

幌延町健康増進計画策定のための
健康づくりに関するアンケート調査
結果報告書

令和2年1月
幌延町

調査の概要

1. 調査の目的

「第2期幌延町健康増進計画」策定のための基礎資料として、幌延町民の健康意識や健康のための活動状況、健康状態の現状を把握することを目的として、本調査を実施しました。

2. 調査手法

(1) 調査対象

30歳以上 69歳以下のすべての幌延町民

(2) 調査方法

郵送による調査

(3) 調査期間

令和元年8月～9月

3. 回収状況

配布数	1165部		
回収数	501部	回収率	43.0%
有効回答数	501部	有効回答率	43.0%

報告書利用上の注意

端数処理の関係上、構成比(%)の計が100%とならないことがあります。

図表の構成比(%)は小数第2位以下を四捨五入したものです。

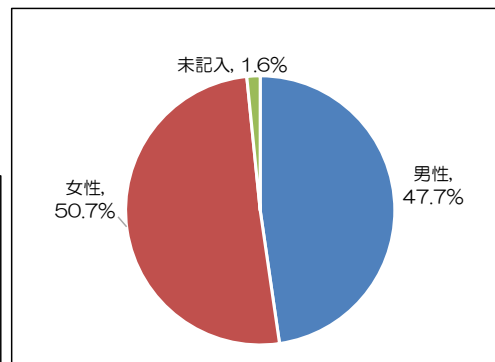
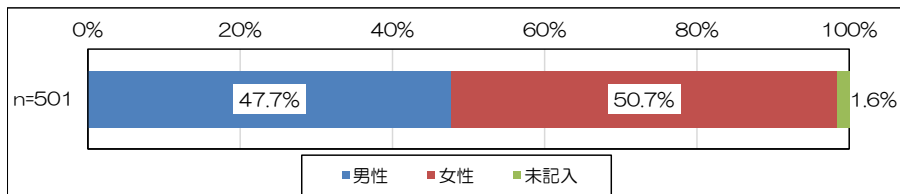
複数回答の設問は、すべての構成比(%)を合計すると100%を超える場合があります。

図表中の“n”は、各設問の回答者数を表しています。

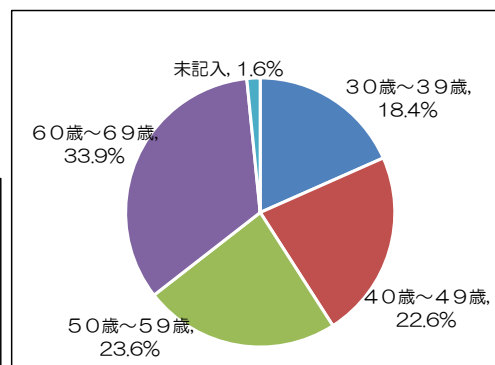
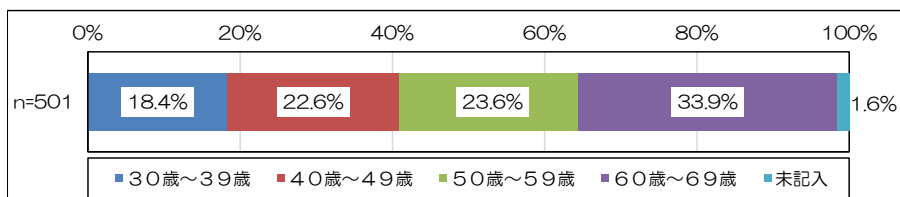
調査結果の詳細

1. あなた自身のことについておたずねします

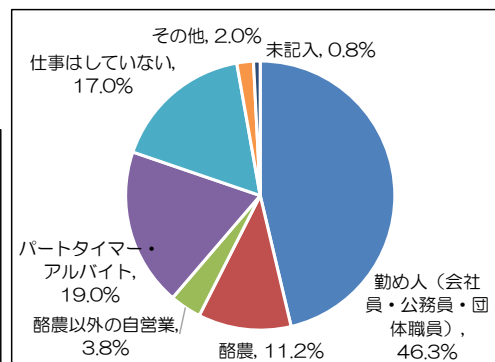
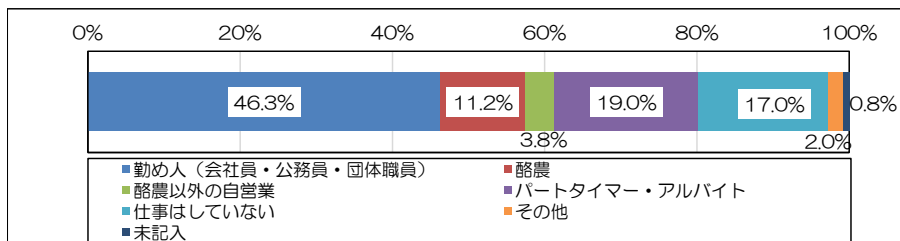
(1) あなたの性別を教えてください



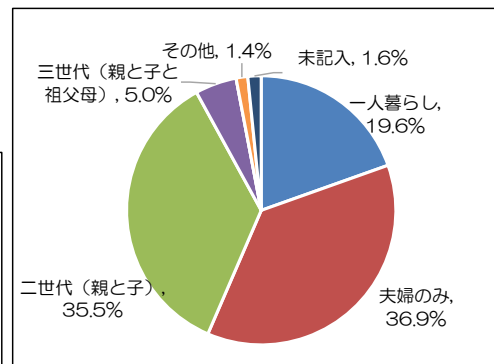
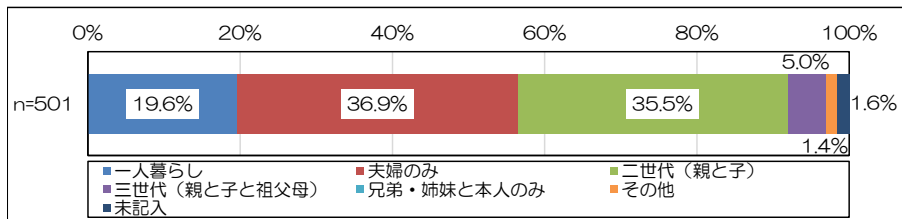
(2) あなたの年代を教えてください



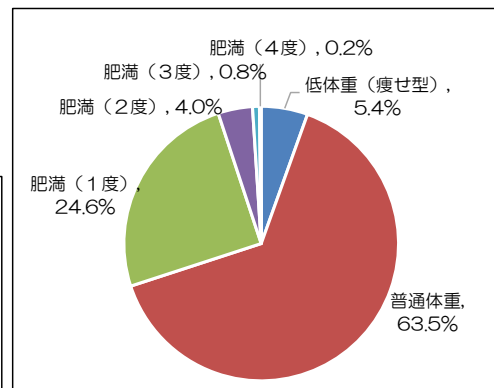
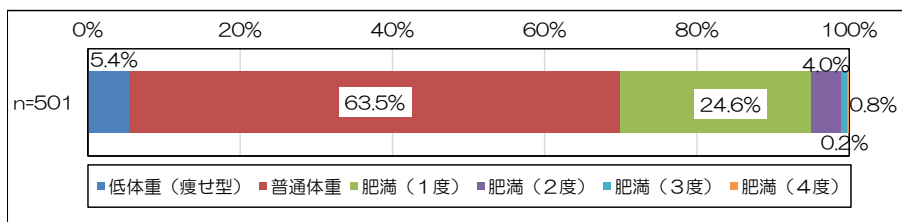
(3) あなたの職業を教えてください



(4) あなたの世帯構成を教えてください

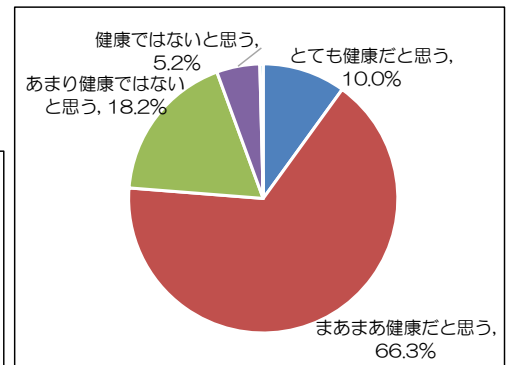
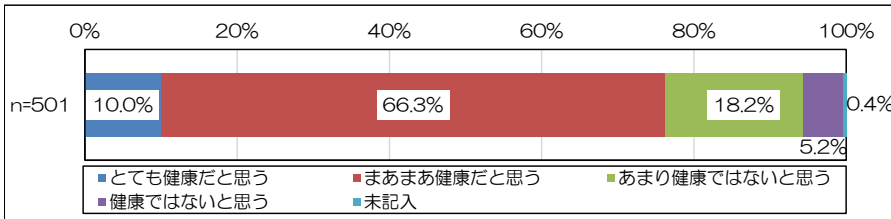


(5) あなたの身長と体重を教えてください

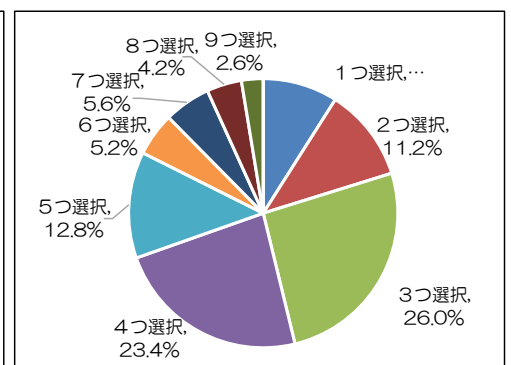
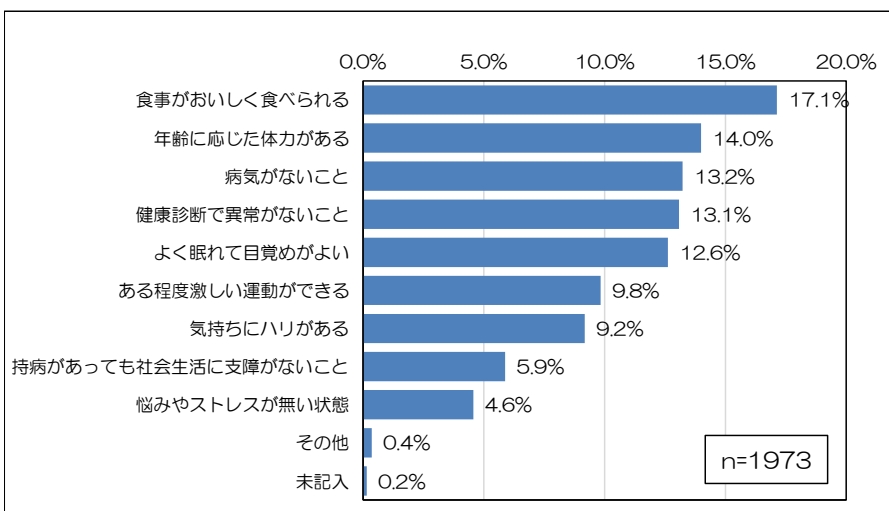


2. あなたの健康状態についておたずねします

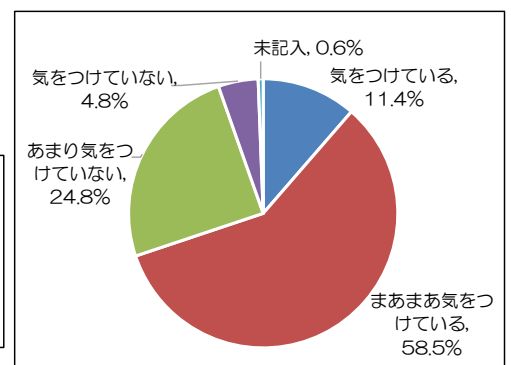
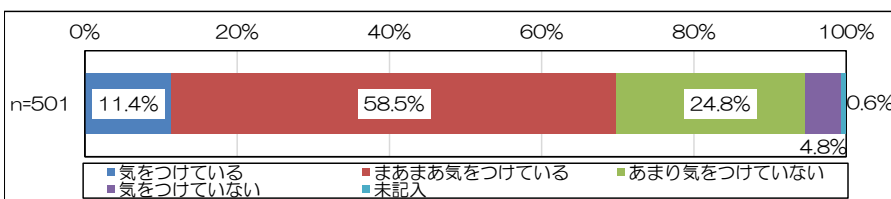
(1) 日頃から、あなたは健康だと感じていますか



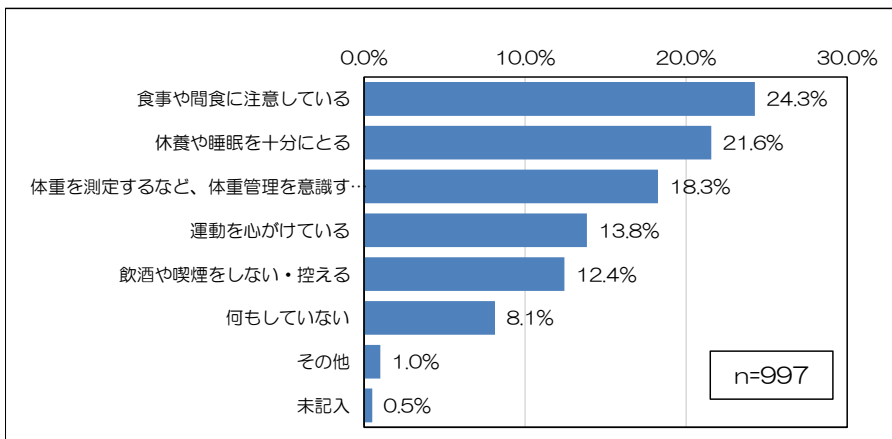
(2) あなたにとって「健康」とはどのようなイメージですか？【複数回答】



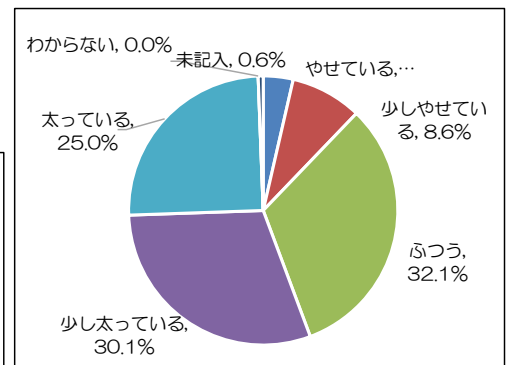
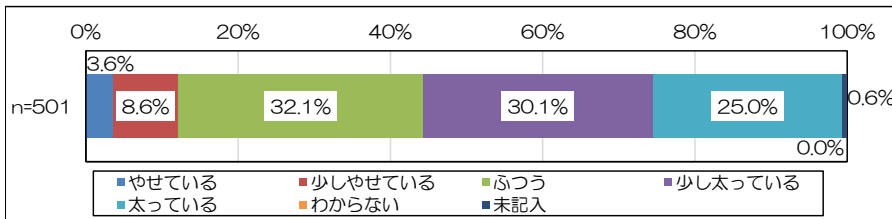
(3) 日頃から、健康管理に気をつけていますか



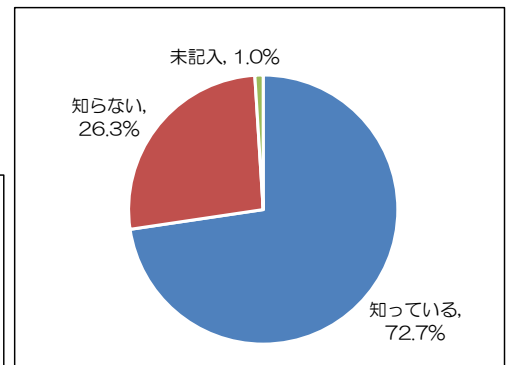
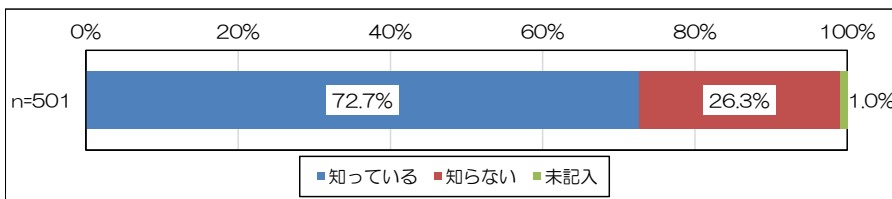
(4) 健康を維持するためにどのようなことに取り組んでいますか【複数回答】



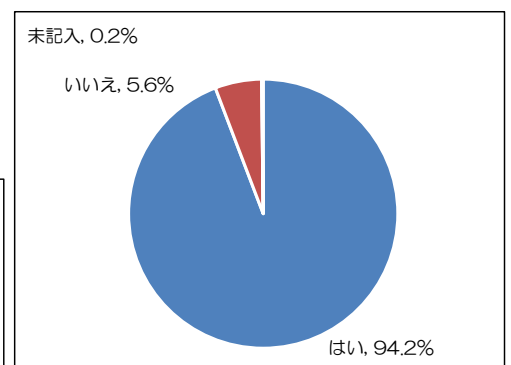
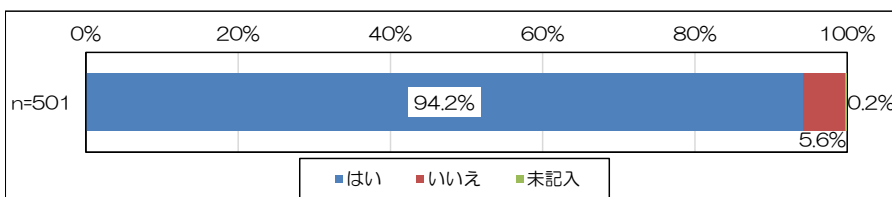
(5) 自分の体型をどう思いますか



(6) 自分の標準体重を知っていますか

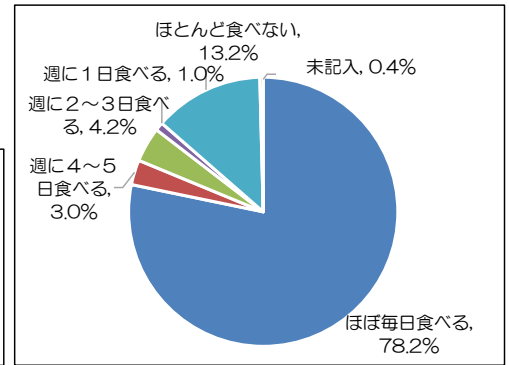
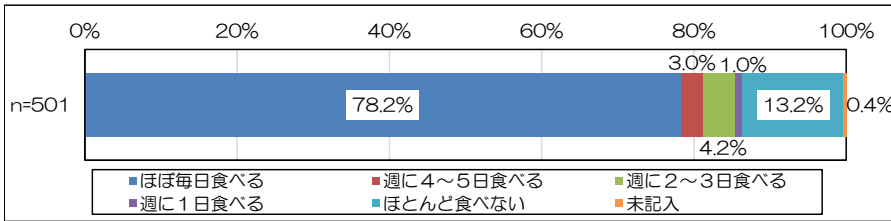


(7) 「メタボリックシンドローム」を知っていますか

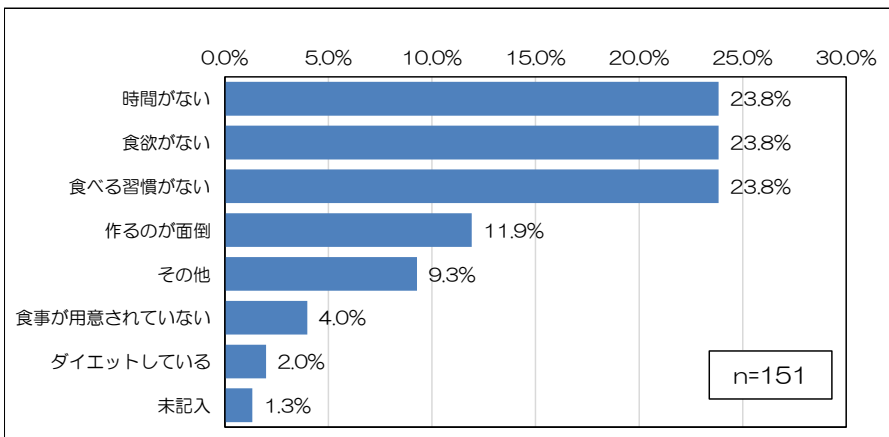


3. 食生活についておたずねします

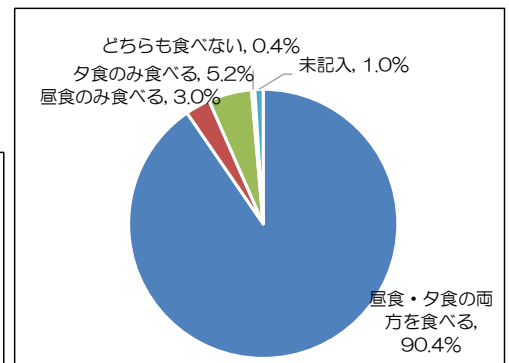
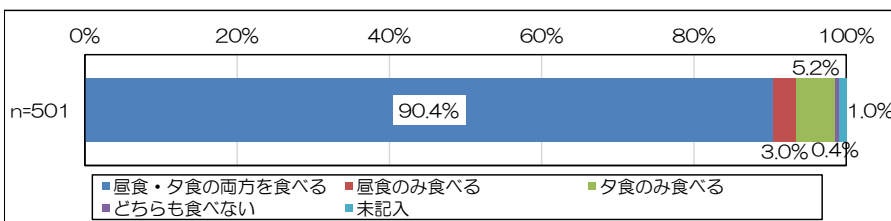
(1) 朝食を食べていますか



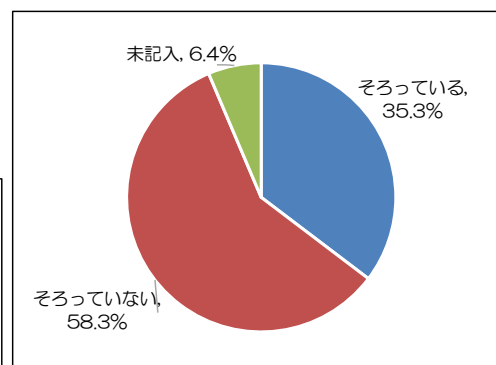
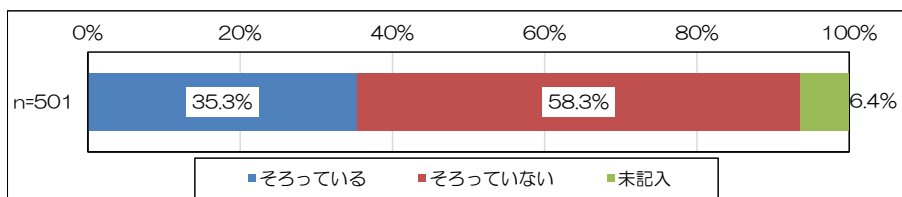
「2~5」に回答された方へ、朝食を食べない理由は何ですか【複数回答】



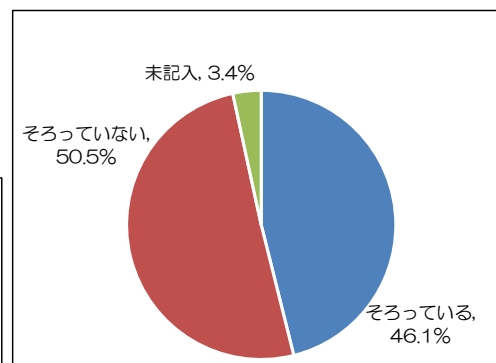
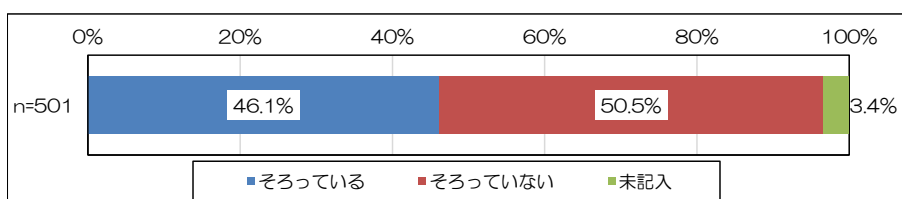
(2) 週に5日以上、昼食や夕食を食べていますか



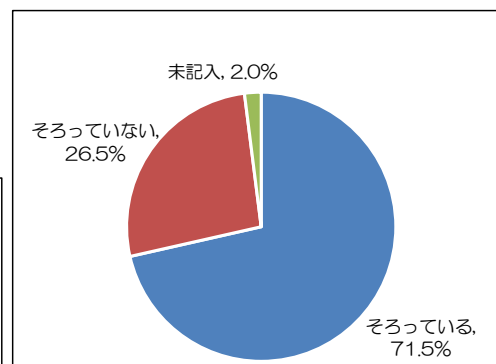
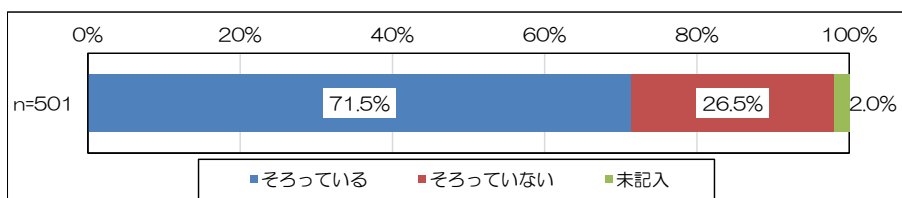
(3) 週に5日以上、主食・主菜・副菜のそろった食事をしていますか
【朝食】



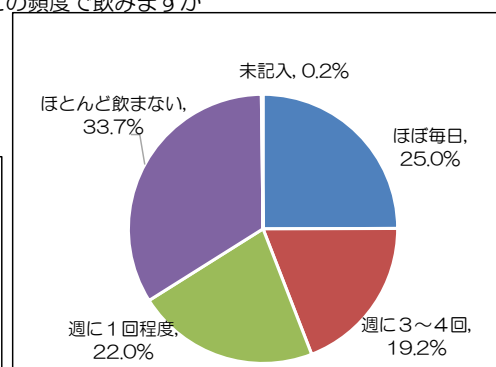
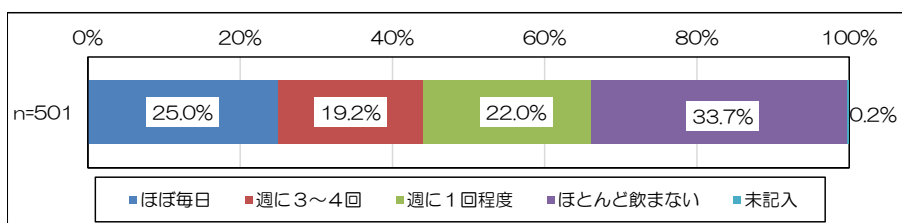
【昼食】



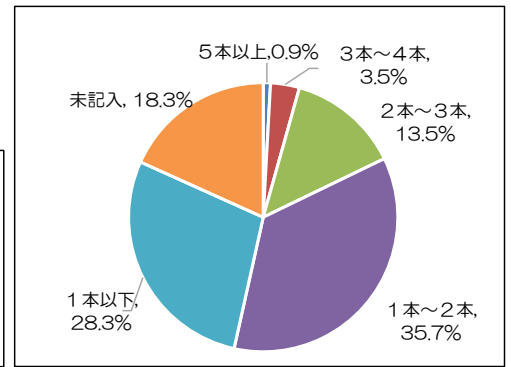
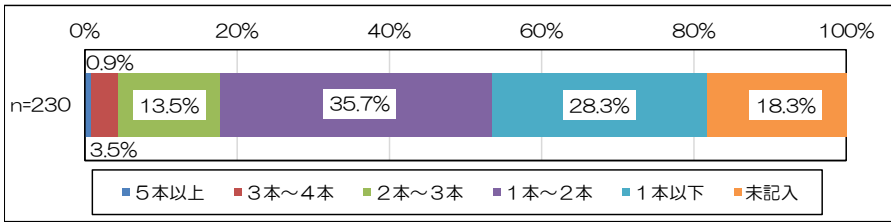
【夕食】



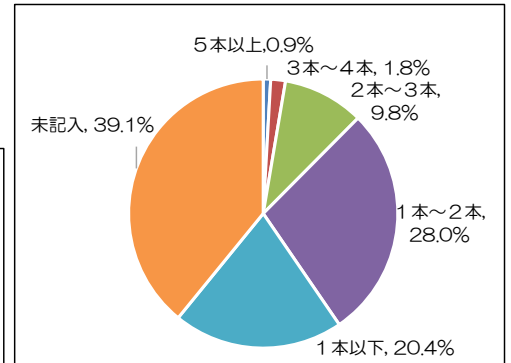
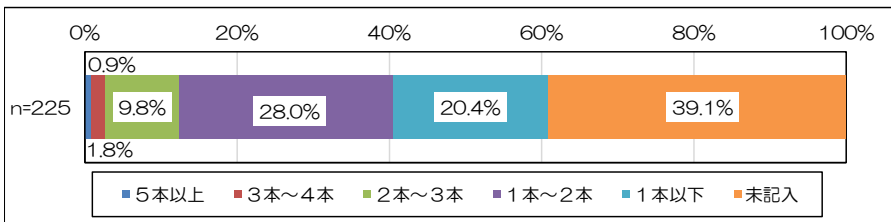
(4) 甘味飲料（炭酸飲料、スポーツ飲料、ジュース、加糖の缶コーヒー、甘酒缶等）をどの頻度で飲みますか



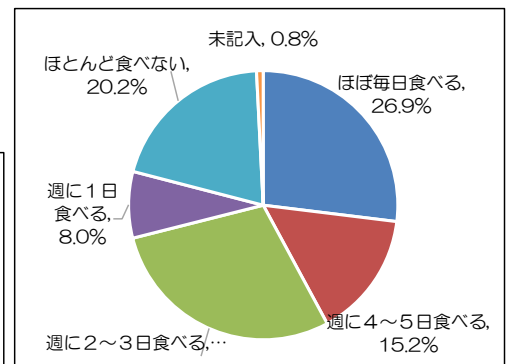
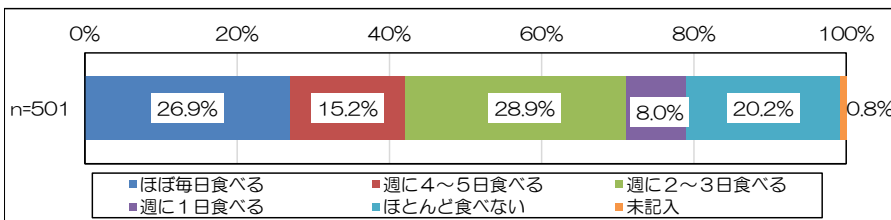
「1または2」に回答された方へ、多い時で1日に何本飲みますか
【ペットボトル】



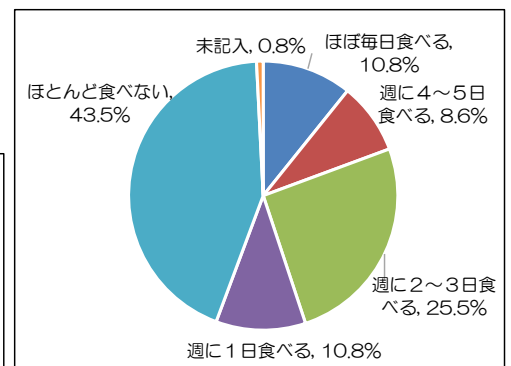
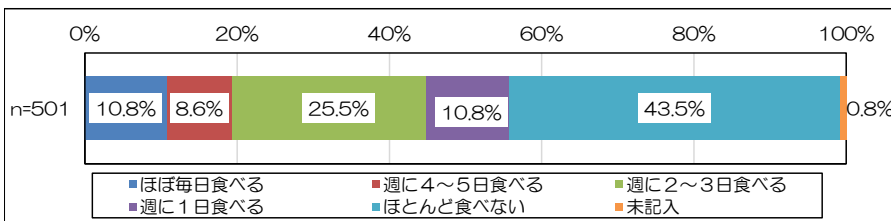
【缶】



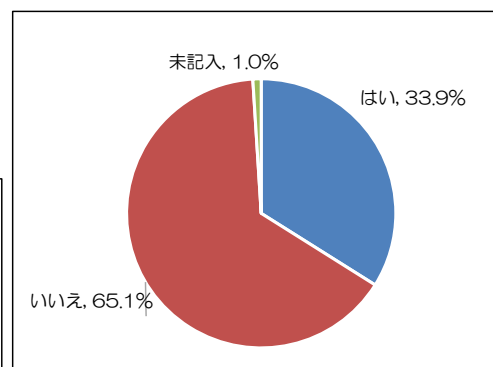
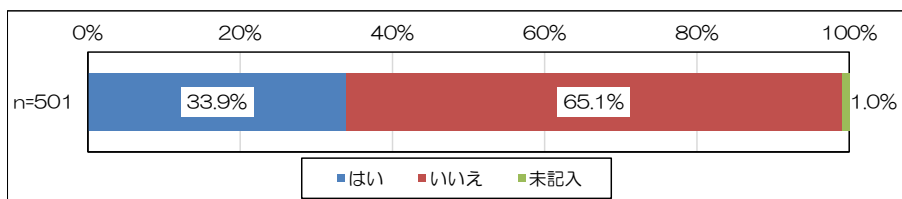
(5) 朝昼夕の3食以外に間食を摂取していますか



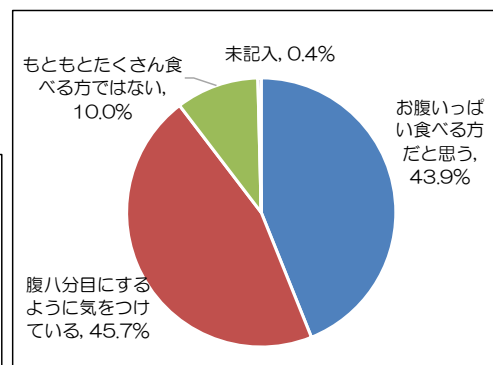
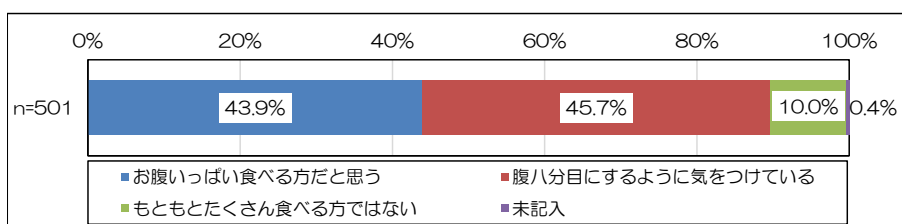
(6) 就寝前2時間以内に夕食や間食をとることがありますか



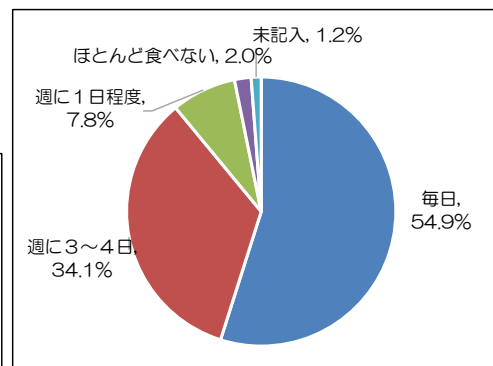
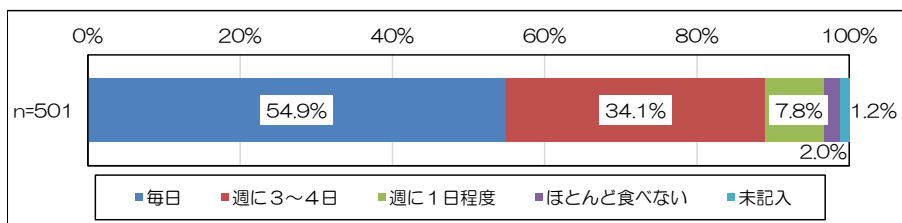
(7) 普段から「ゆっくり、よく噛むこと」を心がけていますか



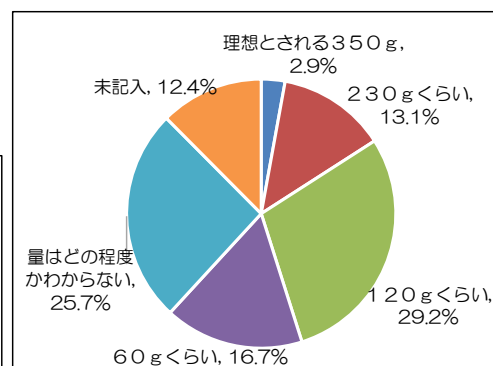
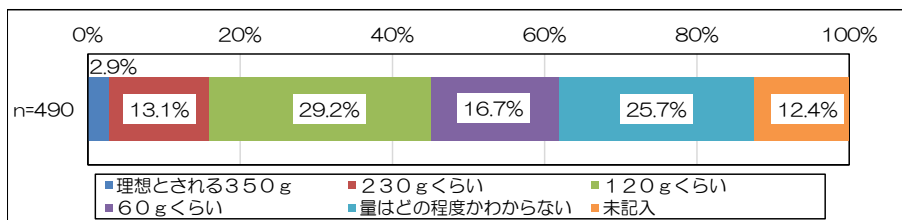
(8) 普段、お腹いっぱい食べる方ですか



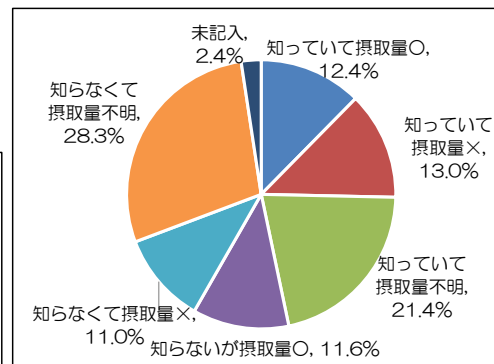
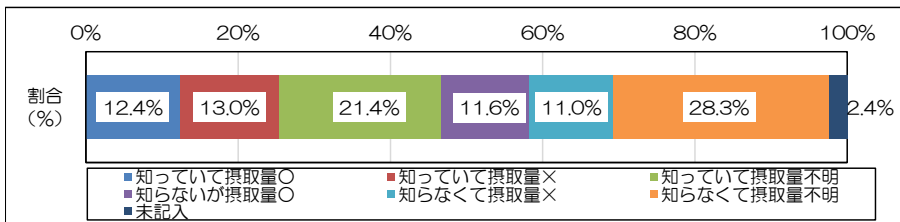
(9) 野菜をどのくらい食べていますか



「1または2」に回答された方へ、1日にどれくらい食べていますか

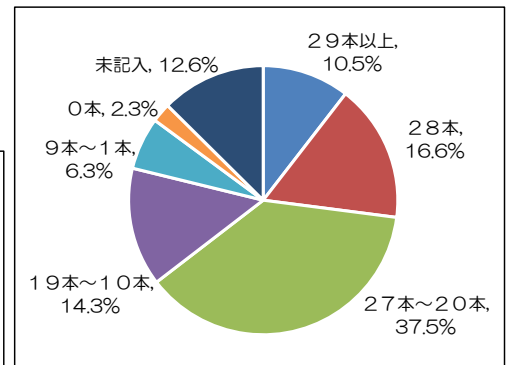
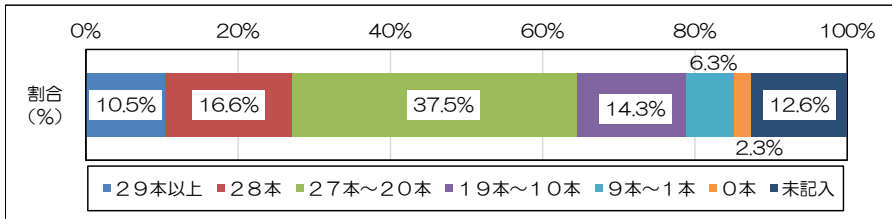


(10) 1日に摂取する塩分の目標量は男性8g以下、女性7g以下だと知っていますか

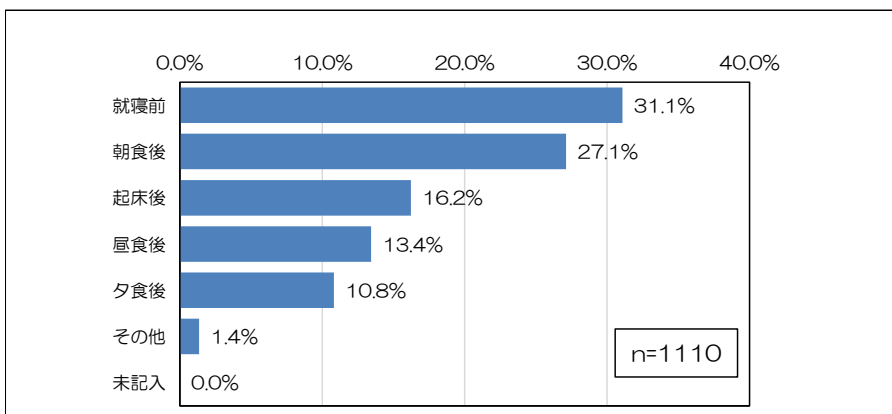


4. 歯の健康についておたずねします

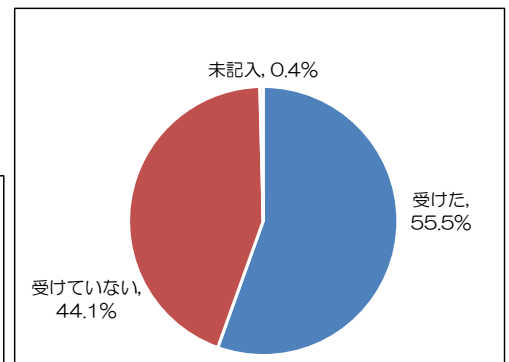
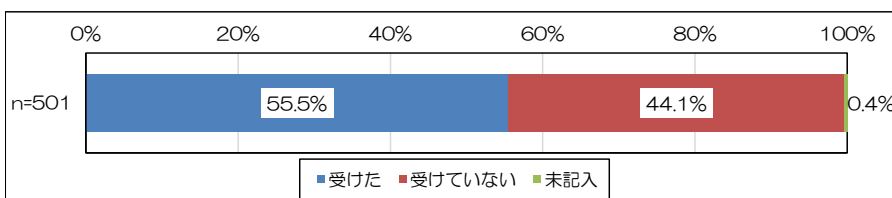
(1) 現在、自分の歯は親知らずを除いて何本ありますか



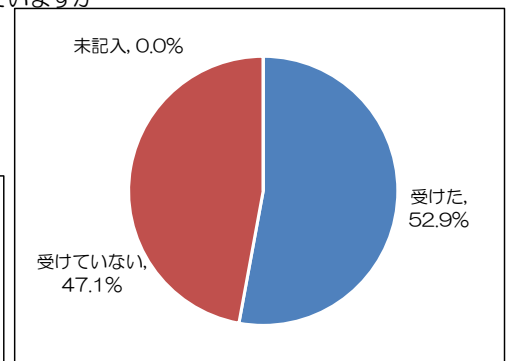
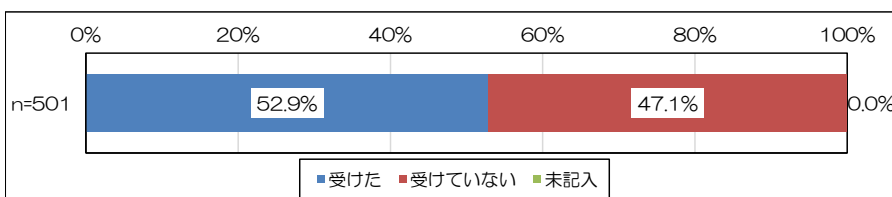
(2) いつ歯磨き（入れ歯の洗浄を含みます）をしていますか【複数回答】



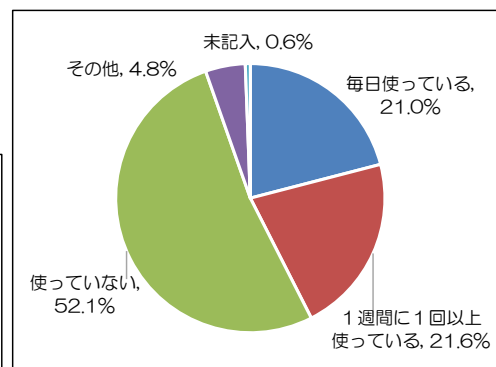
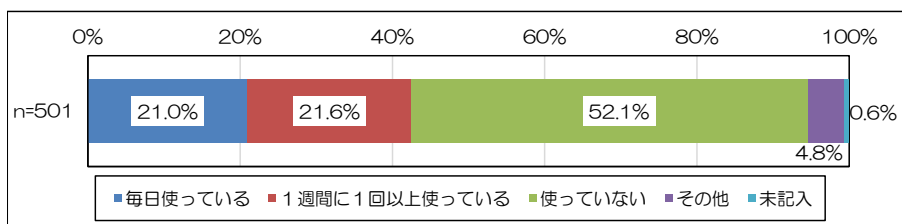
(3) 過去1年間に歯科医院等に行って、歯石の除去や歯面の清掃を受けましたか



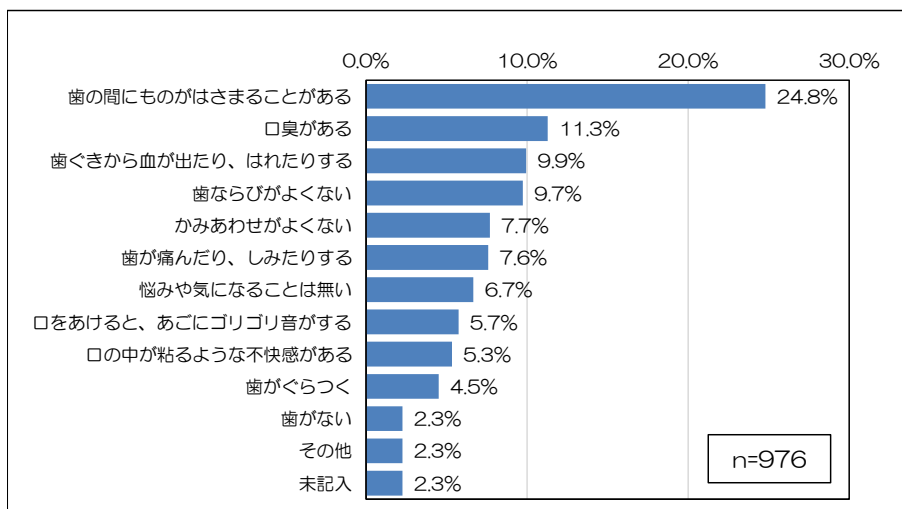
(4) 過去1年間に歯科医院等に行って、虫歯や歯周病の治療、入れ歯の調整などを行っていますか



(5) 糸ようじ(フロス)や歯間ブラシなどの部分清掃用具を使っていますか

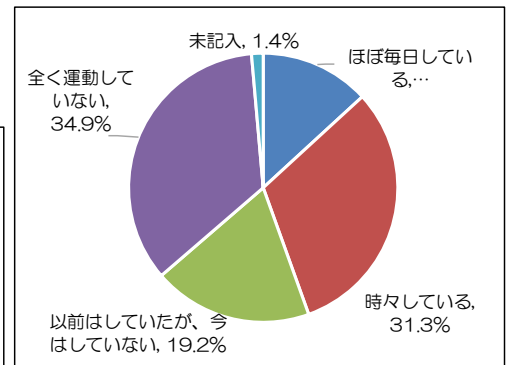
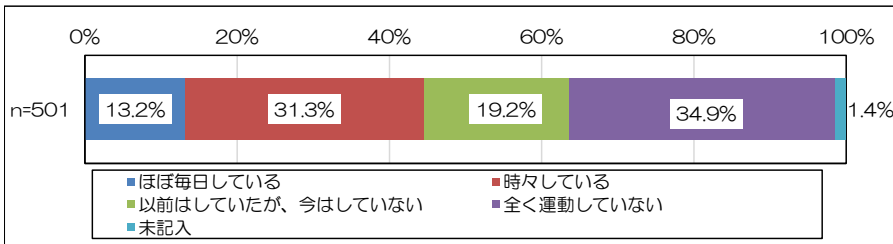


(6) 口の中で気になることはありますか【複数回答】

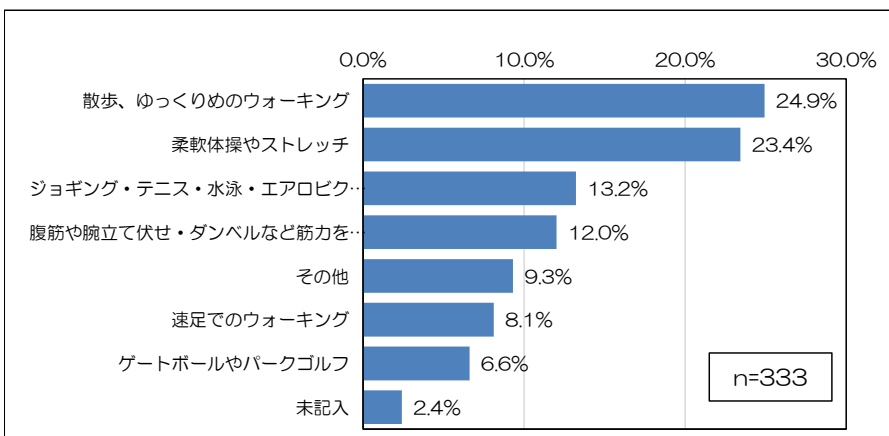


5. 運動習慣についておたずねします

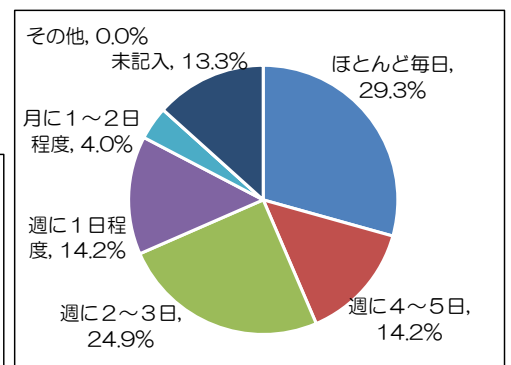
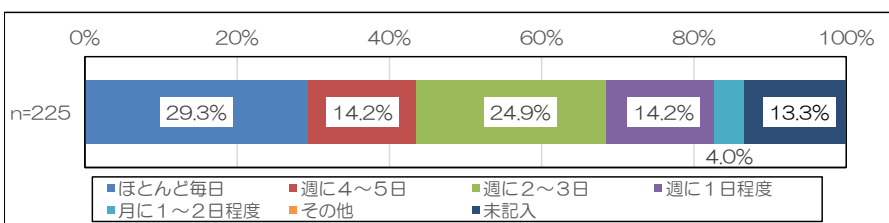
(1) 日頃から日常生活の中で、意識的に運動をする習慣はありますか



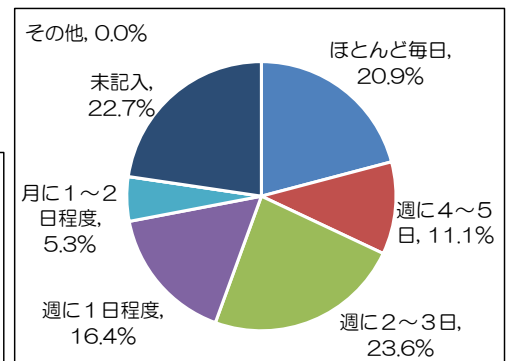
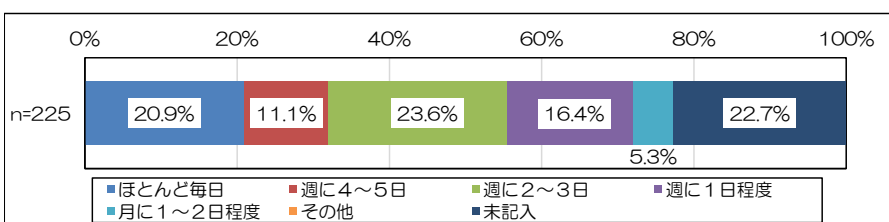
「1または2」と答えた方へ、どのような運動をしていますか【複数回答】



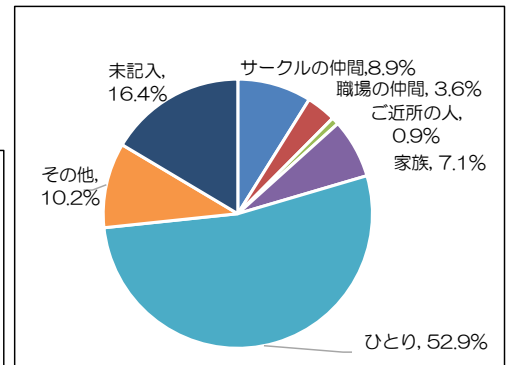
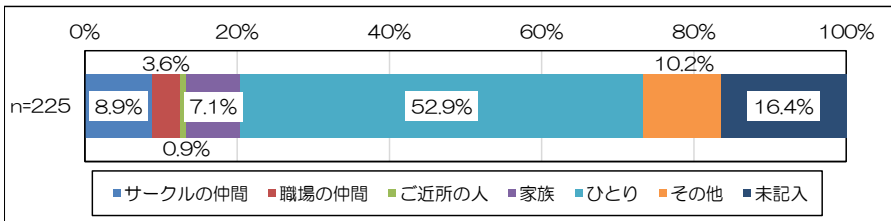
「1または2」と答えた方へ、どれくらいの頻度で運動をしていますか【夏期間】



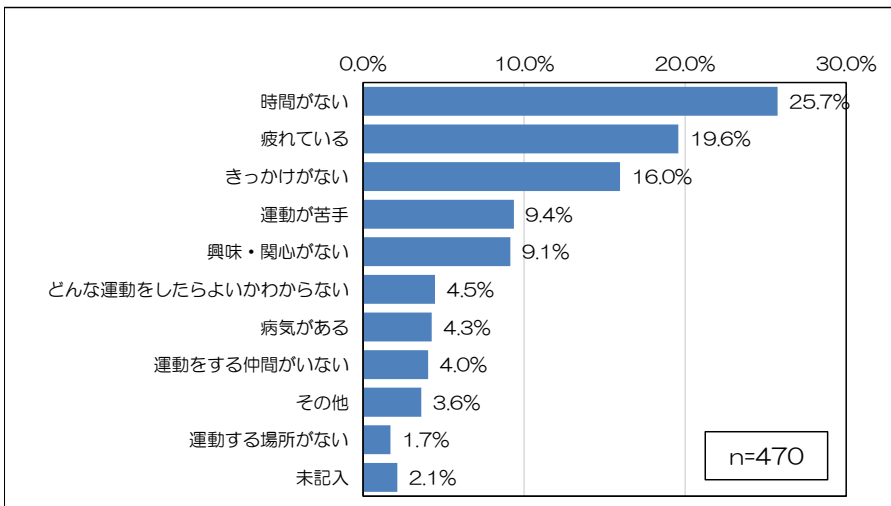
【冬期間】



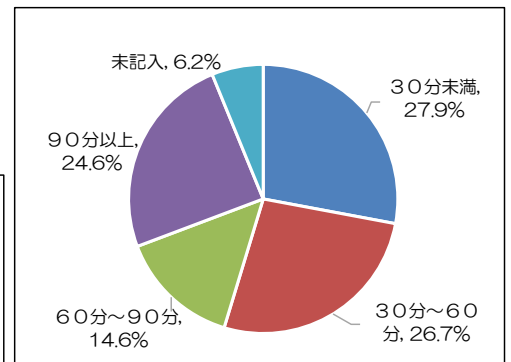
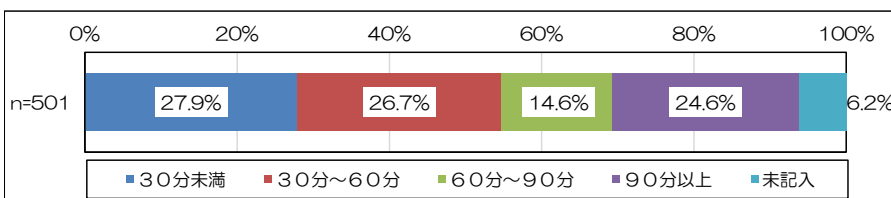
「1または2」と答えた方へ、誰と運動することが多いですか



「3または4」と答えた方へ、運動をしていない理由は何ですか【複数回答】

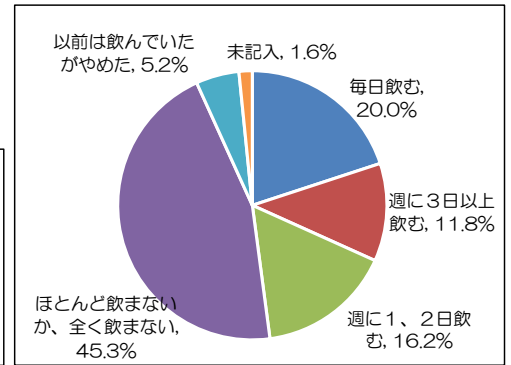
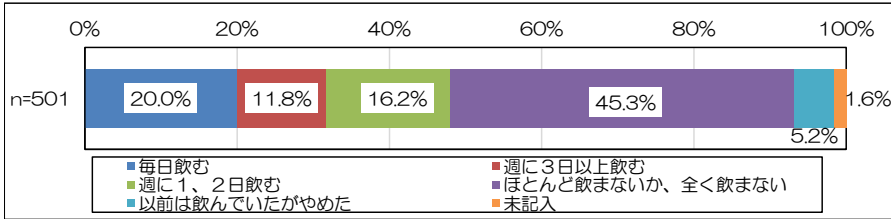


(2) 仕事・家事・運動などで、1日のおよそ何分くらい歩いていますか

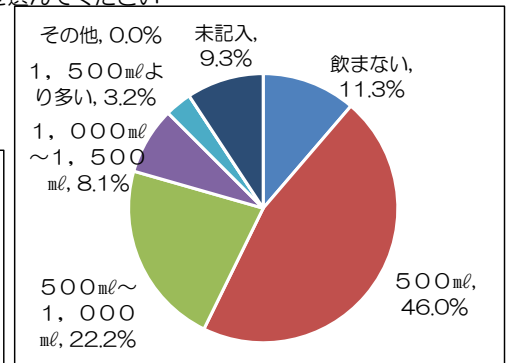
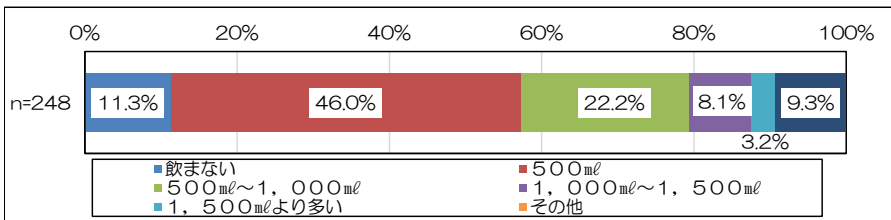


6. アルコール（お酒）についておたずねします

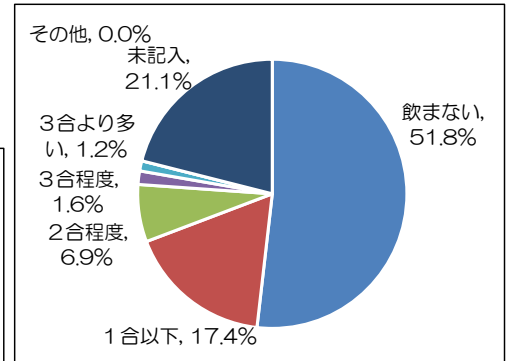
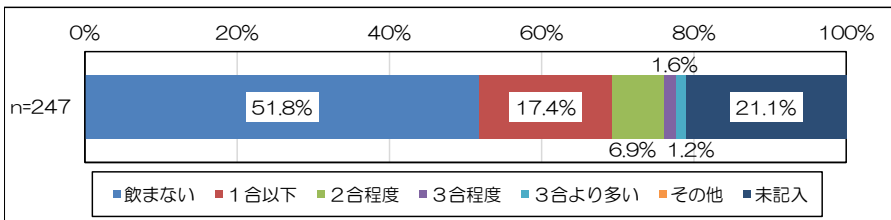
(1) あなたは、お酒（ビール・ワインなどのアルコール類）を飲みますか



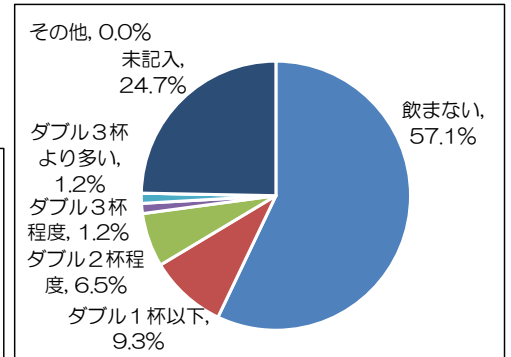
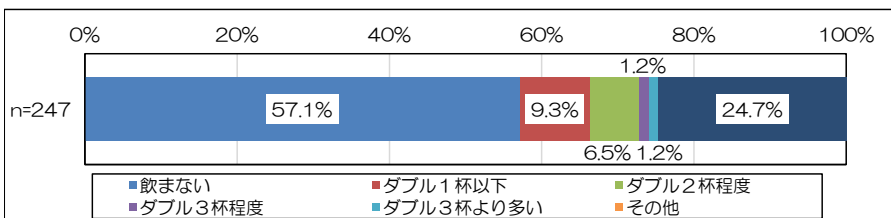
「1～3」に回答した方へ、よく飲むアルコールの種類と1日の飲酒量で当てはまるものを選んでください
【ビール】



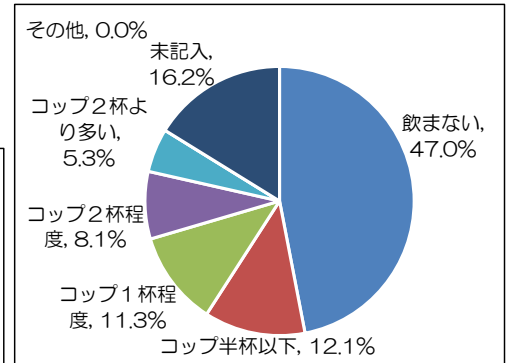
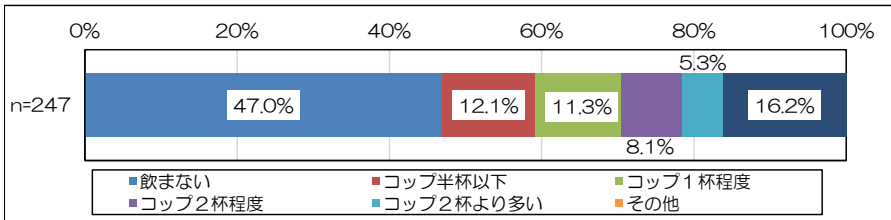
【日本酒】



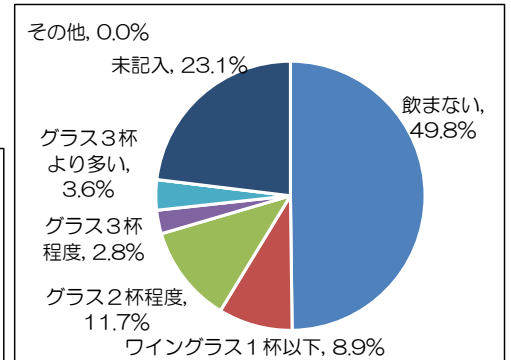
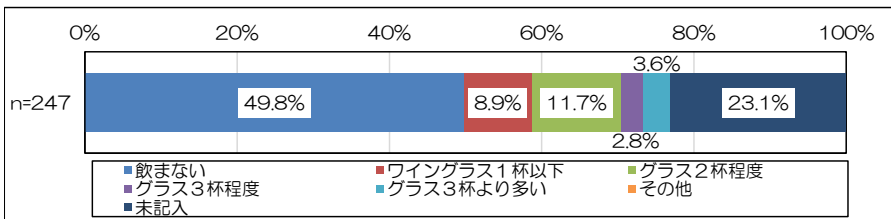
【ウイスキー】



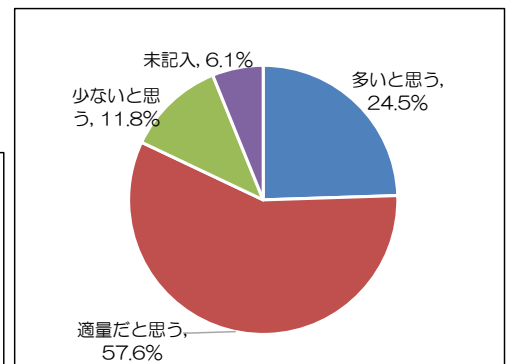
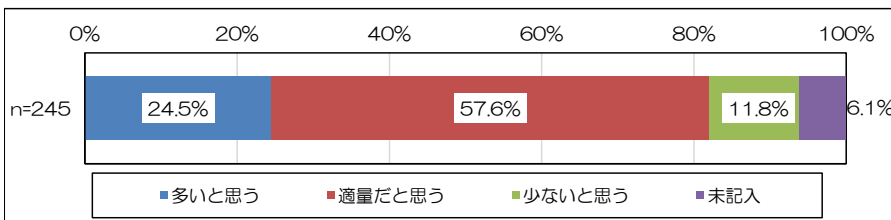
【焼酎（薄めず）】



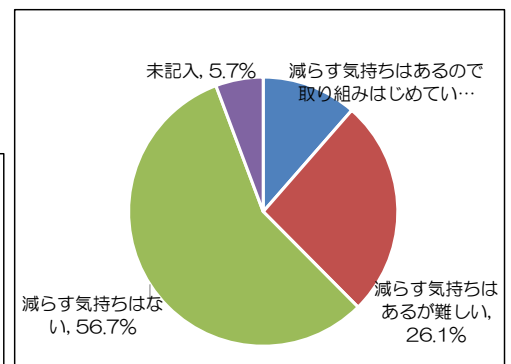
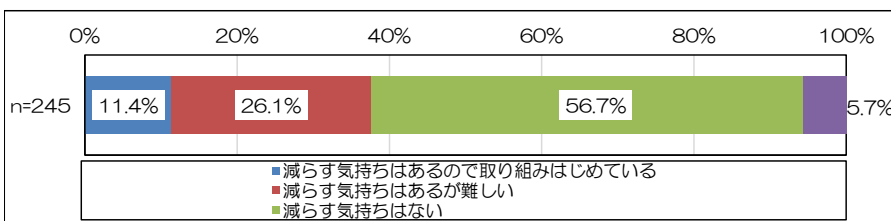
【ワイン】



「1～3」に回答した方へ、現在の飲酒量についてどう思いますか

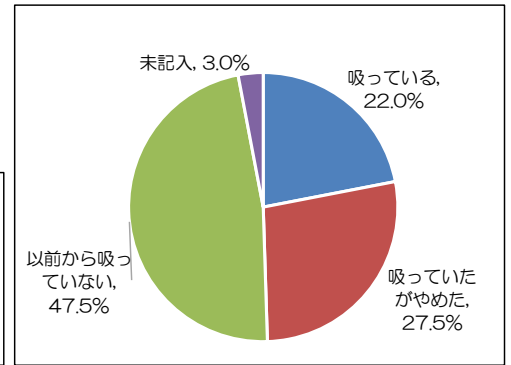
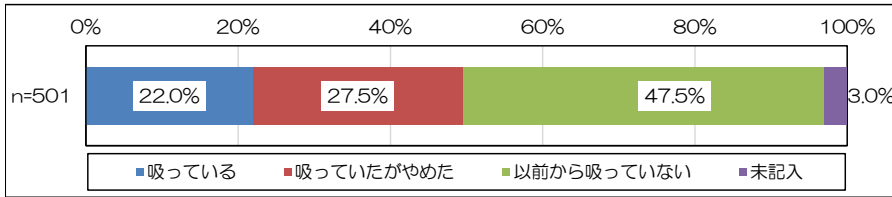


「1～3」に回答した方へ、飲酒量や飲酒の頻度を減らしたいと思いますか

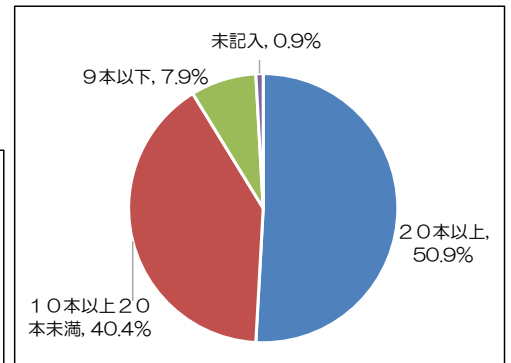
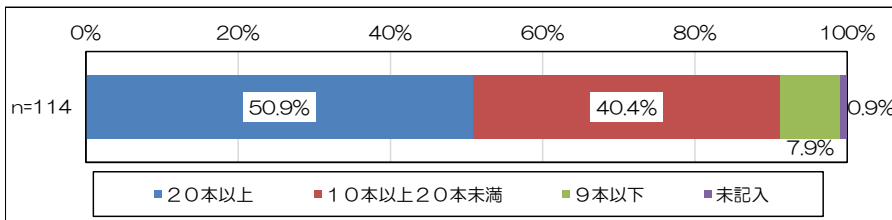


7. たばこについておたずねします

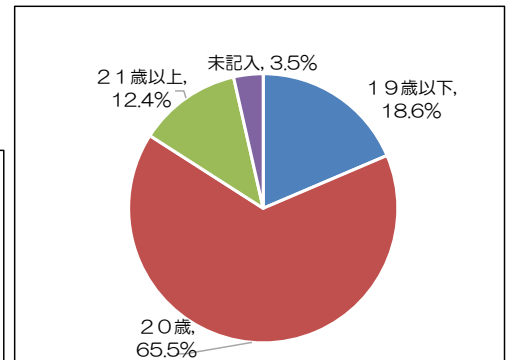
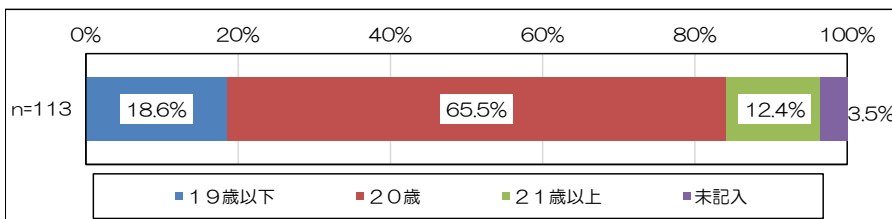
(1) あなたは、たばこを吸いますか



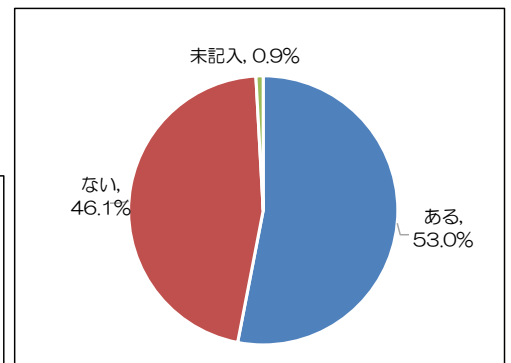
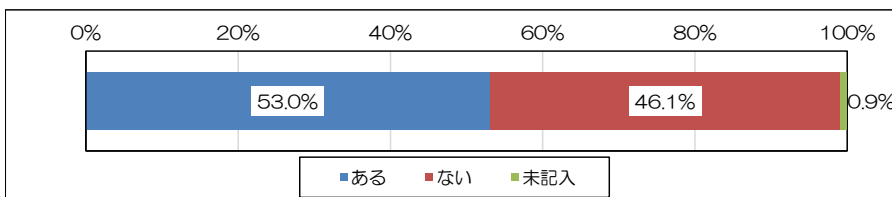
「1」と答えた方へ、どれくらい吸っていますか
【本数】



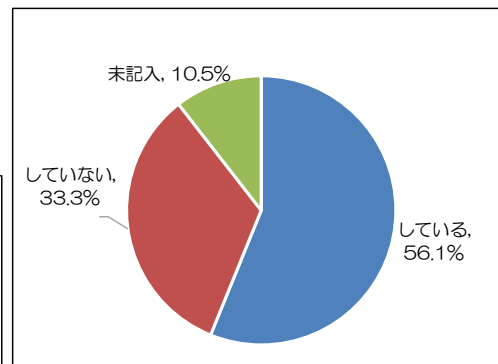
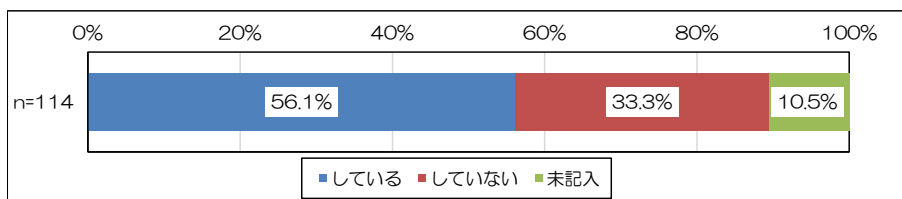
【吸い始めの年齢】



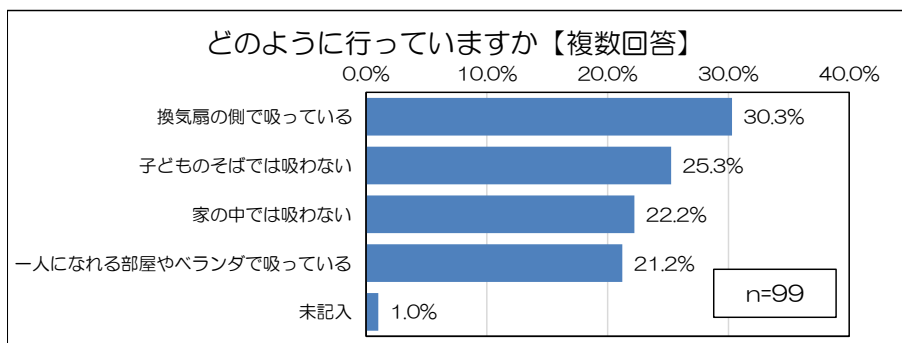
「1」と答えた方へ、禁煙に関心がありますか



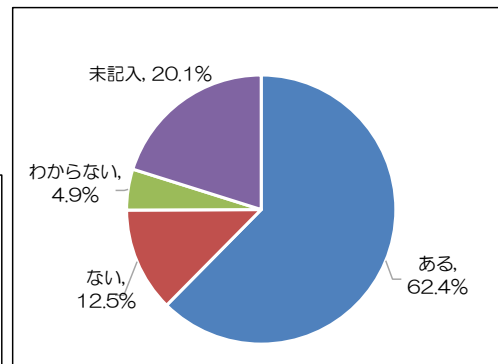
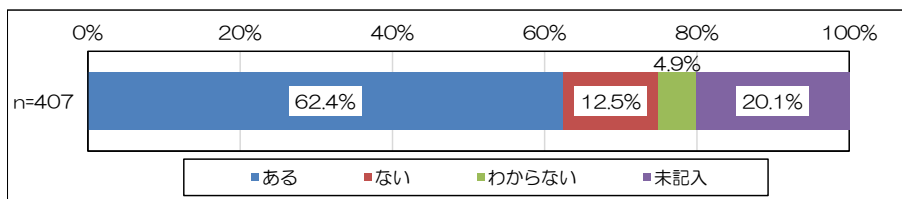
「1」と答えた方へ、分煙をしていますか



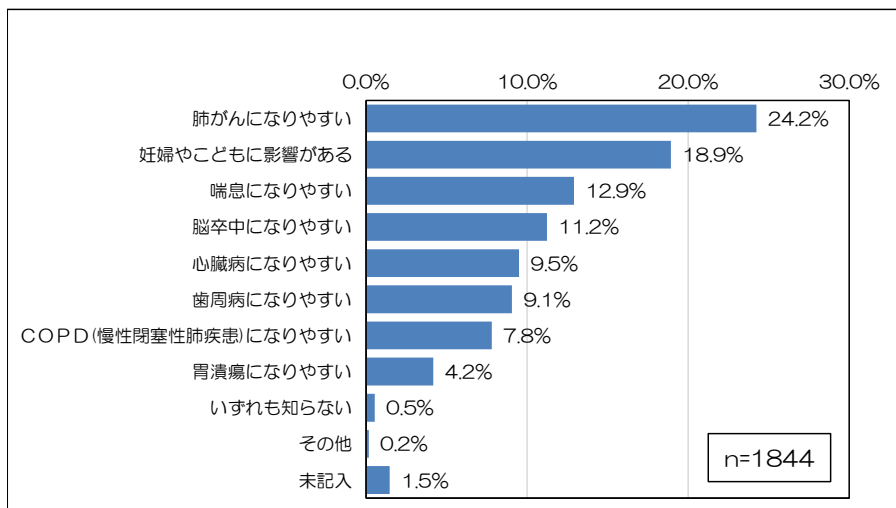
「1」と回答した方へ、どのように行っていますか【複数回答】



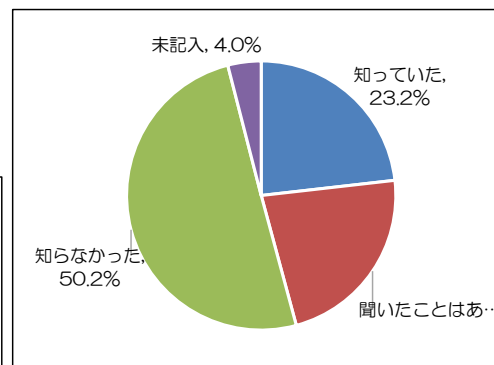
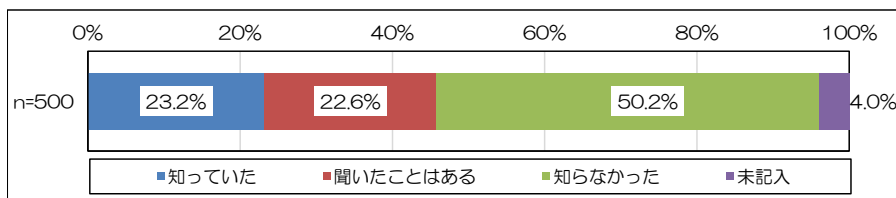
「2または3」と回答した方へ、受動喫煙の経験がありますか



(2) たばこによる健康への影響について知っているものはありますか【複数回答】

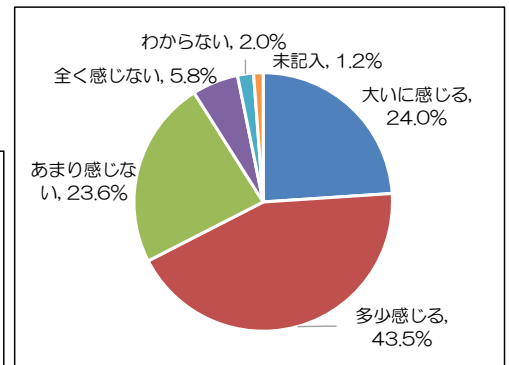
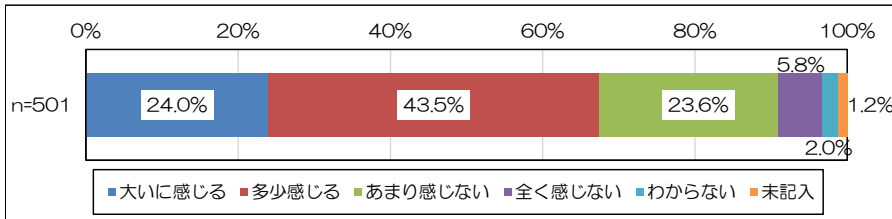


(3) あなたは、COPD(慢性閉塞性肺疾患)を知っていましたか

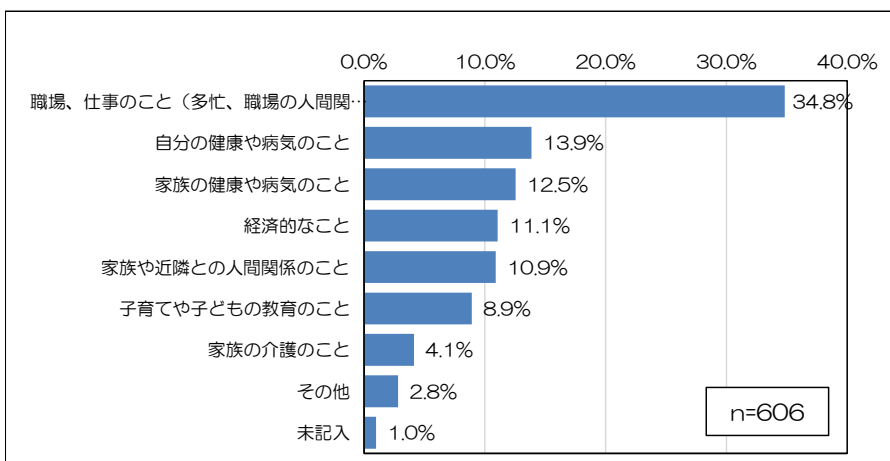


8. 心の健康についておたずねします

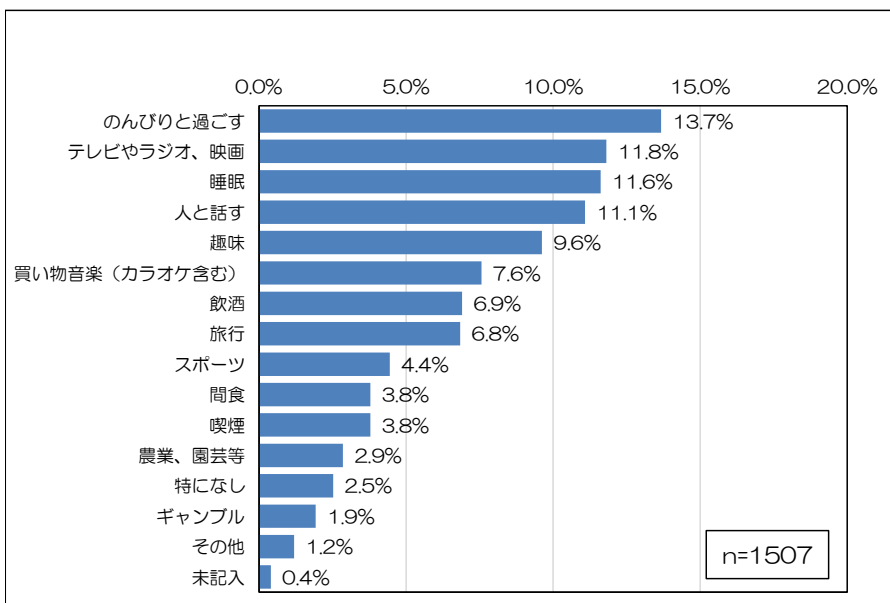
(1) 最近1ヶ月間において、ストレス・悩み・不安等を感じていますか



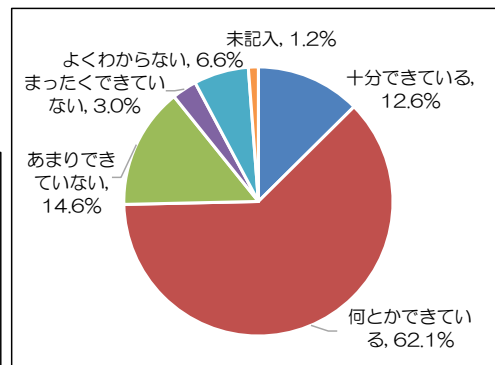
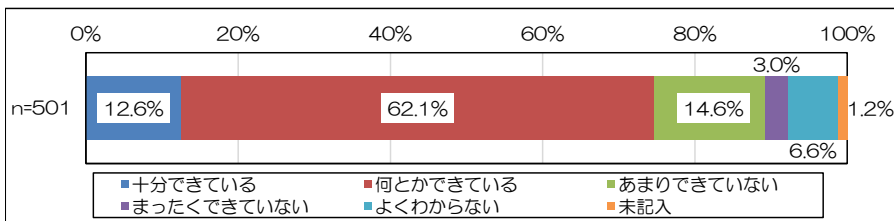
「1または2」と答えた方へ、それはどのようなものですか【複数回答】



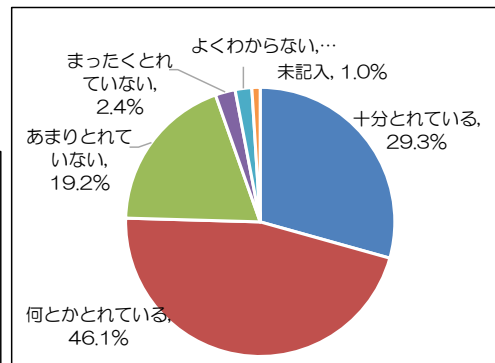
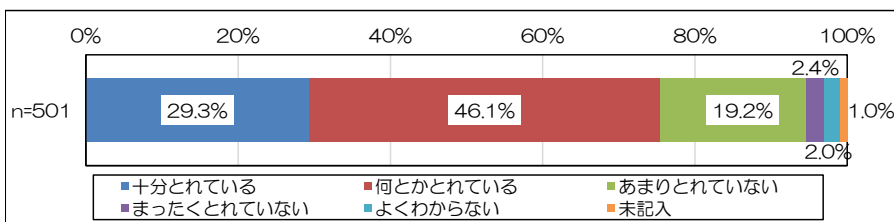
(2) 日常生活でストレスや不安等を解消するために行うことは何ですか【複数回答】



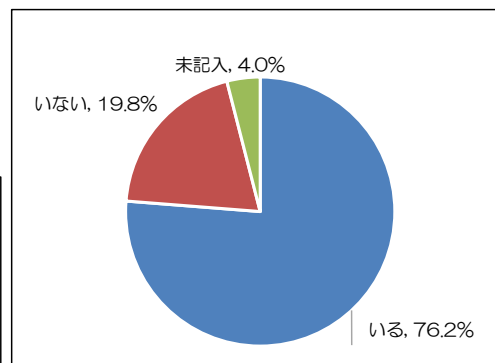
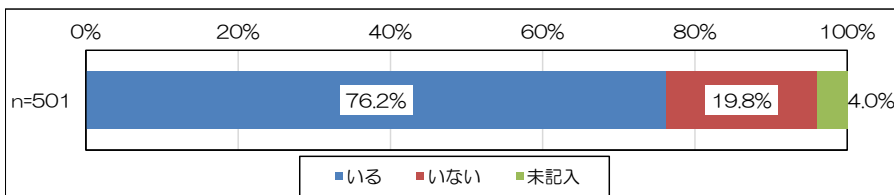
(3) ストレス・悩み・不安等にうまく対処できていると思いますか



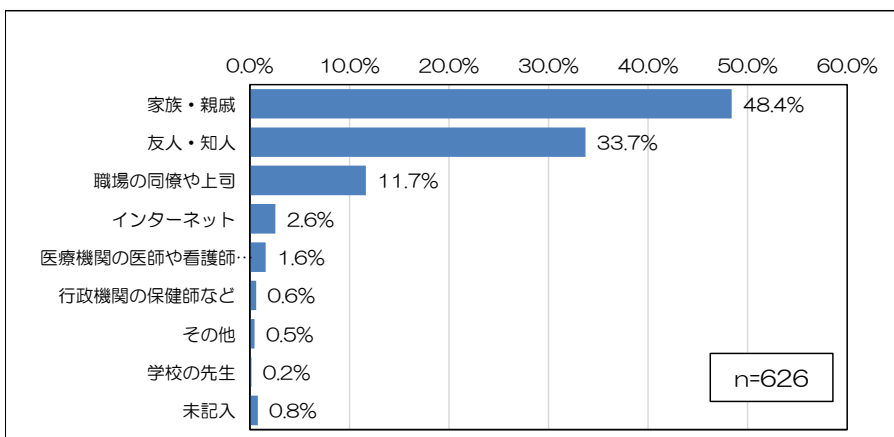
(4) 最近1ヶ月間において、睡眠や休養が十分とれていますか



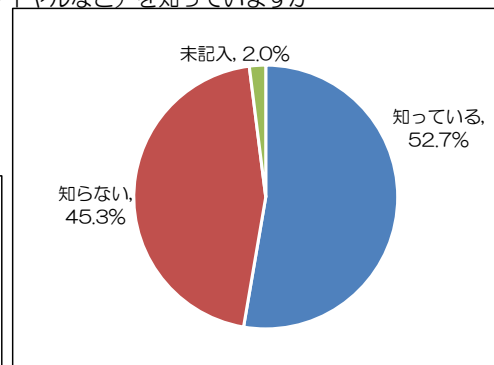
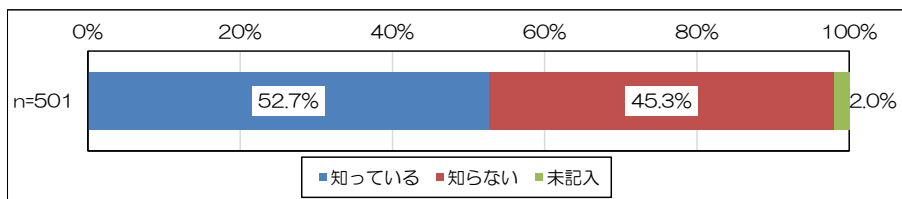
(5) 悩み事を相談できる相手がありますか



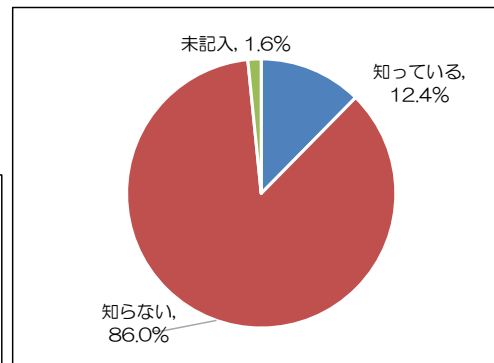
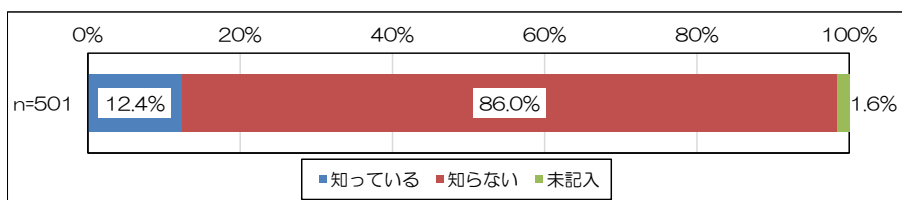
「1」と回答した方へ、相談できる相手は誰ですか【複数回答】



(6) あなたは、心の悩みやストレスを感じたときの相談先（役場や保健所、病院、相談ダイヤルなど）を知っていますか

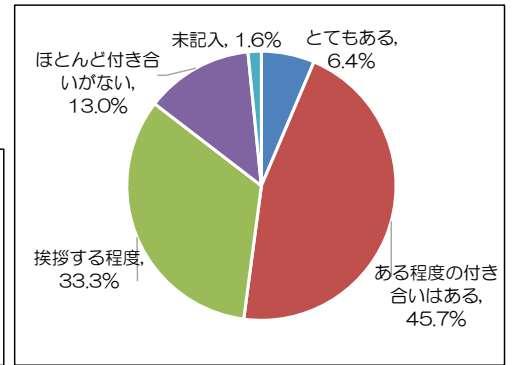
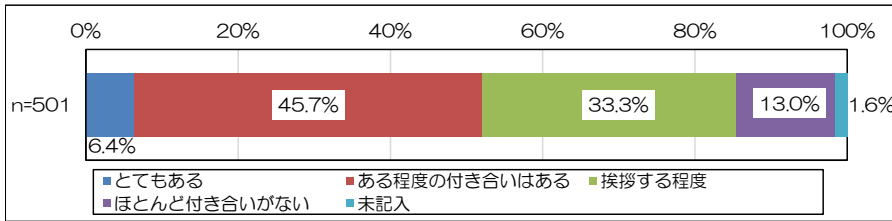


(7) あなたは、「ゲートキーパー」を知っていますか

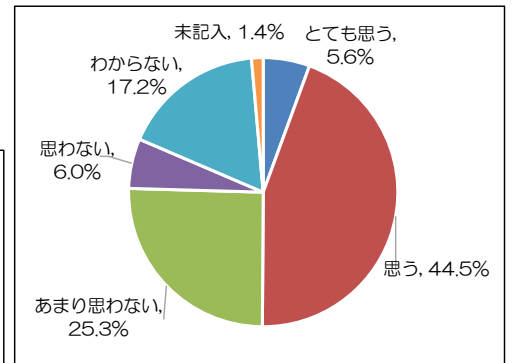
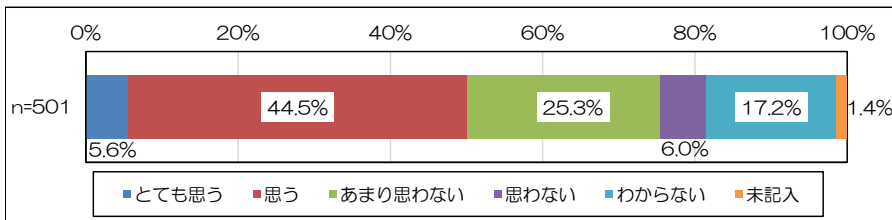


9. 社会交流についておたずねします

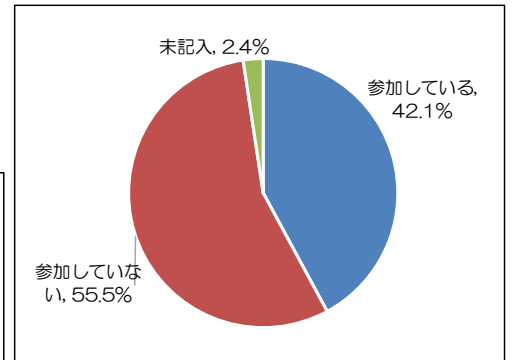
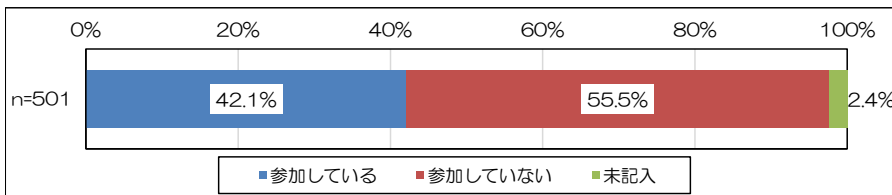
(1) あなたは、普段から近所との付き合いがありますか



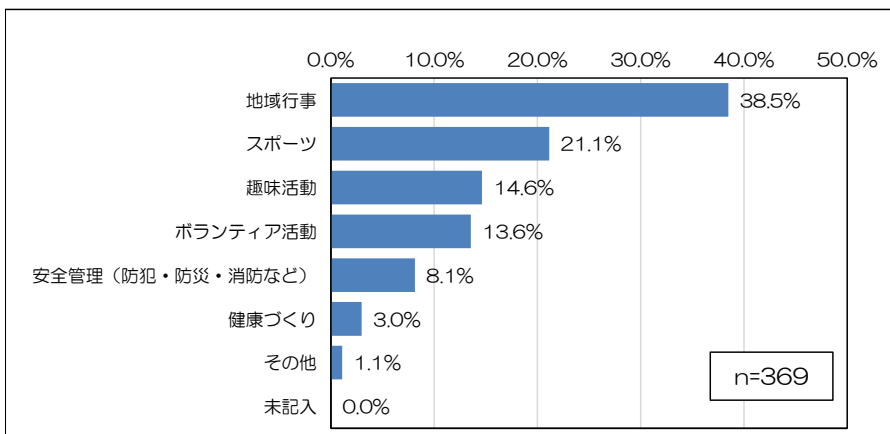
(2) あなたが住んでいる地域は、近所同士のつながりや助け合いがあると思いますか



(3) あなたは、自治会やサークル活動などに参加していますか

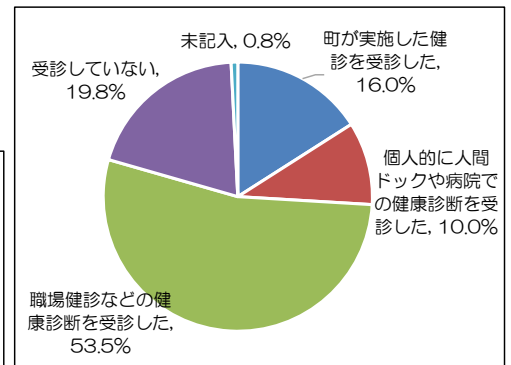
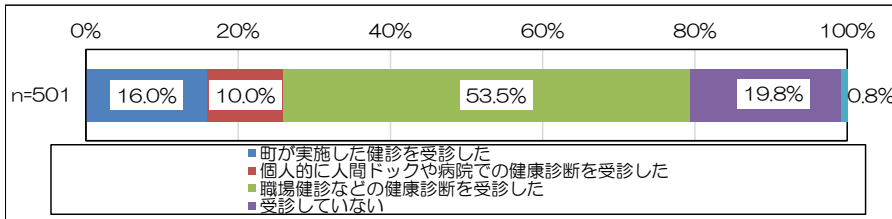


「1」と回答した方へ、どのようなことに参加していますか【複数回答】

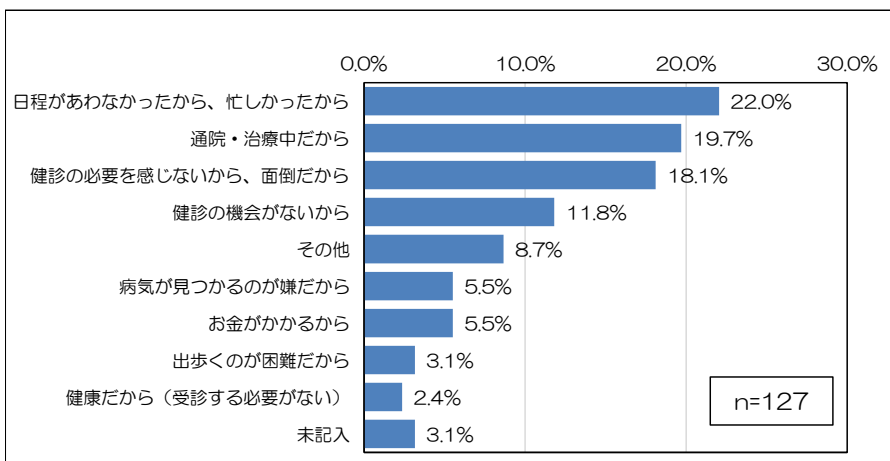


10. 検（健）診の受診状況についておたずねします

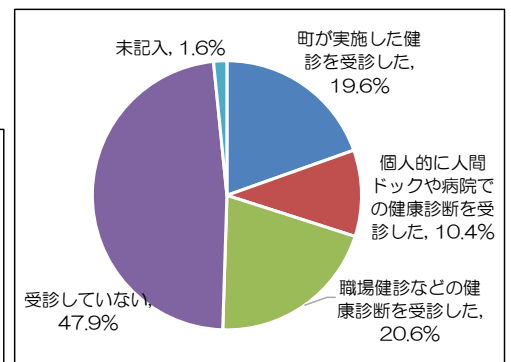
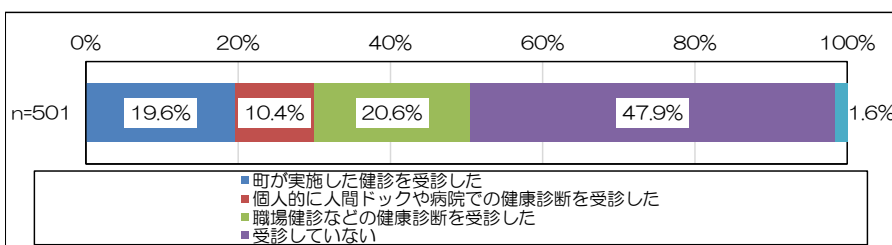
(1) 平成30年度の1年間において、生活習慣病予防に関する健診を受診しましたか



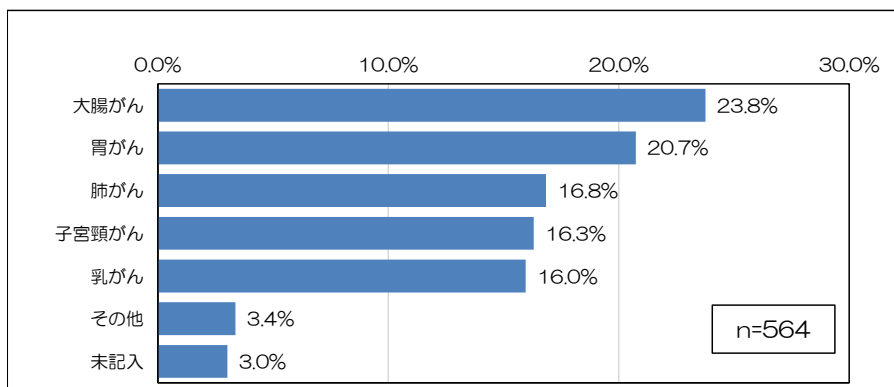
「4」と回答した方へ、受診しなかった理由を教えてください【複数回答】



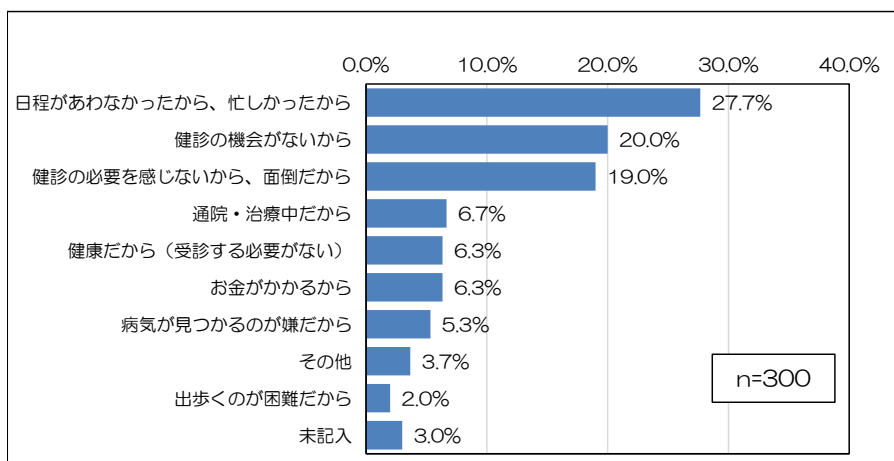
(2) 平成30年度の1年間において、がん検診を受診しましたか



「1～3」に回答した方へ、どの検診を受けましたか【複数回答】

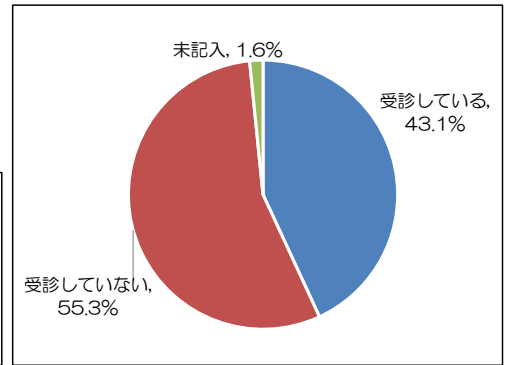
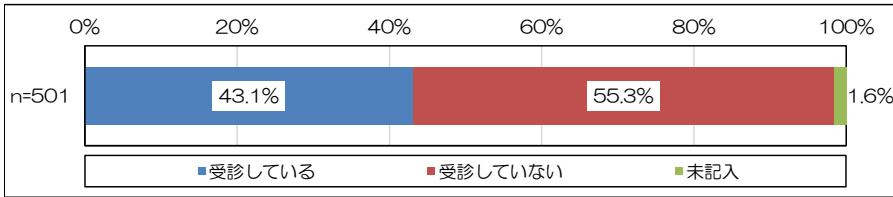


「4」と回答した方へ、受診しなかった理由を教えてください【複数回答】

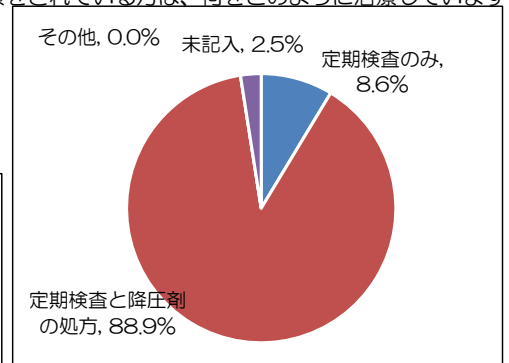
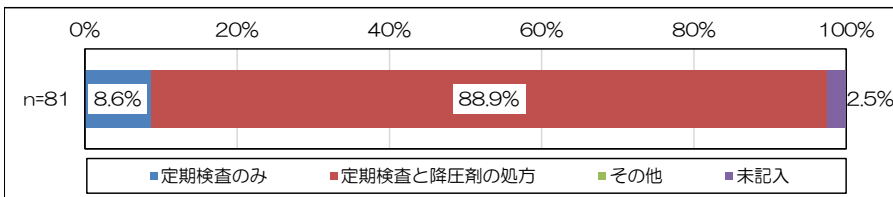


1.1. 医療状況についておたずねします

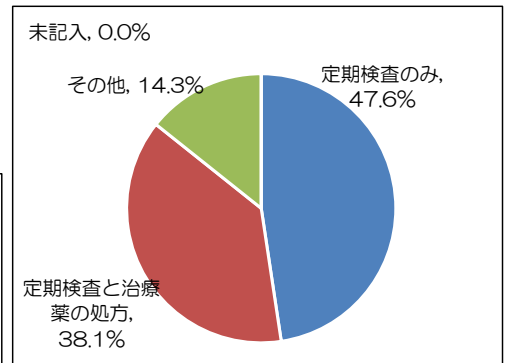
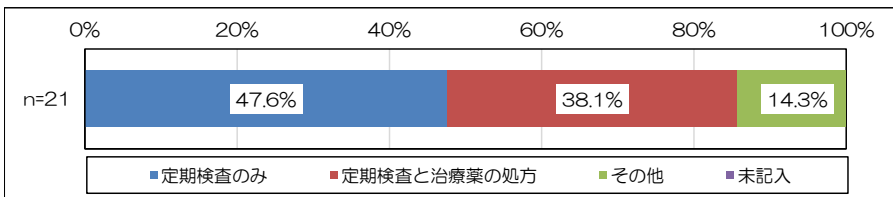
(1) 現在、定期的に医療機関を受診して治療を受けていますか



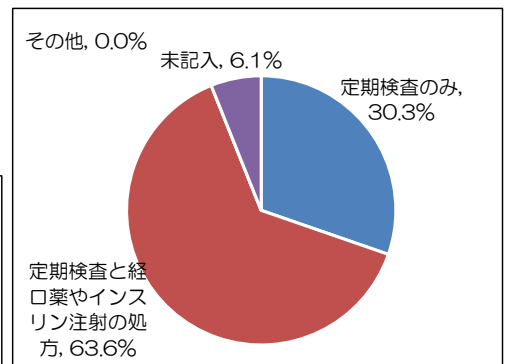
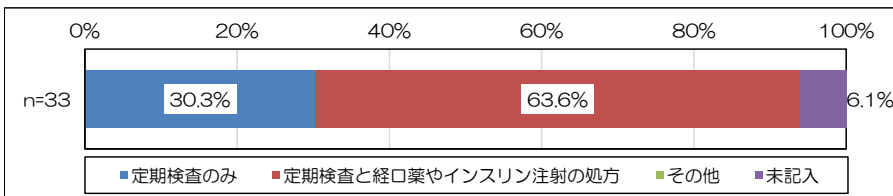
「1」と回答した方のうち、高血圧・不整脈や心臓病・糖尿病・高脂血症のいずれかの治療をされている方は、何をどのように治療していますか
高血圧



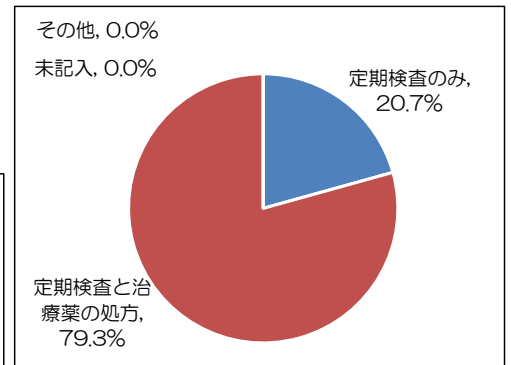
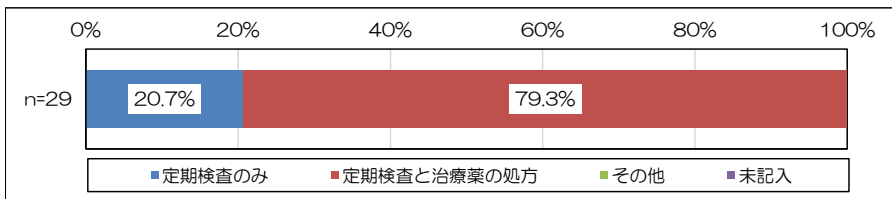
不整脈や心臓病



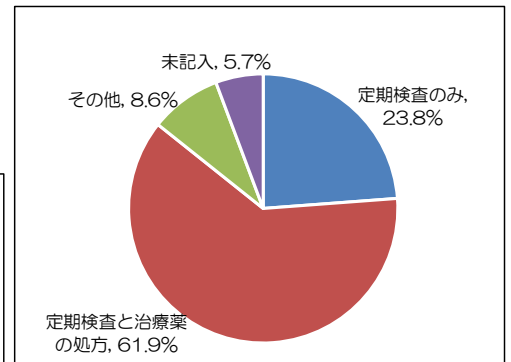
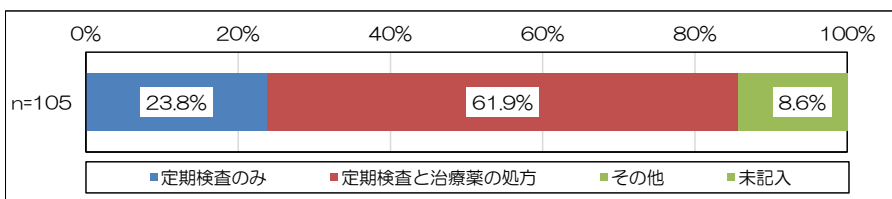
糖尿病



高脂血症



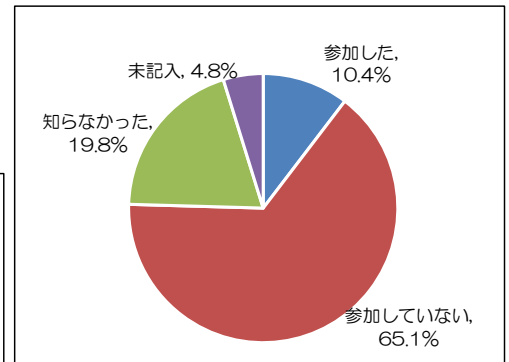
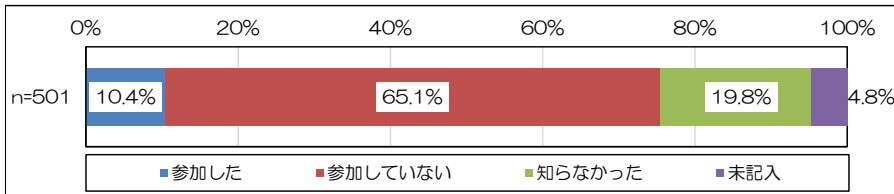
その他



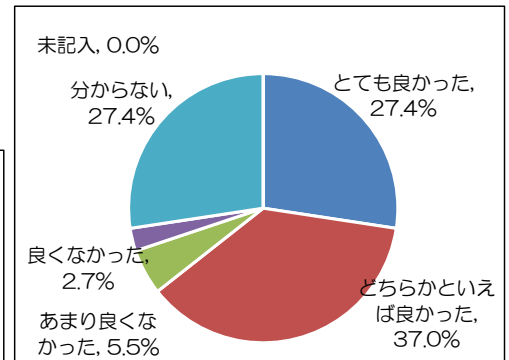
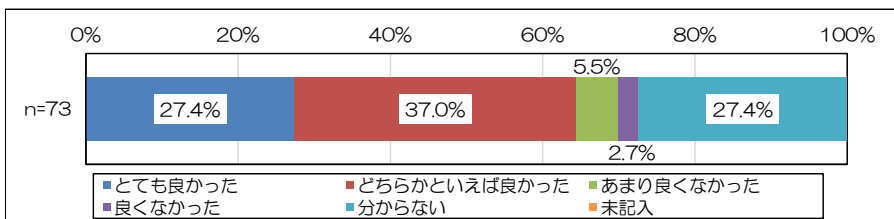
1 2. 町の健康づくり施策についておたずねします

(1) 『運動』に関する事業として、「ウォーキングラリー」「ノーカーデー」「ますます健康教室」等を実施しています。これらに対するご意見をお寄せください

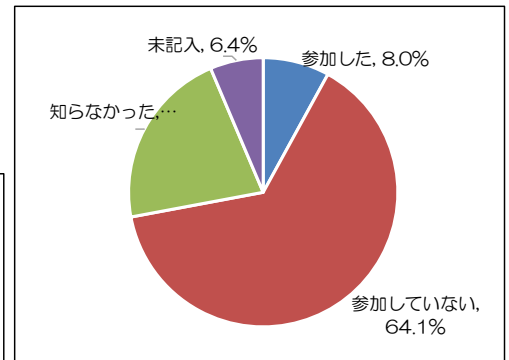
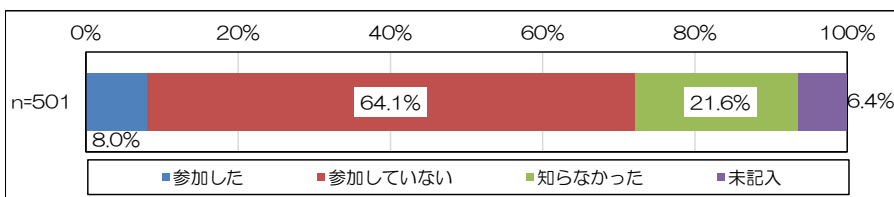
1. ウォーキングラリー



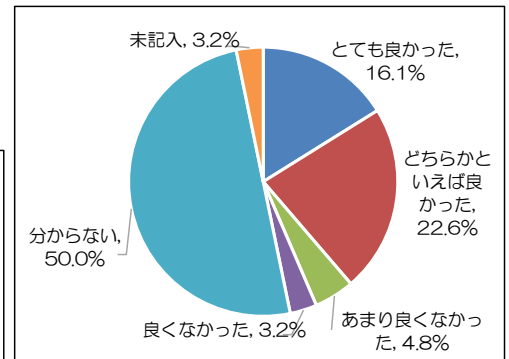
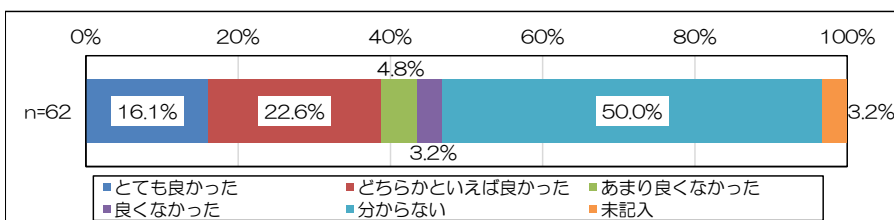
感想



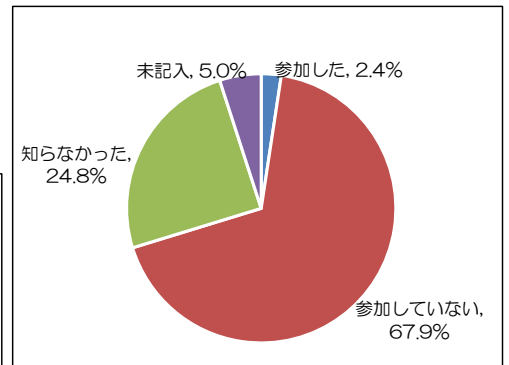
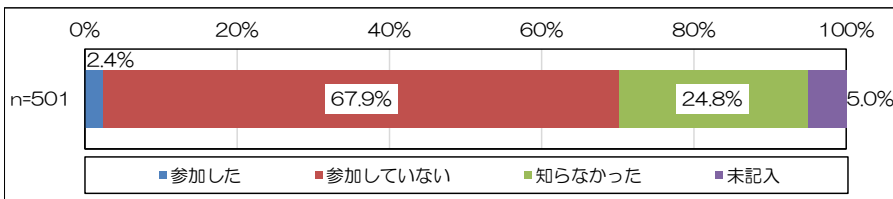
2. ノーカーデー



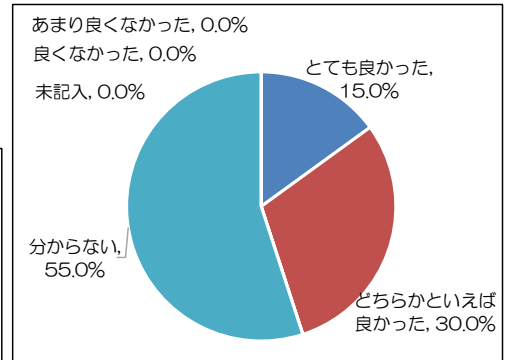
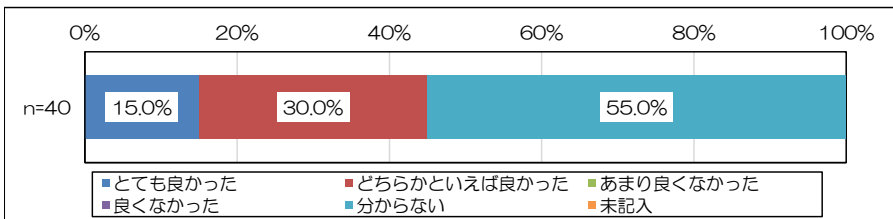
感想



3. ますます健康教室

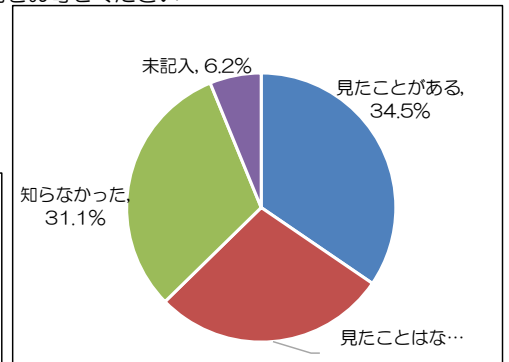
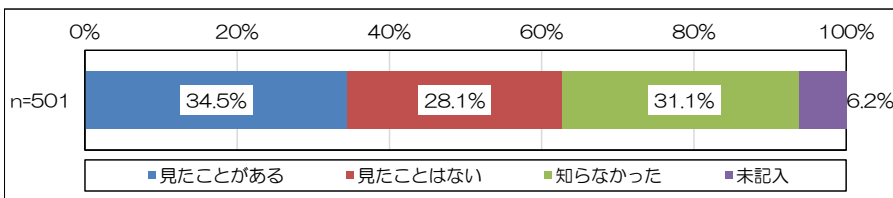


感想

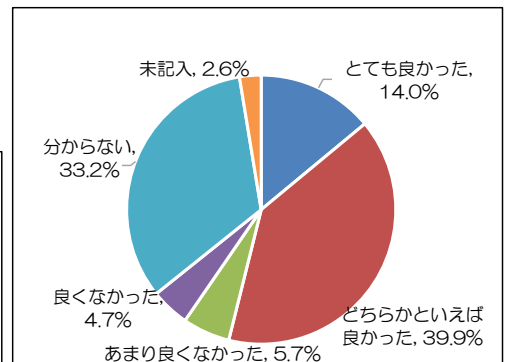
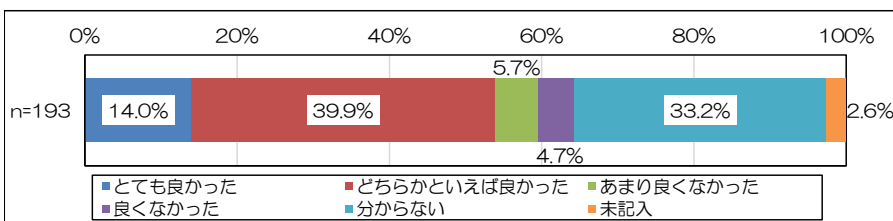


(2) 「健康増進計画」推進の重点項目である『食生活』について、「元気21 食生活改善啓蒙事業」として、食生活についての情報を毎月4回、告知端末機で月替わりのテーマごとに周知を図ってきました。これに対するご意見をお寄せください

1. 元気21 食生活改善啓蒙事業

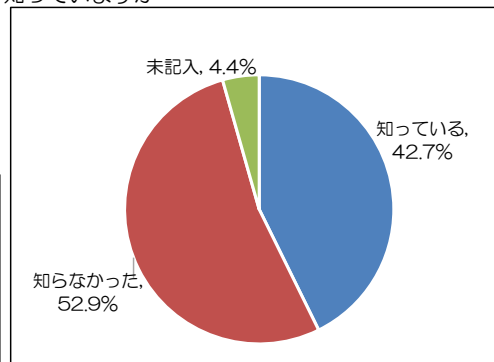
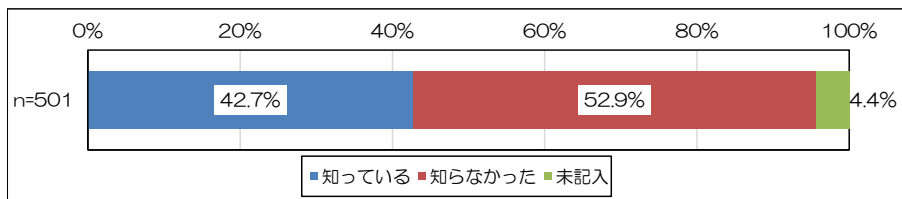


感想

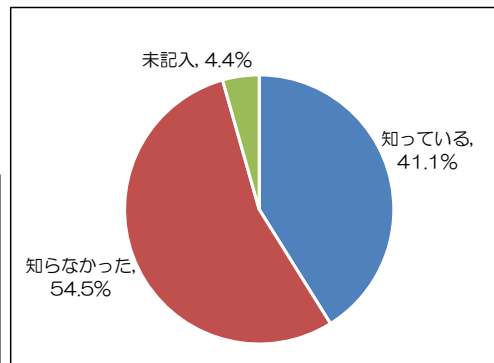
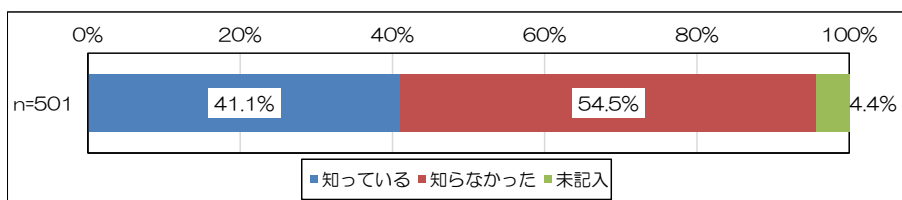


(3) 『疾病予防』に関する事業として、「がん検診(胃・肺・大腸・乳がん)の対象年齢を30歳への引き下げ」「満40歳の方を対象に脳ドックの無料化」、平成30年度からは「禁煙外来受診助成事業」を実施していますが、知っていますか

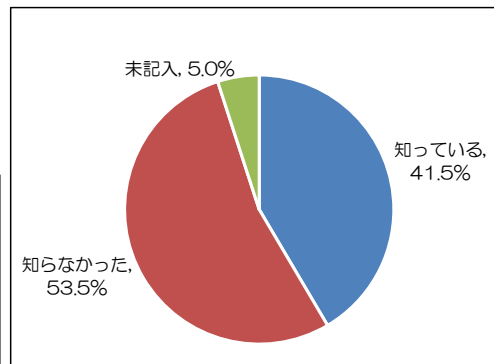
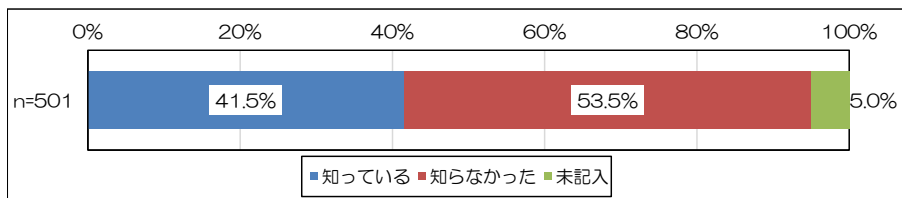
1. がん検診



2. 脳ドックの無料化

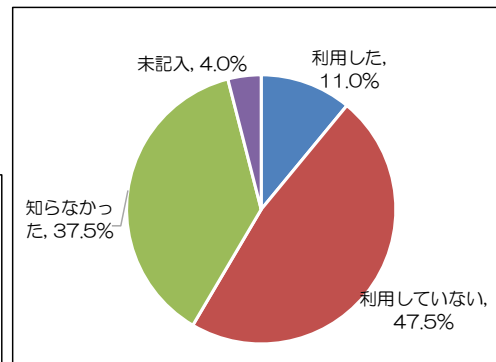
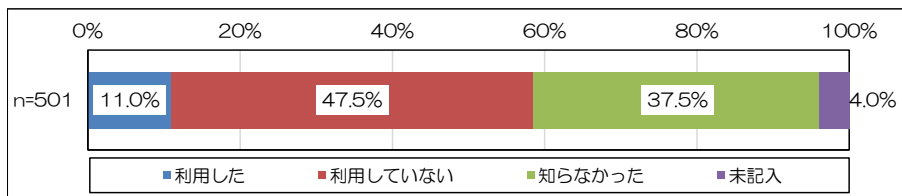


3. 禁煙外来受診助成事業

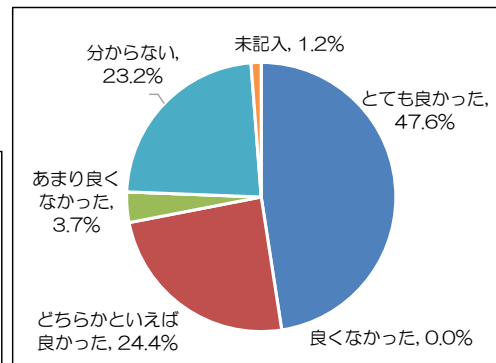
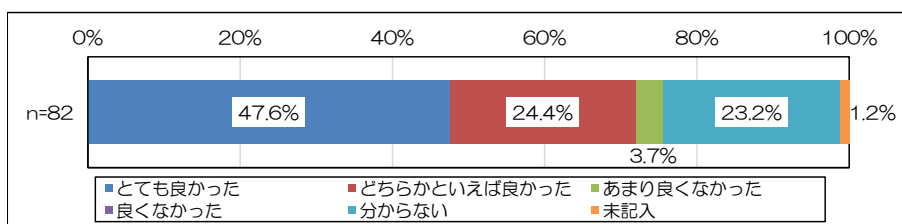


(4) 『歯の健康』に関する事業として、「歯周病検診」を満40～70歳の5歳刻み及び妊婦の方に無料で実施しています。これに対するご意見をお寄せください

1. 歯周病検診

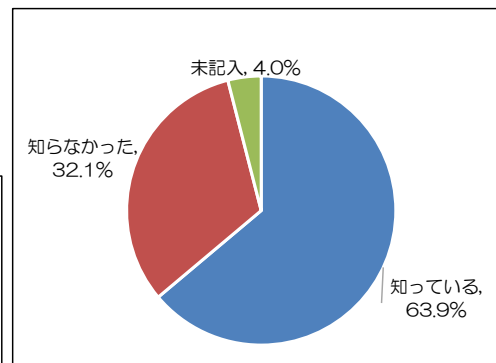
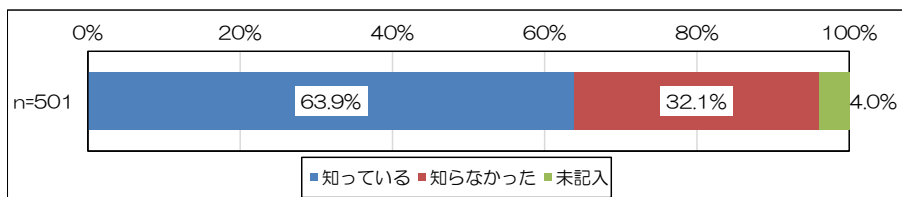


感想

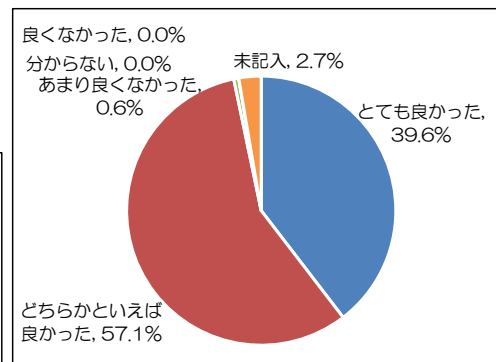
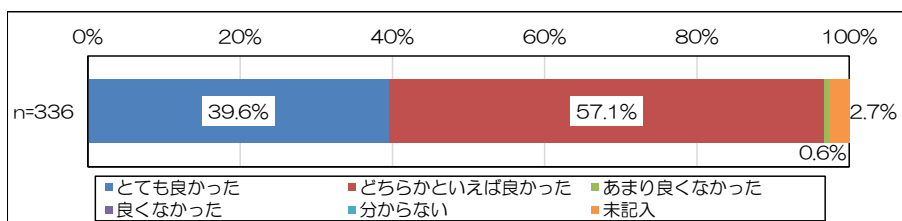


(5) 町では健康づくりと健康なまちづくりの取り組みを支援することを目的とした、「いきいきプルピーポイント事業」を実施していますが、知っていますか

1. いきいきプルピーポイント事業

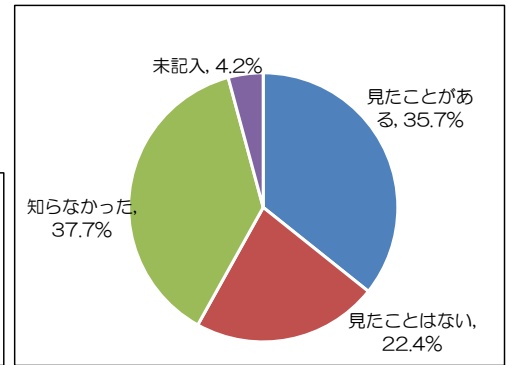
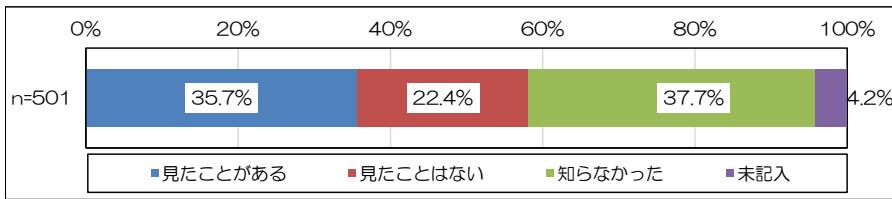


感想

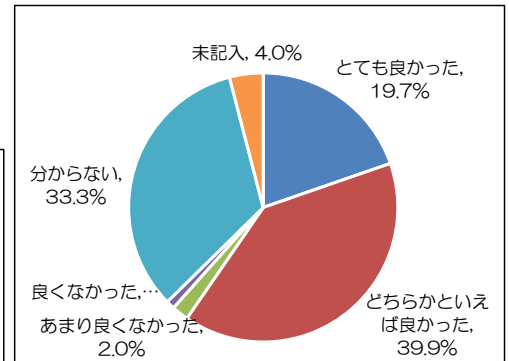
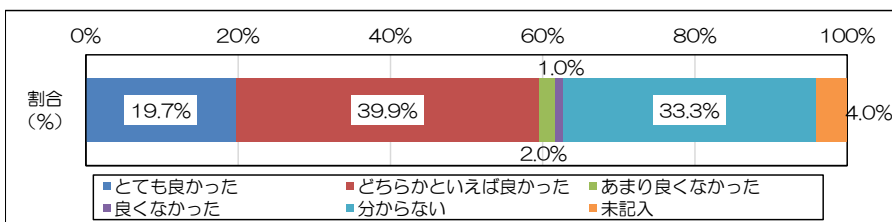


(6) 『心の健康』に関する事業として、平成27～28年度に事業所や公共施設等のトイレに表示した「ステッカーによる相談窓口の広報活動」を実施しています。これに対するご意見をお寄せください

1. ステッカーによる相談窓口の広報活動



感想



(7) 今後幌延町が皆様の健康づくりを支援するために、どのようなことを行うとよいと思いますか【複数回答】

