

芦屋市

「芦屋市健康増進・食育推進計画」  
策定に関わるアンケート調査結果報告書

平成 20 年 10 月

芦屋市



## ～ 目次 ～

調査の概要 .....	1
1 . 調査の目的 .....	2
2 . 調査設計 .....	2
3 . 回収結果 .....	3
4 . 報告書の見方 .....	3
調査結果 .....	5
1 回答者自身について.....	6
2 食育について .....	11
3 健康づくりについて.....	31

## 調査の概要

## 調査の概要

### 1. 調査の目的

本調査は、健康づくりと食育の推進を目的とする「芦屋市健康増進・食育推進計画」の策定に向けてその基礎資料とするために実施したものです。

### 2. 調査設計

調査対象者	:平成 20 年 8 月 1 日の住民基本台帳に登録されている 20 歳以上の市民から 無作為抽出
調査方法	: 配布・回収はすべて郵送による
配布数	: 3,000
調査期間	: 平成 20 年 8 月 20 日～平成 20 年 9 月 3 日

### 3 . 回収結果

配布数	有効回収数	有効回収率
3,000	1,380	46.0%

### 4 . 報告書の見方

回答結果は、少数第2位を四捨五入した有効サンプル数に対して、それぞれの割合を示しています。そのため、単数回答（複数の選択肢から1つの選択肢を選ぶ方式）であっても合計値が100.0%にならない場合があります。このことは、本報告書内の分析文、グラフ、表においても反映しています。

複数回答（複数の選択肢から2つ以上の選択肢を選ぶ方式）の設問の場合、回答は選択肢ごとの有効回答数に対して、それぞれの割合を示しています。そのため、合計が100.0%をこえる場合があります。

図表中において、「不明・無回答」とあるものは、回答が示されていない、または回答の判別が著しく困難なものです。

グラフおよび表のN数は有効標本数（集計対象者総数）、（SA）は単数回答の設問、（MA）は複数回答の設問、（NA）は数量による設問を表しています。

本文中の設問の選択肢について、長い文は簡略化している場合があります。



## 調查結果

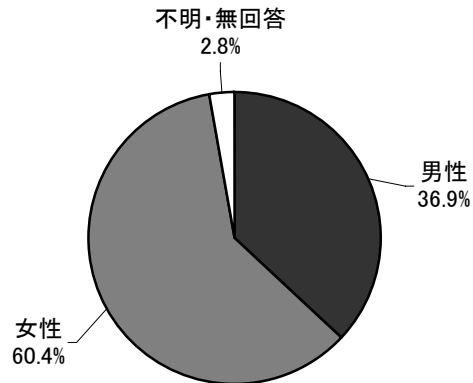


# 1 回答者自身について

問1 あなたの性別はどちらですか。(SA)

性別についてみると、「男性」が36.9%、「女性」が60.4%となっています。

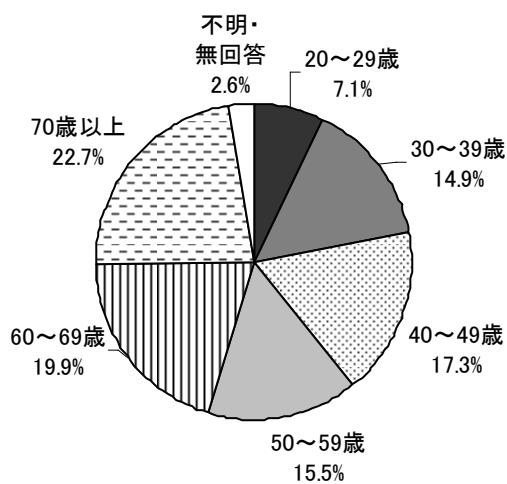
【性別】  
(SA) N=1380



問2 あなたの年齢はどこにあてはまりますか。(SA)

年齢についてみると、「70歳以上」が22.7%と最も多く、次いで「60～69歳」が19.9%、「40～49歳」が17.3%となっています。

【年齢】  
(SA) N=1380

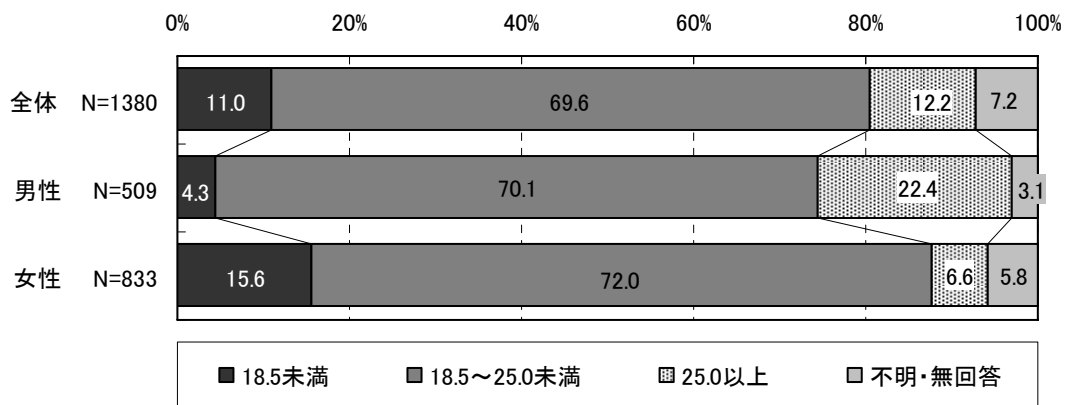


問3 さしつかえなければ、あなたの現在の身長と体重をご記入ください。(NA)

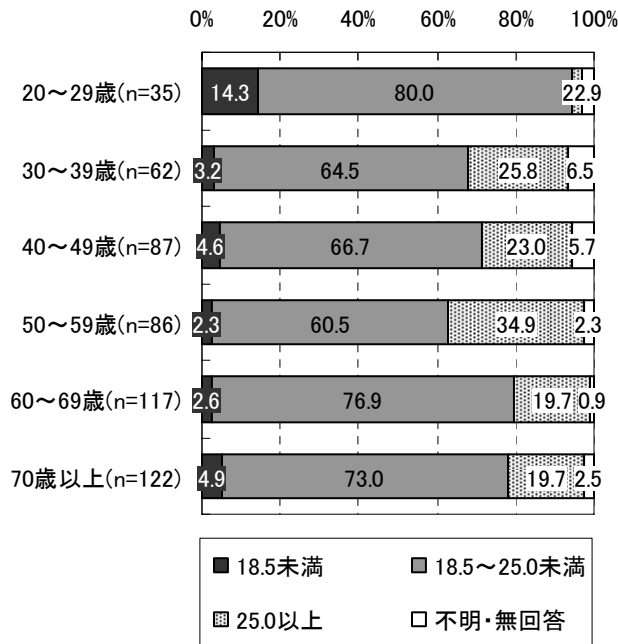
肥満度【BMI】

身長・体重から BMI 指数をみると、「25.0 以上」が最も高いのは、男性においては 50 歳代で 34.9%、女性においては 60 歳代で 10.0%となっています。

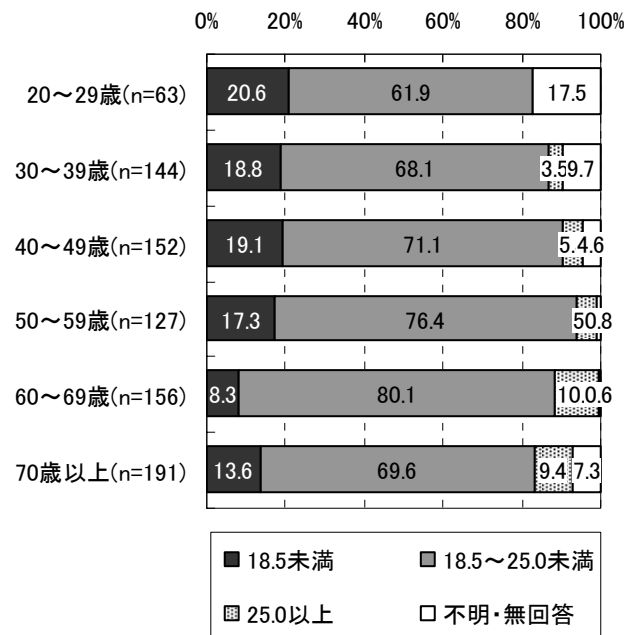
【肥満度】(NA)



【男性】



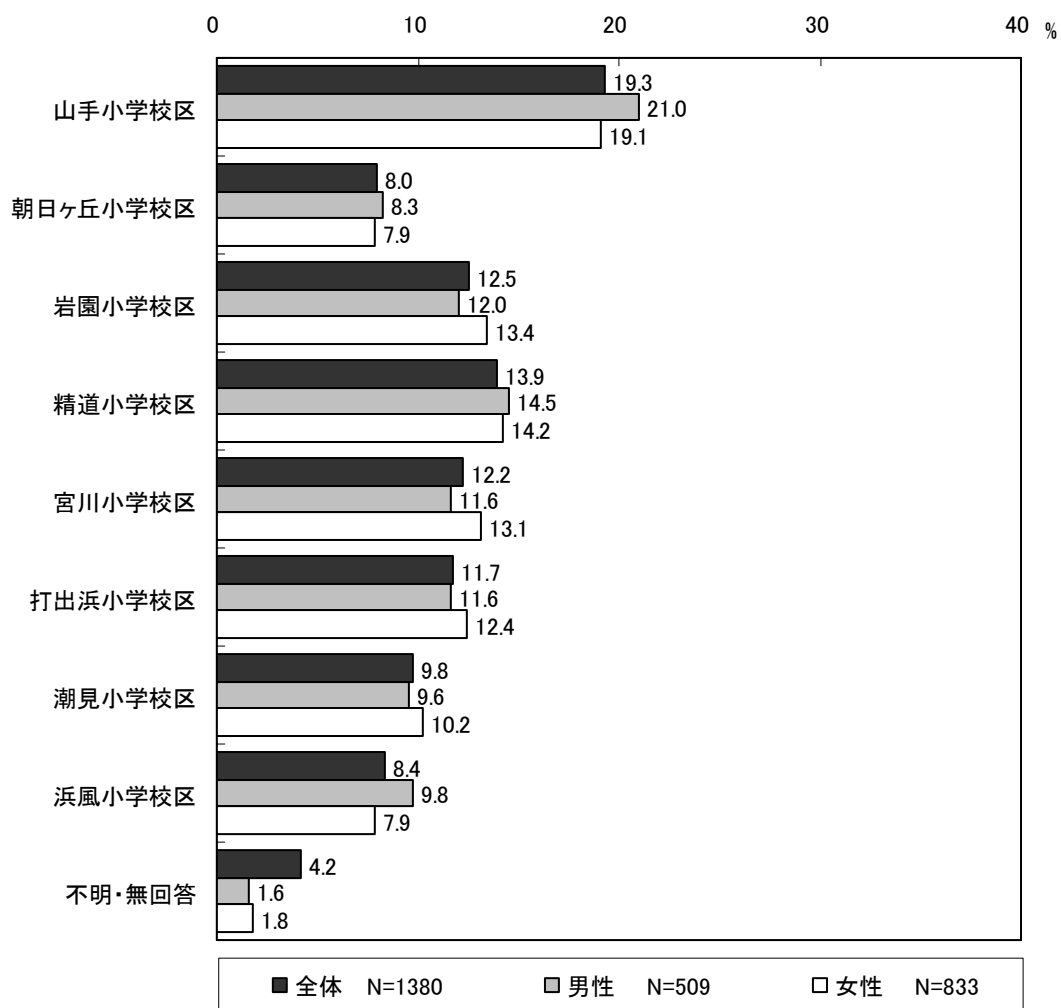
【女性】



問4 あなたはどちらにお住まいですか。(SA)

住まいについてみると、「山手小学校区」が全体で19.3%と最も高くなっています。

【住まい】(SA)

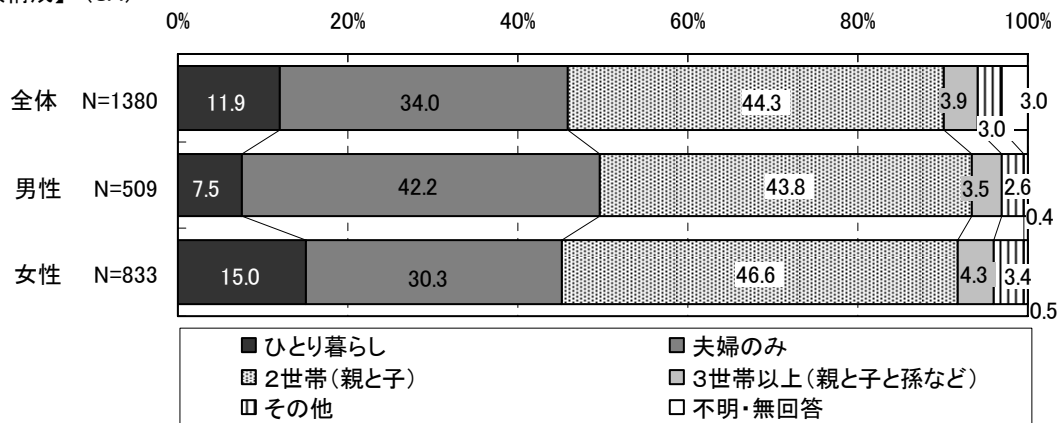


問5 あなたの家族構成はどれにあたりますか。(SA)

家族構成についてみると、「2世帯(親と子)」が44.3%と最も多く、次いで「夫婦のみ」が34.0%、「ひとり暮らし」が11.9%となっています。

性別でみると、男性に比べて女性では「ひとり暮らし」の割合が高くなっています。

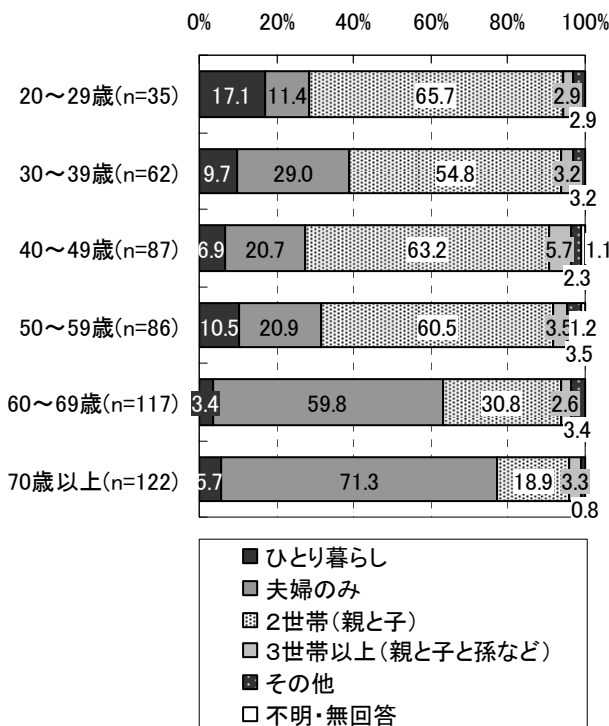
【家族構成】(SA)



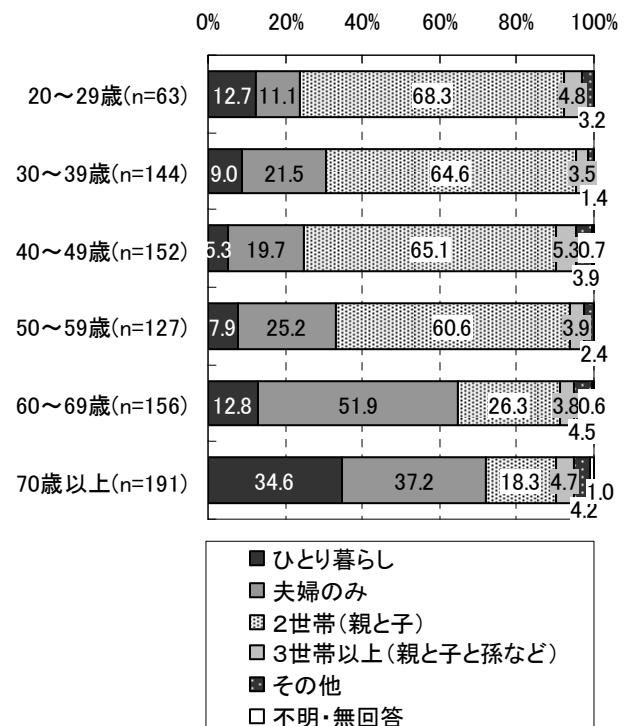
[年齢クロス]

年齢別にみると、女性の70歳以上において「ひとり暮らし」が34.6%と高くなっており、60歳以上では男女ともに「夫婦のみ」が高くなっています。

【男性】



【女性】

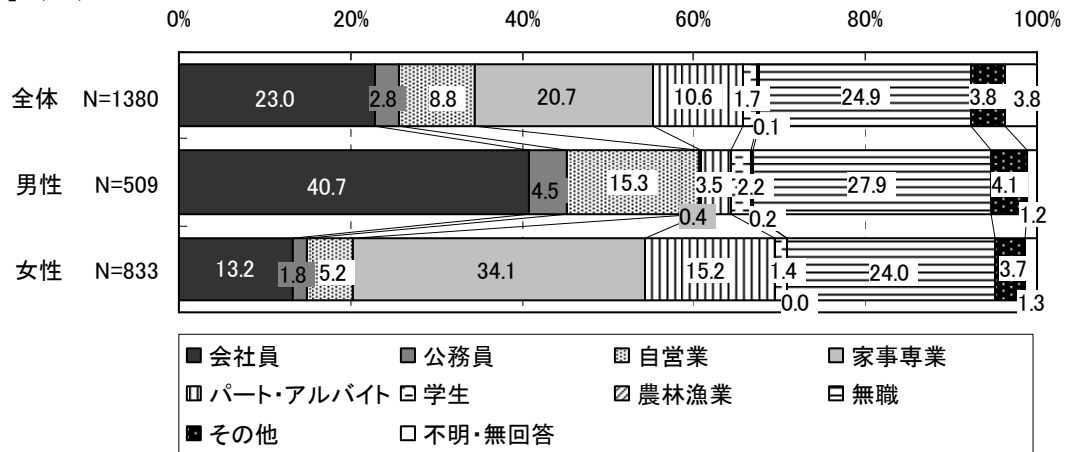


問6 あなたのご職業は何ですか。(SA)

職業についてみると、「無職」が24.9%と最も多く、次いで「会社員」が23.0%、「家事専業」が20.7%となっています。

性別でみると、女性に比べて男性では「会社員」の割合が高く、4割以上となっています。

【職業】(SA)



[ 地区クロス ]

年齢別にみると山手中学校区では「家事専業」が最も高く、精道中学校区及び潮見中学校区では「無職」が最も高くなっています。

	会社員	公務員	自営業	家事専業	パート・アルバイト
山手中学校区 (n=549)	23.9	2.6	10.6	25.3	7.1
精道中学校区 (n=522)	24.1	2.9	9.2	18.6	12.5
潮見中学校区 (n=251)	22.3	3.2	5.6	17.1	15.1
	学生	農林漁業	無職	その他	不明・無回答
山手中学校区 (n=549)	1.5	0.2	22.2	4.6	2.2
精道中学校区 (n=522)	1.5	-	27.6	3.1	0.6
潮見中学校区 (n=251)	2.8	-	29.5	4	0.4

## 2 食育について

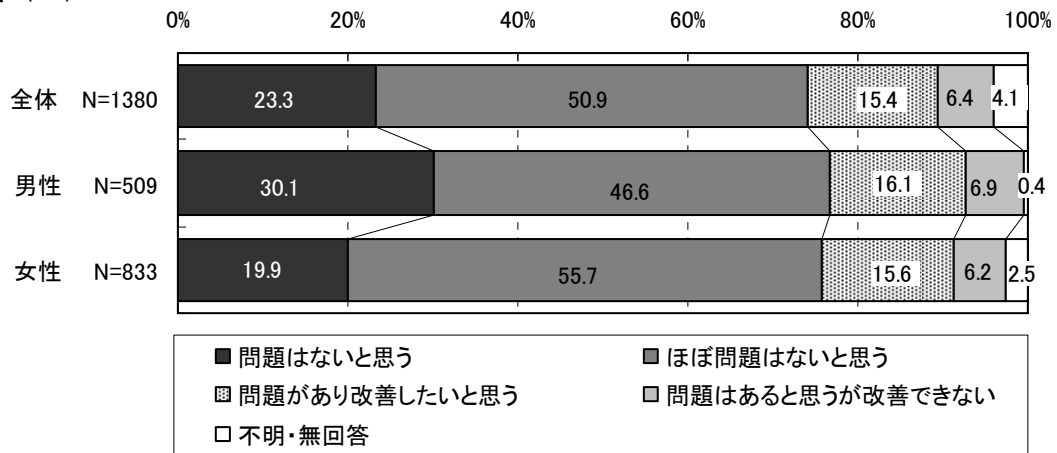
### 食生活について

問7 あなたの食生活について問題点があると思いますか。(SA)

食生活の問題点についてみると、「ほぼ問題はないと思う」が50.9%と最も多く、次いで「問題はないと思う」が23.3%、「問題があり改善したいと思う」が15.4%となっています。

性別でみると、女性に比べて男性では「問題はないと思う」の割合が高くなっています。

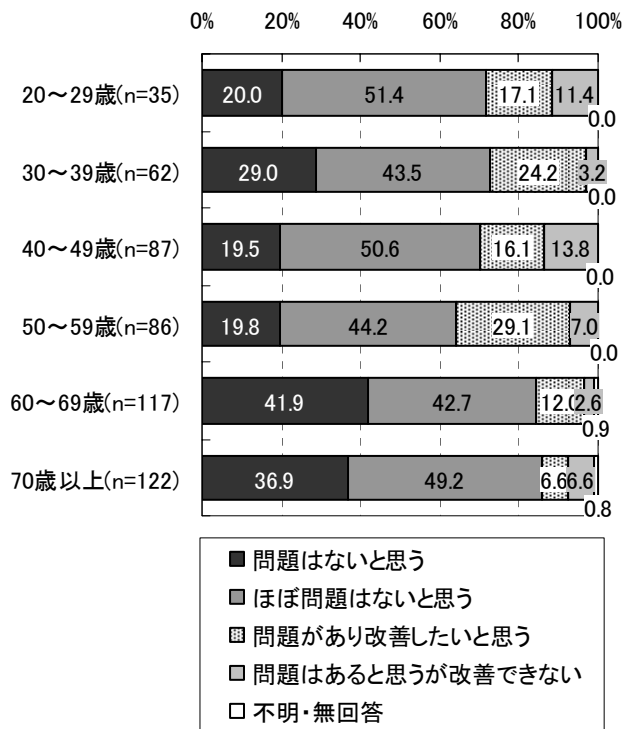
【問7】(SA)



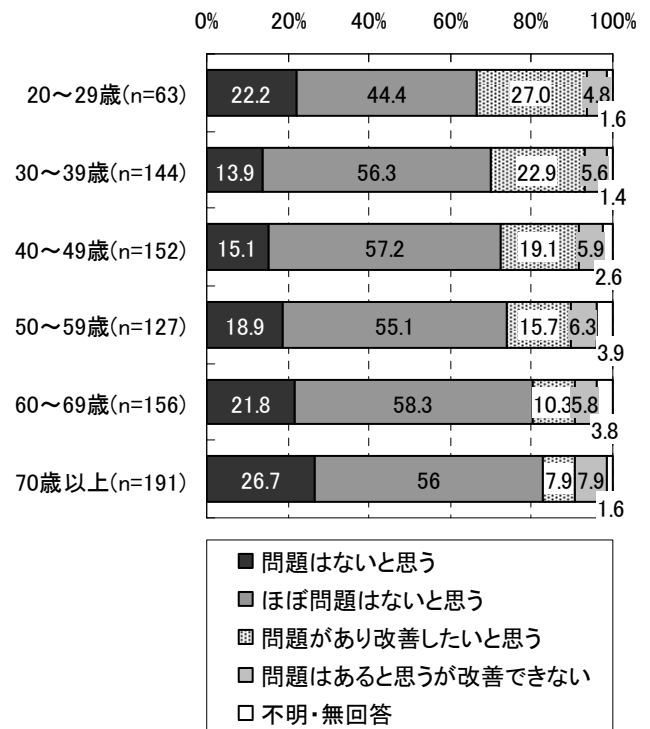
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、「問題があり改善したいと思う」が男性では50歳代で29.1%、女性では20歳代で27.0%と高くなっています。

【男性】



【女性】

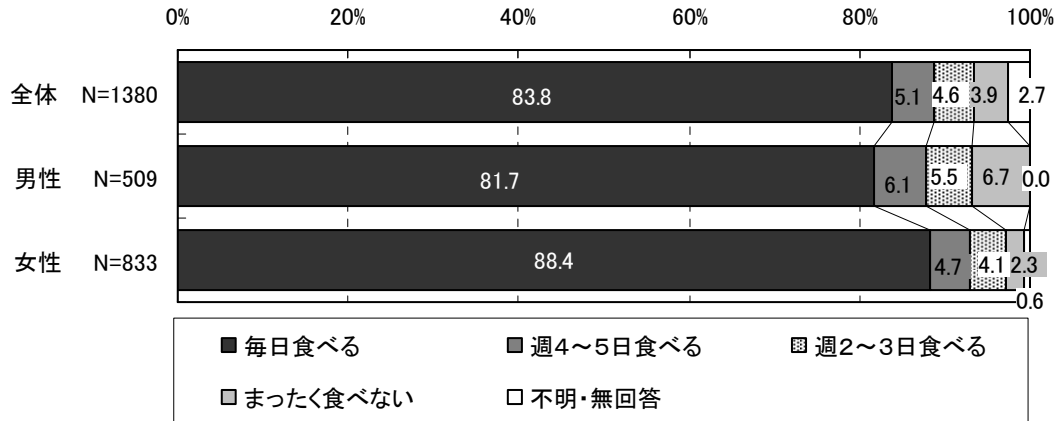


問8 あなたは、普段朝食を食べていますか。(SA)

朝食についてみると、「毎日食べる」が83.8%と最も多く、次いで「週4～5日食べる」が5.1%となっています。

性別でみると、女性に比べて男性では「まったく食べない」の割合が高くなっています。

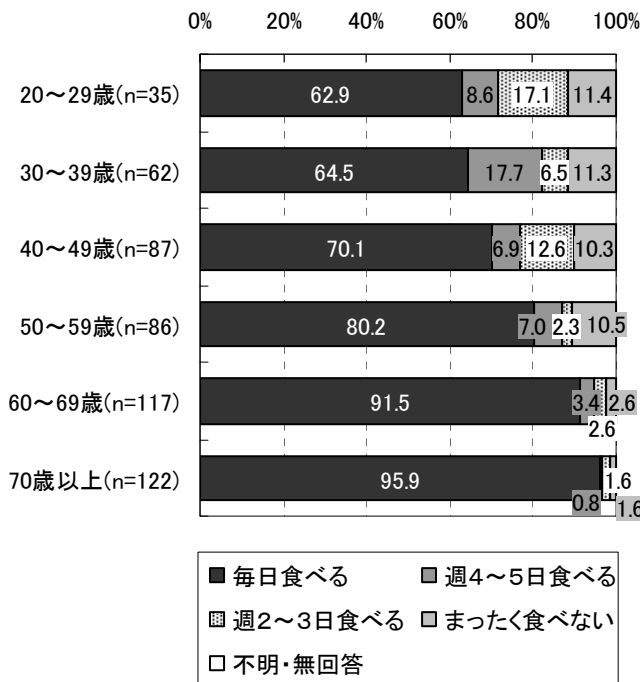
【問8】(SA)



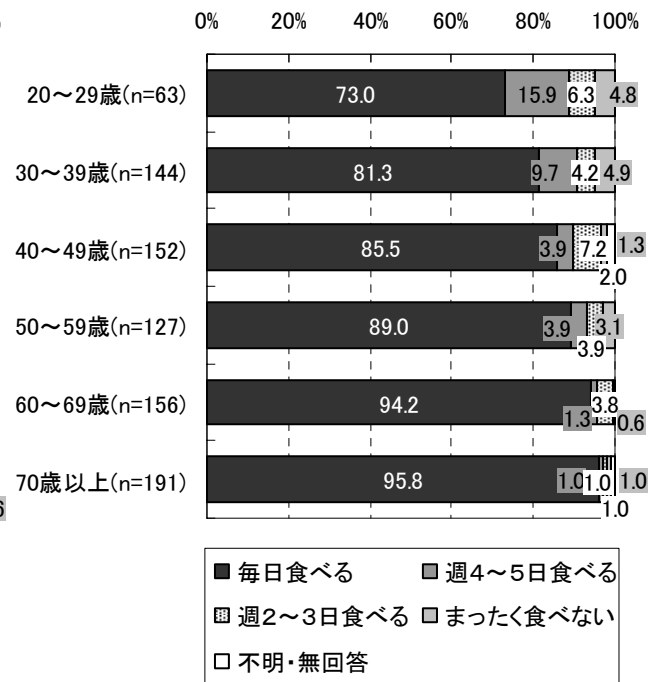
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、男性の20歳代・30歳代において、「毎日食べる」が6割程度と低くなっています。

【男性】



【女性】



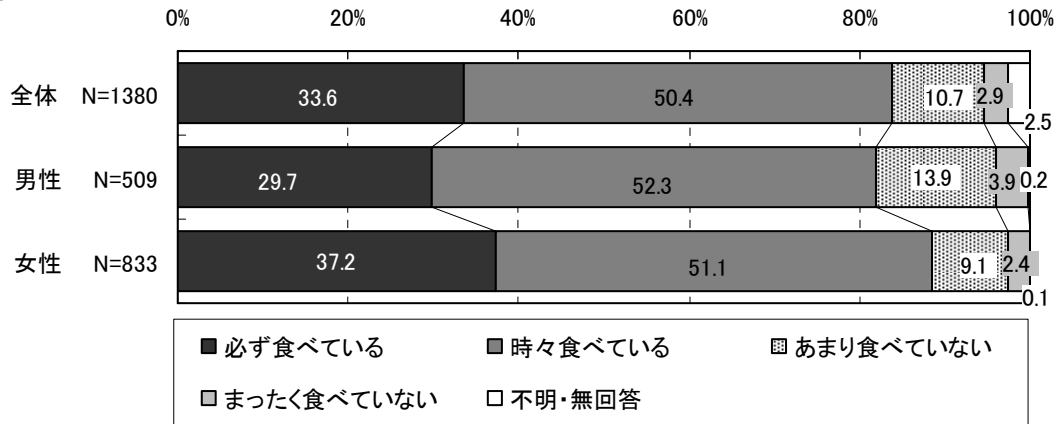


問9 あなたは、行事食を食べていますか。(SA)

行事食についてみると、「時々食べている」が50.4%と最も多く、次いで「必ず食べている」が33.6%となっています。

性別でみると、男性に比べて女性では「必ず食べている」の割合が高くなっています。

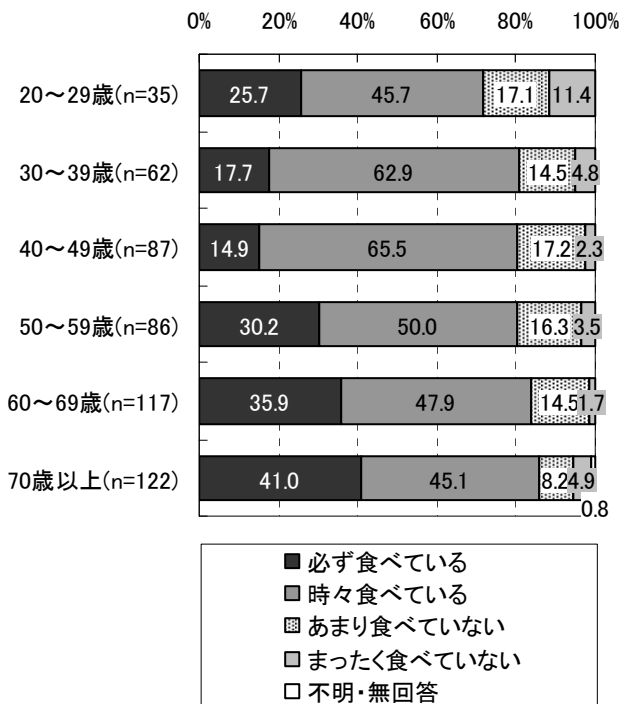
【問9】(SA)



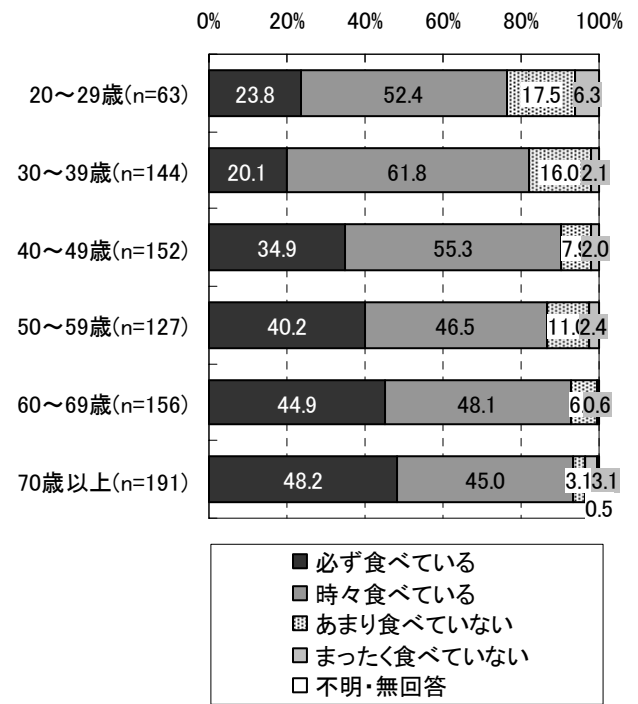
[年齢クロス]

年齢別にみると、「必ず食べている」方は男性では50歳以上、女性では40歳以上で3割から4割と高くなっています。一方、男性の20歳では「あまり食べていない」「まったく食べていない」が28.5%と他と比較して高くなっています。

【男性】



【女性】

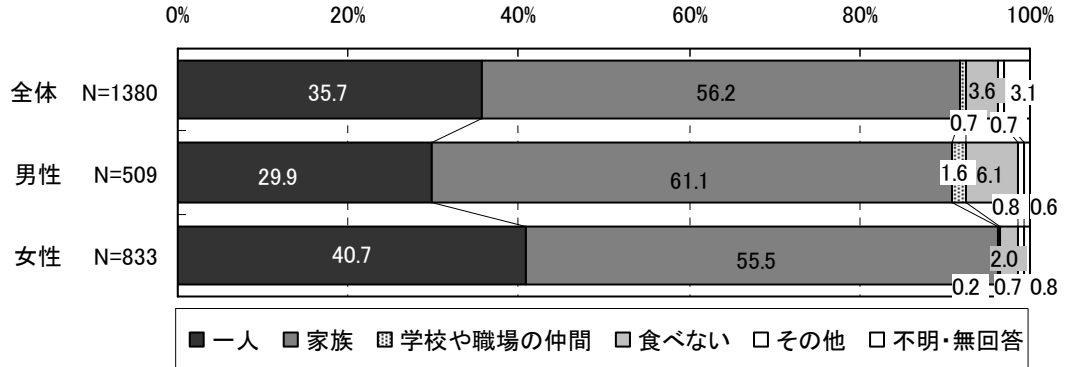


問10 平日、あなたはだれと食事をとることが多いですか。(SA)

朝食

朝食についてみると、「家族」が56.2%と最も多く、次いで「一人」が35.7%となっています。性別でみると、男性に比べて女性では「一人」の割合が高く、4割以上となっています。

【問10 朝食】(SA)

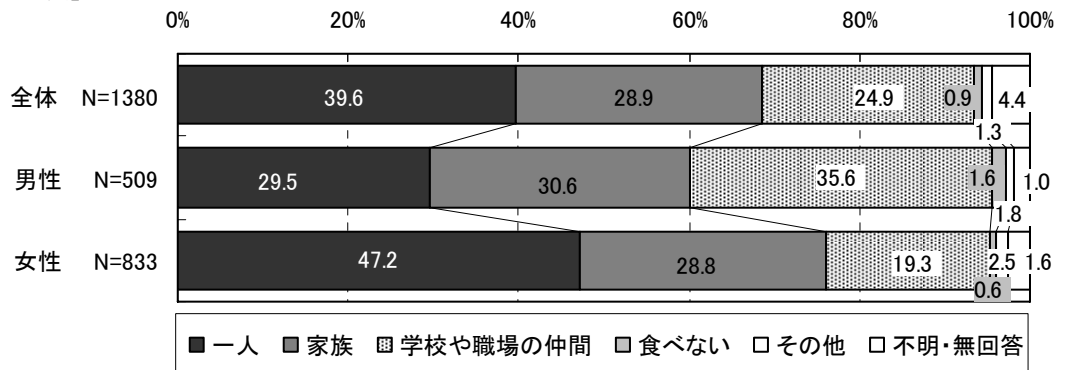


昼食

昼食についてみると、「一人」が39.6%と最も多く、次いで「家族」が28.9%、「学校や職場の仲間」が24.9%となっています。

性別でみると、男性に比べて女性では「一人」の割合が高く、4割以上となっています。

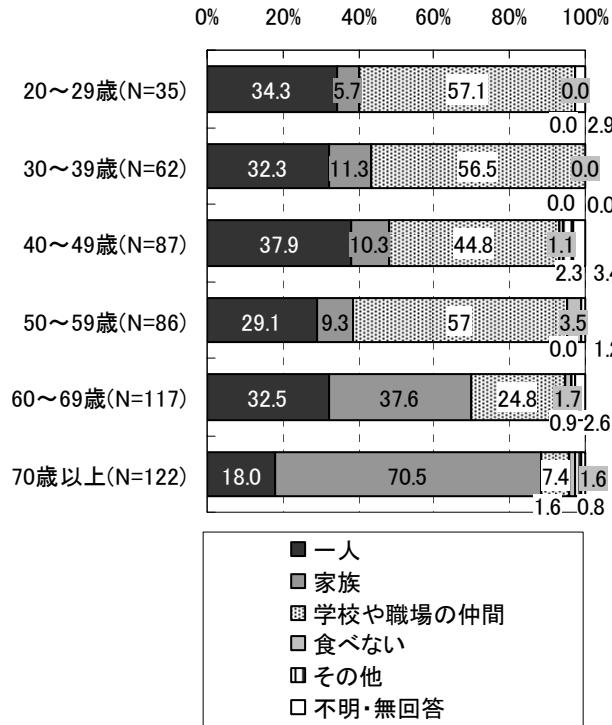
【問10 昼食】(SA)



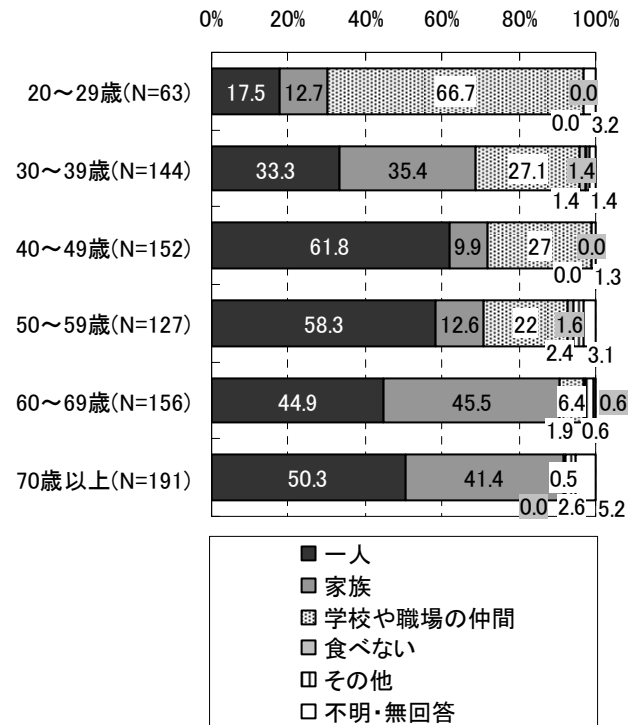
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、40歳以上の年齢層で女性の方が「一人」の割合が高くなっています。

【男性】



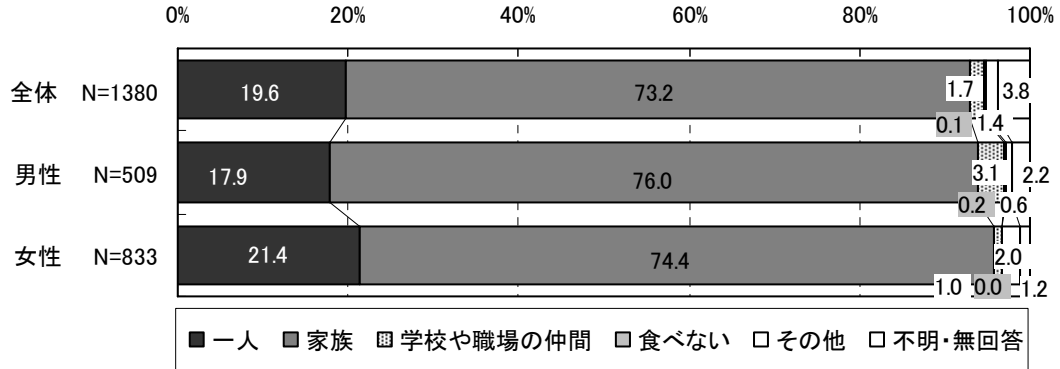
【女性】



## 夕食

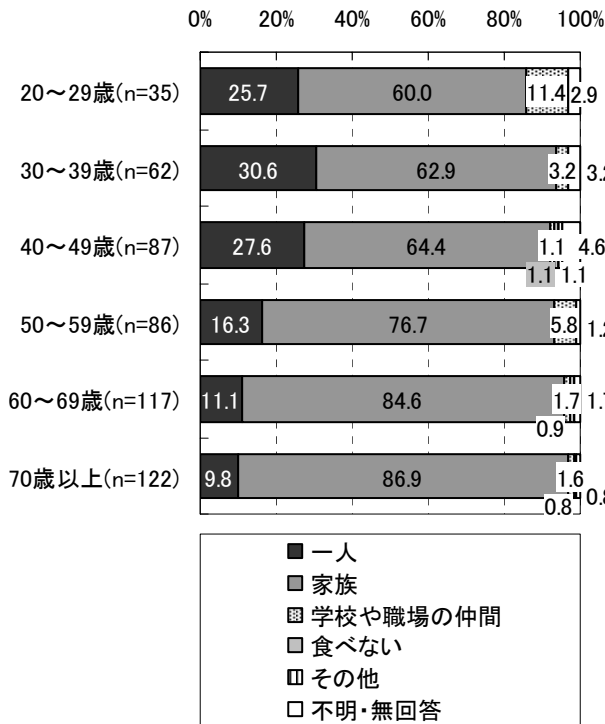
夕食についてみると、「家族」が73.2%と最も多く、次いで「一人」が19.6%となっています。

【問10 夕食】(SA)

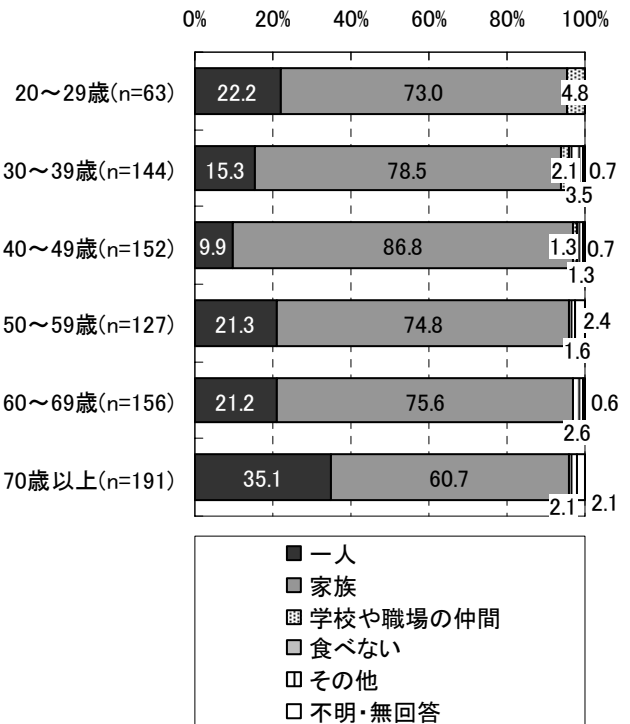


## [ 年齢クロス ]

【男性】



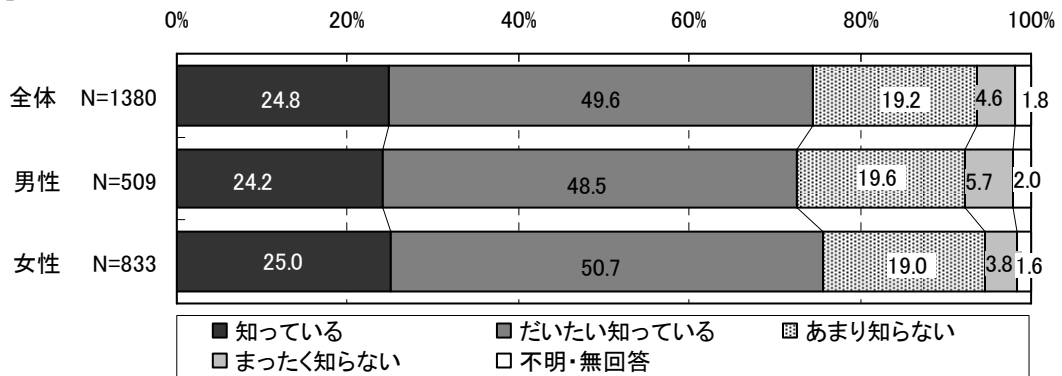
【女性】



問 11 あなたは、自分に「適した食事量」を知っていますか。(SA)

自分に適した食事量についてみると、「だいたい知っている」が49.6%と最も多く、次いで「知っている」が24.8%、「あまり知らない」が19.2%となっています。

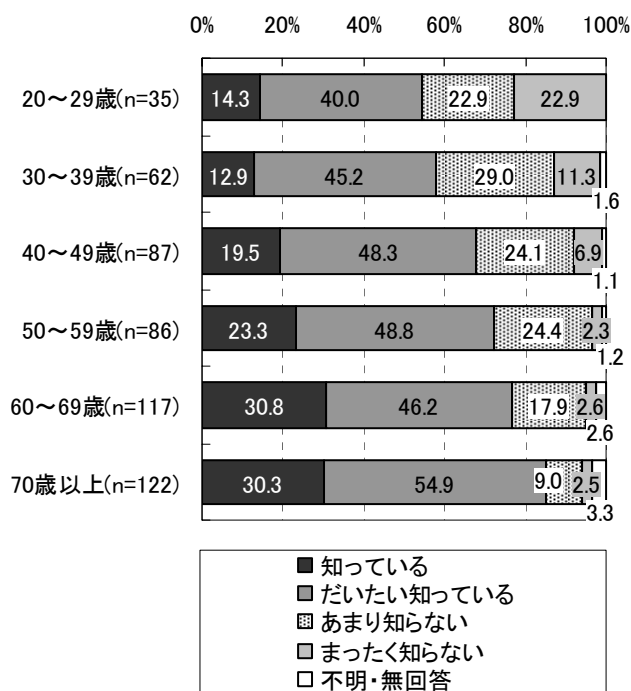
【問11】(SA)



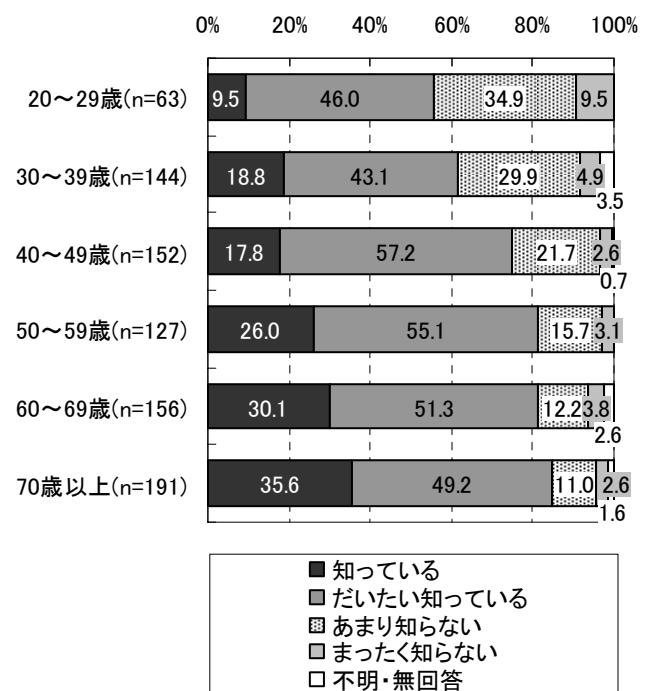
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、「知っている」「だいたい知っている」割合は、年齢が高くなるのに比例して高くなる傾向にあります。

【男性】



【女性】

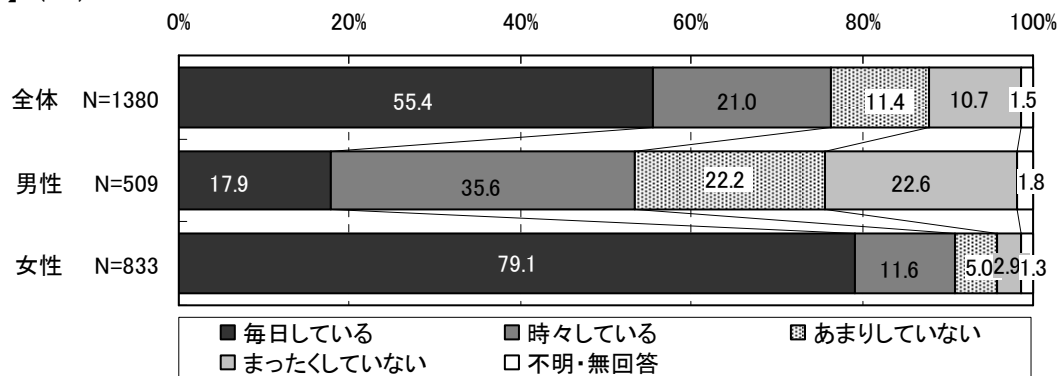


問 12 あなたは、食事づくりに取り組んでいますか。(SA)

食事づくりについてみると、「毎日している」が55.4%と最も多く、次いで「時々している」が21.0%、「あまりしていない」が11.4%となっています。

性別でみると、男性に比べて女性では「毎日している」の割合が高く、7割以上となっており、大きく差がでています。

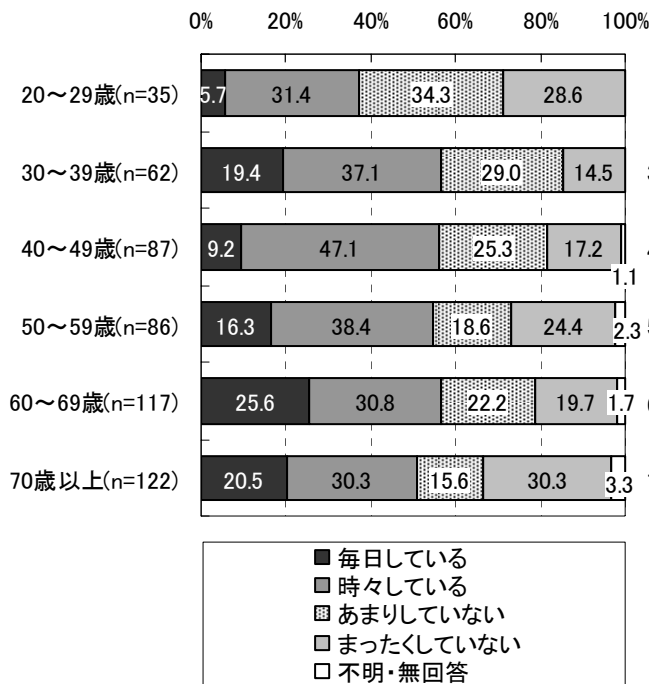
【問12】(SA)



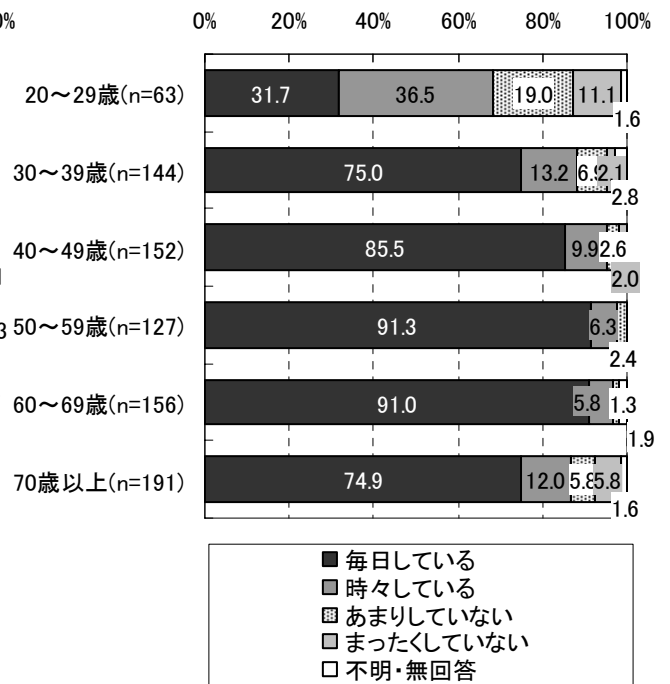
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、「毎日している」割合は、男性では60歳以上において2割を超えています。女性では、20歳代が3割程度となっている以外は、7割から9割と高い値を示しています。

【男性】



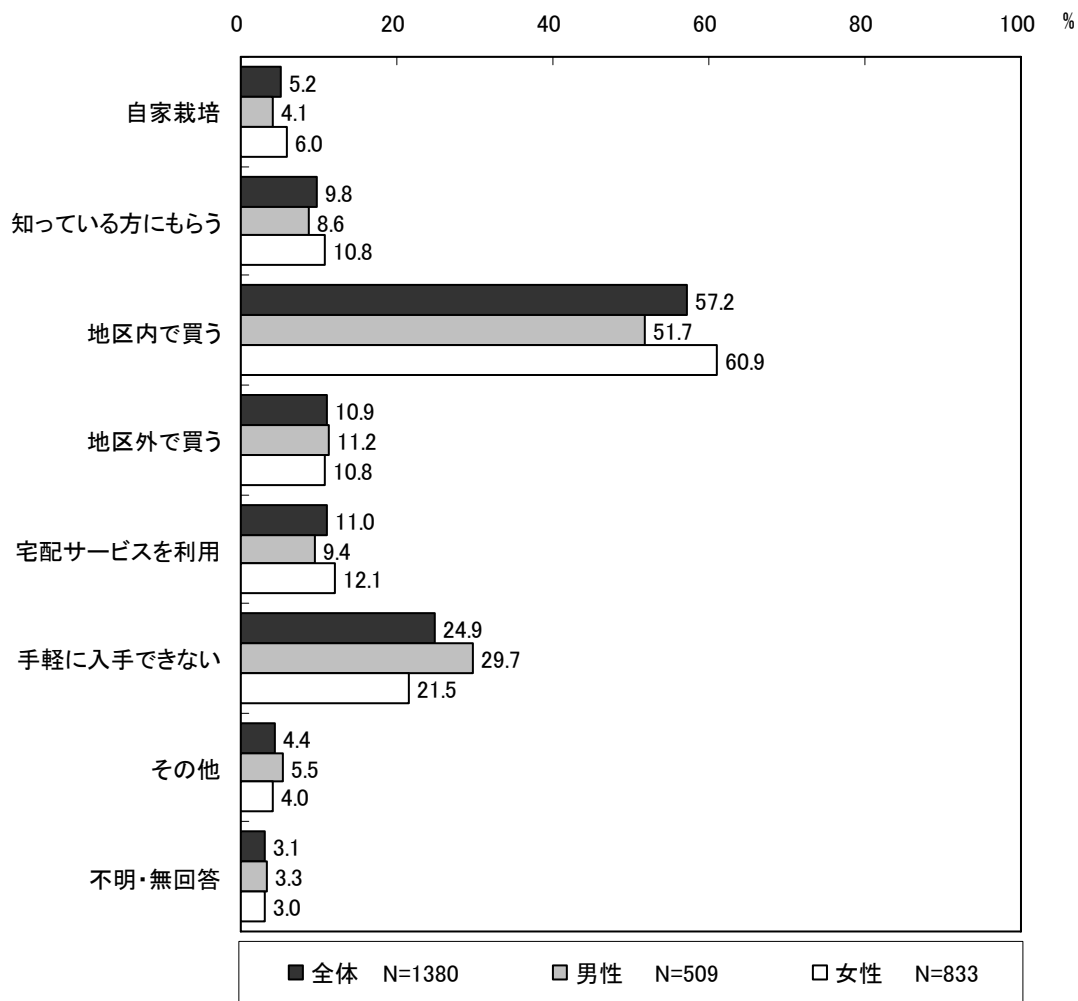
【女性】



問 13 地元や県内でとれた新鮮な食材が手軽に入手できますか。(MA)

地元や県内の食材の入手方法についてみると、「地区内で買う」が57.2%と最も多く、次いで「手軽に入手できない」が24.9%、「宅配サービスを利用」が11.0%となっています。

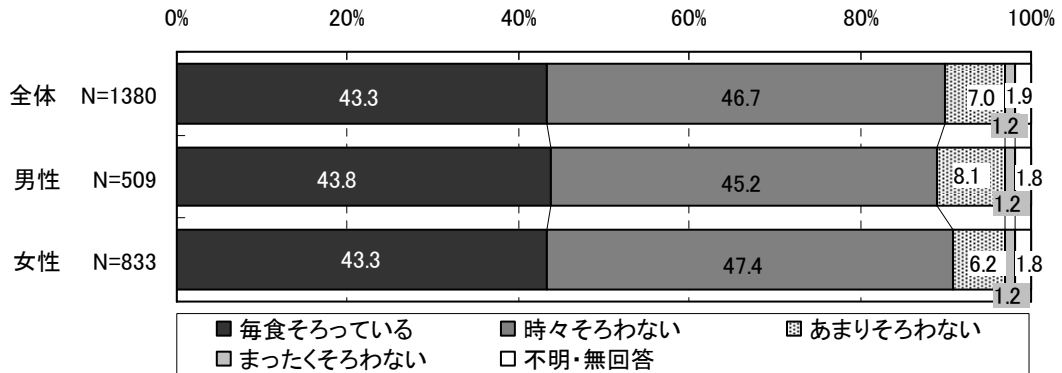
【問13】(MA)



問 14 あなたの食事は、普段、主食、主菜、副菜がそろっていますか。(SA)

普段の食事についてみると、「時々そろわない」が46.7%と最も多く、次いで「毎食そろっている」が43.3%となっています。

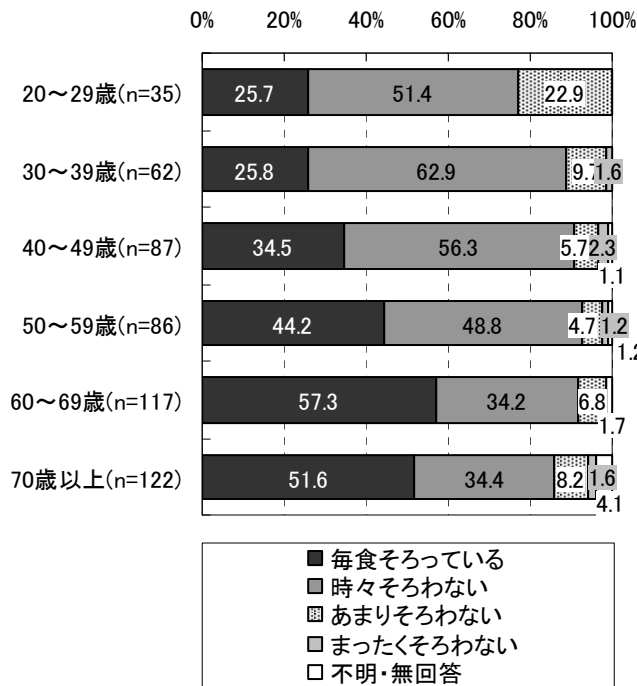
【問14】(SA)



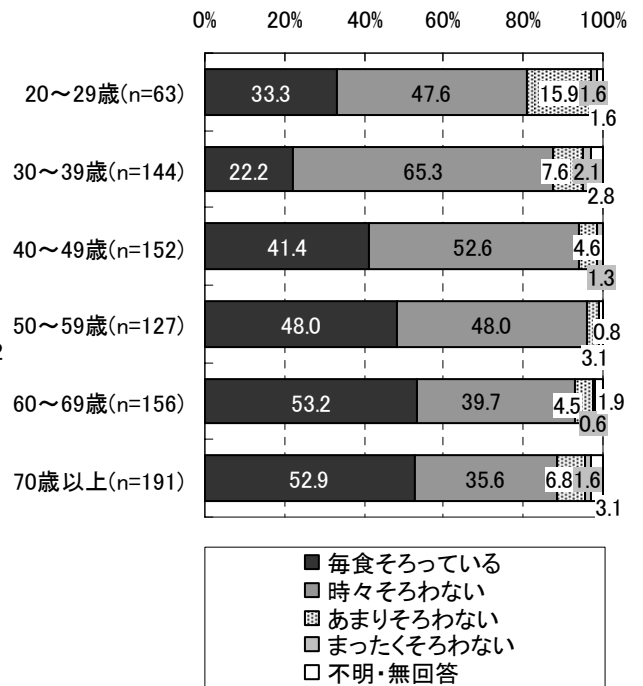
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、「毎食そろっている」割合は、男性では20歳代・30歳代においてそれぞれ25.7%、25.8%となっており、女性では30歳代が22.2%と他の年齢と比較して低くなっています。

【男性】



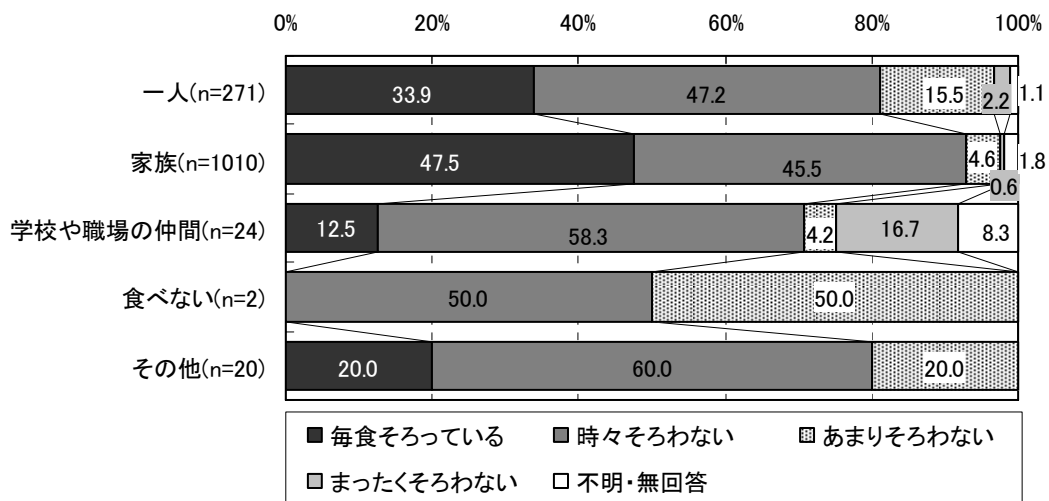
【女性】





【「夕食をだれととっているか」とのクロス】

家族と夕食をとっている方が「毎食そろっている」が最も高く、47.5%となっています。

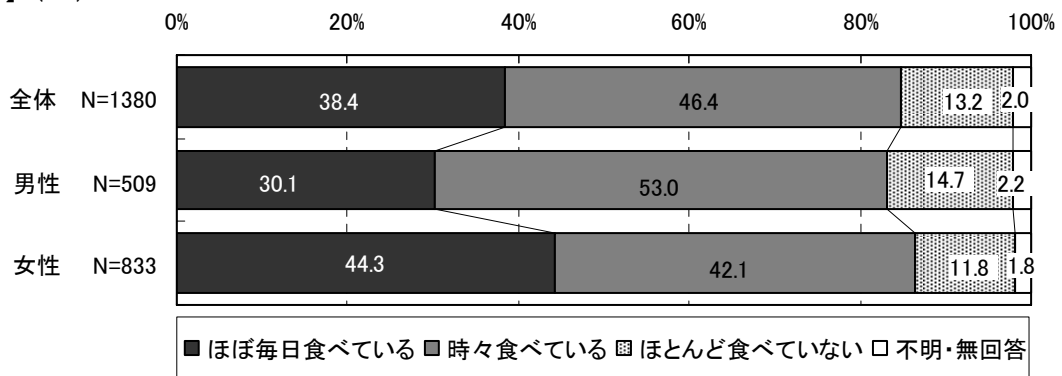


問 15 あなたは、野菜を一日に 350 g 以上食べていますか。( SA )

野菜の摂取についてみると、「時々食べている」が 46.4%と最も多く、次いで「ほぼ毎日食べている」が 38.4%となっています。

性別でみると、男性に比べて女性では「ほぼ毎日食べている」の割合が高くなっています。

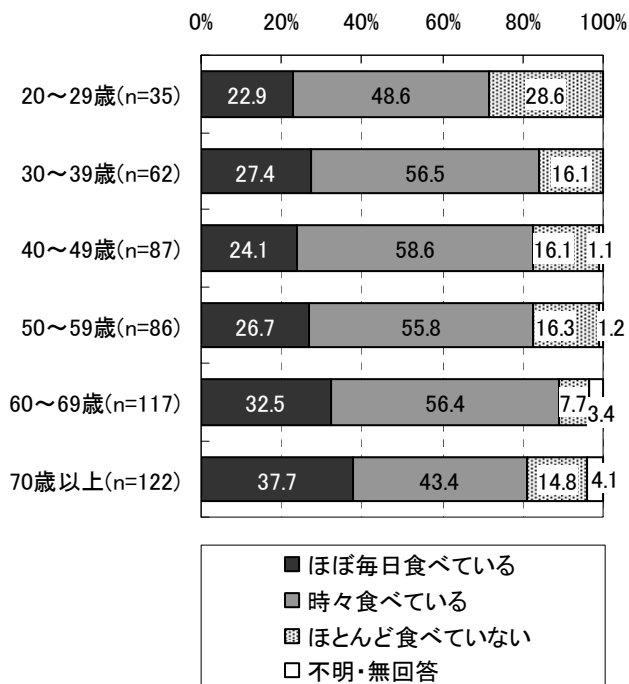
【問15】( SA )



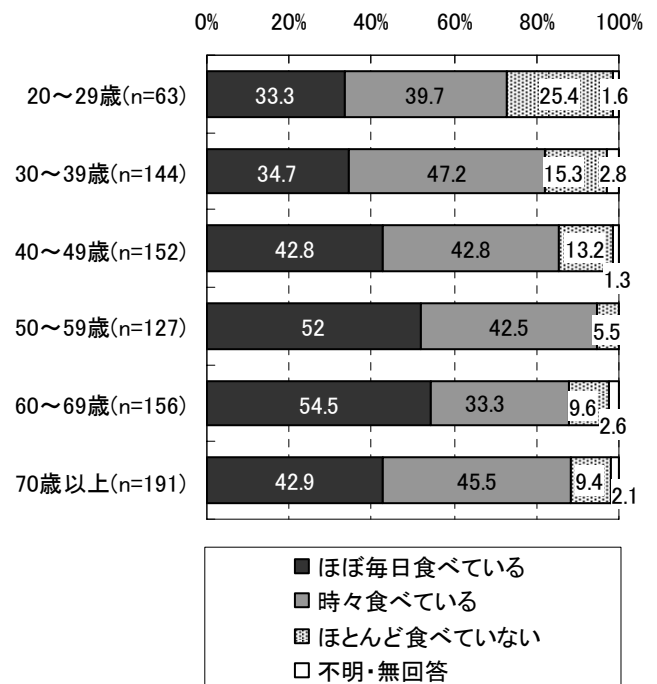
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、男女ともに 20 歳代において「ほとんど食べていない」が 2 割を超えて高くなっています。

【男性】



【女性】

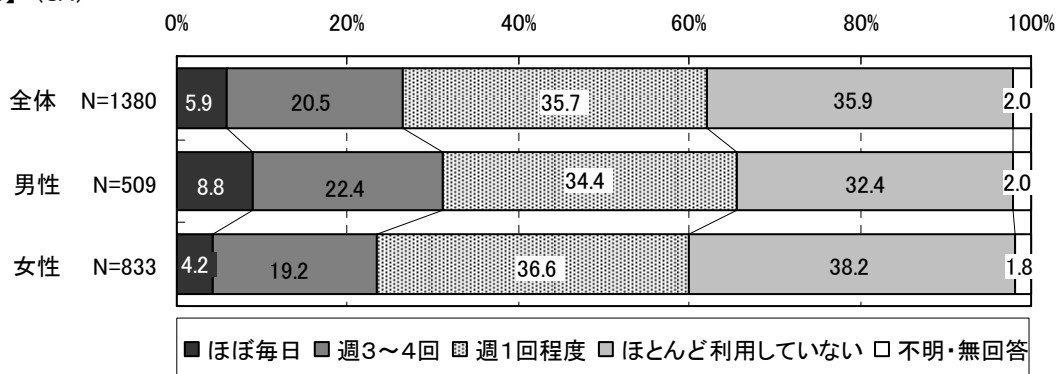


問 16 あなたは、市販のお弁当・惣菜・調理パン・調理済み冷凍食品などをどのくらいの頻度で利用していますか。(SA)

市販の調理済み食品の利用度についてみると、「ほとんど利用していない」が 35.9%と最も多く、次いで「週 1 回程度」が 35.7%、「週 3～4 回」が 20.5%となっています。

性別でみると、女性に比べて男性では「ほぼ毎日」の割合が高くなっています。

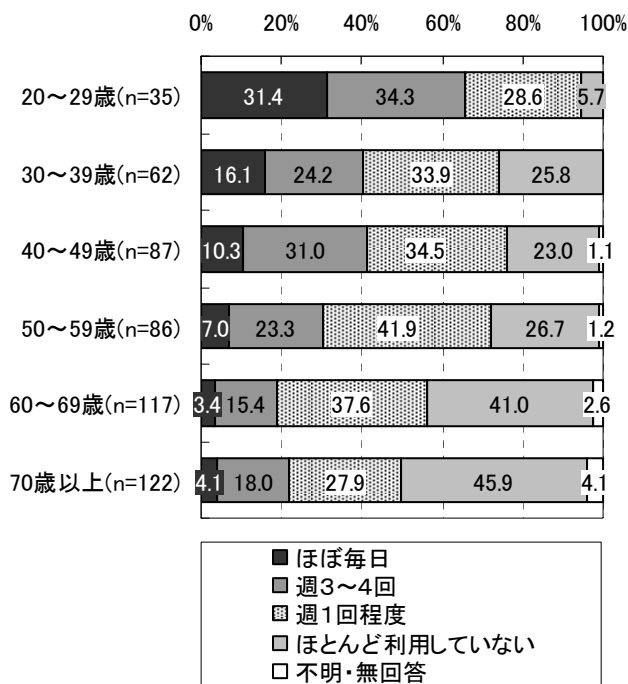
【問16】(SA)



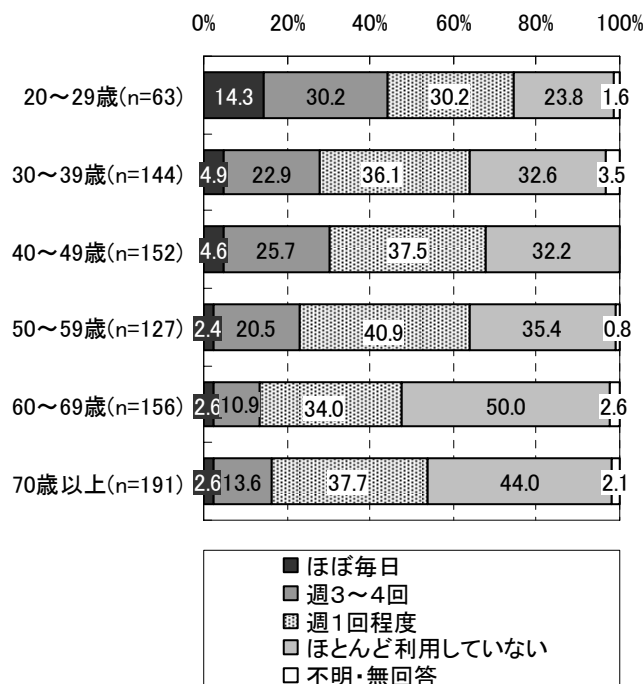
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、男性の 20 歳代において「ほぼ毎日」が 31.4%と最も高くなっています。

【男性】



【女性】

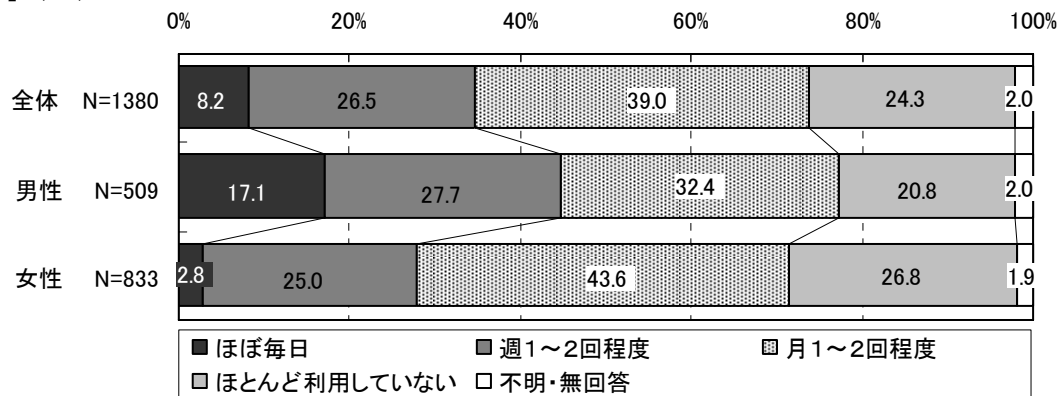


問 17 あなたは、外食をどのくらいの頻度で利用していますか。(SA)

外食の頻度についてみると、「週1回程度」が39.0%と最も多く、次いで「週1～2回程度」が26.5%、「ほとんど利用していない」が24.3%となっています。

性別でみると、女性に比べて男性では「ほぼ毎日」の割合が高く、大きく差がでています。

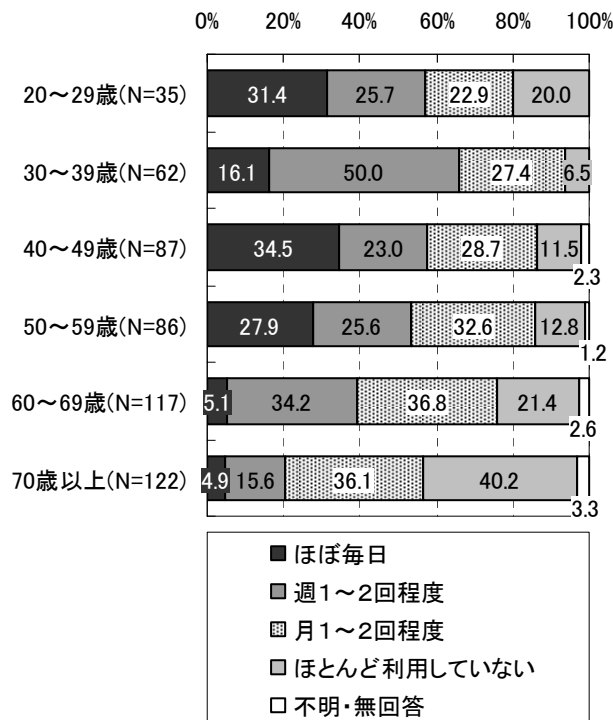
【問17】(SA)



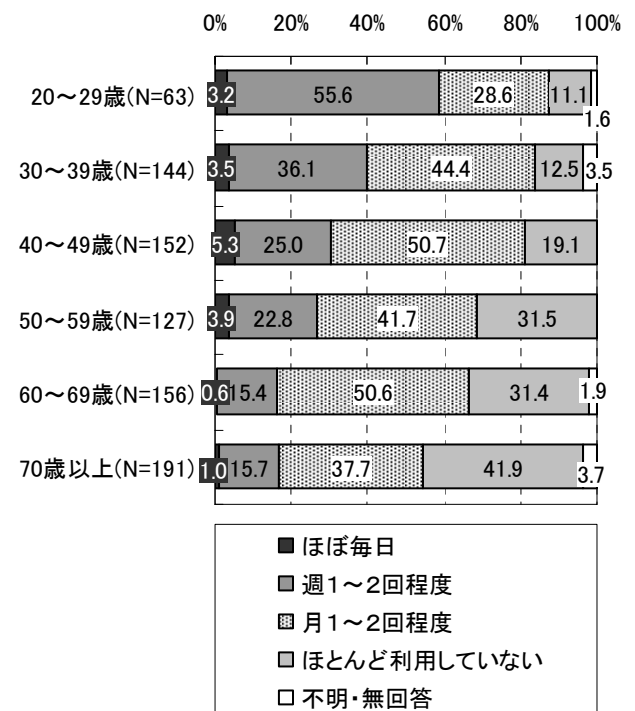
【年齢クロス】

年齢別にみると、男性の20歳代・40歳代において「ほぼ毎日」がそれぞれ31.4%、34.5%と高くなっており、女性においても20歳代では「週1～2回程度」が55.6%と頻度が高くなっています。

【男性】



【女性】

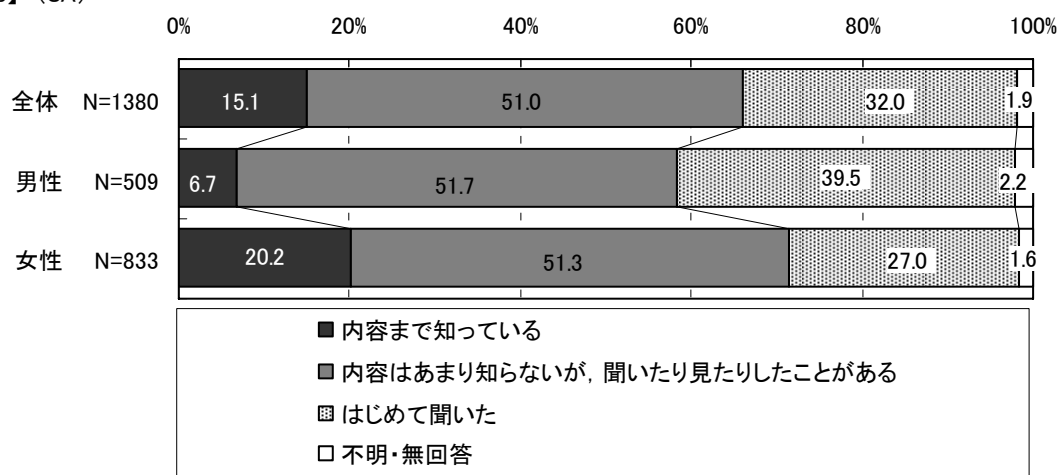


問 18 あなたは、「食事バランスガイド」を知っていますか。(SA)

食事バランスガイドの認知度についてみると、「内容はあまり知らないが、聞いたり見たりしたことがある」が 51.0%と最も多く、次いで「はじめて聞いた」が 32.0%、「内容まで知っている」が 15.1%となっています。

性別でみると、男性に比べて女性では「内容まで知っている」の割合が高く、2割以上となっています。

【問18】(SA)

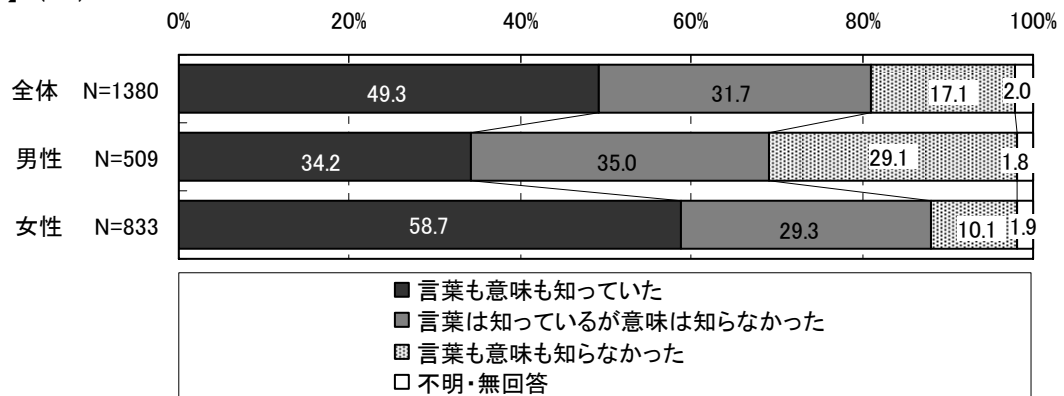


問 19 あなたは、「食育」という言葉を知っていましたか。(SA)

食育の認知度についてみると、「言葉も意味も知っていた」が49.3%と最も多く、次いで「言葉は知っているが意味は知らなかった」が31.7%、「言葉も意味も知らなかった」が17.1%となっています。

性別でみると、男性に比べて女性では「言葉も意味も知っていた」の割合が高く、5割以上となっています。

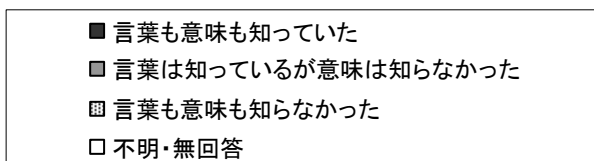
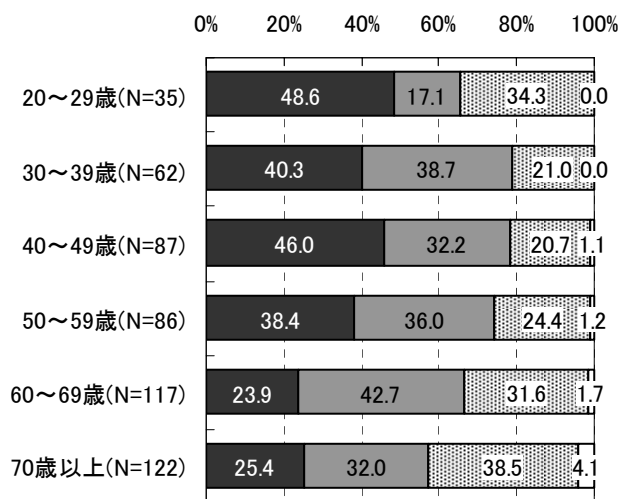
【問19】(SA)



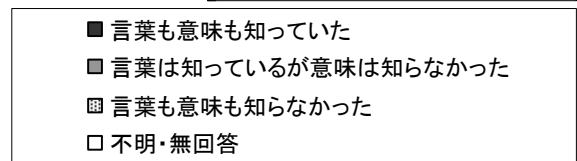
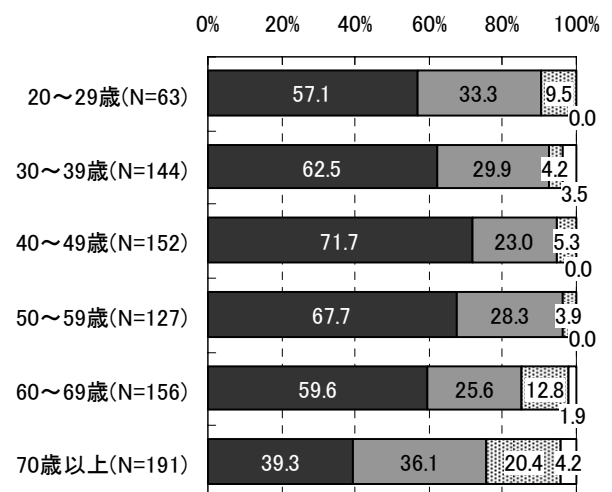
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、全ての年齢層で女性の方が「言葉も意味も知っていた」の割合が高くなっています。また、20歳代、60歳代、70歳以上の男性では「言葉も意味も知らなかった」の割合が高く、3割以上となっています。

【男性】



【女性】

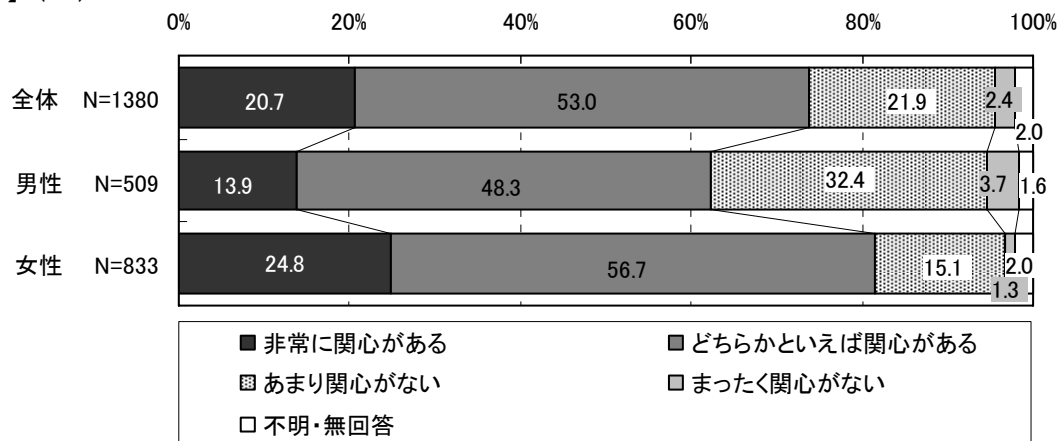


問 20 あなたは、「食育」に関心がありますか。(SA)

食育への関心についてみると、「どちらかといえば関心がある」が53.0%と最も多く、次いで「あまり関心がない」が21.9%、「非常に関心がある」が20.7%となっています。

性別でみると、女性に比べて男性では「あまり関心がない」の割合が高くなっています。

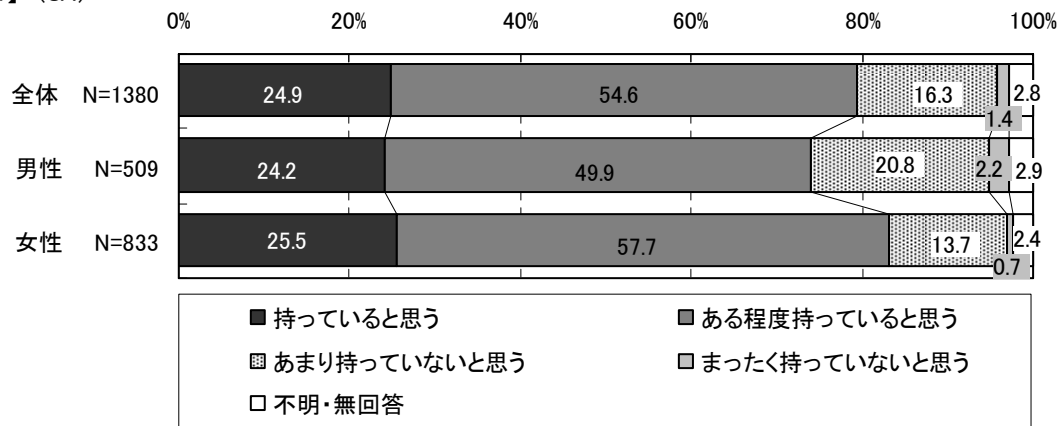
【問20】(SA)



問 21 あなたは、食品の安全性に関してどの程度知識を持っていると思いますか。(SA)

食品の安全性に関する知識についてみると、「ある程度持っていると思う」が 54.6%と最も多く、次いで「持っていると思う」が 24.9%、「あまり持っていないと思う」が 16.3%となっています。

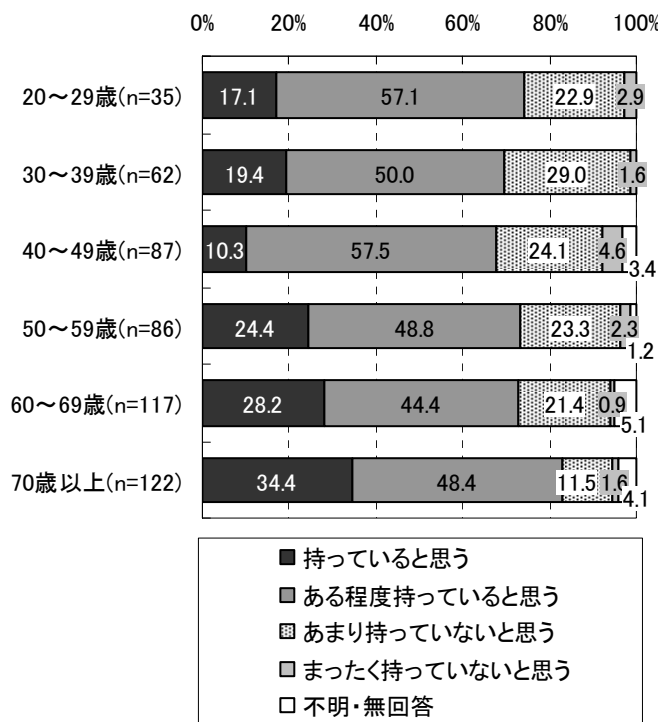
【問21】(SA)



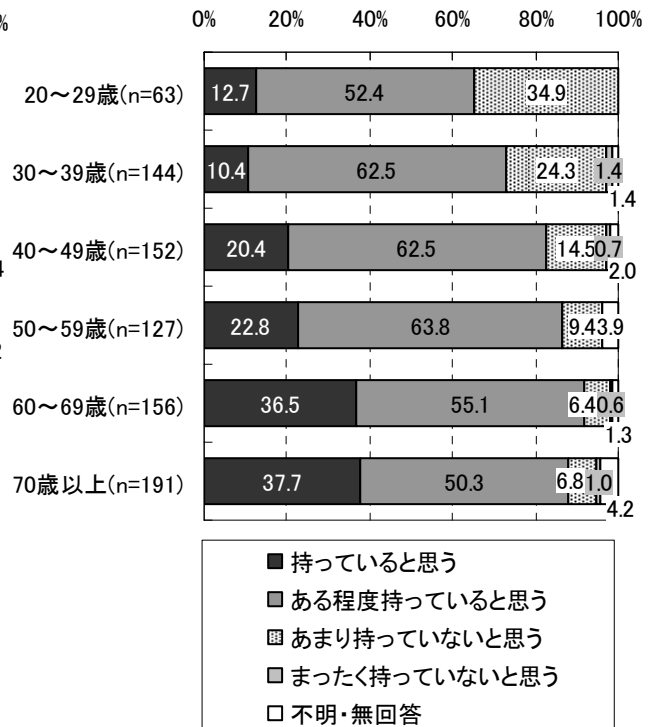
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、「あまり持っていないと思う」は女性の 20 歳代が 34.9%と高くなっています。

【男性】



【女性】

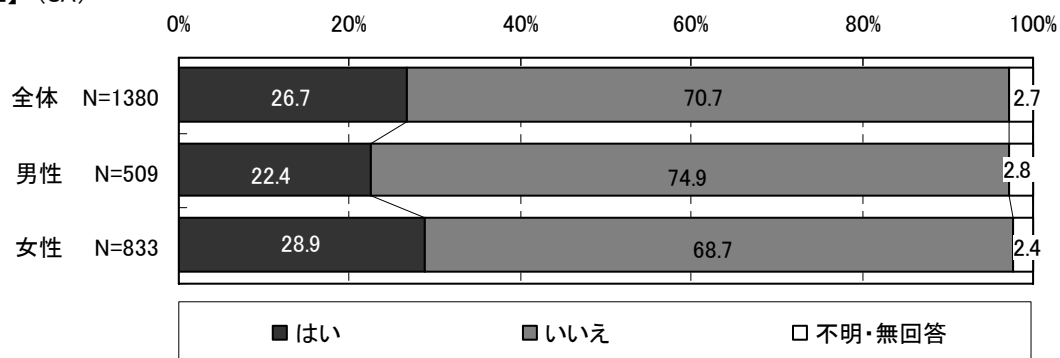




問 22 あなたは、家庭で災害時に備え、非常用食料等を備蓄していますか。(SA)

非常用食料品の備えについてみると、「いいえ」が70.7%と最多く、次いで「はい」が26.7%となっています。

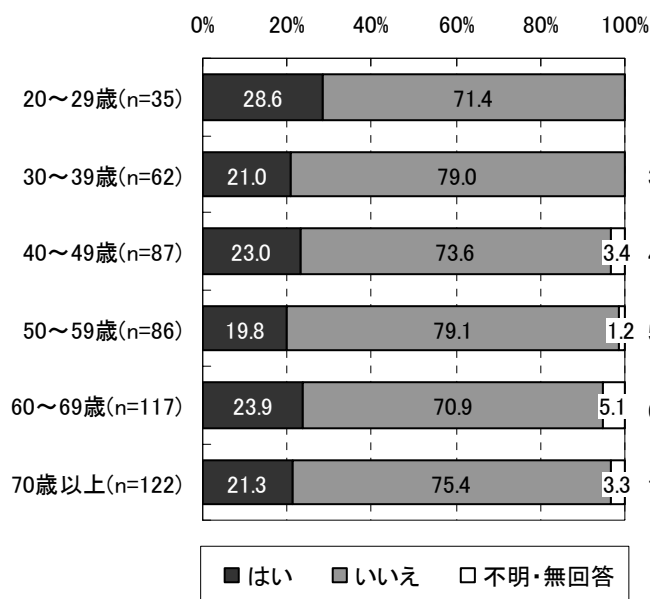
【問22】(SA)



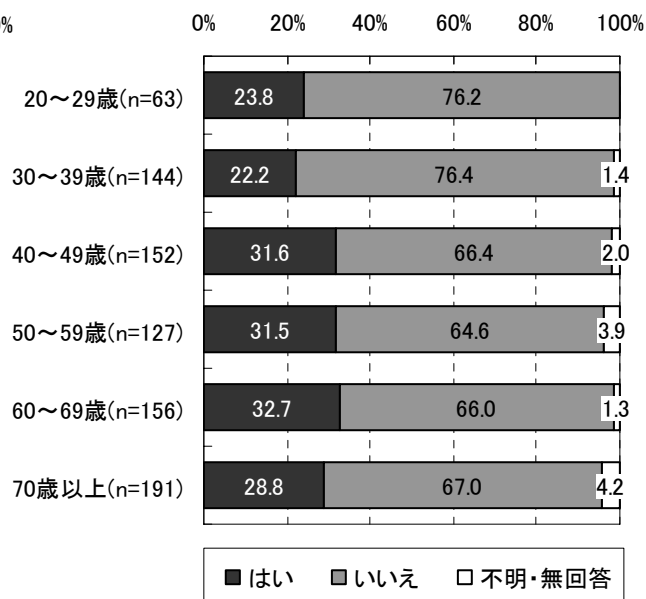
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、「はい」の割合は、20歳代を除くすべての年代において、男性が女性を下回っています。

【男性】



【女性】



### 3 健康づくりについて

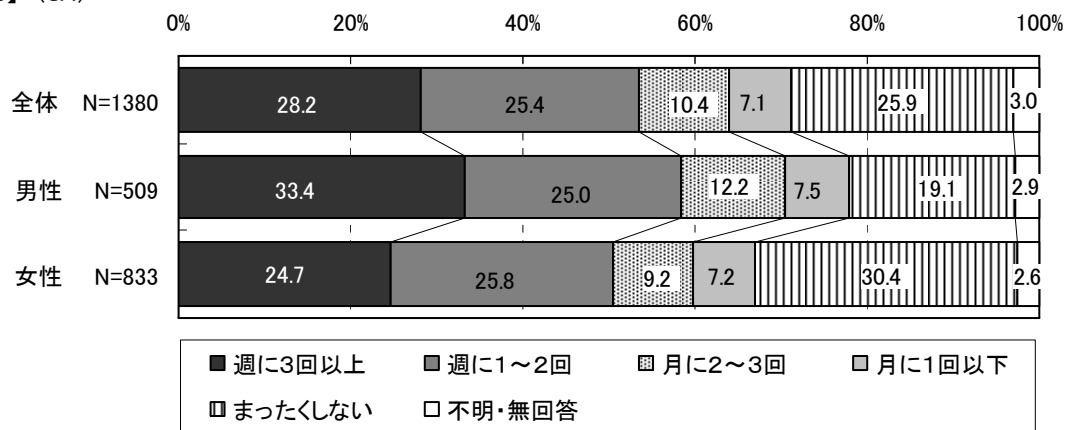
#### 運動と休養について

問23 あなたは、運動をどのくらい行っていますか。(SA)

運動量についてみると、「週に3回以上」が28.2%と最も多く、次いで「まったくしない」が25.9%、「週に1～2回」が25.4%となっています。

性別でみると、男性に比べて女性では「まったくしない」の割合が高く、3割以上になっています。

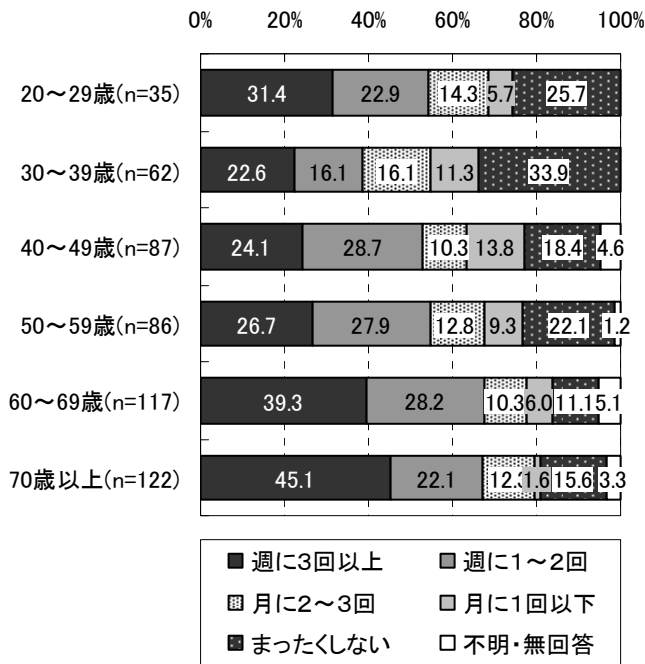
【問23】(SA)



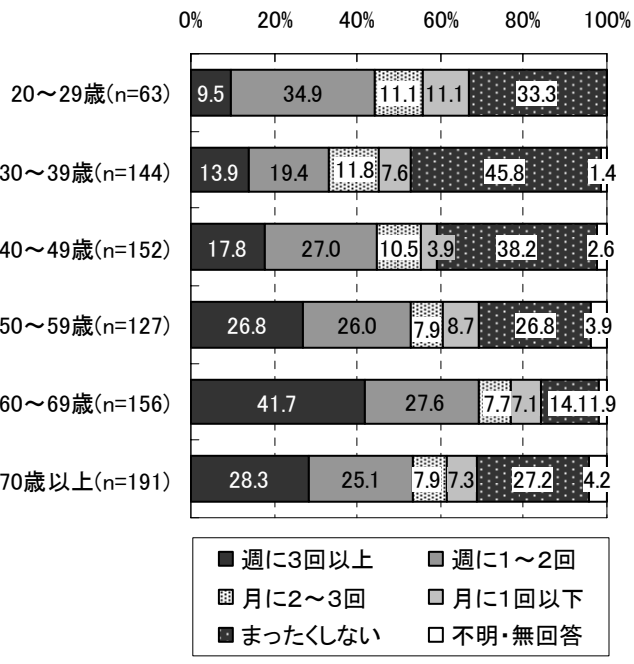
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、男女ともに30歳代において「まったくしない」や「月に一回以下」などの頻度が低い割合が高くなっています。

【男性】



【女性】

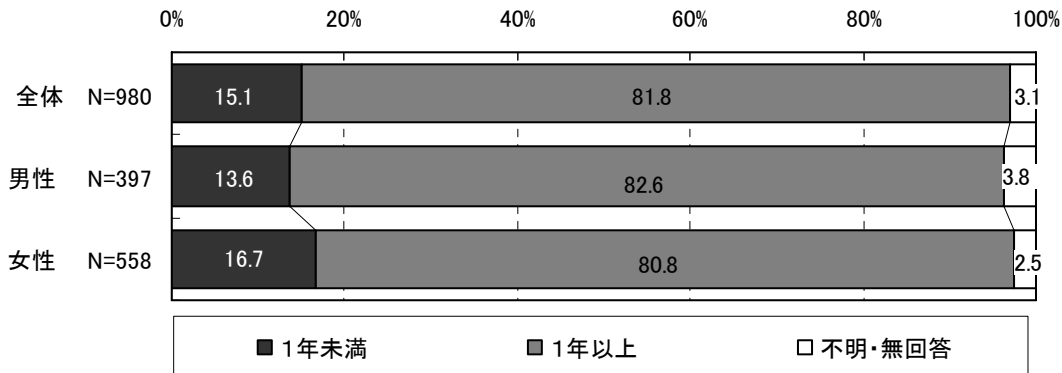


問 23-1 (問 23 で「 1 .週に 3 回以上」「 2 .週に 1 ~ 2 回」「 3 .月に 2 ~ 3 回」「 4 .月に 1 回以下」の回答者)

上記の運動はどのくらい続けていますか。( SA )

運動している期間についてみると、「 1 年以上」が 81.8%と最も多く、次いで「 1 年未満」が 15.1%となっています。

【問23-1①】 (SA)

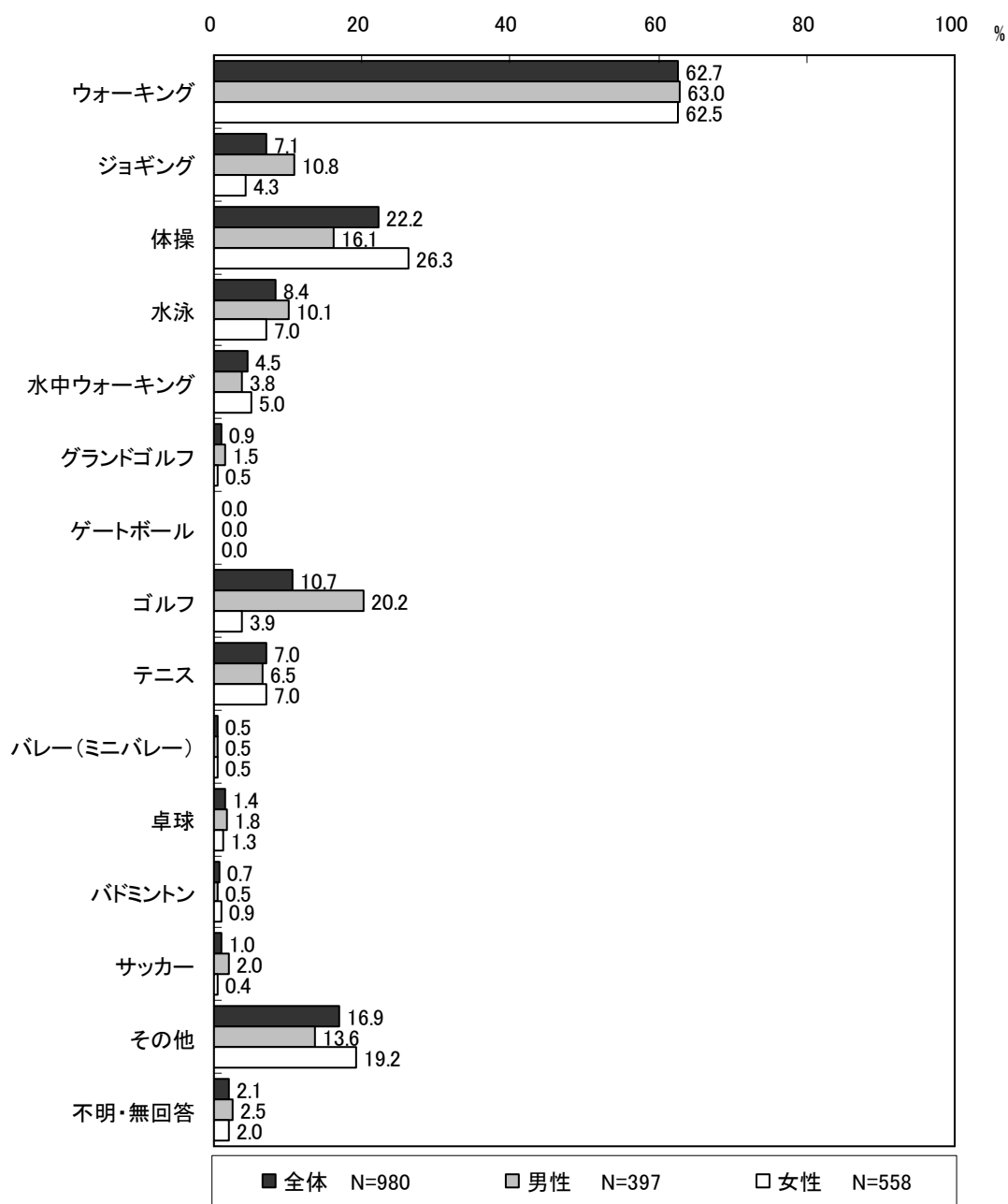


どのような運動をしていますか。(MA)

運動の種類についてみると、「ウォーキング」が62.7%と最も多く、次いで「体操」が22.2%となっています。

性別でみると、女性に比べて男性では「ゴルフ」の割合が高く、大きく差がでています。

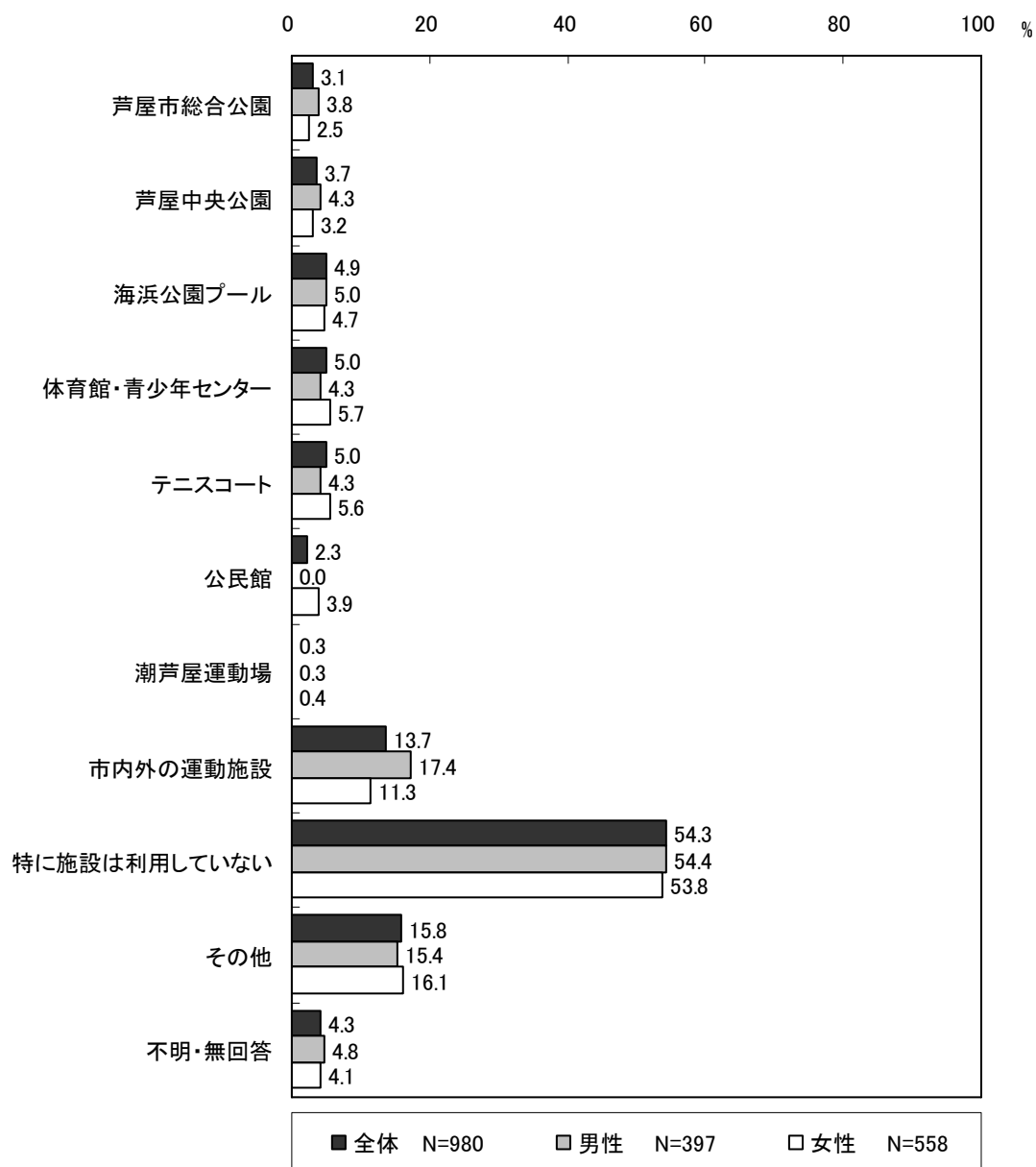
【問23-1②】(MA)



どのような施設を利用していますか。(MA)

運動する場所についてみると、「特に施設は利用していない」が54.3%と最も多く、次いで「その他」が15.8%となっています。

【問23-1③】(MA)

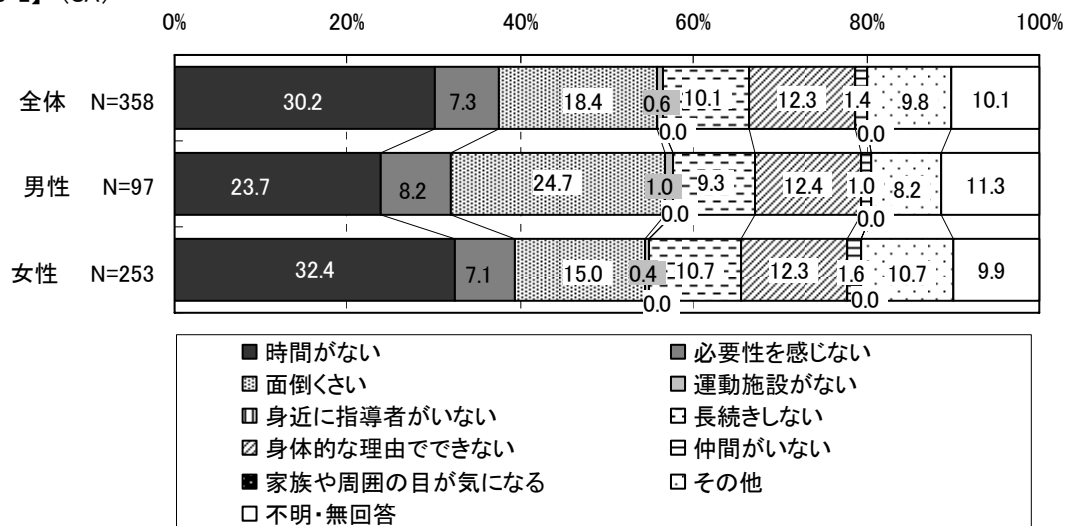


問 23-2 (問 23 で「5 . まったくしない」の回答者)

運動をしない理由はどのようなことですか。(SA)

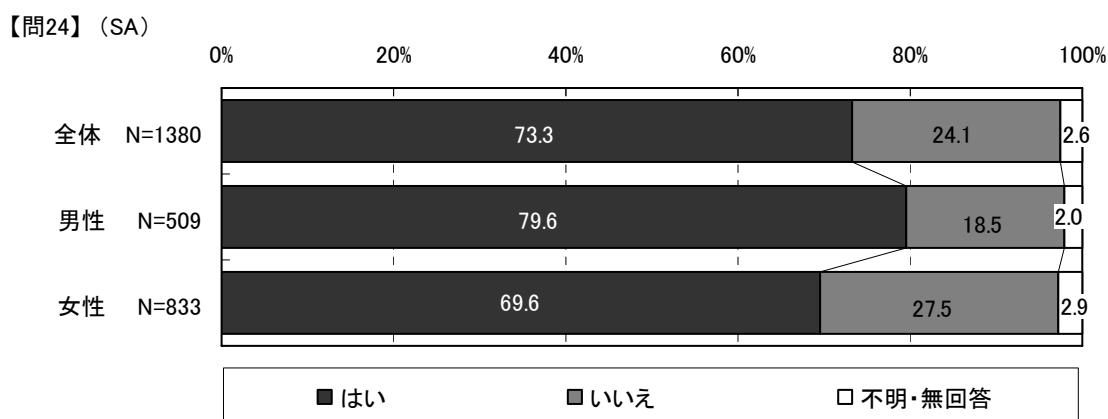
運動をしない理由についてみると、「時間がない」が30.2%と最も多く、次いで「面倒くさい」が18.4%、「身体的な理由でできない」が12.3%となっています。

【問23-2】(SA)



問 24 あなたは、身体を動かすことや運動することが好きですか。(SA)

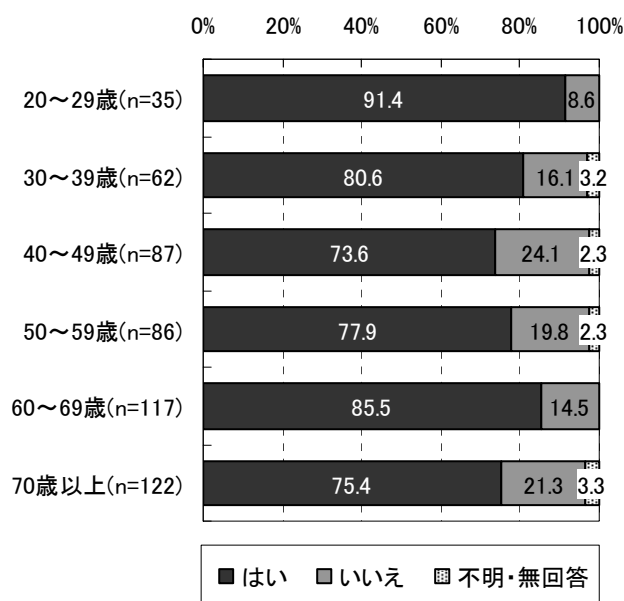
運動に対する好みについてみると、「はい」が73.3%と最も多く、次いで「いいえ」が24.1%となっています。



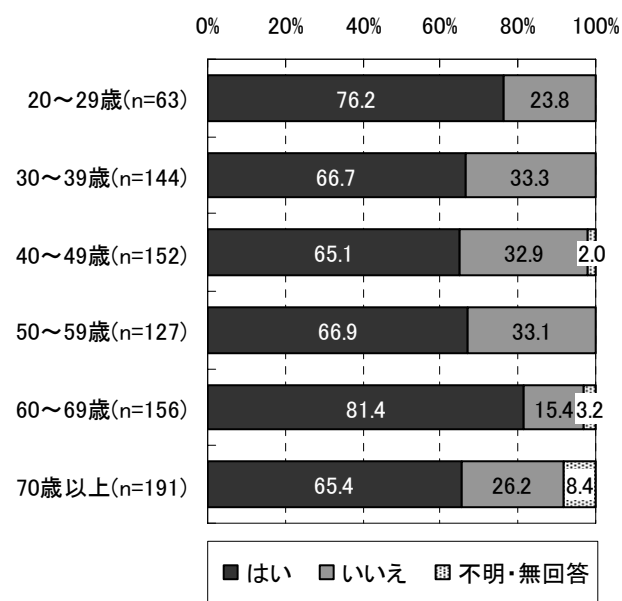
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、「はい」の割合が、運動をしている頻度が低い30歳代においても、男性で80.6%、女性で66.7%と高くなっています。

【男性】



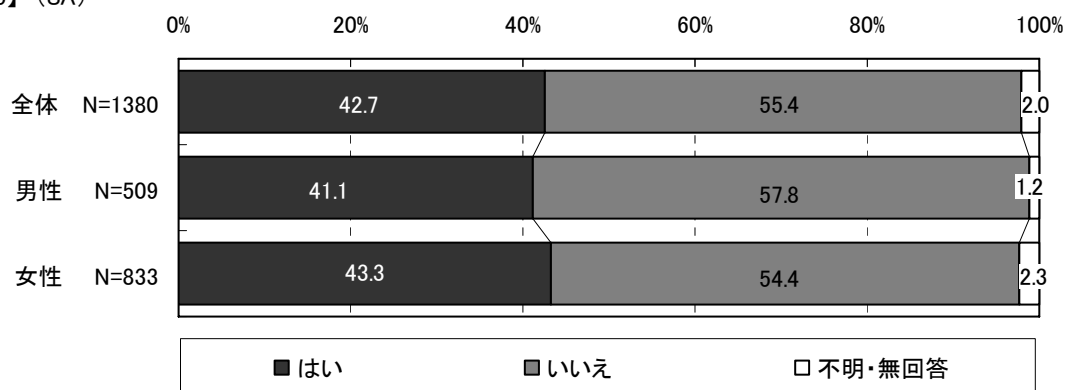
【女性】



問 25 あなたが運動をしようと思う時、一緒に運動する仲間はいますか。(SA)

一緒に運動する仲間の有無についてみると、「いいえ」が55.4%と最も多く、次いで「はい」が42.7%となっています。

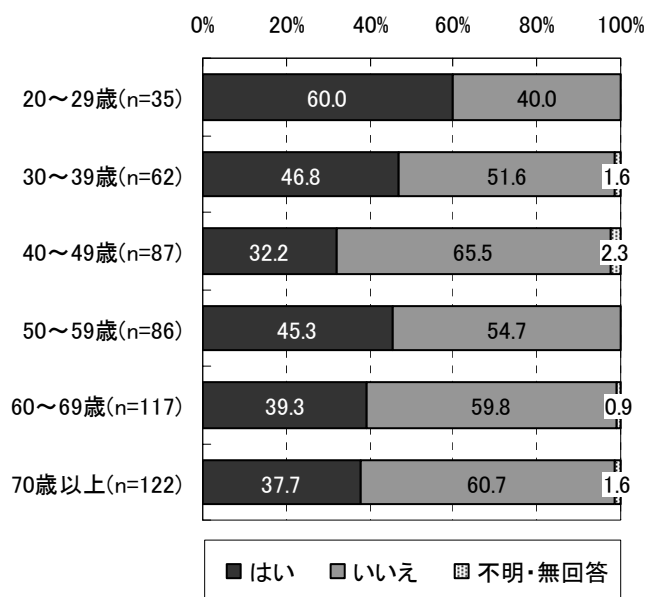
【問25】(SA)



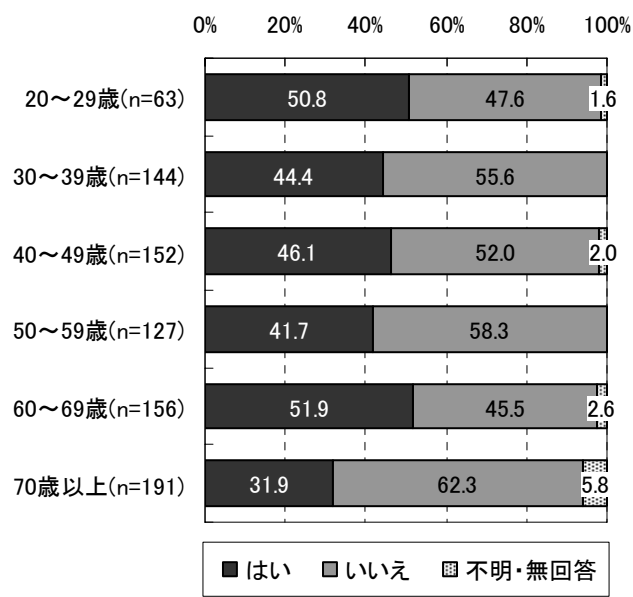
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、男性では20歳代、女性では20歳代・60歳代において、「はい」が5割を超えています。

【男性】



【女性】

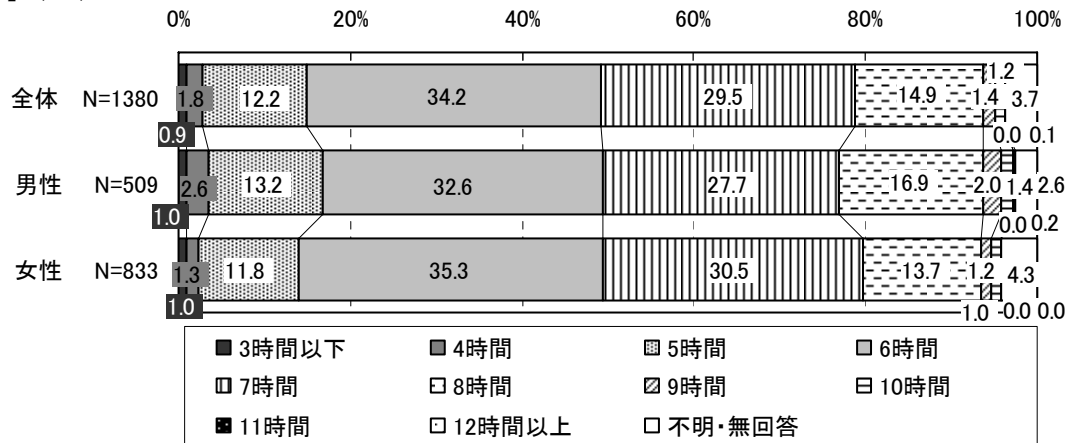




問 26 あなたの1日の平均睡眠時間は何時間ですか。(NA)

睡眠時間についてみると、「6時間」が34.2%と最も多く、次いで「7時間」が29.5%、「8時間」が14.9%となっています。

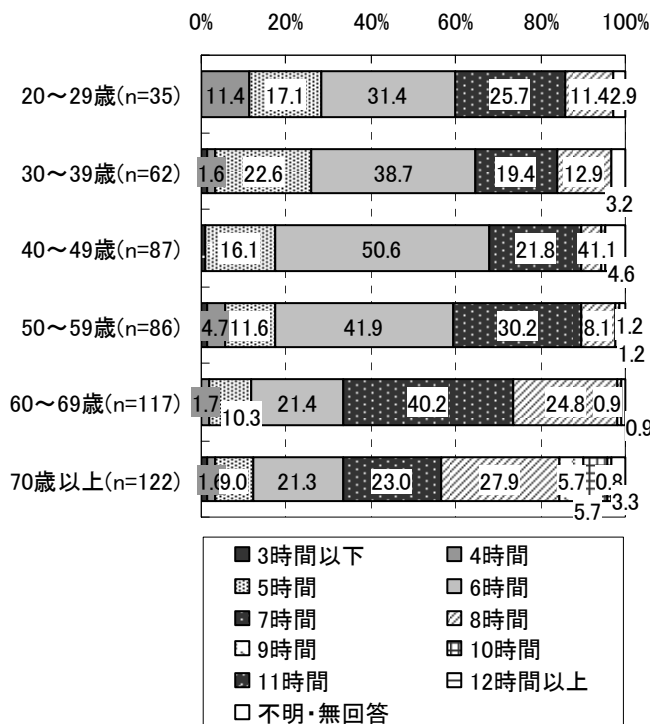
【問26】(NA)



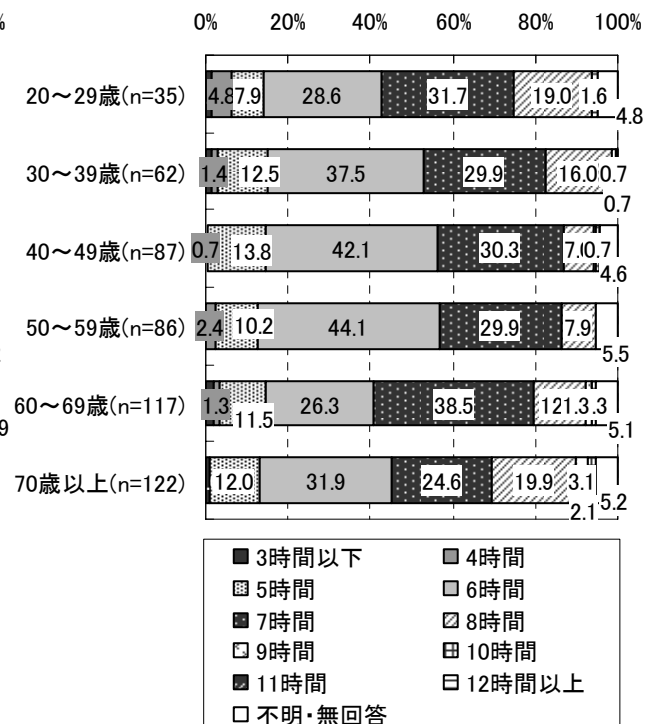
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、男性の20歳代・30歳代において睡眠時間が少ない傾向にあります。

【男性】



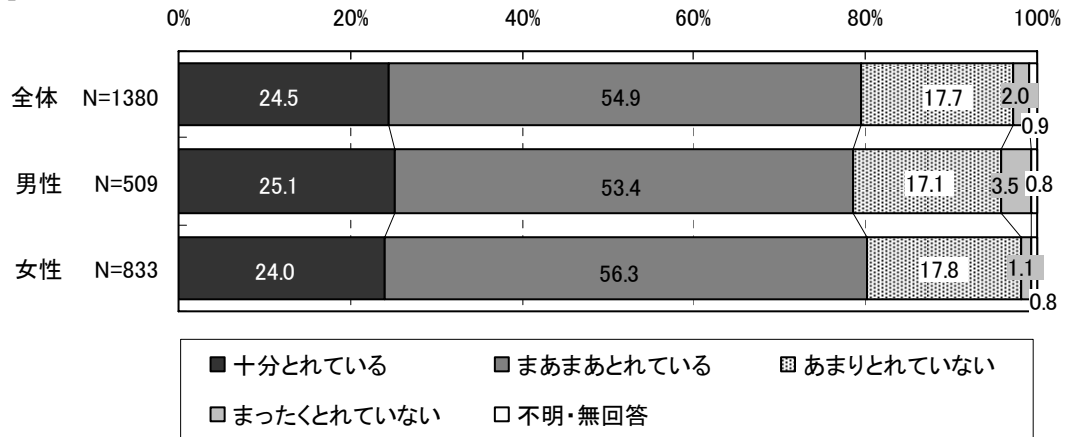
【女性】



問 27 あなたは、普段の睡眠で休養が十分とれていると思いますか。(SA)

休養についてみると、「まあまあとれている」が54.9%と最も多く、次いで「十分とれている」が24.5%、「あまりとれていない」が17.7%となっています。

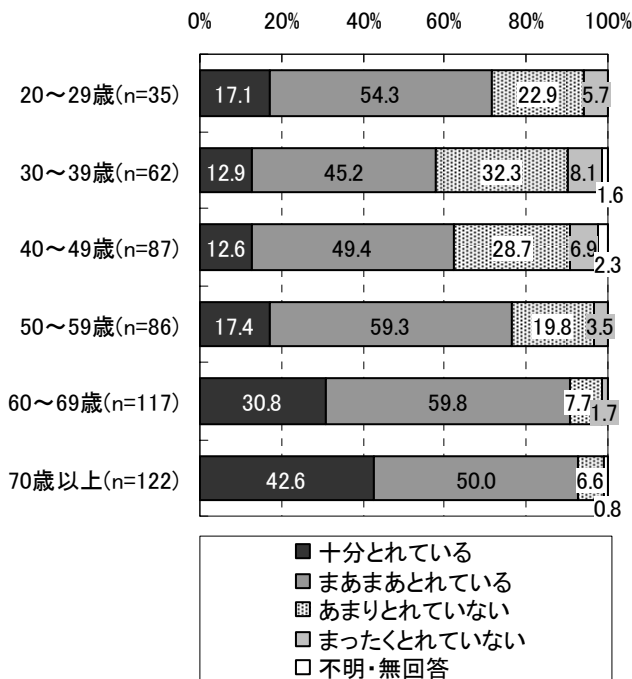
【問27】(SA)



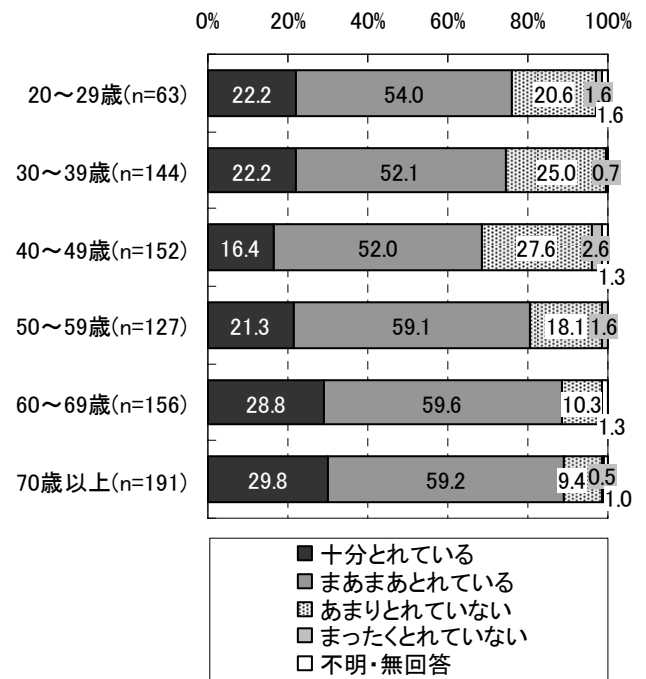
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、男性の30歳代・40歳代において、「あまりとれていない」がそれぞれ32.3%、28.7%と高くなっています。

【男性】



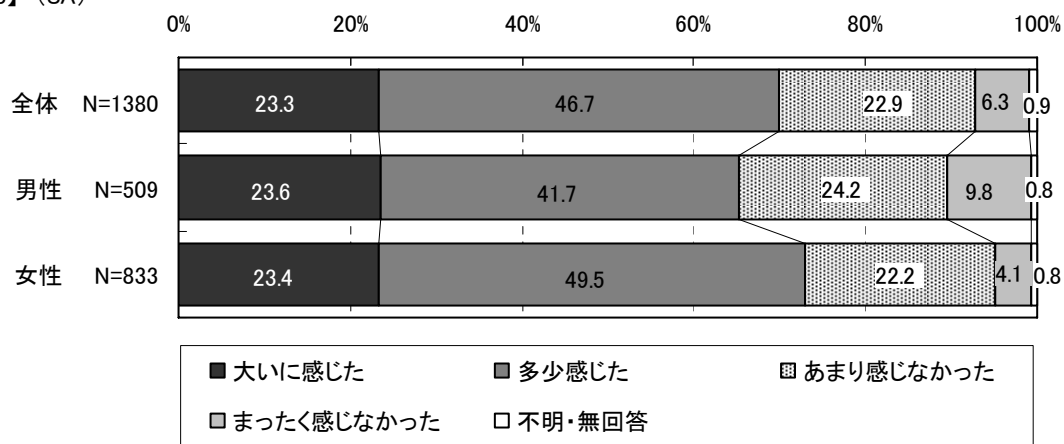
【女性】



問 28 あなたは、最近 1 ヶ月間にストレスを感じていますか。(SA)

ストレスについてみると、「多少感じた」が 46.7%と最も多く、次いで「大いに感じた」が 23.3%、「あまり感じなかった」が 22.9%となっています。

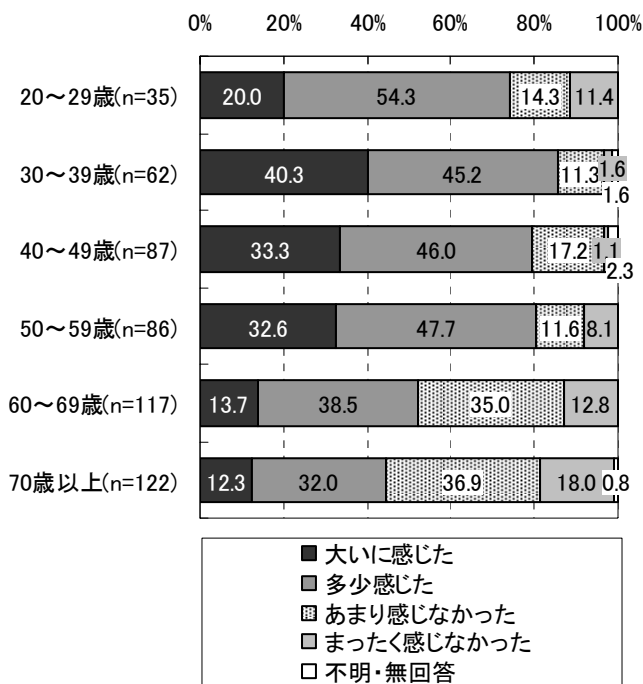
【問28】(SA)



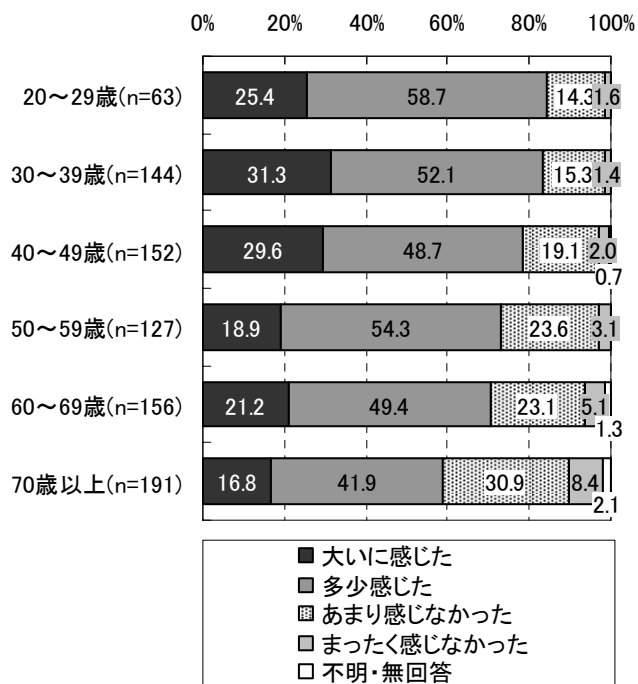
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、男女ともに「大いに感じた」が最も高いのは、30歳代でそれぞれ 40.3%、31.3%となっています。

【男性】

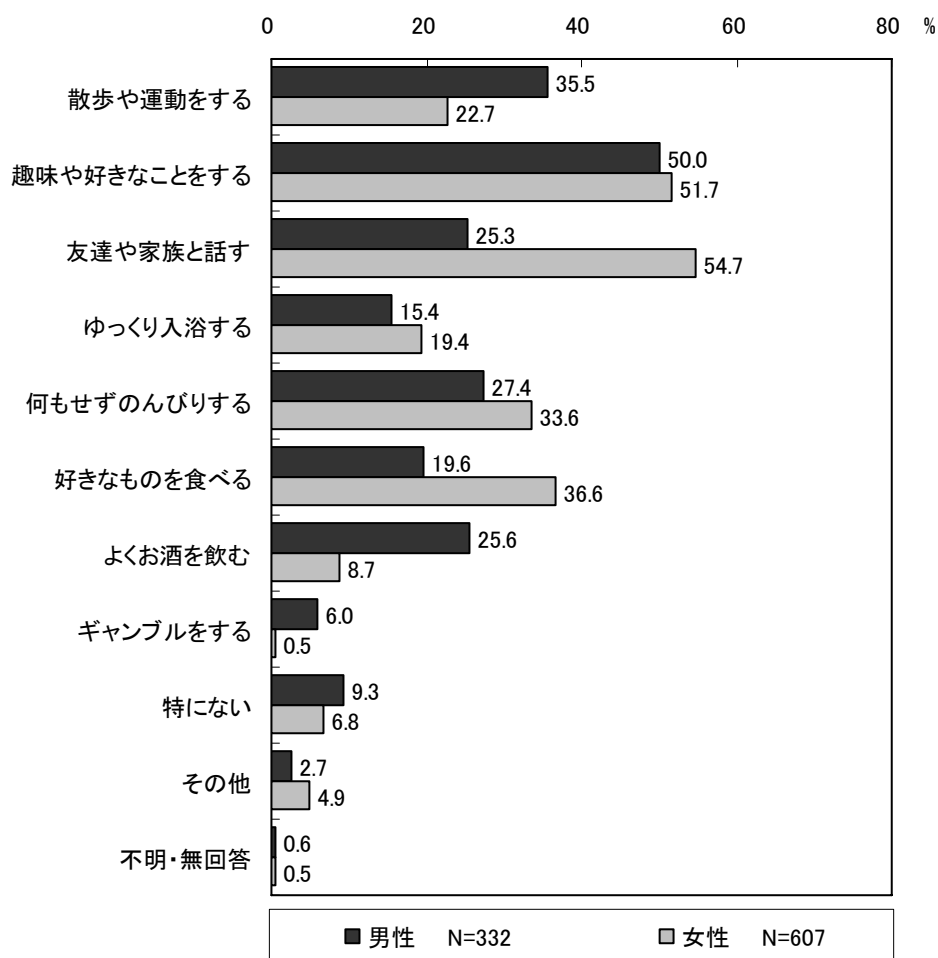


【女性】



問 29 あなたは、自分でストレスを解消するためにしていることはありますか。(MA)

『ストレスを感じた』(「大いに感じた」「多少感じた」の合計)方のうち、ストレス解消のためにしていることをみると、男性では「趣味や好きなことをする」が最も高く、次いで「散歩や運動をする」となっています。また、女性では、「友だちや家族と話す」が最も高く、次いで「趣味や好きなことをする」となっています。

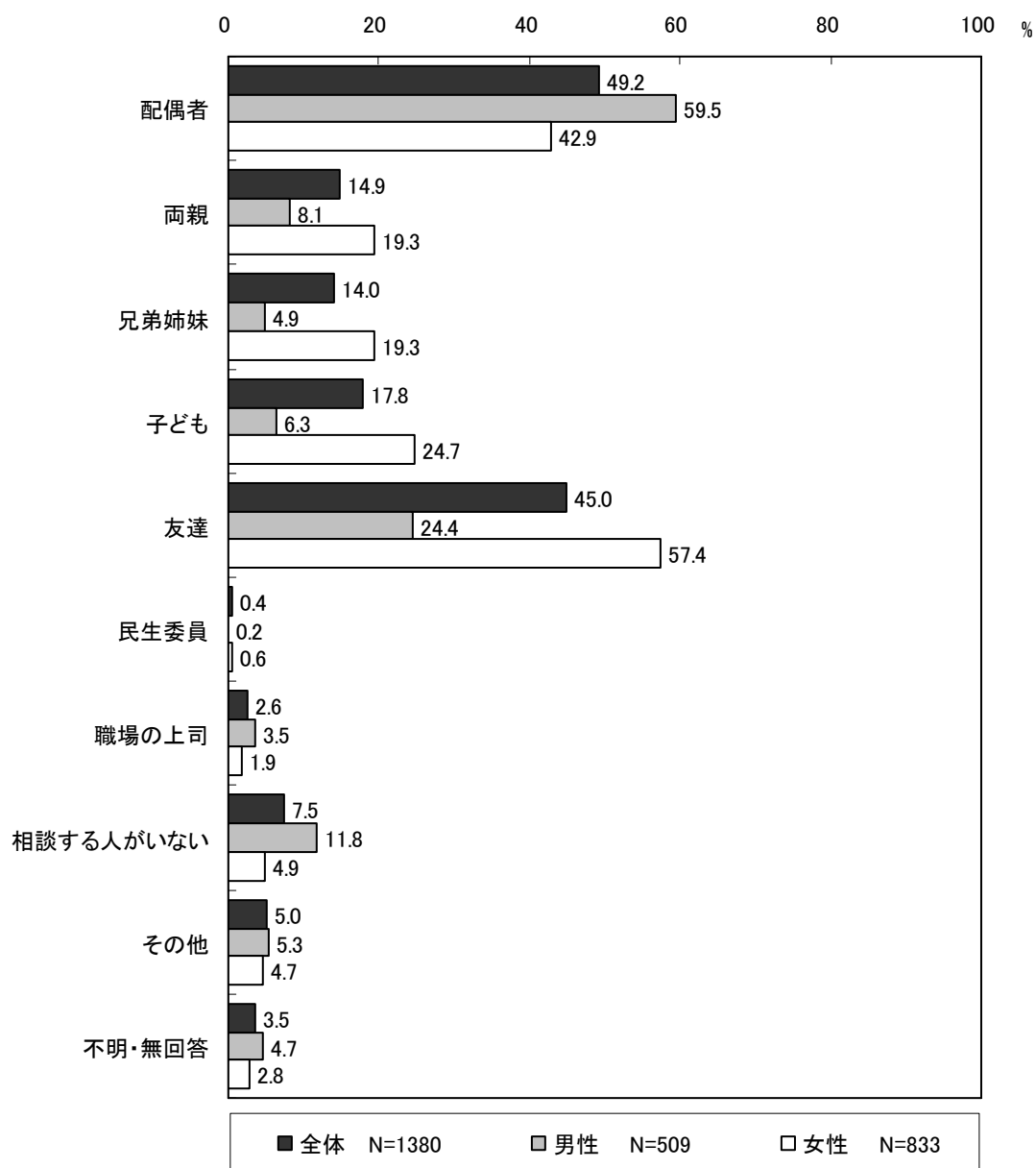


問 30 あなたは、悩んだりストレスを抱えた時に、身近でだれに相談しますか。(MA)

相談相手についてみると、「配偶者」が49.2%と最も多く、次いで「友達」が45.0%、「子ども」が17.8%となっています。

性別でみると、男性に比べて女性では「友達」の割合が高く、5割以上となっています。

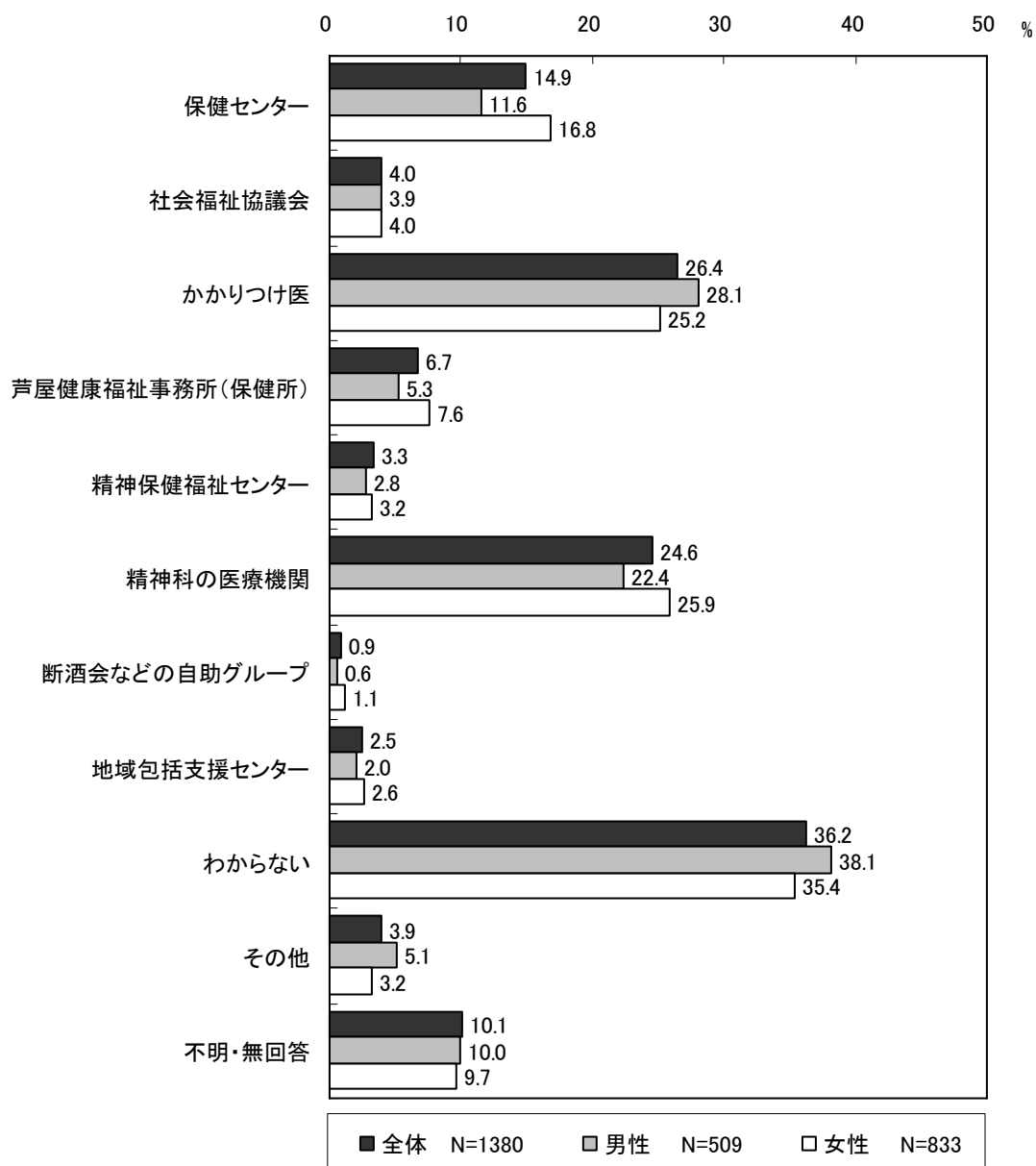
【問30】(MA)



問 31 精神的ストレス，悩みで困った時の相談先として、あなたが知っているものは何ですか。(MA)

相談先の認知度についてみると、「わからない」が36.2%と最も多く、次いで「かかりつけ医」が26.4%、「精神科の医療機関」が24.6%となっています。

【問31】(MA)



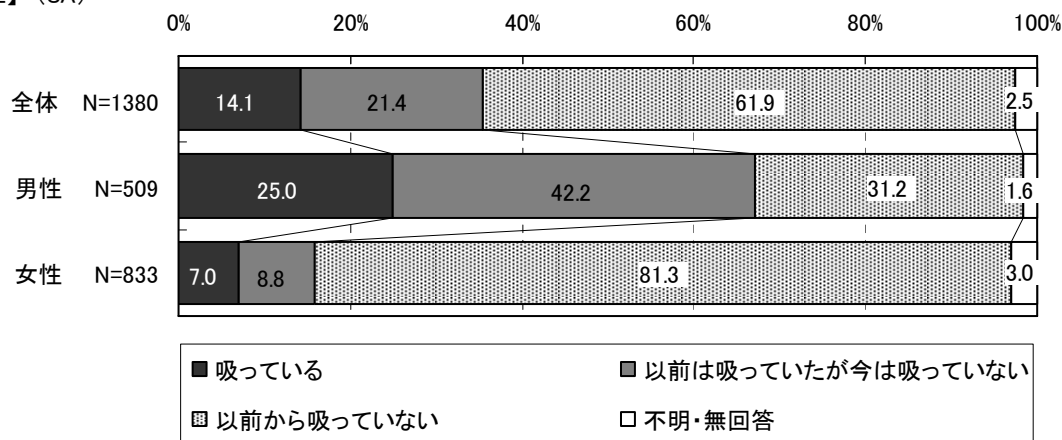
## たばこについて

### 問 32 あなたは、たばこを吸いますか。(SA)

たばこについてみると、「以前から吸っていない」が61.9%と最も多く、次いで「以前は吸っていたが今は吸っていない」が21.4%、「吸っている」が14.1%となっています。

性別でみると、男性に比べて女性では「以前から吸っていない」の割合が高く、大きく差がでています。

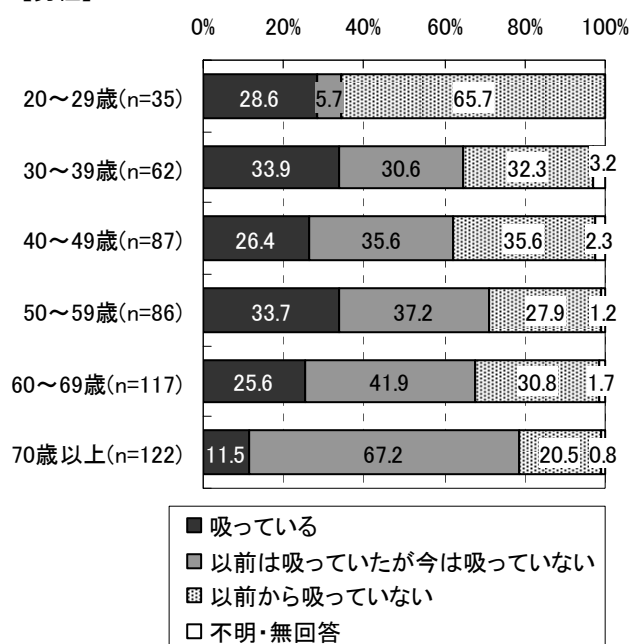
【問32】(SA)



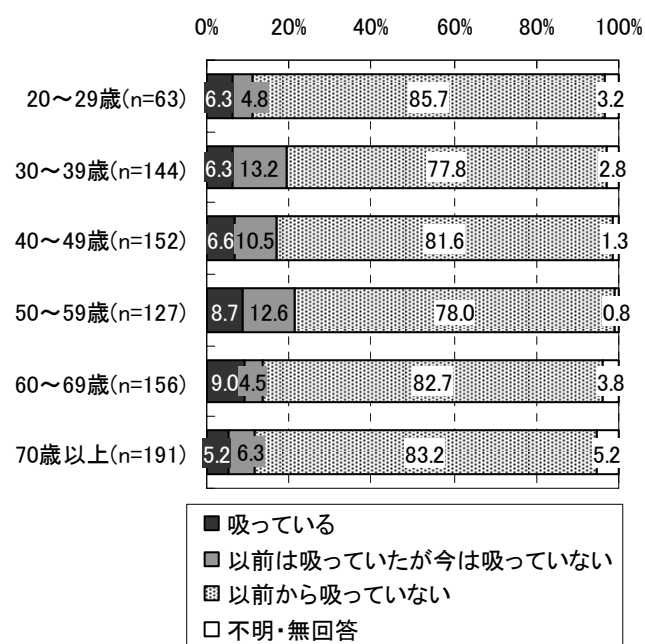
### [年齢クロス]

年齢別にみると、全ての年代において「吸っている」「以前は吸っていたが今は吸っていない」ともに男性が女性を上回っています。

【男性】



【女性】



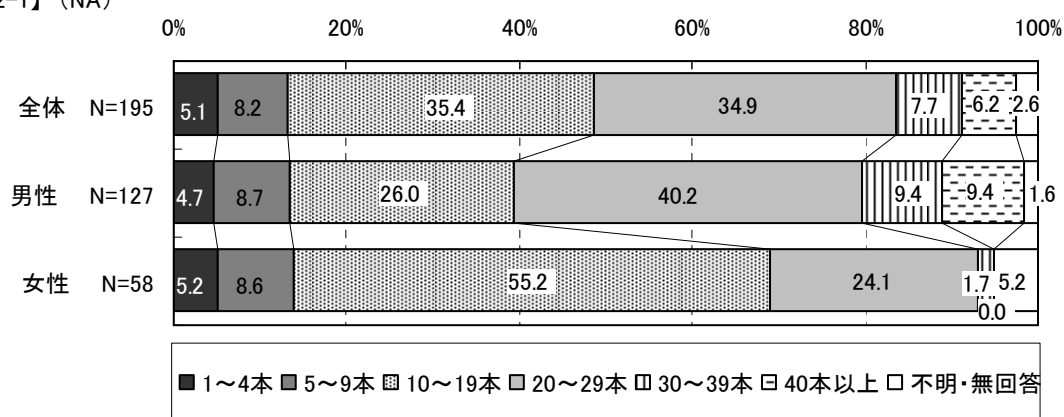
問 32-1 (問 32 で「1. 吸っている」の回答者)

あなたが一日に吸うたばこの量は平均何本ですか。(NA)

たばこを吸う量についてみると、「10～19本」が35.4%と最も多く、次いで「20～29本」が34.9%となっています。

性別でみると、男性に比べて女性では「10～19本」の割合が高く、大きく差がでています。

【問32-1】(NA)

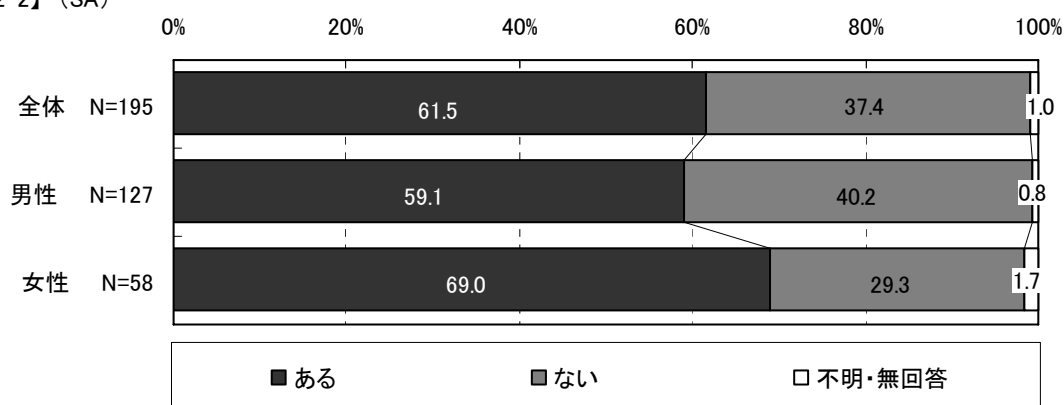


問 32-2 (問 32 で「1. 吸っている」の回答者)

あなたは、たばこをやめたいと思ったことはありますか。(SA)

禁煙についてみると、「ある」が61.5%と最も多く、次いで「ない」が37.4%となっています。

【問32-2】(SA)

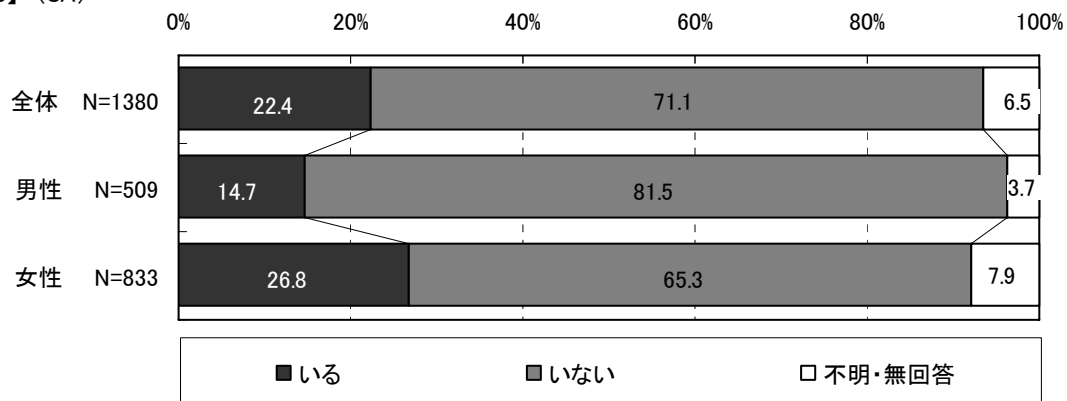




問 33 あなたと同居している家族の中にたばこを吸う人はいますか。(SA)

家族内の喫煙者の有無についてみると、「いない」が71.1%と最も多く、次いで「いる」が22.4%となっています。

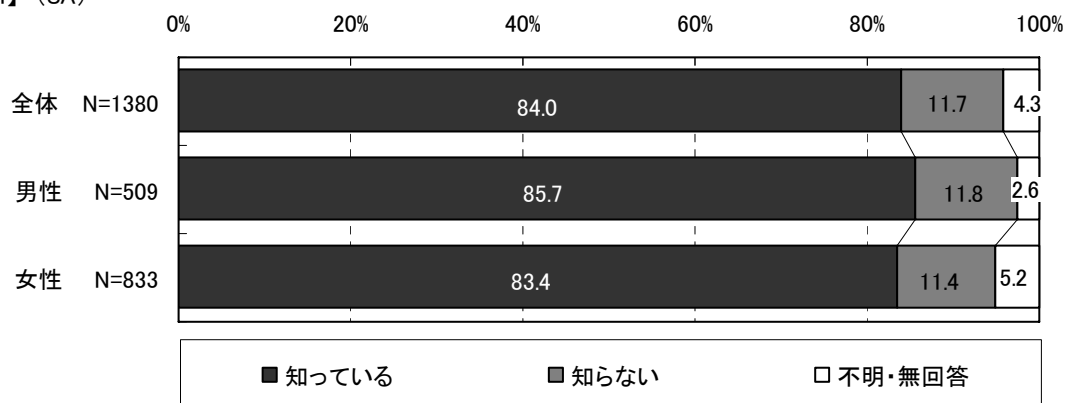
【問33】(SA)



問 34 あなたは、「副流煙」が及ぼす健康影響について知っていますか。(SA)

副流煙の認知度についてみると、「知っている」が84.0%と最も多く、次いで「知らない」が11.7%となっています。

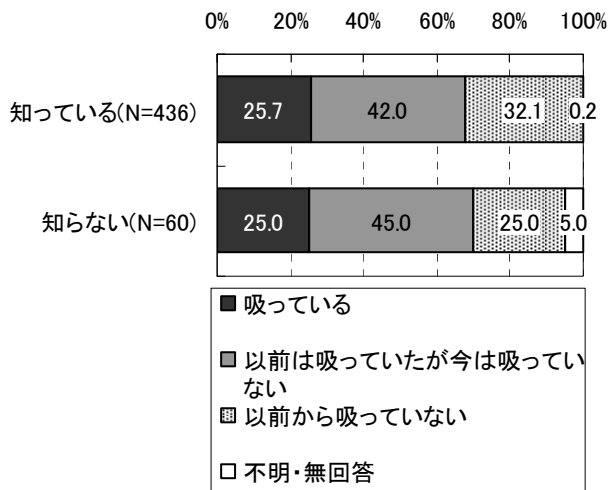
【問34】(SA)



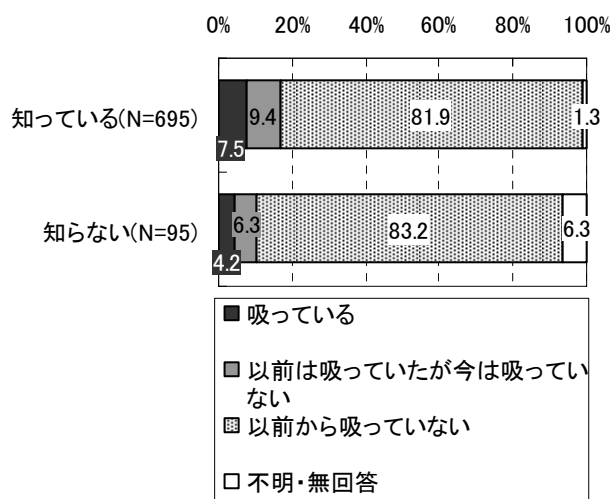
[ 問 32 とのクロス ]

男性では、『知っている』けれど「吸っている」方が、25.7%となっています。

【男性】



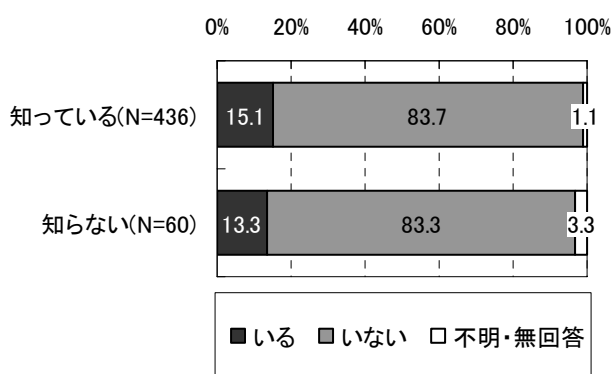
【女性】



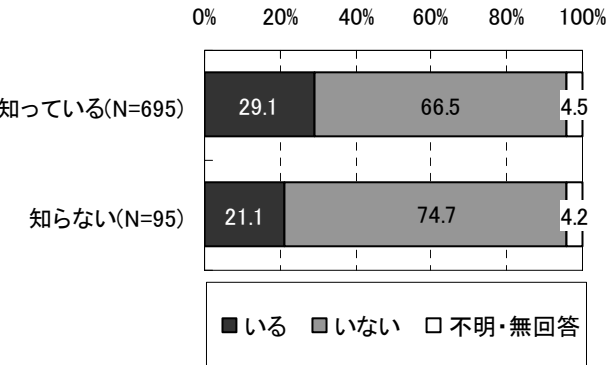
[ 問 33 クロス ]

同居している家族に喫煙者がいる方で、「知っている」方は、女性では29.1%である一方、男性は15.1%となっています。

【男性】



【女性】

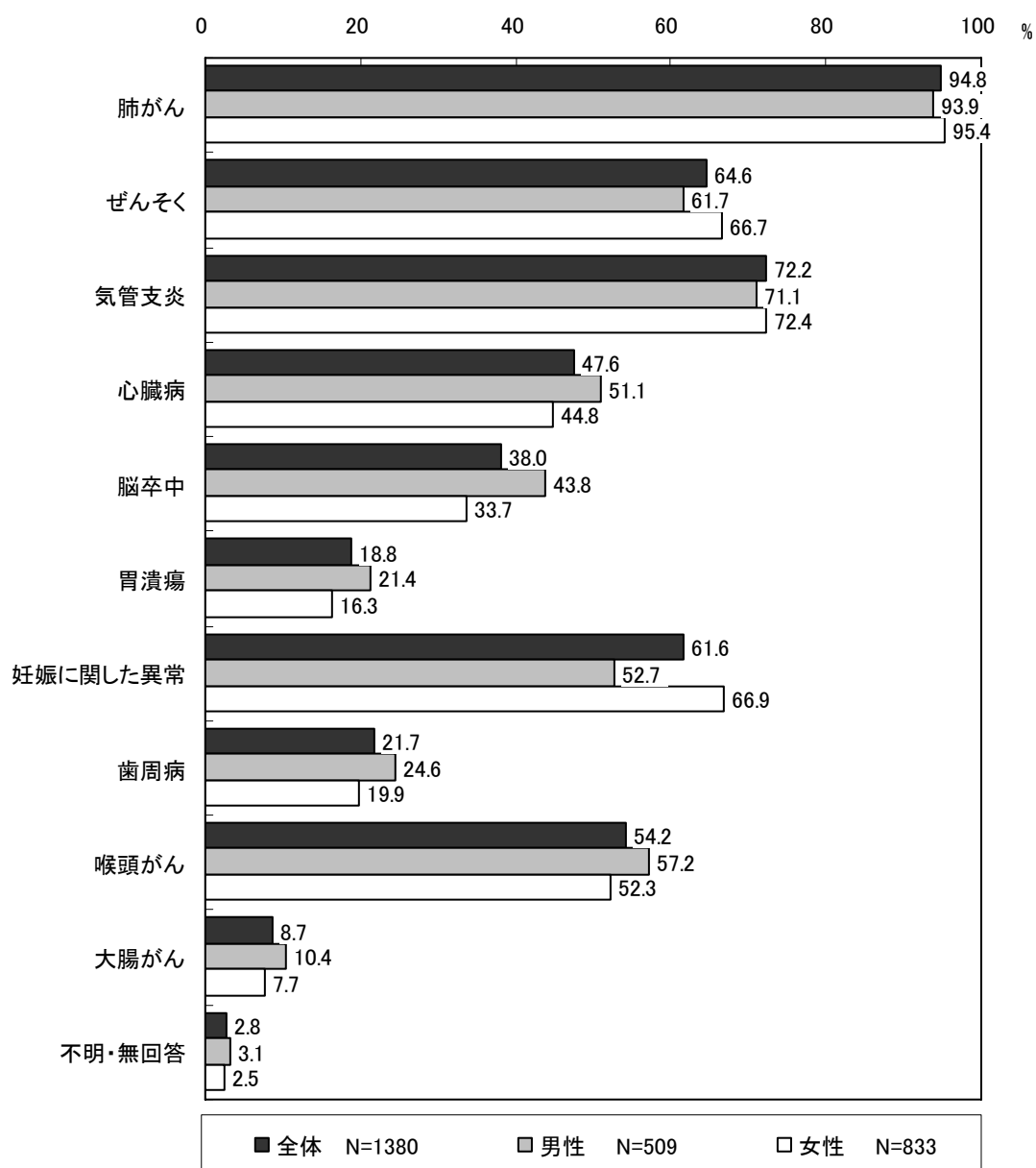


問 35 あなたは、下記の疾患のうち、喫煙が影響すると知っているものはありますか。  
(MA)

喫煙の影響の認知度についてみると、「肺がん」が94.8%と最も多く、次いで「気管支炎」が72.2%、「ぜんそく」が64.6%となっています。

性別でみると、男性に比べて女性では「妊娠に関する異常」の割合が高くなっています。

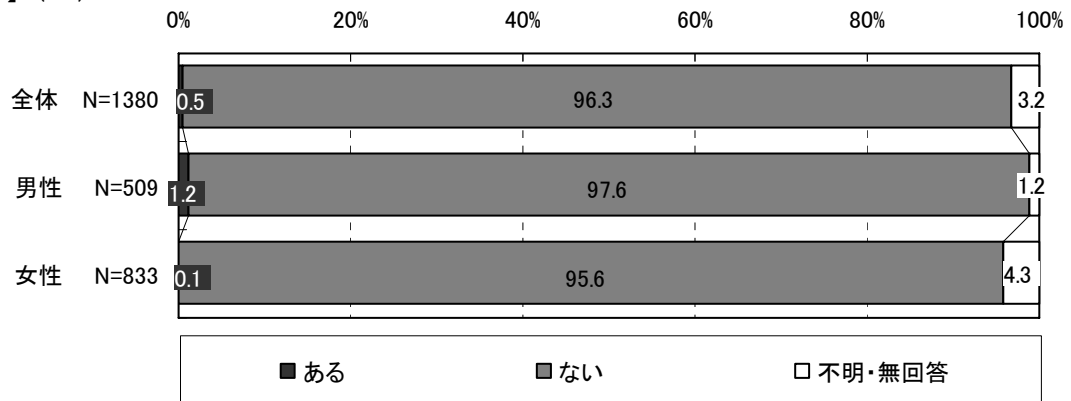
【問35】(MA)



問 36 あなたは、芦屋市で実施している禁煙プログラムに参加したことがありますか。  
(SA)

禁煙プログラムへの参加についてみると、「ない」が96.3%と最も多く、次いで「ある」が0.5%となっています。

【問36】(SA)



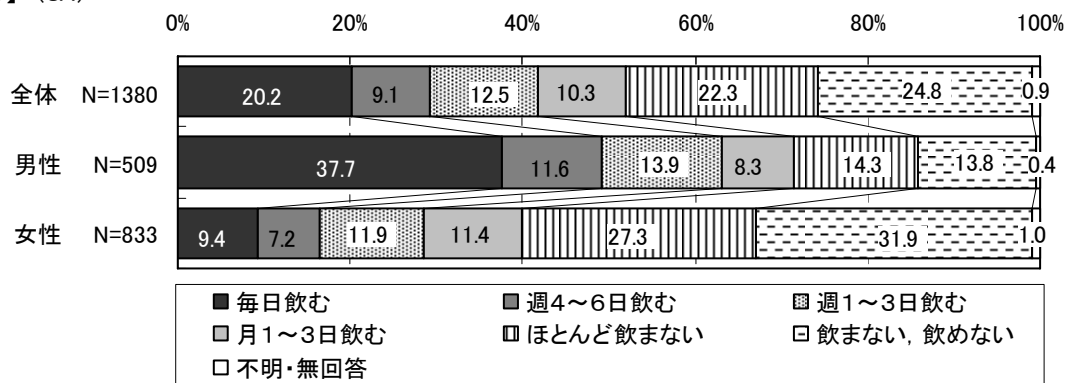
## アルコールについて

問 37 あなたは、酒やビールなどのアルコール類をどのくらいの頻度で飲んでいますか。  
(SA)

アルコール類を飲む頻度についてみると、「飲まない、飲めない」が24.8%と最も多く、次いで「ほとんど飲まない」が22.3%、「毎日飲む」が20.2%となっています。

性別でみると、女性に比べて男性では「毎日飲む」の割合が高く、3割以上となっています。

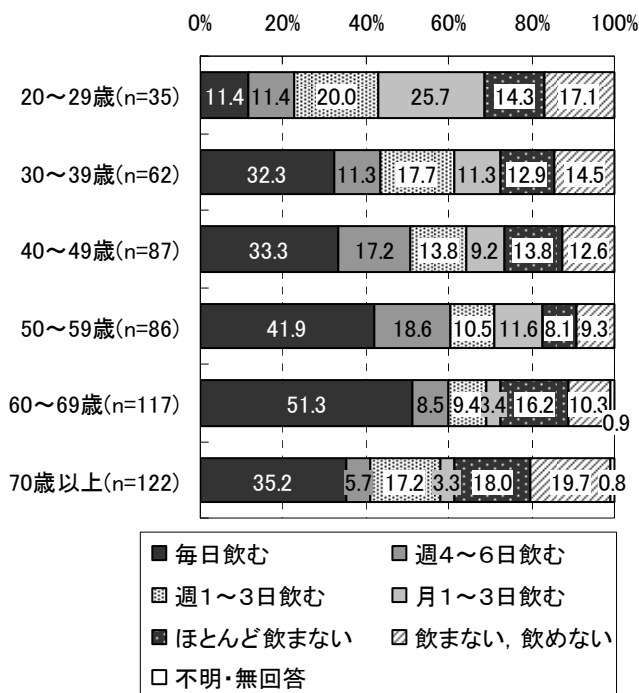
【問37】(SA)



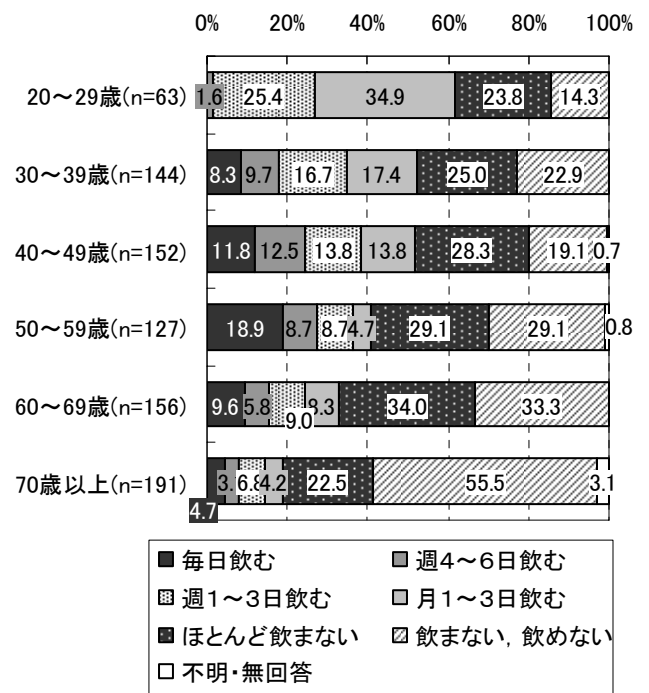
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、「毎日飲む」は全ての年齢において男性が女性を上回っており、特に60歳代では51.3%と高くなっています。

【男性】



【女性】



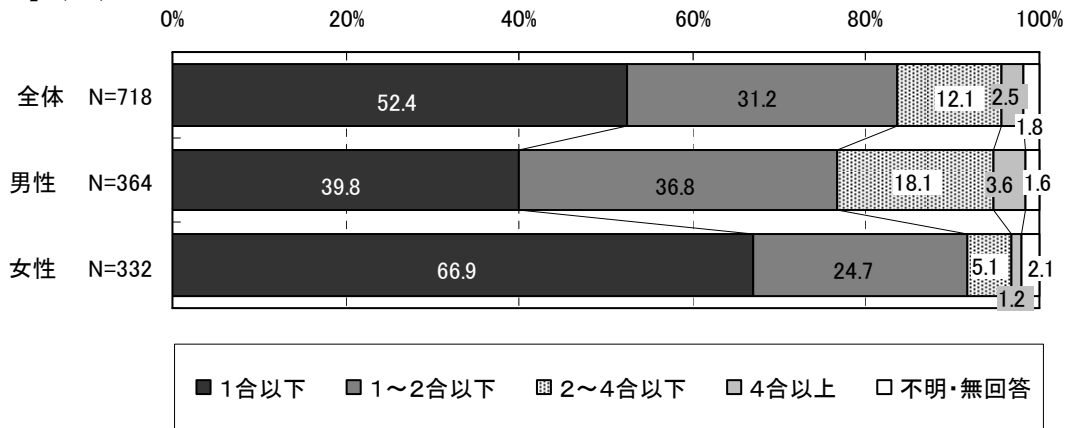
問 37-1 (問 37 で「1 . 毎日飲む」「2 . 週 4 ~ 6 日飲む」「3 . 週 1 ~ 3 日飲む」「4 . 月 1 ~ 3 日飲む」の回答者)

あなたが 1 回に飲むお酒の量は、日本酒に換算してどのくらいですか。(SA)

アルコールの摂取量についてみると、「1 合以下」が 52.4%と最も多く、次いで「1 ~ 2 合以下」が 31.2%、「2 ~ 4 合以下」が 12.1%となっています。

性別でみると、男性に比べて女性では「1 合以下」の割合が高く、6 割以上となっています。

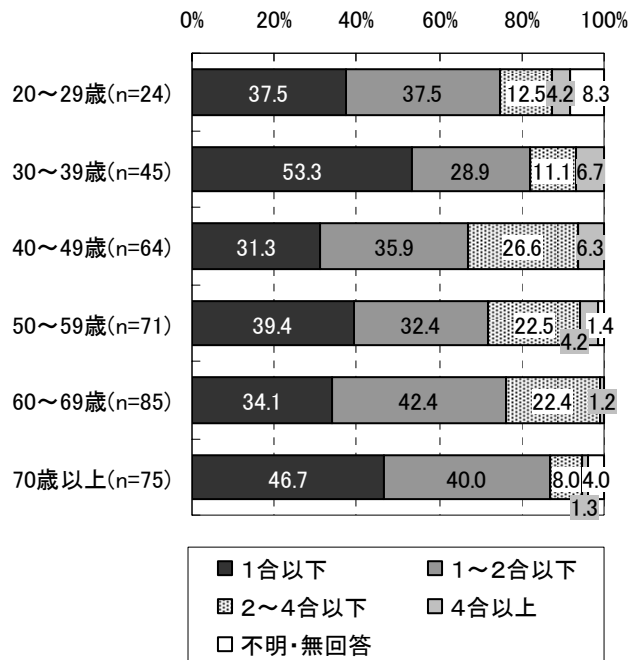
【問37-1】(SA)



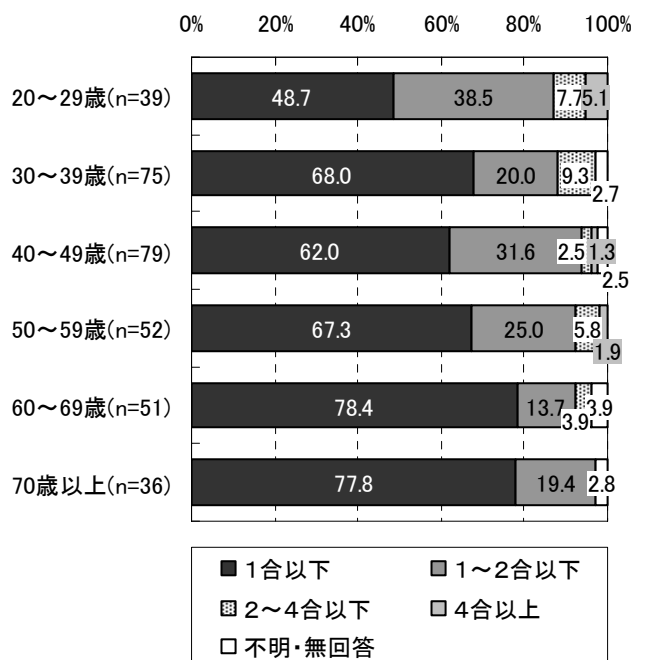
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、全ての年齢において男性の方が女性より量が多い傾向にあり、特に男性の 40 歳代においては、「2 ~ 4 合以下」が 26.6%と高くなっています。

【男性】



【女性】

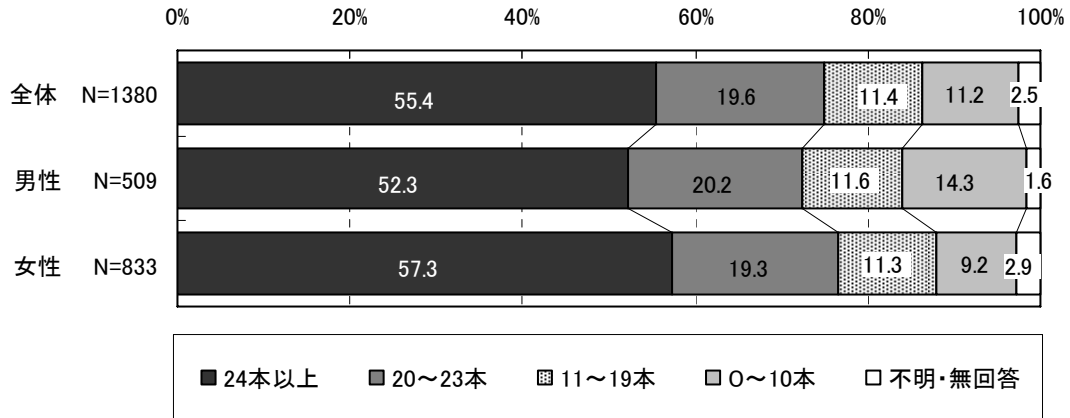


## 歯の健康について

問 38 現在，ご自分の歯は何本ありますか。(SA)

歯の本数についてみると、「24本以上」が55.4%と最も多く、次いで「20～23本」が19.6%、「11～19本」が11.4%となっています。

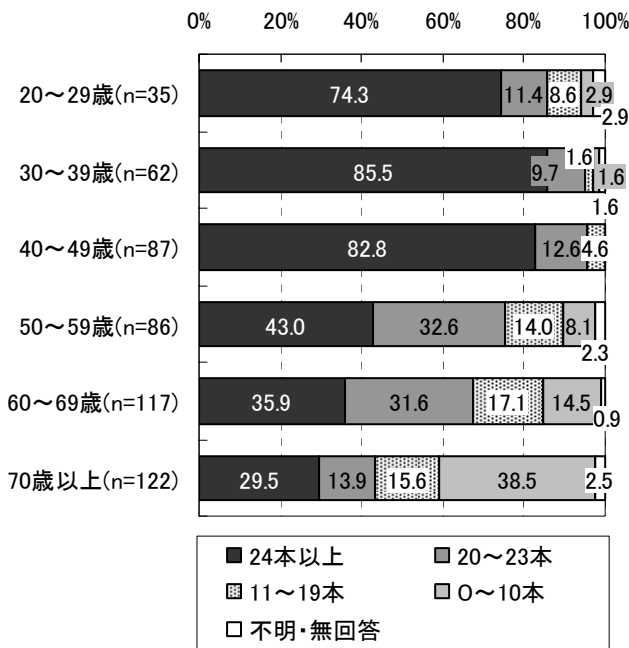
【問38】(SA)



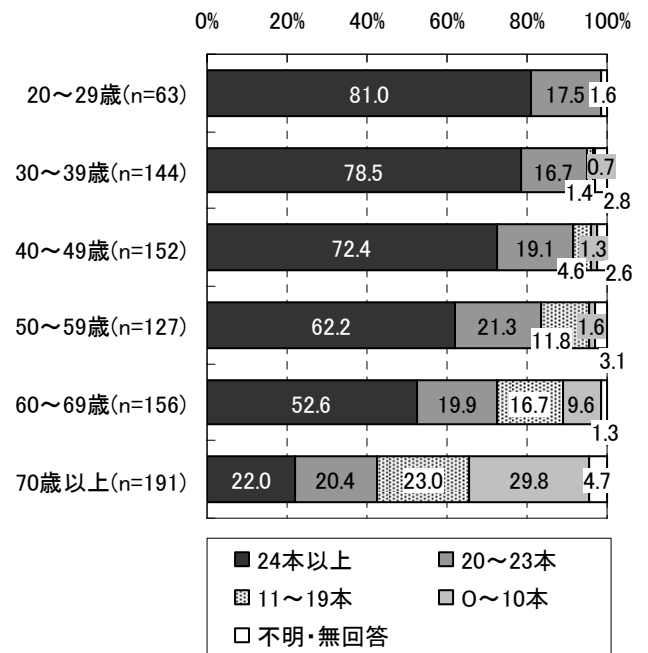
### [年齢クロス]

年齢別にみると、男女ともに70歳以上で「0～10本」が高くなっており、それぞれ38.5%、29.8%となっています。

【男性】



【女性】

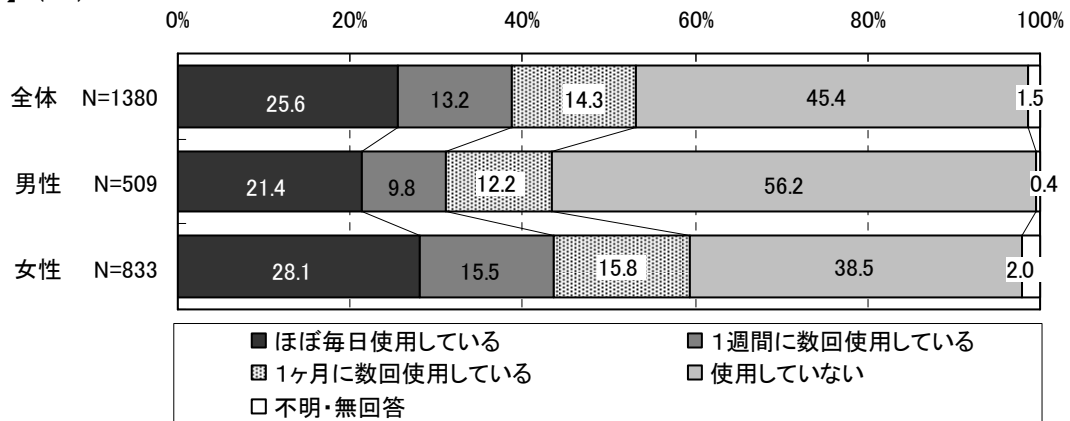


問 39 あなたは、歯ブラシの他に歯間部清掃用具を使用していますか。(SA)

歯間部清掃用具の利用についてみると、「使用していない」が45.4%と最も多く、次いで「ほぼ毎日使用している」が25.6%、「1ヶ月に数回使用している」が14.3%となっています。

性別でみると、女性に比べて男性では「使用していない」の割合が高く、5割以上となっています。

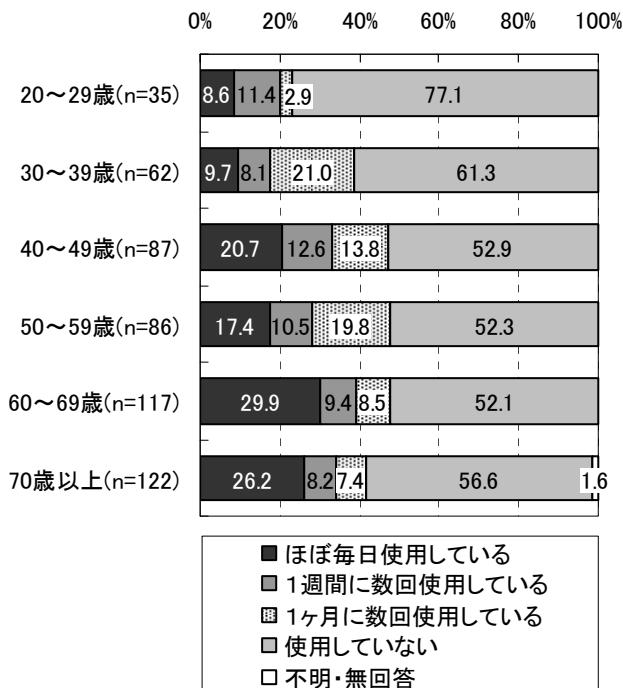
【問39】(SA)



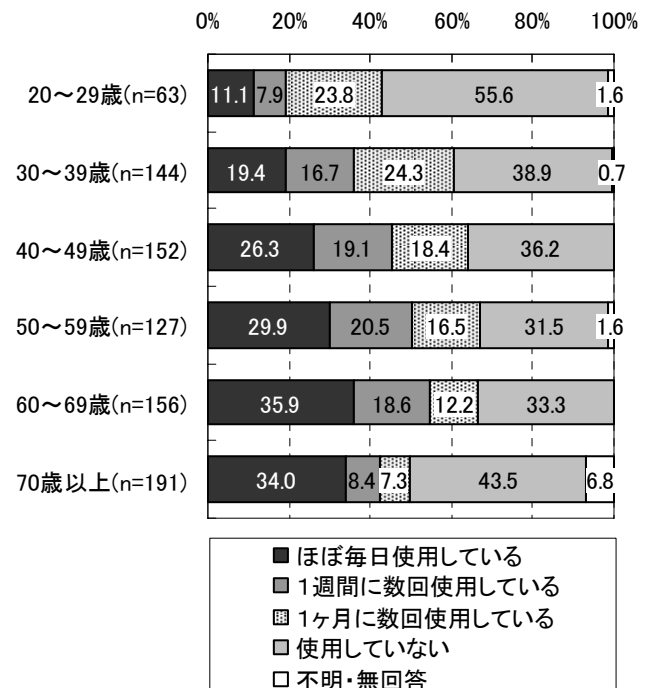
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、男性の20歳代・30歳代において「使用していない」が6割を超えて高くなっています。

【男性】



【女性】

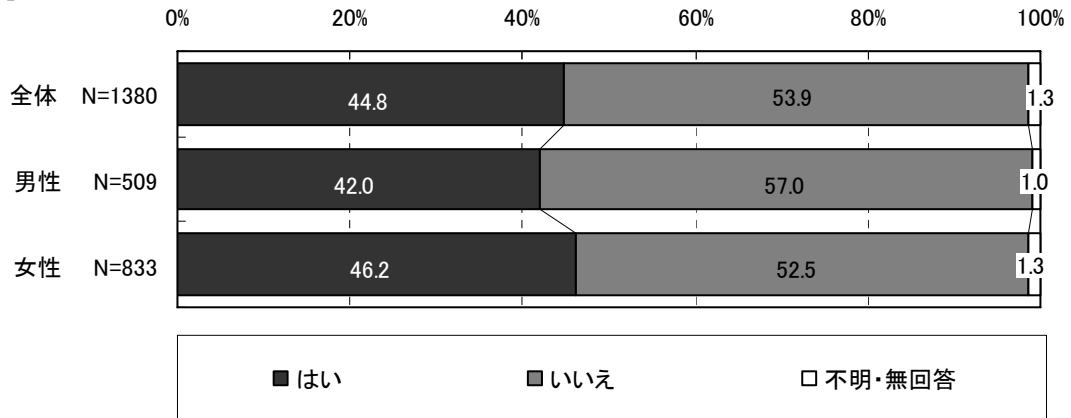




問 40 あなたは、定期的に歯科健診を受けていますか。(SA)

歯科健診の受診についてみると、「いいえ」が53.9%と最も多く、次いで「はい」が44.8%となっています。

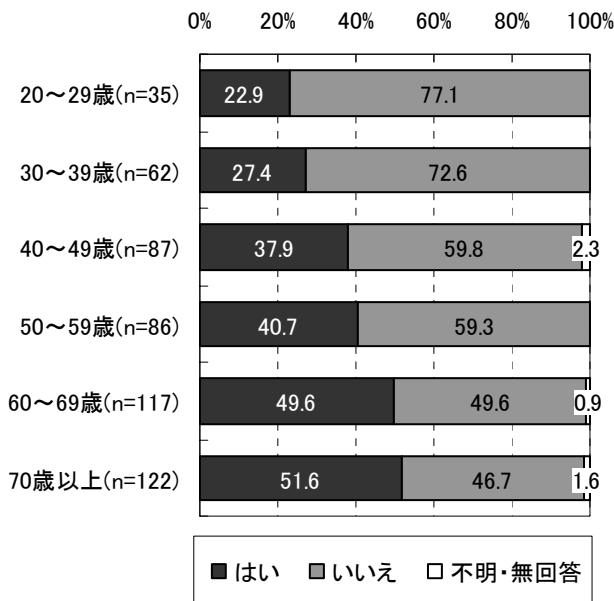
【問40】(SA)



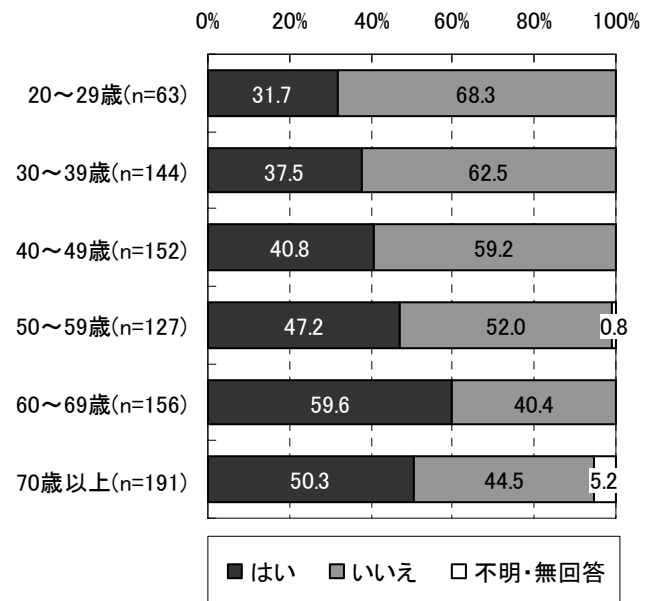
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、男性の20歳代・30歳代において「はい」がそれぞれ22.9%、27.4%と他と比較して低くなっています。

【男性】



【女性】

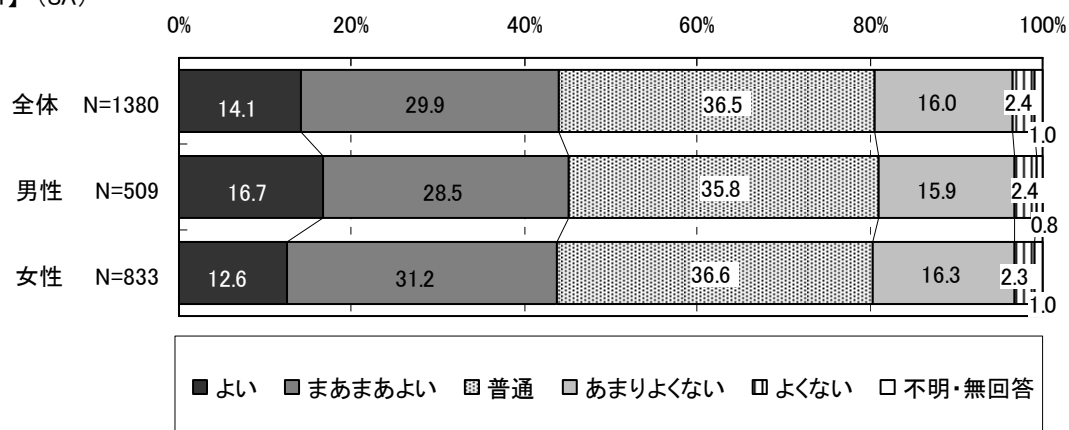


## 健康状態や健診について

問 41 あなたは、現在の自分の健康状態をどのように感じていますか。(SA)

自分の健康状態についてみると、「普通」が36.5%と最も多く、次いで「まあまあよい」が29.9%、「あまりよくない」が16.0%となっています。

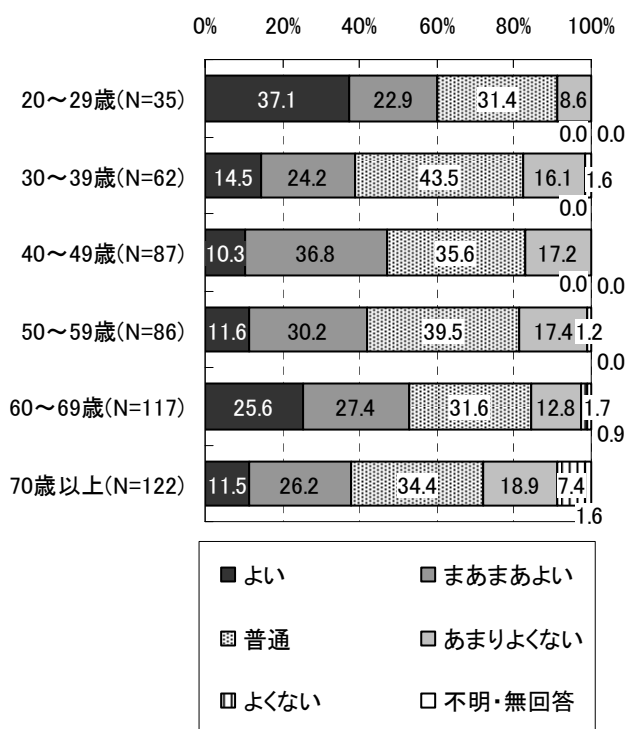
【問41】(SA)



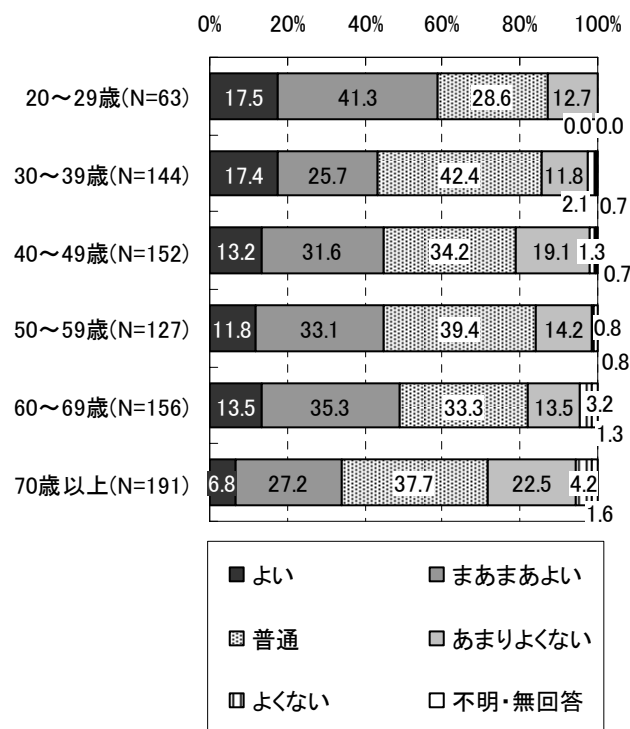
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、『20～29歳』で男性の方が「よい」の割合が高く、3割以上となっています。

【男性】



【女性】

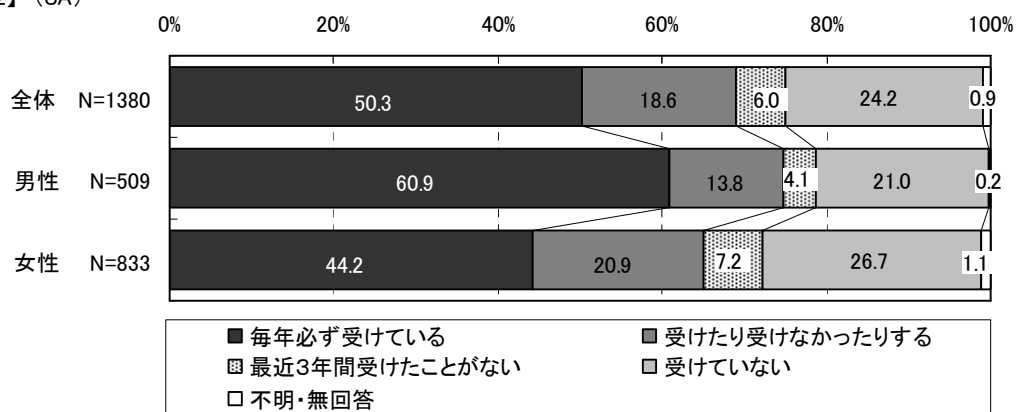


問 42 あなたは、市の健康診査(健診)や職場や学校の定期健康診断を受けていますか。  
(SA)

定期健康診断の受診についてみると、「毎年必ず受けている」が50.3%と最も多く、次いで「受けていない」が24.2%、「受けたり受けなかったりする」が18.6%となっています。

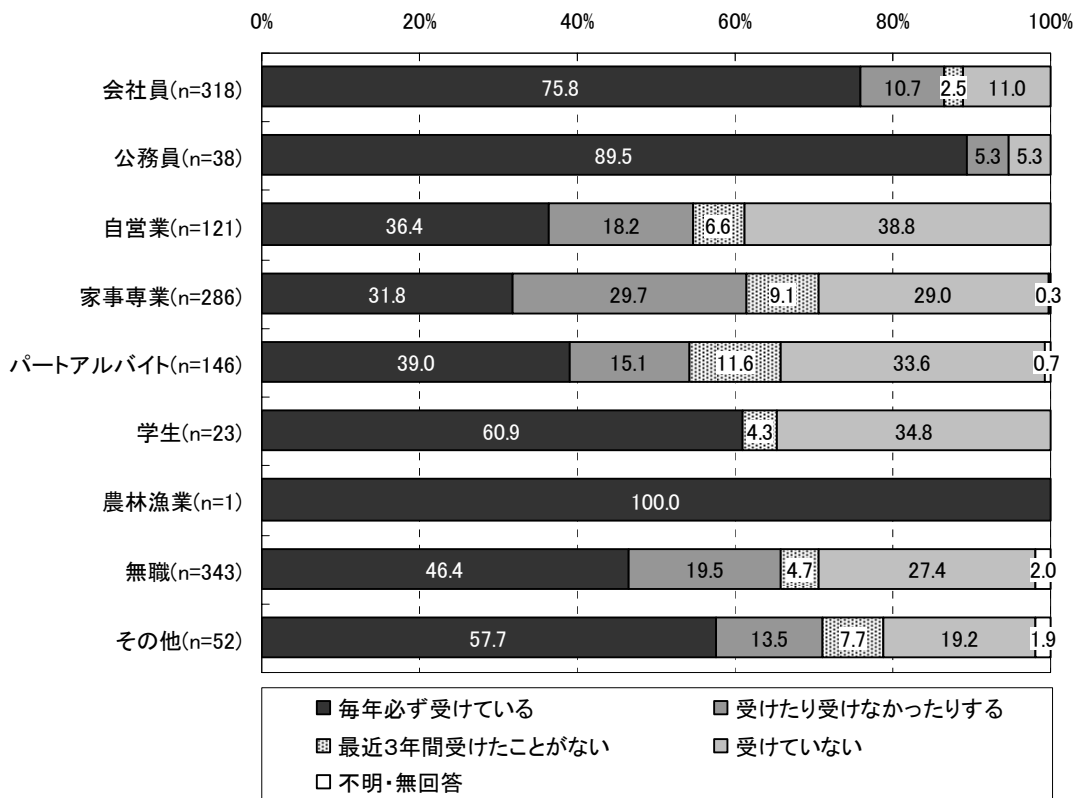
性別でみると、女性に比べて男性では「毎年必ず受けている」の割合が高く、6割以上となっています。

【問42】(SA)



[ 職業クロス ]

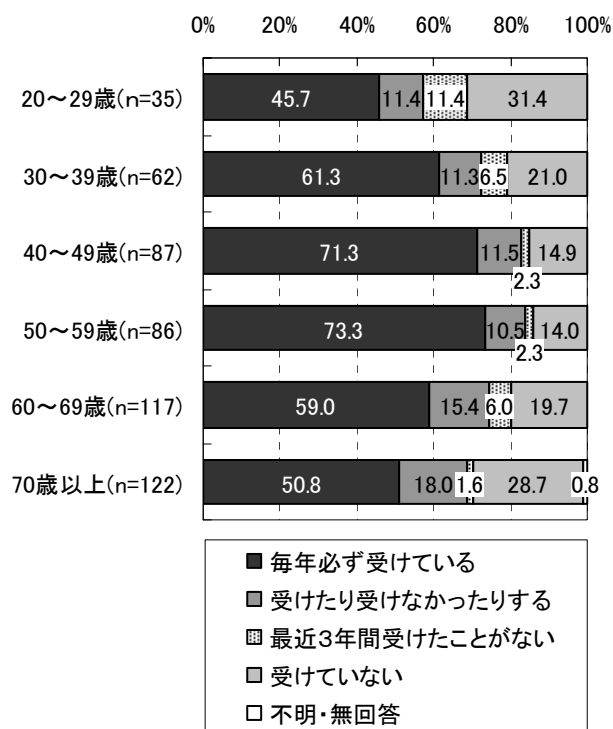
職業別にみると、「受けていない」が高くなっているのは、自営業で38.8%、学生で34.8%、パートアルバイトで33.6%と続いています。



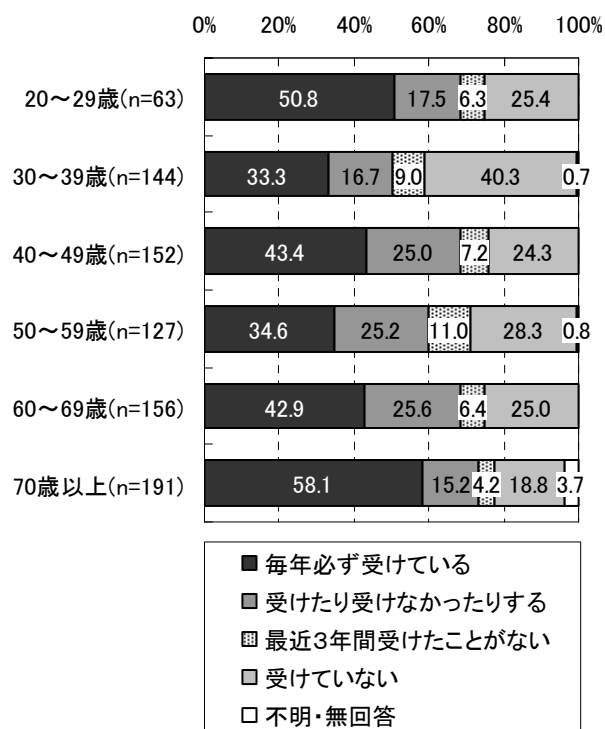
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、30歳以上から69歳以下の年齢層で男性の方が「毎年必ず受けている」の割合が高く、5割以上となっています。

【男性】



【女性】

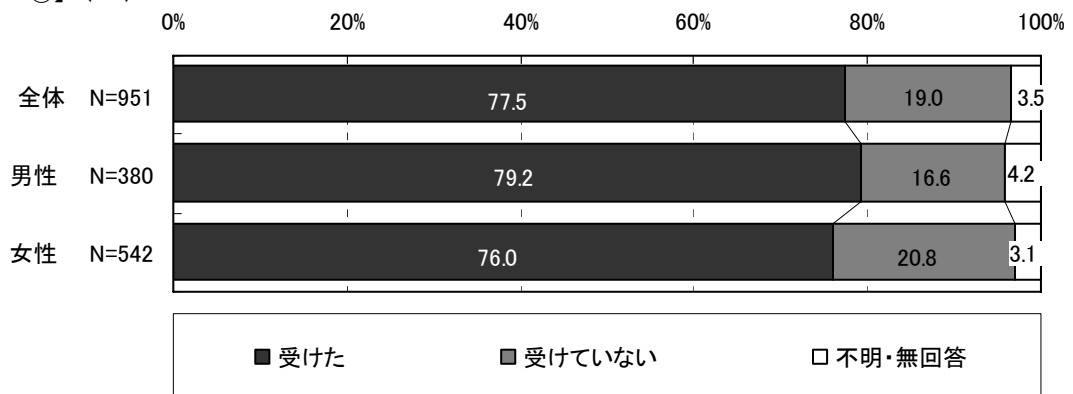


問 42-1 (問 42 で「 1 . 毎年必ず受けている」「 2 . 受けたり受けなかったりする」  
の回答者)

健診結果について何か説明を受けましたか。( SA )

健診結果についての説明の有無についてみると、「受けた」が 77.5%と最も多く、次いで「受けていない」が 19.0%となっています。

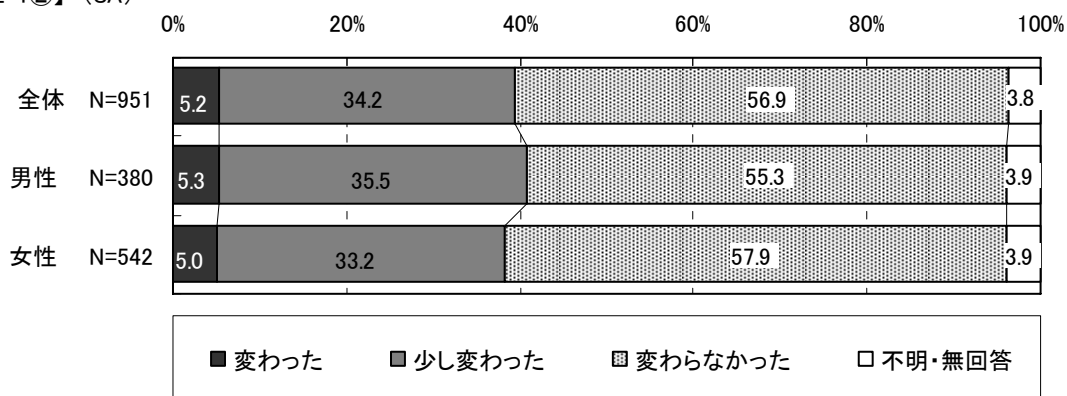
【問42-1①】 ( SA )



健診後，生活習慣は変わりましたか。( SA )

健診後についてみると、「変わらなかった」が56.9%と最も多く、次いで「少し変わった」が34.2%となっています。

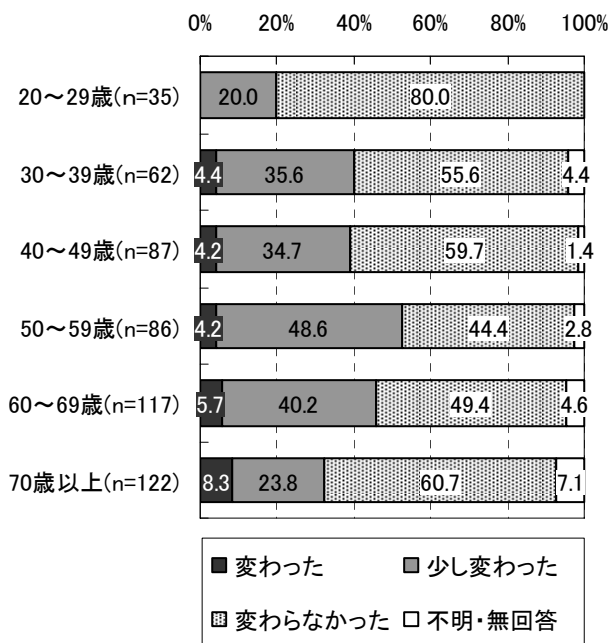
【問42-1②】( SA )



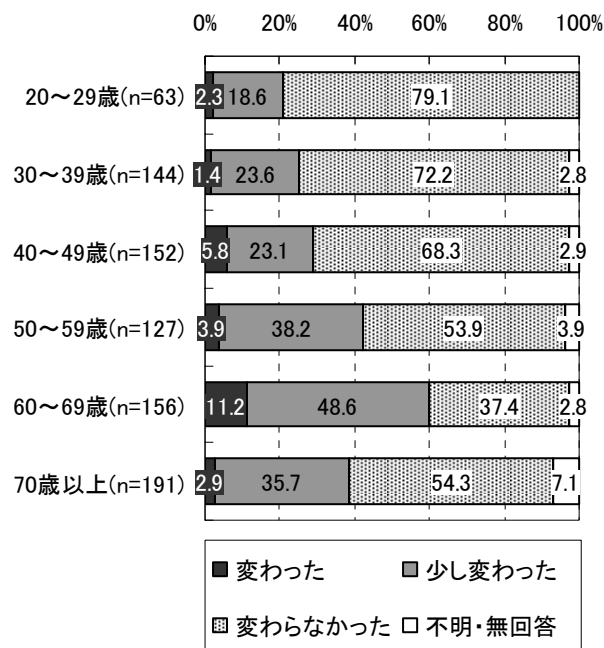
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、「変わった」「少し変わった」を合わせると、男性では50歳代が、女性では60歳代が高くなっています。一方、男女ともに20歳代では「変わらなかった」が約8割と高くなっています。

【男性】



【女性】



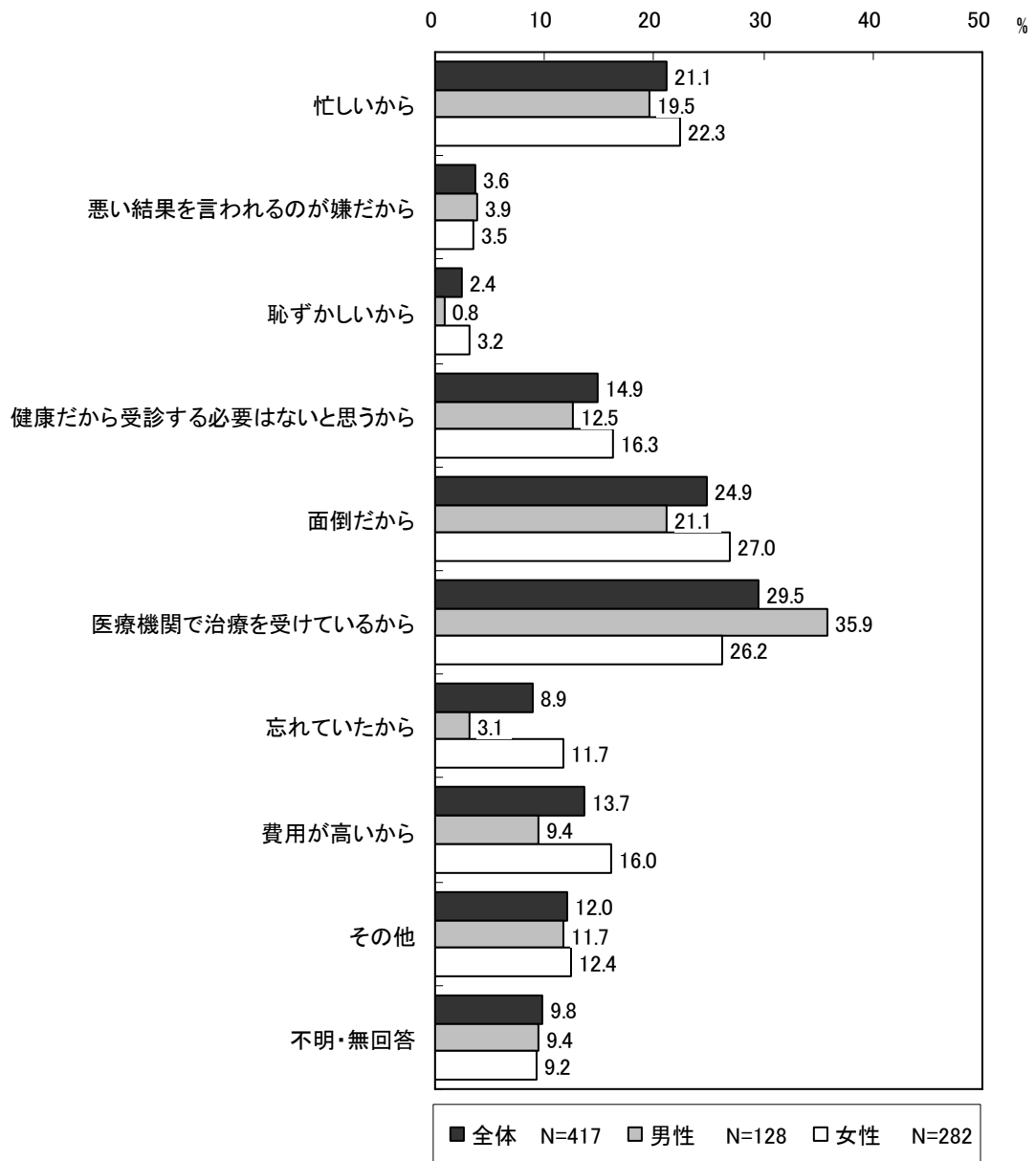
問 42-2 (問 42 で「 3 . 最近 3 年間受けたことがない」「 4 . 受けていない」にの回答者)

受診していない理由は何ですか。(MA)

受診していない理由についてみると、「医療機関で治療を受けているから」が 29.5%と最も多く、次いで「面倒だから」が 24.9%、「忙しいから」が 21.1%となっています。

性別でみると、女性に比べて男性では「医療機関で治療を受けているから」の割合が高くなっています。

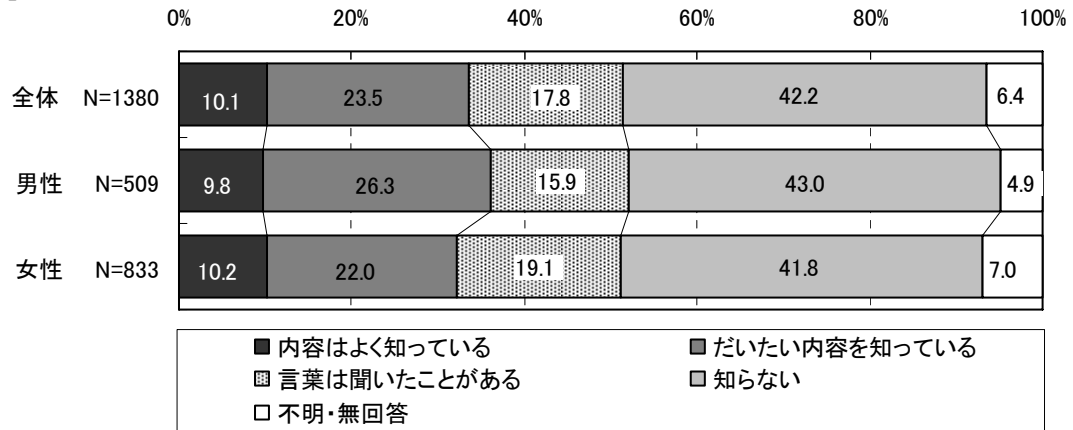
【問42-2】(MA)



問 43 あなたは、「特定健康診査・特定保健指導」を知っていますか。(SA)

特定健康診査・特定保健指導の認知度についてみると、「知らない」が42.2%と最も多く、次いで「だいたい内容を知っている」が23.5%、「言葉は聞いたことがある」が17.8%となっています。

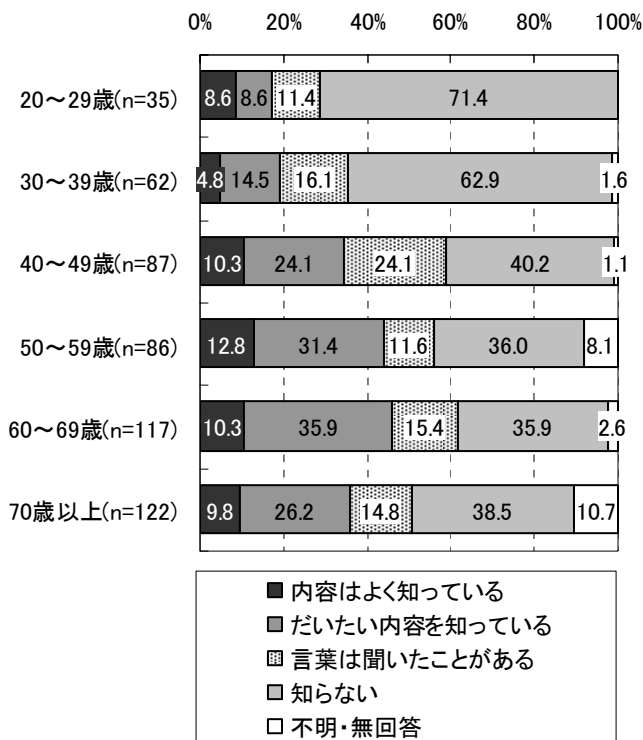
【問43】(SA)



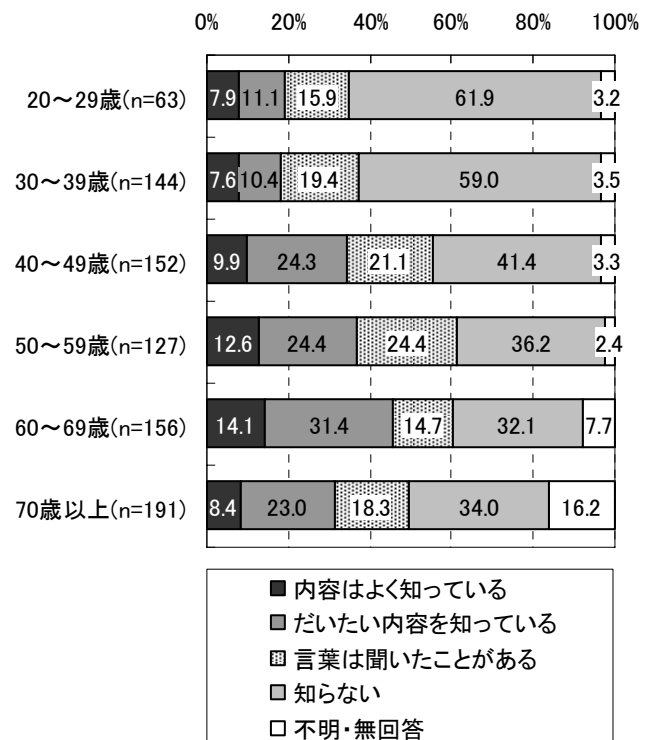
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、「知らない」割合は、男性では20歳代が71.4%、30歳代が62.9%と高くなっており、女性においても20歳代・30歳代がそれぞれ61.9%、59.0%と高くなっています。

【男性】



【女性】



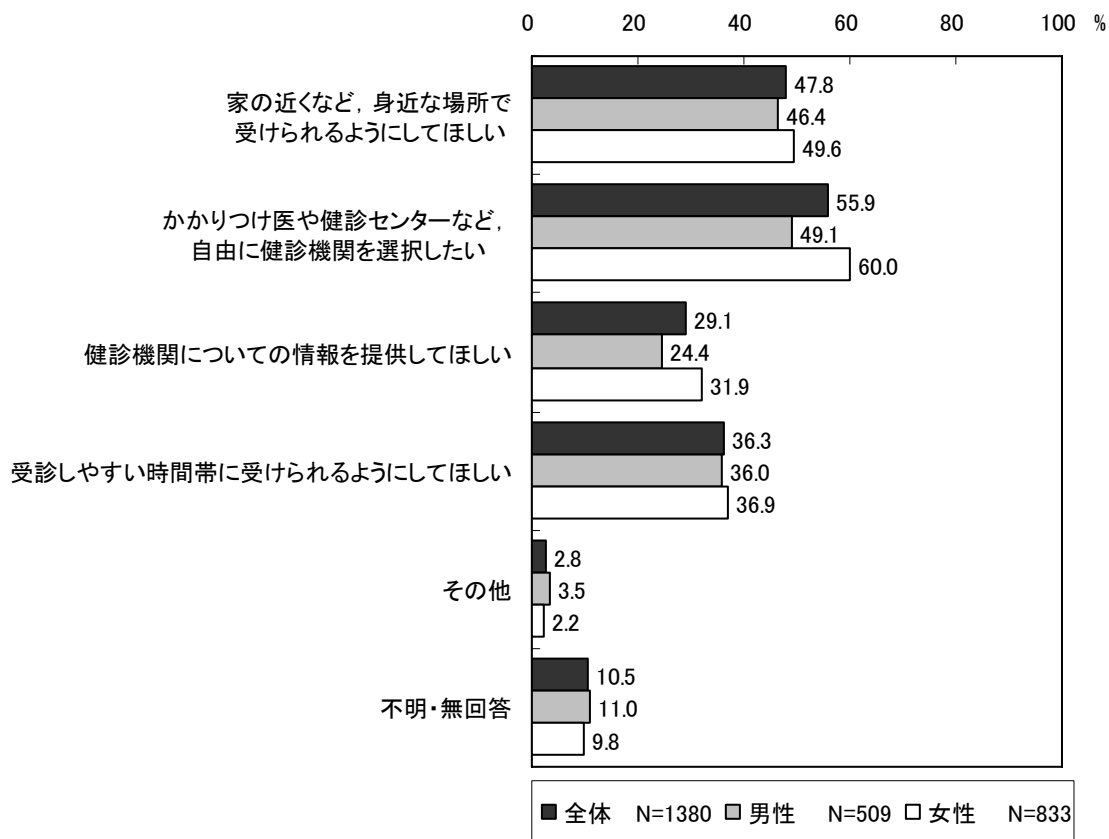


問 44 平成 20 年度から ,40 歳以上 75 歳未満の被保険者及び被扶養者を対象とした「特定健康診査」と「特定保健指導」が ,全国の国民健康保険などの医療保険者に義務付けられることとなりました。あなたが ,「特定健康診査」を受けるとすれば ,どのようなことを希望されますか。( MA )

特定健康診査への希望についてみると、「かかりつけ医や健診センターなど ,自由に健診機関を選択したい」が 55.9%と最も多く、次いで「家の近くなど ,身近な場所で受けられるようにしてほしい」が 47.8%、「受診しやすい時間帯に受けられるようにしてほしい」が 36.3%となっています。

性別でみると、男性に比べて女性では「かかりつけ医や健診センターなど ,自由に健診機関を選択したい」の割合が高くなっています。

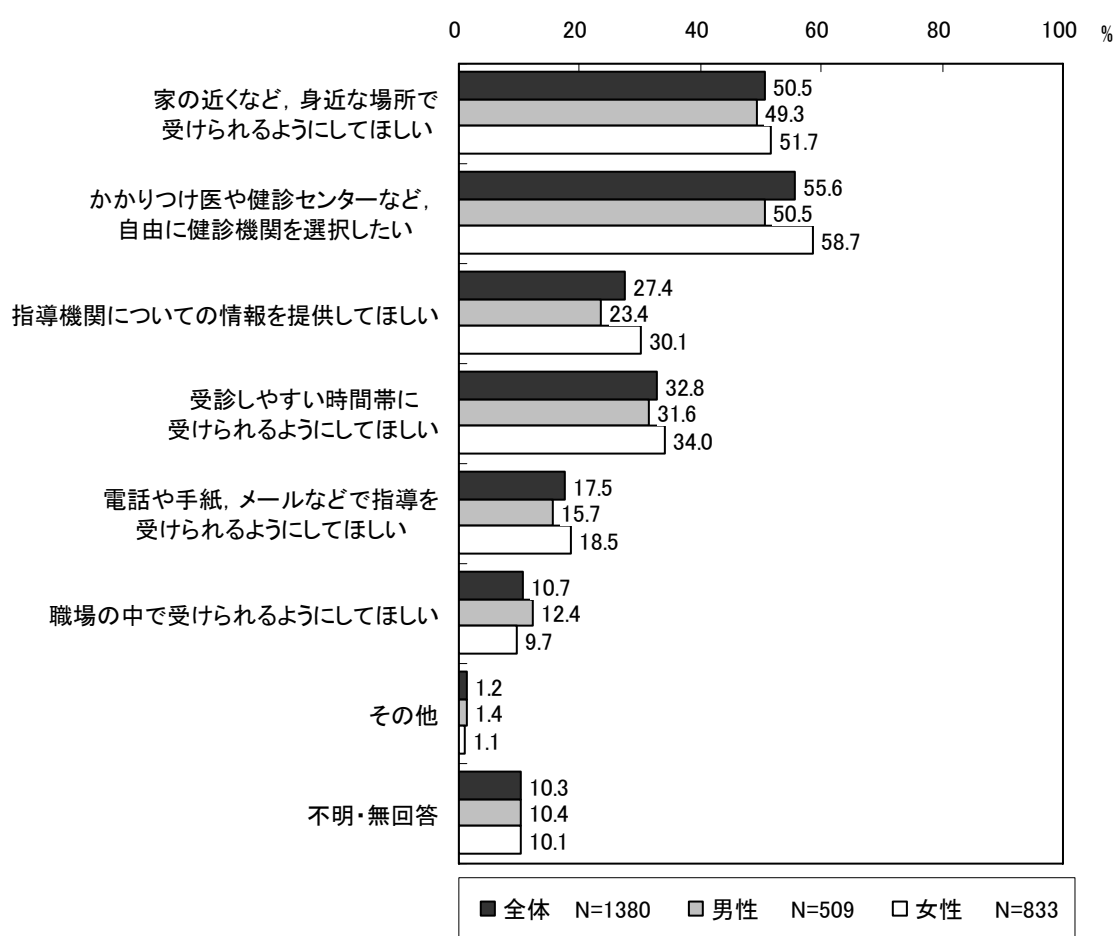
【問44】(MA)



問 45 あなたが、「特定保健指導」を利用するとすれば、どのようなことを希望されますか。(MA)

特定保健指導に対する希望についてみると、「かかりつけ医や健診センターなど、自由に健診機関を選択したい」が 55.6%と最も多く、次いで「家の近くなど、身近な場所で受けられるようにしてほしい」が 50.5%、「受診しやすい時間帯に受けられるようにしてほしい」が 32.8%となっています。

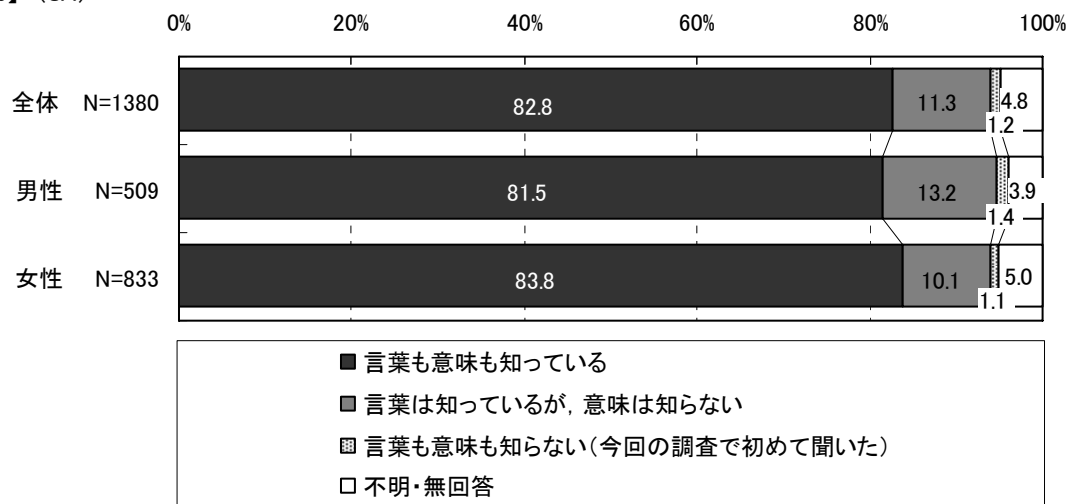
【問45】(MA)



問 46 あなたは、「内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）」を知っていますか。  
 (SA)

内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）の認知度についてみると、「言葉も意味も知っている」が82.8%と最も多く、次いで「言葉は知っているが、意味は知らない」11.3%となっています。

【問46】(SA)

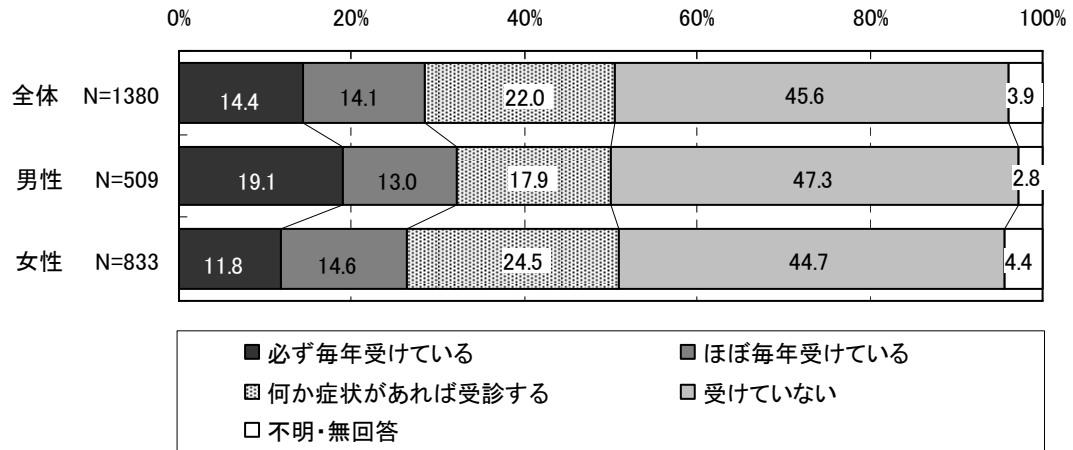


問 47 あなたは、がん検診を受けていますか。(SA)

がん検診の受診についてみると、「受けていない」が45.6%と最も多く、次いで「何か症状があれば受診する」が22.0%、「必ず毎年受けている」が14.4%となっています。

性別でみると、女性に比べて男性では「必ず毎年受けている」の割合が高くなっています。

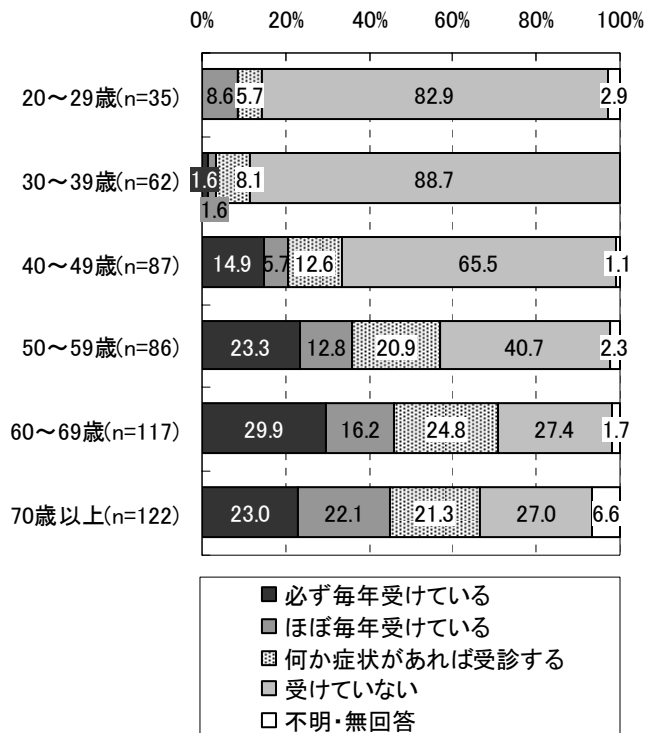
【問47】(SA)



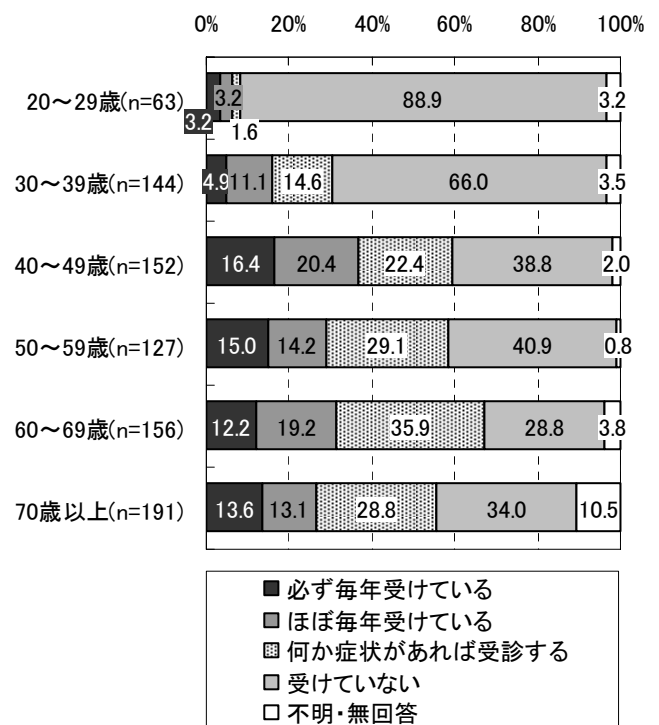
[ 年齢クロス ]

年齢別にみると、男性では20歳代・30歳代において、また女性でも20歳代において、「受けていない」が8割を超えて高くなっています。

【男性】

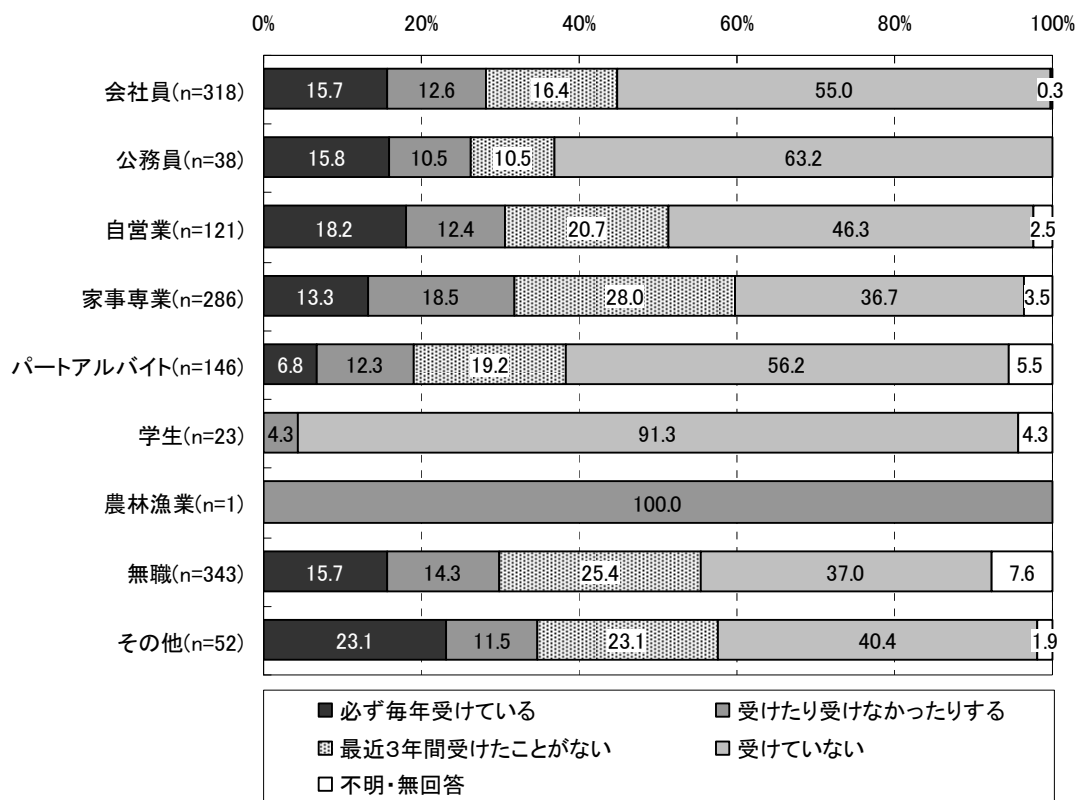


【女性】



[ 職業クロス ]

職業別にみると、「必ず毎年受けている」が高いのは、その他を除くと、自営業が18.2%、公務員が15.8%と高くなっています。

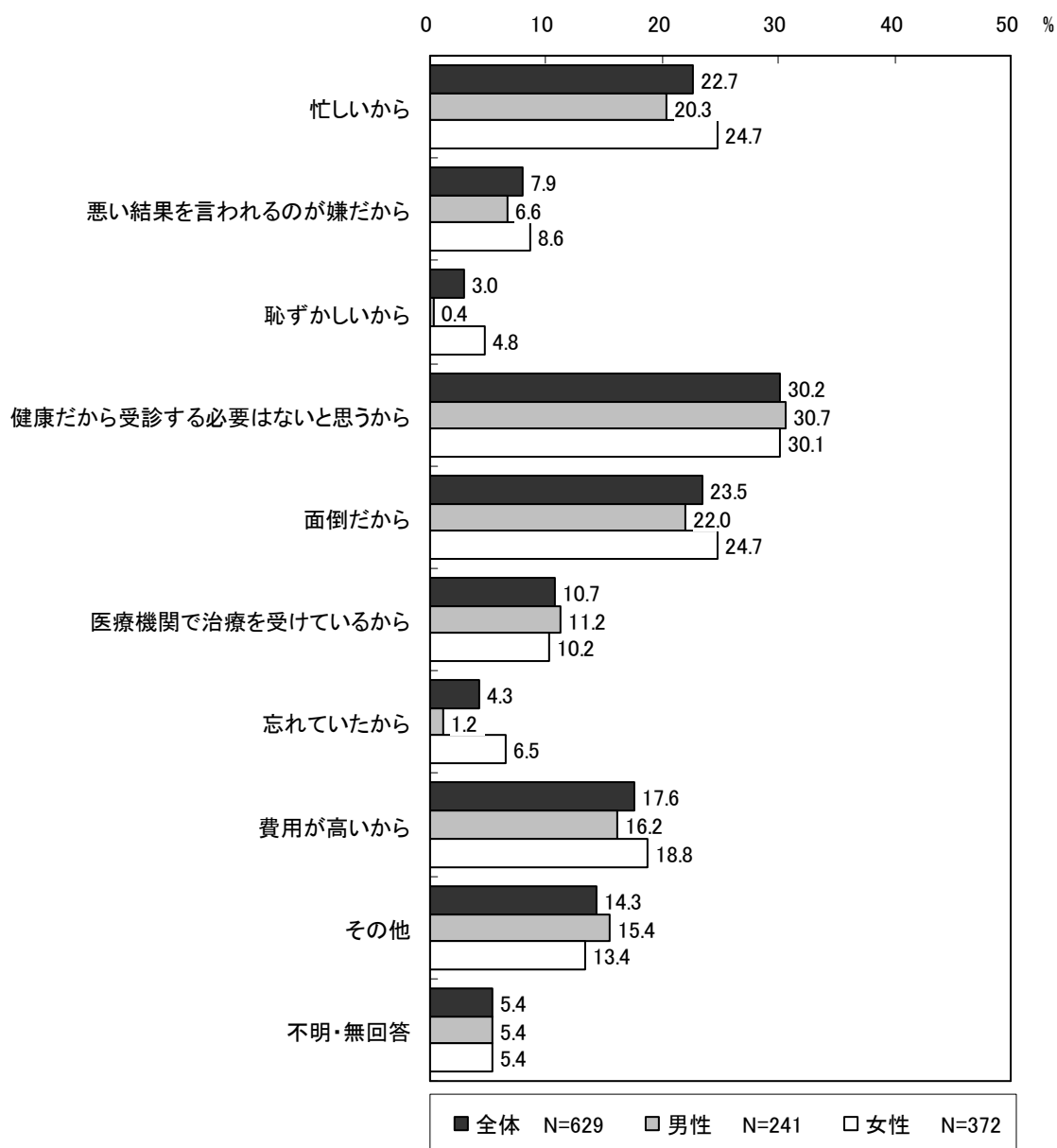


問 47-1 (問 47 で「4. 受けていない」の回答者)

あなたが、受診しない理由は何ですか。(MA)

受診しない理由についてみると、「健康だから受診する必要はないと思うから」が 30.2%と最も多く、次いで「面倒だから」が 23.5%、「忙しいから」が 22.7%となっています。

【問47-1】(MA)

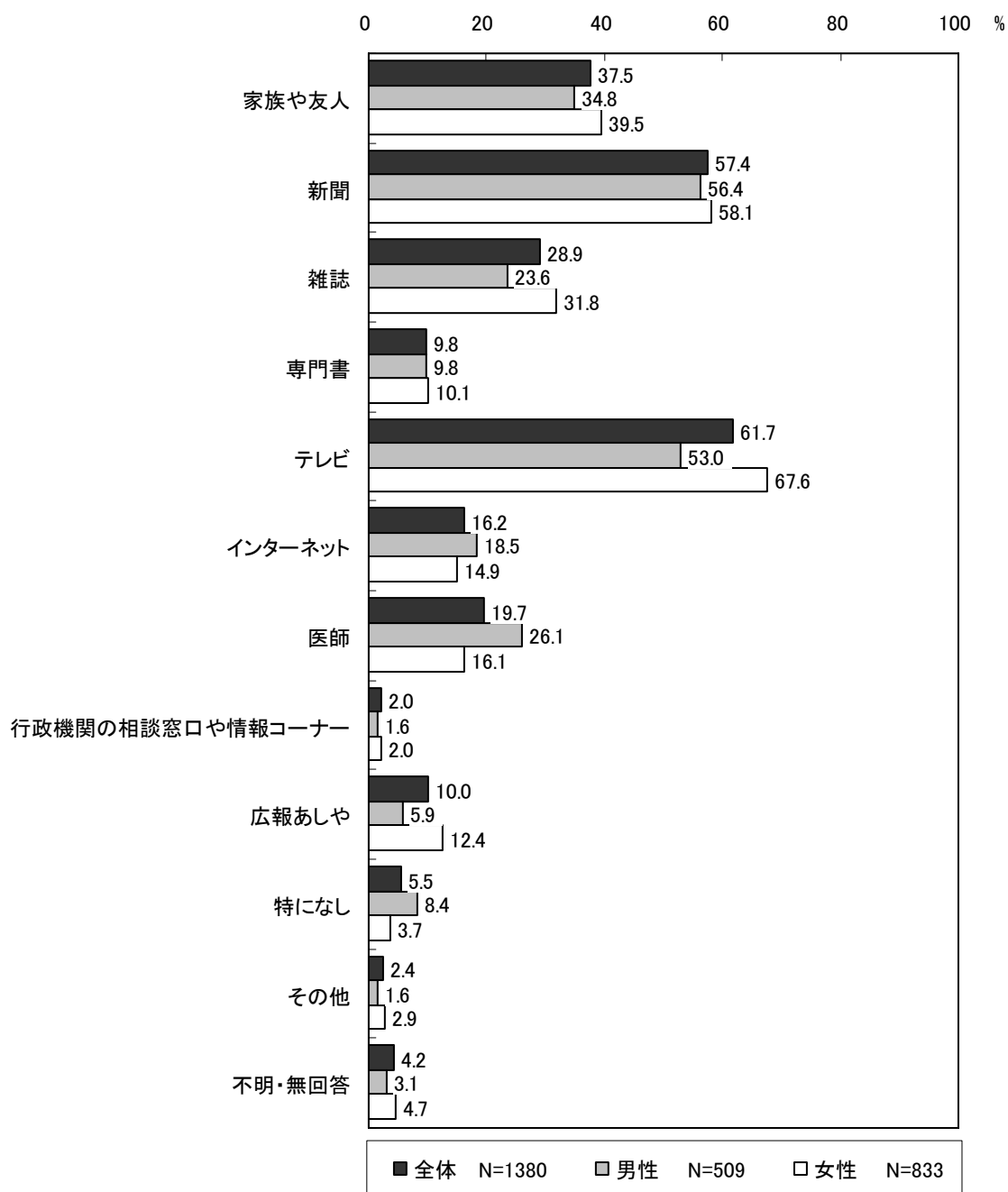


問 48 あなたは、食育や健康づくりに関する知識や情報を主にどのようなところで得ていますか。(MA)

情報の入手先についてみると、「テレビ」が61.7%と最も多く、次いで「新聞」が57.4%、「家族や友人」が37.5%となっています。

性別でみると、男性に比べて女性では「テレビ」の割合が高くなっています。

【問48】(MA)

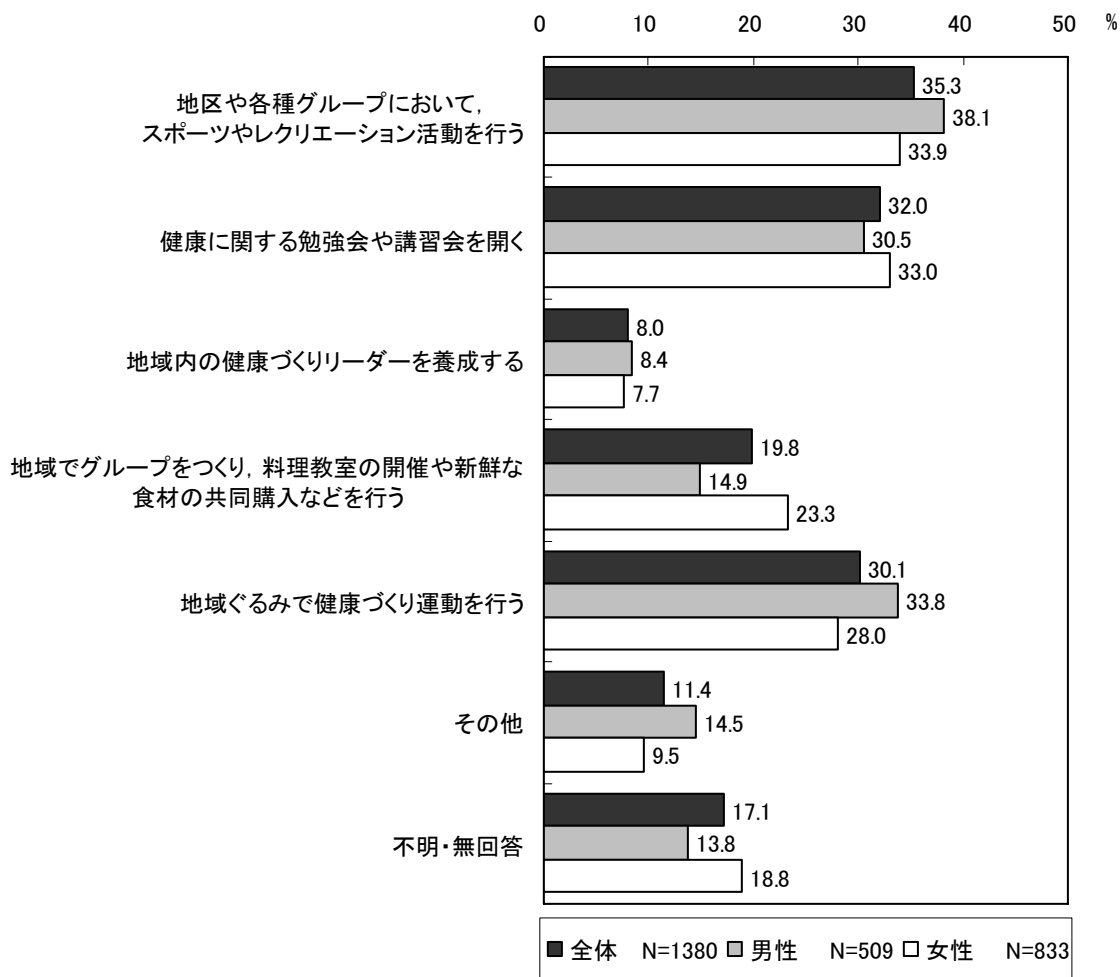


問 49 誰もがいきいきと健康的な生活を送るために、今後、芦屋市においてどのような取り組みが重要だと考えますか。(MA)

重要と考える取り組みについてみると、「地区や各種グループにおいて、スポーツやレクリエーション活動を行う」が35.3%と最も多く、次いで「健康に関する勉強会や講習会を開く」が32.0%、「地域ぐるみで健康づくり運動を行う」が30.1%となっています。

性別でみると、男性に比べて女性では「地域でグループをつくり、料理教室の開催や新鮮な食材の共同購入などを行う」の割合が高くなっています。

【問49】(MA)





「芦屋市健康増進・食育推進計画」策定に関わる  
アンケート調査結果報告書

平成20年10月

芦屋市