

塩谷町健康増進計画 2 1 計画  
— 第 2 期計画（改訂版） — （案）

令和 5 年 3 月

塩 谷 町

## 目 次

I	計画の策定	1
1.	第2期計画（改訂版）策定の趣旨	1
2.	計画の位置づけと計画期間	1
II	塩谷町民の健康を取り巻く現状	2
1.	人口の推移と人口構成	2
2.	人口動態	3
3.	平均寿命と健康寿命	3
4.	国民健康保険	4
5.	介護保険	15
III	計画の基本的な考え方	17
1.	基本理念	17
2.	基本目標	17
3.	基本方針	17
4.	計画の特色	18
IV	中間評価の実施	19
1.	中間評価の実施方法	19
2.	中間評価の実施	20
3.	基本目標	21
4.	妊娠・出産期	21
5.	乳幼児期	23
6.	小学生・中学生	25
7.	高校生	28
8.	キャリア期及びシニア期	31
9.	取り組み実績	40
V	関連団体の意向調査	43
1.	意向調査の概要	43
2.	調査結果の概要	43
VI	今後の目標と達成に向けた取り組み	46
1.	新たな目標設定	46
2.	達成に向けた取り組み	50
	参考資料	
1	策定経過	
2	塩谷町健康増進計画第2期（改訂版）策定委員会関係資料	
3	生活習慣等に関するアンケート調査（一般成人）	
4	生活習慣等に関するアンケート調査（高校2年生）	

## はじめに



心も体も健康でおだやかに生活できることは、すべての人々の願いです。健康でいることが幸せな人生を送るための基本とも言えるでしょう。

国は「健康長寿延伸プラン」の中で、健康無関心層も含めた予防・健康づくりの推進などに向け、「自然に健康になれる環境づくり」、「行動変容を促す仕掛け」を通じて、次世代を含めたすべての人の健やかな生活習慣形成等の取り組みを推進しております。本町でも令和 2 年度に「ウォーキングの町づくり」宣言をし、健康ポイント事業の展開など、新たな健康づくりの推進に努めてきているところです。

今般、我々の生活を一変させた新型コロナウイルス感染症につきましては、日々の暮らしの中の健康づくりのあり方までも見直す転機となりました。しかし、この感染症対策の過程を通じて心身ともに健康であるためには“個人が正しい知識を得ること”、“みんなでそれを実践すること”そして、更には“粘り強く続けていくこと”がなによりも大切であるという教訓を得ました。

そのような中で、このたび塩谷町健康増進 2 1 計画 2 期計画を改定する時期になりました。町民一人ひとりが日頃から自らの健康について考え、行動し、健康増進に取り組むことはもちろん、地域社会全体で心と身体の健康を支えていくことが極めて重要な課題となります。そのため、今回の改定版では、健康増進と関連の深い食育計画やメンタルヘルス関係も含有することとしました。

今後、「しあわせ おだやか やりがい」を感じられる日常生活が送れることをめざして取り組んでまいります。計画の目標達成のために、引き続き、町民一人ひとりの工夫と地域において活動される各団体の皆さまのご支援をお願いいたします。

結びになりますが、本計画の策定にあたりアンケート調査を通じて貴重なご意見やご提言をいただきました町民の皆さまをはじめ、貴重なご審議を賜りました策定委員会の皆さま、関係機関の方々に厚く御礼申し上げます。

令和 5 年 3 月

塩谷町長 見形 和久

# I 計画の策定

## 1. 第2期計画（改訂版）策定の趣旨

塩谷町は塩谷町健康増進計画21計画の第2期計画（以下、当初計画という。）を平成29年度に策定し、「栄養・食生活」「運動・身体活動」「喫煙」「口腔衛生」の4つの柱に係る町民の健康増進に資する取り組みを行ってまいりました。

当初計画の策定から6年が経過したことから、中間評価を実施し、中間評価結果及び国や県の動向を基に評価目標の修正及び町の取り組むべき課題を整理し、本計画の推進を図るため、当初計画の改訂版（以下、本計画という。）を策定するものです。

なお、本計画は当初計画策定の5年後（令和3年度）に策定することとしていましたが、新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、アンケート等で平常時の健康観が図れない可能性が高いことから、本年度に改定を実施するものです。

## 2. 計画の位置づけと計画期間

本計画は、健康増進法第8条に基づき、「健康日本21計画（第二次）」や「とちぎ健康21プラン（2期計画）」及び「塩谷町特定健康診査等実施計画」と整合性を図り策定する市町村健康増進計画です。また、塩谷町の根幹となる塩谷町振興計画及び、介護保険計画・子ども子育て支援計画・障害者福祉計画との整合も図ります。

当初計画では、母子保健・歯科保健の分野を充実させ、新たに母子保健計画及び歯科保健計画も含有するものとなりましたが、本計画ではさらに食育推進計画や一部メンタルヘルス関係も含有することとし、新たな目標や取り組みについても設定します。

当初計画の計画期間は平成29年度を初年度とし、令和8年度を目標年度とする10か年計画であり、本計画では令和5年度から令和8年度の4か年を計画期間とします。

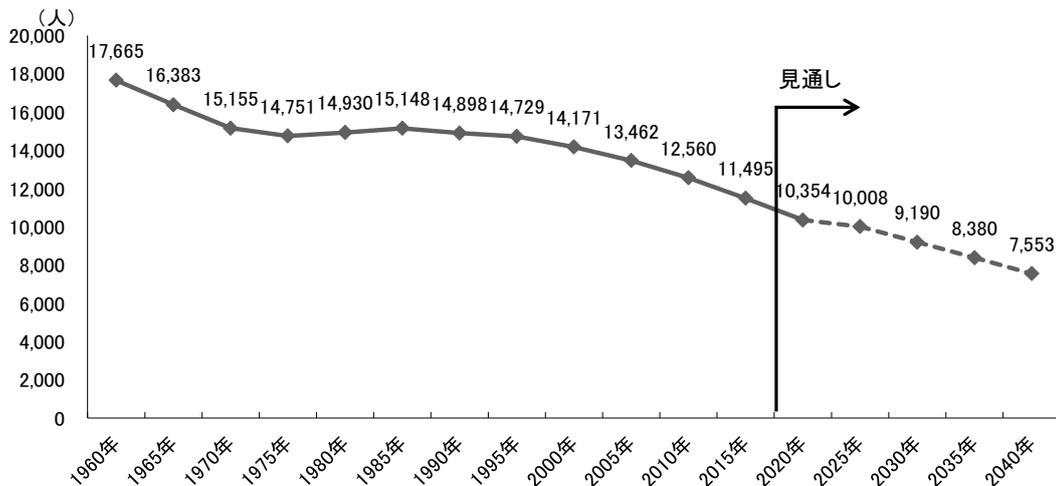
## II 塩谷町民の健康を取り巻く現状

### 1. 人口の推移と人口構成

#### 1.1. 総人口の推移と人口構成

塩谷町では、1960年に17,665人だった総人口が1975年には14,751人まで急激に減少しました。その後、1995年にかけて概ね横ばいで推移したものの、その後再び人口減少傾向となり、2020年現在で10,354人となっています。国立社会保障人口問題研究所（以下、「社人研」とする。）の推計によると、2040年には7,553人まで減少するとされています。

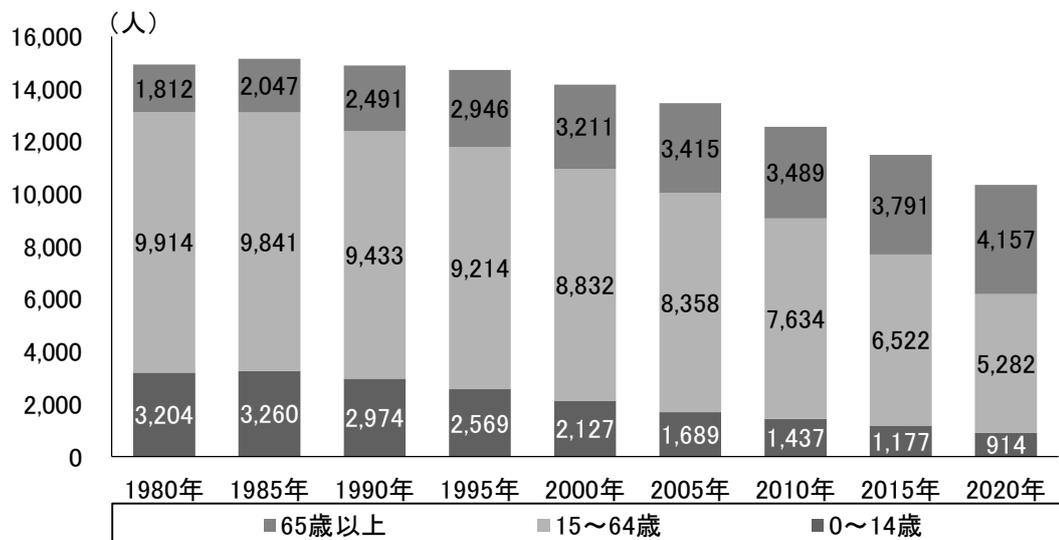
##### ■総人口の推移



(資料：総務省国勢調査、国立社会保障・人口問題研究所 日本の地域別将来推計人口 (H30年))

#### 1.2. 年齢3区分別人口の推移

##### ■年齢3区分別人口の推移



(資料：総務省国勢調査)

## 2. 人口動態

令和3年

	出生率	死亡率	婚姻率	離婚率
栃木県	6.1% (11,474人)	12.1% (22,712人)	3.8% (7,127件)	1.5% (2,799件)
塩谷町	2.7% (29人)	17.4% (185人)	1.7% (18件)	1.4% (15件)

※出生・死亡・婚姻・離婚は人口千人あたり

( )内は実数

(資料:栃木県人口動態総覧)

## 3. 平均寿命と健康寿命

男性は、平均寿命及び健康寿命ともに栃木県平均を下回ります。また、女性は、平均寿命が栃木県平均を上回る一方、健康寿命は県平均を下回ります。平均寿命と健康寿命の差で示される不健康な期間は、男女ともに県平均よりも長い傾向がみられます。

		平均寿命(年)	健康寿命(年)	不健康な期間(年)
塩谷町	男	80.0	79.1	0.9
	女	86.4	81.5	4.9
栃木県	男	80.1	79.5	0.6
	女	86.2	83.7	2.6

※不健康な期間＝平均寿命－健康寿命

(資料：栃木県介護保険の要介護度に基づく市町健康寿命(2019年))

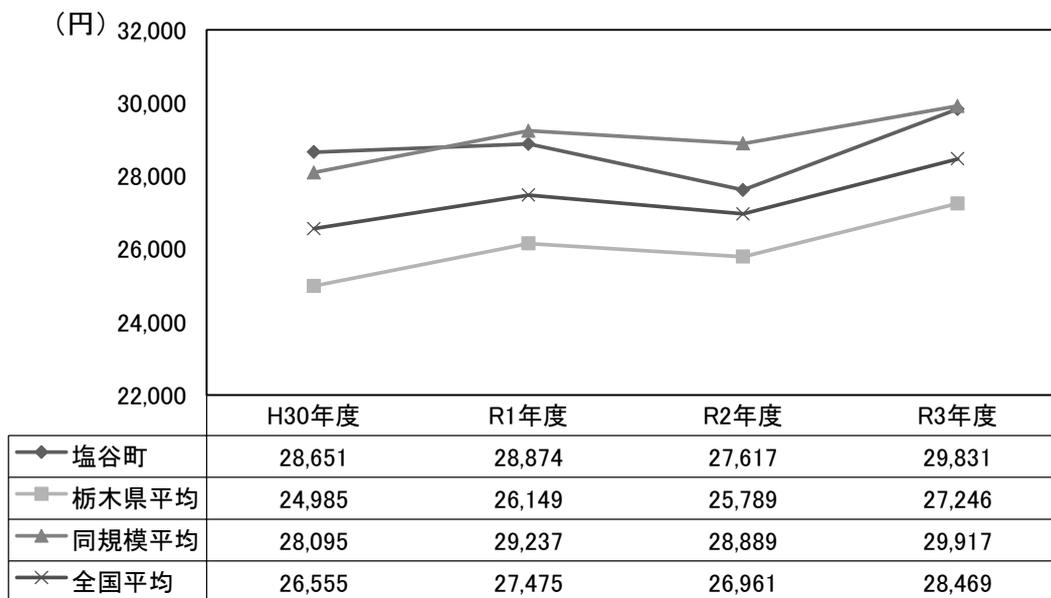
#### 4. 国民健康保険

##### 4.1. 国保の医療費の現状

##### 4.1.1. 被保険者1人当たり診療費

1人当たり診療費（医科）は、令和3年度が29,831円となり、上昇傾向となっています。栃木県や全国平均と比較しても高い水準です。

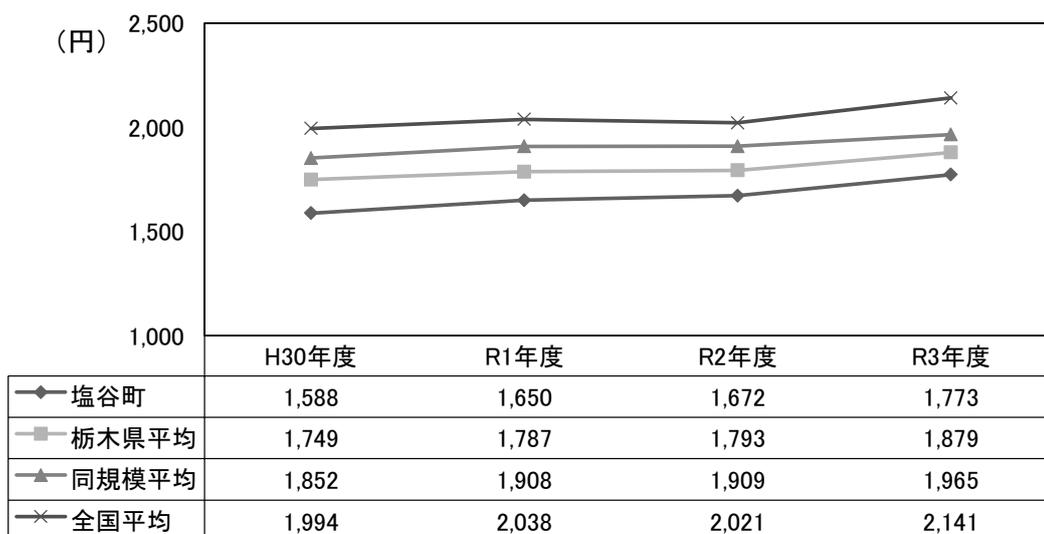
##### ■1人当たりの診療費（医科）



（資料：国保データバンクシステム（KDB））

1人当たり診療費（歯科）は、令和3年度が1,773円と上昇傾向となっています。ただし、栃木県平均や全国平均に比べ低水準で推移しています。

##### ■1人当たりの診療費（歯科）

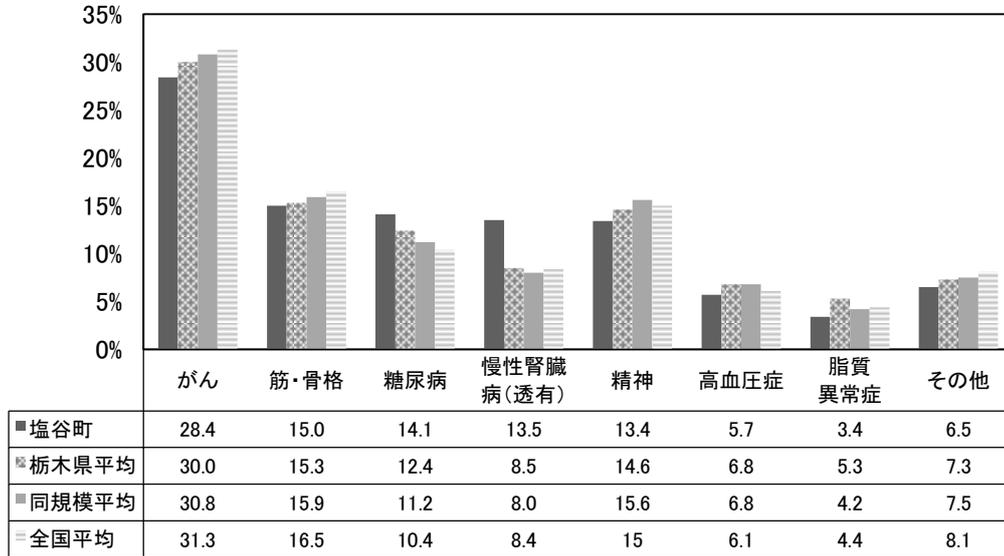


（資料：国保データバンクシステム（KDB））

#### 4.1.2. 医療費分析

##### (1) 令和3年度主要疾病別（中分類）医療費割合（%）

■ 疾病別医療費割合



(資料：国保データバンクシステム (KDB))

##### (2) 医療費合計（入院＋外来）の疾病別（細小分類）順位

R1年度			R2年度		R3年度	
順位	疾病名	割合(%)	疾病名	割合(%)	疾病名	割合(%)
1位	慢性腎臓病(透析あり)	8.5	糖尿病	7.1	慢性腎臓病(透析あり)	7.8
2位	糖尿病	7.0	慢性腎臓病(透析あり)	6.8	糖尿病	7.3
3位	統合失調症	4.3	統合失調症	4.4	不整脈	3.7
4位	高血圧症	4.0	不整脈	4.1	統合失調症	3.5
5位	不整脈	3.4	高血圧症	4.1	高血圧症	3.3
6位	うつ病	2.4	うつ病	2.3	肺がん	2.2
7位	脂質異常症	2.3	骨折	2.1	関節疾患	2.2
8位	関節疾患	2.3	脂質異常症	2.0	うつ病	2.1
9位	狭心症	1.9	関節疾患	1.8	脂質異常症	1.9
10位	乳がん	1.8	脳梗塞	1.7	大腸がん	1.6

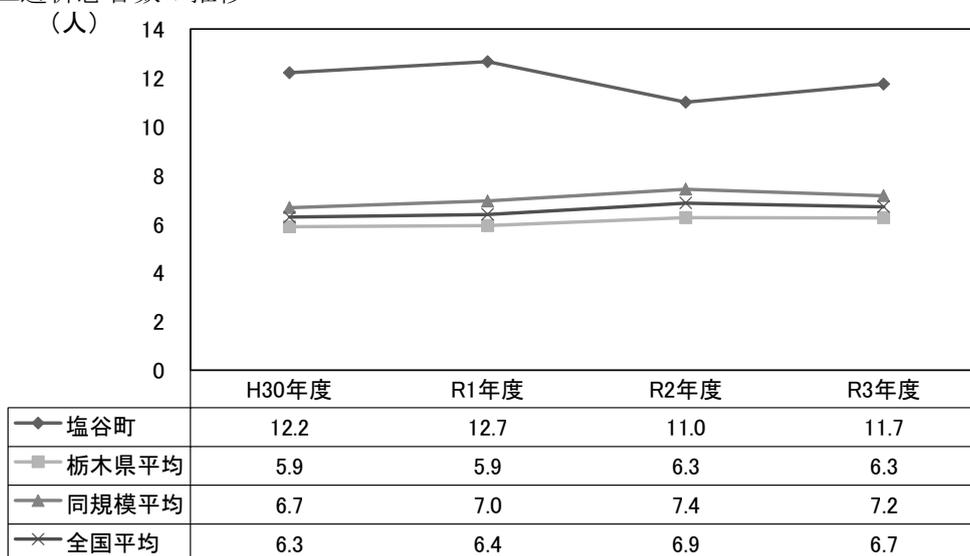
全体の医療費（入院＋外来）を100%として計算

(資料：国保データバンクシステム(KDB))

### (3) 患者千人当たり人工透析患者数

塩谷町の患者千人当たり人工透析患者数は12人前後での推移となっており、栃木県平均や全国平均と比べて2倍近く高い数値となっています。(2) 医療費の疾病別順位をみても、人工透析の原因となる慢性腎臓病や糖尿病の割合が上位に位置しています。

#### ■人工透析患者数の推移



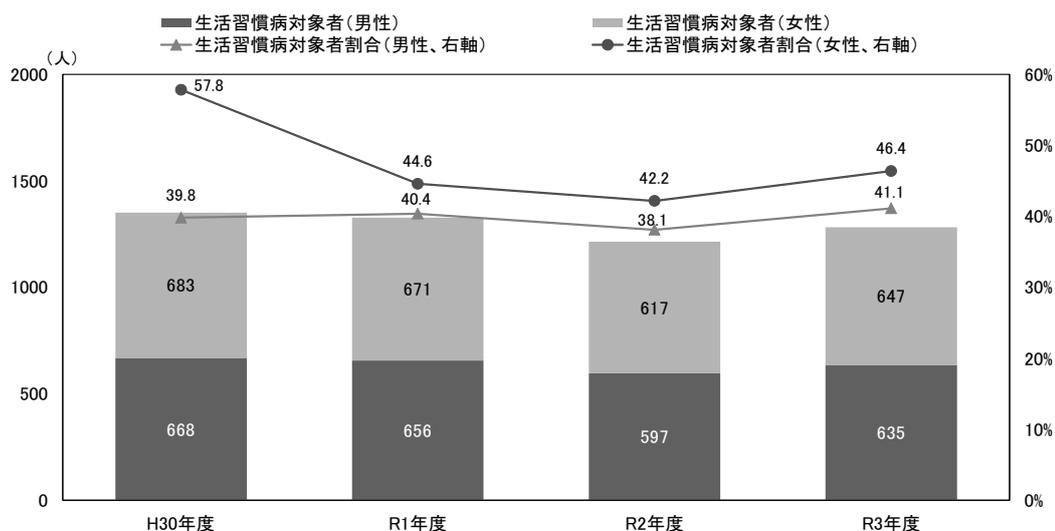
(資料：国保データバンクシステム (KDB))

### 4.1.3. 生活習慣病の状況

#### (1) 生活習慣病対象者の推移

令和3年度の生活習慣病対象者割合は、男性が41.1%、女性が46.4%と、女性の生活習慣病割合が男性よりも高い傾向です。

#### ■生活習慣病対象者の割合



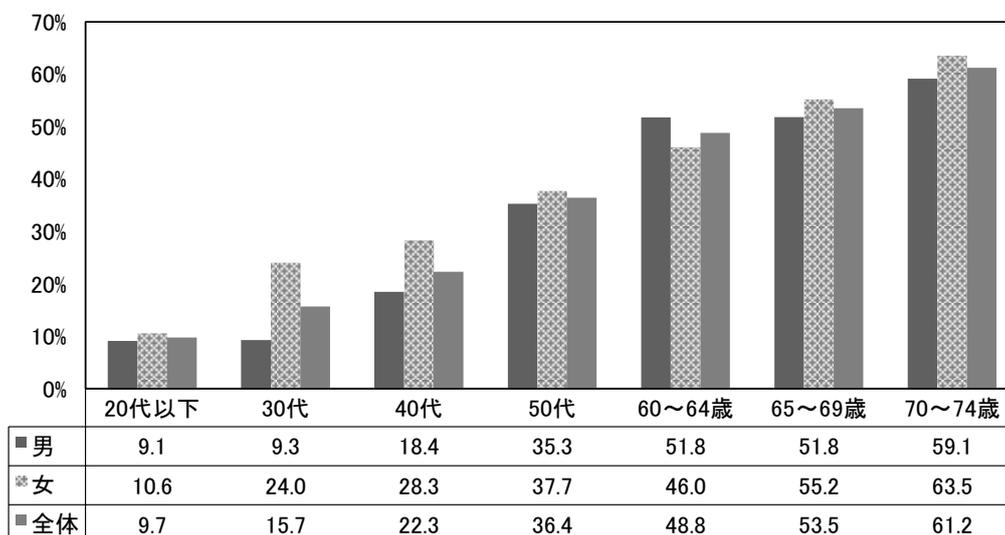
※生活習慣病対象者割合は被保険者数に占める生活習慣病対象者の割合

(資料：国保データバンクシステム(KDB))

## (2) 年代別生活習慣病対象者（令和3年度）

生活習慣病の患者は、高年齢化するほど高くなる傾向がみられます。年代別では、60～64歳を除く全ての年代で、女性が男性を上回っています。

### ■年代別の生活習慣病対象者

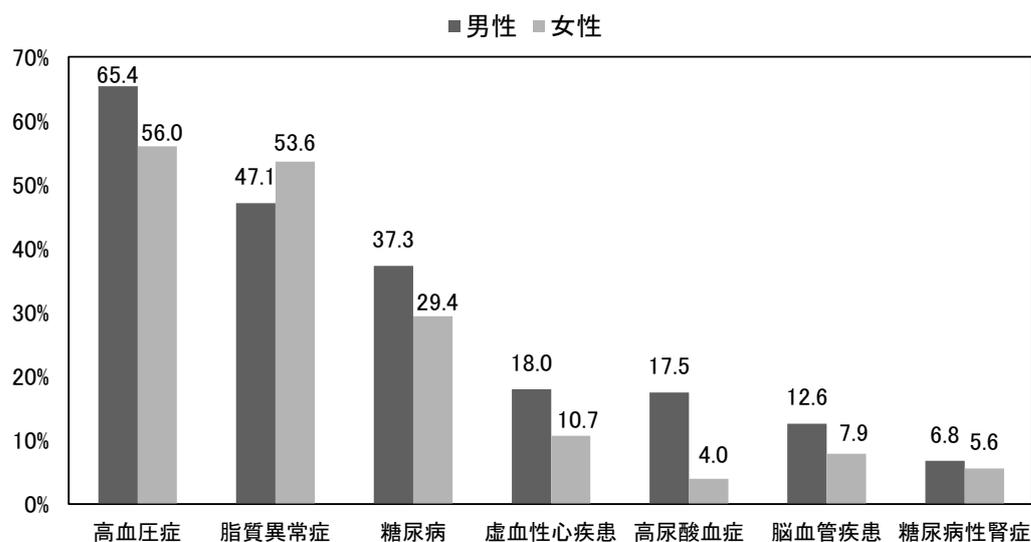


（資料：国保データバンクシステム(KDB)）

## (3) 生活習慣病全体のレセプト分析

生活習慣病患者の疾患状況をみると、男女ともに「高血圧症」が最も高くなっており、次いで「脂質異常症」、「糖尿病」と続きます。

### ■生活習慣病の疾患状況



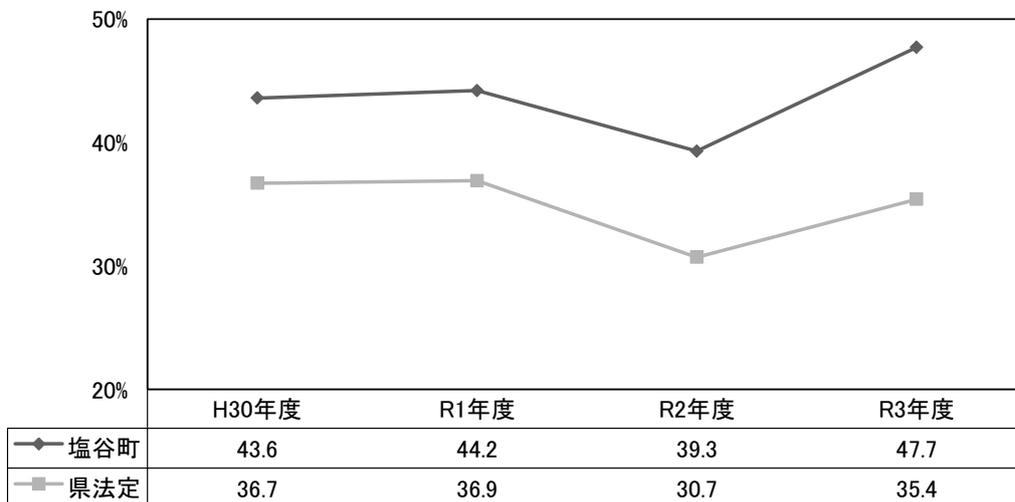
（資料：国保データバンクシステム(KDB)）

## 4.2. 特定健診

### 4.2.1. 特定健診等の実施状況

#### (1) 特定健診受診率の推移

■ 特定健診受診率

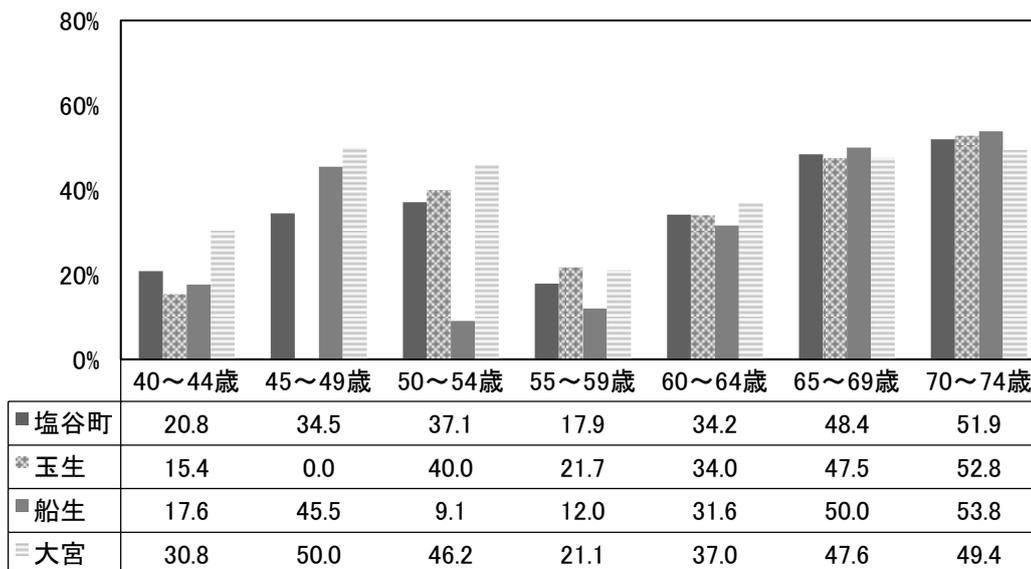


(資料:国保データバンクシステム (KDB))

#### (2) 令和3年度年齢別特定健診受診率

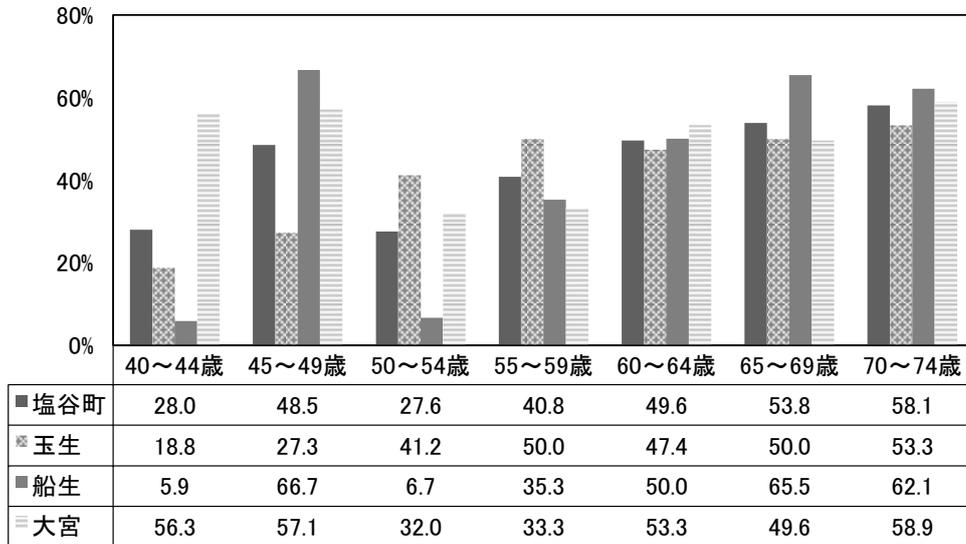
特定健康診査（以下、「特定健診」という）の受診率は、栃木県平均に比べて高い水準で推移しています。年代別では、男女ともに40代、50代の受診率が低くなっています。

■ 男性の特定健診受診率



(資料：国保データバンクシステム (KDB))

■女性の特定健診受診率

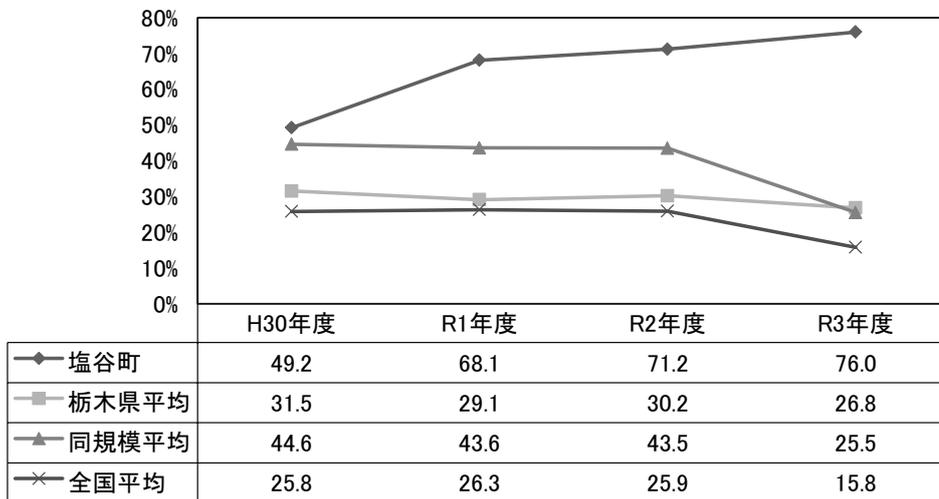


(資料：国保データバンクシステム (KDB))

(3) 特定保健指導実施率の推移

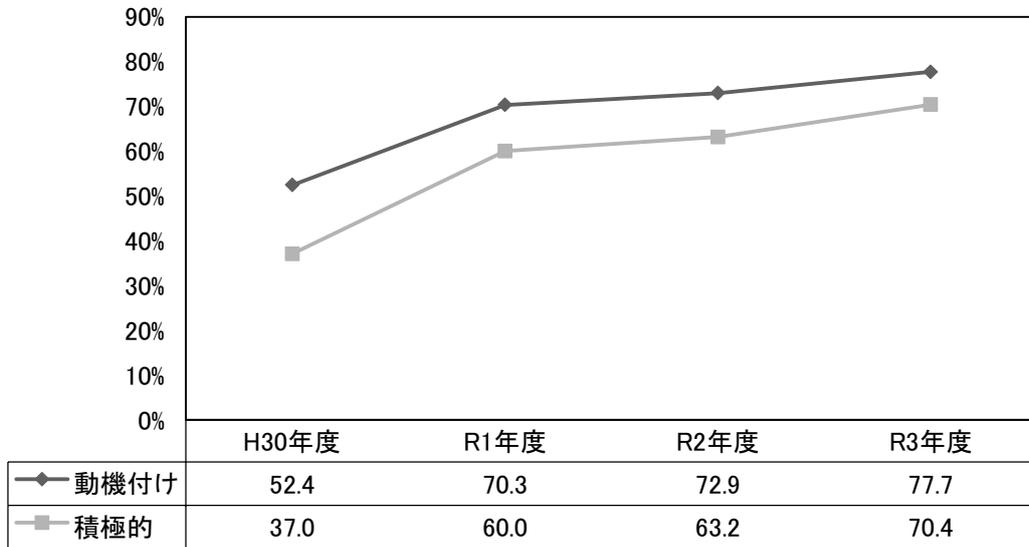
本町の特定保健指導実施率（令和3年度）は76.8%となり、栃木県平均や全国平均より高い水準での推移が続いています。

■特定保健指導実施率



(資料：国保データバンクシステム (KDB))

■特定保健指導実施率（積極的・動機付け）



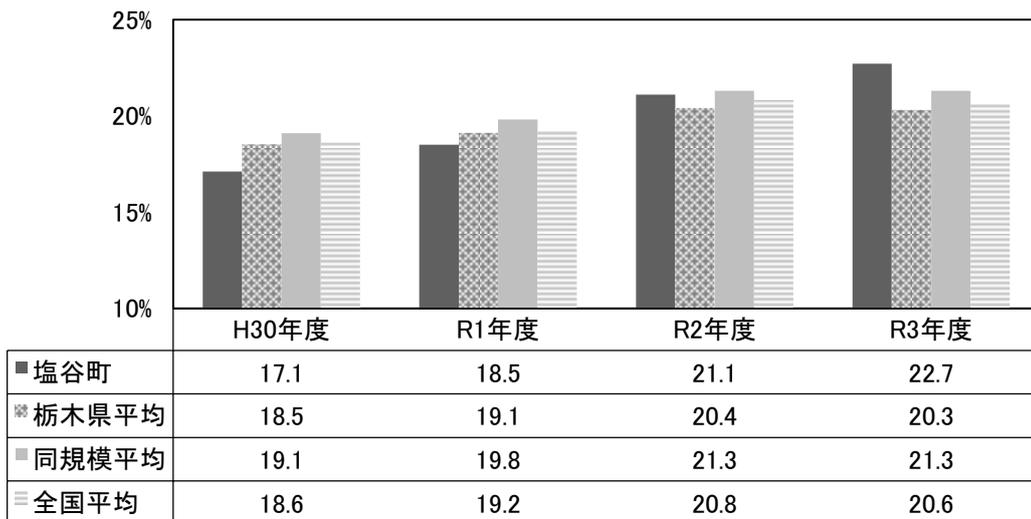
（資料：国保データバンクシステム（KDB））

4.2.2. 特定健診の分析結果

(1) メタボリックシンドローム該当者の推移

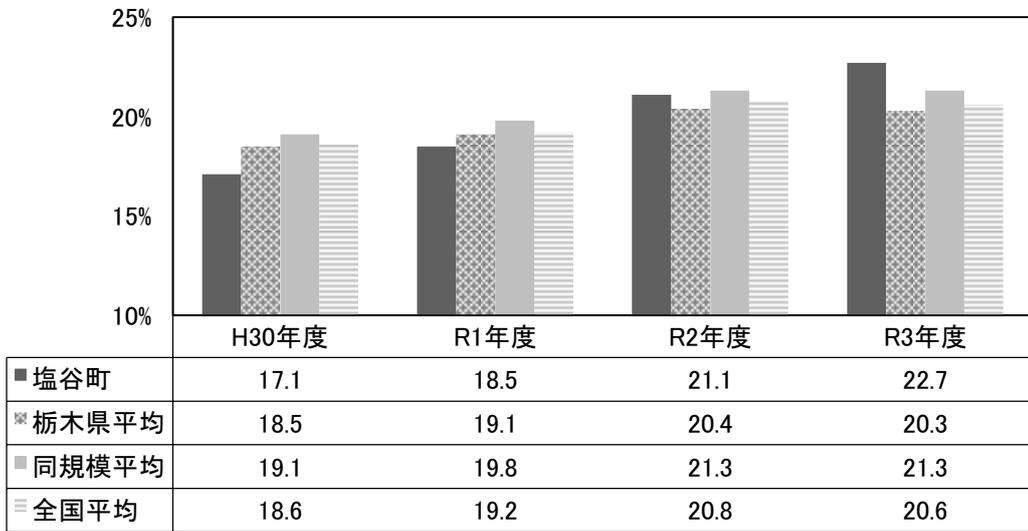
メタボリックシンドローム該当者は、令和1年度まで県平均や全国平均を下回って推移していましたが、令和2年度以降は、県平均、全国平均よりも高い水準となっています。

■メタボリックシンドローム予備軍該当者



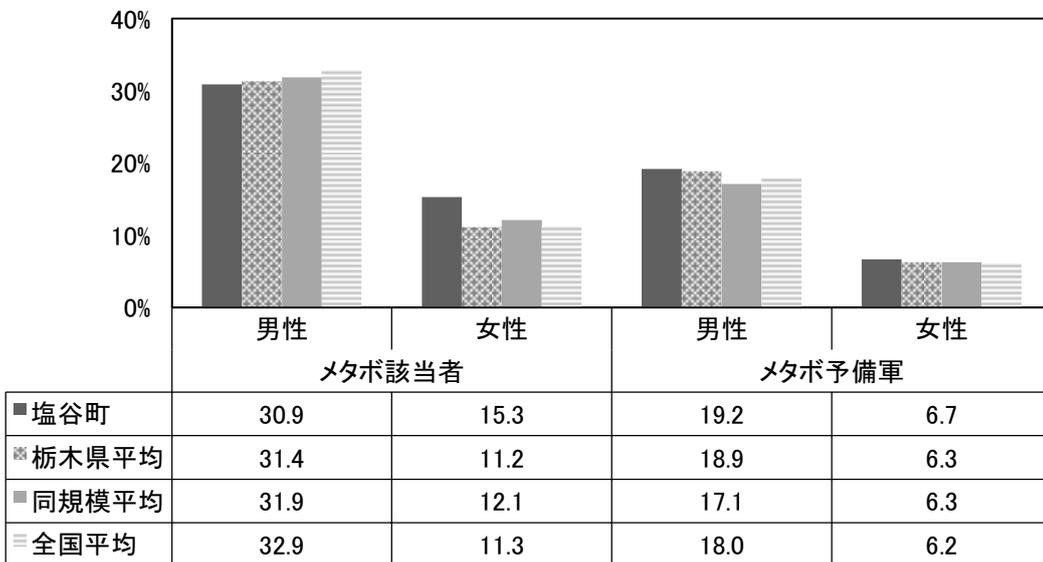
（資料：国保データバンクシステム（KDB））

■メタボリックシンドローム該当者



(資料：国保データバンクシステム (KDB))

■メタボリックシンドローム該当者（男女別）

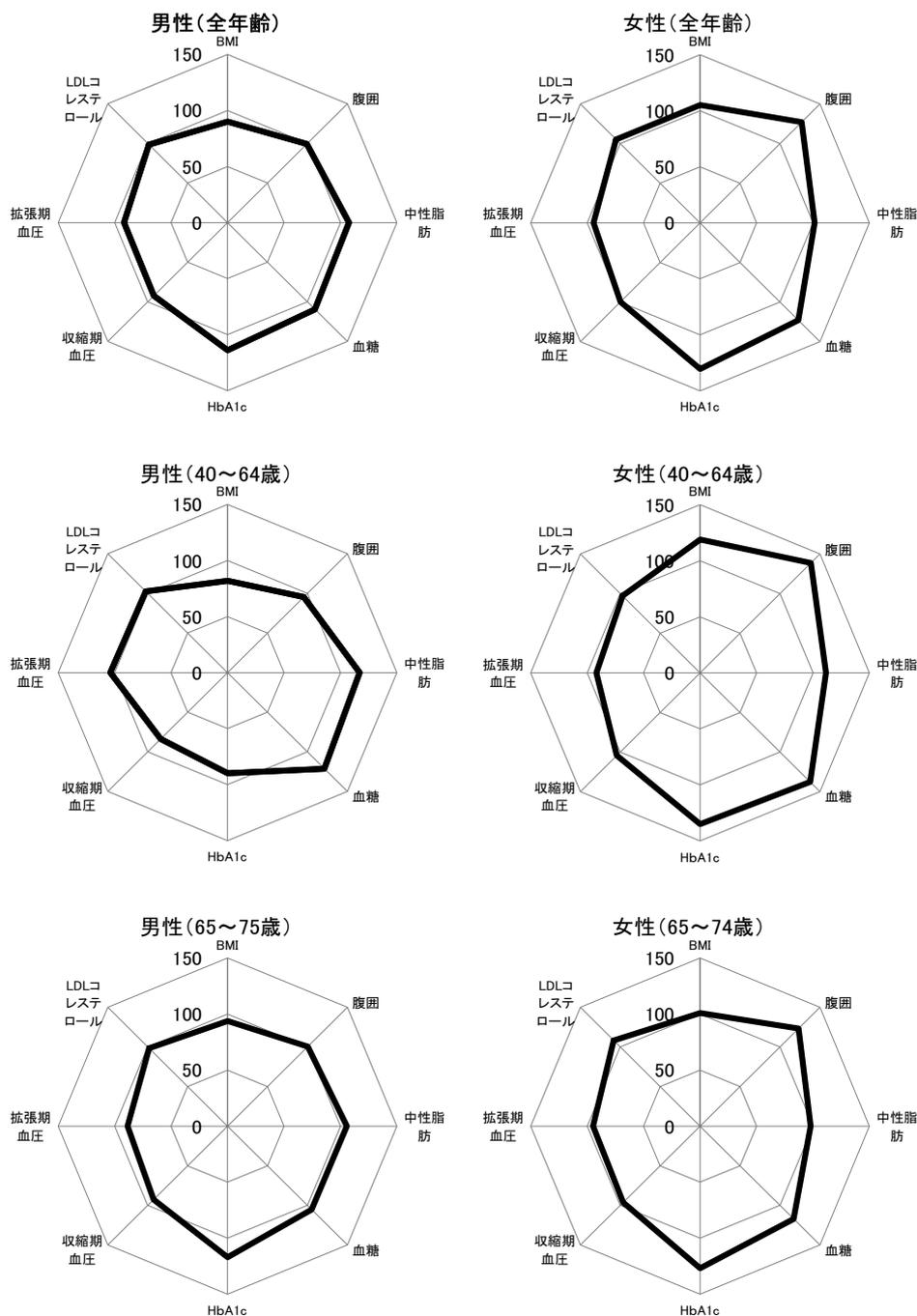


(資料：国保データバンクシステム (KDB))

## (2) 令和3年度健診有所見者状況（県を100としたときの比較）

男性（全年齢）は、各項目ともに県平均と近い数値です。ただし、HbA1c や血糖に関する有所見者がやや多くみられます。一方、女性（全年齢）は、腹囲や血糖、HbA1c の項目が県平均を大幅に上回っています。

### ■ 有所見者数の状況



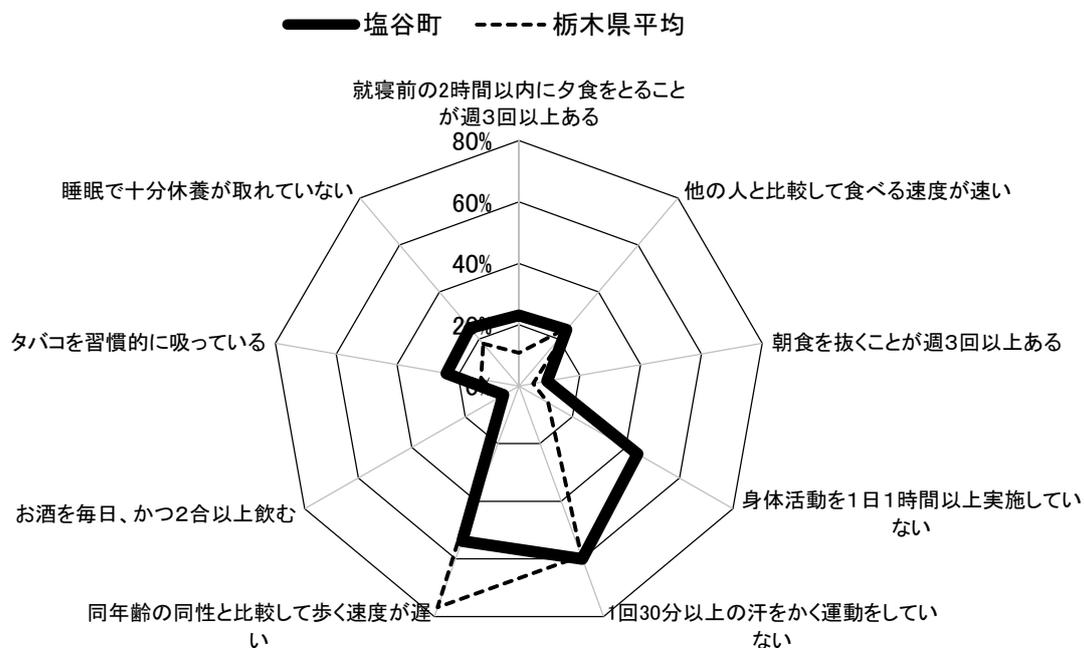
※県の割合を100としたときの比較。100を超えていれば塩谷町の各有所見者の割合が栃木県平均よりも高いことを意味する。

（資料：国保データバンクシステム（KDB））

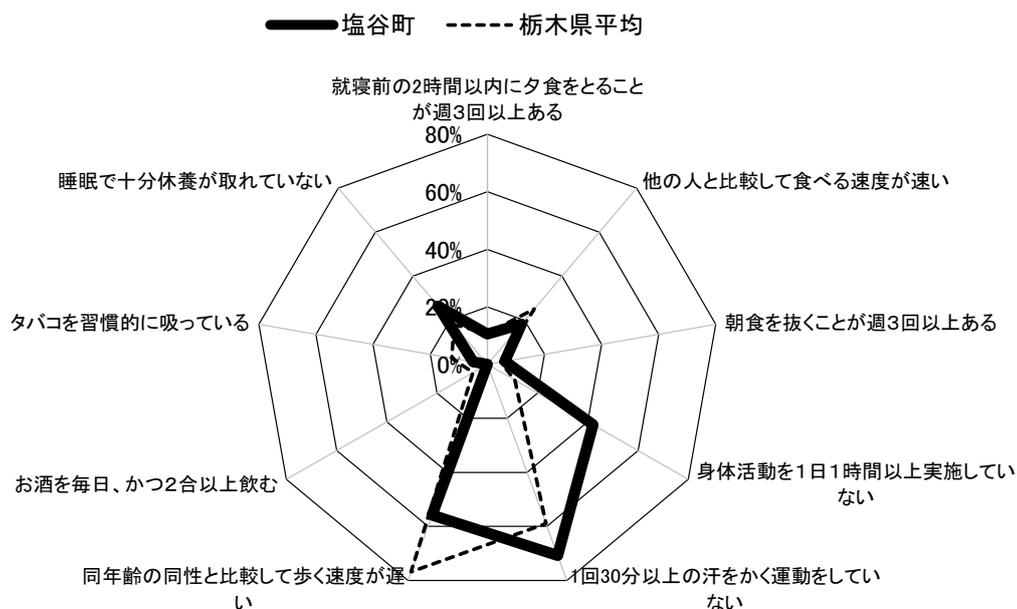
### (3) 令和3年度生活習慣の状況

男女ともに、「身体活動を1時間以上実施していない」や「朝食を抜くことが週3回以上ある」の割合が栃木県平均を上回っています。

#### ■生活習慣問診項目の比較（男性）



#### ■生活習慣問診項目の比較（女性）

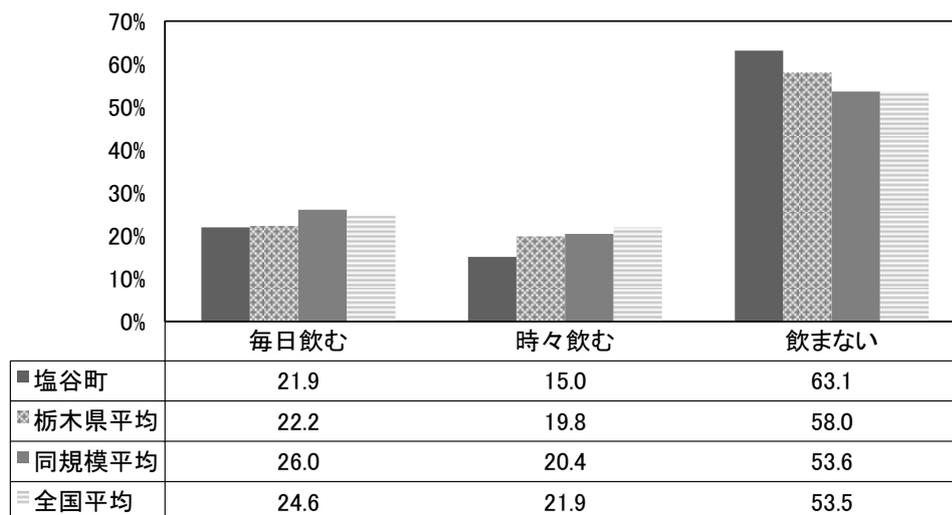


(資料：栃木県保健衛生事業団令和3年度地域・職域診断サービス報告書)

#### (4) 飲酒の状況（令和3年度）

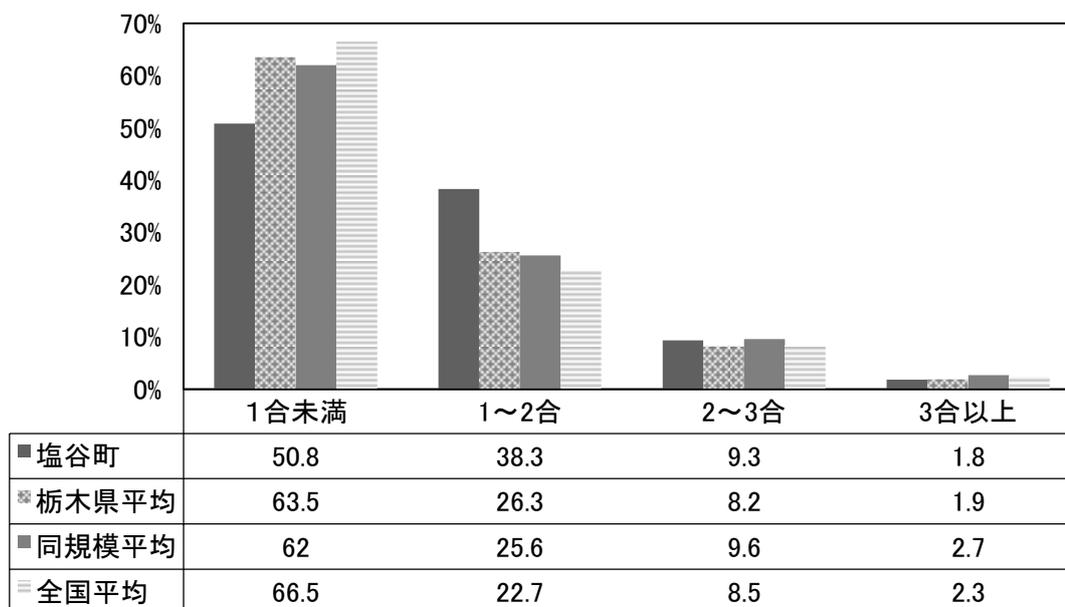
飲酒の頻度は、「飲まない」が63.1%となっており、飲酒をしない人の割合が栃木県平均や全国平均よりも高い傾向があります。一方、飲酒をする人における飲酒量をみると、「1～2合未満」や「2～3合未満」の割合が県平均に比べて高く、一度に多く飲酒をする多量飲酒者が多い傾向があります。

##### ■ 飲酒の頻度



(資料：国保データバンクシステム (KDB))

##### ■ 1日あたりの飲酒量



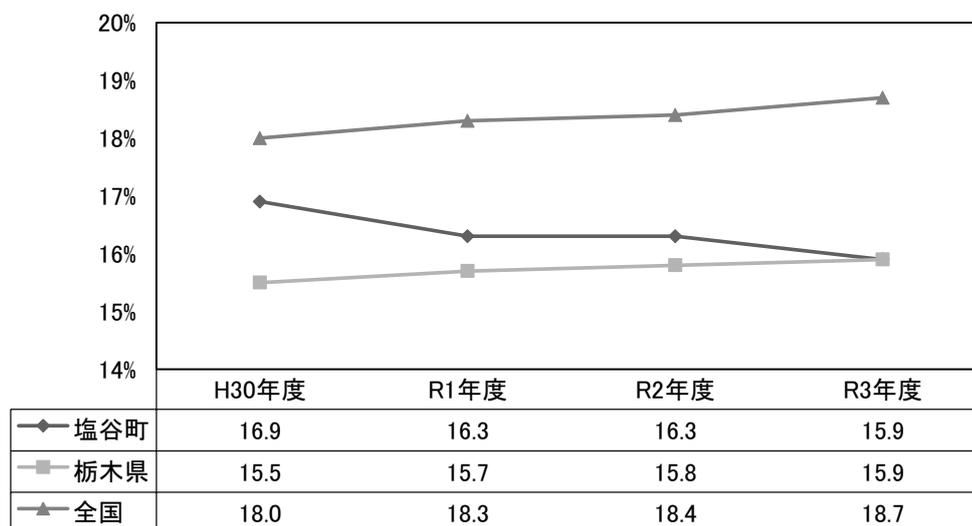
(資料：国保データバンクシステム (KDB))

## 5. 介護保険

### 5.1. 介護認定率の推移

町介護認定率は、低下傾向にあり、栃木県や全国平均値が上昇しているのとは対照的な推移となっています。

#### ■介護認定率の推移



(資料:保健福祉課調べ、県・全国:厚生労働省介護保険事業状況報告)

### 5.2. 介護保険認定者数と認定率

1号認定率は、県と同等で国より低くなっています。2号認定率は県・国と同等です。

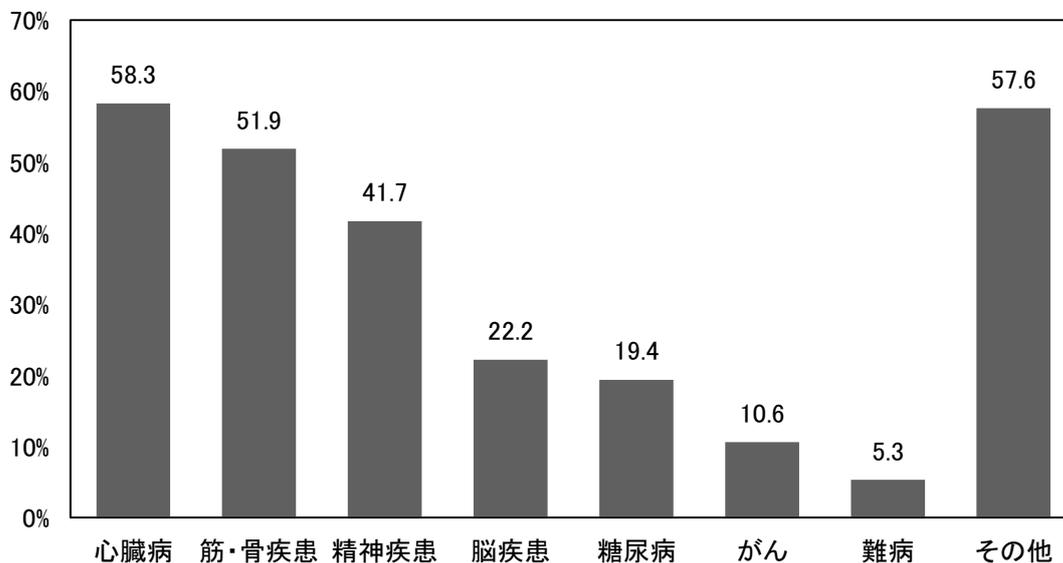
受給者区分	2号	1号		合計
		40～64歳	65～74歳	
年齢				
被保険者数	3,319	2,185	2,077	4262
認定者数	8	57	595	660
認定率	0.2	2.6	28.6	15.3(1号のみ)
新規認定者数	5	24	123	152
新規認定率	62.5	42.1	20.7	22.6(1号のみ)

(資料:令和3年度介護保険事業状況報告、TASK介護保険システム)

### 5.3. 要介護支援者の有病状況

#### 5.3.1. 1号介護認定者有病状況（令和3年度）

■介護認定者（1号）の有病状況

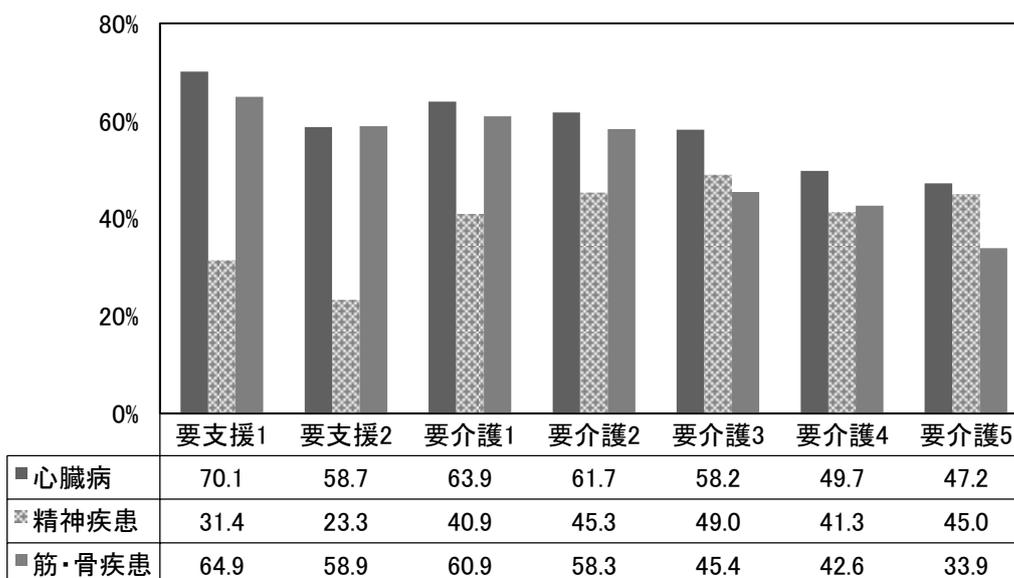


(資料：国保データベースシステム (KDB))

#### 5.3.2. 上位疾患の介護度別分布状況

介護度に関わらず、「心臓病」の割合が高くなっています。次いで、「筋・骨疾患」「精神疾患」と続きます。

■上位疾患の介護度別分布状況



(資料：国保データベースシステム (KDB))

### III 計画の基本的な考え方

#### 1. 基本理念

本計画は、町民一人ひとりが健康づくりに取り組み、健康で生き生きと暮らせるようになるためのものです。また、そのための取り組みが、地域社会の中で自然かつ容易に実現できる地域を目指すものです。住んでいるだけで健康で幸せを感じられる地域づくりに取り組みます。

#### 2. 基本目標

本計画においても、『健康で未来をひらく塩谷町』をスローガンに、次の2つの基本目標を設定します。

基本目標 1 健康と感じられる人を増やしましょう

基本目標 2 健康寿命を延ばしましょう

#### 3. 基本方針

基本目標の実現に向けて、引き続き次の3つの基本方針を設定します。

基本方針 1 生涯を通じた健康づくりの支援

健康であることは目的ではなく、幸せな生活を送るうえでの手段です。子どもから高齢者までの生涯にわたっての、日々の健康づくりを支援します。町の将来を担う次世代の健康を支える子どもの健康づくりを推進することがスタートです。

基本方針 2 生活習慣の改善と生活習慣病の発症予防と重症化予防

現在わが町の死因の上位を占めるがん・心疾患・脳血管疾患はいずれも生活習慣病です。生活習慣病の予防には従来の健康診断による早期発見・早期治療（二次予防）に留まることなく、「健康」を増進させることで疾病の出現を抑えること（一次予防）が大変重要です。町民一人ひとりが「健康」を増進させるためには、よりよい生活習慣を身につけることが必要になってきます。生活習慣を改善し「健康」を積極的につくることを推進します。

### 基本方針3 地域社会全体で支える健康づくりの推進

個人の努力だけでは健康づくりは難しい面もあります。みんなで協力・連携することで、よりスムーズに健康づくりは進んでいきます。地域や健康、生活環境に係る様々な組織や団体等が、それぞれの特性を發揮し連携することにより、環境を整備し、個人の健康づくりを総合的に支援していきます。

隣近所のお付き合いから地域の輪が広がります。そこから健康づくりだけに限らない地域活動が生まれます。

#### 4. 計画の特色

当初計画では、乳幼児期からシニア期までの一生涯及び妊娠・出産期に係る健康づくりの計画としています。年代別（「妊娠出産期」、「乳幼児期」、「小学生・中学生」、「高校生」、「キャリア期（19歳から59歳）」、「シニア期（60歳から75歳）」）に4つの領域（「栄養・食生活（アルコールを含む）」、「運動・身体活動」、「喫煙」、「口腔衛生」）の課題を抽出し、目標設定を行いました。

また、新たに食育推進計画も含有することから「食育」についての目標設定及び、長引く新型コロナウイルス感染症による町民の疲弊を踏まえた「心身の休養」についての目標設定を行いました。

## IV 中間評価の実施

### 1. 中間評価の実施方法

#### 1.1. 評価区分について

評価指標として設定された基本目標及び成果目標について、計画策定時の値と中間評価時の値を比較し、以下の評価区分に基づき評価を行いました。

評価区分	達成状況
A	目標値を達成した
B	目標値を達成していないが、進捗が順調である
C	目標値に達しておらず、進捗が順調でない
D	悪化している

#### 1.2. アンケート調査の実施

成果目標の評価のため、生活習慣等に関するアンケートを令和3年度に実施しました。

##### 1.2.1. 生活習慣等に関するアンケート（一般成人）

- ア 調査対象者 20～75歳の町民1,000名を層化無作為抽出
- イ 実施期間 令和3年12月7日～令和3年12月24日
- ウ 実施方法 自記式調査票・郵送による配布・回収
- エ 回収率 43.1%（回収数431枚）

##### 1.2.2. 生活習慣等に関するアンケート（高校生）

- ア 調査対象者 高校2年生の男女 87名
- イ 実施期間 令和3年12月7日～令和3年12月24日
- ウ 実施方法 自記式調査票 郵送による配布・回収
- エ 回収率 57.5%（回収数50枚）

##### 1.2.3. 妊娠届出時アンケート

- ア 調査対象者 妊娠届出をした妊婦及び転入をした妊婦 32名
- イ 実施期間 令和3年4月1日～令和4年3月31日
- ウ 実施方法 自記式調査票 産科医療機関にて配布、面接時に回収
- エ 回収率 100%（32名）

#### 1.2.4. 年長児はみがきアンケート

- ア 調査対象者 町内の保育施設に通う年長児の保護者 52名
- イ 実施期間 令和4年2月1日～令和4年2月末日
- ウ 実施方法 自記式調査票 各保育園を通して配布、各保育園にて回収
- エ 回収率 84.6% (44人)

#### 1.2.5. 健やか親子21乳幼児健康診査問診

- ア 調査対象者 4か月児健康診査受診児の保護者 32名  
1歳6か月児健康診査受診児の保護者 35名  
3歳6か月児健康診査受診児の保護者 45名
- イ 実施期間 令和3年4月1日～令和4年3月31日
- ウ 実施方法 自記式調査票 郵送にて配布、各健康診査時に回収
- エ 回収率 すべて100%

## 2. 中間評価の実施

基本目標及び成果目標全体の中間評価は以下のとおりです。

成果目標のうち、A評価またはB評価の項目が半数以上となっている年代は、「乳幼児期」と「高校生」となっております。反対にA評価またはB評価の項目がなかった年代は「シニア期」となります。

D評価となっている項目は22項目ありますが、うち5項目が調査未実施によるものとなります。

評価項目	項目数	A	B	C	D
基本目標	2	1	0	0	1
成果目標	44	11	5	7	22
妊娠・出産期	8	3	0	1	5
乳幼児期	6	4	0	0	2
小学生・中学生	7	1	2	0	4
高校生	8	2	2	1	3
キャリア期	10	1	1	4	4
シニア期	5	0	0	1	4

### 3. 基本目標

自覚的健康観が高い人の割合は、策定時に比べて 4.3%下がり 39.9%となったことから、D評価としました。

男性の健康寿命は、策定時に比べて 3.7 歳上がり 79.1 歳となったことから、A評価としました。なお、女性の健康寿命は 81.5 歳であり、県においては男性 79.5 歳、女性 83.7 歳となっています。

評価項目		策定時 (H27 年度)	目標値	現状値 (R3 年度)	中間評価
健康と感じられる人を増やしましょう	自覚的健康感が高い（健康であると答えた）人の割合	44.2%	50.0%	39.9%	D
健康寿命を延ばしましょう	男性の健康寿命	75.4 歳	78.1 歳	79.1 歳	A

### 4. 妊娠・出産期

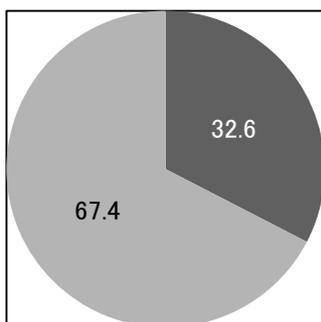
#### 4.1. 現状

##### 4.1.1. 栄養・食生活

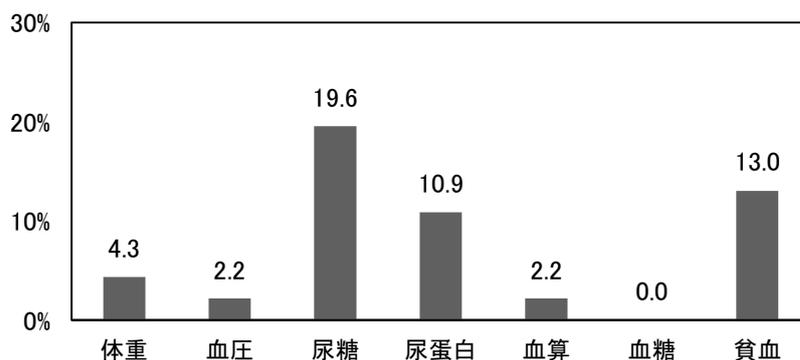
##### (1) 妊娠健康診査の状況

令和 3 年度の妊婦健康診査では、健診において所見のある妊婦は 32.6%でした。所見の内訳では、尿糖が最も多く 19.6%で、次いで貧血 13.0%、尿蛋白 10.9%と食事からの影響を受けやすい項目が多い状況です。

■妊婦健康診査判定  
■所見あり ■所見なし



■妊婦健診有所見の内訳



(資料：妊婦健康診査受診票集計)

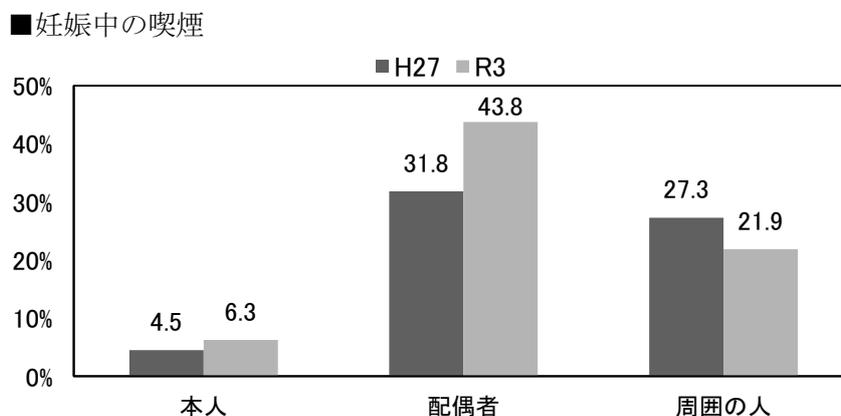
##### (2) 妊婦の飲酒

令和 3 年度の妊娠届時アンケートより、飲酒をしている妊婦はいませんでした。

#### 4.1.2. 喫煙

##### (1) 妊娠期の喫煙

妊婦本人の 6.3%、配偶者の 43.8%、周囲の人（家族や職場）の 21.9%が喫煙をしています。前回調査と比べ、妊婦本人及び配偶者の喫煙率が増加しています。



(資料：妊娠届時アンケート)

#### 4.2. 中間評価

妊娠・出産期の 8 つの評価項目における中間評価は、A 評価が 3 項目、C 評価が 1 項目、D 評価が 4 項目となりました。

この内、「妊婦の喫煙者の割合の減少」及び「妊婦の配偶者の喫煙者の割合の減少」の項目は当初計画策定時よりも悪化となりました。また、「運動に関する調査の実施」及び「口腔衛生に関する調査の実施」の項目は調査を実施していません。

評価項目	評価方法	策定時 (H27 年度)	目標値	現状値 (R3 年度)	中間評価
妊婦健康診断での尿糖有所見者の割合	減少	20.2%	15.0%	19.6%	C
妊婦健康診断での貧血有所見者の割合	減少	19.1%	14.0%	13.0%	A
妊婦の飲酒者の割合	減少	0.0%	0.0%	0.0%	A
妊婦の喫煙者の割合	減少	4.5%	0.0%	6.3%	D
妊婦の配偶者の喫煙者の割合	減少	31.8%	27.0%	43.8%	D
妊婦の周囲（家族・職場等）の喫煙者の割合	減少	27.8%	22.0%	21.9%	A
運動に関する調査の実施	—	未実施	実施	未実施	D
口腔衛生に関する調査の実施	—	未実施	実施	未実施	D

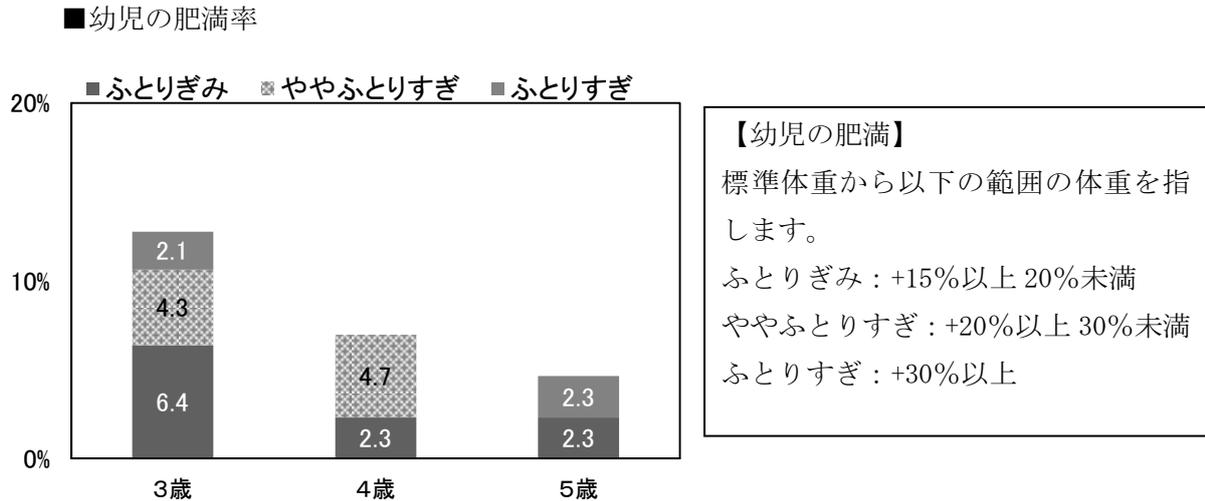
## 5. 乳幼児期

### 5.1. 現状

#### 5.1.1. 栄養・食生活

##### (1) 幼児の体格

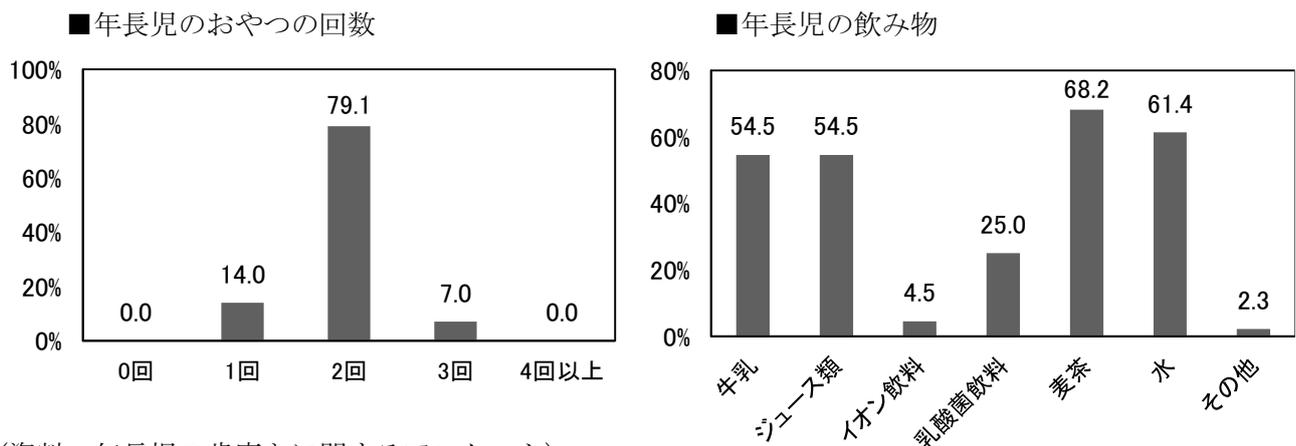
各保育園の身体測定結果では、幼児の肥満割合は3歳児 12.8%、4歳児 7.0%、5歳児 4.7%となっており、年齢が上がるにつれて減少する傾向となっています。



(資料：町内保育施設の身体測定結果)

##### (2) 幼児のおやつと飲み物

おやつを1日2回以上食べる年長児の割合は 86.0%となっています。よく飲む飲み物は麦茶が 68.2%と最も多くなっていますが、水、牛乳、ジュース類も飲まれています。

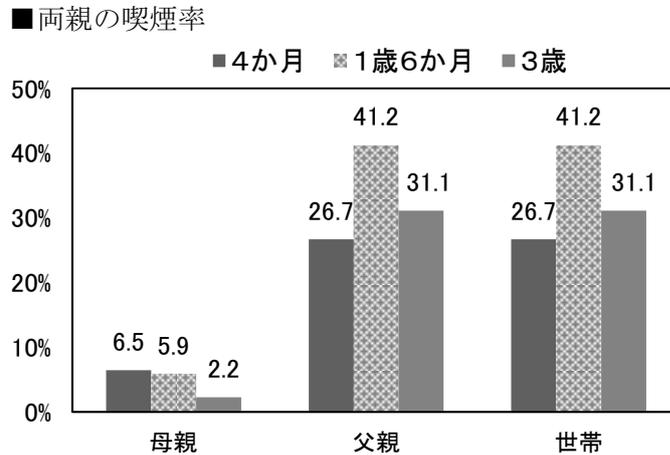


(資料：年長児の歯磨きに関するアンケート)

### 5.1.2. 喫煙

#### (1) 育児中の喫煙

乳幼児がいる家庭での喫煙率は 33.3% となっています。母親に比べて父親の喫煙率が高く、母親のみが喫煙する世帯はありませんでした。



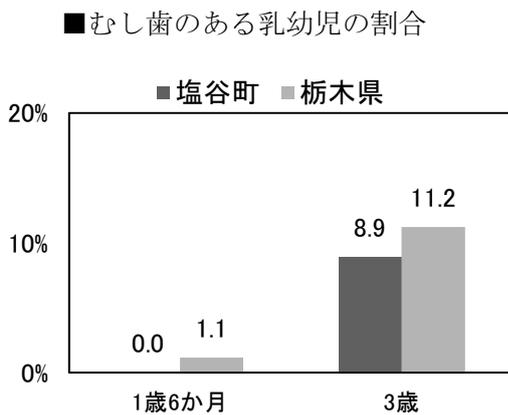
(資料：健やか親子 21 乳幼児健康診査問診)

### 5.1.3. 口腔衛生

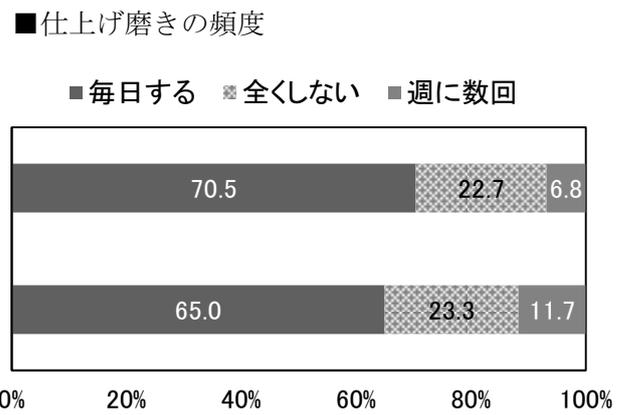
#### (1) 乳幼児のむし歯と歯みがき

1歳6か月健診でむし歯のある幼児はいませんが、3歳6ヶ月健診になると 8.9% に増加しますが、栃木県に比べて低い水準となっています。

保護者が仕上げ磨きを毎日する割合は 70.5% であり、前回調査時に比べて 5.5% 増加しています。



(資料：塩谷町幼児健診結果、とちぎの母子保健)



(資料：年長児の歯磨きに関するアンケート)

## 5.2. 中間評価

乳幼児期の6つの評価項目における中間評価は、A評価が4項目、D評価が2項目となりました。

この内、「年長児のおやつを1日2回以上食べる児の割合の減少」の項目は当初計画策定時よりも悪化となりました。また、「運動に関する調査の実施」の項目は調査を実施しておりません。

評価項目	評価方法	策定時 (H27年度)	目標値	現状値 (R3年度)	中間評価
年長児の肥満児の割合	減少	11.4%	6.0%	4.6%	A
年長児のおやつを1日2回以上食べる児の割合	減少	46.7%	35.0%	86.0%	D
子どもがいる家庭での喫煙率	減少	57.4%	40.0%	33.3%	A
3歳児健診でのう歯のある児の割合	減少	31.0%	26.0%	8.9%	A
仕上げ磨きを毎日する保護者の割合	増加	65.0%	70.0%	70.5%	A
運動に関する調査の実施	—	未実施	実施	未実施	D

## 6. 小学生・中学生

### 6.1. 現状

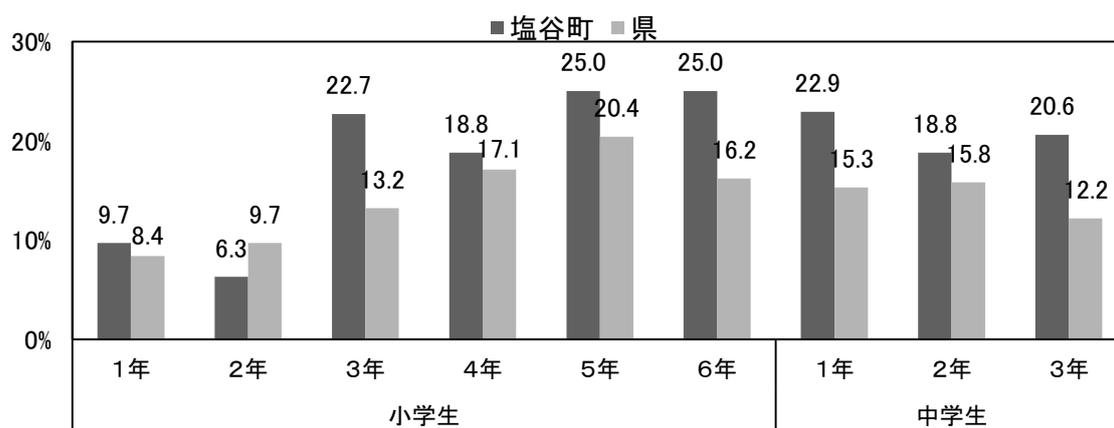
#### 6.1.1. 栄養・食生活

##### (1) 児童生徒の体格

男子・女子ともに小学3年生以降は県よりも肥満率が高くなっています。男子では小学3年生以降、女子では小学6年生から中学2年生にかけて、2割前後の肥満率になっています。

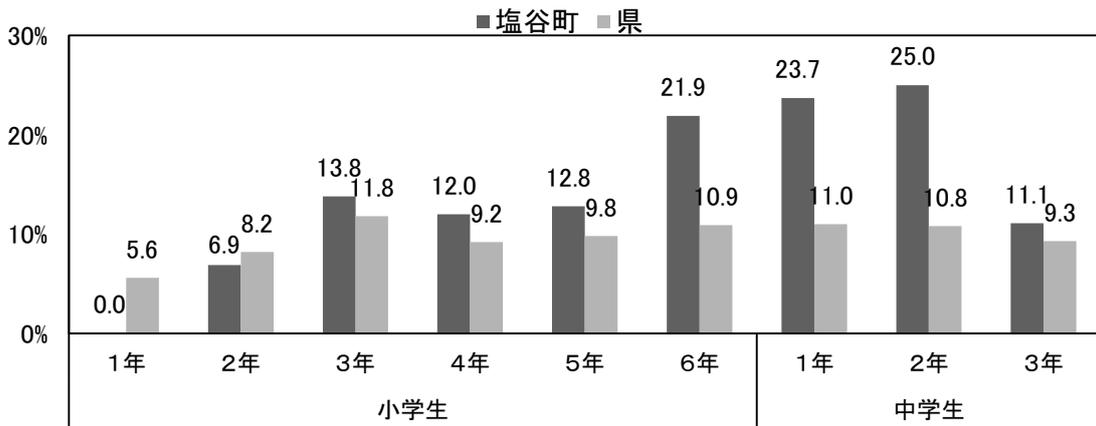
小学生全体の肥満率は15.0%、中学生全体の肥満率は20.2%です。

#### ■男子の肥満者の割合



(資料：栃木県学校保健統計)

■女子の肥満者の割合



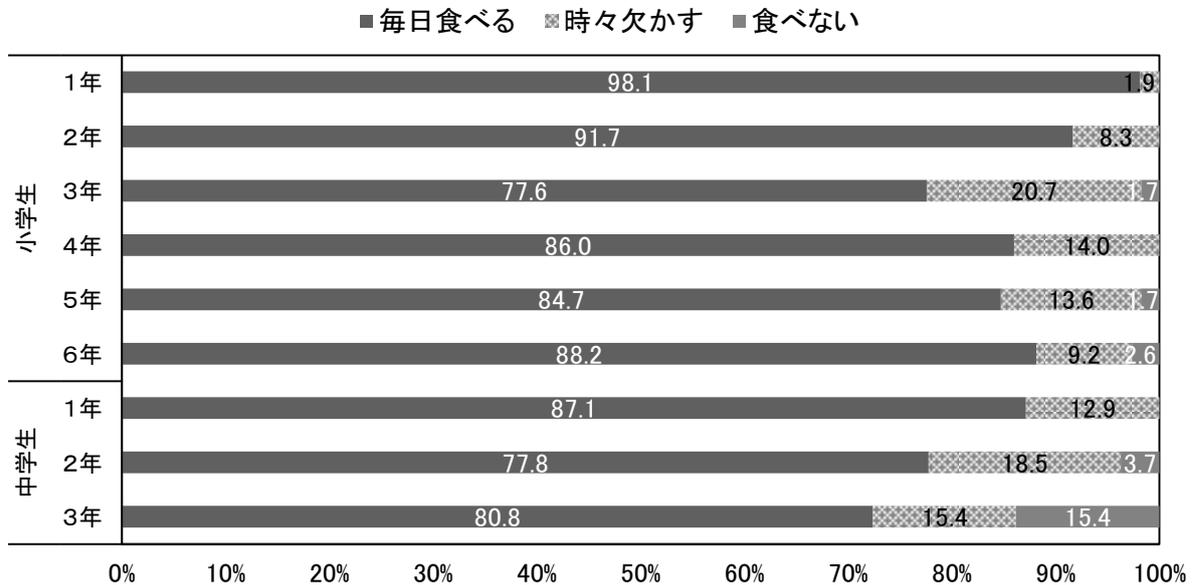
(資料：栃木県学校保健統計)

(2) 児童生徒の朝食接種状況

朝食を毎日食べる児童生徒は多くの学年で8割以上となっています。また、学年による大きな傾向は見られませんが、小学1年生を除き、時々欠かす及び食べない（朝食欠食）児童生徒は1割から2割程度となっています。

朝食欠食の児童生徒は全体で14.7%となっています。

■朝食摂取状況



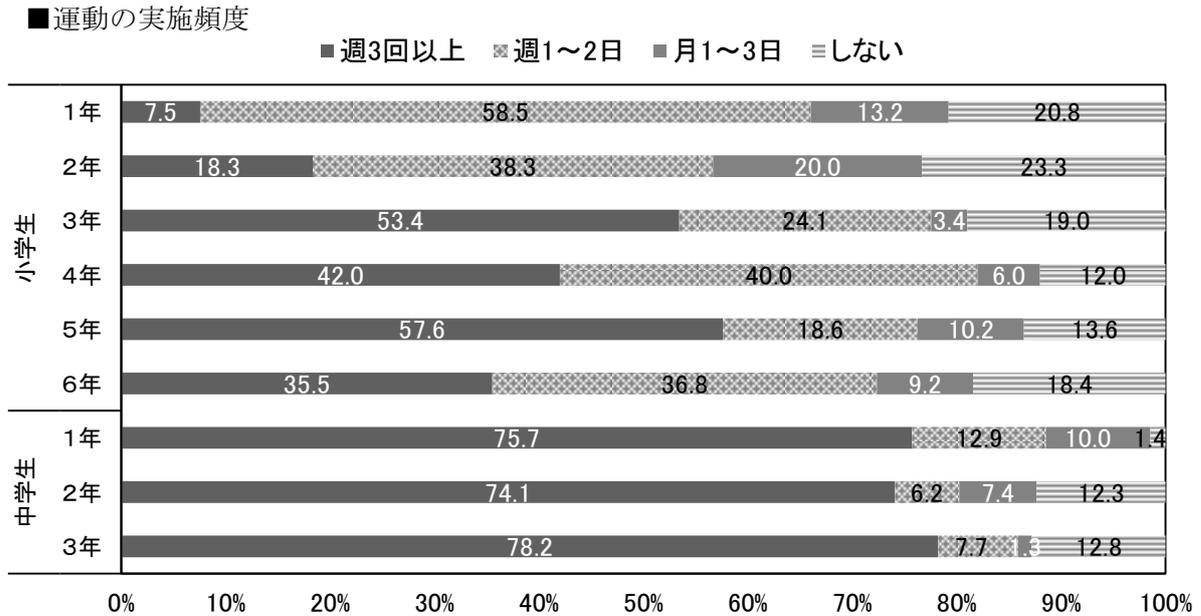
(資料：新体力テスト時のアンケート)

### 6.1.2. 運動・身体活動

#### (1) 児童生徒の運動

週3回以上の運動を実施する児童生徒の割合は小学1年生と2年生が2割以下と低くなっているが、中学生では各学年で7割以上となっています。小学生全体では36.0%、中学生全体では76.0%となっています。

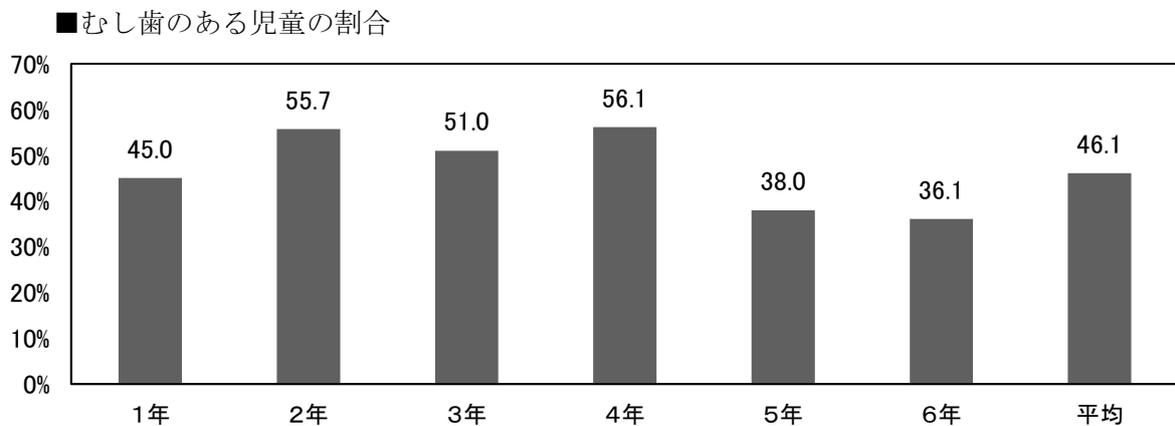
一方で、運動をしない児童生徒の割合は、学年に係わらず1割から2割となっています。



### 6.1.3. 口腔衛生

#### (1) 児童生徒のむし歯

学校歯科健診では、小学生のうちむし歯のある児童（未処置歯のある児童＋処置完了歯のある児童）が全体で46.1%となりました。なお、12歳時点の平均むし歯本数は、0.79本/人となります。



## 6.2. 中間評価

小学生・中学生の7つの評価項目における中間評価は、A評価が1項目、B評価が2項目、D評価が4項目となります。

この内、小学生及び中学生の肥満者の割合と朝食欠食者の割合は当初計画策定時よりも悪化となりました。また、「喫煙に関する調査の実施」の項目は調査を実施していません。

評価項目	評価方法	策定時 (H27年度)	目標値	現状値 (R3年度)	中間評価
小学生の肥満者の割合	減少	12.0%	7.0%	15.0%	D
中学生の肥満者の割合	減少	12.7%	7.0%	20.2%	D
朝食欠食者の割合	減少	12.3%	0.0%	14.7%	D
運動をしている小学生の割合	増加	23.8%	40.0%	36.0%	B
う歯のある小学生の割合	減少	62.9%	40.0%	46.1%	B
12歳の平均むし歯本数	減少	1.93本	1.00本	0.79本	A
喫煙に関する調査の実施	—	未実施	実施	未実施	D

## 7. 高校生

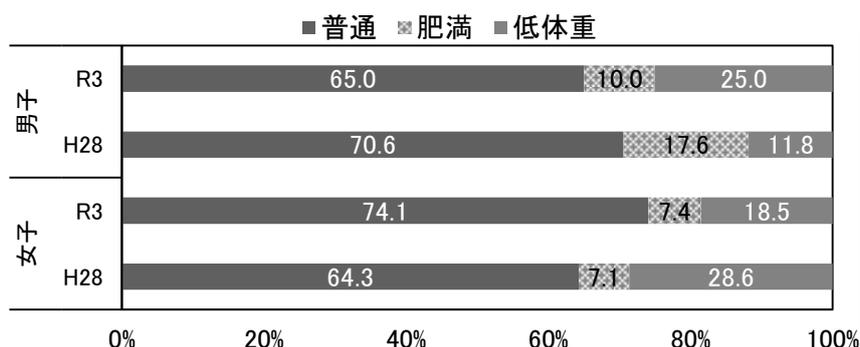
### 7.1. 現状

#### 7.1.1. 栄養・食生活

##### (1) 高校生の体格

前回調査に比べて、男子高校生は肥満の割合が17.6%から10.0%に減少しましたが、低体重の割合が11.8%から25.0%に増加しました。一方で、女子高校生は肥満の割合は7.4%と大きな変化はないものの、低体重が28.6%から18.5%に減少しました。

##### ■ 高校生の体格



##### 【肥満と低体重】

BMI から以下の範囲を指します。

低体重：18.5未満

普通：18.5以上25.0未満

肥満：25.0以上

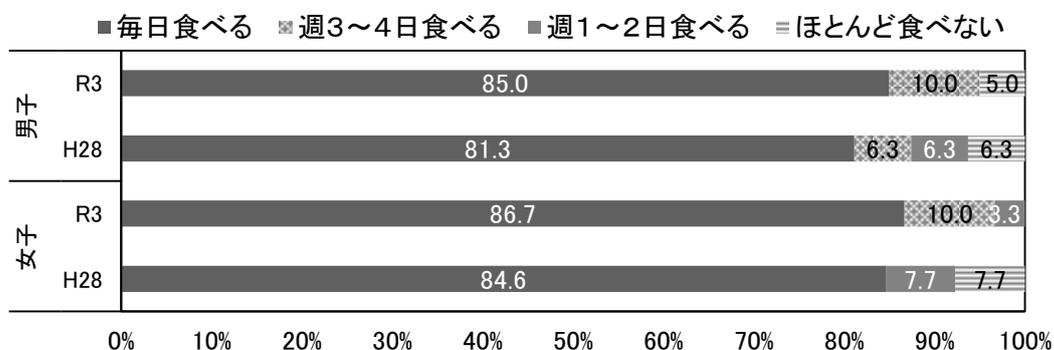
※BMI = 体重 kg / (身長 m)<sup>2</sup>

(資料：生活習慣等に関するアンケート (高校2年生))

## (2) 高校生の朝食摂食状況

朝食欠食者（「週1～2日食べる」、「ほとんど食べない」の選択肢が該当）は男子高校生5.0%、女子高3.3%となっており、前回調査時より減少しています。

### ■ 高校生の朝食摂食状況

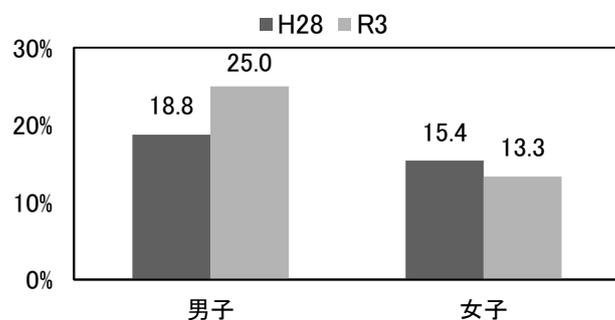


(資料：生活習慣等に関するアンケート（高校2年生）)

## (3) 高校生の飲酒

飲酒経験は男子高校生で25.0%、女子高校生で13.3%となっています。前回調査と比較すると、男子高校生の飲酒経験の割合が増加しました。

### ■ 高校生の飲酒経験

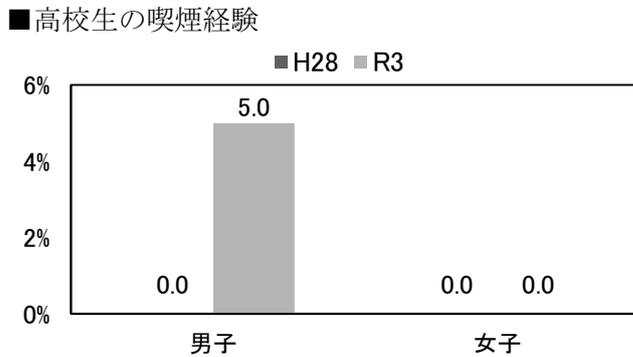


(資料：生活習慣等に関するアンケート（高校2年生）)

### 7.1.2. 喫煙

#### (1) 高校生の喫煙

喫煙経験は女子高校生が前回調査と同じく 0.0%を維持していますが、男子高校生が 5.0%に増加しています。

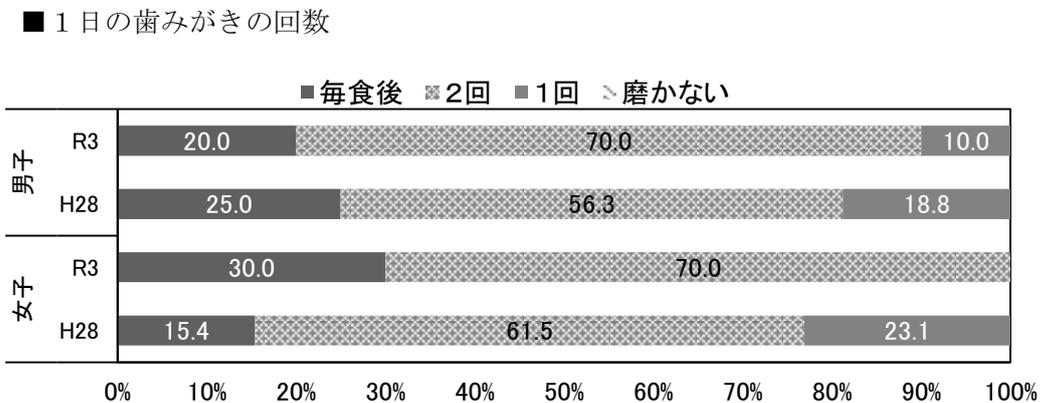


(資料：生活習慣等に関するアンケート (高校2年生))

### 7.1.3. 口腔衛生

#### (1) 高校生の歯みがき

毎食後の歯みがきは男子高校生で 20.0%、女子高校生で 30.0%となっています。前回調査と比較すると、男子高校生の毎食後の割合が減少しました。



(資料：生活習慣等に関するアンケート (高校2年生))

## 7.2. 中間評価

高校生の8つの評価項目における中間評価は、A評価が2項目、B評価が2項目、C評価が1項目、D評価が3項目となりました。

この内、「飲酒経験者の割合の減少（男）」及び「喫煙経験者0の維持」の項目は当初計画策定時よりも悪化となりました。また、「運動に関する調査の実施」の項目は調査を実施していません。

評価項目	評価方法	策定時 (H27年度)	目標値	現状値 (R3年度)	中間評価
朝食欠食者の割合	減少	男 11.8% 女 14.3%	0.0%	男 5.0% 女 3.3%	男 B 女 B
女子のやせの割合	減少	28.6%	23.0%	18.5%	A
飲酒経験者の割合	減少	男 18.8% 女 14.3%	0.0%	男 25.0% 女 13.3%	男 D 女 C
喫煙経験者の割合	減少	0.0%	0.0%	2.0%	D
毎食後歯みがきをする人の割合	増加	19.4%	25.0%	26.0%	A
運動に関する調査の実施	—	未実施	実施	未実施	D

## 8. キャリア期及びシニア期

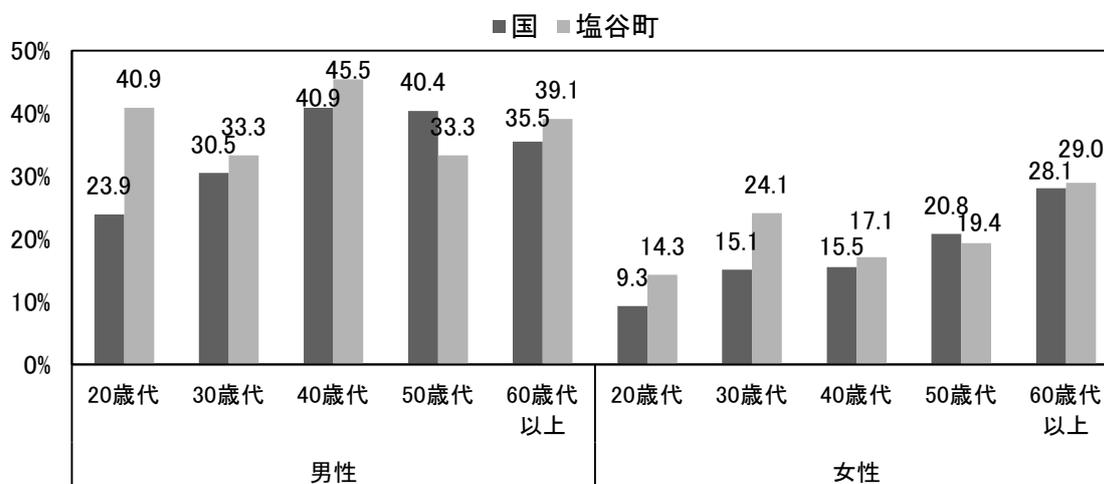
### 8.1. 現状

#### 8.1.1. 栄養・食生活

##### (1) 肥満の状況

塩谷町は男女とも50歳代以外の肥満者の割合が国に比べて高くなっています。男性は女性に比べて、各年代で肥満者の割合が高くなっています。女性は年代が上がるにつれて、肥満者の割合が高くなる傾向があります。

##### ■年代別の肥満者割合



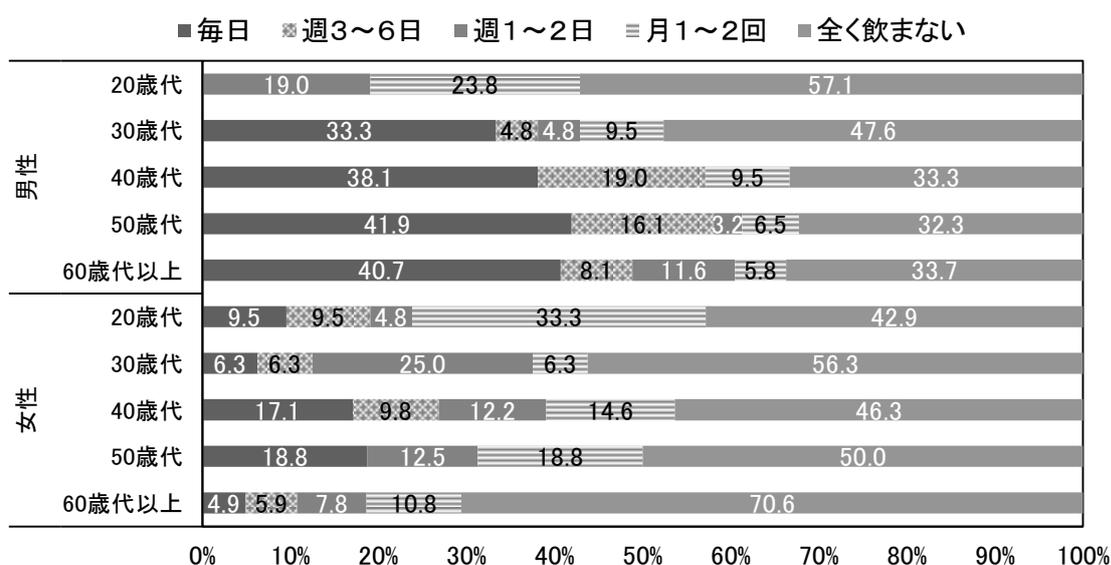
(資料：令和元年国民健康・栄養調査(厚生労働省)、生活習慣等に関するアンケート(一般成人))

## (2) 飲酒の状況

毎日飲酒する人の割合は20歳代を除き、男性が女性に比べて非常に高い割合となっており、各年代で3割から4割となっています。女性は全く飲まない割合が各年代で4割から7割となっています。

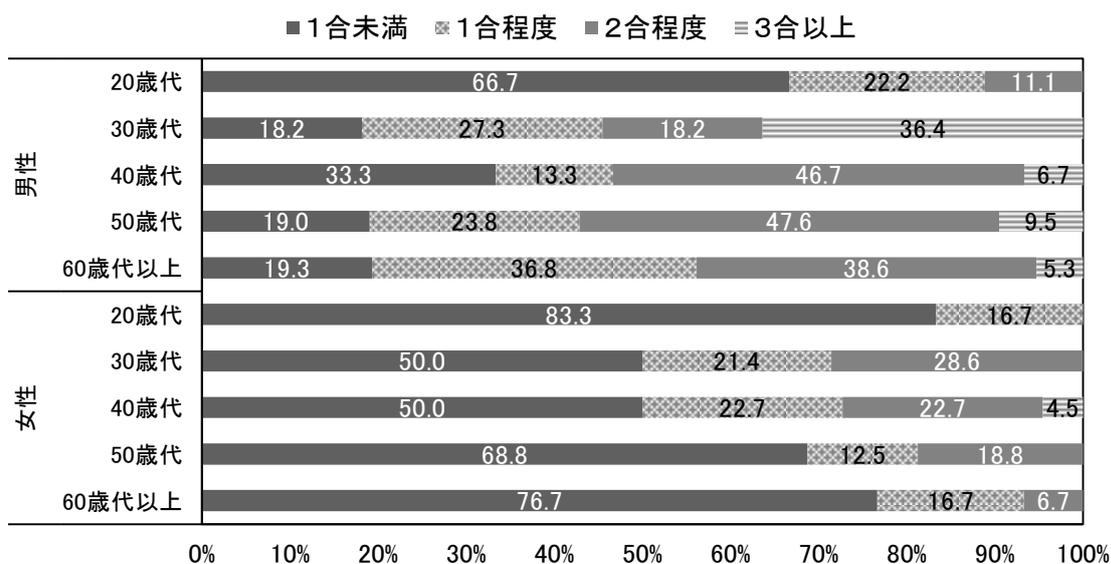
飲酒量については、1合未満の割合が女性の全ての年代で5割以上となっている一方、2合以上の割合が男性の30歳代から50歳代で5割以上となっています。多量飲酒者（3号以上）は男性の30歳代が特に多く36.4%となっています。

### ■年代別の飲酒頻度



(資料：生活習慣等に関するアンケート (一般成人))

### ■年代別の1日当たり飲酒量 (月に1回以上飲む人)

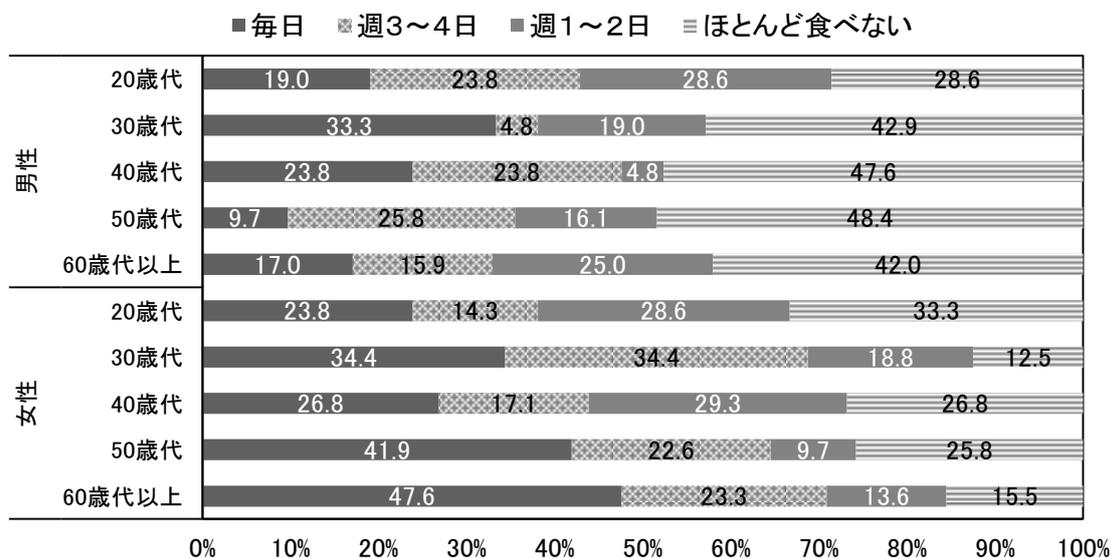


(資料：生活習慣等に関するアンケート (一般成人))

### (3) 間食の状況

毎日間食する人の割合は各年代で男性より女性が高くなっており、女性の60歳代以上では47.6%となっています。一方で、ほとんど食べない人の割合が男性30歳代から60歳代以上で4割を超えています。

■年代別の間食頻度



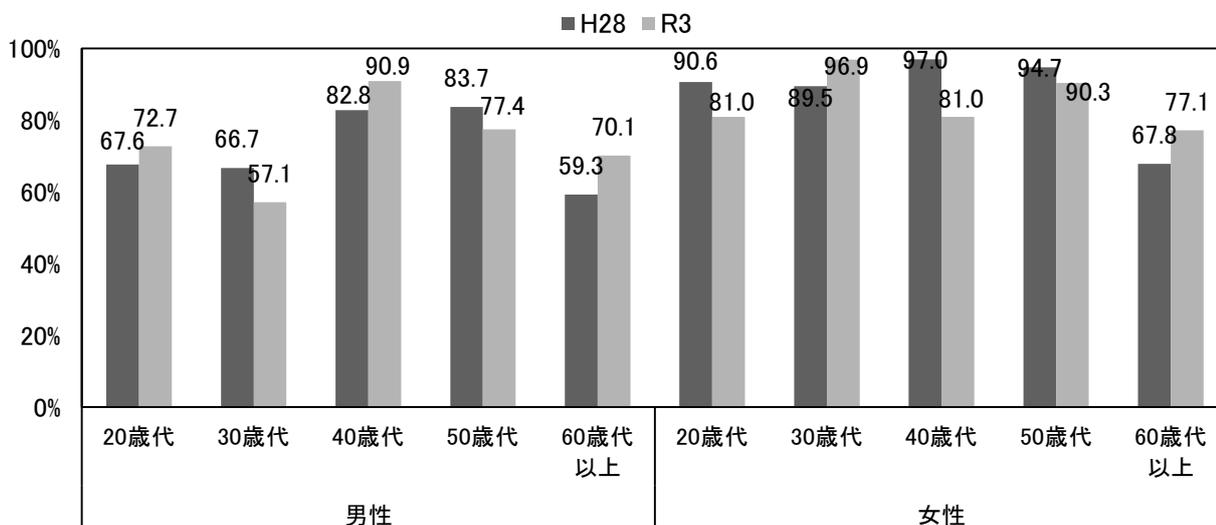
(資料：生活習慣等に関するアンケート (一般成人))

### 8.1.2. 運動・身体活動

#### (1) 運動不足を感じている人

運動不足と感じている人の割合は全体で76.8%から78.2%に増加しています。また、40歳代を除いた各年代で男性より女性の割合が高くなっています。

■年代別の運動不足を感じている人の割合



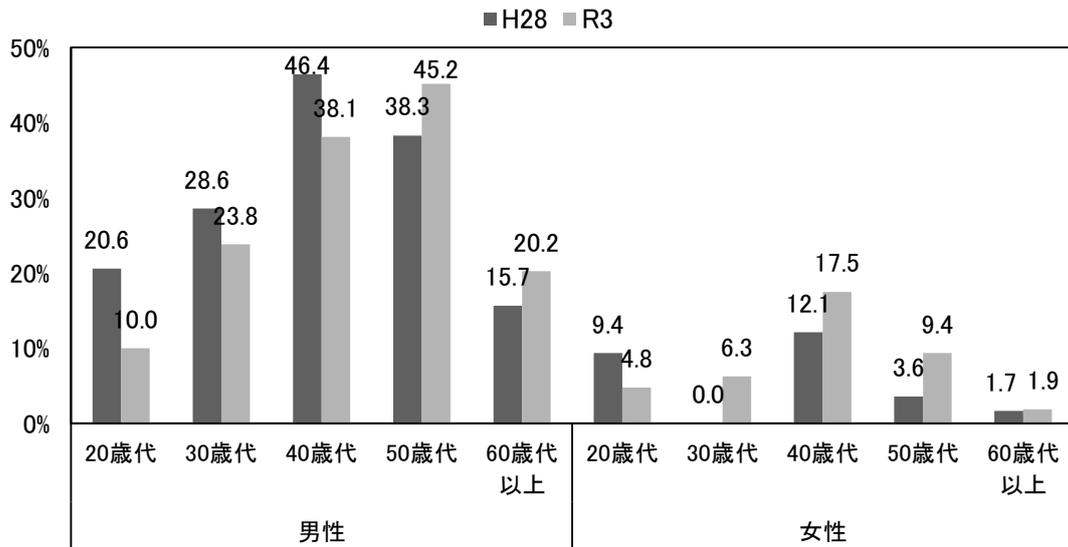
(資料：生活習慣等に関するアンケート (一般成人))

### 8.1.3. 喫煙

#### (1) 喫煙習慣

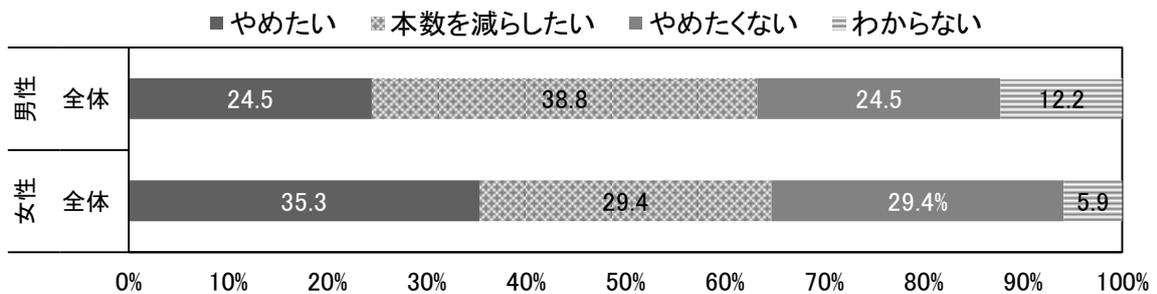
喫煙習慣のある人の割合は男性全体で 26.8%から 26.0%に減少しており、特に男性の 20～40 歳代が大きく減少しています。女性は全体で 4.0%から 6.5%に増加しています。

#### ■年代別の喫煙習慣



(資料：生活習慣等に関するアンケート (一般成人))

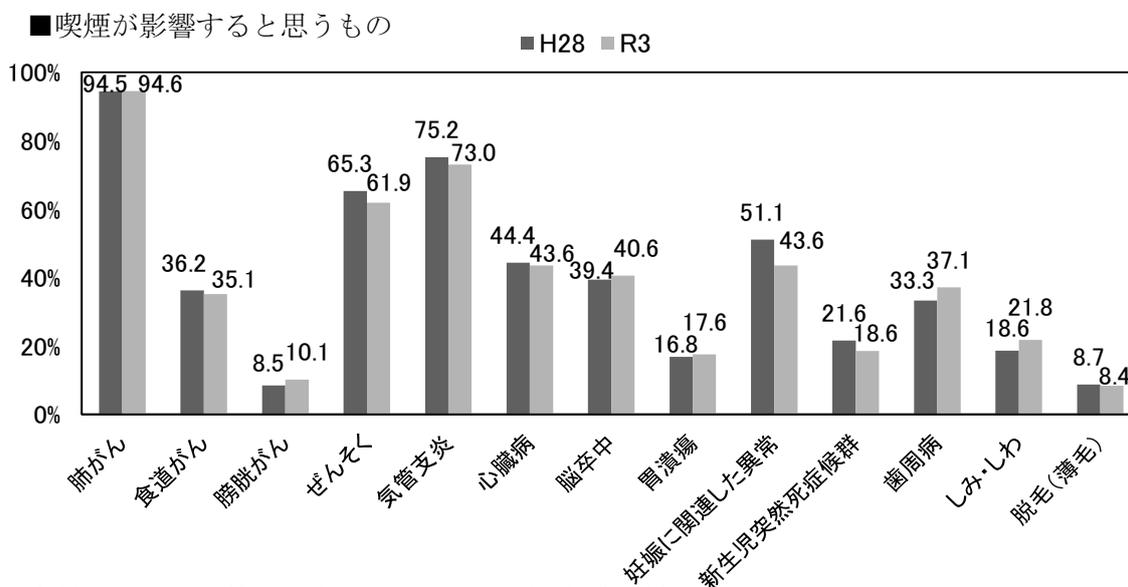
#### ■禁煙意思



(資料：生活習慣等に関するアンケート (一般成人))

## (2) 喫煙の影響

喫煙が影響すると思うものについて前回調査と大きな変化のある項目はありませんでした。肺がんは9割以上の人から回答されており、ぜんそくや気管支炎も6割以上となっています。一方で、これ以外の項目では半数を下回っており、依然として喫煙が多く疾患に影響を及ぼす認識が低いことが分かりました。

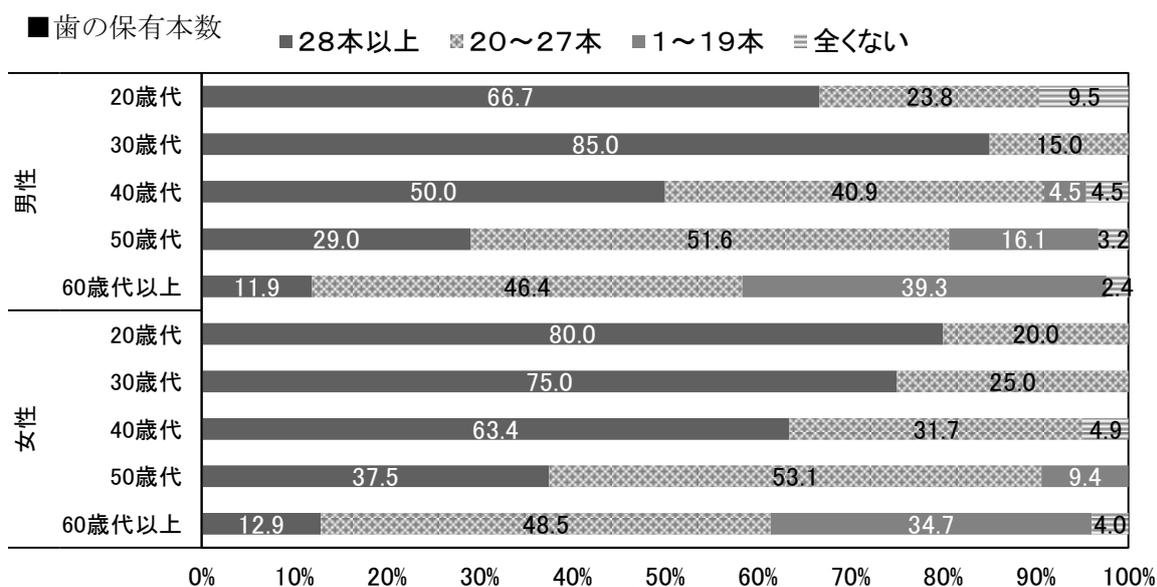


(資料：生活習慣等に関するアンケート (一般成人))

## 8.1.4. 口腔衛生

### (1) 歯の保有本数

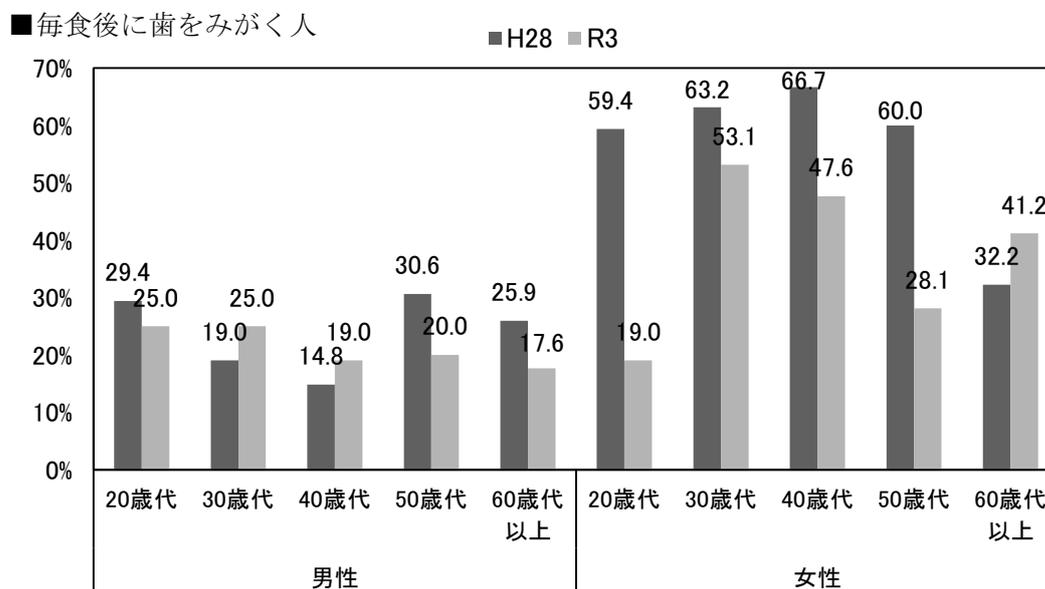
歯の保有本数が28本以上ある人は、男性・女性ともに20～30歳代では7割から8割程度となっていますが、50歳代で3割、60歳代以上で1割程度となっています。



(資料：生活習慣等に関するアンケート (一般成人))

## (2) 歯みがき習慣

毎食後に歯をみがく人の割合は男性全体で 25.5%から 19.9%に減少、女性全体で 49.1 から 40.2%に減少しています。女性は男性に比べて各年代で割合が高くなっているものの、60 歳代以上を除く年代で前回調査より大きく割合が下がっています。

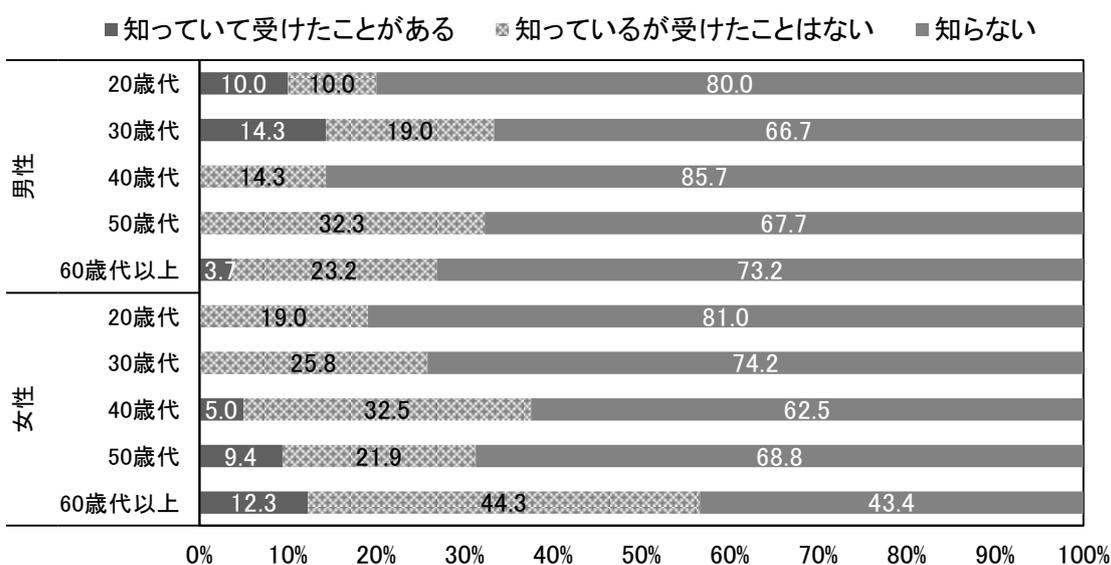


(資料：生活習慣等に関するアンケート (一般成人))

## (3) 歯周疾患検診

町の施策として行っている 20 歳以上を対象にした無料歯周疾患検診は、60 歳代以上の女性を除き、6 割以上が知らないと回答しています。20 歳代は男性・女性ともに 8 割となっています。

### ■ 歯周疾患検診の認知度



(資料：生活習慣等に関するアンケート (一般成人))

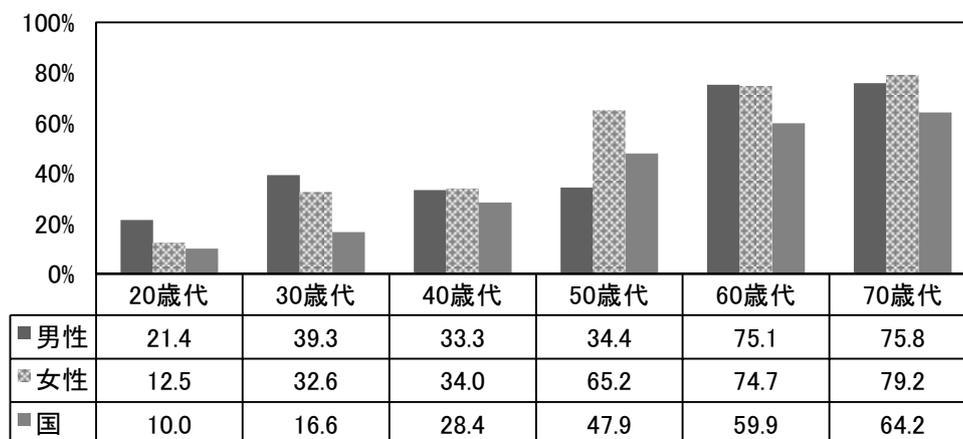
### 8.1.5. 集団検診の結果

#### (1) 耐糖能異常の状況

国の有所見率と比べ、男性・女性ともに多くの年代で高い割合となっており、50歳代を除き性別による大きな違いはありません。また、年齢とともに増加する傾向があり、60歳代を超えると7割以上が有所見者となります。

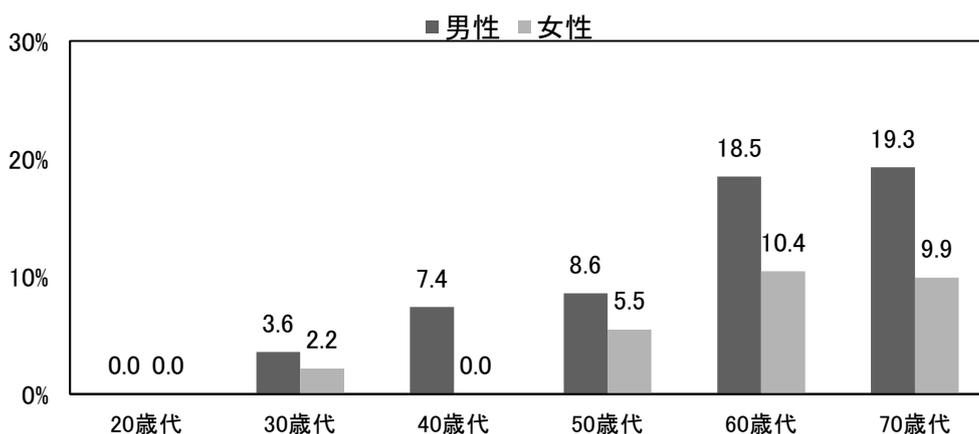
耐糖能異常の所見がある人のうち、HbA1cが6.5%以上の人についても60歳代を超えると急激に高くなり、2割近い有所見者数となります。また、全ての年代で男性の有所見率が女性より多くなっています。

■耐糖能異常の有所見率



(資料：公益財団法人栃木県保健衛生事業団「地域・職域診断サービス報告書」)

■HbA1cが6.5%以上の人の割合

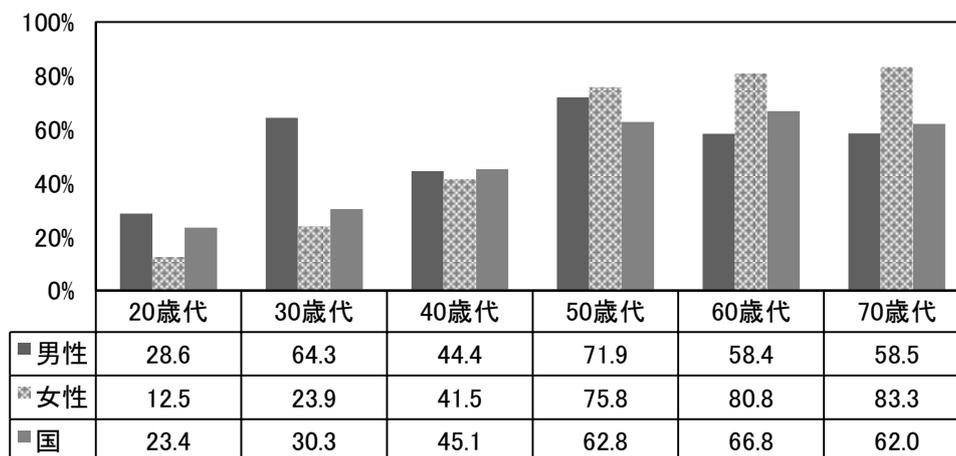


(資料：公益財団法人栃木県保健衛生事業団「地域・職域診断サービス報告書」)

## (2) 高 LDL コレステロールの状況

男性と女性で比べると、20歳から30歳代までは男性が高く、60歳から70歳代では女性が高くなっています。国の有所見率と比べ、男性は50歳代まで高い割合となっており、女性は50歳代以上が高くなっております。

■ 高 LDL コレステロールの有所見率

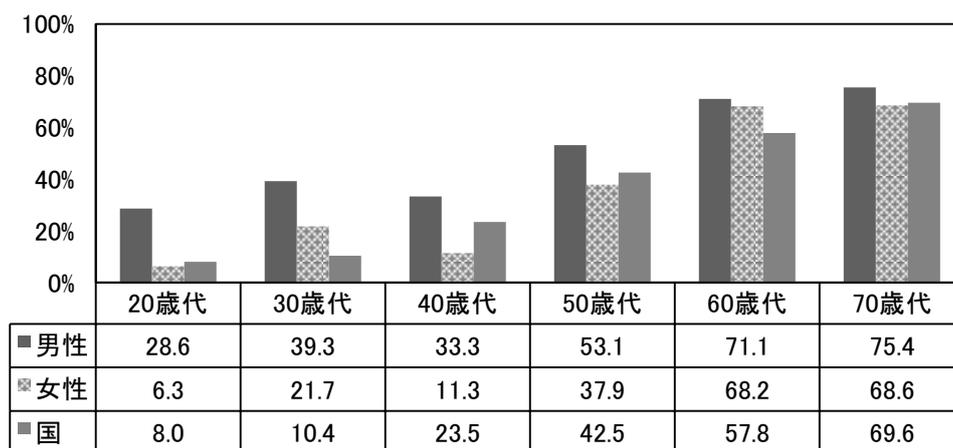


(資料：公益財団法人栃木県保健衛生事業団「地域・職域診断サービス報告書」)

## (3) 高血圧の状況

男性は各年代で女性よりも有所見率が高くなっており、特に20歳から50歳代までは男女差が大きくなっています。60歳代以上では男性・女性ともに7割程度が有所見者となっています。

■ 高血圧の有所見率

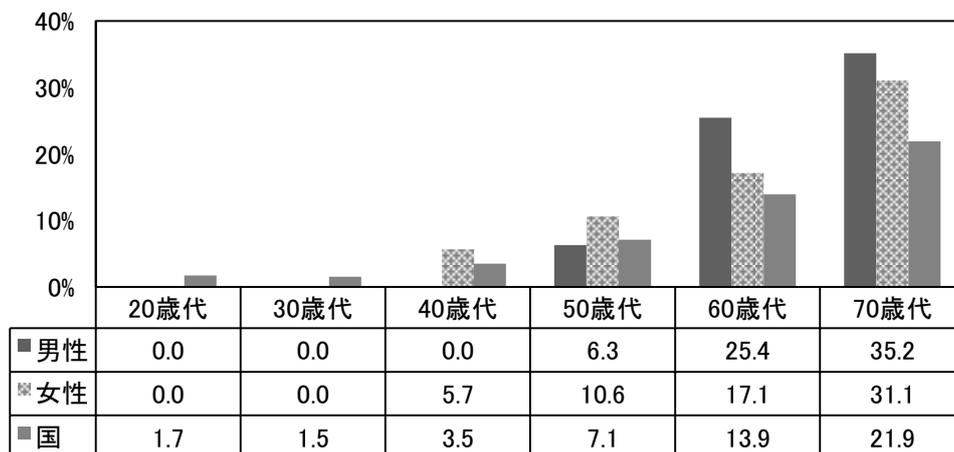


(資料：公益財団法人栃木県保健衛生事業団「地域・職域診断サービス報告書」)

#### (4) 腎機能異常の状況

男性・女性ともに20歳から30歳代までは有所見者がいませんでした。年齢とともに増加する傾向がありますが、60歳代以上では男性・女性ともに国の有所見率よりも高い割合となっています。

■腎機能異常の有所見率



(資料：公益財団法人栃木県保健衛生事業団「地域・職域診断サービス報告書」)

## 8.2. 中間評価

### 8.2.1. キャリア期

キャリア期の10の評価項目における中間評価は、A評価が1項目、B評価が1項目、C評価が4項目、D評価が4項目となりました。

評価項目	評価方法	策定時 (H27年度)	目標値	現状値 (R3年度)	中間評価
20歳代男性の肥満者の割合	減少	23.5%	20.0%	40.9%	D
30歳代男性の肥満者の割合	減少	33.3%	20.0%	33.3%	C
50歳代男女の肥満者の割合	減少	30.2%	25.0%	27.4%	B
多量飲酒者（3合以上）の割合	減少	7.6%	5.0%	6.6%	C
運動不足者の割合	減少	76.8%	70.0%	78.2%	D
男性の喫煙率	減少	26.8%	20.0%	26.0%	C
男性の毎食後歯を磨く人の割合	増加	25.2%	30.0%	22.0%	D
20歳代男性の耐糖能異常の所見がある人の割合	減少	40.0%	30.0%	21.4%	A
30歳代男性の耐糖能異常の所見がある人の割合	減少	35.3%	30.0%	39.3%	D
50歳代男女の耐糖能異常の所見がある人の割合	減少	56.4%	45.0%	55.1%	C

## 8.2.2. シニア期

シニア期の5つの評価項目における中間評価は、C評価が1項目、D評価が4項目となりました。

評価項目	評価方法	策定時 (H27年度)	目標値	現状値 (R3年度)	中間評価
女性の毎日間食する人の割合	減少	47.1%	40.0%	47.6%	D
男性の毎日飲酒する人の割合	減少	40.2%	30.0%	40.7%	D
20本以上歯がある人の割合	増加	58.0%	65.0%	60.1%	C
耐糖能異常の所見がある人の割合	減少	71.5%	65.0%	76.4%	D
HbA1c 6.5%以上の要医療者の割合	減少	9.0%	5.0%	13.8%	D

## 9. 取り組み実績

前述の評価項目に係る行政や関連団体のこれまでの取り組み実績は以下のとおりです。

<p>① 妊娠・出産期</p> <p>○妊娠届出時面接実施（妊娠届出数） 令和2年度 29人／令和3年度 28人 妊娠中の飲酒、喫煙・受動喫煙、無料歯周疾患検診に関するパンフレットを配布</p> <p>○妊婦健康診査（1人につき14回分助成） 令和2年度 延べ401人／令和3年度 延べ331人</p> <p>○妊娠後期妊婦訪問及び電話相談実施 令和2年度 19人／令和3年度 10人</p> <p>○成人式 喫煙に関するパンフレットを配布</p>
<p>② 乳幼児期</p> <p>○のびのび教室 生後8～9か月児と保護者を対象に、離乳食の進め方や生活リズムについての講話を実施 令和2年度：コロナ禍により未実施 / 令和3年度：4回実施</p> <p>○乳幼児健診・相談実施 各種健診相談時に、生活リズムの確認及び食生活についての相談を実施 令和2年度実績：4か月児 40人 / 10か月児 37人 / 6か月児・12か月児 65人 / 1.6歳 36人 / 2.6歳 35人 / 3.6歳 49人 令和3年度実績：4か月児 31人 / 10か月児 33人 / 6か月児・12か月児 63人 / 1.6歳 35人 / 2.6歳 45人 / 3.6歳 45人</p> <p>○食育ひろば（令和2年度～） 栄養士による2歳児～年長への講話 令和3年度は年4回実施</p>

- 4 か月健診時、SIDS の周知アンケート実施
- 歯科衛生士による個別相談・ブラッシング指導  
6 か月児・12 か月児・1.6 歳・2.6 歳 3.6 歳に実施。
- 歯科衛生士によるフッ化物塗布  
1.6 歳・2.6 歳・3.6 歳に実施
- 永久歯むし歯予防教室  
各保育園年長児とその保護者を対象に実施  
令和 2 年度:60 人 / 令和 3 年度: コロナ禍により未実施
- フッ化物洗口  
各保育園の年少～年長児に対して、フッ化物洗口実施
- 年長児歯磨きアンケート実施  
各保育園を通じ、年長児の保護者へのアンケートを毎年実施し、調査結果をフィードバック
- テレビ視聴に関するアンケート実施  
12 か月・1.6 歳・2.6 歳・3.6 歳健診及び相談時にテレビ視聴に関してのパンフレットを配布

### ③ 小学生・中学生

- フッ化物洗口事業（平成 30 年度～）  
小学校 1～6 年、中学校 1～3 年までの希望者に実施
- はみがき教室  
町内各小学校 2 年生・4 年生に対し、歯科衛生士より講話及びブラッシング指導実施  
町内各小学校 1 年 3 年 6 年に対し、歯科医師より講話及びブラッシング指導実施  
町内各小学校 5 年に対し、全国小学生歯磨き大会への参加を促す

### ④ 高校生

- 啓発活動  
広報誌、ホームページによるたばこや飲酒が体に及ぼす影響や適正体重、バランス食の知識普及啓発  
広報誌、ホームページによる、かかりつけ歯科医による年に一回定期健診を受診勧奨

### ⑤ キャリア期

- 健康ポイント事業  
令和 4 年時点で 500 名参加  
令和 2 年度:200 名 / 令和 3 年度:150 名 / 令和 4 年度:150 名
- ウォーキングの町づくり宣言（令和 2 年度～）  
ウォーキング大会の開催（令和 4 年度:97 名参加）  
ウォーキングマップの作成及び配布
- 健康づくり町民運動  
のぼり旗作成し、各公民館等に掲示  
広報誌に町民運動だより掲載

○減塩対策（令和2年度～）

集団検診において尿中塩分測定

減塩教室（令和2年度:10名参加 / 令和3年度:10名参加）

○歯周疾患検診

20歳以上の町民に実施

令和2年度:60名 / 令和3年度:60名 / 令和4年度:63名

○歯ブラシの配布及び保健師、栄養士による説明

○糖尿病重症化予防プログラム実施（平成29年度～）

令和2年度実績： 受診勧奨通知 123人 参加者 4人

令和3年度実績： 受診勧奨通知 123人 参加者 4人

⑥ シニア期

○各地区サロン、教室において管理栄養士の講話を実施（令和2年度～）

○各地区サロン、教室において歯科衛生士の講話を実施（令和2年度～）

○健康活動ポイント事業

○ウォーキングの町づくり宣言

ウォーキング大会の開催

ウォーキングマップの作成及び配布

○健康づくり町民運動

広報誌に町民運動だより掲載

○糖尿病対策について周知

## V 関連団体の意向調査

### 1. 意向調査の概要

本計画に関連する町内の団体に、計画策定に向けた意向調査を以下のとおり実施しました。

- ア 調査対象者 本計画に関連する町内の団体（9団体）
- イ 実施期間 令和4年10月13日～令和4年11月14日
- ウ 実施方法 自記式調査票・郵送による配布・回収
- エ 回収率 100%（回収数9団体）

### 2. 調査結果の概要

#### Q1. 町が展開する施策への町の取り組み、各団体の関わり方について

① 各年代への取り組み等について、以下のような提案や関わり方を示していただきました

##### 【妊娠・出産期】

- ・ママ同士の接点確保のための機会を増やす
- ・諮問機関として、関連する活動に助言を行う

##### 【乳幼児期】

- ・食育関連の教室の開催、食育に繋がる食品や資料の配布

##### 【小学生・中学生】

- ・食育月間中に町内のイベントで食事に係る啓発
- ・健康ポイント事業の児童・生徒版の実施
- ・保護者に向けた各種啓発活動（講演会の実施や資料配布、受診を勧める等）

##### 【高校生】

- ・運動意欲を持ってもらうために、オリンピックの新種目のようなニュースポーツを体験できる企画を作る
- ・飲酒、喫煙等の啓発にYouTubeを活用する

##### 【キャリア期】

- ・小中学生の子供を通して親・家族への各種アプローチを行う
- ・健診結果報告会の参加者に、健康や食生活に関するアドバイスや資料の配布を行う

##### 【シニア期】

- ・ユリピースポーツクラブのトレーニング器具を使った競技会の実施
- ・健診結果報告会の参加者に、健康や食生活に関するアドバイスや資料の配布を行う
- ・通いの場（地域サロン）でフレイルの講話

② 町の取り組みに対して、以下のような意見がありました

- ・計画策定時に取り上げられなかった新たな問題への対応が必要（例：児童・生徒の視力低下）
- ・町の施策や事業に協力依頼等をいただいても、急な対応は難しいため、早めに知らせてほしい
- ・団体の継続的な係わりには町からの助成が必要である

## Q2. 中間評価へのご意見

中間評価結果を基に設定する令和8年度まで目標について、新型コロナウイルス感染症の状況も加味して目標値をやや修正するべきとの声もありましたが、多くの意見で現状の目標を維持するべきと挙げられました。

評価結果への意見や要因、改善に向けた取り組み等について、以下のような意見をいただきました。

### 【妊娠・出産期】

- ・バランスのよい食生活をしてもらうことが大切である
- ・適度な運動を奨励する

### 【乳幼児期】

- ・家庭内の喫煙者には特に注意するべき
- ・1歳6か月で虫歯のある乳幼児はいないが、3歳になると増加しているため、3歳児のおやつを食べる回数を減らすことや、親が歯みがきを手伝ってあげることが必要である
- ・年長児のおやつの種類やそのカロリーについての調査も必要である
- ・全体的には評価結果のとおりであるが、新型コロナウイルスの影響を考えると、多少の下方修正を検討してもよい

### 【小学生・中学生】

- ・肥満傾向が強くなっている理由は新型コロナウイルスの影響もあると思われるが、目標の下方修正をするべき
- ・当初計画策定時にはなかった問題（視力の低下や睡眠時間の乱れ等）が出てきていることから、新たな目標を検討してもよい
- ・4年生からの部活動を推進する

### 【高校生】

- ・朝食欠食者の割合は減少しているが、本当に全く食べないで学校に行くのか不透明である。ダイエット食やスムージーのような食品を摂取している可能性もあるため、調査方法を検討するべき

### 【キャリア期】

- ・社会人になると体を動かすことが少なくなり、飲酒機会が多くなること、結婚等で自宅にいる時間が長くなることが要因で肥満や生活習慣病になる傾向がある

### 【シニア期】

- ・運動する機会が少なくなり、テレビ等を見る時間が長くなるため、運動の趣味を持ってもらう

ことが大切になる。そのため、ウォーキング教室のような機会が提供できるとよい

### Q3. 調査未実施の評価項目の調査方法・内容について

具体的な調査内容が決まっておらず調査未実施となっている5つの評価項目に関して、以下のよう  
な調査方法・内容の意見をいただきました。

#### 【妊娠・出産期】

##### <運動に関する調査>

- ・妊娠届提出時の面接や妊婦健診時等で運動習慣に関する調査を行う
- ・健康ポイント事業に参加してもらい、活動内容等を調査する
- ・母子（アプリ）を利用し、アンケートを実施する

##### <口腔衛生に関する調査>

- ・1歳6ヶ月健診のような時期を定めた健診で実施し、口腔衛生について調査をする
- ・妊娠届提出時の面接や妊婦健康診査時等で口腔衛生に関する調査を行う

#### 【乳幼児期】

##### <運動に関する調査>

- ・乳幼児健診時に調査をする

#### 【小学生・中学生】

##### <喫煙に関する調査>

- ・喫煙実態だけでなく喫煙の害に関する知識についても調査をする、1人1台貸与されているタブレットを活用して調査をするとよい

#### 【高校生】

##### <運動に関する調査>

- ・町内には高校がないことから、郵送によるアンケート調査を行う

### Q4. その他 ご意見やご要望について

- ・新庁舎の近くあるいは敷地内に、スポーツジムのような運動施設を整備してほしい

## VI 今後の目標と達成に向けた取り組み

### 1. 新たな目標設定

中間評価を踏まえ、本計画の最終年度（令和8年度）までの目標を新たに設定します。

中間評価において、目標に到達している項目（A評価）についてはより高い目標とすることとします。それ以外の項目では関連団体の意向調査結果を踏まえ、一部評価項目を除き、当初の目標を維持することを基本とします。また、一部の年代には成果目標として、「心身の休養」及び「食育への関心」に係る目標を新たに設定します。

#### 1.1. 基本目標

当初計画において、健康寿命の評価項目が男性のみであったことから、女性の健康寿命を追加します。男性・女性ともに新規目標を栃木県の平均健康寿命と設定します。

評価項目	目標値	現状値	新規目標
自覚的健康感が高い（健康であると答えた）人の割合	50.0%	39.9%	目標維持
男性の健康寿命	78.1歳	79.1歳	79.5歳
【追加】女性の健康寿命	—	81.5歳	83.7歳

#### 1.2. 成果目標

目標に到達している項目（A評価）の項目についてはより高い目標（現状値が0.0%となっている項目を除く）はより高い目標を設定しました。また、新型コロナウイルス感染症の流行の長期化により町民が疲弊していることから「心や体の休養がとれている認識の人の割合」の項目及び本計画において食育推進計画を含有することから「食育への関心の増加」の項目を新たな目標として一部の年代に設定しました。

調査を実施していない項目は、関連団体のアンケート調査結果を基に、新規目標として令和8年度までに調査を行う内容を記載しています。

### 1.2.1. 妊娠・出産期

評価項目	評価基準	当初目標	現状値	新規目標
妊婦健康診断での尿糖有所見者の割合	減少	15.0%	19.6%	目標維持
妊婦健康診断での貧血有所見者の割合	減少	14.0%	13.0%	10.0%
妊婦の飲酒者の割合	減少	0.0%	0.0%	目標維持
妊婦の喫煙者の割合	減少	0.0%	6.3%	目標維持
妊婦の配偶者の喫煙者の割合	減少	27.0%	43.8%	目標維持
妊婦の周囲（家族・職場等）の喫煙者の割合	減少	22.0%	21.9%	20.0%
<b>【運動に関する調査の実施】</b>				
運動習慣に関する調査 （妊婦健診時にアンケート実施）	—	実施	未実施	実施
<b>【口腔衛生に関する調査の実施】</b>				
口腔ケアに対する意識の調査 （妊婦健診時にアンケート実施）	—	実施	未実施	実施

### 1.2.2. 乳幼児期

評価項目	評価基準	当初目標	現状値	新規目標
年長児の肥満児の割合	減少	6.0%	4.6%	4.0%
年長児のおやつを1日2回以上食べる児の割合	減少	35.0%	86.0%	目標維持
子どもがいる家庭での喫煙率	減少	40.0%	33.3%	10.0%
3歳児健診でのう歯のある児の割合	減少	26.0%	8.9%	7.0%
仕上げ磨きを毎日する保護者の割合	増加	70.0%	70.5%	80.0%
<b>【運動に関する調査の実施】</b>				
年長児の運動習慣に関する調査 （保育園を通じた保護者アンケート実施）	—	実施	未実施	実施

### 1.2.3. 小学生・中学生

小学生及び中学生の肥満者の割合は、当初に比べ大きく悪化しています。この要因の一部には、新型コロナウイルス感染症対策として、学級閉鎖や外出自粛等の行動制限を行ったことあるものと考えられます。一時的な要因と考えられますが、目標との乖離が大きくなっていることから、目標値の修正を行います。

なお、県との比較においても悪い数値となっていることから、新規目標は県の平均値とします。

評価項目	評価基準	当初目標	現状値	新規目標
小学生の肥満者の割合	減少	7.0%	15.0%	11.8%
中学生の肥満者の割合	減少	7.0%	20.2%	12.5%
朝食欠食者の割合	減少	0.0%	14.7%	目標維持
運動をしている小学生の割合	増加	40.0%	36.0%	目標維持
う歯のある小学生の割合	減少	40.0%	46.1%	目標維持
12歳の平均むし歯本数	減少	1.00本	0.79本	0.75本
【喫煙に関する調査の実施】 喫煙経験及び喫煙の害に関する知識の調査 (タブレットを活用したアンケート及びテスト実施)	—	実施	未実施	実施

### 1.2.4. 高校生

評価項目	評価基準	当初目標	現状値	新規目標
朝食欠食者の割合	減少	0.0%	男 5.0% 女 3.3%	目標維持
女子のやせの割合	減少	23.0%	18.5%	15.0%
飲酒経験者の割合	減少	0.0%	男 25.0% 女 13.3%	目標維持
喫煙経験者の割合	減少	0.0%	2.0%	目標維持
毎食後歯みがきをする人の割合	増加	25.0%	26.0%	30.0%
【運動に関する調査の実施】 運動習慣に関する調査 (自宅への調査票郵送によるアンケート調査)	—	実施	未実施	実施
【追加】心や体の休養がとれている認識の人の割合	増加	—	70.9%	75.0%

### 1.2.5. キャリア期

評価項目	評価基準	当初目標	現状値	新規目標
20歳代男性の肥満者の割合	減少	20.0%	40.9%	目標維持
30歳代男性の肥満者の割合	減少	20.0%	33.3%	目標維持
50歳代男女の肥満者の割合	減少	25.0%	27.4%	目標維持
多量飲酒者（3合以上）の割合	減少	5.0%	6.6%	目標維持
運動不足者の割合	減少	70.0%	78.2%	目標維持
男性の喫煙率	減少	20.0%	26.0%	目標維持
男性の毎食後歯を磨く人の割合	増加	30.0%	22.0%	目標維持
20歳代男性の耐糖能異常の所見がある人の割合	減少	30.0%	21.4%	20.0%
30歳代男性の耐糖能異常の所見がある人の割合	減少	30.0%	39.3%	目標維持
50歳代男女の耐糖能異常の所見がある人の割合	減少	45.0%	55.1%	目標維持
【追加】心や体の休養がとれている認識の人の割合	増加	—	59.2%	65.0%
【追加】食育への関心の割合	増加	—	66.8%	70.0%

### 1.2.6. シニア期

評価項目	評価基準	当初目標	現状値	新規目標
女性の毎日間食する人の割合	減少	40.0%	47.6%	目標維持
男性の毎日飲酒する人の割合	減少	30.0%	40.7%	目標維持
20本以上歯がある人の割合	増加	65.0%	60.1%	目標維持
耐糖能異常の所見がある人の割合	減少	65.0%	76.4%	目標維持
HbA1c 6.5%以上の要医療者の割合	減少	5.0%	13.8%	目標維持
【追加】心や体の休養がとれている認識の人の割合	増加	—	81.2%	85.0%
【追加】食育への関心の割合	増加	—	85.5%	90.0%

## 2. 達成に向けた取り組み

令和8年度に目標を達成するため、行政及び関係機関の取り組む事業や活動、町民が心がけることについて示します。

### 2.1. 妊娠・出産期

凡例：◆既存事業の継続 ☆新規開催予定事業

実施事業・活動（予定）	町民の心がけ
<p>◆妊娠届時面接（保健師による全数面接） ハイリスク妊婦の発見に努め、妊娠中から支援する 妊娠期におけるセルフプラン作成</p> <p>◆妊婦健康診査（妊娠全期間を通し14回）</p> <p>◆妊婦健康診査結果より個別相談実施</p> <p>◆妊婦の個別健康相談・訪問の実施 （妊娠後期に保健師による全数把握）</p> <p>◆産婦2週間健診・1か月健診の助成</p> <p>◆予防接種費用助成 妊娠を希望する夫婦に対し、風しん予防接種の費用助成</p> <p>☆プレママ フリースペース 妊娠後期における、母親同士の交流を支援する 沐浴指導等の育児手技の実演</p> <p>☆子ども家庭センターの設置</p> <p>☆飲酒・喫煙の胎児に対する影響についてのパンフレットの配布</p> <p>☆無料歯周疾患検診についてのパンフレットの配布</p>	<p><b>【栄養・食生活】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・妊娠中の定期健診を受診し、健康に留意します</li> <li>・妊娠中はバランスよくしっかり食べます</li> <li>・妊娠中は飲酒をしません</li> <li>・妊婦に飲酒をさせません</li> </ul> <p><b>【運動・身体活動】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・運動の効果を知り、自分に合った運動を継続します</li> </ul> <p><b>【喫煙】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・妊娠中は喫煙をしません</li> <li>・妊婦の周囲で喫煙をしません</li> <li>・禁煙できるように家族がサポートします</li> </ul> <p><b>【口腔衛生】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・毎食後の歯みがきを習慣にします</li> <li>・間食を控え、口腔内の清潔を保ちます</li> </ul>

## 2.2. 乳幼児期

凡例：◆既存事業の継続 ☆新規開催予定事業

実施事業・活動（予定）	町民の心がけ
<p>◆新生児訪問（保健師による全数訪問）</p> <p>◆新生児聴覚検査費用助成（医療機関委託）</p> <p>◆産後ケア事業（医療機関委託）</p> <p>◆先天性股関節脱臼検診（医療機関委託）</p> <p>◆乳幼児健診（4か月児・10か月児・1歳6か月児・3歳6か月児） 身体計測・発達状況確認・内科医歯科医の診察・保健指導・栄養指導 歯科衛生士によるフッ素塗布・ブラッシング指導</p> <p>◆乳幼児相談（6か月児・12か月児・2歳6か月児） 身体計測・保健指導・栄養指導・ 歯科指導（6か月児・12か月児・2歳6か月児）</p> <p>◆育児相談（保健師・栄養士・臨床心理士・言語聴覚士）</p> <p>◆育児教室（3, 4か月児・7, 8か月児）</p> <p>◆赤ちゃんサロン（0歳児とその保護者の交流）</p> <p>◆のびのび発達相談（全年中児）：就園施設での集団生活場面の観察</p> <p>◆禁煙を希望する保護者への個別支援</p> <p>◆保育園での保護者対象及び園児への講話（生活リズム・栄養・う歯）</p> <p>◆歯科衛生士による各保育園巡回指導 保育士に対してのブラッシング指導</p> <p>◆町内保育園での永久歯むし歯予防教室（年長児・保護者）</p> <p>◆フッ化物洗口（保育園にて実施：年少・年中・年長）</p> <p>◆町内保育園にて身体を使った遊びの実施 サーキット・外遊び・リトミック等</p> <p>◆感染症予防事業 A類予防接種の接種勧奨 任意予防接種（おたふく）費用助成</p> <p>◆おやつに関するパンフレットの配布</p> <p>☆産前産後サポート事業</p> <p>☆産後の運動教室（マドレボニータ等）</p> <p>☆5歳6か月児相談実施</p> <p>☆就学児健康診断 保護者に対し、町の歯科保健の現状について講話を実施</p> <p>☆子育て支援センター事業 親子遊びの実施・身体を使った子どもの遊びの実施</p> <p>☆ペアレント・プログラムの実施（保護者支援）</p> <p>☆喫煙が子どもの呼吸器系に与える影響についてのパンフレットの配布</p>	<p><b>【栄養・食生活】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・家族みんなで早寝、早起き、朝ごはんをこころがけ、生活リズムを整えます</li> <li>・家族みんなで一緒に楽しく食べます</li> <li>・おやつは、時間と量を決めて、選んで食べます</li> </ul> <p><b>【運動・身体活動】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・身体を使った遊びの大切さを理解し、子どもの頃から外で遊び、身体を動かす習慣を身につけます</li> <li>・家族は子どもと一緒に楽しく遊びます</li> <li>・テレビ、DVD、スマートフォン、パソコン等の時間や使い方について家族と話し合って決めます</li> </ul> <p><b>【喫煙】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・家庭での禁煙・分煙を徹底し、子どもの前では喫煙をしません</li> <li>・禁煙できるよう家族がサポートします</li> </ul> <p><b>【口腔衛生】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・歯みがきの習慣をつけます</li> <li>・保護者が毎日仕上げ磨きをします</li> <li>・スプーン、箸を共有して使いません</li> <li>・間食を控え、口腔内の清潔に努めます</li> <li>・早期の歯科治療をこころがけます</li> </ul>

2.3. 小学生・中学生

凡例：◆既存事業の継続 ☆新規開催予定事業

実施事業・活動（予定）	町民の心がけ
<p>◆夏休みの肥満個別相談の実施</p> <p>◆全小中学校での身体計測結果を保健福祉課と共有</p> <p>◆全小中学校全学年での歯科医師・歯科衛生士による歯磨き指導の実施（講話・染め出し等）</p> <p>◆全小中学校でのフッ化物洗口の実施</p> <p>◆給食後の歯みがきの徹底</p> <p>◆中学校における喫煙防止教育</p> <p>☆全小中学校での肥満対策教室の実施</p> <p>☆小児生活習慣病予防検診（5年生） 全児童検診データを保健福祉課と共有</p> <p>☆保護者会等で、学校配布のタブレット等の利用による視力低下や生活リズムの乱れ（睡眠時間）についての講話会の実施</p> <p>☆全小中学校での歯科検診結果を保健福祉課と共有 う歯のある児童に対し早期受診の勧奨（小中学校と共同）</p> <p>☆保健だより・給食だよりによる食生活に関する情報提供</p> <p>☆各団体による早寝、早起き、朝ご飯の推奨</p>	<p><b>【栄養・食生活】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・家族みんなで早寝、早起き、朝ごはんをこころがけます</li> <li>・主食・主菜・副菜をそろえて、バランスよく食べます</li> <li>・栄養バランスに関心を持ちます</li> <li>・夜遅くに食べないようにします</li> </ul> <p><b>【運動・身体活動】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・身体を使った遊びの大切さを理解し、身体を動かす習慣を身につけます</li> <li>・家族みんなで一緒に遊びます</li> <li>・テレビ、DVD、ゲーム、スマートフォン、タブレットの時間を家族と話し合って決めます</li> <li>・早寝早起きを心がけ、安定した生活リズムにします</li> </ul> <p><b>【喫煙】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・家庭での禁煙・分煙を徹底し、子どもの前では喫煙をしません</li> </ul> <p><b>【口腔衛生】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・毎食後に歯みがきをします</li> <li>・正しい歯みがきの方法を知り、実践します</li> <li>・よく噛んで食べます</li> <li>・小学6年生までは、保護者が子どもの仕上げ磨きをします</li> <li>・早期の歯科治療をこころがけます</li> </ul>

## 2.4. 高校生

凡例：◆既存事業の継続 ☆新規開催予定事業

実施事業・活動（予定）	町民の心がけ
<p>☆高校生や弱年層に向けた情報発信 適正体重の維持、喫煙・飲酒の身体への影響、バランス食についての情報を発信する。</p> <p>☆町 HP や SNS を利用し、健康に関する情報提供</p> <p>☆歯科定期検診の推奨パンフレットの配布</p>	<p><b>【栄養・食生活】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・適正体重を知り、維持します</li> <li>・ときどき体重を測り、管理します</li> <li>・朝食を食べる習慣をつけます</li> <li>・高校生はお酒を飲みません</li> <li>・高校生にお酒を飲ませません</li> </ul> <p><b>【運動・身体活動】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・一日 30 分以上体を動かす運動を行います</li> </ul> <p><b>【喫煙】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・高校生はたばこを吸いません</li> <li>・たばこを吸っている人の近くにいません</li> <li>・高校生にたばこを吸わせません</li> </ul> <p><b>【口腔衛生】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・毎食後に歯みがきをします</li> <li>・自分の口の中の状態に関心を持ち、口腔内の自己チェックをします</li> <li>・早期の歯科治療をこころがけます</li> </ul> <p><b>【食育】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・地産地消を意識します</li> <li>・環境に配慮した食品を選択します</li> </ul> <p><b>【心身の休養】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・こころや体の休養を取り、健康づくりを行います</li> </ul>

2.5. キャリア期

凡例：◆既存事業の継続 ☆新規開催予定事業

実施事業・活動（予定）	町民の心がけ
<p>◆ヤング健診の実施（19～39歳）            特定健診の実施（40～75歳）            各種がん検診・肝炎ウイルス検査・骨密度検査</p> <p>◆健診結果報告会の実施            保健師・栄養士による個別相談（食生活・適正飲酒）</p> <p>◆しおや健康づくり町民運動プロジェクトの実施            「健診受診」「運動習慣の定着」「食生活の改善」の推進            健康ポイント事業の実施</p> <p>◆集団健康教育の実施（年6回/保健師・栄養士・食生活改善推進員による支援）</p> <p>◆減塩対策事業の実施            健康教室、健診受診時の尿中塩分測定</p> <p>☆健診異常値放置受診勧奨の実施            健診受診後の異常値放置者に対する受診勧奨通知および訪問</p> <p>☆糖尿病重症化予防事業の実施            （保健師・栄養士による支援）</p> <p>☆役場庁舎内で職員への昼食後の歯みがきの推奨</p> <p>☆まちなか保健室の実施</p> <p>☆適正体重に関するパンフレットの配布</p> <p>☆多量飲酒の影響に関するパンフレットの配布</p> <p>☆簡単にできる運動のパンフレットの配布</p> <p>☆喫煙の健康への影響に関するパンフレットの配布</p> <p>☆禁煙外来の情報パンフレットの配布</p> <p>☆糖尿病に関する知識の普及を図るパンフレットの配布</p> <p>☆町独自で休肝日を作り、HPや広報での周知</p>	<p><b>【栄養・食生活】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の適正体重がわかります</li> <li>・適正体重が健康管理をするために必要であると理解します</li> <li>・1日3回規則正しく食べます</li> <li>・血糖値が高いことで及ぼす影響について理解します</li> <li>・お酒は1日1合程度にし、休肝日をもうけます</li> <li>・多量飲酒が及ぼす影響を理解します</li> </ul> <p><b>【運動・身体活動】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活の中で意識して体を動かします</li> <li>・運動の効果を知り、自分に合った運動を継続します</li> </ul> <p><b>【喫煙】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・たばこが体に及ぼす影響を理解します</li> <li>・禁煙できるように家族がサポートします</li> </ul> <p><b>【口腔衛生】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の口腔内に興味を持ちます</li> <li>・口腔内の自己チェックをします</li> <li>・定期的に歯科を受診します</li> </ul> <p><b>【食育】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・地産地消を意識します</li> <li>・環境に配慮した食品を選択します</li> </ul> <p><b>【心身の休養】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・こころや体の休養を取り、健康づくりを行います</li> </ul>

2.6. シニア期

凡例：◆既存事業の継続 ☆新規開催予定事業

実施事業・活動（予定）	町民の心がけ
<p>◆特定健診の実施（40～75歳） 各種がん検診・肝炎ウイルス検査・骨密度検査</p> <p>◆健診結果報告会の実施 保健師・栄養士による個別相談（食生活・適正飲酒）</p> <p>◆減塩対策事業の実施 健康教室、健診受診時の尿中塩分測定</p> <p>◆健康教育の実施 地域サロン、教室において保健師、管理栄養士、歯科衛生士による健康講話の実施</p> <p>◆しおや健康づくり町民運動プロジェクトの実施 「健診受診」「運動習慣の定着」「食生活の改善」の推進 健康ポイント事業の実施</p> <p>☆健診異常値放置受診勧奨の実施 健診受診後の異常値放置者に対する受診勧奨通知および訪問</p> <p>☆糖尿病重症化予防事業の実施 (保健師・栄養士による支援)</p> <p>☆まちなか保健室の実施</p> <p>☆町HPや広報等での適正飲酒に関する啓発</p> <p>☆糖尿病に関する知識の普及を図るパンフレットの配布</p>	<p><b>【栄養・食生活】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・時間と量を決めて食べます</li> <li>・楽しみながら適度な間食の習慣を身につけます</li> <li>・お酒は1日1合程度にし、休肝日をもうけます</li> <li>・多量飲酒が及ぼす影響を理解します</li> <li>・自分の血糖値が高いことを理解します</li> <li>・血糖値が高いことで及ぼす影響について理解します</li> <li>・1日3回、規則正しく食べます</li> </ul> <p><b>【運動・身体活動】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活の中で意識して体を動かします</li> <li>・運動の効果を知り、自分に合った運動を継続します</li> </ul> <p><b>【喫煙】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・たばこが体に及ぼす影響を理解します</li> <li>・禁煙できるように家族がサポートします</li> </ul> <p><b>【口腔衛生】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・毎食後の歯みがきを習慣にします</li> <li>・間食を控え、口腔内の清潔を保ちます</li> <li>・定期的に歯科を受診します</li> </ul> <p><b>【食育】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・地産地消を意識します。</li> <li>・環境に配慮した食品を選択します</li> </ul> <p><b>【心身の休養】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・こころや体の休養を取り、健康づくりを行います</li> </ul>

## 参 考 资 料

# 1 策定経過

## 塩谷町健康増進計画（第2期）中間評価及び第2期改定版計画策定経過

年 月	項 目	内 容	
令和3年12月	中間評価のためのアンケート実施	実施年月日	令和3年12月7日～24日
		対象者	・20～75歳の町民1,000名 (層下無作為抽出) ・町内在住高校2年生の年齢の者 (全数87名)
		回収方法	自記式無記名調査票(個別郵送)
		回収率	・20歳～75歳 43.1% ・高校2年生 57.4%
令和4年9月27日	第1回策定委員会	委嘱状交付 策定全体スケジュール、アンケート結果報告 取り組み状況報告 等	
令和4年10月	各団体ヒアリング (アンケート)実施	関連団体よりアンケート聞き取り	
令和4年11月30日	第2回策定委員会	ヒアリング(アンケート)調査結果の報告 第1回策定委員会意見をふまえた計画素案の提示	
令和4年12月～ 令和5年1月	パブリックコメント の実施	町内3カ所(役場保健福祉課・大宮コミュニティセンター・生涯学習センター)	
令和5年1月	第3回策定委員会	パブリックコメント後の改訂素案報告	
令和5年2月上旬	改訂素案報告		
令和5年3月	計画書完成	議会報告 (議会・庁内会議・町内関係者・県内市町等)	

## 2 塩谷町健康増進計画第2期（改訂版）策定委員会関係資料

### 塩谷町健康増進計画第2期（改定版）策定委員会設置要領

（設置）

第1条 塩谷町健康増進計画第2期（改定版）（以下「計画」という。）の策定にあたり、健康づくりの推進について意見を求め審議するため、塩谷町健康増進計画第2期（改定版）策定委員会（以下「策定委員会」という。）を設置する。

（所掌事務）

第2条 策定委員会は、次に掲げる事項について検討を行う。

- （1）計画（改定版）の策定に関する事項
- （2）その他必要と認められる事項

（組織）

第3条 策定委員会は、別表の職にある者をもって構成し、策定委員は町長が委嘱する。

2 策定委員会に委員長1名及び副委員長1名を置き、委員の互選によってこれを定める。

（任期）

第4条 策定委員の任期は、委嘱の日から令和5年3月31日までとする。

（委員長及び副委員長の職務）

第5条 委員長は、策定委員会を代表し、会務を総理する。

2 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故あるときは、その職務を代理する。

（会議）

第6条 策定委員会の会議は、委員長が招集し、その議長となる。

2 策定委員会は、必要があると認めるときは、委員以外の者の出席を求め、意見を聴くことができる。

（庶務）

第7条 策定委員会の庶務は、保健福祉課において処理する。

（その他）

第8条 この要領に定めるもののほか、策定委員会の運営に関し必要な事項は、委員長が定める。

附 則

この要領は、令和4年8月18日から施行する。

別表

塩谷町健康増進計画第2期（改定版） 策定委員名簿

敬称略

		氏名	所属
1	議会	篠原 操	塩谷町議会教育福祉常任委員長
2	医師会	大和田 信雄	塩谷町医師会長
3	歯科医師会	園田 圭介	塩谷町歯科医師会長
4	社会教育	吉成 東	塩谷町社会教育委員長
5	スポーツ協会	齋藤 勝重	塩谷町スポーツ協会会長
6	学校	佐藤 幸枝	塩谷町小中学校養護教諭部会代表
7	P T A	石川 輝明	塩谷町P T A連絡協議会長
8	商工会	寺田 正	塩谷町商工会事務局長
9	婦人団体	兼子 テルイ	塩谷町食生活改善推進員協議会代表
10	学識経験者	阿久津 和子	福島県立医科大学看護学部 講師
11	学識経験者	若林 珠江	県北健康福祉センター健康対策課長

### 3 生活習慣等に関するアンケート調査（一般成人）

#### (1) アンケート調査票

生活習慣等に関するアンケート(一般成人用)
-----------------------

問1 性別をお答えください 1 男 2 女

問2 年齢をお答えください 1 20歳代 2 30歳代 3 40歳代  
4 50歳代 6 60歳代以上

問3 現在の健康状態はいかがですか (1つに○)  
1 健康である 2 どちらかといえば健康である  
3 どちらかといえば健康でない 4 健康でない

問4 身長と体重をご記入ください(小数点以下は、四捨五入してください)  
1 身長: \_\_\_\_\_ cm 2 体重: \_\_\_\_\_ kg

問5 自分の適正体重を知っていますか 1 はい 2 いいえ  
※適正体重=身長(m)×身長(m)×22

問6 18歳の頃の体重をご記入ください \_\_\_\_\_ kg

問7 18歳の頃と比べて体重が増えた方にお聞きします。体重が増えた理由は何ですか  
(1つに○)  
1 3食の食事量が増えた 2 間食が増えた 3 食事回数が増えた  
4 夜食を食べるようになった 5 お酒を飲むようになった  
6 身体を動かすことが減った 7 妊娠・出産  
8 その他( )

問8 肥満が原因で病気になるかもしれないと思いますか  
1 思う 2 どちらかといえば思う 3 どちらかといえば思わない 4 思わない

問9 自分の体重をどう思いますか  
1 ちょうどよい 2 太っている 3 やせている

問10 やせたいと思いますか  
1 思う 2 どちらかといえば思う 3 どちらかといえば思わない 4 思わない

問11 問10で1, 2と答えた方にお聞きします どうすればやせられると思いますか(1つに○)  
1 方法を教えてもらえる機会がある 2 一緒にやせる仲間がいる  
3 身近に協力してくれる人がいる 4 その他 ( )

問12 肥満についての新聞やテレビがあれば、注意して見るほうですか  
1 見る 2 どちらかといえば見る 3 どちらかといえば見ない 4 見ない

問13 あなたは運動不足だと思いますか 1 はい 2 いいえ

問14 あなたは日常生活で意識的に身体を動かすようにしていますか  
1 している 2 どちらかというとしている  
3 どちらかというとしていない 4 していない

問15 あなたは運動することによってどんな効果を期待しますか (1つに○)  
1 体力、筋力の維持および向上 2 生活習慣病やメタボリックシンドロームの予防  
3 気分転換やストレス解消 4 ダイエット、体形維持  
5 その他 ( )

問16 朝食を食べますか  
1 毎日 2 週3~4日 3 週1~2日 4 ほとんど食べない

問17 朝食を家族と一緒に食べる日数はどれぐらいですか  
1 ほとんど毎日 2 週に4~5日 3 週に2~3日  
4 週に1日程度 5 ほとんどない

問18 夕食を家族と一緒に食べる日数はどれぐらいですか  
1 ほとんど毎日 2 週に4~5日 3 週に2~3日  
4 週に1日程度 5 ほとんどない

問19 昼間の間食をしますか ※果物、糖分を含む飲み物を含む  
1 毎日 2 週3~4日 3 週1~2日 4 ほとんど食べない

↓

問20 問19の設問で1, 2, 3と答えた方にお聞きします どのようなものを食べますか  
(該当するものすべてに○)  
1 スナック菓子 2 洋菓子 3 和菓子 4 果物 5 パン 6 麺類  
7 ジュース 8 加糖コーヒー 9 スポーツドリンク 10 乳酸菌飲料  
11 牛乳 12 その他 ( )

問21 揚げ物（フライ・天ぷらなど）を食べますか

- 1 毎日 2 週3～4日 3 週1～2日 4 ほとんど食べない

問22 毎食野菜を食べますか 1 食べる 2 食べない

問23 主食・主菜・副菜の3つを組み合わせる食べることが1日2回以上ある日数はどれくらいですか

- 1 ほとんど毎日 2 週に4～5日  
3 週に2～3日 4 ほとんどない

問24 中食・外食の利用頻度はどれくらいですか

- 1 週に5回以上 2 週に3、4回程度  
3 週に2回程度 4 週に1回程度  
5 月に1、2回程度 6 ほとんど利用しない

問25 地元産の農産物を購入（選択）するよう意識していますか

- 1 いつも意識している 2 少し意識している  
3 あまり意識していない 4 全く意識していない

問26 環境に配慮した食品を購入（選択）するよう意識していますか

- 1 いつも意識している 2 少し意識している  
3 あまり意識していない 4 全く意識していない

問27 食品の安全性に不安を感じていますか

- 1 大いに感じている 2 多少は感じている  
3 あまり感じていない 4 全く感じていない

問28 食育に関心がありますか

- 1 関心がある 2 少し関心がある  
3 ほとんど関心がない 4 全く関心がない

問29 1回の食事にかかる時間をご記入ください \_\_\_\_\_分

次のページにお進みください

問30 お酒を飲みますか ※お酒：清酒、焼酎、ビール、洋酒など

1 毎日 2 週3~6日 3 週1~2日 4 月1~2回 5 全く飲まない



↓  
問34にお進みください

問31 問30で1、2、3、4と答えた方にお聞きします

1日どのくらいの量を飲みますか

- 1 1合未満
- 2 1合程度
- 3 2合程度
- 4 3合以上

参考：日本酒 1合程度相当	
焼酎	1/2合弱
ビール	500ml
ウイスキー	ダブル1杯(60ml)
ワイン	グラス2杯(240ml)

問32 主にどこでお酒を飲みますか

- 1 自宅 2 自宅以外 ( )

問33 お酒を飲む理由は何ですか (1つに○)

- 1 お付き合い                      2 娯楽がないから                      3 ストレス発散                      4 楽しいから
- 5 好き、美味しいから                      6 習慣だから                      7 その他 ( )

問34 次のことについてお酒の飲みすぎが影響すると思うものに○をつけてください

(該当すると思うものすべてに○)

- 1 高血圧    2 糖尿病    3 脂肪肝    4 肝硬変    5 膵炎    6 食道がん
- 7 痛風    8 妊娠に関連した異常    9 骨粗鬆症    10 認知症    11 思わない

問35 あなたの歯は何本ありますか (1つに○) ※親知らずを除いて通常は28本です

(親知らず、入れ歯、ブリッジ、インプラントは含みません 差し歯は含みます)

- 1 28本以上                      2 27~24本                      3 23~20本                      4 19~10本
- 5 9~1本                      6 全くない

問36 あなたは1日に何回歯を磨きますか 入れ歯も含みます (1つに○)

- 1 毎食後    2 2回    3 1回    4 磨かない



問37 問36の設問で2、3、4と答えた方にお聞きします その理由は何ですか

(1つに○)

- 1 時間がない    2 歯みがきをする場所がない    3 必要と思わない
- 4 その他 ( )

問38 1回の歯磨きにかかる時間をご記入ください  
※入れ歯も含む \_\_\_\_\_分

問39 歯を1本1本丁寧に磨いていますか  
1 磨いている 2 どちらかといえば磨いている  
3 どちらかといえば磨いていない 4 磨いていない

問40 歯磨きをする場合、歯ブラシ以外のものを使いますか (使うものすべてに○)  
1 歯間ブラシ 2 フロス 3 糸ようじ 4 その他 ( )

問41 町内の歯科医療機関で、無料で歯周疾患検診が受けられることを知っていますか  
1 知っていて受けたことがある 2 知っているが受けたことがない 3 知らない

問42 現在(ここ1か月間)、あなたはたばこを吸っていますか  
1 毎日吸う 2 ときどき吸う 3 現在吸っていない 4 吸ったことがない

↓  
↓

↓ ↓  
問46にお進みください

問43 問42で1, 2と答えた方にお聞きします たばこについてどう思っていますか

1 やめたい 2 本数を減らしたい 3 やめたくない 4 わからない

↓  
↓

↓  
問45へお進みください

問44 問43で1, 2と答えた方にお聞きします  
やめたい又は減らしたい理由は何ですか (最もあてはまるもの1つに○)  
1 病気になる 2 医師に指導されている 3 家族に嫌がられる  
4 お金がかかる 5 その他 ( )

問45 問43で、「3 やめたくない」と答えた方にお聞きします  
やめたくない理由は何ですか  
1 口さみしい 2 イライラする 3 落ち着かない 4 気分転換できない  
5 その他 ( )

問46 たばこをやめられないのは、意志の弱さではなくニコチン依存が原因であることを知っていますか  
1 はい 2 いいえ

次のページにお進みください

問47 次のことについて、たばこが影響していると思うものに○をつけてください

(該当すると思うものすべてに○)

- 1 肺がん 2 食道がん 3 膀胱がん 4 ぜんそく 5 気管支炎 6 心臓病  
7 脳卒中 8 胃潰瘍 9 妊娠に関連した異常 10 新生児突然死症候群  
11 歯周病 12 しみ・しわ 13 脱毛(薄毛) 14 思わない

問48 年に1回基本健診を受診していますか

- 1 はい 2 いいえ

↓

↓

↓

問50へお進みください

問49 問48で「1 はい」と答えた方にお聞きします どこで受診していますか

- 1 集団検診 2 人間ドック 3 勤務先 4 学校  
5 その他( )

問50 問48で「2 いいえ」と答えた方にお聞きします

基本健診を受けない理由はなんですか (最もあてはまるもの1つに○)

- 1 忙しい 2 健診場所まで行く手段がない 3 健診が受けられることを知らない  
4 定期的に通院しているから不要と考えている 5 健康だから不要と考えている  
6 その他( )

問51 あなたは、こころや体の休養が十分にとれていますか

- 1 十分とれている 2 まあとれている  
3 あまりとれていない 4 いつもとれていない

問52 新型コロナウイルス感染症の影響で健康づくりに関する考え方や行動に変化はありますか

- 1 大いにあった 2 あった 3 多少あった 4 まったくなかった

↓

問53 問52の設問で1, 2, 3と答えた方にお聞きします どのような変化がありましたか

(該当するものすべてに○)

- 1 健康に気をつけるようになった 2 身体的に不健康になった  
3 精神的に不健康になった 4 その他( )

その他 健康づくりについてご意見・ご要望等がありましたらご記入ください

以上でアンケートは終了です。記入漏れがないか、もう一度確認してください。

ご協力ありがとうございました。

(2) 調査結果

■回答属性

	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代以上	総計
男	22 11.7	21 11.2	22 11.7	31 16.5	92 48.9	188 100.0
女	21 8.9	32 13.6	42 17.8	32 13.6	109 46.2	236 100.0
全体	43 10.1	53 12.5	64 15.1	63 14.9	201 47.4	424 100.0

問3 自分の健康状態はいかがですか

		健康である	どちらかといえ健康である	どちらかといえ健康でない	健康でない	総計	
男性	20歳代	13 59.1	9 40.9	0 0.0	0 0.0	22 100.0	
	30歳代	12 57.1	9 42.9	0 0.0	0 0.0	21 100.0	
	40歳代	10 45.5	8 36.4	4 18.2	0 0.0	22 100.0	
	50歳代	13 41.9	15 48.4	1 3.2	2 6.5	31 100.0	
	60歳代以上	19 21.1	49 54.4	11 12.2	11 12.2	90 100.0	
	全体	67 36.0	90 48.4	16 8.6	13 7.0	186 100.0	
	女性	20歳代	15 71.4	6 28.6	0 0.0	0 0.0	21 100.0
		30歳代	19 59.4	12 37.5	1 3.1	0 0.0	32 100.0
40歳代		21 50.0	17 40.5	3 7.1	1 2.4	42 100.0	
50歳代		10 31.3	14 43.8	6 18.8	2 6.3	32 100.0	
60歳代以上		35 33.0	57 53.8	13 12.3	1 0.9	106 100.0	
全体		100 42.9	106 45.5	23 9.9	4 1.7	233 100.0	

問4 BMI値（身長と体重から推計）

		ふつう	肥満	低体重	総計	
男性	20歳代	12 54.5	9 40.9	1 4.5	22 100.0	
	30歳代	13 61.9	7 33.3	1 4.8	21 100.0	
	40歳代	12 54.5	10 45.5	0 0.0	22 100.0	
	50歳代	20 66.7	10 33.3	0 0.0	30 100.0	
	60歳代以上	53 57.6	36 39.1	3 3.3	92 100.0	
	全体	110 58.8	72 38.5	5 2.7	187 100.0	
	女性	20歳代	16 76.2	3 14.3	2 9.5	21 100.0
		30歳代	19 65.5	7 24.1	3 10.3	29 100.0
40歳代		32 78.0	7 17.1	2 4.9	41 100.0	
50歳代		22 71.0	6 19.4	3 9.7	31 100.0	
60歳代以上		67 62.6	31 29.0	9 8.4	107 100.0	
全体		156 68.1	54 23.6	19 8.3	229 100.0	

問5 自分の適正体重を知っていますか

		はい	いいえ	総計	
男性	20歳代	8 40.0	12 60.0	20 100.0	
	30歳代	16 76.2	5 23.8	21 100.0	
	40歳代	7 33.3	14 66.7	21 100.0	
	50歳代	17 60.7	11 39.3	28 100.0	
	60歳代以上	49 59.0	34 41.0	83 100.0	
	全体	97 56.1	76 43.9	173 100.0	
	女性	20歳代	15 75.0	5 25.0	20 100.0
		30歳代	18 58.1	13 41.9	31 100.0
40歳代		33 82.5	7 17.5	40 100.0	
50歳代		23 79.3	6 20.7	29 100.0	
60歳代以上		73 74.5	25 25.5	98 100.0	
全体		162 74.3	56 25.7	218 100.0	

問6 自由記載のため省略

問7 体重が増えた理由は何ですか

		3食の食事量は増えた	間食が増えた	食事回数が増えた	夜食を食べるようになった	お酒を飲むようになった	体を動かすことが減った	妊娠・出産	その他	総計
男性	20歳代	3	3	0	0	0	6	0	0	12
		25.0	25.0	0.0	0.0	0.0	50.0	0.0	0.0	100.0
	30歳代	1	4	0	0	3	7	0	1	16
		6.3	25.0	0.0	0.0	18.8	43.8	0.0	6.3	100.0
	40歳代	1	2	0	0	4	7	0	1	15
		6.7	13.3	0.0	0.0	26.7	46.7	0.0	6.7	100.0
	50歳代	3	0	0	2	7	10	0	1	23
		13.0	0.0	0.0	8.7	30.4	43.5	0.0	4.3	100.0
60歳代以上	10	8	1	1	16	23	0	3	62	
	16.1	12.9	1.6	1.6	25.8	37.1	0.0	4.8	100.0	
全体	18	17	1	3	30	53	0	6	128	
	14.1	13.3	0.8	2.3	23.4	41.4	0.0	4.7	100.0	
女性	20歳代	3	1	0	0	1	2	2	0	9
		33.3	11.1	0.0	0.0	11.1	22.2	22.2	0.0	100.0
	30歳代	0	3	0	0	1	7	7	0	18
		0.0	16.7	0.0	0.0	5.6	38.9	38.9	0.0	100.0
	40歳代	0	1	0	0	0	13	3	2	19
		0.0	5.3	0.0	0.0	0.0	68.4	15.8	10.5	100.0
	50歳代	1	2	0	0	3	6	1	3	16
		6.3	12.5	0.0	0.0	18.8	37.5	6.3	18.8	100.0
60歳代以上	3	12	0	1	1	26	12	2	57	
	5.3	21.1	0.0	1.8	1.8	45.6	21.1	3.5	100.0	
全体	7	19	0	1	6	54	25	7	119	
	5.9	16.0	0.0	0.8	5.0	45.4	21.0	5.9	100.0	

問8 肥満が原因で病気になるかもしれないと思いますか

		思う	どちらかといえば思う	どちらかといえば思わない	思わない	総計
男性	20歳代	13	6	2	1	22
		59.1	27.3	9.1	4.5	100.0
	30歳代	12	5	3	1	21
		57.1	23.8	14.3	4.8	100.0
	40歳代	16	6	0	0	22
		72.7	27.3	0.0	0.0	100.0
	50歳代	21	9	1	0	31
		67.7	29.0	3.2	0.0	100.0
60歳代以上	45	32	8	3	88	
	51.1	36.4	9.1	3.4	100.0	
全体	107	58	14	5	184	
	58.2	31.5	7.6	2.7	100.0	
女性	20歳代	15	3	1	2	21
		71.4	14.3	4.8	9.5	100.0
	30歳代	18	10	3	1	32
		56.3	31.3	9.4	3.1	100.0
	40歳代	32	6	1	3	42
		76.2	14.3	2.4	7.1	100.0
	50歳代	23	7	0	0	30
		76.7	23.3	0.0	0.0	100.0
60歳代以上	72	28	5	2	107	
	67.3	26.2	4.7	1.9	100.0	
全体	160	54	10	8	232	
	69.0	23.3	4.3	3.4	100.0	

問10 やせたいと思いますか

		ちょうどよい	太っている	やせている	総計
男性	20歳代	7	13	2	22
		31.8	59.1	9.1	100.0
	30歳代	7	10	4	21
		33.3	47.6	19.0	100.0
	40歳代	6	16	0	22
		27.3	72.7	0.0	100.0
	50歳代	11	18	2	31
		35.5	58.1	6.5	100.0
60歳代以上	42	42	8	92	
	45.7	45.7	8.7	100.0	
全体	73	99	16	188	
	38.8	52.7	8.5	100.0	
女性	20歳代	11	9	1	21
		52.4	42.9	4.8	100.0
	30歳代	13	19	0	32
		40.6	59.4	0.0	100.0
	40歳代	20	21	1	42
		47.6	50.0	2.4	100.0
	50歳代	10	19	3	32
		31.3	59.4	9.4	100.0
60歳代以上	39	64	6	109	
	35.8	58.7	5.5	100.0	
全体	93	132	11	236	
	39.4	55.9	4.7	100.0	

問9 自分の体重をどう思いますか

		ちょうどよい	太っている	やせている	総計
男性	20歳代	7	13	2	22
		31.8	59.1	9.1	100.0
	30歳代	7	10	4	21
		33.3	47.6	19.0	100.0
	40歳代	6	16	0	22
		27.3	72.7	0.0	100.0
	50歳代	11	18	2	31
		35.5	58.1	6.5	100.0
60歳代以上	42	42	8	92	
	45.7	45.7	8.7	100.0	
全体	73	99	16	188	
	38.8	52.7	8.5	100.0	
女性	20歳代	11	9	1	21
		52.4	42.9	4.8	100.0
	30歳代	13	19	0	32
		40.6	59.4	0.0	100.0
	40歳代	20	21	1	42
		47.6	50.0	2.4	100.0
	50歳代	10	19	3	32
		31.3	59.4	9.4	100.0
60歳代以上	39	64	6	109	
	35.8	58.7	5.5	100.0	
全体	93	132	11	236	
	39.4	55.9	4.7	100.0	

問11 どうすればやせられると思いますか

		方法を教えてもらう機会がある	一緒にやせる仲間がいる	身近に協力してくれる人がある	その他	総計
男性	20歳代	4	3	4	3	14
		28.6	21.4	28.6	21.4	100.0
	30歳代	2	4	2	5	13
		15.4	30.8	15.4	38.5	100.0
	40歳代	7	1	2	5	15
		46.7	6.7	13.3	33.3	100.0
	50歳代	5	0	8	6	19
		26.3	0.0	42.1	31.6	100.0
60歳代以上	12	5	5	19	41	
	29.3	12.2	12.2	46.3	100.0	
全体	30	13	21	38	102	
	29.4	12.7	20.6	37.3	100.0	
女性	20歳代	0	6	7	3	16
		0.0	37.5	43.8	18.8	100.0
	30歳代	6	3	5	9	23
		26.1	13.0	21.7	39.1	100.0
	40歳代	8	3	5	11	27
		29.6	11.1	18.5	40.7	100.0
	50歳代	3	5	1	13	22
		13.6	22.7	4.5	59.1	100.0
60歳代以上	18	3	7	21	49	
	36.7	6.1	14.3	42.9	100.0	

問12 肥満についての新聞やテレビがあれば、注意して見るほうですか

	見る	どちらかといえば見る	どちらかといえば見ない	見ない	総計	
男性	20歳代	1	10	18	14	43
		2.3	23.3	41.9	32.6	100.0
	30歳代	2	19	16	15	53
		3.8	35.8	30.2	28.3	100.0
	40歳代	5	28	15	10	64
		7.8	43.8	23.4	15.6	100.0
	50歳代	3	22	14	17	63
	4.8	34.9	22.2	27.0	100.0	
60歳代以上	6	89	50	20	189	
	3.2	47.1	26.5	10.6	100.0	
全体	17	168	113	76	412	
	4.1	40.8	27.4	18.4	100.0	
女性	20歳代	0	5	6	10	21
		0.0	23.8	28.6	47.6	100.0
	30歳代	1	13	12	6	32
		3.1	40.6	37.5	18.8	100.0
	40歳代	6	22	9	5	42
		14.3	52.4	21.4	11.9	100.0
	50歳代	7	12	5	7	31
	22.6	38.7	16.1	22.6	100.0	
60歳代以上	24	48	24	4	100	
	24.0	48.0	24.0	4.0	100.0	
全体	38	100	56	32	226	
	16.8	44.2	24.8	14.2	100.0	

問14 あなたは日常生活で意識的に身体を動かすようにしていますか

	している	どちらかというとしている	どちらかというとしていない	していない	総計	
男性	20歳代	6	8	7	1	22
		27.3	36.4	31.8	4.5	100.0
	30歳代	9	5	3	4	21
		42.9	23.8	14.3	19.0	100.0
	40歳代	4	4	10	4	22
		18.2	18.2	45.5	18.2	100.0
	50歳代	10	7	9	5	31
	32.3	22.6	29.0	16.1	100.0	
60歳代以上	31	35	13	9	88	
	35.2	39.8	14.8	10.2	100.0	
全体	60	59	42	23	184	
	32.6	32.1	22.8	12.5	100.0	
女性	20歳代	6	7	5	3	21
		28.6	33.3	23.8	14.3	100.0
	30歳代	2	9	14	7	32
		6.3	28.1	43.8	21.9	100.0
	40歳代	9	14	14	4	41
		22.0	34.1	34.1	9.8	100.0
	50歳代	5	15	8	3	31
	16.1	48.4	25.8	9.7	100.0	
60歳代以上	28	45	26	4	103	
	27.2	43.7	25.2	3.9	100.0	
全体	50	90	67	21	228	
	21.9	39.5	29.4	9.2	100.0	

問16 朝食を食べますか

	毎日	週3~4日	週1~2日	ほとんど食べない	総計	
男性	20歳代	10	6	0	6	22
		45.5	27.3	0.0	27.3	100.0
	30歳代	12	4	1	4	21
		57.1	19.0	4.8	19.0	100.0
	40歳代	13	2	2	5	22
		59.1	9.1	9.1	22.7	100.0
	50歳代	24	3	3	1	31
	77.4	9.7	9.7	3.2	100.0	
60歳代以上	85	2	0	1	88	
	96.6	2.3	0.0	1.1	100.0	
全体	144	17	6	17	184	
	78.3	9.2	3.3	9.2	100.0	
女性	20歳代	13	2	3	3	21
		61.9	9.5	14.3	14.3	100.0
	30歳代	24	1	1	6	32
		75.0	3.1	3.1	18.8	100.0
	40歳代	31	3	2	6	42
	73.8	7.1	4.8	14.3	100.0	
50歳代	27	2	0	3	32	

問13 あなたは運動不足だと思いますか

	はい	いいえ	総計	
男性	20歳代	16	6	22
		72.7	27.3	100.0
	30歳代	12	9	21
		57.1	42.9	100.0
	40歳代	20	2	22
		90.9	9.1	100.0
	50歳代	24	7	31
	77.4	22.6	100.0	
60歳代以上	61	26	87	
	70.1	29.9	100.0	
全体	133	50	183	
	72.7	27.3	100.0	
女性	20歳代	17	4	21
		81.0	19.0	100.0
	30歳代	31	1	32
		96.9	3.1	100.0
	40歳代	34	8	42
		81.0	19.0	100.0
	50歳代	28	3	31
	90.3	9.7	100.0	
60歳代以上	81	24	105	
	77.1	22.9	100.0	
全体	191	40	231	
	82.7	17.3	100.0	

問15 あなたは運動することによってどんな効果を期待しますか

	体力、筋力の向上および維持	生活習慣病やメタボリックシンドロームの予防	気分転換やストレス解消	ダイエット、体形維持	その他	総計	
男性	20歳代	10	5	2	3	1	21
		47.6	23.8	9.5	14.3	4.8	100.0
	30歳代	10	0	3	6	1	20
		50.0	0.0	15.0	30.0	5.0	100.0
	40歳代	6	5	6	4	0	21
		28.6	23.8	28.6	19.0	0.0	100.0
	50歳代	12	9	5	2	0	28
	42.9	32.1	17.9	7.1	0.0	100.0	
60歳代以上	47	18	14	6	1	86	
	54.7	20.9	16.3	7.0	1.2	100.0	
全体	85	37	30	21	3	176	
	48.3	21.0	17.0	11.9	1.7	100.0	
女性	20歳代	8	2	4	7	0	21
		38.1	9.5	19.0	33.3	0.0	100.0
	30歳代	11	3	4	11	0	29
		37.9	10.3	13.8	37.9	0.0	100.0
	40歳代	19	1	13	5	0	38
		50.0	2.6	34.2	13.2	0.0	100.0
	50歳代	20	5	1	3	0	29
	69.0	17.2	3.4	10.3	0.0	100.0	
60歳代以上	56	23	12	6	0	97	
	57.7	23.7	12.4	6.2	0.0	100.0	
全体	114	34	34	32	0	214	
	53.3	15.9	15.9	15.0	0.0	100.0	

問17 朝食を家族と一緒に食べる日数はどれくらいですか

	ほとんど毎日	週に4~5日	週に2~3日	週に1日程	ほとんどない	総計	
男性	20歳代	3	1	1	0	16	21
		14.3	4.8	4.8	0.0	76.2	100.0
	30歳代	6	1	3	0	11	21
		28.6	4.8	14.3	0.0	52.4	100.0
	40歳代	4	1	5	3	9	22
		18.2	4.5	22.7	13.6	40.9	100.0
	50歳代	10	0	3	3	14	30
	33.3	0.0	10.0	10.0	46.7	100.0	
60歳代以上	64	3	4	3	14	88	
	72.7	3.4	4.5	3.4	15.9	100.0	
全体	87	6	16	9	64	182	
	47.8	3.3	8.8	4.9	35.2	100.0	
女性	20歳代	6	1	2	2	10	21
		28.6	4.8	9.5	9.5	47.6	100.0
	30歳代	15	1	2	1	13	32
		46.9	3.1	6.3	3.1	40.6	100.0

問18 夕食を家族と一緒に食べる日数はどれくらいですか

		ほとんど毎日	週に4~5日	週に2~3日	週に1日程度	ほとんどない	総計
男性	20歳代	12	2	1	2	4	21
		57.1	9.5	4.8	9.5	19.0	100.0
	30歳代	9	3	3	4	2	21
		42.9	14.3	14.3	19.0	9.5	100.0
	40歳代	9	2	4	2	5	22
		40.9	9.1	18.2	9.1	22.7	100.0
	50歳代	16	2	6	1	5	30
	53.3	6.7	20.0	3.3	16.7	100.0	
60歳代以上	62	8	8	4	5	87	
	71.3	9.2	9.2	4.6	5.7	100.0	
全体	108	17	22	13	21	181	
	59.7	9.4	12.2	7.2	11.6	100.0	
女性	20歳代	11	1	3	2	4	21
		52.4	4.8	14.3	9.5	19.0	100.0
	30歳代	22	2	2	2	4	32
		68.8	6.3	6.3	6.3	12.5	100.0
	40歳代	28	4	5	2	3	42
		66.7	9.5	11.9	4.8	7.1	100.0
	50歳代	21	2	6	0	3	32
	65.6	6.3	18.8	0.0	9.4	100.0	
60歳代以上	84	5	6	1	5	101	
	83.2	5.0	5.9	1.0	5.0	100.0	
全体	166	14	22	7	19	228	
	72.8	6.1	9.6	3.1	8.3	100.0	

問19 昼間の間食をしますか

		毎日	週3~4日	週1~2日	ほとんど食べない	総計
男性	20歳代	4	5	6	6	21
		19.0	23.8	28.6	28.6	100.0
	30歳代	7	1	4	9	21
		33.3	4.8	19.0	42.9	100.0
	40歳代	5	5	1	10	21
		23.8	23.8	4.8	47.6	100.0
	50歳代	3	8	5	15	31
	9.7	25.8	16.1	48.4	100.0	
60歳代以上	15	14	22	37	88	
	17.0	15.9	25.0	42.0	100.0	
全体	34	33	38	77	182	
	18.7	18.1	20.9	42.3	100.0	
女性	20歳代	5	3	6	7	21
		23.8	14.3	28.6	33.3	100.0
	30歳代	11	11	6	4	32
		34.4	34.4	18.8	12.5	100.0
	40歳代	11	7	12	11	41
		26.8	17.1	29.3	26.8	100.0
	50歳代	13	7	3	8	31
	41.9	22.6	9.7	25.8	100.0	
60歳代以上	49	24	14	16	103	
	47.6	23.3	13.6	15.5	100.0	
全体	89	52	41	46	228	
	39.0	22.8	18.0	20.2	100.0	

問20 どのようなものを食べますか (複数回答)

		スナック菓子	洋菓子	和菓子	果物	パン	麺類	ジュース	加糖コーヒー	スポーツドリンク	乳酸菌飲料	牛乳	その他	総計
男性	20歳代	9	5	3	2	5	1	9	5	1	0	0	2	15
		60.0	33.3	20.0	13.3	33.3	6.7	60.0	33.3	6.7	0.0	0.0	13.3	100.0
	30歳代	5	4	3	4	2	2	5	4	3	2	2	1	12
		41.7	33.3	25.0	33.3	16.7	16.7	41.7	33.3	25.0	16.7	16.7	8.3	100.0
	40歳代	4	5	3	1	3	1	4	4	1	1	0	1	12
		33.3	41.7	25.0	8.3	25.0	8.3	33.3	33.3	8.3	8.3	0.0	8.3	100.0
	50歳代	8	3	2	2	0	0	6	5	0	0	0	1	16
	50.0	18.8	12.5	12.5	0.0	0.0	37.5	31.3	0.0	0.0	0.0	6.3	100.0	
60歳代以上	18	6	12	24	13	4	14	12	7	5	8	3	50	
	36.0	12.0	24.0	48.0	26.0	8.0	28.0	24.0	14.0	10.0	16.0	6.0	100.0	
全体	44	23	23	33	23	8	38	30	12	8	10	8	105	
	41.9	21.9	21.9	31.4	21.9	7.6	36.2	28.6	11.4	7.6	9.5	7.6	100.0	
女性	20歳代	9	8	1	2	4	2	7	1	1	2	2	1	14
		64.3	57.1	7.1	14.3	28.6	14.3	50.0	7.1	7.1	14.3	14.3	7.1	100.0
	30歳代	23	16	13	11	4	1	5	15	1	4	4	2	28
		82.1	57.1	46.4	39.3	14.3	3.6	17.9	53.6	3.6	14.3	14.3	7.1	100.0
	40歳代	14	16	13	4	4	1	3	6	0	0	0	2	29
		48.3	55.2	44.8	13.8	13.8	3.4	10.3	20.7	0.0	0.0	0.0	6.9	100.0
	50歳代	13	15	12	14	8	1	5	8	0	4	2	3	24
	54.2	62.5	50.0	58.3	33.3	4.2	20.8	33.3	0.0	16.7	8.3	12.5	100.0	
60歳代以上	28	36	42	58	27	2	7	21	5	19	16	16	88	
	31.8	40.9	47.7	65.9	30.7	2.3	8.0	23.9	5.7	21.6	18.2	18.2	100.0	
全体	87	91	81	89	47	7	27	51	7	29	24	24	183	
	47.5	49.7	44.3	48.6	25.7	3.8	14.8	27.9	3.8	15.8	13.1	13.1	100.0	

問21 揚げ物(フライ・天ぷらなど)を食べますか

		毎日	週3~4日	週1~2日	ほとんど食べない	総計
男性	20歳代	0	12	24	6	42
		0.0	28.6	57.1	14.3	100.0
	30歳代	2	17	28	5	52
		3.8	32.7	53.8	9.6	100.0
	40歳代	4	17	32	8	63
		6.3	27.0	50.8	12.7	100.0
	50歳代	0	14	38	12	64
	0.0	21.9	59.4	18.8	100.0	
60歳代以上	0	24	136	34	195	
	0.0	12.3	69.7	17.4	100.0	
全体	6	84	258	65	416	
	1.4	20.2	62.0	15.6	100.0	
女性	20歳代	0	4	11	6	21
		0.0	19.0	52.4	28.6	100.0
	30歳代	0	10	18	3	31
		0.0	32.3	58.1	9.7	100.0
	40歳代	2	10	21	8	41
	4.9	24.4	51.2	19.5	100.0	
50歳代	0	3	19	10	32	

問22 毎日野菜を食べますか

		食べる	食べない	総計
男性	20歳代	9	12	21
		42.9	57.1	100.0
	30歳代	14	7	21
		66.7	33.3	100.0
	40歳代	15	7	22
		68.2	31.8	100.0
	50歳代	24	7	31
	77.4	22.6	100.0	
60歳代以上	69	18	87	
	79.3	20.7	100.0	
全体	131	51	182	
	72.0	28.0	100.0	
女性	20歳代	15	6	21
		71.4	28.6	100.0
	30歳代	23	8	31
		74.2	25.8	100.0
40歳代	31	9	40	

問23 主食・主菜・副菜の3つを組み合わせる食べることが1日2回以上ある日数はどれくらいですか

		毎日	週3~4日	週1~2日	ほとんどない	総計
男性	20歳代	6	4	7	4	21
		28.6	19.0	33.3	19.0	100.0
	30歳代	3	5	10	3	21
		14.3	23.8	47.6	14.3	100.0
	40歳代	3	8	3	7	21
		14.3	38.1	14.3	33.3	100.0
	50歳代	13	5	6	7	31
	41.9	16.1	19.4	22.6	100.0	
60歳代以上	30	31	25	5	91	
	33.0	34.1	27.5	5.5	100.0	
全体	55	53	51	26	185	
	29.7	28.6	27.6	14.1	100.0	
女性	20歳代	7	1	7	6	21
		33.3	4.8	33.3	28.6	100.0
	30歳代	11	6	10	5	32
		34.4	18.8	31.3	15.6	100.0
	40歳代	15	11	15	0	41
		36.6	26.8	36.6	0.0	100.0
	50歳代	11	9	8	4	32
	34.4	28.1	25.0	12.5	100.0	
60歳代以上	56	26	21	4	107	
	52.3	24.3	19.6	3.7	100.0	
全体	100	53	61	19	233	
	42.9	22.7	26.2	8.2	100.0	

問25 地元産の農産物を購入(選択)するよう意識していますか

		いつも意識している	少し意識している	あまり意識していない	全く意識していない	総計
男性	20歳代	2	3	11	5	21
		9.5	14.3	52.4	23.8	100.0
	30歳代	0	6	5	10	21
		0.0	28.6	23.8	47.6	100.0
	40歳代	4	8	5	5	22
		18.2	36.4	22.7	22.7	100.0
	50歳代	4	9	12	6	31
	12.9	29.0	38.7	19.4	100.0	
60歳代以上	17	42	26	7	92	
	18.5	45.7	28.3	7.6	100.0	
全体	27	68	59	33	187	
	14.4	36.4	31.6	17.6	100.0	
女性	20歳代	3	4	7	7	21
		14.3	19.0	33.3	33.3	100.0
	30歳代	2	13	12	5	32
		6.3	40.6	37.5	15.6	100.0
	40歳代	6	16	16	3	41
		14.6	39.0	39.0	7.3	100.0
	50歳代	5	10	14	3	32
	15.6	31.3	43.8	9.4	100.0	
60歳代以上	38	47	20	2	107	
	35.5	43.9	18.7	1.9	100.0	
全体	54	90	69	20	233	
	23.2	38.6	29.6	8.6	100.0	

問27 食品の安全性に不安を感じていますか

		大いに感じている	多少は感じている	あまり感じていない	全く感じていない	総計
男性	20歳代	1	6	10	4	21
		4.8	28.6	47.6	19.0	100.0
	30歳代	1	5	10	5	21
		4.8	23.8	47.6	23.8	100.0
	40歳代	2	9	8	3	22
		9.1	40.9	36.4	13.6	100.0
	50歳代	4	14	8	5	31
	12.9	45.2	25.8	16.1	100.0	
60歳代以上	13	52	24	3	92	
	14.1	56.5	26.1	3.3	100.0	

問24 中食・外食の利用頻度はどれくらいですか

		週に5回以上	週に3,4回程度	週に2回程度	週に1回程度	月に1,2回程度	ほとんど利用しない	総計
男性	20歳代	1	1	5	3	3	8	21
		4.8	4.8	23.8	14.3	14.3	38.1	100.0
	30歳代	2	3	3	6	5	2	21
		9.5	14.3	14.3	28.6	23.8	9.5	100.0
	40歳代	1	3	4	4	6	4	22
		4.5	13.6	18.2	18.2	27.3	18.2	100.0
	50歳代	5	1	2	9	5	9	31
	16.1	3.2	6.5	29.0	16.1	29.0	100.0	
60歳代以上	2	5	11	15	38	21	92	
	2.2	5.4	12.0	16.3	41.3	22.8	100.0	
全体	11	13	25	37	57	44	187	
	5.9	7.0	13.4	19.8	30.5	23.5	100.0	
女性	20歳代	2	2	3	2	7	4	20
		10.0	10.0	15.0	10.0	35.0	20.0	100.0
	30歳代	1	2	1	10	13	5	32
		3.1	6.3	3.1	31.3	40.6	15.6	100.0
	40歳代	1	2	3	13	16	7	42
		2.4	4.8	7.1	31.0	38.1	16.7	100.0
	50歳代	1	1	1	5	14	10	32
	3.1	3.1	3.1	15.6	43.8	31.3	100.0	
60歳代以上	0	2	6	12	54	34	108	
	0.0	1.9	5.6	11.1	50.0	31.5	100.0	
全体	5	9	14	42	104	60	234	
	2.1	3.8	6.0	17.9	44.4	25.8	100.0	

問26 環境に配慮した食品を購入(選択)するよう意識していますか

		いつも意識している	少し意識している	あまり意識していない	全く意識していない	総計
男性	20歳代	1	6	8	5	20
		5.0	30.0	40.0	25.0	100.0
	30歳代	0	4	8	9	21
		0.0	19.0	38.1	42.9	100.0
	40歳代	2	8	8	4	22
		9.1	36.4	36.4	18.2	100.0
	50歳代	2	10	12	7	31
	6.5	32.3	38.7	22.6	100.0	
60歳代以上	16	44	26	5	91	
	17.6	48.4	28.6	5.5	100.0	
全体	21	72	62	30	185	
	11.4	38.9	33.5	16.2	100.0	
女性	20歳代	1	5	7	8	21
		4.8	23.8	33.3	38.1	100.0
	30歳代	1	12	14	5	32
		3.1	37.5	43.8	15.6	100.0
	40歳代	5	18	16	2	41
		12.2	43.9	39.0	4.9	100.0
	50歳代	5	16	8	2	31
	16.1	51.6	25.8	6.5	100.0	
60歳代以上	36	53	17	1	107	
	33.6	49.5	15.9	0.9	100.0	
全体	48	104	62	18	232	
	20.7	44.8	26.7	7.8	100.0	

問28 食育に関心がありますか

		関心がある	少し関心がある	ほとんど関心がない	全く関心がない	総計
男性	20歳代	2	7	10	2	21
		9.5	33.3	47.6	9.5	100.0
	30歳代	4	8	5	4	21
		19.0	38.1	23.8	19.0	100.0
	40歳代	6	8	4	4	22
		27.3	36.4	18.2	18.2	100.0
	50歳代	3	13	9	6	31
	9.7	41.9	29.0	19.4	100.0	

問 2 9 自由記載のため省略

問 3 0 お酒を飲みますか

		毎日	週3～6日	週1～2日	月1～2回	全く飲まない	総計
男性	20歳代	0	0	4	5	12	21
		0.0	0.0	19.0	23.8	57.1	100.0
	30歳代	7	1	1	2	10	21
		33.3	4.8	4.8	9.5	47.6	100.0
	40歳代	8	4	0	2	7	21
		38.1	19.0	0.0	9.5	33.3	100.0
	50歳代	13	5	1	2	10	31
		41.9	16.1	3.2	6.5	32.3	100.0
	60歳代以上	35	7	10	5	29	86
	40.7	8.1	11.6	5.8	33.7	100.0	
全体	63	17	16	16	68	180	
	35.0	9.4	8.9	8.9	37.8	100.0	
女性	20歳代	2	2	1	7	9	21
		9.5	9.5	4.8	33.3	42.9	100.0
	30歳代	2	2	8	2	18	32
		6.3	6.3	25.0	6.3	56.3	100.0
	40歳代	7	4	5	6	19	41
		17.1	9.8	12.2	14.6	46.3	100.0
	50歳代	6	0	4	6	16	32
		18.8	0.0	12.5	18.8	50.0	100.0
	60歳代以上	5	6	8	11	72	102
	4.9	5.9	7.8	10.8	70.6	100.0	
全体	22	14	26	32	134	228	
	9.6	6.1	11.4	14.0	58.8	100.0	

問 3 1 1日どのくらいの量を飲みますか

		1合未満	1合程度	2合程度	3合以上	総計
男性	20歳代	6	2	1	0	9
		66.7	22.2	11.1	0.0	100.0
	30歳代	2	3	2	4	11
		18.2	27.3	18.2	36.4	100.0
	40歳代	5	2	7	1	15
		33.3	13.3	46.7	6.7	100.0
	50歳代	4	5	10	2	21
		19.0	23.8	47.6	9.5	100.0
	60歳代以上	11	21	22	3	57
	19.3	36.8	38.6	5.3	100.0	
全体	28	33	42	10	113	
	24.8	29.2	37.2	8.8	100.0	
女性	20歳代	10	2	0	0	12
		83.3	16.7	0.0	0.0	100.0
	30歳代	7	3	4	0	14
		50.0	21.4	28.6	0.0	100.0
	40歳代	11	5	5	1	22
		50.0	22.7	22.7	4.5	100.0
	50歳代	11	2	3	0	16
		68.8	12.5	18.8	0.0	100.0
	60歳代以上	23	5	2	0	30
	76.7	16.7	6.7	0.0	100.0	
全体	62	17	14	1	94	
	66.0	18.1	14.9	1.1	100.0	

問 3 2 主にどこでお酒を飲みますか

		自宅	自宅以外	総計
男性	20歳代	5	4	9
		55.6	44.4	100.0
	30歳代	10	1	11
		90.9	9.1	100.0
	40歳代	15	0	15
		100.0	0.0	100.0
	50歳代	19	2	21
		90.5	9.5	100.0
	60歳代以上	55	2	57
	96.5	3.5	100.0	
全体	104	9	113	
	92.0	8.0	100.0	
女性	20歳代	11	1	12
		91.7	8.3	100.0
	30歳代	14	0	14
		100.0	0.0	100.0
	40歳代	21	1	22
		95.5	4.5	100.0
	50歳代	16	0	16
		100.0	0.0	100.0
	60歳代以上	30	0	30
	100.0	0.0	100.0	
全体	92	2	94	
	97.9	2.1	100.0	

問 3 3 お酒を飲む理由は何ですか

		お付き合いから	娯楽がないから	ストレス発散	楽しいから	好き、美味しいから	習慣だから	その他	総計
男性	20歳代	1	0	2	3	3	0	0	9
		11.1	0.0	22.2	33.3	33.3	0.0	0.0	100.0
	30歳代	2	0	1	0	7	1	0	11
		18.2	0.0	9.1	0.0	63.6	9.1	0.0	100.0
	40歳代	1	0	2	0	7	4	0	14
		7.1	0.0	14.3	0.0	50.0	28.6	0.0	100.0
	50歳代	2	0	3	0	13	3	0	21
		9.5	0.0	14.3	0.0	61.9	14.3	0.0	100.0
	60歳代以上	3	0	6	2	23	22	0	56
	5.4	0.0	10.7	3.6	41.1	39.3	0.0	100.0	
全体	9	0	14	5	53	30	0	111	
	8.1	0.0	12.6	4.5	47.7	27.0	0.0	100.0	
女性	20歳代	3	0	3	1	5	0	0	12
		25.0	0.0	25.0	8.3	41.7	0.0	0.0	100.0
	30歳代	0	0	4	1	7	1	0	14
		7.1	0.0	28.6	7.1	50.0	7.1	0.0	100.0
	40歳代	1	0	6	1	11	1	2	22
		4.5	0.0	27.3	4.5	50.0	4.5	9.1	100.0
	50歳代	0	0	5	1	8	1	1	16
		0.0	0.0	31.3	6.3	50.0	6.3	6.3	100.0
	60歳代以上	5	0	5	2	15	1	2	30
	16.7	0.0	16.7	6.7	50.0	3.3	6.7	100.0	
全体	10	0	23	6	46	4	5	94	
	10.6	0.0	24.5	6.4	48.9	4.3	5.3	100.0	

問 3 4 次のことについてお酒の飲みすぎが影響すると思うものに○をつけてください

		高血圧	糖尿病	肝脂肪	肝硬変	肺炎	食道がん	痛風	妊娠に関連した異常	骨粗鬆症	認知症	思わない	総計
男性	20歳代	11	14	7	17	2	3	13	4	0	1	0	21
		52.4	66.7	33.3	81.0	9.5	14.3	61.9	19.0	0.0	4.8	0.0	100.0
	30歳代	6	12	8	13	2	1	11	5	1	4	2	20
		30.0	60.0	40.0	65.0	10.0	5.0	55.0	25.0	5.0	20.0	10.0	100.0
	40歳代	9	9	14	14	6	3	12	4	0	0	2	22
	40.9	40.9	63.6	63.6	27.3	13.6	54.5	18.2	0.0	0.0	9.1	100.0	
50歳代	13	12	12	23	2	0	16	2	0	1	0	31	
	41.9	38.7	38.7	74.2	6.5	0.0	51.6	6.5	0.0	3.2	0.0	100.0	

		磨いている	どちらかとい えは磨いて いる	どちらかとい えは磨いて いない	磨いてない	総計
男性	20歳代	7	10	3	0	20
		35.0	50.0	15.0	0.0	100.0
	30歳代	6	9	5	1	21
		28.6	42.9	23.8	4.8	100.0
	40歳代	3	12	4	2	21
		14.3	57.1	19.0	9.5	100.0
	50歳代	8	15	7	1	31
	25.8	48.4	22.6	3.2	100.0	
女性	20歳代	5	9	7	0	21
		23.8	42.9	33.3	0.0	100.0
	30歳代	8	16	7	1	32
		25.0	50.0	21.9	3.1	100.0
	40歳代	6	26	8	0	40
		15.0	65.0	20.0	0.0	100.0
	50歳代	11	12	8	1	32
	34.4	37.5	25.0	3.1	100.0	
60歳代 以上 全体	18	66	15	5	104	
	17.3	63.5	14.4	4.8	100.0	
	48	129	45	7	229	
問3(6) あなたは1日に何回歯を磨きますか		19.4	50.9	26.3	3.4	100.0

問3(5) あなたの歯は何本ありますか

		28本以上	27~24本	23~20本	19~10本	9~1本	全くない	総計
男性	20歳代	14	5	0	0	0	2	21
		66.7	23.8	0.0	0.0	0.0	9.5	100.0
	30歳代	17	3	0	0	0	0	20
		85.0	15.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
	40歳代	11	7	2	1	0	1	22
		50.0	31.8	9.1	4.5	0.0	4.5	100.0
	50歳代	9	13	3	3	2	1	31
	29.0	41.9	9.7	9.7	6.5	3.2	100.0	
女性	20歳代	16	4	0	0	0	0	20
		80.0	20.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
	30歳代	24	6	2	0	0	0	32
		75.0	18.8	6.3	0.0	0.0	0.0	100.0
	40歳代	26	12	1	0	0	2	41
		63.4	29.3	2.4	0.0	0.0	4.9	100.0
	50歳代	12	11	6	2	1	0	32
	37.5	34.4	18.8	6.3	3.1	0.0	100.0	
60歳代 以上 全体	13	34	15	23	12	4	101	
	12.9	33.7	14.9	22.8	11.9	4.0	100.0	
	91	67	24	25	13	6	226	
問3(5)		40.3	29.6	10.6	11.1	5.8	2.7	100.0

問3(7) その理由は何ですか

		時間がない	歯みがきをする 場所がない	必要と思わ ない	その他	総計
男性	20歳代	7	3	3	3	16
		43.8	18.8	18.8	18.8	100.0
	30歳代	7	6	2	0	15
		46.7	40.0	13.3	0.0	100.0
	40歳代	9	3	5	1	18
		50.0	16.7	27.8	5.6	100.0
	50歳代	4	11	7	3	25
	16.0	44.0	28.0	12.0	100.0	
女性	20歳代	16	9	25	15	65
		24.6	13.8	38.5	23.1	100.0
	30歳代	7	4	2	1	14
		50.0	28.6	14.3	7.1	100.0
	40歳代	9	10	1	2	22
		40.9	45.5	4.5	9.1	100.0
	50歳代	6	1	3	12	22
	27.3	4.5	13.6	54.5	100.0	
60歳代 以上 全体	11	5	9	26	51	
	21.6	9.8	17.6	51.0	100.0	
	43	22	19	42	126	
問3(7)		34.1	17.5	15.1	33.3	100.0

問3(9) 歯を1本1本丁寧に磨いていますか

		毎食後	2回	1回	磨かない	総計
男性	20歳代	5	11	4	0	20
		25.0	55.0	20.0	0.0	100.0
	30歳代	5	11	4	0	20
		25.0	55.0	20.0	0.0	100.0
	40歳代	4	8	7	2	21
		19.0	38.1	33.3	9.5	100.0
	50歳代	6	19	5	0	30
	20.0	63.3	16.7	0.0	100.0	
女性	20歳代	4	11	5	1	21
		19.0	52.4	23.8	4.8	100.0
	30歳代	17	12	3	0	32
		53.1	37.5	9.4	0.0	100.0
	40歳代	20	19	3	0	42
		47.6	45.2	7.1	0.0	100.0
	50歳代	9	18	5	0	32
	28.1	56.3	15.6	0.0	100.0	
60歳代 以上 全体	42	47	12	1	102	
	41.2	46.1	11.8	1.0	100.0	
	92	107	28	2	229	
問3(8) 自由記載のため省略		40.2	46.7	12.2	0.9	100.0

問3(8) 自由記載のため省略

問40 歯磨きをする場合 歯ブラシ以外のものを使いますか（複数回答）

		歯間ブラシ	フロス	糸ようじ	その他	総計
男性	20歳代	5 71.4	2 28.6	1 14.3	2 28.6	7 100.0
	30歳代	9 69.2	1 7.7	2 15.4	1 7.7	13 100.0
	40歳代	6 54.5	2 18.2	7 63.6	1 9.1	11 100.0
	50歳代	7 43.8	1 6.3	7 43.8	2 12.5	16 100.0
	60歳代以上	26 66.7	1 2.6	9 23.1	8 20.5	39 100.0
	全体	53 61.6	7 8.1	26 30.2	14 16.3	86 100.0
	女性	20歳代	1 11.1	5 55.6	3 33.3	0 0.0
30歳代		10 58.8	9 52.9	5 29.4	0 0.0	17 100.0
40歳代		12 41.4	5 17.2	14 48.3	2 6.9	29 100.0
50歳代		14 63.6	2 9.1	12 54.5	1 4.5	22 100.0
60歳代以上		41 74.5	8 14.5	10 18.2	5 9.1	55 100.0
全体		78 59.1	29 22.0	44 33.3	8 6.1	132 100.0

問41 町内の歯科医療機関で、無料で歯周疾患検診が受けられることを知っていますか

		知っていて受けたことがある	知っているが受けたことはない	知らない	総計
男性	20歳代	2 10.0	2 10.0	16 80.0	20 100.0
	30歳代	3 14.3	4 19.0	14 66.7	21 100.0
	40歳代	0 0.0	3 14.3	18 85.7	21 100.0
	50歳代	0 0.0	10 32.3	21 67.7	31 100.0
	60歳代以上	3 3.7	19 23.2	60 73.2	82 100.0
	全体	8 4.6	38 21.7	129 73.7	175 100.0
	女性	20歳代	0 0.0	4 19.0	17 81.0
30歳代		0 0.0	8 25.8	23 74.2	31 100.0
40歳代		2 5.0	13 32.5	25 62.5	40 100.0
50歳代		3 9.4	7 21.9	22 68.8	32 100.0
60歳代以上		13 12.3	47 44.3	46 43.4	106 100.0
全体		18 7.8	79 34.3	133 57.8	230 100.0

問43 たばこについてどう思っていますか

		やめたい	本数を減らしたい	やめたくない	わからない	総計
男性	20歳代	0 0.0	2 100.0	0 0.0	0 0.0	2 100.0
	30歳代	1 16.7	1 16.7	4 66.7	0 0.0	6 100.0
	40歳代	3 33.3	3 33.3	2 22.2	1 11.1	9 100.0
	50歳代	5 35.7	4 28.6	3 21.4	2 14.3	14 100.0
	60歳代以上	3 16.7	9 50.0	3 16.7	3 16.7	18 100.0
	全体	12 24.5	19 38.8	12 24.5	6 12.2	49 100.0
	女性	20歳代	0 0.0	0 0.0	1 100.0	0 0.0
30歳代		1 33.3	1 33.3	1 33.3	0 0.0	3 100.0
40歳代		2 28.6	3 42.9	2 28.6	0 0.0	7 100.0
50歳代		2 66.7	0 0.0	0 0.0	1 33.3	3 100.0
60歳代以上		1 33.3	1 33.3	1 33.3	0 0.0	3 100.0
全体		6 35.3	5 29.4	5 29.4	1 5.9	17 100.0

問45 やめたくない理由は何ですか

		口さみしい	イライラする	落ち着かない	気分転換できない	その他	総計
男性	20歳代	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	30歳代	0 0.0	1 25.0	0 0.0	3 75.0	0 0.0	4 100.0
	40歳代	0 0.0	1 50.0	0 0.0	1 50.0	0 0.0	2 100.0
	50歳代	0 0.0	1 33.3	1 33.3	3 100.0	0 0.0	3 100.0
	60歳代以上	1 33.3	0 0.0	1 33.3	1 33.3	0 0.0	3 100.0
	全体	1 8.3	3 25.0	2 16.7	8 66.7	0 0.0	12 100.0
	女性	20歳代	1 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 100.0
30歳代		0 0.0	1 100.0	0 0.0	0 0.0	1 100.0	1 100.0
40歳代		1 50.0	0 0.0	0 0.0	1 50.0	0 0.0	2 100.0
50歳代		0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
60歳代以上		0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 100.0	0 0.0	1 100.0
全体		2 40.0	1 20.0	0 0.0	2 40.0	1 20.0	5 100.0

問42 現在（ここ1カ月間）、あなたはたばこを吸っていますか

		毎日吸う	ときどき吸う	現在吸っていない	吸ったことがない	総計
男性	20歳代	2 10.0	0 0.0	2 10.0	16 80.0	20 100.0
	30歳代	5 23.8	1 4.8	5 23.8	10 47.6	21 100.0
	40歳代	8 38.1	1 4.8	5 23.8	7 33.3	21 100.0
	50歳代	14 45.2	0 0.0	12 38.7	5 16.1	31 100.0
	60歳代以上	17 20.2	1 1.2	40 47.6	26 31.0	84 100.0
	全体	46 26.0	3 1.7	64 36.2	64 36.2	177 100.0
	女性	20歳代	1 4.8	0 0.0	2 9.5	18 85.7
30歳代		2 6.3	1 3.1	2 6.3	27 84.4	32 100.0
40歳代		7 17.5	0 0.0	9 22.5	24 60.0	40 100.0
50歳代		3 9.4	0 0.0	6 18.8	23 71.9	32 100.0
60歳代以上		2 1.9	1 0.9	12 11.3	91 85.8	106 100.0
全体		15 6.5	2 0.9	31 13.4	183 79.2	231 100.0

問44 やめたい又は減らしたい理由は何ですか

		病気になる	医師に指導されている	家族に嫌がられている	お金がかか	その他	総計
男性	20歳代	1 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 100.0
	30歳代	0 0.0	0 0.0	0 0.0	2 100.0	0 0.0	2 100.0
	40歳代	3 50.0	1 16.7	0 0.0	2 33.3	0 0.0	6 100.0
	50歳代	3 33.3	0 0.0	0 0.0	6 66.7	0 0.0	9 100.0
	60歳代以上	1 8.3	3 25.0	2 16.7	6 50.0	0 0.0	12 100.0
	全体	8 26.7	4 13.3	2 6.7	16 53.3	0 0.0	30 100.0
	女性	20歳代	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
30歳代		0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
40歳代		4 80.0	0 0.0	0 0.0	1 20.0	0 0.0	5 100.0
50歳代		0 0.0	1 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 100.0
60歳代以上		0 0.0	0 0.0	1 50.0	1 50.0	0 0.0	2 100.0
全体		4 50.0	1 12.5	1 12.5	2 25.0	0 0.0	8 100.0

問46 たばこをやめられないのは、意志の弱さではなくニコチン依存が原因であることを知っていますか

		はい	いいえ	総計
男性	20歳代	16	4	20
		80.0	20.0	100.0
	30歳代	18	2	20
		90.0	10.0	100.0
	40歳代	16	4	20
		80.0	20.0	100.0
	50歳代	25	5	30
		83.3	16.7	100.0
女性	20歳代	17	2	19
		89.5	10.5	100.0
	30歳代	28	3	31
		90.3	9.7	100.0
	40歳代	33	7	40
		82.5	17.5	100.0
	50歳代	22	6	28
		78.6	21.4	100.0
全体	60歳代以上	52	20	72
		72.2	27.8	100.0
	全体	127	35	162
		78.4	21.6	100.0
	20歳代	17	2	19
		89.5	10.5	100.0
	30歳代	28	3	31
		90.3	9.7	100.0
40歳代	33	7	40	
	82.5	17.5	100.0	
50歳代	22	6	28	
	78.6	21.4	100.0	
60歳代以上	63	24	87	
	72.4	27.6	100.0	
全体	163	42	205	
	79.5	20.5	100.0	

問47 次のことについて、たばこの影響していると思うものに○をつけてください（複数回答）

		肺がん	食道がん	膀胱がん	ぜんそく	気管支炎	心臓病	脳卒中	胃潰瘍	妊娠に関連した異常	新生児突然死症候群	歯周病	しみ・しわ	脱毛(薄毛)	思わない	総計
男性	20歳代	20	7	1	16	16	10	9	3	7	3	10	6	1	0	20
		100.0	35.0	5.0	80.0	80.0	50.0	45.0	15.0	35.0	15.0	50.0	30.0	5.0	0.0	100.0
	30歳代	18	6	2	13	15	4	6	3	9	4	8	7	4	1	21
		85.7	28.6	9.5	61.9	71.4	19.0	28.6	14.3	42.9	19.0	38.1	33.3	19.0	4.8	100.0
	40歳代	18	5	3	11	12	8	8	4	8	3	9	1	0	1	20
		90.0	25.0	15.0	55.0	60.0	40.0	40.0	20.0	40.0	15.0	45.0	5.0	0.0	5.0	100.0
	50歳代	31	6	1	9	19	14	10	2	5	2	7	5	3	0	31
		100.0	19.4	3.2	29.0	61.3	45.2	32.3	6.5	16.1	6.5	22.6	16.1	9.7	0.0	100.0
女性	20歳代	21	14	9	17	18	13	9	6	14	8	10	9	5	0	21
		100.0	66.7	42.9	81.0	85.7	61.9	42.9	28.6	66.7	38.1	47.6	42.9	23.8	0.0	100.0
	30歳代	31	12	2	24	26	15	21	8	23	13	16	13	3	0	32
		96.9	37.5	6.3	75.0	81.3	46.9	65.6	25.0	71.9	40.6	50.0	40.6	9.4	0.0	100.0
	40歳代	41	16	1	22	27	10	19	4	24	14	15	14	6	0	41
		100.0	39.0	2.4	53.7	65.9	24.4	46.3	9.8	58.5	34.1	36.6	34.1	14.6	0.0	100.0
	50歳代	29	15	5	22	25	17	17	6	18	8	17	12	4	0	30
		96.7	50.0	16.7	73.3	83.3	56.7	56.7	20.0	60.0	26.7	56.7	40.0	13.3	0.0	100.0
全体	60歳代以上	97	35	12	65	76	43	35	18	58	17	32	15	5	0	101
		96.0	34.7	11.9	64.4	75.2	42.6	34.7	17.8	57.4	16.8	31.7	14.9	5.0	0.0	100.0
	全体	219	92	29	150	172	98	101	42	137	60	90	63	23	0	225
		97.3	40.9	12.9	66.7	76.4	43.6	44.9	18.7	60.9	26.7	40.0	28.0	10.2	0.0	100.0

問48 年に1回基本健診を受診していますか

		はい	いいえ	総計
男性	20歳代	14	6	20
		70.0	30.0	100.0
	30歳代	19	2	21
		90.5	9.5	100.0
	40歳代	17	3	20
		85.0	15.0	100.0
	50歳代	28	3	31
		90.3	9.7	100.0
女性	60歳代以上	67	16	83
		80.7	19.3	100.0
	全体	145	30	175
		82.9	17.1	100.0
	20歳代	16	5	21
		76.2	23.8	100.0
	30歳代	27	5	32
		84.4	15.6	100.0
全体	40歳代	39	2	41
		95.1	4.9	100.0
	50歳代	25	7	32
		78.1	21.9	100.0
	60歳代以上	84	20	104
		80.8	19.2	100.0
	全体	191	39	230
		83.0	17.0	100.0

問50 基本健診を受けない理由はなんですか

		忙しい	健診場所まで行く手段がない	健診が受けられないことを知らない	定期的に通院しているから不要と考えている	健康だから不要と考えている	その他	総計
男性	20歳代	1	0	1	1	2	1	6
		16.7	0.0	16.7	16.7	33.3	16.7	100.0
	30歳代	0	0	0	2	0	0	2
		0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	100.0
	40歳代	1	0	0	0	2	0	3
		33.3	0.0	0.0	0.0	66.7	0.0	100.0
	50歳代	1	0	0	2	0	0	3
		33.3	0.0	0.0	66.7	0.0	0.0	100.0
女性	60歳代以上	3	0	0	9	3	1	16
		18.8	0.0	0.0	56.3	18.8	6.3	100.0
	全体	6	1	1	14	7	2	30
		20.0	0.0	3.3	46.7	23.3	6.7	100.0
	20歳代	3	0	0	1	1	0	5
		60.0	0.0	0.0	20.0	20.0	0.0	100.0
	30歳代	1	1	1	0	3	0	5
		20.0	0.0	20.0	0.0	60.0	0.0	100.0
全体	40歳代	0	1	1	0	0	1	2
		0.0	0.0	50.0	0.0	0.0	50.0	100.0
	50歳代	2	0	0	3	0	2	7
		28.6	0.0	0.0	42.9	0.0	28.6	100.0
	60歳代以上	1	0	0	12	1	4	18
		5.6	0.0	0.0	66.7	5.6	22.2	100.0
	全体	7	2	2	16	5	7	37
		18.9	0.0	5.4	43.2	13.5	18.9	100.0

問49 問48で【はい】と答えた方にお聞きします。どこで受診していますか

		集団検診	人間ドック	勤務先	学校	その他	総計
男性	20歳代	3	1	8	1	1	14
		21.4	7.1	57.1	7.1	7.1	100.0
	30歳代	5	2	13	0	0	19
		26.3	10.5	68.4	0.0	0.0	100.0
	40歳代	5	3	9	0	0	17
		29.4	17.6	52.9	0.0	0.0	100.0
	50歳代	5	7	17	0	0	28
		17.9	25.0	60.7	0.0	0.0	100.0
女性	60歳代以上	36	17	15	0	2	67
		53.7	25.4	22.4	0.0	3.0	100.0
	全体	54	30	62	1	3	145
		37.2	20.7	42.8	0.7	2.1	100.0
	20歳代	2	0	12	1	1	16
		12.5	0.0	75.0	6.3	6.3	100.0
	30歳代	9	0	19	0	0	27
		33.3	0.0	70.4	0.0	0.0	100.0
全体	40歳代	14	4	23	0	1	39
		35.9	10.3	59.0	0.0	2.6	100.0
	50歳代	8	7	13	0	1	25
		32.0	28.0	52.0	0.0	4.0	100.0
	60歳代以上	58	12	17	0	2	84
		69.0	14.3	20.2	0.0	2.4	100.0
	全体	91	23	84	1	5	191
		47.6	12.0	44.0	0.5	2.6	100.0

問5 1 あなたは、こころや体の休養が十分にとれていますか

		十分とれている	まあとれている	あまりとれていない	いつもとれていない	総計
男性	20歳代	3 15.0	9 45.0	8 40.0	0 0.0	20 100.0
	30歳代	6 28.6	8 38.1	5 23.8	2 9.5	21 100.0
	40歳代	3 15.0	5 25.0	8 40.0	4 20.0	20 100.0
	50歳代	2 6.5	17 54.8	9 29.0	3 9.7	31 100.0
	60歳代以上	20 24.4	46 56.1	15 18.3	1 1.2	82 100.0
	全体	34 19.5	85 48.9	45 25.9	10 5.7	174 100.0
	女性	20歳代	5 23.8	8 38.1	7 33.3	1 4.8
30歳代		3 9.4	17 53.1	10 31.3	2 6.3	32 100.0
40歳代		3 7.3	23 56.1	14 34.1	1 2.4	41 100.0
50歳代		4 12.9	13 41.9	11 35.5	3 9.7	31 100.0
60歳代以上		25 23.6	61 57.5	17 16.0	3 2.8	106 100.0
全体		40 17.3	122 52.8	59 25.5	10 4.3	231 100.0

問5 2 新型コロナウイルス感染症の影響で健康づくりに関する考え方や行動に変化はありますか

		大いにあった	あった	多少あった	まったくなかった	総計
男性	20歳代	3 15.0	7 35.0	7 35.0	3 15.0	20 100.0
	30歳代	1 5.0	4 20.0	8 40.0	7 35.0	20 100.0
	40歳代	2 10.5	2 10.5	7 36.8	8 42.1	19 100.0
	50歳代	3 9.7	8 25.8	10 32.3	10 32.3	31 100.0
	60歳代以上	11 13.6	24 29.6	28 34.6	18 22.2	81 100.0
	全体	20 11.7	45 26.3	60 35.1	46 26.9	171 100.0
	女性	20歳代	3 14.3	7 33.3	7 33.3	4 19.0
30歳代		4 12.5	11 34.4	12 37.5	5 15.6	32 100.0
40歳代		7 17.5	11 27.5	14 35.0	8 20.0	40 100.0
50歳代		3 9.4	16 50.0	7 21.9	6 18.8	32 100.0
60歳代以上		27 26.0	36 34.6	30 28.8	11 10.6	104 100.0
全体		44 19.2	81 35.4	70 30.6	34 14.8	229 100.0

問5 3 どのような変化がありましたか（複数回答）

		健康に気をつけるようになった	身体的に不健康になった	精神的に不健康になった	その他	総計
男性	20歳代	15 88.2	1 5.9	3 17.6	0 0.0	17 100.0
	30歳代	12 85.7	2 14.3	1 7.1	0 0.0	14 100.0
	40歳代	9 75.0	0 0.0	2 16.7	1 8.3	12 100.0
	50歳代	13 61.9	2 9.5	6 28.6	3 14.3	21 100.0
	60歳代以上	50 82.0	5 8.2	5 8.2	5 8.2	61 100.0
	全体	99 79.2	10 8.0	17 13.6	9 7.2	125 100.0
	女性	20歳代	15 88.2	0 0.0	2 11.8	1 5.9
30歳代		23 85.2	2 7.4	8 29.6	2 7.4	27 100.0
40歳代		23 69.7	4 12.1	7 21.2	4 12.1	33 100.0
50歳代		20 76.9	1 3.8	4 15.4	2 7.7	26 100.0
60歳代以上		75 79.8	3 3.2	19 20.2	8 8.5	94 100.0
全体		156 79.2	10 5.1	40 20.3	17 8.6	197 100.0



#### 4 生活習慣等に関するアンケート調査（高校2年生）

##### (1) アンケート調査票

生活習慣等に関するアンケート(高校2年生に該当する方用)

問1 性別をお答えください 1 男 2 女

問2 身長と体重をご記入ください

1 身長 \_\_\_\_\_ cm 2 体重 \_\_\_\_\_ kg

問3 朝食を食べますか（1つに○）

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

問4 朝食を家族と一緒に食べる日数はどれぐらいですか

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

問5 夕食を家族と一緒に食べる日数はどれぐらいですか

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

問6 間食（おやつ）を食べますか ※果物、糖分を含む飲み物を含む

1 毎日 2 週3～4日 3 週1～2日 4 ほとんど食べない

↓

問7 問6の設問で1, 2, 3と答えた方にお聞きします どのようなものを食べますか

（該当するものすべてに○）

- 1 スナック菓子 2 洋菓子 3 和菓子 4 果物 5 パン 6 麺類  
7 ジュース 8 加糖コーヒー 9 スポーツドリンク 10 乳酸菌飲料  
11 牛乳 12 その他（ ）

問8 あなたの歯は何本ありますか（1つに○） ※親知らずを除いて通常は28本です

（親知らず、ブリッジ、インプラントは含みません 差し歯は含みます）

- 1 28本以上 2 27～24本 3 23～20本 4 19～10本  
5 9～1本 6 全くない



問18 あなたはお酒を飲んだことがありますか それはどのような時でしたか

(該当するものすべてに○)

(お酒とは、日本酒のことではなくビール、日本酒、しょうちゅう、チューハイ、ワイン、ジン、ウイスキー、ブランディ、ウォッカ、バーボンといったアルコール類をまとめた表現とと思ってください)

- 1 飲んだことがない
- 2 冠婚葬祭(結婚式、お祭り、葬式、法事、お盆、正月など)の時に飲んだことがある
- 3 家族が食事の時にお酒を飲むときに一緒に飲んだことがある
- 4 クラス会、打ち上げ、コンパのときに飲んだことがある
- 5 居酒屋、カラオケボックス、飲み屋などで仲間と一緒に飲んだことがある
- 6 誰かの部屋で仲間と一緒に飲んだことがある
- 7 ひとりで飲んだことがある

問19 この30日間で少しでもお酒を飲んだ日は合計何日になりますか

- 1 なし
- 2 1~2日
- 3 3~5日
- 4 6~9日
- 5 10~19日
- 6 20日以上

問20 あなたは、こころや体の休養が十分にとれていますか

- 1 十分とれている
- 2 まあとれている
- 3 あまりとれていない
- 4 いつもとれていない

問21 新型コロナウイルス感染症の影響で健康づくりに関する考え方や行動に変化はありますか

- 1 大いにあった
- 2 あった
- 3 多少あった
- 4 まったくなかった

↓

問22 問21の設問で1, 2, 3と答えた方にお聞きします どのような変化がありましたか

(該当するものすべてに○)

- 1 健康に気をつけるようになった
- 2 身体的に不健康になった
- 3 精神的に不健康になった
- 4 その他( )

その他 健康づくりについてご意見・ご要望等がありましたらご記入ください

以上でアンケートは終了です。記入漏れがないか、もう一度確認してください。

ご協力ありがとうございました。

## (2) 調査結果

### ■回答属性

	男	女	総計
n	20	30	50
%	40.0	60.0	100.0

#### 問2 BMI値（身長と体重から推計）

	普通	肥満	低体重	総計
男	13 65.0	2 10.0	5 25.0	20 100.0
女	20 74.1	2 7.4	5 18.5	27 100.0
全体	33 70.2	4 8.5	10 21.3	47 100.0

#### 問3 朝食を食べますか

	毎日食べる	週3～4日食べる	週1～2日食べる	ほとんど食べない	総計
男	17 85.0	2 10.0	0 0.0	1 5.0	20 100.0
女	26 86.7	3 10.0	1 3.3	0 0.0	30 100.0
全体	43 86.0	5 10.0	1 2.0	1 2.0	50 100.0

#### 問4 朝食を家族と一緒に食べる日数はどれくらいですか

	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3日	週に1日程度	ほとんどない	総計
男	8 40.0	1 5.0	0 0.0	2 10.0	9 45.0	20 100.0
女	11 36.7	5 16.7	2 6.7	1 3.3	11 36.7	30 100.0
全体	19 38.0	6 12.0	2 4.0	3 6.0	20 40.0	50 100.0

#### 問5 夕食を家族と一緒に食べる日数はどれくらいですか

	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3日	週に1日程度	ほとんどない	総計
男	11 55.0	5 25.0	1 5.0	0 0.0	3 15.0	20 100.0
女	21 70.0	6 20.0	1 3.3	1 0.0	2 6.7	30 100.0
全体	32 64.0	11 22.0	2 4.0	1 0.0	5 10.0	50 100.0

#### 問6 間食（おやつ）を食べますか

	毎日	週3～4日	週1～2日	ほとんど食べない	総計
男	9 45.0	3 15.0	2 10.0	6 30.0	20 100.0
女	9 30.0	8 26.7	10 33.3	3 10.0	30 100.0
全体	18 36.0	11 22.0	12 24.0	9 18.0	50 100.0

#### 問7 どのようなものを食べますか（複数回答）

	スナック菓子	洋菓子	和菓子	果物	パン	麺類	ジュース	加糖コーヒー	スポーツドリンク	乳酸菌飲料	牛乳	その他	総計
男	11 78.6	5 35.7	2 14.3	3 21.4	5 35.7	1 7.1	9 64.3	0 0.0	1 7.1	3 21.4	4 28.6	1 7.1	14 100.0
女	18 66.7	17 63.0	5 18.5	7 25.9	6 22.2	0 0.0	10 37.0	3 11.1	0 0.0	1 3.7	2 7.4	1 3.7	27 100.0
全体	29 70.7	22 53.7	7 17.1	10 24.4	11 26.8	1 2.4	19 46.3	3 7.3	1 2.4	4 9.8	6 14.6	2 4.9	41 100.0

#### 問8 あなたの歯は何本ありますか

	28本以上	27～24本	23～20本	19～19本	9～1本	全くない	総計
男	18 90.0	2 10.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	20 100.0
女	24 82.8	5 17.2	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	29 100.0
全体	42 85.7	7 14.3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	49 100.0

問9 あなたは1日に何回歯を磨きますか

	毎食後	2回	1回	磨かない	総計
男	4 20.0	14 70.0	2 10.0	0 0.0	20 100.0
女	9 30.0	21 70.0	0 0.0	0 0.0	30 100.0
全体	13 26.0	35 70.0	2 4.0	0 0.0	50 100.0

問10 その理由は何ですか

	時間がない	歯みがきをす る場所がない	必要と思わ ない	その他	総計
男	12 75.0	4 25.0	0 0.0	0 0.0	16 100.0
女	15 75.0	2 10.0	0 0.0	3 15.0	20 100.0
全体	27 75.0	6 16.7	0 0.0	3 8.3	36 100.0

問11 自由記載のため省略

問12 歯を1本1本丁寧に磨いていますか

	磨いている	どちらかとい え磨いて いる	どちらかとい え磨いて いない	磨いてない	総計
男	8 40.0	10 50.0	1 5.0	1 5.0	20 100.0
女	10 33.3	20 66.7	0 0.0	0 0.0	30 100.0
全体	18 36.0	30 60.0	1 2.0	1 2.0	50 100.0

問13 歯磨きをする場合 歯ブラシ以外のもの  
を使いますか (複数回答)

	歯間ブラシ	フロス	糸ようじ	その他	総計
男	5 55.6	0 0.0	3 33.3	1 11.1	9 100.0
女	6 50.0	2 16.7	3 25.0	1 8.3	12 100.0
全体	11 52.4	2 9.5	6 28.6	2 9.5	21 100.0

問14 あなたはたばこを吸ったことがあります  
か

	ない	ある	総計
男	19 95.0	1 5.0	20 100.0
女	30 100.0	0 0.0	30 100.0
全体	49 98.0	1 2.0	50 100.0

問15 どの種類のたばこを吸いましたか (複数  
回答)

	紙巻きたばこ	加熱式たば こ	葉巻	電子たばこ (たばこ葉不 使用のもの)	その他	総計
男	1 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 100.0
女	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
全体	1 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 100.0

問16 たばこはどこで手に入れましたか

	家にあった	大人にもら った	友達からも らった	店で買った	自販機で 買った	その他	総計
男	0 0.0	0 0.0	1 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 100.0
女	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
全体	0 0.0	0 0.0	1 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 100.0

問17 次のことについて、たばこが影響してい  
ると思うものに○をつけてください (複数回答)

	肺がん	食道がん	膀胱がん	ぜんそく	気管支炎	心臓病	脳卒中	胃潰瘍	妊娠に関連 した異常	新生児突然 死症候群	歯周病	しみ・しわ	脱毛(薄毛)	思わない	総計
男	18 100.0	6 33.3	4 22.2	16 88.9	13 72.2	7 38.9	9 50.0	4 22.2	12 66.7	7 38.9	14 77.8	5 27.8	5 27.8	0 0.0	18 100.0
女	25 96.2	12 46.2	4 15.4	22 84.6	21 80.8	11 42.3	13 50.0	4 15.4	21 80.8	11 42.3	15 57.7	9 34.6	6 23.1	0 0.0	26 100.0
全体	43 97.7	18 40.9	8 18.2	38 86.4	34 77.3	18 40.9	22 50.0	8 18.2	33 75.0	18 40.9	29 65.9	14 31.8	11 25.0	0 0.0	44 100.0

問18 あなたはお酒を飲んだことがありますか  
それはどのような時でしたか (複数回答)

	飲んだことが ない	冠婚葬祭(結婚 式、お祭り、葬 式、法事、お 盆、正月など) の時に飲んだ ことがある	家族が食事の 時にお酒を飲 むときに一緒 に飲んだこと がある	クラス会、打 ち上げ、コン パのときに飲 んだことがあ る	居酒屋、カラ オケボックス、 飲み屋などで 一緒に飲んだ ことがある	誰かの部屋で 仲間と一緒に 飲んだことが ある	ひとりで飲ん だことがある	総計
男	15 75.0	3 15.0	3 15.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 5.0	20 100.0
女	26 86.7	2 6.7	2 6.7	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	30 100.0
全体	41 82.0	5 10.0	5 10.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 2.0	50 100.0

問19 この30日間で少しでもお酒を飲んだ日は合計何日になりますか

	なし	1~2日	3~5日	6~9日	10~19日	20日以上	総計
男	14 87.5	1 6.3	0 0.0	1 6.3	0 0.0	0 0.0	16 100.0
女	23 95.8	1 4.2	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	24 100.0
全体	37 92.5	2 5.0	0 0.0	1 2.5	0 0.0	0 0.0	40 100.0

問20 あなたは、こころや体の休養が十分にとれていますか

	十分とれている	まあとれている	あまりとれていない	いつもとれていない	総計
男	6 30.0	9 45.0	3 15.0	2 10.0	20 100.0
女	5 17.9	14 50.0	8 28.6	1 3.6	28 100.0
全体	11 22.9	23 47.9	11 22.9	3 6.3	48 100.0

問21 新型コロナウイルス感染症の影響で健康づくりに関する考え方や行動に変化はありますか

	大いにあった	あった	多少あった	まったくなかった	総計
男	1 5.0	5 25.0	7 35.0	7 35.0	20 100.0
女	7 23.3	7 23.3	9 30.0	7 23.3	30 100.0
全体	8 16.0	12 24.0	16 32.0	14 28.0	50 100.0

問22 どのような変化がありましたか（複数回答）

	健康に気をつけるようになった	身体的に不健康になった	精神的に不健康になった	その他	総計
男	11 84.6	2 15.4	2 15.4	0 0.0	13 100.0
女	20 87.0	1 4.3	3 13.0	1 4.3	23 100.0
全体	31 86.1	3 8.3	5 13.9	1 2.8	36 100.0