

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

～調査ご協力をお願い～

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いております。

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25年3月に「第2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、この計画の期間が平成29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29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29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。

芦屋市子ども・健康部健康課 担当：

電話：0797-31-1586

FAX：0797-31-1018

問8 あなたの健康保険証は次のどれですか。(○は1つだけ)

1. 芦屋市の国民健康保険・本人
2. 芦屋市の国民健康保険・家族
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 | |

食について

問10 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つけること	1	2	3	4
⑨1日3食食べる（欠食をしない）こと	1	2	3	4
⑩よく噛んでたべること	1	2	3	4

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 |
| 3. 週2～3日は食べる | 4. まったく食べない → 【問12】へ |

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○をつけた方におたずねします

問 11-1 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) | 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 () | |

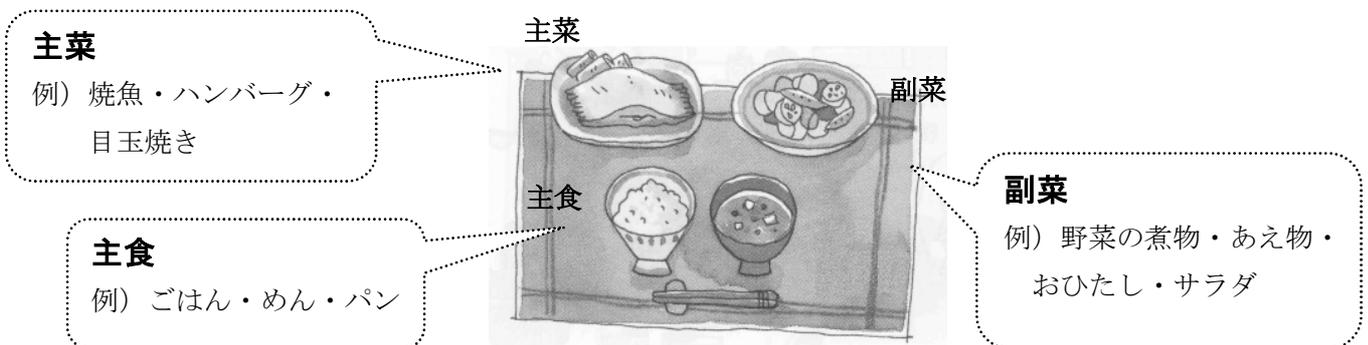
問 12 あなたは、1日に2回以上、*主食・主菜・副菜の3つをそろえて食べることは、週に何日ありますか。(○は1つだけ)

- | | |
|--------------|--------------|
| 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 13 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 14 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. 全く利用しない | | |

問 15 あなたは、外食（飲食店での食事）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. 全く利用しない | | |

問 16 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, 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 17 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 18 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 |

※「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 23 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)

- | | | |
|---------------|--------|--------|
| (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 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・身体活動と休養について》

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 25-3】へ |

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

問 25-1 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 25-2 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 25 で「5. まったくしない」に○をつけた方におたずねします

問 25-3 運動をしない理由はどのようなことですか。(○は1つだけ)

- | | | |
|----------------|---------------|-----------------|
| 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 日常生活の中で、※体を動かすこと（身体活動）についてお伺います。これを実行していますか。（○は1つだけ）

1. 実行していて、十分に習慣化している
2. 実行しているが、まだ習慣化していない
3. 実行しようと努力しているが、十分に実行していない
4. 実行していないが、実行しようと考えている
5. 実行していないし、実行しようとも考えていない

※「体を動かすこと（身体活動）」とは…

歩く、犬の散歩をする、そうじをする、自転車に乗る、速歩きをする、子どもと活発に遊ぶ、農作業をする、階段を速くのぼるなどと同等の動きを指します。

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 お住まいの地域について（ア）から（エ）の項目をお答えください。

（○はそれぞれ1つだけ）

	1 強く そう 思う	2 どちら かとい え ばそう 思う	3 ど ちら とも い え ない	4 ど ちら かとい え ばそう 思わ ない	5 全 く そ う 思 わ な い
（ア）あなたのお住まいの地域の人々はお互いに助け合っている	1	2	3	4	5
（イ）あなたのお住まいの地域の人々は信頼できる	1	2	3	4	5
（ウ）あなたのお住まいの地域の人々は、お互いにあいさつしている	1	2	3	4	5
（エ）あなたのお住まいの地域では、問題が生じた場合、人々は力をあわせて解決しようとしている	1	2	3	4	5

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 過去 1 カ月間に次のようなことが週 3 回以上ありましたか。

(あてはまるものにすべて○)

1. *寝付きにいつもより時間がかかった
2. 夜間、睡眠途中で目が覚めて困った
3. 起きようとする時間よりも早く目が覚めそれ以上眠れなかった
4. 睡眠時間が足りなかった
5. 睡眠全体の質に満足できなかった
6. 日中、眠気を感じた
7. 睡眠薬を服用した
8. 寝る前にお酒を飲んだ
9. 上記 1~8 のようなことはなかった

※「寝付き」とは…

「布団に入ってから眠るまでに要する時間」を意味します。

問 31 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 32 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 33 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 34 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. ※こころの体温計 |
| 10. その他() | | 11. わからない |

※「こころの体温計」とは…

ご本人や家族のこころの健康状態を確認でき、相談窓口を紹介しているサイトのことです。
(市ホームページに掲載)

《たばこについて》

問 35 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 36】へ |
|----------|----------------------|---------------|-----------|

問 35 で「1. 吸っている」に○をつけた方におたずねします

問 35-1 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)

- | | |
|---------------|--------------------|
| 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 36 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 37 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. 妊娠に関する異常 | 8. 歯周病 | 9. 咽頭がん |
| 10. 口腔がん | 11. 肺気腫 | |

《アルコールについて》

問 38 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 |
| 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39】へ |

問 38 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 38-1 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合未満 | 2. 1～2合未満 | 3. 2～3合未満 |
| 4. 3～4合未満 | 5. 4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

《歯の健康について》

問 39 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 40 歯と口の健康のため、ふだん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○)

- | |
|---------------------------------|
| 1. 食後に歯磨きや口をすすぐことを心がけている |
| 2. フッ素(フッ化物)入りの歯みがき剤を使用する |
| 3. 歯間ブラシや糸ようじなどの清掃補助具を使っている |
| 4. 定期的(年に1回以上)に歯の健診を受けている |
| 5. 定期的(年に1回以上)に歯石除去をしている |
| 6. 甘いものを食べたり、飲んだりしないように心がけている |
| 7. よくかんで(ひとくち15回以上)食べるように心がけている |
| 8. ストレスをためないように心がけている |
| 9. その他() |
| 10. 特に気をつけていない |

問 41 ※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. おしゃべりをする |
| 7. 知らない | 8. その他() | |

※「口腔機能」とは…

「噛み砕く(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 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 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 44 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 | |

※「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)」とは…

骨・関節・筋肉など体を支えたり動かししたりする運動器の機能が低下し、要介護や寝たきりになる危険が高い状態のことをいいます。

問 45 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、気管支や肺に慢性の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 46 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 47 あなたは、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、受診状況の「1. 必ず受けている」「2. 受けたり受けなかったりする」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①～⑩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. 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	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. 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	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. 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	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)
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)

健診(検診)名	受診状況	実施場所等
⑤肺がん検診 (結核検診含む)	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	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. 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	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. 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	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)

男性にお聞きします。

健診(検診)名	受診状況	実施場所等
⑧前立腺がん検診	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	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
⑨子宮頸がん検診	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	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. 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	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 健康で幸せに暮らし続けるために、どのような取り組みが必要と考えますか。
(あてはまるものすべてに○)

1. 誰もが安心して移動できる地域内の公共交通の推進を図る
2. 安全に楽しく歩ける歩道や街路灯の整備をする
3. 歩きながら街並みや景観などを楽しめる空間を整備する
4. 高齢者や障がいのある人も歩きやすい歩道を整備する
5. 子どもが楽しめる遊具や健康遊具などを設置した公園を整備する
6. スポーツや歩くきっかけとなるグループ・サークルを活性化させる
7. コミュニティやグループなど、仲間と一緒に健康づくりの場の充実
8. 健康づくりや運動に関する知識の提供、教室の実施
9. スポーツやウォーキングを始めるきっかけとなるイベントの実施
10. ウォーキングや散策マップの作成
11. 健康づくりに関する地域の指導的人材の育成
12. その他 ()

問 51 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51】へ

問 51 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

問 51-1 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 |

問 52 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。