

# 平成 24 年度「健康のべおか 2 1」市民アンケート調査

## 1. 調査実施の目的

今回の調査は、「健康のべおか 2 1」の最終評価のための基礎資料作成、及び「健康日本 2 1」の見直し（第 2 次策定）による新指標設定に向けて、市民の健康づくりにおけるデータの収集を目的として実施した。

## 2. 調査の概要

- (1) 調査地域 延岡市全域
- (2) 調査対象 市内に居住する 20 歳～79 歳の男女 9,840 人
- (3) 対象者の抽出 住民基本情報に基づく層化無作為抽出  
情報管理課に依頼し、性別、年代別に集団を区分し、そのうえで無作為抽出
- (4) 調査方法 郵送調査法（郵送により調査票を配布し、返信用封筒利用により回収）
- (5) 調査実施時期 平成 24 年 12 月

## 3. 調査内容

- (1) 健康に対する意識と体型
  - (2) 食生活の状況
  - (3) 運動の状況
  - (4) 心と休養、ストレスの状況
  - (5) 歯の健康
  - (6) アルコール、たばこの状況
  - (7) 糖尿病の状況
  - (8) 健診の状況
  - (9) 健康に関する知識
  - (10) 経済、地域活動の状況
- (60～79 歳対象)
- (1) 身体の状況
  - (2) 外出、地域活動の状況

## 4. 回収結果

- (1) 回収数 2,694 人
- (2) 回収率 26.7%

5. 集計結果 I (20 歳～79 歳対象)

(1) 分析対象者の構成及び基本属性

問 1 あなたの性別と年齢を教えてください。

問 2 あなたのお住まいの町はどちらですか。

問 3 現在の身長と体重を教えてください。(BMI 算出のため)

【性別・年代別 回収結果】

\* 問 1 の回収結果より、性別・年代別 (5 歳区分) で集計

年代		発送数		実数(人)		実数に対する割合(%)	
		男性	女性	男性	女性	男性	女性
20 代	20-24	800	700	69	124	6.1 %	8.3 %
	25-29	800	700	89	168	7.8 %	11.3 %
30 代	30-34	520	350	90	113	7.9 %	7.6 %
	35-39	520	350	115	103	10.1 %	6.9 %
40 代	40-44	420	500	89	140	7.8 %	9.4 %
	45-49	420	500	102	151	8.9 %	10.1 %
50 代	50-54	350	330	81	119	7.1 %	8.0 %
	55-59	350	330	107	115	9.4 %	7.7 %
60 代	60-64	230	220	82	89	7.2 %	6.0 %
	65-69	230	220	103	101	9.0 %	6.8 %
70 代	70-74	200	300	117	141	10.3 %	9.5 %
	75-79	200	300	96	125	8.4 %	8.4 %
小計		5,040	4,800	1,140	1,489	100.0 %	100.0 %
合計		9,840		2,629			

【年代・地区別 回収結果】

問 1、2 の結果より、年代別（5歳区分）・地区別に集計

\*アンケート項目は町名であるが、15地区にまとめて集計

\*地区が無回答の者をデータより除外

5歳区分	15地区															合計
	伊形・ 一ヶ岡	岡富	恒富西	恒富中	恒富東	恒富南	恒富北	川中	土々呂	東海	南浦	南方	北浦	北川	北方	
20-24	人数 5	28	12	12	13	5	11	15	17	30	1	24	1	3	5	
	割合 3.9%	8.4%	7.7%	7.5%	6.9%	2.5%	11.3%	8.8%	10.5%	9.2%	2.9%	7.9%	1.8%	4.0%	6.4%	
25-29	人数 11	33	19	22	24	24	10	15	13	18	1	39	5	6	10	
	割合 8.6%	9.9%	12.3%	13.7%	12.7%	12.1%	10.3%	8.8%	8.0%	5.5%	2.9%	12.9%	8.9%	8.0%	12.8%	
30-34	人数 6	24	9	15	20	22	10	16	14	27	3	19	2	3	4	
	割合 4.7%	7.2%	5.8%	9.3%	10.6%	11.1%	10.3%	9.4%	8.6%	8.3%	8.8%	6.3%	3.6%	4.0%	5.1%	
35-39	人数 5	29	8	17	20	15	7	17	22	27	0	25	5	3	1	
	割合 3.9%	8.7%	5.2%	10.6%	10.6%	7.5%	7.2%	9.9%	13.6%	8.3%	0.0%	8.3%	8.9%	4.0%	1.3%	
40-44	人数 25	23	16	13	19	8	3	16	11	24	4	26	6	8	8	
	割合 19.5%	6.9%	10.3%	8.1%	10.1%	4.0%	3.1%	9.4%	6.8%	7.4%	11.8%	8.6%	10.7%	10.7%	10.3%	
45-49	人数 9	36	14	16	16	21	10	22	19	38	3	19	7	1	9	
	割合 7.0%	10.8%	9.0%	9.9%	8.5%	10.6%	10.3%	12.9%	11.7%	11.7%	8.8%	6.3%	12.5%	1.3%	11.5%	
50-54	人数 10	28	13	7	10	13	7	13	10	26	3	22	6	5	9	
	割合 7.8%	8.4%	8.4%	4.3%	5.3%	6.5%	7.2%	7.6%	6.2%	8.0%	8.8%	7.3%	10.7%	6.7%	11.5%	
55-59	人数 9	25	10	15	14	19	7	16	10	28	4	27	5	13	7	
	割合 7.0%	7.5%	6.5%	9.3%	7.4%	9.5%	7.2%	9.4%	6.2%	8.6%	11.8%	8.9%	8.9%	17.3%	9.0%	
60-64	人数 6	29	11	8	8	16	6	11	9	22	2	25	4	8	3	
	割合 4.7%	8.7%	7.1%	5.0%	4.2%	8.0%	6.2%	6.4%	5.6%	6.7%	5.9%	8.3%	7.1%	10.7%	3.8%	
65-69	人数 19	24	14	11	15	15	11	7	10	21	1	21	4	6	10	
	割合 14.8%	7.2%	9.0%	6.8%	7.9%	7.5%	11.3%	4.1%	6.2%	6.4%	2.9%	6.9%	7.1%	8.0%	12.8%	
70-74	人数 13	33	19	12	11	19	7	10	16	39	7	32	6	9	7	
	割合 10.2%	9.9%	12.3%	7.5%	5.8%	9.5%	7.2%	5.8%	9.9%	12.0%	20.6%	10.6%	10.7%	12.0%	9.0%	
75-79	人数 10	20	10	13	19	22	8	13	11	26	5	24	5	10	5	
	割合 7.8%	6.0%	6.5%	8.1%	10.1%	11.1%	8.2%	7.6%	6.8%	8.0%	14.7%	7.9%	8.9%	13.3%	6.4%	
合計	人数 128	332	155	161	189	199	97	171	162	326	34	303	56	75	78	
	割合 100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	

【年代・BMI 回収結果】

問 1、3 の結果より、年代別（5 歳区分）・BMI 別に集計

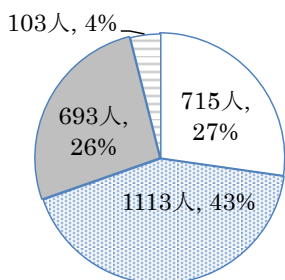
\*BMI が無回答の者をデータより除外

\*割合は、各性別の5歳区分の小合計度数における各BMI区分の割合

5歳区分	BMI区分												合計	
	低体重 (18.4以下)		普通体重 (18.5-24.9)		肥満1 (25.0-29.9)		肥満2 (30.0-34.9)		肥満3 (35.0-39.9)		肥満4 (40.0以上)		男性	女性
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性		
20-24 度数 割合	11 16.4%	26 22.0%	50 74.6%	78 66.1%	3 4.5%	11 9.3%	3 4.5%	3 2.5%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	67 100.0%	118 100.0%
25-29 度数 割合	3 3.4%	35 21.6%	63 72.4%	112 69.1%	16 18.4%	12 7.4%	3 3.4%	2 1.2%	2 2.3%	1 0.6%	0 0.0%	0 0.0%	87 100.0%	162 100.0%
30-34 度数 割合	4 4.5%	26 23.0%	68 77.3%	80 70.8%	13 14.8%	5 4.4%	2 2.3%	0 0.0%	0 0.0%	2 1.8%	1 1.1%	0 0.0%	88 100.0%	113 100.0%
35-39 度数 割合	1 0.9%	19 19.4%	81 70.4%	70 71.4%	27 23.5%	7 7.1%	5 4.3%	1 1.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 0.9%	1 1.0%	115 100.0%	98 100.0%
40-44 度数 割合	3 3.4%	15 11.0%	53 60.2%	102 75.0%	27 30.7%	16 11.8%	4 4.5%	2 1.5%	1 1.1%	1 0.7%	0 0.0%	0 0.0%	88 100.0%	136 100.0%
45-49 度数 割合	2 2.0%	10 6.9%	68 68.0%	111 76.6%	25 25.0%	20 13.8%	4 4.0%	4 2.8%	1 1.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	100 100.0%	145 100.0%
50-54 度数 割合	3 3.8%	6 5.3%	58 73.4%	89 78.1%	15 19.0%	16 14.0%	3 3.8%	3 2.6%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	79 100.0%	114 100.0%
55-59 度数 割合	1 1.0%	6 5.4%	69 65.7%	82 73.9%	33 31.4%	23 20.7%	2 1.9%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	105 100.0%	111 100.0%
60-64 度数 割合	5 6.3%	8 8.2%	52 65.0%	65 67.0%	22 27.5%	20 20.6%	1 1.3%	4 4.1%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	80 100.0%	97 100.0%
65-69 度数 割合	0 0.0%	8 8.0%	78 77.2%	67 67.0%	21 20.8%	25 25.0%	2 2.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	101 100.0%	100 100.0%
70-74 度数 割合	3 2.7%	5 3.7%	79 69.9%	102 75.0%	31 27.4%	26 19.1%	0 0.0%	3 2.2%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	113 100.0%	136 100.0%
75-79 度数 割合	5 5.3%	10 8.4%	65 69.1%	76 63.9%	21 22.3%	30 25.2%	1 1.1%	3 2.5%	2 2.1%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	94 100.0%	119 100.0%
合計 度数 割合	41 3.7%	174 12.0%	784 70.2%	1034 71.4%	254 22.7%	211 14.6%	30 2.7%	25 1.7%	6 0.5%	4 0.3%	2 0.2%	1 0.1%	1117 100.0%	1449 100.0%

(1) 健康に対する意識と体型

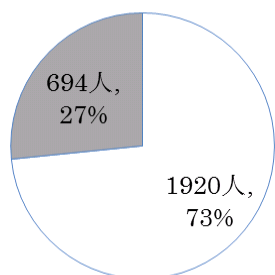
問4 あなたは健康に気をつけて行動していますか。



- 気をつけて行動している
- どちらかと言えば気をつけて行動している
- 気になるが行動がともなわない
- 気をつけていない

「気をつけて行動している」、「どちらかと言えば気をつけて行動している」は、全体の70%を占めた。

問5 あなたは、現在、適正体重に近づけるよう、あるいは適正体重を維持しようと心がけていますか。



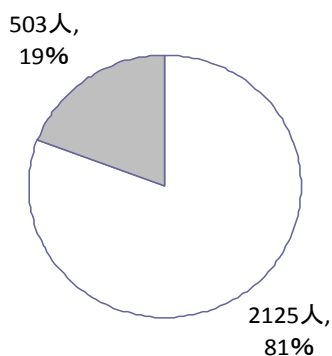
- はい
- いいえ

全体の73%が、「適正体重に近づける、あるいは、適正体重を維持しようと心がけている」ことが示された。

(2) 食生活の状況

問6 あなたの普段の食生活について、あてはまるものに○をつけてください。

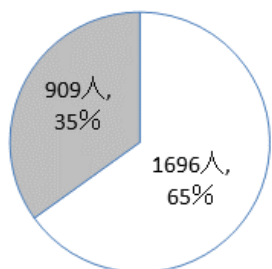
1) 朝、昼、夜と1日3食規則正しく食べるようにしている



- はい
- いいえ

全体の81%が、1日3食規則正しく食べるように意識を持っていることが示された。

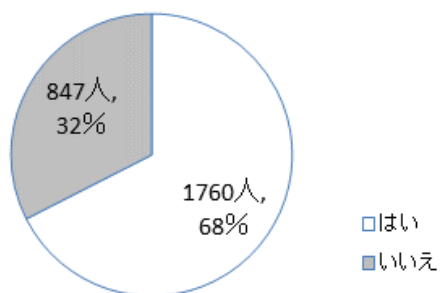
2) よく噛んで食べるようにしている



- はい
- いいえ

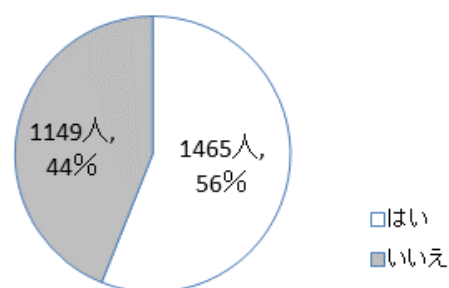
65%が、よく噛んで食べるように意識していることが示された。

### 3) 毎食、主食+主菜+副菜の揃った食事をとっている



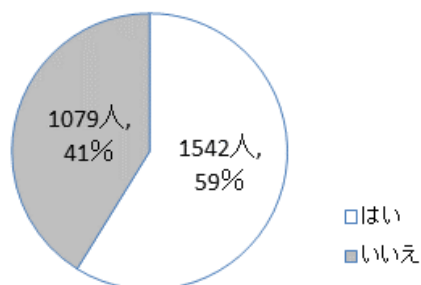
全体の過半数の 68%が、毎食、主食+主菜+副菜の揃った食事を取っていることが示された。

### 4) 定期的（週1回以上）に体重を計っている



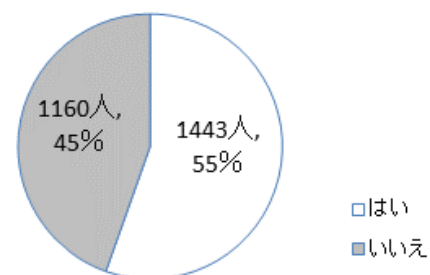
56%が、定期的（週1回以上）に体重を計っていることが示された。

### 5) 塩分を取りすぎないように、薄味を心がけている



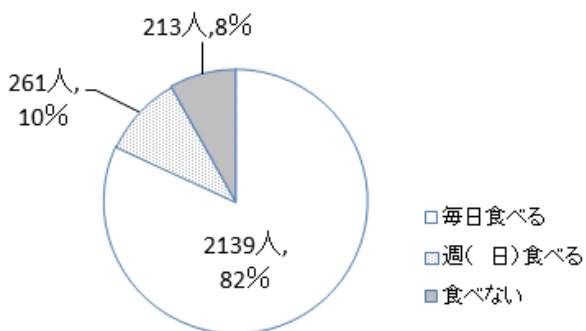
59%が、塩分を取りすぎないように、薄味を心がけていることが示された。

### 6) 適切な食事内容・量を知っている



55%が、適切な食事内容、及び量を知っていることが示された。

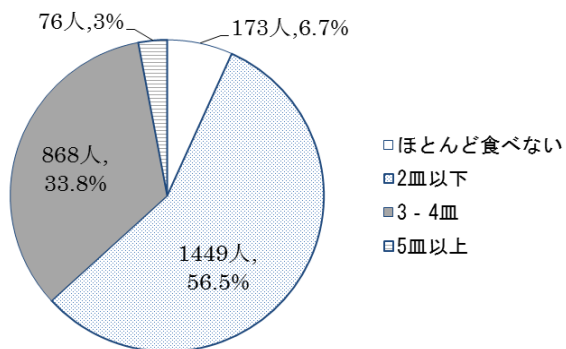
問7 普段、朝食(米・パンなどを主食にした内容)を食べていますか。



全体の82%が、普段、朝食(米、パンなどを主食にした内容)を食べていることが示された。

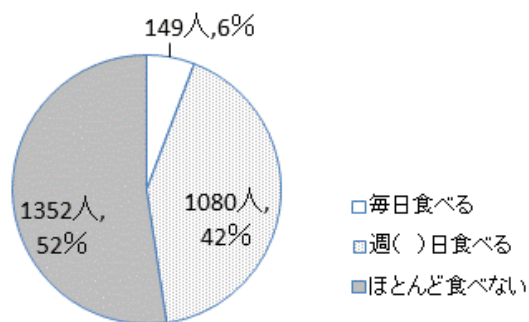
問8 成人に必要な1日の野菜の量は350g以上とされています。

野菜料理1皿が70gとすると、あなたは、1日何皿分の野菜料理を食べていますか。



野菜料理1皿70gとして、全体の56.5%が2皿以下で、ほとんど食べない6.7%であり、合計63%が2皿以下の摂取量であった。1日3-4皿34%と5皿以上3%で、合計37%が3皿以上取っていることが示された。

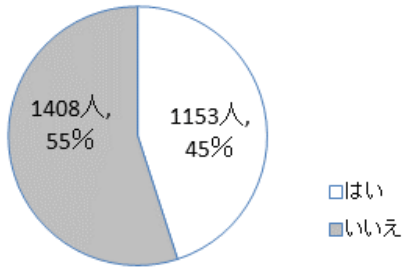
問9 普段、外食(市販の弁当なども含む)をどのくらい利用していますか。



52%が、普段、外食(市販の弁当なども含む)をほとんど食べないことが示された。一方で、半数が週数回~毎日外食を利用することが示された。

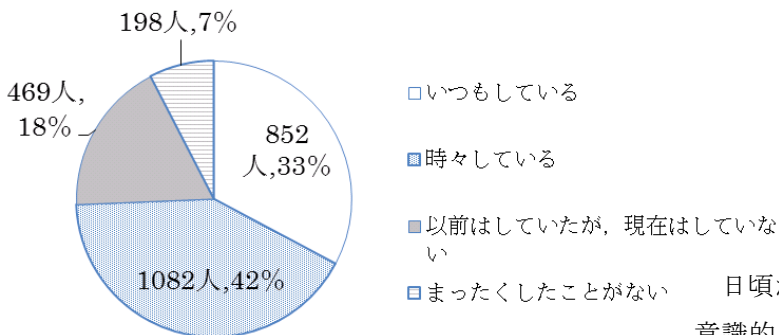
(3) 運動の状況

問 10 あなたは、運動習慣がありますか。「運動習慣」とは、おおよそ、週 2 回、1 回 30 分以上の運動を継続している場合)



運動習慣を週 2 回、1 回 30 分以上と定義した場合、55% は運動習慣がないことが示された。

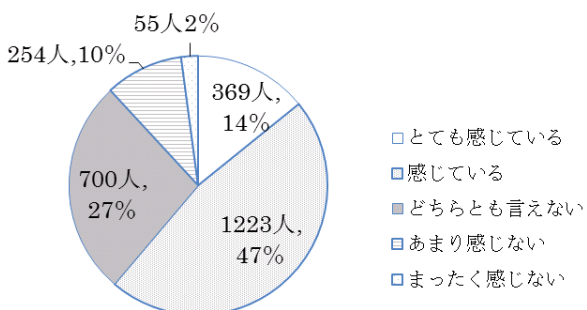
問 11 あなたは日頃から日常生活の中で、健康維持・増進のために意識的に身体を動かしていますか。



日頃から日常生活の中で、健康維持・増進のために意識的に身体を動かしている割合は、「いつもしている」33%、「時々している」42%で、全体の 75%を占めることが示された。

(4) 心と休養、ストレスの状況

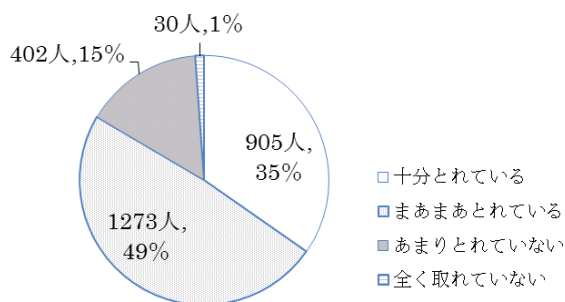
問 12 あなたは、今の生活に生きがいを感じていますか。



今の生活に生きがいを感じている人は、「とても感じている」14%、「感じている」47%で、合わせて全体の 61%を生きがいを感じていることが示された。

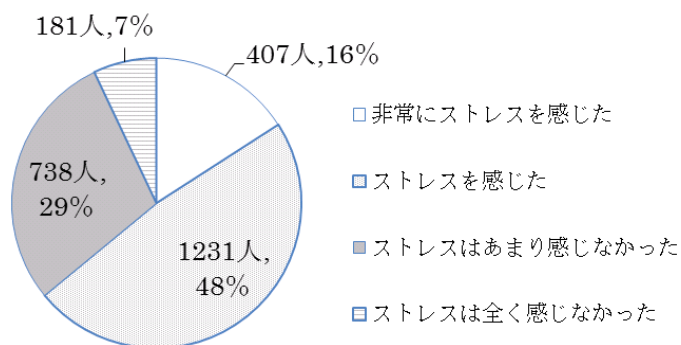


**問 13 あなたは、最近 1 ヶ月間、睡眠で休養が十分とれていますか。**



最近 1 ヶ月間、睡眠で休養が十分とれている割合は、「十分とれている」35%、「まあまあとれている」49%で、全体の 84%を占めることが示された。

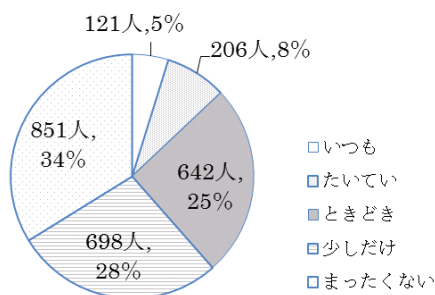
**問 14 あなたは、最近 1 か月間にストレスを感じたことがありますか。**



最近 1 ヶ月間、ストレスを感じたことがある割合は、「非常にストレスを感じた」16%、「ストレスを感じた」48%で、全体の 64%を占めることが示された。

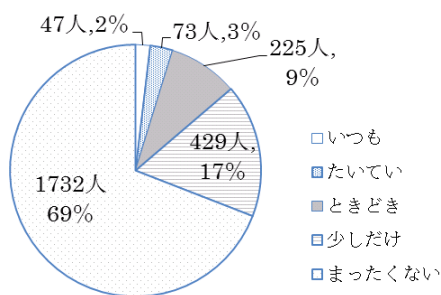
**問 15 次のそれぞれの質問について、過去 1 か月の間はどのようであったか、あてはまるものに○をつけてください。**

**1) 神経過敏に感じましたか**



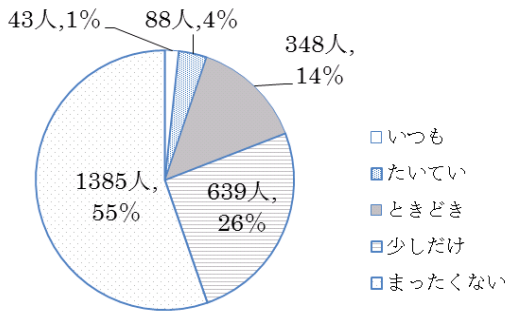
過去 1 ヶ月の間、神経過敏に感じた割合は、「いつも」5%、「たいてい」8%で、全体 13%であった。一方、「まったくない」34%、「少しだけ」28%で、全体の 62%を占める事が示された。

**2) 絶望的だと感じましたか**



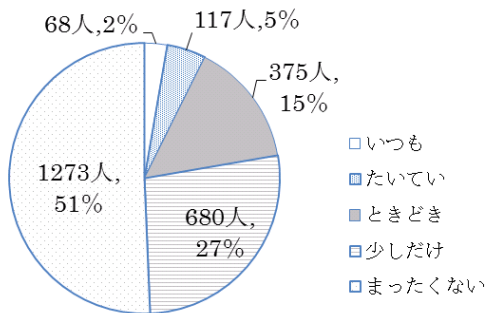
過去 1 ヶ月の間、絶望的だと感じた割合は、「いつも」2%、「たいてい」3%で、全体 5%であった。一方、感じなかった割合は、「まったくない」69%、「少しだけ」17%で、全体の 86%を占めることが示された。

### 3) そわそわ、落ち着かなく感じましたか



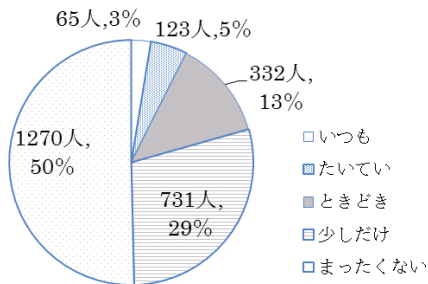
過去 1 ヶ月の間、そわそわ、落ち着かなく感じた割合は、「いつも」1%、「たいてい」4%で、全体の 5%であった。一方、感じなかった割合は「まったくない」55%、「少しだけ」26%で、全体の 81%を占めることが示された。

### 4) 気分が沈み込んで、何が起きても気が晴れないように感じましたか



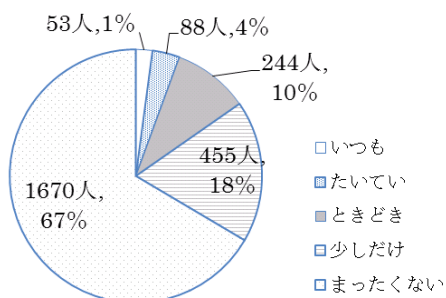
過去 1 ヶ月の間、気分が沈み込んで、何が起きても気が晴れないように感じた割合は、「いつも」2%、「たいてい」5%で、全体の 7%であった。一方、感じなかった割合は「まったくない」51%、「少しだけ」27%で、全体の 78%を占めることが示された。

### 5) 何をするのも骨折りだと感じましたか



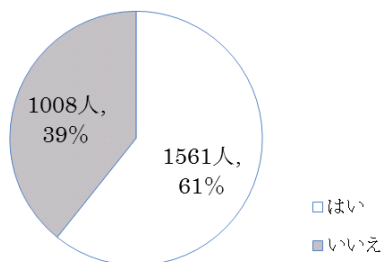
過去 1 ヶ月の間、何をするのも骨折りだと感じた割合は、「いつも」3%、「たいてい」5%で、全体の 8%であった。一方、感じなかった割合が「まったくない」50%、「少しだけ」29%で、全体の 79%を占めることが示された。

### 6) 自分は価値のない人間だと感じましたか



過去 1 ヶ月の間、自分は価値のない人間だと感じた割合は、「いつも」1%、「たいてい」4%で、全体の 5%であった。一方、感じなかった割合は、「まったくない」67%、「少しだけ」18%で、全体の 85%を占めることが示された。

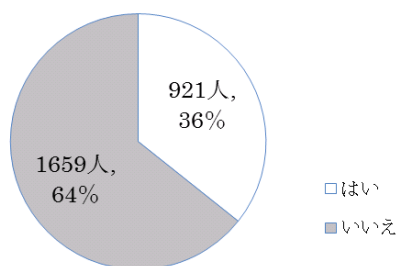
問 16 心の悩みなどについて、相談できる公共サービスがあることを知っていますか。



61%が、心の悩みなどについて、相談できる公共サービスがあることを知っていることが示された。

(5) 歯の健康

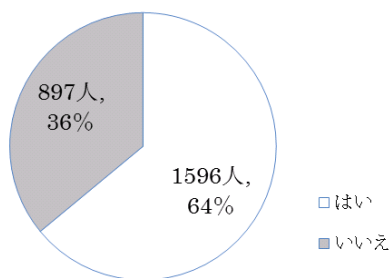
問 17 あなたは、年に1回以上、歯の健康診査を受けていますか。



64%が、年に1回以上歯の健康診査を受診していないことが示された。

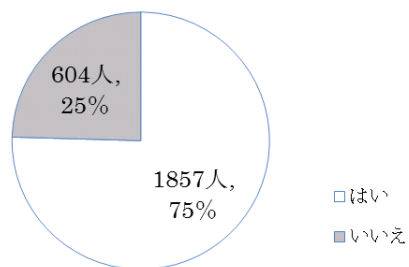
問 18 あなたは、歯の健康維持のために日常心がけていることがありますか。  
あてはまるものに○をつけてください。

1) 毎食後に歯を磨く



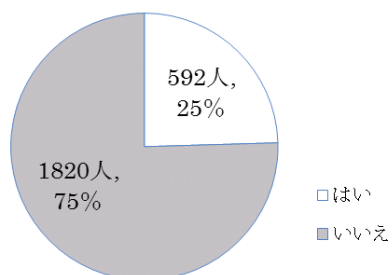
64%が、毎食後に歯を磨くことが示された。

2) 歯の付け根や歯間を特に丁寧に磨く



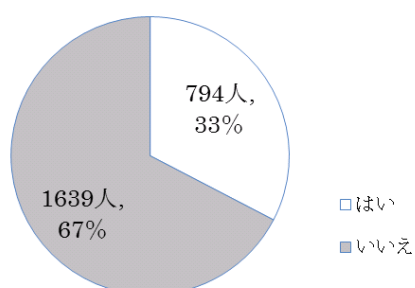
全体の75%が、歯の付け根や歯間を特に丁寧に磨くことが示された。

### 3) デンタルフロス(糸ようじ)を使う



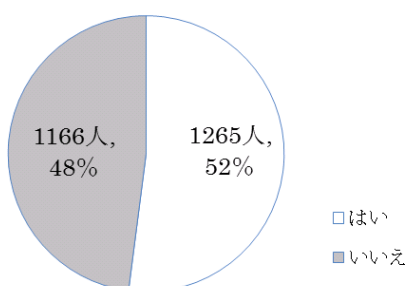
全体の75%が、デンタルフロス（糸ようじ）を使用しないことが示された。

### 4) 歯間ブラシを使う



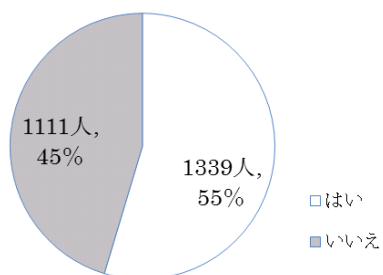
67%が、歯間ブラシを使用しないことが示された。

### 5) フッ素入り歯磨き剤を使う



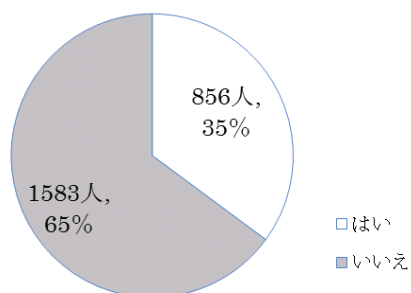
52%が、フッ素入り歯磨き剤を使用することが示された。

### 6) 時々、歯や歯ぐきを自分で点検している



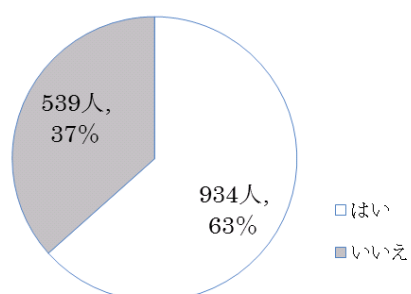
55%が、時々、歯や歯ぐきを自分で点検していることが示された。

## 7) 飲食内容に気をつけている



35%が、飲食内容に気をつけていることが示された。

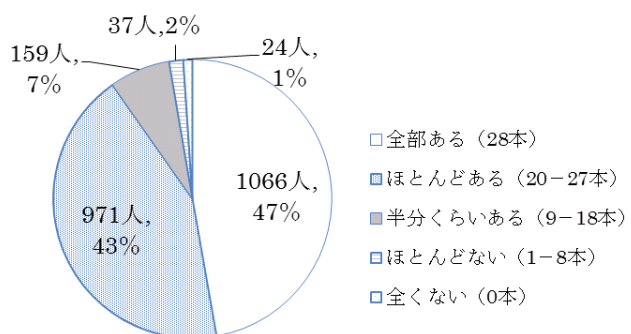
## 8) 特になし



63%が、歯の健康維持のために日常心がけていることはない、ことが示された。

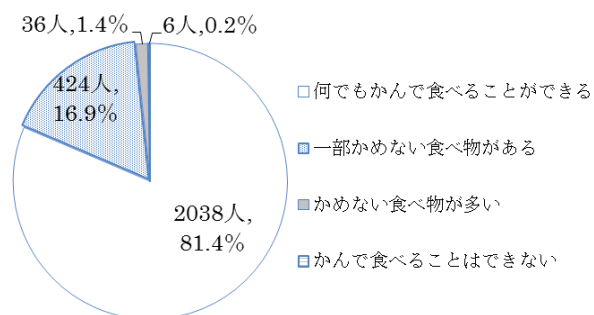
## 問 19 現在、あなたは何本の歯を失いましたか（抜けましたか）。

\* 平成 13 年回答選択肢に合わせて集計



全部あるが 1%、ほとんどあるが 47%で、全体の半数弱の 48%のあることが示された。

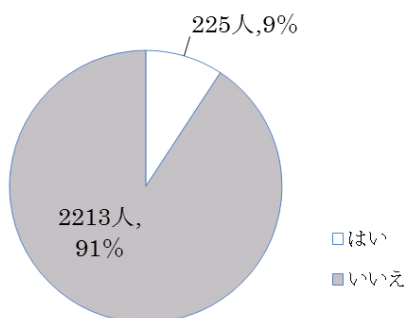
## 問 20 かんで食べる時の状態について、あてはまる番号を 1 つ選んで○印をつけてください。



全体の 81.4%が、何でもかんで食べることができる、ことが示された。

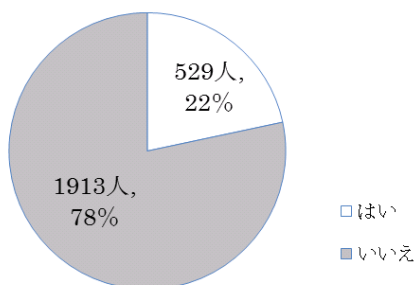
問 21 あなたの歯ぐきの状態について、あてはまるものに○をつけてください。

1) 歯ぐきが腫れている



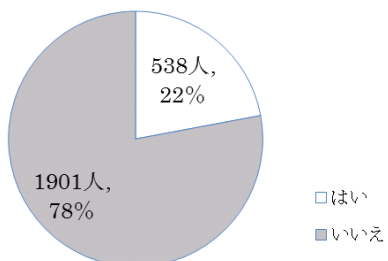
全体の 91%が、歯ぐきは腫れていない、ことが示された。

2) 歯を磨いた時に血が出る



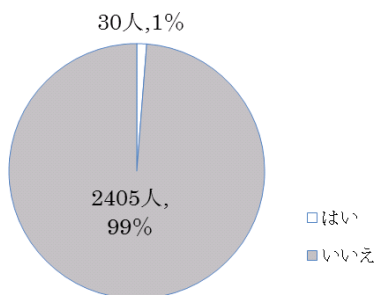
全体の 78%が、歯を磨いた時に血は出ない、ことが示された。

3) 歯ぐきが下がって歯の根が出ている



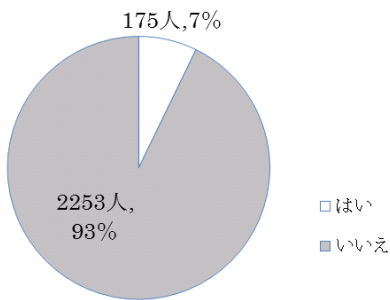
全体の 78%が、歯ぐきが下がって歯の根は出ていない、ことが示された。

4) 歯ぐきを押しと膿が出る



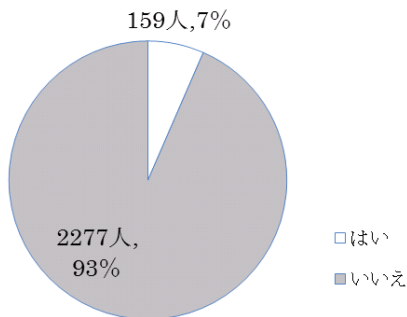
ほぼ全員 99%が、歯ぐきを押しと膿は出ない、ことが示された。

### 5) 歯がぐらぐらする



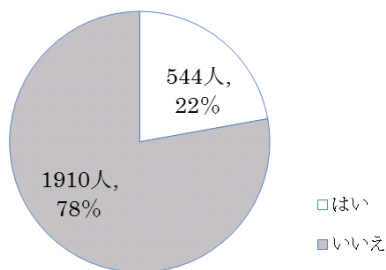
ほぼ全員 93%が、歯のぐらつきはない、ことが示された。

### 6) 歯科医師に歯周病（歯槽膿漏）と言われ、治療している



ほぼ全員 93%が、歯科医師に歯周病（歯槽膿漏）と言われていない、ことが示された。

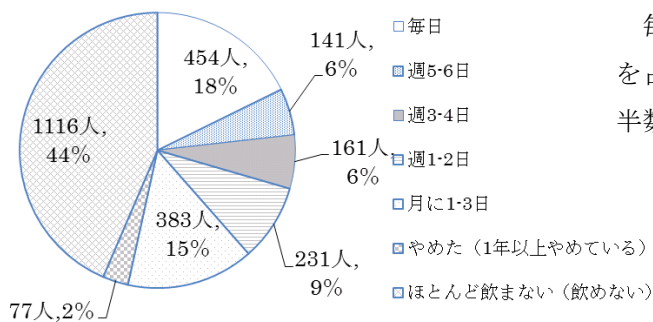
### 7) 過去に歯科医師に歯周病（歯槽膿漏）と言われたことがある



全体の 78%が、過去に歯科医師に歯周病（歯槽膿漏）と診断されていない、ことが示された。

### (6) アルコール、たばこの状況

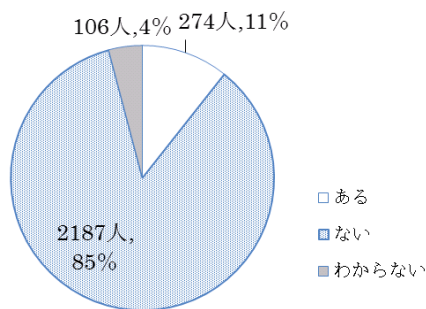
問 22 あなたは週に何日くらいお酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲みますか。



毎日が 18%、週 5-6 が 6%で、全体の 24% (1/4) を占める。一方で、ほとんど飲まないが 44%と半数弱であることが示された。

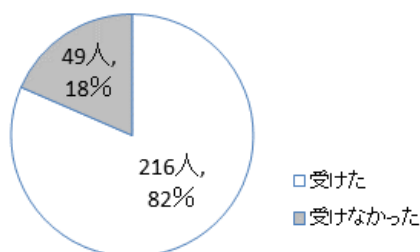
(7) 糖尿病の状況

問 23 あなたは健診で糖尿病または血糖が高いといわれたことがありますか。



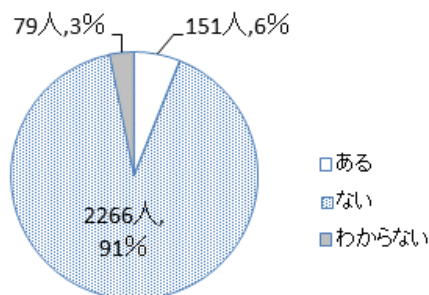
糖尿病または血糖が高いといわれたが 11%、一方で、言われたことのない割合は、全体の 85%であることが示された。

問 23 「① ある」と回答した方にお聞きします。健診後の保健指導を受けましたか。



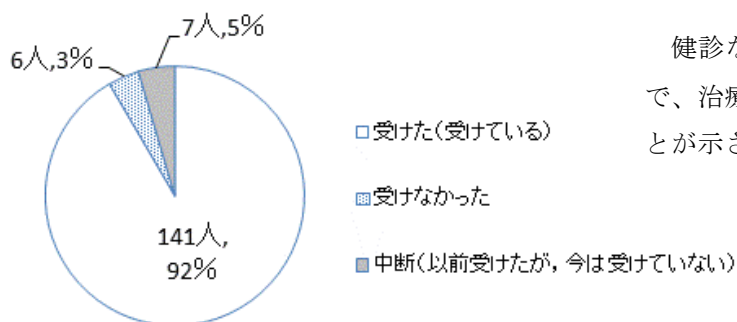
糖尿病または血糖が高いといわれた人で、健診後の保健指導を受けた割合は、全体の 82%であることが示された。

問 24 あなたは健診等で糖尿病の治療が必要といわれたことがありますか。



健診などで糖尿病の治療が必要といわれた割合は、6%、一方で、言われていない割合は、全体の 91%であることが示された。

問 24 「① ある」と回答した方にお聞きします。治療を受けましたか。

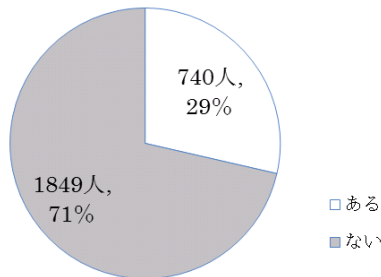


健診などで糖尿病の治療が必要といわれた人で、治療を受けた割合は、全体の 92%であることが示された。



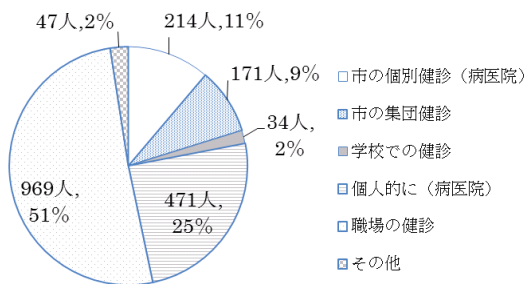
(8) 健診の状況

問 25 あなたは、過去 1 年間に健康診断（血液検査を含むもの）や人間ドックを受けたことがありますか。



過去 1 年間に健康診断（血液検査を含む）や人間ドックを受けたことがあるは、29%であることが示された。

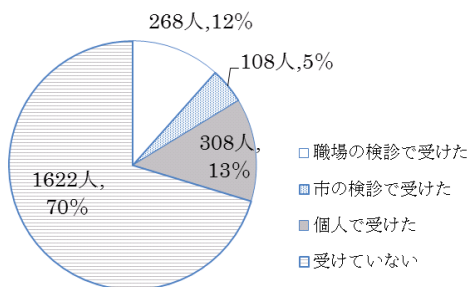
問 25 「① ある」と回答した方にお聞きします。どこで健康診断を受けましたか。



過去 1 年間に健康診断（血液検査を含む）や人間ドックを受けたことがある人は、市の個別健診が 11%、市の集団健診が 9%で、市の健診は、合計で全体の 20%であった。

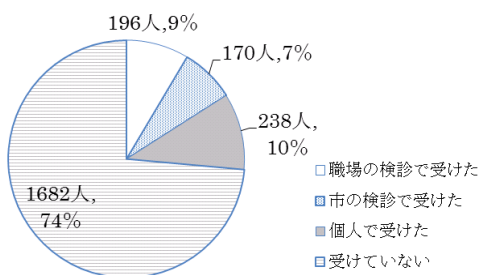
問 26 あなたは、この 1 年間に次のがん検診を受けましたか。受けた検診と、どこで受けたかあてはまるものに○をつけてください。

1) 胃がん検診



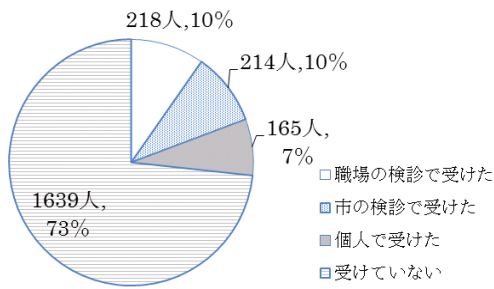
胃がん検診において、受診した人の内、「職場の検診で受けた」12%、「市の検診で受けた」5%、「個人で受けた」13%で、合計で全体の 30%であった。

2) 大腸がん検診



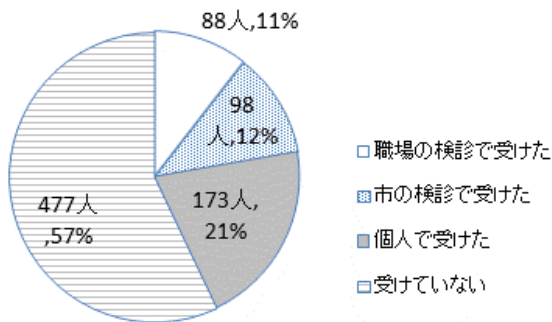
大腸がん検診において、受診した人の内、「職場の検診で受けた」9%、「市の検診で受けた」7%、「個人で受けた」10%で、合計で全体の 26%であった。

### 3) 肺がん検診



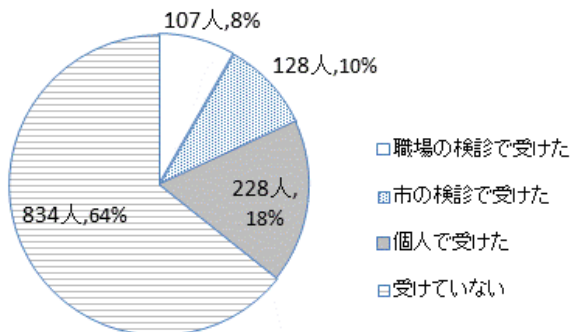
肺がん検診において、受診した人の内、「職場の検診で受けた」10%、「市の検診で受けた」10%、「個人で受けた」7%で、合計で全体の27%であった。

### 4) 乳がん検診 (40歳以上女性のみ)



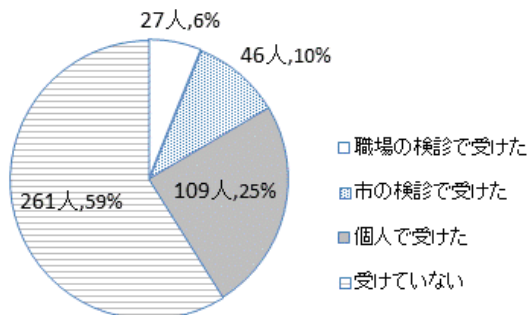
乳がん検診 (女性のみ) において、受診した人の内、「職場の検診で受けた」11%、「市の検診で受けた」12%、「個人で受けた」21%で、合計で全体の44%であった。

### 5) 子宮がん検診 (20歳以上女性のみ)



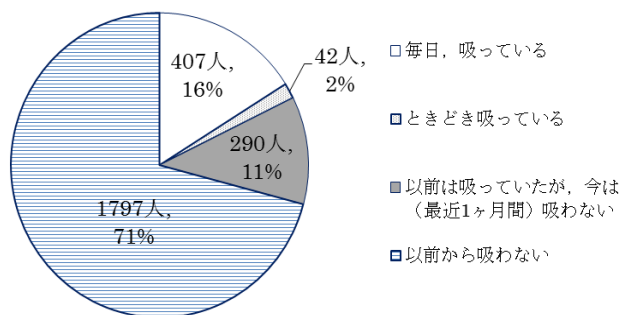
子宮がん検診 (女性のみ) において、受診した人の内、「職場の検診で受けた」8%、「市の検診で受けた」10%、「個人で受けた」18%で、合計で全体の36%であった。

### 6) 前立腺がん検診 (50歳以上男性のみ)



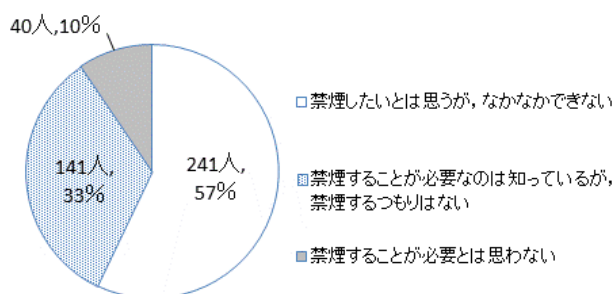
前立腺がん検診 (男性のみ) において、受診した人の内、「職場の健診で受けた」6%、「市の健診で受けた」10%、「個人で受けた」25%で、合計で全体の41%であった。

問 27 あなたは、(最近1ヶ月間) タバコを吸っていますか。



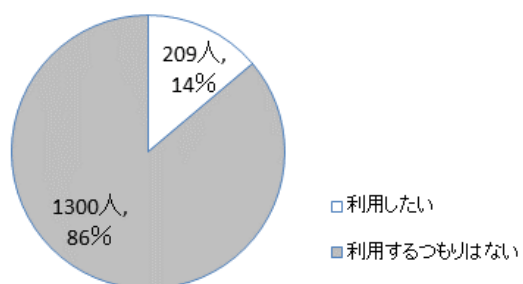
最近1ヶ月間で、タバコを「毎日、吸っている」16%、「ときどき吸っている」2%で、合計で18%を占めた。

問 27 ③または④を選択した方は、禁煙についてどう思うか回答してください。



タバコを「毎日、吸っている」、「ときどき吸っている」と回答した人で、禁煙したいと思うが、なかなかできないは、全体の半数強の57%を示した。

問 28 禁煙支援(禁煙方法に関する情報提供、相談など)を利用したいと思いませんか。

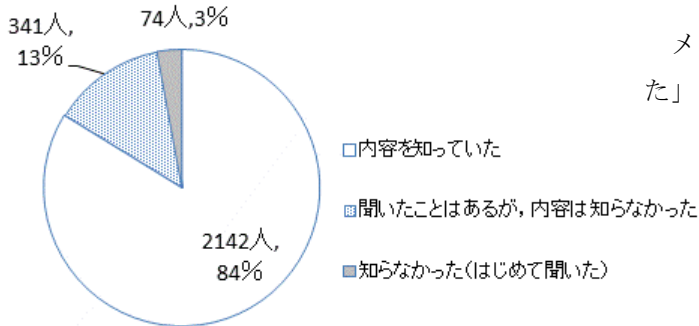


禁煙支援(禁煙方法に関する情報提供、相談など)を「利用するつもりがない」は、全体の86%であることが示された。

(9) 健康に関する知識

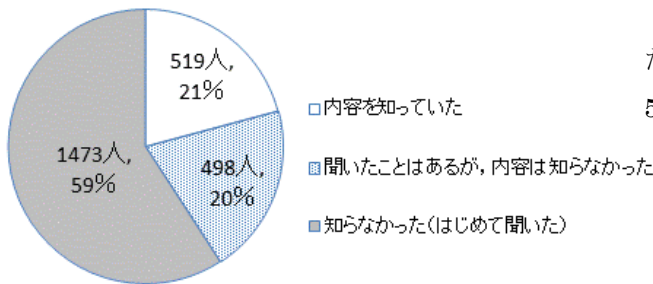
問 29 あなたは次の言葉の内容を知っていましたか？あてはまるものに○をつけて下さい

1) メタボリックシンドローム



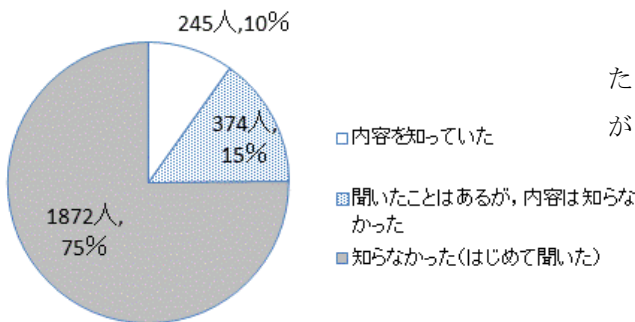
メタボリックシンドロームの「内容を知っていた」は、全体の84%であることが示された。

2) COPD (慢性閉塞性肺疾患)



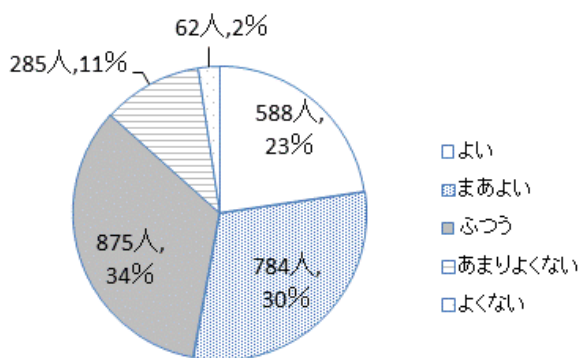
COPDの「内容を知っていた」は、21%であった。一方で、「知らなかった」は、全体の半数強の59%であることが示された。

3) ロコモティブシンドローム



ロコモティブシンドロームの「内容を知っていた」は、10%であった。一方で、「知らなかった」が75%であることが示された。

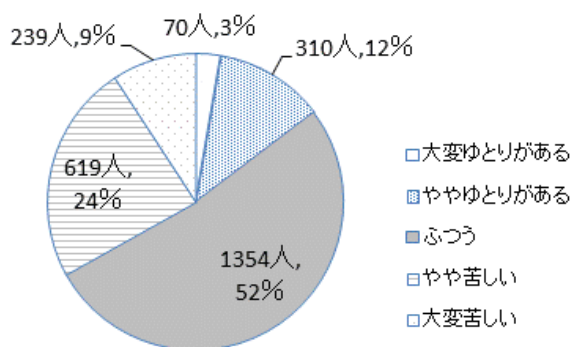
**問 30 あなたの現在の健康状態はいかがですか。**



健康状態が「よい」23%、「まあよい」30%で、合計53%であった。

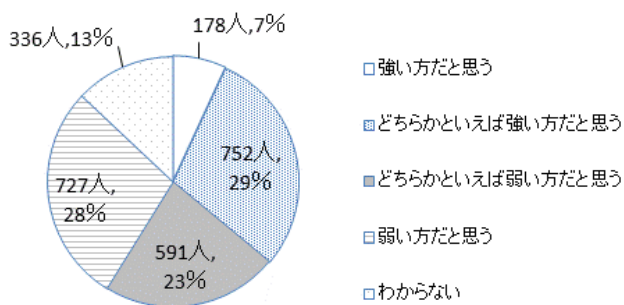
**(10) 経済、地域活動の状況**

**問 31 現在の暮らしの経済的な状況を総合的にみて、どう感じていますか。**



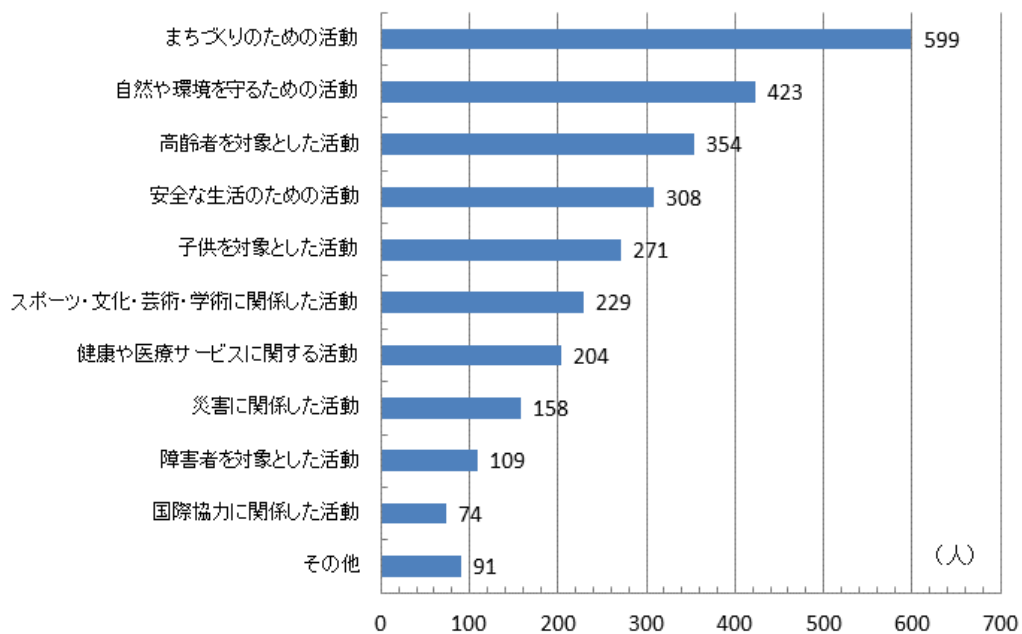
「大変ゆとりがある」3%、「ややゆとりがある」12%で、合計15%であった。また、「ふつう」が52%で半数を占めていた。

**問 32 あなたにとって、ご自分と地域の人たちとのつながりは強い方だと思いますか。この中ではどうですか。**



自分と地域の人たちとのつながりは、「強い方だと思う」7%、「どちらかといえば強い方だと思う」29%で、合計36%であった。一方、「弱い方だと思う」23%、「どちらかといえば弱い方だと思う」28%で、合計52%であり、半数を占めていることが示された。

問 33 この1年間に、どのようなボランティア活動をしましたか。  
 (職業として行っているものは除きます。)

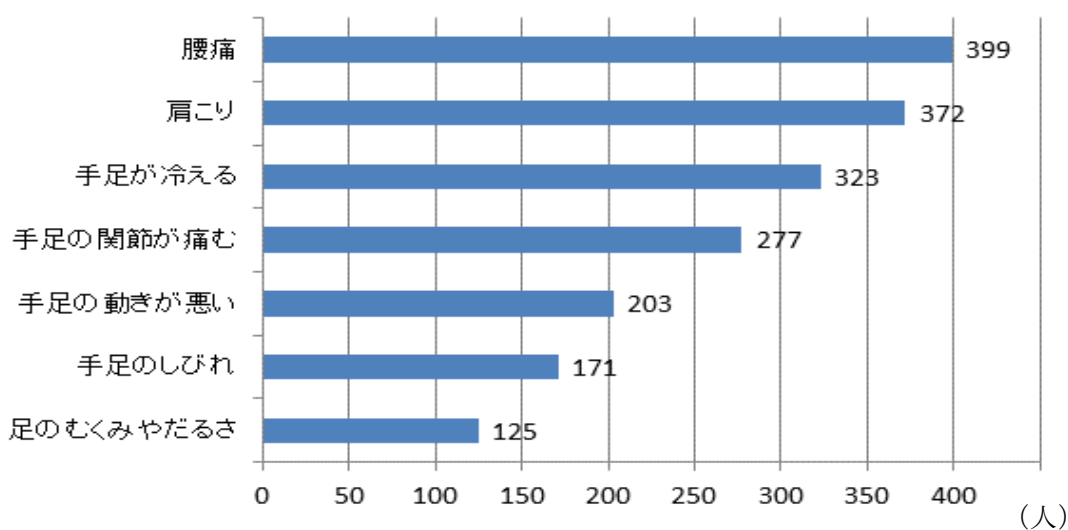


1年間に、参加しているボランティア活動を聞いたところ、まちづくりのための活動、自然や環境を守るための活動、高齢者を対象とした活動が上位を占めた。

集計結果Ⅱ (60歳～79歳対象)

(1) 身体の状況

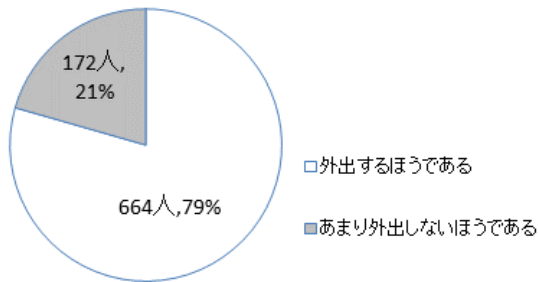
問 34 あなたのここ数日の症状としてあてはまるものすべてに○をつけてください。



60歳～79歳の方を対象に、ここ数日の身体の状況について聞いたところ、腰痛、肩こり、手足が冷える、が上位を占めた。

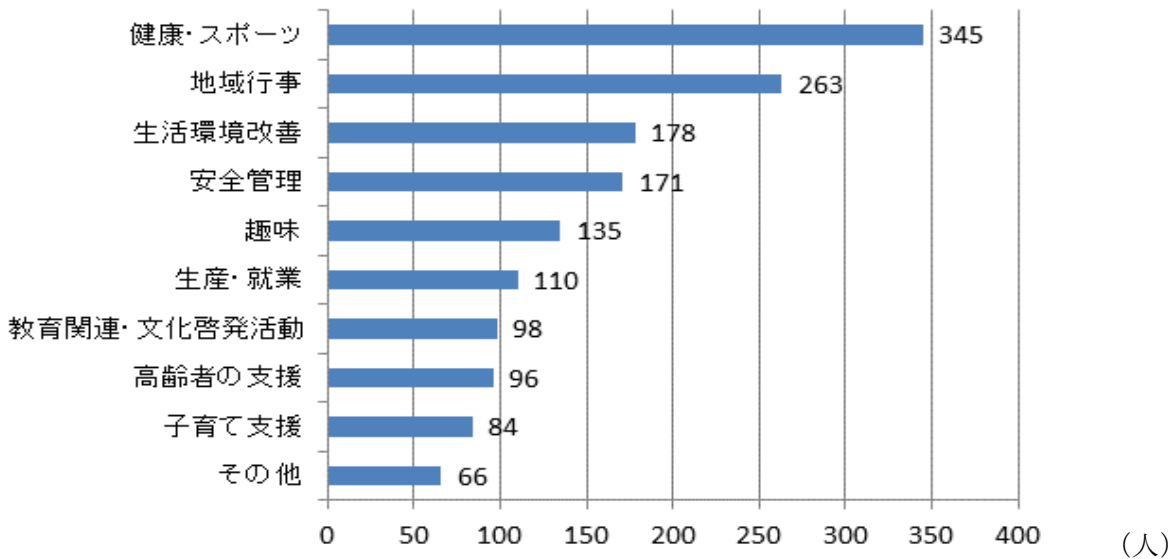
(2) 外出、地域活動の状況

問 35 あなたは、買い物や散歩などに積極的に外出するほうですか



買い物や散歩などに積極的に外出する方は、79%であることが示された。

問 36 あなたが、この1年間に活動した、または参加したのがありますか。  
あてはまるものすべてに○をつけてください。



1年間に活動した、または参加した活動は、健康・スポーツ、地域行事、生活環境改善が上位を占めた。