

二宮町
健康づくりについてのアンケート

報 告 書

二 宮 町
令和6年3月

目 次

I	調査の概要	1
II	調査の結果【①18 歳以上】	2
	1. あなた自身のことについて	2
	2. 健康について	6
	3. 運動について	10
	4. 食事について	12
	5. 食育について	19
	6. こころの健康について	22
	7. 喫煙・飲酒について	31
	8. 健康診査・各種がん検診について	36
	9. 歯の状況について	41
	10. 町の事業について	46
III	調査の結果【②3 歳保護者】	48
	1. あて名のお子さんのことについて	48
	2. 健康について	52
	3. 日常生活について	55
	4. 食事・食育について	60
	5. 歯について	73
	6. 妊娠・出産について	78
	7. 町の事業について	80
IV	調査の結果【③小学5 年生・中学2 年生】	83
	1. あなた自身のことについて	83
	2. 健康について	84
	3. 活動について	88
	4. たばこについて	92
	5. 食事などについて	94
	6. 歯の状況について	104
	7. こころの健康について	107

I 調査の概要

調査の目的

令和6年度に見直しを予定している「二宮町健康増進計画・食育推進計画・自殺対策計画」の基礎資料とするために、二宮町で暮らす人々の健康感、日頃の過ごし方、保健事業の利用状況などについての意見を収集するための調査を実施しました。

調査の方法

調査種類	対象者	調査方法	調査期間
① 18歳以上	二宮町に住む18歳以上の男女	郵送配布・郵送回収	令和6年1月11日～ 令和6年1月24日
② 3歳保護者	二宮町に住む3歳児の保護者	施設配布・施設回収 (一部郵送配布・郵送回収)	令和6年1月11日～ 令和6年1月24日
③ 小学5年生 中学2年生	二宮町に住む小学5年生 二宮町に住む中学2年生	学校配布・学校回収	令和6年3月15日～ 令和6年3月22日

回収状況

調査種類	対象者数	回収数	無効票数	有効回収数	有効回収率
① 18歳以上	1,000人	487票	1票	486票	48.6%
② 3歳保護者	140人	88票	1票	87票	62.1%
③ 小学5年生 中学2年生	小5 198人 中2 180人 合計 378人	小5 159票 中2 165票 合計 324票	小5 0票 中2 0票 合計 0票	小5 159票 中2 165票 合計 324票	小5 80.3% 中2 91.7% 合計 85.7%

※無効票とは、白票や著しく回答が少ない票のことです。

報告書を読む際の注意点

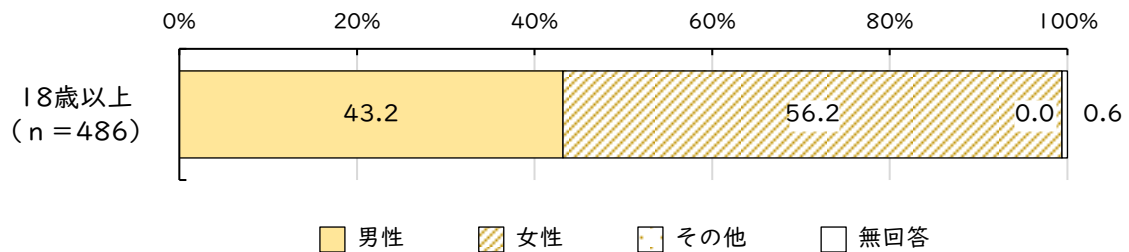
- ・ 回答は、各質問の回答者数（n）を基数とした百分率（%）で示しています。
- ・ 百分率は小数点以下第2位を四捨五入して算出しました。このため、百分率の合計が100%にならないことがあります。
- ・ 1つの質問に2つ以上答えられる“複数回答可能”の場合は、回答比率の合計が100%を超える場合があります。
- ・ スペースの関係上、問や選択肢を省略して表記していることがあります。
- ・ サンプル数が少なくてもコメントしています。サンプル数が少ないと、選択された選択肢の割合が高くなることにご留意ください。

Ⅱ 調査の結果【①18歳以上】

1. あなた自身のことについて

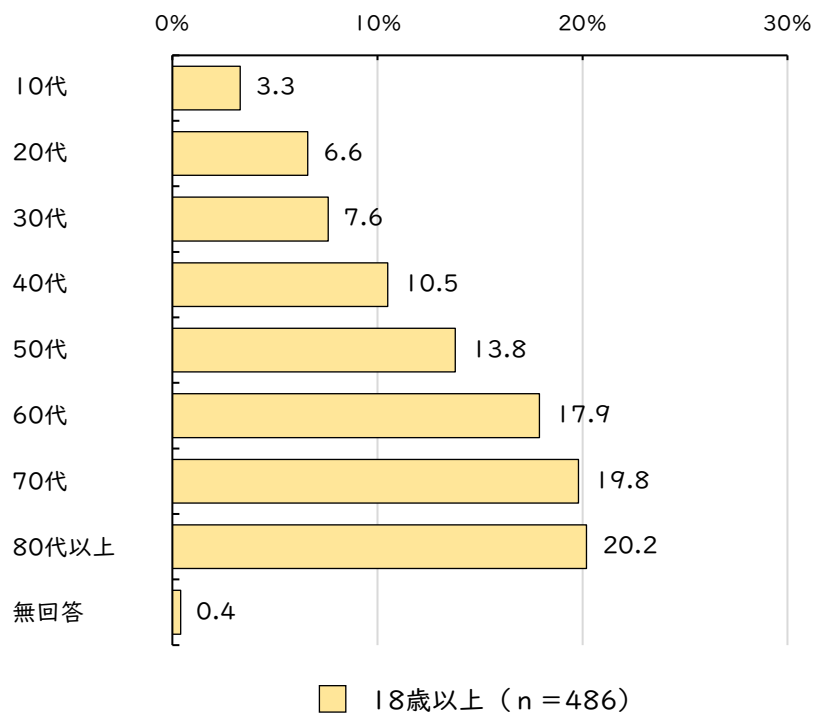
問1 あなたの性別を教えてください。(単数回答)

性別は、「女性」が56.2%と最も多く、次いで「男性」が43.2%となっています。



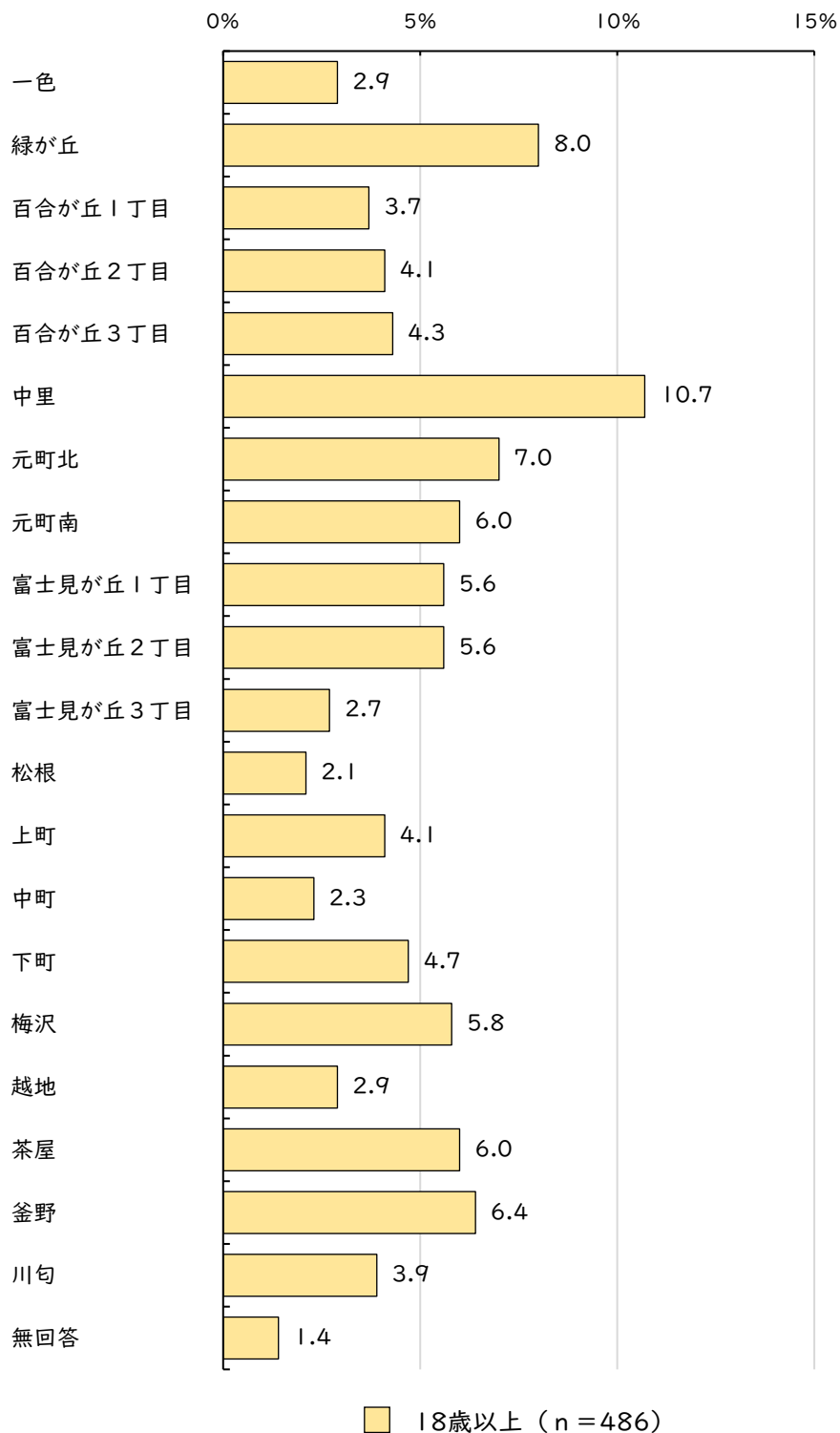
問2 あなたの年齢を教えてください。(単数回答)

年齢は、「80代以上」が20.2%と最も多く、次いで「70代」が19.8%、「60代」が17.9%などとなっています。



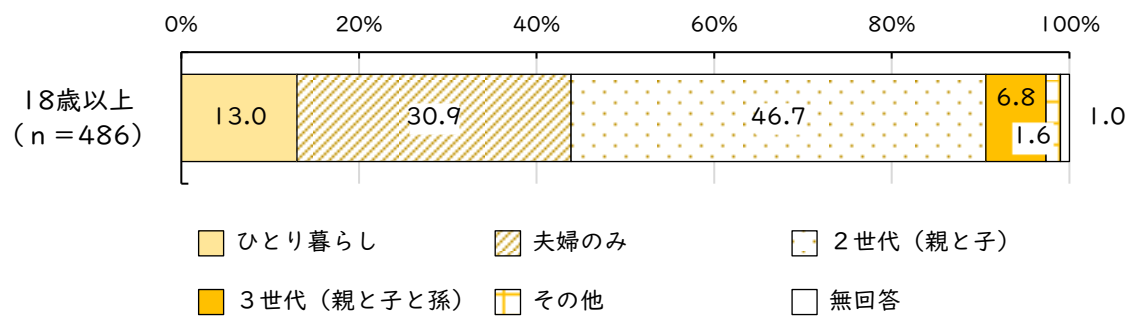
問3 あなたがお住まいの地区を教えてください。(単数回答)

居住地区は、「中里」が10.7%と最も多く、次いで「緑が丘」が8.0%、「元町北」が7.0%などとなっています。



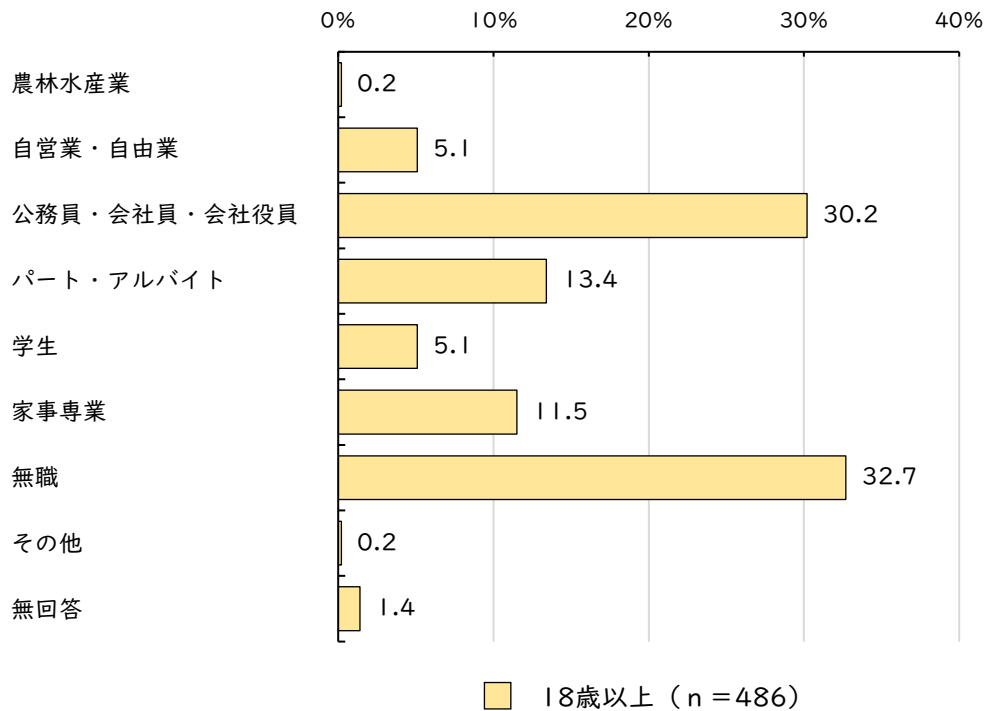
問4 あなたの家族構成を教えてください。(単数回答)

家族構成は、「2世代（親と子）」が46.7%と最も多く、次いで「夫婦のみ」が30.9%、「ひとり暮らし」が13.0%などとなっています。



問5 あなたの職業を教えてください。(単数回答)

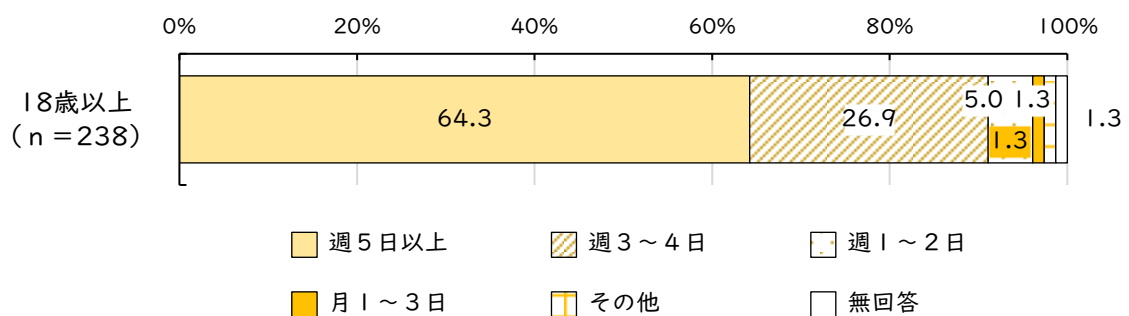
職業は、「無職」が32.7%と最も多く、次いで「公務員・会社員・会社役員」が30.2%、「パート・アルバイト」が13.4%などとなっています。



問5で『働いている』と回答した方のみ

問5-1 あなたは、どのくらいの頻度で働いていますか。(単数回答)

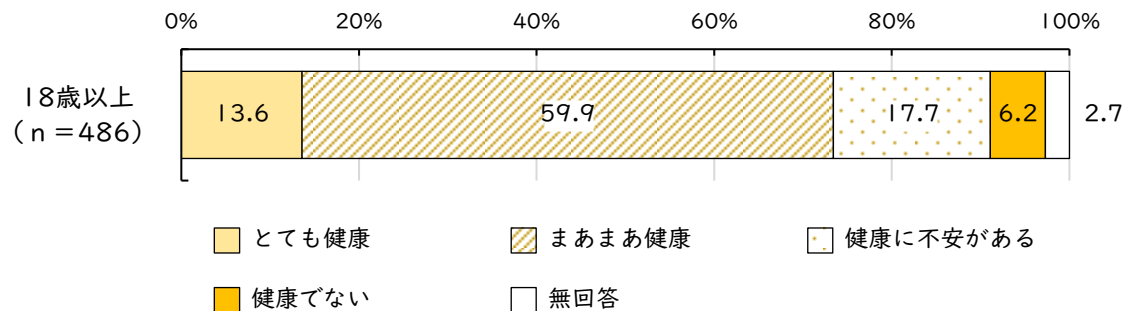
就労頻度は、「週5日以上」が64.3%と最も多く、次いで「週3～4日」が26.9%、「週1～2日」が5.0%などとなっています。



2. 健康について

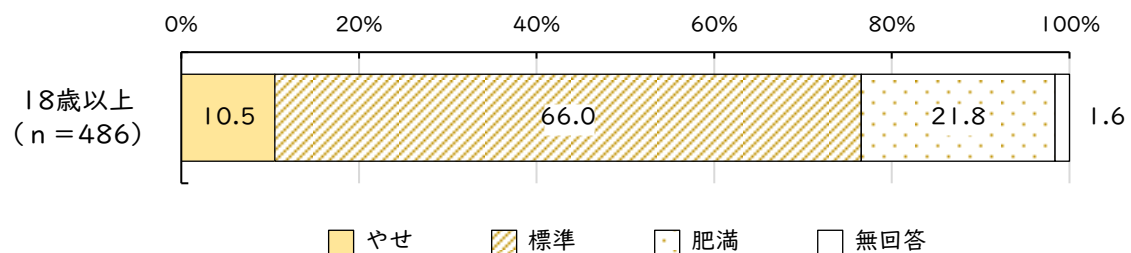
問6 あなたは、自分の健康状態をどのように感じていますか。(単数回答)

主観的健康感は、「まあまあ健康」が59.9%と最も多く、次いで「健康に不安がある」が17.7%、「とても健康」が13.6%などとなっています。また、『健康』（とても健康+まあまあ健康）は73.5%、『健康でない』（健康でない+健康に不安がある）は23.9%となっています。



問7 あなたの身長・体重を教えてください。(数字記入⇒単数回答)

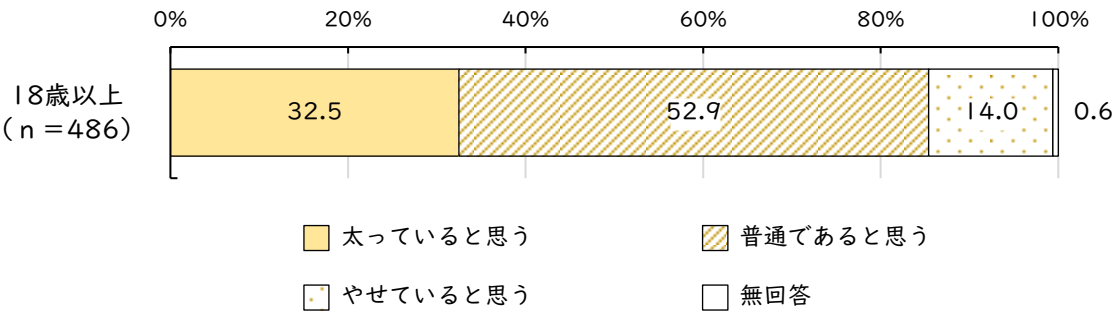
身長・体重から算出した肥満度は、「標準」が66.0%と最も多く、次いで「肥満」が21.8%、「やせ」が10.5%となっています。



※回答された身長・体重からBMIを算出し、肥満度を評価しています。

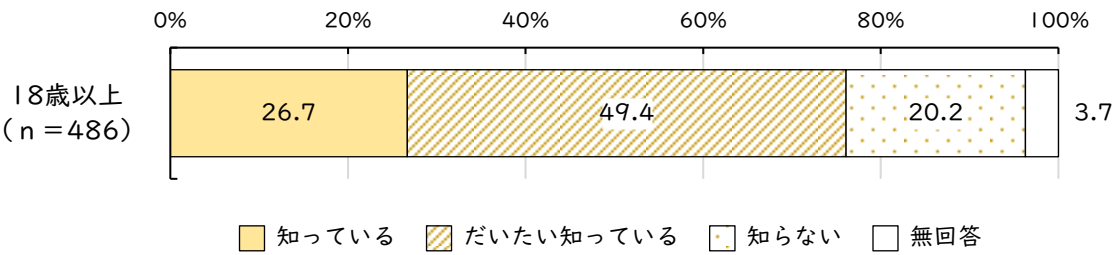
問8 あなたは、自分の体型をどう思いますか。(単数回答)

自分の体型は、「普通であると思う」が 52.9%と最も多く、次いで「太っていると思う」が 32.5%、「やせていると思う」が 14.0%となっています。



問9 あなたは、自分の適性体重（BMI）を知っていますか。(単数回答)

自分の適性体重（BMI）の認知状況は、「だいたい知っている」が 49.4%と最も多く、次いで「知っている」が 26.7%、「知らない」が 20.2%となっています。

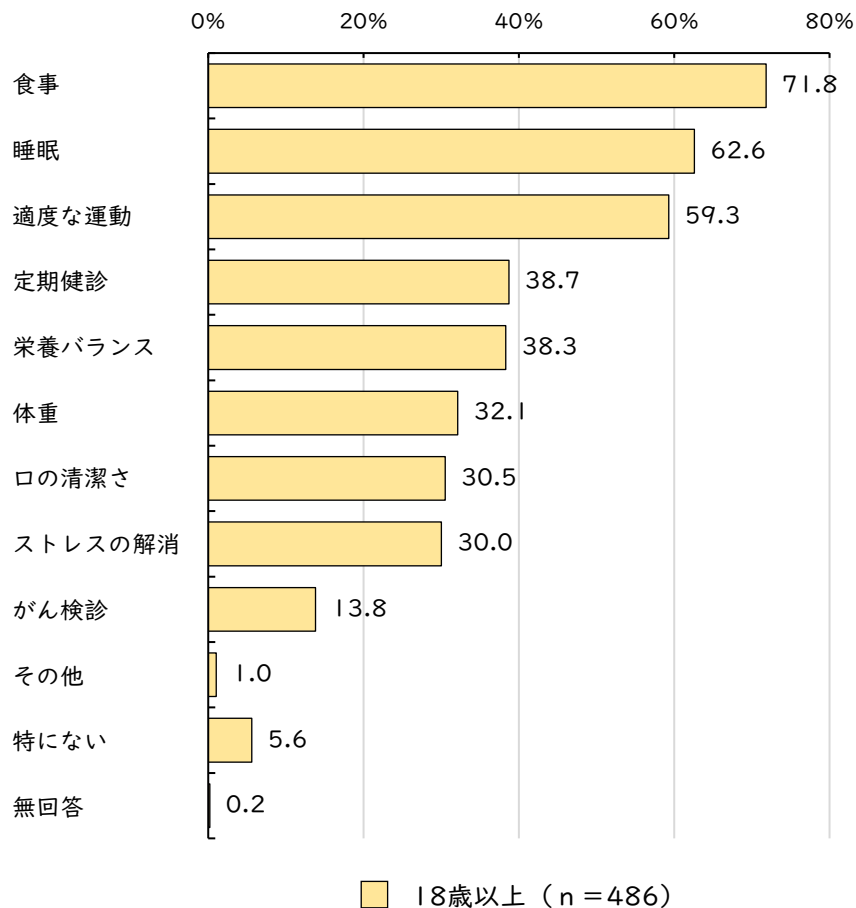


年齢	目標とするBMI※ BMI 計算式=体重 (kg) ÷ (身長 (m) × 身長 (m))
18～49歳	18.5～24.9
50～64歳	20.0～24.9
65歳以上	21.5～24.9

出典：厚生労働省「日本人の食事摂取基準（2020年版）」

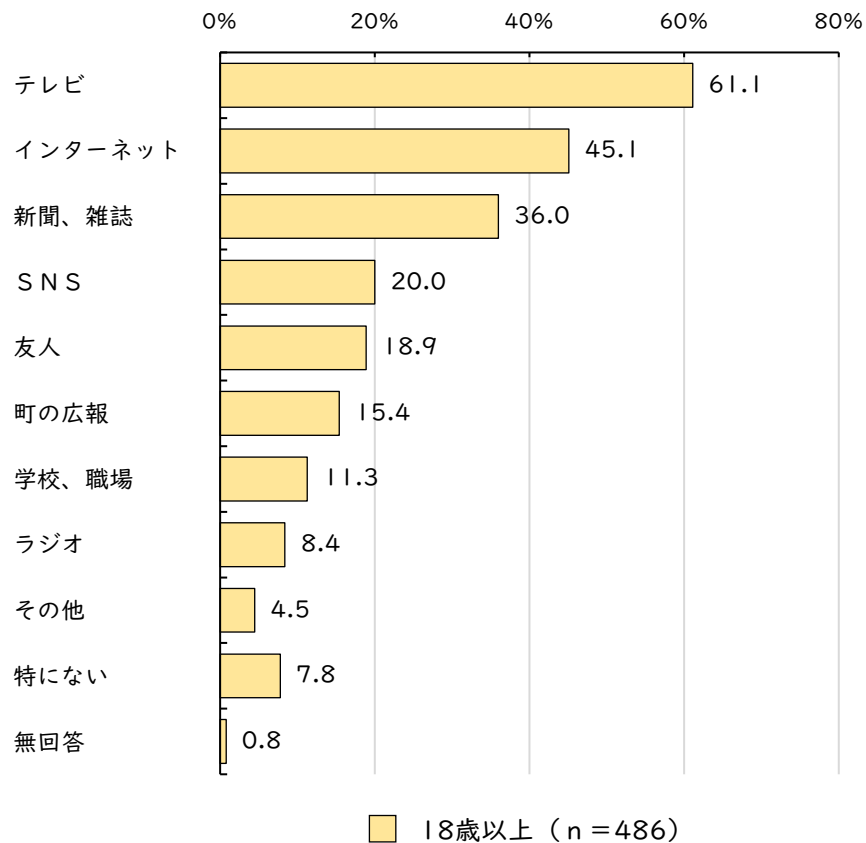
問 10 あなたが、健康について気をつけていることは何ですか。(複数回答可能)

健康について気をつけていることは、「食事」が71.8%と最も多く、次いで「睡眠」が62.6%、「適度な運動」が59.3%などとなっています。



問 11 あなたは、健康情報をどのような手段で入手していますか。(複数回答可能)

健康情報の入手手段は、「テレビ」が61.1%と最も多く、次いで「インターネット」が45.1%、「新聞、雑誌」が36.0%などとなっています。

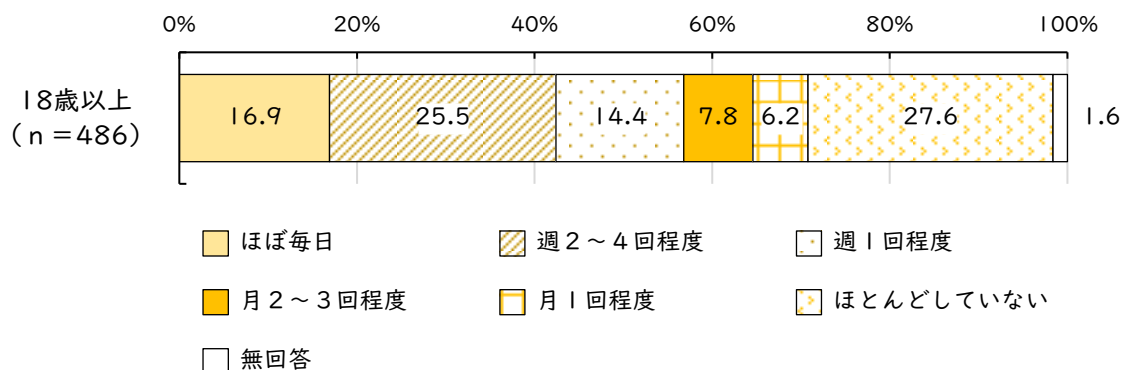


※SNS：Facebook, X (旧 Twitter), LINE, Instagram, ブログなど

3. 運動について

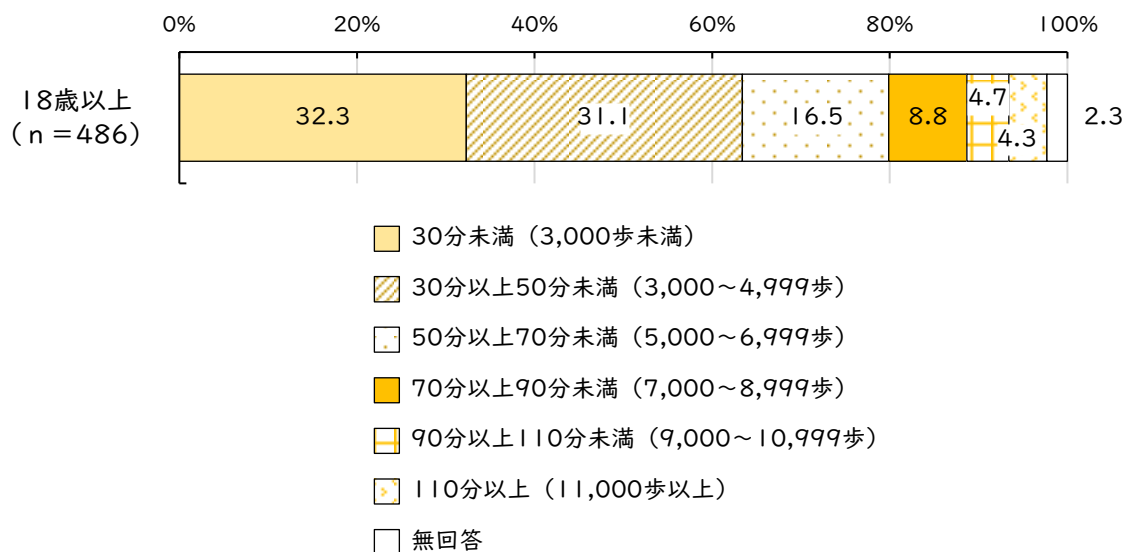
問 12 あなたは、この1年間、1回30分以上の運動をどのくらいしていますか。(単数回答)

1回30分以上の運動をしている1年あたりの頻度は、「ほとんどしていない」が27.6%と最も多く、次いで「週2～4回程度」が25.5%、「ほぼ毎日」が16.9%などとなっています。また、『週2回以上』（ほぼ毎日+週2～4回程度）は、42.4%となっています。



問 13 あなたは、1日に何分くらい歩いていますか。(通勤・通学を含む)(単数回答)

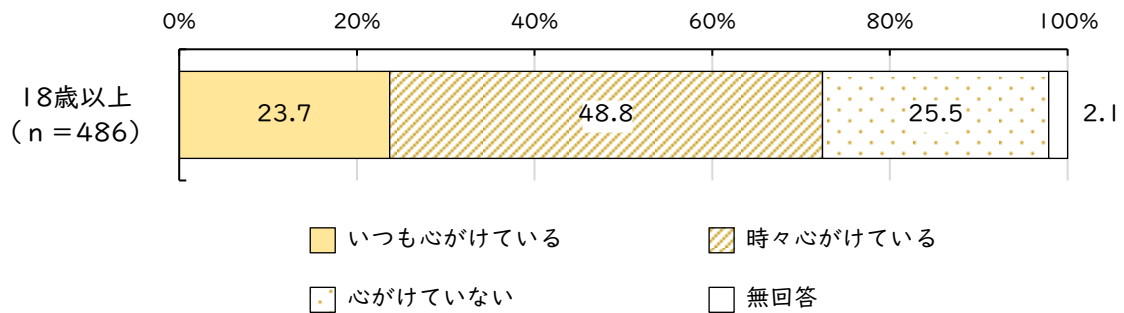
1日あたりの歩行分数は、「30分未満(3,000歩未満)」が32.3%と最も多く、次いで「30分以上50分未満(3,000～4,999歩)」が31.1%、「50分以上70分未満(5,000～6,999歩)」が16.5%などとなっています。また、『90分以上(9,000歩以上)』（110分以上(11,000歩以上)+90分以上110分未満(9,000～10,999歩)）は、9.0%となっています。



※10分の歩行で約1,000歩、距離は600～700m

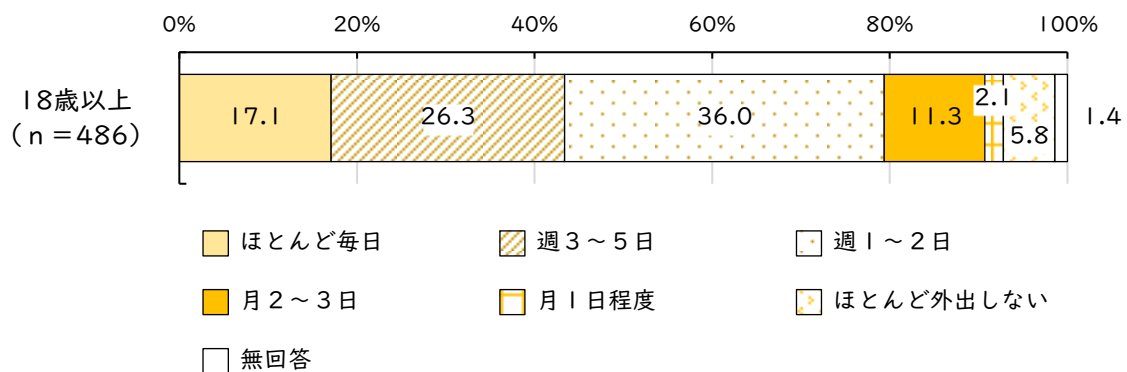
問 14 あなたは、問 12 の運動以外に、意識的に体を動かすように心がけていますか。（早歩き、エレベーターをやめて階段を使う など）（単数回答）

問 12 の運動以外に意識的に体を動かすように心がけているかについては、「時々心がけている」が 48.8%と最も多く、次いで「心がけていない」が 25.5%、「いつも心がけている」が 23.7%となっています。



問 15 あなたは、学校や仕事以外でどのくらい外出をしていますか。（単数回答）

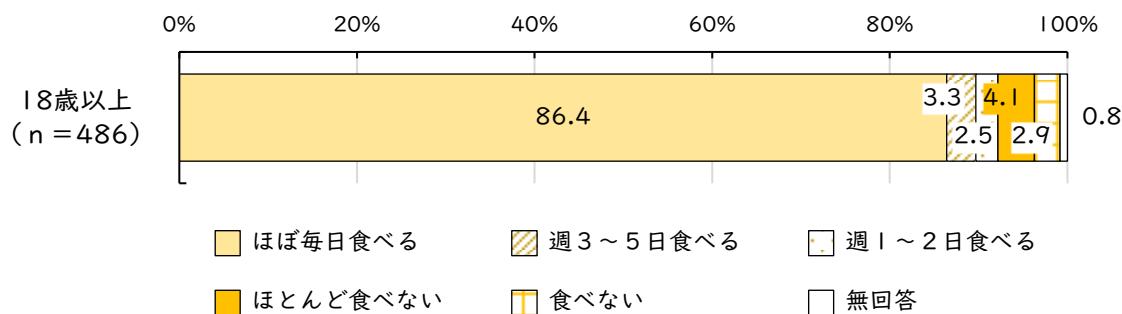
学校や仕事以外の外出頻度は、「週 1～2 日」が 36.0%と最も多く、次いで「週 3～5 日」が 26.3%、「ほとんど毎日」が 17.1%などとなっています。また、『週 1 日以上』（ほとんど毎日+週 3～5 日+週 1～2 日）は、79.4%となっています。



4. 食事について

問 16 あなたは、朝食を食べていますか。(単数回答)

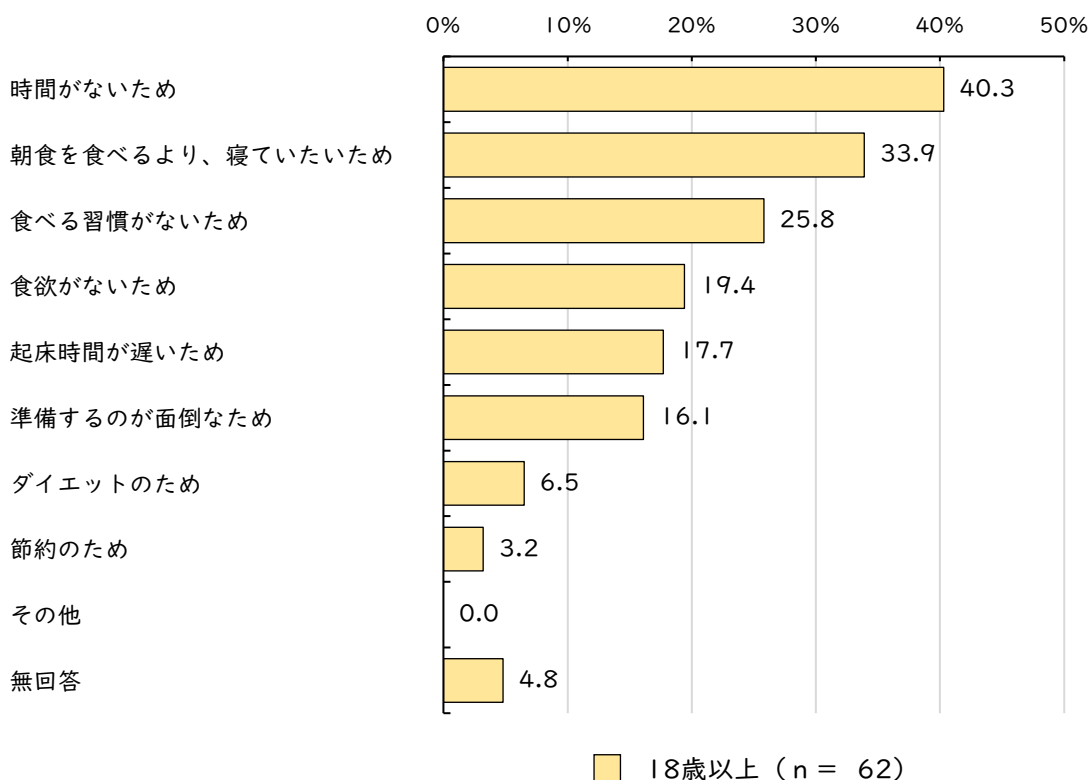
朝食の摂取状況は、「ほぼ毎日食べる」が86.4%と突出しています。



問 16 で「ほぼ毎日食べる」以外と回答した方のみ

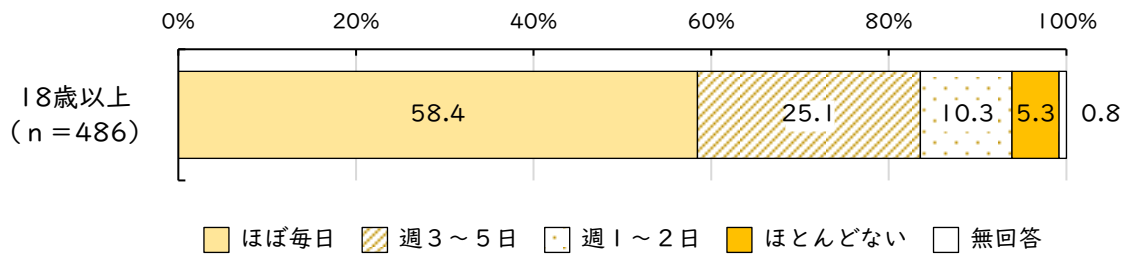
問 16－1 あなたが、朝食を毎日食べない理由は何ですか。(複数回答可能：3つまで)

朝食を毎日食べない理由は、「時間がないため」が40.3%と最も多く、次いで「朝食を食べるより、寝ていたいため」が33.9%、「食べる習慣がないため」が25.8%などとなっています。



問 17 あなたは、主食・主菜・副菜の3つを組み合わせる食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。(単数回答)

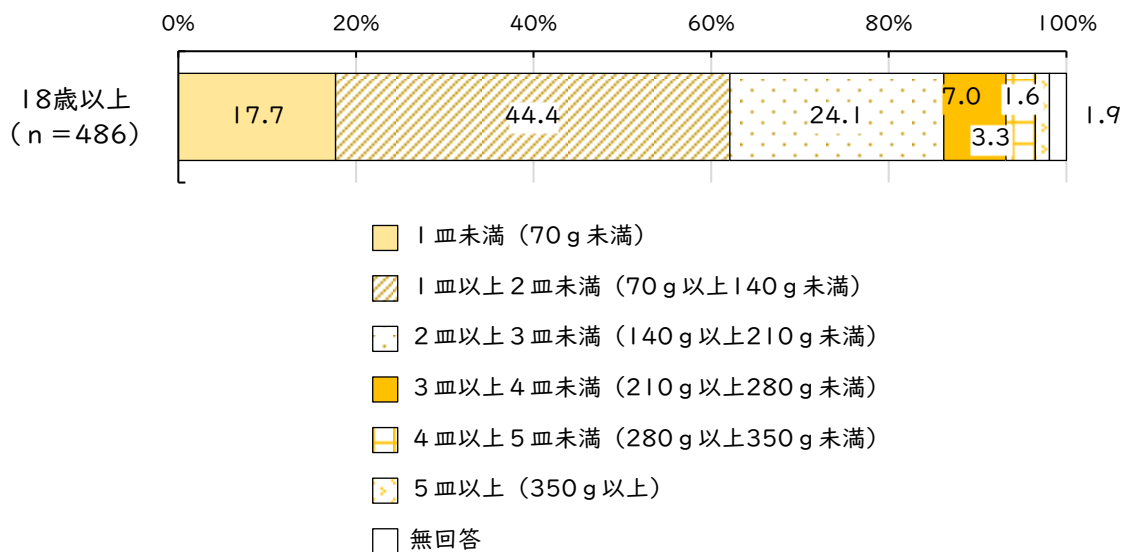
主食・主菜・副菜の3つを組み合わせる食べることが1日に2回以上ある1週あたりの日数は、「ほぼ毎日」が58.4%と最も多く、次いで「週3～5日」が25.1%、「週1～2日」が10.3%などとなっています。



※主食：ごはん、パン、麺、パスタなどを主材料とする料理
 主菜：魚や肉、卵、大豆製品などを主材料とする料理
 副菜：野菜、きのこ、海藻、いもなどを主材料とする料理

問 18 あなたは、1日にどのくらい野菜料理を食べていますか。(単数回答)

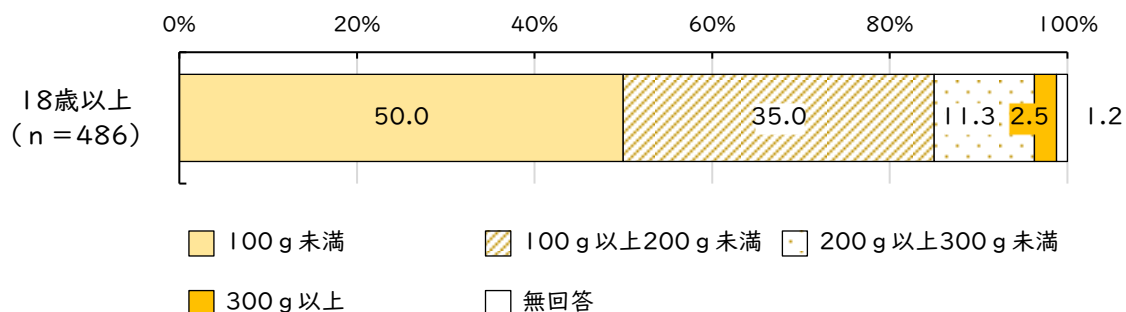
1日あたりの野菜料理を食べる量は、「1皿以上2皿未満（70g以上140g未満）」が44.4%と最も多く、次いで「2皿以上3皿未満（140g以上210g未満）」が24.1%、「1皿未満（70g未満）」が17.7%などとなっています。



※小鉢1皿 70g程度（野菜サラダ、ほうれん草のお浸し、ひじきの煮物 など）

問 19 あなたは、1日にどのくらい果物を食べていますか。(単数回答)

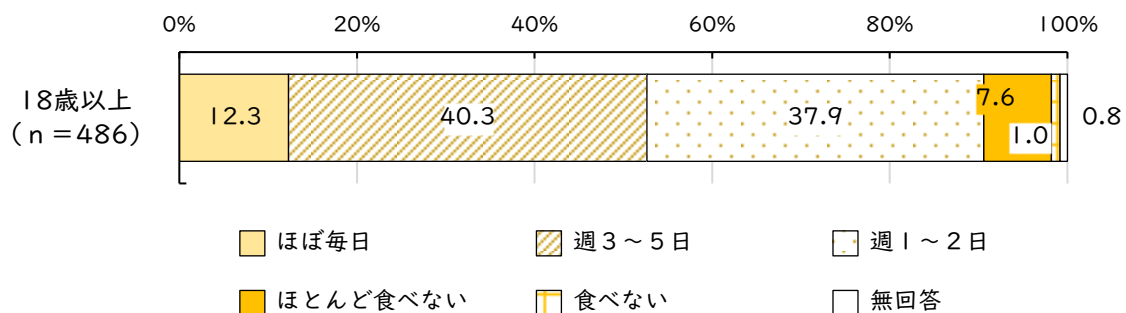
1日あたりの果物を食べる量は、「100g未満」が50.0%と最も多く、次いで「100g以上200g未満」が35.0%、「200g以上300g未満」が11.3%などとなっています。また、『200g以上』（200g以上300g未満+300g以上）は、13.8%となっています。



※りんご 1 個 200 g 程度、みかん 1 個 100 g 程度、バナナ 1 本 100 g 程度

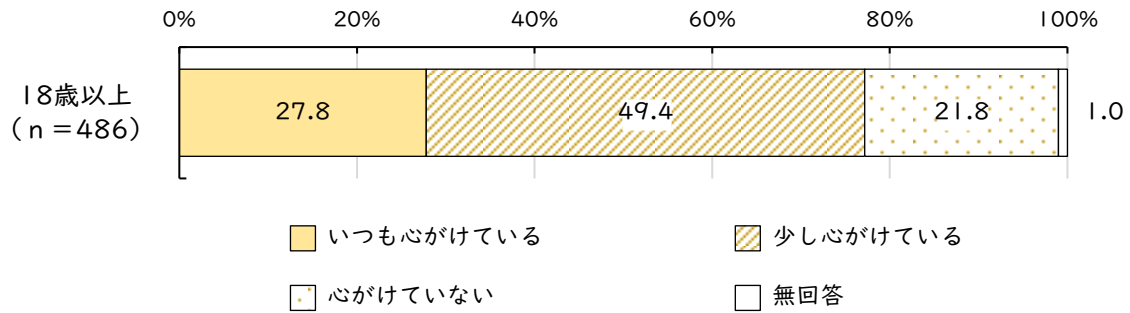
問 20 あなたは、油を使った料理（炒め物、揚げ物など）を1日2回以上食べる日は、週にどのくらいありますか。(単数回答)

油を使った料理を1日に2回以上食べる1週あたりの日数は、「週3～5日」が40.3%と最も多く、次いで「週1～2日」が37.9%、「ほぼ毎日」が12.3%などとなっています。



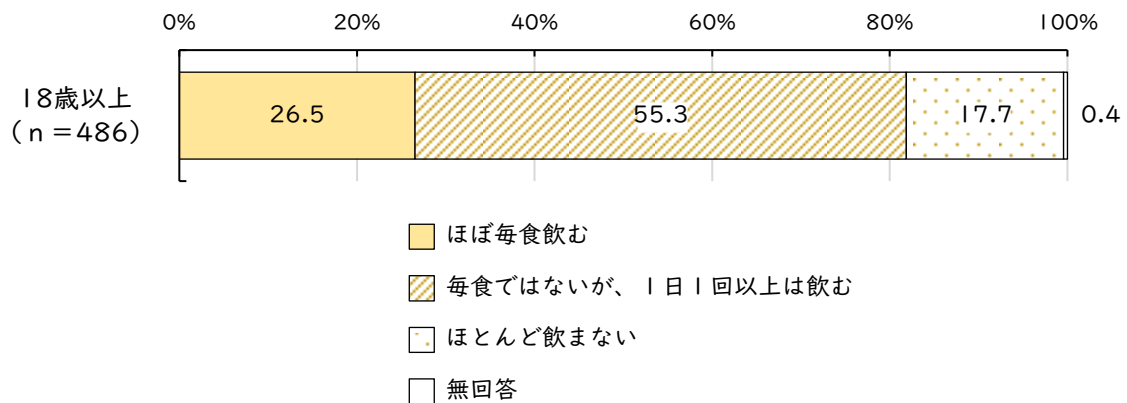
問 21 あなたは、食事をするとときに薄味を心がけていますか。(単数回答)

食事をするとときに薄味を心がけているかについては、「少し心がけている」が49.4%と最も多く、次いで「いつも心がけている」が27.8%、「心がけていない」が21.8%となっています。



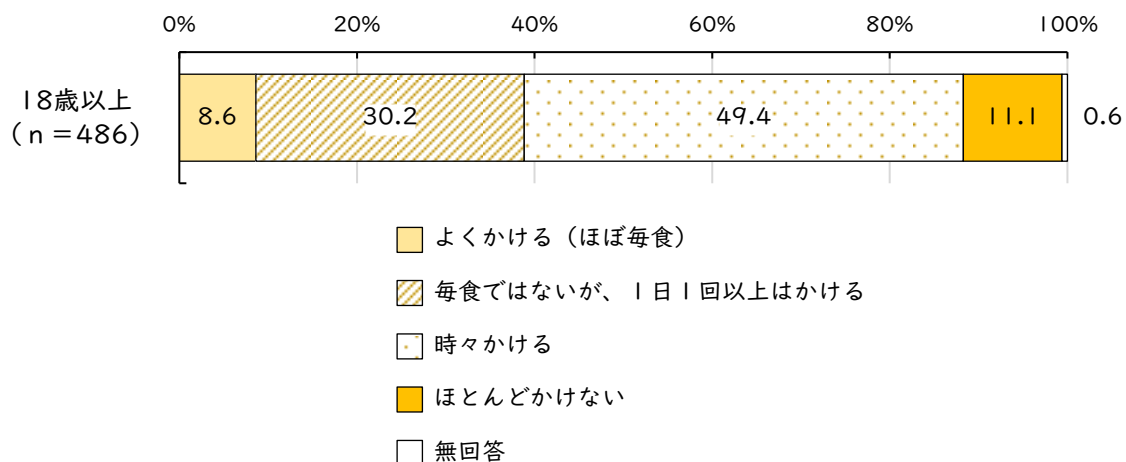
問 22 あなたは、みそ汁やスープなどの汁物を1日にどのくらい飲みますか。(単数回答)

1日あたりのみそ汁やスープなどの汁物を飲む回数は、「毎食ではないが、1日1回以上は飲む」が55.3%と最も多く、次いで「ほぼ毎食飲む」が26.5%、「ほとんど飲まない」が17.7%となっています。



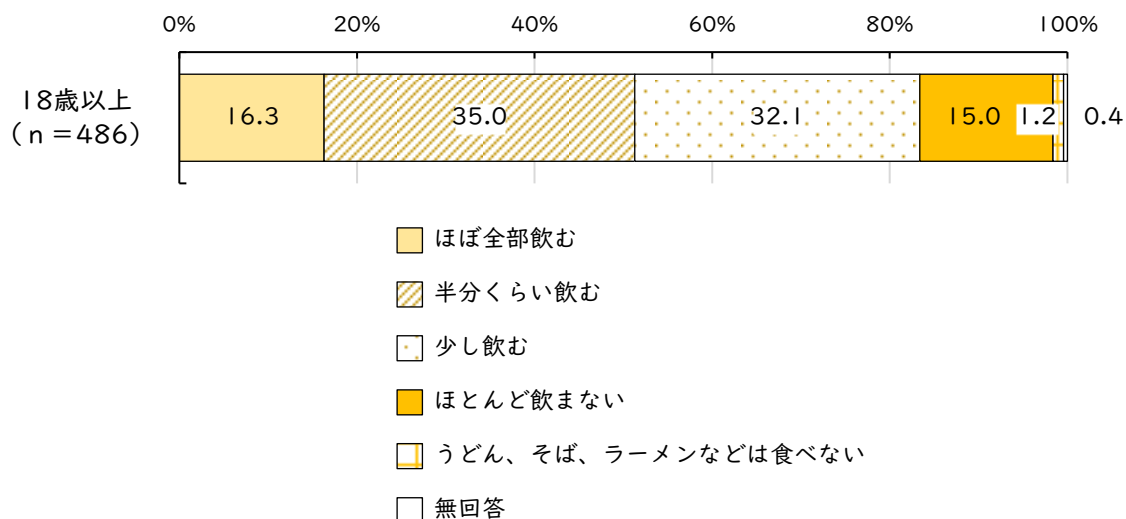
問 23 あなたは、食事の際、しょうゆやソースなどをどれくらいかけますか。(単数回答)

食事の際にしょうゆやソースなどをかける回数は、「時々かける」が49.4%と最も多く、次いで「毎食ではないが、1日1回以上はかける」が30.2%、「ほとんどかけない」が11.1%などとなっています。



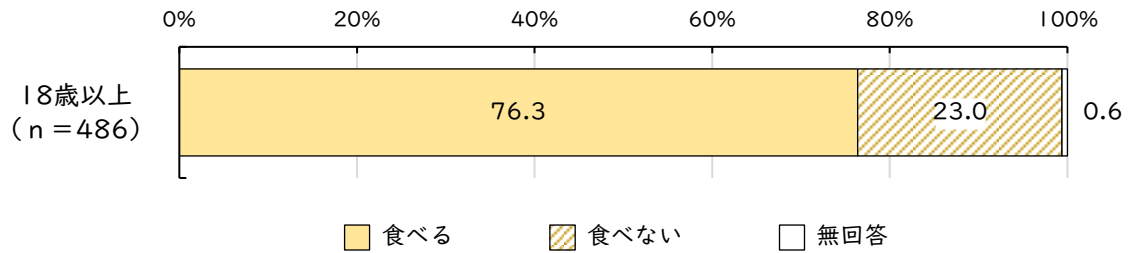
問 24 あなたは、うどん、そば、ラーメンなどのつゆ（スープ）をどのくらい飲みますか。(単数回答)

うどん、そば、ラーメンなどのつゆ（スープ）を飲む量は、「半分くらい飲む」が35.0%と最も多く、次いで「少し飲む」が32.1%、「ほぼ全部飲む」が16.3%などとなっています。また、『半分以上飲む』（ほぼ全部飲む＋半分くらい飲む）は、51.3%となっています。



問 25 あなたは、間食（おやつ）を食べますか。（単数回答）

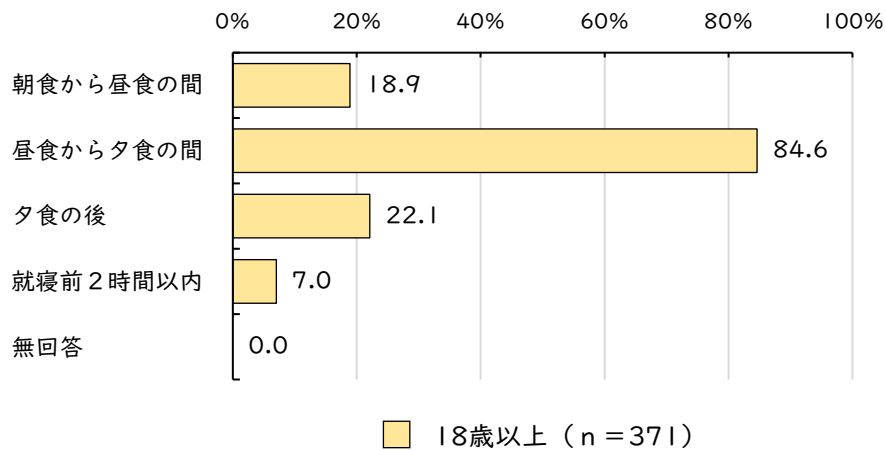
間食（おやつ）の摂取状況は、「食べる」が76.3%、「食べない」が23.0%となっています。



問 25 で「食べる」と回答した方のみ

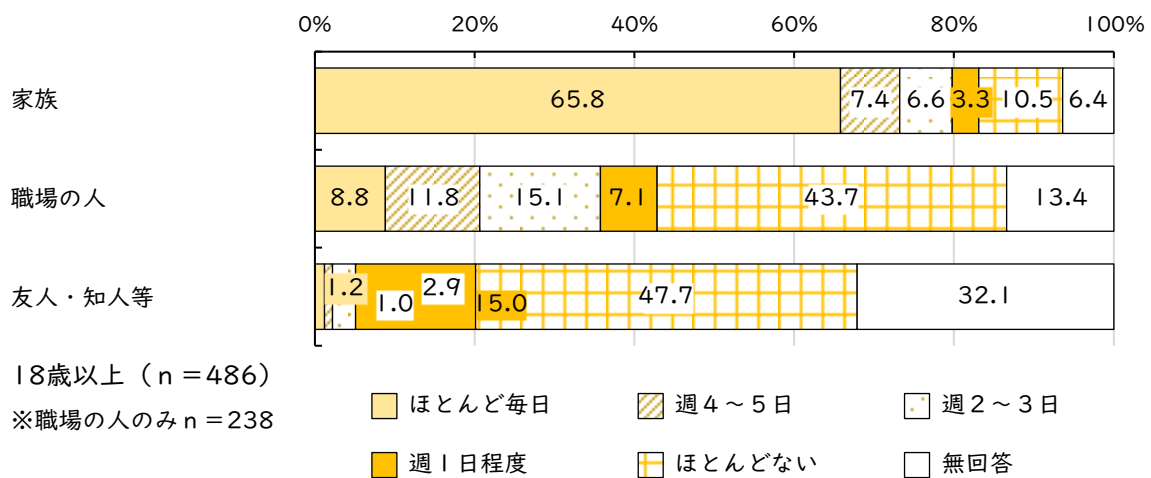
問 25－1 間食（おやつ）をいつごろ食べますか。（複数回答可能）

間食（おやつ）を食べる時間帯は、「昼食から夕食の間」が84.6%と最も多く、次いで「夕食の後」が22.1%、「朝食から昼食の間」が18.9%などとなっています。



問 26 あなたは、普段家庭や職場において、誰かと一緒に食事をするのがどのくらいありますか。
(それぞれ単数回答)

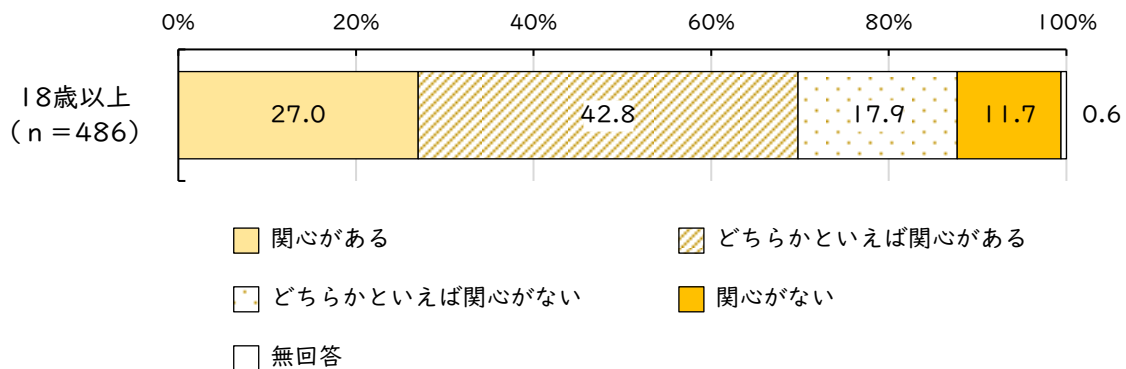
誰かと一緒に食事をする1週あたりの頻度は、「家族」において「ほとんど毎日」、《職場の人》、《友人・知人等》において「ほとんどない」が最も多くなっています。また、『週1回以上』（ほとんど毎日＋週4～5日＋週2～3日＋週1日程度）は、《家族》において83.1%、《職場の人》において42.8%、《友人・知人等》において20.1%と、《友人・知人等》において少なくなっています。



5. 食育について

問 27 あなたは、食育に関心がありますか。(単数回答)

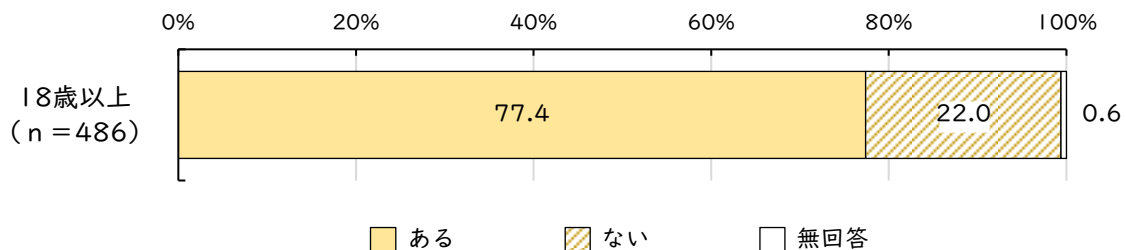
食育への関心の有無は、「どちらかといえば関心がある」が42.8%と最も多く、次いで「関心がある」が27.0%、「どちらかといえば関心がない」が17.9%などとなっています。また、『関心がある』（関心がある+どちらかといえば関心がある）は69.8%、『関心がない』（関心がない+どちらかといえば関心がない）は29.6%となっています。



※食育：食事や食物に関する知識と選択力を身につけ、健全な食生活が送れるようにするための教育のことをいいます。

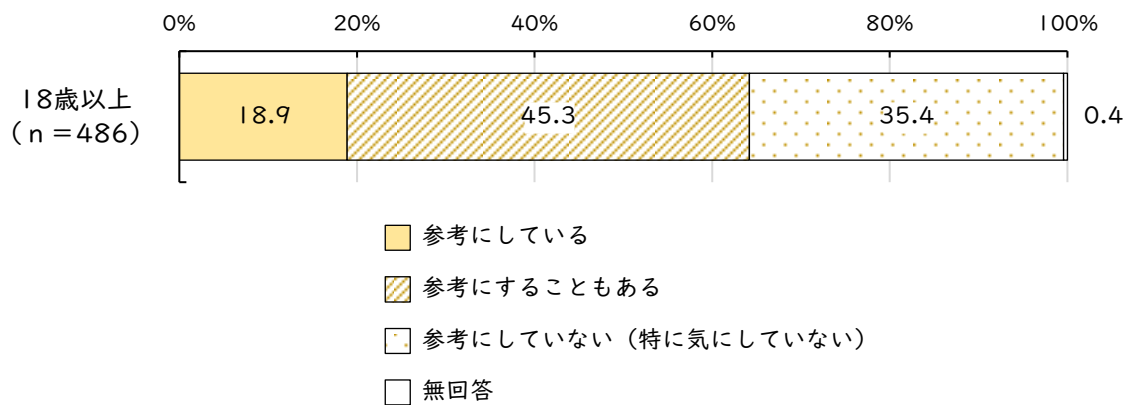
問 28 あなたは、食の生産に関する体験をしたことがありますか。観光的な体験（いも掘り、みかん狩り、潮干狩りなど）や家庭菜園なども含みます。(単数回答)

食の生産に関する体験をした経験の有無は、「ある」が77.4%、「ない」が22.0%となっています。



問 29 あなたは、食品・菓子または食堂・レストランのメニューで、下記のような栄養成分表示を参考にしますか。(単数回答)

食品・菓子または食堂・レストランのメニューで栄養成分表示を参考にすることについては、「参考にすることもある」が45.3%と最も多く、次いで「参考にしていない（特に気にしていない）」が35.4%、「参考にしている」が18.9%となっています。



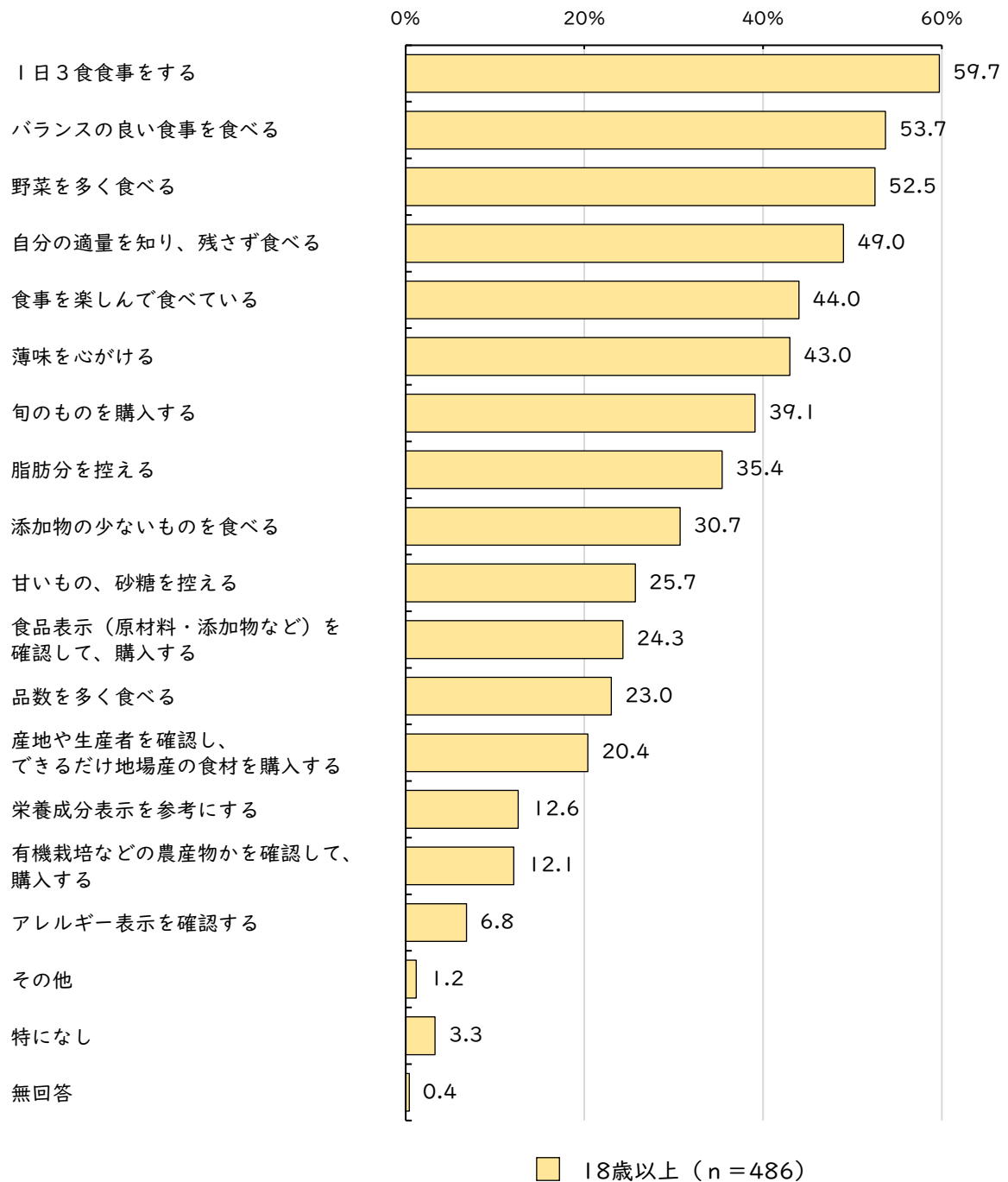
※栄養成分表示：食品や料理に含まれるエネルギーやたんぱく質、脂質、炭水化物、塩分の表示

【栄養成分表示の例】

主要栄養成分 1枚（平均5g）あたり				
エネルギー 29kcal	たんぱく質 0.3g	脂質 1.9g	炭水化物 2.6g	食塩相当量 0.1g

問 30 あなたが、食生活で普段から気をつけていることは何ですか。（複数回答可能）

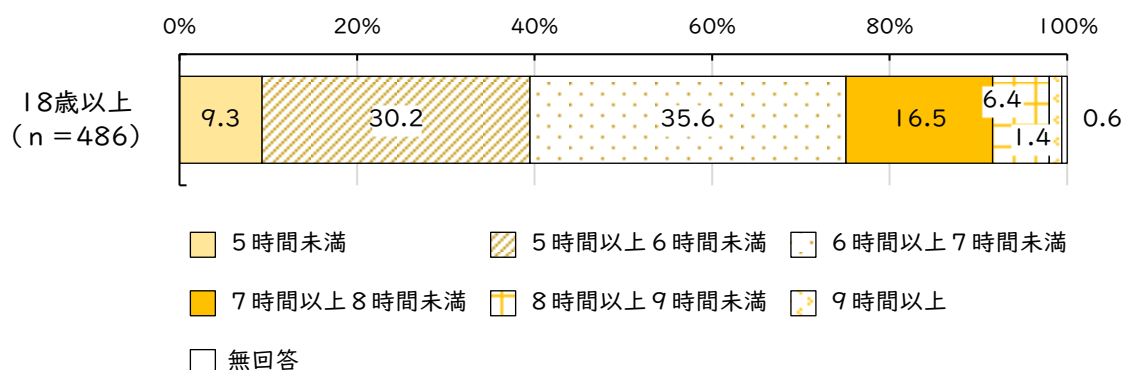
普段食生活で気をつけていることは、「1日3食食事をする」が59.7%と最も多く、次いで「バランスの良い食事を食べる」が53.7%、「野菜を多く食べる」が52.5%などとなっています。



6. こころの健康について

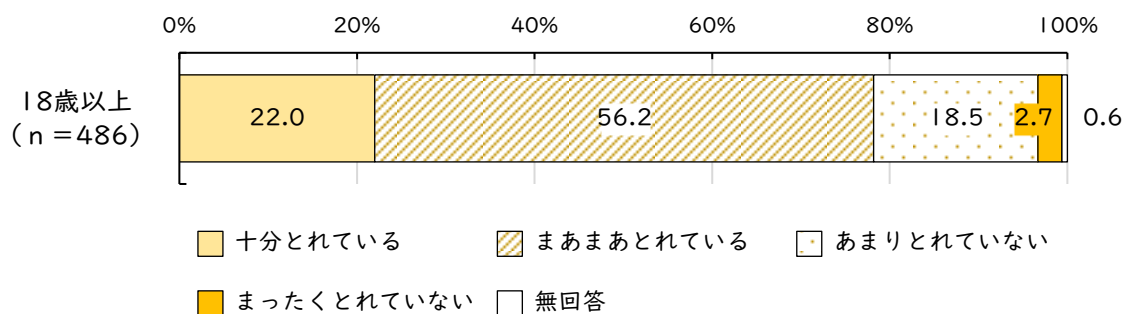
問 31 この1か月間、あなたの平均睡眠時間はどのくらいですか。(単数回答)

この1か月間の平均睡眠時間は、「6時間以上7時間未満」が35.6%と最も多く、次いで「5時間以上6時間未満」が30.2%、「7時間以上8時間未満」が16.5%などとなっています。また、『6時間以上』（6時間以上7時間未満＋7時間以上8時間未満＋8時間以上9時間未満＋9時間以上）は、59.9%となっています。



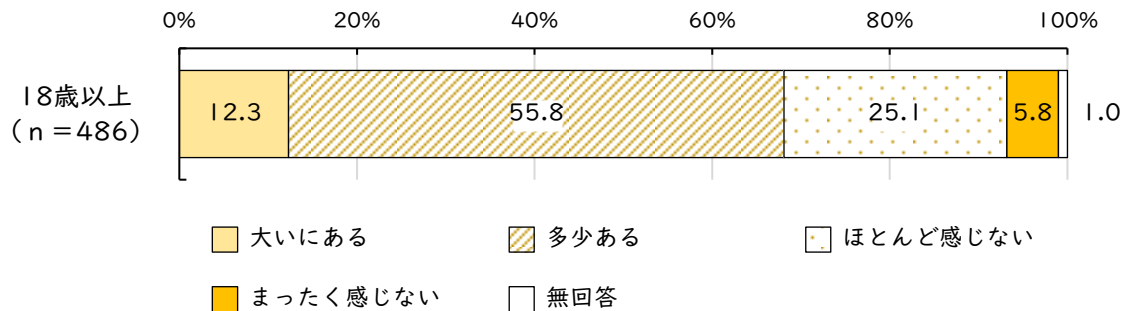
問 32 この1か月間、あなたは睡眠によって休養が十分とれていますか。(単数回答)

この1か月、睡眠によって休養が十分とれているかについては、「まあまあとれている」が56.2%と最も多く、次いで「十分とれている」が22.0%、「あまりとれていない」が18.5%などとなっています。また、『とれている』（十分とれている＋まあまあとれている）は78.2%、『とれていない』（まったくとれていない＋あまりとれていない）は21.2%となっています。



問 33 現在、あなたはストレスを感じていますか。(単数回答)

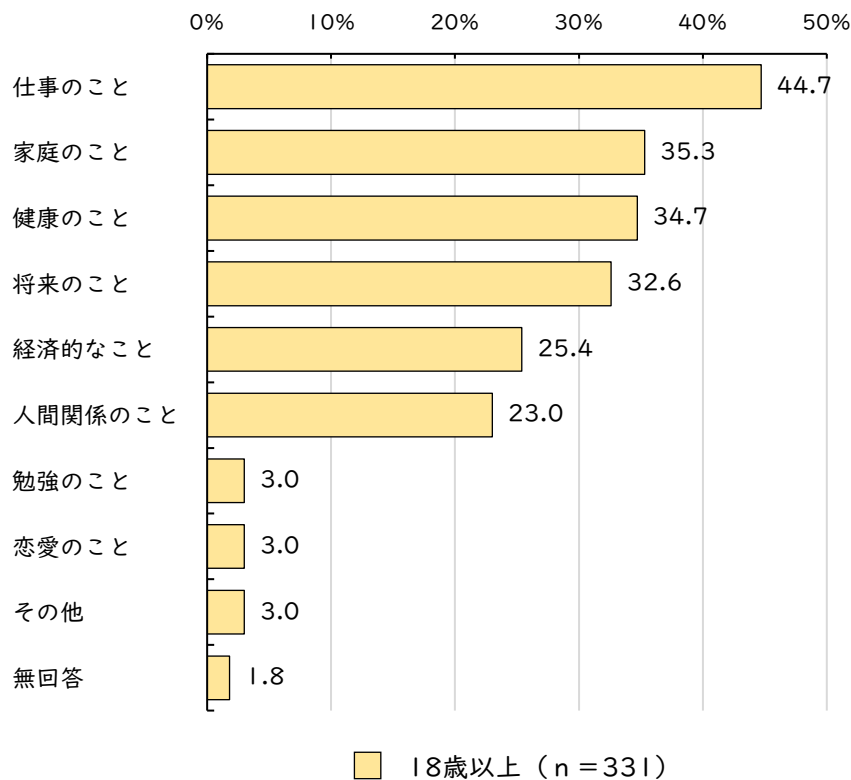
現在ストレスを感じているかについては、「多少ある」が55.8%と最も多く、次いで「ほとんど感じない」が25.1%、「大いにある」が12.3%などとなっています。また、『ある』（大いにある＋多少ある）は68.1%、『ない』（まったく感じない＋ほとんど感じない）は30.9%となっています。



問 33 で「大いにある」、「多少ある」と回答した方のみ

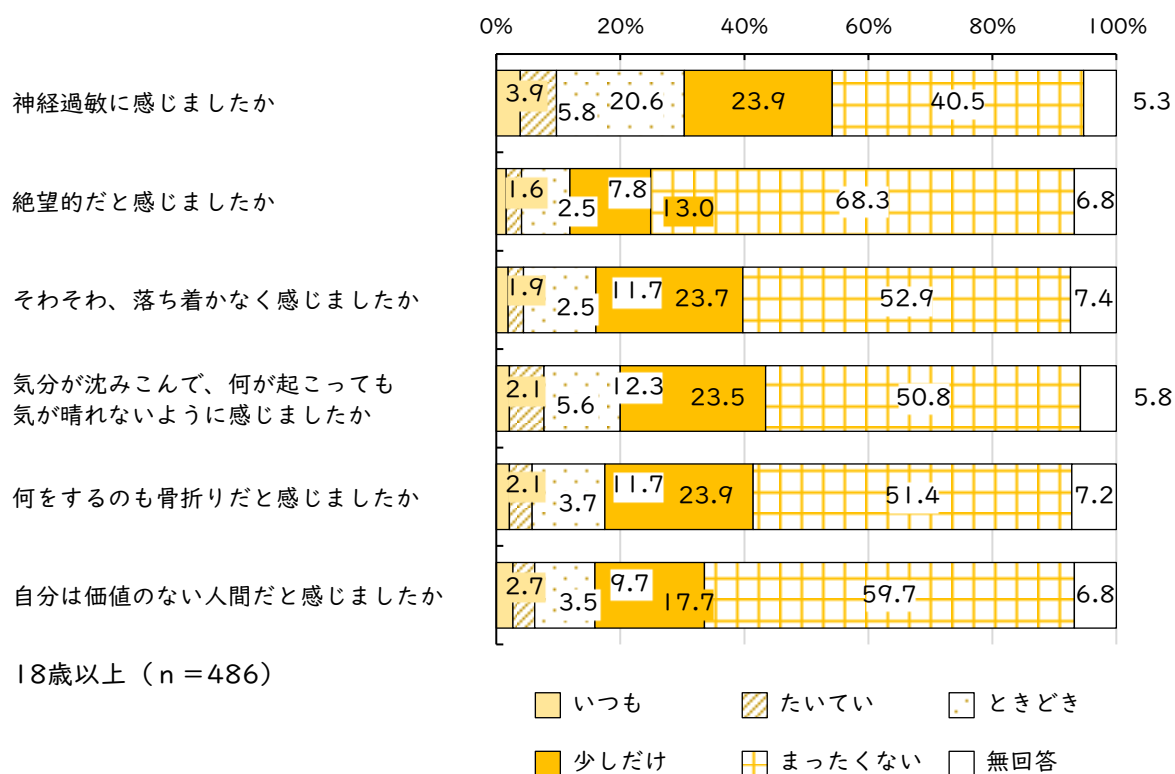
問 33-1 あなたのストレスの原因は、どのような理由だと思いますか。(複数回答可能)

ストレスの原因は、「仕事のこと」が44.7%と最も多く、次いで「家庭のこと」が35.3%、「健康のこと」が34.7%などとなっています。



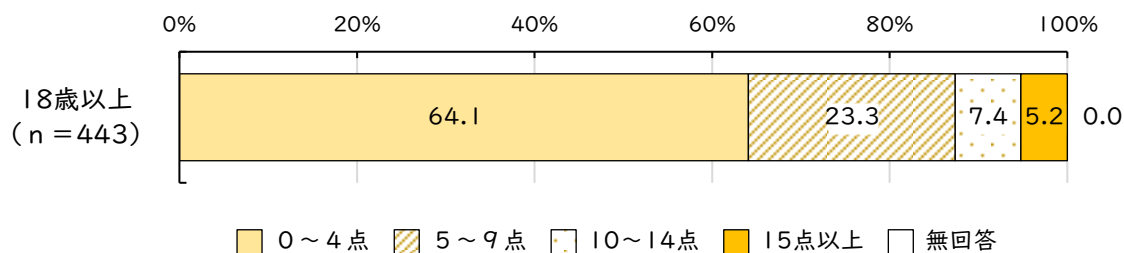
問 34 あなたの、この1か月のこころの状態はいかがですか。(それぞれ単数回答)

この1か月のこころの状態は、いずれも「まったくない」が最も多くなっています。その一方で、《神経過敏に感じましたか》において「ときどき」が20.6%と多くなっています。



K 6

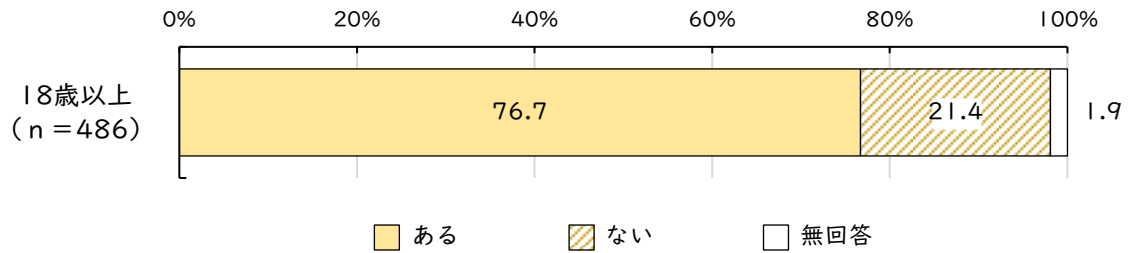
K 6 点数は、「0～4点」が64.1%と最も多く、次いで「5～9点」が23.3%、「10～14点」が7.4%などとなっています。



※K 6：うつ病や不安症状等の状況を評価する尺度です。問 34 の6項目に対する回答によって点数がつけられ、その合計得点が10点以上の人を精神的な苦痛を感じている人と評価します。配点は、下記の通りです。「いつも」4点、「たいてい」3点、「ときどき」2点、「少しだけ」1点、「まったくない」0点で、6項目すべてに回答した人を集計対象としています。

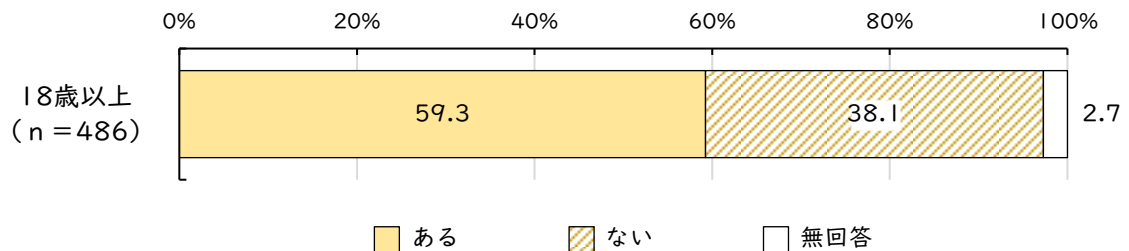
問 35 あなたは、自分なりのストレス解消法がありますか。(単数回答)

自分なりのストレス解消法の有無は、「ある」が76.7%、「ない」が21.4%となっています。



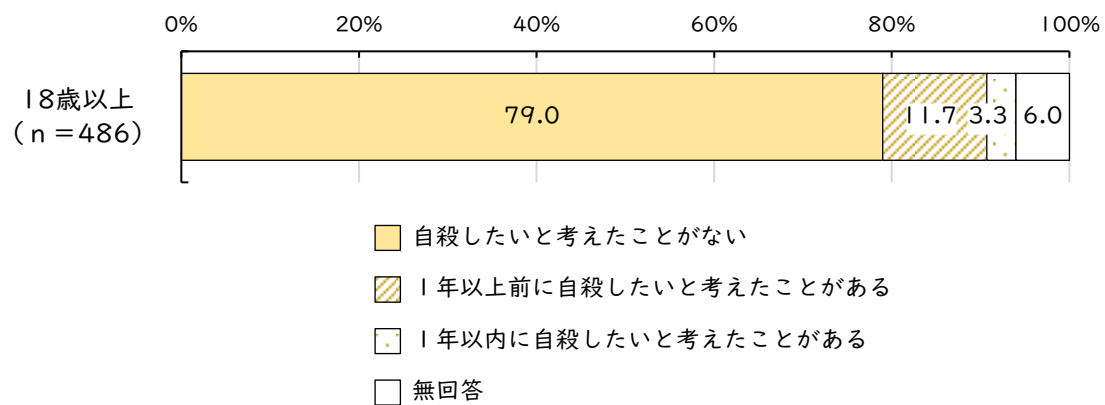
問 36 あなたのストレスの原因となる悩みなどについて相談する先はありますか。(単数回答)

ストレスの原因となる悩みなどについて相談する先の有無は、「ある」が59.3%、「ない」が38.1%となっています。



問 37 あなたは、これまでの人生のなかで、自殺をしたいと考えたことがありますか。(単数回答)

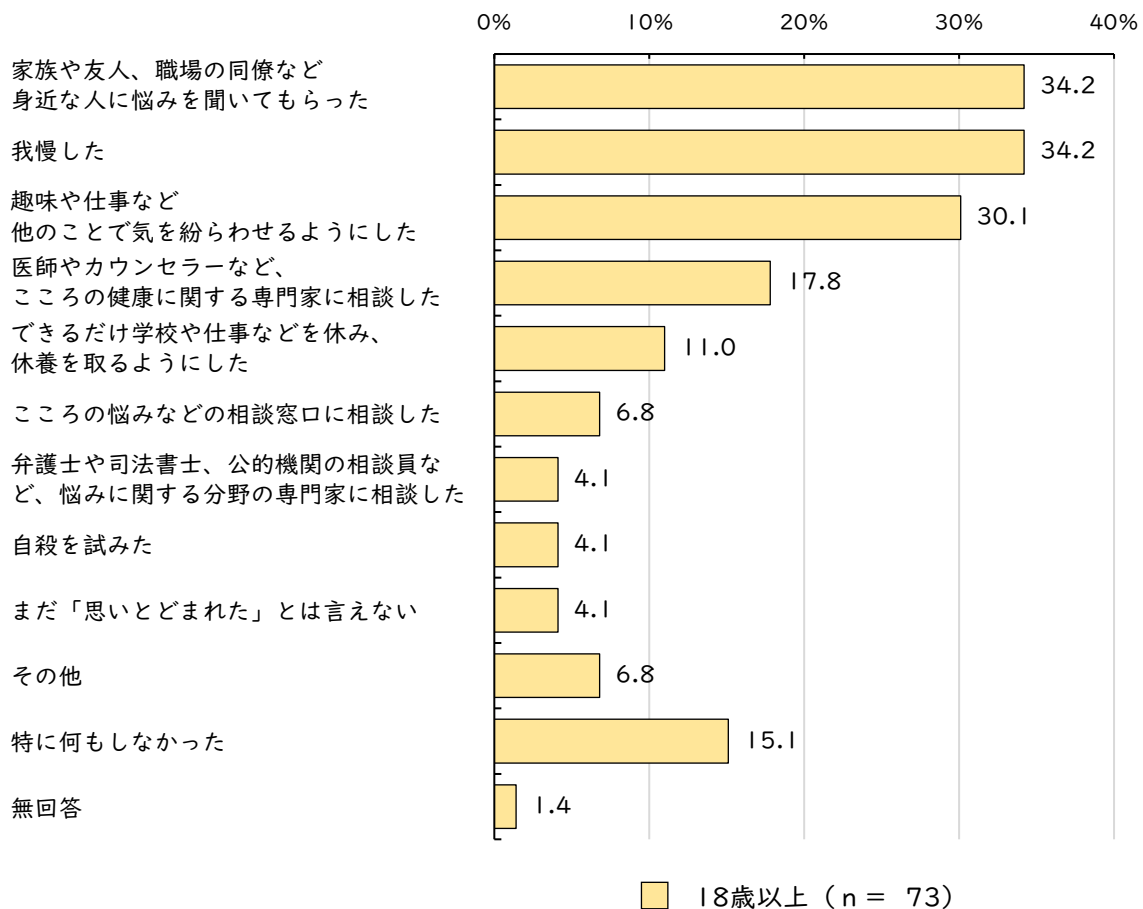
これまでの人生のなかで自殺をしたいと考えた経験の有無は、「自殺したいと考えたことがない」が79.0%と最も多く、次いで「1年以上前に自殺したいと考えたことがある」が11.7%、「1年以内に自殺したいと考えたことがある」が3.3%となっています。また、『自殺したいと考えたことがある』（1年以上前に自殺したいと考えたことがある＋1年以内に自殺したいと考えたことがある）は、15.0%となっています。



問37で『自殺したいと考えたことがある』と回答した方のみ

問37-1 自殺したいと考えたとき、どのように対処しましたか。(複数回答可能)

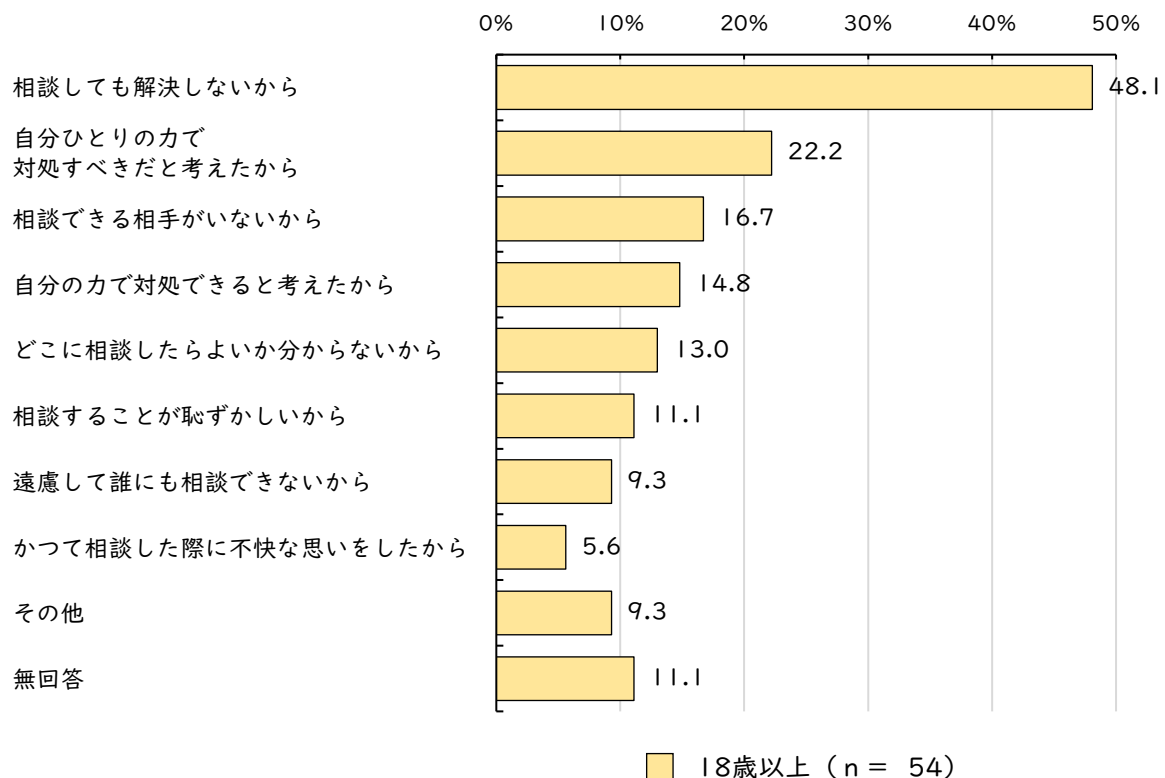
自殺したいと考えたときの対処方法は、「家族や友人、職場の同僚など身近な人に悩みを聞いてもらった」、「我慢した」がそれぞれ34.2%と最も多く、次いで「趣味や仕事など他のことで気を紛らわせるようにした」が30.1%、「医師やカウンセラーなど、こころの健康に関する専門家に相談した」が17.8%などとなっています。



問 37-1 で『誰にも相談しなかった』と回答した方のみ

問 37-1-1 そのときに、誰にも相談しなかった理由はなぜですか。(複数回答可能)

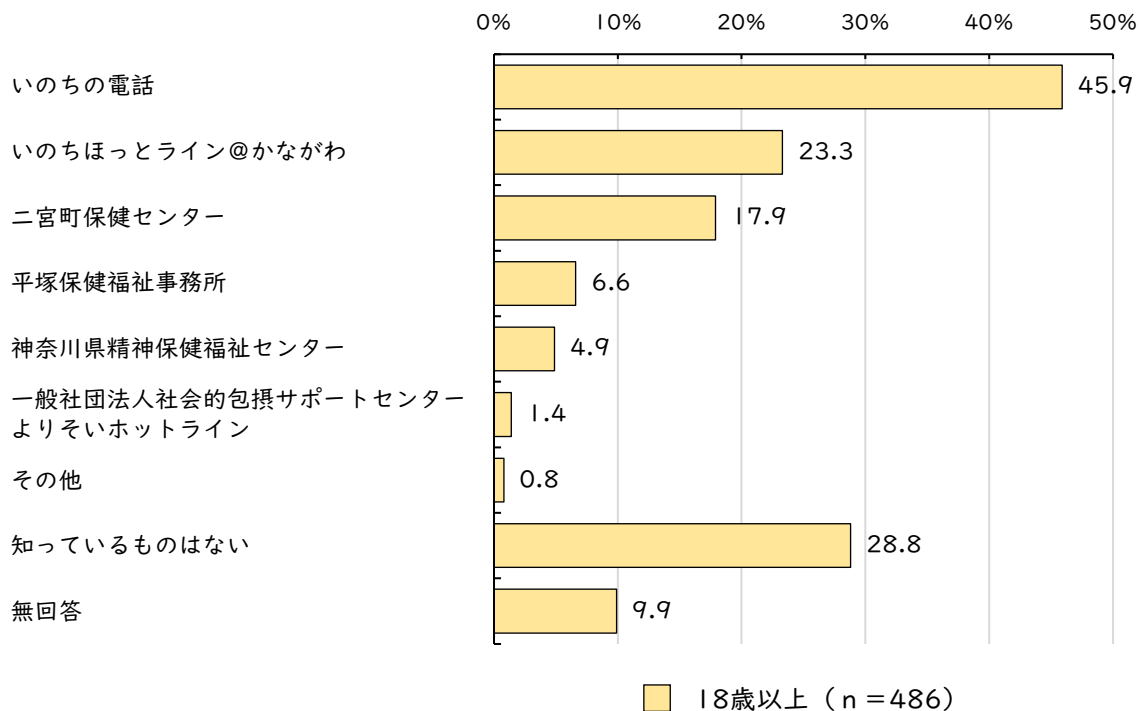
誰にも相談しなかった理由は、「相談しても解決しないから」が 48.1%と最も多く、次いで「自分ひとりの力で対処すべきだと思ったから」が 22.2%、「相談できる相手がいないから」が 16.7%などとなっています。



問 38 あなたは、こころの悩みなどの相談窓口について、知っているものはありますか。

(複数回答可能)

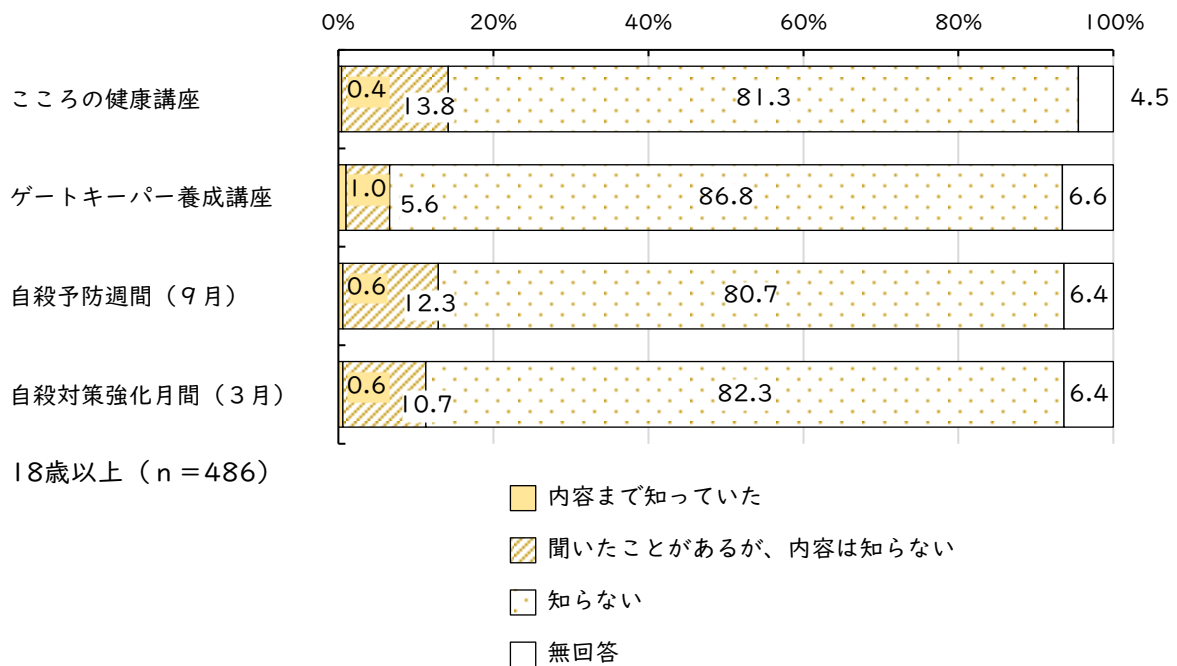
知っているこころの悩みなどの相談窓口は、「いのちの電話」が 45.9%と最も多く、次いで「知っているものはない」が 28.8%、「いのちほっとライン@かながわ」が 23.3%などとなっています。また、『何らかの相談窓口を知っている』（全体－知っているものはない－無回答）は、61.3%となっています。



問 39 あなたは二宮町が行っている以下の自殺対策に関する事業をご存じですか。

(それぞれ単数回答)

知っている二宮町が行っている自殺対策に関する事業は、いずれも「知らない」が最も多くなっています。また、『聞いたことがある』(内容まで知っていた+聞いたことがあるが、内容は知らない)は、《こころの健康講座》において14.2%、《ゲートキーパー養成講座》において6.6%、《自殺予防週間(9月)》において12.9%、《自殺対策強化月間(3月)》において11.3%と、それほど多くありません。

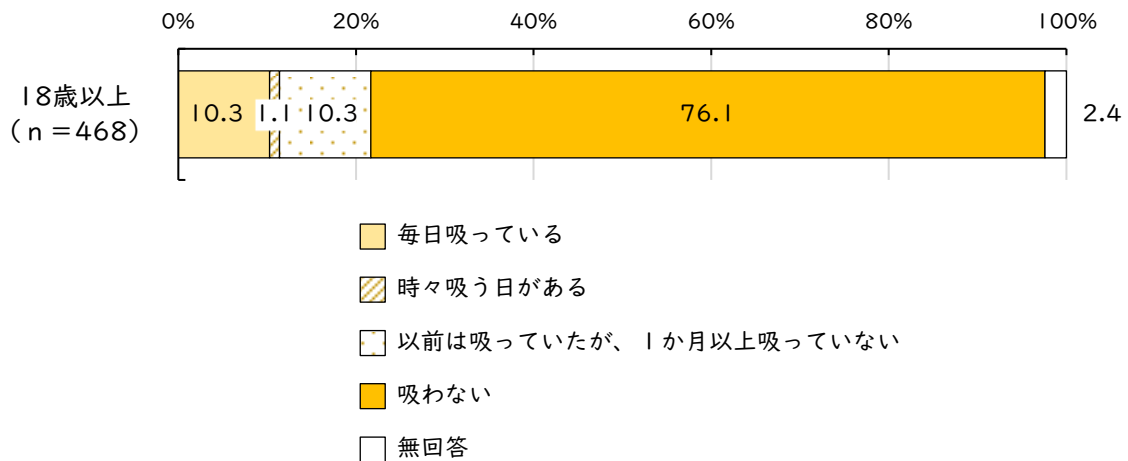


7. 喫煙・飲酒について

20歳以上の方のみ

問 40 あなたは、たばこを吸いますか。(単数回答)

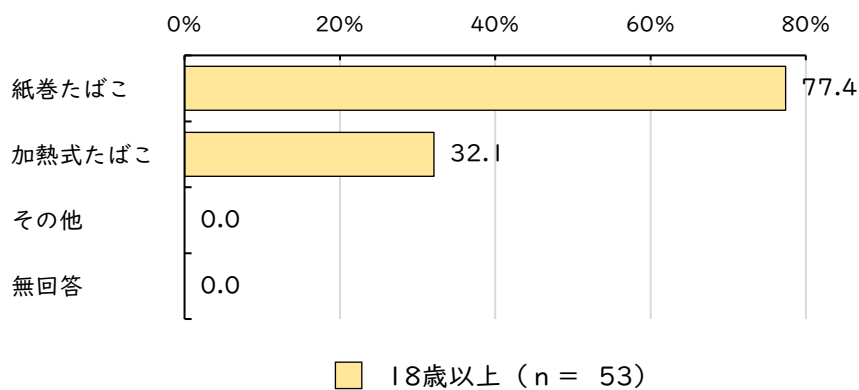
喫煙状況は、「吸わない」が76.1%と最も多く、次いで「毎日吸っている」、「以前は吸っていたが、1か月以上吸っていない」がそれぞれ10.3%、「時々吸う日がある」が1.1%となっています。



問 40 で「毎日吸っている」、「時々吸う日がある」と回答した方のみ

問 40－1 あなたが、現在吸っているたばこ製品は何ですか。(複数回答可能)

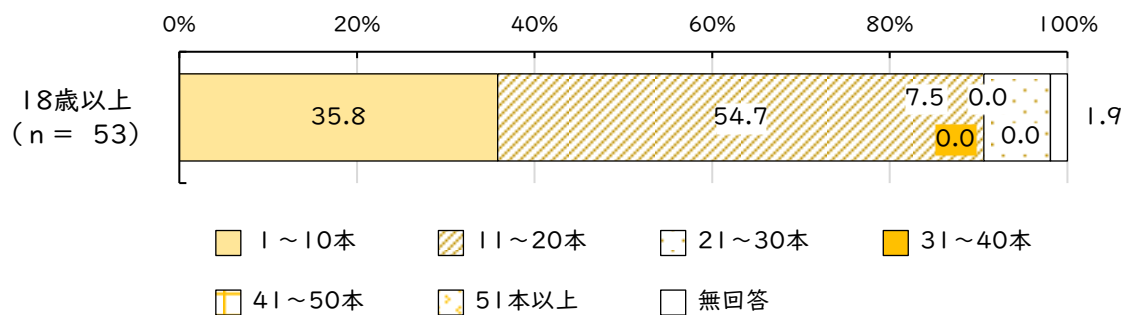
現在吸っているたばこ製品は、「紙巻たばこ」が77.4%と最も多く、次いで「加熱式たばこ」が32.1%となっています。



問 40 で「毎日吸っている」、「時々吸う日がある」と回答した方のみ

問 40-2 あなたは、1日に平均何本吸っていますか。(数字記入⇒単数回答)

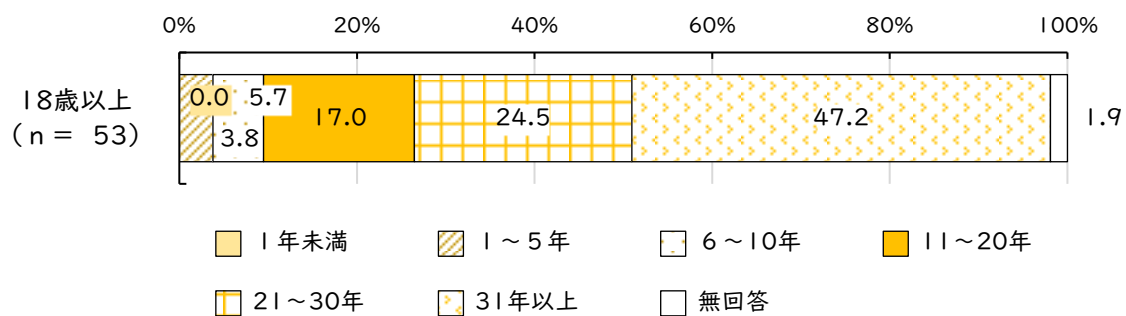
1日あたりの喫煙本数は、「11～20本」が54.7%と最も多く、次いで「1～10本」が35.8%、「21～30本」が7.5%となっています。



問 40 で「毎日吸っている」、「時々吸う日がある」と回答した方のみ

問 40-3 あなたは、たばこを吸い始めてから何年になりますか (数字記入⇒単数回答)

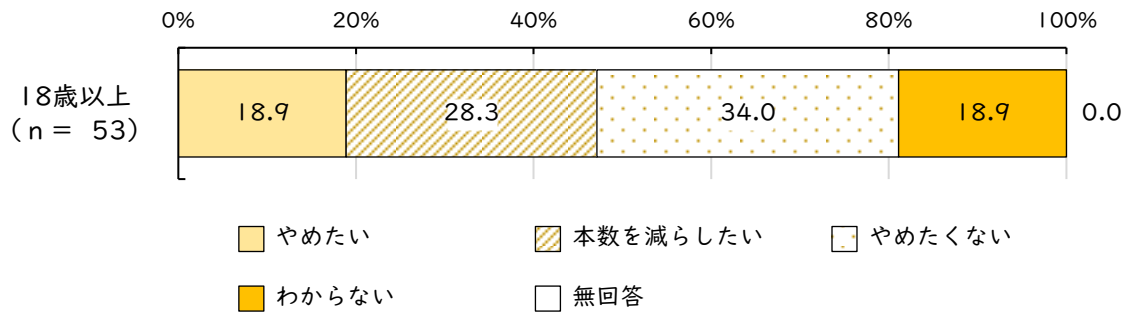
喫煙を始めてからの年数は、「31年以上」が47.2%と最も多く、次いで「21～30年」が24.5%、「11～20年」が17.0%などとなっています。



問 40 で「毎日吸っている」、「時々吸う日がある」と回答した方のみ

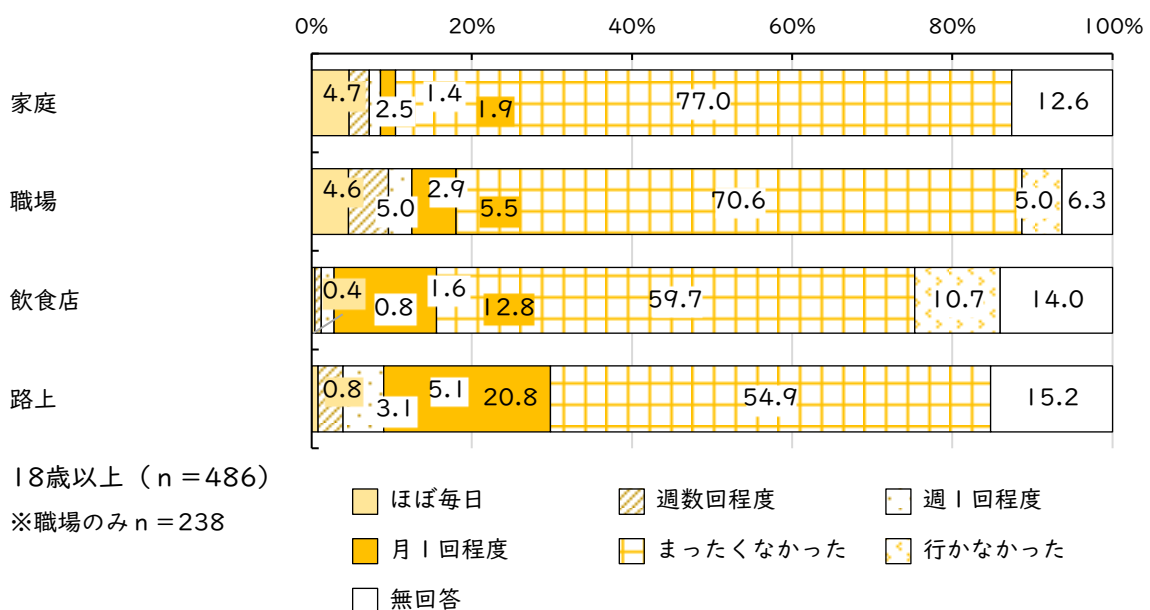
問 40－4 あなたは、たばこをやめたいと思いますか。（単数回答）

禁煙意向の有無は、「やめたくない」が 34.0%と最も多く、次いで「本数を減らしたい」が 28.3%、「やめたい」、「わからない」がそれぞれ 18.9%となっています。



問 41 あなたは、この1か月、受動喫煙(自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸わされること)がありましたか。（それぞれ単数回答）

この1か月間の受動喫煙の有無は、いずれも「まったくなかった」が最も多くなっています。また、『あった』（ほぼ毎日＋週数回程度＋週1回程度＋月1回程度）は、《家庭》において 10.5%、《職場》において 18.0%、《飲食店》において 15.6%、《路上》において 29.8%と、《路上》で多くなっています。

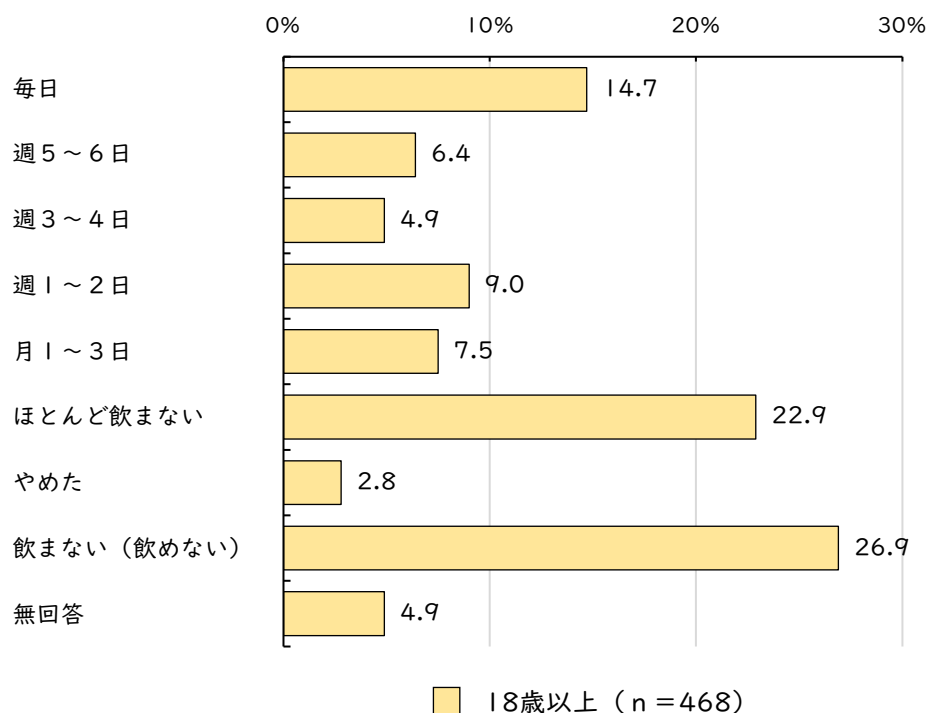


20 歳以上の方のみ

問 42 あなたは、週に何日くらいお酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲みますか。

(単数回答)

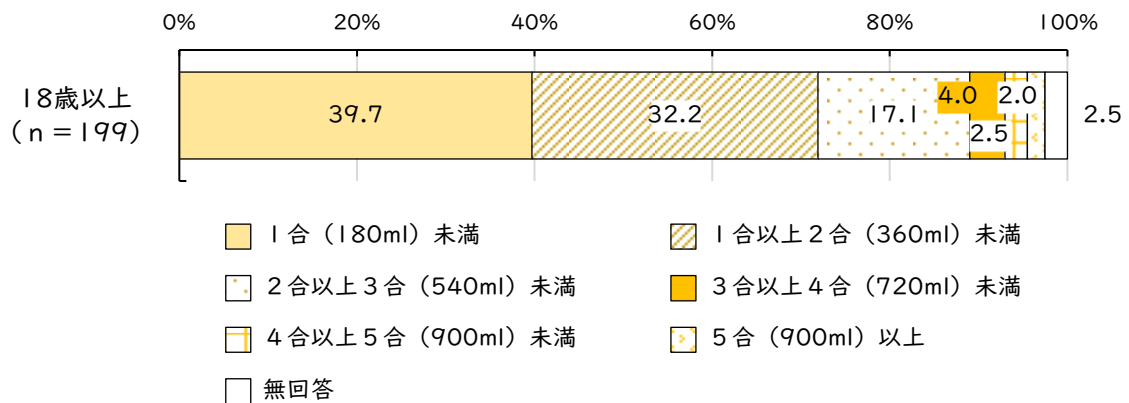
飲酒頻度は、「飲まない（飲めない）」が 26.9%と最も多く、次いで「ほとんど飲まない」が 22.9%、「毎日」が 14.7%などとなっています。また、『週 1 日以上』（毎日＋週 5～6 日＋週 3～4 日＋週 1～2 日）は、35.0%となっています。



問 42 で『月 1 日以上』と回答した方のみ

問 42－1 あなたがお酒を飲む日は 1 日あたり、どのくらいの量を飲みますか。清酒に換算してご回答ください。(単数回答)

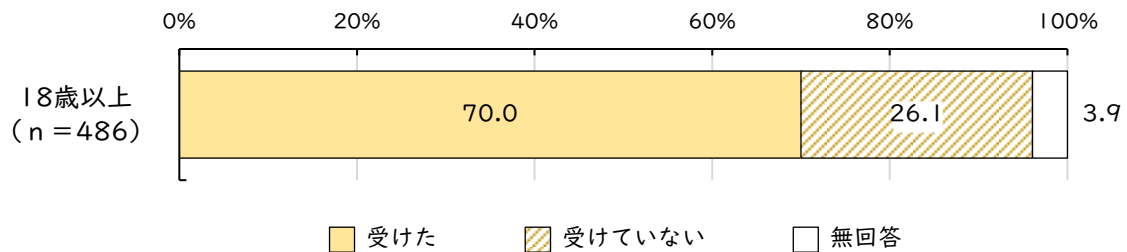
1 日あたりの飲酒量は、「1 合（180ml）未満」が 39.7%と最も多く、次いで「1 合以上 2 合（360ml）未満」が 32.2%、「2 合以上 3 合（540ml）未満」が 17.1%などとなっています。また、『2 合以上』（2 合以上 3 合（540ml）未満＋ 3 合以上 4 合（720ml）未満＋ 4 合以上 5 合（900ml）未満＋ 5 合（900ml）以上）は、25.6%となっています。



8. 健康診査・各種がん検診について

問 43 あなたは、この1年間で、健康診査を受けましたか。(単数回答)

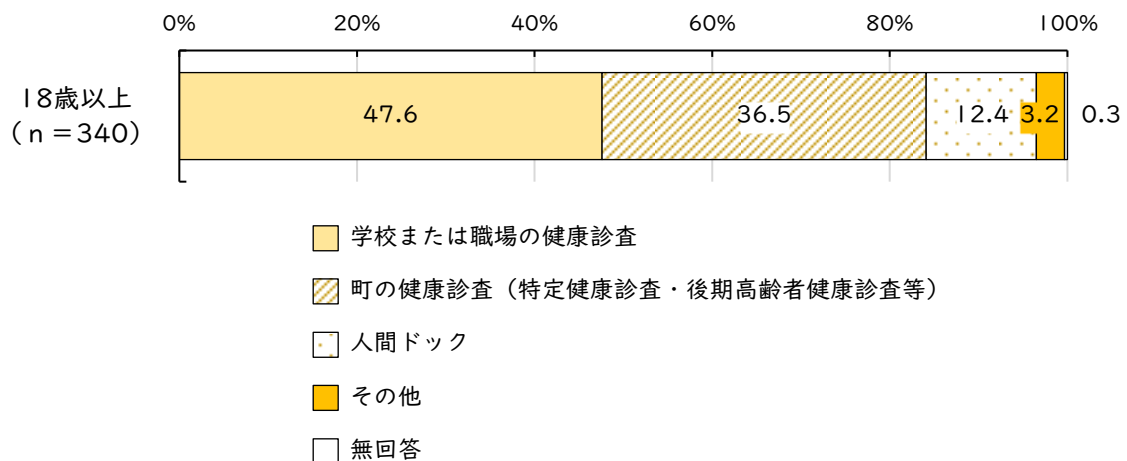
この1年間の健康診査の受診状況は、「受けた」が70.0%、「受けていない」が26.1%となっています。



問 43 で「受けた」と回答した方のみ

問 43-1 あなたは、どこで健康診査を受けましたか。(単数回答)

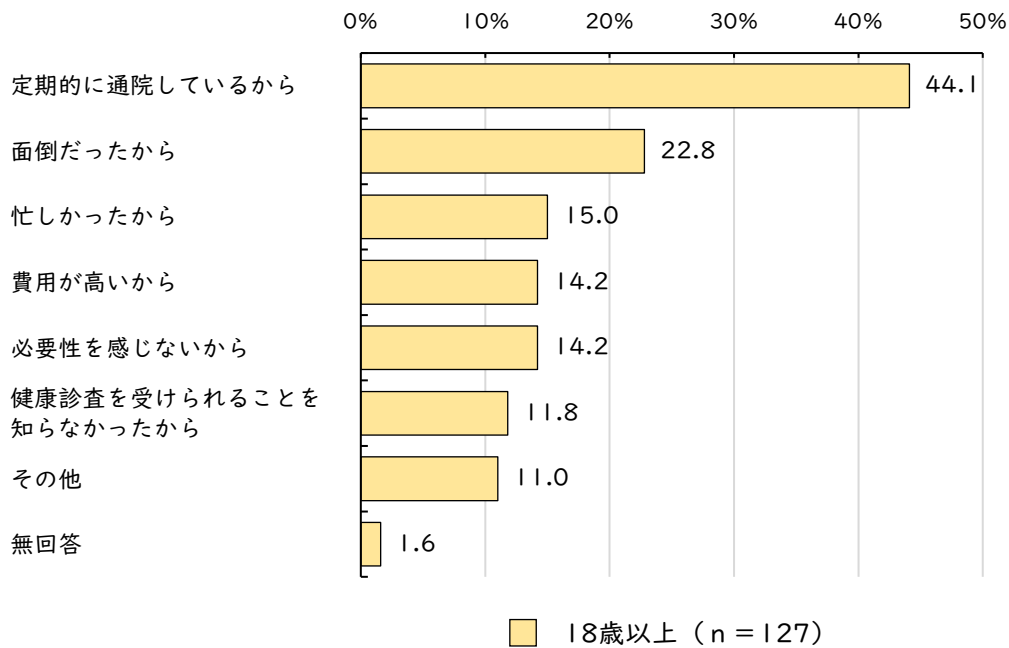
健康診査を受けた場所は、「学校または職場の健康診査」が47.6%と最も多く、次いで「町の健康診査（特定健康診査・後期高齢者健康診査等）」が36.5%、「人間ドック」が12.4%などとなっています。



問 43 で「受けていない」と回答した方のみ

問 43-2 あなたが健康診査を受けない理由は、何ですか。(複数回答可能)

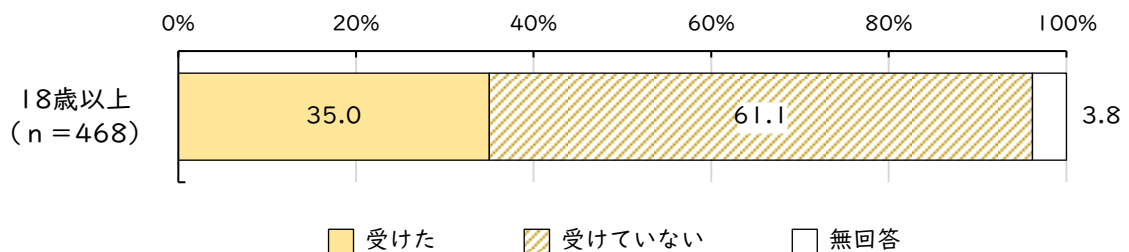
健康診査を受けない理由は、「定期的に通院しているから」が 44.1%と最も多く、次いで「面倒だったから」が 22.8%、「忙しかったから」が 15.0%などとなっています。



20 歳以上の方のみ

問 44 あなたは、この1年間で、各種がん検診を受けましたか。(単数回答)

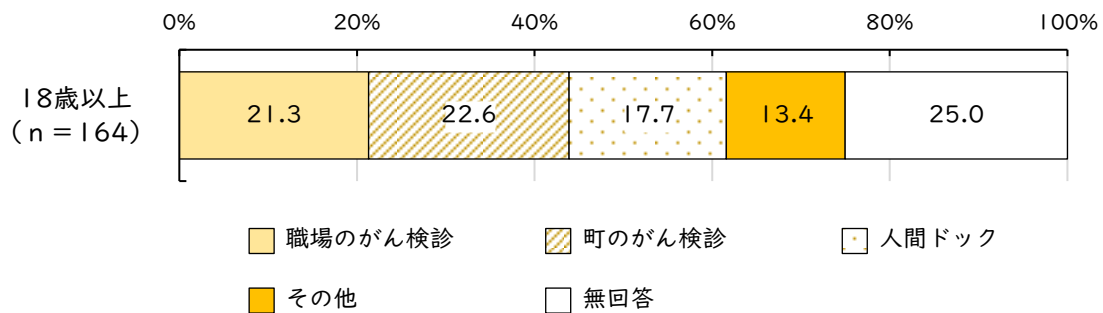
この1年間の各種がん検診の受診状況は、「受けた」が 35.0%、「受けていない」が 61.1%となっています。



問 44 で「受けた」と回答した方のみ

問 44-1 あなたは、どこでがん検診を受けましたか。(単数回答)

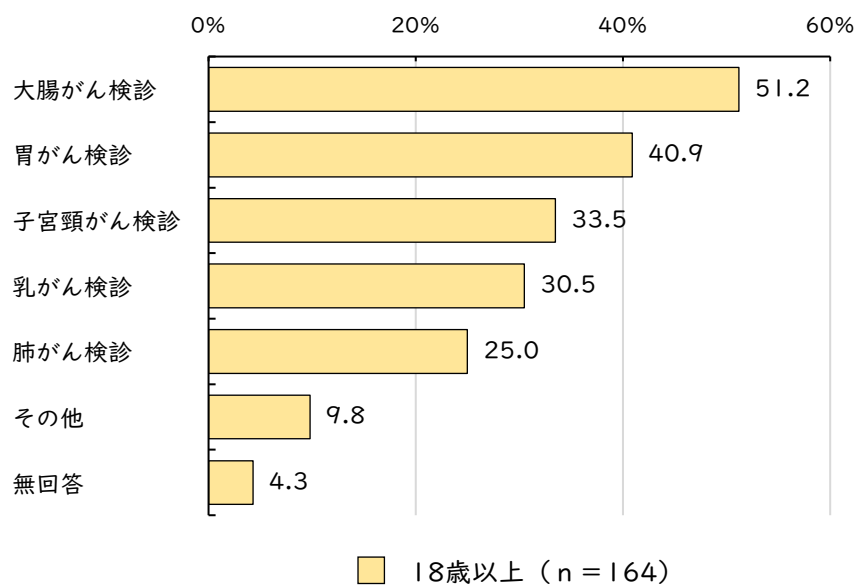
がん検診を受けた場所は、「町のがん検診」が22.6%と最も多く、次いで「職場のがん検診」が21.3%、「人間ドック」が17.7%などとなっています。



問 44 で「受けた」と回答した方のみ

問 44-2 あなたが受けたがん検診の種類はどれですか。(複数回答可能)

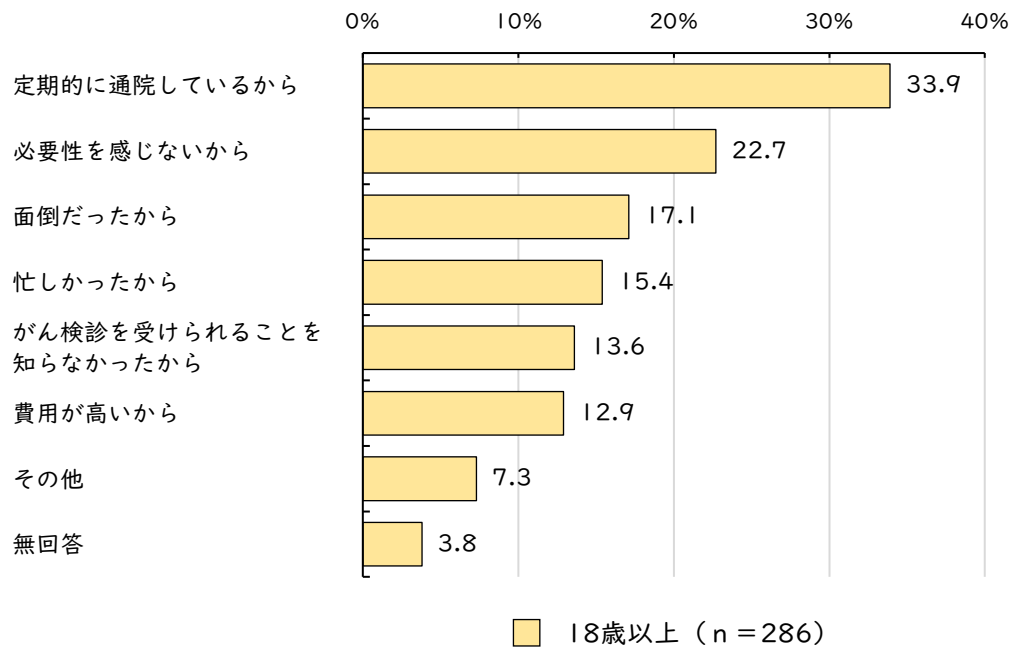
受けたがん検診の種類は、「大腸がん検診」が51.2%と最も多く、次いで「胃がん検診」が40.9%、「子宮頸がん検診」が33.5%などとなっています。



問 44 で「受けていない」と回答した方のみ

問 44－3 あなたががん検診を受けない理由は、何ですか。(複数回答可能)

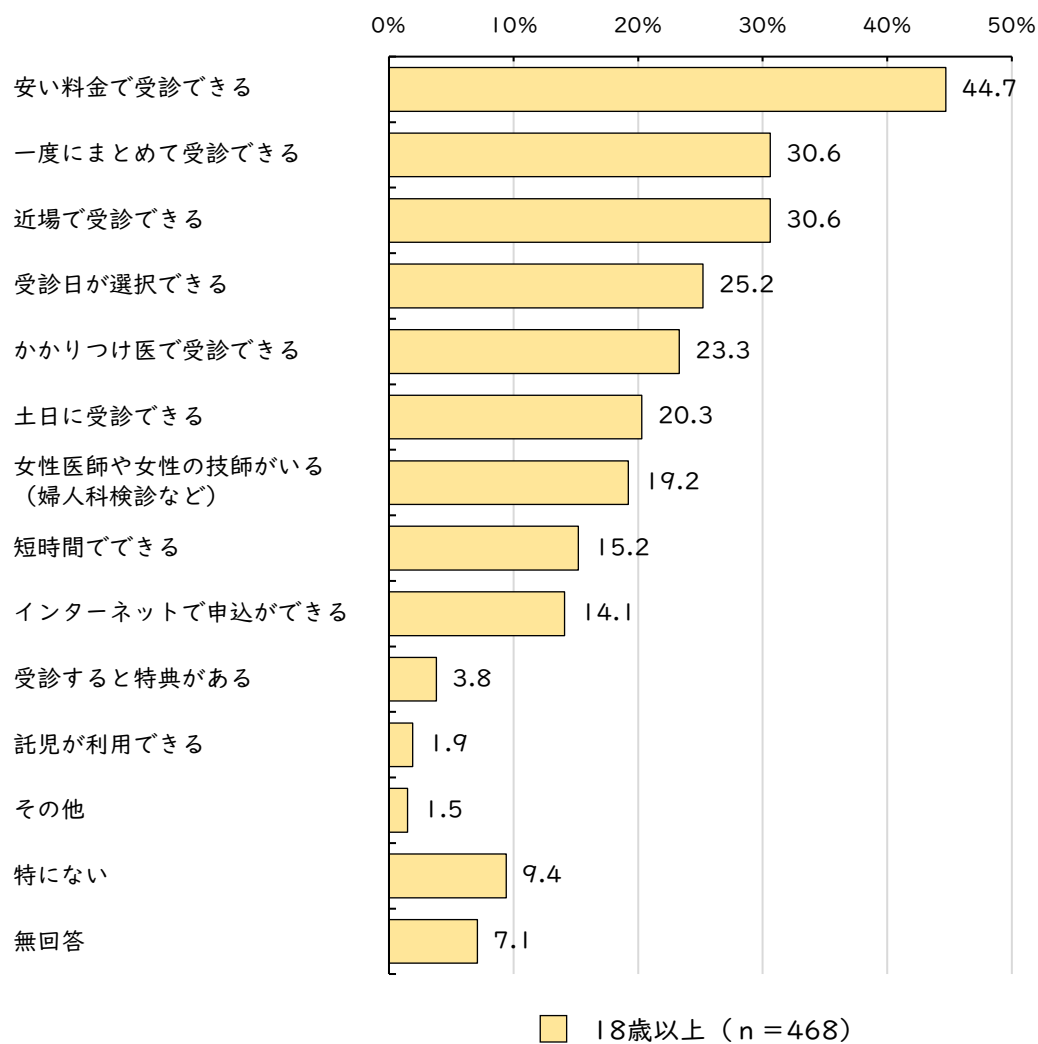
がん検診を受けない理由は、「定期的に通院しているから」が 33.9%と最も多く、次いで「必要性を感じないから」が 22.7%、「面倒だったから」が 17.1%などとなっています。



20 歳以上の方のみ

問 45 あなたは、どのような体制があればよりがん検診が受診しやすくなると思いますか。
(複数回答可能：3つまで)

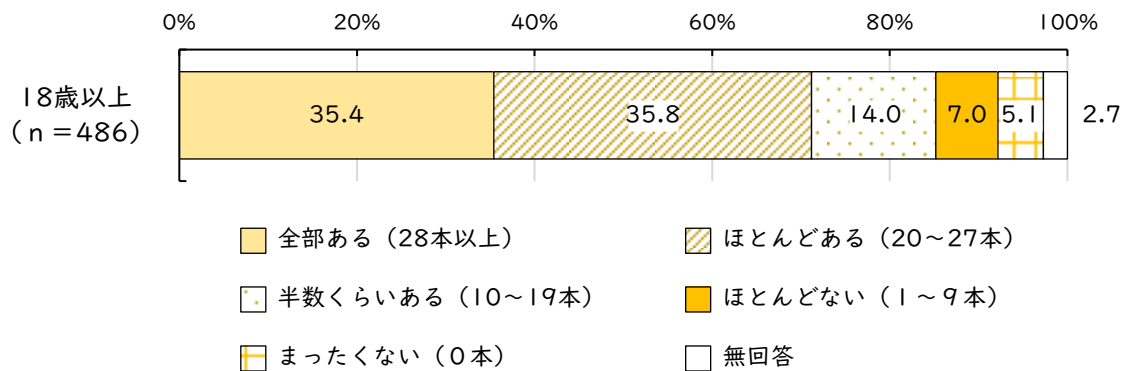
がん検診が受診しやすくなるためにあれば良いと思う体制は、「安い料金の受診できる」が44.7%と最も多く、次いで「一度にまとめて受診できる」、「近場で受診できる」がそれぞれ30.6%、「受診日が選択できる」が25.2%などとなっています。



9. 歯の状況について

問 46 あなたは、現在、自分の歯は何本ありますか。インプラントやブリッジ、入れ歯などの根が残っていない歯は本数に含めません。(単数回答)

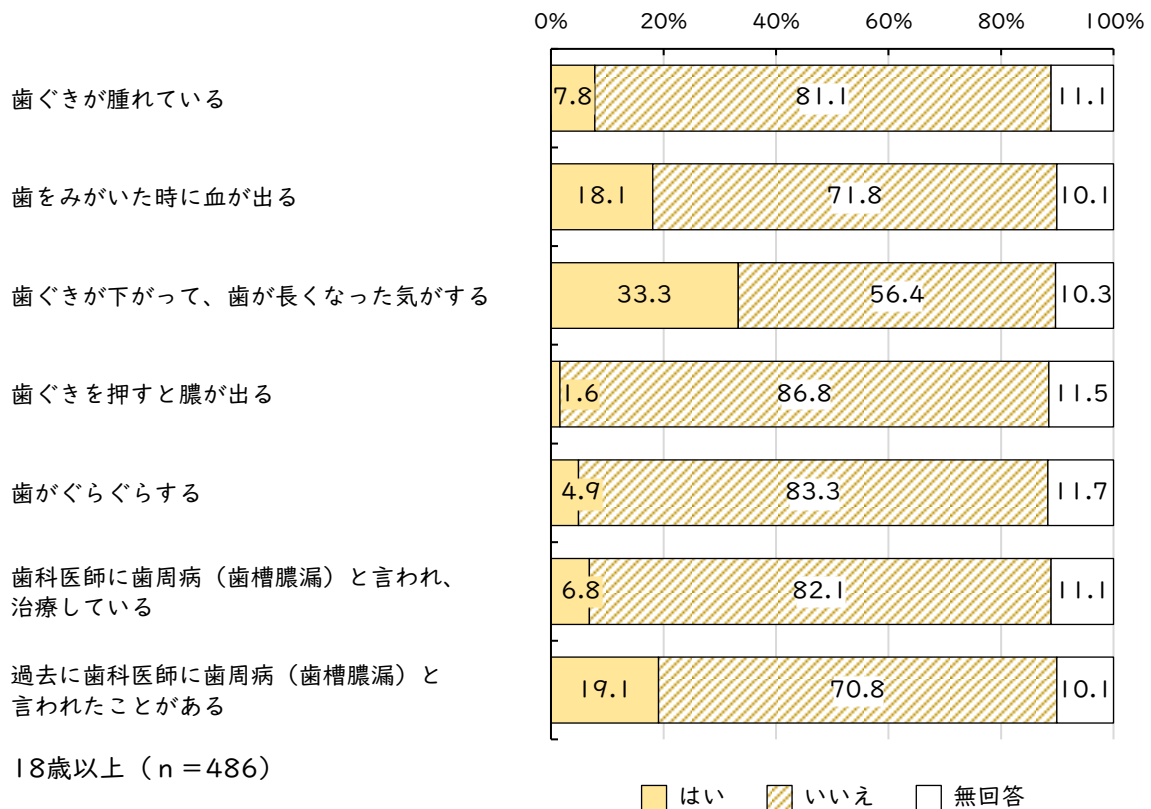
現在の自分の歯の本数は、「ほとんどある (20～27 本)」が 35.8%と最も多く、次いで「全部ある (28 本以上)」が 35.4%、「半数くらいある (10～19 本)」が 14.0%などとなっています。また、『20 本以上』(全部ある (28 本以上) + ほとんどある (20～27 本)) は、71.2%となっています。



※親しらずを除いて、全部はえている場合は 28 本です。

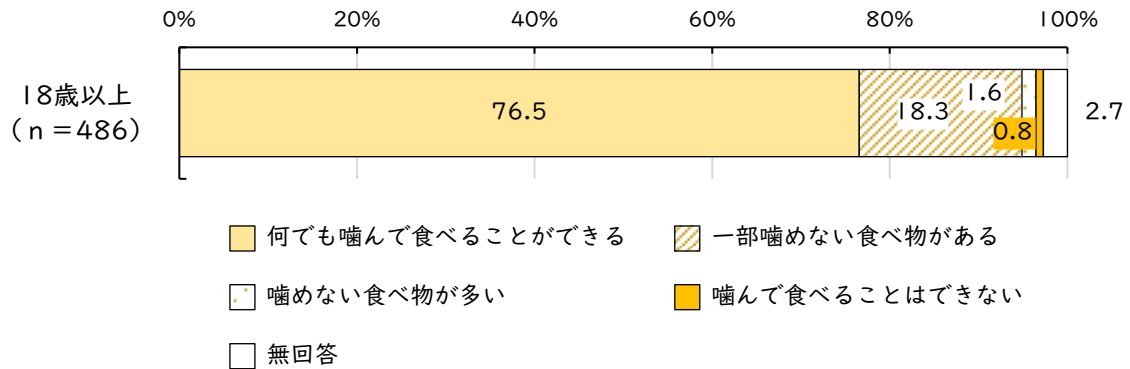
問 47 あなたの歯ぐきの状態はいかがですか。(それぞれ単数回答)

歯ぐきの状態は、いずれも「いいえ」が多くなっています。また、「はい」は「歯ぐきが下がって、歯が長くなった気がする」において 33.3%と最も多く、「過去に歯科医師に歯周病（歯槽膿漏）と言われたことがある」、「歯をみがいた時に血が出る」が続いています。



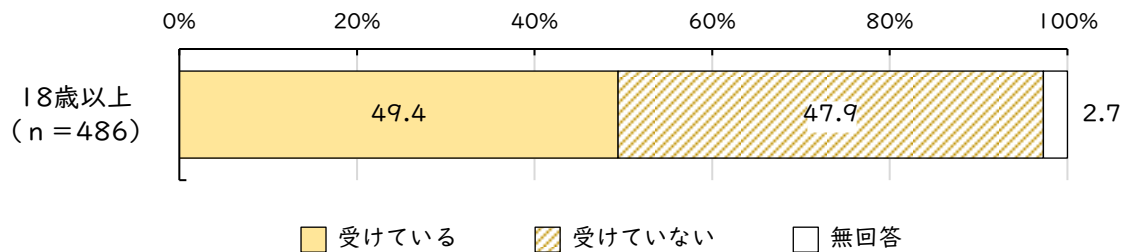
問 48 あなたが嚙んで食べる時の状態はいかがですか。(単数回答)

嚙んで食べる時の状態は、「何でも嚙んで食べることができる」が 76.5%と最も多く、次いで「一部嚙めない食べ物がある」が 18.3%、「嚙めない食べ物が多い」が 1.6%などとなっています。



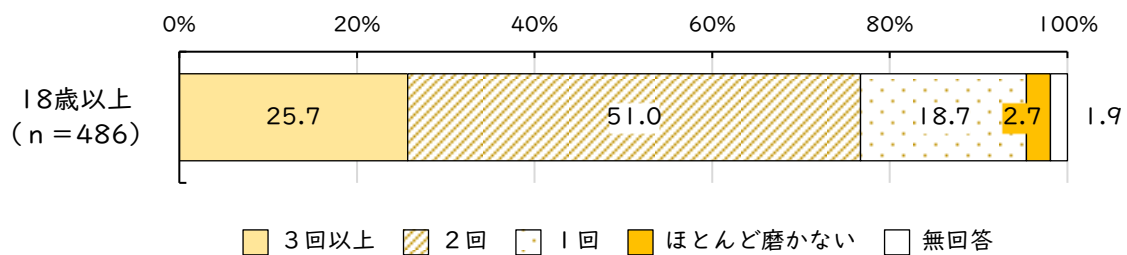
問 49 あなたは、定期的に歯科健診を受けていますか。(単数回答)

定期的な歯科健診の受診状況は、「受けている」が 49.4%、「受けていない」が 47.9%となっています。



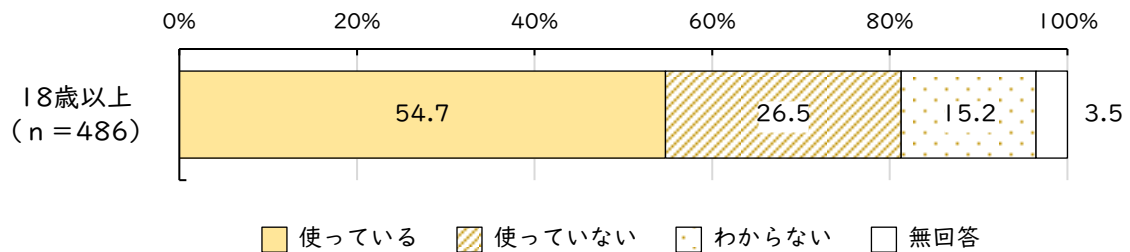
問 50 あなたは、1日に何回歯を磨きますか。(単数回答)

1日あたりの歯磨きの回数は、「2回」が 51.0%と最も多く、次いで「3回以上」が 25.7%、「1回」が 18.7%などとなっています。



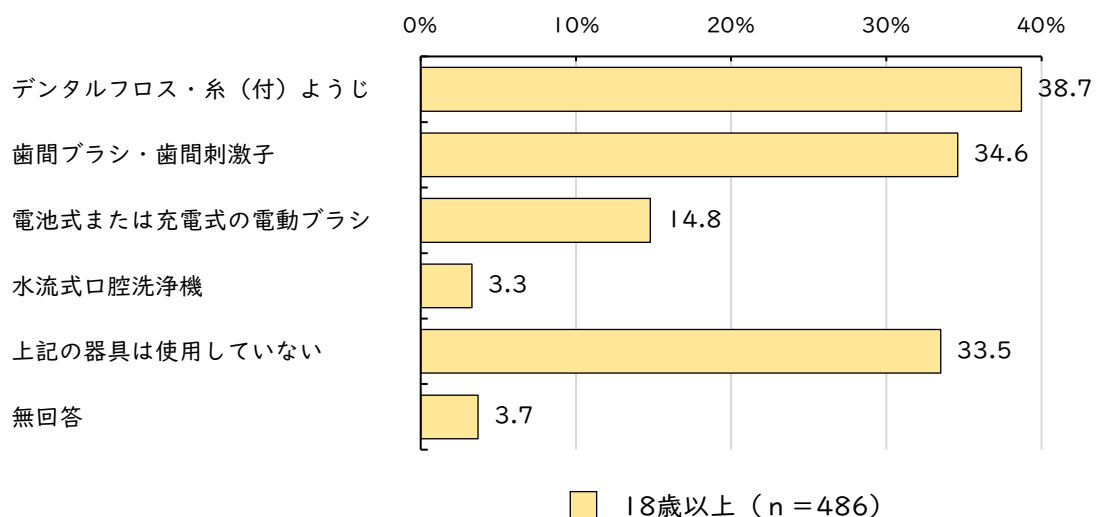
問 51 あなたは、むし歯予防のために、フッ素入りの歯みがき剤を使用していますか。(単数回答)

むし歯予防を目的としたフッ素入りの歯みがき剤の使用状況は、「使っている」が54.7%と最も多く、次いで「使っていない」が26.5%、「わからない」が15.2%となっています。



問 52 あなたは、次の器具（歯間部清掃用具など）を使用していますか。(複数回答可能)

歯間部清掃用具器具などの使用状況は、「デンタルフロス・糸（付）ようじ」が38.7%と最も多く、次いで「歯間ブラシ・歯間刺激子」が34.6%、「上記の器具は使用していない」が33.5%などとなっています。また、『何らかの歯間部清掃用具器具などを使用している』（全体－上記の器具は使用していない－無回答）は、62.8%となっています。

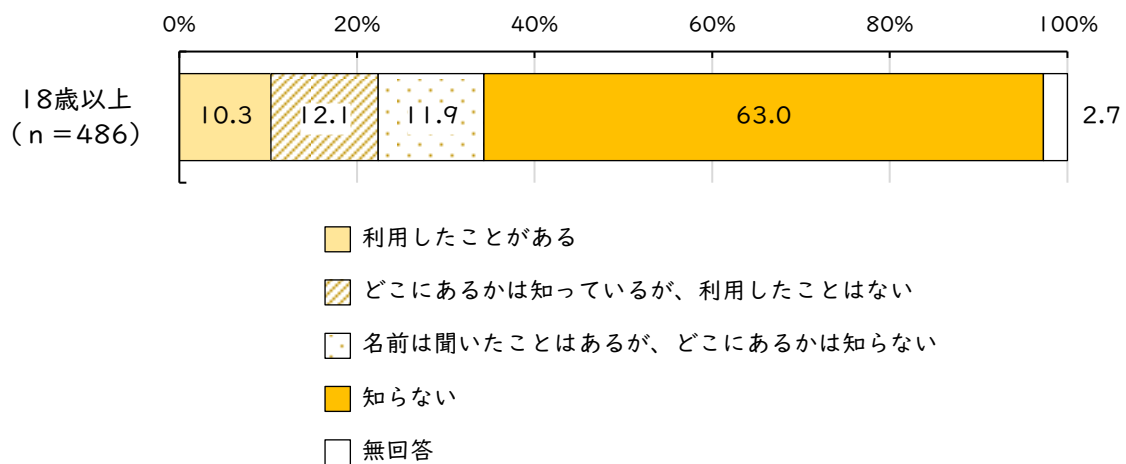


10. 町の事業について

問 53 あなたは、未病センターにのみや「健康づくりステーション」を知っていますか。

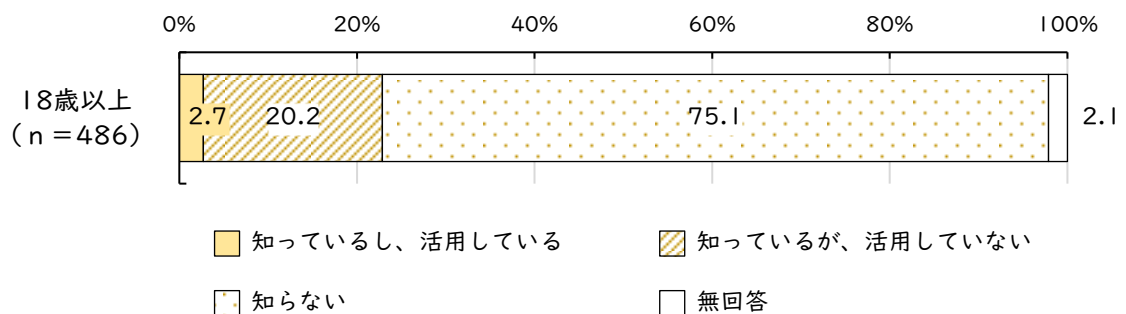
(単数回答)

未病センターにのみや『健康づくりステーション』の認知状況は、「知らない」が63.0%と最も多く、次いで「どこにあるかは知っているが、利用したことはない」が12.1%、「名前は聞いたことはあるが、どこにあるかは知らない」が11.9%などとなっています。また、『名前は聞いたことがある』（利用したことがある＋どこにあるかは知っているが、利用したことはない＋名前は聞いたことはあるが、どこにあるかは知らない）は、34.3%となっています。



問 54 あなたは、町が発行している「健康カレンダー（成人）」を知っていますか。(単数回答)

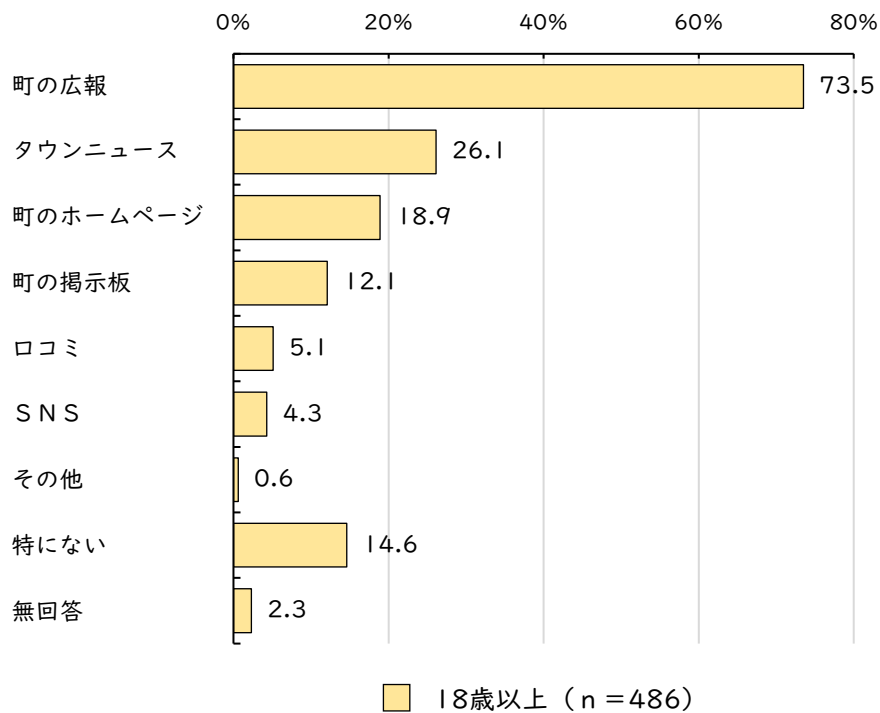
健康カレンダー（成人）の認知状況は、「知らない」が75.1%と最も多く、次いで「知っているが、活用していない」が20.2%、「知っているし、活用している」が2.7%となっています。



※令和5年度は、ピンク色のカレンダーです。

問 55 あなたは、町の情報を何で得ていますか。（複数回答可能）

町の情報の入手手段は、「町の広報」が73.5%と最も多く、次いで「タウンニュース」が26.1%、「町のホームページ」が18.9%などとなっています。

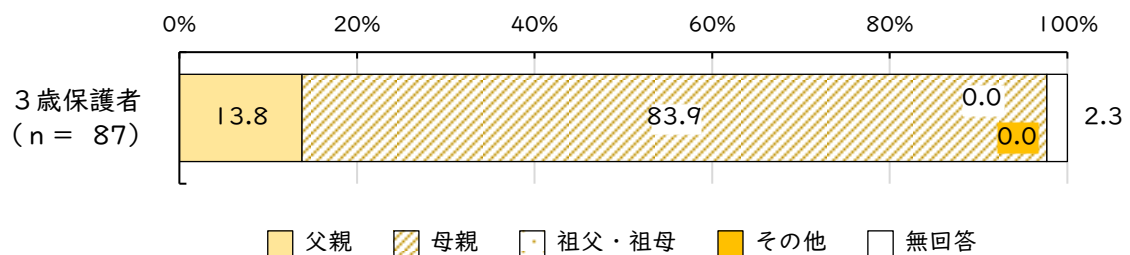


Ⅲ 調査の結果【②3歳保護者】

1. あて名のお子さんのことについて

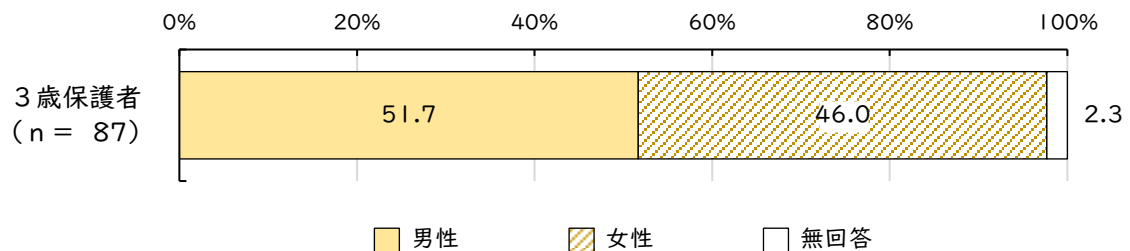
問1 このアンケートを記入される方は、どなたですか。(単数回答)

アンケートの記入者は、「母親」が83.9%と最も多く、次いで「父親」が13.8%となっています。



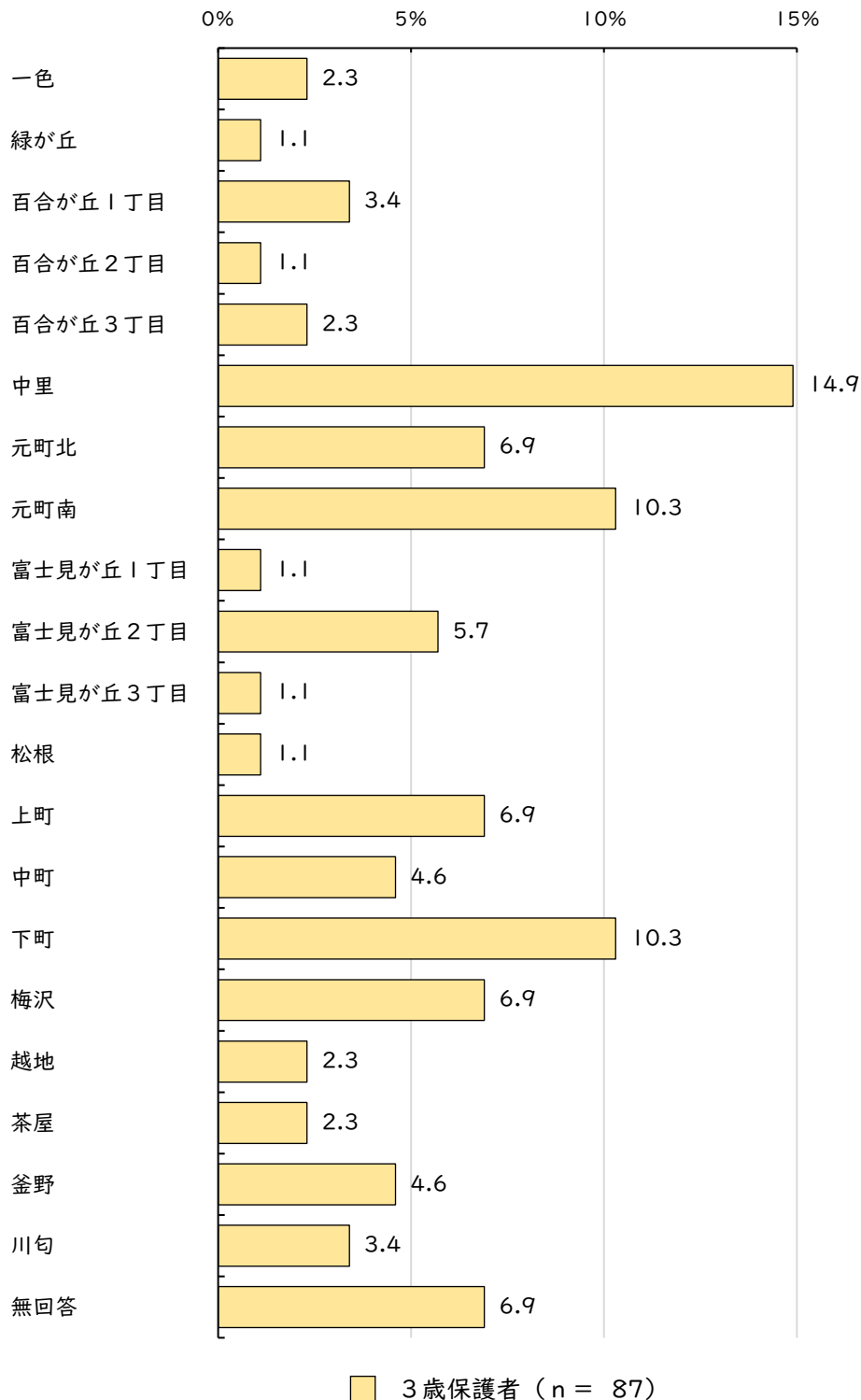
問2 あて名のお子さんの性別を教えてください。(単数回答)

あて名のお子さんの性別は、「男性」が51.7%、「女性」が46.0%となっています。



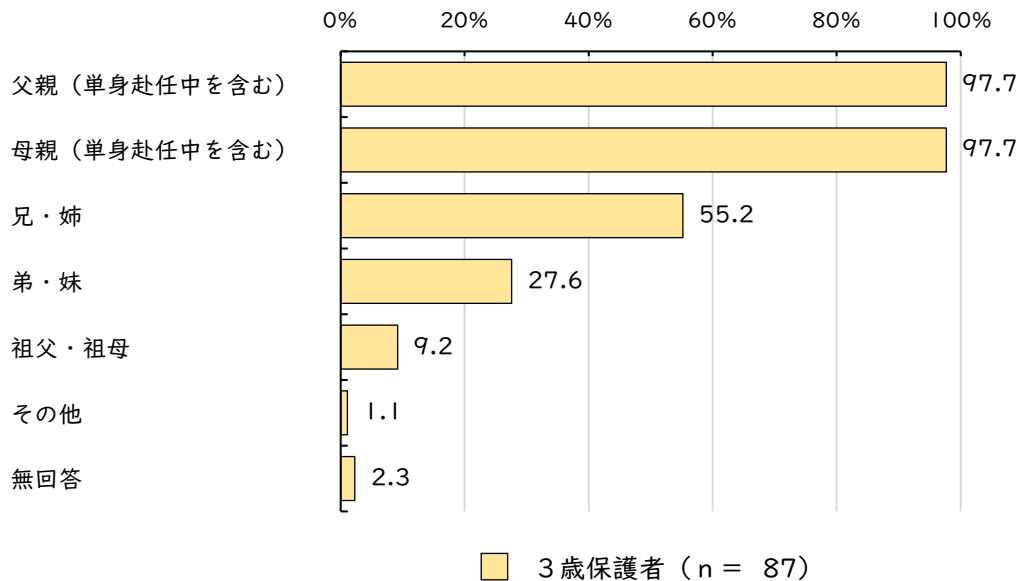
問3 あて名のお子さんがお住まいの地区を教えてください。(単数回答)

あて名のお子さんの居住地区は、「中里」が14.9%と最も多く、次いで「元町南」、「下町」がそれぞれ10.3%、「元町北」、「上町」、「梅沢」がそれぞれ6.9%などとなっています。



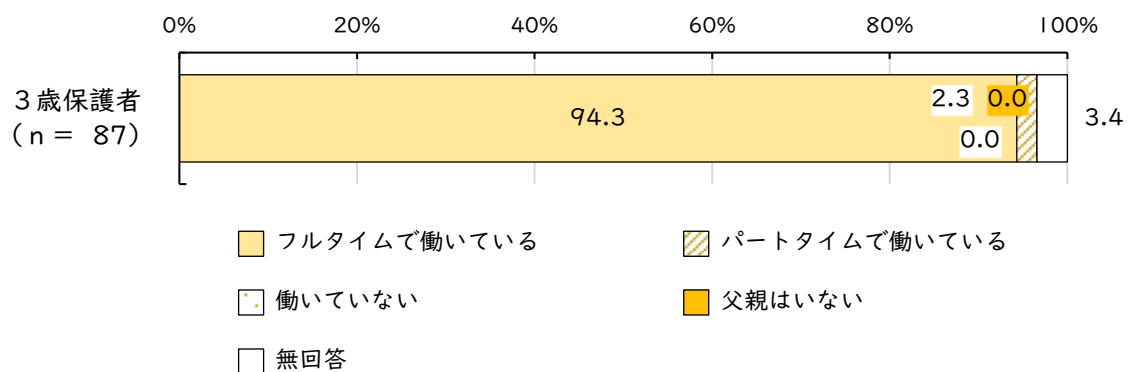
問4 あて名のお子さんは、どなたと一緒に住んでいますか。(複数回答可能)

あて名のお子さんの同居家族は、「父親（単身赴任中を含む）」、「母親（単身赴任中を含む）」がそれぞれ 97.7%と最も多く、次いで「兄・姉」が 55.2%、「弟・妹」が 27.6%などとなっています。



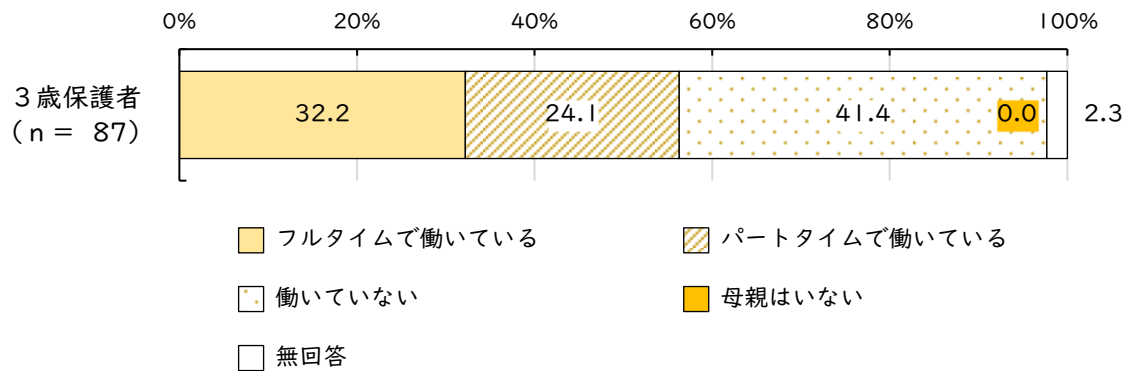
問5 あて名のお子さんの父親は、働いていますか。(単数回答)

あて名のお子さんの父親の就労状況は、「フルタイムで働いている」が 94.3%と突出しています。



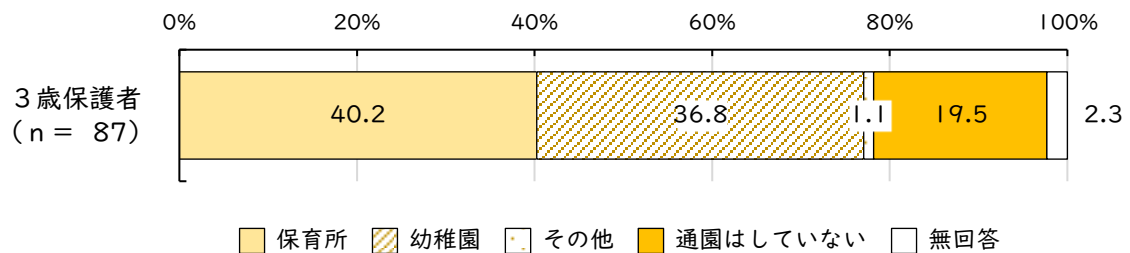
問6 あて名のお子さんの母親は、働いていますか。(単数回答)

あて名のお子さんの母親の就労状況は、「働いていない」が41.4%と最も多く、次いで「フルタイムで働いている」が32.2%、「パートタイムで働いている」が24.1%などとなっています。



問7 あて名のお子さんは、どこかに通園していますか。(単数回答)

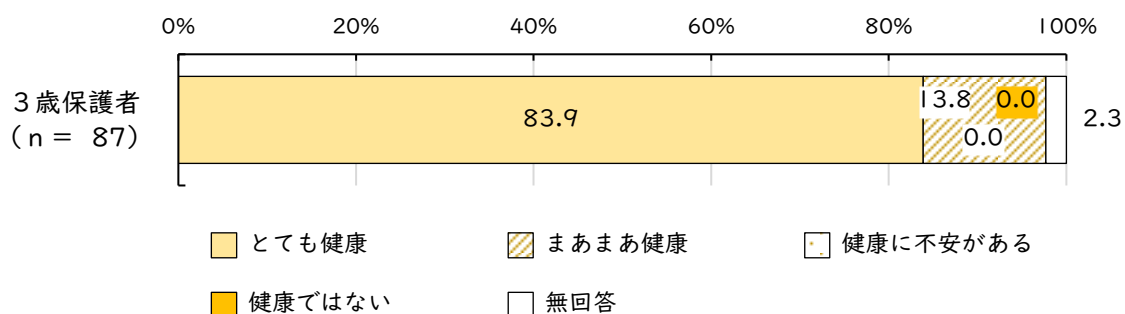
あて名のお子さんの通園先は、「保育所」が40.2%と最も多く、次いで「幼稚園」が36.8%、「通園はしていない」が19.5%などとなっています。



2. 健康について

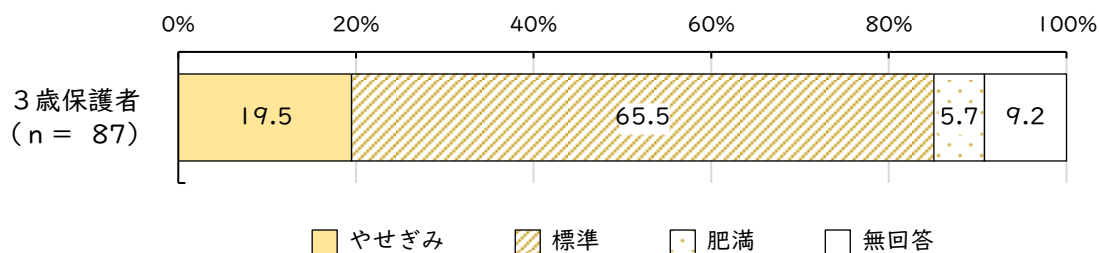
問8 あなた（回答者）は、あて名のお子さんの現在の健康状態をどのように感じていますか。
（単数回答）

あて名のお子さんの現在の健康状態は、「とても健康」が83.9%と最も多く、次いで「まあまあ健康」が13.8%となっています。また、『健康』（とても健康＋まあまあ健康）は、97.7%となっています。



問9 あて名のお子さんの身長・体重を教えてください。（数字記入⇒単数回答）

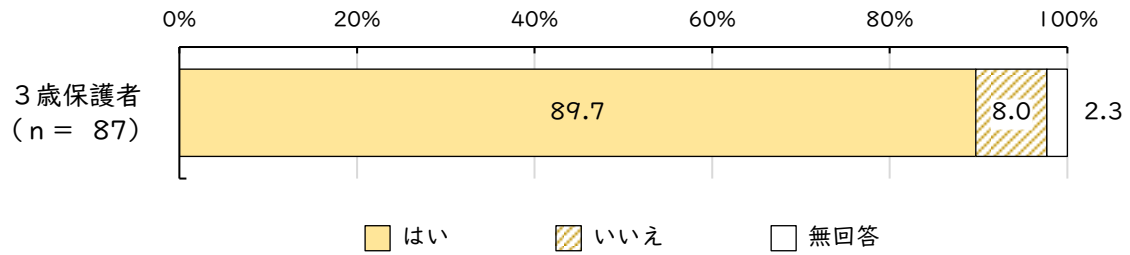
あて名のお子さんの身長・体重から算出した肥満度は、「標準」が65.5%と最も多く、次いで「やせぎみ」が19.5%、「肥満」が5.7%となっています。



※回答された身長・体重からカウプ指数を算出し、肥満度を評価しています。

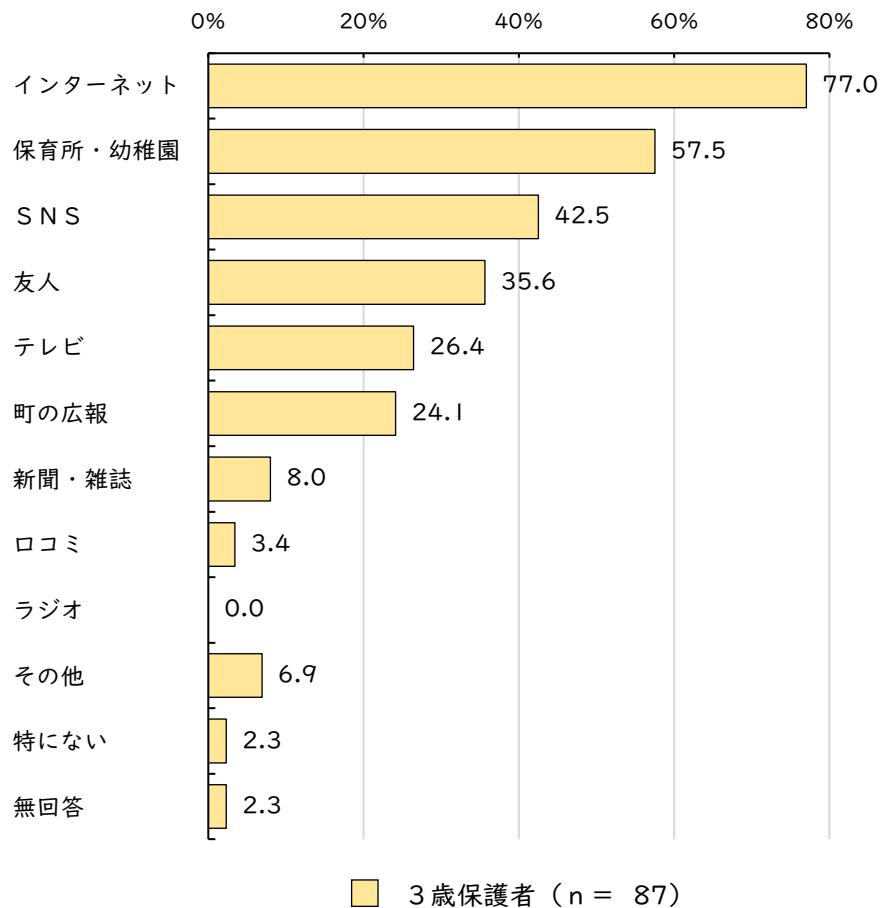
問10 あて名のお子さんは、かかりつけ医がいますか。(単数回答)

あて名のお子さんのかかりつけ医の有無は、「はい」が89.7%と突出しています。



問 11 あなた（回答者）は、あて名のお子さんの健康情報をどのような手段で入手していますか。
（複数回答可能）

あて名のお子さんの健康情報の入手手段は、「インターネット」が 77.0%と最も多く、次いで「保育所・幼稚園」が 57.5%、「SNS」が 42.5%などとなっています。



※SNS：Facebook, X（旧 Twitter）, LINE, Instagram, ブログなど

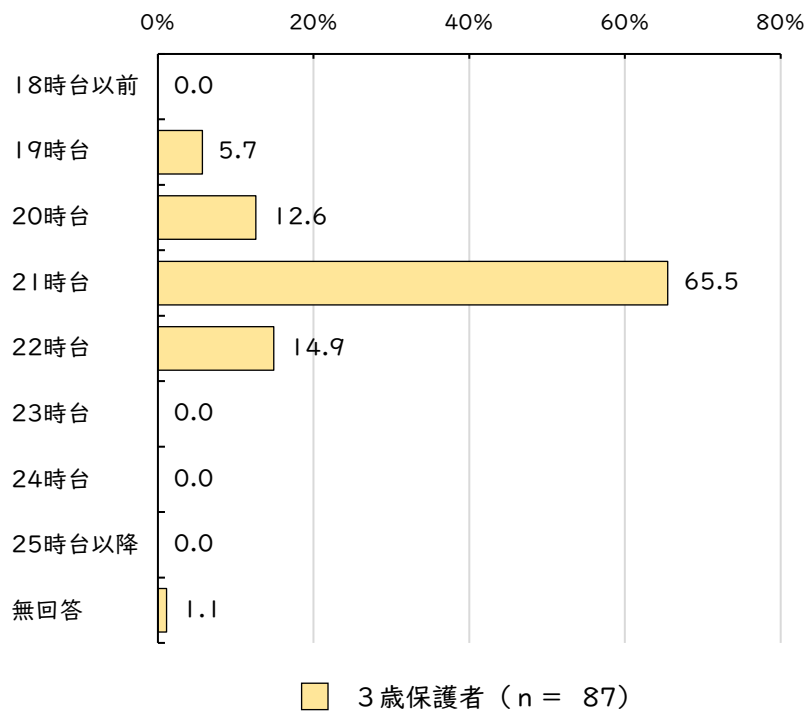
3. 日常生活について

問 12 あて名のお子さんが、普段夜に寝る時刻と起きる時刻を教えてください。

(数字記入⇒単数回答)

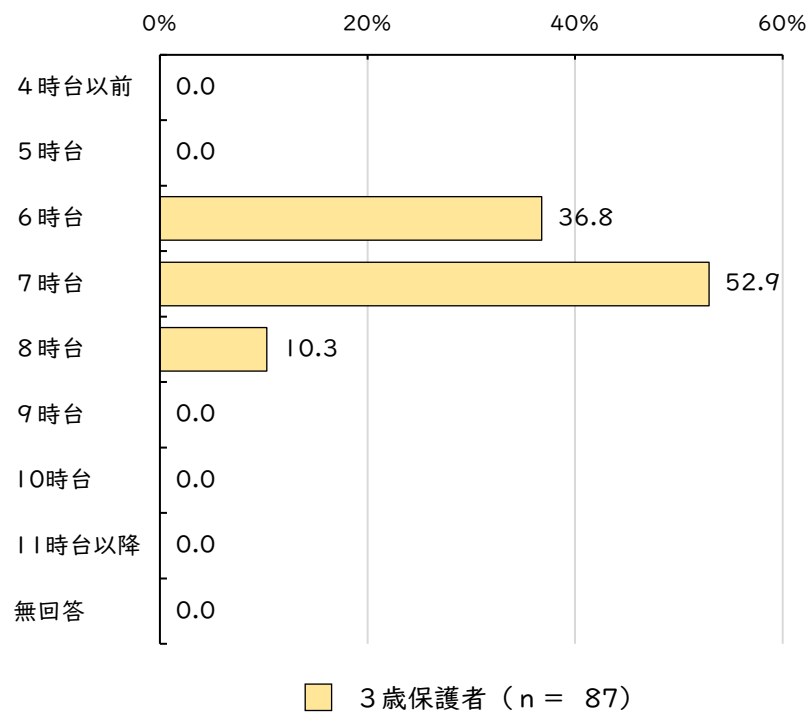
寝る時刻は、「21 時台」が 65.5%と最も多く、次いで「22 時台」が 14.9%、「20 時台」が 12.6%などとなっています。

寝る時刻



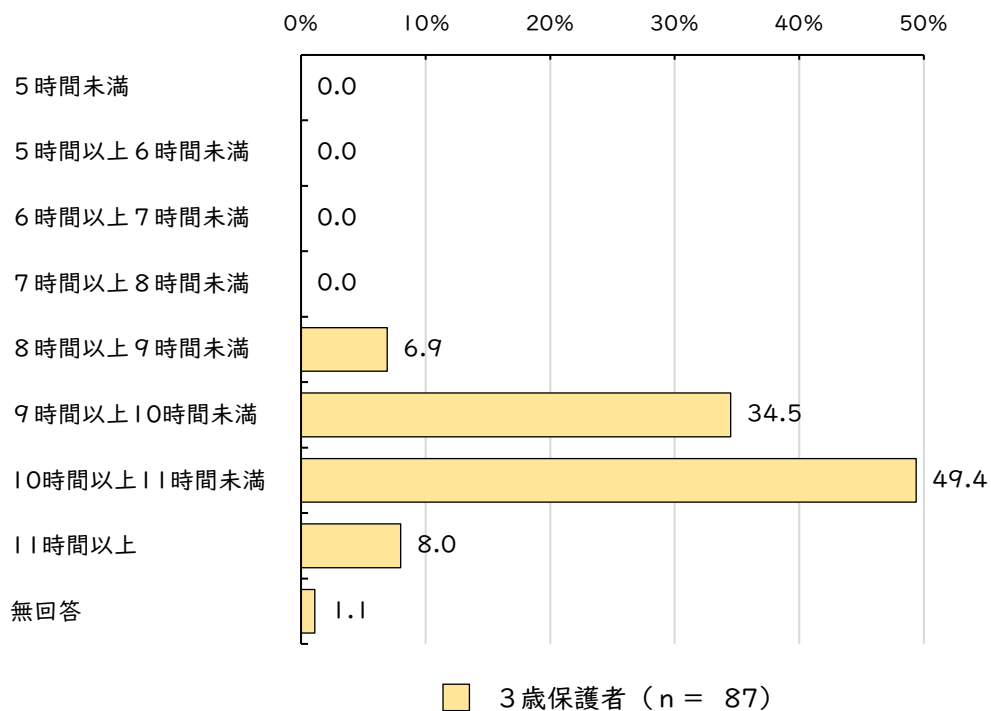
起きる時刻は、「7時台」が 52.9%と最も多く、次いで「6時台」が 36.8%、「8時台」が 10.3%などとなっています。

起きる時刻



睡眠時間は、「10 時間以上 11 時間未満」が49.4%と最も多く、次いで「9 時間以上 10 時間未満」が34.5%、「11 時間以上」が8.0%などとなっています。また、『10 時間以上』（10 時間以上 11 時間未満+11 時間以上）は、57.4%となっています。

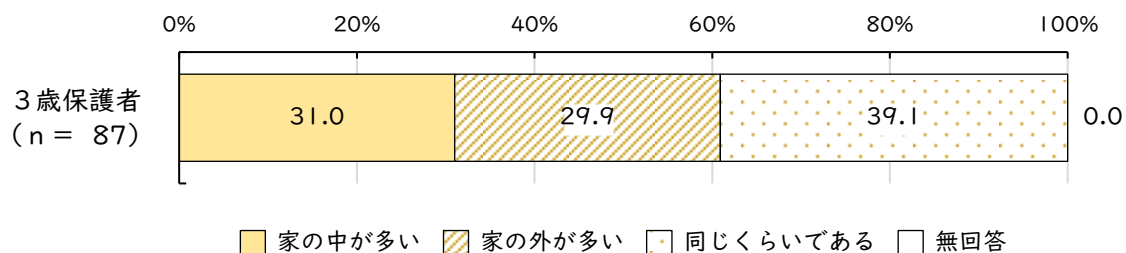
睡眠時間



※回答された寝る時刻・起きる時刻から睡眠時間を算出しています。

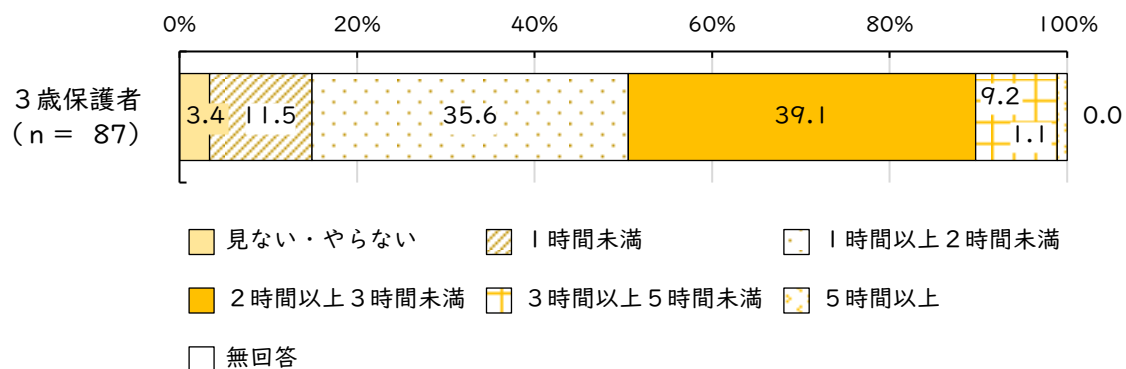
問 13 あて名のお子さんが、休日にいつも遊ぶ場所はどこが多いですか。(単数回答)

あて名のお子さんが休日にいつも遊ぶ場所は、「同じくらいである」が39.1%と最も多く、次いで「家の中が多い」が31.0%、「家の外が多い」が29.9%となっています。



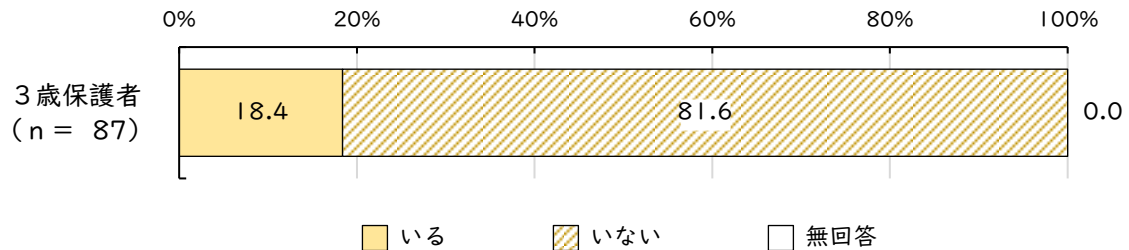
問 14 あて名のお子さんが、一日のうちでテレビやスマートフォンを見たり、ゲームやパソコンをしたりする時間はどれくらいですか。(単数回答)

あて名のお子さんがテレビやスマートフォンを見たり、ゲームやパソコンをしたりする1日あたりの時間は、「2時間以上3時間未満」が39.1%と最も多く、次いで「1時間以上2時間未満」が35.6%、「1時間未満」が11.5%などとなっています。また、『2時間以上』（2時間以上3時間未満＋3時間以上5時間未満＋5時間以上）は、49.4%となっています。



問 15 あて名のお子さんと同居する家族で、たばこを吸う人がいますか。(単数回答)

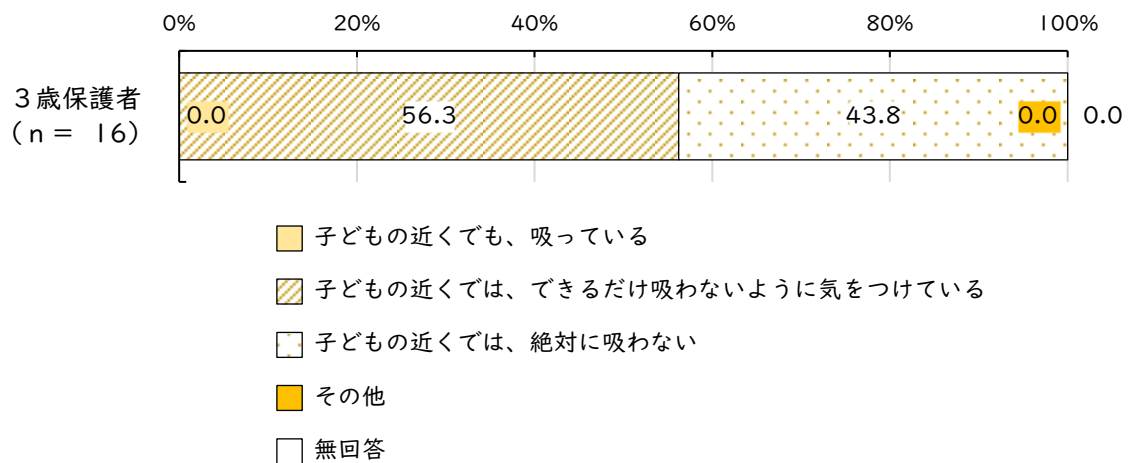
同居家族に喫煙者がいるかについては、「いる」が 18.4%、「いない」が 81.6%となっています。



問 15 で「いる」と回答した方のみ

問 15-1 喫煙者は、あて名のお子さんの近くでも吸っていますか。(単数回答)

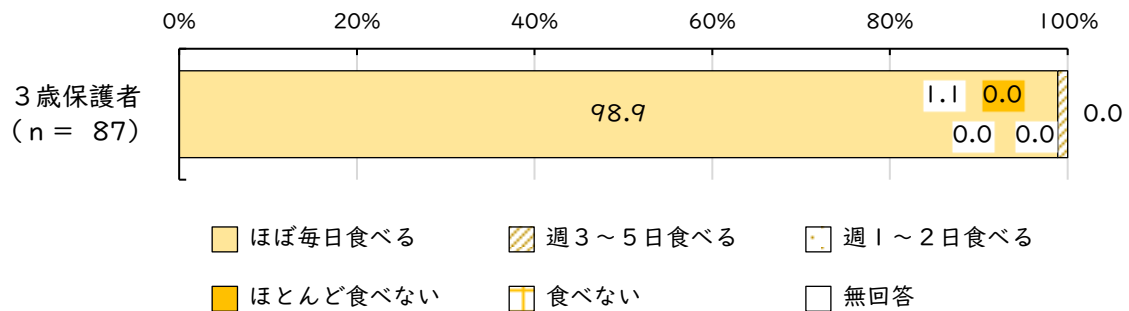
同居の喫煙者はあて名のお子さんの近くでも吸っているかについては、「子どもの近くでは、できるだけ吸わないように気をつけている」が 56.3%と最も多く、次いで「子どもの近くでは、絶対に吸わない」が 43.8%となっています。



4. 食事・食育について

問 16 あて名のお子さんは、朝食を食べていますか。(単数回答)

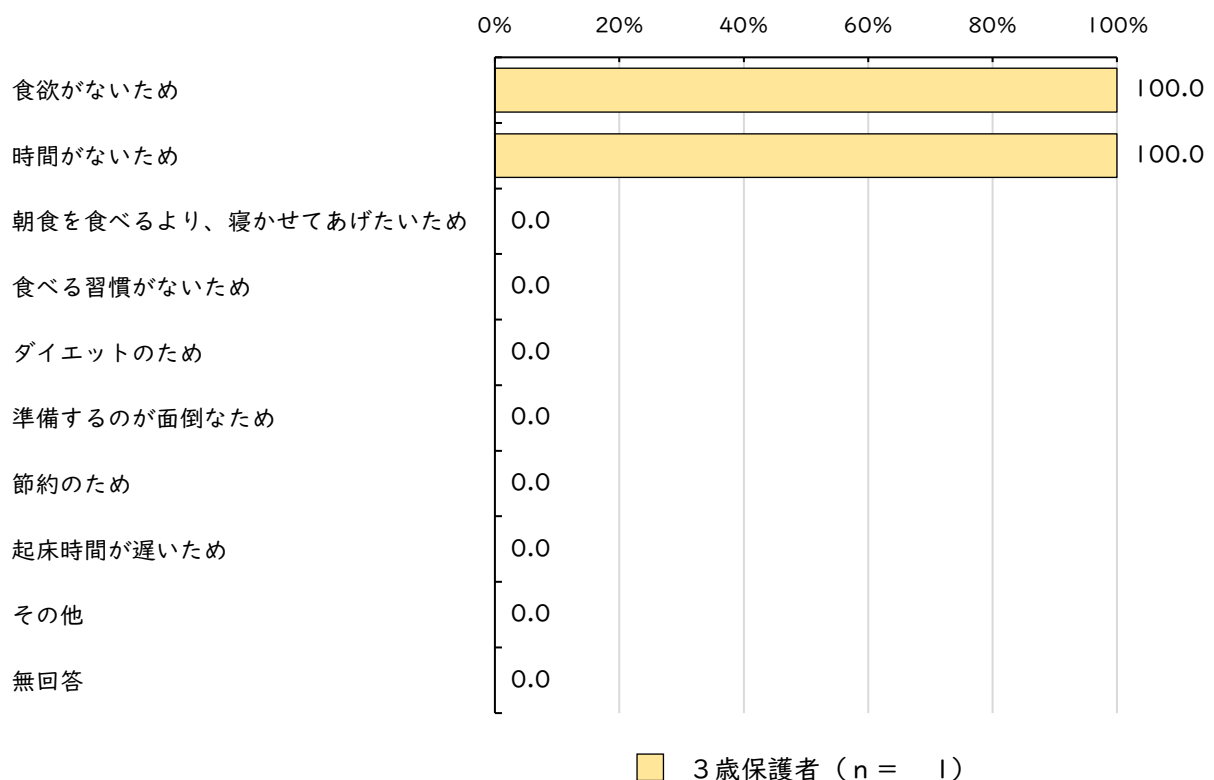
あて名のお子さんの朝食の摂取状況は、「ほぼ毎日食べる」が98.9%と突出しています。



問 16 で「ほぼ毎日食べる」以外と回答した方のみ

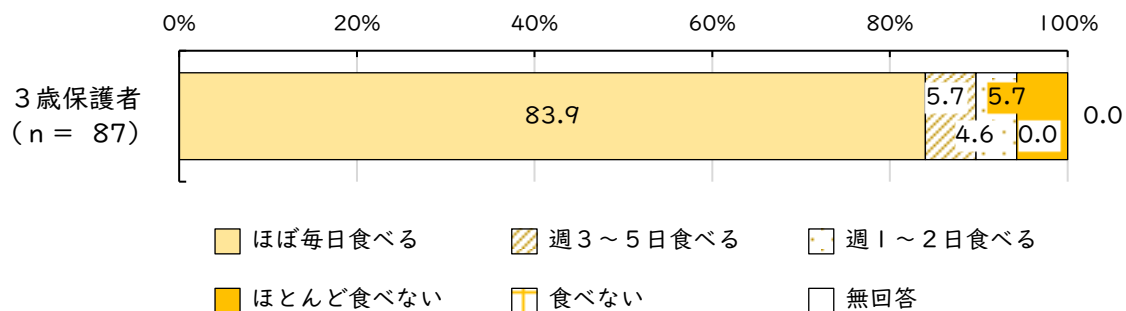
問 16-1 あて名のお子さんが、朝食を毎日食べない理由は何ですか。(複数回答可能：3つまで)

あて名のお子さんが朝食を毎日食べない理由は、「食欲がないため」、「時間がないため」がそれぞれ100.0%と最も多くなっています。



問 17 あなた（回答者）は、朝食を食べていますか。（単数回答）

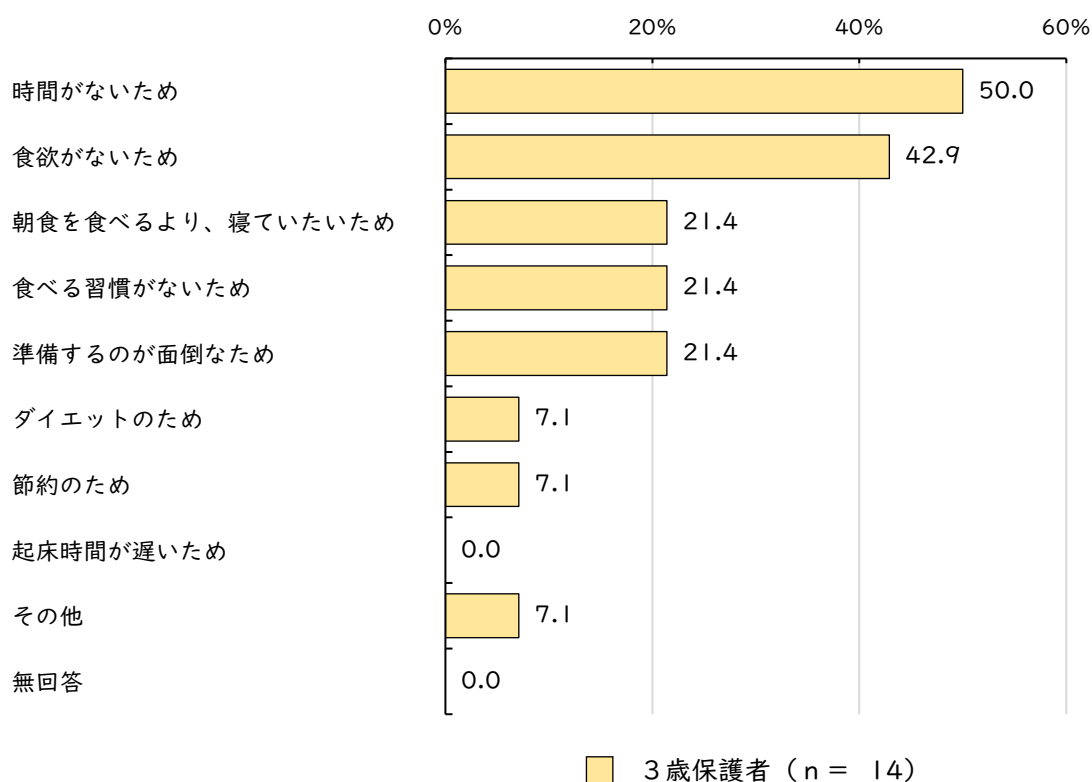
回答者の朝食の摂取状況は、「ほぼ毎日食べる」が83.9%と突出しています。



問 17 で「ほぼ毎日食べる」以外と回答した方のみ

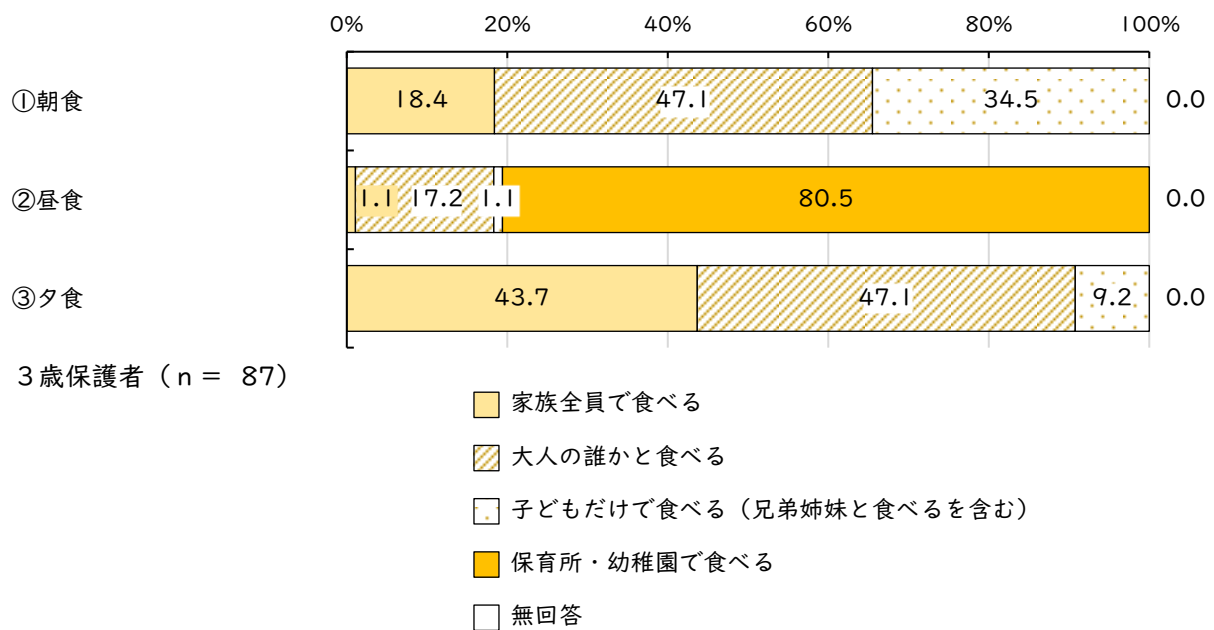
問 17-1 あなた（回答者）が、朝食を毎日食べない理由は何ですか。（複数回答可能：3つまで）

回答者が朝食を毎日食べない理由は、「時間がないため」が50.0%と最も多く、次いで「食欲がないため」が42.9%、「朝食を食べるより、寝ていたいため」、「食べる習慣がないため」、「準備するのが面倒なため」がそれぞれ21.4%などとなっています。



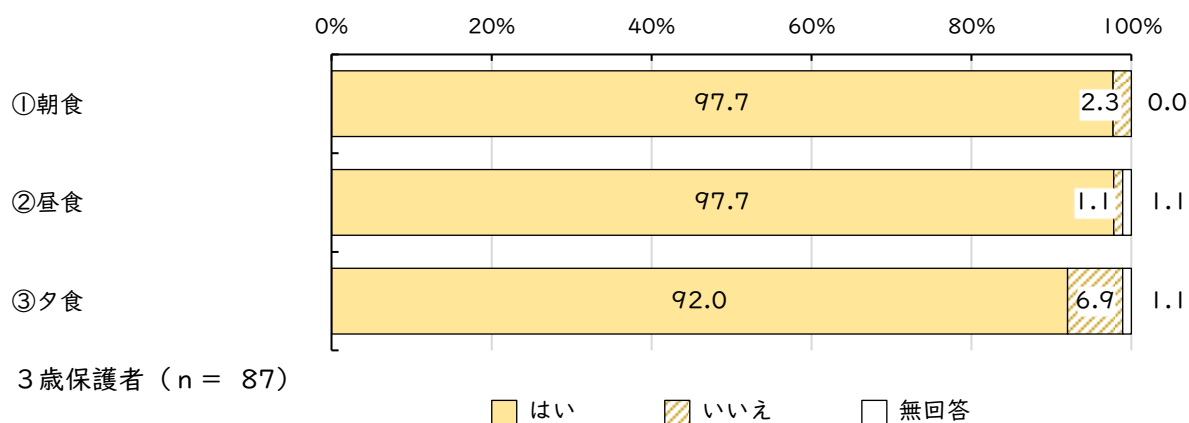
問 18 あて名のお子さんは、食事をどなたと一緒に食べることが多いですか。(それぞれ単数回答)

あて名のお子さんが食事を一緒に食べることが多い人は、《①朝食》、《③夕食》において「大人の誰かと食べる」、《②昼食》において「保育所・幼稚園で食べる」が最も多くなっています。また、《①朝食》において「子どもだけで食べる（兄弟姉妹と食べるを含む）」が第2位となっている一方で、《③夕食》において「家族全員で食べる」が第2位となっています。



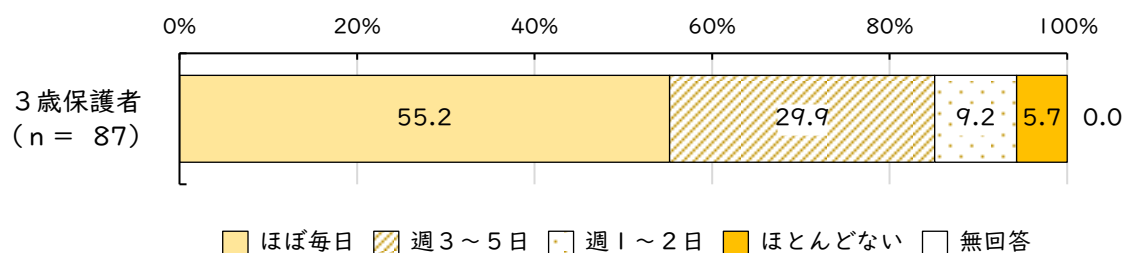
問 19 あて名のお子さんの食事の時間は、規則正しいですか。(それぞれ単数回答)

あて名のお子さんの食事の時間は規則正しいかについては、いずれも「はい」が9割を超えて突出しています。



問 20 あて名のお子さんは、主食・主菜・副菜の3つを組み合わせる食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。(単数回答)

あて名のお子さんが主食・主菜・副菜の3つを組み合わせる食べることが1日に2回以上ある1週あたりの日数は、「ほぼ毎日」が55.2%と最も多く、次いで「週3～5日」が29.9%、「週1～2日」が9.2%などとなっています。



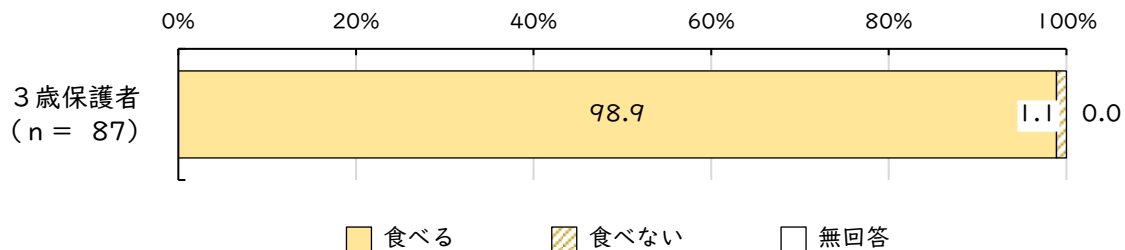
※主食：ごはん、パン、麺、パスタなどを主材料とする料理

主菜：魚や肉、卵、大豆製品などを主材料とする料理

副菜：野菜、きのこ、海藻、いもなどを主材料とする料理

問 21 あて名のお子さんは、間食（おやつ）を食べますか。（単数回答）

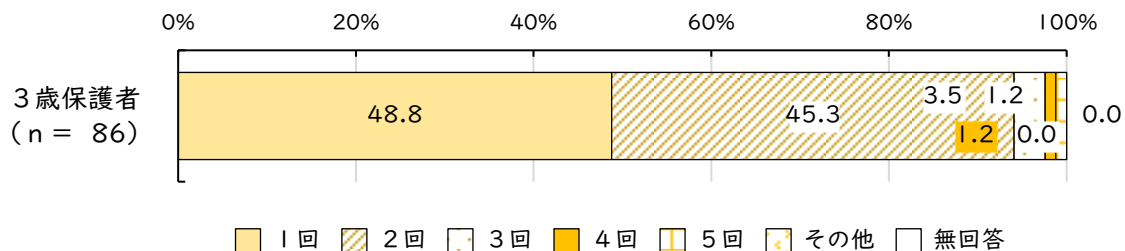
あて名のお子さんの間食（おやつ）の摂取状況は、「食べる」が98.9%と突出しています。



問 21 で「食べる」と回答した方のみ

問 21－1 あて名のお子さんは、1日に何回間食（おやつ）を食べますか。（単数回答）

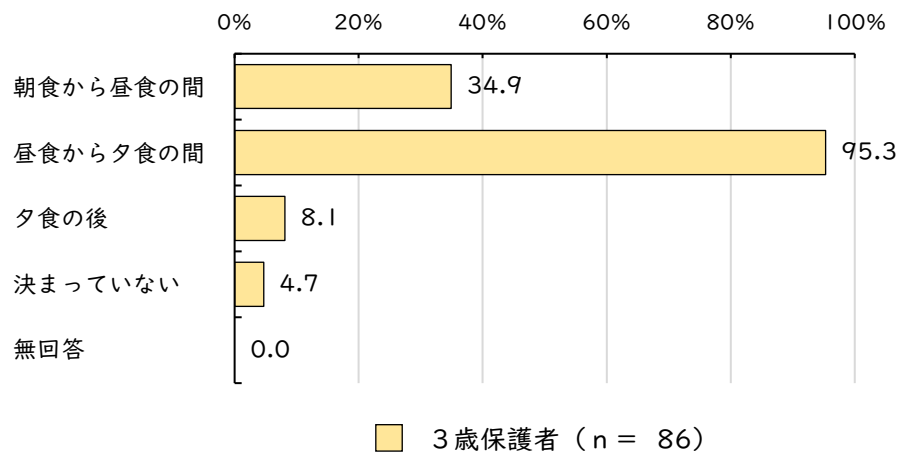
あて名のお子さんの間食（おやつ）を食べる1日あたりの回数は、「1回」が48.8%と最も多く、次いで「2回」が45.3%、「3回」が3.5%などとなっています。



問21で「食べる」と回答した方のみ

問21-2 あて名のお子さんは、間食（おやつ）をいつごろ食べますか。（複数回答可能）

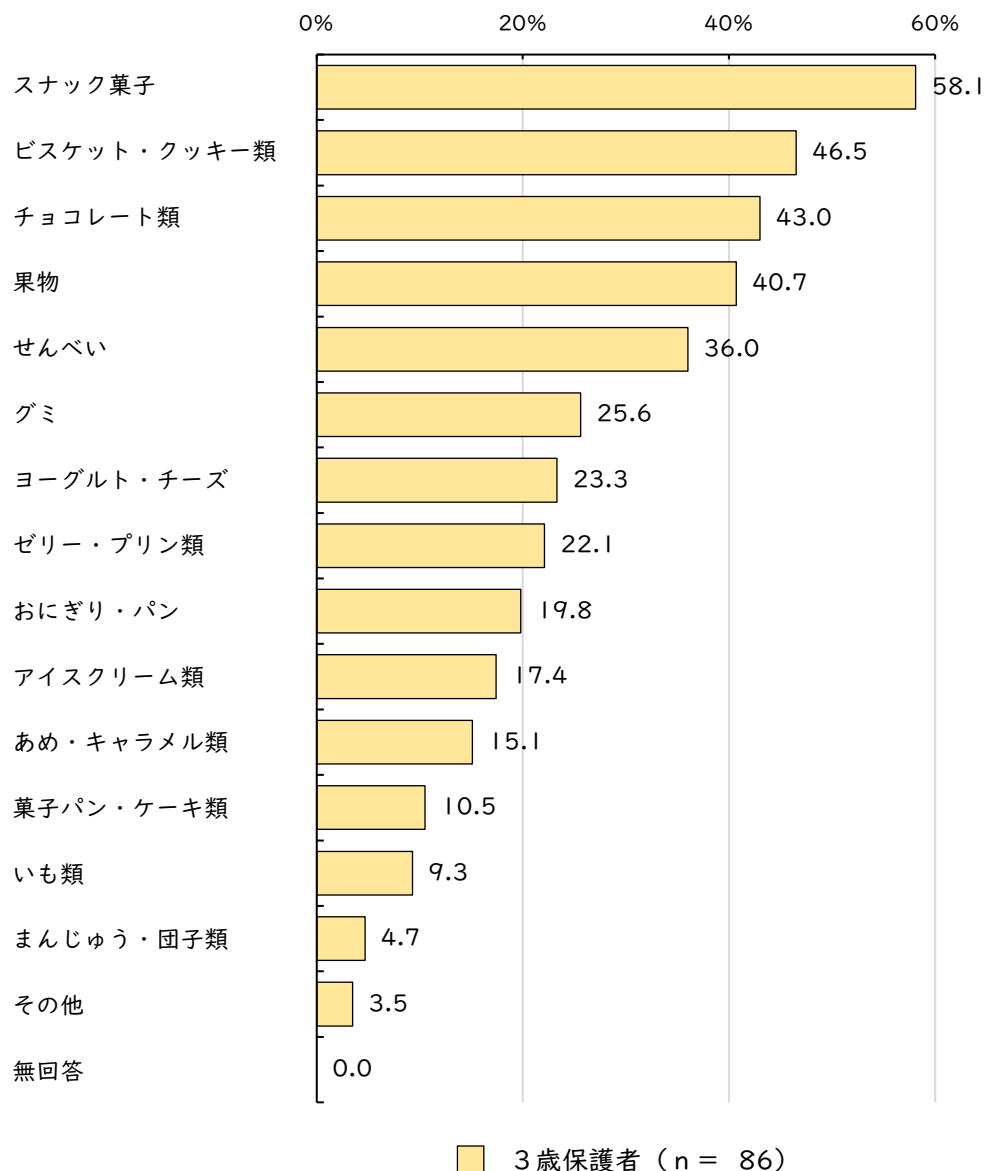
あて名のお子さんが間食（おやつ）を食べる時間帯は、「昼食から夕食の間」が95.3%と最も多く、次いで「朝食から昼食の間」が34.9%、「夕食の後」が8.1%などとなっています。



問 21 で「食べる」と回答した方のみ

問 21-3 あて名のお子さんは、どのような間食（おやつ）をよく食べていますか。
(複数回答可能：3つまで)

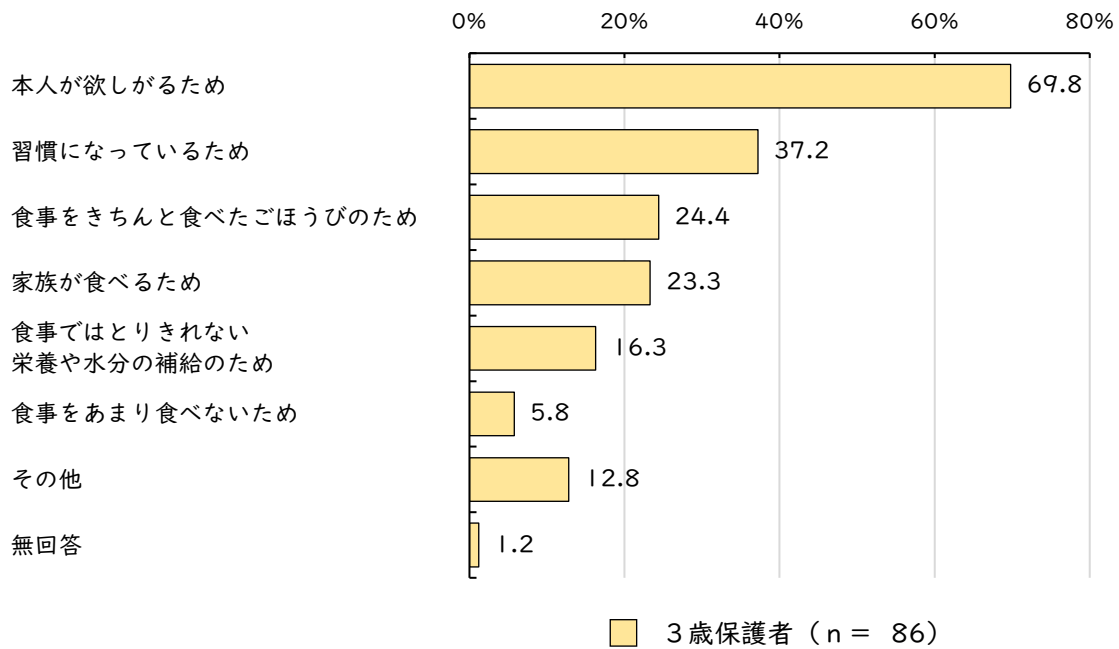
あて名のお子さんがよく食べる間食（おやつ）は、「スナック菓子」が58.1%と最も多く、次いで「ビスケット・クッキー類」が46.5%、「チョコレート類」が43.0%などとなっています。



問21で「食べる」と回答した方のみ

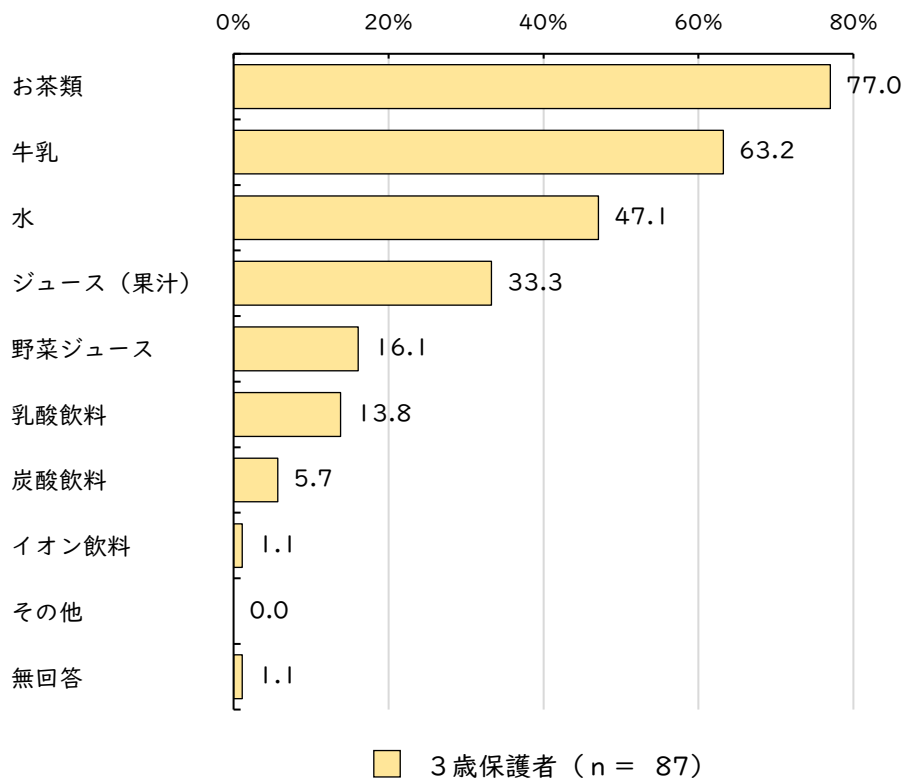
問21-4 あて名のお子さんが、間食（おやつ）を食べる理由は何ですか。（複数回答可能）

あて名のお子さんが間食（おやつ）を食べる理由は、「本人が欲しいがため」が69.8%と最も多く、次いで「習慣になっているため」が37.2%、「食事をきちんと食べたごほうびのため」が24.4%などとなっています。



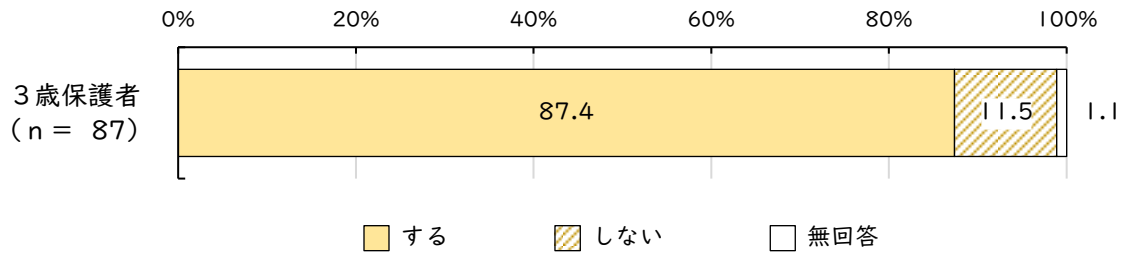
問 22 あて名のお子さんは、どのような飲み物をよく飲みますか。(複数回答可能：3つまで)

あて名のお子さんがよく飲む飲み物は、「お茶類」が77.0%と最も多く、次いで「牛乳」が63.2%、「水」が47.1%などとなっています。



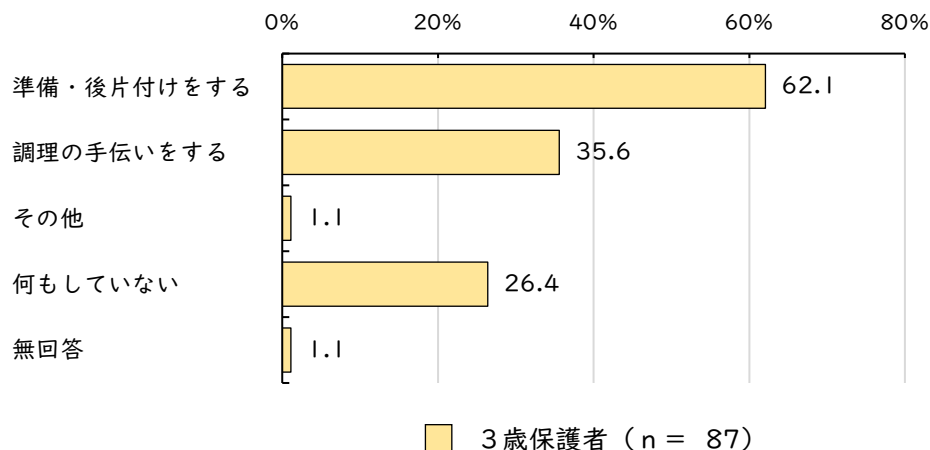
問 23 あて名のお子さんは、「いただきます」「ごちそうさま」などの感謝を表すあいさつをしますか。
(単数回答)

あて名のお子さんは『いただきます』などの感謝を表すあいさつをするかについては、「する」が87.4%、「しない」が11.5%となっています。



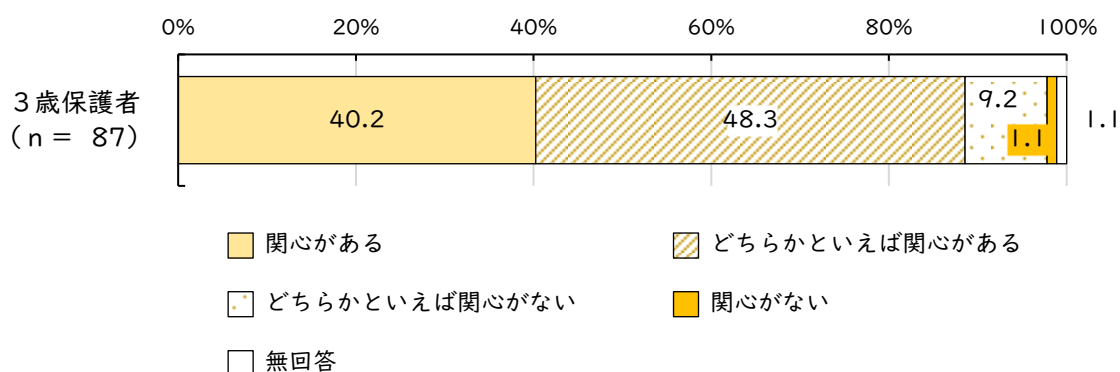
問 24 あて名のお子さんは、食事の用意や手伝いをしますか。(複数回答可能)

あて名のお子さんは食事の用意や手伝いをしているかについては、「準備・後片付けをする」が62.1%と最も多く、次いで「調理の手伝いをする」が35.6%、「何もしていない」が26.4%などとなっています。また、『何かしらの手伝いをしている』(全体－何もしていない－無回答)は、72.5%となっています。



問 25 あなた（回答者）は、食育に関心がありますか。（単数回答）

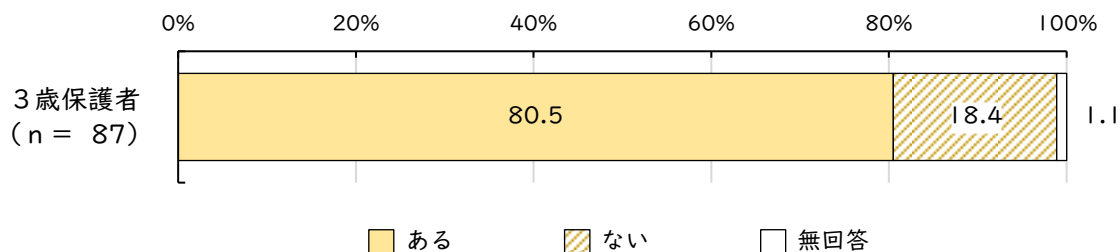
食育への関心の有無は、「どちらかといえば関心がある」が48.3%と最も多く、次いで「関心がある」が40.2%、「どちらかといえば関心がない」が9.2%などとなっています。また、『関心がある』（関心がある+どちらかといえば関心がある）は88.5%、『関心がない』（関心がない+どちらかといえば関心がない）は10.3%となっています。



※食育：食事や食物に関する知識と選択力を身につけ、健全な食生活が送れるようにするための教育のことをいいます。

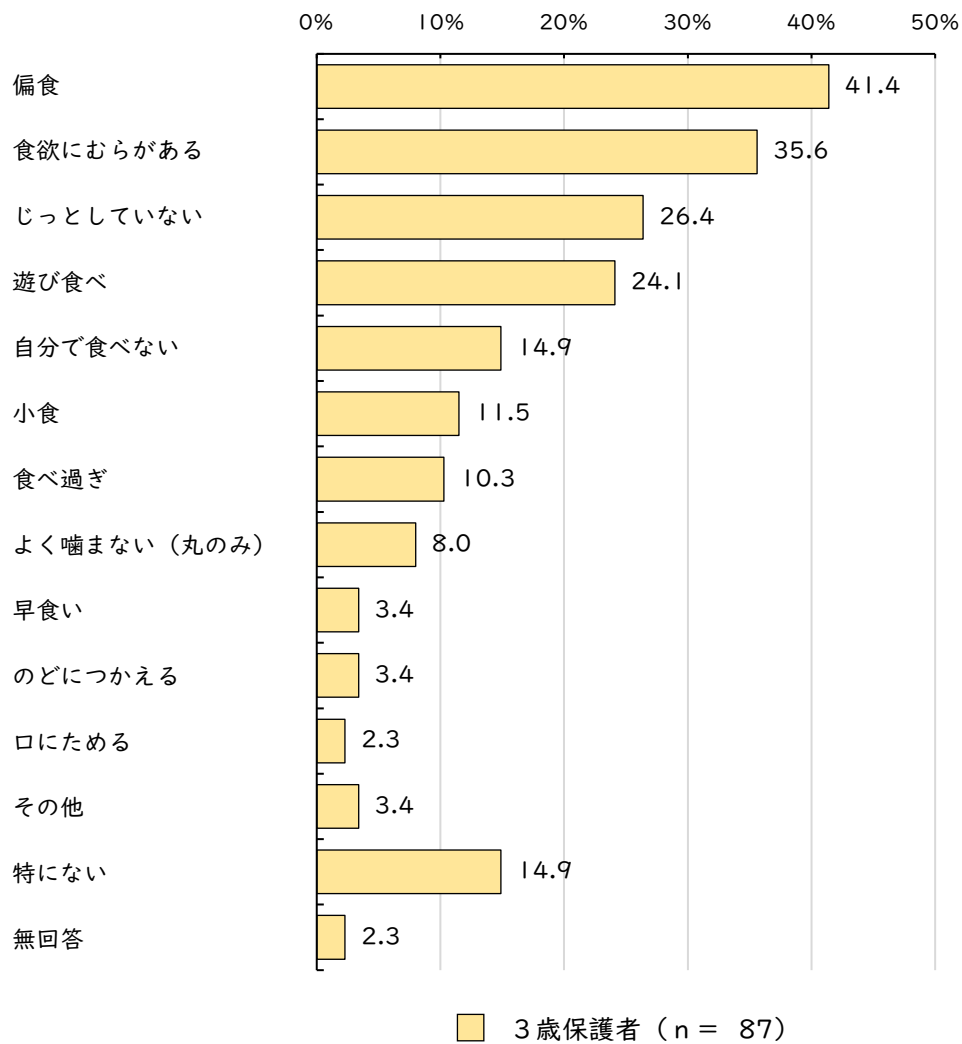
問 26 あて名のお子さんは、食の生産に関する体験をしたことがありますか。観光的な体験（いも掘り、みかん狩り、潮干狩りなど）や家庭菜園なども含みます。（単数回答）

あて名のお子さんが食の生産に関する体験をした経験の有無は、「ある」が80.5%、「ない」が18.4%となっています。



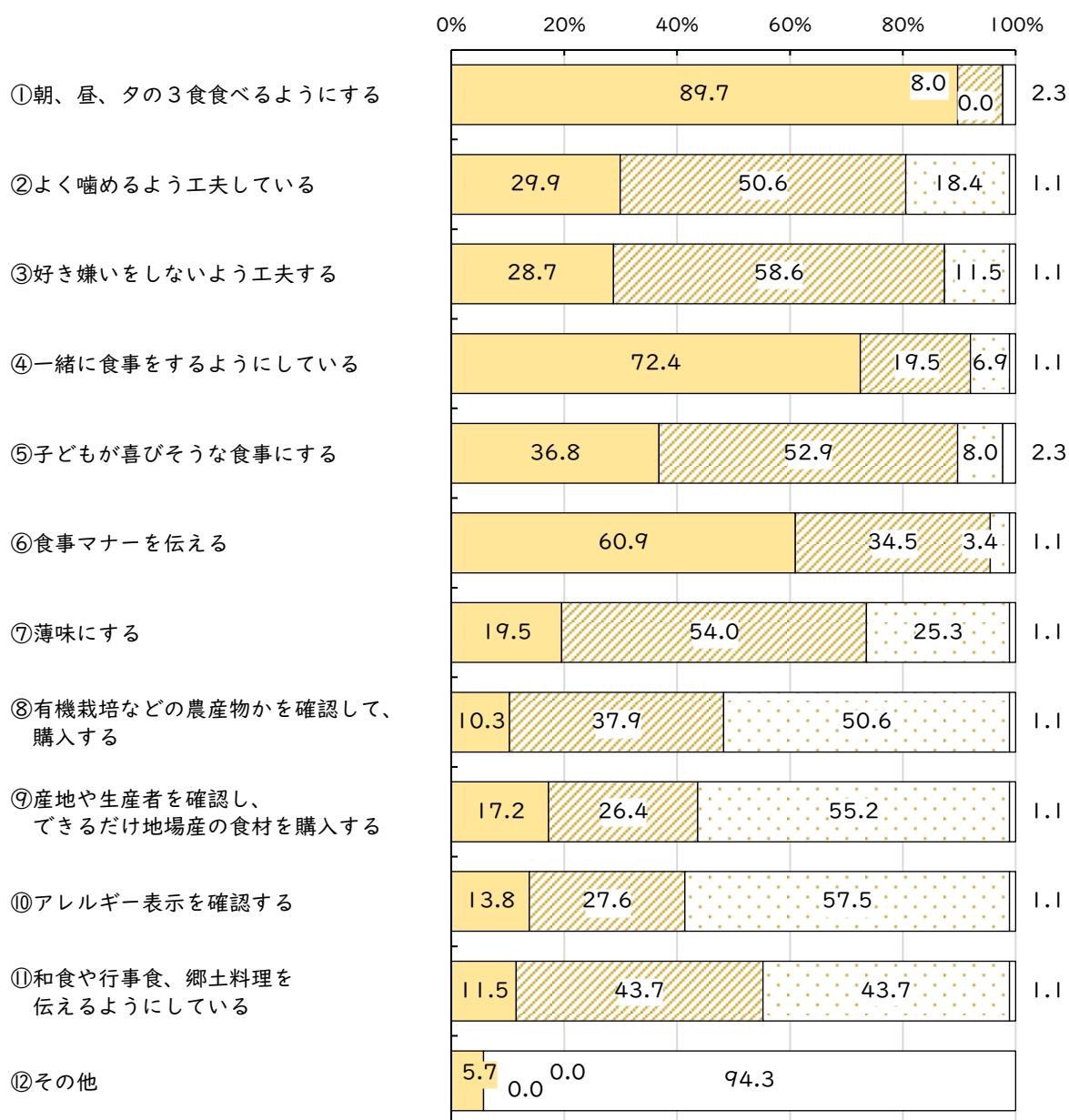
問 27 あなた（回答者）が、あて名のお子さんの最近の食事で気になることは何ですか。
（複数回答可能）

あて名のお子さんの最近の食事で気になることは、「偏食」が41.4%と最も多く、次いで「食欲にむらがある」が35.6%、「じっとしていない」が26.4%などとなっています。



問 28 あなた（回答者）は、普段あて名のお子さんの食生活にどのくらい気をつけていますか。
（それぞれ単数回答）

普段あて名のお子さんの食生活で気をつけていることは、《①朝、昼、夕の3食食べるようにする》、《④一緒に食事をするようにしている》、《⑥食事マナーを伝える》において「いつも気をつけている」が6割を超えて最も多くなっています。その一方で、《⑧有機栽培などの農産物かを確認して、購入する》において「いつも気をつけている」が10.3%と少なくなっています。



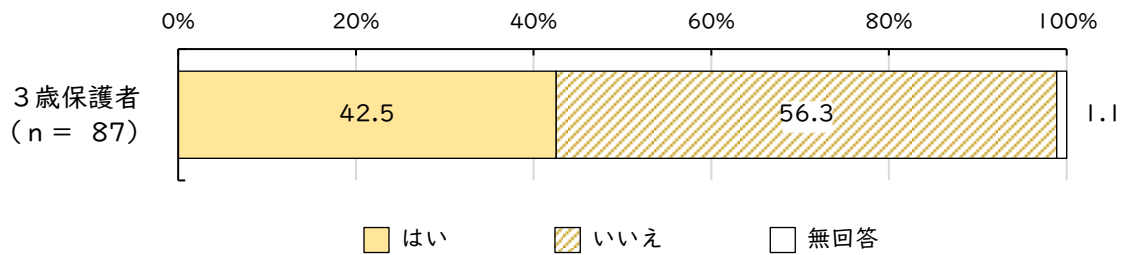
3歳保護者（n = 87）

いつも気をつけている
 少し気をつけている
 気をつけていない
 無回答

5. 歯について

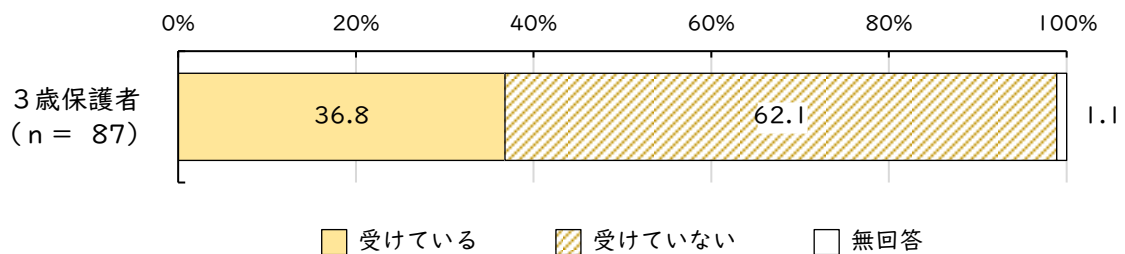
問 29 あて名のお子さんは、かかりつけ歯科医がいますか。(単数回答)

あて名のお子さんのかかりつけ歯科医の有無は、「はい」が42.5%、「いいえ」が56.3%となっています。



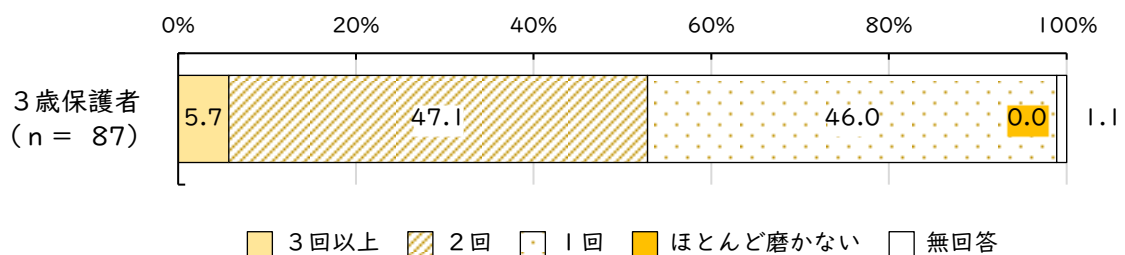
問 30 あて名のお子さんは、定期的にかかりつけ歯科医で歯科健診を受けていますか。(単数回答)

あて名のお子さんのかかりつけ歯科医での定期的な歯科健診の受診状況は、「受けている」が36.8%、「受けていない」が62.1%となっています。



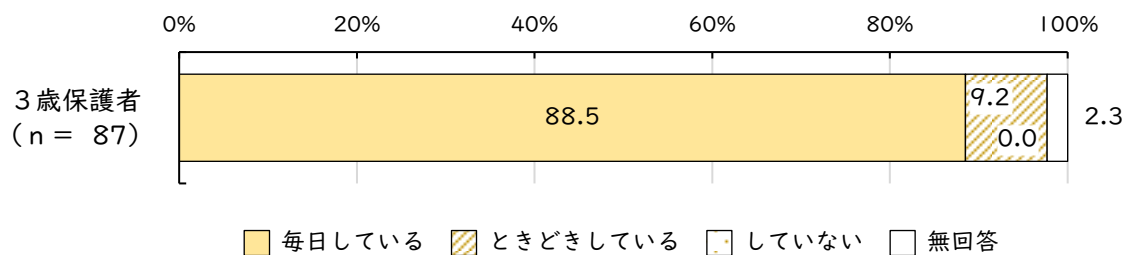
問 31 あて名のお子さんは、1日に何回歯を磨きますか。(単数回答)

あて名のお子さんの1日あたりの歯磨きの回数は、「2回」が47.1%と最も多く、次いで「1回」が46.0%、「3回以上」が5.7%となっています。



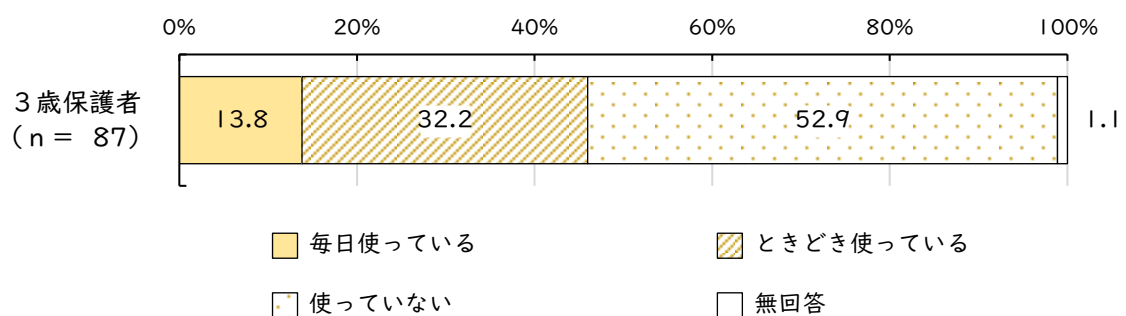
問 32 あなた（回答者）は、あて名のお子さんの仕上げ磨きをしていますか。（単数回答）

あて名のお子さんの仕上げ磨きをしているかについては、「毎日している」が88.5%と突出しています。



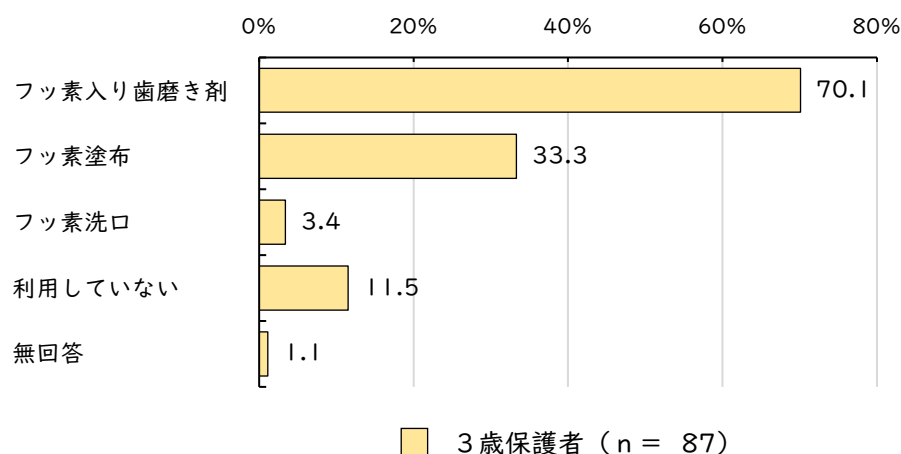
問 33 あて名のお子さんの歯磨きの際、デンタルフロス・糸（付）ようじを使用していますか。（単数回答）

あて名のお子さんのデンタルフロス・糸（付）ようじの使用状況は、「使っていない」が52.9%と最も多く、次いで「ときどき使っている」が32.2%、「毎日使っている」が13.8%となっています。



問 34 あて名のお子さんのむし歯予防のために、どんなフッ化物を利用していますか。
(複数回答可能)

あて名のお子さんのむし歯予防のために利用しているフッ化物は、「フッ素入り歯磨き剤」が70.1%と最も多く、次いで「フッ素塗布」が33.3%、「利用していない」が11.5%などとなっています。また、『フッ化物を利用している』（全体－利用していない－無回答）は、87.4%となっています。

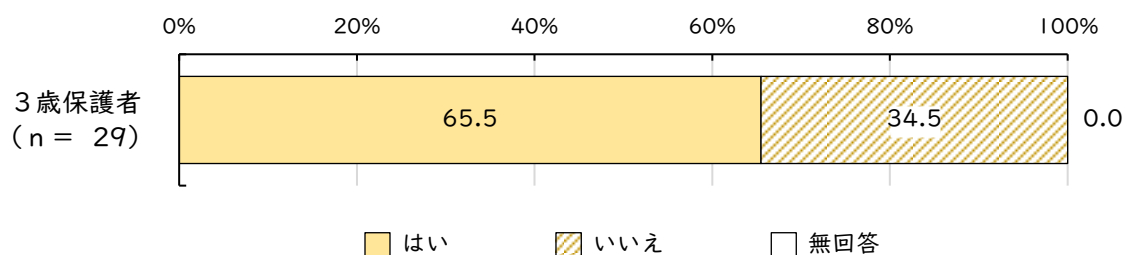


※フッ素洗口：フッ化ナトリウム水溶液で口をすすぎ、歯の表面にフッ素イオンを作用させ、歯質を強化するむし歯予防の方法です。

問 34 で「フッ素塗布」と回答した方のみ

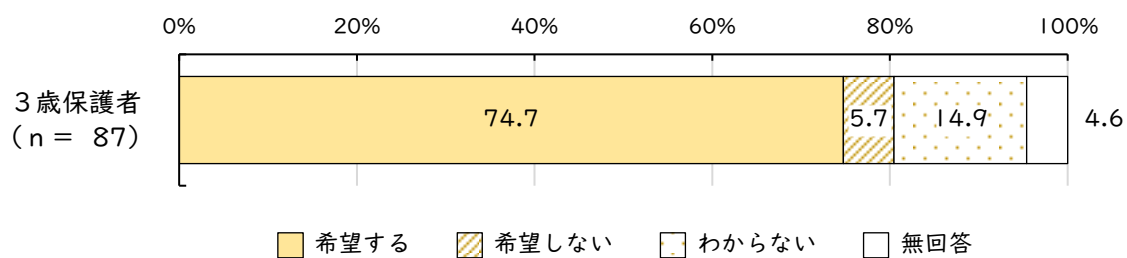
問 34－1 あて名のお子さんは、フッ素塗布を定期的に行っていますか。(単数回答)

あて名のお子さんの定期的なフッ素塗布の有無は、「はい」が65.5%、「いいえ」が34.5%となっています。



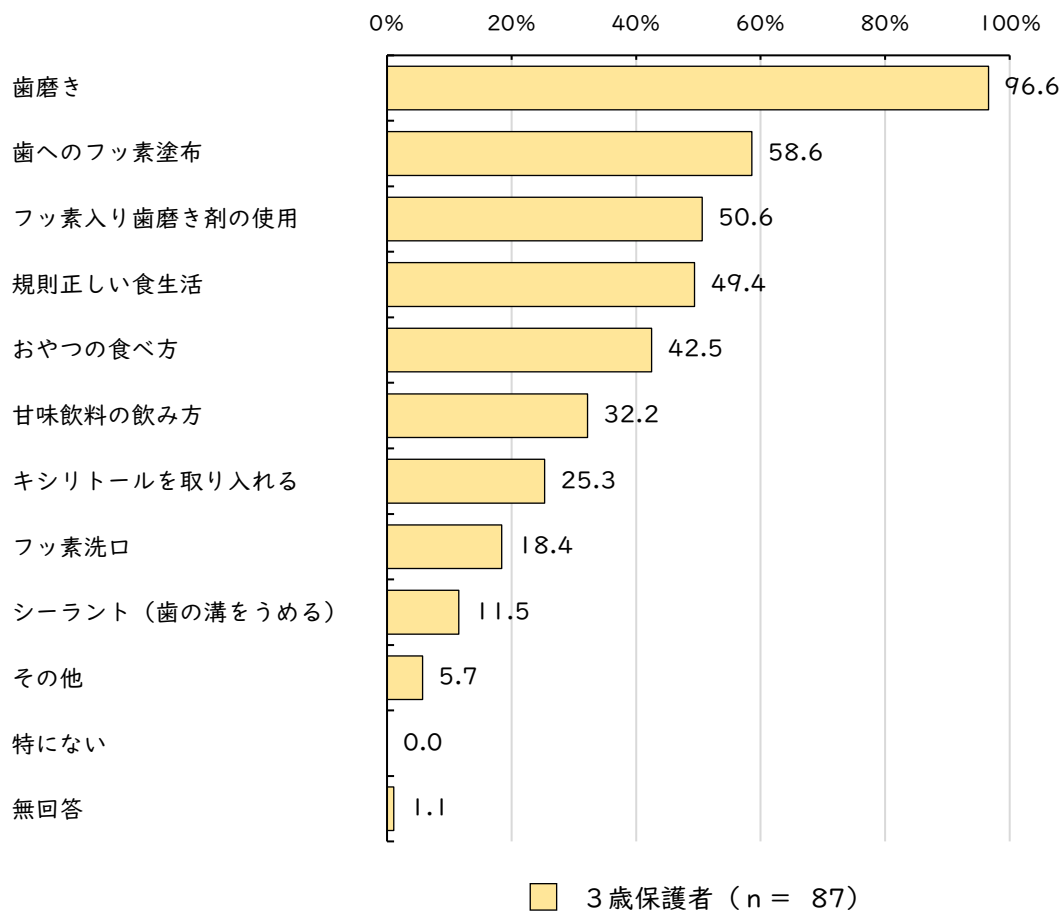
問 35 フッ素洗口を園や小中学校等で実施する場合、あなた（回答者）は、あて名のお子さんへの実施を希望しますか。（単数回答）

フッ素洗口を園や小中学校等で実施する場合、あて名のお子さんへの実施希望の有無は、「希望する」が74.7%と最も多く、次いで「わからない」が14.9%、「希望しない」が5.7%となっています。



問 36 あなた（回答者）が、あて名のお子さんのむし歯予防について、効果があると思うものはどれですか。（複数回答可能）

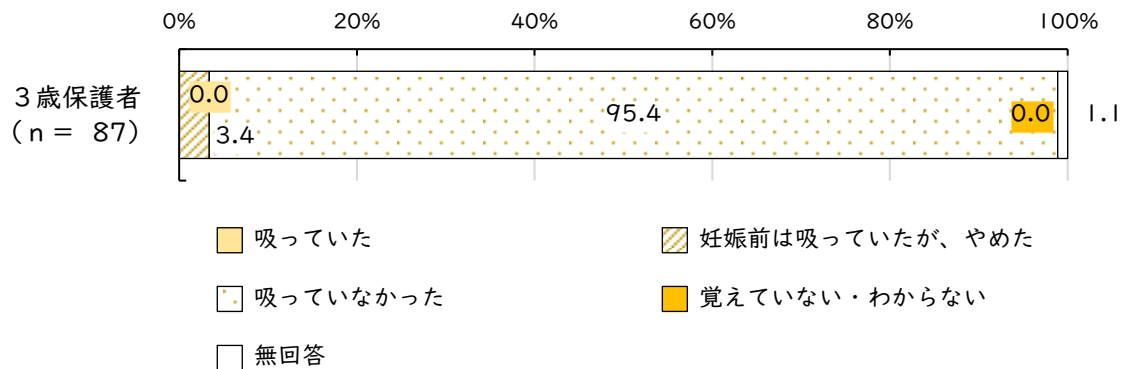
あて名のお子さんのむし歯予防について効果があると思うものは、「歯磨き」が96.6%と最も多く、次いで「歯へのフッ素塗布」が58.6%、「フッ素入り歯磨き剤の使用」が50.6%などとなっています。



6. 妊娠・出産について

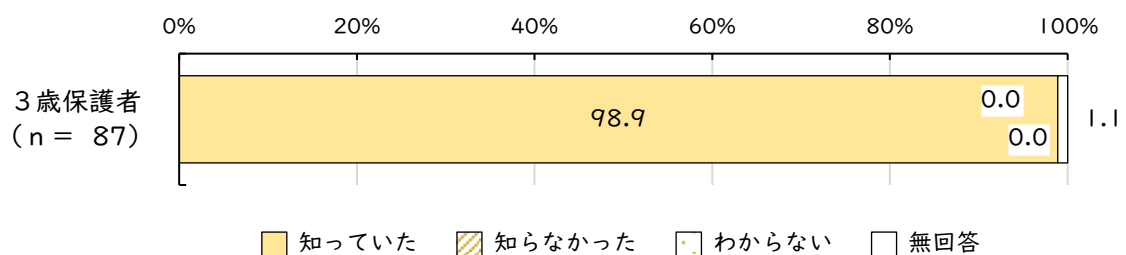
問 37 あて名のお子さんの妊娠中、母親はたばこを吸っていましたか。(単数回答)

あて名のお子さんの妊娠中の母親の喫煙状況は、「吸っていなかった」が95.4%と突出しています。



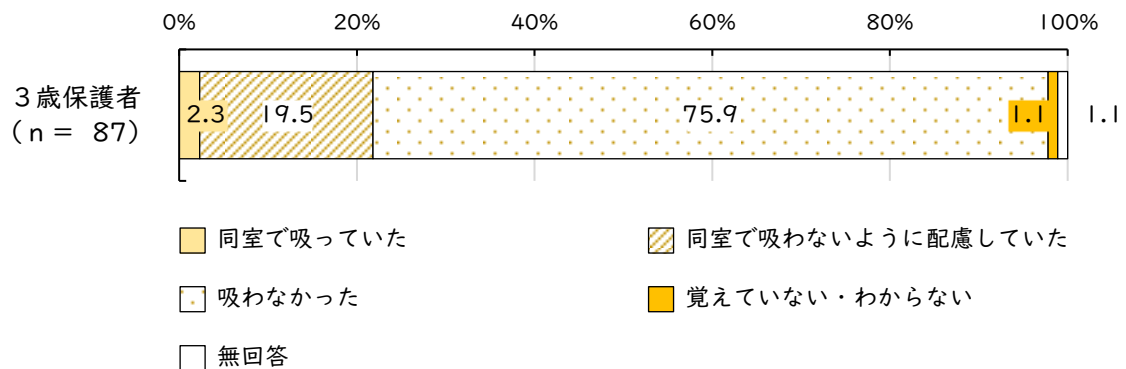
問 38 あて名のお子さんの妊娠中、母親は妊娠中の喫煙が胎児に何らかの影響を与えることは知っていましたか。(単数回答)

あて名のお子さんの妊娠中、母親の妊娠中の喫煙が胎児に何らかの影響を与えることの認知状況は、「知っていた」が98.9%と突出しています。



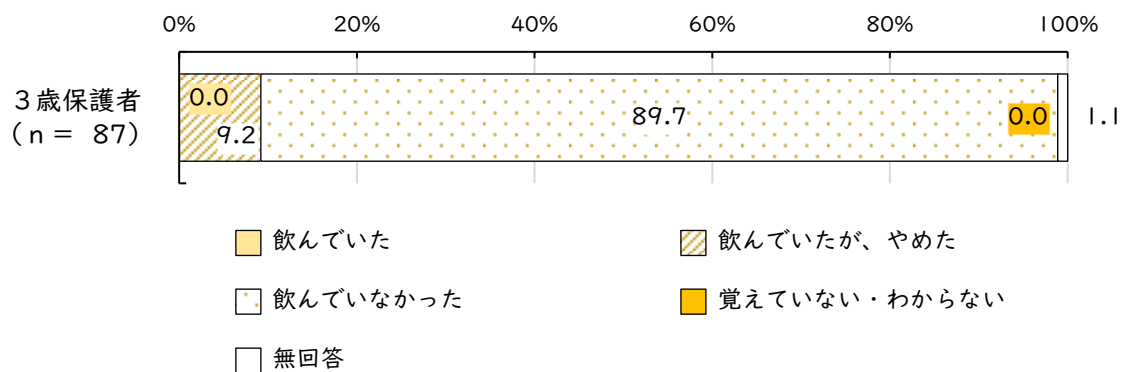
問 39 あて名のお子さんの妊娠中、同居の家族や職場など周囲の人は、たばこを吸っていましたか。
(単数回答)

あて名のお子さんの妊娠中、同居家族や職場など周囲の人の喫煙状況は、「吸わなかった」が75.9%と最も多く、次いで「同室で吸わないように配慮していた」が19.5%、「同室で吸っていた」が2.3%などとなっています。



問 40 あて名のお子さんの妊娠中、母親はお酒を飲んでいましたか。(単数回答)

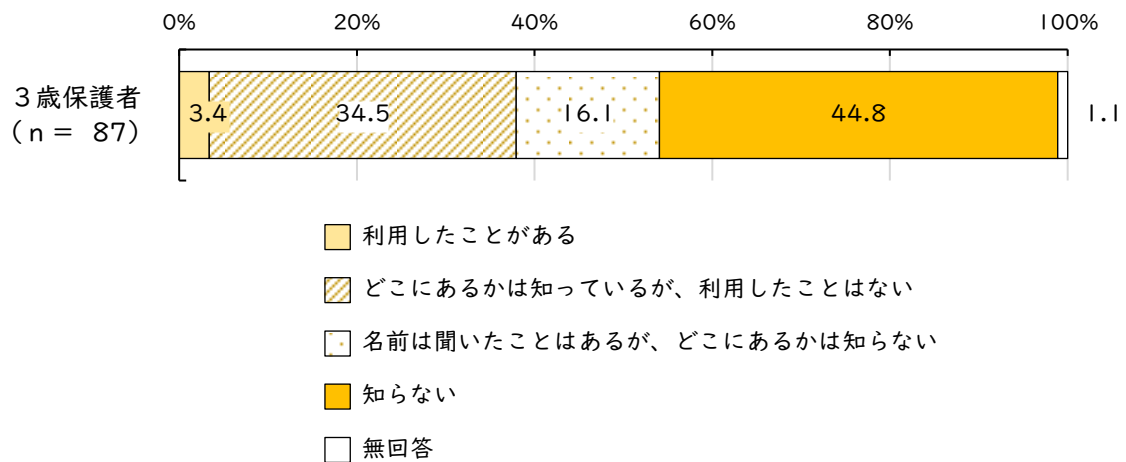
あて名のお子さんの妊娠中の母親の飲酒状況は、「飲んでいなかった」が89.7%と突出しています。



7. 町の事業について

問 41 あなた（回答者）は、未病センターにのみや「健康づくりステーション」を知っていますか。
（単数回答）

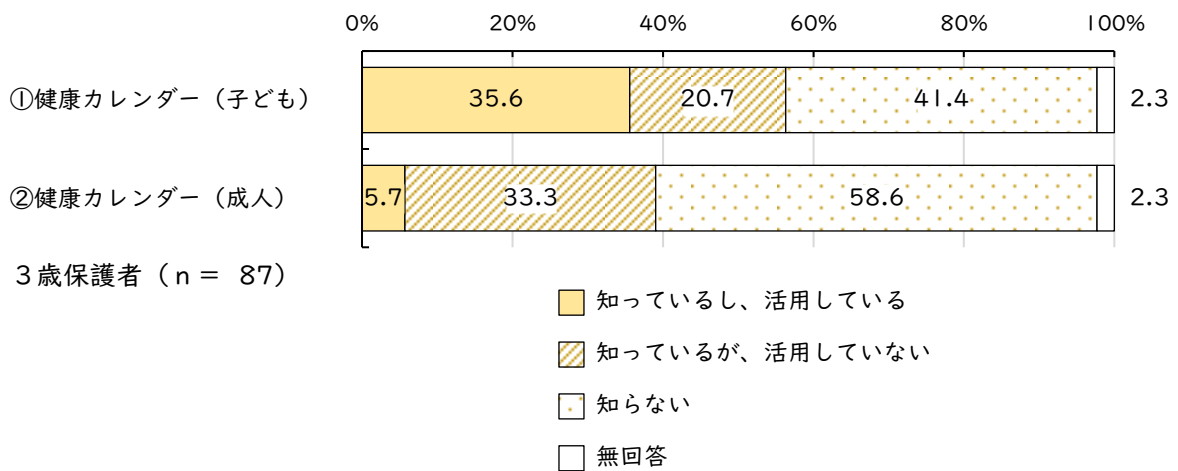
未病センターにのみや『健康づくりステーション』の認知状況は、「知らない」が44.8%と最も多く、次いで「どこにあるかは知っているが、利用したことはない」が34.5%、「名前は聞いたことはあるが、どこにあるかは知らない」が16.1%などとなっています。また、『名前は聞いたことがある』（利用したことがある＋どこにあるかは知っているが、利用したことはない＋名前は聞いたことはあるが、どこにあるかは知らない）は、54.0%となっています。



問 42 あなた（回答者）は、町が発行している「健康カレンダー」を知っていますか。

（それぞれ単数回答）

健康カレンダーの認知状況は、いずれも「知らない」が最も多くなっています。また、「知っているし、活用している」は、≪①健康カレンダー（子ども）≫において 35.6%、≪②健康カレンダー（成人）≫において 5.7%と、≪①健康カレンダー（子ども）≫の方がよく利用されています。『知っている』（知っているし、活用している+知っているが、活用していない）は、≪①健康カレンダー（子ども）≫において 56.3%、≪②健康カレンダー（成人）≫において 39.0%と、こちらも≪①健康カレンダー（子ども）≫の方がよく知られています。

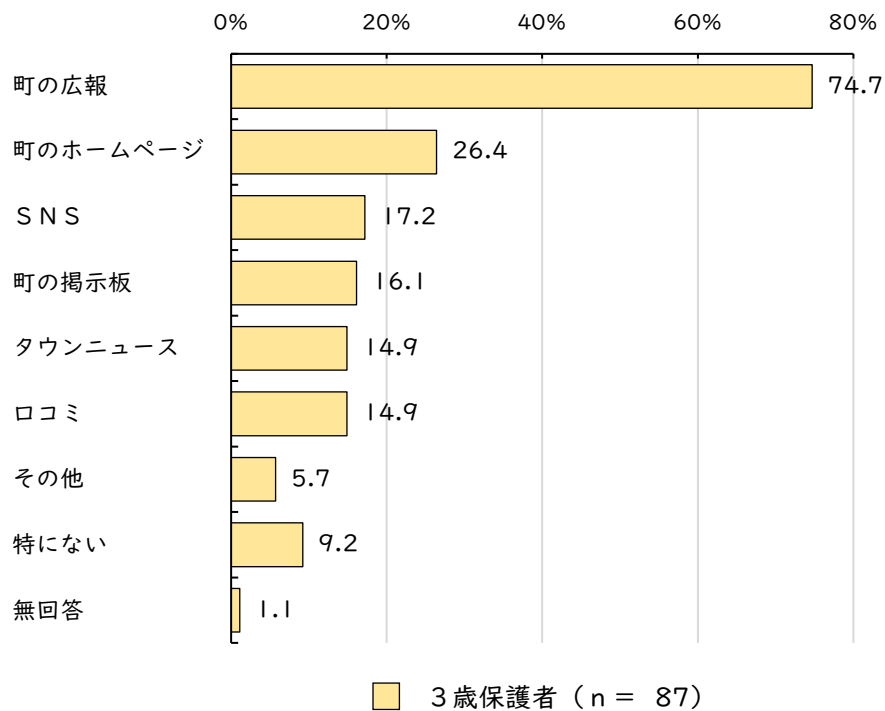


※令和5年度は、子どもが黄緑色のカレンダー、成人がピンク色のカレンダーです。

問 43 あなた（回答者）は、あて名のお子さんに関する町の情報を何で得ていますか。

（複数回答可能）

あて名のお子さんに関する町の情報の入手手段は、「町の広報」が74.7%と最も多く、次いで「町のホームページ」が26.4%、「SNS」が17.2%などとなっています。

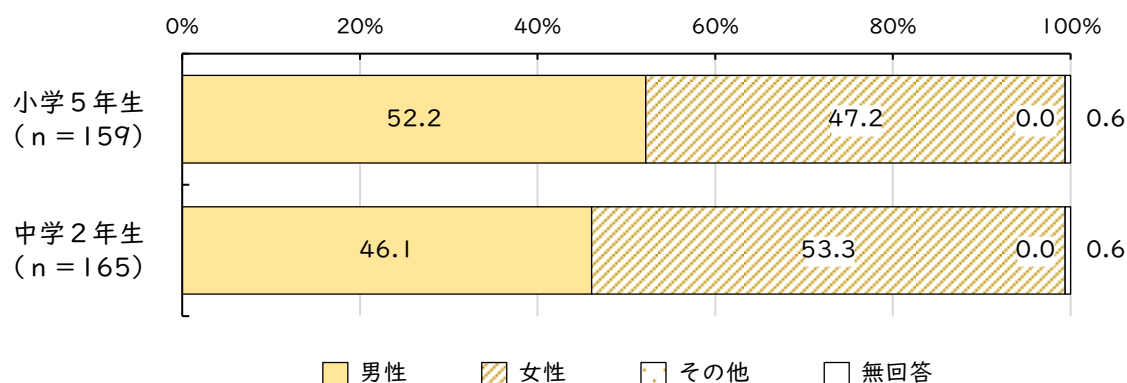


IV 調査の結果【③小学5年生・中学2年生】

1. あなた自身のことについて

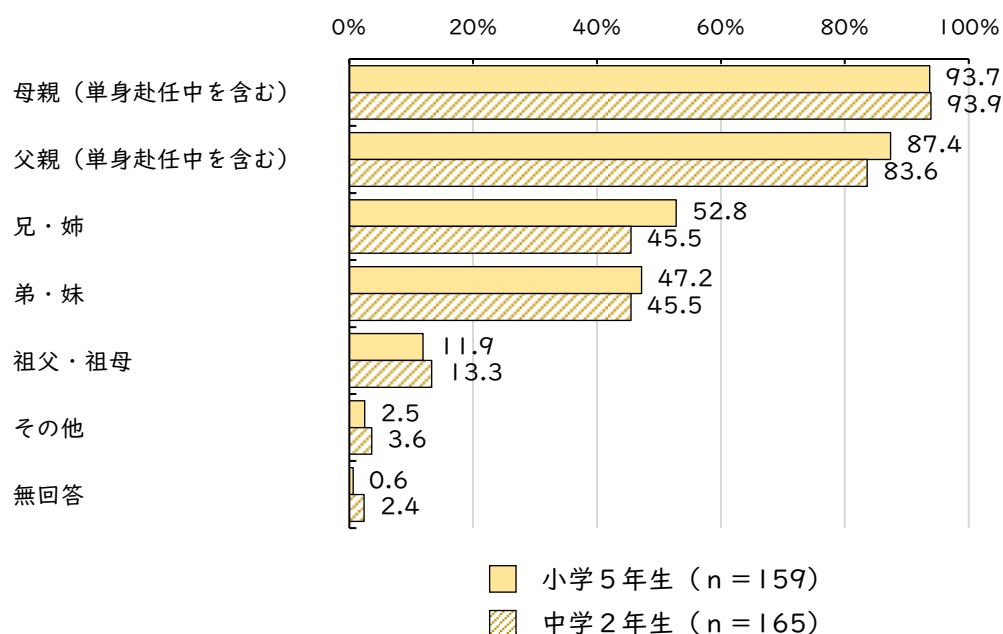
問1 あなたの性別を教えてください。(単数回答)

性別は、小学5年生で「男性」が52.2%と最も多く、次いで「女性」が47.2%となっています。また、中学2年生で「女性」が53.3%と最も多く、次いで「男性」が46.1%となっています。



問2 あなたは、どなたと一緒に住んでいますか。(複数回答可能)

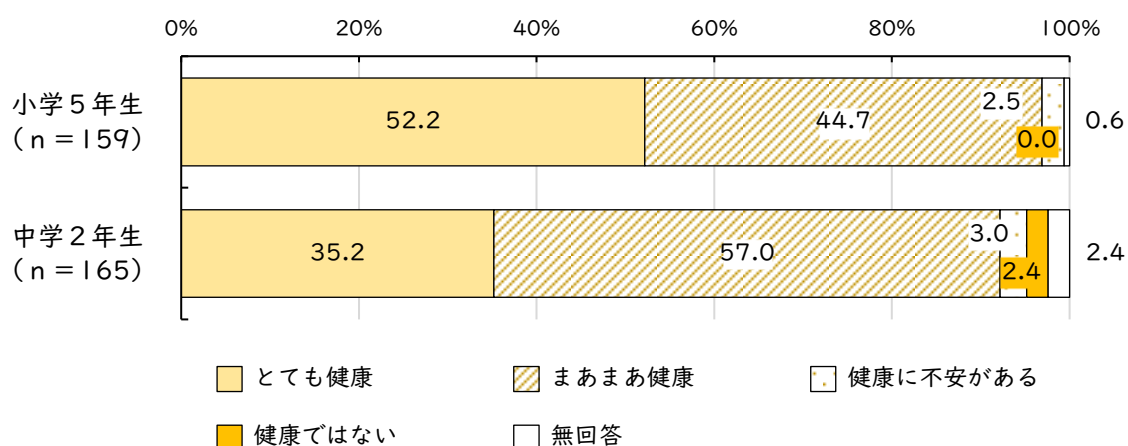
同居家族は、小学5年生で「母親（単身赴任中を含む）」が93.7%と最も多く、次いで「父親（単身赴任中を含む）」が87.4%、「兄・姉」が52.8%などとなっています。また、中学2年生で「母親（単身赴任中を含む）」が93.9%と最も多く、次いで「父親（単身赴任中を含む）」が83.6%、「兄・姉」、「弟・妹」がそれぞれ45.5%などとなっています。



2. 健康について

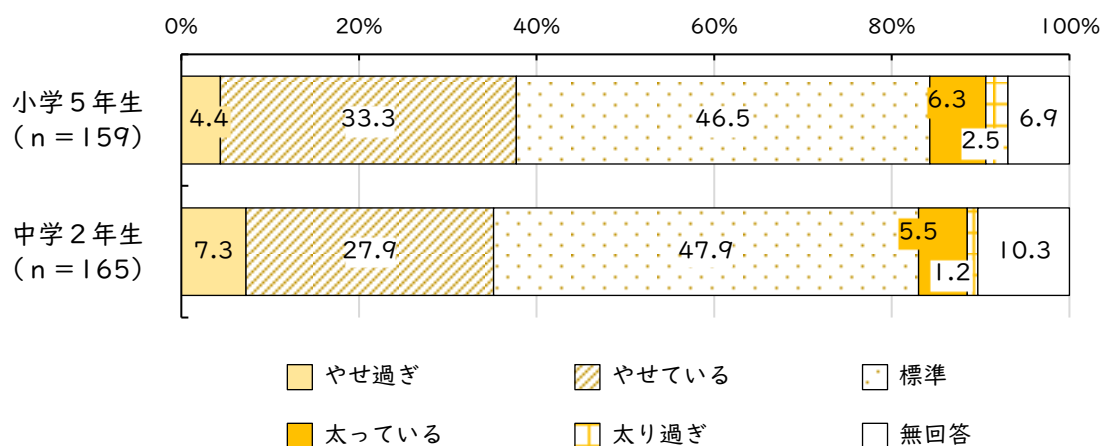
問3 あなたは、自分の健康状態をどのように感じていますか。(単数回答)

主観的健康感、小学5年生で「とても健康」が52.2%と最も多く、次いで「まあまあ健康」が44.7%、「健康に不安がある」が2.5%などとなっています。また、中学2年生で「まあまあ健康」が57.0%と最も多く、次いで「とても健康」が35.2%、「健康に不安がある」が3.0%などとなっています。『健康』（とても健康+まあまあ健康）は、小学5年生で96.9%、中学2年生で92.2%となっています。



問4 あなたの身長・体重を教えてください。(数字記入⇒単数回答)

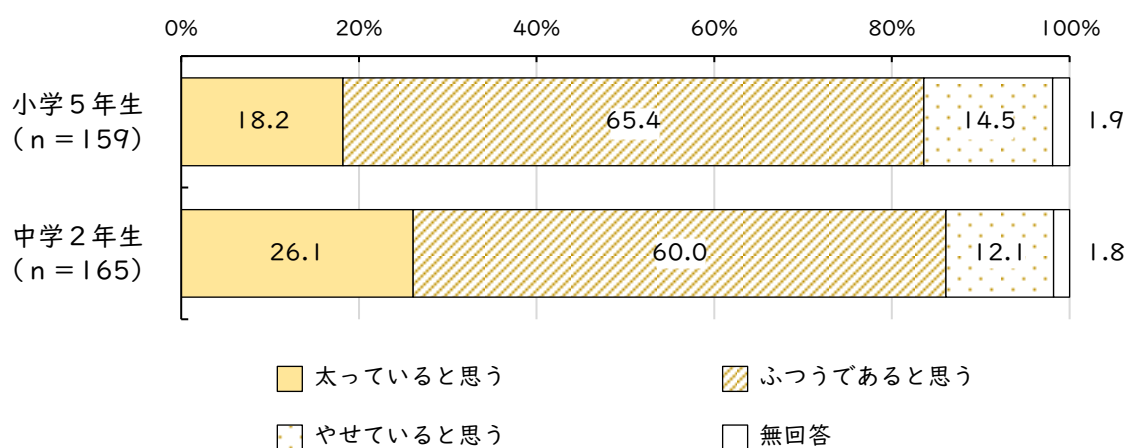
身長・体重から算出した肥満度は、小学5年生で「標準」が46.5%と最も多く、次いで「やせている」が33.3%、「太っている」が6.3%などとなっています。また、中学2年生で「標準」が47.9%と最も多く、次いで「やせている」が27.9%、「やせ過ぎ」が7.3%などとなっています。『やせ』（やせ過ぎ+やせている）は、小学5年生で37.7%、中学2年生で35.2%となっています。



※回答された身長・体重からローレル指数を算出し、肥満度を評価しています。

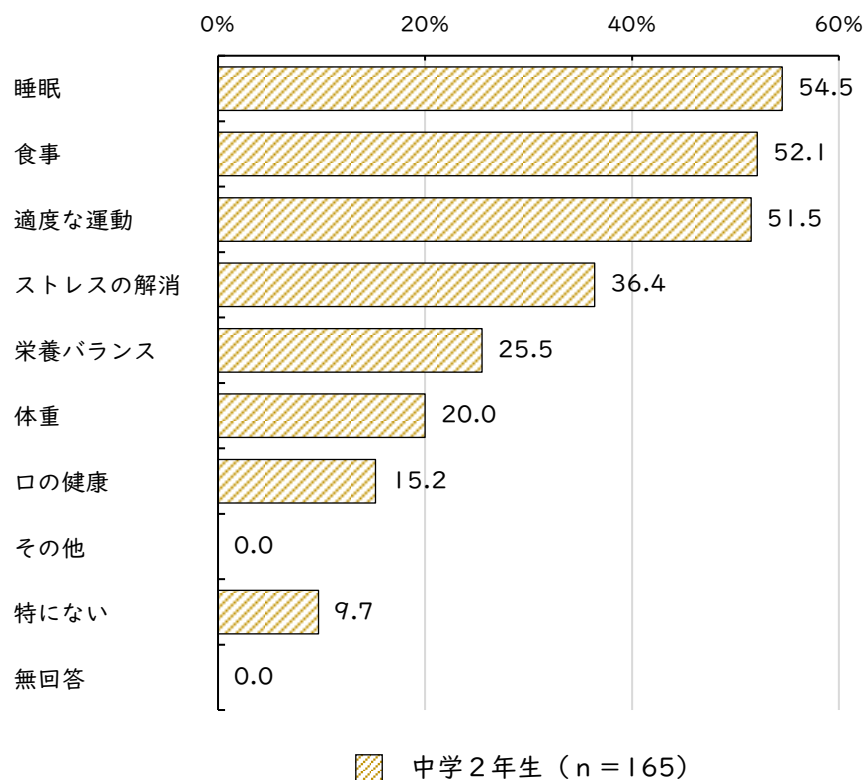
問5 あなたは、自分の体型をどう思いますか。(単数回答)

自分の体型は、小学5年生で「ふつうであると思う」が65.4%と最も多く、次いで「太っていると思う」が18.2%、「やせていると思う」が14.5%となっています。また、中学2年生で「ふつうであると思う」が60.0%と最も多く、次いで「太っていると思う」が26.1%、「やせていると思う」が12.1%などとなっています。



問6 あなたが、健康について気をつけていることは何ですか。(複数回答可能)

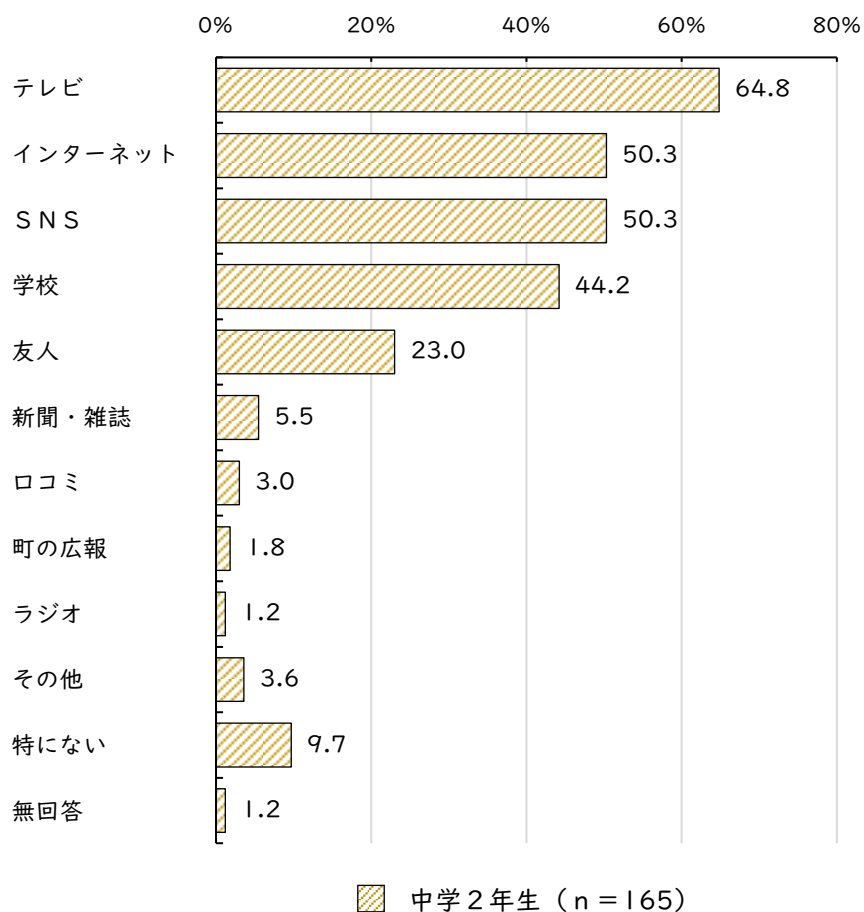
健康について気をつけていることは、中学2年生で「睡眠」が54.5%と最も多く、次いで「食事」が52.1%、「適度な運動」が51.5%などとなっています。



※この問は、中学2年生調査のみ実施しました。

問7 あなたは、健康情報をどのような手段で入手していますか。(複数回答可能)

健康情報の入手手段は、中学2年生で「テレビ」が64.8%と最も多く、次いで「インターネット」、「SNS」がそれぞれ50.3%、「学校」が44.2%などとなっています。



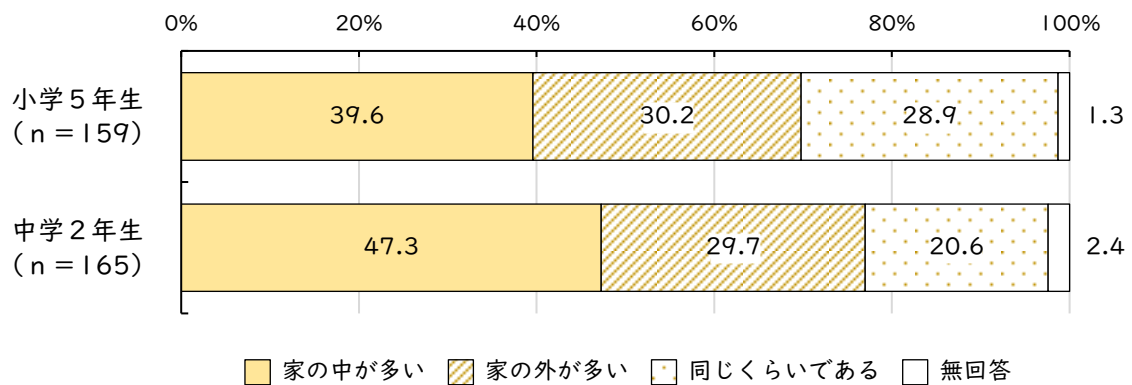
※SNS：Facebook, X (旧 Twitter), LINE, Instagram, ブログなど

※この間は、中学2年生調査のみ実施しました。

3. 活動について

問8 あなたが、放課後や休日にいつも遊ぶ場所はどこが多いですか。(単数回答)

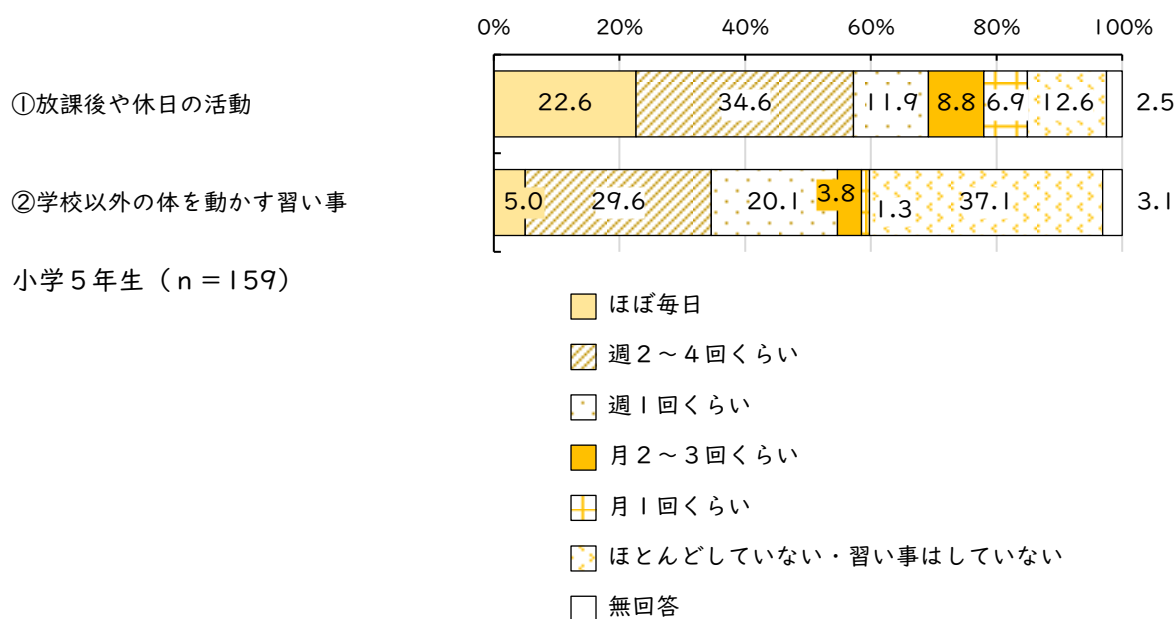
放課後や休日にいつも遊ぶ場所は、小学5年生で「家の中が多い」が39.6%と最も多く、次いで「家の外が多い」が30.2%、「同じくらいである」が28.9%となっています。また、中学2年生で「家の中が多い」が47.3%と最も多く、次いで「家の外が多い」が29.7%、「同じくらいである」が20.6%となっています。



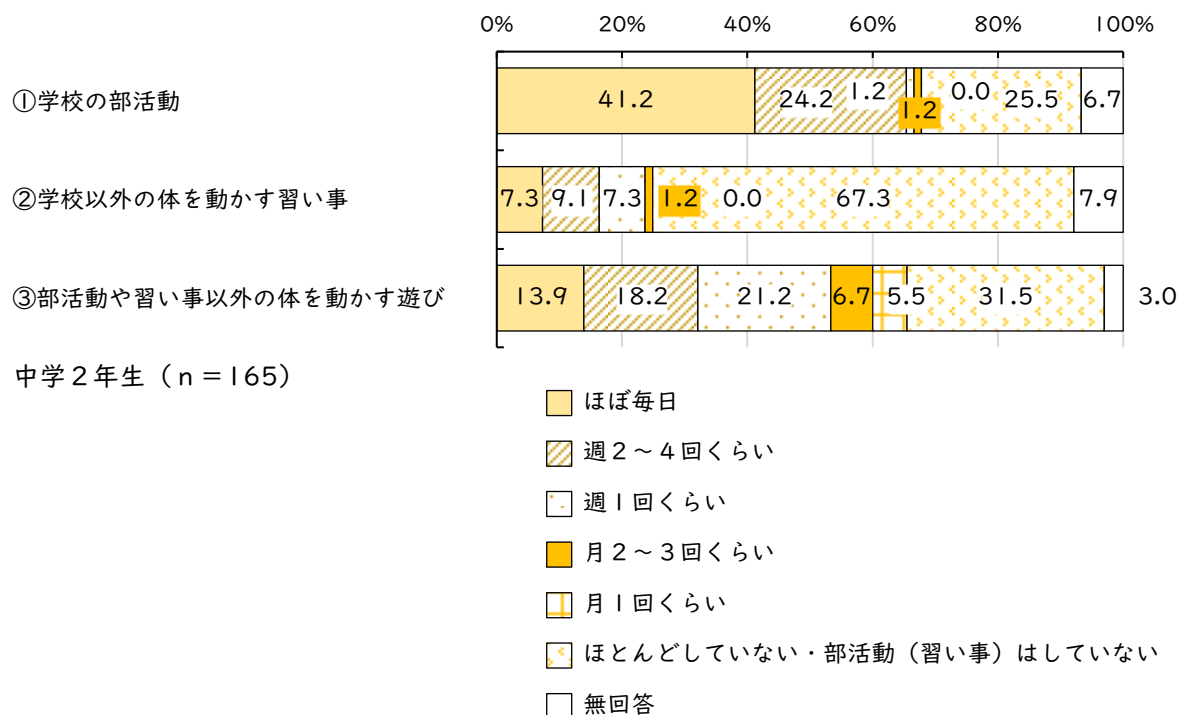
問9 あなたは、この1年間、1日60分以上の運動をどのくらいしていますか。

(それぞれ単数回答)

1日60分以上の運動をしている1年あたりの頻度は、小学5年生で『週2回以上』（ほぼ毎日＋週2～4回くらい）が≪①放課後や休日の活動≫において57.2%となっている一方、≪②学校以外の体を動かす習い事≫において34.6%となっています。

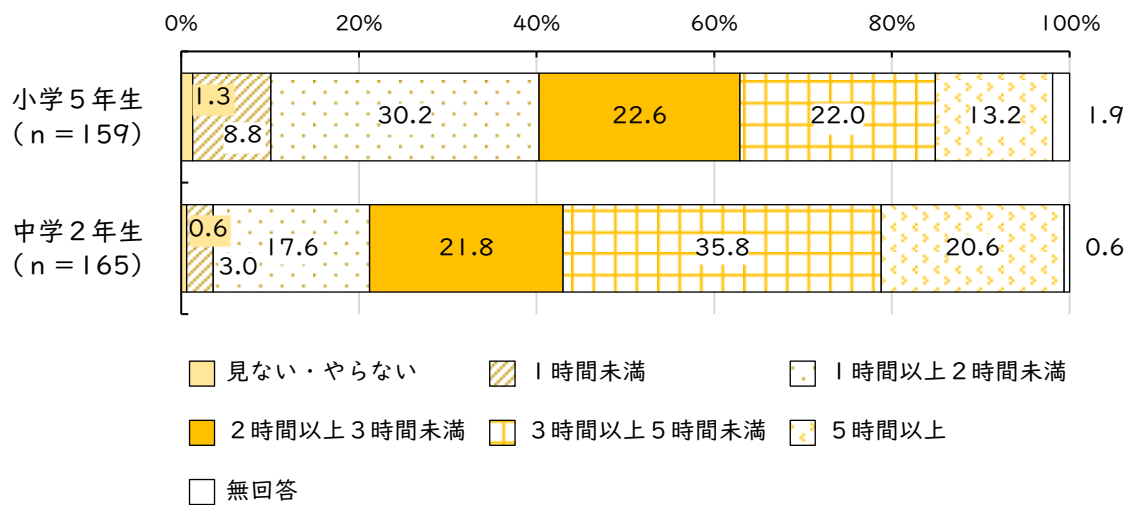


1日60分以上の運動をしている1年あたりの頻度は、中学2年生で『週2回以上』（ほぼ毎日＋週2～4回くらい）が≪①学校の部活動≫において65.4%となっている一方、≪②学校以外の体を動かす習い事≫において16.4%、≪③部活動や習い事以外の体を動かす遊び≫において32.1%となっています。



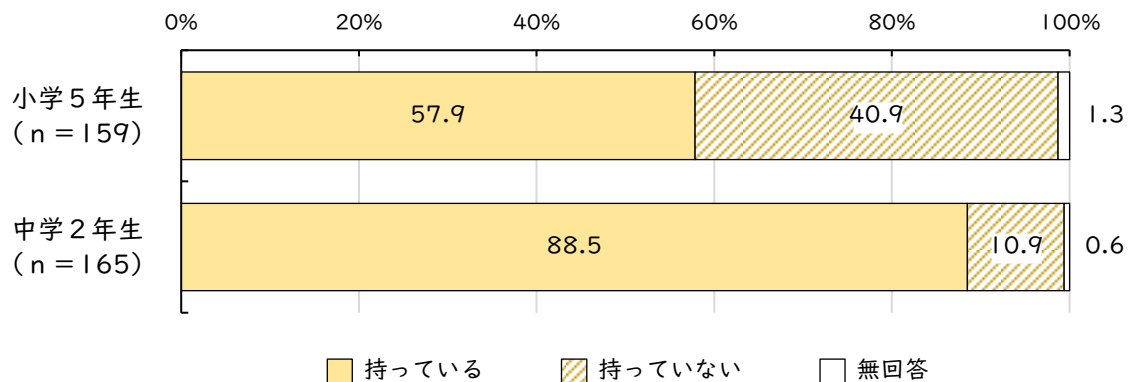
問 10 あなたが、一日のうちでテレビやスマートフォンを見たり、ゲームやパソコンをしたりする時間はどれくらいですか。(単数回答)

テレビやスマートフォンを見たり、ゲームやパソコンをしたりする1日あたりの時間は、小学5年生で「1時間以上2時間未満」が30.2%と最も多く、次いで「2時間以上3時間未満」が22.6%、「3時間以上5時間未満」が22.0%などとなっています。また、中学2年生で「3時間以上5時間未満」が35.8%と最も多く、次いで「2時間以上3時間未満」が21.8%、「5時間以上」が20.6%などとなっています。『2時間以上』（2時間以上3時間未満＋3時間以上5時間未満＋5時間以上）は、小学5年生で57.8%、中学2年生で78.2%となっています。



問 11 あなたは、自分専用のスマートフォンやタブレットを持っていますか。(単数回答)

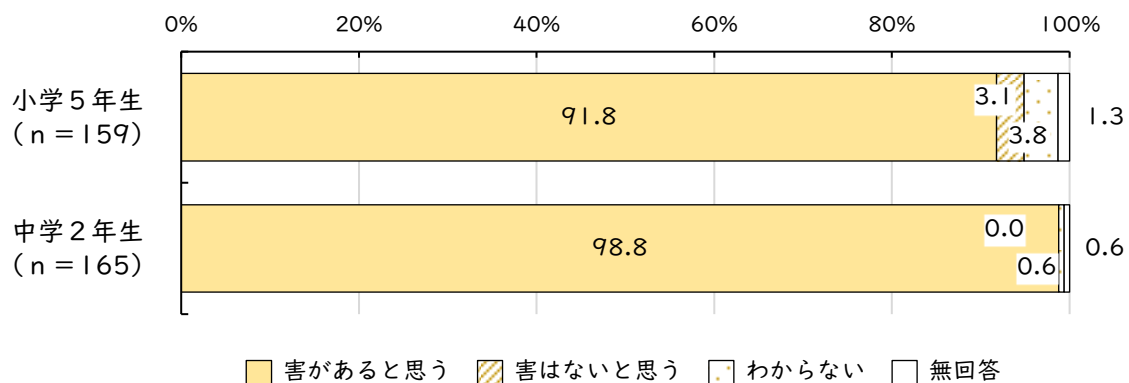
自分専用のスマートフォンやタブレットの所持状況は、小学5年生で「持っている」が57.9%、「持っていない」が40.9%となっています。また、中学2年生で「持っている」が88.5%、「持っていない」が10.9%となっています。



4. たばこについて

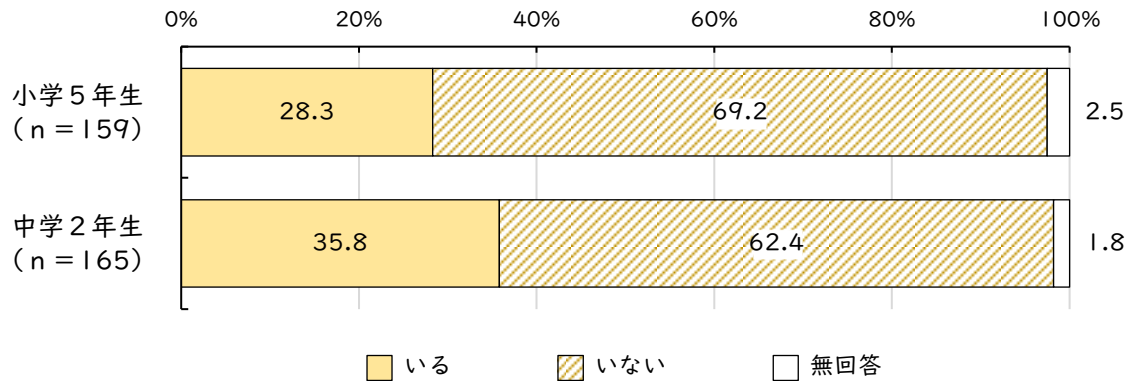
問 12 あなたは、たばこを吸うことは身体に害があると思いますか。(単数回答)

喫煙は身体に害があると思うかについては、小学5年生で「害があると思う」が91.8%と突出しています。また、中学2年生で「害があると思う」が98.8%と突出しています。



問 13 あなたと同居する家族で、たばこを吸う人がいますか。(単数回答)

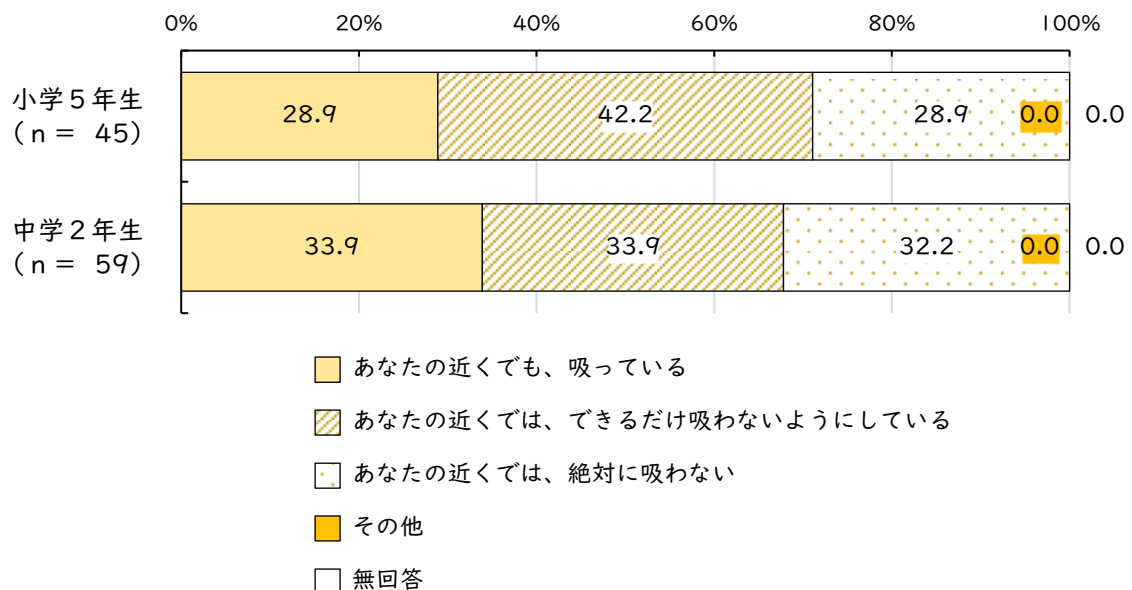
同居家族に喫煙者がいるかについては、小学5年生で「いる」が28.3%、「いない」が69.2%となっています。また、中学2年生で「いる」が35.8%、「いない」が62.4%となっています。



問 13 で「いる」と回答した方のみ

問 13-1 喫煙者は、あなたの近くでも吸っていますか。(単数回答)

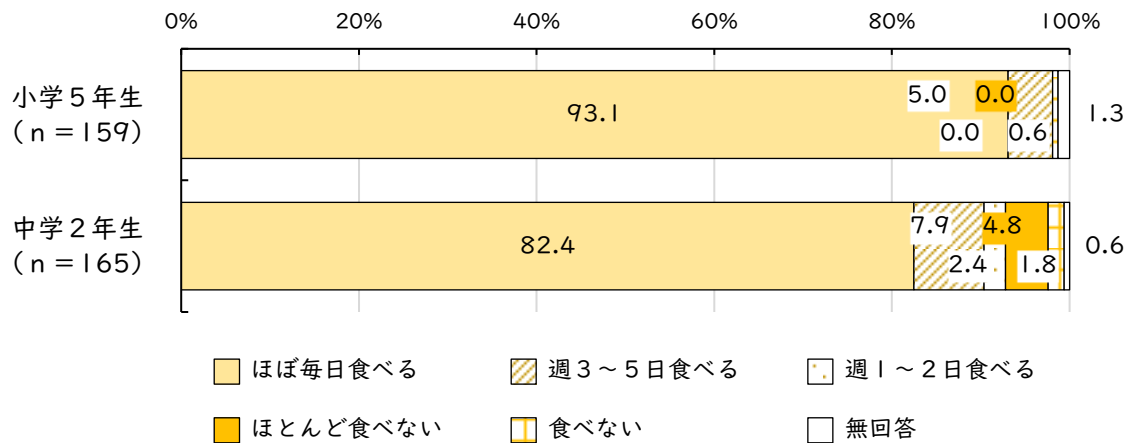
同居の喫煙者は対象者の近くでも吸っているかについては、小学5年生で「あなたの近くでは、できるだけ吸わないようにしている」が42.2%と最も多く、次いで「あなたの近くでも、吸っている」、「あなたの近くでは、絶対に吸わない」がそれぞれ28.9%となっています。また、中学2年生で「あなたの近くでも、吸っている」、「あなたの近くでは、できるだけ吸わないようにしている」がそれぞれ33.9%と最も多く、次いで「あなたの近くでは、絶対に吸わない」が32.2%となっています。



5. 食事などについて

問 14 あなたは、朝食を食べていますか。(単数回答)

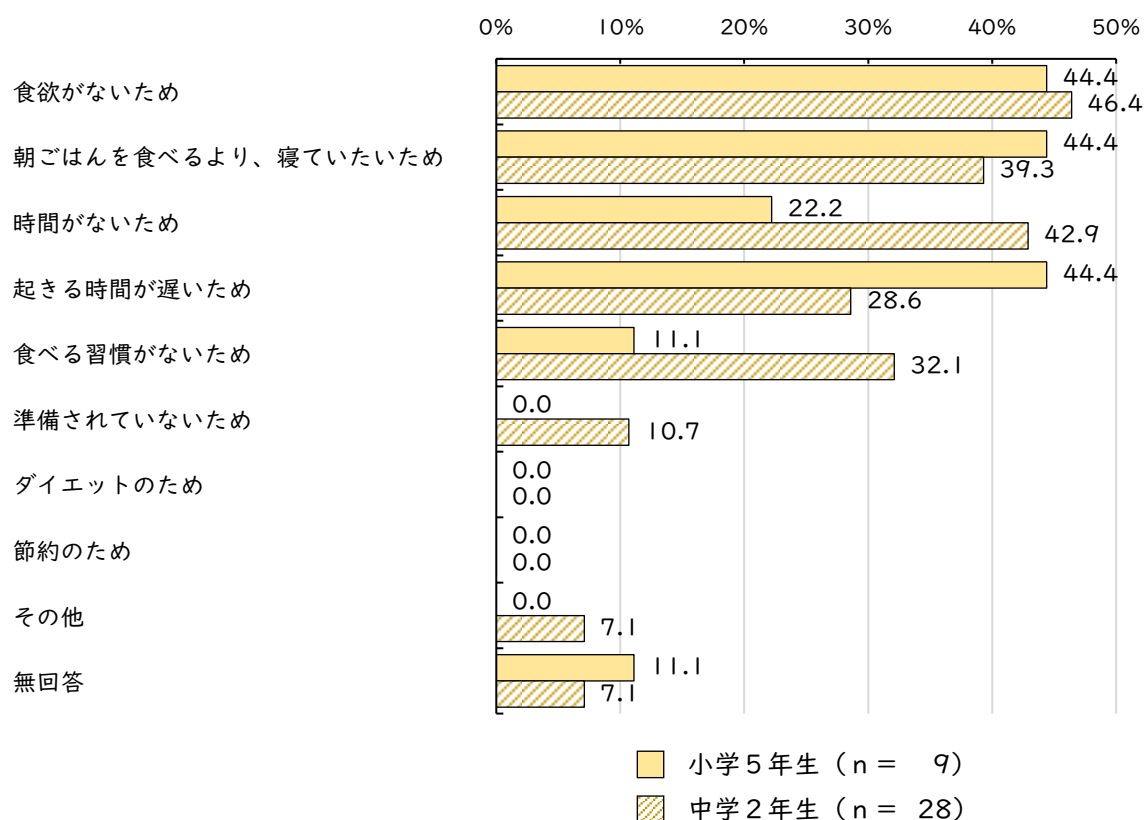
朝食の摂取状況は、小学5年生で「ほぼ毎日食べる」が93.1%と突出しています。また、中学2年生で「ほぼ毎日食べる」が82.4%と突出しています。



問14で「ほぼ毎日食べる」以外と回答した方のみ

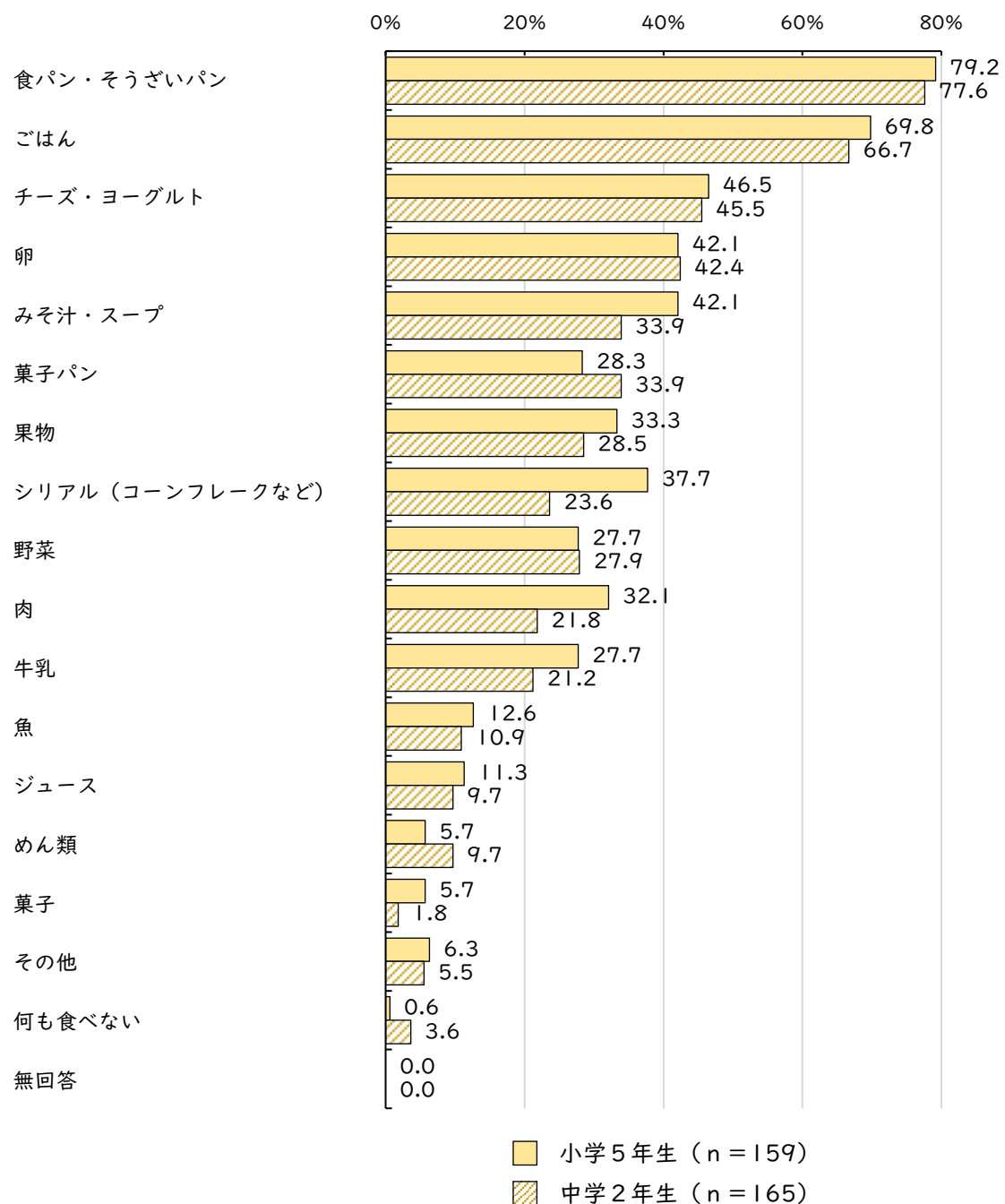
問14-1 あなたが、朝食を毎日食べない理由は何ですか。(複数回答可能：3つまで)

朝食を毎日食べない理由は、小学5年生で「食欲がないため」、「朝ごはんを食べるより、寝ていたい」、「起きる時間が遅いため」がそれぞれ44.4%と最も多く、次いで「時間がないため」が22.2%、「食べる習慣がないため」が11.1%となっています。また、中学2年生で「食欲がないため」が46.4%と最も多く、次いで「時間がないため」が42.9%、「朝ごはんを食べるより、寝ていたい」が39.3%などとなっています。



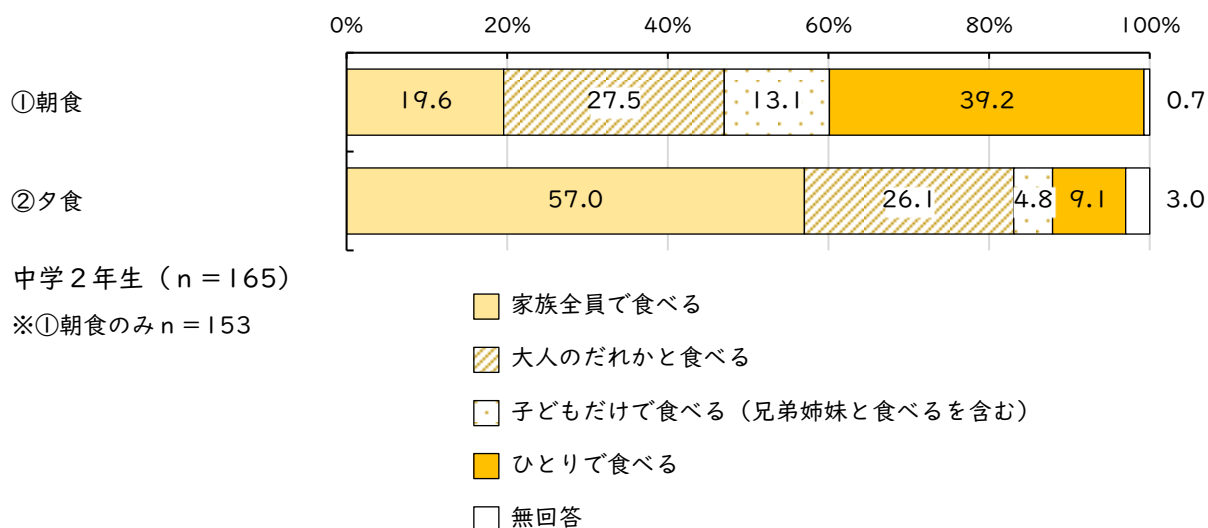
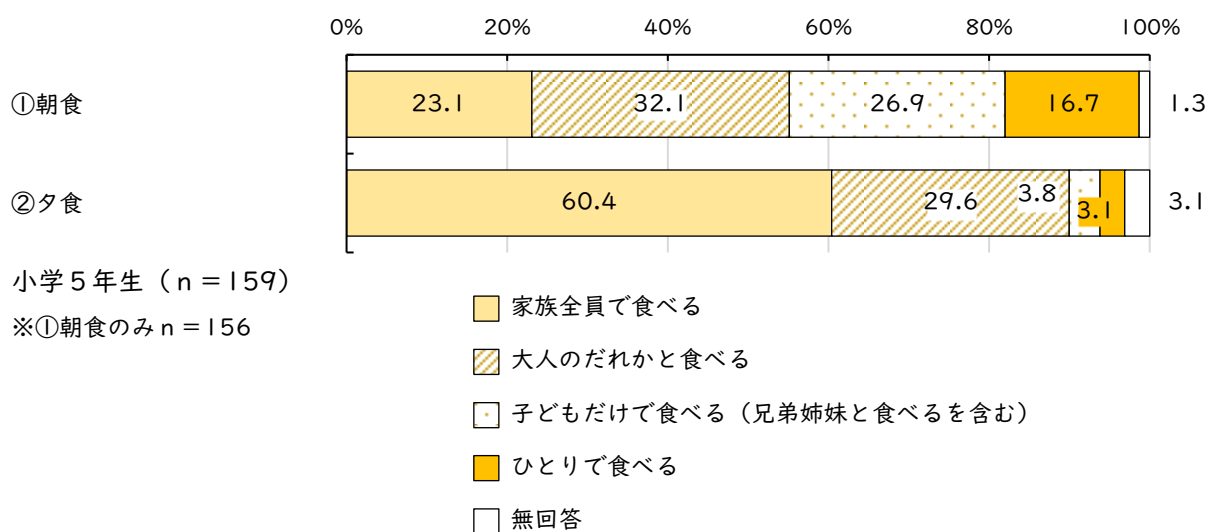
問 15 あなたは、朝食に何を食べていますか。(複数回答可能)

朝食に食べているものは、小学5年生で「食パン・そうざいパン」が79.2%と最も多く、次いで「ごはん」が69.8%、「チーズ・ヨーグルト」が46.5%などとなっています。また、中学2年生で「食パン・そうざいパン」が77.6%と最も多く、次いで「ごはん」が66.7%、「チーズ・ヨーグルト」が45.5%などとなっています。



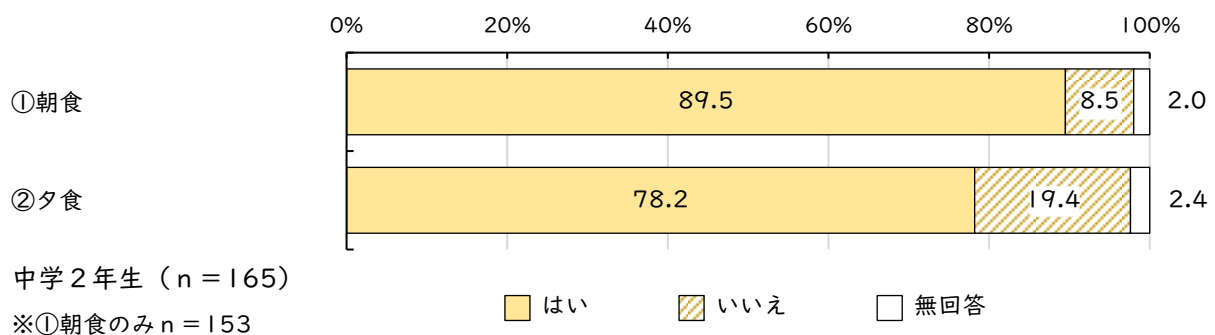
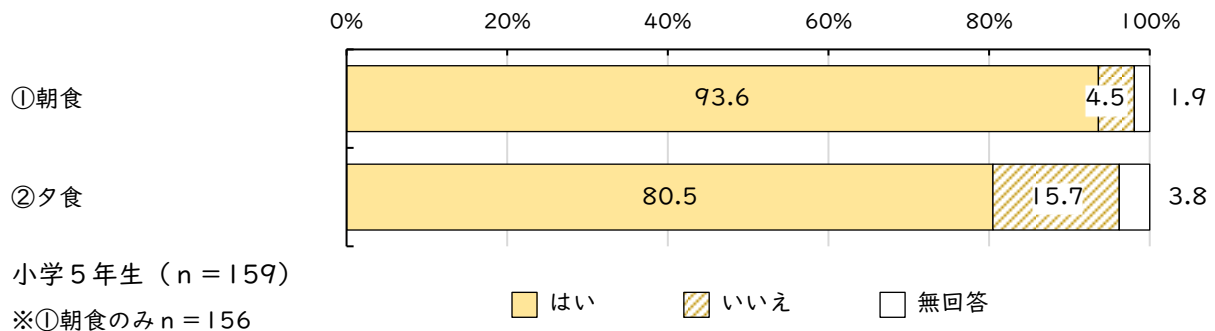
問 16 あなたは、食事をどなたと一緒に食べることが多いですか。(それぞれ単数回答)

食事を一緒に食べることが多い人は、《①朝食》において小学5年生で「大人のだれかと食べる」が32.1%と最も多くなっている一方で、中学2年生では「ひとりで食べる」が39.2%と最も多くなっています。また、《②夕食》において小学5年生・中学2年生ともに「家族全員で食べる」が6割前後で最も多くなっています。



問 17 あなたの食事の時間は、規則正しいですか。(それぞれ単数回答)

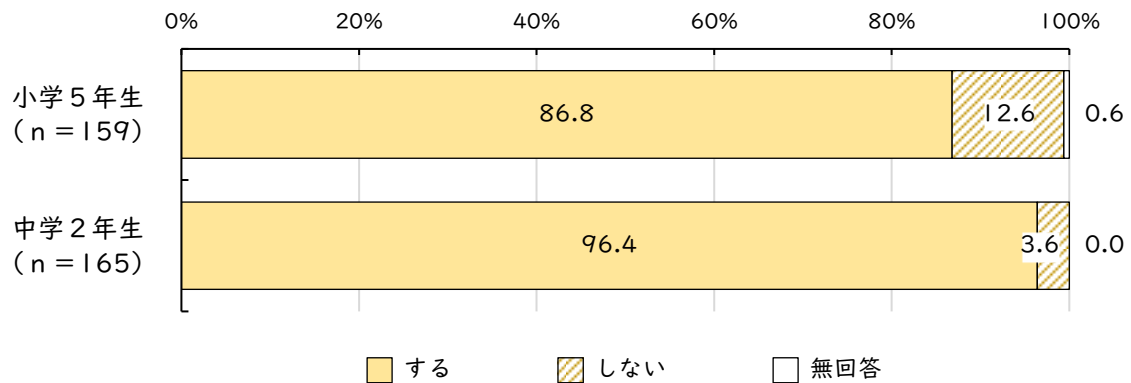
食事の時間は規則正しいかについては、《①朝食》において小学5年生・中学2年生ともに「はい」が9割前後で突出しています。その一方で、《②夕食》において小学5年生・中学2年生ともに「はい」が8割前後で多くなっているものの、「いいえ」も1割以上となっています。



問 18 あなたは、「いただきます」「ごちそうさま」などの感謝を表すあいさつをしますか。

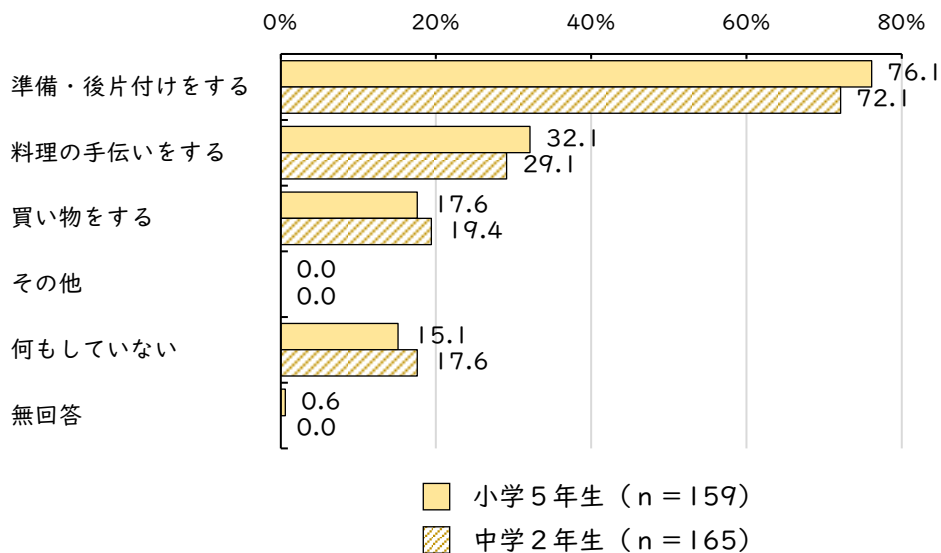
(単数回答)

『いただきます』などの感謝を表すあいさつをするかについては、小学5年生で「する」が86.8%、「しない」が12.6%となっています。また、中学2年生で「する」が96.4%、「しない」が3.6%となっています。



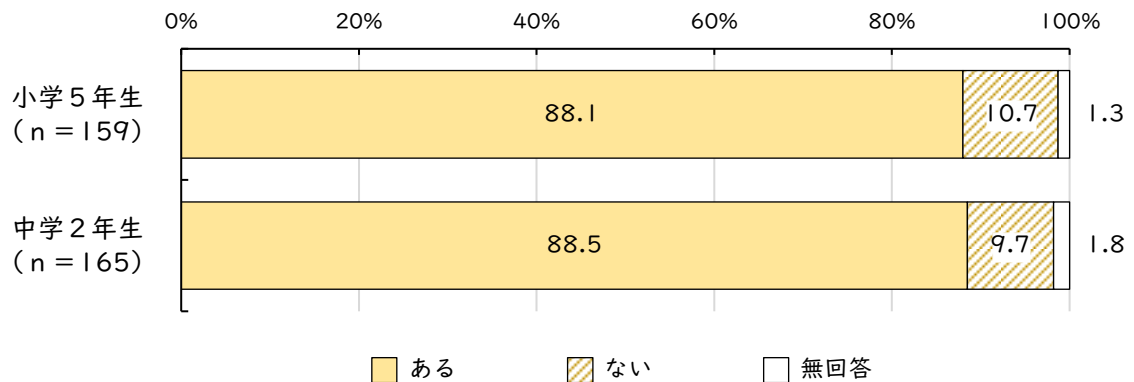
問 19 あなたは、食事の用意や手伝いをしますか。(複数回答可能)

食事の用意や手伝いをしているかについては、小学5年生で「準備・後片付けをする」が76.1%と最も多く、次いで「料理の手伝いをする」が32.1%、「買い物をする」が17.6%などとなっています。また、中学2年生で「準備・後片付けをする」が72.1%と最も多く、次いで「料理の手伝いをする」が29.1%、「買い物をする」が19.4%などとなっています。『何かしらの手伝いをしている』(全体—何もしていない—無回答)は、小学5年生で84.3%、中学2年生で82.4%となっています。



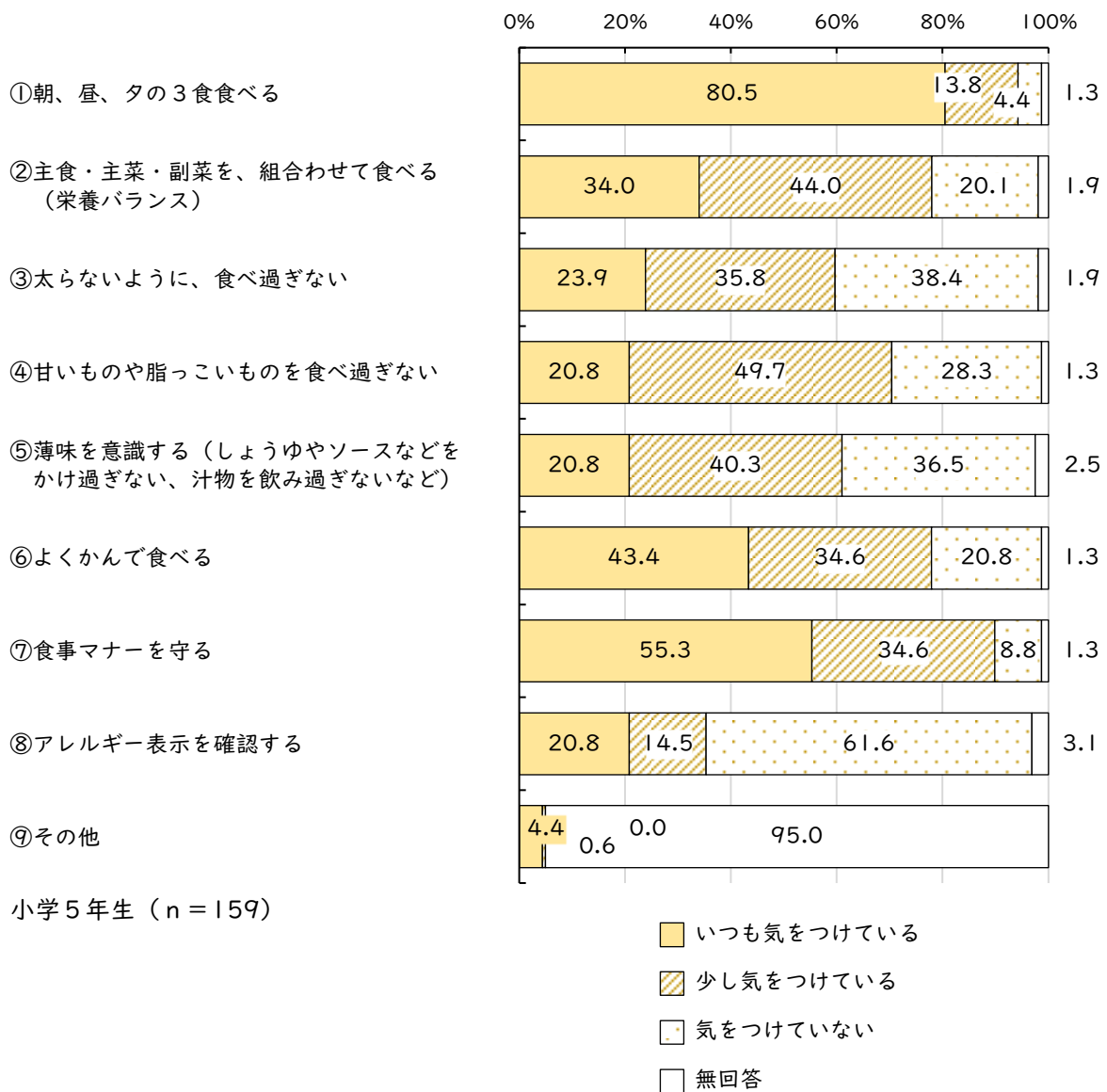
問 20 あなたは、食べ物を育てたり、収穫したりする体験をしたことがありますか。観光的な体験（いも掘り、みかん狩り、潮干狩りなど）や家庭菜園なども含みます。（単数回答）

食の生産に関する体験をした経験の有無は、小学5年生で「ある」が88.1%、「ない」が10.7%となっています。また、中学2年生で「ある」が88.5%、「ない」が9.7%となっています。



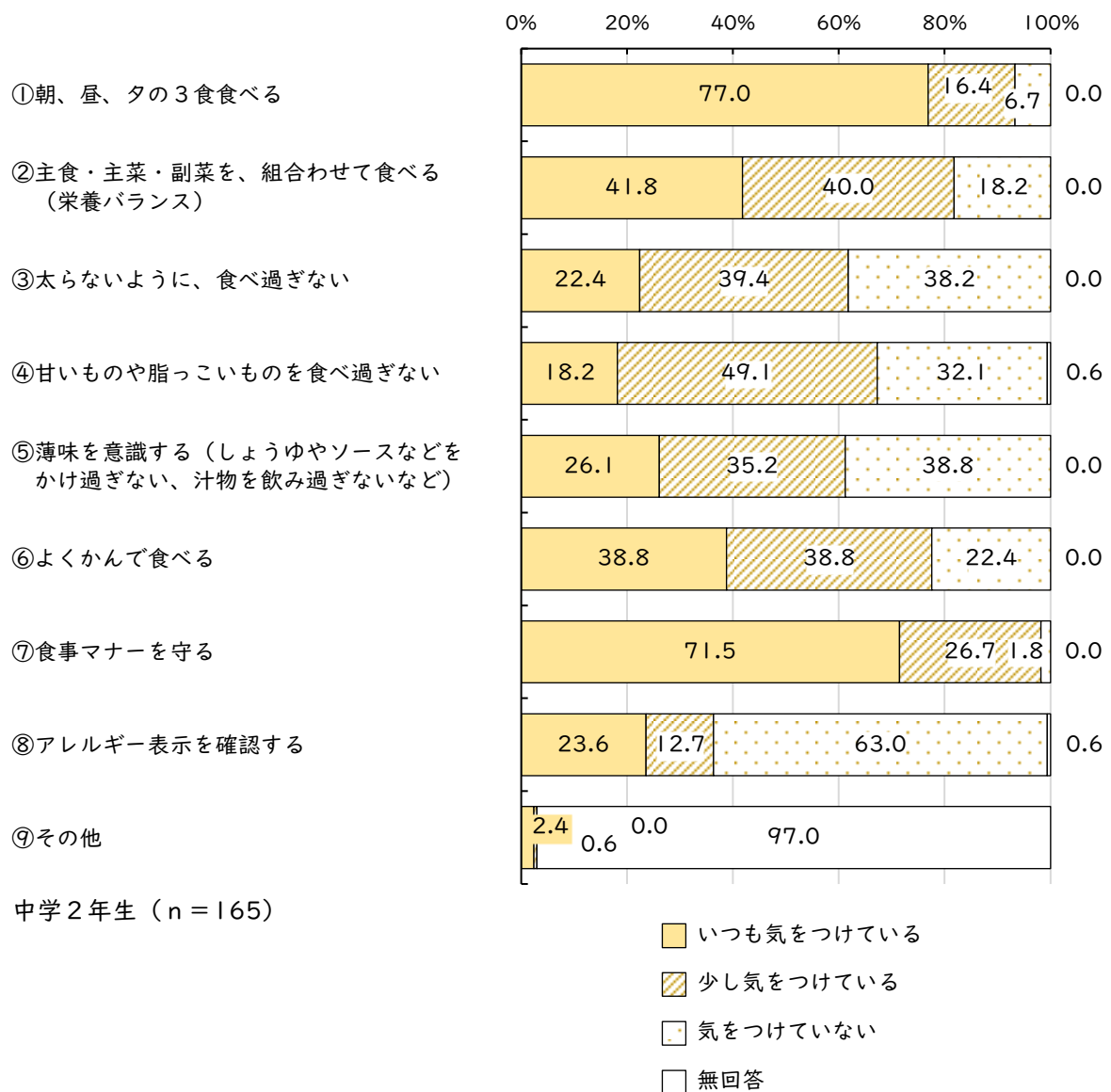
問 21 あなたは、普段食生活にどのくらい気をつけていますか。(それぞれ単数回答)

普段食生活で気をつけていることは、小学5年生で「いつも気をつけている」が≪①朝、昼、夕の3食食べる≫において80.5%と最も多くなっています。また、≪⑦食事マナーを守る≫も「いつも気をつけている」が55.3%と比較的多くなっています。その一方で、「気をつけていない」は≪⑧アレルギー表示を確認する≫において61.6%と最も多くなっています。



※主食：ごはん、パン、麺、パスタなどを主材料とする料理
 主菜：魚や肉、卵、大豆製品などを主材料とする料理
 副菜：野菜、きのこ、海藻、いもなどを主材料とする料理

普段食生活で気をつけていることは、中学2年生で「いつも気をつけている」が≪①朝、昼、夕の3食食べる≫、≪⑦食事マナーを守る≫において7割を超えて多くなっています。その一方で、「気をつけていない」は≪⑧アレルギー表示を確認する≫において63.0%と最も多くなっています。

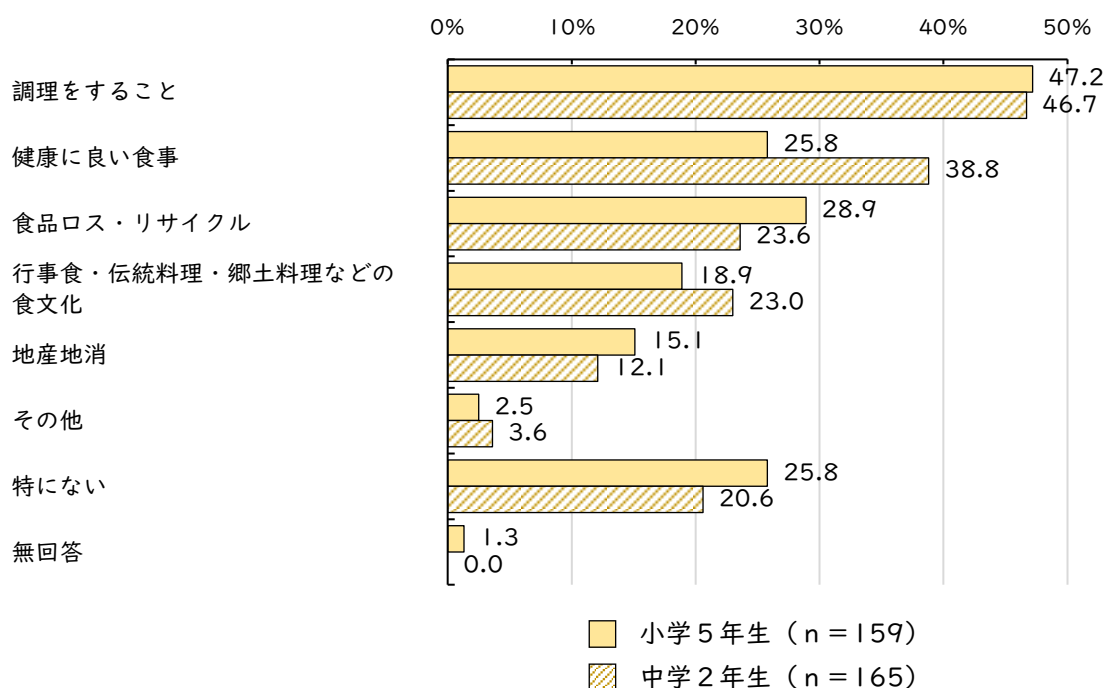


※主食：ごはん、パン、麺、パスタなどを主材料とする料理
 主菜：魚や肉、卵、大豆製品などを主材料とする料理
 副菜：野菜、きのこ、海藻、いもなどを主材料とする料理

問 22 あなたは、食に関することで、特に気になることや興味のあることは何ですか。

(複数回答可能)

食に関することで特に気になることや興味のあることは、小学5年生で「調理をすること」が47.2%と最も多く、次いで「食品ロス・リサイクル」が28.9%、「健康に良い食事」、「特にない」がそれぞれ25.8%などとなっています。また、中学2年生で「調理をすること」が46.7%と最も多く、次いで「健康に良い食事」が38.8%、「食品ロス・リサイクル」が23.6%などとなっています。

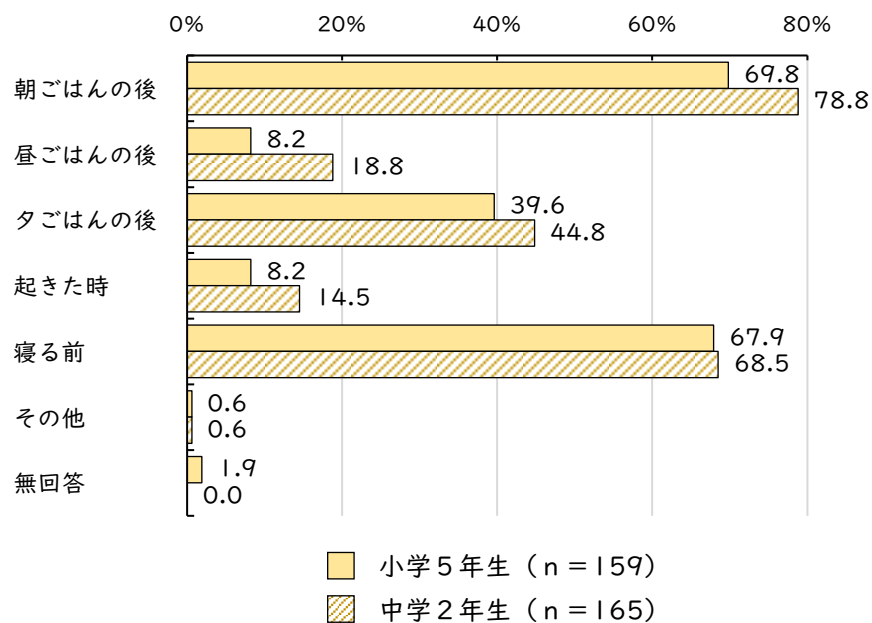


※地産地消：地域でつくられたものをその地域で消費すること。

6. 歯の状況について

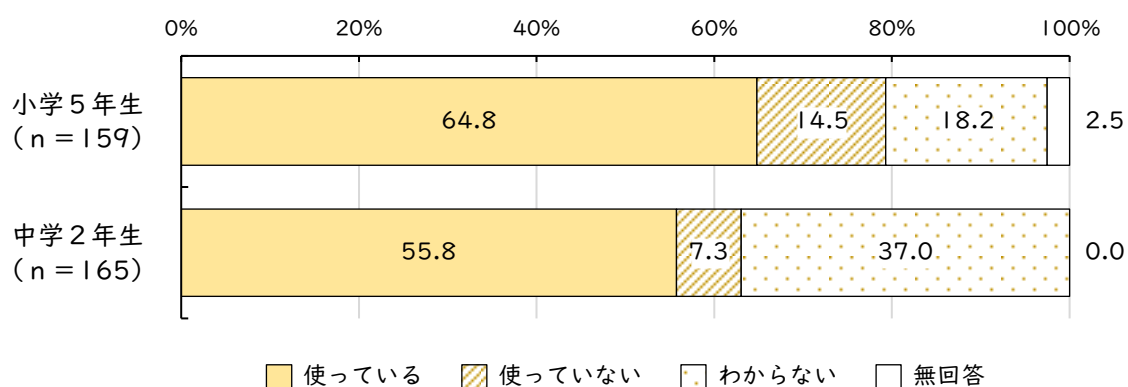
問 23 あなたは、いつ歯を磨きますか。(複数回答可能)

歯磨きをする時間帯は、小学5年生で「朝ごはんの後」が69.8%と最も多く、次いで「寝る前」が67.9%、「夕ごはんの後」が39.6%などとなっています。また、中学2年生で「朝ごはんの後」が78.8%と最も多く、次いで「寝る前」が68.5%、「夕ごはんの後」が44.8%などとなっています。



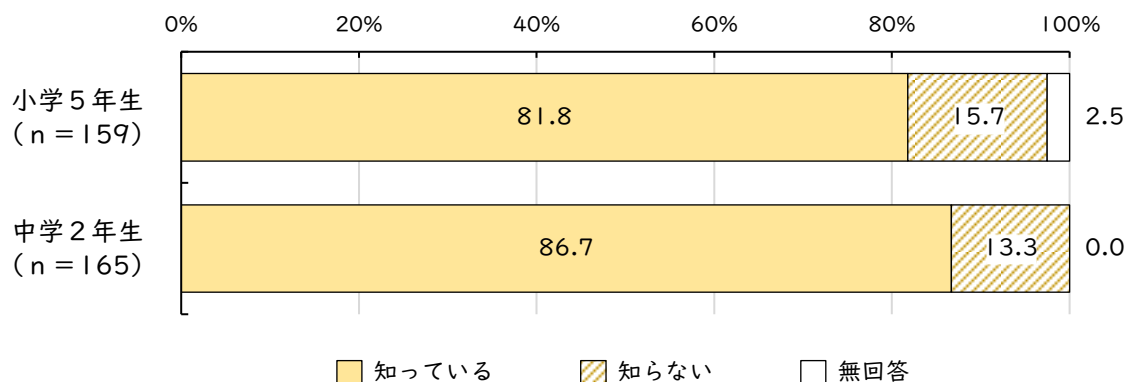
問 24 あなたは、むし歯予防のために、フッ素入りの歯みがき剤を使用していますか。(単数回答)

むし歯予防を目的としたフッ素入りの歯みがき剤の使用状況は、小学5年生で「使っている」が64.8%と最も多く、次いで「わからない」が18.2%、「使っていない」が14.5%となっています。また、中学2年生で「使っている」が55.8%と最も多く、次いで「わからない」が37.0%、「使っていない」が7.3%となっています。



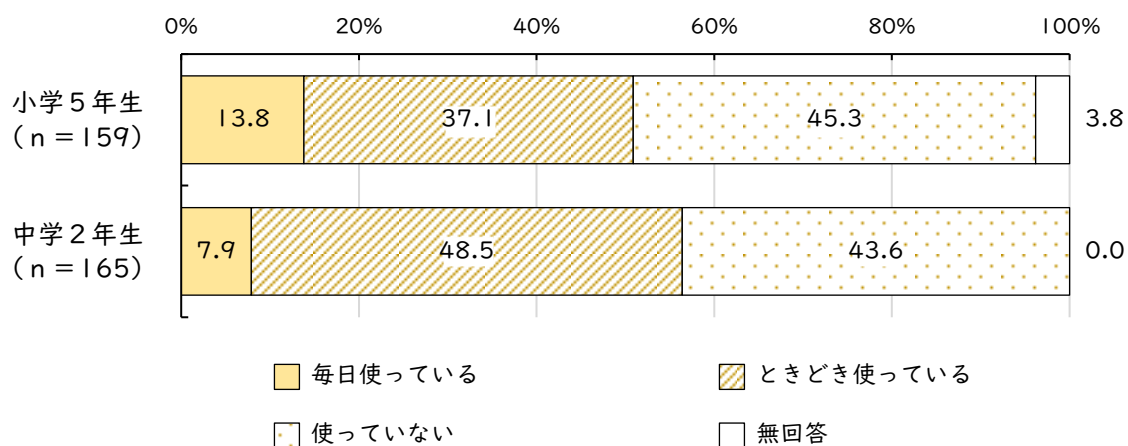
問 25 あなたは、デンタルフロス・糸（付）ようじを知っていますか。(単数回答)

デンタルフロス・糸（付）ようじの認知状況は、小学5年生で「知っている」が81.8%、「知らない」が15.7%となっています。また、中学2年生で「知っている」が86.7%、「知らない」が13.3%となっています。



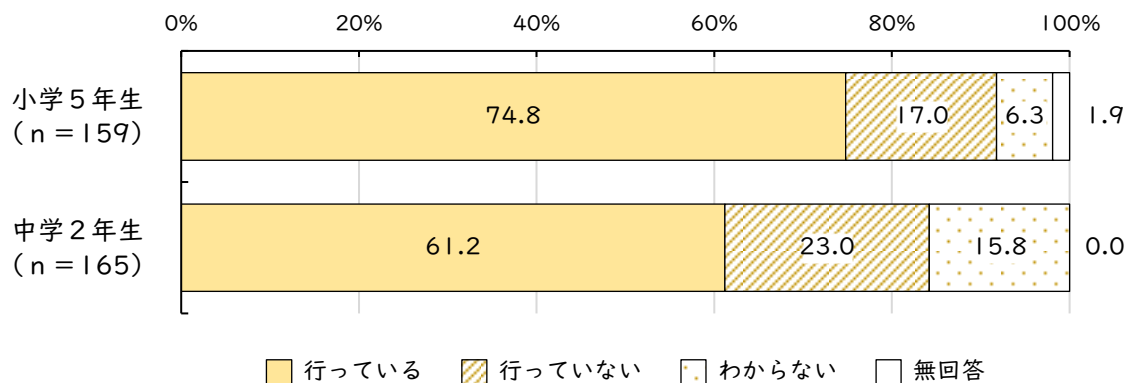
問 26 あなたは、デンタルフロス・糸（付）ようじを使用していますか。（単数回答）

デンタルフロス・糸（付）ようじの使用状況は、小学5年生で「使っていない」が45.3%と最も多く、次いで「ときどき使っている」が37.1%、「毎日使っている」が13.8%となっています。また、中学2年生で「ときどき使っている」が48.5%と最も多く、次いで「使っていない」が43.6%、「毎日使っている」が7.9%となっています。



問 27 あなたは、1年に1回以上、歯医者に行っていますか。（単数回答）

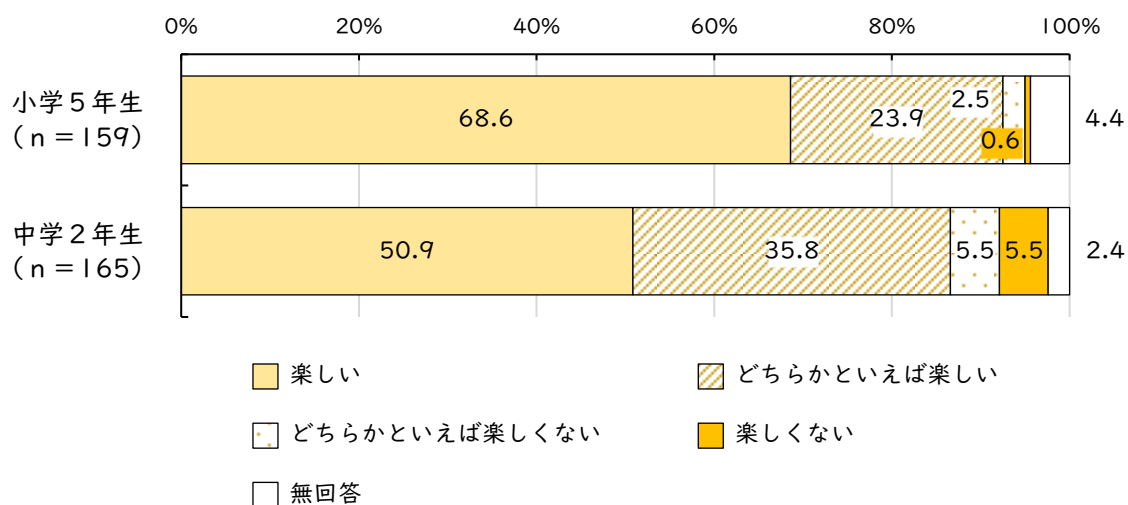
1年に1回以上、歯医者に通院しているかについては、小学5年生で「行っている」が74.8%と最も多く、次いで「行っていない」が17.0%、「わからない」が6.3%となっています。また、中学2年生で「行っている」が61.2%と最も多く、次いで「行っていない」が23.0%、「わからない」が15.8%となっています。



7. こころの健康について

問 28 あなたは、今の生活を楽しんでいると感じていますか。(単数回答)

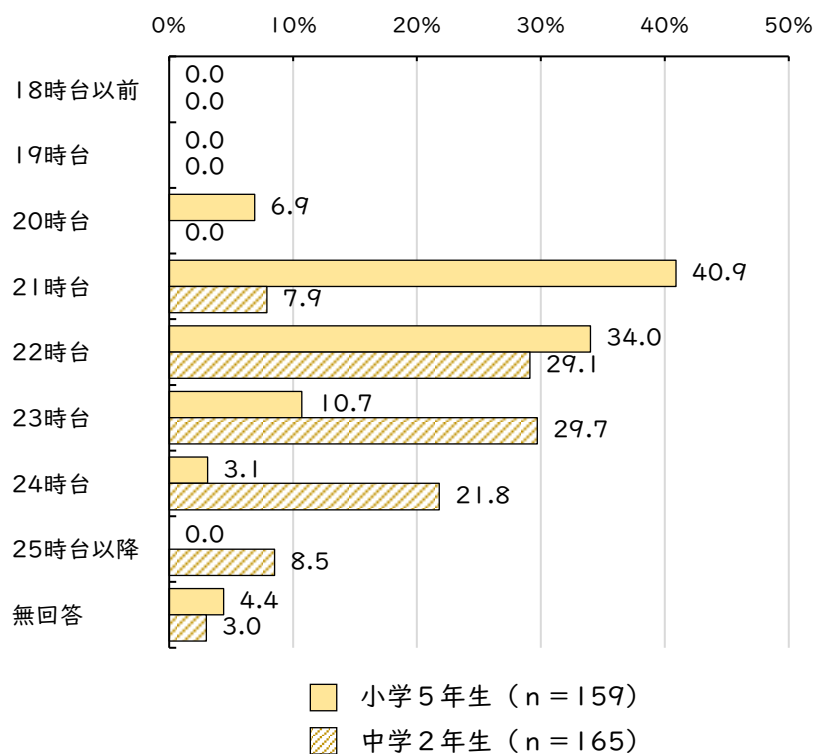
今の生活を楽しんでいると感じているかについては、小学5年生で「楽しい」が68.6%と最も多く、次いで「どちらかといえば楽しい」が23.9%、「どちらかといえば楽しくない」が2.5%などとなっています。また、中学2年生で「楽しい」が50.9%と最も多く、次いで「どちらかといえば楽しい」が35.8%、「楽しくない」「楽しくない」がそれぞれ5.5%となっています。『楽しい』（楽しい+どちらかといえば楽しい）は、小学5年生で92.5%、中学2年生で86.7%となっています。



問 29 あなたが、普段夜に寝る時刻と起きる時刻を教えてください。(数字記入⇒単数回答)

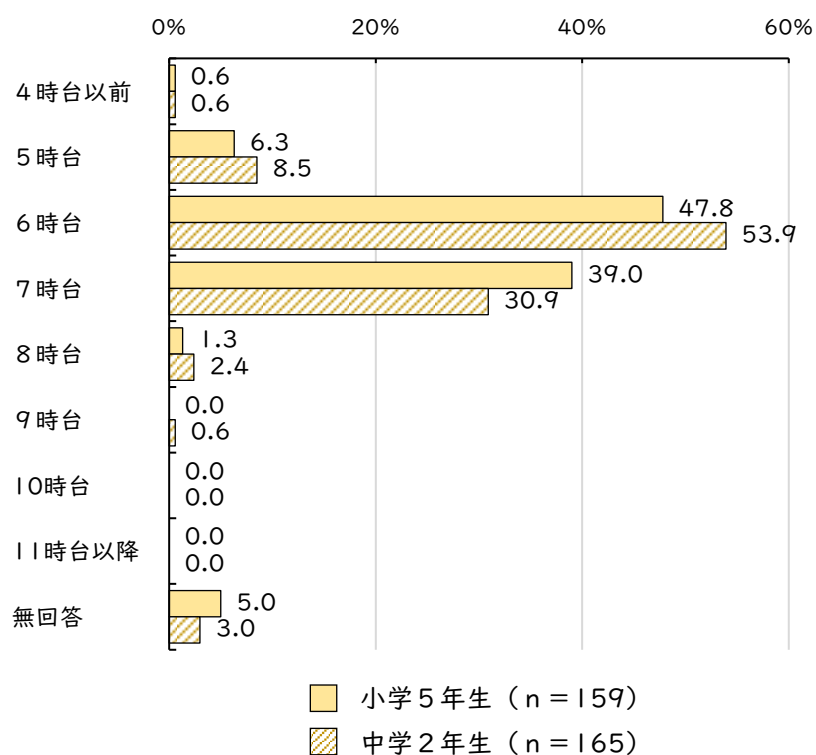
寝る時刻は、小学5年生で「21 時台」が 40.9%と最も多く、次いで「22 時台」が 34.0%、「23 時台」が 10.7%などとなっています。また、中学2年生で「23 時台」が 29.7%と最も多く、次いで「22 時台」が 29.1%、「24 時台」が 21.8%などとなっています。

寝る時刻



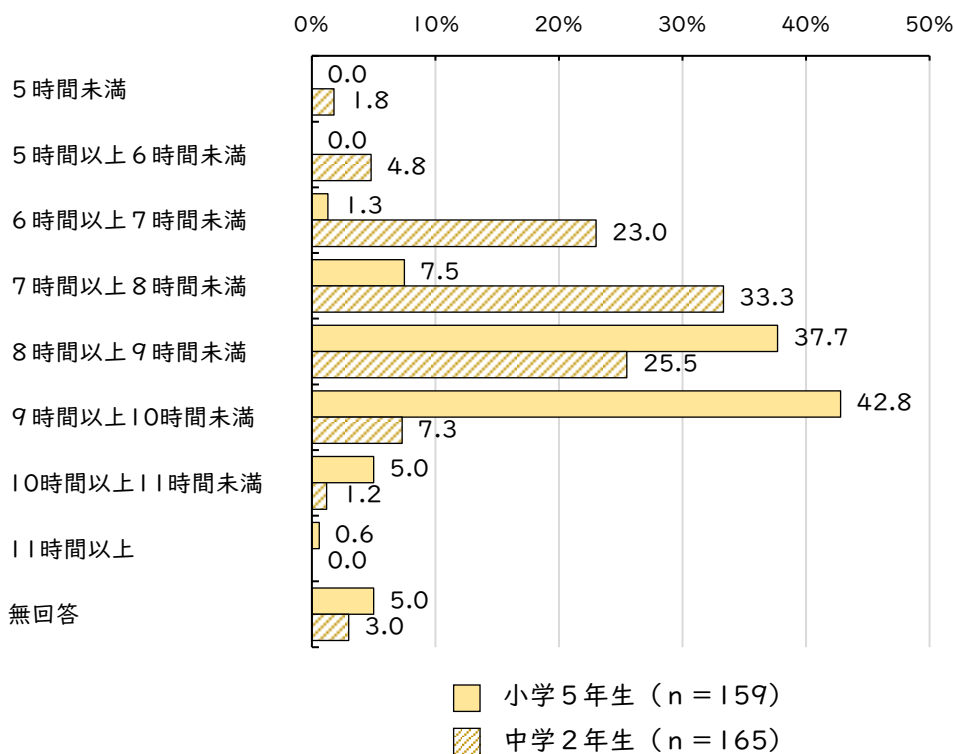
起きる時刻は、小学5年生で「6時台」が47.8%と最も多く、次いで「7時台」が39.0%、「5時台」が6.3%などとなっています。また、中学2年生で「6時台」が53.9%と最も多く、次いで「7時台」が30.9%、「5時台」が8.5%などとなっています。

起きる時刻



睡眠時間は、小学5年生で「9時間以上10時間未満」が42.8%と最も多く、次いで「8時間以上9時間未満」が37.7%、「7時間以上8時間未満」が7.5%などとなっています。また、中学2年生で「7時間以上8時間未満」が33.3%と最も多く、次いで「8時間以上9時間未満」が25.5%、「6時間以上7時間未満」が23.0%などとなっています。『8時間以上』（8時間以上9時間未満＋9時間以上10時間未満＋10時間以上11時間未満＋11時間以上）は、小学5年生で86.1%、中学2年生で34.0%となっています。

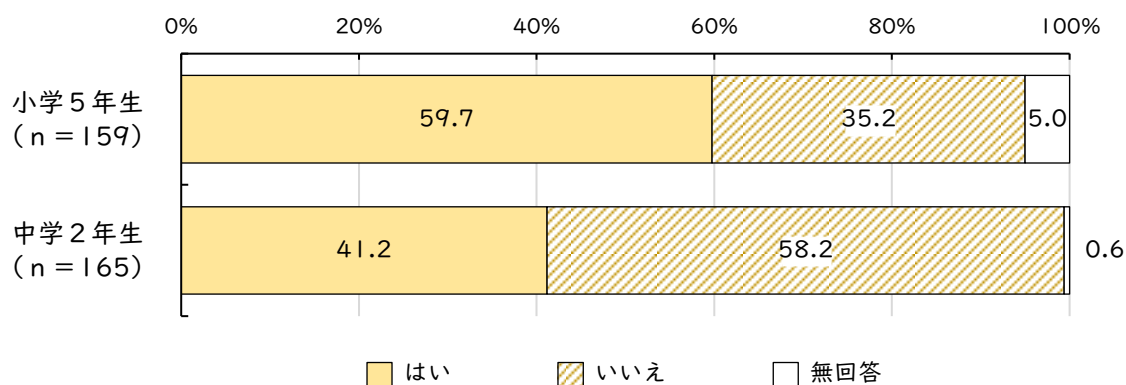
睡眠時間



※回答された寝る時刻・起きる時刻から睡眠時間を算出しています。

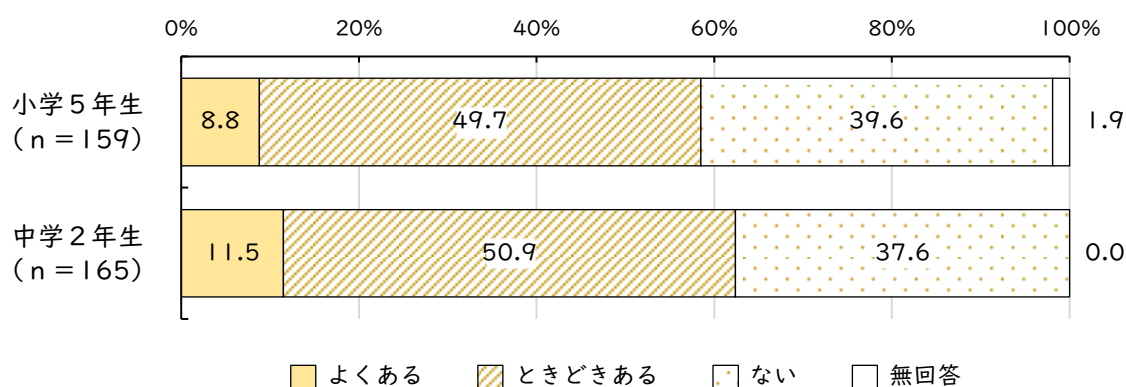
問 30 朝は、気持ちよく起きられますか。(単数回答)

朝は気持ちよく起きられるかについては、小学5年生で「はい」が59.7%、「いいえ」が35.2%となっています。また、中学2年生で「はい」が41.2%、「いいえ」が58.2%となっています。



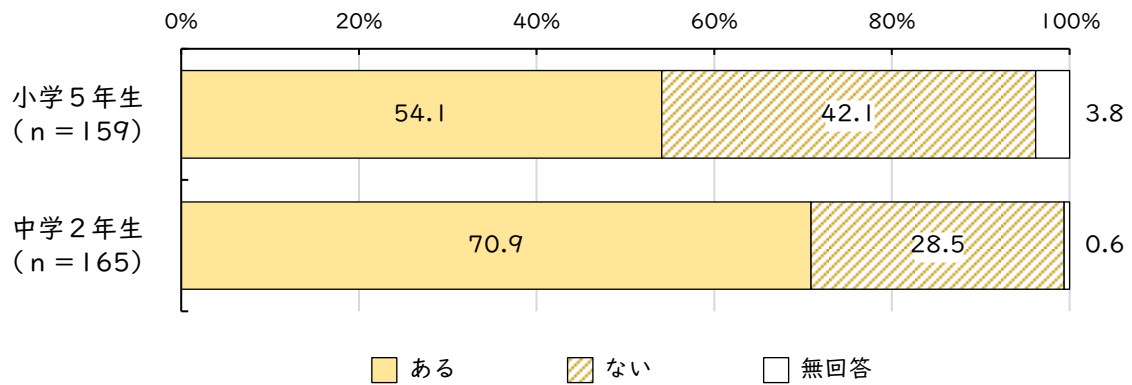
問 31 夜、眠れないことがありますか。(単数回答)

夜、眠れないことの有無は、小学5年生で「ときどきある」が49.7%と最も多く、次いで「ない」が39.6%、「よくある」が8.8%となっています。また、中学2年生で「ときどきある」が50.9%と最も多く、次いで「ない」が37.6%、「よくある」が11.5%となっています。



問 32 1年以内に悩んだり、不安やストレスを感じたことがありますか。(単数回答)

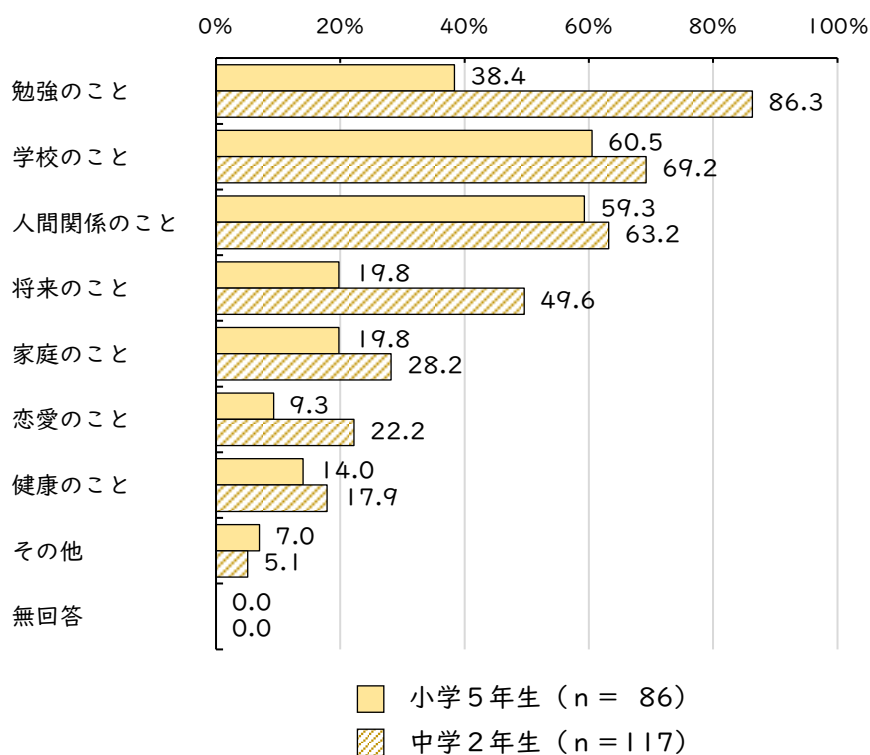
この1年間で悩んだり、不安やストレスを感じた経験の有無は、小学5年生で「ある」が54.1%、「ない」が42.1%となっています。また、中学2年生で「ある」が70.9%、「ない」が28.5%となっています。



問 32 で「ある」と回答した方のみ

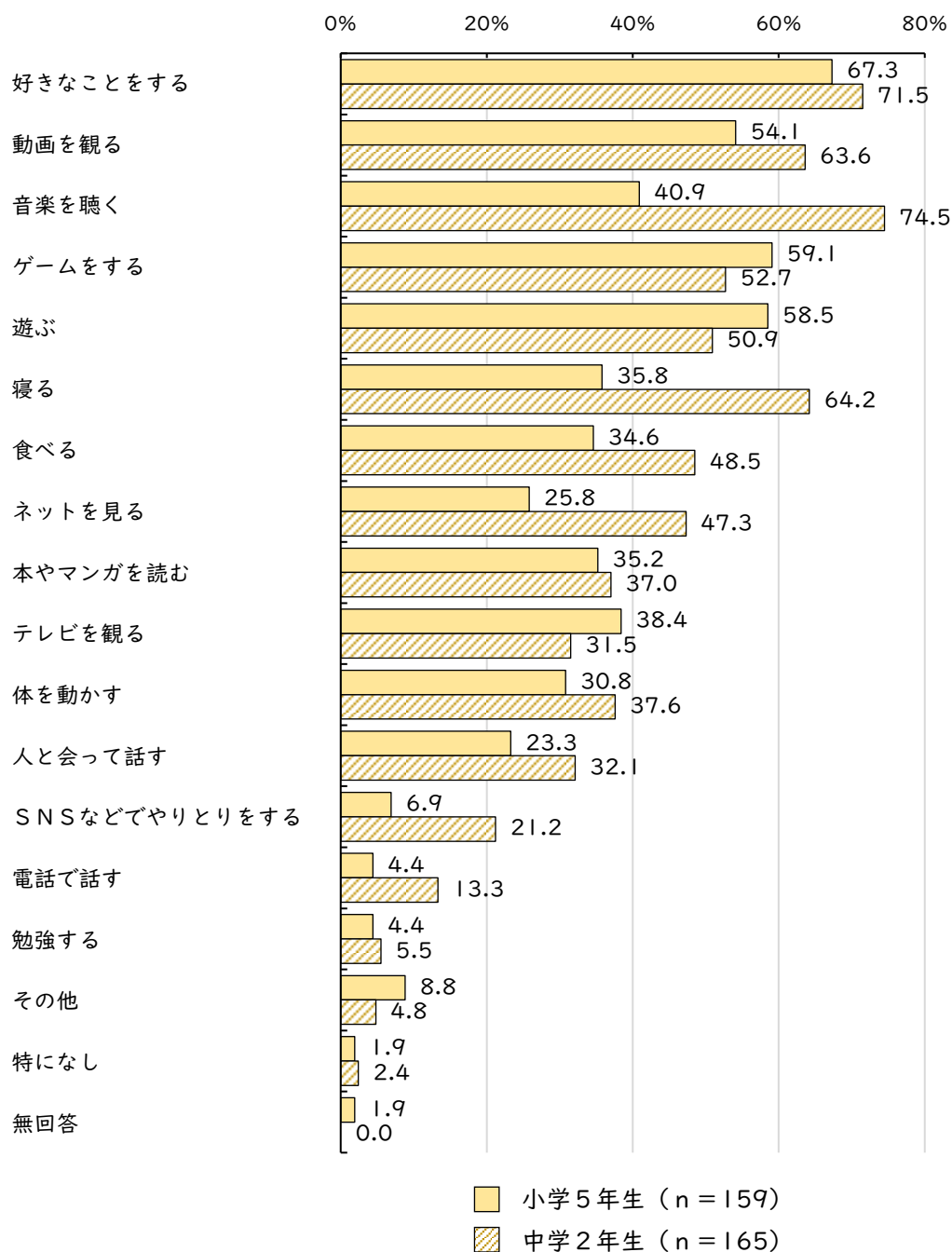
問 32-1 どんなことで1年以内に悩んだり、不安やストレスを感じましたか。(複数回答可能)

この1年間で悩んだり、不安やストレスを感じたことは、小学5年生で「学校のこと」が60.5%と最も多く、次いで「人間関係のこと」が59.3%、「勉強のこと」が38.4%などとなっています。また、中学2年生で「勉強のこと」が86.3%と最も多く、次いで「学校のこと」が69.2%、「人間関係のこと」が63.2%などとなっています。



問 33 あなたが日常生活での悩みやストレスの解消、気分転換をするために行うことはどんなことですか。(複数回答可能)

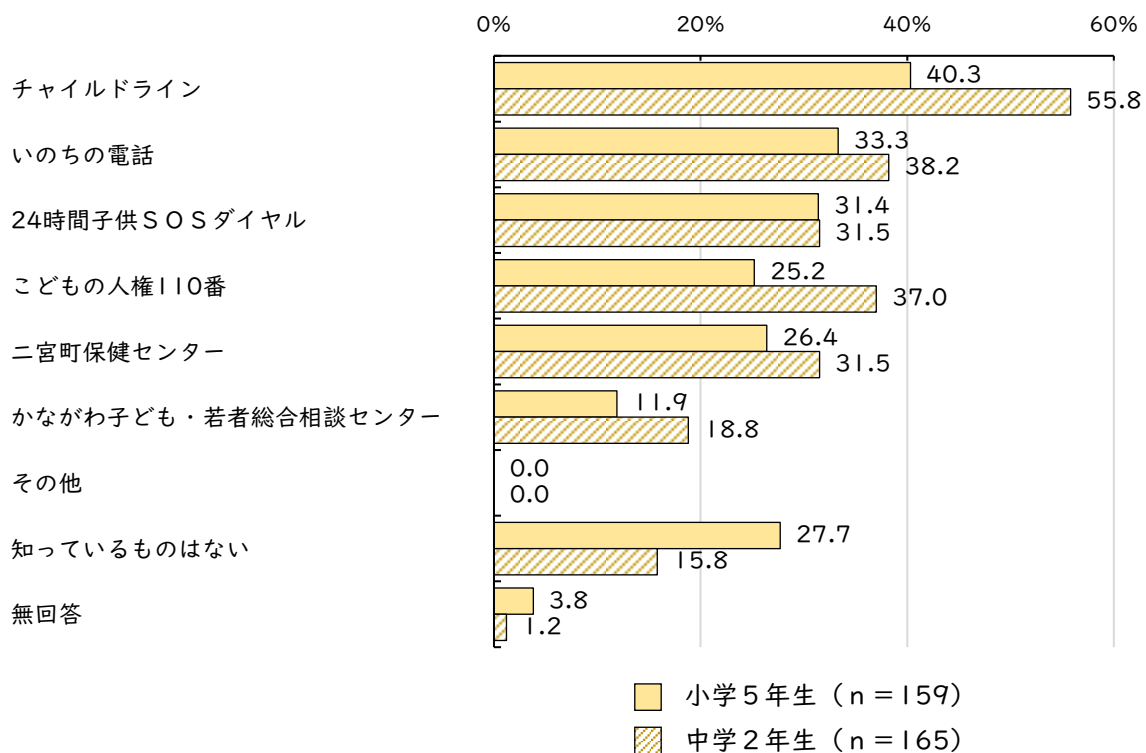
日常生活での悩みやストレスの解消、気分転換をするために行うことは、小学5年生で「好きなことをする」が67.3%と最も多く、次いで「ゲームをする」が59.1%、「遊ぶ」が58.5%などとなっています。また、中学2年生で「音楽を聴く」が74.5%と最も多く、次いで「好きなことをする」が71.5%、「寝る」が64.2%などとなっています。



問 34 あなたは、こころの健康に関する窓口について、知っているものがありますか。

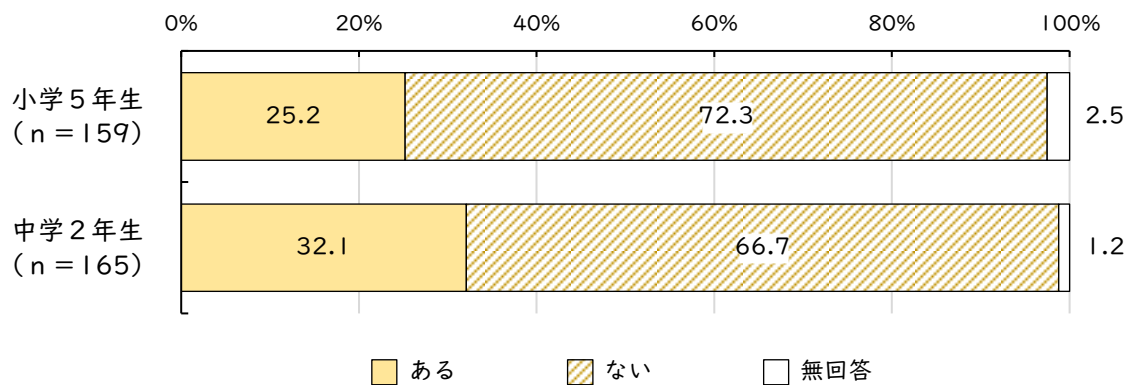
(複数回答可能)

知っているこころの健康に関する窓口は、小学5年生で「チャイルドライン」が40.3%と最も多く、次いで「いのちの電話」が33.3%、「24時間子供SOSダイヤル」が31.4%などとなっています。また、中学2年生で「チャイルドライン」が55.8%と最も多く、次いで「いのちの電話」が38.2%、「こどもの人権110番」が37.0%などとなっています。『何らかのこころの健康に関する窓口を知っている』（全体－知っているものはない－無回答）は、小学5年生で68.5%、中学2年生で83.0%となっています。



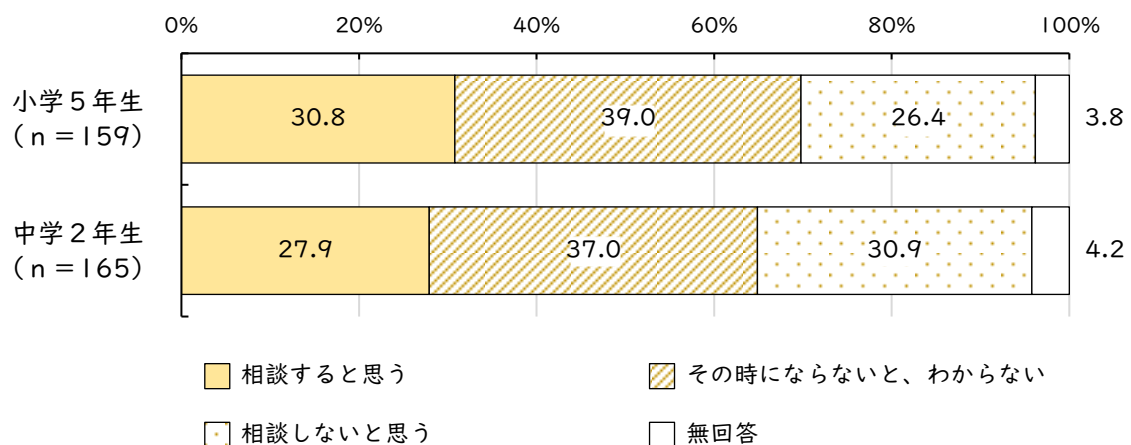
問 35 あなたは、消えてしまいたくなったり、いなくなってしまうと思ったことがありますか。
(単数回答)

消えてしまいたくなったり、いなくなってしまうと思った経験の有無は、小学5年生で「ある」が25.2%、「ない」が72.3%となっています。また、中学2年生で「ある」が32.1%、「ない」が66.7%となっています。



問 36 あなたは、消えてしまいたくなったり、いなくなってしまうと思った時に、どなたかに相談すると思いますか。(単数回答)

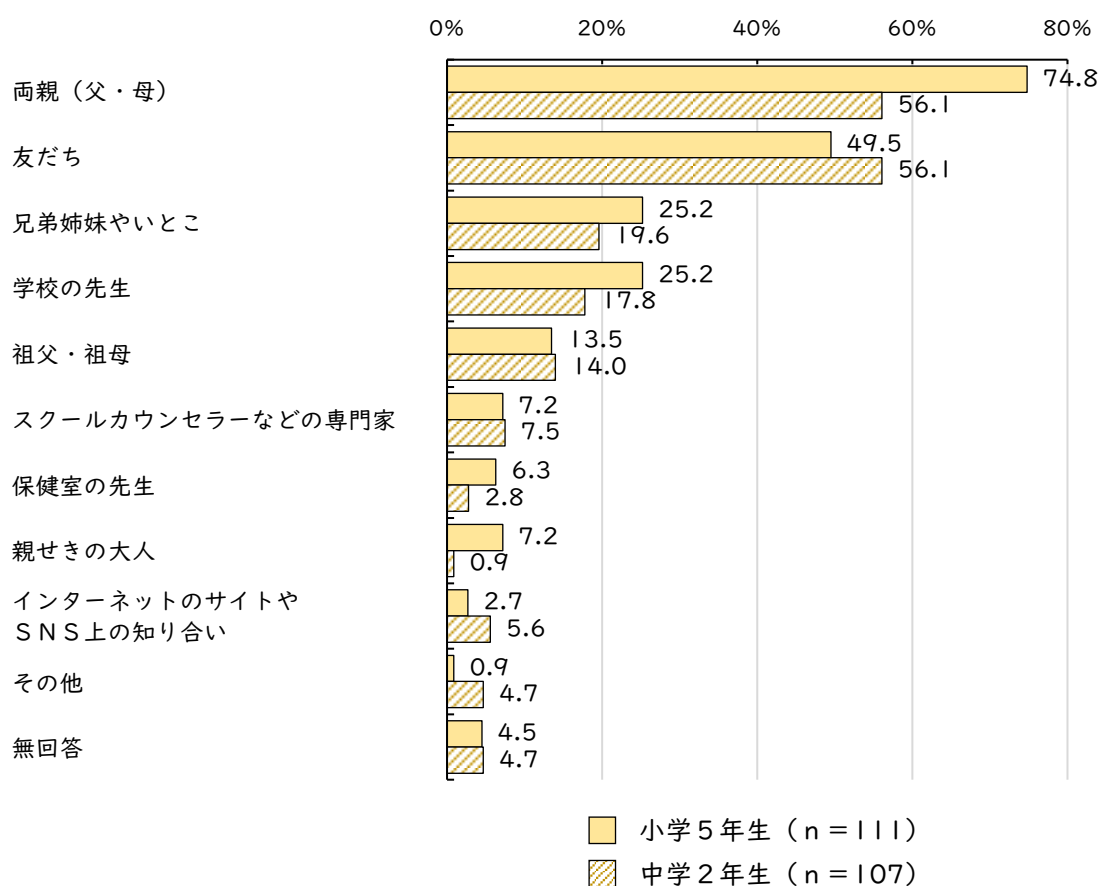
消えてしまいたくなったり、いなくなってしまうと思った時に誰かに相談すると思うかについては、小学5年生で「その時にならないと、わからない」が39.0%と最も多く、次いで「相談すると思う」が30.8%、「相談しないと思う」が26.4%となっています。また、中学2年生で「その時にならないと、わからない」が37.0%と最も多く、次いで「相談しないと思う」が30.9%、「相談すると思う」が27.9%などとなっています。



問36で「相談すると思う」、「その時にならないと、わからない」と回答した方のみ

問36-1 相談したいと思う人は誰ですか。(複数回答可能)

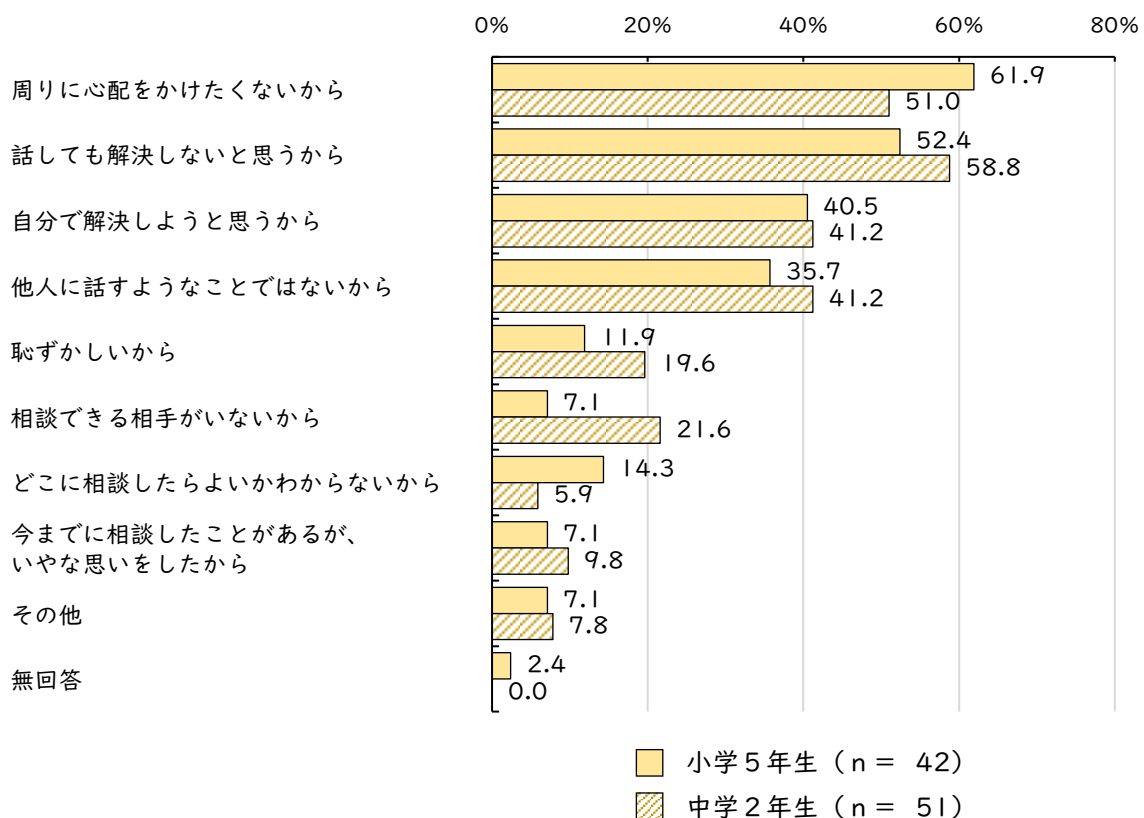
相談したいと思う人は、小学5年生で「両親（父・母）」が74.8%と最も多く、次いで「友だち」が49.5%、「兄弟姉妹やいところ」、「学校の先生」がそれぞれ25.2%などとなっています。また、中学2年生で「両親（父・母）」、「友だち」がそれぞれ56.1%と最も多く、次いで「兄弟姉妹やいところ」が19.6%、「学校の先生」が17.8%などとなっています。



問 36 で「相談しないと思う」と回答した方のみ

問 36-2 そう思う理由はなぜですか。(複数回答可能)

相談しないと思う理由は、小学5年生で「周りに心配をかけたくないから」が61.9%と最も多く、次いで「話しても解決しないと思うから」が52.4%、「自分で解決しようと思うから」が40.5%などとなっています。また、中学2年生で「話しても解決しないと思うから」が58.8%と最も多く、次いで「周りに心配をかけたくないから」が51.0%、「自分で解決しようと思うから」、「他人に話すようなことではないから」がそれぞれ41.2%などとなっています。



二宮町 健康づくりについてのアンケート 報告書

令和6年3月

二宮町保健センター 健康福祉部 子育て・健康課

〒259-0123 神奈川県中郡二宮町二宮 1410
TEL:0463-71-7100 / FAX:0463-72-6086