

いきいきかんだ21
第2次苅田町健康づくり計画
中間評価報告書

令和2年3月
苅 田 町

目 次

第1部 中間評価	1
1. 栄養・食生活	1
(1) 目標の指標	1
(2) 現状と課題	2
(3) 今後5年間の取り組み方針	9
2. 運動・身体活動	10
(1) 目標の指標	10
(2) 現状と課題	11
(3) 今後5年間の取り組み方針	14
3. 休養・心の健康	15
(1) 目標の指標	15
(2) 現状と課題	16
(3) 今後5年間の取り組み方針	23
4. たばこ・アルコール	24
(1) 目標の指標	24
(2) 現状と課題	25
(3) 今後5年間の取り組み方針	29
5. 歯の健康	30
(1) 目標の指標	30
(2) 現状と課題	31
(3) 今後5年間の取り組み方針	33
6. 生活習慣病（健康診査・がん検診）	34
(1) 目標の指標	34
(2) 現状と課題	35
(3) 今後5年間の取り組み方針	43
7. 町の取り組み（事業一覧）	44
8. 中間評価の体制	46
(1) 各会議の開催日程と議題	46
(2) 委員名簿	47

第2部 調査の概要	48
1. 調査の目的	48
2. 調査の対象	48
3. 調査の方法	48
4. 調査の期間	48
5. 回収結果	48
6. 報告書の見方	49
第3部 調査結果	50
1. 調査結果	50
(1) あなた（調査対象者）について	50
(2) 健康について	56
(3) 食生活・栄養について	63
(4) 運動習慣について	73
(5) 睡眠について	81
(6) ストレスについて	83
(7) タバコ（電子タバコ等も含む）について	92
(8) お酒について	102
(9) 健康診査やがん検診等について	107
(10) 歯や口の衛生について	119
(11) 健康づくりの取り組みについて	128
2. 自由回答集	132
○ 健診について	132
○ 町の取り組みについて	134
○ 環境整備について	136
○ 情報提供について	139
○ その他の意見	140
3. 調査票	143

第1部 中間評価

一人ひとりが長生きしてよかったと実感できる社会を目指して、町民の自主的な健康づくりを支援するとともに、健やかで心豊かな暮らしが実現できる社会の実現を目指すため、平成27年3月に第2次荏田町健康づくり計画「いきいきかんだ21」（以下、「計画」という）を策定し、計画を推進してまいりました。此度、5年間という節目で計画の進捗状況を把握し、今後の計画の推進を図るために目標として設定されている各6分野において中間評価を行いました。

1. 栄養・食生活

目標

- ・ 適正体重を維持します
- ・ 朝ごはんをしっかり食べます
- ・ 1日3食、栄養のバランスに気をつけます

(1) 目標の指標

栄養・食生活については4つの指標を設定しています。

- 朝食をとっている割合を増やすという目安に対しては、今回の調査結果では朝食をとっている人が減っており、目標達成ができませんでした。
- 「食事のバランスガイド」の認知度を増やすという目安に対しては、今回の調査では認知度が微減している結果となり、目標を達成することができませんでした。
- 肥満の人の割合についての指標は、対象者に記入いただいた身長及び体重からBMIを算出し、性別及び年齢によって分けた4属性ごとにBMIの値が25.0以上である人の割合を算出、その数値を前回調査結果から減らすことを目安としました。その結果、男性及び30歳代については目標を達成したものの、女性及び40歳以上については目標を達成することができませんでした。
- メタボの割合については、腹囲基準が超過している人の割合を前回調査から減らす目安を設定しましたが、目標を達成できたのは女性のみでした。特に「30歳代男性」及び「男性」全体については前回調査から増加傾向にあります。

図表 1 目標の指標

指標	該当者	前回調査	目安	今回調査	中間評価	重点
		平成 26 年		令和元年		
朝食を食べる人の割合	30 歳代	81.8%	増やす	69.6%	×	
	40 歳以上	89.5%		86.9%	×	
	男 性	87.6%		85.8%	×	
	女 性	91.4%		81.9%	×	
食事バランスガイドの内容まで知っている割合	30 歳代	18.2%	増やす	15.2%	×	
	40 歳以上	16.5%		17.4%	○	
	男 性	9.3%		12.4%	○	
	女 性	22.3%		20.6%	×	
肥満の人 (BMI ≥ 25.0) の割合	30 歳代	22.2%	減らす	19.3%	○	
	40 歳以上	24.9%		26.1%	×	
	男 性	39.1%		34.9%	○	
	女 性	13.0%		15.6%	×	
メタボ (腹囲基準の超過) 割合	40 歳以上	23.4%	減らす	36.7%	×	
	30 歳代男性	34.9%		50.0%	×	◎
	30 歳代女性	0.1%		4.3%	×	
	男 性	40.4%		56.2%	×	◎
	女 性	13.2%		11.7%	○	

(2) 現状と課題

①朝食を食べる人

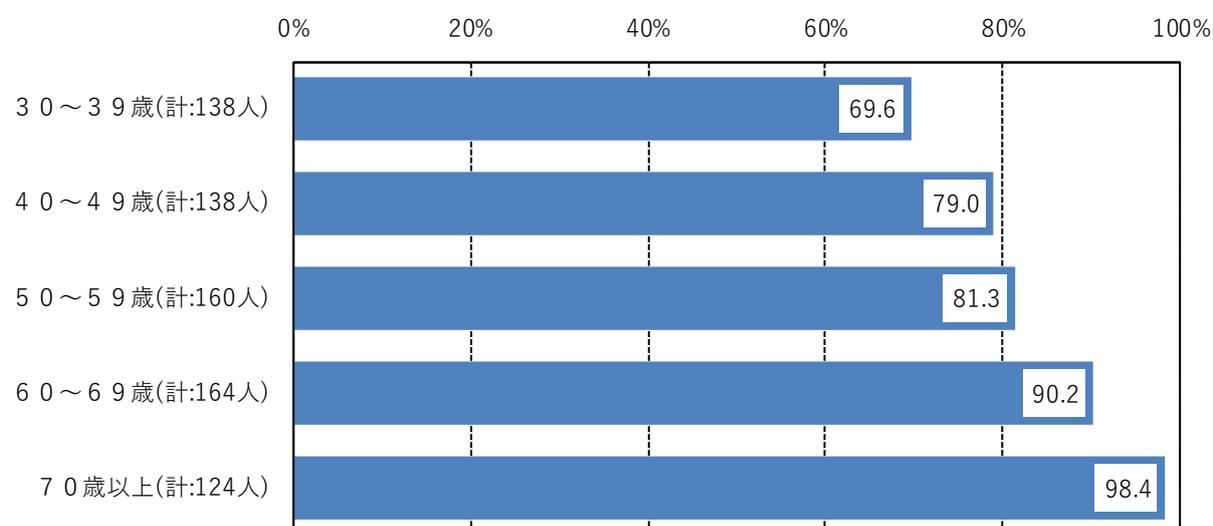
朝食を食べる人の割合は平成 21 年以降、減少傾向にあります。特に 30 歳代は 69.6%であり 7割を下回っていることが分かります。

年齢階層別クロス集計をみると、年齢階層が低くなるに従って朝食を食べる人の割合が低くなることが分かります。このことから、今後も朝食を食べる人の割合は減少傾向が継続するものと考えられます。

図表 2 経年比較（朝食を食べる人）

指標	該当者	経年的結果				数値の増減
		平成 16 年	平成 21 年	平成 26 年	令和元年	
朝食を食べる人の割合	30 歳代		69.2%	81.8%	69.6%	↘
	40 歳以上	89.7%	90.0%	89.5%	86.9%	↘
	男 性	87.6%	87.7%	87.6%	85.8%	↘
	女 性	92.0%	92.0%	91.4%	81.9%	↘

図表 3 年齢階層別クロス集計



②食事のバランスガイドを内容まで知っている

主食、副菜、主菜、牛乳・乳製品、果物等、健康な身体を維持するためには、バランスの良い食生活を送る必要があります。

食事バランスガイドについての認知度は、男性及び40歳以上で増加していますが、女性及び30歳代では低下しています。

図表 4 経年比較（食事バランスガイドの認知度）

指標	該当者	経年的結果				数値の増減
		平成 16 年	平成 21 年	平成 26 年	令和元年	
食事バランスガイドの内容まで知っている割合	30 歳代		12.0%	18.2%	15.2%	↘
	40 歳以上		18.0%	16.5%	17.4%	↗
	男 性		11.7%	9.3%	12.4%	↗
	女 性		23.3%	22.3%	20.6%	↘

③肥満について

身長と体重の数値より算出されるBMI指数により、肥満と判定される人の割合を算出しました。ここで定義する肥満とはBMIが25.0以上を指しますが、日本肥満学会によって平成23年9月に見直された「肥満症の診断基準」に従って、今回の調査よりBMIが35.0以上である「高度肥満」を指標に追加しました。

男性及び30歳代は肥満の割合が減少している一方で、女性と40歳以上は肥満の割合が高くなっています。本調査の結果からは、高度肥満である方はいらっしゃいませんでしたが、今後高度肥満の方が増加する可能性を鑑み、継続的にモニタリングしていきます。

※BMI指数=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)

図表 5 経年比較（肥満の割合）

指標	該当者	経年的結果				数値の増減
		平成16年	平成21年	平成26年	令和元年	
肥満の人 (BMI ≥ 25.0) の割合	30歳代	/	15.7%	22.2%	19.3%	↘
	40歳以上		24.0%	24.5%	24.9%	↗
	男性		24.0%	32.0%	39.1%	↘
	女性		24.1%	17.5%	13.0%	↗

※ 体重、身長などの記入が無いためにBMIの算出ができなかった方は基数から除き上記数値を導きました。

図表 6 経年比較（高度肥満の割合）

指標	該当者	経年的結果				数値の増減
		平成16年	平成21年	平成26年	令和元年	
高度肥満の人 (BMI ≥ 35.0) の割合	30歳代	/			0.0%	—
	40歳以上				0.0%	—
	男性				0.0%	—
	女性				0.0%	—

図表 7 経年比較（やせの割合）

指標	該当者	経年的結果				数値の増減
		平成16年	平成21年	平成26年	令和元年	
やせの人 (BMI < 18.5) の割合	30歳代	/			3.6%	—
	40歳以上				3.9%	—
	男性				1.5%	—
	女性				5.9%	—

④メタボリック健診該当者

本調査では、男性の腹囲 85.0cm 以上、女性の腹囲 90.0cm 以上である人を「メタボリック健診該当者」と定義し、その割合を分析しました。

BMI による肥満の割合は女性と 40 歳以上が増加している結果であったものの、腹囲測定によるメタボリックシンドローム健診該当者は、女性が減少しています。また、男性は肥満の割合が減少しているものの、メタボリックシンドローム健診該当者は逆に増加している結果となりました。

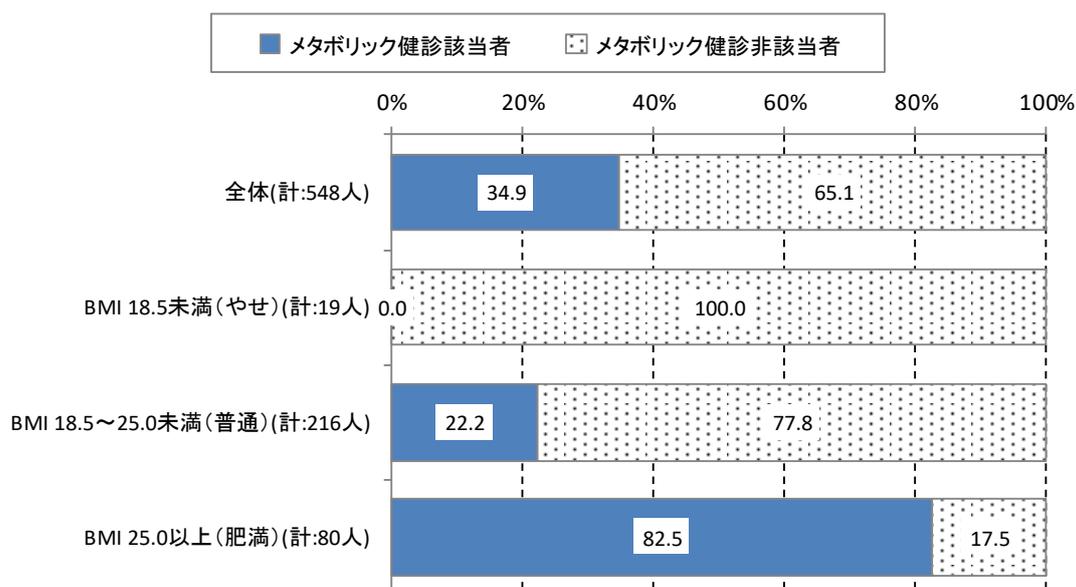
そこで、BMI とメタボリック健診該当者の関係を分析すると、BMI が 18.5 以上 25.0 未満である人の中にも、メタボリック健診該当者が 22.2% 存在しており、両指標が必ずしも連動しない要因となっていることが分かります。

図表 8 経年比較（メタボリック健診該当者）

指標	該当者	経年的結果				数値の増減
		平成 16 年	平成 21 年	平成 26 年	令和元年	
メタボ (腹囲基準 の超過) 割 合	40 歳以上	/	30.6%	23.4%	36.7%	↗
	30 歳代男性		30.9%	34.9%	50.0%	↗
	30 歳代女性		2.9%	0.1%	4.3%	↗
	男 性		51.8%	40.4%	56.2%	↗
	女 性		12.1%	13.2%	11.7%	↘

※ 腹囲の記入が無いためにメタボリック健診該当者の判定ができなかった方は基数から除き上記数値を導きました。

図表 9 BMI とメタボリック健診該当者との関係



⑤食について

食に関する経年的比較をみると、今回の調査では、ほとんどの指標値が悪化しているものの、「食事を今より健康的なものにしたい割合」「肥満の危険性を知っている割合」については改善傾向にあります。

「食生活改善推進会を知っている割合」「食事のバランスガイドを知っている割合」については認知度を高める施策によって一定の効果が得られる指標ですが、調査開始以来、一貫して低下していることから、重点的な取組によって認知度を高めていく必要があります。

また、「男性対象の料理教室への参加希望割合」「1日に350g野菜をとることを心がけている割合」「薄味を心がけている割合」についても調査開始以来一貫して低下しており、効果的な施策が求められます。

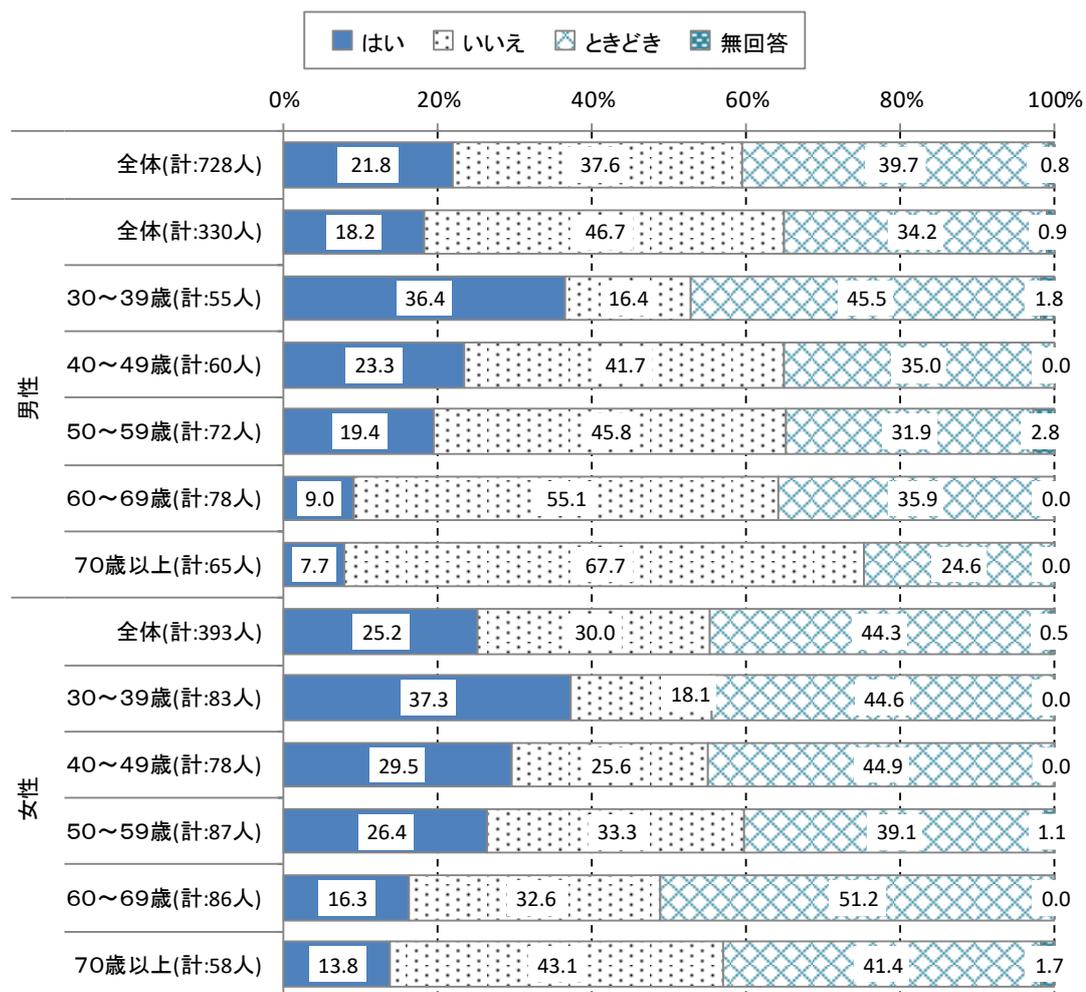
図表 10 経年比較（食について）

指標	経年的結果				数値の増減
	平成 16 年	平成 21 年	平成 26 年	令和元年	
男性対象の料理教室への参加希望割合	38.4%	37.5%	25.6%	22.1%	↘
男性が基礎的な料理をだいたい作れる割合	28.7%	27.5%	29.4%	25.8%	↘
食事を今より健康的なものにしたい割合	50.0%	50.1%	77.5%	79.7%	↗
食生活改善推進会を知っている割合	34.6%	28.4%	24.7%	18.7%	↘
食事のバランスガイドを知っている割合		67.9%	60.5%	59.2%	↘
清涼飲料水を毎日飲んでいる割合	24.4%	29.0%	26.4%	27.9%	↗
肥満の危険性を知っている割合	97.0%	98.2%	96.9%	97.8%	↗
1日に350g野菜をとることを心がけている割合	78.2%	53.9%	35.6%	31.0%	↘
薄味を心がけている割合		58.9%	46.2%	42.7%	↘
食べる速度が人よりも速い（よく噛まず食べる）割合		33.1%	28.5%	27.2%	↘
夜食や間食をとっている割合	27.9%	27.1%	17.3%	21.8%	↗
朝食をとっている割合	89.7%	90.0%	87.3%	83.5%	↘

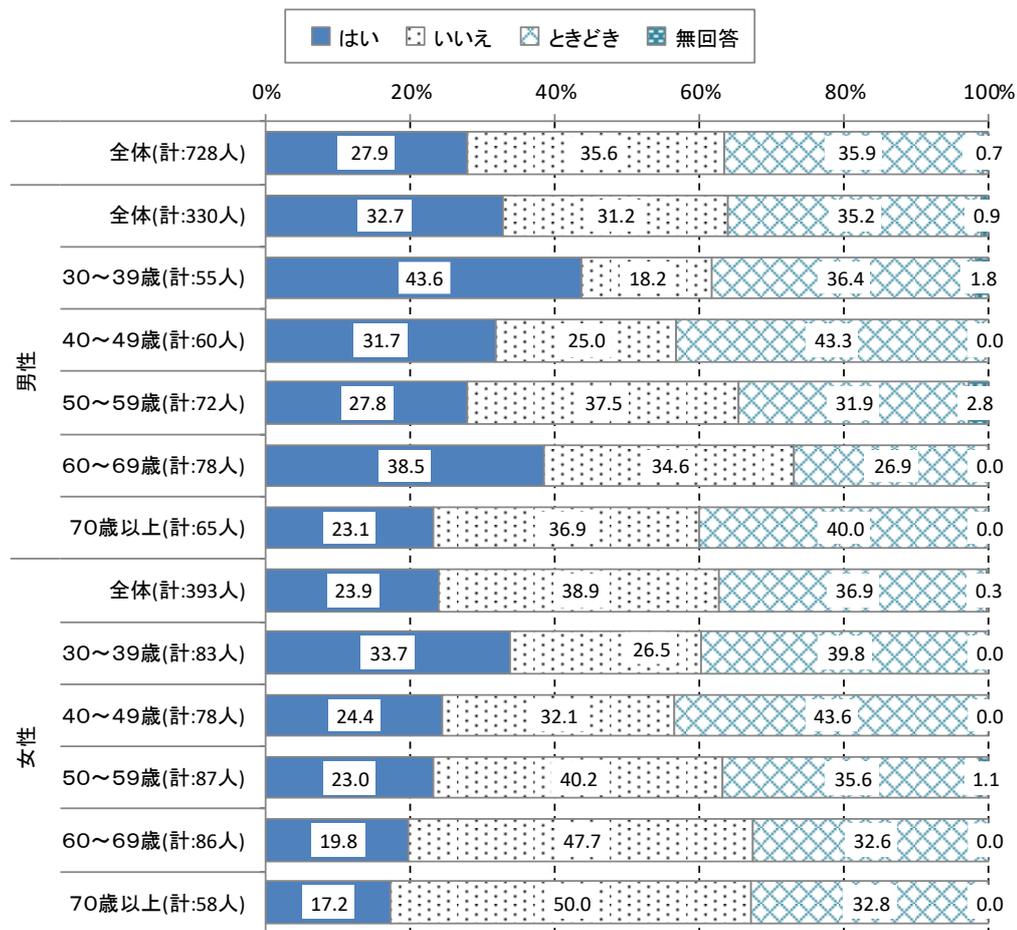
※ 平成 15 年調査では「食事のバランスガイドを知っている」、「薄味を心がけている」、「食べる速度が人よりも早い」という調査項目は未実施。

- 今回の調査結果を見ると、「夜食や間食をよくとる人」、「清涼飲料水（ジュース・砂糖入りコーヒー、スポーツ飲料等）を毎日飲む人」の割合が30歳代男性は比較的高くなっていることが分かります。このような食習慣が「30歳代男性」及び「男性」のメタボの割合が増加している要因のひとつであると考えられます。

図表 1 1 問 16 夜食や間食をよくとりますか。

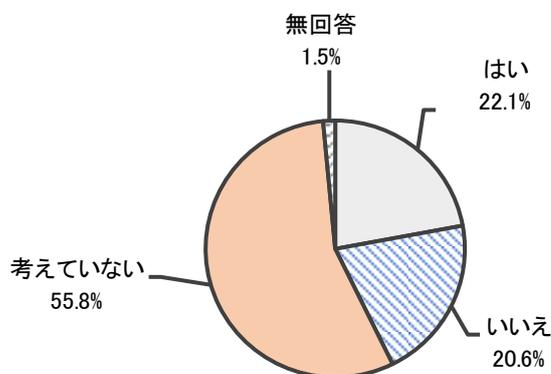


図表 1 2 問 17 清涼飲料水（ジュース・砂糖入りコーヒー、スポーツ飲料等）を毎日飲みますか。



- 今回の調査結果を見ると、「男性を対象とした料理教室の学習の場があれば参加しますか」という質問に対し「いいえ」または「考えていない」と答えた方が 76.4%と高く、男性に対しての意識の啓発が今後必要です。

図表 1 3 問 32 男性を対象とした料理教室の学習の場があれば参加しますか。



計：330人

- 今後、特に「男性」とりわけ「30歳代男性」に対して、一層、食習慣改善に関する意識の啓発や指導を行っていく必要があります

(3) 今後5年間の取り組み方針

- 幼いころからの朝食を食べる習慣や健康な身体を維持するためのバランスの良い食事を身につけることが重要であり、保育園・幼稚園・小中学校・食生活改善推進会等と連携し、推進を図ります。
- 食習慣改善に関する意識の啓発や自分の健康状態に応じた食行動がとれるよう指導を行っていきます。
- 栄養・食生活については、食育計画と一体的に推進を図ります。

2. 運動・身体活動

目標

- ・ 適正体重を維持します
- ・ 自分に合った適度な運動を続けます
- ・ 日常生活の中で積極的に身体を動かします

(1) 目標の指標

運動・身体活動については3つの指標を設定しています。

- ほとんど運動しない人の割合を性別、年齢別の4属性それぞれ前回調査結果から増やすという目安を設定していましたが、本指標は減少させることが望ましいと考え、本調査から「減らす」に変更しています。今回調査結果ではすべてほとんど運動しない人の割合が減っており、目標達成することができました。
- 運動の楽しさを体験したことのある人の割合を性別、年齢別の4属性で前回調査結果から増やすという目安を設定した結果、40歳以上のみ微減しているものの、他の3属性（男性、女性、30歳代）については目標を達成しています。今後も、継続してスポーツイベント等を通じて運動の楽しさを伝えていく必要があります。
- ロコモティブシンドロームの認知度、内容までの理解について、前回調査結果から進んでいる様が見てとれますが、目安である80.0%には及びませんでした。

図表 1 4 目標の指標

指標	該当者	前回調査	目安	今回調査	中間評価	重点
		平成 26 年		令和元年		
ほとんど運動しない人の割合	30 歳代	53.5%	減らす	52.2%	○	
	40 歳以上	42.3%		38.6%	○	
	男 性	38.3%		37.6%	○	
	女 性	45.9%		44.5%	○	
運動の楽しさを体験したことがある人の割合	30 歳代	70.9%	増やす	71.7%	○	
	40 歳以上	70.7%		70.6%	×	
	男 性	59.7%		71.8%	○	
	女 性	54.2%		70.2%	○	
ロコモティブシンドロームの意味を知っている人の割合	内容まで知っている	8.5%	80.0%	10.9%	×	◎
	言葉だけ知っている	21.0%		23.4%	×	◎

(2) 現状と課題

①ほとんど運動しない人

ほとんど運動しない人の割合がすべての属性で低下していることから運動に関する意識の変化が裏付けられます。

図表 1 5 経年比較（ほとんど運動しない人の割合）

指標	該当者	経年的結果				数値の増減
		平成 16 年	平成 21 年	平成 26 年	令和元年	
ほとんど運動しない人の割合	30 歳代		57.2%	53.5%	52.2%	↓
	40 歳以上	39.7%	36.0%	42.3%	38.6%	↓
	男 性	36.4%	32.0%	38.3%	37.6%	↓
	女 性	42.3%	39.9%	45.9%	44.5%	↓

②運動の楽しさを体験したことのある人

40歳以上を除く属性では運動の楽しさを体験したことのある人の割合が増加しており、運動を始めるきっかけを作り、運動の楽しさを体験することで、運動が習慣となるような取組も有効な施策のひとつとして考えられます。

図表 16 経年比較（運動の楽しさを体験したことのある人の割合）

指標	該当者	経年的結果				数値の増減
		平成16年	平成21年	平成26年	令和元年	
運動の楽しさを体験したことのある人の割合	30歳代	/	73.6%	70.9%	71.7%	↗
	40歳以上		65.5%	68.4%	70.7%	↘
	男性	69.1%	69.9%	59.7%	71.8%	↗
	女性	62.3%	67.2%	54.2%	70.2%	↗

③ロコモティブシンドロームについて

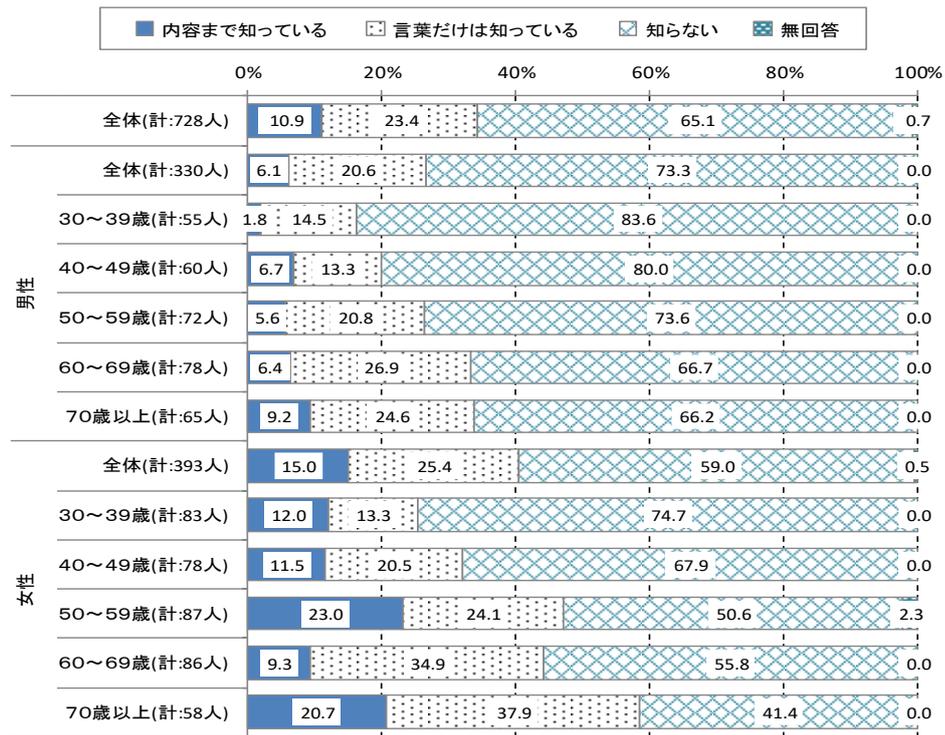
今回の調査結果を見ると、年齢が上がるにつれてロコモティブシンドロームの認知度がおおむね高くなっていく傾向にあり、特に70歳以上の女性では5割を超えています。逆に若い世代では認知度が低く、30歳代男性の認知度は2割に満たない数値となっています。

今後、高齢者への更なる啓発活動はもちろんのこと、若い世代への啓発活動が必要となってきます。

図表 17 経年比較（ロコモティブシンドロームの意味を知っている人の割合）

指標	該当者	経年的結果				数値の増減
		平成16年	平成21年	平成26年	令和元年	
ロコモティブシンドロームの意味を知っている人の割合	内容まで知っている	/	/	8.5%	10.9%	↗
	言葉だけ知っている			21.0%	23.4%	↗

図表 18 問 12 「ロコモティブシンドローム」という言葉を知っていますか。



④運動について

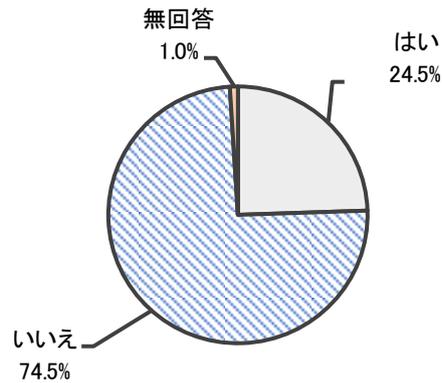
運動についての経年比較をみると、「パンジープラザの健康教室への参加経験者割合」「運動が生活習慣病予防に効果があることを知っている割合」「今後積極的に運動したい割合」「週に2日以上運動している割合」が増加しています。

図表 19 経年比較 (運動について)

指標	経年的結果				数値の増減
	平成 16 年	平成 21 年	平成 26 年	令和元年	
パンジープラザの健康教室への参加経験者割合	6.3%	9.4%	9.4%	10.0%	↗
地域に運動サークルがあることを知っている割合	44.7%	46.0%	47.6%	34.9%	↘
運動を一緒にする家族や仲間がいる割合	49.0%	49.8%	55.1%	46.3%	↘
運動の楽しさの体験がある割合	65.5%	68.4%	70.9%	70.7%	↘
町が実施の健康教室を知っている割合	59.4%	54.0%	52.8%	41.6%	↘
運動が生活習慣病予防に効果があることを知っている割合	65.2%	62.2%	58.2%	60.3%	↗
今後積極的に運動したい割合	11.4%	11.0%	13.8%	14.5%	↗
週に2日以上運動している割合	44.9%	48.1%	38.4%	40.4%	↗

- 今回の調査結果を見ると、「運動のために地域の公園や公民館を利用していますか」という設問に対し「はい」と答えた方が24.5%と低く、地域の施設を利用しやすくなるよう整備する必要があります。

図表 20 問 41 運動のために地域の公園や公民館を利用していますか。



計：728人

(3) 今後5年間の取り組み方針

- スポーツイベント等を通じて、運動の楽しさを伝えます。
- 町や地域で行われる運動イベント等について、幅広く周知していくとともに、参加しやすいものとなるように検討していきます。
- ロコモティブシンドロームについての啓発を高齢者に限らず、若い世代にも行います。

3. 休養・心の健康

目標

- ・ 十分な休養睡眠をとります
- ・ ストレスとうまくつきあい、健康的な解消法を見つけます
- ・ 地域の活動に参加し、多様な人とのコミュニケーションをとります

(1) 目標の指標

休養・心の健康については3つの指標を設定しています。

- 計画では、ぐっすり眠った感じがしない人の割合を前回調査結果から増やすという目安を設定していましたが、本指標は減少させることが望ましいと考え、本調査から「減らす」に変更しています。今回調査ではすべての属性で数値が増えており、改めた目安を基準とした場合、すべて目標を達成できていません。
- ところに負担になる様な悩みや不安がある割合を前回調査結果から減らすという目安を設定していましたが、目標を達成できたのは60歳代のみであり、他の属性（年齢）では目標を達成することができませんでした。特に、30歳代、40歳代、50歳代の半数の人が「ところに負担になるような悩みや不安がある」と回答しています。
- 死にたいと思ったことがある割合を減らすという目安を設定していました。「何度もある」と回答した人の割合は減少していましたが、総合的にみると増加しており、目標を達成することができませんでした。

図表 2 1 目標の指標

指標	該当者	前回調査	目安	今回調査	中間評価	重点
		平成 26 年		令和元年		
ぐっすり眠った感じがしない人の割合	30 歳代	41.4%	減らす	47.8%	×	
	40 歳以上	35.8%		43.5%	×	
	40 歳代	38.8%		44.2%	×	
	50 歳代	35.2%		50.0%	×	◎
	60 歳代	36.0%		41.5%	×	
	70 歳以上	32.4%		37.1%	×	
こころに負担になる様な悩みや不安がある割合	30 歳代	41.4%	減らす	50.0%	×	◎
	40 歳以上	43.8%		47.6%	×	
	40 歳代	45.9%		55.8%	×	◎
	50 歳代	44.8%		53.8%	×	◎
	60 歳代	46.8%		40.9%	○	
	70 歳以上	33.8%		39.5%	×	
死にたいと思ったことがある割合	何度もある	2.5%	減らす	1.4%	○	
	ときどきある	5.6%		8.7%	×	

(2) 現状と課題

①睡眠

「なかなか寝付けない」「朝早く目が覚める」と回答した人の割合が減少した一方、「夜中によく目が覚める」「ぐっすり眠った感じがしない」と回答した人の割合が増加しています。

特に、「ぐっすり眠った感じがしない」と回答した人の割合はすべての年齢階層で増加しており、ストレス（心に負担になる様な悩みや不安）がある人の割合も 60 歳代を除くすべての年齢階層で増加しています。

図表 2 2 経年比較（睡眠について）

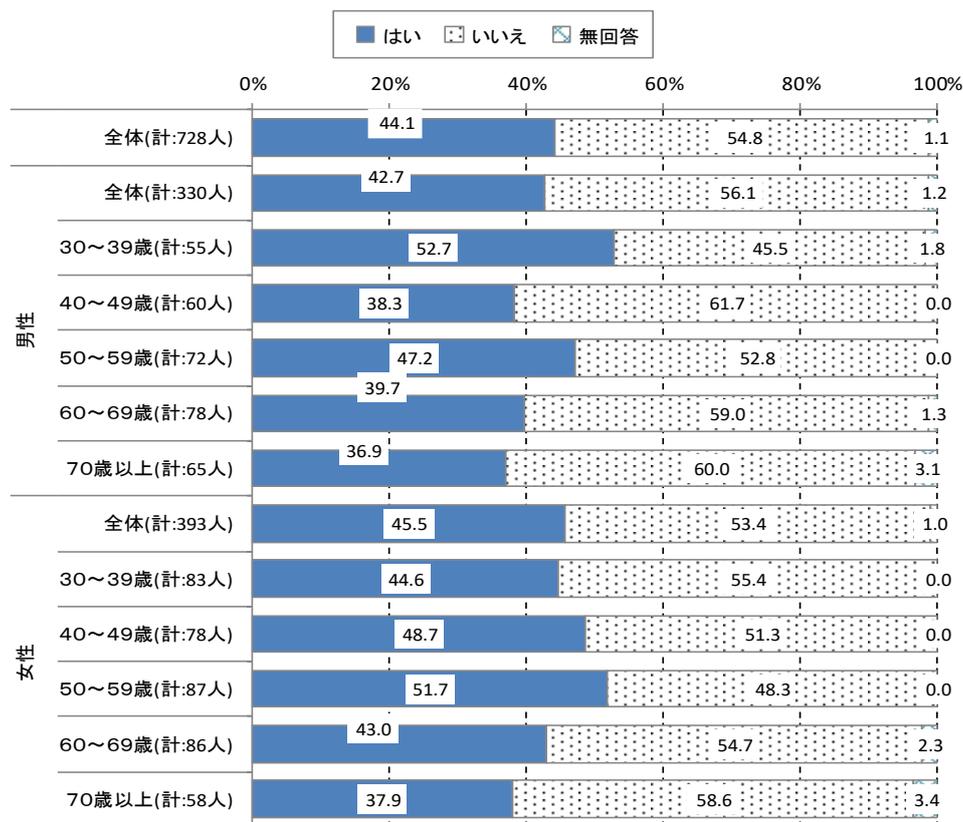
指標	経年的結果				数値の増減
	平成 16 年	平成 21 年	平成 26 年	令和元年	
なかなか寝付けない割合	20.6%	21.9%	24.9%	22.0%	↘
夜中によく目が覚める割合	37.4%	38.9%	43.5%	44.6%	↗
朝早く目が覚める割合	46.2%	57.5%	67.8%	56.5%	↘
ぐっすり眠った感じがしない割合	31.1%	33.9%	36.8%	44.1%	↗

図表 2 3 経年比較（ぐっすり眠った感じがしない人の割合）

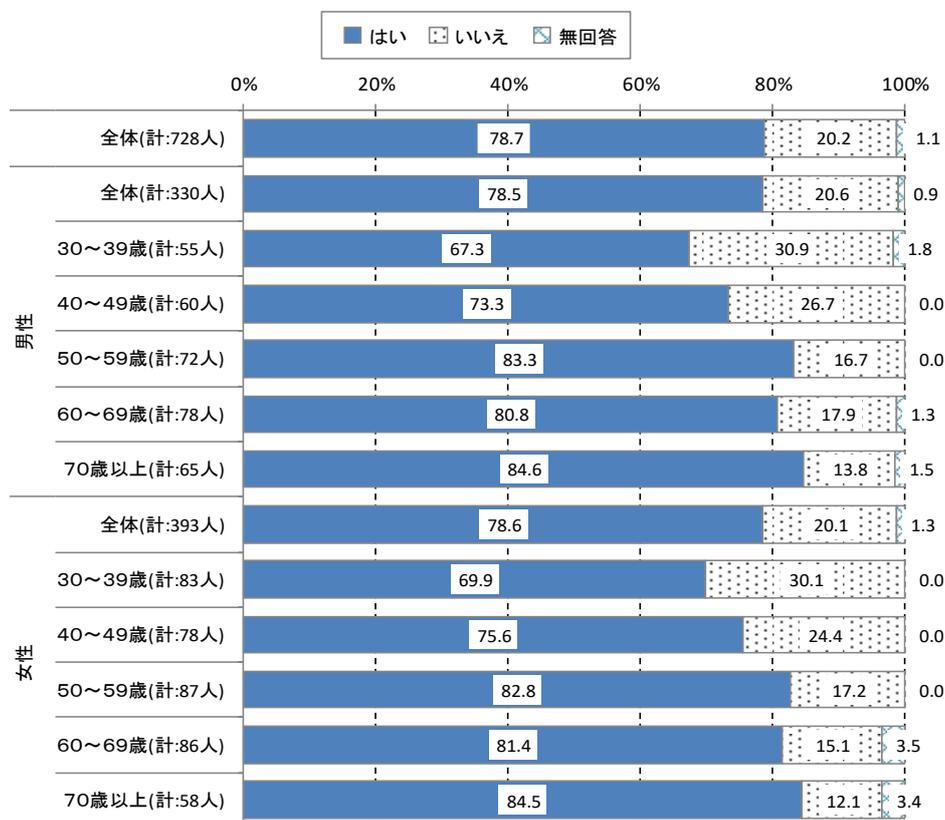
指標	該当者	経年的結果				数値の増減
		平成 16 年	平成 21 年	平成 26 年	令和元年	
ぐっすり眠った感じがしない人の割合	30 歳代		45.9%	41.4%	47.8%	↗
	40 歳以上	31.1%	33.9%	35.8%	43.5%	↗
	40 歳代	40.9%	44.0%	38.8%	44.2%	↗
	50 歳代	34.9%	37.0%	35.2%	50.0%	↗
	60 歳代	24.7%	31.6%	36.0%	41.5%	↗
	70 歳以上	26.0%	15.9%	32.4%	37.1%	↗

- 今回の調査結果を見ると、男女ともに 30 歳代～50 歳代の年代が「ぐっすり眠った感じがしない」と回答している割合がおおむね高くなっており、日々の仕事等でゆっくりと休める時間が少ないことが要因の一つと考えられます。特に 50 歳代の人半数が、「ぐっすり眠った感じがしない」と回答しています。
- また、「毎日の生活リズムが整うように心がけていますか」という質問で「はい」と回答した人の割合を見てみると、すべての年代において半数は超えているものの、30 歳代～40 歳代の数値が比較的少なくなっているのが分かります。働き方改革に合わせて、働く世代がしっかりと休める環境や、生活リズムを整えるよう若い世代への意識の啓発が必要となっています。

図表 2 4 問 51 ぐっすり眠った感じがしないことが多いですか。



図表 2 5 問 52 毎日の生活リズムが整うように心がけていますか。



②心の健康とストレス

ストレスの原因になる「こころに負担になる様な悩みや不安がある」人は、47.9%となっており、前回調査から増加しています。特に、30歳代、40歳代、50歳代の半数の人が「こころに負担になるような悩みや不安がある」と回答しています。悩みや不安の内容として増加しているのは、「家族との人間関係」「話し相手がいない」「生きがいが無い」「老後の収入」「仕事に関する事」「収入・家計・借金」「住まいや生活環境」となっています。

また、「死にたいと思ったことがある割合」は前回調査から増加し、10.1%となっています。

図表 26 経年比較（心に負担になる様な悩みや不安がある人の割合）

指標	該当者	経年的結果				数値の増減
		平成16年	平成21年	平成26年	令和元年	
心に負担になる様な悩みや不安がある人の割合	30歳代		56.6%	41.4%	50.0%	↗
	40歳以上	38.1%	48.0%	43.8%	47.6%	↗
	40歳代	54.2%	58.2%	45.9%	55.8%	↗
	50歳代	39.8%	52.9%	44.8%	53.8%	↗
	60歳代	31.1%	44.7%	46.8%	40.9%	↘
	70歳以上	30.5%	28.0%	33.8%	39.5%	↗

図表 27 経年比較（心の健康とストレス）

指標	経年的結果				数値の増減
	平成16年	平成21年	平成26年	令和元年	
こころに負担になる様な悩みや不安がある割合	38.1%	48.0%	43.9%	47.9%	↗

図表 28 経年比較（悩みや不安の内容）

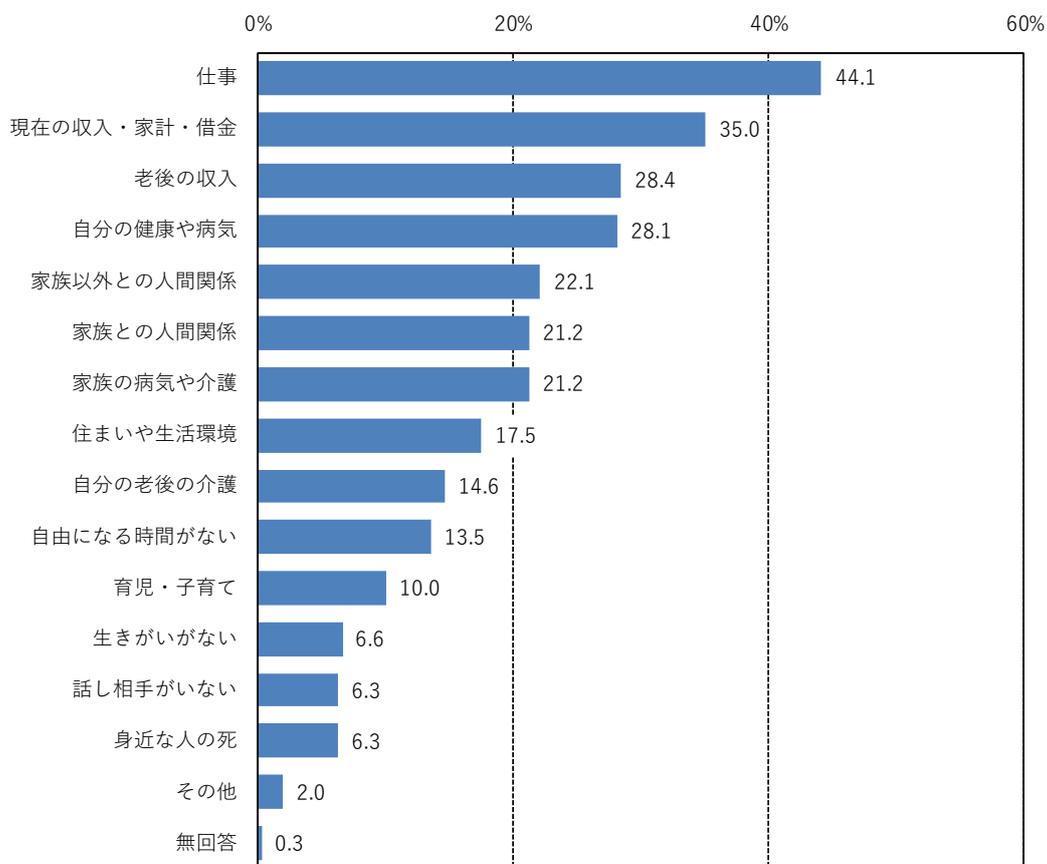
指標	経年的結果				数値の増減
	平成 16 年	平成 21 年	平成 26 年	令和元年	
家族との人間関係	20.4%	18.0%	16.2%	21.2%	↗
家族外の人との人間関係	22.0%	17.0%	24.6%	21.2%	↘
話し相手がない	3.8%	4.4%	3.9%	6.3%	↗
生きがいがない	4.8%	6.3%	3.1%	6.6%	↗
自由になる時間がない	12.1%	11.0%	14.9%	13.5%	↘
老後の収入	30.4%	30.0%	25.9%	28.4%	↗
自分の老後の介護	18.5%	22.1%	15.4%	14.6%	↘
自分の健康や病気	39.5%	32.5%	29.8%	28.1%	↘
家族の病気や介護	15.9%	15.5%	22.4%	21.2%	↘
育児・子育て	14.2%	11.4%	13.6%	10.0%	↘
仕事に関する事	39.5%	38.2%	33.8%	44.1%	↗
収入・家計・借金	27.7%	30.3%	25.9%	35.0%	↗
身近な人の死	7.3%	8.8%	6.6%	6.3%	↘
住まいや生活環境	14.8%	16.4%	12.3%	17.5%	↗
その他	6.2%	6.0%	3.5%	2.0%	↘

図表 29 経年比較（死にたいと思ったことがある割合）

指標	経年的結果				数値の増減
	平成 16 年	平成 21 年	平成 26 年	令和元年	
死にたいと思ったことがある割合			8.1%	10.1%	↗

- 今回の調査結果からどのような悩みや不安があるのかを見てみると、「仕事」についての悩みが一番多いことから、相談体制の充実や、働く世代への心のケア等の取組の重要性が分かります。

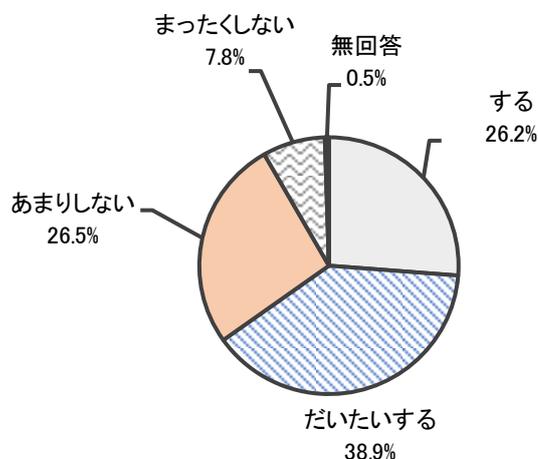
図表 30 問 55-1 問 55 に「はい」と回答した方はどのような悩みや不安がありますか。



計：349人

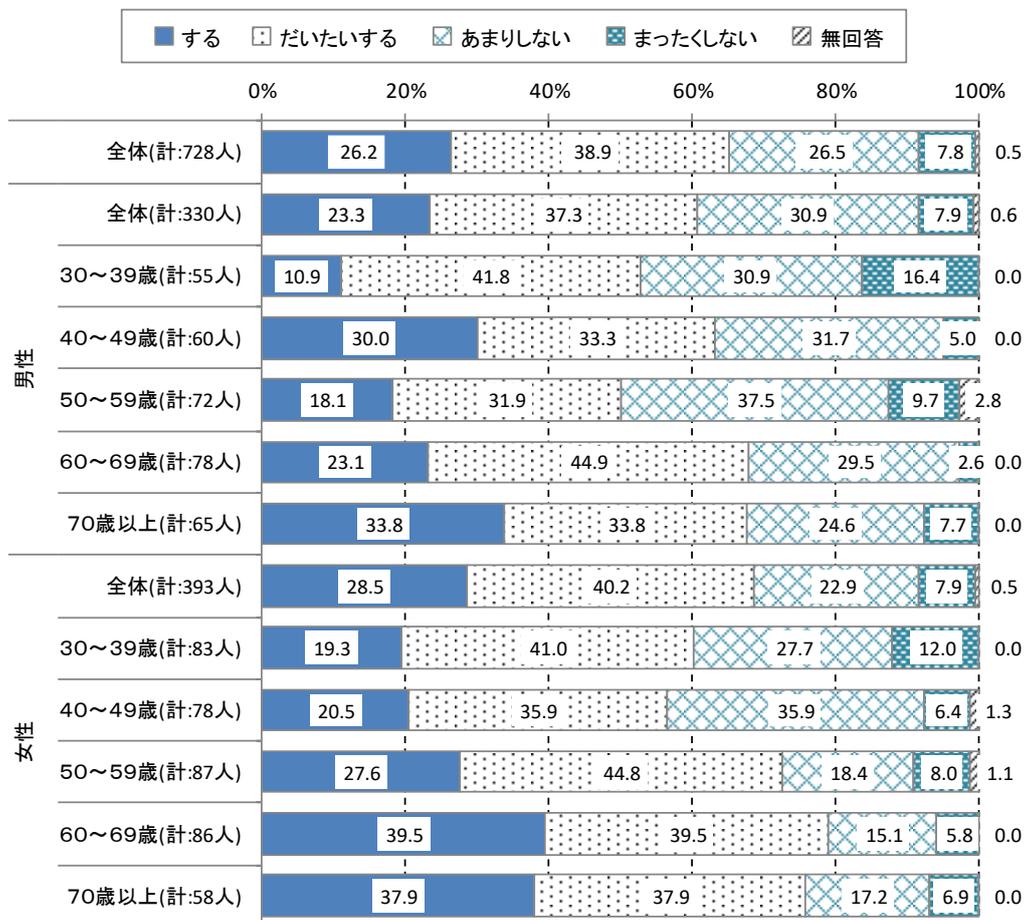
- 問題を抱えたときに、気軽に相談できる相手がおらず、一人で抱え込んでしまうと地域で孤立してしまいます。日ごろから地域の人々とコミュニケーションを取りながら、困ったときに相談し合える体制を作っていく必要があります。
- 今回の調査結果を見ても、「地域の活動に参加したり、地域の方にあいさつをしたりしますか」という設問に対し、「あまりしない」または「まったくしない」と答えた方が 34.3%となっており、約3割の方が地域の人と十分にコミュニケーションが取れていないことがうかがえます。イベント等を通じて地域の人とふれあう機会を作っていく必要があります。

図表 3 1 問 59 地域の活動に参加したり、地域の方にあいさつをしたりしますか。

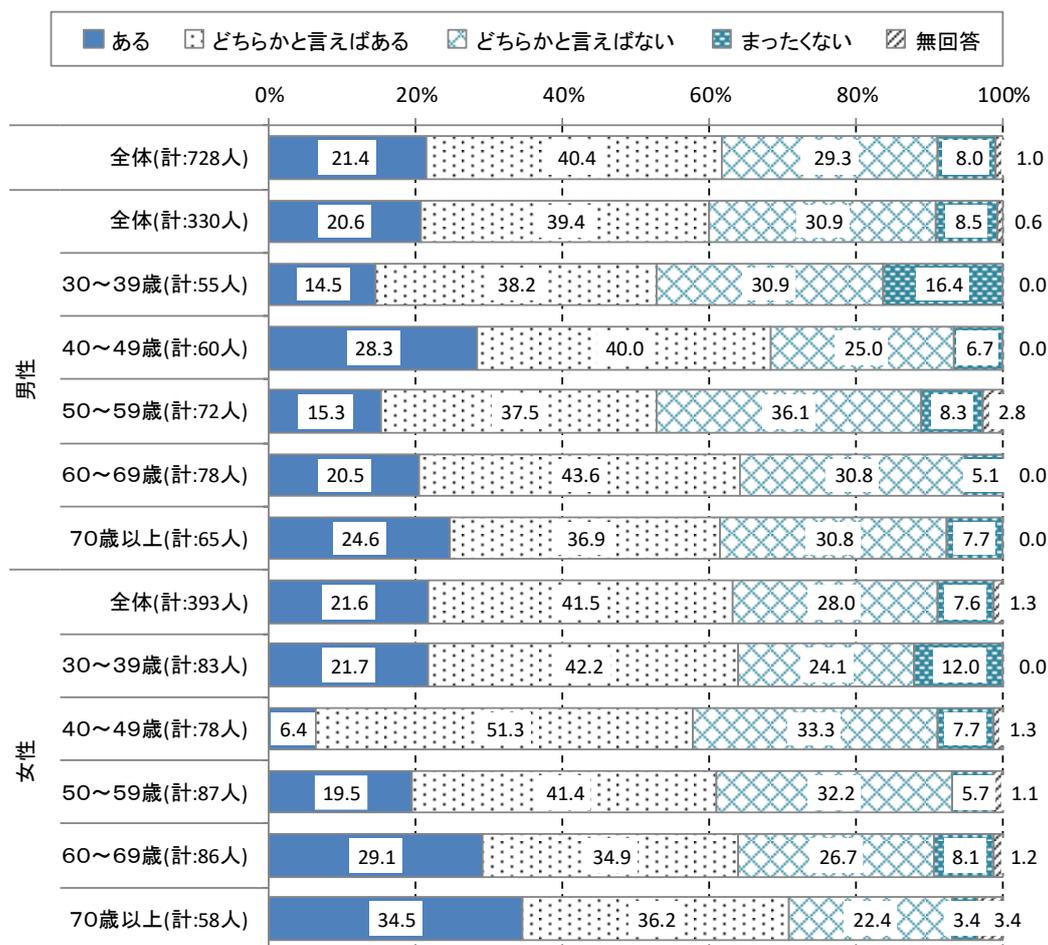


計：728人

図表 3 2 問 59 地域の活動に参加したり、地域の方にあいさつをしたりしますか。(男女年齢別)



図表 3 3 問 60 地域の人とおつきあいをしたい気持ちはありますか。



(3) 今後5年間の取り組み方針

- 働き方改革に合わせて、働く世代がしっかりと休める環境や生活リズムを整えられるよう意識の啓発をしていきます。
- 町や地域のイベントを通し、地域の人々が積極的に交流できるよう努めます。
- 相談窓口の周知を図るとともに、関連機関と連携し、相談・支援を行います。

4. たばこ・アルコール

目標

- ・ たばこやアルコールの健康に与える影響について正しく理解します
- ・ 禁煙・分煙に取り組みます
- ・ 適度な飲酒を心がけます
- ・ 未成年者の喫煙・飲酒は絶対にさせません

(1) 目標の指標

たばこ・アルコールについては3つの指標を設定しています。

- 喫煙率については、性別、年齢別の4属性ごとに指標を設定し、それぞれの属性で減らすことを目安にしていたましたが、目標を達成できたのは男性と30歳代であり、女性と40歳以上は喫煙率が増加し、目標を達成することができませんでした。特に「女性」は前回調査(8.2%)から大幅に増加しており、重点的な対策が求められます。
- 毎日飲酒する人の割合についても同様に減らすという目安を設定していましたが、女性のみ目標を達成することができませんでした。
- COPDの病気の認知度を80.0%にする目安を掲げていましたが、認知及び理解が前回調査から進んでいる様がみてとれるものの、目標値の80.0%までは至っておらずかいらが大きいことが分かります。

図表 3 4 目標の指標

指標	該当者	前回調査	目安	今回調査	中間評価	重点
		平成 26 年		令和元年		
現在たばこを吸っている人の割合	30 歳代	21.2%	減らす	21.0%	○	
	40 歳以上	19.1%		22.4%	×	
	男 性	31.6%		30.6%	○	
	女 性	8.2%		14.8%	×	◎
お酒を毎日飲む人の割合	30 歳代	12.1%	減らす	10.9%	○	
	40 歳以上	25.2%		22.7%	○	
	男 性	42.5%		30.6%	○	
	女 性	10.0%		12.0%	×	
COPDの病気を知っている人の割合	病気を知っている	13.9%	80.0%	19.2%	×	◎
	聞いたことがある	25.0%		25.5%	×	

(2) 現状と課題

①たばこについて

喫煙率は調査開始以来一貫して減少傾向にありましたが、今回の調査では 22.1%と増加しました。喫煙率が増加したのは 40 歳以上と女性であり、特に女性は前回調査結果 (8.2%) から 6.6 ポイント増加し、14.8%となっています。

「たばこが身体に及ぼす影響を知っている割合」についても増加しており、「禁煙に関心がない割合」は減少しています。たばこの健康に及ぼす影響について今後も啓発を進めるとともに、喫煙者に対するアプローチをしていくことで喫煙率を減少させていくことが大切です。

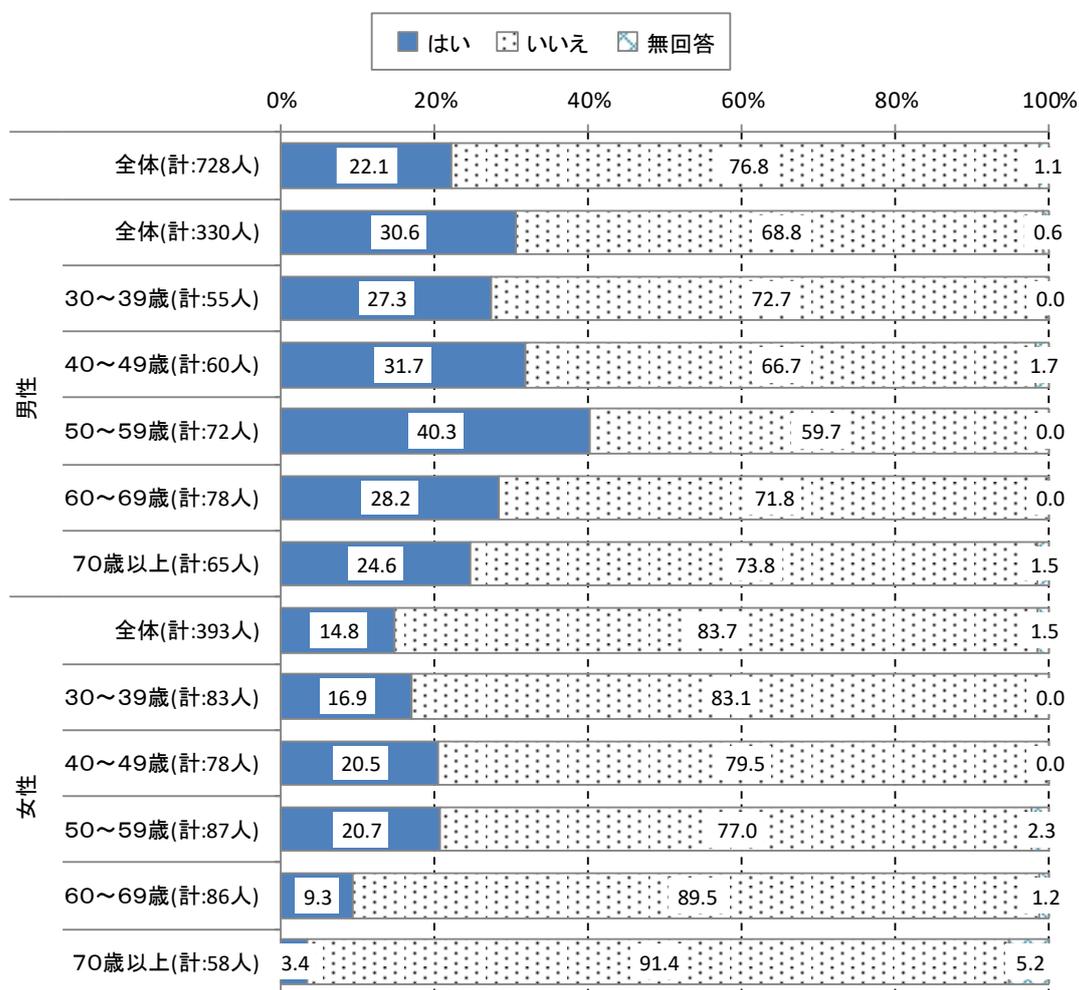
図表 3 5 経年比較 (たばこ)

指標	経年的結果				数値の増減
	平成 16 年	平成 21 年	平成 26 年	令和元年	
喫煙率	23.2%	20.9%	19.8%	22.1%	↗
たばこが身体に及ぼす影響を知っている割合	93.8%	93.2%	96.3%	96.4%	↗
たばこの煙の周囲への影響を知っている割合	96.5%	95.9%	99.0%	99.0%	—
禁煙に関心がない割合	15.8%	25.8%	28.2%	27.3%	↘

図表 3 6 経年比較（現在たばこを吸っている人の割合）

指標	該当者	経年的結果				数値の増減
		平成 16 年	平成 21 年	平成 26 年	令和元年	
現在たばこを吸っている人の割合	30 歳代		29.6%	21.2%	21.0%	↘
	40 歳以上	23.2%	20.9%	19.1%	22.4%	↗
	男 性	41.1%	35.6%	31.6%	30.6%	↘
	女 性	7.9%	7.8%	8.2%	14.8%	↗

図表 3 7 問 65 現在タバコを吸っていますか。



②お酒について

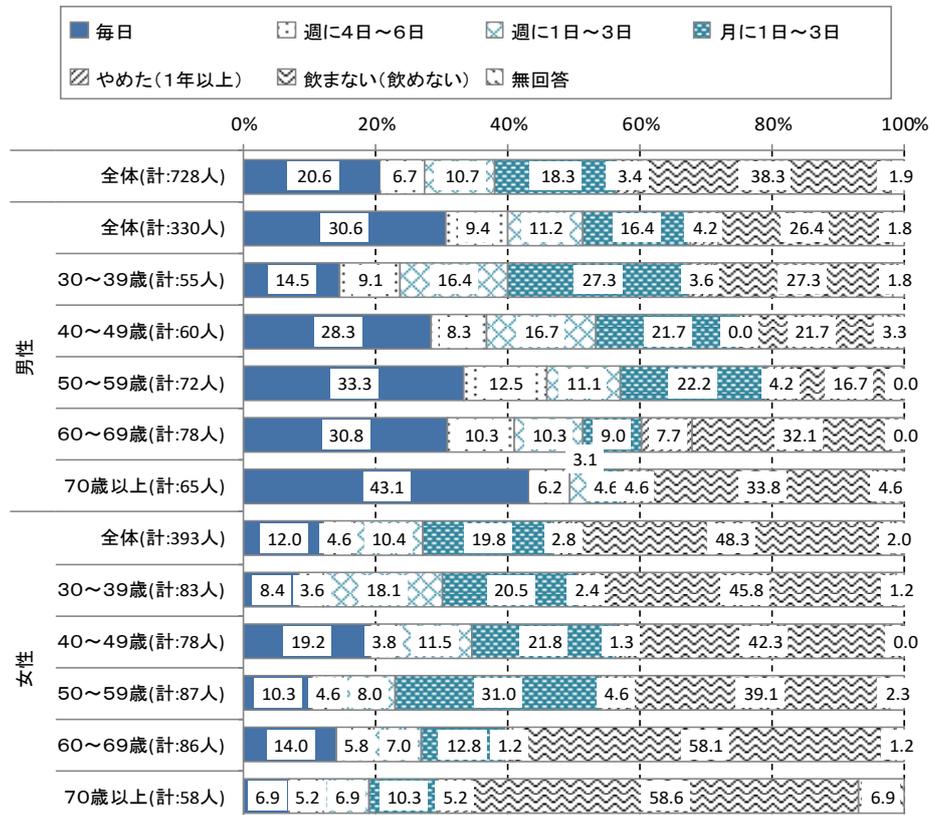
お酒を毎日飲む人の割合は女性を除くすべての属性で低下しています。女性については平成21年度調査から一貫して増加傾向にあることから、特に女性に対象を絞った取組を検討する必要があります。

今回の調査結果を見ると、「適切な飲酒量を知っていますか」という設問に対し、「いいえ」と答えた方が41.2%となっており、お酒を飲む方で約4割の方が適切な飲酒量を知らないということが分かります。お酒を飲む方に対して適切な飲酒量についての情報をより多く公開し、啓発を継続していく必要があります。

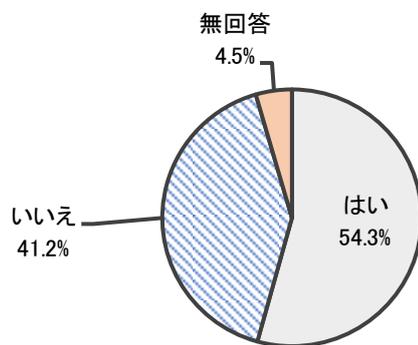
図表 38 経年比較（お酒を毎日飲む人の割合）

指標	該当者	経年的結果				数値の増減
		平成16年	平成21年	平成26年	令和元年	
お酒を毎日飲む人の割合	30歳代		17.6%	12.1%	10.9%	↘
	40歳以上	24.9%	26.0%	25.2%	22.7%	↘
	男性	45.6%	48.5%	42.5%	30.6%	↘
	女性	7.3%	6.3%	10.0%	12.0%	↗

図表 39 問 67 お酒を飲みますか。



図表 40 問 68 適切な飲酒量を知っていますか



計：161人

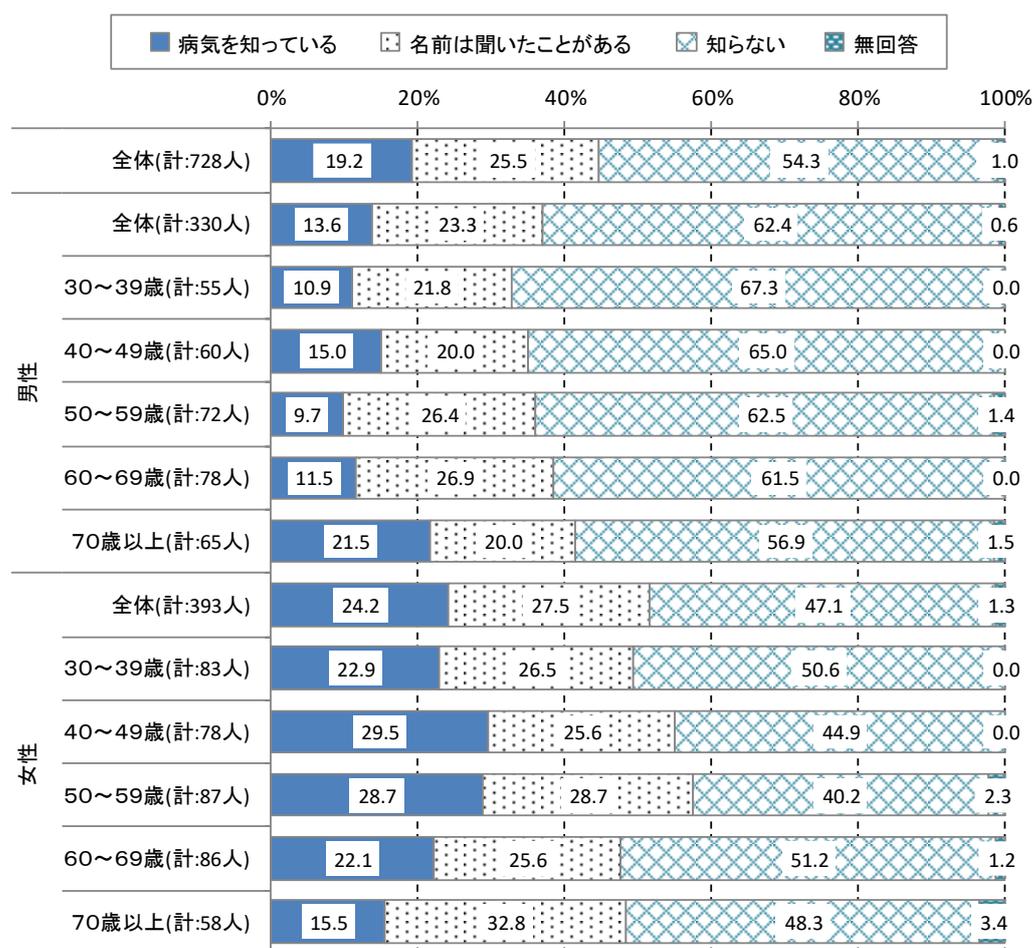
③COPDについて

COPDの病気の認知及び理解は進んでいる様が見てとれるものの、認知度がより低い男性は喫煙率も高い傾向にあることから、特に男性を中心に啓発等の働きかけを継続していくことが効果的であると考えられます。

図表 41 経年比較（COPDの病気を知っている人の割合）

指標	該当者	経年的結果				数値の増減
		平成16年	平成21年	平成26年	令和元年	
COPDの病気を知っている人の割合	病気を知っている			13.9%	19.2%	↗
	聞いたことがある			25.0%	25.5%	↗

図表 4 2 問 63 「COPD」または「慢性閉塞性肺疾患」という病気を知っていますか。



(3) 今後5年間の取り組み方針

- たばこが体に及ぼす影響について啓発していきます。
 - 適切な飲酒量について啓発していきます。
 - たばこ・アルコール共に女性について重点的に啓発を行います。
 - 子どもたちへの啓発は、小・中学校において継続して行っていきます。
 - 女性に対しては、乳幼児健診や両親学級等を通じて啓発していきます。
 - COPDについて継続して認知度を高めるための啓発を行っていきま
- す。

5. 歯の健康

目標

- ・ 80歳までに20本の歯を残します
- ・ 虫歯や歯周病にならないように気をつけます

(1) 目標の指標

歯の健康については2つの指標を設定しています。

- 現在の歯が24本以上ある割合を前回調査から増やすという目安に対して、30歳代及び50歳代は目標達成できたものの、それ以外の年代では目標達成することができませんでした。
- 定期的に歯科健診を受けている割合を前回調査から増やすという目安を設定したところ、30歳代は前回と変わらず、40歳以上は目標を達成することができませんでした。定期的に歯科健診を受けることが虫歯の予防、早期発見による治療等につながり、より健康な歯を維持できることにつながるため今後も継続して啓発等を行っていく必要があります。

図表 4-3 目標の指標

指標	該当者	前回調査	目安	今回調査	中間評価	重点
		平成26年		令和元年		
現在の歯が24本以上ある割合	30歳代	81.0%	増やす	89.9%	○	
	40歳以上	73.8%		72.0%	×	
	40歳代	91.8%		87.7%	×	
	50歳代	74.3%		80.0%	○	
	60歳代	66.9%		65.9%	×	
	70歳以上	62.0%		52.4%	×	
定期的に歯科健診を受けている割合	30歳代	33.3%	増やす	33.3%	-	◎
	40歳以上	39.5%		39.1%	×	◎

(2) 現状と課題

①現在の歯の本数が24本以上の人

歯科健診受診者割合では、経年的にみると減少傾向にあったのが、今回の調査で若干の増加に転じています。「現在の歯の本数が24本以上の人」の割合は40歳以上で減少しており、特に40歳代、60歳代、70歳代でそれぞれ低下しています。

図表 4 4 経年比較（現在の歯が24本以上ある割合）

指標	該当者	経年的結果				数値の増減
		平成16年	平成21年	平成26年	令和元年	
現在の歯が 24本以上 ある割合	30歳代		53.5%	81.0%	89.9%	↗
	40歳以上	48.1%	46.4%	73.8%	72.0%	↘
	40歳代	67.0%	58.2%	91.8%	87.7%	↘
	50歳代	53.6%	49.0%	74.3%	80.0%	↗
	60歳代	43.3%	41.8%	66.9%	65.9%	↘
	70歳以上	25.4%	34.1%	62.0%	52.4%	↘

②定期的な歯科健診をうけている人

定期的な歯科健診の受診率は40歳以上が39.1%となっており、前回調査から減少しています。

定期的に歯科健診を受けることが虫歯の予防、早期発見による治療等につながり、より健康な歯を維持できることにつながるため今後も継続して啓発等を行っていく必要があります。

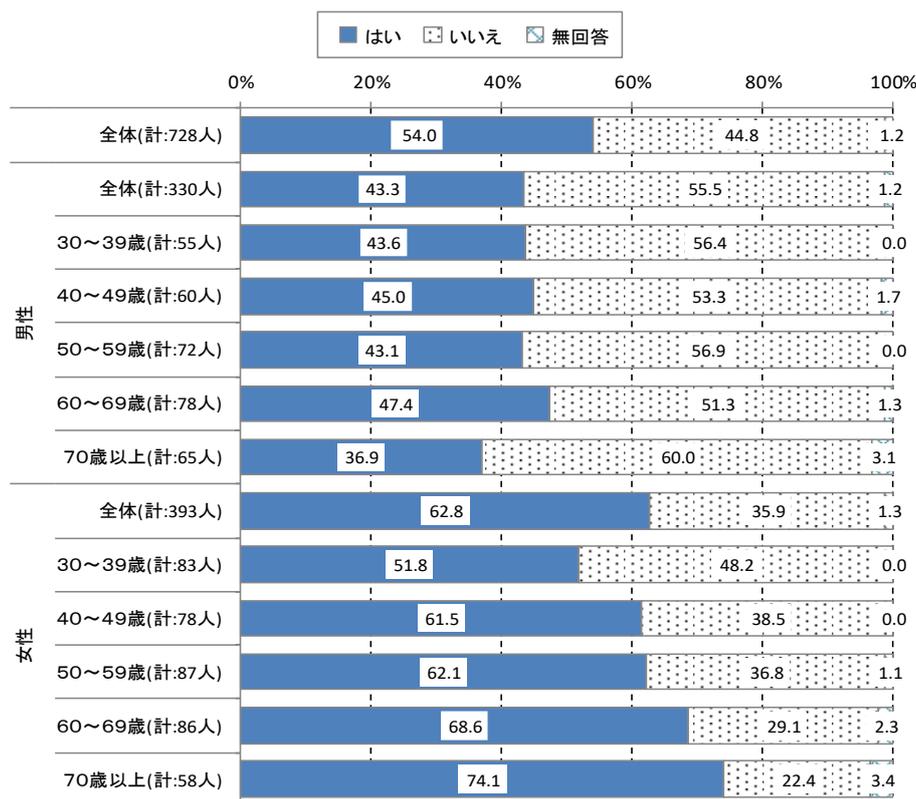
図表 4 5 経年比較（定期的に歯科健診を受けている割合）

指標	該当者	経年的結果				数値の増減
		平成16年	平成21年	平成26年	令和元年	
定期的に歯科 健診を受けて いる割合	30歳代		31.4%	33.3%	33.3%	—
	40歳以上	19.7%	37.1%	39.5%	39.1%	↘

※過去1年間に歯科診療所や歯科医院で定期的な健康管理（歯石除去や歯の清掃など）を受けた経験のある割合。問87-1で「定期的な歯石除去や歯の清掃などの健康管理」を受けたと回答した人数を該当する年齢階層の基数で除した割合。

- 「あなたは歯や歯の隙間の手入れのために、歯間部清掃用具を使いますか」という設問に対し、「はい」と答えた方は5割となっています。健康な歯を維持するためにも、歯間部清掃用具等を使った正しい歯の手入れ方法等を今後も周知啓発していく必要があります。

図表 4 6 問 88 あなたは歯や歯の隙間の手入れのために、歯間部清掃用具を使いますか。



③ 歯科健診について

1年以内の町、職場、歯科診療所などでの歯科健診受診者割合では、経年的にみると減少傾向にあったのが、今回の調査で若干の増加に転じています。しかし、今回の調査結果を見ると、「あなたは、この1年間に町、職場、歯科診療所などで歯科健診を受けたことがありますか。※虫歯治療など、治療目的とした場合は除きます」という設問に対し、「いいえ」と答えた方が57.9%となっており、約6割の方が1年間で歯科健診を受けていないということが分かります。町が実施する歯科健診の受診率もここ数年横ばい状況にあります。歯の健康を維持するため、また虫歯の早期発見・早期治療のためにも歯科健診の重要性を伝え、意識の啓発を行っていく必要があります。

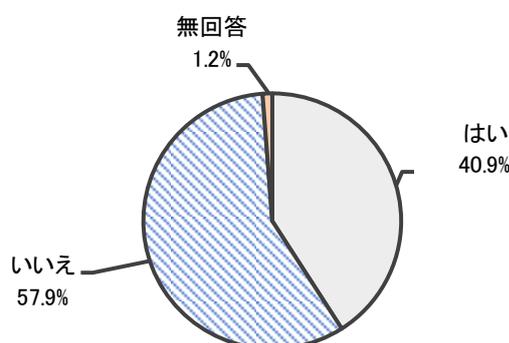
図表 4 7 経年比較（1年以内に歯科健診を受けている割合）

指標	経年的結果				数値の増減
	平成 16 年	平成 21 年	平成 26 年	令和元年	
1年以内に歯科健診を受けている割合	82.8%	76.3%	38.0%	40.9%	↗

図表 4 8 町が実施している歯科健診

指標	経年的結果					数値の増減
	平成 26 年	平成 27 年	平成 28 年	平成 29 年	平成 30 年	
40・45・50 歳	5.7%	8.5%	7.9%	6.5%	8.2%	↗
60 歳以上	14.0%	14.7%	14.3%	14.7%	14.2%	↘

図表 4 9 問 86 あなたは、この1年間に町、職場、歯科診療所などで歯科健診を受けたことがありますか。※虫歯治療など、治療目的とした場合は除きます。



計：728人

(3) 今後5年間の取り組み方針

- 歯の健康に対する意識の啓発を継続して行っていきます。
- 成人歯科健診や親と子どもの歯の健診・妊婦歯科健診などを通じて歯科医師・歯科衛生士からの正しい歯の手入れ方法等の指導を行います。
- 町の歯科健診に関する情報を分かりやすく発信し、受診率の向上を図ります。

6. 生活習慣病（健康診査・がん検診）

目標

- ・ 生活習慣病の正しい知識を身につけます
- ・ 健康へ関心を持ち、自分の健康を振り返ります
- ・ 健康診査（検診）やがん検診を受けます

（1）目標の指標

生活習慣病については9つの指標を設定しています。

- 特定健診（40歳から74歳の国民健康保険被保険者）の受診率及び特定保健指導実施率は増加していますが、目標値には及びませんでした。また、メタボリック症候群の該当者及び予備軍の割合も増加しています。
- 町が実施したがん検診の受診率は、全項目において目標の数値までには及びませんでした。特に「子宮がん検診」「乳がん検診」「前立腺がん検診」の受診率については目安とのかいりが大きいことから、特に重点的な取組をする必要があるといえます。

図表 50 目標の指標（町が実施している健診・検診）

指標		前回実績	目安	今回実績	中間評価	重点
		平成26年		平成30年		
特定健診受診率		46.9%	60.0%	48.7%	×	
特定保健指導実施率		20.0%	30.0%	24.3%	×	
メタボリック症候群	該当者	19.5%	減らす	19.7%	×	
	予備軍	11.4%		12.3%	×	
町のがん検診	胃がん検診受診率	5.1%	40.0%	3.8%	×	
	子宮がん検診受診率	9.8%	50.0%	6.6%	×	◎
	肺がん検診受診率	7.3%	40.0%	6.8%	×	
	乳がん検診受診率	13.4%	50.0%	10.5%	×	◎
	大腸がん検診受診率	8.4%	40.0%	6.8%	×	
	前立腺がん検診受診率	16.1%	50.0%	14.2%	×	◎

(2) 現状と課題

① 健診について

「健康診査を毎年受けている」人は73.4%であり、増加しています。

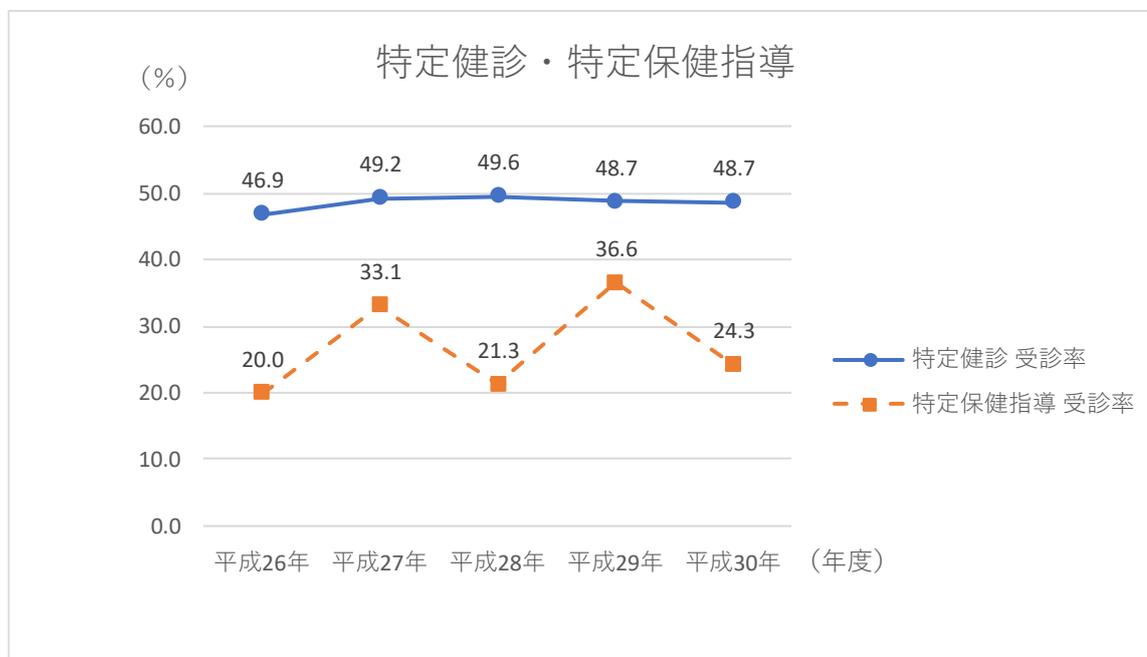
健診を受けていない理由として、「何かあれば病院受診する」が最も多くなっており、前回調査と同様の結果になっています。その他に、「費用が高い」「忙しい」等の声もあります。

また、町で実施している特定健診の受診率は、平成26年度から横ばいの状態となっています。

図表 5 1 経年比較（健康診査・がん検診を受けている割合）

指標	経年的結果				数値の増減
	平成16年	平成21年	平成26年	令和元年	
健康診査を毎年受けている割合	70.9%	71.4%	70.1%	73.4%	↗

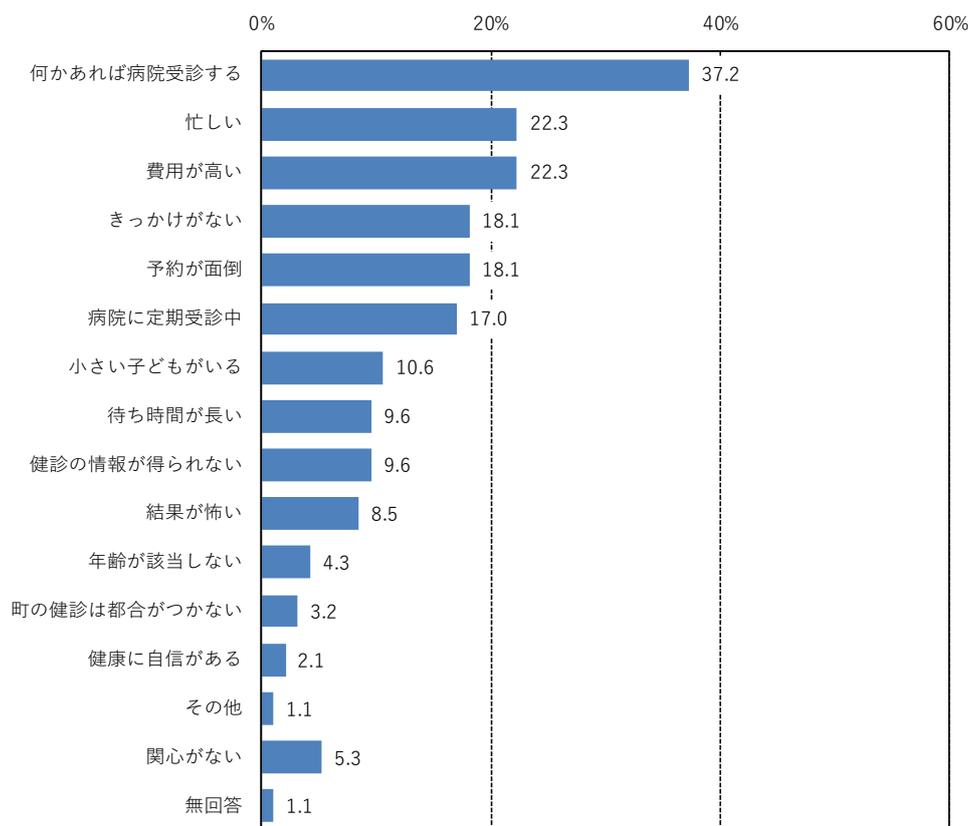
図表 5 2 町が実施している健診（経年比較）



図表 5 3 経年比較（健診を受けていない理由）

指標	経年的結果				数値の増減
	平成 16 年	平成 21 年	平成 26 年	令和元年	
健康に自信がある		6.3%	7.7%	2.1%	↘
何かあれば病院受診する		37.5%	38.5%	37.2%	↘
結果が怖い		15.6%	7.7%	8.5%	↗
町の健診（検診）は都合がつかない		10.9%	11.5%	3.2%	↘
待ち時間が長い		12.5%	14.1%	9.6%	↘
きっかけがない		28.1%	15.4%	18.1%	↗
忙しい		12.5%	16.7%	22.3%	↗
予約が面倒		23.4%	17.9%	18.1%	↗
小さい子どもがいる		4.7%	12.8%	10.6%	↘
健診（検診）情報が得られない		10.9%	17.9%	9.6%	↘
病院に定期受診中		4.7%	10.3%	17.0%	↗
費用が高い		17.2%	19.2%	22.3%	↗
年齢が該当しない		1.6%	5.1%	4.3%	↘
関心がない		9.4%	5.1%	5.3%	↗
その他		4.7%	1.3%	1.1%	↘

図表 5 4 問 72 健康診査を受けていない理由を教えてください。



計：94人

②がん健診について

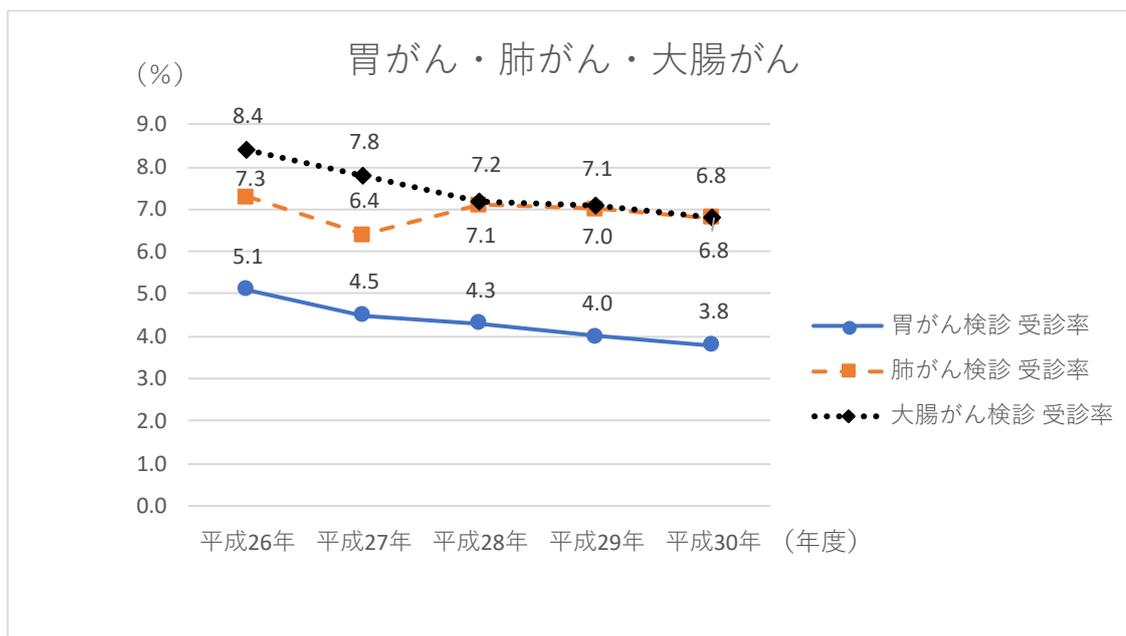
町が実施するがん検診は、おおむね受診率が年々減少傾向にあることが分かります。調査結果でも「胃がん検診を毎年受けている割合」「肺がん検診を毎年受けている割合」「乳がん検診を毎年受けている割合」「子宮がん検診を毎年受けている割合」については減少しています。

町のがん検診は、「胃がん検診」「肺がん検診」「大腸がん検診」が40歳以上が対象、「前立腺がん検診」が50歳以上の男性が対象、「乳がん検診」が40歳以上の女性が対象となっています。それぞれの検診の受診率を対象の年代別で見ると、どの検診でも対象年代未満の受診率は少なくなっていることが分かります。

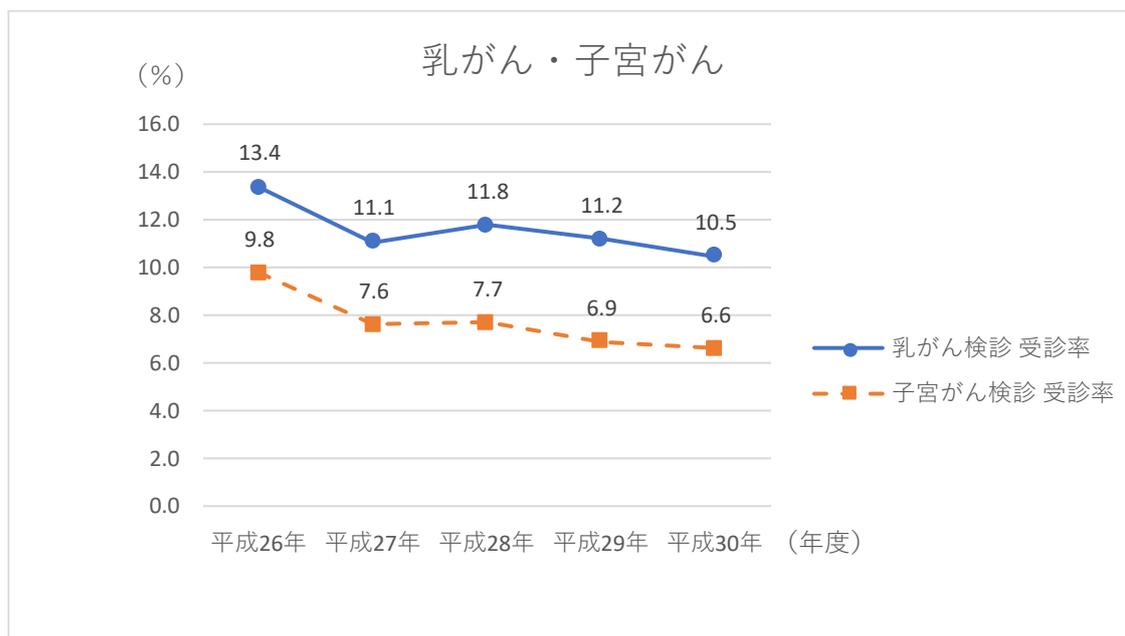
調査結果で「受けている」と回答した人の割合が実績よりも多いということから、町で行っているがん検診ではなく、職場等で行われるがん検診を利用している方が多いと推測されます。

がん検診を受けていない理由として、「何かあれば病院受診する」が最も多くなっており、前回調査と同様の結果になっています。続いて「きっかけがない」となっており、啓発等の働きかけを行うことによって検診への行動につながる可能性があるため、今後も継続して啓発等に力を入れる必要があります。

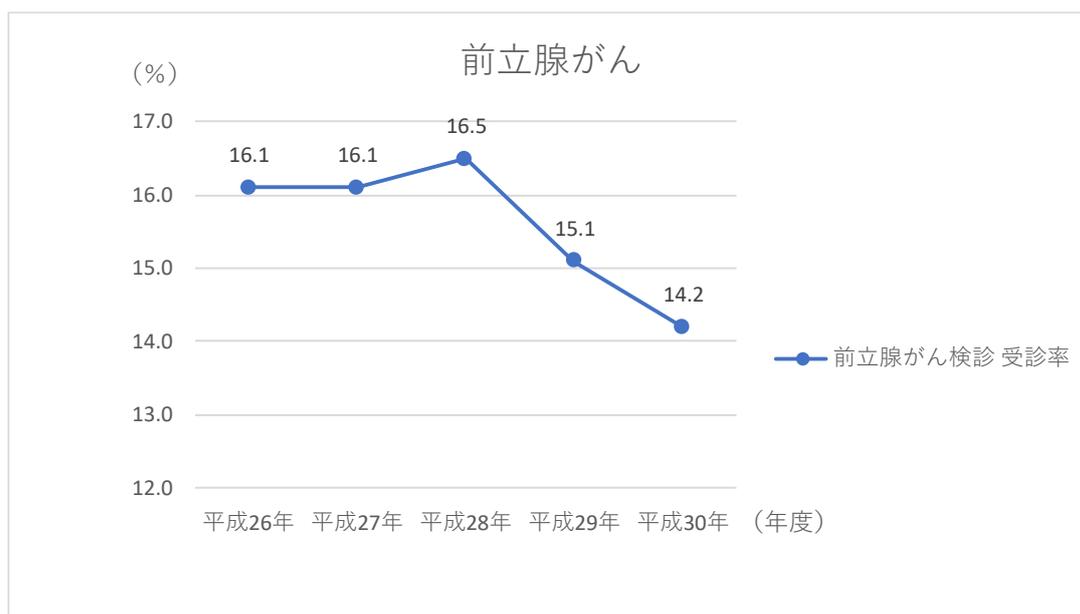
図表 5 5 町が実施している検診（経年比較）



図表 5 6 町が実施している検診（経年比較）



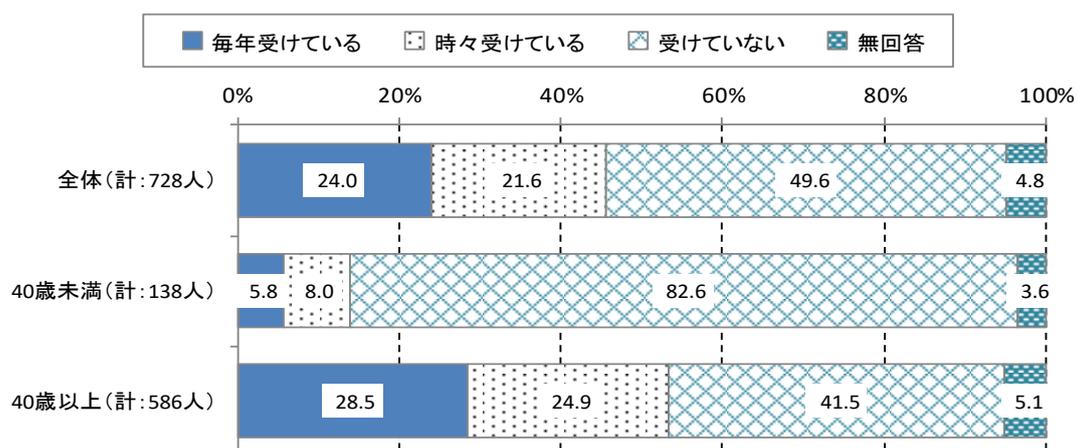
図表 5 7 町が実施している検診（経年比較）



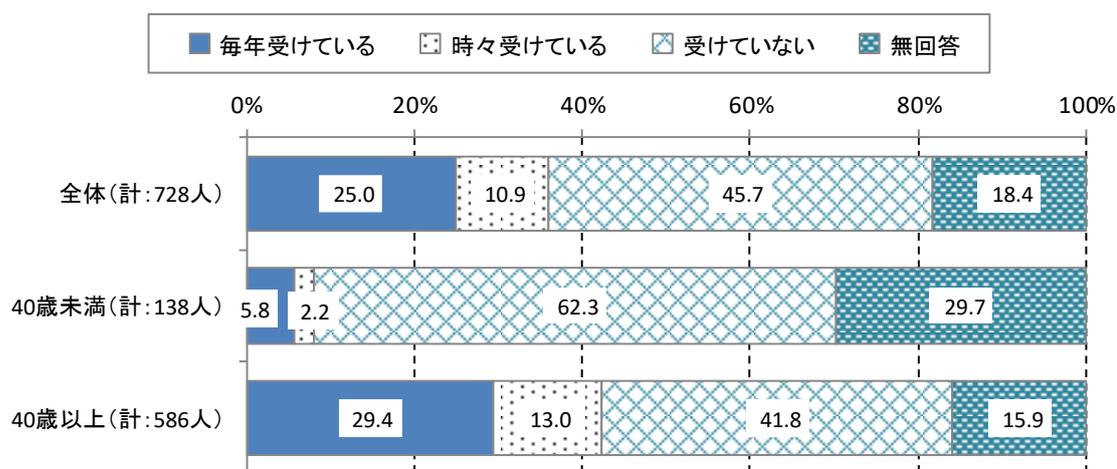
図表 5 8 経年比較（がん検診を受けている割合）

指標	経年的結果				数値の増減
	平成 16 年	平成 21 年	平成 26 年	令和元年	
胃がん検診を毎年受けている割合	28.8%	25.7%	27.6%	24.0%	↘
肺がん検診を毎年受けている割合	23.4%	23.3%	26.2%	25.0%	↘
大腸がん検診を毎年受けている割合	21.2%	22.4%	21.8%	22.9%	↗
前立腺がん検診を毎年受けている割合		15.5%	16.4%	18.5%	↗
乳がん検診を毎年受けている割合	23.6%	28.7%	29.2%	22.6%	↘
子宮がん検診を毎年受けている割合	25.3%	25.0%	27.4%	23.2%	↘

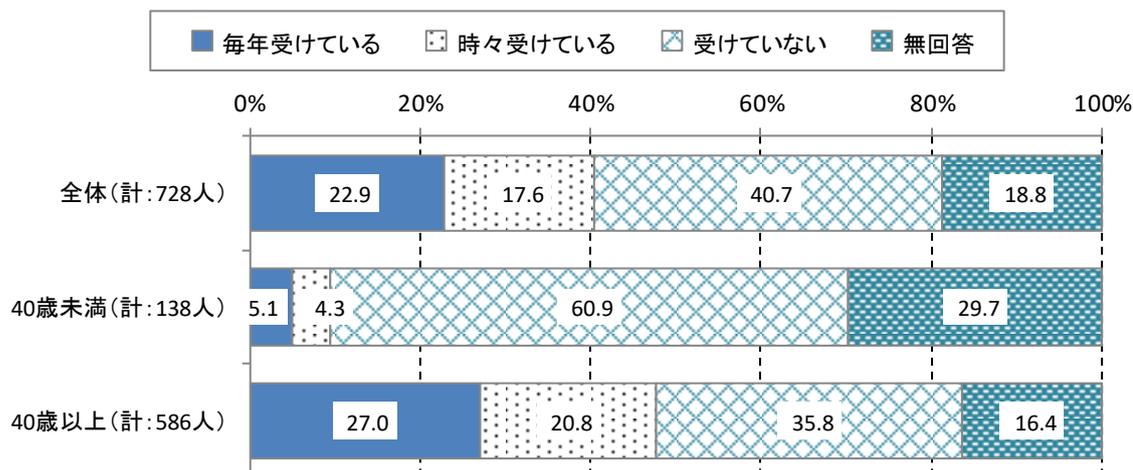
図表 5 9 問 76 胃がん検診を受けていますか。



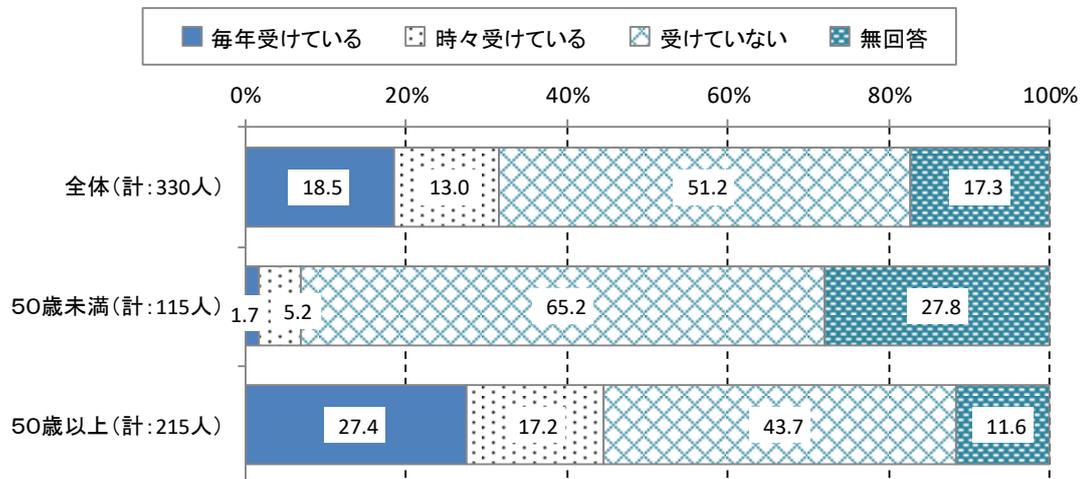
図表 6 0 問 77 肺がん検診を受けていますか。



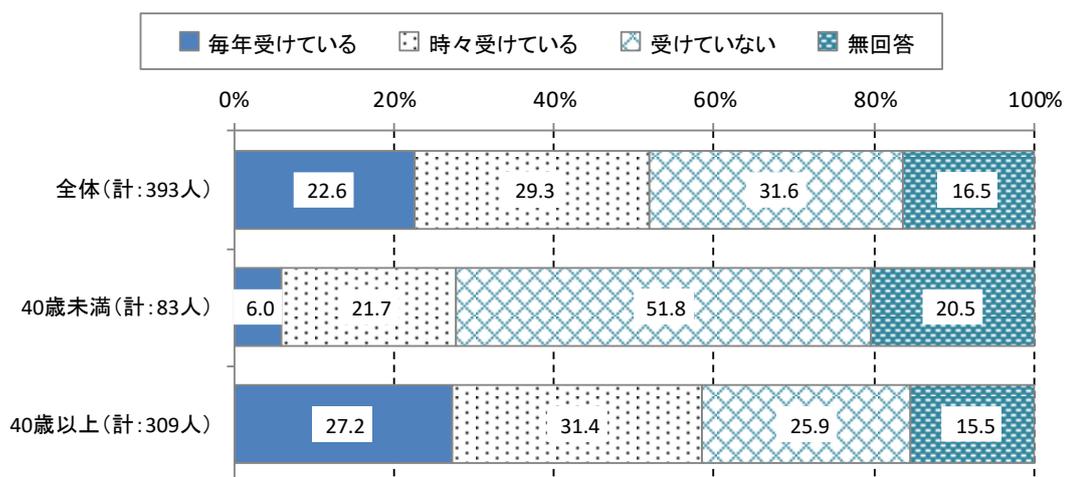
図表 6 1 問 78 大腸がん検診を受けていますか。



図表 6 2 問 79 前立腺がん検診を受けていますか。



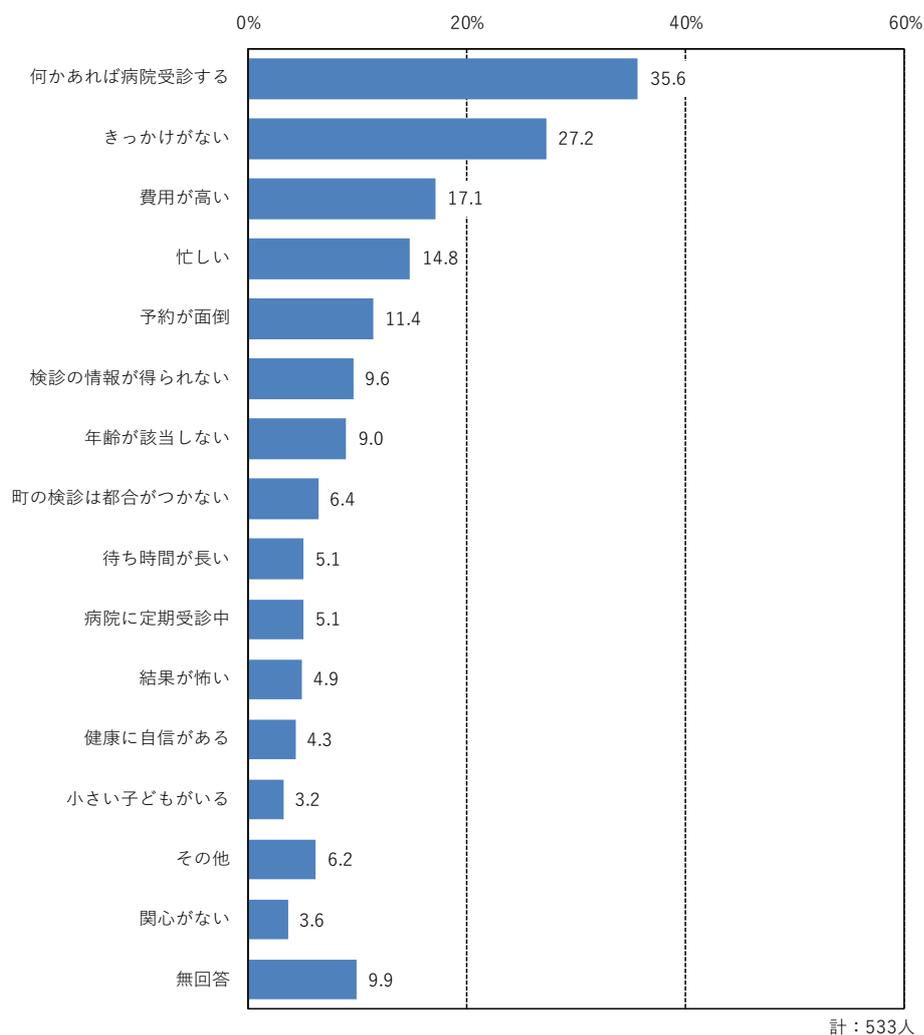
図表 6 3 問 80 乳がん検診を受けていますか。



図表 6 4 経年比較 (がん検診を受けていない理由)

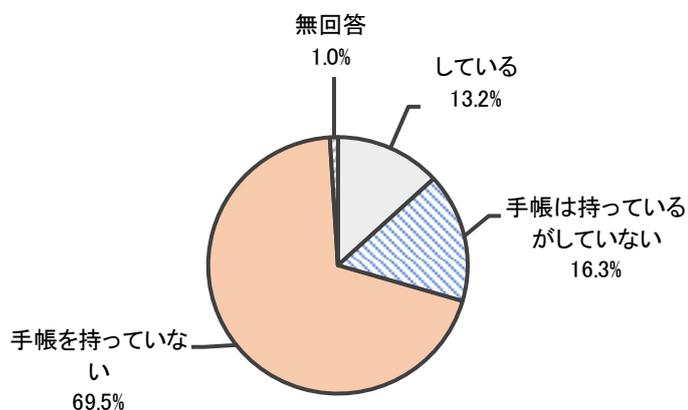
指標	経年的結果				数値の増減
	平成 16 年	平成 21 年	平成 26 年	令和元年	
健康に自信がある		5.7%	3.5%	4.3%	↗
何かあれば病院受診する		52.3%	30.8%	35.6%	↗
結果が怖い		14.1%	5.4%	4.9%	↘
町の健診(検診)は都合がつかない		17.6%	7.3%	6.4%	↘
待ち時間が長い		13.7%	6.4%	5.1%	↘
きっかけがない		28.2%	18.3%	27.2%	↗
忙しい		19.8%	9.6%	14.8%	↗
予約が面倒		19.8%	8.5%	11.4%	↗
小さい子どもがいる		1.9%	3.3%	3.2%	↘
健診(検診)情報が得られない		6.5%	7.3%	9.6%	↗
病院に定期受診中		7.6%	5.8%	5.1%	↘
費用が高い		19.1%	11.8%	17.1%	↗
年齢が該当しない		3.4%	7.1%	9.0%	↗
関心がない		3.8%	2.9%	3.6%	↗
その他		5.7%	3.1%	6.2%	↗

図表 6 5 問 82 問 76～問 81 の質問で、がん検診を「受けていない」と回答された方にお聞きします。がん検診を受けていない理由を教えてください。



- 今回の調査結果を見ると、「健康手帳等（血圧手帳や糖尿病手帳を含む）を活用して健康管理をしていますか」という設問に対し、「している」と答えた方が 13.2%と少なく、約 8 割の方が健康手帳等を活用していないことが分かります。健康意識を高めるためにも、健康手帳を活用した健康管理を周知していく必要があります。

図表 6 6 問 13 健康手帳等（血圧手帳や糖尿病手帳を含む）を活用して健康管理をしていますか。



計：728人

- 調査の際に寄せられた意見より、特に実施している各種健診（検診）や健康づくりに関する取組についての情報提供が充分に行えていないことがわかりました。今後、情報提供について検討が必要です。

（3）今後5年間の取り組み方針

- 健康やがんに対する意識の啓発を継続して行っていきます。
- 健康診査やがん検診に関する情報を分かりやすく発信し、受診率の向上を図ります。
- 健康相談や保健指導を行います。健康管理ツールとして健康手帳等の活用を呼びかけていきます。

7. 町の取り組み（事業一覧）

町で行われている事業をライフステージごとにまとめました。平成31年度の事業実績は以下の通りです。

図表 67 ライフステージ別にみた事業実績一覧（乳幼児期～学齢期・思春期）

	乳幼児期		学齢期・思春期
	胎児～乳児期	幼児期	
栄養・食生活		食生活改善推進員によるおやつ作り 保育園・幼稚園での食育推進	食進会による小学生のための料理教室 小学校・中学校での食育推進
運動・身体活動	親子(母子)健康手帳 妊婦健康診査 両親学級(たまご学級) 乳幼児健診 赤ちゃん健康相談 離乳食教室 はじめて赤ちゃん訪問	子育て支援センター 子育てサークル 子育て講座	
休養・心の健康づくり			小学校・中学校での 飲酒・喫煙に関する教育 (全小中学校で実施している)
タバコ アルコール			
生活習慣病			学校健診・歯科健診
歯の健康		親と子どもの歯の健診 妊婦歯科健診 歯科講演会	

図表 68 ライフステージ別にみた事業実績一覧（青壮年期～老年期）

	青壮年期	老年期(高齢期)	ライフステージ共通
栄養・食生活	食進会による生活習慣病のための減塩スキルアップ事業(対象:大学生)、男性栄養教室、料理講習会健康プロジェクト 食生活改善推進養成講座	食進会による地区巡回料理教室	公民館での料理講座 食の健康サポート店(県事業)
運動・身体活動		健康増進教室(30歳以上) ケア・トランポリン教室(50歳以上)	介護予防教室 公民館での運動講座 スポーツレク祭 マラソン大会
休養・心の健康づくり			公民館での生きがいづくり講座 こころの健康相談、思春期相談(県事業)
タバコ アルコール	健康手帳の配布 健康相談・保健指導 健康診査		受動喫煙防止対策(屋内禁煙) 保険適用禁煙治療病院(町内5病院)
生活習慣病	生活習慣病予防講演会 生活習慣病予防教室 健康講話	特定健康診査 特定保健指導 特定健診後の結果説明 保健指導・受診勧奨	肝炎検査 がん検診(胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん・子宮がん・前立腺がん) 結核検診・骨密度検査
歯の健康	歯科講演		歯と口の健康フェア 成人歯科健診(対象者:40・45・50歳、60歳以上)

8. 中間評価の体制

今回の中間評価に際し、町民の健康に関する意識や健康づくりへの取り組み状況を把握するために健康づくりに関するアンケートを実施しました。

その結果や町の各種実績を基に、学識経験者などの健康づくりの専門家で構成する苅田町健康づくり推進協議会で検討し、中間評価を行いました。

(1) 各会議の開催日程と議題

令和元年度第1回苅田町健康づくり推進協議会

開催日時：令和元年9月13日（金）13:15～

開催場所：三原文化会館（大会議室）

議題

1. 第2次苅田町健康づくり計画（いきいきかんだ21）中間評価について
2. アンケートについて

令和元年度第2回苅田町健康づくり推進協議会

開催日時：令和2年1月30日（木）13:15～

開催場所：三原文化会館（大会議室）

議題

1. アンケート調査結果について
2. 目標が達成できていない指標について

令和元年度第3回苅田町健康づくり推進協議会

開催日時：令和2年2月26日（水）13:15～

開催場所：三原文化会館（大会議室）

議題

1. 今後5年間の取り組み方針について

(2) 委員名簿

氏 名	所 属
◎遠田 孝一	町 長
○池田 良一	京都医師会苅田部会 部会長
岩佐 一弘	京築保健福祉環境事務所 保健監
塩次 稔浩	京都歯科医師会 副会長
中山 大輔	京都薬剤師会 会長
岩崎 なるみ	苅田町食生活改善推進会 会長
林 浩二	苅田町社会福祉協議会 会長
長嶺 雅康	住民代表
九十九 久美子	住民代表
長野 由紀子	住民代表

◎会長 ○副会長

第2部 調査の概要

1. 調査の目的

町民の健康づくりや食生活に関する意識・実態等を把握することによって、今後の健康づくりや食育、自殺予防の施策の充実に活かすとともに、平成27年3月に策定した『いきいきかんだ21（第2期苅田町健康づくり計画）』の中間評価を行うための基礎資料とするため。

2. 調査の対象

本町に居住する30歳から74歳までの2,600人（無作為抽出）。

3. 調査の方法

郵送による配付・回収

4. 調査の期間

第1次調査 令和元年10月4日から10月21日まで。

第2次調査 令和元年11月20日から12月6日まで。

※ただし、12月11日までに回収した調査票を有効回収票とした。

5. 回収結果

	配布数	有効回収数	有効回収率
第1次調査	1,500件	425件	28.3%
第2次調査	1,100件	303件	27.5%
合計	2,600件	728件	28.0%

6. 報告書の見方

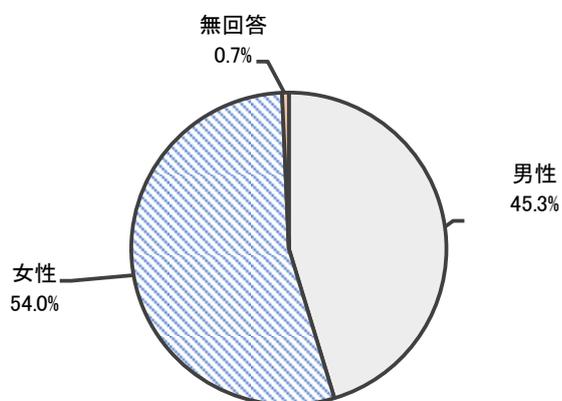
- 比率については小数点以下第2位を四捨五入しているため、比率が0.05未満の場合には0.0で表している。また、この四捨五入のため、比率計がちょうど100.0とならない場合がある。
- グラフ中の「計」はその項目における回答者を合計した実数値であり、比率算出の基数となる。
- 複数回答を許している項目については、原則として、サンプル数を基数として比率算出を行っているため、比率計は100%を超えている。
- グラフ中の「無回答」には、回答がなかったもののほか、回答があっても判別が著しく困難なものを含んでいる。
- グラフにおいて、回答選択肢を簡略化して表記している場合がある。

第3部 調査結果

1. 調査結果

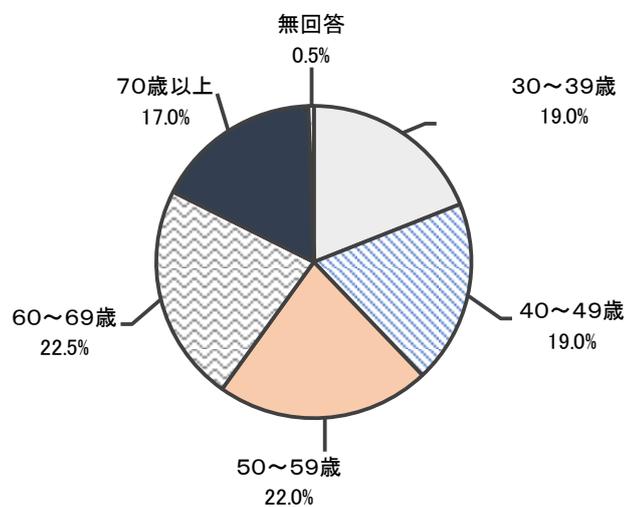
(1) あなた（調査対象者）について

問1 性別



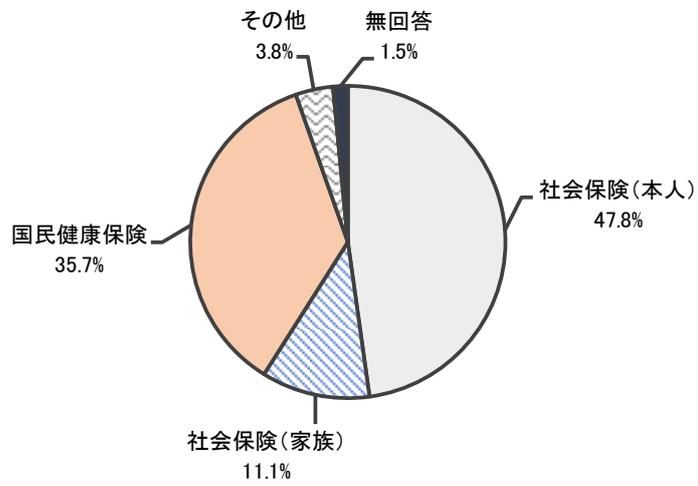
計：728人

問2 年齢



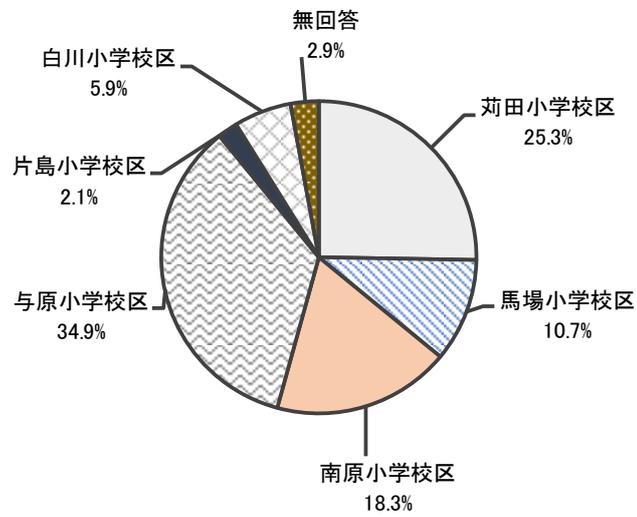
計：728人

問 3 持っている保険の種類



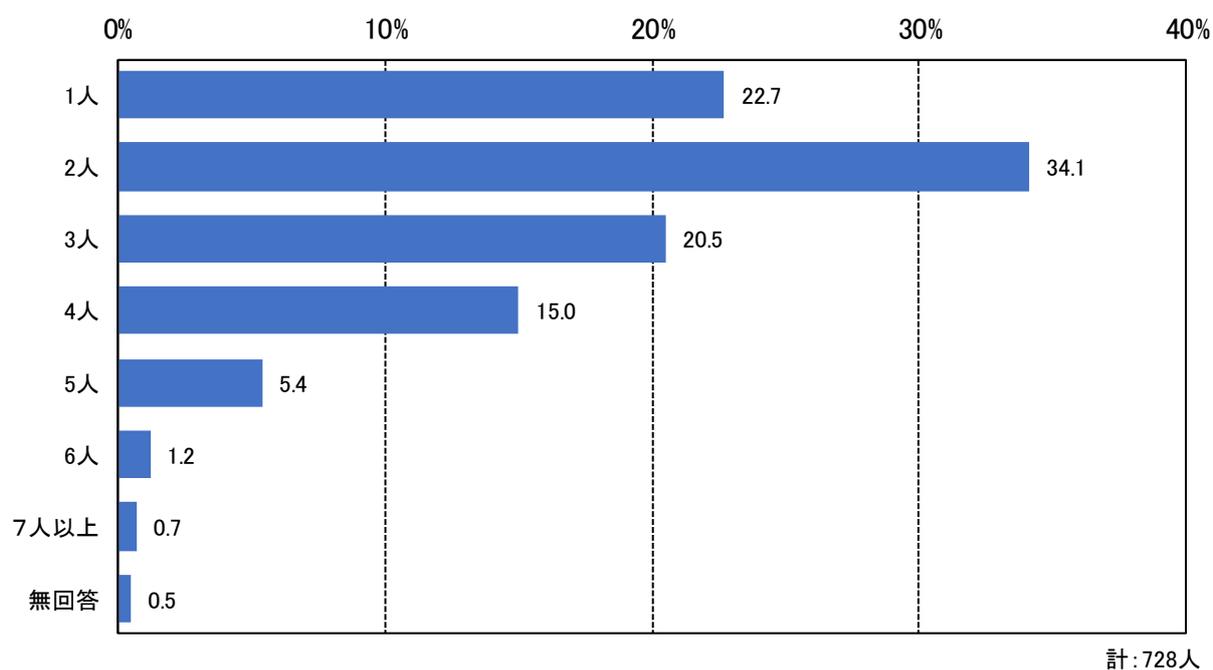
計：728人

問 4 居住地区

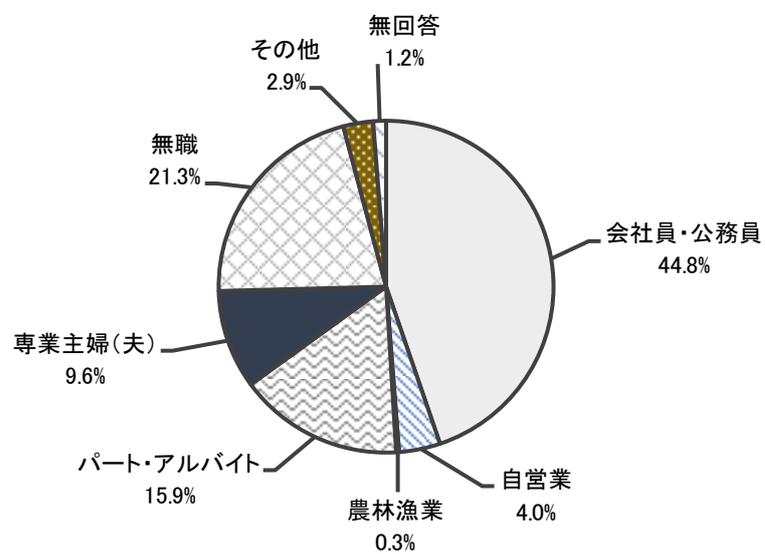


計：728人

問 5 同居している家族数

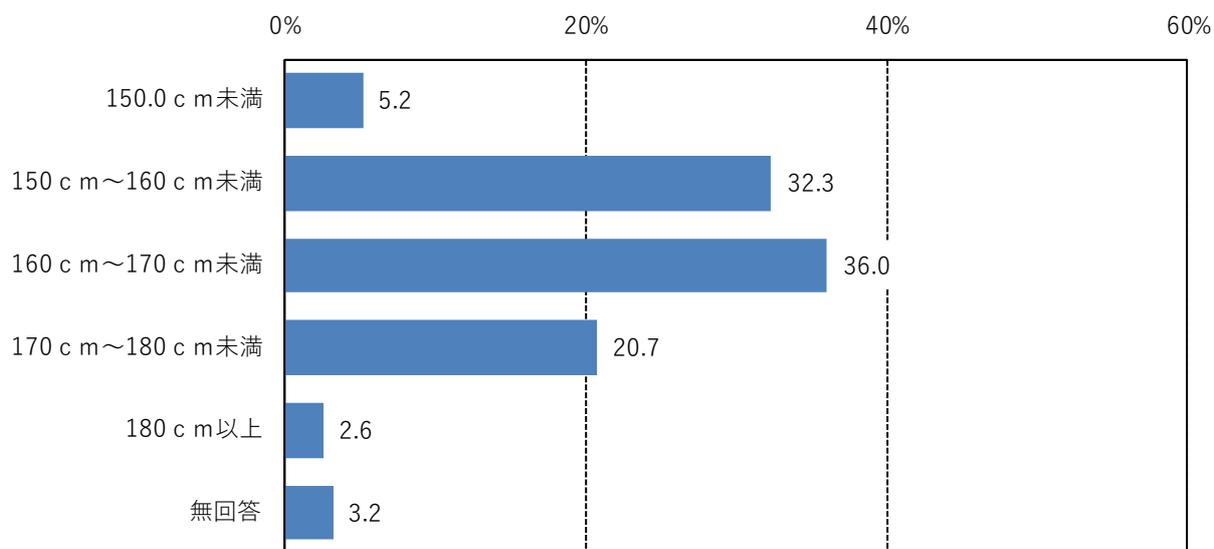


問 6 職業



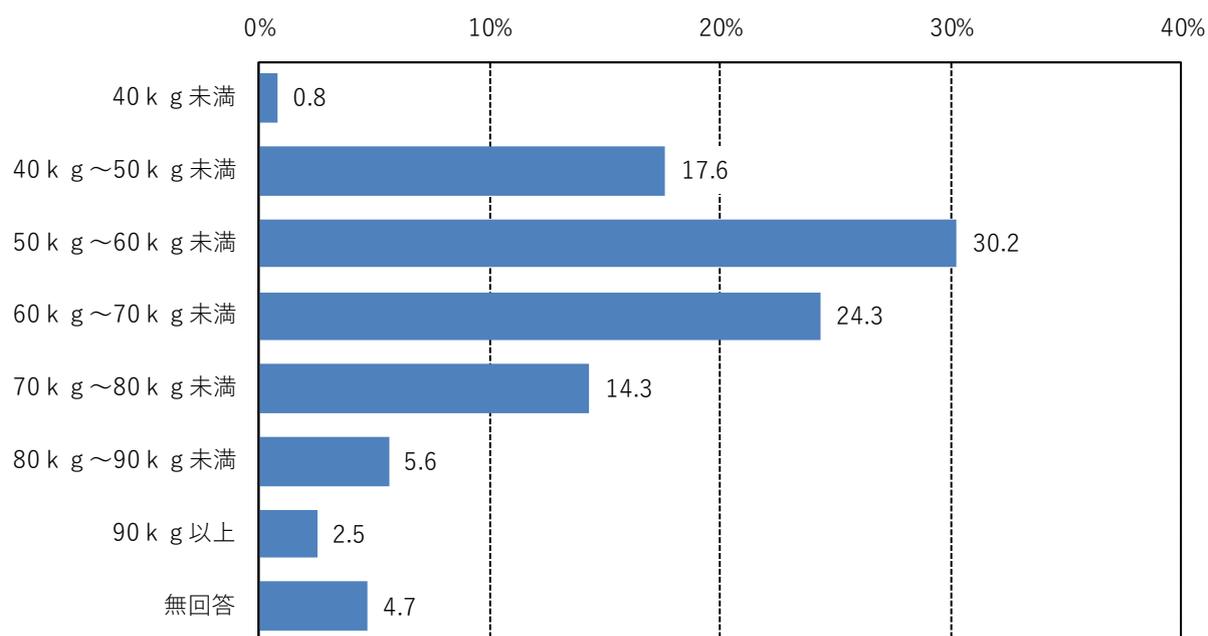
問 7 現在の身長・体重・腹囲（おへそまわり）を教えてください。

1. 身長



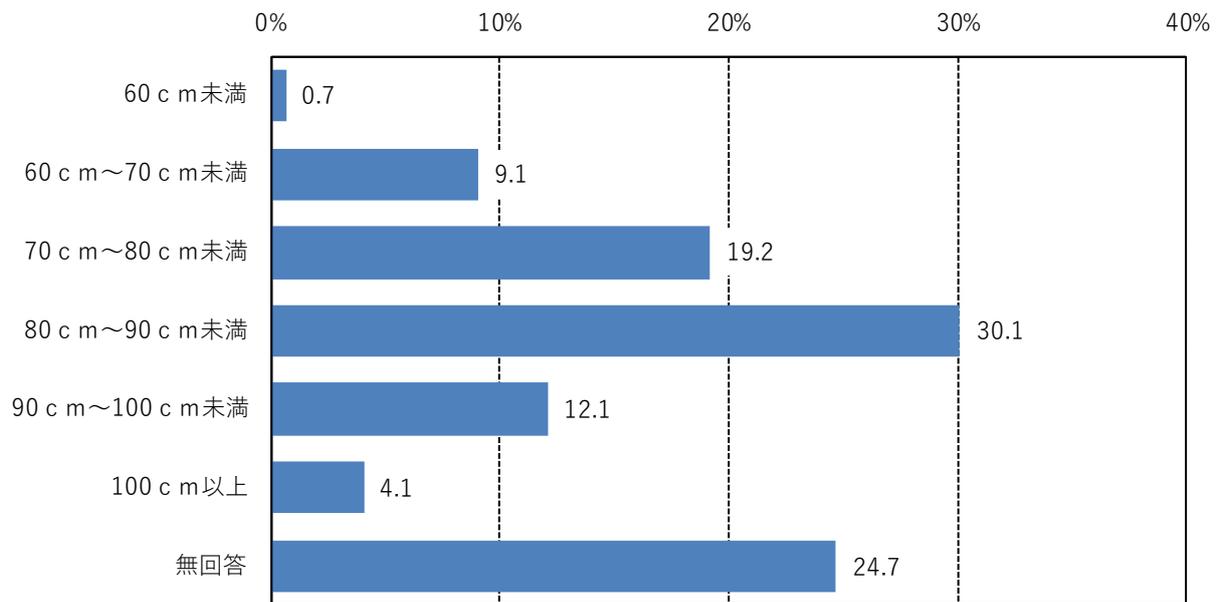
計：728人

2. 体重



計：728人

3. 腹囲



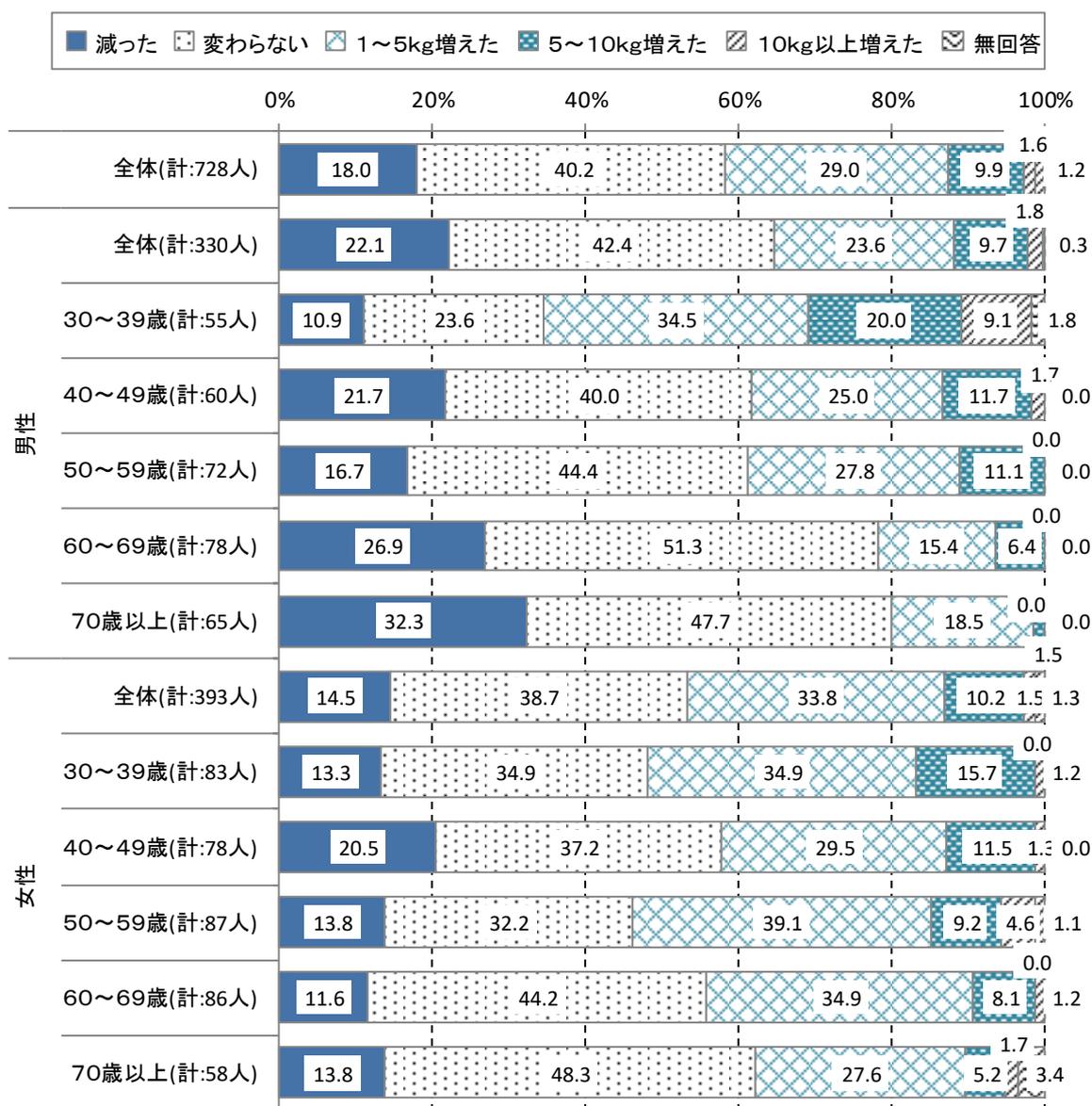
計：728人

4. BMI



計：395人

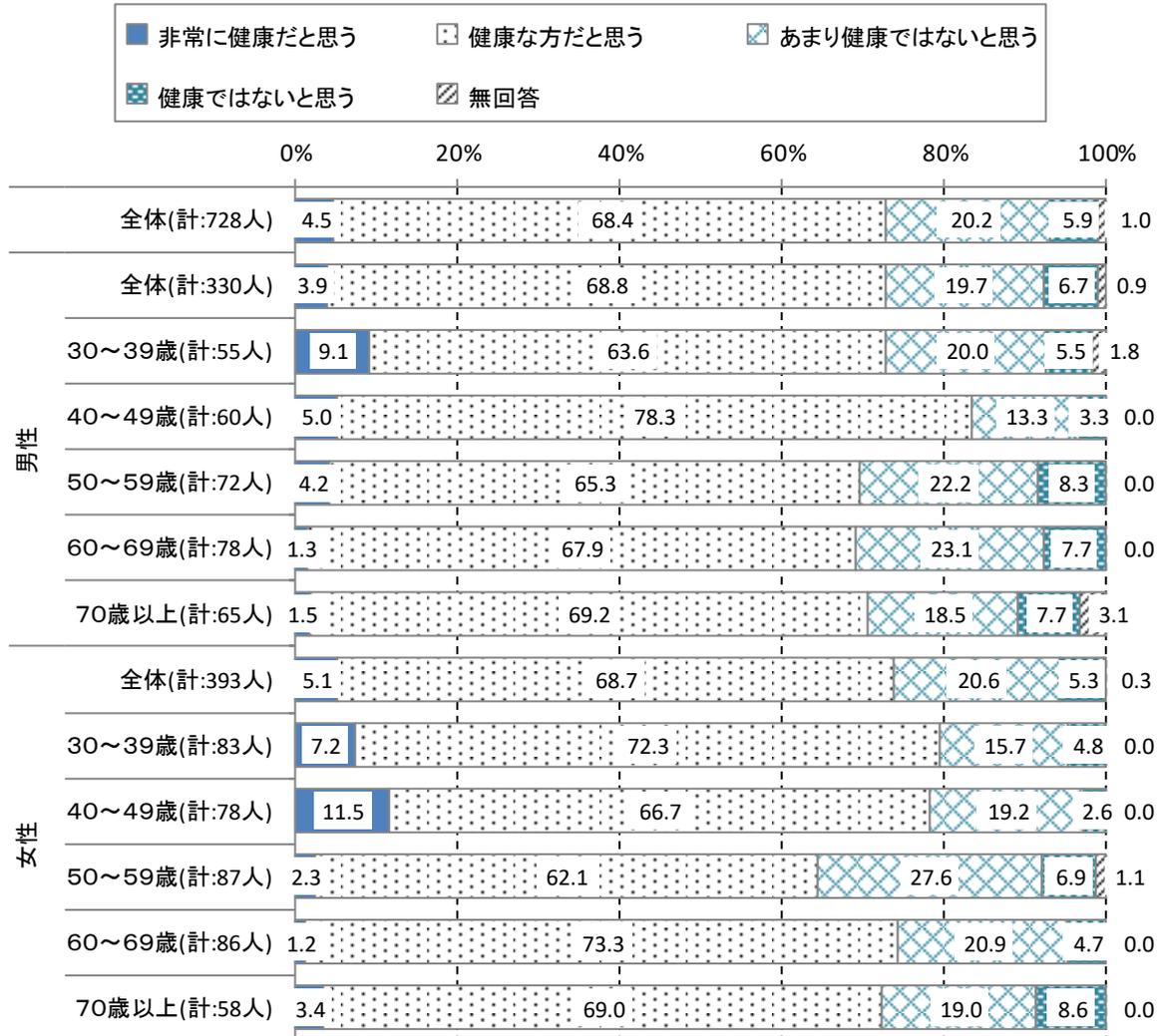
問 8 5年前に比べて体重の変化がありましたか。



- 5年前に比べて体重の変化がありましたかとたずねたところ、「変わらない」と回答した人の割合が最も高く、40.2%となっています。次いで、「1~5kg増えた」(29.0%)、「減った」(18.0%)と続いています。
- 性別・年齢階層別にみると、女性は年齢階層によって大きな影響は無いものの、男性は年齢階層が高くなるに従って、体重が「減った」と回答した人の割合が概ね増加することが分かります。

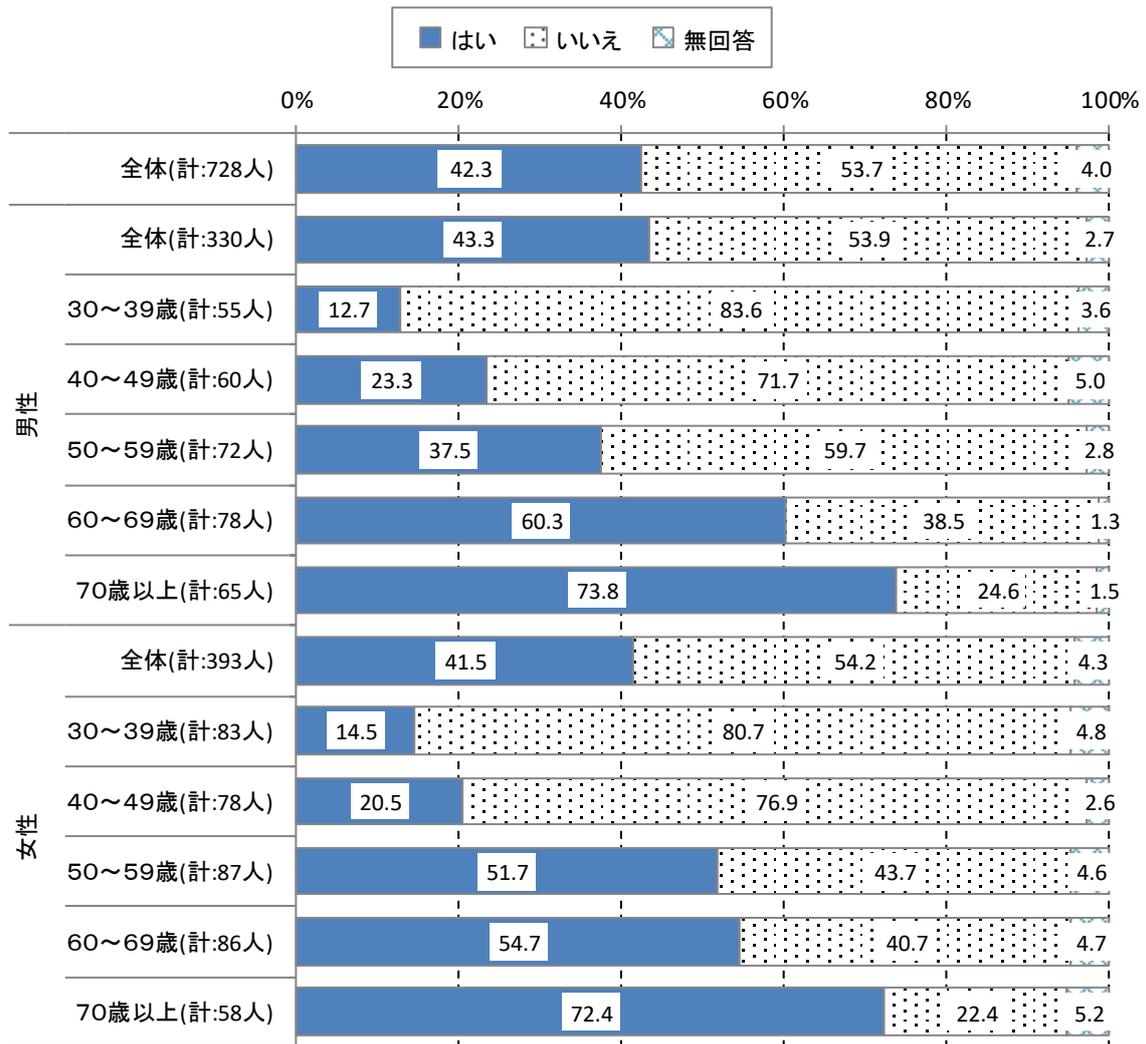
(2) 健康について

問 9 ご自身の健康状態についてどう思いますか。



- 健康状態についてどう思うかとたずねたところ、「健康な方だと思う」と回答した人の割合が最も高く、68.4%となっています。次いで、「あまり健康ではないと思う」(20.2%)、「健康ではないと思う」(5.9%)と続いています。

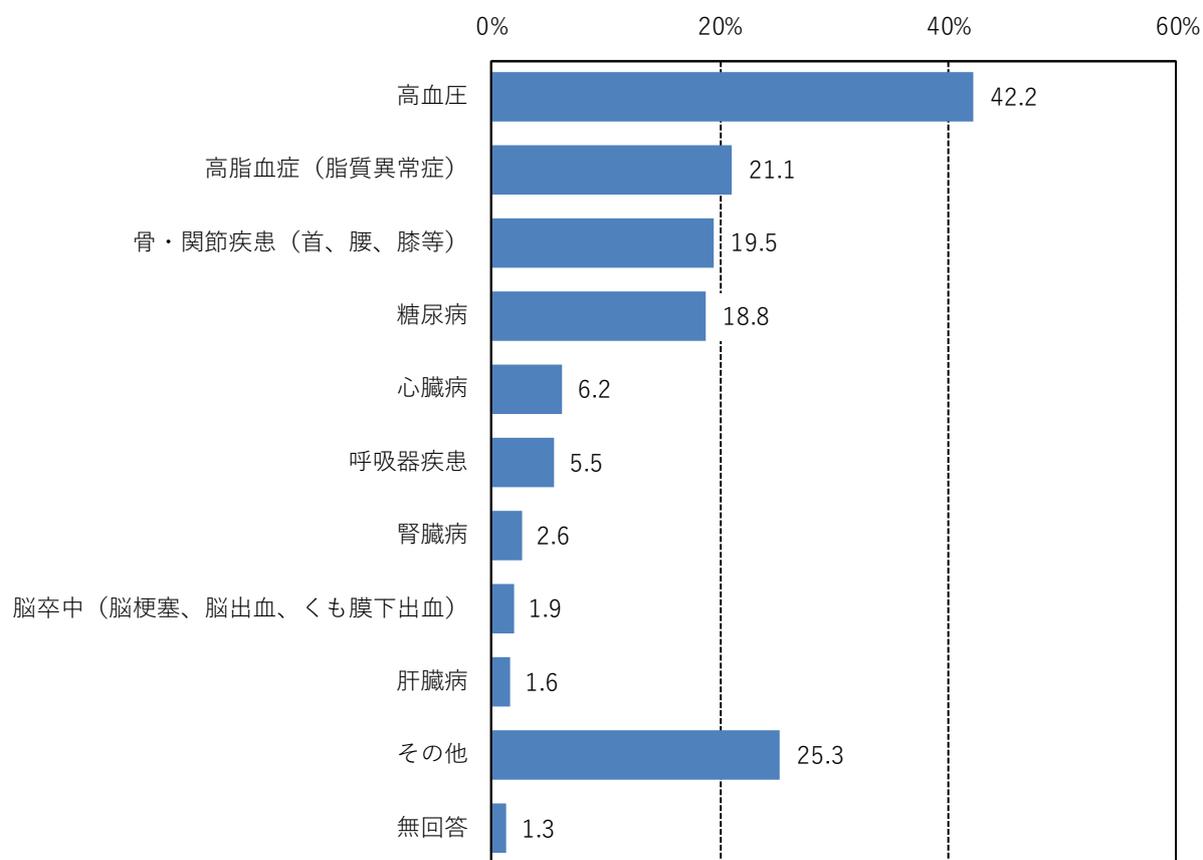
問 10 現在治療中の病気がありますか。



- 現在治療中の病気がありますかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は42.3%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は53.7%となっています。
- 性別・年齢階層別にみると、男女ともに、年齢階層が高くなるに従って現在療養中である人の割合が増加しており、男女ともに70歳以上では7割以上の人々が現在療養中であることが分かります。

現在治療中の病気があると回答した人にうかがいます。

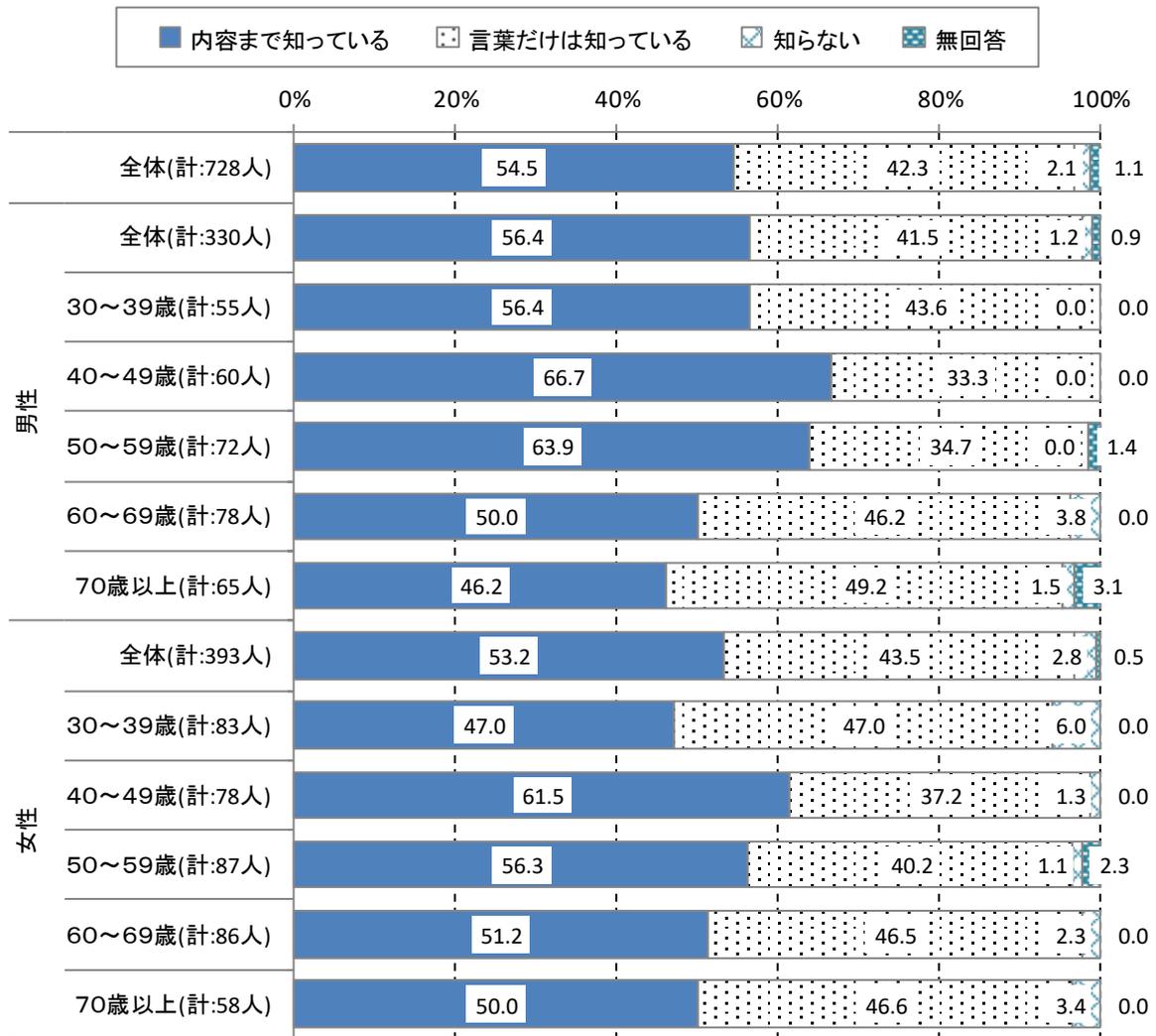
問 10-1 治療中の病気は何ですか。



計：308人

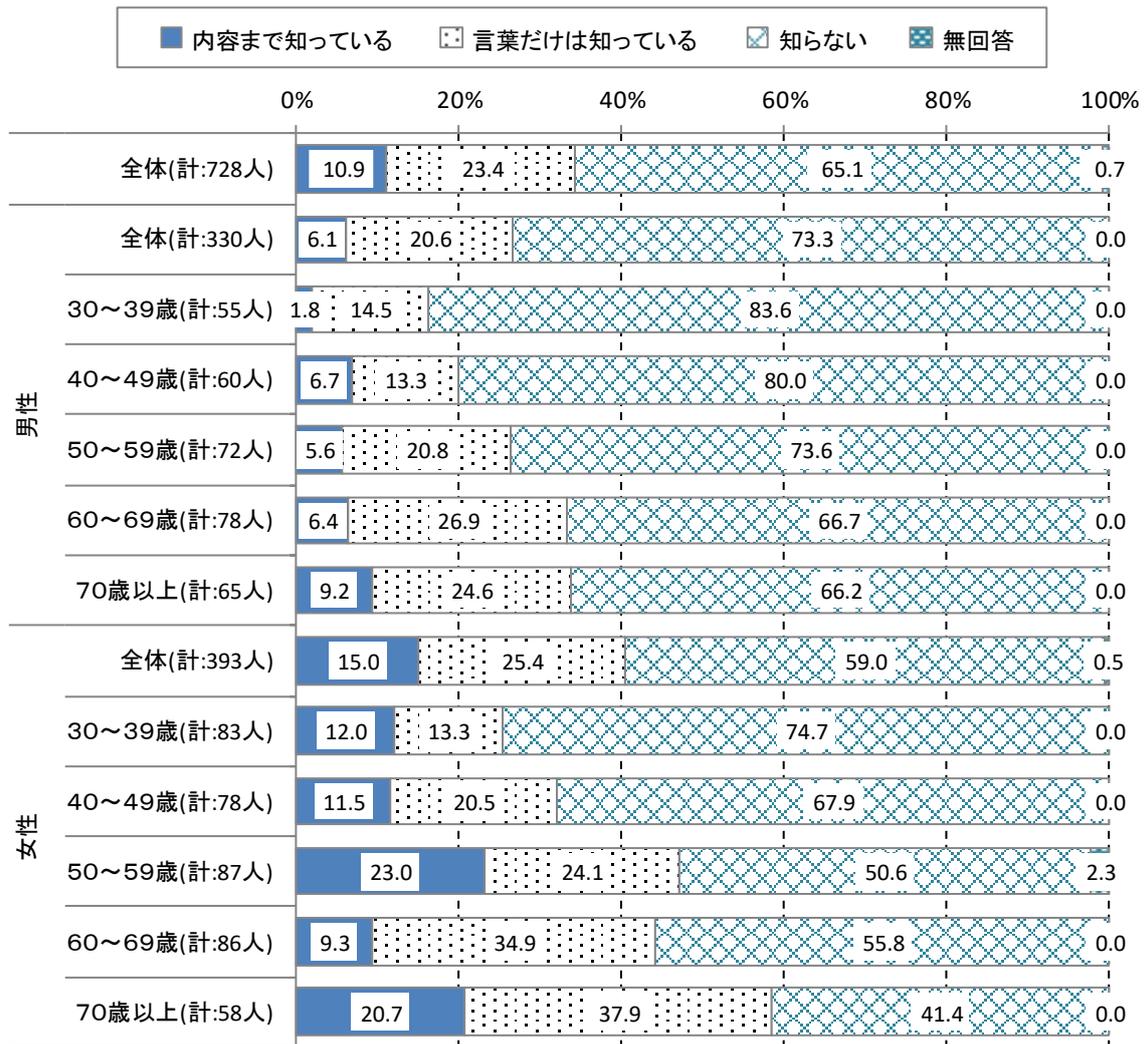
- 現在治療中の病気があると回答した人に、治療中の病気は何ですかとたずねたところ、「高血圧」と回答した人が最も多く、42.2%となっています。次いで、「高脂血症 (脂質異常症)」(21.1%)、「骨・関節疾患 (首、腰、膝等)」(19.5%)と続いています。

問 11 「メタボリックシンドローム」という言葉を知っていますか。



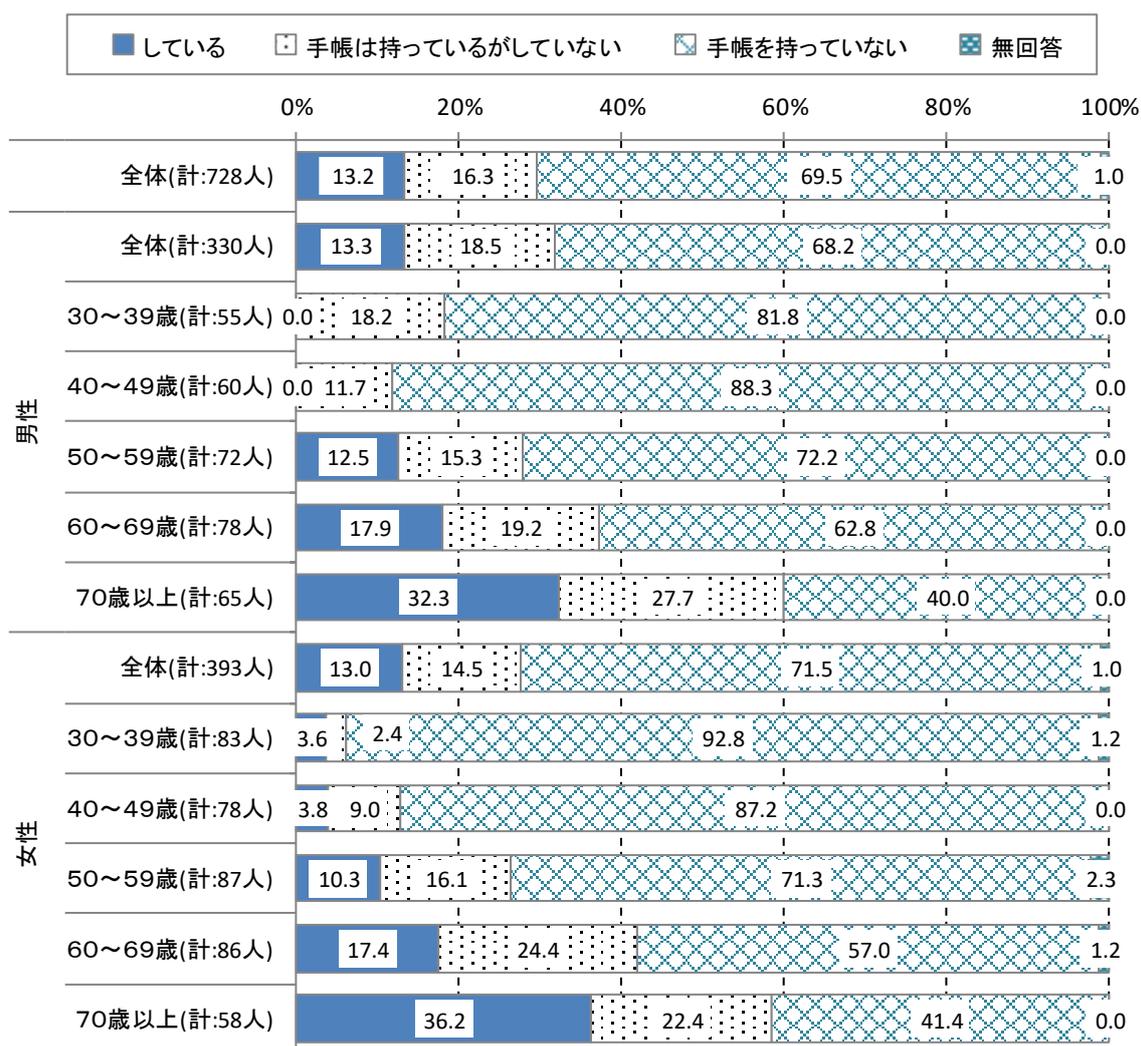
- 「メタボリックシンドローム」という言葉を知っていますかとたずねたところ、「内容まで知っている」と回答した人の割合が最も高く、54.5%となっています。次いで、「言葉だけは知っている」(42.3%)、「知らない」(2.1%)と続いています。

問 12 「ロコモティブシンドローム」という言葉を知っていますか。



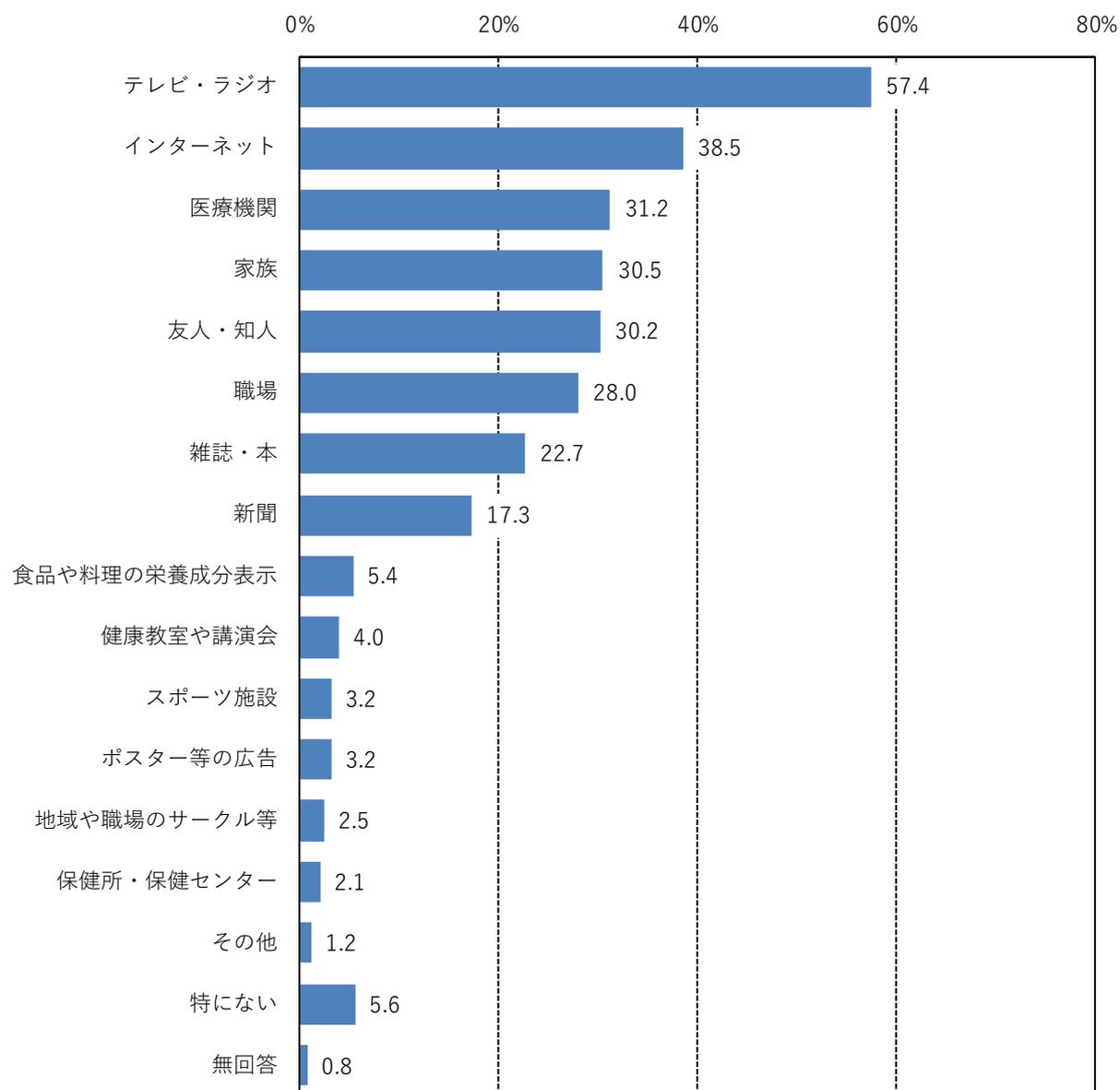
- 「ロコモティブシンドローム」という言葉を知っていますかとたずねたところ、「知らない」と回答した人の割合が最も高く、65.1%となっています。次いで、「言葉だけは知っている」(23.4%)、「内容まで知っている」(10.9%)と続いています。

問 13 健康手帳等（血压手帳や糖尿病手帳を含む）を活用して健康管理をしていますか。



- 健康手帳等（血压手帳や糖尿病手帳を含む）を活用して健康管理をしていますかとたずねたところ、「手帳を持っていない」と回答した人の割合が最も高く、69.5%となっています。次いで、「手帳は持っているがしていない」（16.3%）、「している」（13.2%）と続いています。
- 性別・年齢階層別にみると、健康手帳等（血压手帳や糖尿病手帳を含む）を活用して健康管理をしている人の割合は男女ともに年齢階層が高くなるに従って高くなる傾向にあり、70歳以上では3人に1人以上が健康手帳等（血压手帳や糖尿病手帳を含む）を活用して健康管理をしていると回答しています。

問 14 健康に関する情報をどこから、もしくは誰から得ていますか。

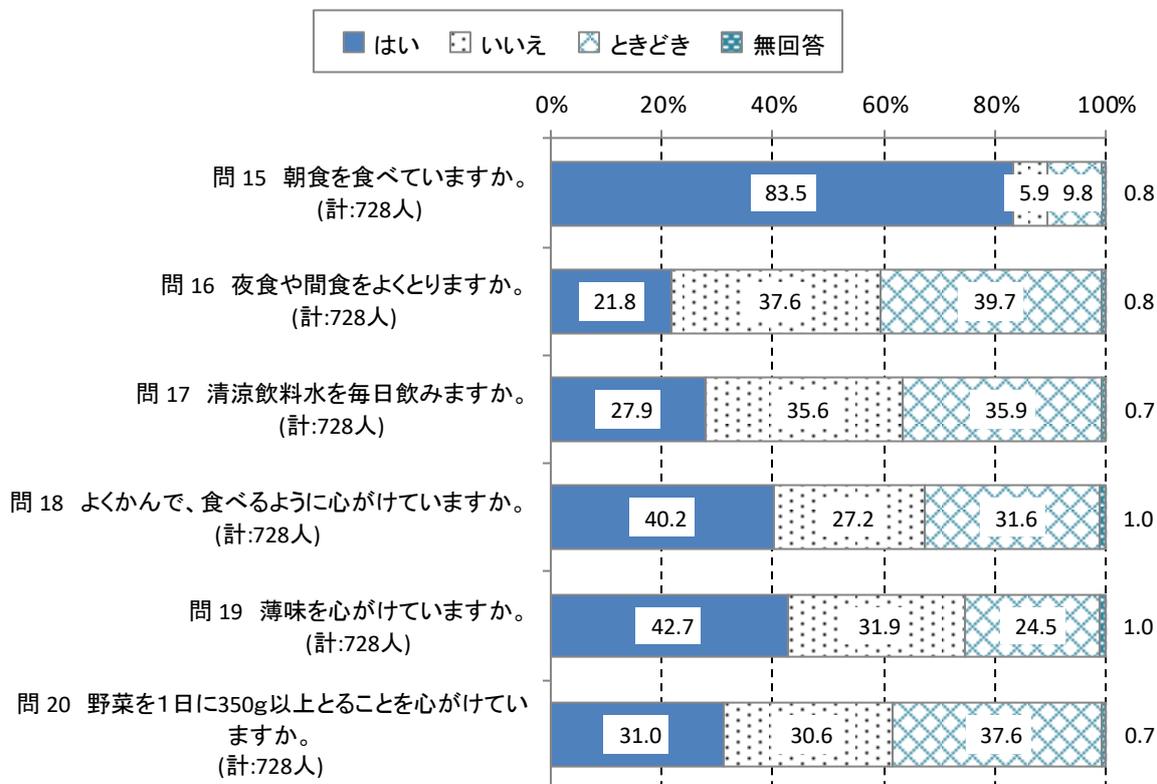


計：728人

●健康に関する情報をどこから、もしくは誰から得ていますかとたずねたところ、「テレビ・ラジオ」と回答した人が最も多く、57.4%となっています。次いで、「インターネット」(38.5%)、「医療機関」(31.2%)と続いています。

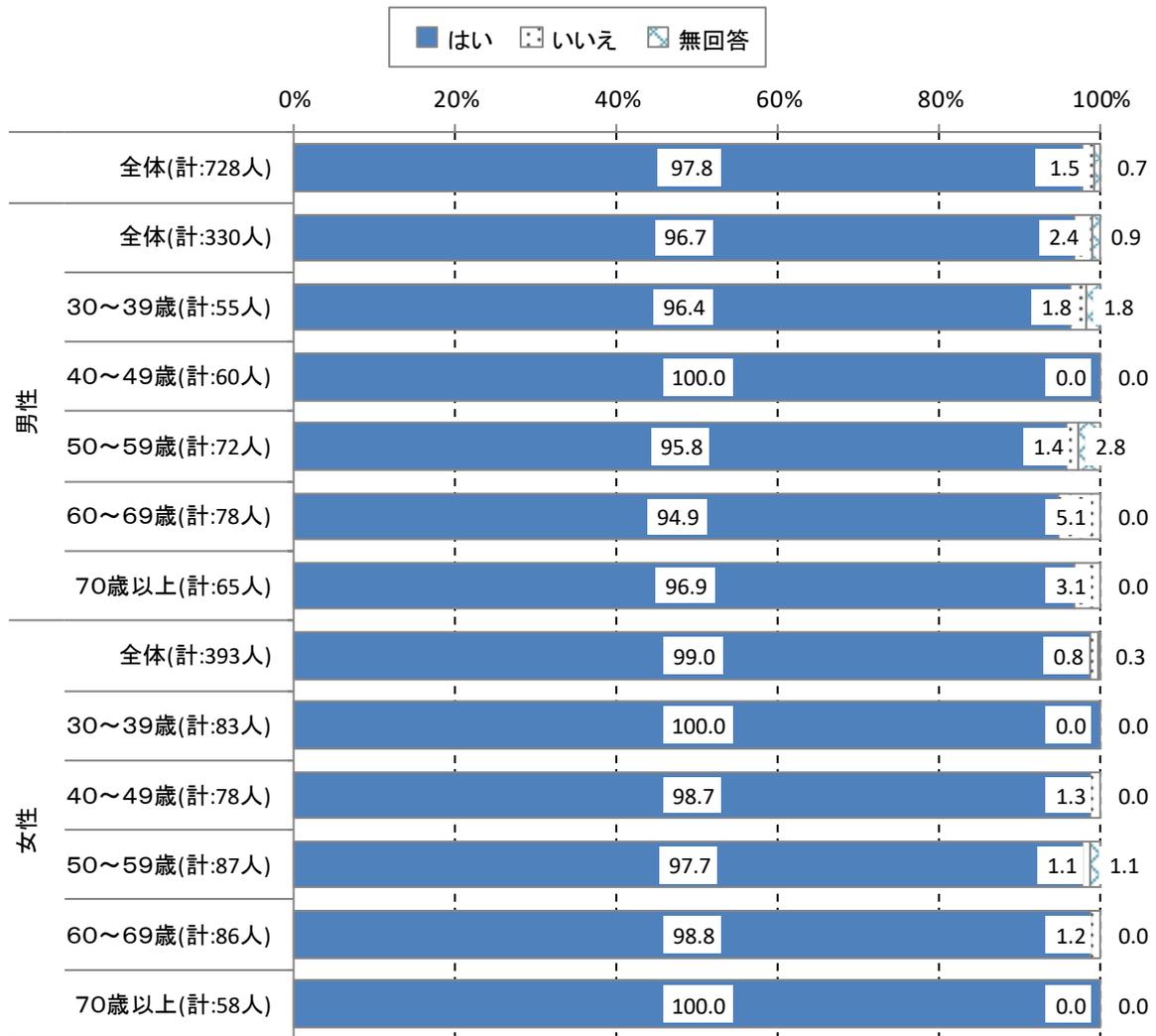
(3) 食生活・栄養について

(生活習慣の状況)



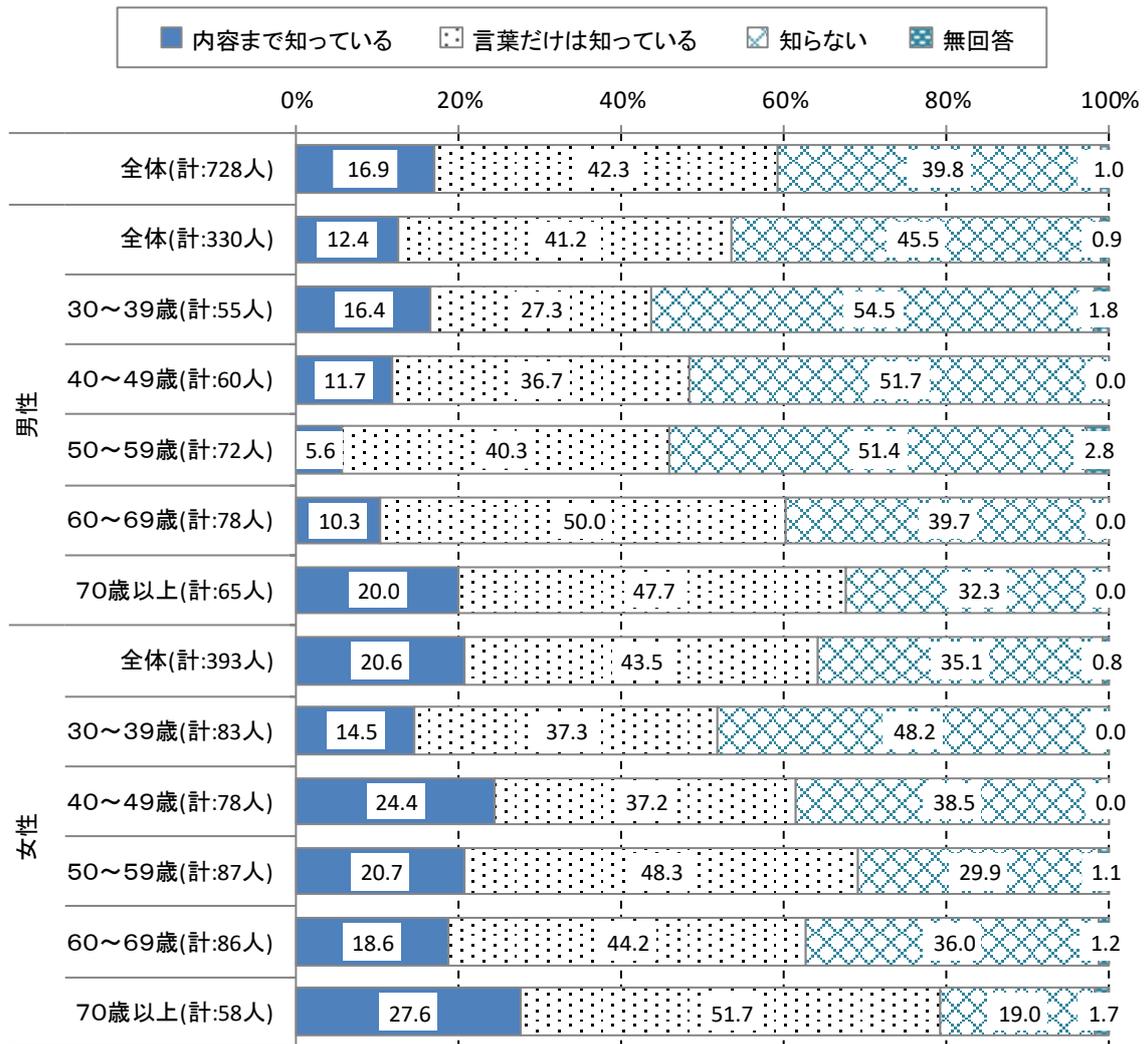
●朝食を食べる習慣がある人の割合は83.5%と比較的高くなっています。また、薄味を心がけている人が42.7%、よくかんで食べるように心がけている人も40.2%と健康に気遣いながら生活している人が概ね4割以上いることが分かります。

問 21 肥満が生活習慣病の危険性を高めることを知っていますか。



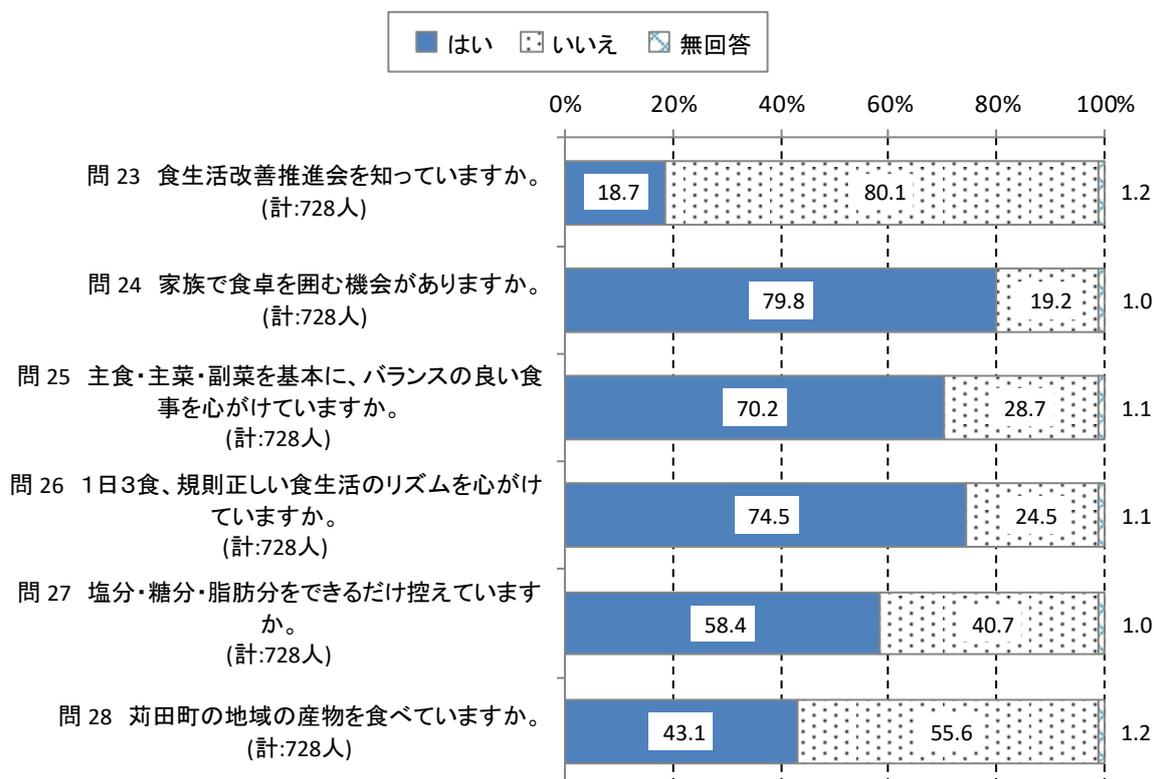
●肥満が生活習慣病の危険性を高めることを知っているかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は97.8%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は1.5%となっています。

問 22 食事のバランスガイドを知っていますか。

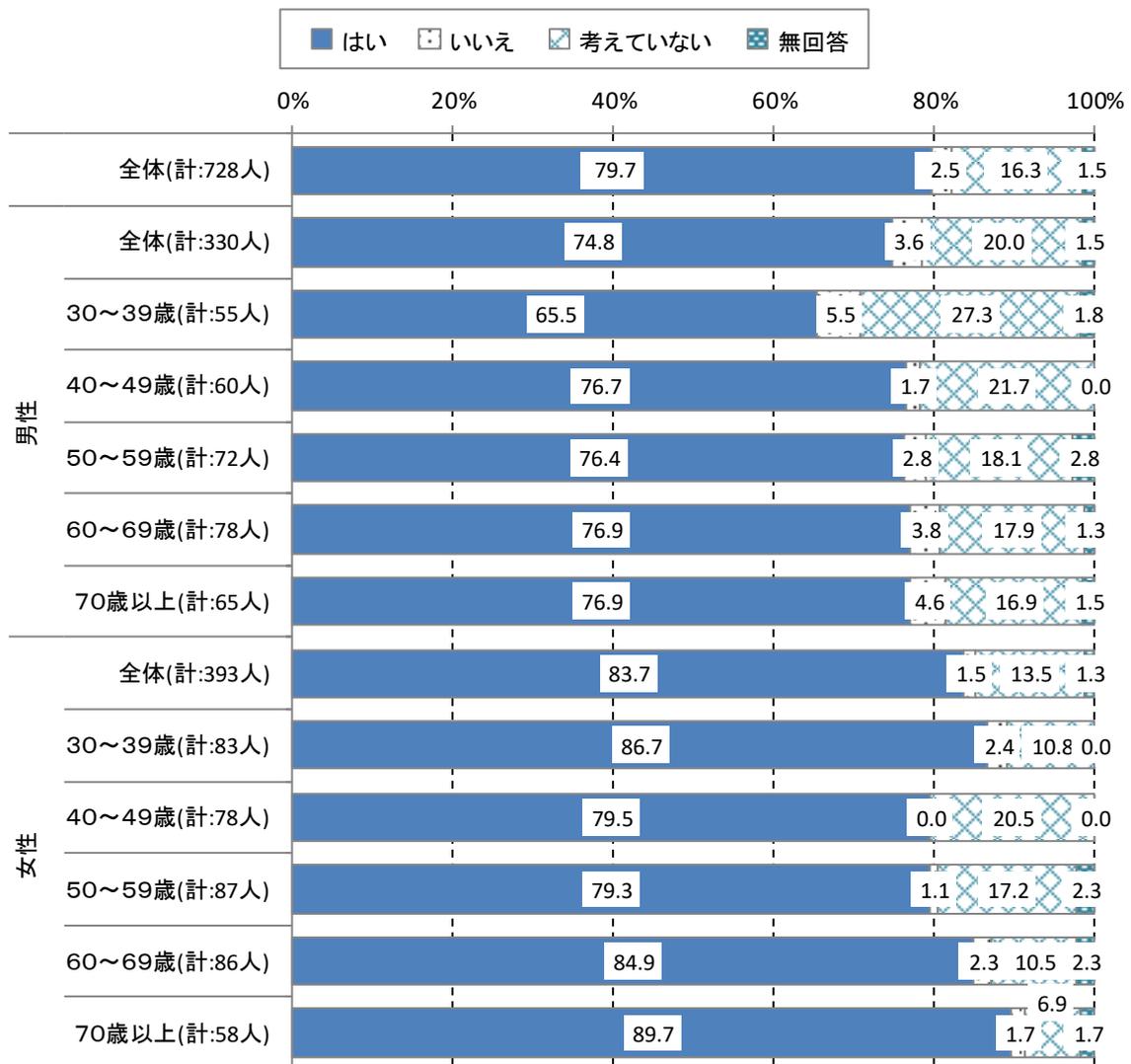


- 食事のバランスガイドを知っていますかとたずねたところ、「言葉だけは知っている」と回答した人の割合が最も高く、42.3%となっています。次いで、「知らない」(39.8%)、「内容まで知っている」(16.9%)と続いています。

(食生活・栄養について)

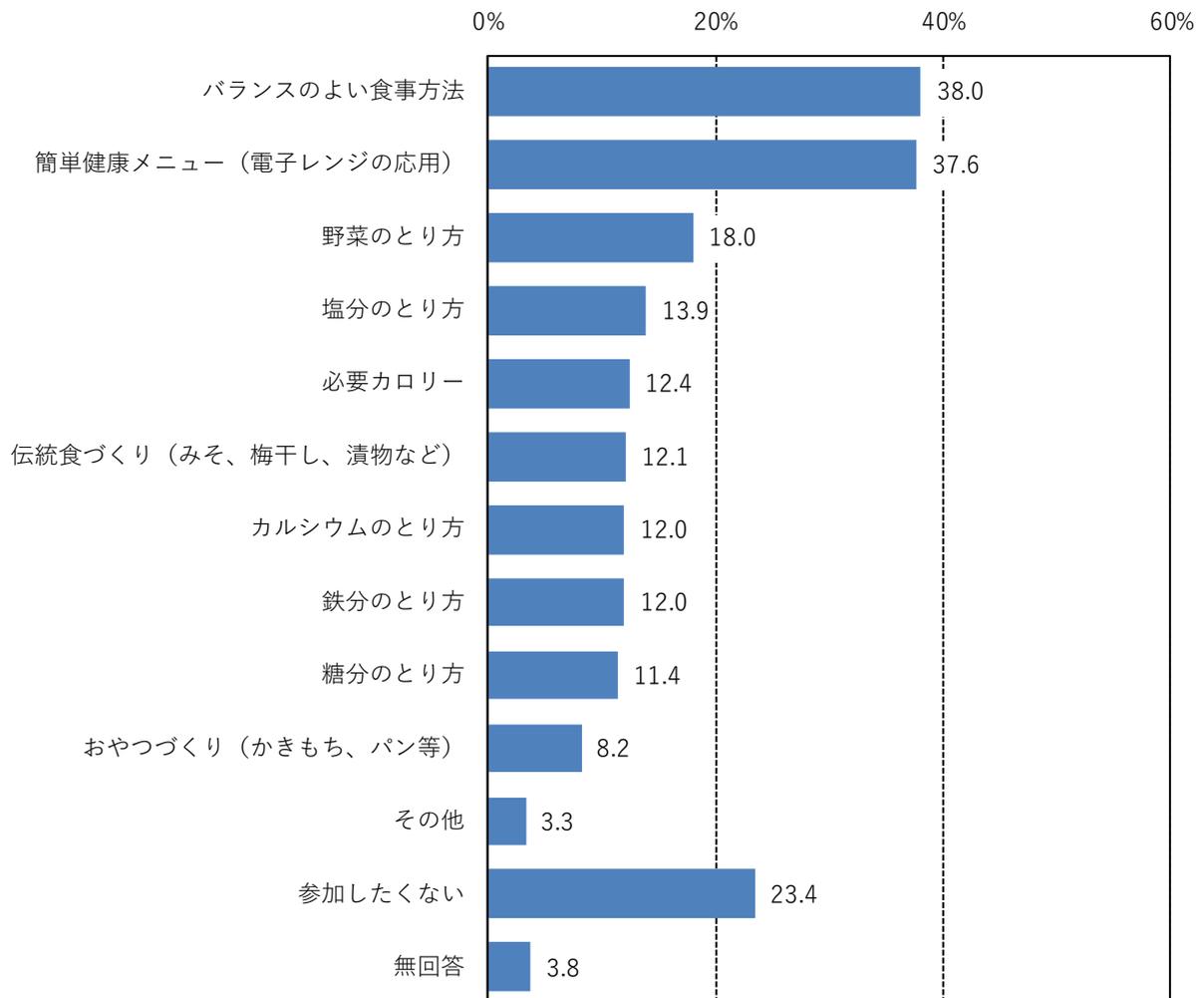


問 29 今後、自分の食事を健康的なものにしたいですか。



●自分の食事を健康的なものにしたいですかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は79.7%となっています。一方、「考えていない」「いいえ」と回答した人の割合は18.8%となっています。

問 30 健康を守るために、今後、どのような教室があったら参加してみたいですか。

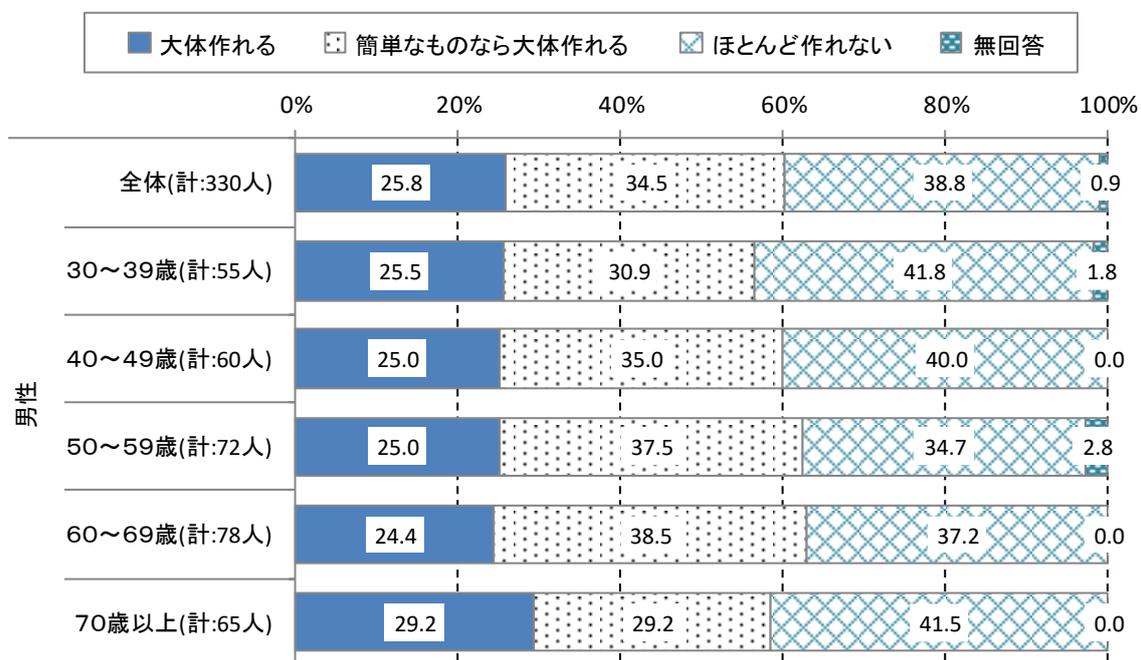


計：728人

●健康を守るために、今後、どのような教室があったら参加してみたいですかとたずねたところ、「バランスのよい食事方法」と回答した人が最も多く、38.0%となっています。次いで、「簡単健康メニュー（電子レンジの応用）」(37.6%)、「野菜のとり方」(18.0%)と続いています。

男性の方のみにお聞きします。

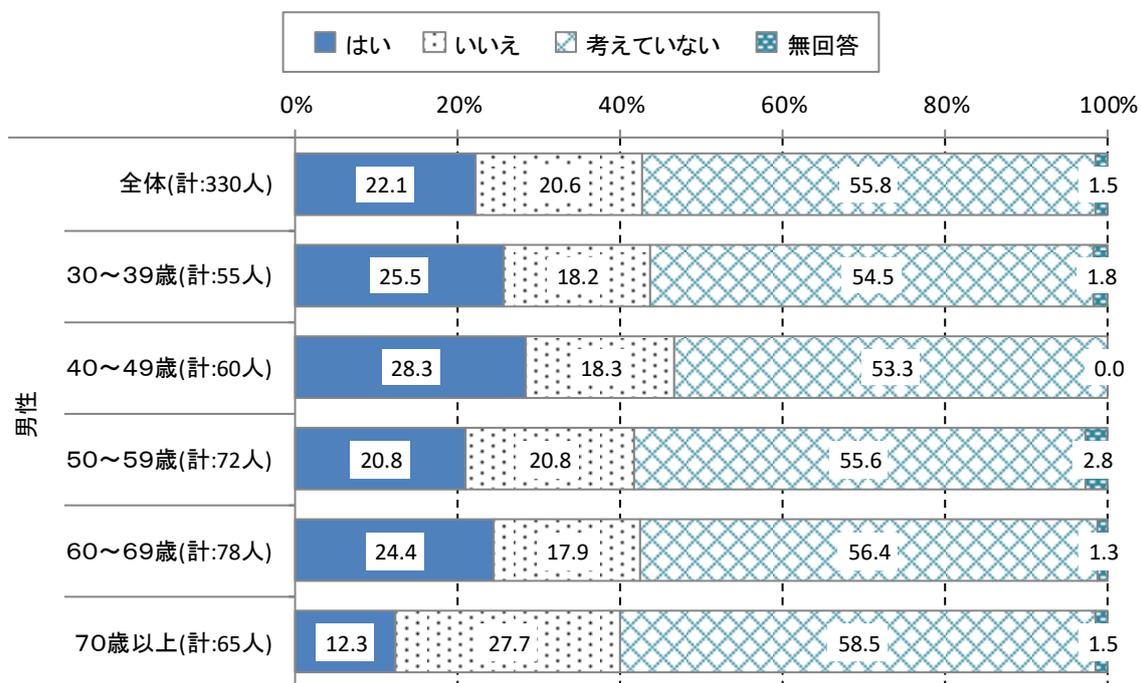
問 31 ひとりで基本的な料理（味噌汁、焼き魚、煮物等）が作れますか。



●男性の方に、ひとりで基本的な料理（味噌汁、焼き魚、煮物等）が作れますかとたずねたところ、「大体作れる」「簡単なものなら大体作れる」と回答した人の割合は60.3%となっています。一方、「ほとんど作れない」と回答した人の割合は38.8%となっています。

男性の方のみにお聞きします。

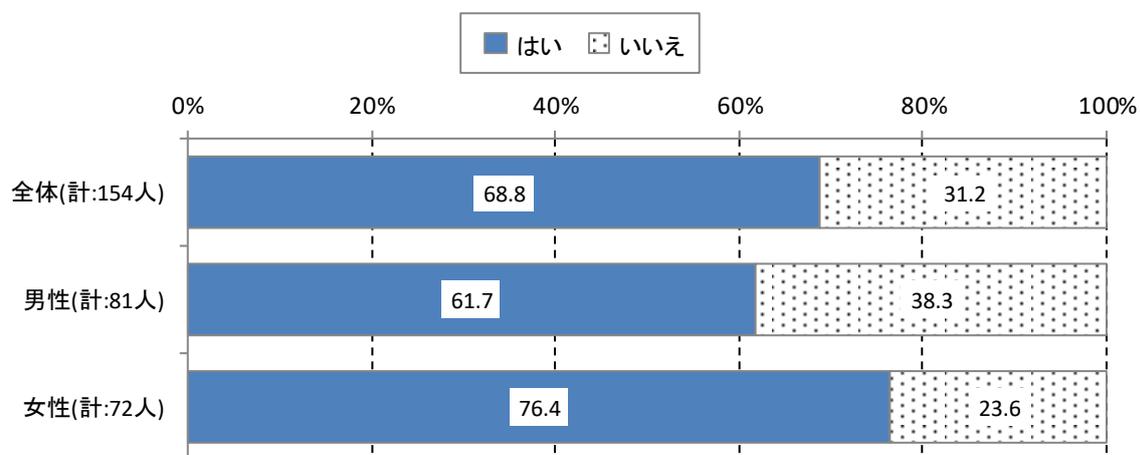
問 32 男性を対象とした料理教室の学習の場があれば参加しますか。



●男性の方に、男性を対象とした料理教室の学習の場があれば参加しますかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は22.1%となっています。一方、「いいえ」「考えていない」と回答した人の割合は76.4%となっています。

小学生以下のお子様がいいらっしゃる方のみにお聞きします。

問 33 お子様の食習慣（おやつの時間等）に気を付けていますか。

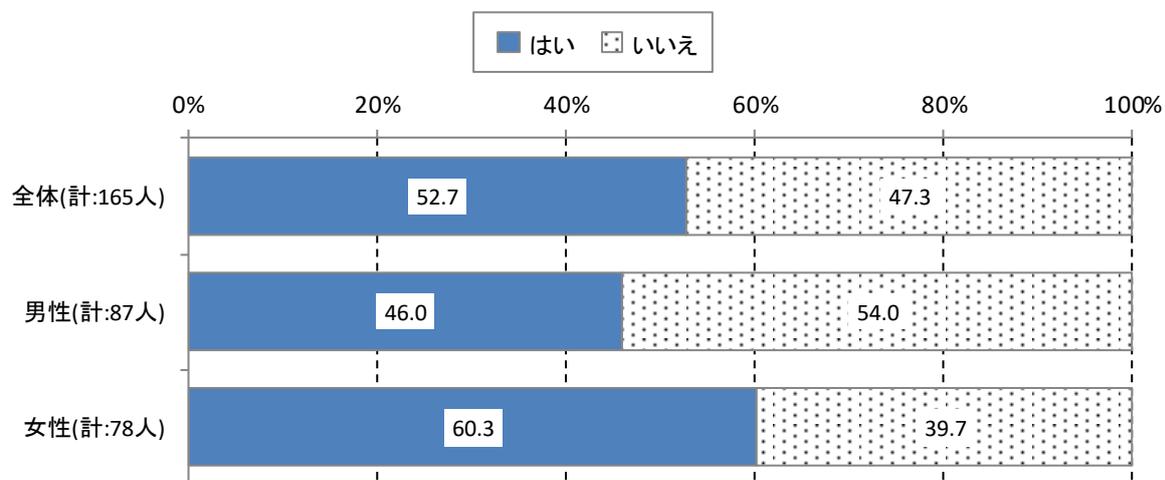


●小学生以下のお子様がいいらっしゃる方に、お子様の食習慣（おやつの時間等）に気を付けていますかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は68.8%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は31.2%となっています。

※ 本設問は小学生以下のお子様がいいらっしゃる方のみ尋ねた設問であるため、表頭の無回答者を表示せず集計・分析を行いました。

小学生以下のお子様がいいらっしゃる方のみにお聞きします。

問 34 お子様を含め、家族で料理を作る機会がありますか。

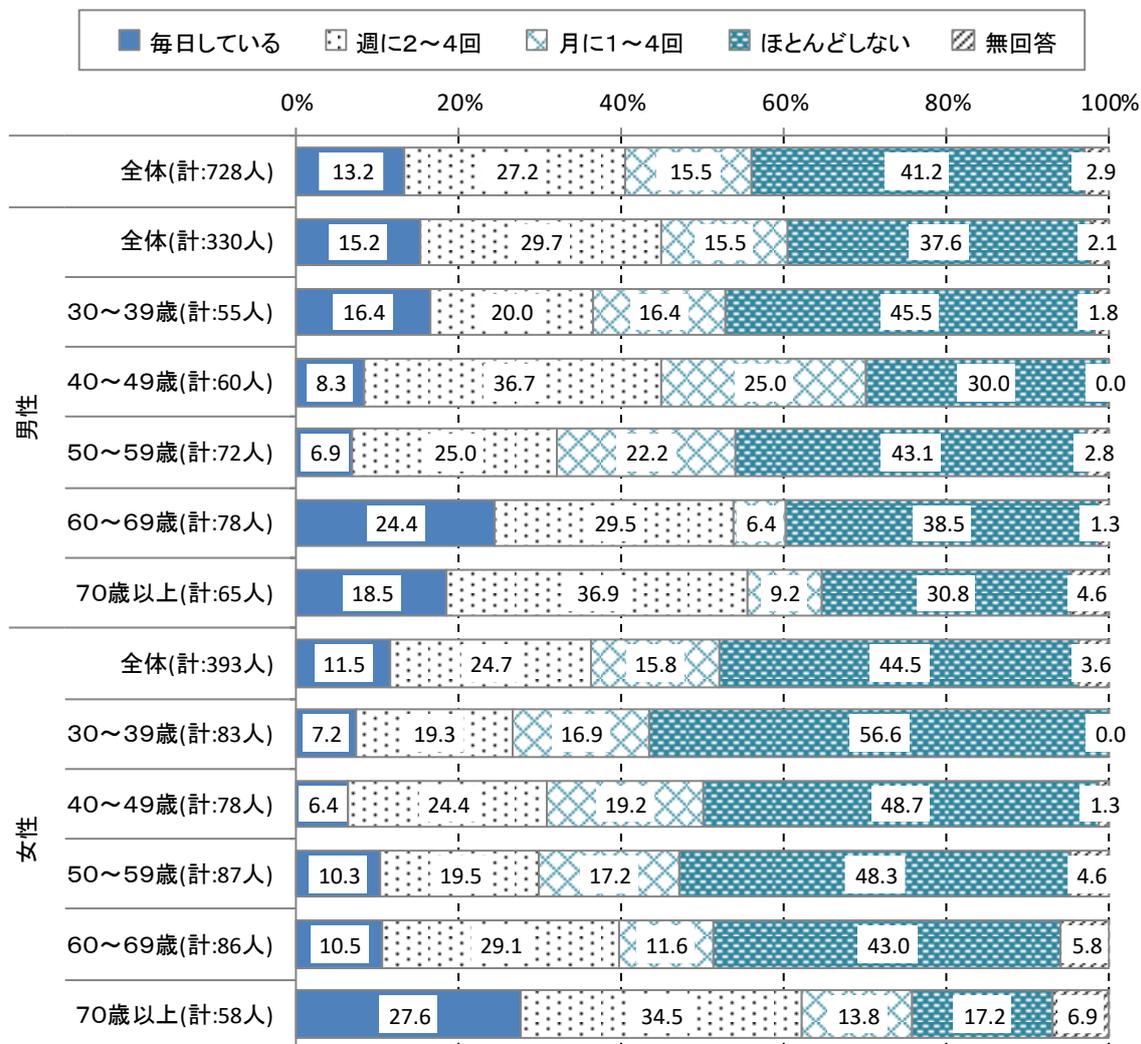


●小学生以下のお子様がいいらっしゃる方に、お子様を含め、家族で料理を作る機会がありますかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は52.7%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は47.3%となっています。

※ 本設問は小学生以下のお子様がいいらっしゃる方のみ尋ねた設問であるため、表頭の無回答者を表示せず集計・分析を行いました。

(4) 運動習慣について

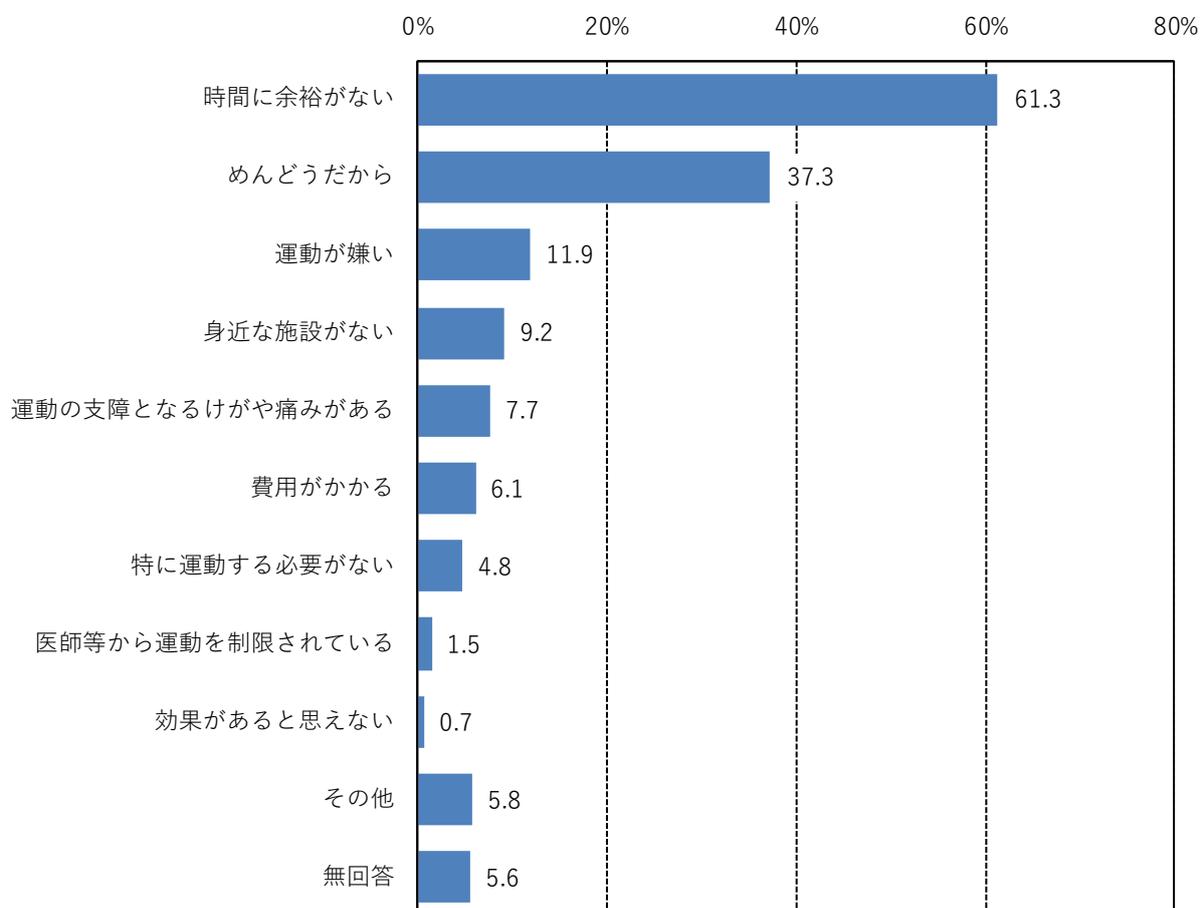
問 35 1日30分以上の軽く汗をかく運動をどのくらいしていますか（ウォーキングなども含む）。



- 1日30分以上の軽く汗をかく運動をどのくらいしていますか（ウォーキングなども含む）とたずねたところ、「ほとんどしない」と回答した人の割合が最も高く、41.2%となっています。次いで、「週に2~4回」（27.2%）、「月に1~4回」（15.5%）と続いています。
- 性別・年齢階層別にみると、1日30分以上の軽く汗をかく運動を毎日していると回答した人の割合は男性では60~69歳、女性では70歳以上が最も多くなっています。

週に2日以上運動していない方にお聞きします。

問 35-1 週に2日以上運動ができない理由は何ですか。

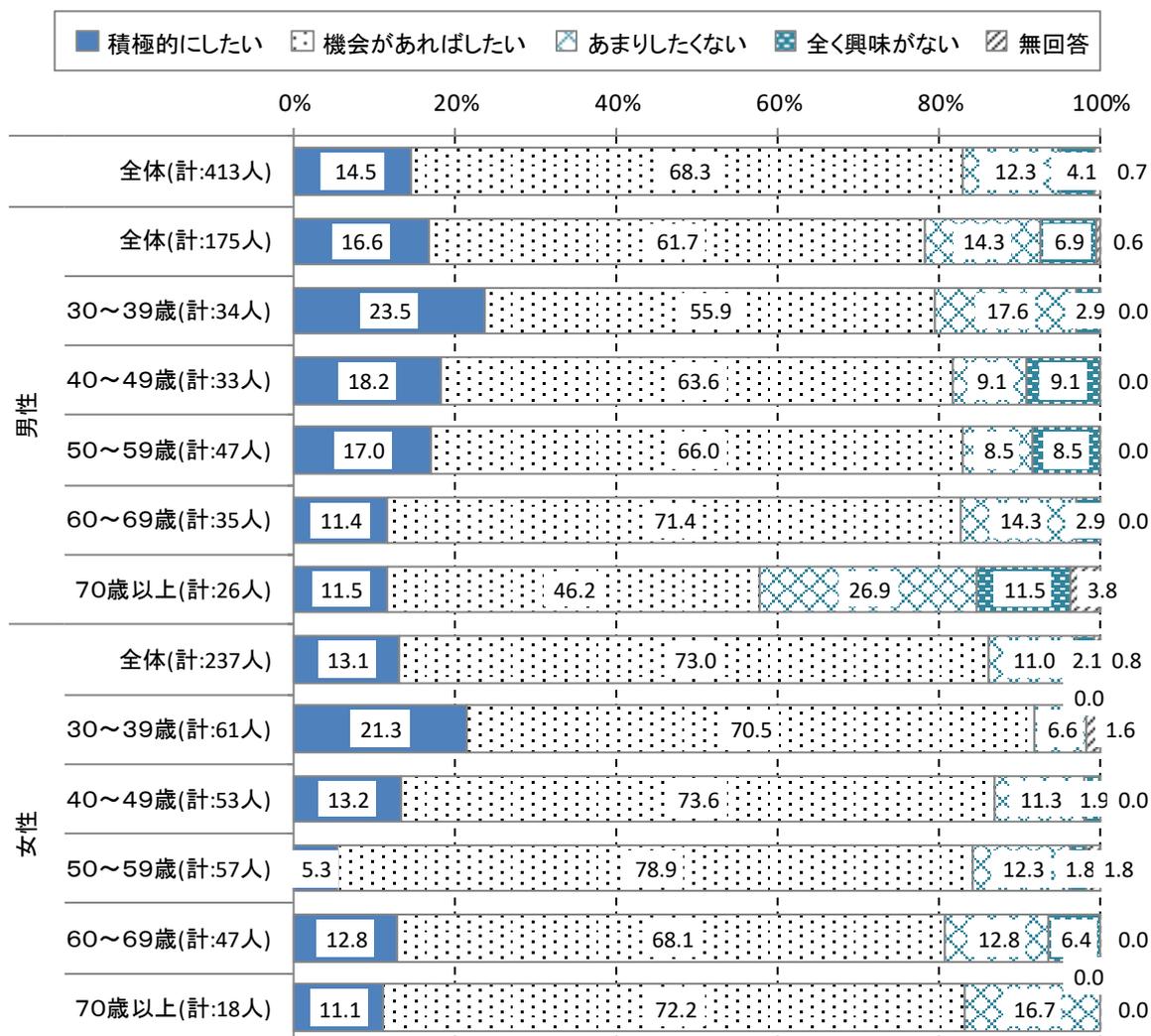


計：413人

●週に2日以上運動していない方に、週に2日以上運動ができない理由は何ですかとたずねたところ、「時間に余裕がない」と回答した人が最も多く、61.3%となっています。次いで、「めんどうだから」(37.3%)、「運動が嫌い」(11.9%)と続いています。

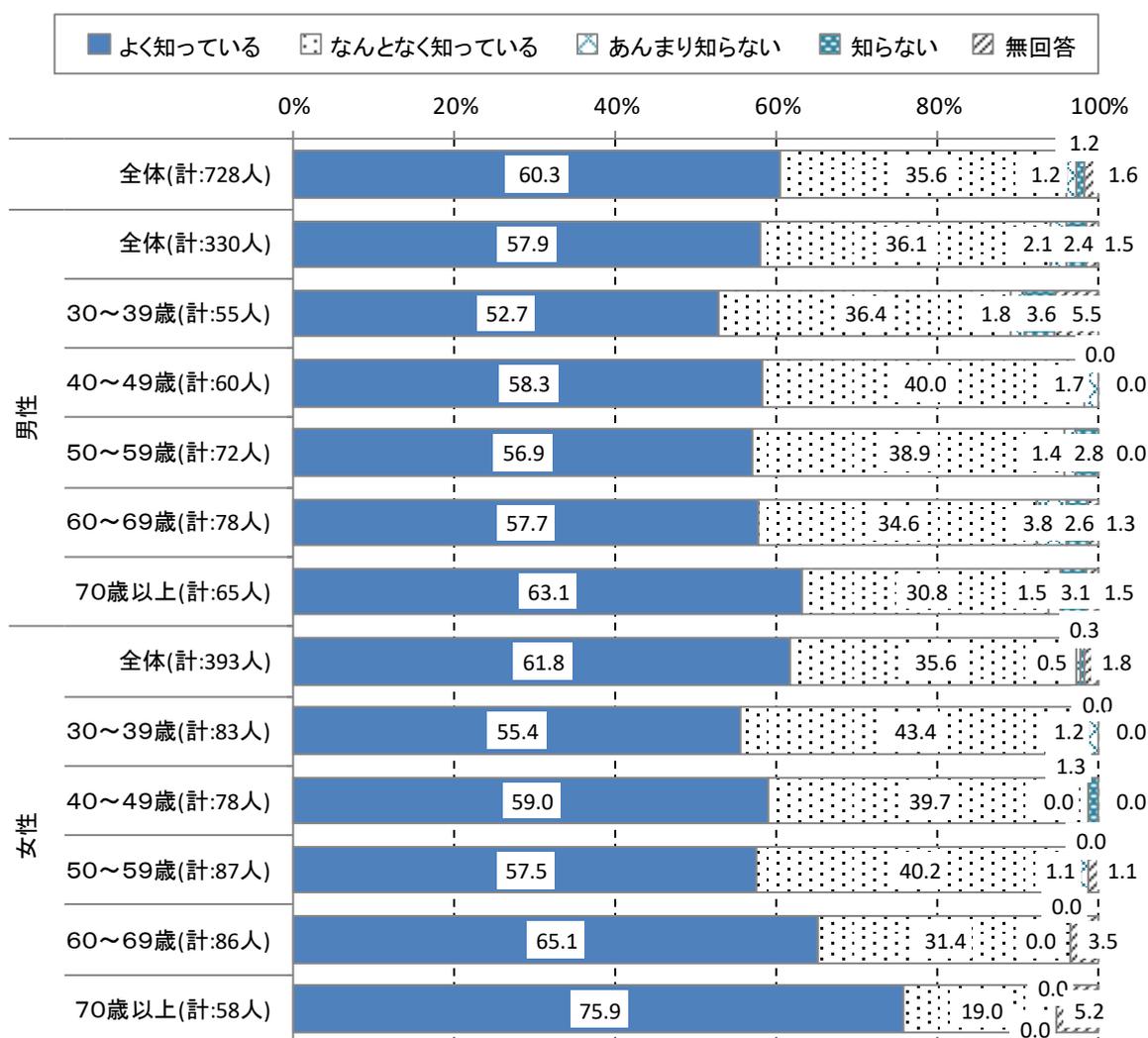
週に2日以上運動していない方にお聞きします。

問 35-2 今後、運動したいと思いますか。



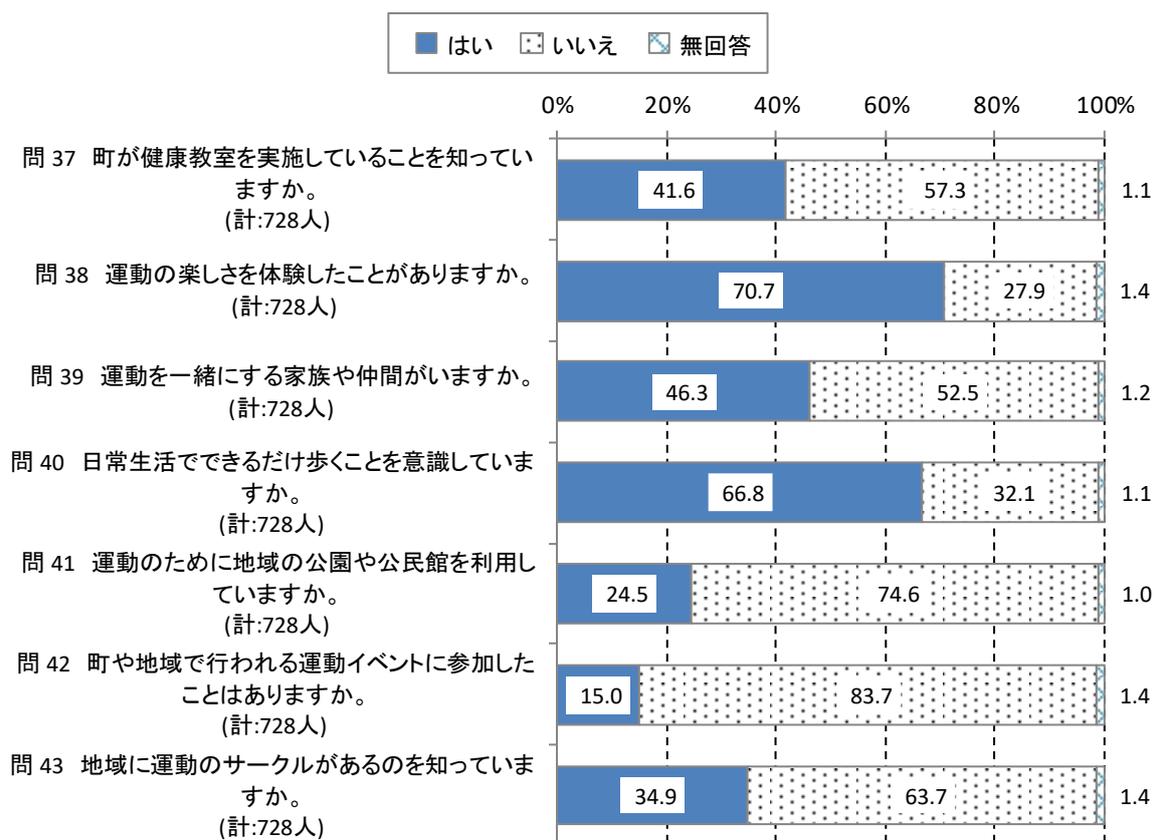
●週に2日以上運動していない方に、今後、運動したいと思いますかとたずねたところ、「積極的にしたい」または「機会があればしたい」と回答した人の割合は82.8%となっています。一方、「あまりしたくない」または「全く興味がない」と回答した人の割合は16.4%となっています。

問 36 運動が生活習慣病予防に効果があることを知っていますか。

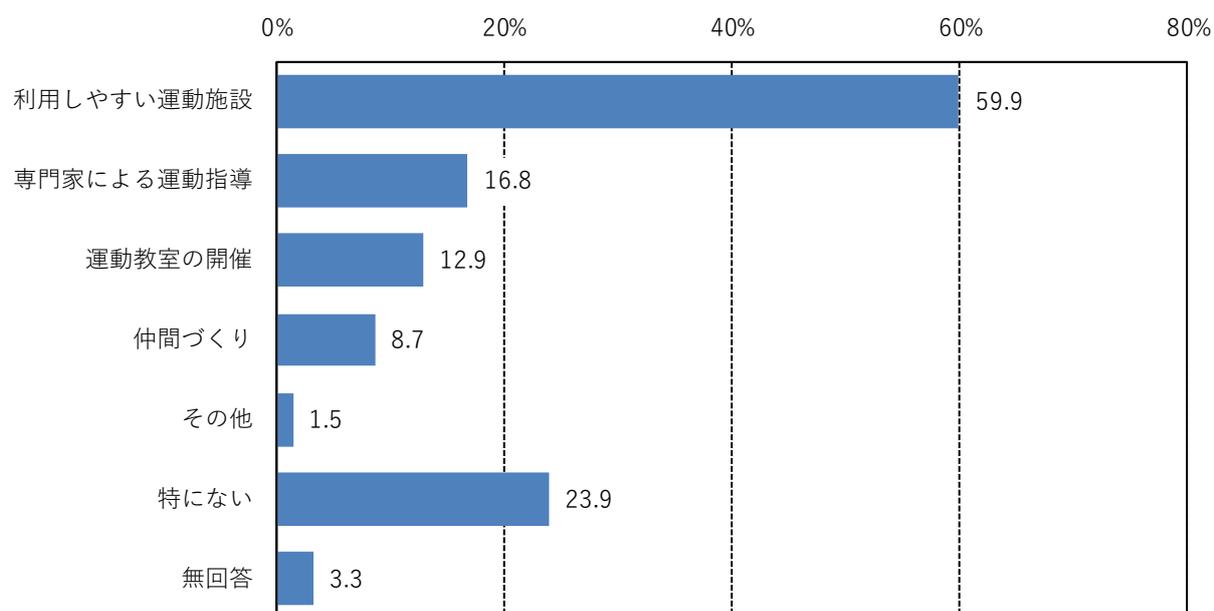


●運動が生活習慣病予防に効果があることを知っていますかとたずねたところ、「よく知っている」または「なんとなく知っている」と回答した人の割合は95.9%となっています。一方、「あまり知らない」または「知らない」と回答した人の割合は2.4%となっています。

(運動習慣について)



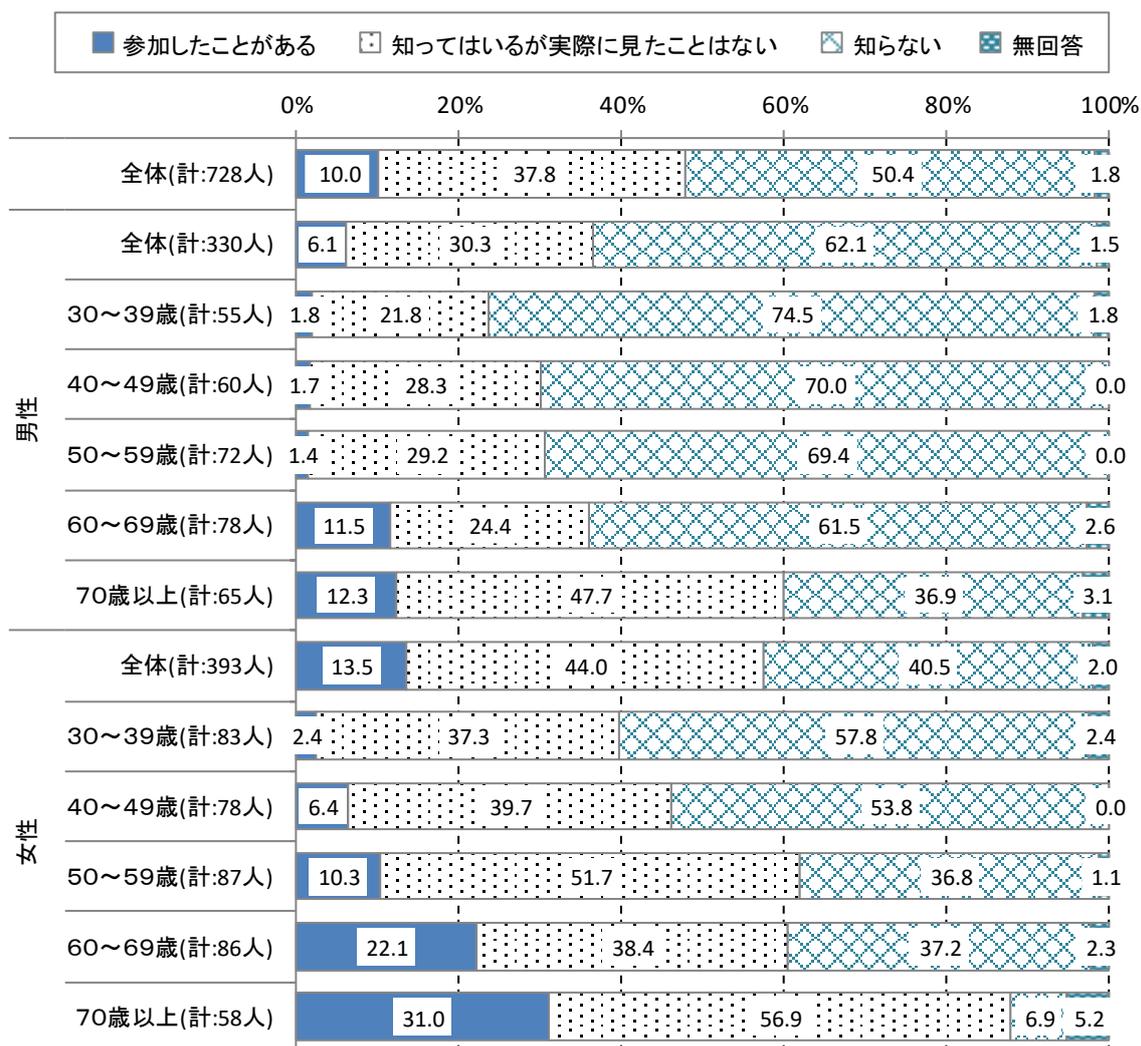
問 44 運動に関して町に求めるサービスは何ですか。



計：728人

●運動に関して町に求めるサービスは何ですかとたずねたところ、「利用しやすい運動施設」と回答した人が最も多く、59.9%となっています。次いで、「専門家による運動指導」(16.8%)、「運動教室の開催」(12.9%)と続いています。

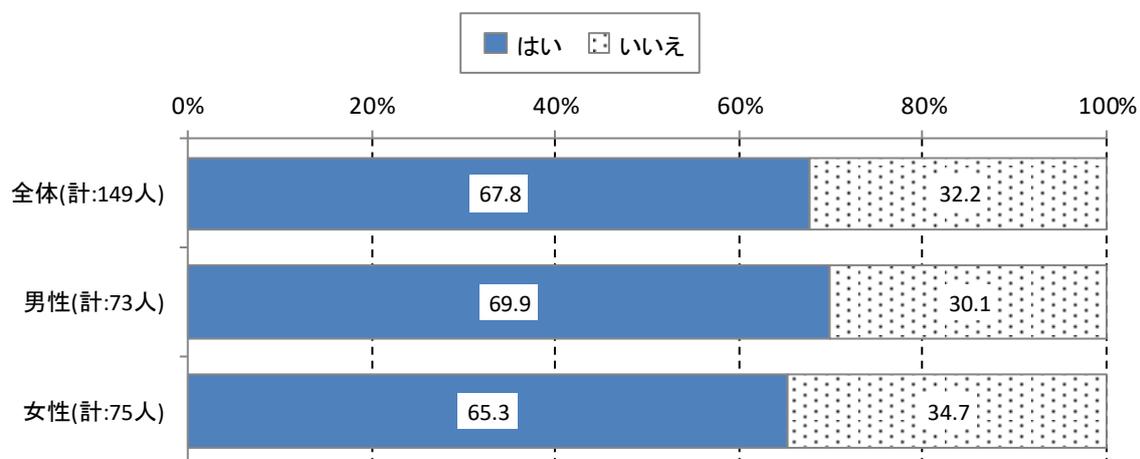
問 45 パンジープラザに健康増進教室があることを知っていますか。



- パンジープラザに健康増進教室があることを知っていますかとたずねたところ、「知らない」と回答した人の割合が最も高く、50.4%となっています。次いで、「知ってはいるが実際に見たことはない」(37.8%)、「参加したことがある」(10.0%)と続いています。
- パンジープラザに健康増進教室があることを知っていると感じた人の割合は、男性は60歳以降に増加しています。女性は年齢階層が高くなるに従って認知度が高くなる傾向にあり、70歳以上では31.0%になっています。

小学生以下のお子様がいいらっしゃる方のみにお聞きします。

問 46 お子様はよく外で遊びますか。

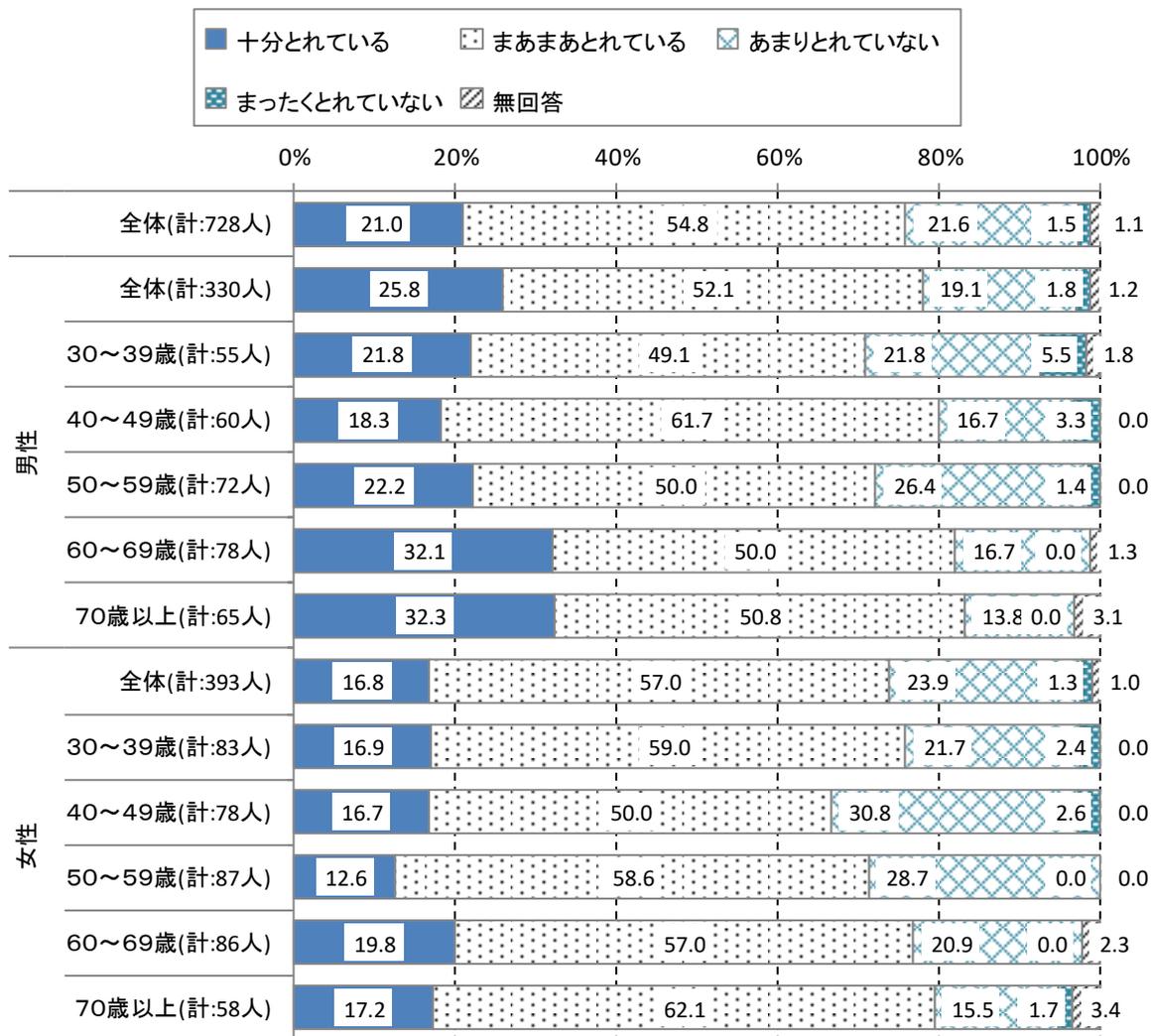


●小学生以下のお子様がいいらっしゃる方に、お子様はよく外で遊びますかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は67.8%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は32.2%となっています。

※ 本設問は小学生以下のお子様がいいらっしゃる方のみ尋ねた設問であるため、表頭の無回答者を表示せず集計・分析を行いました。

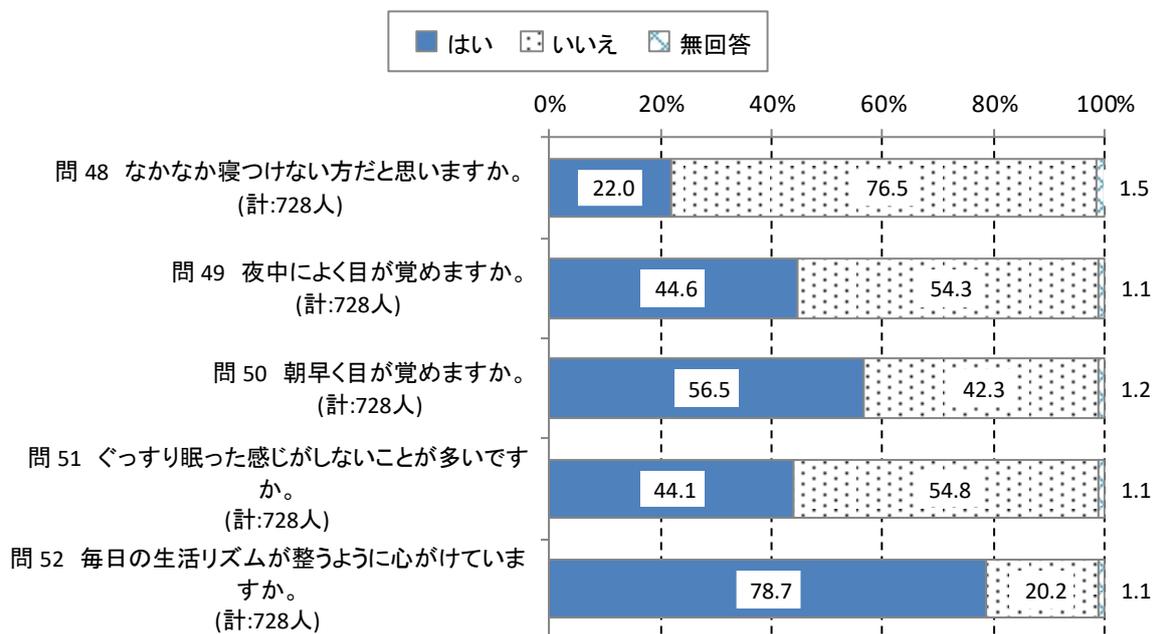
(5) 睡眠について

問 47 最近（ここ1ヶ月）睡眠による休養が十分とれていますか。



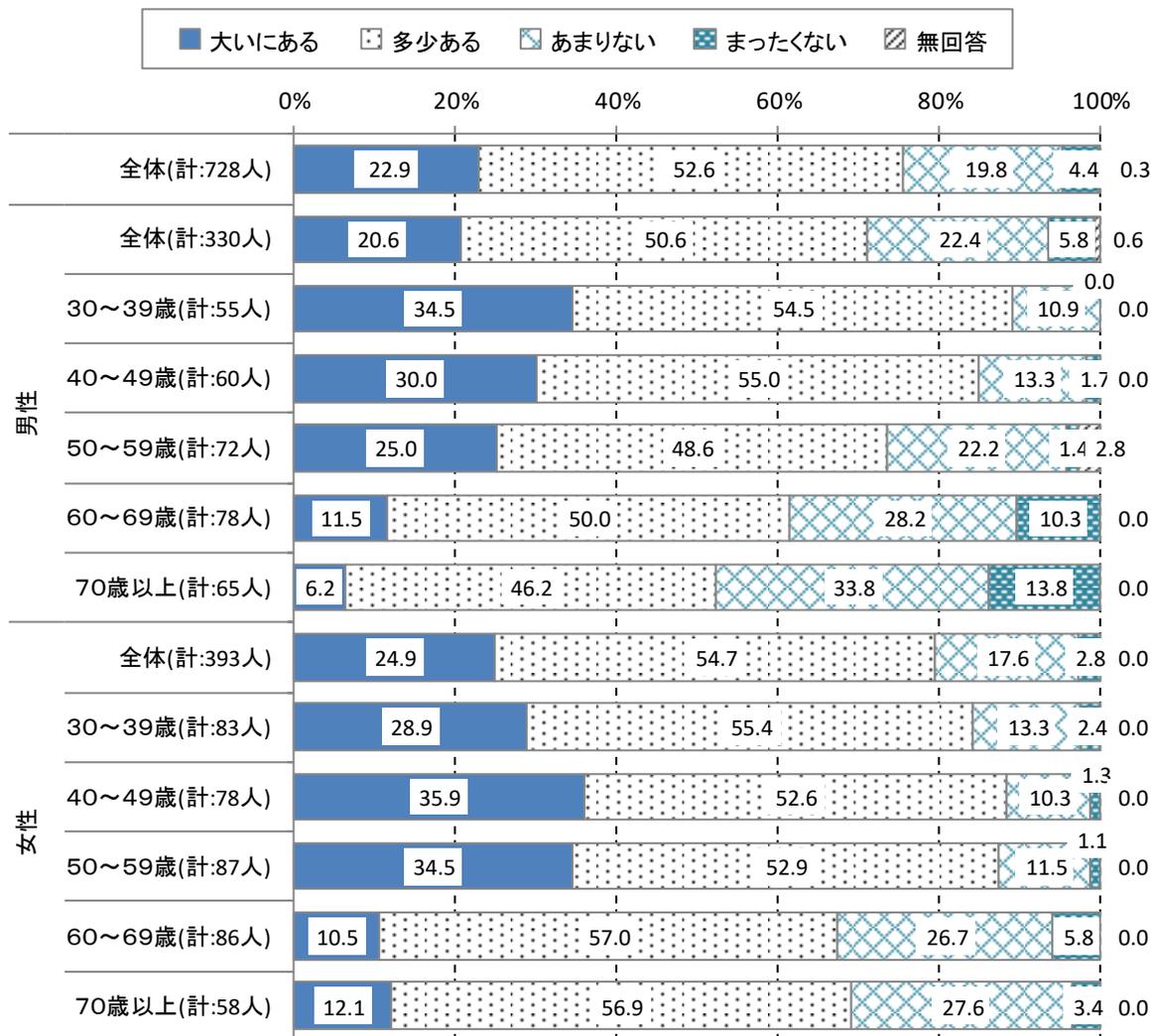
- 最近（ここ1ヶ月）睡眠による休養が十分とれていますかとたずねたところ、「十分とれている」または「まあまあとれている」と回答した人の割合は75.8%となっています。一方、「あまりとれていない」または「まったくとれていない」と回答した人の割合は23.1%となっています。
- 性別・年齢階層別にみると、睡眠による休養が十分とれていると回答した人の割合は、男性の60歳以降が高くなっており、3割を超えています。

最近（ここ1ヶ月）の睡眠の傾向についてお聞きします。



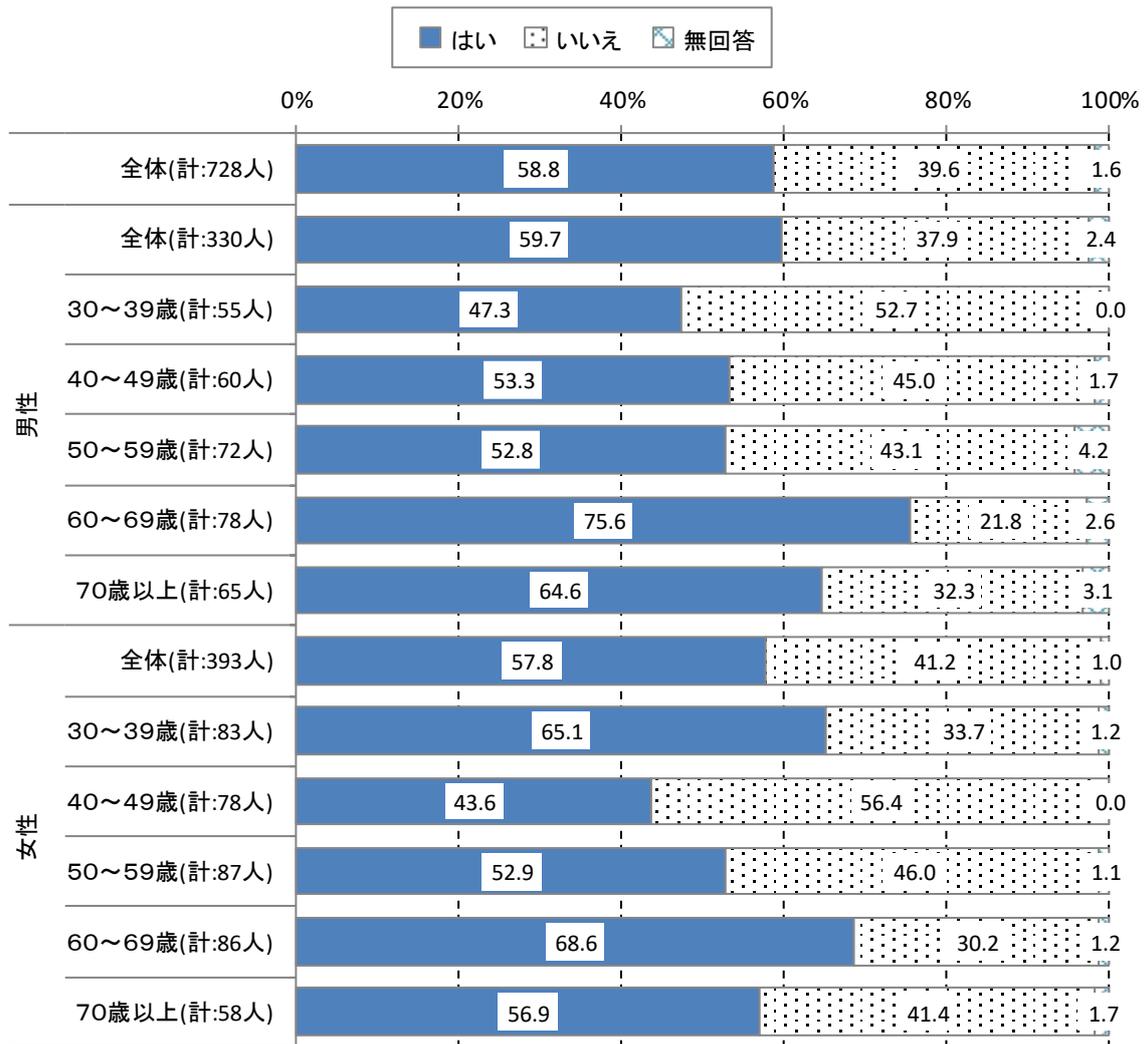
(6) ストレスについて

問 53 最近（ここ1ヶ月）精神的疲れやストレスを感じることがありますか。



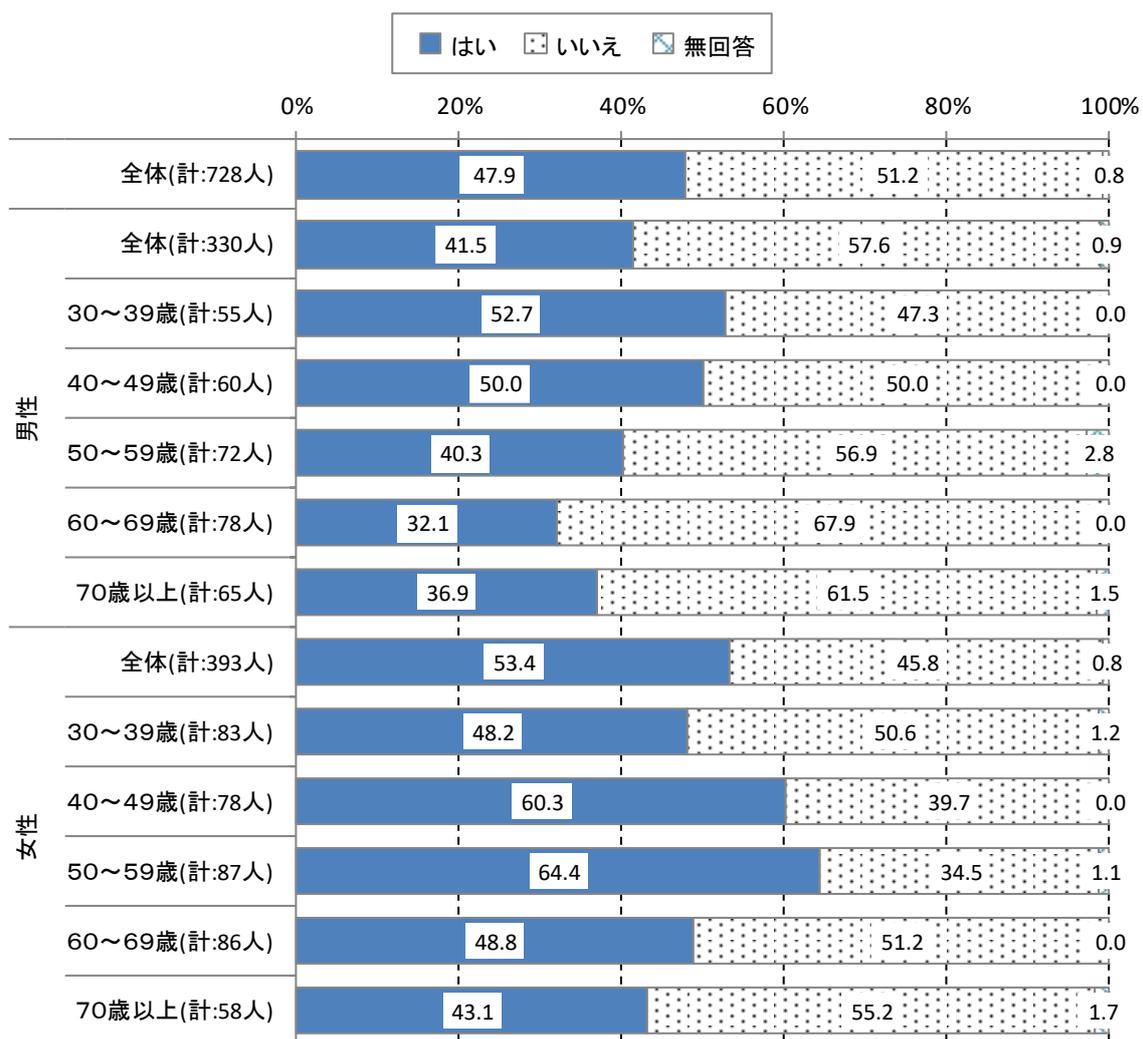
- 最近（ここ1ヶ月）精神的疲れやストレスを感じることがありますかとたずねたところ、「大いにある」または「多少ある」と回答した人の割合は75.5%となっています。一方、「あまりない」または「まったくない」と回答した人の割合は24.2%となっています。
- 性別・年齢階層別にみると、精神的疲れやストレスを感じることが「大いにある」と回答した人の割合は男女ともに60歳以降で急減していることが分かります。

問 54 ストレスを上手く解消できていますか。



● ストレスを上手く解消できていますかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は58.8%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は39.6%となっています。

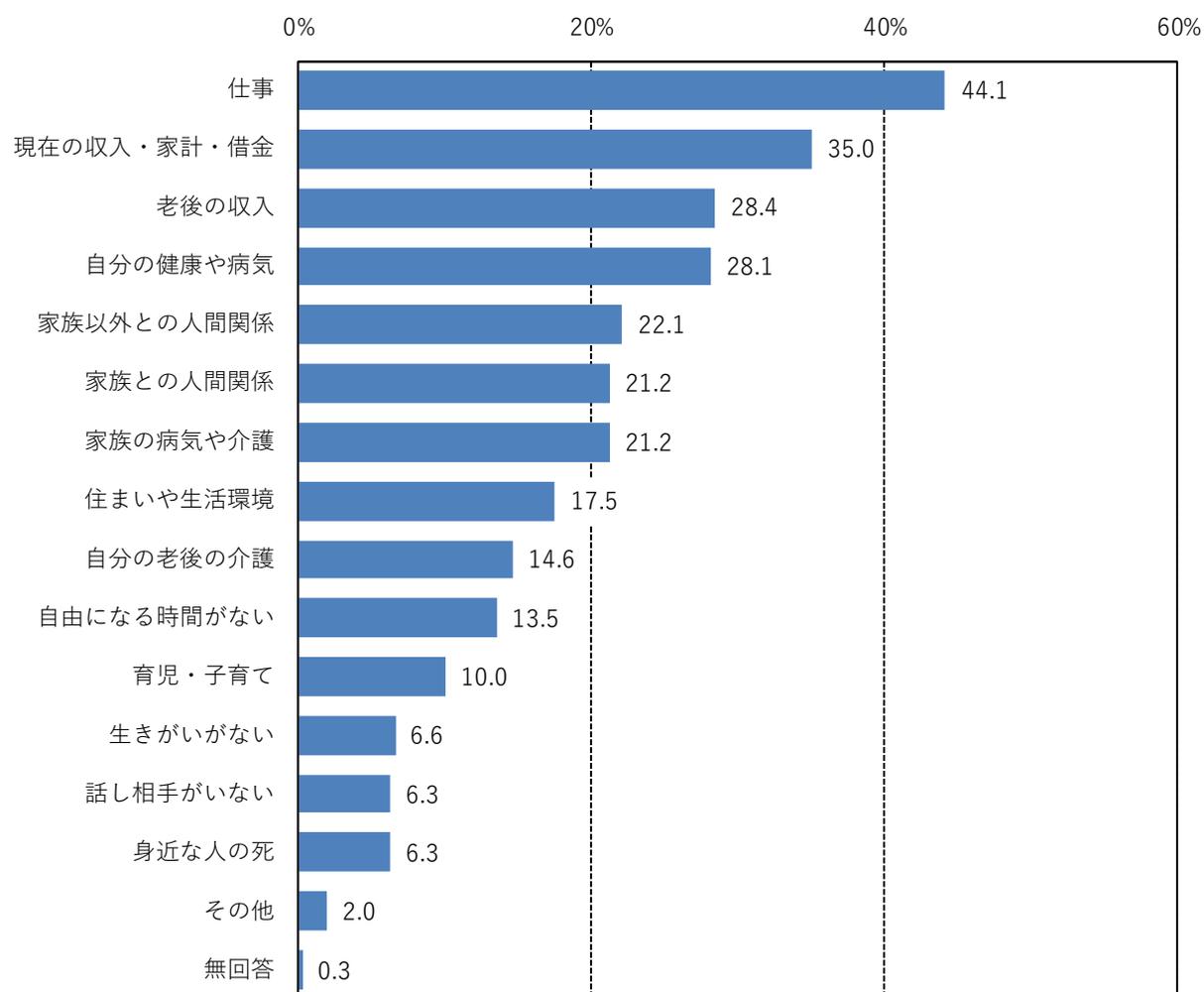
問 55 最近（ここ1ヶ月）心の負担になるような悩みや不安がありますか。



●最近（ここ1ヶ月）心の負担になるような悩みや不安がありますかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は47.9%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は51.2%となっています。

最近（ここ1ヶ月）心の負担になるような悩みや不安がある方にお聞きします。

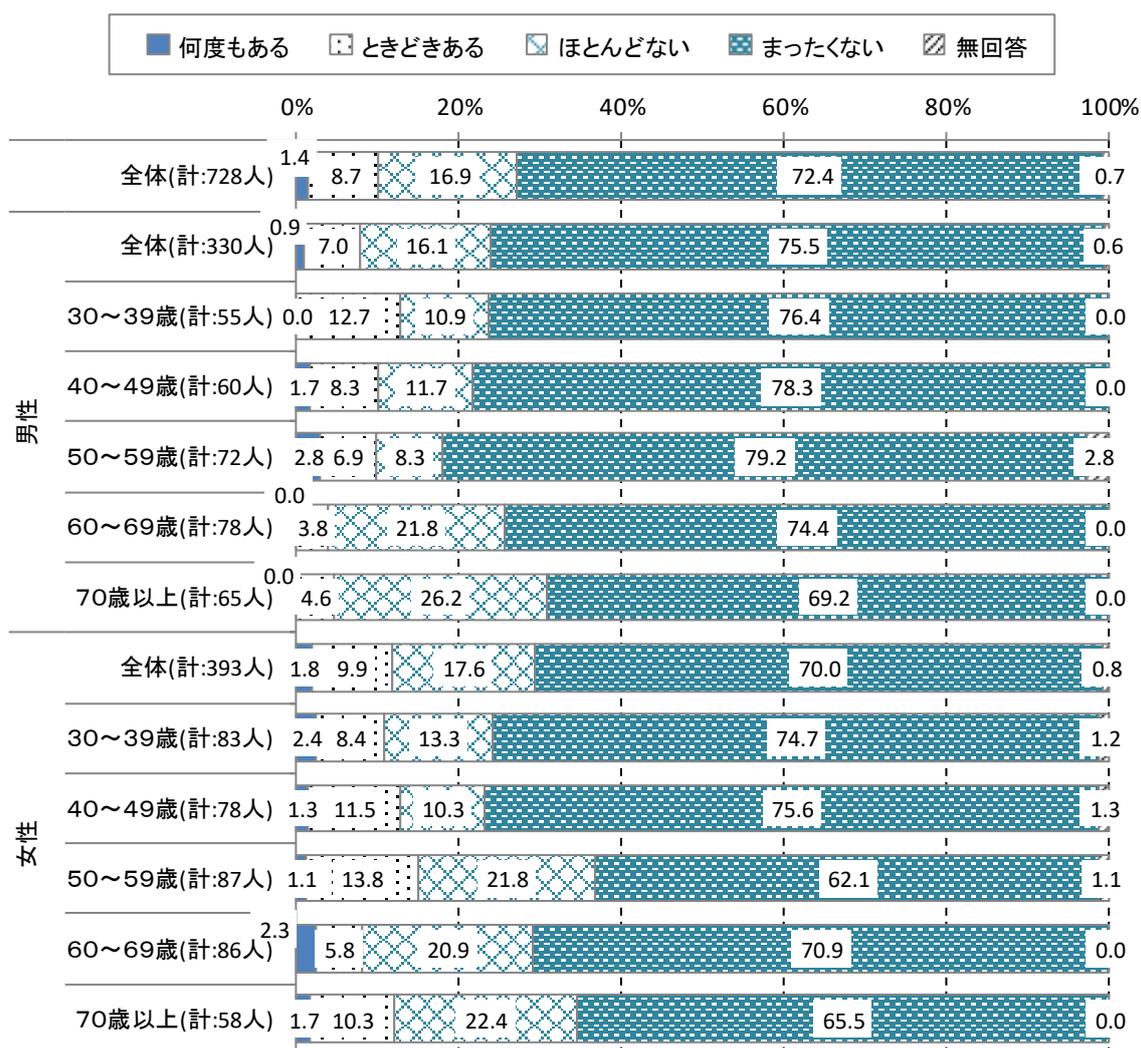
問 55-1 問 55 に「はい」と回答した方はどのような悩みや不安がありますか。



計：349人

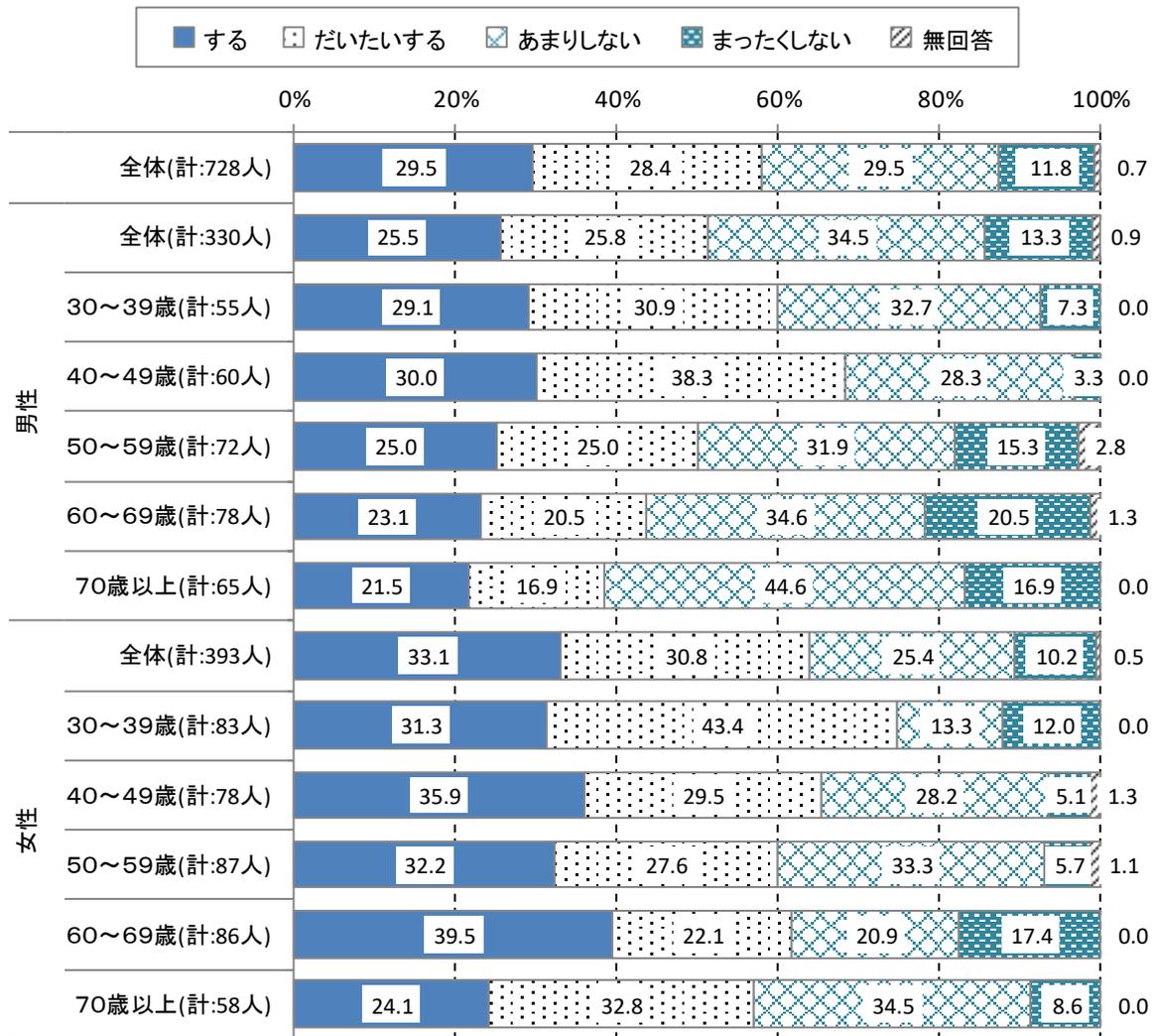
●最近（ここ1ヶ月）心の負担になるような悩みや不安がある方に、どのような悩みや不安がありますかとたずねたところ、「仕事」と回答した人が最も多く、44.1%となっています。次いで、「現在の収入・家計・借金」（35.0%）、「老後の収入」（28.4%）と続いています。

問 56 最近（ここ1ヶ月）死にたいと思ったことはありますか。



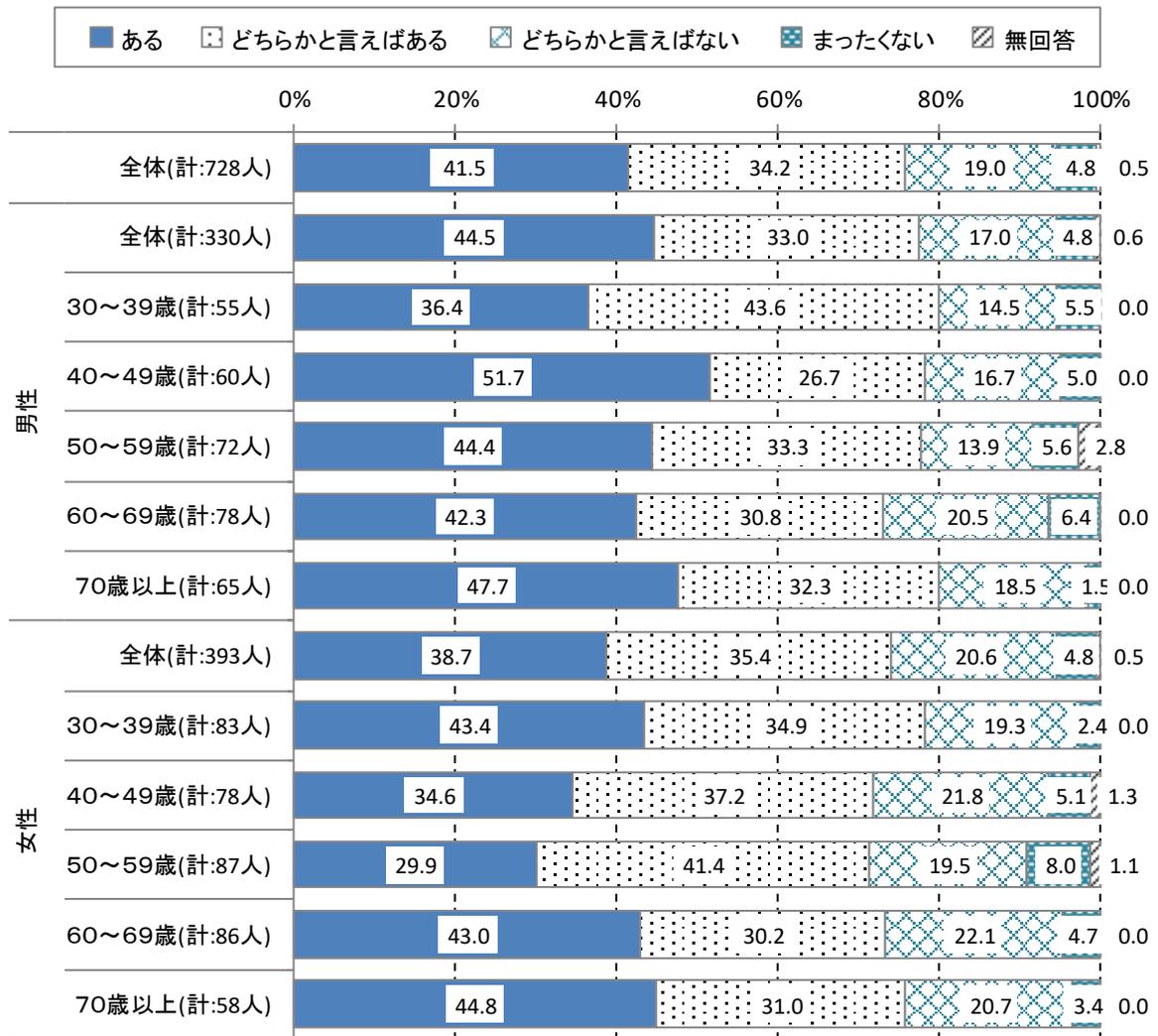
- 最近（ここ1ヶ月）死にたいと思ったことはありますかとたずねたところ、「何度もある」または「ときどきある」と回答した人の割合は10.1%となっています。一方、「ほとんどない」または「まったくない」と回答した人の割合は89.3%となっています。
- 性別にみると、死にたいと思ったことが何度もあると回答した人の割合は男性よりも女性の方が高くなっていることが分かります。性別・年齢階層別にみると、女性の30~39歳、60~69歳が特に高くなっています。

問 57 自分で抱えきれないような心配事や悩み事があったときに、人に相談しますか。



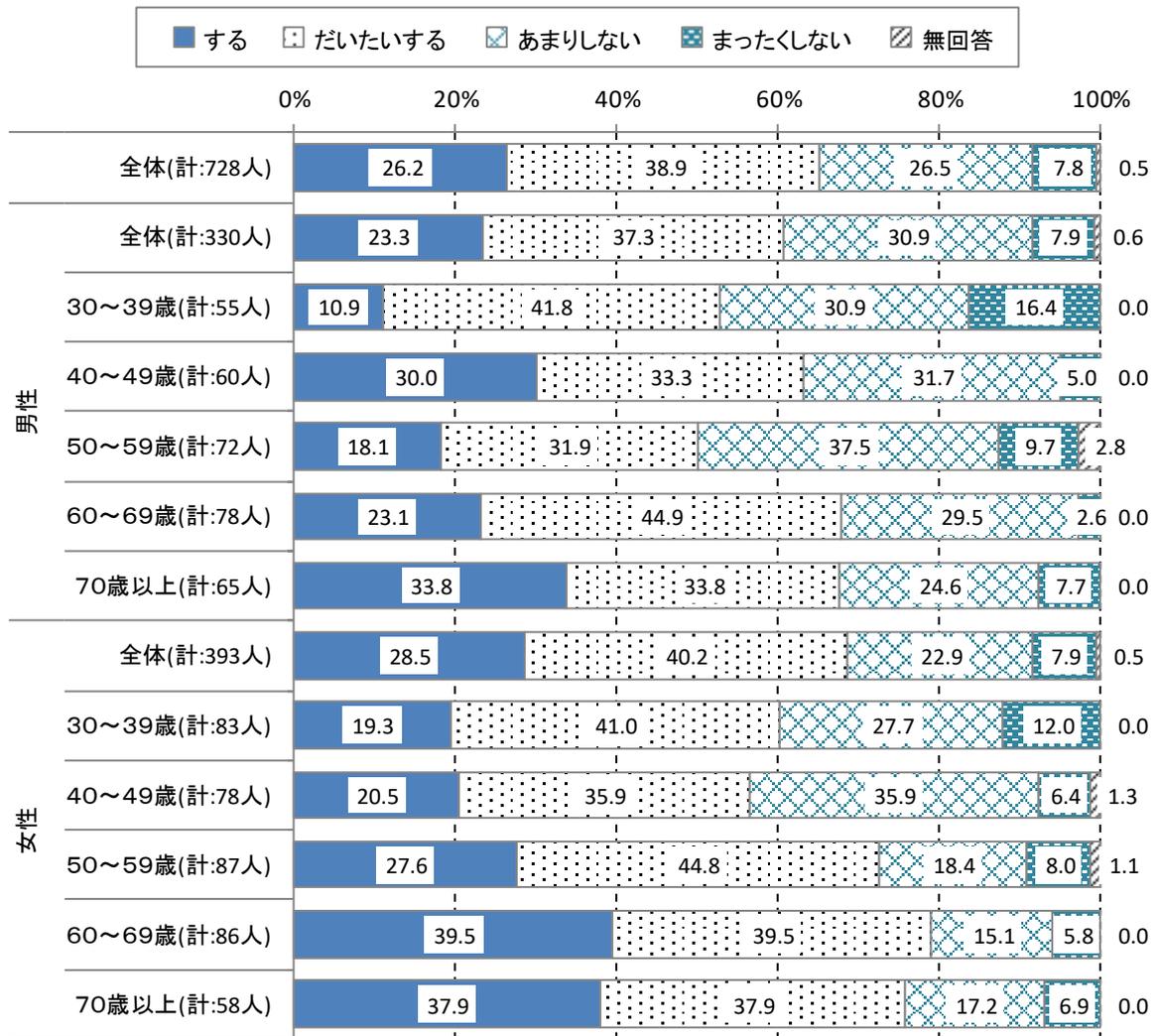
●自分で抱えきれないような心配事や悩み事があったときに、人に相談しますかとたずねたところ、「する」または「だいたいする」と回答した人の割合は57.9%となっています。一方、「あまりしない」または「まったくしない」と回答した人の割合は41.3%となっています。

問 58 趣味や生きがいがありますか。



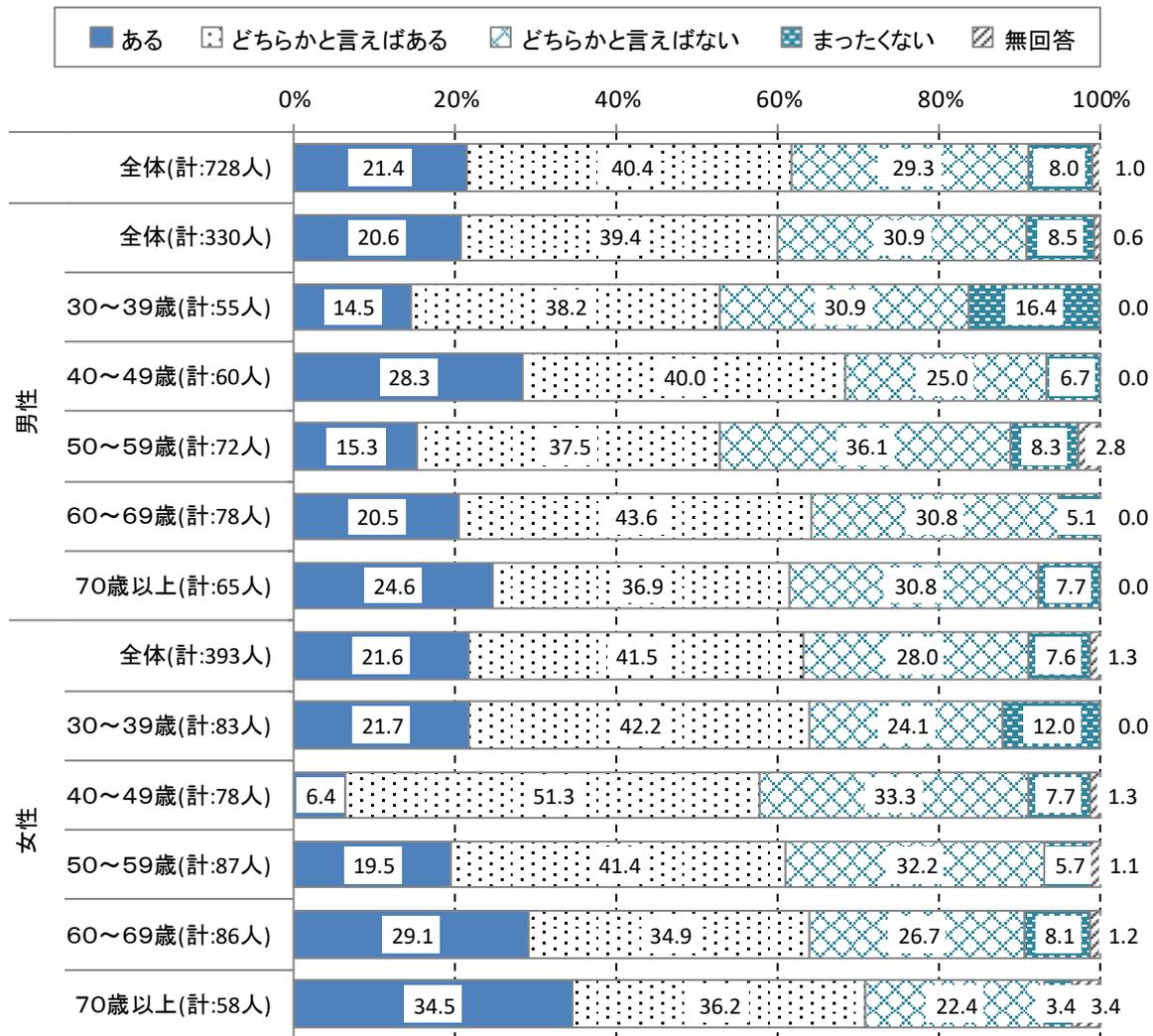
●趣味や生きがいがありますかとたずねたところ、「ある」または「どちらかといえばある」と回答した人の割合は75.7%となっています。一方、「どちらかといえばない」または「まったくない」と回答した人の割合は23.8%となっています。

問 59 地域の活動に参加したり、地域の方にあいさつをしたりしますか。



●地域の活動に参加したり、地域の方にあいさつをしたりしますかとたずねたところ、「する」または「だいたいする」と回答した人の割合は65.1%となっています。一方、「あまりしない」または「まったくしない」と回答した人の割合は34.3%となっています。

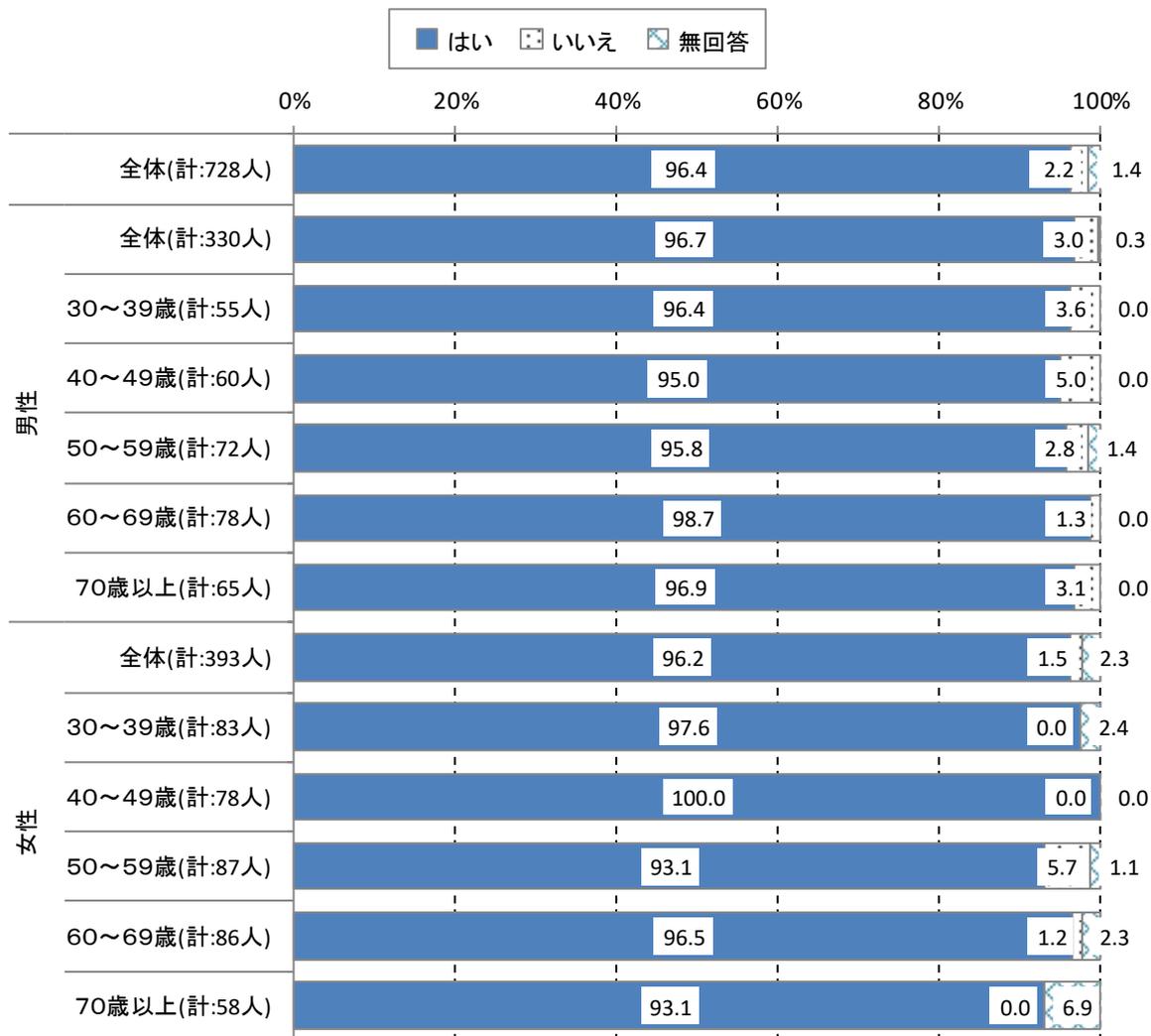
問 60 地域の人とおつきあいをしたい気持ちはありますか。



●地域の人とおつきあいをしたい気持ちはありますかとたずねたところ、「ある」または「どちらかと言えばある」と回答した人の割合は61.8%となっています。一方、「どちらかと言えばない」または「まったくない」と回答した人の割合は37.3%となっています。

(7) タバコ（電子タバコ等も含む）について

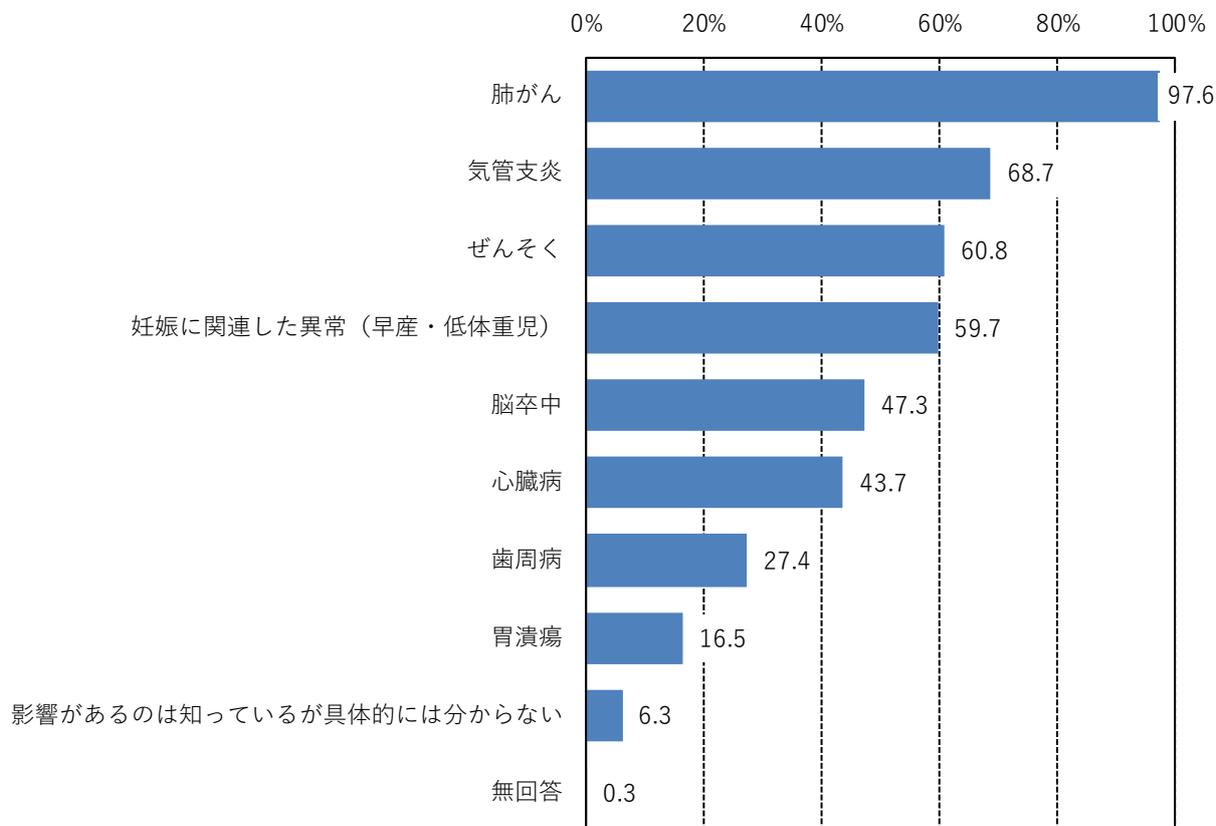
問 61 タバコが健康に及ぼす影響を知っていますか。



- タバコが健康に及ぼす影響を知っていますかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は96.4%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は2.2%となっています。

タバコが健康に及ぼす影響を知っていると回答された方にお聞きします。

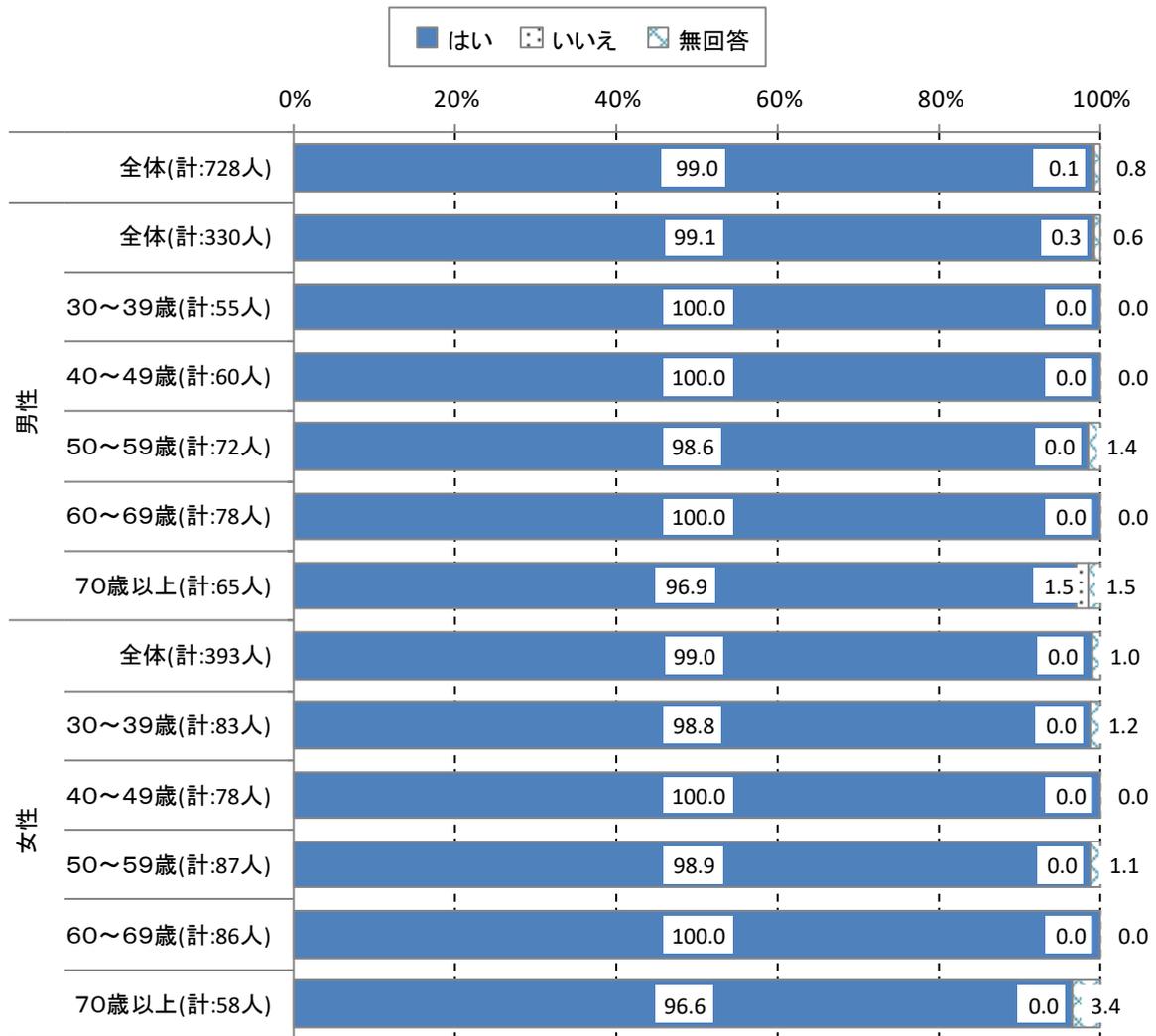
問 61-1 タバコが健康に及ぼす影響のうち、知っているものはどれですか。



計：702人

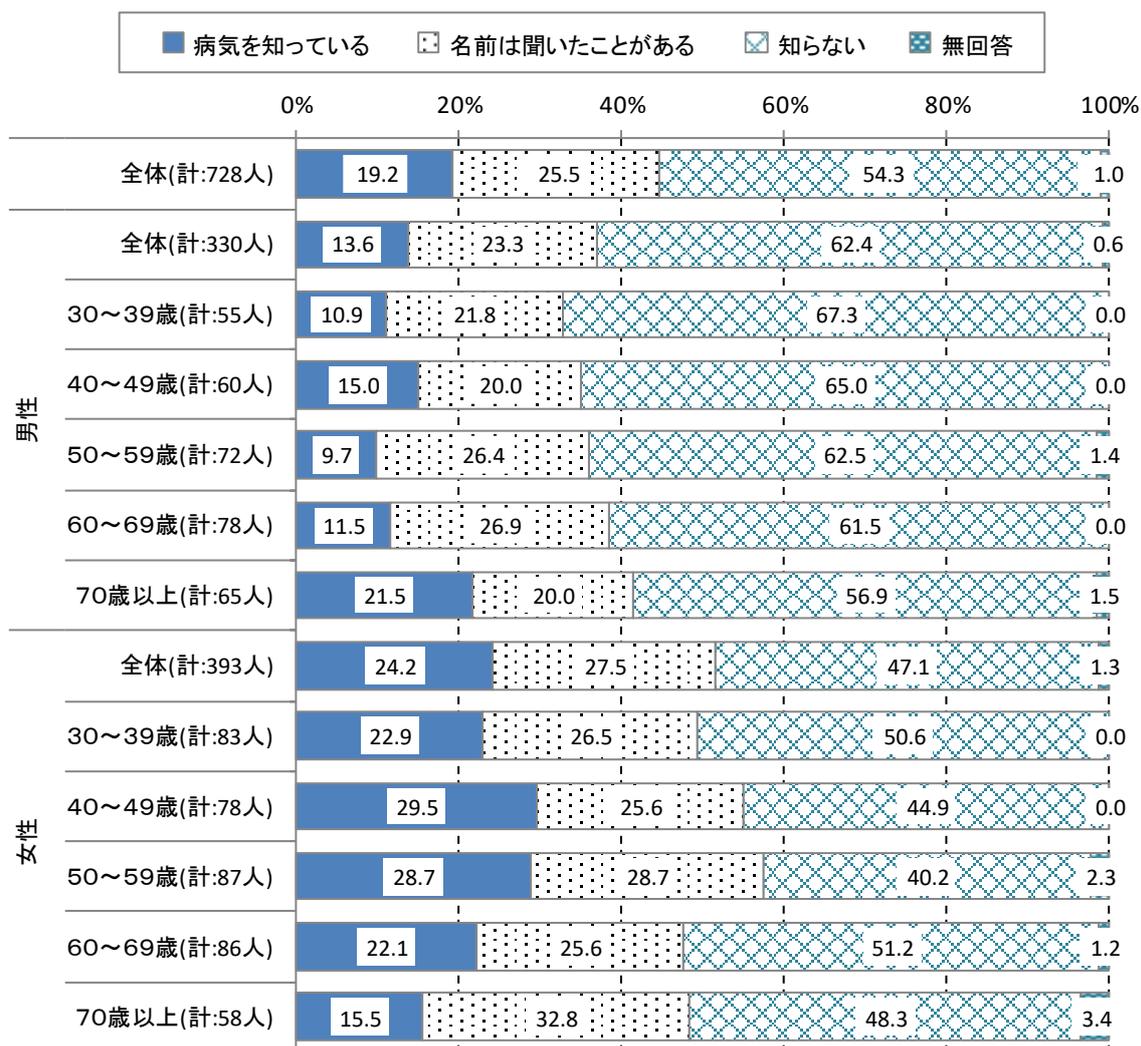
●タバコが健康に及ぼす影響を知っている方に、タバコが健康に及ぼす影響のうち、知っているものはどれですかいとたずねたところ、「肺がん」と回答した人が最も多く、97.6%となっています。次いで、「気管支炎」(68.7%)、「ぜんそく」(60.8%)と続いています。

問 62 他人のタバコの煙が、まわりの人の健康に影響を及ぼすことを知っていますか。



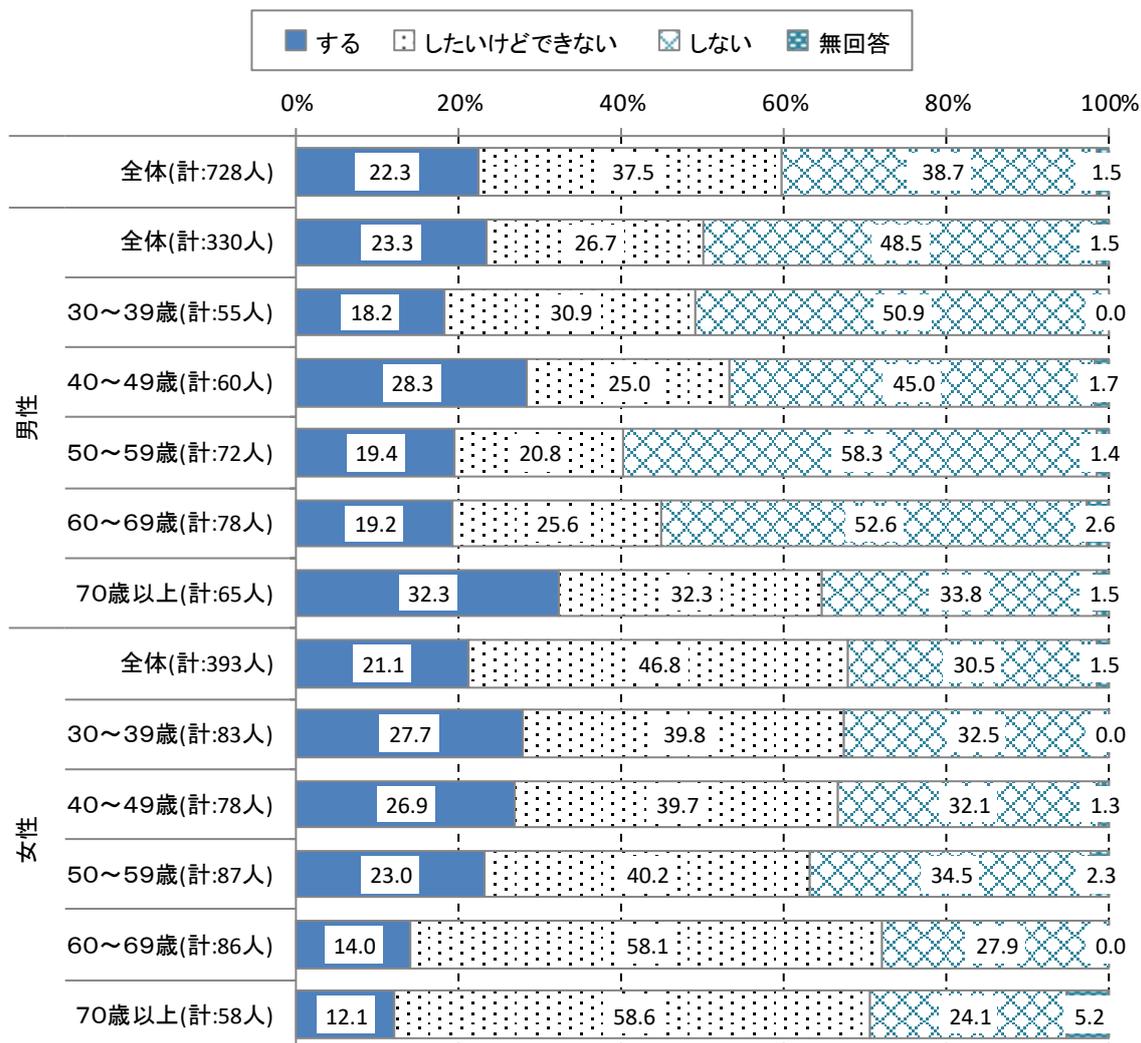
●他人のタバコの煙が、まわりの人の健康に影響を及ぼすことを知っていますかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は99.0%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は0.1%となっています。

問 63 「COPD」または「慢性閉塞性肺疾患」という病気を知っていますか。



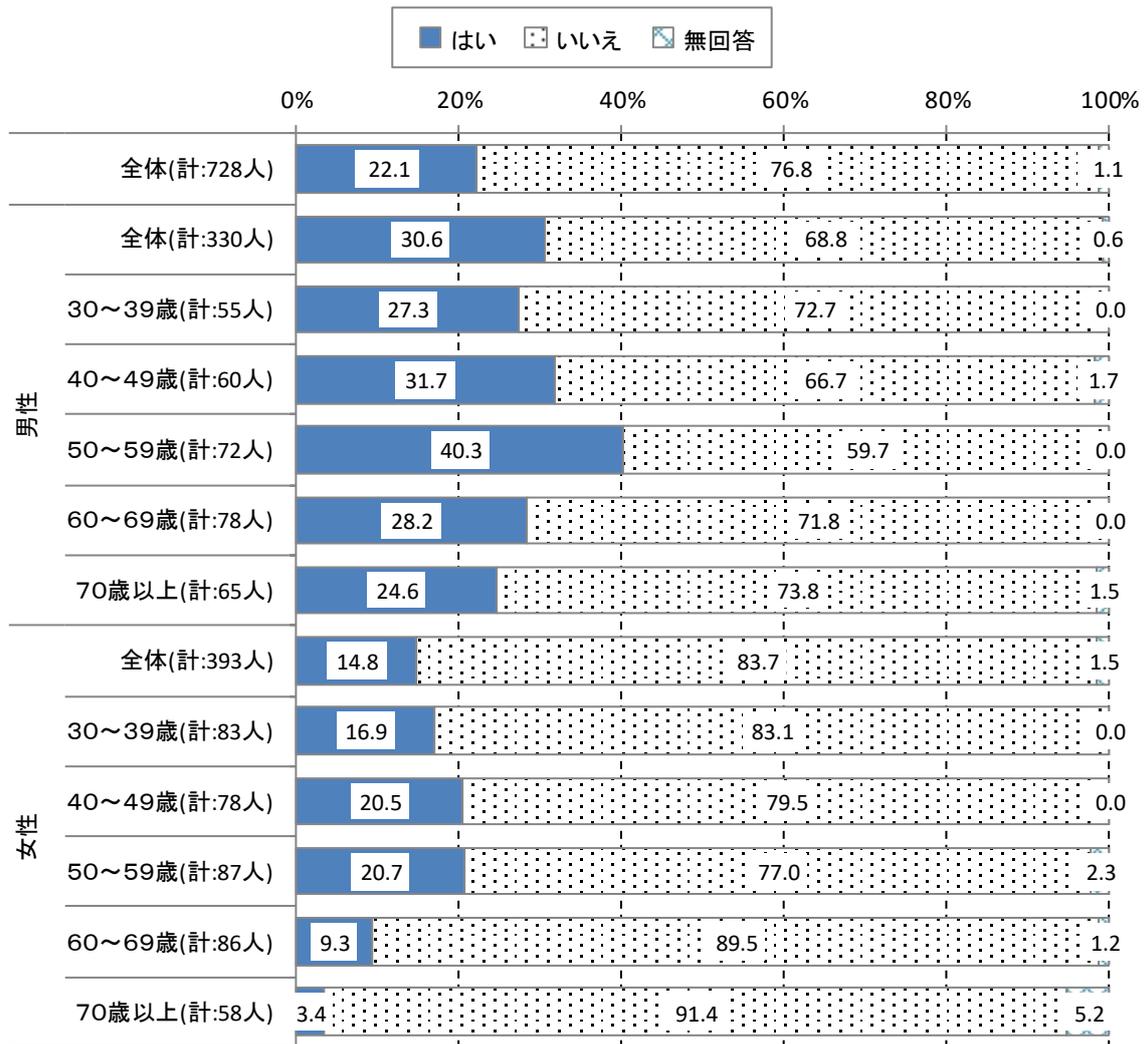
- 「COPD」または「慢性閉塞性肺疾患」という病気を知っていますかとたずねたところ、「知らない」と回答した人の割合が最も高く、54.3%となっています。次いで、「名前は聞いたことがある」(25.5%)、「病気を知っている」(19.2%)と続いています。

問 64 身近な未成年者（満 20 歳未満）が喫煙をしているところを見かけたら注意しますか。



●身近な未成年者（満 20 歳未満）が喫煙をしているところを見かけたら注意しますかとたずねたところ、「しない」と回答した人の割合が最も高く、38.7%となっています。次いで、「したいけどできない」（37.5%）、「する」（22.3%）と続いています。

問 65 現在タバコを吸っていますか。

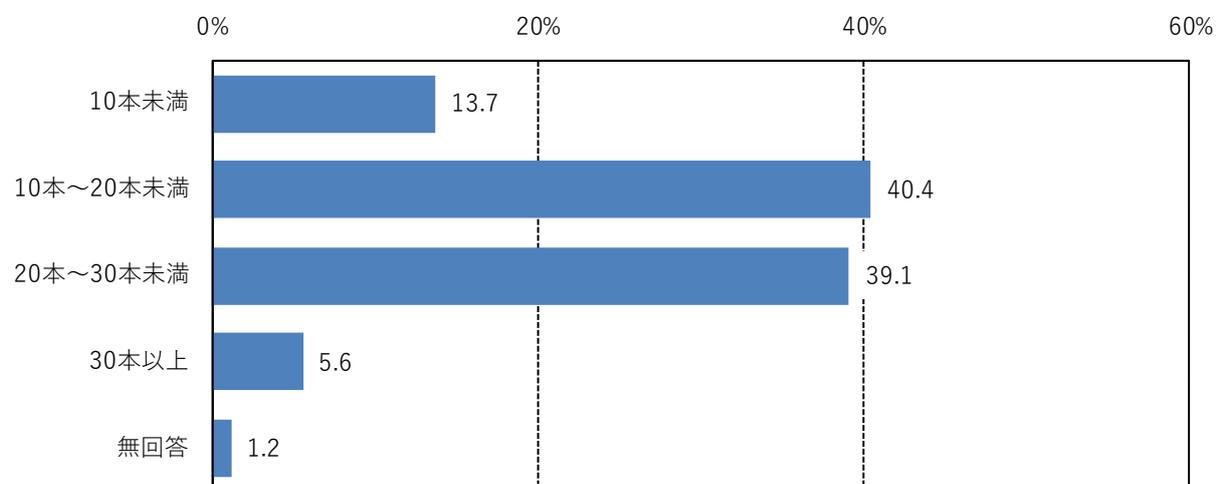


- 現在タバコを吸っていますかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は22.1%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は76.8%となっています。
- 性別・年齢階層別にみると、喫煙率が最も高いのは男性の50~59歳であり、40.3%となっています。

現在タバコを吸っている方にお聞きします。

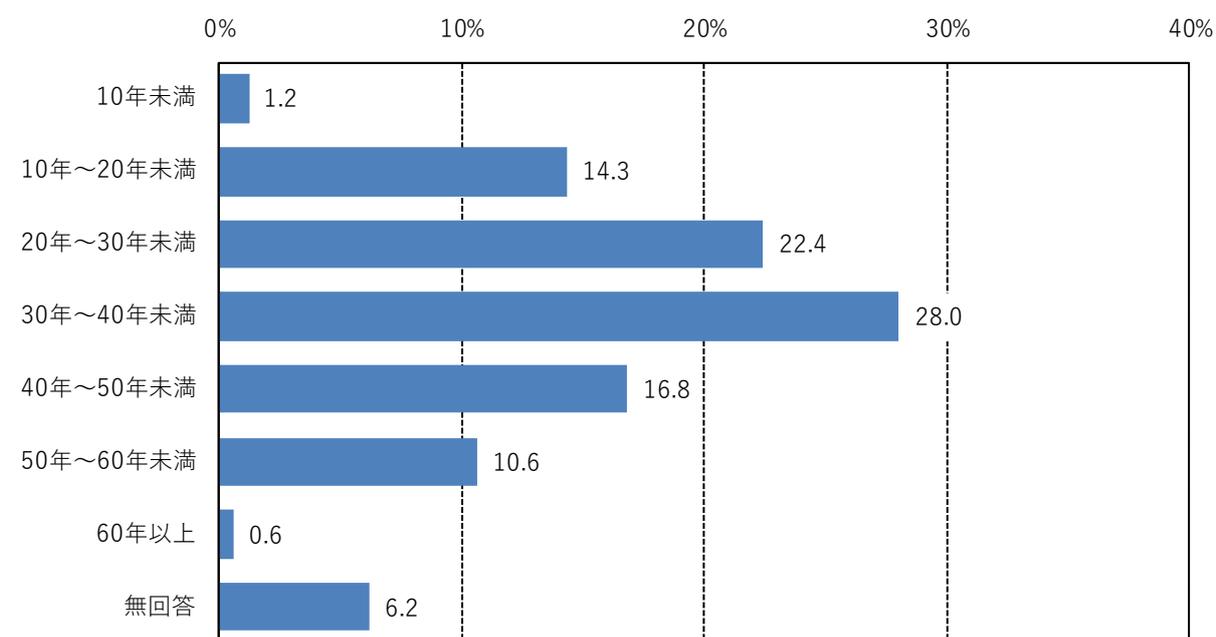
問 65-1 1日あたりに吸うたばこの平均本数と通算の喫煙年数を記入してください。

1. 1日平均



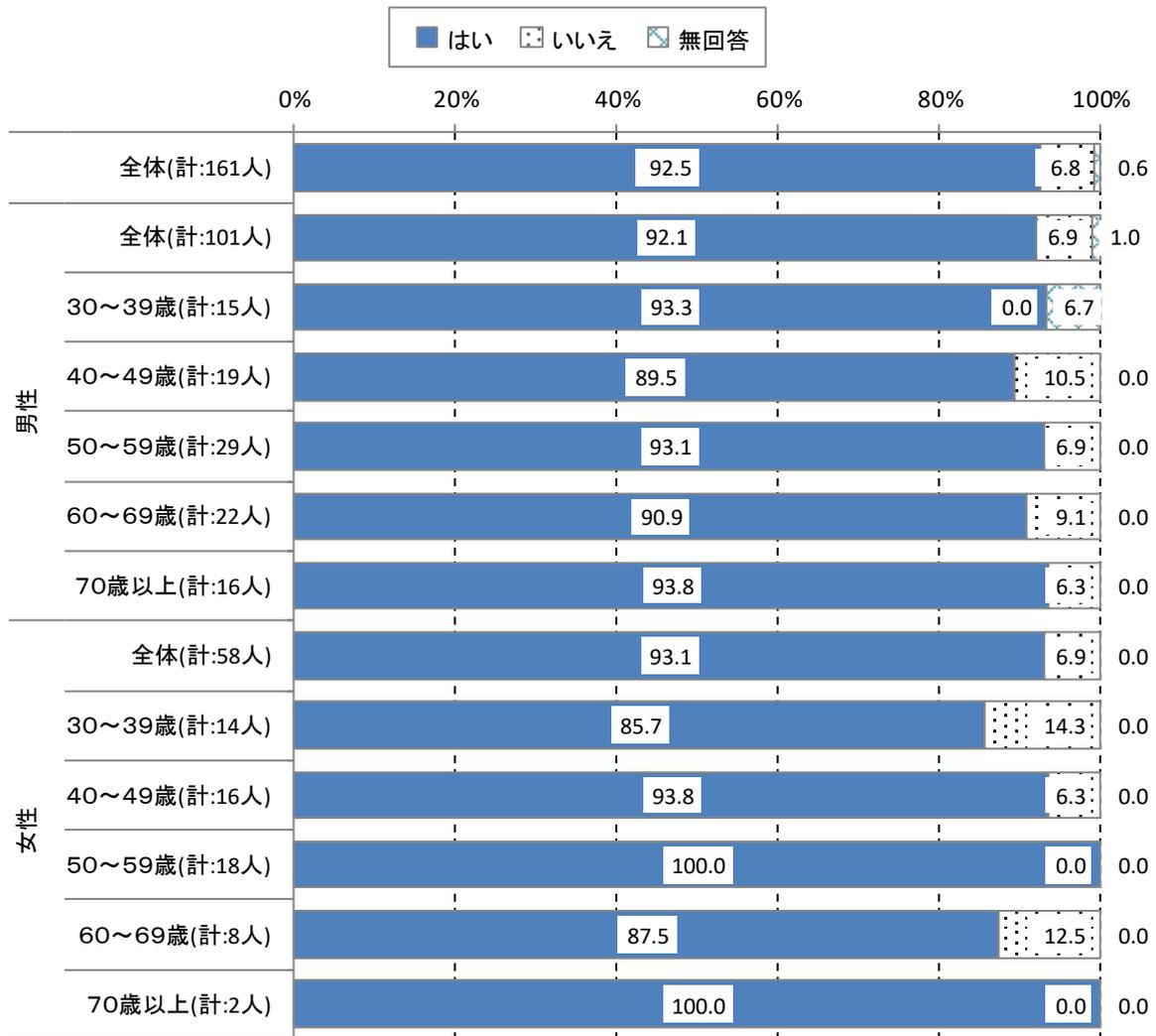
計：161人

2. 喫煙年数



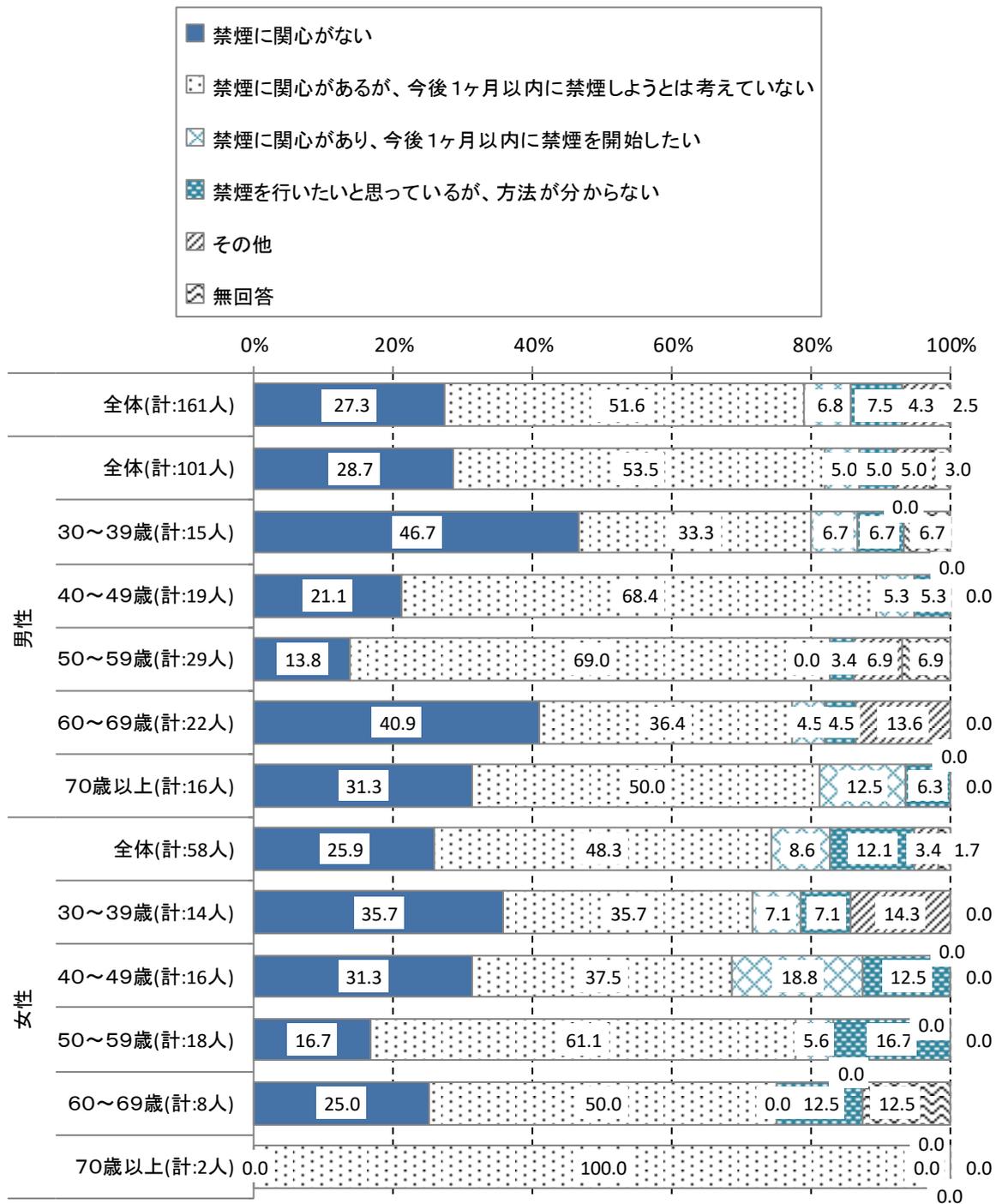
計：161人

問 65-2 タバコを吸うときは周りに配慮して吸っていますか。



●現在タバコを吸っている方に、タバコを吸うときは周りに配慮して吸っていますかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は92.5%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は6.8%となっています。

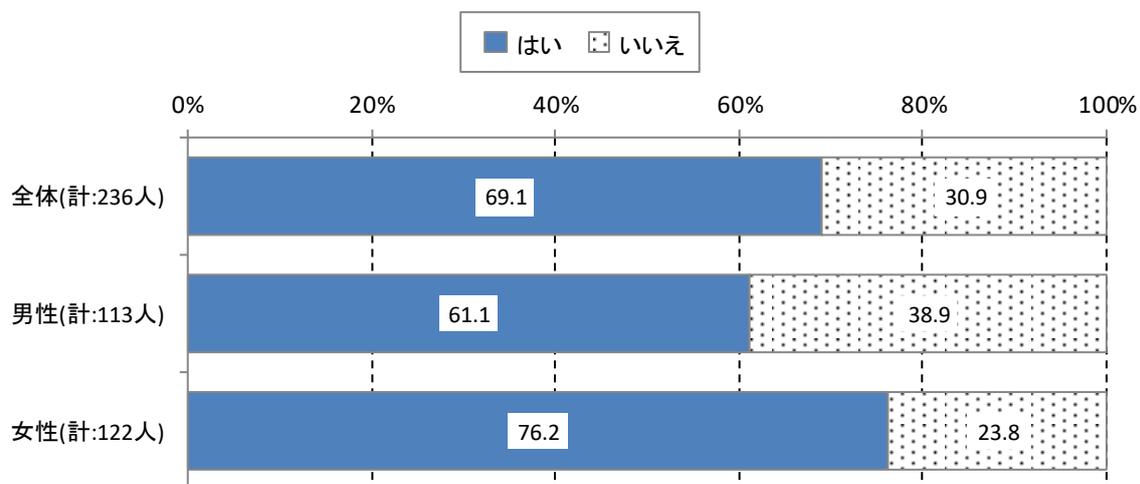
問 65-3 あなたの禁煙についての考えに近いものは次のうちどれですか。



●現在タバコを吸っている方に、あなたの禁煙についての考えに近いものは次のうちどれですかとたずねたところ、「禁煙に関心があるが、今後1ヶ月以内に禁煙しようとは考えていない」と回答した人の割合が最も高く、51.6%となっています。次いで、「禁煙に関心がない」(27.3%)、「禁煙を行いたいと思っているが、方法が分からない」(7.5%)と続いています。

20歳未満のお子様がいいらっしゃる方のみにお聞きします。

問 66 タバコが健康に及ぼす影響をお子様に教えていますか。

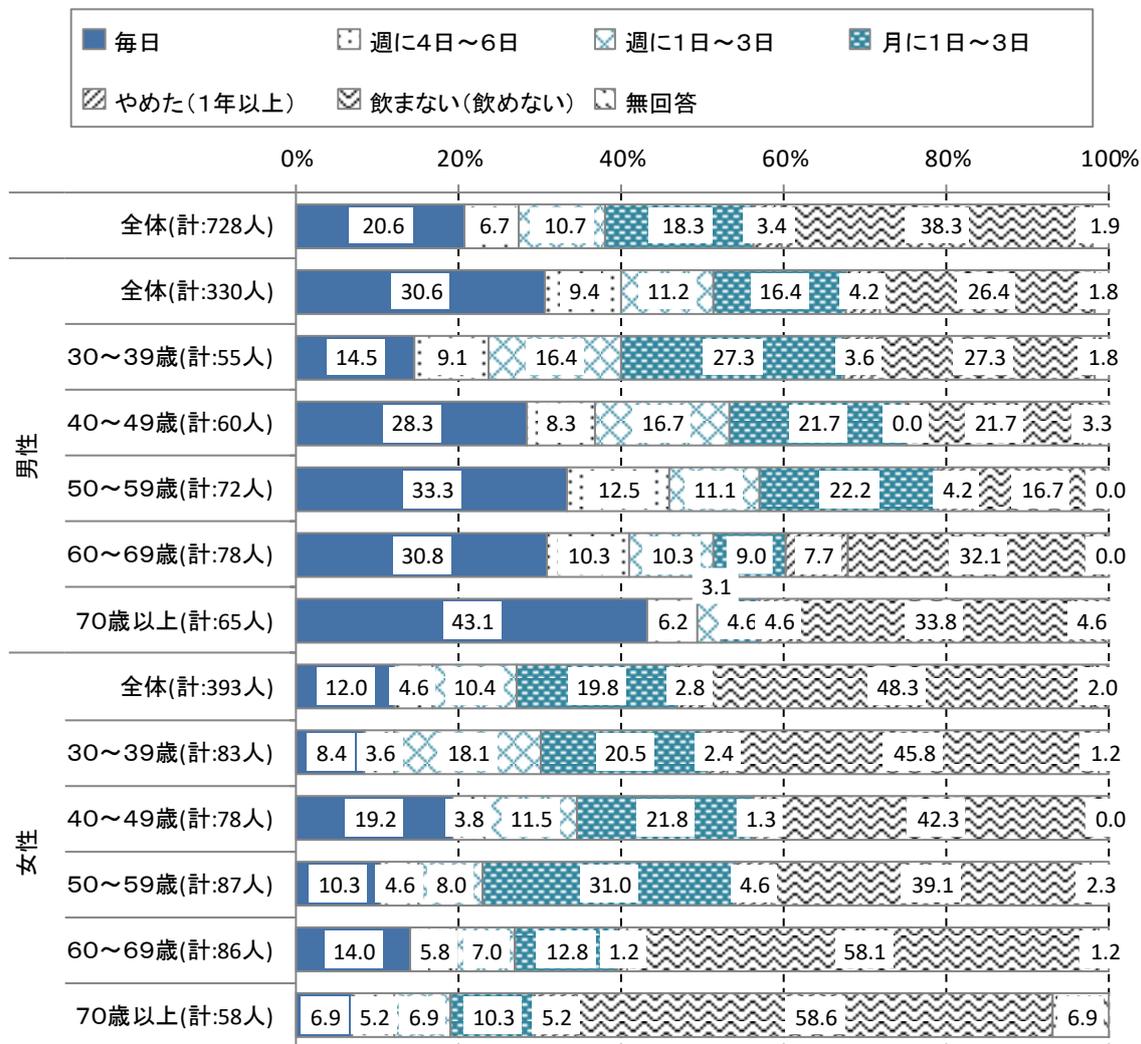


●20歳未満のお子様がいいらっしゃる方に、タバコが健康に及ぼす影響をお子様に教えていますかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は69.1%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は30.9%となっています。

※ 本設問は20歳未満のお子様がいいらっしゃる方のみ尋ねた設問であるため、表頭の無回答者を表示せず集計・分析を行いました。

(8) お酒について

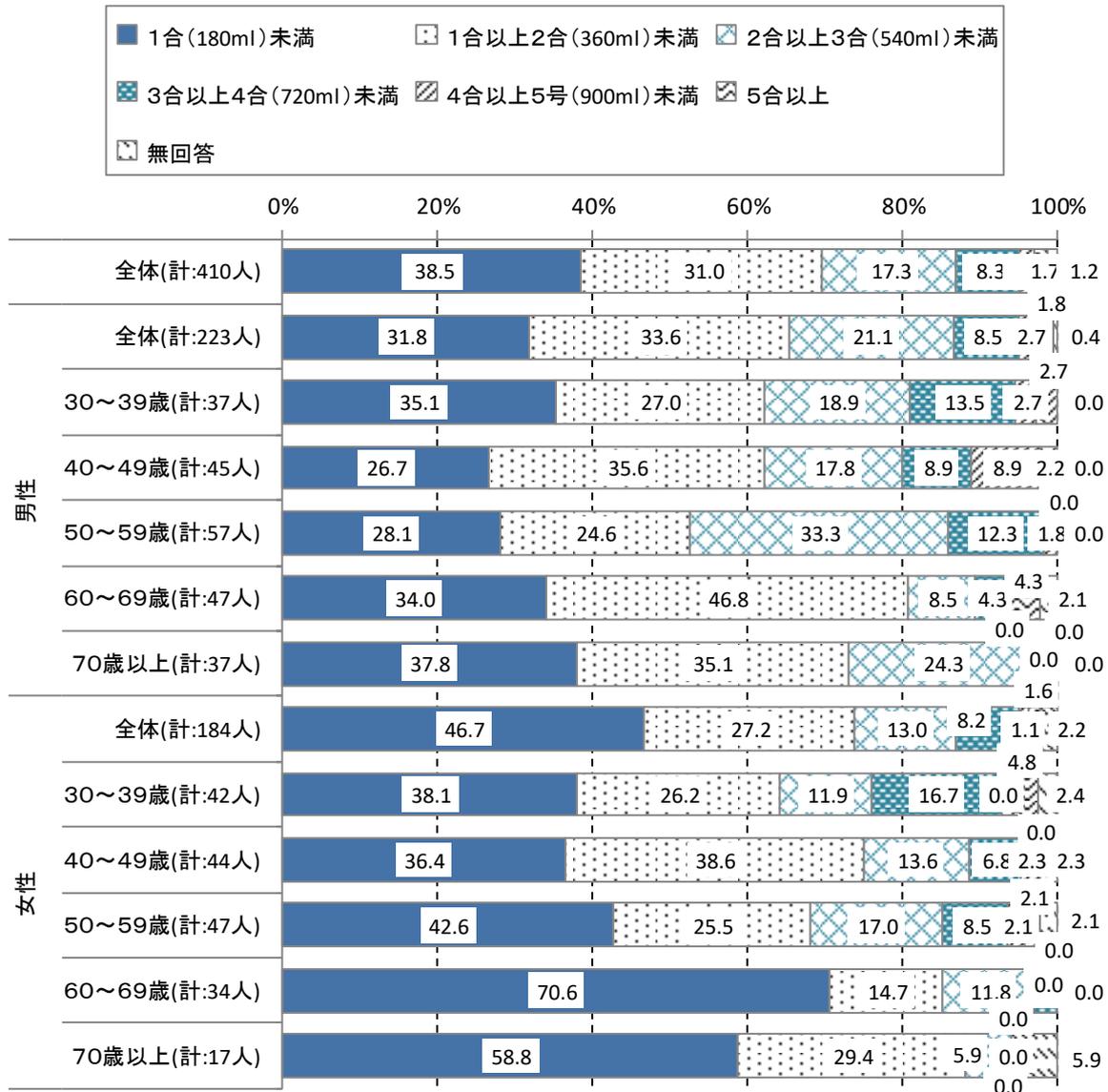
問 67 お酒を飲みますか。



- お酒を飲みますかとたずねたところ、「飲まない（飲めない）」と回答した人の割合が最も高く、38.3%となっています。次いで、「毎日」（20.6%）、「月に1日～3日」（18.3%）と続いています。
- 性別にみると、お酒を飲む人の割合は男性の方が女性よりも高くなっています。
- 性別・年齢階層別にみると、男性の70歳以上がお酒を飲む人の割合が最も高く、43.1%となっています。

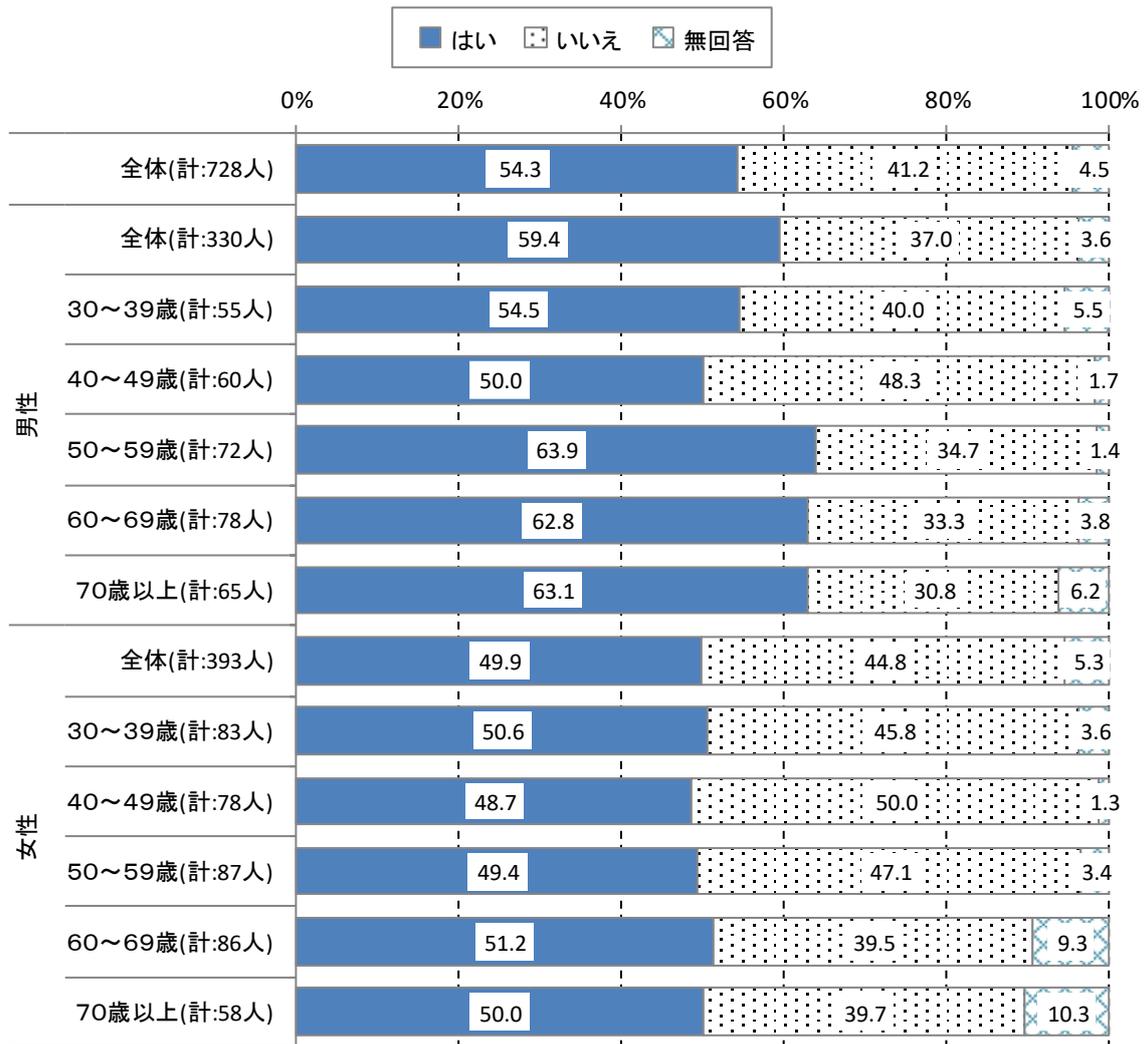
お酒を飲まれている方にお聞きします。

問 67-1 お酒を飲む日は、1日あたり平均どのくらいの量を飲みますか。清酒に換算し(下の表を参考に)、あてはまるものを選んでください。



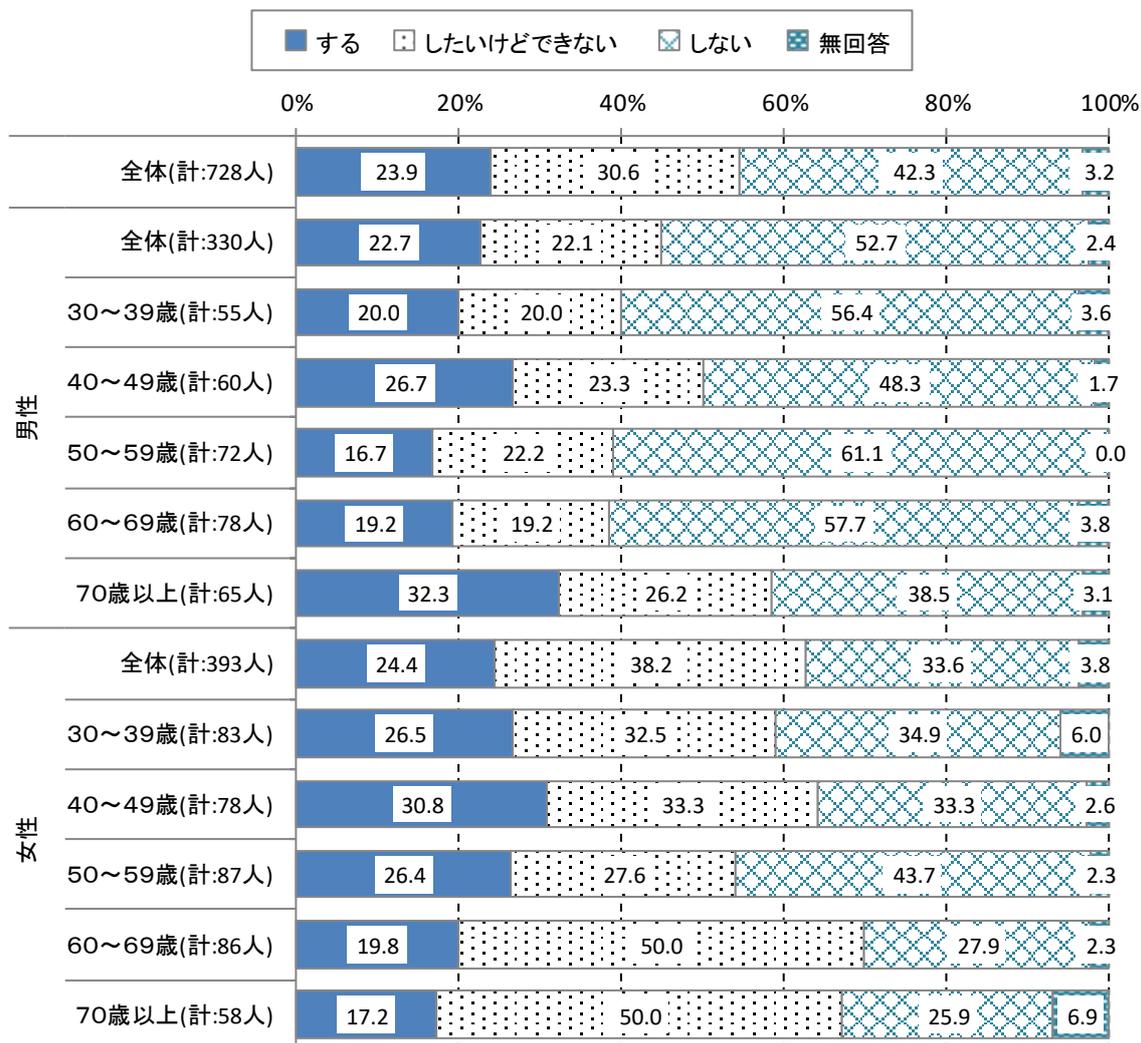
●お酒を飲まれている方に、お酒を飲む日は、1日あたり平均どのくらいの量を飲みますかとたずねたところ、「1合(180ml)未満」と回答した人の割合が最も高く、38.5%となっています。次いで、「1合以上2合(360ml)未満」(31.0%)、「2合以上3合(540ml)未満」(17.3%)と続いています。

問 68 適切な飲酒量を知っていますか。



●適切な飲酒量を知っていますかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は54.3%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は41.2%となっています。

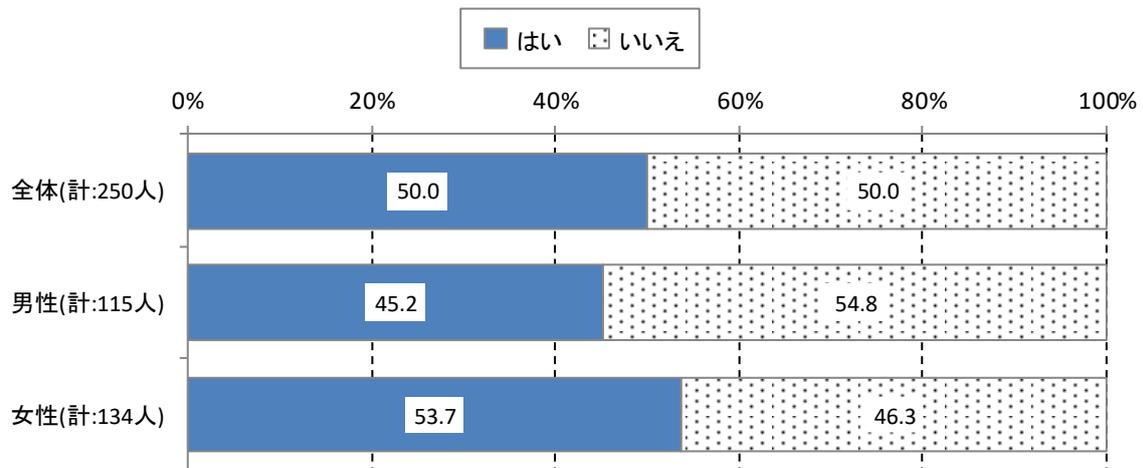
問 69 身近な未成年者（満 20 歳未満）が飲酒をしているところを見かけたら注意しますか。



●身近な未成年者（満 20 歳未満）が飲酒をしているところを見かけたら注意しますかとたずねたところ、「しない」と回答した人の割合が最も高く、42.3%となっています。次いで、「したいけどできない」（30.6%）、「する」（23.9%）と続いています。

20歳未満のお子様がいいらっしゃる方のみにお聞きします。

問 70 アルコールが成長期の身体に及ぼす影響をお子様に教えていますか。

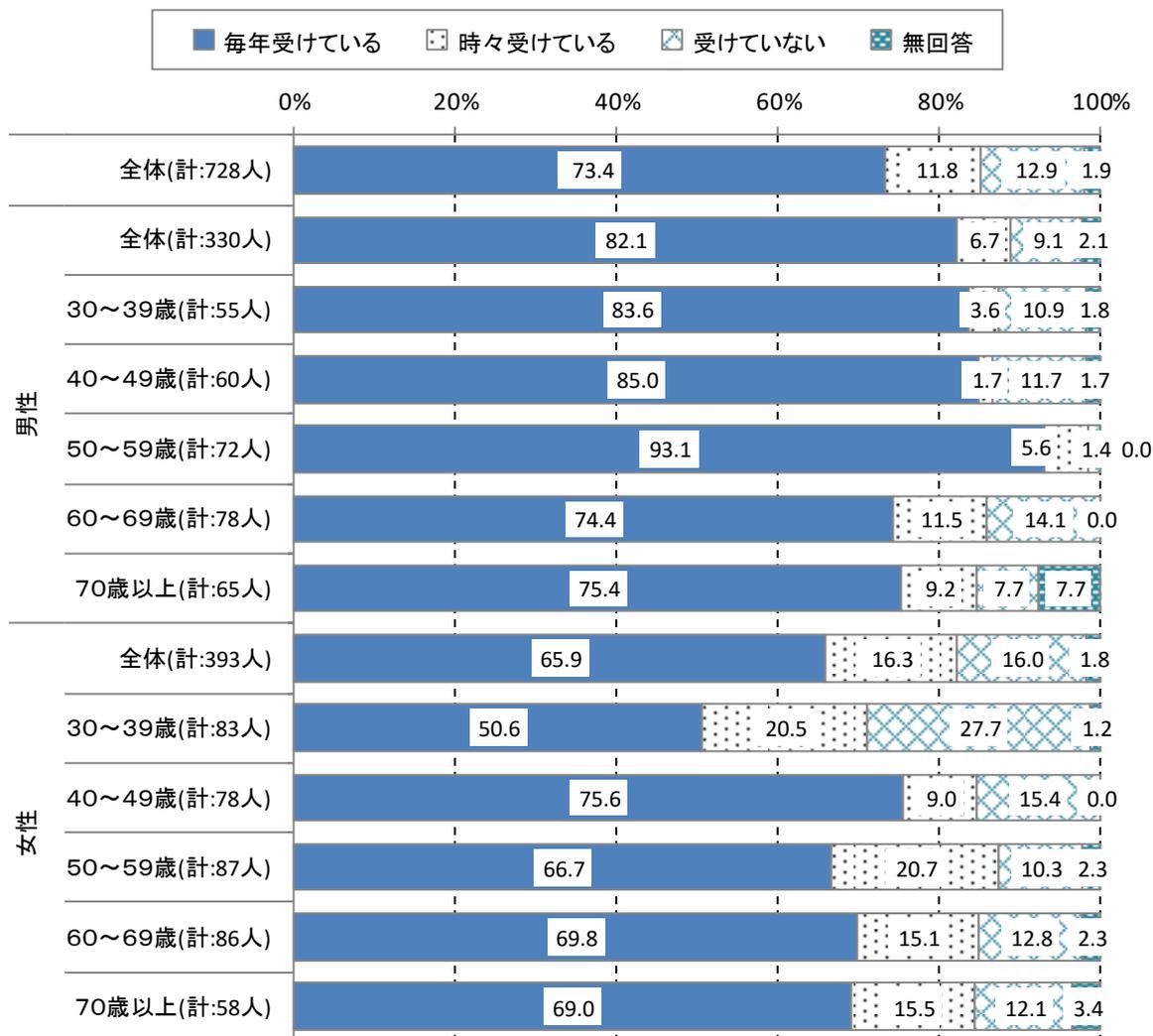


●20歳未満のお子様がいいらっしゃる方に、アルコールが成長期の身体に及ぼす影響をお子様に教えていますかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は50.0%となっており、「いいえ」と回答した人の割合と同率となっています。

※ 本設問は20歳未満のお子様がいいらっしゃる方のみ尋ねた設問であるため、表頭の無回答者を表示せず集計・分析を行いました。

(9) 健康診査やがん検診等について

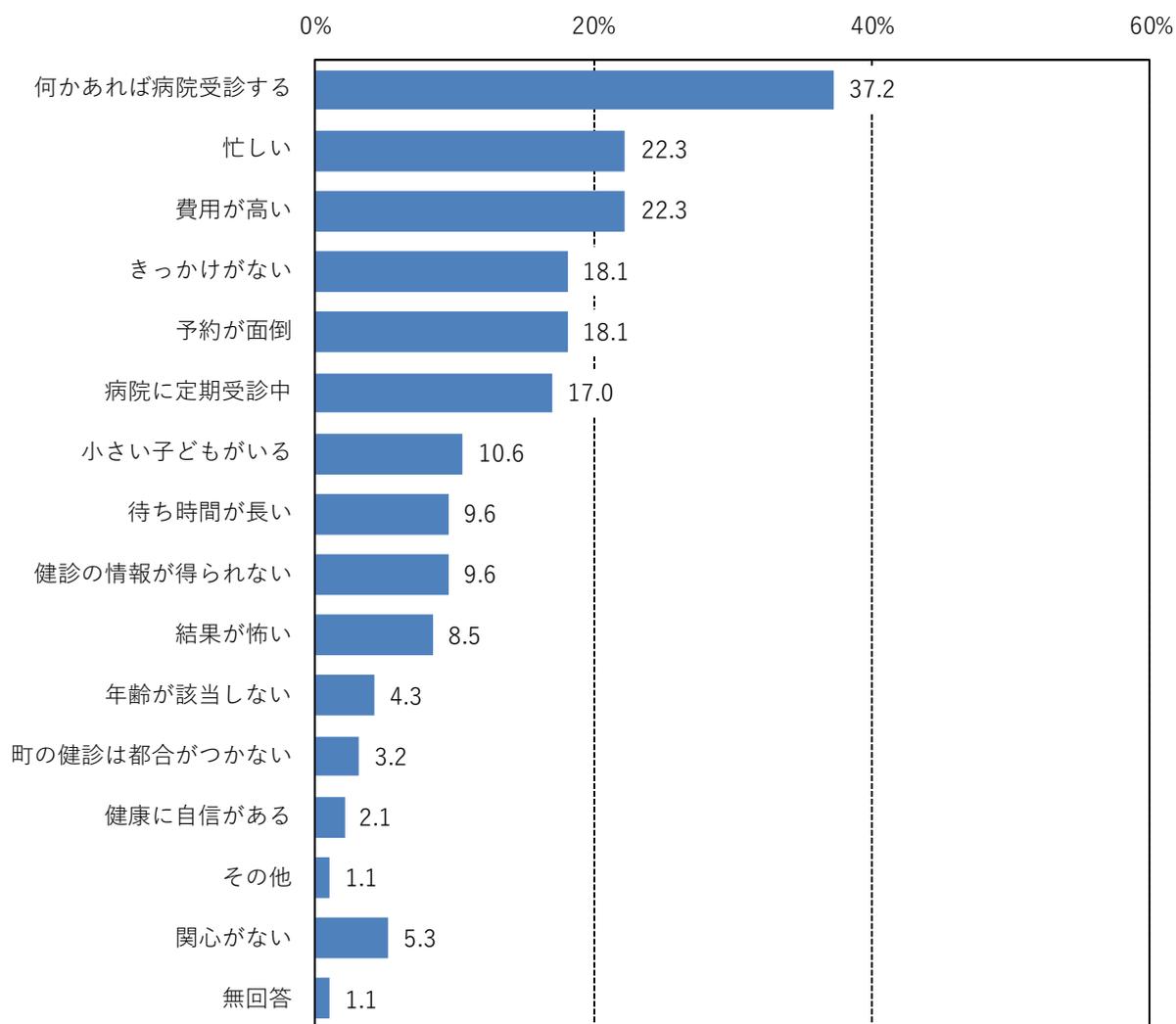
問 71 職場の健診や人間ドックを含め、(特定)健康診査(血圧、検尿、血液検査等)を受けていますか。



●職場の健診や人間ドックを含め、(特定)健康診査(血圧、検尿、血液検査等)を受けていますかとたずねたところ、「毎年受けている」と回答した人の割合は73.4%となっています。一方、「受けていない」と回答した人の割合は12.9%となっています。

健康診査を受けていない方にお聞きします。

問 72 健康診査を受けていない理由を教えてください。

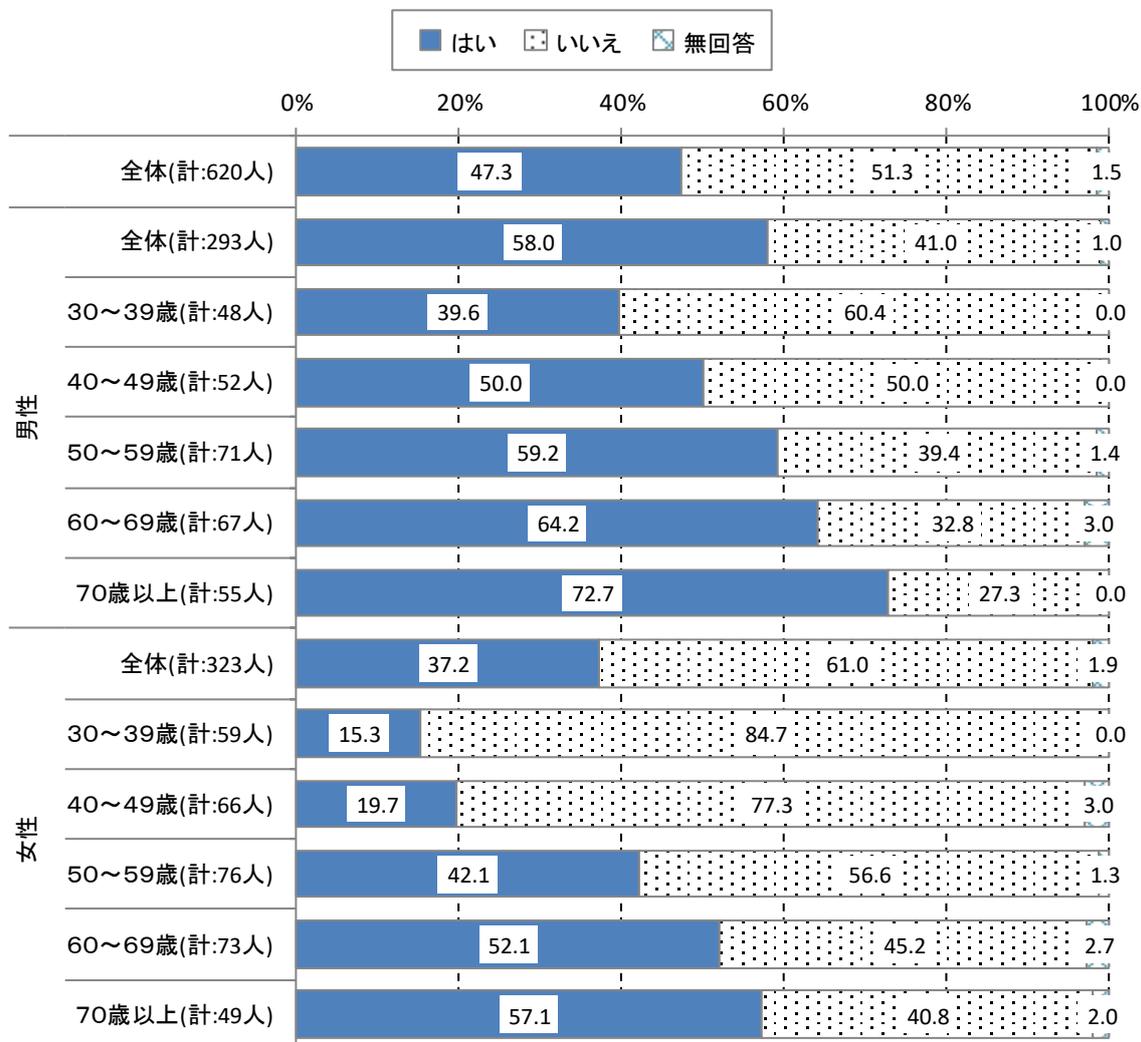


計：94人

●健康診査を受けていない方に、健康診査を受けていない理由を教えてくださいとたずねたところ、「何かあれば病院受診する」と回答した人が最も多く、37.2%となっています。次いで、「忙しい」(22.3%)、「費用が高い」(22.3%)と続いています。

健康診査を受けている方にお聞きします。

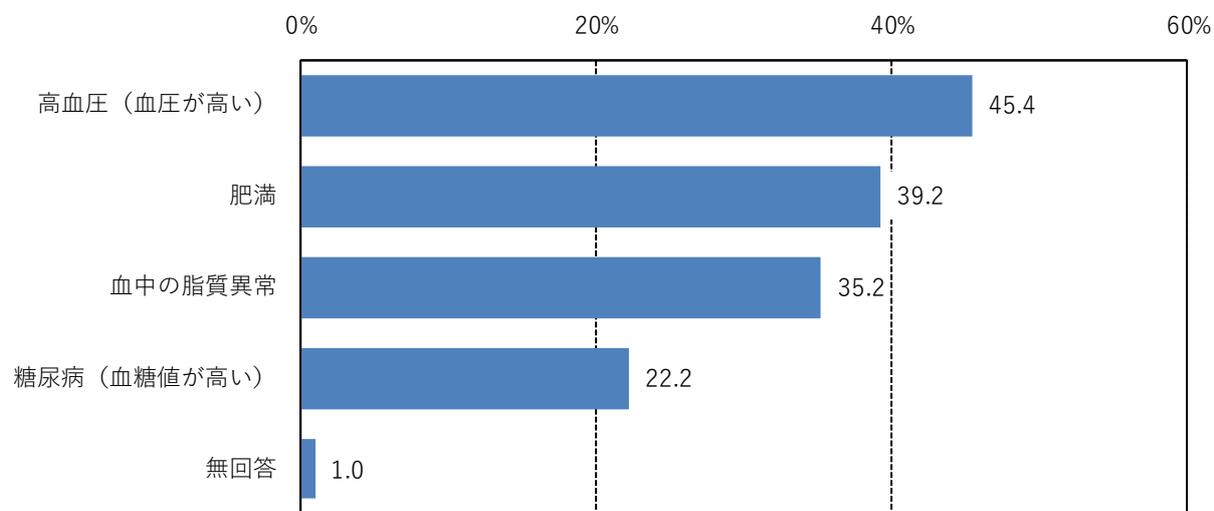
問 73 健康診査の結果、肥満、高血圧(血圧が高い)、糖尿病(血糖が高い)、血中の脂質異常に関する指摘を受けましたか。



- 健康診査を受けている方に、健康診査の結果、肥満、高血圧(血圧が高い)、糖尿病(血糖が高い)、血中の脂質異常に関する指摘を受けましたかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は47.3%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は51.3%となっています。
- 性別・年齢階層別にみると、健康診査の結果、肥満、高血圧(血圧が高い)、糖尿病(血糖が高い)、血中の脂質異常に関する指摘を受けたと回答した人の割合は男女ともに、年齢階層が高くなるに従って高くなる傾向にあることが分かります。

健康診査の結果、肥満、高血圧(血圧が高い)、糖尿病(血糖が高い)、血中の脂質異常に関する指摘を受けた方にお聞きします。

問 73-1 次のどのようなことについて指摘を受けましたか。

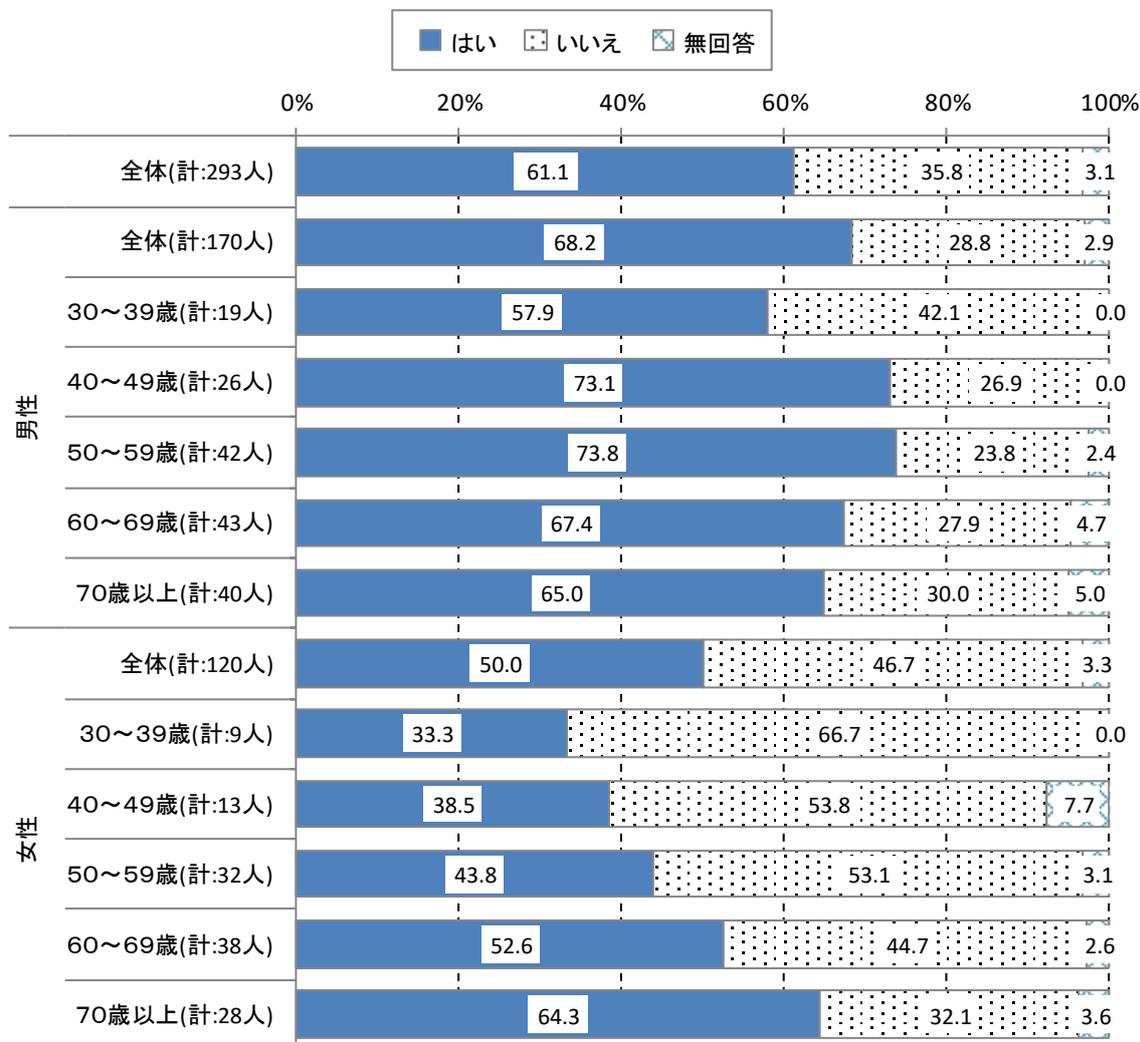


計：293人

●健康診査の結果、肥満、高血圧(血圧が高い)、糖尿病(血糖が高い)、血中の脂質異常に関する指摘を受けた方に、どのようなことについて指摘を受けましたかとたずねたところ、「高血圧(血圧が高い)」と回答した人が最も多く、45.4%となっています。次いで、「肥満」(39.2%)、「血中の脂質異常」(35.2%)と続いています。

健康診査の結果、肥満、高血圧(血圧が高い)、糖尿病(血糖が高い)、血中の脂質異常に関する指摘を受けた方にお聞きします。

問 73-2 指摘を受けたことについて、保健指導(食事や生活習慣の改善指導)を受けましたか。※医療機関で受けた指導も含む。

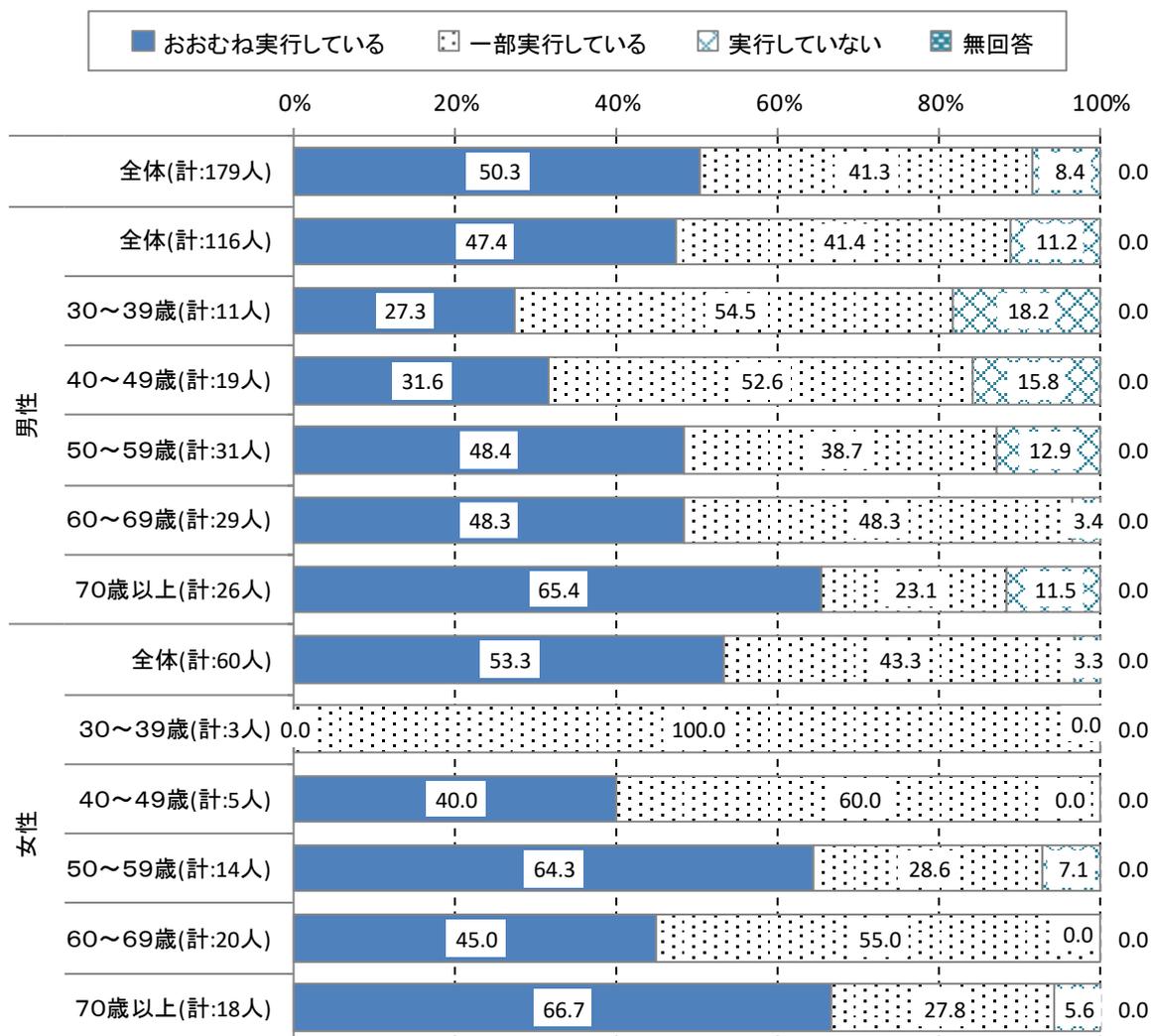


●健康診査の結果、肥満、高血圧(血圧が高い)、糖尿病(血糖が高い)、血中の脂質異常に関する指摘を受けた方に、指摘を受けたことについて、保健指導(食事や生活習慣の改善指導)を受けましたかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は61.1%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は35.8%となっています。

●健康診査の結果、肥満、高血圧(血圧が高い)、糖尿病(血糖が高い)、血中の脂質異常に関する指摘を受けた方に、指摘を受けたことについて、保健指導(食事や生活習慣の改善指導)を受けたと回答した人の割合を性別・年齢階層別にみると、男性は50歳以降は低下するのに対して、女性は年齢階層が高くなるに従って増加する傾向にあることが分かります。

保健指導（食事や生活習慣の改善指導）を受けた方にお聞きします。

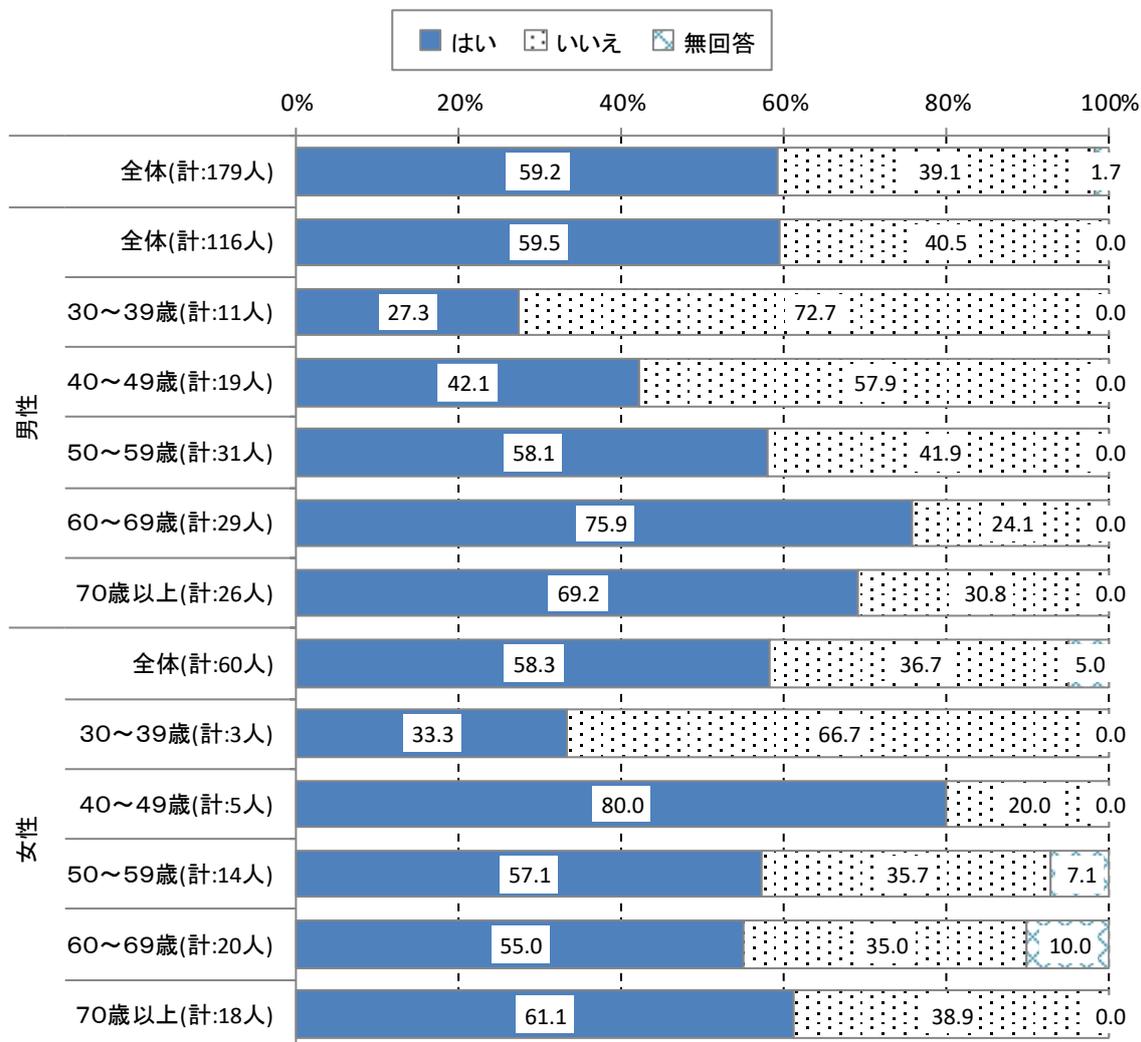
問 73-3 指導された内容について、どの程度実行していますか。



●健康診査の結果、保健指導（食事や生活習慣の改善指導）を受けた方に、指導された内容について、どの程度実行していますかとたずねたところ、「おおむね実行している」または「一部実行している」と回答した人の割合は91.6%となっています。一方、「実行していない」と回答した人の割合は8.4%となっています。

保健指導（食事や生活習慣の改善指導）を受けた方にお聞きします。

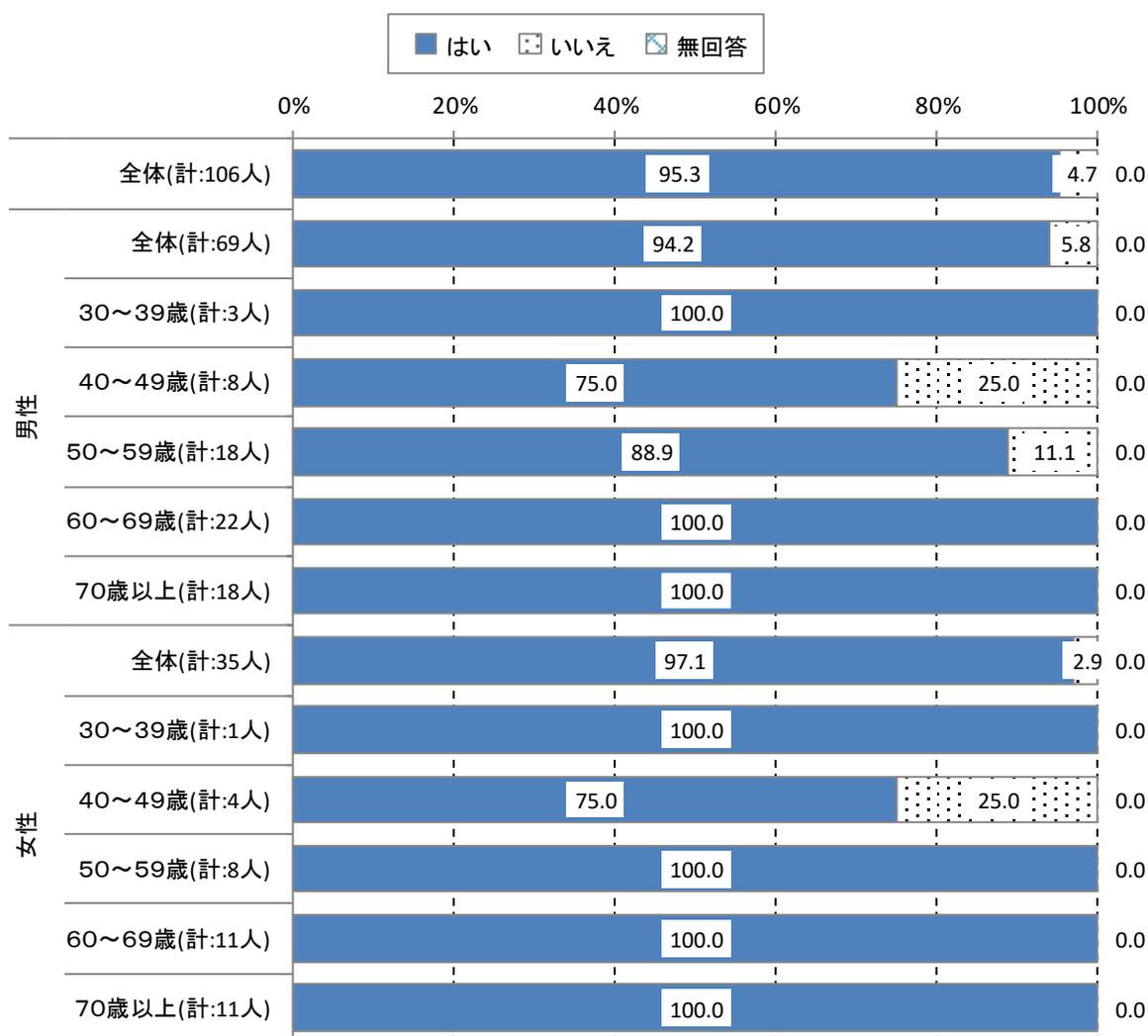
問 73-4 最終的に、医療機関を受診するように勧められましたか。（検査目的の受診は除く）



●健康診査の結果、保健指導（食事や生活習慣の改善指導）を受けた方に、最終的に、医療機関を受診するように勧められましたかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は59.2%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は39.1%となっています。

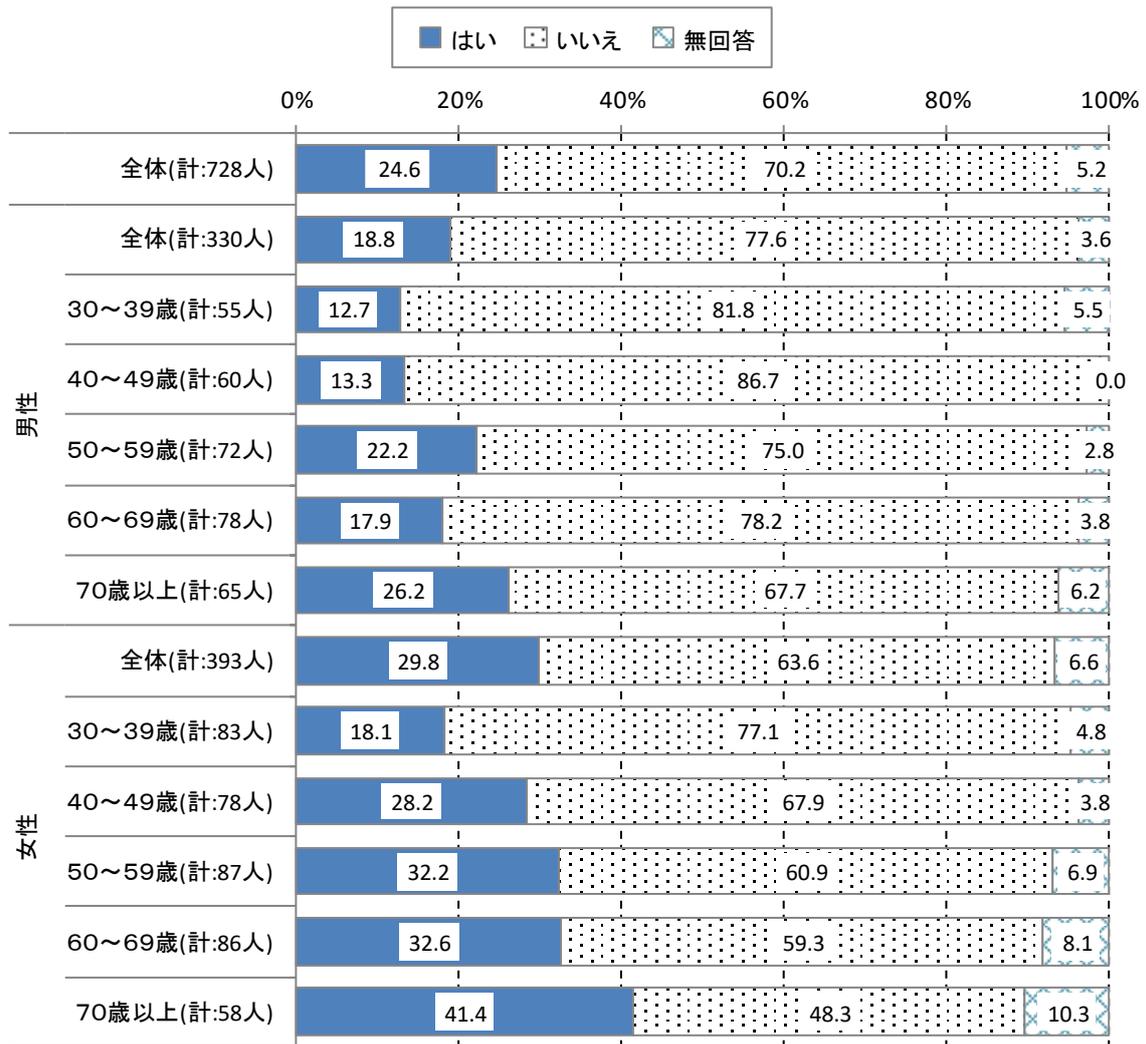
最終的に、医療機関を受診するように勧められた方にお聞きします。

問 73-5 その後、医療機関に行きましたか。



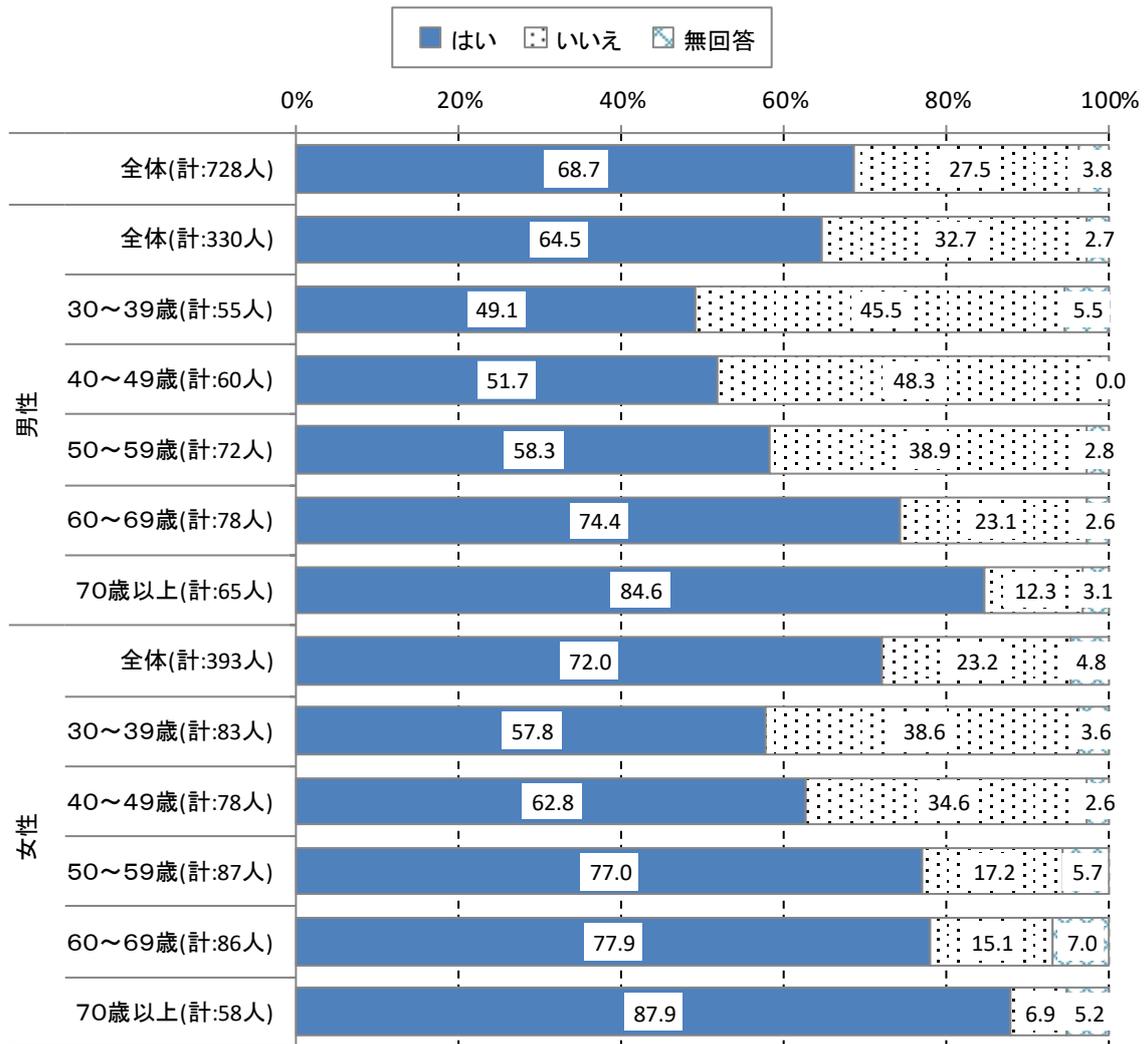
- 健康診査の結果、最終的に、医療機関を受診するように勧められた方に、その後、医療機関に行きましたかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は95.3%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は4.7%となっています。
- 年代別にみると、40歳代の男女ともに25.0%の人が「いいえ」と回答しており、他の年代に比べ、医療機関に行っていない人が多いことが分かります。

問 74 C型肝炎の検査を受けたことがありますか。



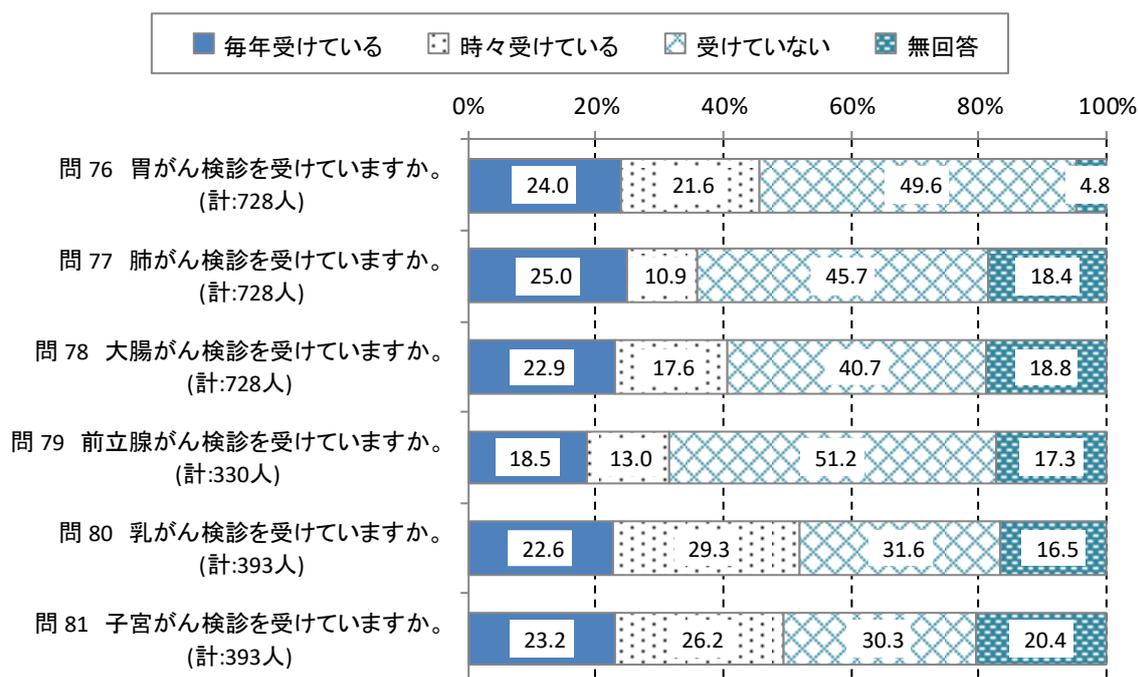
- C型肝炎の検査を受けたことがありますかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は24.6%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は70.2%となっています。
- 性別にみると、C型肝炎の検査を受けたことがあるのは男性よりも女性の方が高くなっています。

問 75 かかりつけの病院がありますか。



- かかりつけの病院がありますかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は68.7%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は27.5%となっています。
- 性別にみると、かかりつけの病院があるのは男性よりも女性の方が高くなっています。
- 性別・年齢階層別にみると、かかりつけの病院があると回答した人の割合が最も低いのは男性の30~39歳であり、49.1%となっています。

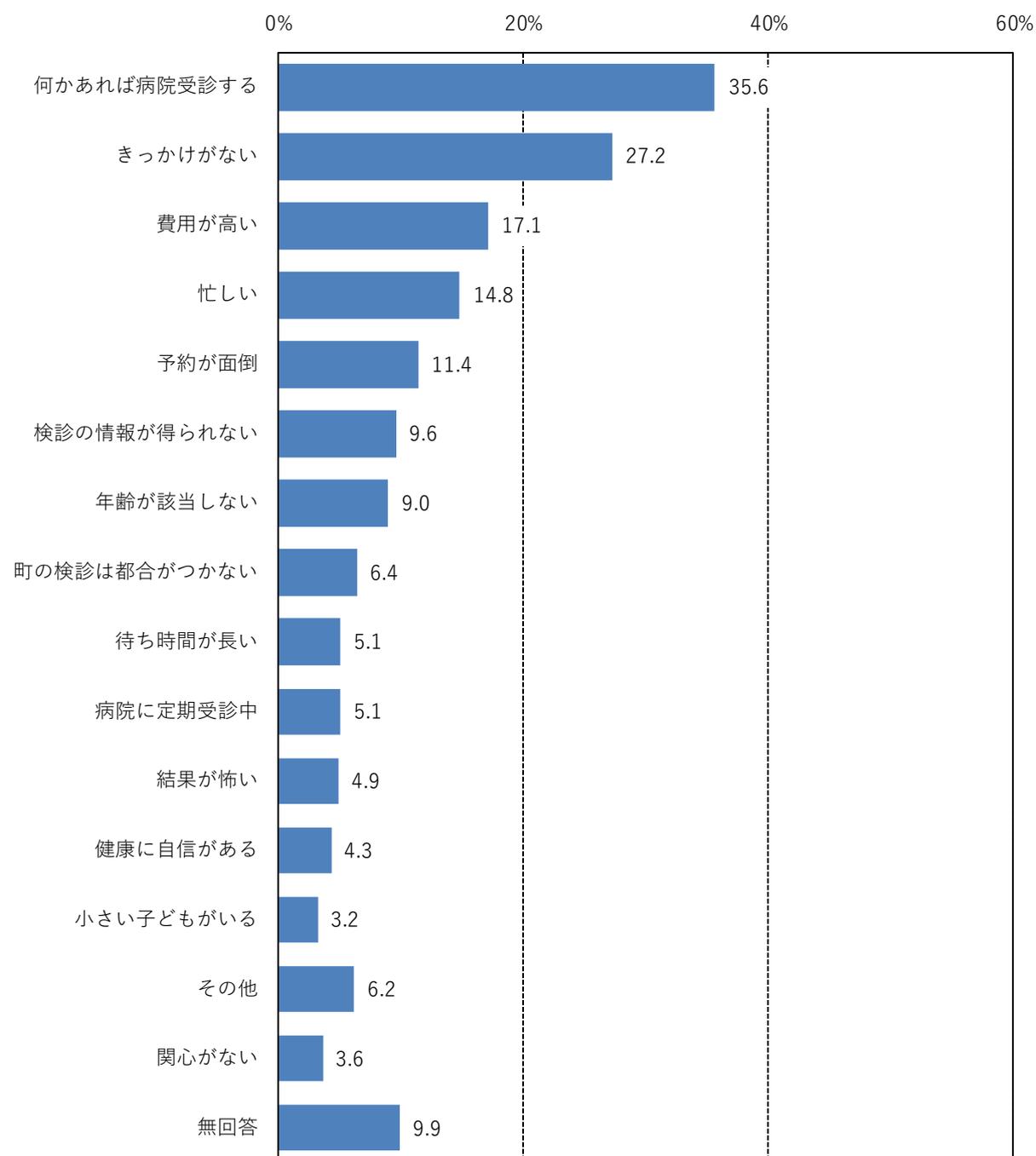
(各種検診の受診状況)



- 各種検診の受診状況を見ると、毎年受けているとの回答の割合が最も高かったのは「肺がん検診」であり、25.0%となっています。次いで「胃がん検診」(24.0%)、「子宮がん検診」(23.2%)と続いています。
- 一方、「受けていない」と回答した人の割合が最も高いのは「前立腺がん検診」で51.2%となっています。

がん検診を受けていないと回答された方にお聞きします。

問 82 がん検診を受けていない理由を教えてください。

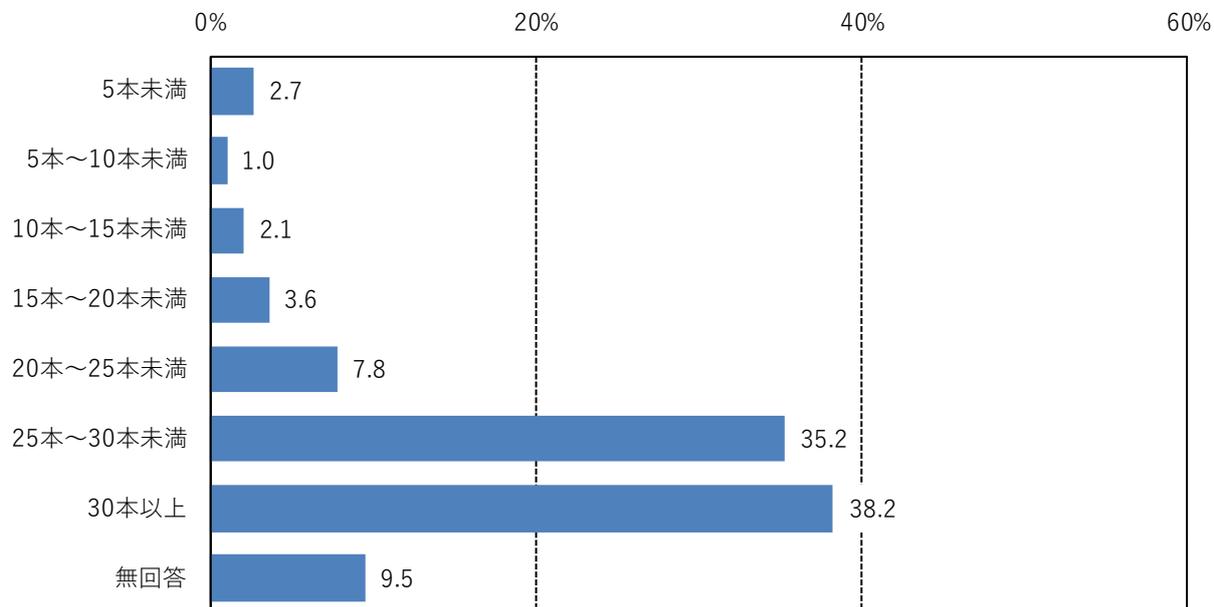


計：533人

●がん検診を受けていないと回答された方に、がん検診を受けていない理由を教えてくださいとたずねたところ、「何かあれば病院受診する」と回答した人が最も多く、35.6%となっています。次いで、「きっかけがない」(27.2%)、「費用が高い」(17.1%)と続いています。

(10) 歯や口の衛生について

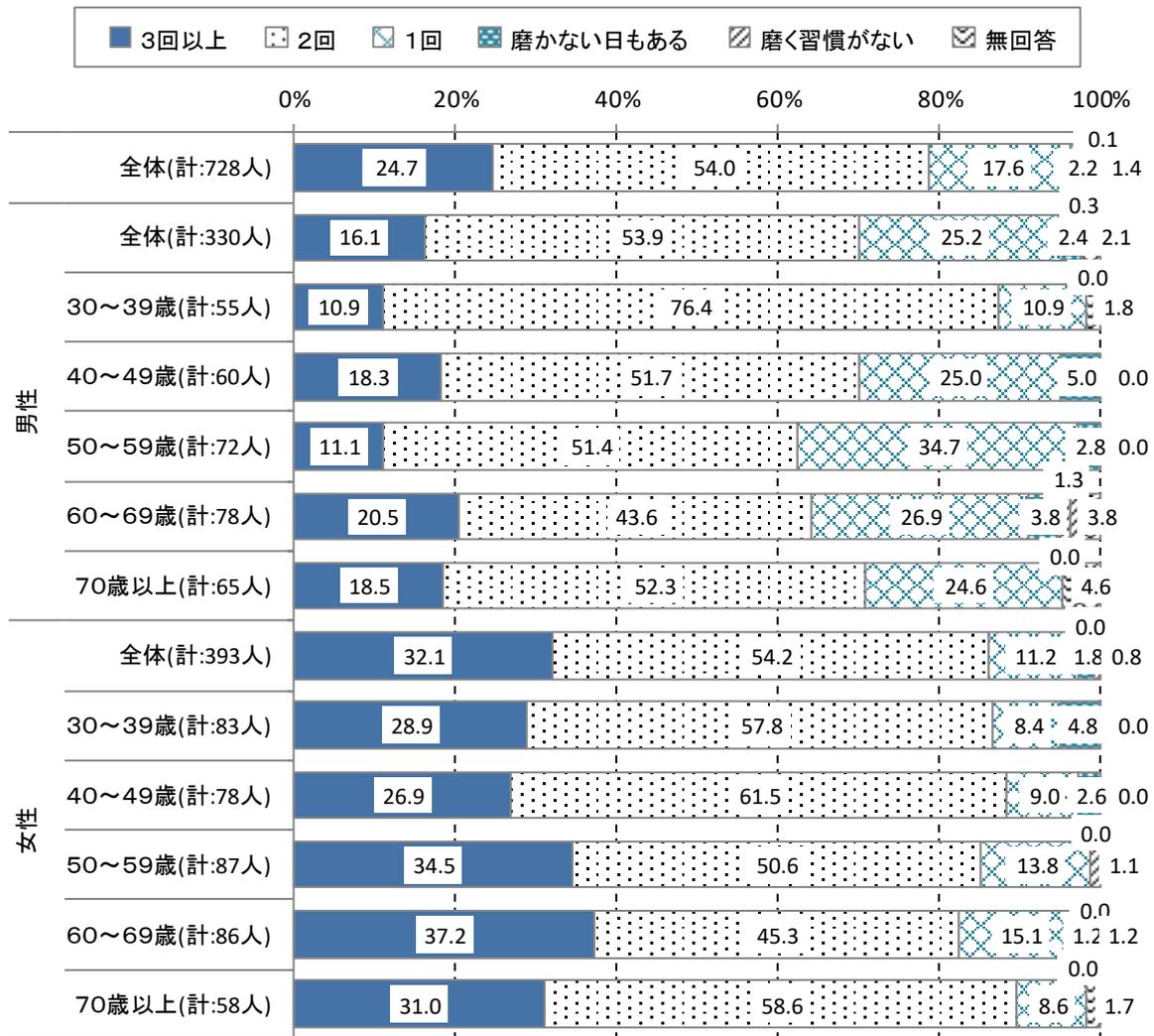
問 83 あなたの歯は現在何本ありますか。(差し歯は数えますが、入れ歯は除きます)



計：728人

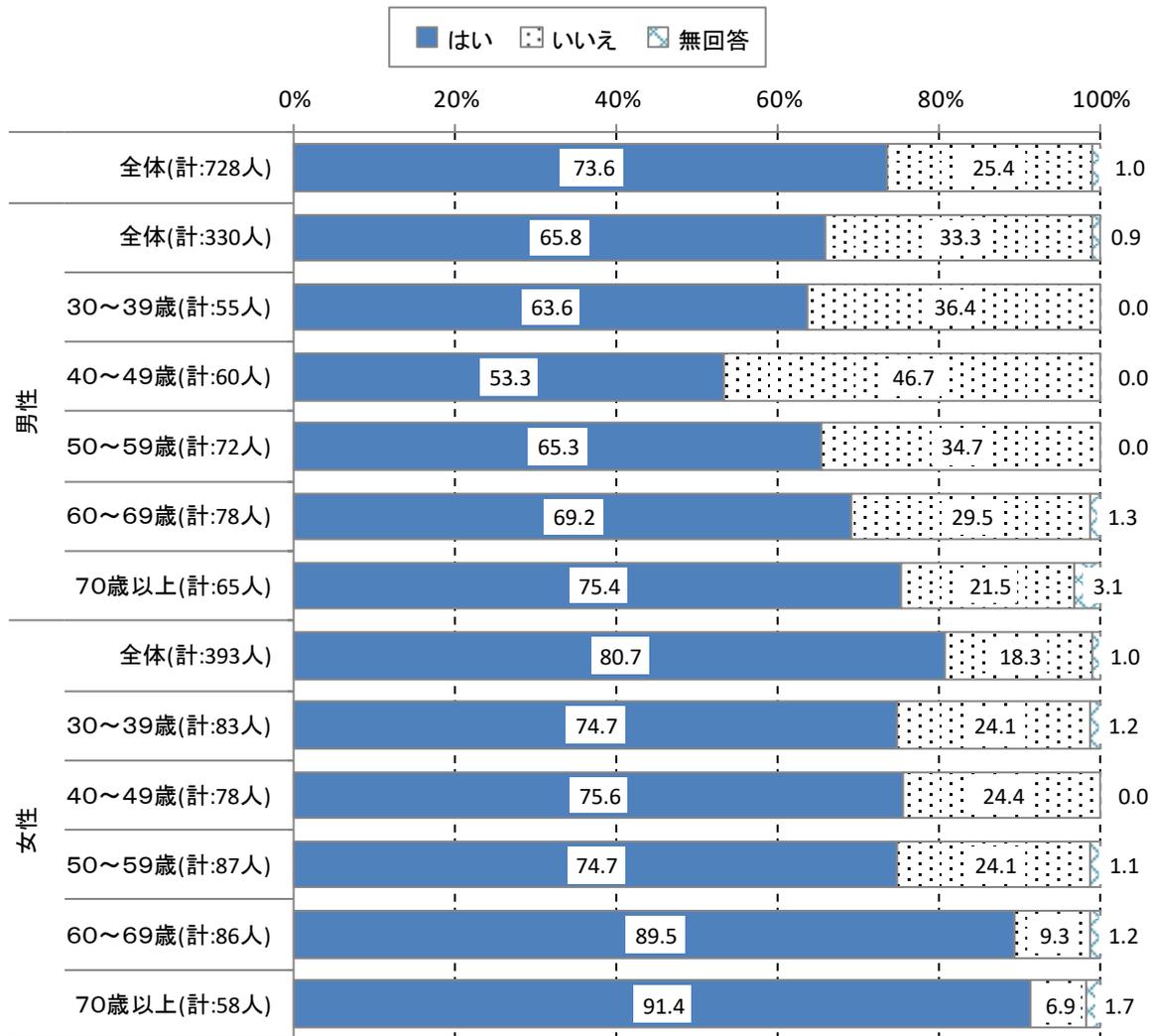
- あなたの歯は現在何本ありますか（差し歯は数えますが、入れ歯は除きます）とたずねたところ、「30本以上」と回答した人が最も多く、38.2%となっています。次いで、「25本~30本未満」（35.2%）、「20本~25本未満」（7.8%）と続いています。

問 84 1日何回、歯を磨きますか。



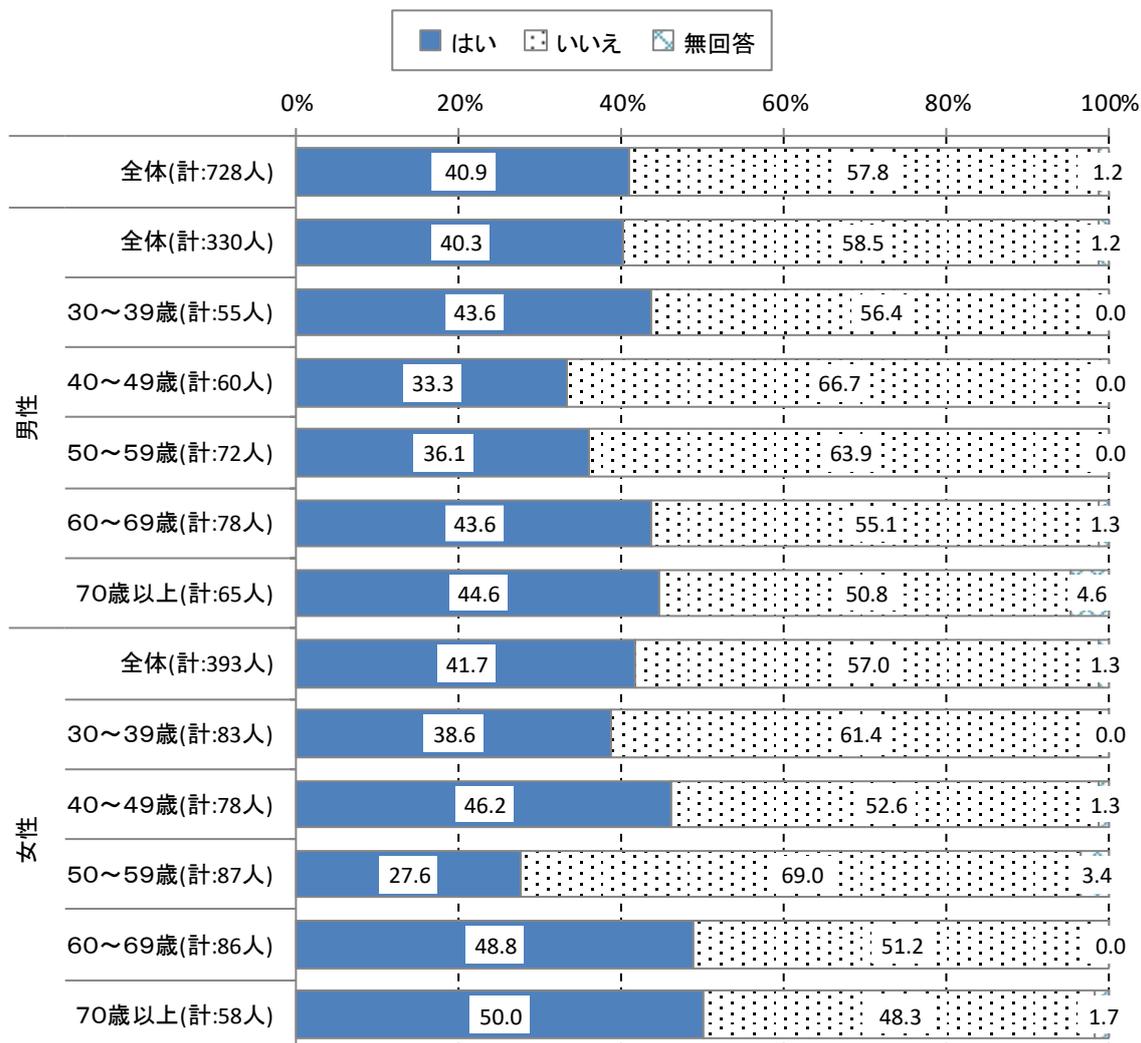
- 1日何回、歯を磨きますかとたずねたところ、「2回」と回答した人の割合が最も高く、54.0%となっています。次いで、「3回以上」(24.7%)、「1回」(17.6%)と続いています。

問 85 あなたは、かかりつけの歯科診療所や歯科医院がありますか。



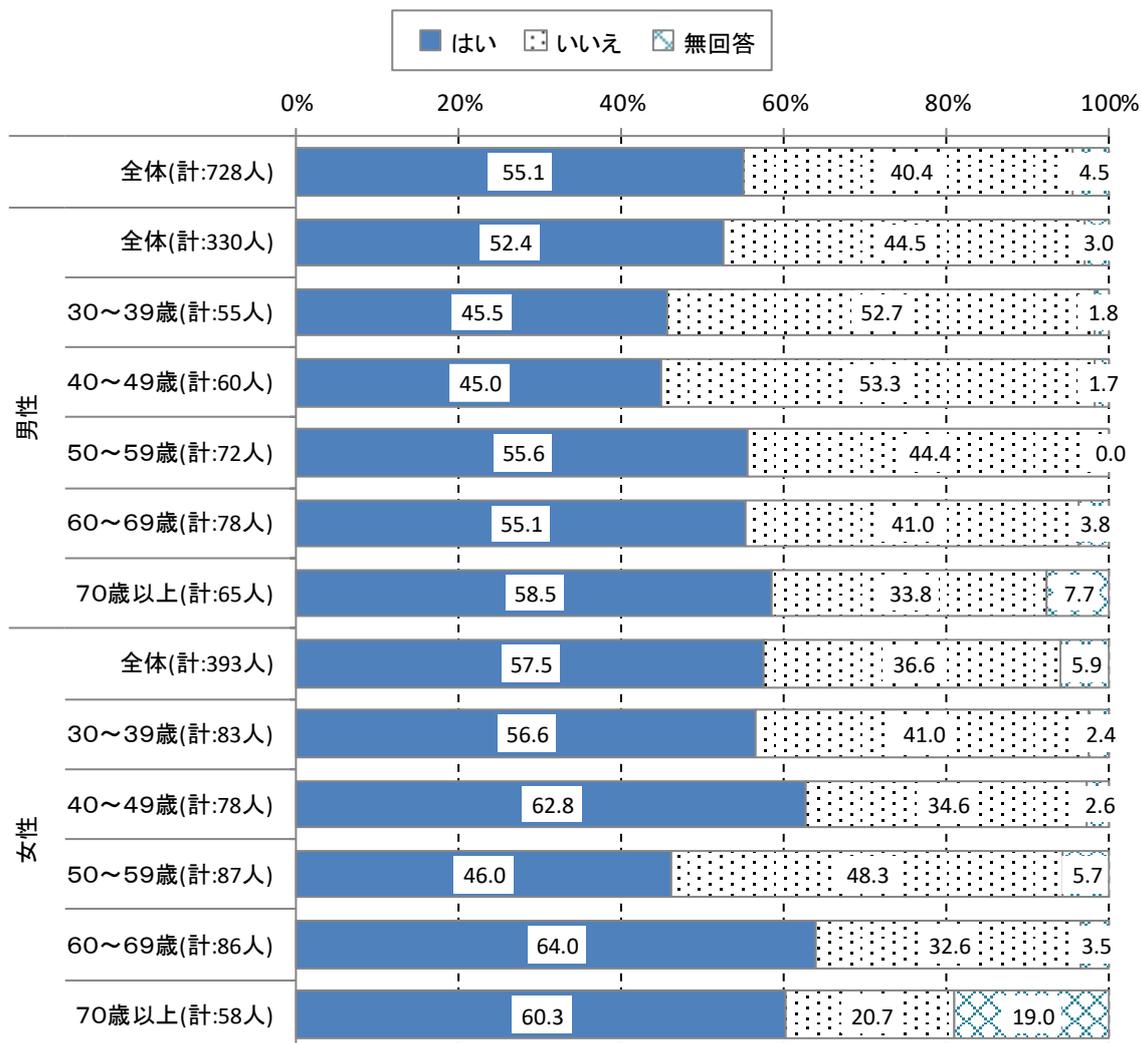
●あなたは、かかりつけの歯科診療所や歯科医院がありますかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は73.6%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は25.4%となっています。

問 86 あなたは、この1年間に町、職場、歯科診療所などで歯科健診を受けたことがありますか。※虫歯治療など、治療目的とした場合は除きます。



●あなたは、虫歯治療など、治療目的とした場合は除き、この1年間に町、職場、歯科診療所などで歯科健診を受けたことがありますかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は40.9%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は57.8%となっています。

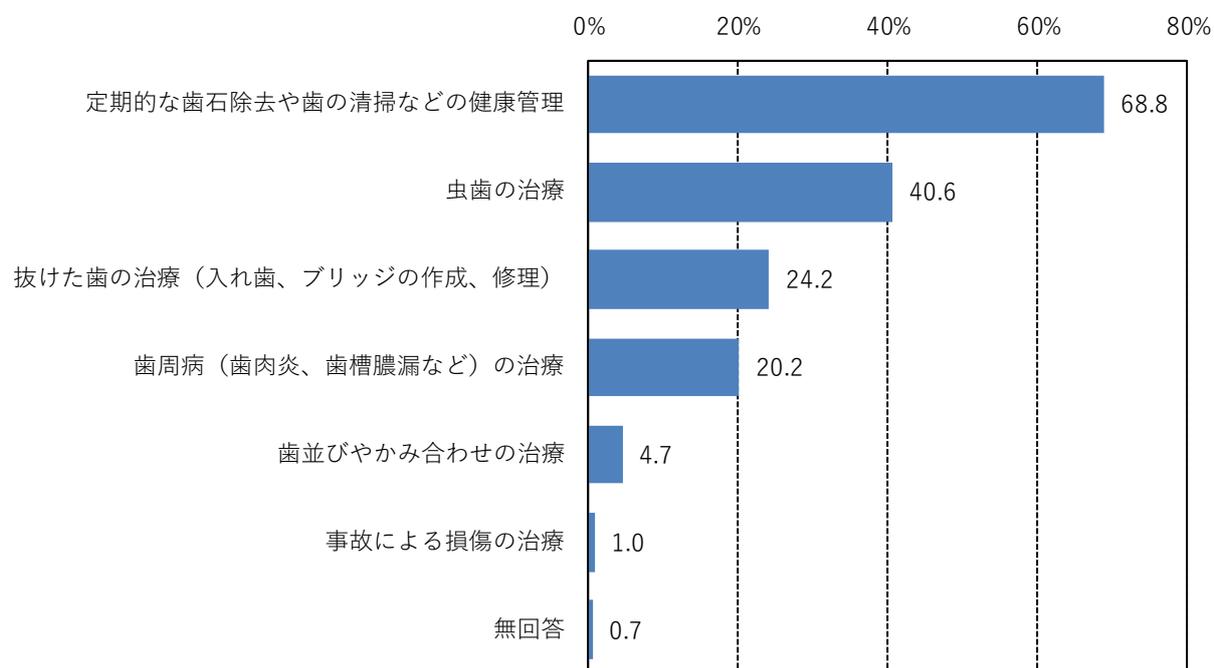
問 87 あなたは、この1年間に歯科診療所や歯科医院で診療（訪問診療を含む）を受けたことがありますか。



●あなたは、この1年間に歯科診療所や歯科医院で診療（訪問診療を含む）を受けたことがありますかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は55.1%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は40.4%となっています。

歯科医院等で診療を受けたと回答された方にお聞きします。

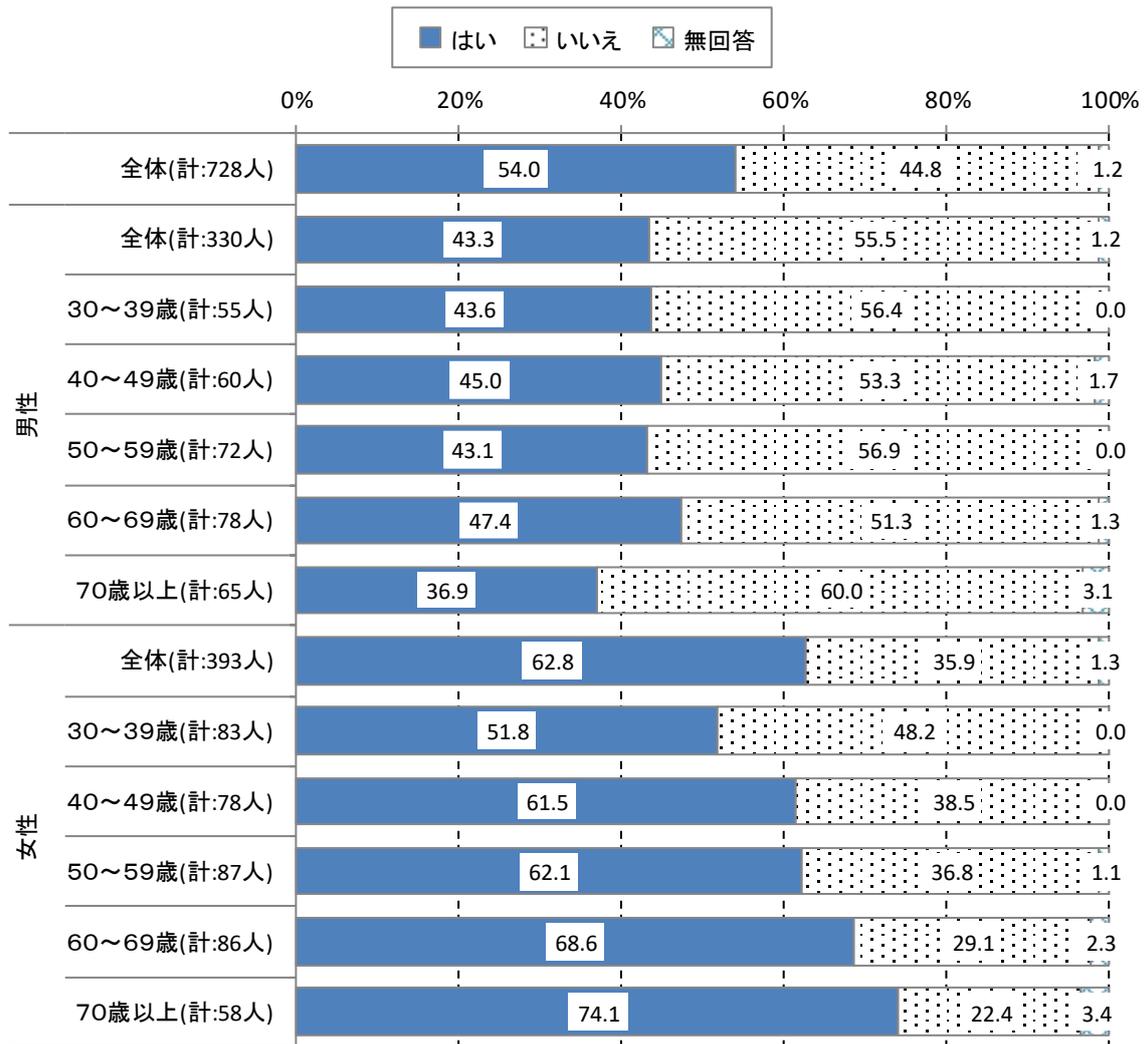
問 87-1 あなたが受けた診療は何ですか。



計：401人

●歯科医院等で診療を受けたと回答された方に、あなたが受けた診療は何ですかとたずねたところ、「定期的な歯石除去や歯の清掃などの健康管理」と回答した人が最も多く、68.8%となっています。次いで、「虫歯の治療」(40.6%)、「抜けた歯の治療 (入れ歯、ブリッジの作成、修理)」(24.2%)と続いています。

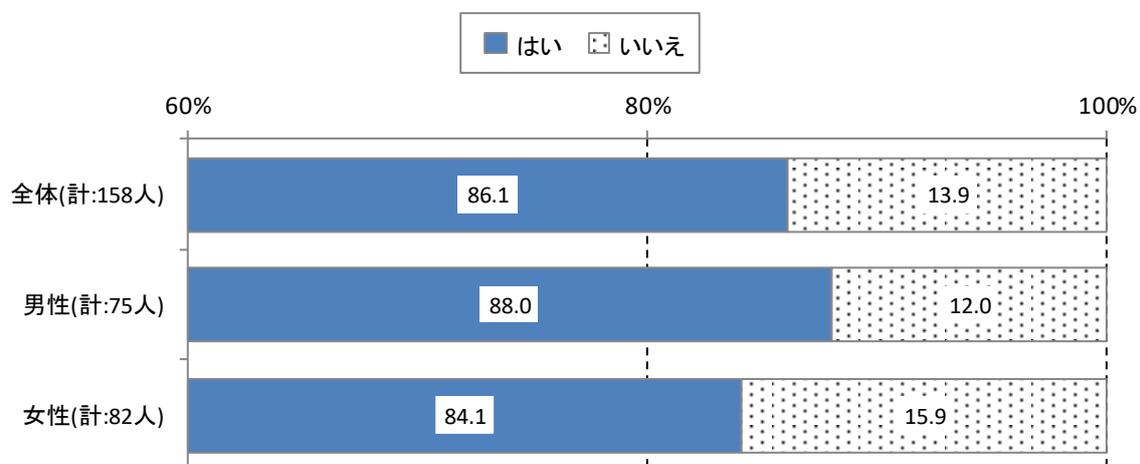
問 88 あなたは歯や歯の隙間の手入れのために、歯間部清掃用具を使いますか。



●あなたは歯や歯の隙間の手入れのために、歯間部清掃用具を使いますかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は54.0%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は44.8%となっています。

小学生以下のお子様がいいらっしゃる方のみにお聞きします。

問 89 お子様は定期的に歯の健診（町や学校等の歯の健診を含む）を受けていますか。

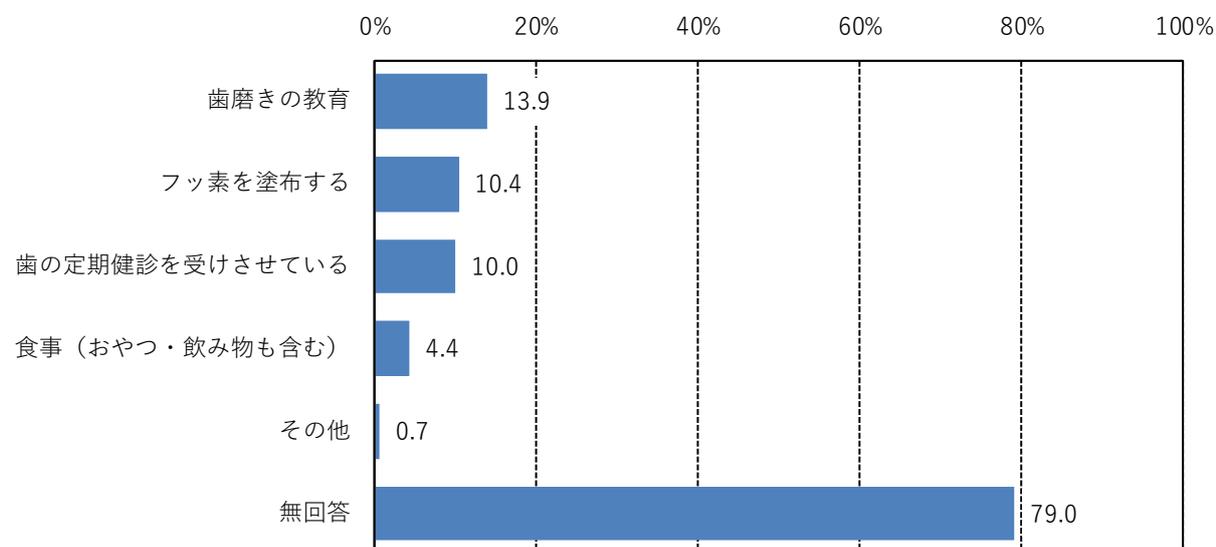


●小学生以下のお子様がいいらっしゃる方に、お子様は定期的に歯の健診（町や学校等の歯の健診を含む）を受けていますかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は86.1%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は13.9%となっています。

※ 本設問は小学生以下のお子様がいいらっしゃる方のみ尋ねた設問であるため、表頭の無回答者を表示せず集計・分析を行いました。

小学生以下のお子様がいいらっしゃる方のみにお聞きします。

問 90 お子様の虫歯予防でどのようなことに取り組んでいますか。

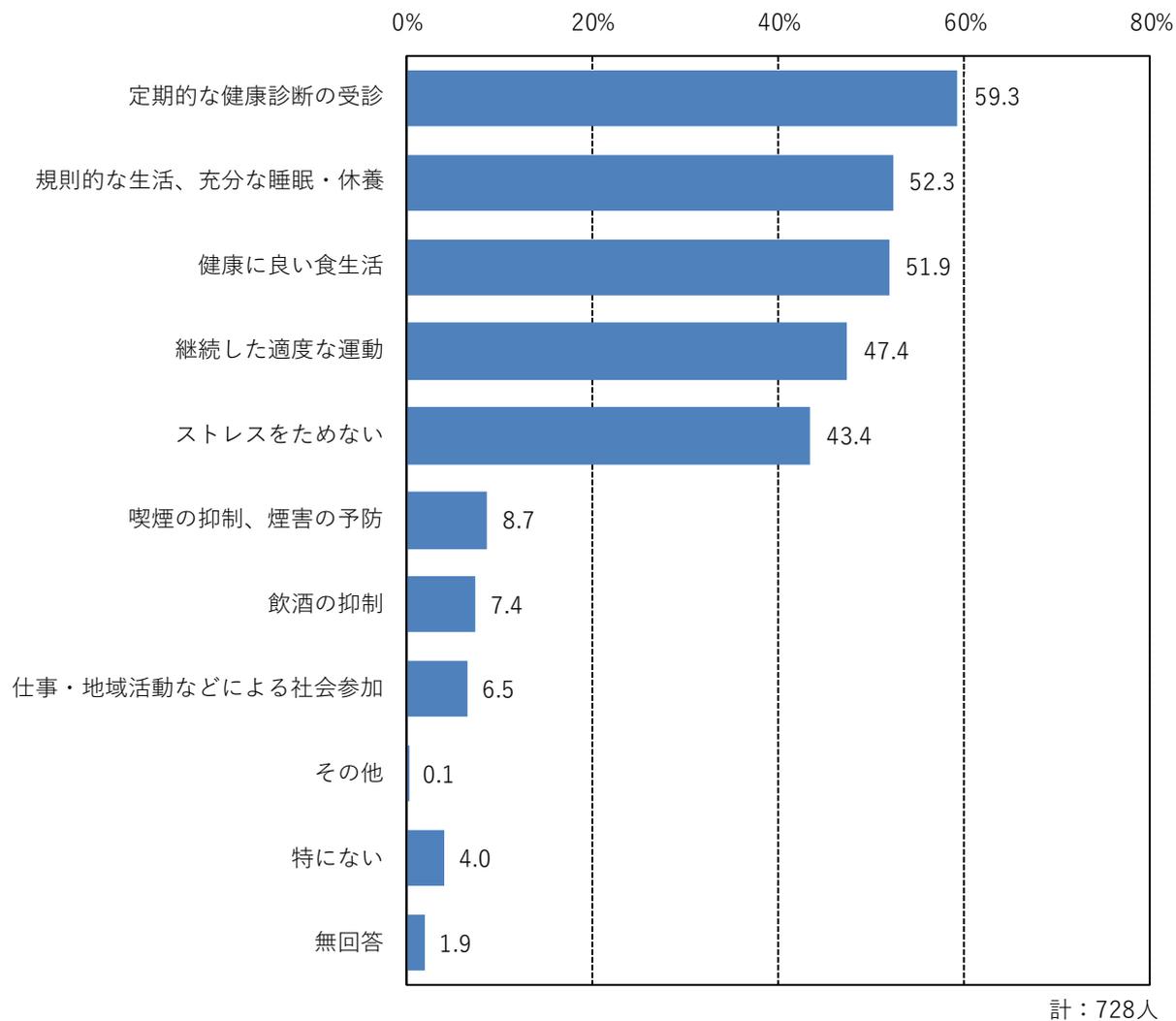


計：728人

- 小学生以下のお子様がいいらっしゃる方に、お子様の虫歯予防でどのようなことに取り組んでいますかとたずねたところ、「歯磨きの教育」と回答した人が最も多く、13.9%となっています。次いで、「フッ素を塗布する」（10.4%）、「歯の定期健診を受けさせている」（10.0%）と続いています。

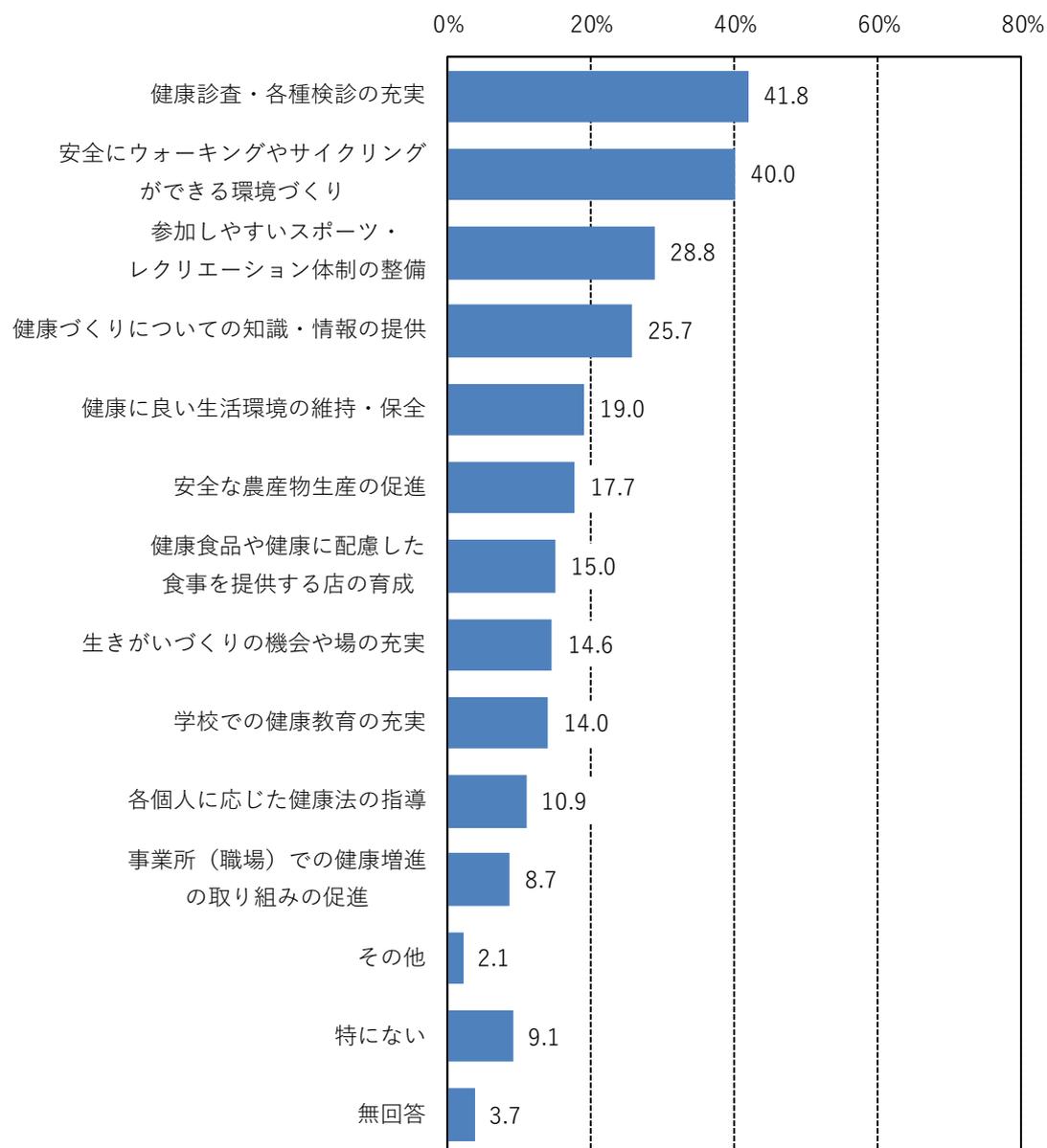
(11) 健康づくりの取り組みについて

問 91 今後、健康づくりのために重点的に取り組みたい（継続したい）ことは何ですか。あてはまるものを3つ選んでください。



- 今後、健康づくりのために重点的に取り組みたい（継続したい）ことは何ですかとたずねたところ、「定期的な健康診断の受診」と回答した人が最も多く、59.3%となっています。次いで、「規則的な生活、十分な睡眠・休養」（52.3%）、「健康に良い食生活」（51.9%）と続いています。

問 92 健康づくりのために、町が重点的に取り組んでほしいことは何ですか。あてはまるものを3つ選んでください。

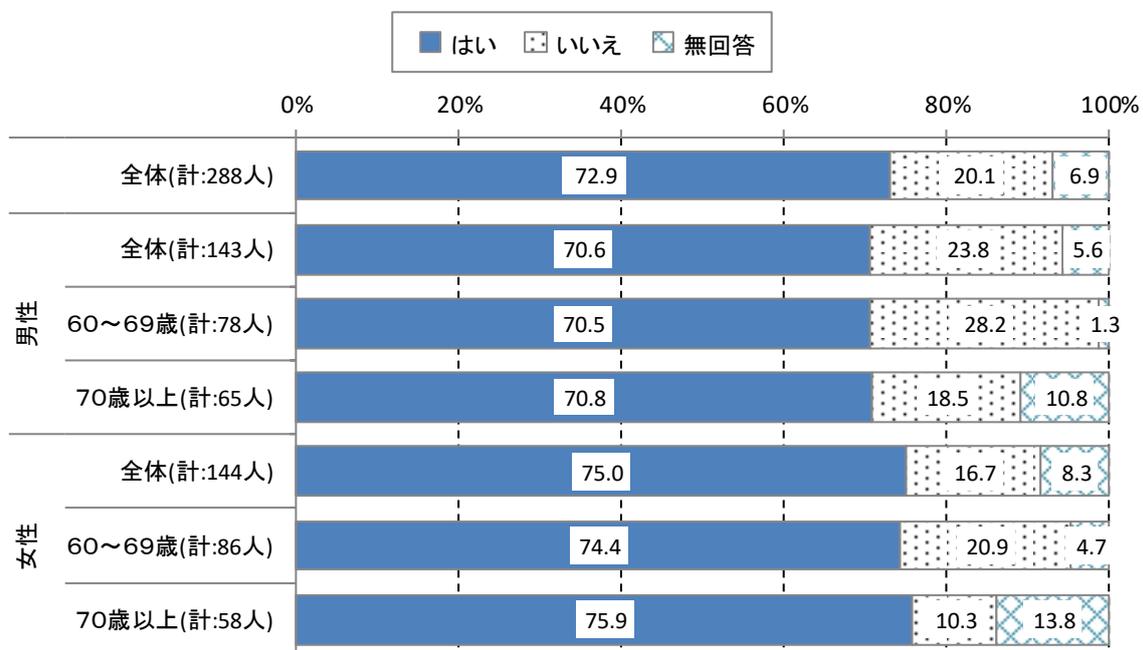


計：728人

●健康づくりのために、町が重点的に取り組んでほしいことは何ですかとたずねたところ、「健康診査・各種検診の充実」と回答した人が最も多く、41.8%となっています。次いで、「安全にウォーキングやサイクリングができる環境づくり」(40.0%)、「参加しやすいスポーツ・レクリエーション体制の整備」(28.8%)と続いています。

60歳以上の方にお聞きします。

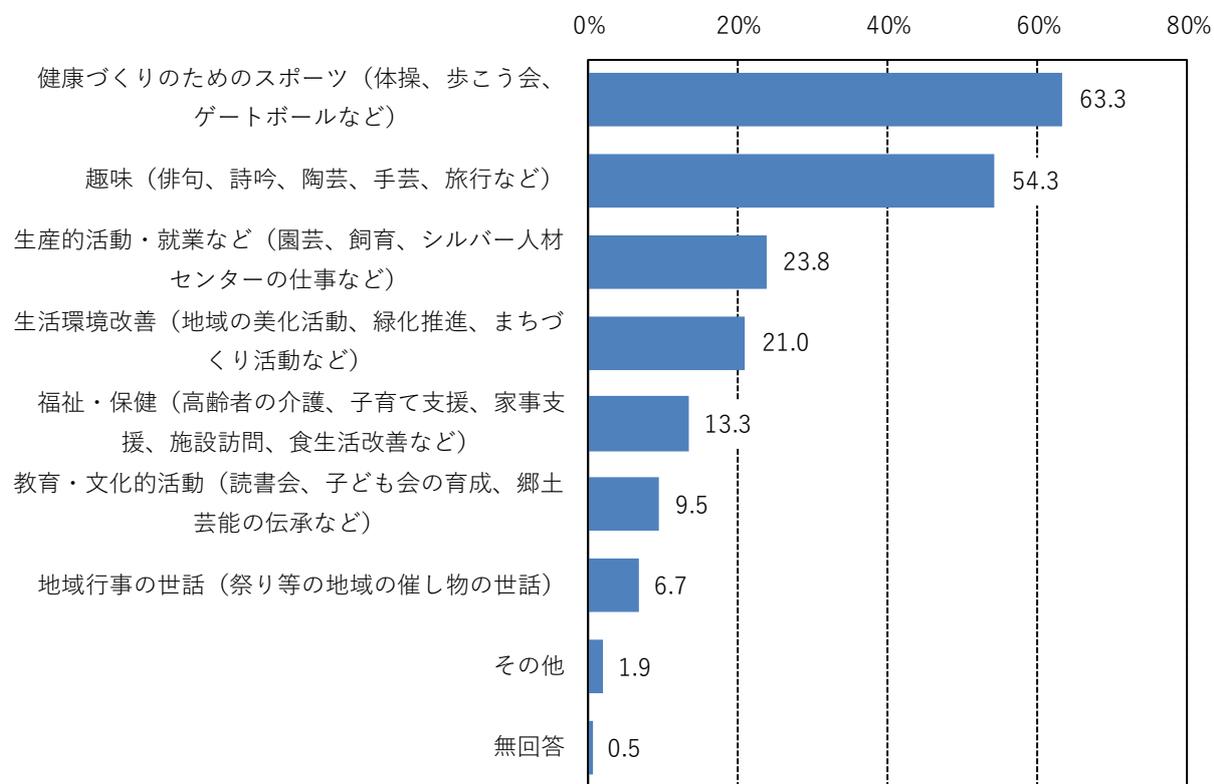
問 93 あなたが生きがいや健康づくりの取り組みとして、行いたいと思う活動はありますか。



●60歳以上の方に、生きがいや健康づくりの取り組みとして、行いたいと思う活動はありますかとたずねたところ、「はい」と回答した人の割合は72.9%となっています。一方、「いいえ」と回答した人の割合は20.1%となっています。

行いたいと思う活動があると回答した方にお聞きします。

問 94 あなたが行いたいと思う活動はどのようなものですか。



計：210人

●生きがいや健康づくりの取り組みとして、行いたいと思う活動がある方に、あなたが行いたいと思う活動はどのようなものですかとたずねたところ、「健康づくりのためのスポーツ (体操、歩こう会、ゲートボールなど)」と回答した人が最も多く、63.3%となっています。次いで、「趣味 (俳句、詩吟、陶芸、手芸、旅行など)」(54.3%)、「生産的活動・就業など (園芸、飼育、シルバー人材センターの仕事など)」(23.8%)と続いています。

2. 自由回答集

○ 健診について

- 苧田町のがん検診の実施は他の地域よりも充実していて、毎年お世話になっております。とても親切な対応でいつもありがたく感じています。この検診のおかげで健康をチェックしている安心感があります。できるだけ続けて多くの人にも知って頂けるよう奨めていきたいです。(女性, 60～69歳, 与原小学校区)

- 健診をできる限り受けられるように回数を増やしてほしい。(女性, 40～49歳, 南原小学校区)

- 県内で仕事中でも健診を受けられるようになれば有難い。(女性, 50～59歳, 与原小学校区)

- 他の地区(行橋、北九州)などで検診を受けても良い補助など。乳がん、子宮がん、胃がん検診は北九州などに多くの病院があり、そこで検診を受けているため。(女性, 40～49歳, 与原小学校区)

- 乳がんの触診検査が去年からなくなりましたが、実施した方が安心な気がします。(女性, 60～69歳, -)

- 人間ドックの取組みに力を入れてほしい。費用を安く受けやすいように。(男性, 50～59歳, 南原小学校区)

- 健康診断を年に何回か受診できるようにしてほしい。(男性, 60～69歳, 与原小学校区)

- 乳がん、胃がん、子宮がん、大腸がんの検診を安く(無料)で受けられるようにしてほしい。チラシ等をドアポケットに入れて下さい。(女性, 60～69歳, 与原小学校区)

- 町内での健康診断や無料の健診をネットで申込みできるようにしてほしい。QRコードを読み込むだけでサイトに繋がるなど。資料に記入して返送、届いたハガキを持参等は面倒。(女性, 50～59歳, 苧田小学校区)

- がん検診では胃カメラや内視鏡を使った検査メニューも設けて欲しい。(男性, 60～69歳, 与原小学校区)

- 先日ガン検診を受けました。(女性, 60～69歳, 苧田小学校区)

- ガン検診で尿によるもの(最近できたもの)の実施。(男性, 60～69歳, 与原小学校区)

- 低価格で受けることのできる健診をたくさん用意してほしい。子育て世代でなかなか自分のことにかけてられるお金が少ない。でも健康でいたい。(女性, 30～39歳, 与原小学校区)

- ガン検診の種類を増やしてほしい。(男性, 60～69歳, 与原小学校区)

- 町の健康診断や検診の機会をもっと増やしてほしい。女性特有の疾患が多いため、乳がん、子宮がん検診の機会を増やし、皆に周知できるようにしてほしい。(女性, 30～39歳, 南原小学校区)

- ガン検診が定期的に安く受けられるようになったら望ましい。(男性, 60～69歳, 南原小学校区)

- 町内の各医療機関への定期的健診への促進事業の拡大を希望します。いつもの医院のいつもの先生に一度病気だけではなく、全身的にコーディネートして頂いて、それから専門医の方へ紹介して頂けるのが理想です。ただ大腸がんや乳がんなどは町内では無理でしょうから、労災、国立、医療センター、記念病院とも連携して下さい。(女性, 50～59歳, 荻田小学校区)

- 私は主人の会社から毎年婦人検診を病院で受けています。とても助かっています。(女性, 50～59歳, 与原小学校区)

- 検診を強制してほしい。きっかけがないとなかなか皆行かないから。(男性, 50～59歳, 白川小学校区)

- がん検診など定期的に受けられるような補助があるといい。無料ではなくでも少し安く受けられると助かります。(女性, 40～49歳, 与原小学校区)

- サラリーマンを定年退職して数ヶ月が経ちました。今までは会社での健康診断等受診して参りました。町政だよりや町から案内を頂く健康診断、歯科、がん検診などを利用し、今後は積極的に受診して参りたいと思います。(女性, 60～69歳, 与原小学校区)

- イレウスの既往があり、胃通し検査が受けられません。今現在、ピロリ菌検査と胃通し検査が一緒になっているのでピロリ菌検査を受けたいのだけれど受けられません。町の検診でピロリ菌のみ検査できるようにしてもらえたらぜひ受けたい。結構そのような方は多いと思います。(女性, 40～49歳, 白川小学校区)

- 町民がん検診を毎年受けていたのですが、住んでいるアパートに今年くらいから広報が配られなくなり、検診の事が全く分からず受けそびれてしまいました。検診前だけでも良いので何か日程などわかる方法を考えて頂ければと思います。公民館等だけではなく、スーパーやコンビニなどに広報を置くなど、お知らせとして検診募集などのポスターを貼るなど。(女性, 50～59歳, 荻田小学校区)

- 血液検査や尿、血圧、心電図などは年2回にしてほしい。多少の負担も良いと思う。(男性, 70歳以上, 南原小学校区)

- ガン検診(肺がん、胃がん、大腸がん)の方に重点を置くべきだと考えています。従来から個人病院で受診しているので、敢えて受けることが良いのか、と思います。血液検査も2回行ったり無駄使いだと思います。(男性, 70歳以上, 南原小学校区)

- ガン検診で会社員も低価格で気軽に受けられるように検討できないか。働き盛りの20～50代の税金を納めている人達に、ガン検診を行きつけの病院で受ける事ができるシステムに変更できないのか。荻田町が行っている日程では仕事を持つ人にとっては不便である。がん検診しやすい方法を検討してほしい。皆病院代が足りなくて

検査出来ず、生保や年寄りばかりが優遇されて、若い人たちがガン検診できなくておかしいと思います。(女性, 40～49歳, 与原小学校区)

- 一年に一度健診をお金がかからず受けられる事に有難さを感じます。(女性, 50～59歳, 荇田小学校区)
- 30代でも乳がんを検診してほしい。(女性, 30～39歳, -)
- 定期健診無料化(男性, 30～39歳, 与原小学校区)
- 特定検診の結果は病院に行くのではなく、郵送してほしい。(女性, 70歳以上, 南原小学校区)
- 時間がない人は予約が難しい。(女性, 50～59歳, 馬場小学校区)
- 福祉会館でがん検診を受けた際、大変不快な思いをしました。翌年の検診は受けませんでした。無料クーポンを働く世代に増やしてほしい。(女性, 50～59歳, 南原小学校区)
- がん検診をもっと気軽に受けられると嬉しい。アンケート等取り組んでいただきありがとうございます。(女性, 40～49歳, -)

○ 町の取り組みについて

- 他の市村に比べて地域の活動が多いと思います。忙しいと思いますが、皆がいきいきと元気に過ごせる町作りをしてほしい。(女性, 60～69歳, 与原小学校区)
- 年寄り向けのイベントはすごく多いけど働き盛りの年代の健康づくりがないのか、情報が入ってこない。子どもと一緒に父親のみと交流するイベントがあれば参加したい。(男性, 30～39歳, 与原小学校区)
- 健康体操に参加できればと思う。ヨガ、ダンス、卓球、バドミントン、ソフトバレー、風船バレー、フォークダンス。(女性, 60～69歳, 与原小学校区)
- テレビ等で、地域の保健師さんが中心になって地域ぐるみで健康作りに取り組んでいる様子を見ます。荇田町の皆が参加でき、荇田町に住んでよかったと思えるようなアイデアがあると良いと思います。ポイント制度など。(女性, 60～69歳, 荇田小学校区)
- 検診の結果、「本気で健診結果改善」教室を進められ、5kg以上減量する事ができ、体調もすごく良くなり、大変喜んでおります。先生始めスタッフの皆様、大変感謝しております。教室終了後もリバウンド、健康のため、週2回行っています。要望としては、体力をつけるため2～4回増やしたいと思いますが、年金生活の者に少しでも安くできないかと思っています。例えば年齢65才以上は50%とかご検討下されれば嬉しいです。(男性, 60～69歳, 与原小学校区)
- 公民館で月に一度、体重、身長、血圧測定、ラジオ体操などされてはいかがですか。(女性, 60～69歳, 白川小学校区)
- コミュニティセンターや公民館での教室を平日の夜(18:30ぐらい)から始まるものを作ってほしい。時間が平日の日中ばかりで参加できない。(女性, 50～59歳, 片島小学校区)

- 定期健診や乳がん、子宮がん検診は職場で実施していたので苅田町からの案内を良く見ていませんでした。苅田町民体育館のジムはたまに利用しますが、その他の活動（町としての取組み）はあまり知りませんでした。他地域から来て知り合いも少なく、地域のイベントに参加する機会も少ないので仲間づくりができるイベント等があるとうれしく思います。（女性, 30～39歳, 与原小学校区）

- 食生活の具体的なメニュー作り。食と健康の関連した教育活動。予防医学についての教育活動。検診項目の拡充。（男性, 60～69歳, 与原小学校区）

- 高齢者（70歳以上）を対象とした健康づくりの充実。健康体操の毎朝開催、早朝ウォーキングなど。（男性, 50～59歳, 与原小学校区）

- 健康づくりの取組みに今まで関心がなく、どのようなものが行われているのか存じません。苅田町政だよりなどに紹介して下さっているのであれば今後利用させて頂きたい。（女性, 50～59歳, 与原小学校区）

- 健康教室に参加したいと思うが平日開催ばかりで参加できない。（男性, 50～59歳, 与原小学校区）

- 現在の取組みを続けて頂きたい。（男性, 70歳以上, 与原小学校区）

- パンジープラザの健康増進室に17年行っています。スタッフの方々の対応や楽しい雰囲気の中で運動が出来ているので続いています。また行っている間に年齢も増し、筋肉の減少、骨密度、肥満度など運動の必然性も感じています。これからも続けたいのでこの教室を続行してください。（女性, 60～69歳, 苅田小学校区）

- 健康づくりのためにアジャタ大会を学校、自治会、職場等で取り入れ、大規模に苅田町全体で取り組めればと思います。（男性, 40～49歳, 白川小学校区）

- 全て行政で取り組むと高コストになりがち。二重サービスになっていることもある。町、企業、地域、個人（ボランティア）が分担して取り組む事が重要だと思います。（男性, 50～59歳, 苅田小学校区）

- 町の取組みの内容を知るきっかけがない。（男性, 50～59歳, 苅田小学校区）

- 田川市の介護予防で取り組んでいるトランポリンを導入してほしい。（女性, 40～49歳, 苅田小学校区）

- 健康キャンペーンを実施する。スマホを活用して3ヶ月間のトータル歩数に応じて景品をゲットできるようにすれば皆取組みたくなると思う。（男性, 40～49歳, 与原小学校区）

- 本アンケートが届くまで「健康づくりの取組み」自体を知りませんでした。家族で（親子で）参加できる運動教室等があると面白いと思います。（男性, 30～39歳, 南原小学校区）

- いつもこのようなアンケート調査の取組みを行って頂きありがとうございます。健康寿命が低いと言われていますが健康あつての生活、活動、趣味だと思います。会社勤めの時は年に2回行っていましたが退社、2度の出産時に検診を受けたのみで特に受けていません。女性専門の方による相談の場や講座があると分かりやすいですし、気兼ねなく話せる場があると嬉しい。（女性, 30～39歳, 苅田小学校区）

- 年金暮らしなのでお金のかからない行事などがあれば参加してみたい。（女性, 60～69歳, -）

- ハイキング等の企画があれば参加してみたい。(男性, 60～69歳, 荇田小学校区)
- 平日の対応が難しい。休日にできることを増やせば健康作りにも今より取り組めるようになると思います。(男性, 50～59歳, 白川小学校区)

○ 環境整備について

- 安全なジョギングコース、照明有り。(男性, 60～69歳, 与原小学校区)
- 気軽に通える低額のジムなどがあると嬉しい。岩盤浴などの健康施設もあると嬉しい。(女性, 30～39歳, 与原小学校区)
- ウォーキングがしやすい街づくりを希望します。高齢者宅への保健師訪問なども将来的にあっても良いのかなと思います。(女性, 50～59歳, 荇田小学校区)
- 公園等の施設が歩いたりしたくなるような、行きたくなるような環境にしてほしい。草木の手入れやお花の手入れなど安全で明るい環境づくりをお願いします。税金は町民のために有効に使って頂きたい。(女性, 40～49歳, 与原小学校区)
- 工場が多いのに夜勤者が利用できる店や施設が少ない。体育館を早朝や深夜も利用できるようにしてほしい。(女性, 50～59歳, 荇田小学校区)
- ウォーキングロード(安心安全、夜間でも利用できる)の充実。夏場は夜間涼しくなって歩きたいが暗いので怖い。一人でも安心して歩ける場所があれば利用したい。(女性, 40～49歳, 与原小学校区)
- プールが建設されたからといって皆が元気になるわけではないし民間を活用すべし。町の余計な施設の維持費を払うより参加者へ受講料の一部負担をしてあげた方が良い。現存の町立の運動施設は近隣市町の住民の利用が多く使えない。(男性, 50～59歳, 南原小学校区)
- 歩道の設置。自転車レーン及び自転車道の整備。公園の設置、整備(北九州市等に比べ少ない)。維持管理費が必要だと思うが公共事業として行っていただきたい。海等の自然が多いのでまちづくり計画(ワークショップ)を住民の意見を考慮して人口を増やす。(男性, 40～49歳, 与原小学校区)
- 総合ヘルスマルチセンター(仮称)建設。スポーツ、レクリエーション、トレーニングジムやリラクゼーション、医療、リハビリなど各分野がある。健常者、障がい者が気軽に立ち寄れる環境作り。(男性, 60～69歳, 馬場小学校区)
- 気軽にウォーキングができる場所がほしい。向山公園は歩きやすいが遠いので行きにくい。(男性, 60～69歳, 南原小学校区)
- 町の中央付近に運動公園がほしい。民営で良いのでスーパー銭湯がほしい。荇田町にない診療科(婦人科、眼科など)の病院がほしい。(男性, 50～59歳, 荇田小学校区)
- プールやアスレなど利用したいと思っていますが、交通の便が悪く、西鉄のバス停までも自宅から歩いて20分かかり、コミュニティバスの利用も不便でなかなか足が向きませんでした。一度見学に行ってみようと思っています。(女性, 60～69歳, 荇田小学校区)

- パンジープラザの健康教室に通いたくても遠いし、時間帯も不便。夜に利用できるようにしてほしい。健康教室がそれぞれの地域にあると嬉しい。(女性, 50～59歳, 白川小学校区)

- 散歩しようと思っても犬のフンが多すぎて下を見ながら歩かないといけないのが苦痛。リードを付けないで犬の散歩をしている人がいる。(女性, 30～39歳, 馬場小学校区)

- 健康づくりのために大きな公園がほしい。(男性, 40～49歳, 与原小学校区)

- 市役所周辺に24時間運動のできる野外の運動公園を作してほしい。小さな子どもの遊び場とは別の場所(危ないので)。2交代勤務なので24時間開いている所。(男性, 30～39歳, 荇田小学校区)

- 高齢の方(60代以上)への優遇対応の環境、施設を作してほしい。夜、ウォーキングや散歩(健康のため)をしている方の為に外灯を増やしてほしい。特に旧国道10号線は車や自転車の通行が夜も多く、歩道も暗すぎる。(女性, 60～69歳, 与原小学校区)

- ウォーキング道の整備。空港に行く道にトイレが1つ欲しい。歩道が途中で終わっていて危ない気がする。松山城跡北側信号付近、トヨタ側。(女性, 40～49歳, 荇田小学校区)

- 自由な時間に行って運動できる場所があれば良い。(女性, 70歳以上, 荇田小学校区)

- 図書館へ行くのが楽しい。充実した本をお願いします。(女性, 60～69歳, 白川小学校区)

- 向山公園のグラウンド周辺のランニングエリアを走っていますが、地面のゴムがボロボロなのでそろそろ貼り替えが必要だと思います。(男性, 30～39歳, 南原小学校区)

- 段差のない歩道に改善してほしい。街灯を増やしてほしい。トライアル前の道で空港からハンズマン方面が暗い。明るくしてほしい。(男性, 50～59歳, 荇田小学校区)

- 施設が人口密集地に偏り、周辺部の過疎地域に少ない為、利用しにくい。過疎地の活性化の為にも周辺地域にも人が気軽に来られるように施設を整備してほしい。交通インフラの整備をしてほしい。(男性, 60～69歳, 白川小学校区)

- 夜でもウォーキングができるように街灯の増設をして下さい。防犯カメラの設置もお願いします。(男性, 40～49歳, 与原小学校区)

- 温水プールがあり非常に助かっていますが、ウォーキングやジョギングのできる場所があると助かります。(女性, 70歳以上, 南原小学校区)

- 荇田中前の歩道を夜ウォーキングしたいが暗すぎて不気味なため、灯りをつけてほしい。(男性, 40～49歳, 馬場小学校区)

- 「メルチャリ」のような主要な箇所に自転車設置をして貸し出してほしい。スケートボードで遊べる広場がほしい。(女性, 40～49歳, 馬場小学校区)

- ウッドデイという打ち放しのゴルフ練習場があったが閉鎖されたので、養嶋のゴルフ練習場のような練習場を作してほしい。特にショートコースがあれば皆で歩き、

健康増進にもつながり、また健康ジムも併設すれば健康で長生きできると思う。

(男性, 70歳以上, 与原小学校区)

-
- ウォーキングを行っていますが、仕事が終わってからなので夜になります。暗いので夜でも歩けるような施設があれば高齢者も運動しやすい環境になると思います。
(男性, 40~49歳, 荇田小学校区)
-
- 安全にウォーキング出来る場所が少ない。夜間歩けるよう照明設備。(男性, 70歳以上, 与原小学校区)
-
- 子どもが安心して遊べる場所(室内)があるといい。(女性, 50~59歳, 与原小学校区)
-
- 運動施設を増やしてほしい。無料もしくは安くしてもらいたい。(男性, 40~49歳, 馬場小学校区)
-
- 歩きやすい、走りやすい、自転車に乗りやすいまちづくりを。(男性, 50~59歳, -)
-
- 歩いて30分程度の所に散歩コースや治安のよい広い公園や屋根付きの広場があれば良いと思う。年齢に関係なく、家族で参加できる無料の健康フェスなどあれば行ってみたい。野菜(有機)しか使わないレストラン、小さな子どもが食べられる、安心できるレストランもふえてほしい。(女性, 30~39歳, -)
-
- 運動公園の建設。グラウンドの外周をウォーキングできるようになって隣には小さな子どもが遊べる遊具のある公園を作ってはどうか。香月中央運動公園のような。(女性, 40~49歳, 南原小学校区)
-
- 荇田町の町民プール2階のトレーニングルームは時間を決めて高齢者のみ使用する時間をお願いしたい。若い人達が筋トレのマシンを使用されており、高齢者がゆっくり使う事ができない。(女性, 70歳以上, 南原小学校区)
-
- 毎日体育館の2階のトレーニング室を5年以上利用しています。1階の身障者用のトイレのウォシュレットが半年前から故障しています。何度も職員にはお願いしていますが、修理依頼の声は届いていませんか。(女性, 70歳以上, 荇田小学校区)
-
- 殿川公園(町役場横)のような楽に利用可能な場所があれば健康増進につながる気がする。無理に運動を強要すると持病が悪化する事を忘れて、動いてしまった過去があるので、よく考慮して運動推進を行ってほしい。(男性, 50~59歳, 南原小学校区)
-
- 公園の整備をしてほしい(草)。(女性, 30~39歳, 馬場小学校区)
-
- おおくま公園でウォーキングする人が沢山いるので、特に夏は草刈りの頻度を上げてほしいと思いました。(女性, 30~39歳, 与原小学校区)
-
- 高齢者の多い昨今、町管理の無線機を町民の家に取り付けて頂くと災害にも役に立つ。緊急時に町の公民館のものは聞こえにくいのでぜひお願いします。(女性, 60~69歳, 白川小学校区)
-
- 荇田町の中心部は基本的に車の往来が多く、子どもと安心して運動しにくいかもしれません。町のプールはよく利用させてもらっていますが、総合公園のような町の自慢になるような設備があると良いなと思います。(男性, 40~49歳, 荇田小学校区)

- 荻田町のスポーツジムが小さい（狭い）ので役場施設の一部を変更し（不使用施設がある）、増設してほしい。（男性、50～59歳、荻田小学校区）

- 何か病気かなと思っても大きな病院は午前中しかやっておらず病院に行く機会がなかなかないし、待ち時間も長い。もう少し気軽に行けるようにしてほしい。（男性、30～39歳、与原小学校区）

- 大熊公園のゴムチップを貼り替えてほしい。公園利用のクラブチームに利用マナーを指導してほしい、危ない。接触すれすれで走ってくる。（男性、40～49歳、与原小学校区）

- 検診を毎年して頂いて有難いですが、車道より歩道にでこぼこがあるのでつかかたり、こけたりします。直してほしい。（女性、70歳以上、荻田小学校区）

- 検診の車をよく見るのですが、外で待つ年配の方が夏は暑そうで冬は寒そう。何らかの対処法はないのかと思いました。（女性、30～39歳、南原小学校区）

- 公園に運動器具を置いてほしい。本格的なもの。（男性、40～49歳、荻田小学校区）

- パンジープラザまでのアクセスが悪い、場所が悪い。（男性、30～39歳、与原小学校区）

- パンジープラザでは健康増進のための機器等を新設する等してほしい。（男性、60～69歳、与原小学校区）

- 運動施設を増やす事と予約の簡素化（ネットの活用）。（男性、40～49歳、与原小学校区）

○ 情報提供について

- 独り世帯も増えているので昼食、夕食の提供をしてくれるお店がほしい。そのお店発信のネットワークができ、荻田町のイベントなど、もっと知る事ができると良いと思います。（女性、50～59歳、-）

- 健康づくりができる情報の提供（男性、50～59歳、荻田小学校区）

- スポーツジム等利用しやすいようにもう少しお知らせしてほしい。町内会などに入っていない家庭にもお知らせや広報かんだを配布してほしい。（男性、40～49歳、荻田小学校区）

- 情報を発信する手段が少ない。町主催のイベントを増やす（運動会など）。町のゴミ拾いの活動を増やす。町議会議員の活動内容を公表し、健康づくりへの活動、積極的な働きをして頂きたい。環境面を変化させてほしい（小波瀬駅の改良）。（男性、30～39歳、与原小学校区）

- 5月からのパンジーの運動教室に参加して良かった。友達にも勧めている。教室があることを知らない人が多い。（女性、60～69歳、南原小学校区）

- 健診などの広報活動を積極的に取り組んでほしい。（女性、40～49歳、白川小学校区）

- 無料のがん検診などのお知らせをしてほしい。（女性、50～59歳、-）

- 子どもが出来た時に医療費は何歳まで無料なのか知りたい。(女性, 30～39歳, 苧田小学校区)

- 検診日程はかんだ町だよりに掲載しているとの事ですが、町内会に入っていないため町報を見る事もなく、取りに施設に行く機会もないため、結果、健診を受けずにいる。町内会に入っていないでも町の事が分かるような何か情報がほしい。町のホームページは少し分かりにくい。(女性, 40～49歳, 馬場小学校区)

- 町がどういった取組みをしているのか知らないのが勿体ないと思いました。今回のアンケートで知る項目があったので。もう少しHPで分かりやすく案内をしてもらえばいいのと思います。(女性, 30～39歳, 馬場小学校区)

- ライン等を活用して町の情報を性別、年齢別に告知する方法を作ってほしい。ラインで個人情報を入力させればある程度ピンポイントで情報が発信できるのではないか。紙の町報だよりよりも利用しやすいと思います。(男性, 50～59歳, 与原小学校区)

- 今年は町のガン検診のお知らせが無かったようで、毎年ガン検診を受けていますが、今年は受けていません。広報かんだには記載されていましてでしょうか。分かりやすくお知らせ頂けると幸いです。(女性, 40～49歳, 苧田小学校区)

- 苧田町の検診(健診)や健康づくりの取組みの情報をどこで知る事ができるのかが分からない。また知りたい。産後の子どもの健診は充実しているが母親の体調を気軽に相談できる場も一緒に設けてほしい。(女性, 30～39歳, 苧田小学校区)

○ その他の意見

- 仕事の関係で地域での活動が充分できない。北九州市と比べて健康に対する対応が弱い。苧田町の魅力が乏しい。(女性, 50～59歳, 与原小学校区)

- お金がないので病院に行かない人は多い。(女性, 50～59歳, 与原小学校区)

- 親の世代にはあった町内、隣組、ご近所付き合いの頻度が低い様に感じられます。地域の住人も高齢化が進んでおり、ご近所同士で高齢者を支えていけるような仕組み、環境作りができれば良いと思います。(女性, 60～69歳, 与原小学校区)

- インフルエンザの予防注射代を安くしてほしい。若い女性でも行けるようなヨガ教室をやってほしい。おすすめの病院を紹介してほしい。不妊治療に力を入れてほしい。(女性, 30～39歳, -)

- 持病があるため3ヶ月に一度定期検診を受けています。健康を維持するために地域の様々なイベントに参加して寝たきりにならないように努力すべきですが、足が進みません。人間関係でストレスが生じます。取り組みには頭が下がりますが、こういう人は多いと思っています。(女性, 70歳以上, 馬場小学校区)

- 生活のため、結構働いています。町民税もその分納めている。町が健康づくりの取組みを行っていても働いている世代は参加が難しい。(女性, 50～59歳, 南原小学校区)

- 時間が取れば汗をかかない程度の運動はしたい。汗をかいて気持ちが良いと感じる人もいるが、私は不快感を抱くので。(女性, 60～69歳, 与原小学校区)

- 年金暮らしなのでお金のかかる事はできない。自分自身で気をつけています。ウォーキング、園芸、犬の散歩で充分です。(女性, 70歳以上, 南原小学校区)

- 今回のアンケートを元に統計的な分析を行い、どのような活動を町として考えているのか分からない。分析結果をしっかりと展開し、どのような活動を行うのかを絶対に展開してもらいたい。今回のアンケートも無駄な税金を使ったとならないようにしてもらいたい。そもそも、いきいきかんだ21とは?町民が周知する展開があったのか知りたい。(男性, 30~39歳, 与原小学校区)

- テレビなど健康に関する情報、病気に対する情報は多く知る事ができます。年齢的に個人で何をするか、どうするかを自分で考えて実行する方法が自分に適していると考えます。(男性, 70歳以上, 荇田小学校区)

- この調査で細部に亘って設問があり、改めて見直すことができました。皆さんのデータを参考にして今後の取組みに役立てて頂けることを願っています。(女性, 60~69歳, 荇田小学校区)

- アンケートはパスワードを設定し、ネットで回答できるようにしたらどうですか。(男性, 60~69歳, 馬場小学校区)

- ウェブで回答出来るようにしてほしい(女性, 30~39歳, 与原小学校区)

- 時々、健康の取組みを区や村ごとに検討することを望みます。(女性, 60~69歳, 白川小学校区)

- 問1について、他の自治体では3. その他、4. 答えたくない、の項目があるようです。LGBTを考慮しての事です。その点、荇田町は考え方が送れていると思います。(男性, 70歳以上, 南原小学校区)

- 安全できれいな町。外国人も多いし町も汚いので安心できない。(女性, 30~39歳, 荇田小学校区)

- 現在、パンジープラザの健康増進室を利用しています。以前は週5日利用出来たのに今は週4日。また週5日利用したい。増進室の指導員の方々のおかげで健康診査の中で数値の悪かったものが改善され、薬を飲まなくてよくなりました。(女性, 60~69歳, 与原小学校区)

- 自分に必要な知識や情報等はネットや書物で得ている。ウォーキング、ジョギングで充分な状況です。(男性, 70歳以上, 荇田小学校区)

- 生活が成り立ってからの健康であり、毎日の暮らしに精一杯で病院、健診等後回し。体に不調があっても病院に行く費用が無いのが現状です。(女性, 60~69歳, 荇田小学校区)

- 少額の年金が主になりますのでこれと言って考える事、御願ひする事などできない。(男性, 70歳以上, 南原小学校区)

- 地区ごとに健康づくりのための人的環境を整えてほしい。物的環境があっても使うための意欲を引き出すアドバイザーや仲間が必要だと思う。(女性, 50~59歳, 白川小学校区)

- 色々参加したいと思いますが体調が悪いのが残念です。私のようなものが参加出来る何かがあれば良いと思います。(女性, 70歳以上, 与原小学校区)

- 子供の健康づくり（小中学生）、老人へのケアをお願いしたい。（男性、50～59歳、南原小学校区）

- やっぱり食生活と運動。あとはご近所さんや友人、知人との交流です。「心」も健康に大きく影響します。（男性、40～49歳、与原小学校区）

- 将来の生活を考えると不安が沢山あります。支出の見直しをお願いします。（女性、50～59歳、南原小学校区）

- 学校で人の体のこと、健康でいるため、命の大切さ、性教育などの時間を増やして、自分の体の大切さを学ぶ機会を作ってほしい。中学校などは安易な性への考え方をすると危険だということなどまで教育する機会を作ってほしい。（女性、30～39歳、白川小学校区）

- 荻田町はとても住みやすいです。（男性、70歳以上、荻田小学校区）

- 職場にも日替わり定食が食べられるような食堂があると健康に役立つ気がします。（男性、70歳以上、与原小学校区）

- パンジーで健康教室があっても遠くの人には行けない。上片島には公園がなく人とのふれ合いがない。（男性、70歳以上、片島小学校区）

3. 調査票

苅田町 「いきいきかんだ21」 中間評価のためのアンケート調査

【 調査ご協力をお願い 】

皆様には日頃より町政に多大なご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

苅田町では、平成27年に策定した『いきいきかんだ21（第2期苅田町健康づくり計画）』の中間評価を行うにあたり、30歳から74歳までの1,500人を無作為に調査対象として選び、ご協力をお願いすることになりました。

ご回答いただきました内容は統計的な分析に使用するものであり、それ以外の目的に使用することはありません。お忙しい中、大変恐縮ですが、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

令和元年10月

苅田町長 遠田 孝一

ご記入にあたってのお願い

- この調査は、無記名です。（調査票に名前を書いていただく必要はありません）
- 令和元年10月1日現在でお答えください。
- ご回答にあたっては質問をよくお読みください。回答は、あてはまる項目を選んで、該当する番号を○で囲んでいただく場合と、数字などをご記入いただく項目があります。また、質問によっては回答していただく方が限られる場合がありますので、矢印の指示に従ってお答えください。「その他」の場合は（ ）内に具体的な内容をご記入ください。
- 記入いただいた調査票は、**10月21日（月）**までに、3つ折りで同封の返信用封筒に入れ、ポストに投函してください（切手は不要です）。

【この調査についての問い合わせ先】

苅田町役場 子育て・健康課 健康増進担当
電話 093-588-1235

あなた（調査対象者）について

問 1 性別を教えてください。【〇は1つだけ】

1. 男性 2. 女性

問 2 年齢を教えてください【年齢は満年齢、〇は1つだけ】

1. 30～39歳 2. 40～49歳 3. 50～59歳
4. 60～69歳 5. 70歳以上

問 3 持っている保険の種類を教えてください。【〇は1つだけ】

1. 社会保険（本人） 2. 社会保険（家族）
3. 国民健康保険 4. その他（ ）

問 4 居住地区を教えてください。【〇は1つだけ】

1. 荻田小学校区 2. 馬場小学校区 3. 南原小学校区
4. 与原小学校区 5. 片島小学校区 6. 白川小学校区

問 5 あなたを含め、同居している家族は何人ですか？

（ ）人

問 6 職業を教えてください。【〇は1つだけ】

1. 会社員・公務員 2. 自営業 3. 農林漁業
4. パート・アルバイト 5. 専業主婦（夫） 6. 無職
7. その他（ ）

問 7 現在の身長・体重・腹囲（おへそまわり）を教えてください

1. 身長（ ）cm 2. 体重（ ）kg 3. 腹囲（ ）cm

問 8 5年前に比べて体重の変化がありましたか。【〇は1つだけ】

1. 減った 2. 変わらない 3. 1～5kg増えた
4. 5～10kg増えた 5. 10kg以上増えた

1. 健康について

問 9 ご自身の健康状態についてどう思いますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|-----------------|--------------|
| 1. 非常に健康だと思う | 2. 健康な方だと思う |
| 3. あまり健康ではないと思う | 4. 健康ではないと思う |

問 10 現在治療中の病気がありますか。【〇は1つだけ】

- | | | |
|-------|-----------|--------|
| 1. はい | ⇒ 問10-1 へ | 2. いいえ |
|-------|-----------|--------|

問 10-1 治療中の病気は何ですか。【〇はいくつでも】

- | | | |
|-------------------|------------------------|----------------|
| 1. 高血圧 | 2. 糖尿病 | 3. 高脂血症（脂質異常症） |
| 4. 腎臓病 | 5. 心臓病 | 6. 肝臓病 |
| 7. 呼吸器疾患 | 8. 脳卒中（脳梗塞、脳出血、くも膜下出血） | |
| 9. 骨・関節疾患（首、腰、膝等） | 10. その他（ | ） |

問 11 「メタボリックシンドローム」という言葉を知っていますか。

【〇は1つだけ】

- | | | |
|--------------|---------------|---------|
| 1. 内容まで知っている | 2. 言葉だけは知っている | 3. 知らない |
|--------------|---------------|---------|

問 12 「ロコモティブシンドローム」という言葉を知っていますか。

【〇は1つだけ】

- | | | |
|--------------|---------------|---------|
| 1. 内容まで知っている | 2. 言葉だけは知っている | 3. 知らない |
|--------------|---------------|---------|

※「ロコモティブシンドローム」とは、主に高齢者における運動器の障がいのために自立度が低下し、介護が必要となる危険性の高い状態のこととされています。

問 13 健康手帳等（血圧手帳や糖尿病手帳を含む）を活用して健康管理をしていますか。

【〇は1つだけ】

- | | | |
|---------|-------------------|--------------|
| 1. している | 2. 手帳は持っているがしていない | 3. 手帳を持っていない |
|---------|-------------------|--------------|

問 14 健康に関する情報をどこから、もしくは誰から得ていますか。

【〇はいくつでも】

- | | | |
|-----------------|------------------|--------------|
| 1. 家族 | 2. 友人・知人 | 3. 職場 |
| 4. 保健所・保健センター | 5. 医療機関 | 6. 健康教室や講演会 |
| 7. スポーツ施設 | 8. テレビ・ラジオ | 9. 新聞 |
| 10. 雑誌・本 | 11. インターネット | 12. ポスター等の広告 |
| 13. 地域や職場のサークル等 | 14. 食品や料理の栄養成分表示 | |
| 15. その他（ | ） | 16. 特にない |

3. 運動習慣について

問 35 1日30分以上の軽く汗をかく運動をどのくらいしていますか（ウォーキングなども含む）。【〇は一つだけ】

- | | |
|-----------|------------|
| 1. 毎日している | 2. 週に2～4回 |
| 3. 月に1～4回 | 4. ほとんどしない |
- ⇒問35-1～問35-2へ

問 35-1 週に2日以上運動ができない理由は何ですか。【〇はいくつでも】

- | | |
|---------------------|---------------|
| 1. 医師等から運動を制限されている | 2. めんどうだから |
| 3. 運動の支障となるけがや痛みがある | 4. 身近な施設がない |
| 5. 特に運動する必要がない | 6. 効果があると思えない |
| 7. 運動が嫌い | 8. 時間に余裕がない |
| 9. 費用がかかる | 10. その他 () |

問 35-2 今後、運動したいと思いますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|-------------|--------------|
| 1. 積極的にしたい | 2. 機会があればしたい |
| 3. あまりしたくない | 4. 全く興味がない |

問 36 運動が生活習慣病予防に効果があることを知っていますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|-------------|---------------|
| 1. よく知っている | 2. なんとなく知っている |
| 3. あんまり知らない | 4. 知らない |

問 37 町が健康教室（運動指導が含まれる）を実施していることを知っていますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問 38 運動の楽しさを体験したことがありますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問 39 運動を一緒にする家族や仲間がいますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問 40 日常生活でできるだけ歩くことを意識していますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問 41 運動のために地域の公園や公民館を利用していますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問 42 町や地域で行われる運動イベントに参加したことはありますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問 43 地域に運動のサークル（ゲートボールやウォーキング等のグループ）があるのを知っていますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問 44 運動に関して町に求めるサービスは何ですか。【〇はいくつでも】

- | | | |
|------------|--------------------------------|---------------|
| 1. 運動教室の開催 | 2. 専門家による運動指導 | 3. 利用しやすい運動施設 |
| 4. 仲間づくり | 5. その他（ ） | 6. 特になし |

問 45 パンジープラザに健康増進教室があることを知っていますか。【〇は1つだけ】

- | | | |
|--------------|----------------------|---------|
| 1. 参加したことがある | 2. 知ってはいるが実際に見たことはない | 3. 知らない |
|--------------|----------------------|---------|

問 46 は小学生以下のお子様がいいらっしゃる方のみにお聞きします

問 46 お子様はよく外で遊びますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

4. 睡眠について

問 47 最近（ここ1ヶ月）睡眠による休養が十分とれていますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|--------------|---------------|
| 1. 十分とれている | 2. まあまあとれている |
| 3. あまりとれていない | 4. まったくとれていない |

最近（ここ1ヶ月）の睡眠の傾向についてお聞きします

問 48 なかなか寝つけない方だと思いますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問 49 夜中によく目が覚めますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問 50 朝早く目が覚めますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問 51 ぐっすり眠った感じがしないことが多いですか。【〇は1つだけ】

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問 52 毎日の生活リズムが整うように心がけていますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

5. ストレスについて

問 53 最近（ここ1ヶ月）精神的疲れやストレスを感じることがありますか。

【〇は1つだけ】

- | | |
|----------|-----------|
| 1. 大いにある | 2. 多少ある |
| 3. あまりない | 4. まったくない |

問 54 ストレスを上手く解消できていますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問 55 最近（ここ1ヶ月）心の負担になるような悩みや不安がありますか。

【〇は1つだけ】

- | | | |
|-------|-----------|--------|
| 1. はい | ⇒ 問55-1 へ | 2. いいえ |
|-------|-----------|--------|

問 55-1 問 55 に「はい」と回答した方はどのような悩みや不安がありますか。

【〇はいくつでも】

- | | | |
|-------------|---------------|-----------------|
| 1. 家族との人間関係 | 2. 家族以外との人間関係 | 3. 話し相手がいない |
| 4. 生きがいがない | 5. 自由になる時間がない | 6. 老後の収入 |
| 7. 自分の老後の介護 | 8. 自分の健康や病気 | 9. 家族の病気や介護 |
| 10. 育児・子育て | 11. 仕事 | 12. 現在の収入・家計・借金 |
| 13. 身近な人の死 | 14. 住まいや生活環境 | 15. その他（ ） |

問 56 最近（ここ1ヶ月）死にたいと思ったことはありますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|-----------|-----------|
| 1. 何度もある | 2. ときどきある |
| 3. ほとんどない | 4. まったくない |

問 57 自分で抱えきれないような心配事や悩み事があったときに、人に相談しますか。

【〇は1つだけ】

- | | |
|-----------|------------|
| 1. する | 2. だいたにする |
| 3. あまりしない | 4. まったくしない |

問 58 趣味や生きがいがありますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|--------------|---------------|
| 1. ある | 2. どちらかと言えばある |
| 3. どちらかと言えない | 4. まったくない |

問 59 地域の活動に参加したり、地域の方にあいさつをしたりしますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|-----------|------------|
| 1. する | 2. だいたにする |
| 3. あまりしない | 4. まったくしない |

問 60 地域の人とおつきあいをしたい気持ちはありますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|--------------|---------------|
| 1. ある | 2. どちらかと言えばある |
| 3. どちらかと言えない | 4. まったくない |

6. タバコ（電子タバコ等も含む）について

問 61 タバコが健康に及ぼす影響を知っていますか。【〇は1つだけ】

- | | | |
|-------|------------|--------|
| 1. はい | ⇒ 問 61-1 へ | 2. いいえ |
|-------|------------|--------|

問 61-1 タバコが健康に及ぼす影響のうち、知っているものはどれですか。

【〇はいくつでも】

- | | | |
|----------------------------|---------|---------|
| 1. 肺がん | 2. ぜんそく | 3. 気管支炎 |
| 4. 心臓病 | 5. 脳卒中 | 6. 胃潰瘍 |
| 7. 妊娠に関連した異常（早産・低体重児） | 8. 歯周病 | |
| 9. 影響があるのは知っているが具体的には分からない | | |

問 62 他人のタバコの煙が、まわりの人の健康に影響を及ぼすことを知っていますか。

【〇は1つだけ】

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問 63 「シー オー ビー ディーC O P D」または「慢性閉塞性肺疾患」という病気を知っていますか。

【〇は1つだけ】

- | | | |
|-------------|----------------|---------|
| 1. 病気を知っている | 2. 名前は聞いたことがある | 3. 知らない |
|-------------|----------------|---------|

※シー オー ビー ディーC O P D（慢性閉塞性肺疾患）とは、主に長期の喫煙によってもたらされる肺の炎症性の病気で、咳・痰・息切れを主な症状とし、緩やかに呼吸障害が進行する病気です。

問 64 身近な未成年者（満 20 歳未満）が喫煙をしているところを見かけたら注意しますか。【〇は1つだけ】

- | | | |
|-------|--------------|--------|
| 1. する | 2. したいけどできない | 3. しない |
|-------|--------------|--------|

問 65 現在タバコを吸っていますか。【〇は1つだけ】

- | | | |
|-------|-------------------|--------|
| 1. はい | ⇒ 問 65-1～問 65-3 へ | 2. いいえ |
|-------|-------------------|--------|

問 65-1 1日あたりに吸うたばこの平均本数と通算の喫煙年数を記入してください。

1日平均（ ）本	喫煙年数：通算（ ）年
---------------	------------------

問 65-2 タバコを吸うときは周りに配慮して吸っていますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問 65-3 あなたの禁煙についての考えに近いものは次のうちどれですか。【〇は1つだけ】

- | |
|------------------------------------|
| 1. 禁煙に関心がない |
| 2. 禁煙に関心があるが、今後1ヶ月以内に禁煙しようとは考えていない |
| 3. 禁煙に関心があり、今後1ヶ月以内に禁煙を開始したい |
| 4. 禁煙を行いたいと思っているが、方法が分からない |
| 5. その他 () |

問 66 は20歳未満のお子様がいいらっしゃる方のみにお聞きします

問 66 タバコが健康に及ぼす影響をお子様にご教えていますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

7. お酒について

問 67 お酒を飲みますか。【〇は1つだけ】

- | | | |
|--------------|---------------|----------|
| 1. 毎日 | 2. 週に4日～6日 | ⇒ 問67-1へ |
| 3. 週に1日～3日 | 4. 月に1日～3日 | |
| 5. やめた(1年以上) | 6. 飲まない(飲めない) | ⇒ 問68へ |

問 67-1 お酒を飲む日は、1日あたり平均どのくらいの量を飲みますか。清酒に換算し(下の表を参考に)、あてはまるものを選んでください。【〇は1つだけ】

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 1. 1合(180ml)未満 | 2. 1合以上2合(360ml)未満 |
| 3. 2合以上3合(540ml)未満 | 4. 3合以上4合(720ml)未満 |
| 5. 4合以上5号(900ml)未満 | 6. 5合以上 |

※清酒1合(180ml)は次の量に相当します。

清酒 1合	ビール、発泡酒、中ビン1本	約500ml
	焼酎(20度)	約135ml
	焼酎(35度)	約80ml
	チューハイ(7度)	約350ml
	ウイスキーダブル1杯	約60ml
	ワイン2杯	約240ml

問 68 適切な飲酒量を知っていますか。【〇は1つだけ】

1. はい 2. いいえ

問 69 身近な未成年者（満 20 歳未満）が飲酒をしているところを見かけたら注意しますか。【〇は1つだけ】

1. する 2. したいけどできない 3. しない

問 70 は 20 歳未満のお子様がいいらっしゃる方のみにお聞きします

問 70 アルコールが成長期の身体に及ぼす影響をお子様に教えていますか。

【〇は1つだけ】

1. はい 2. いいえ

8. 健康診査やがん検診等について

問 71 職場の健診や人間ドックを含め、(特定)健康診査（血圧、検尿、血液検査等）を受けていますか。

1. 毎年受けている 2. 時々受けている ⇒問 73 へ 3. 受けていない ⇒問 72 へ

問 72 問 71 で「3. 受けていない」と答えた方にお聞きします。

健康診査を受けていない理由を教えてください。【〇はいくつでも】

1. 健康に自信がある 2. 何かあれば病院受診する 3. 結果が怖い
4. 待ち時間が長い 5. 町の健診は都合がつかない 6. 忙しい
7. きっかけがない 8. 小さい子どもがいる 9. 予約が面倒
10. 健診の情報が得られない 11. 病院に定期受診中 12. 費用が高い
13. 年齢が該当しない 14. その他 () 15. 関心がない

➡ 問 74 へ

問 73 健康診査の結果、肥満、高血圧(血圧が高い)、糖尿病(血糖が高い)、血中の脂質異常に関する指摘を受けましたか。【〇は1つだけ】

1. はい ⇒ 問73-1~問73-2 へ 2. いいえ

問 73-1 次のどのようなことについて指摘を受けましたか。【〇はいくつでも】

1. 肥満 2. 高血圧(血圧が高い)
3. 糖尿病(血糖値が高い) 4. 血中の脂質異常

問 73-2 指摘を受けたことについて、保健指導（食事や生活習慣の改善指導）を受けましたか。※医療機関で受けた指導も含む。【〇は1つだけ】

1. はい ⇒ 問73-3～問73-4へ 2. いいえ

問 73-3 指導された内容について、どの程度実行していますか。【〇は1つだけ】

1. おおむね実行している 2. 一部実行している 3. 実行していない

問 73-4 最終的に、医療機関を受診するように勧められましたか。（検査目的の受診は除く）【〇は1つだけ】

1. はい ⇒ 問73-5へ 2. いいえ

問 73-5 その後、医療機関に行きましたか。【〇は1つだけ】

1. はい 2. いいえ

問 74 C型肝炎の検査を受けたことがありますか。【〇は1つだけ】

1. はい 2. いいえ

問 75 かかりつけの病院がありますか。【〇は1つだけ】

1. はい 2. いいえ

問 76 胃がん検診を受けていますか。【〇は1つだけ】

1. 毎年受けている 2. 時々受けている 3. 受けていない ⇒ 問82へ

問 77 肺がん検診を受けていますか。【〇は1つだけ】

1. 毎年受けている 2. 時々受けている 3. 受けていない ⇒ 問82へ

問 78 大腸がん検診を受けていますか。【〇は1つだけ】

1. 毎年受けている 2. 時々受けている 3. 受けていない ⇒ 問82へ

問 79 は男性の方にお聞きします

問 79 前立腺がん検診を受けていますか。【〇は1つだけ】

1. 毎年受けている 2. 時々受けている 3. 受けていない ⇒ 問82へ

問 80・問 81 は女性の方にお聞きします

問 80 乳がん検診を受けていますか。【〇は1つだけ】

1. 毎年受けている 2. 時々受けている 3. 受けていない ⇒ 問82へ

問 81 子宮がん検診を受けていますか。【〇は1つだけ】

1. 毎年受けている 2. 時々受けている 3. 受けていない ⇒ 問82へ

問 82 問 76～問 81 の質問で、がん検診を「3. 受けていない」と回答された方にお聞きします。
がん検診を受けていない理由を教えてください。【〇はいくつでも】

- | | | |
|-----------------|-----------------|-----------|
| 1. 健康に自信がある | 2. 何かあれば病院受診する | 3. 結果が怖い |
| 4. 待ち時間が長い | 5. 町の検診は都合がつかない | 6. 忙しい |
| 7. きっかけがない | 8. 小さい子どもがいる | 9. 予約が面倒 |
| 10. 検診の情報が得られない | 11. 病院に定期受診中 | 12. 費用が高い |
| 13. 年齢が該当しない | 14. その他 () | 15. 関心がない |

9. 歯や口の衛生について

問 83 あなたの歯は現在何本ありますか。(差し歯は数えますが、入れ歯は除きます)
※普通の歯の本数は「親知らず」を含めて普通は32本です。

() 本

問 84 1日何回、歯を磨きますか。【〇は1つだけ】

- | | | |
|-------------|------------|-------|
| 1. 3回以上 | 2. 2回 | 3. 1回 |
| 4. 磨かない日もある | 5. 磨く習慣がない | |

問 85 あなたは、かかりつけの歯科診療所や歯科医院がありますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問 86 あなたは、この1年間に町、職場、歯科診療所などで歯科健診を受けたことがありますか。*虫歯治療など、治療目的とした場合は除きます。【〇は1つだけ】

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問 87 あなたは、この1年間に歯科診療所や歯科医院で診療(訪問診療を含む)を受けたことがありますか。【〇は1つだけ】

- | | |
|-----------------------|----------------------|
| 1. はい ⇒ <u>問87-1へ</u> | 2. いいえ ⇒ <u>問88へ</u> |
|-----------------------|----------------------|

問 87-1 あなたが受けた診療は何ですか。【〇はいくつでも】

- | |
|----------------------------|
| 1. 定期的な歯石除去や歯の清掃などの健康管理 |
| 2. 虫歯の治療 |
| 3. 歯周病（歯肉炎、歯槽膿漏など）の治療 |
| 4. 抜けた歯の治療（入れ歯、ブリッジの作成、修理） |
| 5. 歯並びやかみ合わせの治療 |
| 6. 事故による損傷の治療 |

問 88 あなたは歯や歯の隙間の手入れのために、歯間部清掃用具[※]を使いますか。

【〇は1つだけ】

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

※歯間部清掃用具：デンタルフロス、糸ようじ、歯間ブラシ等（つまようじは含みません）

問 89・問 90 は小学生以下のお子様がいいらっしゃる方のみにお聞きします

問 89 お子様は定期的に歯の健診（町や学校等の歯の健診を含む）を受けていますか。

【〇は1つだけ】

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問 90 お子様の虫歯予防でどのようなことに取り組んでいますか。【〇はいくつでも】

- | | | |
|-------------------|-----------|-------------------|
| 1. フッ素を塗布する | 2. 歯磨きの教育 | 3. 食事（おやつ・飲み物も含む） |
| 4. 歯の定期健診を受けさせている | 5. その他（ | ） |

10. 健康づくりの取り組みについて

問 91 今後、健康づくりのために重点的に取り組みたい（継続したい）ことは何ですか。

あてはまるものを3つ選んでください。

- | | |
|---------------------|--------------|
| 1. 定期的な健康診断の受診 | 2. 健康に良い食生活 |
| 3. 規則的な生活、十分な睡眠・休養 | 4. 継続した適度な運動 |
| 5. 喫煙の抑制、煙害の予防 | 6. 飲酒の抑制 |
| 7. 仕事・地域活動などによる社会参加 | 8. ストレスをためない |
| 9. その他（ | ） |
| 10. 特にない | |

問 95 最後に、苅田町の検診（健診）や健康づくりの取り組みについて、ご意見・ご要望などありましたら、ご自由にお書きください。

質問は以上で終わりです。ご協力ありがとうございました。

回答した調査票は、同封の返信用封筒に3つ折りで入れて、

10月21日(月)までに投函いただきますようお願いいたします(切手は不要です)。

いきいきかんだ21
第2次苅田町健康づくり計画
中間評価報告書

令和2年 3月

編集・発行 苅田町役場 子育て・健康課 健康増進担当
〒800-0392 福岡県京都郡苅田町富久町1丁目19番地1
電話番号：093-588-1235／ファクス：093-436-5121
