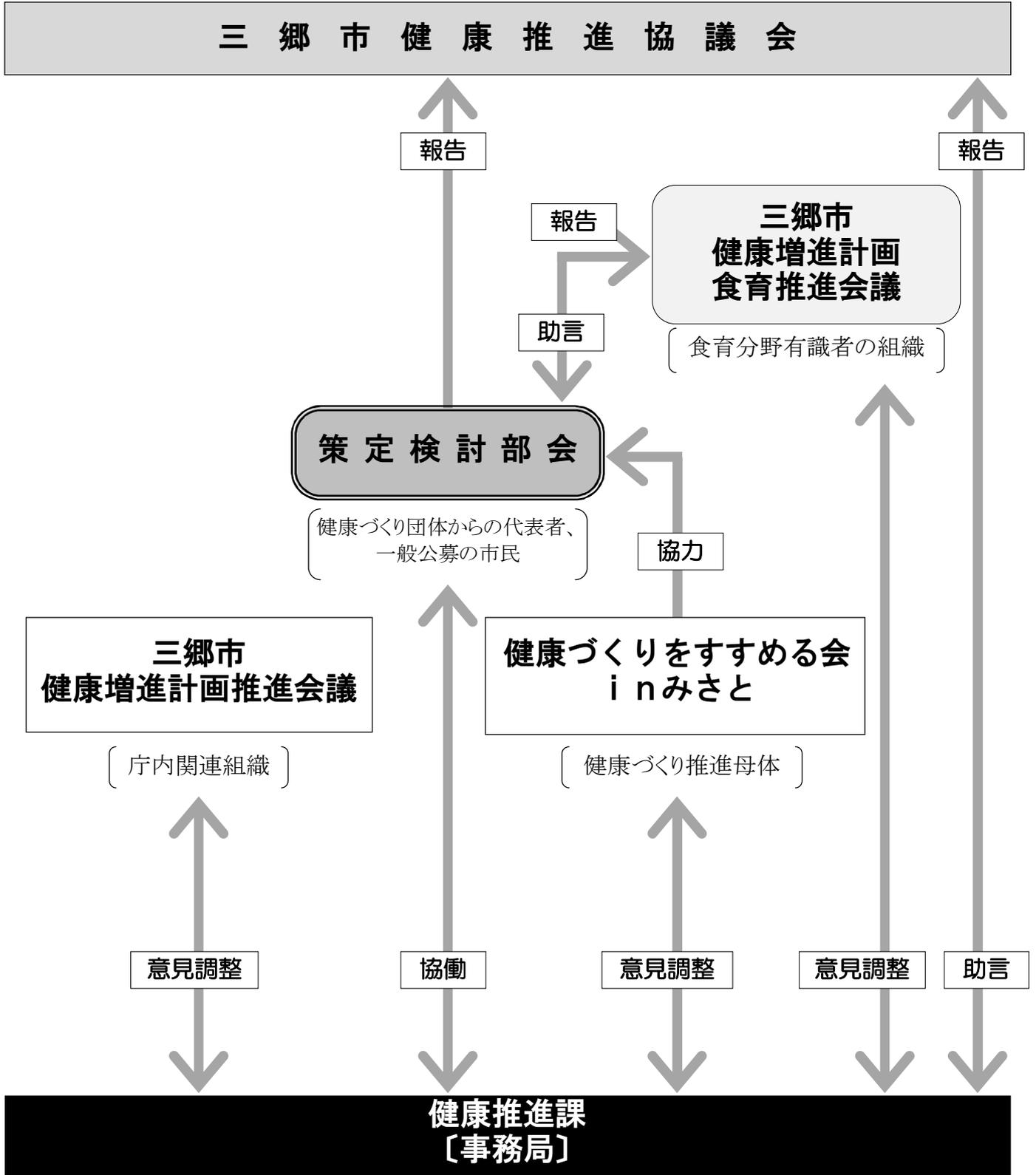


資料編

計画策定の体制図



計画策定の経緯

開催日	健康増進計画 策定検討部会	健康増進計画 食育推進会議	健康増進計画 推進会議 (庁内関連組織)	健康推進 協議会	職員研修会 等
平成 23 年 2月 24 日	事前研修会(1回目) ・策定検討部会アドバイザーによる健康づくりに関する講演				
3月 10 日	事前研修会(2回目) ・市内のウォーキング健康に関係があると思われる場所の撮影				
4月 7 日	事前研修会(3回目) ・市内ウォーキングで撮影したポイントを踏まえ、健康な三郷づくりを推進するための資源について検討				
4月 26 日					健康増進計画策定に係る職員研修会(第1回目) ・市役所内各課に対する健康づくりに関する基礎情報の研修(健康社会学、ヘルスプロモーション、庁内連携の在り方など)
4月 28 日	第1回 三郷市健康増進計画策定検討部会 ・部会の進め方について				
5月 9 日					健康増進計画策定に係る職員研修会(第2回目) ・市役所内各課に対する健康づくりに関する基礎情報の研修(健康の社会環境モデル、ポピュレーション・ストラテジー、健康影響評価(HIA)など)
5月 17 日	第2回 三郷市健康増進計画策定検討部会 ・前期計画の説明 ・スケジュールの確認				
6月 7 日	第3回 三郷市健康増進計画策定検討部会 ・生活の場が健康に与える影響について検討				
6月 23 日	第4回 三郷市健康増進計画策定検討部会 ・生活の場が健康に与える影響について点数化、上位項目の抽出				



開催日	健康増進計画 策定検討部会	健康増進計画 食育推進会議	健康増進計画 推進会議 (庁内関連組織)	健康推進 協議会	職員研修会 等
6月24日			第1回 三郷市健康増進計画 推進会議 ・現行計画の確認 ・策定作業の進捗報 告		
7月4日				第1回 三郷市 健康推進協議会 ・計画策定の進捗 状況の確認	
7月7日	第5回 三郷市健康増進計画 策定検討部会 ・4つの領域(「たべる」「う ごく」「なごむ」「まもる」) に分かれてグループワ ークで順位づけした場 所の「機能・役割」、「そ の場所で行う行動」、「そ の結果起こる成果」につ いて検討 ・各領域の「理想の姿」に ついて検討				
7月26日	第6回 三郷市健康増進計画 策定検討部会 ・アンケート調査の詳細な 分析結果の確認 ・4つの領域ごとの「理想 の姿」を達成するために 「市民が自分でできるこ と」についてライフステー ジ別に検討				
8月9日	第7回 三郷市健康増進計画 策定検討部会 ・実態調査の進め方につ いて検討				
8月～9月	「たべる」「うごく」「なご む」「まもる」グループに 分かれて実態調査実施				
8月29日		第1回 三郷市健康増進計画 食育推進会議 ・現行計画の取組み、 市民アンケート調査 結果、計画策定の進 捗状況等の確認			
9月8日	第8回 三郷市健康増進計画 策定検討部会 ・実態調査の結果につ いて検討				
9月29日	第9回 三郷市健康増進計画 策定検討部会 ・中間報告の内容の検討				

開催日	健康増進計画 策定検討部会	健康増進計画 食育推進会議	健康増進計画 推進会議 (庁内関連組織)	健康推進 協議会	職員研修会 等
10月5日				第2回 三郷市健康推進協 議会 ・現在までの進捗 状況報告 ・アンケート結果 及び評価報告 ・意見聴取	
10月13日	三郷市健康増進・食育推進計画 中間報告会 (第10回三郷市健康増進計画策定検討部会 第2回健康増進計画推進会議)				
10月27日	第11回 三郷市健康増進計画策 定検討部会 ・みんなで協力してで きることの検討				
11月9日		第2回 三郷市健康増進計画 食育推進会議 ・策定検討部会進捗 状況の報告 ・今後の食育推進体 制について検討			
11月15日	第12回 三郷市健康増進計画策 定検討部会 ・計画書、計画書概要 版等について事務局 より説明及び意見交 換				
11月18日					政策会議 ・パブリックコ メントの実施 について
12月8日	第13回 三郷市健康増進計画策 定検討部会 ・計画書、計画書概要 版等の内容について グループ検討				
12月19日			第3回 健康増進計画 推進会議 ・計画書について事 務局より説明 意見交換		

開催日	健康増進計画 策定検討部会	健康増進計画 食育推進会議	健康増進計画 推進会議 (庁内関連組織)	健康推進 協議会	職員研修会 等
12月22日	第14回 三郷市健康増進計画策 定検討部会 ・「健康づくりをすす める会 in みさと」と の交流会 ・計画推進体制につい て意見交換				▲ パブリックコ メントの実施 12月25日 ～1月29日 ▼
平成24年 1月17日	第15回 三郷市健康増進計画策 定検討部会 ・3月3日計画報告会 事前準備				
2月1日		第3回 三郷市健康増進計画 食育推進会議 ・健康増進・食育推 進計画最終確認 ・意見聴取			
2月2日				第3回 三郷市健康推進協 議会 ・健康増進・食育 推進計画最終確 認 ・意見聴取	
2月7日	第16回 三郷市健康増進計画策 定検討部会 ・3月3日計画報告会 事前準備				
2月23日	第17回 三郷市健康増進計画策 定検討部会 ・3月3日計画報告会 リハーサル				
3月3日	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> <p>すこやかみさと 健康づくりシンポジウム 三郷市健康増進・食育推進計画 報告会及び 平成23年度すこやかみさと健康づくりネットワーク会議</p> </div>				



■ 策定のための実態調査

策定検討部会では、「たべる」「うごく」「なごむ」「まもる」の領域ごとにより視野の広い検討を行うために、検討部会員の意見だけではなく、各団体などに聞き取り調査を行いました。

たべる



●調査の目的（何のために調査したのか）

次世代を担う若い年齢での「食」に関する意識及び食教育について調べる。

●どのような方法で調査したのか（誰に、どのような方法で、いつ）

誰に	子育て中の保護者、高校生
どのような方法で	インタビュー
いつ	8月25日(木) 早稲田児童センター(子育て中の保護者) 9月2日(金) 青少年ホーム(高校生)

●調査の結果わかったこと

>子育て中の保護者

子どもへの食事はバランスをそろえることを意識している人が多かった。

また、子どもへの食品を買う際も、食品の表示をみて購入する人が多かった。(産地、添加物・着色料などを確認)

保護者が求めている情報は、放射能関連の情報やレシピ、早く食べさせる方法など、具体的に生活の中で役立つ情報を求めていることがわかった。

>高校生

ファーストフードはおやつ感覚、夕食は8時～9時に食べていることが多い様子。

カロリーを気にすることはあまりなく、ダイエットのために食事を抜くことはあまりない(周囲には食事を抜く人もいる)。

食事は家族で食べており、残したりすると家族から叱られる。

>農業体験

農家が農業体験者を受け入れることは可能だが、受け入れ体制が整っていない。

●考察（結果から考えたこと、どのような取組みが必要か）

取組みとして必要だと考えること

- ・農業体験の実施に向けて体制づくりをすすめる(窓口、団体、情報発信等)。
- ・食事は仲間と一緒に食べたり、コミュニケーションをとる場としても有効であることを伝えていく。
- ・料理を作る体験をする。
- ・ダイエットの正しい情報やリスクを知らせること。
- ・市民自身が受け取った情報が正しいかどうか判断する力を持つこと。
- ・正しい情報を発信すること。
- ・市民が多く立ち寄りそうな場所に情報を置く(子ども用のレシピ等)。



●調査の目的（何のために調査したのか）

日常生活の中で市民がどのくらい動いているのかを知るため。

●どのような方法で調査したのか（誰に、どのような方法で、いつ）

誰に	三郷中央駅利用者（上りホームへ昇っていく人）
どのような方法で	カウント調査
いつ	8月29日（月）・30日（火）、9月1日（木）・2日（金） 午前7時半～8時半までの1時間

●調査の結果わかったこと

ホームに昇っていく人のうち、全体の15%ほどが階段を利用している。80%程度はエスカレーターを利用している。階段を利用する人は女性が男性の約2倍であり、男性の利用者が少ない。女性専用車両の位置や降車口の階段の位置なども関係している可能性がある。

●考察（結果から考えたこと、どのような取組みが必要か）

女性のほうが階段を利用している割合が高いことから、男性市民への「うごく」意識を高めるような働きかけを行うことが必要ではないか。
趣味を持ち、体力をつけることで仕事の効率もあがるのではないか。

取組みとして考えたこと

- ・階段を利用する利点を貼りだす。
- ・遊びとからだを動かすことを絡めたようなイベントを計画する（遊びも「うごく」になることを知ってもらう）。
- ・いきいきと人生を過ごすためには、日頃からこまめにからだを動かし、体力を維持することが大切だということを知ってもらう。
- ・日常生活の中で、簡単にできるからだを動かすものを開発し、意味を理解しながら続けられること。
- ・からだを動かす仲間をつくれること、そのような場を提供すること。

まもる



●調査の目的（何のために調査したのか）

10代のタバコの害を減らすために、子どもたちはどのような教育を受けているのか知る。

●どのような方法で調査したのか（誰に、どのような方法で、いつ）

誰に	前間小学校教諭 青少年課職員
どのような方法で いつ	インタビュー 8月31日（水）健康福祉会館

●調査の結果わかったこと

- 前間小学校
小学校では6年生でタバコの害に関する教育を行っている。
子どもたちは自分の実感として健康への悪影響を理解することは難しい。
地域でも未成年者の喫煙が禁止されていることの原因を説明できる大人が少ない。
- 青少年課
青少年課では、「親の学習」として親・子で話し合う場を設けている。

●考察（結果から考えたこと、どのような取組みが必要か）

家庭と学校の連携をとりながら、タバコの害に関する教育を行っているが、地域との連携がとれずにいる。
地域ぐるみでの取組みがあるとより良いのではないか。

地域ぐるみでの取組み

1. 学校だけでは教育にも限界があるため、地域ぐるみで取組む必要がある。
2. 地域で、愛育班・町会・PTAなどの合同集会を行う。
地域でヨコのつながりをつくりながら、具体的な取組みを考える。
3. 地域の中で、健康に関する知識を持ったリーダーをつくり、勉強会などを開催する。
繰り返し開催し、健康に関する知識を持ってもらう。
4. 取組みのPRを考える。
市民に届くような周知の方法を考える。

三郷市健康推進協議会条例

(設置)

第1条 この条例は、市民の健康の保持及び増進を総合的かつ計画的に推進するため、三郷市健康推進協議会（以下「協議会」という。）を設置する。

(所掌事項)

第2条 協議会は、次に掲げる事項を協議する。

- (1) 健康の保持及び増進に関すること。
- (2) 保健衛生事業計画に関すること。
- (3) 保健センターの運営に関すること。
- (4) その他市長が必要と認めた事項

(組織)

第3条 協議会は、委員10人以内をもって組織する。

2 委員は、次の各号に掲げる者のうちから市長が委嘱する。

- (1) 医師会、歯科医師会及び薬剤師会の代表者
- (2) 保健所職員
- (3) 保健健康関係団体の代表者
- (4) 公募による市民
- (5) その他市長が必要と認める者

(任期)

第4条 委員の任期は、2年とする。ただし、補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

2 委員は、委嘱されたときにおける当該身分を失った場合は、委員の身分を失う。

3 委員は、再任されることを妨げない。

(会長及び副会長)

第5条 協議会に、会長及び副会長1人を置き、委員の互選により定める。

2 会長は、協議会を代表し、会務を総理する。

3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 協議会は、会長が招集し、会議の議長となる。

2 協議会は、委員の半数以上が出席しなければ、会議を開くことができない。

3 協議会の議事は、出席委員の過半数をもって決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

(庶務)

第7条 協議会の庶務は、市民生活部健康推進課において処理する。

(委任)

第8条 この条例に定めるもののほか、協議会の運営に関し必要な事項は、協議会が定める。

附 則

この条例は、昭和58年9月1日から施行する。

附 則(昭和61年12月17日条例第19号)抄

この条例は、昭和62年4月1日から施行する。

附 則(平成7年12月13日条例第30号)抄

(施行期日)

1 この条例は、平成8年4月1日から施行する。

附 則(平成10年12月11日条例第28号)抄

1 この条例中、第1条、次項及び附則第3項の規定は平成11年4月1日から、第2条の規定は平成12年4月1日から施行する。

附 則(平成17年6月16日条例第30号)

この条例は、平成17年8月11日から施行する。

附 則(平成19年12月13日条例第36号)抄

(施行期日)

1 この条例は、平成20年4月1日から施行する。

■ 三郷市健康推進協議会委員名簿

選出区分	氏名	備考
医師会の代表者	佐藤 恭介	会長
歯科医師会の代表者	小峰 一芳	副会長
薬剤師会の代表者	三浦 明則	
保健所職員	村上 則子	
保健健康関係団体の代表者	清水 サダ子	
	山崎 芳子	
公募による市民	沖 みち代	
その他市長が必要と認める者	松下 智香子	(平成 23 年9月 30 日まで)
	金子 政代	(平成 23 年 10 月1日から)
	市原 奈奈子	

■ 三郷市健康増進計画策定検討部会設置要綱

(設置)

第1条 健康増進法（平成14年法律第103号）第8条第2項の規定により三郷市健康増進計画（以下「計画」という。）を策定するに当たり、市民の意見を広く反映させるために、市民で組織する三郷市健康増進計画策定検討部会（以下「部会」という。）を設置する。

(所掌事務)

第2条 部会の所掌事務は、次のとおりとする。

- (1) 計画の策定に関すること。
- (2) その他計画の策定に必要な事項に関すること。

(組織)

第3条 部会は、部会員30人以内をもって組織する。

2 部会員は、次に掲げる者の中から市長が依頼する。

- (1) 公募による市民
- (2) 健康づくり関連団体推薦の市民

(任期)

第4条 部会員の任期は、依頼の日から計画の策定が完了するまでの期間とする。

(部会長及び副部会長)

第5条 部会に、部会長及び副部会長2人を置く。

2 部会長及び副部会長は、委員の互選により定める。

3 部会長は、部会を代表し会務を総理する。

4 副部会長は、部会長を補佐し、部会長に事故あるとき又は欠けたときはその職務を代理する。

(会議)

第6条 部会は、部会長が招集する。

2 部会長は、必要があると認めるときは、関係者の出席を求め、説明及び意見を聴くことができる。

(庶務)

第7条 部会の庶務は、市民生活部健康推進課において処理する。

(その他)

第8条 この要綱に定めるもののほか、部会の運営に関し必要な事項は、別に定める。

附 則

この要綱は、平成17年9月1日から施行する。

附 則（平成22年10月6日）

この要綱は、市長決裁の日から施行する。

三郷市健康増進計画策定検討部会員名簿

選出区分	氏名	備考
一般公募	鬼倉 美登里	
	城戸 侃	
	関根 和也	
	星野 ヨシ	
	町田 サチ子	
	三浦 均	
健康づくり関連団体推薦	安達 登	
	伊豆倉 光幸	
	海老原 奈緒美	副部長
	恩田 耕	
	梶原 武士	
	加藤 さだ子	
	金光 洋助	
	佐藤 敏江	
	下田 キミ子	
	新野田 誠	
	二丹田 正夫	部長
	茂呂 義雄	
	吉田 陽子	副部長
	若野 章	

策定検討部会員からのメッセージ



「たべる」

皆さん食べる事に興味を持ちましょう。三郷の安心安全でおいしい野菜をたくさん食べましょう。家族や友達と一緒にごはんを食べましょう。農業体験などを通して、地産地消を試みませんか？三郷特産の小松菜食べて今日も元気！



「うごく」

無理をせずに、からだをいたわりながら、生涯を通して運動を楽しんで頂きたい。「だれでも」「いつでも」「どこでも」できる健康増進！」まずは、家から一歩外に出て近くを散歩することからはじめ、そして、三郷の移り変わりをみたり、四季の変化を感じながら、ウォーキング！！



「なごむ」

私たちは健康なまちづくりをめざしている仲間です。お互いに相手を尊重し、いつも笑顔で気軽なあいさつ、家族・友達と過ごす時間を大切にして、豊かな人生を満喫しましょう。少しでも皆さんが健康に対して意識改革をしていただければ幸いです。さあ、皆さんと一緒に始めましょう。



「まもる」

自分の事は自分でまもることが大切ですが、1人だけではいろいろと難しいこともありますよね。病気や事故、災害などの時にどのように対応するか、家族や周りのかたと情報を共有したり、協力態勢などについて考えてみませんか。イベントに参加したり、身近で困っている人の手助けから始めてみませんか。

策定検討部会アドバイザー

アドバイザー

助友 裕子（医学博士）

国立がん研究センターがん対策情報センターがん医療支援研究部研究員

■ 三郷市健康増進計画食育推進会議設置要綱

(設置)

第1条 健康増進法（平成14年法律第103号）第8条第2項の規定により三郷市健康増進計画（以下「計画」という。）を策定するにあたり、三郷市健康増進計画策定検討部会設置要綱（平成17年市長決裁）の部会によって検討された食育の分野に関し、助言その他必要な支援を行うため三郷市食育推進会議（以下「推進会議」という。）を置く。

(所掌事務)

第2条 推進会議は、部会において検討された計画における食育の分野について協議し、部会に助言その他必要な支援を行うものとする。

(組織)

第3条 推進会議は、委員7人以内で組織する。

2 委員は、次に掲げる者のうちから市長が任命する。

- (1) 三郷市私立幼稚園協会が推薦する私立幼稚園の園長
- (2) 吉川食品衛生協会三郷支部の推薦するもの
- (3) 農業協同組合の推薦するもの
- (4) 市立小・中学校長会が推薦する小・中学校長
- (5) 保健所職員
- (6) 学識経験者

(任期)

第4条 委員の任期は、計画の策定が完了するまでの期間とする。

(会長及び副会長)

第5条 推進会議に会長及び副会長1人を置き、委員の互選によりこれを定める。

2 会長は、会務を総理し、推進会議を代表する。

3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 推進会議の会議は、会長が招集し、その議長となる。

2 推進会議は、委員の過半数が出席しなければ、会議を開くことができない。

3 推進会議は、必要があると認めるときは、関係者の出席を求めて意見を聴くことができる。

(庶務)

第7条 推進会議の庶務は、市民生活部健康推進課において処理する。

(委任)

第8条 この要綱に定めるもののほか、推進会議の運営に関し必要な事項は、会長が別に定める。

附 則

この要綱は、市長決裁の日から施行する。

■ 三郷市健康増進計画食育推進会議委員名簿

選出区分	氏名	備考
三郷市私立幼稚園協会	小川 悦雄	会長
吉川食品衛生協会三郷支部	内門 正春	副会長
さいかつ農業協同組合	豊田 晃	
三郷市小・中学校長会	笠井 弘子	
三郷市小・中学校長会	石井 哲也	
保健所職員	内藤 瑞絵	
学識経験者	小林 久子	

■ 三郷市健康増進計画推進会議規程

(設置)

第1条 健康増進法（平成14年法律第103号）第8条第2項の規定により三郷市健康増進計画を策定し、実施することに関し、関連各課との連絡調整を図り、市民の健康増進の総合的かつ効果的な施策を推進するため、三郷市健康増進計画推進会議（以下「推進会議」という。）を設置する。

(所掌事項)

第2条 推進会議は、次に掲げる事項について協議検討する。

- (1) 三郷市健康増進計画の策定に関すること。
- (2) 三郷市健康増進計画の推進に関すること。
- (3) 三郷市健康増進計画の事後評価及び見直しに関すること。
- (4) その他市民の健康増進に関すること。

(組織)

第3条 推進会議は、次に掲げる職にある者をもって組織する。

- | | |
|-----------------|---------------------------|
| (1) 市民生活部医監 | (12) 子ども支援課長 |
| (2) 総務課人権推進室長 | (13) すこやか課長 |
| (3) 企画調整課長 | (14) ふくし総合相談室長 |
| (4) 財務課長 | (15) クリーンライフ課長 |
| (5) 国保年金課長 | (16) 産業振興課長 |
| (6) 健康推進課長 | (17) みどり公園課長 |
| (7) シルバー元気塾推進課長 | (18) 学務課長 |
| (8) 市民活動支援課長 | (19) 指導課長 |
| (9) 生活ふくし課長 | (20) 生涯学習課長 |
| (10) 長寿いきがい課長 | (21) スポーツ推進課長 |
| (11) 障がい福祉課長 | (22) 前各号に定める者のほか、市長が指名する者 |

(会長及び副会長)

第4条 推進会議に、会長及び副会長1人を置く。

- 2 会長は、市民生活部医監とし、副会長は、委員の中から会長が指名する。
- 3 会長は、推進会議を代表し、会務を総理する。
- 4 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるときは、その職務を代理する。

(会議等)

第5条 会長は、会議を招集し、会議の議長となる。

- 2 会長は、必要があると認めるときは、関係職員の出席を求め、説明又は意見を聴くことができる。

(庶務)

第6条 推進会議の庶務は、市民生活部健康推進課において処理する。

(委任)

第7条 この規程に定めるもののほか、推進会議の運営に関し必要な事項は、会長が定める。

附 則

この訓令は、公布の日から施行する。

附 則(平成19年3月15日訓令第16号)

この訓令は、平成19年4月1日から施行する。

附 則(平成20年3月21日訓令第2号)抄

この訓令は、平成20年4月1日から施行する。

附 則(平成21年3月10日訓令第4号)

この訓令は、平成21年4月1日から施行する。

附 則(平成22年3月12日訓令第5号)

この訓令は、平成22年4月1日から施行する。

附 則(平成22年6月4日訓令第15号)

この訓令は、平成22年6月4日から施行する。

附 則(平成23年3月16日訓令第3号)

この訓令は、平成23年4月1日から施行する。

三郷市健康増進計画推進会議委員名簿

所属	氏名	備考
市民生活部	尾内 弘次	会長
総務課人権推進室	中村 和代	
企画調整課	清水 秀明	
財務課	石井 富貴和	
国保年金課	美田 弘	
健康推進課	海老原 實	副会長
シルバー元気塾推進課	村上 孝利	
市民活動支援課	中野 森衛	
生活ふくし課	柿沼 昌弘	
長寿いきがい課	森 好弘	
障がい福祉課	本田 藤男	
子ども支援課	深谷 稔	
すこやか課	金子 喜久枝	
ふくし総合相談室	小平 慶一	
クリーンライフ 課	関根 保	
産業振興課	星 康男	
みどり公園課	植松 一幸	
学務課	一之瀬 一彦	
指導課	星 健次郎	
生涯学習課	西尾 信一郎	
スポーツ 推進課	石井 輝信	

健康づくりに関するアンケート調査票

あなた自身の日常の様子をお聞かせください。

食生活についておたずねします。

問1 朝食を食べていますか。

- | | |
|--------------|--------------|
| 1. 毎日食べている | 2. ほぼ毎日食べている |
| 3. ときどき食べている | 4. ほとんど食べない |

問2 家族や友達など誰かと一緒に食事をしていきますか。

- | | | | |
|-----------|----------|----------|------------|
| 1. ほとんど毎日 | 2. 週3~5日 | 3. 週1~2日 | 4. ほとんどしない |
|-----------|----------|----------|------------|

問3 あなたは、家庭で食事を作る場合（家族が作る場合を含む）、「手作り」と「市販品」どちらが多いですか。

※「市販品」とは、惣菜品、冷凍・冷蔵品等をいい、購入した弁当やテイクアウト品等は含まない

- | | |
|-------------------|-------------------|
| 1. ほとんど手作りである | 2. どちらかというと手作りが多い |
| 3. どちらかというとし販品が多い | 4. ほとんど市販品である |
| 5. ほとんど家では作らない | |

問4 あなたは、外食(購入した弁当やテイクアウト品等含む)や食品を購入する時に、栄養素表示を見て選んでいますか。また、1週間の平均外食回数は何回ですか。

※「栄養素表示」とは、カロリー・たんぱく質・ビタミン・塩分などの表示のこと

- | | |
|---------------------------------|-------------|
| 1. ほぼ毎日実行している | 2. 時々実行している |
| 3. あまり実行していない | 4. 実行していない |
| 平均外食回数 <input type="text"/> 回/週 | |

問5 食材を選ぶ時のポイントは何ですか。(重要と思うものから順に3つ回答してください。)

- | | | | | | | | | |
|------------------|--------------|--------------------|--------|--|--|--------|--|--|
| 重要と思うもの 1位()番 | | | 2位()番 | | | 3位()番 | | |
| 1. 品質(見た目、新鮮さ等) | 2. 旬 | 3. 産地・生産者 | | | | | | |
| 4. 使用する際に適量である | 5. 価格 | 6. 栄養やアレルギー、添加物の情報 | | | | | | |
| 7. 有機栽培品や無農薬栽培品等 | 8. メーカーやブランド | | | | | | | |
| 9. その他() | | | | | | | | |

問6 外食メニューを選ぶ時のポイントは何ですか。(重要と思うものから順に3つ回答してください。)

重要と思うもの			1位()番	2位()番	3位()番
1. 見た目	2. 価格	3. 量・ボリューム感			
4. 栄養素表示やバランス、ヘルシー感	5. 使用材料の産地・旬				
6. おすすめやセットメニューだから	7. 体調や気分				
8. その他()					

問7 あなたは、「健康であるための適切な食生活や栄養バランスが整った食事」を知っていますか。

※「健康であるための適切な食生活や栄養バランスが整った食事」とは、欠食しない、自分のからだや体調に合った食べ方をする、食事の組み合わせが主食(ごはん、パン、麺類等)、主菜(肉、魚、卵、大豆製品が中心のおかず)、副菜(野菜、海草、きのこ類が中心のおかず)の揃った食事内容である等をいう

1. 十分知っている	2. だいたい知っている
3. 少し知っている	4. 全く知らない

問8 あなたは、「健康であるための適切な食生活や栄養バランスが整った食事」に関する情報を得られる場所として、あったらよい場所はどういうところですか。(重要と思うものから順に3つ回答してください。)

重要と思うもの			1位()番	2位()番	3位()番
1. 食堂やレストラン	2. 市役所・公共施設	3. 保健センターや保健所			
4. かかりつけの医療機関	5. スポーツクラブ	6. ドラッグストア			
7. コンビニエンスストア	8. 大型ショッピングモール				
9. スーパーマーケット	10. 駅の情報コーナー	11. 町会・自治会の掲示板			
12. その他()					

問9 あなたは、「健康であるための適切な食生活や栄養バランスが整った食事」に関する情報で、あったらよいことは何ですか。(重要と思うものから順に3つ回答してください。)

重要と思うもの			1位()番	2位()番	3位()番
1. ヘルシーメニューの料理教室	2. レストラン等でのヘルシーメニュー提供				
3. 食品売場での栄養素表示	4. 食品売場でのヘルシー調理方法の紹介				
5. 三郷産食材の直売所	6. ヘルシーメニュー宅配サービス				
7. 生産地(者)の表示	8. 外食メニューの栄養素表示				
9. ヘルシーメニュー提供店の紹介	10. その他()				

問10 あなたは、農業体験(いも掘り、田植え・稲刈り、収穫等)の機会があれば参加してみたいですか。

1. 是非参加したい	2. 機会があれば参加したい
3. どちらとも言えない	4. 参加したくない

問 11 あなたは「食育」という言葉とその意味を知っていますか。

- | | |
|------------------|--------------------|
| 1. 言葉と意味をよく知っている | 2. 言葉と意味をだいたい知っている |
| 3. 言葉のみ知っている | 4. 知らない |

問 12 あなたは、健康に過ごすための望ましい食生活を伝えるボランティア活動があったら活動したいですか。

- | | |
|--------------|---------------|
| 1. 是非活動したい | 2. 活動に少し興味がある |
| 3. すでに活動している | 4. 活動したくない |

運動についておたずねします。

問 13 日頃から、健康の維持・増進のために意識的にからだを動かすなどの運動を心がけていますか。

- | | |
|---------------------|--------------|
| 1. いつもしている | 2. 時々している |
| 3. 以前はしていたが現在はしていない | 4. 全くしたことがない |

問 14 運動をどのくらいの頻度で行っていますか。

- | | |
|-----------------------------|-------------------|
| 1. 定期的に週3回以上行っている | 2. 定期的に週1~2回行っている |
| 3. 定期的ではないが、月に1~2回程度行っている | |
| 4. 定期的ではないが、1年以上継続している運動がある | |
| 5. 運動は行っていない | |

問 15 運動に関する相談や指導をどこで受けたいと思いますか。(複数回答可)

- | | |
|-----------------|-------------------|
| 1. スポーツクラブ | 2. かかりつけの病院 |
| 3. インターネット | 4. 市役所や体育館などの公共施設 |
| 5. NPOやボランティア団体 | 6. 受けたいと思わない |
| 7. その他() | |

問 16 定期的に運動するためにあったらよいものは何ですか(重要なものに最大2つまで○をつけてください)

- | | |
|---------------------|-------------------|
| 1. 一緒に運動したり誘ってくれる仲間 | 2. 運動するサークルや教室 |
| 3. 身近な施設 | 4. 適切な運動についての情報 |
| 5. 運動の指導者 | 6. インターネットを利用した支援 |
| 7. 自分の体力年齢を知る機会 | 8. その他() |

心の健康や休養についておたずねします。

問 17 最近1ヶ月以内でストレスを感じたことがありますか。

- | | |
|---------------|-------------|
| 1. 感じた | 2. ときどき感じた |
| 3. ほとんど感じなかった | 4. 全く感じなかった |

問 18 悩みやストレスなどで困った時にあなたは誰に相談しますか。(複数回答可)

- | | |
|-------------|--------------------|
| 1. 家族に相談する | 2. 職場の同僚や友達に相談する |
| 3. 近隣者に相談する | 4. 市役所などの公的機関に相談する |
| 5. 誰にも相談しない | |
| 6. その他() | |

問 31 今後、あなたはどのような健康づくり活動に参加したいですか。
(複数回答可)

1. 町会や自治会の健康づくり活動	2. 子どもの健康づくり活動
3. 高齢者の介護予防活動	4. 健康づくりボランティアとしての活動
5. 食生活に関する活動	6. 地場産物を広める活動
7. スポーツ活動	8. 学習会や講習会への参加
9. 特に参加したい活動はない	10. その他 ()

問 32 あなたの健康づくりを維持・継続させるためには何が大切だと思いますか。
(重要と思うものから順に3つ回答してください。)

重要と思うもの 1位 () 番			2位 () 番			3位 () 番		
1. 施設が身近にあること	2. 友達や仲間がいること							
3. お金がかからないこと	4. 家族の理解と協力があること							
5. 情報が十分にあること	6. 指導者や支援者がいること							
7. 時間があること	8. 健康づくりへの心がけや意識							
9. その他 ()								

問 33 あなたは健康に関する情報を何から入手していますか。(複数回答可)

1. テレビ、ラジオ等	2. 新聞、雑誌、タウン誌、専門誌
3. インターネット	4. 公共施設の掲示物
5. 家族や友人からの情報	6. 医師等専門職からの情報
7. 市からの情報(広報、ホームページ、市掲示板)	
8. その他 ()	

問 34 現在、あなたは健康だと思いますか。

1. 健康だと思う	2. まあまあ健康だと思う
3. あまり健康でないと思う	4. 健康でないと思う

問 35 次の1～8それぞれがあなたにとっての「幸せ」を決定する要素だとする
場合、該当する箇所に「✓」を記入してください。

項目	よく 当てはまる	まあ 当てはまる	どちらとも いえない	あまり 当てはまらない	全く 当てはまらない
1. 家族みんなの健康	<input type="checkbox"/>				
2. 前向きで充実した人生	<input type="checkbox"/>				
3. 経済的な豊かさ	<input type="checkbox"/>				
4. 世界が平和で環境が保 たれていること	<input type="checkbox"/>				
5. 人に愛されたり、愛す る人がいること	<input type="checkbox"/>				
6. 自分らしくゆとりある 生き方	<input type="checkbox"/>				
7. 身近な環境(住まいや 近隣、友人)の充実	<input type="checkbox"/>				
8. 信仰しているものがあること	<input type="checkbox"/>				

問 44 三郷市内で自宅以外にあなたがよく行く場所を教えてください。(複数回答可)

- | | |
|------------------------|----------------|
| 1. スーパーマーケット | 2. コンビニエンスストア |
| 3. ドラッグストア | 4. 飲食店 |
| 5. 公民館、地区センター等 | 6. 図書館 |
| 7. 運動施設 | 8. 医療機関 |
| 9. 三郷駅 | 10. 新三郷駅 |
| 11. 三郷中央駅 | 12. ショッピングセンター |
| 13. 公園 | 14. 商店 |
| 15. 娯楽施設(ゲームセンター、映画館等) | |
| 16. その他() | |
| 17. あまり出かけることがない | |

問 45 あなたが健康であるために、行政や市民が行う健康づくりの取組みについてご意見やアイデアなどありましたらご記入ください。

以上でアンケートは終わりです。ご協力ありがとうございました。

アンケート結果の概要

問1 朝食を食べていますか。

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
n数	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人
毎日食べている	66.0%	58.9%	71.8%	47.4%	50.6%	56.3%	63.9%	67.3%	66.7%	72.2%	73.8%	79.1%
ほぼ毎日食べている	15.0%	15.9%	14.3%	14.9%	23.5%	16.7%	13.5%	9.2%	18.5%	20.4%	10.0%	12.9%
ときどき食べている	8.8%	8.7%	8.5%	17.0%	10.6%	9.5%	11.3%	12.2%	4.9%	3.7%	6.3%	4.3%
ほとんど食べない	10.0%	16.5%	5.0%	10.6%	15.3%	16.7%	11.3%	11.2%	9.9%	3.7%	10.0%	3.1%
無回答	0.3%	0.0%	0.4%	0.0%	0.0%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.6%

問2 家族や友達など誰かと一緒に食事をしていますか。

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
n数	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人
ほとんど毎日	68.7%	58.6%	76.8%	53.2%	68.2%	71.4%	77.4%	71.4%	66.7%	59.3%	60.0%	71.2%
週3~5日	12.3%	15.9%	10.0%	23.4%	14.1%	13.5%	6.8%	11.2%	11.1%	11.1%	15.0%	12.9%
週1~2日	9.4%	12.3%	6.4%	17.0%	10.6%	11.9%	7.5%	9.2%	9.9%	7.4%	10.0%	4.9%
ほとんどしない	9.2%	13.1%	6.4%	4.3%	7.1%	2.4%	8.3%	8.2%	12.3%	22.2%	15.0%	11.0%
無回答	0.3%	0.0%	0.4%	2.1%	0.0%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

問3 あなたは、家庭で食事を作る場合（家族が作る場合を含む）、「手作り」と「市販品」どちらが多いですか。

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
n数	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人
ほとんど手作りである	48.3%	45.8%	50.6%	51.1%	38.8%	57.1%	56.4%	51.0%	38.3%	38.9%	42.5%	49.7%
どちらかというと手作りが多い	35.6%	33.9%	36.7%	25.5%	45.9%	27.8%	30.8%	31.6%	39.5%	46.3%	37.5%	37.4%
どちらかというとし販品が多い	12.0%	14.1%	10.4%	14.9%	11.8%	9.5%	8.3%	14.3%	18.5%	14.8%	15.0%	9.8%
ほとんど市販品である	2.0%	3.3%	1.0%	6.4%	1.2%	3.2%	3.0%	2.0%	1.2%	0.0%	2.5%	0.6%
ほとんど家では作らない	1.6%	2.6%	0.8%	0.0%	1.2%	1.6%	1.5%	1.0%	2.5%	0.0%	2.5%	2.5%
無回答	0.6%	0.3%	0.4%	2.1%	1.2%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

問4 あなたは、外食(購入した弁当やテイクアウト品等含む)や食品を購入する時に、栄養素表示を見て選んでいますか。また、1週間の平均外食回数は何回ですか。

<栄養表示の確認>

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
n数	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人
ほぼ毎日実行している	8.9%	5.7%	11.4%	10.6%	3.5%	11.1%	3.8%	12.2%	4.9%	9.3%	13.8%	11.0%
時々実行している	27.9%	18.8%	35.3%	25.5%	27.1%	34.1%	24.1%	24.5%	32.1%	31.5%	23.8%	28.2%
あまり実行していない	28.7%	30.8%	27.2%	23.4%	30.6%	24.6%	33.1%	30.6%	32.1%	27.8%	32.5%	25.8%
実行していない	30.3%	41.4%	21.4%	38.3%	37.6%	28.6%	35.3%	31.6%	29.6%	27.8%	25.0%	23.9%
無回答	4.2%	3.3%	4.8%	2.1%	1.2%	1.6%	3.8%	1.0%	1.2%	3.7%	5.0%	11.0%

＜1週間の外出回数＞

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人
1～3回/週	65.5%	55.3%	73.9%	59.6%	61.2%	69.8%	60.9%	67.3%	69.1%	68.5%	70.0%	65.0%
4～7回/週	30.3%	41.4%	21.4%	38.3%	37.6%	28.6%	35.3%	31.6%	29.6%	27.8%	25.0%	23.9%
無回答	4.2%	3.3%	4.8%	2.1%	1.2%	1.6%	3.8%	1.0%	1.2%	3.7%	5.0%	11.0%
平均	2.8回	3.1回	2.6回	2.9回	3.0回	2.7回	3.0回	2.8回	2.9回	2.8回	2.7回	2.7回

問5 食材を選ぶ時のポイントは何ですか。(重要と思うものから順に3つ回答してください。)

＜1位＞

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人
品質(見た目、新鮮さ等)	51.1%	47.0%	53.3%	46.8%	55.3%	46.8%	51.9%	45.9%	58.0%	50.0%	41.3%	54.0%
旬	5.4%	4.6%	6.0%	0.0%	4.7%	4.8%	1.5%	2.0%	2.5%	9.3%	13.8%	8.6%
産地・生産者	8.1%	5.7%	10.4%	4.3%	5.9%	11.1%	8.3%	12.2%	4.9%	5.6%	7.5%	9.2%
使用する際に適量である	5.1%	5.7%	4.8%	12.8%	4.7%	4.8%	4.5%	3.1%	3.7%	5.6%	6.3%	5.5%
価格	19.5%	24.7%	16.0%	31.9%	23.5%	26.2%	21.1%	22.4%	22.2%	18.5%	18.8%	7.4%
栄養やアレルギー、添加物の情報	4.3%	4.1%	4.8%	4.3%	3.5%	4.0%	6.0%	8.2%	3.7%	1.9%	2.5%	4.3%
有機栽培品や無農薬栽培品等	2.1%	1.5%	2.3%	0.0%	0.0%	0.0%	3.8%	1.0%	0.0%	5.6%	5.0%	2.5%
メーカーやブランド	0.3%	0.8%	0.0%	0.0%	1.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.2%
その他	0.4%	0.8%	0.2%	0.0%	0.0%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.3%	1.2%
無回答	3.5%	5.1%	2.3%	0.0%	1.2%	1.6%	3.0%	5.1%	4.9%	3.7%	3.8%	6.1%

＜2位＞

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人
品質(見た目、新鮮さ等)	22.2%	23.1%	22.0%	34.0%	24.7%	22.2%	18.8%	20.4%	19.8%	24.1%	27.5%	21.5%
旬	11.1%	12.1%	10.2%	4.3%	3.5%	12.7%	10.5%	10.2%	13.6%	11.1%	13.8%	14.1%
産地・生産者	14.7%	10.5%	18.3%	2.1%	16.5%	11.9%	13.5%	12.2%	18.5%	14.8%	25.0%	16.0%
使用する際に適量である	11.3%	15.4%	8.3%	8.5%	8.2%	7.9%	10.5%	13.3%	12.3%	16.7%	8.8%	14.7%
価格	27.5%	25.2%	28.4%	40.4%	40.0%	34.1%	34.6%	30.6%	21.0%	16.7%	13.8%	15.3%
栄養やアレルギー、添加物の情報	4.7%	4.1%	5.2%	4.3%	3.5%	7.1%	4.5%	3.1%	6.2%	7.4%	3.8%	3.1%
有機栽培品や無農薬栽培品等	3.1%	2.3%	3.5%	2.1%	1.2%	1.6%	3.8%	3.1%	1.2%	3.7%	0.0%	6.7%
メーカーやブランド	1.6%	1.8%	1.5%	2.1%	1.2%	0.8%	0.8%	2.0%	1.2%	1.9%	2.5%	2.5%
その他	0.2%	0.3%	0.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.2%	0.0%	1.3%	0.0%
無回答	3.7%	5.1%	2.5%	2.1%	1.2%	1.6%	3.0%	5.1%	4.9%	3.7%	3.8%	6.1%

＜3位＞

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人
品質(見た目、新鮮さ等)	13.2%	15.4%	12.0%	12.8%	17.6%	18.3%	14.3%	19.4%	13.6%	13.0%	6.3%	8.0%
旬	11.1%	10.0%	12.0%	8.5%	8.2%	10.3%	11.3%	14.3%	13.6%	14.8%	11.3%	9.8%
産地・生産者	15.0%	11.1%	17.6%	17.0%	16.5%	16.7%	19.5%	19.4%	13.6%	3.7%	6.3%	12.3%
使用する際に適量である	19.1%	21.1%	16.6%	19.1%	20.0%	22.2%	20.3%	14.3%	14.8%	27.8%	20.0%	14.7%
価格	20.7%	18.3%	22.6%	17.0%	15.3%	12.7%	19.5%	10.2%	27.2%	22.2%	32.5%	28.2%
栄養やアレルギー、添加物の情報	6.2%	5.4%	7.1%	12.8%	5.9%	7.1%	5.3%	3.1%	2.5%	5.6%	8.8%	8.0%
有機栽培品や無農薬栽培品等	4.8%	5.1%	4.6%	2.1%	5.9%	2.4%	2.3%	5.1%	3.7%	7.4%	6.3%	7.4%
メーカーやブランド	5.0%	6.7%	3.9%	4.3%	8.2%	8.7%	3.8%	8.2%	6.2%	0.0%	2.5%	3.1%
その他	0.6%	0.8%	0.4%	2.1%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.9%	1.3%	1.2%
無回答	4.4%	6.2%	3.1%	4.3%	2.4%	1.6%	3.8%	6.1%	4.9%	3.7%	5.0%	7.4%

問6 外食メニューを選ぶ時のポイントは何ですか。(重要と思うものから順に3つ回答してください。)

<1位>

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人
見た目	10.4%	12.3%	8.9%	10.6%	11.8%	10.3%	11.3%	11.2%	6.2%	13.0%	11.3%	9.8%
価格	20.7%	25.4%	17.2%	23.4%	25.9%	24.6%	16.5%	16.3%	22.2%	31.5%	23.8%	16.0%
量・ボリューム感	9.6%	14.1%	6.0%	14.9%	15.3%	11.1%	9.8%	13.3%	12.3%	5.6%	5.0%	3.7%
栄養素表示やバランス、ヘルシー感	17.4%	10.5%	23.4%	17.0%	11.8%	15.1%	13.5%	18.4%	12.3%	18.5%	20.0%	27.0%
使用材料の産地・旬	3.0%	1.8%	3.7%	0.0%	1.2%	3.2%	1.5%	2.0%	6.2%	1.9%	2.5%	4.9%
おすすめやセットメニューだから	7.2%	5.4%	8.3%	6.4%	4.7%	6.3%	6.8%	5.1%	8.6%	1.9%	7.5%	11.0%
体調や気分	27.6%	25.4%	29.0%	27.7%	27.1%	26.2%	37.6%	29.6%	27.2%	25.9%	25.0%	20.2%
その他	1.4%	1.5%	1.5%	0.0%	0.0%	2.4%	0.8%	1.0%	0.0%	0.0%	2.5%	3.7%
無回答	2.5%	3.3%	1.9%	0.0%	2.4%	0.8%	2.3%	3.1%	4.9%	1.9%	2.5%	3.7%

<2位>

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人
見た目	9.1%	10.3%	8.5%	10.6%	7.1%	8.7%	9.0%	6.1%	7.4%	13.0%	10.0%	11.7%
価格	27.6%	23.9%	29.9%	36.2%	32.9%	23.8%	34.6%	28.6%	29.6%	18.5%	30.0%	17.8%
量・ボリューム感	19.5%	28.8%	12.4%	27.7%	21.2%	26.2%	21.8%	15.3%	19.8%	20.4%	15.0%	15.3%
栄養素表示やバランス、ヘルシー感	12.6%	10.0%	14.5%	8.5%	10.6%	12.7%	6.8%	14.3%	11.1%	18.5%	15.0%	16.0%
使用材料の産地・旬	7.5%	6.4%	8.7%	2.1%	2.4%	4.0%	3.8%	9.2%	8.6%	14.8%	11.3%	12.9%
おすすめやセットメニューだから	9.2%	6.4%	11.4%	6.4%	7.1%	12.7%	9.0%	10.2%	7.4%	5.6%	6.3%	11.7%
体調や気分	11.0%	9.8%	11.8%	8.5%	15.3%	11.1%	12.8%	13.3%	11.1%	5.6%	7.5%	9.8%
その他	0.3%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.9%	2.5%	0.0%
無回答	3.1%	3.6%	2.7%	0.0%	3.5%	0.8%	2.3%	3.1%	4.9%	1.9%	2.5%	4.9%

<3位>

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人
見た目	12.9%	12.6%	12.9%	12.8%	16.5%	9.5%	12.8%	11.2%	12.3%	11.1%	21.3%	11.0%
価格	24.1%	25.4%	22.8%	14.9%	18.8%	29.4%	24.8%	22.4%	22.2%	18.5%	20.0%	30.1%
量・ボリューム感	13.9%	13.9%	13.5%	21.3%	10.6%	16.7%	12.0%	14.3%	13.6%	14.8%	11.3%	12.3%
栄養素表示やバランス、ヘルシー感	8.4%	4.9%	11.4%	6.4%	7.1%	11.9%	10.5%	7.1%	8.6%	7.4%	10.0%	6.1%
使用材料の産地・旬	5.0%	4.6%	5.4%	0.0%	4.7%	3.2%	2.3%	4.1%	4.9%	7.4%	10.0%	8.0%
おすすめやセットメニューだから	14.6%	16.5%	13.7%	25.5%	20.0%	11.9%	17.3%	17.3%	17.3%	18.5%	8.8%	9.2%
体調や気分	16.9%	17.0%	16.8%	19.1%	17.6%	16.7%	17.3%	20.4%	14.8%	18.5%	13.8%	16.0%
その他	0.4%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.8%	0.0%	0.0%	1.9%	1.3%	0.0%
無回答	3.9%	4.4%	3.5%	0.0%	4.7%	0.8%	2.3%	3.1%	6.2%	1.9%	3.8%	7.4%

問7 あなたは、「健康であるための適切な食生活や栄養バランスが整った食事」を知っていますか。

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人
十分知っている	12.2%	10.0%	14.7%	10.6%	7.1%	8.7%	8.3%	18.4%	8.6%	14.8%	15.0%	19.6%
だいたい知っている	54.3%	44.2%	62.4%	48.9%	44.7%	48.4%	53.4%	44.9%	55.6%	57.4%	63.8%	64.4%
少し知っている	25.9%	32.6%	19.9%	29.8%	41.2%	31.7%	29.3%	28.6%	25.9%	22.2%	15.0%	13.5%
全く知らない	7.2%	13.1%	2.5%	10.6%	7.1%	10.3%	9.0%	8.2%	9.9%	5.6%	5.0%	2.5%
無回答	0.3%	0.0%	0.4%	0.0%	0.0%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.3%	0.0%

問8 あなたは、「健康であるための適切な食生活や栄養バランスが整った食事」に関する情報を得られる場所として、あったらよい場所はどういうところですか。(重要と思うものから順に3つ回答してください。)

<1位>

	n数	性別		20~25歳未満		25~30歳未満		30~35歳未満		35~40歳未満		40~45歳未満		45~50歳未満		50~55歳未満		55~60歳未満	
		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	男性	女性	男性	女性
全体	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人							
食堂やレストラン	21.5%	29.0%	15.8%	36.2%	24.7%	24.6%	25.6%	25.5%	19.8%	16.7%	20.0%	12.3%							
市役所・公共施設	5.4%	4.6%	6.0%	0.0%	2.4%	3.2%	2.3%	4.1%	8.6%	9.3%	6.3%	10.4%							
保健センターや保健所	2.4%	2.3%	2.5%	2.1%	2.4%	1.6%	0.8%	1.0%	1.2%	3.7%	3.8%	4.9%							
かかりつけの医療機関	10.0%	9.3%	10.6%	8.5%	2.4%	7.1%	7.5%	13.3%	12.3%	5.6%	7.5%	17.8%							
スポーツクラブ	1.8%	2.1%	1.7%	6.4%	3.5%	0.0%	1.5%	2.0%	1.2%	1.9%	0.0%	2.5%							
ドラッグストア	1.8%	1.5%	2.1%	0.0%	3.5%	3.2%	3.0%	0.0%	2.5%	1.9%	1.3%	0.6%							
コンビニエンスストア	7.9%	13.6%	3.1%	19.1%	12.9%	9.5%	7.5%	4.1%	8.6%	14.8%	5.0%	1.8%							
大型ショッピングモール	3.3%	3.9%	2.9%	2.1%	8.2%	4.0%	3.8%	3.1%	1.2%	1.9%	1.3%	3.1%							
スーパーマーケット	35.4%	23.7%	44.4%	23.4%	32.9%	39.7%	39.1%	37.8%	35.8%	37.0%	32.5%	31.9%							
駅の情報コーナー	1.4%	1.8%	1.2%	0.0%	4.7%	0.8%	0.8%	1.0%	1.2%	1.9%	2.5%	1.2%							
町会・自治会の掲示板	0.9%	0.8%	1.0%	0.0%	0.0%	0.8%	0.8%	1.0%	0.0%	0.0%	2.5%	1.2%							
その他	4.4%	4.1%	4.8%	2.1%	1.2%	4.0%	5.3%	3.1%	3.7%	5.6%	10.0%	4.9%							
無回答	3.8%	3.3%	3.9%	0.0%	1.2%	1.6%	2.3%	4.1%	3.7%	0.0%	7.5%	7.4%							

<2位>

	n数	性別		20~25歳未満		25~30歳未満		30~35歳未満		35~40歳未満		40~45歳未満		45~50歳未満		50~55歳未満		55~60歳未満	
		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	男性	女性	男性	女性
全体	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人							
食堂やレストラン	19.2%	17.0%	20.5%	19.1%	20.0%	17.5%	21.1%	23.5%	18.5%	16.7%	27.5%	11.7%							
市役所・公共施設	6.9%	8.0%	6.0%	4.3%	7.1%	7.1%	4.5%	8.2%	8.6%	7.4%	8.8%	6.7%							
保健センターや保健所	4.2%	3.3%	4.8%	0.0%	3.5%	4.8%	1.5%	0.0%	6.2%	5.6%	3.8%	8.6%							
かかりつけの医療機関	7.9%	7.2%	8.5%	0.0%	5.9%	7.9%	11.3%	3.1%	8.6%	9.3%	8.8%	10.4%							
スポーツクラブ	1.1%	1.5%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%	5.1%	3.7%	0.0%	0.0%	1.2%								
ドラッグストア	10.1%	9.0%	11.4%	10.6%	11.8%	12.7%	10.5%	11.2%	11.1%	13.0%	7.5%	7.4%							
コンビニエンスストア	11.8%	13.1%	10.2%	19.1%	14.1%	11.1%	17.3%	8.2%	7.4%	11.1%	11.3%	7.4%							
大型ショッピングモール	9.9%	9.3%	10.4%	19.1%	9.4%	11.9%	10.5%	6.1%	8.6%	11.1%	2.5%	11.7%							
スーパーマーケット	19.3%	21.6%	18.0%	25.5%	22.4%	18.3%	18.0%	24.5%	17.3%	24.1%	15.0%	18.4%							
駅の情報コーナー	2.4%	3.1%	1.7%	2.1%	2.4%	4.8%	0.8%	3.1%	1.2%	0.0%	3.8%	1.8%							
町会・自治会の掲示板	2.1%	2.1%	2.3%	0.0%	2.4%	0.8%	0.8%	2.0%	2.5%	0.0%	1.3%	6.1%							
その他	0.4%	0.5%	0.4%	0.0%	0.0%	0.8%	0.0%	0.0%	2.5%	0.0%	1.3%	0.0%							
無回答	4.8%	4.4%	5.0%	0.0%	1.2%	2.4%	3.8%	5.1%	3.7%	1.9%	8.8%	8.6%							

<3位>

	n数	性別		20~25歳未満		25~30歳未満		30~35歳未満		35~40歳未満		40~45歳未満		45~50歳未満		50~55歳未満		55~60歳未満	
		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	男性	女性	男性	女性
全体	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人							
食堂やレストラン	13.4%	12.6%	13.9%	21.3%	20.0%	16.7%	13.5%	15.3%	14.8%	11.1%	1.3%	9.8%							
市役所・公共施設	6.4%	5.7%	7.1%	8.5%	7.1%	3.2%	9.8%	6.1%	3.7%	5.6%	5.0%	8.0%							
保健センターや保健所	3.4%	3.1%	3.5%	2.1%	2.4%	1.6%	4.5%	4.1%	3.7%	1.9%	2.5%	4.9%							
かかりつけの医療機関	11.4%	11.1%	11.8%	2.1%	8.2%	14.3%	8.3%	12.2%	7.4%	18.5%	20.0%	11.7%							
スポーツクラブ	2.2%	2.1%	2.5%	2.1%	2.4%	1.6%	2.3%	2.0%	1.2%	5.6%	3.8%	1.8%							
ドラッグストア	12.0%	9.0%	14.3%	8.5%	9.4%	15.1%	12.8%	8.2%	14.8%	11.1%	15.0%	11.0%							
コンビニエンスストア	13.9%	18.0%	10.6%	19.1%	15.3%	16.7%	9.8%	19.4%	19.8%	20.4%	12.5%	5.5%							
大型ショッピングモール	8.3%	9.0%	7.5%	14.9%	3.5%	9.5%	9.8%	11.2%	11.1%	3.7%	2.5%	6.7%							
スーパーマーケット	13.7%	14.7%	13.3%	14.9%	17.6%	11.1%	16.5%	8.2%	9.9%	14.8%	16.3%	15.3%							
駅の情報コーナー	3.4%	3.3%	3.3%	2.1%	8.2%	2.4%	3.8%	2.0%	3.7%	0.0%	6.3%	1.8%							
町会・自治会の掲示板	4.1%	5.1%	3.5%	0.0%	3.5%	4.8%	3.8%	5.1%	1.2%	3.7%	5.0%	6.7%							
その他	1.1%	0.8%	1.5%	0.0%	0.0%	0.8%	0.8%	1.0%	2.5%	1.9%	0.0%	2.5%							
無回答	6.5%	5.7%	7.3%	4.3%	2.4%	2.4%	4.5%	5.1%	6.2%	1.9%	10.0%	14.1%							

問9 あなたは、「健康であるための適切な食生活や栄養バランスが整った食事」に関する情報で、あったらよいことは何ですか。(重要と思うものから順に3つ回答してください。)

<1位>

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人
ヘルシーメニューの料理教室	7.3%	4.6%	9.8%	4.3%	12.9%	7.9%	9.8%	6.1%	3.7%	7.4%	6.3%	6.7%
レストラン等でのヘルシーメニュー提供	16.7%	21.6%	12.9%	27.7%	23.5%	19.0%	21.1%	13.3%	19.8%	9.3%	13.8%	9.2%
食品売場での栄養素表示	11.3%	15.7%	7.5%	23.4%	14.1%	14.3%	5.3%	14.3%	9.9%	14.8%	10.0%	6.7%
食品売場でのヘルシー調理方法の紹介	2.5%	3.3%	1.9%	2.1%	3.5%	1.6%	0.8%	4.1%	2.5%	1.9%	3.8%	3.1%
三郷産食材の直売所	25.9%	25.2%	26.6%	10.6%	16.5%	24.6%	22.6%	30.6%	32.1%	29.6%	18.8%	35.6%
ヘルシーメニュー宅配サービス	18.0%	12.1%	23.0%	19.1%	18.8%	15.9%	16.5%	18.4%	21.0%	18.5%	20.0%	18.4%
生産地(者)の表示	4.8%	4.9%	5.0%	2.1%	2.4%	3.2%	6.0%	3.1%	3.7%	9.3%	7.5%	6.1%
外食メニューの栄養素表示	5.3%	4.1%	6.0%	2.1%	4.7%	8.7%	7.5%	4.1%	4.9%	3.7%	6.3%	2.5%
ヘルシーメニュー提供店の紹介	2.9%	2.6%	3.1%	4.3%	0.0%	3.2%	5.3%	1.0%	1.2%	3.7%	1.3%	4.3%
その他	1.4%	1.8%	1.0%	0.0%	1.2%	0.8%	2.3%	1.0%	1.2%	0.0%	2.5%	1.8%
無回答	3.8%	4.1%	3.3%	4.3%	2.4%	0.8%	3.0%	4.1%	0.0%	1.9%	10.0%	5.5%

<2位>

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人
ヘルシーメニューの料理教室	4.2%	3.6%	4.6%	8.5%	3.5%	7.1%	2.3%	4.1%	1.2%	5.6%	1.3%	4.9%
レストラン等でのヘルシーメニュー提供	13.0%	11.6%	13.9%	14.9%	15.3%	12.7%	17.3%	17.3%	11.1%	11.1%	7.5%	9.2%
食品売場での栄養素表示	19.0%	23.4%	16.2%	25.5%	22.4%	24.6%	23.3%	18.4%	25.9%	16.7%	13.8%	10.4%
食品売場でのヘルシー調理方法の紹介	2.8%	1.8%	3.1%	0.0%	4.7%	1.6%	1.5%	5.1%	3.7%	5.6%	2.5%	0.6%
三郷産食材の直売所	18.3%	19.5%	17.2%	19.1%	16.5%	19.0%	14.3%	15.3%	16.0%	18.5%	23.8%	20.9%
ヘルシーメニュー宅配サービス	19.6%	15.2%	23.2%	12.8%	17.6%	21.4%	15.0%	15.3%	19.8%	20.4%	21.3%	27.0%
生産地(者)の表示	6.0%	6.9%	5.4%	4.3%	3.5%	4.0%	7.5%	6.1%	9.9%	3.7%	7.5%	6.1%
外食メニューの栄養素表示	7.1%	5.7%	7.9%	4.3%	5.9%	5.6%	8.3%	8.2%	3.7%	13.0%	8.8%	6.1%
ヘルシーメニュー提供店の紹介	4.3%	5.7%	3.5%	2.1%	7.1%	2.4%	6.0%	4.1%	4.9%	3.7%	1.3%	6.1%
その他	0.6%	0.5%	0.6%	2.1%	0.0%	0.0%	0.0%	1.0%	1.2%	0.0%	1.3%	0.6%
無回答	5.2%	6.2%	4.4%	6.4%	3.5%	1.6%	4.5%	5.1%	2.5%	1.9%	11.3%	8.0%

<3位>

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人
ヘルシーメニューの料理教室	6.2%	5.9%	6.8%	14.9%	10.6%	6.3%	2.3%	9.2%	6.2%	1.9%	7.5%	4.3%
レストラン等でのヘルシーメニュー提供	15.1%	13.9%	16.0%	27.7%	18.8%	17.5%	12.8%	18.4%	17.3%	18.5%	7.5%	9.2%
食品売場での栄養素表示	13.3%	11.8%	14.1%	10.6%	12.9%	17.5%	14.3%	14.3%	11.1%	9.3%	8.8%	13.5%
食品売場でのヘルシー調理方法の紹介	5.0%	4.6%	5.2%	0.0%	2.4%	5.6%	6.8%	5.1%	4.9%	7.4%	5.0%	4.3%
三郷産食材の直売所	10.1%	11.1%	10.0%	12.8%	11.8%	7.9%	15.8%	5.1%	9.9%	9.3%	13.8%	9.2%
ヘルシーメニュー宅配サービス	12.0%	12.1%	12.4%	8.5%	9.4%	11.1%	16.5%	14.3%	6.2%	16.7%	10.0%	14.1%
生産地(者)の表示	8.5%	8.0%	8.5%	2.1%	12.9%	7.1%	5.3%	8.2%	12.3%	9.3%	11.3%	7.4%
外食メニューの栄養素表示	11.5%	10.5%	12.4%	4.3%	8.2%	11.1%	9.8%	11.2%	13.6%	9.3%	15.0%	16.0%
ヘルシーメニュー提供店の紹介	9.8%	11.8%	7.7%	10.6%	8.2%	11.1%	10.5%	8.2%	11.1%	14.8%	6.3%	7.4%
その他	0.9%	1.5%	0.4%	2.1%	0.0%	2.4%	0.8%	0.0%	1.2%	0.0%	0.0%	1.2%
無回答	7.6%	8.7%	6.4%	6.4%	4.7%	2.4%	5.3%	6.1%	6.2%	3.7%	15.0%	13.5%

問 10 あなたは、農業体験（いも掘り、田植え・稲刈り、収穫等）の機会があれば参加してみたいですか。

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人
是非参加したい	10.9%	11.3%	11.0%	14.9%	15.3%	19.8%	12.8%	7.1%	9.9%	9.3%	3.8%	7.4%
機会があれば参加したい	35.8%	32.9%	38.2%	34.0%	35.3%	43.7%	41.4%	31.6%	32.1%	38.9%	26.3%	33.1%
どちらとも言えない	31.8%	31.9%	31.7%	36.2%	28.2%	21.4%	28.6%	34.7%	38.3%	31.5%	37.5%	35.6%
参加したくない	20.4%	23.4%	17.8%	14.9%	21.2%	15.1%	17.3%	25.5%	19.8%	18.5%	27.5%	22.7%
無回答	1.1%	0.5%	1.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.0%	0.0%	1.9%	5.0%	1.2%

問 11 あなたは「食育」という言葉とその意味を知っていますか。

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人
言葉と意味をよく知っている	14.6%	12.3%	17.4%	10.6%	8.2%	18.3%	14.3%	13.3%	19.8%	14.8%	11.3%	19.6%
言葉と意味をだいたい知っている	50.1%	43.2%	55.4%	48.9%	42.4%	50.8%	54.9%	53.1%	46.9%	55.6%	47.5%	48.5%
言葉のみ知っている	20.4%	22.6%	18.9%	21.3%	28.2%	19.8%	16.5%	21.4%	19.8%	18.5%	16.3%	22.7%
知らない	13.1%	20.3%	6.6%	19.1%	21.2%	11.1%	14.3%	11.2%	12.3%	9.3%	15.0%	7.4%
無回答	1.8%	1.5%	1.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.0%	1.2%	1.9%	10.0%	1.8%

問 12 あなたは、健康に過ごすための望ましい食生活を伝えるボランティア活動があったら活動したいですか。

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人
是非活動したい	3.9%	3.9%	3.9%	0.0%	2.4%	5.6%	3.8%	4.1%	6.2%	1.9%	2.5%	4.9%
活動に少し興味がある	46.2%	40.6%	50.2%	55.3%	50.6%	45.2%	45.9%	39.8%	46.9%	55.6%	37.5%	46.6%
すでに活動している	0.7%	0.5%	0.8%	0.0%	0.0%	1.6%	0.0%	0.0%	1.2%	0.0%	0.0%	1.2%
活動したくない	47.3%	54.2%	42.5%	44.7%	47.1%	47.6%	50.4%	55.1%	43.2%	40.7%	53.8%	44.2%
無回答	1.9%	0.8%	2.5%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.0%	2.5%	1.9%	6.3%	3.1%

問 13 日頃から、健康の維持・増進のために意識的にからだを動かすなどの運動を心がけていますか。

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人
いつもしている	17.5%	20.3%	16.0%	17.0%	10.6%	12.7%	10.5%	20.4%	21.0%	16.7%	20.0%	27.6%
時々している	41.8%	41.1%	41.9%	31.9%	55.3%	46.0%	29.3%	40.8%	43.2%	33.3%	41.3%	46.6%
以前はしていたが現在はしていない	25.7%	21.9%	29.3%	40.4%	21.2%	34.1%	38.3%	24.5%	21.0%	31.5%	18.8%	12.9%
全くしたことがない	13.5%	16.2%	11.2%	10.6%	12.9%	7.1%	21.1%	13.3%	14.8%	16.7%	15.0%	11.0%
無回答	1.4%	0.5%	1.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.8%	1.0%	0.0%	1.9%	5.0%	1.8%

問 14 運動をどのくらいの頻度で行っていますか。

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数										
定期的に週3回以上行っている	15.5%	17.2%	14.1%	10.6%	12.9%	11.9%	12.0%	16.3%	16.0%	14.8%	20.0%	20.9%
定期的に週1~2回行っている	19.1%	18.5%	19.7%	14.9%	16.5%	16.7%	13.5%	19.4%	21.0%	16.7%	20.0%	27.0%
定期的ではないが、月に1~2回程度行っている	21.0%	22.9%	19.7%	27.7%	27.1%	29.4%	17.3%	20.4%	27.2%	16.7%	11.3%	16.6%
定期的ではないが、1年以上継続している運動がある	4.1%	5.1%	3.5%	4.3%	5.9%	4.8%	0.8%	1.0%	4.9%	3.7%	6.3%	6.7%
運動は行っていない	38.1%	35.7%	39.8%	42.6%	35.3%	37.3%	56.4%	41.8%	30.9%	46.3%	35.0%	24.5%
無回答	2.2%	0.5%	3.1%	0.0%	2.4%	0.0%	0.0%	1.0%	0.0%	1.9%	7.5%	4.3%

問 15 運動に関する相談や指導をどこで受けたいと思いますか。(複数回答可)

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数										
スポーツクラブ	28.6%	31.9%	26.3%	55.3%	42.4%	34.9%	33.1%	25.5%	35.8%	22.2%	15.0%	13.5%
かかりつけの病院	20.0%	20.1%	19.5%	14.9%	23.5%	13.5%	14.3%	18.4%	32.1%	24.1%	20.0%	22.1%
インターネット	23.5%	25.7%	21.4%	34.0%	34.1%	34.1%	29.3%	26.5%	23.5%	22.2%	12.5%	4.9%
市役所や体育館などの公共施設	36.7%	27.8%	44.4%	23.4%	28.2%	40.5%	40.6%	32.7%	35.8%	42.6%	33.8%	42.9%
NPOやボランティア団体	5.0%	3.6%	6.2%	6.4%	5.9%	4.0%	5.3%	3.1%	2.5%	7.4%	5.0%	6.7%
受けたいと思わない	19.3%	24.2%	15.6%	14.9%	18.8%	19.0%	17.3%	25.5%	8.6%	16.7%	28.8%	20.9%
その他	2.9%	2.8%	3.1%	0.0%	2.4%	3.2%	2.3%	6.1%	2.5%	0.0%	2.5%	4.3%
無回答	2.7%	1.8%	2.9%	0.0%	0.0%	0.0%	1.5%	1.0%	1.2%	3.7%	7.5%	4.9%

問 16 定期的に運動するためにあつたらよいものは何ですか(重要なものに最大2つまで○をつけてください)

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数										
一緒に運動したり誘ってくれる仲間	33.1%	32.1%	33.4%	42.6%	48.2%	42.9%	40.6%	25.5%	29.6%	25.9%	28.8%	18.4%
運動するサークルや教室	26.1%	20.8%	30.9%	31.9%	24.7%	27.0%	30.1%	20.4%	17.3%	33.3%	28.8%	27.6%
身近な施設	59.3%	58.9%	59.3%	74.5%	65.9%	62.7%	57.9%	64.3%	56.8%	53.7%	50.0%	54.0%
適切な運動についての情報	17.7%	17.7%	17.8%	8.5%	16.5%	10.3%	12.8%	22.4%	25.9%	14.8%	21.3%	23.3%
運動の指導者	9.5%	6.9%	12.2%	4.3%	5.9%	8.7%	6.0%	10.2%	13.6%	9.3%	6.3%	17.8%
インターネットを利用した支援	3.1%	4.6%	2.1%	0.0%	1.2%	5.6%	2.3%	7.1%	7.4%	1.9%	1.3%	0.6%
自分の体力年齢を知る機会	18.8%	21.3%	16.6%	12.8%	14.1%	11.9%	18.8%	23.5%	17.3%	24.1%	18.8%	24.5%
その他	4.5%	6.2%	3.1%	2.1%	3.5%	6.3%	3.0%	3.1%	7.4%	1.9%	8.8%	3.1%
無回答	1.7%	1.3%	1.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.0%	0.0%	3.7%	6.3%	3.1%

問 17 最近1ヶ月以内でストレスを感じたことがありますか。

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数										
感じた	47.6%	42.2%	52.5%	57.4%	55.3%	51.6%	54.1%	45.9%	58.0%	48.1%	45.0%	30.7%
ときどき感じた	35.6%	38.3%	33.2%	23.4%	31.8%	34.9%	36.8%	34.7%	34.6%	38.9%	35.0%	40.5%
ほとんど感じなかった	11.9%	13.9%	10.0%	14.9%	7.1%	10.3%	7.5%	12.2%	7.4%	11.1%	8.8%	20.9%
全く感じなかった	3.7%	5.1%	2.7%	4.3%	5.9%	3.2%	1.5%	6.1%	0.0%	0.0%	5.0%	6.1%
無回答	1.3%	0.5%	1.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.0%	0.0%	1.9%	6.3%	1.8%

問 18 悩みやストレスなどで困った時にあなたは誰に相談しますか。(複数回答可)

	全体	男性	女性	2	2	3	3	4	4	5	5	6
				0	0	0	0	0	0	0	0	0
				5	5	5	5	5	5	5	5	5
				2	3	3	4	4	5	5	6	6
				5	0	5	0	5	0	5	0	5
				歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳
				未	未	未	未	未	未	未	未	未
				満	満	満	満	満	満	満	満	満
n数	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人
家族に相談する	55.5%	47.8%	61.6%	44.7%	67.1%	71.4%	63.2%	54.1%	54.3%	48.1%	32.5%	49.1%
職場の同僚や友達に相談する	38.0%	31.1%	44.0%	55.3%	49.4%	42.1%	48.9%	32.7%	39.5%	27.8%	31.3%	26.4%
近隣者に相談する	9.3%	4.9%	12.7%	6.4%	10.6%	9.5%	10.5%	10.2%	12.3%	9.3%	7.5%	6.7%
市役所などの公的機関に相談する	0.6%	0.5%	0.6%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.0%	2.5%	0.0%	0.0%	1.2%
誰にも相談しない	22.0%	32.1%	13.9%	27.7%	12.9%	15.1%	16.5%	25.5%	22.2%	33.3%	28.8%	25.8%
その他	2.8%	2.6%	2.7%	0.0%	2.4%	1.6%	1.5%	2.0%	2.5%	0.0%	3.8%	5.5%
無回答	1.4%	1.0%	1.5%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.0%	1.2%	1.9%	6.3%	1.8%

問 19 睡眠による休養が取れていると思いますか。また、平日の平均睡眠時間を教えてください。

<睡眠による休養取得状況>

	全体	男性	女性	2	2	3	3	4	4	5	5	6
				0	0	0	0	0	0	0	0	0
				5	5	5	5	5	5	5	5	5
				2	3	3	4	4	5	5	6	6
				5	0	5	0	5	0	5	0	5
				歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳
				未	未	未	未	未	未	未	未	未
				満	満	満	満	満	満	満	満	満
n数	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人
十分取れている	23.6%	21.3%	25.5%	27.7%	32.9%	22.2%	22.6%	23.5%	13.6%	16.7%	13.8%	31.9%
まあまあ取れている	51.4%	54.8%	48.8%	48.9%	45.9%	55.6%	52.6%	53.1%	54.3%	50.0%	46.3%	50.9%
あまり取れていない	17.7%	17.2%	18.5%	21.3%	17.6%	16.7%	18.8%	14.3%	24.7%	25.9%	22.5%	11.7%
取れていない	4.4%	4.9%	4.1%	2.1%	2.4%	4.0%	5.3%	7.1%	7.4%	0.0%	10.0%	1.8%
無回答	2.8%	1.8%	3.1%	0.0%	1.2%	1.6%	0.8%	2.0%	0.0%	7.4%	7.5%	3.7%

<平日の平均睡眠時間>

	全体	男性	女性	2	2	3	3	4	4	5	5	6
				0	0	0	0	0	0	0	0	0
				5	5	5	5	5	5	5	5	5
				2	3	3	4	4	5	5	6	6
				5	0	5	0	5	0	5	0	5
				歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳
				未	未	未	未	未	未	未	未	未
				満	満	満	満	満	満	満	満	満
n数	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人
1~3時間未満	0.1%	0.0%	0.2%	0.0%	0.0%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
3~6時間未満	22.1%	23.7%	20.7%	19.1%	17.6%	25.4%	26.3%	17.3%	34.6%	22.2%	28.8%	12.9%
6~9時間未満	68.3%	65.8%	70.7%	70.2%	71.8%	63.5%	68.4%	72.4%	58.0%	66.7%	58.8%	78.5%
9時間以上	1.1%	1.3%	0.8%	2.1%	2.4%	1.6%	0.0%	1.0%	0.0%	3.7%	0.0%	0.6%
無回答	8.4%	9.3%	7.5%	8.5%	8.2%	8.7%	5.3%	9.2%	7.4%	7.4%	12.5%	8.0%
平均	6.2時間	6.2時間	6.3時間	6.4時間	6.4時間	6.1時間	6.2時間	6.2時間	5.9時間	6.3時間	6.0時間	6.5時間

問 20 あなたは生きがいをもって生活していますか。

	全体	男性	女性	2	2	3	3	4	4	5	5	6
				0	0	0	0	0	0	0	0	0
				5	5	5	5	5	5	5	5	5
				2	3	3	4	4	5	5	6	6
				5	0	5	0	5	0	5	0	5
				歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳
				未	未	未	未	未	未	未	未	未
				満	満	満	満	満	満	満	満	満
n数	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人
十分にしている	21.8%	20.6%	22.8%	25.5%	30.6%	31.0%	26.3%	23.5%	17.3%	7.4%	12.5%	16.6%
まあまあしている	54.9%	54.8%	55.4%	44.7%	48.2%	53.2%	56.4%	59.2%	61.7%	55.6%	53.8%	56.4%
あまりしていない	17.8%	19.5%	16.6%	19.1%	18.8%	14.3%	12.8%	11.2%	16.0%	35.2%	26.3%	19.0%
全くしていない	4.2%	4.6%	3.7%	10.6%	2.4%	1.6%	4.5%	5.1%	4.9%	0.0%	2.5%	6.1%
無回答	1.2%	0.5%	1.5%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.0%	0.0%	1.9%	5.0%	1.8%

問 21 あなたは現在活動をされていますか。該当するものに○をつけてください。(複数回答可)

	全体	男性	女性	2	2	3	3	4	4	5	5	6
				0	5	0	5	0	5	0	5	0
				5	5	5	5	5	5	5	5	5
				2	3	3	4	4	5	5	6	6
				5	0	5	0	5	0	5	0	5
				歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳
				未	未	未	未	未	未	未	未	未
				満	満	満	満	満	満	満	満	満
n数	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人
町会・自治会の活動	8.5%	8.7%	8.3%	0.0%	3.5%	5.6%	8.3%	14.3%	16.0%	9.3%	7.5%	8.6%
ボランティア、NPO、市民活動	5.0%	5.7%	4.4%	4.3%	2.4%	3.2%	1.5%	4.1%	7.4%	9.3%	7.5%	7.4%
スポーツ・趣味・娯楽活動	24.9%	26.2%	24.1%	17.0%	22.4%	23.0%	16.5%	35.7%	32.1%	13.0%	23.8%	31.3%
その他の団体・活動	3.2%	2.8%	2.7%	2.1%	2.4%	1.6%	2.3%	3.1%	3.7%	1.9%	2.5%	4.3%
参加していない	58.2%	55.8%	61.0%	78.7%	69.4%	66.7%	66.2%	51.0%	46.9%	61.1%	52.5%	48.5%
その他	2.8%	1.8%	3.5%	0.0%	3.5%	0.8%	2.3%	5.1%	2.5%	0.0%	5.0%	3.7%
無回答	4.2%	4.6%	3.5%	0.0%	2.4%	2.4%	3.8%	3.1%	0.0%	7.4%	8.8%	6.1%

問 22 「メタボリックシンドローム」という概念を知っていますか？

	全体	男性	女性	2	2	3	3	4	4	5	5	6
				0	5	0	5	0	5	0	5	0
				5	5	5	5	5	5	5	5	5
				2	3	3	4	4	5	5	6	6
				5	0	5	0	5	0	5	0	5
				歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳
				未	未	未	未	未	未	未	未	未
				満	満	満	満	満	満	満	満	満
n数	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人
言葉と意味をよく知っている	30.0%	32.1%	29.9%	38.3%	21.2%	33.3%	23.3%	29.6%	34.6%	37.0%	27.5%	36.2%
言葉と意味をだいたい知っている	57.1%	55.0%	57.9%	48.9%	63.5%	55.6%	64.7%	57.1%	55.6%	51.9%	53.8%	52.8%
言葉のみ知っている	10.0%	10.8%	9.3%	10.6%	14.1%	11.1%	9.8%	10.2%	8.6%	7.4%	12.5%	7.4%
知らない	1.9%	1.8%	1.7%	2.1%	1.2%	0.0%	2.3%	2.0%	1.2%	1.9%	2.5%	2.5%
無回答	1.0%	0.3%	1.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.0%	0.0%	1.9%	3.8%	1.2%

問 23 あなたは適正体重を認識し、体重コントロールを実践していますか。

	全体	男性	女性	2	2	3	3	4	4	5	5	6
				0	5	0	5	0	5	0	5	0
				5	5	5	5	5	5	5	5	5
				2	3	3	4	4	5	5	6	6
				5	0	5	0	5	0	5	0	5
				歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳
				未	未	未	未	未	未	未	未	未
				満	満	満	満	満	満	満	満	満
n数	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人
毎日実践している	12.5%	12.9%	12.4%	17.0%	9.4%	15.1%	8.3%	10.2%	14.8%	11.1%	16.3%	14.1%
ときどき実践している	39.6%	36.2%	42.1%	29.8%	47.1%	42.9%	34.6%	38.8%	35.8%	37.0%	33.8%	45.4%
ほとんど実践していない	15.4%	17.7%	13.7%	14.9%	14.1%	13.5%	21.1%	16.3%	14.8%	20.4%	11.3%	14.1%
実践していない	17.0%	21.3%	13.7%	25.5%	20.0%	12.7%	16.5%	19.4%	13.6%	18.5%	25.0%	12.9%
以前は実践していたが、現在はしていない	6.7%	5.1%	7.9%	0.0%	7.1%	7.1%	12.0%	7.1%	8.6%	3.7%	3.8%	4.3%
現在は実践していないが、これから実践したいと思う	7.3%	5.9%	8.5%	10.6%	2.4%	8.7%	7.5%	7.1%	12.3%	7.4%	6.3%	6.1%
無回答	1.6%	0.8%	1.7%	2.1%	0.0%	0.0%	0.0%	1.0%	0.0%	1.9%	3.8%	3.1%

問 24 あなたの歯は現在何本ありますか。(さし歯は数えますが、入れ歯は除きます)

	全体	男性	女性	2	2	3	3	4	4	5	5	6
				0	5	0	5	0	5	0	5	0
				5	5	5	5	5	5	5	5	5
				2	3	3	4	4	5	5	6	6
				5	0	5	0	5	0	5	0	5
				歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳
				未	未	未	未	未	未	未	未	未
				満	満	満	満	満	満	満	満	満
n数	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人
1~9本	1.4%	1.8%	1.2%	0.0%	0.0%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%	1.9%	3.8%	4.9%
10~23本	8.8%	8.5%	8.9%	0.0%	0.0%	1.6%	2.3%	6.1%	9.9%	11.1%	17.5%	22.7%
24本以上	80.6%	82.3%	80.3%	97.9%	90.6%	91.3%	91.7%	86.7%	81.5%	83.3%	61.3%	60.7%
無回答	9.2%	7.5%	9.5%	2.1%	9.4%	6.3%	6.0%	7.1%	8.6%	3.7%	17.5%	11.7%
平均	28.0本	28.0本	28.0本	30.2本	30.1本	29.5本	29.6本	28.9本	27.9本	26.8本	25.5本	24.6本

問 25 1日何回、歯を磨きますか。

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	割合									
3回以上	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人
2回	23.3%	11.8%	33.0%	25.5%	23.5%	27.0%	21.8%	25.5%	24.7%	13.0%	22.5%	23.9%
1回	51.7%	48.8%	54.4%	53.2%	54.1%	48.4%	57.1%	51.0%	56.8%	53.7%	41.3%	51.5%
磨かない日もある	19.2%	30.6%	10.2%	19.1%	21.2%	20.6%	15.0%	19.4%	17.3%	27.8%	26.3%	15.3%
磨く習慣がない	2.9%	5.9%	0.2%	0.0%	1.2%	2.4%	3.8%	3.1%	1.2%	5.6%	5.0%	2.5%
無回答	0.9%	1.5%	0.4%	0.0%	0.0%	0.8%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%	2.5%	2.5%
無回答	2.1%	1.3%	1.9%	2.1%	0.0%	0.8%	1.5%	1.0%	0.0%	0.0%	2.5%	4.3%

問 26 現在、喫煙していますか。(複数回答可)

<現在の喫煙状況>

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	割合									
喫煙している	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人
禁煙または節煙したいと思っているが実行できない	24.2%	35.2%	14.5%	23.4%	25.9%	20.6%	24.1%	27.6%	25.9%	31.5%	23.8%	18.4%
禁煙または節煙に取り組んでいる	3.2%	5.1%	1.9%	4.3%	3.5%	4.0%	3.0%	2.0%	2.5%	1.9%	6.3%	3.1%
喫煙していたがやめた	3.0%	3.9%	2.3%	6.4%	3.5%	3.2%	3.0%	2.0%	4.9%	3.7%	3.8%	0.6%
もともと喫煙していない	23.2%	29.6%	18.7%	4.3%	25.9%	29.4%	24.8%	23.5%	21.0%	20.4%	21.3%	25.8%
無回答	48.0%	30.3%	62.9%	63.8%	48.2%	46.8%	49.6%	46.9%	46.9%	40.7%	46.3%	49.7%
無回答	2.1%	1.5%	1.9%	0.0%	0.0%	0.0%	0.8%	1.0%	0.0%	1.9%	3.8%	5.5%

<1日あたりの喫煙本数>

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	割合	割合	割合	割合	割合	割合	割合	割合	割合	割合
0本/日	218人	137人	70人	11人	22人	26人	32人	27人	21人	17人	19人	30人
1~20本/日	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
21~40本/日	87.6%	83.9%	92.9%	90.9%	90.9%	88.5%	100.0%	92.6%	81.0%	82.4%	57.9%	86.7%
41本以上/日	9.6%	13.1%	4.3%	9.1%	9.1%	7.7%	0.0%	3.7%	9.5%	11.8%	36.8%	13.3%
無回答	1.4%	1.5%	1.4%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	4.8%	5.9%	5.3%	0.0%
平均	16.6本	17.5本	14.7本	11.9本	14.4本	14.9本	14.8本	15.5本	17.0本	19.4本	23.1本	17.8本

問 27 禁煙に関するサポートがあったら受けてみたいと思いますか。

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	割合									
受けたい	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人
受けたくない	9.8%	12.9%	7.5%	17.0%	12.9%	9.5%	9.0%	10.2%	12.3%	9.3%	10.0%	6.1%
無回答	19.1%	27.0%	12.2%	17.0%	15.3%	16.7%	16.5%	20.4%	23.5%	29.6%	16.3%	18.4%
無回答	71.2%	60.2%	80.3%	66.0%	71.8%	73.8%	74.4%	69.4%	64.2%	61.1%	73.8%	75.5%

問 27 (付問) 禁煙に取り組むためにどのような支援があると良いと思いますか。(もっとも重要と思うものを1つ選択してください)

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
n数	88人	50人	36人	8人	11人	12人	12人	10人	10人	5人	8人	10人
医師や専門家によるサポート	37.5%	40.0%	33.3%	50.0%	54.5%	25.0%	33.3%	30.0%	30.0%	60.0%	37.5%	30.0%
治療、内服薬等が医療保険の適応であること	42.0%	38.0%	50.0%	50.0%	18.2%	50.0%	58.3%	60.0%	50.0%	40.0%	25.0%	30.0%
保健センターや公共施設での禁煙教室	4.5%	4.0%	2.8%	0.0%	9.1%	0.0%	0.0%	10.0%	0.0%	0.0%	0.0%	10.0%
インターネットを利用した禁煙支援	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
仲間や家族など周囲の協力	4.5%	6.0%	2.8%	0.0%	18.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	12.5%	10.0%
ガムやタブレット、電子タバコ等の禁煙グッズの使用	4.5%	8.0%	0.0%	0.0%	0.0%	8.3%	0.0%	0.0%	10.0%	0.0%	12.5%	10.0%
会社、施設、路上等の全面禁煙等、禁煙場所の拡大	4.5%	4.0%	5.6%	0.0%	0.0%	16.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	12.5%	10.0%
タバコの販売場所の縮小	1.1%	0.0%	2.8%	0.0%	0.0%	0.0%	8.3%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
その他	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
無回答	1.1%	0.0%	2.8%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	10.0%	0.0%	0.0%	0.0%

問 28 以下の病気のうち、喫煙によって発生の危険性があることを知っているものすべてに○をつけてください。

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
n数	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人
肺がん	93.2%	92.0%	94.4%	97.9%	94.1%	96.0%	93.2%	94.9%	93.8%	94.4%	86.3%	92.0%
ぜんそく	47.7%	42.7%	52.1%	48.9%	47.1%	50.8%	40.6%	48.0%	51.9%	48.1%	48.8%	49.7%
気管支炎	56.4%	55.8%	57.1%	66.0%	52.9%	57.1%	48.9%	62.2%	59.3%	51.9%	53.8%	60.1%
心臓病	37.5%	39.8%	35.1%	36.2%	29.4%	27.8%	27.1%	35.7%	43.2%	44.4%	45.0%	48.5%
脳卒中	43.5%	47.8%	39.6%	55.3%	49.4%	46.8%	36.1%	44.9%	48.1%	44.4%	38.8%	37.4%
胃潰瘍	14.7%	14.9%	14.7%	19.1%	9.4%	10.3%	9.0%	12.2%	19.8%	22.2%	23.8%	16.6%
妊娠に関連した異常	66.2%	51.4%	78.0%	76.6%	76.5%	78.6%	69.9%	69.4%	63.0%	61.1%	52.5%	53.4%
歯周病	32.0%	29.8%	34.2%	48.9%	35.3%	43.7%	30.8%	27.6%	29.6%	27.8%	30.0%	25.2%
無回答	4.9%	5.7%	3.9%	2.1%	3.5%	2.4%	5.3%	4.1%	4.9%	3.7%	10.0%	4.9%

問 29 あなたはどのくらいの頻度でお酒を飲みますか。

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
n数	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人
毎日	17.6%	28.0%	8.9%	4.3%	3.5%	11.9%	12.8%	21.4%	24.7%	24.1%	31.3%	21.5%
週5~6回程度	5.4%	8.5%	3.1%	2.1%	3.5%	2.4%	6.8%	2.0%	11.1%	14.8%	1.3%	7.4%
週3~4回程度	6.5%	9.8%	4.1%	2.1%	9.4%	7.9%	5.3%	8.2%	9.9%	5.6%	7.5%	4.3%
週1~2回程度	12.2%	13.6%	10.6%	14.9%	21.2%	14.3%	12.0%	14.3%	6.2%	9.3%	5.0%	9.8%
月1~2回程度	17.4%	14.4%	20.5%	40.4%	27.1%	23.0%	18.0%	18.4%	16.0%	16.7%	12.5%	6.1%
飲まない	38.8%	24.4%	50.8%	36.2%	35.3%	40.5%	45.1%	34.7%	30.9%	29.6%	40.0%	44.8%
無回答	2.0%	1.3%	1.9%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.0%	1.2%	0.0%	2.5%	6.1%

問 29 (付問) あなたは1日どのくらいの量のお酒を飲みますか。

	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満	65歳未満
全体	534人	289人	228人	30人	55人	75人	73人	63人	55人	38人	46人	80人
n数	534人	289人	228人	30人	55人	75人	73人	63人	55人	38人	46人	80人
0~20g未満/日	30.9%	26.0%	38.2%	20.0%	27.3%	36.0%	39.7%	38.1%	29.1%	18.4%	21.7%	35.0%
20~40g未満/日	21.3%	21.1%	22.4%	26.7%	21.8%	17.3%	21.9%	17.5%	30.9%	18.4%	23.9%	21.3%
40~60g未満/日	17.6%	18.7%	15.4%	26.7%	16.4%	16.0%	16.4%	19.0%	10.9%	31.6%	10.9%	15.0%
60g以上/日	21.3%	27.3%	13.2%	13.3%	23.6%	21.3%	15.1%	19.0%	20.0%	26.3%	34.8%	18.8%
無回答	8.8%	6.9%	11.0%	13.3%	10.9%	9.3%	6.8%	6.3%	9.1%	5.3%	8.7%	10.0%
平均	43.6g	49.6g	35.1g	38.1g	48.8g	43.1g	34.3g	44.6g	46.4g	51.4g	52.8g	37.1g

問 30 あなたはここ1年間で、血液・尿検査などの健康診査を受けましたか。

	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満	65歳未満
全体	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人
n数	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人
市の健診を受けた	9.6%	6.9%	11.6%	2.1%	3.5%	5.6%	3.8%	14.3%	8.6%	5.6%	17.5%	17.8%
職場の健診を受けた	45.1%	60.2%	33.4%	31.9%	60.0%	50.0%	52.6%	51.0%	44.4%	46.3%	38.8%	31.9%
学校の健診を受けた	1.1%	1.3%	1.0%	21.3%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
人間ドックを受けた	8.3%	10.0%	7.3%	0.0%	1.2%	4.8%	6.0%	6.1%	16.0%	18.5%	12.5%	11.7%
受けていない	31.5%	19.5%	41.1%	42.6%	32.9%	34.9%	34.6%	26.5%	27.2%	27.8%	26.3%	31.3%
無回答	4.3%	2.1%	5.6%	2.1%	2.4%	4.8%	3.0%	2.0%	3.7%	1.9%	5.0%	7.4%

問 30 (付問) 受けなかった理由は何ですか。(複数回答可)

	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満	65歳未満
全体	284人	76人	198人	20人	28人	44人	46人	26人	22人	15人	21人	51人
n数	284人	76人	198人	20人	28人	44人	46人	26人	22人	15人	21人	51人
受ける機会がなかった	55.6%	59.2%	54.5%	75.0%	75.0%	61.4%	71.7%	53.8%	63.6%	40.0%	57.1%	21.6%
受け方がわからなかった	4.2%	3.9%	4.5%	0.0%	3.6%	6.8%	8.7%	3.8%	9.1%	0.0%	4.8%	0.0%
受ける必要がない	5.6%	7.9%	5.1%	0.0%	3.6%	2.3%	8.7%	11.5%	0.0%	6.7%	0.0%	11.8%
費用がかかるので受けなかった	15.1%	6.6%	17.2%	20.0%	32.1%	20.5%	13.0%	19.2%	4.5%	0.0%	14.3%	3.9%
病院に受診している	20.8%	23.7%	19.7%	5.0%	7.1%	9.1%	8.7%	7.7%	22.7%	33.3%	28.6%	52.9%
その他	10.6%	10.5%	10.1%	10.0%	3.6%	11.4%	4.3%	15.4%	9.1%	20.0%	9.5%	13.7%
無回答	1.4%	0.0%	2.0%	0.0%	3.6%	2.3%	2.2%	3.8%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

問 31 今後、あなたはどのような健康づくり活動に参加したいですか。(複数回答可)

	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満	65歳未満
全体	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人
n数	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人
町会や自治会の健康づくり活動	8.1%	10.8%	5.4%	2.1%	4.7%	6.3%	3.0%	5.1%	6.2%	7.4%	13.8%	16.0%
子どもの健康づくり活動	14.9%	13.1%	16.4%	8.5%	20.0%	33.3%	24.8%	18.4%	7.4%	7.4%	3.8%	1.8%
高齢者の介護予防活動	5.2%	4.4%	6.0%	2.1%	1.2%	2.4%	3.8%	2.0%	4.9%	5.6%	8.8%	12.3%
健康づくりボランティアとしての活動	5.0%	4.9%	5.2%	4.3%	3.5%	4.8%	4.5%	3.1%	6.2%	3.7%	2.5%	9.2%
食生活に関する活動	14.0%	11.6%	16.4%	21.3%	16.5%	15.1%	14.3%	17.3%	11.1%	7.4%	13.8%	12.9%
地場産物を広める活動	3.3%	3.6%	3.3%	2.1%	4.7%	2.4%	3.0%	2.0%	2.5%	9.3%	5.0%	3.1%
スポーツ活動	36.4%	39.8%	35.3%	48.9%	49.4%	52.4%	36.1%	35.7%	39.5%	37.0%	22.5%	23.9%
学習会や講習会への参加	8.6%	6.7%	10.4%	2.1%	5.9%	8.7%	7.5%	7.1%	9.9%	11.1%	10.0%	12.3%
特に参加したい活動はない	37.0%	39.8%	34.0%	36.2%	34.1%	27.0%	39.1%	41.8%	34.6%	42.6%	40.0%	38.0%
その他	1.7%	1.5%	1.7%	4.3%	0.0%	0.0%	0.0%	3.1%	2.5%	3.7%	3.8%	1.2%
無回答	3.1%	1.8%	3.7%	0.0%	1.2%	0.0%	1.5%	1.0%	1.2%	1.9%	8.8%	6.7%

問 32 あなたの健康づくりを維持・継続させるためには何が大切だと思いますか。(重要と思うものから順に3つ回答してください。)

< 1位 >

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人
施設が身近にあること	21.0%	23.9%	19.9%	21.3%	12.9%	22.2%	17.3%	19.4%	23.5%	31.5%	25.0%	25.2%
友達や仲間がいること	10.4%	9.3%	11.8%	2.1%	18.8%	9.5%	15.0%	7.1%	11.1%	9.3%	6.3%	10.4%
お金がかからないこと	16.2%	14.7%	18.5%	19.1%	25.9%	21.4%	18.0%	20.4%	14.8%	7.4%	17.5%	8.6%
家族の理解と協力があること	6.8%	6.9%	7.1%	2.1%	8.2%	9.5%	5.3%	7.1%	4.9%	5.6%	5.0%	9.8%
情報が十分にあること	3.0%	3.3%	2.9%	8.5%	0.0%	4.8%	2.3%	1.0%	3.7%	5.6%	2.5%	3.1%
指導者や支援者がいること	1.7%	1.5%	1.9%	4.3%	2.4%	2.4%	0.8%	4.1%	0.0%	0.0%	0.0%	1.8%
時間があること	10.6%	13.9%	8.7%	17.0%	10.6%	9.5%	20.3%	7.1%	14.8%	5.6%	7.5%	7.4%
健康づくりへの心がけや意識	22.5%	21.1%	24.9%	25.5%	21.2%	19.0%	19.5%	28.6%	19.8%	29.6%	28.8%	23.9%
その他	0.9%	0.8%	0.8%	0.0%	0.0%	0.8%	0.0%	2.0%	1.2%	0.0%	1.3%	1.2%
無回答	7.0%	4.6%	3.5%	0.0%	0.0%	0.8%	1.5%	3.1%	6.2%	5.6%	6.3%	8.6%

< 2位 >

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人
施設が身近にあること	14.4%	13.9%	15.6%	19.1%	21.2%	11.9%	21.8%	19.4%	12.3%	7.4%	8.8%	11.0%
友達や仲間がいること	13.6%	14.1%	14.1%	21.3%	12.9%	15.1%	13.5%	11.2%	16.0%	14.8%	11.3%	14.7%
お金がかからないこと	19.8%	21.3%	19.9%	25.5%	22.4%	29.4%	24.8%	15.3%	14.8%	11.1%	17.5%	17.8%
家族の理解と協力があること	9.1%	9.0%	9.5%	8.5%	10.6%	10.3%	8.3%	8.2%	6.2%	9.3%	15.0%	8.6%
情報が十分にあること	8.5%	10.3%	7.7%	2.1%	4.7%	9.5%	6.8%	13.3%	9.9%	14.8%	10.0%	8.6%
指導者や支援者がいること	4.3%	3.9%	5.0%	8.5%	2.4%	3.2%	1.5%	3.1%	4.9%	5.6%	3.8%	8.6%
時間があること	14.3%	12.9%	16.4%	10.6%	21.2%	11.9%	12.8%	15.3%	23.5%	22.2%	16.3%	9.2%
健康づくりへの心がけや意識	7.9%	8.2%	7.9%	4.3%	4.7%	7.1%	8.3%	9.2%	6.2%	9.3%	6.3%	12.3%
その他	0.1%	0.3%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
無回答	7.9%	6.2%	3.9%	0.0%	0.0%	1.6%	2.3%	4.1%	6.2%	5.6%	11.3%	9.2%

< 3位 >

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人
施設が身近にあること	12.3%	11.8%	13.5%	21.3%	10.6%	15.9%	15.8%	10.2%	16.0%	9.3%	7.5%	10.4%
友達や仲間がいること	11.9%	12.6%	12.0%	12.8%	17.6%	11.9%	15.8%	13.3%	12.3%	11.1%	8.8%	8.6%
お金がかからないこと	17.3%	17.7%	17.8%	14.9%	17.6%	14.3%	20.3%	14.3%	18.5%	20.4%	17.5%	20.9%
家族の理解と協力があること	7.2%	6.2%	8.3%	4.3%	9.4%	10.3%	7.5%	6.1%	3.7%	9.3%	7.5%	6.7%
情報が十分にあること	7.3%	8.5%	6.8%	8.5%	9.4%	6.3%	6.0%	7.1%	6.2%	9.3%	5.0%	10.4%
指導者や支援者がいること	6.0%	5.9%	6.4%	6.4%	1.2%	4.0%	6.0%	7.1%	6.2%	7.4%	7.5%	9.2%
時間があること	18.6%	20.1%	18.5%	19.1%	21.2%	24.6%	18.0%	23.5%	18.5%	14.8%	25.0%	11.0%
健康づくりへの心がけや意識	10.3%	9.8%	11.4%	10.6%	12.9%	11.1%	6.8%	14.3%	11.1%	11.1%	6.3%	11.7%
その他	0.4%	1.0%	0.0%	2.1%	0.0%	0.0%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%	1.3%	0.6%
無回答	8.6%	6.4%	5.2%	0.0%	0.0%	1.6%	3.0%	4.1%	7.4%	7.4%	13.8%	10.4%

問 33 あなたは健康に関する情報を何から入手していますか。(複数回答可)

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数										
テレビ、ラジオ等	68.5%	66.3%	74.3%	78.7%	75.3%	66.7%	69.2%	72.4%	69.1%	77.8%	72.5%	68.1%
新聞、雑誌、タウン誌、専門誌	45.5%	43.4%	49.8%	25.5%	30.6%	45.2%	37.6%	50.0%	48.1%	63.0%	45.0%	64.4%
インターネット	39.7%	46.5%	36.7%	46.8%	57.6%	58.7%	54.1%	37.8%	48.1%	40.7%	23.8%	14.1%
公共施設の掲示物	8.3%	7.7%	9.1%	8.5%	5.9%	8.7%	10.5%	9.2%	7.4%	9.3%	7.5%	8.6%
家族や友人からの情報	33.4%	26.7%	40.9%	27.7%	38.8%	36.5%	33.8%	36.7%	27.2%	31.5%	35.0%	37.4%
医師等専門職からの情報	13.9%	14.7%	14.1%	4.3%	9.4%	15.9%	9.0%	13.3%	13.6%	20.4%	12.5%	22.7%
市からの情報(広報、ホームページ、市掲示板)	10.5%	6.7%	14.3%	2.1%	5.9%	7.9%	8.3%	10.2%	8.6%	13.0%	15.0%	19.6%
その他	2.1%	3.1%	1.5%	8.5%	1.2%	2.4%	0.0%	3.1%	3.7%	3.7%	1.3%	1.2%
無回答	4.1%	1.3%	0.6%	0.0%	0.0%	0.0%	1.5%	0.0%	0.0%	0.0%	5.0%	0.6%

問 34 現在、あなたは健康だと思いますか。

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数										
健康だと思う	24.4%	23.4%	26.6%	34.0%	36.5%	31.0%	23.3%	35.7%	16.0%	16.7%	13.8%	20.9%
まあまあ健康だと思う	55.7%	56.0%	58.7%	46.8%	50.6%	56.3%	58.6%	54.1%	64.2%	59.3%	58.8%	62.0%
あまり健康でないと思う	13.0%	15.7%	11.4%	17.0%	12.9%	10.3%	13.5%	6.1%	16.0%	18.5%	18.8%	12.9%
健康でないと思う	3.0%	3.9%	2.5%	2.1%	0.0%	2.4%	3.8%	3.1%	3.7%	3.7%	7.5%	2.5%
無回答	4.0%	1.0%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%	0.8%	1.0%	0.0%	1.9%	1.3%	1.8%

問 35 次の1～8それぞれがあなたにとっての「幸せ」を決定する要素だとする場合の該当度合い。
 <1. 家族みんなの健康>

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数										
よく当てはまる	79.6%	79.7%	84.2%	83.0%	83.5%	87.3%	87.2%	88.8%	76.5%	81.5%	85.0%	72.4%
まあ当てはまる	12.3%	13.6%	12.0%	8.5%	11.8%	11.1%	9.8%	10.2%	16.0%	16.7%	3.8%	20.9%
どちらともいえない	2.8%	4.4%	1.7%	4.3%	3.5%	1.6%	1.5%	1.0%	6.2%	1.9%	5.0%	3.1%
あまり当てはまらない	0.7%	0.8%	0.6%	2.1%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.2%	0.0%	2.5%	1.2%
全く当てはまらない	0.3%	0.5%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.2%
無回答	4.3%	1.0%	1.5%	2.1%	1.2%	0.0%	1.5%	0.0%	0.0%	0.0%	3.8%	1.2%

<2. 前向きで充実した人生>

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数										
よく当てはまる	58.6%	56.6%	63.7%	78.7%	72.9%	71.4%	65.4%	64.3%	54.3%	59.3%	51.3%	42.9%
まあ当てはまる	28.2%	31.6%	27.0%	19.1%	23.5%	23.0%	30.1%	28.6%	33.3%	35.2%	28.8%	35.6%
どちらともいえない	6.3%	6.9%	6.2%	2.1%	1.2%	4.8%	2.3%	5.1%	9.9%	3.7%	12.5%	12.3%
あまり当てはまらない	1.3%	2.1%	0.8%	0.0%	1.2%	0.0%	0.8%	0.0%	1.2%	1.9%	1.3%	4.3%
全く当てはまらない	0.8%	0.8%	0.8%	0.0%	0.0%	0.8%	0.8%	2.0%	1.2%	0.0%	1.3%	0.6%
無回答	4.8%	2.1%	1.5%	0.0%	1.2%	0.0%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%	5.0%	4.3%

＜3. 経済的な豊かさ＞

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数										
よく当てはまる	43.3%	42.4%	46.5%	63.8%	52.9%	49.2%	48.9%	44.9%	37.0%	48.1%	46.3%	29.4%
まあ当てはまる	35.6%	37.5%	36.1%	36.2%	30.6%	34.1%	36.8%	37.8%	37.0%	35.2%	26.3%	47.9%
どちらともいえない	12.4%	13.6%	12.2%	0.0%	12.9%	12.7%	9.0%	13.3%	21.0%	13.0%	17.5%	13.5%
あまり当てはまらない	2.9%	3.6%	2.5%	0.0%	2.4%	3.2%	2.3%	3.1%	2.5%	3.7%	3.8%	4.3%
全く当てはまらない	1.6%	1.5%	1.7%	0.0%	0.0%	0.8%	1.5%	1.0%	2.5%	0.0%	1.3%	4.3%
無回答	4.2%	1.3%	1.0%	0.0%	1.2%	0.0%	1.5%	0.0%	0.0%	0.0%	5.0%	0.6%

＜4. 世界が平和で環境が保たれていること＞

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数										
よく当てはまる	48.2%	40.4%	57.1%	53.2%	54.1%	53.2%	53.4%	51.0%	53.1%	53.7%	51.3%	35.6%
まあ当てはまる	31.6%	38.3%	28.2%	38.3%	32.9%	36.5%	38.3%	29.6%	25.9%	33.3%	26.3%	32.5%
どちらともいえない	10.6%	12.9%	9.5%	4.3%	9.4%	7.1%	4.5%	14.3%	12.3%	9.3%	12.5%	19.6%
あまり当てはまらない	3.4%	4.6%	2.7%	4.3%	1.2%	1.6%	2.3%	2.0%	8.6%	3.7%	2.5%	6.1%
全く当てはまらない	1.0%	2.1%	0.2%	0.0%	1.2%	0.8%	0.0%	3.1%	0.0%	0.0%	1.3%	1.8%
無回答	5.1%	1.8%	2.3%	0.0%	1.2%	0.8%	1.5%	0.0%	0.0%	0.0%	6.3%	4.3%

＜5. 人に愛されたり、愛する人がいること＞

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数										
よく当てはまる	61.2%	59.1%	66.4%	76.6%	76.5%	71.4%	69.9%	65.3%	58.0%	59.3%	58.8%	46.0%
まあ当てはまる	24.6%	27.2%	24.1%	17.0%	15.3%	20.6%	22.6%	27.6%	29.6%	27.8%	22.5%	36.8%
どちらともいえない	7.3%	9.0%	6.2%	2.1%	5.9%	5.6%	4.5%	5.1%	11.1%	13.0%	8.8%	11.0%
あまり当てはまらない	1.8%	2.6%	1.2%	4.3%	1.2%	1.6%	2.3%	1.0%	0.0%	0.0%	3.8%	2.5%
全く当てはまらない	0.7%	0.5%	0.8%	0.0%	0.0%	0.8%	0.0%	1.0%	1.2%	0.0%	1.3%	1.2%
無回答	4.4%	1.5%	1.2%	0.0%	1.2%	0.0%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%	5.0%	2.5%

＜6. 自分らしくゆとりある生き方＞

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数										
よく当てはまる	52.7%	52.2%	56.0%	76.6%	71.8%	57.9%	57.1%	57.1%	44.4%	53.7%	51.3%	39.3%
まあ当てはまる	31.9%	33.7%	32.6%	21.3%	22.4%	31.7%	32.3%	29.6%	43.2%	35.2%	27.5%	43.6%
どちらともいえない	7.6%	9.5%	6.4%	2.1%	4.7%	6.3%	7.5%	10.2%	6.2%	7.4%	8.8%	11.0%
あまり当てはまらない	2.7%	2.8%	2.7%	0.0%	0.0%	3.2%	1.5%	2.0%	4.9%	3.7%	3.8%	4.3%
全く当てはまらない	0.9%	0.8%	1.0%	0.0%	0.0%	0.8%	0.8%	1.0%	1.2%	0.0%	2.5%	1.2%
無回答	4.2%	1.0%	1.2%	0.0%	1.2%	0.0%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%	6.3%	0.6%

<7. 身近な環境（住まいや近隣、友人）の充実>

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人
よく当てはまる	43.3%	39.8%	48.5%	76.6%	57.6%	44.4%	56.4%	41.8%	33.3%	40.7%	40.0%	30.7%
まあ当てはまる	37.6%	39.1%	38.8%	21.3%	31.8%	46.0%	31.6%	38.8%	46.9%	42.6%	35.0%	45.4%
どちらともいえない	11.5%	14.9%	9.3%	2.1%	5.9%	9.5%	9.8%	14.3%	13.6%	9.3%	15.0%	18.4%
あまり当てはまらない	2.1%	3.1%	1.5%	0.0%	1.2%	0.0%	0.8%	2.0%	4.9%	7.4%	1.3%	3.7%
全く当てはまらない	1.0%	1.3%	0.8%	0.0%	1.2%	0.0%	0.8%	3.1%	1.2%	0.0%	3.8%	0.0%
無回答	4.4%	1.8%	1.0%	0.0%	2.4%	0.0%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%	5.0%	1.8%

<8. 信仰しているものがあること>

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人
よく当てはまる	7.1%	6.7%	7.9%	4.3%	9.4%	5.6%	5.3%	9.2%	3.7%	11.1%	10.0%	8.6%
まあ当てはまる	6.9%	5.4%	8.3%	17.0%	7.1%	4.8%	3.8%	9.2%	11.1%	1.9%	6.3%	7.4%
どちらともいえない	27.4%	29.0%	27.8%	21.3%	36.5%	34.1%	31.6%	31.6%	28.4%	31.5%	25.0%	18.4%
あまり当てはまらない	17.6%	19.5%	17.2%	23.4%	15.3%	21.4%	18.8%	12.2%	17.3%	16.7%	21.3%	18.4%
全く当てはまらない	36.1%	37.8%	36.7%	34.0%	30.6%	33.3%	39.1%	37.8%	39.5%	38.9%	31.3%	44.2%
無回答	4.9%	1.5%	2.1%	0.0%	1.2%	0.8%	1.5%	0.0%	0.0%	0.0%	6.3%	3.1%

問 36 平成 19 年 3 月策定した三郷市健康増進計画「すこやかみさと」を知っていますか。

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人
よく知っている	1.8%	2.3%	1.5%	0.0%	0.0%	0.0%	0.8%	7.1%	2.5%	3.7%	1.3%	1.8%
知っている	12.1%	6.4%	17.4%	10.6%	4.7%	10.3%	10.5%	18.4%	11.1%	13.0%	16.3%	16.0%
聞いたことはある	22.7%	18.5%	27.6%	8.5%	22.4%	27.0%	24.8%	24.5%	28.4%	27.8%	15.0%	25.2%
知らない	59.5%	72.2%	52.5%	80.9%	71.8%	62.7%	63.9%	50.0%	58.0%	55.6%	65.0%	55.2%
無回答	3.9%	0.5%	1.0%	0.0%	1.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	2.5%	1.8%

問 37 これまで、三郷市健康増進計画をもとに行ってきた事業について、知っているものに○をつけてください。

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		n数	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人
すこやか みさと ICウォーク	24.4%	21.9%	27.8%	8.5%	17.6%	29.4%	27.8%	26.5%	25.9%	29.6%	18.8%	28.8%
すこやか みさと かいちゃんつぶちゃんこまつなふりかけ	11.6%	7.2%	16.0%	6.4%	3.5%	11.9%	10.5%	17.3%	14.8%	20.4%	11.3%	12.9%
すこやか みさと 健康体操	2.5%	1.3%	3.7%	0.0%	0.0%	0.8%	2.3%	4.1%	4.9%	3.7%	2.5%	4.3%
すこやか みさと ウォーキングマップ	16.2%	12.6%	19.9%	4.3%	15.3%	15.1%	12.8%	22.4%	14.8%	22.2%	18.8%	20.2%
すこやか みさと レシピ集	3.3%	3.3%	3.5%	2.1%	1.2%	1.6%	2.3%	3.1%	2.5%	9.3%	5.0%	5.5%
すこやか みさと 健康情報	4.2%	3.3%	5.2%	0.0%	3.5%	3.2%	0.8%	6.1%	4.9%	5.6%	7.5%	6.7%
すこやか みさと 健康づくり協力店	1.8%	2.1%	1.7%	0.0%	0.0%	1.6%	0.0%	2.0%	1.2%	9.3%	0.0%	3.7%
無回答	61.3%	67.4%	54.1%	85.1%	72.9%	60.3%	62.4%	50.0%	56.8%	57.4%	60.0%	52.1%

問 38 健康増進計画の推進母体であるボランティア団体『健康づくりをすすめる会 in みさと（略称 M.H.P）』を知っていますか。

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満	65歳未満
n数	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人	
よく知っている	0.4%	0.8%	0.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.0%	2.5%	1.9%	0.0%	0.0%	
知っている	0.9%	0.8%	1.0%	0.0%	1.2%	0.0%	0.0%	2.0%	0.0%	1.9%	2.5%	1.2%	
聞いたことはある	4.8%	2.8%	6.6%	2.1%	0.0%	2.4%	1.5%	4.1%	3.7%	7.4%	7.5%	12.3%	
知らない	89.8%	95.4%	90.7%	97.9%	97.6%	97.6%	98.5%	92.9%	92.6%	88.9%	86.3%	84.7%	
無回答	4.1%	0.3%	1.5%	0.0%	1.2%	0.0%	0.0%	0.0%	1.2%	0.0%	3.8%	1.8%	

問 39 あなたの住んでいる町名を教えてください。（例：早稲田1丁目、彦成2丁目、谷口、戸ヶ崎3丁目など）

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満	65歳未満
n数	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人	
早稲田	22.8%	24.4%	23.0%	23.4%	22.4%	25.4%	18.0%	21.4%	27.2%	27.8%	31.3%	22.7%	
彦成	17.7%	18.0%	18.7%	12.8%	24.7%	21.4%	31.6%	12.2%	17.3%	11.1%	13.8%	12.9%	
高州	7.3%	6.9%	8.1%	12.8%	7.1%	4.0%	6.8%	11.2%	12.3%	9.3%	6.3%	5.5%	
東和西	16.1%	15.7%	17.4%	12.8%	20.0%	19.0%	17.3%	19.4%	12.3%	13.0%	16.3%	16.0%	
東和東	14.6%	16.5%	14.1%	8.5%	16.5%	18.3%	13.5%	22.4%	19.8%	9.3%	7.5%	14.7%	
新みさと	16.7%	17.2%	17.4%	29.8%	8.2%	11.9%	12.0%	10.2%	11.1%	29.6%	23.8%	27.0%	
無回答	4.7%	1.3%	1.2%	0.0%	1.2%	0.0%	0.8%	3.1%	0.0%	0.0%	1.3%	1.2%	

問 40 あなたの性別を教えてください。

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満	65歳未満
n数	902人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人			
男性	43.1%	38.3%	43.5%	45.2%	38.3%	42.9%	59.3%	57.4%	45.0%	41.1%			
女性	53.4%	61.7%	56.5%	54.8%	61.7%	57.1%	40.7%	42.6%	55.0%	58.9%			
無回答	3.4%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%			

問 41 あなたの年齢を教えてください。

	全体	男性	女性
n数	902人	389人	482人
20～25歳未満	5.2%	4.6%	6.0%
25～30歳未満	9.4%	9.5%	10.0%
30～35歳未満	14.0%	14.7%	14.3%
35～40歳未満	14.7%	13.1%	17.0%
40～45歳未満	10.9%	10.8%	11.6%
45～50歳未満	9.0%	12.3%	6.8%
50～55歳未満	6.0%	8.0%	4.8%
55～60歳未満	8.9%	9.3%	9.1%
60～65歳未満	18.1%	17.2%	19.9%
無回答	3.9%	0.5%	0.4%

問 42 あなたの身長と体重を教えてください。(最近の数値がわからない場合は、わかる範囲で結構です。)

<身長>

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		人数										
n数	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人
150cm未満	3.8%	0.0%	6.6%	0.0%	2.4%	0.8%	2.3%	2.0%	1.2%	1.9%	6.3%	10.4%
150～160cm未満	34.3%	3.1%	59.8%	31.9%	36.5%	36.5%	34.6%	32.7%	23.5%	27.8%	33.8%	41.7%
160～170cm未満	32.7%	38.6%	28.2%	44.7%	29.4%	30.2%	36.8%	37.8%	23.5%	25.9%	31.3%	34.4%
170cm以上	26.6%	57.1%	1.7%	23.4%	29.4%	29.4%	24.1%	27.6%	46.9%	38.9%	26.3%	11.0%
無回答	2.7%	1.3%	3.7%	0.0%	2.4%	3.2%	2.3%	0.0%	4.9%	5.6%	2.5%	2.5%
平均	163.0cm	170.1cm	157.1cm	164.0cm	163.6cm	164.3cm	163.2cm	163.4cm	166.1cm	164.9cm	162.4cm	159.1cm

<体重>

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		人数										
n数	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人
50kg未満	18.1%	2.6%	31.1%	36.2%	17.6%	20.6%	14.3%	19.4%	13.6%	5.6%	15.0%	22.7%
50～60kg未満	32.3%	17.7%	44.6%	23.4%	37.6%	33.3%	37.6%	29.6%	23.5%	35.2%	32.5%	33.7%
60～70kg未満	25.1%	38.6%	13.5%	21.3%	24.7%	23.8%	21.1%	29.6%	21.0%	25.9%	28.8%	26.4%
70kg以上	20.0%	39.6%	3.5%	17.0%	14.1%	17.5%	19.5%	17.3%	37.0%	27.8%	20.0%	14.7%
無回答	4.7%	1.5%	7.3%	2.1%	5.9%	4.8%	7.5%	4.1%	4.9%	5.6%	3.8%	2.5%
平均	60.1kg	67.9kg	53.2kg	56.7kg	59.1kg	59.7kg	60.5kg	60.1kg	64.1kg	62.5kg	60.0kg	58.4kg

<BMI値>

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満
		人数										
n数	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人
18.5未満	8.8%	4.4%	12.2%	25.5%	5.9%	11.1%	10.5%	8.2%	6.2%	7.4%	6.3%	5.5%
18.5～25.0未満	68.1%	67.1%	69.3%	55.3%	75.3%	72.2%	65.4%	73.5%	63.0%	63.0%	67.5%	69.9%
25.0以上	18.4%	27.0%	11.2%	17.0%	12.9%	11.9%	16.5%	14.3%	25.9%	24.1%	22.5%	22.1%
無回答	4.8%	1.5%	7.3%	2.1%	5.9%	4.8%	7.5%	4.1%	4.9%	5.6%	3.8%	2.5%
平均	22.5	23.5	21.6	20.9	21.9	21.9	22.5	22.3	23.1	23.0	22.7	23.0

※BMIとは Body Mass Index の略。BMI=(体重(kg)÷身長(m)÷身長(m))

問 43 あなたの主な職業は何ですか。

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満	65歳未満
n数	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人	
会社員・公務員・会社役員	46.5%	71.7%	26.3%	42.6%	63.5%	51.6%	50.4%	49.0%	55.6%	51.9%	41.3%	27.0%	
主婦	20.6%	0.0%	37.3%	8.5%	15.3%	25.4%	25.6%	18.4%	7.4%	13.0%	22.5%	28.8%	
無職	5.1%	6.4%	3.9%	2.1%	2.4%	2.4%	4.5%	1.0%	3.7%	1.9%	3.8%	14.1%	
パートタイム・アルバイト・内職	15.6%	6.4%	22.4%	19.1%	14.1%	11.1%	15.0%	21.4%	16.0%	14.8%	13.8%	15.3%	
学生	1.4%	1.3%	1.7%	27.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
自営業・家族従業	6.7%	9.3%	4.8%	0.0%	1.2%	4.8%	3.0%	8.2%	11.1%	9.3%	12.5%	9.8%	
農業	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
その他	2.4%	3.9%	1.2%	0.0%	2.4%	2.4%	0.0%	2.0%	2.5%	3.7%	6.3%	3.1%	
無回答	1.7%	1.0%	2.3%	0.0%	1.2%	2.4%	1.5%	0.0%	3.7%	5.6%	0.0%	1.8%	

問 44 三郷市内で自宅以外にあなたがよく行く場所を教えてください。(複数回答可)

	全体	男性	女性	20歳未満	25歳未満	30歳未満	35歳未満	40歳未満	45歳未満	50歳未満	55歳未満	60歳未満	65歳未満
n数	902人	389人	482人	47人	85人	126人	133人	98人	81人	54人	80人	163人	
スーパーマーケット	80.3%	68.9%	89.6%	53.2%	71.8%	80.2%	85.0%	88.8%	77.8%	70.4%	85.0%	87.1%	
コンビニエンスストア	44.8%	52.7%	37.3%	61.7%	56.5%	48.4%	45.1%	51.0%	50.6%	46.3%	38.8%	23.3%	
ドラッグストア	52.9%	37.8%	65.1%	44.7%	57.6%	59.5%	60.9%	61.2%	45.7%	46.3%	47.5%	46.0%	
飲食店	25.3%	26.7%	23.9%	36.2%	36.5%	25.4%	24.1%	27.6%	22.2%	16.7%	22.5%	20.9%	
公民館、地区センター等	5.1%	2.3%	7.3%	0.0%	1.2%	7.1%	5.3%	5.1%	6.2%	1.9%	6.3%	6.1%	
図書館	12.9%	9.0%	16.2%	4.3%	10.6%	7.1%	15.8%	16.3%	11.1%	11.1%	12.5%	19.0%	
運動施設	6.4%	7.2%	6.2%	0.0%	2.4%	3.2%	3.0%	10.2%	7.4%	9.3%	5.0%	14.1%	
医療機関	16.0%	10.3%	20.7%	10.6%	14.1%	15.1%	19.5%	12.2%	19.8%	14.8%	15.0%	18.4%	
三郷駅	16.5%	16.5%	16.6%	21.3%	14.1%	16.7%	9.0%	21.4%	18.5%	14.8%	22.5%	16.6%	
新三郷駅	18.0%	16.5%	19.5%	38.3%	14.1%	15.1%	15.0%	10.2%	14.8%	27.8%	20.0%	21.5%	
三郷中央駅	18.8%	19.0%	18.0%	10.6%	28.2%	27.0%	22.6%	20.4%	17.3%	13.0%	10.0%	11.7%	
ショッピングセンター	54.8%	48.8%	58.7%	55.3%	62.4%	61.1%	64.7%	54.1%	51.9%	53.7%	32.5%	48.5%	
公園	16.7%	17.2%	16.8%	2.1%	18.8%	30.2%	25.6%	14.3%	9.9%	11.1%	7.5%	15.3%	
商店	5.9%	5.4%	6.0%	0.0%	3.5%	2.4%	2.3%	8.2%	6.2%	9.3%	8.8%	9.8%	
娯楽施設(ゲームセンター、映画館等)	11.1%	14.7%	7.9%	10.6%	16.5%	15.1%	9.8%	10.2%	9.9%	7.4%	11.3%	8.0%	
その他	2.9%	3.9%	2.3%	0.0%	1.2%	4.0%	3.8%	0.0%	4.9%	1.9%	7.5%	2.5%	
あまり出かけることがない	1.1%	1.8%	0.6%	2.1%	0.0%	0.0%	0.8%	0.0%	0.0%	5.6%	2.5%	1.8%	
無回答	1.7%	1.5%	1.9%	0.0%	1.2%	1.6%	1.5%	0.0%	4.9%	5.6%	1.3%	1.2%	

問 45 あなたが健康であるために、行政や市民が行う健康づくりの取組みについてご意見やアイデアなどありましたらご記入ください。

分類		件数
健康関連施策への提案	健康診査の改善	13
	健康相談の充実	3
	施設整備	34
	情報提供の充実	33
	費用負担の軽減	3
	体力測定の実施	2
	ICウォークについて	3
	医療との連携	1
	介護予防の充実	1
	ボランティアの充実	1
	その他	8
	健康づくり活動への希望	イベント、サークル活動等の充実
運動機会の創出		5
その他		8
環境づくりについて		22
食の安全について		3
こころの健康の充実		2
子育て支援の充実		3
アンケートについて		4
その他		28
計		201

【健康関連施策への提案】
＜健康診査の改善＞

回答内容
タバコ販売中止。無料検診。
ワクチン等の予防接種やがん検診など、行政の方で補助金など積極的に援助してほしいです。(子宮けいがんワクチンは成人は自費で高額です。)そのような取りくみがあれば、各自、自分のからだを守ることの意識は高まると思います。
健康診断の他、歯の検診も行ってほしい。
健康診断の無料
健康診断や人間ドックのできる施設を、わかりやすく説明してほしいです。
健康調査無料化。(現在1,000円)健康保険に加入しているけど、全然医者に行かないので年に一度の検診は充実させて頂きたい。胃カメラとかのオプションも安く受けられたら良い。働きざかりで税金取めるのに生活が苦しくて健康を損ねたら生活も医者にもかかれない
健診等を三郷市内の医療機関に限定せず、他府県、市での受診を可能にしてほしい。健診を一年中やってほしい。
最近市の健診の内容が少なくなったのが残念です。(骨密度等)
仕事をしている時は職場健診などがあって、自分の健康状態を把握できていた気がするけど、主婦業になると、検査する機会がなく客観的に自分の健康を知りにくい。(市は30歳前は子宮がん検診くらい)もしそのような場があったとしても、情報が分からなかったり(届かなかったり)、子どもがいたりでなかなか行けない。乳がん検査はもっと早く出来るようになってほしいと思う。(40歳以上だったような…違ったらすみません)→子宮がん検査は妊娠した時に検査するので、まだする機会があるイメージがあるけど、乳がん検査は普段の生活の中でなかなかする機会がない。早期発見が大切な病気だと思うし、低年齢化していると聞くので…。
子宮ガン検診で、体ガンの場合、けいガンで検査にひっかかった場合にのみ受ける事になっているが、けいガンも体ガンも一緒に検査した方がいいと思う。別のじげんの事なので、特に経産婦は、私の友達でもいつもけいガンのみ検査してしばらくして、不正出血したので、病院に行ったら体ガンになっていたとして子宮を取った。けいガン検診をしていたので、安心していただ。
市の健診が無料で受けられると良い。
無料の健康診断を受けたい。30歳以下の人でも。
無料人間ドック

＜健康相談の充実＞

回答内容
以前、松戸市に住んでいた時に、各市民センターに「健康相談室」みたいなものがありました。そこは、毎日保健師さんがいて、赤ちゃんの身体測定や、育児相談、成人の健康相談をやっていました。三郷市も健康相談が予約不要でいつでもできるような環境があればいいと思います。30代の健康診査の血液検査で、貧血検査はなぜしないのですか？肥満対策に関係ないからかな。
健康づくりはこれから重要になってきます。安心して健康づくりのための活動ができるような具体的アドバイスが身近なところで受けられるようになると助かります。健康づくりのための手段として、ロードバイクに乗っていますが、自転車が安心して走ることのできる道路整備も、大切な取組になると思います。
病院や市役所ではなく、もっと身近な場所で、健康相談ができるような場所があったら良いと思います。

＜施設整備＞

回答内容
ウォーキングやランニングの出来る運動公園の整備。器具の充実したトレーニングジム。
ジムなどスポーツ施設を増やしてほしい。
スポーツセンター(市営)が小規模でよいので、近くにあったらいいと思う。
スポーツセンターを増やしてください。近所にあったら友人を誘って行きます。確実に。市から具体的にどんな運動がからだのどの部分に良いのか、何を食べたらからだにどう影響があるのかを教えてください。自分の欠落した部分を補うために実行します。
安くいける市のプール(温水)があれば、1年中運動できていいと思います。
運動施設の無料化。
運動施設をもっと充実させてほしい。利用料金が多少上がってもいいと思う。
運動出来る公共施設の利用時間が長くなると利用しやすい。又、駅から近くにあると通いやすい。
駅でのレンタルサイクル、カフェスポット、シャワー設備
駅の近くにスポーツジムを作って欲しい。
温水プールをつくり、いつでも水泳ができるようにしてほしい
近くに運動施設
近辺にジムなどのスポーツ施設があると、より健康作りに邁進できると思います。
健康づくりの為に体育館に行っているが、使用料が他の市より高く感じます。又、施設が狭く、機器ももう少し多くしても良いと感じます。
健康に関する相談が気軽に受けられる施設や、高齢が参加しやすい運動施設等の充実。
三郷市には市民プールがないので、温水の市民プールで水泳教室や水中ウォーク、水中エアロビなど、健康増進によいと思います。それから、市営の栄養管理教室やレストランなどもあったらいいと思います。
三郷中央駅前にスポーツジム(プール)がほしいです。近くにあることが重要！！自転車専用道を整備してほしい。
子どもたちが野球を思いきり出来る場所がもっとほしい。
子供が居ない家庭なので、コミュニティとしての三郷への参加意識がとても低い。納税者、成年のみの家庭にももう少し目に見える支援が欲しい。
子供と共にスポーツのできるスポーツ施設、ジム。
市営の温水プールがほしい。
自由にスポーツできる所があればいい。三郷団地近くにスポーツ出来る所有れば。
若い人を対象にした運動を作ってほしい。ママさん方と集まって運動する機会がない。(子供居ない時)早稲田地区にはそういうのが無い！！土手で歩こうとしても、速い自転車が危なくて怖い。
手頃な料金で利用できるスポーツセンターをつくるのいいと思う。
柔道場作って下さい。
小さな施設や公園はあると思うので、総合的なスポーツ施設や公園が集中するいいの場
身近な公園や公民館で、雨天でも手軽に出来る簡単な運動器具があって、だれもが利用でき、からだを動かせ、おしゃべりしながら、笑いながら体操出来る場がほしいです。体育館のようなものが、あんなに立派でなくていいですが…団地にもほしいです。年齢を重ねると自転車生活の私には体育館は遠いので…。
専業主婦なので、お金がかからず手軽に運動の出来る施設があると嬉しいです。
町会近くに施設があったら良いかな。家族や知人かと一緒にからだを動かして楽しく遊びながら。※時々施設を使用しづらい時があるのですか、余りにも細く注意事項が多く、自由に遊べない。作って良かったなあと思う所が少ない。よその(春日部)地域には沢山ある。(例)アスレチックとか安全な散歩道とか。
無料で使用できるスポーツ施設を作る。(バスケ、テニス、サッカー、野球など)中川、江戸川、大場川沿いに健康器具を設置。
無料で利用できるスポーツクラブ的な場所の提供。
夜でもお金があまりかからない運動施設があればいい

安い料金で、又自由参加のスポーツクラブを市で作して下さい。

(1)スポーツクラブを誘致して欲しい。駅前(三郷中央駅、三郷駅)にあると、会社帰りに利用でき、便利。(2)アンケート項目が少し多いのではないかと。(3)アンケート内容が家族持ち向けになっており、単身者向きでないのは何故か？

<情報提供の充実>

回答内容

「すこやかみさと」が？行なっている事業など、アンケートに答えるまでに知らない事が多い事に気が付きました。もっと身近に情報があればいいなと思いました。

「すこやかみさと」や「MHP」など、三郷市が健康づくりの為に運動を行なっていることを初めて知った。その様な情報が市民に行き届いてない感がある。三郷公園や江戸川など、自然あふれる町なので、ウォーキングの会や、動植物の紹介(セミナー)などを増やしてゆけば良いと思う。

「すこやかみさと」を知りませんでしたので、調べてみます。サークルへ参加できる何かの方法か情報を身近な所で入手できると良いと思います。このアンケートの様に送ってみたいはいかがですか？

HP上でたくさん情報を頂けたらいいなと思います。よろしくお願いします。

いくらチラシや広報などに載せても、あんまり読まない気がします。イベント等は体験型なので、即効性がある気がします。

サークル紹介

ヘルシーばかりでなく、バランスのとれた簡単メニューをおしえて！突然の病気の時のメニューなども知っておきたいですネ。たとえば、熱・頭痛・腹痛の時や疲れた時等、何を取れば良いのか普段料理をしない人でも簡単に作れるメニュー等を知っているともの時助かる事もあるかも…と思います。広報や折り込み等でもっと知らせて下さい。

ポスティングにて、もっと市や町が何を行っているのか知りたい。

まず若い人たちは、活動内容も知らなければ、興味も示さないと思う。ある一定の世代の一部や親しい人だけなど、一部の人達で完結している印象がある。(偏見かもしれないが)

マラソン大会の充実。企業スポンサー獲得を増やす。タレントランナーの招致等。

メタボはメタボで取組んでもらって、その逆にやせすぎの人がからだを健康的に大きくできる様な情報提供等の取組みもアリかと。

もっと広く事業について周知されるよう、広報活動に力を入れ、その中身についても、充実させるべきだと思う。

医療機関の場所や診療項目、営業日に関する情報を提供してほしい。

季節ごとのおすすめ食材のポスターや、チラシなど

健康に関しての身近な疑問や質問を、具体的な内容でQ&A方式にした小雑誌のようなものと受け入れやすい気がします。細かくいろいろと説明されている長い文章は読むのが少し大変なので…。

健康に関するチラシ配布

健康増進計画を全く知らない市民が居ない町づくりをして欲しい。市役所には時々行ったりしますが、今まで目にした事がないです。

広報などに簡単なストレッチなどの紹介コーナーなど作ってほしい…。

広報について、食育に係る記事をたくさんつけてほしいと思います。

今まで健康に関してとりあげられてきていると思いますが、その情報が知れ渡っていない部分が多いので、大々的に取り上げてほしい。年齢別にいただけたらうれしいかも。親子で楽しみながらできるものがあるといい。

今行っていることを、市民に周知させることが必要かと思えます。いろいろ行っても、単身者で仕事をしていると、何をやっているのか知ることもなく、もったいないと思います。

市内の駅目立つ所に健康促進のパンフレットを置くと良い。

市役所だと、健康作りの情報収集だけのために入るのは雰囲気固すぎて、行きづらいものです。保健センターや図書館の様に、子ども連れの方や、お年寄りが散歩がてらに行ける様な場所に、健康作りのポイントや、情報(運動、食事)のぎゅっりつまった小冊誌を市で無料配布して頂けたら嬉しいと思います。やはり、運動でも食事に感しても、ある程度専門知識がないと、したいと思ってもなかなか出来ないと思うし、お金がかかるのも一歩引いてしまうと思います。なかなか難しいと思いますが、無料で受けられるサークルみたいな会があると良いと思います。

詳しく知りませんが、「健康であるための適切な食生活や栄養バランスが整った食事」は文言が長すぎて何を言いたいのかわからない。逆に普及を阻害していると思う。

情報が行きとどいておらず、もったいないと思います。

情報が伝わらない。(口こみのみ)でも、どうやったら伝わるかがわからず。お金がかかるから、あまり参加できない。

正しい情報が届くシステムの確立

年齢別、性別など、又は持病などの違いによる細かい情報が、何らかの形で普通に市民が知ることができるような工夫があると望ましいと思う。

普段あまり三郷にいないので、健康推進課という課があるのを知りませんでした。『すこやかみさと』も初耳です。何をやっているのかも知りません。新しい計画を実行する時は、もっと宣伝した方がいいと思います。広報だけじゃ不十分です。

忙しくていて、自分の健康にかまっていられなかったのが実情です。体重の増加と共に足(ひざ痛)が痛み出し、運動どころではなくなりました。つえをついたり、足をひきつづいて歩いている年輩の方々をみるにつけ、5年後、10年後の自分をみる思いです。肥満になり始める40代～50代にもう少し体重コントロールができていたら今の私にはならなかったかと思えます。40代～50代頃の健康の在り方について(年とった時のことを考えて)気をつけるべき点などをはっきりと市民の方々にアピールできる様にしたいなと思います。

本取組みは年齢問わずでしょうか？高齢者向けでしょうか？ターゲットは。現在既に実行に移されている事かもしれませんが、三郷市のホームページの中で、詳しく紹介されたら良いと思う。

毎日行えるかんたんな健康づくりの情報などは、ほしいと思う事があります。

問37の健康増進計画1～7に興味は有ります。只、中身が分かりません。

<費用負担の軽減>

回答内容

あまり料金がかからず、スポーツ施設などが利用できると良いと思う。

家にばかり入っていないで、なるべく外出してリフレッシュしたいと思っていても、回数が増えるとバス代などが増すため、つい家に居る事が多くなると言う声が高齢者の方から良く聞く事があります。東京or神奈川のように少しでも交通費(バス代)などのふたん等を行政で考えていただきたいです。その様にすることにより、少しでも外へと気力が湧き、健康にもつながって行くのではと思います。防災みさとの音声がとても聞きとりやすく、放送がわかりやすいです。

健康であるためには、医療費の無料化が必要です。

<体力測定の実施>

回答内容

市役所内に訪問者が気軽に使用できる血圧計・体重計やぶら下がりが健康器等を置いてもらえば、自分の健康状態をチェックできる。

東京体育館で行っている基礎体力測定の様な事を行ってほしい。三郷に引越して来て、太った人が多い事におどろいた。うちでは「三郷病」と呼んでいる。何か根本的な問題があるのでは？サイクリングロード拡充。江戸川利根川&利根運河サイクリングロードを使った自転車イベント。

<ICウォークについて>

回答内容

ICウォークにどれだけの人が参加しているのか疑問です。多額の費用を掛けていますが、成果はあるのでしょうか？違う方面に費やした方が良く私は思います。

ICウォークのICカードはどのようにすれば手に入るのですか？

アメリカなどで行っている開店前のショッピングモールをICカードを使ってウォーキングするなど。段差が少なく、高齢者にも安全だと思います。ららぽーとなどで行ってほしいです。

<医療との連携>

回答内容

アンケート結果をよく分析し、今後の活動に役立てて頂くとともに、市としての指針を示して下さい。アンケートを取るだけでは不十分です。今後いかに役立てるかが大切だと思います。高齢化に伴い、いかに老化を防ぐか老化するスピードを落とさせるか、医療現場との連携しつつ、きめ細かい市の運営を希望します。

<介護予防の充実>

回答内容

これからは高齢者が多くなります。その世代の人たちがいつまでも元気でいられるよう啓発することが大切だと思います。私たちの故郷、長野県松本市では介護される人を増やさないよう、介護予防に力を入れています。生活、食生活、運動と、その為か元気なお年寄りが多いです。また若者も、食べることに無頓着な人が多いです。若い女性の喫煙も気がかりです。本来なら家庭教育で行う部分ですが…。今は家庭でのそれを期待できないので、やはり行政の力が必要かもしれません。

<ボランティアの充実>

回答内容

気軽に参加できる運動、ボランティアなどを紹介してもらい、その場でヘルシーな食事(からだを動かして自分で作る)をいっしょに食べて仲間を作れるような場があるといいと思います。

<その他>

回答内容

健康体操指導員を町会単位に養成して、屋外(公園学校)で定期的で開催して、市民の健康を促進して欲しい。(→医療費の負担削減)

ライニングステーション+ラバー引き、ランニングコース(景色の良いところ)、外食産業(MAC系)組み軽食の提供。自衛隊、消防レスキュー指導による体力づくり。若者(徴兵制度)、介護専門家残存能力の維持。更衣室、シャワー、休けい所設置。ランニング結果、超喜び、幸せを確認後、語りコーヒー店。体育大学指導員による個別指導(障害者、老人、幼児)。

・パンフレットなどはいらない。・こまつな以外に三郷の特産物をつくる。・つぶちゃんかいちゃんが、学校を訪問する。・病気を克服した人が、学校の授業で体験談を話す。・病気のおそろしさを、リアルな写真などを見せて教える。・病気でお金がなくなった人、お金がなくて病気が進行した人の体験談を(学校などで)話す。・だらしのない人のからだ、どんなに不健康か、データを示す。(学校などで)

医療費の自己負担を上げれば、もっと個人個人が自分の健康について考えると思う。(国策であるが)そもそも健康づくりとは、「自己責任」であり、行政の仕事ではないと考えている。もっと“自己責任”を自覚させる取組みや指針があったらどうだろうか。
基本的に健康面は一人一人が自分自ら自覚しなくてはいけないと思っております。行政や市民が行う健康づくりをとしますと、皆様が時間的に通い易い所が一番だと思います。はじめは地域ごとに少人数からはじめてはいかがでしょうか？
健康に目的意識をもって過ごすことによって、病院等にかかる費用を少なくし、一年病気をせずに過ごした方々に保険料の還付を行う仕組みを作れば、おのずと健康に感心を持つようになり、社会全体が良い方向に廻ると思います。今回の震災をみてもあまりも病人が多すぎると思います。健康な人が病人をささえることは良いと思いますが、あまりに他力本願(あまえ)が多すぎるように思います。
元気塾はたいへんすばらしい取組みだと思います。参加されている元気な方たちを見ていると、私もいつまでもそうありたいと啓発されます。元気塾はずっと続けていただきたいです。
私達世代(40代)は、仕事や家事が忙しく、個人で健康について考えることはあっても、行政や市民の取組みに参加する時間、意識というのは持ちにくいと思います。50代以降の方々は、少し時間にも余裕ができるでしょうし、社会とのつながりを持つという意味においても、「健康作りの取組み」への参加が期待できるのではないのでしょうか。私の両親も参加していましたが、「シルバ一元気塾」は、なかなか良いと思います。私は以前、総合体育館でのエアロビクスに参加したことがあります。又、通うアシがない方々も多いと思うので、循環バスでお迎えに行き、三郷公園の散索(お弁当付)なんていうのもよいかもしれません。良い企画があっても、そこへ行くアシがないという人を知っています。健康作り一たとえば運動だとすると、「運動をしにいこう」と思う人は少ないと思います(「映画を見にいこう」などと違って…)。ラジオ体操でも、真剣にやれば良いストレッチになるし、たとえばですが、「お食事会」、「お喋りの集い」などと名打ってその中で体操、講義、お料理教室などもりこんだりすれば、よりよいコミュニティの場が期待できるのではないのでしょうか…。(思いつくまま書いたので、まとまらない文章でスママセン)クリアすべき点は、通うための手段。参加しようとするきっかけのハードルの低さ、etc。

【健康づくり活動への希望】 ＜イベント、サークル活動等の充実＞

回答内容
スポーツとかも健康に良いですけど、ダンスを取組むだけで、さらに健康を維持することができます。
ペットと一緒に参加できる行事があると、みんなを誘って参加する人もかなり増えると思う。私の周りでは20匹位はかんたんに集まります。
運動サークルなどしている時間、子供の面倒を見てくれる場所があれば参加しやすいです。土・日・祝日など、スポーツ大会など開催してもらえると家族で参加でき、楽しめると思います。
市で行う福祉センター等でメタボ対策の体操、栄養指導等、行っていただけたら是非参加したい。
市の健康促進イベントのようなモノは公共施設だけではなく、ショッピングセンターなどで行ってもらえると気軽に参加、見学しやすいと思います。休日開催ならなおさら。
市の生涯教育の充実を望みます。運動、そして教養(茶道etc)の講座を地区センターでやってほしい。
市民体育祭は以前のように市全体で行なうべき。
私が日々行っている健康管理は、今のところ週一回活動しているソフトテニスをする為のものです。元々、12年前に参加した、児童館の講習会がきっかけでした。こういった施設での講習会は、子育て中で、スポーツに縁の無い母親でも、気軽に参加出来、健康維持に役立っていると思います。
自分の空いている時間帯と、行政市政で行う行事等などに参加したくても合わないのです。残念です。
実際に他の方と接することで、まず「心の健康」が保たれて「からだの健康」に気を配る余裕が出てきます。なので、楽しい企画やイベントごとが充実していると嬉しいです。以前に図書館で天体観測をしていた時は、広報で見て本気で参加してみたいと思いました。
設備の整っているスポーツクラブなどと提携して、健康づくりの取組みをしていただけたらと思います。(特にシニア世代の人達に)
早稲田に住んでいるので、文化会館で、「やさしい健康体操」みたいな事を年代別で週1とかで先生が来て教えてもらえたら嬉しいです(無料で)。そういった情報を地域の回覧板などで知らせてもらえると分かりやすいです。インターネットや、情報紙は自分で探さないといけない物は分かりにくく、情報が入りにくいです。
土、日に(ヘルシー)料理教室や栄養に関する学習会や講習会があれば、参加したいと思う。
土・日・祝にヨガ教室を開催して欲しい。
特に運動に関する取組みについて、小さな子供が居ると参加しづらい。できない場合が多い。子連れOKの活動をして欲しい。
1. 車がない為参加したい場所に行きにくい。2. 時間帯が早い講習に興味のある物が多いが参加出来ない。
サークル活動の充実。無料又は低参加費で行なえる物。又、その活動をわかり易く表示してもらいたい。
ヨガや健康体操など、週1回位でいいので、夜、体育館などで無料で行ってほしい。
家の近く(地区センター等)で、スポーツなどの教室(ヨガや体操…)があれば良いと思う。
気軽に参加できるイベントです！
気軽に誰でも参加出来るヨガ、ピラティスなどの運動メニューを用意して頂き、参加出来るようにしてほしい。いろいろなイベントに参加したい。
公民館単位での各種イベントの実施。
子供と一緒に出られるスポーツ行事など…。2才～でも一緒に出来る事がいいです。
子供と一緒に遊べる運動会的な感じのもよおしかどうですか？

＜運動機会の創出＞

回答内容
すっきりウォーキングをやってほしい。ICカードとかよくわからないので、皆あつまって気軽に参加できるようにしてほしい。
地域単位でウォーキング実施。
広報等に「健康体操」の方法などを記載してほしい。
昔に又帰りましょう。ラジオ体操とか、祭り事をしようと思います。
平日会社帰りに運動できる機会を作っていただけると嬉しいです。三郷か近くで作られた食品(野菜等しんせんなもの)を購入できる場所があると嬉しいです。

＜その他＞

回答内容
NHKで行なっている健康に関するQ&Aのような情報を講演会、広報などでもっと多く知らせる。特に緑内障、脳こうそく、歯、糖尿、腰痛など多いもの。
更年期以降の女性に対して、骨密度の測定や食生活・運動などの必要性を知る機会を作ってほしい。
行政が積極的に市民の家に行き、運動をさせれば健康づくりになると思う。
今後健康づくりの取組みや活動があれば、是非参加させてほしい。
最近自分は自転車でなるべく運動する様になり、ここ3ヶ月で3Kやせました。ウォーキングは足に負担がかかりますが、自転車はあまりかからないと思います。ですから、自分は自転車に乗る事をお勧めします。
人それぞれやりたい事や興味がちがうので、細かく調査、アンケートなどで多種多様な思考をもって選びやすく、個人でも入って行ける行事や機関を作ってほしい。
男性はなかなかやろうとしない。個々に少し高目の目標を作り、達成した時、何かの特典をあげたりしないと動かないと思います。あまり好きではない事はやりたがらないと思います。
年齢に対してのシルバー元気づくを作ってもらいたい。たとえば、60才以上だったら誰とでも言わないで例えば、60才、70才、80才、90才とわけてもらいたい。(60～70)週1回、(70～80)月2回、(80～90)月1回

【環境づくりについて】

回答内容
スーパーに三郷や吉川産の野菜やくだものを置いてほしい。道の駅や、ウォーキングが安全に出来る、広くて草花のある公園があると嬉しいです！(犬の散歩も出来たり…)
駅まで歩けるように歩道の整備(道幅を広げるなど)
現在、インターネット上で、三郷市内の放射線量が福島並に高い事が騒がれています。実際、市役所に問い合わせ、事実を確認している人が沢山います。今後は『放射線による影響』を中心に、計画を進めていくべきだと思います。子供や妊婦、これから出産を控える女性、皆が不安でたまりません。現在の高い放射線を受けて生活を続けていけば、確実に数年後、からだに影響が出て来ます。将来の市民の健康を考えて下さるのであれば、市役所の方が先頭に立って知識を習得すべきだと思います。専門ではないからと、現在の線量も公表せずいるようですが、問題が起きてからの発表では遅いと思います。どうか、早急に対応・対策をして頂くようお願いします。
私の住んでいる地域は、交通、スーパーなどが限られ不便です。QOL(クオリティオブライフ)の質が上がると気分も明るく健康にも気をつかえると思います。工場や畑ばかりだと、正直夜ランニングするのは怖い。施設が欲しい。大きいスーパーもできればお願いします。すみません。
公園が少なく、ゆっくりそこで休める場所がない。木々が少ない。緑の多いさん歩出来る場所があると、年寄り同士の集まりが出来き、話しをする事が出来る事が大事だと思います。(他の人達と)
公園でからだを鍛える器材を置いてほしい。
公園など、公共施設の充実。公園は夜になると、中高生がバイクや、集まってさわいでいます。静かで落ち着いた環境を守る事がすこやかで平和な生活になると思います。
公園の充実(ウォーキングコースなど)
江戸川の河川敷や、川辺の空き地に手入れの必要としないウルミの木を植えると銀杏のように食べることができ、収穫の楽しみもあるので、健康づくりに役立つと思います。このアンケートは初めて受け取りましたが、市民の生の声が健康問題だけにとどまらず、行政に何らかのヒントになるような気がして、とっても良い企画と感謝しております。
高州にゴルフ練習が出来る様な施設(小さくてもOK)。
三郷は新しい施設が多いので、昔ながらの商店街みたいところを作ってほしい。
三郷公園まで大きくなくてもよいので、子どもがかけ回って遊ぶことのできる程度の広さの公園を増やしてもらいたい。(少なすぎます)ウォーキングを安全にする為の道路整備。
三郷市には江戸川サイクリングロードがある。その周辺の整備(道の駅など)、サイクリングイベントなど。
三郷市全体的に車道と歩道の区別が分かりづらい。道路幅がせまく、歩くのが不便。自転車も乗りづらい。徒歩、自転車を乗れる様に出来たらいいと思います。
市民プールを作ってほしい。

工場が多く空気が悪く、またドブなどもあり、下水の問題に疑問があります。道路も歩きづらく、子供にとってもからだに悪そうな地域環境なので、住みやすいところにぜひして頂きたいです。宜しくお願い致します。
身近な所で安く運動できる所がほしい。
赤ちゃんがいるので、もうすこし赤ちゃんの集まれる赤ちゃん広場・イベントを増してほしいです。三郷中央駅付近に希望します。公園を作って頂きたいです。公園がないので、困ってます！！アスファルトを補修してほしいです。ベビーカーで通ってもガタガタして歩きづらいです。
からだを動かしたり子供と公園で遊ぶのは大切だと思うけど、公園がなさすぎます。あったとしても、レトロすぎてつまらないので公園作って下さい。
歩道が整備されていない車道が多く、“車優先”の街である印象をうける。自転車か徒歩で出かけるのが楽しくなるような街づくりが、市民の健康づくりにつながるのではないかと思う。
駅前の路上喫煙禁止を徹底してほしい。
遊歩道。例えば、“三郷めぐり遊歩道”のように公園、水辺、川べりをめぐる歩行者専用の清涼感のある市内一周遊歩道。

【食の安全について】

回答内容
安全な食材の提供。公害物質(ダイオキシンや放射性物質や農薬等)の除去。
具体的に取り上げてもらいたいのは、「食品添加物&化粧品成分の見きわめ方」と、「合成界面活性剤の正体」あたりを子供にも分かりやすく紹介してもらいたいです。瑞沼市民センターの被災者受け入れは立派だと思います。偉いぞ！三郷。あと、かいちゃんつぶちゃんはローカルキャラ(ゆるキャラ)にしては洗練されたデザインで、とてもカワイイです。
健康はまず、食物からだだと思います。新鮮な食品、健康な食品・商品をイベントとして販売して欲しい。(少しイベント価格で価格をさげて頂けると行きます！)

【こころの健康の充実】

回答内容
まわりに木々や花などがあり、目で見て心のいやしになることで、心の健康になると思います。都市化になるのもよいが、緑が少なくなるのは寂しく思います。あと、水と空気がおいしくなれば…と思います。
からだの健康よりも、これからの先々の事考えると、心の健康の方が気になります。

【子育て支援の充実】

回答内容
1. 子供の育つ環境をもっと優先的に考えてほしい。2. 定期的に家庭訪問or(電話訪問)。3. 指導者が必要である(正しく運動するには)。
子供が遊ぶ公園が少ない事には以前から不満だったので、検討してほしい。健康であるための希望は、元の元をたどっていった時の根元の1つです。子供を生み育てたいと積極的に思うことが出来る街づくりが、親の健康に、そのおおもとにはあります。全ては子供に優しい街か？…だと思います。
少子化というけれど、保育園が少ないと思います。子供が産まれてもきびしい現実しかないので、かなりしんどいです。

「アンケートについて」および「その他」については省略いたします。

すこやかみさと
三郷市健康増進・食育推進計画
(平成24年度～平成28年度)

発行年 : 平成24年 3月
発行 : 三郷市 市民生活部 健康推進課
〒341-8501
埼玉県三郷市花和田 648-1
TEL 048-953-1111 (代)
TEL 048-930-7771 (直通)
FAX 048-953-7096
URL <http://www.city.misato.lg.jp/>
