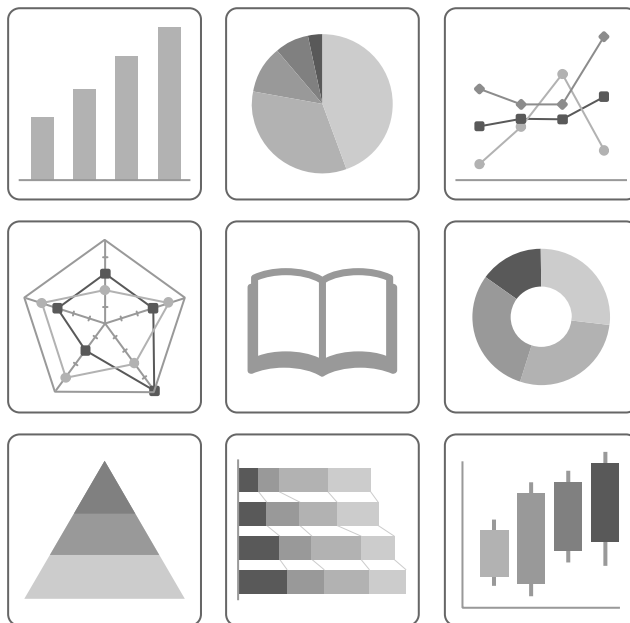


古河市 市民健康意識調査 調査結果報告書



令和6年2月
古河市

目 次

I	調査の概要	1
1	調査の目的	1
2	調査対象	1
3	調査期間	1
4	調査方法	1
5	回収状況	1
6	調査結果の表示方法	2
II	調査結果	3
1	乳幼児期	3
(1)	回答者属性	5
(2)	健康状態・健康意識について	7
(3)	食生活について	14
(4)	食育・地産地消について	20
(5)	運動について	22
(6)	休養・こころの健康について	24
(7)	歯の健康について	26
(8)	喫煙について	29
(9)	妊娠・子育てについて	30
(10)	新型コロナウイルス感染症による影響について	35
(11)	乳幼児期調査結果総括	37
2	学齢期	41
(1)	回答者属性	43
(2)	健康状態・健康意識について	44
(3)	食生活について	46
(4)	食育について	49
(5)	運動について	50
(6)	休養・こころの健康について	52
(7)	歯の健康について	56
(8)	たばこについて	57

(9) 新型コロナウイルス感染症による影響について	58
(10) 学齢期調査結果総括	59
3 思春期Ⅰ、思春期Ⅱ	61
(1) 回答者属性	63
(2) 健康状態・健康意識について	65
(3) 食生活について	70
(4) 食育について	76
(5) 運動について	79
(6) 休養・こころの健康について	82
(7) 歯の健康について	91
(8) 喫煙・飲酒について	92
(9) 薬物について	94
(10) 将来の子育てについて	95
(11) 性の多様性（LGBTQ等）について	97
(12) 新型コロナウイルス感染症による影響について	99
(13) 思春期Ⅰ、思春期Ⅱ 調査結果総括	101
4 成人期	105
(1) 回答者属性	107
(2) 健康状態・健康意識について	111
(3) 食生活について	136
(4) 食育・地産地消について	156
(5) 運動について	160
(6) 休養・こころの健康について	163
(7) 歯の健康について	174
(8) 喫煙・飲酒について	181
(9) 新型コロナウイルス感染症による影響について	188
(10) 成人期調査結果総括	192
Ⅲ資料	196
体格に関する判定基準	196

I 調査の概要

1 調査の目的

古河市では、『誰もが健康で生きがいをもち笑顔あふれる古河（まち）』を基本理念とし、「第3次古河市健康づくり基本計画（令和2年度～令和6年度）」に基づき、健康づくりを推進しています。この計画期間が終了するため、新たに「第4次古河市健康づくり基本計画」を令和6年度に策定します。

新たな計画を策定するにあたり、市民の皆さまの健康に対する意識をお聞きするため調査を実施したものです。

2 調査対象

乳幼児期：市内の0～5歳の子どもがいる方から700名を無作為抽出

学齢期：市内の6～12歳の子どもがいる方から700名を無作為抽出

思春期Ⅰ：市内の中学生の中から700名を無作為抽出

思春期Ⅱ：市内の高校生の中から700名を無作為抽出

成人期：古河市在住の20歳以上の方から2,100名を無作為抽出

3 調査期間

令和5年8月24日から令和5年9月15日

4 調査方法

郵送による配布・回収

5 回収状況

		配 布 数	有効回答数	有効回答率
乳幼児期		700 通	375 通	53.6%
学齢期		700 通	332 通	47.4%
思春期Ⅰ		700 通	221 通	31.6%
思春期Ⅱ		700 通	182 通	26.0%
成人期	青年期	700 通	147 通	21.0%
	中年期	700 通	224 通	32.0%
	高齢期	700 通	420 通	60.0%

6 調査結果の表示方法

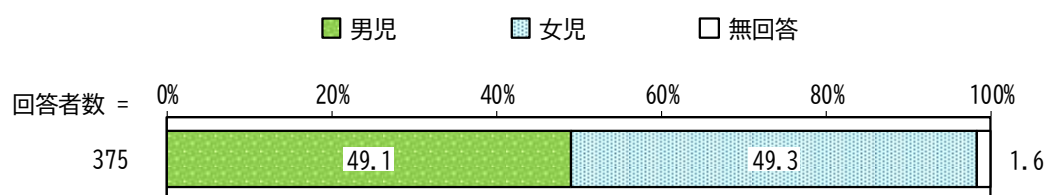
- ・ 回答は各質問の回答者数（N）を基数とした百分率（％）で示してあります。また、小数点以下第2位を四捨五入しているため、内訳の合計が 100.0％にならない場合があります。
- ・ 複数回答が可能な設問の場合、回答者が全体に対してどのくらいの比率であるかという見方になるため、回答比率の合計が 100.0％を超える場合があります。
- ・ クロス集計の場合、無回答を排除しているため、クロス集計の有効回答数の合計と単純集計（全体）の有効回答数が合致しないことがあります。なお、クロス集計とは、複数項目の組み合わせで分類した集計のことで、複数の質問項目を交差して並べ、表やグラフを作成することにより、その相互の関係を明らかにするための集計方法です。
- ・ 回答者数が1桁の場合、回答件数による表記としています。

Ⅱ 調査結果

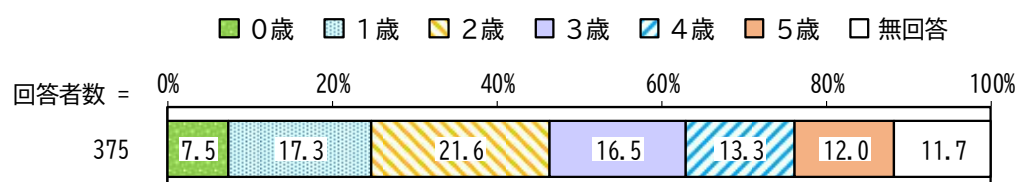
1 乳幼児期

(1) 回答者属性

問1 お子様の性別を教えてください。

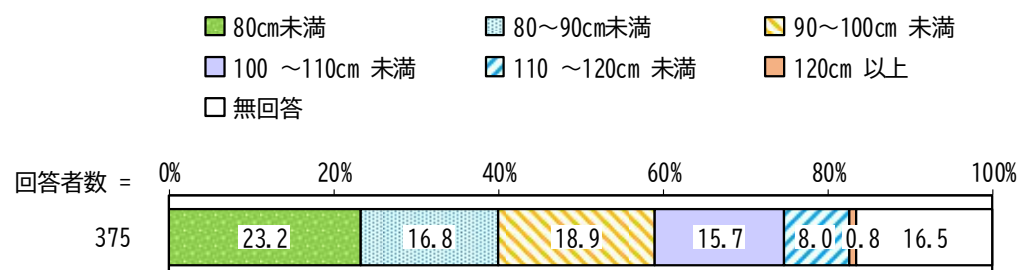


問2 お子様の年齢をご記入ください。(令和5年3月31日現在)

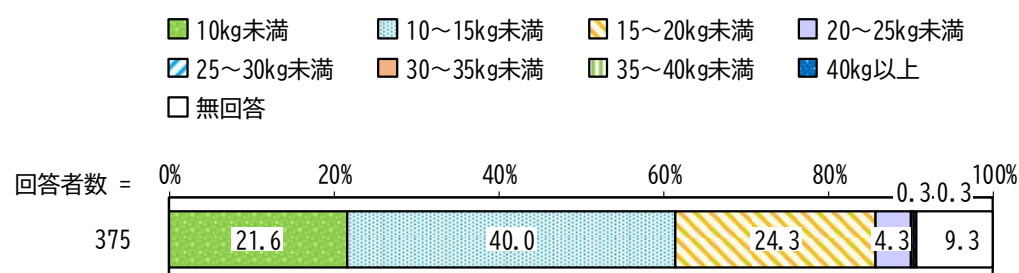


問3 お子様の身長と体重(小数点一桁まで)をご記入ください。

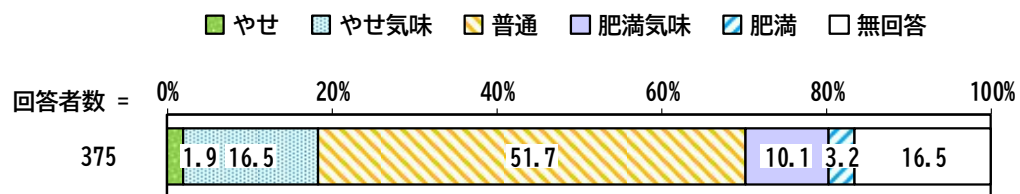
身長



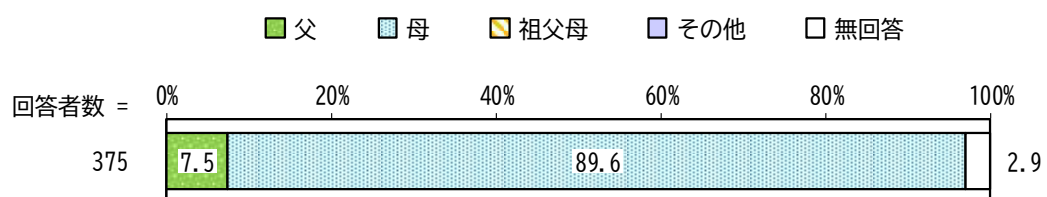
体重



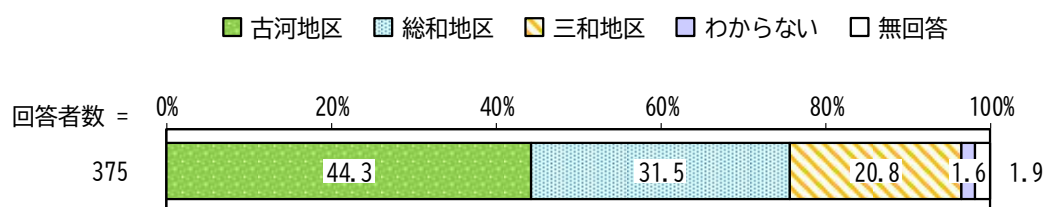
カウプ指数



問4 ご記入いただいている方のお子様との続柄を教えてください。



問5 現在お住まいの地区はどちらですか。1つに○をつけてください。

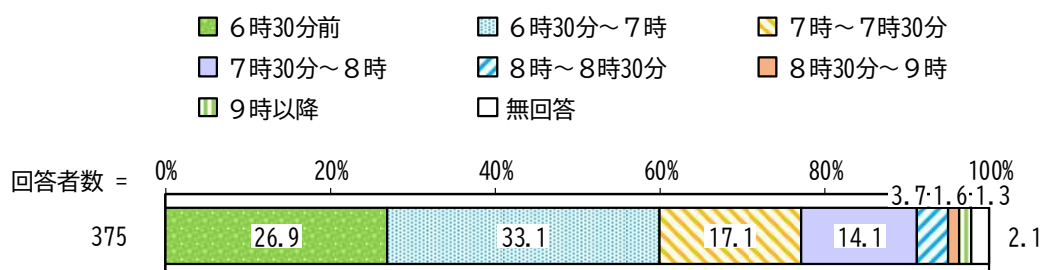


(2) 健康状態・健康意識について

問6 お子様の起床時間や就寝時間は、どの時間帯が多いですか。それぞれ1つに○をつけてください。

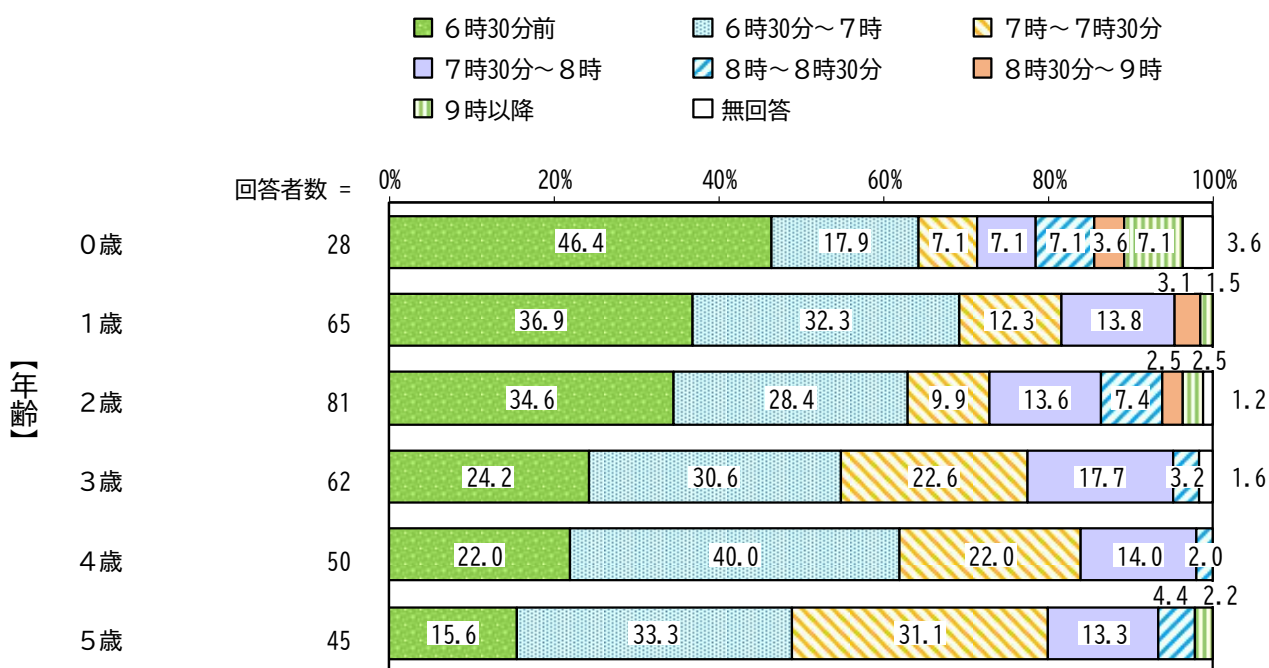
起床時間

「7時より前」の割合が60.0%となっています。



【問6×問2 年齢別】

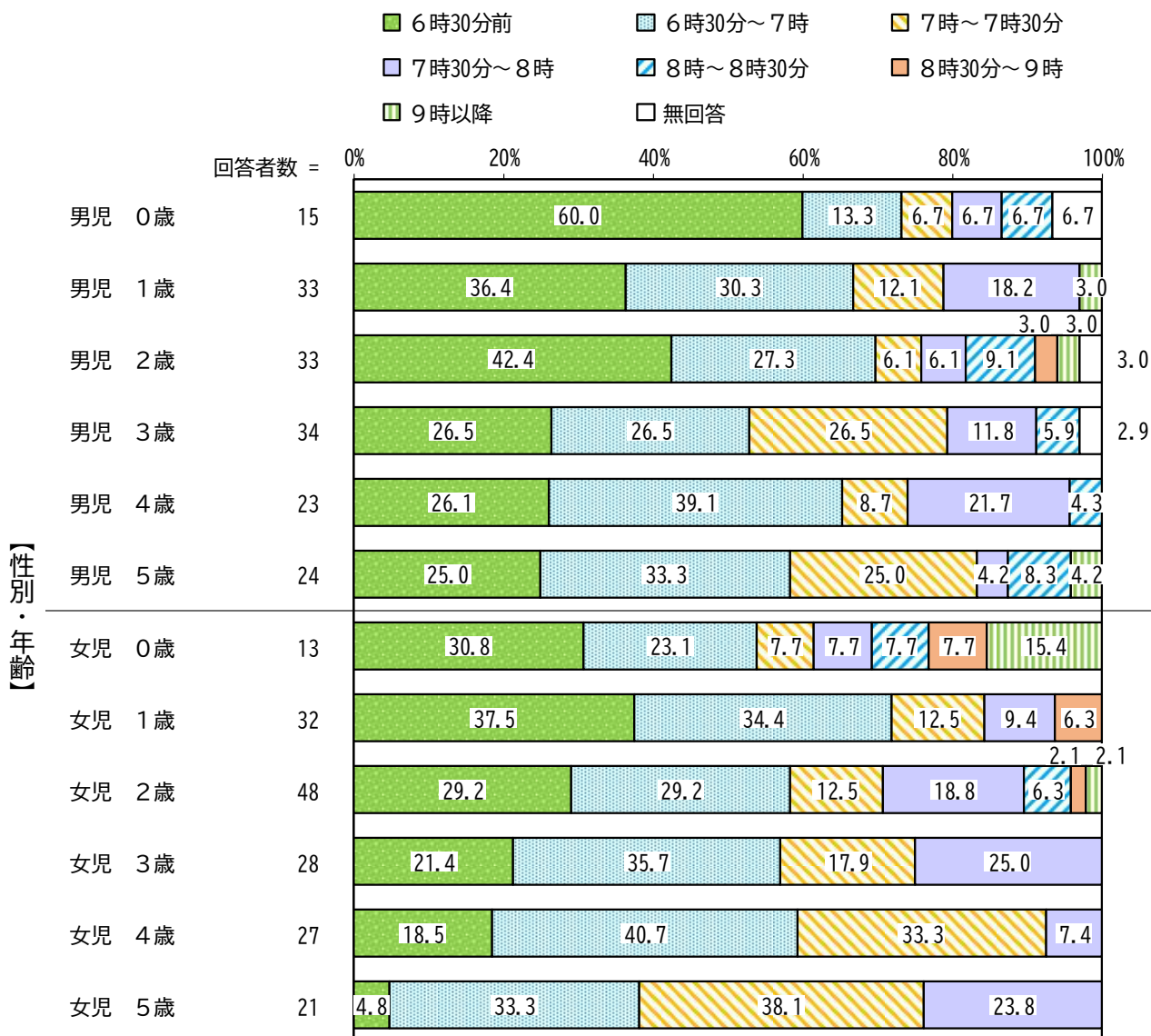
年齢別にみると、年齢が上がるにつれ、お子様の起床時間が遅くなる傾向がみられます。



【お子様の起床時間】

【問6×問1・問2 性・年齢別】

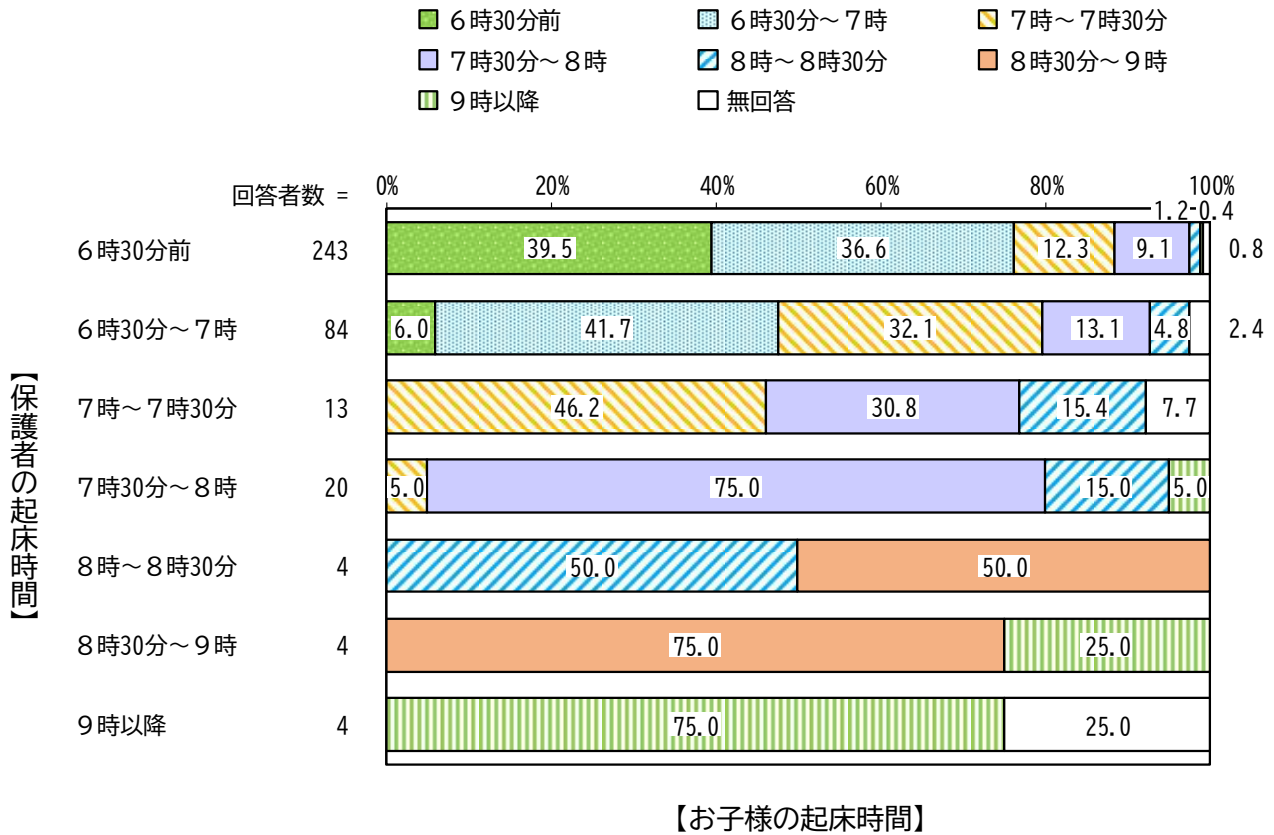
性・年齢別にみると、女兒に比べ男児で「6時30分前」の割合が高くなっています。



【お子様の起床時間】

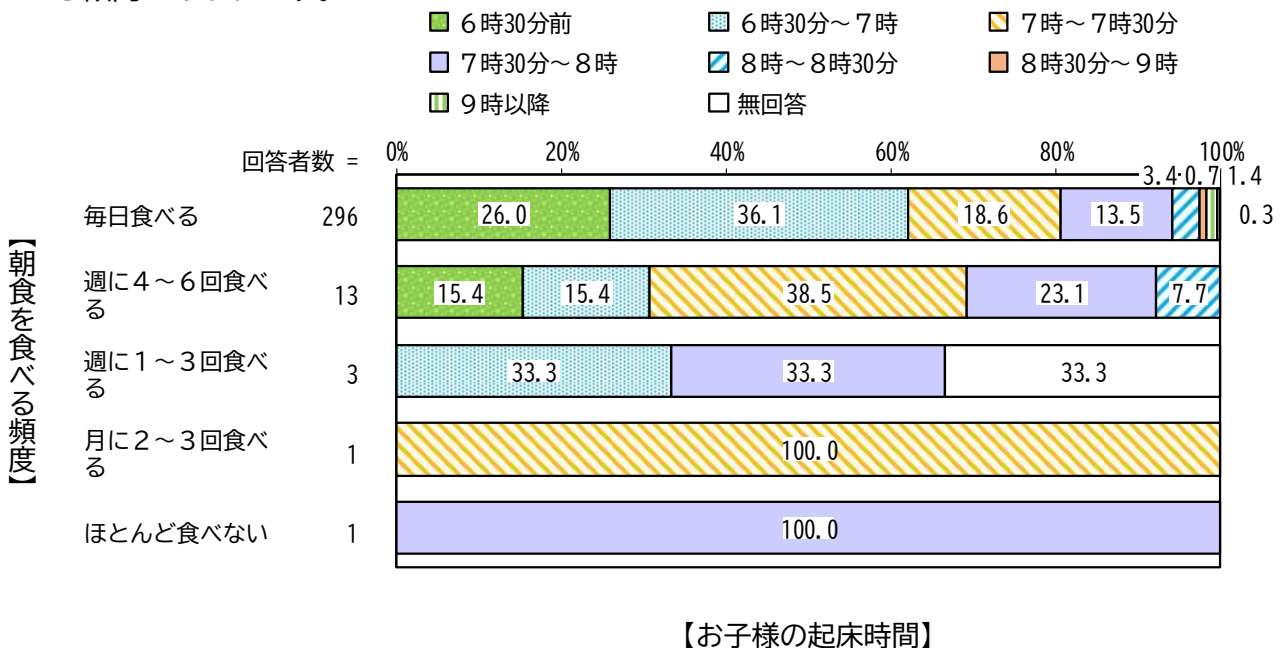
【問6×問7 保護者の起床時間別】

保護者の起床時間別にみると、保護者の起床時間が遅くなるにつれ、お子様の起床時間も遅くなる傾向がみられます。



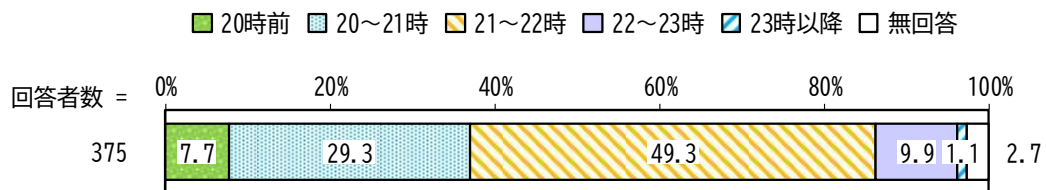
【問6×問11 朝食を食べる頻度別】

朝食を食べる頻度別にみると、朝食を食べる回数が少なくなるほどお子様の起床時間も遅くなる傾向がみられます。



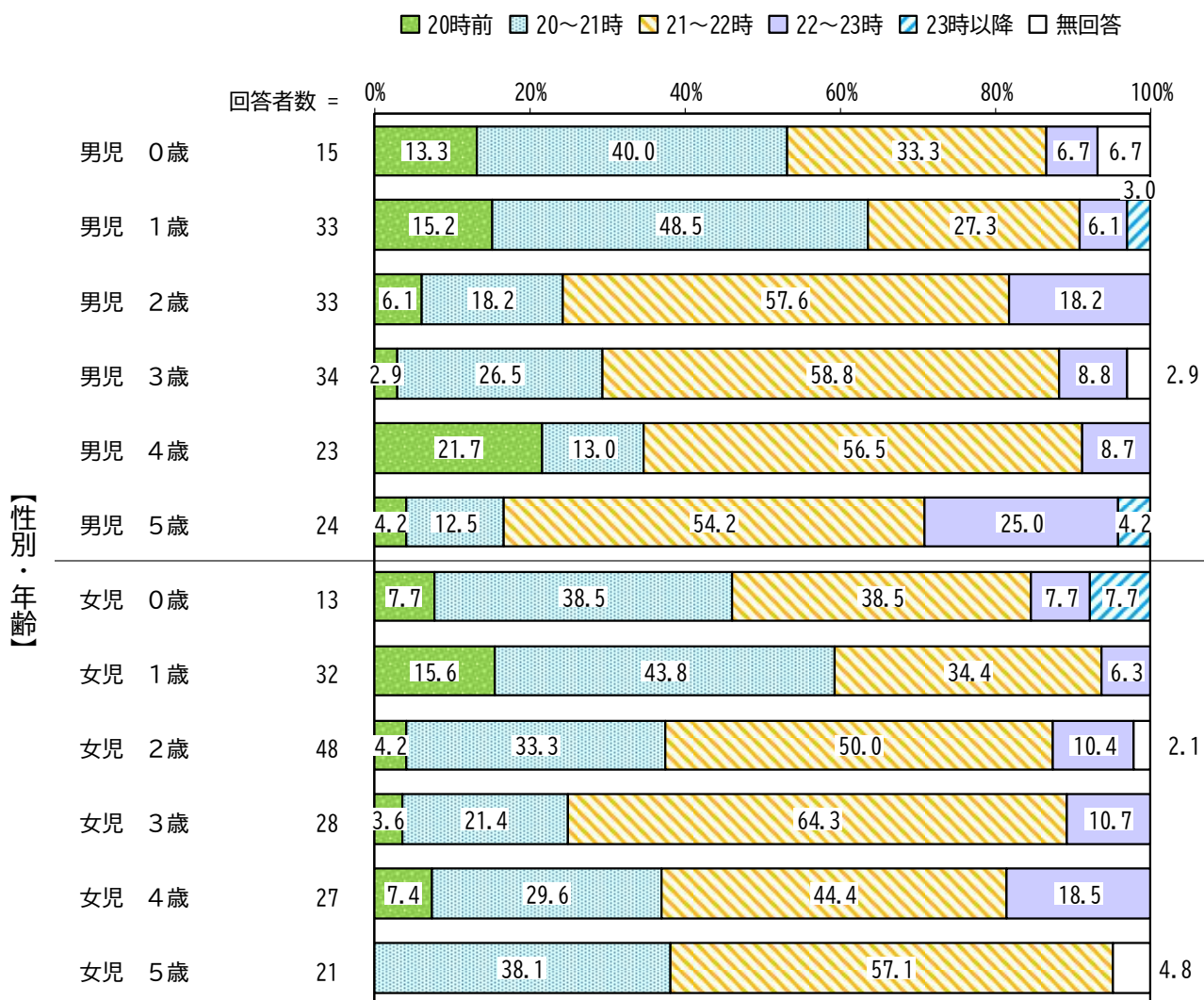
就寝時間

「20～22 時」の割合が 78.6%となっています。



【問6×問1・問2 性・年齢別】

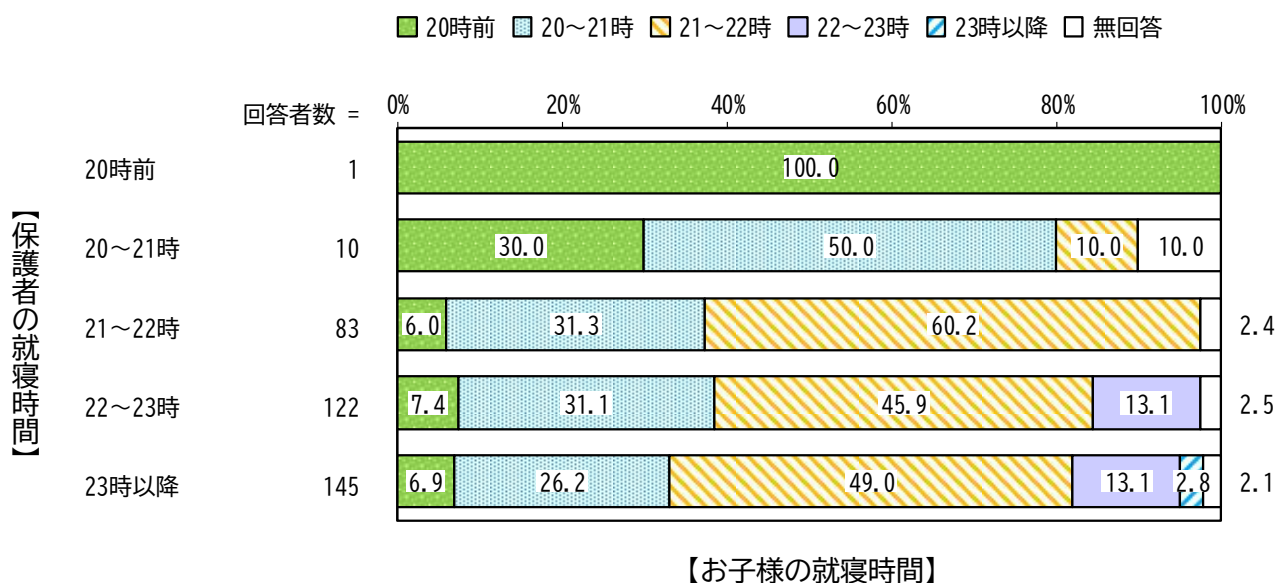
性・年齢別にみると、男児・女児ともに2歳～5歳で、子どもの就寝時間が「21～22 時」の割合が高くなり、年齢が上がるとやや就寝時間が遅くなる傾向がみられます。



【お子様の就寝時間】

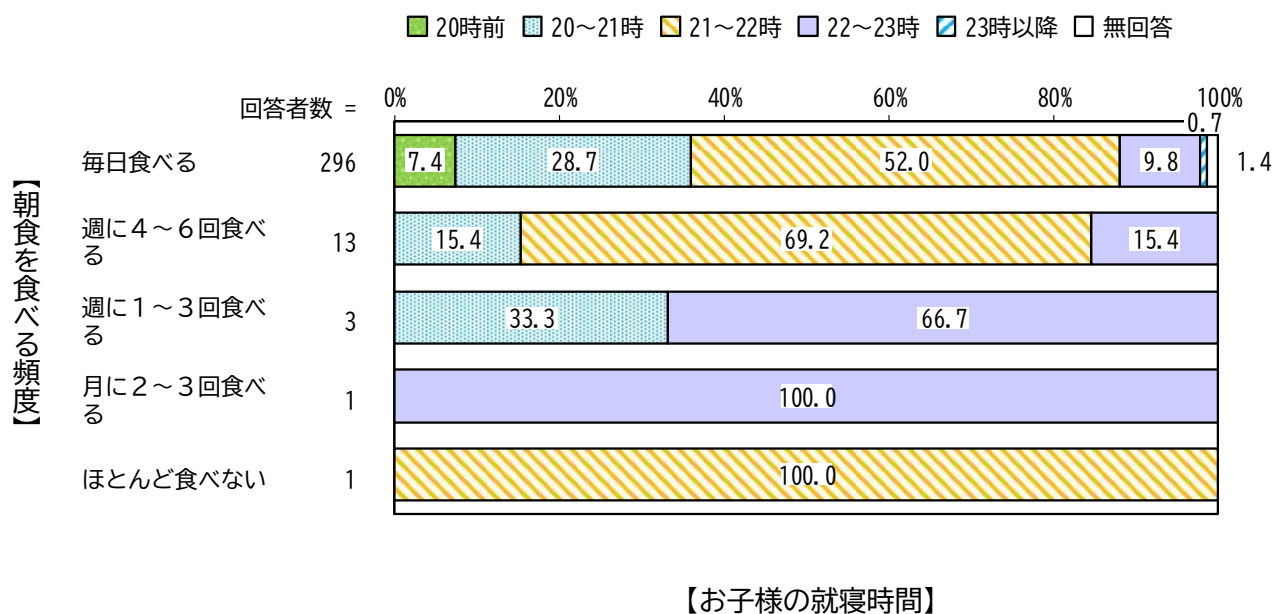
【問6×問7 保護者の就寝時間別】

保護者の就寝時間別にみると、保護者の就寝時間が早いほど、お子様の就寝時間も早くなっています。



【問6×問11 朝食を食べる頻度別】

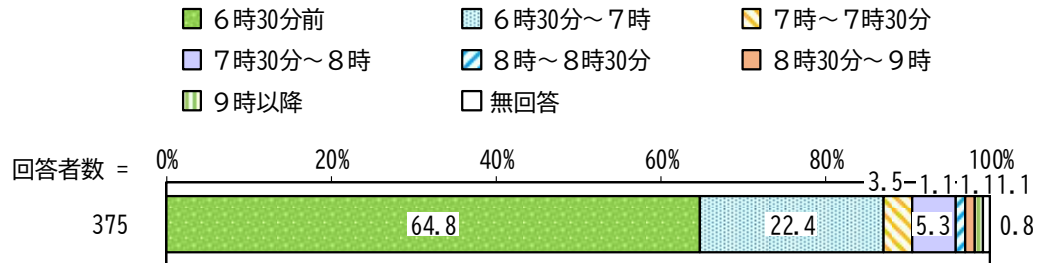
朝食を食べる頻度別にみると、朝食を食べる回数が少なくなるほど、お子様の就寝時間も遅くなる傾向がみられます。



問7 保護者の方（主にお子様にかかわっている方）の起床時間や就寝時間は、何時になりますか。それぞれ1つに○をつけてください。

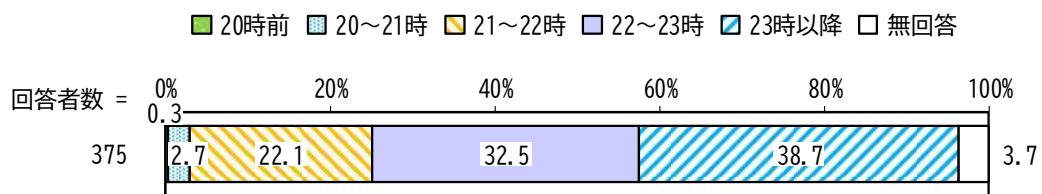
起床時間

「7時より前」の割合が87.2%となっています。



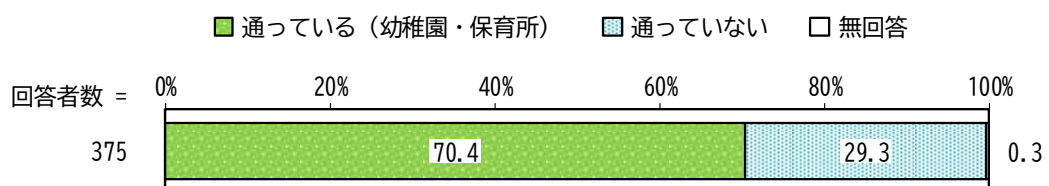
就寝時間

「23時以降」の割合が38.7%となっています。



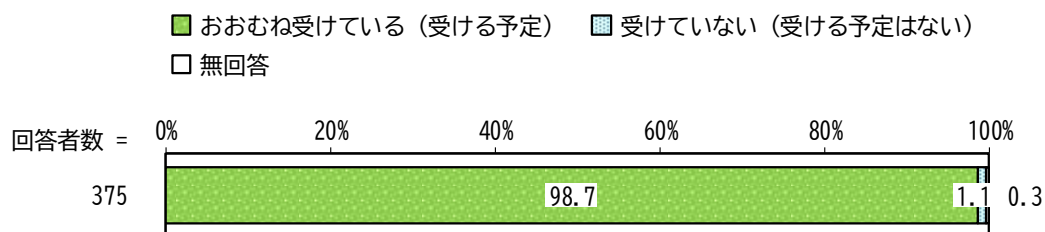
問8 お子様は、幼稚園や保育所に通っていますか。1つに○をつけてください。

「通っている（幼稚園・保育所）」の割合が70.4%となっています。



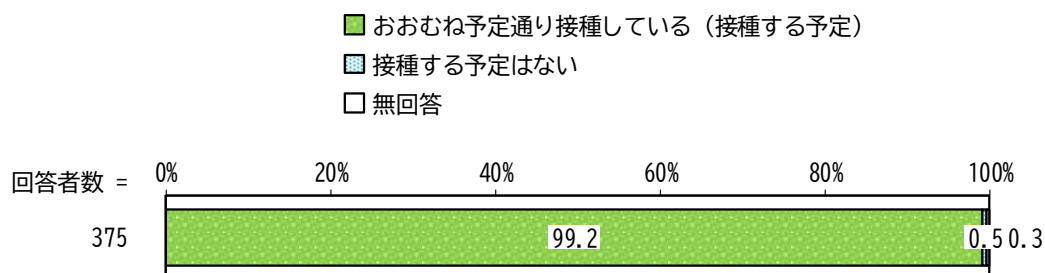
問9 お子様は、古河市が実施する乳幼児健康診査（3～4か月児健診・3～6か月児健診・9～11か月児健診・1歳6か月児健診・3歳児健診）を受けていますか。1つに○をつけてください。

「おおむね受けている（受ける予定）」の割合が98.7%となっています。



問10 お子様は、予防接種を受けていますか。1つに○をつけてください。

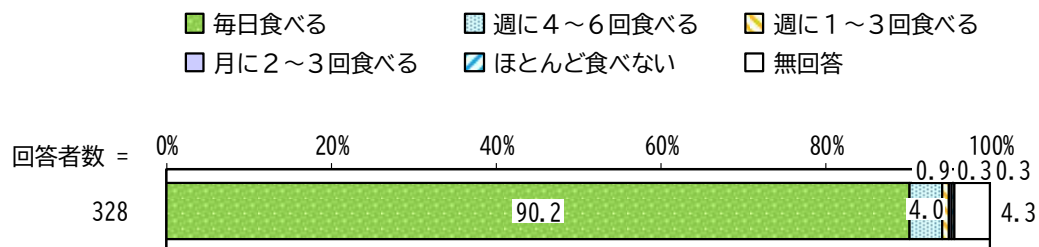
「おおむね予定通り接種している（接種する予定）」の割合が99.2%となっています。



(3) 食生活について

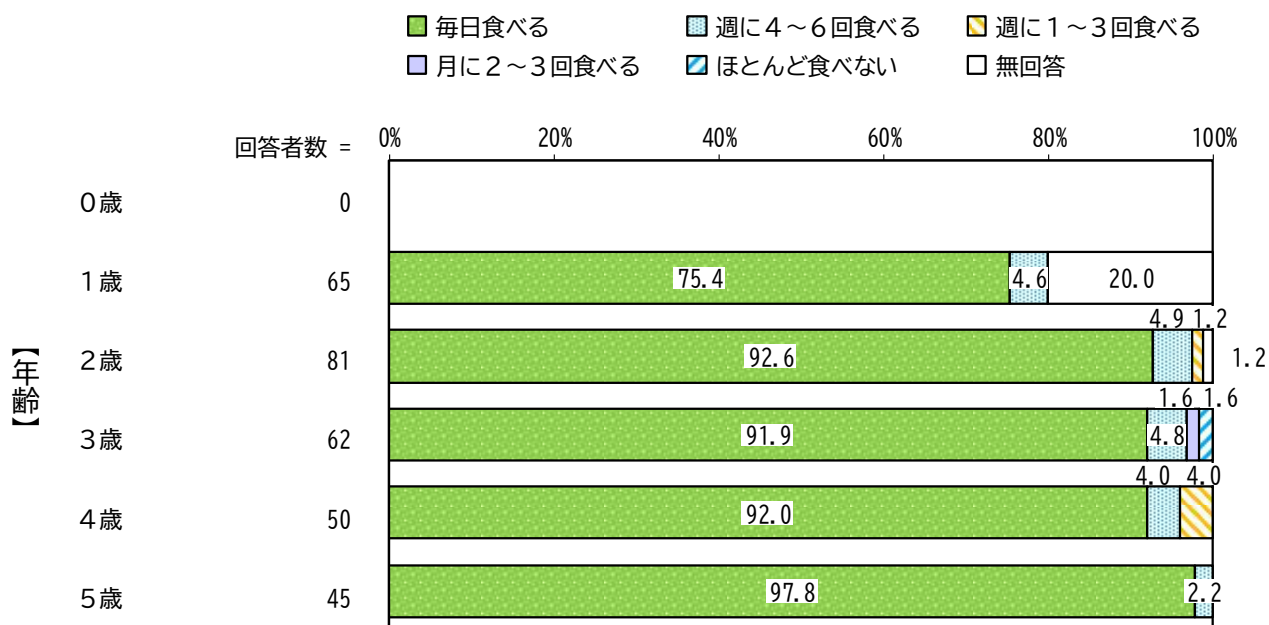
問 11 お子様は、朝食を食べていますか。1 つに○をつけてください。

「毎日食べる」の割合が 90.2%と最も高くなっています。



【問 11×問 2 年齢別】

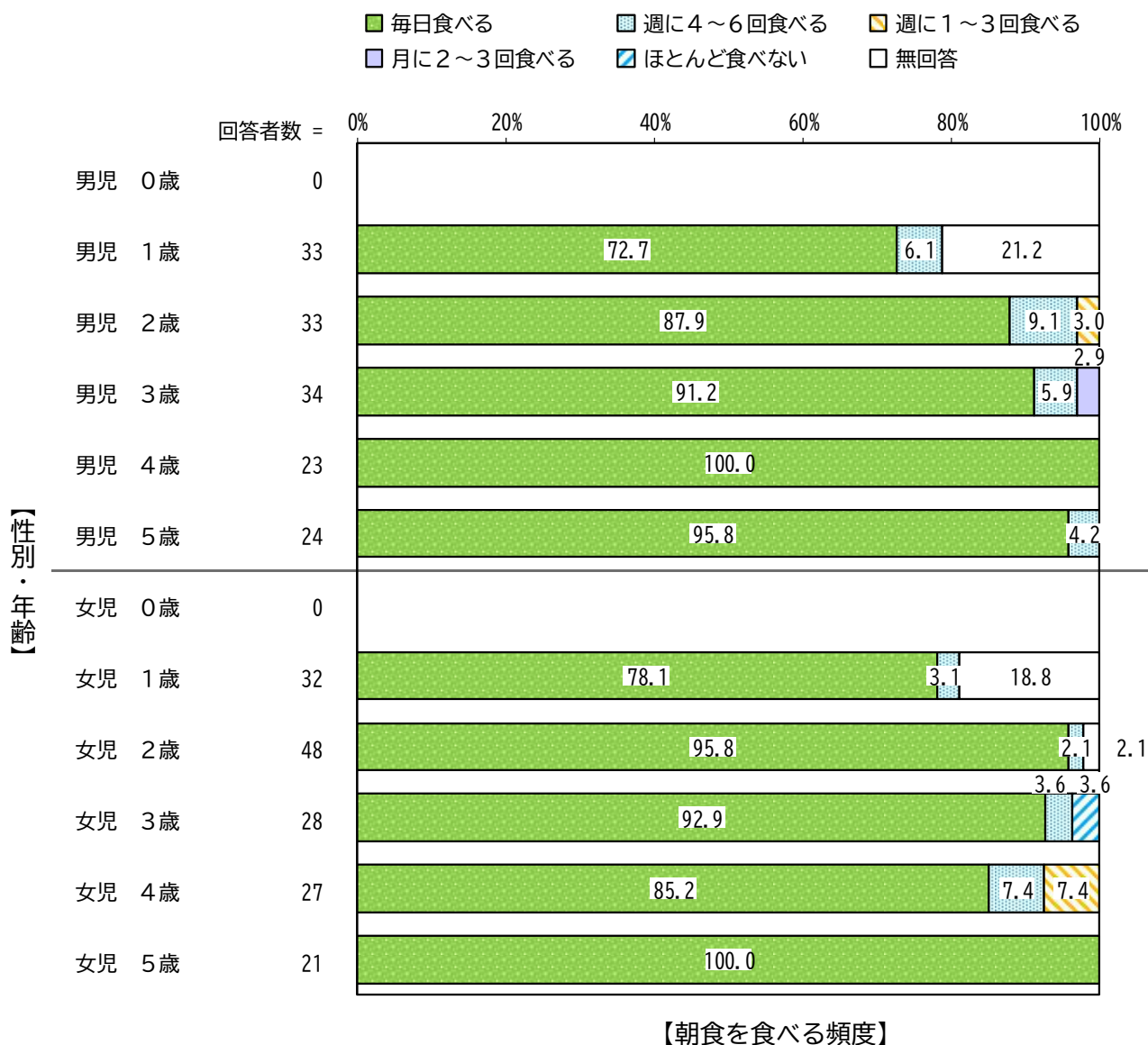
年齢別にみると、年齢が上がるにつれて、朝食を「毎日食べる」割合が高くなっています。



【朝食を食べる頻度】

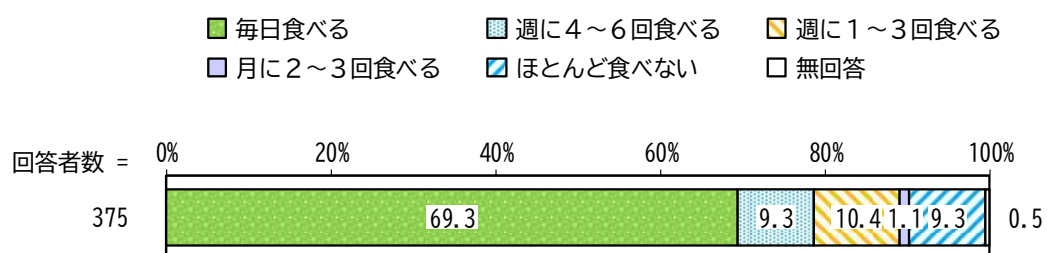
【問11×問1・問2 性・年齢別】

性・年齢別にみると、男児・女児ともに年齢が上がるにつれて、朝食を「毎日食べる」割合が高くなっています。



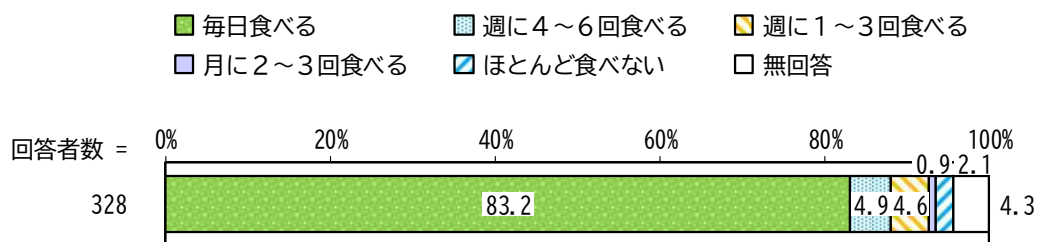
問12 保護者の方は、朝食を食べていますか。1つに○をつけてください。

「毎日食べる」の割合が69.3%と最も高く、次いで「週に1～3回食べる」の割合が10.4%となっています。



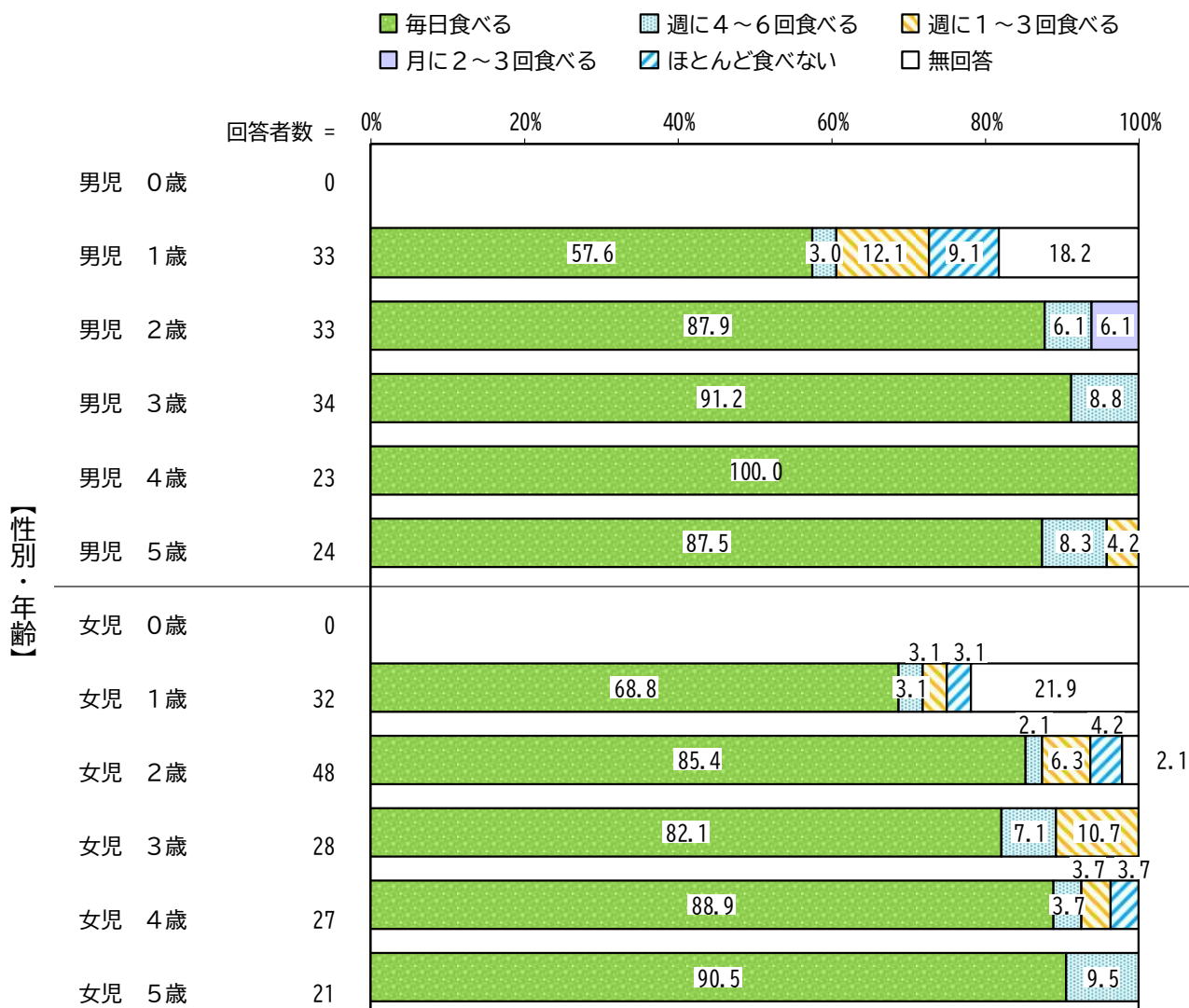
問 13 お子様は、保護者の方と一緒に夕食を食べていますか。
1 つに○をつけてください。

「毎日食べる」の割合が 83.2%と最も高くなっています。



【問 13×問 1・問 2 性・年齢別】

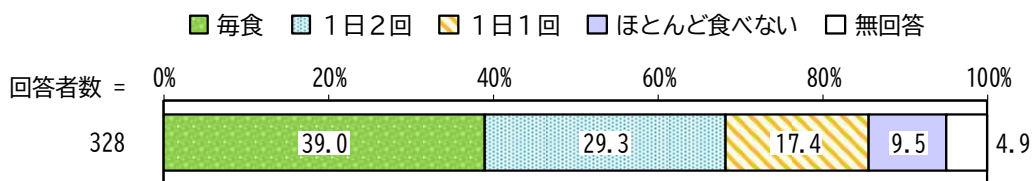
性・年齢別にみると、男児・女児ともに年齢が上がるにつれて、夕食を一緒に「毎日食べる」割合が高くなっています。



【夕食を一緒に食べる頻度】

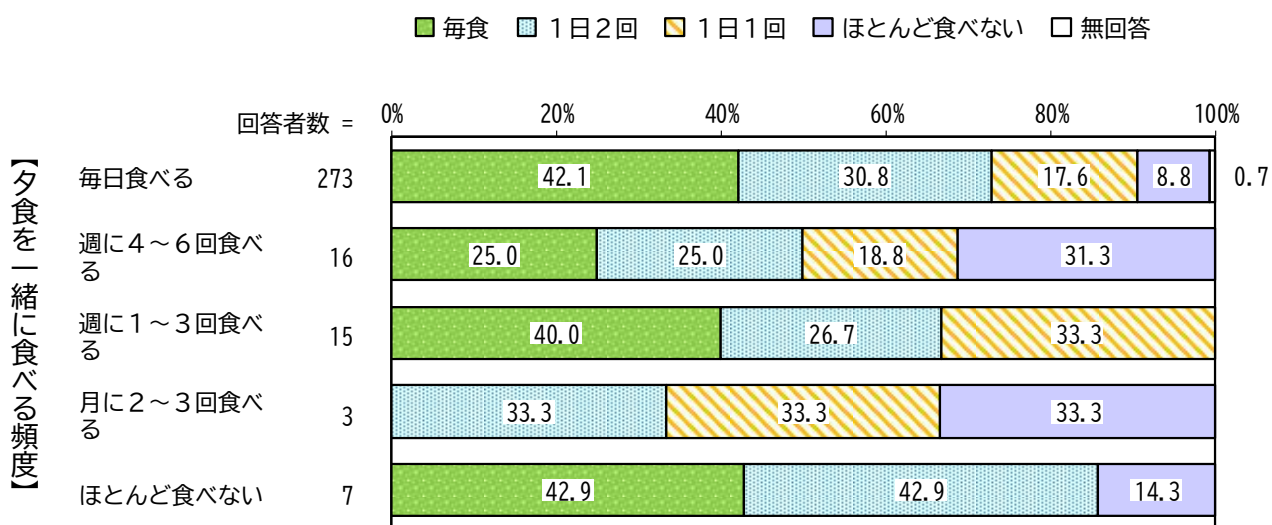
問 14 お子様は、野菜を食べていますか。1 つに○をつけてください。

「毎食」の割合が 39.0%、「1 日 2 回」の割合が 29.3%となっています。



【問 14×問 13 夕食を一緒に食べる頻度別】

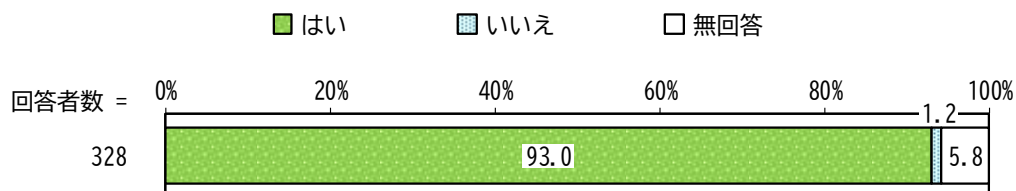
夕食を一緒に食べる頻度別にみると、野菜の摂取頻度に大きな差はみられません。



【野菜の摂取頻度】

問 15 お子様は、間食（おやつ）を食べていますか。1 つに○をつけてください。

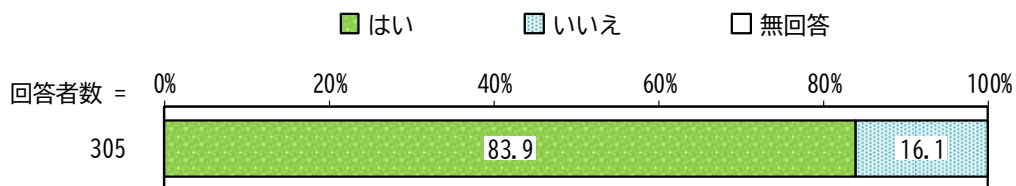
「はい」の割合が 93.0%、「いいえ」の割合が 1.2%となっています。



問 16 問 15 で「はい」と答えた方にお聞きします。

お子様は、間食にチョコレートなどの甘味食品やスポーツドリンク・ジュース等の糖分が含まれている飲み物を摂っていますか。1 つに○をつけてください。

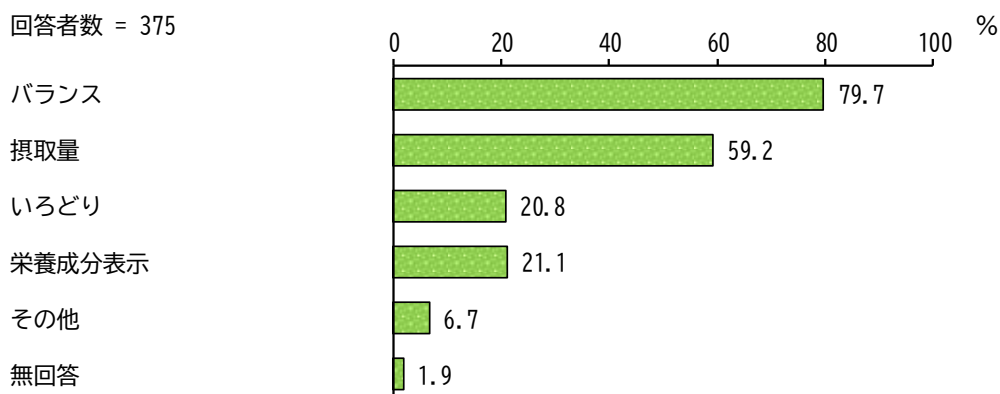
「はい」の割合が 83.9%となっています。



問 17 食事で気をつけていることはどんなことですか。

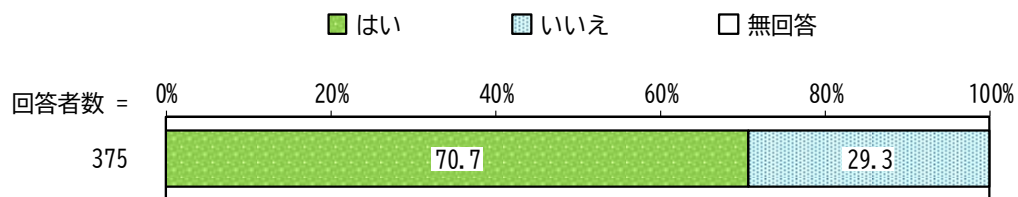
あてはまるものをすべて選んでください。

「バランス」の割合が 79.7%と最も高く、次いで「摂取量」の割合が 59.2%となっています。



問 18 食品ロス削減のために行動していますか。1 つに○をつけてください。

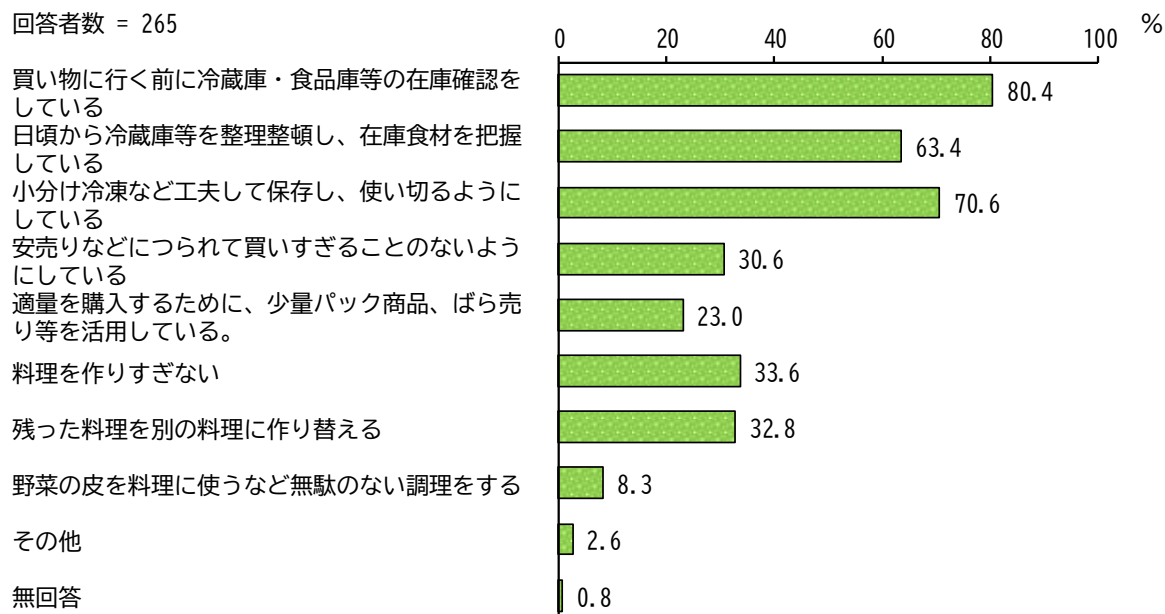
「はい」の割合が 70.7%となっています。



問 19 問 18 で「はい」と答えた方にお聞きします。

ご家庭で食品ロスを減らすためにどのようなことに取り組んでいますか。あてはまるものをすべて選んでください。

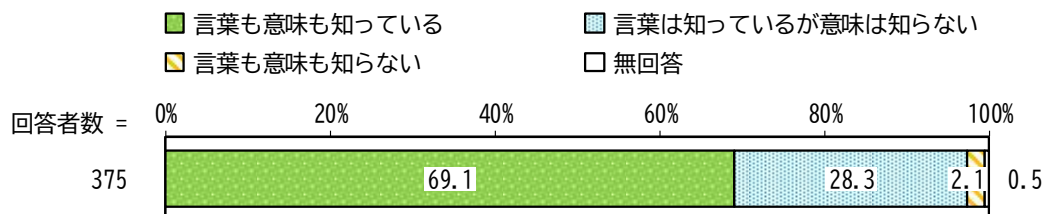
「買い物に行く前に冷蔵庫・食品庫等の在庫確認をしている」の割合が 80.4%と最も高く、次いで「小分け冷凍など工夫して保存し、使い切るようにしている」の割合が 70.6%、「日頃から冷蔵庫等を整理整頓し、在庫食材を把握している」の割合が 63.4%となっています。



(4) 食育・地産地消について

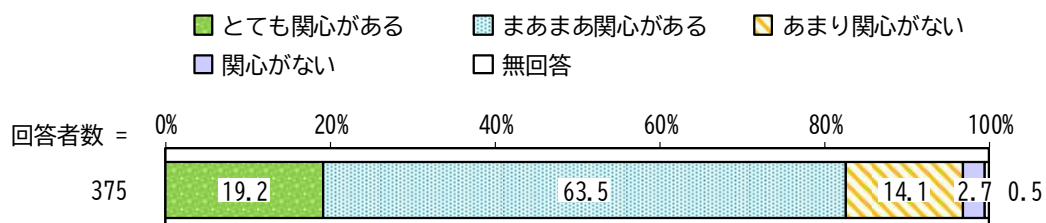
問 20 「食育」という言葉や意味を知っていますか。1 つに○をつけてください。

「言葉も意味も知っている」の割合が 69.1%と最も高く、次いで「言葉は知っているが意味は知らない」の割合が 28.3%となっています。



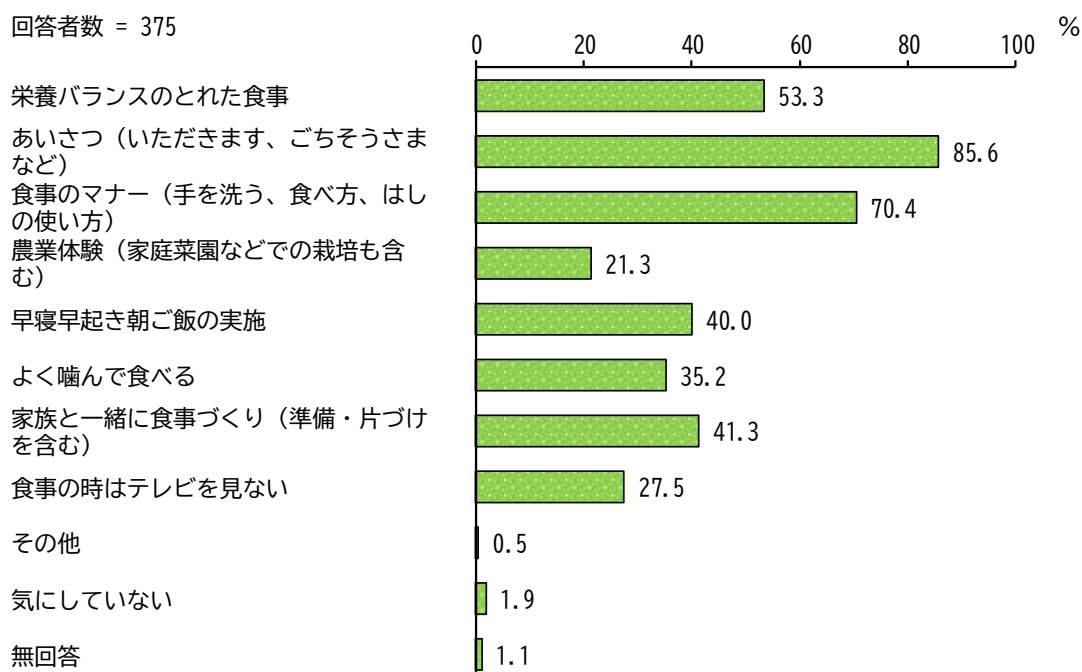
問 21 「食育」に関心がありますか。1 つに○をつけてください。

「とても関心がある」と「まあまあ関心がある」を合わせた“関心がある”の割合が 82.7%となっています。



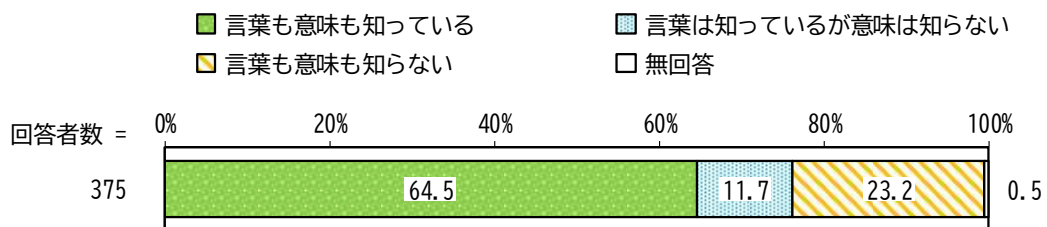
問 22 下記の「食育」を実施していますか。あてはまるものをすべて選んでください。

「あいさつ（いただきます、ごちそうさまなど）」の割合が 85.6%と最も高く、次いで「食事のマナー（手を洗う、食べ方、はしの使い方）」の割合が 70.4%、「栄養バランスのとれた食事」の割合が 53.3%となっています。



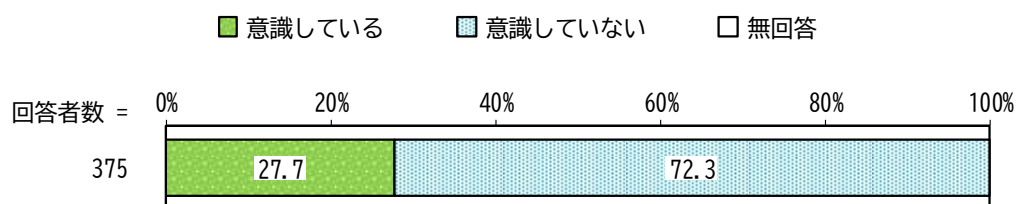
問 23 「地産地消」という言葉や意味を知っていますか。1 つに○をつけてください。

「言葉も意味も知っている」の割合が 64.5%と最も高く、次いで「言葉も意味も知らない」の割合が 23.2%、「言葉は知っているが意味は知らない」の割合が 11.7%となっています。



問 24 古河市でつくられた農産物（なす、かぼちゃ、キャベツ等）を意識して購入するようにしていますか。1 つに○をつけてください。

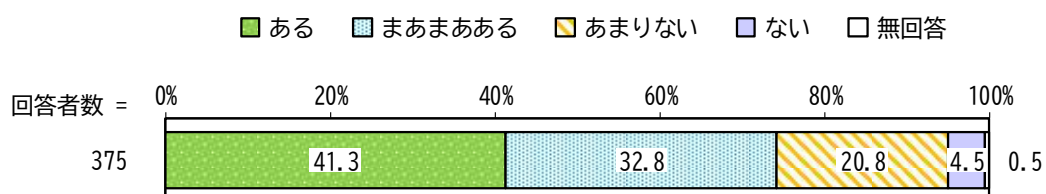
「意識している」の割合が 27.7%となっています。



(5) 運動について

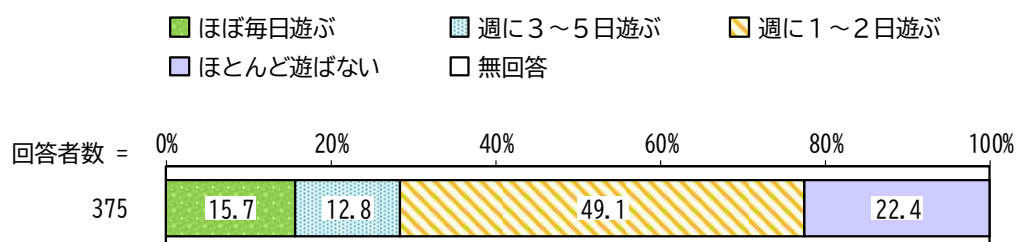
問 25 お子様を近くの広場などへ連れ出したり、散歩する機会がありますか。
1 つに○をつけてください。

「ある」と「まあまあある」を合わせた“ある”の割合が 74.1%となっています。



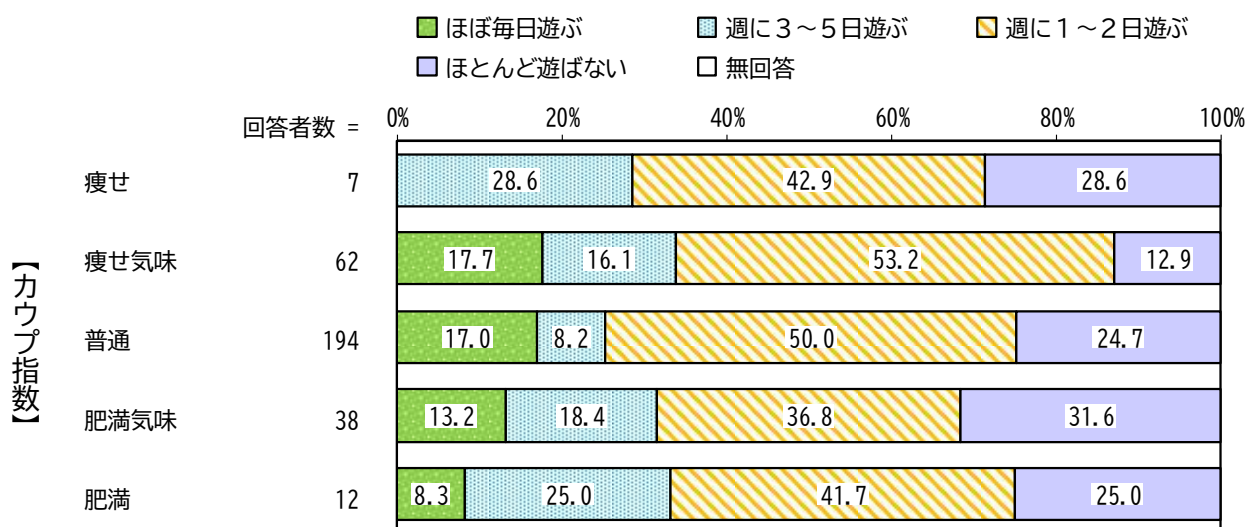
問 26 お子様が外遊びをするのは1週間に何日程度ですか。幼稚園・保育所以外の外遊びについてお答えください。1 つに○をつけてください。

「ほとんど遊ばない」の割合が 22.4%となっています。



【問 26×問 3 カウプ指数別】

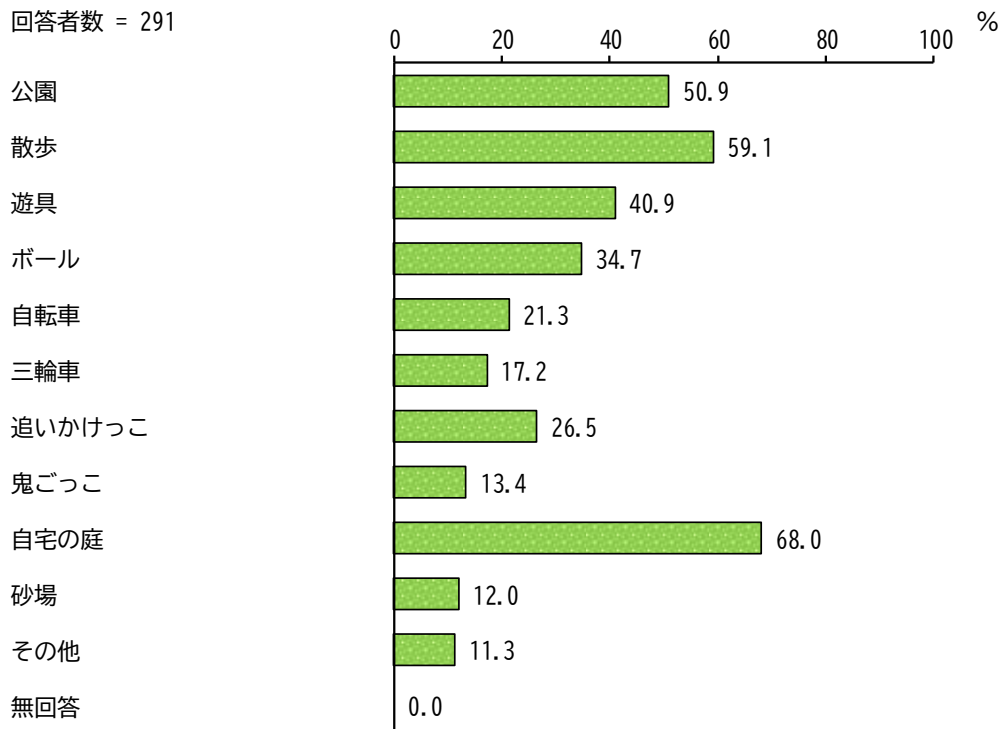
カウプ指数別にみると、肥満気味で「ほとんど遊ばない」の割合が高くなっています。



【外遊びの頻度】

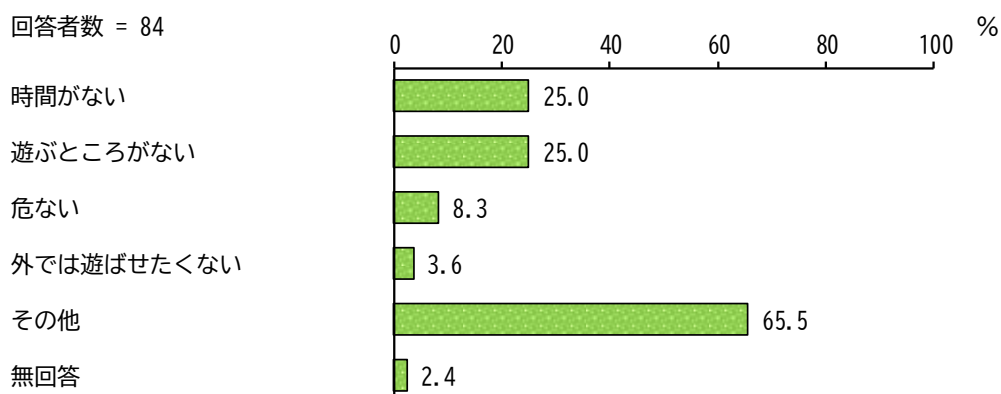
問 27 問 26 で「ほぼ毎日遊ぶ」～「週に 1～2 日遊ぶ」と答えた方にお聞きします。
外遊びの内容や場所について、あてはまるものをすべて選んでください。

「自宅の庭」の割合が 68.0%と最も高く、次いで「散歩」の割合が 59.1%、「公園」の割合が 50.9%となっています。



問 28 問 26 で「ほとんど遊ばない」と答えた方にお聞きします。外遊びをしていない理由について、あてはまるものをすべて選んでください。

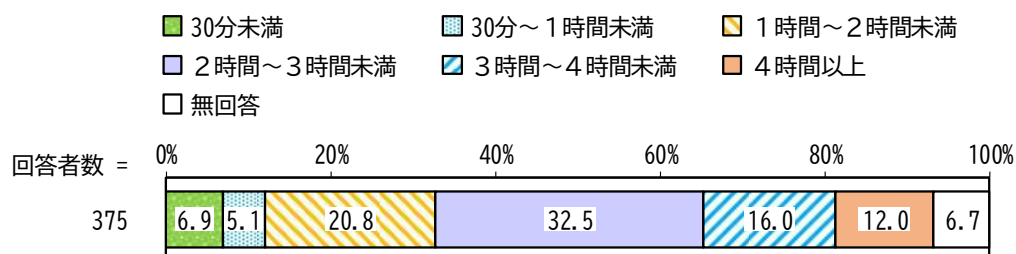
「時間がない」、「遊ぶところがない」の割合が 25.0%となっています。



(6) 休養・こころの健康について

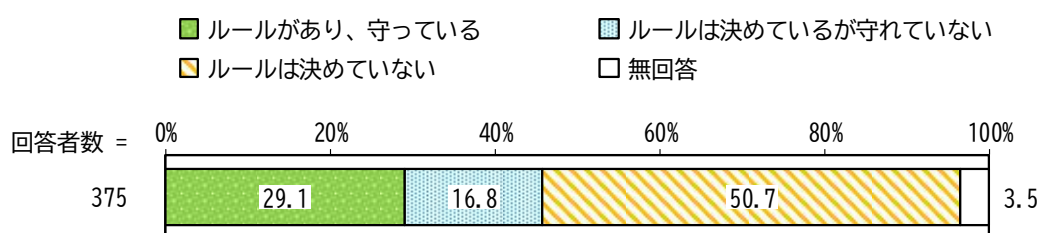
問 29 お子様は、テレビや動画（DVD・スマートフォン・タブレットなど）を1日どのくらい見ていますか。時間をご記入ください。

「2時間以上」の割合が60.5%となっています。



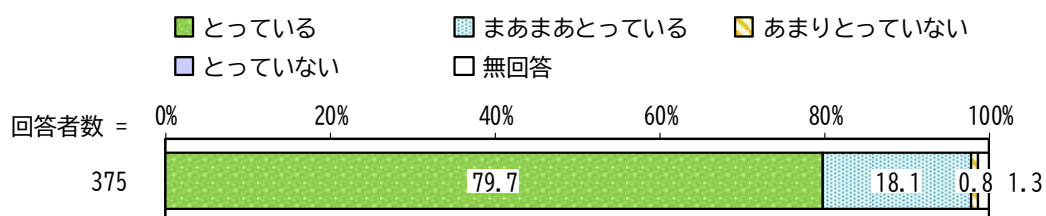
問 30 テレビや動画の視聴等について、保護者間で、時間などのルールは決めていますか。

「ルールは決めていない」の割合が50.7%となっています。



問 31 お子様に話しかけたりスキンシップをとっていますか。
1つに○をつけてください。

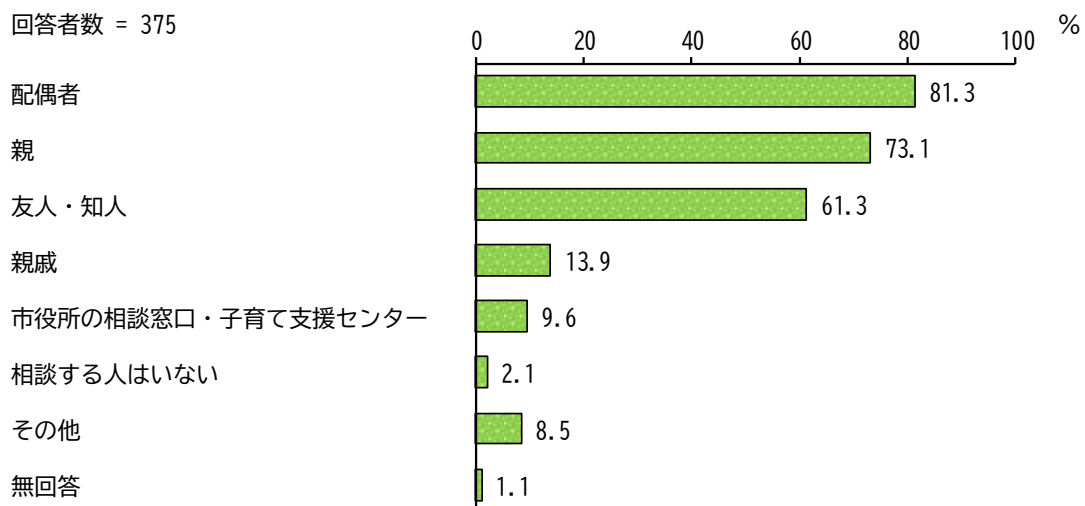
「とっている」と「まあまあとっている」を合わせた“とっている”の割合が97.8%となっています。



問 32 育児の悩みなどを誰に相談していますか。
当てはまるものをすべて選んでください。

「配偶者」の割合が81.3%と最も高く、次いで「親」の割合が73.1%、「友人・知人」の割合が61.3%となっています。

回答者数 = 375

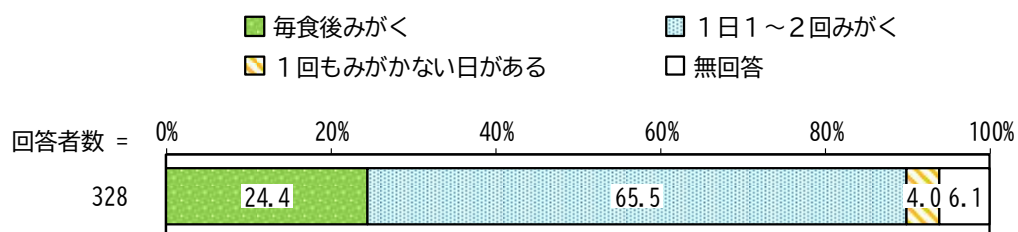


(7) 歯の健康について

問 33 お子様は歯みがきをしていますか。1 つに○をつけてください。

※お子様が0歳児の場合は記入する必要はありません。

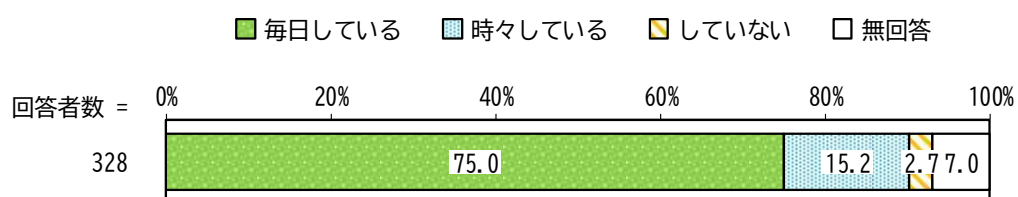
「1日1～2回みがく」の割合が65.5%と最も高く、次いで「毎食後みがく」の割合が24.4%となっています。



問 34 お子様の仕上げみがきをしていますか。1 つに○をつけてください。

※お子様が0歳児の場合は記入する必要はありません。

「毎日している」の割合が75.0%と最も高く、次いで「時々している」の割合が15.2%となっています。

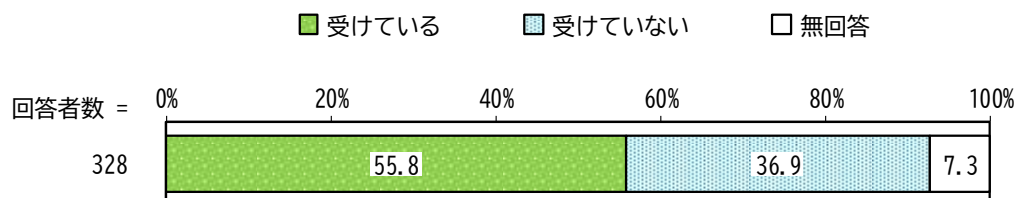


問 35 お子様は、1年以内に歯科医院で検診を受けていますか。

1 つに○をつけてください。

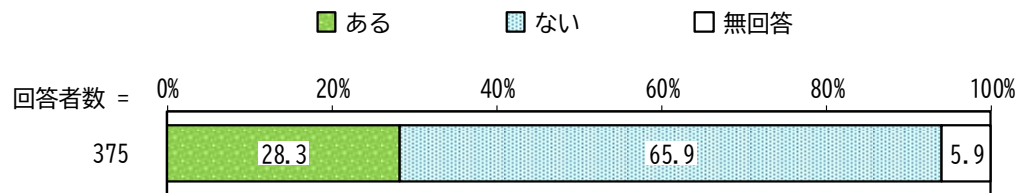
※お子様が0歳児の場合は記入する必要はありません。

「受けている」の割合が55.8%となっています。



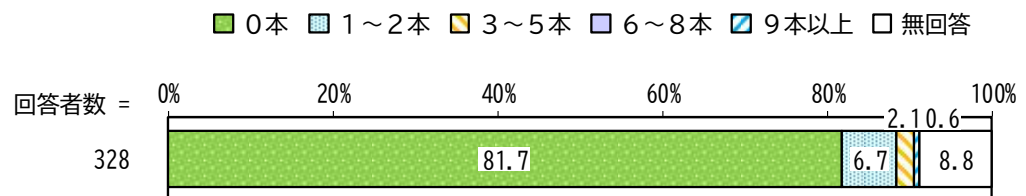
問 36 お子様は、1年以内に歯科医院でフッ素塗布をしたことがありますか。
1つに○をつけてください。

「ある」の割合が28.3%となっています。



問 37 お子様は、虫歯がありますか。1つに○をつけてください。
※お子様が0歳児の場合は記入する必要はありません。

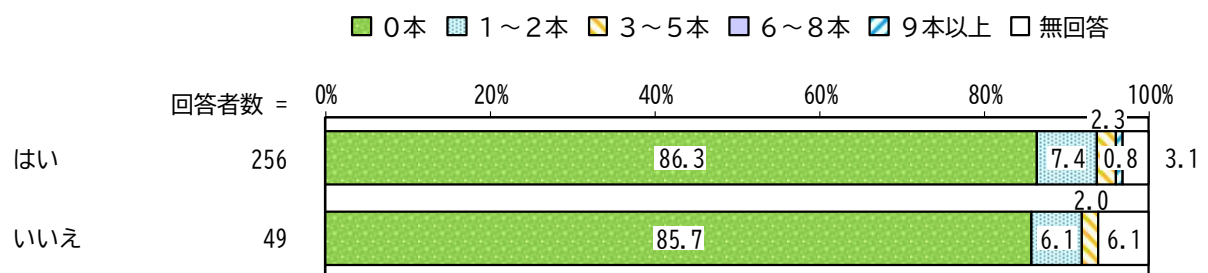
「0本」の割合が81.7%となっています。



【問 37×問 16 間食の有無別】

間食の有無別にみると、大きな差はみられません。

【間食の有無】

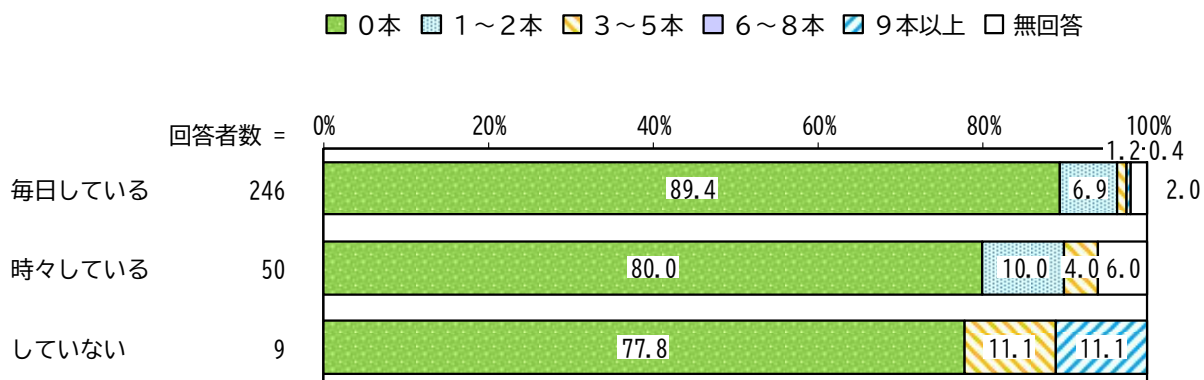


【虫歯の本数】

【問 37×問 34 仕上げみがきの頻度別】

仕上げみがきの頻度別にみると、毎日しているで「0本」の割合が高くなっています。

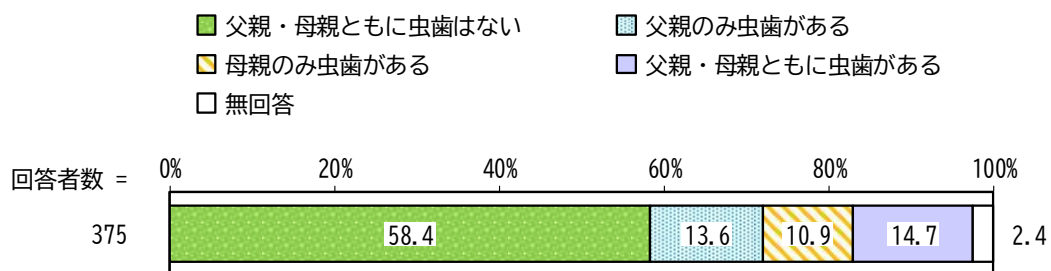
【仕上げみがきの頻度】



【虫歯の本数】

問 38 保護者の方は、現在虫歯がありますか。1つに○をつけてください。

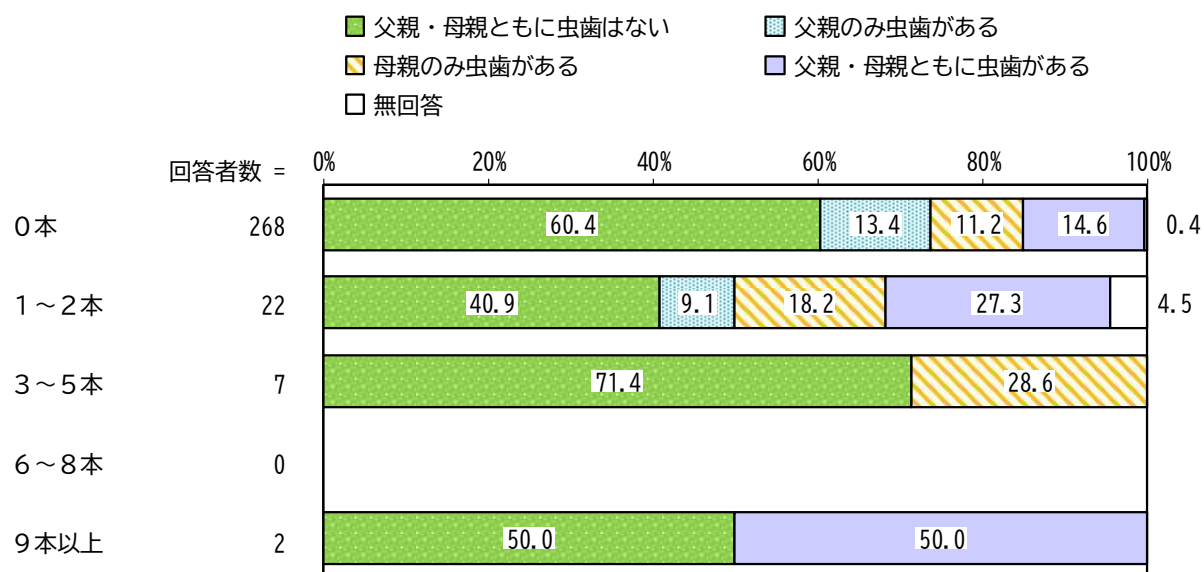
「父親・母親ともに虫歯はない」の割合が58.4%となっています。



【問 38×問 37 お子様の虫歯の本数別】

虫歯の本数別にみると、お子様の虫歯の本数が1～2本で「父親・母親ともに虫歯がある」の割合が高くなっています。

【お子様の虫歯の本数】

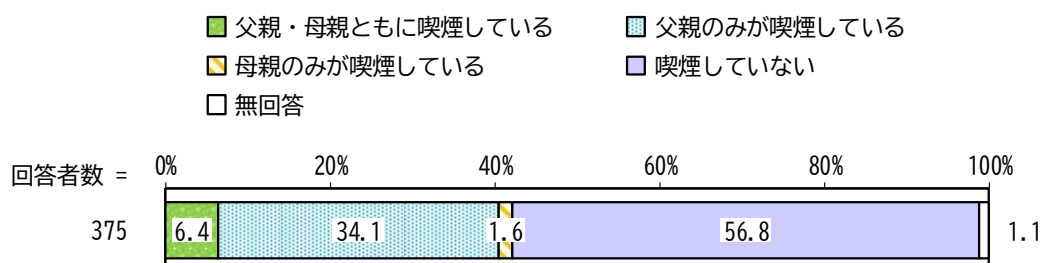


【保護者の虫歯の本数】

(8) 喫煙について

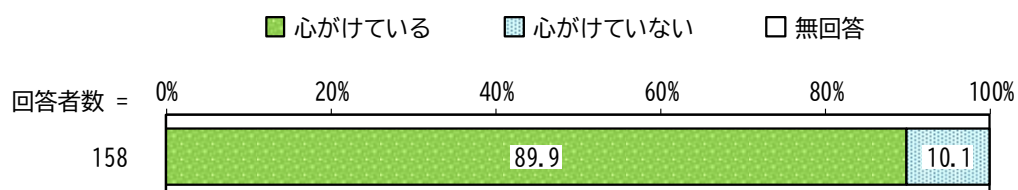
問 39 保護者の方は、喫煙をしていますか（加熱式タバコ・電子タバコを含む）。
1 つに○をつけてください。

「父親・母親ともに喫煙している」と「父親のみが喫煙している」と「母親のみが喫煙している」を合わせた「喫煙している」の割合が 42.1%となっています。



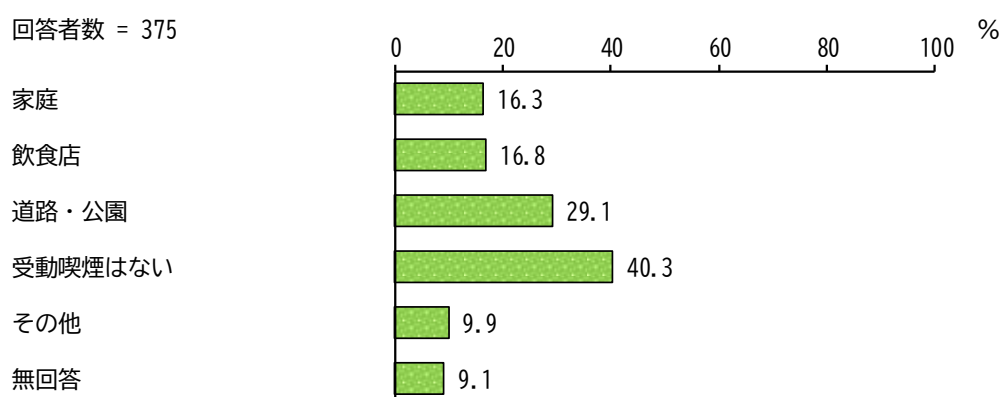
問 40 問 39 で「喫煙していない」以外と答えた方にお聞きします。
あなたは、お子様に受動喫煙（たばこの煙を吸うこと）の防止を心がけていますか。1 つに○をつけてください。

「心がけている」の割合が 89.9%となっています。



問 41 あなたのお子様は以下の場所でたばこの煙を吸ってしまったことがありますか。
あてはまるものをすべて選んでください。

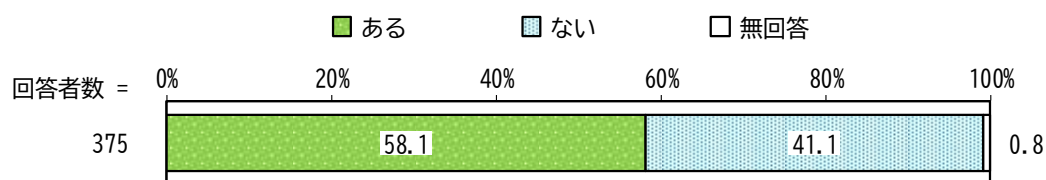
「受動喫煙はない」の割合が 40.3%と最も高く、次いで「道路・公園」の割合が 29.1%、「飲食店」の割合が 16.8%となっています。



(9) 妊娠・子育てについて

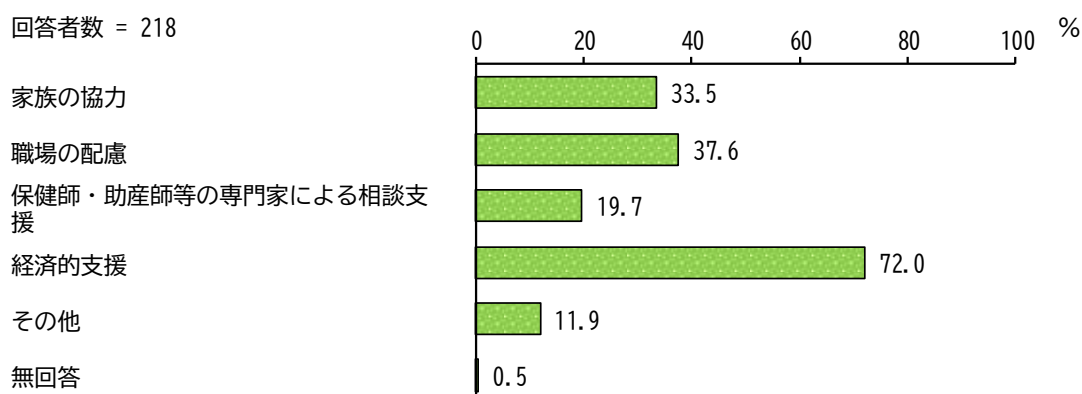
問 42 妊娠中に希望する（したかった）支援はありますか。
1 つに○をつけてください。

「ある」の割合が 58.1%となっています。



問 43 問 42 で「ある」と答えた方にお聞きします。
希望する（したかった）支援内容を教えてください。
あてはまるものをすべて選んでください。

「経済的支援」の割合が 72.0%と最も高く、次いで「職場の配慮」の割合が 37.6%、「家族の協力」の割合が 33.5%となっています。



【問 43×問 4 お子様との続柄別】

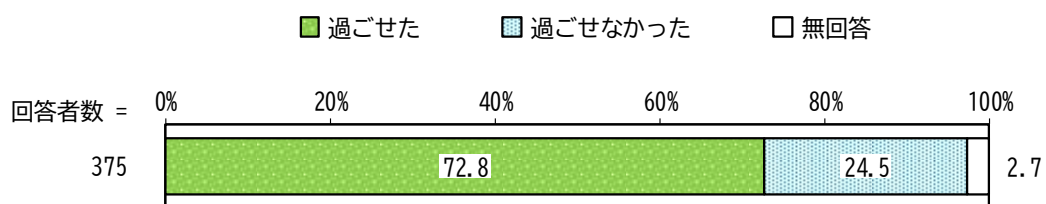
お子様との続柄別にみると、父で「経済的支援」の割合が高くなっています。

単位：%

区分		回答者数 (件)	家族の 協力	職場の 配慮	保健師・助産師等の 専門家による相談 支援	経済的 支援	その他	無 回答
全 体		218	33.5	37.6	19.7	72.0	11.9	0.5
お子様との 続柄	父	22	31.8	36.4	13.6	81.8	—	—
	母	188	33.5	38.3	21.3	70.2	12.8	0.5
	祖父母	—	—	—	—	—	—	—
	その他	—	—	—	—	—	—	—

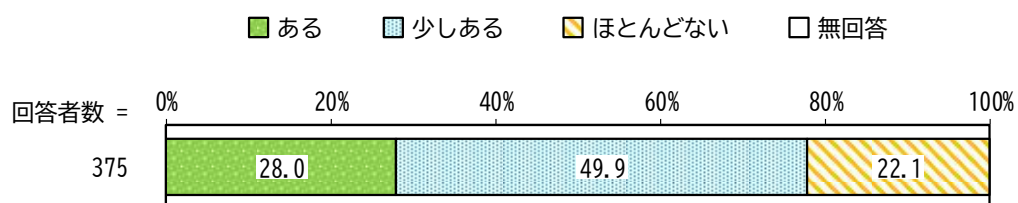
問 44 妊娠中、安定した気持ちで過ごせましたか。1 つに○をつけてください。

「過ごせた」の割合が 72.8%、「過ごせなかった」の割合が 24.5%となっています。



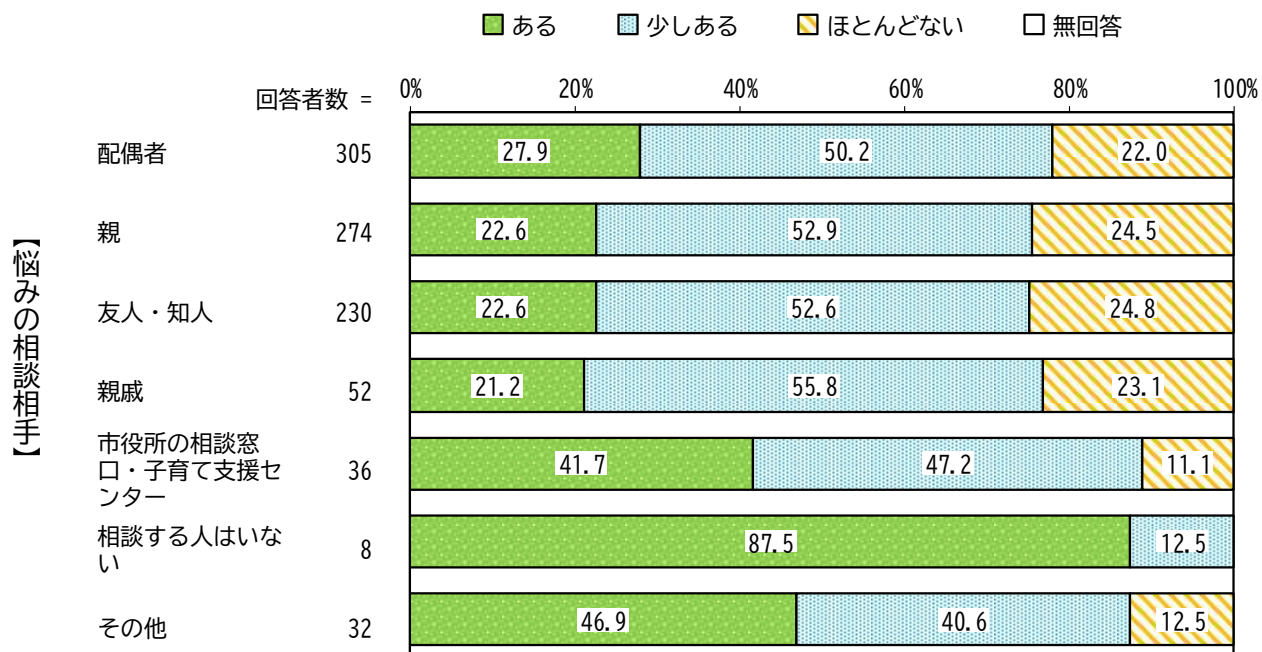
問 45 子育てに不安や悩みはありますか。1 つに○をつけてください。

「ある」と「少しある」を合わせた“ある”の割合が 77.9%となっています。



【問 45×問 32 悩みの相談相手別】

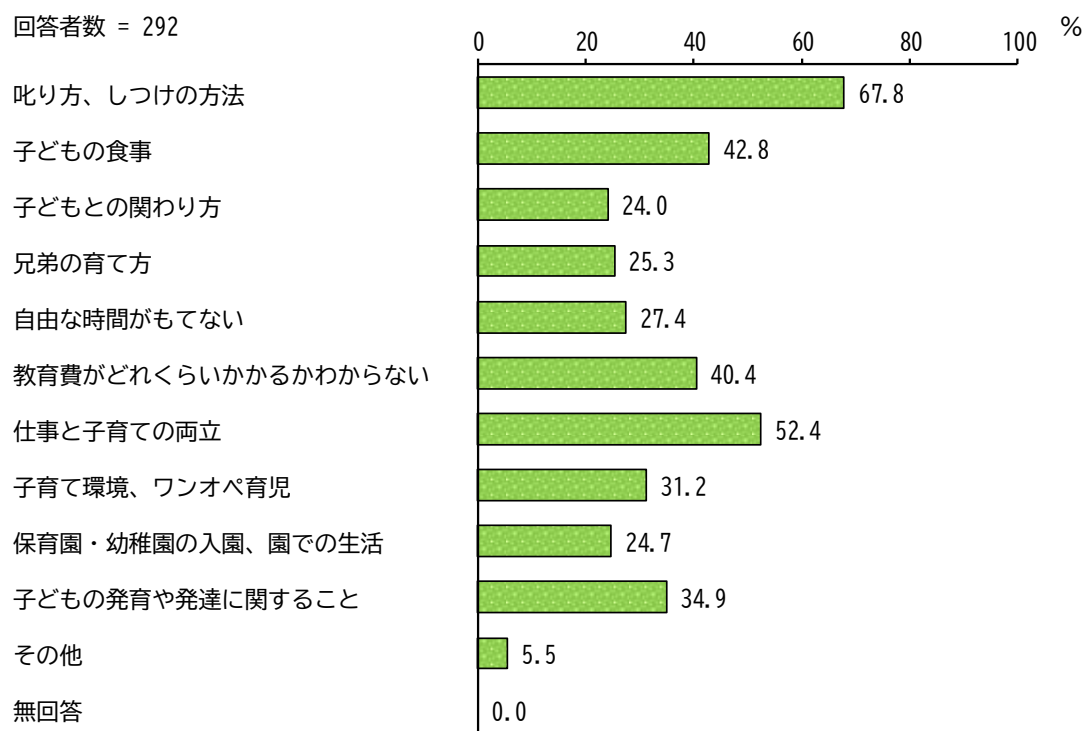
悩みの相談相手がいないと子育てに不安がある割合が高くなっています。



【子育てに不安や悩みはあるか】

問 46 問 45 で「ある」または「少しある」と答えた方にお聞きします。
不安や悩みの内容を教えてください。あてはまるものをすべて選んでください。

「叱り方、しつけの方法」の割合が 67.8%と最も高く、次いで「仕事と子育ての両立」の割合が 52.4%、「子どもの食事」の割合が 42.8%となっています。



【問 46×問 4 お子様との続柄別】

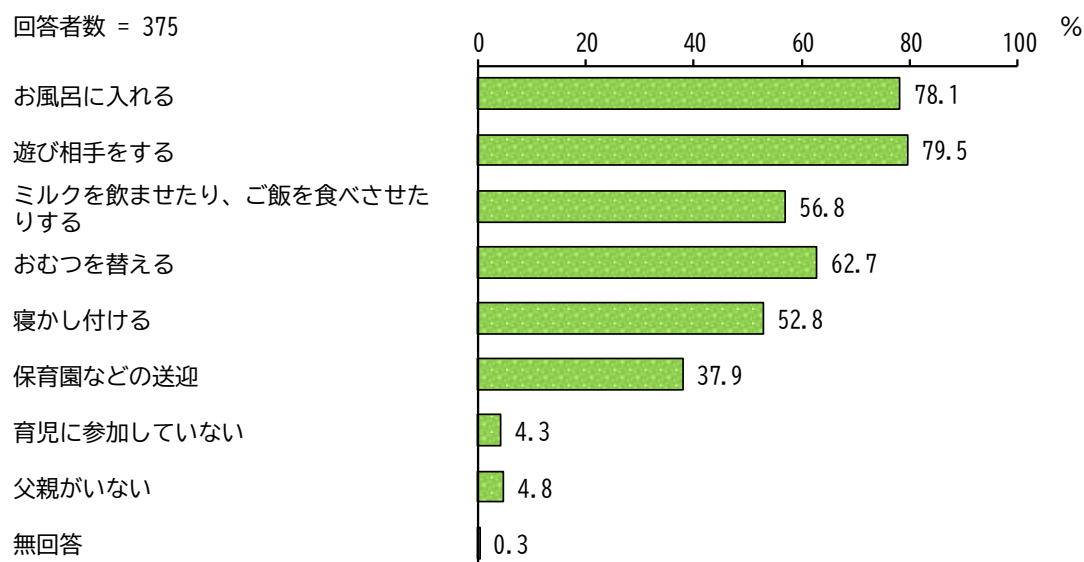
お子様との続柄別にみると、母に比べて父で「子どもの発育や発達に関すること」の割合が高くなっています。

単位：%

区分		回答者数（件）	叱り方、しつけの方法	子どもの食事	子どもとの関わり方	兄弟の育て方	自由な時間がもてない	教育費がどれくらいかかるかわからない	仕事と子育ての両立	子育て環境、ワンオペ育児	保育園・幼稚園の入園、園での生活	子どもの発育や発達に関すること	その他	無回答
全 体		292	67.8	42.8	24.0	25.3	27.4	40.4	52.4	31.2	24.7	34.9	5.5	－
お子様との続柄	父	21	76.2	47.6	28.6	19.0	33.3	33.3	57.1	14.3	28.6	52.4	－	－
	母	261	67.0	42.9	24.1	25.7	26.1	40.2	51.3	31.8	24.9	33.3	5.7	－
	祖父母	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－
	その他	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－

問 47 父親の育児参加状況についてお答えください。
 あてはまるものをすべて選んでください。

「遊び相手をする」の割合が 79.5%と最も高く、次いで「お風呂に入れる」の割合が 78.1%、
 「おむつを替える」の割合が 62.7%となっています。



【問 47×問 4 お子様との続柄別】

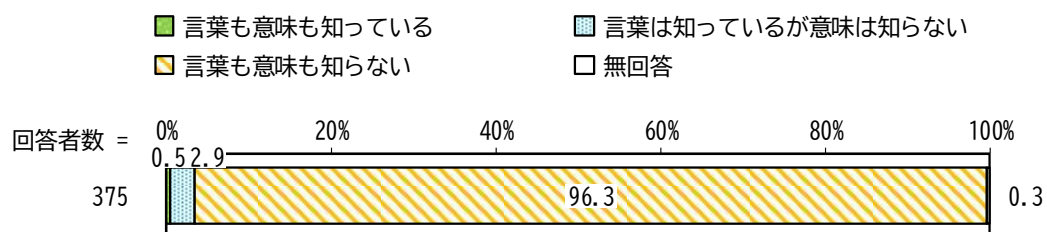
お子様との続柄別にみると、全ての項目で父の割合が高く、母の割合が低いため、父親と母親で育児参加についての認識の差がみられます。

単位：%

区分		回答者数(件)	お風呂に入れる	遊び相手をする	ミルクを飲ませたり、ご飯を食べせたりする	おむつを替える	寝かし付ける	保育園などの送迎	育児に参加していない	父親がいない	無回答
全 体		375	78.1	79.5	56.8	62.7	52.8	37.9	4.3	4.8	0.3
お子様との続柄	父	28	96.4	92.9	78.6	92.9	85.7	71.4	—	—	—
	母	336	77.1	78.6	55.4	60.1	49.7	34.8	4.2	5.4	0.3
	祖父母	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	その他	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—

問 48 「プレコンセプションケア」は、将来の妊娠を考えながら女性やカップルが自分たちの生活や健康に向き合うことです。あなたは「プレコンセプションケア」をご存じでしたか。1 つに○をつけてください。

「言葉も意味も知らない」の割合が 96.3%となっています。

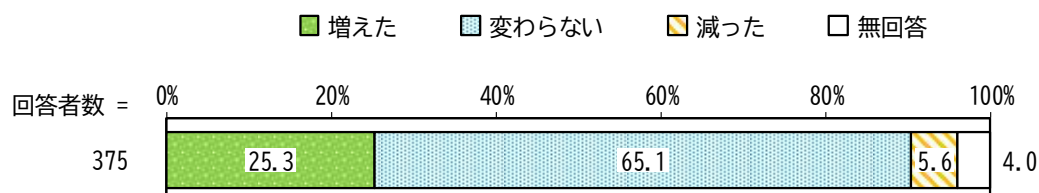


(10) 新型コロナウイルス感染症による影響について

問 49 新型コロナウイルス感染症流行前の1年間（2019年）と、昨年の1年間（2022年）を比べて、感染症の影響による生活習慣等の変化はありましたか。それぞれの項目について、あてはまるものを選んでください。

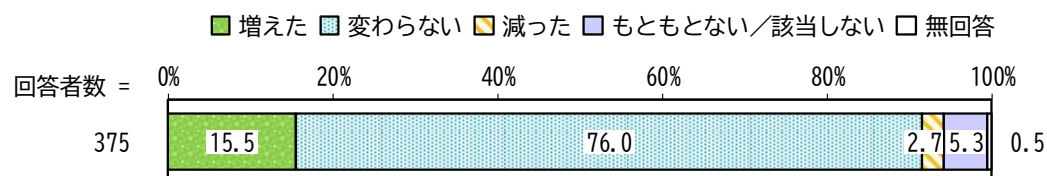
A 体重

「変わらない」の割合が65.1%となっています。



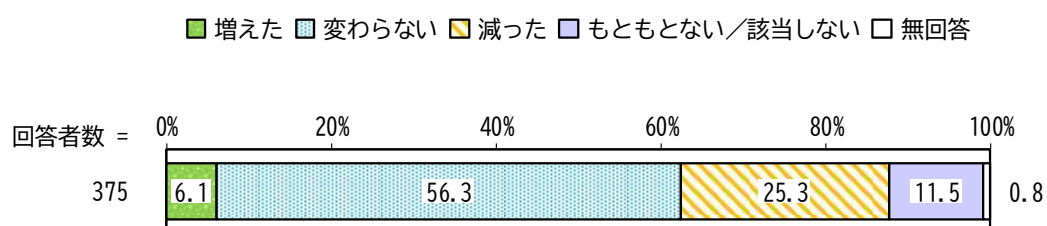
B 間食（朝昼夕以外の食事）

「変わらない」の割合が76.0%となっています。



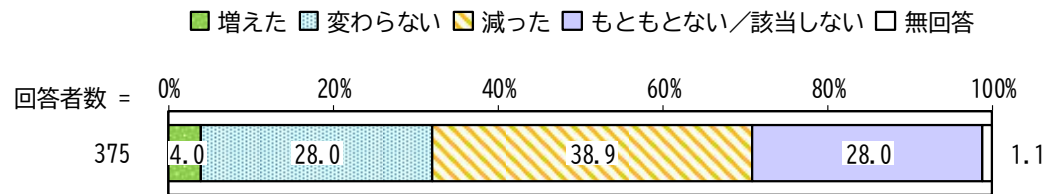
C 運動日数

「減った」の割合が25.3%となっています。



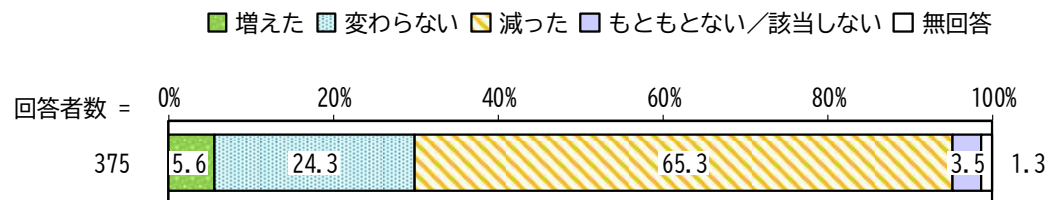
D 地域活動の参加（地域の行事・子育て支援センター・子育てサークル等）

「減った」の割合が 38.9%となっています。



E 友人や知人との交流

「減った」の割合が 65.3%と最も高く、次いで「変わらない」の割合が 24.3%となっています。



(11) 乳幼児期調査結果総括

【「回答者属性について」の総括】

- ・「住まい（居住地）」の比率については、調査票配布時の構成比率に概ね準じた結果となっている。

【「健康状態・健康意識について」の総括】

- ・『起床時間』については、「7時」までに起きる乳幼児は約6割となっており、「8時」までに起きる乳幼児を含めると、9割以上が起きている。また、年齢別にみると、年齢が上がるにつれ、子どもの起床時間が遅くなる傾向がみられる。
- ・『就寝時間』については、「21時」までに寝る乳幼児は約4割となっており、「22時」までに寝る乳幼児を含めると、9割弱が寝ている。また、朝食を食べる頻度別にみると、朝食を食べる回数か少なくなるほど子どもの就寝時間も遅くなる傾向がみられる。
- ・「8時」までに起きて、「22時」までに寝る乳幼児が多くを占めている。
- ・保護者は、「6時30分前」に起きる割合が最も高くなっており、「7時」までに起きる割合は約9割となっている。また、就寝時間では「23時以降」に寝る割合が最も高くなっており、子どもの就寝以降に寝ている保護者が多いことがうかがえる。
- ・『健康診査・予防接種』については、どちらも「おおむね受けている（受ける予定）」および「おおむね予定通り接種している（接種する予定）」と回答している。

【「食生活について」の総括】

- ・『朝食を食べているか』については、「毎日食べる」と回答した割合は、乳幼児が約9割、保護者が約7割となっており、乳幼児は概ね毎日朝食を食べているが、保護者は約3割が毎日朝食を食べていない結果となっている。また、性・年齢別にみると、男児・女児ともに年齢が上がるにつれて、朝食を「毎日食べる」割合が高くなっている。
- ・『お子様は、保護者の方と一緒に夕食を食べているか』については、「毎日食べる」と回答した人は8割以上となっている。
- ・『野菜の摂取』については、「1日1食以上」食べている割合が、約9割となっている。
- ・間食における『甘味の摂取』については、8割以上となっている。
- ・『食品ロス削減に向けた行動』については、約7割が実施しており、取組内容については、「買い物に行く前に冷蔵庫・食品庫等の在庫確認をしている」が約8割、「小分け冷凍など工夫して保存し、使い切るようにしている」が約7割となっている。

【「食育・地産地消について」の総括】

- ・『食育・地産地消という言葉や意味を知っているか』については、「言葉や意味を知っている」と回答した人の割合は、約7割となっている。
- ・『食育への関心』については、「とても関心がある」「まあまあ関心がある」の割合は、8割以上となっている。
- ・『古河市でつくられた農産物を意識的に購入しているか』について、「意識していない」が約7割となっている。

【「運動について」の総括】

- ・『外遊びの頻度』については、「ほぼ毎日遊ぶ」と回答した人の割合は、1割半ばとなっている。また、カウプ指数別にみると、肥満気味の子どもの「ほとんど遊ばない」の割合が高くなっている。
- ・『外遊びの内容や場所』については、「自宅の庭」が約7割、「散歩」が約6割と高くなっている。
- ・「ほとんど遊ばない」と回答した人の理由としては、「時間がない」、「遊ぶところがない」の割合が高くなっている。

【「休養・こころの健康について」の総括】

- ・『テレビや動画の視聴時間』については、「1時間未満」の割合が約1割となっており、「3時間以上」の割合が約3割となっている。
- ・『お子様へのスキンシップ』については、「とっている」「まあまあとっている」と回答した割合が9割以上となっているが、「あまりとっていない」も1割未満ではあるが回答した方がいる。
- ・『育児の悩みの相談相手』については、「配偶者」、「親」、「友人・知人」が高くなっている。

【「歯の健康について」の総括】

- ・『歯磨き』については、「毎食後みがく」割合は2割半ばとなっているが、一方で「1回もみがかない日がある」と回答した人もみられる。
- ・『仕上げみがき』については、「毎日している」割合が、7割半ばとなっており、仕上げみがきを毎日しているお子様で虫歯は0本の割合が高くなっている。
- ・歯科医院で検診を受けている乳幼児は5割半ばとなっており、約3割がフッ素塗布を実施している。
- ・『虫歯の有無』について、約8割が0本と回答している。

【「喫煙について」の総括】

- ・『保護者は喫煙しているか』について、「父親・母親ともに喫煙」「父親のみが喫煙」「母親のみが喫煙」と回答している人の割合は、全体で約4割となっている。

- ・乳幼児が『受動喫煙してしまった場所』については、「道路・公園」が約3割、「飲食店」と「家庭」が約2割となっている。

【「妊娠・子育てについて」の総括】

- ・『妊娠中の支援希望』について、約6割が支援を希望している（いた）。
- ・希望する（したかった）支援内容については、「経済的支援」が約7割となっており、主に父親が希望している。
- ・『子育てへの不安や悩みの有無』について、「ある」「少しある」の割合が約8割となっている。相談先については、「市役所の相談窓口・子育て支援センター」の割合が高くなっている。
- ・『不安や悩みの内容』については、「叱り方、しつけの方法」「仕事と子育ての両立」が高くなっている。
- ・『父親の育児参加状況』については、「育児に参加していない」が1割未満となっており、ほとんどの父親が育児に参加していることがうかがえる。一方、父親と母親を比較すると、全ての項目で父の割合が高く、母の割合が低いため、父親と母親で育児参加についてギャップが見られる。
- ・『「プレコンセプションケア」の認知度』について、「言葉も意味も知らない」の割合が9割を超えており、認知度の低さがうかがえる。

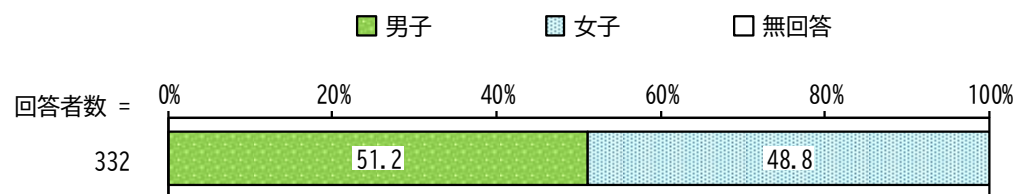
【「新型コロナウイルス感染症による影響について」の総括】

- ・『新型コロナウイルス感染症流行前の1年間（2019年）と、昨年の1年間（2022年）を比べて、感染症の影響による生活習慣等の変化』について、「友人や知人の交流が減った」と回答している人の割合が全体で6割半ばとなっている。

2 学齡期

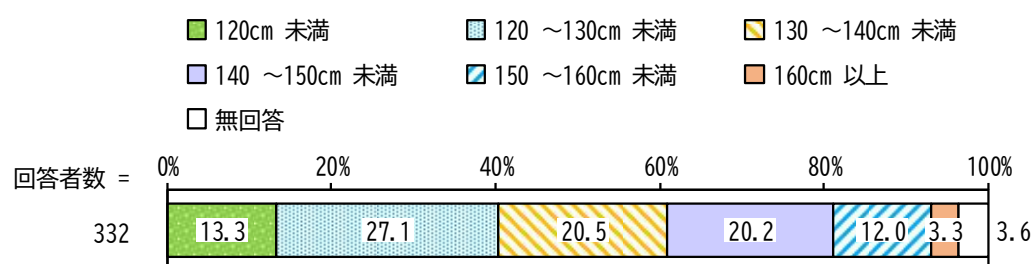
(1) 回答者属性

問1 性別を教えてください。

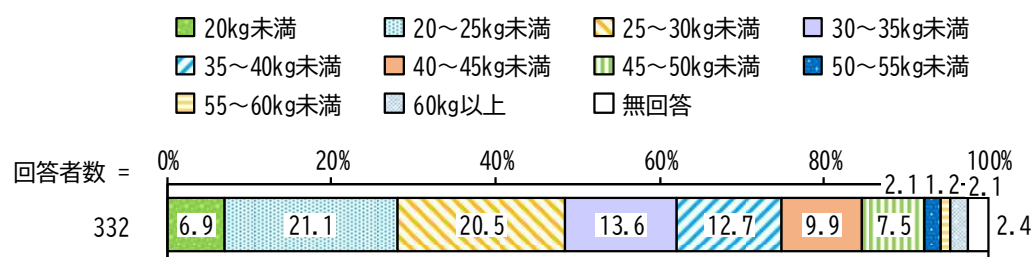


問2 身長と体重を教えてください。

身長

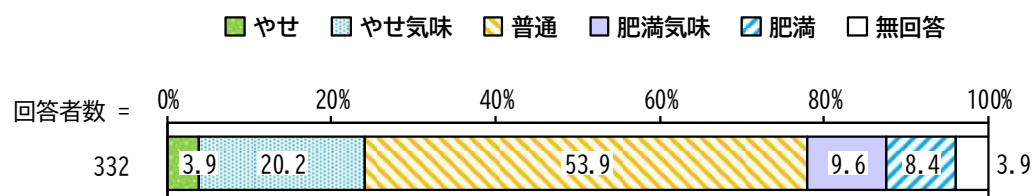


体重



ローレル指数

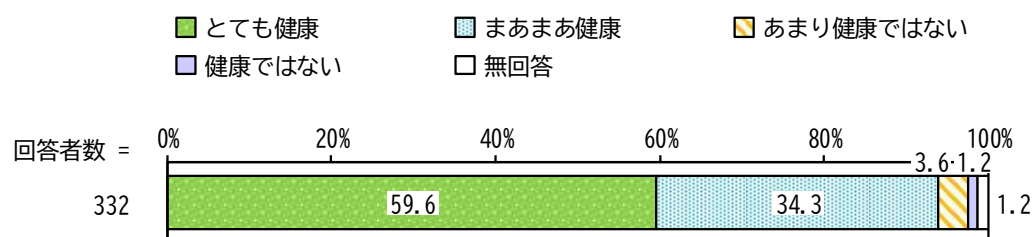
「肥満気味」の割合が9.6%、「肥満」の割合が8.4%となっています。



(2) 健康状態・健康意識について

問3 あなたはふだん、自分を健康だと思いますか。1つに○をつけてください。

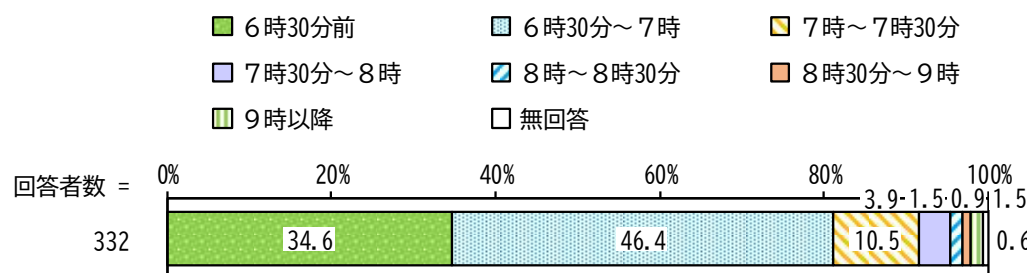
「とても健康」と「まあまあ健康」を合わせた“健康”の割合が93.9%となっています。



問4 起きる時間や寝る時間は、どの時間帯が多いですか。それぞれ1つに○をつけてください。

起きる時間

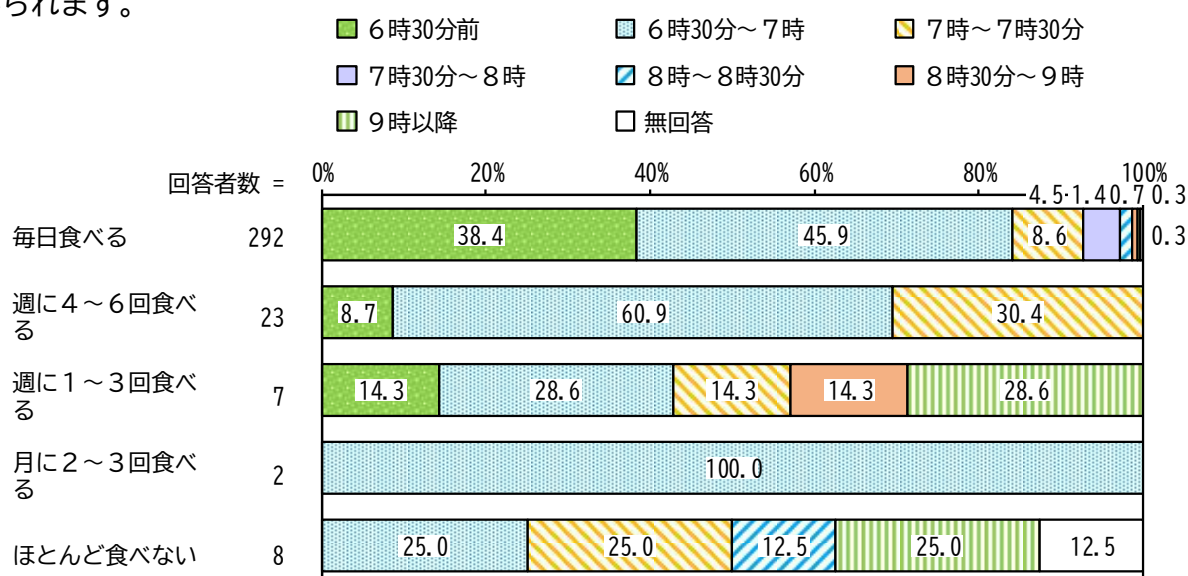
「7時より前」の割合が81.0%となっています。



【問4 × 問6 朝食を食べる頻度別】

朝食を食べる頻度別にみると、朝食を食べる回数が少なくなるほど起床時間も遅くなる傾向がみられます。

【朝食を食べる頻度】

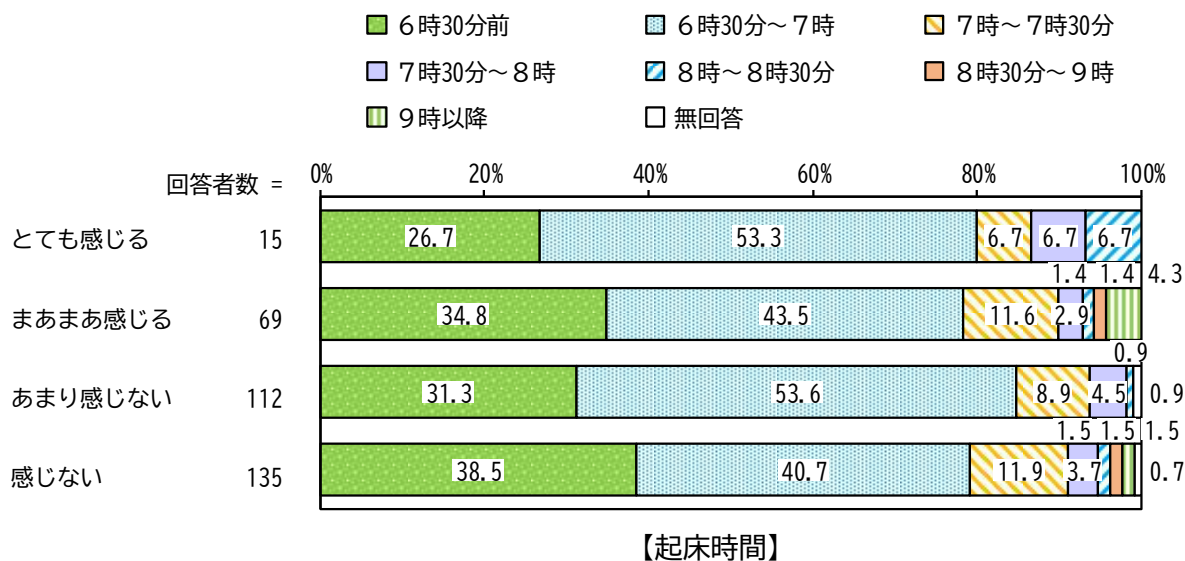


【起床時間】

【問4 × 問19 つらいと感じることがあるか別】

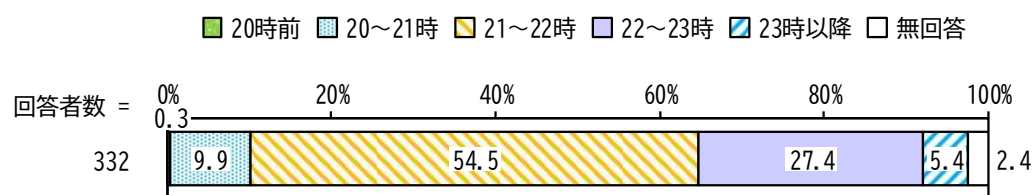
つらいと感じることがあるか別にみると、とても感じるで「8時～8時30分」の割合が高くなっています。

【つらいと感じることがあるか】



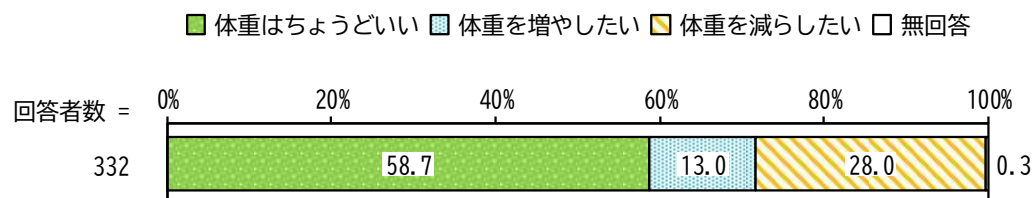
寝る時間

「21～23時」の割合が81.9%となっています。



問5 あなたは、今の体重をどう思いますか。1つに○をつけてください。

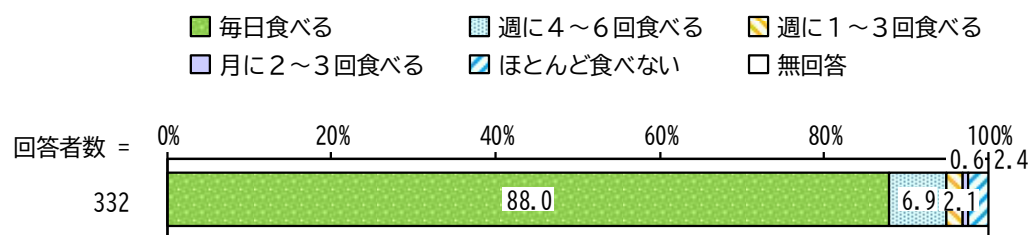
「体重を減らしたい」の割合が28.0%となっています。



(3) 食生活について

問6 あなたは、朝食を食べていますか。1つに○をつけてください。

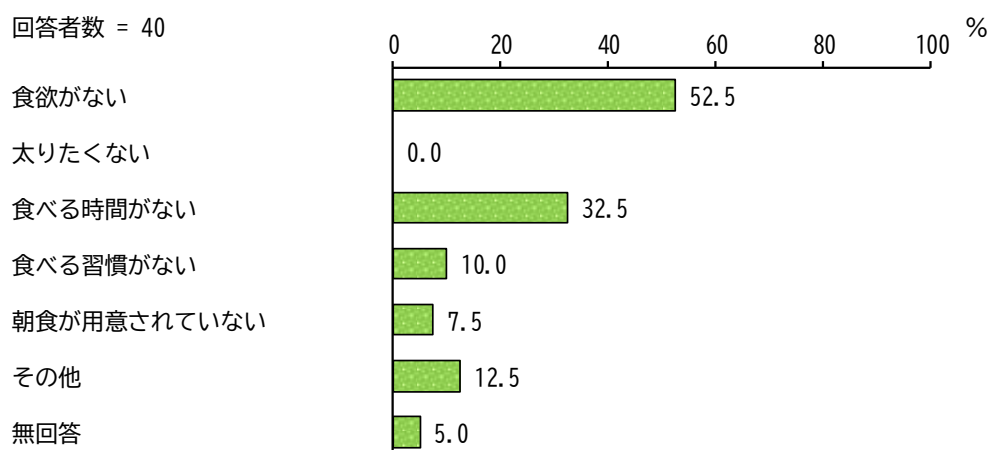
「毎日食べる」の割合が88.0%となっています。



問7 問6で「毎日食べる」以外をえらんだ方にお聞きします。

朝食を食べない理由はなんですか。あてはまるものをすべて選んでください。

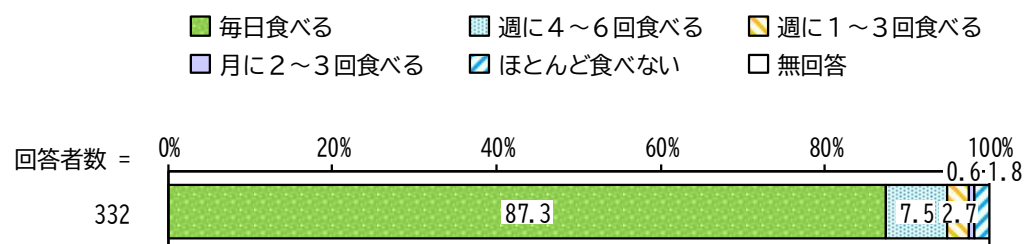
「食欲がない」の割合が52.5%と最も高く、次いで「食べる時間がない」の割合が32.5%、「食べる習慣がない」の割合が10.0%となっています。



問8 家の人と夕食を一緒に食べていますか（兄弟姉妹は含みません）。

1つに○をつけてください。

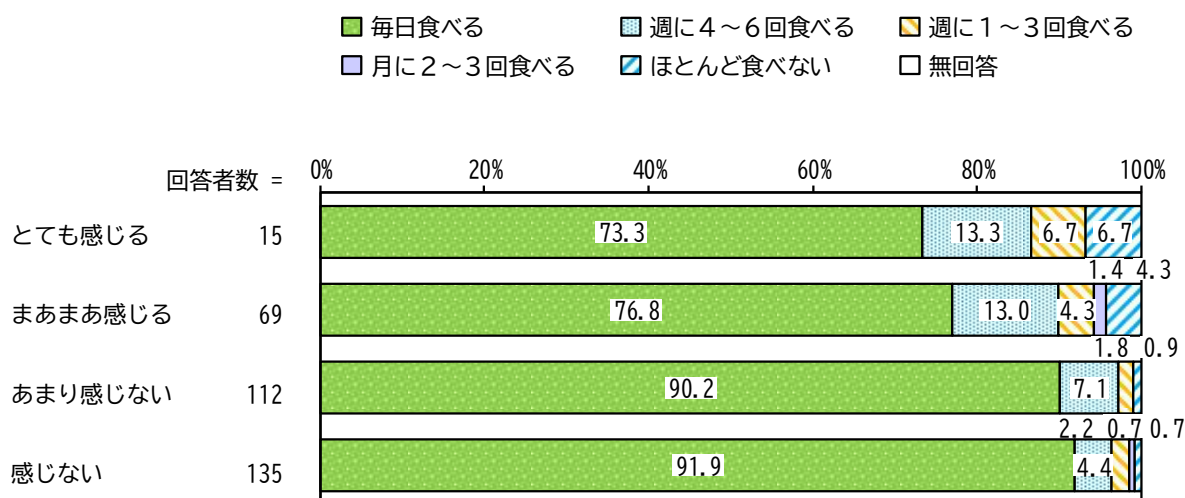
「毎日食べる」の割合が87.3%となっています。



【問8×問19 つらいと感じることがあるか別】

つらいと感じることがあるか別にみると、「感じない」「あまり感じない」は、「家の人と一緒に夕食を毎日食べる」の割合が高くなっています。

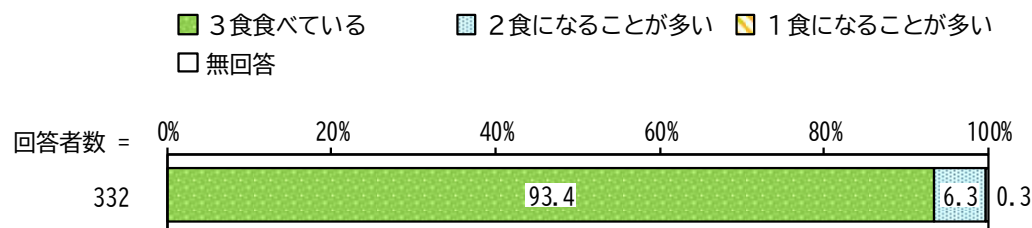
【つらいと感じることがあるか】



【家の人と一緒に夕食を食べるか】

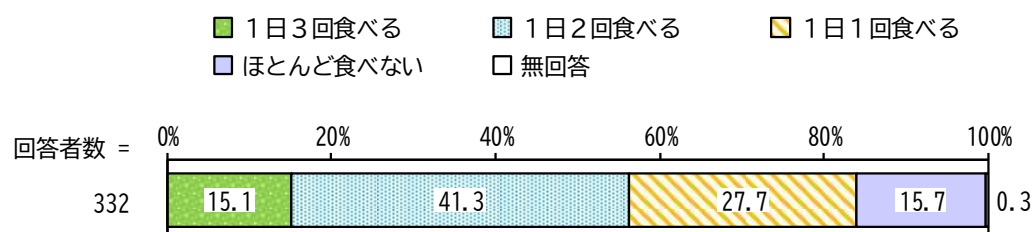
問9 あなたは1日3食、食べていますか。1つに○をつけてください。

「3食食べている」の割合が93.4%となっています。



問10 あなたは野菜をよく食べていますか。1つに○をつけてください。

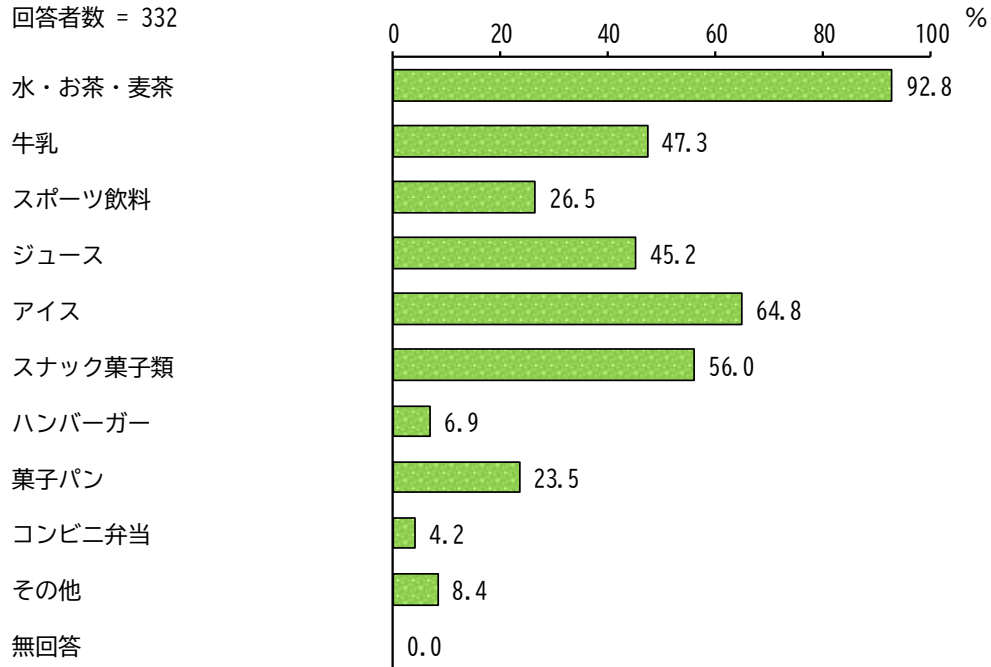
「ほとんど食べない」の割合が15.7%となっています。



問 11 あなたがよく飲んだり食べたりするものは何ですか。
あてはまるものをすべて選んでください。

「水・お茶・麦茶」の割合が 92.8%と最も高く、次いで「アイス」の割合が 64.8%、「スナック菓子類」の割合が 56.0%となっています。

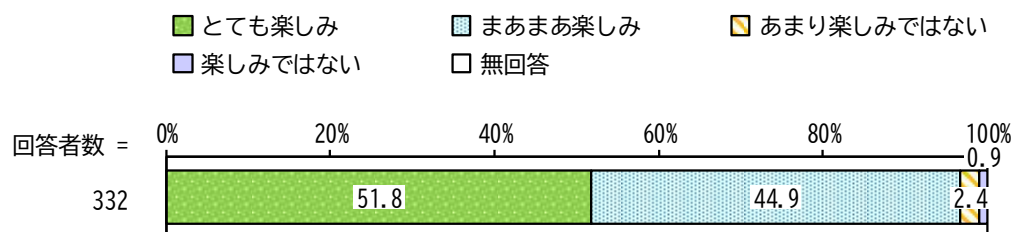
回答者数 = 332



(4) 食育について

問 12 食事は楽しみですか。1 つに○をつけてください。

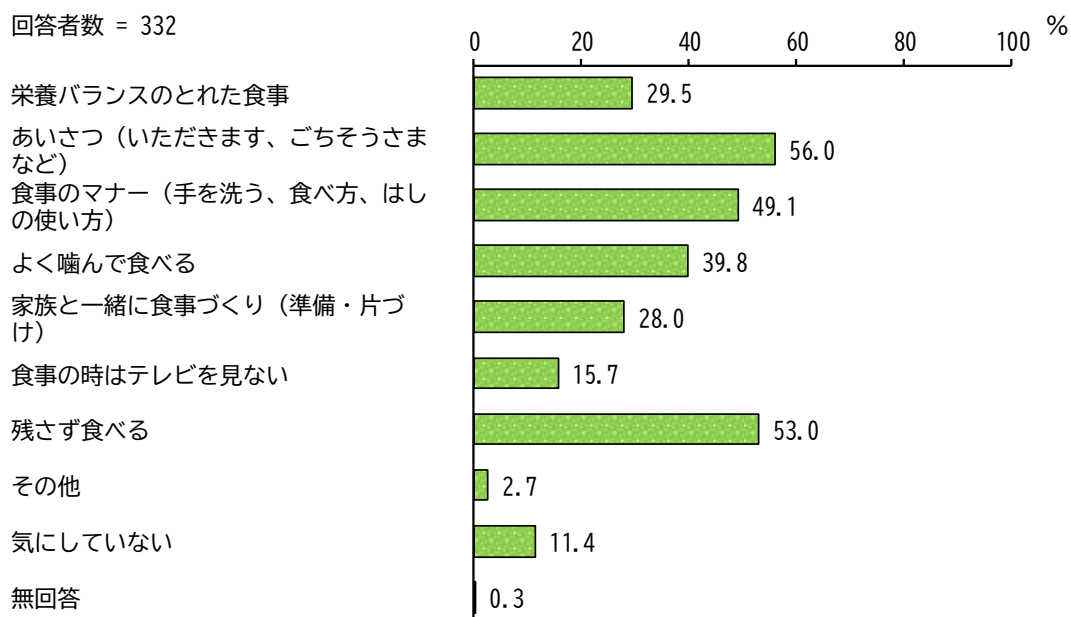
「とても楽しみ」と「まあまあ楽しみ」を合わせた“楽しみ”の割合が 96.7%となっています。



問 13 食事をするときどのようなことに気をつけていますか。

あてはまるものをすべて選んでください。

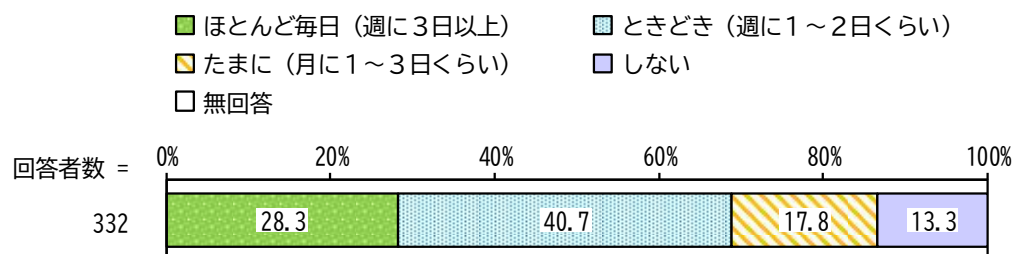
「あいさつ（いただきます、ごちそうさまなど）」の割合が 56.0%と最も高く、次いで「残さず食べる」の割合が 53.0%、「食事のマナー（手を洗う、食べ方、はしの使い方）」の割合が 49.1%となっています。



(5) 運動について

問 14 運動やスポーツをどれくらいしていますか（学校の体育の授業をのぞきます）

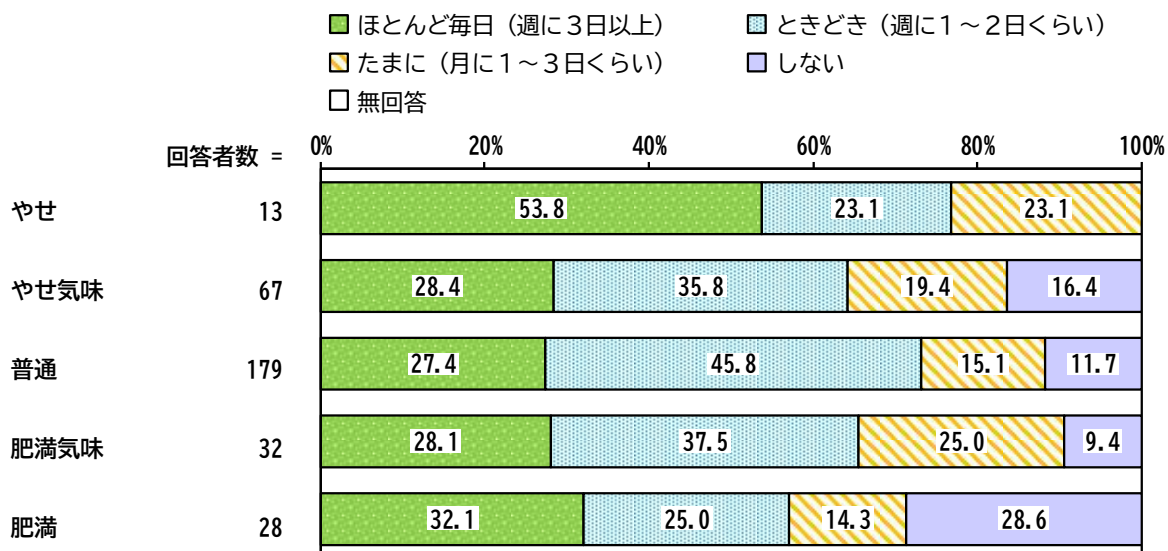
「しない」の割合が 13.3%となっています。



【問 14×問 2 ローレル指数別】

ローレル指数別にみると、肥満で「しない」の割合が高くなっています。

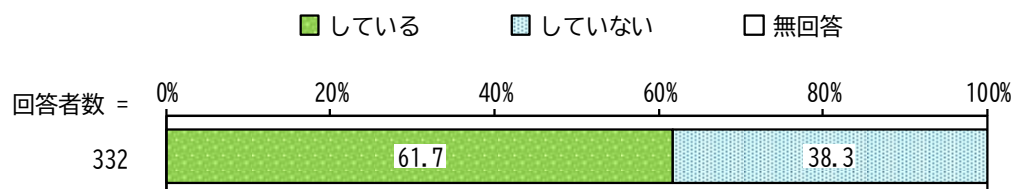
【ローレル指数】



【運動をする頻度】

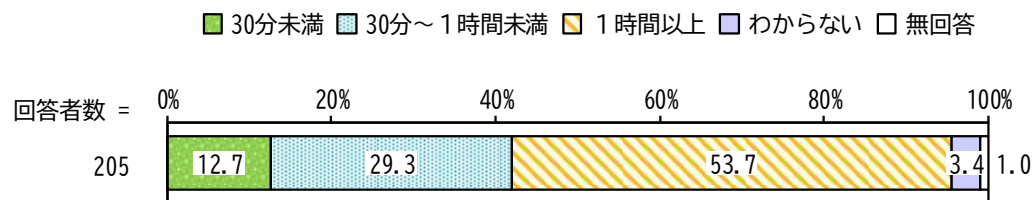
問 15 休日に運動したり、外で遊んだりしていますか（スポーツ少年団や運動クラブ等の運動を含みます）

「していない」の割合が 38.3%となっています。



問 16 休日に運動したり、外で遊んだりする時間はどれくらいですか

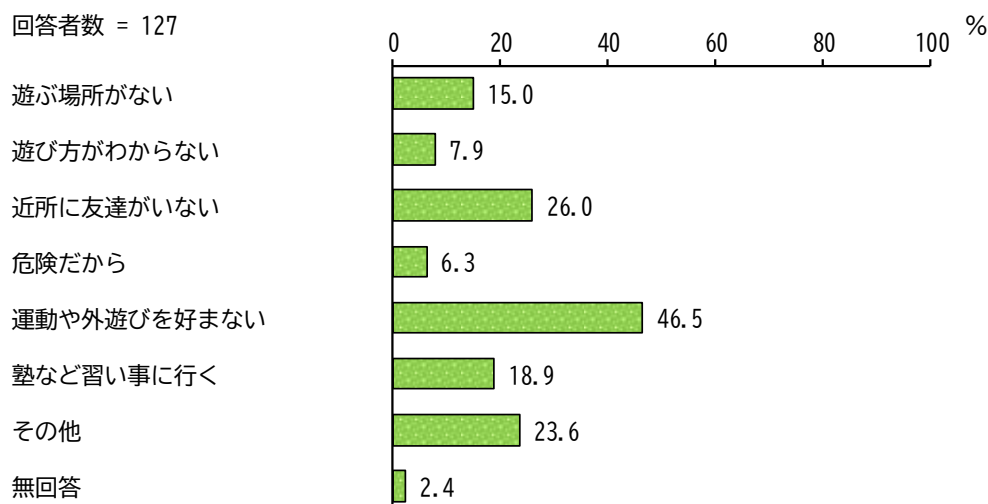
「1 時間以上」の割合が 53.7%となっています。



問 17 問 15 で「していない」をえらんだ方にお聞きします。

あてはまるものをすべて選んでください。

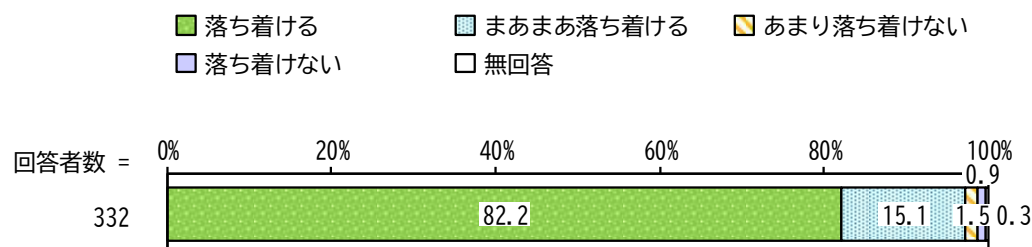
「運動や外遊びを好まない」の割合が 46.5%と最も高く、次いで「近所に友達がいない」の割合が 26.0%、「塾など習い事に行く」の割合が 18.9%となっています。



(6) 休養・こころの健康について

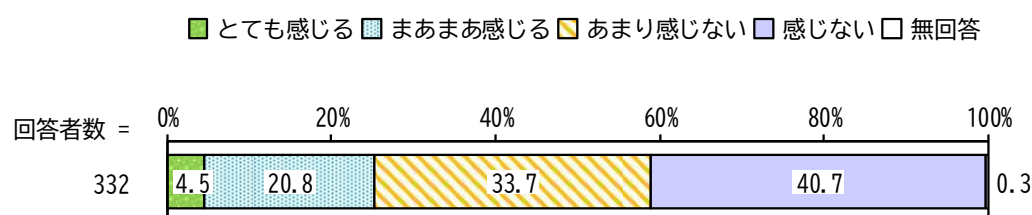
問 18 家は落ち着ける場所ですか。1 つに○をつけてください。

「落ち着ける」と「まあまあ落ち着ける」を合わせた「落ち着ける」の割合が 97.3%となっています。



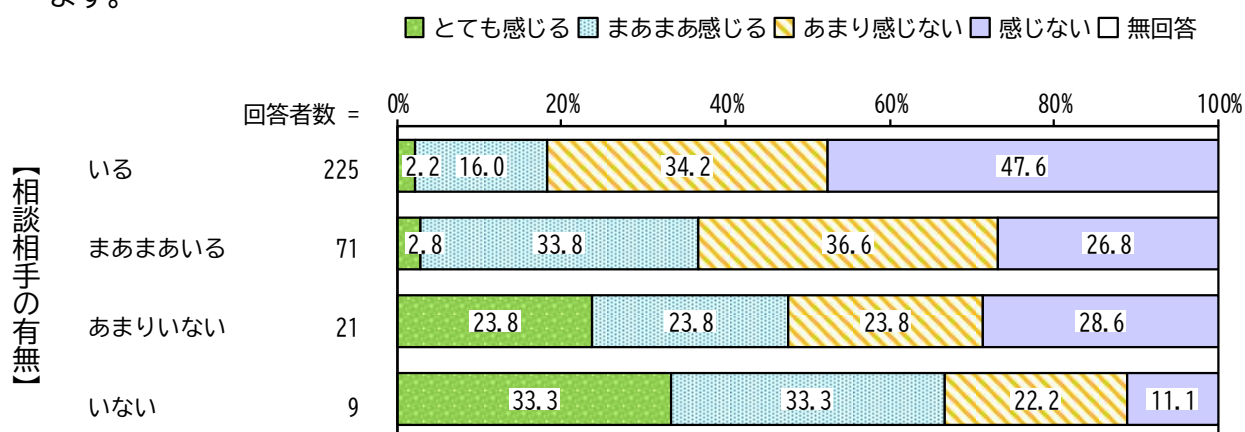
問 19 あなたはふだん、「つらい」と感じることはありますか。
1 つに○をつけてください。

「感じる」と「まあまあ感じる」を合わせた「感じる」の割合が 25.3%となっています。



【問 19×問 21 相談相手の有無別】

相談相手の有無別にみると、相談相手がない児童で「つらい」と感じるが多くなっています。

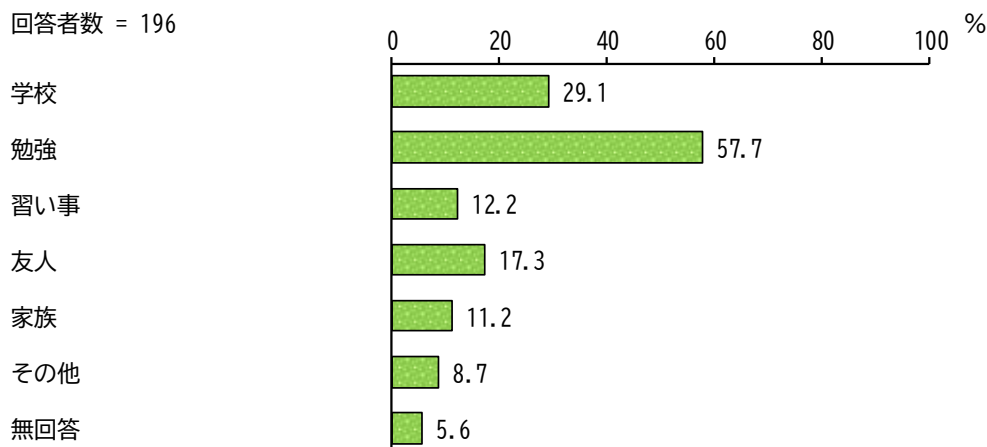


【つらいと感じることがあるか】

問 20 あなたはどんなことで「つらい」と感じますか。
あてはまるものをすべて選んでください。

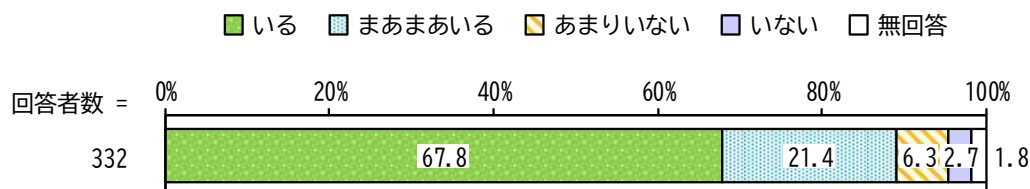
「勉強」の割合が 57.7%と最も高く、次いで「学校」の割合が 29.1%、「友人」の割合が 17.3%となっています。

回答者数 = 196



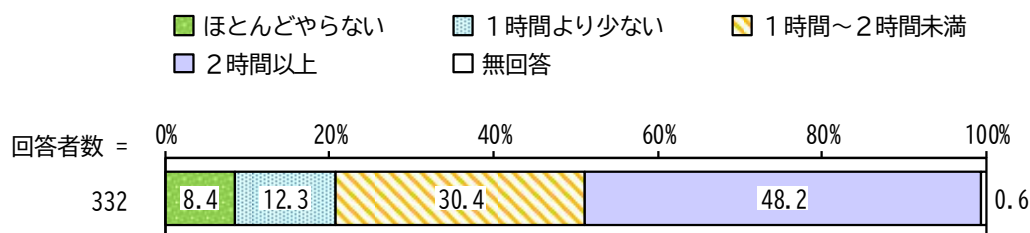
問 21 困ったときや悩んだとき、相談できる人はいますか。
1つに○をつけてください。

「いる」と「まあまあいる」を合わせた“いる”の割合が 89.2%となっています。



問 22 平日1日のゲーム時間（インターネット・携帯ゲーム含む）はどのくらいですか。1つに○をつけてください。

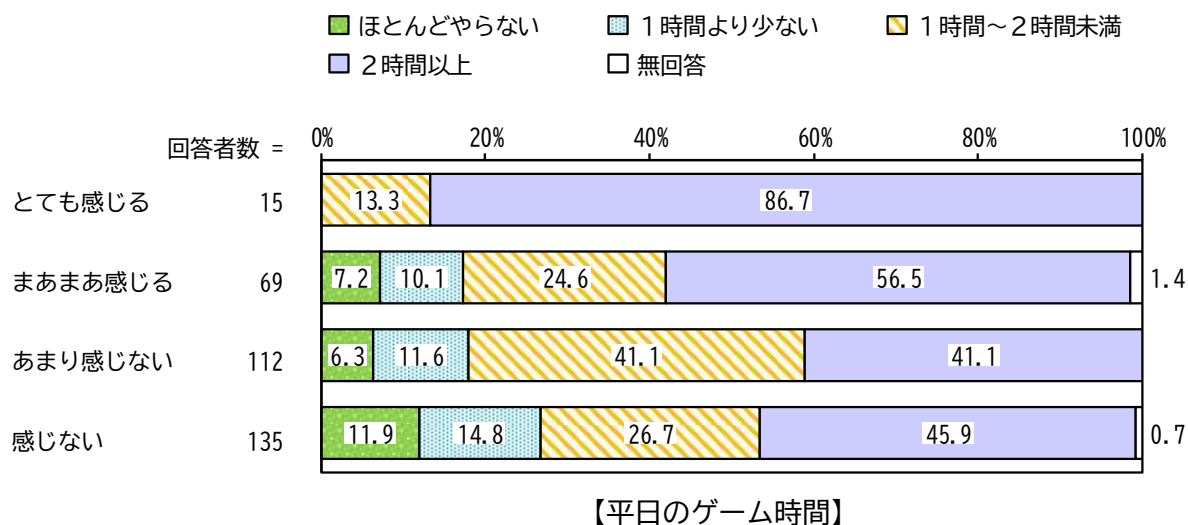
「2時間以上」の割合が 48.2%となっています。



【問 22×問 19 つらいと感じることがあるか別】

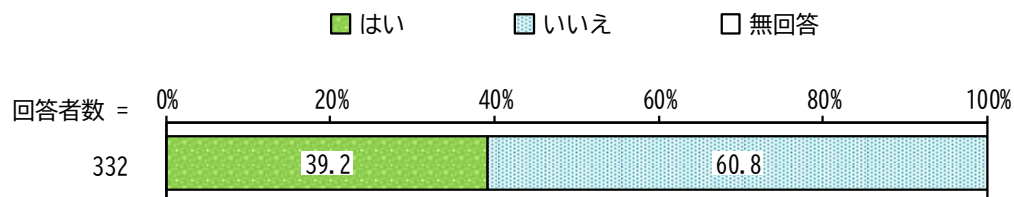
つらいと感じることがあるか別にみると、つらいと感じるほど「2 時間以上」ゲームをする割合が高くなっています。

【つらいと感じることがあるか】



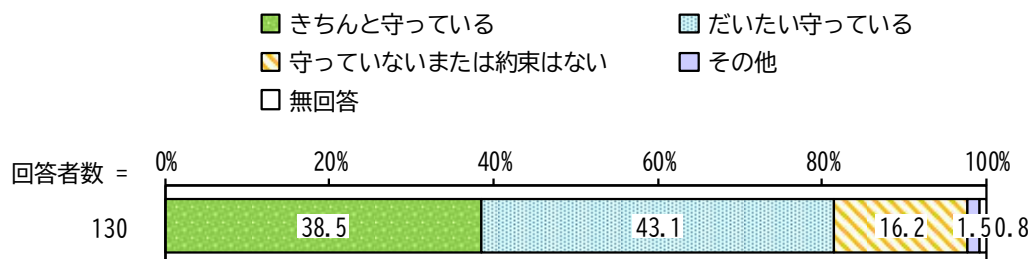
問 23 自分用の携帯電話やスマートフォンを持っていますか。
1 つに○をつけてください。

「はい」の割合が 39.2%となっています。



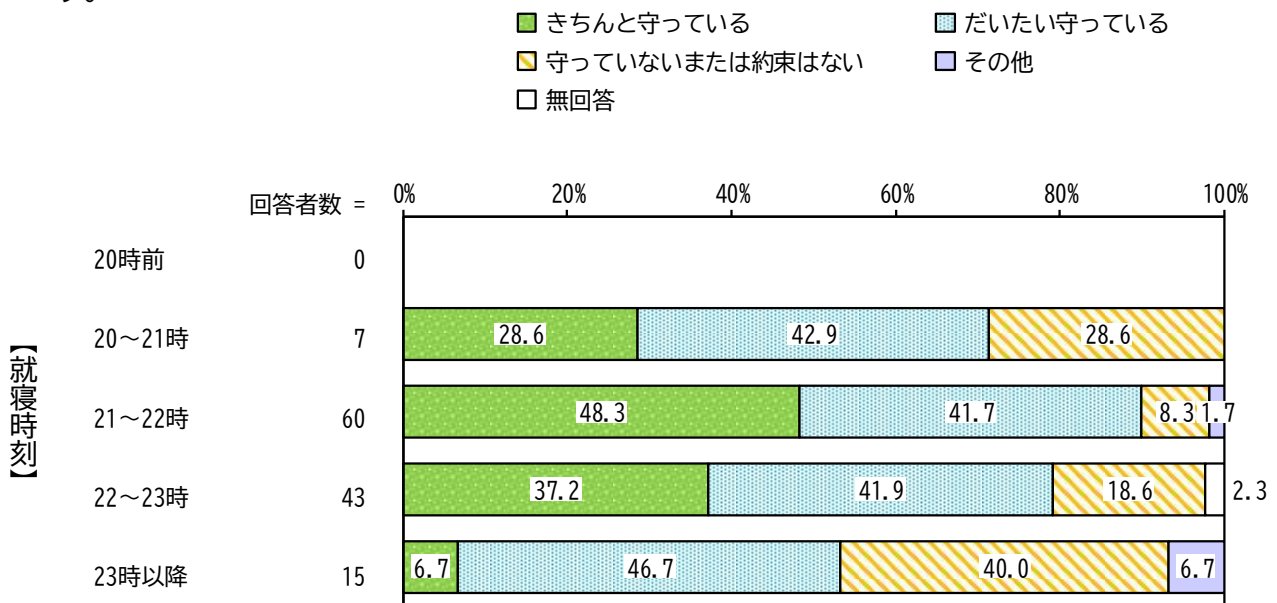
問 24 問 23 で「はい」をえらんだ方にお聞きします。
携帯電話やスマートフォンの使い方について、家の人と約束事を決めて、守っていますか。1 つに○をつけてください。

「きちんと守っている」と「だいたい守っている」を合わせた「守っている」の割合が 81.6%となっています。



【問 24×問 4 就寝時刻別】

就寝時刻別にみると、23 時以降で「守っていないまたは約束はない」の割合が高くなっています。



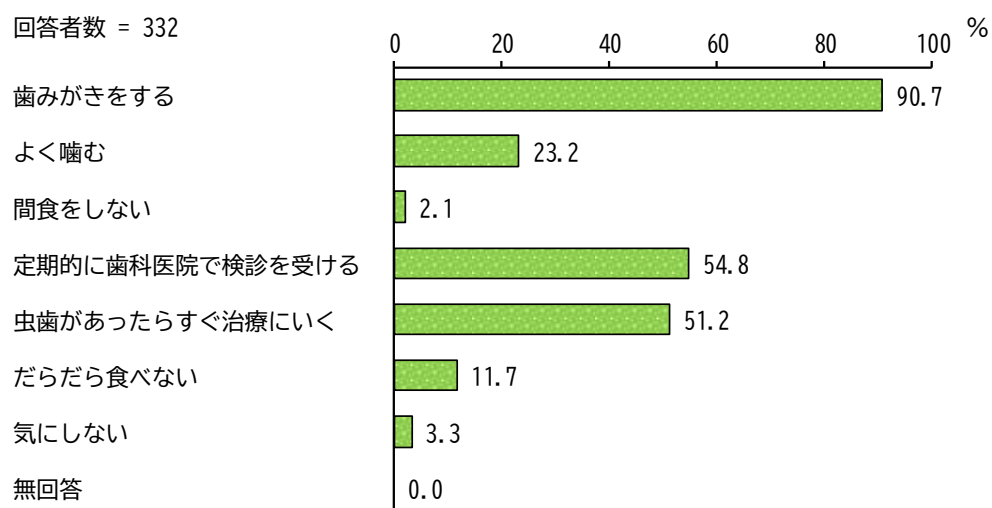
【携帯電話やスマートフォンの使い方について、家の人と約束事を決めて、守っているか】

(7) 歯の健康について

問 25 歯の健康について気をつけていることは何ですか。
あてはまるものをすべて選んでください。

「歯みがきをする」の割合が 90.7%と最も高く、次いで「定期的に歯科医院で検診を受ける」の割合が 54.8%、「虫歯があったらすぐ治療に行く」の割合が 51.2%となっています。

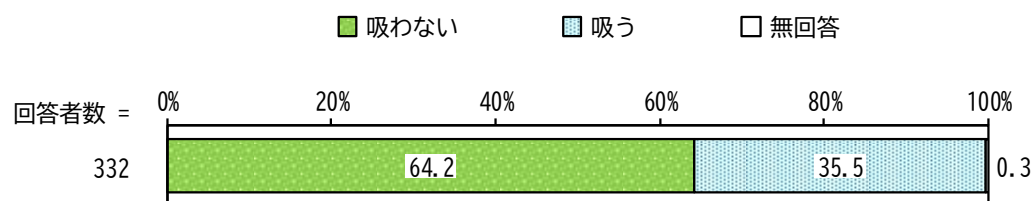
回答者数 = 332



(8) たばこについて

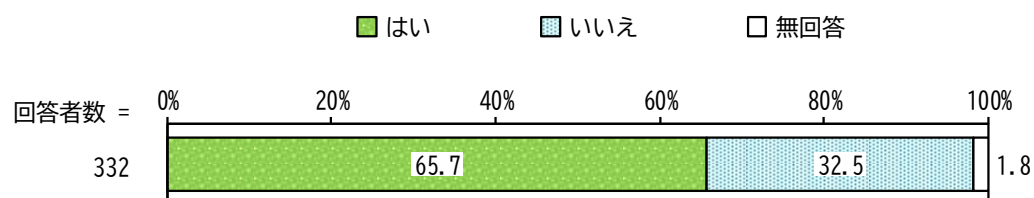
問 26 家の人は、たばこを吸っていますか。1 つに○をつけてください。

「吸う」の割合が 35.5%となっています。



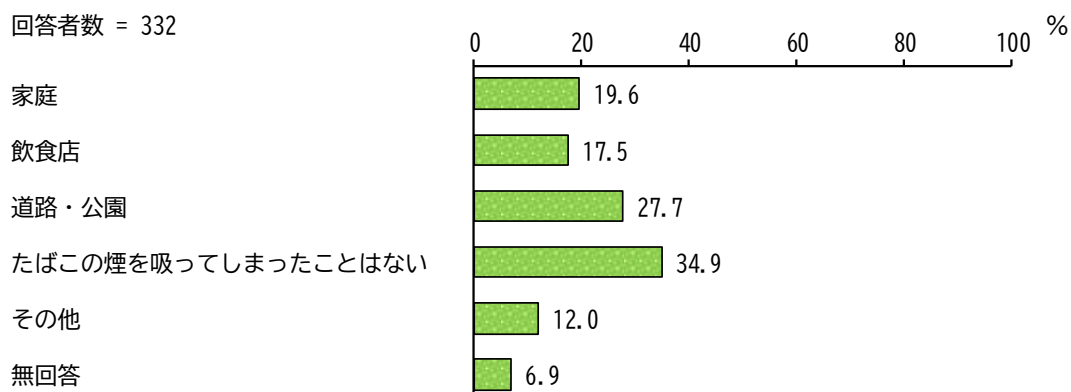
問 27 たばこの煙は気になりますか。

「はい」の割合が 65.7%となっています。



問 28 あなたは、以下の場所でたばこの煙を吸ってしまったことがありますか。
あてはまるものをすべて選んでください。

「たばこの煙を吸ってしまったことはない」の割合が 34.9%と最も高く、次いで「道路・公園」の割合が 27.7%、「家庭」の割合が 19.6%となっています。

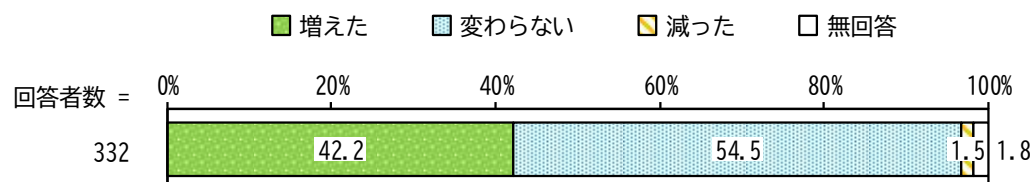


(9) 新型コロナウイルス感染症による影響について

問 29 新型コロナウイルス感染症流行前の1年間（2019年）と、昨年の1年間（2022年）を比べて、感染症の影響による生活習慣等の変化はありましたか。それぞれの項目について、あてはまるものを選んでください。

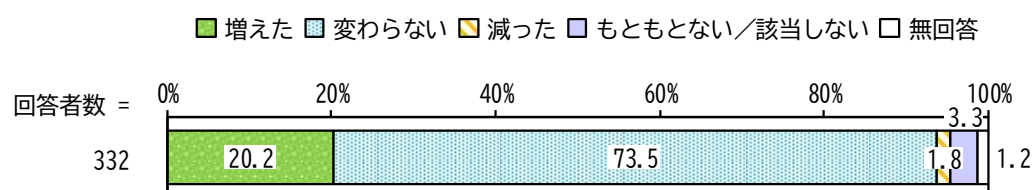
A 体重

「変わらない」の割合が54.5%となっています。



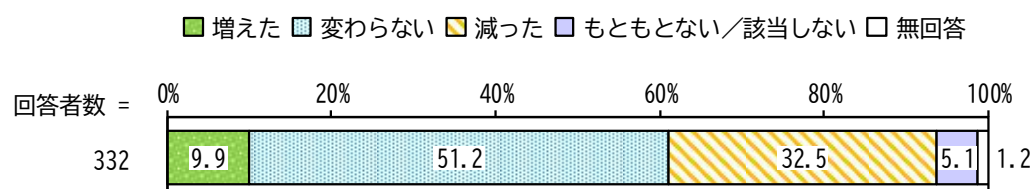
B 間食（朝昼夕以外の食事）

「変わらない」の割合が73.5%となっています。



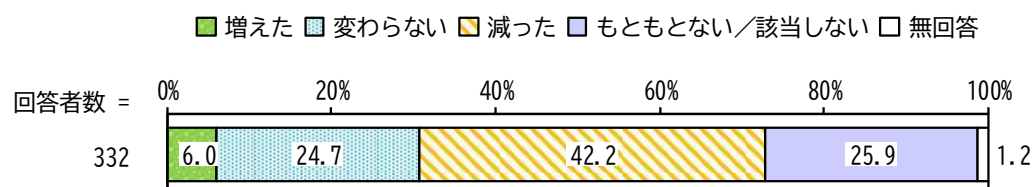
C 運動日数

「減った」の割合が32.5%となっています。



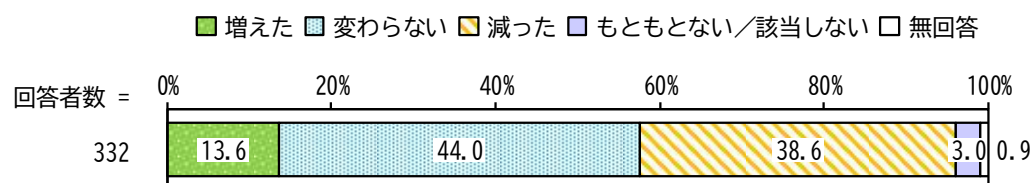
D 地域活動の参加（地域の行事・ボランティア等）

「減った」の割合が42.2%となっています。



E 友人や知人との交流

「減った」の割合が38.6%となっています。



(10) 学齢期調査結果総括

【「あなた自身のことについて」の総括】

- ・『身長と体重（ローレル指数）』については、約2割が肥満傾向となっている。

【「健康状態・健康意識について」の総括】

- ・『自分を健康だと思うか』については、「とても健康」「まあまあ健康」と回答した割合が9割以上となっており、主観的健康観が高くなっている。
- ・『起床時間・就寝時間』については、約8割が「7時」までに起床し、約6割が「22時」までに就寝している。また、朝食を食べる回数が少なくなるほど起床時間も遅くなる傾向がみられる。

【「食生活について」の総括】

- ・『朝食を食べているか』については、約1割が毎日ではないと回答している。その理由としては、「食欲がない」「食べる時間がない」が高くなっている。
- ・『家の人と夕食を一緒に食べているか』については、「毎日食べる」と回答した割合が、約9割となっている。また、つらいと感じるほど「毎日食べる」の割合が低くなる傾向がみられる。
- ・『1日3食食べているか』については、9割以上が1日3食食べている。
- ・『摂取頻度の高い飲料や食品』については、「水・お茶・麦茶」と回答した割合が9割以上となっており、その他で「アイス」と回答した人が6割以上となっている。

【「食育について」の総括】

- ・『食事が楽しみか』については、食事は楽しみであると感じている人が9割以上となっている。
- ・『食事をするときに気を付けていること』については、「あいさつ」「残さず食べる」の割合が、5割以上となっている。

【「運動について」の総括】

- ・『運動習慣』については、「週に1日以上」と回答した人の割合は、約7割となっている。一方、ローレル指数別にみると、肥満の児童で「しない」の割合が高くなっている。
- ・『休日に運動したり、外で遊んだりするか』については、「していない」と回答した人の割合は、約4割となっている。その理由として、「運動や外遊びを好まない」「近所に友達がいない」「塾など習い事に行く」が高くなっている。

【「休養・こころの健康について」の総括】

- ・『つらいと覚くることがあるか』については、「とても覚く」「まあまあ覚く」と回答した割合が、2割半ばとなっている。また、相談相手がない児童が「つらい」と覚く傾向がみられる。
- ・『どんなことでつらいと覚くか』については、「勉強」が5割以上と最も高くなっている。
- ・『相談できる相手はいるか』については、「いない」「あまりいない」と回答した割合が、約1割となっている。
- ・『平日1日のゲーム時間』については、1時間以上するという回答が約8割となっている。また、つらいと覚く児童ほどゲームをする時間が長くなる傾向がみられる。
- ・『携帯やスマートフォンの使い方』について「守っていないまたは約束はない」と回答した人は、約2割となっており、23時以降に就寝している割合が高くなっている。

【「歯の健康について」の総括】

- ・『歯の健康について気をつけていること』については、「歯みがきをする」の割合が9割と最も高く、次いで「定期的に歯科医院で検診を受ける」「虫歯があったらすぐ治療に行く」となっている。

【「たばこについて」の総括】

- ・『家の人は、たばこを吸っていますか』について、「吸う」と回答した人の割合は、3割半ばとなっている。
- ・『受動喫煙してしまった場所』については、「道路・公園」が27.7%、「家庭」が19.6%となっている。

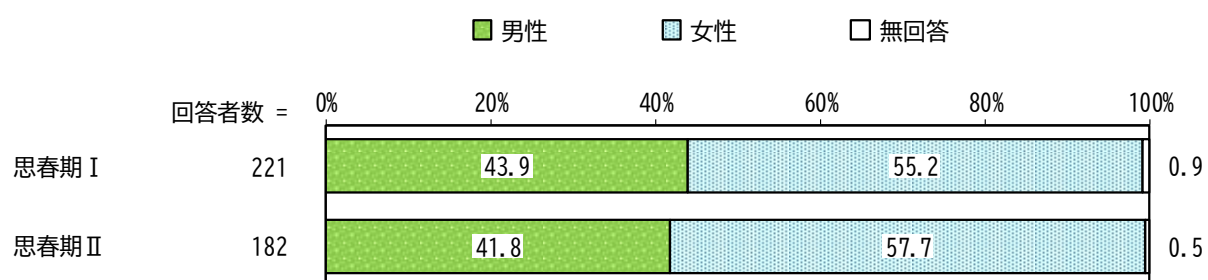
【「新型コロナウイルス感染症による影響について」の総括】

- ・『新型コロナウイルス感染症流行前の1年間（2019年）と、昨年の1年間（2022年）を比べて、感染症の影響による生活習慣等の変化』について、「地域活動の参加が減った」、「友人や知人との交流が減った」が約4割、「運動日数が減った」と回答している人の割合が約3割となっている。

3 思春期Ⅰ、思春期Ⅱ

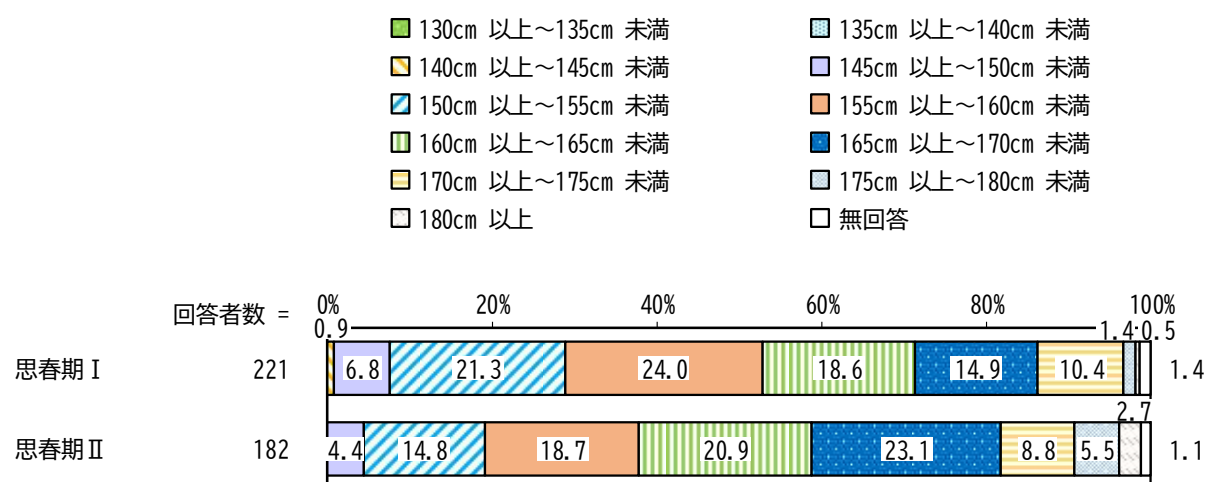
(1) 回答者属性

【思春期Ⅰ：問１】【思春期Ⅱ：問１】性別を教えてください。

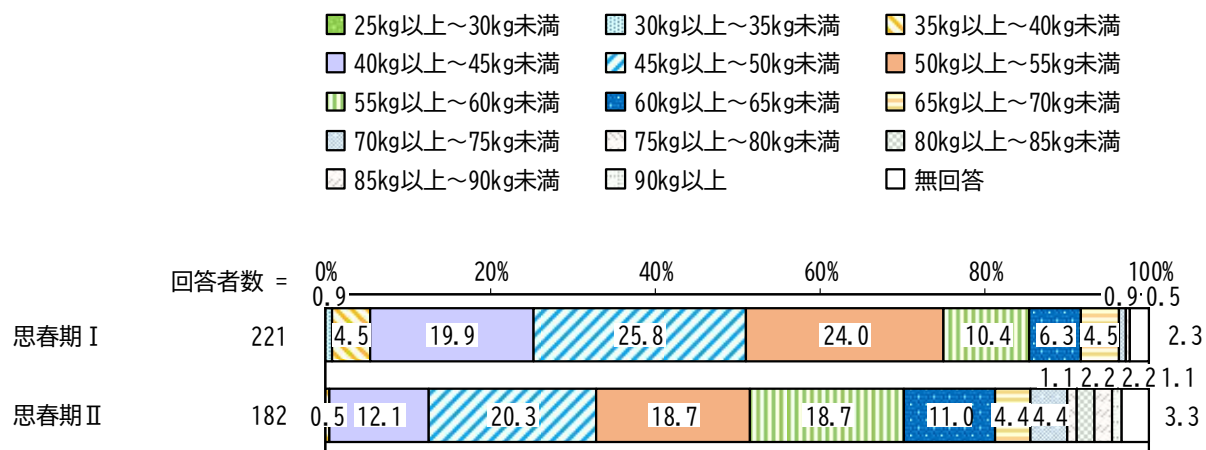


【思春期Ⅰ：問２】【思春期Ⅱ：問２】身長と体重を教えてください。

身長

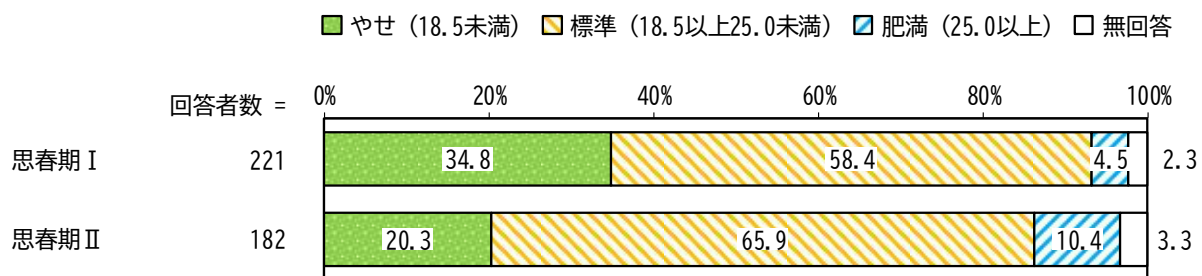


体重



BMI

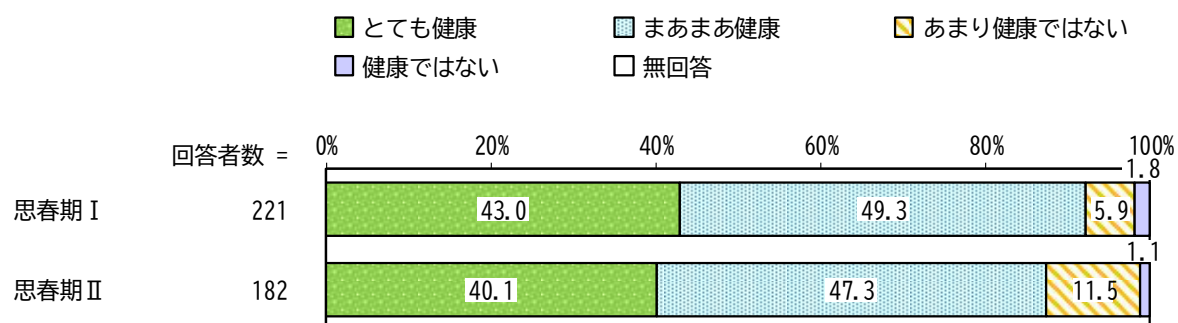
思春期Ⅱより思春期Ⅰで「やせ（18.5未満）」の割合が高くなっています。



(2) 健康状態・健康意識について

【思春期Ⅰ：問3】【思春期Ⅱ：問3】あなたはふだん、自分を健康だと思いますか。
1つに○をつけてください。

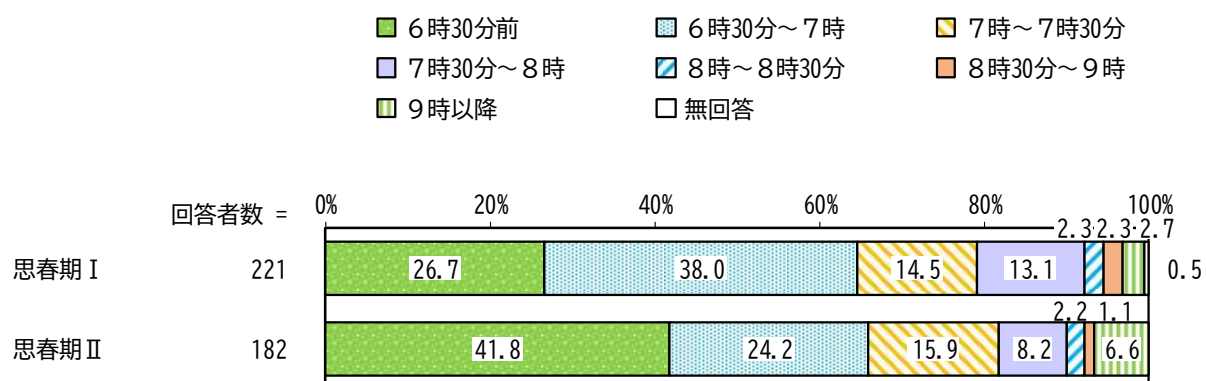
思春期Ⅰより思春期Ⅱで「あまり健康ではない」の割合が高くなっています。



【思春期Ⅰ：問4】【思春期Ⅱ：問4】ふだんの起床時間や就寝時間は、どの時間帯が多いですか。それぞれ1つに○をつけてください。

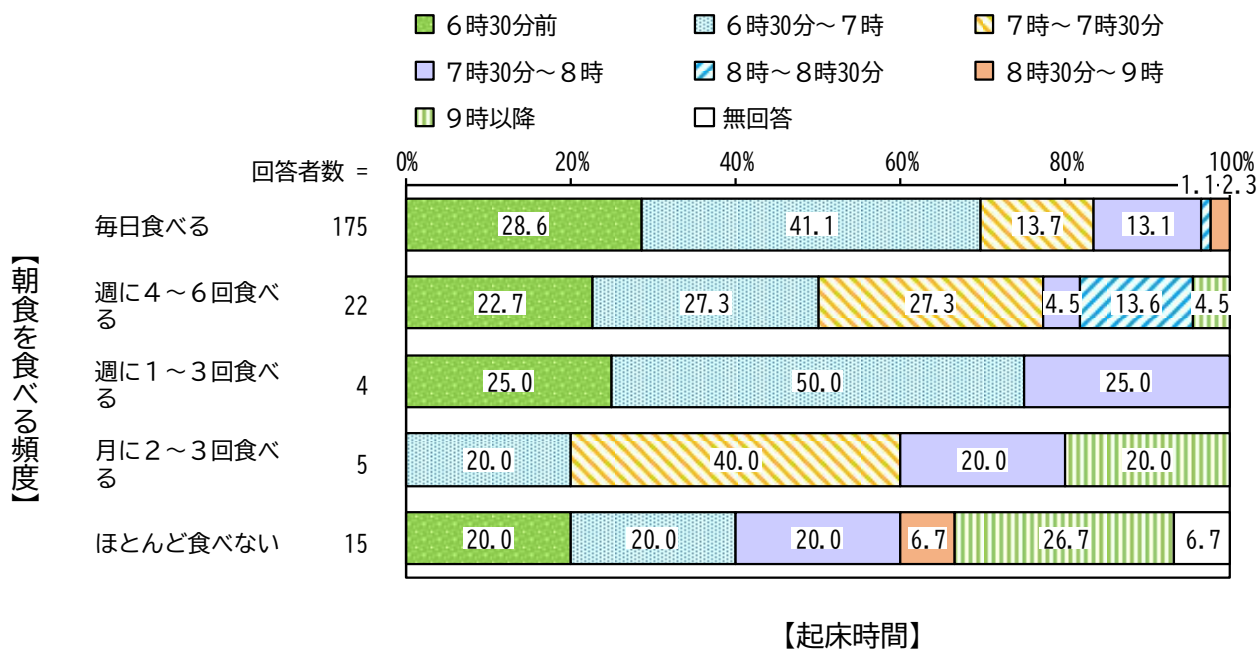
起床時間

思春期Ⅰより思春期Ⅱで「6時30分前」の割合が高くなっています。



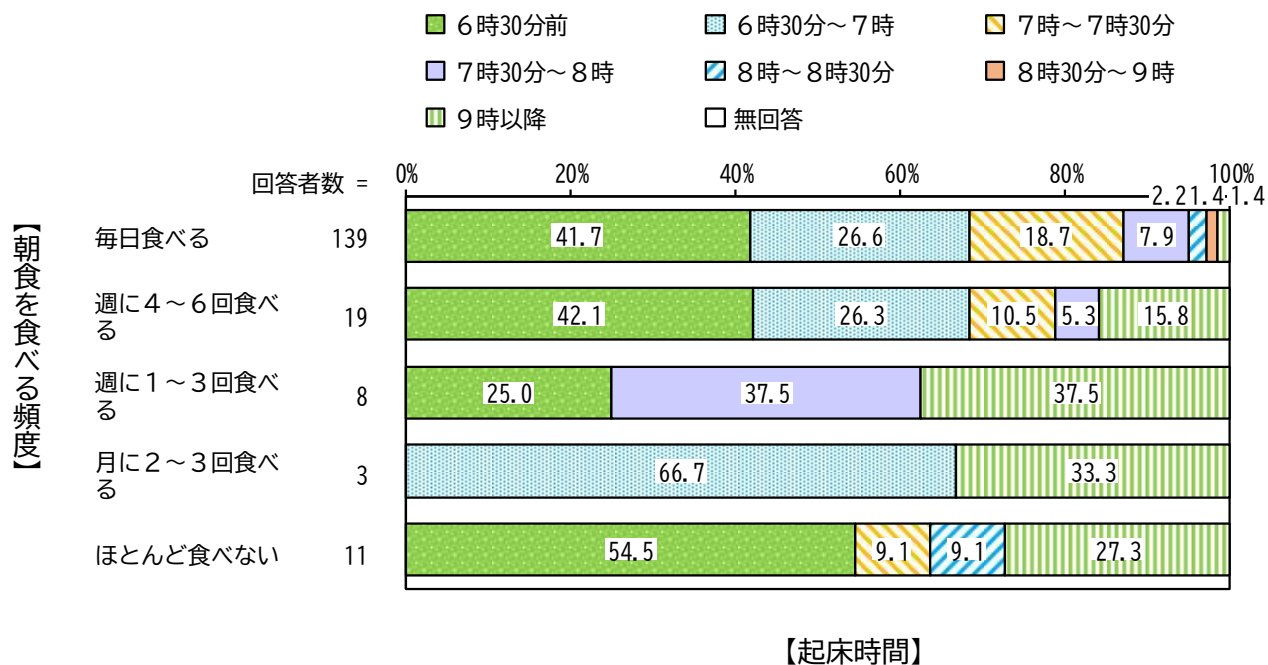
【問4×問6 朝食を食べる頻度別：思春期Ⅰ】

朝食を食べる頻度別にみると、食べる頻度が低くなるにつれ「7時 30 分以降」の割合が高くなっています。



【問4×問9 朝食を食べる頻度別：思春期Ⅱ】

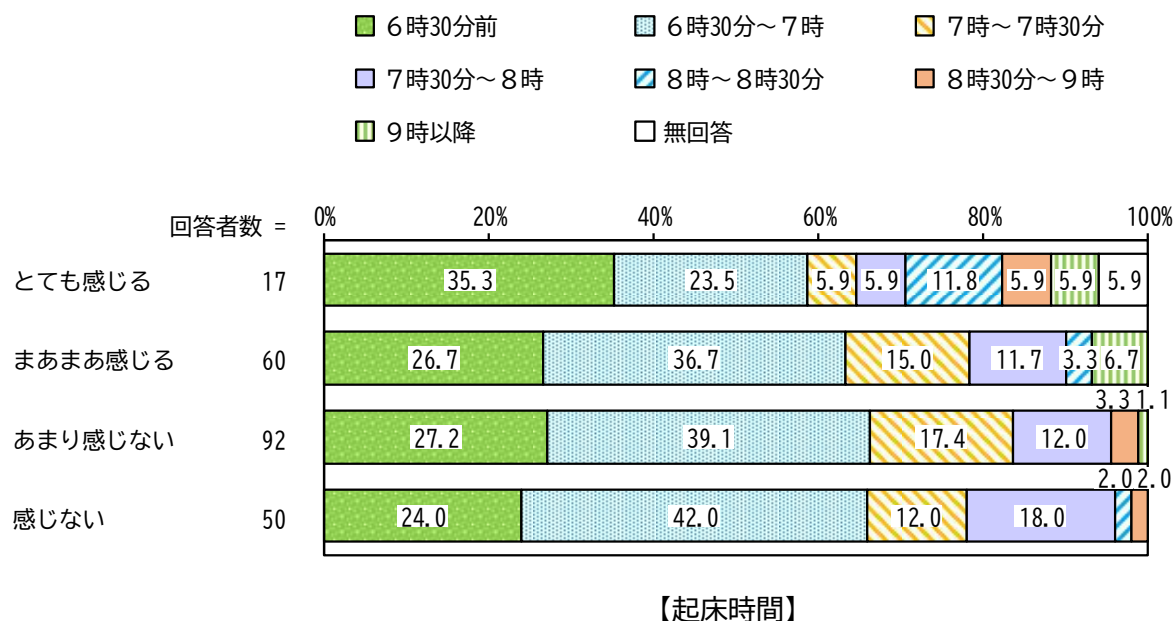
朝食を食べる頻度別にみると、食べる頻度が低いと「9時以降」の割合が高くなっています。



【問4×問21 つらいと感じることがあるか別：思春期Ⅰ】

つらいと感じることがあるか別にみると、とても感じるで「8時以降」の割合が高くなっています。

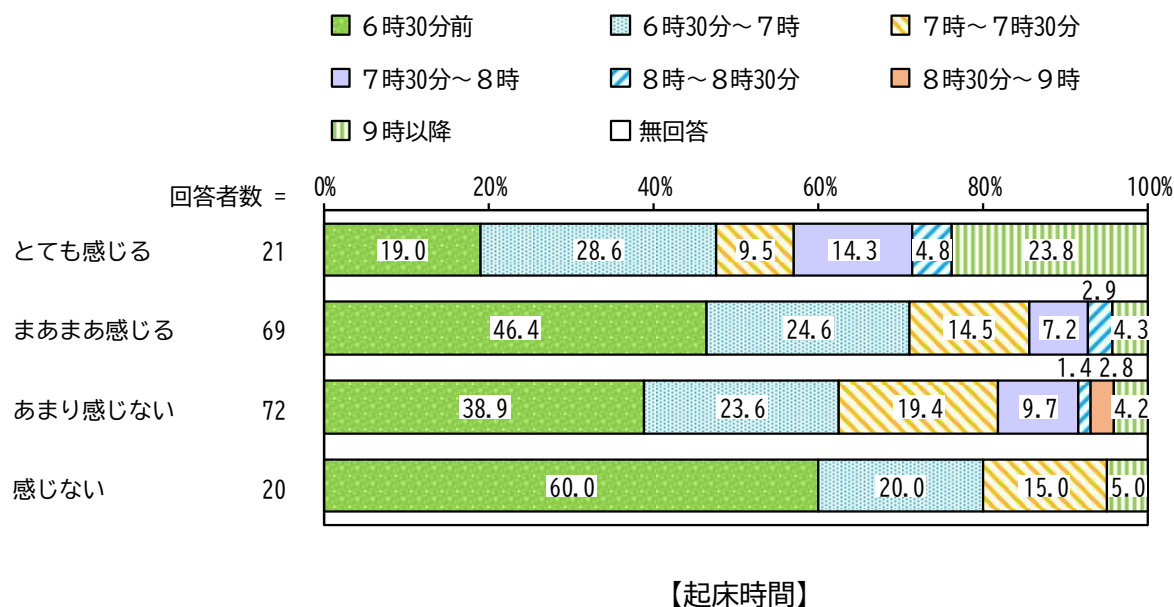
【つらいと感じることがあるか】



【問4×問28 つらいと感じることがあるか別：思春期Ⅱ】

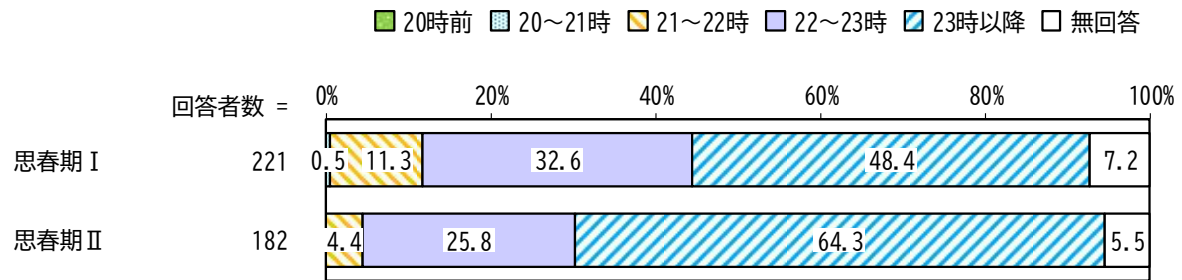
つらいと感じることがあるか別にみると、とても感じるで「8時以降」の割合が高くなっています。また、感じないで「6時30分前」の割合が高くなっています。

【つらいと感じることがあるか】



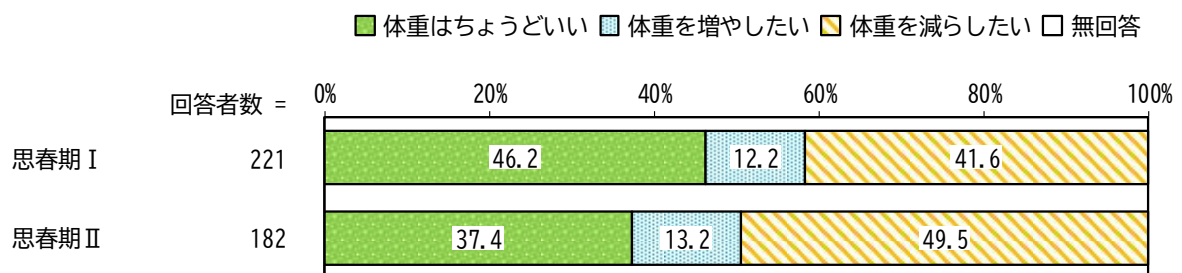
就寝時間

思春期Ⅰより思春期Ⅱで「23時以降」の割合が高くなっています。



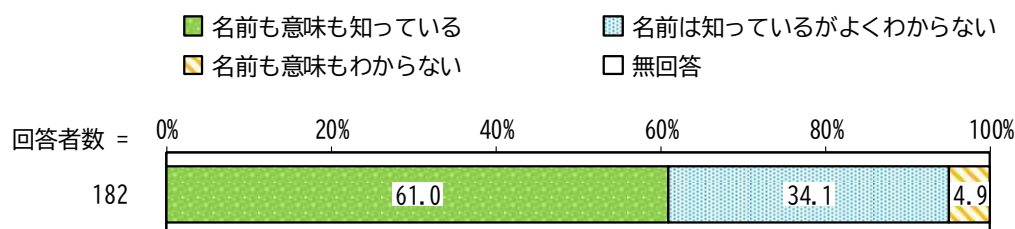
【思春期Ⅰ：問5】【思春期Ⅱ：問5】
あなたは、今の体重をどう思いますか。1つに○をつけてください。

思春期Ⅰより思春期Ⅱで「体重を減らしたい」の割合が高くなっています。



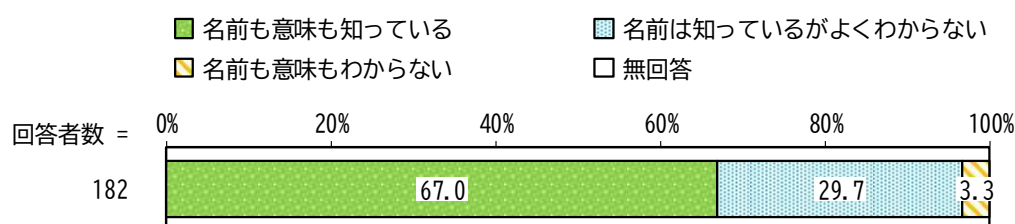
【思春期Ⅱ：問6】あなたは「エイズ」について、どのくらい知っていますか。
1つに○をつけてください。

「名前も意味も知っている」の割合が61.0%と最も高く、次いで「名前は知っているがよくわからない」の割合が34.1%となっています。



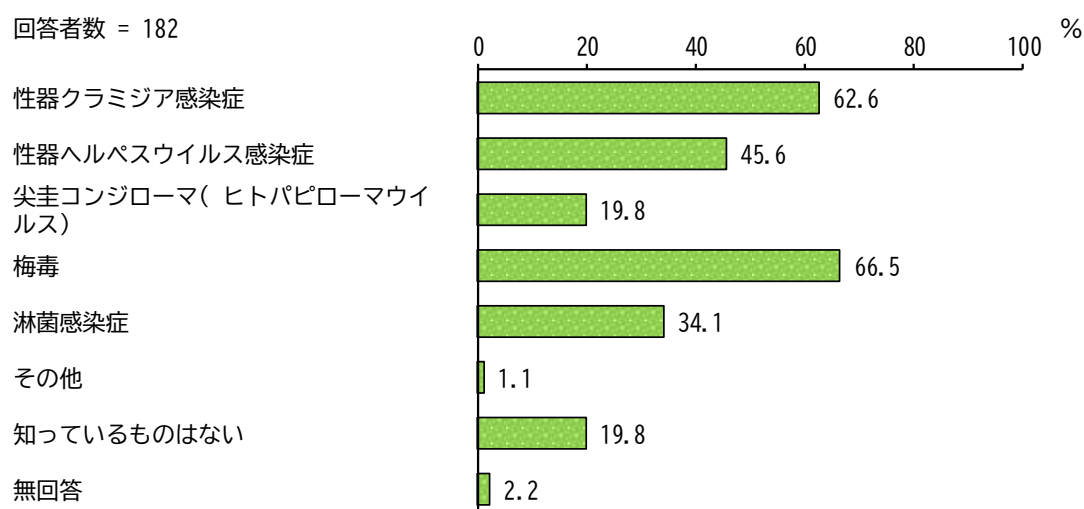
【思春期Ⅱ：問7】あなたは「性感染症」について、どのくらい知っていますか。
1つに○をつけてください。

「名前も意味も知っている」の割合が67.0%と最も高く、次いで「名前は知っているがよくわからない」の割合が29.7%となっています。



【思春期Ⅱ：問8】以下の性感染症について知っているものはありますか。
あてはまるものをすべて選んでください。

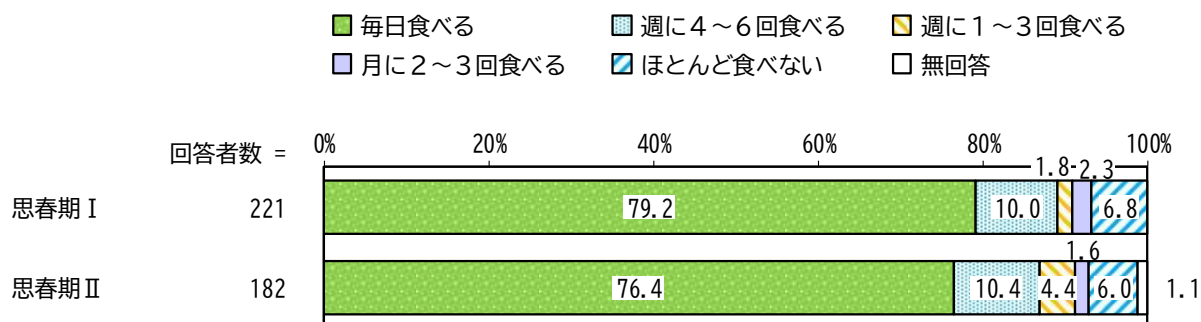
「梅毒」の割合が66.5%と最も高く、次いで「性器クラミジア感染症」の割合が62.6%、「性器ヘルペスウイルス感染症」の割合が45.6%となっています。



(3) 食生活について

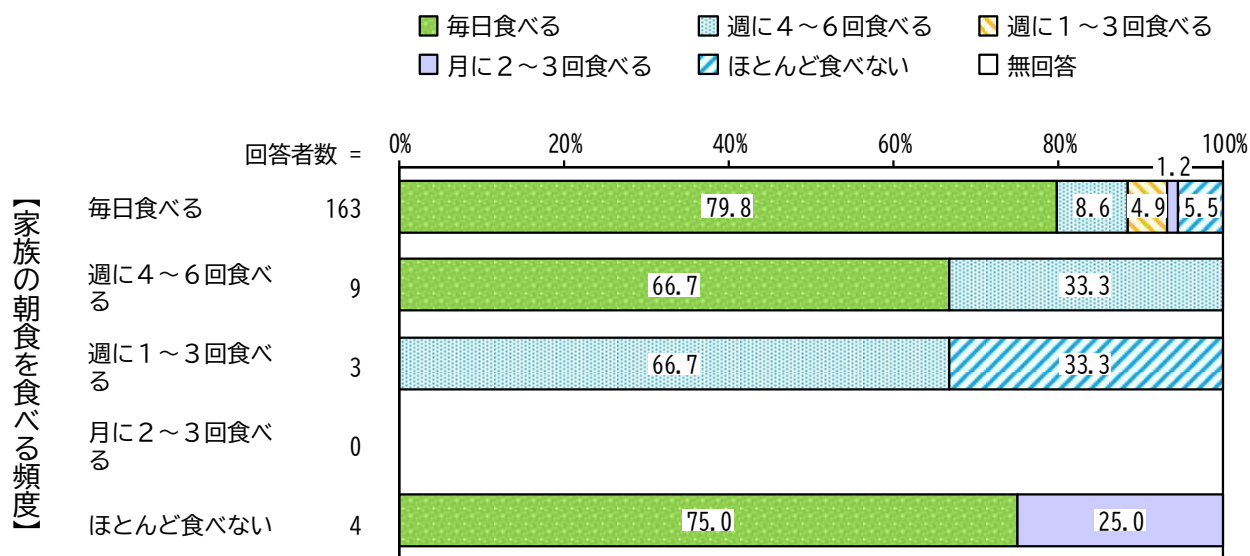
【思春期Ⅰ：問6】【思春期Ⅱ：問9】あなたは、朝食を食べていますか。
1つに○をつけてください。

いずれの年齢層も「毎日食べる」が最も高くなっており、毎日食べない人の割合は約2割となっています。



【問9×問11 家族の朝食を食べる頻度別：思春期Ⅱ】

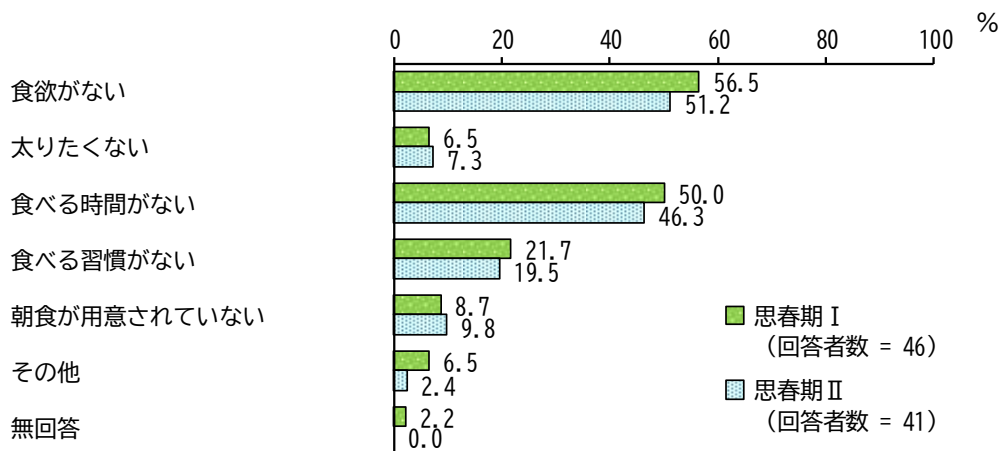
家族の朝食を食べる頻度別にみると、大きな差はみられません。



【朝食を食べる頻度】

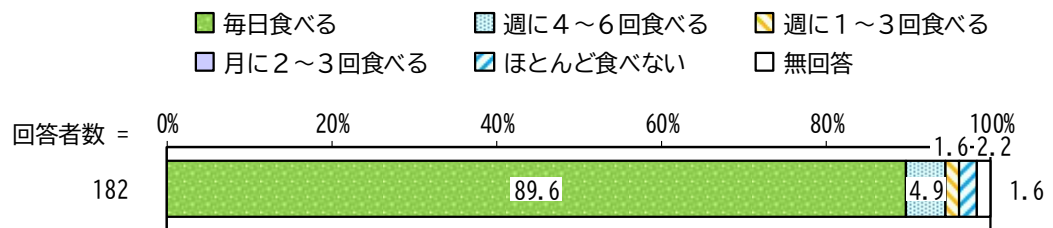
【思春期Ⅰ：問7】【思春期Ⅱ：問10】朝食を食べない理由は何ですか。
あてはまるものをすべて選んでください。

いずれの年齢層も「食欲がない」、「食べる時間がない」の割合が高くなっています。



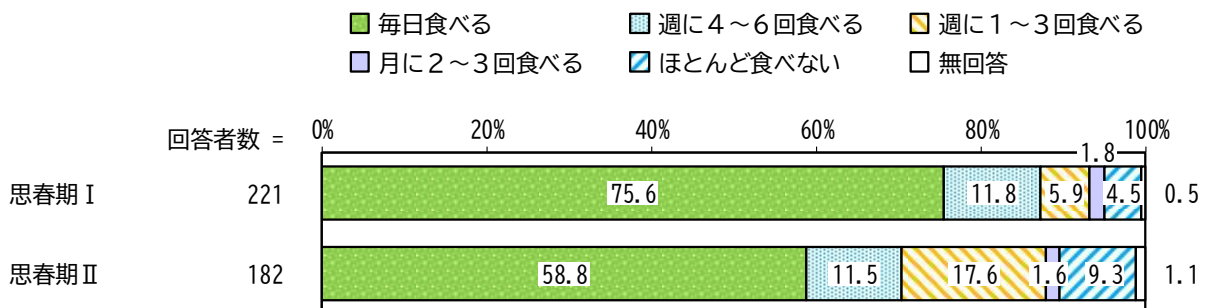
【思春期Ⅱ：問11】家の人は、朝食を食べていますか。1つに○をつけてください。

「毎日食べる」の割合が89.6%と最も高くなっています。



【思春期Ⅰ：問8】【思春期Ⅱ：問12】家の人と夕食を一緒に食べていますか（兄弟姉妹は含みません）。1つに○をつけてください。

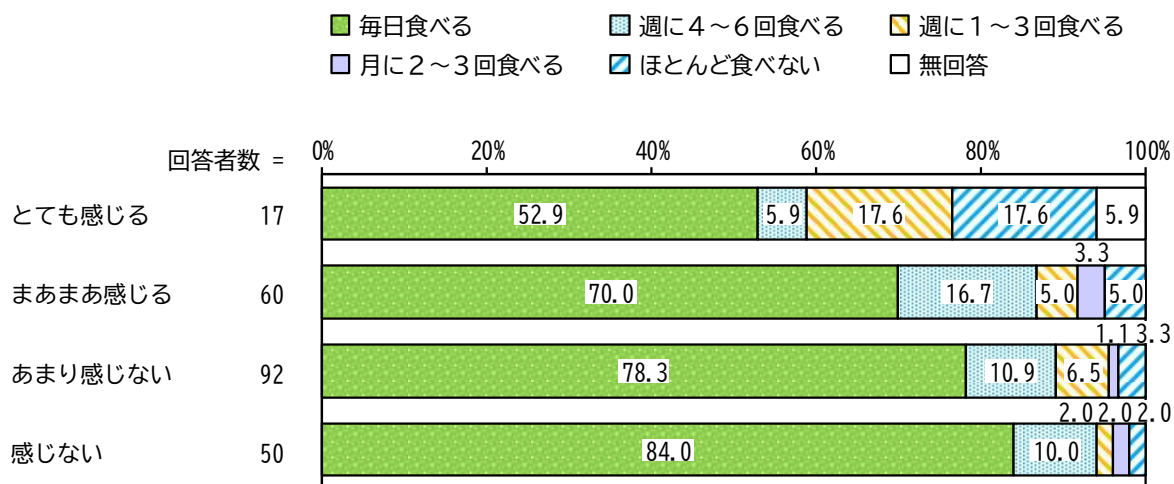
思春期Ⅰより思春期Ⅱで「毎日食べる」が低くなっています。



【問8×問21 つらいと感じることがあるか別：思春期Ⅰ】

つらいと感じることがあるか別にみると、強く感じるようになるにつれ「毎日食べる」の割合が低くなっています。

【つらいと感じることがあるか】

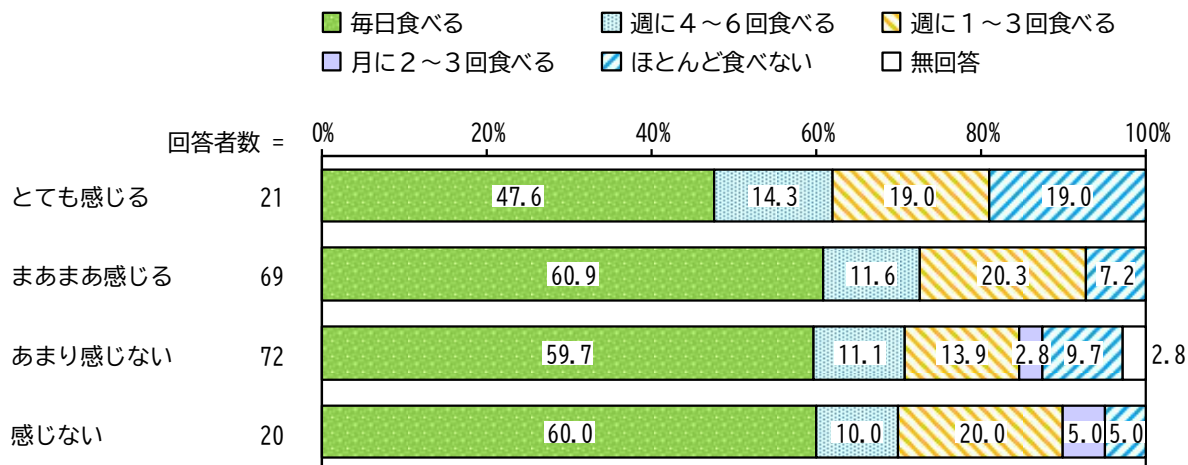


【家の人と一緒に夕食を食べるか】

【問12×問28 つらいと感じることがあるか別：思春期Ⅱ】

つらいと感じることがあるか別にみると、大きな差はみられません。

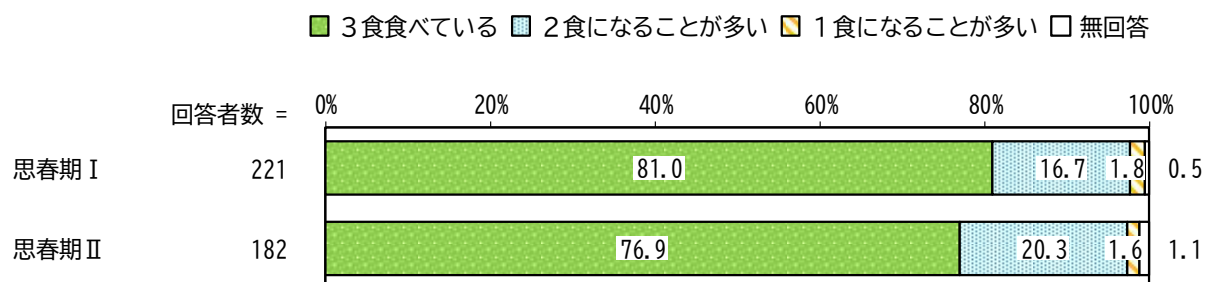
【つらいと感じることがあるか】



【家の人と一緒に夕食を食べるか】

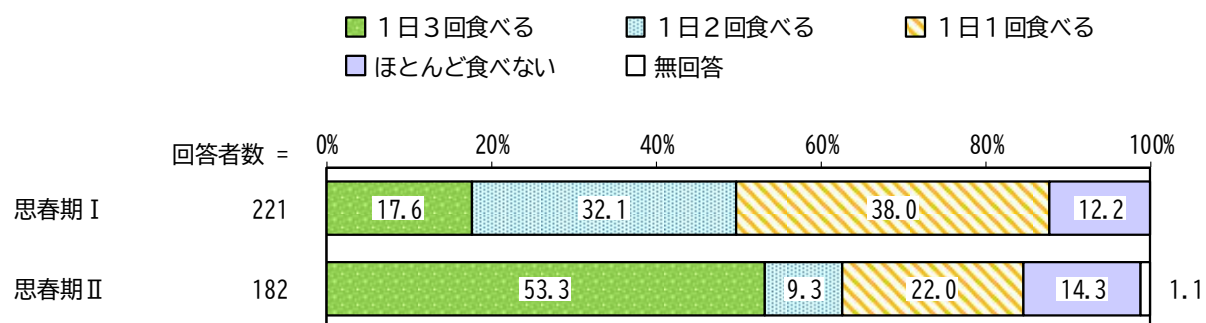
【思春期Ⅰ：問9】【思春期Ⅱ：問13】あなたは1日3食、食べていますか。
1つに○をつけてください。

いずれの年齢層も「3食食べている」の割合が最も高く、約8割となっています。



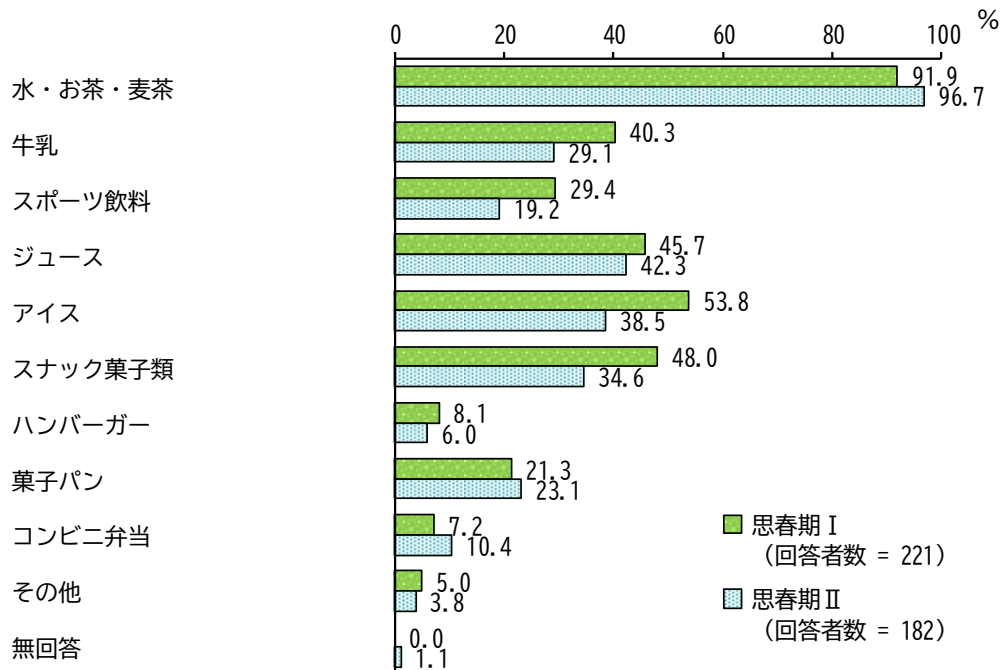
【思春期Ⅰ：問10】【思春期Ⅱ：問14】あなたは野菜をよく食べていますか。
1つに○をつけてください。

思春期Ⅰより思春期Ⅱで「1日3回食べる」が高くなっています。



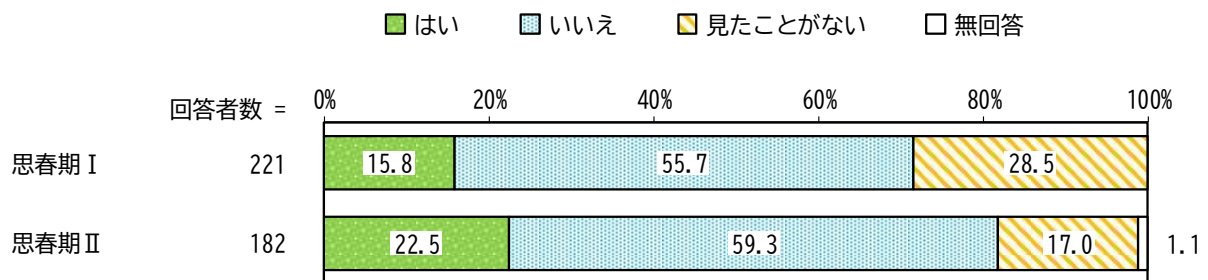
【思春期Ⅰ：問 11】【思春期Ⅱ：問 15】あなたがよく飲んだり食べたりするものは何ですか。あてはまるものをすべて選んでください。

いずれの年齢層も「水・お茶・麦茶」の割合が最も高く、9割以上となっています。
思春期Ⅰで「牛乳」、「アイス」、「スナック菓子類」が高くなっています。



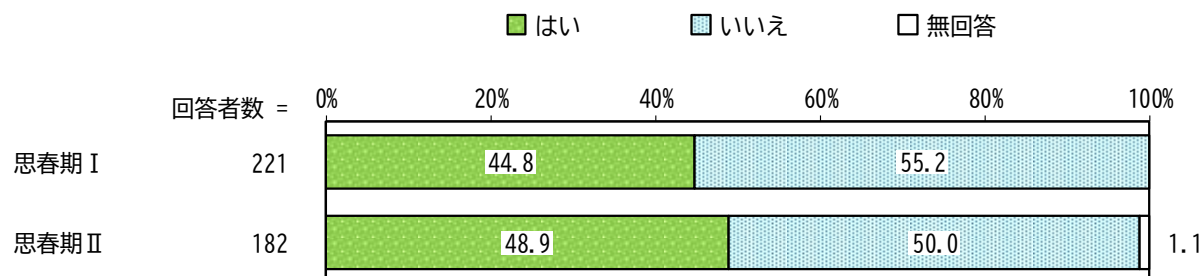
【思春期Ⅰ：問 12】【思春期Ⅱ：問 16】外食や食品購入の際、栄養成分表示を参考にしていますか。1つに○をつけてください。

思春期Ⅰより思春期Ⅱで「はい」が高くなっています。



【思春期Ⅰ：問13】【思春期Ⅱ：問17】食品ロス削減のために行動していますか。
1つに○をつけてください。

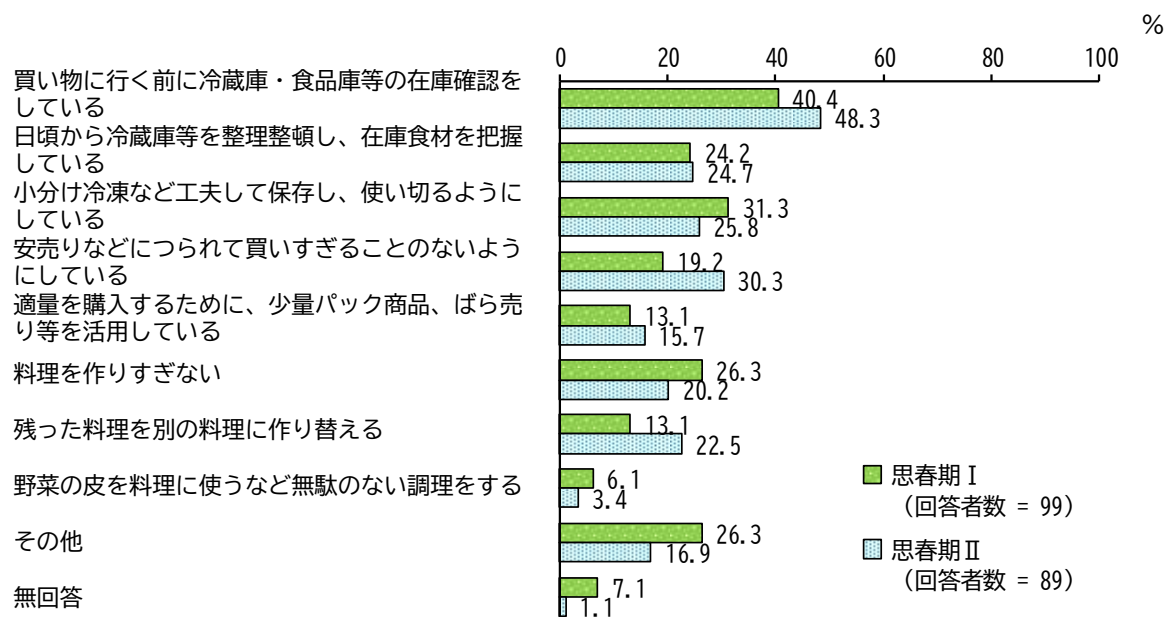
いずれの年齢層も「いいえ」の割合が半数以上となっています。



【思春期Ⅰ：問14】【思春期Ⅱ：問18】ご家庭で食品ロスを減らすためにどのようなことに取り組んでいますか。あてはまるものをすべて選んでください。

いずれの年齢層も「買い物に行く前に冷蔵庫・食品庫等の在庫確認をしている」の割合が4割以上と最も高くなっています。

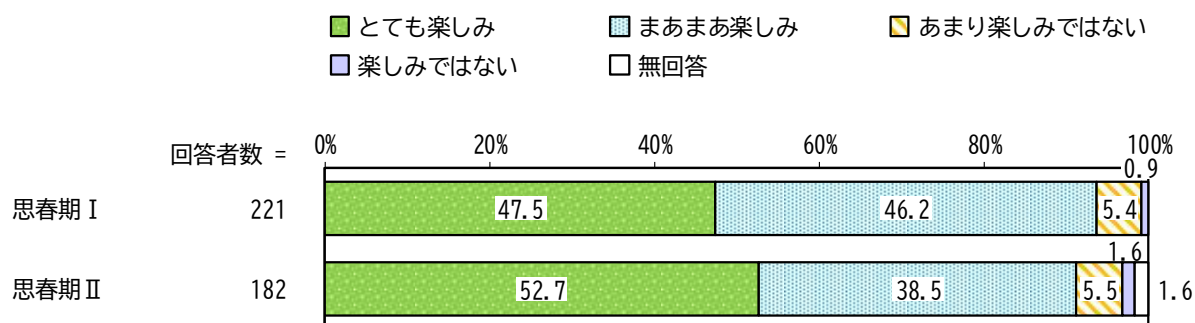
思春期Ⅱで「安売りなどにつられて買いすぎることをないようにしている」の割合が高くなっています。



(4) 食育について

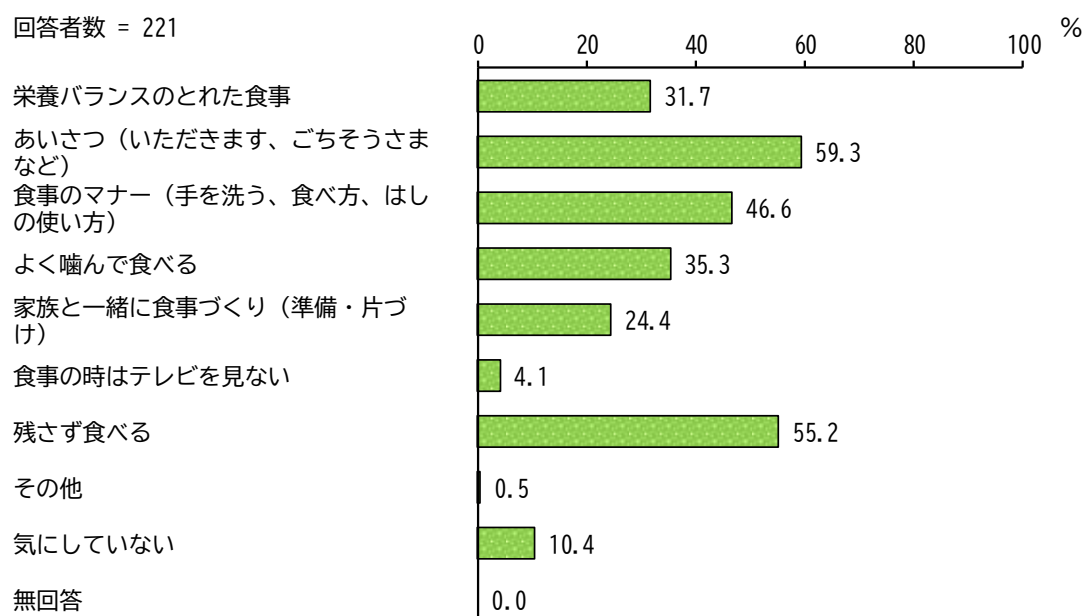
【思春期Ⅰ：問 15】【思春期Ⅱ：問 19】食事は楽しみですか。
1 つに○をつけてください。

いずれの年齢層も「とても楽しみ」と「まあまあ楽しみ」を合わせた割合が、9 割以上と高くなっています。



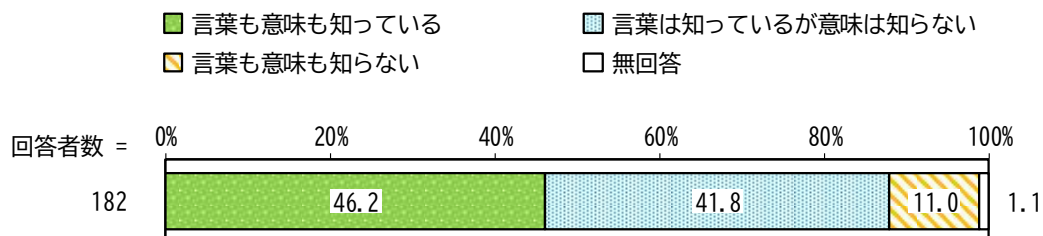
【思春期Ⅰ：問 16】食事をするときどのようなことに気をつけていますか。
あてはまるものをすべて選んでください。

「あいさつ（いただきます、ごちそうさまなど）」の割合が 59.3%と最も高く、次いで「残さず食べる」の割合が 55.2%となっています。



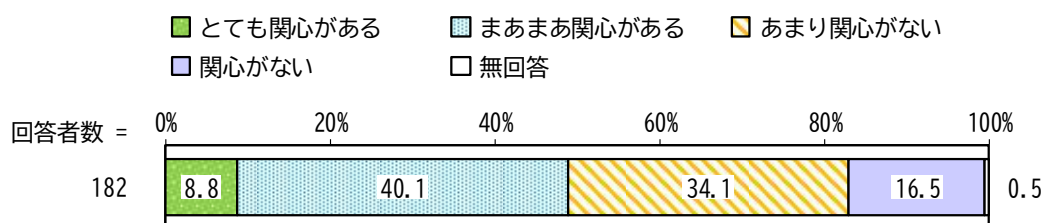
【思春期Ⅱ：問 20】「食育」という言葉や意味を知っていますか。
1 つに○をつけてください。

「言葉も意味も知っている」の割合が 46.2%と最も高く、次いで「言葉は知っているが意味は知らない」の割合が 41.8%となっています。



【思春期Ⅱ：問 21】「食育」に関心がありますか。1 つに○をつけてください。

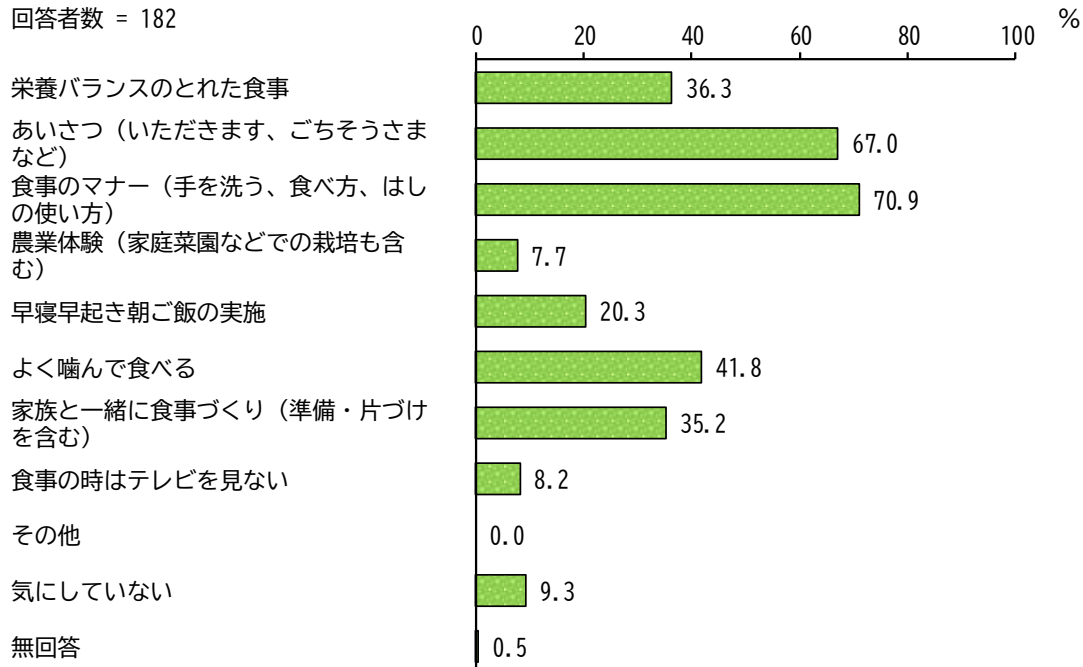
「関心がある」と「まあまあ関心がある」の割合が約5割となっています。



【思春期Ⅱ：問 22】あなたはふだん、下記の「食育」を実施していますか。
あてはまるものをすべて選んでください。

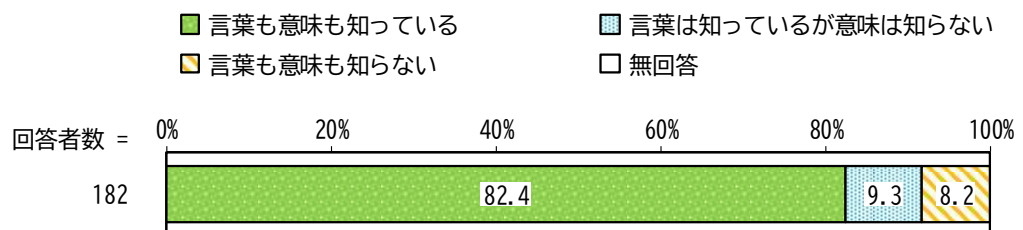
「食事のマナー（手を洗う、食べ方、はしの使い方）」と「あいさつ（いただきます、ごちそうさまなど）」の割合が約7割となっています。

回答者数 = 182



【思春期Ⅱ：問 23】「地産地消」という言葉や意味を知っていますか。
1 つに○をつけてください。

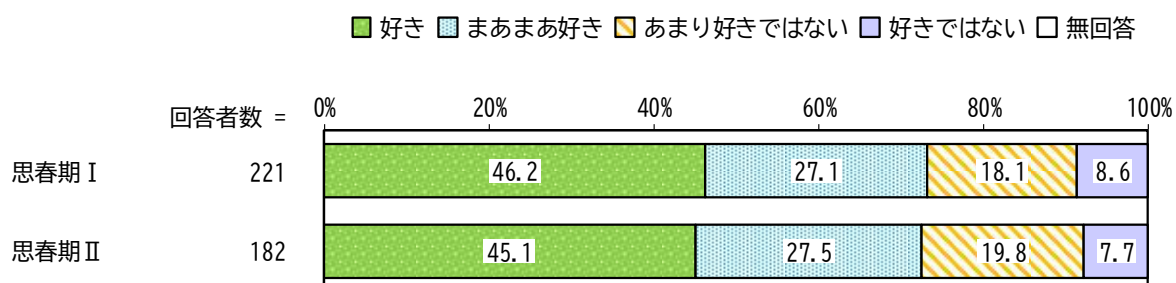
「言葉も意味も知っている」の割合が 82.4%と最も高くなっています。



(5) 運動について

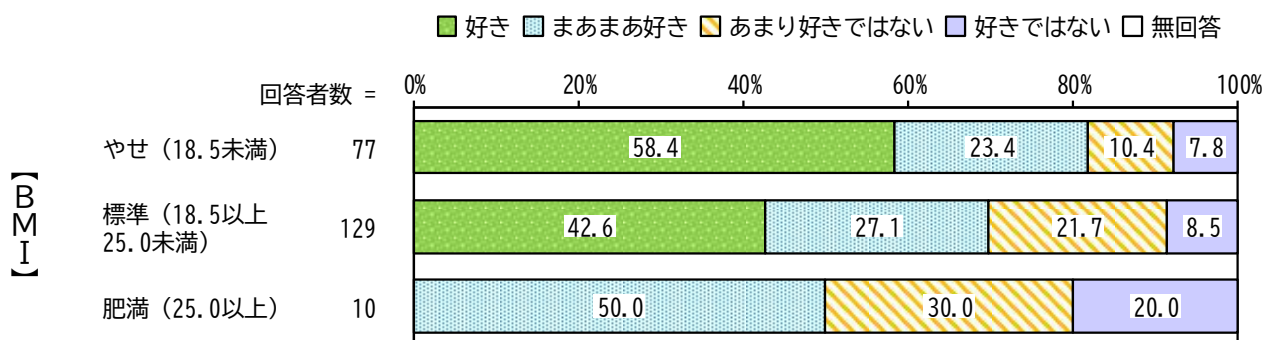
【思春期Ⅰ：問 17】【思春期Ⅱ：問 24】運動は好きですか。
1 つに○をつけてください。

いずれの年齢層も「好き」と「まあまあ好き」を合わせた割合が7割以上と高くなっています。



【問 17×問 2 BMI 別：思春期Ⅰ】

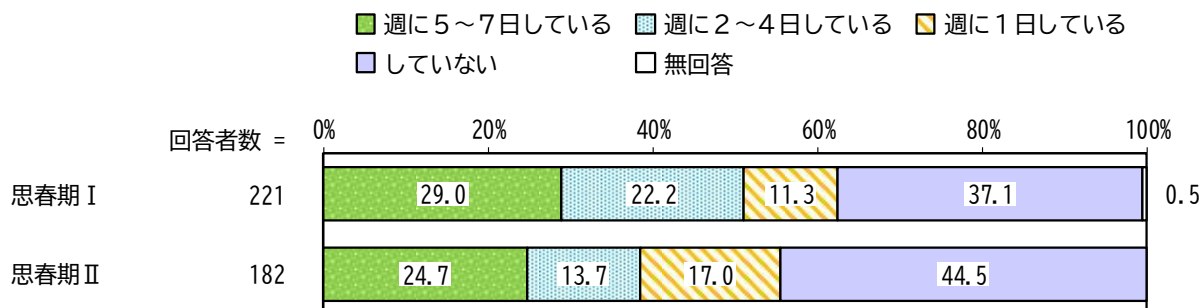
BMI 別にみると、肥満（25.0 以上）で「あまり好きではない」、「好きではない」の割合が5割と高くなっています。



【運動は好きか】

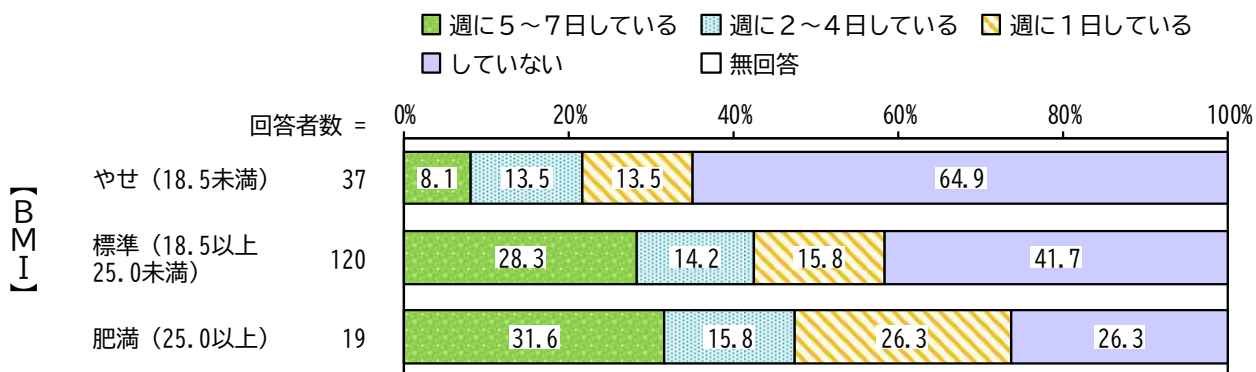
【思春期Ⅰ：問18】【思春期Ⅱ：問25】学校の体育以外に定期的に運動（部活・スポーツ教室・クラブチームなども含む）をしていますか。1つに○をつけてください。

思春期Ⅰより思春期Ⅱで、運動やスポーツを「していない」割合が高くなっています。



【問25×問2 BMI別：思春期Ⅱ】

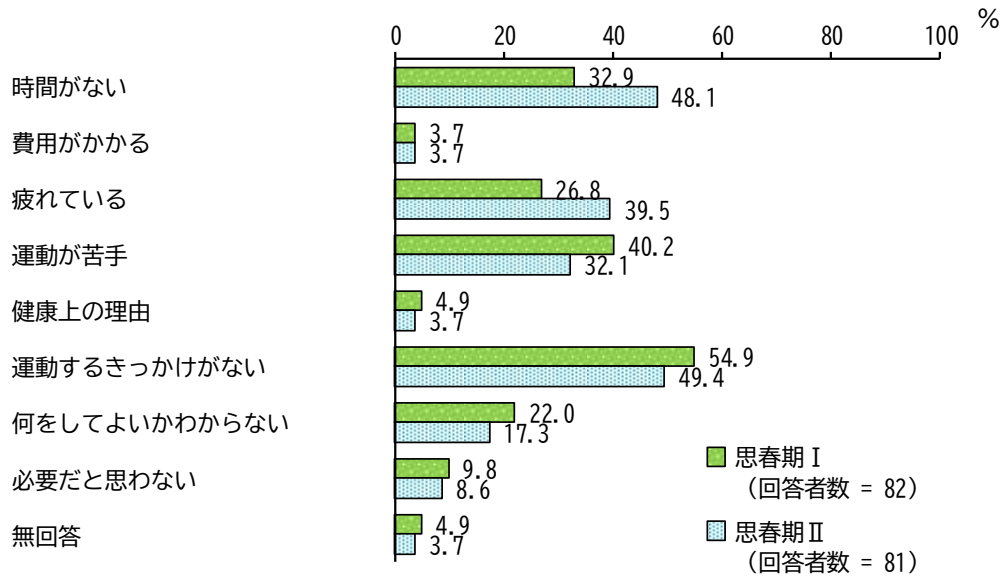
BMI別にみると、やせ（18.5未満）で「していない」の割合が6割以上と高くなっています。



【定期的に運動をしているか】

【思春期Ⅰ：問 19】【思春期Ⅱ：問 26】運動しない理由は何ですか。あてはまるものをすべてを選んでください。

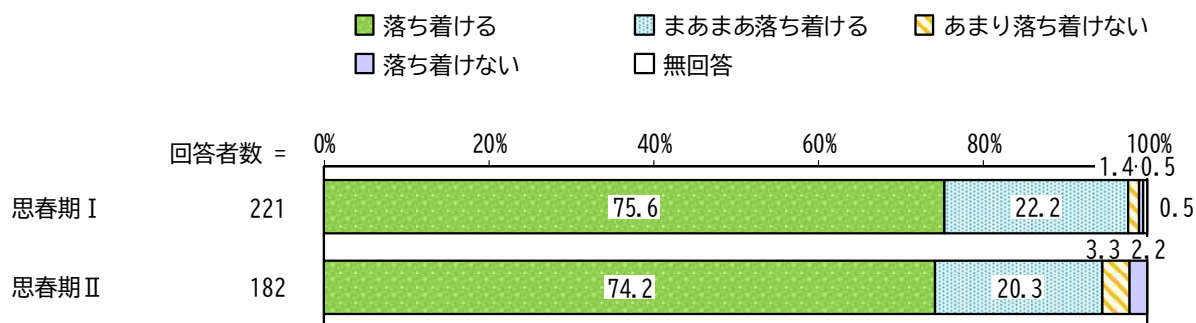
いずれの年齢層も「運動するきっかけがない」の割合が、約5割と最も高くなっています。思春期Ⅰより思春期Ⅱで「時間がない」、「疲れている」の割合が高くなっています。



(6) 休養・こころの健康について

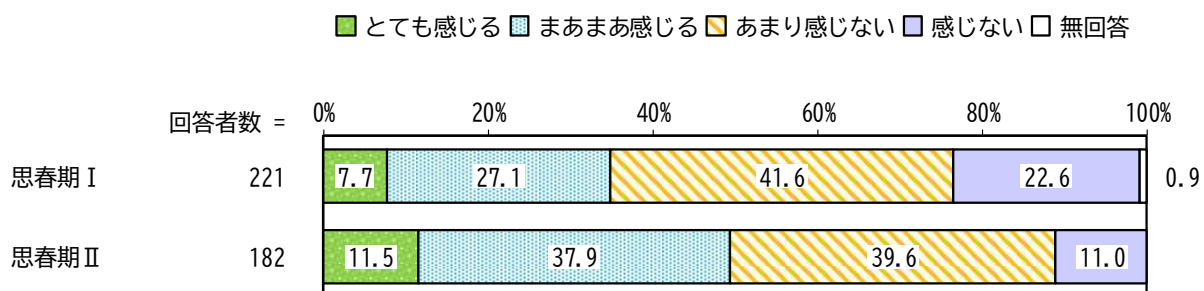
【思春期Ⅰ：問20】【思春期Ⅱ：問27】家は落ち着ける場所ですか。1つに○をつけてください。

いずれの年齢層も「落ち着ける」と「まあまあ落ち着ける」を合わせた割合が、9割以上と高くなっています。



【思春期Ⅰ：問21】【思春期Ⅱ：問28】あなたはふだん、「つらい」と感じることはありますか。1つに○をつけてください。

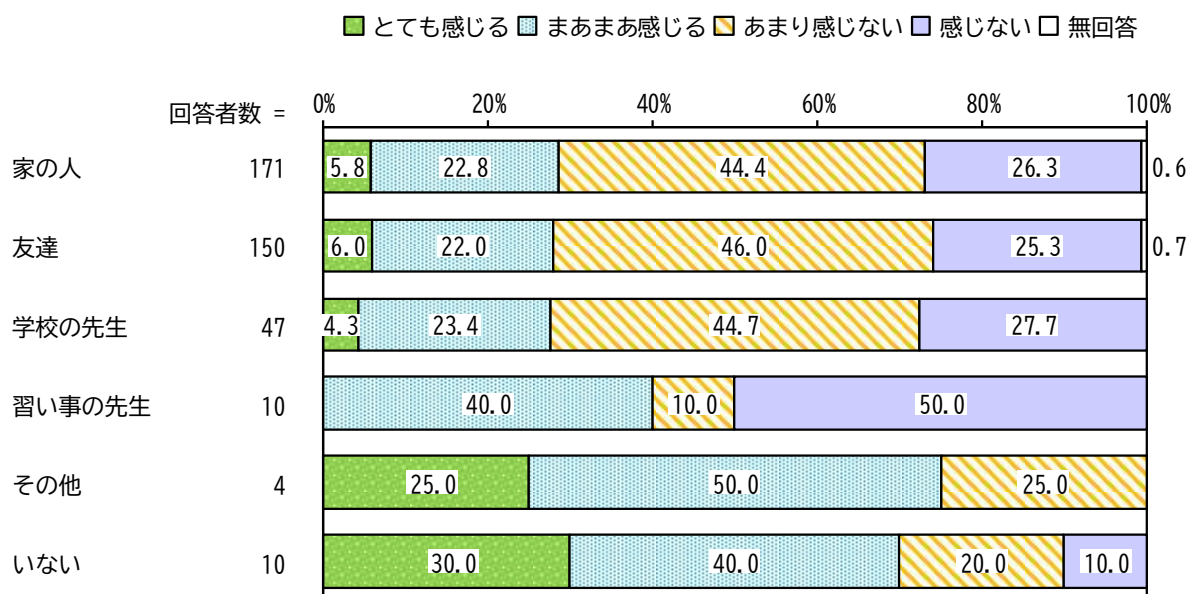
思春期Ⅰより思春期Ⅱで「とても感じる」と「まあまあ感じる」を合わせた割合が高くなっています。



【問 21×問 24 相談相手の有無別：思春期Ⅰ】

相談相手の有無別にみると、いないで「とても感じる」と「まあまあ感じる」を合わせた割合が高くなっています。

【相談相手の有無】

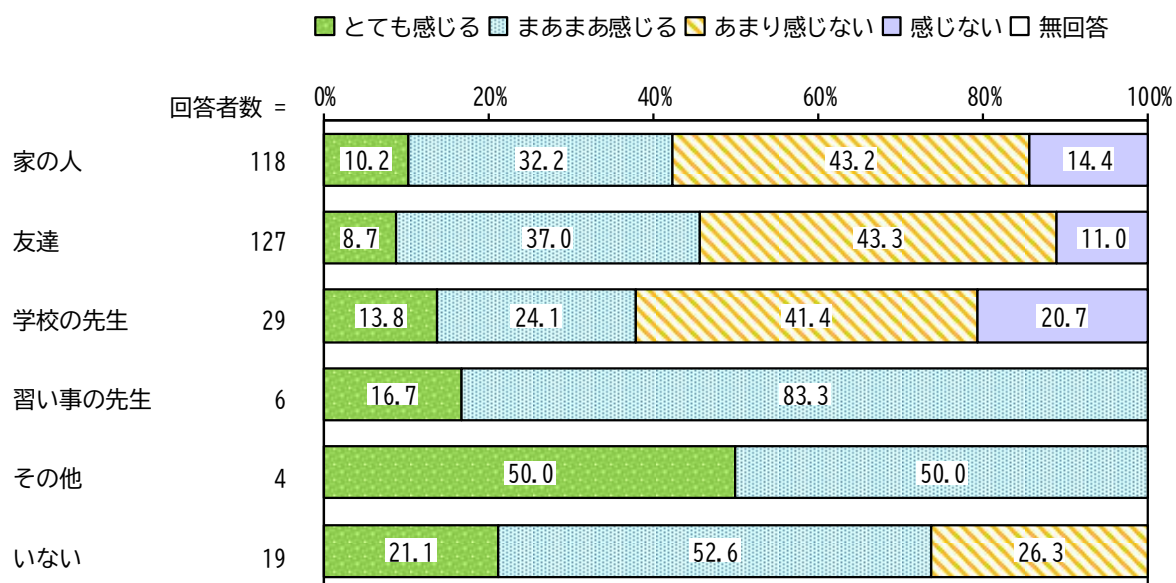


【つらいと感じることはあるか】

【問 28×問 31 相談相手の有無別：思春期Ⅱ】

相談相手の有無別にみると、いないで「とても感じる」と「まあまあ感じる」を合わせた割合が高くなっています。

【相談相手の有無】

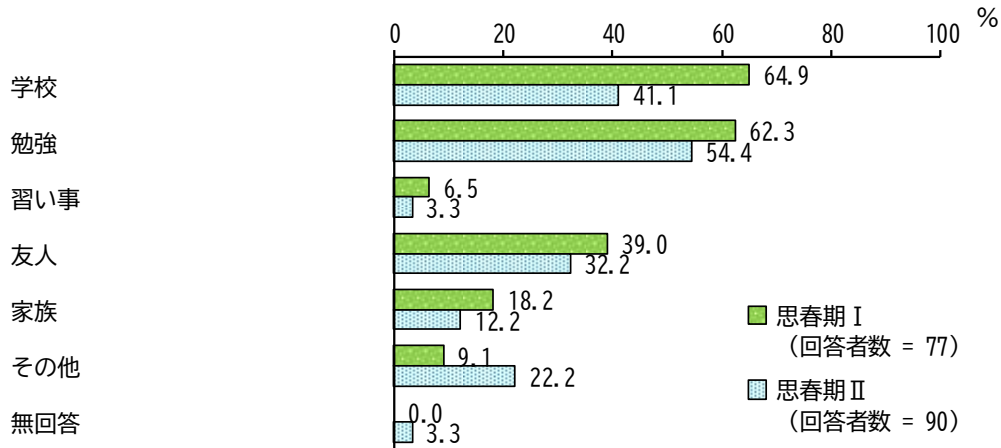


【つらいと感じることがあるか】

【思春期Ⅰ：問 22】【思春期Ⅱ：問 29】あなたはどんなことで「つらい」と感じますか。あてはまるものをすべて選んでください。

いずれの年齢層も「学校」「勉強」の割合が高くなっています。

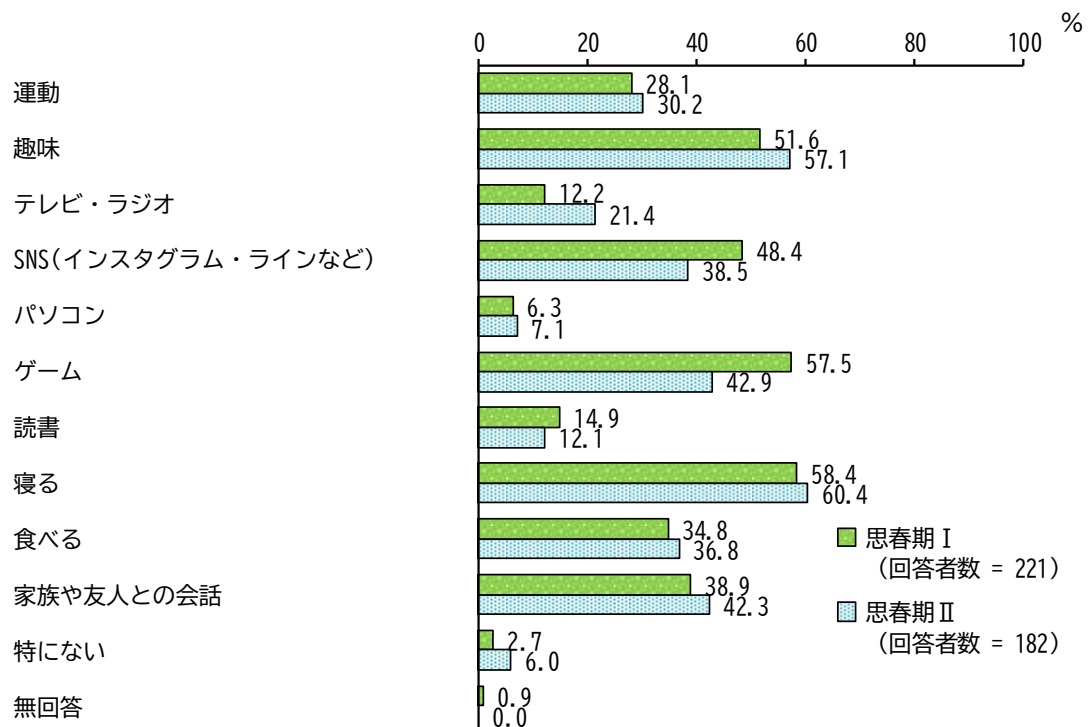
思春期Ⅱより思春期Ⅰで「学校」の割合が高くなっています。



【思春期Ⅰ：問 23】【思春期Ⅱ：問 30】あなたのストレス解消法はなんですか。あてはまるものをすべて選んでください。

いずれの年齢層も「寝る」、「趣味」、「ゲーム」の割合が高くなっています。

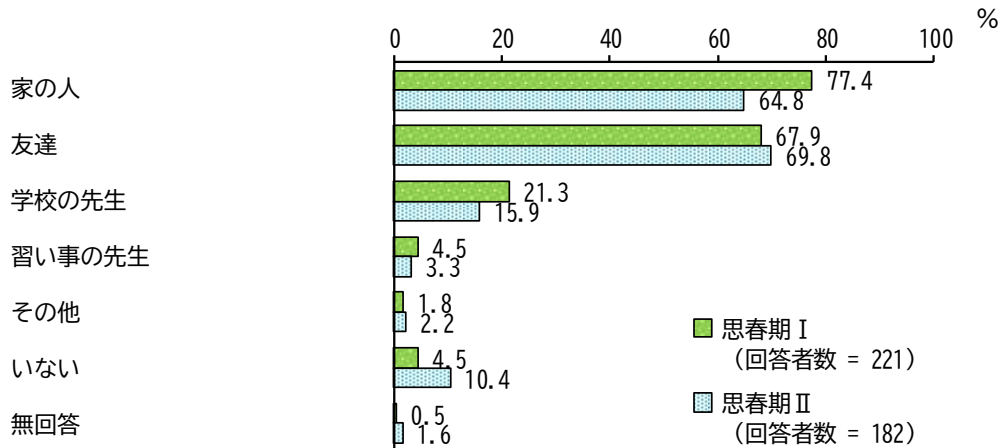
思春期Ⅱより思春期Ⅰで「ゲーム」の割合が高くなっています。



【思春期Ⅰ：問 24】【思春期Ⅱ：問 31】困ったときや悩んだとき、相談できる人はいますか。あてはまるものをすべて選んでください。

いずれの年齢層も「家の人」、「友達」の割合が最も高くなっています。

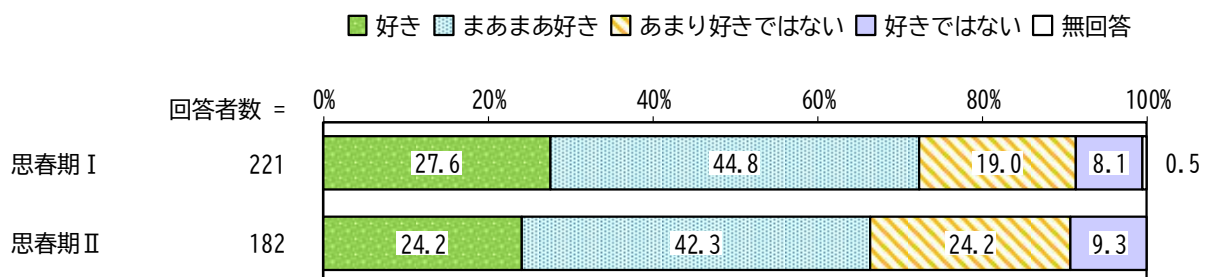
思春期Ⅰより思春期Ⅱで「いない」の割合が高くなっています。



【思春期Ⅰ：問 25】【思春期Ⅱ：問 32】自分のことが好きですか。1つに○をつけてください。

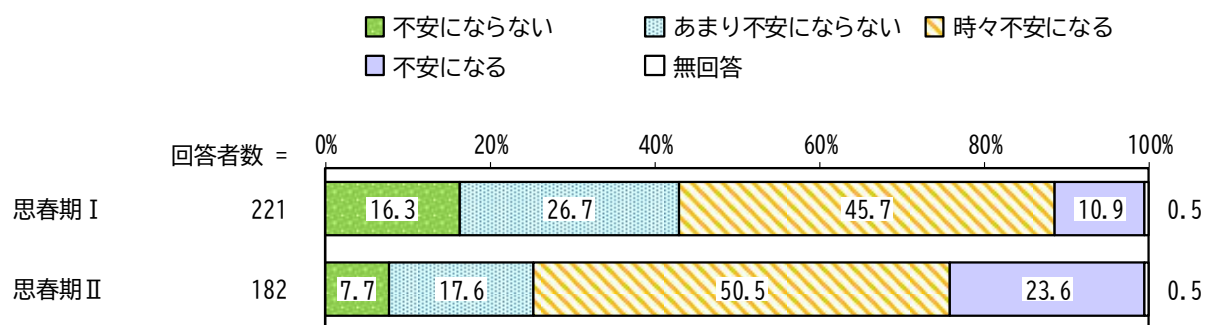
いずれの年齢層も「好き」と「まあまあ好き」を合わせた割合が、約7割と高くなっています。

思春期Ⅰより思春期Ⅱで「好きではない」と「あまり好きではない」を合わせた割合が高くなっています。



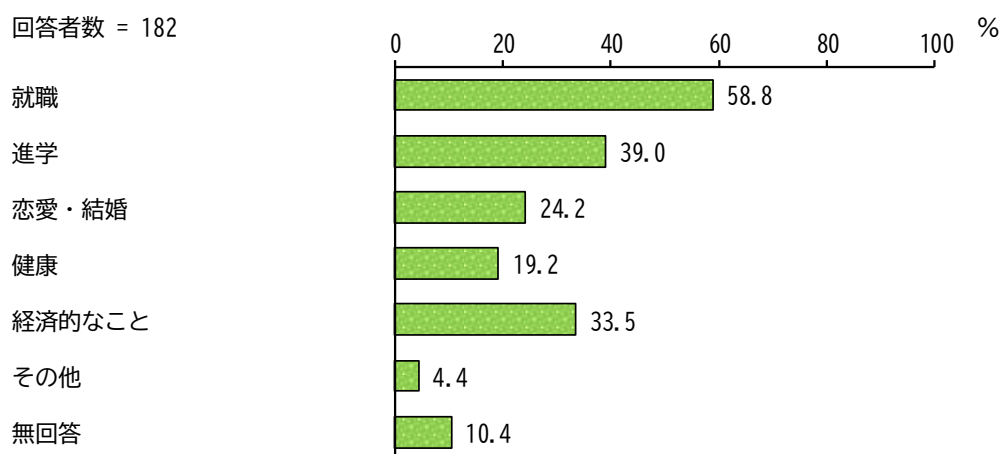
【思春期Ⅰ：問 26】【思春期Ⅱ：問 33】将来のことを考えて不安になることがありますか。1 つに○をつけてください。

思春期Ⅰより思春期Ⅱで、「時々不安になる」と「不安になる」を合わせた割合が高くなっています。



【思春期Ⅱ：問 34】あなたが、将来に関することで不安に思っていることがあれば、次の中から選んでください。あてはまるものをすべて選んでください。

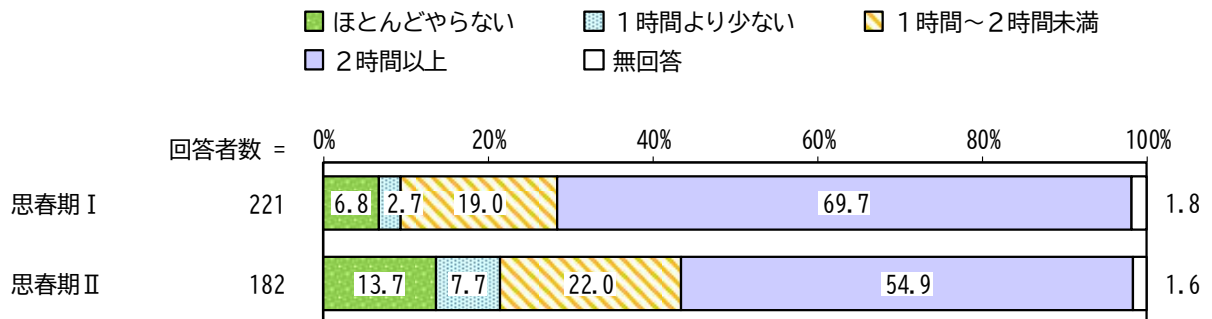
「就職」の割合が 58.8%と最も高く、次いで「進学」の割合が 39.0%となっています。



【思春期Ⅰ：問27】【思春期Ⅱ：問35】平日1日のゲーム時間（インターネット・携帯ゲーム含む）はどのくらいですか。1つに○をつけてください。

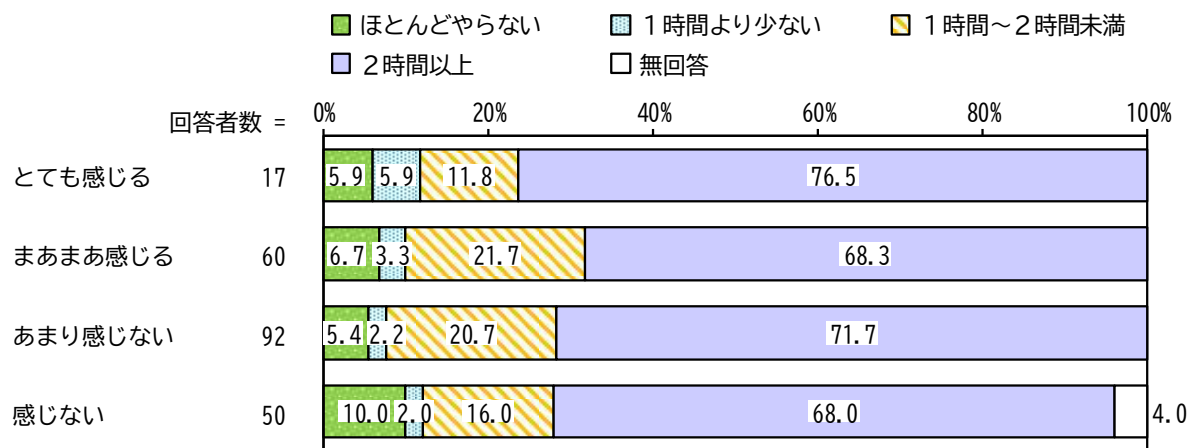
いずれの年齢層も「2時間以上」の割合が最も高くなっています。

思春期Ⅱより思春期Ⅰで「2時間以上」の割合が高くなっています。



【問27×問21 つらいと感じることがあるか別：思春期Ⅰ】

つらいと感じることがあるか別にみると、とても感じるで「2時間以上」の割合が高くなっています。



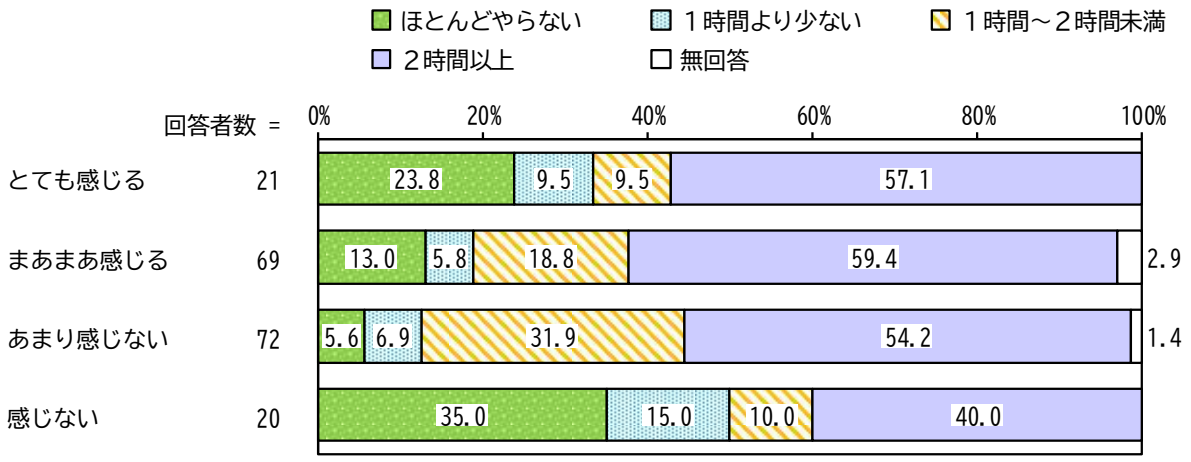
【つらいと感じることがあるか】

【平日のゲーム時間】

【問 35×問 28 つらいと感じることがあるか別：思春期Ⅱ】

つらいと感じることがあるか別にみると、感じないで「ほとんどやらない」の割合が高くなっています。

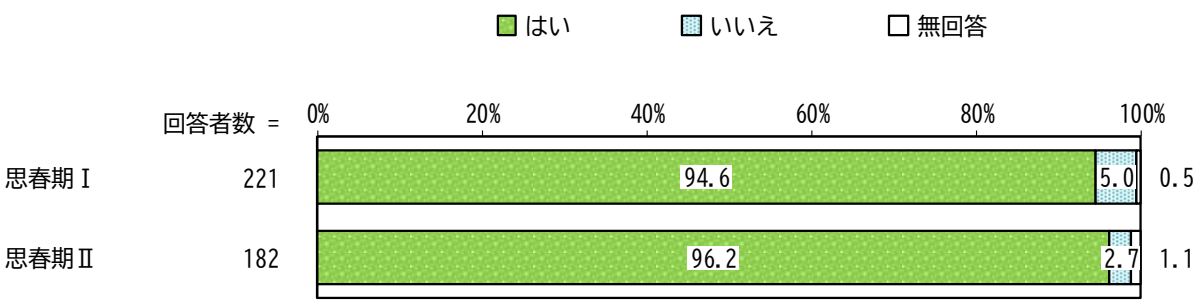
【つらいと感じることがあるか】



【平日のゲーム時間】

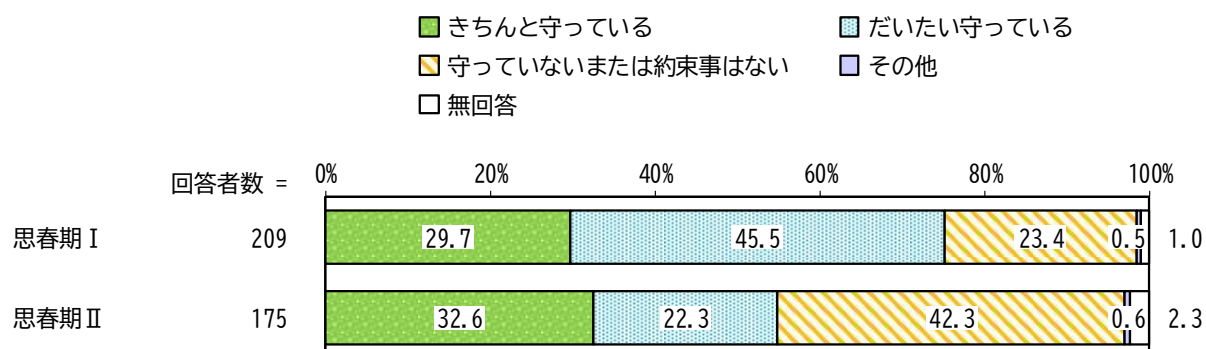
【思春期Ⅰ：問 28】【思春期Ⅱ：問 36】自分用の携帯電話やスマートフォンを持っていますか。1 つに○をつけてください。

いずれの年齢層も、9 割以上が自分用の携帯電話やスマートフォンを所持しています。



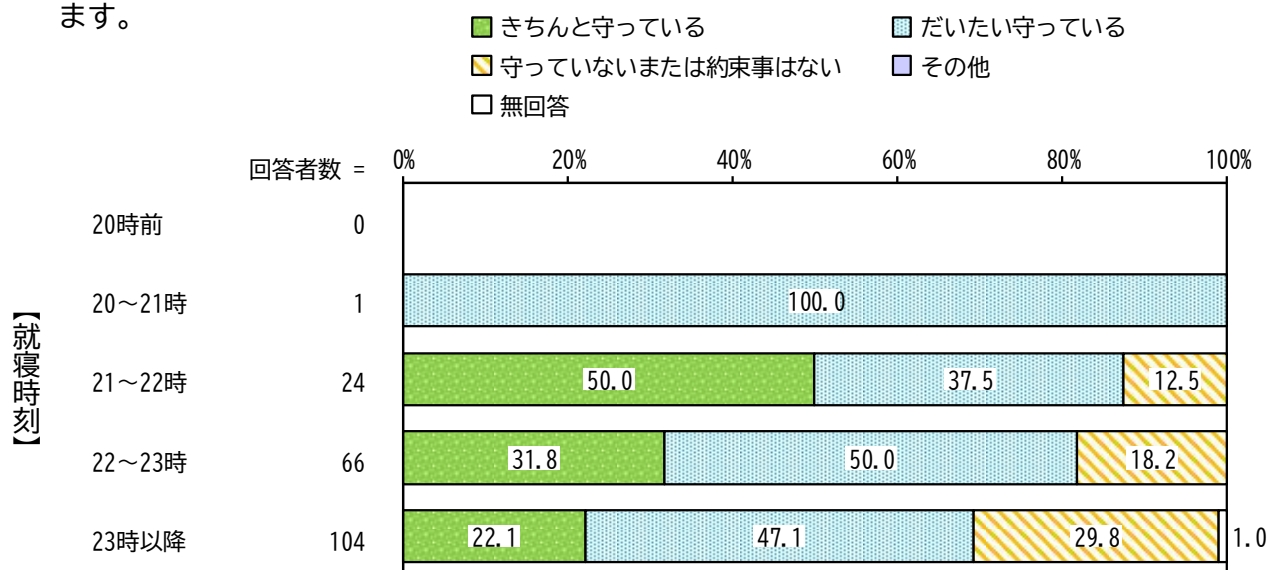
【思春期Ⅰ：問29】【思春期Ⅱ：問37】携帯電話やスマートフォンの使い方について、家の人と約束事を決めて、守っていますか。1つに○をつけてください。

思春期Ⅰより思春期Ⅱで、「守っていないまたは約束事がない」が高くなっています。



【問29×問4 就寝時刻別：思春期Ⅰ】

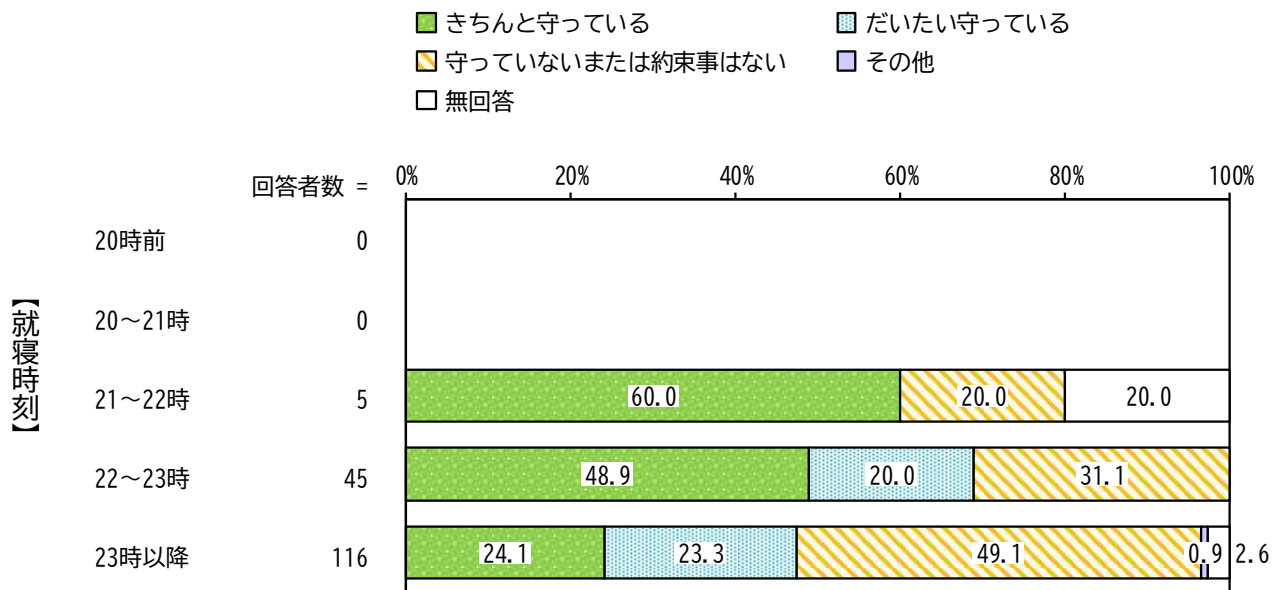
就寝時刻別にみると、23時以降で「守っていないまたは約束事がない」の割合が高くなっています。



【携帯電話やスマートフォンの使い方について、家の人と約束事を決めて、守っているか】

【問 37×問 4 就寝時刻別：思春期Ⅱ】

就寝時刻別にみると、23 時以降で「守っていないまたは約束事はない」の割合が高くなっています。

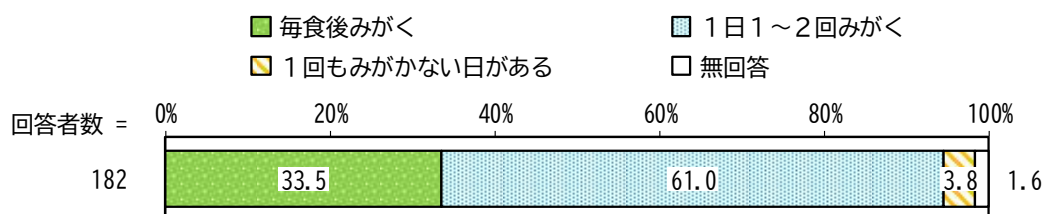


【携帯電話やスマートフォンの使い方について、家の人と約束事を決めて、守っているか】

(7) 歯の健康について

【思春期Ⅱ：問 38】 歯みがきをしていますか。1 つに○をつけてください。

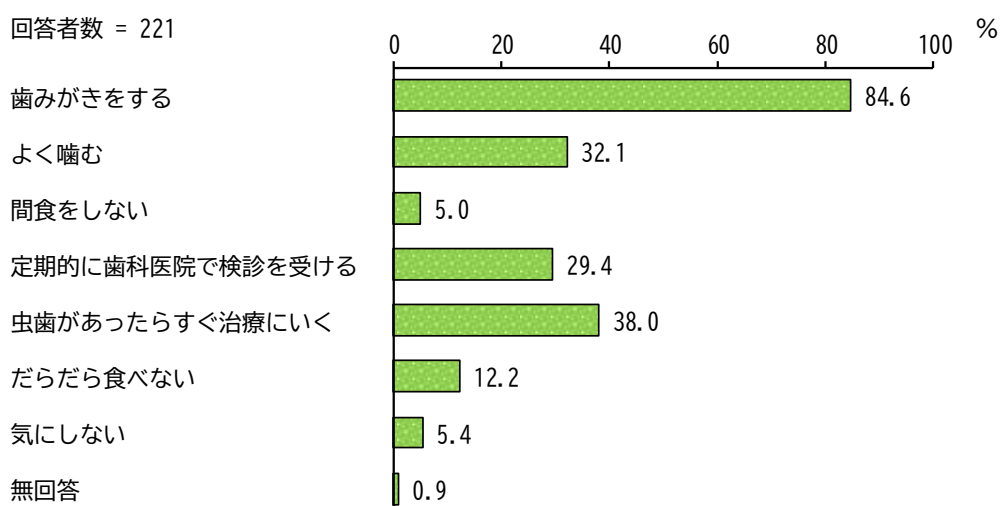
「1 日 1 ～ 2 回みがく」の割合が 61.0%と最も高く、次いで「毎食後みがく」の割合が 33.5%となっています。



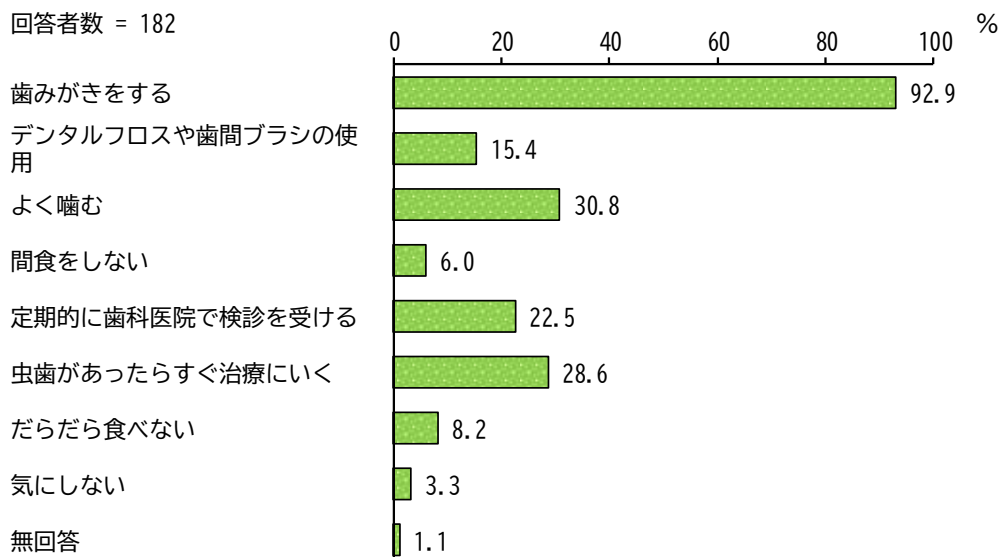
【思春期Ⅰ：問 30】【思春期Ⅱ：問 39】 歯の健康について気をつけていることは何ですか。あてはまるものをすべて選んでください。

いずれの年齢層も「歯磨きをする」の割合が、8割以上と最も高くなっています。

【思春期Ⅰ】



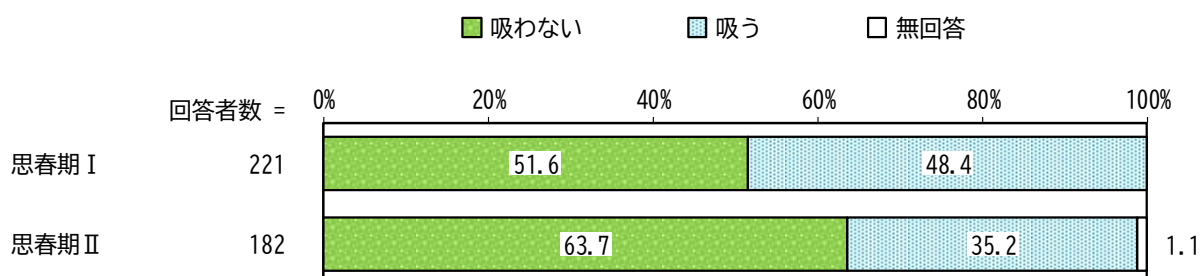
【思春期Ⅱ】



(8) 喫煙・飲酒について

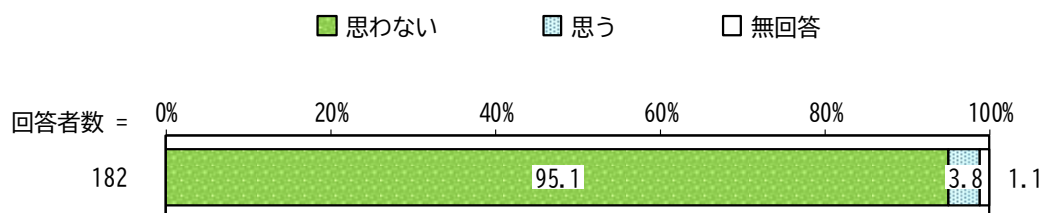
【思春期Ⅰ：問 31】【思春期Ⅱ：問 40】家の人は、たばこを吸っていますか。
1 つに○をつけてください。

いずれの年齢層も「吸わない」の割合が、半数以上となっています。



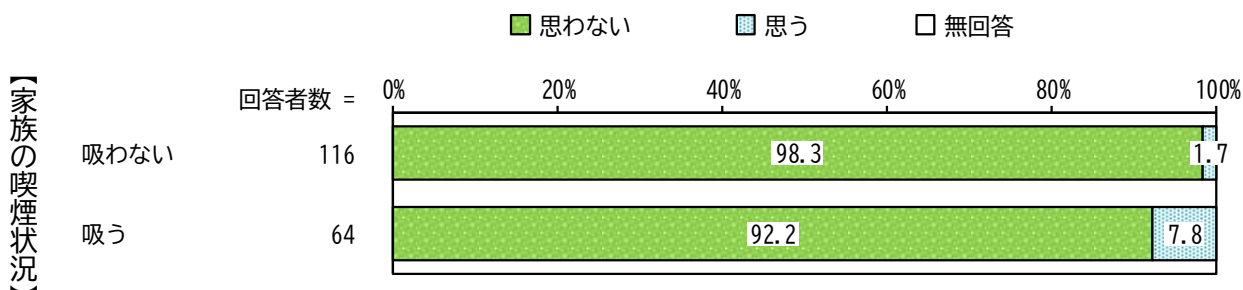
【思春期Ⅱ：問 41】たばこを吸いたいと思いますか。1 つに○をつけてください。

「思わない」の割合が 95.1%、「思う」の割合が 3.8%となっています。



【問 41×問 40 家族の喫煙状況別：思春期Ⅱ】

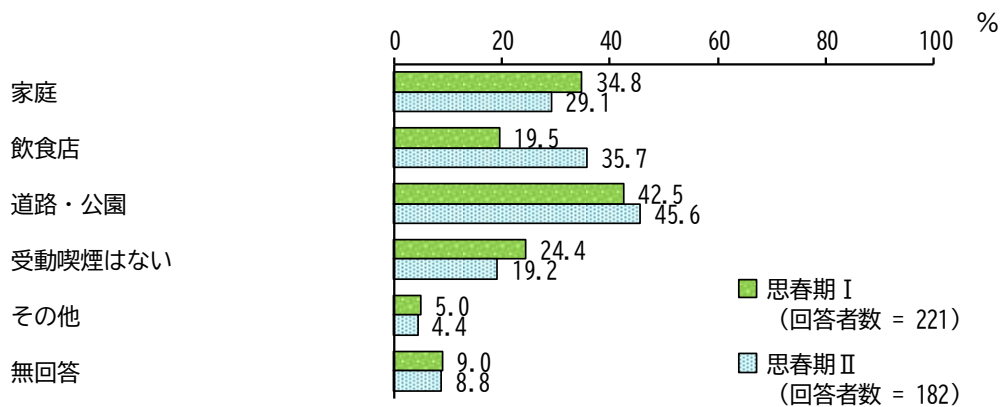
家族の喫煙状況別にみると、吸うの場合に「たばこを吸いたいと思う」の割合がやや増加しています。



【たばこを吸いたいと思うか】

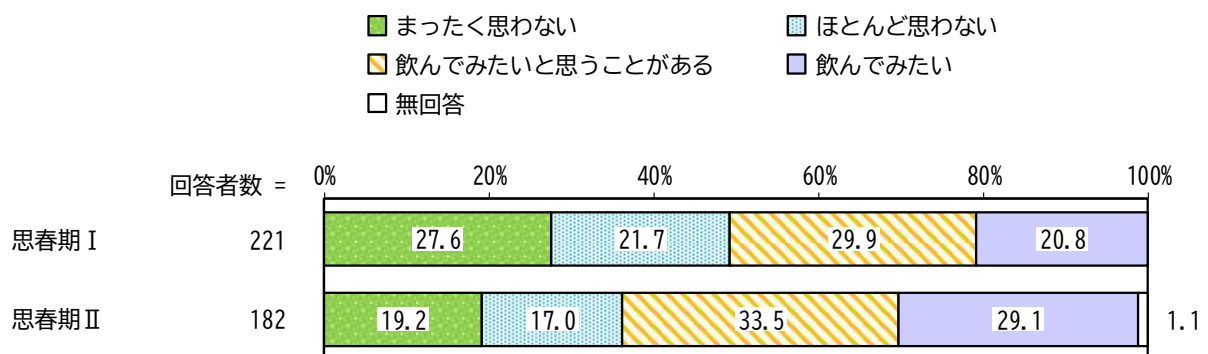
【思春期Ⅰ：問 32】【思春期Ⅱ：問 42】あなたは、以下の場所でたばこの煙を吸ってしまったことがありますか。あてはまるものをすべて選んでください。

いずれの年齢層も「道路・公園」の割合が、4割以上と最も高くなっています。



【思春期Ⅰ：問 33】【思春期Ⅱ：問 43】お酒を飲んでみたいと思いますか。1つに○をつけてください。

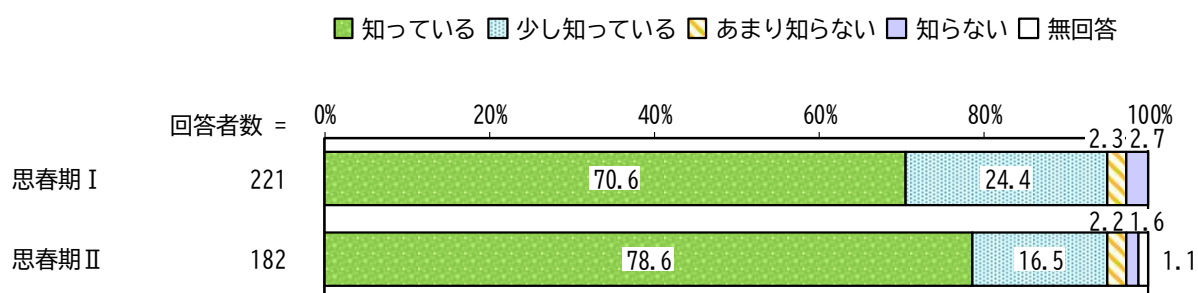
思春期Ⅰより思春期Ⅱで、「飲んでみたいと思うことがある」と「飲んでみたい」を合わせた割合が高くなっています。



(9) 薬物について

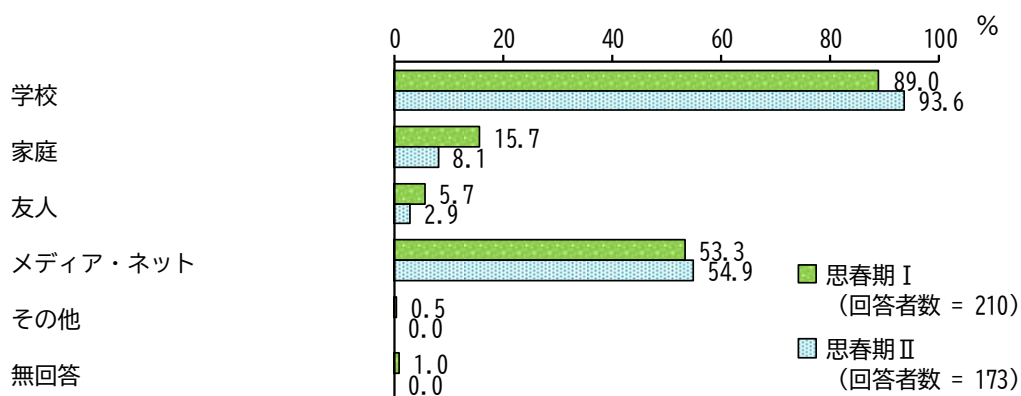
【思春期Ⅰ：問 34】【思春期Ⅱ：問 44】あなたは、薬物の身体への悪影響（幻覚・妄想・記憶障害・依存性が高い、等）について知っていますか。1 つに○をつけてください。

いずれの年齢層も「知っている」と「少し知っている」を合わせた割合が9割以上と高くなっています。



【思春期Ⅰ：問 35】【思春期Ⅱ：問 45】どこでそのことを知りましたか。あてはまるものをすべて選んでください。

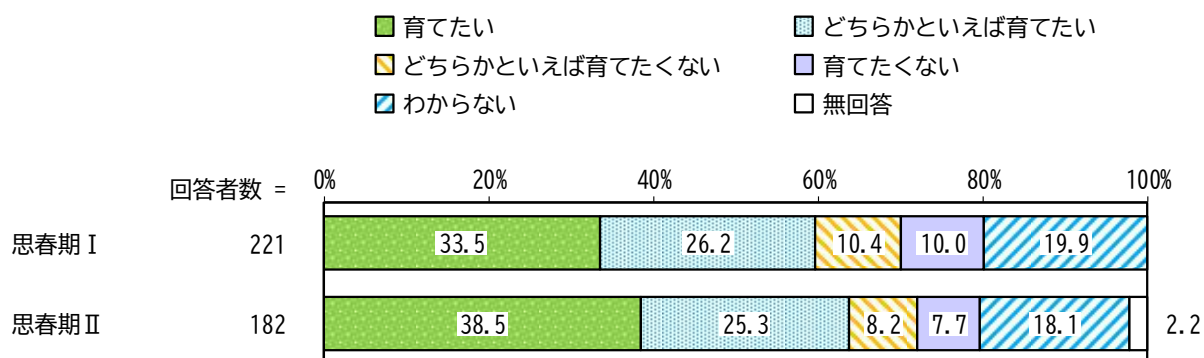
いずれの年齢層も「学校」の割合が、約9割と最も高くなっています。



(10) 将来の子育てについて

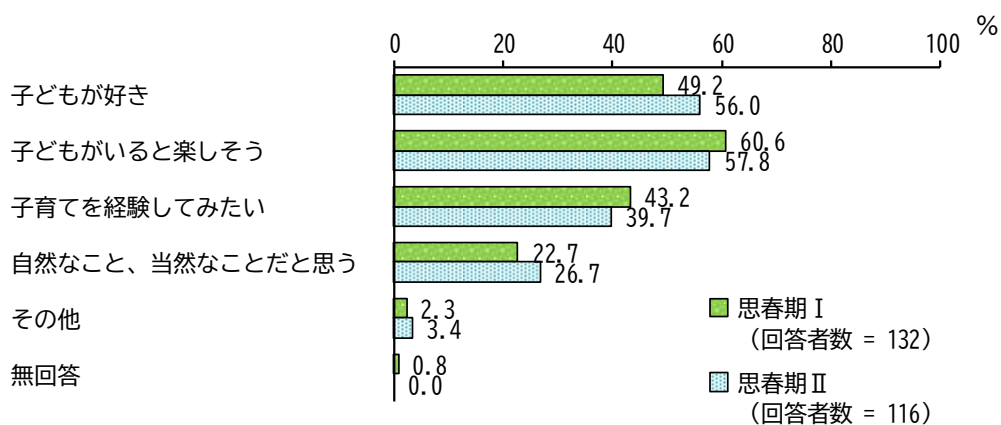
【思春期Ⅰ：問 36】【思春期Ⅱ：問 46】あなたは、将来父親や母親になり、子どもを育てたいと思いますか。1 つに○をつけてください。

いずれの年齢層も「育てたい」と「どちらかといえば育てたい」を合わせた割合が約6割と高くなっています。



【思春期Ⅰ：問 37】【思春期Ⅱ：問 47】育てたいと思う理由は何ですか。あてはまるものをすべて選んでください。

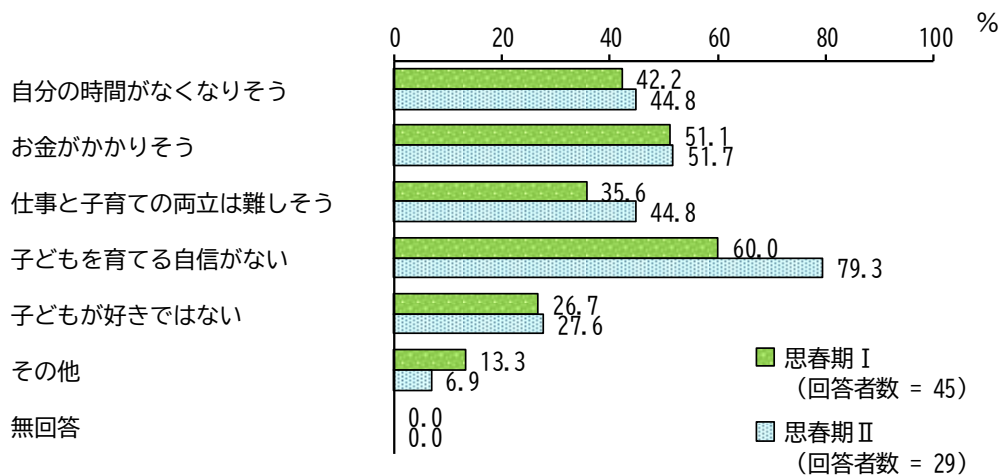
いずれの年齢層も「子どもがいると楽しそう」の割合が、約6割と最も高くなっています。



【思春期Ⅰ：問 38】【思春期Ⅱ：問 48】育てたくないと思う理由は何ですか。
あてはまるものをすべて選んでください。

いずれの年齢層も「子どもを育てる自信がない」の割合が最も高くなっています。

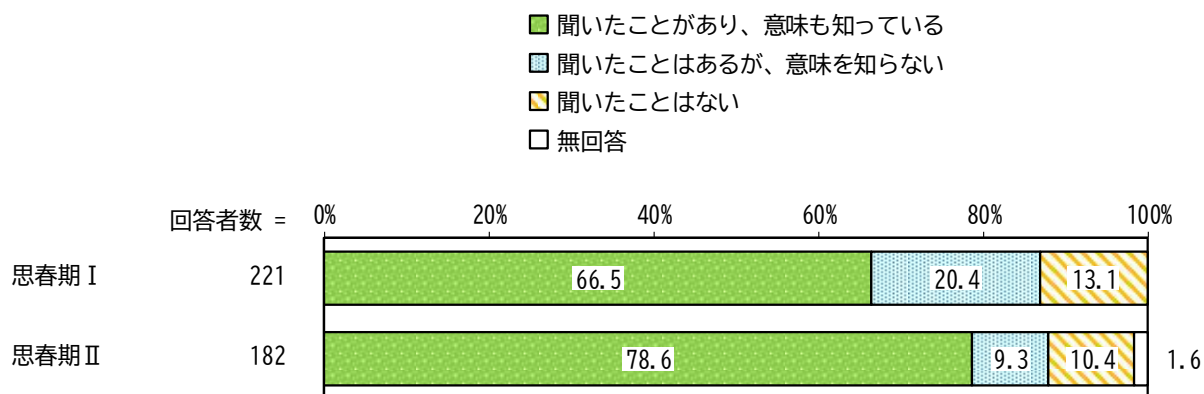
思春期Ⅰより思春期Ⅱで「仕事と子育ての両立は難しそう」、「子どもを育てる自信がない」の割合が高くなっています。



(11) 性の多様性（LGBTQ等）について

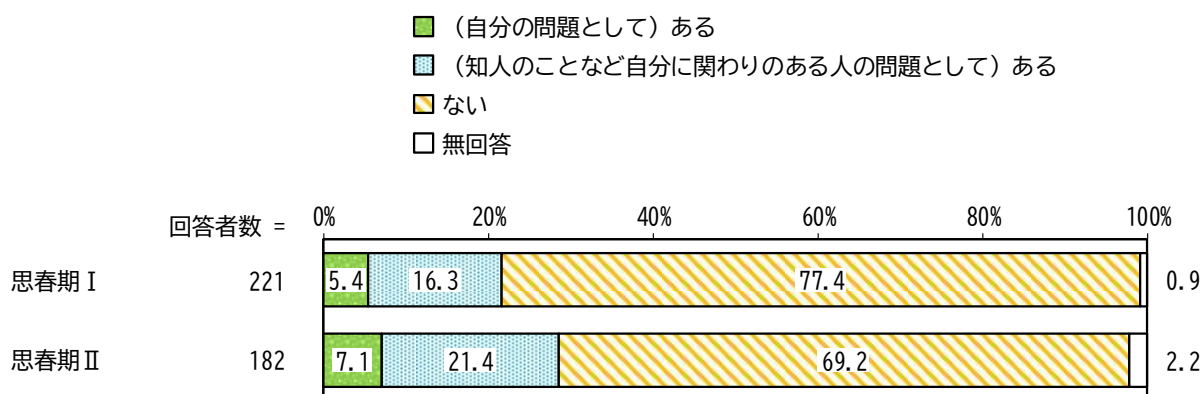
【思春期Ⅰ：問 39】【思春期Ⅱ：問 49】あなたは、「性的少数者（セクシュアル・マイノリティ、LGBTQ等）」という言葉聞いたことがありますか。1 つに○をつけてください。

思春期Ⅰより思春期Ⅱで、「聞いたことがあります、意味も知っている」の割合が高くなっています。



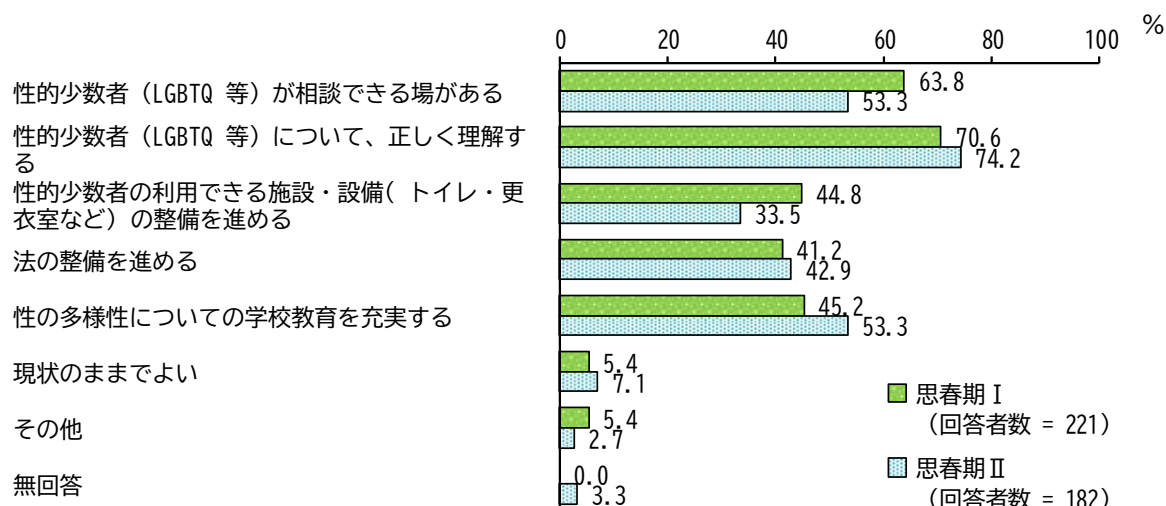
【思春期Ⅰ：問 40】【思春期Ⅱ：問 50】あなたは、性的少数者（セクシュアル・マイノリティ、LGBTQ等）のことを、自分や自分に関わりのある人の問題として、悩んだり、考えたりしたことがありますか。1 つに○をつけてください。

思春期Ⅰより思春期Ⅱで、「（自分の問題として）ある」、「（知人のことなど自分に関わりのある人の問題として）ある」を合わせた割合が高くなっています。



【思春期Ⅰ：問 41】【思春期Ⅱ：問 51】性的少数者（セクシュアル・マイノリティ、LGBTQ等）の困難を解決して、暮らしやすい社会としていくためには、何が必要だと思いますか。あてはまるものをすべて選んでください。

いずれの年齢層も「性的少数者（LGBTQ 等）について、正しく理解する」の割合が7割以上と最も高くなっています。

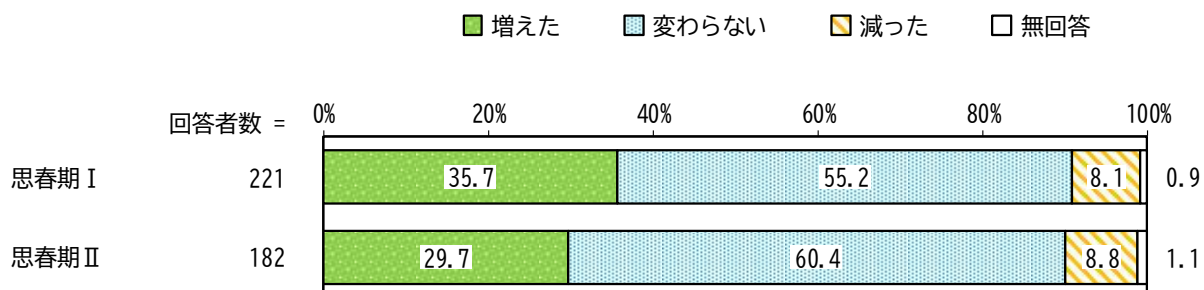


(12) 新型コロナウイルス感染症による影響について

【思春期Ⅰ：問 42】【思春期Ⅱ：問 52】新型コロナウイルス感染症流行前の1年間（2019年）と、昨年の1年間（2022年）を比べて、感染症の影響による生活習慣等の変化はありましたか。それぞれの項目について、あてはまるものを選んでください。

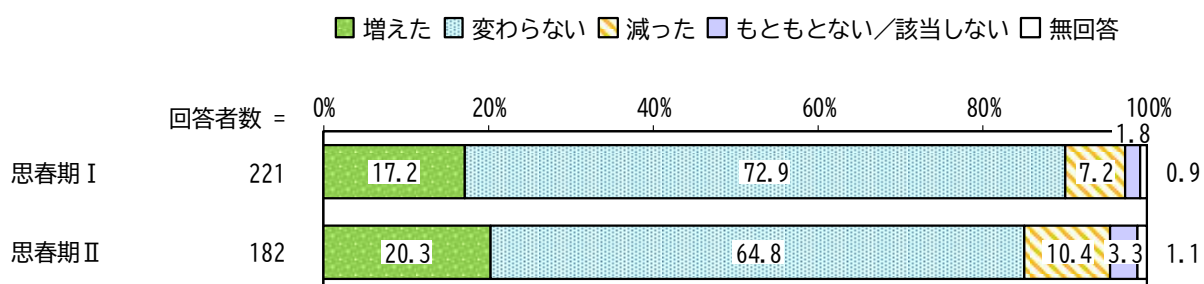
A 体重

思春期Ⅱより思春期Ⅰで「増えた」の割合が高くなっています。



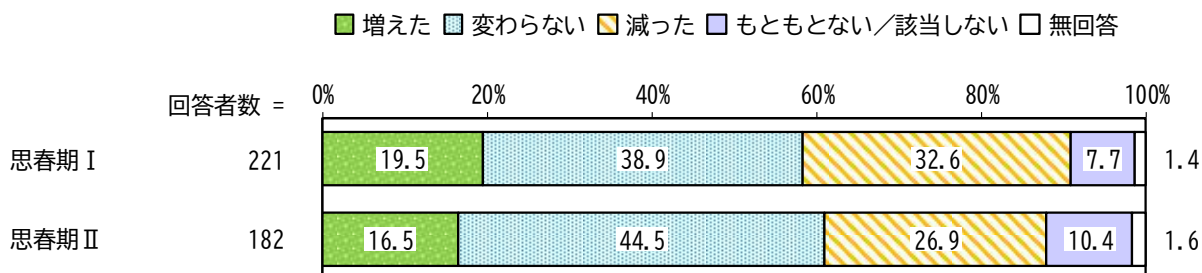
B 間食（朝昼夕以外の食事）

いずれの年齢層も「変わらない」の割合が最も高くなっています。



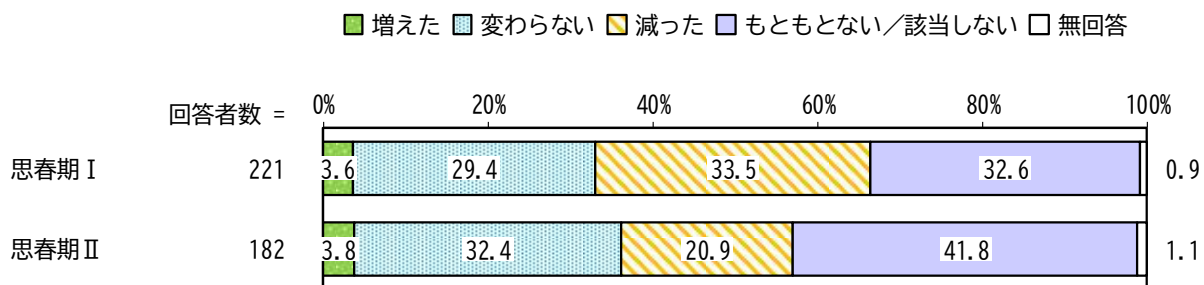
C 運動日数

思春期Ⅱより思春期Ⅰで「減った」の割合が高くなっています。



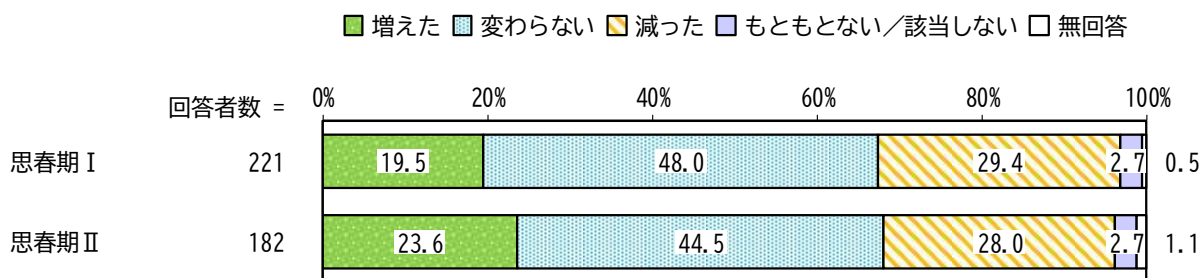
D 地域活動の参加（地域の行事・ボランティア等）

思春期Ⅱより思春期Ⅰで「減った」の割合が高くなっています。



E 友人や知人との交流

いずれの年齢層も「変わらない」の割合が最も高くなっています。



(13) 思春期Ⅰ、思春期Ⅱ調査結果総括

【「回答者属性について」の総括】

- ・『性別』については、思春期Ⅰ及び思春期Ⅱともに女子からの回答が5割以上と、回答比率が高くなっている。
- ・『身長と体重（BMI）』については、思春期Ⅱより思春期Ⅰの方がBMI 18.5未満のやせと判定された方の割合が高い傾向にある。

【「健康状態・健康意識について」の総括】

- ・『自分を健康だと思うか』については、「とても健康」と「まあまあ健康」を合わせた割合が、思春期Ⅰ及び思春期Ⅱともに約9割となっており、主観的健康観が高くなっている。
- ・『起床時間・就寝時間』については、思春期Ⅰ及び思春期Ⅱともに約6割が「7時」までに起床すると回答しているが、就寝時間では思春期Ⅰは「23時以降」が約5割なのに対し、思春期Ⅱは「23時以降」が6割以上となっており、就寝時間については年齢とともに遅くなっていく傾向にある。
- ・『エイズ・性感染症』については、思春期Ⅱにおいて、エイズは「名前も意味も知っている」、また、性感染症は「名前も意味も知っている」がどちらも6割以上となっている。

【「食生活について」の総括】

- ・『朝食を食べているか』については、思春期Ⅰ及び思春期Ⅱともに約2割が毎日ではないと回答している。その理由としては、思春期Ⅰ及び思春期Ⅱともに「食欲がない」「食べる時間がない」が高くなっている。思春期Ⅰにおいて、ふだん「つらい」と感じる人ほど、「毎日食べる」が低くなっていく傾向がある。
- ・『家の人と夕食を一緒に食べているか』については、「毎日食べる」と回答した割合が、思春期Ⅰにおいて、7割半ば、思春期Ⅱにおいて、約6割となっており、年齢とともに一緒に食べるようになる傾向にある。
- ・『1日3食食べているか』については、思春期Ⅰ及び思春期Ⅱともに約8割が1日3食食べている。
- ・『野菜の摂取』については、「1日3回食べる」と回答した割合が、思春期Ⅰにおいて、2割弱、思春期Ⅱにおいて、約5割となっており、年齢が上がるにつれて、野菜を毎食摂取する割合が増加する傾向にある。
- ・『摂取頻度の高い飲料や食品』については、「水・お茶・麦茶」と回答した割合が9割以上となっており、その他で「ジュース」「アイス」「スナック菓子類」と回答した人が約4～5割となっており、この3品目に関しては、思春期Ⅱよりも思春期Ⅰの方が高い割合となっている。

- ・『食品ロス削減に向けた行動』については、約4～5割が実施しており、取組内容については、思春期Ⅰ及び思春期Ⅱともに「買い物に行く前に冷蔵庫・食品庫等の在庫確認をしている」が最も高くなっている。

【「食育について」の総括】

- ・『食事が楽しみか』については、思春期Ⅰ及び思春期Ⅱともに、食事は楽しみであると感じている人が9割以上となっている。
- ・『食育への関心』については、思春期Ⅱにおいて、「とても関心がある」「まあまあ関心がある」の割合は、約5割となっている。
- ・『食事をするときに気を付けていること』については、思春期Ⅰにおいて、「あいさつ」「残さず食べる」の割合が、5割以上となっている。

【「運動について」の総括】

- ・『運動が好きか』については、思春期Ⅰ及び思春期Ⅱともに、「好き」「まあまあ好き」が約7割となっている。BMI別にみると、肥満（25.0以上）で「あまり好きではない」「好きではない」の割合が5割と高くなっている。
- ・『体育以外に定期的な運動をしているか』については、「していない」が3～4割となっており、理由としては、思春期Ⅰ及び思春期Ⅱともに、「運動するきっかけがない」が最も高くなっている。BMI別にみると、やせ（18.5未満）で「していない」の割合が6割以上と高くなっている。

【「休養・こころの健康について」の総括】

- ・『つらいと感ずることがあるか』については、「とても感ずる」「まあまあ感ずる」と回答した割合が、思春期Ⅰにおいては、約3割、思春期Ⅱにおいては、約5割と思春期Ⅱが思春期Ⅰに比べ高くなっている。相談相手の有無別にみると、思春期Ⅰ及び思春期Ⅱともに、相談相手がいないと回答した人で「とても感ずる」と「まあまあ感ずる」を合わせた割合が高くなっている。
- ・『どんなことでつらいと感ずるか』については、思春期Ⅰにおいて、「学校」「勉強」が6割以上、思春期Ⅱにおいて、「勉強」が5割以上と高くなっている。
- ・『相談できる相手はいるか』については、思春期Ⅱにおいて、「いない」と回答した割合が、約1割と思春期Ⅱが思春期Ⅰに比べ高くなっている。
- ・『自分のことが好きか』について、「好き」「まあまあ好き」が6～7割となっている。
- ・『平日1日のゲーム時間』については、「2時間以上」と回答した人は、思春期Ⅰ及び思春期Ⅱともに高くなっているが、思春期Ⅰにおいては約7割、思春期Ⅱにおいては約6割であり、思春期Ⅰが思春期Ⅱに比べ高くなっている。

- ・『携帯やスマートフォンの使い方』について「守っていないまたは約束はない」と回答した人は、思春期Ⅰにおいては、約2割、思春期Ⅱにおいては、約4割と思春期Ⅱが思春期Ⅰに比べ高くなっている。就寝時刻別にみると、23時以降で「守っていないまたは約束はない」を合わせた割合が高くなっている。

【「歯の健康について」の総括】

- ・『歯の健康について気をつけていること』については、思春期Ⅰ及び思春期Ⅱともに、「歯みがきをする」の割合が8～9割と最も高く、次いで思春期Ⅰにおいては、「虫歯があったらすぐ治療に行く」、思春期Ⅱにおいては、「よく噛む」となっている。

【「喫煙・飲酒について」の総括】

- ・『家の人は、たばこを吸っていますか』について、思春期Ⅰにおいては、約5割、思春期Ⅱにおいては、3割半ばとなっている。
- ・『たばこを吸いたいと思うか』については、思春期Ⅱにおいては、9割以上が「思わない」と回答している。
- ・『受動喫煙してしまった場所』については、思春期Ⅰ及び思春期Ⅱともに、「道路・公園」が約4割と最も高くなっている。
- ・『お酒を飲んでみたいと思いますか』については、「飲んでみたい」「飲んでみたいと思うことがある」と回答した人は、5～6割と喫煙とは反対に、飲酒願望がある人が多い結果となっている。

【「薬物について」の総括】

- ・『薬物の身体への悪影響』について、思春期Ⅰ及び思春期Ⅱともに、「知っている」「少し知っている」が9割以上となっている。悪影響を知ったところについては、思春期Ⅰ及び思春期Ⅱともに、「学校」が約9割となっている。

【「将来の子育てについて」の総括】

- ・『将来子どもを育てたいと思うか』について、思春期Ⅰ及び思春期Ⅱともに、「育てたい」「どちらかといえば育てたい」が6割以上となっている。

【「性の多様性（LGBTQ等）」の総括】

- ・『性的少数者という言葉聞いたことがあるか』について、「聞いたことがあり、意味も知っている」の割合が、思春期Ⅰにおいては、約7割、思春期Ⅱにおいては、約8割と思春期Ⅱが思春期Ⅰに比べ高くなっている。

- ・『性的少数者の困難を解決して、暮らしやすい社会としていくために必要なこと』について、思春期Ⅰ及び思春期Ⅱともに、「性的少数者（LGBTQ 等）について、正しく理解する」が7割以上と最も高くなっている。

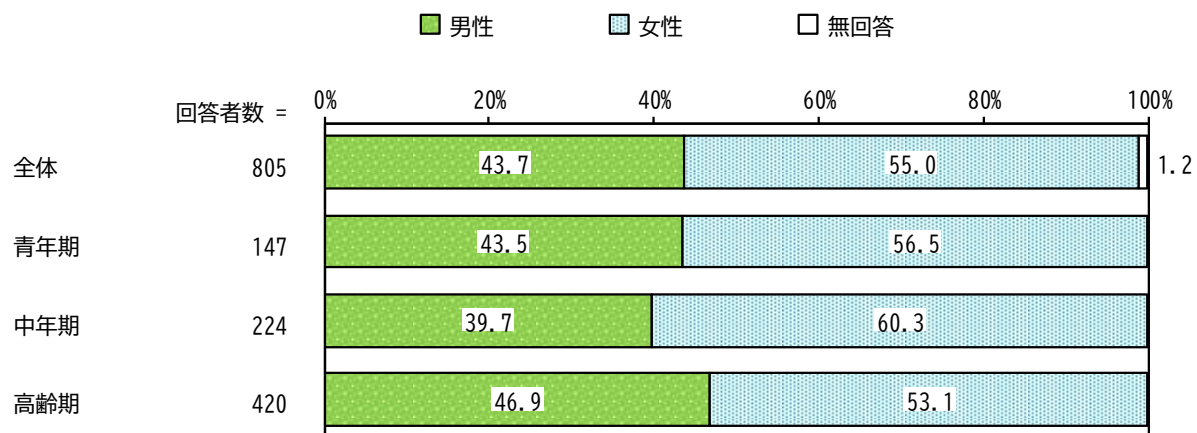
【「新型コロナウイルス感染症による影響について」の総括】

- ・『新型コロナウイルス感染症流行前の1年間（2019年）と、昨年の1年間（2022年）を比べて、感染症の影響による生活習慣等の変化』について、思春期Ⅰにおいては、「地域活動の参加が減った」が、約3割と最も高くなっている。

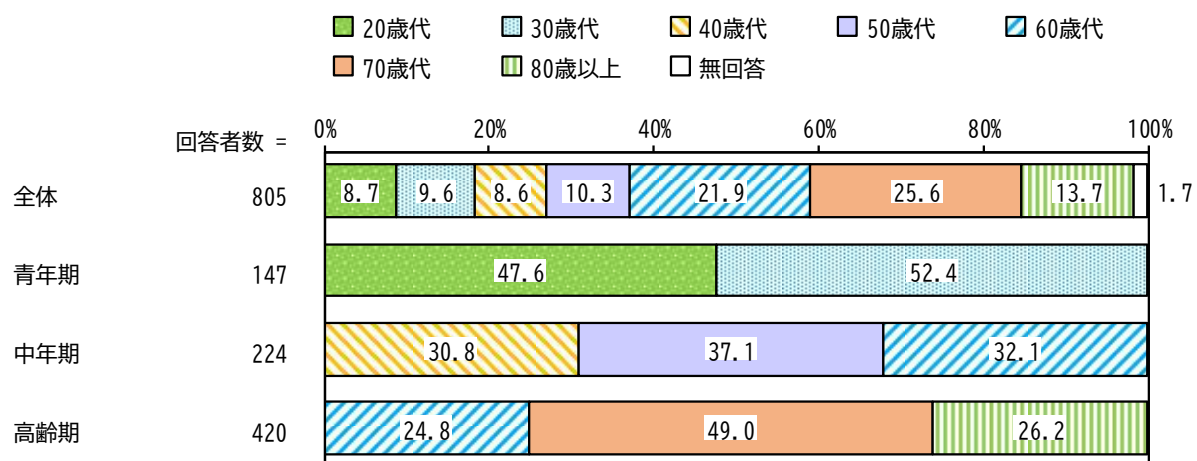
4 成人期

(1) 回答者属性

問1 性別を教えてください。

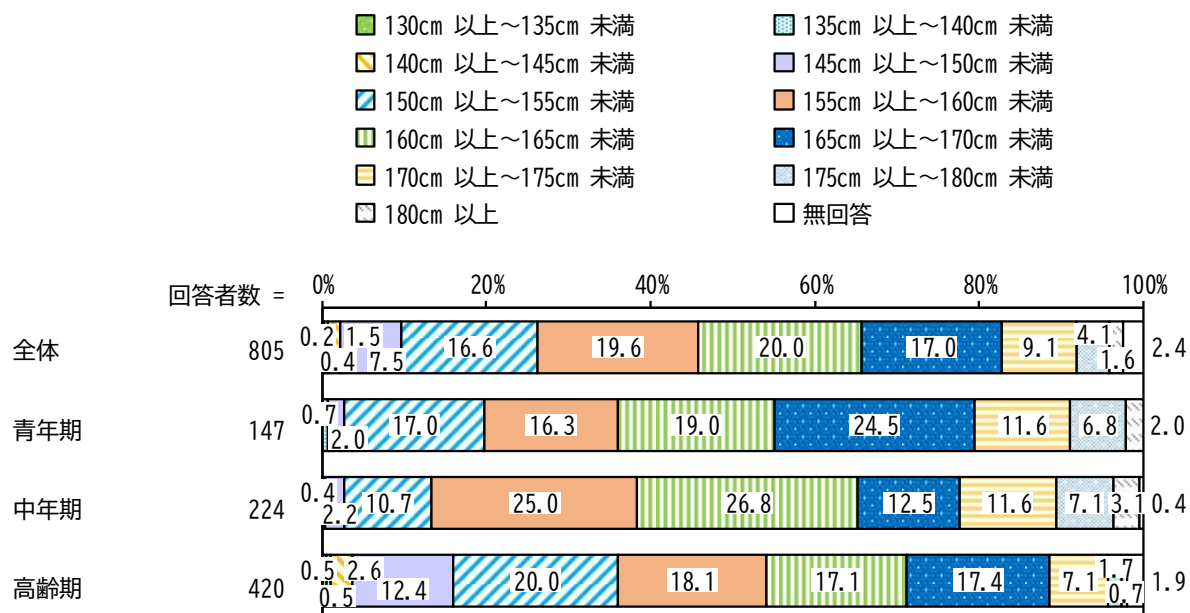


問2 年齢をご記入ください。(令和6年3月31日現在)

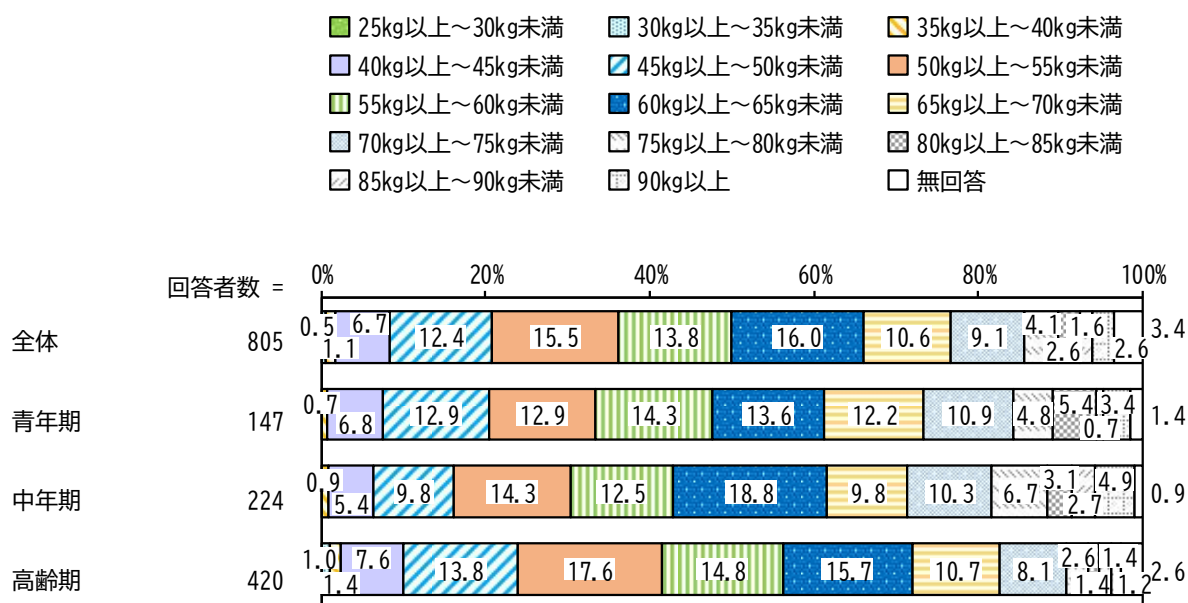


問3 身長と体重をご記入ください。

身長

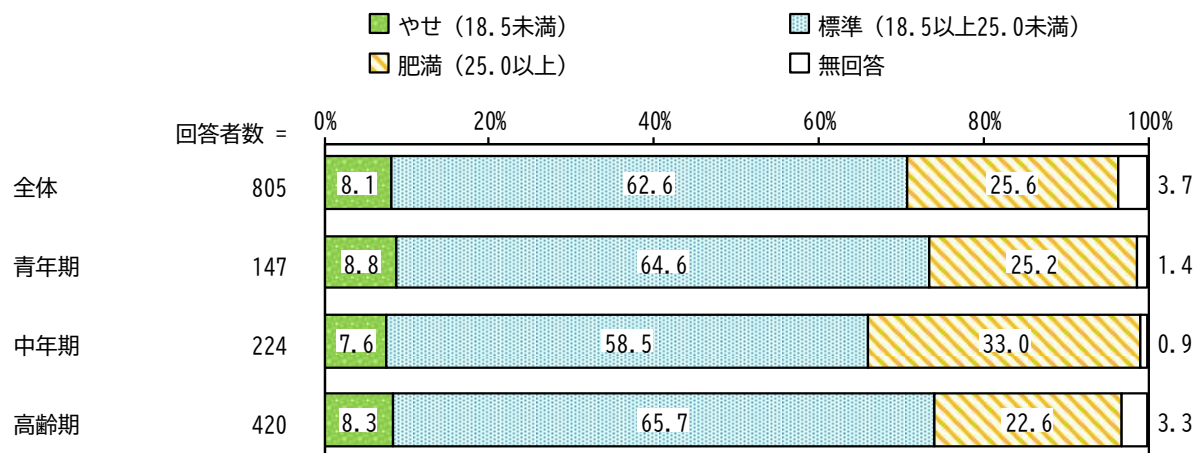


体重

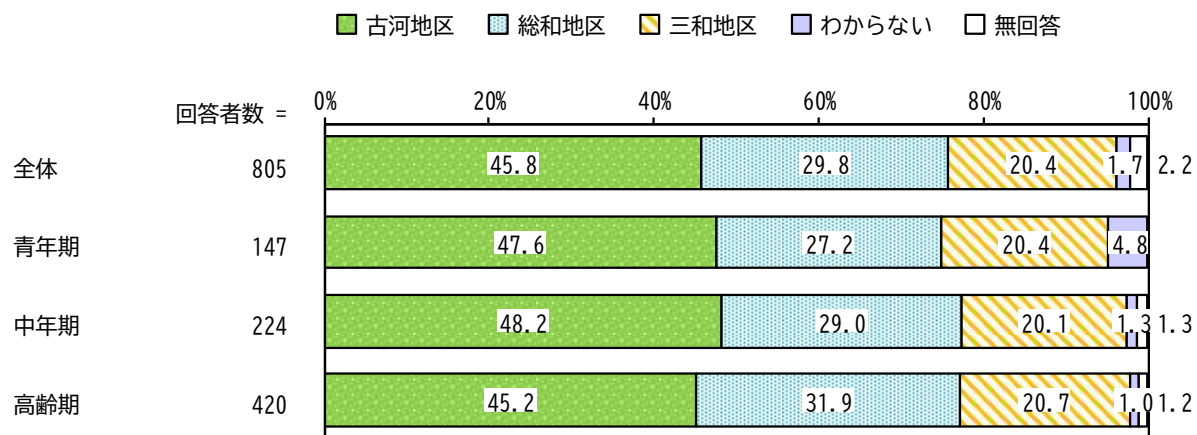


BMI

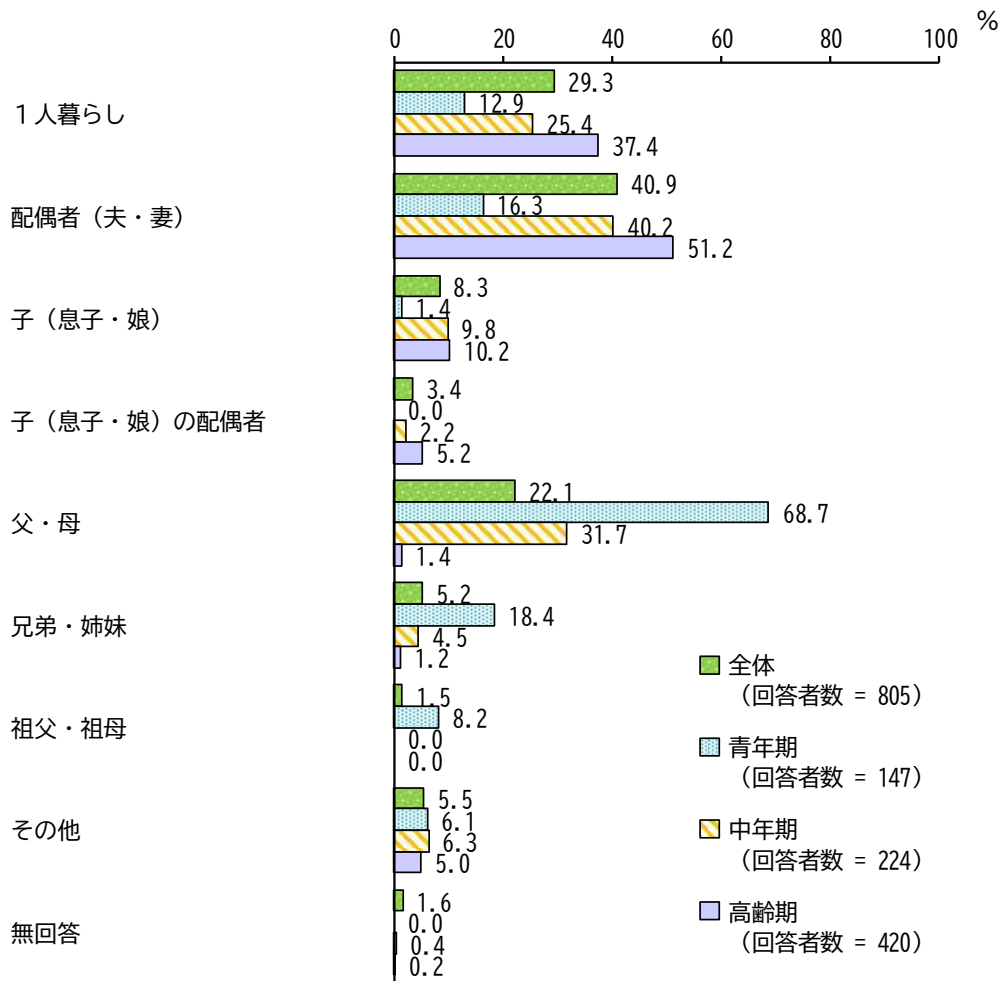
中年期において、他の年代に比べて肥満の割合が高くなっています。



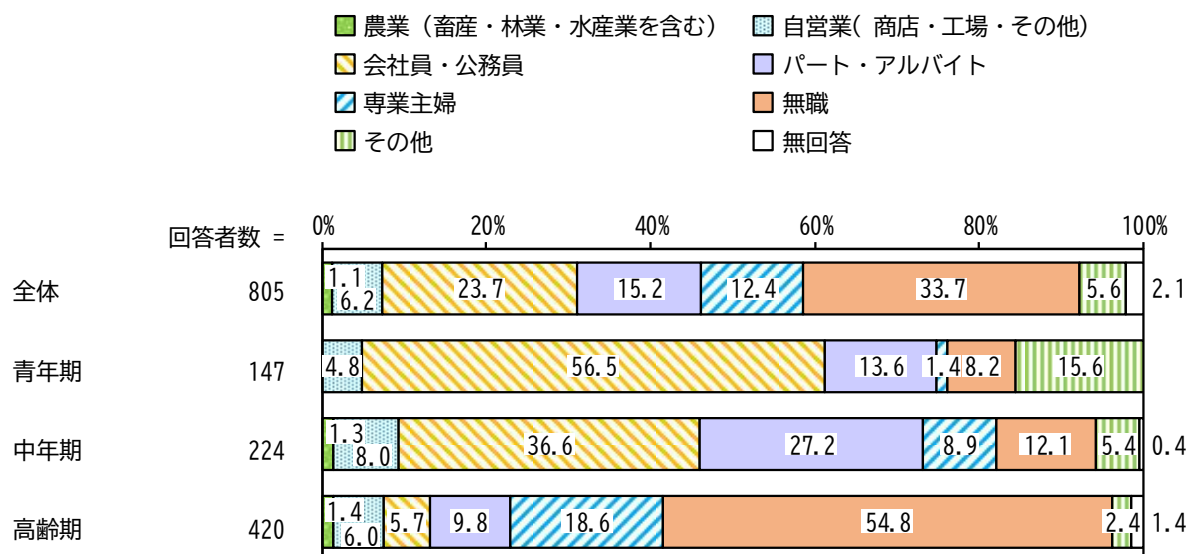
問4 現在お住まいの地区はどちらですか。1つに○をつけてください。



問5 現在、一緒にお住まいの方はどなたですか。あてはまるものをすべて選んでください。



問6 あなたの職業を教えてください。1つに○をつけてください。

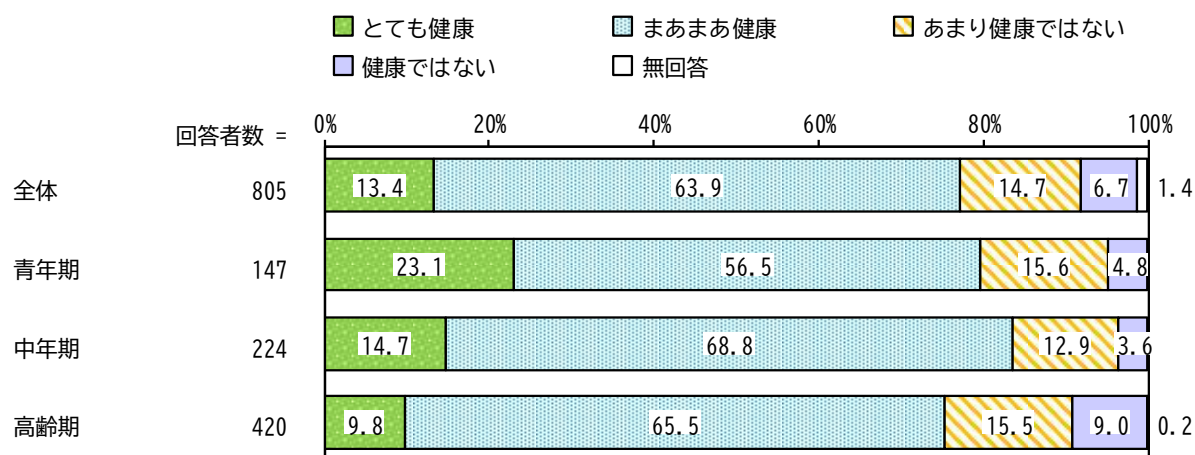


(2) 健康状態・健康意識について

問7 あなたはふだん、自分を健康だと思いますか。1つに○をつけてください。

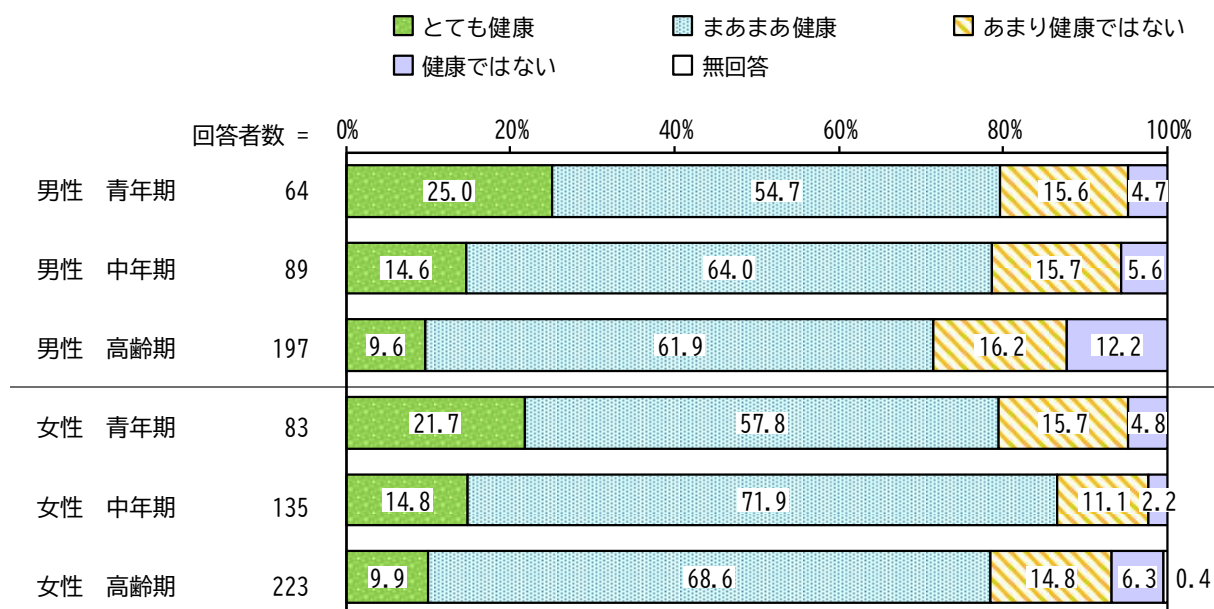
全体では、「とても健康」と「まあまあ健康」を合わせた割合が77.3%となっています。

「健康ではない」と「あまり健康ではない」を合わせた割合で比較すると、高齢期で高くなっています。



【問7×問1・問2 性・年齢別】

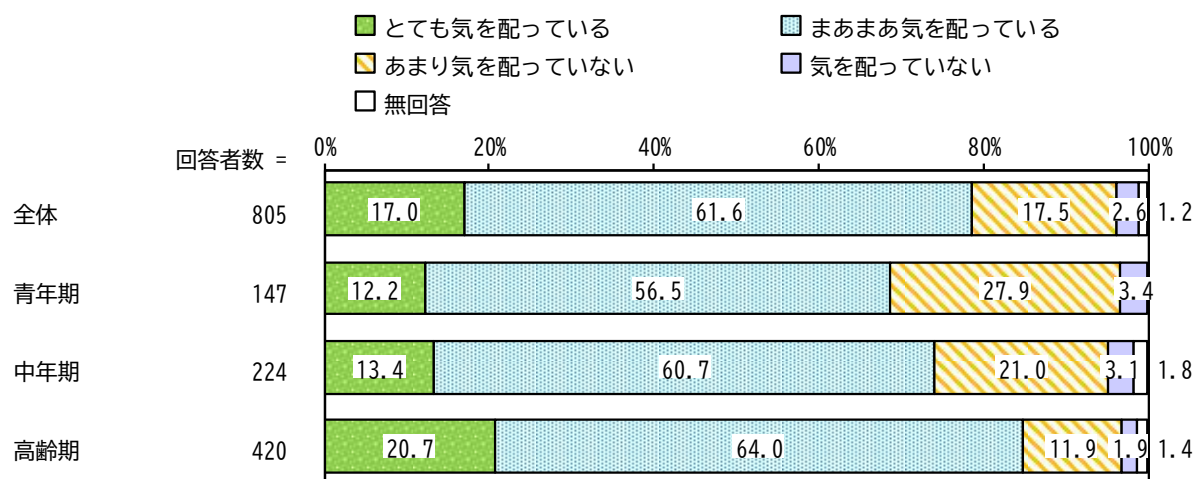
性・年齢別にみると、男性高齢期で「健康ではない」と「あまり健康ではない」を合わせた割合が高くなっています。また、高齢期・中年期において男女で「健康ではない」と「あまり健康ではない」を合わせた割合の差が大きくなっています。



問8 あなたは日頃から自分の健康に気を配っていますか。1つに○をつけてください。

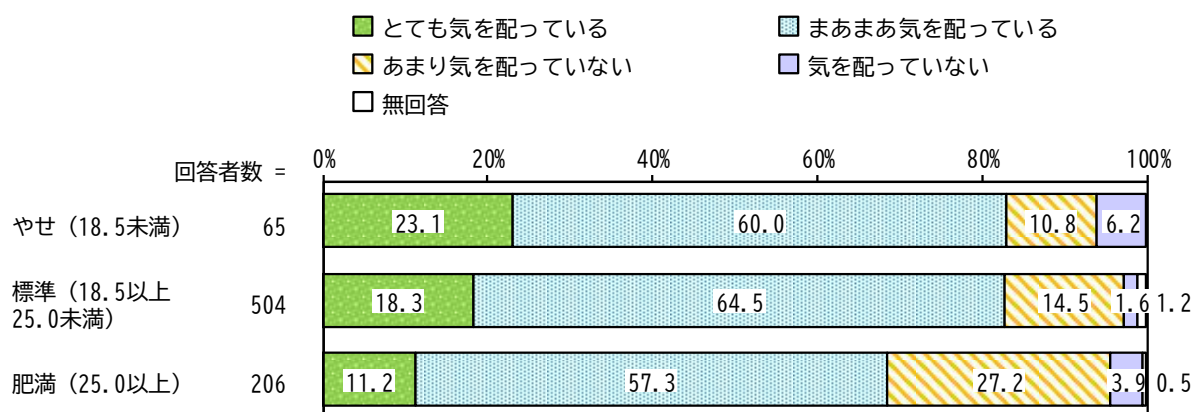
全体では、「とても気を配っている」「まあまあ気を配っている」を合わせた割合は78.6%となっています。

年齢層が上がるにつれて、「あまり気を配っていない」の割合が減少していく傾向にあります。



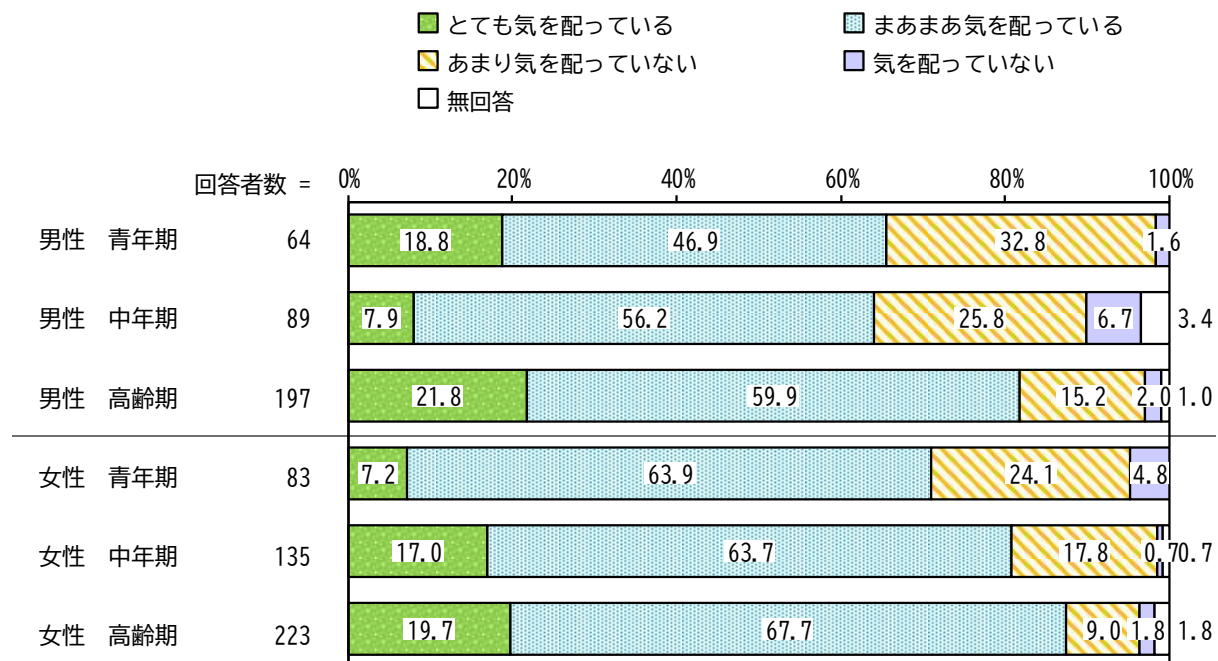
【問8×問3 BMI別】

BMI別にみると、肥満（25.0以上）で「あまり気を配っていない」の割合が高くなっています。



【問8×問1・問2 性・年齢別】

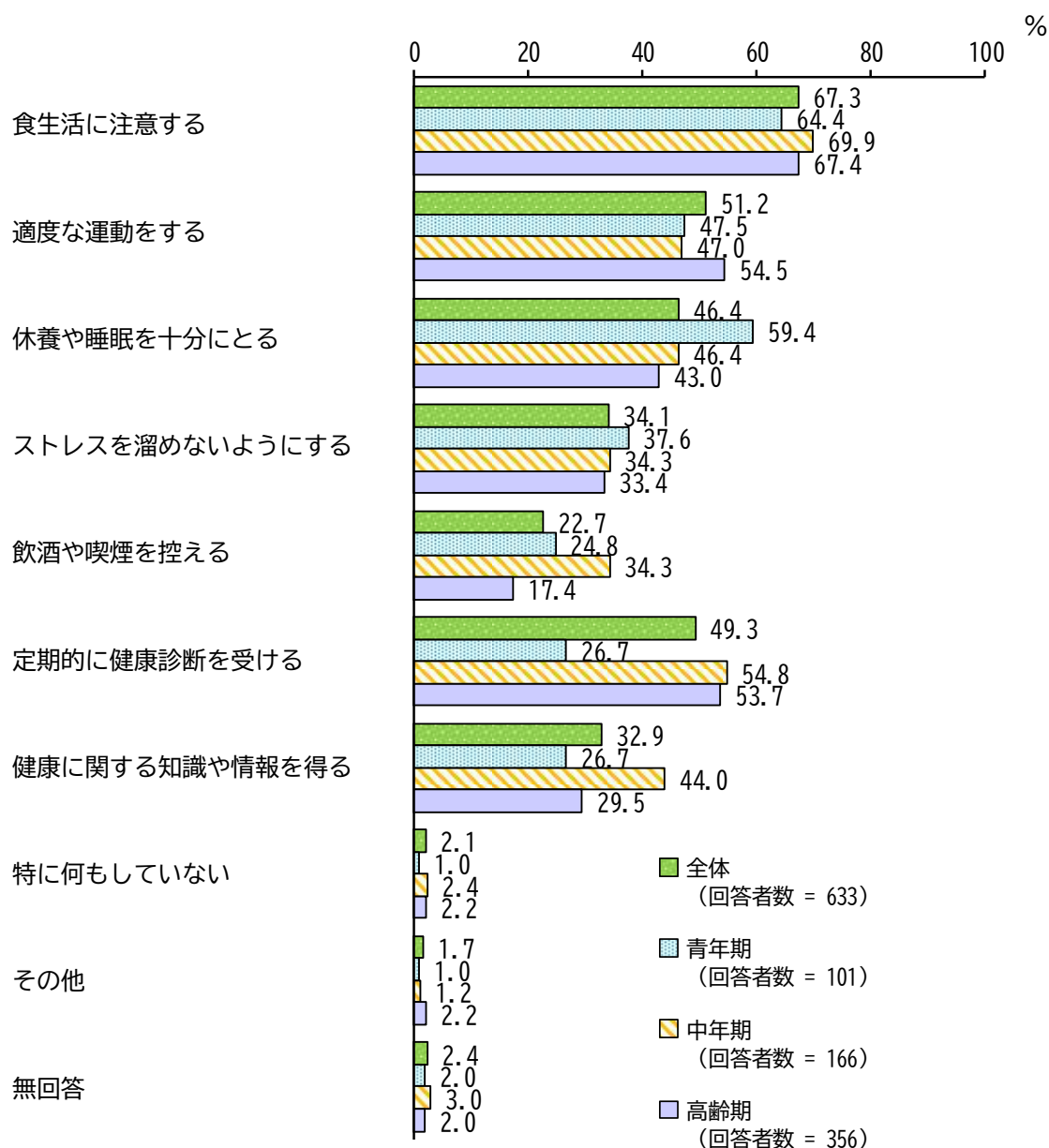
性・年齢別にみると、男性青年期と男性中年期で「あまり気を配っていない」の割合が高くなっています。



問9 問8で「とても気を配っている」または「まあまあ気を配っている」と答えた方にお聞きします。健康づくりのために何か行っていますか。あてはまるものをすべて選んでください。

全体では、「食生活に注意する」の割合が67.3%と最も高く、次いで「適度な運動をする」の割合が51.2%、「定期的に健康診断を受ける」の割合が49.3%となっています。

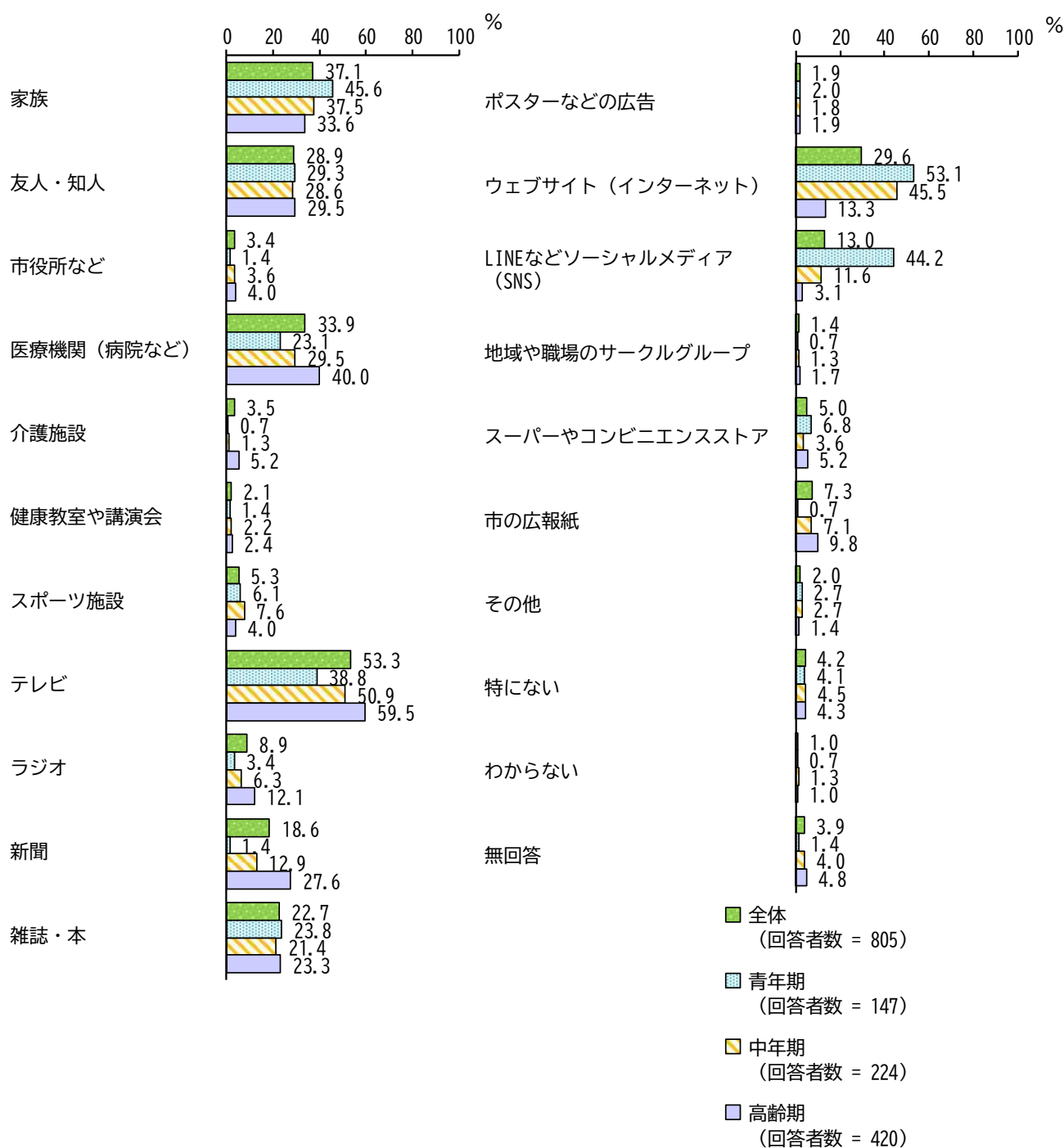
年齢層別にみると、他の年齢層と比べて、青年期で「休養や睡眠を十分にとる」の割合が、中年期で「健康に関する知識や情報を得る」の割合が高くなっています。



問 10 健康管理（食生活や運動など）に影響を与える情報源はどれですか。あてはまるものをすべて選んでください。

全体では、「テレビ」の割合が 53.3%と最も高く、次いで「家族」の割合が 37.1%、「医療機関（病院など）」の割合が 33.9%となっています。

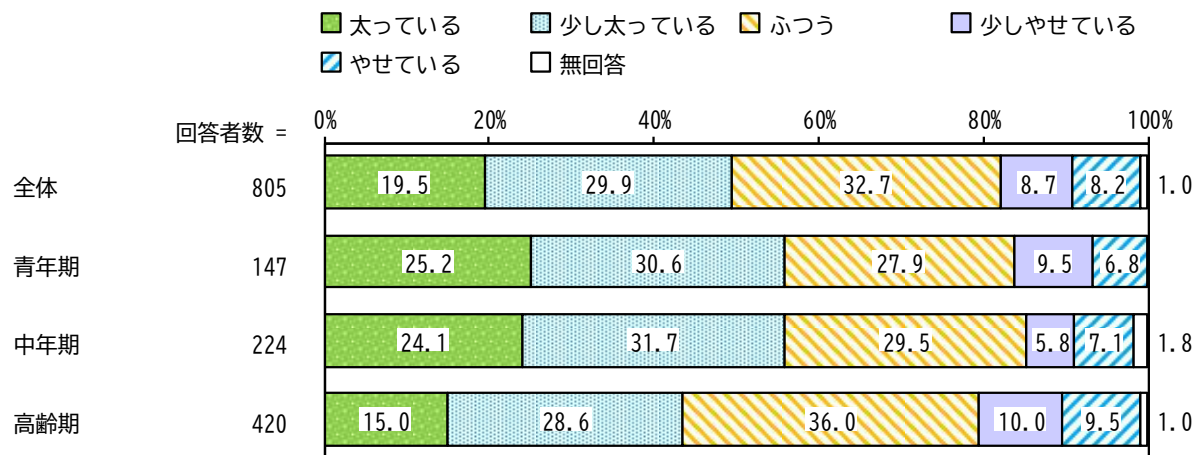
高齢期や中年期で「テレビ」の割合が、青年期で「ウェブサイト（インターネット）」「LINE などソーシャルメディア（SNS）」の割合が高くなっています。



問 11 あなたは、現在の自分の体形をどう思いますか。1 つに○をつけてください。

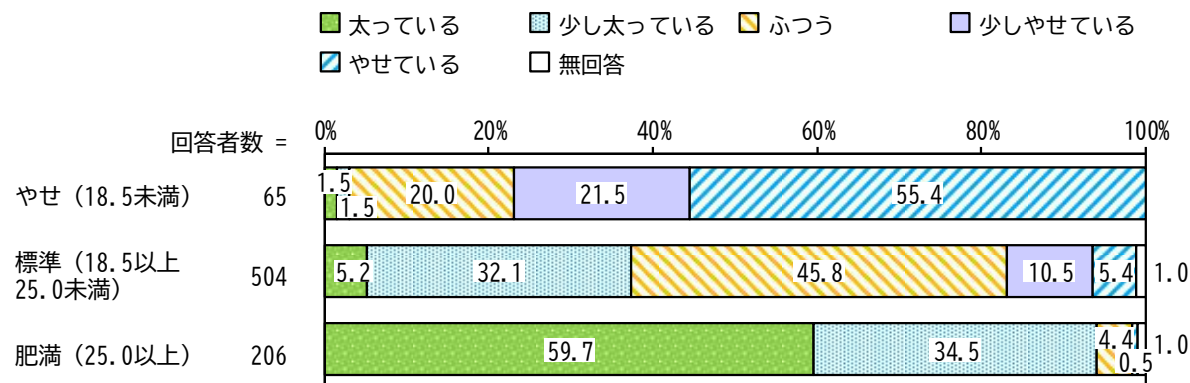
全体では、「太っている」の割合が 19.5%となっています。

青年期・中年期において、「太っている」「少し太っている」と回答している割合が高く、高齢期では「ふつう」と回答している割合が高くなっています。



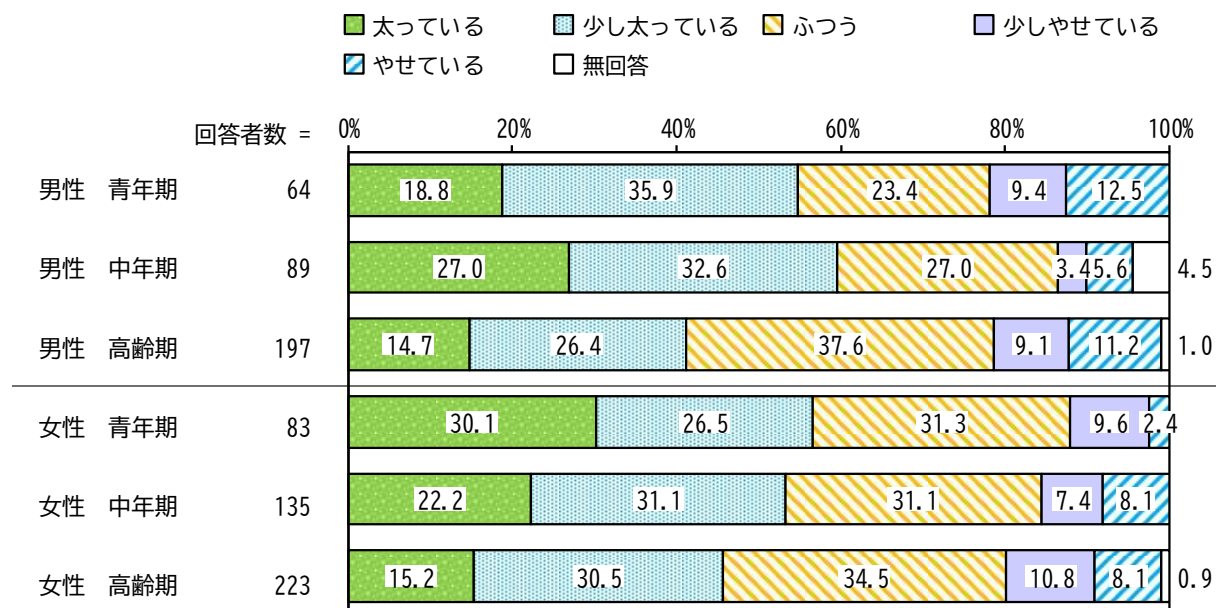
【問 11×問 3 BMI 別】

BMI 別にみると、やせ (18.5 未満) で「やせている」、肥満 (25.0 以上) で「太っている」の割合が 5～6 割と高くなっていますが、標準 (18.5 以上 25.0 未満) で 3 割以上が「少し太っている」、やせ (18.5 未満) で 2 割以上が「ふつう」と回答しています。



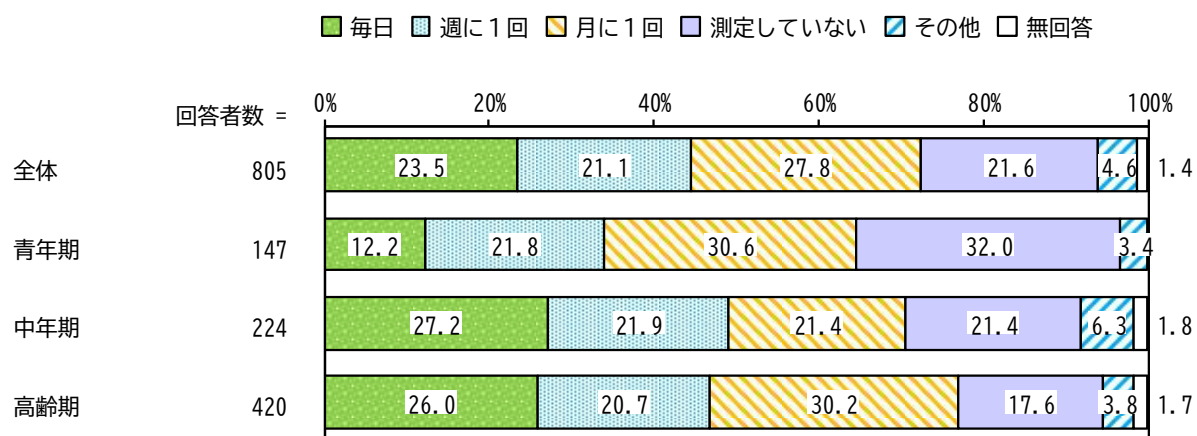
【問11×問1・問2 性・年齢別】

性・年齢別にみると、青年期、中年期で男女ともに5割以上が「太っている」「少し太っている」と回答しています。



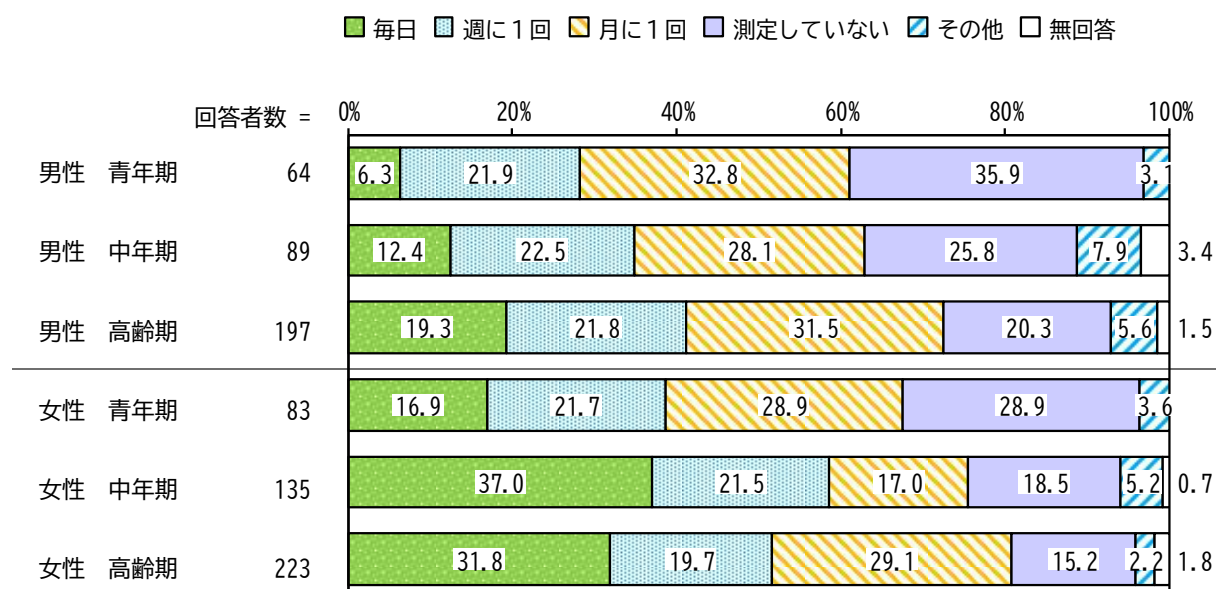
問12 定期的に体重を測っていますか。1つに○をつけてください。

青年期では「測定していない」、中年期では「毎日」、高齢期では「月1回」の割合が高くなっています。



【問12×問1・問2 性・年齢別】

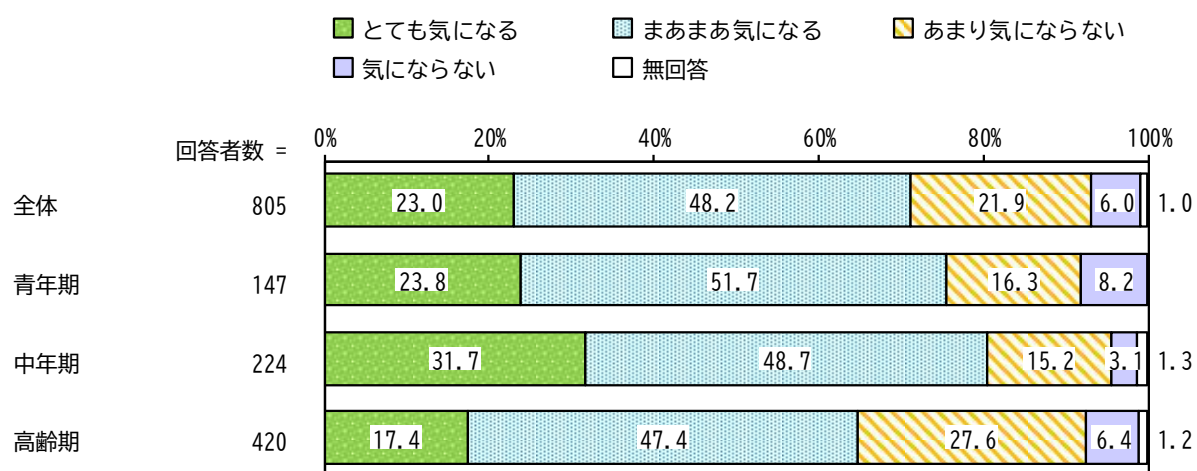
性・年齢別にみると、男性青年期で「測定していない」の割合が高く、「毎日」は女性中年期・高齢期で最も高くなっています。



問13 自分の体型が気になりますか。1つに○をつけてください。

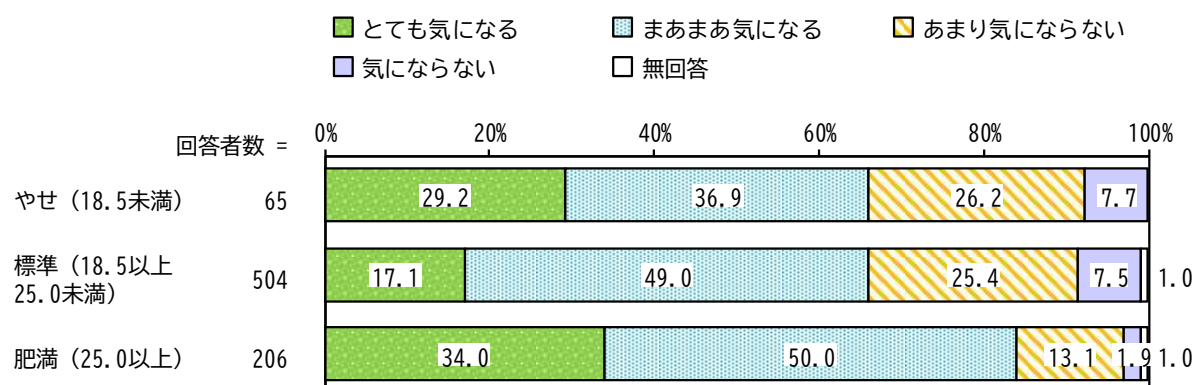
全体では、「とても気になる」と「まあまあ気になる」を合わせた割合が71.2%となっています。

どの年齢層においても、「まあまあ気になる」の割合が高くなっていますが、高齢期では「あまり気にならない」の割合が27.6%で他の年齢層より高くなっています。



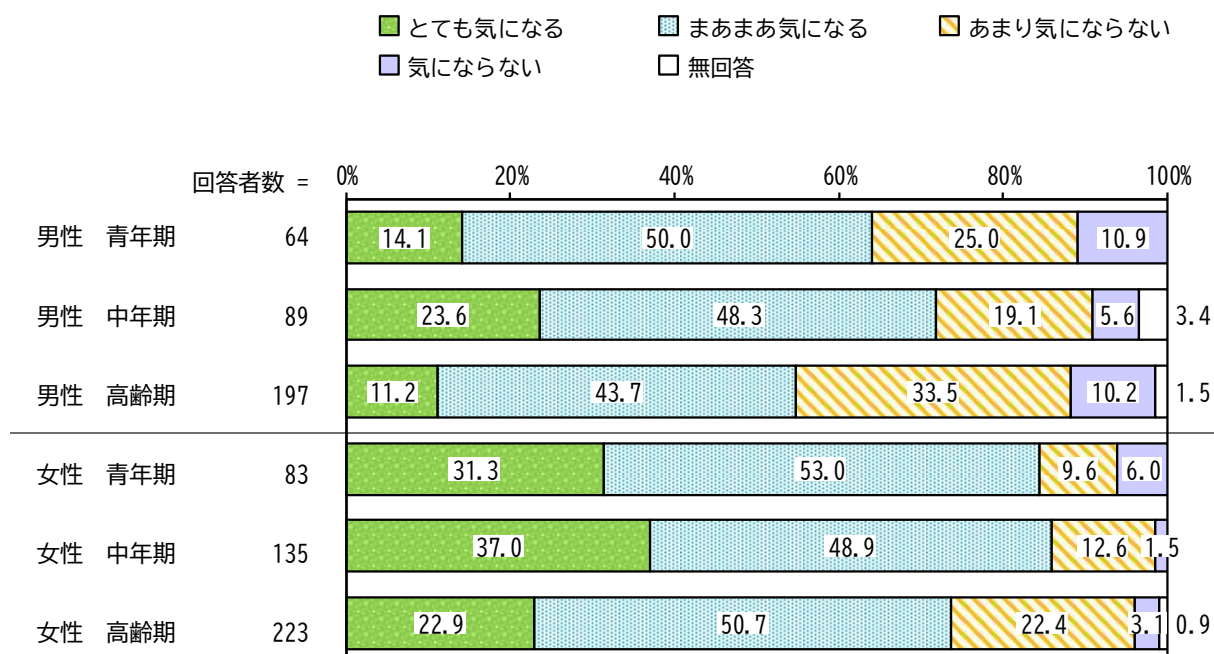
【問13×問3 BMI別】

BMI別にみると、肥満（25.0以上）で「とても気になる」の割合が高くなっており、標準で「まあまあ気になる」の割合が高くなっています。



【問13×問1・問2 性・年齢別】

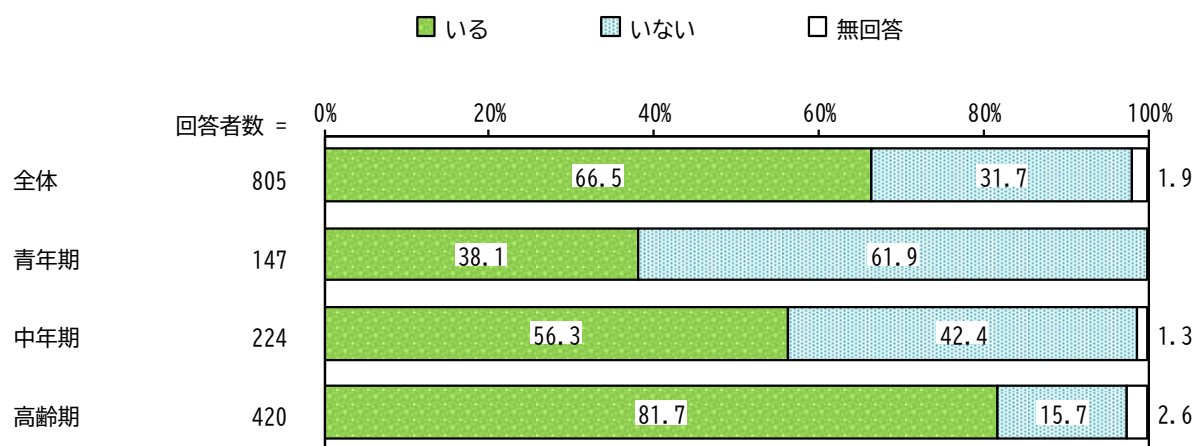
性・年齢別にみると、女性中年期で「とても気になる」の割合が高くなっています。また、女性の方が男性に比べて体形を気にする割合が高い傾向があります。



問 14 かかりつけ医（歯科以外）はいますか。1 つに○をつけてください。

全体では、「いる」の割合が 66.5%、「いない」の割合が 31.7%となっています。

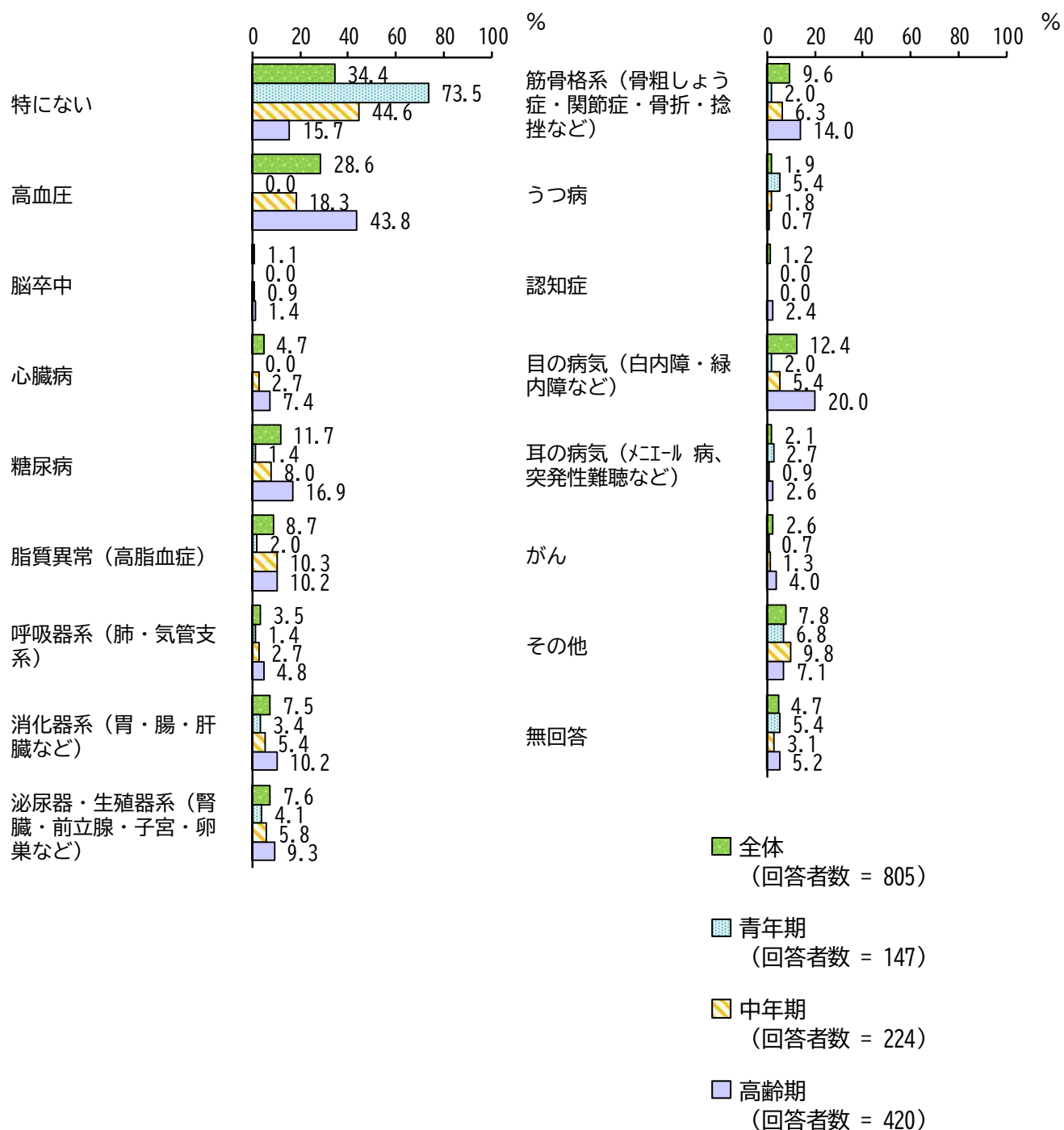
年齢層が上がるにつれ、「いる」の割合が高くなっています。



問 15 あなたは現在、治療中の病気がありますか。あてはまるものをすべて選んでください。

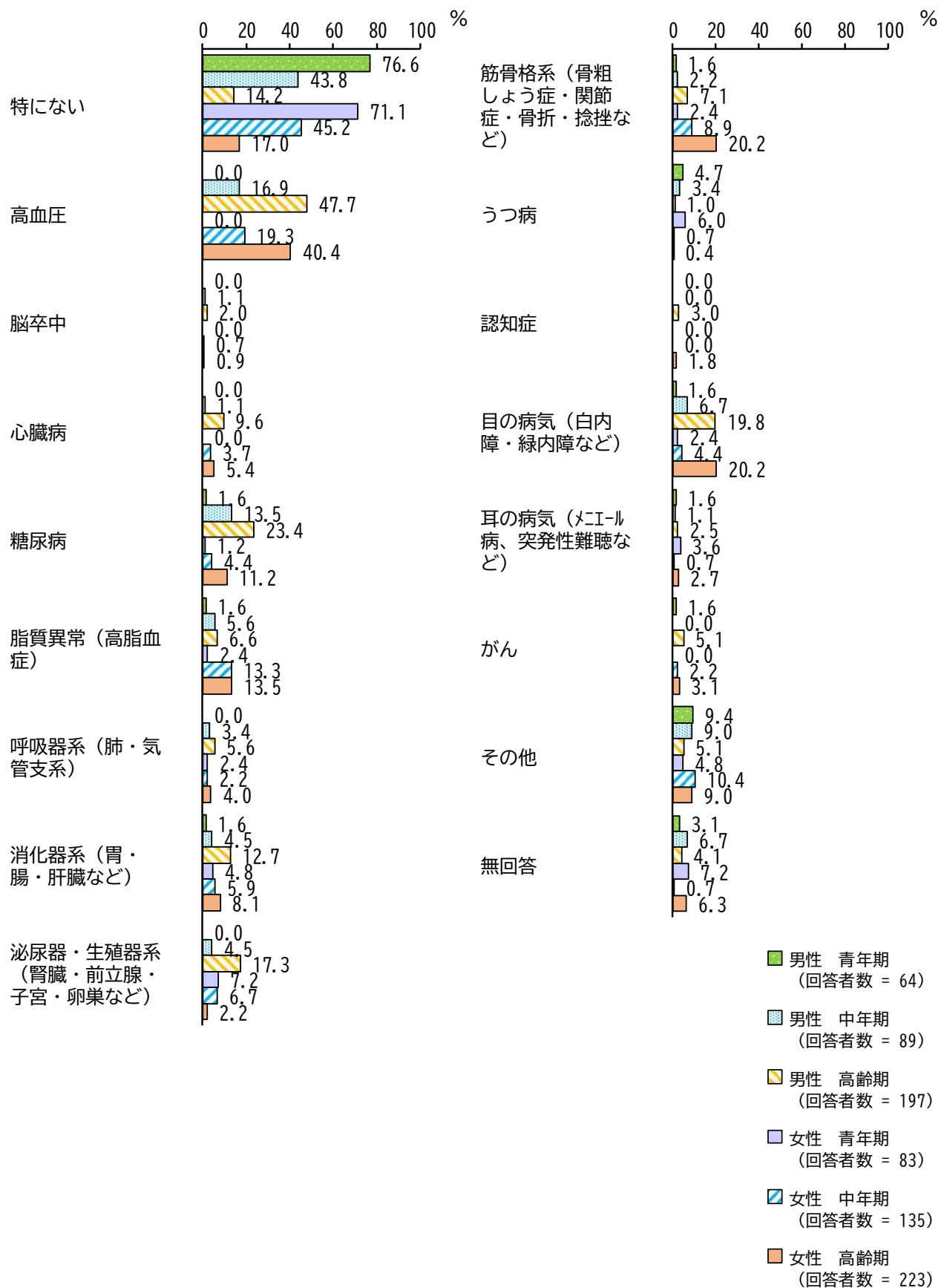
全体では、「特にない」の割合が 34.4%と最も高く、次いで「高血圧」の割合が 28.6%、「目の病気（白内障・緑内障など）」の割合が 12.4%となっています。

中年期以降高血圧や糖尿病、脂質異常など生活習慣に関わる割合が高くなり、高齢期では 43.8%が高血圧で治療しています。



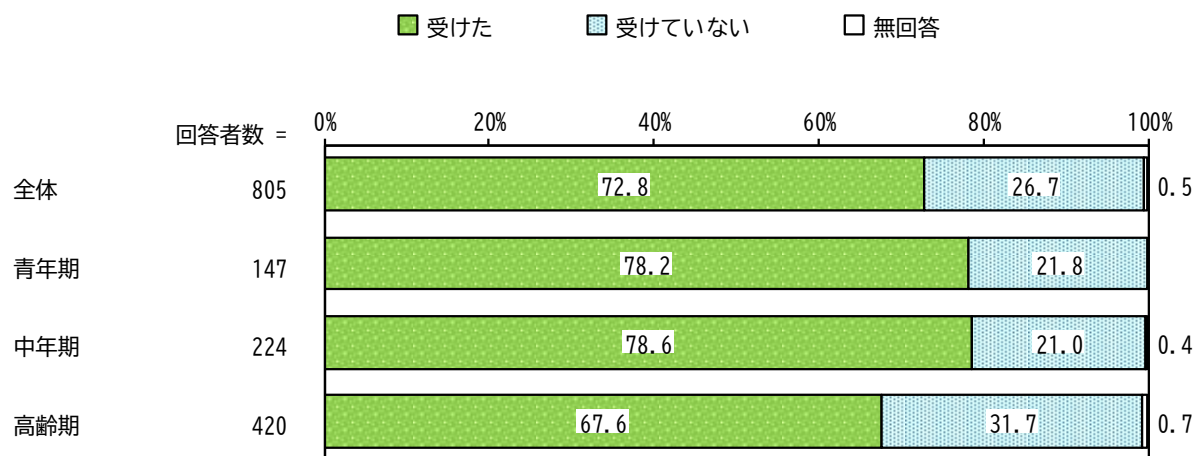
【問15×問1・問2 性・年齢別】

性・年齢別にみると、男女ともに高齢期で「高血圧」の割合が最も高く、次いで男性では「糖尿病」、女性では「筋骨格系（骨粗しょう症・関節症・骨折・捻挫など）」が高くなっています。



問 16 過去1年間に健康診断を受けましたか。1つに○をつけてください。

全体では、「受けた」の割合が72.8%、「受けていない」の割合が26.7%となっています。
他の年齢層と比べて高齢期で「受けていない」の割合が高くなっています。

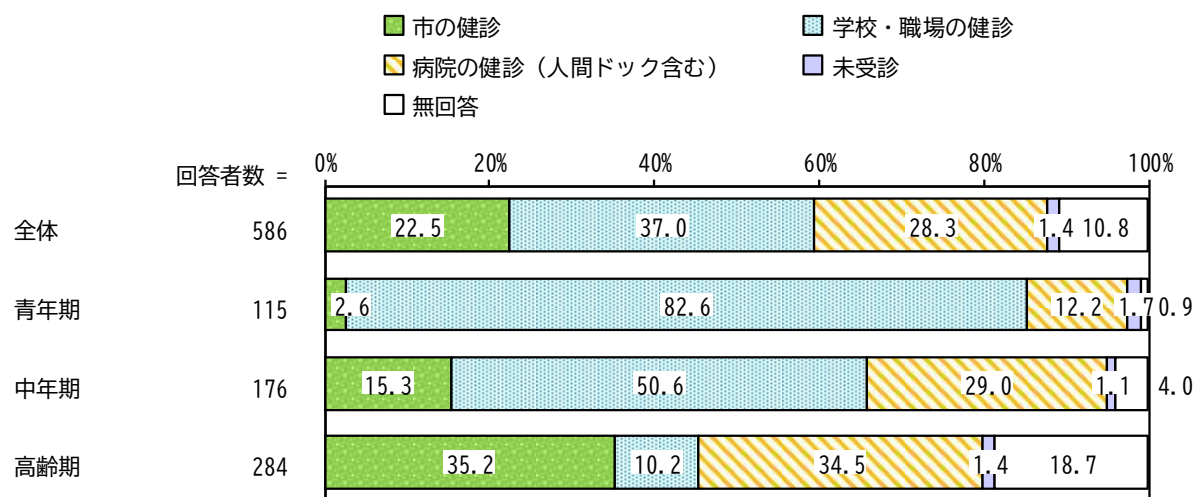


問 17 問 16 で「受けた」と答えた方にお聞きします。それはどこで受けましたか。それぞれの項目について、あてはまるものを選んでください。

A 健康診断（特定定健診・後期高齢者健診含む）

全体では、「学校・職場の健診」の割合が37.0%と最も高く、次いで「病院の健診（人間ドック含む）」の割合が28.3%、「市の健診」の割合が22.5%となっています。

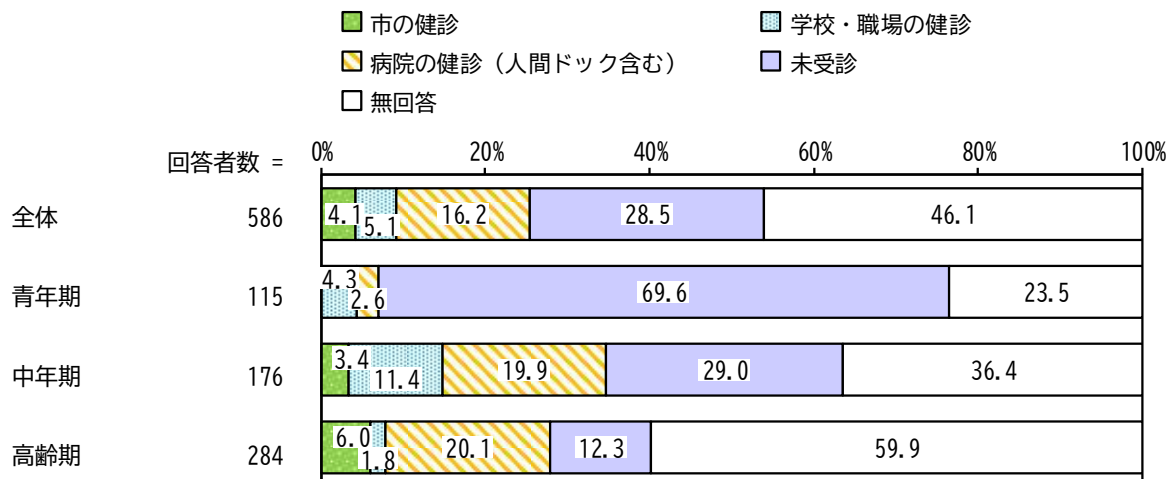
青年期、中年期の働き世代は、「学校・職場の健診」が、高齢期になると「市の健診」の割合が高くなっています。



B 胃がん

全体では、「未受診」の割合が28.5%と最も高く、次いで「病院の健診（人間ドック含む）」の割合が16.2%となっています。

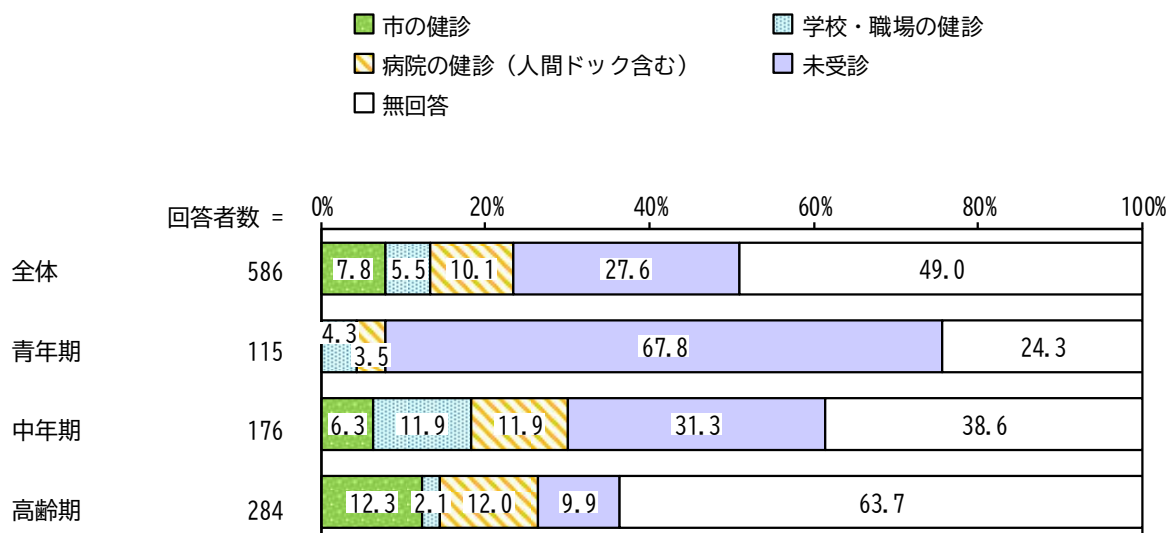
年齢層が下がるにつれて、未受診の割合が高くなっています。



C 結核・肺がん

全体では、「未受診」の割合が27.6%と最も高く、次いで「病院の健診（人間ドック含む）」の割合が10.1%となっています。

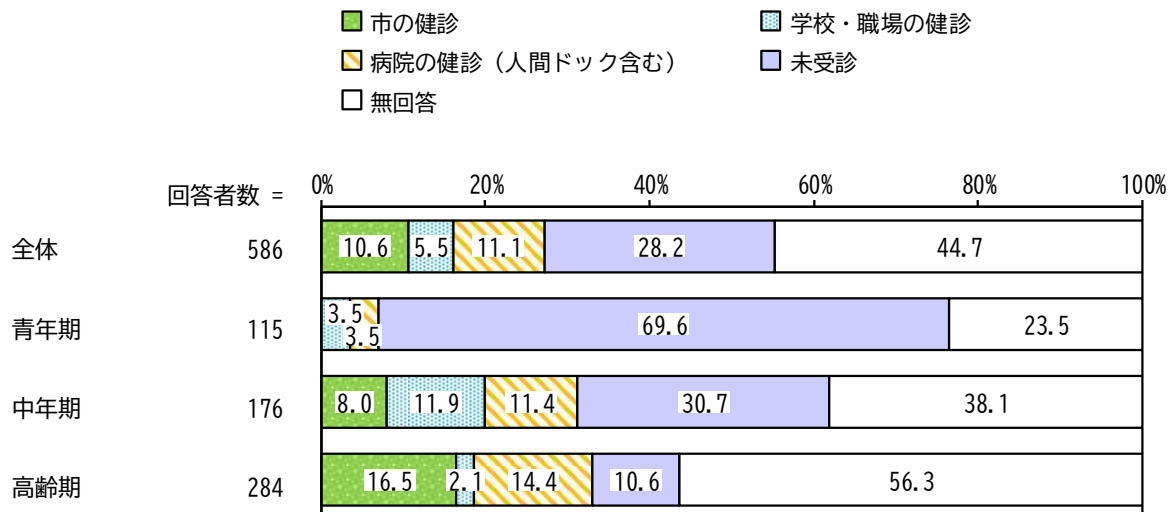
年齢層が下がるにつれて、未受診の割合が高くなっています。



D 大腸がん

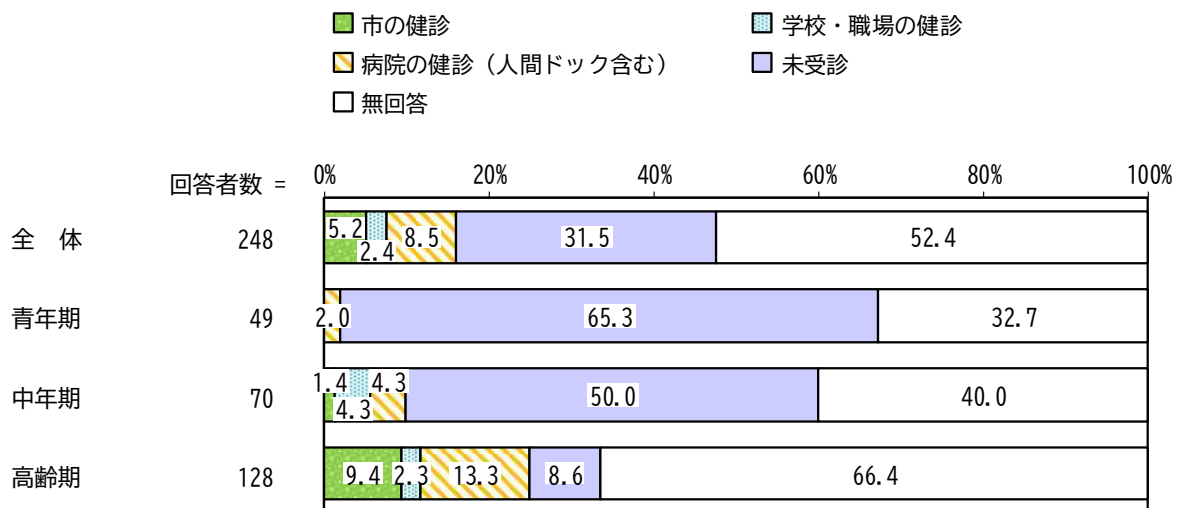
全体では、「未受診」の割合が28.2%と最も高く、次いで「病院の健診（人間ドック含む）」の割合が11.1%、「市の健診」の割合が10.6%となっています。

年齢層が下がるにつれて、未受診の割合が高くなっています。



E 前立腺がん

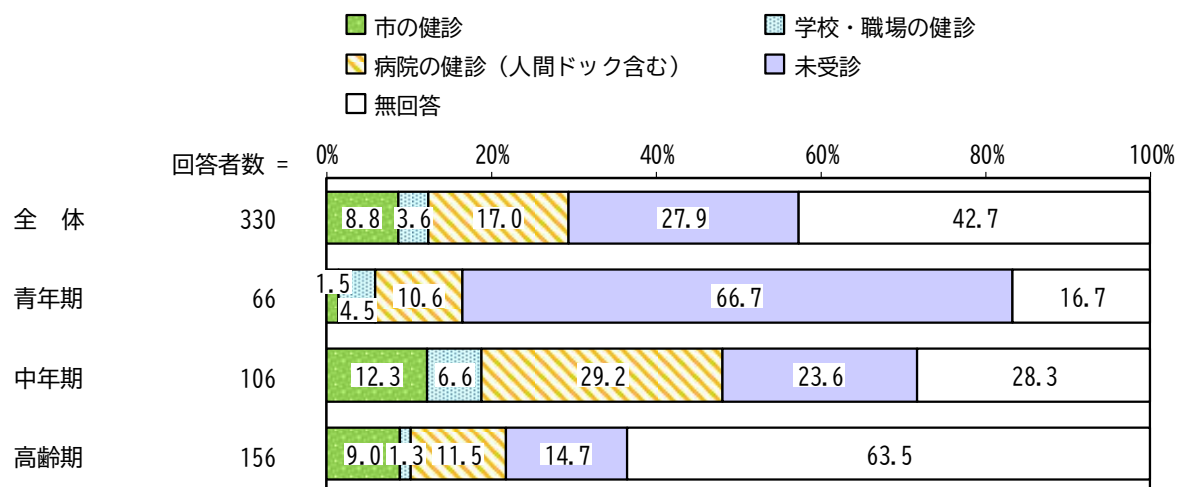
全体では、「未受診」の割合が31.5%と最も高くなっています。



F 子宮頸がん

全体では、「未受診」の割合が27.9%と最も高くなっています。

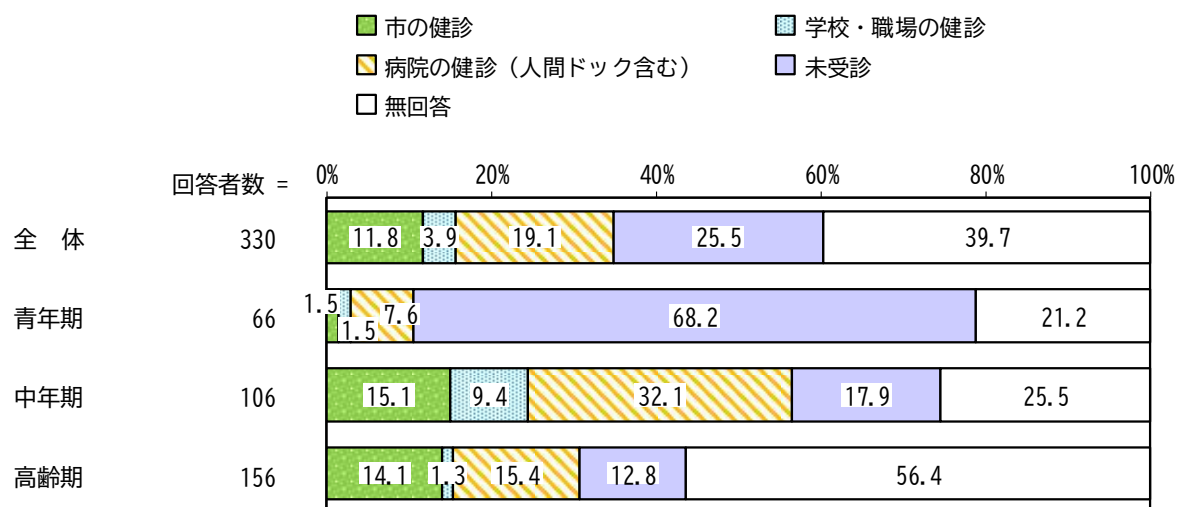
年齢層が下がるにつれて、未受診の割合が高くなっています。



G 乳がん

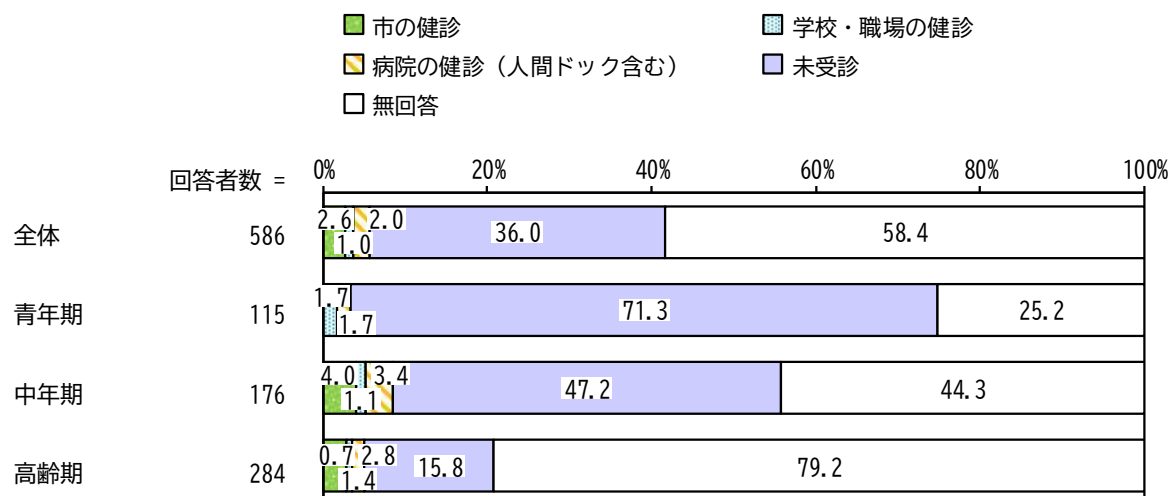
全体では、「未受診」の割合が25.5%と最も高く、次いで「病院の健診（人間ドック含む）」の割合が19.1%となっています。

年齢層が下がるにつれて、未受診の割合が高くなっています。



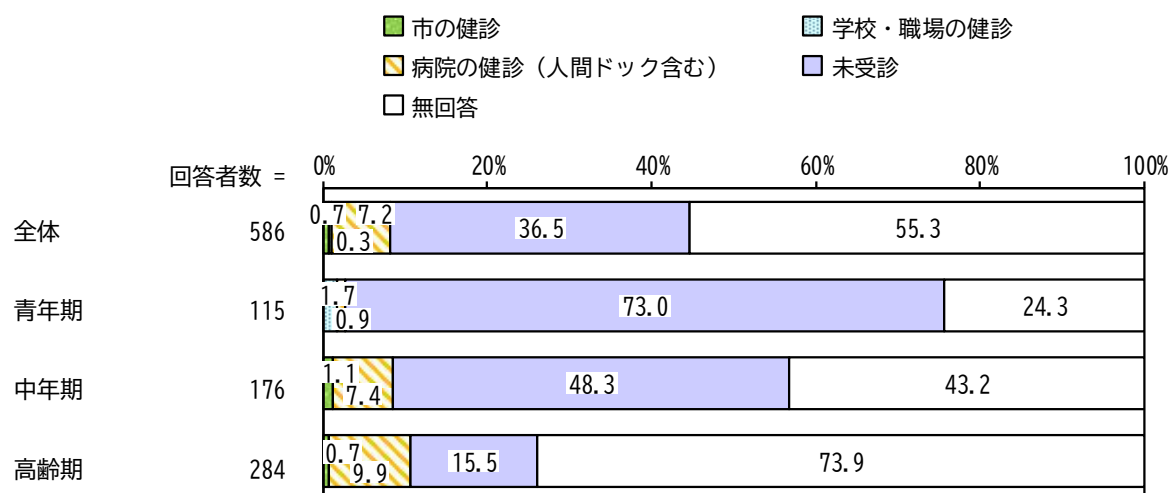
H 肝炎ウイルス

全体では、「未受診」の割合が 36.0%と最も高くなっています。



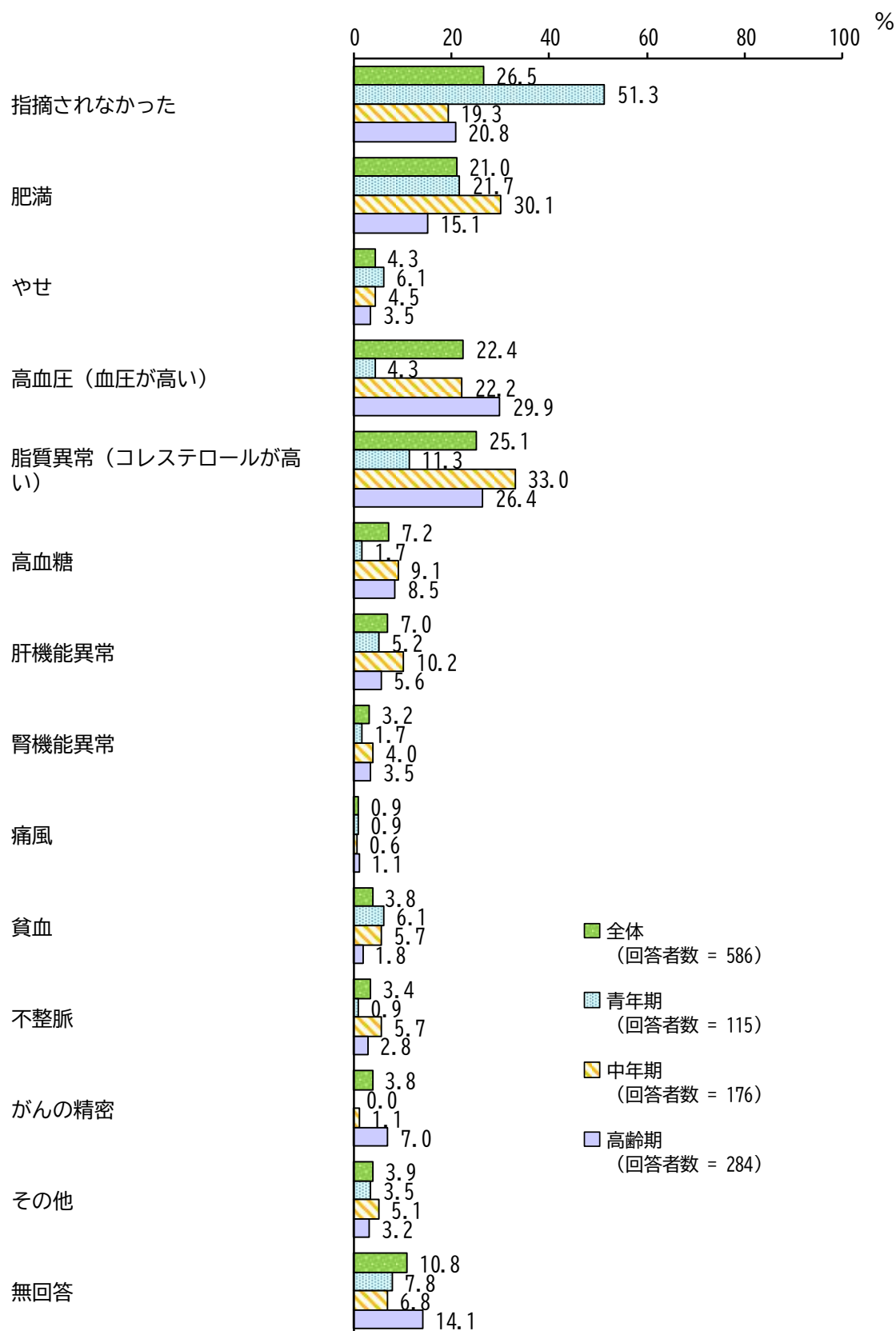
I 骨粗しょう症検診

全体では、「未受診」の割合が 36.5%と最も高くなっています。



問 18 問 16 で「受けた」と答えた方にお聞きます。 健康診断で下記の指摘を受けたことがある方は、あてはまるものをすべて選んでください。

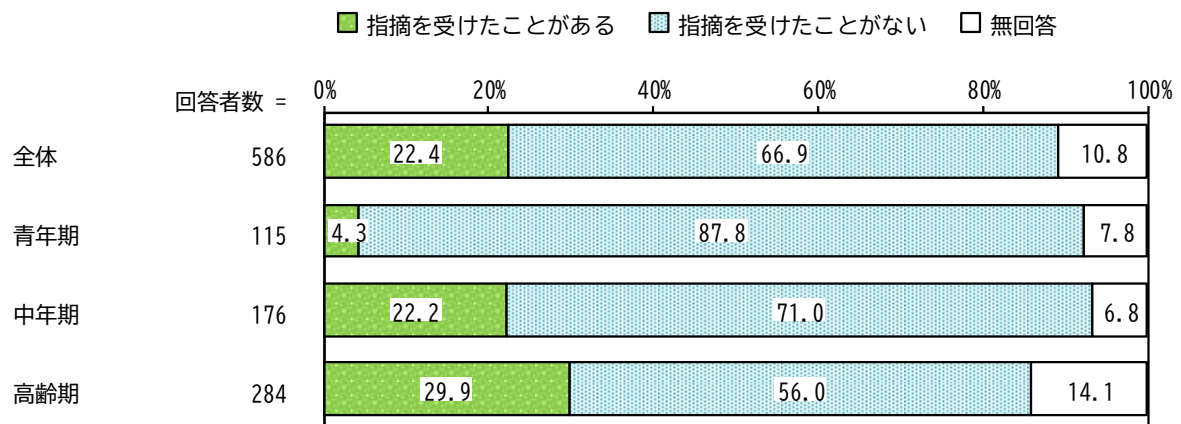
青年期では「指摘されなかった」、中年期では「脂質異常（コレステロールが高い）」、高齢期では「高血圧（血圧が高い）」の割合がそれぞれ高くなっています。



高血圧

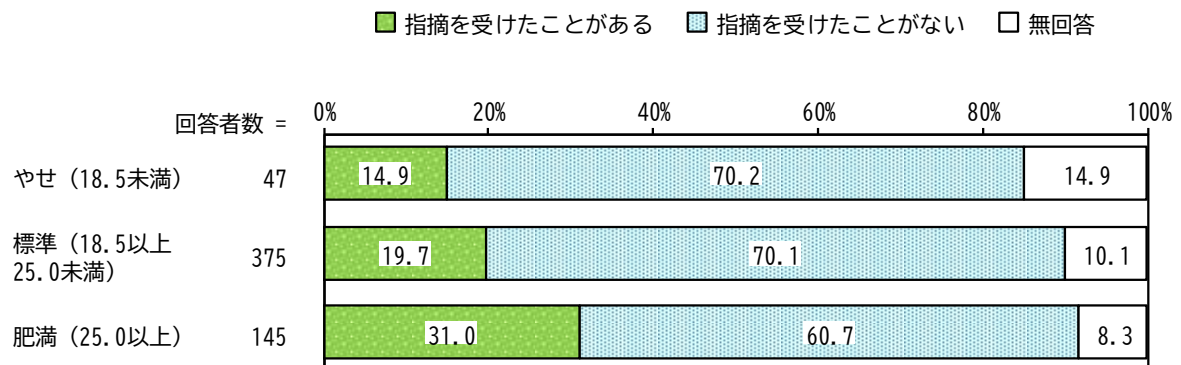
全体で「指摘を受けたことがある」の割合が22.4%、「指摘を受けたことがない」の割合が66.9%となっています。

青年期で「指摘を受けたことがない」の割合が高くなっています。



【問18 高血圧×問3 BMI別】

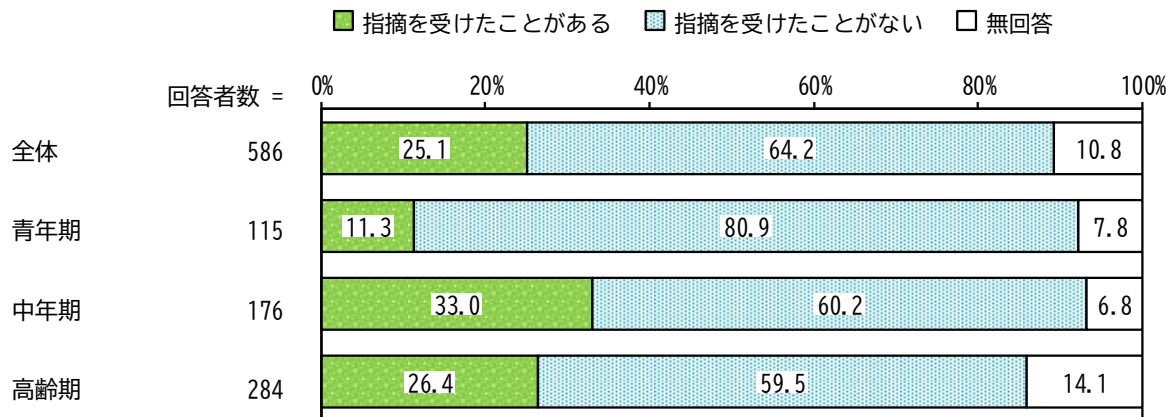
BMI別にみると、肥満（25.0以上）で「指摘を受けたことがある」の割合が高くなっています。



脂質異常

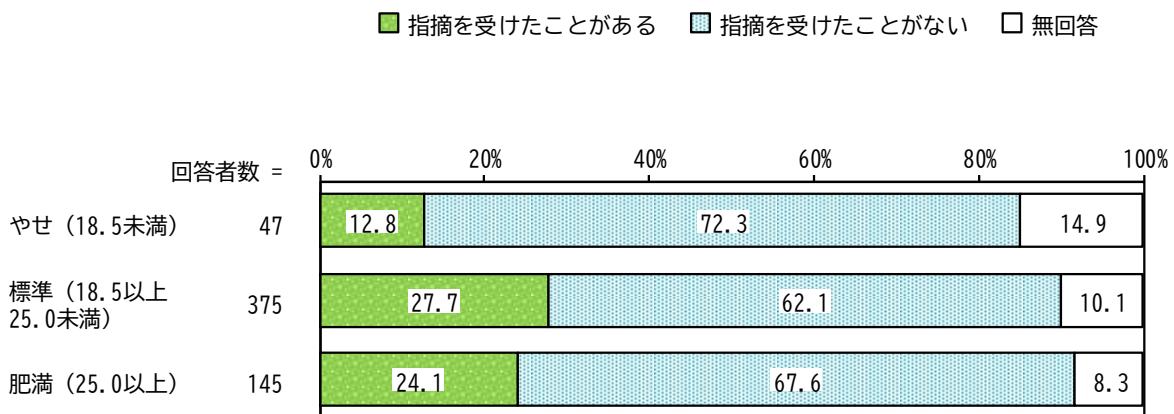
全体で「指摘を受けたことがある」の割合が25.1%、「指摘を受けたことがない」の割合が64.2%となっています。

青年期で「指摘を受けたことがない」の割合が高くなっています。



【問18 脂質異常症×問3 BMI別】

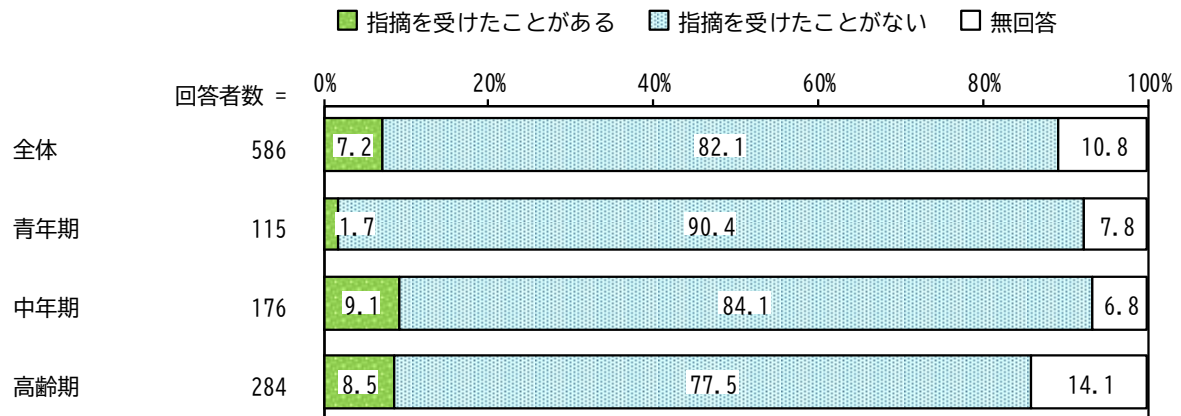
BMI別にみると、やせ（18.5未満）で「指摘を受けたことがない」の割合が高くなっています。



高血糖

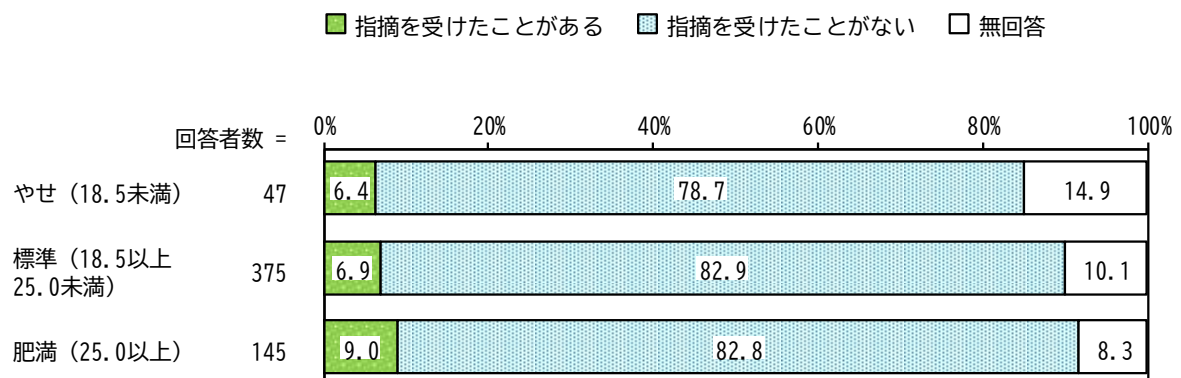
全体で「指摘を受けたことがある」の割合が7.2%、「指摘を受けたことがない」の割合が82.1%となっています。

青年期で「指摘を受けたことがない」の割合が高くなっています。



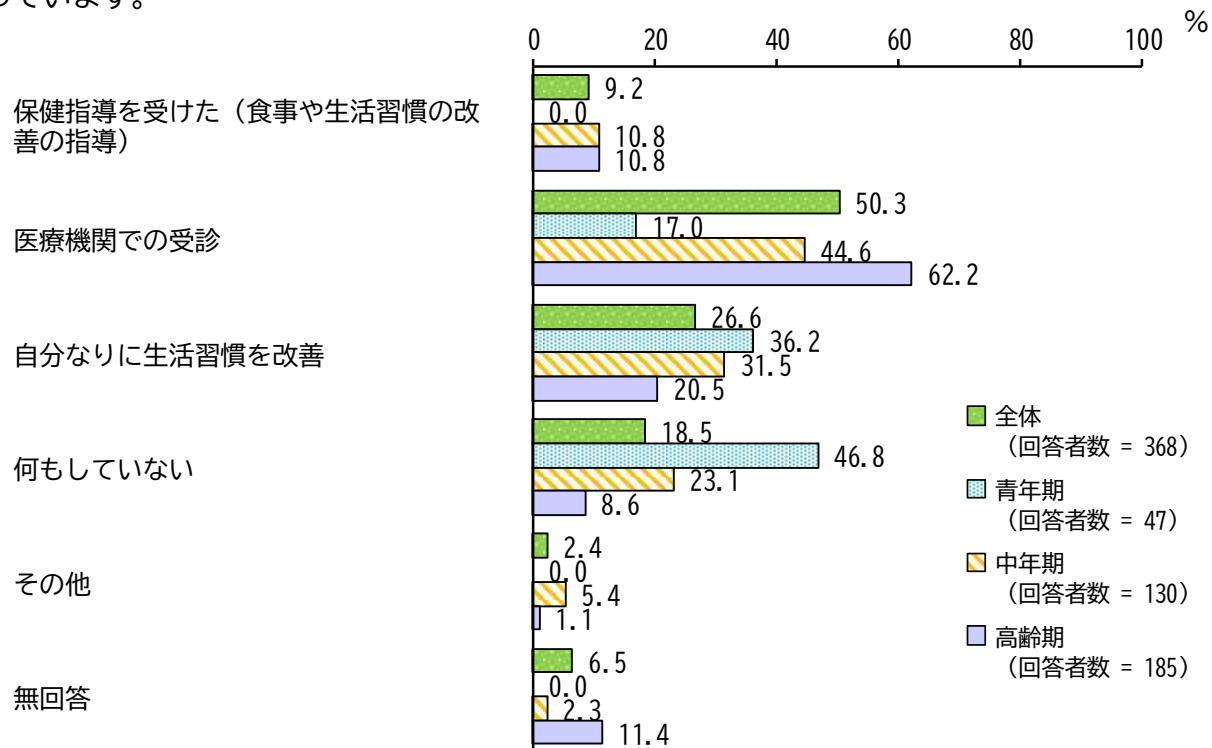
【問18 高血糖×問3 BMI別】

BMI別にみると、大きな差はみられません。



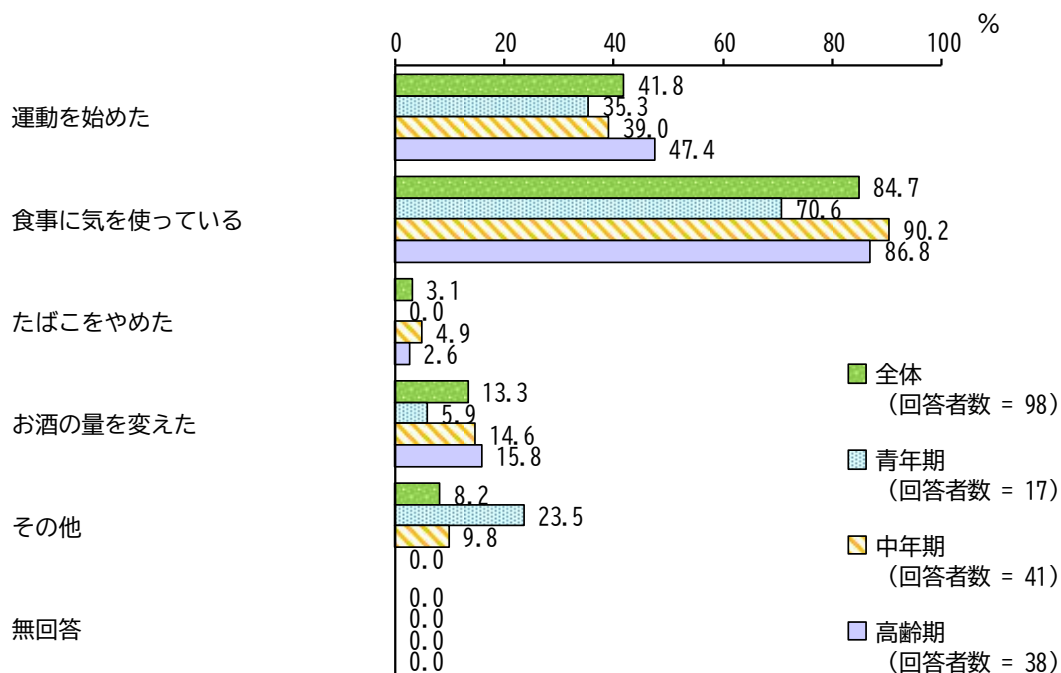
問 19 問 18 で「指摘されなかった」と答えた方以外にお聞きします。健康診断で指摘を受けた後、どのような行動をとりましたか。あてはまるものをすべて選んでください。

青年期では「何もしていない」、中年期・高齢期では「医療機関での受診」の割合が最も高くなっています。



問 20 問 19 で「自分なりに生活習慣を改善」と答えた方にお聞きします。具体的にどのような改善をされましたか。あてはまるものをすべて選んでください。

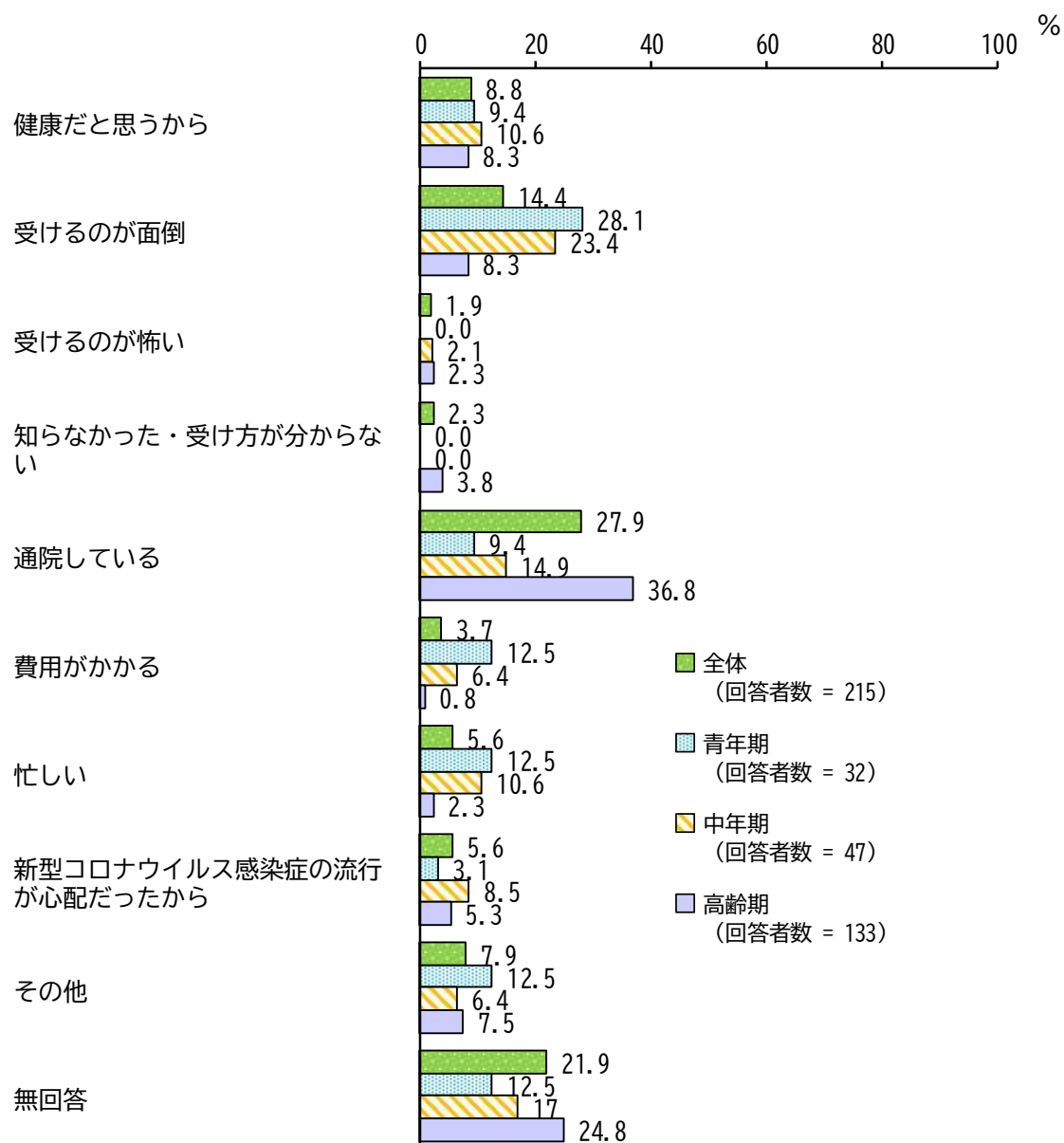
どの年齢層も「食事に気を使っている」、次いで「運動を始めた」の割合が高くなっています。



問 21 問 16 で「受けていない」と答えた方にお聞きします。健診を受けない主な理由は何ですか。1 つに○をつけてください。

全体では、「通院している」の割合が 27.9%と最も高く、次いで「受けるのが面倒」の割合が 14.4%となっています。

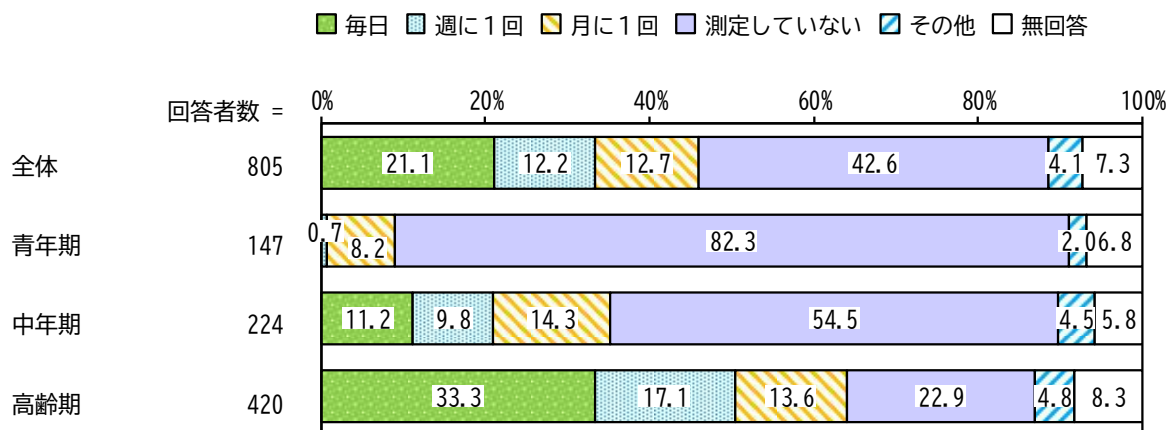
高齢期では「通院している」、青年期・中年期では「受けるのが面倒」の割合が高くなっています。



問 22 家庭用の血圧計で血圧を測っていますか。1 つに○をつけてください。

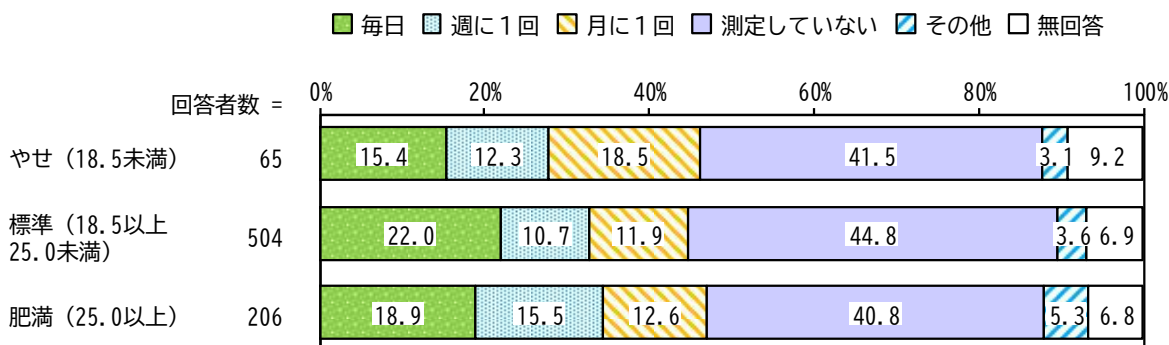
全体では、「測定していない」の割合が 42.6%と最も高くなっています。

年齢層が上がるにつれ測定している割合が高くなり、高齢期では3割以上が「毎日」測定しています。



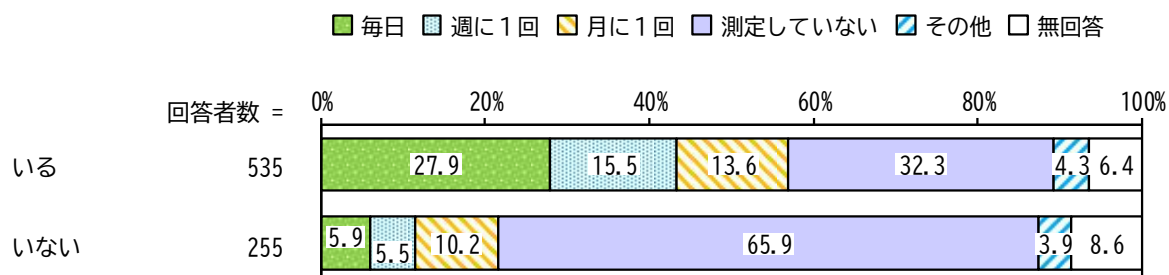
【問 22×問 3 BMI 別】

BMI 別にみると、やせ（18.5 未満）で「月に1回」の割合が高くなっています。



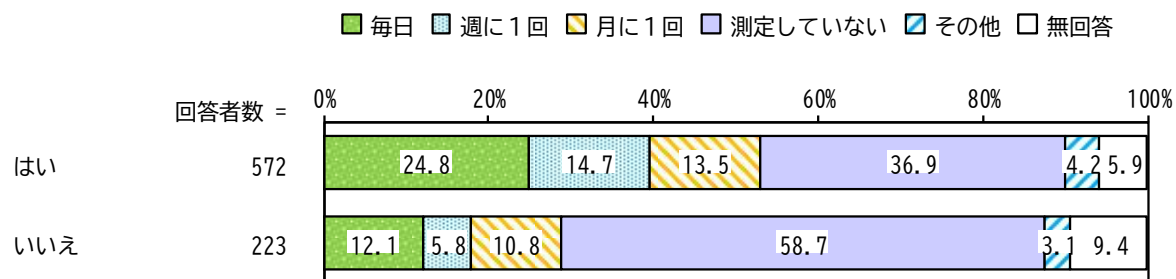
【問 22×問 14 かかりつけ医の有無別】

かかりつけ医の有無別にみると、かかりつけ医がいる人の方が「毎日」測定している割合が高くなっています。



【問 22×問 27 塩分のとりすぎに気をつけているか別】

塩分のとりすぎに気をつけているか別にみると、いいえで「測定していない」の割合が高くなっています。

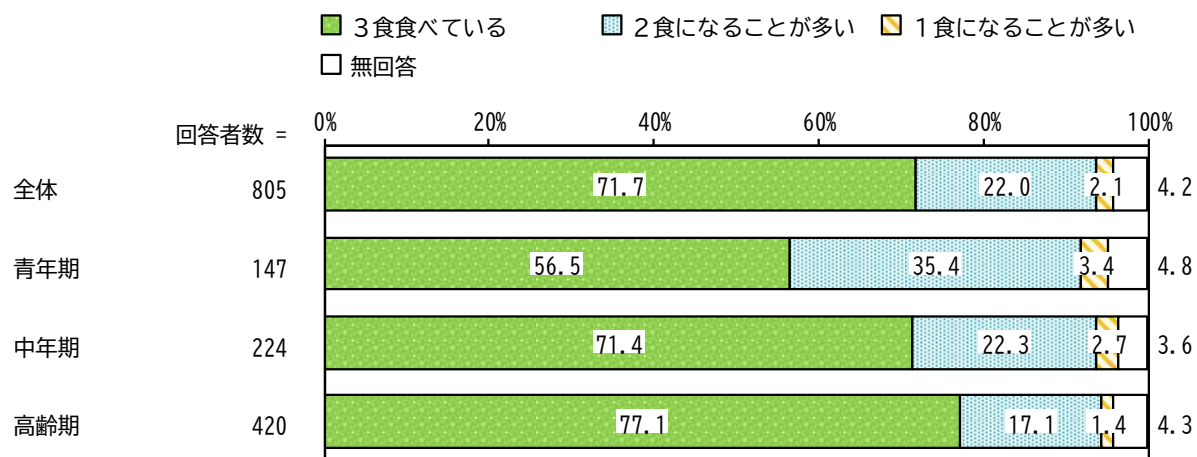


(3) 食生活について

問 23 あなたは1日3食、食べていますか。1つに○をつけてください。

全体では、「3食食べている」の割合が71.7%と最も高く、次いで「2食になることが多い」の割合が22.0%となっています。

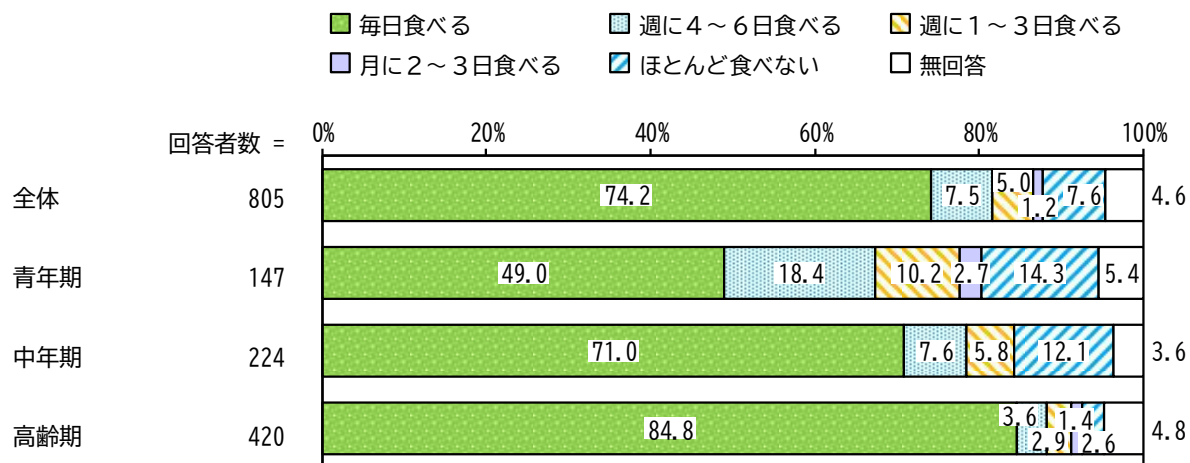
年齢層が下がるにつれて1日3食食べていない割合が多くなっています。



問 24 あなたは朝食を食べていますか。1つに○をつけてください。

全体では、「毎日食べる」の割合が74.2%と最も高くなっています。

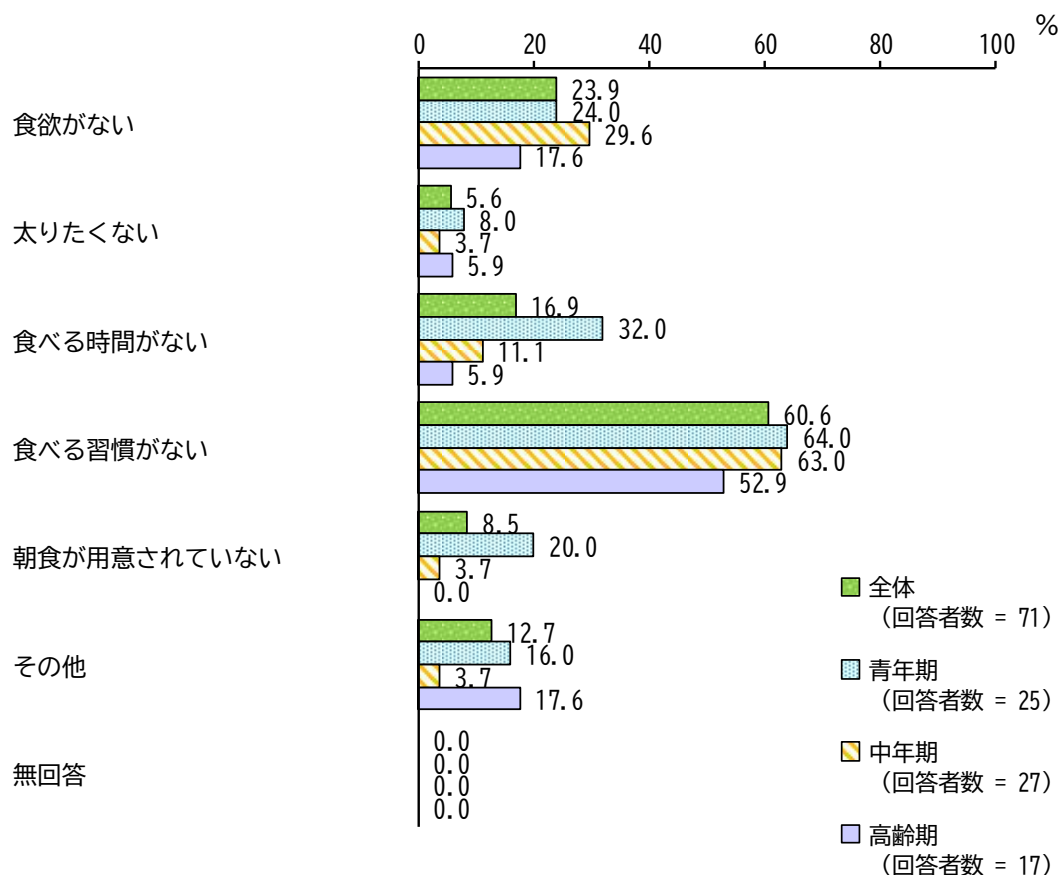
年齢層が下がるにつれて朝食を食べていない割合が多くなっています。



問 25 問 24 で「月に2～3日食べる」または「ほとんど食べない」と答えた方にお聞きします。朝食を食べない理由は何ですか。あてはまるものをすべて選んでください。

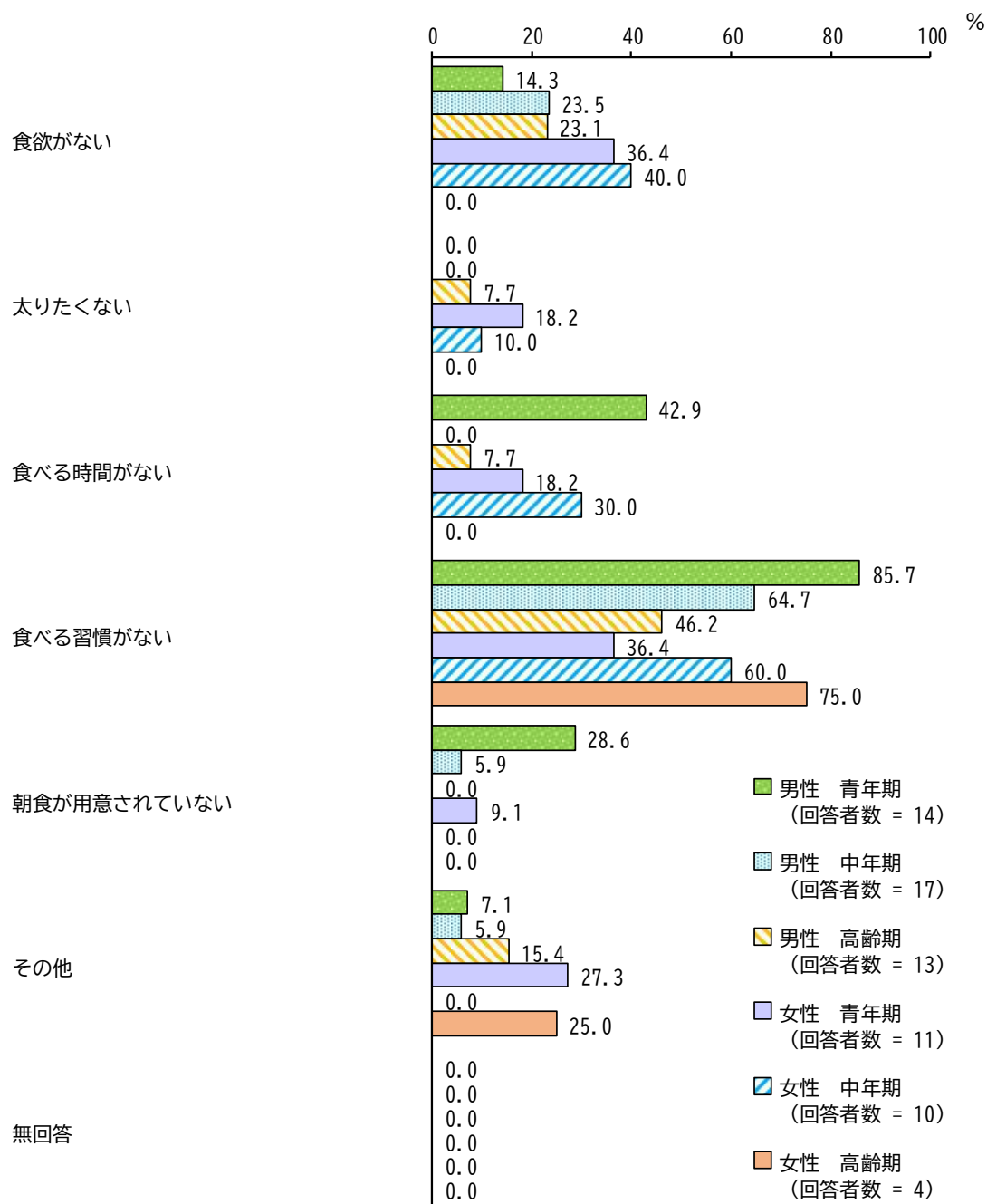
全体では、「食べる習慣がない」の割合が 60.6%と最も高く、次いで「食欲がない」の割合が 23.9%、「食べる時間がない」の割合が 16.9%となっています。

「食べる習慣がない」と回答した人が多い状況であり、年齢層が下がるにつれて「食べる時間がない」の割合が高くなっています。



【問 25×問 1 ・問 2 性・年齢別】

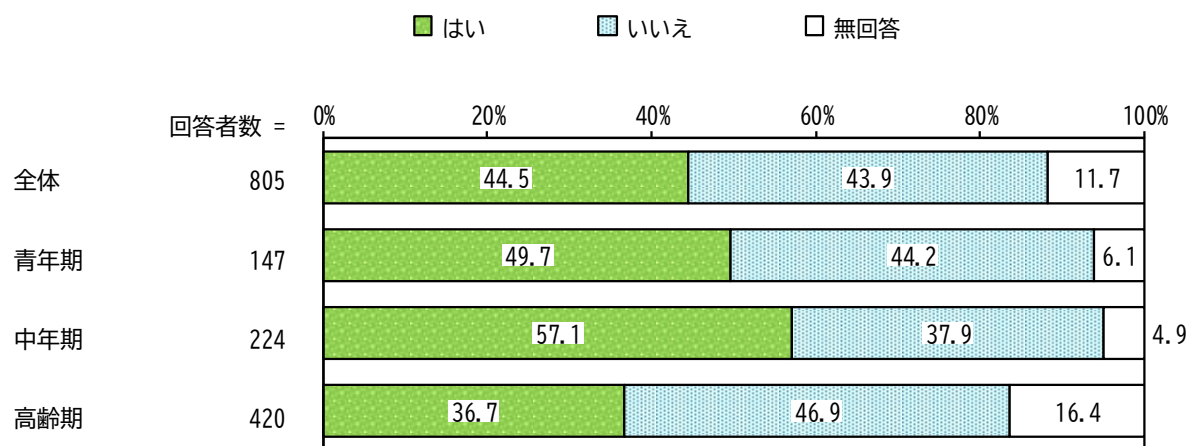
性・年齢別にみると、男性青年期で「食べる習慣がない」「食べる時間がない」の割合が高くなっています。



問 26 食生活についてお聞きします。それぞれの項目について、あてはまるものを選んでください。

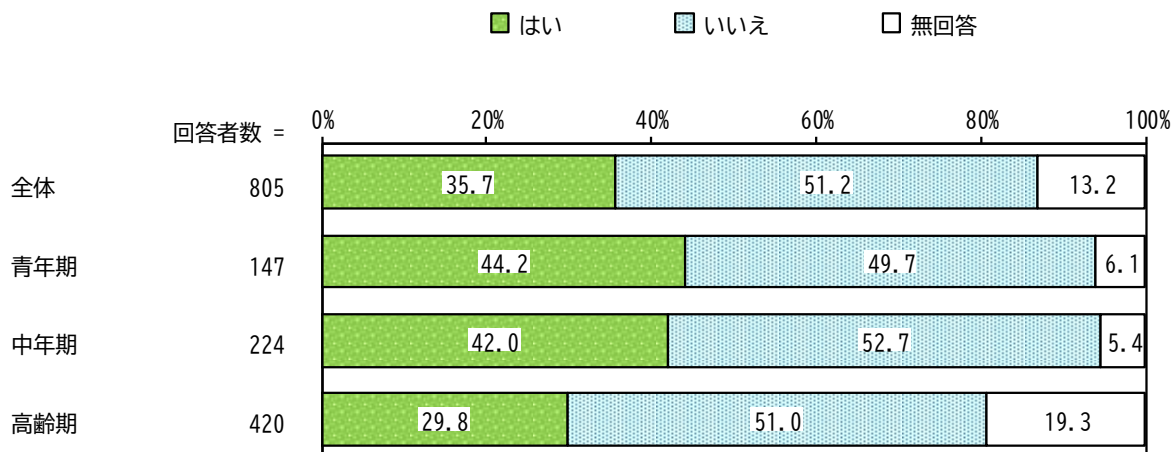
A 食べるのが早い

全体では、「はい」の割合が 44.5%、「いいえ」の割合が 43.9%となっています。



B 食べるとき、あまり噛まない

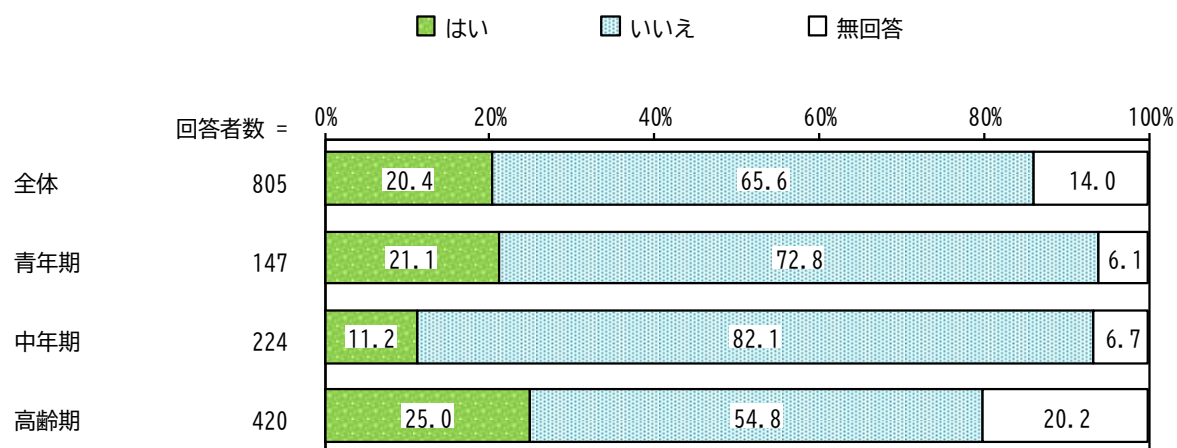
全体では、「はい」の割合が 35.7%、「いいえ」の割合が 51.2%となっています。
年齢層が上がるにつれて「はい」の割合が低くなっています。



C 30分以上かけてゆっくり食べる

全体では、「いいえ」の割合が65.6%となっています。

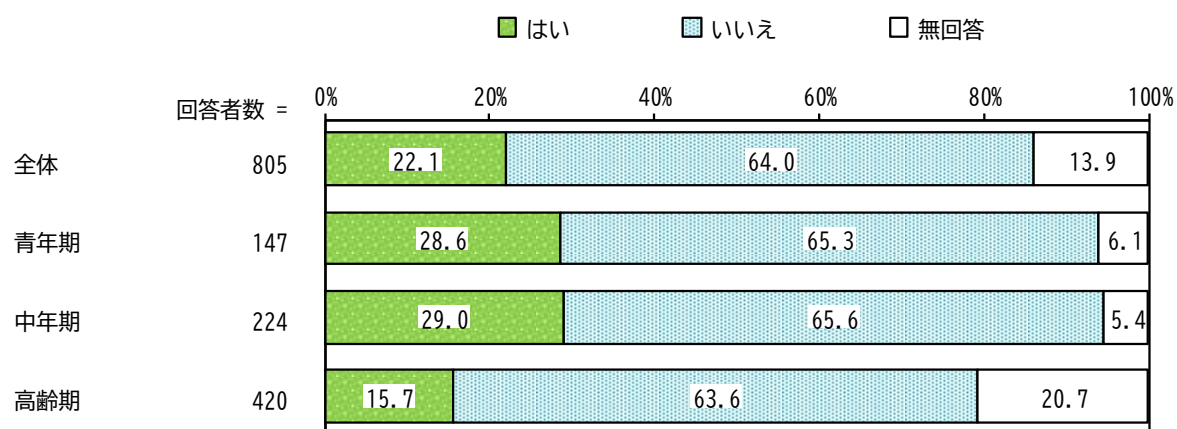
中年期で「はい」の割合が低くなっています。



D お腹いっぱい食べないと気がすまない

全体では、「はい」の割合が22.1%となっています。

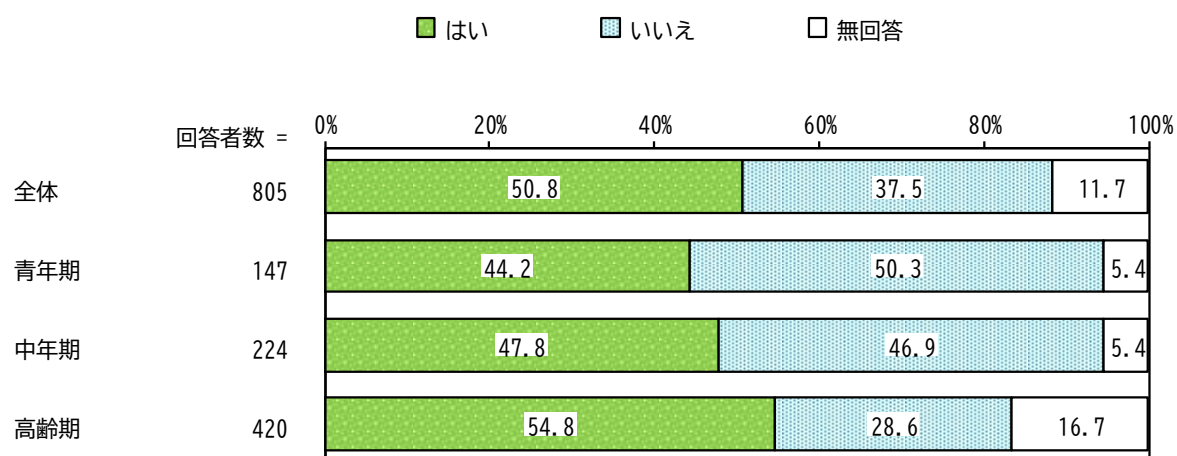
高齢期で「はい」の割合が低くなっています。



E 主食・主菜・副菜を揃え、バランスよく食べる

全体では、「いいえ」の割合が37.5%となっています。

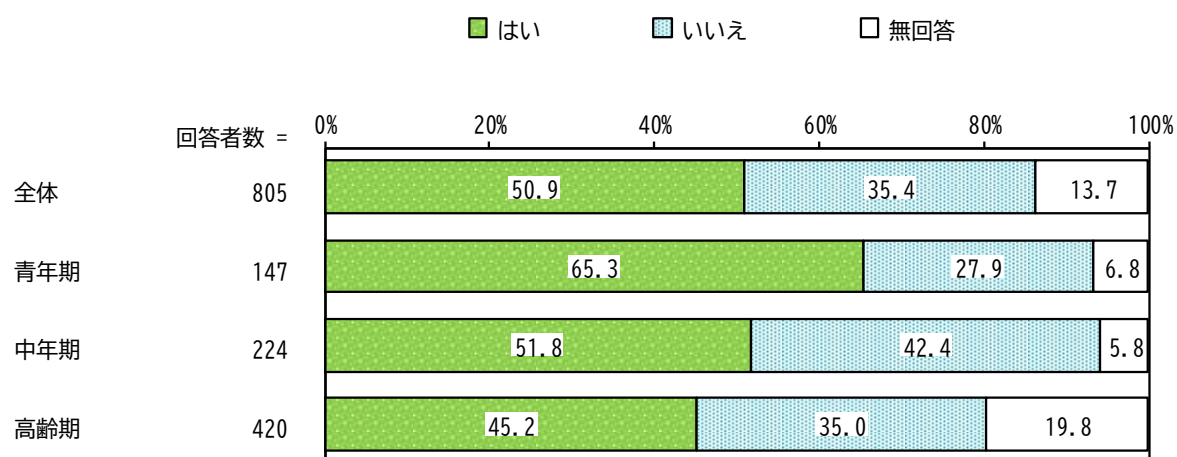
年齢層が上がるにつれて「はい」の割合が高くなっています。



F 惣菜や加工食品を1日1回以上とる

全体では、「はい」の割合が50.9%となっています。

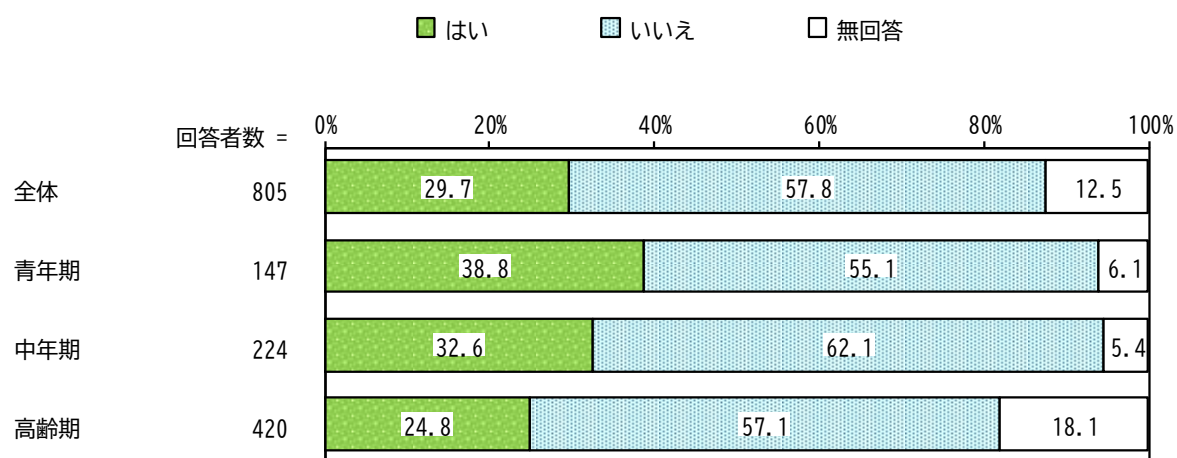
年齢層が下がるにつれて「はい」の割合が高くなっています。



G 塩辛い物を好む

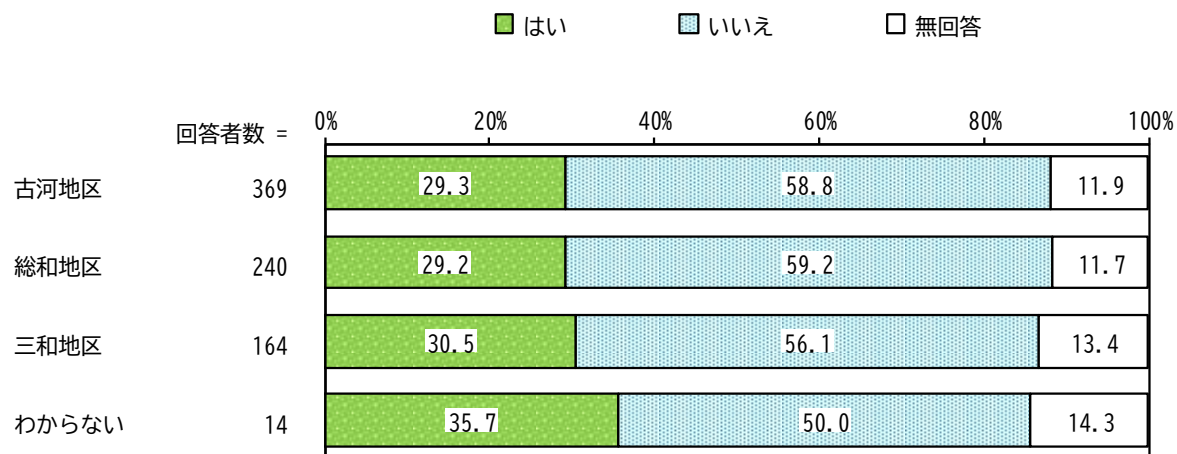
全体では、「はい」の割合が29.7%となっています。

年齢層が下がるにつれて「はい」の割合が高くなっています。



【問 26 塩辛い物を好む×問 4 居住地区別】

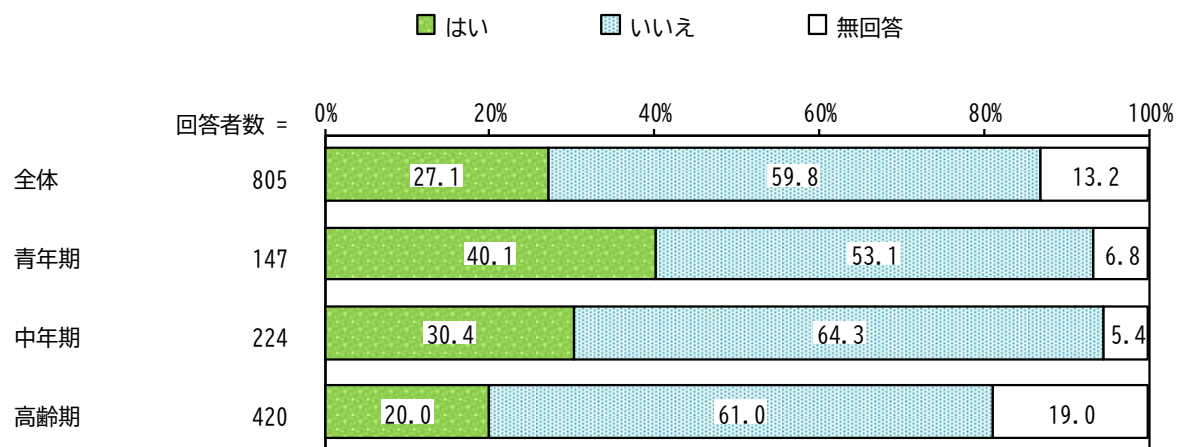
居住地区別にみると、大きな差はみられません。



H 脂っこいものを好む

全体では、「はい」の割合が27.1%となっています。

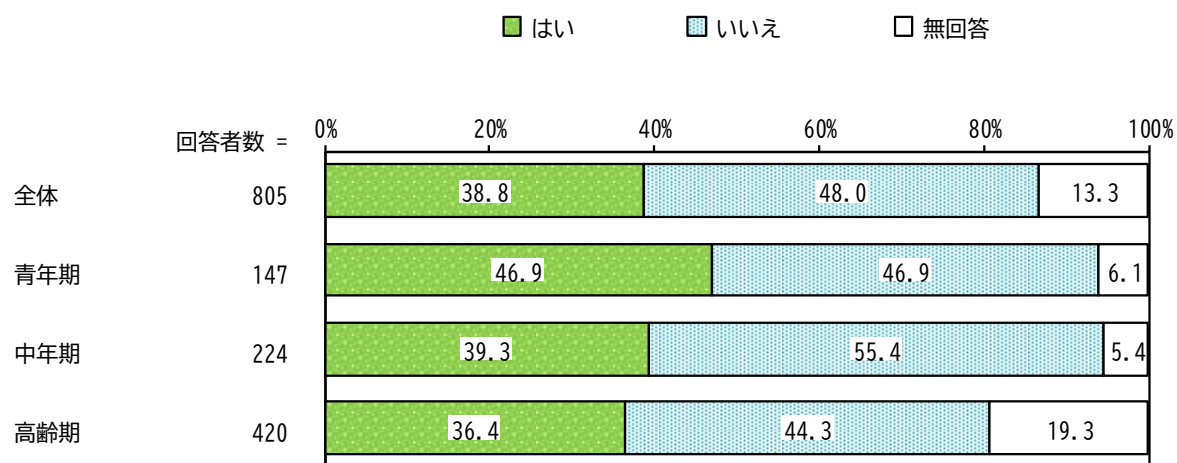
年齢層が下がるにつれて「はい」の割合が高くなっています。



I 間食を1日1回以上とる

全体では、「はい」の割合が38.8%となっています。

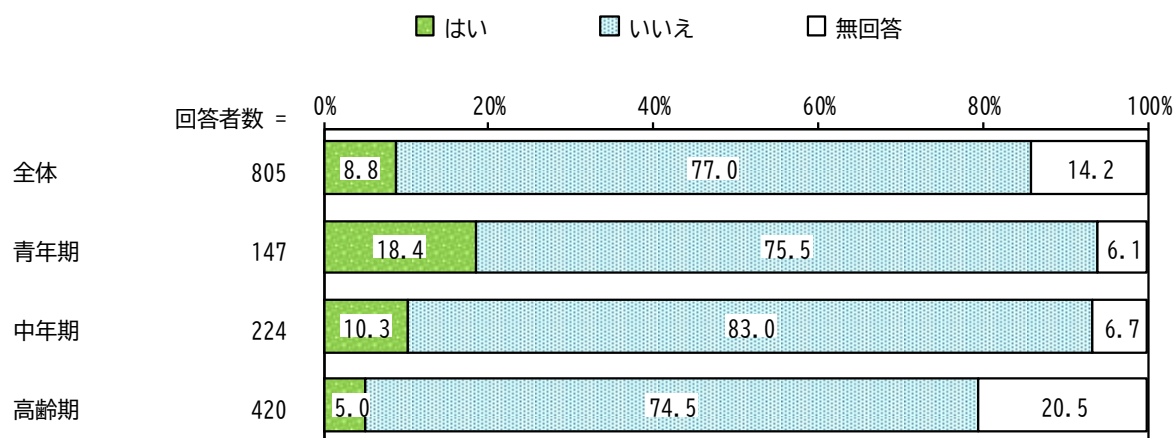
年齢層が下がるにつれて「はい」の割合が高くなっています。



J

全体では、「はい」の割合が8.8%となっています。

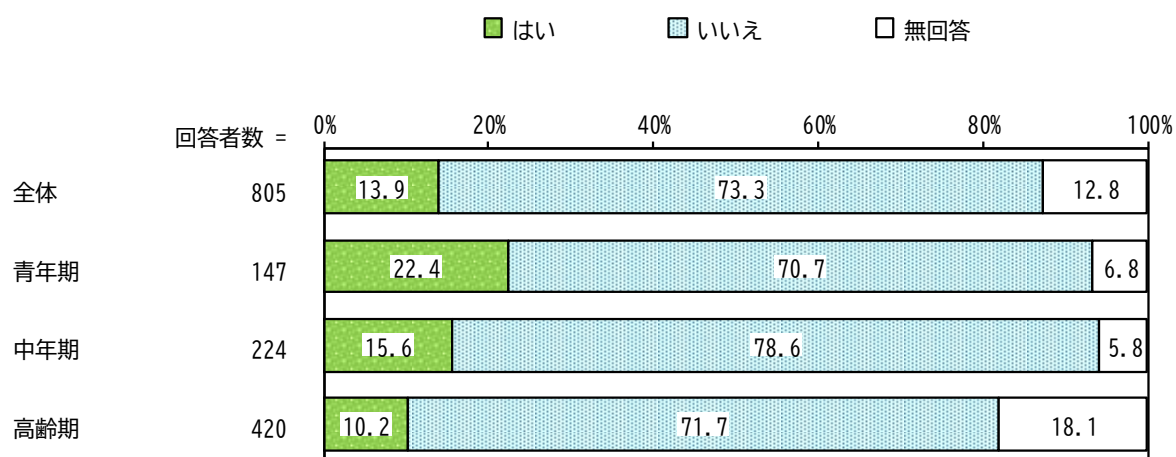
年齢層が下がるにつれて「はい」の割合が高くなっています。



K

全体では、「はい」の割合が13.9%となっています。

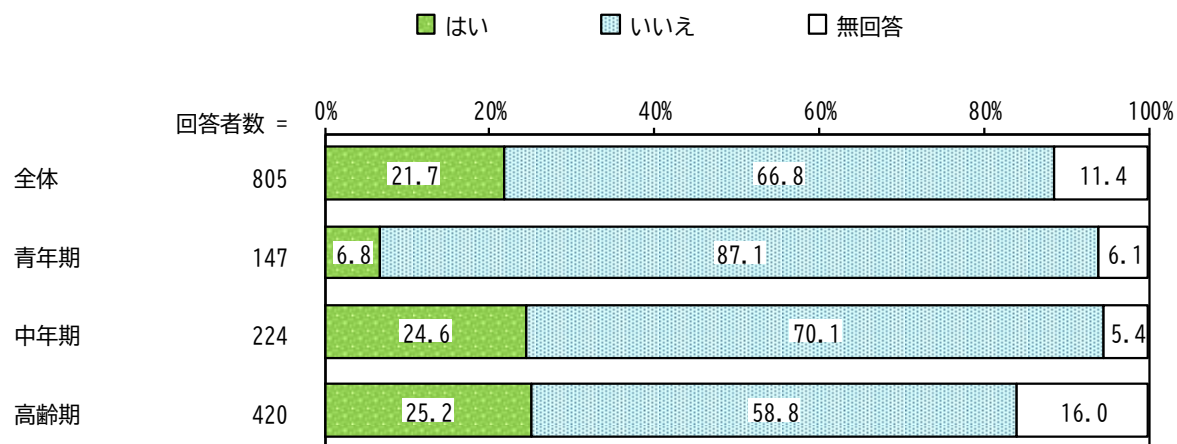
年齢層が下がるにつれて「はい」の割合が高くなっています。



L アルコールを毎日飲む

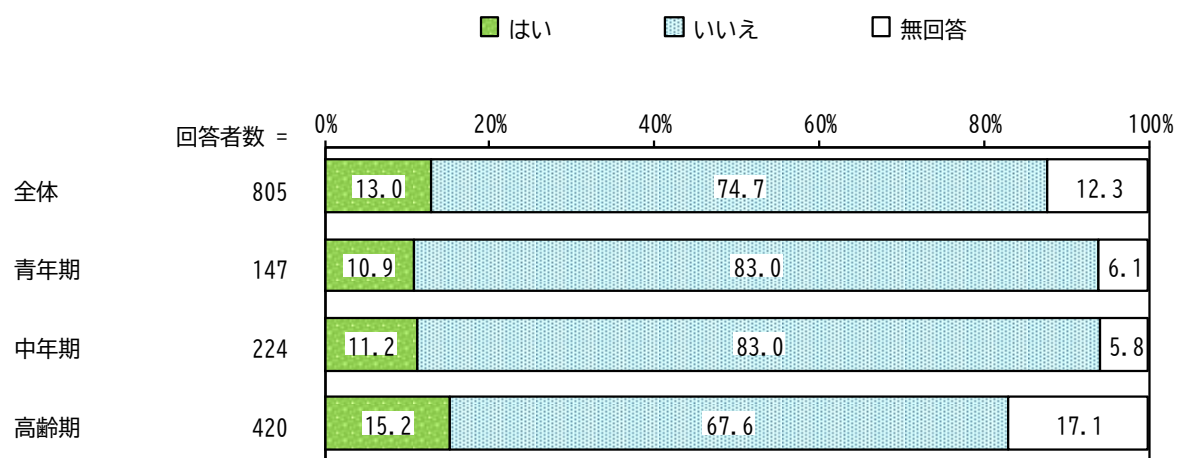
全体では、「はい」の割合が21.7%となっています。

中年期と高齢期で、約25%がアルコールを毎日飲んでいると回答しています。



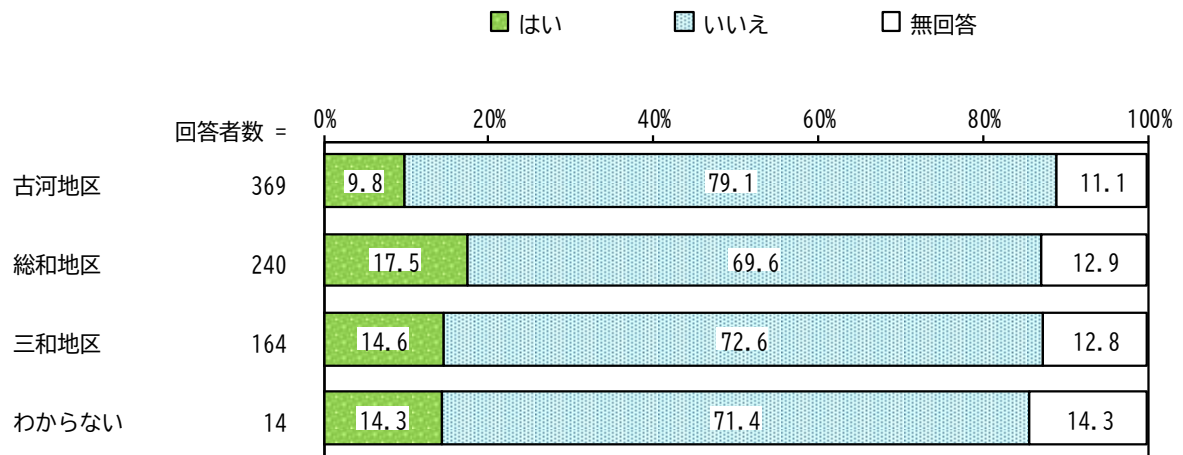
M 1日2杯以上味噌汁（カップスープ含む）を飲む

全体では、「はい」の割合が13.0%となっています。



【問 26M 1日2杯以上味噌汁を飲む×問4 居住地区別】

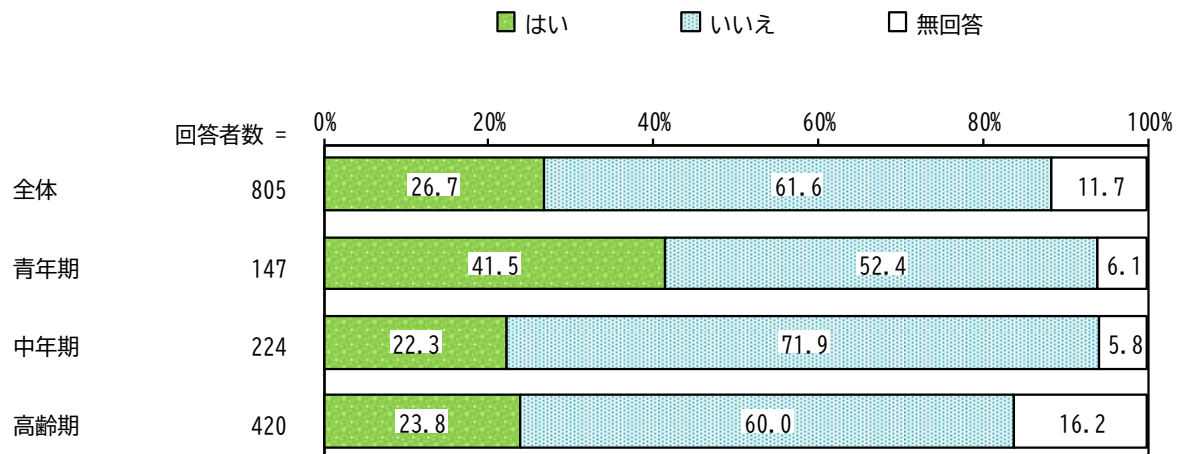
居住地区別にみると、総和地区で「はい」の割合が高くなっています。



N 毎日甘い飲み物（ジュース、スポーツ飲料など）を飲む

全体では、「はい」の割合が26.7%となっています。

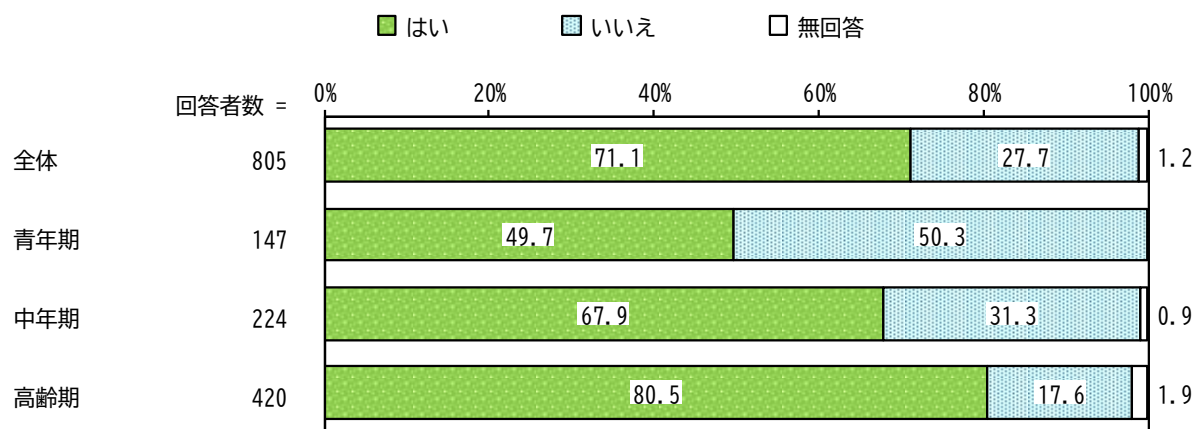
青年期で「はい」の割合が高くなっています。



問 27 塩分のとりすぎに気をつけていますか。1つに○をつけてください。

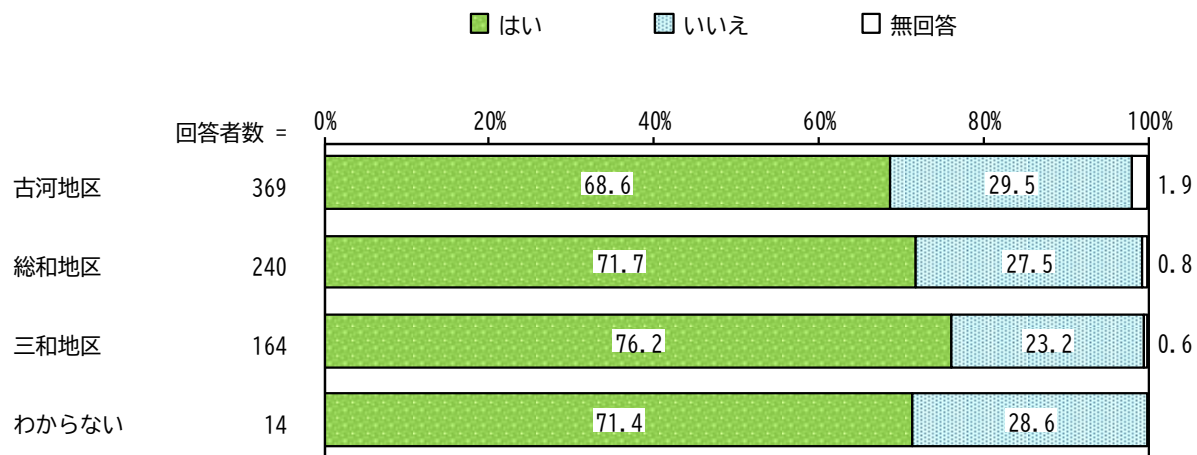
全体では、「はい」の割合が71.1%となっています。

年齢層が上がるにつれて「はい」の割合が高くなっています。



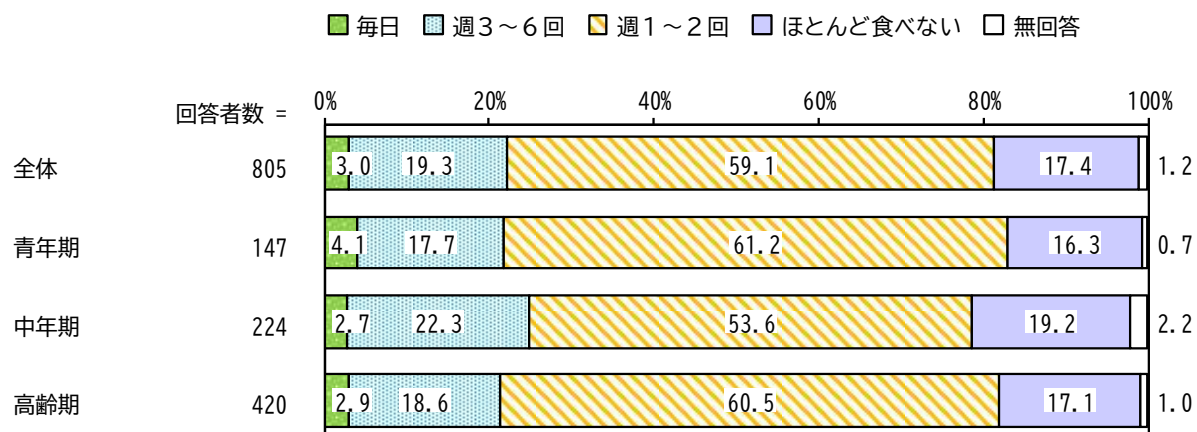
【問 27×問 4 居住地区別】

居住地区別にみると、三和地区で「はい」の割合が高くなっています。



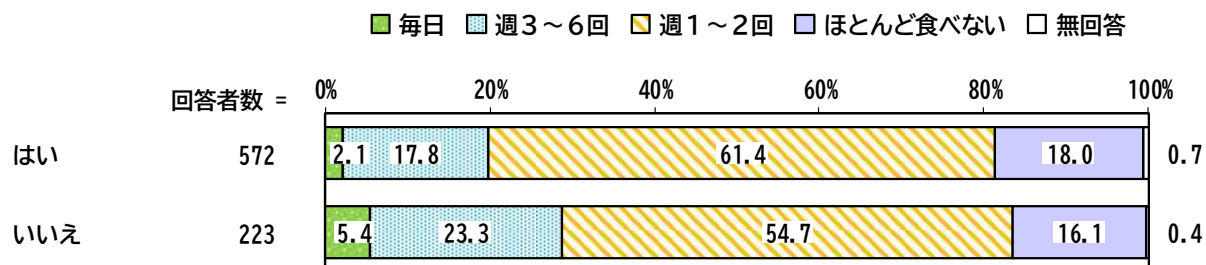
問 28 麺類は週何回食べますか。1 つに○をつけてください。

全体では、「週1～2回」の割合が 59.1%となっています。



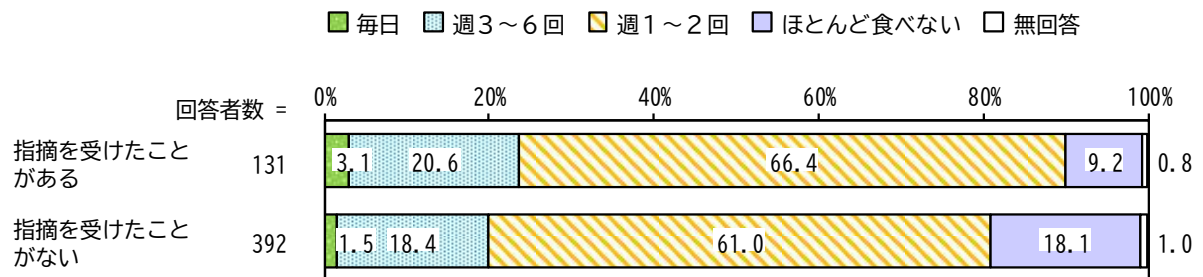
【問 28×問 27 塩分のとりすぎに気をつけているか別】

塩分のとりすぎに気をつけているか別にみると、「毎日」「週3～6回」と回答している人は、はいで 19.9%、いいえで 28.7%と差がみられています。



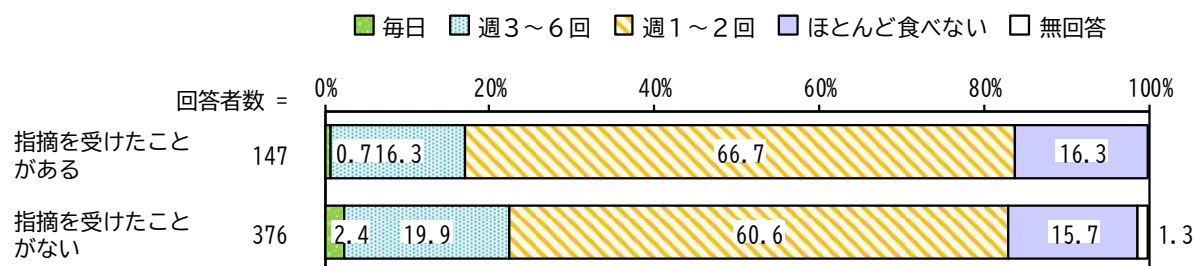
【問 28×問 18 高血圧の指摘の有無別】

高血圧の指摘の有無別にみると、指摘を受けたことがない人は、ある人と比べて「ほとんど食べない」と回答しています。



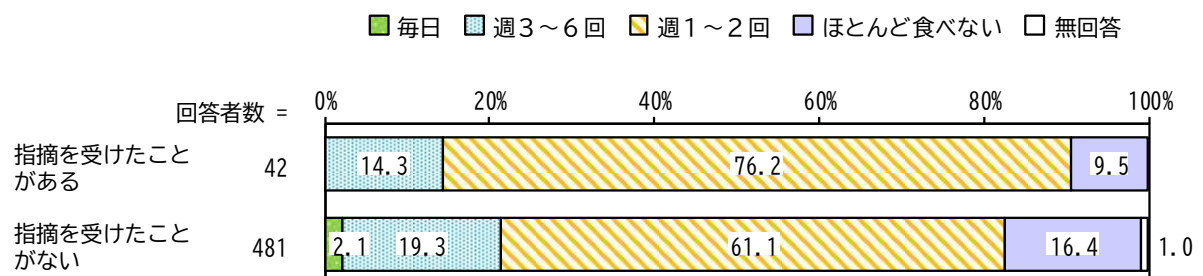
【問 28×問 18 脂質異常の指摘の有無別】

脂質異常の指摘の有無別にみると、指摘を受けたことがあるで「週1～2回」の割合が高くなっています。



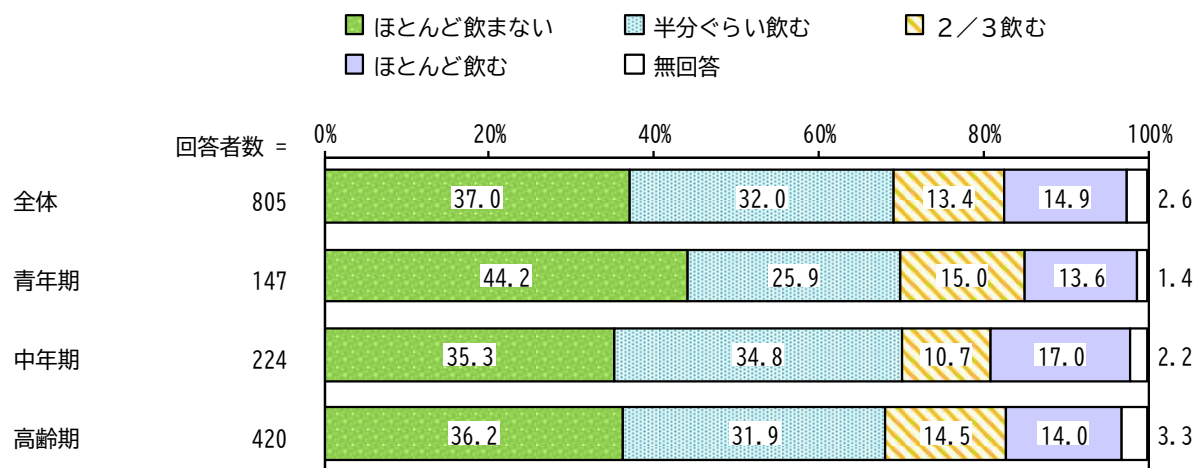
【問 28×問 18 高血糖の指摘の有無別】

高血糖の指摘の有無別にみると、指摘を受けたことがあるで「週1～2回」の割合が高くなっています。



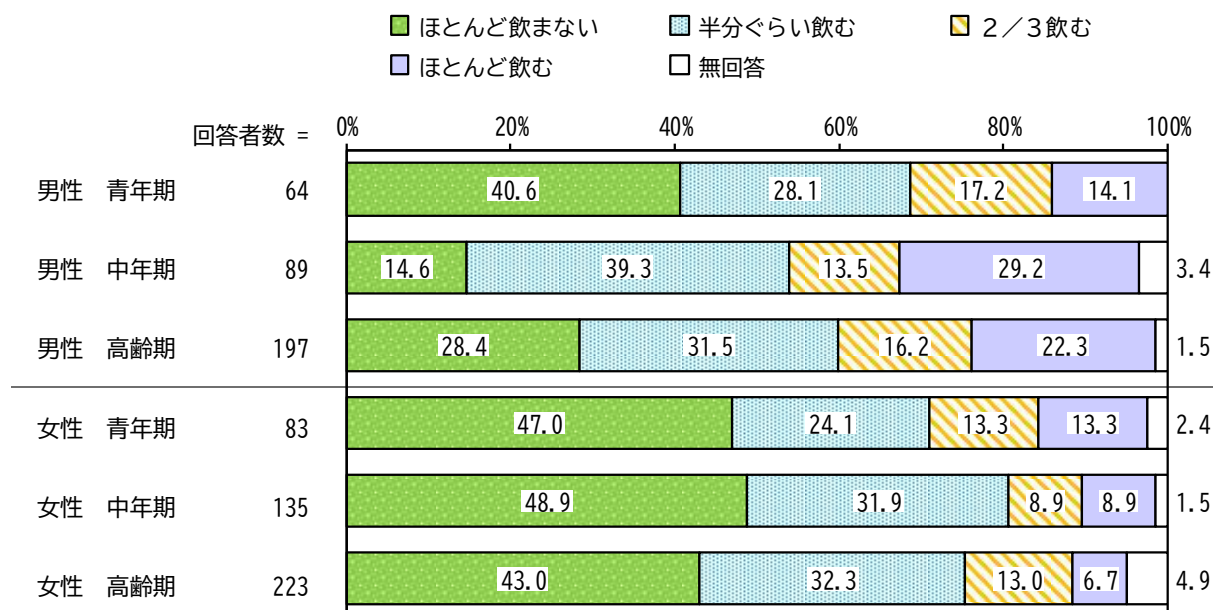
問 29 麺類を食べる時、汁を飲みますか。1 つに○をつけてください。

全体では、「ほとんど飲む」の割合が 14.9%となっています。
 青年期で「ほとんど飲まない」が 44.2%と高くなっています。



【問 29×問 1・問 2 性・年齢別】

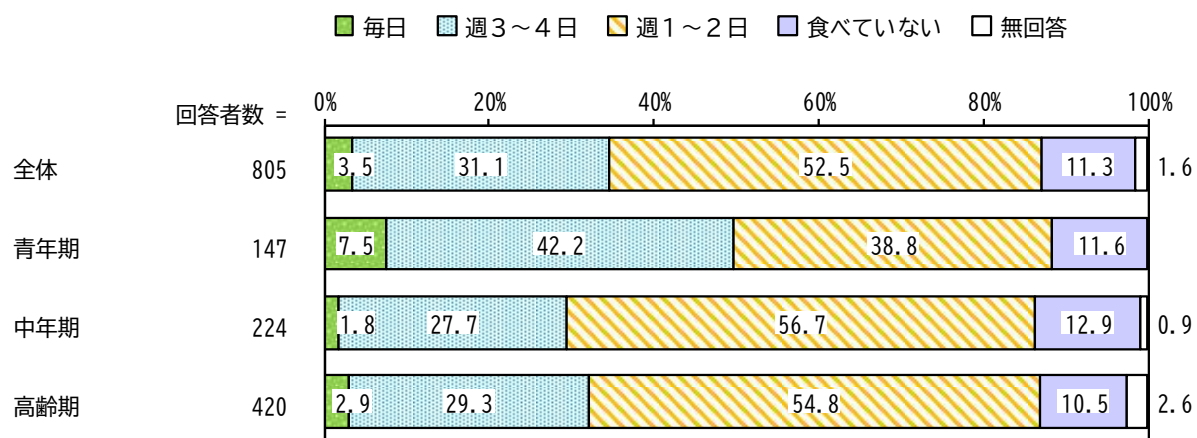
性・年齢別にみると、男性中年期で「ほとんど飲む」の割合が高くなっています。



問 30 赤身の肉（豚肉・牛肉）を食べていますか。1つに○をつけてください。

全体では、「週1～2日」の割合が52.5%と最も高くなっています。

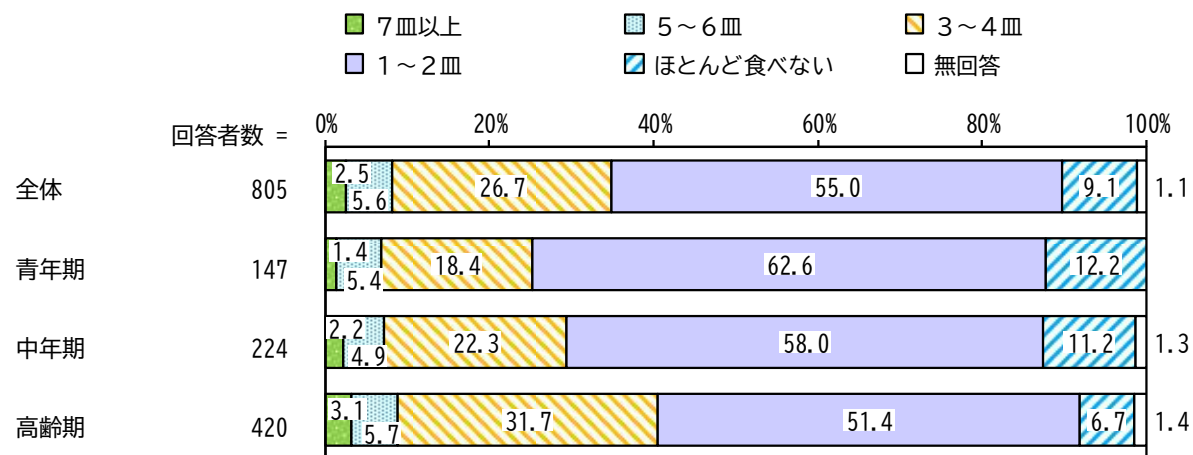
中年期・高齢期で「週1～2日」の割合が高くなっています。



問 31 ふだん、あなたが食べている野菜料理を皿数にすると1日、何皿食べていますか。1つに○をつけてください。

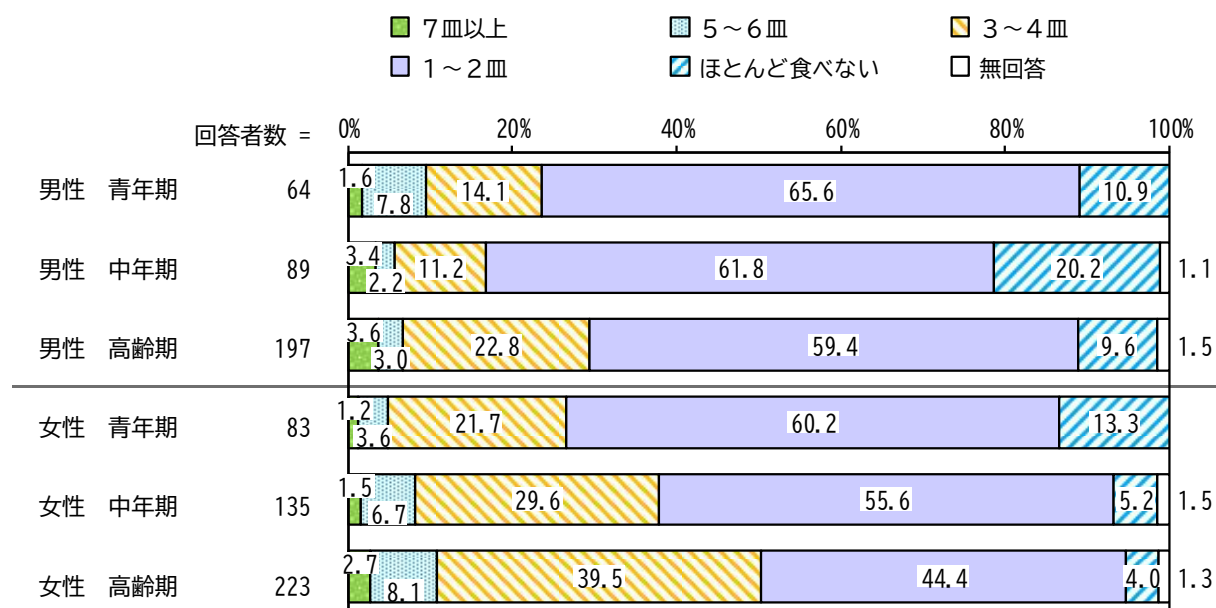
全体では、「1～2皿」の割合が55.0%と最も高くなっています。

年齢層が下がるにつれて「1～2皿」の割合が高くなっています。



【問 31×問 1・問 2 性・年齢別】

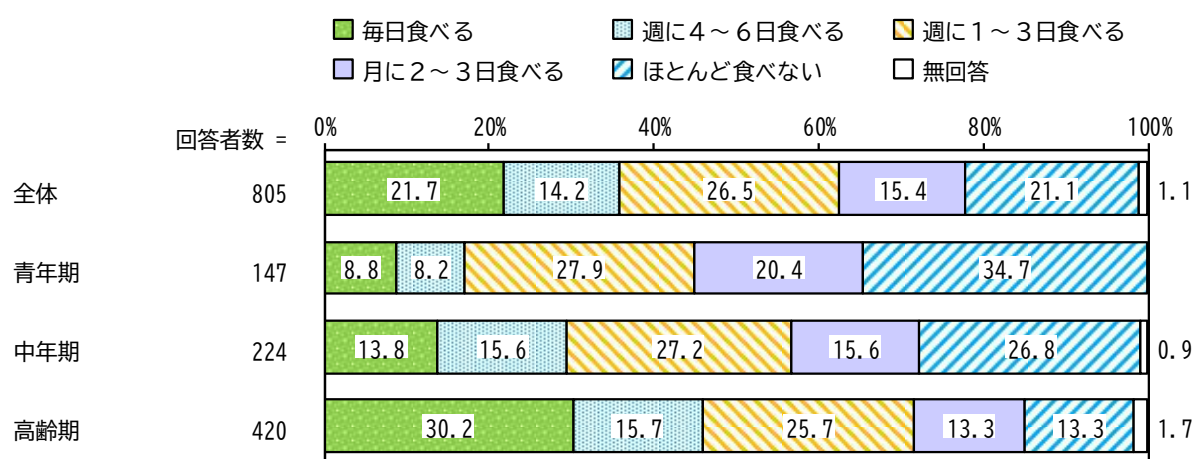
性・年齢別にみると、女性高齢期で「3～4皿」の割合が高くなっています。



問 32 果物を毎日 100g（みかん 1 個・りんご 1／2 個・バナナ 1 本など）以上食べていますか。1 つに○をつけてください。

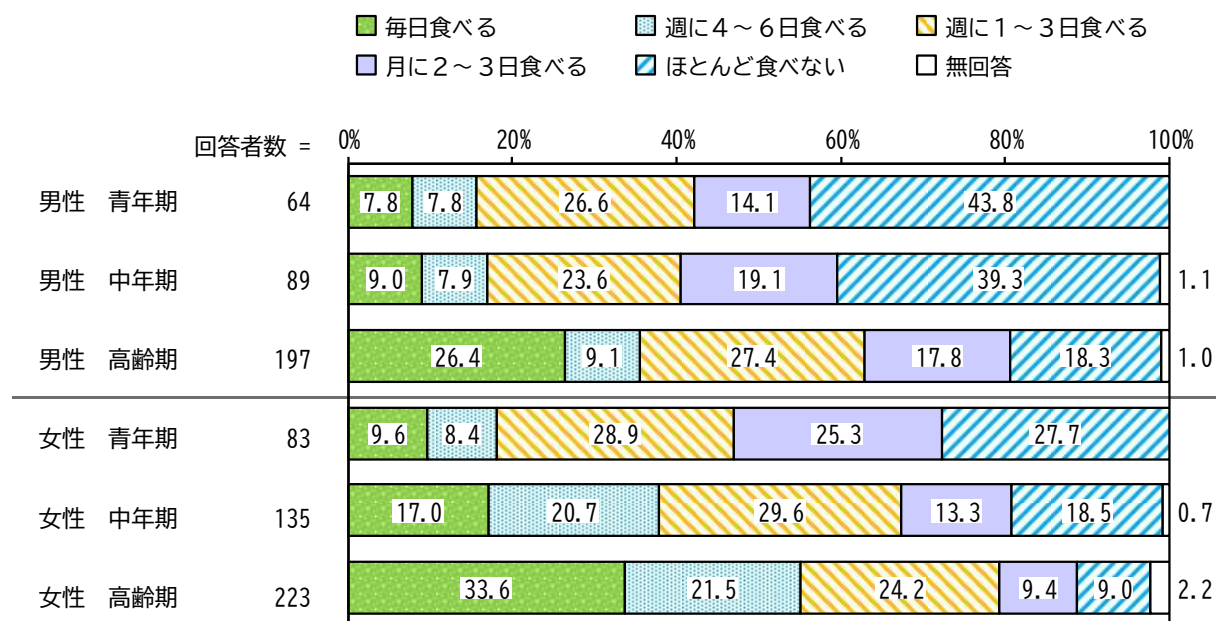
全体では、「週に 1～3 日食べる」の割合が 26.5%と最も高くなっています。

年齢層が上がるにつれて「毎日食べる」の割合が高くなっています。



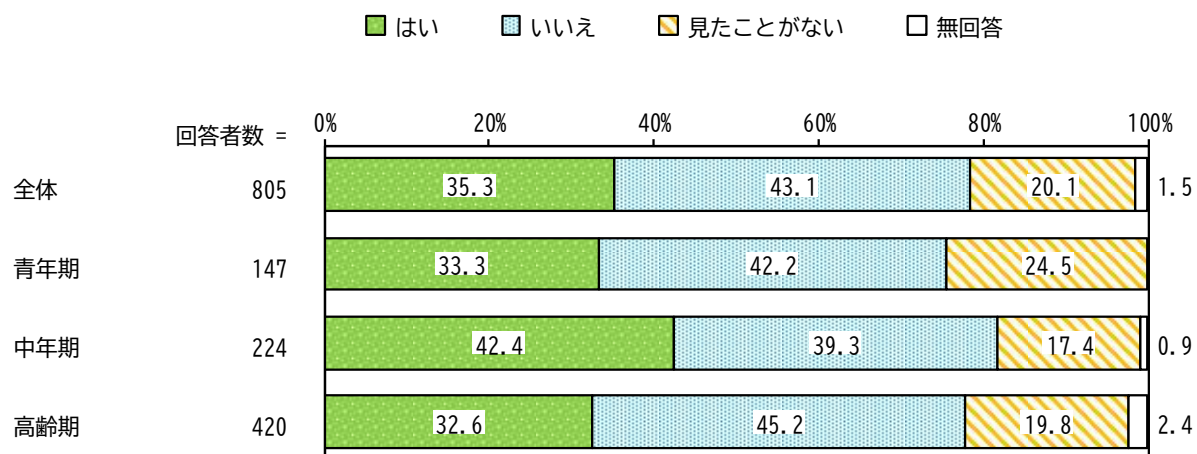
【問 32×問 1・問 2 性・年齢別】

性・年齢別にみると、男性青年期・中年期で「ほとんど食べない」の割合が高くなっています。



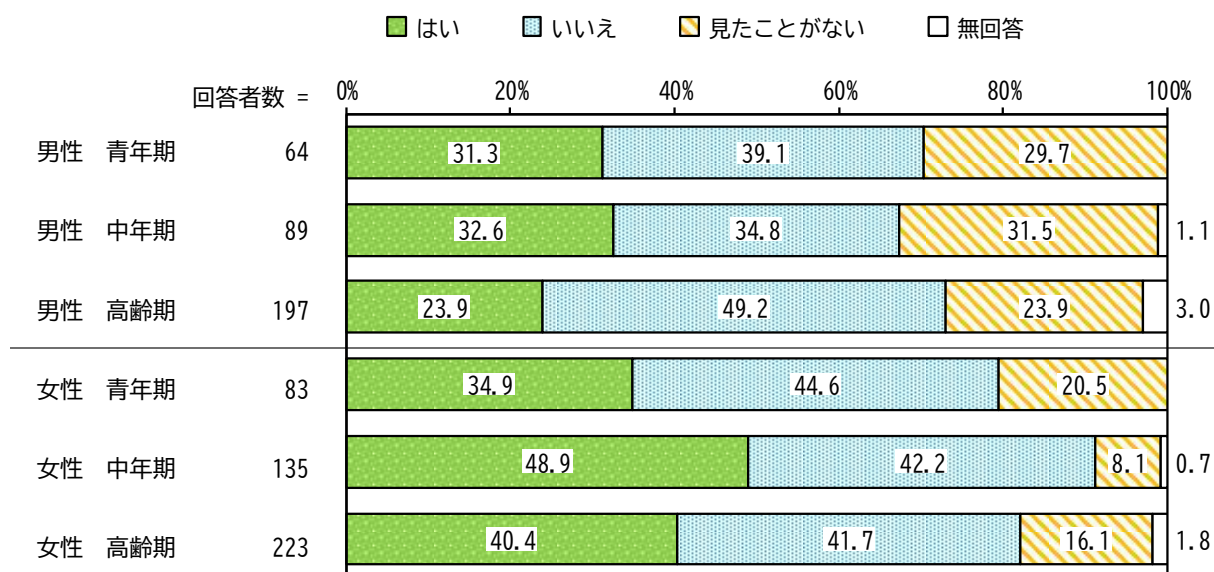
問 33 外食や食品購入の際、栄養成分表示を参考にしていますか。1つに○をつけてください。

全体では、「いいえ」の割合が43.1%と最も高くなっています。



【問 33×問 1・問 2 性・年齢別】

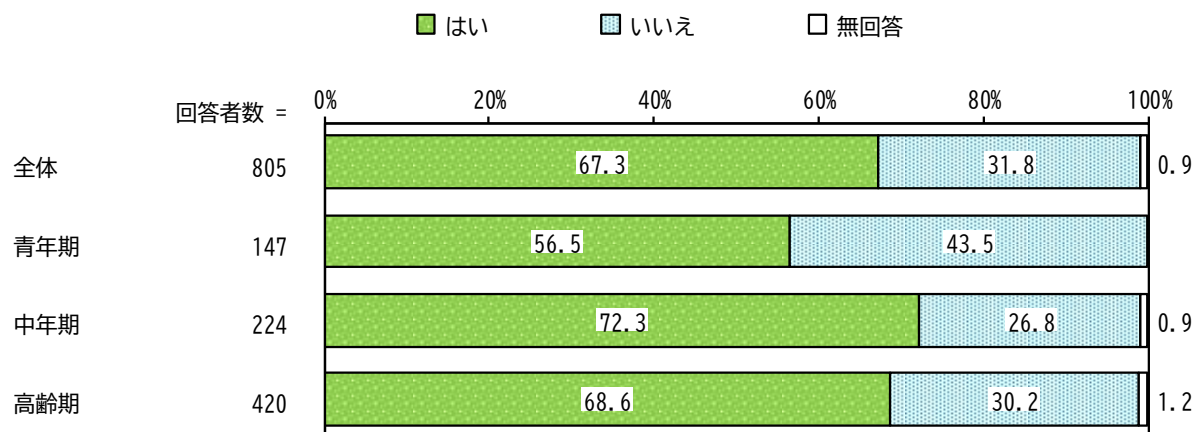
性・年齢別にみると、女性中年期で「はい」の割合が高くなっています。



問 34 食品ロス削減のために行動していますか。1 つに○をつけてください。

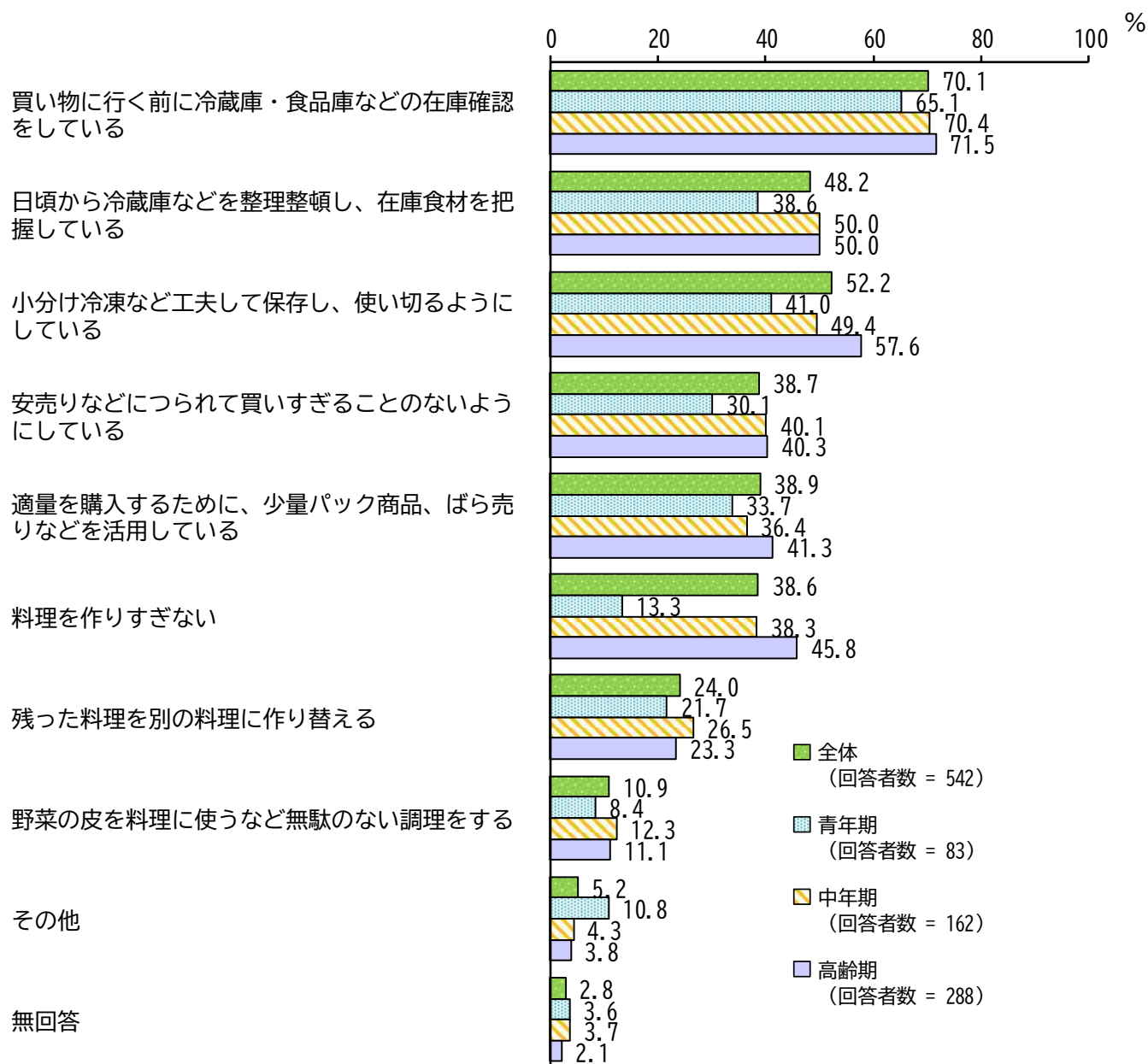
全体では、「いいえ」の割合が 31.8%となっています。

青年期で「はい」の割合が低くなっています。



問 35 問 34 で「はい」と答えた方にお聞きます。ご家庭で食品ロスを減らすためにどのようなことに取り組んでいますか。あてはまるものをすべて選んでください。

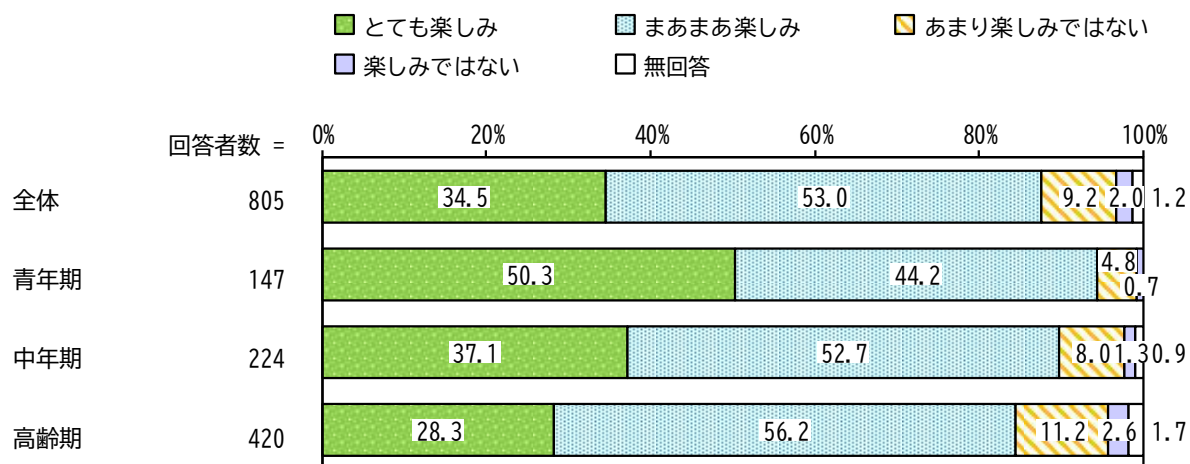
どの年齢層においても「買い物に行く前に冷蔵庫・食品庫などの在庫確認をしている」の割合が最も高くなっています。



(4) 食育・地産地消について

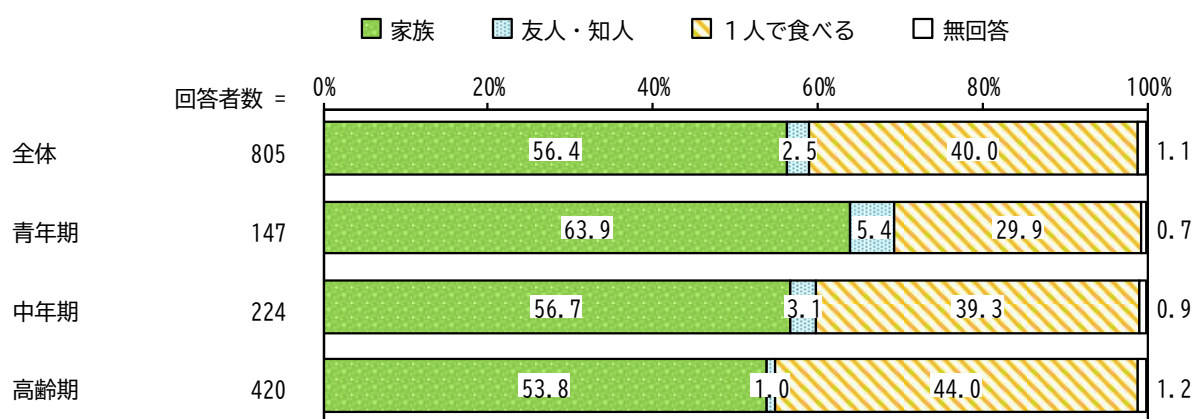
問 36 食事は楽しみですか。1つに○をつけてください。

全体では、「とても楽しみ」と「まあまあ楽しみ」の割合が87.5%と最も高くなっています。
年齢層が下がるにつれて「とても楽しみ」「まあまあ楽しみ」を合わせた割合が高くなっています。



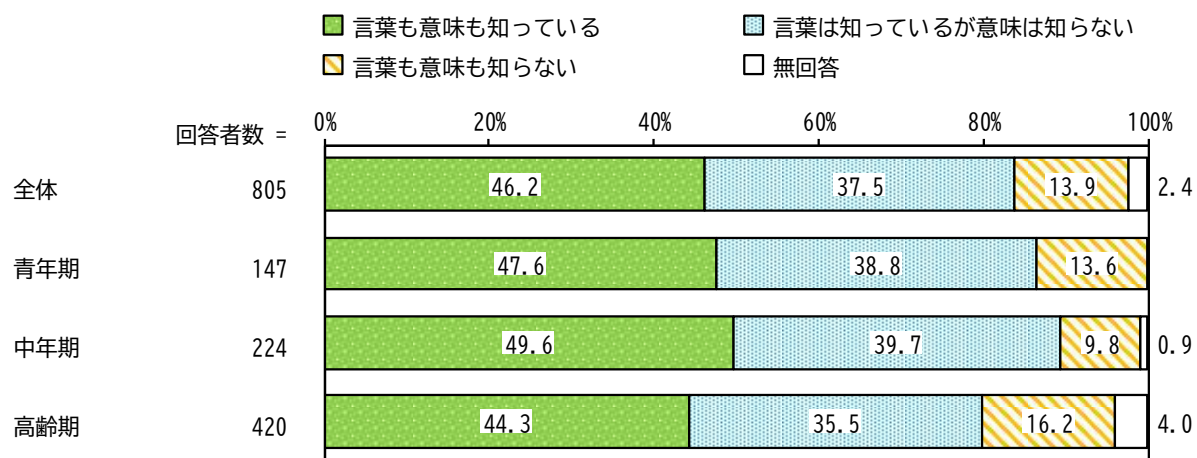
問 37 夕食は主にどなたと食べますか。1つに○をつけてください。

全体では、「1人で食べる」の割合が40.0%となっています。
年齢層が上がるにつれて「1人で食べる」の割合が高くなっています。



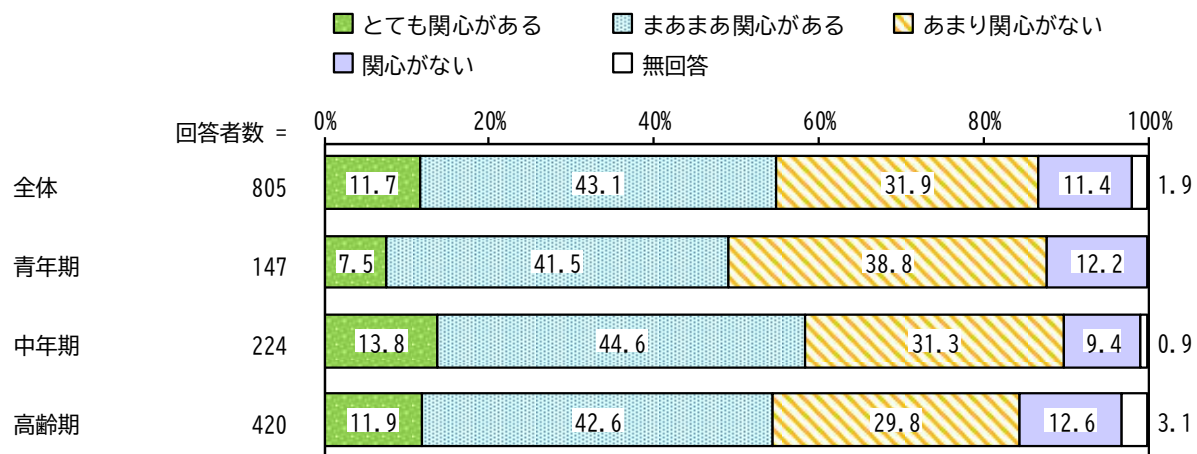
問 38 「食育」という言葉やその意味を知っていますか。1 つに○をつけてください。

どの年齢層も4割以上は「言葉も意味も知っている」と回答しています。



問 39 「食育」に関心がありますか。1 つに○をつけてください。

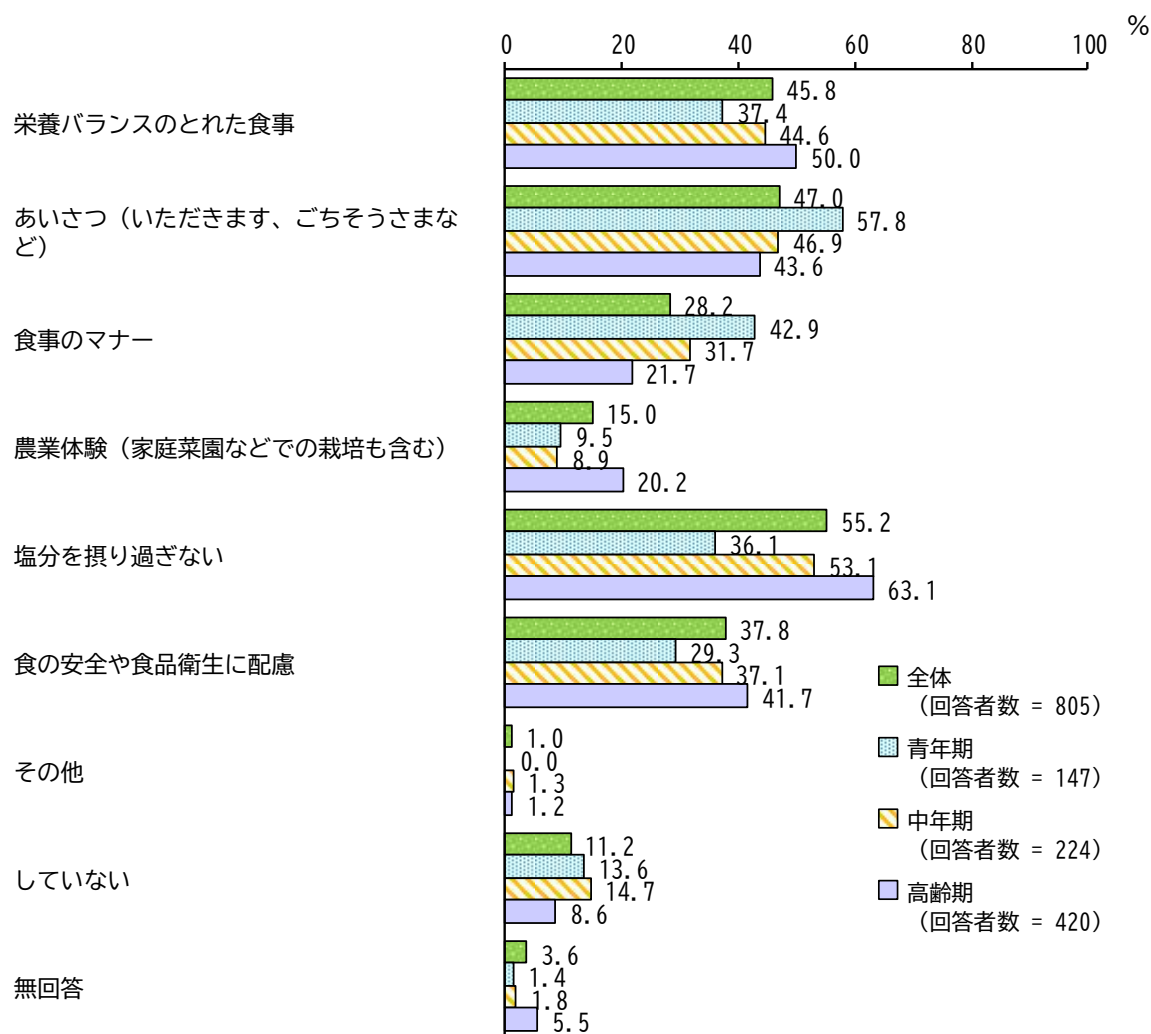
全体では、「関心がない」と「あまり関心がない」を合わせた割合が43.3%となっています。青年期で「あまり関心がない」と「関心がない」を合わせた割合が高くなっています。



問 40 あなたはふだん、下記の「食育」を実施していますか。あてはまるものをすべて選んでください。

全体では、「塩分を摂り過ぎない」の割合が 55.2%と最も高く、次いで「あいさつ（いただきます、ごちそうさまなど）」の割合が 47.0%、「栄養バランスのとれた食事」の割合が 45.8%となっています。

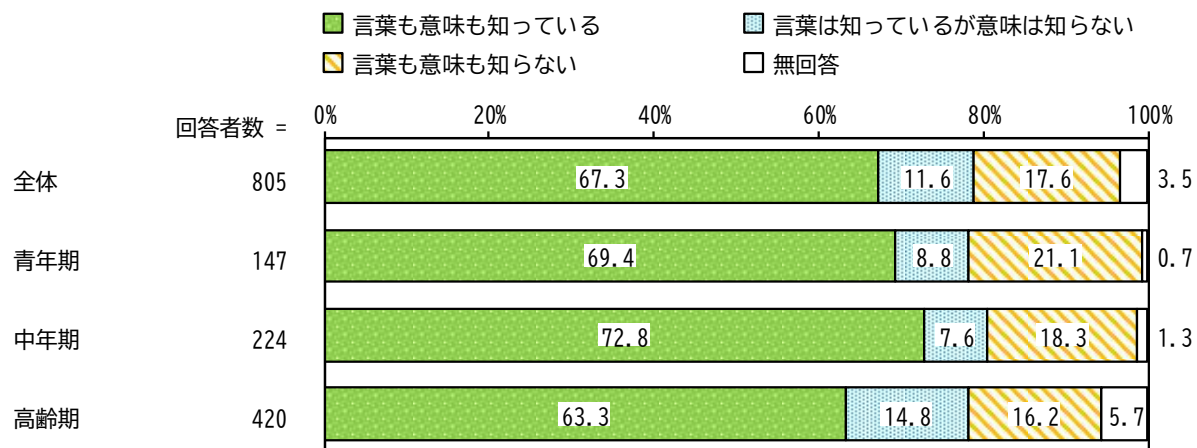
青年期では「あいさつ（いただきます、ごちそうさま）」、「食事のマナー」が多く、中年期・高齢期では「塩分を摂り過ぎない」が多くなっています。



問 41 「地産地消」という言葉やその意味を知っていますか。1つに○をつけてください。

全体では、「言葉も意味も知らない」の割合が17.6%となっています。

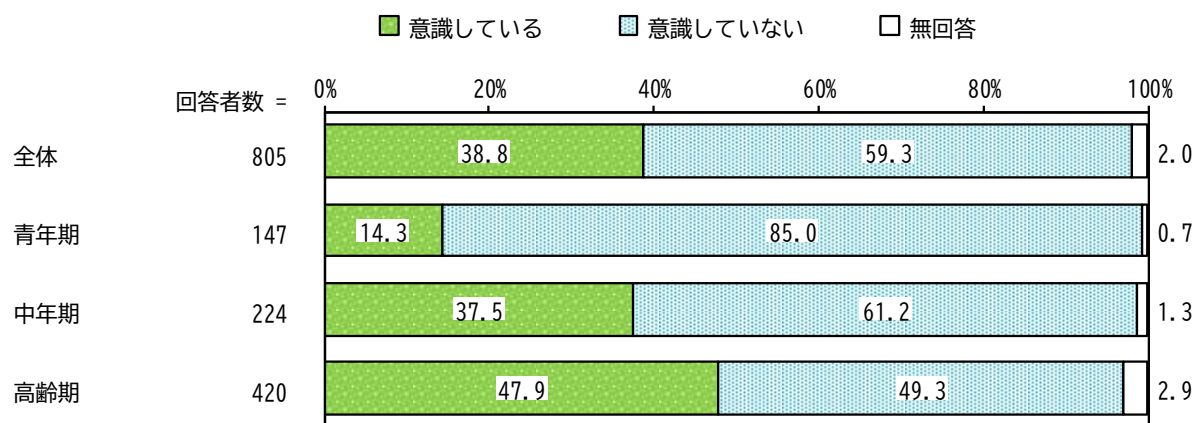
年齢層が下がるにつれて「言葉も意味も知らない」の割合が高くなっています。



問 42 あなたは、古河市でつくられた農産物（なす、かぼちゃ、キャベツなど）を意識して購入するようにしていますか。1つに○をつけてください。

全体では、「意識していない」の割合が59.3%となっています。

年齢層が下がるにつれて「意識している」の割合が低くなっています。

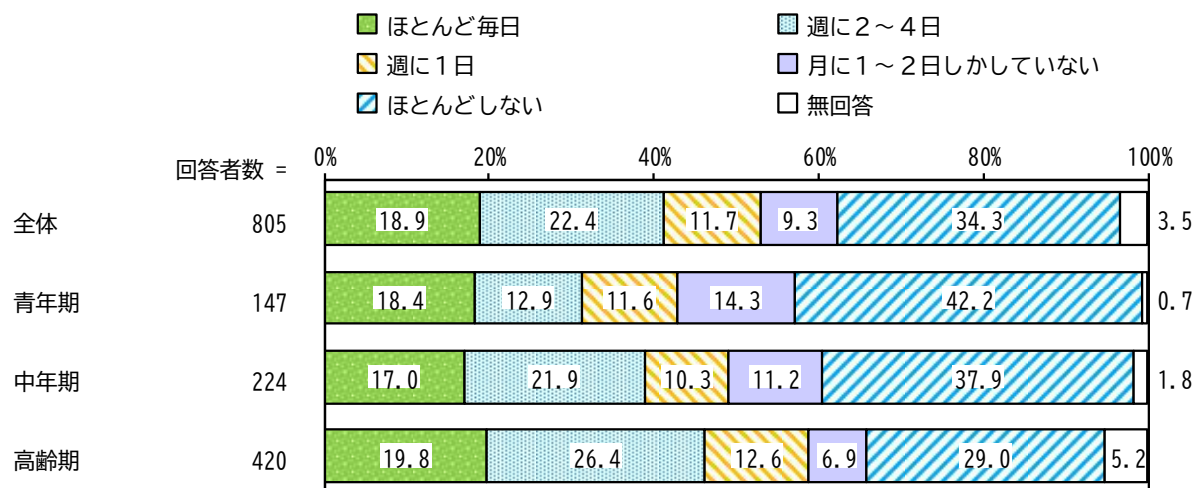


(5) 運動について

問 43 日常生活のなかで健康のために、平均1日30分以上の運動をしていますか。1つに○をつけてください。

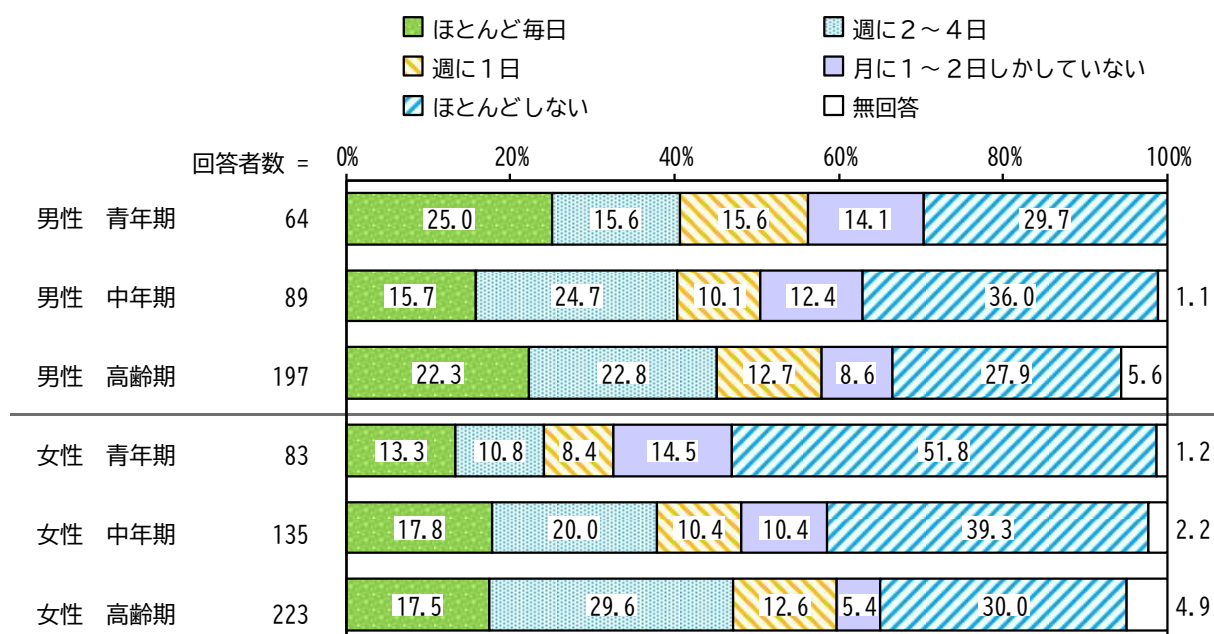
全体では、「ほとんどしない」の割合が34.3%と最も高くなっています。

年齢層が上がるにつれて「ほとんど毎日」「週に2～4日」の割合が高くなっています。



【問43×問1・2 性・年齢別】

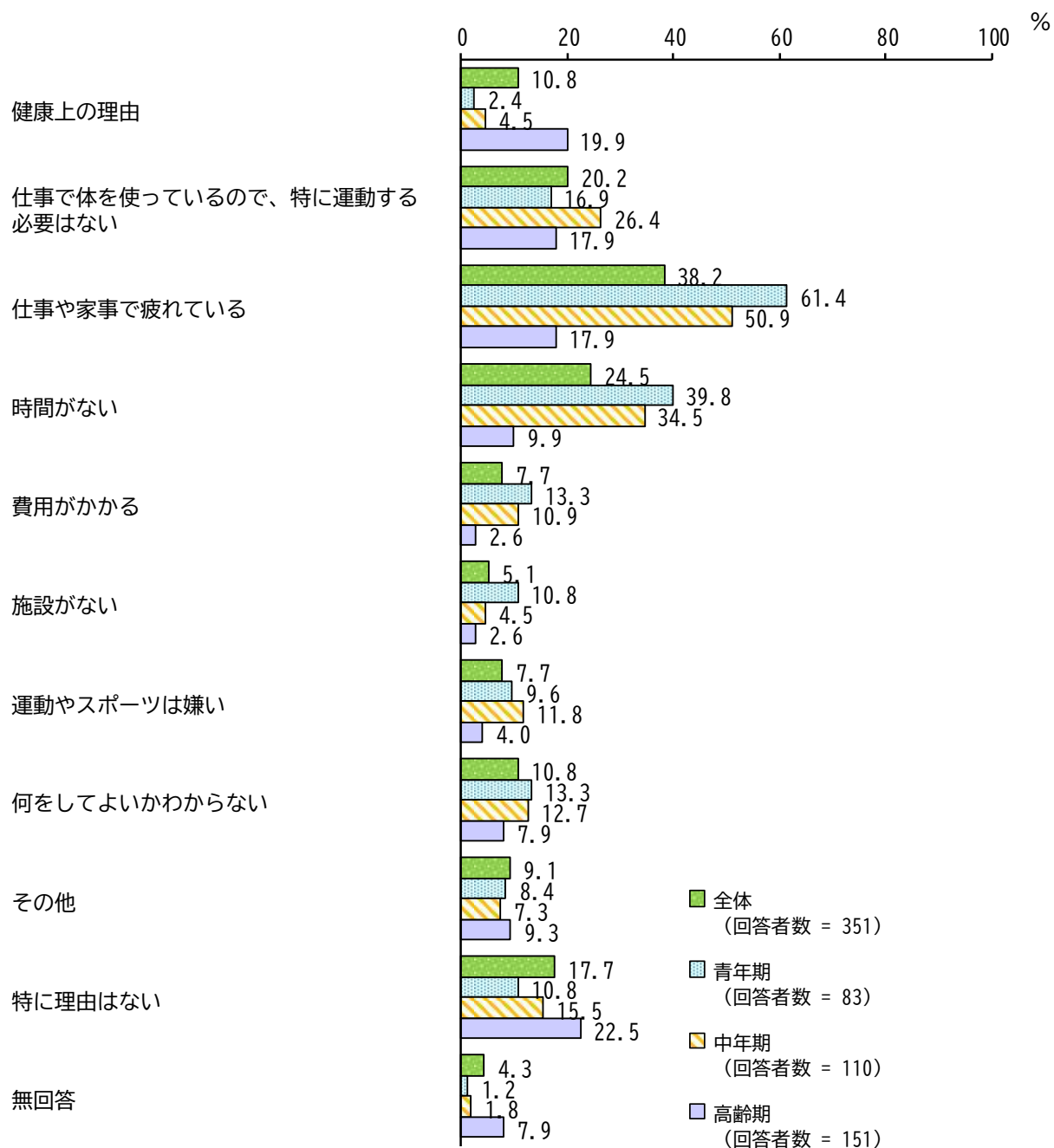
性・年齢別にみると、女性青年期で「ほとんどしない」の割合が高くなっています。



問 44 問 43 で「月に1～2回しかしていない」または「ほとんどしていない」と答え
た方にお聞きします。あなたが運動をしない理由は何ですか。あてはまるものをす
べて選んでください。

全体では、「仕事や家事で疲れている」の割合が 38.2%と最も高く、次いで「時間がない」の
割合が 24.5%、「仕事で体を使っているので、特に運動する必要はない」の割合が 20.2%となっ
ています。

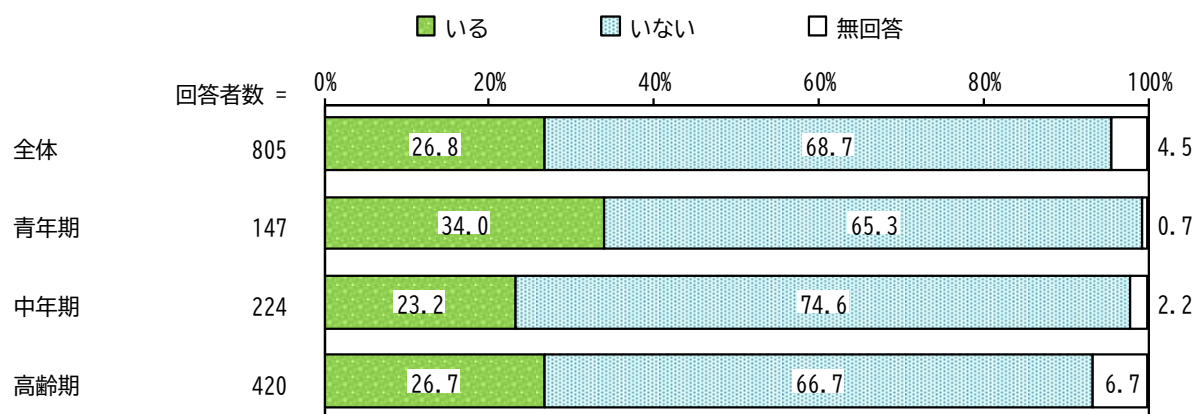
青年期、中年期では「仕事や家事で疲れている」「時間がない」の割合が高くなっていますが、
高齢期においては、「特に理由はない」「健康上の理由」の割合が高くなっています。



問 45 一緒に運動をする仲間はいますか。1 つに○をつけてください。

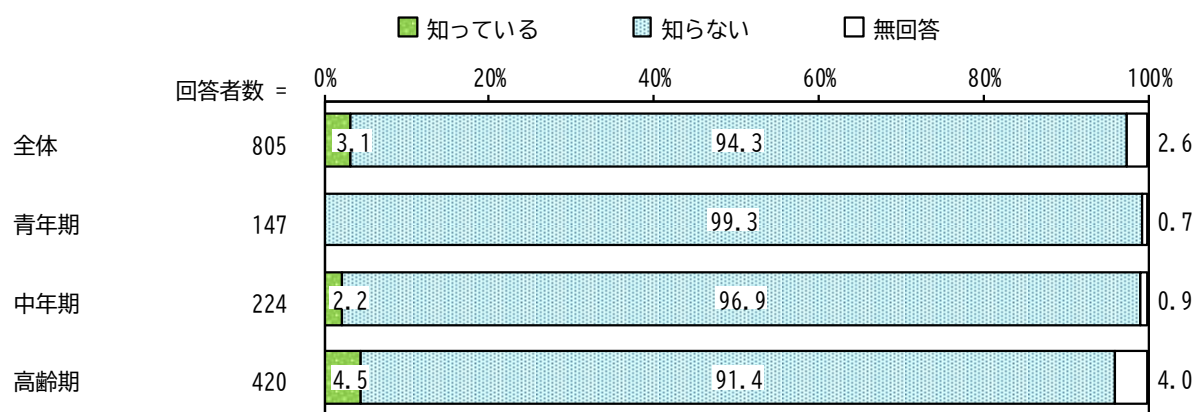
全体では、「いない」の割合が 68.7%となっています。

中年期で「いない」の割合が高くなっています。



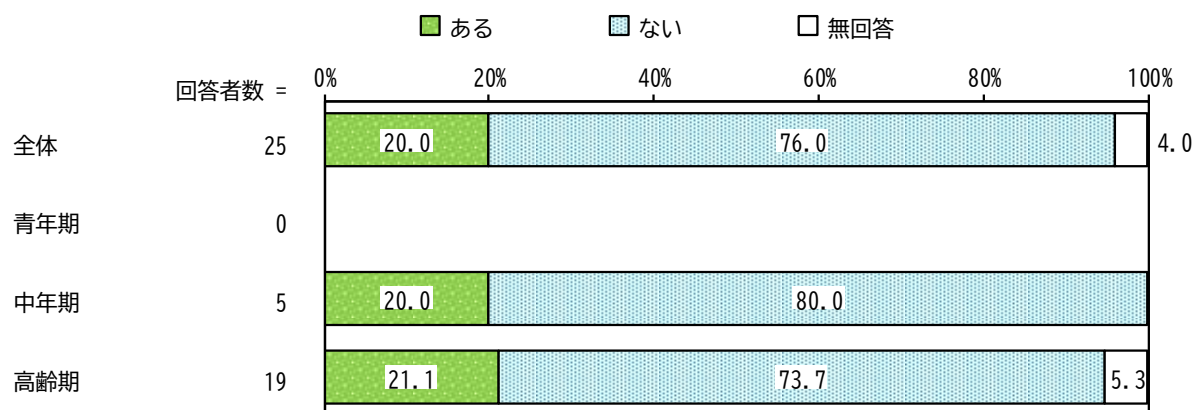
問 46 あなたは「いばらきヘルスロード」を知っていますか。1 つに○をつけてください。

全体では、「知らない」の割合が 94.3%となっています。



問 47 問 46 で「知っている」と答えた方にお聞きします。あなたは「いばらきヘルスロード」を歩いたことがありますか。1 つに○をつけてください。

全体では、「ない」の割合が 76.0%となっています。

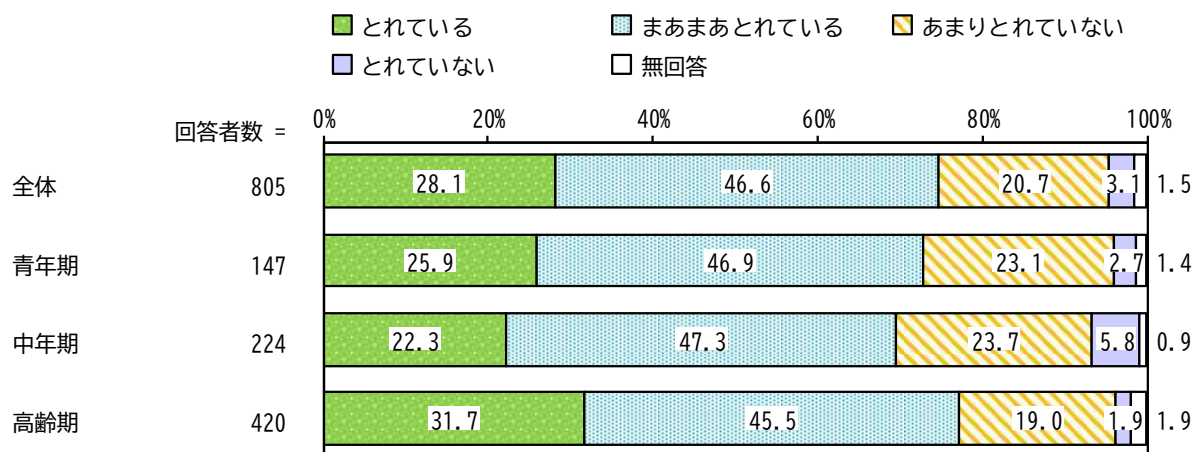


(6) 休養・こころの健康について

問 48 睡眠時間は十分にとれていると思いますか。1 つに○をつけてください

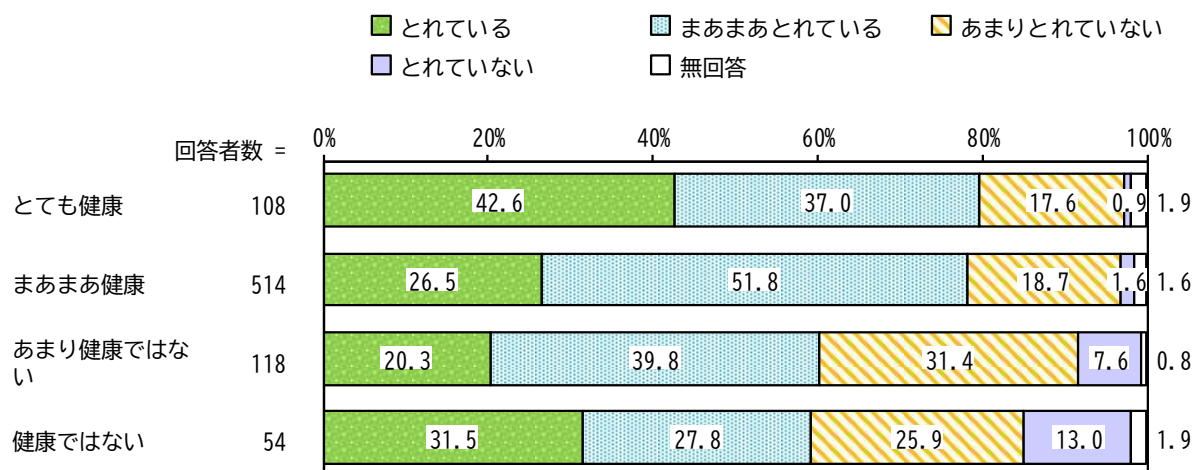
全体では、「とれている」と「まあまあとれている」を合わせた割合が 74.7%、「とれていない」と「あまりとれていない」を合わせた割合が 23.8%となっています。

「とれていない」と「あまりとれていない」を合わせた割合で比較すると、中年期が最も高くなっています。



【問 48×問 7 健康状態別】

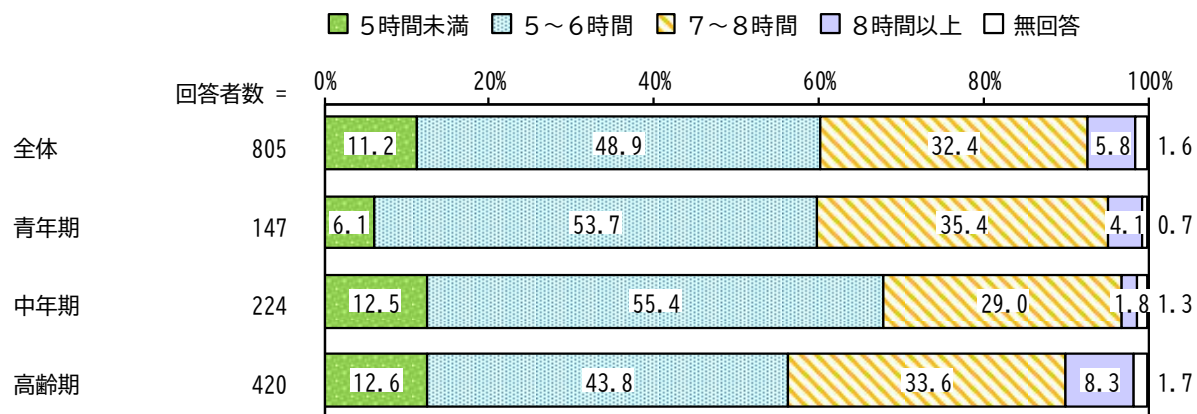
健康状態別にみると、とても健康とまあまあ健康と回答している人では睡眠が「とれている」「まあまあとれている」と回答している人の割合が8割となっています。



問 49 ふだんの睡眠時間は、平均して1日およそ何時間ですか。1つに○をつけてください。

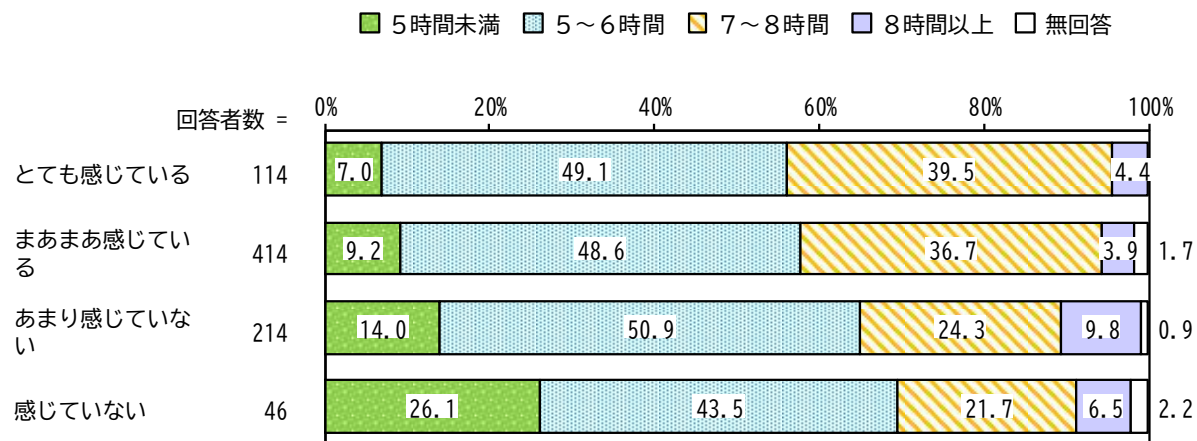
全体では、「5～6時間」の割合が48.9%と最も高くなっています。

中年期で「7時間未満」の割合が高くなっています。



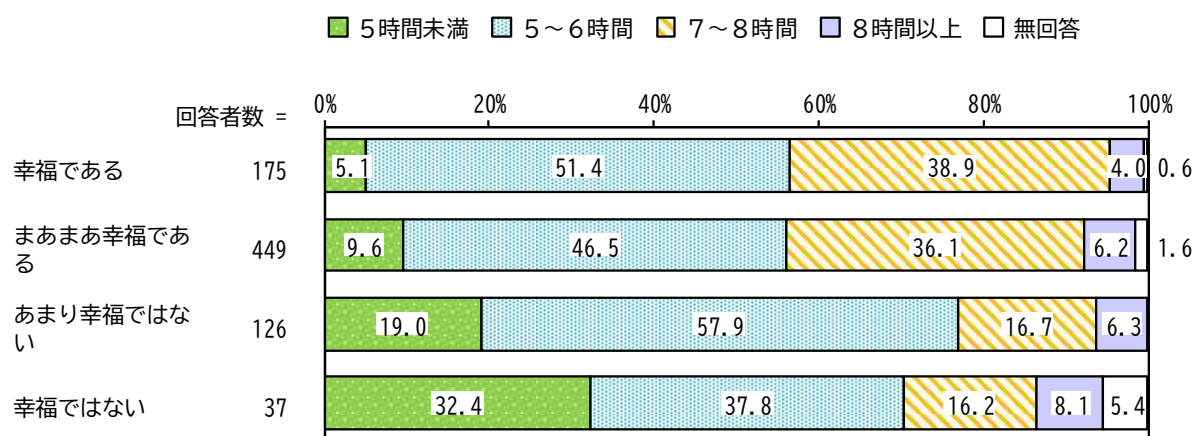
【問 49×問 55 生きがいを感じる程度別】

生きがいを感じる程度別にみると、感じていない人ほど「5時間未満」の割合が高くなっています。



【問 49×問 57 幸福度別】

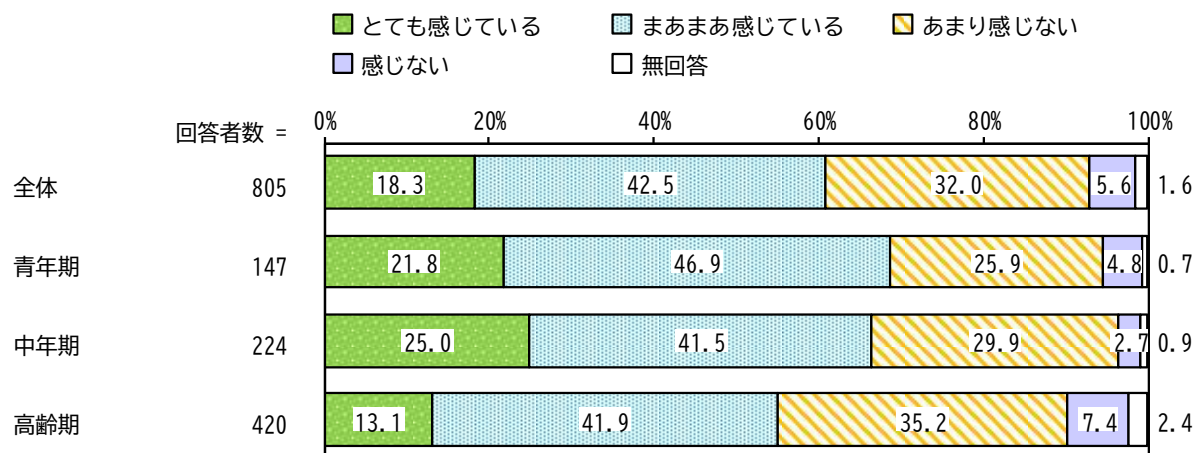
幸福度別にみると、幸福度が低くなるほど「5時間未満」の割合が高くなっています。



問 50 あなたはふだん不安や悩みなどストレスを感じていますか。1つに○をつけてください

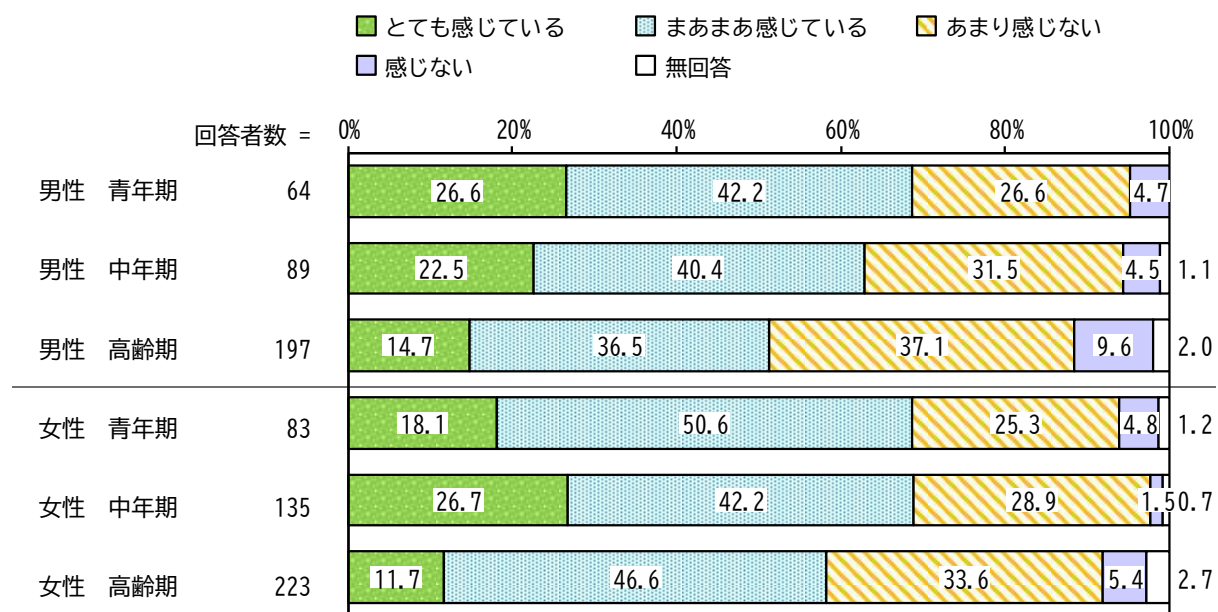
全体では、「とても感じている」と「まあまあ感じている」を合わせた割合が 60.8%と最も高く、「感じない」と「あまり感じない」を合わせた割合が 37.6%となっています。

「とても感じている」と「まあまあ感じている」を合わせた割合で比較すると、青年期が最も高くなっています。



【問 50×問 1・2 性・年齢別】

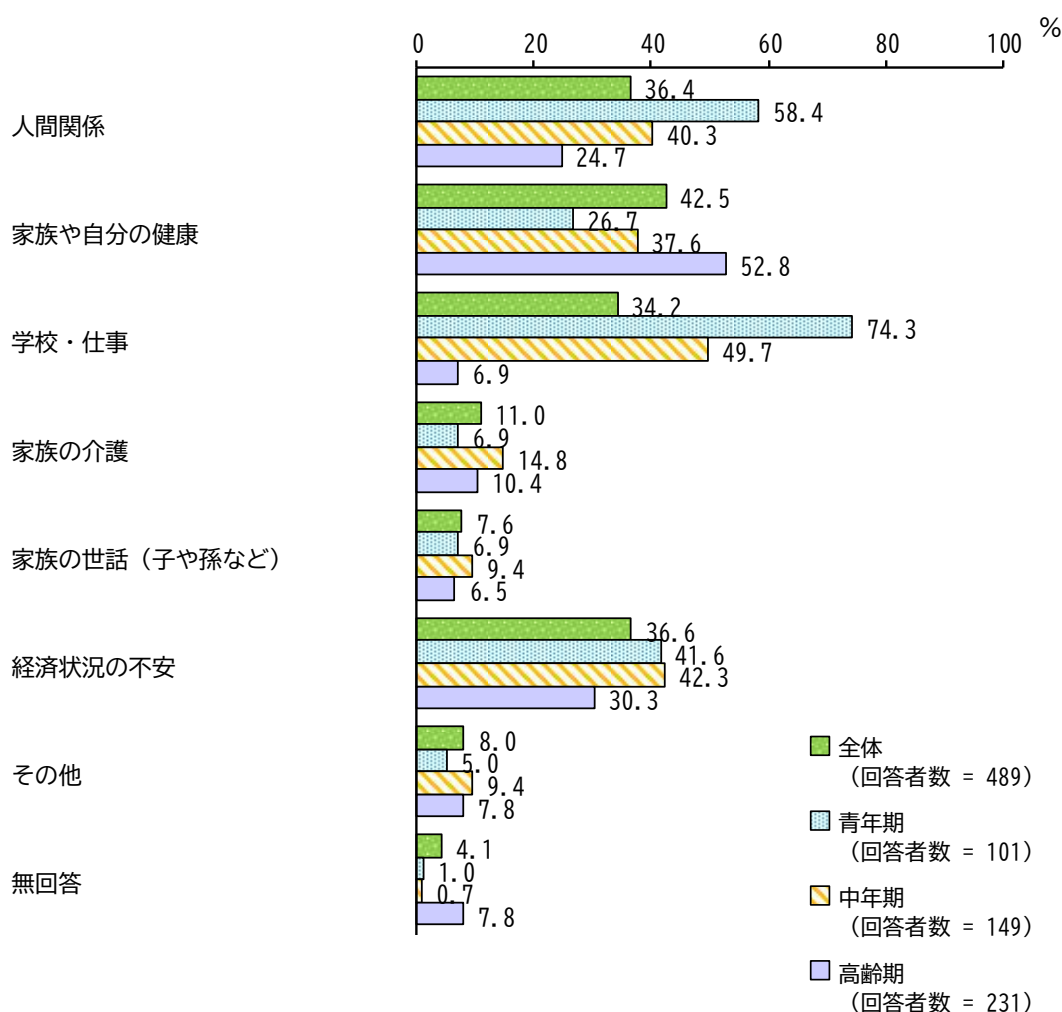
性・年齢別にみると、男性・女性青年期・女性中年期で「とても感じている」と「まあまあ感じている」を合わせた割合が高くなっています。



問 51 問 50 で「とても感じている」または「まあまあ感じている」と答えた方にお聞
 きます。ふだんどんなことでストレスを感じていますか。あてはまるものをすべ
 て選んでください。

全体では、「家族や自分の健康」の割合が 42.5%と最も高く、次いで「経済状況の不安」の割
 合が 36.6%、「人間関係」の割合が 36.4%となっています。

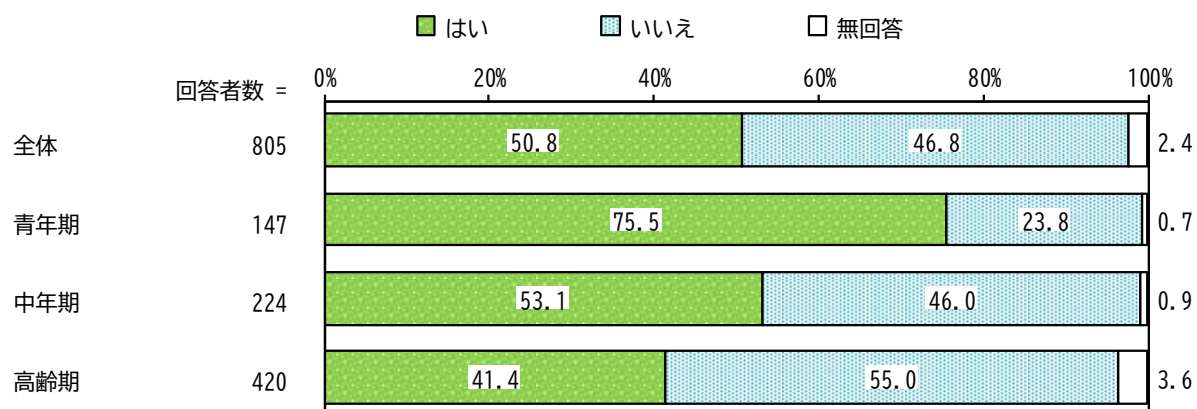
青年期・中年期では「学校・仕事」の割合が高く、高齢期では「家族や自分の健康」の割合が
 高くなっています。



問 52 あなたは、趣味の活動をしていますか。1つに○をつけてください。

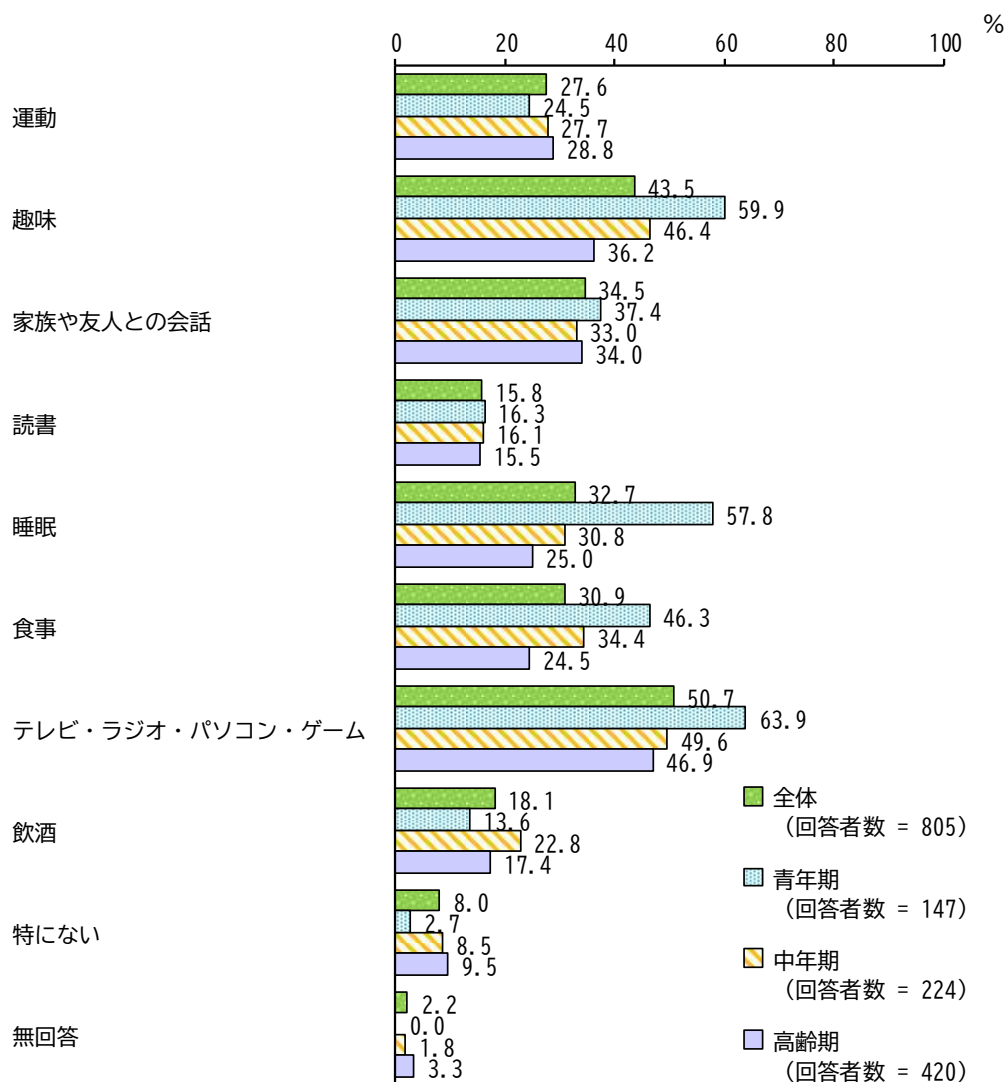
全体では、「はい」の割合が50.8%となっています。

年齢層が上がるにつれて「いいえ」の割合が高くなっています。



問 53 心身のリフレッシュのためのストレス解消法がありますか。あてはまるものすべてを選んでください。

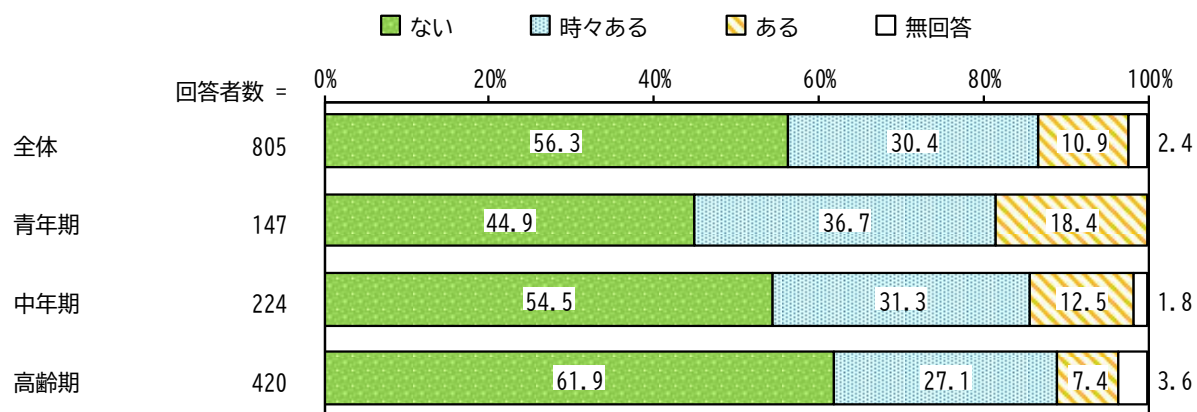
全体では、「テレビ・ラジオ・パソコン・ゲーム」の割合が50.7%と最も高く、次いで「趣味」の割合が43.5%、「家族や友人との会話」の割合が34.5%となっています。



問 54 生きることがつらいと感じることがありますか。1 つに○をつけてください

全体では、「ない」の割合が 56.3%、「時々ある」と「ある」を合わせた割合が 41.3%となっています。

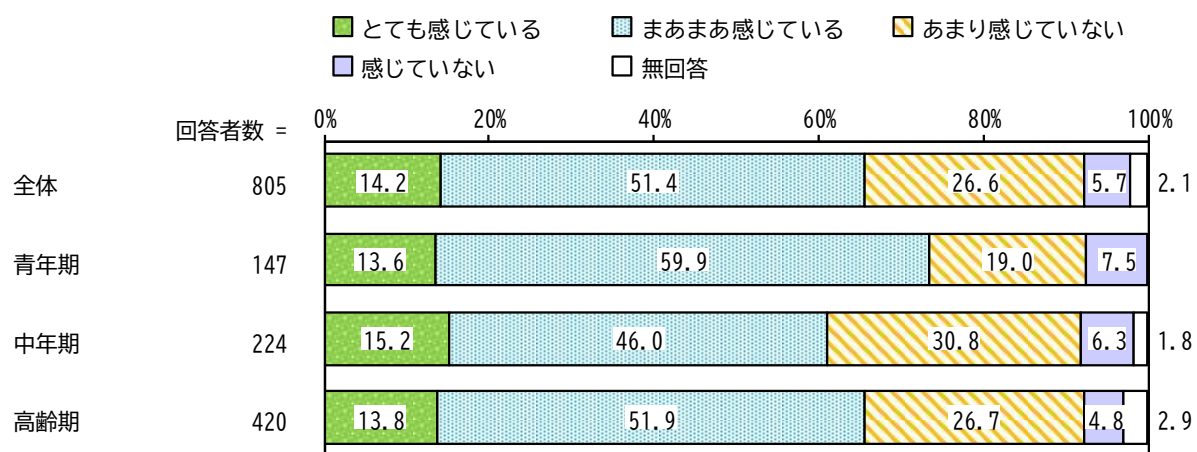
年齢層が下がるにつれて「時々ある」と「ある」を合わせた割合が高くなっています。



問 55 現在どの程度の生きがい（喜びや楽しみ）を感じていますか。1 つに○をつけてください。

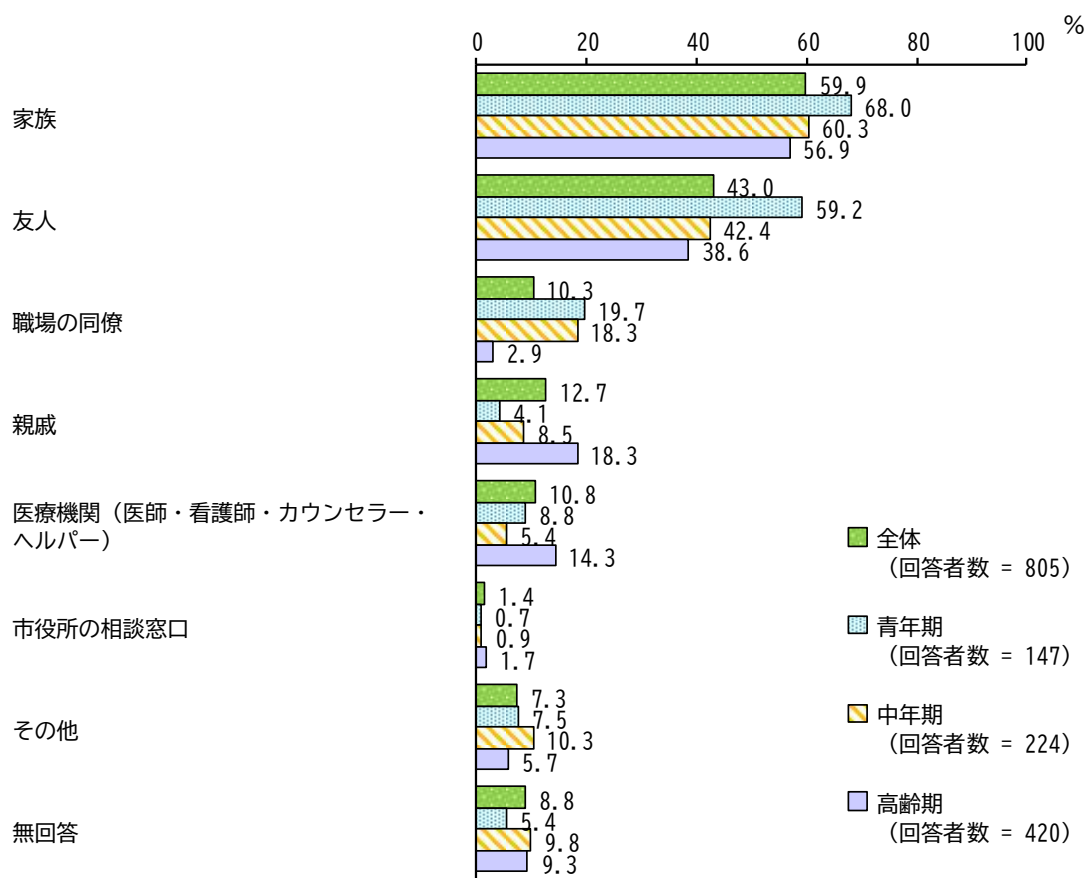
全体では、「とても感じている」と「まあまあ感じている」を合わせた割合が 65.6%、「感じていない」と「あまり感じていない」を合わせた割合が 32.3%となっています。

「感じていない」と「あまり感じていない」を合わせた割合で比較すると、中年期が最も高くなっています。



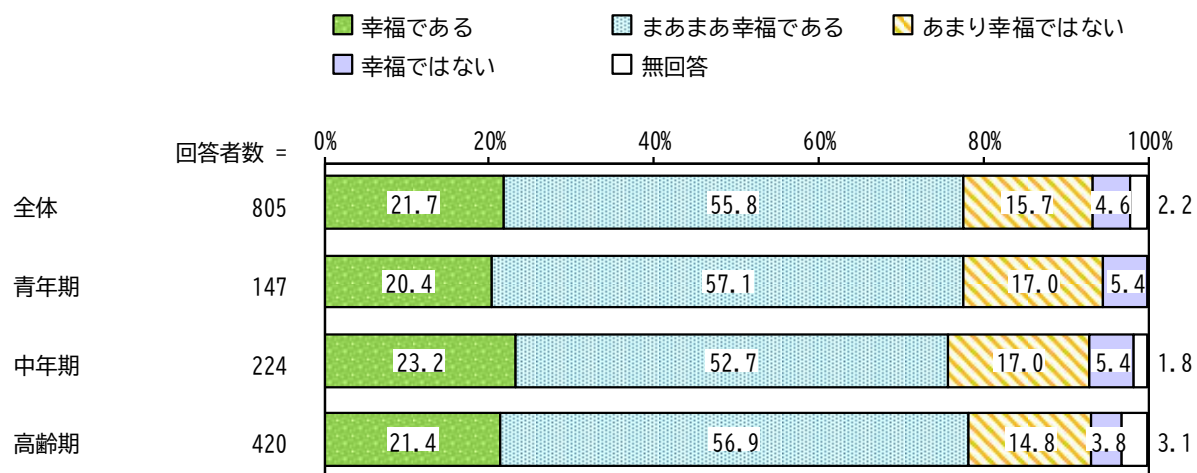
問 56 悩みを相談できる人はいますか。あてはまるものをすべて選んでください。

全体では、「家族」の割合が 59.9%と最も高く、次いで「友人」の割合が 43.0%、「親戚」の割合が 12.7%となっています。



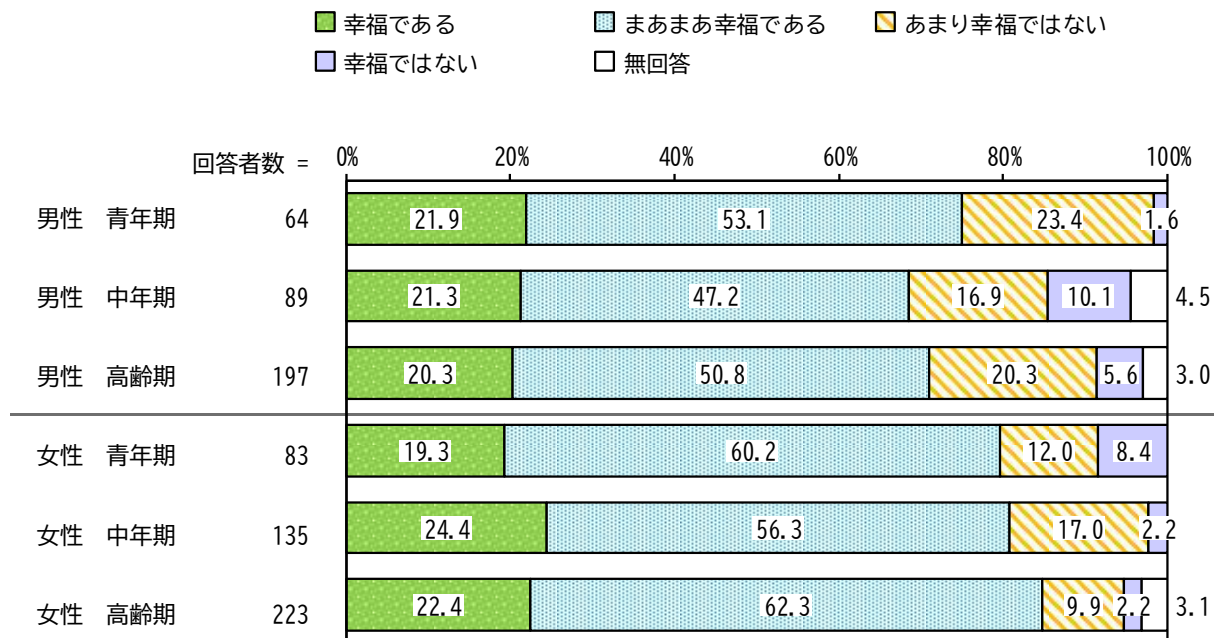
問 57 あなたは幸福と感じていますか。1 つに○をつけてください。

全体では、「幸福である」と「まあまあ幸福である」を合わせた割合が 77.5%、「幸福ではない」と「あまり幸福ではない」を合わせた割合が 20.3%となっています。



【問 57×問 1・2 性・年齢別】

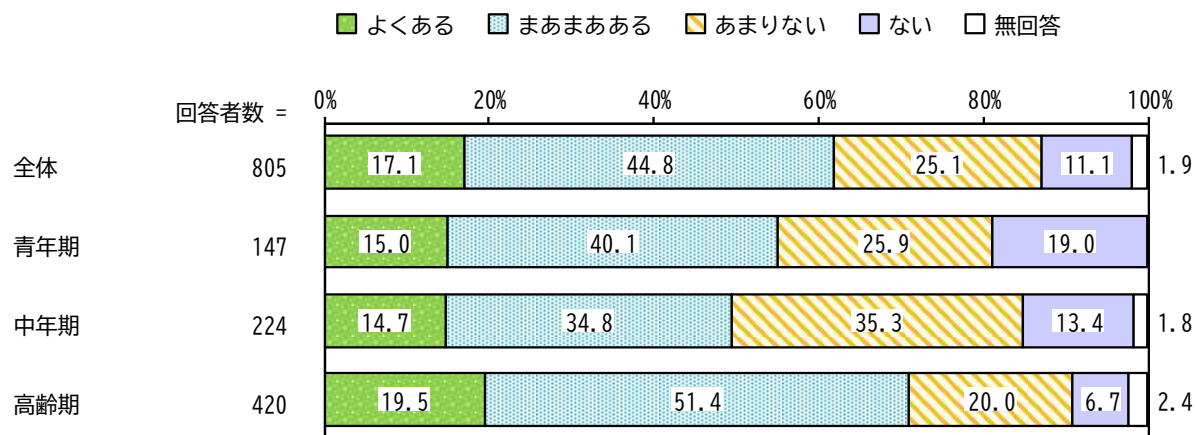
性・年齢別にみると、男性で「幸福ではない」と「あまり幸福ではない」を合わせた割合が高くなっています。



問 58 友人・近所の方とおつきあいがありますか。1 つに○をつけてください。

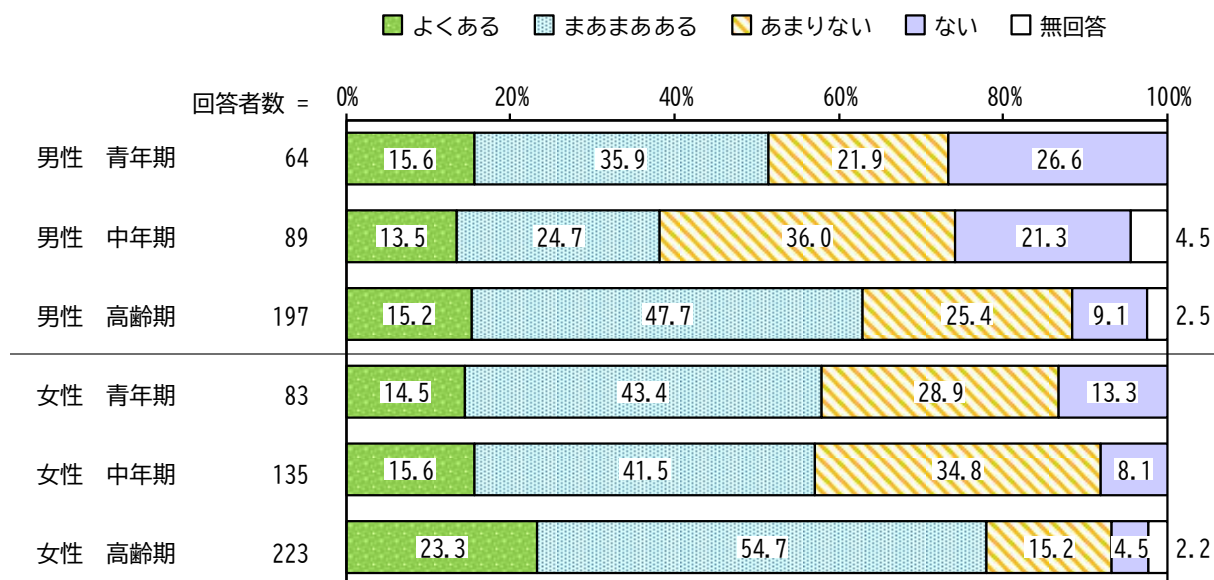
全体では、「よくある」と「まあまあある」を合わせた割合が 61.9%、「ない」と「あまりない」を合わせた割合が 36.2%となっています。

中年期において、「ない」と「あまりない」を合わせた割合が高くなっています。



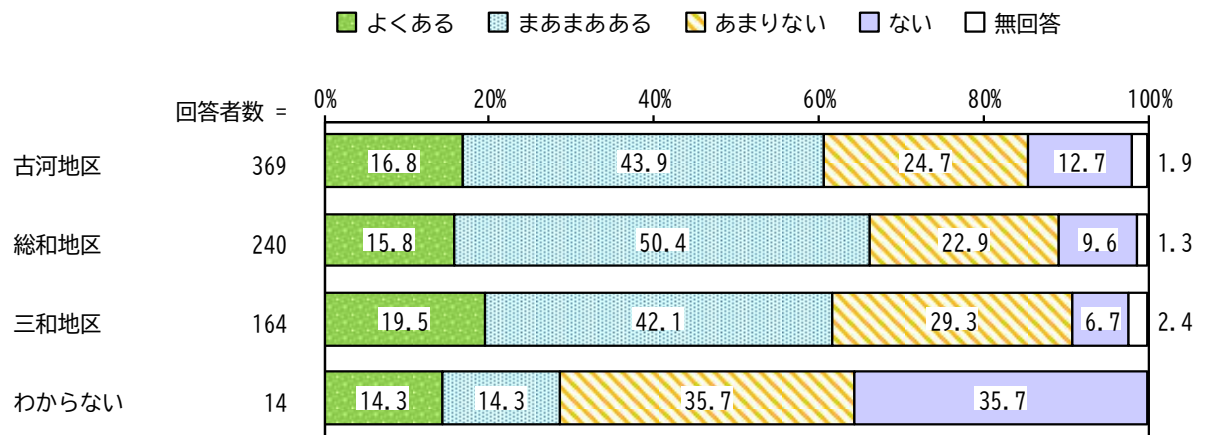
【問 58×問 1・2 性・年齢別】

性・年齢別にみると、男性中年期で「ない」と「あまりない」を合わせた割合が高くなっています。



【問 58×問 4 居住地区別】

居住地区別にみると、総和地区で「よくある」と「まあまあある」を合わせた割合が高くなっています。

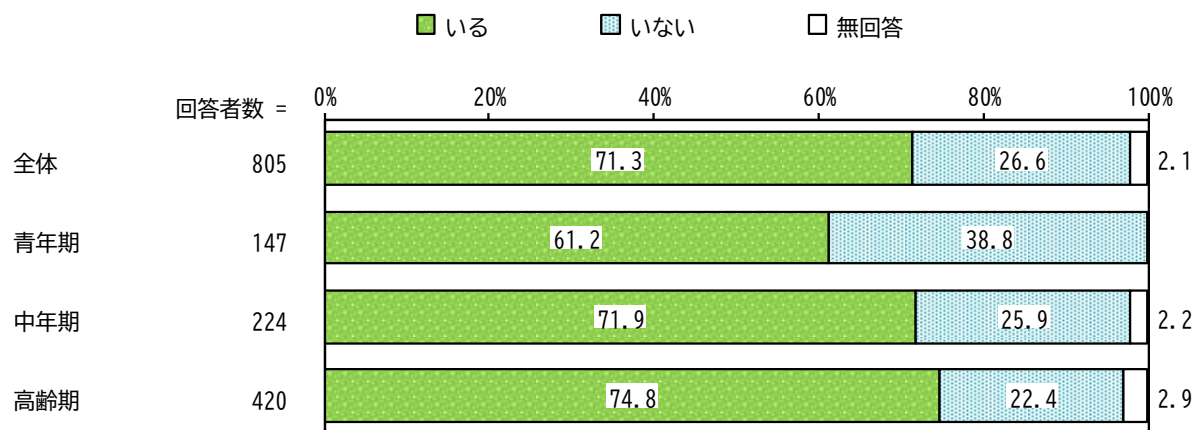


(7) 歯の健康について

問 59 かかりつけの歯科医がいますか。1 つに○をつけてください。

全体では、「いない」の割合が 26.6%となっています。

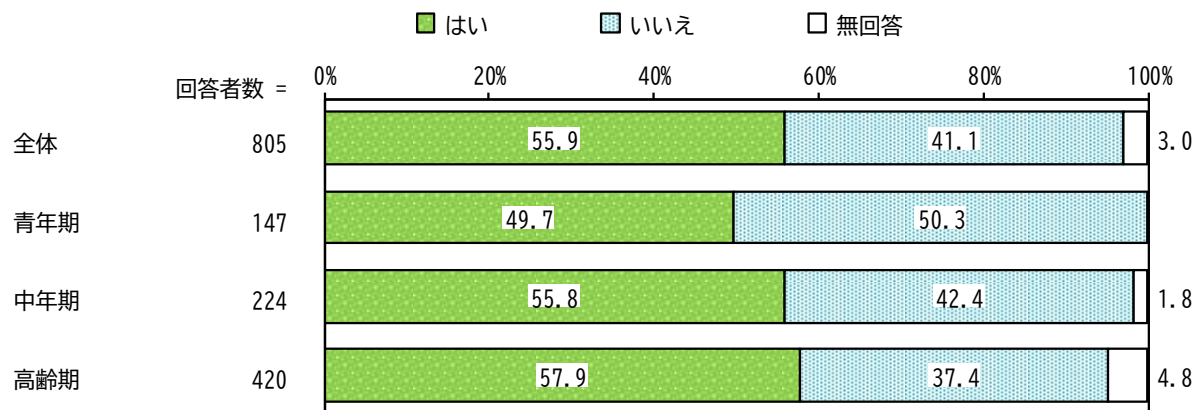
青年期において、「いない」の割合が高くなっています。



問 60 過去1年間に歯科検診（歯周病検診含む）を受けましたか。1 つに○をつけてください。

全体では、「はい」の割合が 55.9%となっています。

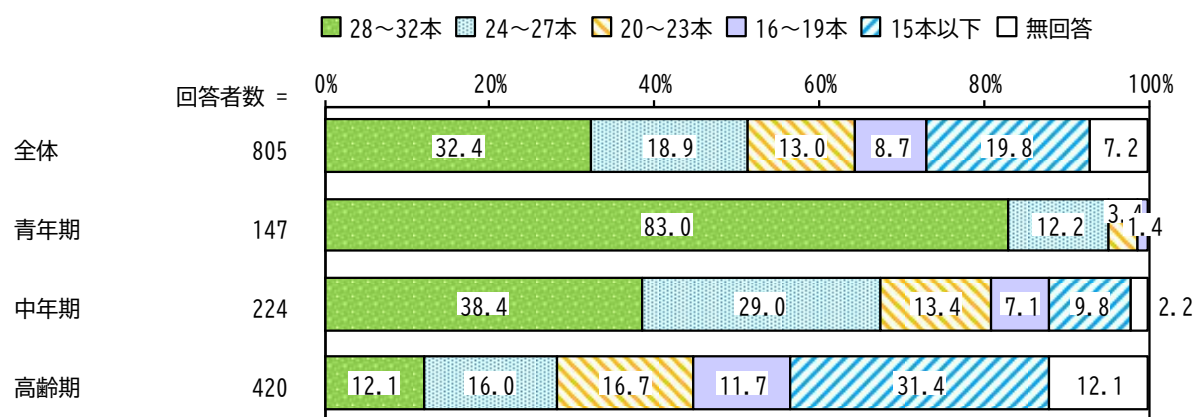
青年期において、「いいえ」の割合が高くなっています。



問 61 あなたの歯は、現在何本ありますか。1つに○をつけてください。(生えそろっている場合、28本以上です。差し歯・入れ歯は含まない)

全体では、「28～32本」の割合が32.4%と最も高く、次いで「15本以下」の割合が19.8%、「24～27本」の割合が18.9%となっています。

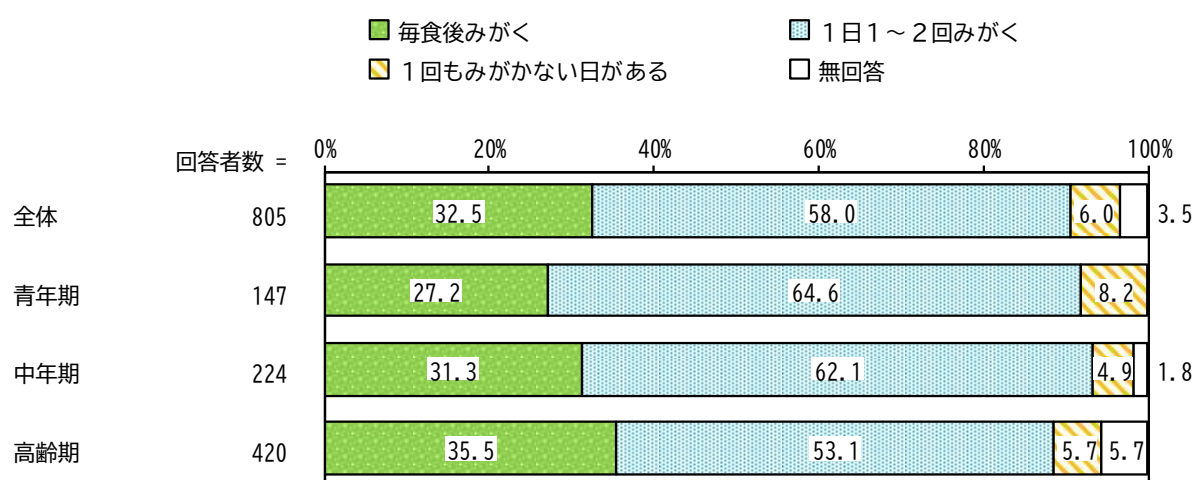
年齢層が上がるにつれて「28～32本」の割合が低くなっています。



問 62 歯みがきをしていますか。1つに○をつけてください。

全体では、「1日1～2回みがく」の割合が58.0%と最も高く、次いで「毎食後みがく」の割合が32.5%となっています。

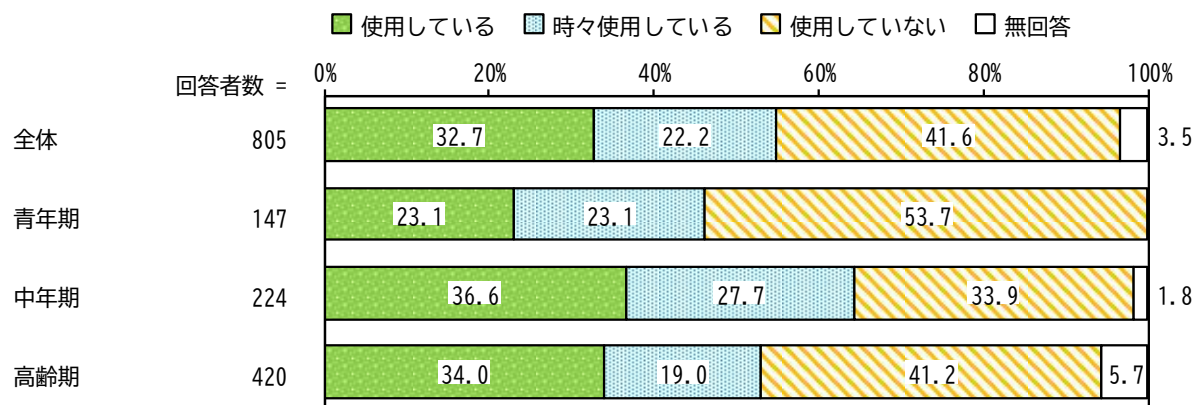
年齢層が上がるにつれて「毎食後みがく」の割合が高くなっていますが、すべての年代で「1回みがかない日がある」と回答している人がいます。



問 63 歯間部清掃用器具（デンタルフロスや歯間ブラシなどの歯と歯の間を清掃するための専用器具）を使用していますか。1 つに○をつけてください。

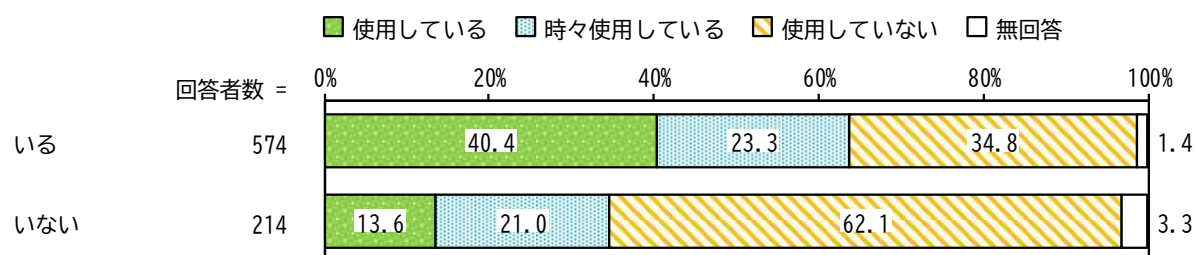
全体では、「使用していない」の割合が 41.6%と最も高くなっています。

年齢層別にみると、青年期で「使用していない」の割合が高くなっています。



【問 63×問 59 かかりつけ歯科医の有無別】

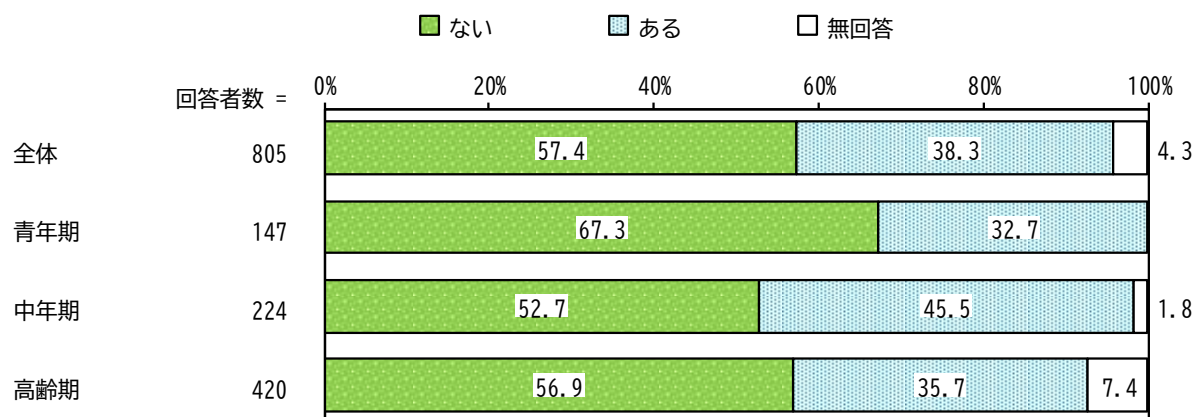
かかりつけ歯科医の有無別にみると、いるで「使用している」の割合が高くなっています。



問 64 あなたは、歯周病の自覚症状がありますか。1 つに○をつけてください。（歯周病の自覚症状とは、歯茎が腫れる、歯茎から血が出る、歯がしみるなど）

全体では、「ある」の割合が 38.3%となっています。

いずれの年齢層においても5割以上が「ない」と回答していますが、中年期では4割以上が歯周病の自覚症状があると回答しています。

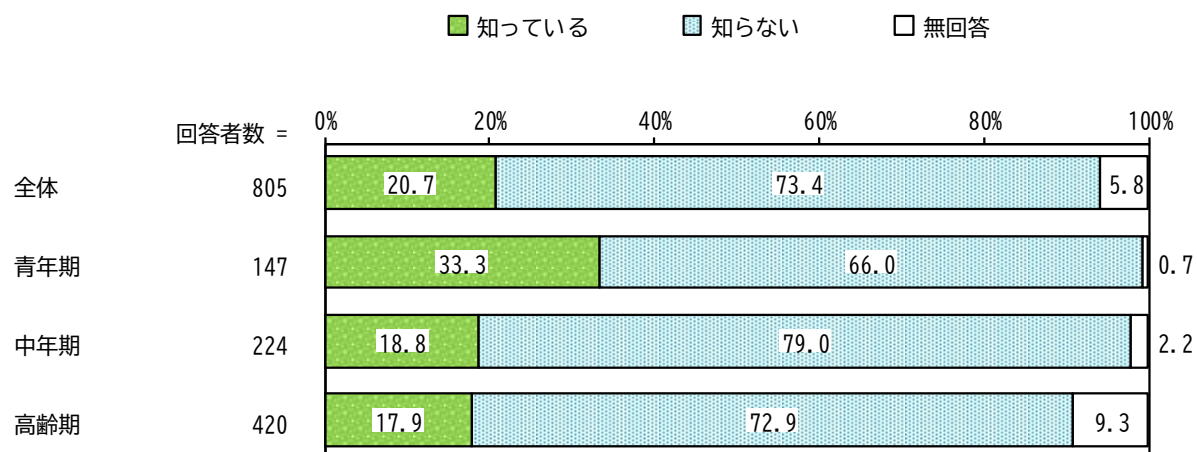


問 65 あなたは以下の運動を知っていますか。それぞれの項目について、あてはまるものを選んでください。

A 6424 (ロクヨンニイヨン) 運動

全体では、「知っている」の割合が 20.7%となっています。

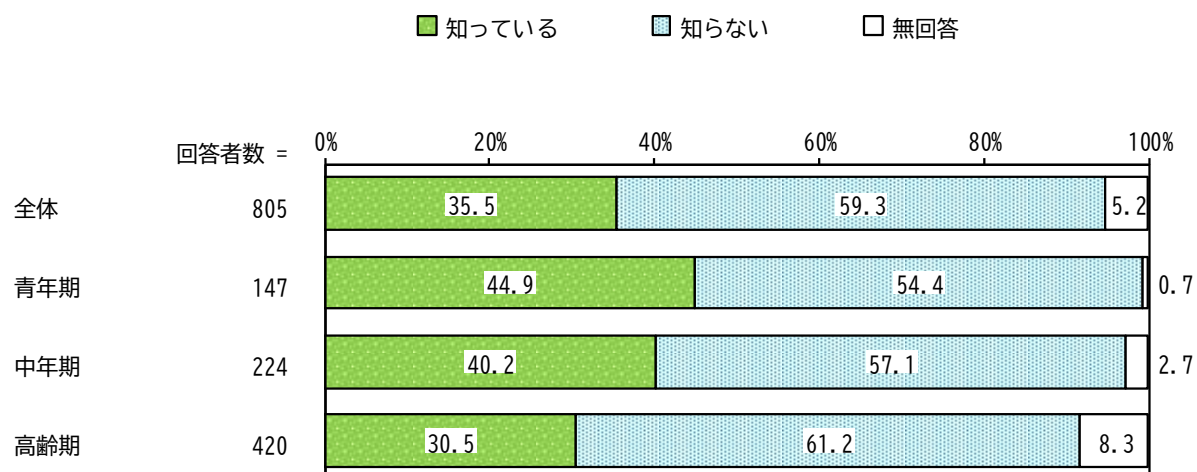
青年期で「知っている」の割合が高くなっています。



B 8020 (ハチマルニイマル) 運動

全体では、「知っている」の割合が 35.5%となっています。

年齢層が上がるにつれて「知らない」の割合が高くなっています。

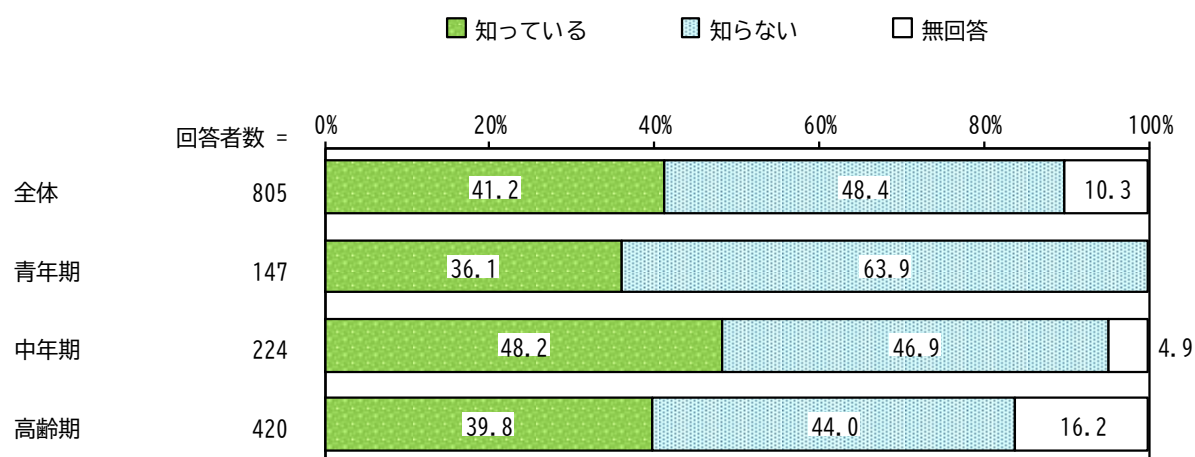


問 66 次の病気はすべて歯周病と関係が深いといわれています。このことについて、知っていますか。それぞれの項目について、あてはまるものを選んでください。

A 糖尿病

全体では、「知っている」の割合が41.2%となっています。

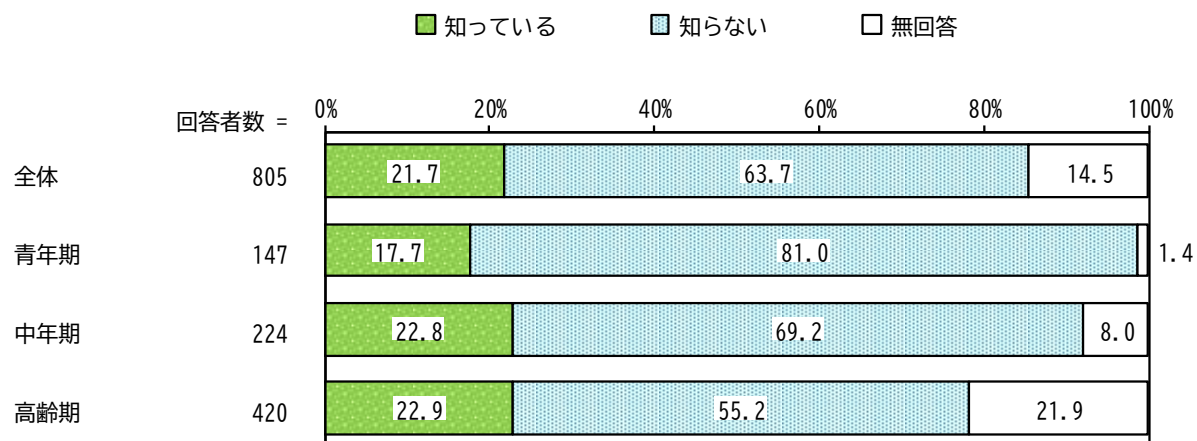
中年期において「知っている」の割合が高くなっています。



B 肺炎

全体では、「知っている」の割合が21.7%となっています。

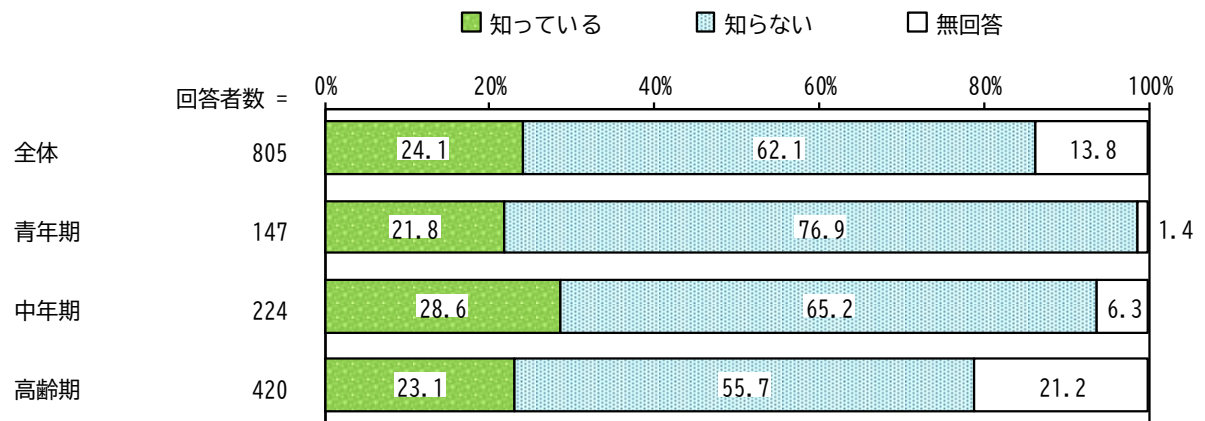
青年期において「知らない」の割合が高くなっています。



C 心臓病

全体では、「知っている」の割合が24.1%となっています。

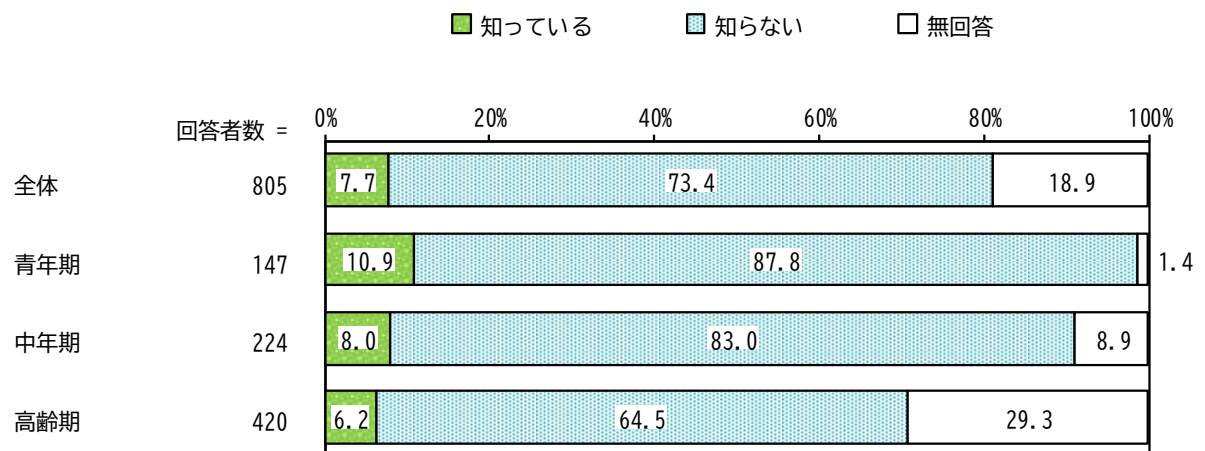
青年期において「知らない」の割合が高くなっています。



D 早産や低体重児の出産

全体では、「知っている」の割合が7.7%となっています。

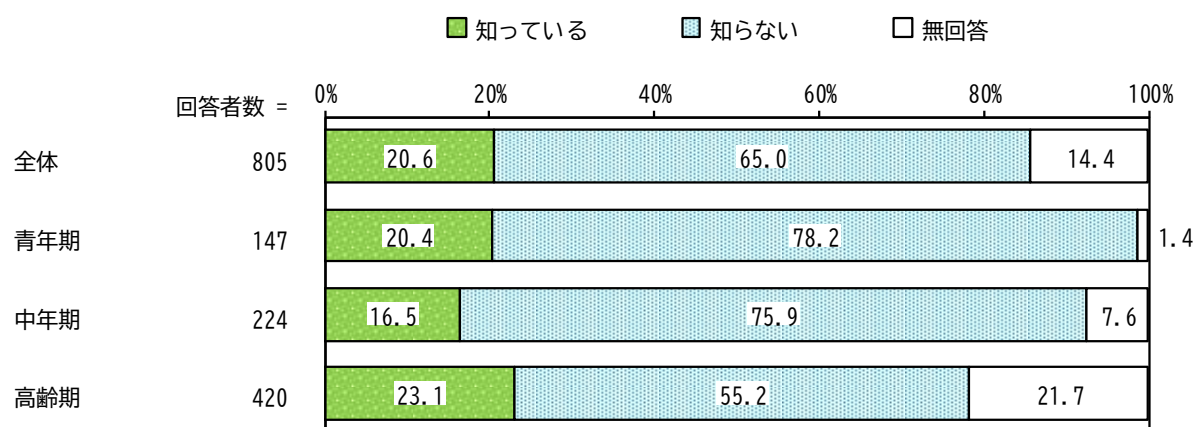
各年齢層とも「知らない」の割合が高くなっています。



E 骨粗しょう症

全体では、「知っている」の割合が20.6%となっています。

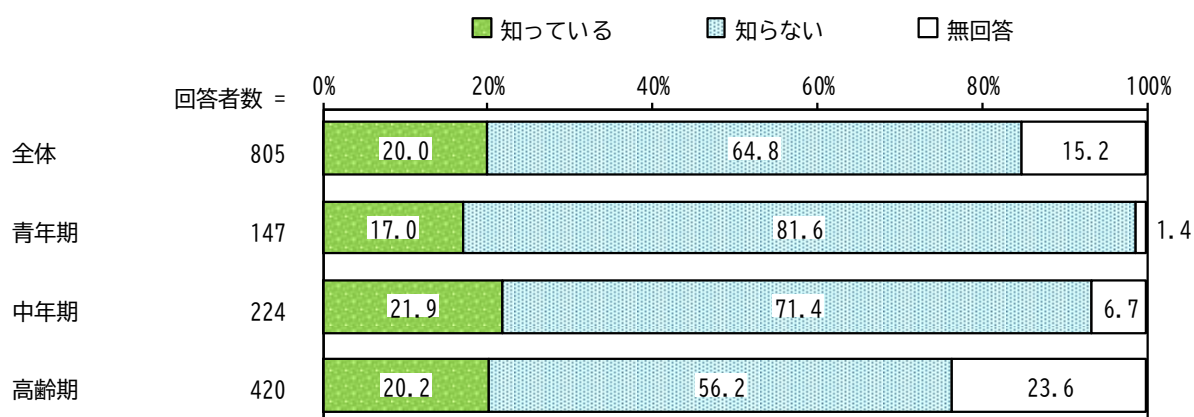
各年齢層とも「知らない」の割合が高くなっています。



F 動脈硬化

全体では、「知っている」の割合が20.0%となっています。

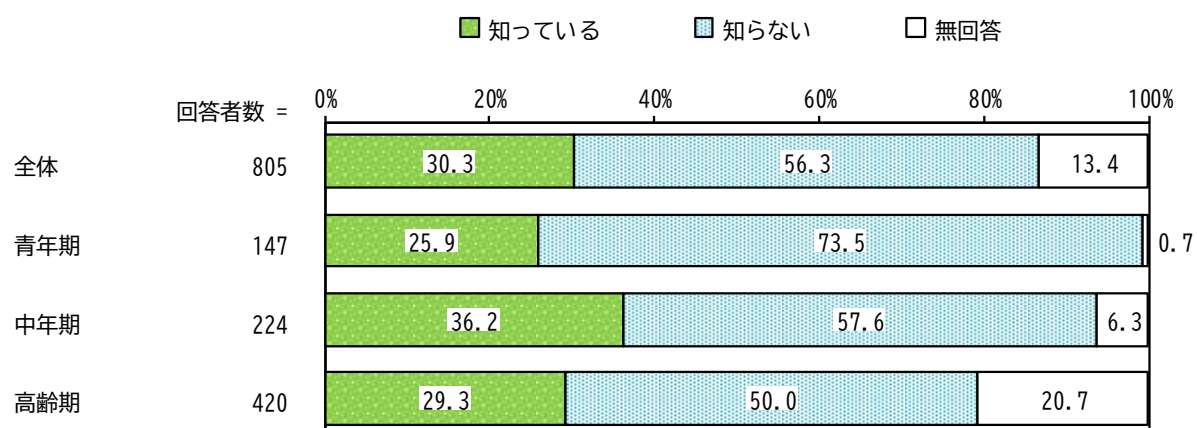
各年齢層とも「知らない」の割合が高くなっています。



G 認知症

全体では、「知っている」の割合が30.3%となっています。

中年期において「知っている」の割合が高くなっています。

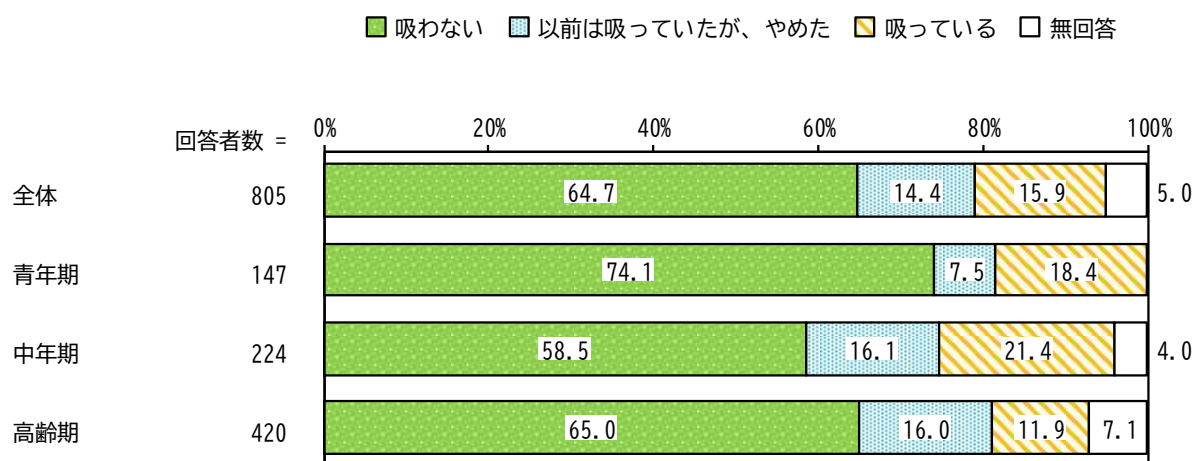


(8) 喫煙・飲酒について

問 67 あなたはタバコを吸いますか（加熱式タバコ・電子タバコを含む）。1 つに○をつけてください。

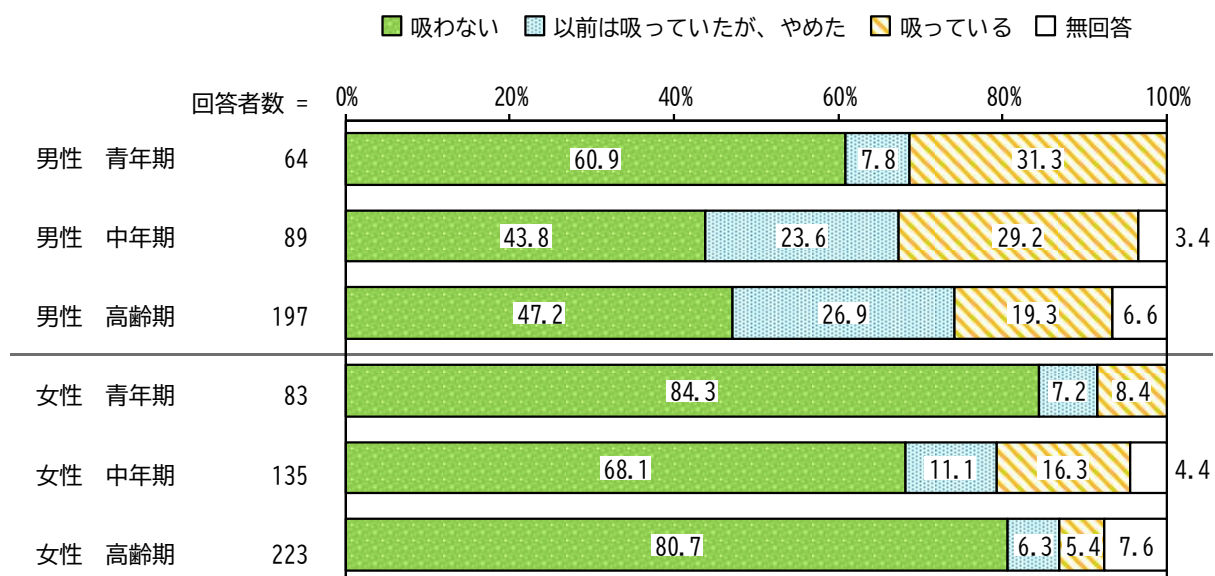
全体では、「吸っている」の割合が 15.9%、「以前は吸っていたが、やめた」の割合が 14.4%となっています。

青年期において「吸わない」の割合が高くなっています。



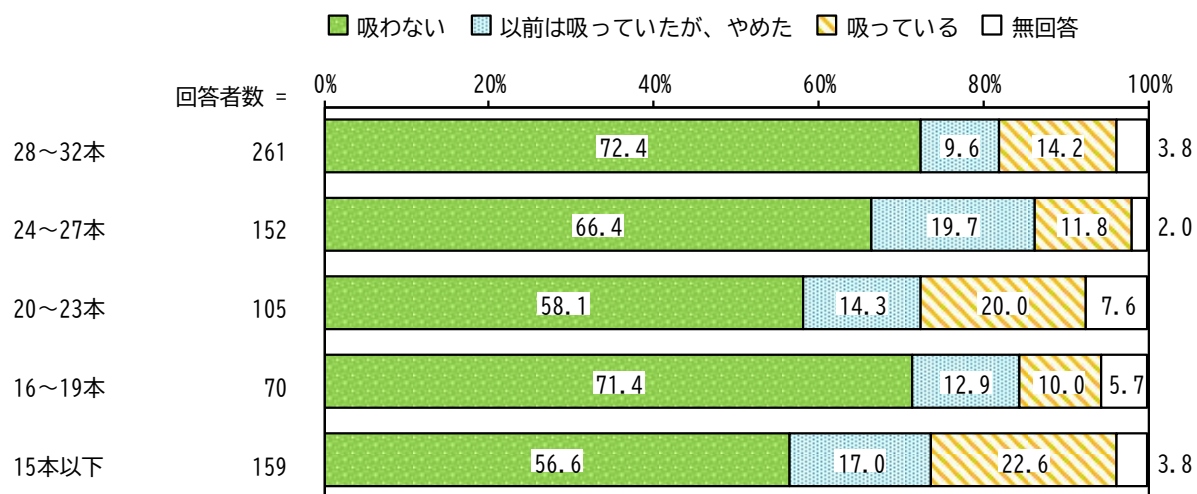
【問 67×問 1・2 性・年齢別】

性・年齢別にみると、男性青年期、男性・女性中年期で「吸っている」の割合が高くなっています。



【問 67×問 61 現在の歯の本数別】

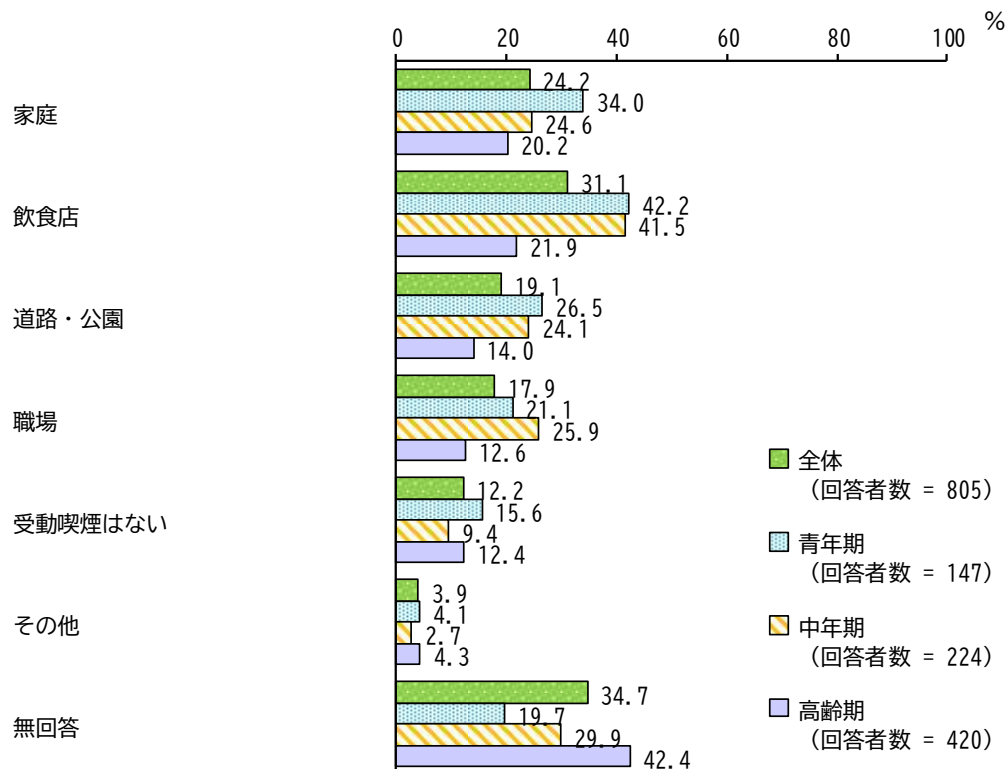
28～32 本で「吸わない」、15 本以下で「吸っている」の割合が高くなっています。



問 68 あなたは、以下の場所でたばこの煙を吸ってしまった（受動喫煙）ことがありますか。あてはまるものをすべて選んでください。

全体では、「飲食店」の割合が 31.1%と最も高く、次いで「家庭」の割合が 24.2%、「道路・公園」の割合が 19.1%となっています。

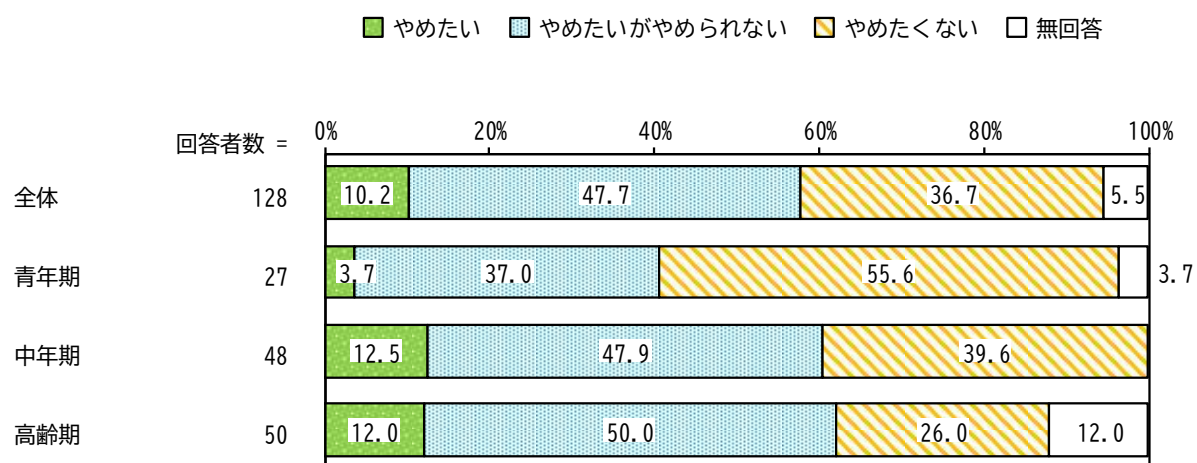
各年齢層において「飲食店」の割合が高くなっています。



問 69 問 67 で「吸っている」と答えた方にお聞きします。あなたはたばこをやめたいと思いますか。1 つに○をつけてください。

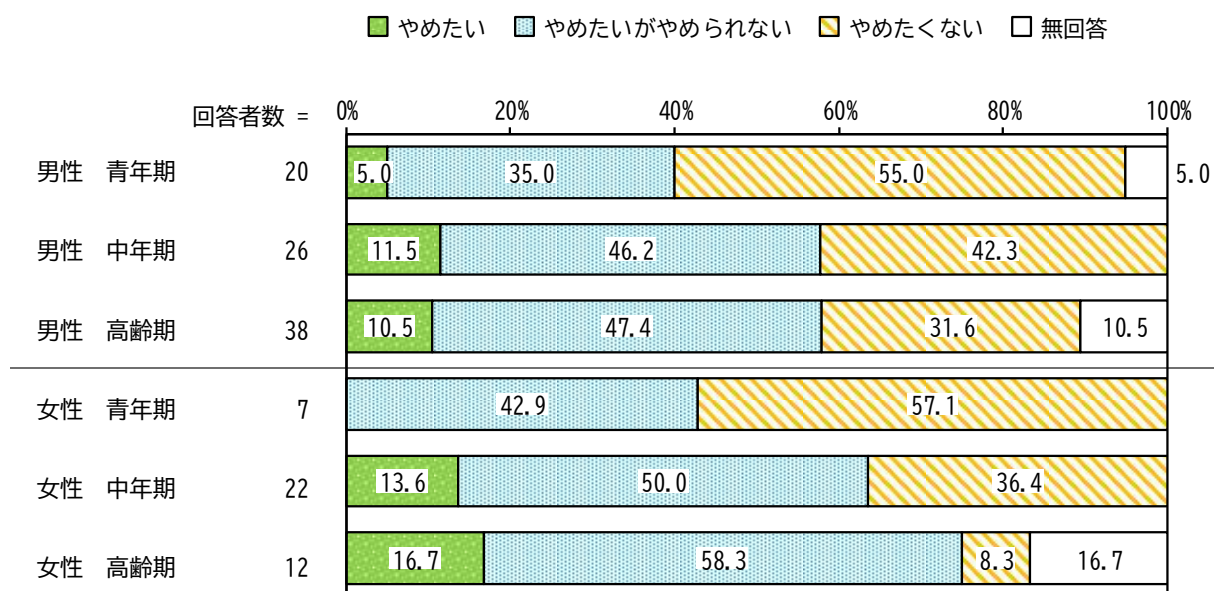
全体では、「やめたいがやめられない」の割合が 47.7%となっています。

青年期において「やめたくない」の割合が高くなっています。



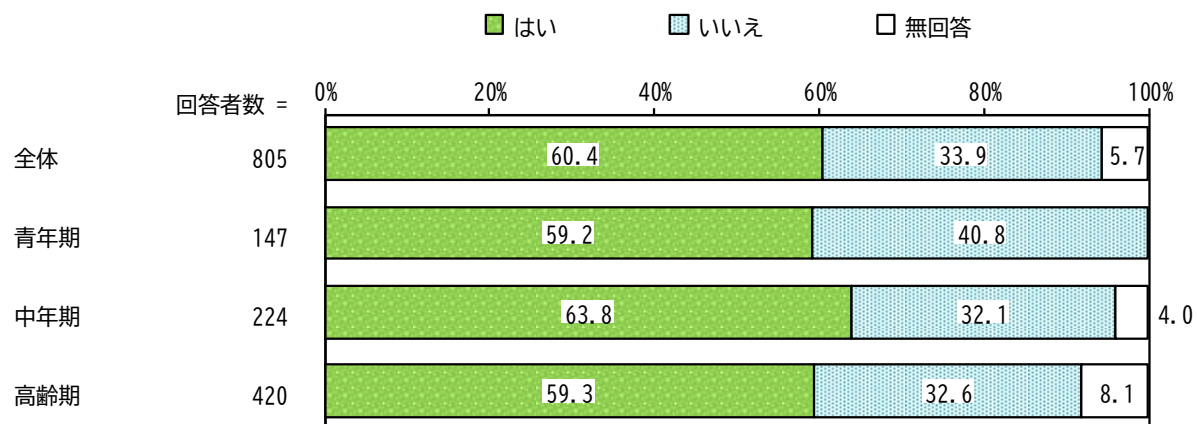
【問 69×問 1・2 性・年齢別】

性・年齢別にみると、男性・女性青年期で「やめたくない」の割合が高く、女性高齢期で「やめたいがやめられない」の割合が高くなっています。



問 70 改正健康増進法により、令和元年7月から学校、病院、市庁舎などが原則敷地内全面禁煙となり、それ以外の施設は令和2年4月1日から原則建物内全面禁煙となりましたが、そのことを知っていますか。1つに○をつけてください。

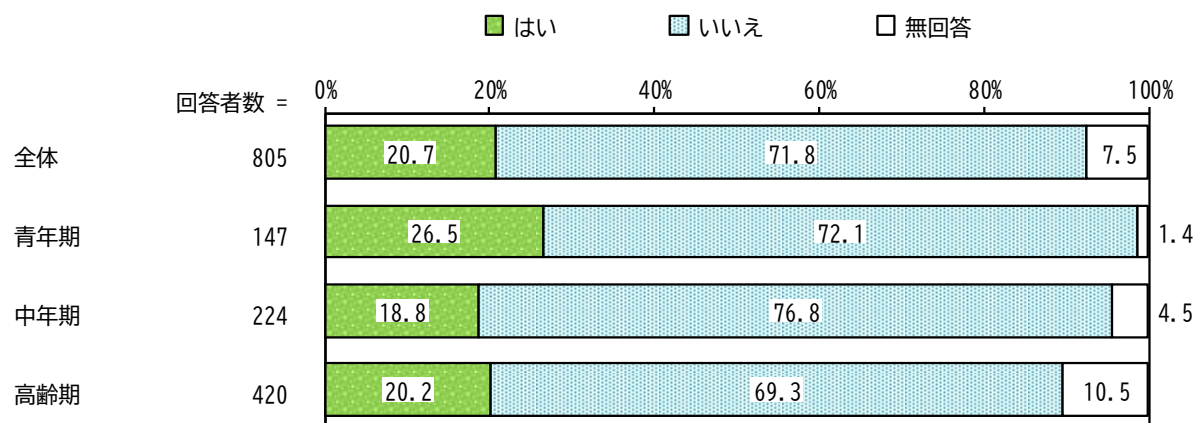
全体では、「はい」の割合が60.4%となっています。



問 71 問 70 に違反し指導や命令による改善がみられない場合は罰則（内容により 50 万円以下の過料）が適用されますが、そのことを知っていますか。1つに○をつけてください。

全体では、「はい」の割合が20.7%となっています。

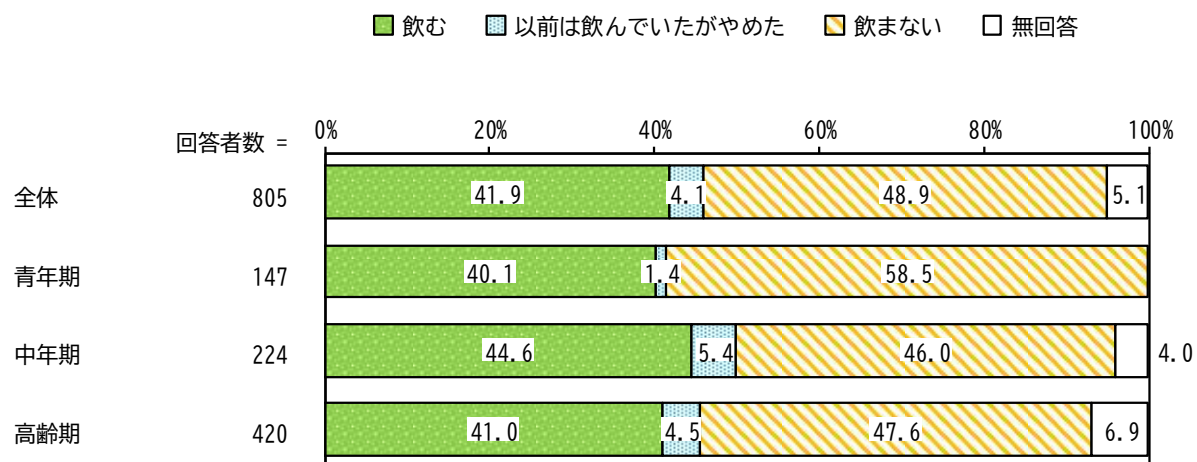
各年齢層においても約7割が「いいえ」と回答しており、罰則が適用されることは認識されていない状況です。



問 72 ビールや日本酒などのお酒を飲みますか。1 つに○をつけてください。

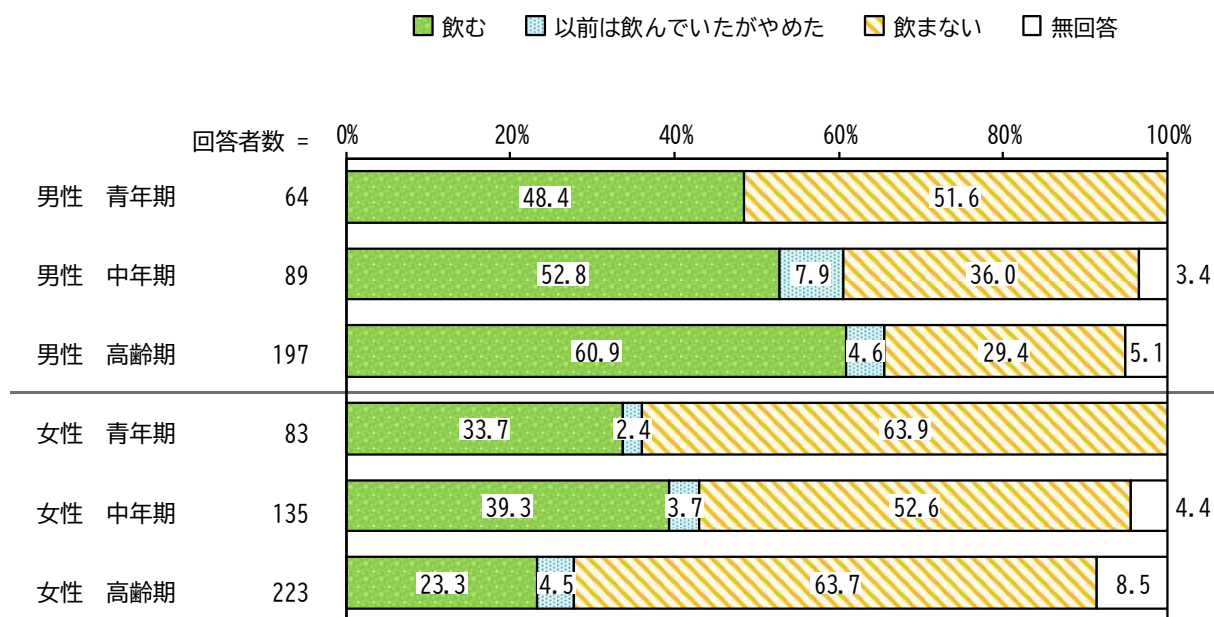
全体では、「飲む」の割合が 41.9%となっています。

青年期において「飲まない」の割合が高くなっています。



【問 72×問 1・2 性・年齢別】

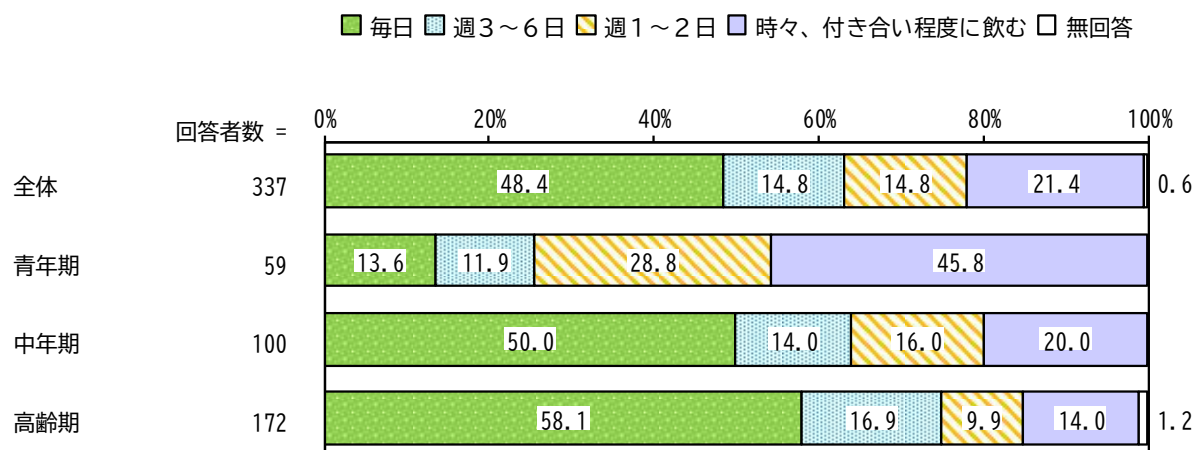
性・年齢別にみると、男性において、年齢層が高くなるにつれて「飲む」の割合が高くなっています。



問 73 問 72 で「飲む」と答えた方にお聞きます。あなたはビールや日本酒などのお酒をどのくらいの頻度で飲みますか。1 つに○をつけてください。

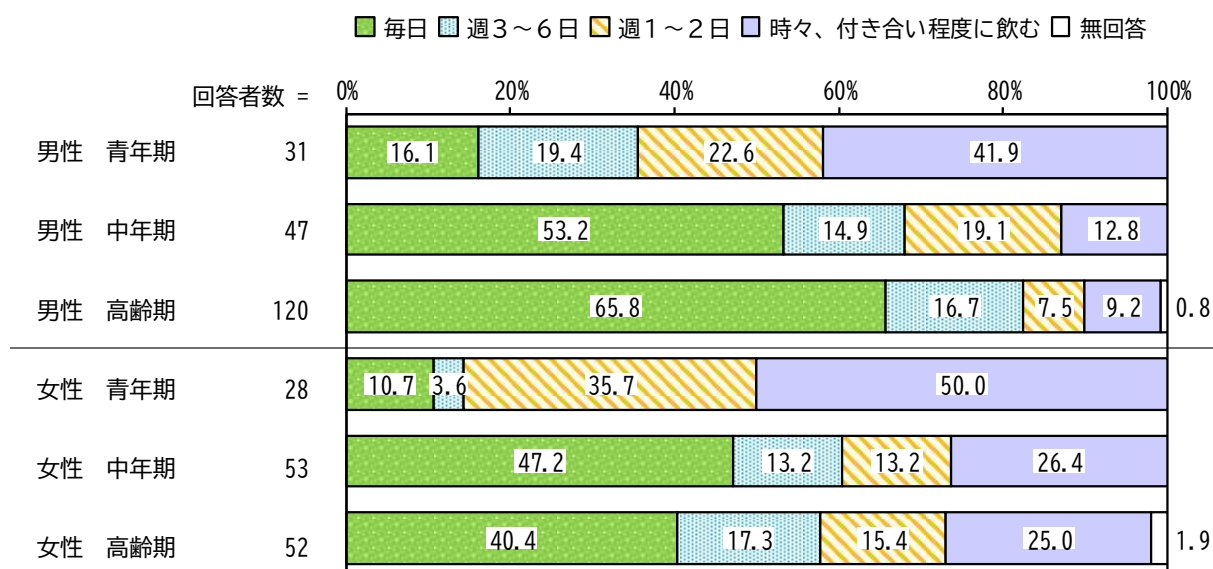
全体では、「毎日」の割合が 48.4%と最も高く、次いで「時々、付き合い程度に飲む」の割合が 21.4%、「週3～6日」、「週1～2日」の割合が 14.8%となっています。

中年期・高齢期において「毎日」の割合が高くなっています。



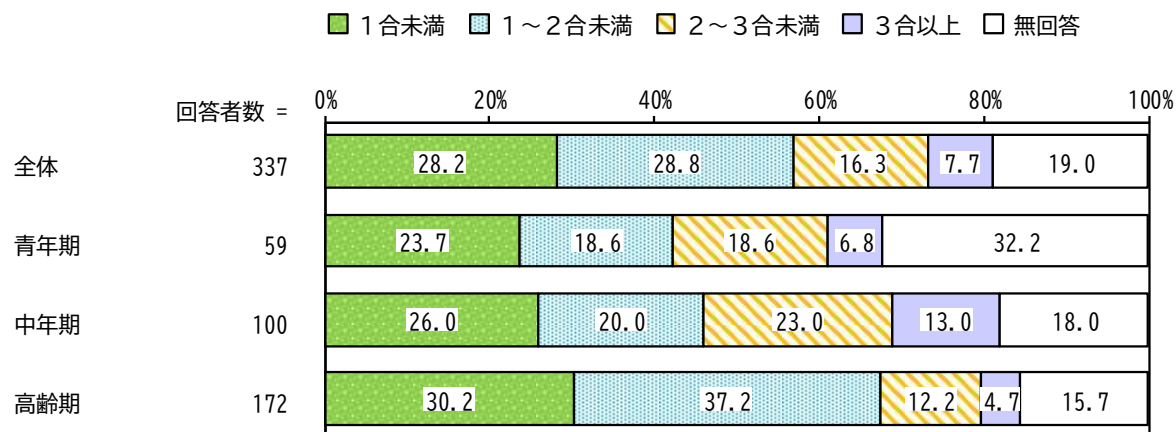
【問 73×問 1・2 性・年齢別】

性・年齢別にみると、男性において、年齢層が上がるにつれて「毎日」の割合が高くなっています。また、男性・女性青年期で「時々、付き合い程度に飲む」の割合が高くなっています。



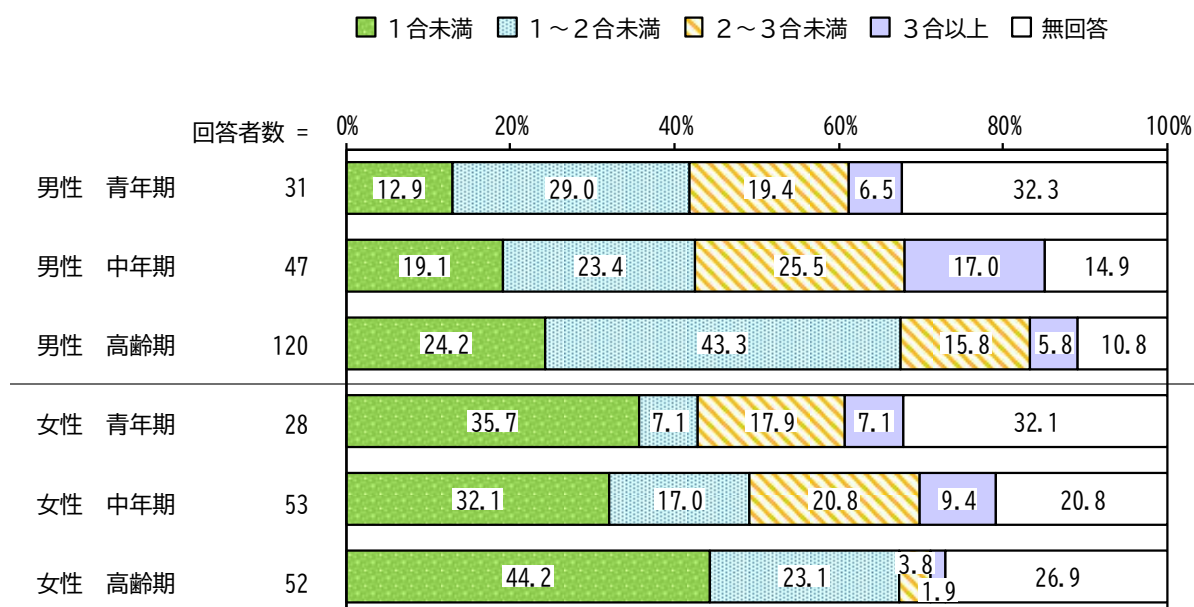
問 74 問 72 で「飲む」と答えた方にお聞きます。お酒を飲む日は、平均するとどのくらいの量を飲んでいますか。1 つに○をつけてください。

全体では、「1～2 合未満」の割合が 28.8%と最も高く、次いで「1 合未満」の割合が 28.2%、「2～3 合未満」の割合が 16.3%となっています。



【問 74×問 1・問 2 性・年齢別】

性・年齢別にみると、女性高齢期で「1 合未満」が、男性中年期で「3 合以上」の割合が高くなっています。



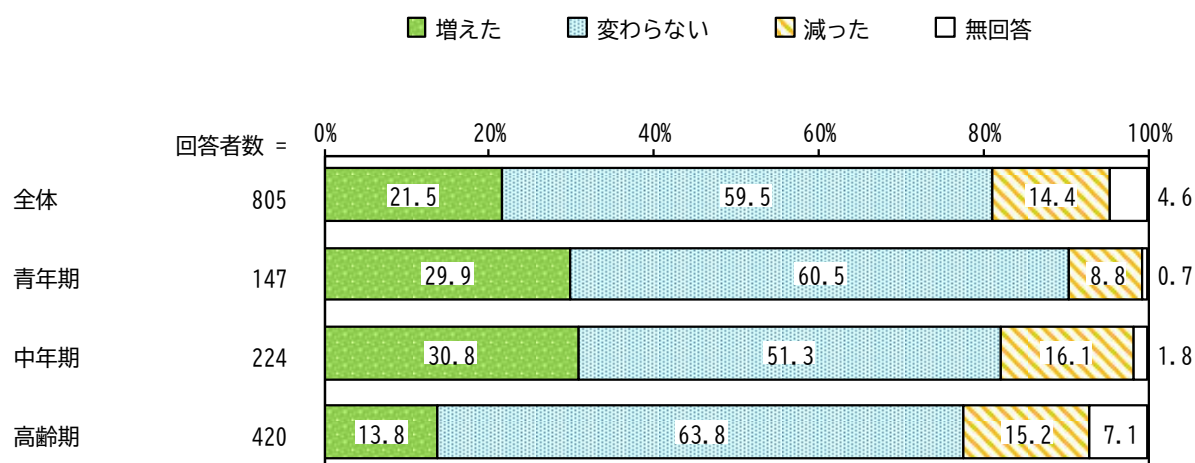
(9) 新型コロナウイルス感染症による影響について

問 75 新型コロナウイルス感染症流行前の1年間(2019年)と、昨年の1年間(2022年)を比べて、感染症の影響による生活習慣などの変化はありましたか。それぞれの項目について、あてはまるものを選んでください。

A 体重

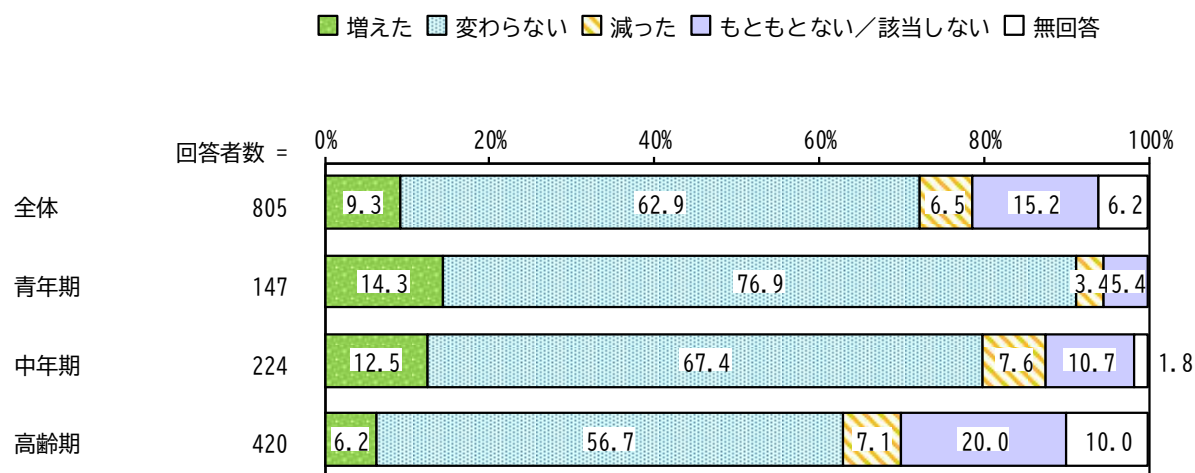
全体では、「変わらない」の割合が59.5%と最も高くなっています。

青年期・中年期において「増えた」の割合が高くなっています。



B 間食(朝昼夕以外の食事)

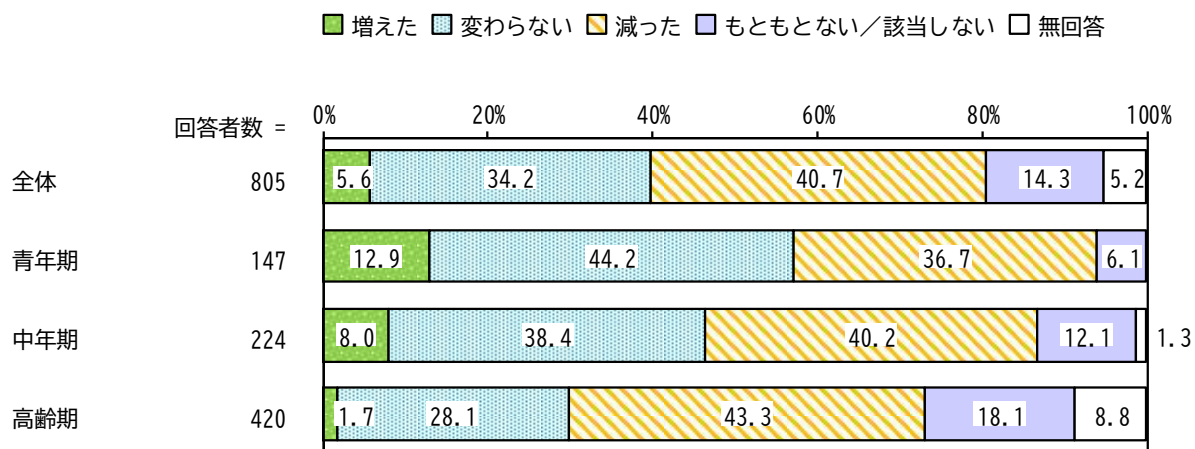
全体では、「変わらない」の割合が62.9%と最も高くなっています。



C 外食

全体では、「減った」の割合が40.7%と最も高くなっています。

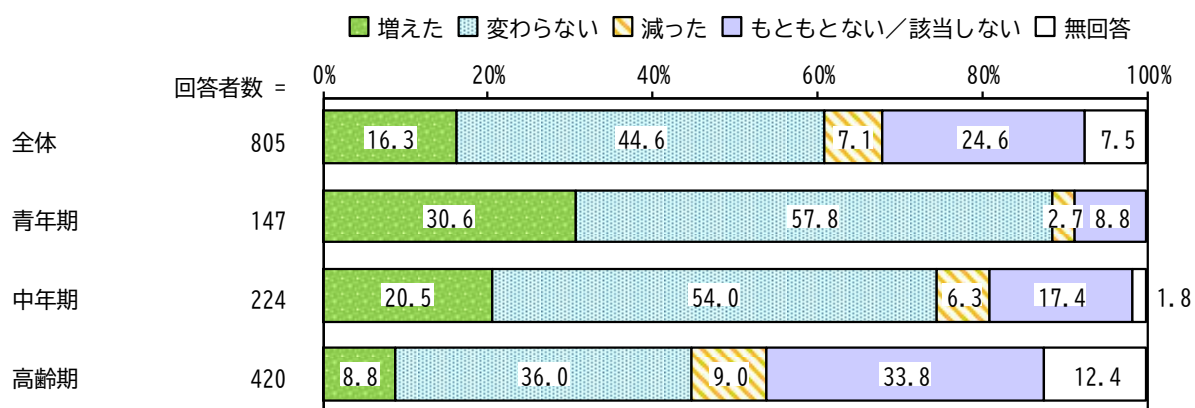
年齢層が上がるにつれて「減った」の割合が高くなっています。



D 中食（惣菜の購入）・テイクアウト

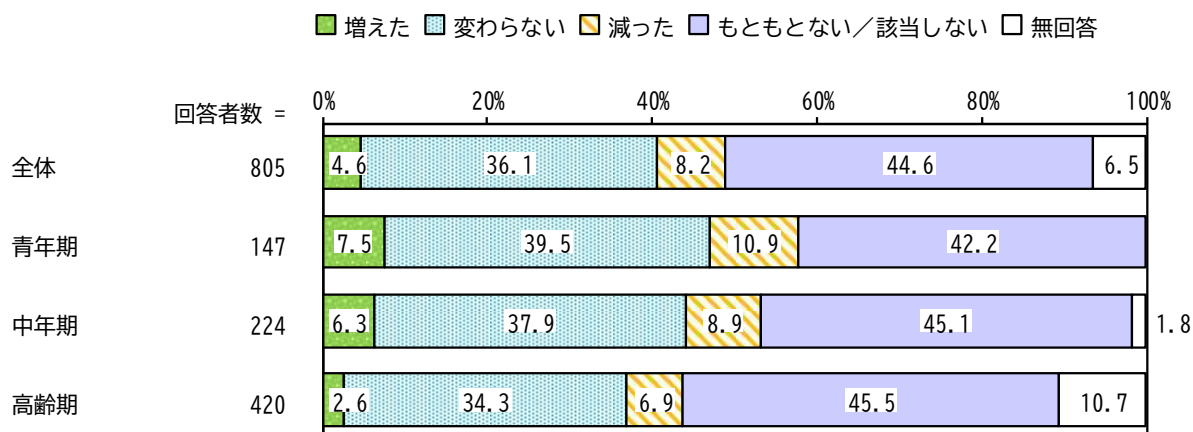
全体では、「変わらない」の割合が44.6%と最も高くなっています。

青年期において「増えた」の割合が高くなっています。



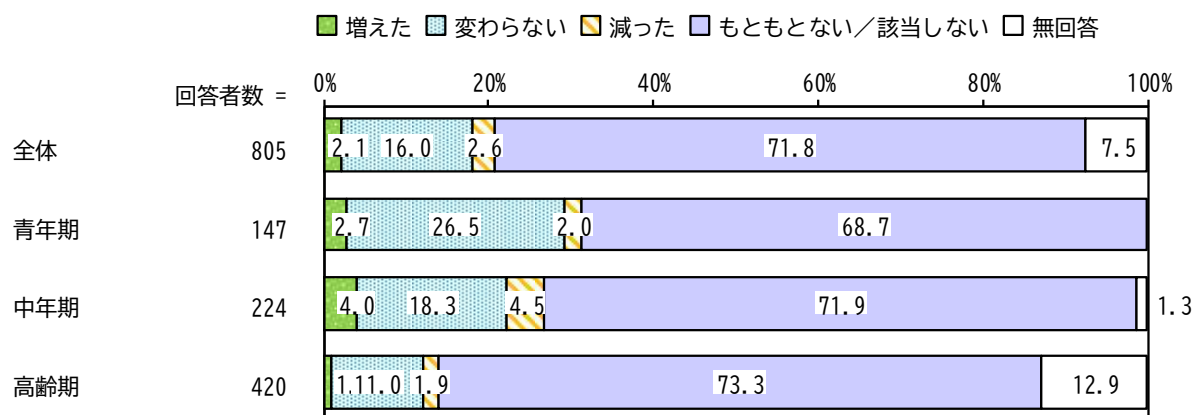
E アルコールの飲む量

どの年齢層においても「もともとない/該当しない」を除くと、「変わらない」と回答している割合が高くなっています。



F たばこの喫煙数

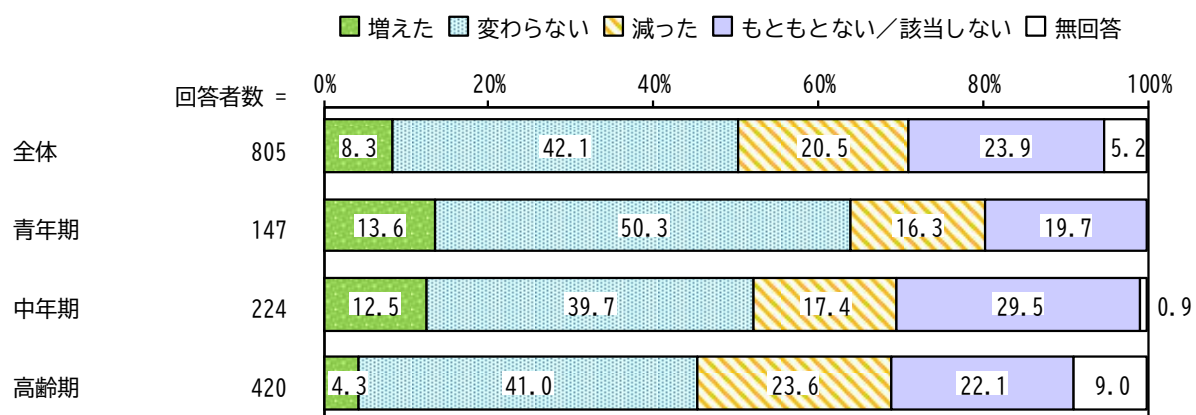
どの年齢層においても「もともとない/該当しない」を除くと、「変わらない」と回答している割合が高くなっています。



G 運動日数

全体では、「変わらない」の割合が42.1%と最も高くなっています。

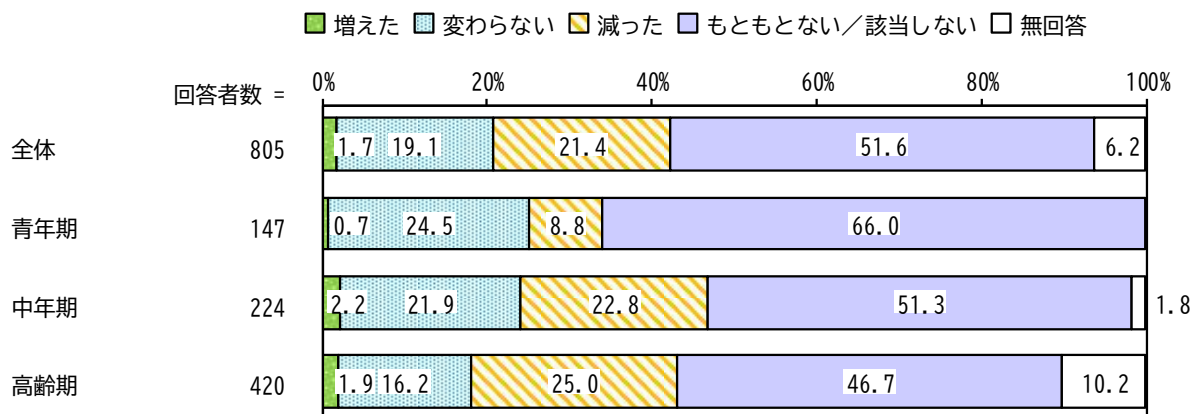
高齢期では「減った」と回答する割合が2割以上になっています。



H 地域活動の参加（町内行事・公民館活動・ボランティア活動・サロンなど）

全体では、「もともとない/該当しない」の割合が51.6%と最も高くなっています。

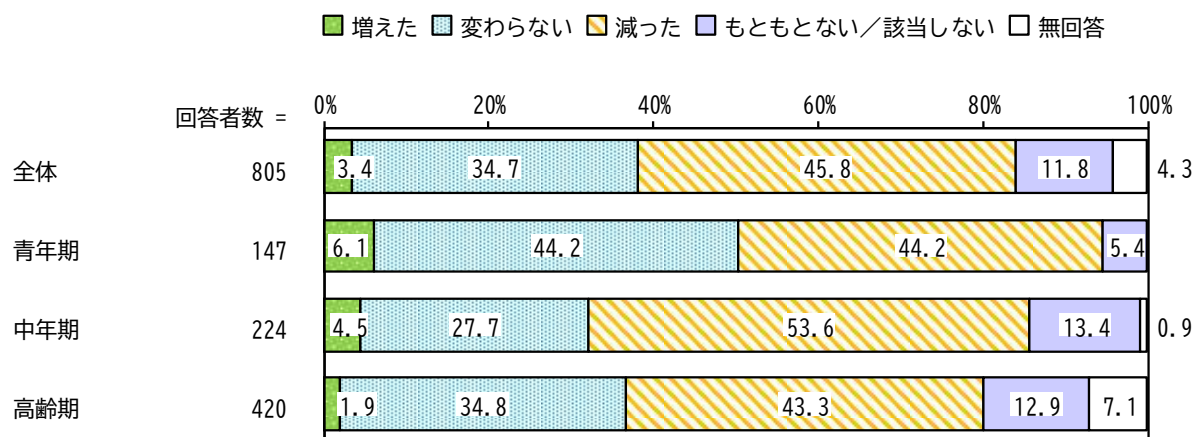
年齢層が上がるにつれ「減った」の割合が高くなっています。



I 友人や知人との交流

全体では、「減った」の割合が45.8%と最も高くなっています。

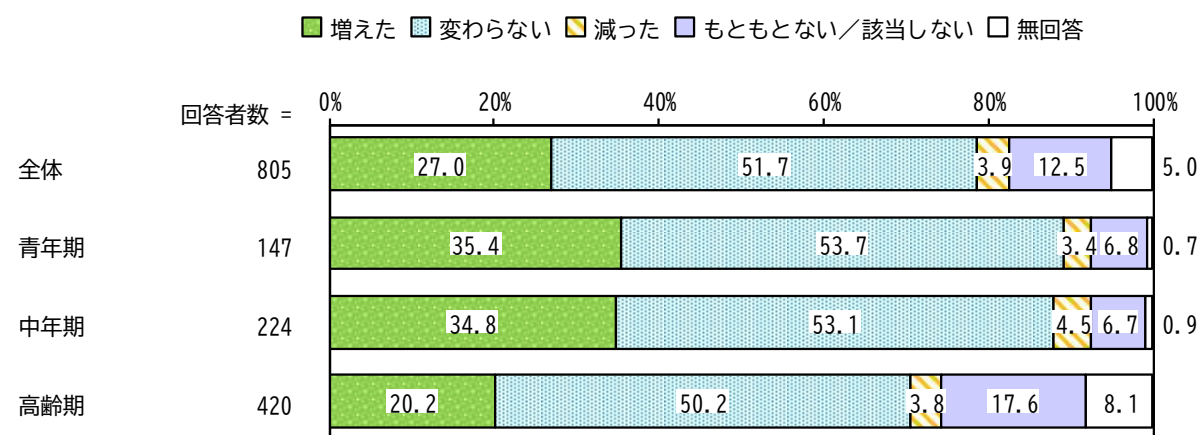
どの年齢層も4～5割が減ったと回答しています。



J 不安・悩み・ストレス

全体では、「変わらない」の割合が51.7%と最も高くなっています。

青年期・中年期において「増えた」の割合が高くなっています。



(10) 成人期調査結果総括

【「回答者属性について」の総括】

- ・『現在一緒にお住まいの方』については、青年期は「父・母」が多く、中年期及び高齢期については「配偶者」が多くなっている。
- ・『職業』については青年期及び中年期では「会社員・公務員」「パート・アルバイト」が6割以上、高齢期では「無職」が5割以上を占めている。
- ・『身長と体重（BMI）』については、中年期でBMIが25以上の肥満と判定された方の割合が高い傾向にある。

【「健康状態・健康意識について」の総括】

- ・『自分の健康に気を配っているか』について、「とても気を配っている」「まあまあ気を配っている」と回答した人の割合は、年齢層が上がるにつれて高くなっており、高齢期で8割以上を占めている。年齢層が上がるとともに健康への意識が高くなっていると考えられる。
- ・『健康づくりのための実践』について、すべての年齢層において「食生活に注意する」と回答した人が6割以上を占めている。また「定期的に健康診査を受ける」については、青年期は他の年齢層と比較して低い状況となっている。
- ・『健康管理に関する情報の情報源』について、年齢層が高くなるほど新聞や広報誌を活用し、年齢層が低くなるほどウェブサイトやSNSを活用していることから、ライフステージ別に周知・啓発方法を検討していくことが重要である。
- ・『健康診断の受診』について、すべての年代において「はい」が7割近くで、高齢期で「はい」の割合が青年期・中年期よりも低い状況となっている。
- ・健康診断を「受けていない」と回答した人の『健診を受けない主な理由』としては、高齢期で「通院している」が他の年齢層よりも高く3割半ばを占めている。また、青年期・中年期で「受けるのが面倒」が2割～3割程度となっており、受診しやすい環境づくりを進める必要がある。
- ・『現在治療中の病気』について、男女ともに高齢期で「高血圧」の割合が最も高く、次いで男性では「糖尿病」、女性では「筋骨格系（骨粗しょう症・関節症・骨折・捻挫など）」が高く性別による差がみられている。

【「食生活について」の総括】

- ・『1日3食の摂取』について、「3食食べている」と回答した人は、各年齢層において5割以上となっているが「2食になることが多い」「1食になることが多い」と回答した人は青年期で38.8%、中年期で25.0%、高齢期で18.5%と青年期が最も高い結果となっている。1日3食食べることを習慣化する取り組みが必要である。
- ・『朝食の摂取状況』について、年齢層が上がるにつれて「毎日食べる」の割合が高くなっており、食べない理由については、「食べる習慣がない」の割合が高くなっている。特に男性で年齢層が下がるにつれてその割合が高くなっている。

- ・『塩分のとりすぎに気をつけているか』について、「はい」と回答した人は、青年期で 49.7%、中年期で 67.9%、高齢期で 80.5%となっており、年齢層が下がるにつれて塩分の摂取過多に気をつけていない結果となっている。
- ・『野菜の摂取』について、1日に食べている野菜料理を皿数にすると「1～2皿」が青年期 62.6%、中年期 58.0%、高齢期 51.4%と半数以上を占める結果となり、各年齢層において野菜不足と思われ、食生活の状況とあわせて若い世代からの望ましい食習慣の実践が重要と思われる。
- ・『栄養成分表示を参考にしているか』について、「はい」と回答した人は、青年期で 33.3%、中年期で 42.4%、高齢期で 32.6%となっており、中年期で栄養成分表示を参考にしている割合が高くなっている。
- ・『食品ロス削減のための行動をしているか』について、「はい」と回答した人の割合は青年期で 56.5%、中年期で 72.3%、高齢期で 68.6%となっており、青年期で食品ロス削減のための行動をしている人の割合が他の年齢層よりも低くなっている。

【「食育・地産地消について」の総括】

- ・『夕食は主にどなたと食べるか』について、「家族」と回答した人の割合が最も高く5割以上を占める結果となっている。
- ・『食育』について、「食育という言葉も意味も知っている」と回答した人の割合は各年齢層において5割未満で食育の意味を周知する必要がある。
- ・『地産地消』について、「地産地消という言葉やその意味を知っている」と回答した人の割合は各年齢層において約6～7割となっている。
- ・『食育の実践』について、青年期では「食事のあいさつ」「食事のマナー」、中年期では「塩分を取り過ぎない」「食事のあいさつ」、高齢期では「栄養バランスのとれた食事」「塩分を取り過ぎない」が高い結果となり、青年期では食事のマナー、中年期及び高齢期では健康を意識した項目が高い結果となっている。
- ・『古河市でつくられた農産物を意識して購入』については、全体で「意識していない」の割合が 59.3%となっており、年齢層が上がるにつれて「意識している」の割合が高くなっている。

【「運動について」の総括】

- ・『運動頻度』について、週2日以上運動している人の割合は、青年期は 31.3%、中年期 38.9%、高齢期 46.2%となっており、年齢層が上がるにつれて高くなっている。
- ・『運動しない理由』としては、青年期及び中年期では「仕事や家事で疲れている」「時間がない」と回答している割合が高くなっている。また、青年期や中年期で「施設がない」や「費用がかかる」といった理由がみられるため、市の施設を案内するなどの取り組みが必要である。
- ・『「いばらきヘルスロード」を知っているか』については、全体で「知らない」の割合が 94.3%となっており、さらに普及啓発をする必要がある。

【「休養・こころの健康について」の総括】

- ・『睡眠時間』について、「5時間未満」と回答した人は、中年期及び高齢期では1割以上を占めており、青年期に比べ高くなっている。年齢層に応じて十分な睡眠時間を確保することにより、心身の健康を保持し、生活の質を高めていくことが重要である。
- ・『ストレス』を「まあまあ感じている」「とても感じている」と回答した人の割合は、青年期及び中年期では約7割、高齢期では約5割となっている。『ストレスを感じる理由』としては青年期及び中年期では「学校・仕事」、高齢期では、「家族や自分の健康」が高くなっている。
- ・『生きることがつらいとすることがあるか』では、年齢層が下がるにつれて「時々ある」と「ある」を合わせた割合が高くなっている。
- ・『悩みを相談できる人』については、すべての年齢層において「家族」「友人」が多い。
- ・『幸福感』については、各年齢層において、「幸福である」「まあまあ幸福である」と回答した人は7割以上を占めており、幸福感を感じている市民は多いと思われる。
- ・『友人・近所の方とのつきあい』については、「よくある」「まあまあある」と回答した人は、高齢期では7割を占めており、青年期及び中年期に比べて高くなっている。

【「歯の健康について」の総括】

- ・『かかりつけ歯科医』について「いる」と回答した人は、青年期では6割、中年期及び高齢期では7割となっており、青年期では他の年齢層と比較し低くなっている。
- ・『歯科検診の受診』について、ここ1年以内に歯科検診を「受けている」と回答した人は、青年期では49.7%、中年期では55.8%、高齢期では57.9%となっており、青年期では他の年齢層と比較し低くなっている。
- ・『現在の歯の本数』について、「28本以上」は青年期で83.0%、中年期で38.4%、高齢期で12.1%と急激に減少しており、高齢期になると「15本以下」が31.4%となっている。
- ・『歯みがき』について、1日1回以上歯みがきをしている人は、各年齢層において約9割となっている。『歯間部清掃用具』について「時々使用する」「使用する」と回答した人は中年期が最も多く、約6割となっている。また、かかりつけ歯科医有無別にみると「使用している」の割合が「いる」で40.4%、「いない」で13.6%と差がみられている。
- ・『歯周病の自覚症状』について、中年期では4割半ば、青年期及び高齢期では約3割となっており、中年期では他の年齢層と比較し高くなっている。歯周病は全身の様々な病気のリスクにつながるため、定期的に歯周病検診を受診することが重要である。

【「喫煙・飲酒について」の総括】

- ・『喫煙』について、各年齢層において「吸わない」「以前は吸っていたがやめた」と回答した人は約8割となっている。たばこを吸っている男性の割合は、青年期が最も高く31.3%となっている。たばこを吸っている女性の割合は、中年期が最も高く16.3%となっている。喫煙は肺がんをはじめ、多くのがんや心疾患につながるため禁煙の重要性を周知する必要がある。
- ・『受動喫煙してしまった場所』については、各年齢層において、「飲食店」の割合が高くなっている。

- ・『飲酒』について、お酒を「飲む」と回答した人は、中年期が最も多く 44.6%となっている。
- ・『飲酒量』について、年齢層が上がるにつれて「1 合未満」「1～2 合未満」と回答した人の割合が男女ともに高くなっている。2 合以上飲む男性の割合は、他の年齢層と比較して中年期が最も高く 42.5%となっており、またそのうち3 合以上飲む人は 17.0%となっている。過度な飲酒は肝障害や糖尿病、心疾患、がんなどにつながるため適度な飲酒を心がけることが重要である。

【「新型コロナウイルス感染症による影響について」の総括】

- ・新型コロナウイルス感染症流行前の1 年間（2019 年）と、昨年（2022 年）を比べて、感染症の影響による生活習慣等の変化について、全体的には「変わらない」、「もともとない/該当しない」の割合が高いが、『体重』は青年期と中年期で「増えた」が約3 割となっている。
- 『外食』については、どの年齢層においても3～4 割が「減った」と回答し、『中食（惣菜の購入）・テイクアウト』は、青年期・中年期で2～3 割が「増えた」と回答している。
- 『運動日数』は、高齢期で「減った」と回答する割合が高くなっている。
- 『地域活動の参加』については、中年期・高齢期で「減った」と回答している割合が高く、『友人や知人との交流』は各年齢層ともに「減った」と回答している割合が高くなっている。
- 『不安・悩み・ストレス』については、青年期と中年期で約 35%、高齢期では 20%が「増えた」と回答しており、約3 年半にわたり流行した新型コロナウイルス感染症は、少なからず市民の生活習慣に影響を与えていると思われる。

Ⅲ資料

体格に関する判定基準

【判定基準】

乳幼児期：カウプ指数の判定区分	
計算式 体重（g）÷（身長（cm）の2乗）×10	
13 未満	やせ
13～15 未満	やせ気味
15～18 未満	普通
18～20 未満	肥満気味
20 以上	肥満

学齢期：ローレル指数の判定区分	
計算式 体重（kg）÷（身長（cm）の3乗）×10の7乗	
100 未満	やせ
100～115 未満	やせ気味
115～145 未満	普通
145～160 未満	肥満気味
160 以上	肥満

思春期Ⅰ・Ⅱ：BMIの判定区分	
計算式 体重（kg）÷（（身長（cm）÷100）の2乗）	
18.5 未満	やせ
18.5～25.0 未満	標準
25.0 以上	肥満

成人期：BMI指数の判定区分	
計算式 体重（kg）÷（（身長（cm）÷100）の2乗）	
18.5 未満	低体重（やせ）
18.5～25.0 未満	普通体重
25.0～30.0 未満	肥満（1度）
30.0～35.0 未満	肥満（2度）
35.0～40.0 未満	肥満（3度）
40.0 以上	肥満（4度）