取り組んでいる」）は76.9%となっている。
- 都市部では『食品ロス削減のために何らかの行動をしている』が80.5%と他地域に比べ5ポイント以上高い。
- 34歳以下では『食品ロス削減のために何らかの行動をしている』が61.5%と他年齢に比べ5ポイント以上低い。

問55 あなたは「食品ロス」を削減することを意識して取り組んでいますか。（○は1つ）



【「食品ロス」を削減することを意識して取り組んでいるか／地域別／年齢別】

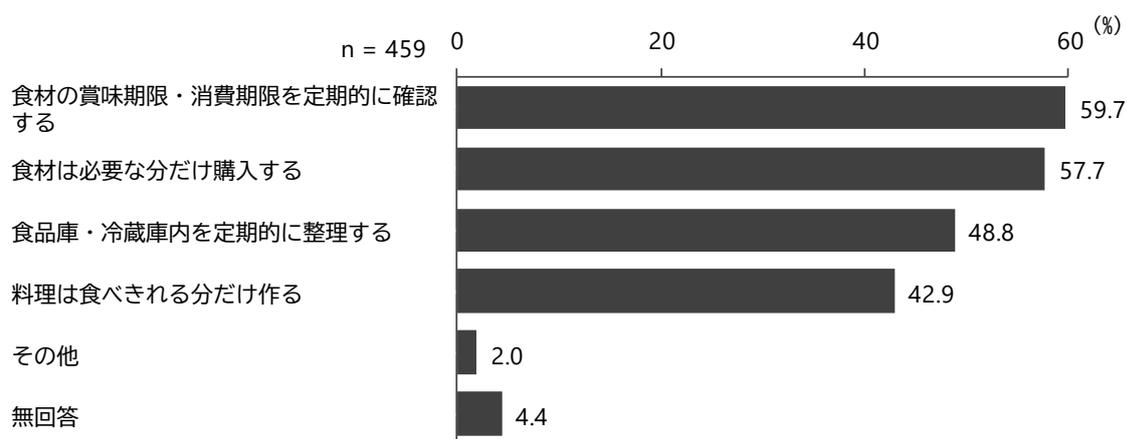


（14）食品ロス削減のために取り組んでいること

- 「食材の賞味期限・消費期限を定期的に確認する」が59.7%と最も高くなっている。次いで「食材は必要な分だけ購入する」が57.7%、「食品庫・冷蔵庫内を定期的に整理する」が48.8%となっている。
- 中山間部では「食品庫・冷蔵庫内を定期的に整理する」と「料理は食べきれ的分だけ作る」がともに29.6%と他地域に比べ、ともに10ポイント以上低い。

問56 あなたが、食品ロスのために取り組んでいることはなんですか。

（あてはまるものすべてに○）



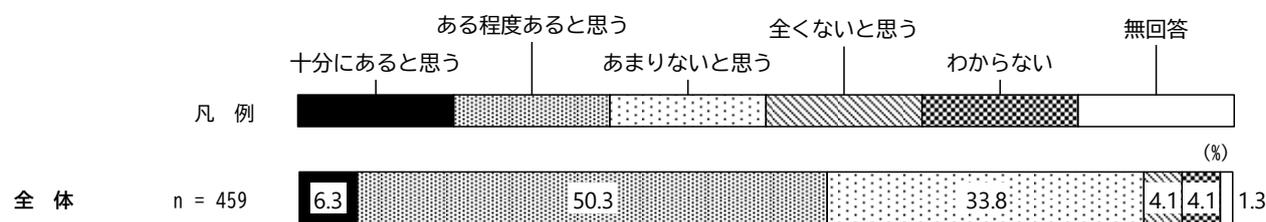
【食品ロス削減のために取り組んでいること／地域別】

		n	を食材の賞味期限・消費期限に定期的に確認する (%)	る食材は必要な分だけ購入する (%)	に食品庫・冷蔵庫内を定期的に整理する (%)	る料理は食べきれ的分だけ作る (%)	その他 (%)	無回答 (%)
全体		459	59.7	57.7	48.8	42.9	2.0	4.4
地域別	海岸部	188	59.0	53.7	46.8	43.1	2.1	5.3
	都市部	236	60.6	60.6	51.7	43.6	1.3	2.5
	中山間部	27	48.1	59.3	29.6	29.6	3.7	14.8

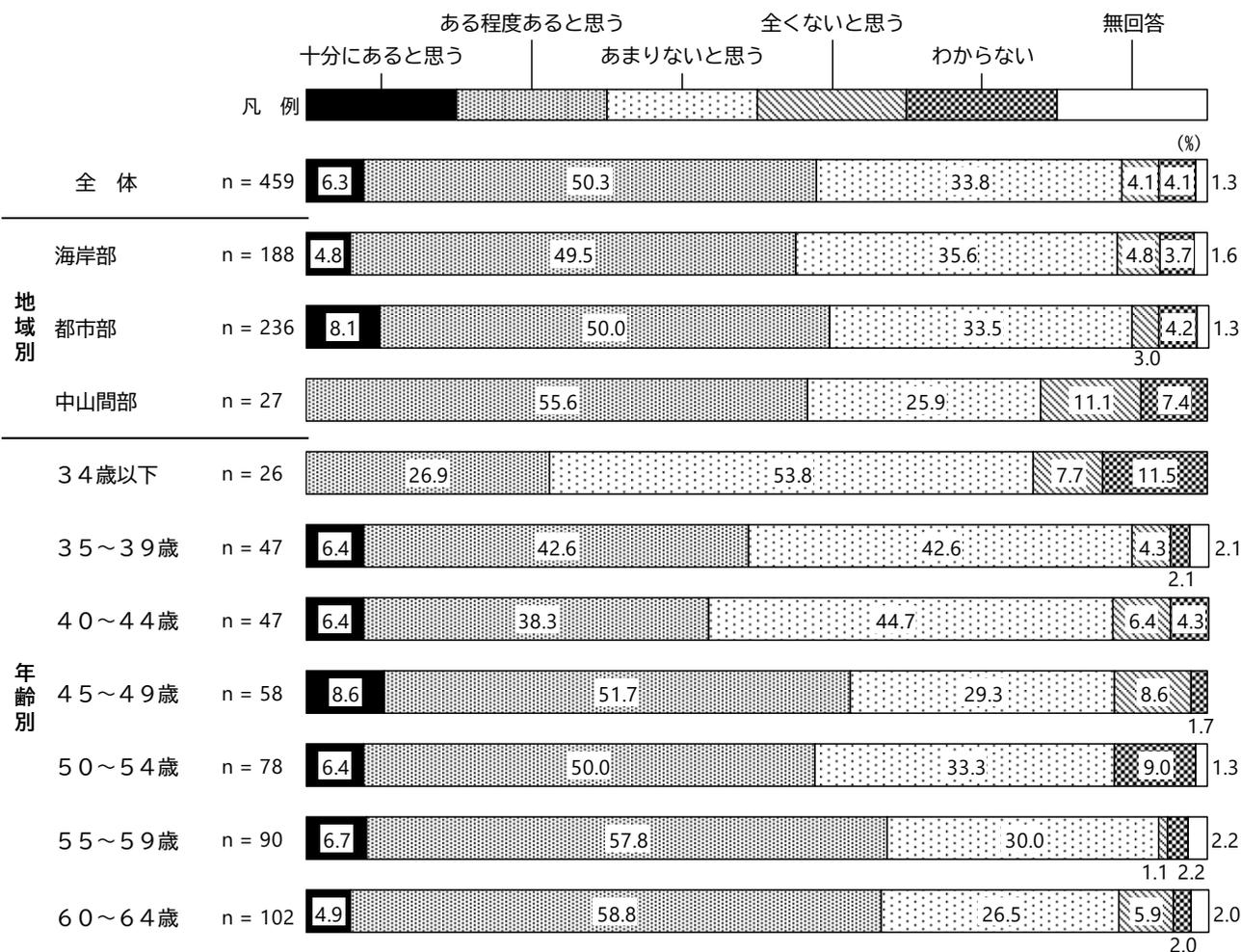
（15）健康に悪影響を与えないための食品選びや調理方法の知識があるか

- 「ある程度あると思う」が50.3%と最も高くなっている。次いで「あまりないと思う」が33.8%、「十分にあると思う」が6.3%となっている。
- 『食品の安全性について、基礎的な知識がある』（「十分にあると思う」+「ある程度あると思う」）は56.6%となっている。
- 地域別では『食品の安全性について、基礎的な知識がある』について大きな差は出ていない。
- 34歳以下では『食品の安全性について、基礎的な知識がある』が26.9%と他年齢に比べ10ポイント以上低い。

問57 あなたは、健康に悪影響を与えないようにするために、どのような食品を選んだほうがよいかや、どのような調理が必要かについての知識がありますか。（○は1つ）



【健康に悪影響を与えないための食品選びや調理方法の知識があるか／地域別／年齢別】

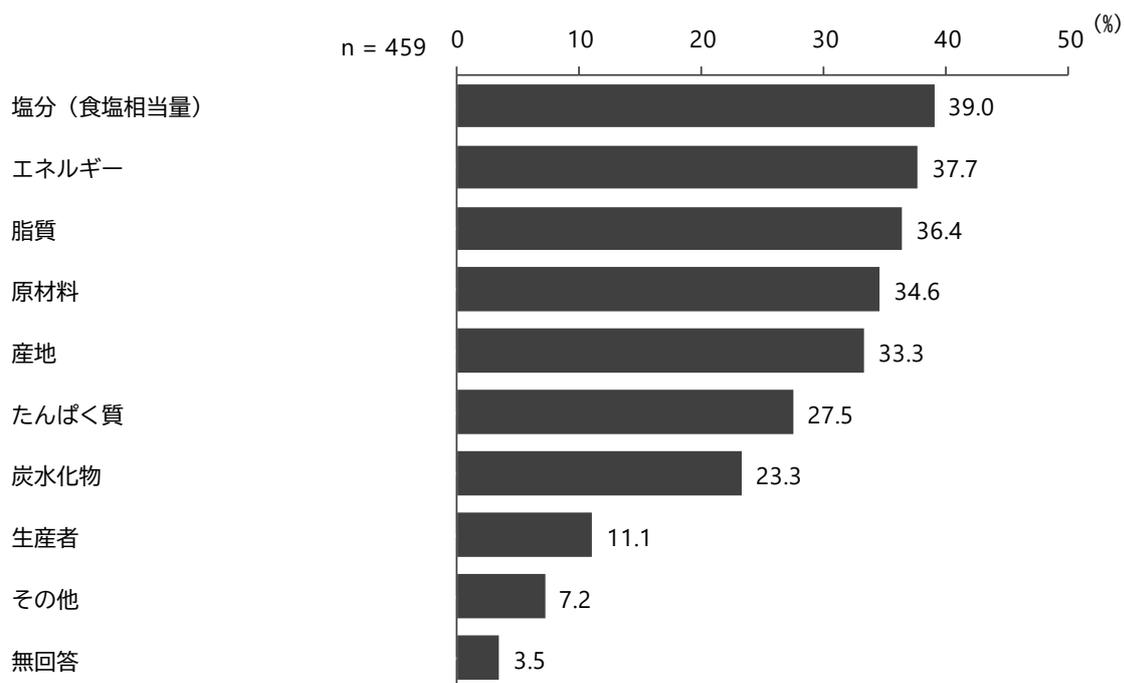


（16）食品を選択する際に気を付けていること

- 「塩分（食塩相当量）」が 39.0%と最も高くなっている。次いで「エネルギー」が 37.7%、「脂質」が 36.4%となっている。
- 海岸部では「塩分（食塩相当量）」が 45.7%と他地域に比べ 10 ポイント以上高い。

問58 あなたは、ふだん食品を選択する際にどのようなことに気を付けていますか。

（あてはまるものすべてに○）



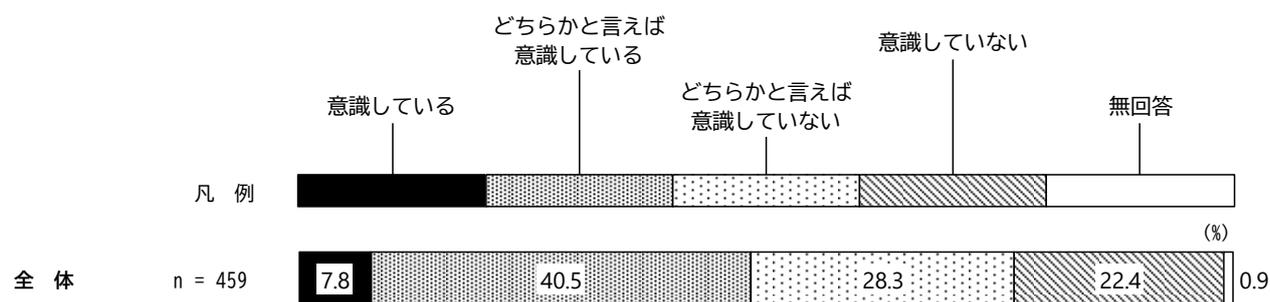
【食品を選択する際に気を付けていること／地域別】

		n	塩分 (食塩相当量)	エネルギー	脂質	原材料	産地	たんぱく質	炭水化物	生産者	その他	無回答
全体		459	39.0	37.7	36.4	34.6	33.3	27.5	23.3	11.1	7.2	3.5
地域別	海岸部	188	45.7	41.0	37.2	38.8	30.9	21.8	26.6	11.7	7.4	3.2
	都市部	236	34.3	33.9	35.2	32.6	35.2	32.6	21.2	10.2	8.1	2.5
	中山間部	27	33.3	44.4	37.0	25.9	29.6	25.9	22.2	18.5	-	11.1

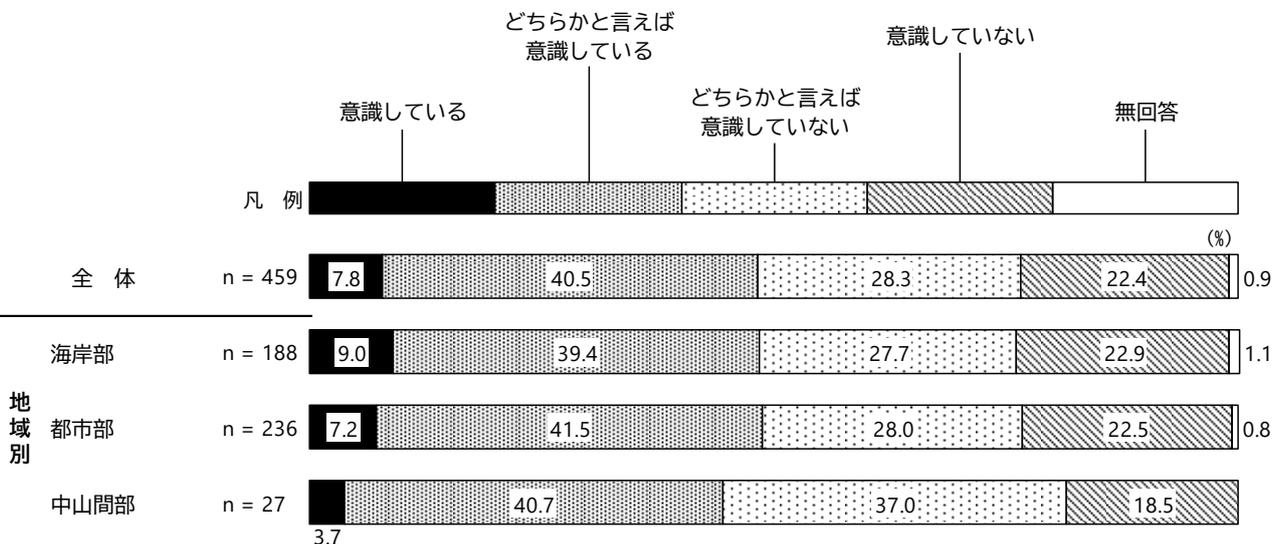
(17) 食品を購入する際に環境を意識しているか

- 「どちらかと言えば意識している」が40.5%と最も高くなっている。次いで「どちらかと言えば意識していない」が28.3%、「意識していない」が22.4%となっている。
- 『環境を意識している』（「意識している」+「どちらかと言えば意識している」）は48.3%となっている。
- 地域別では『環境を意識している』について大きな差は出ていない。

問59 あなたは、ふだん食品を選択する際に環境に配慮した農林水産物・食品を意識して購入しますか。（○は1つ）



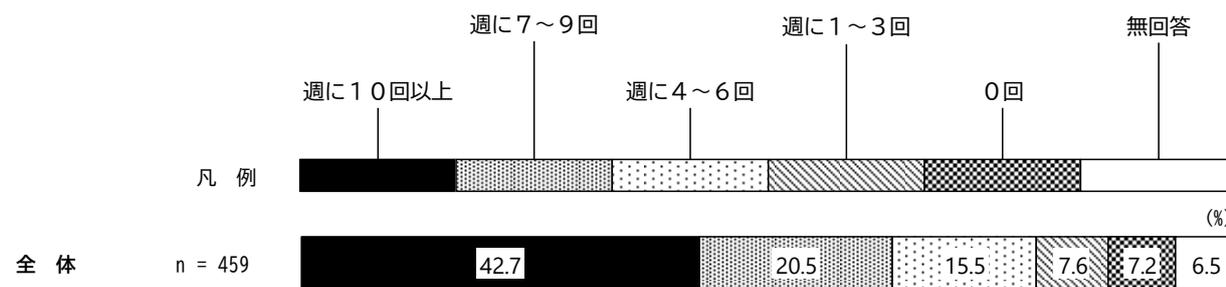
【食品を購入する際に環境を意識しているか／地域別】



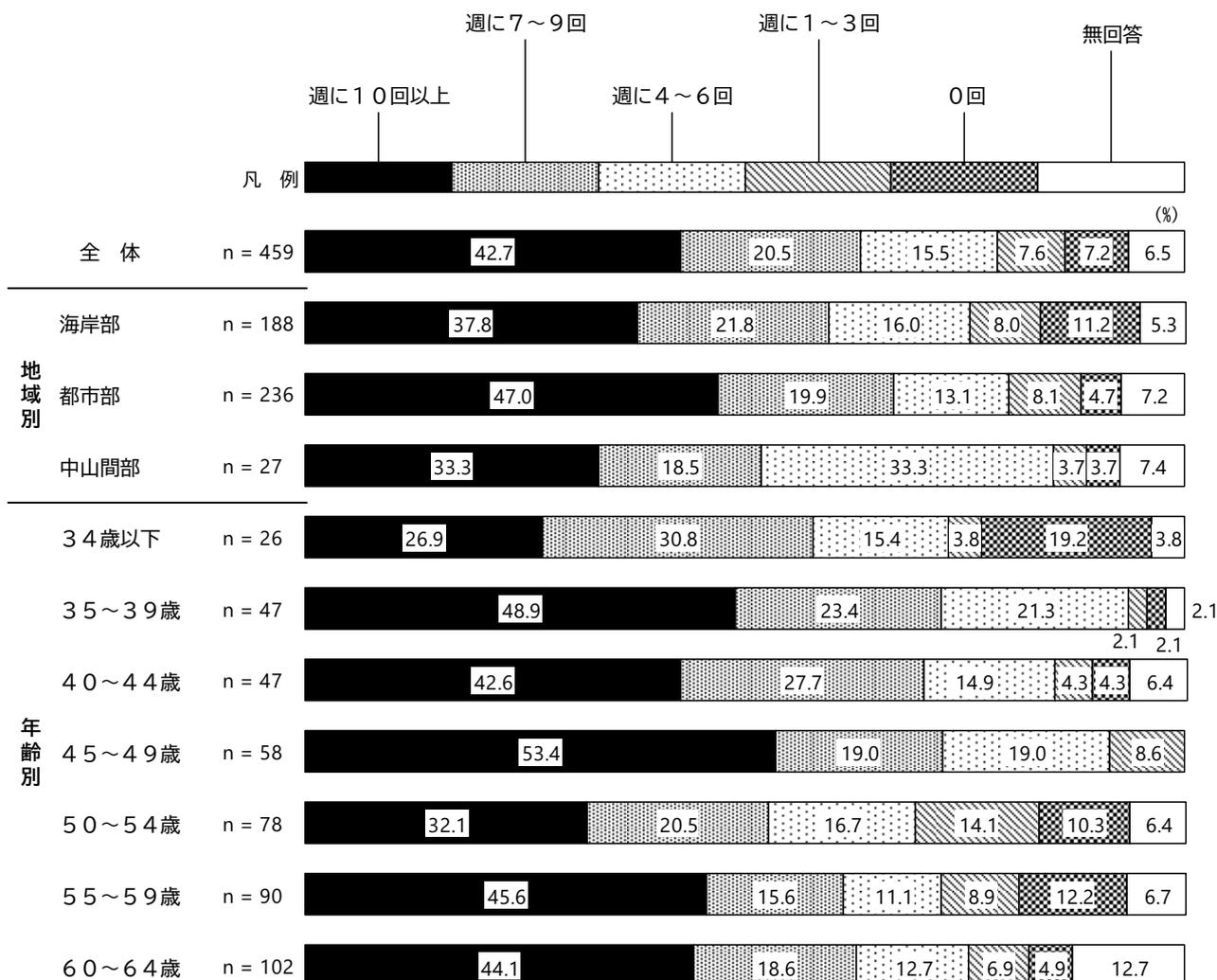
（18）家族と朝食や夕食を一緒に食べる1週間あたりの頻度

- 「週に10回以上」が42.7%と最も高くなっている。次いで「週に7～9回」が20.5%、「週に4～6回」が15.5%となっている。
- 都市部では「週に10回以上」が47.0%と他地域に比べ5ポイント以上高い。
- 34歳以下では「週に10回以上」が26.9%と他の年齢に比べ5ポイント以上低い。

問60 あなたは、朝食や夕食を家族と一緒に食べることは、1週間にどのくらいありますか。（同居者ありのみ）（○は1つ）



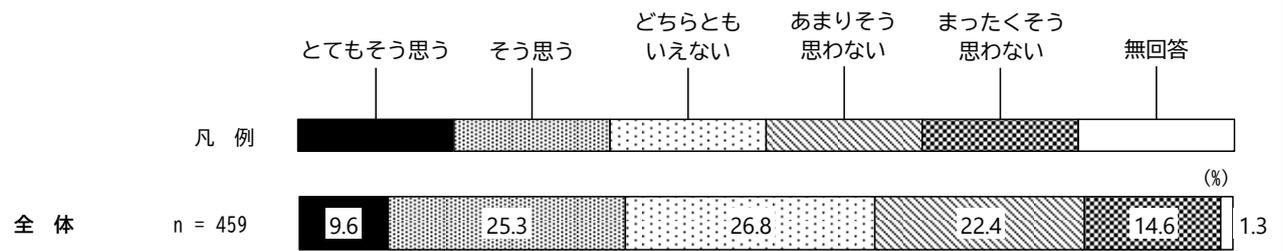
【家族と朝食や夕食を一緒に食べる1週間あたりの頻度／地域別／年齢別】



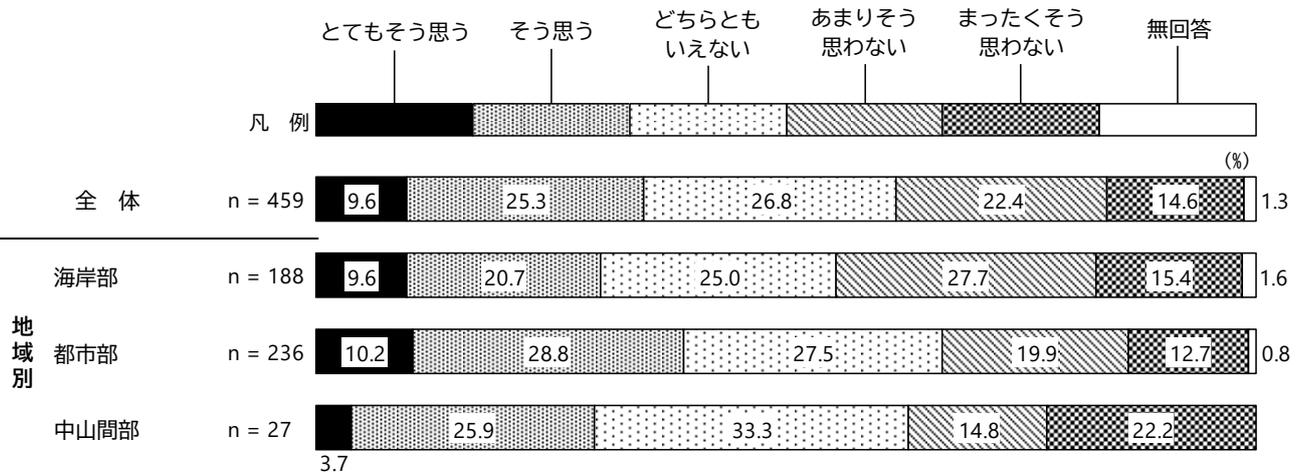
(19) 地域や所属コミュニティでの食事会等に参加したいか

- 「どちらともいえない」が26.8%と最も高くなっている。次いで「そう思う」が25.3%、「あまりそう思わない」が22.4%となっている。
- 『地域等で共食したいと思う』（「とてもそう思う」＋「そう思う」）は34.9%となっている。
- 都市部では『地域等で共食したいと思う』が39.0%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問61 地域や所属コミュニティ（職場を含む）での食事会等の機会があれば、あなたは参加したいと思いますか。（○は1つ）



【地域や所属コミュニティでの食事会等に参加したいか／地域別】



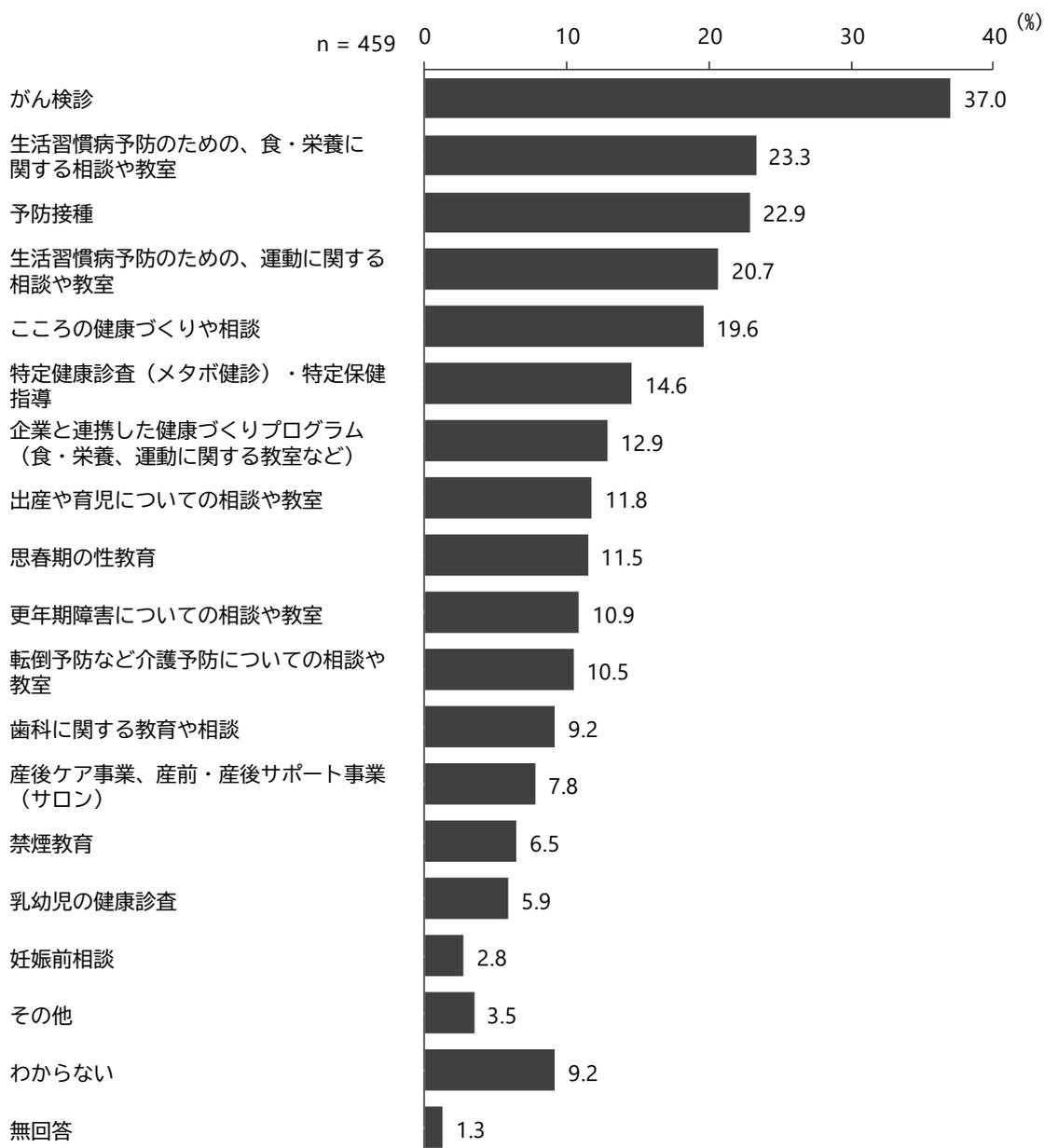
6 保健事業について

(1) いわき市の保健事業として今後どのような事業に力をいれていくべきか

- 「がん検診」が37.0%と最も高くなっている。次いで「生活習慣病予防のための、食・栄養に関する相談や教室」が23.3%、「予防接種」が22.9%となっている。
- 海岸部では「がん検診」が41.0%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問62 いわき市の保健事業として今後どのような事業に力をいれていくべきだと思いますか。

(○は3つまで)



V 調査結果の詳細（壮年期）

【市の保健事業として今後どのような事業に力をいれていくべきか／地域別／年齢別】

		n	（%）									
			がん検診	室生活習慣病予防のための、食・栄養に関する相談やの教	予防接種	運動に関する相談や教室の、生活習慣病予防のための、	こころの健康づくりや相談	特定健康診査（メタボ健診）・特定保健指導	動に関する教室など）	企業と連携した健康づくりプログラム（食・栄養、運	や産や育児についての相談や教室	思春期の性教育
全 体		459	37.0	23.3	22.9	20.7	19.6	14.6	12.9	11.8	11.5	10.9
地域別	海岸部	188	41.0	22.3	24.5	18.6	19.7	18.6	13.8	13.3	11.2	13.8
	都市部	236	34.3	22.9	21.2	21.2	20.3	12.3	12.3	11.0	12.7	9.3
	中山間部	27	33.3	33.3	25.9	25.9	18.5	-	14.8	7.4	7.4	7.4
年齢別	34歳以下	26	38.5	15.4	23.1	19.2	15.4	11.5	-	19.2	26.9	3.8
	35～39歳	47	40.4	12.8	17.0	10.6	14.9	12.8	12.8	31.9	17.0	2.1
	40～44歳	47	40.4	25.5	14.9	17.0	23.4	6.4	8.5	8.5	14.9	17.0
	45～49歳	58	44.8	25.9	25.9	19.0	13.8	20.7	6.9	17.2	17.2	24.1
	50～54歳	78	37.2	20.5	23.1	16.7	23.1	15.4	20.5	7.7	9.0	10.3
	55～59歳	90	36.7	25.6	25.6	21.1	22.2	18.9	16.7	4.4	6.7	8.9
	60～64歳	102	31.4	26.5	24.5	30.4	21.6	11.8	13.7	8.8	7.8	9.8

		n	（%）								
			い転倒の予防など介護予防につ	歯科に関する教育や相談	サポーター事業（サロン）	産後ケア事業、産前・産後	禁煙教育	乳幼児の健康診査	妊娠前相談	その他	わからない
全 体		459	10.5	9.2	7.8	6.5	5.9	2.8	3.5	9.2	1.3
地域別	海岸部	188	7.4	9.6	5.9	6.9	6.9	2.1	1.6	9.6	0.5
	都市部	236	12.3	8.9	9.3	5.9	5.5	3.8	5.5	8.5	1.7
	中山間部	27	18.5	7.4	7.4	11.1	3.7	-	-	11.1	-
年齢別	34歳以下	26	3.8	11.5	23.1	11.5	7.7	11.5	3.8	11.5	-
	35～39歳	47	8.5	4.3	19.1	8.5	25.5	14.9	2.1	4.3	-
	40～44歳	47	6.4	8.5	6.4	6.4	4.3	-	-	12.8	-
	45～49歳	58	6.9	5.2	6.9	3.4	6.9	-	3.4	8.6	-
	50～54歳	78	5.1	7.7	6.4	10.3	1.3	1.3	-	14.1	2.6
	55～59歳	90	18.9	12.2	4.4	5.6	2.2	2.2	6.7	4.4	1.1
	60～64歳	102	10.8	11.8	3.9	4.9	3.9	-	4.9	10.8	2.0

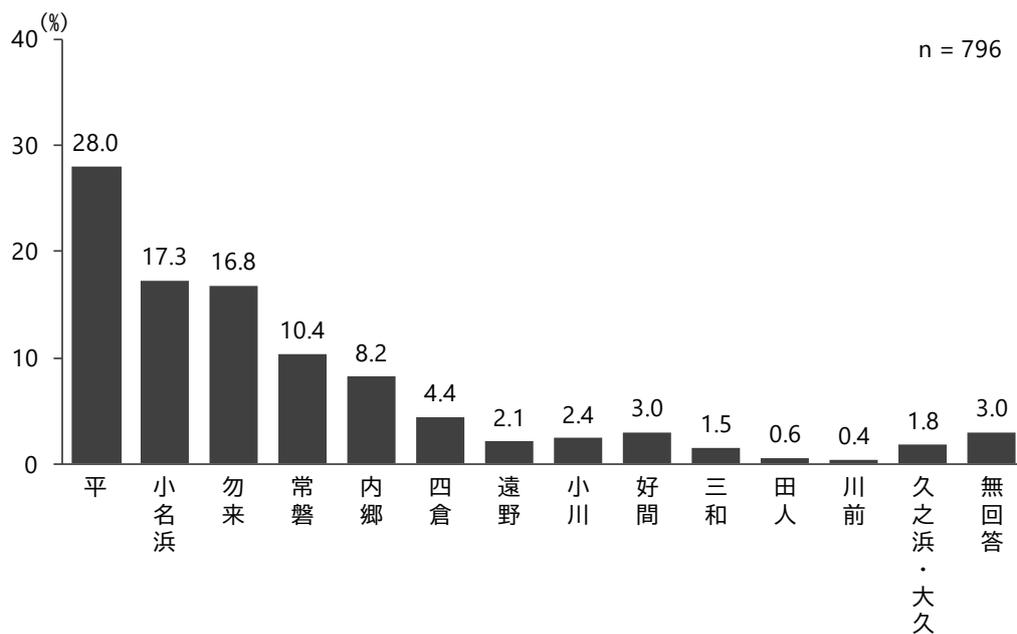
VI 調査結果の詳細（高齢期）

1 あなたについて

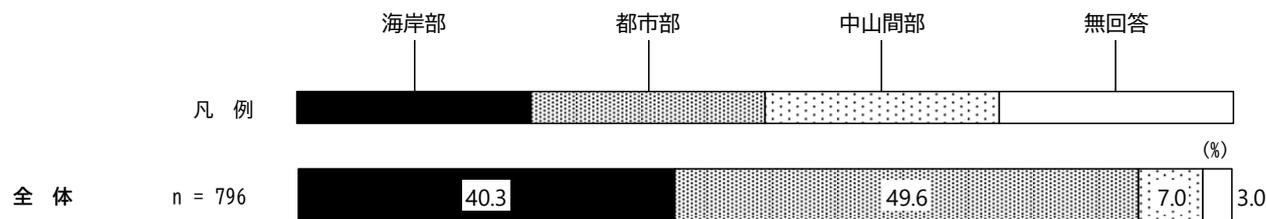
（1）居住地区

問1 住んでいる地域はどちらですか。（○は1つ）

<地区別>

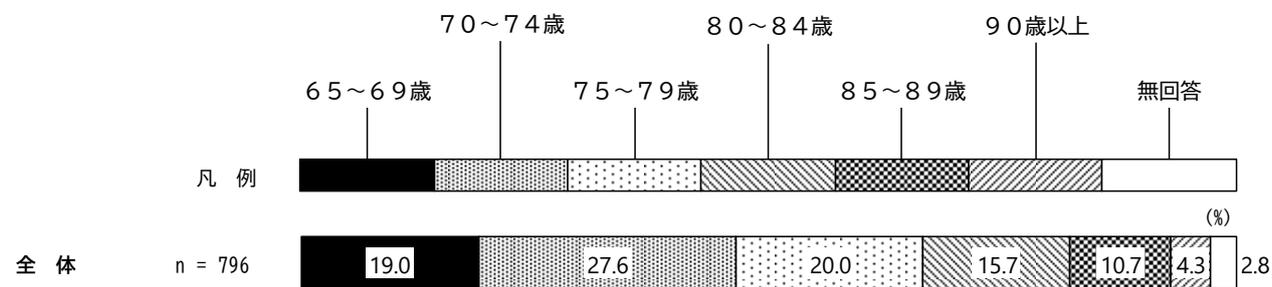


<地域別>



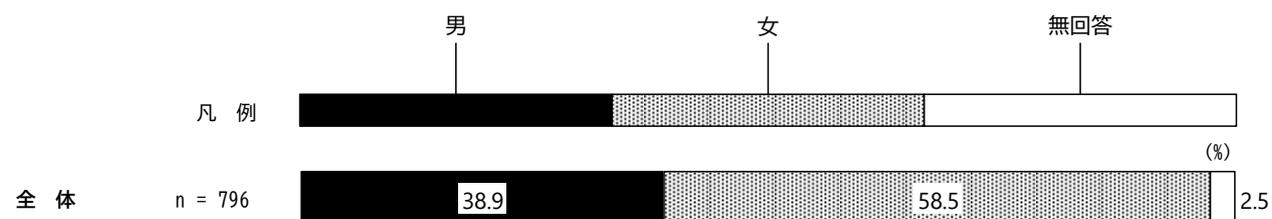
（2）年齢

問2 年齢についてお答えください。（数字を記入）



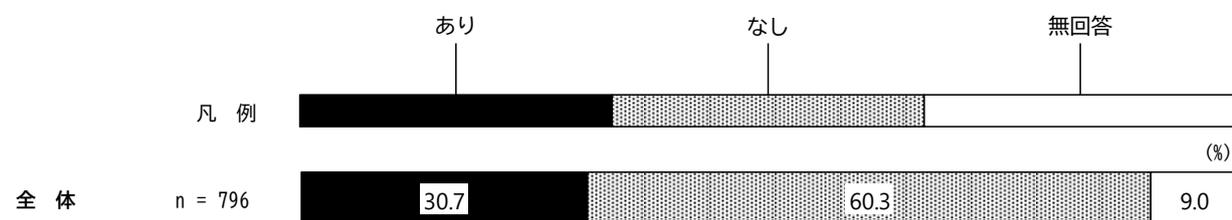
（3）性別

問3 性別についてお答えください。（○は1つ）



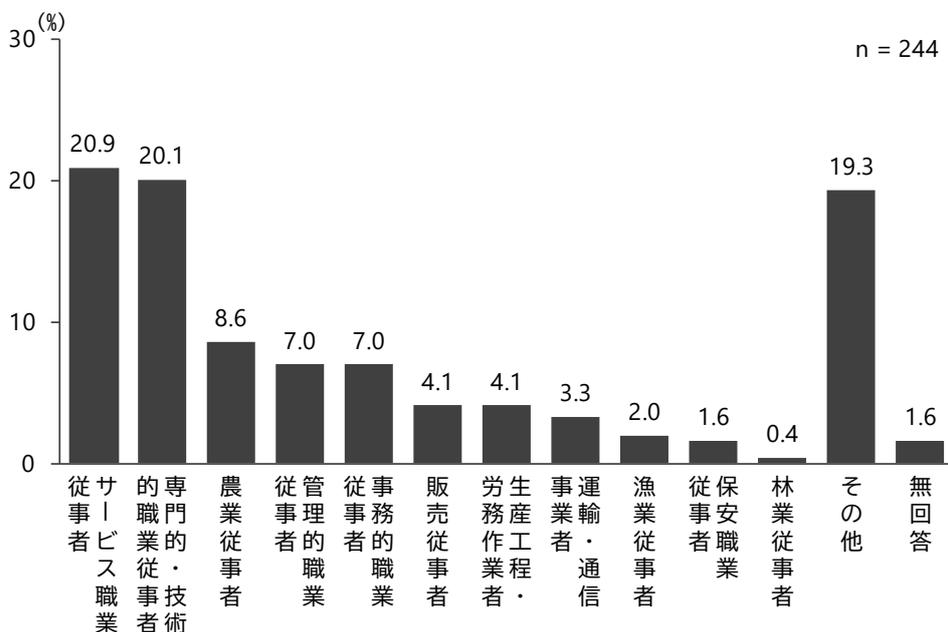
（4）就労

問4 就労についてお答えください。（○は1つ）



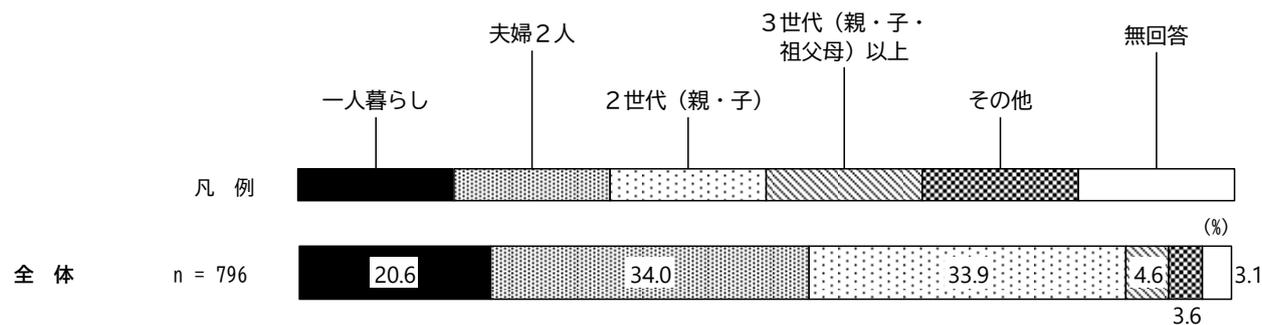
（5）就労の詳細

問4-1 具体的な就労内容（○は1つ）



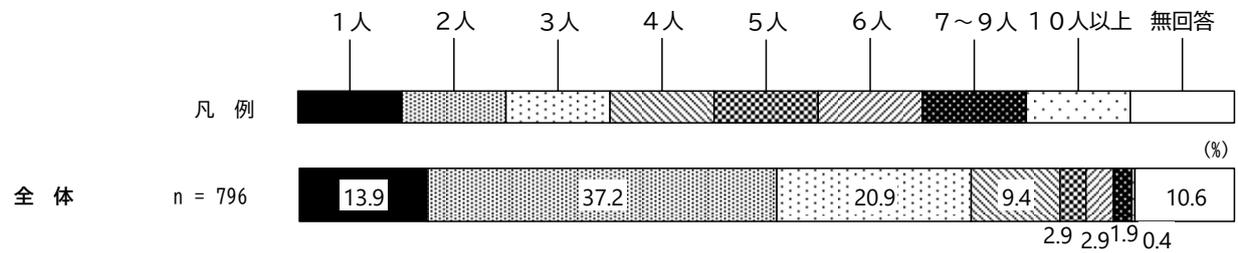
（6）家族構成

問5 家族構成についてお答えください。（○は1つ）



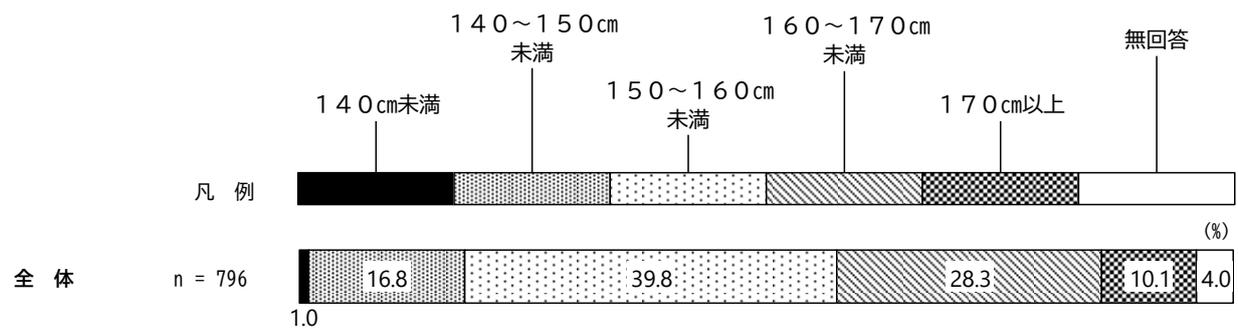
（7）家族の人数

問6 家族の人数をお答えください。（数字を記入）



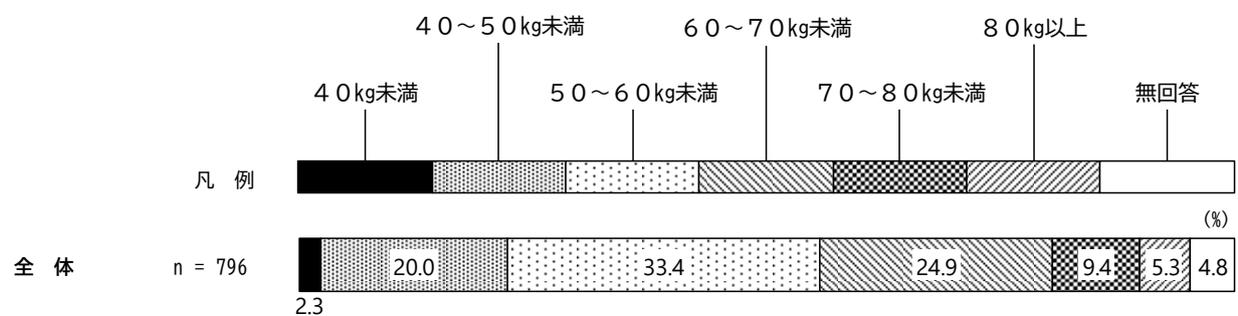
（8）身長

問7 ご自身の身長は何cmですか。（数字を記入）

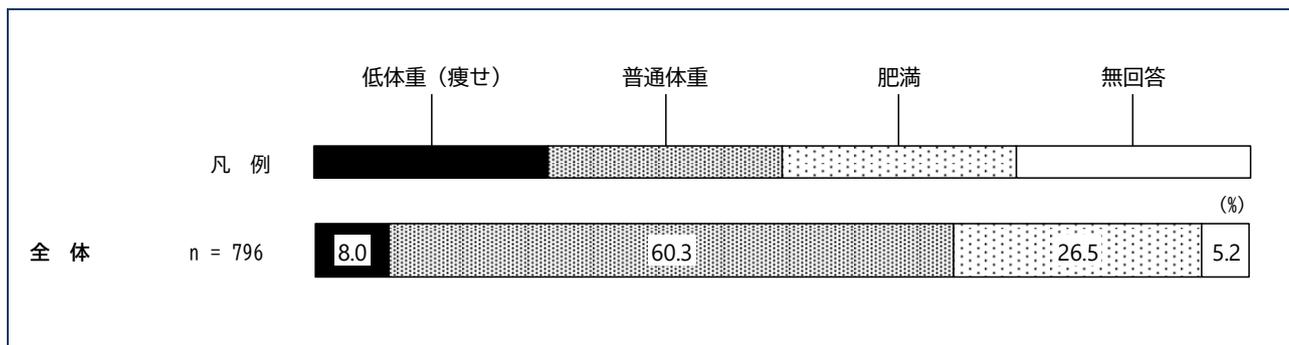


（9）体重

問8 ご自身の体重は何kgですか。（数字を記入）

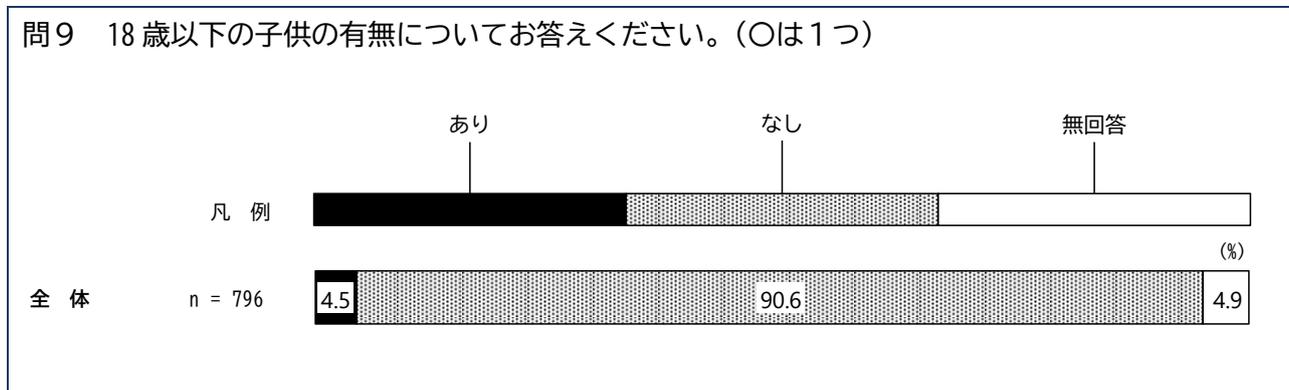


(10) BMI



(11) 18歳以下の子供の有無

問9 18歳以下の子供の有無についてお答えください。(○は1つ)

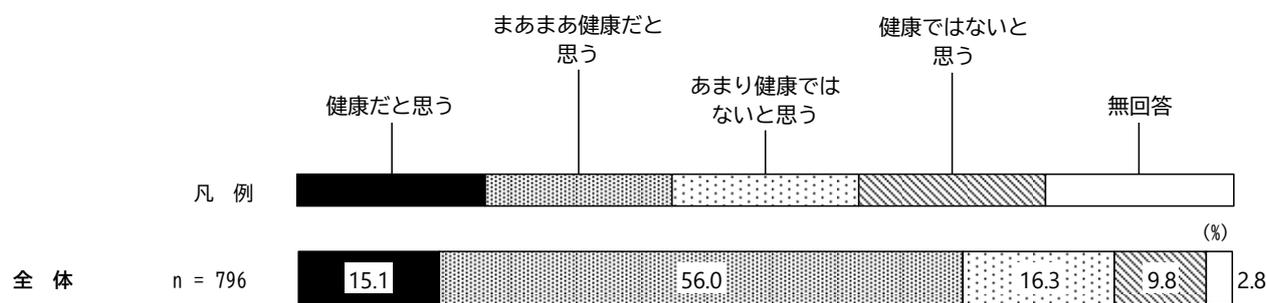


2 普段の生活について

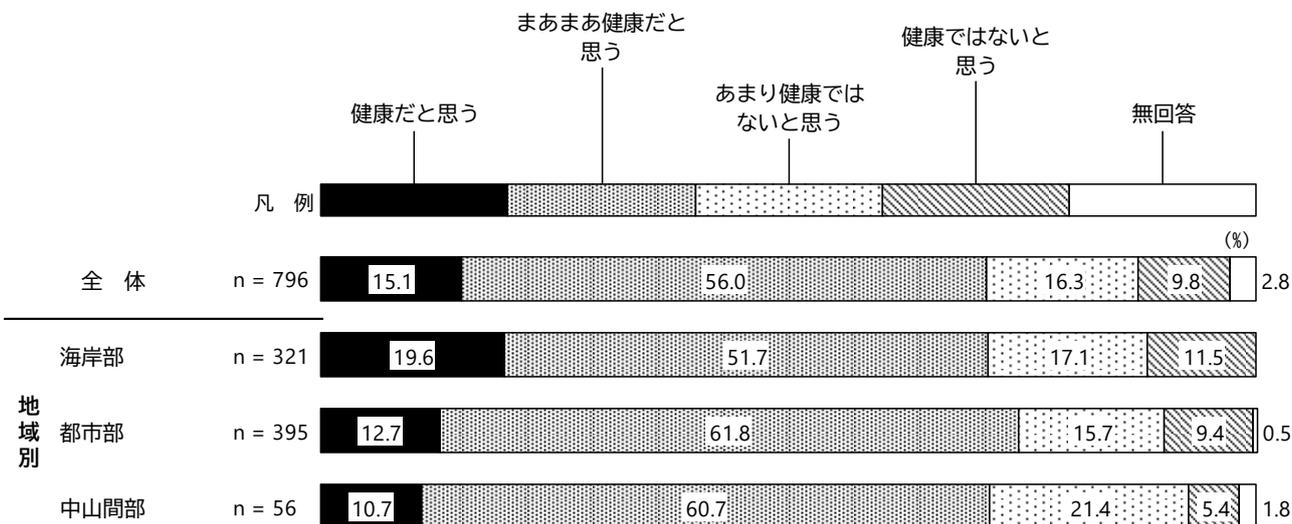
(1) 健康状態についてどう思うか

- 「まあまあ健康だと思う」が56.0%と最も高くなっている。次いで「あまり健康ではないと思う」が16.3%、「健康だと思う」が15.1%となっている。
- 『自分自身を健康であると思う人』（「健康だと思う」+「まあまあ健康だと思う」）は71.1%となっている。
- 地域別では『自分自身を健康であると思う人』について大きな差は出ていない。

問10 あなたは、現在の健康状態についてどう思いますか。（○は1つ）



【健康状態についてどう思うか／地域別】

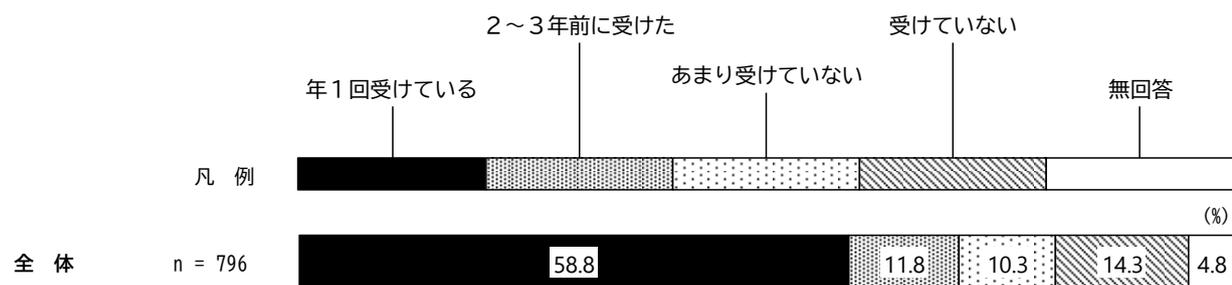


（2）定期的に健診（検診）を受けているか

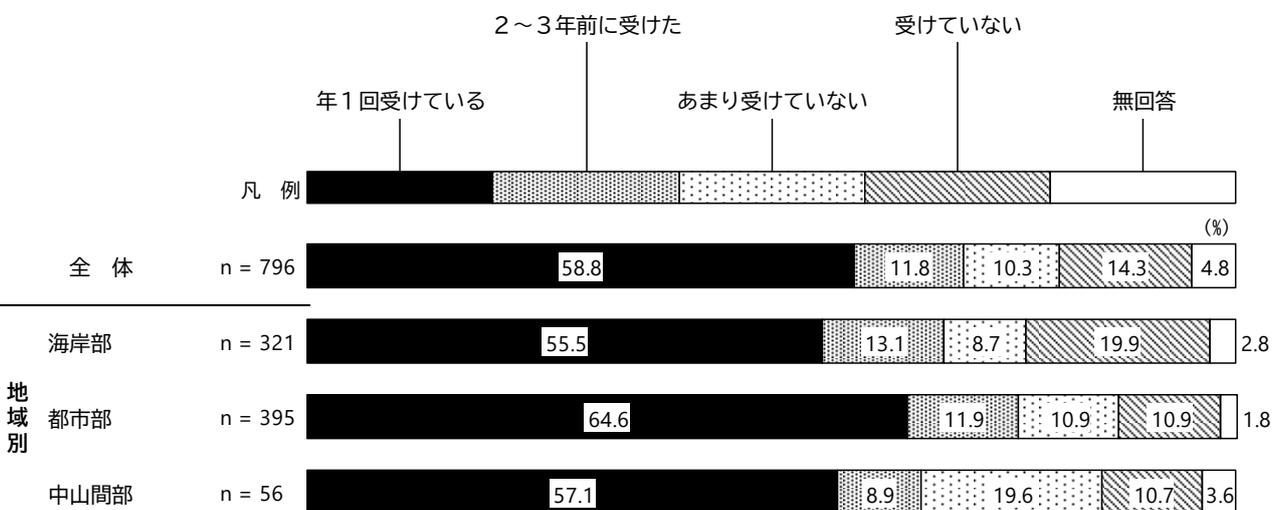
- 「年1回受けている」が58.8%と最も高くなっている。次いで「受けていない」が14.3%、「2～3年前に受けた」が11.8%となっている。
- 都市部では『定期的に健診（検診）を受ける人』（「年1回受けている」）が64.6%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問11 あなたは、「健康診査・特定健康診査」や「がん検診」を定期的に受けていますか。

（○は1つ）



【定期的に健診（検診）を受けているか／地域別】

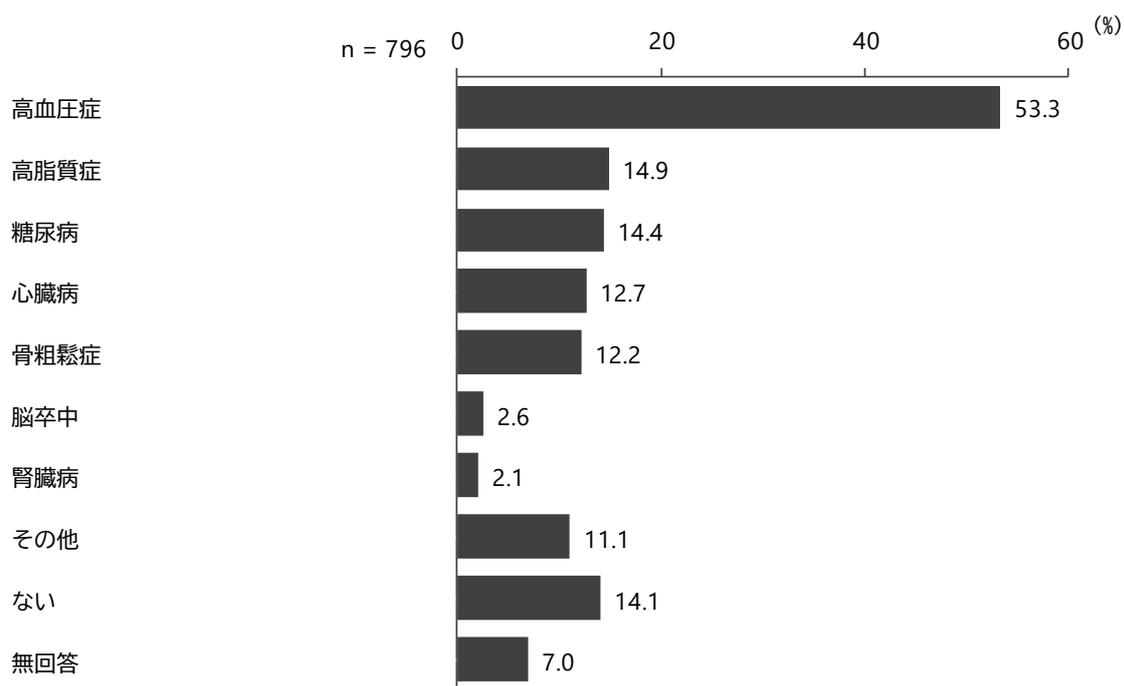


（3）病院や健康診断で言われたことのある病気

- 「高血圧症」が 53.3%と最も高くなっている。次いで「高脂質症」が 14.9%、「糖尿病」が 14.4%、「心臓病」が 12.7%となっている。
- 地域別では「高血圧症」が各地域でそれぞれ最も高くなっている。
- 男性では「高血圧症」「糖尿病」が女性に比べ 10 ポイント以上高く、女性では「骨粗鬆症」が男性に比べ 10 ポイント以上高くなっている。

問 1 2 あなたは、以下のような病気と、病院や健康診断などで言われたことがありますか。

（あてはまるものすべてに○）



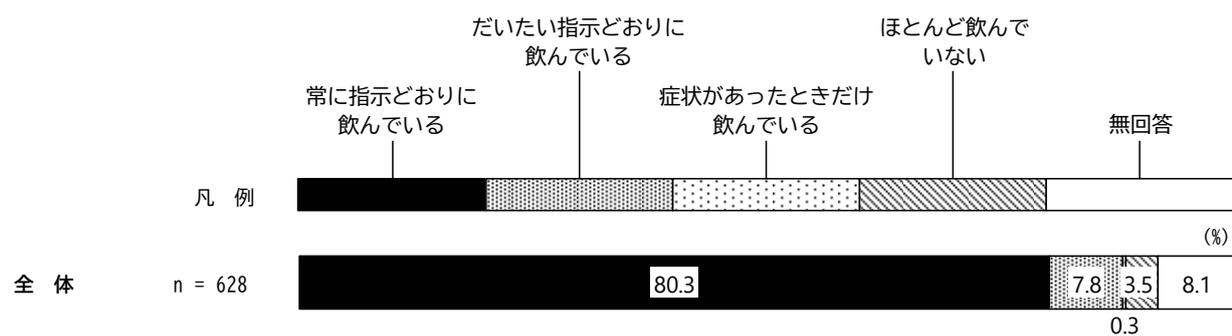
【病院や健康診断で言われたことのある病気／地域別／性別】

		n	高血圧症	高脂質症	糖尿病	心臓病	骨粗鬆症	脳卒中	腎臓病	その他	ない	無回答
全 体		796	53.3	14.9	14.4	12.7	12.2	2.6	2.1	11.1	14.1	7.0
地 域 別	海岸部	321	54.5	12.5	14.3	12.1	7.8	2.8	2.2	10.0	16.5	4.7
	都市部	395	53.7	18.0	14.9	13.9	16.2	3.0	2.3	12.7	13.9	4.6
	中山間部	56	60.7	12.5	16.1	12.5	14.3	-	1.8	8.9	7.1	5.4
性 別	男	310	61.0	15.5	22.3	15.2	1.0	3.2	4.2	11.3	13.5	1.9
	女	466	50.2	15.2	9.9	11.6	20.2	2.4	0.9	11.4	15.0	6.7

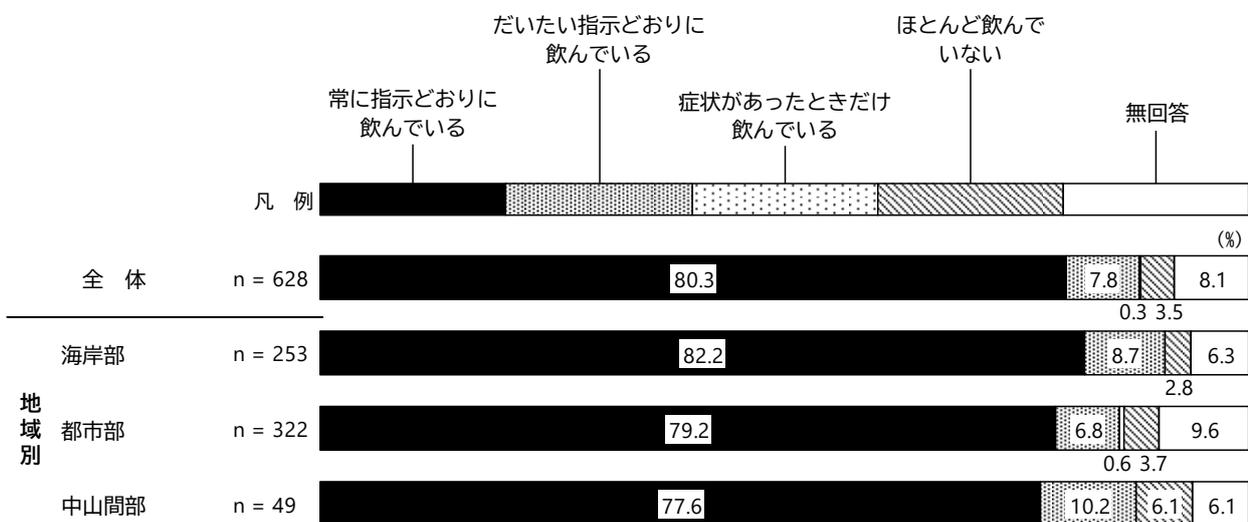
（４）医師の指示どおりに薬を飲んでいるか

- 「常に指示どおりに飲んでいる」が80.3%と最も高くなっている。次いで「だいたい指示どおりに飲んでいる」が7.8%、「ほとんど飲んでいない」が3.5%となっている。
- 『医師の指示どおりに服薬する人』（「常に指示どおりに飲んでいる」+「だいたい指示どおりに飲んでいる」）は88.1%となっている。
- 地域別では『医師の指示どおりに服薬する人』について大きな差は出ていない。

問12-1 医師の指示どおりに薬を飲んでいきますか。（○はひとつ）



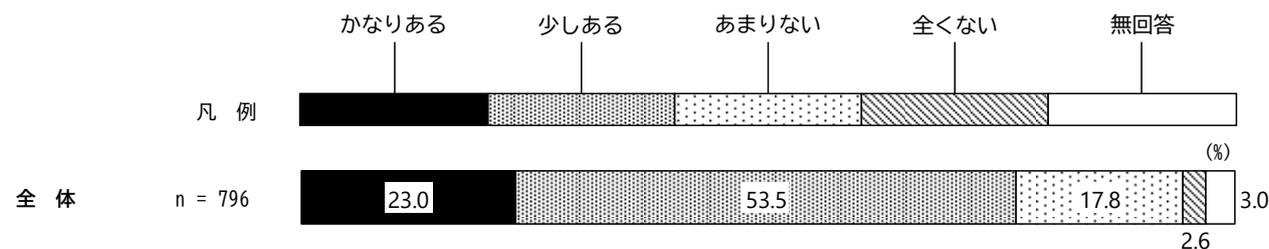
【医師の指示どおりに薬を飲んでいるか／地域別】



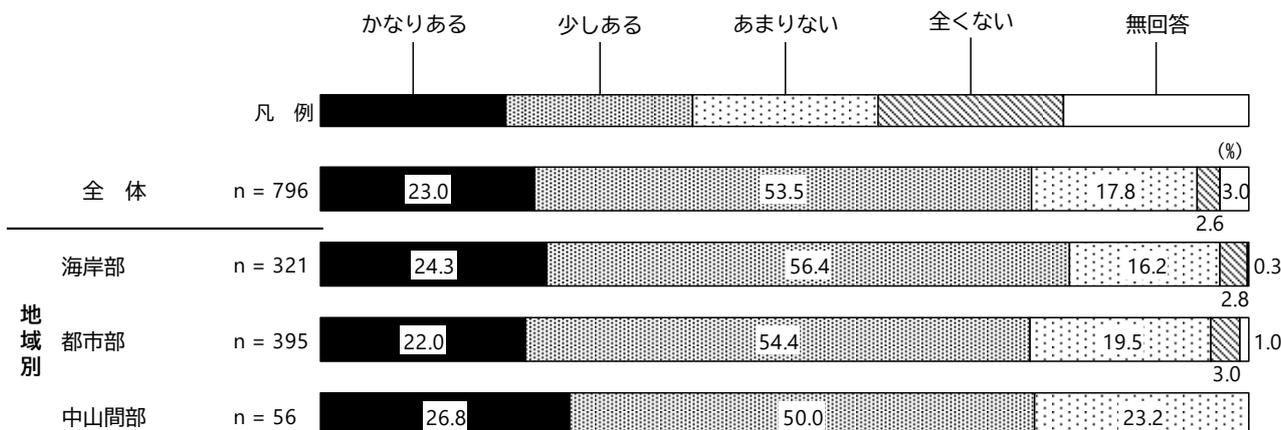
(5) 今後、病気や動けなくなる不安があるか

- 「少しある」が 53.5%と最も高くなっている。次いで「かなりある」が 23.0%、「あまりない」が 17.8%となっている。
- 地域別では『病気や動けなくなる不安がかなりある人』（「かなりある」）について大きな差は出ていない。

問13 あなたは、今後、病気や動けなくなる不安はありますか。（○は1つ）



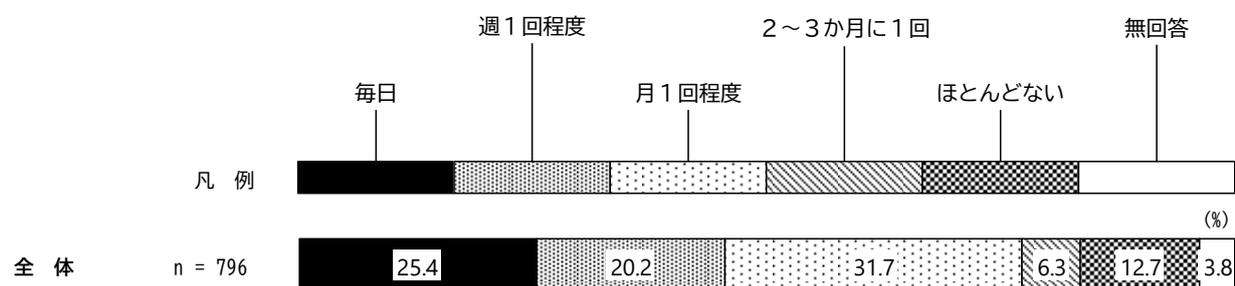
【今後、病気や動けなくなる不安があるか／地域別】



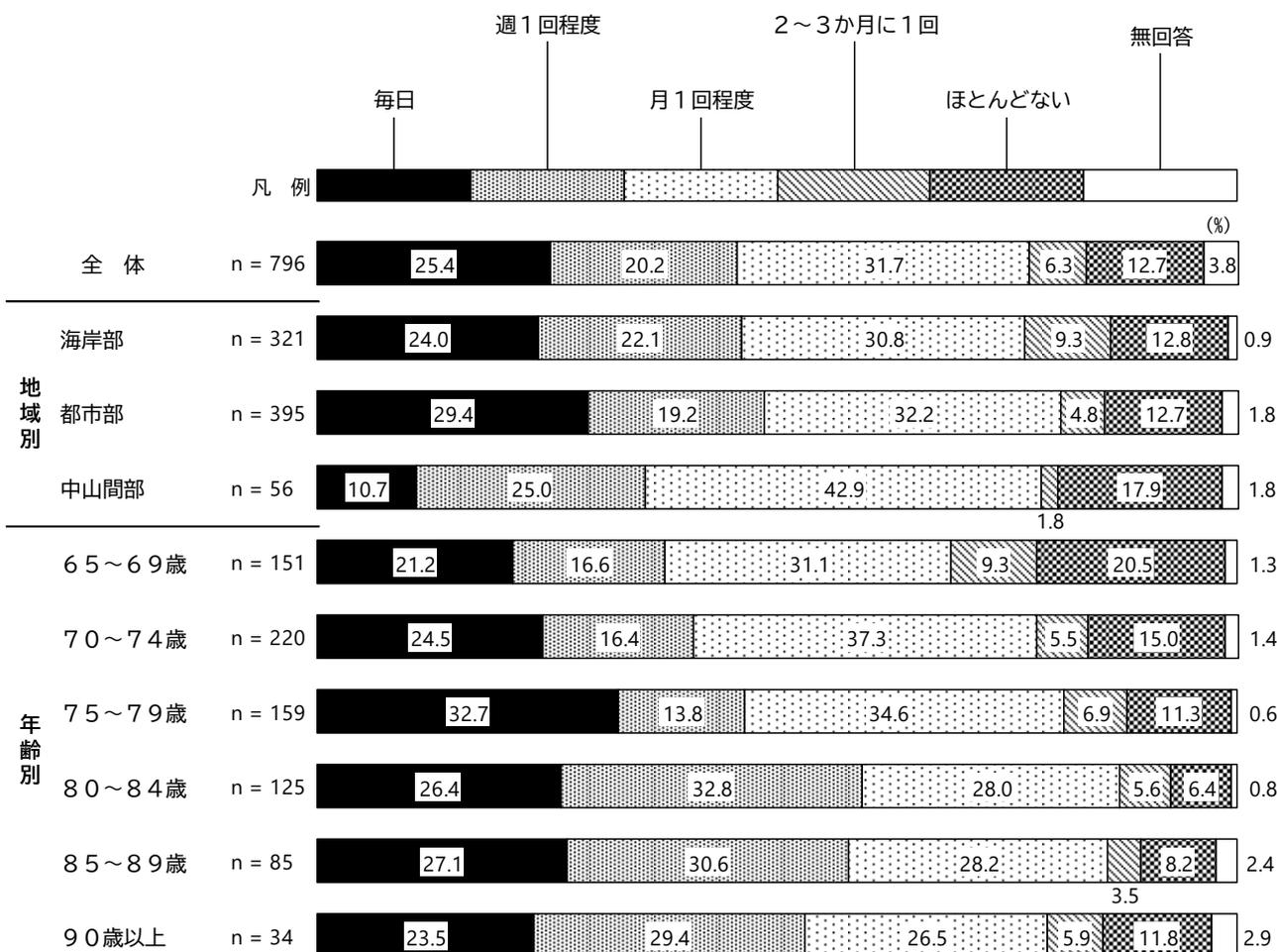
(6) 定期的に血圧を測っているか

- 「月1回程度」が31.7%と最も高くなっている。次いで「毎日」が25.4%、「週1回程度」が20.2%となっている。
- 『月1回以上血圧を測る人』（「毎日」+「週1回程度」+「月1回程度」）は77.3%となっている。
- 地域別では『月1回以上血圧を測る人』について大きな差は出ていない。
- 年齢別では『月1回以上血圧を測る人』の割合は80～84歳で最も高く、65～69歳で最も低くなっている。

問14 あなたは、定期的に血圧を測っていますか。(○は1つ)



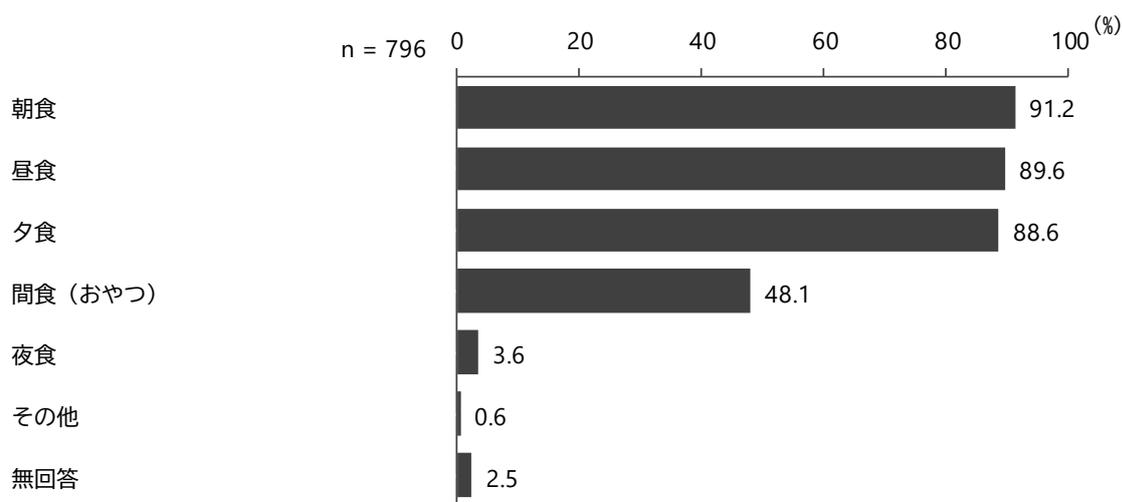
【定期的に血圧を測っているか／地域別／年齢別】



（7）日常とっている食事

- 「朝食」が91.2%と最も高くなっている。次いで「昼食」が89.6%、「夕食」が88.6%となっている。
- 地域別ではすべての選択肢について大きな差は出ていない。
- 女性では「間食（おやつ）」が60.9%と男性に比べ20ポイント以上高い。
- 就労していない人では「間食（おやつ）」が55.6%と就労している人に比べ10ポイント以上高い。

問15 あなたが、日常とっている食事はどれですか。（あてはまるものすべてに○）



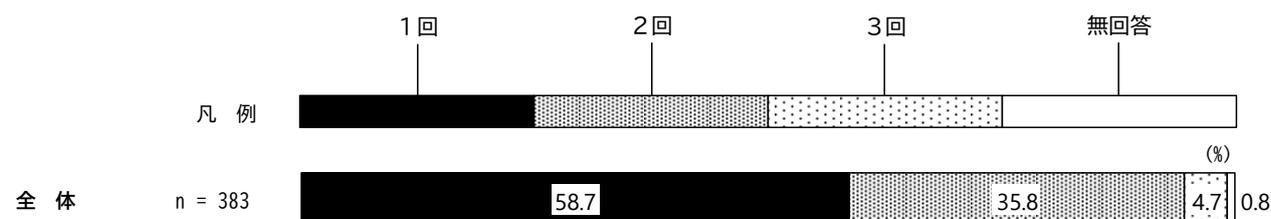
【日常とっている食事／地域別／性別／就労の有無別】

		n	朝食	昼食	間食（おやつ）	夕食	夜食	その他	無回答
全体		796	91.2	89.6	48.1	88.6	3.6	0.6	2.5
地域別	海岸部	321	92.8	89.1	47.0	88.8	4.0	-	0.3
	都市部	395	93.4	94.2	50.9	93.2	2.8	1.3	-
	中山間部	56	96.4	89.3	50.0	83.9	7.1	-	-
性別	男	310	93.2	90.3	31.9	87.4	4.5	0.6	-
	女	466	93.6	92.9	60.9	93.1	3.2	0.6	0.2
有就無労別の	あり	244	93.0	91.4	37.7	89.8	4.5	1.2	-
	なし	480	94.0	93.1	55.6	92.7	2.5	0.4	0.2

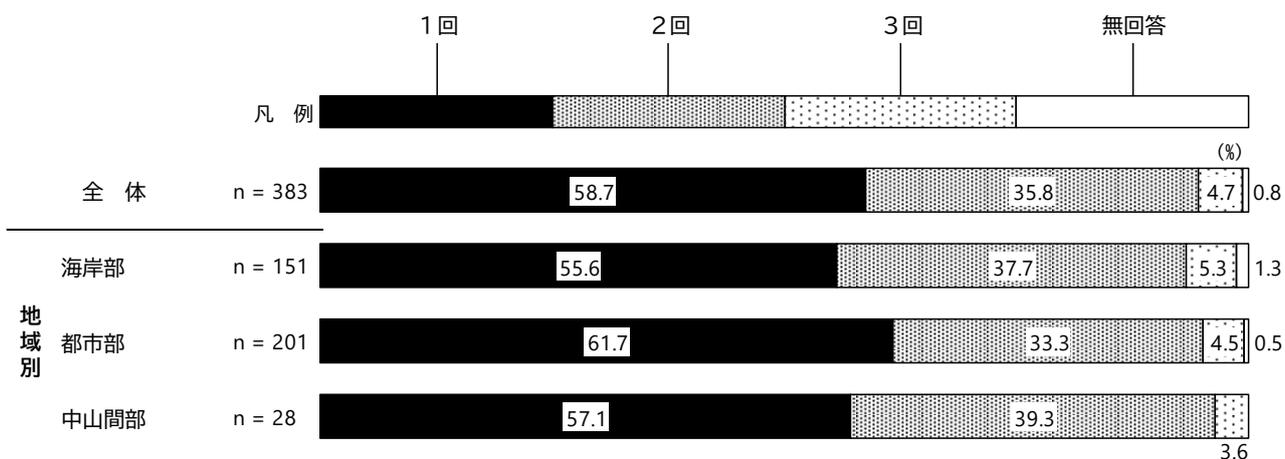
（8）間食の摂取回数

- 「1回」が58.7%と最も高くなっている。次いで「2回」が35.8%、「3回」が4.7%となっている。
- 『間食を1日2回以上する人』（「1回」＋「2回」）は94.5%となっている。
- 地域別では『間食を1日2回以上する人』について大きな差は出ていない。

問15-1 あなたは、1日何回くらい間食をとりますか。（○は1つ）



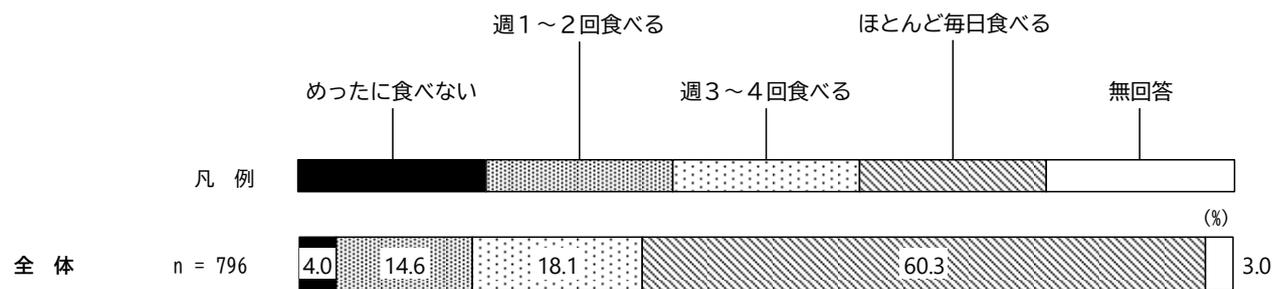
【間食の摂取回数／地域別】



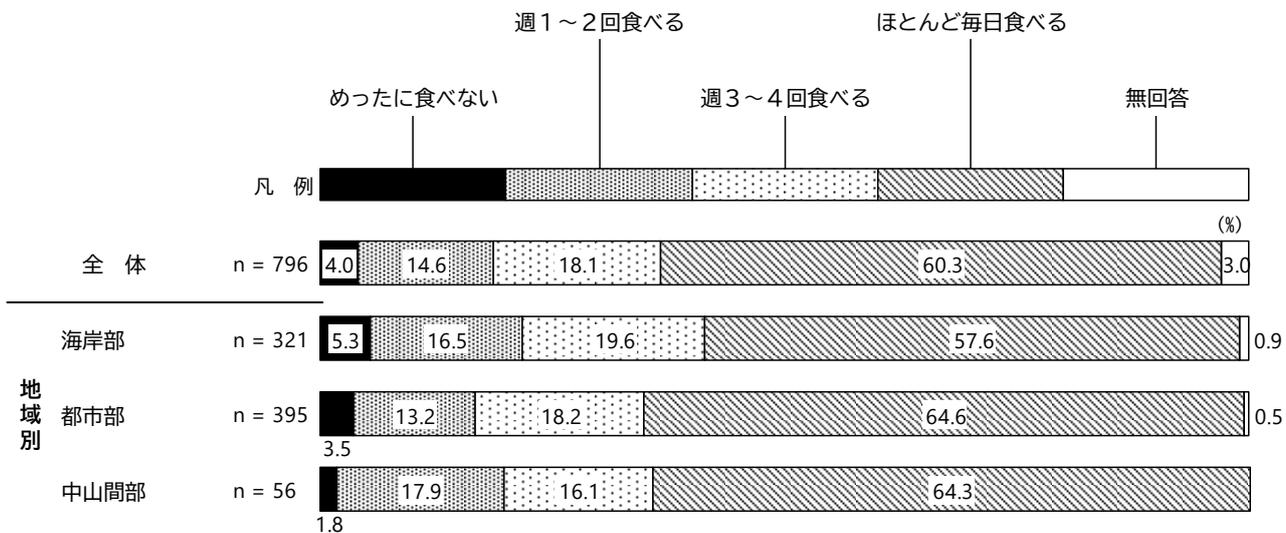
（9）漬け物以外の野菜を食べる頻度

- 「ほとんど毎日食べる」が60.3%と最も高くなっている。次いで「週3～4回食べる」が18.1%、「週1～2回食べる」が14.6%となっている。
- 海岸部では『漬け物以外の野菜を毎日食べる』（「ほとんど毎日食べる」）が57.6%と他地域に比べ5ポイント以上低い。

問16 あなたは、漬け物以外の野菜をどのくらい食べますか。（○は1つ）



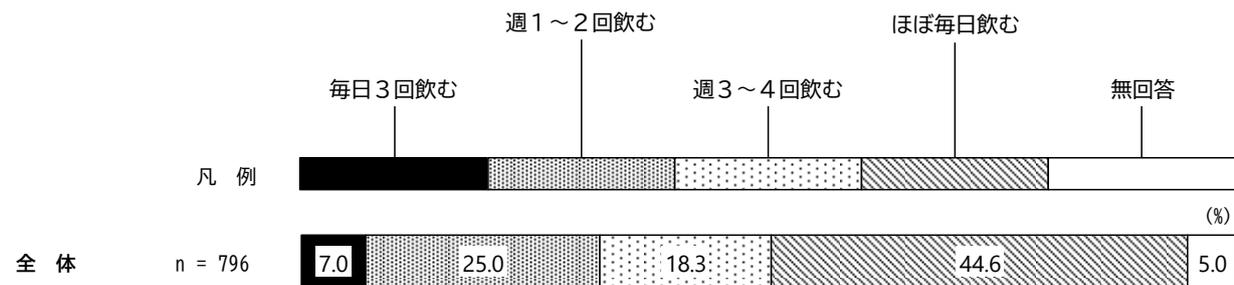
【漬け物以外の野菜を食べる頻度／地域別】



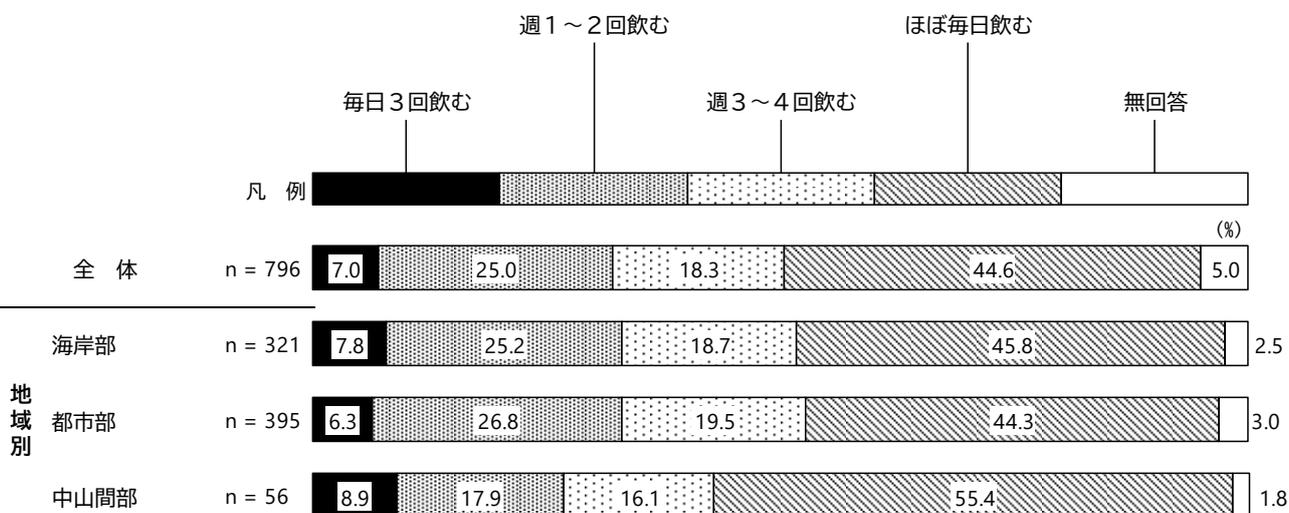
（10）みそ汁を1日に飲む頻度

- 「ほぼ毎日飲む」が44.6%と最も高くなっている。次いで「週1～2回飲む」が25.0%、「週3～4回飲む」が18.3%となっている。
- 『塩分を摂りすぎていると考えられる人』（「毎日3回飲む」）は7.0%となっている。
- 地域別では『塩分を摂りすぎていると考えられる人』について大きな差は出ていない。

問17 あなたは、みそ汁を一日にどれくらい飲みますか。（○は1つ）



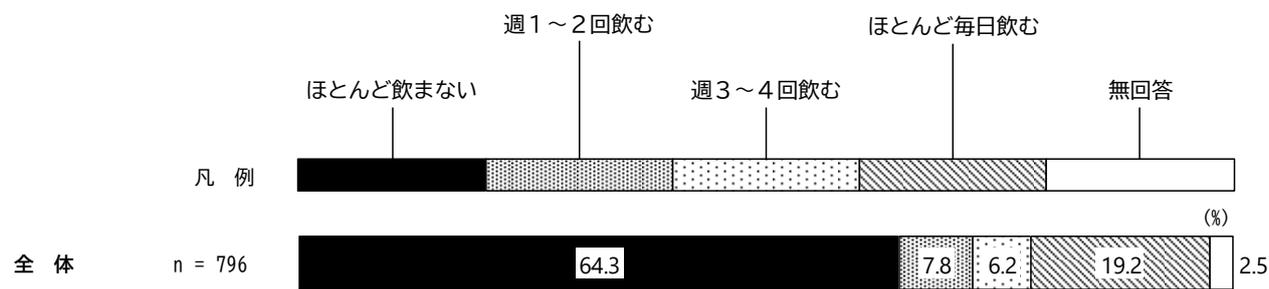
【みそ汁を1日に飲む頻度／地域別】



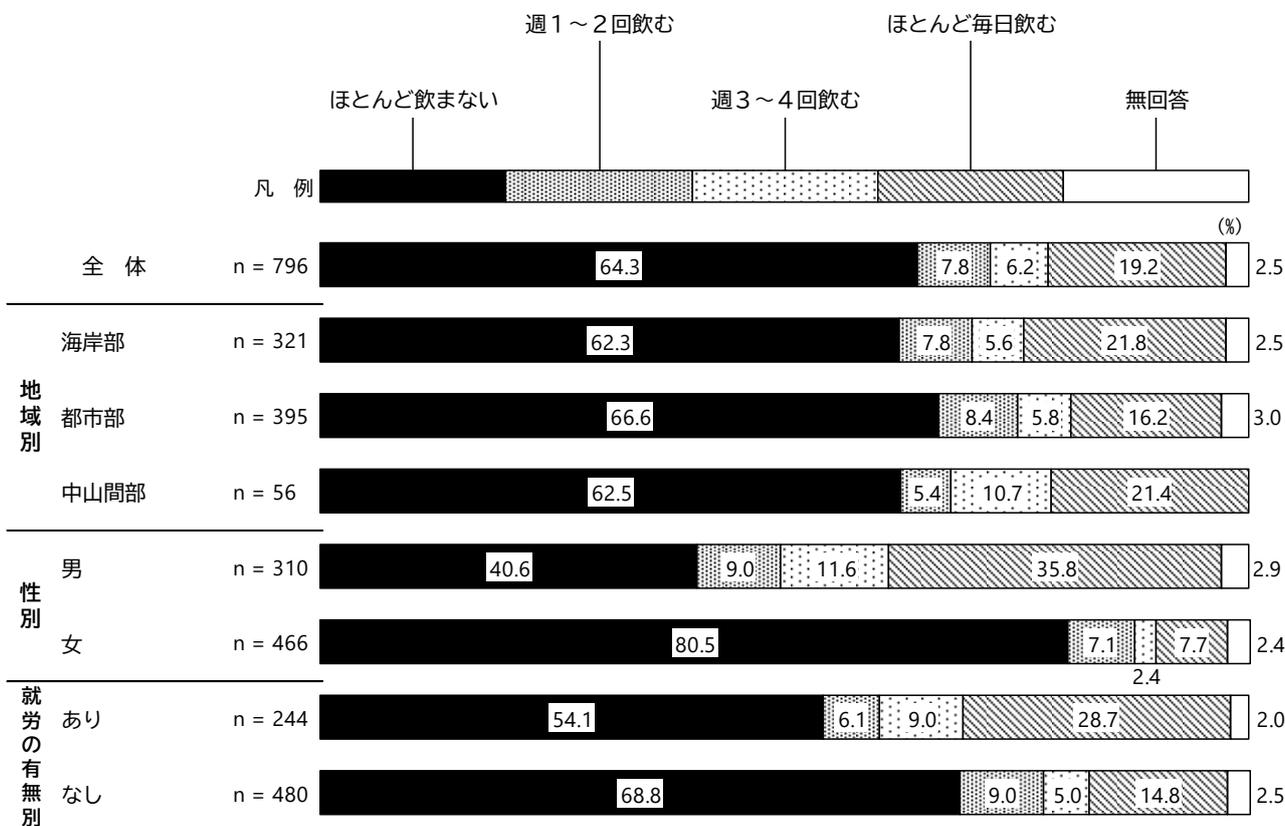
（11）飲酒の頻度

- 「ほとんど飲まない」が 64.3%と最も高くなっている。次いで「ほとんど毎日飲む」が 19.2%、「週1～2回飲む」が 7.8%となっている。
- 地域別では『ほとんど毎日飲酒する人』（「ほとんど毎日飲む」）について大きな差は出ていない。
- 男性では『ほとんど毎日飲酒する人』が 35.8%と女性に比べ 20 ポイント以上高い。
- 就労している人では『ほとんど毎日飲酒する人』が 28.7%と就労していない人に比べ 10 ポイント以上高い。

問18 あなたは、お酒を飲みますか。（○は1つ）



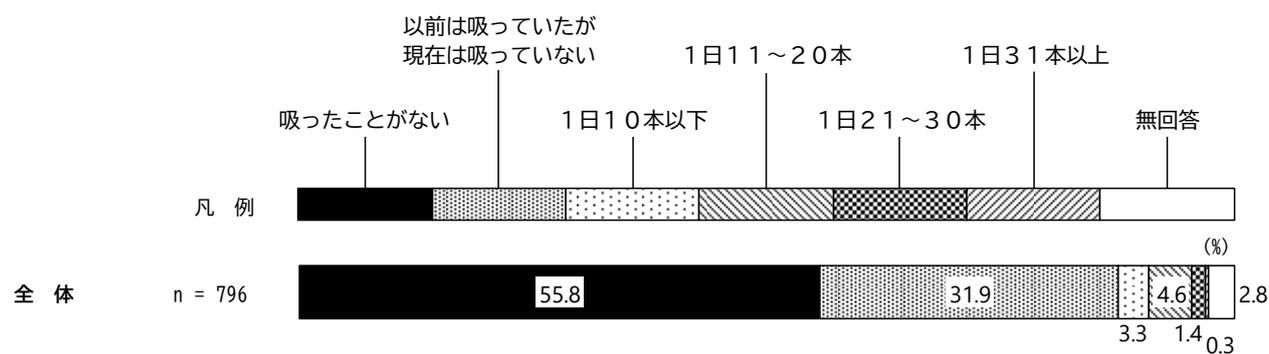
【飲酒の頻度／地域別／性別／就労の有無別】



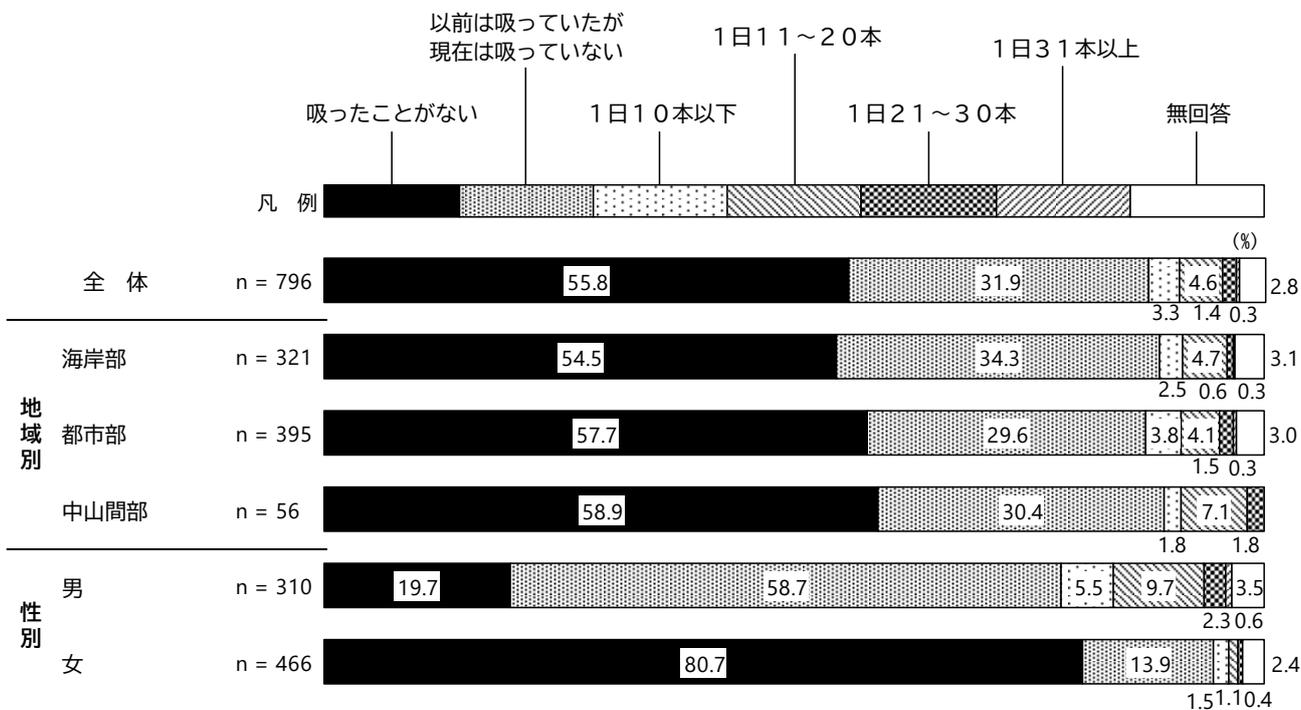
（12）喫煙について

- 「吸ったことがない」が55.8%と最も高くなっている。次いで「以前は吸っていたが現在は吸っていない」が31.9%、「1日11～20本」が4.6%となっている。
- 『喫煙する人』（「1日10本以下」+「1日11～20本」+「1日21～30本」+「1日30本以上」）は9.6%となっている。
- 地域別では『喫煙する人』について大きな差は出ていない。
- 男性では『喫煙する人』が18.1%と女性に比べ10ポイント以上高い。

問19 あなたは、たばこを吸いますか。（○は1つ）



【喫煙について／地域別／性別】

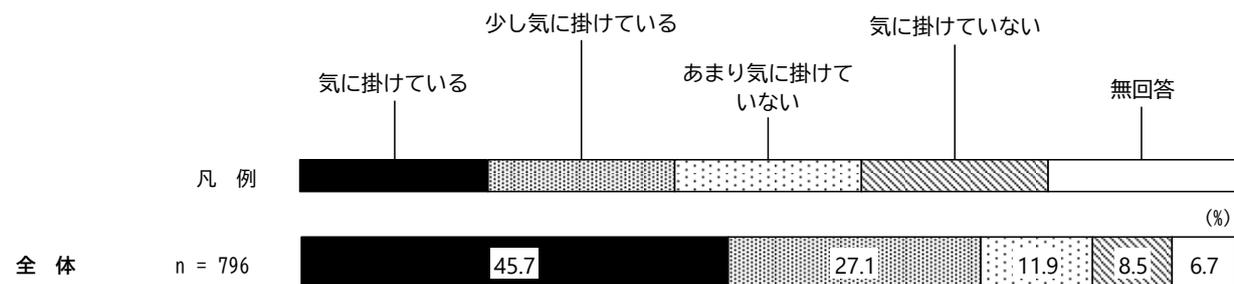


（13）受動喫煙を気に掛けているか

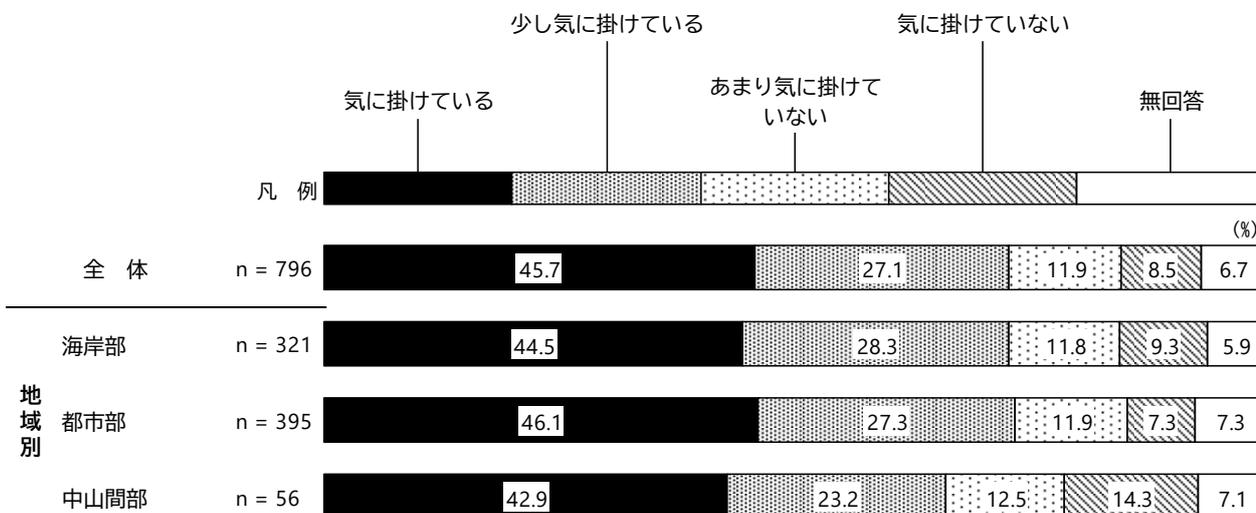
- 「気に掛けている」が45.7%と最も高くなっている。次いで「少し気に掛けている」が27.1%、「あまり気に掛けていない」が11.9%となっている。
- 中山間部では『受動喫煙の影響を気に掛けていない』（「あまり気に掛けていない」+「気に掛けていない」）が26.8%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問20 あなたは、受動喫煙により害を及ぼす又は及ぼされることを気に掛けていますか。

（○は1つ）



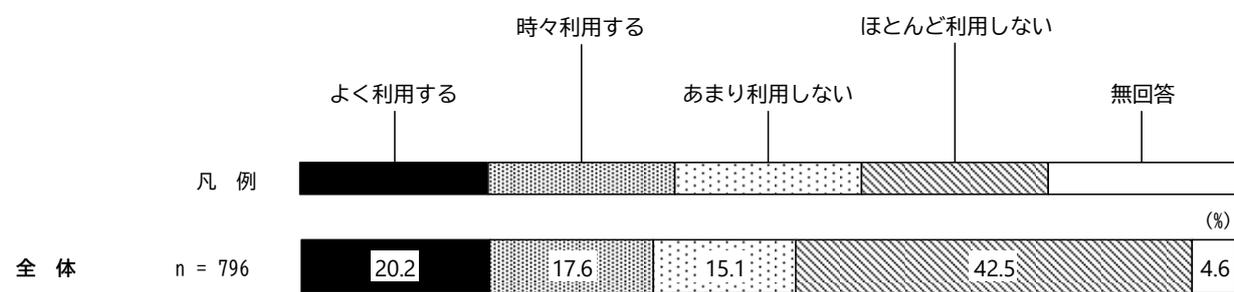
【受動喫煙を気に掛けているか／地域別】



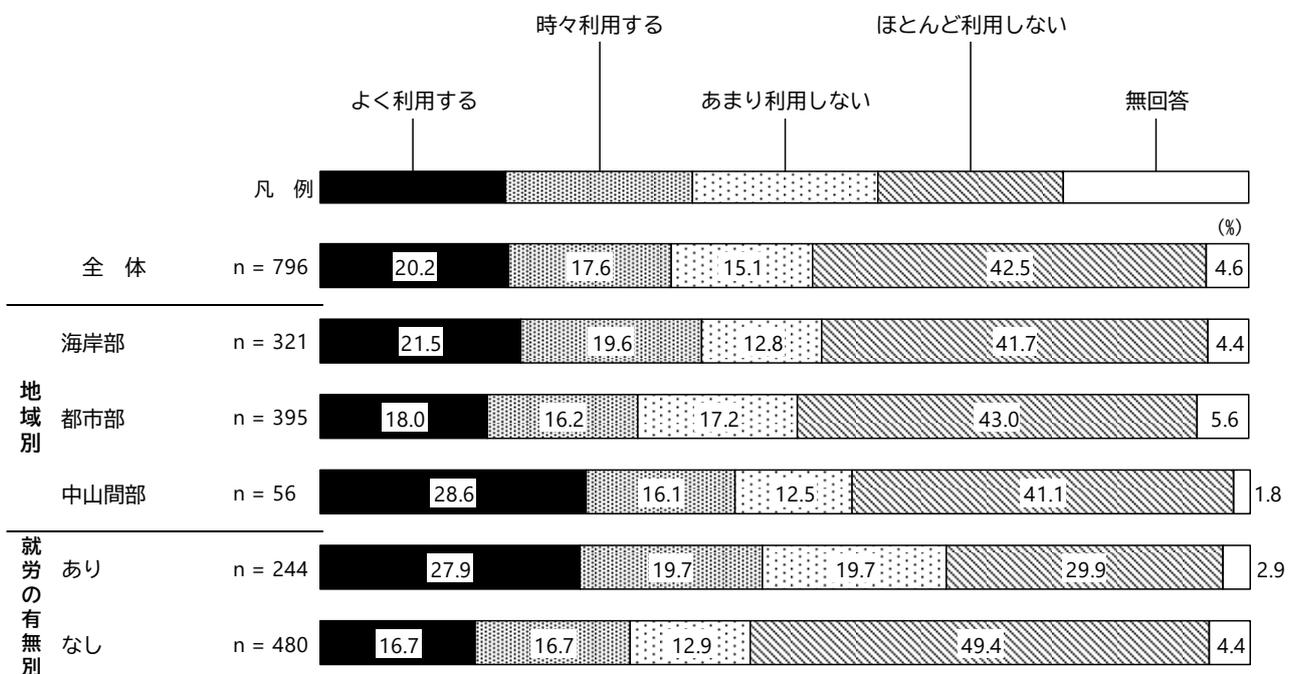
（14）身体に支障がない場合、歩いて5分の距離でも車を利用するか

- 「ほとんど利用しない」が42.5%と最も高くなっている。次いで「よく利用する」が20.2%、「時々利用する」が17.6%となっている。
- 中山間部では『歩いて5分程度で行ける距離でも車をよく利用する人』（「よく利用する」）が28.6%と他地域に比べ5ポイント以上高い。
- 就労している人では『歩いて5分程度で行ける距離でも車をよく利用する人』が27.9%と就労していない人に比べ10ポイント以上高い。

問21 あなたは、身体に支障がない場合に、歩いて5分程度で行ける距離でも車を利用しますか。（○は1つ）



【身体に支障がない場合、歩いて5分の距離でも車を利用するか／地域別／就労の有無別】

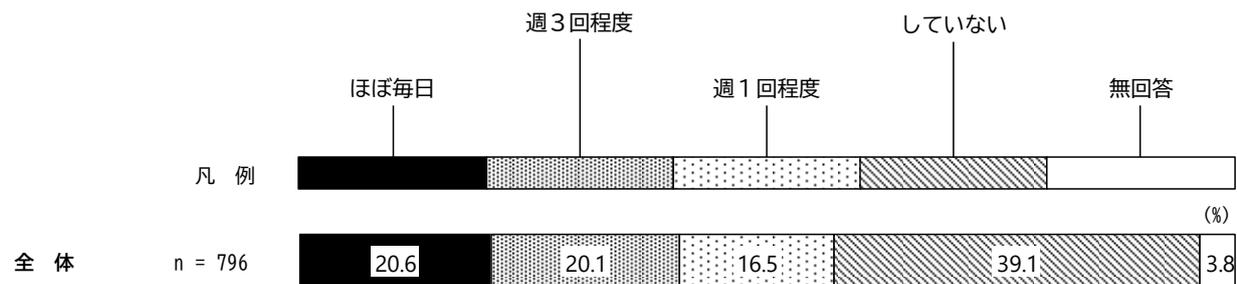


（15）運動の頻度

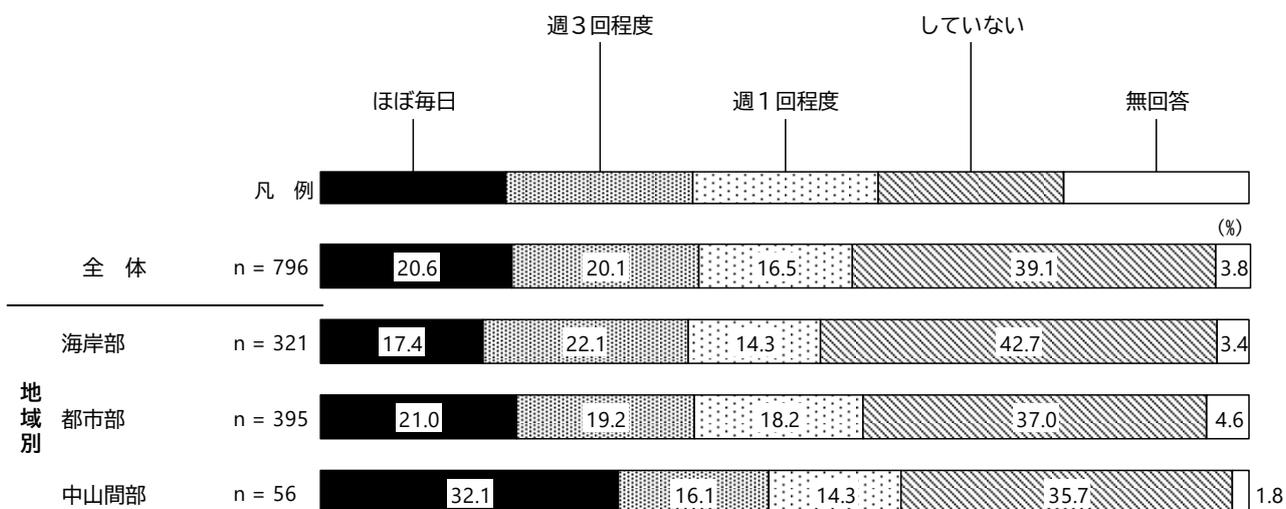
- 「していない」が39.1%と最も高くなっている。次いで「ほぼ毎日」が20.6%、「週3回程度」が20.1%となっている。
- 『運動を週3回以上する人』（「ほぼ毎日」＋「週3回程度」）は40.7%となっている。
- 中山間部では『運動を週3回以上する人』が48.2%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問22 あなたは、運動（1回30分以上の汗ばむ程度のもの）をどれくらいしますか。

（○は1つ）



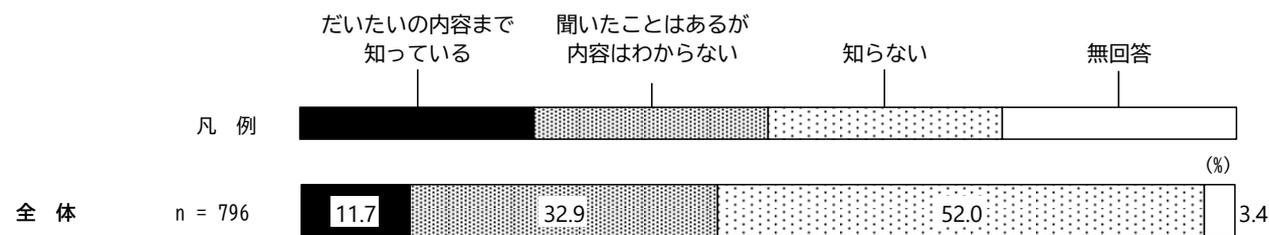
【運動の頻度／地域別】



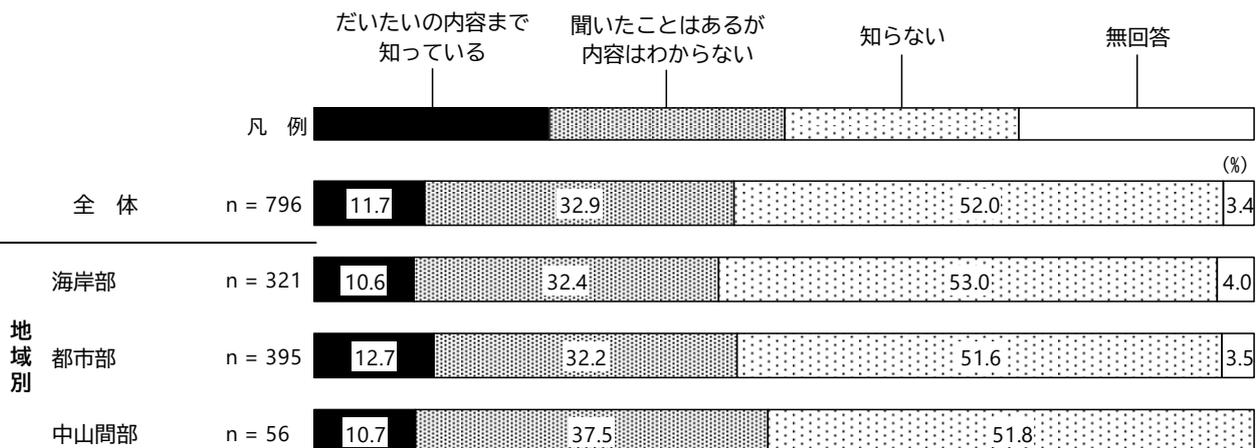
(16) COPDの認知度

- 「知らない」が52.0%と最も高くなっている。次いで「聞いたことはあるが内容はわからない」が32.9%、「だいたいの内容まで知っている」が11.7%となっている。
- 地域別では『COPDの概念を知っている人』（「だいたいの内容まで知っている」）について大きな差は出ていない。

問23 COPD（慢性閉塞性肺疾患）という言葉を知っていますか。（○は1つ）



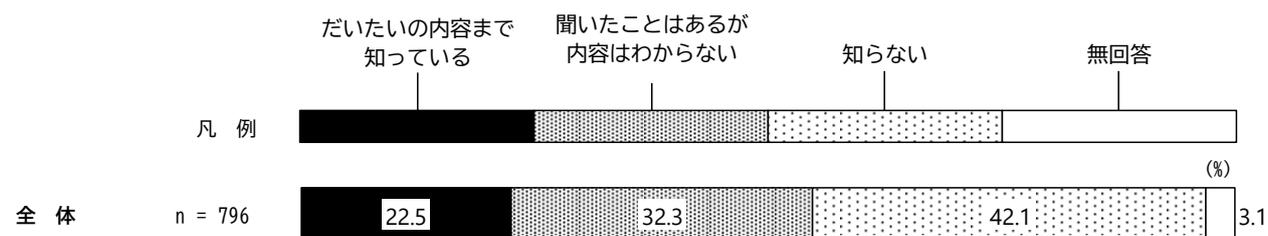
【COPDの認知度／地域別】



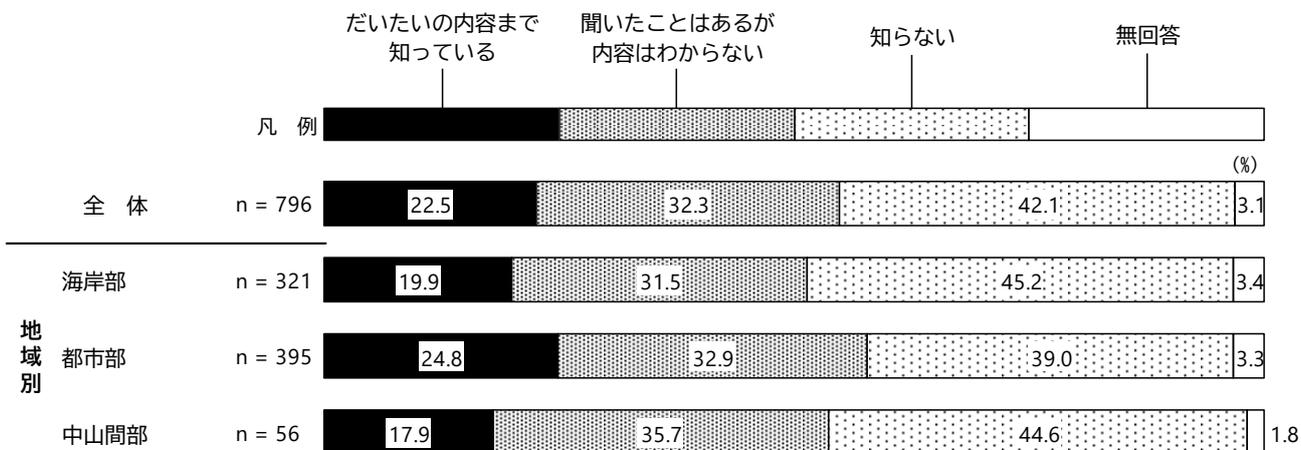
（17）ロコモティブシンドロームの認知度

- 「知らない」が42.1%と最も高くなっている。次いで「聞いたことはあるが内容はわからない」が32.3%、「だいたいの内容まで知っている」が22.5%となっている。
- 地域別では『ロコモティブシンドロームの概念を知っている人』（「だいたいの内容まで知っている」）について大きな差は出ていない。

問24 ロコモティブシンドローム（年齢と共に運動機能や自立度が低下し、介護が必要となる可能性が高い状態）という言葉を知っていますか。（○は1つ）



【ロコモティブシンドロームの認知度／地域別】

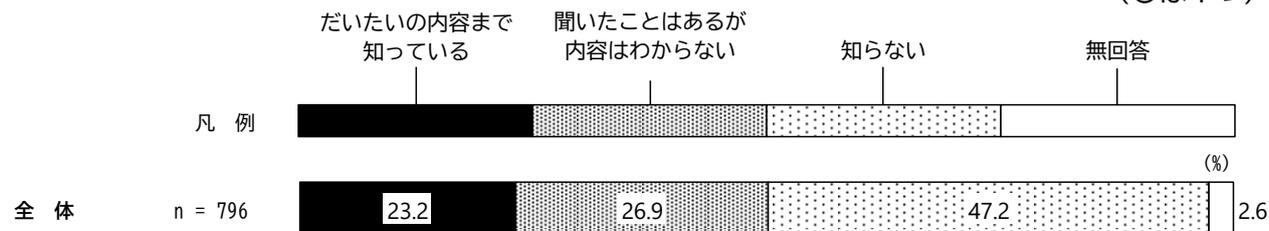


(18) フレイルの認知度

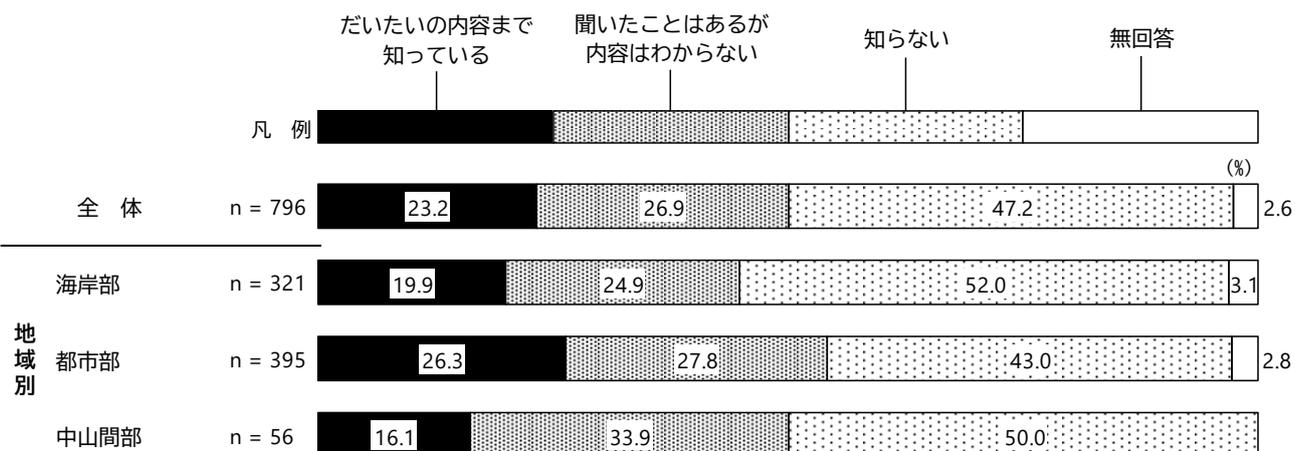
- 「知らない」が47.2%と最も高くなっている。次いで「聞いたことはあるが内容はわからない」が26.9%、「だいたいの内容まで知っている」が23.2%となっている。
- 都市部では『フレイルの概念を知っている』（「だいたいの内容まで知っている」）が26.3%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問25 フレイル（加齢により心身が老い衰えた状態）という言葉を知っていますか。

（○は1つ）



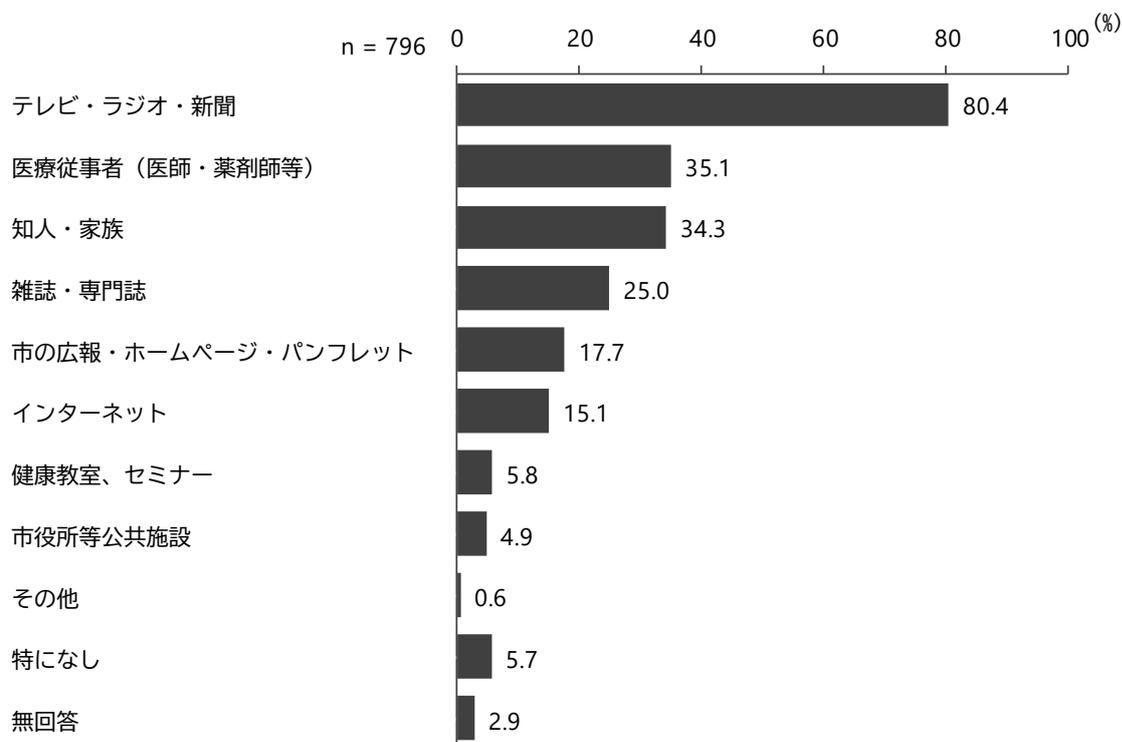
【フレイルの認知度／地域別】



（19）健康に関する情報の入手先

- 「テレビ・ラジオ・新聞」が80.4%と最も高くなっている。次いで「医療従事者（医師・薬剤師等）」が35.1%、「知人・家族」が34.3%となっている。
- 地域別では「テレビ・ラジオ・新聞」が各地域でそれぞれ最も高くなっている。

問26 あなたは、健康に関する情報をどこから得ていますか。（あてはまるものすべてに○）



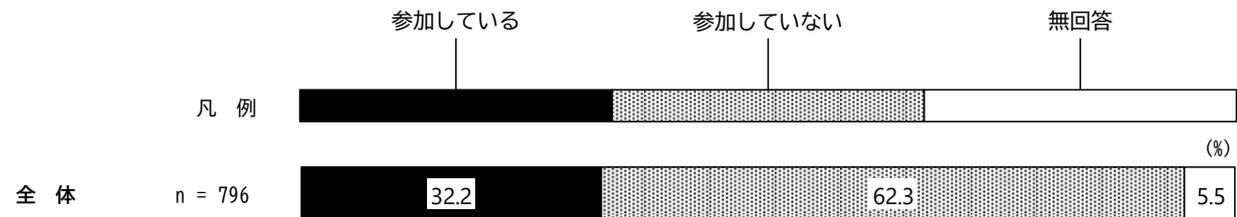
【健康に関する情報の入手先／地域別】

		n	テレビ・ラジオ・新聞	医療従事者（医師・薬剤師等）	知人・家族	雑誌・専門誌	市の広報・ホームページ・パンフレット	インターネット	健康教室、セミナー	市役所等公共施設	その他	特になし	無回答
全体		796	80.4	35.1	34.3	25.0	17.7	15.1	5.8	4.9	0.6	5.7	2.9
地域別	海岸部	321	78.2	32.4	29.6	21.8	13.1	14.0	5.9	3.4	0.3	7.5	3.1
	都市部	395	80.3	37.5	36.5	28.1	21.8	16.2	5.3	5.6	0.8	5.1	3.0
	中山間部	56	92.9	35.7	46.4	21.4	21.4	10.7	8.9	8.9	1.8	1.8	-

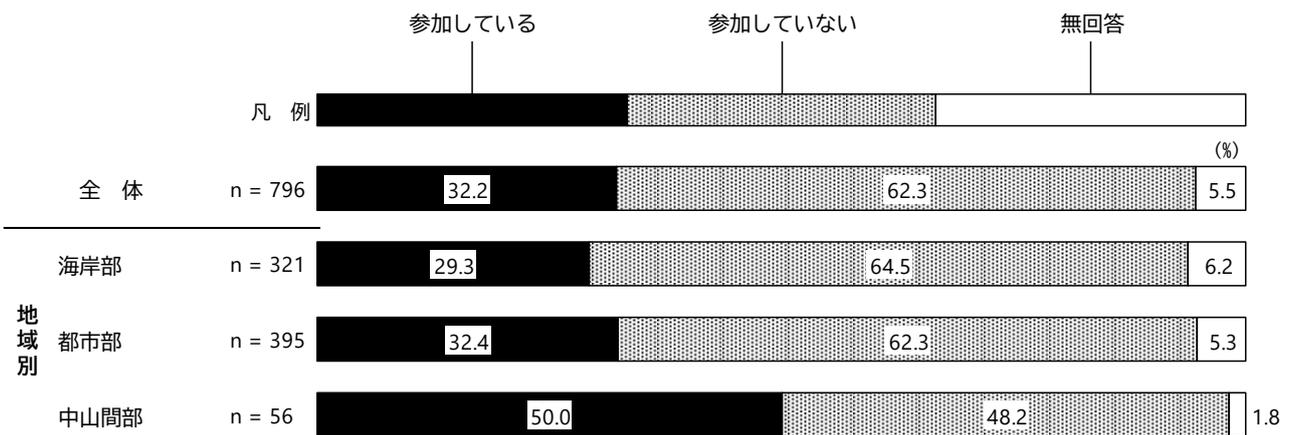
（20）地域や組織での活動に参加しているか

- 「参加していない」が62.3%、「参加している」が32.2%となっている。
- 海岸部では「参加している」が29.3%と地域別の中で最も低い。

問27 あなたは、地域や組織での活動に参加していますか。（○は1つ）



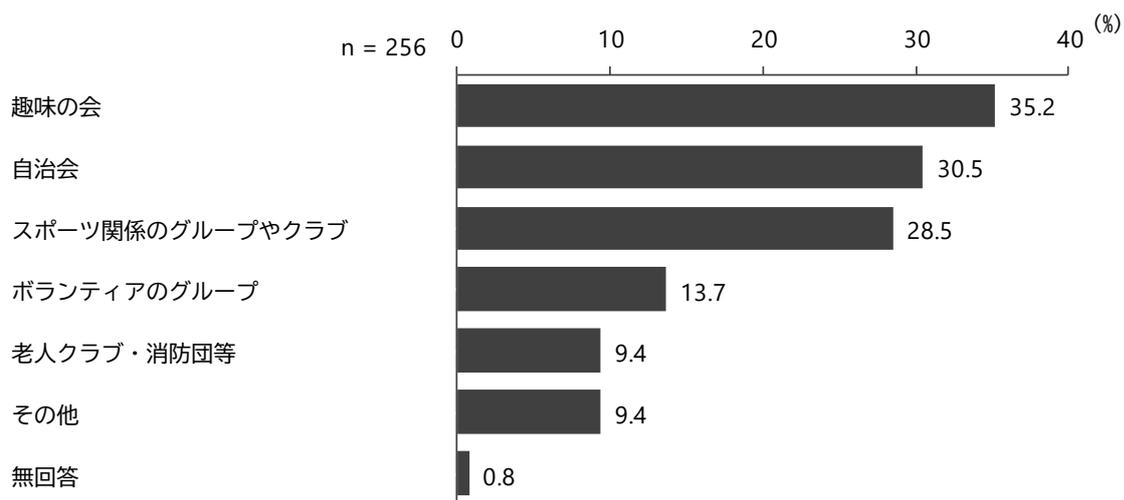
【地域や組織での活動への参加の有無／地域別】



（21）参加している組織や会

- 「趣味の会」が35.2%と最も高くなっている。次いで「自治会」が30.5%、「スポーツ関係のグループやクラブ」が28.5%となっている。
- 中山間部では「趣味の会」、「自治会」、「スポーツ関係のグループやクラブ」において、他地域に比べそれぞれ10ポイント以上低い。

問27-1 あなたは、どのような組織や会に入っていますか。（あてはまるものすべてに○）



【参加している組織や会／地域別】

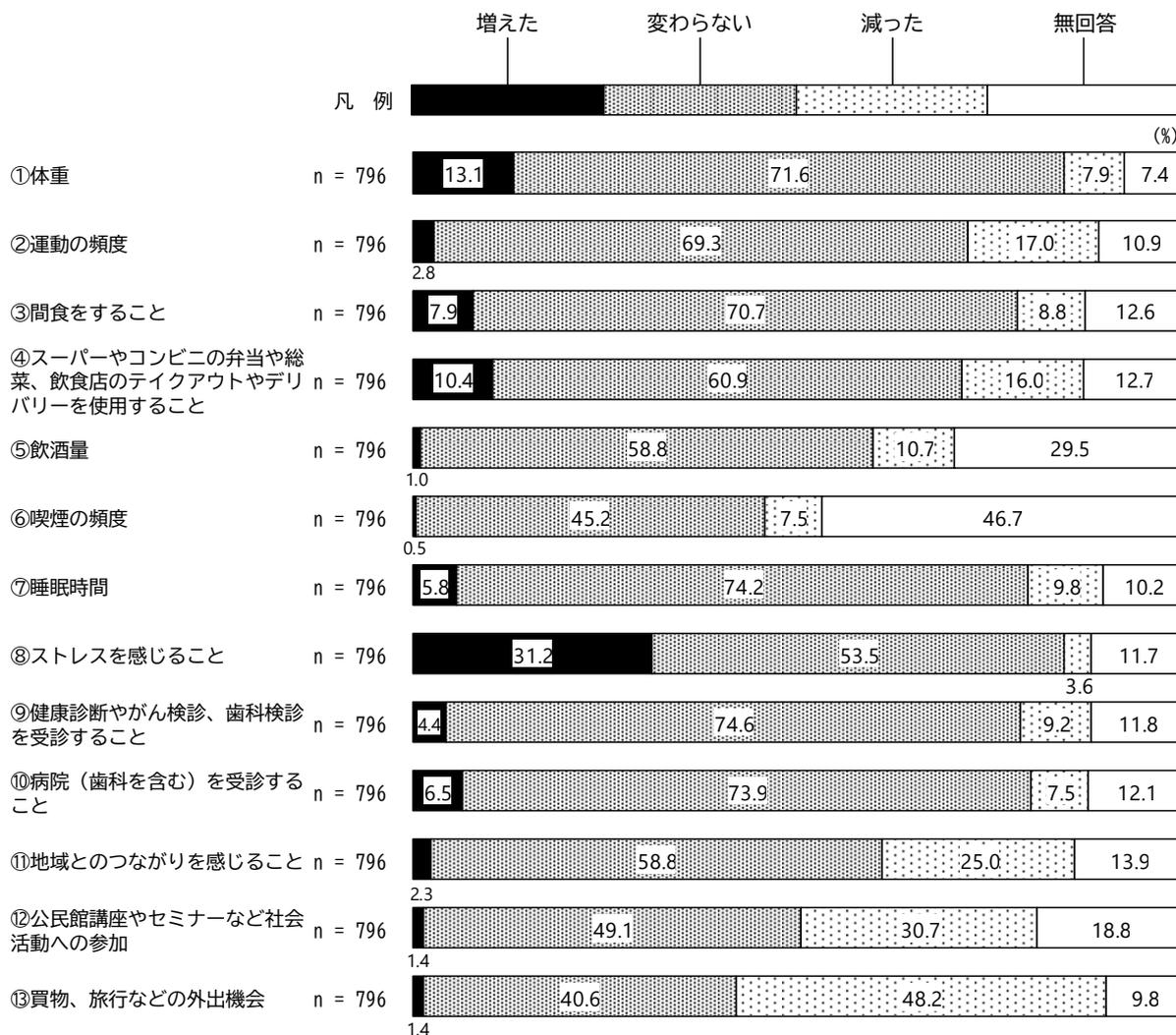
		n	趣味の会	自治会	スポーツ関係のグループやクラブ	ボランティアのグループ	老人クラブ・消防団等	その他	無回答
全体		256	35.2	30.5	28.5	13.7	9.4	9.4	0.8
地域別	海岸部	94	33.0	35.1	25.5	16.0	5.3	7.4	1.1
	都市部	128	41.4	28.9	35.2	9.4	7.0	9.4	0.8
	中山間部	28	21.4	17.9	14.3	28.6	35.7	7.1	-

（２２）新型コロナウイルス感染症の影響による変化

- 新型コロナウイルスの影響によって「増えた」割合が最も高いのは『⑧ストレスを感じること』(31.2%)で、「減った」割合が最も高いのは『⑬買物、旅行などの外出機会』(48.2%)となっている。「変わらない」が最も高いのは『⑨健康診断やがん検診、歯科検診を受診すること』で74.6%となっている。

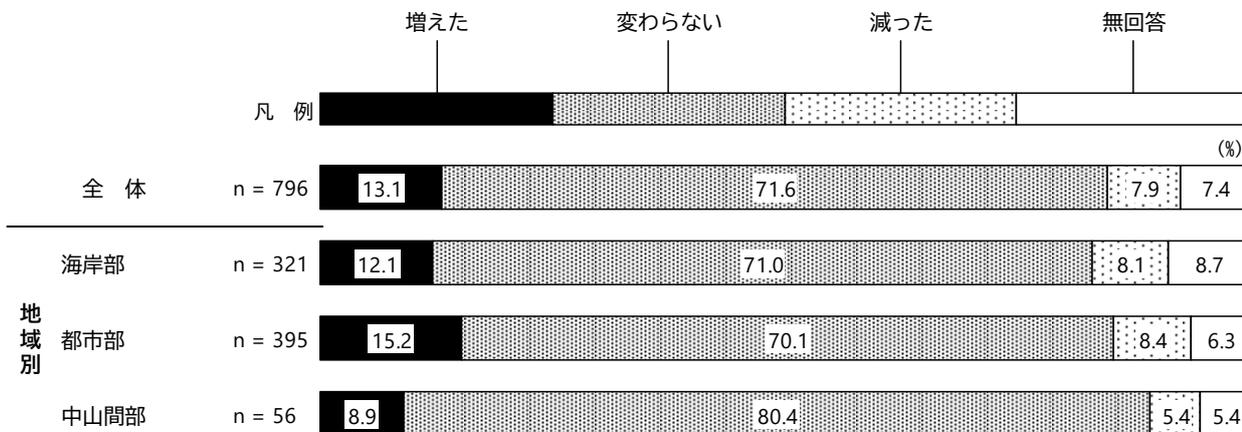
問 2 8 新型コロナウイルス感染症の影響により、次の①～⑬について変化がありましたか。

(○はそれぞれ1つ)



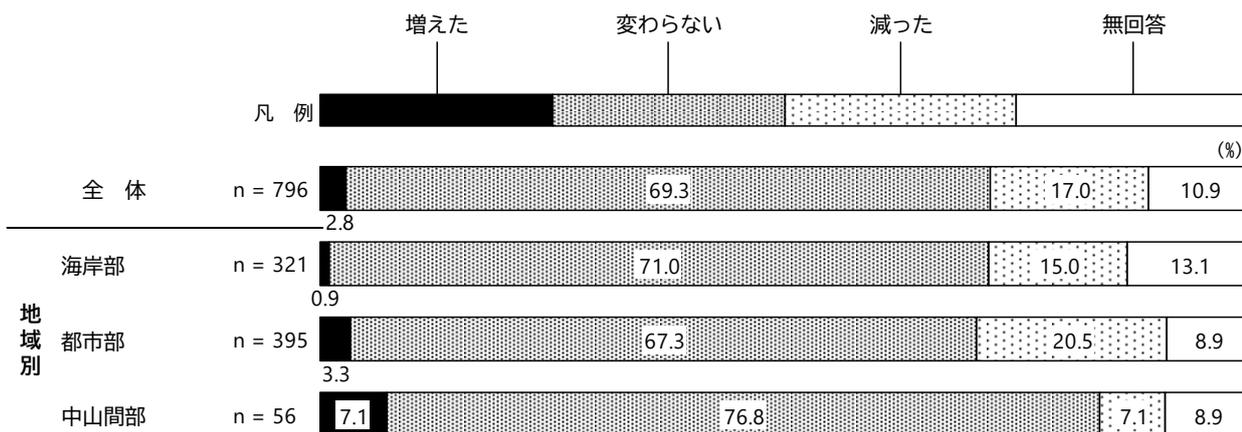
【①体重／地域別】

● 中山間部では「変わらない」が80.4%と他地域に比べ5ポイント以上高い。



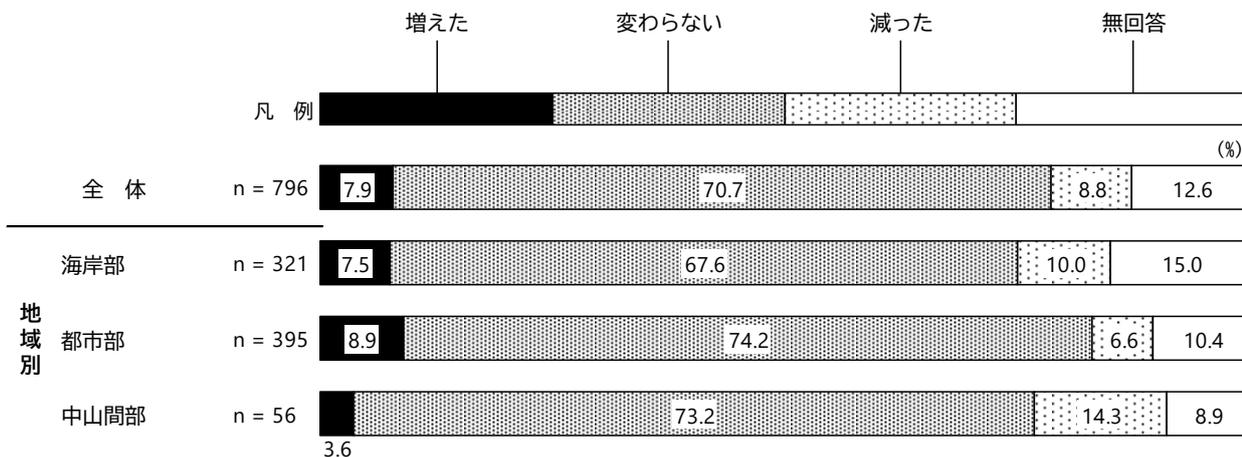
【②運動の頻度／地域別】

● 都市部では「減った」が20.5%と他地域に比べ5ポイント以上高い。



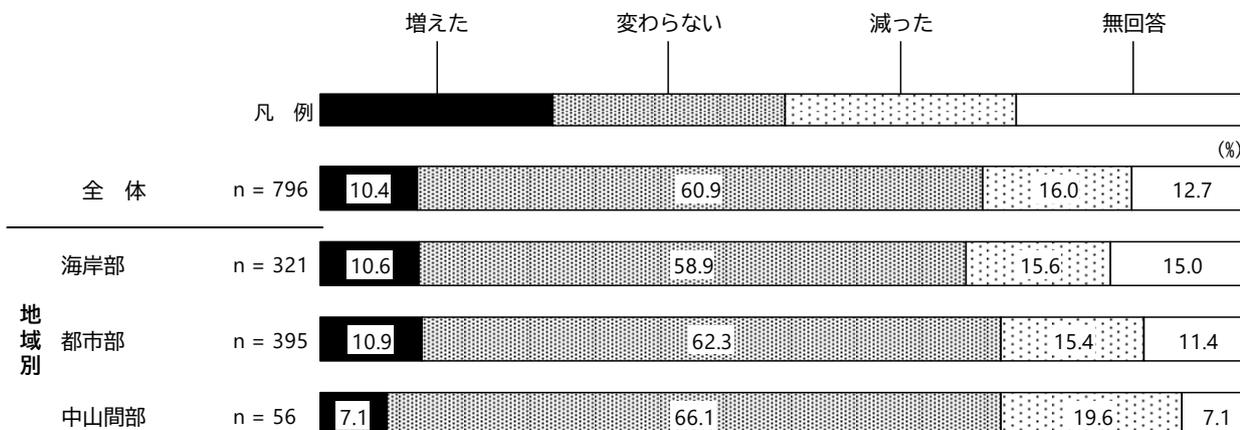
【③間食をすること／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



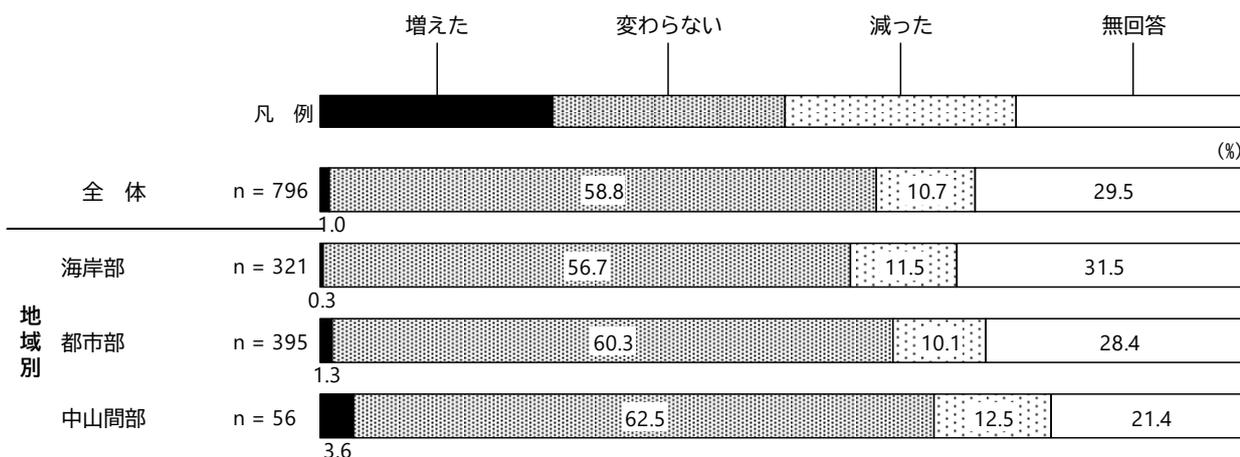
【④スーパーやコンビニの弁当や総菜、
飲食店のテイクアウトやデリバリーを使用すること／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



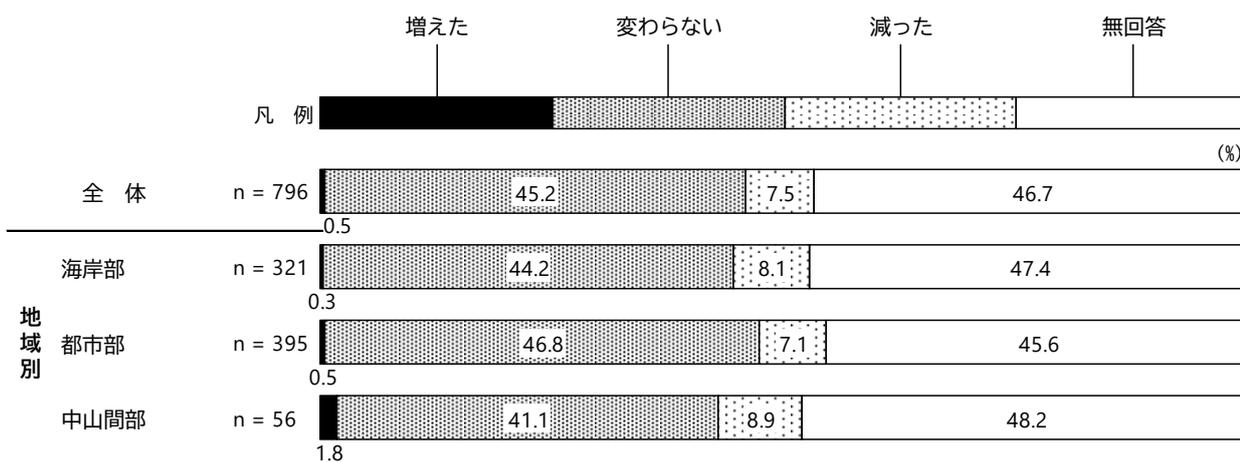
【⑤飲酒量／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



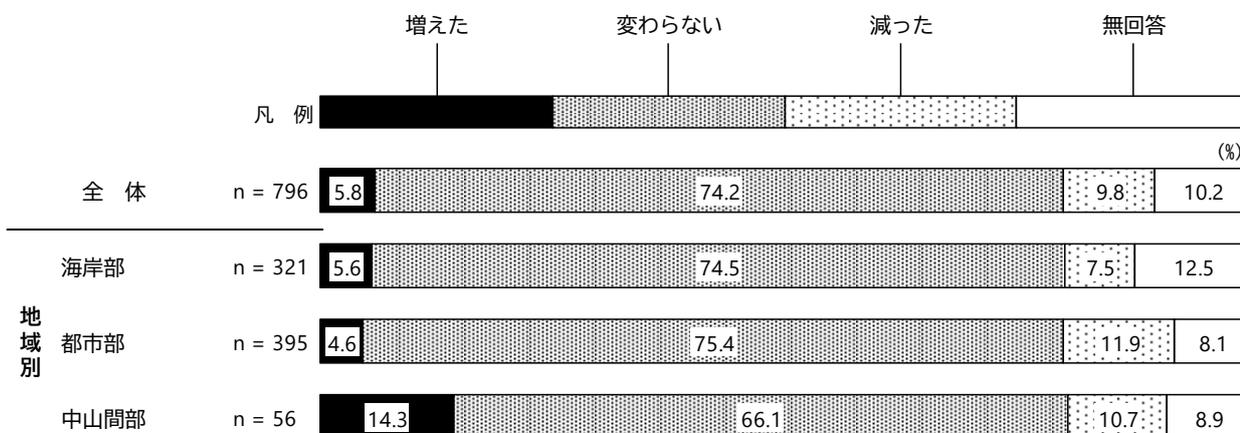
【⑥喫煙の頻度／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



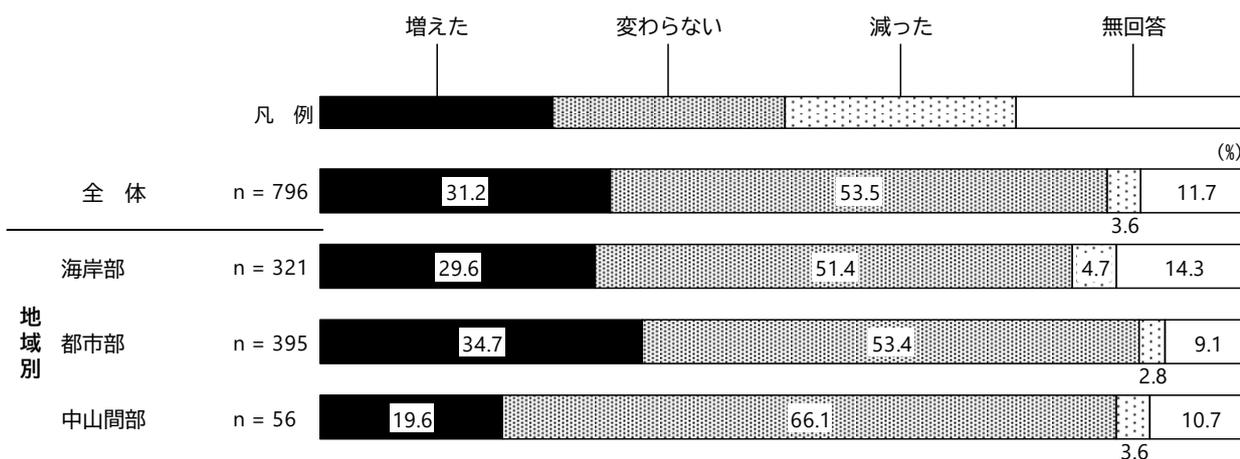
【⑦睡眠時間／地域別】

● 中山間部では「増えた」が14.3%と他地域に比べ5ポイント以上高い。



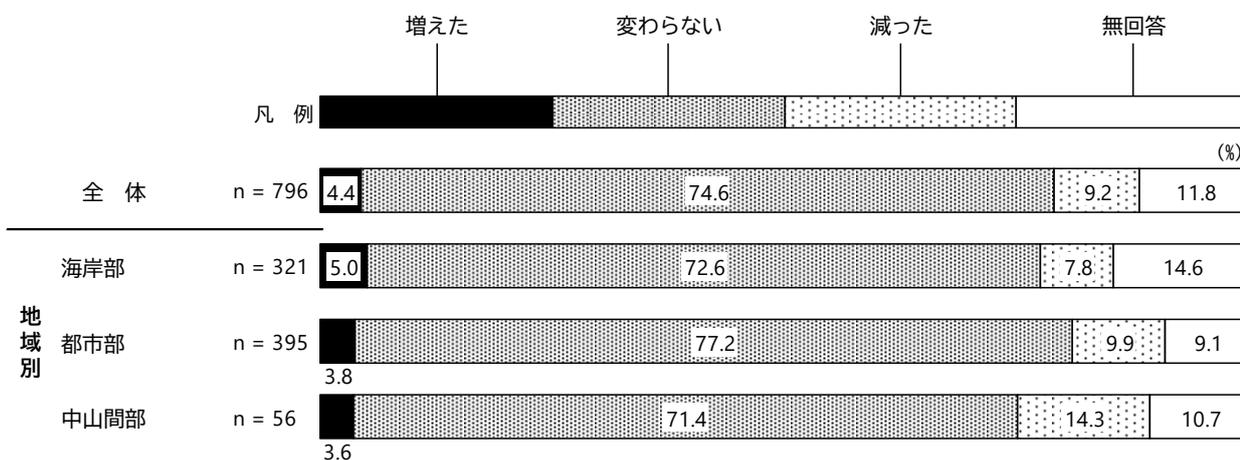
【⑧ストレスを感じること／地域別】

● 中山間部では「増えた」が19.6%と他地域に比べ10ポイント以上低い。



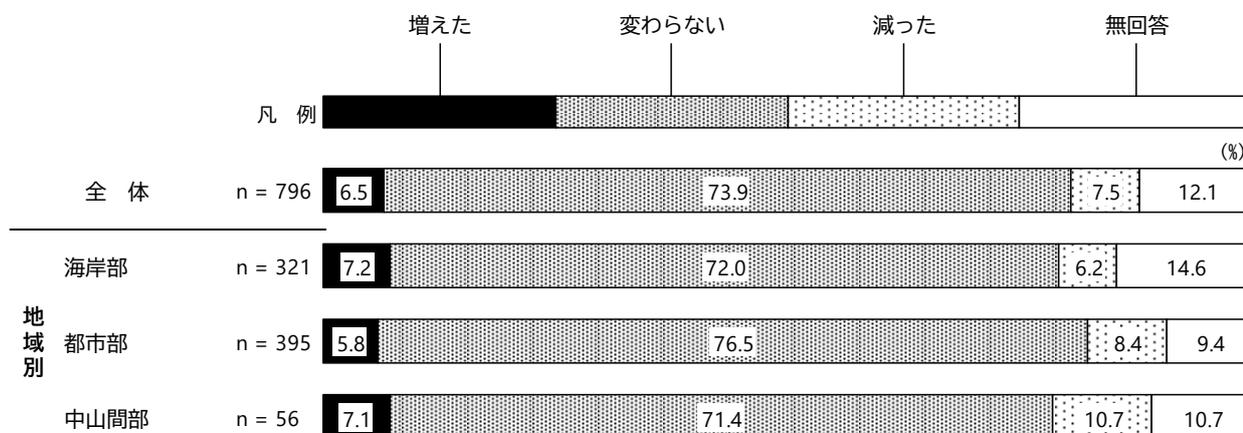
【⑨健康診断やがん検診、歯科検診を受診すること／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



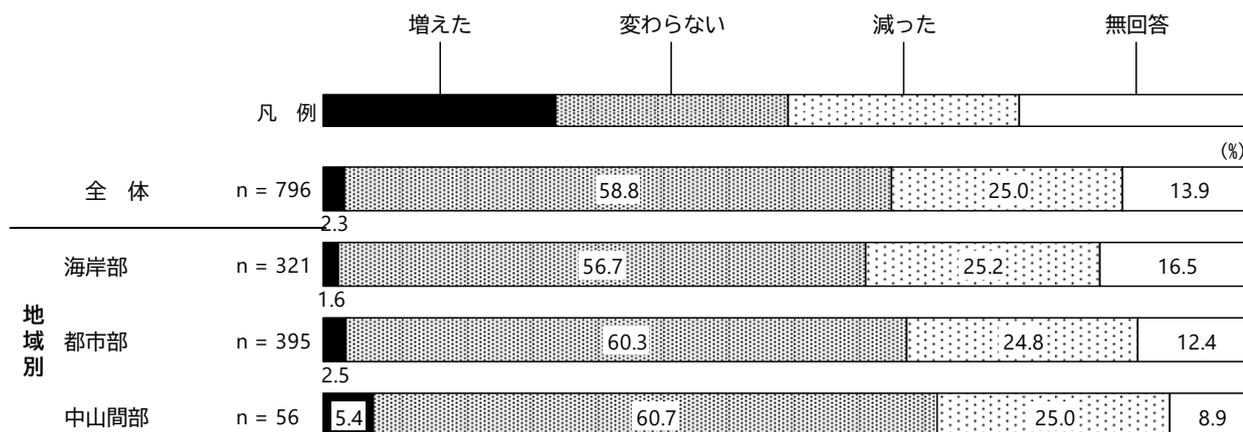
【⑩病院（歯科を含む）を受診すること／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



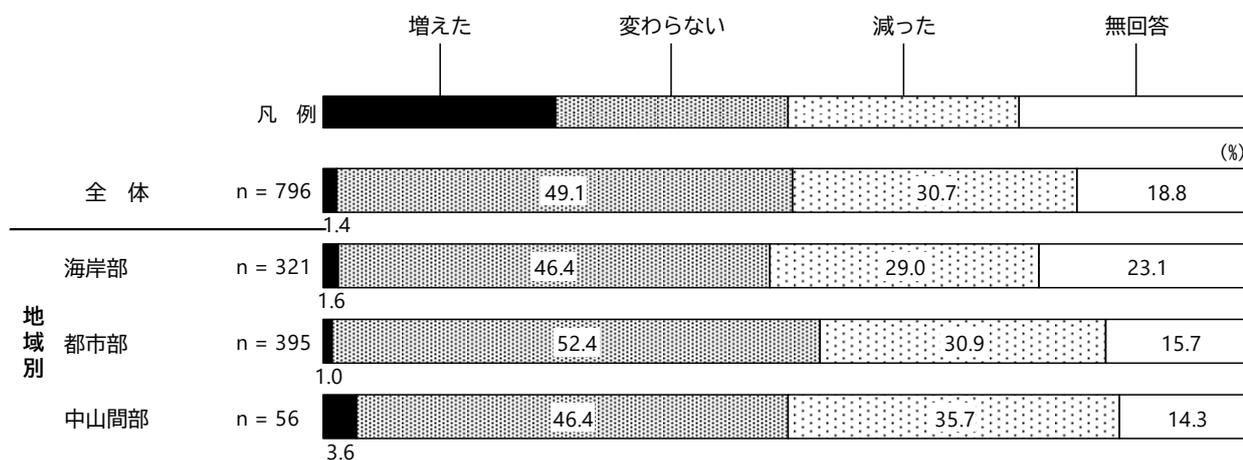
【⑪地域とのつながりを感じる／地域別】

● 地域別では大きな差は出ていない。



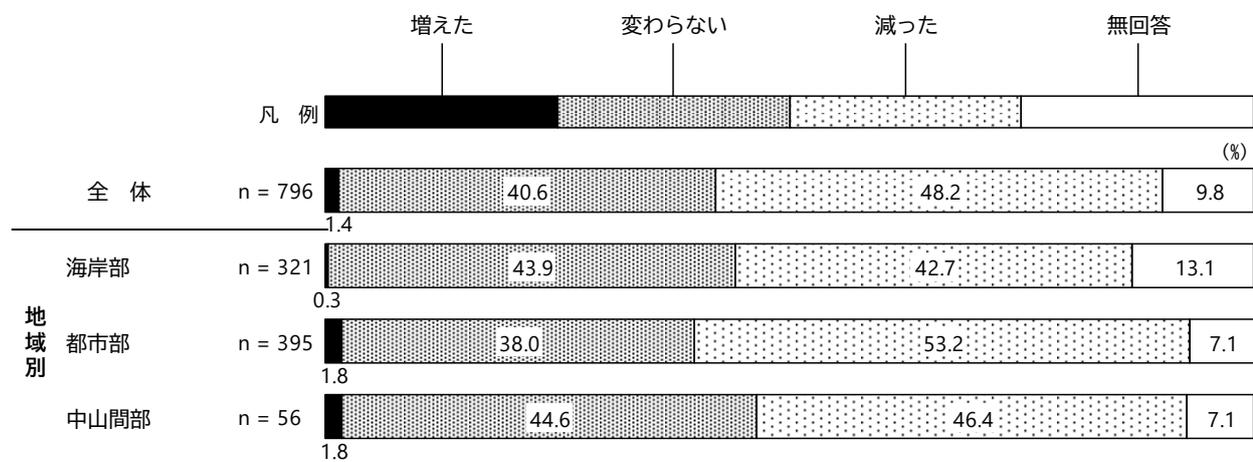
【⑫公民館講座やセミナーなど社会活動への参加／地域別】

● 都市部では「変わらない」が52.4%と他地域に比べ5ポイント以上高い。



【⑬買物、旅行などの外出機会／地域別】

● 都市部では「減った」が53.2%と他地域に比べ5ポイント以上高い。



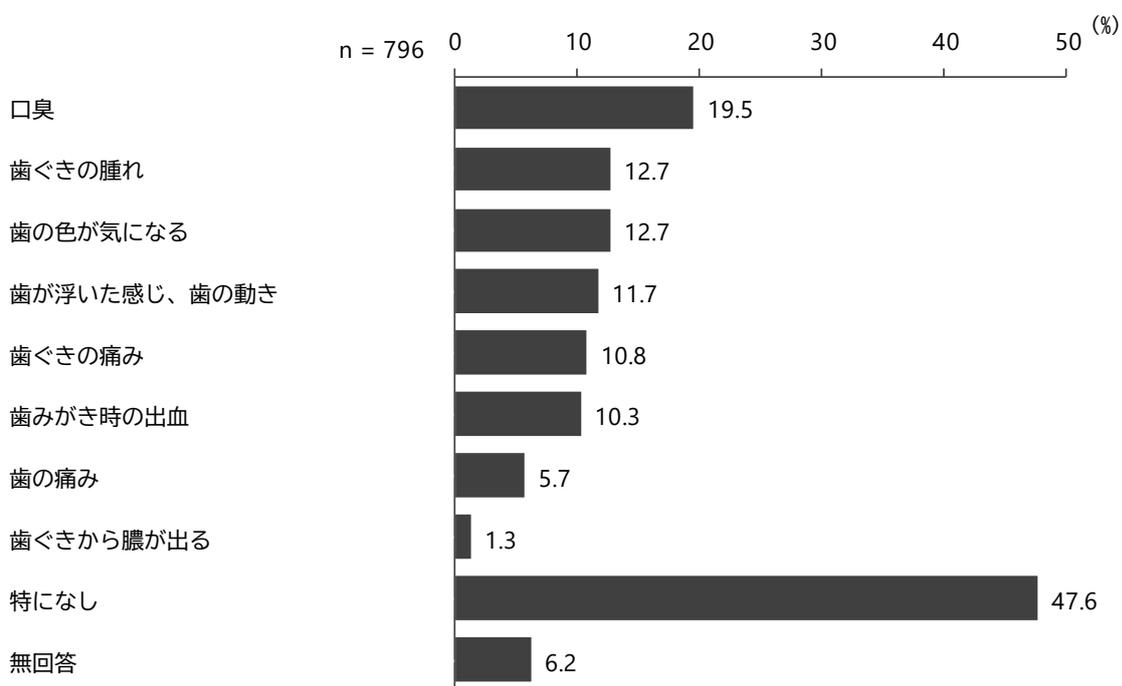
3 「お口の健康」について

(1) 現在歯や歯ぐきに気になる症状があるか

- 「口臭」が19.5%と最も高くなっている。次いで「歯ぐきの腫れ」と「歯の色が気になる」がともに12.7%となっている。一方、「特になし」が47.6%となっている。
- 『歯や歯ぐきに症状がある』（100.0%－「特になし」「無回答」）は46.2%となっている。
- 地域別では『歯や歯ぐきに症状がある』について大きな差は出ていない。

問29 あなたは、現在歯や歯ぐきに次のような気になる症状がありますか。

（あてはまるものすべてに○）



【現在歯や歯ぐきに気になる症状があるか／地域別】

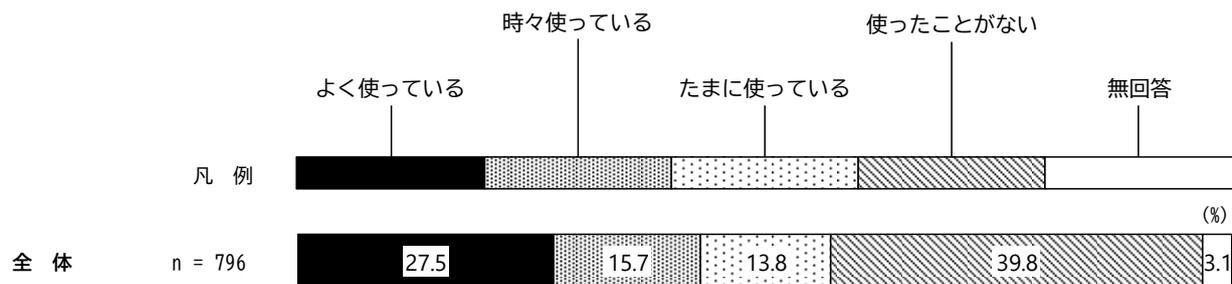
		n	口臭	歯ぐきの腫れ	歯の色が気になる	歯が浮いた感じ、歯の動き	歯ぐきの痛み	歯みがき時の出血	歯の痛み	歯ぐきから膿が出る	特になし	無回答
全体		796	19.5	12.7	12.7	11.7	10.8	10.3	5.7	1.3	47.6	6.2
地域別	海岸部	321	20.2	12.5	9.7	10.0	10.9	9.3	4.7	1.6	49.5	7.5
	都市部	395	19.2	12.7	14.4	12.2	10.9	11.1	5.8	1.3	45.8	5.8
	中山間部	56	12.5	12.5	16.1	16.1	8.9	10.7	5.4	-	51.8	1.8

（２） 歯間ブラシまたはデンタルフロス（糸ようじ）の使用について

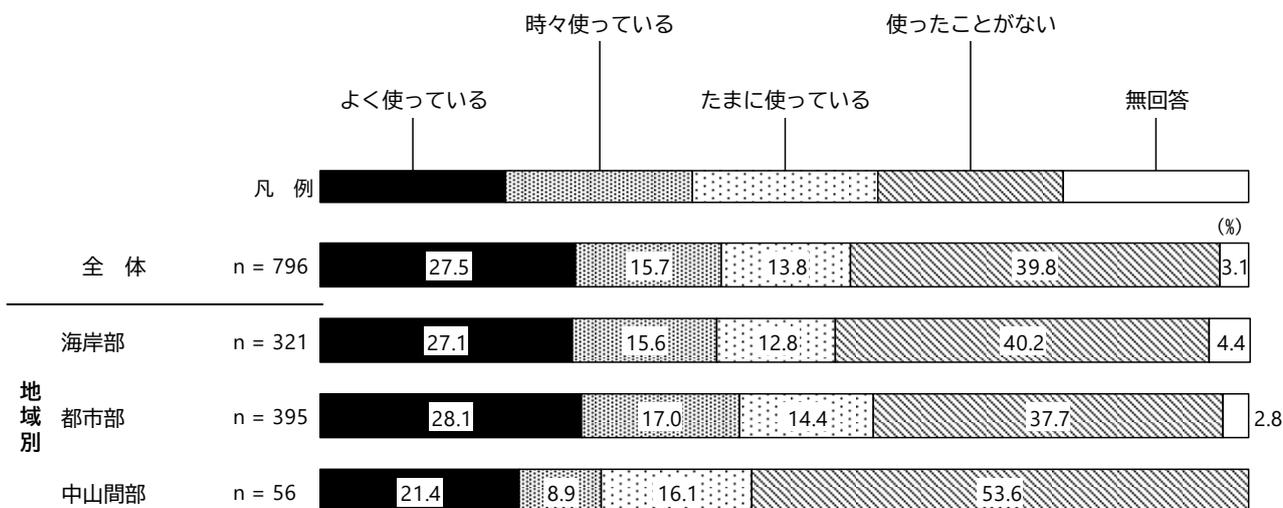
- 「使ったことがない」が39.8%と最も高くなっている。次いで「よく使っている」が27.5%、「時々使っている」が15.7%となっている。
- 中山間部では『歯間ブラシまたはデンタルフロスをよく使う人』（「よく使っている」）が21.4%と他地域に比べ5ポイント以上低い。

問30 あなたは、現在、歯間ブラシまたはデンタルフロス（糸ようじ）を使っていますか。

（○は1つ）



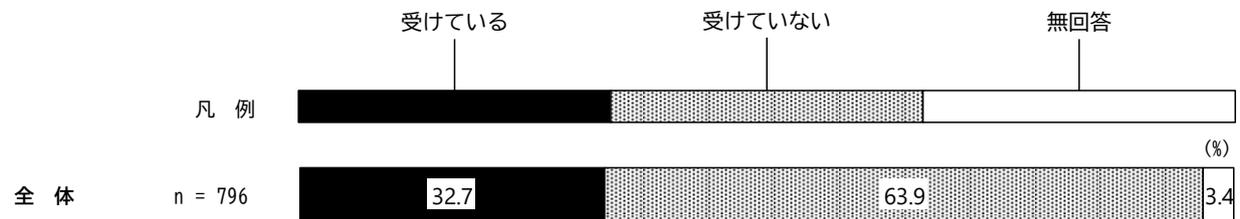
【歯間ブラシまたはデンタルフロス（糸ようじ）の使用について／地域別】



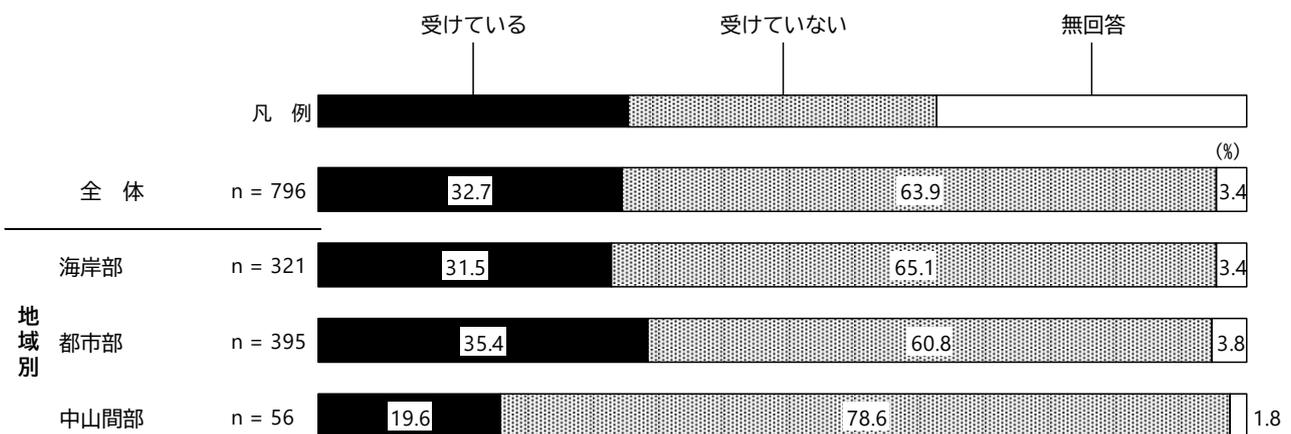
（3）年に1回歯の定期検診を受けているか

- 「受けていない」が63.9%、「受けている」が32.7%となっている。
- 中山間部では「受けている」が19.6%と他地域に比べ10ポイント以上低い。

問31 年に1回歯の定期検診を受けていますか。（○は1つ）



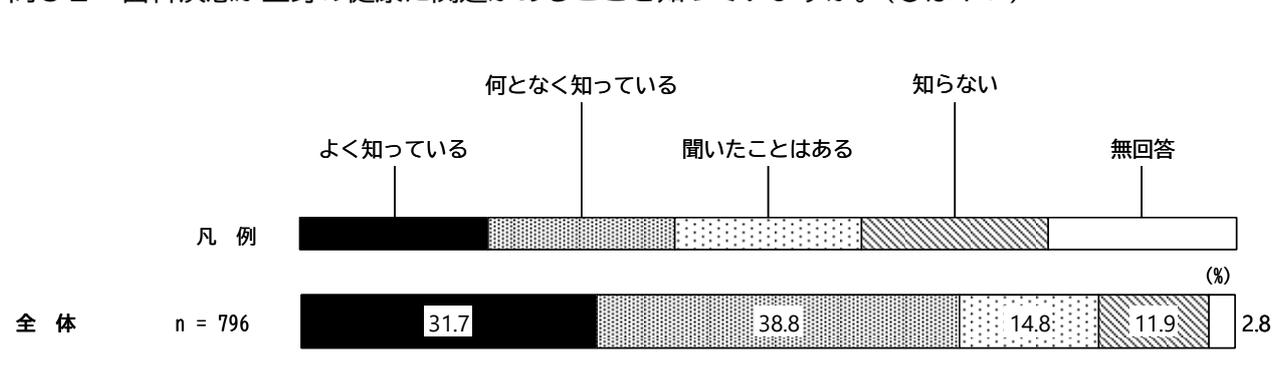
【年に1回歯の定期検診を受けているか／地域別】



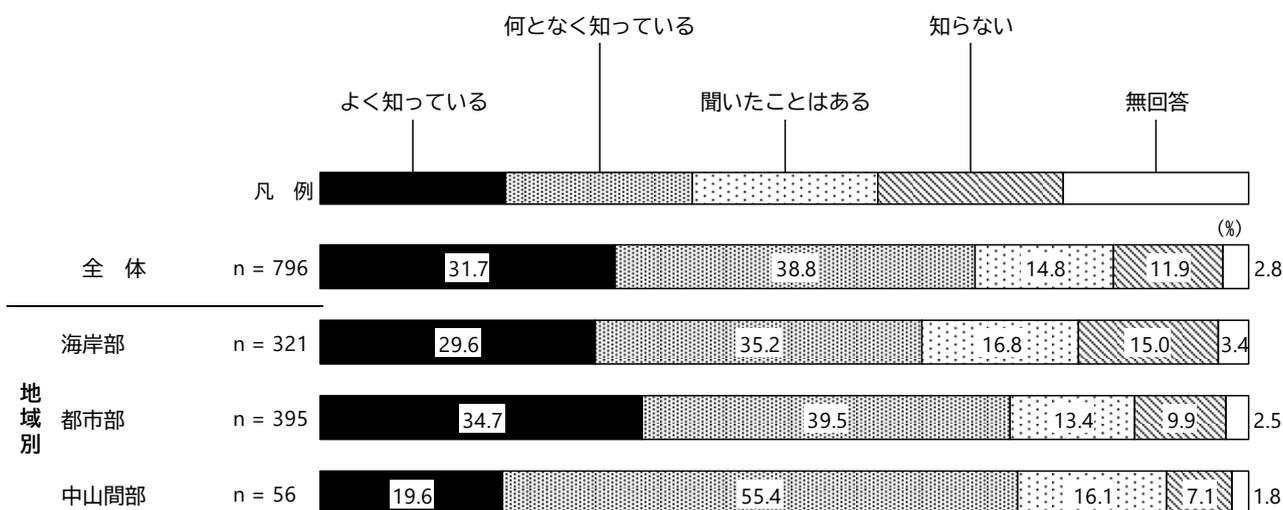
（４） 歯科疾患と全身の健康の関連についての認知度

- 「何となく知っている」が 38.8%と最も高くなっている。次いで「よく知っている」が 31.7%、「聞いたことはある」が 14.8%となっている。
- 『歯科疾患と全身の健康の関連について知っている人』（「よく知っている」＋「何となく知っている」）は 70.5%となっている。
- 海岸部では『歯科疾患と全身の健康の関連について知っている人』が 64.8%と他地域に比べ 5ポイント以上低い。

問32 歯科疾患が全身の健康に関連があることを知っていますか。（○は1つ）



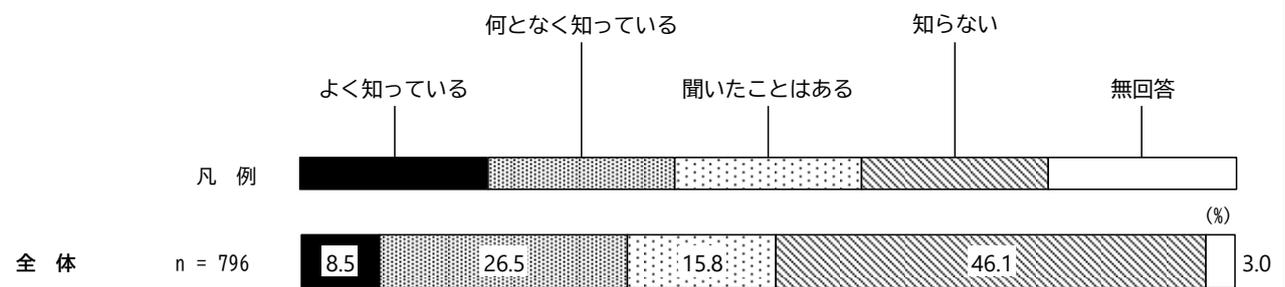
【歯科疾患と全身の健康の関連についての認知度／地域別】



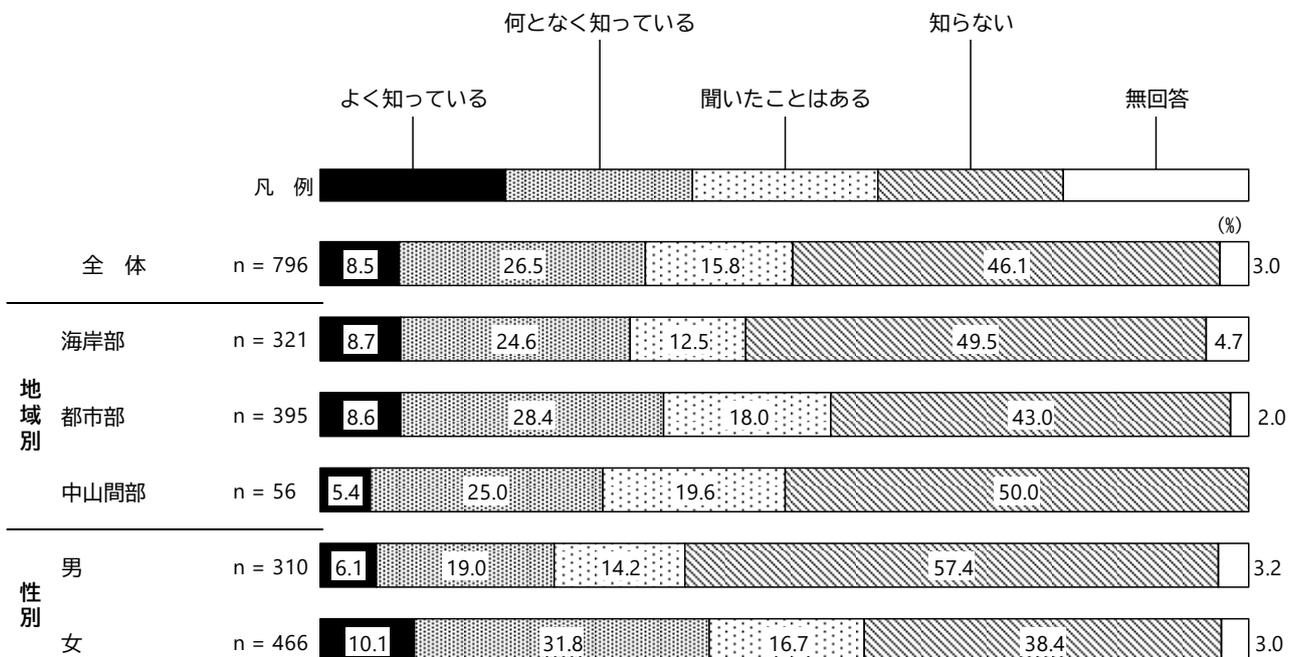
(5) オーラルフレイルの認知度

- 「知らない」が46.1%と最も高くなっている。次いで「何となく知っている」が26.5%、「聞いたことはある」が15.8%となっている。
- 『オーラルフレイルについて知っている』（「よく知っている」+「何となく知っている」）は35.0%となっている。
- 中山間部では『オーラルフレイルについて知っている』が30.4%と他地域に比べ低い。
- 男性では『オーラルフレイルについて知っている』が25.1%と女性に比べ10ポイント以上低い。

問33 「オーラルフレイル」（口腔に関する衰え）という言葉を知っていますか。（○は1つ）



【オーラルフレイルの認知度／地域別／性別】

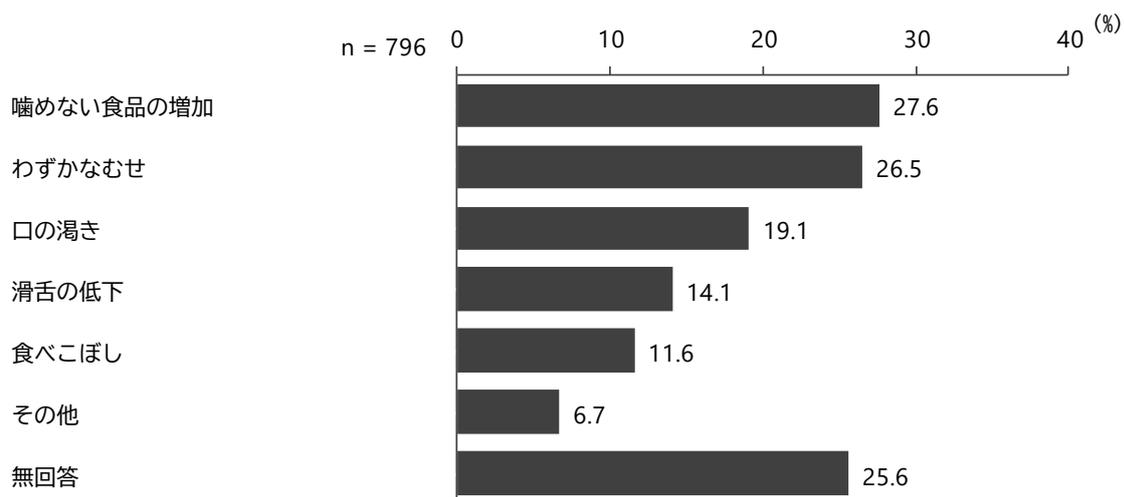


（6）オーラルフレイルの症状について

- 「噛めない食品の増加」が 27.6%と最も高く、次いで「わずかなむせ」が 26.5%、「口の渇き」が 19.1%となっている。
- 中山間部では「滑舌の低下」が 23.2%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問34 「オーラルフレイル」（口腔に関する衰え）の症状は見られますか。

（あてはまるものすべてに○）



【オーラルフレイルの症状について／地域別】

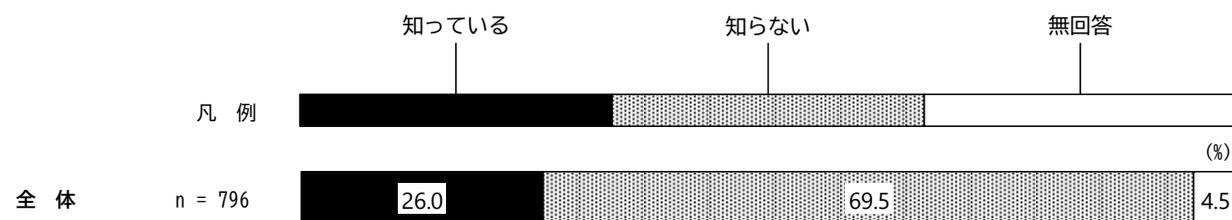
		n	噛めない食品の増加	わずかなむせ	口の渇き	滑舌の低下	食べこぼし	その他	無回答
全体		796	27.6	26.5	19.1	14.1	11.6	6.7	25.6
地域別	海岸部	321	27.4	24.0	16.8	12.1	12.1	7.2	25.5
	都市部	395	27.8	29.6	21.8	14.7	11.1	6.8	25.3
	中山間部	56	25.0	25.0	17.9	23.2	16.1	3.6	21.4

4 「こころの健康」について

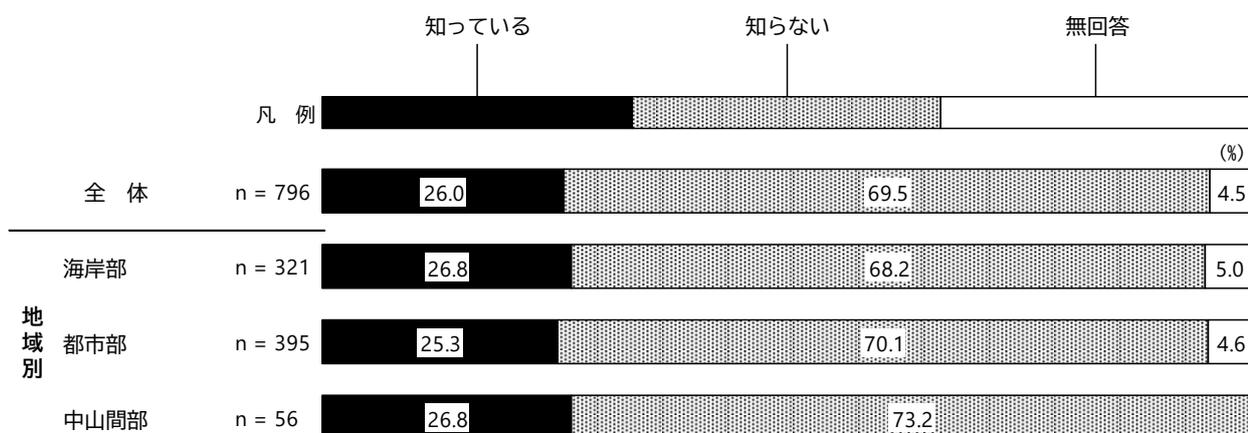
(1) 「心の健康や病気」の相談窓口の認知度

- 「知らない」が69.5%、「知っている」が26.0%となっている。
- 地域別では「知っている」について大きな差は出ていない。

問35 「心の健康や病気」について、相談できる窓口を知っていますか。(○は1つ)



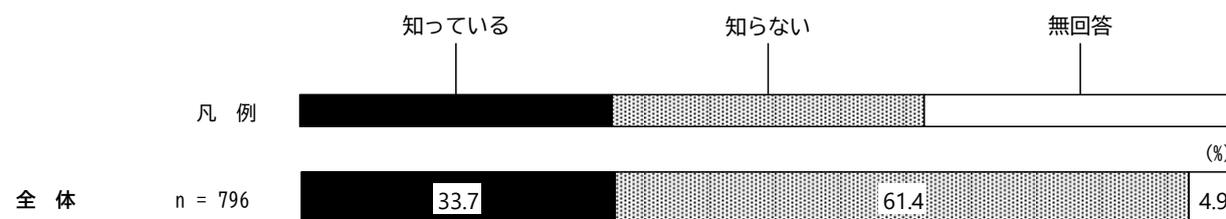
【「心の健康や病気」の相談窓口の認知度／地域別】



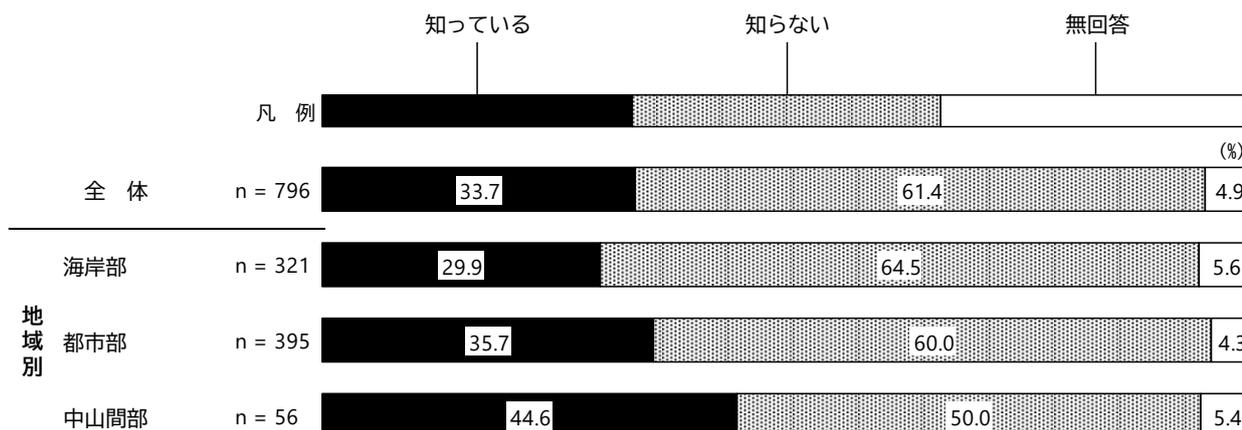
（２）仕事上や、経済的、介護の悩みの相談先を知っているか

- 「知らない」が61.4%、「知っている」が33.7%となっている。
- 海岸部では「知っている」が29.9%と他地域に比べ5ポイント以上低い。

問36 あなたは仕事上の悩みや、経済的な悩み、介護の悩みを抱えたときの相談先を知っていますか。（○は1つ）



【仕事上や、経済的、介護の悩みの相談先を知っているか／地域別】

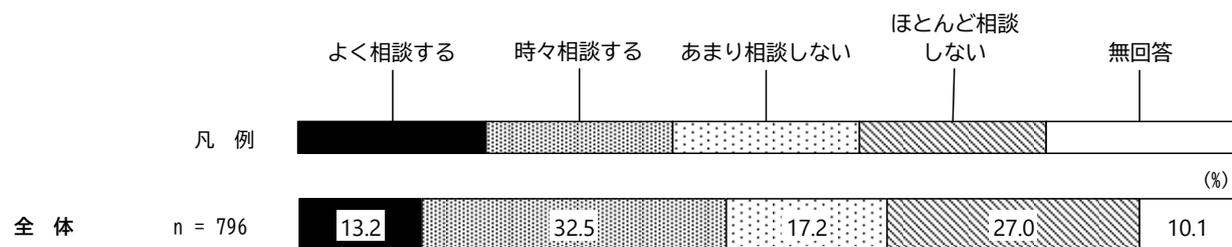


（3）ストレスや健康上の悩みを相談できるか

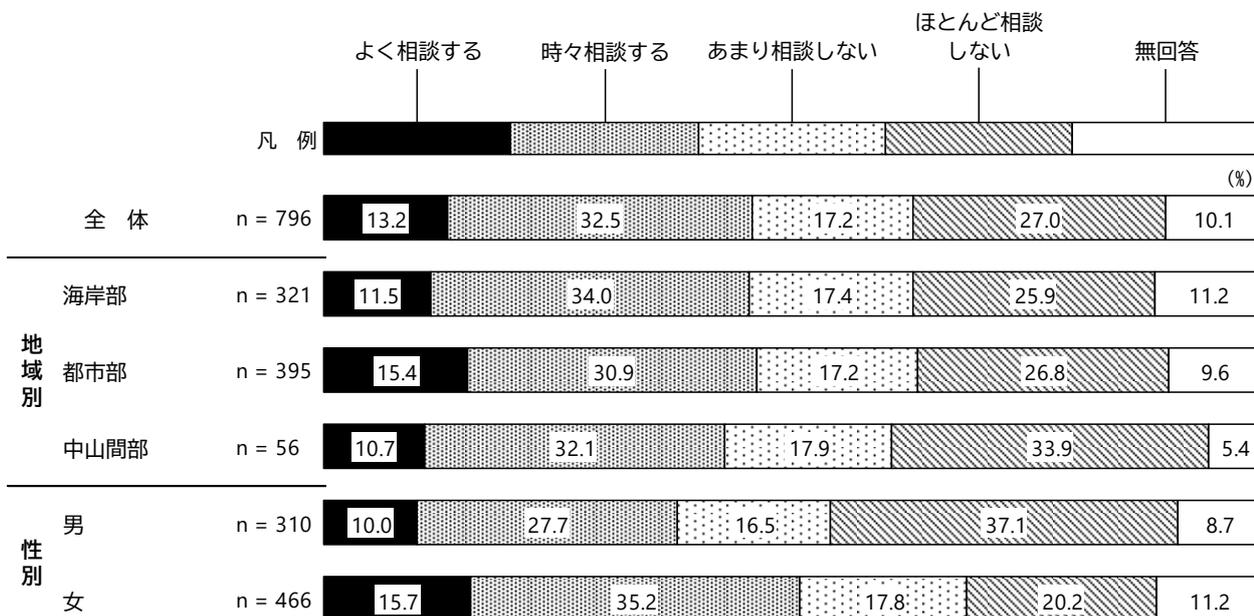
- 「時々相談する」が32.5%と最も高くなっている。次いで「ほとんど相談しない」が27.0%、「あまり相談しない」が17.2%となっている。
- 中山間部では「ほとんど相談しない」が37.1%と他地域に比べ5ポイント以上高い。
- 男性では「ほとんど相談しない」が37.1%と女性に比べ10ポイント以上高い。

問37 あなたは、ストレスや健康上の悩みを抱えたとき、相談することはできますか。

（○は1つ）



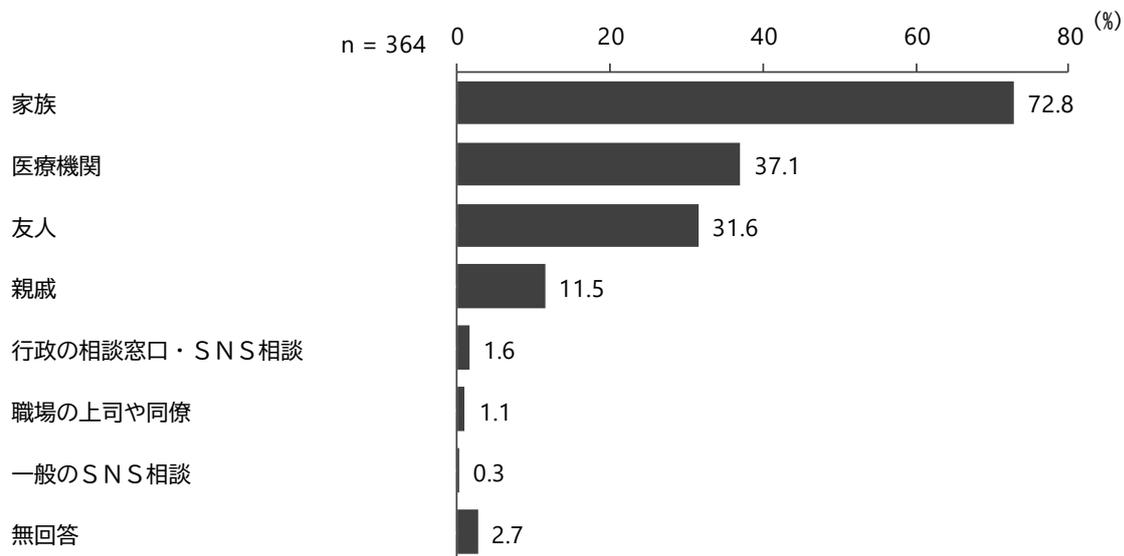
【ストレスや健康上の悩みを相談できるか／地域別／性別】



（４）ストレスや健康上の悩みの相談先

- 「家族」が72.8%と最も高くなっている。次いで「医療機関」が37.1%、「友人」が31.6%となっている。
- 海岸部では「友人」が25.3%と他地域に比べ5ポイント以上低い。

問37-1 主に誰に相談しますか。（あてはまるものすべてに○）



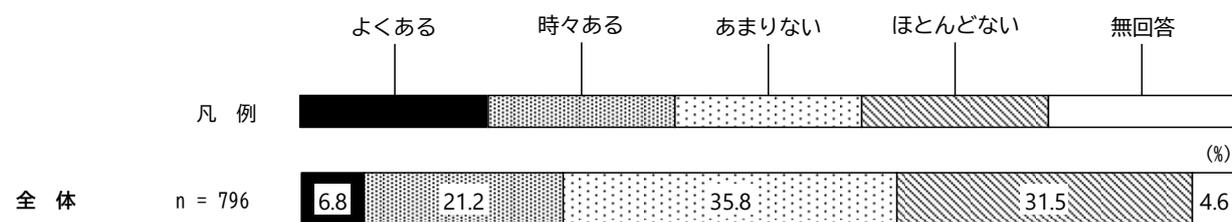
【ストレスや健康上の悩みの相談先／地域別】

		n	家族	医療機関	友人	親戚	行政の相談窓口・SNS相談	職場の上司や同僚	一般のSNS相談	無回答
全体		364	72.8	37.1	31.6	11.5	1.6	1.1	0.3	2.7
地域別	海岸部	146	69.9	39.0	25.3	11.0	2.7	-	-	2.7
	都市部	183	74.9	36.1	37.2	12.6	0.5	1.6	-	2.2
	中山間部	24	66.7	33.3	33.3	4.2	4.2	-	4.2	8.3

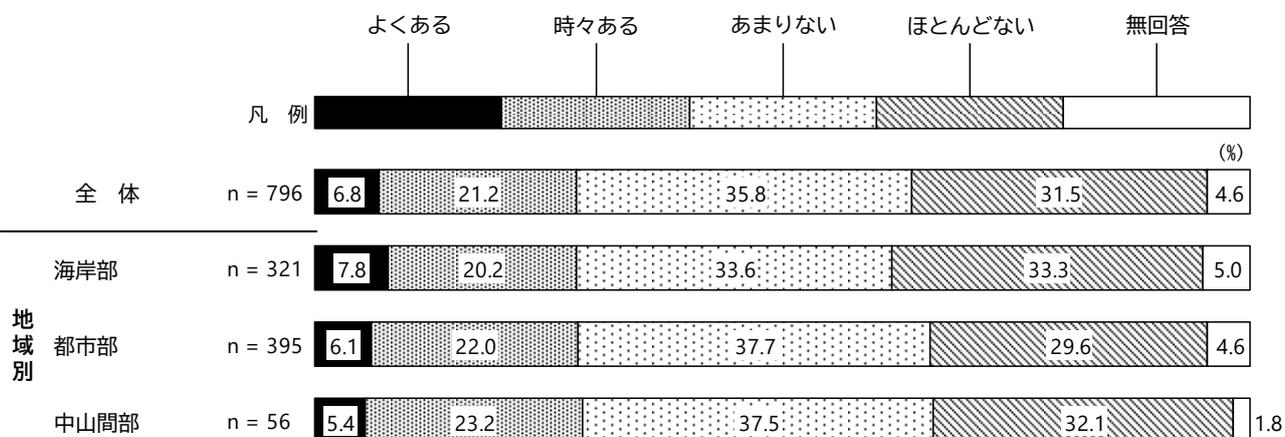
(5) ここ2～3か月で気分が落ち込んだり、イライラしたことがあるか

- 「あまりない」が35.8%と最も高くなっている。次いで「ほとんどない」が31.5%、「時々ある」が21.2%となっている。
- 『最近2～3か月でひどく気分が落ち込んだりイライラしたことがある人』は28.0%となっている。
- 地域別では『最近2～3か月でひどく気分が落ち込んだりイライラしたことがある人』について大きな差は出ていない。

問38 あなたは、ここ2～3か月、ひどく気分が落ち込んだり、イライラしたことはありますか。(○は1つ)



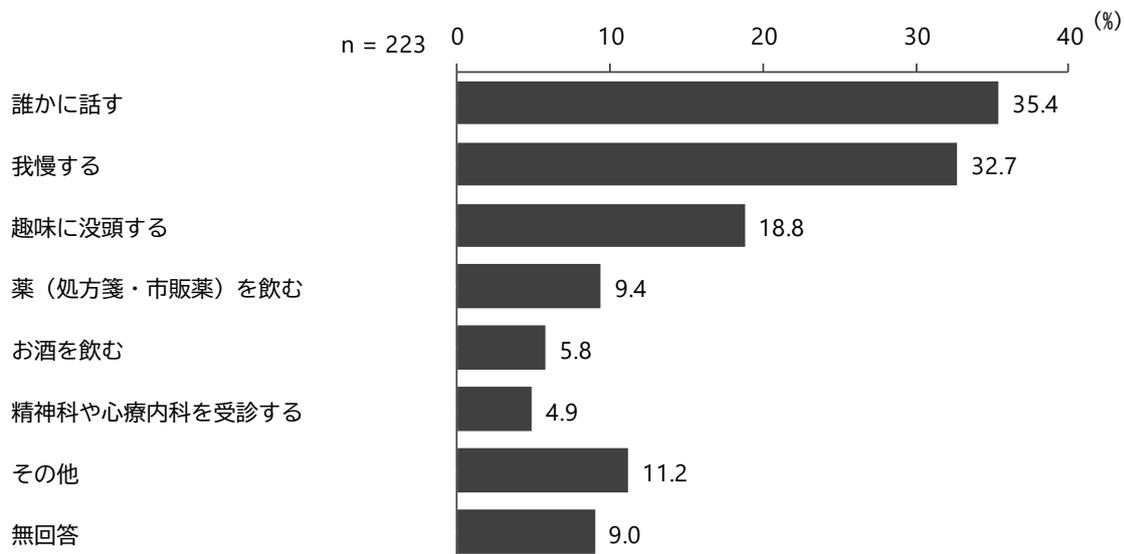
【ここ2～3か月でひどく気分が落ち込んだり、イライラしたことがあるか／地域別】



（6）気分が落ち込んだり、イライラした時にすること

- 「誰かに話す」が35.4%と最も高くなっている。次いで「我慢する」が32.7%、「趣味に没頭する」が18.8%となっている。
- 海岸部では「誰かに話す」が31.1%と他地域に比べ5ポイント以上低い。

問38-1 そのような症状の時、主に何をしますか。（あてはまるものすべてに○）



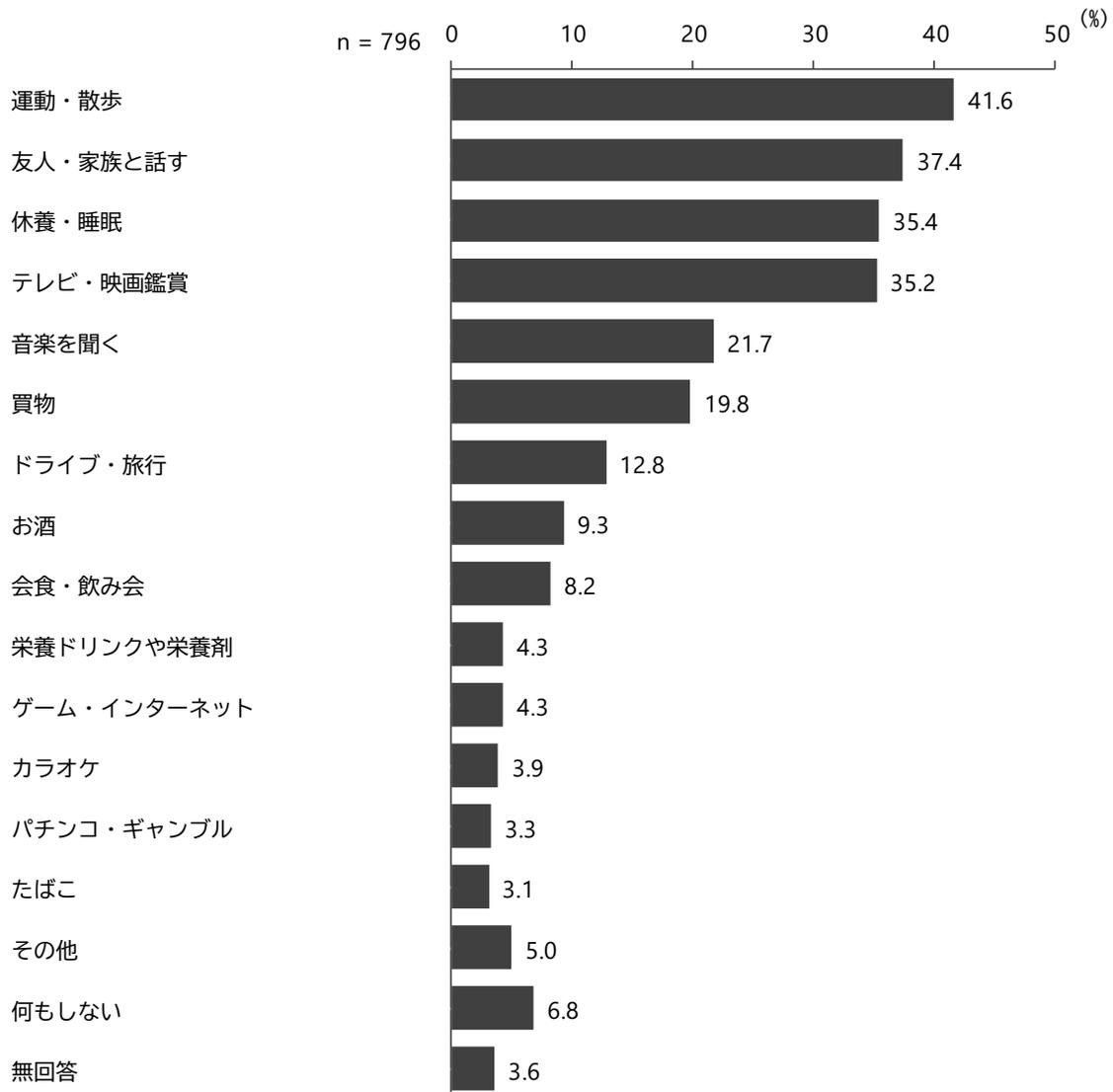
【気分が落ち込んだり、イライラした時にすること／地域別】

		n	誰かに話す	我慢する	趣味に没頭する	薬（処方箋・市販薬）を飲む	お酒を飲む	精神科や心療内科を受診する	その他	無回答
全体		223	35.4	32.7	18.8	9.4	5.8	4.9	11.2	9.0
地域別	海岸部	90	31.1	30.0	18.9	7.8	7.8	4.4	11.1	14.4
	都市部	111	37.8	35.1	18.9	9.9	4.5	6.3	10.8	5.4
	中山間部	16	43.8	31.3	12.5	12.5	6.3	-	12.5	6.3

（7）ストレスや気分転換に何をするか

- 「運動・散歩」が41.6%と最も高くなっている。次いで「友人・家族と話す」が37.4%、「休養・睡眠」が35.4%となっている。
- 中山間部では「テレビ・映画鑑賞」が21.4%と他地域に比べ10ポイント以上低い。
- 男性では「友人・家族と話す」が19.7%と女性に比べ30ポイント以上低い。

問39 あなたは、ストレスや気分転換のために何をしますか。（あてはまるものすべてに○）



VI 調査結果の詳細（高齢期）

【ストレスや気分転換に何をするか／地域別／性別】

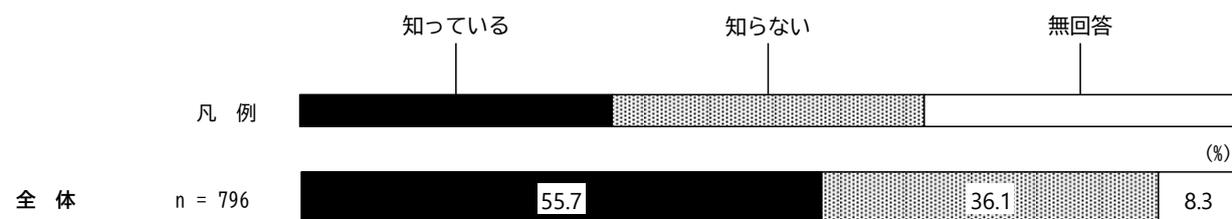
		n	運動・散歩	友人・家族と話す	休養・睡眠	テレビ・映画鑑賞	音楽を聞く	買物	ドライブ・旅行	お酒	会食・飲み会
全 体		796	41.6	37.4	35.4	35.2	21.7	19.8	12.8	9.3	8.2
地域別	海岸部	321	36.4	37.7	33.0	34.9	20.6	19.0	12.8	9.7	7.2
	都市部	395	45.3	37.7	36.2	37.0	23.0	21.3	12.9	7.6	9.4
	中山間部	56	41.1	37.5	37.5	21.4	19.6	16.1	10.7	14.3	7.1
性別	男	310	45.5	19.7	36.8	36.5	21.3	10.3	17.1	19.0	6.5
	女	466	38.4	49.8	33.7	34.1	22.1	26.4	9.7	2.4	9.4

※全体の回答数上位 11 項目を抜粋

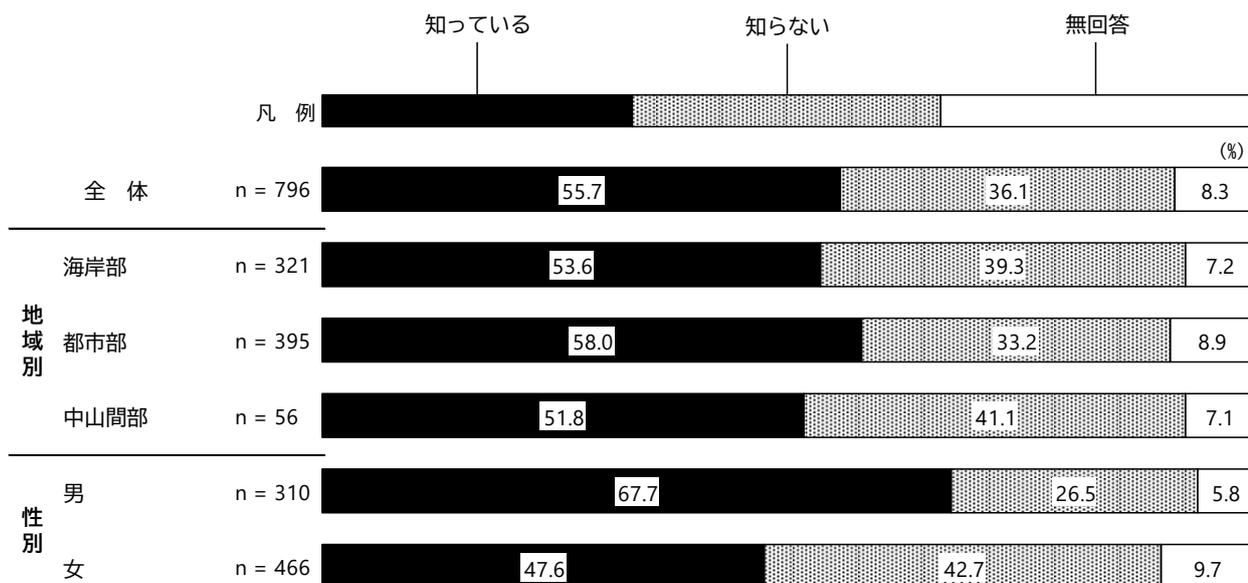
(8) 適正な飲酒量を知っているか

- 「知っている」が55.7%、「知らない」が36.1%となっている。
- 地域別では「知っている」について大きな差は出ていない。
- 女性では「知っている」が47.6%と男性に比べ20ポイント以上低い。

問40 あなたは、適正な飲酒の量を知っていますか。(○は1つ)



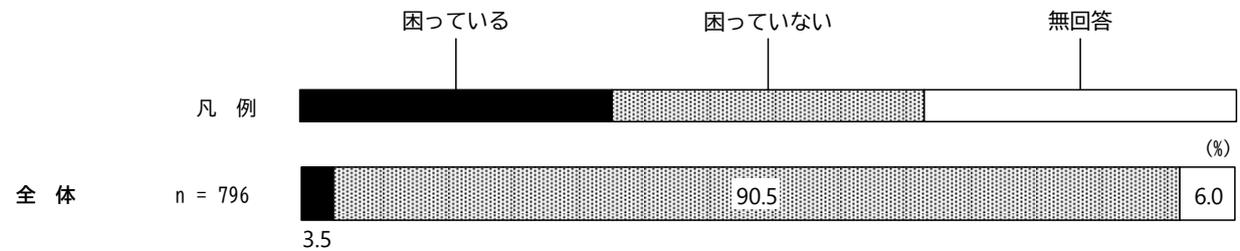
【適正な飲酒量を知っているか／地域別／性別】



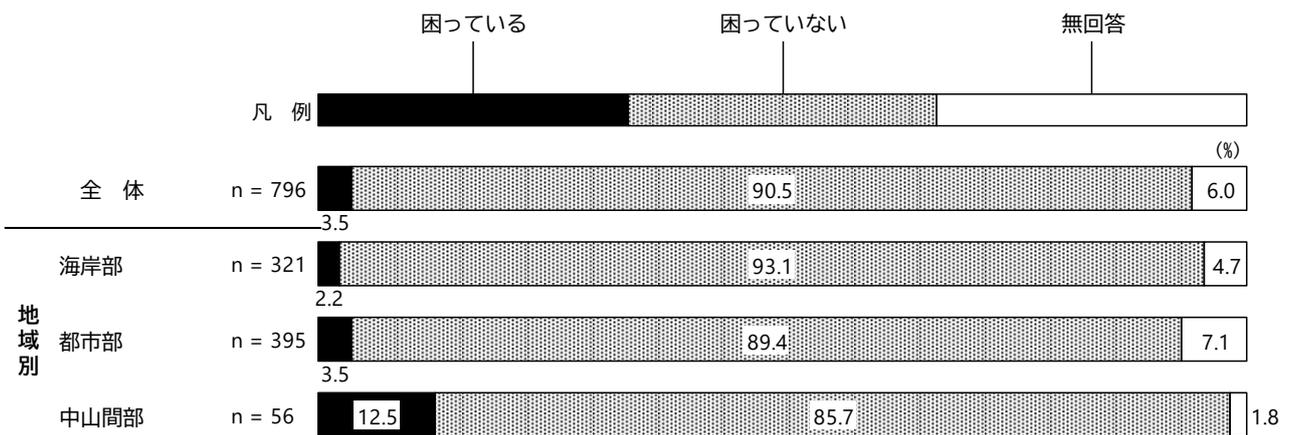
（9）ご自身、または家族のアルコール問題に困っているか

- 「困っていない」が90.5%、「困っている」が3.5%となっている。
- 中山間部では「困っている」が12.5%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問41 あなた自身、または家族のアルコール問題に困っていますか。（○は1つ）



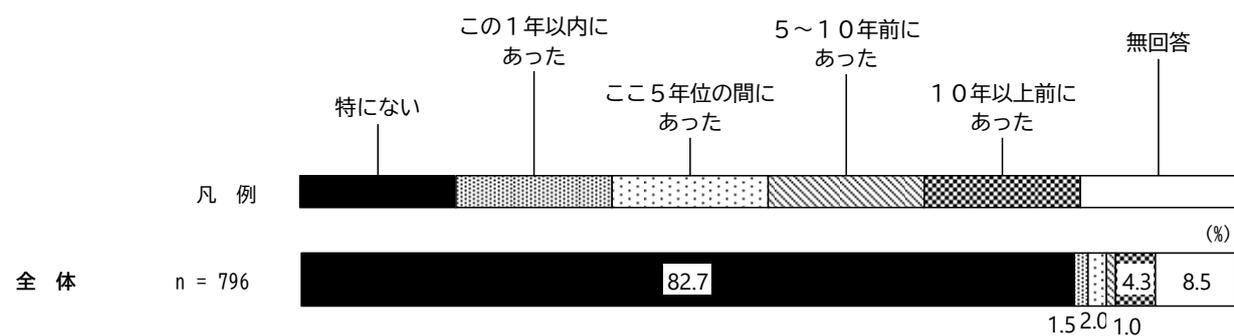
【ご自身、または家族のアルコール問題に困っているか／地域別】



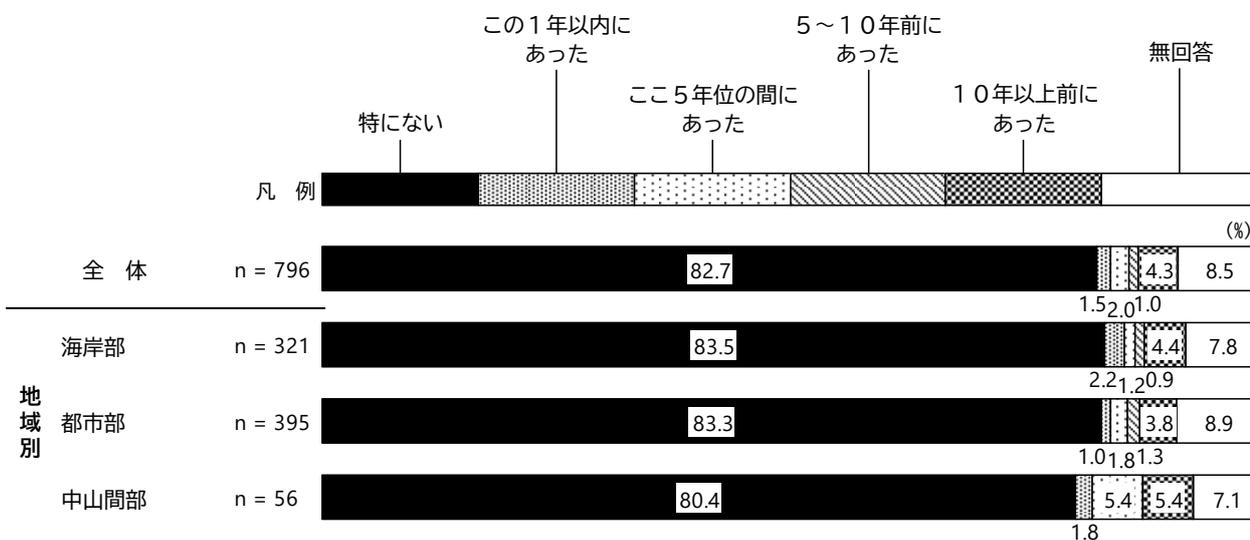
(10) 「自殺したい」と考えたことがあるか

- 「特にない」が82.7%と最も高くなっている。次いで「10年以上前にあった」が4.3%、「ここ5年位の間にあった」が2.0%となっている。
- 『自殺念慮あり』（「この1年以内にあった」+「ここ5年位の間にあった」+「5～10年前にあった」+「10年以上前にあった」）は8.8%となっている。
- 地域別では『自殺念慮あり』について大きな差は出ていない。

問42 あなたはこれまでに、「自殺したい」と考えたことはありましたか。(○は1つ)



【「自殺したい」と考えたことがあるか／地域別】

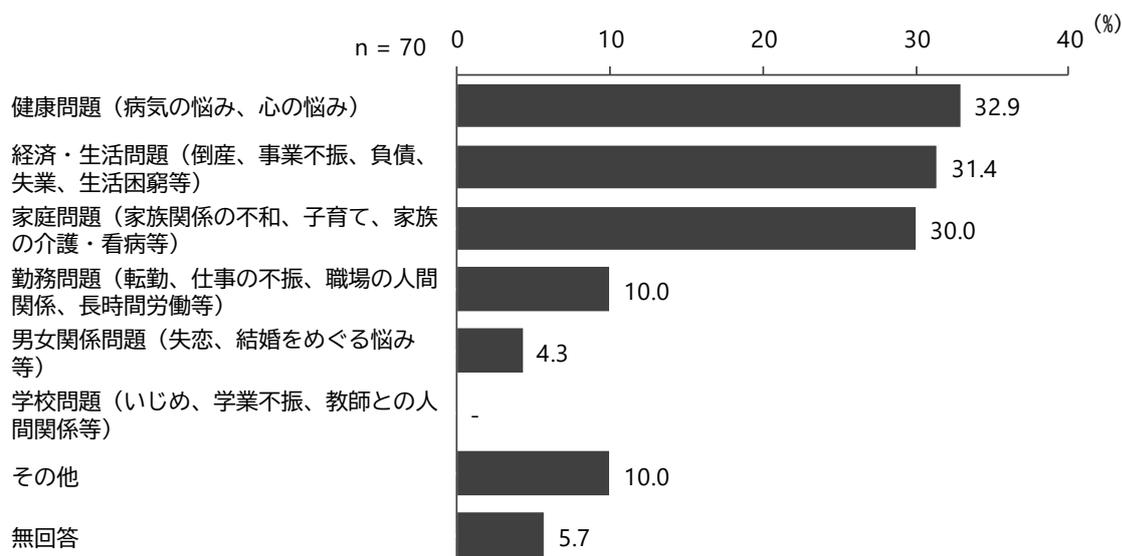


（11）「自殺したい」と思った理由や原因

● 「健康問題（病気の悩み、心の悩み）」が32.9%と最も高くなっている。次いで「経済・生活問題（倒産、事業不振、負債、失業、生活困窮等）」が31.4%、「家庭問題（家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病等）」が30.0%となっている。

問42-1 「自殺したい」と思った理由や原因はどのようなことですか。

（あてはまるものすべてに○）



【「自殺したい」と思った理由や原因／地域別】

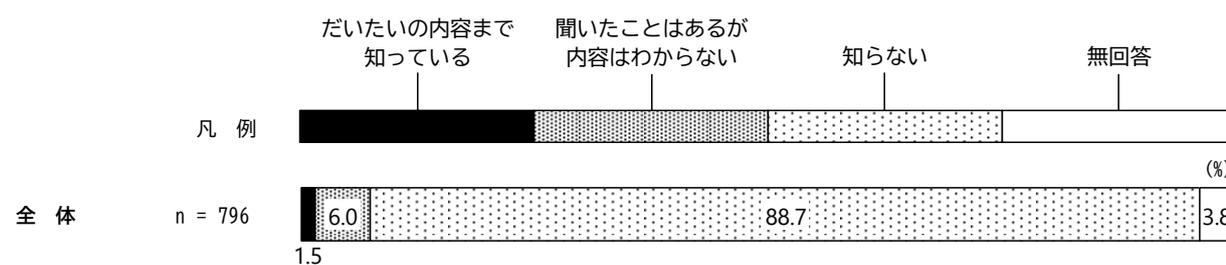
		n	健康問題（病気の悩み、心の悩み）	経済・生活問題（倒産、事業不振、負債、失業、生活困窮等）	家庭問題（家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病等）	勤務問題（転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働等）	男女関係問題（失恋、結婚をめぐる悩み等）	学校問題（いじめ、学業不振、教師との人間関係等）	その他	無回答
全体		70	32.9	31.4	30.0	10.0	4.3	-	10.0	5.7
地域別	海岸部	28	39.3	28.6	32.1	10.7	7.1	-	10.7	3.6
	都市部	31	35.5	32.3	29.0	9.7	3.2	-	12.9	3.2
	中山間部	7	14.3	28.6	28.6	14.3	-	-	-	14.3

※地域別集計については、調査数（n）が少ないため参考値として掲載

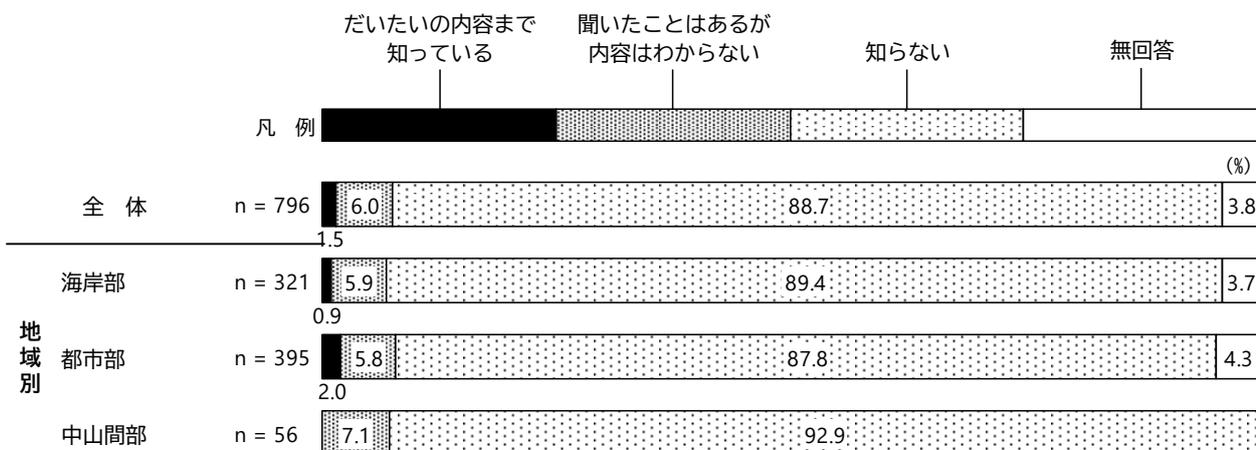
（12）「ゲートキーパー」の認知度

- 「知らない」が88.7%、「聞いたことはあるが内容はわからない」が6.0%となっている。
- 『「ゲートキーパー」という名前だけでも知っている』（「だいたいの内容まで知っている」+聞いたことはあるが内容はわからない）は7.5%となっている。
- 地域別では『「ゲートキーパー」という名前だけでも知っている』について大きな差は出ていない。

問43 「ゲートキーパー」という言葉を知っていますか。（○は1つ）



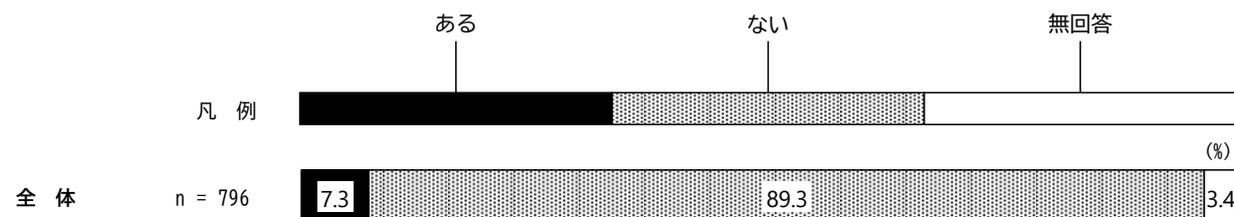
【「ゲートキーパー」の認知度／地域別】



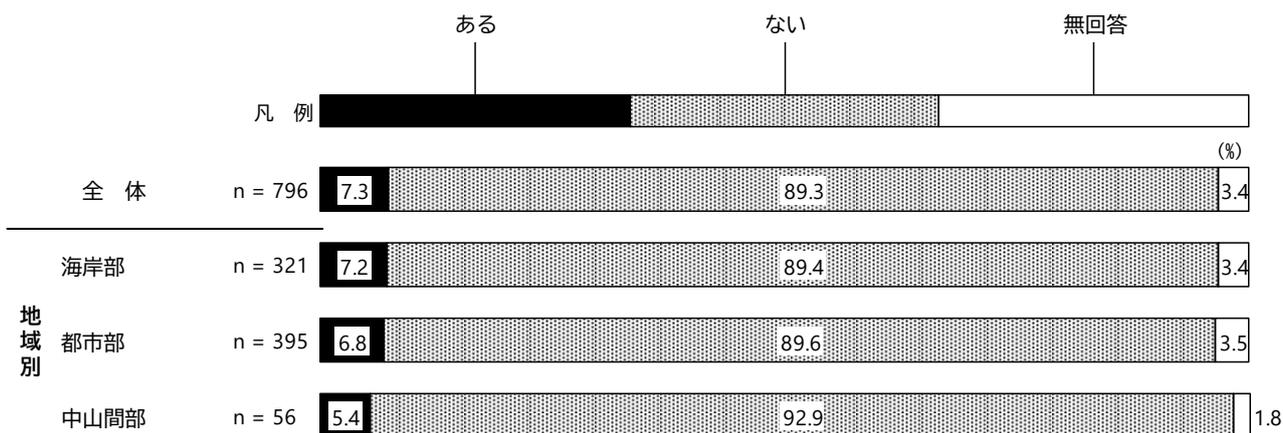
（13）「自殺したい」と打ち明けられたり、相談されたことはあるか

- 「ない」が89.3%、「ある」が7.3%となっている。
- 地域別では大きな差は出ていない。

問44 あなたはこれまでに、身近な方から「自殺したい」と打ち明けられたり、相談されたりしたことはありますか。（○は1つ）



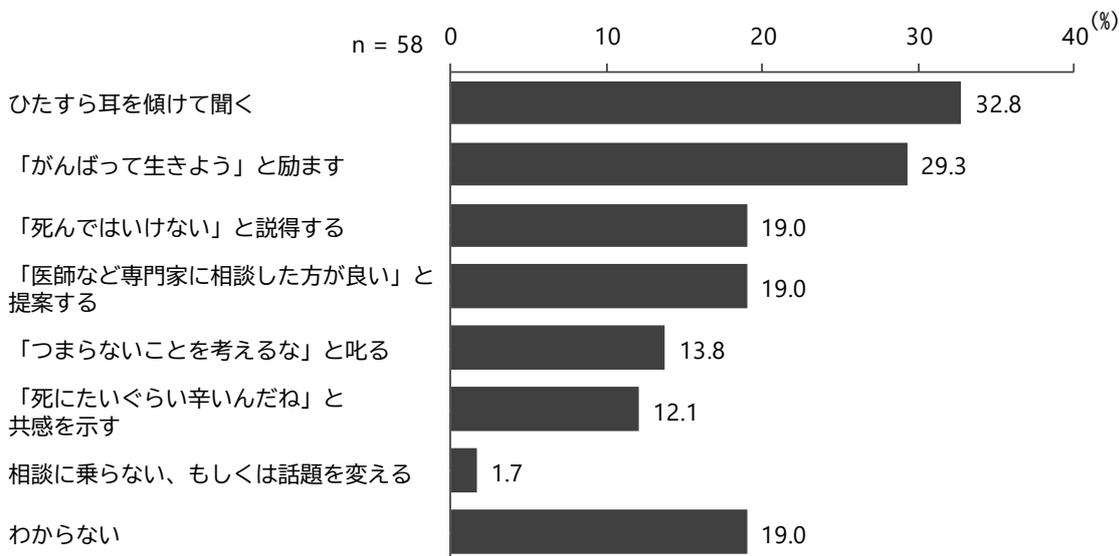
【「自殺したい」と打ち明けられたり、相談されたことはあるか／地域別】



（14）「自殺したい」と相談された時にとる行動

● 「ひたすら耳を傾けて聞く」が32.8%と最も高くなっている。次いで「がんばって生きよう」と励ます」が29.3%、「死んではいけない」と説得する」と「医師など専門家に相談した方が良い」と提案する」がともに19.0%となっている。

問44-1 あなたはどのような行動をとると考えますか。（あてはまるものすべてに○）



【「自殺したい」と相談された時にとる行動／地域別】

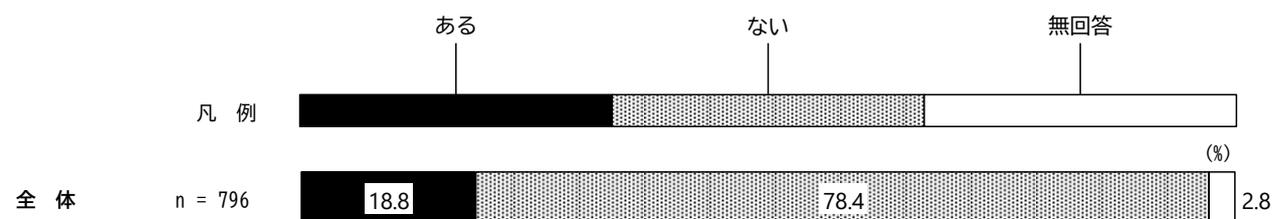
		n	ひたすら耳を傾けて聞く	励ます「がんばって生きよう」と	得する「死んではいけない」と説	た「医師など専門家に相談し	な「つまらないことを考える	ね「死にたいぐらい辛いんだ	話題を変えない、もしくは	わからない	無回答
全体		58	32.8	29.3	19.0	19.0	13.8	12.1	1.7	19.0	-
地域別	海岸部	23	26.1	13.0	21.7	21.7	21.7	17.4	-	13.0	-
	都市部	27	44.4	40.7	14.8	14.8	7.4	11.1	3.7	18.5	-
	中山間部	3	33.3	66.7	33.3	33.3	-	-	-	-	-

※地域別集計については、調査数（n）が少ないため参考値として掲載

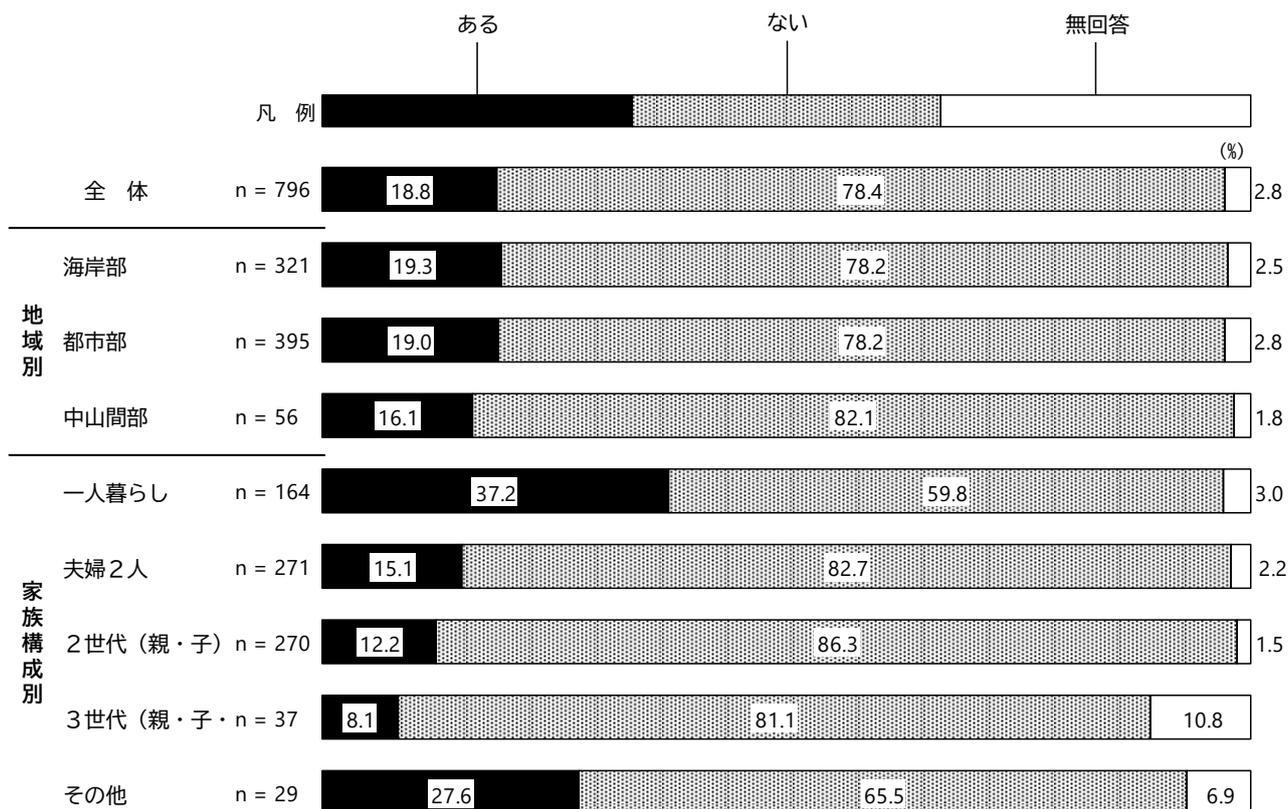
（15）ここ2～3か月以内に孤独を感じることはあったか

- 「ない」が78.4%、「ある」が18.8%となっている。
- 地域別では「ある」について大きな差は出ていない。
- 一人暮らしでは「ある」が37.2%と他の家族構成に比べ5ポイント以上高い。

問45 あなたは、ここ2～3か月以内に孤独を感じることはありますか。（○は1つ）



【ここ2～3か月以内に孤独を感じることはあったか／地域別／家族構成別】

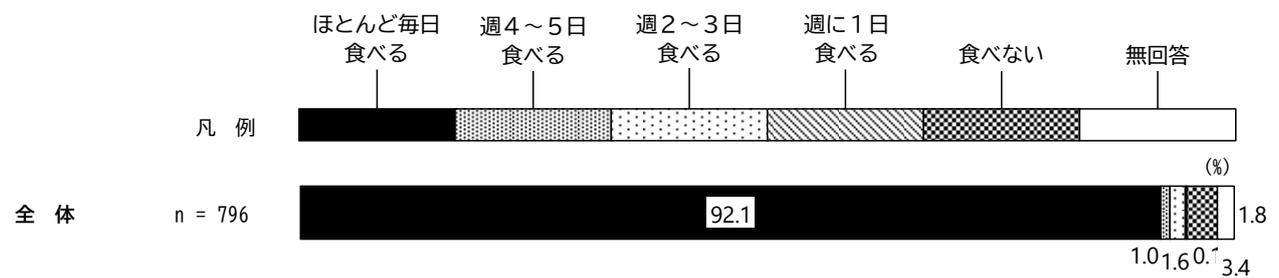


5 「食生活」について

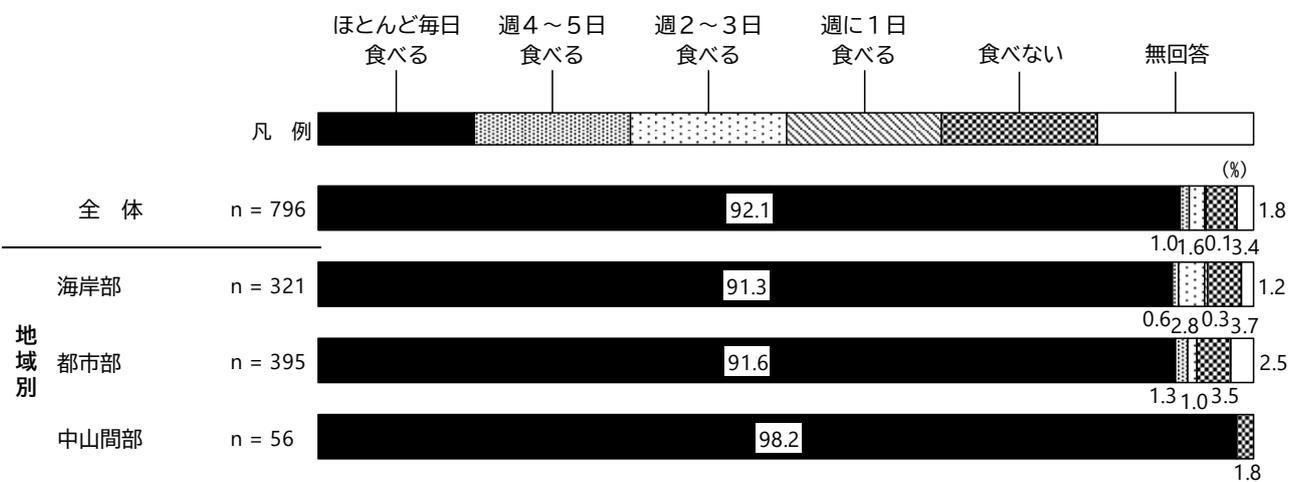
(1) ふだん朝食を食べているか

- 「ほとんど毎日食べる」が92.1%と最も高くなっている。次いで「食べない」が3.4%、「週2～3日食べる」が1.6%となっている。
- 地域別では『朝食を欠食する割合』（「食べない」）について大きな差は出ていない。

問46 あなたは、ふだん朝食を食べていますか。（○は1つ）



【ふだん朝食を食べているか／地域別】

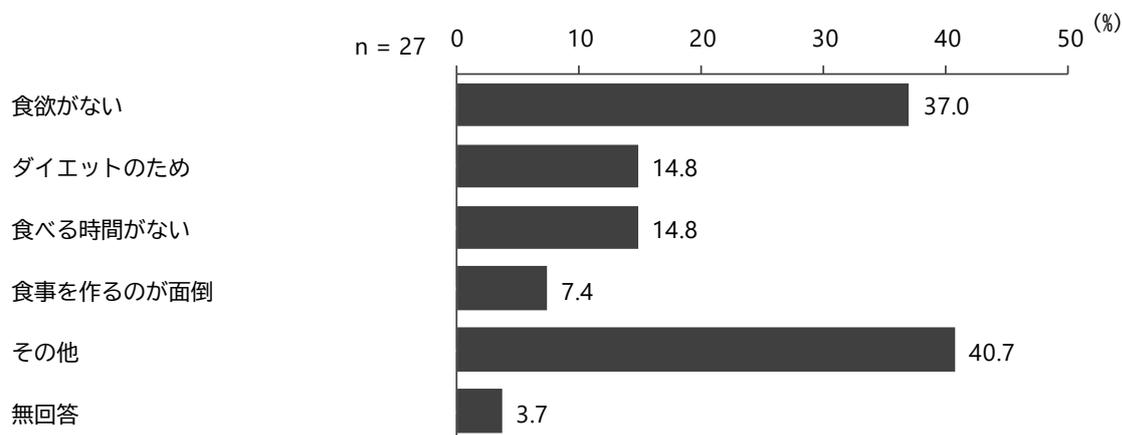


（２）朝食を食べない理由

- 「食欲がない」が37.0%と最も高くなっている。次いで「ダイエットのため」と「食べる時間がない」がともに14.8%となっている。「その他」は40.7%となっている。

問46-1 朝食を食べない理由について、どのようなことがありますか。

（あてはまるものすべてに○）



【朝食を食べない理由／地域別】

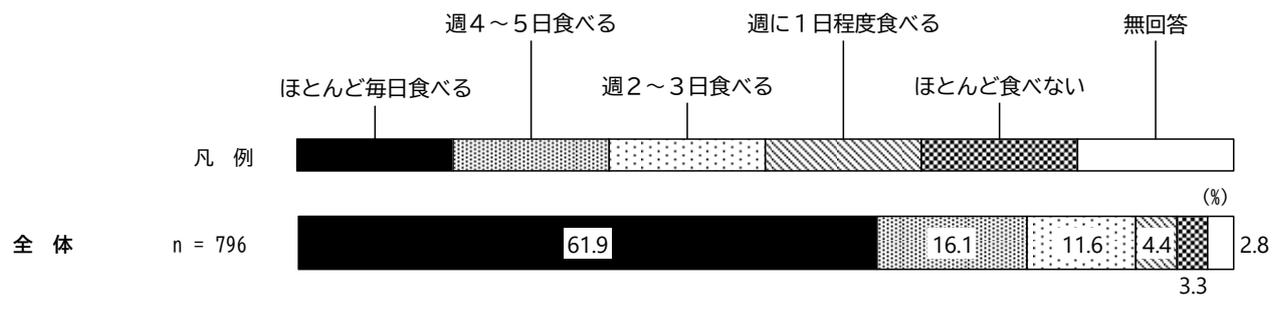
		n	食欲がない	ダイエットのため	食べる時間がない	食事を作るのが面倒	その他	無回答
全体		27	37.0	14.8	14.8	7.4	40.7	3.7
地域別	海岸部	12	50.0	16.7	16.7	8.3	41.7	-
	都市部	14	21.4	14.3	14.3	7.1	42.9	7.1
	中山間部	1	100.0	-	-	-	-	-

※地域別集計については、調査数（n）が少ないため参考値として掲載

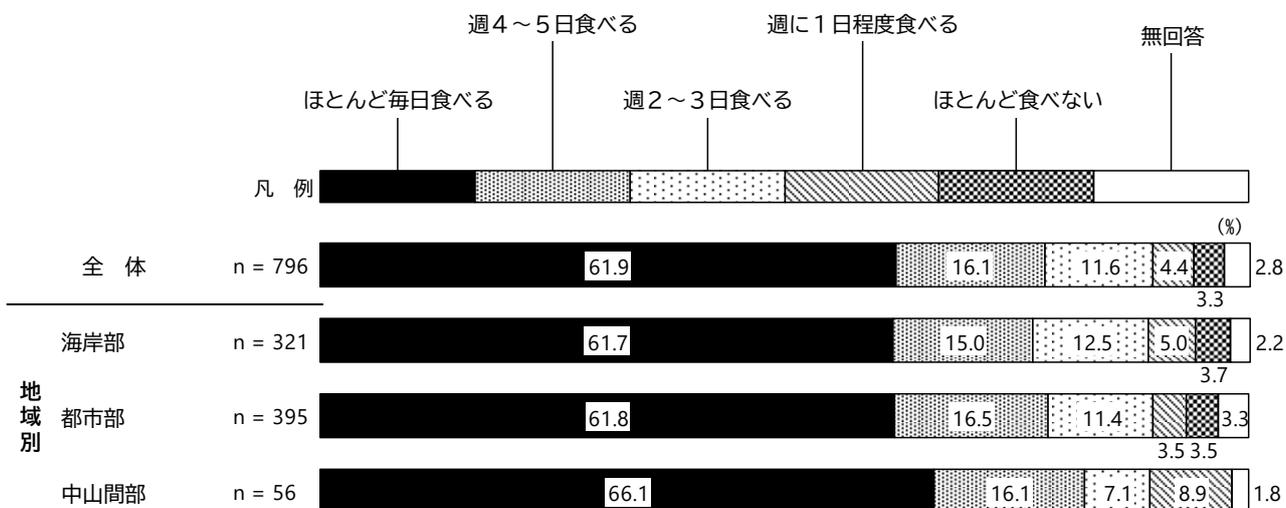
(3) 主食・主菜・副菜を揃えて食べる頻度

- 「ほとんど毎日食べる」が61.9%と最も高くなっている。次いで「週4～5日食べる」が16.1%、「週2～3日食べる」が11.6%となっている。
- 地域別では『栄養バランスに配慮した食生活を実践している』（「ほとんど毎日食べる」）について大きな差は出ていない。

問47 あなたは、主食・主菜・副菜を三つ揃えて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。（○は1つ）



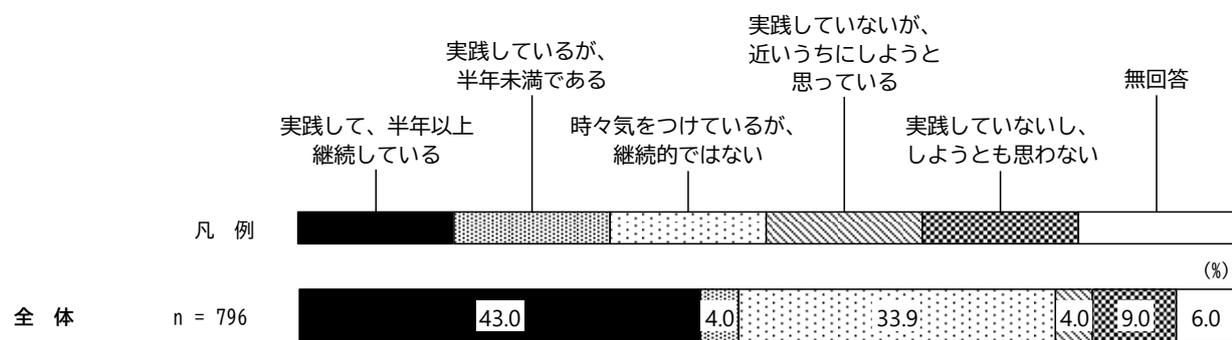
【主食・主菜・副菜を揃えて食べる頻度／地域別】



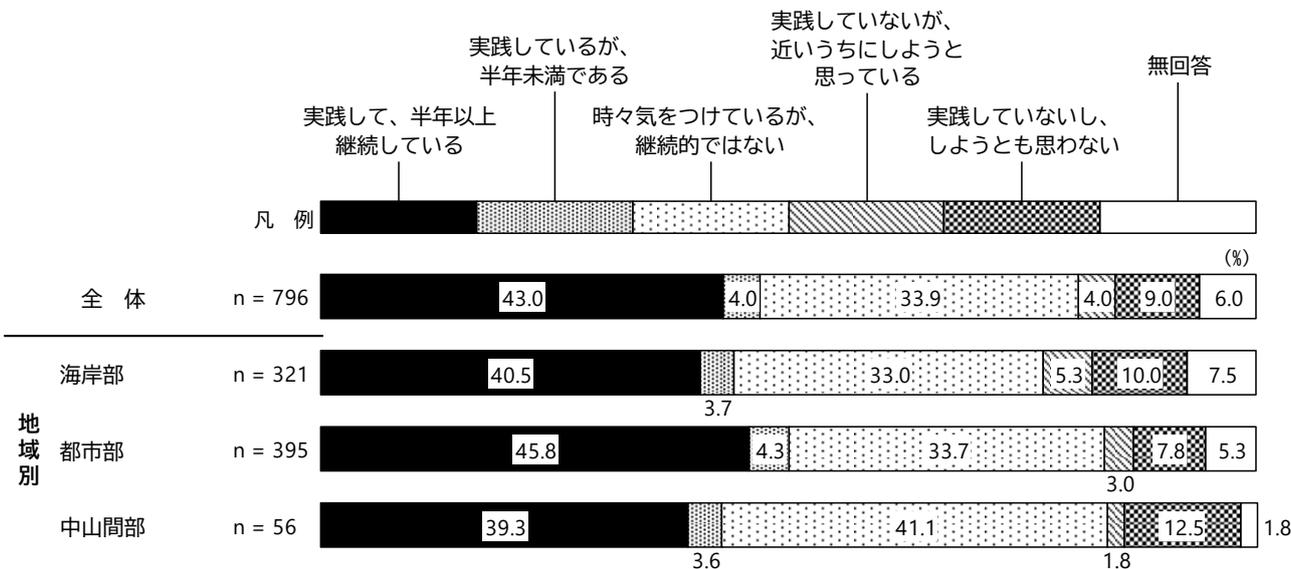
（４）健康維持増進や生活習慣病予防のために実施していること

- 「実践して、半年以上継続している」が43.0%と最も高くなっている。次いで「時々気をつけているが、継続的ではない」が33.9%、「実践していないし、しようとも思わない」が9.0%となっている。
- 都市部では『生活習慣病の予防や改善のために、普段から適正体重の維持や減塩等に気を付けた食生活を実践している』（「実践して、半年以上継続している」）が45.8%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問48 あなたは、健康の維持増進や生活習慣病予防のために(1)適切な食事（減塩等）、(2)定期的な運動、(3)週に複数回の体重計測のいずれかを実施していますか。（○は1つ）



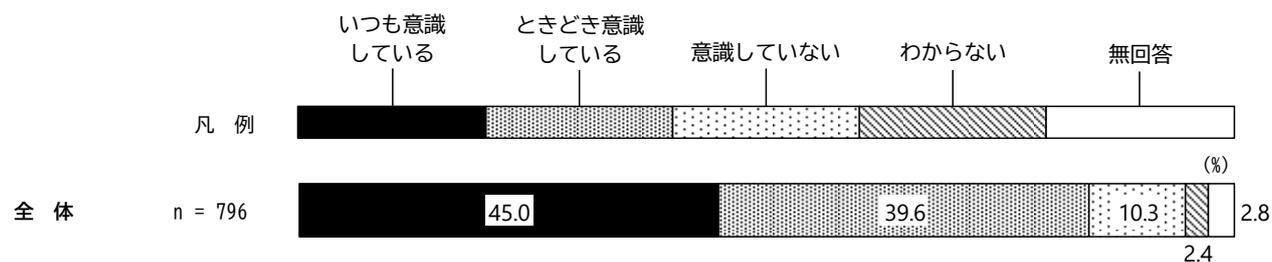
【健康維持増進や生活習慣病予防のために実施していること／地域別】



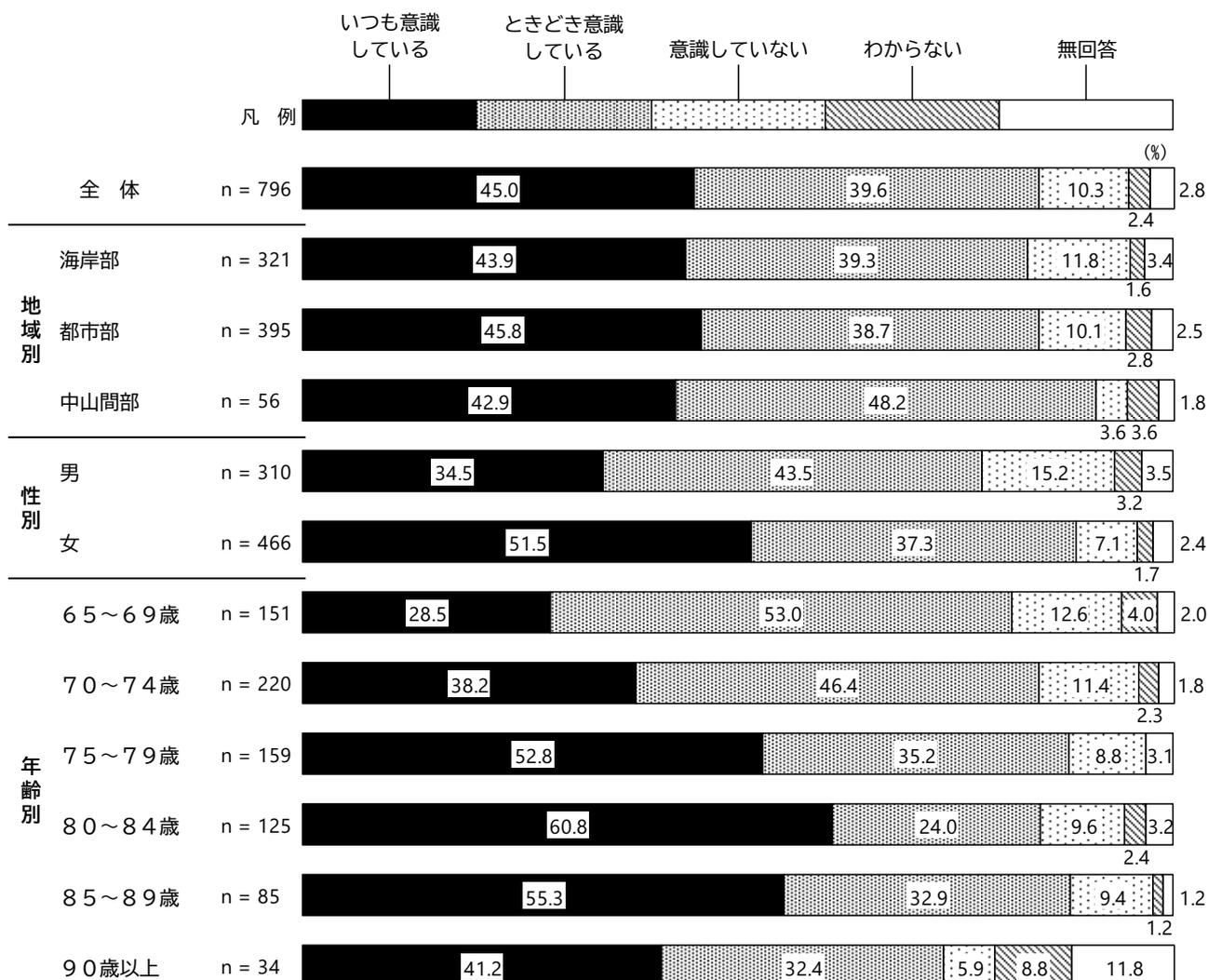
(5) 日頃の食事の中での減塩意識について

- 「いつも意識している」が45.0%と最も高くなっている。次いで「ときどき意識している」が39.6%、「意識していない」が10.3%となっている。
- 海岸部・都市部では「意識していない」が中山間部に比べ5ポイント以上高い。
- 男性では「意識していない」が15.2%と女性に比べ5ポイント以上高い。
- 65～69歳では「意識していない」が各年齢の中で最も高く、「いつも意識している」が最も低い。

問49 あなたは、日頃の食事の中で減塩を意識していますか。(〇は1つ)



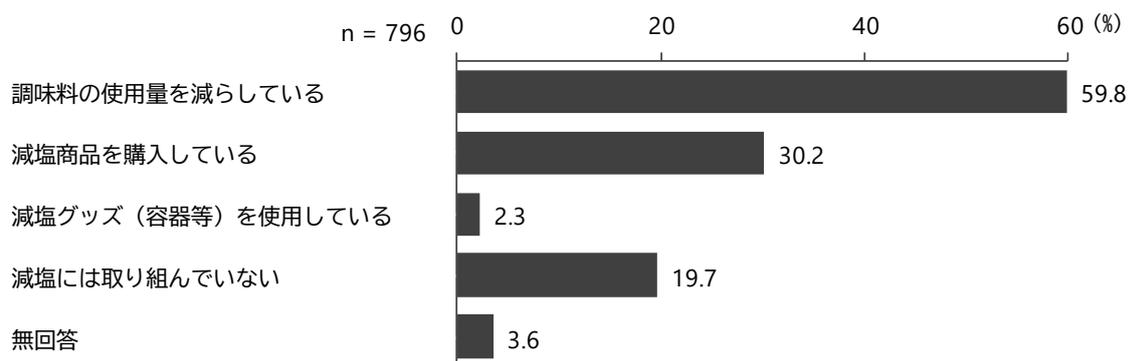
【日頃の食事の中での減塩意識について／地域別／性別／年齢別】



（6）減塩の取り組みについて

- 「調味料の使用量を減らしている」が 59.8%と最も高くなっている。次いで「減塩商品を購入している」が 30.2%となっている。一方、「減塩には取り組んでいない」が 19.7%となっている。
- 中山間部では「調味料の使用量を減らしている」が 64.3%、都市部では「減塩商品を購入している」が 31.9%、海岸部では「減塩には取り組んでいない」が 22.1%と他地域に比べ高い。
- 男性では「減塩には取り組んでいない」が 28.4%と女性に比べ 10 ポイント以上高い。

問50 あなたは、減塩に取り組んでいますか。（あてはまるものすべてに○）



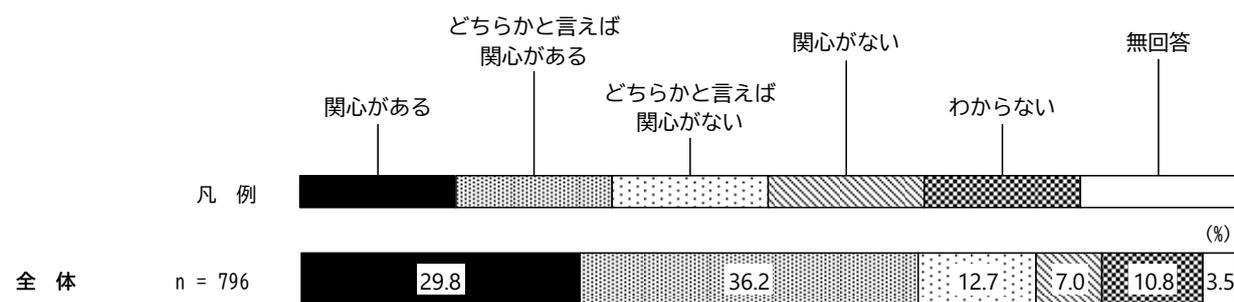
【減塩の取り組みについて／地域別／性別】

		n	調味料の使用量を減らしている (%)	減塩商品を購入している (%)	減塩グッズ（容器等）を使用している (%)	減塩には取り組んでいない (%)	無回答 (%)
全体		796	59.8	30.2	2.3	19.7	3.6
地域別	海岸部	321	57.3	28.7	0.9	22.1	3.4
	都市部	395	62.0	31.9	2.8	18.5	4.1
	中山間部	56	64.3	25.0	5.4	16.1	1.8
性別	男	310	49.4	25.2	2.9	28.4	4.2
	女	466	67.4	33.3	1.7	14.2	3.2

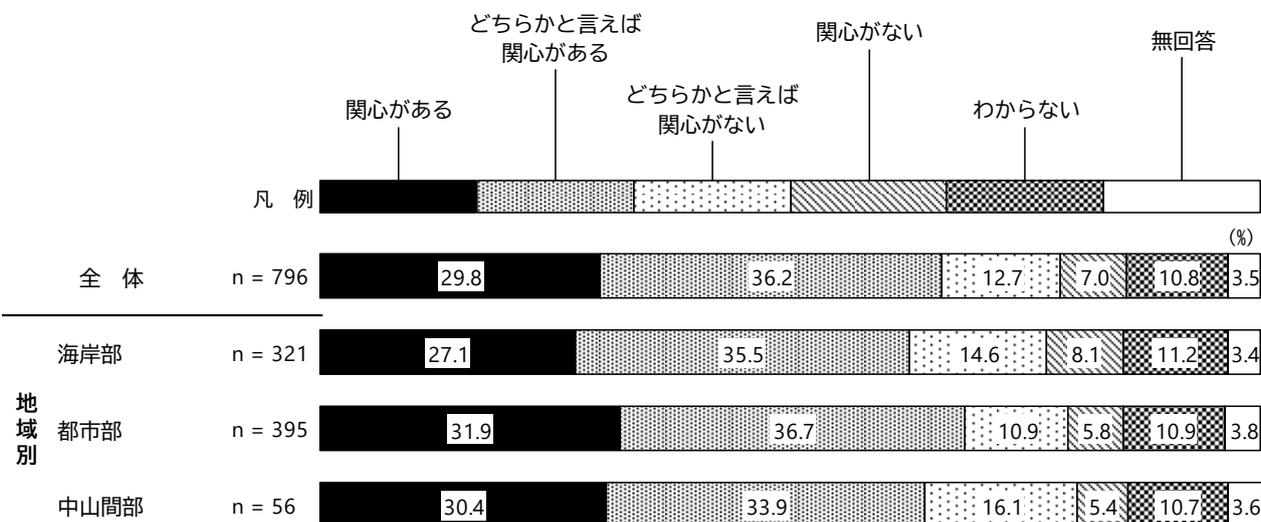
（7）食育に関心があるか

- 「どちらかと言えば関心がある」が 36.2%と最も高くなっている。次いで「関心がある」が 29.8%、「どちらかと言えば関心がない」が 12.7%となっている。
- 『食育に関心がある』（「関心がある」+「どちらかと言えば関心がある」）が 66.0%となっている。
- 地域別では『食育に関心がある』について大きな差は出ていない。

問51 あなたは、食育に関心がありますか。（○は1つ）



【食育に関心があるか／地域別】

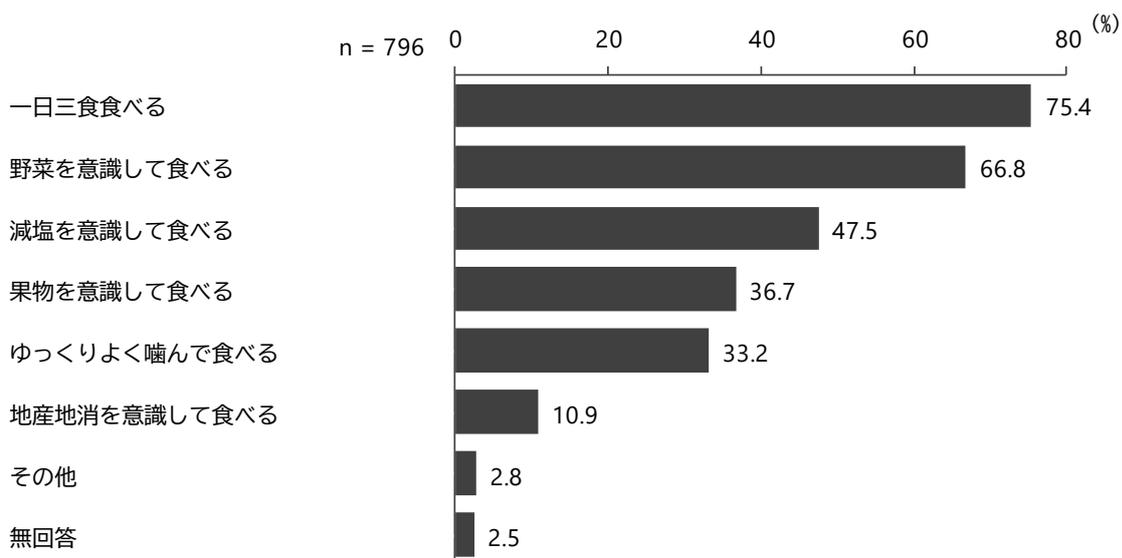


（8）「食」に関する取り組みで実施していること

- 「一日三食食べる」が75.4%と最も高くなっている。次いで「野菜を意識して食べる」が66.8%、「減塩を意識して食べる」が47.5%となっている。
- 中山間部では「一日三食食べる」が85.7%と他地域に比べ10ポイント以上高い。

問52 あなたは日頃「食」に関する取り組みで、実施されていることは何ですか。

（あてはまるものすべてに○）



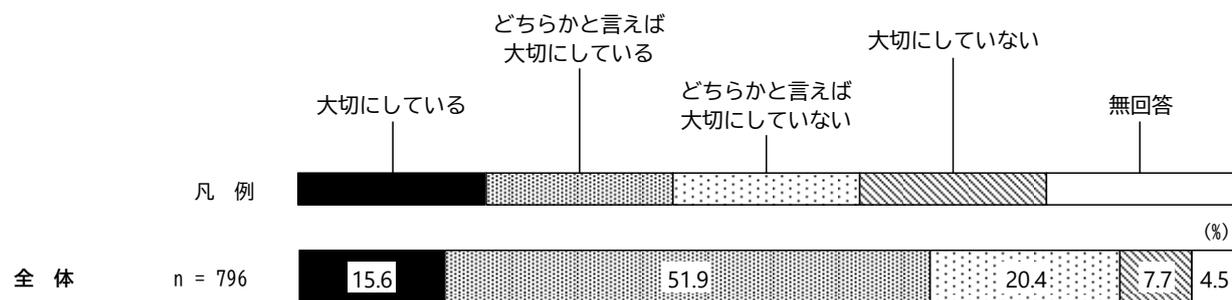
【「食」に関する取り組みで実施していること／地域別】

		n	一日三食食べる	野菜を意識して食べる	減塩を意識して食べる	果物を意識して食べる	ゆっくりよく噛んで食べる	地産地消を意識して食べる	その他	無回答
全体		796	75.4	66.8	47.5	36.7	33.2	10.9	2.8	2.5
地域別	海岸部	321	74.5	62.0	46.7	34.3	31.8	8.4	3.4	2.5
	都市部	395	74.2	70.4	48.1	39.7	33.9	12.2	2.3	3.0
	中山間部	56	85.7	66.1	44.6	28.6	41.1	14.3	3.6	-

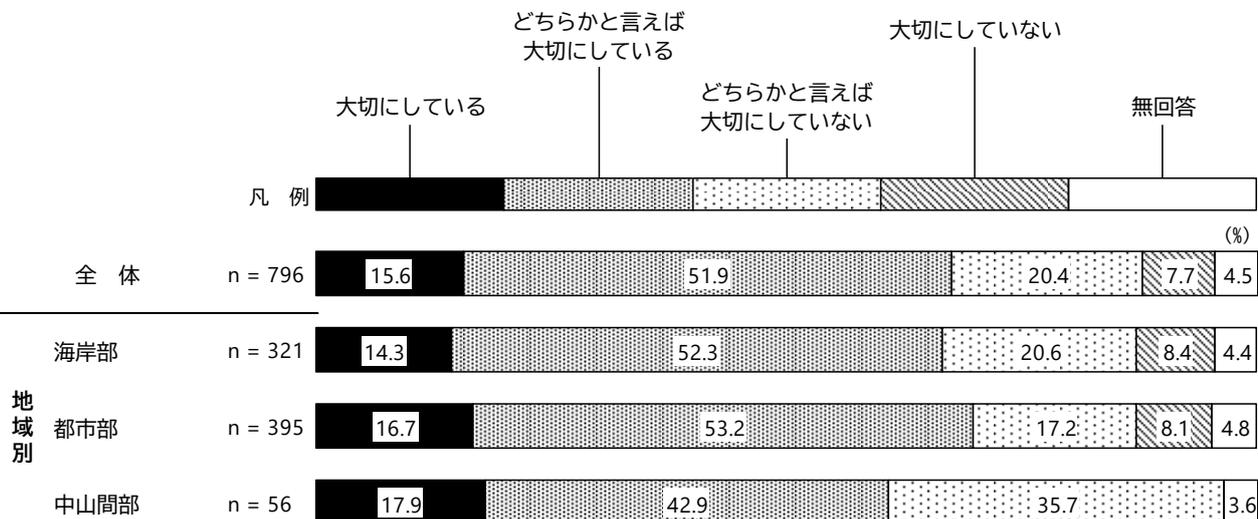
（9）食文化を大切にしているか

- 「どちらかと言えば大切にしている」が51.9%と最も高くなっている。次いで「どちらかと言えば大切にしていない」が20.4%、「大切にしている」が15.6%となっている。
- 『食文化を大切にしている』（「大切にしている」+「どちらかと言えば大切にしている」）は67.5%となっている。
- 中山間部では『食文化を大切にしている』が60.8%と他地域に比べ5ポイント以上低い。

問53 あなたはふだん、伝統食や行事食及び食事マナーなどを含め、食文化を大切にしていますか。（○は1つ）



【食文化を大切にしているか／地域別】

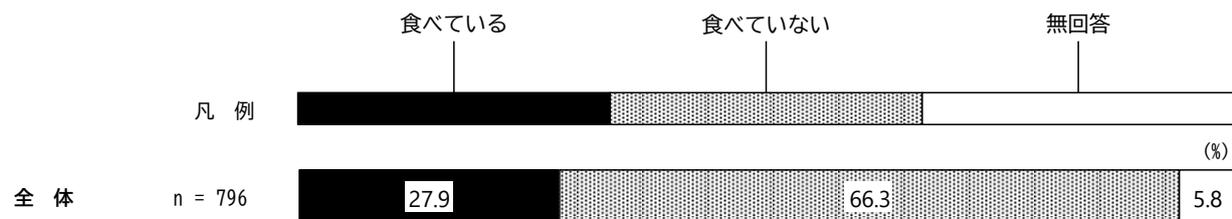


（10）郷土料理や伝統料理を月1回以上食べているか

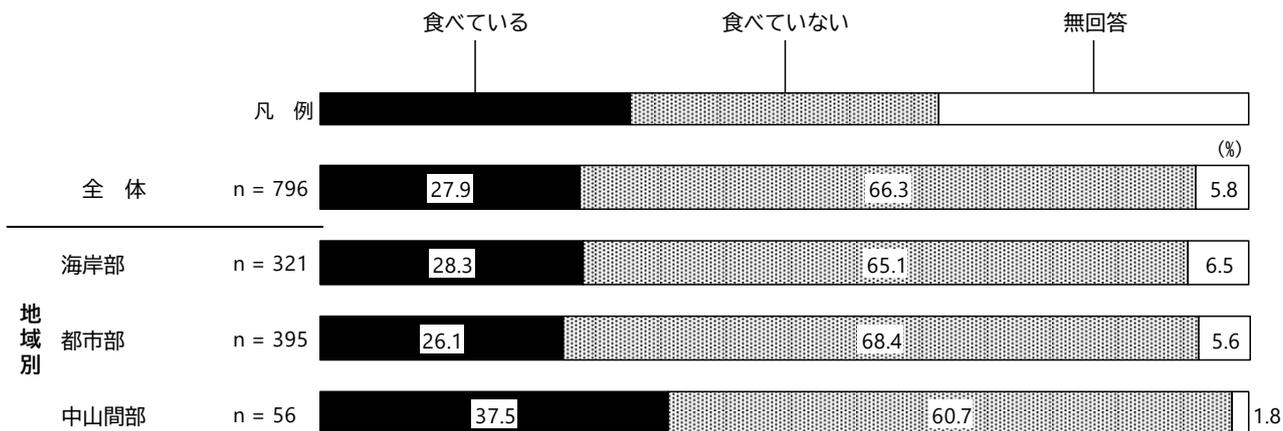
- 「食べていない」が66.3%、「食べている」が27.9%となっている。
- 都市部では「食べている」が26.1%と地域別の中で最も低い。

問54 あなたは、郷土料理や伝統料理（行事食）含むなど、月1回以上食べていますか。

（○は1つ）



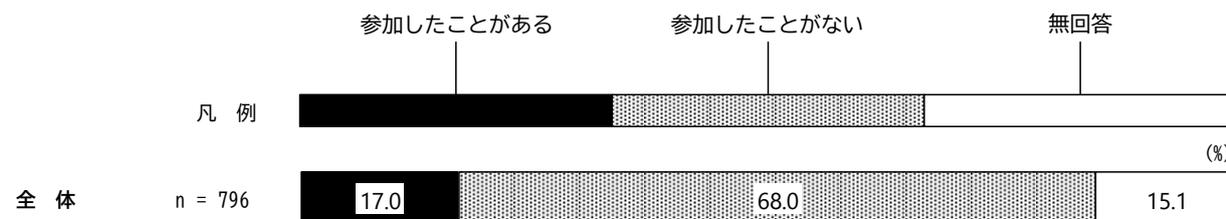
【郷土料理や伝統料理を月1回以上食べているか／地域別】



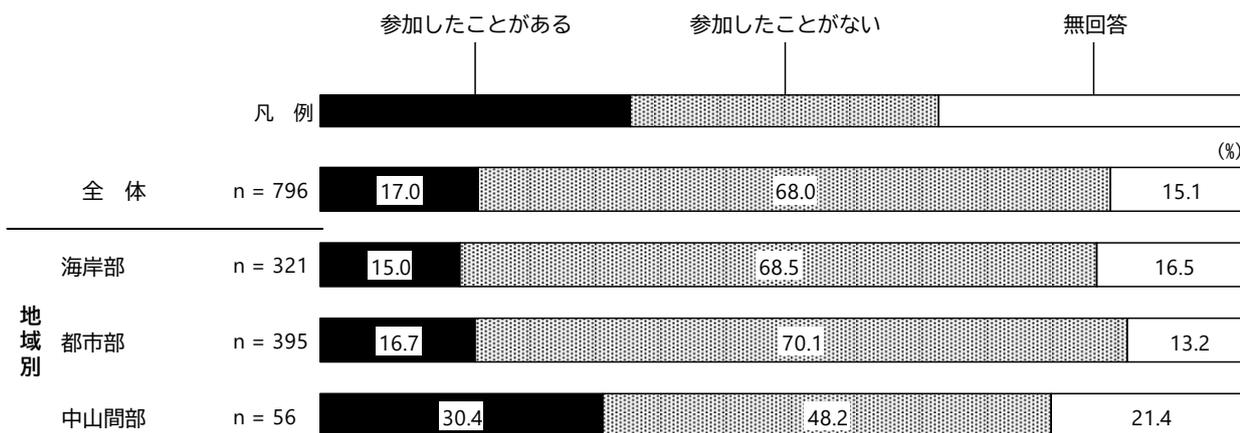
(11) 過去10年間で、農林漁業体験に参加したことがあるか

- 「参加したことがない」が68.0%、「参加したことがある」が17.0%となっている。
- 海岸部では「参加したことがある」が15.0%と地域別の中で最も低い。

問55 あなたは、おおむね過去10年間で田植えや野菜、果物の収穫、水産加工など、農林漁業体験に参加したことがありますか。（○は1つ）



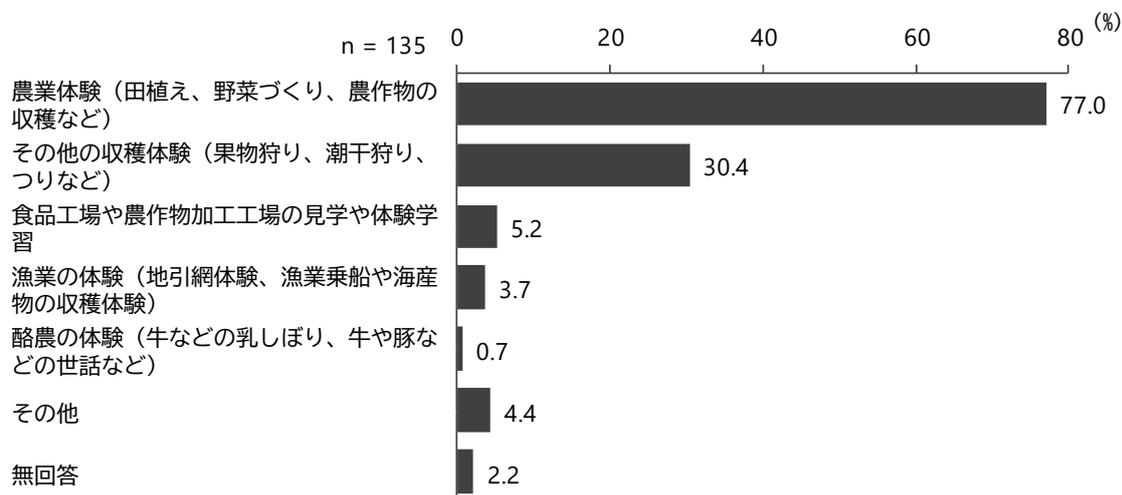
【過去10年間で、農林漁業体験に参加したことがあるか／地域別】



（12）参加したことのある農林漁業体験

- 「農業体験（田植え、野菜づくり、農作物の収穫など）」が 77.0%、「その他の収穫体験（果物狩り、潮干狩り、つりなど）」が 30.4%となっている。

問55-1 それはどのような体験でしたか。（あてはまるものすべてに○）



【参加したことのある農林漁業体験／地域別】

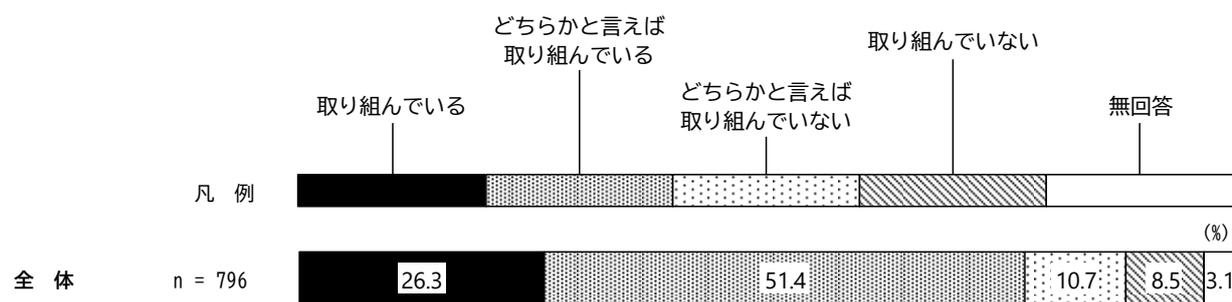
		n	農業体験（田植え、野菜づくり、農作物の収穫など）	その他の収穫体験（果物狩り、潮干狩り、つりなど）	食品工場や農作物加工工場の見学や体験学習	漁業の体験（地引網体験、漁業乗船や海産物の収穫体験）	酪農の体験（牛などの乳しぼり、牛や豚などの世話など）	その他	無回答
全体		135	77.0	30.4	5.2	3.7	0.7	4.4	2.2
地域別	海岸部	48	77.1	27.1	12.5	6.3	-	8.3	-
	都市部	66	78.8	34.8	1.5	1.5	-	1.5	1.5
	中山間部	17	88.2	17.6	-	-	5.9	5.9	5.9

※地域別集計については、調査数（n）が少ないため参考値として掲載

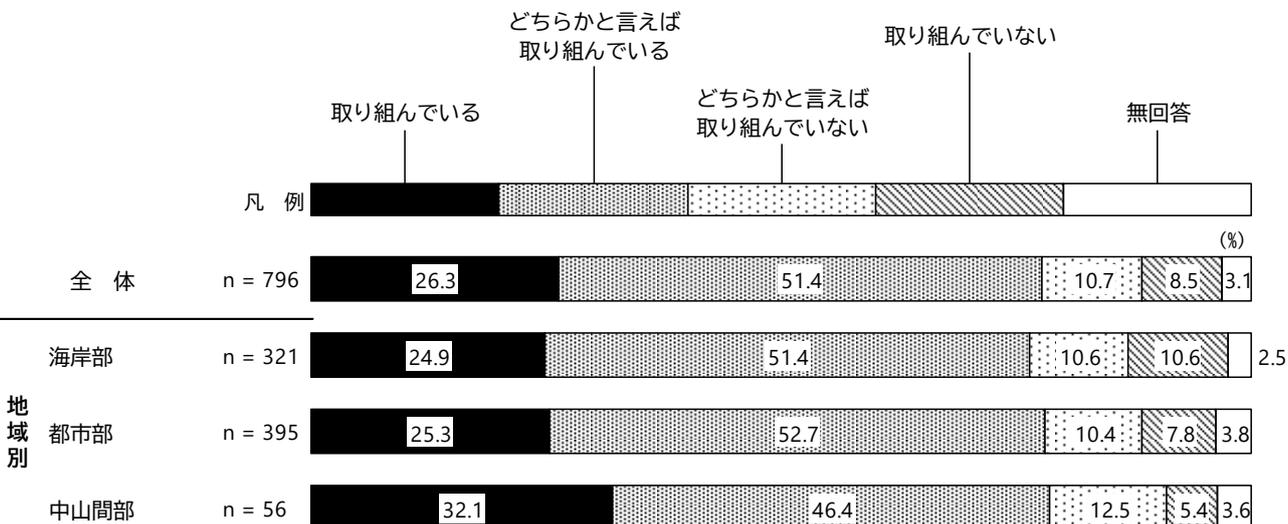
(13) 「食品ロス」を削減することを意識して取り組んでいるか

- 「どちらかと言えば取り組んでいる」が51.4%と最も高くなっている。次いで「取り組んでいる」が26.3%、「どちらかと言えば取り組んでいない」が10.7%となっている。
- 『食品ロス削減のために何らかの行動をしている』（「取り組んでいる」+「どちらかと言えば取り組んでいる」）は77.7%となっている。
- 地域別では『食品ロス削減のために何らかの行動をしている』について大きな差は出ていない。

問56 あなたは「食品ロス」を削減することを意識して取り組んでいますか。（○は1つ）



【「食品ロス」を削減することを意識して取り組んでいるか／地域別】

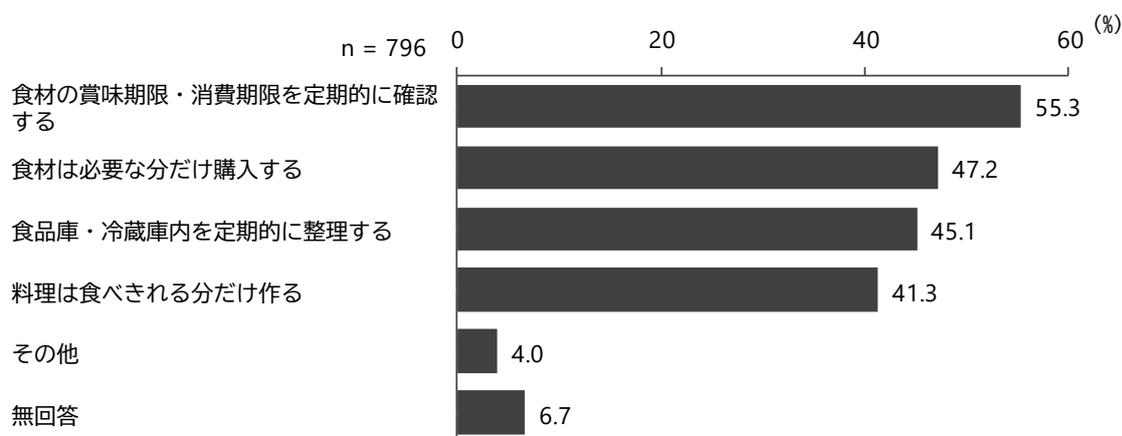


（14）食品ロス削減のために取り組んでいること

- 「食材の賞味期限・消費期限を定期的に確認する」が 55.3%と最も高くなっている。次いで「食材は必要な分だけ購入する」が 47.2%、「食品庫・冷蔵庫内を定期的に整理する」が 45.1%となっている。
- 地域別では食品ロス削減のために取り組んでいることについて大きな差は出ていない。
- 男性では「食品庫・冷蔵庫内を定期的に整理する」が 28.7%と女性に比べ 20 ポイント以上低い。

問57 あなたが、食品ロスのために取り組んでいることはなんですか。

（あてはまるものすべてに○）



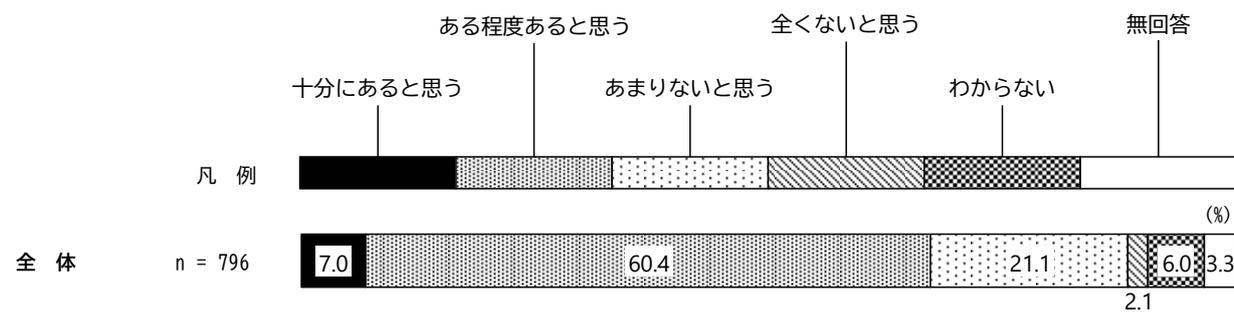
【食品ロス削減のために取り組んでいること／地域別／性別】

		n	食材の賞味期限・消費期限を定期的に確認する	食材は必要な分だけ購入する	食品庫・冷蔵庫内を定期的に整理する	料理は食べきれ的分だけ作る	その他	無回答
全体		796	55.3	47.2	45.1	41.3	4.0	6.7
地域別	海岸部	321	55.1	46.7	40.8	41.7	2.5	7.8
	都市部	395	56.2	47.6	47.8	40.3	5.3	5.6
	中山間部	56	51.8	44.6	50.0	41.1	5.4	5.4
性別	男	310	52.3	45.8	28.7	32.3	5.2	8.4
	女	466	57.9	48.1	56.2	47.2	3.4	5.2

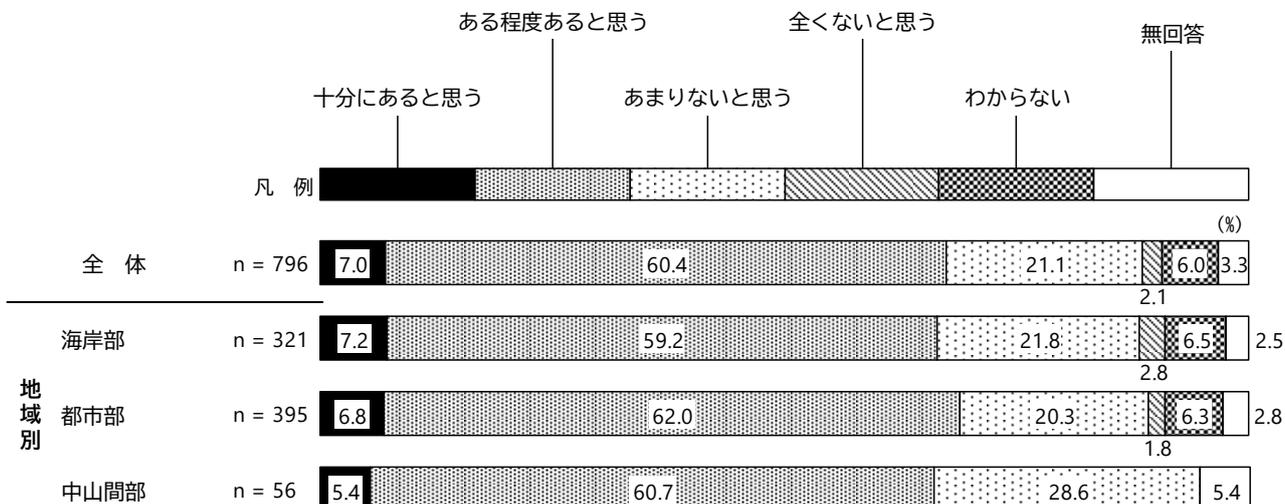
（15）健康に悪影響を与えないための食品選びや調理方法の知識があるか

- 「ある程度あると思う」が60.4%と最も高くなっている。次いで「あまりないと思う」が21.1%、「十分にあると思う」が7.0%となっている。
- 『食品の安全性について、基礎的な知識がある』（「十分にあると思う」+「ある程度あると思う」）は67.4%となっている。
- 地域別では『食品の安全性について、基礎的な知識がある』について大きな差は出ていない。

問58 あなたは、健康に悪影響を与えないようにするために、どのような食品を選んだほうがよいかや、どのような調理が必要かについての知識がありますか。（○は1つ）



【健康に悪影響を与えないための食品選びや調理方法の知識があるか／地域別】

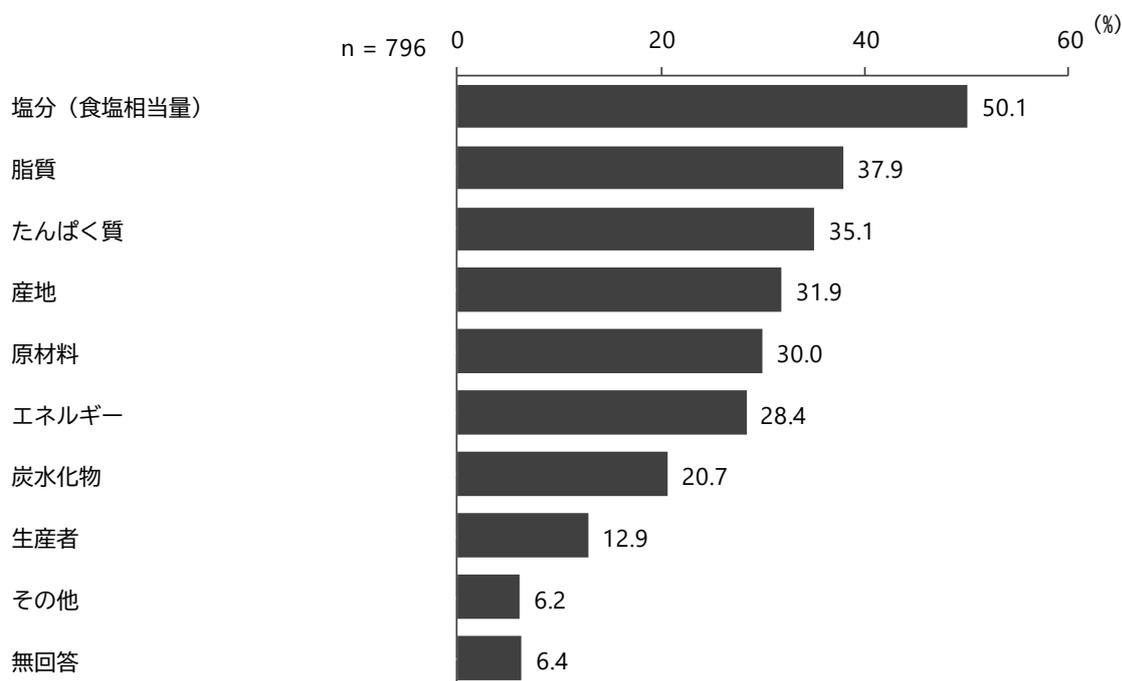


（16）食品を選択する際に気を付けていること

- 「塩分（食塩相当量）」が50.1%と最も高くなっている。次いで「脂質」が37.9%、「たんぱく質」が35.1%となっている。
- 都市部では「塩分（食塩相当量）」が53.9%、海岸部では「産地」が34.0%、中山間部では「炭水化物」が26.8%と他地域と比べ高い。
- 女性では「塩分（食塩相当量）」が53.4%、「たんぱく質」が41.4%、「産地」が36.9%とそれぞれ男性に比べ5ポイント以上高い。

問59 あなたは、ふだん食品を選択する際にどのようなことに気を付けていますか。

（あてはまるものすべてに○）



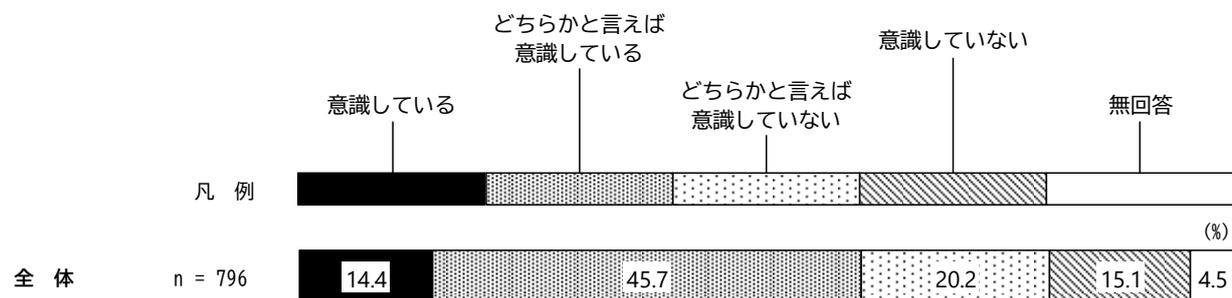
【ふだん食品を選択する際に気を付けていること／地域別／性別】

		n	塩分 (食塩相当量)	脂質	たんぱく質	産地	原材料	エネルギー	炭水化物	生産者	その他	無回答
全体		796	50.1	37.9	35.1	31.9	30.0	28.4	20.7	12.9	6.2	6.4
地域別	海岸部	321	47.4	36.4	27.7	34.0	27.4	29.0	16.8	15.0	5.3	6.9
	都市部	395	53.9	38.0	39.7	31.1	31.9	28.1	23.0	10.9	7.3	5.6
	中山間部	56	42.9	46.4	39.3	21.4	32.1	30.4	26.8	14.3	3.6	3.6
性別	男	310	45.5	32.6	25.5	23.9	24.5	26.1	21.0	10.0	8.7	7.1
	女	466	53.4	41.8	41.4	36.9	33.9	30.7	21.0	14.6	4.7	5.2

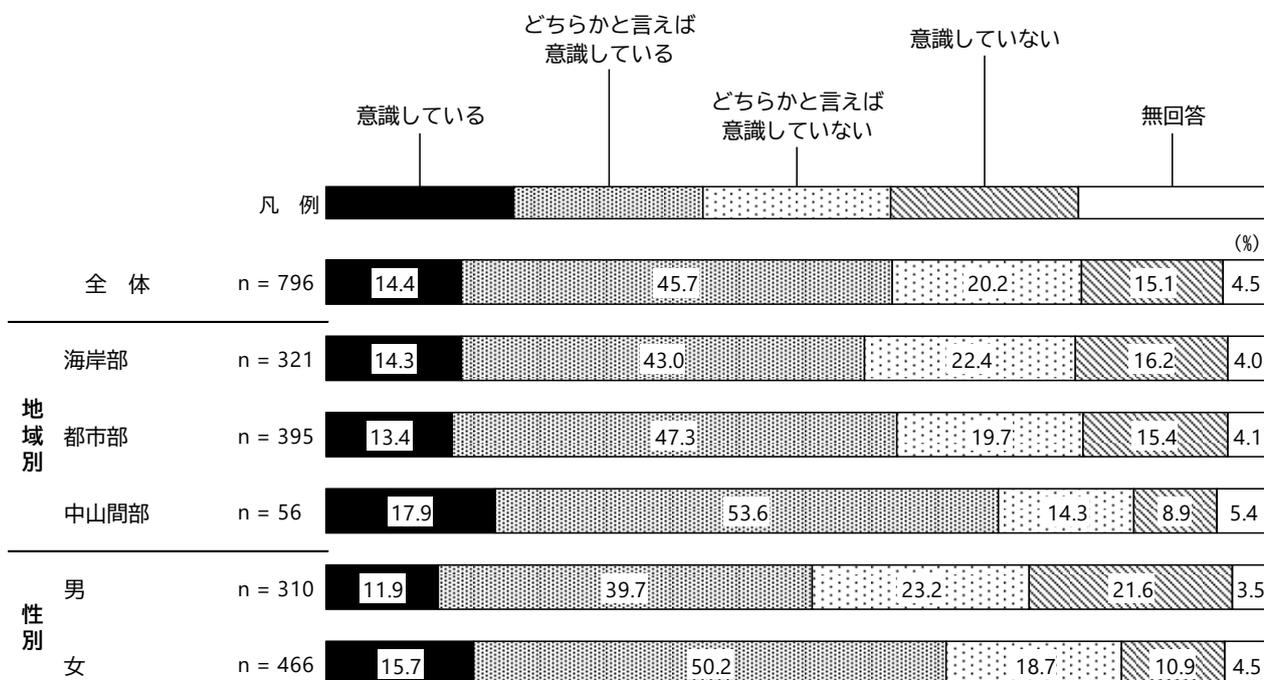
（17）食品を購入する際に環境を意識しているか

- 「どちらかと言えば意識している」が45.7%と最も高くなっている。次いで「どちらかと言えば意識していない」が20.2%、「意識していない」が15.1%となっている。
- 『環境を意識している』（「意識している」+「どちらかと言えば意識している」）は60.1%となっている。
- 中山間部では『環境を意識している』が71.5%と他地域に比べ10ポイント以上高い。
- 女性では『環境を意識している』が65.9%と男性に比べ10ポイント以上高い。

問60 あなたは、ふだん食品を選択する際に環境に配慮した農林水産物・食品を意識して購入しますか。（○は1つ）



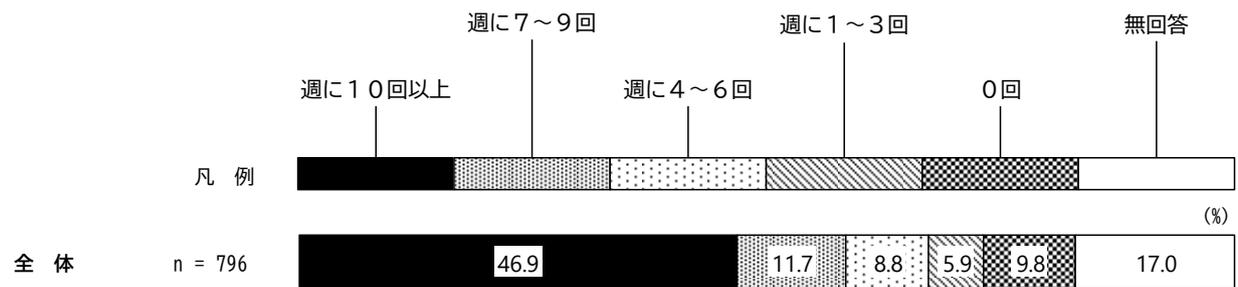
【食品を購入する際に環境を意識しているか／地域別／性別】



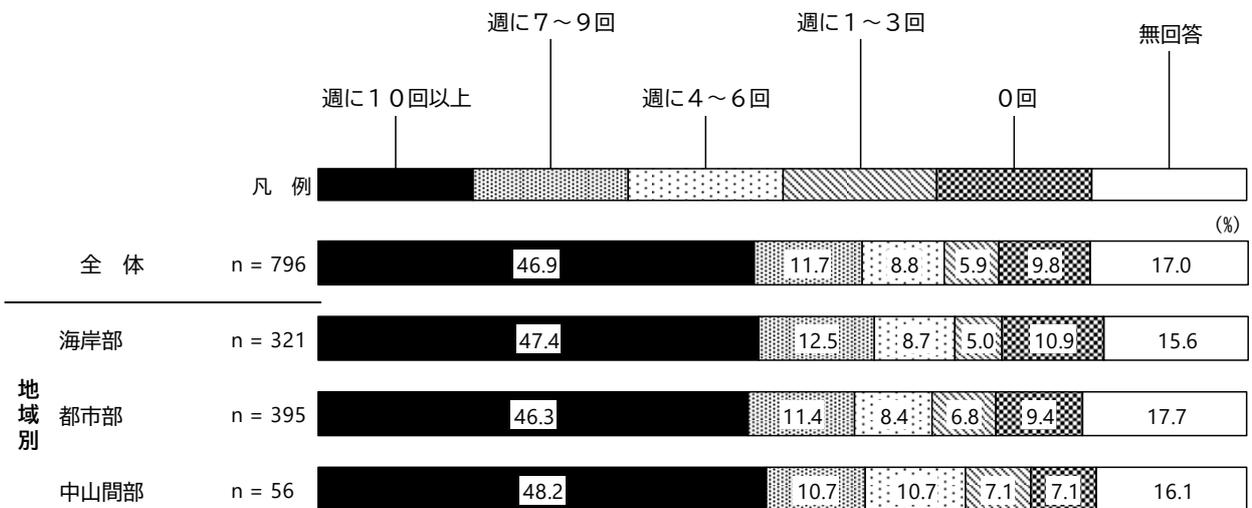
（18）家族と朝食や夕食を一緒に食べる1週間あたりの頻度

- 「週に10回以上」が46.9%と最も高くなっている。次いで「週に7～9回」が11.7%、「0回」が9.8%となっている。
- 地域別では「週に10回以上」について大きな差は出ていない。

問61 あなたは、朝食や夕食を家族と一緒に食べることは、1週間にどのくらいありますか。
（同居者ありのみ）（○は1つ）



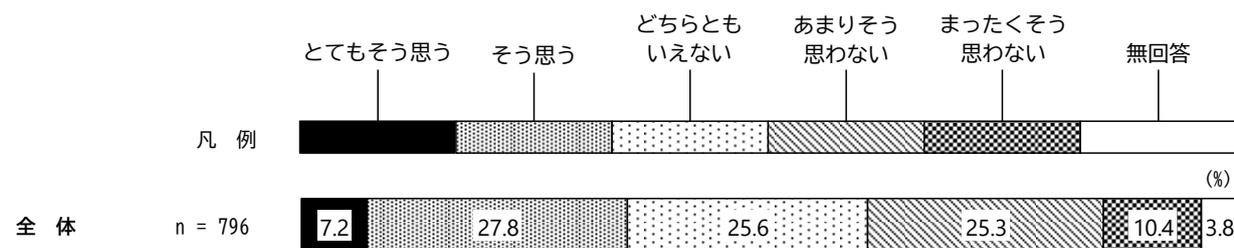
【家族と朝食や夕食を一緒に食べる1週間あたりの頻度／地域別】



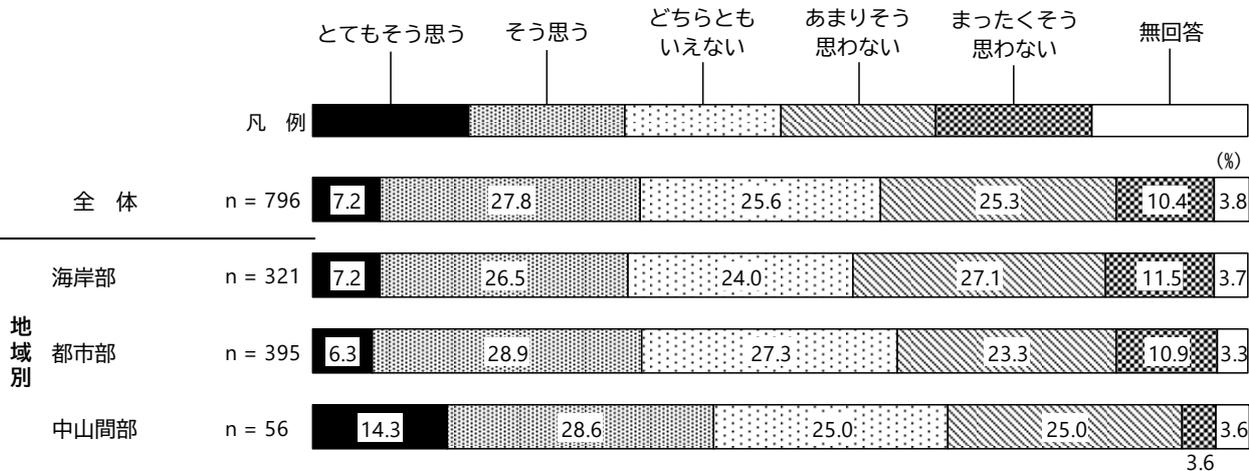
（19）地域や所属コミュニティでの食事会等に参加したいか

- 「そう思う」が27.8%と最も高くなっている。次いで「どちらともいえない」が25.6%、「あまりそう思わない」が25.3%となっている。
- 『地域等で共食したいと思う』（「とてもそう思う」+「そう思う」）は35.0%となっている。
- 中山間部では『地域等で共食したいと思う』が42.9%と他地域に比べ5ポイント以上高い。

問62 地域や所属コミュニティ（職場を含む）での食事会等の機会があれば、あなたは参加したいと思いますか。（○は1つ）



【地域や所属コミュニティでの食事会等に参加したいか／地域別】

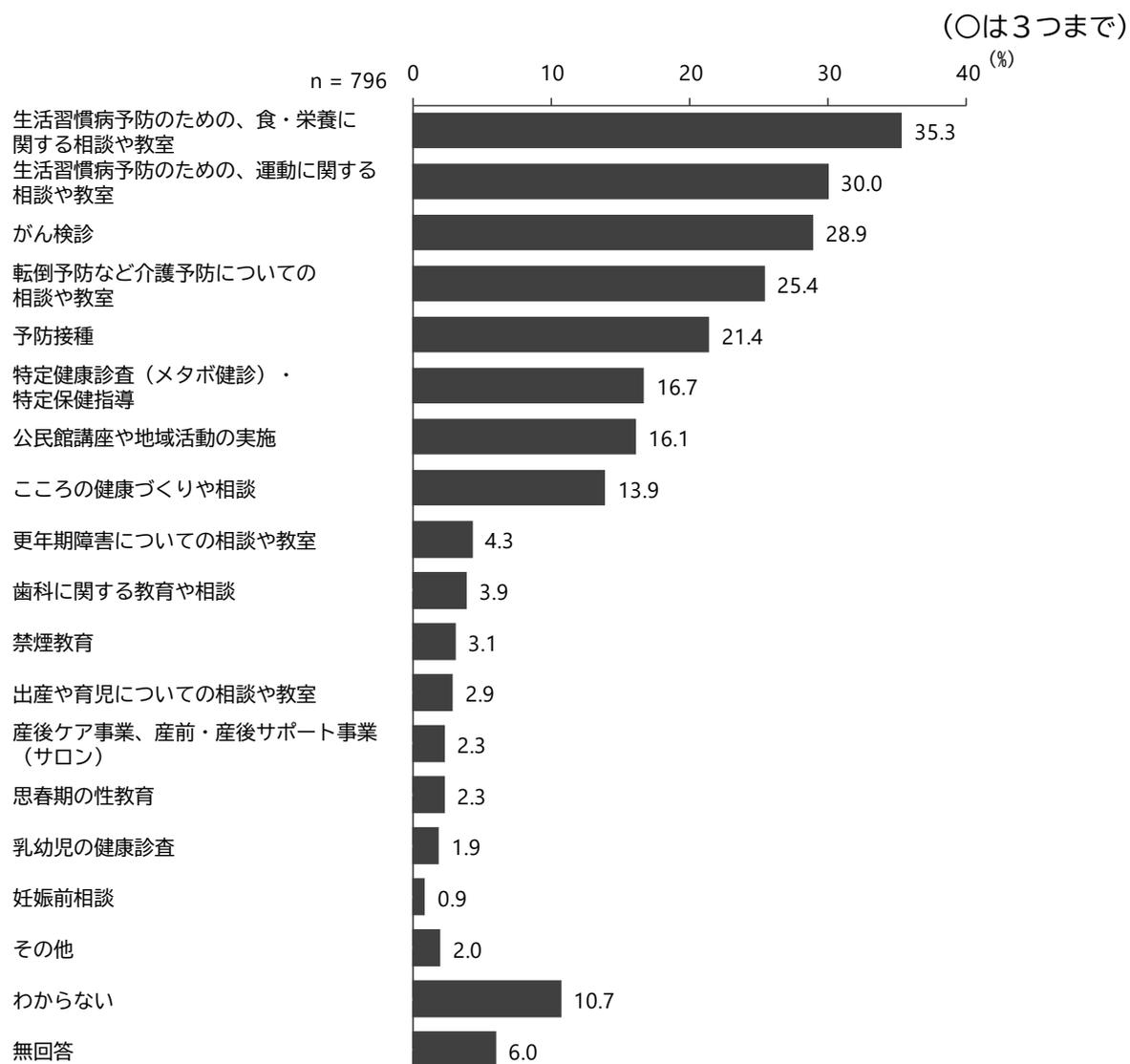


6 保健事業について

(1) いわき市の保健事業として今後どのような事業に力をいれていくべきか

- 「生活習慣病予防のための、食・栄養に関する相談や教室」が35.3%と最も高くなっている。次いで「生活習慣病予防のための、運動に関する相談や教室」が30.0%、「がん検診」が28.9%となっている。
- 海岸部では「予防接種」が23.1%、都市部では「がん検診」が32.7%、中山間部では「生活習慣病予防のための、運動に関する相談や教室」が41.1%、「転倒予防など介護予防についての相談や教室」が33.9%、「特定健康診査（メタボ健診）・特定保健指導」が25.0%と他地域に比べ高い。
- 一人暮らしでは「生活習慣病予防のための、運動に関する相談や教室」が34.1%と他の家族構成に比べ5ポイント以上高く、「がん検診」が15.2%と他の家族構成に比べ5ポイント以上低い。

問63 いわき市の保健事業として今後どのような事業に力をいれていくべきだと思いますか。



【いわき市の保険事業として今後どのような事業に力をいれていくべきか／地域別／家族構成別】

(%)

		n	食生活習慣病予防のための、教室・栄養に関する相談や、教	生活習慣病予防のための、運動に関する相談や教室	がん検診	転倒予防など介護予防についての相談や教室	予防接種	特定健康診査（メタボ健診）・特定保健指導	公民館講座や地域活動の実	こころの健康づくりや相談	更年期障害についての相談や教室	歯科に関する教育や相談
全	体	796	35.3	30.0	28.9	25.4	21.4	16.7	16.1	13.9	4.3	3.9
地	海岸部	321	32.7	26.8	26.2	24.0	23.1	19.6	14.3	13.7	3.7	2.8
	都市部	395	36.5	32.4	32.7	26.8	21.8	13.4	16.7	15.4	4.6	4.6
	中山間部	56	41.1	33.9	23.2	33.9	14.3	25.0	23.2	8.9	5.4	3.6
家	一人暮らし	164	38.4	34.1	15.2	28.0	15.2	14.0	17.1	12.8	3.7	4.9
	夫婦2人	271	33.9	28.8	33.6	23.6	24.4	17.0	15.9	14.4	4.1	5.2
	2世代（親・子）	270	35.9	28.1	33.7	26.7	23.3	18.1	16.3	15.9	4.8	2.2
	3世代（親・子・祖父母）以上	37	24.3	21.6	24.3	24.3	18.9	18.9	21.6	2.7	5.4	5.4
	その他	29	37.9	41.4	27.6	31.0	17.2	13.8	13.8	24.1	3.4	-

(%)

		n	禁煙教育	出産や育児についての相談や教室	産後ケア事業、産前・産後サポート事業（サロン）	思春期の性教育	乳幼児の健康診査	妊娠前相談	その他	わからない	無回答
全	体	796	3.1	2.9	2.3	2.3	1.9	0.9	2.0	10.7	6.0
地	海岸部	321	2.2	2.2	1.9	1.6	1.2	0.6	0.9	13.7	6.9
	都市部	395	3.3	3.5	2.8	2.8	2.5	1.3	2.3	8.6	4.8
	中山間部	56	3.6	1.8	1.8	1.8	1.8	-	3.6	7.1	3.6
家	一人暮らし	164	3.0	2.4	2.4	3.0	-	-	2.4	13.4	7.9
	夫婦2人	271	3.3	1.8	1.8	1.8	2.2	1.1	1.8	8.9	4.4
	2世代（親・子）	270	3.0	4.8	1.9	1.5	3.0	1.5	0.7	10.7	4.4
	3世代（親・子・祖父母）以上	37	2.7	-	8.1	2.7	2.7	-	2.7	13.5	16.2
	その他	29	3.4	-	-	10.3	-	-	6.9	6.9	3.4

健康いわき 21（第二次）評価のための市民アンケート調査 －調査結果報告書－

発行年月：令和5年3月

発行：いわき市 保健福祉部 健康づくり推進課

〒970-8686 福島県いわき市平字梅本 21 番地

電話 0246-22-7448(直通) FAX 0246-22-7570

調査委託：株式会社サーベイリサーチセンター