

芦屋市の健康づくりと食育についてご意見をお聞かせください

～ 調査ご協力のお願い～

この調査は、皆様の健康づくりや食育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、20歳以上の方の中から無作為に選ばせていただいた3,000人の方を対象に送付させていただきます。

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。

さて、近年のがん、虚血性心疾患、脳血管疾患、糖尿病等の生活習慣病の増加を受け、全国的にも生活習慣病予防のための健康づくり運動が推進されています。芦屋市においても、平成21年7月に「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、この計画の期間が平成24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、調査票にご記入の上、同封の返送用封筒にて5月28日(月)までにご投函いただきますよう、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

平成24年5月

芦屋市

ご記入にあたってのお願い

あて名のご本人がご記入ください。

ご本人が記入できない場合は、ご家族等がご本人の考えや思いを代理でご記入ください。

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記入してください。

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。

この調査は無記名であり、皆様の回答は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。

芦屋市保健福祉部健康課 担当：瀬戸山，田中

電話：0797-31-1586

FAX：0797-31-1018

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 |
|-------|-------|

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あたりますか。(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(_____) | |

食について

《食生活について》

問8 あなたは、食生活に関心がありますか。(は1つだけ)

- | | |
|-------------|------------------|
| 1. 非常に関心がある | 2. どちらかといえば関心がある |
| 3. あまり関心がない | 4. まったく関心がない |

問9 あなたの食生活で気になっていることはありますか。

(あてはまるものすべてに)

- | | | |
|--------------------|-------------|---------------|
| 1. 栄養バランスの偏り | 2. 野菜不足 | 3. 塩分の摂り過ぎ |
| 4. 脂肪の摂り過ぎ | 5. 食べ過ぎ | 6. 病気による食事の制限 |
| 7. 欠食 | 8. 不規則な食事時間 | |
| 9. 外食や市販弁当、惣菜などの利用 | 10. 食品成分の表示 | |
| 11. 食の安全 | 12. 食費 | |
| 13. その他 () | 14. 特にない | |

問10 あなたは、今後、健康増進のために食生活をどのようにしたいと思いますか。

(は1つだけ)

- | | |
|--------------|-------------|
| 1. いまより改善したい | 2. いまのままでよい |
| 3. 特に考えていない | 4. その他 () |

問11 あなたは、朝食を食べていますか。(は1つだけ)

- | | | |
|--------------|--------------|--------|
| 1. 毎日食べる | 2. 週4～6日は食べる | 【問12】へ |
| 3. 週2～3日は食べる | 4. まったく食べない | |

問11-1 (問11で「1. 毎日食べる」「2. 週4～6日は食べる」「3. 週2～3日は食べる」に つけた方におたずねします)

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) | 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 12 あなたは、自分に適した食事内容や量を考えた食事ができていますか。
(は1つだけ)

- | | | |
|-------|--------|----------|
| 1. はい | 2. いいえ | 3. わからない |
|-------|--------|----------|

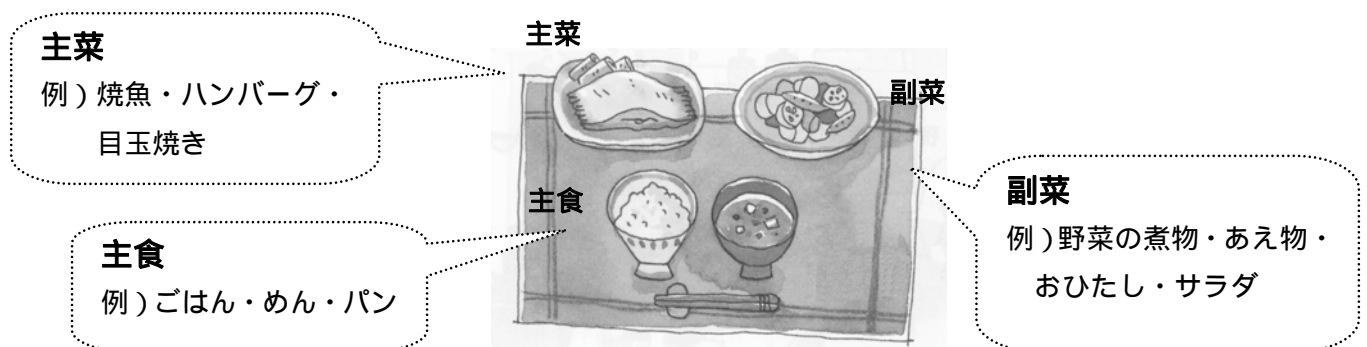
問 13 あなたは、1日に2回以上、主食・主菜・副菜の3つをそろえて食べることは、週に何日ありますか。(は1つだけ)

- | | |
|--------------|--------------|
| 1. 毎日食べる | 2. 週4～6日は食べる |
| 3. 週2～3日は食べる | 4. 食べない |

「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 14 あなたは、野菜を一日に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 15 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. ほぼ毎日 | 2. 週3～4回 |
| 3. 週1回程度 | 4. ほとんど利用していない |

問 16 あなたは、外食をどのくらいの頻度で利用していますか。(は1つだけ)

- | | |
|------------|----------------|
| 1. ほぼ毎日 | 2. 週1～2回程度 |
| 3. 月1～2回程度 | 4. ほとんど利用していない |

問 17 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...

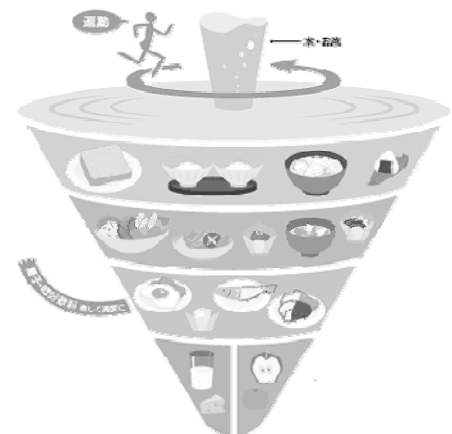
月	行事食の具体例
1月	おせち料理, お雑煮, 七草粥 (7日)
2月	いわしの塩焼き・豆まき (3日: 節分)
3月	ちらし寿司 (3日: 桃の節句)
5月	ちまき・柏餅 (5日: 端午の節句)
7, 8月	うなぎの蒲焼 (土用の丑の日)
10月	月見団子
12月	かぼちゃ (23日頃: 冬至), 年越そば (大晦日)

問 18 あなたは、「食事バランスガイド」を知っていますか。(は1つだけ)

- | |
|-------------------------------|
| 1. 内容まで知っている |
| 2. 内容はあまり知らないが、聞いたり見たりしたことがある |
| 3. はじめて聞いた |

「食事バランスガイド」とは...

1日に何をどれだけ食べたらよいかをイラストでわかりやすく示したものです。



問 19 あなたは、「食育」という言葉を知っていましたか。(は1つだけ)

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

「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じて「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ることとされています。

問 20 あなたは、「食育」に関心がありますか。(は1つだけ)

1. 非常に関心がある
2. どちらかといえば関心がある
3. あまり関心がない
4. まったく関心がない

問 21 あなたは、食品の安全性に関してどの程度知識を持っていると思いますか。
(は1つだけ)

「食の安全に関する知識」とは、次のようなものに関する知識とお考えください。

『食の安全に関する知識』の例

食品表示の見方について

消費期限や賞味期限・保存料などの食品添加物、遺伝子組換え食品、アレルギー物質など

食中毒の予防について

BSEについて

食品の放射能汚染について

その他

輸入食品の安全性、食品中の残留農薬、動物用医薬品等の安全性に関する知識など

1. 持っていると思う
2. ある程度持っていると思う
3. あまり持っていないと思う
4. まったく持っていないと思う

問 22 あなたは、家庭で災害時に備え、非常用食料などを備蓄していますか。(は1つだけ)

1. はい
2. いいえ

健康づくりについて

《健康全般について》

問 23 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 24 あなたは，日常生活において孤立感を感じていますか。() は1つだけ)

- | | | |
|-------------|----------|------------|
| 1. 強く感じる | 2. やや感じる | 3. あまり感じない |
| 4. まったく感じない | 5. わからない | |

《運動と休養について》

問 25 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 25-2】へ |

問 25-1 (問 25 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)

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 |
|---------|---------|

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 25-2 (問 25 で「5 . まったくしない」に をつけた方におたずねします)

運動をしない理由はどのようなことですか。(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. その他 (| |) |

問 26 あなたは、身体を動かすことや運動することが好きですか。(は1つだけ)

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

問 27 仕事以外で何か地域の活動に参加していますか。(は1つだけ)

- | | |
|--------------|-----------------|
| 1. 現在参加している | 2. 過去に参加したことがある |
| 3. 参加したことがない | |

問 28 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 29 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 30 あなたは、ストレスや悩みなどにうまく対処できていると思いますか。

(は1つだけ)

- | | |
|-------------------|------------------|
| 1. 十分できている | 2. どちらかというとできている |
| 3. どちらかというとできていない | 4. できていない |
| 5. どちらともいえない | |

問 31 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. その他 () | | 10. 特にない |

問 32 あなたは、悩んだりストレスを抱えた時に、身近でだれに相談しますか。
(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. 職場の上司 | 8. その他 () | 9. 相談する人がいない |

問 33 精神的ストレス、悩みで困った時の相談先として、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. 社会福祉協議会 | 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. その他 () | | 10. わからない |

《たばこについて》

問 34 あなたは、たばこを吸いますか。(は1つだけ)

- | | | |
|----------------------|---------------|---------|
| 1. 吸っている | | |
| 2. 以前は吸っていたが今は吸っていない | 3. 以前から吸っていない | 【問 35】へ |

問 34-1 (問 34 で「1. 吸っている」に をつけた方におたずねします)

あなたが一日に吸うたばこの量は平均何本ですか。

() 本

あなたは、たばこをやめたいと思ったことはありますか。(は1つだけ)

- | | |
|------------|--------------------|
| 1. やめたい | 2. やめたくないが本数を減らしたい |
| 3. 今のままでよい | 4. どちらともいえない |

問 35 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紫煙を「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いたことが分かっています。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 36 あなたは、下記の疾患のうち、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. 妊娠に関する異常 | 8. 歯周病 |
| 9. 喉頭がん | 10. 大腸がん |

《アルコールについて》

問 37 あなたは、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 | 【問 38】へ |
| 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 37-1 (問 37 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 つけた方におたずねします)

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合以下 | 2. 1～2合以下 |
| 3. 2～4合以下 | 4. 4合以上 |

以下を参考にしてお答えください。

- ビール・・・・・・・・・・・・・・・・大びん1本 = 日本酒1合
- ウイスキー・・・・・・・・・・ダブル1杯(60cc) = 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(120cc) = 日本酒0.5合

《歯の健康について》

問 38 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 |

問 39 あなたは，歯ブラシの他に歯間部清掃用具（糸ようじ，デンタルフロス，歯間ブラシなど）を使用していますか。(は1つだけ)

- | | |
|------------------|------------------|
| 1. ほぼ毎日使用している | 2. 1 週間に数回使用している |
| 3. 1 ヶ月に数回使用している | 4. 使用していない |

問 40 あなたは，定期的（1 年間に 1 回以上）に歯科健診を受けていますか。(は1つだけ)

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

問 41 お口と全身の健康について、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. 糖尿病だと歯周病にもかかりやすい |
| 2. 喫煙は歯周病にかかりやすくし，歯周病を悪化させる |
| 3. 歯周病菌が動脈硬化を促進することがある |
| 4. 妊婦が歯周病だと，早産や低体重児出産のリスクが高くなる |
| 5. 口が不潔になると， <small>こえんせい</small> 誤嚥性肺炎を引き起こしやすくなる |
| 6. その他 () |
| 7. 知らない |

《健康状態や健診について》

問 42 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 43 あなたの健康に最も影響を与えるものは何だと思えますか。(は3つまで)

- | | | | |
|------------|-------|---------|-----------|
| 1. 運動 | 2. 食事 | 3. 睡眠 | 4. 人間関係 |
| 5. 仕事 | 6. 恋愛 | 7. 自然環境 | 8. お金 |
| 9. その他 () | | | 10. わからない |

問 44 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。
上位 3 位までの番号を下の表にご記入ください。

1. 適度な運動をしている	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. 定期的に検（健）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（か）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者にかかっている
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

第1位		第2位		第3位	
-----	--	-----	--	-----	--

問 45 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）

(ア) かかりつけ医師	1. あ る	2. な い
(イ) かかりつけ歯科医師	1. あ る	2. な い
(ウ) かかりつけ薬局	1. あ る	2. な い

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. その他（

問 47 あなたは、「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」を知っていますか。
（ は 1 つだけ）

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

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た | 2. 言葉は知っているが意味は知らなかった |
| 3. 言葉も意味も知らなかった | |

問 49 あなたは、「特定健康診査・特定保健指導」を知っていますか。（ は1つだけ）

- | | |
|----------------|-----------------|
| 1. 内容はよく知っている | 2. だいたい内容を知っている |
| 3. 言葉は聞いたことがある | 4. 知らない |

問 50 あなたは、健康診査を定期的に受けていますか。（ は1つだけ）

- | | |
|------------------|------------------|
| 1. 必ず受けている | 2. 受けたり受けなかったりする |
| 3. 最近3年間受けたことがない | 4. 受けていない |
- 【問 50-2】へ

問 50-1（問 50 で「1. 必ず受けている」「2. 受けたり受けなかったりする」に つけた方におたずねします）

健診結果について何か説明を受けましたか。（ は1つだけ）

- | | |
|--------|---------------------|
| 1. 受けた | 2. 受けていない（理由 _____） |
|--------|---------------------|

健診後、生活習慣は変わりましたか。（ は1つだけ）

- | | | |
|---------|-----------|------------|
| 1. 変わった | 2. 少し変わった | 3. 変わらなかった |
|---------|-----------|------------|

定期的（1年に1回程度）に次の検診等を受診していますか。また、「1. 受けた」と回答した方はどこで受診しましたか。（受診状況、実施場所等の ~ それぞれに は1つ）

検診(健診)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・後期高齢者健康診査)	1. 受けた 2. 受けていない	1. 市保健センター 2. 市委託の医療機関 3. 職場・学校 4. その他
②人間ドック	1. 受けた 2. 受けていない	1. 市保健センター(健康チェック) 2. 市立芦屋病院 3. その他
③胃がん検診	1. 受けた 2. 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. その他医療機関(保険診療や全額自費での受診等)

検診(健診)名	受診状況	実施場所等
④ 肝炎ウイルス検診	1. 受けた 2. 受けていない	1. 市保健センター 2. 県・市委託の医療機関 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. その他医療機関(保険診療や全額自費での受診等)
⑤ 肺がん検診 (結核検診含む)	1. 受けた 2. 受けていない	1. 市保健センター 2. 市委託の医療機関 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. その他医療機関(保険診療や全額自費での受診等)
⑥ 大腸がん検診	1. 受けた 2. 受けていない	1. 市保健センター 2. 市委託の医療機関 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. その他医療機関(保険診療や全額自費での受診等)
⑦ 骨(骨粗しょう症)検診	1. 受けた 2. 受けていない	1. 市保健センター 2. 人間ドック 3. 職場が実施している検診 4. その他医療機関(保険診療や全額自費での受診等)

男性のみにお聞きします。

検診(健診)名	受診状況	実施場所等
⑧ 前立腺がん検診	1. 受けた 2. 受けていない	1. 市保健センター 2. 市委託の医療機関 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. その他医療機関(保険診療や全額自費での受診等)

女性のみにお聞きします。

定期的(2年に1回)に次の検診等を受診していますか。

検診(健診)名	受診状況	実施場所等
⑨ 子宮頸がん検診	1. 受けた 2. 受けていない	1. 市委託の医療機関 2. 人間ドック 3. 職場が実施している検診 4. その他医療機関(保険診療や全額自費での受診等)
⑩ 乳がん検診	1. 受けた 2. 受けていない	1. 市保健センター 2. 市委託の医療機関 3. 人間ドック 4. 職場が実施している検診 5. その他医療機関(保険診療や全額自費での受診等)

問 50-2 (問 50 で「 3 . 最近 3 年間受けたことがない」「 4 . 受けていない」に つけた方
におたずねします)

受診していない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|----------------------|------------------------|
| 1. 忙しいから | 2. 悪い結果を言われるのが嫌だから |
| 3. 恥ずかしいから | 4. 健康だから受診する必要はないと思うから |
| 5. 面倒だから | 6. 医療機関で治療を受けているから |
| 7. 忘れていたから | 8. 費用が高いから |
| 9. 健康についての情報がわからないから | |
| 10. その他 () | |

問 51 あなたが、「特定保健指導」を利用するとすれば、どのようなことを希望されますか。
(あてはまるものすべてに)

- | |
|----------------------------------|
| 1. 家の近くなど、身近な場所で受けられるようにしてほしい |
| 2. かかりつけ医や健診センターなど、自由に健診機関を選択したい |
| 3. 指導機関についての情報を提供してほしい |
| 4. 受診しやすい時間帯に受けられるようにしてほしい |
| 5. 電話や手紙、メールなどで指導を受けられるようにしてほしい |
| 6. 職場の中で受けられるようにしてほしい |
| 7. その他 () |

「特定保健指導」とは...

健診の結果のレベルに応じて、医師・保健師・栄養士・看護師等を通して指導・助言を行い、生活改善
に取り組めるように支援することです。

問 52 あなたは、「内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)」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(今回の調査で初めて聞いた) | |

問 53 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. 医師 | 8. 行政機関の相談窓口や情報コーナー | |
| 9. 広報あしや | 10. その他 () | |
| 11. 特になし | | |

問 54 誰もがいきいきと健康的な生活を送るために、今後、芦屋市において、どのような取り組みが重要だと考えますか。(あてはまるものすべてに)

1. 地区や各種グループにおいて、スポーツやレクリエーション活動を行う
2. 健康に関する勉強会や講習会を開く
3. 地域内の健康づくりリーダーを養成する
4. 地域でのグループづくりを支援する
5. 地域ぐるみで健康づくり運動を行う
6. その他 ()

問 55 芦屋市には平成 22 年 7 月に保健福祉センターが開設されています。あなたは、この施設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、知っている
3. 利用したこともないし、知らない 【問 56】へ

問 55-1 (問 55 で「1 . 利用したことがある」と回答された方にお聞きします)

どの施設を利用しましたか。(あてはまるものすべてに)

- | | | |
|--------------------|--------------|--------------|
| 1. 1 階 総合相談窓口 | 2. エントランスホール | |
| 3. 就労支援カフェ(カシュカシュ) | 4. 運動室 | |
| 5. 障がい機能訓練室 | 6. 水浴訓練室 | 7. 子育て支援センター |
| 8. 介護予防センター | 9. 社会福祉協議会 | 10. 保健センター |
| 11. 特別支援教育センター | 12. 多目的ホール | 13. 調理・実習室 |
| 14. 会議室Ⅰ又はⅡ | 15. その他 () | |

問 56 最後に、健康づくりや食に関してご意見がございましたら、ご自由にお書きください。

以上でアンケートは終わりです。ご協力ありがとうございました。