

健康とよはし推進計画（第2次）後期改訂にかかる

健康づくりに関するアンケート 結果報告書

平成29年6月

豊橋市

目次

I	調査の概要		
1	調査の目的	1
2	調査項目	1
3	調査の設計	1
4	集計結果の表示方法	1
5	総括	2
II	調査結果		
1	小学6年生	4
2	中学3年生	9
3	高校3年生	14
4	成人	19
III	参考資料（調査票）		

I 調査の概要

1 調査の目的

「健康とよはし推進計画（第2次）」改訂の基礎資料として、市民の健康意識・実態等を把握する。

2 調査項目

	調査項目
小学6年生	(1) 回答者属性（性別） (2) 食生活・運動について (3) 歯の健康について (4) こころの健康について
中学3年生 高校3年生	(1) 回答者属性（性別） (2) 食生活について (3) 喫煙について (4) 飲酒について (5) 歯の健康について
成人	(1) 回答者属性（性別、年齢、職業、家族構成、居住校区） (2) 自身の健康感について (3) 食生活について (4) 身体活動・運動について (5) 喫煙について (6) 飲酒について (7) 歯の健康について (8) 休養・こころの健康について (9) 健康を支える環境について

3 調査の設計

- (1) 調査対象 小学6年生、中学3年生、高校3年生及び20歳以上の市民
- (2) 調査方法 小学6年生、中学3年生及び高校3年生は学校を通じて配布・回収
20歳以上の市民は住民基本台帳から無作為抽出し、郵送による配布・回収
- (3) 調査期間 平成28年11月～12月
- (4) 回収結果

	配布数	回収数	回収率	【参考】前回(平成23年)調査回収率
小学6年生	592	574	97.0%	100.0%
中学3年生	492	452	91.9%	100.0%
高校3年生	560	535	95.5%	94.2%
成人	5,000通	1,908通	38.2%	48.6%

4 集計結果の表示方法

- ・ 結果は100分率(%)で表示し、小数点以下第2位を四捨五入して算出した結果、個々の比率が合計100%にならないことがある。また、複数回答では、合計が100%を超える場合がある。
- ・ 図表中の「N」は、質問に対する回答者の総数を示し、回答者の比率(%)を算出するための基数である。

5 総括

【回答者の属性】

- ・ 成人の回答者の年齢は、60歳以上が半数以上（51.8%）であり、そのうちの半数以上が70歳以上であった。（70歳以上の回答率：30.0%）
- ・ 職業別では「無職」の割合が26.6%と最も高く、高齢者の意見が多く反映されているといえる。

【健康観】

- ・ 「非常に健康だと思う」（5.2%）、「健康な方だと思う」（70.7%）と自己評価した人はあわせて75.9%となっており、前回と同率であった。男女とも年齢が高くなるにつれ健康だと思う人の割合が低い傾向がみられた。

【食生活について】

- ・ 成人男性のうち30歳代・40歳代は、普段バランスの良い食事をしている人の割合が低く、特に単身世帯で低く、若年層の男性への取組が必要である。
- ・ 朝食を毎日食べる小学生の割合は82.4%、中学生は77.9%、高校生は75.1%、20歳代は60.3%であり、年代が高くなるにつれて欠食の割合が高くなっている。職業別にみると「学生」で毎日朝食を食べる割合が低く、家族構成別では「単身世帯」で低いことから、より若い世代への取組が必要である。また、小学生では就寝時刻が11時過ぎの場合、朝食を欠食する割合が高い（4割）ことから、規則正しい生活習慣とあわせた健康教育が必要である。
- ・ 野菜摂取量は男性の20歳代から50歳代、女性の20歳代から30歳代で「足りている」「だいたい足りている」の割合が低く、若年層への啓発が必要である。

【身体活動・運動について】

- ・ 学校の体育の授業以外に週1回以上運動をしている小学生は86.3%で、前回の調査より（1.5ポイント）減少している。女子より男子で運動をしている児童の割合が高い。
- ・ 成人で普段意識して運動をしている割合や、日常生活の中で身体を動かすように心がけている割合は、特に女性の20歳代から40歳代で低く、働き盛り・子育て世代への運動のアプローチが必要である。

【喫煙について】

- ・ 喫煙経験は、中学生男子は3.3%、中学生女子は2.7%でいずれも前回の調査より増加した。また、高校生男子は8.6%、高校生女子は0.4%で、いずれも前回の調査より減少した。
- ・ 成人の喫煙率は13.9%で、前回の調査から（1.1ポイント）減少した。性・年齢別では、男性の喫煙率は女性の4倍、特に30歳男性の喫煙率が最も高く34.9%であった。職業別では「会社員」、「自営業」で喫煙率は高く、働き盛り世代の喫煙対策が必要である。

【飲酒について】

- ・ 飲酒経験は中学生男子が10.7%、中学生女子が5.9%、高校生男子が25.5%、高校生女子が13.0%でいずれも前回の調査より減少した。
- ・ 身体にとって適切な1日の飲酒量についての認知度は52.7%であり、前回の調査より（11.0ポイント）増加した。一方、年齢が低くなるにつれて認知度は低く、若年層からの適正な飲酒の啓発が必要である。

【歯の健康について】

- ・ この1年間に、歯みがき指導を受けたことがある小学生は57.0%、中学生は40.1%、高校生は17.5%で、いずれも前回の調査より減少した。
- ・ この1年間に、歯科健康診査や通院で歯磨き指導を受けたことがある成人は45.0%で、前回の調査より0.5ポイント増加した。年齢別では20歳代が最も低く31.5%であった。

【休養・こころの健康について】

- ・ 睡眠で休養を「あまりとれていない」と「まったくとれていない」をあわせた睡眠をとれていない人の割合は男女ともに20歳代から50歳代が高い。
- ・ 小学生でストレスを「いつも感じる」ことのある児童の割合は19.6%で、前回の調査より7.9ポイント増加した。具体的な原因は「家族関係」が最も高く、次いで「友人関係」が43.7%であり、人間関係でのストレスを感じている傾向があった。
- ・ 成人でストレスを「いつも感じる」「時々感じる」をあわせたストレスを感じている人の割合は72.8%で、前回の調査より5.8ポイント減少した。性・年齢別では男性の30歳代から50歳代、女性の20歳代から50歳代でストレスを感じている割合が高く、8割を超えている。ストレスの主な原因では、女性に比べ、男性で「仕事に関すること」の割合が高く、特に20歳代から50歳代で4割を超えている。女性で「人との関係」「子どもの教育」「自分の健康・病気・介護に関すること」「家族の健康・病気・介護に関すること」の割合が高い。男女ともに70歳以上で「自分の健康・病気・介護に関すること」の割合が高く、80歳以上は約5割となっている。
- ・ 職業別では「会社員（正規の社員・職員）」「公務員・教員」で「仕事に関すること」の割合が高く、4割を超えている。職域におけるメンタルヘルス対策の重要性がうかがえる。
- ・ ストレスを感じる頻度が高くなるにつれて睡眠がとれてない割合が高いことから、ストレスと睡眠の関連を結び付け、ストレスの軽減や解消について、ライフスタイル別の対応が求められる。

【健康を支える環境について】

- ・ この一年間に地域活動に参加したことがある割合は36.1%で、前回の調査より4.4ポイント増加した。性・年齢別では男女ともに20歳代で参加したことがない割合が高く、8割を超えている。
- ・ 健康のことで心配がある時相談できる人がいる割合は69.0%で前回の調査と比べると4.6ポイント減少した。女性より男性で相談できる人がいる割合が低くなっている。

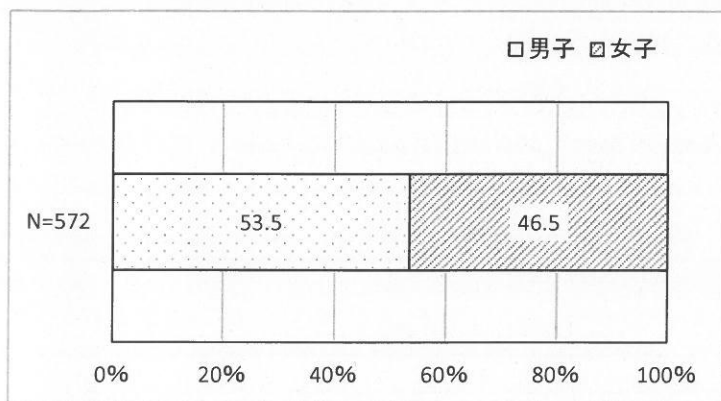
Ⅱ 調査結果

1 小学6年生

(1) 回答者属性

問1 性別についておたずねします。

○「男子」の割合が53.5%、「女子」の割合が46.5%となっています。

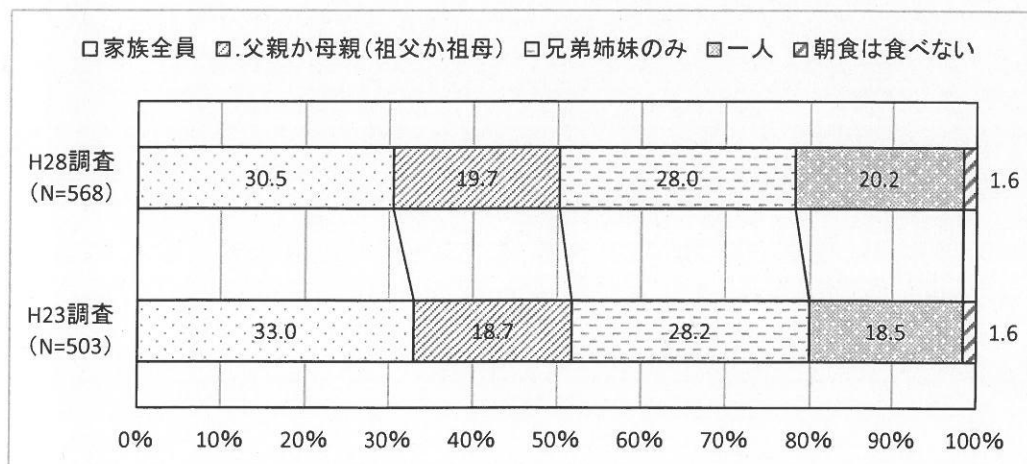


(2) 食生活・運動について

問4 誰と朝食を食べることが多いですか。

計画目標項目 (P. 19③)

- 「家族全員」の割合が30.5%と最も高く、次いで「兄弟姉妹のみ」の割合が28.0%、「一人」の割合が20.2%となっています。
- 前回の調査と比べると、「家族全員」の割合が2.5ポイント減少し、「一人」の割合が1.7ポイント増加しています。

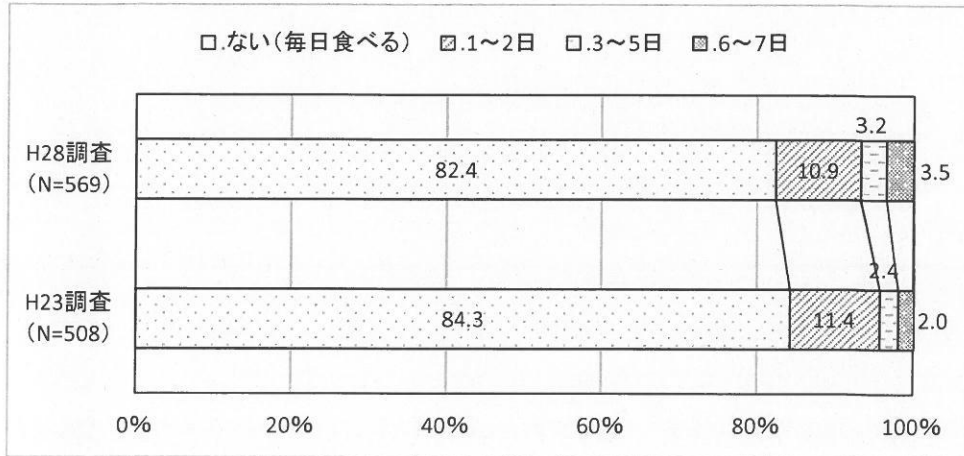


問3 朝食を食べない日が週に何日ありますか。

計画目標項目 (P. 59①)

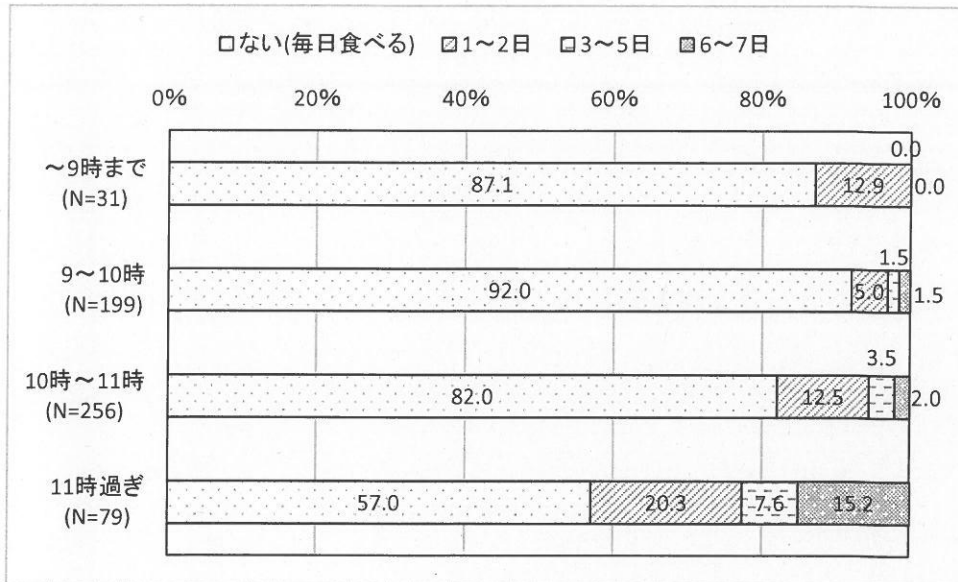
○「ない(毎日食べる)」の割合 82.4%と最も高くなっています。

○前回の調査と比べると、「ない(毎日食べる)」の割合が 1.9ポイント減少しています。



【就寝時刻別朝食の欠食状況】

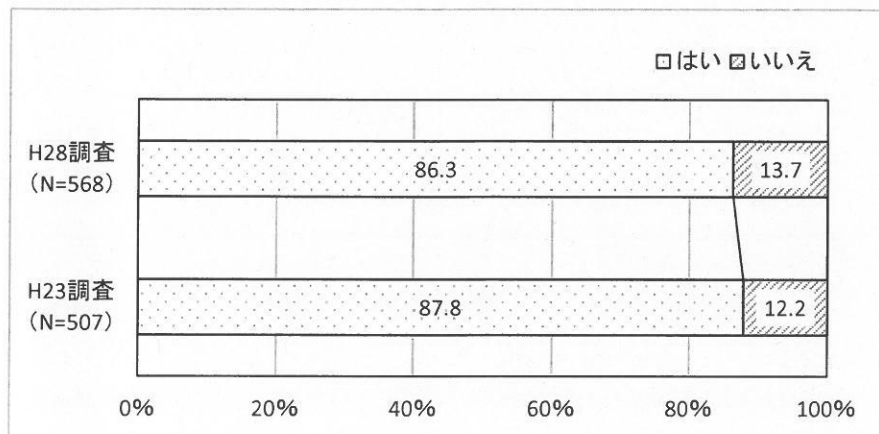
○就寝時刻が 11 時過ぎの場合、朝食を食べない日がある人の割合は 4 割を超えています。



問9 これまでの1年間で、学校の体育の授業以外に週1回以上運動をしていますか。

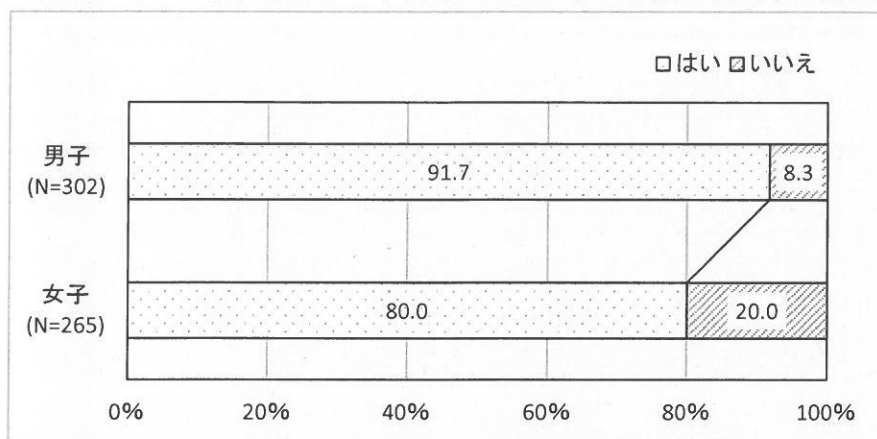
計画目標項目(P.59①)

- 「はい」の割合が86.3%、「いいえ」の割合が13.7%となっています。
- 前回の調査と比べると、「はい」の割合が1.5ポイント減少しています。



【性別】

○性別でみると、女子に比べ、男子で「はい」の割合が高く、9割を超えています。



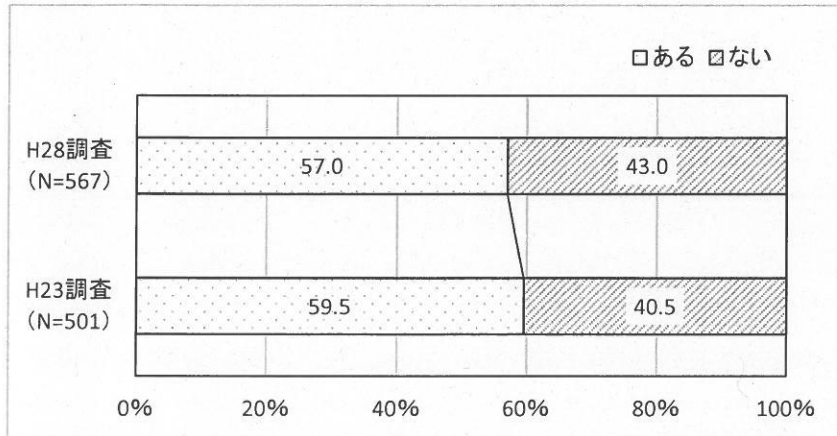
(3) 歯の健康について

問17 この1年間に、はみがき指導を受けたことがありますか。

計画書(P.37 図1)

○「はい」の割合は56.9%となっています。

○前回の調査と比べると、「はい」の割合が2.6ポイント減少しています。

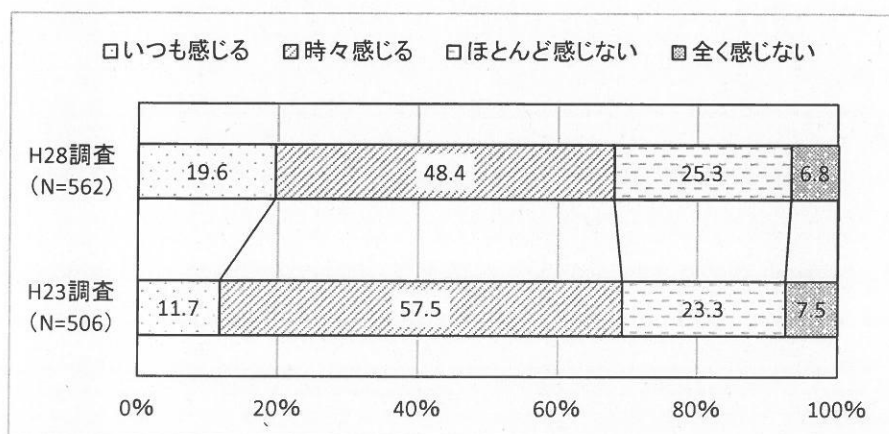


(4) こころの健康について

問 2 4 ストレスを感じることはありますか。

計画書(P. 57 図 2)

- 「いつも感じる」と「時々感じる」をあわせたストレスを感じることのある人の割合が 68.0%、「ほとんど感じない」「全く感じない」をあわせたストレスを感じない人の割合が 32.1%となっています。
- 前回の調査と比べると、「いつも感じる」の割合が 7.9 ポイント増加しています。

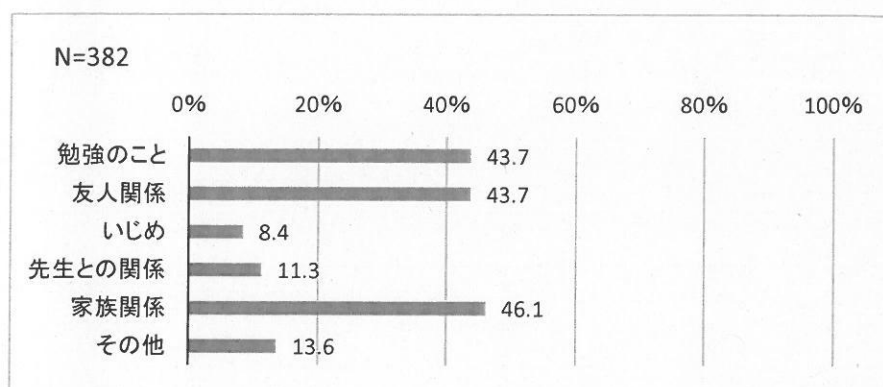


問 2 4 で「1. いつも感じる」「2. 時々感じる」と回答した方におたずねします。

問 2 4 - 1 ストレスの具体的な原因はなんですか。

参考

- 「家族関係」の割合が 46.1%と最も高く、次いで「勉強のこと」と「友人関係」の割合が 43.7%となっています。

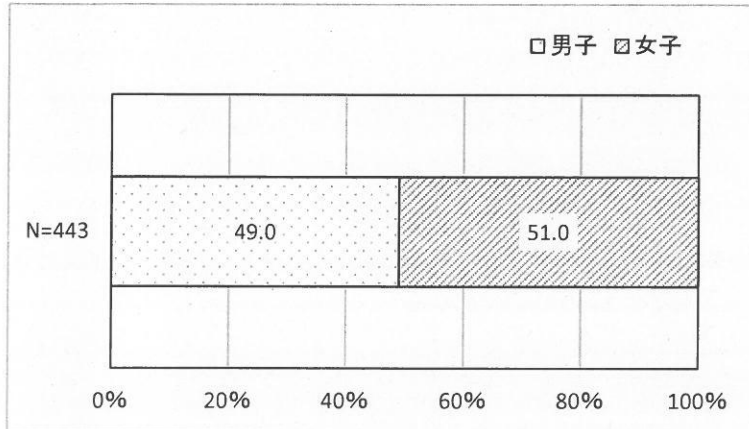


2 中学3年生

(1) 回答者属性

問1 性別についておたずねします。

○「男子」の割合が49.0%、「女子」の割合が51.0%となっています。

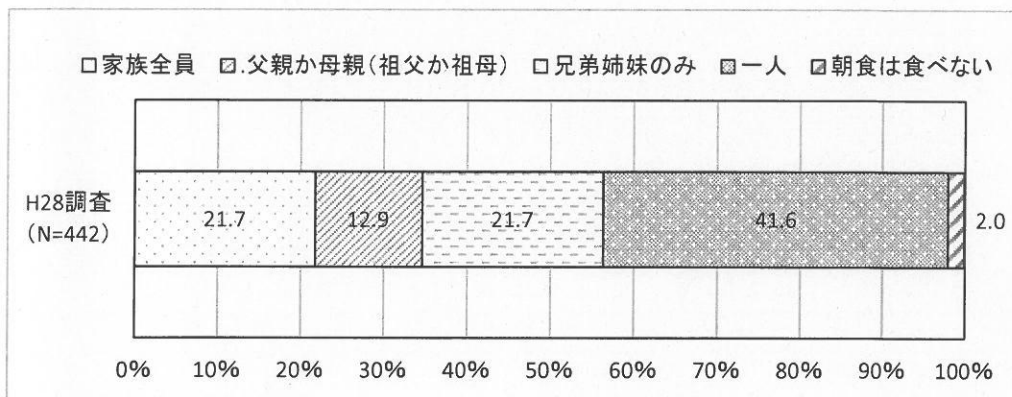


(2) 食生活について

問4 誰と朝食を食べることが多いですか。

計画目標項目 (P. 19③)

○「一人」の割合が41.6%と最も高く、次いで「家族全員」と「兄弟姉妹のみ」の割合が21.7%、となっています。

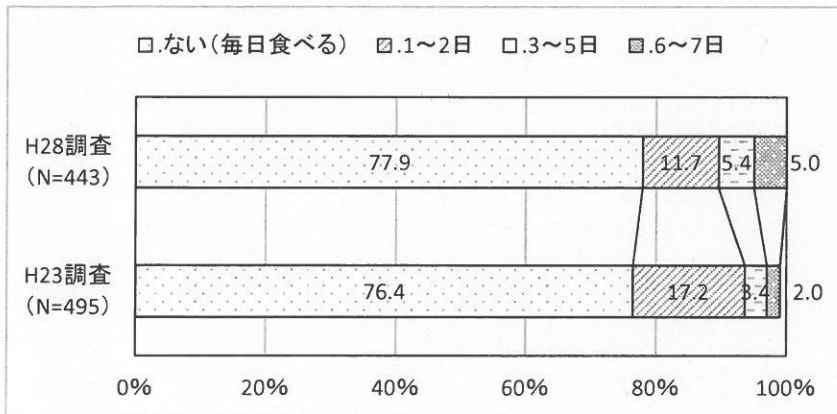


問3 朝食を食べない日が週に何日ありますか。

計画目標項目 (P. 59①)

○「ない(毎日食べる)」の割合 77.9%と最も高くなっています。

○前回の調査と比べると、「ない(毎日食べる)」の割合が 1.5 ポイント増加しています。



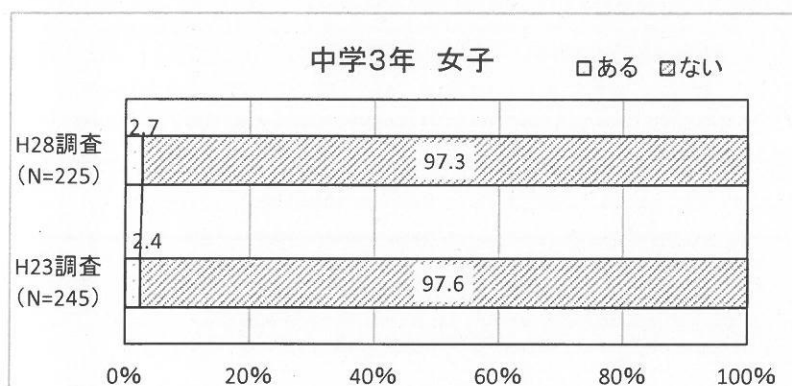
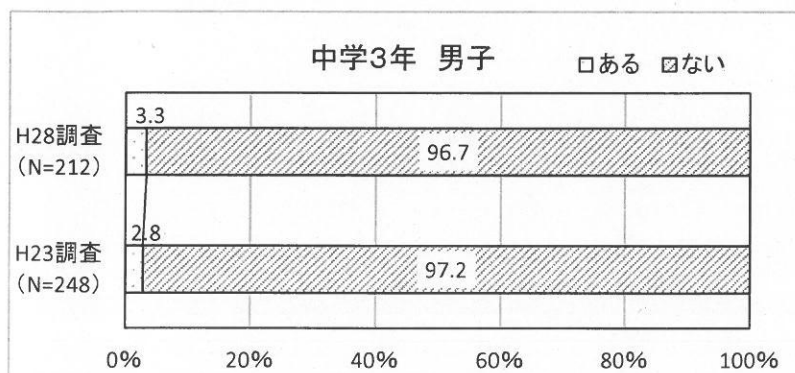
(3) 喫煙について

問10 今までに、1回でもたばこを吸ったことがありますか。

参考

○「ある」の割合が男子では3.3%、女子では2.7%となっています。

○前回の調査と比べると、「ある」の割合が男子では0.5ポイント、女子では0.3ポイント増加しています。

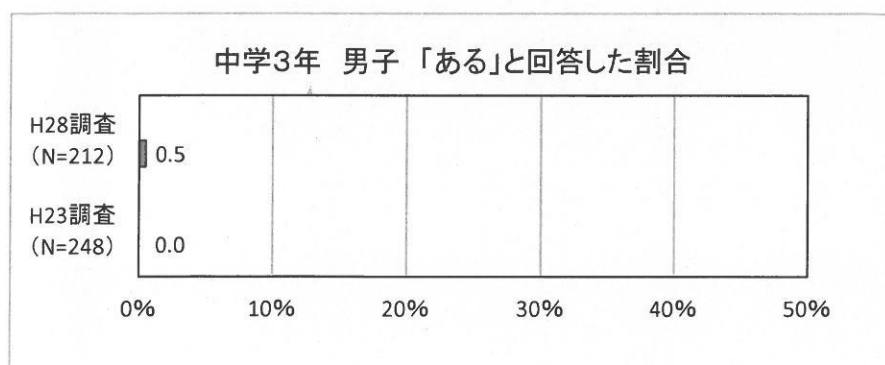


問10-2 問10で「ある」と回答した方にお尋ねします。

最近1ヶ月以内に1本でもたばこを吸ったことがありますか。

計画目標項目 (P. 27②)

○男子で、「ある」が1件となっており、女子では「ある」が0件でした。



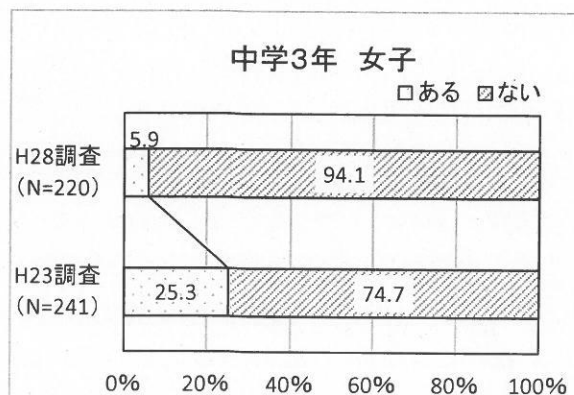
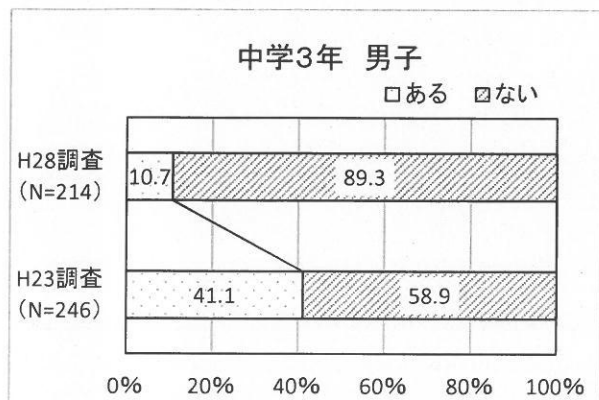
(4) 飲酒について

問 1 2 いままで、1口でも飲酒をしたことがありますか。

参考

○「ある」の割合が男子では10.7%、女子では5.9%となっています。

○前回の調査と比べると、「ある」の割合が男子では30.4ポイント、女子では19.4ポイント減少しています。



問 1 2 - 2 問 1 2 で「ある」と回答した方にお尋ねします。

最近1ヶ月以内に飲酒をしたことがありますか。

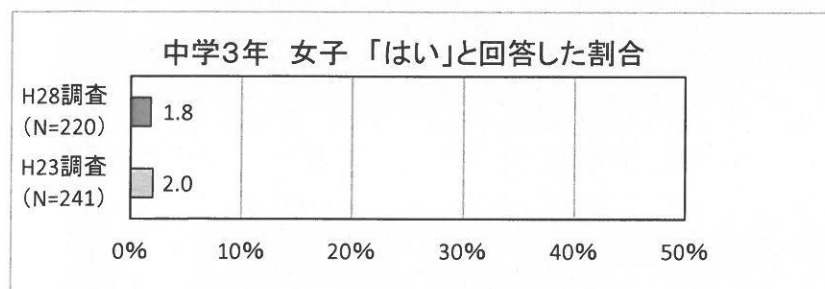
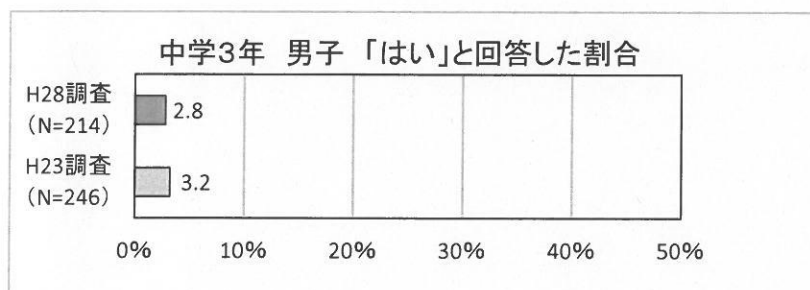
計画目標項目 (P. 31②)

○男子では、214人中6人の2.8%が1ヶ月以内に飲酒した状況です。

○前回の調査と比べると、0.4ポイント減少しています。

○女子では、241人中4人の1.8%が1ヶ月以内に飲酒した状況です。

○前回の調査と比べると、0.2ポイント減少しています。



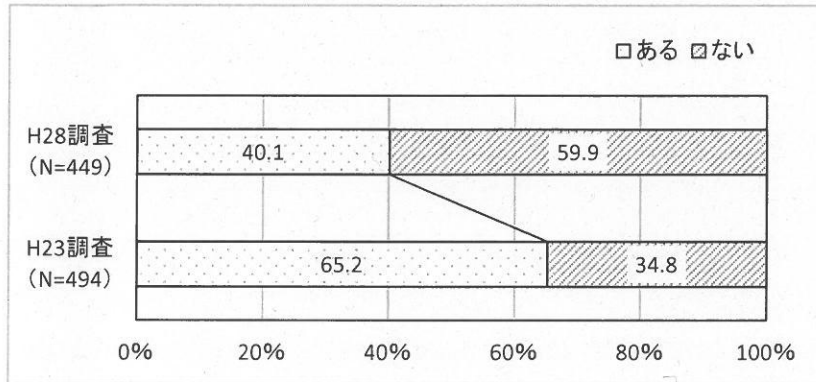
(5) 歯の健康について

問 16 この一年間に、歯みがき指導を受けたことがありますか。

計画書(P.37 図1)

○「ある」の割合が40.0%、「ない」の割合が60.0%となっています。

○前回の調査と比べると、「ある」の割合が25.2ポイント減少しています。

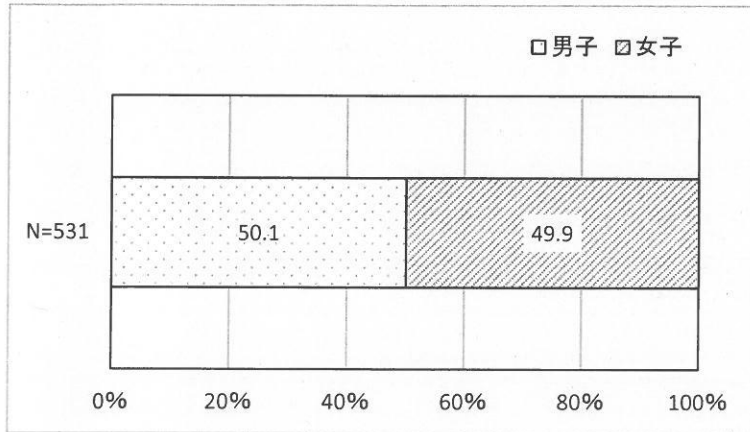


3 高校3年生

(1) 回答者属性

問1 性別についてお尋ねします。

○「男子」の割合が50.1%、「女子」の割合が49.9%となっています。

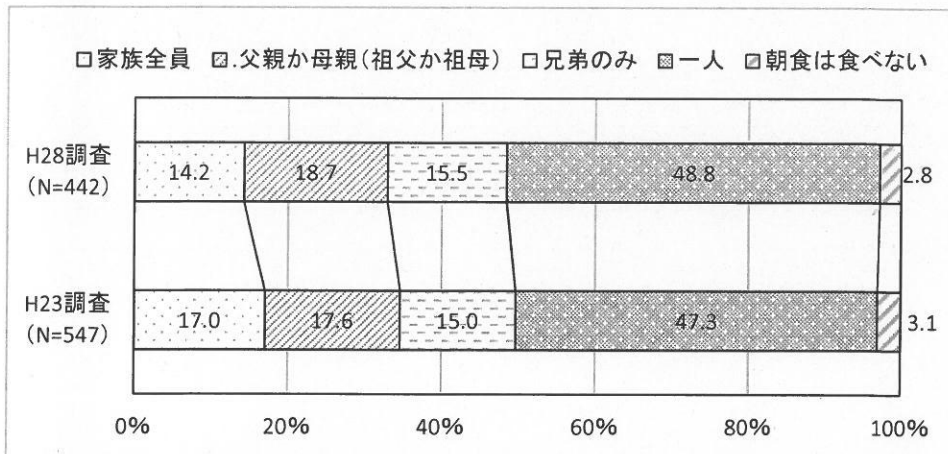


(2) 食生活について

問4 誰と朝食を食べることが多いですか。

計画目標項目(P.19③)

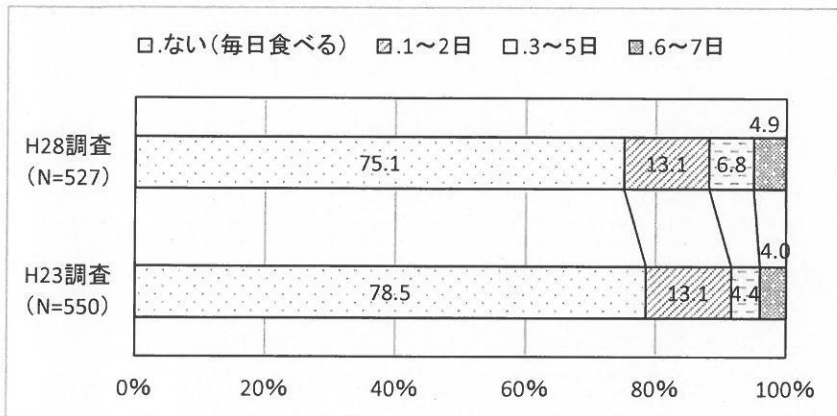
- 「一人」の割合が48.8%と最も高く、次いで「父親か母親(祖父か祖母)」の割合が18.7%となっています。
- 前回の調査と比べると、「家族全員」の割合が2.8ポイント減少し、「一人」の割合が1.5ポイント増加しています。



問3 朝食を食べない日が週に何日ありますか。

計画目標項目 (P. 59①)

- 「ない (毎日食べる)」の割合 75.1%と最も高くなっています。
- 前回の調査と比べると、「ない (毎日食べる)」の割合が 3.4 ポイント減少しています。

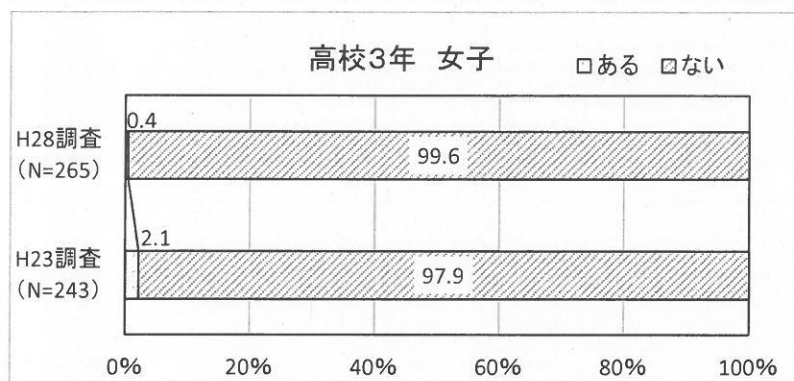
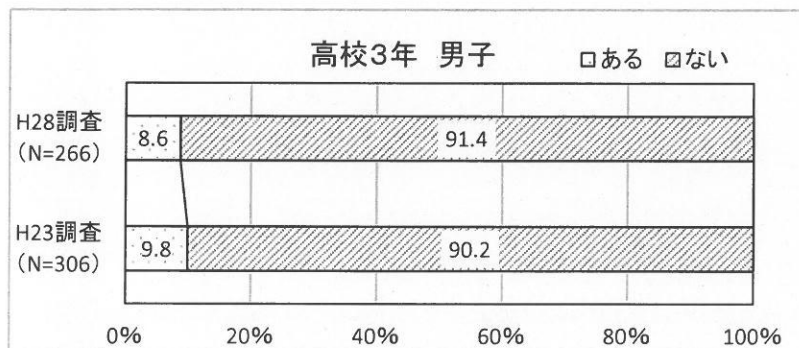


(3) 喫煙について

問10 今までに、1回でもたばこを吸ったことがありますか。

参考

- 「ある」の割合が男子では8.6%、女子では0.4%となっています。
- 前回の調査と比べると、「ある」の割合が男子では1.2ポイント、女子では1.7ポイント減少しています。

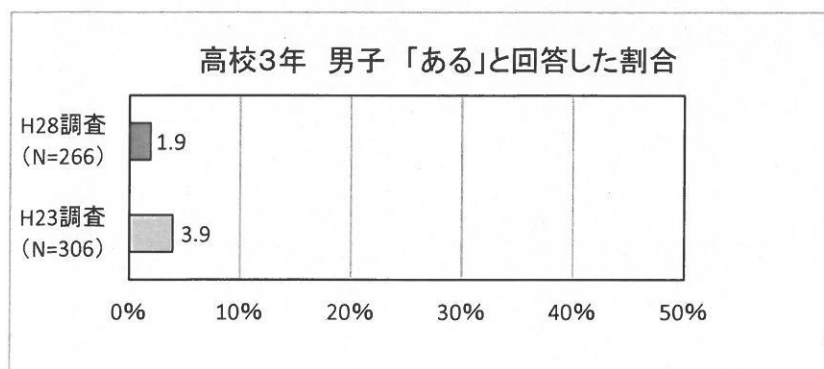


問10-2 問10で「ある」と回答した方にお尋ねします。

最近1ヶ月以内に1本でもたばこを吸ったことがありますか。

計画目標項目 (P. 27②)

- 男子で、「ある」が5件となっており、女子では「ある」が0件でした。
- 前回の調査と比べると、男子で「ある」が12件 (3.9%) から5件 (1.9) と7件減少がみられました。

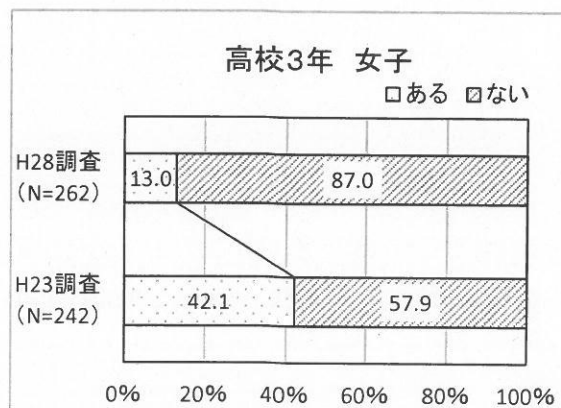
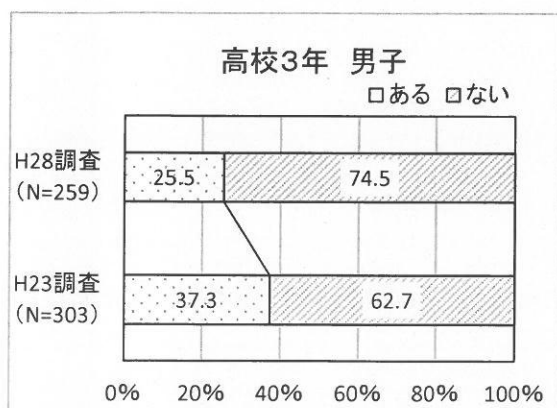


(4) 飲酒について

問12 いままでに、1口でも飲酒をしたことがありますか。

参考

- 「ある」の割合が男子では25.5%、女子では13.0%となっています。
- 前回の調査と比べると、「ある」の割合が男子では11.8ポイント、女子では29.1ポイント減少しています。

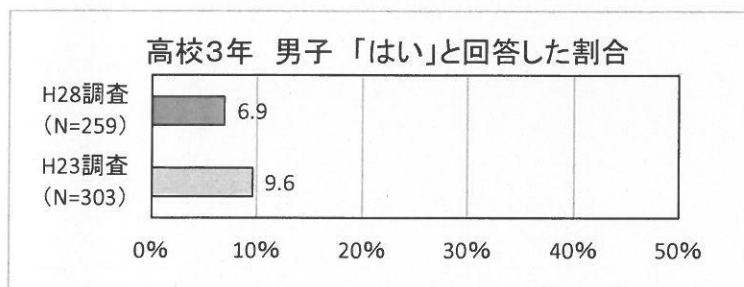


問12-2 問12で「ある」と回答した方にお尋ねします。

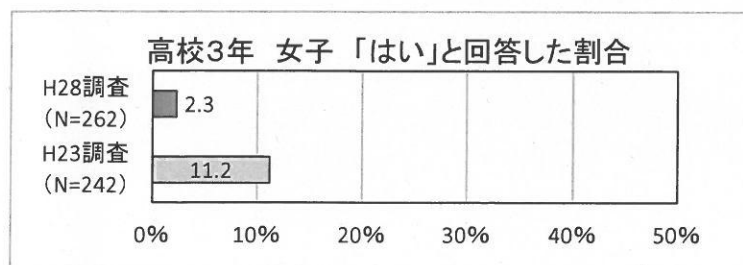
最近1ヶ月以内に飲酒をしたことがありますか。

計画目標項目 (P.31②)

- 男子では、259人中18人の6.9%が1ヶ月以内に飲酒した状況です。
- 前回の調査と比べると、2.7ポイント減少しています。



- 女子では、262人中6人の2.3%が1ヶ月以内に飲酒した状況です。
- 前回の調査と比べると、8.9ポイント減少しています。



(5) 歯の健康について

問 1 6 この一年間に、歯みがき指導を受けたことがありますか。

計画書(P.37 図1)

○「ある」の割合が 17.4%、「ない」の割合が 82.6%となっています。

○前回の調査と比べると、「ある」の割合が 4.3 ポイント減少しています。

