

「第4次芦屋市健康増進・食育推進計画」 策定に係るアンケート調査結果報告書

【最終版】

令和5年3月

芦 屋 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	健康づくりに関するアンケート調査	3
(1)	回答者属性	3
(2)	食について	19
(3)	健康づくりについて	55
(4)	新型コロナウイルス感染症による生活等の変化について	144
(5)	自殺予防対策について	145
(6)	芦屋市保健センターについて	152
2	母子保健計画に関するアンケート調査	156
III	調査票	176
1	健康づくりに関するアンケート調査	176
2	母子保健計画に関するアンケート調査	186

I 調査の概要

1 調査の目的

芦屋市では、「母子保健計画」、「健康増進計画」、「自殺対策計画」及び「食育推進計画」を一体的な計画として、「第3次芦屋市健康増進・食育推進計画」（平成30年度から令和5年度）を策定し、事業を実施しています。

本調査は、計画の期間が令和5年度で終了することに伴い、新たに令和6年度を初年度とする健康増進・食育推進計画の策定を予定していることから、市民の健康に対する現状を把握し、計画策定の基礎資料とするために実施するものです。

2 調査対象

健康づくりに関するアンケート：芦屋市在住の18歳以上の市民から無作為に抽出した3,000人
母子保健計画に関するアンケート：令和4年11月10日から令和4年12月20日までに4か月児健康診査・1歳6か月児健康診査・3歳児健康診査に来所した保護者272人

3 調査期間

健康づくりに関するアンケート：令和4年11月11日（金）～令和4年12月16日（金）
母子保健計画に関するアンケート：令和4年11月10日（木）～令和4年12月20日（火）

4 調査方法

健康づくりに関するアンケート：郵送配付・郵送回収とWEBフォームによる回答
母子保健計画に関するアンケート：直接配布・郵送回収とWEBフォームによる回答

5 回収状況

	配布数	有効回答数			有効回答率		
健康づくりに関するアンケート	3,000 通	1,224 通	郵送回答	WEB回答	40.8%	郵送回答	WEB回答
			883 通	341 通		29.4%	11.4%
母子保健計画に関するアンケート	272 通	149 通	郵送回答	WEB回答	54.8%	郵送回答	WEB回答
			124 通	25 通		45.6%	9.2%

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。
- ・調査結果を図表にて表示していますが、グラフ以外の表は、最も高い割合のものを  で網かけをしています。（無回答を除く）
- ・性・年代別のクロス集計では、性別でその他の方は記載していません。
- ・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。

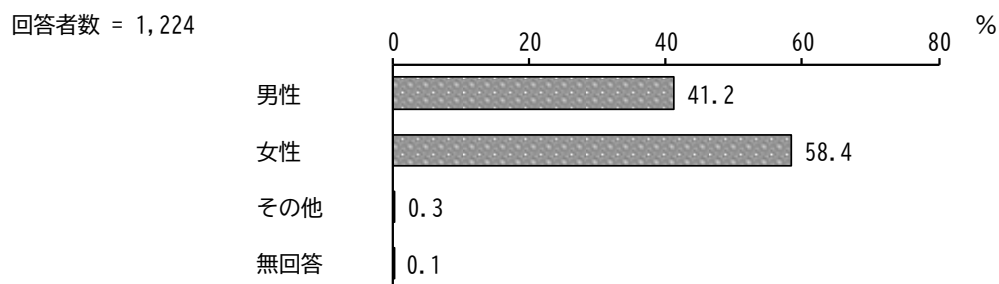
Ⅱ 調査結果

1 健康づくりに関するアンケート調査

(1) 回答者属性

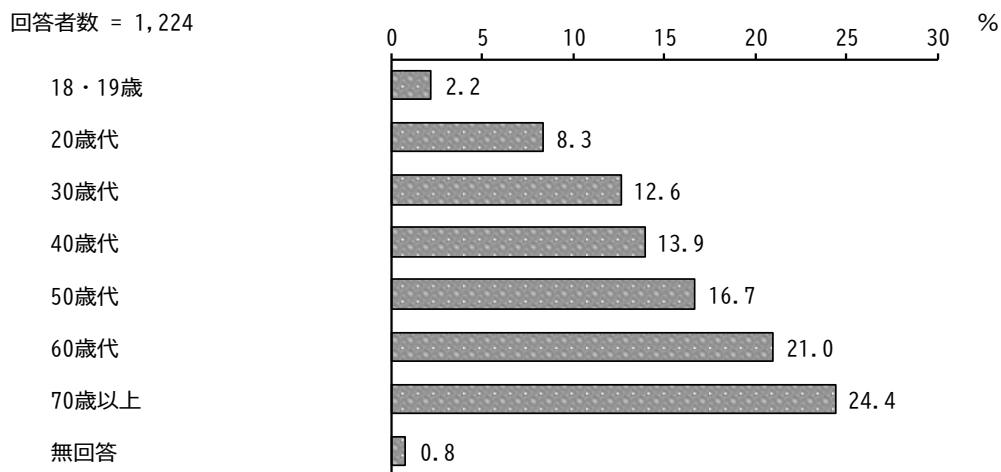
問1 あなたの性別はどちらですか。(○は1つだけ)

「男性」の割合が41.2%、「女性」の割合が58.4%となっています。



問2 あなたの年齢をご記入ください。

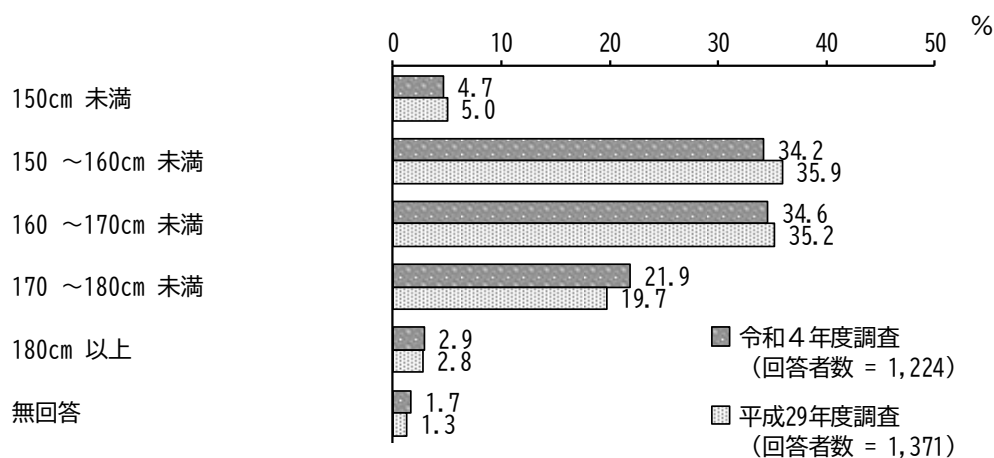
「70歳以上」の割合が24.4%と最も高く、次いで「60歳代」の割合が21.0%、「50歳代」の割合が16.7%となっています。



問3 あなたの現在の身長と体重をご記入ください。

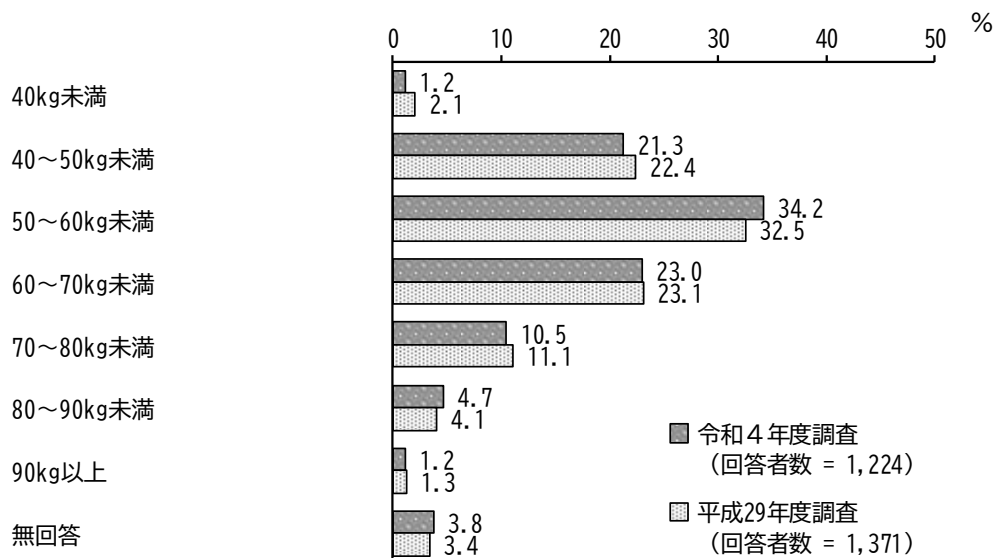
①身長

平成29年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



②体重

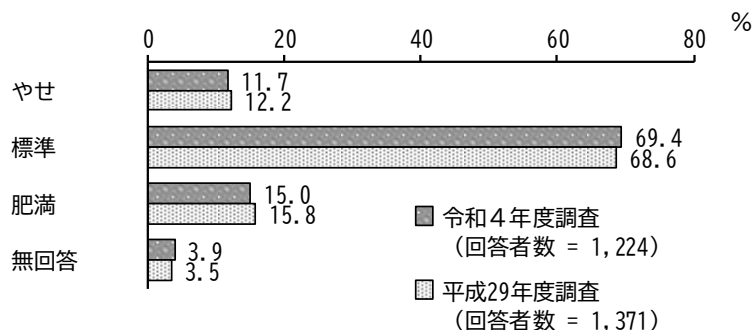
平成29年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



③BMI

「標準」の割合が 69.4%と最も高く、次いで「肥満」の割合が 15.0%、「やせ」の割合が 11.7%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【BMI × 性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『肥満』の割合が「男性 50 歳代」で高くなっています。また、『やせ』の割合が「女性 30 歳代」で高くなっています。

単位：％

BMI 性・年代	回答者数 (件)	やせ	標準	肥満	無回答
全 体	1,224	11.7	69.4	15.0	3.9
男性 10・20 歳代	42	11.9	73.8	9.5	4.8
男性 30 歳代	54	11.1	68.5	18.5	1.9
男性 40 歳代	76	1.3	78.9	19.7	—
男性 50 歳代	79	2.5	58.2	38.0	1.3
男性 60 歳代	114	4.4	74.6	20.2	0.9
男性 70 歳以上	136	0.7	71.3	24.3	3.7
女性 10・20 歳代	85	22.4	63.5	3.5	10.6
女性 30 歳代	100	25.0	65.0	8.0	2.0
女性 40 歳代	93	12.9	73.1	6.5	7.5
女性 50 歳代	125	19.2	69.6	8.0	3.2
女性 60 歳代	143	14.0	72.0	11.9	2.1
女性 70 歳以上	163	14.1	66.3	15.3	4.3

【BMI ×年代別・性別】（標準の範囲変更※）

18～49 歳を性別にみると、他に比べ、『肥満』の割合が「男性」で、『やせ』の割合が「女性」で高くなっています。

50～64 歳を性別にみると、他に比べ、『肥満』の割合が「男性」で、『やせ』の割合が「女性」で高くなっています。

65～74 歳を性別にみると、他に比べ、『肥満』の割合が「男性」で、『やせ』の割合が「女性」で高くなっています。

75 歳以上を性別にみると、他に比べ、『標準』の割合が「男性」で、『やせ』の割合が「女性」で高くなっています。

単位：％

BMI 年代別・性別		回答者数 (件)	やせ	標準	肥満	無回答
18 ～ 49 歳	全 体	453	15.0	70.2	10.2	4.6
	男性	172	7.0	74.4	16.9	1.7
	女性	278	20.1	67.3	6.1	6.5
50 ～ 64 歳	全 体	340	27.9	51.5	18.5	2.1
	男性	139	10.8	57.6	30.2	1.4
	女性	200	39.5	47.5	10.5	2.5
65 ～ 74 歳	全 体	225	37.3	42.2	19.6	0.9
	男性	103	21.4	50.5	28.2	—
	女性	122	50.8	35.2	12.3	1.6
75 歳 以上	全 体	196	39.3	38.8	15.8	6.1
	男性	87	32.2	44.8	17.2	5.7
	女性	109	45.0	33.9	14.7	6.4

※年代ごとにBMIの基準を変更しています。

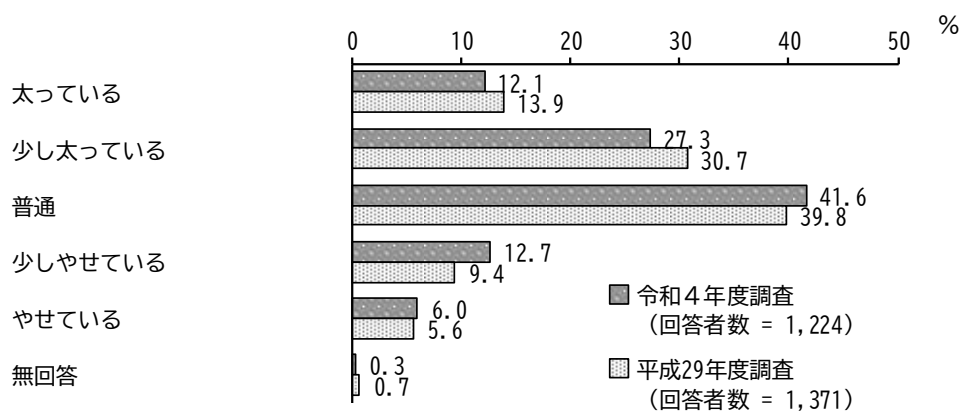
18～49 歳：標準（18.5～24.9）、50～64 歳：標準（20.0～24.9）

65～74 歳：標準（21.5～24.9）、75 歳以上：標準（21.5～24.9）

問4 ご自分の体型についてどう思われますか。(○は1つだけ)

「普通」の割合が41.6%と最も高く、次いで「少し太っている」の割合が27.3%、「少しやせている」の割合が12.7%となっています。

平成29年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【自身の体型（問4）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『普通』の割合が「男性10・20歳代」で、『少し太っている』の割合が「男性30歳代」で高くなっています。

単位：％

問4 自身の体型 性・年代	回答者数 (件)	太っている	少し太っている	普通	少しやせている	やせている	無回答
全 体	1,224	12.1	27.3	41.6	12.7	6.0	0.3
男性 10・20 歳代	42	2.4	23.8	52.4	14.3	7.1	—
男性 30 歳代	54	7.4	37.0	35.2	11.1	9.3	—
男性 40 歳代	76	11.8	30.3	36.8	13.2	7.9	—
男性 50 歳代	79	19.0	29.1	38.0	12.7	1.3	—
男性 60 歳代	114	7.0	30.7	48.2	10.5	3.5	—
男性 70 歳以上	136	9.6	27.9	44.9	14.7	2.9	—
女性 10・20 歳代	85	9.4	18.8	49.4	16.5	3.5	2.4
女性 30 歳代	100	11.0	28.0	39.0	15.0	7.0	—
女性 40 歳代	93	15.1	29.0	37.6	12.9	5.4	—
女性 50 歳代	125	16.0	24.0	40.0	16.0	4.0	—
女性 60 歳代	143	14.7	26.6	42.7	9.1	7.0	—
女性 70 歳以上	163	14.1	25.8	37.4	11.0	11.0	0.6

【自身の体型（問4）×性・BMI】

性・BMI にみると、他に比べ、『少し太っている』の割合が「男性・肥満」で高くなっています。また、「男性・やせ」に比べ、「女性・やせ」で『普通』の割合が高くなっています。「男性・標準」に比べ、「女性・標準」で『少し太っている』『太っている』の割合が高くなっています。

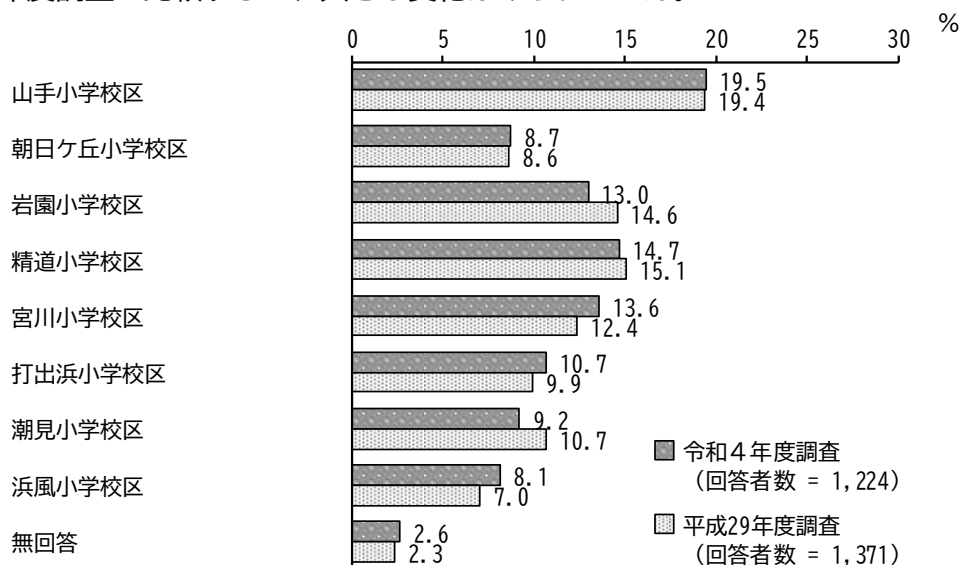
単位：％

問4 自身の体型 性・BMI 別	回答者数 (件)	太っている	少し太っている	普通	少しやせている	やせている	無回答
全 体	1,224	12.1	27.3	41.6	12.7	6.0	0.3
男性・やせ	20	—	—	5.0	40.0	55.0	—
男性・標準	358	0.3	24.9	57.0	15.1	2.8	—
男性・肥満	115	40.9	52.2	7.0	—	—	—
女性・やせ	123	—	—	30.1	36.6	33.3	—
女性・標準	487	7.2	32.9	49.9	9.0	1.0	—
女性・肥満	69	81.2	18.8	—	—	—	—
その他・やせ	—	—	—	—	—	—	—
その他・標準	4	—	50.0	50.0	—	—	—
その他・肥満	—	—	—	—	—	—	—

問5 あなたは、どちらにお住まいですか。（ ）内に町名のみをご記入ください。

「山手小学校区」の割合が 19.5%と最も高く、次いで「精道小学校区」の割合が 14.7%、「宮川小学校区」の割合が 13.6%となっています。

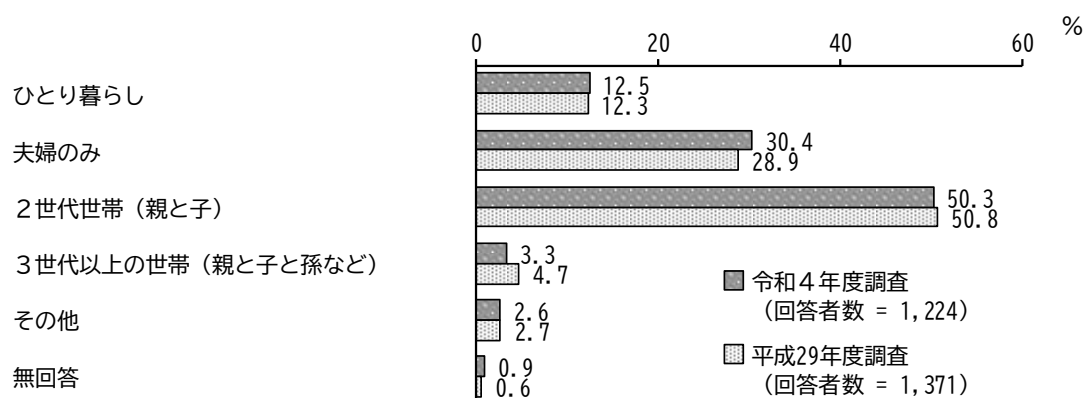
平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



問6 あなたの家族構成はどれにあたりますか。(○は1つだけ)

「2世代世帯（親と子）」の割合が 50.3%と最も高く、次いで「夫婦のみ」の割合が 30.4%、「ひとり暮らし」の割合が 12.5%となっています。

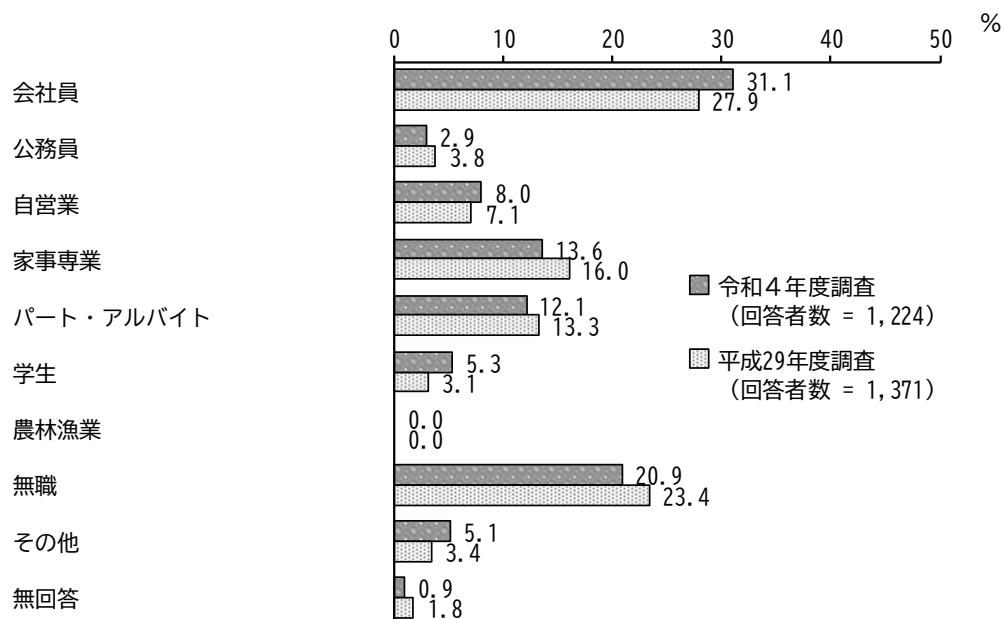
平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



問7 あなたのご職業は何ですか。(○は1つだけ)

「会社員」の割合が 31.1%と最も高く、次いで「無職」の割合が 20.9%、「家事専業」の割合が 13.6%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【職業（問7）×性別（問1）】

性別にみると、女性に比べ、『会社員』『自営業』『無職』の割合が男性で高くなっています。
一方、男性に比べ、『家事専業』『パート・アルバイト』の割合が女性で高くなっています。

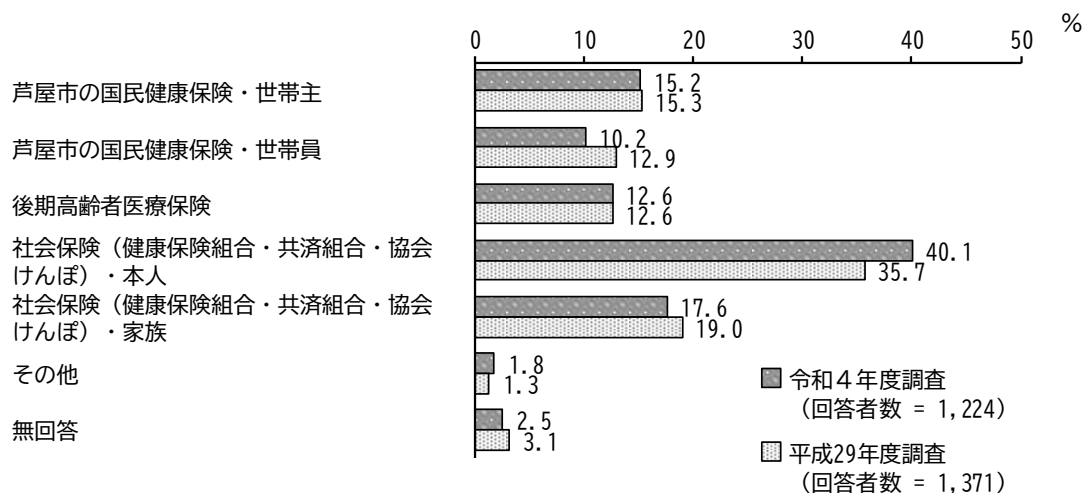
単位：％

問7 職業	問1 性別	回答者数 (件)	会社員	公務員	自営業	家事専業	パート・アルバイト	学生	農林漁業	無職	その他	無回答
男性		504	42.1	4.2	11.1	—	5.2	4.2	—	25.8	6.5	1.0
女性		715	23.5	2.0	5.9	23.2	16.9	6.0	—	17.6	4.2	0.7
その他		4	25.0	25.0	—	—	25.0	25.0	—	—	—	—

問8 あなたの加入されている健康保険は次のどれですか。（○は1つだけ）

「社会保険（健康保険組合・共済組合・協会けんぽ）・本人」の割合が40.1%と最も高く、次いで「社会保険（健康保険組合・共済組合・協会けんぽ）・家族」の割合が17.6%、「芦屋市の国民健康保険・世帯主」の割合が15.2%となっています。

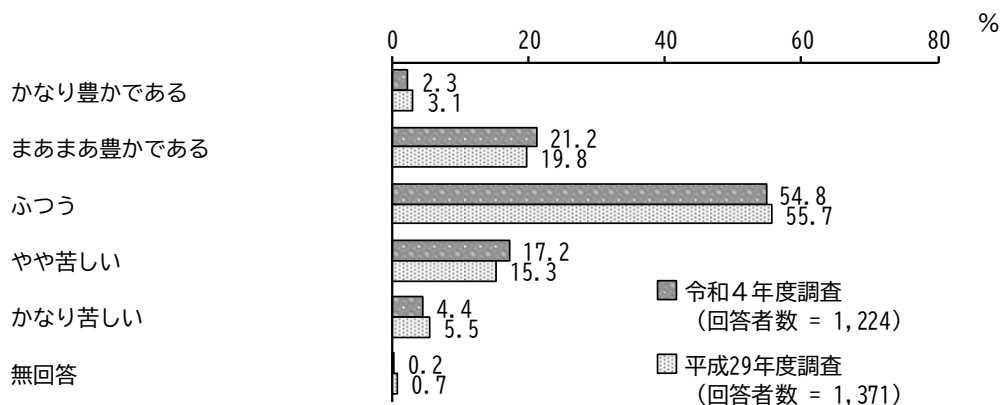
平成29年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



問9 現在、経済的に自分の生活のレベルについてどのように感じていますか。 (○は1つだけ)

「ふつう」の割合が54.8%と最も高く、次いで「まあまあ豊かである」の割合が21.2%、「やや苦しい」の割合が17.2%となっています。

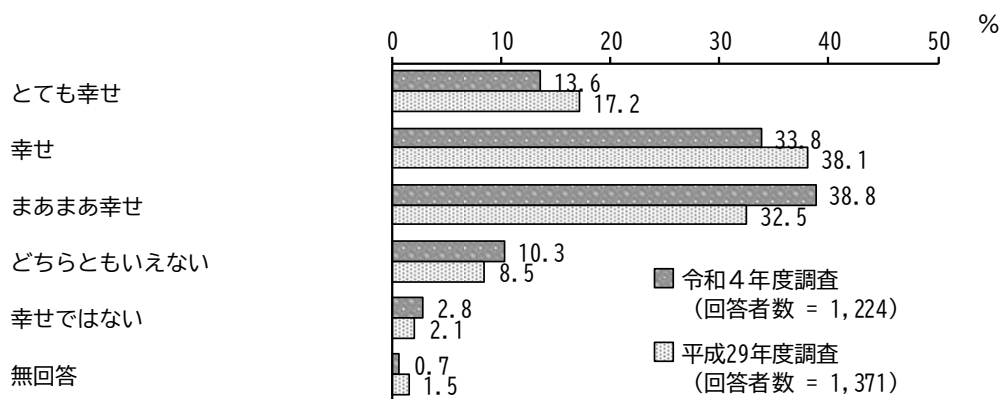
平成29年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



問10 現在、あなたは幸せですか。(○は1つだけ)

「まあまあ幸せ」の割合が38.8%と最も高く、次いで「幸せ」の割合が33.8%、「とても幸せ」の割合が13.6%となっています。

平成29年度調査と比較すると、「とても幸せ」「幸せ」の割合が減少し、「まあまあ幸せ」の割合が増加しています。



【幸福度（問 10）×性別（問 1）】

性別にみると、他に比べ、『まあまあ幸せ』の割合が「男性」で高くなっています。

単位：％

問 10 幸福度 問 1 性別	回答者数 (件)	とても 幸せ	幸 せ	まあ まあ 幸せ	ど ちら とも い え な い	幸 せ で は な い	無 回 答
全 体	1,224	13.6	33.8	38.8	10.3	2.8	0.7
男性	504	11.5	30.0	45.2	10.7	2.6	—
女性	715	15.1	36.6	34.4	9.8	2.9	1.1
その他	4	—	25.0	25.0	50.0	—	—

【幸福度（問 10）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『まあまあ幸せ』の割合が「男性 70 歳以上」で高くなっています。また、『まあまあ幸せ』の割合が「女性 30 歳代」で低くなっています。

単位：％

問 10 幸福度 性・年代	回答者数 (件)	とても 幸せ	幸 せ	まあ まあ 幸せ	ど ちら とも い え な い	幸 せ で は な い	無 回 答
全 体	1,224	13.6	33.8	38.8	10.3	2.8	0.7
男性 10・20 歳代	42	9.5	31.0	33.3	16.7	9.5	—
男性 30 歳代	54	11.1	42.6	35.2	9.3	1.9	—
男性 40 歳代	76	14.5	32.9	36.8	14.5	1.3	—
男性 50 歳代	79	21.5	26.6	43.0	8.9	—	—
男性 60 歳代	114	10.5	28.1	50.9	7.0	3.5	—
男性 70 歳以上	136	5.9	26.5	54.4	11.8	1.5	—
女性 10・20 歳代	85	22.4	36.5	28.2	8.2	4.7	—
女性 30 歳代	100	26.0	41.0	23.0	6.0	4.0	—
女性 40 歳代	93	21.5	38.7	28.0	8.6	3.2	—
女性 50 歳代	125	12.0	36.8	37.6	11.2	2.4	—
女性 60 歳代	143	12.6	35.7	37.1	10.5	1.4	2.8
女性 70 歳以上	163	6.1	34.4	42.9	11.7	2.5	2.5

【幸福度（問 10）×生活レベルの感じ方（問 9）】

生活レベルの感じ方別にみると、他に比べ、『とても幸せ』の割合が「かなり豊かである」で、『まあまあ幸せ』の割合が「やや苦しい」で高くなっています。

単位：％

問 10 幸福度 問 9 生活レベルの感じ方	回答者数 (件)	とても 幸せ	幸 せ	まあ まあ 幸せ	ど ちら とも い え ない	幸 せ で は な い	無 回 答
全 体	1,224	13.6	33.8	38.8	10.3	2.8	0.7
かなり豊かである	28	60.7	39.3	—	—	—	—
まあまあ豊かである	259	24.3	48.3	21.2	5.4	0.8	—
ふつう	671	11.2	34.4	44.7	7.7	1.2	0.7
やや苦しい	210	4.3	18.6	49.5	23.3	3.8	0.5
かなり苦しい	54	3.7	14.8	29.6	20.4	29.6	1.9

【幸福度（問 10）×健康状態（問 11）】

健康状態別にみると、他に比べ、『とても幸せ』の割合が「よい」で、『まあまあ幸せ』の割合が「あまりよくない」で高くなっています。

単位：％

問 10 幸福度 問 11 健康状態	回答者数 (件)	とても 幸せ	幸 せ	まあ まあ 幸せ	ど ちら とも い え ない	幸 せ で は な い	無 回 答
全 体	1,224	13.6	33.8	38.8	10.3	2.8	0.7
よい	159	42.1	39.0	14.5	3.1	1.3	—
まあまあよい	341	14.4	47.2	34.3	4.1	—	—
普通	474	8.2	32.3	46.2	11.4	1.3	0.6
あまりよくない	200	4.5	16.0	49.5	22.5	7.0	0.5
よくない	42	4.8	14.3	33.3	19.0	28.6	—

【幸福度（問 10）×睡眠による休養状況（問 32）】

睡眠による休養状況別にみると、他に比べ、『どちらともいえない』の割合が「まったくとれていない」で、『幸せ』の割合が「十分とれている」で高くなっています。

単位：％

問 10 幸福度 \ 問 32 睡眠による 休養状況	回答者数 (件)	とても 幸せ	幸 せ	まあまあ 幸せ	ど ちらとも いえない	幸 せでは ない	無 回 答
全 体	1,224	13.6	33.8	38.8	10.3	2.8	0.7
十分とれている	250	22.0	37.6	34.0	4.8	1.2	0.4
まあまあとれている	642	12.8	34.9	40.8	8.4	2.3	0.8
あまりとれていない	274	9.5	29.6	38.7	17.5	4.0	0.7
まったくとれていない	46	6.5	23.9	34.8	23.9	10.9	—

【幸福度（問 10）×ストレスの有無（問 34）】

ストレスの有無別にみると、他に比べ、『とても幸せ』の割合が「全く感じていない」で高くなっています。

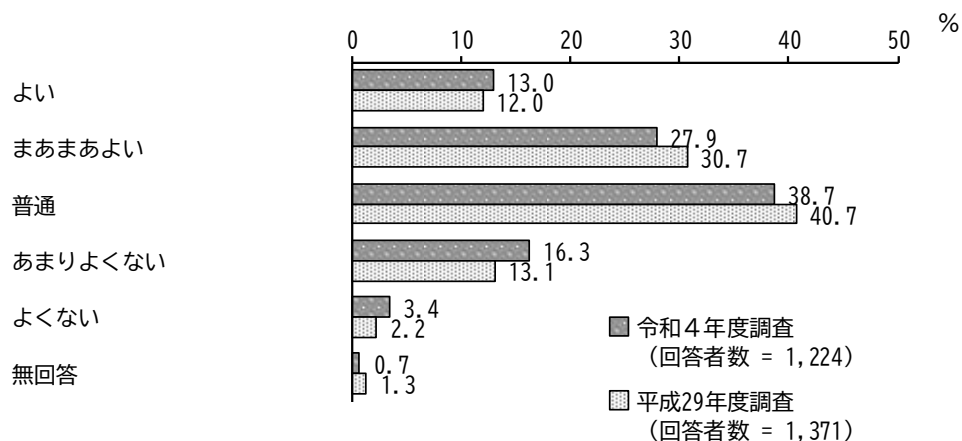
単位：％

問 10 幸福度 \ 問 34 ストレスの有無	回答者数 (件)	とても 幸せ	幸 せ	まあまあ 幸せ	ど ちらとも いえない	幸 せでは ない	無 回 答
全 体	1,224	13.6	33.8	38.8	10.3	2.8	0.7
とても感じている	157	4.5	21.7	42.0	20.4	10.2	1.3
まあまあ感じている	530	9.6	30.6	44.5	12.5	2.5	0.4
あまり感じていない	361	18.8	43.5	33.2	3.9	0.3	0.3
全く感じていない	103	33.0	39.8	24.3	1.9	1.0	—
よくわからない	57	8.8	28.1	38.6	15.8	5.3	3.5

**問 11 あなたは、現在の自分の健康状態をどのように感じていますか。
(○は1つだけ)**

「普通」の割合が38.7%と最も高く、次いで「まあまあよい」の割合が27.9%、「あまりよくない」の割合が16.3%となっています。

平成29年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【健康状態（問11）×性別（問1）】

性別にみると、大きな差はみられません。

単位：％

問1 性別 \ 問11 健康状態	回答者数 (件)	よい	まあまあよい	普通	あまりよくない	よくない	無回答
全 体	1,224	13.0	27.9	38.7	16.3	3.4	0.7
男性	504	12.3	30.8	38.1	15.1	3.4	0.4
女性	715	13.4	26.0	39.2	17.3	3.4	0.7
その他	4	25.0	—	50.0	—	25.0	—

【健康状態（問 11）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『まあまあよい』の割合が「男性 30 歳代」で高くなっています。また、『普通』の割合が「女性 50 歳代」で低くなっています。

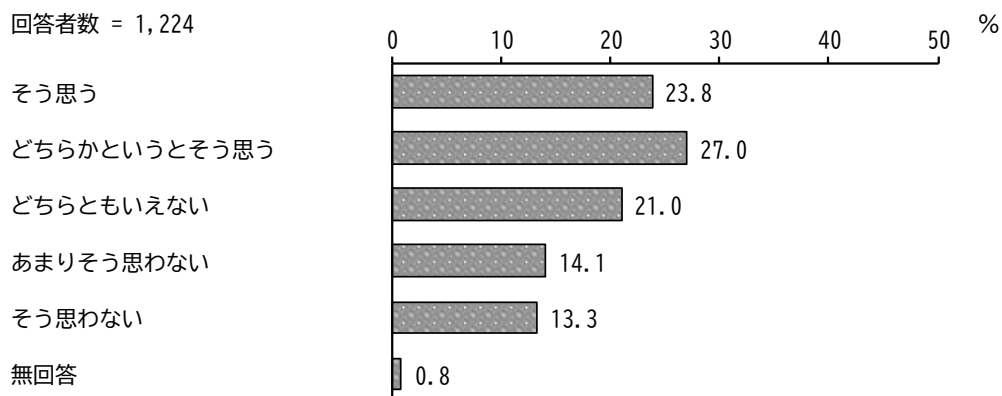
単位：％

問 11 健康状態 性・年代	回答者数 (件)	よい	まあまあよい	普通	あまりよくない	よくない	無回答
全 体	1,224	13.0	27.9	38.7	16.3	3.4	0.7
男性 10・20 歳代	42	21.4	26.2	31.0	16.7	4.8	—
男性 30 歳代	54	11.1	46.3	29.6	13.0	—	—
男性 40 歳代	76	17.1	30.3	38.2	9.2	5.3	—
男性 50 歳代	79	17.7	24.1	43.0	12.7	2.5	—
男性 60 歳代	114	7.0	34.2	43.9	11.4	3.5	—
男性 70 歳以上	136	8.1	26.5	36.8	23.5	3.7	1.5
女性 10・20 歳代	85	29.4	20.0	30.6	17.6	2.4	—
女性 30 歳代	100	18.0	22.0	49.0	10.0	1.0	—
女性 40 歳代	93	16.1	25.8	39.8	17.2	1.1	—
女性 50 歳代	125	12.8	33.6	28.8	20.0	4.0	0.8
女性 60 歳代	143	8.4	28.0	43.4	16.8	1.4	2.1
女性 70 歳以上	163	6.1	24.5	41.1	20.2	7.4	0.6

問 12 あなたのお住まいの地域について、どのように感じていますか。(各項目○は1つだけ)

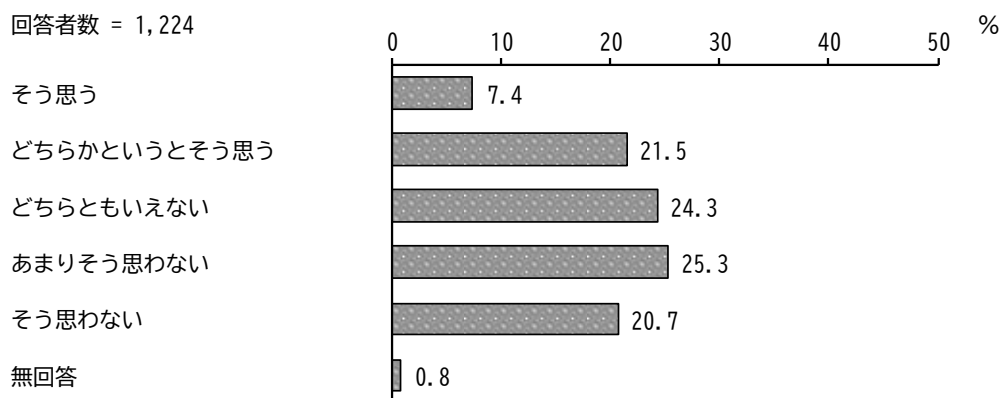
①いざというとき、助け合える人が身近にいる

「どちらかというと思う」の割合が27.0%と最も高く、次いで「そう思う」の割合が23.8%、「どちらともいえない」の割合が21.0%となっています。



②地域の人たちとのつながりはあるほうだと思う

「あまりそう思わない」の割合が25.3%と最も高く、次いで「どちらともいえない」の割合が24.3%、「どちらかというと思う」の割合が21.5%となっています。



【地域とのつながりがある（問 12②）×悩みを相談しない理由（問 36-2）】

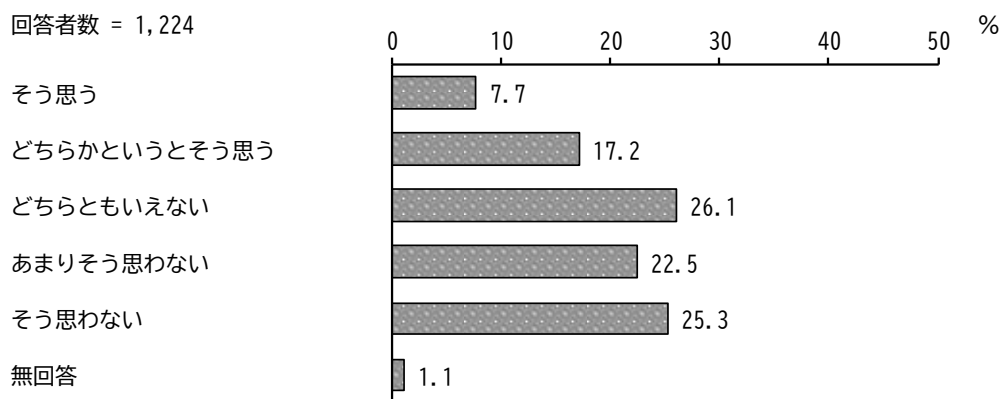
悩みを相談しない理由別にみると、他に比べ、『そう思わない』の割合が「誰に、どこに相談したらよいかわからない」で高くなっています。

単位：％

問 12② 地域とのつながり がある 問 36-2 悩みを相談しない理由	回答者 数（件）	そう 思う	そう 思う どちらか という と	い ど ち ら と も い え な い	い あ ま り そ う 思 わ な い	そ う 思 わ な い	無 回 答
全 体	318	3.8	15.1	25.8	26.1	28.9	0.3
悩みを話すことに抵抗がある	91	2.2	15.4	33.0	27.5	22.0	—
時間の都合がつかない	16	—	12.5	25.0	37.5	25.0	—
相談する人がいない	98	2.0	5.1	28.6	32.7	31.6	—
誰に、どこに相談したらよいかわからない	32	—	6.3	28.1	15.6	50.0	—
過去に相談して嫌な思いをしたことがある	23	4.3	17.4	21.7	21.7	34.8	—
相談をしても根本的な問題の解決にならない	189	4.2	16.9	23.8	23.8	30.7	0.5
その他	9	11.1	11.1	—	22.2	55.6	—

③町内会等地域には健康づくりを目的とした活動の場やつどいの場がある

「どちらともいえない」の割合が 26.1%と最も高く、次いで「そう思わない」の割合が 25.3%、「あまりそう思わない」の割合が 22.5%となっています。



(2) 食について

問 13 あなたは、健康づくりや生活習慣病予防の観点から、①～⑩のことについてどの程度実践していますか。(①～⑩の項目ごとに、○はそれぞれ1つだけ)

『⑨1日3食食べる(欠食をしない) こと』で「いつも実践している」の割合が高くなっています。また、『①エネルギー(カロリー)を調整すること』『⑩ゆっくりよく噛(か)んで食べること』で「あまり実践していない」の割合が高くなっています。

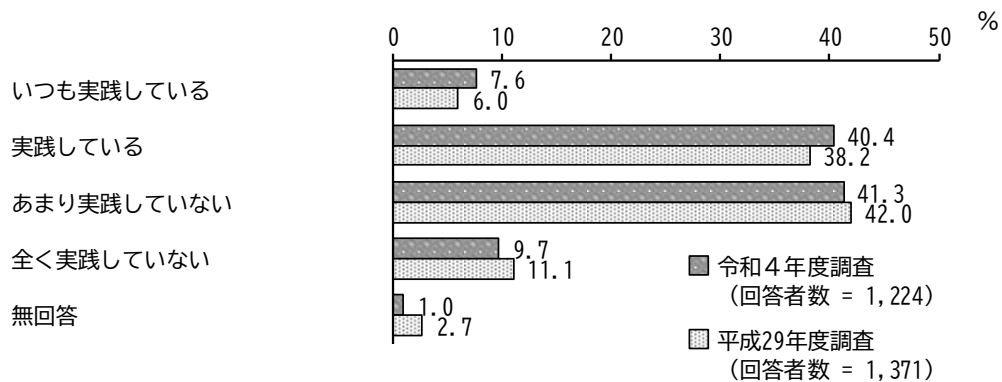
単位：％

個別質問	回答者数 (件)	いつも実践している	実践している	あまり実践していない	全く実践していない	無回答
①エネルギー(カロリー)を調整すること	1,224	7.6	40.4	41.3	9.7	1.0
②塩分を摂りすぎないようにする(減塩する) こと	1,224	9.7	43.7	37.7	8.1	0.7
③脂肪(あぶら)分の量と質を調整すること	1,224	9.1	46.9	36.4	6.8	0.9
④甘いもの(糖分)をとり過ぎないようにすること	1,224	9.6	43.7	37.7	8.3	0.7
⑤野菜をたくさん食べるようにすること	1,224	24.8	51.1	20.5	2.9	0.7
⑥果物を適量食べるようにすること	1,224	14.5	47.3	29.9	7.4	0.9
⑦アルコール飲料の量を調節すること	1,224	35.8	35.2	16.2	9.1	3.8
⑧栄養バランスに気をつけること	1,224	16.8	53.3	25.1	3.9	0.9
⑨1日3食食べる(欠食をしない) こと	1,224	45.8	31.5	15.5	6.8	0.5
⑩ゆっくりよく噛んで食べること	1,224	11.6	36.0	46.4	5.3	0.7

①エネルギー（カロリー）を調整すること

【経年比較】

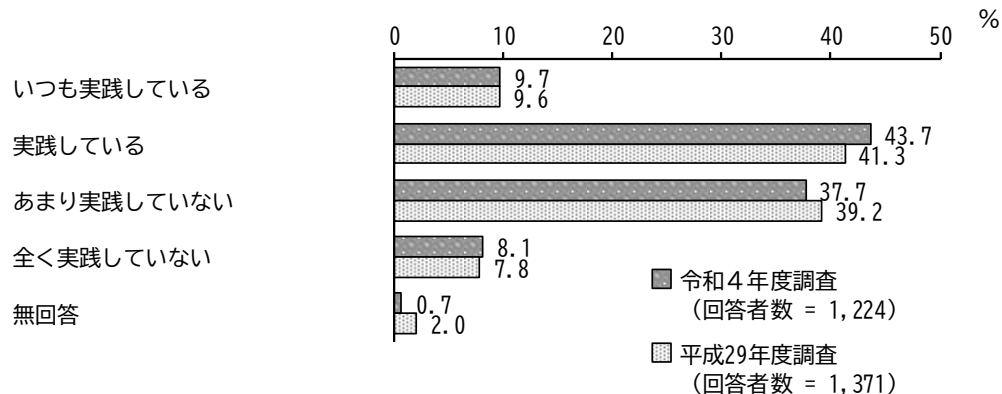
平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



②塩分を摂りすぎないようにする（減塩する）こと

【経年比較】

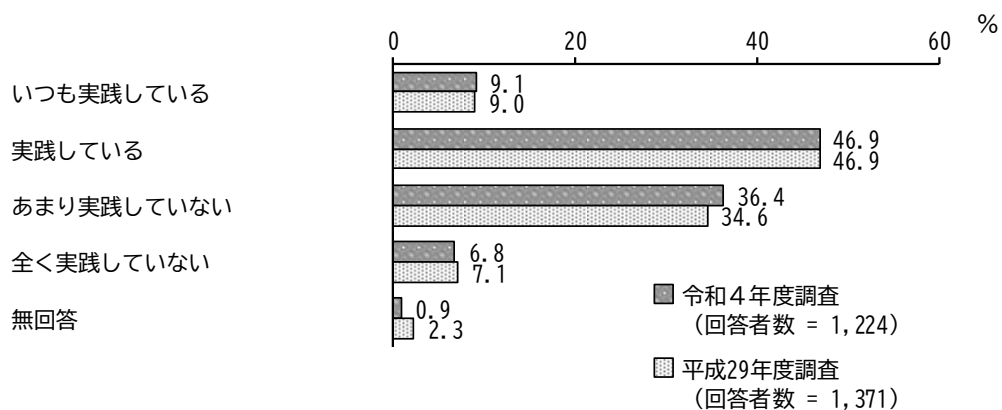
平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



③脂肪（あぶら）分の量と質を調整すること

【経年比較】

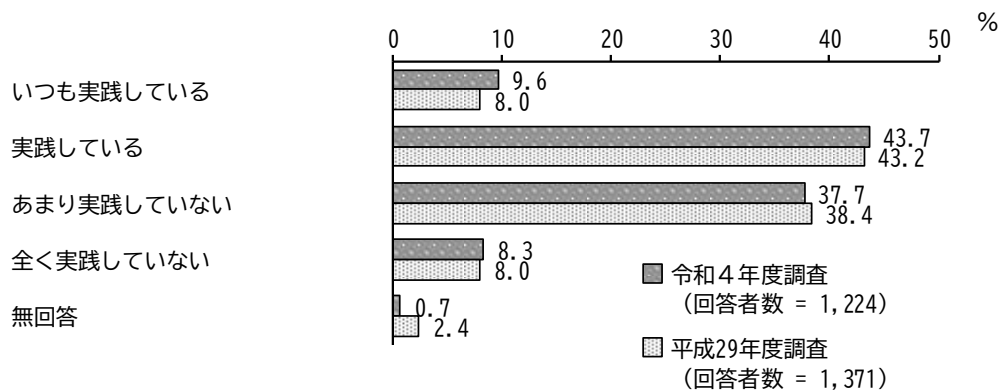
平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



④甘いもの（糖分）をとり過ぎないようにすること

【経年比較】

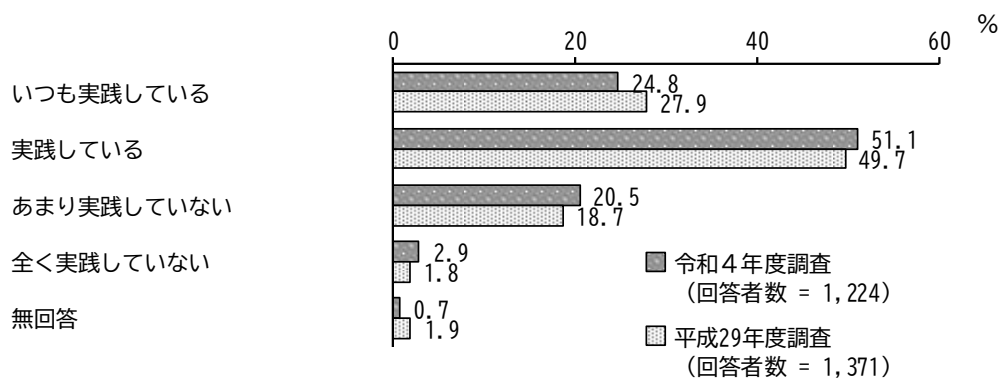
平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



⑤野菜をたくさん食べるようにすること

【経年比較】

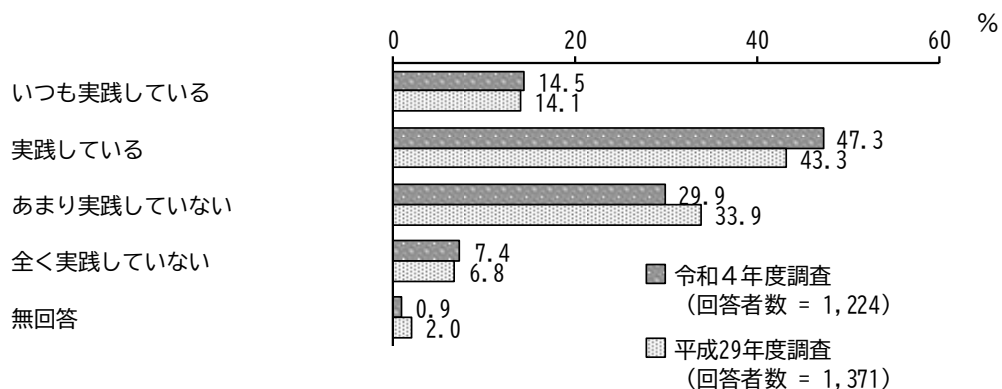
平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



⑥果物を適量食べるようにすること

【経年比較】

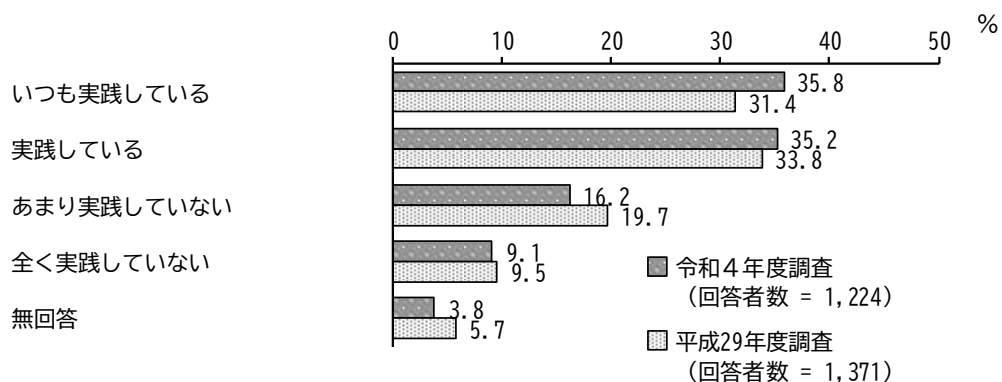
平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



⑦アルコール飲料の量を調節すること

【経年比較】

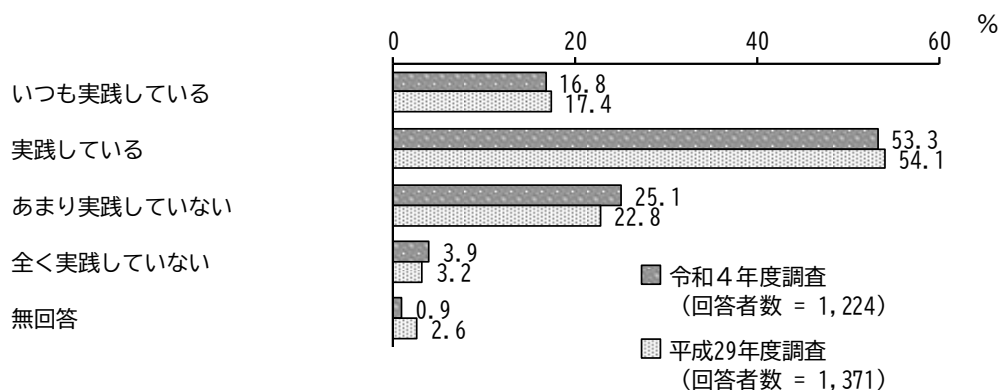
平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



⑧栄養バランスに気をつけること

【経年比較】

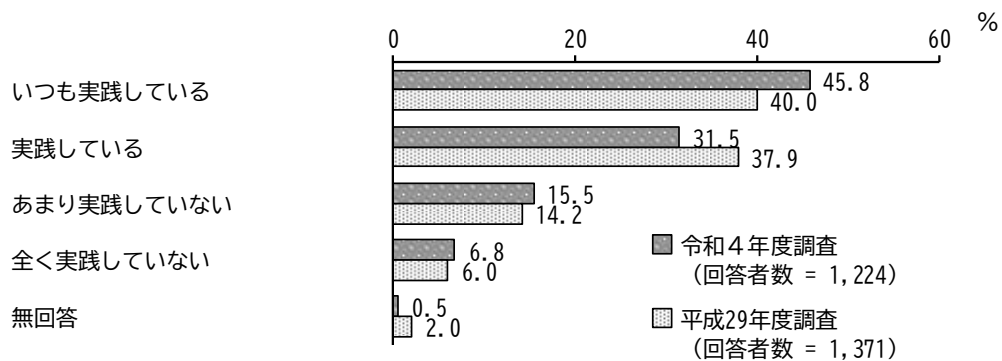
平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



⑨1日3食食べる（欠食をしない）こと

【経年比較】

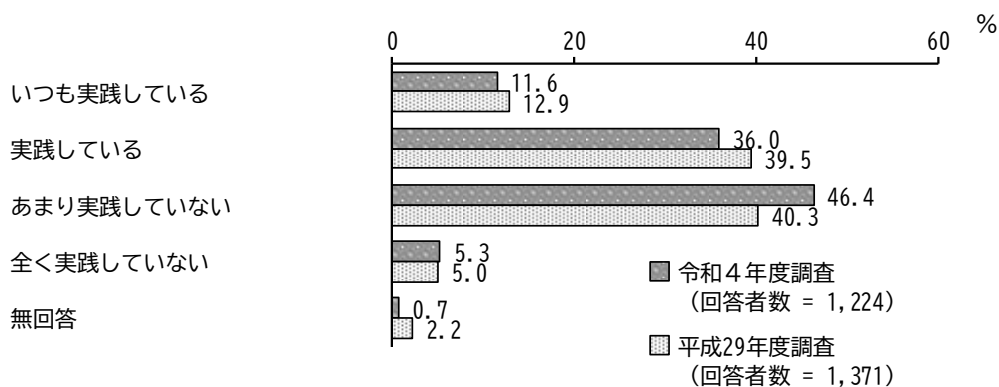
平成 29 年度調査と比較すると、「いつも実践している」の割合が増加しています。一方、「実践している」の割合が減少しています。



⑩ゆっくりよく噛んで食べること

【経年比較】

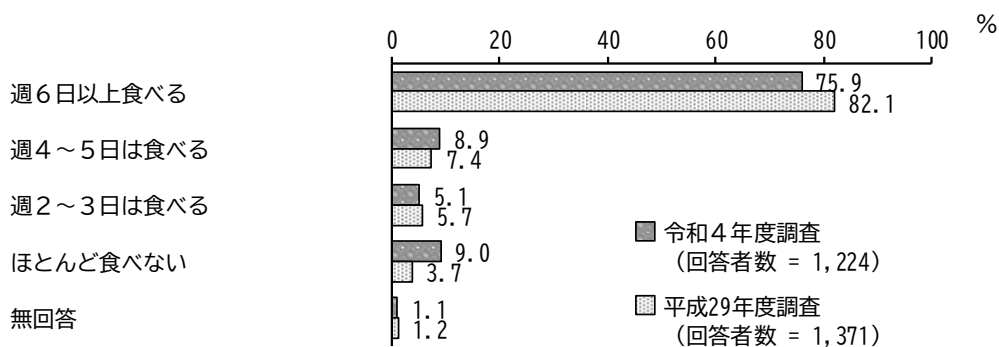
平成 29 年度調査と比較すると、「あまり実践していない」の割合が増加しています。



問 14 あなたは、朝食を食べていますか。(○は1つだけ)

「週6日以上食べる」の割合が75.9%と最も高くなっています。

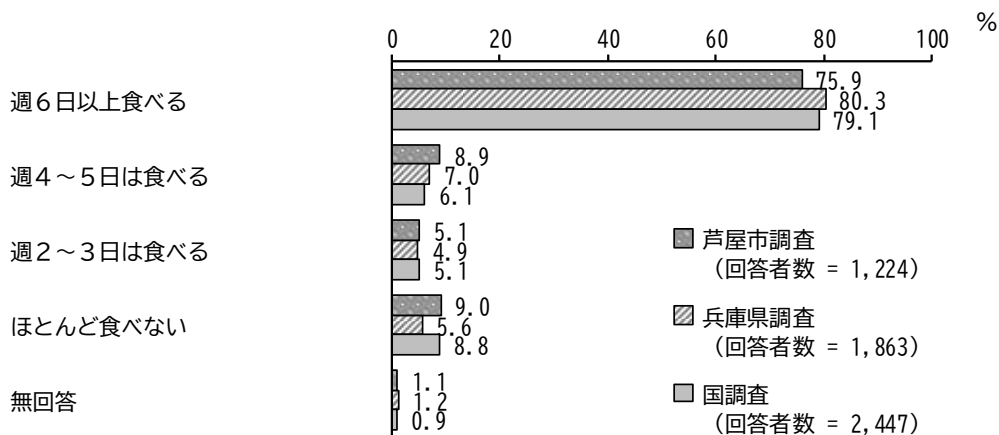
平成 29 年度調査と比較すると、「ほとんど食べない」の割合が増加しています。一方、「週6日以上食べる」の割合が減少しています。



【国・県比較】

兵庫県調査と比較すると、大きな差異はみられません。

国調査と比較すると、大きな差異はみられません。



※比較するため、兵庫県調査の「週1日以下」「全く食べない」の回答を合算し「ほとんど食べない」としています。

【朝食の摂取状況（問 14）×性別（問 1）】

性別にみると、他に比べ、『ほとんど食べない』の割合が「男性」で高くなっています。

単位：％

問 14 朝食の摂取状況 問 1 性別	回答者数 (件)	週 6 日以上食べる	週 4 ～ 5 日は食べる	週 2 ～ 3 日は食べる	ほとんど食べない	無回答
全 体	1,224	75.9	8.9	5.1	9.0	1.1
男性	504	74.4	6.9	5.4	12.5	0.8
女性	715	77.1	10.3	4.9	6.4	1.3
その他	4	75.0	—	—	25.0	—

【朝食の摂取状況（問 14）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『週 6 日以上食べる』の割合が「男性 70 歳以上」で高くなっています。また、女性に比べ男性で、『ほとんど食べない』の割合が高く、特に「男性 10・20 歳代」で高くなっています。

単位：％

問 14 朝食の摂取状況 性・年代	回答者数 (件)	週 6 日以上食べる	週 4 ～ 5 日は食べる	週 2 ～ 3 日は食べる	ほとんど食べない	無回答
全 体	1,224	75.9	8.9	5.1	9.0	1.1
男性 10・20 歳代	42	57.1	4.8	11.9	23.8	2.4
男性 30 歳代	54	55.6	16.7	7.4	20.4	—
男性 40 歳代	76	65.8	9.2	7.9	17.1	—
男性 50 歳代	79	69.6	5.1	10.1	13.9	1.3
男性 60 歳代	114	80.7	6.1	0.9	10.5	1.8
男性 70 歳以上	136	89.7	4.4	1.5	4.4	—
女性 10・20 歳代	85	57.6	27.1	7.1	8.2	—
女性 30 歳代	100	75.0	12.0	3.0	9.0	1.0
女性 40 歳代	93	75.3	11.8	3.2	9.7	—
女性 50 歳代	125	73.6	4.8	11.2	8.8	1.6
女性 60 歳代	143	82.5	7.0	3.5	4.9	2.1
女性 70 歳以上	163	87.1	6.7	2.5	1.8	1.8

【朝食の摂取状況（問 14）×BMI】

BMI 別の摂取状況別にみると、大きな差はみられません。

単位：％

問 14 朝食の摂取状況 BMI	回答者数 (件)	週 6 日以上食べる	週 4 ～ 5 日は食べる	週 2 ～ 3 日は食べる	ほとんど食べない	無回答
全 体	1,224	75.9	8.9	5.1	9.0	1.1
やせ	143	74.1	8.4	6.3	11.2	—
標準	849	77.0	8.8	4.6	8.2	1.3
肥満	184	72.3	9.8	6.5	10.9	0.5

【朝食の摂取状況（問 14）×食育関心（問 21）】

食育関心別にみると、他に比べ、『週 6 日以上食べる』の割合が「関心がある」「どちらかといえば関心がある」で高くなっています。

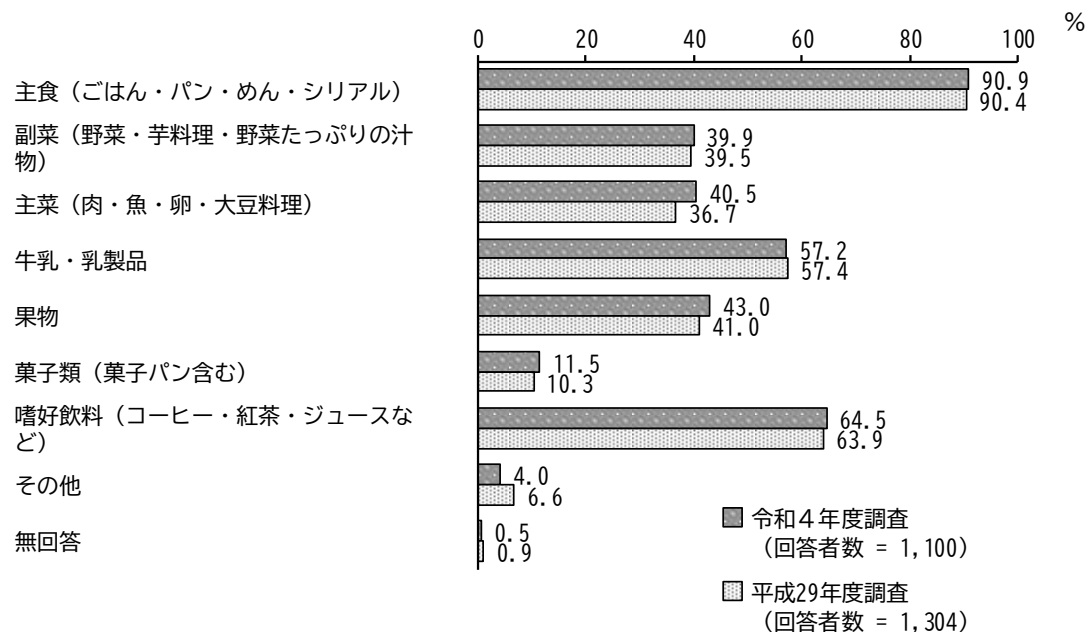
単位：％

問 14 朝食の摂取状況 問 21 食育関心	回答者数 (件)	週 6 日以上食べる	週 4 ～ 5 日は食べる	週 2 ～ 3 日は食べる	ほとんど食べない	無回答
全 体	1,224	75.9	8.9	5.1	9.0	1.1
関心がある	286	77.3	8.7	4.2	8.7	1.0
どちらかといえば関心がある	591	79.9	8.1	4.4	6.8	0.8
どちらかといえば関心がない	241	68.9	10.4	7.9	12.4	0.4
関心がない	95	65.3	11.6	5.3	14.7	3.2

問 14－1 あなたは、普段、どんな朝食を食べていますか。 (あてはまるものすべてに○)

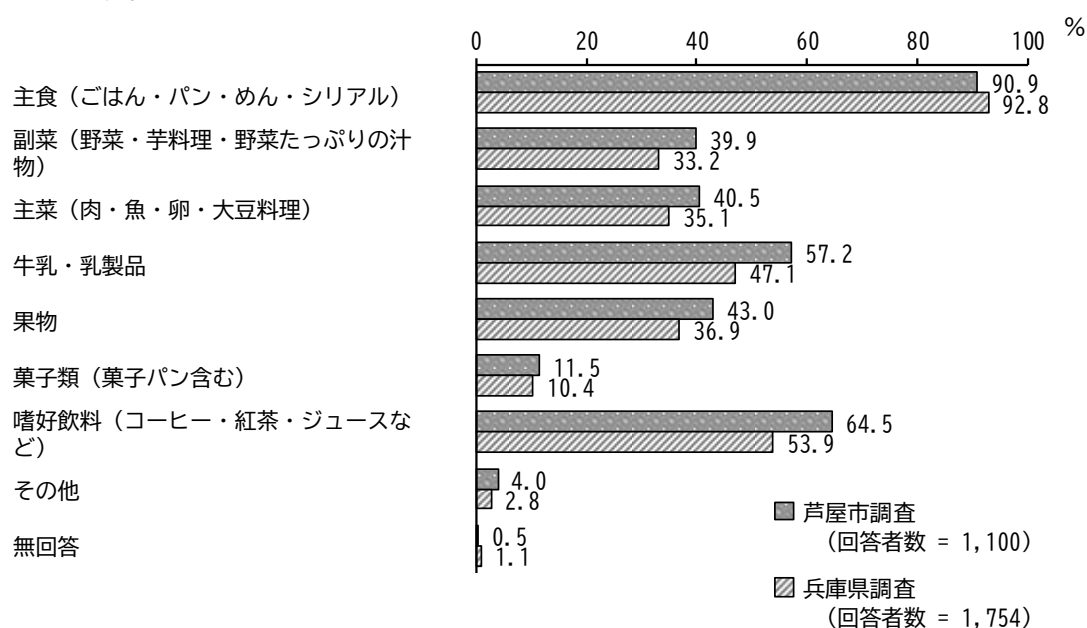
「主食（ごはん・パン・めん・シリアル）」の割合が 90.9%と最も高く、次いで「嗜好飲料（コーヒー・紅茶・ジュースなど）」の割合が 64.5%、「牛乳・乳製品」の割合が 57.2%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【県比較】

兵庫県調査と比較すると、『副菜（野菜・芋料理・野菜たっぷりの汁物）』『主菜（肉・魚・卵・大豆料理）』『牛乳・乳製品』『果物』『嗜好飲料（コーヒー・紅茶・ジュースなど）』の割合が高くなっています。



【朝食の種類（問 14-1）×性別（問 1）】

性別にみると、男性で『牛乳・乳製品』割合が低くなっています。

単位：％

問 14-1 朝食の種類 問 1 性別	回答者数（件）	主食（ごはん・パン・めん・シリアル）	副菜（野菜・芋料理・野菜たつぷりの汁物）	主菜（肉・魚・卵・大豆料理）	牛乳・乳製品	果物	菓子類（菓子パン含む）	嗜好飲料（コーヒー・紅茶・ジュースなど）	その他	無回答
全 体	1,100	90.9	39.9	40.5	57.2	43.0	11.5	64.5	4.0	0.5
男性	437	89.7	36.8	37.5	50.3	37.1	11.0	59.5	3.7	0.2
女性	660	91.7	42.1	42.4	61.7	47.0	11.7	67.9	4.2	0.6
その他	3	100.0	—	33.3	66.7	33.3	33.3	33.3	—	—

【朝食の種類（問 14-1）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『果物』の割合が「女性 70 歳以上」で高くなっています。また、『嗜好飲料（コーヒー・紅茶・ジュースなど）』の割合が「女性 10・20 歳代」で低くなっています。

単位：％

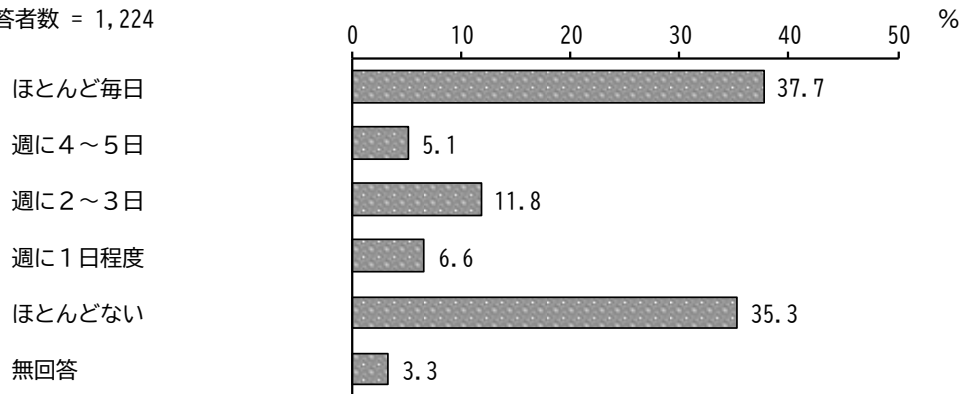
問 14-1 朝食の種類 性・年代	回答者数（件）	主食（ごはん・パン・めん・シリアル）	副菜（野菜・芋料理・野菜たつぷりの汁物）	主菜（肉・魚・卵・大豆料理）	牛乳・乳製品	果物	菓子類（菓子パン含む）	嗜好飲料（コーヒー・紅茶・ジュースなど）	その他	無回答
全 体	1,100	90.9	39.9	40.5	57.2	43.0	11.5	64.5	4.0	0.5
男性 10・20 歳代	31	90.3	19.4	22.6	38.7	19.4	12.9	35.5	6.5	—
男性 30 歳代	43	83.7	27.9	27.9	39.5	27.9	23.3	53.5	7.0	2.3
男性 40 歳代	63	87.3	14.3	23.8	34.9	25.4	14.3	42.9	3.2	—
男性 50 歳代	67	89.6	35.8	35.8	38.8	25.4	10.4	62.7	1.5	—
男性 60 歳代	100	88.0	34.0	35.0	56.0	32.0	9.0	63.0	3.0	—
男性 70 歳以上	130	94.6	56.9	53.8	65.4	59.2	6.9	71.5	3.8	—
女性 10・20 歳代	78	93.6	47.4	33.3	39.7	38.5	14.1	25.6	3.8	—
女性 30 歳代	90	96.7	23.3	30.0	53.3	40.0	12.2	63.3	1.1	—
女性 40 歳代	84	90.5	32.1	42.9	58.3	35.7	20.2	69.0	3.6	2.4
女性 50 歳代	112	84.8	30.4	30.4	64.3	42.0	10.7	71.4	3.6	0.9
女性 60 歳代	133	91.0	46.6	43.6	66.2	48.1	5.3	84.2	3.8	0.8
女性 70 歳以上	157	93.6	59.2	60.5	73.2	63.7	12.1	73.9	7.6	—

問 15 あなたは、家族と一緒に食べることはどのくらいありますか。朝食、夕食それぞれについて1つずつ選んで○をつけてください。(○はそれぞれ1つだけ)

①朝食

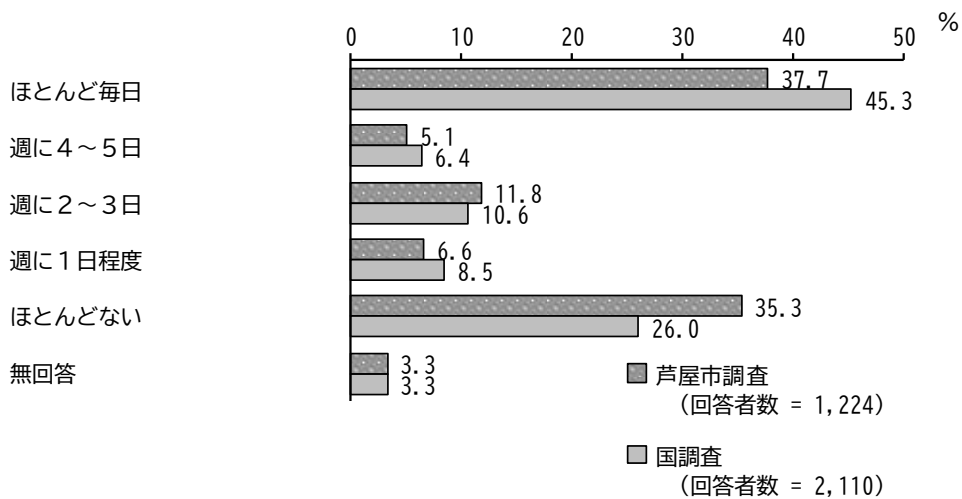
「ほとんど毎日」の割合が37.7%と最も高く、次いで「ほとんどない」の割合が35.3%、「週に2～3日」の割合が11.8%となっています。

回答者数 = 1,224



【国比較】

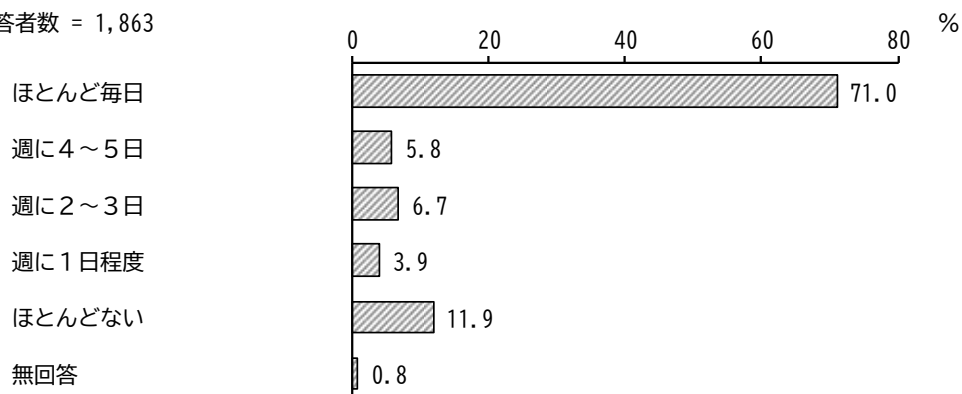
国調査では対象者を限定しているため、参考として掲載します。



【県調査（参考）問 13】

設問の内容が異なるため、参考として掲載します。

回答者数 = 1,863



【共食の頻度（問 15①）×性別（問 1）】

性別にみると、大きな差はみられません。

単位：％

問 15① 共食の頻度 問 1 性別	回答者数 (件)	ほとんど毎日	週に 4 ～ 5 日	週に 2 ～ 3 日	週に 1 日程度	ほとんどない	無回答
全 体	1,224	37.7	5.1	11.8	6.6	35.3	3.3
男性	504	36.3	6.2	12.9	6.2	35.9	2.6
女性	715	39.0	4.5	11.0	6.9	34.8	3.8
その他	4	—	—	25.0	25.0	50.0	—

【共食の頻度（問 15①）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『ほとんど毎日』の割合が「男性 70 歳以上」で、『ほとんどない』の割合が「男性 10・20 歳代」で高くなっています。

単位：％

問 15① 共食の頻度 性・年代	回答者数 (件)	ほとんど毎日	週に 4 ～ 5 日	週に 2 ～ 3 日	週に 1 日程度	ほとんどない	無回答
全 体	1,224	37.7	5.1	11.8	6.6	35.3	3.3
男性 10・20 歳代	42	21.4	—	11.9	4.8	59.5	2.4
男性 30 歳代	54	22.2	9.3	25.9	7.4	31.5	3.7
男性 40 歳代	76	32.9	9.2	18.4	5.3	34.2	—
男性 50 歳代	79	24.1	6.3	15.2	11.4	40.5	2.5
男性 60 歳代	114	29.8	5.3	11.4	8.8	41.2	3.5
男性 70 歳以上	136	61.0	5.1	4.4	1.5	25.0	2.9
女性 10・20 歳代	85	37.6	2.4	9.4	7.1	43.5	—
女性 30 歳代	100	54.0	8.0	11.0	6.0	21.0	—
女性 40 歳代	93	39.8	3.2	17.2	7.5	32.3	—
女性 50 歳代	125	25.6	4.8	15.2	8.8	42.4	3.2
女性 60 歳代	143	36.4	6.3	12.6	10.5	30.1	4.2
女性 70 歳以上	163	42.3	2.5	4.3	1.8	39.3	9.8

【共食の頻度（問 15①）×家族構成（問 6）】

家族構成にみると、他に比べ、『ほとんど毎日』の割合が「夫婦のみ」で高くなっています。

単位：％

問 15① 共食の頻度 問 6 家族構成	回答者数 (件)	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3日	週に1日程度	ほとんどない	無回答
全 体	1,060	42.9	5.7	13.6	7.4	28.0	2.5
夫婦のみ	372	54.8	3.8	11.3	6.7	21.5	1.9
2世代世帯（親と子）	616	36.2	6.8	15.3	7.6	31.7	2.4
3世代以上の世帯 （親と子と孫など）	40	45.0	10.0	15.0	5.0	22.5	2.5
その他	32	31.3	—	6.3	12.5	40.6	9.4

【共食の頻度（問 15①）×食育関心（問 21）】

食育関心別にみると、他に比べ、『ほとんど毎日』の割合が「関心がある」で、『ほとんどない』の割合が「関心がない」で高くなっています。

単位：％

問 15① 共食の頻度 問 21 食育関心	回答者数 (件)	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3日	週に1日程度	ほとんどない	無回答
全 体	1,224	37.7	5.1	11.8	6.6	35.3	3.3
関心がある	286	42.7	6.6	12.6	7.3	28.0	2.8
どちらかといえば関心がある	591	39.3	5.4	13.0	7.3	31.8	3.2
どちらかといえば関心がない	241	32.8	3.7	8.7	4.6	46.5	3.7
関心がない	95	25.3	3.2	10.5	6.3	52.6	2.1

【共食の頻度（問 15①）×バランスのよい食事の摂取状況（問 16）】

バランスのよい食事の摂取状況別にみると、他に比べ、『ほとんどない』の割合が「週 1 日以下」で高くなっています。また、『ほとんど毎日』の割合が「週 1 日以下」で低くなっています。

単位：％

問 15① 共食の頻度 問 16 バランスのよい 食事の摂取状況	回答者数 (件)	ほとんど毎日	週に 4～5 日	週に 2～3 日	週に 1日程 度	ほとんどない	無回答
全 体	1,224	37.7	5.1	11.8	6.6	35.3	3.3
週 6 日以上	513	54.0	5.3	8.4	4.7	24.8	2.9
週 4～5 日	367	33.5	7.4	15.5	9.3	31.3	3.0
週 2～3 日	235	20.0	2.6	16.2	8.1	50.6	2.6
週 1 日以下	103	13.6	2.9	6.8	3.9	68.0	4.9

【共食の頻度（問 15①）×野菜の摂取状況（問 17）】

野菜の摂取状況別にみると、他に比べ、『ほとんどない』の割合が「ほとんど食べていない」で高くなっています。

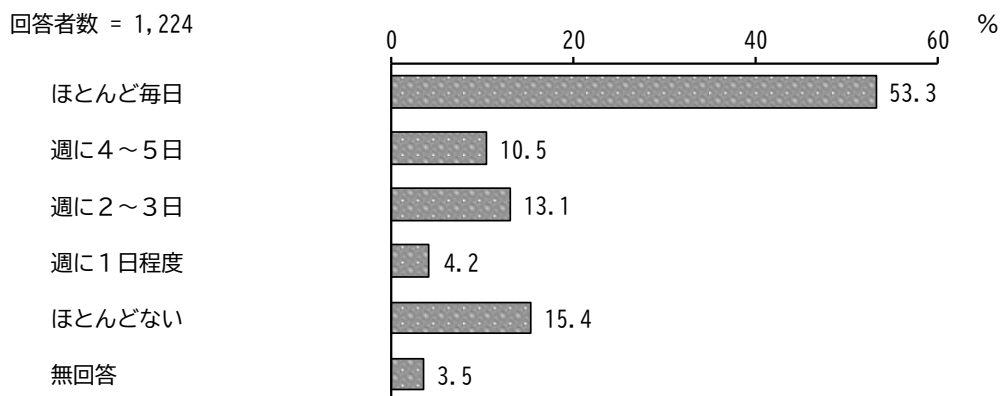
単位：％

問 15① 共食の頻度 問 17 野菜の摂取状況※	回答者数 (件)	ほとんど毎日	週に 4～5 日	週に 2～3 日	週に 1日程 度	ほとんどない	無回答
全 体	1,224	37.7	5.1	11.8	6.6	35.3	3.3
ほぼ毎日食べている	331	47.4	5.1	8.2	5.4	29.9	3.9
時々食べている	655	37.4	6.0	13.6	6.7	33.3	3.1
ほとんど食べていない	223	24.2	2.7	12.6	8.5	49.8	2.2

※野菜を 1 日に 350 g（両手山盛り一杯）以上を目安とする。

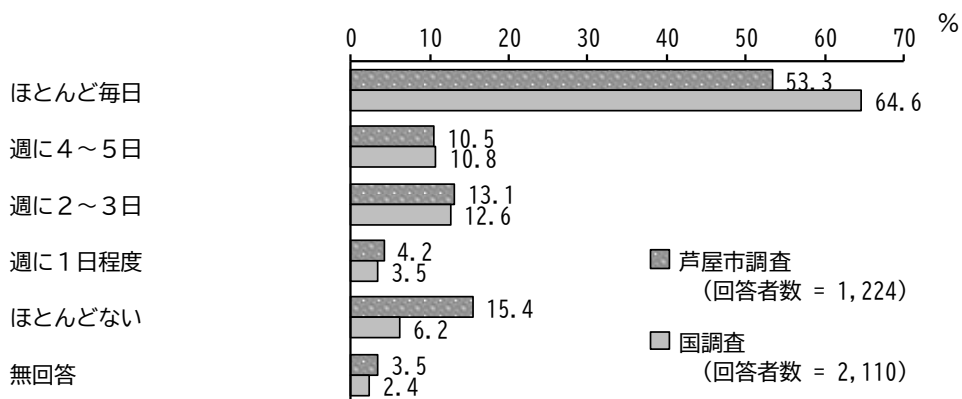
②夕食

『ほとんど毎日』の割合が53.3%と最も高く、次いで『ほとんどない』の割合が15.4%、『週に2～3日』の割合が13.1%となっています。



【国比較】

国調査では対象者を限定しているため、参考として掲載します。



【共食の頻度（問15②）×性別（問1）】

性別にみると、男性で『ほとんど毎日』の割合が低くなっています。

単位：%

問1 性別	問15② 共食の頻度	回答者数 (件)	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3日	週に1日程度	ほとんどない	無回答
全 体		1,224	53.3	10.5	13.1	4.2	15.4	3.5
男性		504	47.2	13.1	17.7	4.8	14.1	3.2
女性		715	57.9	8.7	9.7	3.8	16.4	3.6
その他		4	25.0	—	50.0	—	25.0	—

【共食の頻度（問 15②）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『ほとんど毎日』の割合が「女性 30 歳代」「女性 40 歳代」で、『週に 2～3 日』の割合が「男性 40 歳代」で高くなっています。

単位：％

問 15② 共食の頻度 性・年代	回答者数 (件)	ほとんど毎日	週に 4～5 日	週に 2～3 日	週に 1日 程度	ほとんどない	無回答
全 体	1,224	53.3	10.5	13.1	4.2	15.4	3.5
男性 10・20 歳代	42	38.1	11.9	26.2	4.8	14.3	4.8
男性 30 歳代	54	38.9	14.8	20.4	9.3	13.0	3.7
男性 40 歳代	76	26.3	18.4	31.6	7.9	14.5	1.3
男性 50 歳代	79	39.2	13.9	25.3	6.3	12.7	2.5
男性 60 歳代	114	50.9	14.9	10.5	3.5	16.7	3.5
男性 70 歳以上	136	66.2	8.1	7.4	1.5	13.2	3.7
女性 10・20 歳代	85	50.6	15.3	10.6	2.4	17.6	3.5
女性 30 歳代	100	71.0	12.0	12.0	1.0	4.0	—
女性 40 歳代	93	71.0	6.5	10.8	2.2	9.7	—
女性 50 歳代	125	46.4	12.8	13.6	4.8	19.2	3.2
女性 60 歳代	143	59.4	7.0	9.8	6.3	12.6	4.9
女性 70 歳以上	163	53.4	3.1	4.3	4.3	28.2	6.7

【共食の頻度（問 15②）×家族構成（問 6）】

家族構成にみると、他に比べ、『ほとんど毎日』の割合が「夫婦のみ」で高くなっています。

単位：％

問 15② 共食の頻度 問 6 家族構成	回答者数 (件)	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3日	週に1日程度	ほとんどない	無回答
全 体	1,060	60.8	11.7	14.5	3.8	6.6	2.6
夫婦のみ	372	70.4	10.5	9.4	3.0	4.6	2.2
2世代世帯（親と子）	616	56.0	13.3	17.2	4.1	6.8	2.6
3世代以上の世帯 （親と子と孫など）	40	52.5	2.5	22.5	5.0	15.0	2.5
その他	32	50.0	6.3	12.5	6.3	15.6	9.4

【共食の頻度（問 15②）×食育関心（問 21）】

食育関心別にみると、他に比べ、『ほとんどない』の割合が「関心がない」で高くなっています。

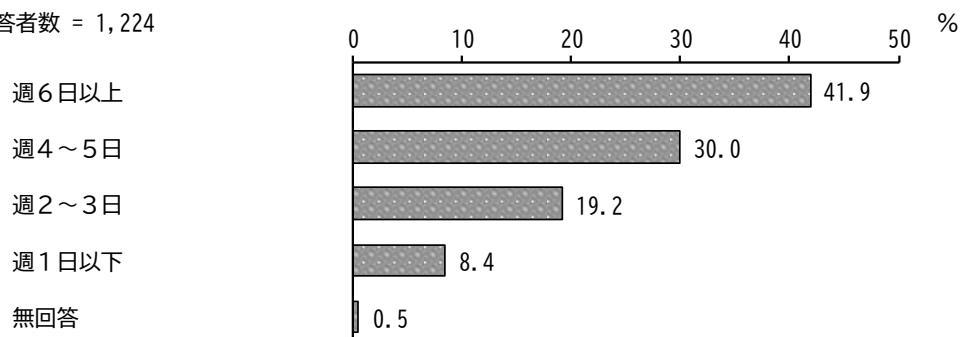
単位：％

問 15② 共食の頻度 問 21 食育関心	回答者数 (件)	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3日	週に1日程度	ほとんどない	無回答
全 体	1,224	53.3	10.5	13.1	4.2	15.4	3.5
関心がある	286	63.6	6.3	11.9	2.8	12.6	2.8
どちらかといえば関心がある	591	51.8	13.0	13.5	4.6	13.4	3.7
どちらかといえば関心がない	241	47.7	10.4	14.1	5.0	19.5	3.3
関心がない	95	45.3	8.4	12.6	4.2	27.4	2.1

問 16 あなたは、1日に2回以上、主食・主菜・副菜の3つをそろえて食べることは、週に何日ありますか。(〇は1つだけ)

「週6日以上」の割合が41.9%と最も高く、次いで「週4～5日」の割合が30.0%、「週2～3日」の割合が19.2%となっています。

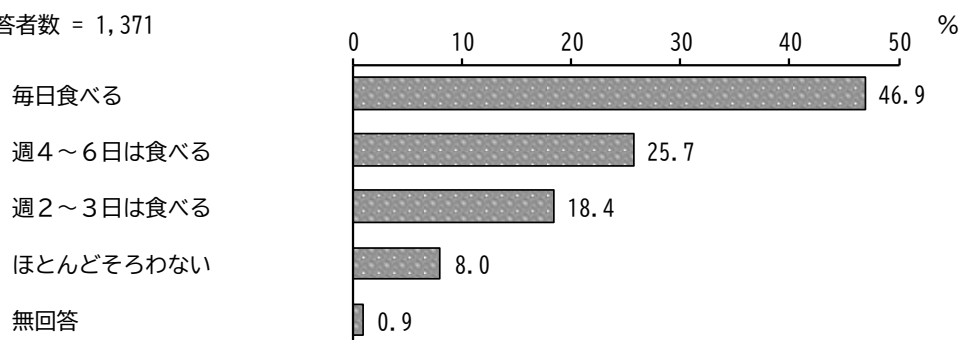
回答者数 = 1,224



【平成 29 年度調査】

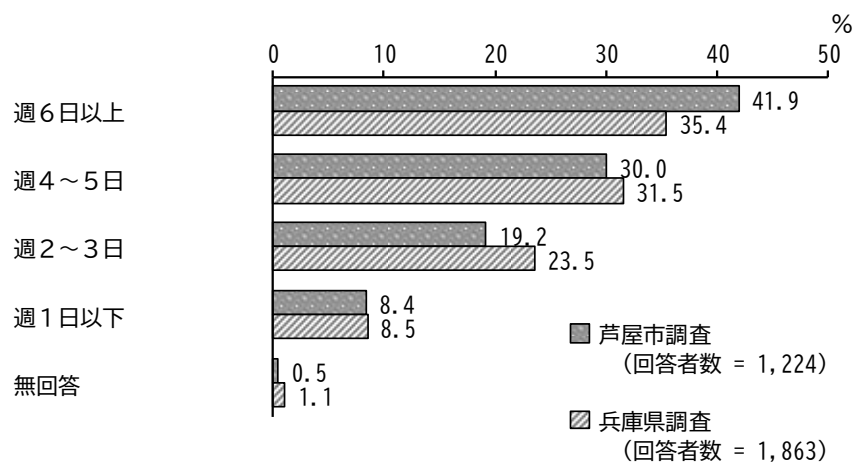
選択肢が異なるため、参考として掲載します。

回答者数 = 1,371



【県比較】

兵庫県調査と比較すると、「週6日以上」の割合が高くなっています。



【バランスのよい食事の頻度（問 16）×性別（問 1）】

性別にみると、大きな差はみられません。

単位：％

問 16 バランスのよい食事の頻度 問 1 性別	回答者数 (件)	週 6 日以上	週 4 ～ 5 日	週 2 ～ 3 日	週 1 日以下	無回答
全 体	1,224	41.9	30.0	19.2	8.4	0.5
男性	504	41.1	30.8	20.2	7.5	0.4
女性	715	42.5	29.5	18.6	9.0	0.4
その他	4	50.0	25.0	－	25.0	－

【バランスのよい食事の頻度（問 16）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『週 2 ～ 3 日』の割合が「男性 10・20 歳代」で高くなっています。また、他に比べ、『週 2 ～ 3 日』と『週 1 日以下』を合わせた割合が、「男性 10・20 歳代」、「女性 10・20 歳代」「女性 50 歳代」で高くなっています。

単位：％

問 16 バランスのよい食事の頻度 性・年代	回答者数 (件)	週 6 日以上	週 4 ～ 5 日	週 2 ～ 3 日	週 1 日以下	無回答
全 体	1,224	41.9	30.0	19.2	8.4	0.5
男性 10・20 歳代	42	38.1	19.0	31.0	11.9	－
男性 30 歳代	54	31.5	37.0	24.1	5.6	1.9
男性 40 歳代	76	35.5	27.6	27.6	9.2	－
男性 50 歳代	79	36.7	36.7	21.5	5.1	－
男性 60 歳代	114	41.2	26.3	20.2	12.3	－
男性 70 歳以上	136	51.5	33.8	10.3	3.7	0.7
女性 10・20 歳代	85	40.0	21.2	30.6	8.2	－
女性 30 歳代	100	48.0	29.0	17.0	6.0	－
女性 40 歳代	93	33.3	38.7	17.2	10.8	－
女性 50 歳代	125	31.2	28.0	26.4	14.4	－
女性 60 歳代	143	46.2	23.1	19.6	9.1	2.1
女性 70 歳以上	163	50.9	35.6	8.0	5.5	－

【バランスのよい食事の頻度（問 16）×BMI】

BMI 別にみると、他に比べ、『週2～3日』の割合が「やせ」で、『週6日以上』の割合が「標準」で高くなっています。

単位：％

問 16 バランスのよい食事の頻度 BMI	回答者数 (件)	週6日以上	週4～5日	週2～3日	週1日以下	無回答
全 体	1,224	41.9	30.0	19.2	8.4	0.5
やせ	143	39.9	24.5	25.9	9.8	—
標準	849	43.5	30.2	18.1	7.8	0.5
肥満	184	38.0	34.2	18.5	9.2	—

【バランスのよい食事の頻度（問 16）×幸福度（問 10）】

幸福度別にみると、他に比べ、『週2～3日』の割合が「どちらともいえない」で、『週6日以上』の割合が「とても幸せ」「幸せ」で高くなっています。

単位：％

問 16 バランスのよい食事の頻度 問 10 幸福度	回答者数 (件)	週6日以上	週4～5日	週2～3日	週1日以下	無回答
全 体	1,224	41.9	30.0	19.2	8.4	0.5
とても幸せ	166	48.2	29.5	16.9	5.4	—
幸せ	414	48.8	28.3	15.7	7.0	0.2
まあまあ幸せ	475	37.1	33.7	21.1	8.0	0.2
どちらともいえない	126	33.3	25.4	26.2	14.3	0.8
幸せではない	34	32.4	17.6	23.5	26.5	—

【バランスのよい食事の頻度（問 16）×食育関心（問 21）】

食育関心別にみると、他に比べ、『週2～3日』の割合が「どちらかといえば関心がない」で高くなっています。また、「関心がない」人の中では、『週6日以上』の割合が高くなっています。

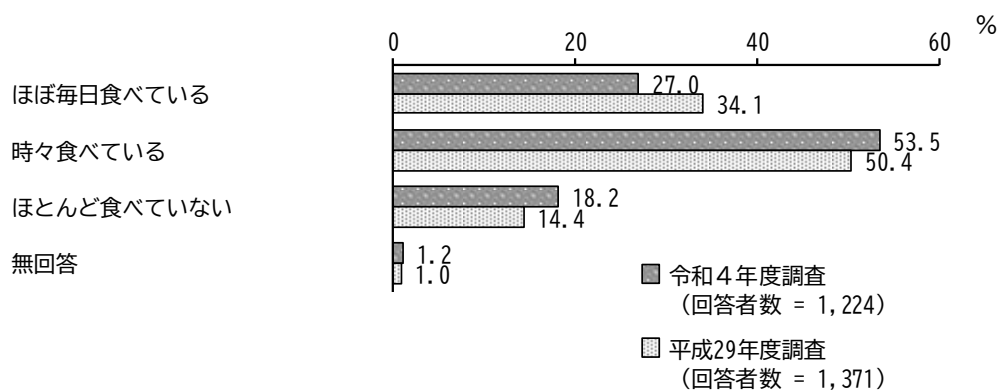
単位：％

問 21 食育関心 \ 問 16 バランスのよい食事の頻度	回答者数 (件)	週6日以上	週4～5日	週2～3日	週1日以下	無回答
全 体	1,224	41.9	30.0	19.2	8.4	0.5
関心がある	286	50.0	29.0	14.7	6.3	—
どちらかといえば関心がある	591	42.8	33.2	17.3	6.4	0.3
どちらかといえば関心がない	241	32.8	24.9	29.0	13.3	—
関心がない	95	36.8	25.3	22.1	15.8	—

問 17 あなたは、野菜を1日に350g（両手山盛り一杯）以上食べていますか。
（○は1つだけ）

「時々食べている」の割合が53.5%と最も高く、次いで「ほぼ毎日食べている」の割合が27.0%、「ほとんど食べていない」の割合が18.2%となっています。

平成29年度調査と比較すると、「ほぼ毎日食べている」の割合が減少しています。



【野菜の摂取状況（問 17）×性別（問 1）】

性別にみると、男性で『ほぼ毎日食べている』割合が低くなっています。

単位：％

問 17 野菜の摂取状況 問 1 性別	回答者数 (件)	ほぼ毎日食べて いる	時々食べている	ほとんど食べて いない	無回答
全 体	1,224	27.0	53.5	18.2	1.2
男性	504	22.0	56.5	20.4	1.0
女性	715	30.8	51.5	16.5	1.3
その他	4	—	50.0	50.0	—

【野菜の摂取状況（問 17）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『ほとんど食べていない』の割合が「男性 10・20 歳代」で高くなっています。また、『ほぼ毎日食べている』の割合が「男性 40 歳代」で低くなっています。

単位：％

問 17 野菜の摂取状況 性・年代	回答者数 (件)	ほぼ毎日食べて いる	時々食べている	ほとんど食べて いない	無回答
全 体	1,224	27.0	53.5	18.2	1.2
男性 10・20 歳代	42	14.3	47.6	38.1	—
男性 30 歳代	54	18.5	59.3	20.4	1.9
男性 40 歳代	76	11.8	65.8	21.1	1.3
男性 50 歳代	79	21.5	59.5	19.0	—
男性 60 歳代	114	27.2	54.4	18.4	—
男性 70 歳以上	136	27.9	52.2	17.6	2.2
女性 10・20 歳代	85	32.9	43.5	22.4	1.2
女性 30 歳代	100	21.0	56.0	22.0	1.0
女性 40 歳代	93	28.0	63.4	8.6	—
女性 50 歳代	125	28.0	53.6	18.4	—
女性 60 歳代	143	34.3	46.9	17.5	1.4
女性 70 歳以上	163	35.6	49.1	12.3	3.1

【野菜の摂取状況（問 17）×生活レベルの感じ方（問 9）】

生活レベルの感じ方別にみると、他に比べ、『ほぼ毎日食べている』の割合が「かなり豊かである」で、『ほとんど食べていない』の割合が「かなり苦しい」で高くなっています。

単位：％

問 17 野菜の摂取状況 問 9 生活レベルの感じ方	回答者数 (件)	ほぼ毎日 食べている	時々食 べている	ほとん ど食べ ていな い	無回 答
全 体	1,224	27.0	53.5	18.2	1.2
かなり豊かである	28	46.4	39.3	14.3	—
まあまあ豊かである	259	31.7	56.4	11.2	0.8
ふつう	671	28.2	52.6	17.9	1.3
やや苦しい	210	19.0	55.7	24.8	0.5
かなり苦しい	54	13.0	51.9	33.3	1.9

【野菜の摂取状況（問 17）×BMI】

BMI 別にみると、他に比べ、『ほぼ毎日食べている』の割合が「肥満」で低くなっています。

単位：％

問 17 野菜の摂取状況 BMI	回答者数 (件)	ほぼ毎日 食べている	時々食 べている	ほとん ど食べ ていな い	無回 答
全 体	1,224	27.0	53.5	18.2	1.2
やせ	143	30.8	47.6	21.0	0.7
標準	849	27.8	53.6	17.6	1.1
肥満	184	19.6	59.8	19.6	1.1

【野菜の摂取状況（問 17）×食育関心（問 21）】

食育関心別にみると、他に比べ、『ほとんど食べていない』の割合が「関心がない」で高くなっています。

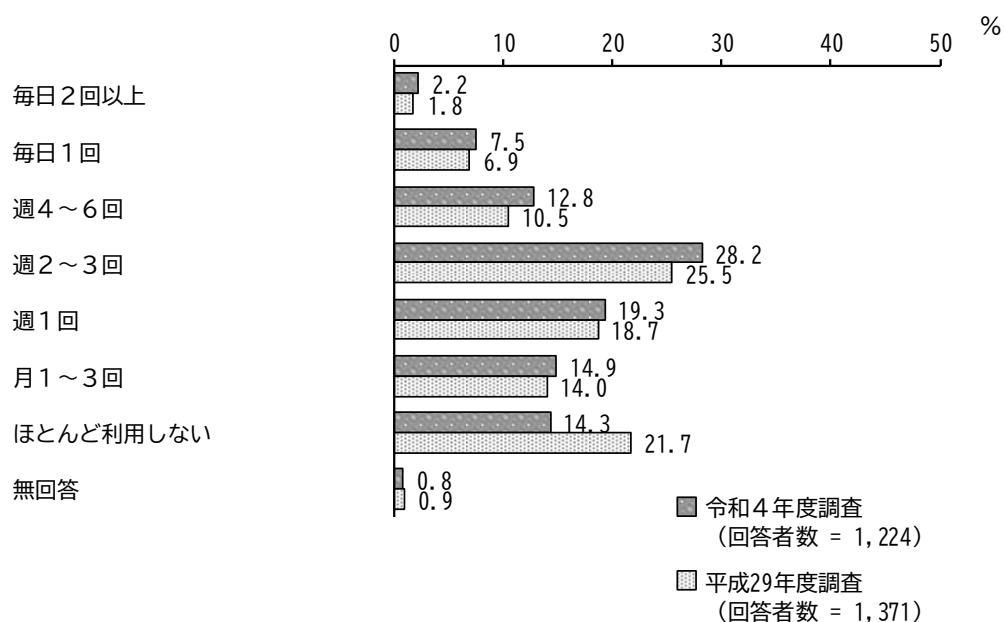
単位：％

問 17 野菜の摂取状況 問 21 食育関心	回答者数 (件)	ほぼ毎日 食べている	時々 食べている	ほとんど 食べていない	無回答
全 体	1,224	27.0	53.5	18.2	1.2
関心がある	286	40.6	50.0	8.7	0.7
どちらかといえば関心がある	591	27.9	54.5	17.1	0.5
どちらかといえば関心がない	241	13.7	59.3	26.1	0.8
関心がない	95	14.7	48.4	35.8	1.1

問 18 あなたは、市販のお弁当・惣菜・調理パン・調理済み冷凍食品などをどのくらいの頻度で利用していますか。（○は1つだけ）

「週2～3回」の割合が28.2%と最も高く、次いで「週1回」の割合が19.3%、「月1～3回」の割合が14.9%となっています。

平成29年度調査と比較すると、「ほとんど利用しない」の割合が減少しています。



【中食※の利用頻度（問 18）×性別（問 1）】

性別にみると、男性で『月 1 ～ 3 回』割合が低くなっています。

単位：％

問 18 中食の利用 頻度 問 1 性別	回答者数 (件)	毎日 2 回以上	毎日 1 回	週 4 ～ 6 回	週 2 ～ 3 回	週 1 回	月 1 ～ 3 回	い ほと んど 利用 しな	無 回 答
全 体	1,224	2.2	7.5	12.8	28.2	19.3	14.9	14.3	0.8
男性	504	2.2	8.7	15.9	28.4	20.0	9.3	14.9	0.6
女性	715	2.2	6.6	10.8	28.1	18.6	18.9	14.0	0.8
その他	4	—	25.0	—	25.0	50.0	—	—	—

※中食：惣菜や弁当などを買って帰り、家で食べること、あるいはその食品のことをいいます。

【中食の利用頻度（問 18）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『月 1 ～ 3 回』の割合が「女性 70 歳以上」で高くなっています。また、『週 2 ～ 3 回』の割合が「女性 70 歳以上」で低くなっています。

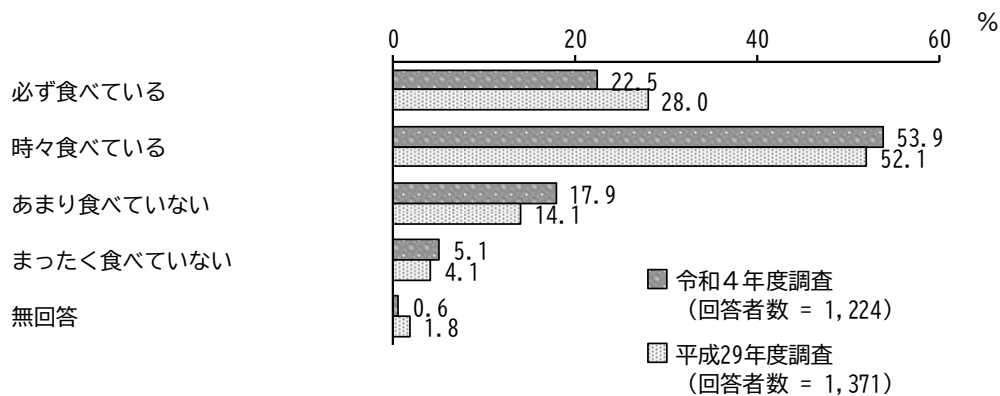
単位：％

問 18 中食の利用 頻度 性・年代	回答者数 (件)	毎日 2 回以上	毎日 1 回	週 4 ～ 6 回	週 2 ～ 3 回	週 1 回	月 1 ～ 3 回	ほ と んど 利用 しな い	無 回 答
全 体	1,224	2.2	7.5	12.8	28.2	19.3	14.9	14.3	0.8
男性 10・20 歳代	42	4.8	7.1	19.0	33.3	14.3	—	21.4	—
男性 30 歳代	54	3.7	11.1	22.2	27.8	18.5	11.1	3.7	1.9
男性 40 歳代	76	2.6	9.2	22.4	23.7	22.4	6.6	13.2	—
男性 50 歳代	79	—	13.9	16.5	30.4	19.0	8.9	11.4	—
男性 60 歳代	114	1.8	6.1	13.2	31.6	18.4	15.8	13.2	—
男性 70 歳以上	136	2.2	7.4	10.3	26.5	22.1	8.1	22.1	1.5
女性 10・20 歳代	85	7.1	8.2	5.9	34.1	18.8	12.9	11.8	1.2
女性 30 歳代	100	8.0	8.0	12.0	35.0	10.0	18.0	9.0	—
女性 40 歳代	93	—	6.5	18.3	26.9	19.4	14.0	15.1	—
女性 50 歳代	125	0.8	5.6	12.8	34.4	20.0	15.2	11.2	—
女性 60 歳代	143	0.7	6.3	10.5	30.1	18.9	19.6	14.0	—
女性 70 歳以上	163	—	6.1	7.4	14.7	21.5	27.6	19.6	3.1

問 19 あなたは、行事食を食べていますか。(○は1つだけ)

「時々食べている」の割合が 53.9%と最も高く、次いで「必ず食べている」の割合が 22.5%、「あまり食べていない」の割合が 17.9%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、「必ず食べている」の割合が減少しています。



【行事食の頻度（問 19）×性別（問 1）】

性別にみると、男性で『必ず食べている』の割合が低くなっています。

単位：％

問 1 性別	問 19 行事食の頻度	回答者数 (件)	必ず 食べて いる	時々 食べて いる	あまり 食べて いない	まったく 食べて いない	無 回答
全 体		1,224	22.5	53.9	17.9	5.1	0.6
男性		504	16.5	54.4	21.8	6.9	0.4
女性		715	26.9	53.7	15.2	3.6	0.6
その他		4	25.0	50.0	—	25.0	—

【行事食の頻度（問 19）×性・年代別】

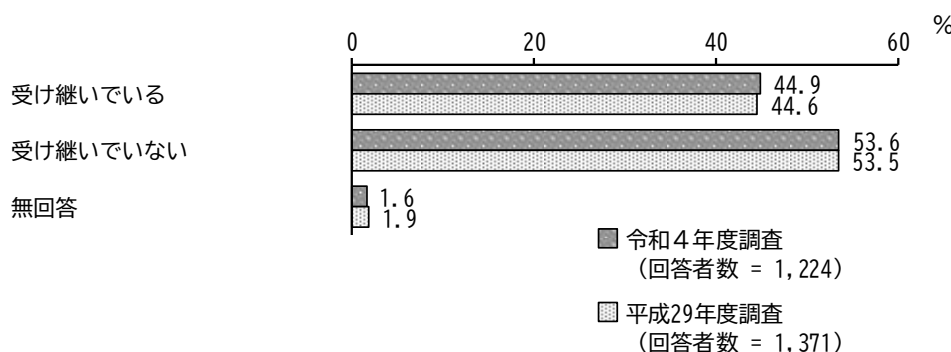
性・年代別にみると、他に比べ、『必ず食べている』の割合が「女性 70 歳以上」で、『時々食べている』の割合が「女性 10・20 歳代」で高くなっています。また、『必ず食べている』の割合が「男性 30 歳代」で低くなっています。

単位：％

問 19 行事食の頻度 性・年代	回答者数 (件)	必ず 食べている	時々 食べている	あまり 食べていない	まったく 食べていない	無回答
全 体	1,224	22.5	53.9	17.9	5.1	0.6
男性 10・20 歳代	42	23.8	47.6	21.4	7.1	—
男性 30 歳代	54	5.6	61.1	24.1	7.4	1.9
男性 40 歳代	76	9.2	61.8	22.4	6.6	—
男性 50 歳代	79	17.7	54.4	22.8	5.1	—
男性 60 歳代	114	15.8	54.4	23.7	6.1	—
男性 70 歳以上	136	22.1	50.0	18.4	8.8	0.7
女性 10・20 歳代	85	21.2	63.5	9.4	4.7	1.2
女性 30 歳代	100	20.0	60.0	14.0	6.0	—
女性 40 歳代	93	23.7	61.3	12.9	2.2	—
女性 50 歳代	125	27.2	55.2	14.4	3.2	—
女性 60 歳代	143	30.1	48.3	18.9	2.8	—
女性 70 歳以上	163	33.1	44.2	17.2	3.7	1.8

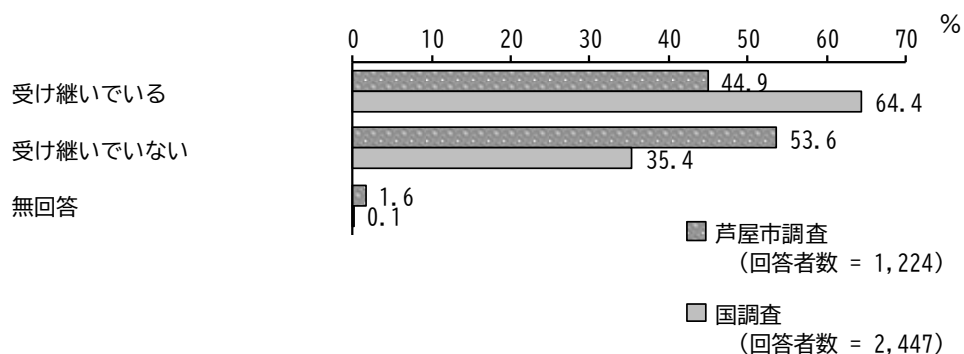
問 20 あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法などを受け継いでいますか。（○は 1 つだけ）

「受け継いでいる」の割合が 44.9%、「受け継いでいない」の割合が 53.6%となっています。平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【国比較】

国調査と比較すると、「受け継いでいる」の割合が低くなっています。



【郷土料理などの継承（問 20）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『受け継いでいない』の割合が「男性 60 歳代」で高くなっています。

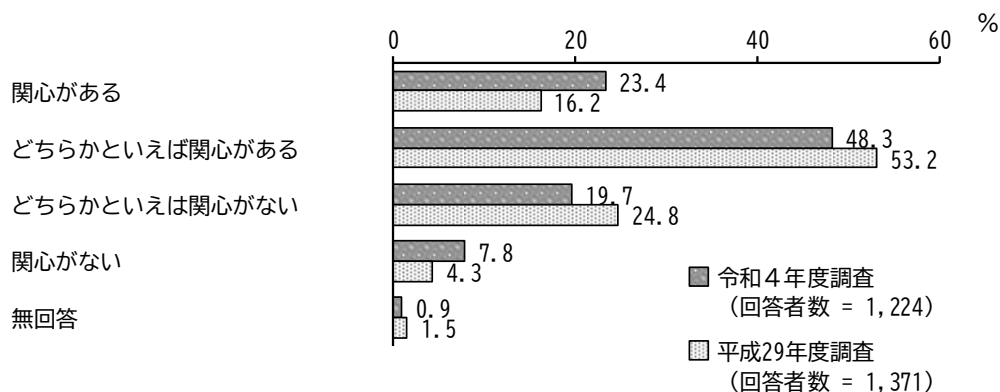
単位：％

性・年代	問 20 郷土料理など の継承	回答者数 (件)	受け継いでいる	受け継いでいない	無回答
全 体		1,224	44.9	53.6	1.6
男性 10・20 歳代		42	33.3	66.7	—
男性 30 歳代		54	37.0	61.1	1.9
男性 40 歳代		76	40.8	59.2	—
男性 50 歳代		79	34.2	65.8	—
男性 60 歳代		114	28.1	71.9	—
男性 70 歳以上		136	39.0	58.8	2.2
女性 10・20 歳代		85	45.9	54.1	—
女性 30 歳代		100	46.0	54.0	—
女性 40 歳代		93	51.6	47.3	1.1
女性 50 歳代		125	58.4	40.8	0.8
女性 60 歳代		143	55.2	42.7	2.1
女性 70 歳以上		163	49.1	45.4	5.5

問 21 あなたは、「食育」に関心がありますか。(○は1つだけ)

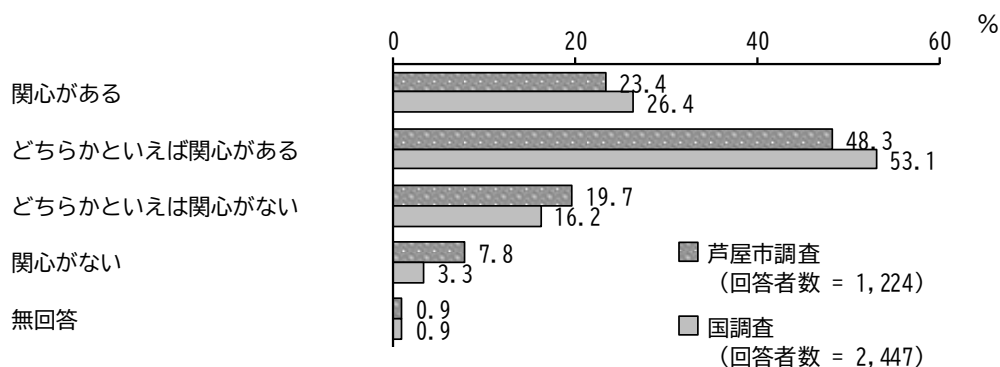
「どちらかといえば関心がある」の割合が 48.3%と最も高く、次いで「関心がある」の割合が 23.4%、「どちらかといえば関心がない」の割合が 19.7%となっています。また、「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」を合わせた割合は 71.7%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、「関心がある」の割合が増加しています。



【国比較】

国調査と比較すると、大きな差異はみられません。



【食育への関心度（問 21）×性別（問 1）】

性別にみると、男性で『関心がある』の割合が低くなっています。

単位：％

問 1 性別	問 21 食育への 関心度	回答者数 (件)	関心 がある	関心 どちら かとい えば ある	関心 どちら かとい えば ない	関心 がない	無回 答
全 体		1,224	23.4	48.3	19.7	7.8	0.9
男性		504	17.1	46.2	23.2	12.7	0.8
女性		715	27.7	49.9	17.3	4.2	0.8
その他		4	50.0	25.0	—	25.0	—

【食育への関心度（問 21）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『どちらかといえは関心がない』の割合が「男性 10・20 歳代」で高くなっています。

単位：％

性・年代 \ 問 21 食育への 関心度	回答者数 (件)	関心がある	どちらかといえは 関心がある	どちらかといえは 関心がない	関心がない	無回答
全 体	1,224	23.4	48.3	19.7	7.8	0.9
男性 10・20 歳代	42	23.8	33.3	31.0	11.9	—
男性 30 歳代	54	16.7	53.7	16.7	11.1	1.9
男性 40 歳代	76	19.7	50.0	18.4	11.8	—
男性 50 歳代	79	19.0	45.6	22.8	12.7	—
男性 60 歳代	114	14.9	49.1	21.9	13.2	0.9
男性 70 歳以上	136	14.7	42.6	27.2	14.0	1.5
女性 10・20 歳代	85	25.9	42.4	23.5	7.1	1.2
女性 30 歳代	100	30.0	50.0	13.0	7.0	—
女性 40 歳代	93	34.4	49.5	14.0	2.2	—
女性 50 歳代	125	24.8	52.8	17.6	4.8	—
女性 60 歳代	143	28.0	49.0	20.3	2.1	0.7
女性 70 歳以上	163	26.4	51.5	16.6	3.1	2.5

【食育への関心度（問 21）×関心度（健康づくりへの関心と取組状況）】

健康づくりへの関心度別にみると、他に比べ、（食育に）『どちらかといえは関心がない』と『関心がない』を合わせた割合が「（健康づくりに）関心はないが取り組んでいる」「関心はなく取り組んでいない」で高くなっています。

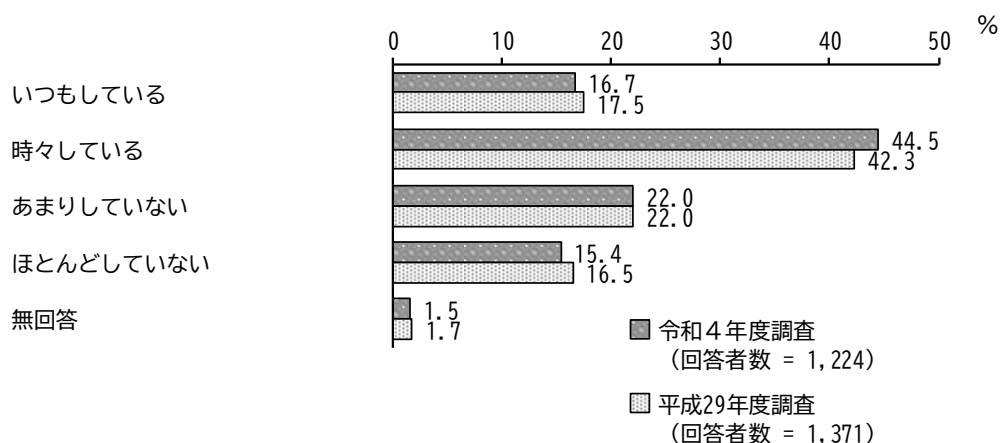
単位：％

健康づくりへの 関心度 \ 問 21 食育への 関心度	回答者数 (件)	関心がある	どちらかといえは 関心がある	どちらかといえは 関心がない	関心がない	無回答
全 体	1,224	23.4	48.3	19.7	7.8	0.9
関心があり取り組んでいる	854	28.2	52.0	13.8	5.3	0.7
関心はあるが取り組んでいない	184	16.3	48.9	31.0	3.3	0.5
関心はないが取り組んでいる	30	10.0	20.0	46.7	23.3	—
関心はなく取り組んでいない	127	3.9	29.1	38.6	28.3	—

問 22 あなたは、外食をする時や食品を購入する時に、栄養成分表示（エネルギーや塩分等の表示）を参考にしていますか。（○は1つだけ）

「時々している」の割合が 44.5%と最も高く、次いで「あまりしていない」の割合が 22.0%、「いつもしている」の割合が 16.7%となっています。また、「いつもしている」と「時々している」を合わせた割合は 61.2%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【栄養成分表示の参考頻度（問 22）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『あまりしていない』の割合が「男性 30 歳代」で高くなっています。

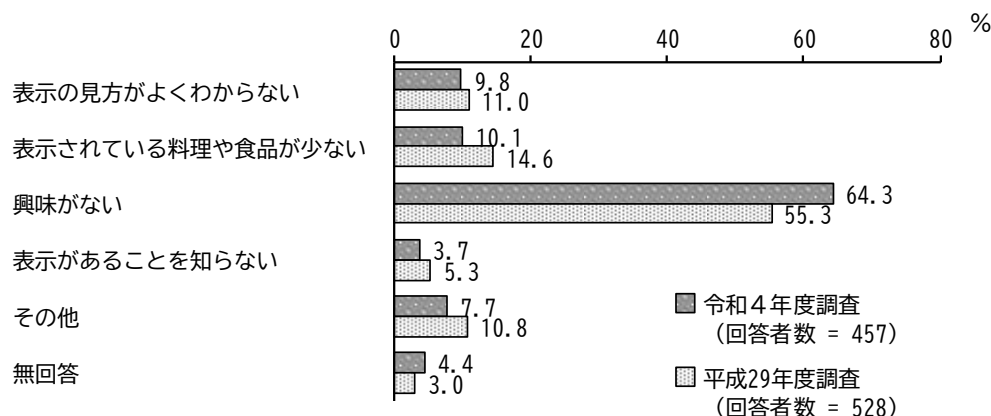
単位：％

性・年代	回答者数 (件)	いつもしている	時々している	あまりしていない	ほとんどしていない	無回答
全 体	1,224	16.7	44.5	22.0	15.4	1.5
男性 10・20 歳代	42	14.3	28.6	31.0	26.2	—
男性 30 歳代	54	9.3	31.5	33.3	22.2	3.7
男性 40 歳代	76	9.2	42.1	23.7	25.0	—
男性 50 歳代	79	7.6	49.4	26.6	16.5	—
男性 60 歳代	114	19.3	35.1	23.7	20.2	1.8
男性 70 歳以上	136	11.0	36.8	29.4	21.3	1.5
女性 10・20 歳代	85	11.8	49.4	25.9	11.8	1.2
女性 30 歳代	100	22.0	41.0	21.0	15.0	1.0
女性 40 歳代	93	21.5	53.8	10.8	14.0	—
女性 50 歳代	125	17.6	45.6	28.0	8.8	—
女性 60 歳代	143	23.1	50.3	15.4	10.5	0.7
女性 70 歳以上	163	19.0	53.4	12.3	10.4	4.9

問 22-1 それはなぜですか。(○は1つだけ)

「興味がない」の割合が 64.3%と最も高く、次いで「表示されている料理や食品が少ない」の割合が 10.1%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、「興味がない」の割合が増加しています。



【参考】にしない理由（問 22-1）×性・年代別

性・年代別にみると、他に比べ、『興味がない』の割合が「男性 40 歳代」で、『表示の見方がよくわからない』の割合が「女性 30 歳代」で高くなっています。

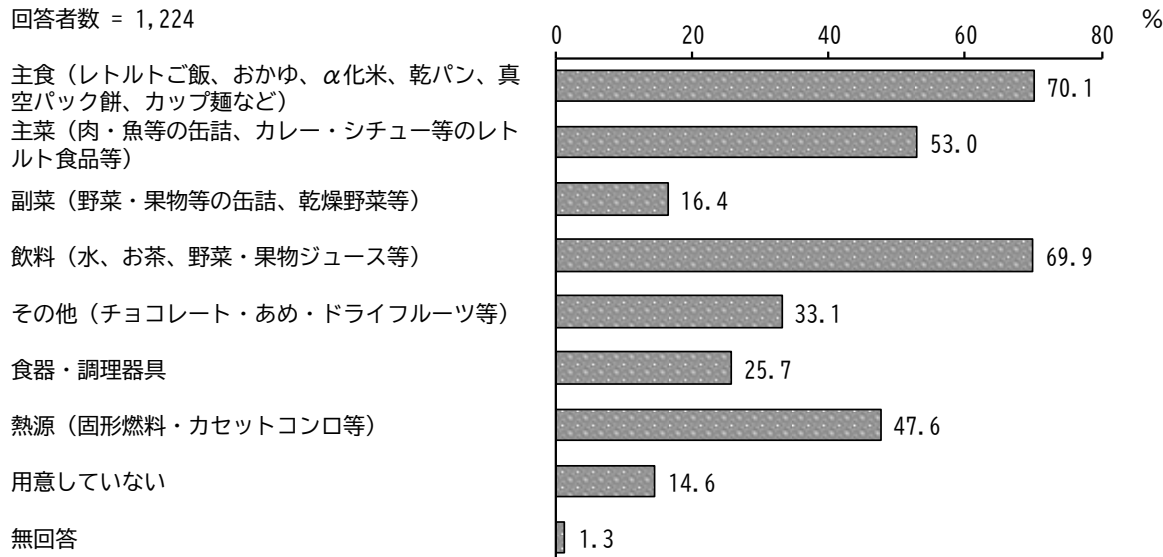
単位：％

性・年代	問 22-1 参考にし ない理由	回答者 数(件)	表示の見方が よくわからない	表示されている 料理や食品が 少ない	興味がない	表示があることを 知らない	その他	無回答
全 体		457	9.8	10.1	64.3	3.7	7.7	4.4
男性 10・20 歳代		24	8.3	8.3	70.8	—	4.2	8.3
男性 30 歳代		30	13.3	13.3	63.3	3.3	3.3	3.3
男性 40 歳代		37	5.4	5.4	83.8	2.7	2.7	—
男性 50 歳代		34	8.8	14.7	55.9	5.9	8.8	5.9
男性 60 歳代		50	8.0	12.0	66.0	2.0	8.0	4.0
男性 70 歳以上		69	8.7	13.0	56.5	8.7	7.2	5.8
女性 10・20 歳代		32	12.5	6.3	75.0	—	6.3	—
女性 30 歳代		36	13.9	5.6	75.0	2.8	2.8	—
女性 40 歳代		23	8.7	4.3	56.5	8.7	13.0	8.7
女性 50 歳代		46	6.5	13.0	67.4	2.2	10.9	—
女性 60 歳代		37	10.8	8.1	51.4	5.4	13.5	10.8
女性 70 歳以上		37	13.5	10.8	56.8	—	10.8	8.1

問 23 災害時に備え、家庭で用意している非常用の食料等の種類を次から選んでください。(あてはまるものすべてに○)

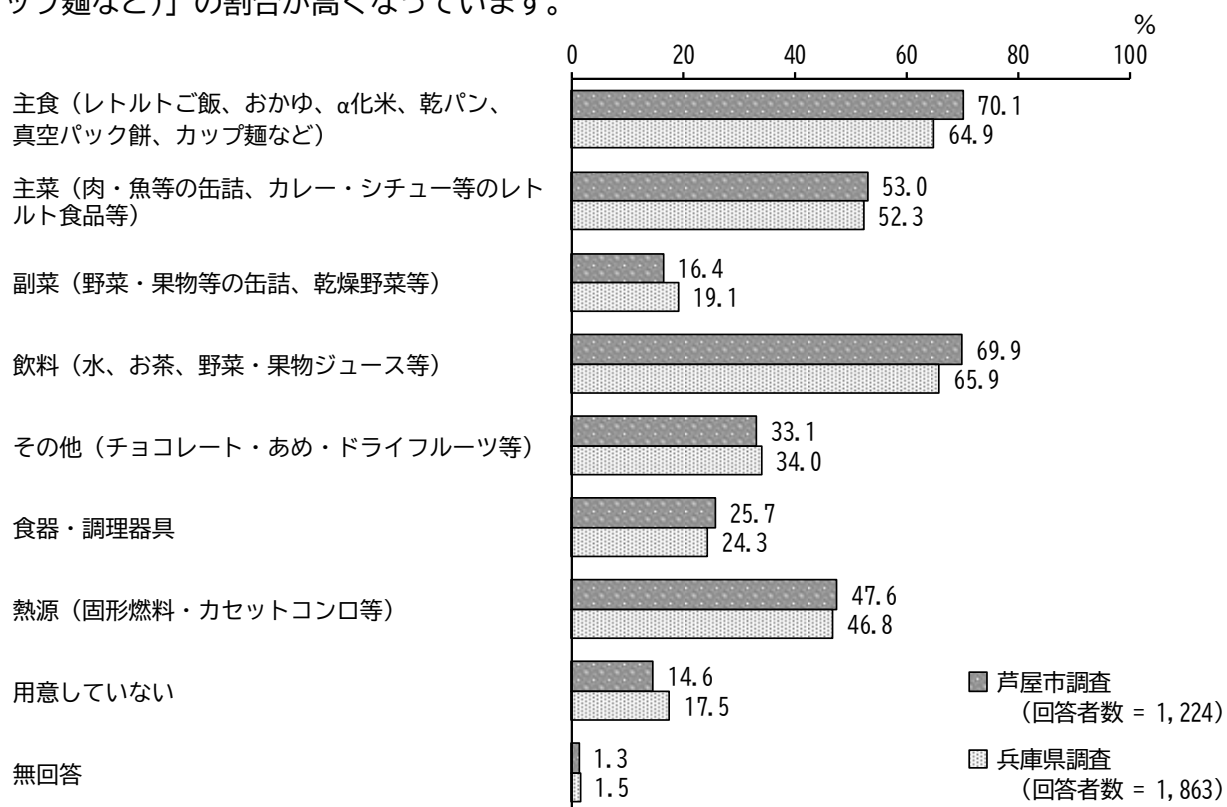
「主食（レトルトご飯、おかゆ、 α 化米、乾パン、真空パック餅、カップ麺など）」の割合が70.1%と最も高く、次いで「飲料（水、お茶、野菜・果物ジュース等）」の割合が69.9%、「主菜（肉・魚等の缶詰、カレー・シチュー等のレトルト食品等）」の割合が53.0%となっています。

回答者数 = 1,224



【県比較】

兵庫県調査と比較すると、「主食（レトルトご飯、おかゆ、 α 化米、乾パン、真空パック餅、カップ麺など）」の割合が高くなっています。



【災害時に備えているもの（問23）×性別（問1）】

性別にみると、他に比べ、『主菜（肉・魚等の缶詰、カレー・シチュー等のレトルト食品等）』の割合が「女性」で高くなっています。

単位：％

問23 災害時に 備えているもの 問1 性別	回答者数（件）	主食（レトルトご飯、おかゆ、 α 化米、乾パン、真空パック餅、カップ麺など）	主菜（肉・魚等の缶詰、カレー・シチュー等のレトルト食品等）	副菜（野菜・果物等の缶詰、乾燥野菜等）	飲料（水、お茶、野菜・果物ジュース等）	その他（チョコレート・あめ・ドライフルーツ等）	食器・調理器具	熱源（固形燃料・カセットコンロ等）	用意していない	無回答
全 体	1,224	70.1	53.0	16.4	69.9	33.1	25.7	47.6	14.6	1.3
男性	504	65.1	46.0	14.9	66.1	26.8	24.2	43.5	19.6	1.4
女性	715	73.8	58.2	17.6	72.6	37.6	26.9	50.8	11.2	1.1
その他	4	50.0	25.0	—	100.0	25.0	25.0	25.0	—	—

【災害時に備えているもの（問23）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『その他（チョコレート・あめ・ドライフルーツ等）』の割合が「男性 10・20 歳代」で高くなっています。また、『主菜（肉・魚等の缶詰、カレー・シチュー等のレトルト食品等）』の割合が「男性 40 歳代」で低くなっています。

単位：％

問23 災害時に 備えているもの 性・年代	回答者数（件）	主食（レトルトご飯、おかゆ、 α 化米、乾パン、真空パック餅、カップ麺など）	主菜（肉・魚等の缶詰、カレー・シチュー等のレトルト食品等）	副菜（野菜・果物等の缶詰、乾燥野菜等）	飲料（水、お茶、野菜・果物ジュース等）	その他（チョコレート・あめ・ドライフルーツ等）	食器・調理器具	熱源（固形燃料・カセットコンロ等）	用意していない	無回答
全 体	1,224	70.1	53.0	16.4	69.9	33.1	25.7	47.6	14.6	1.3
男性 10・20 歳代	42	66.7	45.2	14.3	71.4	50.0	26.2	33.3	23.8	—
男性 30 歳代	54	66.7	37.0	7.4	64.8	25.9	31.5	51.9	18.5	1.9
男性 40 歳代	76	60.5	30.3	11.8	63.2	15.8	11.8	34.2	22.4	—
男性 50 歳代	79	69.6	45.6	7.6	64.6	17.7	19.0	43.0	16.5	—
男性 60 歳代	114	64.9	56.1	15.8	67.5	26.3	28.9	51.8	17.5	1.8
男性 70 歳以上	136	64.0	50.7	22.1	66.2	31.6	26.5	41.9	20.6	2.9
女性 10・20 歳代	85	75.3	47.1	7.1	63.5	27.1	24.7	31.8	11.8	1.2
女性 30 歳代	100	72.0	53.0	9.0	74.0	43.0	33.0	45.0	14.0	—
女性 40 歳代	93	76.3	47.3	14.0	65.6	24.7	28.0	54.8	11.8	—
女性 50 歳代	125	72.0	58.4	18.4	69.6	36.0	34.4	56.0	12.0	—
女性 60 歳代	143	76.9	64.3	19.6	79.7	40.6	21.7	53.8	10.5	—
女性 70 歳以上	163	70.6	67.5	27.0	76.1	45.4	22.1	55.2	9.2	4.3

【災害時に備えているもの（問23）×家族構成（問6）】

家族構成別にみると、他に比べ、『副菜（野菜・果物等の缶詰、乾燥野菜等）』の割合が「3世代以上の世帯（親と子と孫など）」で高くなっています。また、『飲料（水、お茶、野菜・果物ジュース等）』の割合が「ひとり暮らし」で低くなっています。

単位：％

問23 災害時に 備えているもの 問6 家族構成	回答者数（件）	主食（レトルトご飯、おかゆ、 白米、乾パン、真空パック 餅、カップ麺など）	主菜（肉・魚等の缶詰、カレー・ シチュー等のレトルト食品等）	副菜（野菜・果物等の缶詰、 乾燥野菜等）	飲料（水、お茶、野菜・果物 ジュース等）	その他（チョコレート・あめ・ ドライフルーツ等）	食器・調理器具	熱源（固形燃料・カセットコン ロ等）	用意していない	無回答
全 体	1,224	70.1	53.0	16.4	69.9	33.1	25.7	47.6	14.6	1.3
ひとり暮らし	153	64.7	51.6	11.8	60.1	32.7	20.9	39.9	19.0	0.7
夫婦のみ	372	68.0	56.7	19.4	71.8	34.1	25.0	51.6	15.6	1.3
2世代世帯（親と子）	616	73.2	51.6	15.7	71.6	33.8	28.2	48.7	12.5	1.0
3世代以上の世帯 （親と子と孫など）	40	70.0	60.0	25.0	72.5	27.5	17.5	35.0	10.0	5.0
その他	32	68.8	43.8	9.4	75.0	25.0	21.9	43.8	21.9	—

【災害時に備えているもの（問23）×関心度（健康づくりへの関心と取組状況）】

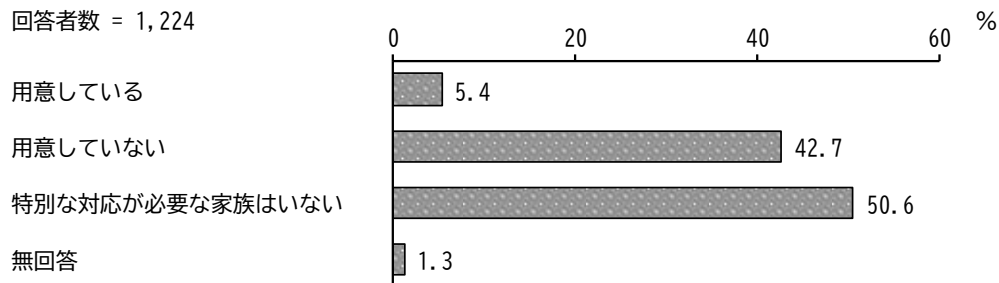
関心度別にみると、他に比べ、『飲料（水、お茶、野菜・果物ジュース等）』の割合が「関心はなく取り組んでいない」で低くなっています。

単位：％

問23 災害時に 備えているもの 関心度	回答者数（件）	主食（レトルトご飯、おかゆ、 白米、乾パン、真空パック餅、 カップ麺など）	主菜（肉・魚等の缶詰、カレー・ シチュー等のレトルト食品等）	副菜（野菜・果物等の缶詰、乾燥 野菜等）	飲料（水、お茶、野菜・果物 ジュース等）	その他（チョコレート・あめ・ ドライフルーツ等）	食器・調理器具	熱源（固形燃料・カセットコン ロ等）	用意していない	無回答
全 体	1,224	70.1	53.0	16.4	69.9	33.1	25.7	47.6	14.6	1.3
関心があり取り組んでいる	854	74.8	58.0	19.3	73.8	37.1	27.2	50.7	11.6	1.1
関心はあるが取り組んでいない	184	66.3	45.1	7.6	67.4	23.9	23.4	44.6	15.2	1.1
関心はないが取り組んでいる	30	60.0	53.3	3.3	63.3	26.7	30.0	43.3	26.7	—
関心はなく取り組んでいない	127	48.8	31.5	10.2	50.4	21.3	18.9	34.6	33.1	0.8

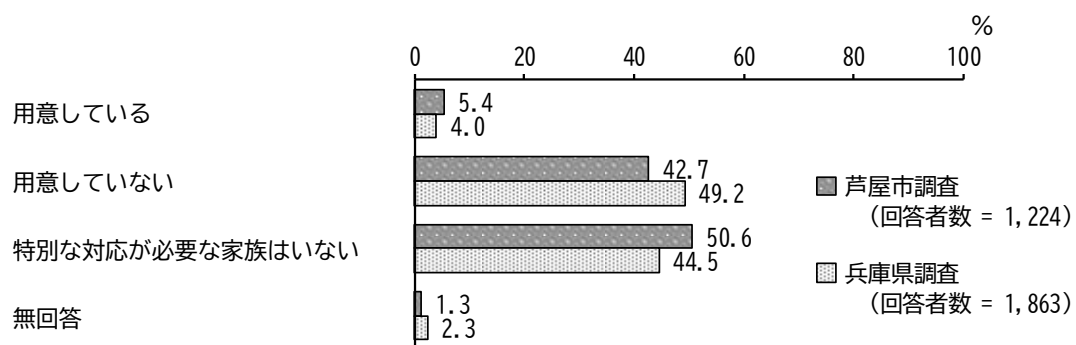
問 24 あなたの家庭では、家族の年齢（乳幼児、高齢者など）や健康状態（食物アレルギー、血圧が高い、食べ物を噛みにくいなど）に応じて、非常用の食糧を用意していますか。（○は1つだけ）

「特別な対応が必要な家族はいない」の割合が 50.6%と最も高く、次いで「用意していない」の割合が 42.7%となっています。



【県比較】

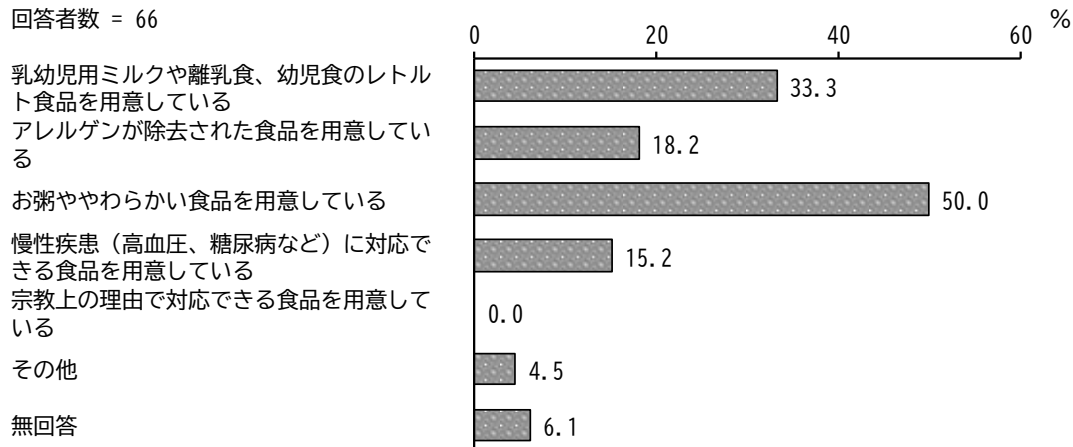
兵庫県調査と比較すると、「特別な対応が必要な家族はいない」の割合が高くなっています。一方、「用意していない」の割合が低くなっています。



問 24-1 家族の年齢や、健康状態に応じてどのような食糧を用意していますか。(あてはまるものすべてに○)

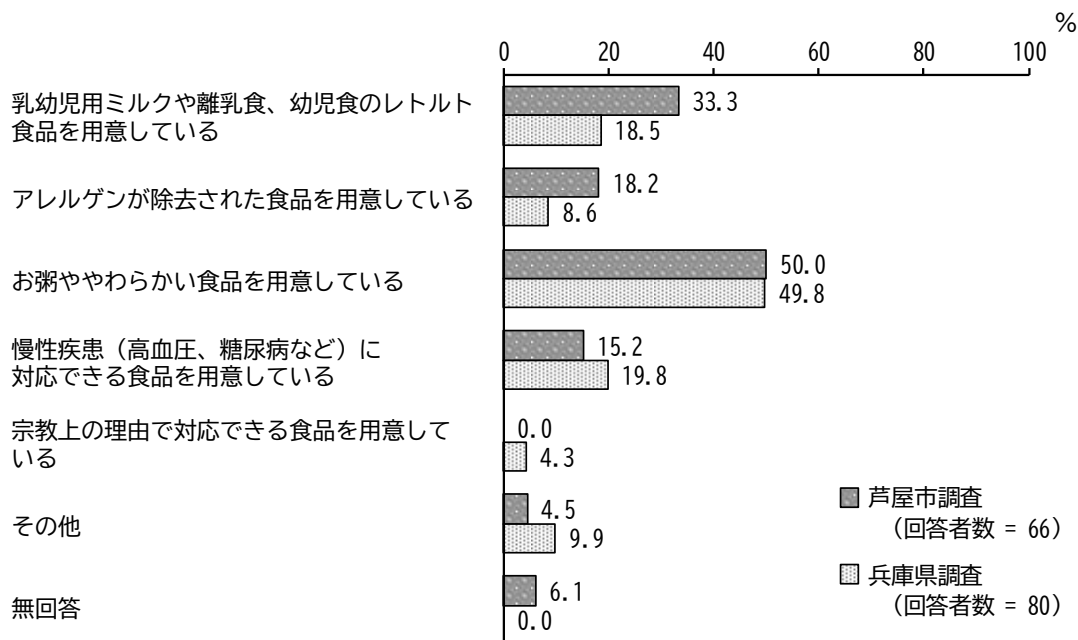
「お粥ややわらかい食品を用意している」の割合が 50.0%と最も高く、次いで「乳幼児用ミルクや離乳食、幼児食のレトルト食品を用意している」の割合が 33.3%、「アレルギーが除去された食品を用意している」の割合が 18.2%となっています。

回答者数 = 66



【県比較】

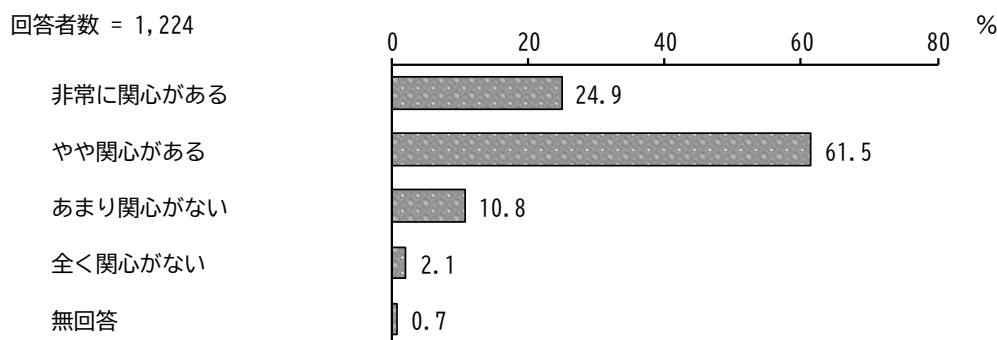
兵庫県調査と比較すると、「乳幼児用ミルクや離乳食、幼児食のレトルト食品を用意している」「アレルギーが除去された食品を用意している」の割合が高くなっています。



(3) 健康づくりについて

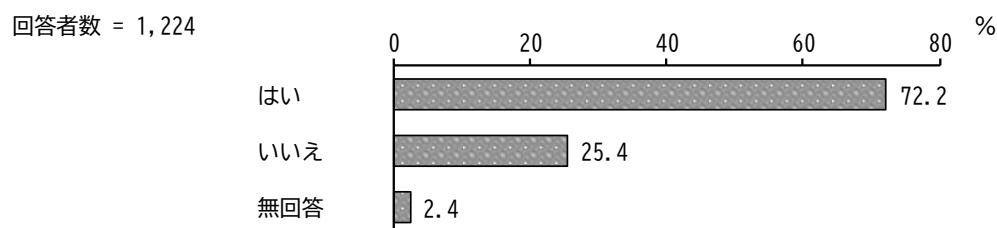
問 25 あなたは、日頃から健康づくりに関心がありますか。(○は1つだけ)

「やや関心がある」の割合が 61.5%と最も高く、次いで「非常に関心がある」の割合が 24.9%、「あまり関心がない」の割合が 10.8%となっています。また、「非常に関心がある」と「やや関心がある」を合わせた割合は 86.4%となっています。



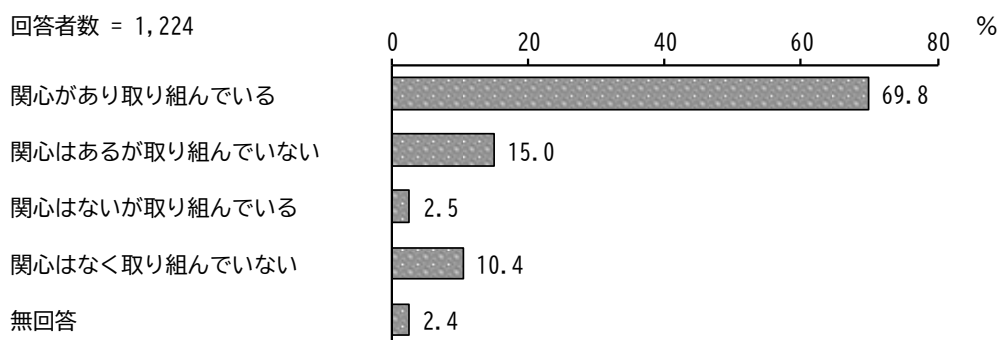
問 26 あなたは、日頃から健康づくり（栄養・運動・休養・健診など）に取り組んでいますか。(○は1つだけ)

「はい」の割合が 72.2%、「いいえ」の割合が 25.4%となっています。



関心層（健康づくりへの関心と取組状況）

「関心があり取り組んでいる」の割合が 69.8%と最も高く、次いで「関心はあるが取り組んでいない」の割合が 15.0%、「関心はなく取り組んでいない」の割合が 10.4%となっています。



※健康づくりへの関心の有無と健康づくりへの取組状況を組み合わせ、4つのパターンに分類しました。

【健康づくりの取組状況（問 26）×性別（問 1）】

性別にみると、大きな差はみられません。

単位：％

問 1 性別	問 26 健康づくりの取組 状況	回答者数 (件)	関心があり取り組 んでいる	関心はあるが取り 組んでいない	関心はないが取り 組んでいる	関心はなく取り組 んでいない	無回答
全 体		1,224	69.8	15.0	2.5	10.4	2.4
男性		504	66.3	16.1	2.6	13.3	1.8
女性		715	72.2	14.4	2.4	8.4	2.7
その他		4	100.0	—	—	—	—

【健康づくりの取組状況（問 26）×年齢（問 2）】

年齢別にみると、他に比べ、『関心はなく取り組んでいない』の割合が「10・20 歳代」で高くなっています。また、『関心はあるが取り組んでいない』の割合が「30 歳代」「40 歳代」で高くなっています。

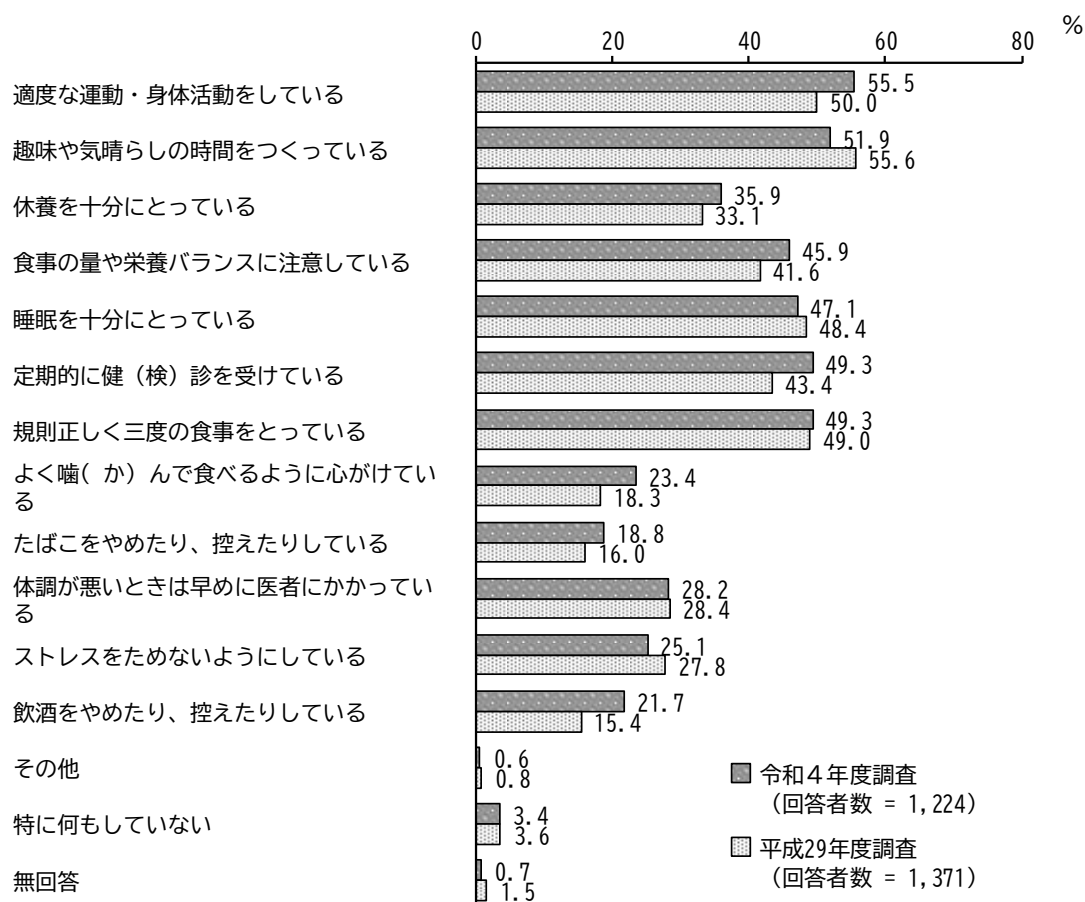
単位：％

問 2 年齢	問 26 健康づくりの取組 状況	回答者数 (件)	関心があり取り組 んでいる	関心はあるが取り 組んでいない	関心はないが取り 組んでいる	関心はなく取り組 んでいない	無回答
全 体		1,224	69.8	15.0	2.5	10.4	2.4
10・20 歳代		129	58.9	16.3	0.8	23.3	0.8
30 歳代		154	59.1	21.4	3.9	14.9	0.6
40 歳代		170	66.5	20.0	0.6	11.2	1.8
50 歳代		205	69.3	14.6	4.4	10.2	1.5
60 歳代		257	77.8	11.7	3.1	5.1	2.3
70 歳以上		299	75.6	11.4	1.7	6.7	4.7

**問 27 健康づくりのために、日ごろから何か心がけていることはありますか。
(あてはまるものすべてに○)**

「適度な運動・身体活動をしている」の割合が55.5%と最も高く、次いで「趣味や気晴らしの時間をつくっている」の割合が51.9%、「定期的に健（検）診を受けている」の割合が49.3%となっています。

平成29年度調査と比較すると、「適度な運動・身体活動をしている」「定期的に健（検）診を受けている」「よく噛（か）んで食べるように心がけている」「飲酒をやめたり、控えたりしている」の割合が増加しています。



【健康づくりのために心がけていること（問27）×生活レベルの感じ方（問9）】

生活レベルの感じ方別にみると、他に比べ、『趣味や気晴らしの時間をつくっている』の割合が「かなり豊かである」で高くなっています。また、他に比べ、『規則正しく三度の食事をとっている』の割合が「かなり苦しい」で低くなっています。

単位：％

問27 健康づくりの ために心がけ ていること 問9 生活レベルの感 じ方	回答者数（件）	適度な運動・身体活動をして いる	趣味や気晴らしの時間をつ くっている	休養を十分にとっている	食事の量や栄養バランス に注意している	睡眠を十分にとっている	定期的に健（検）診を 受けている	規則正しく三度の食事を とっている
全 体	1,224	55.5	51.9	35.9	45.9	47.1	49.3	49.3
かなり豊かである	28	78.6	75.0	53.6	67.9	60.7	60.7	53.6
まあまあ豊かである	259	65.6	61.8	43.2	55.2	54.8	51.4	52.5
ふつう	671	54.1	51.0	34.6	45.8	45.0	51.6	50.7
やや苦しい	210	48.1	43.8	31.4	35.7	45.2	42.9	46.2
かなり苦しい	54	42.6	37.0	25.9	33.3	38.9	31.5	29.6

問27 健康づくりの ために心がけ ていること 性・年代	よく噛（か）んで食べるように心 がけている	たばこをやめたり、控えたり している	体調が悪いときは早めに医者に かかっている	ストレスをためないように している	飲酒をやめたり、控えたり している	その他	特に何もしていない	無回答
全 体	23.4	18.8	28.2	25.1	21.7	0.6	3.4	0.7
かなり豊かである	35.7	25.0	42.9	42.9	28.6	—	3.6	—
まあまあ豊かである	25.1	17.4	32.4	34.0	18.1	0.4	1.2	—
ふつう	21.8	20.1	26.4	21.3	21.6	0.7	3.7	0.9
やや苦しい	25.2	17.6	27.6	26.2	25.2	0.5	3.8	0.5
かなり苦しい	22.2	11.1	25.9	16.7	24.1	—	7.4	1.9

【健康づくりのために心がけていること（問 27）×関心度（健康づくりへの関心と取組状況）】

関心度別にみると、他に比べ、『定期的に健（検）診を受けている』の割合が「関心はないが取り組んでいる」で高くなっています。また、『適度な運動・身体活動をしている』の割合が「関心はなく取り組んでいない」で低くなっています。

単位：％

問 27 健康づくりの ために心がけて いること 関心度	回答者 数（件）	適 度 な 運 動 ・ 身 体 活 動 を し て い る	趣 味 や 気 晴 ら し の 時 間 を つ く っ て い る	休 養 を 十 分 に と っ て い る	食 事 の 量 や 栄 養 バ ラ ン ス に 注 意 し て い る	睡 眠 を 十 分 に と っ て い る	定 期 的 に 健 （ 検 ） 診 を 受 け て い る	規 則 正 し く 三 度 の 食 事 を と っ て い る
全 体	1,224	55.5	51.9	35.9	45.9	47.1	49.3	49.3
関心があり取り組んでいる	854	72.1	58.4	40.5	56.2	50.7	56.9	58.4
関心はあるが取り組んでいない	184	15.8	36.4	27.2	25.0	44.6	31.0	31.0
関心はないが取り組んでいる	30	40.0	63.3	30.0	26.7	40.0	66.7	46.7
関心はなく取り組んでいない	127	11.8	32.3	19.7	15.0	30.7	22.0	17.3

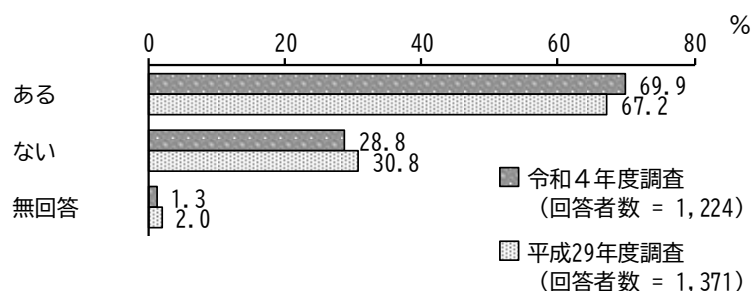
問 27 健康づくりの ために心がけて いること 性・年代	よ く 噛 （ か ） ん で 食 べ る よ う に 心 が け て い る	た ば こ を や め た り 、 控 え た り し て い る	体 調 が 悪 い と き は 早 め に 医 者 に か か っ て い る	ス ト レ ス を た め な い よ う に し て い る	飲 酒 を や め た り 、 控 え た り し て い る	そ の 他	特 に 何 も し て い な い	無 回 答
全 体	23.4	18.8	28.2	25.1	21.7	0.6	3.4	0.7
関心があり取り組んでいる	26.7	20.8	31.7	28.0	24.5	0.7	—	0.1
関心はあるが取り組んでいない	15.2	14.1	18.5	21.7	18.5	0.5	7.1	1.1
関心はないが取り組んでいる	16.7	23.3	33.3	23.3	10.0	—	—	—
関心はなく取り組んでいない	11.8	11.0	15.7	11.8	11.0	—	22.0	1.6

問 28 かかりつけの医師や歯科医師や薬局がありますか。(○はそれぞれ1つだけ)

①かかりつけ医師

「ある」の割合が 69.9%、「ない」の割合が 28.8%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【かかりつけ医師の有無（問 28）×性別（問 1）】

性別にみると、大きな差はみられません。

単位：%

問 1 性別	問 28 かかりつけ医師 の有無	回答者 数 (件)	ある	ない	無 回 答
全 体		1,224	69.9	28.8	1.3
男性		504	66.3	32.9	0.8
女性		715	72.4	26.0	1.5
その他		4	75.0	25.0	—

【かかりつけ医師の有無（問 28）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『ない』の割合が「男性 40 歳代」で高くなっています。

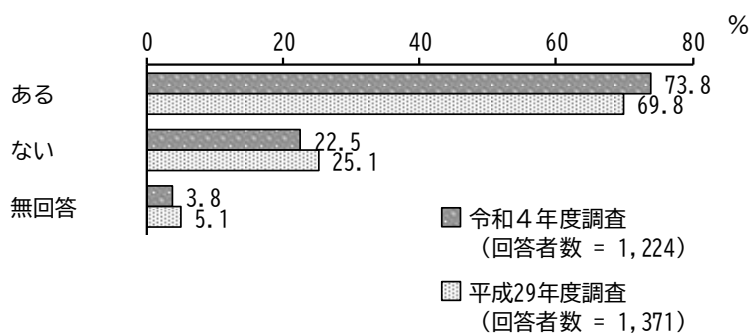
単位：％

性・年代	問 28 かかりつけ医師 の有無	回答者数 (件)	ある	ない	無回答
全 体		1,224	69.9	28.8	1.3
男性 10・20 歳代		42	40.5	59.5	—
男性 30 歳代		54	50.0	48.1	1.9
男性 40 歳代		76	36.8	63.2	—
男性 50 歳代		79	67.1	32.9	—
男性 60 歳代		114	77.2	21.9	0.9
男性 70 歳以上		136	87.5	11.0	1.5
女性 10・20 歳代		85	63.5	35.3	1.2
女性 30 歳代		100	67.0	32.0	1.0
女性 40 歳代		93	62.4	35.5	2.2
女性 50 歳代		125	64.8	33.6	1.6
女性 60 歳代		143	73.4	25.2	1.4
女性 70 歳以上		163	90.8	7.4	1.8

②かかりつけ歯科医師

「ある」の割合が 73.8%、「ない」の割合が 22.5%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【かかりつけ歯科医師の有無（問 28）×性別（問 1）】

性別にみると、他に比べ、『ない』の割合が「男性」で高くなっています。

単位：％

問 1 性別 \ 問 28 かかりつけ歯科 医師の有無	回 答 者 数 (件)	あ る	な い	無 回 答
全 体	1,224	73.8	22.5	3.8
男性	504	65.5	30.2	4.4
女性	715	79.9	16.9	3.2
その他	4	50.0	50.0	—

【かかりつけ歯科医師の有無（問 28）×性・年代別】

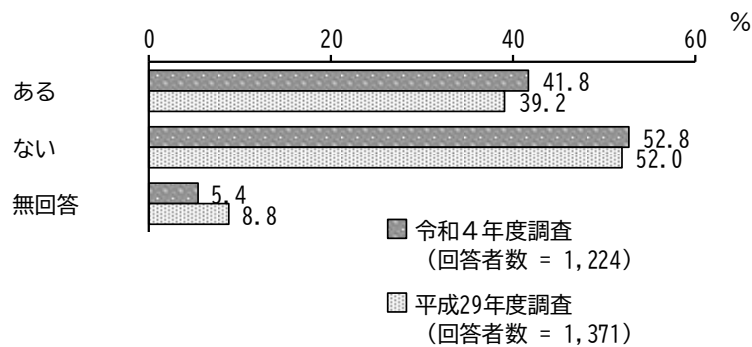
性・年代別にみると、他に比べ、『ない』の割合が「男性 10・20 歳代」「男性 30 歳代」で高くなっています。

単位：％

性・年代 \ 問 28 かかりつけ歯科 医師の有無	回 答 者 数 (件)	あ る	な い	無 回 答
全 体	1,224	73.8	22.5	3.8
男性 10・20 歳代	42	50.0	50.0	—
男性 30 歳代	54	48.1	50.0	1.9
男性 40 歳代	76	55.3	43.4	1.3
男性 50 歳代	79	70.9	29.1	—
男性 60 歳代	114	71.1	24.6	4.4
男性 70 歳以上	136	75.7	14.0	10.3
女性 10・20 歳代	85	68.2	29.4	2.4
女性 30 歳代	100	74.0	25.0	1.0
女性 40 歳代	93	79.6	20.4	—
女性 50 歳代	125	79.2	17.6	3.2
女性 60 歳代	143	86.7	10.5	2.8
女性 70 歳以上	163	84.7	8.6	6.7

③かかりつけ薬局（薬剤師）

「ある」の割合が41.8%、「ない」の割合が52.8%となっています。
平成29年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【かかりつけ薬局の有無（問28）×性別（問1）】

性別にみると、大きな差はみられません。

単位：％

問1 性別	問28 かかりつけ薬局 の有無	回答者 数 (件)	ある	ない	無 回 答
全 体		1,224	41.8	52.8	5.4
男性		504	38.7	55.6	5.8
女性		715	44.2	50.8	5.0
その他		4	25.0	75.0	—

【かかりつけ薬局の有無（問 28）×性・年代別】

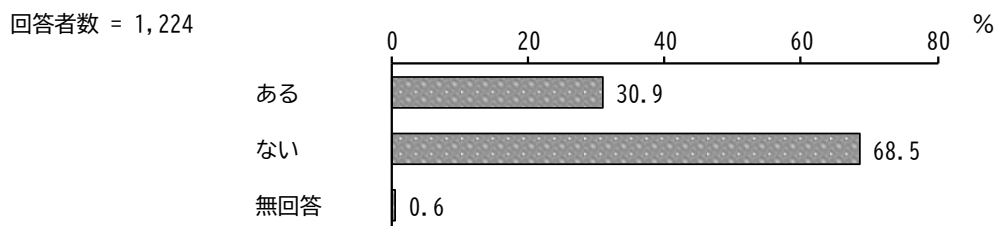
性・年代別にみると、他に比べ、『ある』の割合が「女性 70 歳以上」で高くなっています。

単位：％

性・年代 \ 問 28 かかりつけ薬局 の有無	回答者数 (件)	ある	ない	無回答
全 体	1,224	41.8	52.8	5.4
男性 10・20 歳代	42	28.6	71.4	—
男性 30 歳代	54	27.8	70.4	1.9
男性 40 歳代	76	23.7	73.7	2.6
男性 50 歳代	79	34.2	64.6	1.3
男性 60 歳代	114	49.1	45.6	5.3
男性 70 歳以上	136	49.3	37.5	13.2
女性 10・20 歳代	85	29.4	67.1	3.5
女性 30 歳代	100	46.0	53.0	1.0
女性 40 歳代	93	32.3	67.7	—
女性 50 歳代	125	32.8	60.8	6.4
女性 60 歳代	143	51.0	45.5	3.5
女性 70 歳以上	163	58.9	29.4	11.7

問 29 現在、身体のどこかに3か月以上続く痛みがありますか。(○は1つだけ)

「ある」の割合が 30.9%、「ない」の割合が 68.5%となっています。



【継続した痛みの有無（問 29）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『ない』の割合が「男性 10・20 歳代」「女性 10・20 歳代」で高くなっています。『ある』の割合が、男女ともに年代が上がるにつれ高くなる傾向となっており、特に「女性 70 歳以上」で高くなっています。

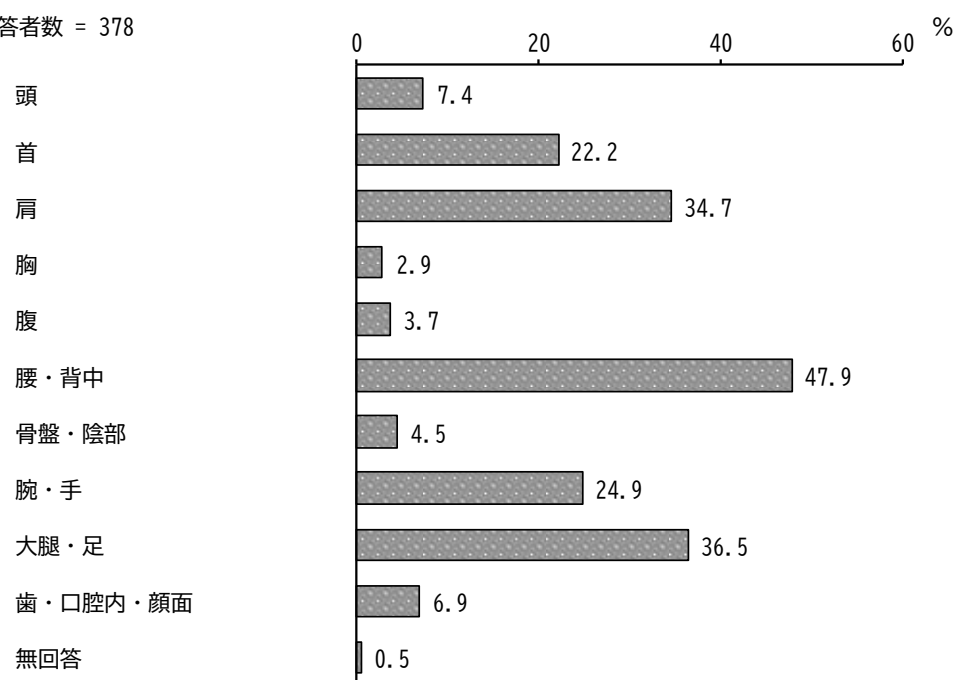
単位：％

性・年代	問 29 継続した痛みの 有無	回答者数 (件)	ある	ない	無回答
全 体		1,224	30.9	68.5	0.6
男性 10・20 歳代		42	9.5	90.5	—
男性 30 歳代		54	14.8	83.3	1.9
男性 40 歳代		76	18.4	81.6	—
男性 50 歳代		79	20.3	79.7	—
男性 60 歳代		114	30.7	69.3	—
男性 70 歳以上		136	37.5	60.3	2.2
女性 10・20 歳代		85	8.2	91.8	—
女性 30 歳代		100	21.0	79.0	—
女性 40 歳代		93	24.7	75.3	—
女性 50 歳代		125	41.6	58.4	—
女性 60 歳代		143	40.6	58.7	0.7
女性 70 歳以上		163	50.9	48.5	0.6

問 29-1 その痛みは身体のだこの痛みですか。(あてはまるものすべてに○)

「腰・背中」の割合が 47.9%と最も高く、次いで「大腿・足」の割合が 36.5%、「肩」の割合が 34.7%となっています。

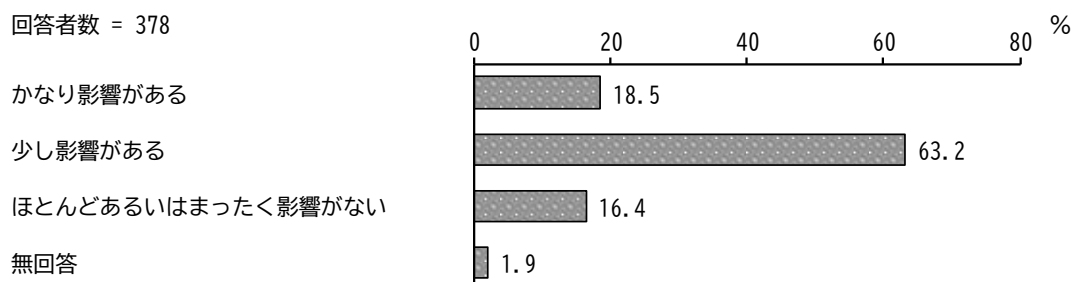
回答者数 = 378



問 29-2 その痛みは普段の生活に影響がありますか。(○は1つだけ)

「少し影響がある」の割合が 63.2%と最も高く、次いで「かなり影響がある」の割合が 18.5%、「ほとんどあるいはまったく影響がない」の割合が 16.4%となっています。

回答者数 = 378



【痛みの影響度（問 29-2）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『ほとんどあるいはまったく影響がない』の割合が「男性 50 歳代」で高くなっています。

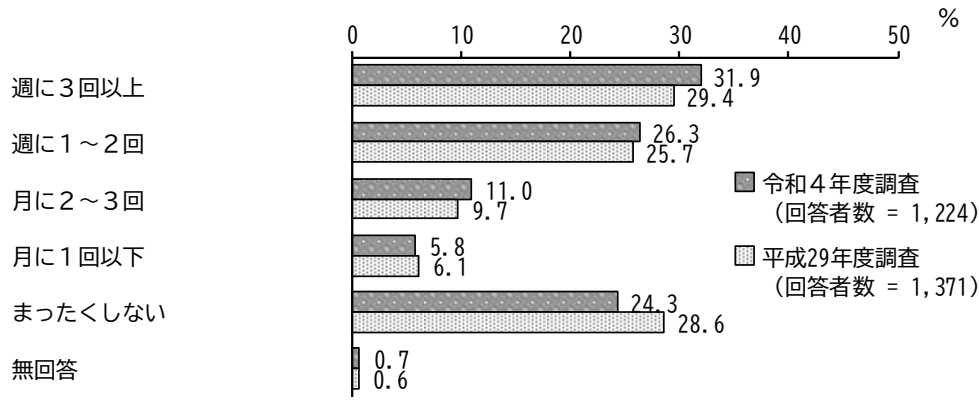
単位：%

問 29-2 痛みの影響度 性・年代	回答者数 (件)	かなり 影響 がある	少し 影響 がある	ほとん どある いは まっ たく 影響 が ない	無 回 答
全 体	378	18.5	63.2	16.4	1.9
男性 10・20 歳代	4	25.0	50.0	25.0	—
男性 30 歳代	8	—	75.0	25.0	—
男性 40 歳代	14	14.3	71.4	7.1	7.1
男性 50 歳代	16	6.3	56.3	37.5	—
男性 60 歳代	35	8.6	68.6	22.9	—
男性 70 歳以上	51	29.4	54.9	11.8	3.9
女性 10・20 歳代	7	14.3	57.1	28.6	—
女性 30 歳代	21	14.3	71.4	14.3	—
女性 40 歳代	23	13.0	69.6	17.4	—
女性 50 歳代	52	17.3	69.2	11.5	1.9
女性 60 歳代	58	20.7	53.4	25.9	—
女性 70 歳以上	83	22.9	63.9	9.6	3.6

問 30 あなたは、運動（1日に1回30分以上のウォーキング、ジョギング、ゲートボール、体操など）をどのくらい行っていますか。（○は1つだけ）

「週に3回以上」の割合が31.9%と最も高く、次いで「週に1～2回」の割合が26.3%、「まったくしない」の割合が24.3%となっています。

平成29年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【運動の頻度（問30）×性別（問1）】

性別にみると、他に比べ、『週に3回以上』の割合が「男性」で高くなっています。

単位：％

問1 性別	問30 運動の頻度	回答者数 (件)	週に3回以上	週に1～2回	月に2～3回	月に1回以下	まったくしない	無回答
全 体		1,224	31.9	26.3	11.0	5.8	24.3	0.7
男性		504	39.1	21.2	9.9	6.5	22.6	0.6
女性		715	26.7	29.9	11.7	5.3	25.6	0.7
その他		4	50.0	25.0	25.0	—	—	—

【運動の頻度（問 30）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『週に3回以上』の割合が「男性 60 歳代」で高くなっています。また、『週に3回以上』の割合が「女性 30 歳代」「女性 40 歳代」で低くなっています。

単位：％

問 30 運動の頻度 性・年代	回答者数 (件)	週に3回以上	週に1～2回	月に2～3回	月に1回以下	まったくしない	無回答
全 体	1,224	31.9	26.3	11.0	5.8	24.3	0.7
男性 10・20 歳代	42	21.4	26.2	16.7	—	35.7	—
男性 30 歳代	54	31.5	20.4	9.3	9.3	27.8	1.9
男性 40 歳代	76	31.6	21.1	11.8	9.2	26.3	—
男性 50 歳代	79	31.6	20.3	19.0	7.6	21.5	—
男性 60 歳代	114	50.0	19.3	7.9	9.6	13.2	—
男性 70 歳以上	136	47.8	22.8	2.9	2.2	22.8	1.5
女性 10・20 歳代	85	24.7	34.1	15.3	7.1	18.8	—
女性 30 歳代	100	11.0	35.0	13.0	9.0	32.0	—
女性 40 歳代	93	16.1	25.8	12.9	6.5	38.7	—
女性 50 歳代	125	31.2	29.6	8.0	4.0	27.2	—
女性 60 歳代	143	30.8	30.1	14.0	2.8	22.4	—
女性 70 歳以上	163	36.8	26.4	9.8	4.9	19.0	3.1

【運動の頻度（問 30）×関心度（健康づくりへの関心と取組状況）】

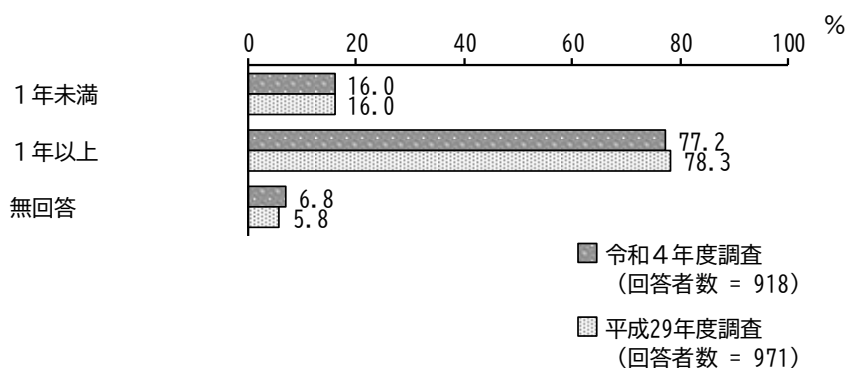
関心度別にみると、他に比べ、『まったくしない』の割合が「関心はなく取り組んでいない」で高くなっています。

単位：％

問 30 運動の頻度 関心度	回答者数 (件)	週に3回以上	週に1～2回	月に2～3回	月に1回以下	まったくしない	無回答
全 体	1,224	31.9	26.3	11.0	5.8	24.3	0.7
関心があり取り組んでいる	854	40.4	30.9	10.9	4.0	13.5	0.4
関心はあるが取り組んでいない	184	8.2	16.8	13.0	12.0	49.5	0.5
関心はないが取り組んでいる	30	23.3	20.0	3.3	10.0	43.3	—
関心はなく取り組んでいない	127	15.0	11.8	11.8	7.9	53.5	—

問 30-1 上記の運動はどのくらい続けていますか。(○は1つだけ)

「1年未満」の割合が16.0%、「1年以上」の割合が77.2%となっています。
平成29年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【運動の継続状況（問 30-1）×性別（問 1）】

性別にみると、他に比べ、『1年以上』の割合が「男性」で高くなっています。

単位：％

問 1 性別	問 30-1 運動の継続状況	回答者数 (件)	1年未満	1年以上	無回答
全 体		918	16.0	77.2	6.8
男性		387	12.1	82.2	5.7
女性		527	18.8	73.6	7.6
その他		4	25.0	75.0	—

【運動の継続状況（問 30-1）×関心度（健康づくりへの関心と取組状況）】

関心度別にみると、他に比べ、『1年未満』の割合が「関心はあるが取り組んでいない」で高くなっています。

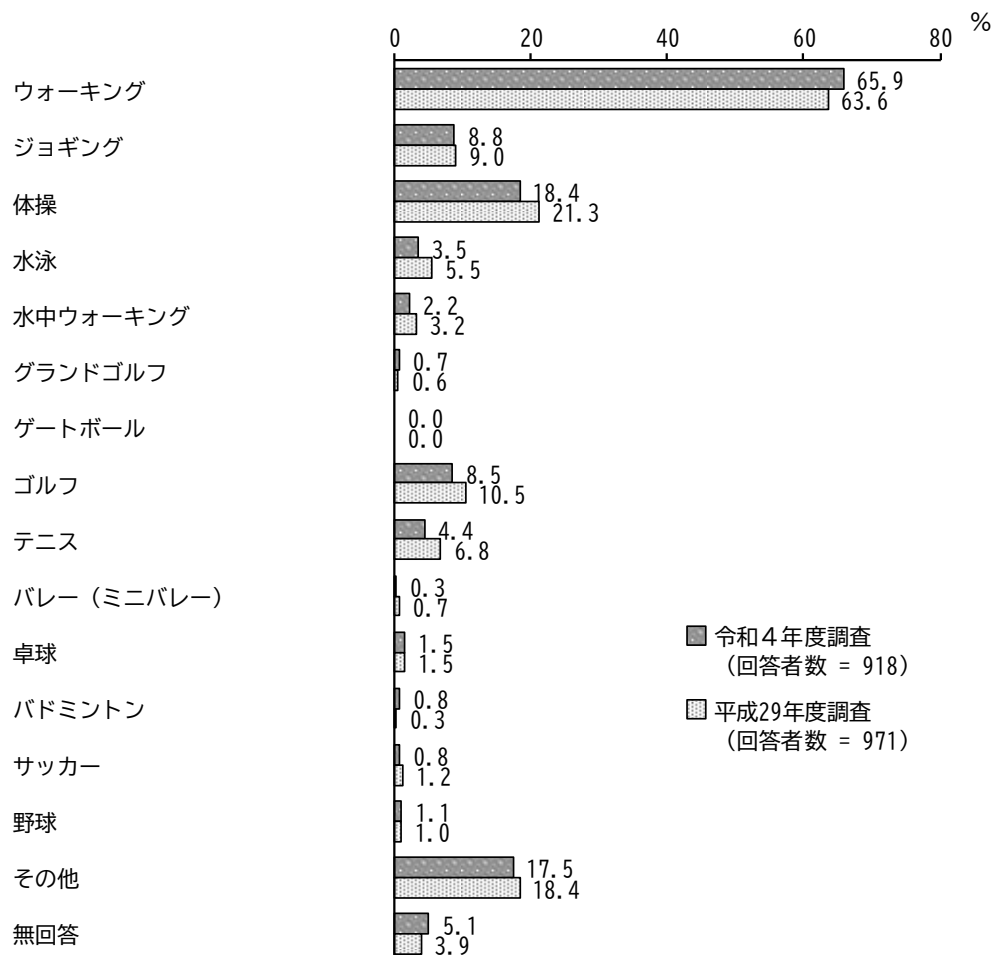
単位：％

関心度	問 30-1 運動の継続状況	回答者数 (件)	1年未満	1年以上	無回答
全 体		918	16.0	77.2	6.8
関心があり取り組んでいる		736	14.9	78.9	6.1
関心はあるが取り組んでいない		92	28.3	65.2	6.5
関心はないが取り組んでいる		17	11.8	82.4	5.9
関心はなく取り組んでいない		59	11.9	76.3	11.9

問 30-2 どのような運動をしていますか。(あてはまるものすべてに○)

「ウォーキング」の割合が 65.9%と最も高く、次いで「体操」の割合が 18.4%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【運動の種類 (問 30-2) × 性別 (問 1)】

性別にみると、男性で『体操』の割合が低くなっています。

単位：％

問 30-2 運動の 種類	回 答 者 数 (件)	ウ ォ ー キ ン グ	ジ ョ ギ ン グ	体 操	水 泳	水 中 ウ ォ ー キ ン グ	グ ラ ン ド ゴ ル フ	ゲ ー ト ボ ー ル	ゴ ル フ	テ ニ ス	バ レー (ミ ニ バ レー)	卓 球	バ ド ミ ン ト ン	サ ッ カ ー	野 球	そ の 他	無 回 答
問 1 性別																	
全 体	918	65.9	8.8	18.4	3.5	2.2	0.7	—	8.5	4.4	0.3	1.5	0.8	0.8	1.1	17.5	5.1
男性	387	65.9	15.8	11.6	2.6	1.6	—	—	13.7	4.7	—	1.6	0.8	1.3	2.6	18.6	4.7
女性	527	65.8	3.8	23.1	4.2	2.7	1.1	—	4.7	4.2	0.6	1.5	0.8	0.4	—	16.7	5.5
その他	4	75.0	—	50.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	25.0	—

【運動の種類（問 30-2）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『体操』の割合が「女性 70 歳以上」で高くなっています。また、『ウォーキング』の割合が「男性 10・20 歳代」で低くなっています。

単位：％

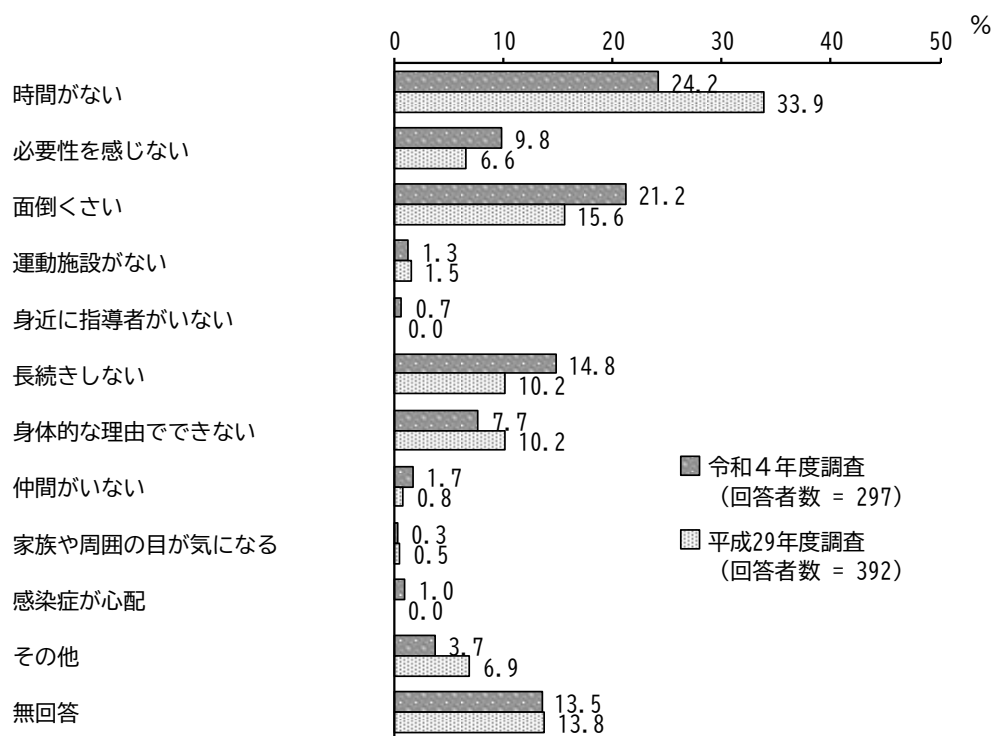
問 30-2 運動の 種類 性・年代	回答者 数（件）	ウォー キング	ジョ ギング	体 操	水 泳	水中 ウォー キング	グ ラン ド ゴルフ	ゲ ート ボ ール	ゴ ルフ
全 体	918	65.9	8.8	18.4	3.5	2.2	0.7	—	8.5
男性 10・20 歳代	27	37.0	18.5	3.7	7.4	—	—	—	11.1
男性 30 歳代	38	63.2	36.8	5.3	—	—	—	—	2.6
男性 40 歳代	56	57.1	23.2	5.4	5.4	—	—	—	12.5
男性 50 歳代	62	58.1	19.4	4.8	1.6	1.6	—	—	16.1
男性 60 歳代	99	70.7	8.1	17.2	3.0	2.0	—	—	14.1
男性 70 歳以上	103	79.6	8.7	18.4	1.0	2.9	—	—	17.5
女性 10・20 歳代	69	66.7	10.1	7.2	1.4	—	—	—	4.3
女性 30 歳代	68	75.0	4.4	10.3	4.4	—	—	—	4.4
女性 40 歳代	57	64.9	3.5	5.3	5.3	—	—	—	3.5
女性 50 歳代	91	67.0	1.1	23.1	5.5	1.1	—	—	3.3
女性 60 歳代	111	61.3	1.8	27.0	3.6	3.6	0.9	—	9.0
女性 70 歳以上	127	63.8	3.1	43.3	4.7	7.1	3.9	—	3.1

問 30-2 運動の 種類 性・年代	テ ニ ス	バ レ ー （ミ ニ）	卓 球	バ ド ミ ン ト ン	サ ッ カ ー	野 球	そ の 他	無 回 答
全 体	4.4	0.3	1.5	0.8	0.8	1.1	17.5	5.1
男性 10・20 歳代	3.7	—	3.7	3.7	3.7	—	37.0	3.7
男性 30 歳代	2.6	—	5.3	—	5.3	7.9	13.2	5.3
男性 40 歳代	3.6	—	—	3.6	1.8	7.1	33.9	—
男性 50 歳代	4.8	—	—	—	1.6	4.8	16.1	1.6
男性 60 歳代	5.1	—	—	—	—	—	18.2	9.1
男性 70 歳以上	5.8	—	2.9	—	—	—	9.7	3.9
女性 10・20 歳代	5.8	1.4	—	2.9	2.9	—	24.6	5.8
女性 30 歳代	1.5	—	1.5	—	—	—	20.6	1.5
女性 40 歳代	1.8	3.5	—	—	—	—	28.1	8.8
女性 50 歳代	5.5	—	—	2.2	—	—	20.9	1.1
女性 60 歳代	4.5	—	1.8	—	—	—	11.7	8.1
女性 70 歳以上	4.7	—	3.9	—	—	—	6.3	7.1

問 30-3 運動をしない理由はどのようなことですか。(○は1つだけ)

「時間がない」の割合が24.2%と最も高く、次いで「面倒くさい」の割合が21.2%、「長続きしない」の割合が14.8%となっています。

平成29年度調査と比較すると、「面倒くさい」の割合が増加しています。一方、「時間がない」の割合が減少しています。



【運動をしない理由（問 30-3）×性別（問1）】

性別にみると、他に比べ、『時間がない』の割合が「男性」で高くなっています。

単位：％

問 1 性別	問 30-3 運動をしない理由	回答者数 (件)	時間がない	必要性を感じない	面倒くさい	運動施設がない	身近に指導者がいない	長続きしない	身体的な理由でできない	仲間がいない	家族や周囲の目が気になる	感染症が心配	その他	無回答
全 体		297	24.2	9.8	21.2	1.3	0.7	14.8	7.7	1.7	0.3	1.0	3.7	13.5
男性		114	29.8	11.4	20.2	1.8	0.9	12.3	7.9	2.6	—	0.9	1.8	10.5
女性		183	20.8	8.7	21.9	1.1	0.5	16.4	7.7	1.1	0.5	1.1	4.9	15.3
その他		—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—

【運動をしない理由（問 30-3）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『時間がない』の割合が「男性 50 歳代」で、『面倒くさい』の割合が「女性 10・20 歳代」高くなっています。

単位：％

問 30-3 運動をしない理由 性・年代	回答者数 (件)	時間がない	必要性を感じない	面倒くさい	運動施設がない	身近に指導者が いない	長続きしない	身体的な理由で きない	仲間がいない	家族や周囲の目 気になる	感染症が心配	その他	無回答
全 体	297	24.2	9.8	21.2	1.3	0.7	14.8	7.7	1.7	0.3	1.0	3.7	13.5
男性 10・20 歳代	15	46.7	6.7	20.0	—	—	13.3	6.7	—	—	—	—	6.7
男性 30 歳代	15	40.0	13.3	26.7	—	—	6.7	—	—	—	—	—	13.3
男性 40 歳代	20	35.0	20.0	20.0	—	—	20.0	—	—	—	—	5.0	—
男性 50 歳代	17	52.9	—	17.6	—	—	23.5	—	—	—	—	—	5.9
男性 60 歳代	15	20.0	6.7	20.0	6.7	—	6.7	6.7	13.3	—	—	6.7	13.3
男性 70 歳以上	31	3.2	16.1	19.4	3.2	3.2	6.5	22.6	3.2	—	3.2	—	19.4
女性 10・20 歳代	16	6.3	—	43.8	—	—	18.8	—	6.3	—	—	6.3	18.8
女性 30 歳代	32	34.4	3.1	21.9	—	—	6.3	6.3	—	3.1	—	6.3	18.8
女性 40 歳代	36	25.0	2.8	19.4	2.8	—	25.0	—	2.8	—	—	2.8	19.4
女性 50 歳代	34	26.5	11.8	23.5	2.9	—	23.5	—	—	—	—	5.9	5.9
女性 60 歳代	32	18.8	9.4	18.8	—	—	15.6	9.4	—	—	6.3	9.4	12.5
女性 70 歳以上	31	6.5	22.6	12.9	—	3.2	6.5	29.0	—	—	—	—	19.4

【運動をしない理由（問 30-3）×関心度（健康づくりへの関心と取組状況）】

関心度別にみると、他に比べ、『時間がない』の割合が「関心があり取り組んでいる」で、『面倒くさい』の割合が「関心はなく取り組んでいない」で高くなっています。

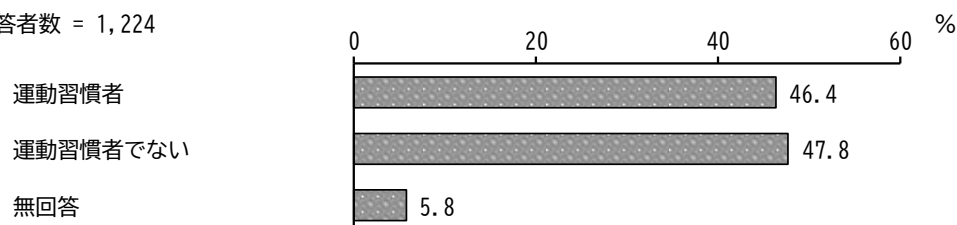
単位：％

問 30-3 運動をしない理由 関心度	回答者数（件）	時間がない	必要性を感じない	面倒くさい	運動施設がない	身近に指導者がいない	長続きしない	身体的な理由でできない	仲間がいない	家族や周囲の目が気になる	感染症が心配	その他	無回答
全 体	297	24.2	9.8	21.2	1.3	0.7	14.8	7.7	1.7	0.3	1.0	3.7	13.5
関心があり取り組んでいる	115	28.7	7.0	13.9	1.7	0.9	14.8	11.3	1.7	—	0.9	5.2	13.9
関心はあるが取り組んでいない	91	22.0	8.8	25.3	1.1	—	17.6	3.3	2.2	—	2.2	2.2	15.4
関心はないが取り組んでいる	13	7.7	23.1	23.1	—	—	15.4	23.1	—	—	—	—	7.7
関心はなく取り組んでいない	68	26.5	13.2	29.4	1.5	1.5	11.8	2.9	1.5	1.5	—	1.5	8.8

運動習慣者別

「運動習慣者」の割合が 46.4%、「運動習慣者でない」の割合が 47.8%となっています。

回答者数 = 1,224



※運動（1日に1回30分以上のウォーキング、ジョギング、ゲートボール、体操など）を週に1回以上行っており、1年以上継続している人を運動習慣者とする。

【運動習慣者×職業（問7）】

職業別にみると、他に比べ、『運動習慣者でない』の割合が「パート・アルバイト」で、『運動習慣者』の割合が「家事専業」で高くなっています。

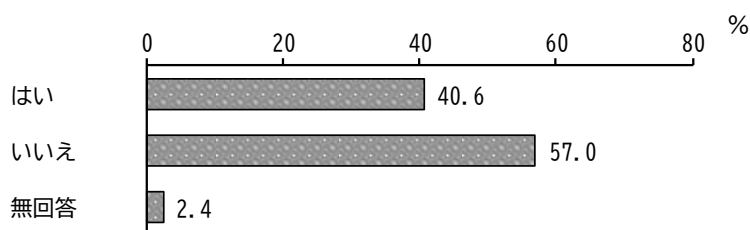
単位：％

問7 職業 \ 運動習慣者	回答者数 (件)	運動習慣者	運動習慣者でない	無回答
全 体	1,224	46.4	47.8	5.8
会社員	381	39.4	55.4	5.2
公務員	36	47.2	50.0	2.8
自営業	98	51.0	43.9	5.1
家事専業	166	56.6	35.5	7.8
パート・アルバイト	148	35.8	59.5	4.7
学生	65	43.1	52.3	4.6
農林漁業	—	—	—	—
無職	256	55.1	37.9	7.0
その他	63	46.0	50.8	3.2

問 31 生活活動を 10 分増やすことでも、健康寿命を延ばすことができることを知っていますか。（○は1つだけ）

「はい」の割合が 40.6%、「いいえ」の割合が 57.0%となっています。

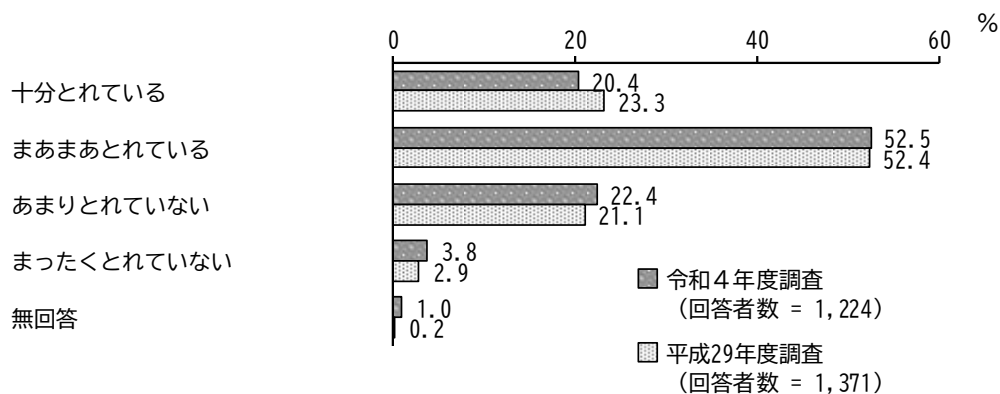
回答者数 = 1,224



問 32 あなたは、普段の睡眠で休養が十分とれていると思いますか。(○は1つだけ)

「まあまあとれている」の割合が 52.5%と最も高く、次いで「あまりとれていない」の割合が 22.4%、「十分とれている」の割合が 20.4%となっています。また、「十分とれている」と「まあまあとれている」を合わせた割合は 72.9%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【睡眠による休養状況（問 32）×性別（問 1）】

性別にみると、大きな差はみられません。

単位：％

問1 性別	問 32 睡眠による 休養状況	回答者数 (件)	十分 とれて いる	まあ まあと れてい る	いあ まりと れてい ない	ま ったく とれて いない	無回 答
全 体		1,224	20.4	52.5	22.4	3.8	1.0
男性		504	20.8	51.8	23.2	2.6	1.6
女性		715	20.3	52.7	22.0	4.6	0.4
その他		4	—	100.0	—	—	—

【睡眠による休養状況（問 32）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『あまりとれていない』の割合が「男性 10・20 歳代」で高くなっています。

単位：％

問 32 睡眠による 休養状況 性・年代	回答者数 (件)	十分と れている	まあまあと れている	あまりと れていない	まったく とれていない	無回 答
全 体	1,224	20.4	52.5	22.4	3.8	1.0
男性 10・20 歳代	42	16.7	38.1	42.9	2.4	—
男性 30 歳代	54	20.4	50.0	24.1	1.9	3.7
男性 40 歳代	76	10.5	50.0	34.2	5.3	—
男性 50 歳代	79	13.9	59.5	25.3	1.3	—
男性 60 歳代	114	16.7	59.6	21.1	1.8	0.9
男性 70 歳以上	136	35.3	46.3	11.8	2.9	3.7
女性 10・20 歳代	85	22.4	55.3	20.0	2.4	—
女性 30 歳代	100	24.0	46.0	23.0	7.0	—
女性 40 歳代	93	18.3	47.3	30.1	4.3	—
女性 50 歳代	125	13.6	48.0	30.4	7.2	0.8
女性 60 歳代	143	17.5	55.9	21.7	4.9	—
女性 70 歳以上	163	25.2	60.7	11.0	1.8	1.2

【睡眠による休養状況（問 32）×健康状態（問 11）】

健康状態別にみると、他に比べ、『十分とれている』の割合が「よい」で高くなっています。また、『まったくとれていない』の割合が、「よくない」で高くなっています。

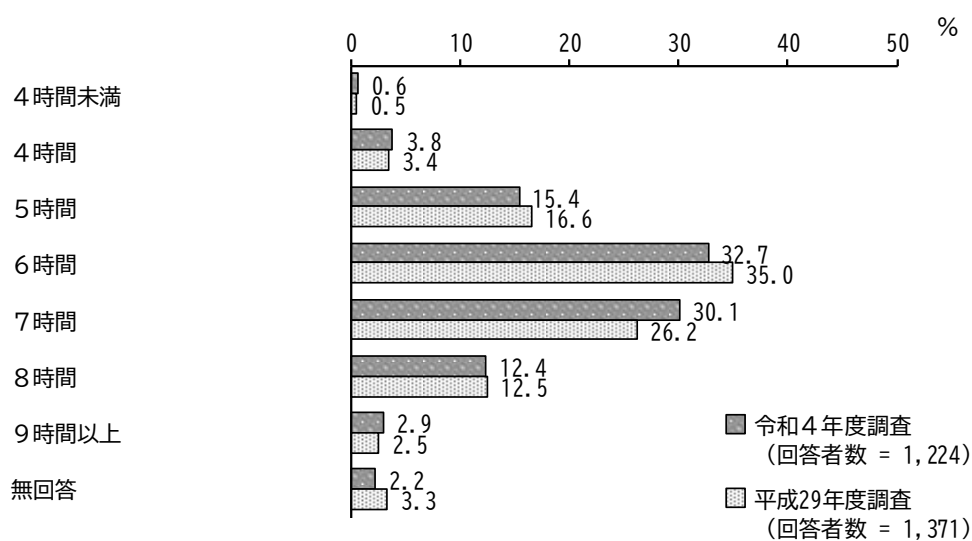
単位：％

問 11 健康状態 \ 問 32 睡眠による 休養状況	回答者数 (件)	十分と れている	まあまあと れている	あまりと れていない	い ま っ た く と れ て い な い	無 回 答
全 体	1,224	20.4	52.5	22.4	3.8	1.0
よい	159	38.4	47.2	12.6	0.6	1.3
まあまあよい	341	19.6	60.4	17.3	1.8	0.9
普通	474	15.4	56.1	24.3	3.4	0.8
あまりよくない	200	19.0	38.5	34.0	8.0	0.5
よくない	42	21.4	35.7	26.2	16.7	—

問 33 あなたの1日の平均睡眠時間は何時間ですか。
(小数点以下は四捨五入してください)

「6時間」の割合が32.7%と最も高く、次いで「7時間」の割合が30.1%、「5時間」の割合が15.4%となっています。

平成29年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【平均睡眠時間（問 33）×性別（問 1）】

性別にみると、大きな差はみられません。

単位：％

問 33 平均睡眠時間 問 1 性別	回答者数 (件)	4 時間 未満	4 時間	5 時間	6 時間	7 時間	8 時間	9 時間 以上	無 回答
全 体	1,224	0.6	3.8	15.4	32.7	30.1	12.4	2.9	2.2
男性	504	0.6	2.2	12.7	34.1	31.0	13.7	2.6	3.2
女性	715	0.6	4.9	17.5	31.7	29.2	11.6	3.1	1.4
その他	4	—	—	—	25.0	75.0	—	—	—

【平均睡眠時間（問 33）×性・年代別】

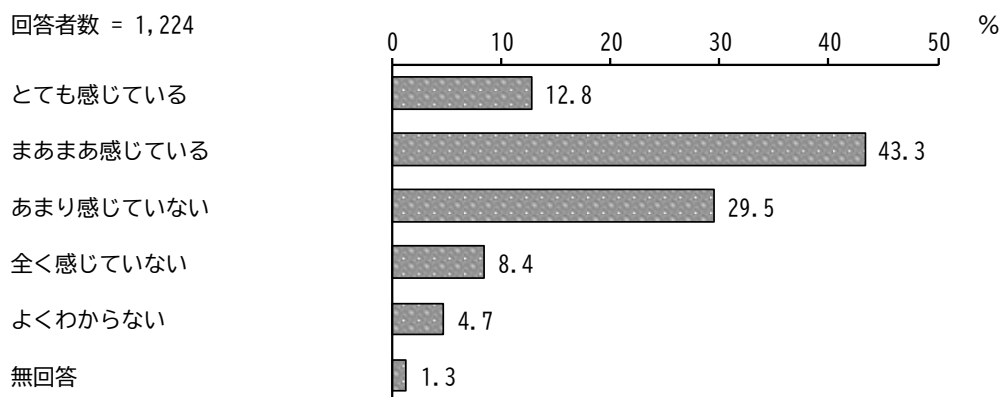
性・年代別にみると、他に比べ、『5時間』の割合が「女性 50 歳代」で高くなっています。また、『6時間』の割合が「男性 70 歳以上」で低くなっています。

単位：％

問 33 平均睡眠時間 性・年代	回答者数 (件)	4 時間 未満	4 時間	5 時間	6 時間	7 時間	8 時間	9 時間 以上	無 回答
全 体	1,224	0.6	3.8	15.4	32.7	30.1	12.4	2.9	2.2
男性 10・20 歳代	42	—	—	16.7	35.7	26.2	16.7	2.4	2.4
男性 30 歳代	54	—	—	13.0	42.6	31.5	7.4	—	5.6
男性 40 歳代	76	1.3	2.6	15.8	39.5	28.9	9.2	—	2.6
男性 50 歳代	79	1.3	3.8	16.5	44.3	24.1	7.6	1.3	1.3
男性 60 歳代	114	0.9	1.8	11.4	36.0	33.3	13.2	1.8	1.8
男性 70 歳以上	136	—	2.9	8.8	20.6	33.8	22.1	6.6	5.1
女性 10・20 歳代	85	—	1.2	10.6	27.1	42.4	12.9	4.7	1.2
女性 30 歳代	100	1.0	4.0	11.0	30.0	29.0	16.0	8.0	1.0
女性 40 歳代	93	—	2.2	21.5	32.3	24.7	16.1	1.1	2.2
女性 50 歳代	125	2.4	8.8	30.4	22.4	27.2	7.2	0.8	0.8
女性 60 歳代	143	—	6.3	19.6	41.3	23.1	7.0	1.4	1.4
女性 70 歳以上	163	—	4.9	11.0	34.4	31.3	12.9	3.7	1.8

問 34 最近、ストレスを感じますか。(○は1つだけ)

「まあまあ感じている」の割合が 43.3%と最も高く、次いで「あまり感じていない」の割合が 29.5%、「とても感じている」の割合が 12.8%となっています。また、「とても感じている」と「まあまあ感じている」を合わせた割合は 56.1%となっています。



【ストレスの有無（問 34）×性別（問 1）】

性別にみると、『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「女性」で高くなっています。

単位：%

問 1 性別 \ 問 34 ストレスの有無	回答者数 (件)	とても 感じ てい る	まあ まあ 感じ てい る	い あ ま り 感 じ て い な い	全 く 感 じ て い な い	よ く わ か ら な い	無 回 答
全 体	1,224	12.8	43.3	29.5	8.4	4.7	1.3
男性	504	8.3	43.5	32.3	9.9	4.6	1.4
女性	715	16.1	42.9	27.7	7.4	4.8	1.1
その他	4	—	100.0	—	—	—	—

【ストレスの有無（問 34）×性・年代別】

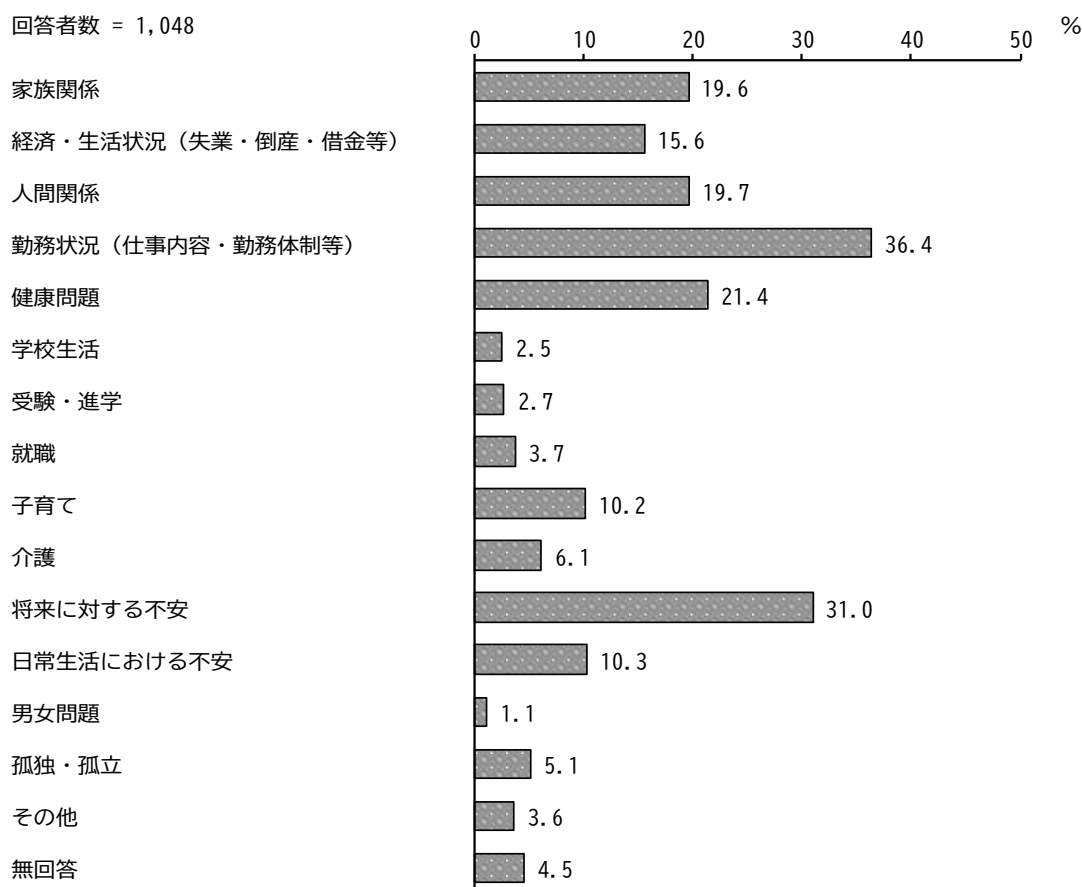
性・年代別にみると、他に比べ、『とても感じている』と『まあまあ感じている』を合わせた割合は、「男性 40 歳代」「男性 50 歳代」「女性 30 歳代」「女性 40 歳代」で高くなっています。

単位：％

問 34 ストレスの有無 性・年代	回答者数 (件)	とても 感じている	まあまあ 感じている	あまり 感じていない	全く 感じていない	よく わからない	無 回答
全 体	1,224	12.8	43.3	29.5	8.4	4.7	1.3
男性 10・20 歳代	42	9.5	47.6	23.8	7.1	11.9	—
男性 30 歳代	54	11.1	40.7	29.6	5.6	11.1	1.9
男性 40 歳代	76	18.4	52.6	21.1	7.9	—	—
男性 50 歳代	79	10.1	59.5	21.5	3.8	5.1	—
男性 60 歳代	114	3.5	45.6	37.7	11.4	1.8	—
男性 70 歳以上	136	4.4	27.2	44.1	15.4	4.4	4.4
女性 10・20 歳代	85	18.8	43.5	17.6	12.9	7.1	—
女性 30 歳代	100	21.0	48.0	26.0	3.0	1.0	1.0
女性 40 歳代	93	20.4	46.2	26.9	4.3	1.1	1.1
女性 50 歳代	125	18.4	44.0	28.8	4.0	4.8	—
女性 60 歳代	143	14.7	41.3	30.1	9.1	4.9	—
女性 70 歳以上	163	8.6	38.0	31.3	10.4	8.0	3.7

問 34-1 ストレスの原因は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

「勤務状況（仕事内容・勤務体制等）」の割合が 36.4%と最も高く、次いで「将来に対する不安」の割合が 31.0%、「健康問題」の割合が 21.4%となっています。



【ストレスの原因（問 34-1）×性別（問 1）】

性別にみると、他に比べ、『勤務状況（仕事内容・勤務体制等）』の割合が、「男性」で、『将来に対する不安』の割合が「女性」で高くなっています。

単位：%

問 34-1 ストレス の原因	問 1 性別	回答者数 (件)	家族関係	経済・生活状況(失 業・倒産・借金等)	人間関係	勤務状況(仕事内 容・勤務体制等)	健康問題	学校生活	受験・進学	就職	子育て	介護	将来に対する不安	日常生活における不安	男女問題	孤独・孤立	その他	無回答
全 体		1,048	19.6	15.6	19.7	36.4	21.4	2.5	2.7	3.7	10.2	6.1	31.0	10.3	1.1	5.1	3.6	4.5
男性		424	13.4	18.2	15.8	45.5	17.9	0.9	1.2	1.9	5.0	4.7	27.6	7.8	0.5	3.3	3.5	4.5
女性		620	23.7	13.9	21.9	29.8	23.7	3.5	3.7	4.8	13.9	7.1	33.1	11.9	1.5	6.3	3.7	4.5
その他		4	25.0	25.0	75.0	75.0	25.0	—	—	25.0	—	—	75.0	25.0	25.0	—	—	—

【ストレスの原因（問 34）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『健康問題』の割合が「男性 70 歳以上」「女性 70 歳以上」で高くなっています。

単位：％

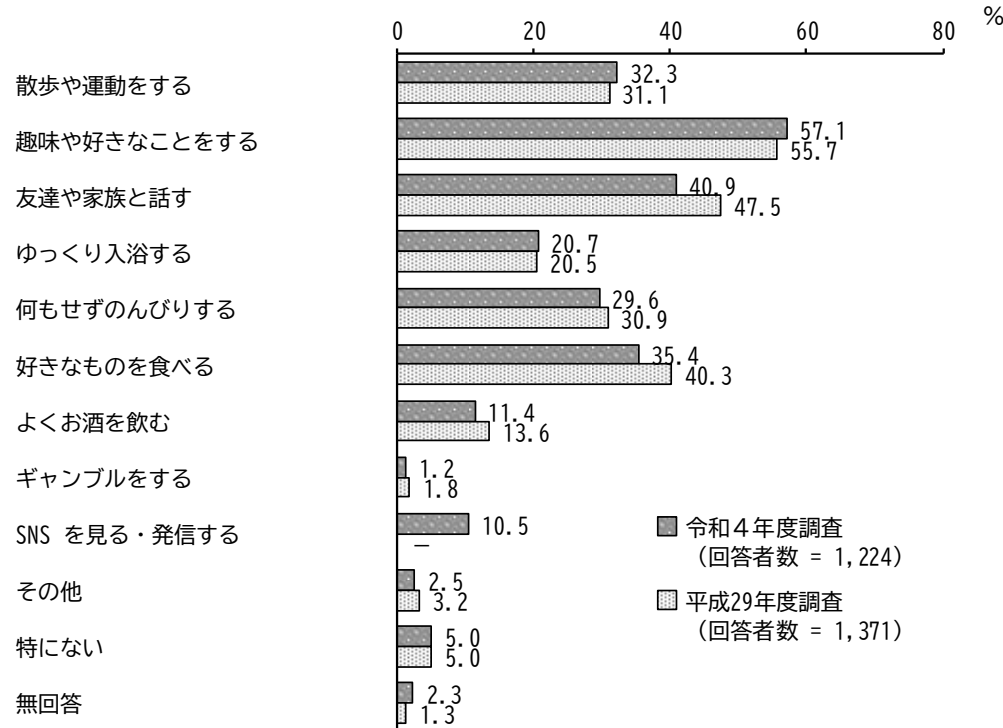
性・年代	問 34-1 ストレス の原因	回答者数 (件)	家族関係	経済・生活 状況（失業・倒 産・借金等）	人間関係	勤務状況 （仕事内容・ 勤務体制等）	健康問題	学校生活	受験・進学	就職
全 体		1,048	19.6	15.6	19.7	36.4	21.4	2.5	2.7	3.7
男性 10・20 歳代		34	8.8	17.6	14.7	41.2	5.9	11.8	5.9	14.7
男性 30 歳代		44	15.9	6.8	18.2	70.5	6.8	—	—	2.3
男性 40 歳代		70	10.0	25.7	18.6	77.1	5.7	—	1.4	2.9
男性 50 歳代		72	11.1	18.1	22.2	63.9	8.3	—	2.8	—
男性 60 歳代		99	14.1	21.2	16.2	41.4	20.2	—	—	—
男性 70 歳以上		103	17.5	15.5	8.7	5.8	39.8	—	—	—
女性 10・20 歳代		68	14.7	11.8	30.9	38.2	17.6	25.0	11.8	23.5
女性 30 歳代		95	22.1	12.6	24.2	51.6	9.5	3.2	1.1	6.3
女性 40 歳代		87	27.6	17.2	19.5	40.2	12.6	2.3	9.2	4.6
女性 50 歳代		114	26.3	19.3	27.2	34.2	21.1	—	4.4	2.6
女性 60 歳代		123	26.0	14.6	18.7	26.0	27.6	—	0.8	0.8
女性 70 歳以上		127	22.8	7.1	15.0	2.4	43.3	—	—	—

性・年代	問 34-1 ストレス の原因	子育て	介護	将来に 対する 不安	日常生活に おける不安	男女問題	孤独・孤立	その他	無回答
全 体		10.2	6.1	31.0	10.3	1.1	5.1	3.6	4.5
男性 10・20 歳代		—	—	29.4	5.9	2.9	11.8	11.8	2.9
男性 30 歳代		20.5	2.3	20.5	13.6	2.3	—	—	2.3
男性 40 歳代		12.9	2.9	25.7	7.1	—	1.4	2.9	—
男性 50 歳代		2.8	9.7	27.8	2.8	—	1.4	1.4	1.4
男性 60 歳代		1.0	5.1	33.3	10.1	—	4.0	4.0	3.0
男性 70 歳以上		—	4.9	26.2	7.8	—	3.9	3.9	11.7
女性 10・20 歳代		2.9	—	42.6	17.6	5.9	13.2	5.9	1.5
女性 30 歳代		40.0	1.1	30.5	10.5	2.1	4.2	4.2	—
女性 40 歳代		35.6	6.9	29.9	8.0	3.4	2.3	2.3	2.3
女性 50 歳代		10.5	10.5	43.0	9.6	—	7.0	4.4	3.5
女性 60 歳代		0.8	13.0	32.5	13.0	—	5.7	1.6	6.5
女性 70 歳以上		0.8	6.3	24.4	13.4	—	6.3	3.9	10.2

**問 35 あなたは、自分でストレスを解消するためにしていることはありますか。
(あてはまるものすべてに○)**

「趣味や好きなことをする」の割合が 57.1%と最も高く、次いで「友達や家族と話す」の割合が 40.9%、「好きなものを食べる」の割合が 35.4%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、「友達や家族と話す」の割合が減少しています。



※「SNS を見る・発信する」の選択肢は、平成 29 年度調査にはありませんでした。

【ストレスの解消法（問 35）×性別（問 1）】

性別にみると、他に比べ、『友達や家族と話す』の割合が「女性」で、『よくお酒を飲む』の割合が「男性」で高くなっています。

単位：％

問 35 ストレスの 解消法 問 1 性別	回答者数 (件)	散歩や運動をする	趣味や好きなことをする	友達や家族と話す	ゆっくり入浴する	何もせずのんびりする	好きなものを食べる	よくお酒を飲む	ギャンブルをする	SNS を見る・発信する	その他	特にない	無回答
全 体	1,224	32.3	57.1	40.9	20.7	29.6	35.4	11.4	1.2	10.5	2.5	5.0	2.3
男性	504	35.7	56.0	26.8	15.5	26.0	22.0	18.5	2.8	8.1	2.6	7.1	3.0
女性	715	30.1	57.8	50.8	24.5	32.3	44.9	6.4	0.1	11.9	2.5	3.5	1.7
その他	4	—	100.0	75.0	—	—	25.0	—	—	50.0	—	—	—

【ストレスの解消法（問 35）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『好きなものを食べる』の割合が「女性 30 歳代」で高くなっています。また、『友達や家族と話す』の割合が「男性 60 歳代」で低くなっています。

単位：％

問 35 ストレスの 解消法 性・年代	回答者数 (件)	散歩や運動をする	趣味や好きなことをする	友達や家族と話す	ゆっくり入浴する	何もせずのんびりする	好きなものを食べる	よくお酒を飲む	ギャンブルをする	S N S を見る・発信する	その他	特にない	無回答
全 体	1,224	32.3	57.1	40.9	20.7	29.6	35.4	11.4	1.2	10.5	2.5	5.0	2.3
男性 10・20 歳代	42	21.4	64.3	31.0	21.4	26.2	21.4	—	4.8	19.0	4.8	9.5	—
男性 30 歳代	54	29.6	61.1	29.6	18.5	51.9	25.9	20.4	1.9	9.3	1.9	3.7	3.7
男性 40 歳代	76	27.6	61.8	28.9	5.3	25.0	23.7	22.4	3.9	10.5	3.9	3.9	1.3
男性 50 歳代	79	35.4	51.9	27.8	11.4	22.8	24.1	27.8	1.3	11.4	2.5	6.3	—
男性 60 歳代	114	43.0	57.9	22.8	17.5	23.7	21.9	23.7	2.6	5.3	1.8	7.0	2.6
男性 70 歳以上	136	41.9	49.3	25.7	18.4	20.6	18.4	11.8	2.9	2.9	2.2	10.3	5.9
女性 10・20 歳代	85	23.5	78.8	54.1	34.1	52.9	60.0	3.5	1.2	32.9	2.4	2.4	—
女性 30 歳代	100	28.0	65.0	59.0	32.0	38.0	61.0	12.0	—	20.0	1.0	2.0	—
女性 40 歳代	93	30.1	48.4	48.4	22.6	38.7	48.4	9.7	—	7.5	3.2	—	1.1
女性 50 歳代	125	30.4	57.6	56.8	22.4	28.8	44.8	10.4	—	13.6	3.2	4.8	0.8
女性 60 歳代	143	23.8	58.7	46.2	22.4	27.3	39.9	3.5	—	4.9	1.4	3.5	2.1
女性 70 歳以上	163	39.9	46.0	44.8	19.0	22.7	30.1	2.5	—	3.1	3.7	6.1	4.3

【ストレスの解消法（問 35）×幸福度（問 10）】

幸福度別にみると、大きな差はみられません。

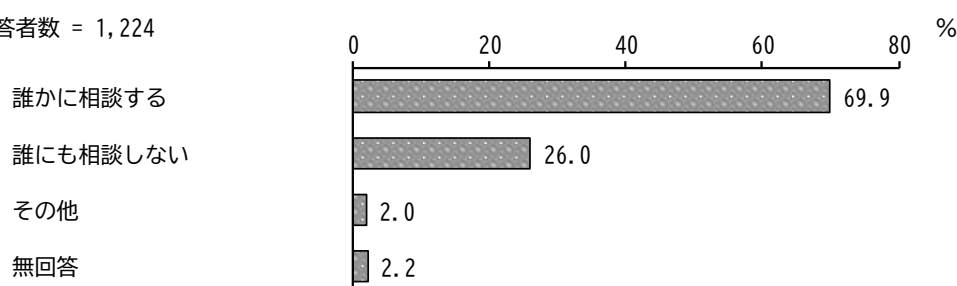
単位：％

問 10 幸福度 \ 問 35 ストレスの 解消法	回 答 者 数 (件)	あ る ス ト レ ス 解 消 法 が	な い ス ト レ ス 解 消 法 が	無 回 答
全 体	1,224	92.7	5.0	2.3
とても幸せ	166	96.4	1.8	1.8
幸せ	414	93.2	3.4	3.4
まあまあ幸せ	475	92.6	6.1	1.3
どちらともいえない	126	89.7	8.7	1.6
幸せではない	34	88.2	11.8	—

問 36 悩みがある時に、誰かに相談しますか。（○は1つだけ）

「誰かに相談する」の割合が 69.9%、「誰にも相談しない」の割合が 26.0%となっています。

回答者数 = 1,224



【悩みの相談状況（問 36）×性別（問 1）】

性別にみると、他に比べ、『誰かに相談する』の割合が「女性」で高くなっています。

単位：％

問 1 性別 \ 問 36 悩みの相談 状況	回 答 者 数 (件)	誰 か に 相 談 す る	誰 に も 相 談 し な い	そ の 他	無 回 答
全 体	1,224	69.9	26.0	2.0	2.2
男性	504	58.9	36.3	2.2	2.6
女性	715	77.6	18.7	1.8	1.8
その他	4	75.0	25.0	—	—

【悩みの相談状況（問 36）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『誰かに相談する』の割合が「女性 30 歳代」で高くなっています。また、『誰にも相談しない』の割合が男性 40 歳代以上で高く、特に「男性 40 歳代」で高くなっています。

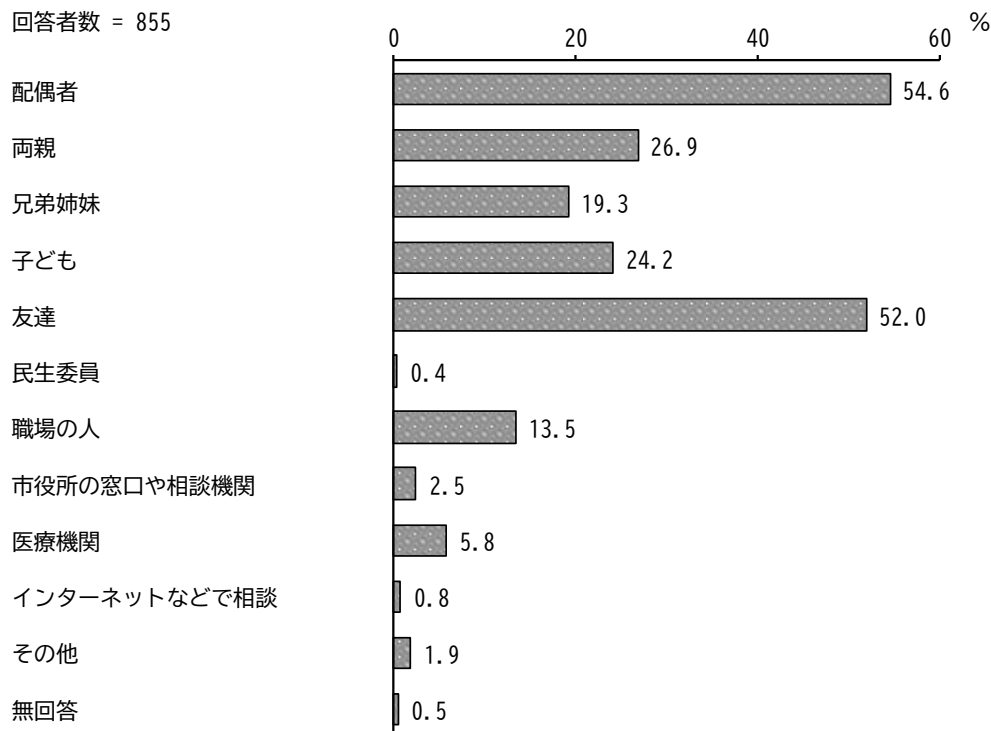
単位：％

性・年代 \ 問 36 悩みの相談 状況	回答者数 (件)	誰かに 相談する	誰にも 相談しない	その他	無回答
全 体	1,224	69.9	26.0	2.0	2.2
男性 10・20 歳代	42	69.0	26.2	4.8	—
男性 30 歳代	54	68.5	27.8	1.9	1.9
男性 40 歳代	76	52.6	44.7	2.6	—
男性 50 歳代	79	60.8	39.2	—	—
男性 60 歳代	114	56.1	36.8	3.5	3.5
男性 70 歳以上	136	55.9	36.8	1.5	5.9
女性 10・20 歳代	85	80.0	17.6	2.4	—
女性 30 歳代	100	89.0	10.0	1.0	—
女性 40 歳代	93	78.5	20.4	1.1	—
女性 50 歳代	125	73.6	23.2	0.8	2.4
女性 60 歳代	143	80.4	15.4	2.8	1.4
女性 70 歳以上	163	70.6	22.1	2.5	4.9

問 36-1 それは誰ですか。(あてはまるものすべてに○)

「配偶者」の割合が 54.6%と最も高く、次いで「友達」の割合が 52.0%、「両親」の割合が 26.9%となっています。

回答者数 = 855



【悩みの相談相手（問 36-1）×性別（問 1）】

性別にみると、他に比べ、『友達』の割合が「女性」で高くなっています。

単位：%

問 36-1 悩みの 相談相手 問 1 性別	回答者数 (件)	配偶者	両親	兄弟姉妹	子ども	友達	民生委員	職場の人	市役所の窓口や相談機関	医療機関	インターネットなどで相談	その他	無回答
全 体	855	54.6	26.9	19.3	24.2	52.0	0.4	13.5	2.5	5.8	0.8	1.9	0.5
男性	297	71.7	17.8	11.1	12.1	39.1	—	13.5	1.7	6.4	0.7	0.7	0.3
女性	555	45.8	31.5	23.6	30.8	58.9	0.5	13.2	2.9	5.4	0.9	2.5	0.5
その他	3	—	66.7	33.3	—	66.7	—	66.7	—	33.3	—	—	—

【悩みの相談相手（問 36-1）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『両親』の割合が「女性 10・20 歳代」で、『配偶者』の割合が「女性 40 歳代」で高くなっています。

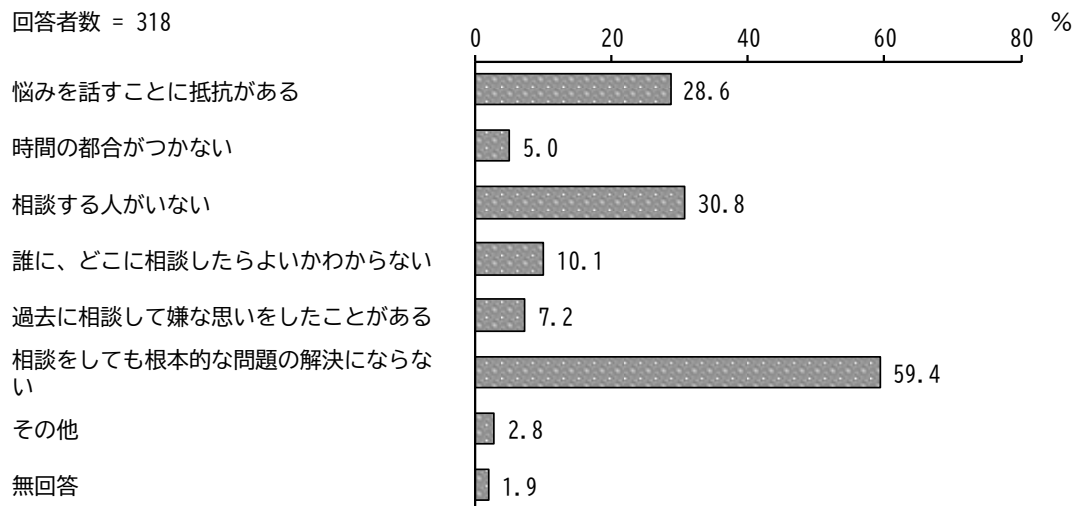
単位：％

問 36-1 悩みの 相談相手 性・年代	回答者数 (件)	配偶者	両親	兄弟姉妹	子ども	友達	民生委員	職場の人	相談機関 市役所の窓口や	医療機関	インターネット などで相談	その他	無回答
全 体	855	54.6	26.9	19.3	24.2	52.0	0.4	13.5	2.5	5.8	0.8	1.9	0.5
男性 10・20 歳代	29	13.8	62.1	13.8	—	62.1	—	27.6	3.4	3.4	3.4	—	—
男性 30 歳代	37	56.8	40.5	10.8	—	45.9	—	18.9	—	2.7	2.7	—	2.7
男性 40 歳代	40	87.5	25.0	7.5	5.0	32.5	—	20.0	—	2.5	—	2.5	—
男性 50 歳代	48	77.1	10.4	8.3	6.3	50.0	—	22.9	—	2.1	—	2.1	—
男性 60 歳代	64	82.8	3.1	15.6	14.1	28.1	—	9.4	1.6	14.1	—	—	—
男性 70 歳以上	76	80.3	1.3	9.2	26.3	34.2	—	—	3.9	7.9	—	—	—
女性 10・20 歳代	68	10.3	76.5	29.4	—	67.6	—	7.4	2.9	4.4	1.5	2.9	1.5
女性 30 歳代	89	53.9	66.3	23.6	5.6	71.9	—	24.7	1.1	4.5	4.5	4.5	—
女性 40 歳代	73	61.6	45.2	24.7	15.1	57.5	—	15.1	1.4	1.4	—	1.4	—
女性 50 歳代	92	52.2	26.1	22.8	29.3	64.1	—	23.9	4.3	6.5	—	2.2	—
女性 60 歳代	115	54.8	4.3	23.5	47.0	54.8	—	10.4	5.2	7.8	—	1.7	1.7
女性 70 歳以上	115	36.5	0.9	20.9	63.5	44.3	2.6	0.9	1.7	5.2	—	2.6	—

問 36-2 相談しない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

「相談をしても根本的な問題の解決にならない」の割合が 59.4%と最も高く、次いで「相談する人がいない」の割合が 30.8%、「悩みを話すことに抵抗がある」の割合が 28.6%となっています。

回答者数 = 318



【相談しない理由（問 36-2）×性別（問 1）】

性別にみると、他に比べ、『相談する人がいない』の割合が「男性」で高くなっています。

単位：%

問 1 性別 \ 問 36-2 相談しない理由	回答者数 (件)	悩みを話すことに 抵抗がある	時間の都合がつか ない	相談する人がいな い	誰に、どこに相談し たらよいかわから ない	過去に相談して嫌 な思いをしたこと がある	相談をしても根本 的な問題の解決に ならない	その他	無回答
全 体	318	28.6	5.0	30.8	10.1	7.2	59.4	2.8	1.9
男性	183	24.6	5.5	35.5	7.7	3.8	55.2	3.8	1.6
女性	134	34.3	4.5	24.6	12.7	11.9	64.9	1.5	2.2
その他	1	—	—	—	100.0	—	100.0	—	—

【相談しない理由（問 36-2）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『相談する人がいない』の割合が「男性 30 歳代」で、『悩みを話すことに抵抗がある』の割合が「女性 10・20 歳代」で高くなっています。

単位：％

問 36-2 相談しない理由 性・年代	回答者数 (件)	悩みを話すことに抵抗 がある	時間の都合がつかない	相談する人がいない	誰に、どこに相談した らよいかわからない	過去に相談して嫌な 思いをしたことがある	相談をしても根本的な 問題の解決にならない	その他	無回答
全 体	318	28.6	5.0	30.8	10.1	7.2	59.4	2.8	1.9
男性 10・20 歳代	11	45.5	—	18.2	9.1	18.2	54.5	9.1	—
男性 30 歳代	15	53.3	20.0	60.0	20.0	13.3	60.0	—	—
男性 40 歳代	34	26.5	8.8	44.1	8.8	—	47.1	2.9	—
男性 50 歳代	31	29.0	3.2	25.8	3.2	3.2	54.8	3.2	—
男性 60 歳代	42	23.8	4.8	31.0	7.1	2.4	59.5	2.4	2.4
男性 70 歳以上	50	8.0	2.0	36.0	6.0	2.0	56.0	6.0	4.0
女性 10・20 歳代	15	53.3	6.7	6.7	20.0	20.0	53.3	6.7	—
女性 30 歳代	10	50.0	10.0	50.0	30.0	10.0	60.0	10.0	—
女性 40 歳代	19	26.3	5.3	36.8	15.8	15.8	57.9	—	10.5
女性 50 歳代	29	34.5	6.9	34.5	10.3	13.8	72.4	—	—
女性 60 歳代	22	31.8	—	13.6	4.5	4.5	72.7	—	—
女性 70 歳以上	36	22.2	2.8	16.7	8.3	8.3	63.9	—	2.8

【相談しない理由（問 36-2）×地域とのつながりがある（問 12）】

地域とのつながり別にみると、他に比べ、『悩みを話すことに抵抗がある』の割合が「どちらともいえない」で高くなっています。また、『相談する人がいない』の割合が「どちらかというと思う」で低くなっています。

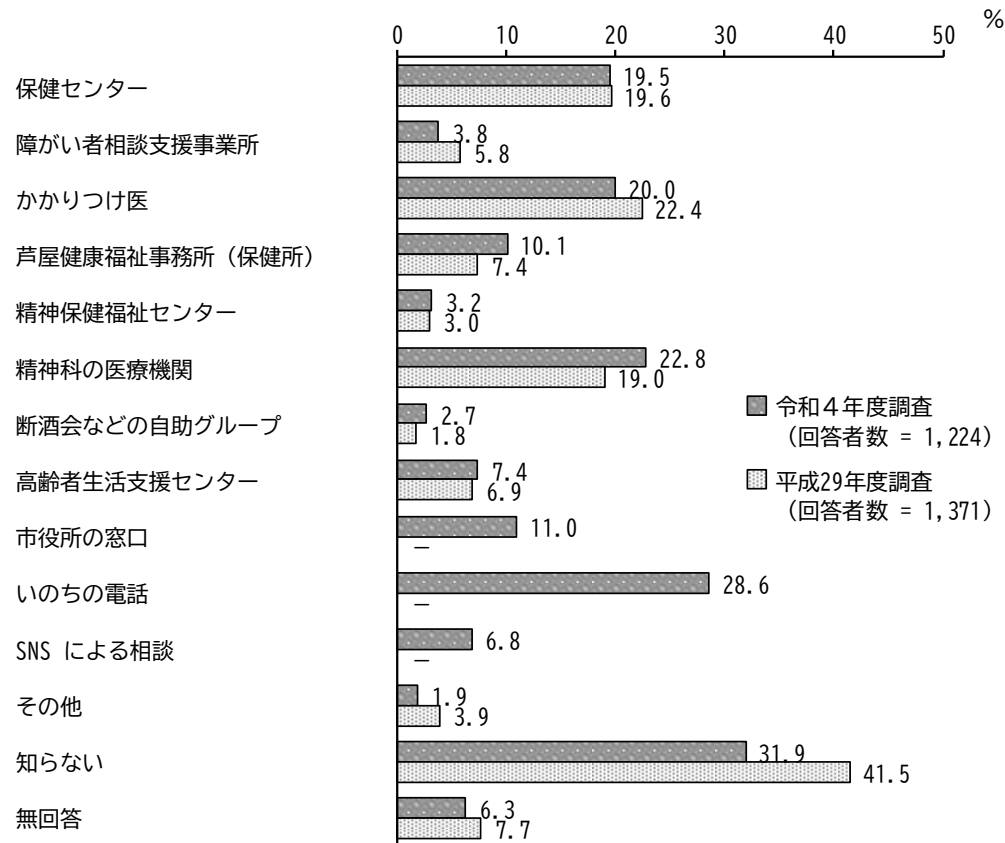
単位：％

問 36-2 相談しない理由 問 12 地域とのつながりがある	回答者数（件）	悩みを話すことに抵抗がある	時間の都合がつかない	相談する人がいない	誰に、どこに相談したらよいか わからない	過去に相談して嫌な思いをしたことがある	相談をしても根本的な問題の 解決にならない	その他	無回答
全 体	318	28.6	5.0	30.8	10.1	7.2	59.4	2.8	1.9
そう思う	12	16.7	—	16.7	—	8.3	66.7	8.3	—
どちらかというと思う	48	29.2	4.2	10.4	4.2	8.3	66.7	2.1	2.1
どちらともいえない	82	36.6	4.9	34.1	11.0	6.1	54.9	—	3.7
あまりそう思わない	83	30.1	7.2	38.6	6.0	6.0	54.2	2.4	1.2
そう思わない	92	21.7	4.3	33.7	17.4	8.7	63.0	5.4	1.1

問 37 精神的ストレス、悩みで困った時の相談先等として、あなたが知っているものは何ですか。(あてはまるものすべてに○)

「知らない」の割合が 31.9%と最も高く、次いで「いのちの電話」の割合が 28.6%、「精神科の医療機関」の割合が 22.8%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、「知らない」の割合が減少しています。



※「市役所の窓口」「いのちの電話」「SNS による相談」の選択肢は、平成 29 年度調査にはありませんでした。

※「障がい者相談支援事業所」の選択肢は、平成 29 年度調査では「社会福祉協議会」でした。

【相談先(問 37)×性別(問 1)】

性別にみると、他に比べ、『知らない』の割合が「男性」で、『いのちの電話』の割合が「女性」で高くなっています。

単位：%

問 37 相談先 問 1 性別	回答者数(件)	保健センター	障がい者相談支援事業所	かかりつけ医	芦屋健康福祉事務所(保健所)	精神保健福祉センター	精神科の医療機関	断酒会などの自助グループ	高齢者生活支援センター	市役所の窓口	いのちの電話	SNS による相談	その他	知らない	無回答
全 体	1,224	19.5	3.8	20.0	10.1	3.2	22.8	2.7	7.4	11.0	28.6	6.8	1.9	31.9	6.3
男性	504	14.9	4.8	21.4	7.1	2.6	23.0	1.0	4.4	8.9	19.8	5.8	1.4	39.3	6.3
女性	715	22.8	3.1	18.7	12.2	3.6	22.5	3.9	9.5	12.6	34.7	7.4	2.2	27.0	6.2
その他	4	25.0	25.0	75.0	25.0	-	50.0	-	-	-	50.0	25.0	-	-	-

【相談先（問 37）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『いのちの電話』の割合が「女性 10・20 歳代」で、『相談先をしらない』の割合が「男性 50 歳代」で高くなっています。

単位：％

問 37 相談先 性・年代	回答者数 (件)	保健センター	障がい者相談支援事業所	かかりつけ医	芦屋健康福祉事務所(保健所)	精神保健福祉センター	精神科の医療機関	断酒会などの自助グループ	高齢者生活支援センター	市役所の窓口	いのちの電話	SNS による相談	その他	知らない	無回答
全 体	1,224	19.5	3.8	20.0	10.1	3.2	22.8	2.7	7.4	11.0	28.6	6.8	1.9	31.9	6.3
男性 10・20 歳代	42	21.4	11.9	26.2	7.1	4.8	35.7	—	2.4	16.7	35.7	19.0	—	26.2	4.8
男性 30 歳代	54	13.0	7.4	18.5	1.9	1.9	29.6	1.9	—	5.6	27.8	9.3	1.9	40.7	5.6
男性 40 歳代	76	17.1	2.6	14.5	10.5	2.6	26.3	1.3	2.6	13.2	28.9	9.2	2.6	38.2	2.6
男性 50 歳代	79	16.5	1.3	19.0	2.5	—	25.3	—	1.3	5.1	22.8	6.3	1.3	49.4	—
男性 60 歳代	114	15.8	3.5	26.3	10.5	3.5	26.3	0.9	2.6	6.1	18.4	2.6	0.9	35.1	7.0
男性 70 歳以上	136	10.3	5.1	22.1	6.6	2.2	9.6	1.5	11.0	9.6	5.9	0.7	1.5	41.9	11.8
女性 10・20 歳代	85	25.9	4.7	17.6	10.6	3.5	16.5	1.2	1.2	12.9	48.2	29.4	3.5	23.5	2.4
女性 30 歳代	100	34.0	3.0	14.0	9.0	4.0	26.0	3.0	2.0	12.0	45.0	6.0	1.0	25.0	1.0
女性 40 歳代	93	20.4	3.2	12.9	10.8	4.3	28.0	4.3	4.3	15.1	43.0	8.6	2.2	32.3	2.2
女性 50 歳代	125	21.6	7.2	23.2	16.0	5.6	35.2	10.4	8.8	16.0	42.4	8.0	2.4	28.8	1.6
女性 60 歳代	143	19.6	0.7	21.7	11.9	2.8	21.7	2.8	11.2	13.3	30.8	2.1	3.5	28.0	5.6
女性 70 歳以上	163	19.6	1.2	19.6	13.5	2.5	11.7	1.8	20.9	8.0	14.1	0.6	1.2	25.2	17.2

【相談先（問 37）×自殺を試みた経験（問 54-2）】

自殺を試みた経験別にみると、他に比べ、『かかりつけ医』の割合が「複数回」で高くなっています。また、『知らない』の割合が「一度だけ」で低くなっています。

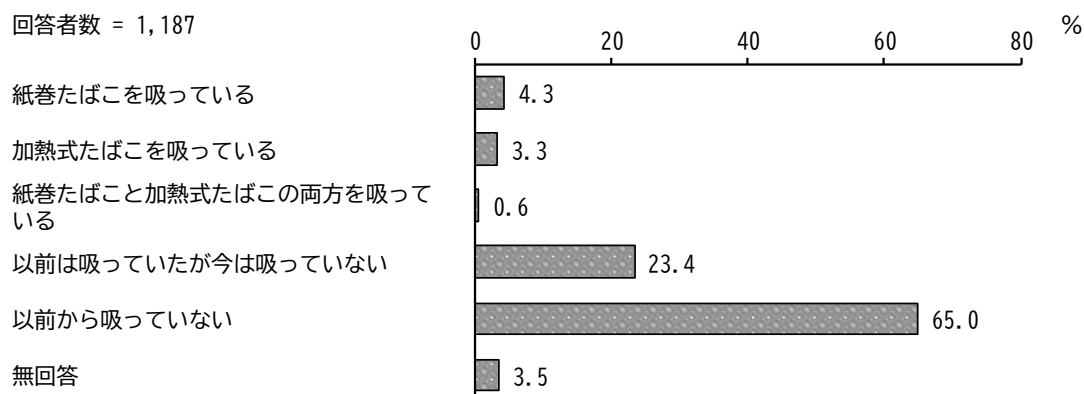
単位：％

問 37 相談先 問 54-2 自殺を試みた経験	回答者数（件）	保健センター	障がい者相談支援事業所	かかりつけ医	芦屋健康福祉事務所（保健所）	精神保健福祉センター	精神科の医療機関	断酒会などの自助グループ	高齢者生活支援センター	市役所の窓口	いのちの電話	SNSによる相談	その他	知らない	無回答
全 体	132	22.0	7.6	20.5	10.6	3.8	36.4	3.0	3.8	11.4	36.4	10.6	3.8	28.0	3.0
複数回	12	33.3	25.0	41.7	25.0	16.7	41.7	8.3	8.3	16.7	50.0	8.3	8.3	16.7	—
一度だけ	13	23.1	23.1	15.4	15.4	—	38.5	7.7	7.7	15.4	30.8	15.4	7.7	15.4	7.7
ない	98	21.4	3.1	18.4	9.2	3.1	35.7	2.0	3.1	11.2	37.8	10.2	3.1	31.6	1.0
答えたくない	8	12.5	12.5	25.0	—	—	37.5	—	—	—	12.5	12.5	—	25.0	12.5

問 38 あなたは、たばこを吸いますか。（○は1つだけ）

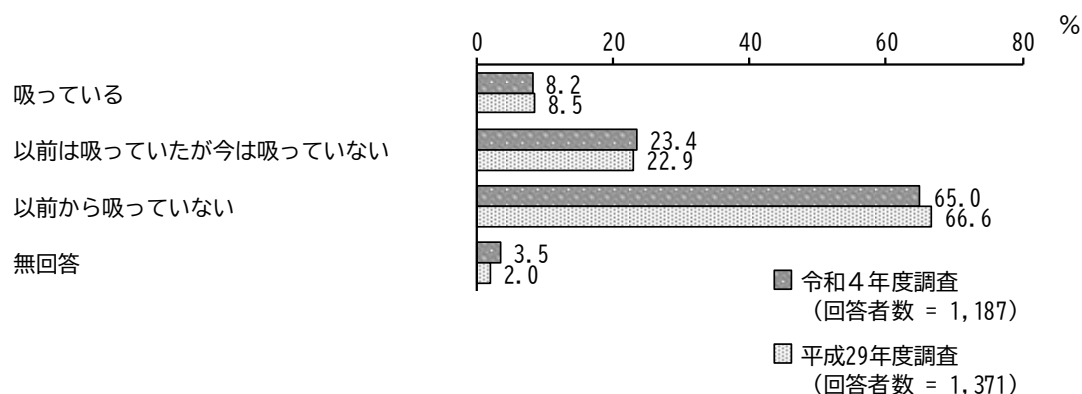
「以前から吸っていない」の割合が 65.0％と最も高く、次いで「以前は吸っていたが今は吸っていない」の割合が 23.4％となっています。また、「紙巻たばこを吸っている」「加熱式たばこを吸っている」「紙巻たばこと加熱式たばこの両方を吸っている」を合わせた割合は 8.2％となっています。

回答者数 = 1,187



【経年比較】

平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



※平成 29 年度調査と比較するため、紙巻きたばこを吸っている・加熱式たばこを吸っている・両方を吸っているを合わせて『たばこを吸っている』としています。

【喫煙状況（問 38）×職業（問 7）】

職業別にみると、『紙巻たばこを吸っている』の割合が「自営業」で高くなっています。また、『以前から吸っていない』の割合が「学生」で高くなっています。

単位：％

問 7 職業	問 38 喫煙状況	回答者数 (件)	紙巻たばこを 吸っている	加熱式たばこを 吸っている	紙巻たばこ・加熱 式たばこの両方 を吸っている	以前は吸って いたが今は吸 っていない	以前から吸 っていない	無回 答
会社員		380	4.5	5.8	1.1	22.9	64.7	1.1
公務員		34	2.9	5.9	—	20.6	70.6	—
自営業		98	12.2	4.1	—	32.7	49.0	2.0
家事専業		165	0.6	—	—	12.7	84.2	2.4
パート・アルバイト		147	6.1	3.4	1.4	15.0	72.1	2.0
学生		40	2.5	—	—	—	97.5	—
農林漁業		—	—	—	—	—	—	—
無職		252	3.2	0.8	—	35.7	49.6	10.7
その他		61	—	6.6	1.6	27.9	62.3	1.6

【喫煙状況（問 38）×性別（問 1）】

性別にみると、「紙巻たばこを吸っている」「加熱式たばこを吸っている」「紙巻たばこと加熱式たばこの両方を吸っている」を合わせた割合は「男性」で 14.6%、「女性」で 3.7%となっています。また、他に比べ、『以前は吸っていたが今は吸っていない』の割合が「男性」で、『以前から吸っていない』の割合が「女性」で高くなっています。

単位：％

問 38 喫煙状況 問 1 性別	回答者数 (件)	紙巻 たばこを 吸って いる	加熱 式たば こを吸 っている	紙巻 たばこ と加熱 式たば この両 方を吸 っている	以前 は吸っ ていた が今は 吸って いない	以前 から吸 ってい ない	無回 答
全 体	1,187	4.3	3.3	0.6	23.4	65.0	3.5
男性	491	6.9	6.3	1.4	41.1	41.3	2.9
女性	692	2.5	1.2	—	10.8	81.6	3.9
その他	4	—	—	—	25.0	75.0	—

【喫煙状況（問 38）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『以前は吸っていたが今は吸っていない』の割合が「男性 70 歳以上」で高くなっています。

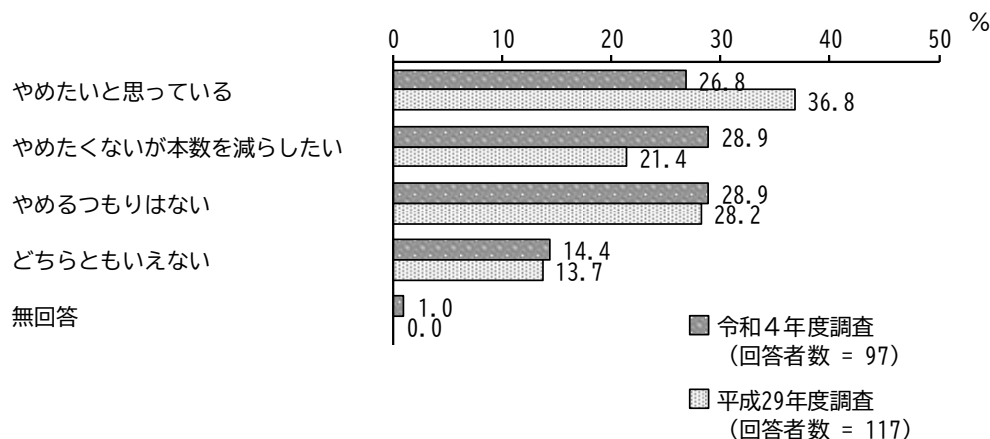
単位：％

問 38 喫煙状況 性・年代	回答者数 (件)	紙巻 たばこを 吸って いる	加熱 式たば こを吸 っている	紙巻 たばこ と加熱 式たば この両 方を吸 っている	以前 は吸っ ていた が今は 吸って いない	以前 から吸 ってい ない	無回 答
全 体	1,187	4.3	3.3	0.6	23.4	65.0	3.5
男性 10・20 歳代	32	3.1	—	6.3	—	90.6	—
男性 30 歳代	54	7.4	13.0	5.6	16.7	53.7	3.7
男性 40 歳代	76	11.8	14.5	—	25.0	48.7	—
男性 50 歳代	79	8.9	6.3	1.3	40.5	43.0	—
男性 60 歳代	114	7.9	5.3	—	55.3	30.7	0.9
男性 70 歳以上	136	2.9	1.5	0.7	58.1	28.7	8.1
女性 10・20 歳代	68	—	1.5	—	1.5	95.6	1.5
女性 30 歳代	100	5.0	1.0	—	9.0	85.0	—
女性 40 歳代	93	1.1	2.2	—	15.1	81.7	—
女性 50 歳代	125	1.6	1.6	—	12.0	83.2	1.6
女性 60 歳代	143	4.9	1.4	—	15.4	76.9	1.4
女性 70 歳以上	163	1.2	—	—	8.6	76.7	13.5

問 38-1 あなたは、たばこをやめたいと思っていますか。(○は1つだけ)

「やめたくないが本数を減らしたい」、「やめるつもりはない」の割合が28.9%と最も高く、次いで「やめたいと思っている」の割合が26.8%となっています。

平成29年度調査と比較すると、「やめたくないが本数を減らしたい」の割合が増加しています。一方、「やめたいと思っている」の割合が減少しています。



【禁煙意向（問 38-1）×性別（問 1）】

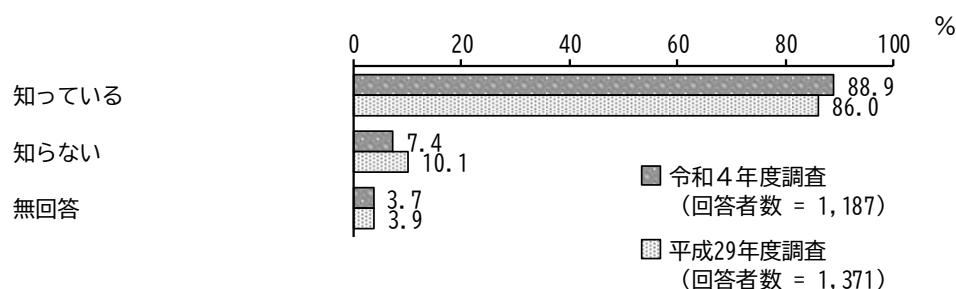
性別にみると、他に比べ、『やめたいと思っている』の割合が「女性」で高くなっています。また、『やめたくないが本数を減らしたい』の割合が「女性」で低くなっています。

単位：％

問 1 性別	問 38-1 禁煙意向	回答者数 (件)	やめたいと思っ ている	やめたくないが本 数を減らしたい	やめるつも りはな	い ど ち ら と も い え な	無 回 答
全 体		97	26.8	28.9	28.9	14.4	1.0
男性		72	19.4	33.3	33.3	13.9	—
女性		25	48.0	16.0	16.0	16.0	4.0
その他		—	—	—	—	—	—

問 39 あなたは、「副流煙」が及ぼす健康影響について知っていますか。(○は1つだけ)

「知っている」の割合が88.9%、「知らない」の割合が7.4%となっています。平成29年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【禁煙意向（問 39）×性別（問 1）】

性別にみると、大きな差はみられません。

単位：％

問 1 性別 \ 問 39 禁煙意向	回答者数 (件)	知っている	知らない	無回答
全 体	1,187	88.9	7.4	3.7
男性	491	89.0	7.1	3.9
女性	692	88.7	7.7	3.6
その他	4	100.0	—	—

【禁煙意向（問 39）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『知っている』の割合が「男性 40 歳代」で、『知らない』の割合が「女性 70 歳以上」で高くなっています。

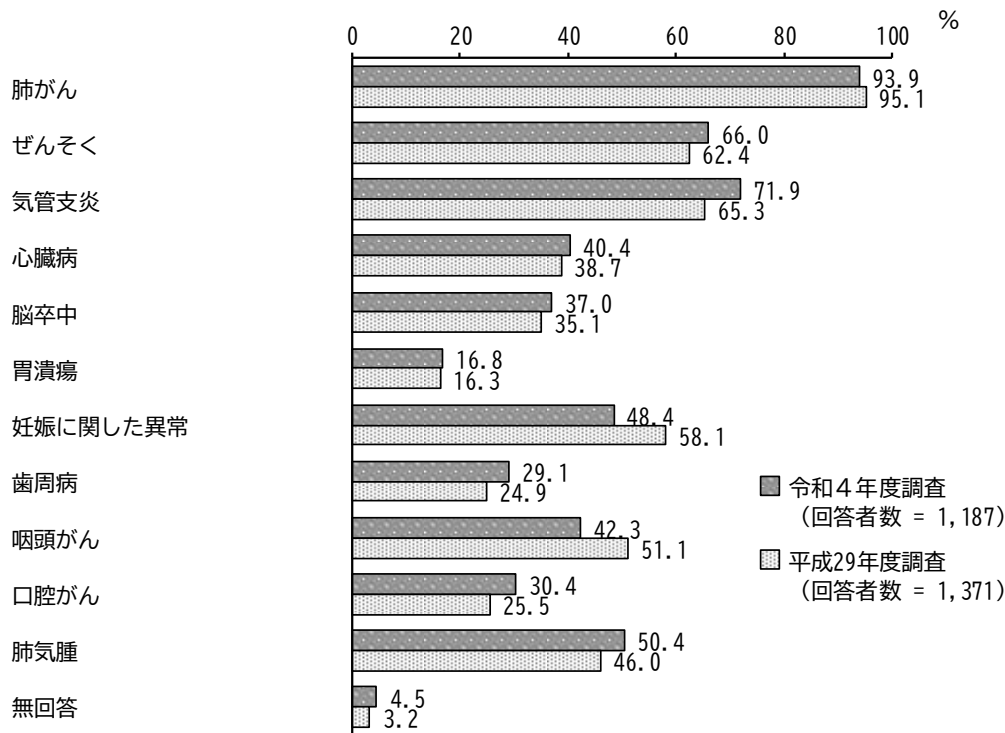
単位：％

性・年代 \ 問 39 禁煙意向	回答者数 (件)	知っている	知らない	無回答
全 体	1,187	88.9	7.4	3.7
男性 10・20 歳代	32	96.9	3.1	—
男性 30 歳代	54	88.9	9.3	1.9
男性 40 歳代	76	97.4	2.6	—
男性 50 歳代	79	91.1	8.9	—
男性 60 歳代	114	91.2	6.1	2.6
男性 70 歳以上	136	79.4	9.6	11.0
女性 10・20 歳代	68	94.1	5.9	—
女性 30 歳代	100	97.0	3.0	—
女性 40 歳代	93	95.7	2.2	2.2
女性 50 歳代	125	92.8	6.4	0.8
女性 60 歳代	143	91.6	8.4	—
女性 70 歳以上	163	71.8	14.7	13.5

問 40 あなたは、下記のうち、喫煙が影響すると知っていることはありますか。(あてはまるものすべてに○)

「肺がん」の割合が93.9%と最も高く、次いで「気管支炎」の割合が71.9%、「ぜんそく」の割合が66.0%となっています。

平成29年度調査と比較すると、「気管支炎」の割合が増加しています。一方、「妊娠に関する異常」「咽頭がん」の割合が減少しています。



【喫煙の影響（問40）×性別（問1）】

性別にみると、他に比べ、『妊娠に関する異常』の割合が「女性」で高くなっています。また、他に比べ、『妊娠に関する異常』の割合が「男性」で低くなっています。男性の回答の中では「肺がん」が最も割合が高くなっています。

単位：％

問40 喫煙の影響	問1 性別	回答者数 (件)	肺がん	ぜんそく	気管支炎	心臓病	脳卒中	胃潰瘍	妊娠に関する異常	歯周病	咽頭がん	口腔がん	肺気腫	無回答
全 体		1,187	93.9	66.0	71.9	40.4	37.0	16.8	48.4	29.1	42.3	30.4	50.4	4.5
男性		491	92.1	62.1	71.3	44.4	42.6	21.2	38.3	31.6	43.4	34.6	51.9	5.5
女性		692	95.1	68.8	72.4	37.4	32.8	13.6	55.5	27.0	41.3	27.3	49.0	3.8
その他		4	100.0	75.0	75.0	50.0	75.0	25.0	75.0	75.0	75.0	50.0	100.0	—

【喫煙の影響（問 40）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『妊娠に関する異常』の割合が「女性 30 歳代」で高くなっています。また、『脳卒中』『妊娠に関する異常』の割合が女性 70 歳以上で低くなっています。

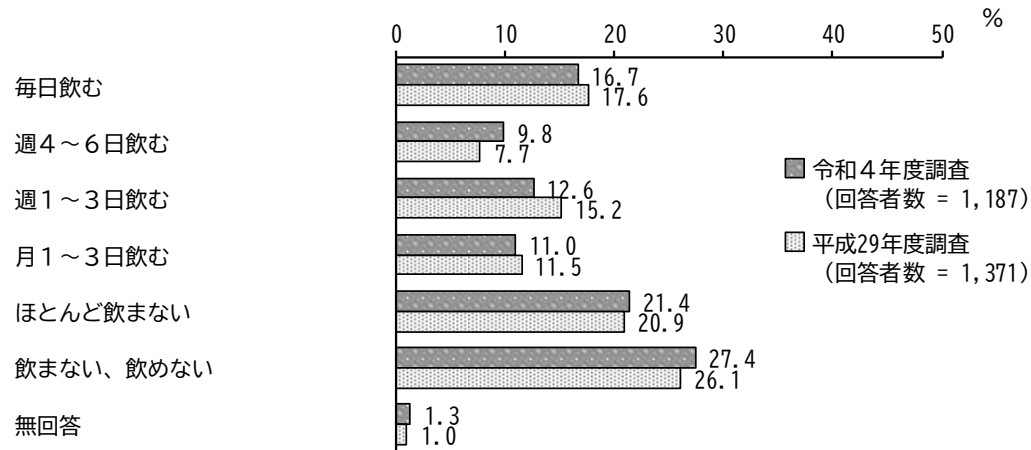
単位：％

問 40 喫煙の影響 性・年代	回答者数 (件)	肺がん	ぜんそく	気管支炎	心臓病	脳卒中	胃潰瘍	妊娠に関する異常	歯周病	咽頭がん	口腔がん	肺気腫	無回答
全 体	1,187	93.9	66.0	71.9	40.4	37.0	16.8	48.4	29.1	42.3	30.4	50.4	4.5
男性 10・20 歳代	32	93.8	62.5	78.1	40.6	34.4	15.6	46.9	50.0	34.4	28.1	43.8	—
男性 30 歳代	54	90.7	70.4	74.1	35.2	42.6	24.1	63.0	44.4	48.1	44.4	53.7	5.6
男性 40 歳代	76	97.4	59.2	71.1	36.8	50.0	15.8	55.3	28.9	52.6	36.8	51.3	2.6
男性 50 歳代	79	94.9	62.0	69.6	44.3	48.1	16.5	36.7	38.0	38.0	38.0	45.6	1.3
男性 60 歳代	114	94.7	61.4	73.7	57.0	47.4	25.4	39.5	33.3	45.6	37.7	58.8	3.5
男性 70 歳以上	136	85.3	61.0	67.6	42.6	33.1	23.5	16.9	18.4	39.7	26.5	51.5	12.5
女性 10・20 歳代	68	95.6	79.4	80.9	45.6	42.6	22.1	75.0	52.9	47.1	48.5	47.1	2.9
女性 30 歳代	100	100.0	72.0	74.0	47.0	41.0	19.0	83.0	43.0	52.0	39.0	48.0	—
女性 40 歳代	93	96.8	67.7	75.3	39.8	45.2	14.0	62.4	31.2	53.8	34.4	53.8	3.2
女性 50 歳代	125	97.6	73.6	75.2	47.2	40.0	16.8	59.2	25.6	41.6	28.0	51.2	1.6
女性 60 歳代	143	97.2	68.5	75.5	30.1	27.3	8.4	51.0	16.8	37.8	18.9	47.6	0.7
女性 70 歳以上	163	87.1	59.5	61.3	25.8	16.0	8.6	27.6	14.1	28.2	14.1	47.2	11.0

**問 41 あなたは、日本酒やビールなどのアルコール類をどのくらいの頻度で飲んでいま
すか。(○は1つだけ)**

「飲まない、飲めない」の割合が 27.4%と最も高く、次いで「ほとんど飲まない」の割合が 21.4%、「毎日飲む」の割合が 16.7%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【飲酒の頻度（問 41）×性別（問 1）】

性別にみると、他に比べ、『毎日飲む』の割合が「男性」で、『飲まない、飲めない』の割合が「女性」で高くなっています。

単位：％

問 1 性別 \ 問 41 飲酒の頻度	回答者数 (件)	毎日 飲む	週 4～ 6日 飲む	週 1～ 3日 飲む	月 1～ 3日 飲む	ほと んど 飲ま ない	飲ま ない、 飲め ない	無 回 答
全 体	1,187	16.7	9.8	12.6	11.0	21.4	27.4	1.3
男性	491	26.9	14.1	15.7	10.6	16.1	15.3	1.4
女性	692	9.5	6.8	10.4	11.3	25.3	35.5	1.2
その他	4	—	—	—	—	—	100.0	—

【飲酒の頻度（問 41）×性・年代別】

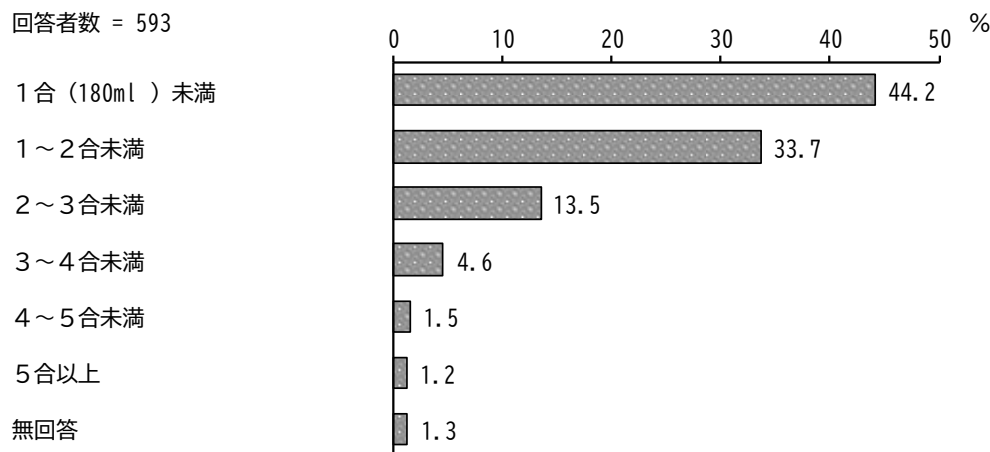
性・年代にみると、他に比べ、『毎日飲む』の割合が「男性 60 歳代」で、『飲まない、飲めない』の割合が「女性 60 歳代」「女性 70 歳以上」で高くなっています。

単位：％

問 41 飲酒の頻度 性・年代	回答者数 (件)	毎日飲む	週 4 ～ 6 日飲む	週 1 ～ 3 日飲む	月 1 ～ 3 日飲む	ほとんど 飲まない	飲まない、 飲めない	無回答
全 体	1,187	16.7	9.8	12.6	11.0	21.4	27.4	1.3
男性 18・19 歳	—	—	—	—	—	—	—	—
男性 20 歳代	32	—	6.3	15.6	31.3	12.5	34.4	—
男性 30 歳代	54	11.1	9.3	20.4	16.7	22.2	18.5	1.9
男性 40 歳代	76	23.7	15.8	19.7	10.5	18.4	11.8	—
男性 50 歳代	79	29.1	16.5	16.5	8.9	16.5	11.4	1.3
男性 60 歳代	114	37.7	18.4	16.7	7.9	10.5	8.8	—
男性 70 歳以上	136	30.9	11.8	10.3	6.6	17.6	19.1	3.7
女性 18・19 歳	—	—	—	—	—	—	—	—
女性 20 歳代	68	2.9	1.5	7.4	16.2	35.3	36.8	—
女性 30 歳代	100	5.0	5.0	14.0	17.0	25.0	34.0	—
女性 40 歳代	93	9.7	6.5	16.1	9.7	24.7	33.3	—
女性 50 歳代	125	16.0	8.8	12.0	16.0	21.6	25.6	—
女性 60 歳代	143	13.3	7.0	7.0	5.6	25.2	40.6	1.4
女性 70 歳以上	163	6.7	8.6	8.0	8.0	24.5	40.5	3.7

**問 41-1 あなたが1回に飲むお酒の量は、日本酒に換算してどのくらいですか。
(〇は1つだけ)**

「1合(180ml)未満」の割合が44.2%と最も高く、次いで「1～2合未満」の割合が33.7%、「2～3合未満」の割合が13.5%となっています。



多量飲酒者の算出方法

男性：(「毎日飲む×2合以上」＋「週4～6日飲む×2合以上」＋
「週1～3日飲む×4合以上」＋「月1～3日飲む×4合以上」)／
「毎日飲む」「週4～6日飲む」「週1～3日飲む」「月1～3日飲む」と回答した人
女性：(「毎日飲む×1合以上」＋「週4～6日飲む×1合以上」＋
「週1～3日飲む×3合以上」＋「月1～3日飲む×4合以上」)／
「毎日飲む」「週4～6日飲む」「週1～3日飲む」「月1～3日飲む」と回答した人

生活習慣病リスクを高める飲酒量…1日あたりの純アルコール量が男性40g以上、女性20g以上

純アルコール量(参考)		 日本酒1合(180ml) = 22g
 ビール(中瓶1本500ml) = 20g	 焼酎1合(25度) = 36g	
 ワイン(1杯120ml) = 12g	 ウイスキー・ブランデー(ダブル60ml) = 20g	

【1回の飲酒量（問41-1）×性別（問1）】

性別にみると、他に比べ、『1～2合未満』の割合が「男性」で、『1合（180ml）未満』の割合が「女性」で高くなっています。また、「男性」の2合以上（アルコール量40g以上）の割合29.1%、「女性」の1合以上（アルコール量20g以上）の割合は37.7%となっています。

単位：％

問41-1 1回の飲酒量 問1 性別	回答者数 (件)	1合 (180ml) 未満	1～2合 未満	2～3合 未満	3～4合 未満	4～5合 未満	5合以上	無回答
全 体	593	44.2	33.7	13.5	4.6	1.5	1.2	1.3
男性	330	31.5	38.8	18.2	6.7	2.4	1.8	0.6
女性	263	60.1	27.4	7.6	1.9	0.4	0.4	2.3
その他	—	—	—	—	—	—	—	—

【1回の飲酒量（問41-1）×性・年代別】

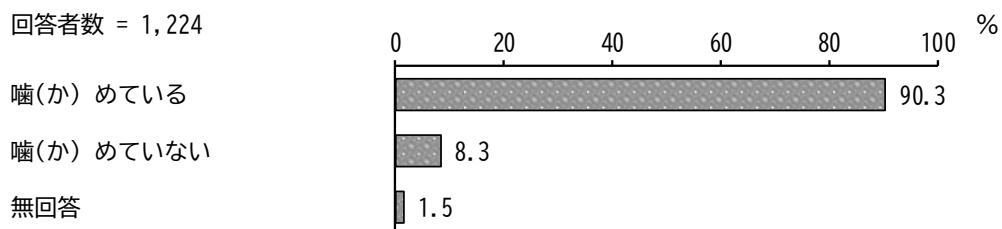
性・年代別にみると、他に比べ、『1合（180ml）未満』の割合が「女性70歳以上」で高くなっています。

単位：％

問41-1 1回の飲酒量 性・年代	回答者数 (件)	1合 (180ml) 未満	1～2合 未満	2～3合 未満	3～4合 未満	4～5合 未満	5合以上	無回答
全 体	593	44.2	33.7	13.5	4.6	1.5	1.2	1.3
男性 10・20歳代	17	35.3	29.4	11.8	11.8	5.9	—	5.9
男性 30歳代	31	22.6	45.2	19.4	6.5	3.2	3.2	—
男性 40歳代	53	28.3	47.2	9.4	7.5	—	5.7	1.9
男性 50歳代	56	25.0	37.5	25.0	7.1	3.6	1.8	—
男性 60歳代	92	31.5	31.5	25.0	7.6	3.3	1.1	—
男性 70歳以上	81	40.7	42.0	12.3	3.7	1.2	—	—
女性 10・20歳代	19	31.6	52.6	—	10.5	—	—	5.3
女性 30歳代	41	53.7	39.0	2.4	2.4	2.4	—	—
女性 40歳代	39	56.4	25.6	15.4	—	—	2.6	—
女性 50歳代	66	51.5	33.3	10.6	3.0	—	—	1.5
女性 60歳代	47	66.0	21.3	8.5	—	—	—	4.3
女性 70歳以上	51	84.3	7.8	3.9	—	—	—	3.9

問 42 現在、食事をする時、何でも噛(か)める状態ですか。(○は1つだけ)

「噛(か)めている」の割合が 90.3%、「噛(か)めていない」の割合が 8.3%となっています。



【咀嚼の状況（問 42）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『噛(か)めている』の割合が「女性 10・20 歳代」で、『噛(か)めていない』の割合が「男性 70 歳以上」「女性 70 歳以上」で高くなっています。

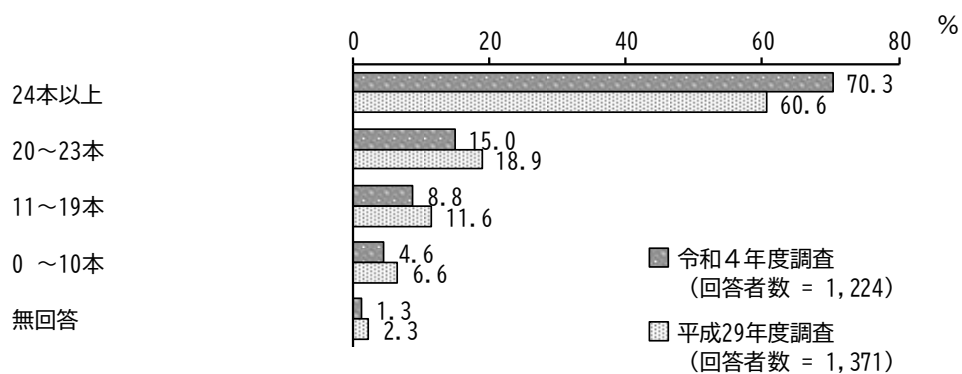
単位：%

性・年代	問 42 咀嚼の状況	回答者数 (件)	噛(か) めている	噛(か) めていない	無回答
全 体		1,224	90.3	8.3	1.5
男性 10・20 歳代		42	92.9	7.1	—
男性 30 歳代		54	94.4	3.7	1.9
男性 40 歳代		76	94.7	5.3	—
男性 50 歳代		79	91.1	7.6	1.3
男性 60 歳代		114	89.5	9.6	0.9
男性 70 歳以上		136	78.7	16.2	5.1
女性 10・20 歳代		85	98.8	1.2	—
女性 30 歳代		100	97.0	3.0	—
女性 40 歳代		93	95.7	4.3	—
女性 50 歳代		125	96.8	3.2	—
女性 60 歳代		143	90.9	7.0	2.1
女性 70 歳以上		163	79.1	18.4	2.5

問 43 現在、ご自分の歯は何本ありますか。(○は1つだけ)

「24 本以上」の割合が 70.3%と最も高く、次いで「20～23 本」の割合が 15.0%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、「24 本以上」の割合が増加しています。



【歯の本数（問 43）×性別（問 1）】

性別にみると、大きな差はみられません。

単位：％

問 1 性別	問 43 歯の本数	回答者数 (件)	24 本 以上	20 ～ 23 本	11 ～ 19 本	0 ～ 10 本	無 回 答
全 体		1,224	70.3	15.0	8.8	4.6	1.3
男性		504	65.5	18.1	9.9	5.4	1.2
女性		715	73.6	13.0	8.1	4.1	1.3
その他		4	100.0	—	—	—	—

【歯の本数（問 43）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『24 本以上』の割合が「男性 10・20 歳代」で高くなっています。また、『24 本以上』の割合が「男性 70 歳以上」で低くなっています。

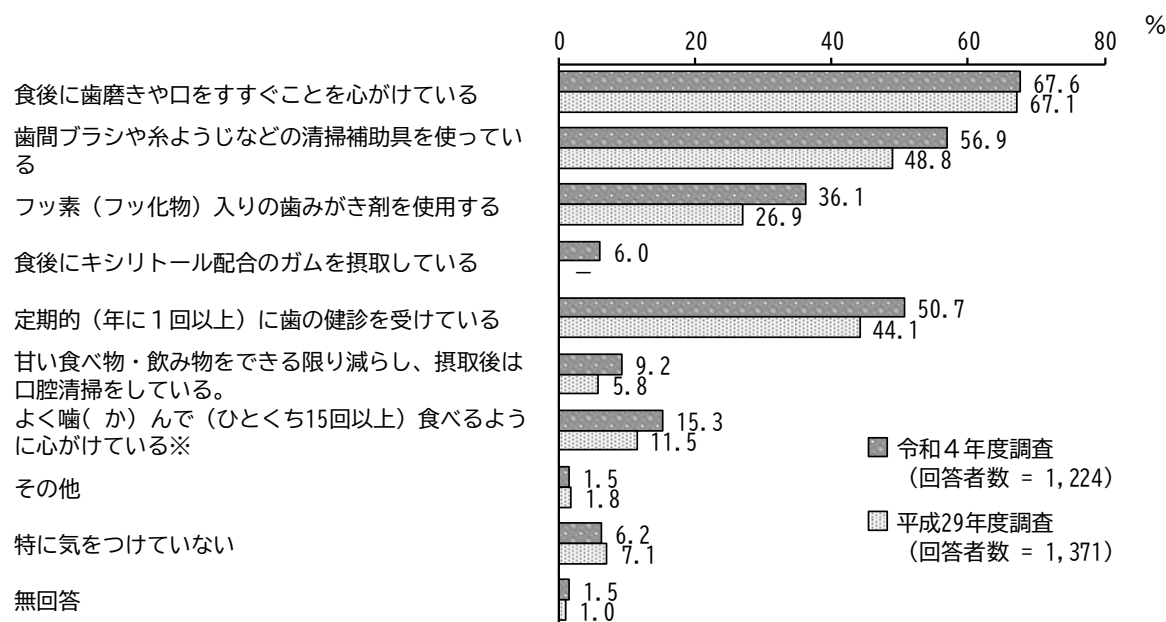
単位：％

問 43 歯の本数 性・年代	回答者数 (件)	24 本 以上	20 ～ 23 本	11 ～ 19 本	0 ～ 10 本	無 回 答
全 体	1,224	70.3	15.0	8.8	4.6	1.3
男性 10・20 歳代	42	95.2	2.4	2.4	—	—
男性 30 歳代	54	92.6	5.6	—	—	1.9
男性 40 歳代	76	84.2	10.5	2.6	1.3	1.3
男性 50 歳代	79	68.4	20.3	10.1	—	1.3
男性 60 歳代	114	63.2	24.6	8.8	3.5	—
男性 70 歳以上	136	34.6	25.7	21.3	16.2	2.2
女性 10・20 歳代	85	94.1	4.7	—	—	1.2
女性 30 歳代	100	93.0	5.0	1.0	1.0	—
女性 40 歳代	93	91.4	6.5	1.1	—	1.1
女性 50 歳代	125	85.6	11.2	3.2	—	—
女性 60 歳代	143	67.8	18.2	9.1	4.2	0.7
女性 70 歳以上	163	36.8	22.7	23.3	13.5	3.7

問 44 歯と口の健康のため、普段気をつけていることは何ですか。
(あてはまるものすべてに○)

「食後に歯磨きや口をすすぐことを心がけている」の割合が 67.6%と最も高く、次いで「歯間ブラシや糸ようじなどの清掃補助具を使っている」の割合が 56.9%、「定期的（年に1回以上）に歯の健診を受けている」の割合が 50.7%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、「歯間ブラシや糸ようじなどの清掃補助具を使っている」「フッ素（フッ化物）入りの歯みがき剤を使用する」「定期的（年に1回以上）に歯の健診を受けている」の割合が増加しています。



※「食後にキシリトール配合のガムを摂取している」の選択肢は、平成 29 年度調査にはありませんでした。

【口腔ケアで気を付けていること（問 44）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『歯間ブラシや糸ようじなどの清掃補助具を使っている』の割合が「女性 60 歳代」で高くなっています。また、『定期的（年に 1 回以上）に歯の健診を受けている』の割合が「男性 10・20 歳代」で低くなっています。

単位：％

問 44 口腔ケアで 気を付けて いること 性・年代	回答者数（件）	食後に歯磨きや口をすすぐことを 心がけている	歯間ブラシや糸ようじなどの 清掃補助具を使っている	フッ素（フッ化物）入りの歯みがき 剤を使用する	食後にキシリトール配合のガムを 摂取している	定期的（年に 1 回以上）に歯の健診 を受けている	甘い食べ物・飲み物をできる限り減 らし、摂取後は口腔清掃をしている。	よく噛（か）んで（ひとくち 15 回以 上）食べるように心がけている	その他	特に気をつけていない	無回答
全 体	1,224	67.6	56.9	36.1	6.0	50.7	9.2	15.3	1.5	6.2	1.5
男性 10・20 歳代	42	59.5	31.0	40.5	14.3	23.8	4.8	11.9	2.4	14.3	—
男性 30 歳代	54	59.3	40.7	33.3	1.9	33.3	3.7	9.3	3.7	13.0	1.9
男性 40 歳代	76	57.9	50.0	25.0	10.5	34.2	5.3	6.6	—	10.5	—
男性 50 歳代	79	63.3	49.4	40.5	3.8	43.0	3.8	5.1	1.3	7.6	2.5
男性 60 歳代	114	73.7	51.8	30.7	3.5	50.9	12.3	13.2	2.6	7.0	—
男性 70 歳以上	136	67.6	44.1	27.2	3.7	49.3	12.5	19.9	0.7	10.3	2.2
女性 10・20 歳代	85	78.8	38.8	31.8	7.1	38.8	4.7	23.5	2.4	9.4	—
女性 30 歳代	100	62.0	64.0	48.0	6.0	56.0	9.0	17.0	—	6.0	1.0
女性 40 歳代	93	65.6	74.2	49.5	8.6	65.6	8.6	11.8	—	1.1	2.2
女性 50 歳代	125	67.2	69.6	51.2	8.0	66.4	12.0	17.6	1.6	1.6	—
女性 60 歳代	143	67.8	76.2	35.0	4.9	58.7	8.4	11.9	2.8	2.8	1.4
女性 70 歳以上	163	72.4	61.3	27.6	4.3	52.8	13.5	20.9	1.2	3.1	3.7

【口腔ケアで気を付けていること（問 44）×関心度（健康づくりへの関心と取組状況）】

関心度別にみると、他に比べ、『定期的（年に1回以上）に歯の健診を受けている』の割合が「関心があり取り組んでいる」で高くなっています。また、『フッ素（フッ化物）入りの歯みがき剤を使用する』の割合が「関心はなく取り組んでいない」で低くなっています。

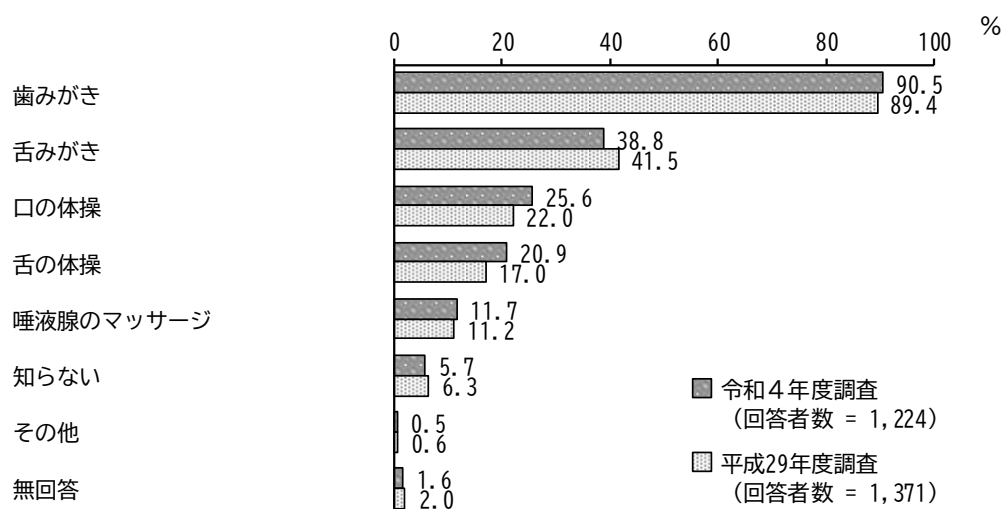
単位：％

問 44 口腔ケアで 気を付けて いること 関心度	回答者数（件）	食後に歯磨きや口をすすぐことを 心がけている	歯間ブラシや糸ようじなどの清掃補助具 を使っている	フッ素（フッ化物）入りの歯みがき剤を 使用する	食後にキシリトール配合のガムを 摂取している	定期的（年に1回以上）に歯の健診を 受けている	甘い食べ物・飲み物をできる限り減らし、 摂取後は口腔清掃をしている。	よく噛（か）んで（ひとくち15回以上） 食べるように心がけている	その他	特に気をつけていない	無回答
全 体	1,224	67.6	56.9	36.1	6.0	50.7	9.2	15.3	1.5	6.2	1.5
関心があり取り組んでいる	854	72.5	62.1	37.9	6.6	57.8	10.7	17.4	1.2	3.3	0.6
関心はあるが取り組んでいない	184	58.2	50.0	34.2	6.5	36.4	5.4	9.2	2.7	10.3	2.2
関心はないが取り組んでいる	30	53.3	43.3	30.0	3.3	36.7	10.0	6.7	—	16.7	3.3
関心はなく取り組んでいない	127	53.5	37.8	26.0	2.4	27.6	3.9	10.2	1.6	18.9	0.8

問 45 口腔機能を維持・向上する方法について、あなたが知っていることはどれですか。（あてはまるものすべてに○）

「歯みがき」の割合が 90.5%と最も高く、次いで「舌みがき」の割合が 38.8%、「口の体操」の割合が 25.6%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【口腔機能を維持・向上する方法の認知度（問 45）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『舌の体操』の割合が「男性 40 歳代」で低くなっています。

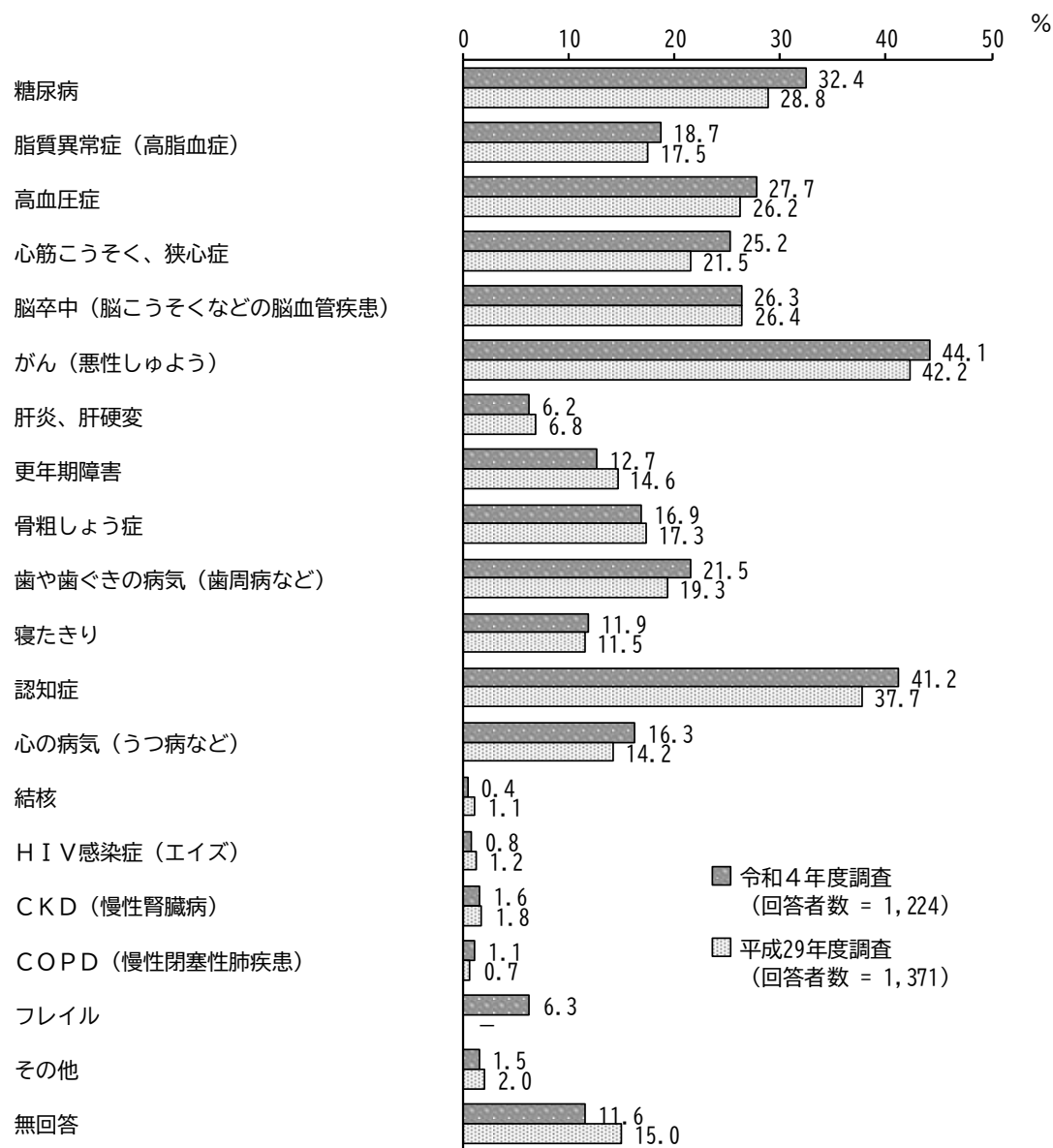
単位：％

問 44 口腔ケアで気を付けていること 性・年代	回答者数 (件)	歯みがき	舌みがき	口の体操	舌の体操	唾液腺のマッサージ	知らない	その他	無回答
全 体	1,224	90.5	38.8	25.6	20.9	11.7	5.7	0.5	1.6
男性 10・20 歳代	42	90.5	33.3	14.3	19.0	4.8	7.1	—	—
男性 30 歳代	54	88.9	31.5	13.0	13.0	5.6	7.4	1.9	1.9
男性 40 歳代	76	89.5	44.7	11.8	3.9	3.9	9.2	1.3	—
男性 50 歳代	79	89.9	27.8	11.4	6.3	1.3	6.3	1.3	2.5
男性 60 歳代	114	92.1	38.6	16.7	13.2	5.3	6.1	—	—
男性 70 歳以上	136	86.0	25.0	16.2	14.0	5.1	8.1	—	3.7
女性 10・20 歳代	85	91.8	50.6	23.5	24.7	4.7	4.7	—	—
女性 30 歳代	100	89.0	46.0	34.0	29.0	17.0	8.0	—	1.0
女性 40 歳代	93	91.4	35.5	24.7	22.6	17.2	5.4	—	1.1
女性 50 歳代	125	92.8	40.0	36.8	28.8	22.4	4.8	—	—
女性 60 歳代	143	91.6	42.0	35.7	30.1	24.5	4.2	0.7	2.1
女性 70 歳以上	163	91.4	43.6	38.7	27.0	12.3	2.5	1.2	3.1

**問 46 次のうち、どんな病気や予防法に関心がありますか。
(○は最もあてはまるもの5つまで)**

「がん（悪性しゅよう）」の割合が44.1%と最も高く、次いで「認知症」の割合が41.2%、「糖尿病」の割合が32.4%となっています。

平成29年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【病気や予防法への関心度（問 46）×性別（問 1）】

性別にみると、他に比べ、『骨粗しょう症』『認知症』の割合が「女性」で高くなっています。

単位：％

問 46 口病気や 予防法への 関心度 問 1 性別	回答者数 (件)	糖尿病	脂質異常症（高脂血症）	高血圧症	心筋こうそく、狭心症	脳卒中（脳こうそくなどの脳血管疾患）	がん（悪性しゅよう）	肝炎、肝硬変	更年期障害	骨粗しょう症	歯や歯ぐきの病気（歯周病など）
全 体	1,224	32.4	18.7	27.7	25.2	26.3	44.1	6.2	12.7	16.9	21.5
男性	504	38.1	19.2	35.9	30.6	32.1	47.4	10.5	4.4	4.4	20.6
女性	715	28.4	18.5	22.0	21.4	22.1	41.8	3.2	18.6	25.7	22.1
その他	4	25.0	—	25.0	50.0	50.0	50.0	—	—	25.0	25.0

問 46 口病気や 予防法への 関心度 問 1 性別	寝たきり	認知症	心の病気（うつ病など）	結核	HIV感染症（エイズ）	CKD（慢性腎臓病）	COPD（慢性閉塞性肺疾患）	フレイル	その他	無回答
全 体	11.9	41.2	16.3	0.4	0.8	1.6	1.1	6.3	1.5	11.6
男性	8.3	35.1	12.9	0.4	0.8	2.4	1.8	3.2	1.8	10.9
女性	14.5	45.7	18.7	0.4	0.8	1.1	0.6	8.5	1.3	11.7
その他	—	—	—	—	—	—	—	—	—	50.0

【病気や予防法への関心度（問 46）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『更年期障害』の割合が「女性 40 歳代」で高くなっています。
また、『認知症』の割合が「男性 40 歳代」で低くなっています。

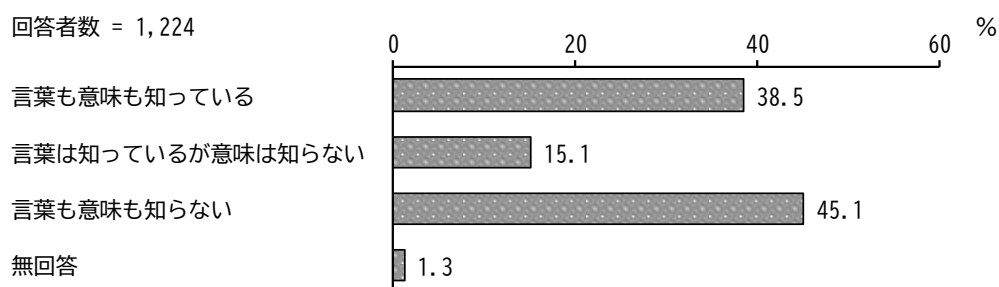
単位：％

問 46 □病気や 予防法への 関心度 性・年代	回答者数 (件)	糖尿病	脂質異常症 (高脂血症)	高血圧症	心筋こうそく、 狭心症	脳卒中(脳こ うそくなどの 脳血管疾患)	がん(悪性 しゅよう)	肝炎、肝硬変	更年期障害	骨粗しょう症	歯や歯ぐきの 病気(歯周病 など)
全 体	1,224	32.4	18.7	27.7	25.2	26.3	44.1	6.2	12.7	16.9	21.5
男性 10・20 歳代	42	45.2	9.5	19.0	19.0	19.0	52.4	9.5	2.4	4.8	21.4
男性 30 歳代	54	38.9	16.7	22.2	31.5	22.2	48.1	5.6	5.6	3.7	14.8
男性 40 歳代	76	40.8	13.2	19.7	27.6	32.9	53.9	13.2	9.2	—	17.1
男性 50 歳代	79	38.0	34.2	39.2	25.3	32.9	49.4	8.9	10.1	5.1	22.8
男性 60 歳代	114	36.0	21.1	49.1	34.2	36.0	48.2	9.6	0.9	7.0	22.8
男性 70 歳以上	136	35.3	16.2	42.6	36.0	36.0	41.2	13.2	1.5	4.4	22.1
女性 10・20 歳代	85	38.8	7.1	14.1	11.8	11.8	42.4	1.2	9.4	14.1	23.5
女性 30 歳代	100	37.0	15.0	19.0	16.0	18.0	56.0	4.0	31.0	16.0	30.0
女性 40 歳代	93	28.0	19.4	21.5	15.1	14.0	45.2	2.2	45.2	15.1	17.2
女性 50 歳代	125	24.8	21.6	16.8	24.8	24.8	40.8	3.2	30.4	31.2	21.6
女性 60 歳代	143	26.6	24.5	29.4	26.6	22.4	41.3	4.9	4.2	35.0	23.8
女性 70 歳以上	163	21.5	18.4	24.5	25.8	31.3	33.1	2.5	3.7	31.9	18.4

問 46 □病気や 予防法への 関心度 性・年代	寝たきり	認知症	心の病気 (うつ病など)	結核	HIV 感染症 (エイズ)	腎臓病 (慢性 CKD)	肺疾患 (慢性閉塞性 COPD)	フレイル	その他	無回答
全 体	11.9	41.2	16.3	0.4	0.8	1.6	1.1	6.3	1.5	11.6
男性 10・20 歳代	7.1	38.1	35.7	2.4	7.1	2.4	2.4	—	—	2.4
男性 30 歳代	9.3	29.6	24.1	—	—	—	—	3.7	1.9	13.0
男性 40 歳代	2.6	26.3	19.7	—	—	—	—	2.6	2.6	13.2
男性 50 歳代	6.3	32.9	7.6	—	—	1.3	1.3	2.5	3.8	5.1
男性 60 歳代	6.1	38.6	6.1	—	0.9	2.6	3.5	3.5	0.9	11.4
男性 70 歳以上	14.7	40.4	5.9	0.7	—	4.4	2.2	4.4	1.5	14.0
女性 10・20 歳代	7.1	34.1	41.2	2.4	7.1	—	—	1.2	7.1	11.8
女性 30 歳代	5.0	34.0	32.0	1.0	—	—	—	4.0	3.0	5.0
女性 40 歳代	7.5	33.3	22.6	—	—	1.1	—	3.2	—	12.9
女性 50 歳代	10.4	48.0	15.2	—	—	2.4	0.8	12.8	—	12.8
女性 60 歳代	16.8	56.6	6.3	—	—	0.7	0.7	9.8	—	10.5
女性 70 歳以上	30.1	54.6	11.0	—	—	1.8	1.2	14.1	—	16.0

問 47 あなたは、「フレイル」を知っていますか。(○は1つだけ)

「言葉も意味も知らない」の割合が45.1%と最も高く、次いで「言葉も意味も知っている」の割合が38.5%、「言葉は知っているが意味は知らない」の割合が15.1%となっています。



【フレイルの認知度（問47）×性別（問1）】

性別にみると、他に比べ、『言葉も意味も知らない』の割合が「男性」で、『言葉も意味も知っている』の割合が「女性」で高くなっています。

単位：%

問1 性別	問47 フレイルの認知度	回答者数 (件)	言葉も意味も知っ ている	言葉は知っ ているが意味は知らない	言葉も意味も知ら ない	無回答
全 体		1,224	38.5	15.1	45.1	1.3
男性		504	33.5	12.5	52.6	1.4
女性		715	42.2	16.8	39.9	1.1
その他		4	—	50.0	50.0	—

【フレイルの認知度（問 47）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『言葉も意味も知っている』の割合が「女性 60 歳代」で、『言葉も意味も知らない』の割合が「男性 50 歳代」で高くなっています。

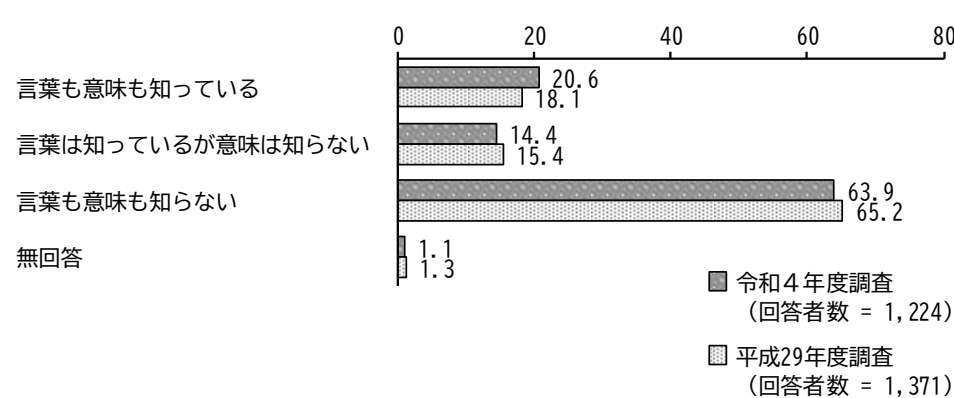
単位：％

問 47 フレイルの認知度 性・年代	回答者数 (件)	言葉も意味も 知っている	言葉は知っている が意味は知らない	言葉も意味も 知らない	無回答
全 体	1,224	38.5	15.1	45.1	1.3
男性 10・20 歳代	42	26.2	11.9	61.9	—
男性 30 歳代	54	22.2	16.7	57.4	3.7
男性 40 歳代	76	22.4	15.8	61.8	—
男性 50 歳代	79	30.4	5.1	63.3	1.3
男性 60 歳代	114	39.5	12.3	48.2	—
男性 70 歳以上	136	44.1	12.5	40.4	2.9
女性 10・20 歳代	85	30.6	11.8	57.6	—
女性 30 歳代	100	31.0	13.0	56.0	—
女性 40 歳代	93	33.3	18.3	48.4	—
女性 50 歳代	125	43.2	19.2	36.0	1.6
女性 60 歳代	143	53.1	13.3	32.9	0.7
女性 70 歳以上	163	50.9	21.5	24.5	3.1

**問 48 あなたは、「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」という病気を知っていますか。
（○は1つだけ）**

「言葉も意味も知らない」の割合が 63.9%と最も高く、次いで「言葉も意味も知っている」の割合が 20.6%、「言葉は知っているが意味は知らない」の割合が 14.4%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【COPDの認知度（問48）×性別（問1）】

性別にみると、大きな差はみられません。

単位：％

問1 性別	問48 COPDの認知度	回答者数 (件)	言葉も意味も知 っている	言葉は知っ ているが 意味は知 らない	言葉も意味も知 らない	無 回 答
全 体		1,224	20.6	14.4	63.9	1.1
男性		504	18.8	11.7	68.3	1.2
女性		715	22.0	16.4	60.7	1.0
その他		4	—	—	100.0	—

【COPDの認知度（問 48）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『言葉も意味も知らない』の割合が「男性 10・20 歳代」で、『言葉も意味も知っている』の割合が「男性 60 歳代」で高くなっています。

単位：％

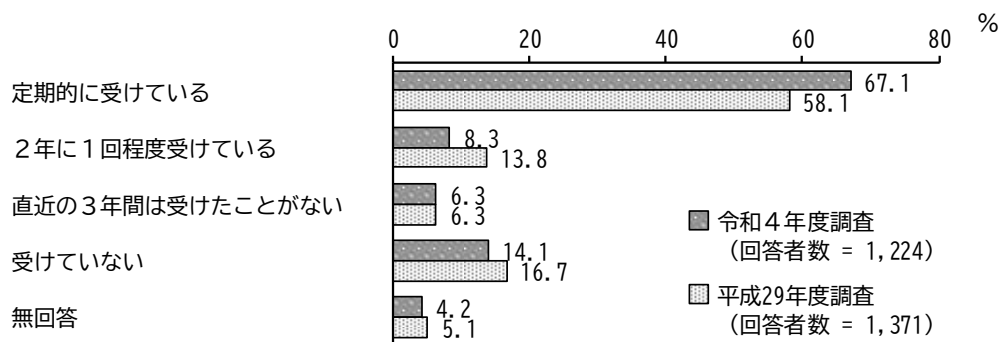
問 48 COPDの認知度 性・年代	回答者数 (件)	言葉も意味も 知っている	言葉は知っている が意味は知らない	言葉も意味も 知らない	無回答
全 体	1,224	20.6	14.4	63.9	1.1
男性 10・20 歳代	42	11.9	14.3	73.8	—
男性 30 歳代	54	20.4	13.0	64.8	1.9
男性 40 歳代	76	19.7	11.8	68.4	—
男性 50 歳代	79	17.7	12.7	68.4	1.3
男性 60 歳代	114	25.4	7.0	67.5	—
男性 70 歳以上	136	14.0	14.0	69.1	2.9
女性 10・20 歳代	85	22.4	14.1	63.5	—
女性 30 歳代	100	24.0	10.0	66.0	—
女性 40 歳代	93	24.7	18.3	55.9	1.1
女性 50 歳代	125	24.8	19.2	55.2	0.8
女性 60 歳代	143	21.7	16.1	61.5	0.7
女性 70 歳以上	163	17.2	17.8	62.6	2.5

**問 49 あなたは、定期的（１年に１回程度）に次の健（検）診等を受診していますか。
また、受診状況の「１．定期的に受けている」「２．２年に１回程度受けている」と
回答した方はどこで受診しましたか。**

①健康診断（特定健診・職場・学校での健診・後期高齢者健診） 受診状況

「定期的に受けている」の割合が 67.1%と最も高く、次いで「受けていない」の割合が 14.1%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、「定期的に受けている」の割合が増加しています。



【受診状況（問 49①）×性別（問 1）】

性別にみると、大きな差はみられません。

単位：％

問 1 性別	問 49① 受診状況	回答者数 (件)	定期的に 受けてい る	2年 に1回 程度受 けている	直近の3 年間は受 けたことが ない	受けて いない	無回 答
全 体		1,224	67.1	8.3	6.3	14.1	4.2
男性		504	71.4	6.7	5.4	12.3	4.2
女性		715	64.1	9.2	7.0	15.5	4.2
その他		4	75.0	25.0	—	—	—

【受診状況（問 49①）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『定期的に受けている』の割合が「男性 50 歳代」で高くなっています。また、『定期的に受けている』の割合が「女性 60 歳代」で低くなっています。

単位：％

問 49① 受診状況 性・年代	回答者数 (件)	定期的に 受けている	2 年に 1 回程度 受けている	直近の 3 年間は 受けたことがない	受けていない	無回答
全 体	1,224	67.1	8.3	6.3	14.1	4.2
男性 10・20 歳代	42	57.1	21.4	—	21.4	—
男性 30 歳代	54	75.9	3.7	5.6	13.0	1.9
男性 40 歳代	76	78.9	3.9	1.3	13.2	2.6
男性 50 歳代	79	83.5	2.5	3.8	8.9	1.3
男性 60 歳代	114	72.8	5.3	7.9	10.5	3.5
男性 70 歳以上	136	61.8	8.1	8.1	12.5	9.6
女性 10・20 歳代	85	76.5	7.1	—	14.1	2.4
女性 30 歳代	100	68.0	6.0	8.0	17.0	1.0
女性 40 歳代	93	64.5	10.8	7.5	15.1	2.2
女性 50 歳代	125	65.6	6.4	6.4	18.4	3.2
女性 60 歳代	143	53.8	16.1	10.5	13.3	6.3
女性 70 歳以上	163	62.0	8.0	6.7	16.0	7.4

【受診状況（問 49①）×生活レベルの感じ方（問 9）】

生活レベルの感じ方別にみると、他に比べ、『受けていない』の割合が「かなり苦しい」で高くなっています。

単位：％

問 49① 受診状況 問 9 生活レベルの感じ方	回答者数 (件)	定期的 に受けて いる	2年 に1回 程度受 けている	直近 の3年 間は受 けたこ とがな い	受けて いない	無回 答
全 体	1,224	67.1	8.3	6.3	14.1	4.2
かなり豊かである	28	71.4	10.7	—	14.3	3.6
まあまあ豊かである	259	72.6	6.2	6.2	10.8	4.2
ふつう	671	68.1	7.9	6.1	14.0	3.9
やや苦しい	210	63.3	9.5	8.6	14.3	4.3
かなり苦しい	54	42.6	16.7	3.7	29.6	7.4

【受診状況（問 49①）×関心度（健康づくりへの関心と取組状況）】

関心度別にみると、他に比べ、『定期的に受けている』の割合が「関心はないが取り組んでいる」で高くなっています。また、『定期的に受けている』の割合が「関心はあるが取り組んでいない」で低くなっています。

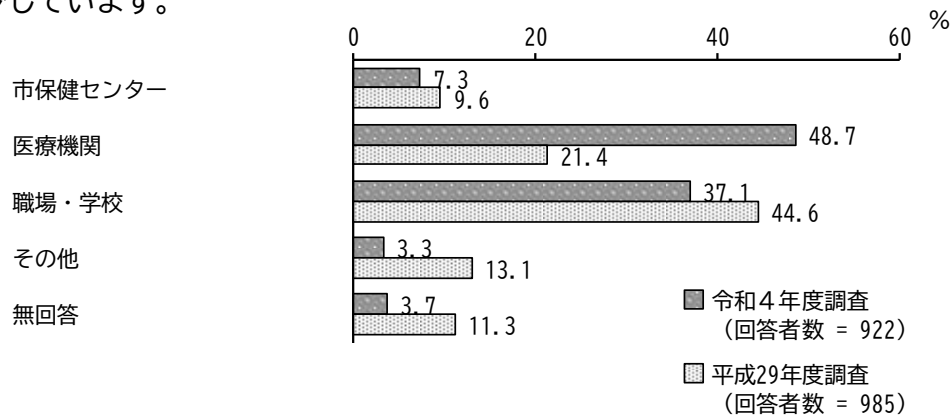
単位：％

問 49① 受診状況 関心度	回答者数 (件)	定期的 に受けて いる	2年 に1回 程度受 けている	直近 の3年 間は受 けたこ とがな い	受けて いない	無回 答
全 体	1,224	67.1	8.3	6.3	14.1	4.2
関心があり取り組んでいる	854	70.5	8.1	6.3	11.2	3.9
関心はあるが取り組んでいない	184	54.3	10.9	8.2	21.2	5.4
関心はないが取り組んでいる	30	83.3	3.3	3.3	10.0	—
関心はなく取り組んでいない	127	61.4	7.9	5.5	21.3	3.9

①健康診断（特定健診・職場・学校での健診・後期高齢者健診） 実施場所等

「医療機関」の割合が48.7%と最も高く、次いで「職場・学校」の割合が37.1%となっています。

平成29年度調査と比較すると、「医療機関」の割合が増加しています。一方、「職場・学校」の割合が減少しています。



【実施場所等（問49①）×性別（問1）】

性別にみると、大きな差はみられません。

単位：％

問1 性別 \ 問49① 実施場所等	回答者数 (件)	市保健センター	医療機関	職場・学校	その他	無回答
全 体	922	7.3	48.7	37.1	3.3	3.7
男性	394	6.3	50.3	37.3	1.8	4.3
女性	524	8.0	47.7	36.6	4.4	3.2
その他	4	—	25.0	75.0	—	—

【実施場所等（問 49①）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『職場・学校』の割合が「女性 10・20 歳代」で、『医療機関』の割合が「男性 70 歳以上」で高くなっています。

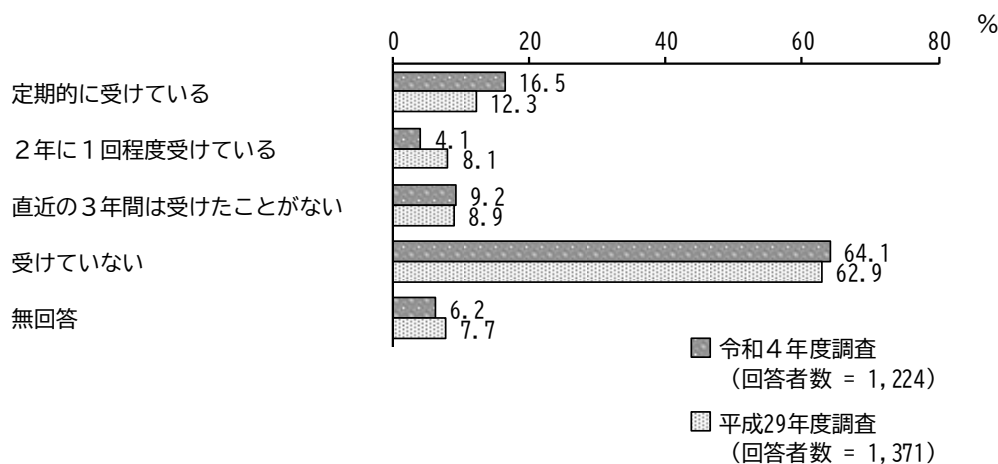
単位：％

問 49① 実施場所等 性・年代	回答者数 (件)	市保健センター	医療機関	職場・学校	その他	無回答
全 体	922	7.3	48.7	37.1	3.3	3.7
男性 10・20 歳代	33	—	24.2	75.8	—	—
男性 30 歳代	43	2.3	44.2	48.8	2.3	2.3
男性 40 歳代	63	3.2	34.9	55.6	3.2	3.2
男性 50 歳代	68	4.4	30.9	54.4	1.5	8.8
男性 60 歳代	89	7.9	60.7	27.0	1.1	3.4
男性 70 歳以上	95	12.6	76.8	4.2	1.1	5.3
女性 10・20 歳代	71	2.8	9.9	85.9	1.4	—
女性 30 歳代	74	5.4	32.4	58.1	2.7	1.4
女性 40 歳代	70	10.0	41.4	37.1	5.7	5.7
女性 50 歳代	90	6.7	51.1	34.4	4.4	3.3
女性 60 歳代	100	7.0	55.0	26.0	9.0	3.0
女性 70 歳以上	114	14.0	75.4	3.5	1.8	5.3

②人間ドック受診状況

「受けていない」の割合が 64.1%と最も高く、次いで「定期的に受けている」の割合が 16.5%となっています。

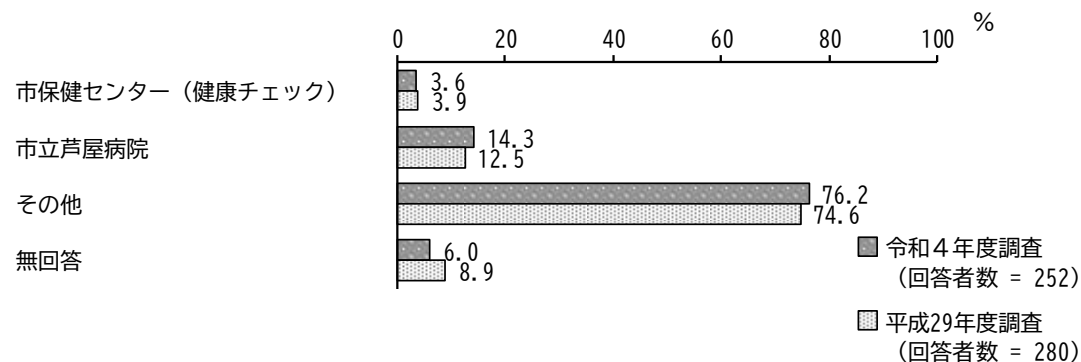
平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



②人間ドック 実施場所等

「市保健センター（健康チェック）」の割合が 3.6%、「市立芦屋病院」の割合が 14.3%となっています。

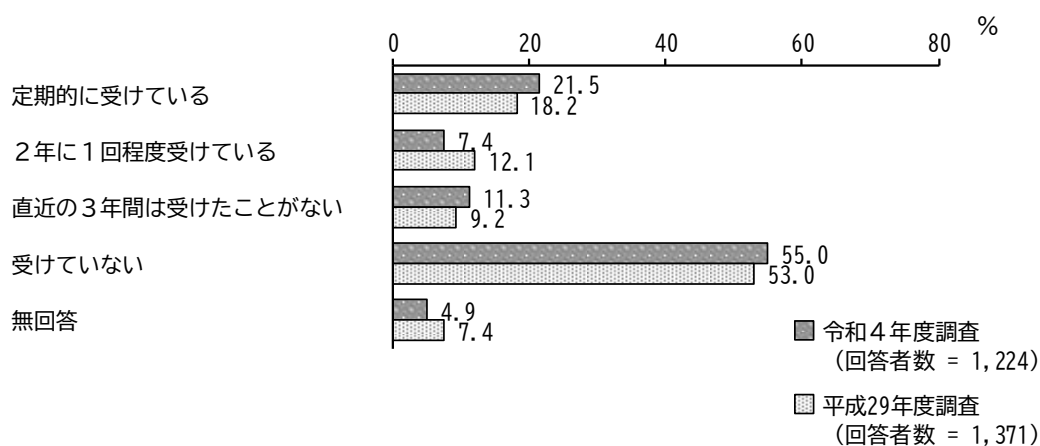
平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



③胃がん検診 受診状況

「受けていない」の割合が 55.0%と最も高く、次いで「定期的に受けている」の割合が 21.5%、「直近の3年間は受けたことがない」の割合が 11.3%となっています。

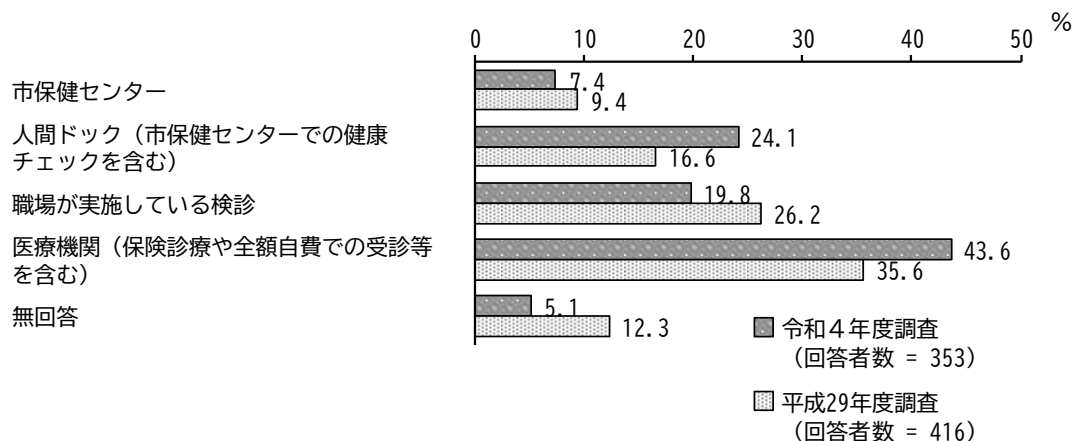
平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



③胃がん検診 実施場所等

「医療機関（保険診療や全額自費での受診等を含む）」の割合が 43.6%と最も高く、次いで「人間ドック（市保健センターでの健康チェックを含む）」の割合が 24.1%、「職場が実施している検診」の割合が 19.8%となっています。

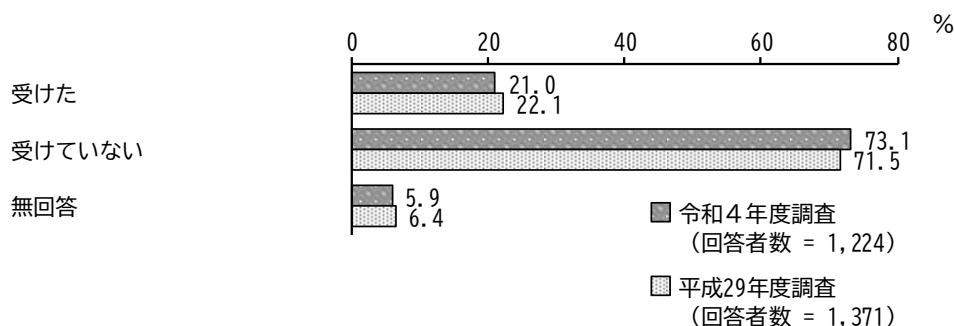
平成 29 年度調査と比較すると、「人間ドック（市保健センターでの健康チェックを含む）」「医療機関（保険診療や全額自費での受診等を含む）」の割合が増加しています。一方、「職場が実施している検診」の割合が減少しています。



④肝炎ウイルス検診 受診状況

「受けた」の割合が 21.0%、「受けていない」の割合が 73.1%となっています。

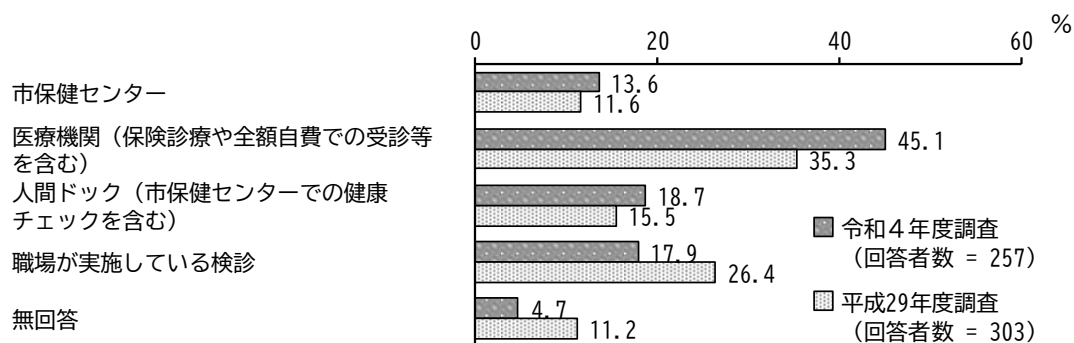
平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



④肝炎ウイルス検診 実施場所等

「医療機関（保険診療や全額自費での受診等を含む）」の割合が 45.1%と最も高く、次いで「人間ドック（市保健センターでの健康チェックを含む）」の割合が 18.7%、「職場が実施している検診」の割合が 17.9%となっています。

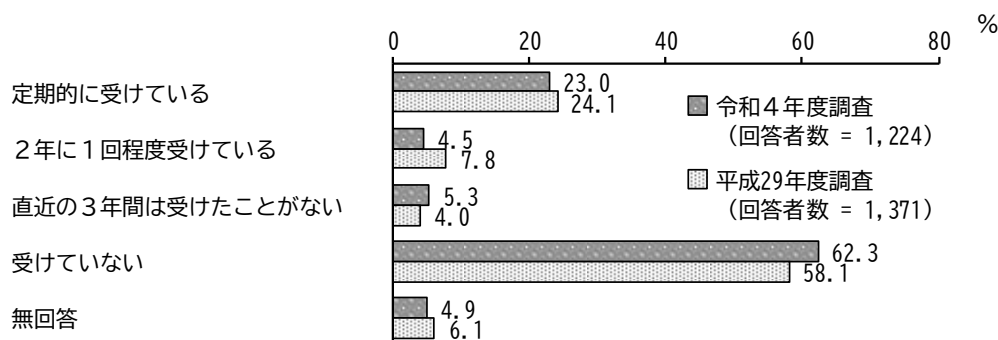
平成 29 年度調査と比較すると、「医療機関（保険診療や全額自費での受診等を含む）」の割合が増加しています。一方、「職場が実施している検診」の割合が減少しています。



⑤肺がん検診(結核検診含む) 受診状況

「受けていない」の割合が62.3%と最も高く、次いで「定期的に受けている」の割合が23.0%となっています。

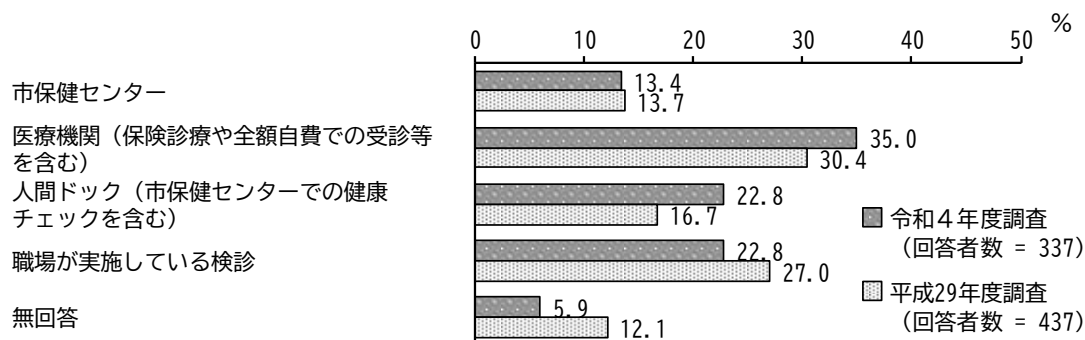
平成29年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



⑤肺がん検診(結核検診含む) 実施場所等

「医療機関(保険診療や全額自費での受診等を含む)」の割合が35.0%と最も高く、次いで「人間ドック(市保健センターでの健康チェックを含む)」、「職場が実施している検診」の割合が22.8%となっています。

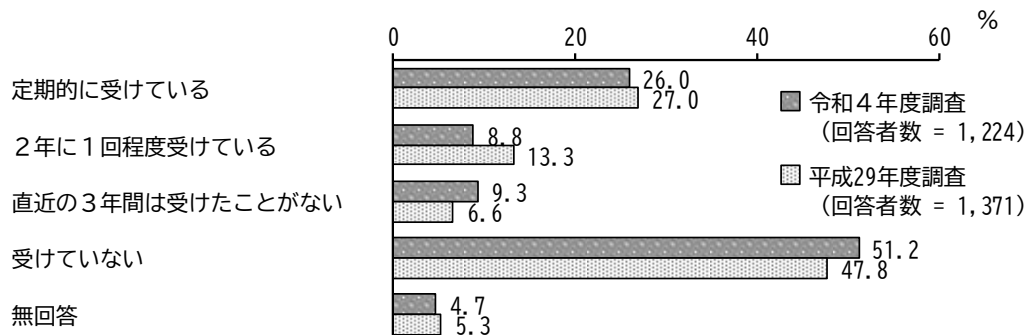
平成29年度調査と比較すると、「人間ドック(市保健センターでの健康チェックを含む)」の割合が増加しています。



⑥大腸がん検診 受診状況

「受けていない」の割合が51.2%と最も高く、次いで「定期的に受けている」の割合が26.0%となっています。

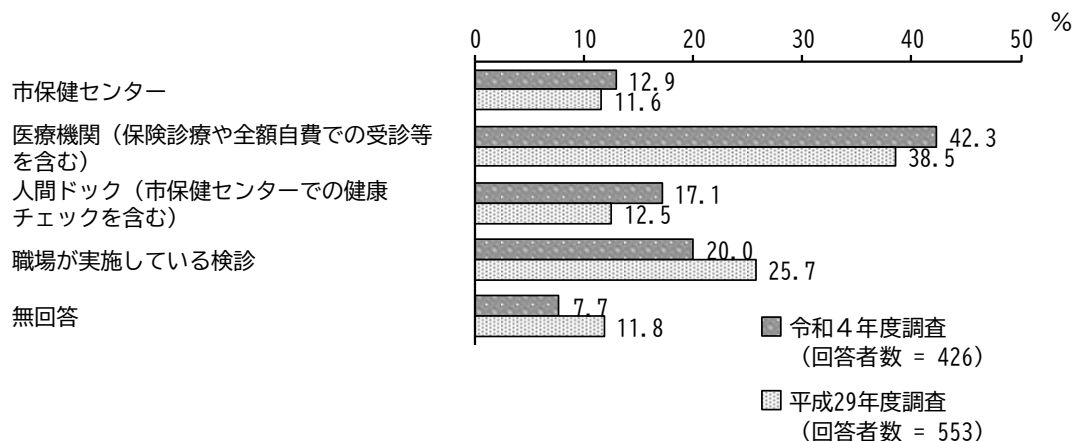
平成29年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



⑥大腸がん検診 実施場所等

「医療機関（保険診療や全額自費での受診等を含む）」の割合が 42.3%と最も高く、次いで「職場が実施している検診」の割合が 20.0%、「人間ドック（市保健センターでの健康チェックを含む）」の割合が 17.1%となっています。

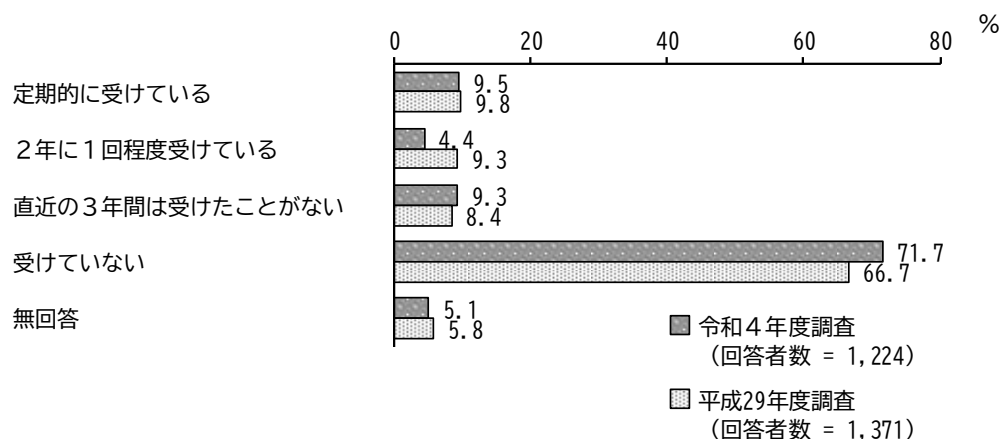
平成 29 年度調査と比較すると、「職場が実施している検診」の割合が減少しています。



⑦骨（骨粗しょう症）検診 受診状況

「受けていない」の割合が 71.7%と最も高くなっています。

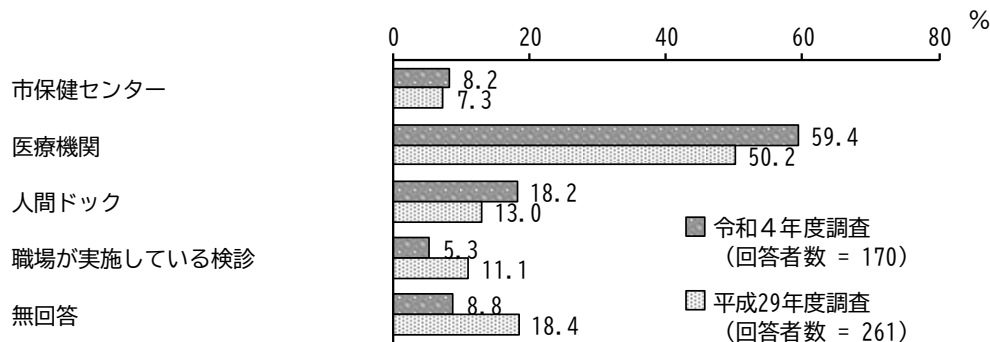
平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



⑦骨（骨粗しょう症）検診 実施場所等

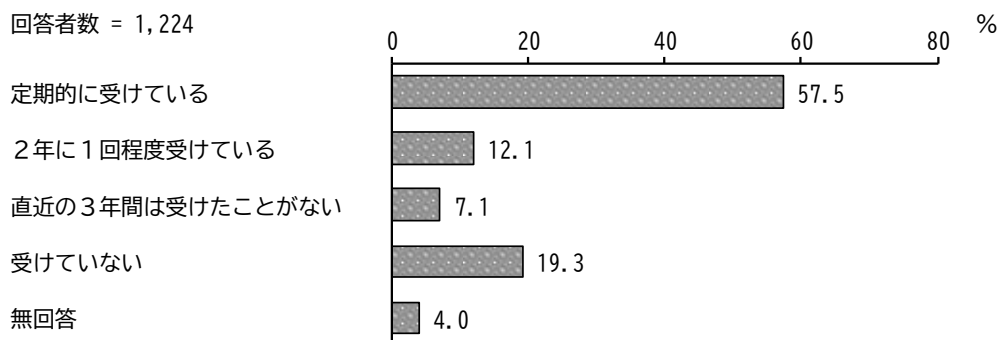
「医療機関」の割合が 59.4%と最も高く、次いで「人間ドック」の割合が 18.2%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、「医療機関」「人間ドック」の割合が増加しています。一方、「職場が実施している検診」の割合が減少しています。



⑧歯科健診 受診状況

「定期的に受けている」の割合が 57.5%と最も高く、次いで「受けていない」の割合が 19.3%、「2年に1回程度受けている」の割合が 12.1%となっています。



【受診状況（問 49⑧）×関心度（健康づくりへの関心と取組状況）】

関心度別にみると、他に比べ、『受けていない』の割合が「関心はなく取り組んでいない」で高くなっています。

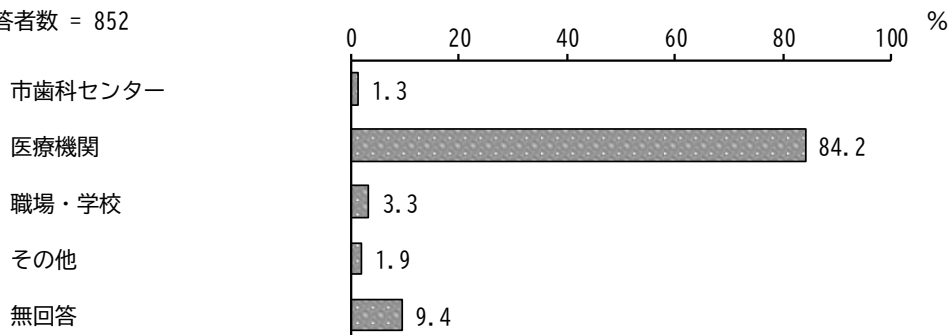
単位：%

問 49⑧ 受診状況 関心度	回答者数 (件)	定期的に 受けている	2年に1回 程度受けて いる	直近の3年 間は受けた ことがない	受けてい ない	無回答
全 体	1,224	57.5	12.1	7.1	19.3	4.0
関心があり取り組んでいる	854	64.4	11.4	6.4	14.3	3.5
関心はあるが取り組んでいない	184	42.4	16.3	11.4	27.2	2.7
関心はないが取り組んでいる	30	53.3	3.3	10.0	30.0	3.3
関心はなく取り組んでいない	127	33.9	13.4	5.5	42.5	4.7

⑧歯科健診 実施場所等

「医療機関」の割合が84.2%と最も高くなっています。

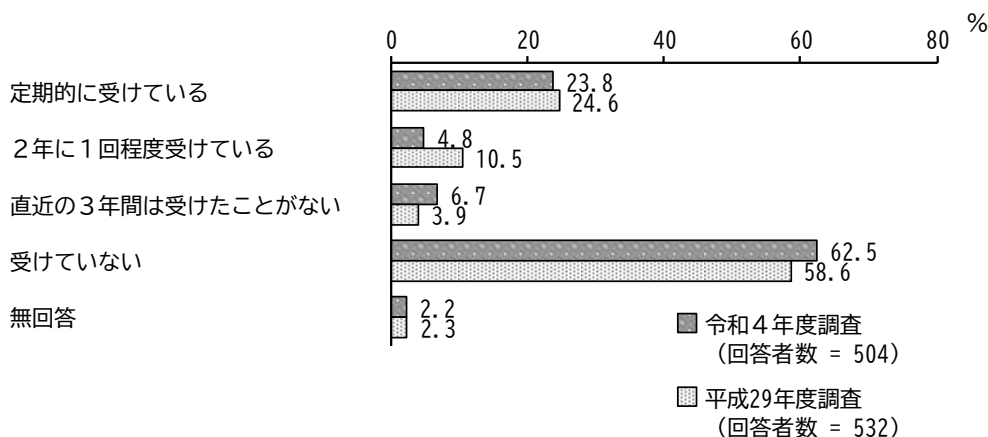
回答者数 = 852



⑨前立腺がん検診 受診状況

「受けていない」の割合が62.5%と最も高く、次いで「定期的に受けている」の割合が23.8%となっています。

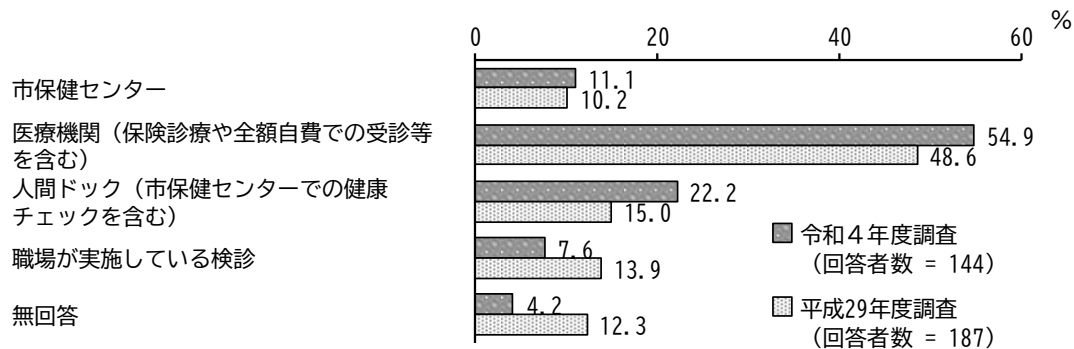
平成29年度調査と比較すると、「2年に1回程度受けている」の割合が減少しています。



⑨前立腺がん検診 実施場所等

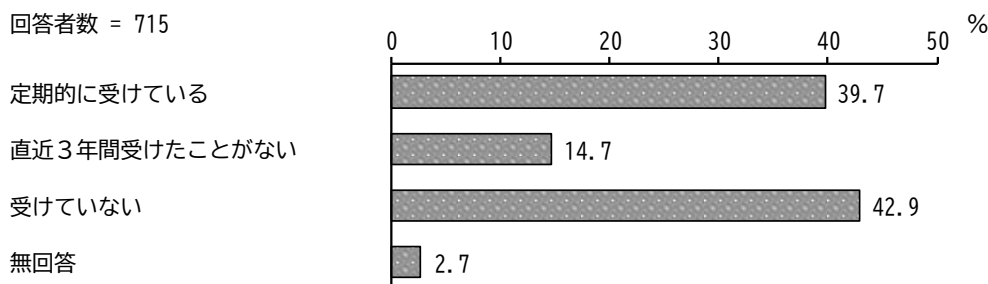
「医療機関（保険診療や全額自費での受診等を含む）」の割合が54.9%と最も高く、次いで「人間ドック（市保健センターでの健康チェックを含む）」の割合が22.2%、「市保健センター」の割合が11.1%となっています。

平成29年度調査と比較すると、「医療機関（保険診療や全額自費での受診等を含む）」「人間ドック（市保健センターでの健康チェックを含む）」の割合が増加しています。一方、「職場が実施している検診」の割合が減少しています。



⑩子宮頸がん検診 受診状況

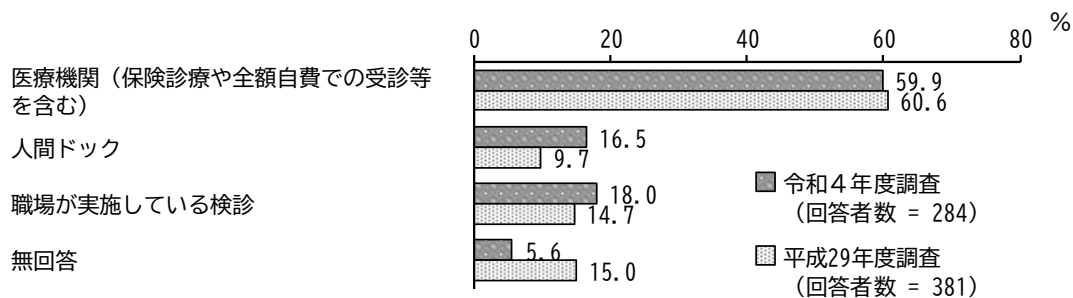
「受けていない」の割合が 42.9%と最も高く、次いで「定期的に受けている」の割合が 39.7%、「直近3年間受けたことがない」の割合が 14.7%となっています。



⑩子宮頸がん検診 実施場所等

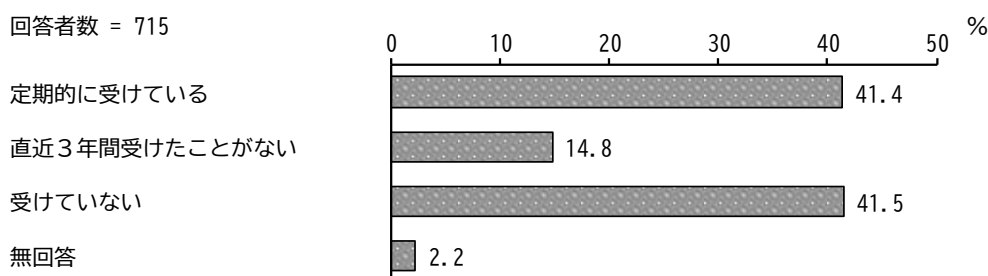
「医療機関（保険診療や全額自費での受診等を含む）」の割合が 59.9%と最も高く、次いで「職場が実施している検診」の割合が 18.0%、「人間ドック」の割合が 16.5%となっています。

平成29年度調査と比較すると、「人間ドック」の割合が増加しています。



⑪乳がん検診 受診状況

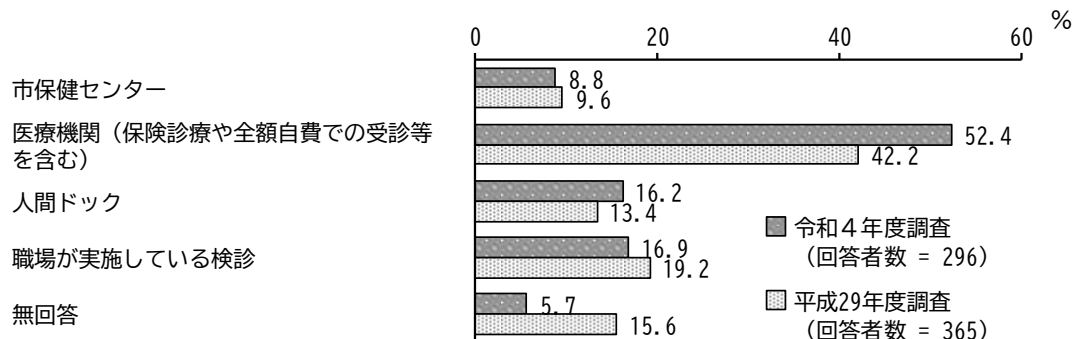
「受けていない」の割合が 41.5%と最も高く、次いで「定期的に受けている」の割合が 41.4%、「直近3年間受けたことがない」の割合が 14.8%となっています。



⑪乳がん検診 実施場所等

「医療機関（保険診療や全額自費での受診等を含む）」の割合が 52.4%と最も高く、次いで「職場が実施している検診」の割合が 16.9%、「人間ドック」の割合が 16.2%となっています。

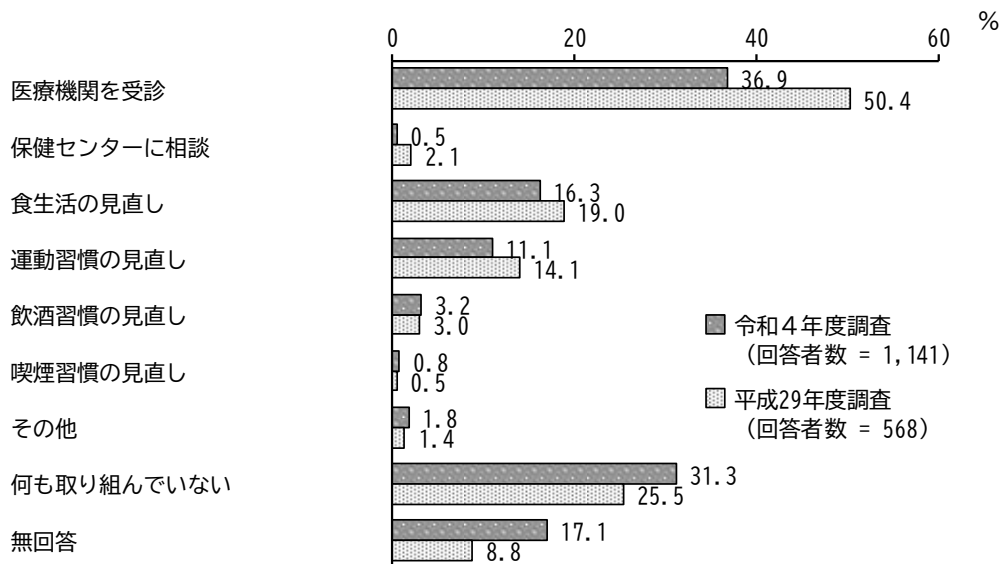
平成 29 年度調査と比較すると、「医療機関（保険診療や全額自費での受診等を含む）」の割合が増加しています。



問 49-1 健（検）診を受けた後、どのような行動をとりましたか。（あてはまるものすべてに○）

「医療機関を受診」の割合が 36.9%と最も高く、次いで「何も取り組んでいない」の割合が 31.3%、「食生活の見直し」の割合が 16.3%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、「何も取り組んでいない」の割合が増加しています。一方、「医療機関を受診」の割合が減少しています。



【健（検）診後の行動（問 49-1）×健康保険（問 8）】

健康保険にみると、他に比べ、『定期的に受けている』の割合が「社会保険（健康保険組合・共済組合・協会けんぽ）・本人」で高くなっています。

単位：％

問 49-1 健（検）診後の行動 問 8 健康保険	回答者数 (件)	定期的に 受けている	2年 に1回 程度受 けている	直近 の3年 間は受 けたこ とがな い	受けて いない	無回 答
全 体	1,224	67.1	8.3	6.3	14.1	4.2
芦屋市の国民健康保険・世帯主	186	59.1	10.8	9.1	14.0	7.0
芦屋市の国民健康保険・世帯員	125	47.2	17.6	12.0	19.2	4.0
後期高齢者医療保険	154	63.6	7.1	7.8	13.6	7.8
社会保険（健康保険組合・共済組合・協会けんぽ）・本人	491	82.3	4.5	2.0	9.6	1.6
社会保険（健康保険組合・共済組合・協会けんぽ）・家族	216	58.3	9.3	10.2	19.4	2.8
その他	22	45.5	13.6	4.5	27.3	9.1

【健（検）診後の行動（問 49-1）×関心度（健康づくりへの関心と取組状況）】

関心度別にみると、他に比べ、『何も取り組んでいない』の割合が「関心はなく取り組んでいない」で高くなっています。

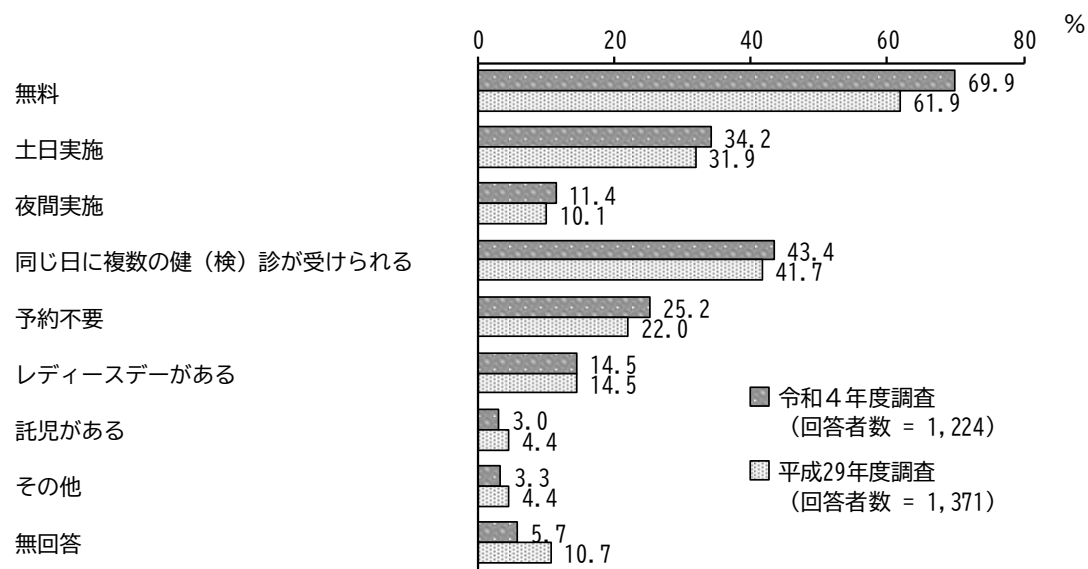
単位：％

問 49-1 健（検）診後の行動 関心度	回答者数 (件)	医療機 関を受 診	保健セ ンター に相談	食生活 の見直 し	運動習 慣の見 直し	飲酒習 慣の見 直し	喫煙習 慣の見 直し	その他	何も取 り組ん でいな い	無回 答
全 体	1,141	36.9	0.5	16.3	11.1	3.2	0.8	1.8	31.3	17.1
関心があり取り組んでいる	816	39.0	0.5	19.6	14.0	3.2	0.7	1.7	26.7	17.2
関心はあるが取り組んでいない	164	36.0	0.6	12.2	5.5	3.7	0.6	1.8	36.6	15.9
関心はないが取り組んでいる	28	35.7	3.6	3.6	3.6	—	—	3.6	35.7	21.4
関心はなく取り組んでいない	110	24.5	—	1.8	1.8	1.8	0.9	1.8	59.1	12.7

**問 50 あなたは、どのような条件が整えば健（検）診が受けやすいですか。
（あてはまるものにすべてに○）**

「無料」の割合が 69.9%と最も高く、次いで「同じ日に複数の健（検）診が受けられる」の割合が 43.4%、「土日実施」の割合が 34.2%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、「無料」の割合が増加しています。



【受診しやすい条件（問 50）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『土日実施』の割合が「男性 50 歳代」で、『夜間実施』の割合が「男性 30 歳代」で高くなっています。

単位：％

問 50 受診しやすい 条件 性・年代	回答者数 (件)	無料	土日 実施	夜間 実施	同じ日に複数の健 (検) 診が受けられる	予約不要	レ ディ ー ス デー がある	託 児 がある	そ 他	無 回 答
全 体	1,224	69.9	34.2	11.4	43.4	25.2	14.5	3.0	3.3	5.7
男性 10・20 歳代	42	88.1	54.8	16.7	26.2	35.7	—	—	—	2.4
男性 30 歳代	54	64.8	53.7	33.3	40.7	29.6	1.9	7.4	3.7	1.9
男性 40 歳代	76	71.1	64.5	23.7	43.4	22.4	—	—	—	1.3
男性 50 歳代	79	72.2	65.8	24.1	35.4	27.8	—	—	2.5	—
男性 60 歳代	114	76.3	32.5	6.1	35.1	15.8	—	—	3.5	3.5
男性 70 歳以上	136	61.8	9.6	1.5	42.6	25.0	—	—	4.4	12.5
女性 10・20 歳代	85	88.2	54.1	18.8	49.4	21.2	27.1	1.2	5.9	3.5
女性 30 歳代	100	83.0	46.0	16.0	56.0	23.0	29.0	22.0	1.0	—
女性 40 歳代	93	71.0	32.3	8.6	47.3	19.4	35.5	10.8	2.2	1.1
女性 50 歳代	125	72.0	38.4	12.8	49.6	31.2	24.0	—	2.4	3.2
女性 60 歳代	143	66.4	23.1	4.9	50.3	25.9	30.1	—	4.2	5.6
女性 70 歳以上	163	53.4	4.3	2.5	35.6	28.8	11.7	—	4.3	17.2

【受診しやすい条件（問 50）×関心度（健康づくりへの関心と取組状況）】

関心度別にみると、他に比べ、『土日実施』の割合が「関心はないが取り組んでいる」で高くなっています。

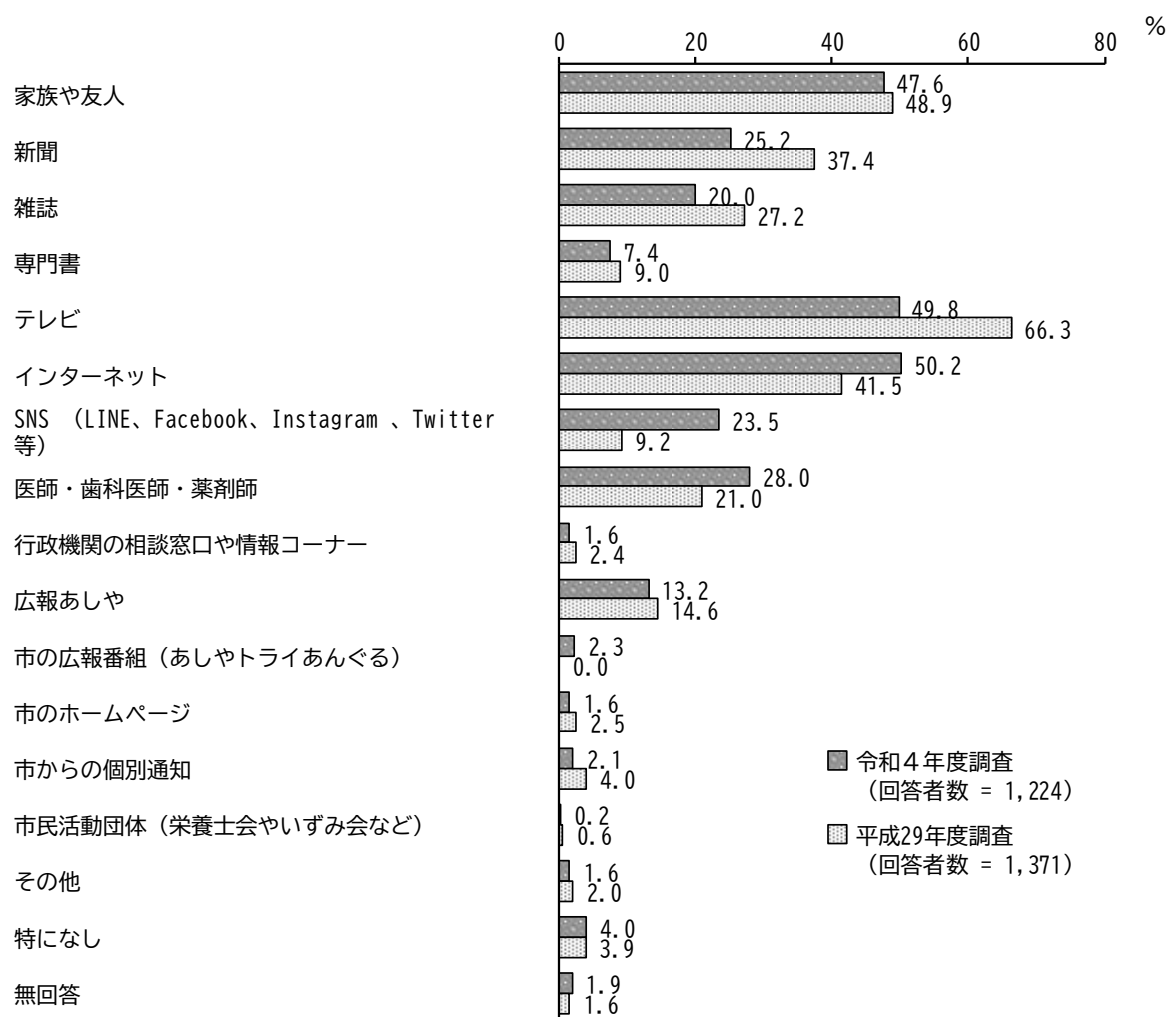
単位：％

問 50 受診しやすい 条件 関心度	回答者数 (件)	無料	土日 実施	夜間 実施	同じ日に複数の健 (検) 診が受けられる	予約不要	レ ディ ー ス デー がある	託 児 がある	そ 他	無 回 答
全 体	1,224	69.9	34.2	11.4	43.4	25.2	14.5	3.0	3.3	5.7
関心があり取り組んでいる	854	70.5	33.3	10.0	43.4	24.0	14.3	2.7	3.4	5.2
関心はあるが取り組んでいない	184	68.5	38.0	17.4	46.2	25.0	16.3	6.0	3.8	4.9
関心はないが取り組んでいる	30	66.7	46.7	13.3	40.0	33.3	10.0	3.3	—	6.7
関心はなく取り組んでいない	127	74.8	34.6	12.6	38.6	30.7	13.4	0.8	3.1	6.3

問 51 あなたは、食育や健康づくりに関する知識や情報を主にどのようなところから得ていますか。(あてはまるものすべてに○)

「インターネット」の割合が50.2%と最も高く、次いで「テレビ」の割合が49.8%、「家族や友人」の割合が47.6%となっています。

平成29年度調査と比較すると、「インターネット」「SNS（LINE、Facebook、Instagram、Twitter等）」「医師・歯科医師・薬剤師」の割合が増加しています。一方、「新聞」「雑誌」「テレビ」の割合が減少しています。



【情報の入手先（問 51）×性別（問 1）】

性別にみると、他に比べ、『テレビ』の割合が「女性」で、『インターネット』の割合が「男性」で高くなっています。

単位：％

問 51 情報の入手先 問 1 性別	回答者数 (件)	家族や友人	新聞	雑誌	専門書	テレビ	インターネット	SNS(LINE、Facebook、Instagram、Twitter等)	医師・歯科医師・薬剤師
全 体	1,224	47.6	25.2	20.0	7.4	49.8	50.2	23.5	28.0
男性	504	43.3	23.8	14.5	6.7	40.9	54.4	18.3	30.6
女性	715	50.6	26.3	23.9	7.8	56.1	47.1	27.3	26.3
その他	4	75.0	—	25.0	25.0	75.0	75.0	25.0	25.0

問 51 情報の入手先 問 1 性別	行政機関の相談窓口や情報コーナー	広報あしや	市の広報番組（あしやトライあんぐる）	市のホームページ	市からの個別通知	市民活動団体（栄養士会やいずみ会など）	その他	特になし	無回答
全 体	1.6	13.2	2.3	1.6	2.1	0.2	1.6	4.0	1.9
男性	1.4	10.5	2.0	2.4	1.8	0.4	1.8	5.0	2.0
女性	1.8	15.2	2.5	1.1	2.4	—	1.4	3.4	1.7
その他	—	—	—	—	—	—	—	—	—

【情報の入手先（問 51）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『SNS（LINE、Facebook、Instagram、Twitter 等）』の割合が「女性 10・20 歳代」で高くなっています。また、『インターネット』の割合が「女性 70 歳以上」で低くなっています。

単位：％

問 51 情報の入手先 性・年代	回答者数 (件)	家族や友人	新聞	雑誌	専門書	テレビ	インターネット	SNS (LINE、 Facebook、 Instagram、 Twitter 等)	医師・ 歯科医師・ 薬剤師
全 体	1,224	47.6	25.2	20.0	7.4	49.8	50.2	23.5	28.0
男性 10・20 歳代	42	50.0	11.9	2.4	9.5	33.3	57.1	52.4	7.1
男性 30 歳代	54	48.1	5.6	9.3	9.3	33.3	68.5	29.6	22.2
男性 40 歳代	76	46.1	14.5	9.2	9.2	28.9	72.4	18.4	10.5
男性 50 歳代	79	40.5	25.3	17.7	6.3	32.9	63.3	13.9	27.8
男性 60 歳代	114	36.0	23.7	16.7	7.0	47.4	57.0	19.3	40.4
男性 70 歳以上	136	45.6	39.0	19.1	3.7	52.2	30.9	4.4	44.9
女性 10・20 歳代	85	56.5	9.4	15.3	12.9	37.6	52.9	60.0	22.4
女性 30 歳代	100	59.0	7.0	13.0	2.0	50.0	63.0	57.0	25.0
女性 40 歳代	93	50.5	11.8	11.8	6.5	40.9	72.0	39.8	17.2
女性 50 歳代	125	44.0	31.2	28.0	10.4	56.8	56.8	24.0	24.8
女性 60 歳代	143	49.0	34.3	30.1	8.4	68.5	42.0	8.4	31.5
女性 70 歳以上	163	49.7	44.8	33.1	6.7	66.9	16.6	4.3	31.9

問 51 情報の入手先 性・年代	行政機関の相談窓口 や情報コーナー	広報あしや	市の広報番組（あしや トライあんぐる）	市の ホームページ	市からの個別通知	市民活動団体（栄養士 会やいずみ会など）	その他	特になし	無回答
全 体	1.6	13.2	2.3	1.6	2.1	0.2	1.6	4.0	1.9
男性 10・20 歳代	—	4.8	—	4.8	—	2.4	—	9.5	—
男性 30 歳代	—	—	—	—	—	—	1.9	3.7	1.9
男性 40 歳代	—	13.2	—	2.6	1.3	—	3.9	9.2	—
男性 50 歳代	2.5	6.3	1.3	1.3	—	—	2.5	6.3	—
男性 60 歳代	1.8	13.2	2.6	1.8	3.5	—	1.8	2.6	1.8
男性 70 歳以上	2.2	15.4	4.4	3.7	2.9	0.7	0.7	2.9	4.4
女性 10・20 歳代	—	1.2	—	1.2	1.2	—	1.2	3.5	2.4
女性 30 歳代	1.0	7.0	1.0	—	2.0	—	1.0	1.0	—
女性 40 歳代	5.4	14.0	1.1	1.1	1.1	—	1.1	3.2	—
女性 50 歳代	—	16.0	—	1.6	1.6	—	3.2	4.0	0.8
女性 60 歳代	1.4	16.1	2.1	0.7	2.8	—	1.4	2.1	0.7
女性 70 歳以上	3.1	27.6	8.0	1.8	4.3	—	0.6	4.9	4.9

【情報の入手先（問 51）×関心度（健康づくりへの関心と取組状況）】

関心度別にみると、他に比べ、『SNS（LINE、Facebook、Instagram、Twitter 等）』の割合が「関心はあるが取り組んでいない」で高くなっています。また、『インターネット』の割合が「関心はないが取り組んでいる」で低くなっています。

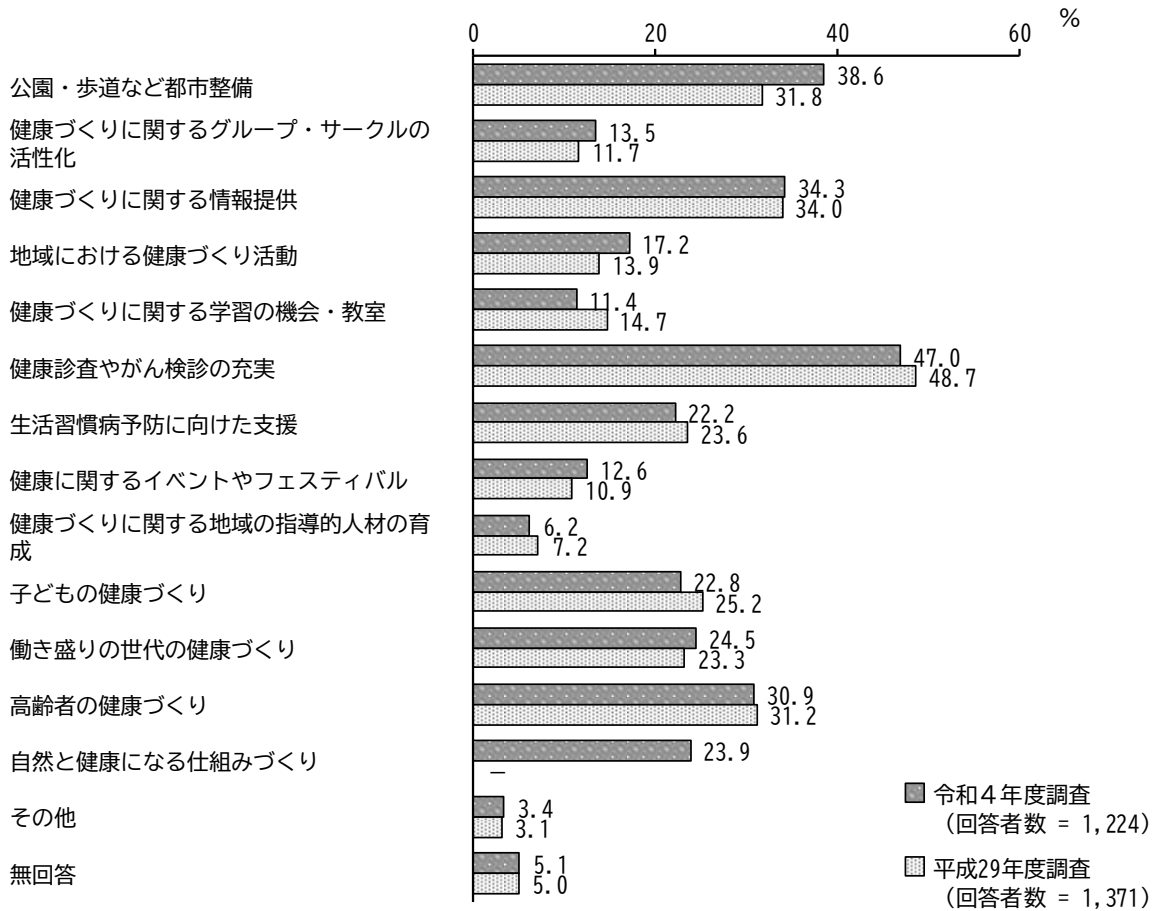
単位：％

問 51 情報の入手先 関心度	回答者数 (件)	家族や友人	新聞	雑誌	専門書	テレビ	インターネット	SNS (LINE、Facebook、Instagram、Twitter 等)	医師・歯科医師・薬剤師
全 体	1,224	47.6	25.2	20.0	7.4	49.8	50.2	23.5	28.0
関心があり取り組んでいる	854	48.5	29.5	23.4	9.5	51.6	52.7	22.2	29.5
関心はあるが取り組んでいない	184	53.3	16.3	14.7	3.3	50.5	55.4	31.0	25.5
関心はないが取り組んでいる	30	46.7	23.3	16.7	—	46.7	26.7	13.3	30.0
関心はなく取り組んでいない	127	33.1	9.4	4.7	2.4	36.2	35.4	24.4	18.9

問 51 情報の入手先 関心度	行政機関の相談窓口や情報コーナー	広報あしや	市の広報番組（あしやトライあんぐる）	市のホームページ	市からの個別通知	市民活動団体（栄養士会やいずみ会など）	その他	特になし	無回答
全 体	1.6	13.2	2.3	1.6	2.1	0.2	1.6	4.0	1.9
関心があり取り組んでいる	1.9	15.0	2.9	1.9	2.5	0.1	1.5	2.0	1.4
関心はあるが取り組んでいない	0.5	9.2	1.1	2.2	1.1	—	2.2	2.7	1.1
関心はないが取り組んでいる	3.3	13.3	—	—	6.7	—	6.7	13.3	3.3
関心はなく取り組んでいない	0.8	7.1	0.8	—	0.8	0.8	—	18.1	3.1

問 52 芦屋市で、健康づくりを推進していく上で重要なことは何だと思いますか。（あてはまるものすべてに○）

「健康診査やがん検診の充実」の割合が 47.0%と最も高く、次いで「公園・歩道など都市整備」の割合が 38.6%、「健康づくりに関する情報提供」の割合が 34.3%となっています。
 平成 29 年度調査と比較すると、「公園・歩道など都市整備」の割合が増加しています。



※「自然と健康になる仕組みづくり」の選択肢は、平成 29 年度調査にはありませんでした。

【健康づくりの推進に重要なこと（問 52）×性別（問 1）】

性別にみると、他に比べ、『公園・歩道など都市整備』の割合が「男性」で高くなっています。

単位：％

問 52 健康づくりの推進に重要なこと	問 1 性別	回答者数 (件)	公園・歩道など都市整備	健康づくりに関するグループ・サークルの活性化	健康づくりに関する情報提供	健康づくりに関する地域活動	健康づくりに関する学習の機会・教室	健康診査やがん検診の充実	生活習慣病予防に向けた支援	健康に関するイベントやフェスティバル	健康づくりに関する地域の指導的人材の育成	子どもの健康づくり	働き盛りの世代の健康づくり	高齢者の健康づくり	自然と健康になる仕組みづくり	その他	無回答
全 体		1,224	38.6	13.5	34.3	17.2	11.4	47.0	22.2	12.6	6.2	22.8	24.5	30.9	23.9	3.4	5.1
男性		504	44.2	11.1	31.7	14.3	8.1	45.4	21.8	9.7	5.8	22.2	25.0	32.5	20.8	3.8	5.8
女性		715	34.8	15.1	36.2	19.3	13.7	47.8	22.5	14.7	6.6	23.2	23.9	29.9	26.2	3.2	4.6
その他		4	25.0	25.0	25.0	-	25.0	100.0	25.0	-	-	25.0	75.0	-	25.0	-	-

【健康づくりの推進に重要なこと（問 52）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『子どもの健康づくり』の割合が「女性 30 歳代」で高くなっています。また、『健康診査やがん検診の充実』の割合が「男性 10・20 歳代」で低くなっています。

単位：％

問 52 健康づくり の推進に重要なこと 性・年代	回答者数 (件)	公園・歩道 など都市整備	健康づくりに 関するグルー プ・サークル の活性化	健康づくりに 関する情報 提供	地域における 健康づくり 活動	健康づくりに 関する学習の 機会・教室	健康診査や がん検診の充 実	生活習慣病 予防に向けた 支援
全 体	1,224	38.6	13.5	34.3	17.2	11.4	47.0	22.2
男性 10・20 歳代	42	47.6	14.3	23.8	11.9	7.1	23.8	19.0
男性 30 歳代	54	50.0	11.1	25.9	9.3	5.6	44.4	14.8
男性 40 歳代	76	43.4	6.6	22.4	9.2	10.5	48.7	19.7
男性 50 歳代	79	54.4	11.4	35.4	15.2	6.3	49.4	27.8
男性 60 歳代	114	41.2	9.6	36.8	14.0	8.8	57.0	22.8
男性 70 歳以上	136	38.2	13.2	35.3	19.1	8.1	39.0	22.1
女性 10・20 歳代	85	40.0	10.6	28.2	15.3	4.7	56.5	20.0
女性 30 歳代	100	40.0	10.0	24.0	11.0	12.0	54.0	20.0
女性 40 歳代	93	36.6	17.2	30.1	10.8	7.5	59.1	16.1
女性 50 歳代	125	37.6	20.8	40.0	17.6	20.0	50.4	26.4
女性 60 歳代	143	27.3	13.3	37.8	25.2	16.1	49.7	21.7
女性 70 歳以上	163	32.5	17.2	47.2	27.6	15.3	30.1	26.4

問 52 健康づくり の推進に重要なこと 性・年代	健康に関する イベントやフ ェスティバル	健康づくりに 関する人的・地 域的・物的な 資源の活用	子どもの健康 づくり	働き盛りの 世代の健康 づくり	高齢者の健康 づくり	自然と健康に なる仕組み づくり	その他	無回答
全 体	12.6	6.2	22.8	24.5	30.9	23.9	3.4	5.1
男性 10・20 歳代	2.4	2.4	35.7	33.3	11.9	19.0	2.4	2.4
男性 30 歳代	14.8	3.7	42.6	51.9	16.7	29.6	3.7	1.9
男性 40 歳代	10.5	5.3	36.8	43.4	25.0	27.6	5.3	2.6
男性 50 歳代	17.7	5.1	19.0	19.0	24.1	22.8	3.8	1.3
男性 60 歳代	7.9	7.9	13.2	12.3	43.0	22.8	1.8	4.4
男性 70 歳以上	6.6	6.6	11.8	15.4	45.6	11.0	5.1	13.2
女性 10・20 歳代	20.0	3.5	30.6	34.1	12.9	23.5	2.4	3.5
女性 30 歳代	23.0	5.0	51.0	39.0	16.0	27.0	4.0	—
女性 40 歳代	8.6	5.4	32.3	32.3	21.5	30.1	2.2	2.2
女性 50 歳代	15.2	7.2	13.6	28.0	23.2	32.0	4.0	2.4
女性 60 歳代	16.1	8.4	12.6	11.2	36.4	27.3	4.9	2.8
女性 70 歳以上	9.2	7.4	14.7	12.9	51.5	19.6	1.8	11.7

【健康づくりの推進に重要なこと（問 52）×関心度（健康づくりへの関心と取組状況）】

関心度別にみると、他に比べ、『高齢者の健康づくり』の割合が「関心はないが取り組んでいる」で高くなっています。

単位：％

問 52 健康づくりの推進に 重要なこと 関心度	回答者数（件）	公園・歩道など都市整備	健康づくりに関するグループ・サークルの活性化	健康づくりに関する情報提供	地域における健康づくり活動	健康づくりに関する学習の機会・教室	健康診査やがん検診の充実	生活習慣病予防に向けた支援
全 体	1,224	38.6	13.5	34.3	17.2	11.4	47.0	22.2
関心があり取り組んでいる	854	41.1	14.6	36.2	18.7	12.1	49.8	22.2
関心はあるが取り組んでいない	184	33.7	14.1	32.1	15.8	12.0	41.3	23.9
関心はないが取り組んでいる	30	46.7	3.3	33.3	16.7	13.3	40.0	30.0
関心はなく取り組んでいない	127	28.3	4.7	23.6	9.4	6.3	42.5	18.1

問 52 健康づくりの推進に 重要なこと 関心度	健康に関するイベントやフェスティバル	健康づくりに関する地域の指導的人材の育成	子どもの健康づくり	働き盛りの世代の健康づくり	高齢者の健康づくり	自然と健康になる仕組みづくり	その他	無回答
全 体	12.6	6.2	22.8	24.5	30.9	23.9	3.4	5.1
関心があり取り組んでいる	13.8	6.8	23.4	25.4	33.4	23.8	3.2	4.4
関心はあるが取り組んでいない	13.0	7.1	23.9	23.9	26.1	27.7	4.9	4.3
関心はないが取り組んでいる	6.7	6.7	26.7	26.7	43.3	23.3	10.0	—
関心はなく取り組んでいない	5.5	1.6	18.1	21.3	16.5	18.1	2.4	7.1

(4) 新型コロナウイルス感染症による生活等の変化について

問 53 新型コロナウイルス感染症の感染拡大前後における、あなたの生活の変化を教えてください。(あてはまるものに○)

『②外出頻度』『⑨友人・知人とのコミュニケーション』で『減った』の割合が高くなっています。

単位：％

個別設問	回答者数 (件)	増えた	変わらない	減った	もともと ない	無回答
①運動量	1,224	7.1	51.4	32.2	6.8	2.5
②外出頻度	1,224	1.6	29.5	65.4	1.7	1.8
③飲酒量	1,224	4.1	38.7	12.4	42.1	2.7
④たばこの量	1,224	1.5	7.7	1.6	85.5	3.7
⑤歯科医院の定期受診の回数	1,224	3.6	54.2	19.2	20.5	2.5
⑥病院の定期受診の回数	1,224	3.2	61.4	10.8	22.4	2.2
⑦健康診断やがん検診の受診機会	1,224	1.5	63.2	10.7	21.6	3.1
⑧家族とのコミュニケーション	1,224	15.9	69.0	8.8	4.1	2.2
⑨友人・知人とのコミュニケーション	1,224	3.2	35.9	55.0	4.0	2.0
⑩インターネットの使用頻度	1,224	42.2	42.6	1.6	10.9	2.7

単位：％

個別設問	回答者数 (件)	良くなった	変わらない	悪くなった	無回答
⑪食事内容	1,224	8.9	85.0	4.1	2.0
⑫睡眠の質	1,224	6.5	80.9	10.7	1.9

単位：％

個別設問	回答者数 (件)	増えた	変わらない	減った	もともと ない	無回答
⑬自分の体への関心	1,224	32.3	63.1	1.2	1.4	2.0
⑭気分の落ち込み	1,224	24.8	63.0	1.8	8.2	2.3
⑮新たな趣味や楽しみ	1,224	16.5	62.0	15.2	4.3	2.0
⑯経済的な苦しみ	1,224	20.9	67.9	1.6	7.3	2.4

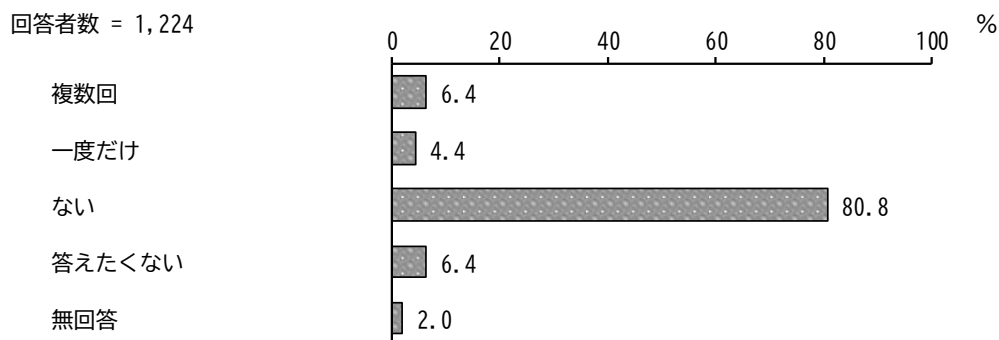
単位：％

個別設問	回答者数 (件)	良くなった	変わらない	悪くなった	無回答
⑰働き方（テレワーク など）	1,224	13.1	62.8	9.9	14.2

(5) 自殺予防対策について

問 54 本気で自殺したいと考えたことがありますか。(○は1つだけ)

「ない」の割合が80.8%と最も高くなっています。また、「複数回」「一度だけ」を合わせた割合は10.8%となっています。



【自殺したいと考えた経験（問54）×性別（問1）】

性別にみると、大きな差はみられません。

単位：%

問1 性別	問54 自殺したいと考 えた経験	回 答 者 数 (件)	複 数 回	一 度 だ け	な い	答 え た く な い	無 回 答
全 体		1,224	6.4	4.4	80.8	6.4	2.0
男性		504	5.8	3.8	83.7	5.2	1.6
女性		715	6.7	4.9	79.0	7.1	2.2
その他		4	25.0	—	50.0	25.0	—

【自殺したいと考えた経験（問 54）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『ない』の割合が「男性 70 歳以上」で、『複数回』の割合が「男性 10・20 歳代」で高くなっています。

単位：％

問 54 自殺したいと考 えた経験 性・年代	回 答 者 数 (件)	複 数 回	一 度 だ け	な い	答 え た く な い	無 回 答
全 体	1,224	6.4	4.4	80.8	6.4	2.0
男性 10・20 歳代	42	19.0	4.8	69.0	7.1	—
男性 30 歳代	54	14.8	3.7	72.2	7.4	1.9
男性 40 歳代	76	3.9	5.3	82.9	7.9	—
男性 50 歳代	79	2.5	2.5	89.9	5.1	—
男性 60 歳代	114	5.3	5.3	82.5	6.1	0.9
男性 70 歳以上	136	1.5	2.2	90.4	1.5	4.4
女性 10・20 歳代	85	11.8	8.2	72.9	7.1	—
女性 30 歳代	100	10.0	9.0	76.0	4.0	1.0
女性 40 歳代	93	5.4	6.5	77.4	8.6	2.2
女性 50 歳代	125	10.4	3.2	79.2	6.4	0.8
女性 60 歳代	143	3.5	2.8	83.2	9.1	1.4
女性 70 歳以上	163	2.5	3.1	82.2	6.1	6.1

【自殺したいと考えた経験（問 54）×家族構成（問 6）】

家族構成別にみると、他に比べ、『ない』の割合が「夫婦のみ」で高くなっています。

単位：％

問 54 自殺したいと考 えた経験 問 6 家族構成	回 答 者 数 (件)	複 数 回	一 度 だ け	な い	答 え た く な い	無 回 答
全 体	1,224	6.4	4.4	80.8	6.4	2.0
ひとり暮らし	153	8.5	7.2	75.2	5.9	3.3
夫婦のみ	372	3.2	1.6	87.6	5.4	2.2
2 世代世帯（親と子）	616	7.6	5.4	78.9	6.8	1.3
3 世代以上の世帯 （親と子と孫など）	40	2.5	—	82.5	12.5	2.5
その他	32	6.3	9.4	71.9	6.3	6.3

【自殺したいと考えた経験（問 54）×いざというとき、助け合える人が身近にいる（問 12-1）】

いざというとき、助け合える人が身近にいる別にみると、『ない』の割合が「そう思わない」で低くなっています。

単位：％

問 54 自殺したいと考 えた経験 問 12-1 いざというとき、助け合え る人が身近にいる	回 答 者 数 (件)	複 数 回	一 度 だ け	な い	答 え た く な い	無 回 答
全 体	1,224	6.4	4.4	80.8	6.4	2.0
そう思う	291	4.5	5.2	84.2	3.4	2.7
どちらかというと思う	331	6.3	4.8	80.1	7.3	1.5
どちらともいえない	257	6.6	2.7	80.9	8.6	1.2
あまりそう思わない	172	5.2	4.7	83.7	5.2	1.2
そう思わない	163	10.4	4.9	74.8	8.0	1.8

【自殺したいと考えた経験（問 54）×地域とのつながりがある（問 12）】

地域とのつながり別にみると、他に比べ、『ない』の割合が「そう思う」で、『複数回』の割合が「そう思わない」で高くなっています。

単位：％

問 54 自殺したいと考 えた経験 問 12 地域とのつなが りがある	回 答 者 数 （ 件 ）	複 数 回	一 度 だ け	な い	答 え た く な い	無 回 答
全 体	1,224	6.4	4.4	80.8	6.4	2.0
そう思う	91	2.2	5.5	87.9	2.2	2.2
どちらかというと思う	263	4.6	4.2	84.4	3.8	3.0
どちらともいえない	297	3.7	4.4	81.8	8.1	2.0
あまりそう思わない	310	7.1	3.9	81.6	7.1	0.3
そう思わない	253	11.9	5.1	73.9	7.5	1.6

【自殺したいと考えた経験（問 54）×ストレス解消法の有無（問 35）】

ストレス解消法の有無別にみると、大きな差はみられません。

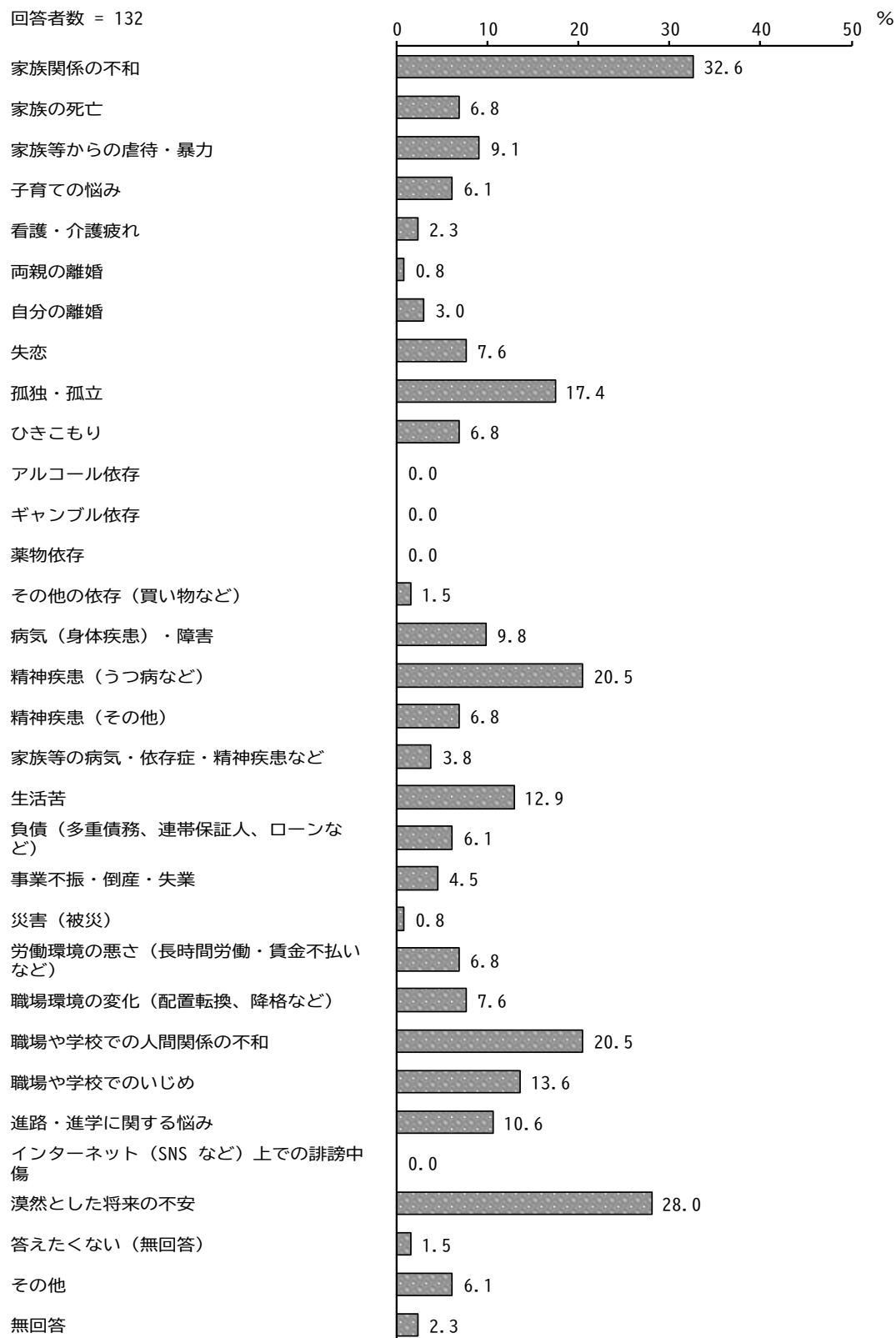
単位：％

問 54 自殺したいと考 えた経験 問 35 ストレス解消法 の有無	回 答 者 数 （ 件 ）	複 数 回	一 度 だ け	な い	答 え た く な い	無 回 答
全 体	1,224	6.4	4.4	80.8	6.4	2.0
ストレス解消法がある	1,135	6.3	4.7	81.0	6.6	1.5
ストレス解消法がない	61	11.5	—	80.3	4.9	3.3

**問 54-1 あなたが自殺したいと考えた原因はなんですか。
(あてはまるものすべてに○)**

「家族関係の不和」の割合が 32.6%と最も高く、次いで「漠然とした将来の不安」の割合が 28.0%、「精神疾患（うつ病など）」、「職場や学校での人間関係の不和」の割合が 20.5%となっています。

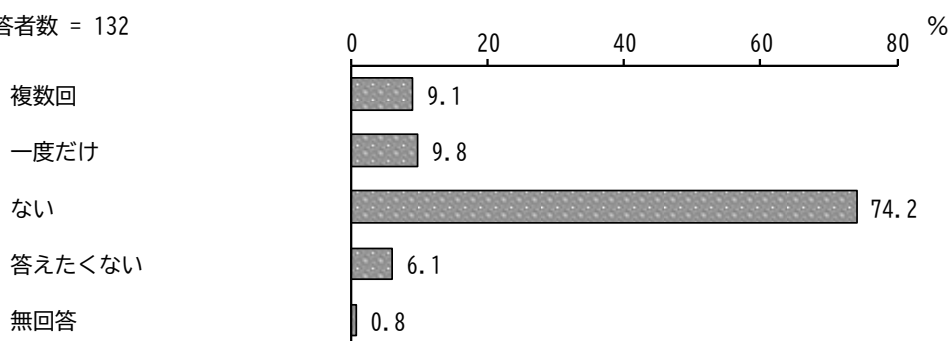
回答者数 = 132



問 54-2 実際に試みたことがありますか。(○は1つだけ)

「ない」の割合が74.2%と最も高くなっています。

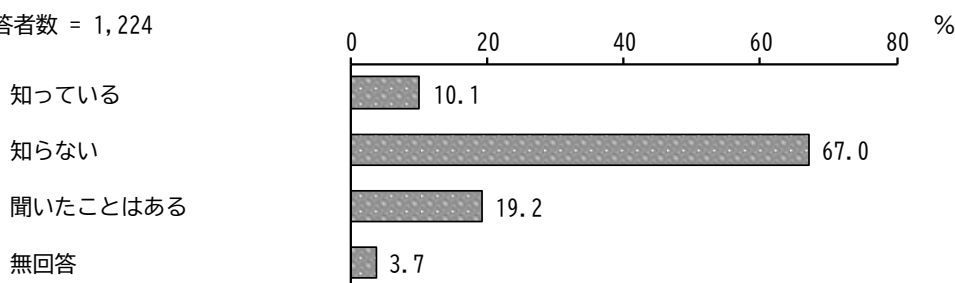
回答者数 = 132



問 55 ①自殺予防週間を知っていますか

「知らない」の割合が67.0%と最も高く、次いで「聞いたことはある」の割合が19.2%、「知っている」の割合が10.1%となっています。

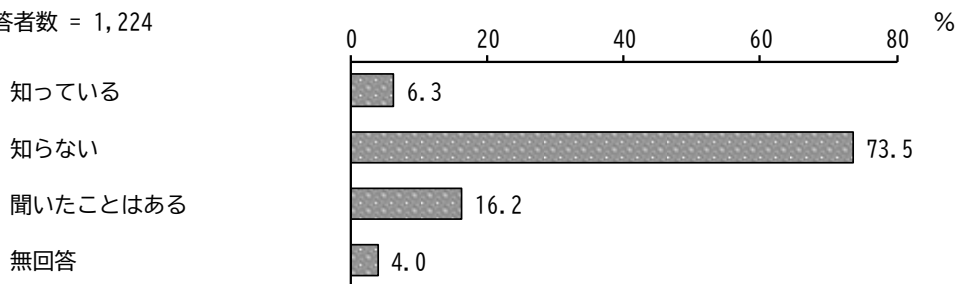
回答者数 = 1,224



問 55 ②自殺対策強化月間を知っていますか

「知らない」の割合が73.5%と最も高く、次いで「聞いたことはある」の割合が16.2%となっています。

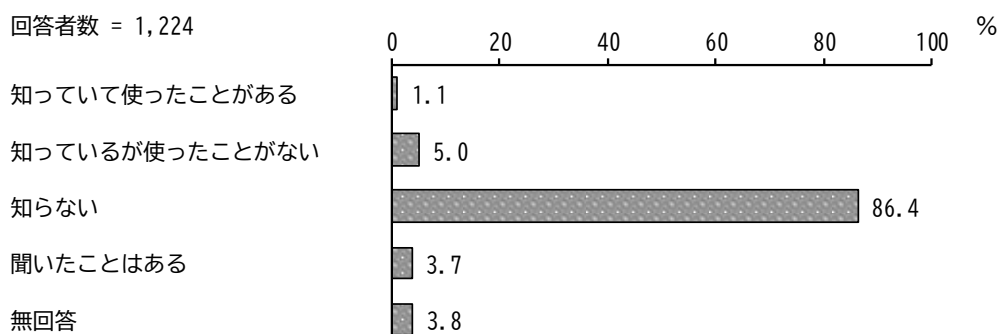
回答者数 = 1,224



問 55 ③こころの体温計を知っていますか

「知らない」の割合が86.4%と最も高くなっています。

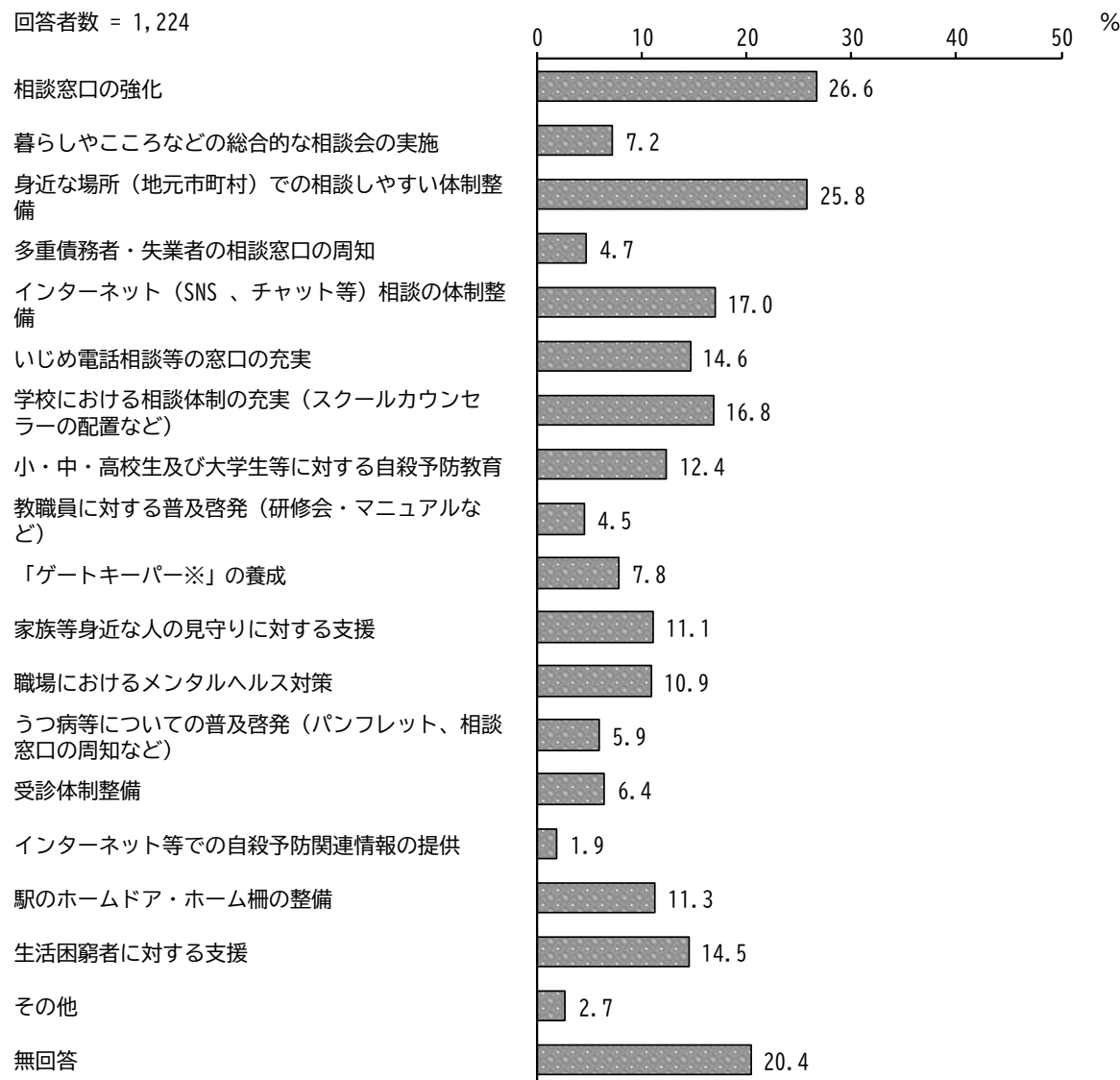
回答者数 = 1,224



問 56 あなたが自殺予防対策として効果的だと思うものはなんですか。
(〇は3つまで)

「相談窓口の強化」の割合が 26.6%と最も高く、次いで「身近な場所（地元市町村）での相談しやすい体制整備」の割合が 25.8%、「インターネット（SNS、チャット等）相談の体制整備」の割合が 17.0%となっています。

回答者数 = 1,224

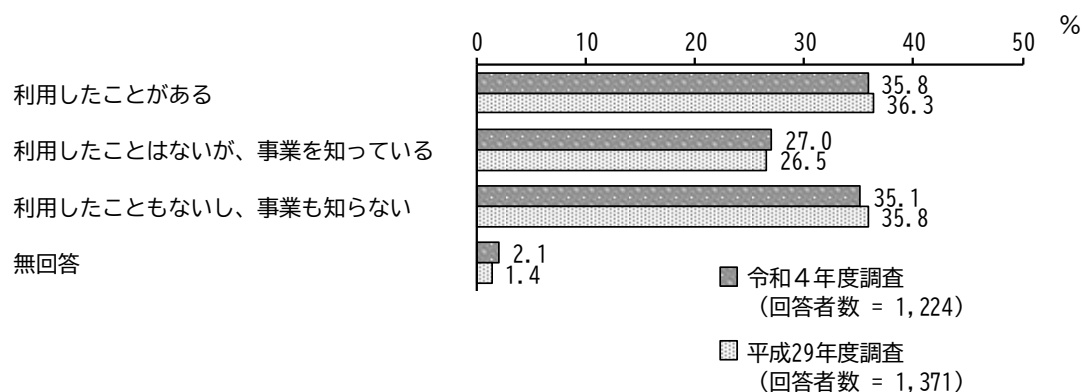


(6) 芦屋市保健センターについて

問 57 あなたは、芦屋市保健センターの事業を利用したことがありますか。 (○は1つだけ)

「利用したことがある」の割合が 35.8%と最も高く、次いで「利用したこともないし、事業も知らない」の割合が 35.1%、「利用したことはないが、事業を知っている」の割合が 27.0%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【芦屋市保健センターの事業の利用経験（問 57）×性別（問 1）】

性別にみると、他に比べ、『利用したこともないし、事業も知らない』の割合が「男性」で、『利用したことがある』の割合が「女性」で高くなっています。

単位：％

問 1 性別	問 57 芦屋市保健センターの事業の利用経験	回答者数 (件)	利用したことがある	利用したことはないが、 事業を知っている	利用したこともないし、 事業も知らない	無回答
全 体		1,224	35.8	27.0	35.1	2.1
男性		504	26.6	28.6	43.5	1.4
女性		715	42.5	25.6	29.4	2.5
その他		4	—	75.0	25.0	—

【芦屋市保健センターの事業の利用経験（問 57）×性・年代別】

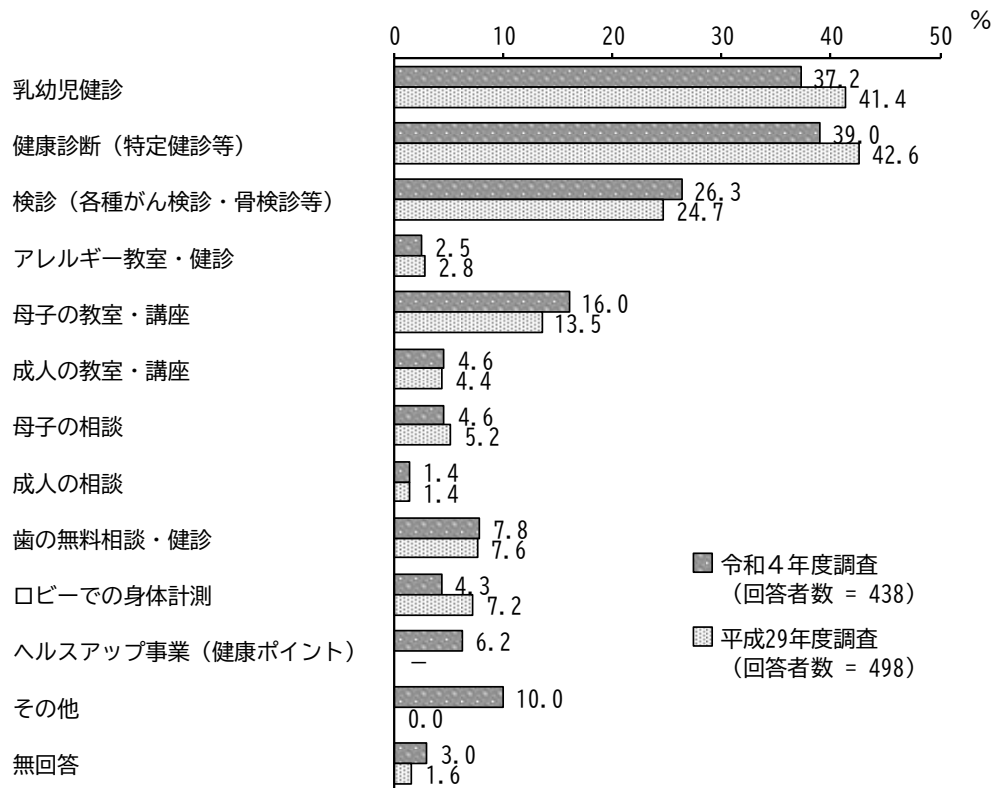
性・年代別にみると、他に比べ、『利用したこともないし、事業も知らない』の割合が「男性 10・20 歳代」で、『利用したことがある』の割合が「女性 30 歳代」で高くなっています。

単位：％

問 57 芦屋市保健セン ターの事業の利 用経験 性・年代	回 答 者 数 (件)	利 用 し た こ と が あ る	利 用 し た こ と は な い が、 事 業 を 知 っ て い る	利 用 し た こ と も な い し、 事 業 も 知 ら な い	無 回 答
全 体	1,224	35.8	27.0	35.1	2.1
男性 10・20 歳代	42	2.4	31.0	66.7	—
男性 30 歳代	54	20.4	27.8	51.9	—
男性 40 歳代	76	25.0	25.0	50.0	—
男性 50 歳代	79	19.0	30.4	50.6	—
男性 60 歳代	114	28.9	29.8	40.4	0.9
男性 70 歳以上	136	40.4	27.9	27.2	4.4
女性 10・20 歳代	85	12.9	37.6	47.1	2.4
女性 30 歳代	100	54.0	15.0	31.0	—
女性 40 歳代	93	51.6	17.2	30.1	1.1
女性 50 歳代	125	46.4	23.2	29.6	0.8
女性 60 歳代	143	42.0	30.1	27.3	0.7
女性 70 歳以上	163	42.9	28.8	20.2	8.0

問 57-1 どの事業を利用しましたか。(あてはまるものすべてに○)

「健康診断(特定健診等)」の割合が 39.0%と最も高く、次いで「乳幼児健診」の割合が 37.2%、「検診(各種がん検診・骨検診等)」の割合が 26.3%となっています。
平成 29 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【利用した事業(問 57-1)×性別(問 1)】

性別にみると、他に比べ、『乳幼児健診』の割合が「女性」で、『健康診断(特定健診等)』の割合が「男性」で高くなっています。

単位：％

問 57-1 利用した 事業 問 1 性別	回答者数 (件)	乳幼児健診	健康診断(特定健診等)	検診(各種がん検診・骨検診等)	アレルギー教室・健診	母子の教室・講座	成人の教室・講座	母子の相談	成人の相談	歯の無料相談・健診	ロビーでの身体計測	ヘルスアップ事業(健康ポイント)	その他	無回答
全 体	438	37.2	39.0	26.3	2.5	16.0	4.6	4.6	1.4	7.8	4.3	6.2	10.0	3.0
男性	134	17.9	46.3	23.1	1.5	9.7	3.7	5.2	—	6.0	6.0	5.2	18.7	4.5
女性	304	45.7	35.9	27.6	3.0	18.8	4.9	4.3	2.0	8.6	3.6	6.6	6.3	2.3
その他	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—

【利用した事業（問 57-1）×性・年代別】

性・年代別にみると、他に比べ、『乳幼児健診』の割合が「女性 40 歳代」で、『健康診断（特定健診等）』の割合が「男性 70 歳以上」高くなっています。

単位：％

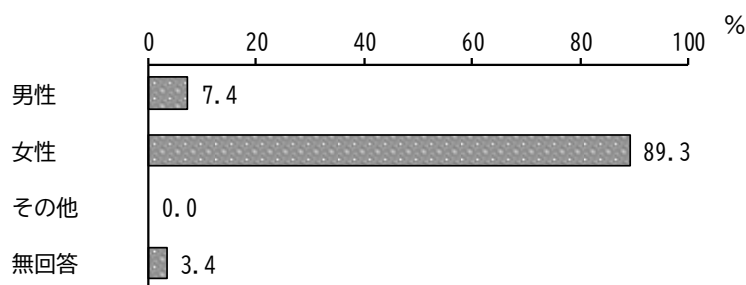
問 57-1 利用した事業 性・年代	回答者数 (件)	乳幼児健診	健康診断 (特定健診等)	検診 (各種がん検診・骨検診等)	アレルギー教室・健診	母子の教室・講座	成人の教室・講座	母子の相談	成人の相談	歯の無料相談・健診	ロビーでの身体計測	ヘルスアップ事業(健康ポイント)	その他	無回答
全 体	438	37.2	39.0	26.3	2.5	16.0	4.6	4.6	1.4	7.8	4.3	6.2	10.0	3.0
男性 10・20 歳代	1	100.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
男性 30 歳代	11	72.7	27.3	18.2	—	36.4	—	—	—	—	—	9.1	9.1	—
男性 40 歳代	19	57.9	21.1	26.3	5.3	42.1	5.3	31.6	—	5.3	—	—	21.1	—
男性 50 歳代	15	20.0	26.7	26.7	6.7	6.7	—	—	—	—	6.7	6.7	13.3	6.7
男性 60 歳代	33	3.0	48.5	36.4	—	—	9.1	3.0	—	6.1	12.1	6.1	27.3	—
男性 70 歳以上	55	—	63.6	14.5	—	—	1.8	—	—	9.1	5.5	5.5	16.4	9.1
女性 10・20 歳代	11	45.5	—	9.1	—	18.2	9.1	—	9.1	9.1	—	9.1	27.3	—
女性 30 歳代	54	88.9	11.1	5.6	9.3	33.3	—	9.3	1.9	9.3	5.6	3.7	5.6	—
女性 40 歳代	48	91.7	29.2	20.8	8.3	47.9	—	12.5	—	14.6	2.1	4.2	2.1	—
女性 50 歳代	58	51.7	24.1	41.4	—	19.0	1.7	3.4	1.7	8.6	1.7	5.2	5.2	3.4
女性 60 歳代	60	15.0	46.7	41.7	—	1.7	6.7	—	3.3	5.0	3.3	8.3	10.0	1.7
女性 70 歳以上	70	4.3	65.7	28.6	—	1.4	12.9	—	1.4	7.1	5.7	10.0	2.9	5.7

2 母子保健計画に関するアンケート調査

問1 あなたの性別を教えてください。(○は1つだけ)

「男性」の割合が7.4%、「女性」の割合が89.3%となっています。

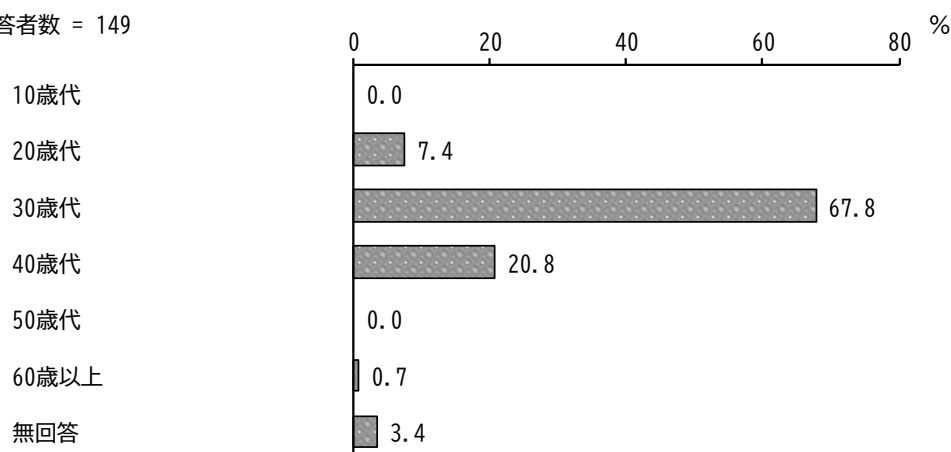
回答者数 = 149



問2 あなたの年齢を教えてください。(○は1つだけ)

「30 歳代」の割合が67.8%と最も高く、次いで「40 歳代」の割合が20.8%となっています。

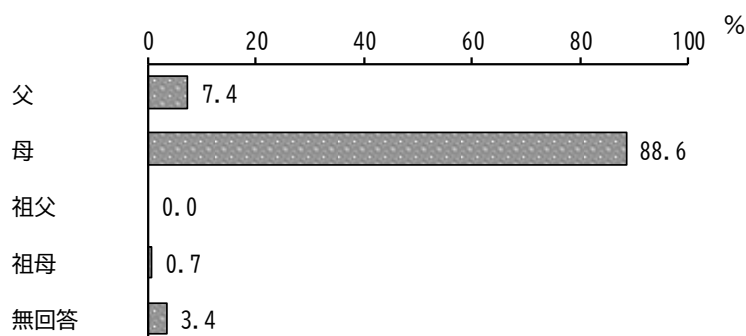
回答者数 = 149



問3 あなたとお子さんの関係を教えてください。(○は1つだけ)

「母」の割合が88.6%と最も高くなっています。

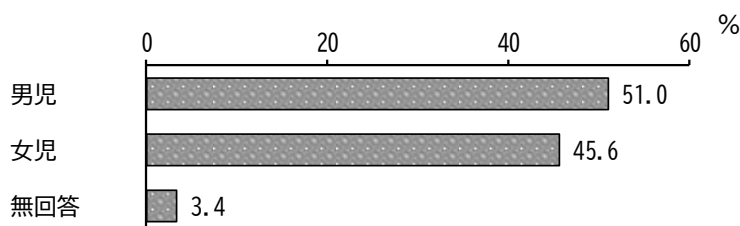
回答者数 = 149



問4 お子さんの性別を教えてください。(○は1つだけ)

「男児」の割合が 51.0%、「女児」の割合が 45.6%となっています。

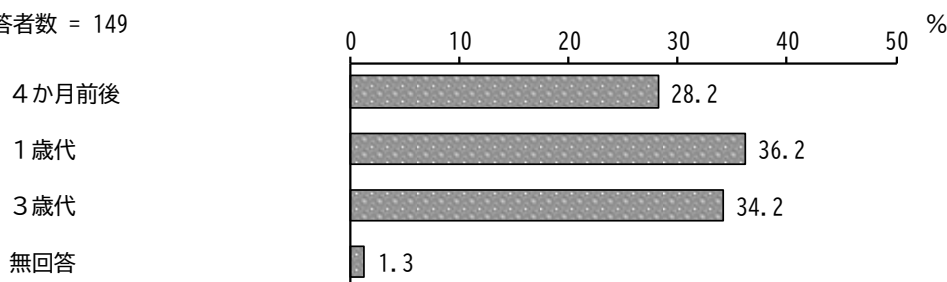
回答者数 = 149



問5 お子さんの年齢を教えてください。(○は1つだけ)

「1歳代」の割合が 36.2%と最も高く、次いで「3歳代」の割合が 34.2%、「4か月前後」の割合が 28.2%となっています。

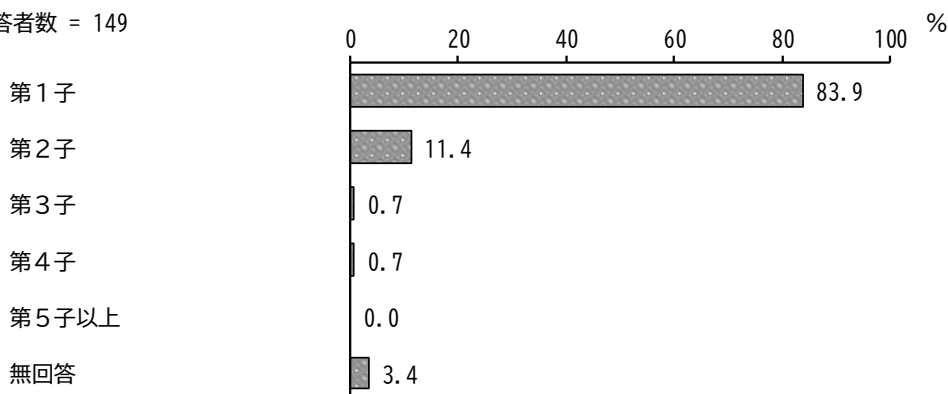
回答者数 = 149



問6 お子さんの出生順位を教えてください。(□の中にご記入ください)

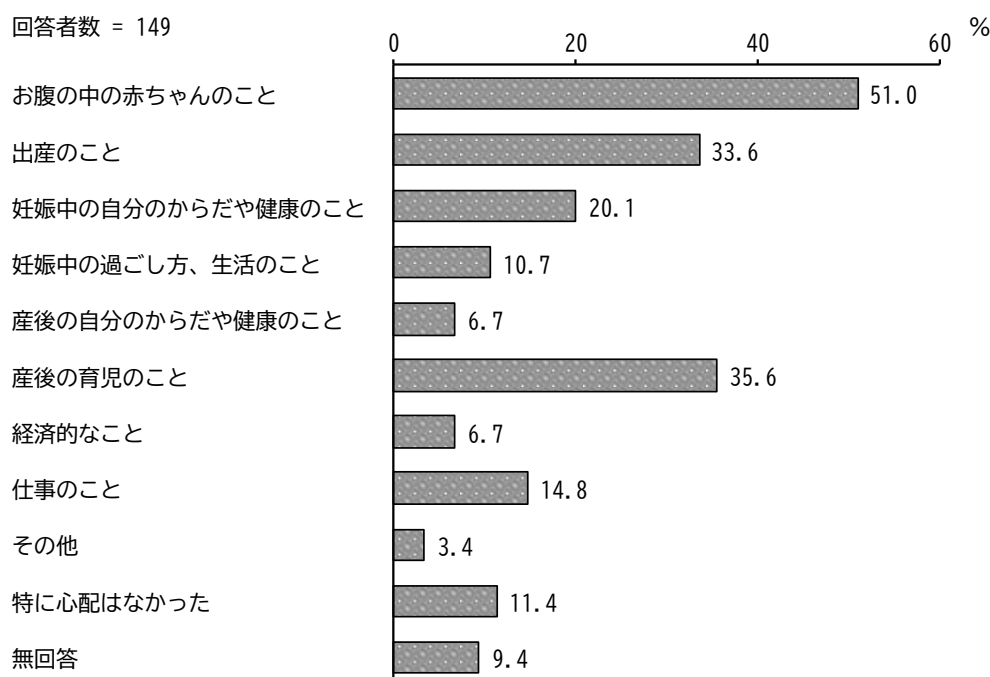
「第1子」の割合が 83.9%と最も高く、次いで「第2子」の割合が 11.4%となっています。

回答者数 = 149



問7 妊娠中の悩みや不安はありましたか。(〇は3つまで)

「お腹の中の赤ちゃんのこと」の割合が51.0%と最も高く、次いで「産後の育児のこと」の割合が35.6%、「出産のこと」の割合が33.6%となっています。



【悩みや不安（問7）×出生順（問6）】

出生順別にみると、他に比べ、『お腹の中の赤ちゃんのこと』の割合が「第1子」で、『妊娠中の自分のからだや健康のこと』の割合が「第2子以降」で高くなっています。

単位：%

問7 悩みや不安 問6 出生順	回答者数 (件)	お腹の中の赤ちゃんのこと	出産のこと	妊娠中の自分のからだや健康のこと	妊娠中の過ごし方、生活のこと	産後の自分のからだや健康のこと	産後の育児のこと	経済的なこと	仕事のこと	その他	特に心配はなかった	無回答
全 体	149	51.0	33.6	20.1	10.7	6.7	35.6	6.7	14.8	3.4	11.4	9.4
第1子	125	54.4	37.6	19.2	11.2	8.0	38.4	6.4	14.4	2.4	10.4	6.4
第2子以降	19	42.1	15.8	31.6	10.5	—	26.3	10.5	21.1	10.5	21.1	5.3

【悩みや不安（問7）×気分が沈んだりした経験（問10）】

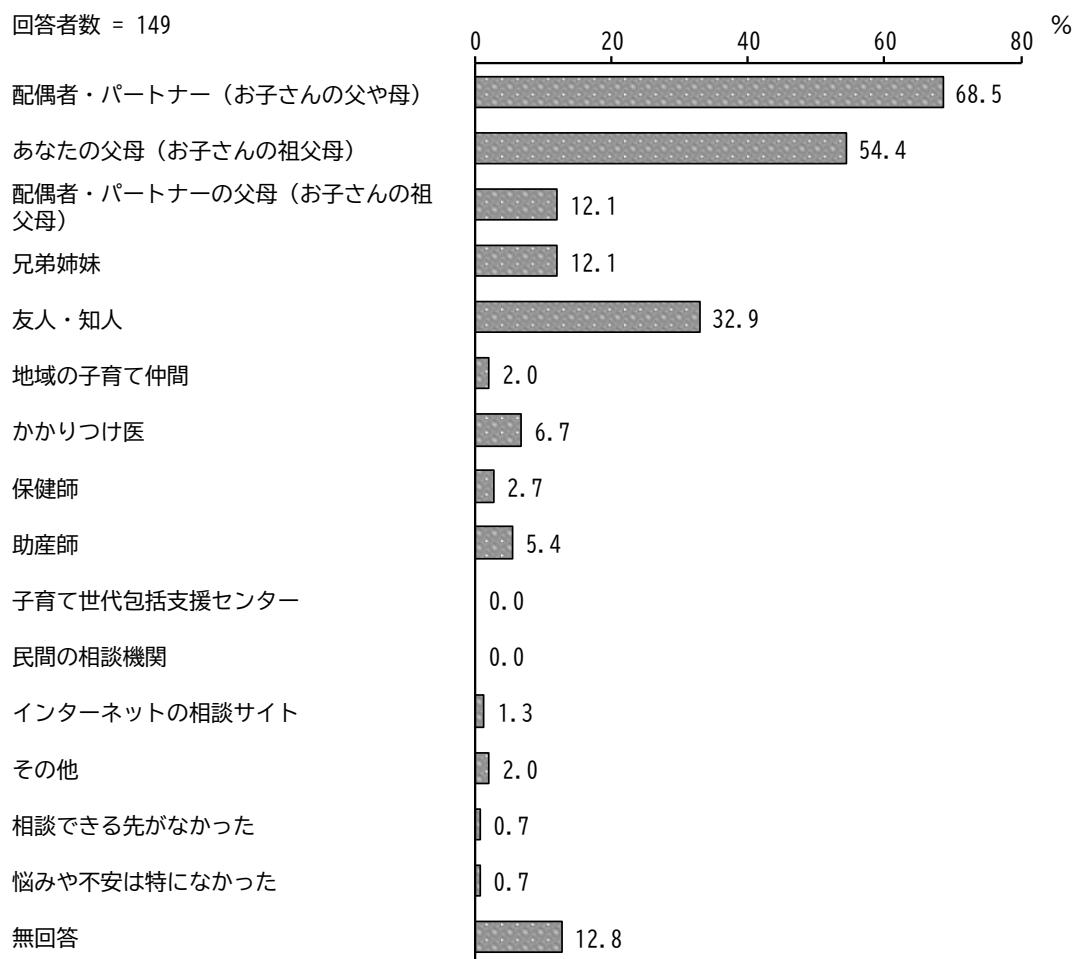
気分が沈んだりした経験別にみると、他に比べ、『妊娠中の自分のからだや健康のこと』の割合が「産後1年くらいまであった」で高くなっています。また、『産後の育児のこと』の割合が「妊娠中にあった」で低くなっています。

単位：％

問7 悩みや不安 問10 気分が沈んだりした経験	回答者数 (件)	お腹の中の赤ちゃんのこと	出産のこと	妊娠中の自分のからだや健康のこと	妊娠中の過ごし方、生活のこと	産後の自分のからだや健康のこと	産後の育児のこと	経済的なこと	仕事のこと	その他	特に心配はなかった	無回答
全 体	149	51.0	33.6	20.1	10.7	6.7	35.6	6.7	14.8	3.4	11.4	9.4
妊娠中にあった	13	53.8	46.2	7.7	7.7	15.4	23.1	7.7	15.4	—	7.7	15.4
出産～産後3か月くらいにあった	43	60.5	39.5	20.9	23.3	4.7	44.2	9.3	11.6	2.3	4.7	9.3
産後1年くらいまであった	15	53.3	33.3	46.7	13.3	6.7	40.0	6.7	26.7	—	—	—
現在も続いている	3	—	—	33.3	—	—	33.3	33.3	33.3	33.3	—	—
特になかった	59	50.8	32.2	16.9	5.1	8.5	32.2	3.4	16.9	5.1	20.3	1.7

問8 妊娠・出産についての悩みや不安について、誰に、またはどこに相談しましたか。(〇は3つまで)

「配偶者・パートナー（お子さんの父や母）」の割合が 68.5%と最も高く、次いで「あなたの父母（お子さんの祖父母）」の割合が 54.4%、「友人・知人」の割合が 32.9%となっています。一方で、「保健師」「子育て世代包括支援センター」等の公的な相談先の割合が低くなっています。



【相談相手（問8）×出生順（問6）】

出生順別にみると、他に比べ、『配偶者・パートナー（お子さんの父や母）』の割合が「第2子以降」で高くなっています。また、他に比べ、『友人・知人』の割合が「第2子以降」で低くなっています。

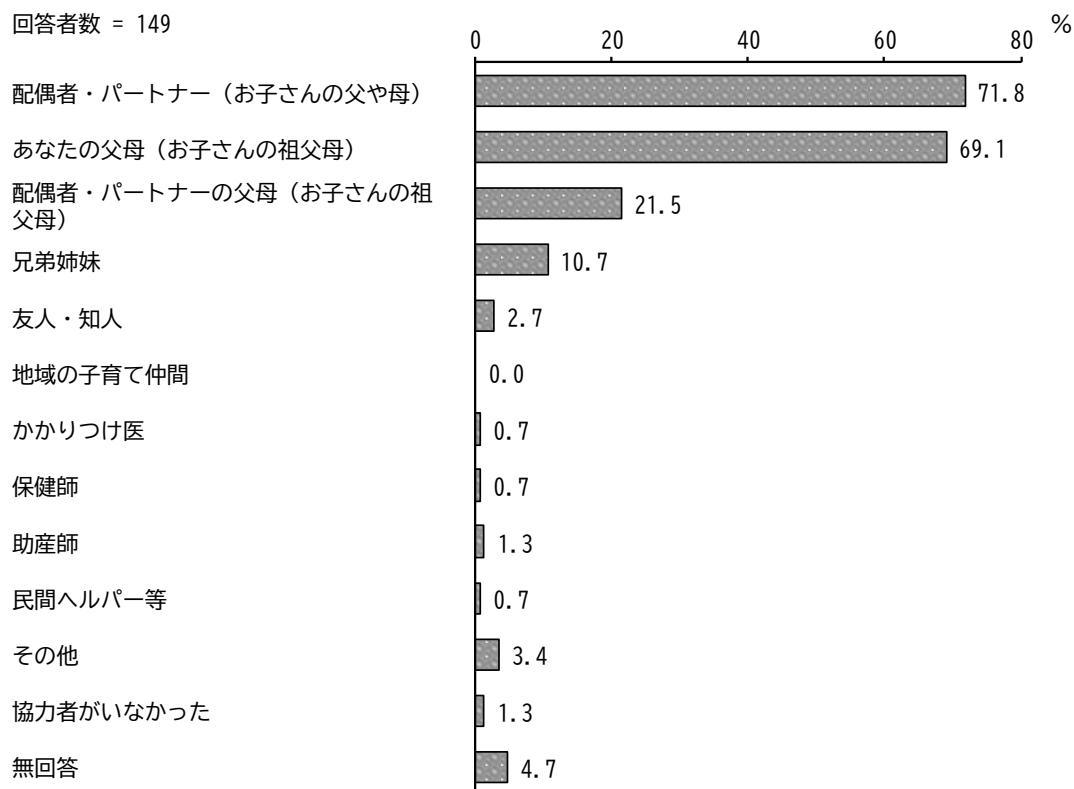
単位：％

問8 相談相手 問6 出生順	回答者数（件）	配偶者・パートナー （お子さんの父や母）	あなたの父母 （お子さんの祖父母）	配偶者・パートナーの父母 （お子さんの祖父母）	兄弟姉妹	友人・知人	地域の子育て仲間	かかりつけ医	保健師
全 体	149	68.5	54.4	12.1	12.1	32.9	2.0	6.7	2.7
第1子	125	70.4	56.0	12.0	12.0	36.8	0.8	6.4	2.4
第2子以降	19	73.7	57.9	15.8	15.8	15.8	10.5	10.5	5.3

問8 相談相手 問6 出生順	助産師	子育て世代包括支援 センター	民間の相談機関	インターネットの相談 サイト	その他	相談できる先がなかった	悩みや不安は特に なかった	無回答
全 体	5.4	—	—	1.3	2.0	0.7	0.7	12.8
第1子	6.4	—	—	1.6	0.8	0.8	0.8	11.2
第2子以降	—	—	—	—	10.5	—	—	—

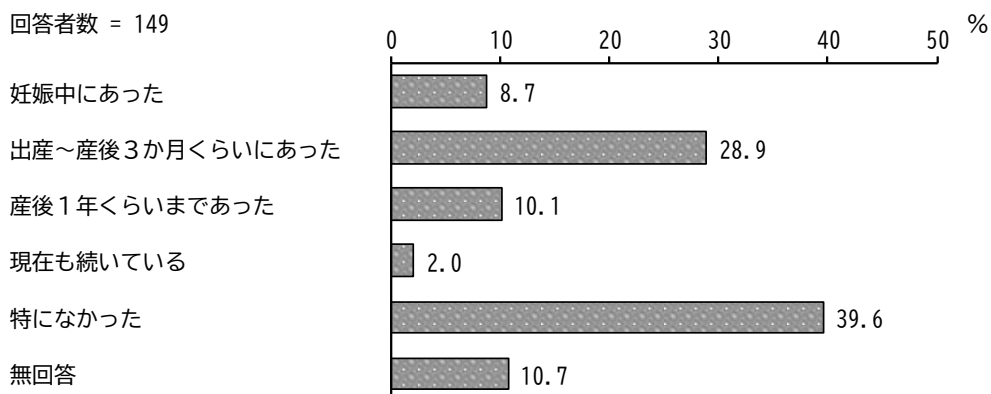
問9 産後1か月までの時期にどなたが協力してくれましたか。(○は3つまで)

「配偶者・パートナー（お子さんの父や母）」の割合が71.8%と最も高く、次いで「あなたの父母（お子さんの祖父母）」の割合が69.1%、「配偶者・パートナーの父母（お子さんの祖父母）」の割合が21.5%となっています。



問10 妊娠中から産後1年くらいの間に、気分が沈んだり、涙もろくなったり、何もする気になれなかったりした時期がありましたか。(○は1つだけ)

「特になかった」の割合が39.6%と最も高く、次いで「出産～産後3か月くらいにあった」の割合が28.9%、「産後1年くらいまであった」の割合が10.1%となっています。



【気分が沈んだりした経験（問10）×出生順（問6）】

出生順別にみると、他に比べ、『出産～産後3か月くらいにあった』の割合が「第1子」で、『特になかった』の割合が「第2子以降」で高くなっています。また、『出産～産後3か月くらいにあった』『産後1年くらいまであった』『現在も続いている』を合わせた出産後に気分が沈んだりした経験がある人は第1子では4割、第2子以降では約3割となっています。

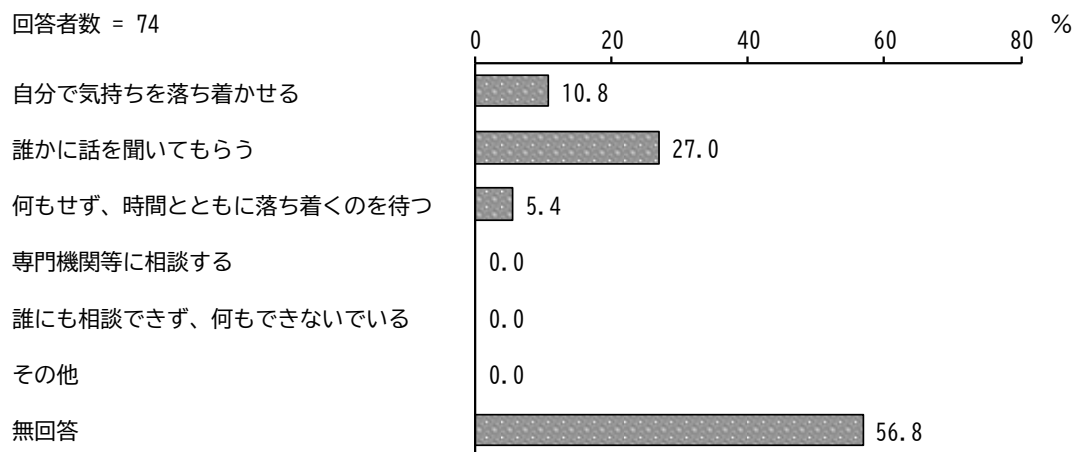
単位：％

問10 気分が沈んだりした経験	問6 出生順	回答者数 (件)	妊娠中 にあった	出産～ 産後3か 月くらい にあった	産後1年 くらい まであ った	現在も 続いて いる	特にな かった	無回 答
	全 体	149	8.7	28.9	10.1	2.0	39.6	10.7
	第1子	125	9.6	32.0	9.6	2.4	38.4	8.0
	第2子以降	19	5.3	15.8	15.8	—	57.9	5.3

問10-1 問10で「特になかった」以外を選ばれた方におたずねします。その時、どう対応しましたか。（○は1つだけ）

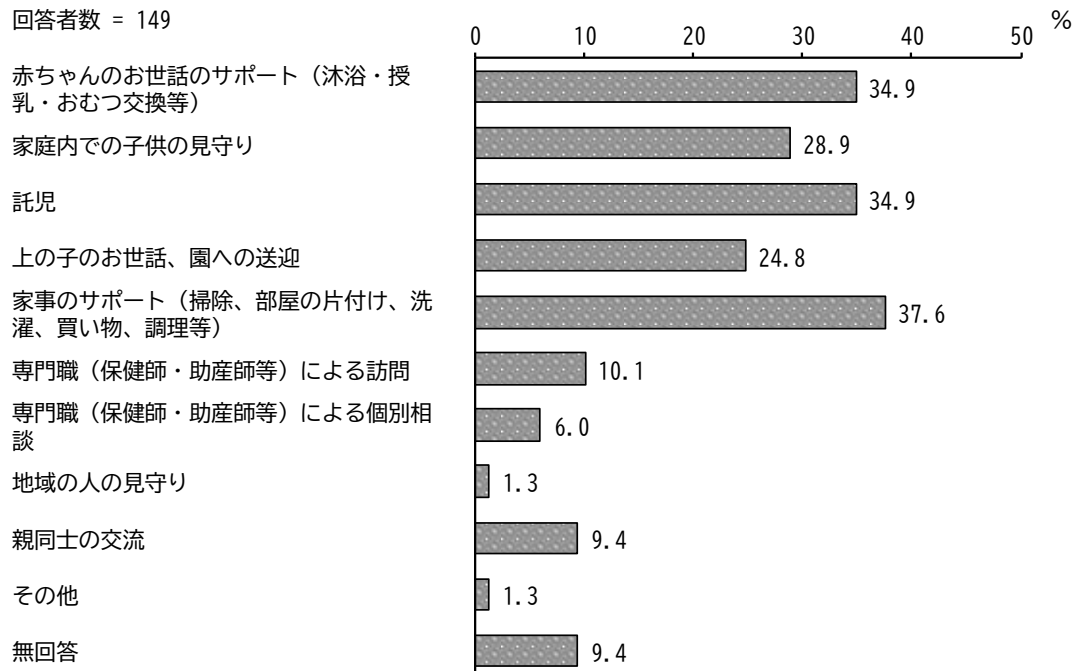
「誰かに話を聞いてもらう」の割合が27.0%と最も高く、次いで「自分で気持ちを落ち着かせる」の割合が10.8%となっています。

回答者数 = 74



問 11 妊娠中や産後1年くらいの間に、どのようなサービスや支援があったら良かったと思いますか。(〇は3つまで)

「家事のサポート（掃除、部屋の片付け、洗濯、買い物、調理等）」の割合が 37.6%と最も高く、次いで「赤ちゃんのお世話のサポート（沐浴・授乳・おむつ交換等）」、「託児」の割合が 34.9%となっています。



【よいと思うサービスや支援（問 11）×出生順（問 6）】

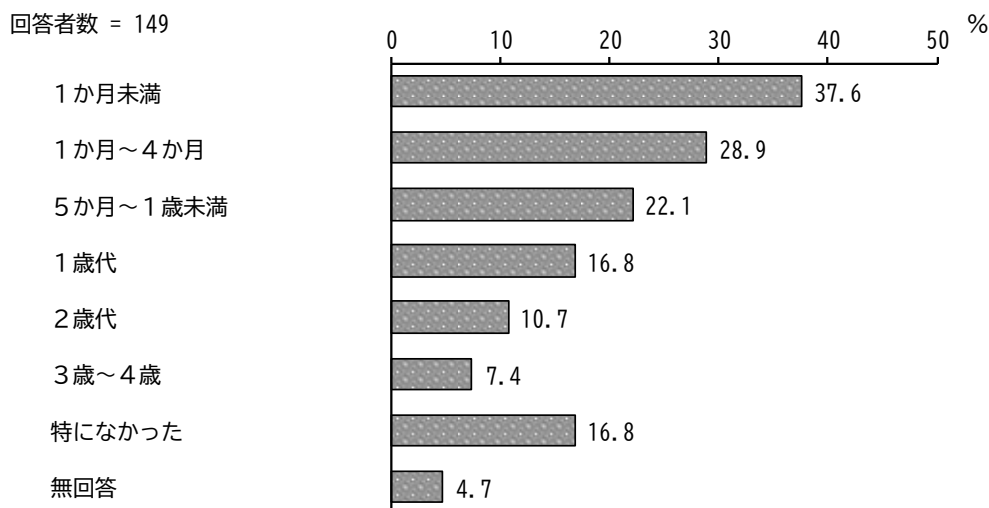
出生順別にみると、他に比べ、『上の子のお世話、園への送迎』の割合が「第2子以降」で高くなっています。

単位：%

問 11 よいと思うサービスや支援 問 6 出生順	回答者数（件）	赤ちゃんのお世話のサポート （沐浴・授乳・おむつ交換等）	家庭内での子供の見守り	託児	上の子のお世話、園への送迎	家事のサポート（掃除、部屋の片付け、洗濯、買い物、調理等）	専門職（保健師・助産師等）による訪問	専門職（保健師・助産師等）による個別相談	地域の人の見守り	親同士の交流	その他	無回答
全 体	149	34.9	28.9	34.9	24.8	37.6	10.1	6.0	1.3	9.4	1.3	9.4
第1子	125	34.4	28.0	35.2	22.4	37.6	12.0	7.2	1.6	10.4	1.6	8.8
第2子以降	19	47.4	36.8	42.1	42.1	42.1	—	—	—	5.3	—	—

問 12 これまでの育児期間で悩みや不安が大きかったのは、お子さんの年齢がいくつの頃ですか。(〇は3つまで)

「1か月未満」の割合が37.6%と最も高く、次いで「1か月～4か月」の割合が28.9%、「5か月～1歳未満」の割合が22.1%となっています。



【悩みや不安が大きかった子どもの年齢（問12）×出生順（問6）】

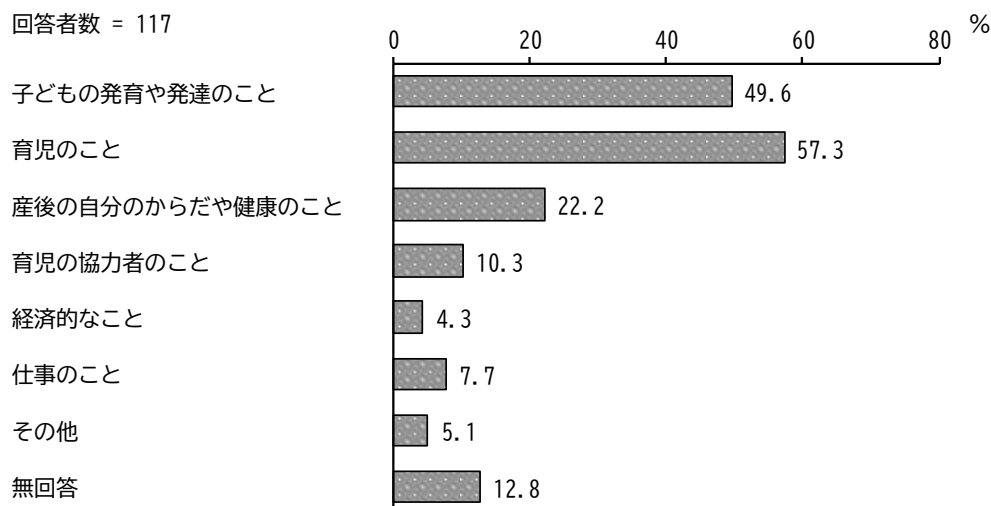
他に比べ、『2歳代』の割合が「第2子以降」で高くなっています。また、「第1子」では1歳未満まで、第2子では『2歳代』まで2割以上となっています。

単位：%

問12 悩みや不安が 大きかった 子どもの年齢	問6 出生順	回答者数 (件)	1か月未満	1か月～4か月	5か月～1歳未満	1歳代	2歳代	3歳～4歳	特になかった	無回答
全 体		149	37.6	28.9	22.1	16.8	10.7	7.4	16.8	4.7
第1子		125	37.6	28.8	20.8	16.8	9.6	6.4	15.2	4.0
第2子以降		19	36.8	31.6	31.6	21.1	21.1	15.8	26.3	—

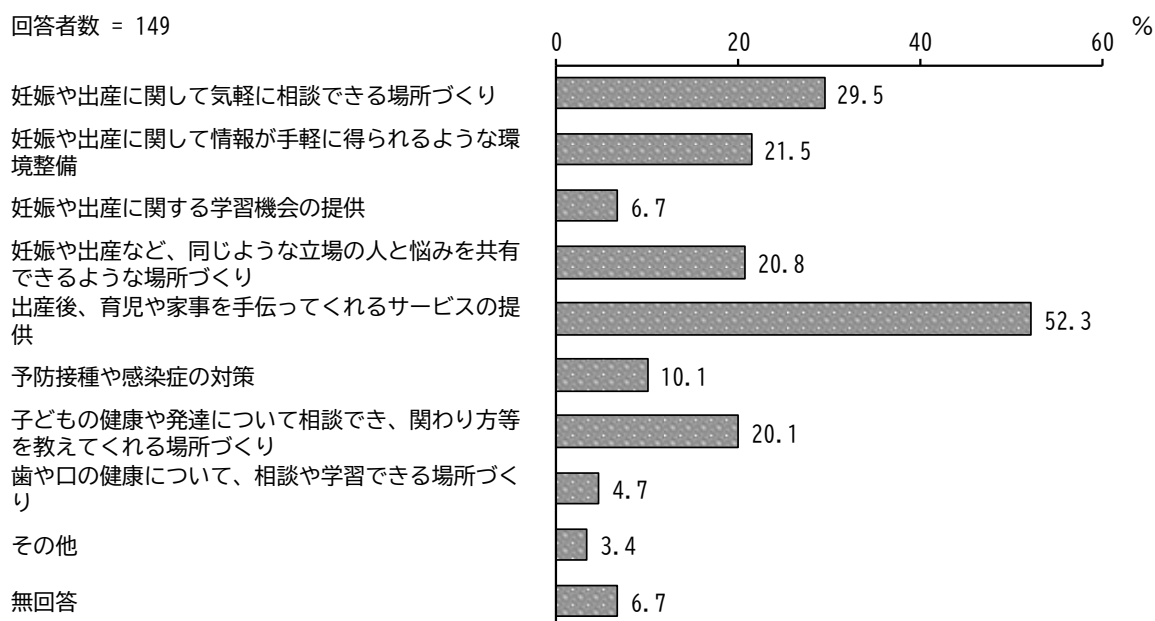
問 12-1 問 12 で「7.特になかった」以外を選ばれた方におたずねします。不安や悩みはどんなことでしたか。(〇は3つまで)

「育児のこと」の割合が 57.3%と最も高く、次いで「子どもの発育や発達のこと」の割合が 49.6%、「産後の自分のからだや健康のこと」の割合が 22.2%となっています。



問 13 あなたが市の子育て支援政策について、必要と思うことは何ですか。(〇は3つまで)

「出産後、育児や家事を手伝ってくれるサービスの提供」の割合が 52.3%と最も高く、次いで「妊娠や出産に関して気軽に相談できる場所づくり」の割合が 29.5%、「妊娠や出産に関して情報が手軽に得られるような環境整備」の割合が 21.5%となっています。



【市の子育て支援政策に必要なこと（問13）×出生順（問6）】

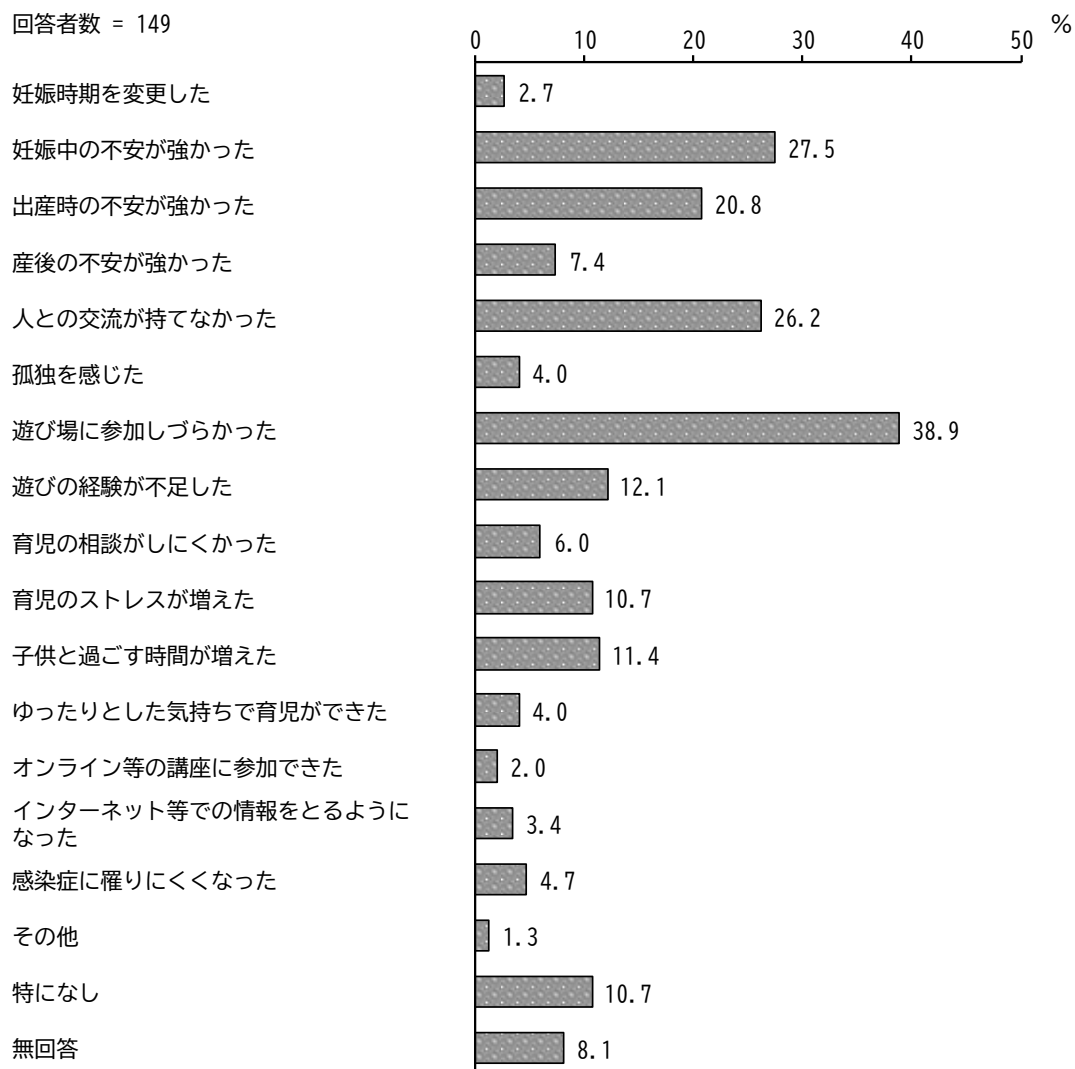
出生順別にみると、他に比べ、『妊娠や出産など、同じような立場の人と悩みを共有できるような場所づくり』『子どもの健康や発達について相談でき、関わり方等を教えてくれる場所づくり』の割合が「第1子」で高くなっています。また、『妊娠や出産に関して気軽に相談できる場所づくり』の割合が「第2子以降」で高くなっています。

単位：％

問 13 市の子育て 支援政策に 必要なこと 問 6 出生順	回答者数（件）	妊娠や出産に関して気軽に 相談できる場所づくり	妊娠や出産に関する情報 が手軽に得られるような環境 整備	妊娠や出産に関する学習 機会の提供	妊娠や出産など、同じよう な立場の人と悩みを共有 できるような場所づくり	出産後、育児や家事を手伝 ってくれるサービスの提供	予防接種や感染症の対策	子どもの健康や発達につ いて相談でき、関わり方等を 教えてくれる場所づくり	歯や口の健康について、相 談や学習できる場所づくり	その他	無回答
全 体	149	29.5	21.5	6.7	20.8	52.3	10.1	20.1	4.7	3.4	6.7
第 1 子	125	28.8	20.0	7.2	23.2	52.0	11.2	22.4	4.0	4.0	6.4
第 2 子以降	19	42.1	31.6	5.3	10.5	57.9	5.3	10.5	5.3	—	—

問 14 新型コロナウイルス感染症の感染拡大において、妊娠・出産・育児にどのような影響がありましたか。(〇は3つまで)

「遊び場に参加しづらかった」の割合が 38.9%と最も高く、次いで「妊娠中の不安が強かった」の割合が 27.5%、「人との交流が持てなかった」の割合が 26.2%となっています。



【新型コロナウイルス感染症による影響（問 14）×気分が沈んだりした経験（問 10）】

気分が沈んだりした経験別にみると、他に比べ、『孤独を感じた』の割合が「産後1年くらいまであった」で、『遊びの経験が不足した』の割合が「特になかった」で高くなっています。

単位：％

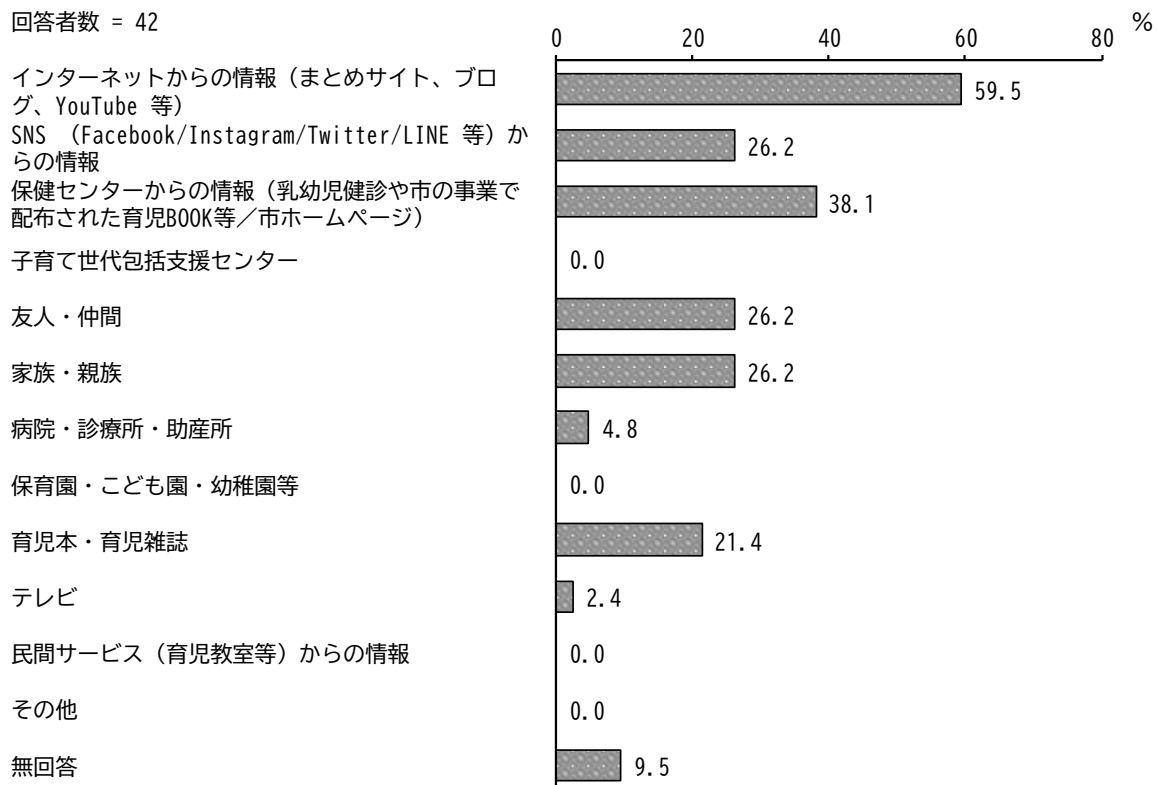
問 14 新型コロナ ウイルス感染症 による影響 問 10 気分が沈んだ りした経験	回答者数 (件)	妊娠時期を 変更した	妊娠中の不安が 強かった	出産時の不安が 強かった	産後の不安が 強かった	人との交流が 持てなかった	孤独を感じた	遊び場に参 加しづらかった	遊びの経験が 不足した	育児の相談が しにくかった
全 体	149	2.7	27.5	20.8	7.4	26.2	4.0	38.9	12.1	6.0
妊娠中にあった	13	—	30.8	23.1	15.4	15.4	—	38.5	—	—
出産～産後3か月 くらいにあった	43	4.7	30.2	23.3	2.3	27.9	7.0	44.2	4.7	11.6
産後1年くらいま であった	15	6.7	13.3	20.0	6.7	13.3	20.0	40.0	13.3	13.3
現在も続いている	3	—	33.3	33.3	33.3	33.3	—	33.3	—	—
特になかった	59	—	33.9	22.0	6.8	32.2	—	39.0	18.6	1.7

問 14 新型コロナ ウイルス感染症 による影響 問 10 気分が沈んだ りした経験	育児のスト レスが増えた	子供と過 ごす時間が増 えた	ゆったりとし た気持ちで 育児ができた	オンライン等 の講座に参加 できた	インターネッ ト等での情報 をとるようにな った	感染症に罹り にくくなった	その他	特になし	無回答
全 体	10.7	11.4	4.0	2.0	3.4	4.7	1.3	10.7	8.1
妊娠中にあった	15.4	15.4	7.7	—	15.4	15.4	—	7.7	—
出産～産後3か月 くらいにあった	16.3	11.6	4.7	2.3	4.7	2.3	—	11.6	4.7
産後1年くらいま であった	—	13.3	13.3	—	—	6.7	—	13.3	6.7
現在も続いている	33.3	—	—	—	—	—	—	33.3	—
特になかった	8.5	11.9	1.7	3.4	1.7	3.4	3.4	8.5	6.8

問 16 離乳食をはじめるときに、参考にしようと思う情報源を教えてください。(〇は3つまで)

「インターネットからの情報(まとめサイト、ブログ、YouTube 等)」の割合が 59.5%と最も高く、次いで「保健センターからの情報(乳幼児健診や市の事業で配布された育児 BOOK 等/市ホームページ)」の割合が 38.1%、「SNS (Facebook/Instagram/Twitter/LINE 等) からの情報」、「友人・仲間」の割合が 26.2%となっています。

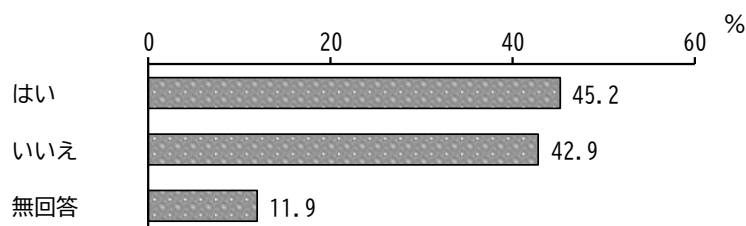
回答者数 = 42



問 17 離乳食に関する食育講座への参加を希望しますか。(○は1つだけ)

「はい」の割合が45.2%、「いいえ」の割合が42.9%となっています。

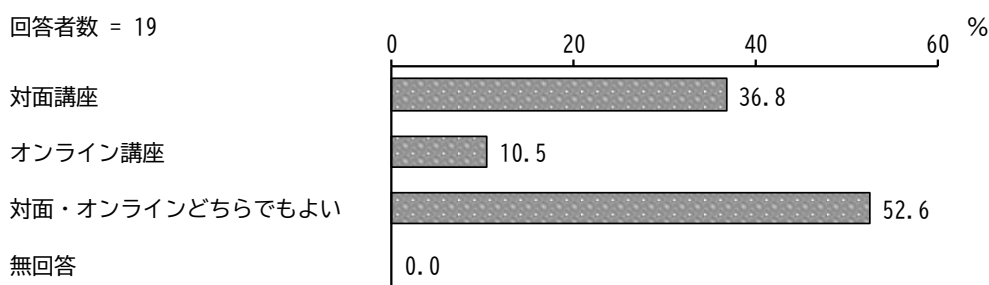
回答者数 = 42



問 17-1 問 17 で「1. はい」を選ばれた方にお尋ねします。実施方法で希望するものはなんですか。(○は1つだけ)

「対面・オンラインどちらでもよい」の割合が52.6%と最も高く、次いで「対面講座」の割合が36.8%、「オンライン講座」の割合が10.5%となっています。

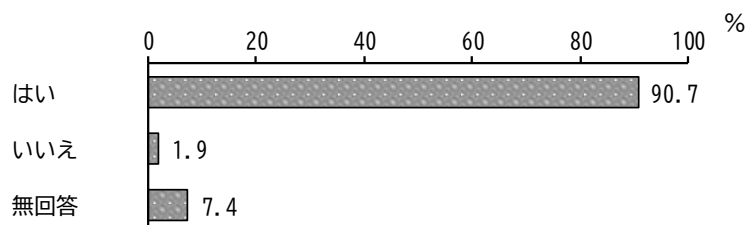
回答者数 = 19



問 18 離乳食は5、6か月ごろにはじめましたか。(○は1つだけ)

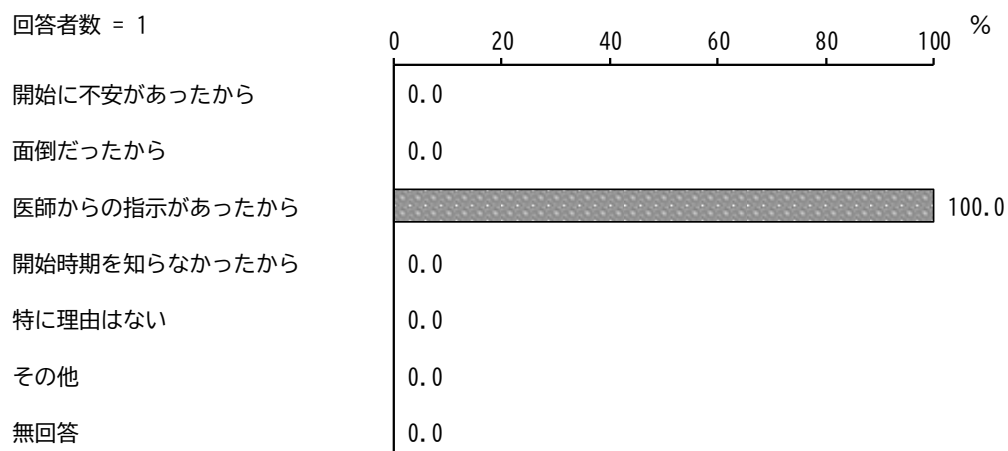
「はい」の割合が90.7%、「いいえ」の割合が1.9%となっています。

回答者数 = 54



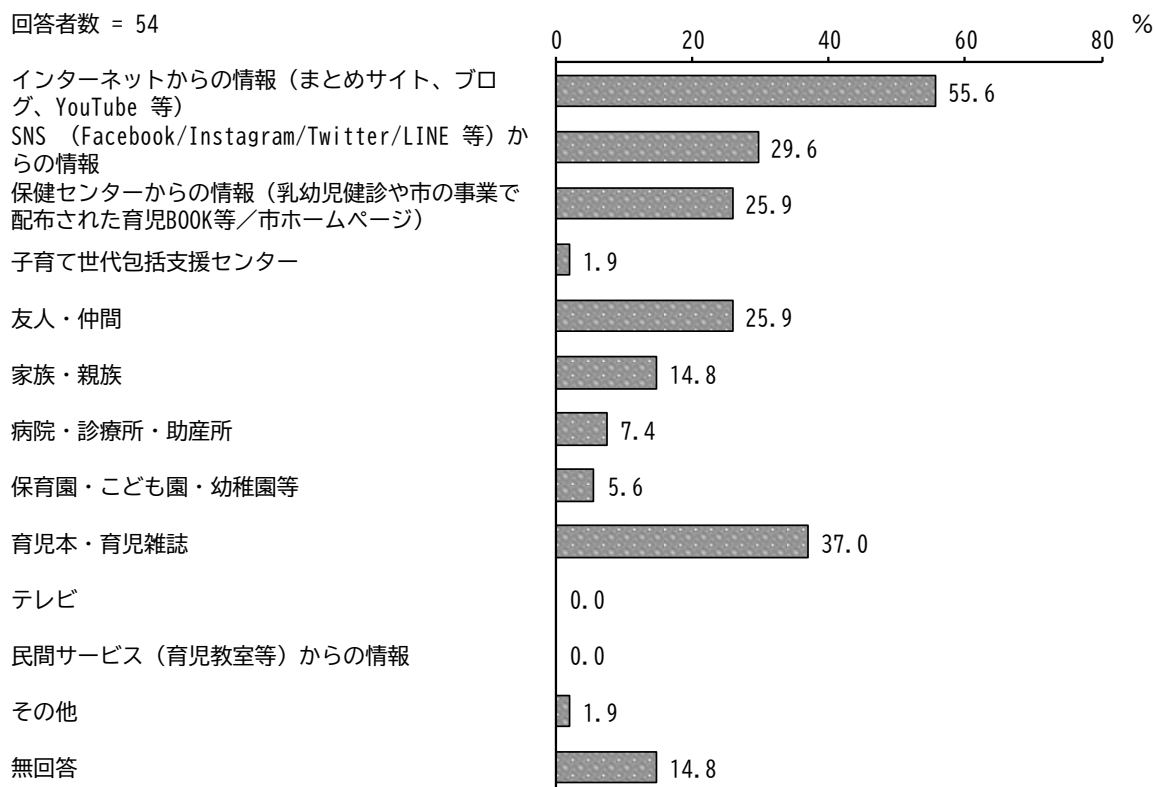
問 18-1 問 18 で「いいえ」を選ばれた方におたずねします。それはなぜですか。(〇は3つまで)

「医師からの指示があったから」が1件となっています。



問 19 離乳食を進めるにあたり、参考にした情報源を教えてください。(〇は3つまで)

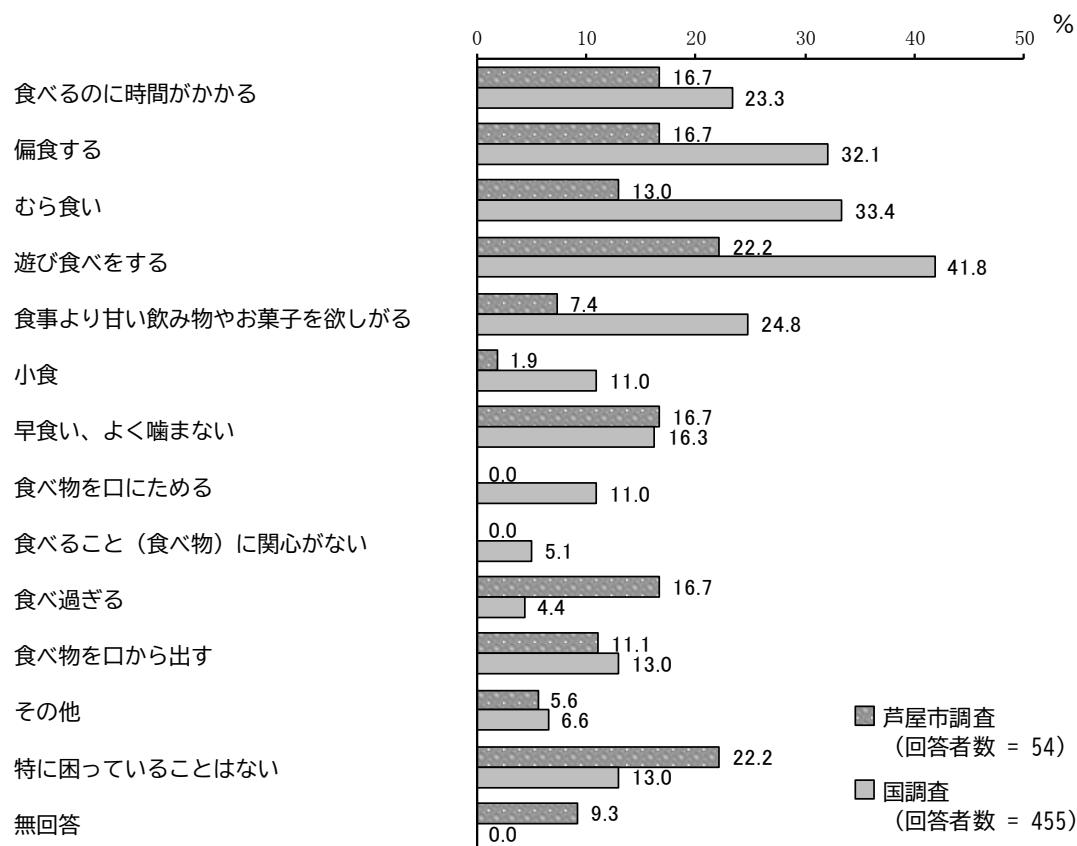
「インターネットからの情報（まとめサイト、ブログ、YouTube 等）」の割合が 55.6%と最も高く、次いで「育児本・育児雑誌」の割合が 37.0%、「SNS (Facebook/Instagram/Twitter/LINE 等)からの情報」の割合が 29.6%となっています。



問 20 現在、お子さんの食事について困っていることを教えてください。(〇は3つまで)

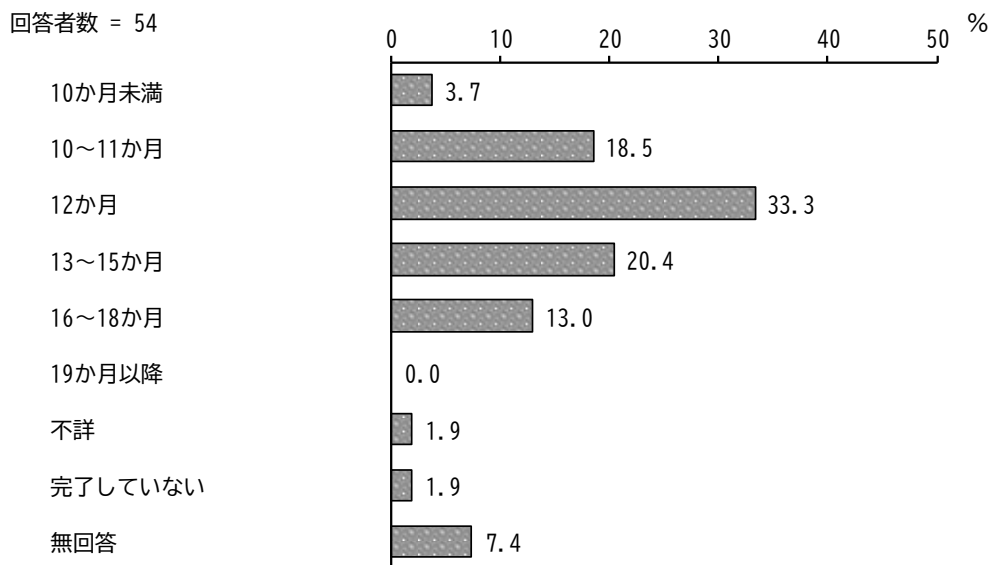
「遊び食べをする」、「特に困っていることはない」の割合が22.2%と最も高く、次いで「食べるのに時間がかかる」、「偏食する」の割合が16.7%となっています。

国調査と比較すると、「特に困っていることはない」の割合が高くなっています。また、「食べるのに時間がかかる」「偏食する」「むら食い」「遊び食べをする」「食事より甘い飲み物やお菓子を欲しがる」「小食」「食べ物を口にためる」「食べること(食べ物)に関心がない」「食べ過ぎる」の割合が低くなっています。



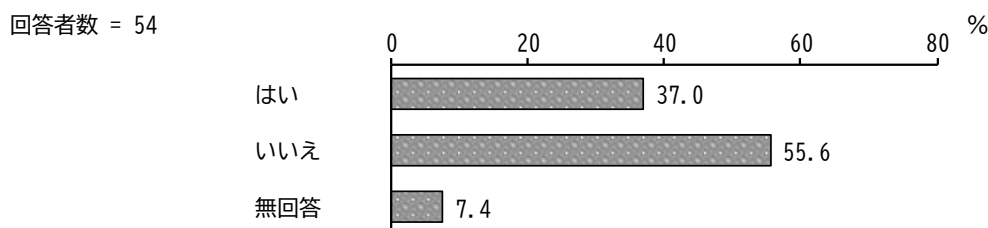
問 21 離乳食の完了時期はいつごろでしたか。(○は1つだけ)

「12 か月」の割合が 33.3%と最も高く、次いで「13～15 か月」の割合が 20.4%、「10～11 か月」の割合が 18.5%となっています。



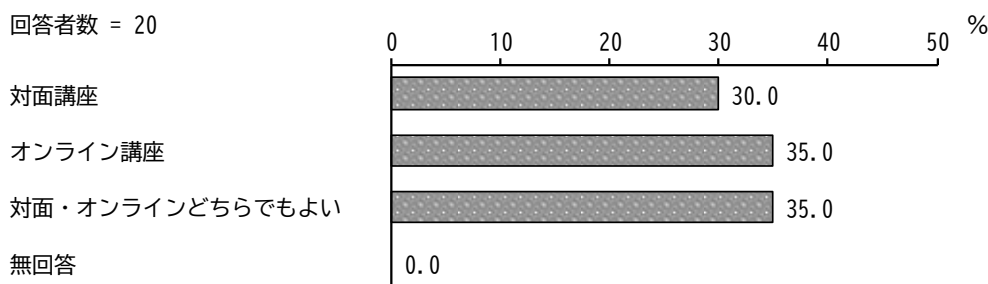
問 22 お子さんに関する食育講座に興味がありますか。(○は1つだけ)

「はい」の割合が 37.0%、「いいえ」の割合が 55.6%となっています。



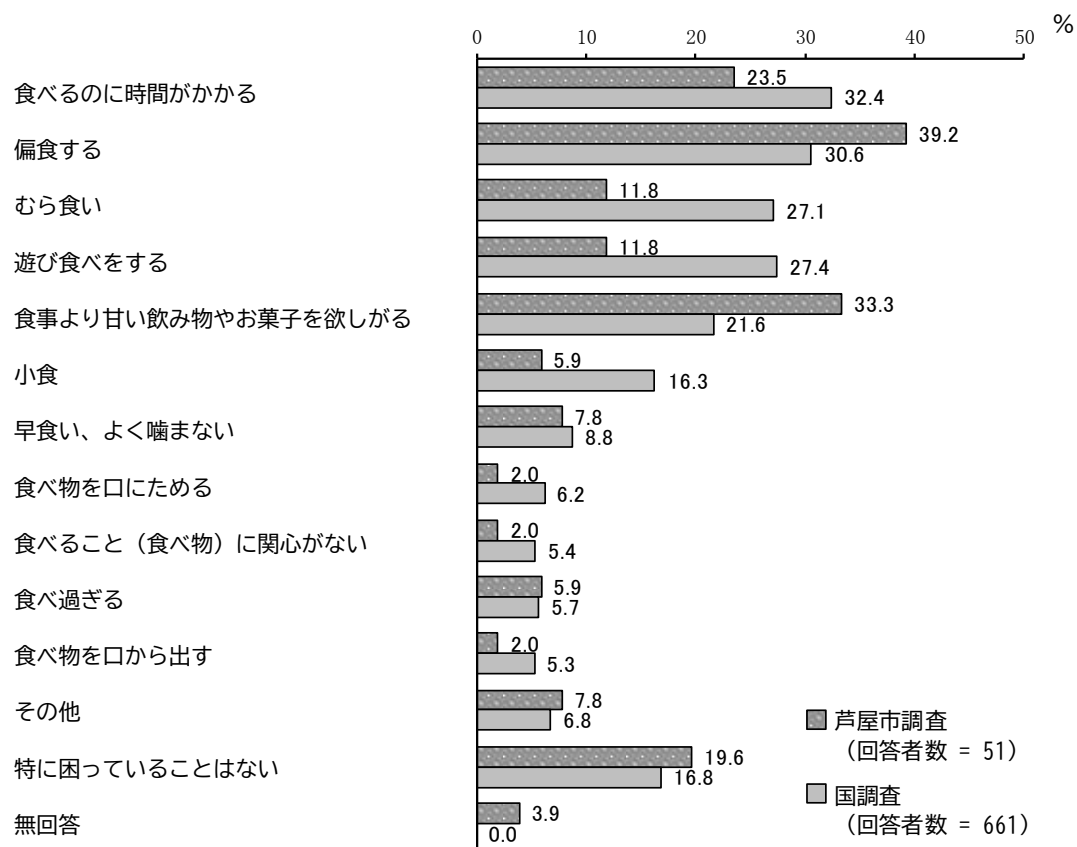
問 22-1 問 22 で「1. はい」を選ばれた方におたずねします。実施方法で希望する形式はなんですか。(○は1つだけ)

「オンライン講座」、「対面・オンラインどちらでもよい」の割合が 35.0%と最も高く、次いで「対面講座」の割合が 30.0%となっています。



**問 23 現在、お子さんの食事について困っていることを教えてください。
(〇は3つまで)**

「偏食する」の割合が 39.2%と最も高く、次いで「食事より甘い飲み物やお菓子を欲しがる」の割合が 33.3%、「食べるのに時間がかかる」の割合が 23.5%となっています。



Ⅲ 調査票

1 健康づくりに関するアンケート調査

ご回答にあたってのお願い

□このアンケートは、58設問あり、すべて回答していただくと、おおよね 30 分程度で回答いただくことができます。

□あて名のご本人がご回答ください。

□ご本人が回答できない場合は、ご家族等がご本人の考えや思いを代理でご回答ください。

□回答は、あてはまる番号を○で囲んでください。その他回答については、() 内に内容を具体的に回答してください。

□特にことわりのない限り、全ての質問にお答えください。該当者だけにお答えいただく質問もありますが、その場合は、質問の説明に従ってお答えください。

□インターネットを利用してパソコンやスマートフォン等からも回答できます。右のQRコードを読み込み、下記のURLにアクセスしてください。

<https://questant.jp/q/8XRXG03X>
 入力する際は、パスワードを入力してください。
 (パスワード *****)


□この調査は無記名であり、皆様の回答にすべて統計的に処理し本調査の目的以外には決して使用いたしませんので、思いのままをお答えいただきますようお願い申し上げます。

□アンケートに關してご不明な点がございましたら、下記までお問い合わせください。

回答方法 (次の①②のいずれか)

①インターネット (調査票の返送は不要です)

②調査票の返信 (同封の返信用封筒 (切手不要) をご利用ください)

回答期限

令和4年11月30日 (水)

【問合せ先】

芦屋市こども・健康部健康課
 担当：近藤・山田
 電話：0797-31-1586
 FAX：0797-31-1018

調査へのご協力をお願いいたします。

芦屋市の健康づくりに関するアンケート調査票

～調査へのご協力をお願いします～

この調査は、皆様の健康づくりに対する意識や関心、日頃の生活等についてお聞きするもので、18 歳以上の 3,000 人の方から無作為に、あなたを回答者のお一人として選ばせていただきました。

皆様には、日頃より市政の推進についてご理解とご協力をいただき、厚くお礼申し上げます。国では「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」を目標とした国民の健康づくりを推進しており、近年ではそれに加えて「自然に健康になれる環境づくり」や「行動変容を促す仕掛け」など新たな手法も活用して健康寿命延伸に向けた取り組みを進めています。芦屋市においても、平成 30 年 3 月に「第 3 次芦屋市健康増進・食育推進計画」を策定し、これに基づき健康寿命の延伸等の実現に向けた取り組みを進めてきました。

今回、この計画の期間が令和 5 年度で終了することに伴い、市民のみなさまの健康についての取り組みやお考えなどをお聞かせいただき、計画の評価を行うとともに、今後の保健衛生施策に反映させていきたいと考えています。

お忙しいところ誠に恐縮ではございますが、この調査の趣旨をご理解いただき、**令和 4 年 11 月 30 日 (水)** までに、ご回答くださいますようお願い申し上げます。

令和 4 年 11 月
芦屋市

芦屋市の健康づくりに関するアンケート調査について

これは芦屋市の健康づくりに関するアンケート調査票です。

英語版のアンケート調査票、またはふりがな付きのアンケート調査票が必要な方は、ご連絡ください。

芦屋市 こども・健康部 健康課 e-mail kenkou@city.ashiya.lg.jp

Survey on the health promotion

If you need either an English version or a Japanese with furigana version of the questionnaire, please contact the office below:

Ashiya City Children & Health Department , Health Section
 e-mail : kenkou@city.ashiya.lg.jp

回答者自身について

問1 あなたの性別はどちらですか。(○は1つだけ)

1. 男性

2. 女性

3. その他

問2 あなたの年齢をご記入ください。

歳

問3 あなたの現在の身長と体重をご記入ください。

身長

cm

体重

kg

問4 ご自分の体型についてどう思われますか。(○は1つだけ)

1. 太っている

2. 少し太っている

3. 普通

4. 少しやせている

5. やせている

問5 あなたは、どちらにお住まいですか。() 内に町名のみをご記入ください。

() 町

問6 あなたの家族構成はどれに当たりますか。(○は1つだけ)

1. ひとり暮らし

2. 夫婦のみ

3. 2世代世帯(親と子)

4. 3世代以上の世帯(親と子と孫など)

5. その他()

問7 あなたのご職業は何ですか。(○は1つだけ)

1. 会社員

2. 公務員

3. 自営業

4. 家事専業

5. パート・アルバイト

6. 学生

7. 農林漁業

8. 無職

9. その他()

問8 あなたの加入されている健康保険は次のどれですか。(○は1つだけ)

1. 芦屋市の国民健康保険・世帯主

2. 芦屋市の国民健康保険・世帯員

3. 後期高齢者医療保険

4. 社会保険(健康保険組合・共済組合・協会けんぽ)・本人

5. 社会保険(健康保険組合・共済組合・協会けんぽ)・家族

6. その他()

問9 現在、経済的に自分の生活のレベルについてどのように感じていますか。(○は1つだけ)

1. かなり豊かである

2. まあまあ豊かである

3. ふつう

4. やや苦しい

5. かなり苦しい

問10 現在、あなたは幸せですか。(○は1つだけ)

1. とても幸せ

2. 幸せ

3. まあまあ幸せ

4. どちらともいえない

5. 幸せではない

問11 あなたは、現在の自分の健康状態をどのように感じていますか。(○は1つだけ)

1. よい

2. まあまあよい

3. 普通

4. あまりよくない

5. よくない

問12 あなたのお住まいの地域について、どのように感じていますか。(各項目○は1つだけ)

項目	そう思う	いさう思う	いさう思わない	いさう思わない	そう思わない
①いざというとき、助け合える人が身近にいる	1	2	3	4	5
②地域の人たちとのつながりはあると思う	1	2	3	4	5
③町内会等地域には健康づくりを目的とした活動の場やつどの場がある	1	2	3	4	5

食について

問13 あなたは、健康づくりや生活習慣病予防の観点から、①～⑩のことについてどの程度実践していますか。(①～⑩の項目ごとに、○はそれぞれ1つだけ)

	1.いつも実践している	2.実践している	3.あまり実践していない	4.全く実践していない
①エネルギー(カロリー)を調整すること	1	2	3	4
②塩分を摂りすぎないようにする(減塩すること)	1	2	3	4
③脂肪(あぶら)分の量と質を調整すること	1	2	3	4
④甘いもの(糖分)をとり過ぎないようにすること	1	2	3	4
⑤野菜をたくさん食べるようにすること	1	2	3	4
⑥果物を適量食べるようにすること	1	2	3	4
⑦アルコール飲料の量を調節すること	1	2	3	4
⑧栄養バランスに気を付けること	1	2	3	4

	1.いつも実践 している	2.実践 している	3.あまり実践 していない	4.全く実践 していない
⑨1日3食食べる(欠食を しない)こと	1	2	3	4
⑩ゆっくりよく噛んで食 べること	1	2	3	4

問14 あなたは、朝食を食べていますか。(○は1つだけ)

「1. 週6日以上食べる 2. 週4～5日は食べる
3. 週2～3日は食べる 4. ほとんど食べない」 → 【問5】へ

問14で「1. 週6日以上食べる」「2. 週4～5日は食べる」「3. 週2～3日は食べる」に○をつけた方におたずねします

問14-1 あなたは、普段、どんな朝食を食べていますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 主食 (ごはん・パン・めん・シリアル) 2. 副菜 (野菜・芋料理・野菜たっぷりの汁物)
3. 主菜 (肉・魚・卵・大豆料理) 4. 牛乳・乳製品
5. 果物 6. 菓子類 (菓子パン含む)
7. 嗜好飲料 (コーヒー・紅茶・ジュースなど)
8. その他 ()

問15 あなたは、家族と一緒に食することはどのくらいありますか。朝食、夕食それぞれについて1つずつ選んで○をつけてください。(○はそれぞれ1つだけ)

	1.ほとんど 毎日	2.週に 4～5日	3.週に 2～3日	4.週に 1日程度	5.ほとんど ない
①朝食	1	2	3	4	5
②夕食	1	2	3	4	5

問16 あなたは、1日に2回以上、主食・主菜・副菜※の3つをそろえて食べて食することは、週に何日ありますか。(○は1つだけ)

1. 週6日以上 2. 週4～5日
3. 週2～3日 4. 週1日以下

※「主食・主菜・副菜」とは…「主食」とは、米、パン、めん類などの穀類で、主として糖質エネルギーの供給源となるものです。「主菜」とは、魚や肉、卵、大豆製品などを使った副食の中心となる料理で、主として良質たんぱく質や脂肪の供給源となるものです。「副菜」とは、野菜などを使った料理で、主食と主菜に不足するビタミン、ミネラル、食物繊維などを補う重要な役割を果たしています。

※ バランスのとれた食事の例



問17 あなたは、野菜を1日に350g (両手山盛り一杯) 以上食べていますか。(○は1つだけ)

1. ほぼ毎日食べている 2. 時々食べている
3. ほとんど食べていない

問18 あなたは、市販のお弁当・惣菜・調理パン・調理済み冷凍食品などをどのくらいの頻度で利用していますか。(○は1つだけ)

1. 毎日2回以上 2. 毎日1回 3. 週4～6回
4. 週2～3回 5. 週1回 6. 月1～3回
7. ほとんど利用しない

問19 あなたは、行事食※を食べていますか。(○は1つだけ)

1. 必ず食べている 2. 時々食べている
3. あまり食べていない 4. まったく食べていない

※「行事食」とは…

月	行事食の具体例
1月	おせち料理、お雑煮、七草粥(7日)
2月	いわしの塩焼き・恵方巻き(3日：節分)
3月	ちらし寿司(3日：桃の節句)
5月	ちまき・柏餅(5日：端午の節句)
7、5月	うなぎの蒲焼(土用の丑の日)
10月	月見団子
12月	かぼちゃ(23日頃：冬至)、年越しそば(大晦日)

問20 あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法などを受け継いでいますか。(○は1つだけ)

1. 受け継いでいる 2. 受け継いでいない

問21 あなたは、「食育」※に関心がありますか。(○は1つだけ)

1. 関心がある 2. どちらかといえ関心がある
3. どちらかといえ関心がない 4. 関心がない

※「食育」とは…平成17年6月に制定された「食育基本法」では、さまざまな経験を通して「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てていきます。

問22 あなたは、外食をする時や食品を購入する時に、栄養成分表示（エネルギーや塩分等の表示）を参考にしていきますか。（○は1つだけ）

- | | |
|-------------|--------------|
| 1. いつもしている | 2. 時々している |
| 3. あまりしていない | 4. ほとんどしていない |

問22で「3. あまりしていない」「4. ほとんどしていない」に○をつけた方におたずねします
問22-1 それはなぜですか。（○は1つだけ）

- | | |
|--------------------------------|---------------------|
| 1. 表示の見方がよくわからない | 2. 表示されている料理や食品が少ない |
| 3. 興味がない | 4. 表示があることを知らない |
| 5. その他（ ） | |

問23 災害時に備え、家庭で用意している非常用の食料等の種類を次から選んでください。（あてはまるものすべてに○）

- | |
|---|
| 1. 主食（レトルトご飯、おかゆ、α化米、乾パン、真空パック餅、カップ麺など） |
| 2. 主菜（肉・魚等の缶詰、カレー・シチュー等のレトルト食品 等） |
| 3. 副菜（野菜・果物等の缶詰、乾燥野菜 等） |
| 4. 飲料（水、お茶、野菜・果物ジュース 等） |
| 5. その他（チョコレート・あめ・ドライフルーツ 等） |
| 6. 食器・調理器具 |
| 7. 熱源（固形燃料・カセットコンロ 等） |
| 8. 用意していない |

問24 あなたの家庭では、家族の年齢（乳幼児、高齢者など）や健康状態（食物アレルギー、血圧が高い、食べ物を噛みにくいなど）に応じて、非常月の食糧を用意していますか。（○は1つだけ）

- | | | |
|-----------|------------|--------------------|
| 1. 用意している | 2. 用意していない | 3. 特別な対応が必要な家族はいない |
|-----------|------------|--------------------|

問24で「1. 用意している」に○をつけた方におたずねします
問24-1 家族の年齢や、健康状態に応じてどのような食糧を用意していますか。（あてはまるものすべてに○）

- | |
|-----------------------------------|
| 1. 乳幼児用ミルクや離乳食、幼児食のレトルト食品を用意している |
| 2. アレルギーが除去された食品を用意している |
| 3. お粥ややわらかい食品を用意している |
| 4. 慢性疾患（高血圧、糖尿病など）に対応できる食品を用意している |
| 5. 宗教上の理由で対応できる食品を用意している |
| 6. その他（ ） |

健康づくりについて

《健康意識について》

問25 あなたは、日頃から健康づくりに関心がありますか。（○は1つだけ）

- | | |
|-------------|------------|
| 1. 非常に関心がある | 2. やや関心がある |
| 3. あまり関心がない | 4. 全く関心がない |

問26 あなたは、日頃から健康づくり（栄養・運動・休養・休診など）に取り組んでいますか。（○は1つだけ）

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問27 健康づくりのために、日ごろから何か心がけていることはありますか。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|---------------------------------|--------------------------|
| 1. 適度な運動・身体活動をしている | 2. 趣味や気晴らしの時間をつくっている |
| 3. 休養を十分にとっている | 4. 食事の量や栄養バランスに注意している |
| 5. 睡眠を十分にとっている | 6. 定期的に健（検）診を受けている |
| 7. 規則正しく三度の食事をとっている | 8. よく噛んで食べるように心がけている |
| 9. たばこをやめたり、控えたりしている | 10. 体調が悪いときは早めに医師にかかっている |
| 11. ストレスをためないようにしている | 12. 飲酒をやめたり、控えたりしている |
| 13. その他（ ） | 14. 特に何もしていない |

問28 かかりつけの医師や歯科医師や薬局がありますか。（○はそれぞれ1つだけ）

- | | | |
|----------------|-------|-------|
| ① かかりつけ医師 | 1. ある | 2. ない |
| ② かかりつけ歯科医師 | 1. ある | 2. ない |
| ③ かかりつけ薬局（薬剤師） | 1. ある | 2. ない |

《痛みについて》

問29 現在、身体どこかに3か月以上続く痛みがありますか。（○は1つだけ）

- | | |
|-------|-------|
| 1. ある | 2. ない |
|-------|-------|

問29で「1. ある」に○をつけた方におたずねします
問29-1 その痛みは身体のだこの痛みですか。（あてはまるものすべてに○）

- | | | | |
|---------|--------------|----------|--------|
| 1. 頭 | 2. 首 | 3. 肩 | 4. 胸 |
| 5. 腹 | 6. 腰・背中 | 7. 骨盤・陰部 | 8. 腕・手 |
| 9. 大腿・足 | 10. 歯・口腔内・顔面 | | |

問 29-2 その痛みは普段の生活に影響がありますか。(○は1つだけ)

- | | |
|----------------------|------------|
| 1. かなり影響がある | 2. 少し影響がある |
| 3. ほとんどあるいはまったく影響がない | |

《運動・身体活動と休養について》

問 30 あなたは、運動（1日に1回30分以上のウォーキング、ジョギング、ゲートボール、体操など）をどのくらい行っていますか。(○は1つだけ)

- | | | |
|-----------|------------|-------------|
| 1. 週に3回以上 | 2. 週に1～2回 | 3. 月に2～3回 |
| 4. 月に1回以下 | 5. まったくしない | → 【問 30-3】へ |

問 30で「1. 週に3回以上」「2. 週に1～2回」「3. 月に2～3回」「4. 月に1回以下」に○をつけた方におたずねします

問 30-1 上記の運動はどのくらい続けていますか。(○は1つだけ)

- | | |
|---------|---------|
| 1. 1年未満 | 2. 1年以上 |
|---------|---------|

問 30-2 どのような運動をしていますか。(あてはまるものすべてに○)

- | | | |
|----------------|-------------|------------|
| 1. ウォーキング | 2. ジョギング | 3. 体操 |
| 4. 水泳 | 5. 水中ウォーキング | 6. グランドゴルフ |
| 7. ゲートボール | 8. ゴルフ | 9. テニス |
| 10. バレー（ミニバレー） | 11. 卓球 | 12. バドミントン |
| 13. サッカー | 14. 野球 | 15. その他（ ） |

問 30で「5. まったくしない」に○をつけた方におたずねします

問 30-3 運動をしない理由は何ですか。(○は1つだけ)

- | | | |
|----------------|---------------|-----------------|
| 1. 時間がない | 2. 必要性を感じない | 3. 面倒くさい |
| 4. 運動施設がない | 5. 身近に指導者がいない | 6. 長続きしない |
| 7. 身体的な理由でできない | 8. 仲間がいない | 9. 家族や周囲の目が気になる |
| 10. 感染症が心配 | 11. その他（ ） | |

問 31 生活活動※を10分増やすことも、健康寿命※を延ばすことができることを知っていますか。(○は1つだけ)

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

※生活活動とは…身体活動（安静にしている状態より多くのエネルギーを消費する全ての動作のこと）のうち、日常生活における労働、家事・通勤・通学など。（例：買い物・洗濯物をすすなどの家事、犬の散歩・子どもと屋外で遊ぶなどの生活上の活動、通勤・営業などの外回り・階段昇降・荷物運搬・農作業・漁業活動などの仕事上の活動など）

※健康寿命とは…介護を受けたり、病気で寝たきりになったりせず、元気に過ごせる期間のこと。

問 32 あなたは、普段の睡眠で休養が十分とれていると思いますか。(○は1つだけ)

- | | |
|--------------|---------------|
| 1. 十分とれている | 2. まあまあとれている |
| 3. あまりとれていない | 4. まったくとれていない |

問 33 あなたの1日の平均睡眠時間は何時間ですか。(小数点以下は四捨五入してください)

() 時間

問 34 最近、ストレスを感じますか。(○は1つだけ)

- | | |
|--------------|--------------|
| 1. とても感じている | 2. まあまあ感じている |
| 3. あまり感じていない | 4. 全く感じていない |
| 5. よくわからない | |

問 34で「1～3」に○をつけた方におたずねします

問 34-1 ストレスの原因は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

- | | | |
|--------------|-----------------------|----------|
| 1. 家族関係 | 2. 経済・生活状況（失業・倒産・借金等） | |
| 3. 人間関係 | 4. 勤務状況（仕事内容・勤務体制等） | |
| 5. 健康問題 | 6. 学校生活 | 7. 受験・進学 |
| 8. 就職 | 9. 子育て | 10. 介護 |
| 11. 将来に対する不安 | 12. 日常生活における不安 | 13. 男女問題 |
| 14. 孤独・孤立 | 15. その他（ ） | |

問 35 あなたは、自分でストレスを解消するためにしていることはありますか。

(あてはまるものすべてに○)

- | | | |
|-------------|----------------|----------------|
| 1. 散歩や運動をする | 2. 趣味や好きなことをする | 3. 友達や家族と話す |
| 4. ゆっくり入浴する | 5. 何もせずのんびりする | 6. 好きなものを食べる |
| 7. よくお酒を飲む | 8. ギャンブルをする | 9. SNSを見る・発信する |
| 10. その他（ ） | 11. 特にない | |

問 36 悩みがある時に、誰かに相談しますか。(○は1つだけ)

- | | |
|-------------|-------------|
| 1. 誰かに相談する | → 【問 36-2】へ |
| 2. 誰にも相談しない | |
| 3. その他（ ） | |

問 36で「1. 誰かに相談する」に○をつけた方におたずねします

問 36-1 それは誰ですか。(あてはまるものすべてに○)

- | | | |
|------------------|----------------|---------|
| 1. 配偶者 | 2. 両親 | 3. 兄弟姉妹 |
| 4. 子ども | 5. 友達 | 6. 民生委員 |
| 7. 職場の人 | 8. 市役所の窓口や相談機関 | 9. 医療機関 |
| 10. インターネットなどで相談 | 11. その他（ ） | |

問36で「2. 誰にも相談しない」に○をつけた方におたずねします

問36-2 相談しない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

1. 悩みを話すことに抵抗がある

2. 時間の都合がつかない

3. 相談する人がいない

4. 誰に、どこに相談したらよいかわからない

5. 過去に相談して嫌な思いをしたことがある

6. 相談をしても根本的な問題の解決にならない

7. その他 ()

問37 精神的ストレス、悩みで困った時の相談先等として、あなたが知っているものは何ですか。(あてはまるものすべてに○)

1. 保健センター

2. 障がい者相談支援事業所

3. かかりつけ医

4. 芦屋健康福祉事務所(保健所)

5. 精神保健福祉センター

6. 精神科の医療機関

7. 断酒会などの自助グループ

8. 高齢者生活支援センター

9. 市役所の窓口

10. いのちの電話

11. SNSによる相談

12. その他 ()

13. 知らない

問38～41は20歳以上の方におたずねします

《たばこについて》

問38 あなたは、たばこを吸いますか。(○は1つだけ)

1. 紙巻たばこを吸っている

2. 加熱式たばこを吸っている

3. 紙巻たばこも加熱式たばこの両方を吸っている

4. 以前は吸っていたが今は吸っていない

5. 以前から吸っていない

→【問39】へ

問38で「1. 紙巻たばこを吸っている」「2. 加熱式たばこを吸っている」「3. 紙巻たばこも加熱式たばこの両方を吸っている」に○をつけた方におたずねします

問38-1 あなたは、たばこをやめたいと思いますか。(○は1つだけ)

1. やめたいと思っている

2. やめたくないが本数を減らしたい

3. やめるつもりはない

4. どちらともいえない

問39 あなたは、「副流煙」※が及ぼす健康影響について知っていますか。(○は1つだけ)

1. 知っている

2. 知らない

※「副流煙」とは…喫煙者が直接吸い込む「主流煙」に対して、火のついた部分から立ち上る煙煙を「副流煙」と呼びます。煙に含まれる200種以上の有害物質(ニコチン、タール、一酸化炭素など)の含有量は、主流煙より副流煙の方が多く分かっています。また、主流煙は酸性ですが、副流煙はアルカリ性で、目や鼻の粘膜をより刺激します。

問40 あなたは、下記のうち、喫煙が影響すると知っていることはありますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 肺がん

2. ぜんそく

3. 気管支炎

4. 心臓病

5. 脳卒中

6. 胃潰瘍

7. 妊娠に関連した異常

8. 歯周病

9. 咽頭がん

10. 口腔がん

11. 肺気腫

10

11

《アルコールについて》

問41 あなたは、日本酒やビールなどのアルコール類をどのくらいの頻度で飲んでいますか。(○は1つだけ)

1. 毎日飲む

2. 週4～6日飲む

3. 週1～3日飲む

4. 月1～3日飲む

5. ほとんど飲まない

6. 飲まない、飲めない

→【問42】へ

問41で「1. 毎日飲む」「2. 週4～6日飲む」「3. 週1～3日飲む」「4. 月1～3日飲む」に○をつけた方におたずねします

問41-1 あなたが1回に飲むお酒の量は、日本酒に換算してどのくらいですか。(○は1つだけ)

1. 1合(180ml)未満

2. 1～2合未満

3. 2～3合未満

4. 3～4合未満

5. 4～5合未満

6. 5合以上

※以下を参考にしてお答えください。
○ビール.....中びん1本(500ml)＝日本酒1合(180ml)
○ウイスキー.....ダブル1杯(60ml)＝日本酒1合
○焼酎(25度).....1合＝日本酒1.5合
○ワイン.....グラス1杯(120ml)＝日本酒0.5合

問42 現在、食事をする時、何でも噛める状態ですか。(○は1つだけ)

1. 噛めている

2. 噛めていない

問43 現在、ご自分の歯は何本*ありますか。(○は1つだけ)

1. 24本以上

2. 20～23本

3. 11～19本

4. 0～10本

※親知らずを除くと、最大28本です。
金属などを詰めただけの歯や、歯の上にかぶせてある差し歯も含まれます。
入れ歯、ブリッジの部分で、歯の根がない部分や、インプラントは含まれません。
インプラント...人工的な骨を歯に埋め込んだ歯　ブリッジ...抜けた歯の両側の歯をつなげた歯

問44 歯と口の健康のため、普段気を付けていることは何ですか。(あてはまるものすべてに○)

1. 食後に歯磨きや口をすすぐことを心がけている

2. 歯間ブラシや糸ようじなどの清掃補助具を使っている

3. フッ素(フッ化物)入りの歯みがき剤を使用する

4. 食後にキシリトール配合のガムを摂取している

5. 定期的(年に1回以上)に歯の健診を受けている

6. 甘い食べ物・飲み物をできる限り減らし、摂取後は口腔清掃をしている。

7. よく噛んで(ひとくち15回以上)食べるように心がけている*

8. その他 ()

9. 特に気を付けていない

※噛む効果は、唾液の分泌が促進、脳への刺激、口の周りの筋肉が鍛えられます。

11

11

181

問 45 口腔機能※を維持・向上する方法について、あなたが知っていることはどれですか。
(あてはまるものすべてに○)

1. 歯みがき	2. 舌みがき	3. 口の体操
4. 舌の体操	5. 唾液腺のマッサージ	6. 知らない
7. その他 ()		

※「口腔機能」とは…「飲み込む(咀嚼:そしゃく)」、「飲み込む(嚥下:えんげ)」、「唾液を分泌する」、「言葉を発する(発音)」、「表情をあらわす」などの働きのことです。

《健康状態や健診について》

問 46 次のうち、どんな病気や予防法に関心がありますか。
(○は最もあてはまるもの5つまで)

1. 糖尿病	2. 脂質異常症 (高脂血症)
3. 高血圧症	4. 心筋こうそく、狭心症
5. 脳卒中 (脳こうそくなどの脳血管疾患)	6. がん (悪性しゅよう)
7. 肝炎、肝硬変	8. 更年期障害
9. 骨粗しょう症	10. 歯や歯ぐきの病気 (歯周病など)
11. 寝たきり	12. 認知症
13. 心の病気 (うつ病など)	14. 結核
15. HIV感染症 (エイズ)	16. CKD (慢性腎臓病)
17. COPD (慢性閉塞性肺疾患)	18. フレイル
19. その他 ()	

問 47 あなたは、「フレイル」※を知っていますか。(○は1つだけ)

1. 言葉も意味も知っている	2. 言葉は知っているが意味は知らない
3. 言葉も意味も知らない	

※「フレイル」とは…加齢とともに心身の活力(筋力や認知機能など)が低下している状態です。早めにより適切な対策に取り組むことで、予防・改善することができます。

問 48 あなたは、「COPD (慢性閉塞性肺疾患) ※」という病気を知っていますか。
(○は1つだけ)

1. 言葉も意味も知っている	2. 言葉は知っているが意味は知らない
3. 言葉も意味も知らない	

※「COPD (慢性閉塞性肺疾患)」とは…喫煙などが原因で、気管支や肺に慢性的な炎症が起こり空気の出し入れが障害される病気です。肺の生活習慣病とも呼ばれます。

問 49 あなたは、定期的に(1年に1回程度)に次の健(検)診等を受診していますか。また、受診状況の「1. 定期的に受けている」「2. 2年に1回程度受けている」と回答した方はどこで受診しましたか。

(健(検)診等①～⑥の受診状況、実施場所等それぞれに○は1つだけ)

健診(検診)名	受診状況	実施場所等
①健康診断 (特定健診・職場・学校での健診・後期高齢者健診)	1. 定期的に受けている 2. 2年に1回程度受けている 3. 直近の3年間は受けたことがない 4. 受けていない	1. 市保健センター 2. 医療機関 3. 職場・学校 4. その他
②人間ドック	1. 定期的に受けている 2. 2年に1回程度受けている 3. 直近の3年間は受けたことがない 4. 受けていない	1. 市保健センター (健康チェック) 2. 市立戸屋病院 3. その他
③胃がん検診	1. 定期的に受けている 2. 2年に1回程度受けている 3. 直近の3年間は受けたことがない 4. 受けていない	1. 市保健センター 2. 人間ドック (市保健センターでの健康チェックを含む) 3. 職場が実施している検診 4. 医療機関 (保険診療や全額自費での受診等を含む)
④肝・膵ウイルス検診	1. 受けた 2. 受けていない	1. 市保健センター 2. 医療機関 (保険診療や全額自費での受診等を含む) 3. 人間ドック (市保健センターでの健康チェックを含む) 4. 職場が実施している検診
⑤肺がん検診 (結核検診含む)	1. 定期的に受けている 2. 2年に1回程度受けている 3. 直近の3年間は受けたことがない 4. 受けていない	1. 市保健センター 2. 医療機関 (保険診療や全額自費での受診等を含む) 3. 人間ドック (市保健センターでの健康チェックを含む) 4. 職場が実施している検診
⑥大腸がん検診	1. 定期的に受けている 2. 2年に1回程度受けている 3. 直近の3年間は受けたことがない 4. 受けていない	1. 市保健センター 2. 医療機関 (保険診療や全額自費での受診等を含む) 3. 人間ドック (市保健センターでの健康チェックを含む) 4. 職場が実施している検診

健診（検診）名	受診状況	実施場所等
⑦骨（骨粗しょう症）検診	1. 定期的に受けている 2. 2年に1回程度受けている 3. 直近の3年間は受けたことがない 4. 受けていない	1. 市保健センター 2. 医療機関 3. 人間ドック 4. 職場が実施している検診
⑧歯科健診	1. 定期的に受けている 2. 2年に1回程度受けている 3. 直近の3年間は受けたことがない 4. 受けていない	1. 市歯科センター 2. 医療機関 3. 職場・学校 4. その他

男性にお聞きします。

健診（検診）名	受診状況	実施場所等
⑨前立腺がん検診	1. 定期的に受けている 2. 2年に1回程度受けている 3. 直近の3年間は受けたことがない 4. 受けていない	1. 市保健センター 2. 医療機関 （保険診療や全額自費での受診等を含む） 3. 人間ドック （市保健センターでの健康チェックを含む） 4. 職場が実施している検診

女性にお聞きします。

定期的（2年に1回）に次の検診等を受診していますか。

健診（検診）名	受診状況	実施場所等
⑩子宮頸がん検診	1. 定期的に受けている 2. 直近3年間受けたことがない 3. 受けていない	1. 医療機関 （保険診療や全額自費での受診等を含む） 2. 人間ドック 3. 職場が実施している検診
⑪乳がん検診	1. 定期的に受けている 2. 直近3年間受けたことがない 3. 受けていない	1. 市保健センター 2. 医療機関 （保険診療や全額自費での受診等を含む） 3. 人間ドック 4. 職場が実施している検診

問49のそれぞれの健（検）診で「1.定期的に受けている」「2.2年に1回程度受けている」に○をつけた方におたずねします

問49-1 健（検）診を受けた後、どのような行動をとりましたか。

（あてはまるものすべてに○）

1. 医療機関を受診	2. 保健センターに相談	3. 食生活の見直し
4. 運動習慣の見直し	5. 飲酒習慣の見直し	6. 喫煙習慣の見直し
7. その他	8. 何も取り組んでいない	

問50 あなたは、どのような条件が整えば健（検）診が受けやすいですか。

（あてはまるものすべてに○）

1. 無料	2. 土日実施
3. 夜間実施	4. 同じ日に複数の健（検）診が受けられる
5. 予約不要	6. レディースデーがある
7. 託児がある	8. その他（ ）

問51 あなたは、食育や健康づくりに関する知識や情報を主にどのようなところから得ていますか。（あてはまるものすべてに○）

1. 家族や友人	2. 新聞
3. 雑誌	4. 専門書
5. テレビ	6. インターネット
7. SNS（LINE、Facebook、Instagram、Twitter等）	
8. 医師・歯科医師・薬剤師	10. 広報あしや
9. 行政機関の相談窓口や情報コーナー	12. 市のホームページ
11. 市の広報番組（あしやトライあんぐる）	
13. 市からの個別通知	
14. 市民活動団体（栄養士会やいずみ会など）	
15. その他（ ）	
16. 特になし	

問52 芦屋市で、健康づくりを推進していく上で重要なことは何だと思えますか。

（あてはまるものすべてに○）

1. 公園・歩道など都市整備
2. 健康づくりに関するグループ・サークルの活性化
3. 健康づくりに関する情報提供
4. 地域における健康づくり活動
5. 健康づくりに関する学習の機会・教室
6. 健康診室やがん検診の充実
7. 生活習慣病予防に向けた支援
8. 健康に関するイベントやフェスティバル
9. 健康づくりに関する地域の指導的人材の育成
10. 子どもの健康づくり
11. 働き盛りの世代の健康づくり
12. 高齢者の健康づくり
13. 自然と健康になる仕組みづくり
14. その他（ ）

新型コロナウイルス感染症による生活等の変化について

問53 新型コロナウイルス感染症の感染拡大前後における、あなたの生活の変化を教えてください。(あてはまるものに○)

① 運動量	1. 増えた	2. 変わらない	3. 減った	4. もともとない
② 外出頻度	1. 増えた	2. 変わらない	3. 減った	4. もともとない
③ 飲酒量	1. 増えた	2. 変わらない	3. 減った	4. もともとない
④ たばこの量	1. 増えた	2. 変わらない	3. 減った	4. もともとない
⑤ 歯科医院の定期受診の回数	1. 増えた	2. 変わらない	3. 減った	4. もともとない
⑥ 病院の定期受診の回数	1. 増えた	2. 変わらない	3. 減った	4. もともとない
⑦ 健康診断やがん検診の受診機会	1. 増えた	2. 変わらない	3. 減った	4. もともとない
⑧ 家族とのコミュニケーション	1. 増えた	2. 変わらない	3. 減った	4. もともとない
⑨ 友人・知人とのコミュニケーション	1. 増えた	2. 変わらない	3. 減った	4. もともとない
⑩ インターネットの使用頻度	1. 増えた	2. 変わらない	3. 減った	4. もともとない
⑪ 食事内容	1. 良くなった	2. 変わらない	3. 悪くなった	
⑫ 睡眠の質	1. 良くなった	2. 変わらない	3. 悪くなった	
⑬ 自分の体への関心	1. 増えた	2. 変わらない	3. 減った	4. もともとない
⑭ 気分の落ち込み	1. 増えた	2. 変わらない	3. 減った	4. もともとない
⑮ 新たな趣味や楽しみ	1. 増えた	2. 変わらない	3. 減った	4. もともとない
⑯ 経済的な苦しみ	1. 増えた	2. 変わらない	3. 減った	4. もともとない
⑰ 働き方 (シフトなど)	1. 良くなった	2. 変わらない	3. 悪くなった	
⑱ 上記以外の変化があった場合は、ご記入ください。(自由記載)				

自殺予防対策について

これから自殺予防対策についてお聞きします。
アンケートにお答えになる中で、「相談したい、話を聞いてほしい」ことがありますら、下記までお電話くださいませう、お願いいたします。



このころの健康相談統一ダイヤル 0570-064-556
原簿が備付ページ

問 54 本気で自殺したいと考えたことがありますか。(○は1つだけ)

1. 増え回数

2. 一度だけ

3. ない

4. 答えたくない

問 54で「1. 増え回数」「2. 一度だけ」に○をつけた方におたずねします
問 54-1 あなたが自殺したいと考えた原因はなんですか。(あてはまるものすべてに○)

1. 家族関係の不和

2. 家族からの虐待・暴力

3. 子育ての悩み

4. 看護・介護疲れ

5. 両親の離婚

6. 孤独・孤立

7. 失職

8. 失恋

9. 孤独・孤立

10. ひきこもり

11. アルコール依存

12. ギャンブル依存

13. 薬物依存

14. その他の依存 (買い物など)

15. 病弱 (身体疾患)・障害

16. 精神疾患 (うつ病など)

17. 精神疾患 (その他)

18. 家族等の病弱・依存症・精神疾患など

19. 生活苦

20. 負債 (多重債務、連帯保証人、ローンなど)

21. 事業不振・倒産・失業

22. 災害 (被災)

23. 労働環境の悪さ (長時間労働・賃金不払いなど)

24. 職場環境の変化 (配置転換、降格など)

25. 職場や学校での人間関係の不和

26. 職場や学校でのいじめ

27. 進路・進学に関する悩み

28. インターネット (SNS など) 上での誹謗中傷

29. 漠然とした将来の不安

30. 答えたくない (無回答)

31. その他 ()

問 54-2 実際に試みたことがありますか。(○は1つだけ)

1. 増え回数

2. 一度だけ

3. ない

4. 答えたくない

問55 「自殺予防週間」^{※1}、「自殺対策強化月間」^{※2}、「こころの体温計」^{※3}それぞれについてあてはまるものを、1つずつ選んで○をつけてください。

(○はそれぞれ1つだけ)

①自殺予防週間	1.知っている	2.知らない	3.聞いたことはある
②自殺対策強化月間	1.知っている	2.知らない	3.聞いたことはある
③こころの体温計	1.知っている 使ったことがある	2.知っているが 使ったことがない	3.知らない 4.聞いたことはある

※ 1 自校予防週間とは、毎年9月10日から16日まで、国、県、市町村が連携した啓発事業等を通じて、自校や精神保健所についての正しい知識を知っていただき、これに対する関心を高めていくことで、自殺や精神障害についての正しい知識を知っていただき、また危機に気づいたときの対応方法等についても、命の大切さや自殺の危険を示すサイン、また危機に気づいたときの対応方法等について理解を深めていただくことを目的としたものです。

※2 自殺対策強化月間とは、毎年、月別自殺者の多い3月に、国、県、市町村、関係機関・団体が連携し、自殺予防のための取組を行うものです。

※3 ころの体温計とは、ご本人や家族のころの健康状態をインターネットで

最近なんだから疲れている、気分が落ち込む、といったことや、家族の様子に気になる、といったことはありませんか？ご自身や家族のこころの健康に気になる方は今すぐチェックしてみましょう。



このころの体温言

問56 あなたが自殺予防対策として効果的だと思うものですか。(〇は3つまで)

1. 相談窓口の強化
2. 暮らしやそこなどの総合的な相談会の実施
3. 身近な場所（地元市町村）での相談しやすい体制整備
4. 多重債務者・失業者の相談窓口の周知
5. インターネット（SNS、チャット等）相談の体制整備
6. いじめ電話相談等の窓口の充実
7. 学校における相談体制の充実（スクールカウンセラーの配置など）
8. 小・中・高校生及び大学生等に対する自殺予防教育
9. 宗教職員に対する普及啓蒙（研修会・マニュアルなど）
10. 「ゲートキーパー[※]」の要請
11. 家族等身近な人の見守りに対する支援
12. 職場におけるメンタルヘルス対策
13. うつ病等についての普及啓蒙（パンフレット、相談窓口の周知など）
14. 受診体制整備
15. インターネット等での自殺予防関連情報の提供
16. 駅のホームドア・ホーム柵の整備
17. 生活困窮者に対する支援
18. その他（

※「ゲートキーパー」とは…自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る）を図ることができる人のこと。

芦屋市保健センターについて

問57 あなたは、芦屋市保健センターの事業を利用したことがありますか。(○は1つだけ)

1. 利用したことがある
2. 利用したことはないが、事業を知っている
3. 利用したこともないし、事業も知らない

問57で「1. 利用したことがある」に○をつけた方におたずねします

問57-1 どの事業を利用しましたか。(あてはまるものすべてに○)

1. 乳幼児健診
2. 健康診断（特定健診等）
3. 検診（各種がん検診、骨検診等）
4. アレルギー教室・健診
5. 母子の教室・講座
6. 成人の教室・講座
7. 母子の相談
8. 成人の相談
9. 歯の無料相談・健診
10. ロビーでの身体計測
11. ヘルスアップ事業（健康ポイント）
12. その他（ ）

問58 最後に、健康づくりや食に関しましてご意見がございましたら、ご自由にお書きください。

[illegible]

以上でアンケートは終わります。ご協力ありがとうございました。

2 母子保健計画に関するアンケート調査

芦屋市の母子保健計画に関するアンケート調査票

～芦屋市で子育て中の方へ、調査ご協力をお願い～

皆様には、日頃より市政の推進についてご理解とご協力をいただき、厚くお礼申し上げます。市民のみなさまの子育ての状況やお考えなどをお聞かせいただき、今後の保健衛生施策に反映させていきたいと考えています。お忙しいところ誠に恐縮ではございますが、この調査の趣旨をご理解いただき、調査にご協力くださいますようお願い申し上げます。

令和4年11月
芦屋市

ご回答にあたってのお願い

口このアンケートは、17～20設問あり（設問はお子さんの年齢により異なります）、すべて回答していただくと、おおむね10分程度で回答いただくことができます。

口回答は、あてはまる番号を○で囲んでください。その他回答については、（ ）内に内容を具体的に回答してください。

口特にことわりのない限り、全ての質問にお答えください。該当者だけにお答えいただく質問もありますが、その場合は、質問の説明に従ってお答えください。

口インターネットを利用してパソコンやスマートフォン等からも回答できます。

右のQRコードを読み込むか、下記のURLにアクセスしてください。

<https://questant.jp/q/FOZSY9KS>

入力する際は、パスワードを入力してください。

（パスワード「****」）



口調査票は、インターネットを利用して回答していただくか、健康診査会場にご記入いただく。指定のボックスに入れてください。インターネットを利用して回答していただく場合は、調査票の提出は不要です。

口この調査は無記名であり、皆様の回答すべて統計的に処理し本調査の目的以外には使用いたしませんので、思いのままをお答えいただけますようお願い申し上げます。

口アンケートに関してご不明な点がございましたら、下記までお問い合わせください。

【問合せ先】

芦屋市こども・健康部健康課

担当：山田、綱田

電話：0797-31-1586 FAX：0797-31-1018

【ご記入にあたって】

このアンケートで「お子さん」というのは、今回、4か月児健康診査／1歳6か月児健康診査／3歳児健康診査を受けられるお子さんのことを指します。また、「母」「父」とは「お子さん」の母親、父親であることを指します。

問1 あなたの性別を教えてください。（○は1つだけ）

1. 男性 2. 女性 3. その他

問2 あなたの年齢を教えてください。（○は1つだけ）

1. 10歳代 4. 40歳代
2. 20歳代 5. 50歳代
3. 30歳代 6. 60歳以上

問3 あなたとお子さんの関係を教えてください。（○は1つだけ）

1. 父 3. 祖父
2. 母 4. 祖母

問4 お子さんの性別を教えてください。（○は1つだけ）

1. 男性 2. 女性

問5 お子さんの年齢を教えてください。（○は1つだけ）

1. 4か月前後 2. 1歳代 3. 3歳代

問6 お子さんの出生順位を教えてください。（口の中に記入ください）

第 子

【子育ての状況についてお聞かせください】

問7 妊娠中の悩みや不安はありましたか。（○は3つまで）

1. お腹の中の赤ちゃんのこと 6. 産後の育児のこと
2. 出産のこと 7. 経済的なこと
3. 妊娠中の自分のからだや健康のこと 8. 仕事のこと
4. 妊娠中の過ごし方、生活のこと 9. その他（ ）
5. 産後の自分のからだや健康のこと 10. 特に心配はなかった

問8 妊娠・出産についての悩みや不安について、誰に、またはどこに相談しましたか。
(○は3つまで)

1. 配偶者・パートナー (お子さんの父や母)	8. 保健師
2. あなたの父母 (お子さんの祖父母)	9. 助産師
3. 配偶者・パートナーの父母 (お子さんの祖父母)	10. 子育て世代包括支援センター
4. 兄弟姉妹	11. 民間の相談機関
5. 友人・知人	12. インターネットの相談サイト
6. 地域の子育て仲間	13. その他 ()
7. かかりつけ医	14. 相談できる先がなかった
	15. 悩みや不安は持てなかった

問9 産後1か月までの時期にあなたが協力してくれましたか。(○は3つまで)

1. 配偶者・パートナー (お子さんの父や母)	7. かかりつけ医
2. あなたの父母 (お子さんの祖父母)	8. 保健師
3. 配偶者・パートナーの父母 (お子さんの祖父母)	9. 助産師
4. 兄弟姉妹	10. 民間ヘルパー等
5. 友人・知人	11. その他 ()
6. 地域の子育て仲間	12. 協力者がいなかった

問10 妊娠中から産後1年くらいの間に、気分が沈んだり、涙もろくなったり、何もする
気になれなかったりした時期がありましたか。(○は1つだけ)

1. 妊娠中にあった
2. 出産～産後3か月くらいにあった
3. 産後1年くらいまであった
4. 現在も続いている
5. 特になかった

→問10-1 問10で「5. 特になかった」以外を選ばれた方におたずねします。

その時、どう対応しましたか。(○は1つだけ)

1. 自分で気持ちを落ち着かせる
2. 誰かに話を聞いてもらう
3. 何もせず、時間とともに落ち着くのを待つ
4. 専門機関等に相談する
5. 誰にも相談できず、何ちできないうる
6. その他 ()

問11 妊娠中や産後1年くらいの間に、どのようなサービスや支援があったら良かったと
思いますか。(○は3つまで)

1. 赤ちゃんのお世話のサポート (沐浴・授乳・おむつ交換等)
2. 家庭内での子供の居寄り
3. 託児
4. 上の子の世話、園への送迎
5. 家事のサポート (掃除、部屋の片付け、洗濯、買い物、調理等)
6. 専門職 (保健師・助産師等) による訪問
7. 専門職 (保健師・助産師等) による個別相談
8. 地域の人の見守り
9. 親同士の交流
10. その他 ()

問12 これまでの育児期間で悩みや不安が大きかったのは、お子さんの年齢がいくつの頃
ですか。(○は3つまで)

1. 1か月未満	4. 1歳代
2. 1か月～4か月	5. 2歳代
3. 5か月～1歳未満	6. 3歳～4歳
	7. 特になかった

→問12-1 問12で「7.」以外を選ばれた方におたずねします。

不安や悩みはどんなことでしたか。(○は3つまで)

1. 子どもの养育や発達のこと	5. 経済的なこと
2. 育児のこと	6. 仕事のこと
3. 産後の自分からだらや健康のこと	7. その他 ()
4. 育児の協力者のこと	

問13 あなたが市の子育て支援政策について、必要と思うことは何ですか。(○は3つまで)

1. 妊娠や出産に關して気軽に相談できる場所づくり
2. 妊娠や出産に關して情報が手軽に得られるような環境整備
3. 妊娠や出産に關する学習機会の提供
4. 妊娠や出産など、同じような立場の人と悩みを共有できるような場所づくり
5. 出産後、育児や家事を手伝ってくれるサービスの提供
6. 予防接種や感染症の対策
7. 子どもの健康や発達について相談でき、関わり方を教えてくれる場所づくり
8. 歯や口の健康について、相談や学習できる場所づくり
9. その他 ()

問14 新型コロナウイルス感染症の感染拡大において、妊娠・出産・育児にどのような影響がありましたか。(〇は3つまで)

1. 妊娠時期を変更した	10. 育児のストレスが増えた
2. 妊娠中の不安が強かった	11. 子供と過ごす時間が増えた
3. 出産時の不安が強かった	12. ゆったりとした気持ちで育児ができた
4. 産後の不安が強かった	13. オンライン等の講座に参加できた
5. 人との交流が持てなかった	14. インターネット等での情報をとるようになった
6. 孤独を感じた	15. 感染症に罹りにくくなった
7. 遊び場に参加しづらかった	16. その他 ()
8. 遊びの経験が不足した	17. 特になし
9. 育児の相談がしにくかった	

問15 母子保健に関してご意見がございましたら、ご自由にご回答ください。

【お子さんの食育についてお聞かせください】

4か月児健康診査に来所された方 → 問16・問17へ 1歳6か月児健康診査に来所された方 → 問18～問22へ 3歳児健康診査に来所された方 → 問23へ

<問16・問17は4か月児健康診査に来所された方におたずねします>

問16 離乳食をはじめるときに、参考にしようにと思う情報源を教えてください。(〇は3つまで)

1. インターネットからの情報 (まともサイト、ブログ、YouTube等) 2. SNS (Facebook/Instagram/Twitter/LINE等) からの情報 3. 保健センターからの情報 (乳幼児健診や市の事業で配布された育児BOOK等/市ホームページ) 4. 子育て世代包括支援センター 5. 友人・仲間 6. 家族・親族 7. 病院・診療所・助産所 8. 保育園・こども園・幼稚園等 9. 育児本・育児雑誌 10. テレビ 11. 民間サービス (育児教室等) からの情報 12. その他 ()

問17 離乳食に関する食育講座への参加を希望しますか。(〇は1つだけ)

1. はい 2. いいえ

→問17-1 問17で「1」を選ばれた方にお尋ねします。
実施方法で希望するものはなんですか。(〇は1つだけ)

1. 対面講座 2. オンライン講座 3. 対面・オンラインどちらでもよい

<問18～問22は1歳6か月児健康診査に来所された方におたずねします>

問18 離乳食は5、6か月ごろにはじめましたか。(〇は1つだけ)

1. はい 2. いいえ

→問18-1 問18で「2. いいえ」を選ばれた方におたずねします。

それはなぜですか。(〇は3つまで)

1. 開始に不安があったから 2. 面倒だったから 3. 医師からの指示があったから 4. 開始時期を知らなかったから 5. 特に理由はない 6. その他 ()
--

問19 離乳食を進めるにあたり、参考にした情報源を教えてください。(〇は3つまで)

1. インターネットからの情報 (まともサイト、ブログ、YouTube等) 2. SNS (Facebook/Instagram/Twitter/LINE等) からの情報 3. 保健センターからの情報 (乳幼児健診や市の事業で配布された育児BOOK等/市ホームページ) 4. 子育て世代包括支援センター 5. 友人・仲間 6. 家族・親族 7. 病院・診療所・助産所 8. 保育園・こども園・幼稚園等 9. 育児本・育児雑誌 10. テレビ 11. 民間サービス (育児教室等) からの情報 12. その他 ()

問20 現在、お子さんの食事について困っていることを教えてください。(○は3つまで)

1. 食べるのに時間がかかる
2. 偏食する
3. ぐら食い
4. 遊び食べをする
5. 食事より甘い飲み物やお菓子を欲しがる
6. 小食
7. 早食い、よく噛まない
8. 食べ物を口にためる
9. 食べること（食べ物）に関心がない
10. 食べ過ぎる
11. 食べ物を口から出す
12. その他（
13. 特に困っていることはない

問21 離乳食の完了時期はいつごろでしたか。(○は1つだけ)

1. 10か月未満	5. 16～18か月
2. 10～11か月	6. 19か月以降
3. 12か月	7. 不詳
4. 13～15か月	8. 完了していない

問22 お子さんに關する食育講座に興味がありますか。(○は1つだけ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

→問22-1 問22で「1.」を選ばれた方におたずねします。

実施方法で希望する形式はなんですか。(○は1つだけ)

1. 対面講座
2. オンライン講座
3. 対面・オンラインどちらでもよい

＜問23は3歳児健康診査に来所された方におたずねします＞

問23 現在、お子さんの食事について困っていることを教えてください。(○は3つまで)

1. 食べるのに時間がかかる
2. 偏食する
3. ぐら食い
4. 遊び食べをする
5. 食事より甘い飲み物やお菓子を欲しがる
6. 小食
7. 早食い、よく噛まない
8. 食べ物を口にためる
9. 食べること（食べ物）に関心がない
10. 食べ過ぎる
11. 食べ物を口から出す
12. その他（
13. 特に困っていることはない

問24 食育に關してご意見がございましたら、ご自由にご回答ください。

以上でアンケートは終了です。 ご協力ありがとうございました。

「第4次芦屋市健康増進・食育推進計画」
策定に係るアンケート調査結果報告書
令和5年3月

発行：こども・健康部 健康課
〒659-0051 芦屋市呉川町14番9号
電 話：(0797)31-1586