

きらきらあさひ健康プラン 21

(第2次)



朝日町
平成25年4月

はじめに

朝日町長

鈴木浩幸



朝日町の「きらきらあさひ健康プラン21」では、国の「健康日本21」に基づき、病気による早世を防ぎ、病気や寝たきりになる高齢者の数を減少させるために、一次予防を重点的に取り組んで参りました。特に健康づくりや生活習慣の見直しの知識の普及や実践に向けた支援を行い、疾病の予防や早期発見、早期治療につながるように推進してきました。その結果、一例をあげると、運動している人の割合は増加している半面、健康だと思ふ人の割合が減少するなどの課題が見えてきたところであります。

これらの評価を基に、「きらきらあさひ健康プラン21（第2次）」を策定いたしました。本計画は、平成25年から平成34年までの10年間とし、第5次朝日町総合発展計画に掲げる「いつの時代も自信と誇りを持ち、住みたい、ずっと住み続けたい魅力のある朝日町」の実現をめざしております。高齢化率が高い当町にとって、住み慣れた地域に住み続けるには、生涯現役といわれるような健康な心身を維持することが大切です。そのためには、各ライフステージにおいて自身自身の健康状態を正しく理解し、心身両面の機能の維持向上に取り組むことが重要となることから、引き続き、一次予防に重点を置き、生活習慣病等の合併症による重症化予防を推進してまいります。

食生活はじめ生活習慣の改善など、乳児から高齢者まで町民一人ひとりが健康づくりを実践できるように、関係機関等と協力しながら推進してまいりますので、町民の皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

平成25年4月

目 次

《総論》

第1章 計画の策定に当たって

1 計画策定の背景	1
2 計画の位置づけ	1
3 基本理念	2
4 基本方針	2
5 計画の期間	2

第2章 朝日町の現状

1節 人口特性

1 人口構造の変化	3
2 母子の状況	4
3 高齢者の状況	7

2節 健康特性

1 平均寿命	9
2 死因の状況	9
3 標準化死亡率	10
4 主要疾病の状況	11
5 健康診査の受診状況	14
6 栄養・食生活の状況	18

第3章 きらきらあさひ健康プラン21の評価

アンケート調査の概要	21
------------	----

第4章 基本施策の展開

1 健康寿命の延伸と健康格差の縮小	23
2 主要な生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底	
(1) がん	23
(2) 循環器疾患	24
(3) 糖尿病	25
(4) COPD（慢性閉塞性疾患）	25
3 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上	
(1) 次世代の健康	26
(2) 高齢期の健康	27
4 健康を支え、守るための社会環境の整備	28
5 生活習慣及び社会環境の改善	
(1) 栄養・食生活	29

(2) 身体活動・運動	30
(3) 休養とこころの健康	31
(4) 飲酒	32
(5) 喫煙	32
(6) 歯・口腔の健康	33

《資料編》

健康づくりアンケート調査票

中学生	34
乳幼児の母親	36
30～49歳	38
20～69歳	40
70歳	42

健康づくりアンケート集計表

中学生	44
乳幼児の母親	46
30～49歳	48
20～69歳、70歳	51

第1章 計画の策定に当たって

第1章 計画の策定に当たって

1 計画策定の背景

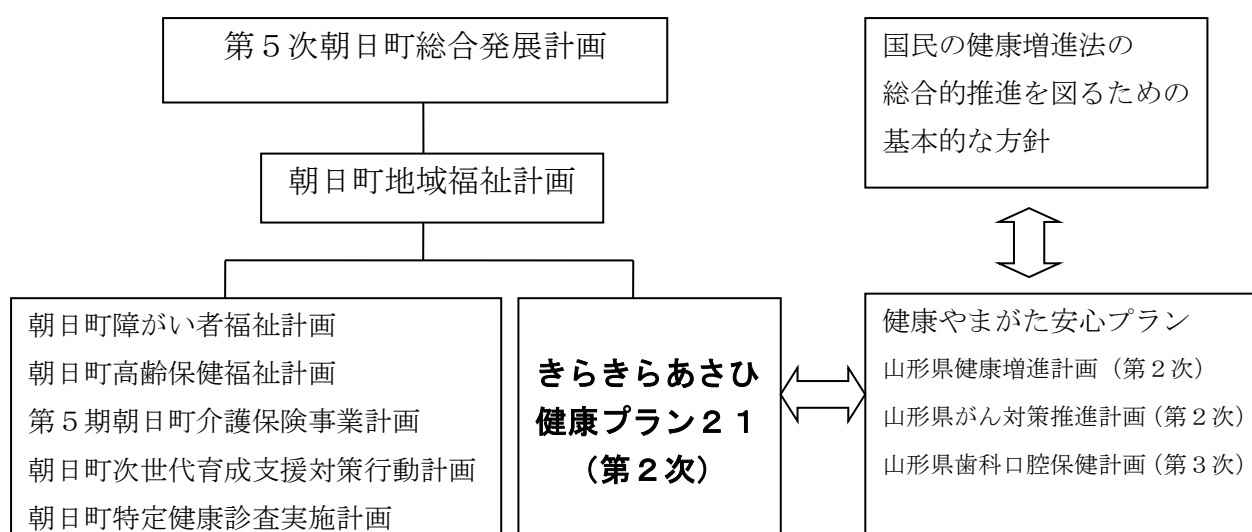
「きらきらあさひ健康プラン21」は、国で示した「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」*注）の地区計画のひとつとして位置づけられ、町の実情に即した町民の健康づくり運動を推進することを目的として、平成17年3月に策定されました。

国では、平成20年には「老人保健法」から「高齢者の医療の確保に関する法律」への改正があり、特定健康診査の開始、後期高齢者制度の創設など自治体を取り巻く健康、医療の政策は大きく変化してきました。また、平成24年7月に「国民の健康増進の総合的推進を図るための基本方針」が定められました。当町では、計画を策定してから8年を経過し、平成24年度に最終評価を行い、「きらきらあさひ健康プラン21（第2次）」を策定することとしました。

*注）すべての国民が健やかで心豊かに生活できる活力ある社会とするために、平成12年に生活習慣病やその原因となる生活習慣の改善等に関する課題について目標等を選定し、国民が主体的に取り組める新たな国民健康づくり運動として「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」が策定されました。国及び県の計画では、最終年度を平成24年度としておりました。

2 計画の位置づけ

本計画は、平成24年7月に「国民の健康増進の総合的推進を図るための基本的な方針」（厚生労働省告示第四百三十号）に基づき、国及び県の方向性を踏まえ、町民の健康づくりの基本計画として位置づけ、第5次朝日町総合発展計画の施策を実現するために推進していきます。



3 基本理念（スローガン）

健康で、生きがいをもって活動できる環境の整備
～生涯現役で活躍できる健康な人を増やす～

第5次総合発展計画の基本目標である「いつの時代も自信と誇りを持ち住みたい、ずっと住み続けたい魅力あるまちをつくる」を達成するため、町民自らが健康づくりに取り組み、生涯現役で活躍できる環境の整備を推進します。

4 基本方針

(1) 健康寿命の延伸と健康格差の縮小

生活習慣病の予防、社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上等により、健康寿命（健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間）の延伸を推進します。

また、あらゆる世代の健やかな暮らしを支える良好な社会環境を健康格差（地域や社会経済状況の違いによる集団間の健康状態の差）の縮小を推進します。

(2) 主要な生活習慣病の発生予防と重症化予防の徹底

がん、循環器疾患、糖尿病及びCOPD（慢性閉塞性肺疾患）に対処するため、食生活の改善や運動習慣の定着等による一次予防に重点を置いた対策を推進するとともに、合併症の発症や症状の進展等の重症化予防に重点を置いた対策を推進します。

(3) 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上

町民が自立した日常生活を営むことを目指し、乳幼児期から高齢期まで、それぞれのライフステージにおいて、心身機能の維持及び向上につながる対策に取り組みます。

(4) 健康を支え、守るための社会環境の整備

町民が主体的に行う健康づくりの取り組みを総合的に支援する環境を整備します。また、社会全体が相互に支え合いながら、町民の健康を守る環境を整備します。

(5) 生活習慣及び社会環境の改善

上記(1)～(4)までの基本的な方針を実現するため、町民の健康増進を形成する基本要素となる「栄養・食生活」「身体活動・運動」「休養及びこころの健康」「飲酒」「喫煙」「歯及び口腔の健康」に関する生活習慣の改善が重要であり、ライフステージや性差、社会経済的状況等の違いに着目し、生活習慣病を発症する危険度の高い集団などへの働きかけを重点的に行うとともに、地域や職場等を通じて健康増進への働きかけを行います。

5 計画の期間

本計画の期間は平成25年度から平成34年度の10年間とします。計画開始年度である平成25年度の5年後（平成29年度）に中間評価を行い、最終年度に見直しを行います。

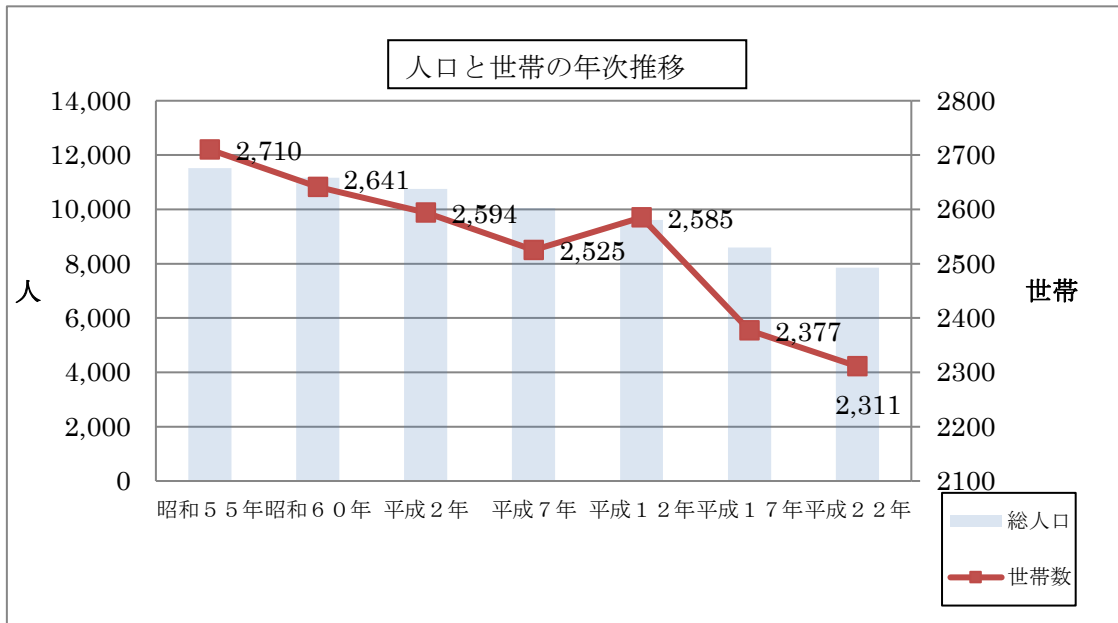
第2章 朝日町の現状

第2章 朝日町の現状

第1節 人口特性

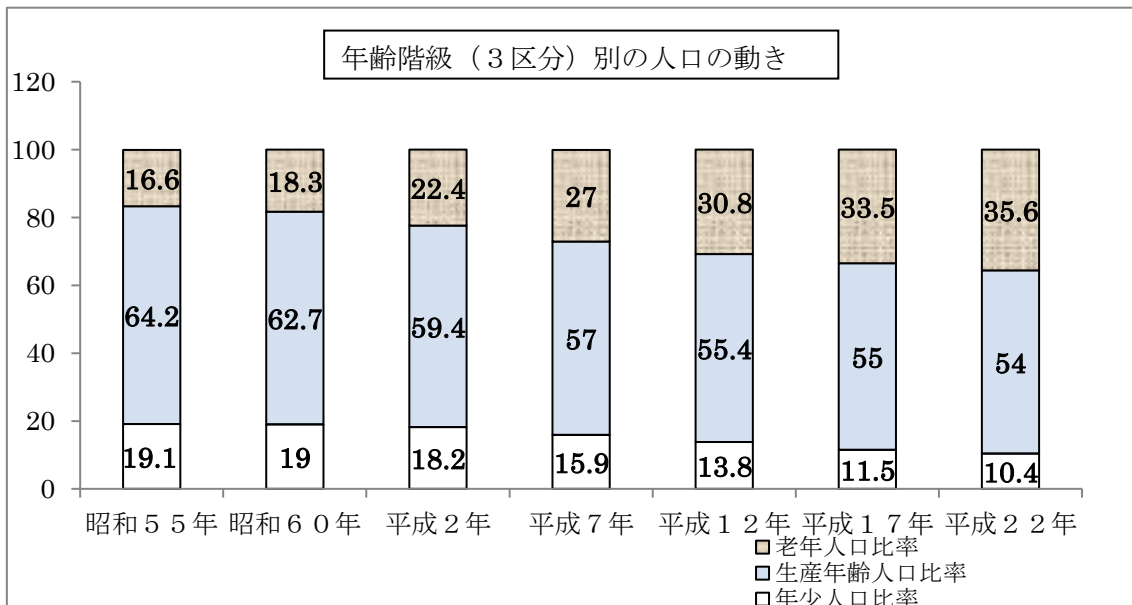
1 人口構造の変化

朝日町の平成22年10月1日現在の人口は、7,856人です。人口の推移を国勢調査で見ると、昭和55年から平成22年までの30年間で朝日町の人口は3,659人減少しています。また、世帯数は、昭和55年2,710世帯から平成22年2,311世帯まで減少しています。



国勢調査

人口推移を年齢3区分で見ると、平成22年の年齢3区分別人口の構成割合は、年少10.4%、生産年齢人口54%、老年人口35.6%で、昭和55年と比べて、年少人口の割合は8.7ポイント、生産年齢人口は10.2ポイント低下しております。老年人口の割合は19ポイント上昇しており、人口の高齢化がさらに進んでおります。



国勢調査

2. 母子保健の現状

(1) 妊娠中の状況

【喫煙状況】 妊娠届出時に行うアンケート調査の結果、朝日町は、妊娠がわかるまで喫煙している妊婦の割合が県、西村山管内より高い状況です。

単位:人、()内%

	山形県	朝日町	寒河江市	河北町	西川町	大江町
調査数	8371	42	336	102	25	46
喫煙あり	243 (3.0)	1 (2.4)	9 (2.7)	1 (1.0)	1 (4.0)	0 (0.0)
妊娠後やめた	1555 (18.5)	9 (21.4)	33 (9.8)	17 (16.7)	2 (8.0)	6 (13.0)
喫煙なし	6573 (78.5)	32 (76.2)	294 (87.5)	84 (82.3)	22 (88.0)	40 (87.0)

【飲酒状況】 妊娠届出時に行うアンケート調査の結果、朝日町は、妊娠がわかるまで飲酒している妊婦の割合が高い状況です。

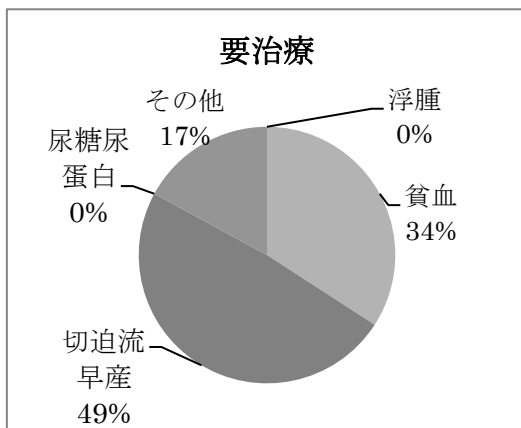
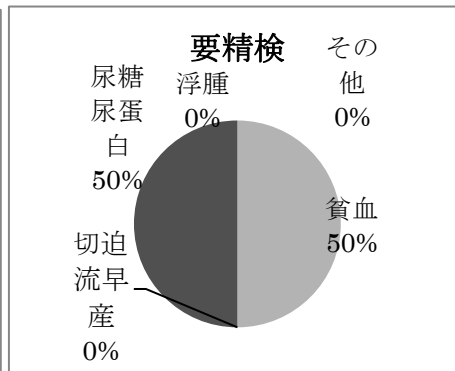
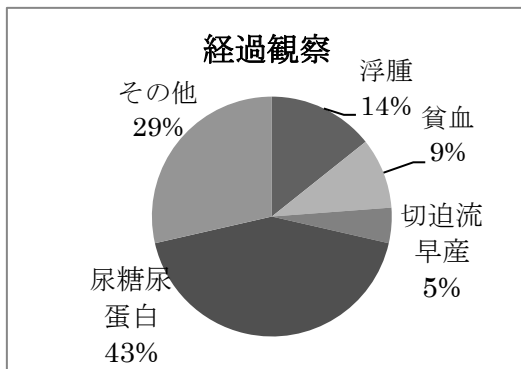
単位:人、()内%

	山形県	朝日町	寒河江市	河北町	西川町	大江町
調査数	8364	42	331	102	25	46
飲酒あり	335 (4.2)	3 (7.1)	7 (2.1)	5 (4.9)	7 (28.0)	0 (0.0)
妊娠後やめた	2551 (30.5)	9 (21.4)	37 (11.1)	22 (21.6)	5 (20.0)	5 (10.8)
飲酒なし	5458 (65.3)	30 (71.5)	287 (86.7)	75 (73.5)	13 (52.0)	41 (89.1)

平成 23 年度母子保健事業のまとめ (県こども家庭課作成)

【妊婦健康診査受診券利用状況】

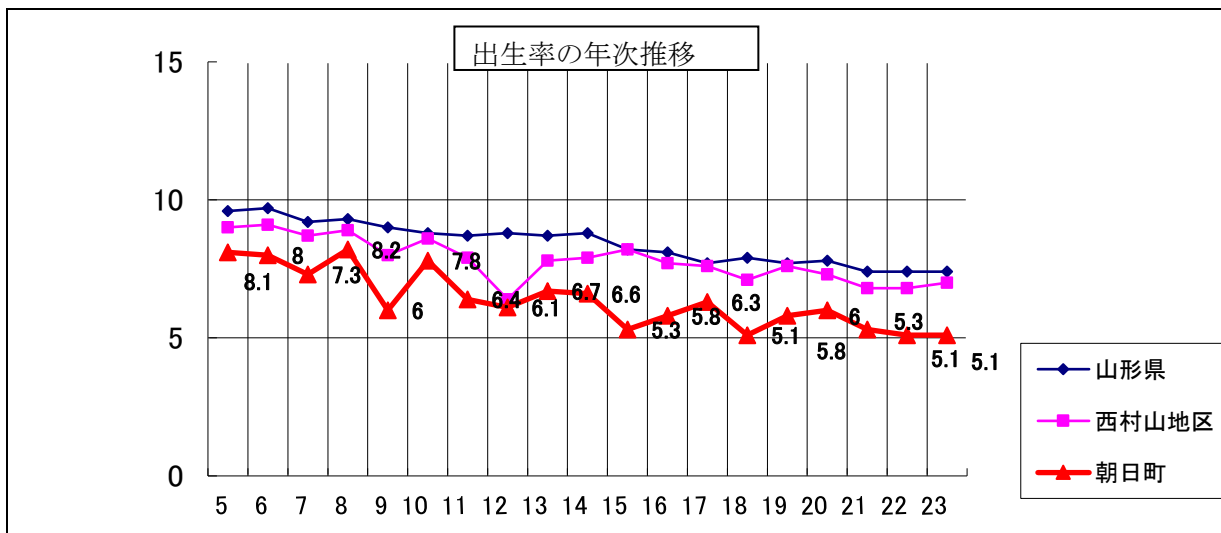
異常あり項目の内訳



※再掲は複数項目該当の場合は、それぞれに計上。

(2) 出生状況

(人口千対)



* 村山保健所人口動態資料より

料より

平成23年の出生率は5.1であり、平成5年より減少傾向にあります。朝日町の出生数は平成23年40人で、平成5年の81人から半減しております。

(3) 低出生体重児出生状況

低出生体重児は2,500g未満の児。出生数が低下する中、低出生体重児数は横ばい状態です。

低出生体重児出生の年次推移

項目 \ 年		19	20	21	22	23
山形県	数	787	812	722	779	700
	率	8.6	8.8	8.2	9.0	8.2
西村山地区	数	52	56	38	58	38
	率	7.7	8.7	6.4	10.0	6.4
朝日町	数	3	5	5	4	4
	率	6.3	10.2	11.6	10.0	10.0

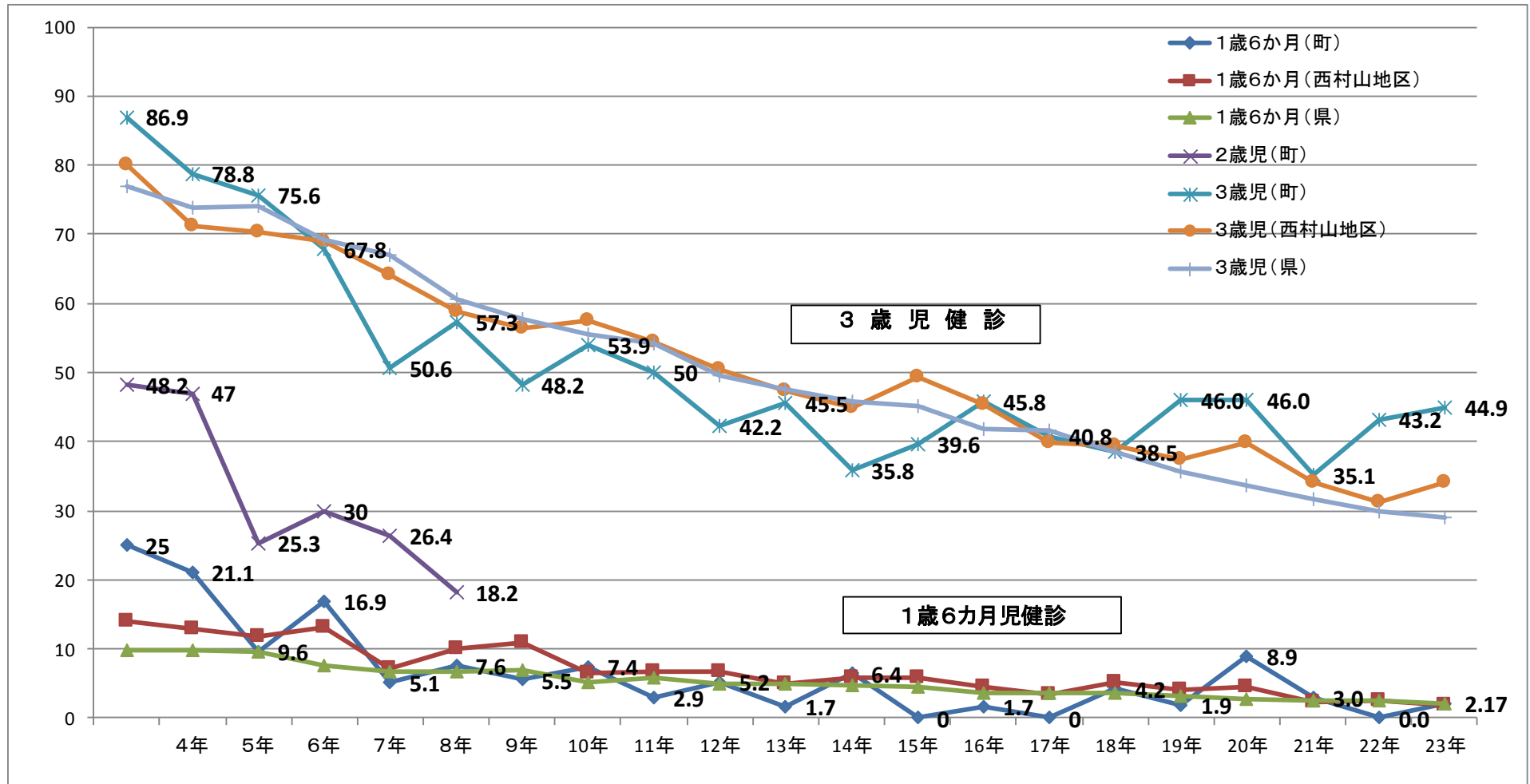
* 村山保健所人口動態資料より

料より

(4) むし歯の状況

平成2年度から平成7年度の5年間県のむし歯半減対策事業のモデル地区に指定され、地域ぐるみでのむし歯半減運動を展開しました。3歳児のむし歯保有率は平成2年86.9%から平成23年44.9%まで減少しています。

(4)虫歯保有率の年次推移



	4年	5年	6年	7年	8年	9年	10年	11年	12年	13年	14年	15年	16年	17年	18年	19年	20年	21年	22年	23年	
1歳6か月(町)	25	21.1	9.6	16.9	5.1	7.6	5.5	7.4	2.9	5.2	1.7	6.4	0	1.7	0	4.2	1.9	8.9	3.0	0.0	2.17
1歳6か月(西村山地区)	13.9	12.9	11.8	13.1	7.1	10	10.9	6.5		6.8	5	5.8	5.8	4.4	3.4	5.1	4.1	4.4	2.2	2.58	1.9
1歳6か月(県)	9.9	9.9	9.5	7.6	6.7	6.7	6.9	5.2		4.9	5	4.7	4.5	3.7	3.6	3.6	3.2	2.8	2.6	2.6	2.01
2歳児(町)	48.2	47	25.3	30	26.4	18.2			6												
3歳児(町)	86.9	78.8	75.6	67.8	50.6	57.3	48.2	53.9	50	42.2	45.5	35.8	39.6	45.8	40.8	38.5	46.0	46.0	35.1	43.2	44.9
3歳児(西村山地区)	80	71.1	70.3	68.9	64.1	58.9	56.5	57.4	54.5	50.5	47.3	44.9	49.3	45.3	39.9	39.4	37.5	39.9	34.1	31.3	34.1
3歳児(県)	76.9	73.8	74.1	69.2	66.9	60.7	57.8	55.6	54.2	49.5	47.5	45.7	45.1	41.8	41.5	38.6	35.7	33.7	31.7	29.8	29.1

※ 平成7年度よりフッ素塗布を開始する。

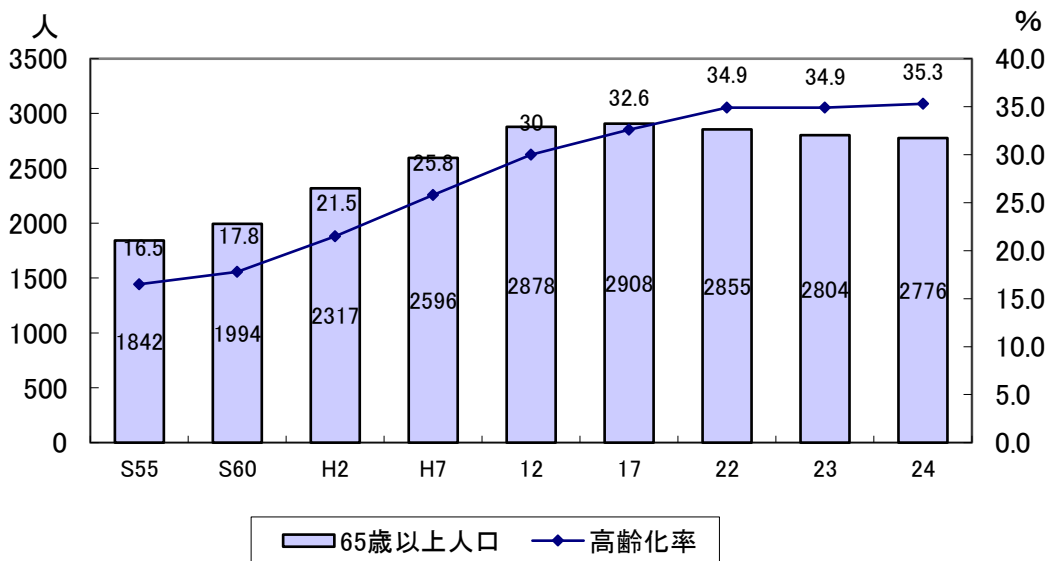
3. 高齢者の状況

(1) 高齢化率・高齢者世帯・寝たきり高齢者の状況

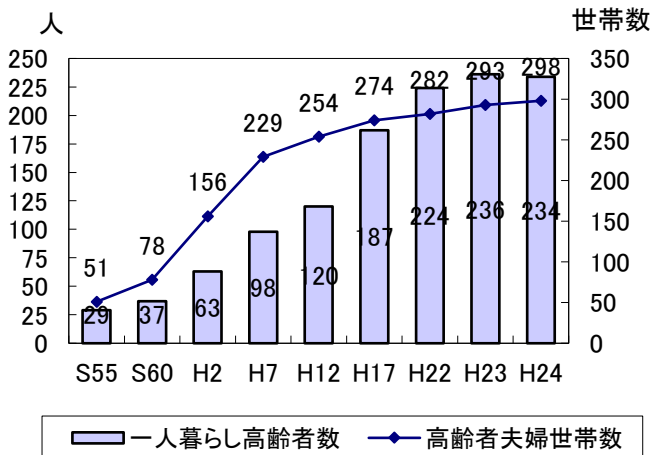
朝日町の65歳以上の高齢者が占める割合は、県内において高い値で推移しており、高齢化率は県内2位となっております。

また、一人暮らし高齢者数と高齢者夫婦世帯はどちらも増加しております。また、65歳以上の寝たきり高齢者数は減少傾向を示しています。

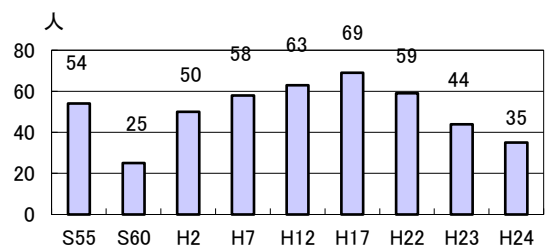
朝日町の65歳以上人口と高齢化率



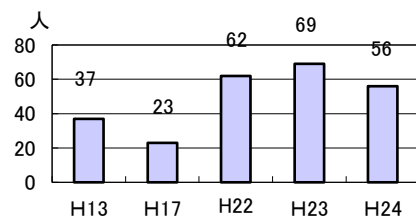
高齢者世帯の状況



寝たきり高齢者数の推移



認知症高齢者数の推移



※ 施設入所者を除く。

高齢者夫婦世帯とは、男65歳、女60歳以上の夫婦のみの世帯である。

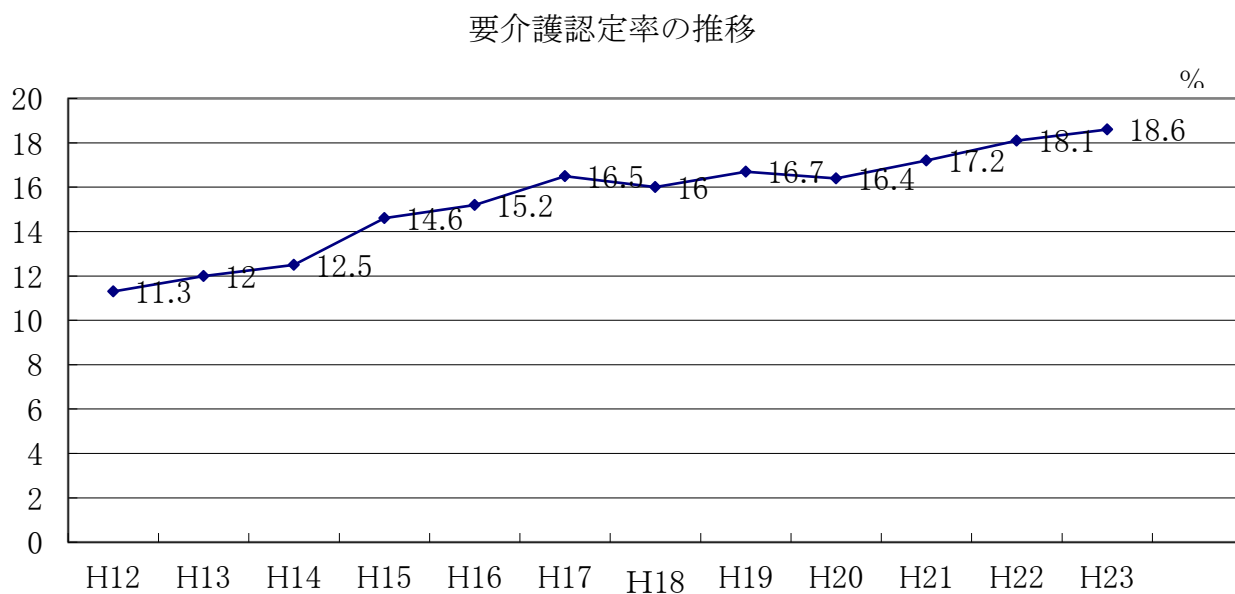
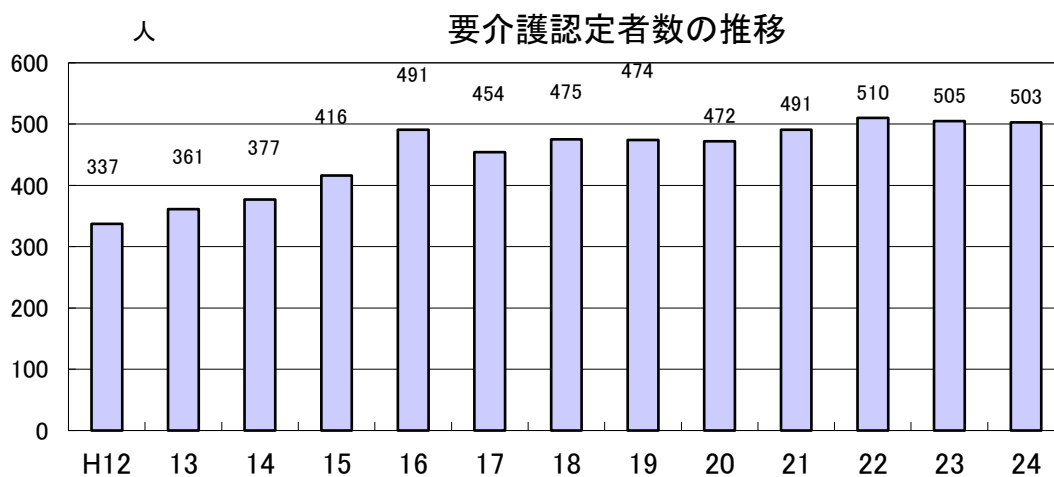
(2) 介護保険の要介護認定者の状況

要介護認定者数は増加傾向にあります。その構成割合は要介護1が24%、要介護2が18%となっております。要支援1、要支援2、要介護1までの軽度者は40%となっております。

要介護（要支援）認定者数（平成24年4月分）

単位：人

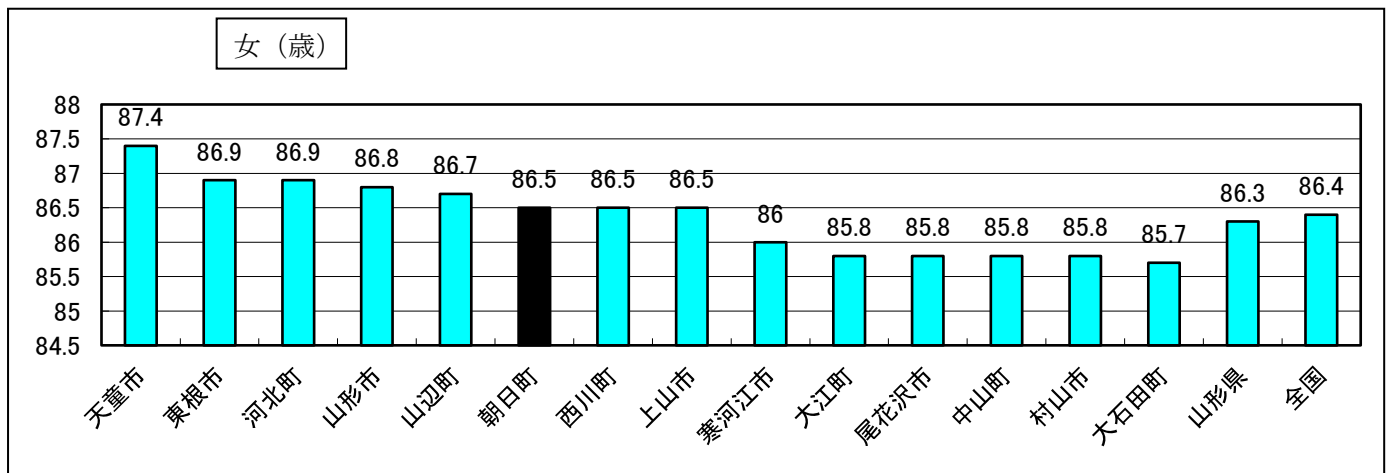
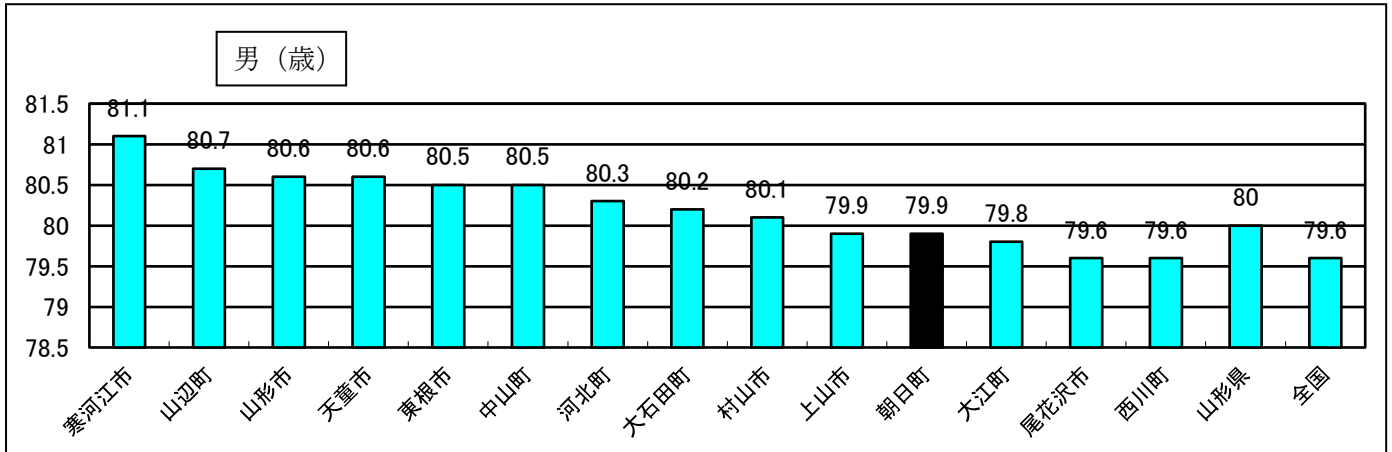
	要支援1	要支援2	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5	計
第1号被保険者	46	32	116	89	77	66	67	493
65歳以上75歳未満	3	4	7	2	5	3	5	29
75歳以上	43	28	109	87	72	63	62	464
第2号被保険者	1	2	3	2	0	0	2	10
総数	47	34	119	91	77	66	69	503



第2節 健康特性

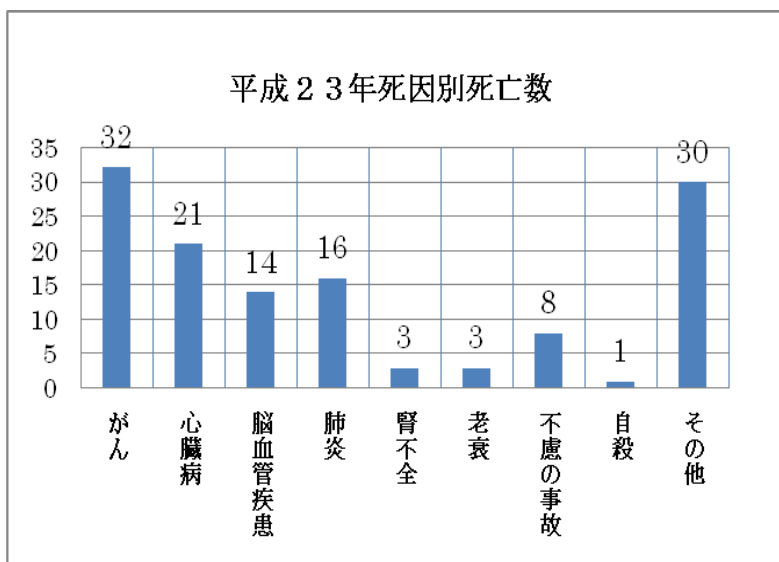
1. 平均寿命

朝日町の平成22年の平均寿命は、男性79.9歳、女性86.5歳となっており、女は県平均を上回っています。



厚生労働省平成22年市町村別生命表

2. 死因の状況

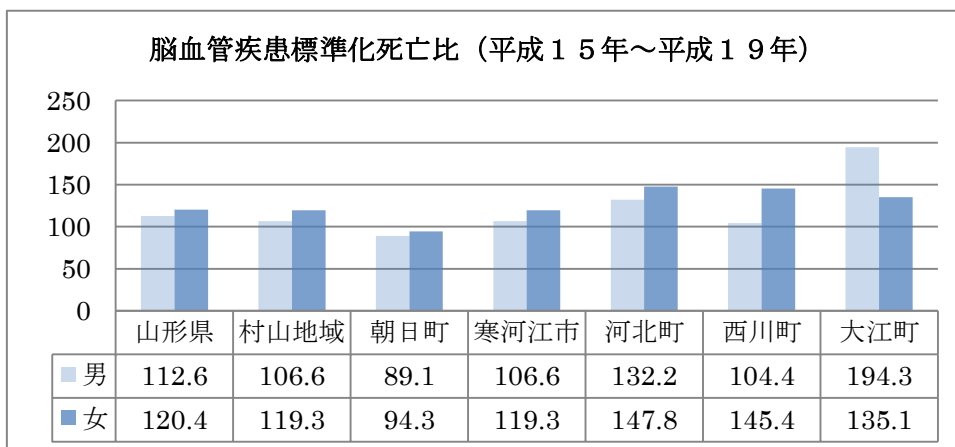
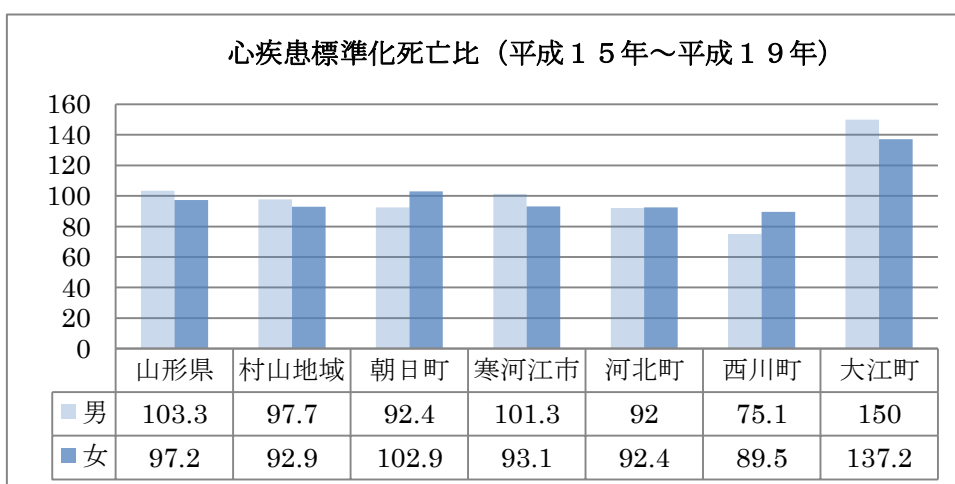
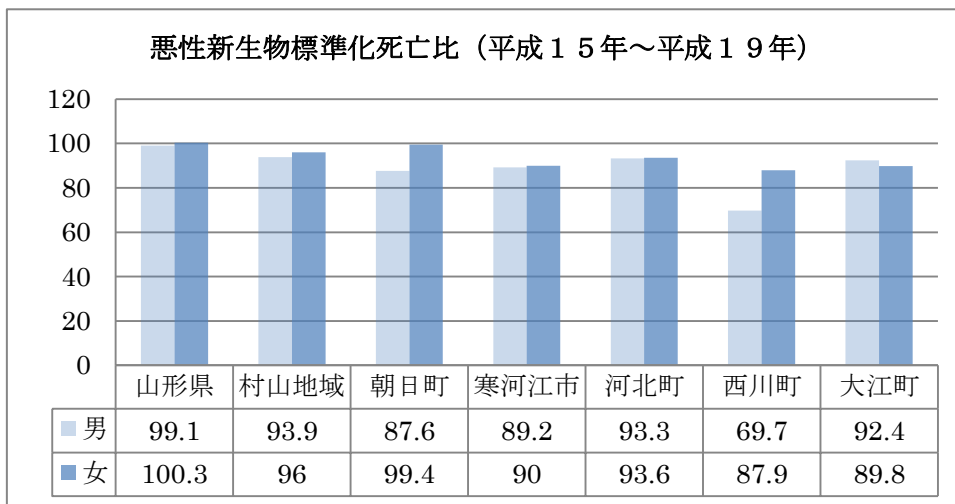


平成23年の総死亡数は128人(男62人、女66人)で、死因別順位は1位がん、2位心臓病、3位肺炎で以下脳血管疾患、不慮の事故、老衰となっています。三大生活習慣病死亡者数(がん、心臓病、脳血管疾患)は、67人で52.3%を占めています。

H23 保健事業のまとめ

3 標準化死亡率（全国を100とした時の項目別標準死亡比）

当町は、心疾患（女）の死亡比が高い状況にあり、がん死亡比や脳血管死亡比は低いことがわかります。

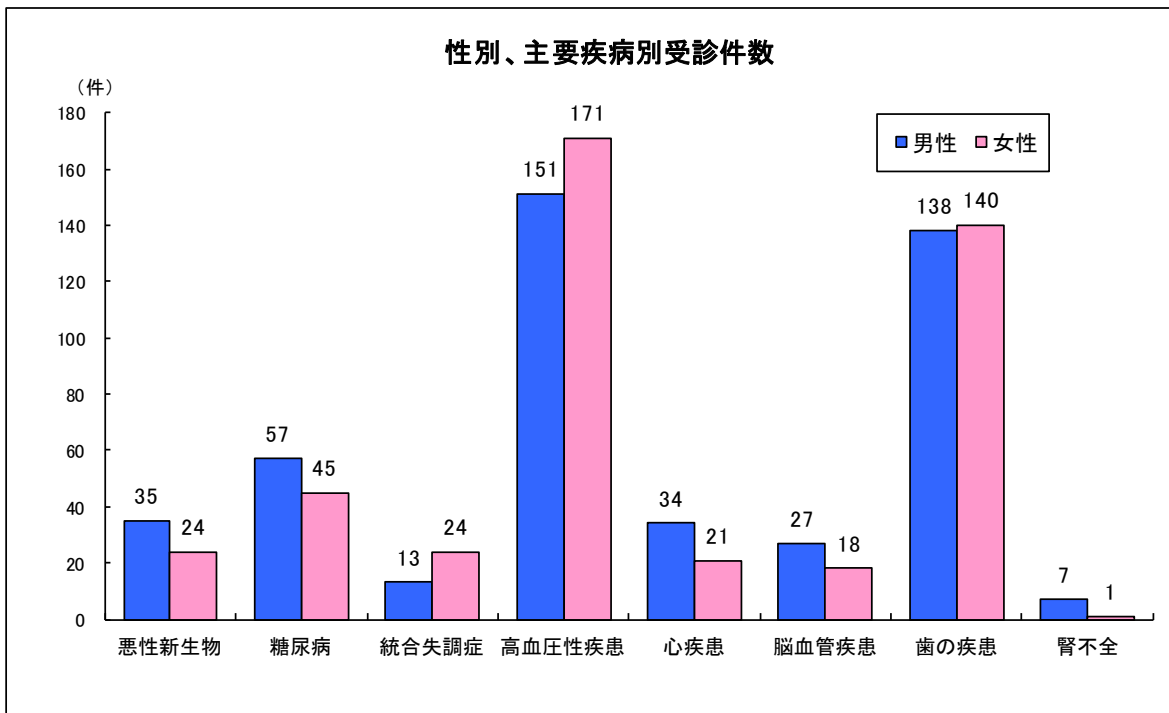
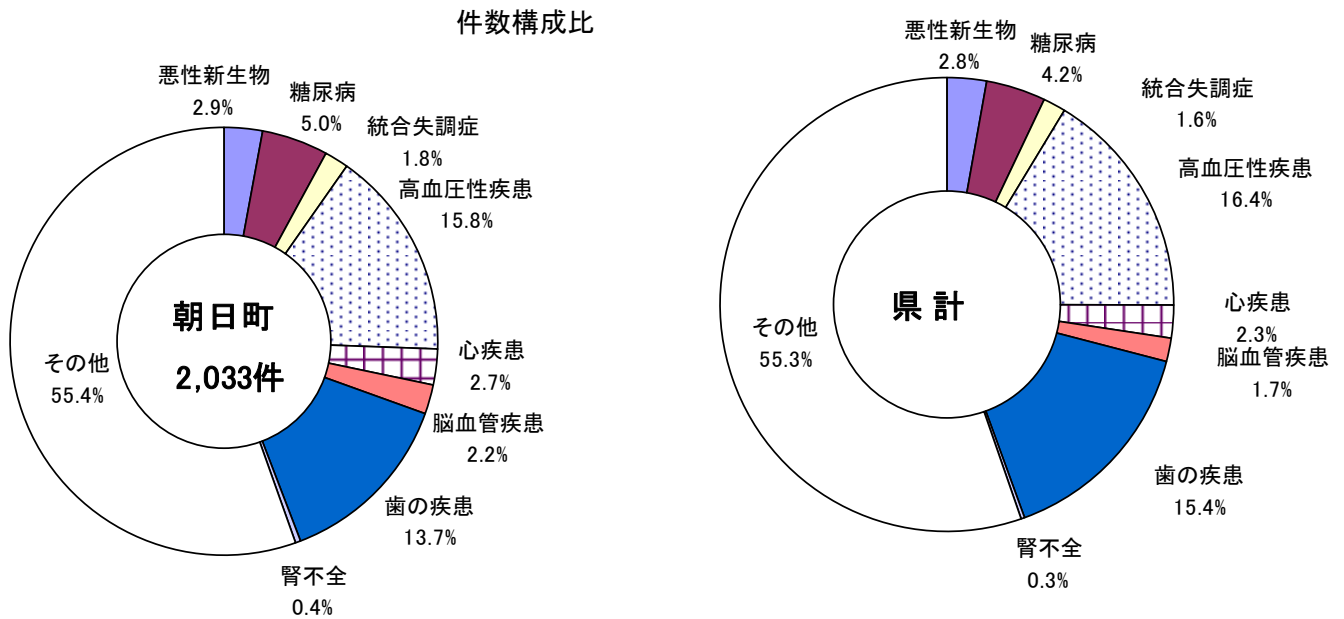


4. 主要疾病の状況

朝日町国民健康保険診療データ（平成23年5月診療分疾病データ：国保被保険者数2,488人
国保加入率 32.1%）からみた主要疾病状況。

(1) 件数

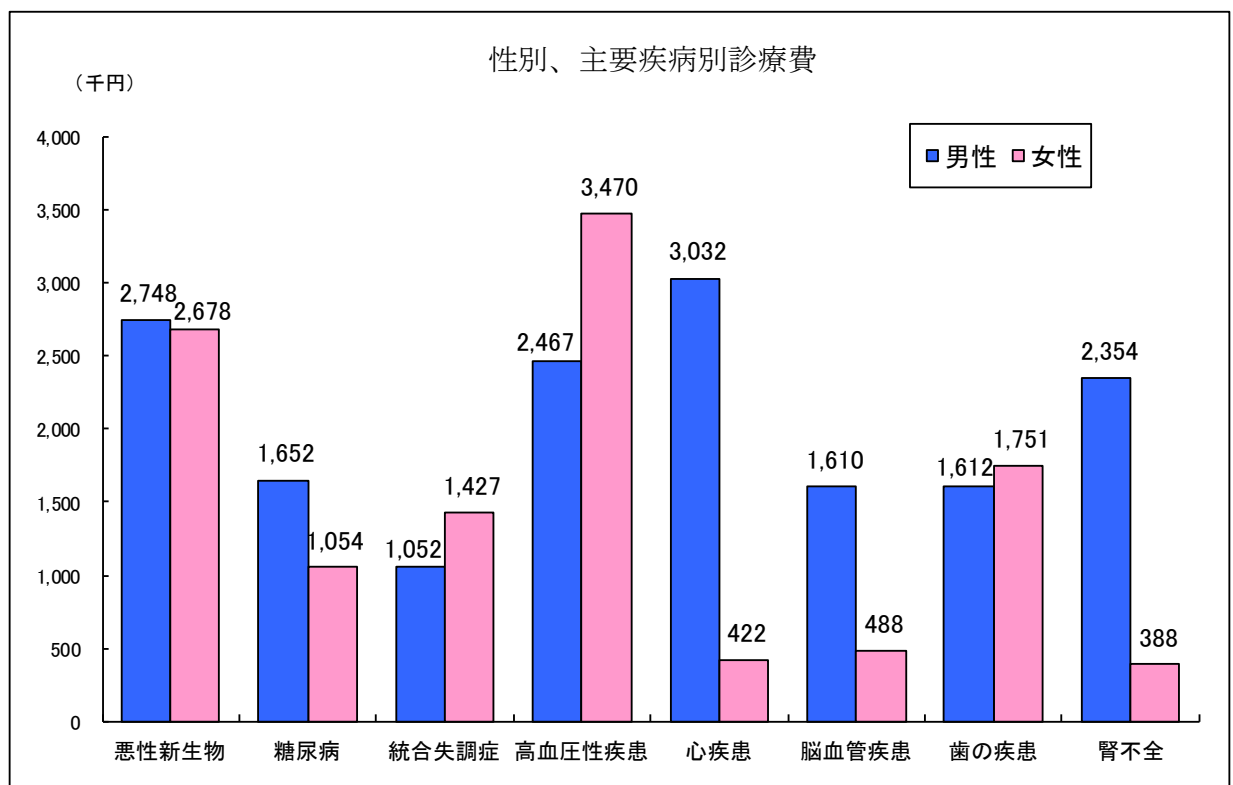
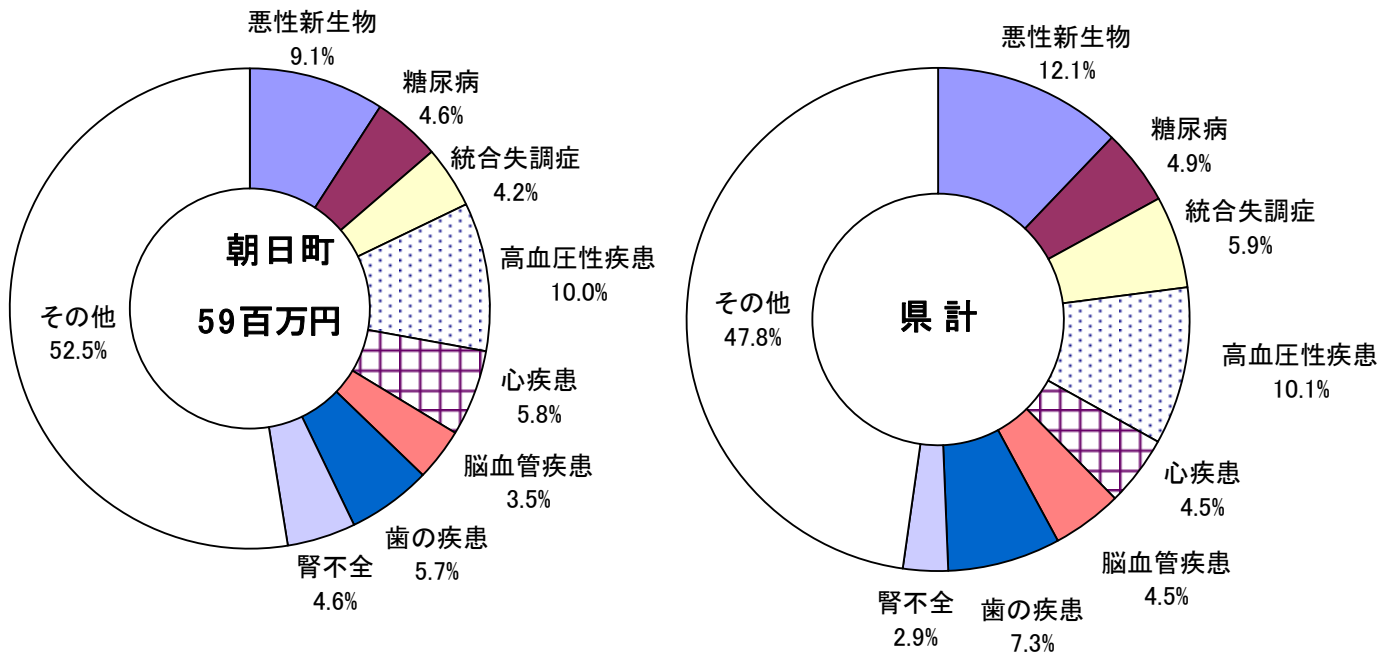
平成23年5月診療分の受診総件数は2,033件となっている。主要疾病別にみると、高血圧性疾患の占める割合が最も高く15.8%、ついで歯の疾患（13.7%）、糖尿病（5.0%）、悪性新生物（2.9%）などの順となっています。県計と比較すると、悪性新生物、糖尿病、統合失調症、心疾患、脳血管疾患、腎不全などの占める割合が高くなっています。



(2) 診療費 ※平成23年5月診療分の診療費には、調剤報酬も含む

平成23年5月診療分の総診療費は59百万円となっています。主要疾病別にみると、高血圧性疾患の占める割合が最も高く10.0%、ついで悪性新生物(9.1%)、心疾患(5.8%)、歯の疾患(5.7%)などの順となっている。県計と比較すると、心疾患、腎不全などの占める割合が高くなっています。

診療費構成比



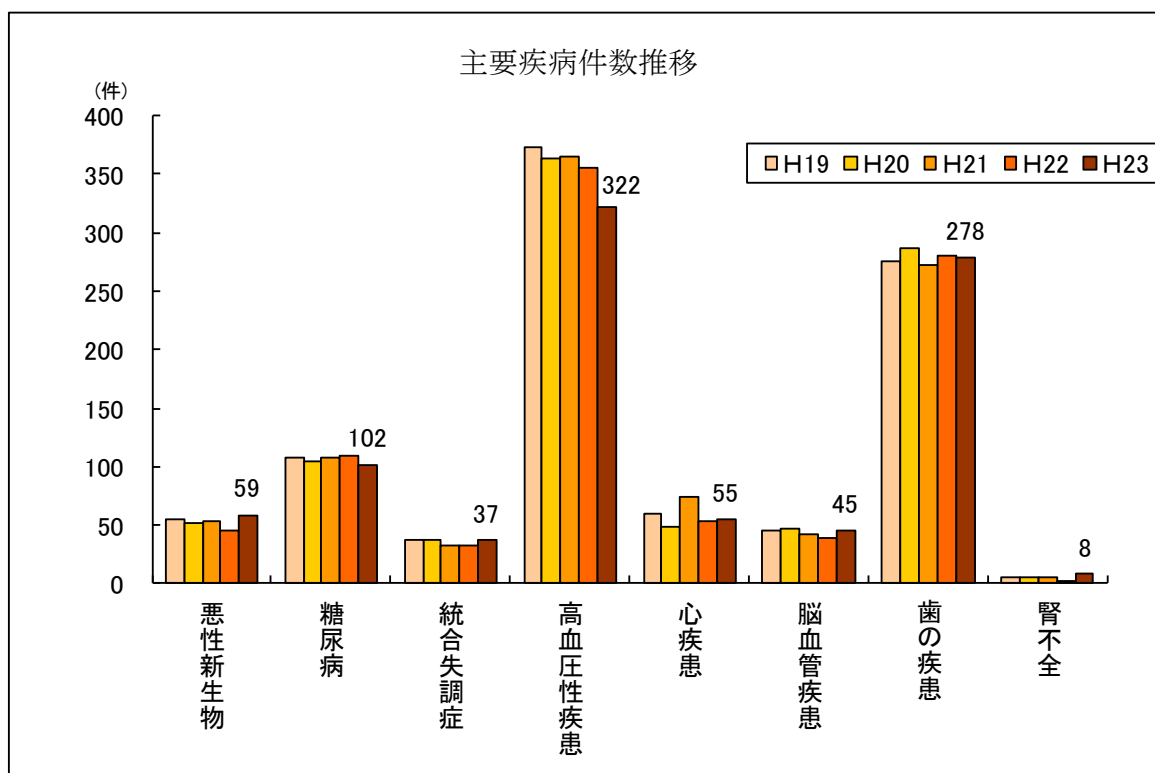
(3) 受診状況

被保険者の年齢構成の影響を取り除いた件数の年齢調整比をみると、糖尿病、心疾患、脳血管疾患で山形県 (=100.0) を上回っており、それぞれ109.8、107.2、123.1となっています。

表1 主な疾病の年齢調整比 (受診件数)

	悪性新生物	糖尿病	高血圧性疾患	心疾患	脳血管疾患
朝日町	96.0	109.8	89.7	107.2	123.1
村山地区	99.1	97.3	102.0	96.2	117.2
最上地区	77.7	97.5	98.0	103.7	75.7
置賜地区	91.7	108.1	111.8	99.9	80.7
庄内地区	109.3	101.6	88.1	104.9	92.4

年齢調整比：年齢構成の影響を取り除いた値
基準値：山形県=100.0



注) 疾病については、社会保険表章用疾病分類表より以下のとおり抽出している。

- 悪性新生物
- 糖尿病 0201～0210
- 統合失調症 0402
- 高血圧性疾患 0503
- 心疾患 0901
- 脳血管疾患 0902、0903
- 歯の疾患 0904～0906、0908
- 腎不全 1101～1103
1402

5. 健康診査の受診状況（平成23年度）

(1)がん検診・結核検診の結果

①各種がん検診受診状況

	受診者数 合計	指導区分		精検受診数	がん発見数
		異常なし	要精検数		
胃がん検診	1,022	884	138	109	1
割合			13.5%	79.0%	0.1%
大腸がん検診	1,231	1,167	64	46	2
割合			5.2%	71.9%	0.2%
肺がん検診	1,441	1,419	22	11	1
割合			1.5%	50.0%	0.1%
子宮がん検診	586	580	6	5	0
割合			1.0%	83.3%	
乳がん検診	685	654	22	21	0
割合			3.2%	95.5%	

平成23年度保健事業のまとめ

②結核検診受診状況

	受診者数	指導区分		結核発見数
		異常なし	要精検数	
結核検診 (65歳以上)	1,483	1,444	39	0
			2.6%	0.0%

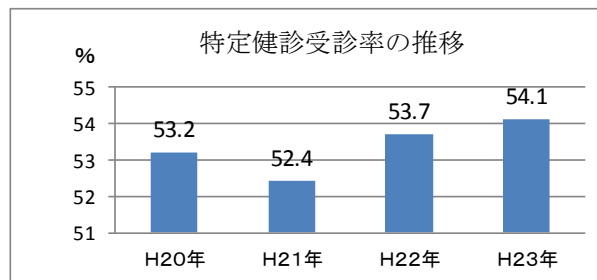
平成23年度市町村結核検診及び予防接種実施状況(山形県)

(2)特定健康診査の結果(特定健診保健指導法定報告より)

①特定健診受診状況

特定健康診査は、医療保険者が実施することとされ朝日町国民健康保険被保険者に健診を実施しております。受診率は、60%まで達していない状況にあるものの増加傾向にあります。県内で60%到達しているのは1か所のみとなっております。

特定健診受診者数	単位:人	
	対象者数	受診者数
H20年	1,790	952
H21年	1,799	943
H22年	1,750	939
H23年	1,699	920

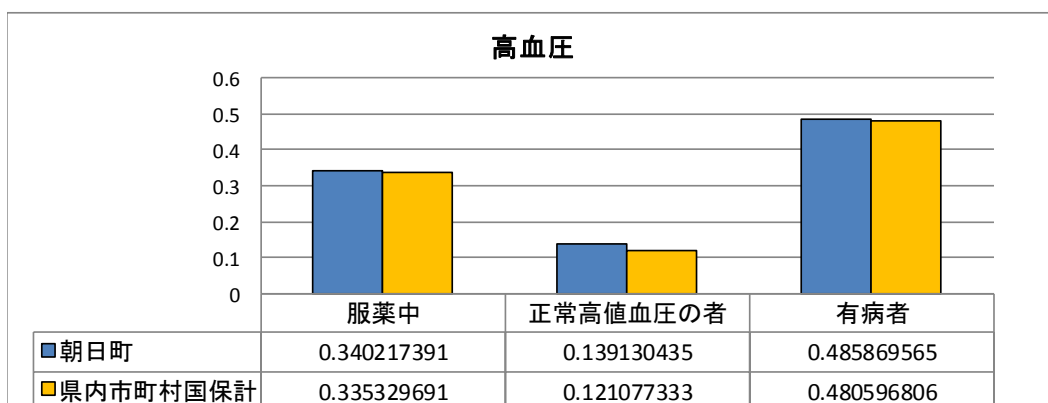


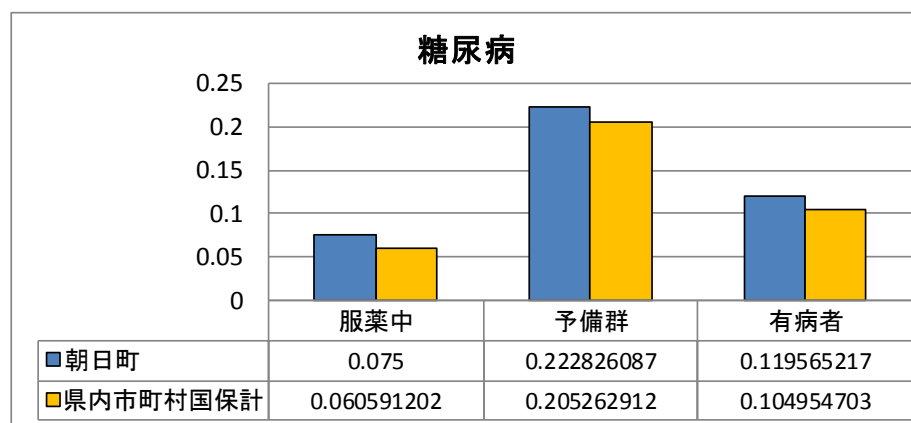
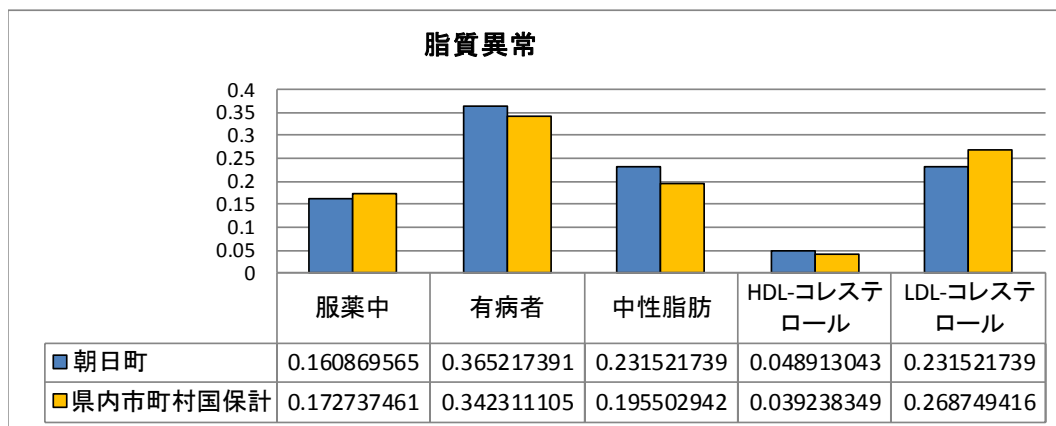
年齢別にみた特定健診受診の状況

	40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳	計
対象者数	66人	120人	140人	220人	386人	367人	400人	1,699人
受診者数	15人	42人	66人	110人	225人	230人	232人	920人
健診受診率	22.7%	35.0%	47.1%	50.0%	58.3%	62.7%	58.0%	54.1%

②検査項目からみた県内市町村国保計との比較

保険者名	対象者	受診者	
		人数	割合
朝日町	1,699	920	54.1%
県内市町村国保計	205,267	85,652	41.7%

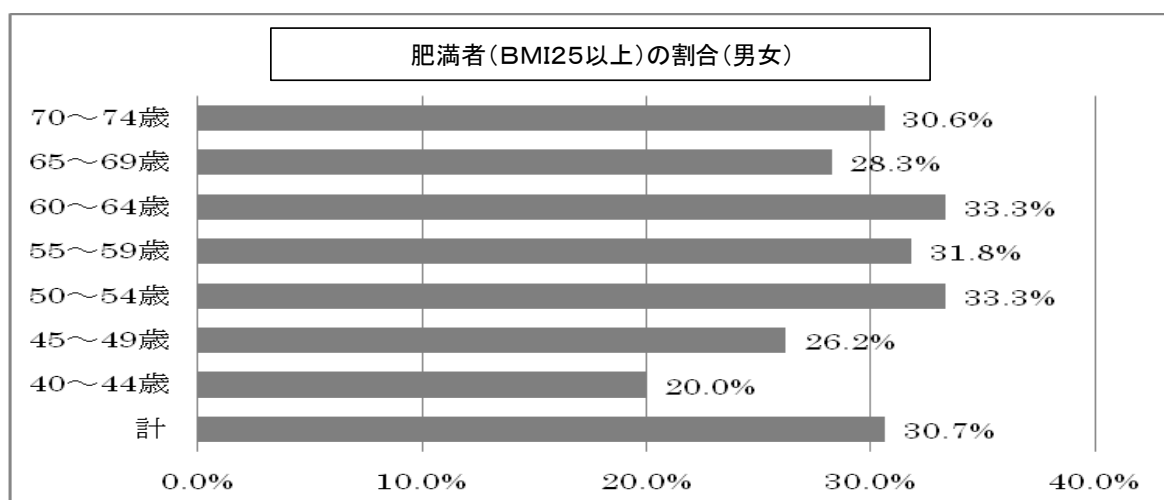




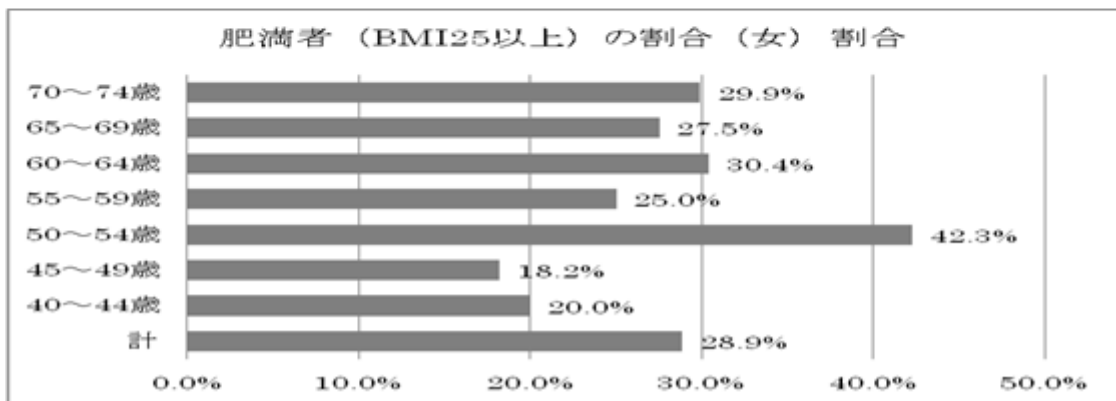
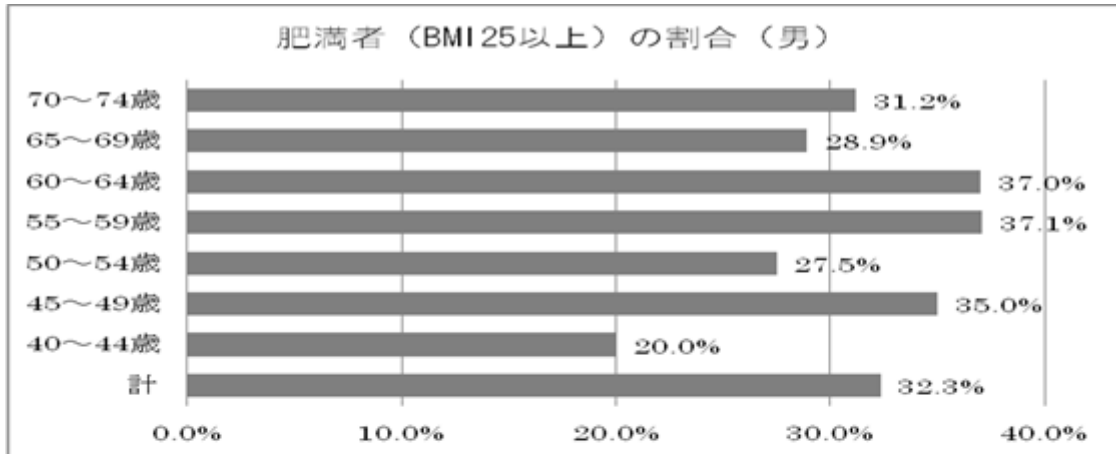
年齢別にみたBMI25以上の方の割合

	40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳	計
受診者数	15人	42人	66人	110人	225人	230人	232人	920人
BMI25以上の人数	3人	11人	22人	35人	75人	65人	71人	282人
BMI25以上の割合	20.0%	26.2%	33.3%	31.8%	33.3%	28.3%	30.6%	30.7%
県内市町村国保計 BMI25以上の割合	28.4%	29.1%	27.6%	27.0%	26.8%	26.2%	26.6%	26.8%

40歳以上のBMIでみた体格では「肥満」が30.7%となっています。性・ライフステージ別では女性の50～54歳、男性の55～64歳で肥満が多くなっています。



朝日町の状況（男女別）



平成23年度 特定健診・特定保健指導に関する統計資料（山形県国保連合会）

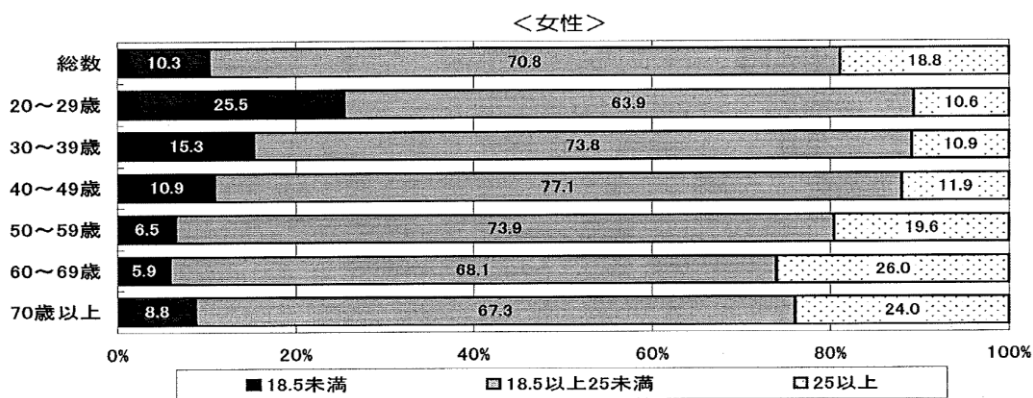
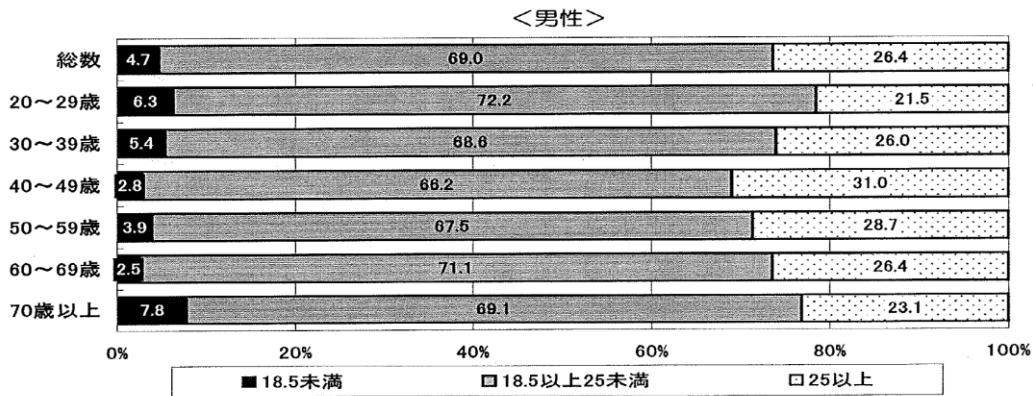


《参考》BMIの区分による肥満、普通体重、低体重の割合

(20歳以上、性・年齢階級別)

県内の状況

県の調査によると、20歳代女性におけるやせ（BMI18.5未満）の割合が25.5%であり、約4人に1人がやせであると報告がなされています。



肥満度：BMI (Body Mass Index) = 体重kg / (身長m)² により判定

判定	低体重 (やせ)	普通体重	肥満
BMI	18.5未満	18.5以上25未満	25以上

(日本肥満学会 (2000年) による肥満の判定基準より)

平成22年度山形県県民健康栄養調査

③ 特定保健指導の状況 (H23年度)

特定健診受診者数 920人

	積極的支援		動機付け支援		計	
	人数	割合 (%)	人数	割合 (%)	人数	割合 (%)
対象者数	46人	5.0%	67人	7.3%	113人	12.3%
利用者数	12人	26.1%	33人	49.3%	45人	39.8%
終了者数	10人	21.7%	32人	47.8%	42人	37.2%

6. 栄養・食生活の状況

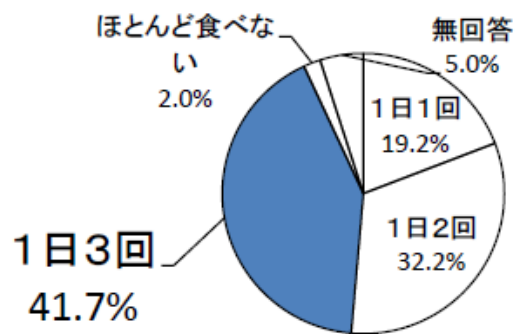
栄養・食生活は、多くの生活習慣病と関連が深く、また、生活の質との関連も深くなっています。栄養・食生活は、生涯にわたる健康づくりの基本であり、幼少期からの健康的で主体的な食習慣の形成が大切です。

栄養のバランスを考えた食事をするだけでなく、自分に必要なエネルギー量を理解し、適切な量をとることが重要です。

(1) 主食、主菜、副菜が揃った食事を1日3回食べている人の割合

バランスのとれた食事を1日3回食べている人は41.7%と半数を下回っています。バランスのとれた食事をする事は、望ましい栄養摂取に繋がります。

朝日町健康づくりアンケート（20～70歳）



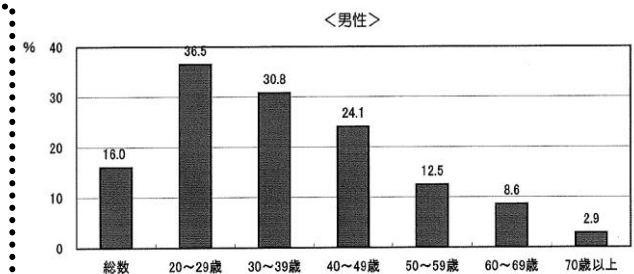
(2) 習慣的な朝食の欠食率 ※（20歳以上）

欠食は栄養の不足と共に、1回当たりの食事が多くなりやすく、肥満の原因ともなりえます。

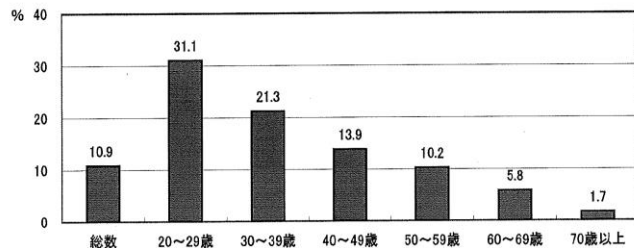
県の調査では20～30歳代での朝食欠食率が高いとの報告がなされました。子育てを担う世代の食習慣が次世代の子ども達へ与える影響も懸念されます。

平成22年山形県県民健康栄養調査

※週に2回以上朝食を欠食している者の割合



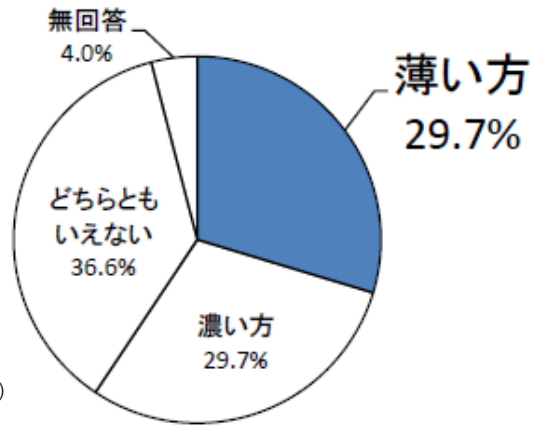
高い



高い

(3) 減塩、うす味料理を実行している者の割合

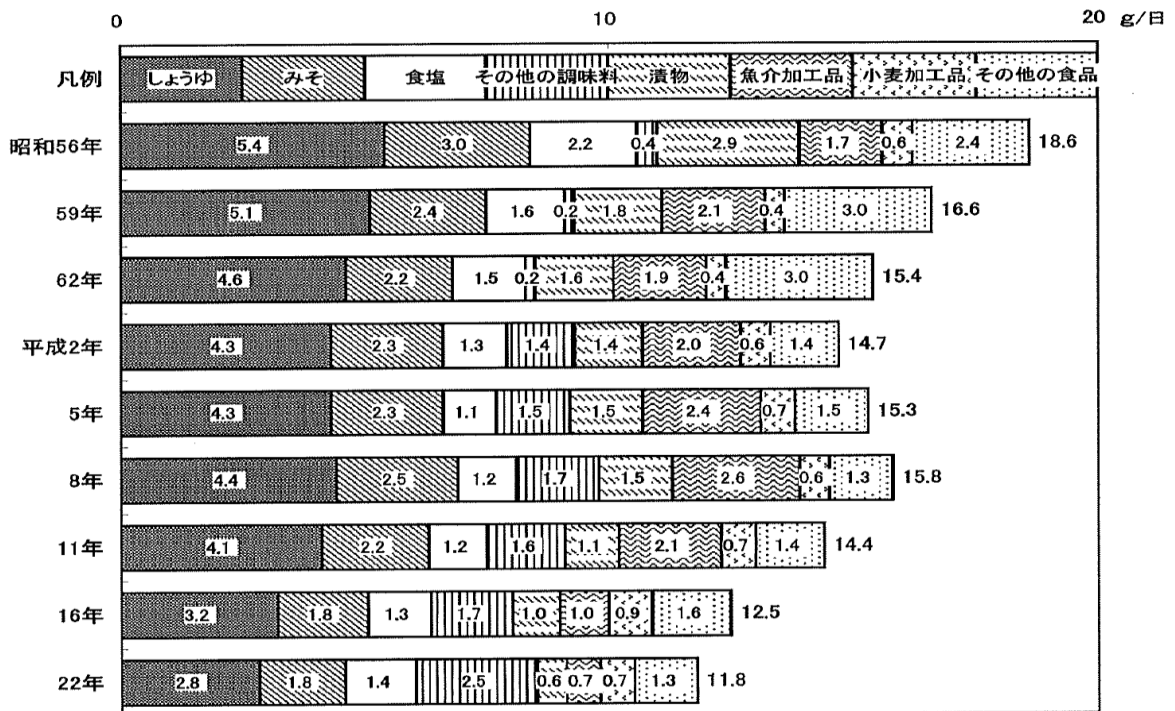
減塩、うす味料理の実行者は29.7%と3割をきっています。
減塩、薄味料理の実行は高血圧予防や、食べ過ぎを防ぐことにも繋がります。



朝日町健康づくりアンケート（20～70歳）

(4) 食塩の食品群別摂取量の年次推移（1歳以上）

県の調査では、その他の調味料からの塩分摂取が増加しているとの報告がなされており、時代に合わせた減塩活動が求められます。



増加傾向

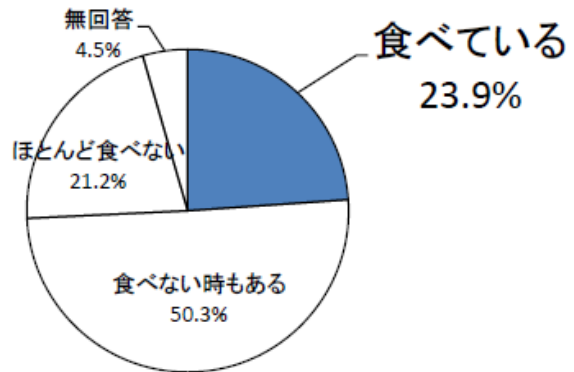
平成22年山形県県民健康栄養調査

リンゴをはじめとした果物を毎日食べているか

朝日町特産のリンゴをはじめとした果物を毎日食べている者は 23.9%と3割をきっています。

朝日町のように、身近に果物がある環境にあっても、毎日食べていないことが分かりました。

朝日町健康づくりアンケート（20～70歳）



コラム

朝日町民でさえ、毎日果物を食べている人は**約2割**という事実…。



皆さんはどう感じましたか？

果物は**毎日**、しかも1日に**200g**（リンゴなら1個）食べるのが理想とされています。



毎日食べてね♡



右の図は「食事バランスガイド」といい、詳細は次のURLでご覧になれます。

http://www.maff.go.jp/j/balance_guide/

朝に食べるフルーツは金!?

ヨーロッパで古くから言われていることわざ！昔の人は、朝に食べる果物が体にいい事をちゃんと知っていたんですね。現代を生きる我々も果物を食べて元気パワーをチャージしましょう！

第3章 きらきらあさひ健康プラン 21の評価

第3章 「きらきらあさひ健康プラン21」の評価

1. アンケート調査概要

調査目的：平成17年度に策定された「きらきらあさひ健康プラン21」の最終評価として目標値の達成状況を知り、町の健康課題を把握し、次期計画の参考資料とするために実施。

調査日：1) 平成23年2月1日～24日実施

30～49歳 無作為抽出した方 330人

2) 平成24年3月15日～31日実施

20～29歳・50～69歳 無作為抽出した方 1151人

70歳 無作為抽出した方 45人

中学生 無作為抽出した方 80人

乳幼児の母親 無作為抽出した方 74人

調査方法：郵送で配布し、返信用封筒にて回収。回収者数934人（回収率55.6%）

2. アンケート調査結果概要 ～前回調査結果（平成13年度）との比較～

1) 父親のいつも育児に参加する人の割合は、前回結果37.9%から60%に増加している。一方、育児に不安を感じる人の割合は、前回結果55.2%から75%に増加している。

2) 太りすぎの割合は、前回結果2.2%から3.5%に増加している。

3) 週2回30分以上の運動をしている人の割合は、前回結果19.1%から33.1%と増加している。

4) 12歳児一人平均むし歯本数は、前回結果1.66本から0.98本と減少している。県平均の1.05本と比べるとむし歯本数が少ない。

5) 70歳で20本以上の歯を持っている人の割合は、前回結果17.1%から28.6%と増加している。

6) 趣味、楽しみ、好きでやっていることがある人の割合は、前回結果77.1%から59.5%と減少している。

7) 自分で健康だと思う人の割合は、前回結果86.2%から78%と減少している。

3. 目標達成度（5段階評価）

「A：目標達成」と「B：達成しないが改善がみられる」を合わせ、全体の約5割で一定の改善がみられた。

評価区分（目標値と現状値を比較）	該当項目数 <割合>
A：目標達成	12項目 <34.3%>
B：達成しないが改善がみられる	8項目 <22.9%>
C：変わりなし	5項目 <14.3%>
D：悪化している	7項目 <20.0%>
E：評価不能	3項目 <8.6%>
合計	35項目 <100%>

施 策		目 標 項 目	平成13年度 (前回調査結果)	目 標 値	現 状 値 (今回の調査結果)	評 価	
I 疾病予防	1. 周産期異常の予防	①妊娠11週以下での届出率を上げる	71.70%	100%	85.70%	B	
		②妊娠中の喫煙率を下げる	12.10%	なくす	2.40%	B	
		③貧血の割合を下げる	22.80%	10.00%	0.00%	A	
		④低体重児出生率を下げる	15.80%	半減	10	B	
	2. 子どもが健康に育つための支援	①育児教室開催回数を増やす	2回	6回	6回	A	
		②育児にいつも参加している父親の割合を増やす	37.90%	50%	60%	A	
	3. 虐待の予防	①広報への子育てや介護情報の提供回数	1回	10回	1回	C	
		②育児サークルの数を増やす	1グループ	3グループ	0	D	
		③育児に不安を感じる人の割合を減らす	55.20%	25%	75%	D	
		④家族介護者交流会の参加者を増やす	延102人	延150人	延41人	D	
	4. 感染症の予防	①予防接種接種率を上げる	85.30%	100%	85.90%	B	
		②呼吸器検診の受診率を上げる	94.50%	100%	92.30%	C	
	5. 生活習慣病の予防	①太りすぎの人の割合を減らす	2.20%	1.50%	3.50%	D	
		②りんご（果物）等を毎日食べる人の割合を増やす	調査中	10%増	23.90%	E	
		③週2回30分以上運動している人の割合を増やす	19.10%	30%	33.10%	A	
		④喫煙が健康への影響について十分な知識を持っている人の割合を増やす	57.50%	100%	79.10%	B	
	6. むし歯、歯周病の予防	①定期的に歯科医院に行く人を増やす	5.80%	10%	6.60%	B	
		②おやつ回数が2回までの児の割合を増やす（1歳6カ月児）	51.60%	70%	71.70%	A	
		③12歳児一人平均むし歯本数を減らす	1.66本	0.5本	0.98本	B	
		④70歳で20本以上の歯を持っている人の割合を増やす	17.1%	30%	28.60%	B	
	7. 休養・こころの健康づくり	①趣味、楽しみ、好きでやっている事がある人の割合を増やす	77.10%	85%	59.50%	D	
		②生活全般について不安を感じている人の割合を減らす	42.60%	30%	24.90%	A	
		③いつもの睡眠で休養がとれていないと思う人の割合を減らす	43.60%	35%	19.90%	A	
	II 健康回復・社会復帰の支援	1. 健康回復の支援	①自分で健康だと思っている人の割合を増やす	86.20%	90%	78%	D
			②健康教室回数を増やす	67回	75回	90回	A
			③健診結果総合判定「要指導」の割合を減らす	29%	25%	22.80%	A
		2. 社会復帰のための支援	①社会参加率を上げる	75.3%	80%	不明	E
			②リハビリの集いの参加者を増やす	15人	30人	事業中止	E
③いきいきサロン参加者を増やす			6人	12人	12人	A	
	④交流の場を増やす	2か所	5か所	1か所	D		
III 健康づくりのための自主活動支援	①地区活動参加者数を増やす	628人	700人	649人	C		
	②情報提供回数を増やす	80回	90回	78回	C		
	③PR回数を増やす	66回	80回	90回	A		
IV健康づくりのための環境整備	①ホームページへの健康情報提供回数	0	月1回	0回	C		
	②全町的健康づくりネットワーク数	0	1	2	A		

第4章 基本施策の展開

第4章 基本施策の展開

1 健康寿命の延伸と健康格差の縮小

町民主体の取り組みの推進

健康づくりを支援する環境整備の推進

目標値

項目	現状値	目標（平成 34 年度）
自分で健康だと思う人の割合を増やす	78%	90%

あさひ健康づくりアンケート調査

2 主要な生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底

(1) がん

町民の実践指針	<p>がんについて正しく理解しよう</p> <p>がん予防のための生活を心がけよう</p> <p>がん検診を受け、早期発見早期治療に努めよう</p>
現状と課題	○がんは死亡原因の 25%を占めている。
現在の取り組み	<p>○各種がん検診の実施</p> <p>胃がん、肺がん、乳がん、子宮頸がん、大腸がん</p> <p>○健康教育の実施</p> <p>○健康相談の開催</p> <p>○健康手帳の配布</p> <p>○がん検診精密検査受診勧奨</p>
具体的施策の推進	<p>○がんに対する知識の普及、がん予防対策の推進</p> <p>がん検診の積極的な受診を促進します</p> <p>家庭や職場での喫煙率の低下と受動喫煙の防止を進めます</p> <p>がん検診による要精密検査該当者への早期受診勧奨を進めます</p> <p>受けやすい検診体制を整備します</p>

目標値の設定

	現状値	目標値（H34年）
①悪性新生物標準化死亡比減少	男 87.6 女 99.4	減少傾向へ
②がん検診の受診率の向上	<p>胃がん検診 55.8%</p> <p>大腸がん検診 63.5%</p> <p>子宮がん検診 54.6%</p>	<p>胃がん検診 60.0%</p> <p>大腸がん検診 65.0%</p> <p>子宮がん検診 55.0%</p>
③がん検診の精密検査受診率の向上	<p>胃がん検診 79.0%</p> <p>大腸がん検診 71.8%</p>	<p>胃がん検診 85.0%</p> <p>大腸がん検診 75.0%</p>

平成 23 年度がん検診実施成績表②

平成 23 年度保健事業のまとめ③

(2) 循環器疾患

町民の実践指針	健康診断を受け、自分の健康状態を把握しよう 適正体重を知り、健康な生活習慣を身につけよう
現状と課題	○心疾患と脳血管疾患は、死因の27.3%を占めており、死亡原因の第2、3位となっています。 ○高血圧予備軍（正常高値血圧者）の割合が県平均を1.8%上回っています。 ○減塩・薄味料理の実行者29.7%と3割をきっている。
現在の取り組み	○健康診査の実施○健康教育の実施 特定保健指導の実施 生活習慣病予防のための食生活指導及び運動指導 ○健康相談○健康手帳の交付○訪問指導
具体的施策の推進	○健康教室、健康相談等で生活習慣改善に向けた知識の普及を進めます ○健康診断の受診勧奨により、早期発見、予防を進めます ○適切な食生活の実践と運動習慣の必要性を啓発し、自らの健康管理の実践を進めます

目標値の設定

	現状値	目標値（H34年）
①脳血管疾患、虚血性心疾患の標準化死亡比の減少	脳血管疾患 男性 89.1 女性 94.3 心疾患 男性 92.4 女性 102.9	減少傾向へ
②高血圧者の割合の減少 正常高値血圧の者の割合の減少	正常高値血圧の者の割合 13.9%	減少傾向へ
③内臓脂肪症候群の該当者及び予備軍の減少	27.3%	24.0%
④特定健診・特定保健指導の実施率の向上（再掲）	特定健診受診率 54.1% 特定保健指導対象者利用者の終了割合 37.2%	特定健診受診率 60.0% 特定保健指導対象者利用者の終了割合 45.0%
⑤減塩・薄味を実行している人の割合の増加	29.7%	40.0%
⑥週2回30分以上運動している人の割合の増加	33.1%	40.0%

平成15～19年 標準化死亡比【国を100として】①

平成23年度 特定健診・保健指導に関する統計資料（山形県国保連合会）②③④

*40～74歳国保対象

朝日町健康づくりアンケート調査⑤⑥

(3) 糖尿病

町民の実践指針	糖尿病について正しく理解しよう 毎年健診を受け自分の体のことを知り、病気を予防しよう 糖尿病の重症化予防に努めよう
現状と課題	糖尿病は高齢化に伴い増加が予測される。 特定健診結果から糖尿病有病者の割合が高い。
現在の取り組み	○特定健診・後期高齢者健診による検査の実施 ○特定保健指導の実施 ○健康手帳の配布 ○精密検査該当者への受診勧奨
具体的施策の推進	○糖尿病に関する知識の普及、糖尿病の予防と重症化予防します ○各種健康教室・健康相談で糖尿病の知識普及を進めます ○特定健診・後期高齢者健診の受診を勧奨し、早期発見・早期治療及び合併症を予防します

目標値の設定

	現状値	目標値 (H34年)
①糖尿病有病者の増加の抑制	12.0%	12.0%
②特定健診・特定保健指導の実施率の向上(再携)	特定健診受診率 54.1% 特定保健指導対象者 利用者の終了割合 37.2%	特定健診受診率 60.0% 特定保健指導対象者 利用者の終了割合 45.0%
③主食、主菜、副菜がそろった食事を1日3回食べている人の割合の増加	41.7%	60%
④週2回30分以上運動している人の割合の増加	33.1%	40%

平成23年度特定健診・保健指導に関する統計資料(山形県国保連合会) ①②

*40~74歳国保対象

健康づくりアンケート調査③④⑤⑥

(4) COPD(慢性閉塞性肺疾患)

町民の実践指針	COPDに関する知識を高めよう
具体的施策の推進	・各種健康教室・健康相談、広報などで知識の普及啓発に努めます ・禁煙対策及び受動喫煙防止対策を強化し、健康に配慮した環境づくりを進めます

目標値の設定

	現状値	目標値 (H34年)
① COPDの認知度の向上	今後把握	80%
② 健診受診者の喫煙率の低下	14.3%	10%

平成23年度特定健診・保健指導に関する統計資料(山形県国保連合会)

社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上

(1) 次世代の健康

町民の実践指針	<p>こどもの頃から、毎日朝ごはんを食べよう</p> <p>思春期から、命の大切さについて学ぶ機会を増やそう</p> <p>お父さんが積極的に育児をして、お母さんの心を支えよう</p> <p>予防接種を受け、病気にかかりにくい体をつくりましょう</p>
現状と課題	<p>○小中学生において、朝食を毎日食べていない者が存在する。</p> <p>○妊娠発覚まで喫煙している妊婦の割合が県・西村山管内より高い割合である。</p> <p>○育児の大変さ・不安を感じている母親が全体の 75.0%存在する。</p> <p>○父親の育児参加率が 60%である。</p> <p>○低出生体重児数の割合が県・西村山管内より高い。</p> <p>○予防接種率が 85.9%である。</p>
現在の取り組み	<p>○母子健康手帳交付時、喫煙状況のアンケート記入、及び、その内容に基づいた健康相談の実施</p> <p>○父親が育児参加について学ぶためのパパママ学級の開催</p> <p>○母親の不安解消や、虐待防止を図るため、生後 2 カ月以内の全戸家庭訪問による健康相談の実施</p> <p>○子どもの発達相談事業の実施</p> <p>○中高生を対象とした思春期講座(妊婦の喫煙の影響等)の開催</p> <p>○各種予防接種の実施(定期予防接種の費用無料、任意予防接種の費用一部助成)</p>
具体的施策の推進	<p>○こども相談や乳幼児健診時に、朝ごはんの大切さについての知識を普及し、幼児期からの食生活リズムの確立に努めます</p> <p>○パパママ学級、思春期講座の参加者増加のため、講座内容及びPR方法の工夫に努めます</p> <p>○虐待の防止及び早期発見のため、保育園や各関係機関との連携体制の充実を図ります</p> <p>○保護者に対し、予防接種の正しい知識の普及に努めます</p>

目標値の設定

	現状値	目標値 (H34年)
① 毎日、朝食を食べている者の割合の増加	小学生 94.1%	100%
	中学生 85.4%	100%
② 妊娠発覚時の妊婦喫煙者率の低下	2.4%	0%
③ 育児の大変さ・不安を感じている母親の割合の減少	75.0%	50%
④ 父親の育児参加率の向上	60.0%	80.0%
⑤ 全出生数のうち低出生体重児の割合の減少	10%	減少傾向へ
⑥ 子どもの予防接種率の向上	85.9%	100%
⑦ 12歳児一人平均虫歯本数	0.54本	0.5本

平成 24 年度朝日町教育振興計画目標数値アンケート調査 (7 月) ①

朝日町健康づくりアンケート調査票 (中学校、乳幼児の母親) ③④

平成 23 年度保健事業のまとめ②⑤⑥

(2) 高齢期の健康

町民の実践指針	生涯現役で地域との関わりを持ちながら、活力ある毎日を送ろう 自分の健康状態を知り、介護予防に努めよう
現状と課題	○要介護認定者の割合が増加している。(H13年度 12%→H24年度 18.1%) ○高齢化率が増加している。(H24年度 35.7%) ○趣味などを持っている人の割合が 59.5%と少ない。
現在の取り組み	○介護予防事業の実施 二次予防事業 ・通所型介護予防事業 ・訪問型介護予防事業 一次予防事業 ・介護予防普及啓発事業 ・男性の料理教室 運動機能向上事業 地域介護予防活動支援事業 ○認知症高齢者見守り事業 認知症サポーター養成講座の開催
具体的施策の推進	○介護予防事業の充実を図ります ○高齢者を見守る地区組織を育成します ○高齢者の社会参加、生きがいつくりの推進に努めます

目標値の設定

	現状値	目標値 (H34年)
①要介護認定率の低下	18.1% (H24年度)	減少傾向へ
②二次予防事業対象者数の減少	556人 (H24年度)	400人
③普段健康だと思う人の割合	81%	90%
④趣味など持っている人の割合の増加	59.5%	80%

朝日町健康づくりアンケート調査票 (20～70歳) ③④

介護予防事業または介護予防・日常生活支援総合事業の実施状況調査②

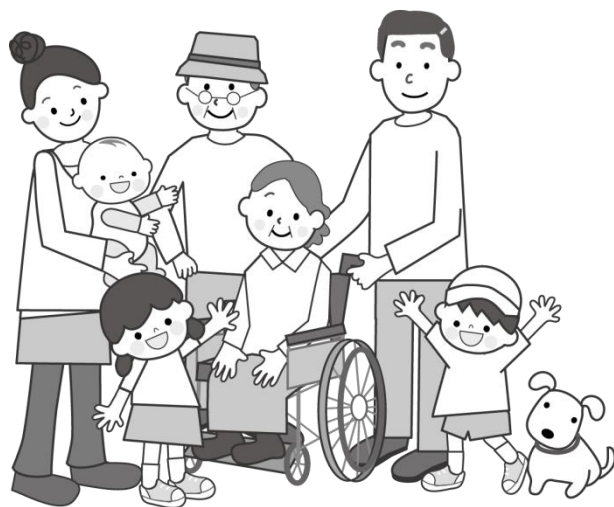


4 健康を支え、守るための社会環境の整備

町民の実践指針	地域ぐるみで健康づくりに取り組もう
現状と課題	○食生活改善推進員の登録者数が減少している。(H13年度56人→H24年度36人) ○元気クラブ実施地区数が減少している。(H24年度29地区)
現在の取り組み	○食生活改善推進員研修会の開催 ○元気クラブ活動支援事業及び研修会の開催 ○介護予防サポーター、認知症予防サポーターの育成
具体的施策の推進	○食生活改善推進員・健康づくり推進員(介護予防元気サポーター等)を養成し、地域の健康づくりリーダーとして活動できるよう支援します ○住民主体の健康づくりを進めていくために、関係機関と連携し社会環境の整備を図ります

目標値の設定

	現状値	目標値(H34年)
① 食生活改善推進員登録者数の増加	36人(H24)	50人
② 介護予防サポーター登録者数の増加	111人(H24)	150人
③ 認知症サポーター登録者数の増加	336人(H24)	450人
④ 元気クラブ実施地区数の増加	29地区	40地区



5 生活習慣及び社会環境の整備

(1) 栄養・食生活

町民の実践指針	<ul style="list-style-type: none"> ○主食、主菜、副菜、果物を組み合わせてバランス良く食べよう ○朝、昼、夕、三食しっかり食べよう ○減塩、うす味料理を実践しよう ○家族や仲間と食事を楽しもう ○適正体重を維持できるように、自分に合った量を食べよう
現状と課題	<p>朝日町全体では、主食、主菜、副菜を組み合わせた食事を1日3回食べている者は41.7%と半数を下回っている。</p> <p>朝日町特産のリンゴをはじめとした果物を毎日食べている者は23.9%と3割をきっている。</p> <p>減塩、薄味料理の実行者は29.7%と低い状況である。</p> <p>県の調査によれば「その他の調味料」からの塩分摂取が増えている。</p> <p>20～30歳代での朝食欠食率が高く、子育てを担う世代における食習慣が、子ども達へ与える影響も懸念される。</p>
現在の取り組み	<ul style="list-style-type: none"> ○離乳食の進め方、作り方の情報の提供 ○乳幼児の適切な食事についての情報の提供 ○高齢期における水分摂取の重要性の啓発 ○高齢期における調理困難な人の支援（ふれあい給食サービス） ○妊娠中の適正な体重管理、適切な食事についての情報提供 ○男の料理教室 ○食生活改善推進事業の実施
具体的施策の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○適正体重を維持できるように、適切な食事について情報を提供します ○食事の重要性について、広く知識を普及します ○食生活改善推進員は、食生活をとおした健康づくりを普及します

目標値の設定

	現状値	目標値（H34年）
①主食、主菜、副菜が揃った食事を1日3回食べている人の割合の増加	41.7%	60%
②朝日町の特産品であるリンゴ等のくだものを毎日食べている人の割合の増加	23.9%	50%
③減塩、薄味料理を実行している人の割合の増加	29.7%	40%
④肥満者（BIM25以上）の割合の減少	30.7%	25%

朝日町健康づくりアンケート調査①②③

平成23年度 特定健診・特定保健指導に関する統計資料（山形県国保連合会）④

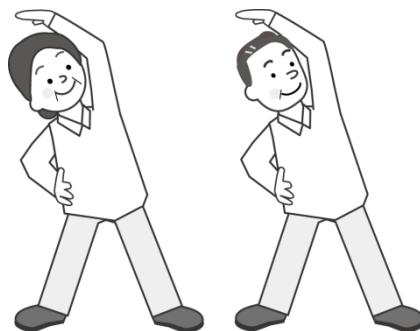
(2) 身体活動・運動

町民の実践指針	週に2回以上、運動する習慣を身につけよう スポーツイベントや各種健康教室に積極的に参加しよう
現状と課題	週2回以上運動している人の割合が少ない
現在の取り組み	運動普及のためのウォーキング教室等の開催
具体的施策の推進	○健康づくりのための運動指導の充実 ・健康教室、普及啓発事業を通して情報提供を行い、日常生活の中で身体を意識的に動かすことをすすめます ・運動のために公共施設等の利用促進を図ります ○日常生活の中における運動習慣の定着 ・安全に楽しくできる運動普及のための健康教室を開催します ・運動に関する正しい知識の普及を行います

目標値の設定

	現状値	目標値 (H34年)
①週2回30分以上運動している人の割合の増加	33.1%	40%

朝日町健康づくりアンケート調査①



(3) 休養、こころの健康

町民の実践指針	悩みやストレスは、一人で抱え込まず誰かに相談しよう 疲れが残らないよう睡眠を取ろう 積極的な余暇活動でリフレッシュしよう
現状と課題	○精神疾患やアルコール問題の相談が増えている ○気軽に相談できる機関が少ない ○睡眠を十分にとれていない人の割合が県より高い
現在の取り組み	○こころの問題を抱えている人たちの交流の場（いきいきサロン）の提供 ○うつ予防講演会の開催 ○臨床心理士による個別相談会の実施 ○訪問指導
具体的施策の推進	○気軽に相談できる相談体制を整備します ○ストレス対策及びこころの健康についての知識を普及します ○趣味や生きがいを見いだし、積極的な余暇活動を推奨します

目標値の設定

	現状値	目標値（H34年）
①いつもの睡眠で休養がとれていないと思う人の割合の減少	35.0%	25%
②生活全般について不満を感じている人の割合の減少	24.9%	10%
③ストレスを解消できていると思う人の割合の増加	66.8%	80%
④趣味等を持っている人の割合の増加	59.5%	80%

朝日町健康づくりアンケート調査①②③④

(4) 飲酒

町民の実践指針	節度ある飲酒量を知り、飲みすぎに注意しよう 未成年や妊娠中の女性の飲酒をなくそう
現状と課題	○アルコールに関連した相談が増えている。 ○妊娠届出時のアンケート調査での飲酒者の割合が高い。
現在の取り組み	○健康教室等による飲酒の正しい知識の普及や情報提供 ○健康相談、訪問指導の実施
具体的施策の推進	○アルコールと健康問題についての適切な判断ができるよう、正しい知識の普及啓発を図ります ○妊娠期のアルコールの影響についての正しい知識の普及啓発を図ります ○家庭・学校・地域が連携し未成年の飲酒をなくす啓発を行います

目標値の設定

	現状値	目標値 (H34年)
①妊娠中の飲酒をなくす	飲酒あり 7.1%	0%
②1日当たりの飲酒量1合未満の割合を増やす。	調査中	減少傾向へ
③未成年の飲酒をなくす	調査中	なくす

平成23年度保健事業まとめ① 特定健康診査問診票②

(5) 喫煙

町民の実践指針	喫煙者は禁煙にチャレンジしてみよう 未成年には売らない、勧めないようにしよう きれいな空気、受動喫煙のない空間を増やそう
現状と課題	○妊娠届出時のアンケート調査での喫煙している妊婦の割合が、県・西村山管内より高い。H23年度 朝日町 21.4% 山形県 18.5% 西村山 12.1%
現在の取り組み	○特定保健指導での禁煙の指導○母子手帳交付時の母親教室
具体的施策の推進	○禁煙支援を推進します ○未成年者及び妊娠中の女性の受動喫煙防止対策を推進します ○受動喫煙防止を推進します

目標値の設定

	現状値	目標値 (H34年)
①妊娠中の喫煙率を下げる	2.4%	なくす
②20~69歳の毎日又は時々煙草を吸う人の割合の減少	21.5%	20%
③中学生の「煙草に多くの害があることを知っている人の割合」の増加	79.1%	100%
④公共施設受動喫煙実施率	88.9%	100%

平成23年度母子保健事業のまとめ(県こども家庭課作成)①

平成22年・23年健康づくりアンケート調査表 ② ③

(6) 歯及び口腔の健康

町民の実践指針	<p>家族みんなで子どものむし歯を予防しよう</p> <p>歯と口の健康に関心を持ち、自分で歯と口の健康を守ろう</p>
現状と課題	<p>1歳6か月児、3歳児のむし歯保有率の割合が、県・西村山管内よりも高い</p> <p>70歳で20本以上の歯を持っている人の割合が低い。</p> <p>20～69歳で定期的に歯科医院を受診している人の割合が低い。</p>
現在の取り組み	<p>生後10か月～4歳児を対象としたフッ素塗布の無料実施</p> <p>保育園児を対象としたフッ素洗口の無料実施</p> <p>歯科健康診査の実施(10か月～12か月児、1歳6か月児、3歳児)</p> <p>2歳児にむし歯予防レターの送付</p> <p>歯科衛生士によるこどもの歯の健康相談の実施</p> <p>3歳児むし歯ゼロ賞の表彰</p> <p>40～70歳を対象とした歯周病検診の実施</p> <p>高齢者を対象とした介護予防のための口腔機能向上教室の実施</p>
具体的施策の推進	<p>こども相談や乳幼児健診を通して、フッ素に対する正しい知識の普及に努めます</p> <p>離乳食の健康教室にむし歯予防を取り入れ、0歳児からのむし歯予防の啓発を図ります</p> <p>日中保育をしている祖父母に対して、むし歯予防についての正しい知識の普及に努めます</p> <p>成人の歯周病の正しい知識の普及に努め、検診の受診を促進します</p> <p>高齢者を対象とした歯科保健の健康教室を実施し、歯の健康と介護予防のつながりを理解し、自ら歯の健康を守っていくための行動をとることを推進します</p>

目標値の設定

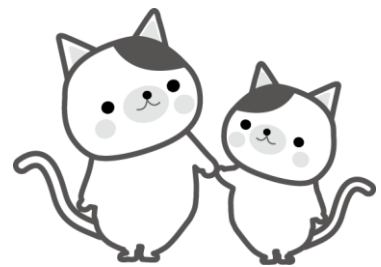
	現状値	目標値 (H34年)
①1歳6か月児むし歯保有率の低下	2.17%	0%
②3歳児むし歯保有率の低下	44.9%	20%
③70歳で20本以上の歯を持っている人の割合の増加	28.6%	35%
④20～69歳で定期的に歯科医院を受診している人の割合の増加	6.3%	10%

朝日町健康づくりアンケート調査③④

平成23年度保健事業のまとめ①②



資料編



健康づくりアンケート調査票

中学生

※右の回答欄口に自分に当てはまる答えの数字を、()に文字を入れてください。

		回答欄
性別	1 男 2 女	
学年	1 1年生 2 2年生 3 3年生	
1	あなたは、健康だと思いますか 1 非常に健康だと思う 2 まあ健康だと思う 3 あまり健康ではない 4 健康ではない	
2	朝食を毎日家庭で食べていますか 1 はい 2 いいえ	
3	今日の朝食は、主食(ごはん・パン類)・主菜(肉や魚、卵、豆腐などのおかず)、副菜(野菜、きのこ、海藻などのおかずや汁物)が、そろっていましたか 1 はい 2 いいえ 3 食べなかった	
4	あなたは、毎日りんご等の果物を食べていますか 1 食べている 2 食べないときもある 3 ほとんど食べない	
5	夕食を家族そろって食べるのがどのくらいありますか 1 週に5日以上 2 週に3～4日 3 週に1～2日 4 ほとんどない	
6	学校がある日は、何時頃寝ていますか 1 8時台 2 9時台 3 10時台 4 11時台 5 12時以降	
7	時間を決めてパソコンやゲームをしていますか 1 はい 2 いいえ 3 パソコンやゲームをあまりやらない	
8	時間を決めて、テレビを見ていますか 1 はい 2 いいえ 3 テレビをあまり見ない	
9	タバコに多くの害がある事を知っていますか 1 よく知っている 2 少し知っている 3 知らない	
10	タバコの煙が、タバコを吸わない周りの人に影響がある事を知っていますか 1 よく知っている 2 少し知っている 3 知らない	

<裏もあります>

		回答欄
11	<p>自分で歯や歯ぐきの状態を定期的(週に1回以上)にみますか</p> <p>1 はい 2 いいえ</p>	
12	<p>1日に何回歯みがきをしますか</p> <p>1 しない日がある 2 1回 3 2回 4 3回 5 3回以上</p>	
13	<p>自分の家で、空気の入れ替えや掃除などで部屋の環境を整えていますか</p> <p>1 はい 2 いいえ</p>	
14	<p>友だちやまわりの人が困っている時、一緒に考えてあげますか</p> <p>1 はい 2 いいえ</p>	
15	<p>気軽に話せる友だちがいますか</p> <p>1 はい 2 いいえ</p>	
16	<p>勉強や友だちについての悩みを相談できる人がいますか</p> <p>1 はい 2 いいえ</p>	
17	<p>思春期の体や心の変化についての悩みを誰かに相談できますか</p> <p>1 はい 2 いいえ</p>	
18	<p>男女の体の違いや変化について知りたいとき、どうしますか？(複数回答)</p> <p>1 親に聞く 2 兄弟姉妹に聞く 3 友だちに聞く 4 先輩に聞く</p> <p>5 先生に聞く 6 テレビを見る 7 雑誌や本、ビデオ、インターネットで調べる</p> <p>8 電話相談に電話する 9 誰にも相談しない</p> <p>10 その他 ()</p>	
19	<p>エイズという病気について知っていますか</p> <p>1 知らない 2 名前だけは知っている 3 名前と病気を知っている</p> <p>4 予防の方法も知っている</p>	

* 以上です。ご協力ありがとうございました。

現在、育児は楽しいですか	1 はい 2 いいえ	
育児に大変さや不安を感じることはありますか	1 はい 2 いいえ	
日常の育児の相談相手は主にどなたですか 1 夫 2 祖父母 3 友人 4 医師 5 保健師・助産師 6 保育園・幼稚園の先生 7 インターネット 8 誰もいない 8 その他()		
お父さんは、育児にどの位参加していますか	1 いつも参加 2 時々参加 3 ほとんど参加しない 4 参加していない	
育児に関する学習や活動(食事会、運動等)を仲間と取り組むことがありますか	1 ある 2 ない	
健康づくりについてのご意見やご要望等を、何でも結構ですのでご記入ください。 ()		

* 以上です。お忙しい所、ご協力いただきありがとうございました。

問 10 あなたが健康づくりのためにヘルシーメニューを取り入れるとしたら、どのようなメニューだと取り入れやすいですか(複数回答可)

- 1 レモン、酢などの酸味やだし汁、香辛料などを活用した塩分控えめのメニュー
- 2 ほうれん草や春菊等の野菜類やいも類、海藻類を使ったバランス良いメニュー
- 3 牛乳・乳製品や小魚等を使ったカルシウム豊富なメニュー
- 4 肉より魚中心のカロリー控えめメニュー
- 5 その他 ()
- 6 特にない

問
10

問 11 あなたは、日常生活の中で意識的に体を動かすなど運動を、週 2 回以上行っていますか

- 1 はい
- 2 いいえ
- 3 その他 ()

○「1 はい」と回答した方におたずねします。運動する時間は、1 日当たりどのくらいですか

- 1 20 分未満
- 2 20～29 分
- 3 30 分以上

問
11

問 12 あなたが健康づくりのために運動しようと思う時、何が必要だと思いますか(複数回答可)

- 1 運動に関する知識
- 2 身近に運動できる施設
- 3 運動を教えてくれる指導者
- 4 運動に関する資料
- 5 一緒に運動してくれる仲間やサークル
- 6 その他 ()
- 7 特にない

問
12

問 13 あなたは、いつもの睡眠で休養が十分にとれていると思いますか

- 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
- 5 わからない

問
13

問 14 この 1 か月を振り返り、あなたは不満、悩み、苦勞、ストレスはありましたか

- 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
14

問 15 あなたは、ストレスを解消できていると思いますか

- 1 十分できている
- 2 なんとかできている
- 3 あまりできていない
- 4 まったくできていない
- 5 わからない

問
15

問 16 あなたは、たばこをすいますか

- 1 以前からすわない
- 2 以前はすっていたが今はすわない
- 3 毎日又は時々すう

○「3 すう」と回答した方におたずねします。あなたの気持は次のどれに当てはまりますか

- 1 たばこをやめたいとは思わない
- 2 本数を減らしたいと思っている
- 3 やめたいと思っているが、なかなかやめられない

問
16

問 17 普段、健康づくりに関してどのような情報が必要ですか(複数回答可)

- 1 栄養バランスを考えた食事レシピ
- 2 健康を維持する運動法
- 3 正しい睡眠の取り方
- 4 ストレスの解消法
- 5 お酒による健康被害とやめ方
- 6 たばこによる健康被害とやめ方
- 7 健康診断、がん検診の活用法
- 8 病気の症状と対処法
- 9 その他 ()

問
17

○「問 17」の情報をどのような方法で知りたいですか

- 1 資料
- 2 教室
- 3 面談
- 4 ファックス
- 5 電子メール
- 6 電話
- 7 別の方法 ()
- 8 知りたいとは思わない

問 18 健康づくりに関する学習や活動(食事会、運動等)を仲間と取り組むことがありますか

- 1 ある ()
- 2 ない
- 3 その他 ()

問
18

問 19 健康づくりについてのご意見やご要望等を、何でも結構ですのでご記入ください。

[]

健康づくりアンケート調査票

20～69 歳

※以下の質問の右空欄口に数字を、質問中の()に文字をご記入ください。

		回答欄
性別	1 男性 2 女性	
年代	1 20～24 歳 2 25～29 歳 3 50～54 歳 4 55～59 歳 5 60～64 歳 6 65～69 歳	
職業	1 会社員・公務員・団体職員 2 自営業 3 農林水産業 4 パート・アルバイト・派遣職員・臨時職員 5 家事専業 6 無職 7 その他()	
家族数 (あなたを含めて)	1 一人暮らし 2 配偶者と二人暮らし 3 二世帯同居()人 4 三世帯同居()人 5 その他()人	
1	あなたは、生活全般について、どの程度満足していますか 1 非常に満足している 2 やや満足している 3 やや不満である 4 非常に不満である	
2	あなたは、普段健康だと思いますか 1 非常に健康だと思う 2 まあ健康だと思う 3 あまり健康ではない 4 健康ではない	
3	あなたは日頃、ご自分の健康に気を配っていますか 1 よく気を配っている 2 ある程度気を配っている 3 あまり気を配っていない 4 まったく気を配っていない ○「1、2の気を配っている」と回答された方におたずねします。それは、どのような事ですか (複数回答可) 1 太らないように気をつけている 2 塩分をとり過ぎないようにしている 3 野菜や果物をとるようにしている 4 体に負担をかけない程度の軽い運動をしている 5 ストレスをためないようにしている 6 つとめて笑うようにしている 7 アルコールを飲まない又は適度に飲む 8 たばこを吸わないようにしている 9 その他()	
4	日頃、健康についての知識を主に何から得ていますか(複数回答可) 1 新聞 2 テレビ・ラジオ 3 インターネット・携帯情報 4 町報など町からの発行物 5 週刊誌などの一般雑誌 6 健康に関する雑誌や本 7 医師を通じて 8 会社で 9 友人・知人 10 特にない 11 その他()	
5	最近1年間に「健康診断」を受けましたか 1 はい 2 いいえ ○「1はい」と回答された方におたずねします。健診は、どこで受けられましたか 1 町で実施する一日・早朝・病院健診 2 職場の健診 3 その他() ○「2いいえ」と回答された方におたずねします。受けない理由はなんでしょうか 1 健康に自信がある 2 時間がとれない 3 費用がかかる 4 その他()	
6	あなたは、「健康診断」で高血圧等の治療や生活習慣の改善が必要と言われた事がありますか 1 ある(歳頃) 2 ない ○「1ある」と回答された方におたずねします。内服治療をしていますか 1 内服している 2 内服していたが、医師の判断により中断(又は終了)している 3 内服していたが、自分の判断で中断している 4 内服していない ○「1ある」と回答された方におたずねします。内服以外の状況についてお答えください 1 医療機関の定期的な指導のもとに、食事や運動等の生活習慣に気をつけている 2 医療機関へ通院していないが、自分で生活習慣に気をつけている 3 特に何もしていない	

【裏面へ、お進みください。】

		回答欄
7	<p>あなたは、「かかりつけ医」がいますか 1 いる 2 いない</p> <p>○「1 いる」と回答された方におたずねします。どんな相談をしていますか(複数回答可)</p> <p>1 病気のときいつも診療を受けている 2 定期的に健康管理の指導を受けている 3 家族の健康問題を相談や指導を受ける 4 病気の状態によっては他の医者を紹介してもらう 5 往診してもらう 6 その他()</p>	
8	<p>あなたが日ごろ食べる料理の味付けは、薄い方、濃い方どちらだと思いますか</p> <p>1 薄い方だと思う 2 濃い方だと思う 3 どちらとも言えない</p>	
9	<p>あなたは、主食(ごはん類)・主菜(肉や魚、卵、豆腐など)、副菜(野菜、きのこ、海藻類)を組み合わせた食事を、1日のうち何回していますか</p> <p>1 1日1回 2 1日2回 3 1日3回 4 ほとんど食べない</p>	
10	<p>あなたは、毎日りんご等の果物を食べていますか</p> <p>1 食べている 2 食べないときもある 3 ほとんど食べない</p>	
11	<p>あなたは、日常生活の中で意識的に体を動かすなど運動を、週2回以上行っていますか</p> <p>1 はい 2 いいえ 3 その他()</p> <p>○「1 はい」と回答した方におたずねします。運動する時間は、1日当たりどのくらいですか</p> <p>1 20分未満 2 20～29分 3 30分以上</p>	
12	<p>あなたが健康づくりのために運動しようと思う時、何が必要だと思いますか(複数回答可)</p> <p>1 運動に関する知識 2 身近に運動できる施設 3 運動を教えてくれる指導者 4 運動に関する資料 5 一緒に運動してくれる仲間やサークル 6 その他() 7 特にない</p>	
13	<p>あなたは、いつもの睡眠で休養が十分にとれていると思いますか</p> <p>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 5 わからない</p>	
14	<p>この1か月を振り返り、あなたは悩みや、ストレスはありましたか</p> <p>1 大いにある 2 多少ある 3 あまりない 4 まったくない</p>	
15	<p>あなたは、ストレスを解消できていると思いますか</p> <p>1 十分できている 2 なんとかできている 3 あまりできていない 4 まったくできていない 5 わからない</p>	
16	<p>あなたは、たばこを吸いますか</p> <p>1 以前から吸わない 2 以前は吸っていたが今は吸わない 3 毎日又は時々吸う</p> <p>○「3 吸う」と回答した方におたずねします。あなたの気持は次のどれに当てはまりますか</p> <p>1 たばこをやめたいとは思わない 2 本数を減らしたいと思っている 3 やめたいと思っているが、なかなかやめられない</p>	
17	<p>あなたは、歯科医院にはどのような場合にいきますか</p> <p>1 気になるところがなくても定期的に行く 2 気になるところがあつたら早めに行く 3 痛い等の悪い症状が出たら行く 4 痛い等の悪い症状を我慢が出来なくなつたら行く</p>	
18	<p>健康づくりについてのご意見やご要望等を、何でも結構ですのでご記入ください。</p> <p>()</p>	

*以上です。お忙しい所、ご協力いただきありがとうございました。

健康づくりアンケート集計表(中学校)

1.「学年」

選択項目	総計	
	人数	構成比
1年	20	46.5%
2年	11	25.6%
3年	12	27.9%
無回答	0	0.0%
合計	43	100.0%

2.「あなたは健康だと思うか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
非常に健康だ	23	53.5%
まあ健康だ	18	41.9%
あまり健康ではない	2	4.7%
健康ではない	0	0.0%
無回答	0	0.0%
合計	43	100.0%

3.朝食を毎日食べているか

選択項目	総計	
	人数	構成比
はい	41	95.3%
いいえ	2	4.7%
無回答	0	0.0%
合計	43	100.0%

4.「今日の朝食は、主食、主菜、副菜がそろっていましたか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
はい	25	58.1%
いいえ	14	32.6%
食べなかった	4	9.3%
無回答	0	0.0%
合計	43	100.0%

5.「あなたの年齢は」と「毎日りんご又は果物を食べているか」の関係

選択項目	総計	
	人数	構成比
食べている	11	25.6%
食べないときもある	21	48.8%
ほとんど食べない	11	25.6%
無回答	0	0.0%
合計	43	100.0%

6.「夕食を家族そろって食べるのがどのくらいありますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
週5日以上	41	25.8%
週に3～4日	89	56.0%
週に1～2日	22	13.8%
ほとんどない	3	1.9%
無回答	4	2.5%
合計	159	100.0%

7.「学校がある日は、何時頃寝ていますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
8時台	2	4.4%
9時台	1	2.3%
10時台	9	20.9%
11時台	21	48.8%
12時以降	10	23.3%
無回答	0	0.0%
合計	43	100.0%

8.「時間を決めてパソコンやゲームをしていますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
はい	14	32.6%
いいえ	20	46.5%
あまりやらない	9	20.9%
無回答	0	0.0%
合計	43	100.0%

9.「時間を決めてテレビを見ていますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
はい	4	9.3%
いいえ	36	83.7%
あまり見ない	3	7.0%
無回答	0	0.0%
合計	43	100.0%

10.「タバコに多くの害があることを知っていますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
よく知っている	34	79.1%
少し知っている	9	20.9%
知らない	0	0.0%
無回答	0	0.0%
合計	43	100.0%

11. 「自分で歯や歯ぐきの状態を定期的に（週1回以上）見ますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
はい	20	9.3%
いいえ	23	83.7%
無回答	0	0.0%
合計	43	100.0%

12. 「1日に何回歯磨きしますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
しない日がある	3	7.0%
1回	5	11.6%
2回	23	53.5%
3回	12	27.9%
3回以上	0	0.0%
無回答	0	0.0%
合計	43	100.0%

13. 「空気の入れ替えや掃除などで部屋の環境を整えていますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
はい	35	81.4%
いいえ	8	18.6%
無回答	0	0.0%
合計	43	100.0%

14. 「友達や周りの人が困っている時、一緒に考えてあげますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
はい	41	95.3%
いいえ	2	4.7%
無回答	0	0.0%
合計	43	100.0%

15. 「気軽に話せる友達がありますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
はい	43	100.0%
いいえ	0	0.0%
無回答	0	0.0%
合計	43	100.0%

16. 「勉強や友達についての悩みを相談できる人はいますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
はい	42	97.7%
いいえ	1	2.3%
無回答	0	0.0%
合計	43	100.0%

17. 「思春期の体や心の変化についての悩みを誰かに相談できますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
はい	33	76.7%
いいえ	10	23.3%
無回答	0	0.0%
合計	43	100.0%

18. 「男女の違いや変化について知りたい時どうしますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
親に聞く	13	16.7%
兄弟姉妹に聞く	5	6.4%
友達に聞く	26	33.3%
先輩に聞く	5	6.4%
先生に聞く	3	3.8%
テレビを見る	6	7.7%
雑誌や本、ビデオ、インターネットで調べる	14	17.9%
電話相談に電話する	0	0.0%
誰にも相談しない	6	7.7%
その他	0	23.3%
無回答	0	0.0%
合計	78	100.0%

19. 「エイズという病気について知っていますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
知らない	11	25.6%
名前だけは知っている	13	30.2%
名前と病気を知っている	17	39.5%
予防法も知っている	2	4.7%
無回答	0	0.0%
合計	43	100.0%

健康づくりアンケート集計表(乳幼児の母親)

1.「お子さんの年齢」

選択項目	総計	
	人数	構成比
0～6か月	4	16.0%
7～12か月	3	12.0%
1歳1か月～2歳	3	12.0%
2歳1か月～3歳	6	24.0%
3歳1か月～4歳	9	36.0%
無回答	0	0.0%
合計	25	100.0%

2.「お子さんの人数」

選択項目	総計	
	人数	構成比
1人	5	25.0%
2人	10	50.0%
3人	3	15.0%
4人	1	5.0%
5人以上	1	5.0%
無回答	0	0.0%
合計	20	100.0%

3.「あなたのは生活全般について、どの程度満足しているか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
非常に満足している	3	15.0%
やや満足している	14	70.0%
やや不満である	3	15.0%
非常に不満である	0	0.0%
無回答	0	0.0%
合計	20	100.0%

4.「最近1～2年間に子宮がん検診を受けましたか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
はい	13	65.0%
いいえ	7	35.0%
無回答	0	0.0%
合計	20	100.0%

5.「4で受けないと答えた方 受けない理由は何ですか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
健康に自信がある	0	0.0%
時間がとれない	4	20.0%
費用がかかる	1	5.0%
その他	2	10.0%
無回答	0	0.0%
合計	7	100.0%

6.「4で受けないと答えた方 どのような環境であったら検診を受けますか」の関係

選択項目	総計	
	人数	構成比
無料でできるなら	5	55.6%
待ち時間がなくすぐ検査できるなら	2	22.2%
託児してもらえるなら	2	22.2%
個別に希望の医療機関で受けられるなら	0	0.0%
無回答	0	0.0%
合計	9	100.0%

7.「あなたは主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をこころがけていますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
はい	19	95.0%
いいえ	1	5.0%
無回答	0	0.0%
合計	20	100.0%

8.「あなたの年齢は」と「毎日りんご又は果物を食べているか」の関係

選択項目	総計	
	人数	構成比
食べている	4	20.0%
食べないときもある	13	65.0%
ほとんど食べない	3	15.0%
無回答	0	0.0%
合計	20	100.0%

9.「あなたの、妊娠中にタバコを吸っていましたか」の関係

選択項目	総計	
	人数	構成比
はい	0	25.8%
いいえ	20	100.0%
無回答	0	0.0%
合計	20	100.0%

10.「あなたは、妊娠中にお酒を飲んでいましたか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
はい	3	15.0%
いいえ	17	85.0%
無回答	0	0.0%
合計	20	100.0%

11.「お子さんは、午後9時に就寝し、午前8時前に起床していますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
はい	10	50.0%
いいえ	10	50.0%
無回答	0	0.0%
合計	20	100.0%

12. 「お子さん同士の遊びを大切にしていますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
はい	18	90.0%
いいえ	2	10.0%
無回答	0	0.0%
合計	20	100.0%

13. 「信頼できるかかりつけ医はいますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
はい	19	95.0%
いいえ	1	5.0%
無回答	0	0.0%
合計	20	100.0%

12. 「お子さん同士の遊びを大切にしていますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
はい	18	90.0%
いいえ	2	10.0%
無回答	0	0.0%
合計	20	100.0%

13. 「信頼できるかかりつけ医はいますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
はい	19	95.0%
いいえ	1	5.0%
無回答	0	0.0%
合計	20	100.0%

14. 「お子さんは、寝る前に歯磨きしていますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
はい	17	85.0%
いいえ	3	15.0%
無回答	0	0.0%
合計	20	100.0%

15. 「お子さんの歯を、週1回以上観察していますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
はい	17	85.0%
いいえ	3	15.0%
無回答	0	0.0%
合計	20	100.0%

16. 「現在、育児は楽しいですか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
はい	17	85.0%
いいえ	2	10.0%
無回答	1	5.0%
合計	20	100.0%

17. 「育児に大変さや不安を感じることはありますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
はい	15	75.0%
いいえ	5	25.0%
無回答	0	0.0%
合計	20	100.0%

18. 「日常の育児の相談相手はどなたですか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
夫	14	31.1%
祖父母	11	24.4%
友人	8	17.8%
医師	1	2.2%
保健、助産師	0	0.0%
保育園、幼稚園の先生	6	13.3%
インターネット	2	4.4%
誰もいない	0	0.0%
その他	3	6.7%
無回答	0	0.0%
合計	45	100.0%

19. 「お父さんは、育児にどの位参加していますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
いつも参加	12	60.0%
時々参加	6	30.0%
ほとんど参加しない	1	5.0%
参加していない	1	5.0%
無回答	0	0.0%
合計	20	100.0%

20. 「育児に関する学習や活動(食事会、運動等)を仲間と取り組むことがありますか」

選択項目	総計	
	人数	構成比
ある	10	50.0%
ない	10	50.0%
無回答	0	0.0%
合計	20	100.0%

健康づくりアンケートクロス集計表(30～49歳)

1.「あなたの年齢は」と「普段健康だと思うか」の関係

選択項目	総計		30～34歳		35～39歳		40～44歳		45～49歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
非常に健康だ	18	11.3%	5	16.7%	4	12.9%	5	10.9%	4	7.7%
まあ健康だ	119	74.8%	18	60.0%	25	80.6%	35	76.1%	41	78.8%
あまり健康ではない	21	13.2%	7	23.3%	2	6.5%	5	10.9%	7	13.5%
健康ではない	1	0.6%	0	0.0%	0	0.0%	1	2.2%	0	0.0%
無回答	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
合計	159	100.0%	30	100.0%	31	100.0%	46	100.0%	52	100.0%

2.「あなたの年齢は」と「年1回健診を受けているか」の関係

選択項目	総計		30～34歳		35～39歳		40～44歳		45～49歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
はい	124	78.0%	22	73.3%	22	71.0%	34	73.2%	46	88.5%
いいえ	34	21.4%	8	26.7%	9	29.0%	11	23.9%	6	11.5%
無回答	1	0.6%	0	0.0%	0	0.0%	1	2.2%	0	0.0%
合計	159	100.0%	30	100.0%	31	100.0%	46	100.0%	52	100.0%

3.「あなたの年齢は」と「2ではいと答えた方 健診は、どこで受けているか」の関係

選択項目	総計		30～34歳		35～39歳		40～44歳		45～49歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
町で実施する一日・早朝・病院健診	20	16.1%	2	9.1%	4	18.2%	4	11.8%	10	21.7%
職場の健診	99	79.8%	18	81.8%	17	77.3%	29	85.3%	35	76.1%
その他	5	4.0%	2	9.1%	1	4.5%	1	2.9%	1	2.2%
無回答	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
合計	124	100.0%	22	100.0%	22	100.0%	34	100.0%	46	100.0%

4.「あなたの年齢は」と「2でいいえと答えた方 受けない理由は何か」の関係

選択項目	総計		30～34歳		35～39歳		40～44歳		45～49歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
健康に自信がある	2	5.9%	0	0.0%	2	22.2%	0	0.0%	0	0.0%
時間が取れない	11	32.4%	3	37.5%	1	11.1%	5	45.5%	2	33.3%
費用がかかる	7	20.6%	4	50.0%	2	22.2%	1	9.1%	0	0.0%
その他	11	32.4%	0	0.0%	2	22.2%	5	45.5%	4	66.7%
無回答	3	8.8%	1	12.5%	2	22.2%	0	0.0%	0	0.0%
合計	34	100.0%	8	100.0%	9	100.0%	11	100.0%	6	100.0%

5.「あなたの年齢は」と「高血圧に対して治療や生活習慣の改善が必要と言われたことがあるか」の関係

選択項目	総計		30～34歳		35～39歳		40～44歳		45～49歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
ある	20	12.6%	1	3.3%	4	12.9%	7	15.2%	8	15.4%
ない	136	85.5%	29	96.7%	26	83.9%	38	82.6%	43	82.7%
無回答	3	1.9%	0	0.0%	1	3.2%	1	2.2%	1	1.9%
合計	159	100.0%	30	100.0%	31	100.0%	46	100.0%	52	100.0%

6.「あなたの年齢は」と「5であると答えた方 内服治療をしているか」の関係

選択項目	総計		30～34歳		35～39歳		40～44歳		45～49歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
内服している	7	35.0%	0	0.0%	0	0.0%	5	71.4%	2	25.0%
内服していたが、医師の判断により中断(又は終了)している	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
内服していたが、自分の判断で中断している	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
内服していない	13	65.0%	1	100.0%	4	100.0%	2	28.6%	6	75.0%
無回答	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
合計	20	100.0%	1	100.0%	4	100.0%	7	100.0%	8	100.0%

7.「あなたの年齢は」と「5であると答えた方 内服以外の状況は」の関係

選択項目	総計		30～34歳		35～39歳		40～44歳		45～49歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
医療機関の定期的な指導のもとに、食事や運動等の生活習慣に気をつけている	9	45.0%	0	0.0%	2	50.0%	5	71.4%	2	25.0%
医療機関へ通院していないが、自分で生活習慣に気をつけている	7	35.0%	1	100.0%	1	25.0%	2	28.6%	3	37.5%
特になにもしていない	3	15.0%	0	0.0%	1	25.0%	0	0.0%	2	25.0%
無回答	1	5.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	12.5%
合計	20	100.0%	1	100.0%	4	100.0%	7	100.0%	8	100.0%

8.「あなたの年齢は」と「家族に高血圧の方がいるか」の関係

選択項目	総計		30～34歳		35～39歳		40～44歳		45～49歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
父	36	20.7%	6	18.8%	8	22.2%	5	10.0%	17	30.4%
母	48	27.6%	7	21.9%	8	22.2%	19	38.0%	14	25.0%
夫	2	1.1%	0	0.0%	0	0.0%	1	2.0%	1	1.8%
妻	1	0.6%	0	0.0%	0	0.0%	1	2.0%	0	0.0%
祖父	8	4.6%	0	0.0%	3	8.3%	2	4.0%	3	5.4%
祖母	7	4.0%	1	3.1%	3	8.3%	2	4.0%	1	1.8%
その他の方	3	1.7%	0	0.0%	2	5.6%	1	2.0%	0	0.0%
無回答	69	39.7%	18	56.3%	12	33.3%	19	38.0%	20	35.7%
合計	174	100.0%	32	100.0%	36	100.0%	50	100.0%	56	100.0%

9. 「あなたの年齢は」と「健康のために気をつけていることは何か」の関係

選択項目	総計		30～34歳		35～39歳		40～44歳		45～49歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
太らないように気をつけている	57	17.2%	9	15.5%	11	15.7%	18	20.5%	19	16.5%
塩分をとり過ぎないようにしている	42	12.7%	8	13.8%	6	8.6%	15	17.0%	13	11.3%
野菜や果物をとるようにしている	61	18.4%	11	19.0%	12	17.1%	20	22.7%	18	15.7%
体に負担をかけない程度の軽い運動	19	5.7%	2	3.4%	4	5.7%	6	6.8%	7	6.1%
ストレスをためないようにしている	25	7.6%	7	12.1%	2	2.9%	4	4.5%	12	10.4%
つとめて笑うようにしている	18	5.4%	2	3.4%	4	5.7%	4	4.5%	8	7.0%
アルコールを飲まない又は適度に飲む	25	7.6%	3	5.2%	9	12.9%	6	6.8%	7	6.1%
たばこをすわないようにしている	33	10.0%	4	6.9%	9	12.9%	7	8.0%	13	11.3%
特に気をつけていない	45	13.6%	12	20.7%	10	14.3%	8	9.1%	15	13.0%
その他	5	1.5%	0	0.0%	3	4.3%	0	0.0%	2	1.7%
無回答	1	0.3%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	0.9%
合計	331	100.0%	58	100.0%	70	100.0%	88	100.0%	115	100.0%

10. 「あなたの年齢は」と「体重は、18～20歳頃に比べ変動したか」の関係

選択項目	総計		30～34歳		35～39歳		40～44歳		45～49歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
増加した	101	63.5%	17	56.7%	19	61.3%	31	67.4%	34	65.4%
変動なし	40	25.2%	8	26.7%	8	25.8%	9	19.6%	15	28.8%
減少した	18	11.3%	5	16.7%	4	12.9%	6	13.0%	3	5.8%
無回答	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
合計	159	100.0%	30	100.0%	31	100.0%	46	100.0%	52	100.0%

11. 「あなたの年齢は」と「料理の味付けは、濃い方か薄い方か」の関係

選択項目	総計		30～34歳		35～39歳		40～44歳		45～49歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
薄い方だと思う	30	18.9%	7	23.3%	5	16.1%	7	15.2%	11	21.2%
濃い方だと思う	59	37.1%	15	50.0%	12	38.7%	16	34.8%	16	30.8%
どちらともいえない	70	44.0%	8	26.7%	14	45.2%	23	50.0%	25	48.1%
無回答	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
合計	159	100.0%	30	100.0%	31	100.0%	46	100.0%	52	100.0%

12. 「あなたの年齢は」と「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日何回とっているか」の関係

選択項目	総計		30～34歳		35～39歳		40～44歳		45～49歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
1回	37	23.3%	7	23.3%	6	19.4%	13	28.3%	11	21.2%
2回	63	39.6%	16	53.3%	12	38.7%	17	37.0%	18	34.6%
3回	52	32.7%	5	16.7%	11	35.5%	14	30.4%	22	42.3%
ほとんど食べない	7	4.4%	2	6.7%	2	6.5%	2	4.3%	1	1.9%
無回答	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
合計	159	100.0%	30	100.0%	31	100.0%	46	100.0%	52	100.0%

13. 「あなたの年齢は」と「毎日りんご又は果物を食べているか」の関係

選択項目	総計		30～34歳		35～39歳		40～44歳		45～49歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
食べている	35	22.0%	4	13.3%	10	32.3%	7	15.2%	14	26.9%
食べないときもある	75	47.2%	15	50.0%	12	38.7%	25	54.3%	23	44.2%
ほとんど食べない	49	30.8%	11	36.7%	9	29.0%	14	30.4%	15	28.8%
無回答	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
合計	159	100.0%	30	100.0%	31	100.0%	46	100.0%	52	100.0%

14. 「あなたの年齢は」と「どのようなヘルシーメニューを取り入れたいか」の関係

選択項目	総計		30～34歳		35～39歳		40～44歳		45～49歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
塩分控えめメニュー	49	19.0%	3	7.1%	13	23.6%	13	17.8%	20	22.7%
バランスよいメニュー	97	37.6%	19	45.2%	19	34.5%	31	42.5%	28	31.8%
カルシウム豊富なメニュー	46	17.8%	9	21.4%	9	16.4%	14	19.2%	14	15.9%
カロリー控えめメニュー	48	18.6%	8	19.0%	9	16.4%	14	19.2%	17	19.3%
その他	1	0.4%	0	0.0%	1	1.8%	0	0.0%	0	0.0%
特になし	10	3.9%	3	7.1%	3	5.5%	1	1.4%	3	3.4%
無回答	7	2.7%	0	0.0%	1	1.8%	0	0.0%	6	6.8%
合計	258	100.0%	42	100.0%	55	100.0%	73	100.0%	88	100.0%

15. 「あなたの年齢は」と「運動を週2回以上行っているか」の関係

選択項目	総計		30～34歳		35～39歳		40～44歳		45～49歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
はい	31	19.5%	7	23.3%	6	19.4%	9	19.6%	9	17.3%
いいえ	119	74.8%	23	76.7%	20	64.5%	36	78.3%	40	76.9%
その他	5	3.1%	0	0.0%	3	9.7%	1	2.2%	1	1.9%
無回答	4	2.5%	0	0.0%	2	6.5%	0	0.0%	2	3.8%
合計	159	100.0%	30	100.0%	31	100.0%	46	100.0%	52	100.0%

16. 「あなたの年齢は」と「15ではいと答えた方 運動時間は一日当りどの位か」の関係

選択項目	総計		30～34歳		35～39歳		40～44歳		45～49歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
20分未満	10	32.3%	3	42.9%	2	33.3%	0	0.0%	5	55.6%
20～29分	6	19.4%	1	14.3%	1	16.7%	2	22.2%	2	22.2%
30分以上	15	48.4%	3	42.9%	3	50.0%	7	77.8%	2	22.2%
無回答	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
合計	31	100.0%	7	100.0%	6	100.0%	9	100.0%	9	100.0%

17. 「あなたの年齢は」と「運動をしようと思う時、何が必要か」の関係

選択項目	総計		30～34歳		35～39歳		40～44歳		45～49歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
運動に関する知識	30	12.9%	7	14.3%	4	9.3%	6	9.2%	13	17.1%
身近に運動できる施設	80	34.3%	20	40.8%	15	34.9%	21	32.3%	24	31.6%
運動を教えてくれる指導者	23	9.9%	7	14.3%	4	9.3%	5	7.7%	7	9.2%
運動に関する資料	5	2.1%	1	2.0%	0	0.0%	2	3.1%	2	2.6%
一緒に運動してくれる仲間やサークル	49	21.0%	9	18.4%	10	23.3%	15	23.1%	15	19.7%
その他	19	8.2%	3	6.1%	2	4.7%	7	10.8%	7	9.2%
特にない	24	10.3%	2	4.1%	7	16.3%	9	13.8%	6	7.9%
無回答	3	1.3%	0	0.0%	1	2.3%	0	0.0%	2	2.6%
合計	233	100.0%	49	100.0%	43	100.0%	65	100.0%	76	100.0%

18. 「あなたの年齢は」と「睡眠で休養が十分にとれていると思うか」の関係

選択項目	総計		30～34歳		35～39歳		40～44歳		45～49歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
十分とれている	28	17.6%	5	16.7%	8	25.8%	7	15.2%	8	15.4%
まあまあとれている	68	42.8%	12	40.0%	12	38.7%	22	47.8%	22	42.3%
あまりとれていない	53	33.3%	12	40.0%	8	25.8%	16	34.8%	17	32.7%
まったくとれていない	5	3.1%	1	3.3%	1	3.2%	1	2.2%	2	3.8%
わからない	2	1.3%	0	0.0%	1	3.2%	0	0.0%	1	1.9%
無回答	3	1.9%	0	0.0%	1	3.2%	0	0.0%	2	3.8%
合計	159	100.0%	30	100.0%	31	100.0%	46	100.0%	52	100.0%

19. 「あなたの年齢は」と「この1か月を振り返り、不満、悩み、苦勞、ストレスはあったか」の関係

選択項目	総計		30～34歳		35～39歳		40～44歳		45～49歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
大いにある	41	25.8%	9	30.0%	5	16.1%	16	34.8%	11	21.2%
多少ある	89	56.0%	19	63.3%	16	51.6%	24	52.2%	30	57.7%
あまりない	22	13.8%	2	6.7%	6	19.4%	6	13.0%	8	15.4%
まったくない	3	1.9%	0	0.0%	2	6.5%	0	0.0%	1	1.9%
無回答	4	2.5%	0	0.0%	2	6.5%	0	0.0%	2	3.8%
合計	159	100.0%	30	100.0%	31	100.0%	46	100.0%	52	100.0%

20. 「あなたの年齢は」と「ストレスを解消できていると思うか」の関係

選択項目	総計		30～34歳		35～39歳		40～44歳		45～49歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
十分できている	7	4.4%	1	3.3%	4	12.9%	0	0.0%	2	3.8%
何とかできている	93	58.5%	14	46.7%	17	54.8%	30	65.2%	32	61.5%
あまりできていない	44	27.7%	15	50.0%	7	22.6%	11	23.9%	11	21.2%
全くできていない	7	4.4%	0	0.0%	0	0.0%	5	10.9%	2	3.8%
わからない	4	2.5%	0	0.0%	1	3.2%	0	0.0%	3	5.8%
無回答	4	2.5%	0	0.0%	2	6.5%	0	0.0%	2	3.8%
合計	159	100.0%	30	100.0%	31	100.0%	46	100.0%	52	100.0%

21. 「あなたの年齢は」と「たばこをすうか」の関係

選択項目	総計		30～34歳		35～39歳		40～44歳		45～49歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
以前からすわない	77	48.4%	11	36.7%	15	48.4%	28	60.9%	23	44.2%
以前はすっていたが今はすわない	35	22.0%	8	26.7%	6	19.4%	6	13.0%	15	28.8%
毎日又は時々すう	43	27.0%	11	36.7%	8	25.8%	12	26.1%	12	23.1%
無回答	4	2.5%	0	0.0%	2	6.5%	0	0.0%	2	3.8%
合計	159	100.0%	30	100.0%	31	100.0%	46	100.0%	52	100.0%

健康づくりアンケートクロス集計表(20～69歳、70歳)

1. 「あなたの年齢は」と「生活全般について、どの程度満足しているか」の関係

選択項目	総計		20～69歳		70歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
非常に満足している	72	10.2%	67	6.2%	5	4.8%
やや満足している	432	61.1%	406	69.8%	26	76.2%
やや不満である	172	24.3%	164	20.8%	8	14.3%
非常に不満である	16	2.3%	15	2.6%	1	4.8%
無回答	15	2.1%	13	0.8%	2	0.0%
合計	707	100.0%	665	100.0%	42	100.0%

2. 「あなたの年齢は」と「普段健康だと思うか」の関係

選択項目	総計		20～69歳		70歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
非常に健康だ	43	8.8%	41	6.2%	2	4.8%
まあ健康だ	496	68.5%	464	69.8%	32	76.2%
あまり健康ではない	144	19.5%	138	20.8%	6	14.3%
健康ではない	19	2.5%	17	2.6%	2	4.8%
無回答	5	0.7%	5	0.8%	0	0.0%
合計	707	100.0%	665	100.0%	42	100.0%

3. 「あなたの年齢は」と「年1回健診を受けているか」の関係

選択項目	総計		20～69歳		70歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
はい	586	82.9%	545	82.0%	41	97.6%
いいえ	117	16.5%	116	17.4%	1	2.4%
無回答	4	0.6%	4	0.6%	0	0.0%
合計	707	100.0%	665	100.0%	42	100.0%

4. 「あなたの年齢は」と「3ではいと答えた方 健診は、どこで受けているか」の関係

選択項目	総計		20～69歳	
	人数	構成比	人数	構成比
町で実施する一日・早朝・病院健診	288	43.3%	288	9.1%
職場の健診	216	32.5%	216	81.8%
その他	39	5.9%	39	9.1%
無回答	122	18.3%	122	0.0%
合計	665	100.0%	665	100.0%

選択項目	総計		70歳	
	人数	構成比	人数	構成比
町で実施する健診	33	78.6%	33	78.6%
医療機関で個人で	7	16.7%	7	16.7%
その他	1	2.4%	1	2.4%
無回答	1	2.4%	1	2.4%
合計	42	100.0%	42	100.0%

5. 「あなたの年齢は」と「3でいいえと答えた方 受けない理由は何か」の関係

選択項目	総計		20～69歳		70歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
健康に自信がある	16	5.9%	16	2.4%	1	100.0%
時間が取れない	40	32.4%	40	6.0%	0	0.0%
費用がかかる	31	20.6%	31	4.6%	0	0.0%
その他	25	32.4%	25	3.7%	0	0.0%
無回答	4	8.8%	4	83.2%	0	0.0%
合計	116	100.0%	116	100.0%	1	100.0%

6. 「あなたの年齢は」と「高血圧に対して治療や生活習慣の改善が必要と言われたことがあるか」の関係

選択項目	総計		20～69歳	
	人数	構成比	人数	構成比
ある	284	43.2%	284	43.2%
ない	360	54.1%	360	54.1%
無回答	18	2.7%	18	2.7%
合計	665	100.0%	665	100.0%

7. 「あなたの年齢は」と「6であると答えた方 内服治療をしているか」の関係

選択項目	総計		20～69歳		70歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
内服している	233	33.0%	207	31.1%	26	61.9%
内服していたが、医師の判断により中断(又は終了)している	1	0.1%	4	0.6%	1	2.4%
内服していたが、自分の判断で中断している	6	0.8%	6	0.9%	0	0.0%
内服していない	10	1.4%	69	10.4%	3	7.1%
無回答	391	55.3%	379	57.0%	12	28.6%
合計	707	100.0%	665	100.0%	42	100.0%

8. 「あなたの年齢は」と「6ではいと答えた方 内服以外の状況は」の関係

選択項目	総計		20～69歳		70歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
医療機関の定期的な指導のもとに、食事や運動等の生活習慣に気をつけている	176	45.0%	174	0.0%	2	50.0%
医療機関へ通院していないが、自分で生活習慣に気をつけている	60	35.0%	59	100.0%	1	25.0%
特になにもしていない	34	15.0%	33	0.0%	1	25.0%
無回答	399	5.0%	399	0.0%	0	0.0%
合計	669	100.0%	665	100.0%	4	100.0%

9. 「あなたの年齢は」と「かかりつけの医がいますか」の関係

選択項目	総計		20～69歳		70歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
いる	468	66.2%	434	65.3%	34	81.0%
いない	189	26.7%	182	27.4%	7	16.7%
無回答	50	7.1%	49	7.4%	1	2.4%
合計	707	100.0%	665	100.0%	42	100.0%

10. 「あなたの年齢は」と「健康のために気をつけていることは何か」の関係

選択項目	総計		20～69歳		70歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
太らないように気をつけている	295	15.7%	281	16.2%	14	10.3%
塩分をとり過ぎないようにしている	307	16.3%	284	16.3%	23	16.9%
野菜や果物をとるようにしている	352	18.8%	327	18.8%	25	18.4%
体に負担をかけない程度の軽い運動	143	7.6%	132	7.6%	11	8.1%
ストレスをためないようにしている	219	11.7%	201	11.6%	18	13.2%
つとめて笑うようにしている	80	4.2%	71	4.1%	9	6.6%
アルコールを飲まない又は適度に飲む	159	8.5%	146	8.4%	13	9.6%
たばこをすわないようにしている	160	8.5%	146	8.4%	14	10.3%
その他	24	1.3%	21	1.2%	3	2.2%
無回答	132	7.0%	126	7.4%	6	4.4%
合計	1,874	100.0%	1,738	100.0%	136	100.0%

11. 「あなたの年齢は」と「料理の味付けは、濃い方が薄い方か」の関係

選択項目	総計		20～69歳		70歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
濃い方だと思う	198	28.0%	187	28.1%	11	26.2%
どちらともいえない	247	34.9%	234	35.2%	13	31.0%
無回答	35	5.0%	34	5.1%	1	2.4%
合計	707	100.0%	665	100.0%	42	100.0%

12. 「あなたの年齢は」と「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日何回とっているか」の関係

選択項目	総計		20～69歳		70歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
1回	129	18.2%	116	17.4%	13	31.0%
2回	216	30.6%	204	30.7%	12	28.6%
3回	309	73.7%	295	44.4%	14	33.3%
ほとんど食べない	10	1.4%	10	1.5%	0	0.0%
無回答	43	6.1%	40	6.0%	3	7.1%
合計	707	100.0%	665	100.0%	42	100.0%

13. 「あなたの年齢は」と「毎日りんご又は果物を食べているか」の関係

選択項目	総計		20～69歳		70歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
食べている	172	24.3%	157	23.6%	15	32.3%
食べないとときもある	361	51.1%	342	51.4%	19	38.7%
ほとんど食べない	135	19.1%	128	19.2%	7	29.0%
無回答	39	5.5%	38	5.7%	1	0.0%
合計	707	100.0%	665	100.0%	42	100.0%

14. 「あなたの年齢は」と「運動を週2回以上行っているか」の関係

選択項目	総計		20～69歳	
	人数	構成比	人数	構成比
はい	242	36.4%	242	36.4%
いいえ	365	54.9%	365	54.9%
その他	23	3.5%	23	3.5%
無回答	35	5.3%	35	5.3%
合計	665	100.0%	665	100.0%

15. 「あなたの年齢は」と「13ではいと答えた方 運動時間は一日当りどの位か」の関係

選択項目	総計		20～69歳	
	人数	構成比	人数	構成比
20分未満	113	17.0%	113	17.0%
20～29分	44	6.6%	44	6.6%
30分以上	88	13.2%	88	13.2%
無回答	420	63.2%	420	63.2%
合計	665	100.0%	665	100.0%

16. 「あなたの年齢は」と「運動をしようと思う時、何が必要か」の関係

選択項目	総計		20～69歳	
	人数	構成比	人数	構成比
運動に関する知識	167	17.3%	167	17.3%
身近に運動できる施設	219	22.7%	219	22.7%
運動を教えてくれる指導者	117	12.1%	117	12.1%
運動に関する資料	49	5.1%	49	5.1%
一緒に運動してくれる仲間やサークル	204	21.2%	204	21.2%
その他	20	2.1%	20	2.1%
特になし	136	14.1%	136	14.1%
無回答	51	5.3%	51	5.3%
合計	963	100.0%	963	100.0%

17. 「あなたの年齢は」と「睡眠で休養が十分にとれていると思うか」の関係

選択項目	総計		20～69歳	
	人数	構成比	人数	構成比
十分とれている	168	25.3%	168	25.3%
まあまあとれている	353	53.1%	353	53.1%
あまりとれていない	101	15.2%	101	15.2%
まったくとれていない	5	0.8%	5	0.8%
わからない	6	0.9%	6	0.9%
無回答	32	4.8%	32	4.8%
合計	665	100.0%	665	100.0%

18. 「あなたの年齢は」と「この1か月を振り返り、不満、悩み、苦勞、ストレスはあったか」の関係

選択項目	総計		20～69歳	
	人数	構成比	人数	構成比
大いにある	96	14.4%	96	14.4%
多少ある	363	54.6%	363	54.6%
あまりない	154	23.2%	154	23.2%
まったくない	18	2.7%	18	2.7%
無回答	34	5.1%	34	5.1%
合計	665	100.0%	665	100.0%

19. 「あなたの年齢は」と「ストレスを解消できていると思うか」の関係

選択項目	総計		20～69歳	
	人数	構成比	人数	構成比
十分できている	45	6.8%	45	6.8%
何とかできている	402	60.5%	402	60.5%
あまりできていない	144	21.7%	144	21.7%
全くできていない	21	3.2%	21	3.2%
わからない	20	3.0%	20	3.0%
無回答	33	5.0%	33	5.0%
合計	665	100.0%	665	100.0%

20. 「あなたの年齢は」と「タバコはすうか」の関係

選択項目	総計		20～69歳	
	人数	構成比	人数	構成比
以前から吸わない	335	6.8%	335	6.8%
以前はすっていたが今はすわない	159	60.5%	159	60.5%
毎日又は時々すう	134	21.7%	134	21.7%
無回答	37	3.2%	37	3.2%
合計	665	100.0%	665	100.0%

21. 「あなたの年齢は」と「趣味、楽しみ、好きでやっていることがあるか」の関係

選択項目	総計		70歳	
	人数	構成比	人数	構成比
ある	25	59.5%	25	59.5%
ない	15	35.7%	15	35.7%
無回答	2	4.8%	2	4.8%
合計	42	100.0%	42	100.0%

22. 「あなたの年齢は」と「歯科医院にはどのような場合に行きますか」の関係

選択項目	総計		20～69歳		70歳	
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比
気になるところがなくとも定期的に行く	47	6.6%	42	6.3%	5	11.9%
気になるところがあったら早目に行く	221	31.3%	204	30.7%	17	40.5%
痛い等の悪い症状が出たら行く	332	47.0%	317	47.7%	15	35.7%
悪い症状が出て我慢ができなくなったら行く	64	9.0%	60	9.0%	4	9.5%
無回答	43	6.1%	42	6.3%	1	2.4%
合計	707	100.0%	665	100.0%	42	100.0%

23. 「あなたの年齢は」と「現在あなたの口の中には、自分の歯が何本ありますか」の関係

選択項目	総計		70歳	
	人数	構成比	人数	構成比
自分の歯は1本もない	3	7.1%	3	7.1%
1～4本	5	11.9%	5	11.9%
5～11本	8	19.0%	8	19.0%
12～19本	13	31.0%	13	31.0%
20～29本	12	28.6%	12	28.6%
無回答	1	2.4%	1	2.4%
合計	42	100	42	100

きらきらあさひ健康プラン21（第2次）

発行 平成25年4月

編集 朝日町健康福祉課

〒990-1442

山形県西村山郡朝日町大字宮宿 1115

TEL：0237-67-2116 FAX：0237-27-2117
