

青梅市
R 5 年度健康と食育の市民意識調査
結果報告書

令和6年6月

青梅市

目次

I	調査の概要.....	1
1	調査の目的.....	1
2	調査対象.....	1
3	調査期間.....	1
4	調査方法.....	1
5	回収状況.....	1
6	調査結果の表示方法.....	1
II	調査結果.....	2
	（1）御自身に関することについて.....	2
	（2）健康づくりに関することについて.....	6
	（3）食育に関することについて.....	29
	（4）情報に関することについて.....	42
	（5）地域とのつながりに関することについて.....	43
	（6）市の取組に関することについて.....	50
III	自由回答.....	51

I 調査の概要

1 調査の目的

青梅市では、令和2年に「青梅市健康増進計画」ならびに「青梅市食育推進計画」を策定し健康づくりおよび食育の推進に努めておりますが、このたび令和7年の次期計画の策定に向け本調査を実施し、さらなる推進を考えております。

本計画は、「第4次青梅市健康増進計画」、「第3次青梅市食育推進計画」の計画期間の終了に伴い、現在の社会情勢や国や都の健康増進・食育に関する方向性を踏まえ、継続して市民が健康づくりや食育を実践するために作成するものです。なお、「食」は「健康づくり」と密接に関係し重要な施策であることから、「健康増進計画」と「食育推進計画」を総合的・一体的に推進を図るために、「青梅市健康づくり推進計画」を策定します。

2 調査対象

青梅市在住の18歳から70歳代の男女2,000人の方々を無作為抽出

3 調査期間

令和6年3月28日から令和6年4月16日

4 調査方法

郵送による配布・回収、webによる調査

5 回収状況

	配布数	有効回答数	有効回答率
一般	2,000通	533通	26,7%

6 調査結果の表示方法

- ・回答は各質問の回答者数（N）を基数とした百分率（%）で示してあります。また、小数点以下第2位を四捨五入しているため、内訳の合計が100.0%にならない場合があります。
- ・複数回答が可能な設問の場合、回答者が全体に対してどのくらいの比率であるかという見方になるため、回答比率の合計が100.0%を超える場合があります。
- ・クロス集計の場合、無回答を排除しているため、クロス集計の有効回答数の合計と単純集計（全体）の有効回答数が合致しないことがあります。なお、クロス集計とは、複数項目の組み合わせで分類した集計のことで、複数の質問項目を交差して並べ、表やグラフを作成することにより、その相互の関係を明らかにするための集計方法です。
- ・回答者数が1桁の場合、回答件数による表記としています。また、クロス集計において回答者数が1桁の場合は、コメントを差し控えています。

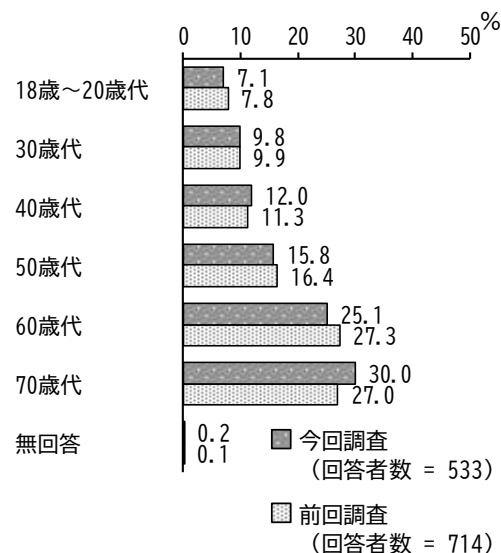
Ⅱ 調査結果

(1) 御自身に関するについて

問1 令和6年2月1日時点の年齢をお答えください。(1つに○)

「70 歳代」の割合が 30.0%と最も高く、次いで「60 歳代」の割合が 25.1%、「50 歳代」の割合が 15.8%となっています。

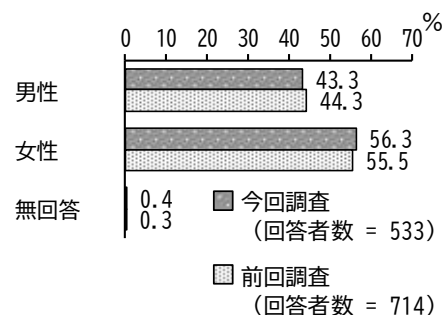
前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



問2 性別をお答えください。(どちらかに○)

「男性」の割合が 43.3%、「女性」の割合が 56.3%となっています。

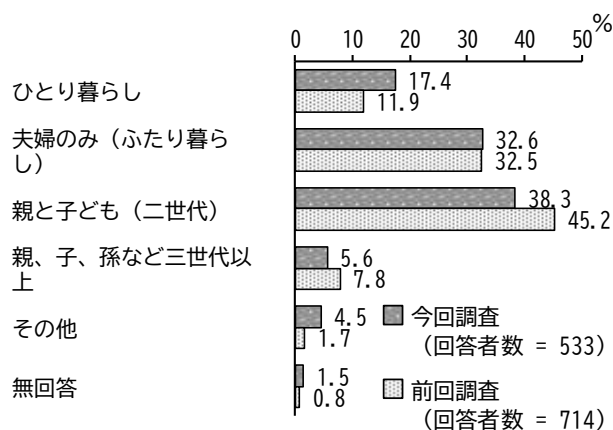
前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



問3 御家族の構成をお答えください。(1つに○)

「親と子ども（二世代）」の割合が 38.3%と最も高く、次いで「夫婦のみ（ふたり暮らし）」の割合が 32.6%、「ひとり暮らし」の割合が 17.4%となっています。

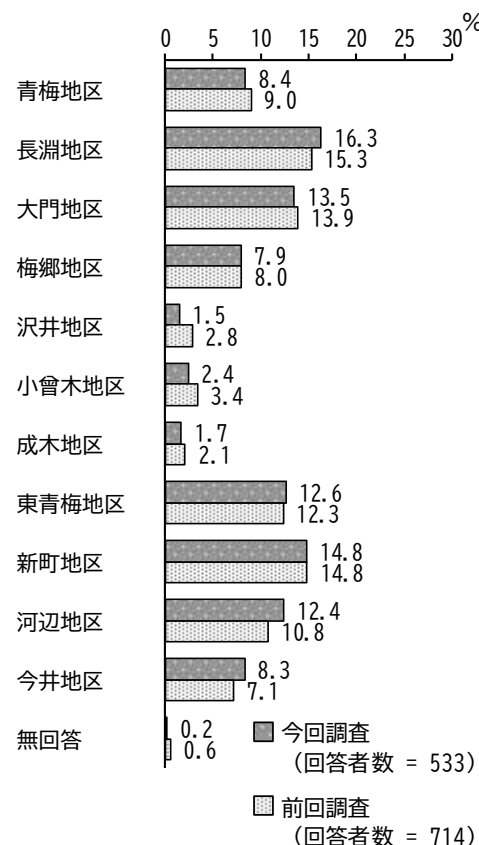
前回調査と比較すると、「ひとり暮らし」の割合が増加しています。一方、「親と子ども（二世代）」の割合が減少しています。



問4 お住まいの地区をお答えください。(あてはまる番号1つに○)

「長淵地区」の割合が16.3%と最も高く、次いで「新町地区」の割合が14.8%、「大門地区」の割合が13.5%となっています。

前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。

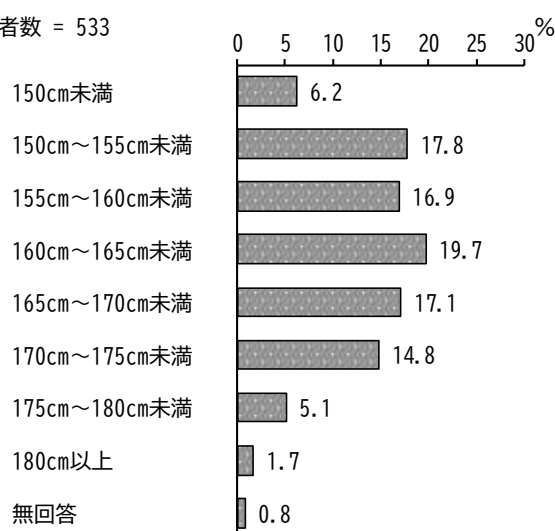


問5 身長と体重を御記入ください。
☆BMIの傾向を調べるためにお伺いします。

身長

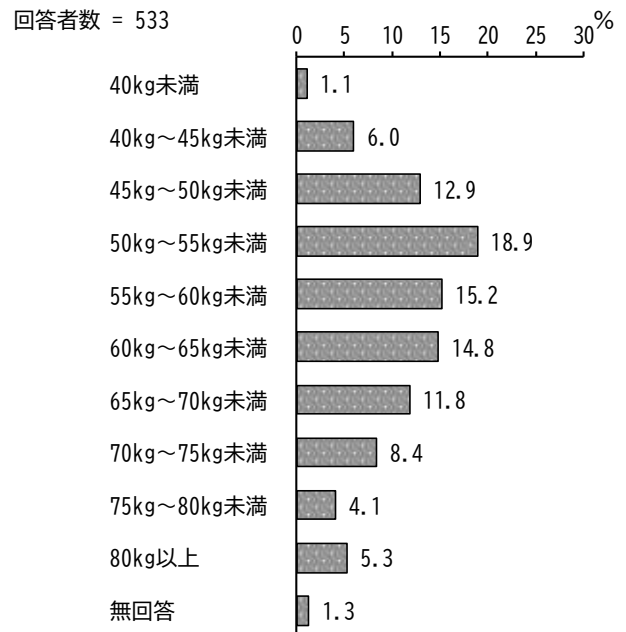
「160cm～165cm 未満」の割合が19.7%と最も高く、次いで「150cm～155cm 未満」の割合が17.8%、「165cm～170cm 未満」の割合が17.1%となっています。

回答者数 = 533



体重

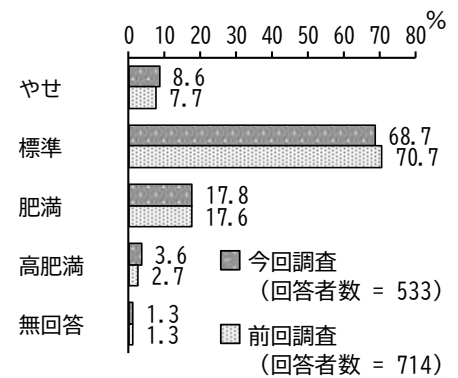
「50kg～55kg 未満」の割合が 18.9%と最も高く、次いで「55kg～60kg 未満」の割合が 15.2%、「60kg～65kg 未満」の割合が 14.8%となっています。



BMI

「標準」の割合が 68.7%と最も高く、次いで「肥満」の割合が 17.8%となっています。

前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【性年齢別】

性年齢別にみると、女性 18 歳～20 歳代で「標準」の割合が高くなっています。

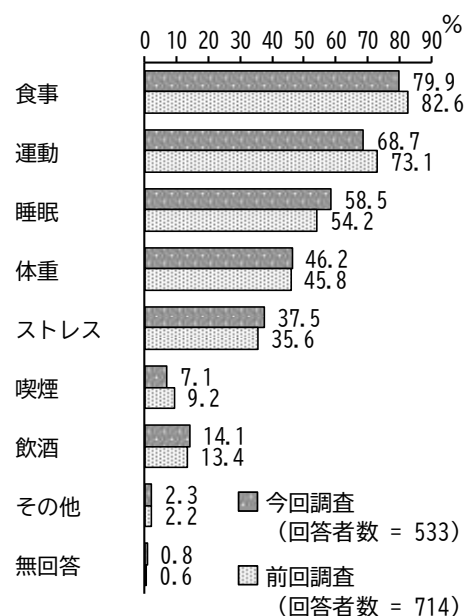
単位：％

区分	回答者数 (件)	やせ	標準	肥満	高肥満	無回答
全 体	533	8.6	68.7	17.8	3.6	1.3
男性 18 歳～20 歳代	14	14.3	71.4	7.1	—	7.1
30 歳代	20	—	60.0	20.0	20.0	—
40 歳代	23	4.3	65.2	17.4	13.0	—
50 歳代	30	3.3	76.7	20.0	—	—
60 歳代	60	3.3	56.7	30.0	10.0	—
70 歳代	84	4.8	75.0	16.7	—	3.6
女性 18 歳～20 歳代	24	16.7	83.3	—	—	—
30 歳代	31	3.2	80.6	12.9	—	3.2
40 歳代	41	7.3	65.9	24.4	2.4	—
50 歳代	54	13.0	68.5	14.8	3.7	—
60 歳代	74	16.2	63.5	16.2	4.1	—
70 歳代	76	10.5	69.7	18.4	—	1.3

問 6 健康に関してどのようなことに気をつけていますか。あるいは、今後、どのようなことに気をつけたいですか。(あてはまるものすべてに○)

「食事」の割合が 79.9%と最も高く、次いで「運動」の割合が 68.7%、「睡眠」の割合が 58.5%となっています。

前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



※前回調査では、「喫煙」の選択肢は「たばこ」になっていました。

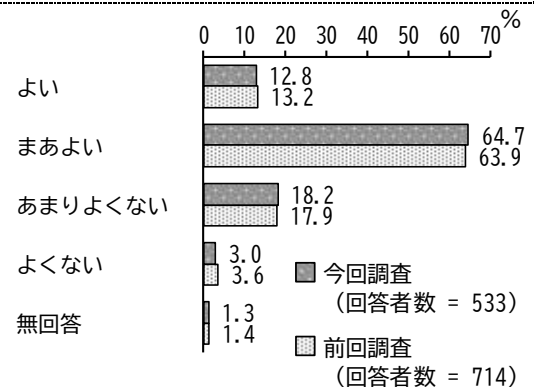
※前回調査では、「飲酒」の選択肢は「酒」になっていました。

(2) 健康づくりに関することについて

「健康管理」について

問7 自分の健康状態をどのように感じていますか。(1つに○)

「まあよい」の割合が64.7%と最も高く、
次いで「あまりよくない」の割合が18.2%、
「よい」の割合が12.8%となっています。
前回調査と比較すると、大きな変化はみられ
ません。



【性年齢別】

性年齢別にみると、男性18歳～20歳代で「よい」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	回答者数 (件)	よい	まあよい	あまりよくない	よくない	無回答
全 体	533	12.8	64.7	18.2	3.0	1.3
男性 18歳～20歳代	14	42.9	35.7	21.4	—	—
30歳代	20	20.0	55.0	20.0	5.0	—
40歳代	23	21.7	43.5	26.1	—	8.7
50歳代	30	6.7	70.0	13.3	3.3	6.7
60歳代	60	15.0	66.7	15.0	3.3	—
70歳代	84	14.3	66.7	17.9	1.2	—
女性 18歳～20歳代	24	8.3	62.5	25.0	4.2	—
30歳代	31	9.7	61.3	25.8	3.2	—
40歳代	41	9.8	61.0	24.4	4.9	—
50歳代	54	13.0	68.5	13.0	5.6	—
60歳代	74	10.8	63.5	23.0	1.4	1.4
70歳代	76	7.9	75.0	10.5	3.9	2.6

【運動習慣別】

運動習慣別にみると、習慣的に運動をしていないで「あまりよくない」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	回答者数 (件)	よい	まあよい	あまりよくない	よくない	無回答
全 体	533	12.8	64.7	18.2	3.0	1.3
習慣的に運動をしている	225	18.7	68.4	10.2	2.2	0.4
習慣的に運動をしていない	305	8.5	61.6	24.3	3.6	2.0

【睡眠を十分とれているか別】

睡眠を十分とれているか別にみると、十分とれているで「よい」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	回答者数 (件)	よい	まあよい	あまりよくない	よくない	無回答
全 体	533	12.8	64.7	18.2	3.0	1.3
十分とれている	138	26.1	63.0	6.5	4.3	—
まあまあとれている	272	9.9	67.6	18.4	1.8	2.2
あまりとれていない	116	4.3	61.2	31.0	2.6	0.9
まったくとれていない	5	—	20.0	40.0	40.0	—

【社会参加別（ボランティアのグループ）】

社会参加別（ボランティアのグループ）にみると、年に数回で「よい」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	回答者数 (件)	よい	まあよい	あまりよくない	よくない	無回答
全 体	533	12.8	64.7	18.2	3.0	1.3
週4回以上	2	—	100.0	—	—	—
週2～3回	2	—	100.0	—	—	—
週1回	7	14.3	85.7	—	—	—
月1～3回	27	14.8	74.1	3.7	7.4	—
年に数回	34	26.5	55.9	14.7	2.9	—
参加していない	443	12.0	64.1	19.4	2.9	1.6

【社会参加別（スポーツ関係のグループやクラブ）】

社会参加別（スポーツ関係のグループやクラブ）にみると、月1～3回で「よい」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	回答者数 (件)	よい	まあよい	あまりよくない	よくない	無回答
全 体	533	12.8	64.7	18.2	3.0	1.3
週4回以上	10	20.0	70.0	10.0	—	—
週2～3回	28	32.1	57.1	7.1	—	3.6
週1回	31	6.5	80.6	12.9	—	—
月1～3回	23	39.1	52.2	8.7	—	—
年に数回	21	19.0	71.4	9.5	—	—
参加していない	406	10.1	64.3	20.2	3.9	1.5

【社会参加別（趣味関係のグループ）】

社会参加別（趣味関係のグループ）にみると、月１～３回で「よい」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	回答者数 (件)	よい	まあよい	あまりよくない	よくない	無回答
全 体	533	12.8	64.7	18.2	3.0	1.3
週４回以上	3	－	66.7	33.3	－	－
週２～３回	11	18.2	72.7	9.1	－	－
週１回	27	18.5	59.3	11.1	3.7	7.4
月１～３回	30	26.7	63.3	6.7	3.3	－
年に数回	28	14.3	67.9	17.9	－	－
参加していない	418	11.5	65.1	18.9	3.3	1.2

【社会参加別（学習・教養サークル）】

社会参加別（学習・教養サークル）にみると、週１回で「よい」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	回答者数 (件)	よい	まあよい	あまりよくない	よくない	無回答
全 体	533	12.8	64.7	18.2	3.0	1.3
週４回以上	－	－	－	－	－	－
週２～３回	1	－	100.0	－	－	－
週１回	11	27.3	54.5	9.1	－	9.1
月１～３回	9	－	88.9	11.1	－	－
年に数回	12	16.7	75.0	8.3	－	－
参加していない	481	12.9	64.2	18.3	3.3	1.2

【社会参加別（特技や経験を他者に伝える活動）】

社会参加別（特技や経験を他者に伝える活動）にみると、年に数回で「まあよい」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	回答者数 (件)	よい	まあよい	あまりよくない	よくない	無回答
全 体	533	12.8	64.7	18.2	3.0	1.3
週4回以上	1	—	100.0	—	—	—
週2～3回	3	33.3	66.7	—	—	—
週1回	2	50.0	50.0	—	—	—
月1～3回	3	33.3	33.3	33.3	—	—
年に数回	15	20.0	73.3	6.7	—	—
参加していない	490	12.4	64.5	18.4	3.3	1.4

【地域の信用度別】

地域の信用度別にみると、とても信用できるで「まあよい」の割合が高くなっています。

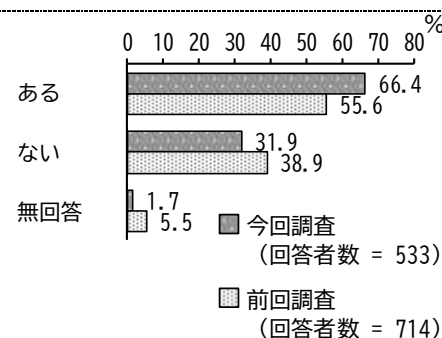
単位：％

区分	回答者数 (件)	よい	まあよい	あまりよくない	よくない	無回答
全 体	533	12.8	64.7	18.2	3.0	1.3
とても信用できる	36	19.4	75.0	5.6	—	—
まあ信用できる	257	11.3	68.9	16.3	2.3	1.2
どちらとも言えない	201	12.9	60.7	20.9	3.5	2.0
あまり信用できない	23	21.7	47.8	26.1	4.3	—
全く信用できない	8	—	37.5	37.5	25.0	—

問8 過去1年間に健診（検診）（乳がん、子宮頸がん検診は過去2年間）を受けたことがありますか。（どちらかに○）

「ある」の割合が66.4%、「ない」の割合が31.9%となっています。

前回調査と比較すると、「ある」の割合が増加しています。一方、「ない」の割合が減少しています。

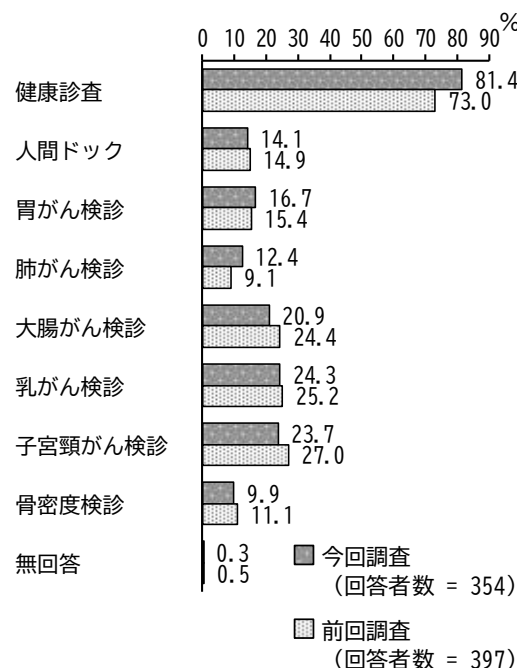


<問8で「1. ある」と回答された方にお伺いします。>

問8－1 過去1年間（乳がん、子宮頸がん検診は過去2年間）に受診した健診（検診）についてお答えください。（あてはまるものすべてに○）

「健康診査」の割合が81.4%と最も高く、次いで「乳がん検診」の割合が24.3%、「子宮頸がん検診」の割合が23.7%となっています。

前回調査と比較すると、「健康診査」の割合が増加しています。



【性年齢別】

性年齢別にみると、30歳代で「子宮頸がん検診」の割合が高くなっています。

単位：％

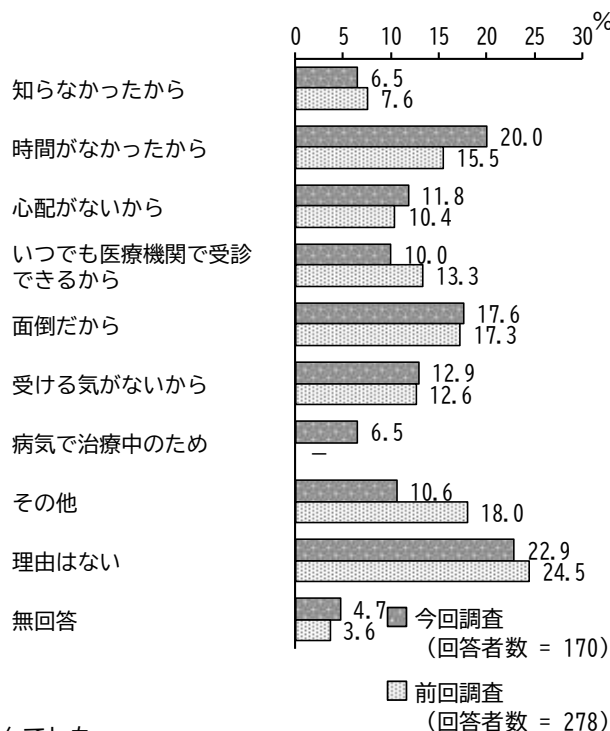
区分	回答者数(件)	健康診査	人間ドック	胃がん検診	肺がん検診	大腸がん検診	乳がん検診	子宮頸がん検診	骨密度検診	無回答
全 体	354	81.4	14.1	16.7	12.4	20.9	24.3	23.7	9.9	0.3
男性 18歳～20歳代	4	100.0	—	—	—	—	—	—	—	—
30歳代	13	100.0	—	—	—	—	—	—	—	—
40歳代	19	78.9	31.6	10.5	5.3	—	—	—	—	—
50歳代	20	85.0	15.0	—	—	—	—	—	—	—
60歳代	44	86.4	18.2	22.7	13.6	15.9	—	—	—	—
70歳代	59	88.1	18.6	18.6	20.3	30.5	—	—	1.7	—
女性 18歳～20歳代	10	80.0	—	—	—	—	10.0	50.0	—	—
30歳代	21	57.1	4.8	14.3	4.8	4.8	19.0	66.7	9.5	4.8
40歳代	30	73.3	13.3	26.7	10.0	20.0	50.0	53.3	6.7	—
50歳代	41	68.3	24.4	19.5	14.6	19.5	51.2	39.0	22.0	—
60歳代	52	86.5	5.8	9.6	11.5	28.8	57.7	44.2	15.4	—
70歳代	39	87.2	7.7	30.8	23.1	48.7	38.5	23.1	33.3	—

<問8で「2. ない」と回答された方にお伺いします。>

問8-2 健診（検診）を受けなかった理由をお答えください。
（あてはまるものすべてに○）

「理由はない」の割合が22.9%と最も高く、次いで「時間がなかったから」の割合が20.0%、「面倒だから」の割合が17.6%となっています。

前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



※前回調査では、「病気で治療中のため」の選択肢はありませんでした。

【性年齢別】

性年齢別にみると、40歳代で「時間がなかったから」の割合が高くなっています。

単位：%

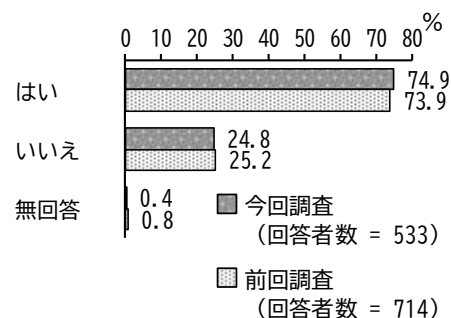
区分	回答者数（件）	知らなかったから	時間がなかったから	心配がないから	いつでも医療機関で受診できるから	面倒だから	受ける気がないから	病気で治療中のため	その他	理由はない	無回答
全 体	170	6.5	20.0	11.8	10.0	17.6	12.9	6.5	10.6	22.9	4.7
男性 18歳～20歳代	9	33.3	11.1	-	-	-	11.1	-	-	66.7	-
30歳代	7	-	14.3	14.3	-	14.3	14.3	-	-	57.1	-
40歳代	4	-	-	25.0	-	25.0	-	-	-	25.0	25.0
50歳代	9	-	33.3	-	11.1	-	22.2	-	22.2	11.1	11.1
60歳代	11	9.1	27.3	18.2	9.1	27.3	18.2	-	-	18.2	9.1
70歳代	23	-	4.3	13.0	17.4	13.0	13.0	21.7	8.7	17.4	4.3
女性 18歳～20歳代	14	21.4	35.7	28.6	7.1	35.7	7.1	-	7.1	21.4	-
30歳代	10	20.0	40.0	10.0	20.0	20.0	-	-	20.0	20.0	-
40歳代	11	-	54.5	-	-	36.4	9.1	-	18.2	9.1	-
50歳代	13	-	30.8	-	-	15.4	7.7	-	23.1	15.4	7.7
60歳代	22	4.5	18.2	9.1	9.1	18.2	13.6	13.6	18.2	13.6	4.5
70歳代	37	2.7	5.4	16.2	16.2	13.5	18.9	8.1	5.4	27.0	5.4

「身体活動」について

問9 日頃、意識的に体を動かすことを心がけていますか。(どちらかに○)

「はい」の割合が74.9%、「いいえ」の割合が24.8%となっています。

前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【性別】

性別にみると、大きな差はみられません。

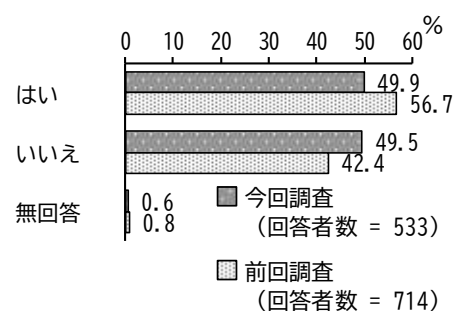
単位：％

区分	回答者数 (件)	はい	いいえ	無回答
全 体	533	74.9	24.8	0.4
男性	231	74.0	25.5	0.4
女性	300	75.7	24.0	0.3

問10 日頃、運動（息がはずみ、汗をかく身体活動）をしていますか。
(どちらかに○)

「はい」の割合が49.9%、「いいえ」の割合が49.5%となっています。

前回調査と比較すると、「いいえ」の割合が増加しています。一方、「はい」の割合が減少しています。



【性年齢別】

性年齢別にみると、女性 18 歳～20 歳代で「いいえ」の割合が高くなっています。

単位：％

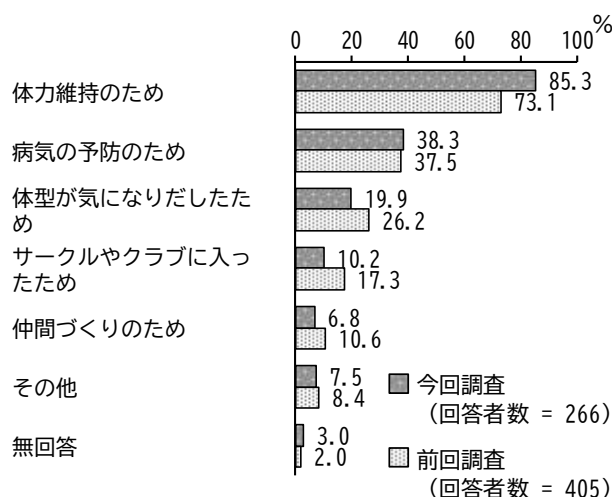
区分	回答者数 (件)	はい	いいえ	無回答
全 体	533	49.9	49.5	0.6
男性 18 歳～20 歳代	14	42.9	57.1	—
30 歳代	20	35.0	65.0	—
40 歳代	23	47.8	52.2	—
50 歳代	30	43.3	56.7	—
60 歳代	60	48.3	51.7	—
70 歳代	84	75.0	25.0	—
女性 18 歳～20 歳代	24	16.7	83.3	—
30 歳代	31	29.0	71.0	—
40 歳代	41	31.7	68.3	—
50 歳代	54	44.4	55.6	—
60 歳代	74	51.4	47.3	1.4
70 歳代	76	61.8	35.5	2.6

<問 10 で「1. はい」と回答された方にお伺いします。>

問 10－1 運動を始めた動機はどれですか。(あてはまるものすべてに○)

「体力維持のため」の割合が 85.3％と最も高く、次いで「病気の予防のため」の割合が 38.3％、「体型が気になりだしたため」の割合が 19.9％となっています。

前回調査と比較すると、「体力維持のため」の割合が増加しています。一方、「体型が気になりだしたため」「サークルやクラブに入ったため」の割合が減少しています。



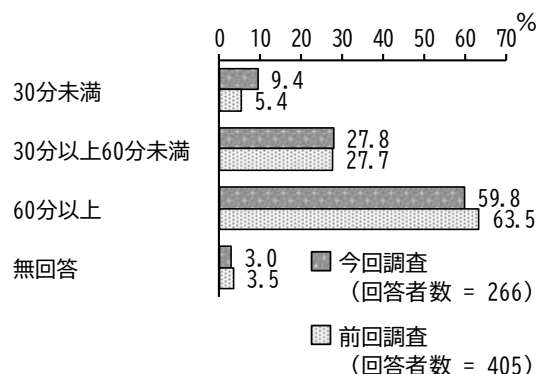
<問 10 で「1. はい」と回答された方にお伺いします。>

問 10－2 どのくらいの運動していますか。

運動時間合計

「60 分以上」の割合が 59.8%と最も高く、次いで「30 分以上 60 分未満」の割合が 27.8%となっています。

前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【年齢別】

年齢別にみると、60 歳代で「30 分以上 60 分未満」の割合が高くなっています。

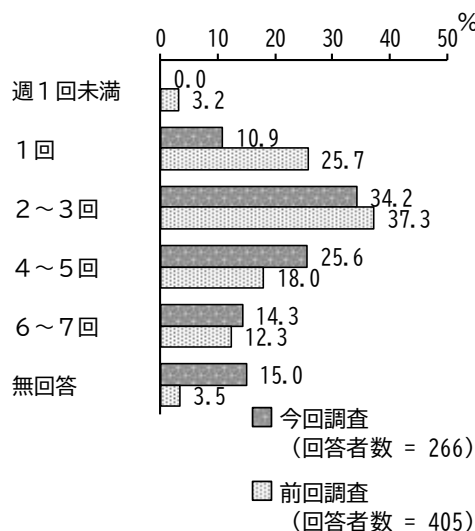
単位：％

区分	回答者数 (件)	30 分 未 満	30 分 以 上 60 分 未 満	60 分 以 上	無 回 答
全 体	266	9.4	27.8	59.8	3.0
18 歳～20 歳代	10	—	20.0	60.0	20.0
30 歳代	17	35.3	11.8	52.9	—
40 歳代	24	8.3	16.7	66.7	8.3
50 歳代	37	10.8	18.9	67.6	2.7
60 歳代	67	6.0	49.3	43.3	1.5
70 歳代	110	8.2	23.6	66.4	1.8

1 週間あたり回数

「2～3 回」の割合が 34.2%と最も高く、次いで「4～5 回」の割合が 25.6%、「6～7 回」の割合が 14.3%となっています。

前回調査と比較すると、「4～5 回」の割合が増加しています。一方、「1 回」の割合が減少しています。



【年齢別】

年齢別にみると、18歳～20歳代で「1回」の割合が高くなっています。

単位：％

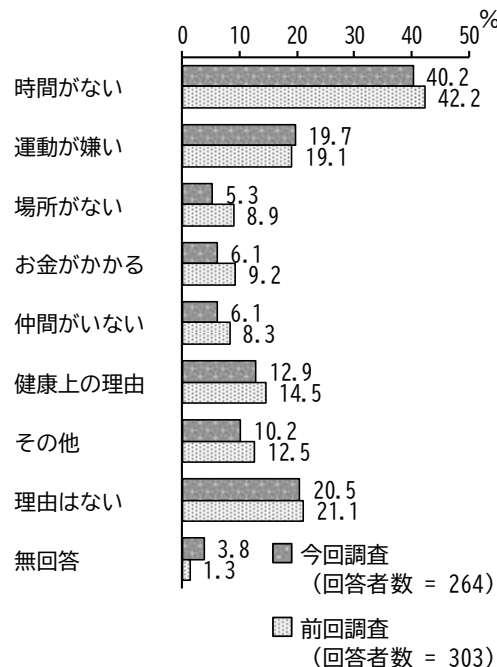
区分	回答者数 (件)	週 1 回未満	1 回	2 ～ 3 回	4 ～ 5 回	6 ～ 7 回	無 回 答
全 体	266	—	10.9	34.2	25.6	14.3	15.0
18歳～20歳代	10	—	30.0	10.0	10.0	—	50.0
30歳代	17	—	11.8	29.4	41.2	11.8	5.9
40歳代	24	—	12.5	16.7	37.5	20.8	12.5
50歳代	37	—	13.5	45.9	21.6	8.1	10.8
60歳代	67	—	9.0	40.3	20.9	16.4	13.4
70歳代	110	—	8.2	33.6	26.4	15.5	16.4

<問10で「2. いいえ」と回答された方にお伺いします。>

問10-3 運動をしていない理由についてお答えください。
(あてはまるものすべてに○)

「時間がない」の割合が40.2%と最も高く、次いで「理由はない」の割合が20.5%、「運動が嫌い」の割合が19.7%となっています。

前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。

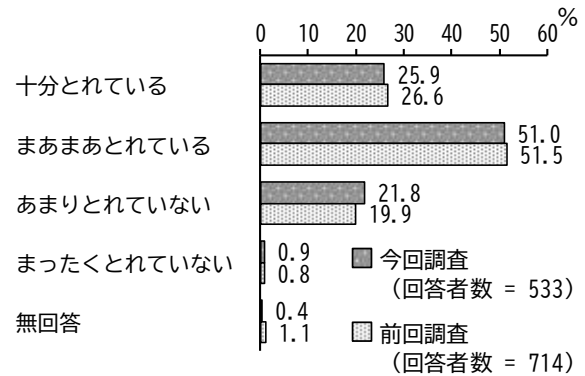


「休養・睡眠、こころの健康」について

問 11 睡眠は十分とれていると感じていますか。(1つに○)

「まあまあとれている」の割合が 51.0%と最も高く、次いで「十分とれている」の割合が 25.9%、「あまりとれていない」の割合が 21.8%となっています。

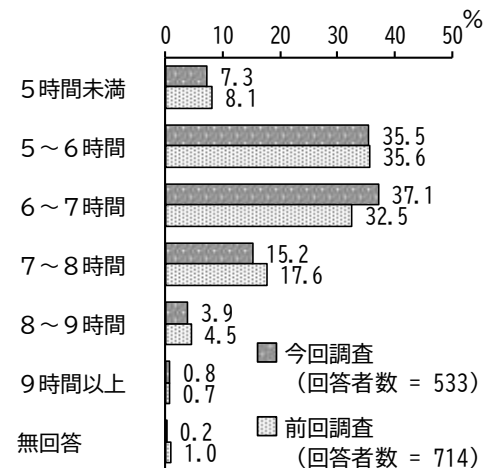
前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



問 12 ここ1ヶ月間、1日の平均睡眠時間はどのくらいでしたか。(1つに○)

「6～7時間」の割合が 37.1%と最も高く、次いで「5～6時間」の割合が 35.5%、「7～8時間」の割合が 15.2%となっています。

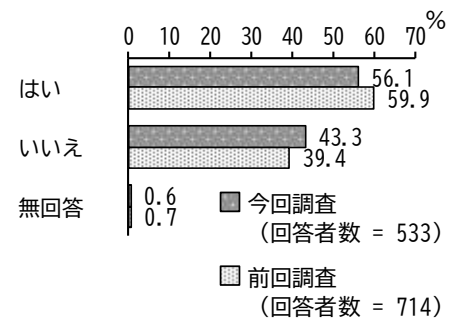
前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



問 13 ここ1ヶ月間、不満、悩み、苦労などによるイライラやストレスを感じることがありましたか。(どちらかに○)

「はい」の割合が 56.1%、「いいえ」の割合が 43.3%となっています。

前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【睡眠を十分とれているか別】

睡眠を十分とれているか別にみると、十分とれているで「いいえ」の割合が高くなっています。

単位：％

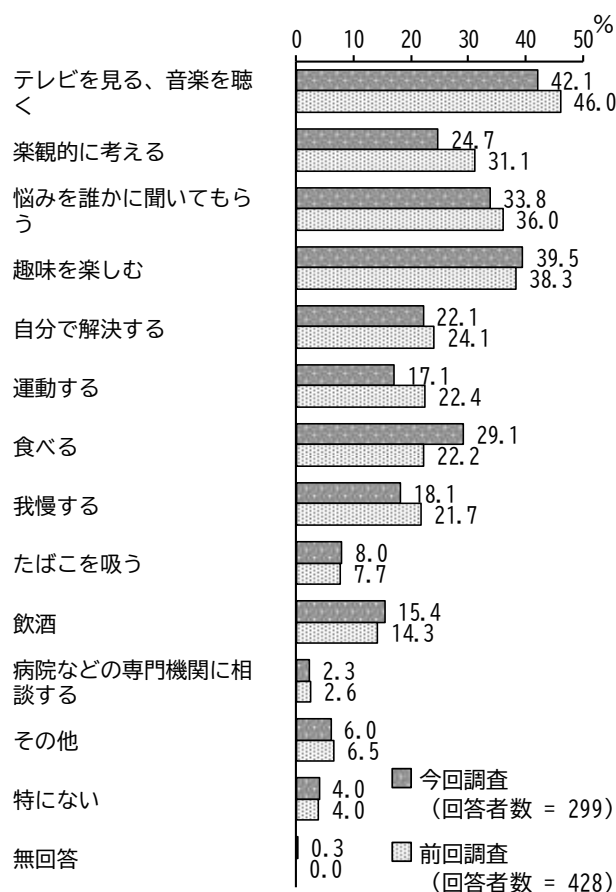
区分	回答者数 (件)	はい	いいえ	無回答
全 体	533	56.1	43.3	0.6
十分とれている	138	31.9	68.1	—
まあまあとれている	272	57.7	41.5	0.7
あまりとれていない	116	80.2	19.8	—
まったくとれていない	5	100.0	—	—

<問 13 で「1. はい」と回答された方にお伺いします。>

問 13－1 ストレスの対処法は次のうちどれですか。(あてはまるものすべてに○)

「テレビを見る、音楽を聴く」の割合が 42.1%と最も高く、次いで「趣味を楽しむ」の割合が 39.5%、「悩みを誰かに聞いてもらう」の割合が 33.8%となっています。

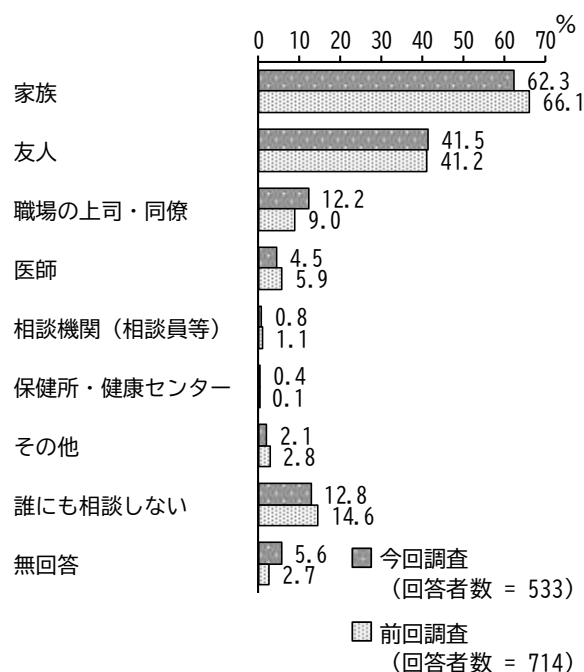
前回調査と比較すると、「食べる」の割合が増加しています。一方、「楽観的に考える」「運動する」の割合が減少しています。



問 14 悩み事や心配事などでストレスを抱えたとき、気軽に相談できる相手は誰（あるいはどこ）ですか。（あてはまるものすべてに○）

「家族」の割合が 62.3%と最も高く、次いで「友人」の割合が 41.5%、「誰にも相談しない」の割合が 12.8%となっています。

前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【家族構成別】

家族構成別にみると、夫婦のみ（ふたり暮らし）で「家族」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	回答者数 (件)	家族	友人	職場の 上司・同僚	医師	相談機関 (相談員 等)	保健所・ 健康セン タ	その他	誰にも 相談しな い	無回 答
全 体	533	62.3	41.5	12.2	4.5	0.8	0.4	2.1	12.8	5.6
ひとり暮らし	93	31.2	52.7	18.3	5.4	1.1	1.1	4.3	20.4	1.1
夫婦のみ（ふたり暮らし）	174	75.9	34.5	6.3	5.2	0.6	—	1.7	5.7	6.9
親と子ども（二世帯）	204	63.7	39.2	14.2	3.9	1.0	0.5	1.5	16.2	5.9
親、子、孫など三世帯以上	30	73.3	53.3	13.3	6.7	—	—	—	10.0	3.3
その他	24	58.3	50.0	16.7	—	—	—	4.2	12.5	8.3

【地域の信用度別】

地域の信用度別にみると、とても信用できるで「友人」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	回答者数 (件)	家族	友人	職場の 上司・同僚	医師	等）相 談機 関（相 談員	保健所・健康セン タ	その他	誰にも相談しない	無回答
全 体	533	62.3	41.5	12.2	4.5	0.8	0.4	2.1	12.8	5.6
とても信用できる	36	75.0	55.6	22.2	5.6	2.8	2.8	—	5.6	5.6
まあ信用できる	257	67.7	45.9	11.7	5.1	0.4	—	1.6	10.1	5.4
どちらとも言えない	201	56.2	35.3	12.9	3.0	0.5	—	3.0	15.9	6.5
あまり信用できない	23	43.5	39.1	4.3	8.7	—	—	—	21.7	4.3
全く信用できない	8	50.0	12.5	—	12.5	12.5	12.5	—	25.0	—

問 15 薬物依存症や危険ドラッグ等について知っていますか。（1つに○）

「はい」の割合が 75.6%と最も高く、次いで「聞いたことはあるが内容までは知らない」の割合が 21.0%となっています。

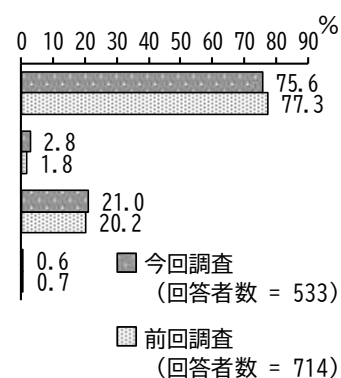
前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。

はい

いいえ

聞いたことはあるが内容
までは知らない

無回答

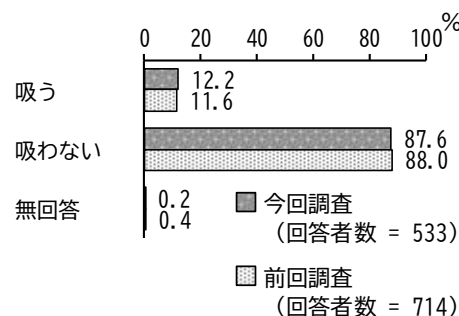


喫煙・飲酒について

問 16 たばこを吸いますか。(1つに○)

「吸う」の割合が12.2%、「吸わない」の割合が87.6%となっています。

前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【飲酒頻度別】

飲酒頻度別にみると、毎日飲むで「吸う」の割合が高くなっています。

単位：％

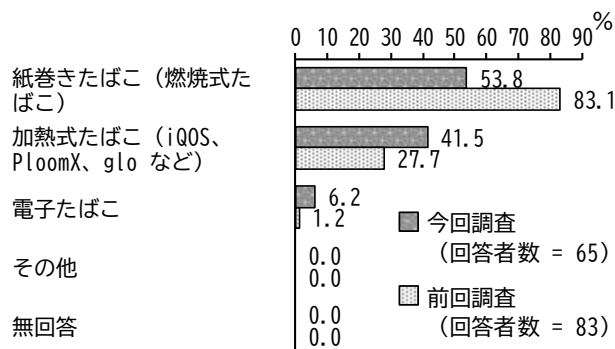
区分	回答者数 (件)	吸う	吸わない	無回答
全 体	533	12.2	87.6	0.2
毎日飲む	88	30.7	69.3	—
週5～6日飲む	36	16.7	83.3	—
週3～4日飲む	31	9.7	90.3	—
週1～2日飲む	45	4.4	93.3	2.2
月1～2日飲む	80	11.3	88.8	—
飲まない・飲めない	253	7.1	92.9	—

<問 16 で「1. 吸う」と回答された方にお伺いします。>

問 16-1 吸っているたばこはどれですか。(あてはまるものすべてに○)

「紙巻きたばこ（燃焼式たばこ）」の割合が53.8%と最も高く、次いで「加熱式たばこ（iQOS、PloomX、glo など）」の割合が41.5%となっています。

前回調査と比較すると、「加熱式たばこ（iQOS、PloomX、glo など）」の割合が増加しています。一方、「紙巻きたばこ（燃焼式たばこ）」の割合が減少しています。



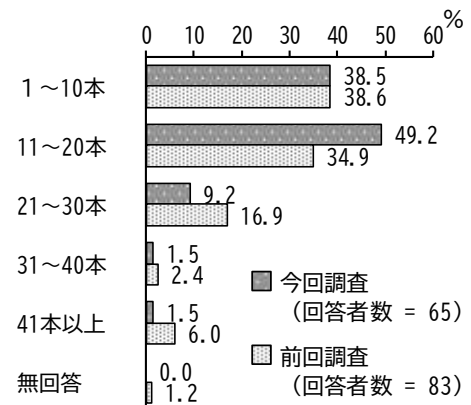
※前回調査では、「加熱式たばこ（iQOS、PloomX、glo など）」の選択肢は「加熱式たばこ（iQOS、Ploom TECH、glo など）」となっていました。

<問 16 で「1. 吸う」と回答された方にお伺いします。>

問 16－2 ここ 1 ヶ月間で、吸ったたばこの量は 1 日あたりどれくらいですか。
(1 つに○)

「11～20 本」の割合が 49.2%と最も高く、
次いで「1～10 本」の割合が 38.5%となっ
ています。

前回調査と比較すると、「11～20 本」の割
合が増加しています。一方、「21～30 本」の
割合が減少しています。

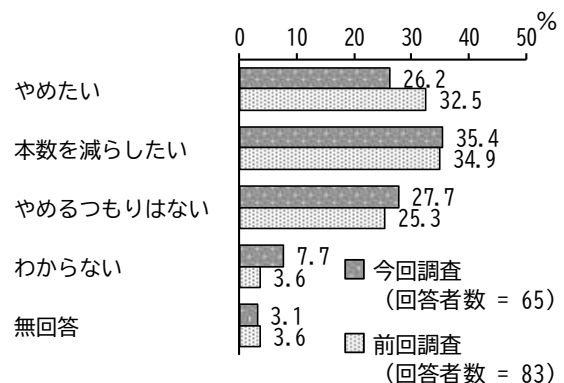


<問 16 で「1. 吸う」と回答された方にお伺いします。>

問 16－3 たばこをやめたいと思いますか。(1 つに○)

「本数を減らしたい」の割合が 35.4%と
最も高く、次いで「やめるつもりはない」の
割合が 27.7%、「やめたい」の割合が 26.2%
となっています。

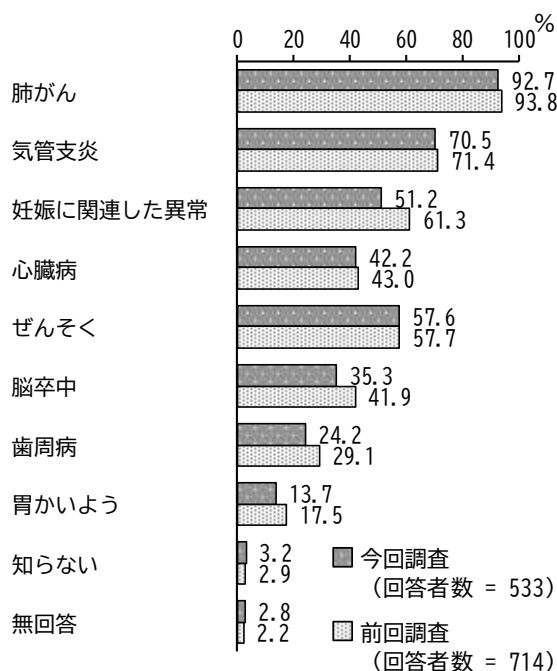
前回調査と比較すると、「やめたい」の割
合が減少しています。



問 17 たばこが及ぼす健康への影響について知っていますか。
(あてはまるものすべてに○)

「肺がん」の割合が 92.7%と最も高く、次いで「気管支炎」の割合が 70.5%、「ぜんそく」の割合が 57.6%となっています。

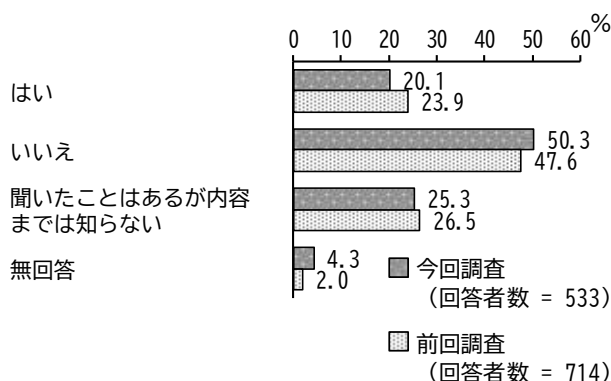
前回調査と比較すると、「妊娠に関連した異常」「脳卒中」の割合が減少しています。



問 18 「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」を知っていますか。(1つに○)

「いいえ」の割合が 50.3%と最も高く、次いで「聞いたことはあるが内容までは知らない」の割合が 25.3%、「はい」の割合が 20.1%となっています。

前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【喫煙の有無別】

喫煙の有無別にみると、吸うで「いいえ」の割合が高くなっています。

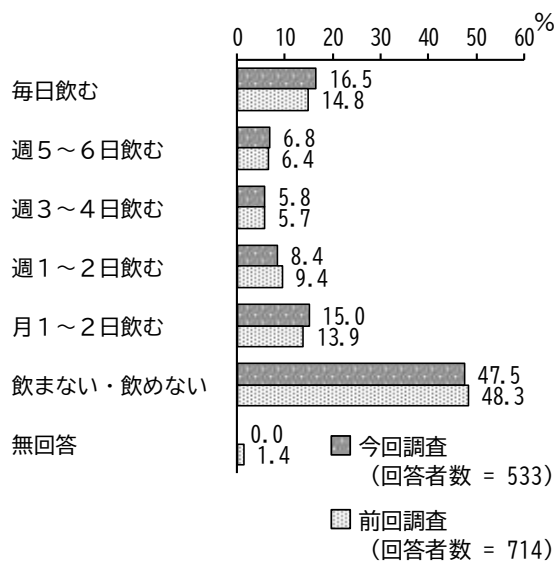
単位：%

区分	回答者数 (件)	はい	いいえ	聞いたことはあるが 内容までは知らない	無回答
全 体	533	20.1	50.3	25.3	4.3
吸う	65	16.9	61.5	20.0	1.5
吸わない	467	20.6	48.8	26.1	4.5

問 19 お酒を飲みますか。(1つに○)

「飲まない・飲めない」の割合が47.5%と最も高く、次いで「毎日飲む」の割合が16.5%、「月1～2日飲む」の割合が15.0%となっています。

前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【性別】

性別にみると、女性で「飲まない・飲めない」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	回答者数 (件)	毎日 飲む	週 5～ 6日 飲む	週 3～ 4日 飲む	週 1～ 2日 飲む	月 1～ 2日 飲む	飲 ま な い ・ 飲 め な い	無 回 答
全 体	533	16.5	6.8	5.8	8.4	15.0	47.5	—
男性	231	26.8	8.7	9.5	8.7	16.9	29.4	—
女性	300	8.7	5.3	3.0	8.3	13.7	61.0	—

【飲酒量別】

飲酒量別にみると、3合以上で「月1～2日飲む」の割合が高くなっています。

単位：％

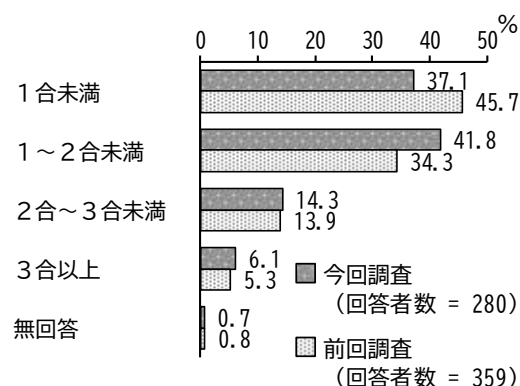
区分	回答者数 (件)	毎日 飲む	週 5～ 6日 飲む	週 3～ 4日 飲む	週 1～ 2日 飲む	月 1～ 2日 飲む	飲 ま な い ・ 飲 め な い	無 回 答
全 体	280	31.4	12.9	11.1	16.1	28.6	—	—
1合未満	104	20.2	10.6	8.7	25.0	35.6	—	—
1～2合未満	117	35.9	15.4	12.0	10.3	26.5	—	—
2合～3合未満	40	47.5	17.5	15.0	15.0	5.0	—	—
3合以上	17	35.3	—	11.8	5.9	47.1	—	—

<問 19 で「1. 毎日飲む」「2. 週5～6日飲む」「3. 週3～4日飲む」「4. 週1～2日飲む」「5. 月1～2日飲む」と回答された方にお伺いします。>

問 19－1 飲むお酒の分量は、日本酒に換算して1日に平均どのくらいですか。
(1つに○)

「1～2合未満」の割合が41.8%と最も高く、次いで「1合未満」の割合が37.1%、「2合～3合未満」の割合が14.3%となっています。

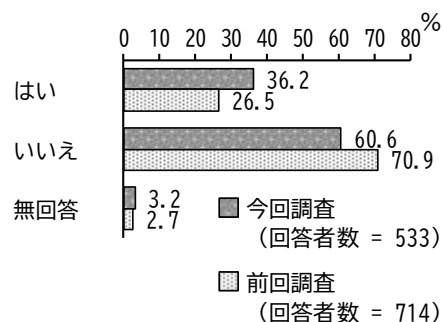
前回調査と比較すると、「1～2合未満」の割合が増加しています。一方、「1合未満」の割合が減少しています。



問 20 「生活習慣病のリスクを高める飲酒量」とは、日本酒に換算して、男性は1日2合以上、女性は1日1合以上であることを知っていましたか。(どちらかに○)

「はい」の割合が36.2%、「いいえ」の割合が60.6%となっています。

前回調査と比較すると、「はい」の割合が増加しています。一方、「いいえ」の割合が減少しています。



【性別】

性別にみると、男性で「はい」の割合が高くなっています。

単位：％

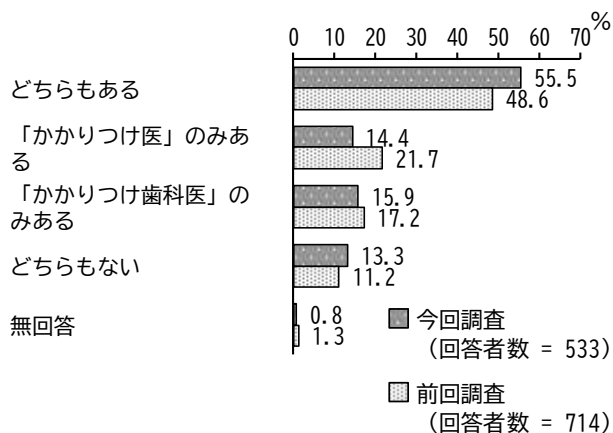
区分	回答者数 (件)	はい	いいえ	無回答
全 体	533	36.2	60.6	3.2
男性	231	46.3	50.6	3.0
女性	300	28.7	68.0	3.3

かかりつけの医療機関について

問 21 普段からかかりつけている医療機関（「かかりつけ医」や「かかりつけ歯科医」）がありますか。（1つに○）

「どちらもある」の割合が 55.5%と最も高く、次いで「「かかりつけ歯科医」のみある」の割合が 15.9%、「「かかりつけ医」のみある」の割合が 14.4%となっています。

前回調査と比較すると、「どちらもある」の割合が増加しています。一方、「「かかりつけ医」のみある」の割合が減少しています。

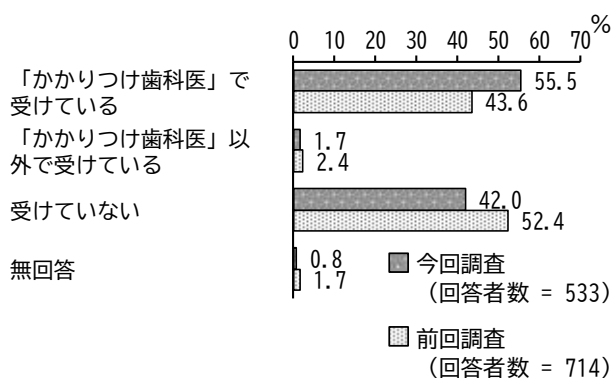


「歯の健康」について

問 22 1年に1回以上、歯科健診を受けていますか。（1つに○）

「「かかりつけ歯科医」で受けている」の割合が 55.5%と最も高く、次いで「受けていない」の割合が 42.0%となっています。

前回調査と比較すると、「「かかりつけ歯科医」で受けている」の割合が増加しています。一方、「受けていない」の割合が減少しています。



【年齢別】

年齢別にみると、18歳～20歳代で「受けていない」の割合が高くなっています。

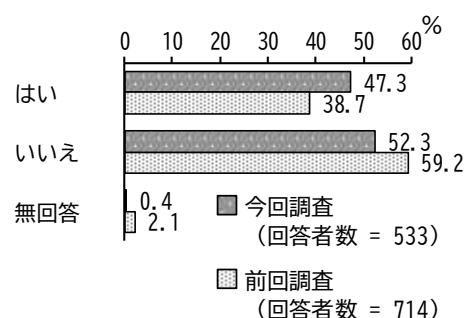
単位：％

区分	回答者数 (件)	「かかりつけ 歯科 医」で受けている	「かかりつけ 歯科 医」以外で受けている	受けていない	無回答
全 体	533	55.5	1.7	42.0	0.8
18歳～20歳代	38	31.6	5.3	63.2	—
30歳代	52	32.7	5.8	59.6	1.9
40歳代	64	64.1	1.6	34.4	—
50歳代	84	53.6	1.2	45.2	—
60歳代	134	64.2	—	35.1	0.7
70歳代	160	58.8	1.3	38.8	1.3

問 23 1日1回は、十分な時間（10分程度）をかけて歯を磨いていますか。
（どちらかに○）

「はい」の割合が47.3%、「いいえ」の割合が52.3%となっています。

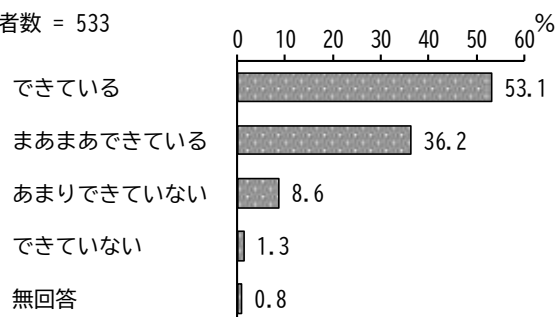
前回調査と比較すると、「はい」の割合が増加しています。一方、「いいえ」の割合が減少しています。



問 24 食事の時、なんでも噛んで食べることができますか。（1つに○）

「できている」の割合が53.1%と最も高く、次いで「まあまあできている」の割合が36.2%となっています。

回答者数 = 533



【年齢別】

年齢別にみると、30歳代で「できている」の割合が高くなっています。

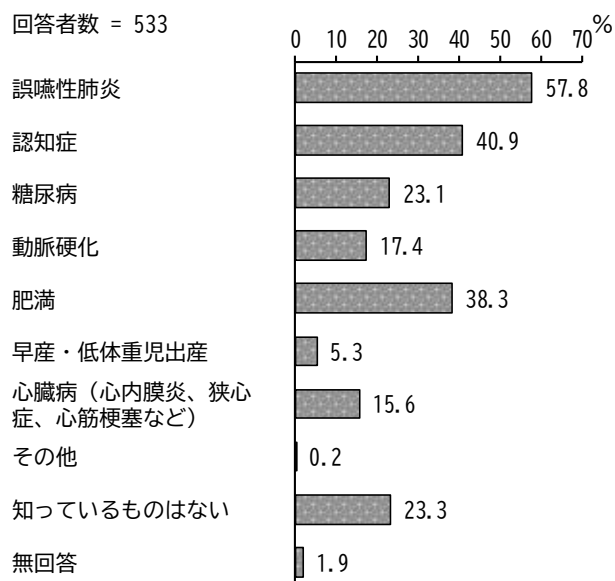
単位：％

区分	回答者数 (件)	できている	まあまあできている	あまりできていない	できていない	無回答
全 体	533	53.1	36.2	8.6	1.3	0.8
18歳～20歳代	38	39.5	39.5	21.1	—	—
30歳代	52	61.5	28.8	7.7	1.9	—
40歳代	64	59.4	31.3	9.4	—	—
50歳代	84	52.4	33.3	10.7	2.4	1.2
60歳代	134	50.7	39.6	8.2	1.5	—
70歳代	160	53.8	38.1	5.0	1.3	1.9

問 25 「歯・口の健康」の悪化が引き起こす疾患等について知っているものはどれですか。(あてはまるものすべてに○)

「誤嚥性肺炎」の割合が 57.8%と最も高く、次いで「認知症」の割合が 40.9%、「肥満」の割合が 38.3%となっています。

回答者数 = 533

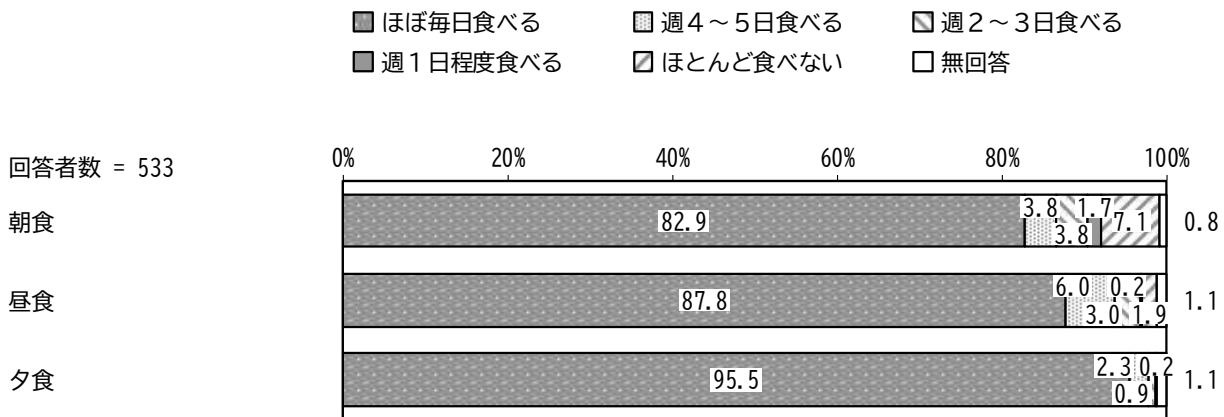


(3) 食育に関することについて

『食習慣』について

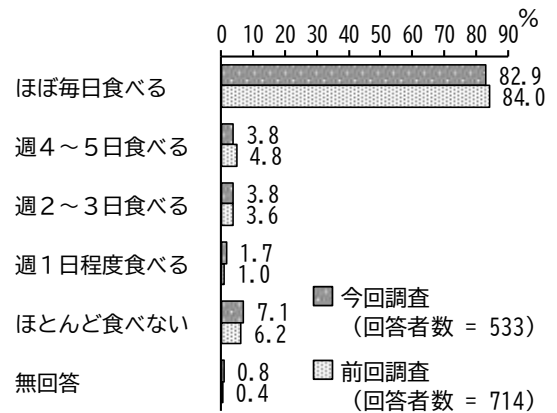
問 26 食事の状況についてお答えください。(それぞれあてはまる番号に○)

『朝食』で「ほとんど食べない」の割合が高くなっています。一方、『夕食』で「ほぼ毎日食べる」の割合が高くなっています。



朝食

前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



※前回調査では、「ほぼ毎日食べる」の選択肢は「ほぼ毎日食べている」となっていました。

※前回調査では、「ほとんど食べない」の選択肢は「ほぼ食べない」となっていました。

【性別】

性別にみると、大きな差はみられません。

単位：％

区分	回答者数 (件)	ほぼ毎日食べる	週4～5日食べる	週2～3日食べる	週1日程度食べる	ほとんど食べない	無回答
全 体	533	82.9	3.8	3.8	1.7	7.1	0.8
男性	231	81.0	4.3	3.5	2.6	7.4	1.3
女性	300	84.3	3.3	4.0	1.0	7.0	0.3

【BMI別】

BMI別にみると、大きな差はみられません。

単位：％

区分	回答者数 (件)	ほぼ毎日食べる	週4～5日食べる	週2～3日食べる	週1日程度食べる	ほとんど食べない	無回答
全 体	533	82.9	3.8	3.8	1.7	7.1	0.8
やせ	46	80.4	2.2	4.3	4.3	8.7	—
標準	366	85.8	3.3	2.5	1.9	5.7	0.8
肥満	95	77.9	6.3	3.2	—	12.6	—
高肥満	19	68.4	5.3	26.3	—	—	—

【「食育」への関心度別】

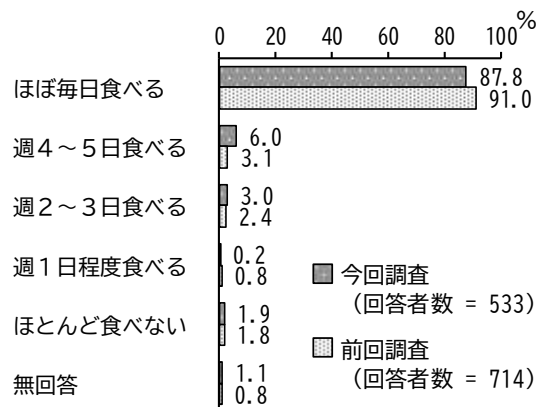
「食育」への関心度別にみると、大きな差はみられません。

単位：％

区分	回答者数 (件)	ほぼ毎日食べる	週4～5日食べる	週2～3日食べる	週1日程度食べる	ほとんど食べない	無回答
全 体	533	82.9	3.8	3.8	1.7	7.1	0.8
関心がある	105	85.7	3.8	1.9	1.0	7.6	—
どちらかといえば関心がある	212	86.8	1.4	5.7	1.9	3.3	0.9
どちらかといえば関心がない	132	78.8	6.1	3.0	1.5	9.8	0.8
関心がない	47	85.1	6.4	4.3	—	4.3	—
わからない	33	66.7	6.1	—	3.0	24.2	—

昼食

前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。

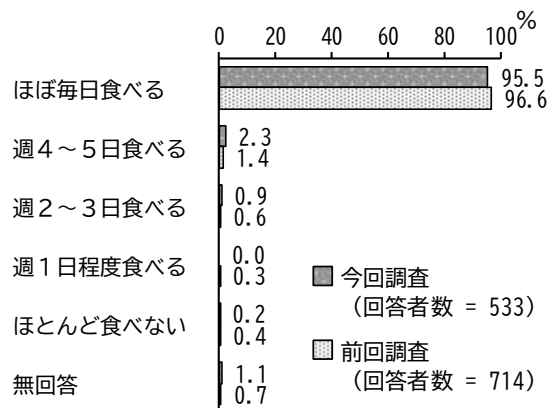


※前回調査では、「ほぼ毎日食べる」の選択肢は「ほぼ毎日食べている」となっていました。

※前回調査では、「ほとんど食べない」の選択肢は「ほぼ食べない」となっていました。

夕食

前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



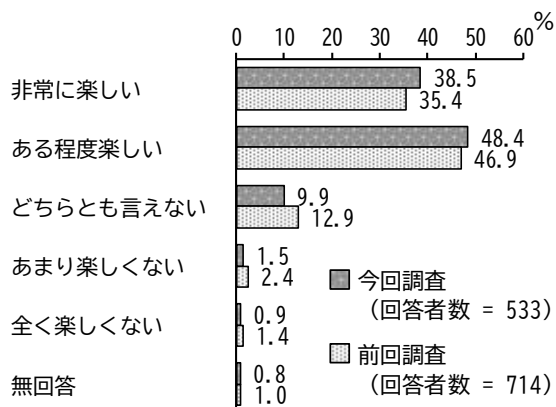
※前回調査では、「ほぼ毎日食べる」の選択肢は「ほぼ毎日食べている」となっていました。

※前回調査では、「ほとんど食べない」の選択肢は「ほぼ食べない」となっていました。

問 27 家族や友人と食事をするのが楽しいですか。(1つに○)

「ある程度楽しい」の割合が48.4%と最も高く、次いで「非常に楽しい」の割合が38.5%となっています。

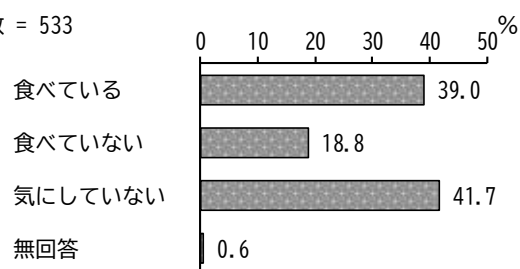
前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



問 28 ゆっくりよく噛んで食べていますか。(1つに○)

「気にしていない」の割合が41.7%と最も高く、次いで「食べている」の割合が39.0%、「食べていない」の割合が18.8%となっています。

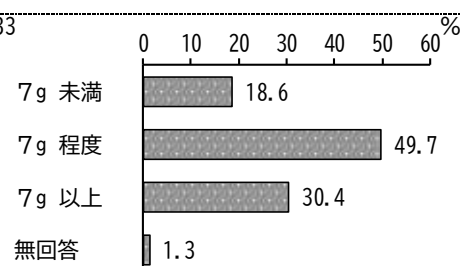
回答者数 = 533



問 29 成人の食塩摂取目標量は『1日7g未満』ですが、どのくらい摂取していますか。(1つに○)

「7g 程度」の割合が49.7%と最も高く、次いで「7g 以上」の割合が30.4%、「7g 未満」の割合が18.6%となっています。

回答者数 = 533



【年齢別】

年齢別にみると、30歳代で「7g 以上」の割合が高くなっています。

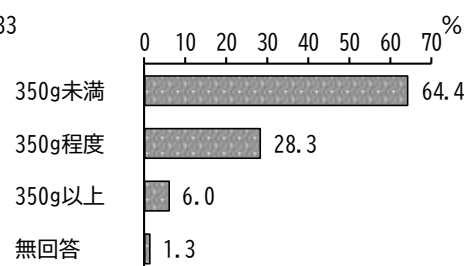
単位：%

区分	回答者数 (件)	7 g 未 満	7 g 程 度	7 g 以 上	無 回 答
全 体	533	18.6	49.7	30.4	1.3
18歳～20歳代	38	18.4	44.7	36.8	—
30歳代	52	9.6	32.7	57.7	—
40歳代	64	10.9	48.4	40.6	—
50歳代	84	13.1	47.6	38.1	1.2
60歳代	134	17.9	57.5	23.1	1.5
70歳代	160	28.1	51.3	18.1	2.5

問 30 成人が1日に摂りたい野菜の摂取目標量は『1日350g以上』ですが、どのくらい摂取していますか。(1つに○)

「350g未満」の割合が64.4%と最も高く、次いで「350g程度」の割合が28.3%となっています。

回答者数 = 533



【年齢別】

年齢別にみると、30歳代で「350g未満」の割合が高くなっています。

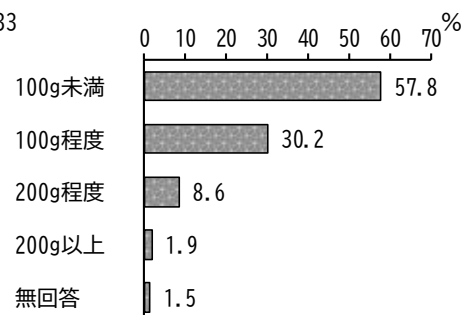
単位：%

区分	回答者数 (件)	350g 未満	350g 程度	350g 以上	無 回 答
全 体	533	64.4	28.3	6.0	1.3
18歳～20歳代	38	76.3	13.2	10.5	—
30歳代	52	76.9	19.2	3.8	—
40歳代	64	67.2	29.7	3.1	—
50歳代	84	59.5	28.6	10.7	1.2
60歳代	134	65.7	28.4	4.5	1.5
70歳代	160	58.1	33.8	5.6	2.5

問 31 成人が1日に摂りたい果物の摂取量は『1日200g』ですが、どのくらい摂取していますか。(1つに○)

「100g未満」の割合が57.8%と最も高く、次いで「100g程度」の割合が30.2%となっています。

回答者数 = 533



【年齢別】

年齢別にみると、30歳代で「100g未満」の割合が高くなっています。

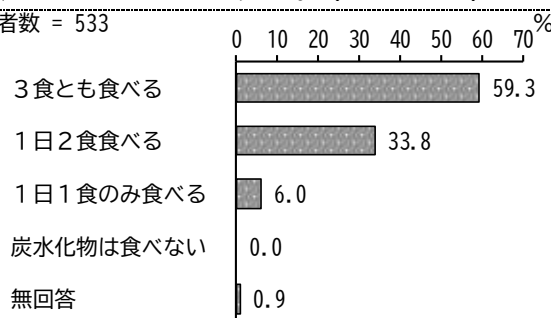
単位：％

区分	回答者数 (件)	100g 未満	100g 程度	200g 程度	200g 以上	無回答
全 体	533	57.8	30.2	8.6	1.9	1.5
18歳～20歳代	38	73.7	18.4	5.3	2.6	—
30歳代	52	76.9	21.2	—	1.9	—
40歳代	64	70.3	26.6	3.1	—	—
50歳代	84	58.3	25.0	10.7	3.6	2.4
60歳代	134	60.4	25.4	11.9	0.7	1.5
70歳代	160	40.6	43.8	10.6	2.5	2.5

問 32 1日の炭水化物（糖質を含む）の摂取回数はどのくらいですか。（1つに○）

回答者数 = 533

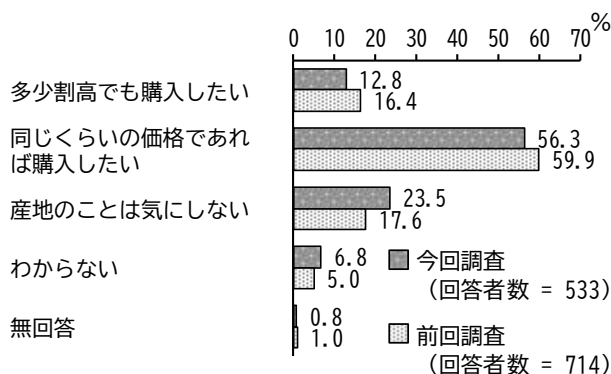
「3食とも食べる」の割合が59.3%と最も高く、次いで「1日2食食べる」の割合が33.8%となっています。



問 33 地元の産物とわかる食品であれば、購入したいですか。（1つに○）

「同じくらいの価格であれば購入したい」の割合が56.3%と最も高く、次いで「産地のことは気にしない」の割合が23.5%、「多少割高でも購入したい」の割合が12.8%となっています。

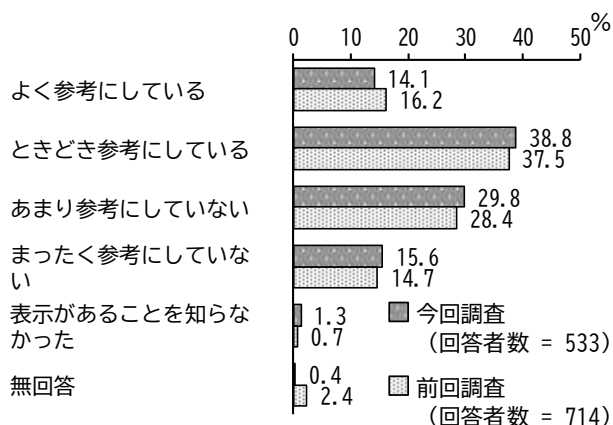
前回調査と比較すると、「産地のことは気にしない」の割合が増加しています。



問 34 外食したり、食品を購入するときに、栄養成分表示を参考にしていますか。
(1つに○)

「ときどき参考にしている」の割合が38.8%と最も高く、次いで「あまり参考にしていない」の割合が29.8%、「まったく参考にしていない」の割合が15.6%となっています。

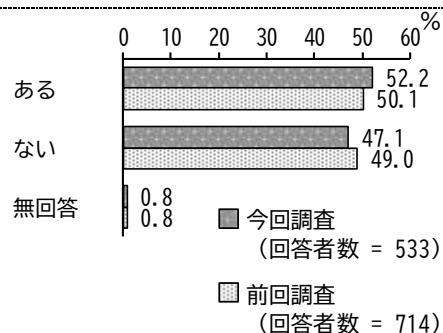
前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



問 35 「食事バランスガイド」(下図)を見たことがありますか。(どちらかに○)

「ある」の割合が52.2%、「ない」の割合が47.1%となっています。

前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。

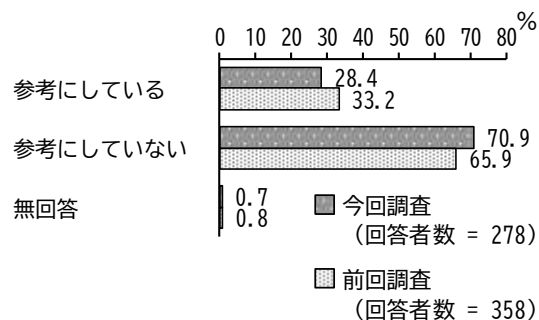


<問 35 で「1. ある」と回答された方にお伺いします。>

問 35-1 食事のメニューを考えたり、選んだりするとき、食事バランスガイドを参考にしていますか。(どちらかに○)

「参考にしている」の割合が28.4%、「参考にしていない」の割合が70.9%となっています。

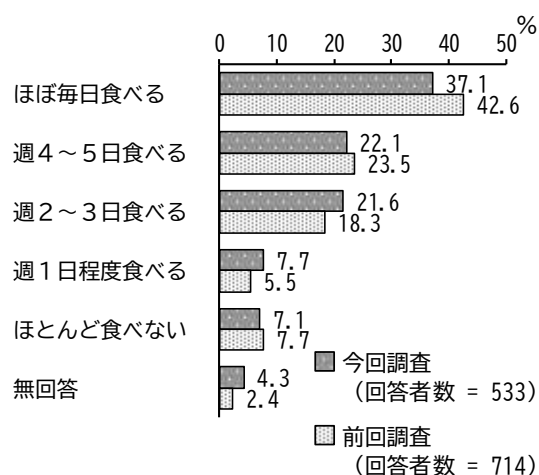
前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



問 36 主食・主菜・副菜をそろえて食べることが、1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。(1つに○)

「ほぼ毎日食べる」の割合が37.1%と最も高く、次いで「週4～5日食べる」の割合が22.1%、「週2～3日食べる」の割合が21.6%となっています。

前回調査と比較すると、「ほぼ毎日食べる」の割合が減少しています。



※前回調査では、「ほとんど食べない」の選択肢は「ほぼ食べない」となっていました。

【年齢別】

年齢別にみると、70歳代で「ほぼ毎日食べる」の割合が高くなっています。

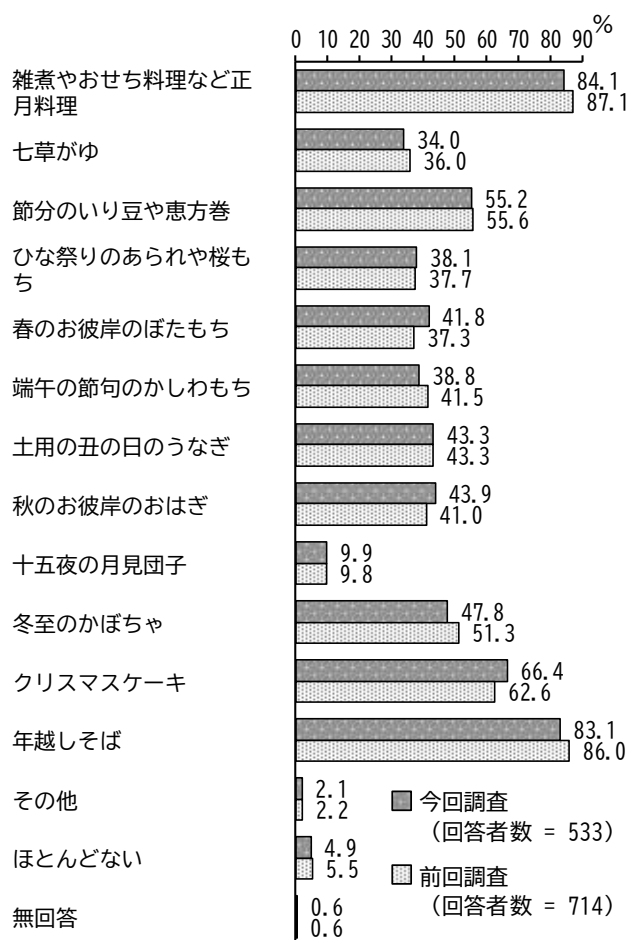
単位：％

区分	回答者数 (件)	ほぼ毎日 食べる	週4～5日 食べる	週2～3日 食べる	週1日程度 食べる	ほとんど 食べない	無回答
全 体	533	37.1	22.1	21.6	7.7	7.1	4.3
18歳～20歳代	38	26.3	18.4	23.7	10.5	15.8	5.3
30歳代	52	21.2	19.2	30.8	9.6	19.2	—
40歳代	64	23.4	26.6	28.1	12.5	9.4	—
50歳代	84	34.5	22.6	23.8	6.0	9.5	3.6
60歳代	134	33.6	20.1	26.1	11.2	4.5	4.5
70歳代	160	55.0	23.1	10.6	2.5	1.3	7.5

問 37 季節ごとに、次のような行事食を食べる習慣がありますか。
(あてはまるものすべてに○)

「雑煮やおせち料理など正月料理」の割合が84.1%と最も高く、次いで「年越しそば」の割合が83.1%、「クリスマスケーキ」の割合が66.4%となっています。

前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。

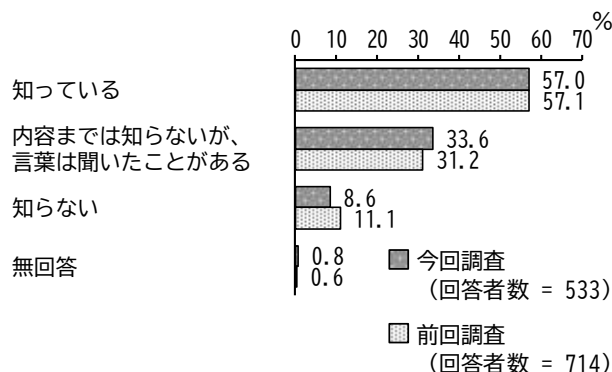


『食育』について

問 38 「食育」という言葉を知っていますか。(1つに○)

「知っている」の割合が 57.0%と最も高く、次いで「内容までは知らないが、言葉は聞いたことがある」の割合が 33.6%となっています。

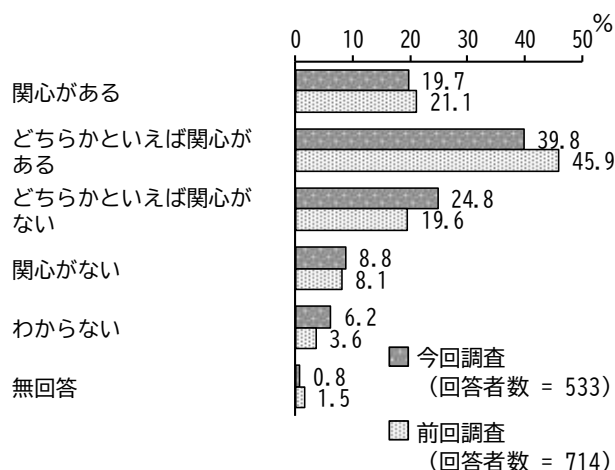
前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



問 39 「食育」に関心がありますか。(1つに○)

「どちらかといえば関心がある」の割合が 39.8%と最も高く、次いで「どちらかといえば関心がない」の割合が 24.8%、「関心がある」の割合が 19.7%となっています。

前回調査と比較すると、「どちらかといえば関心がない」の割合が増加しています。一方、「どちらかといえば関心がある」の割合が減少しています。

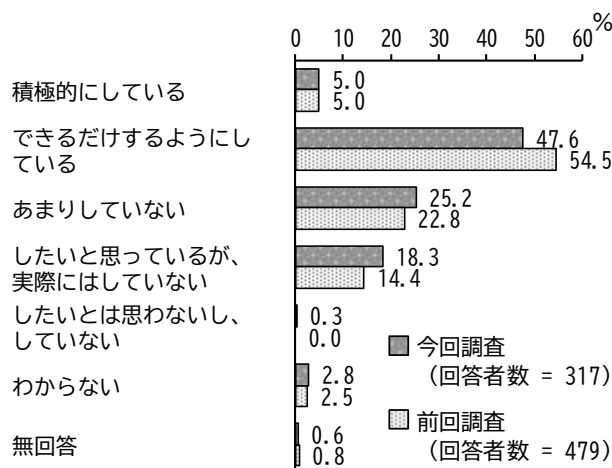


<問 39 で「1. 関心がある」「2. どちらかと言えば関心がある」と回答された方にお伺いします。>

問 39-1 日頃から、「食育」を実践していますか。(1つに○)

「できるだけするようにしている」の割合が 47.6%と最も高く、次いで「あまりしていない」の割合が 25.2%、「したいと思っているが、実際にはしていない」の割合が 18.3%となっています。

前回調査と比較すると、「できるだけするようにしている」の割合が減少しています。



【「食育」という言葉を知っているか別】

「食育」という言葉を知っているか別にみると、内容までは知らないが、言葉は聞いたことがあるで「あまりしていない」の割合が高くなっています。

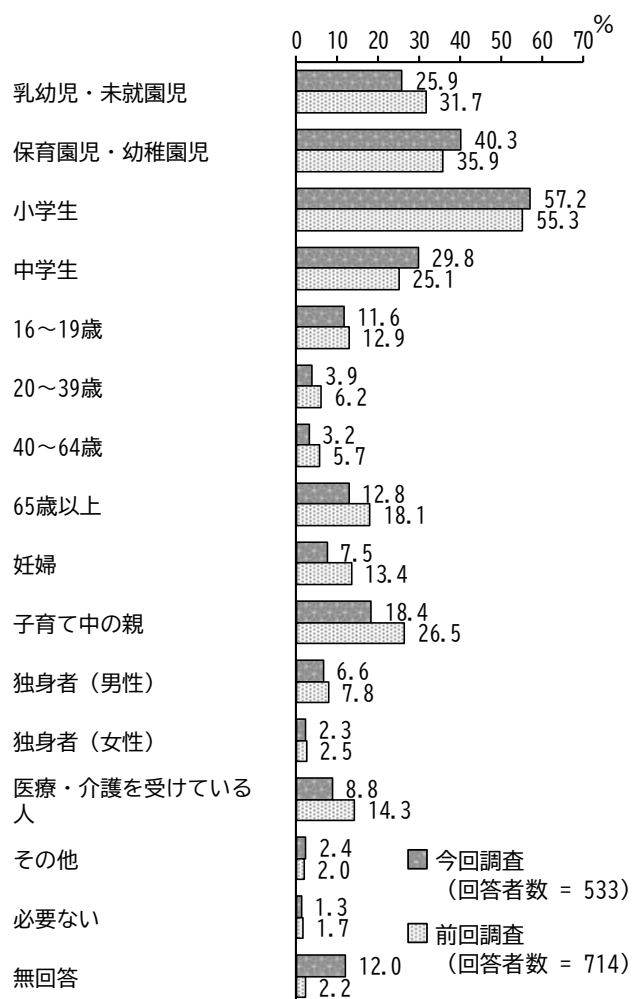
単位：％

区分	回答者数 (件)	積極的に している	できるだけ している	あまりして いない	したいと思 っているが、 実際にはし ていない	したいと思 わな いし、して いない	わから ない	無回 答
全 体	317	5.0	47.6	25.2	18.3	0.3	2.8	0.6
知っている	224	7.1	56.7	20.5	14.3	0.4	0.4	0.4
内容までは知らないが、 言葉は聞いたことがある	83	—	26.5	39.8	24.1	—	8.4	1.2
知らない	8	—	—	12.5	75.0	—	12.5	—

問 40 「食育」を進めるうえで、どのような対象者に対して取組むことが大切だと思いますか。（3つ以内に○）

「小学生」の割合が 57.2%と最も高く、次いで「保育園児・幼稚園児」の割合が 40.3%、「中学生」の割合が 29.8%となっています。

前回調査と比較すると、「乳幼児・未就園児」「65 歳以上」「妊婦」「子育て中の親」「医療・介護を受けている人」の割合が減少しています。

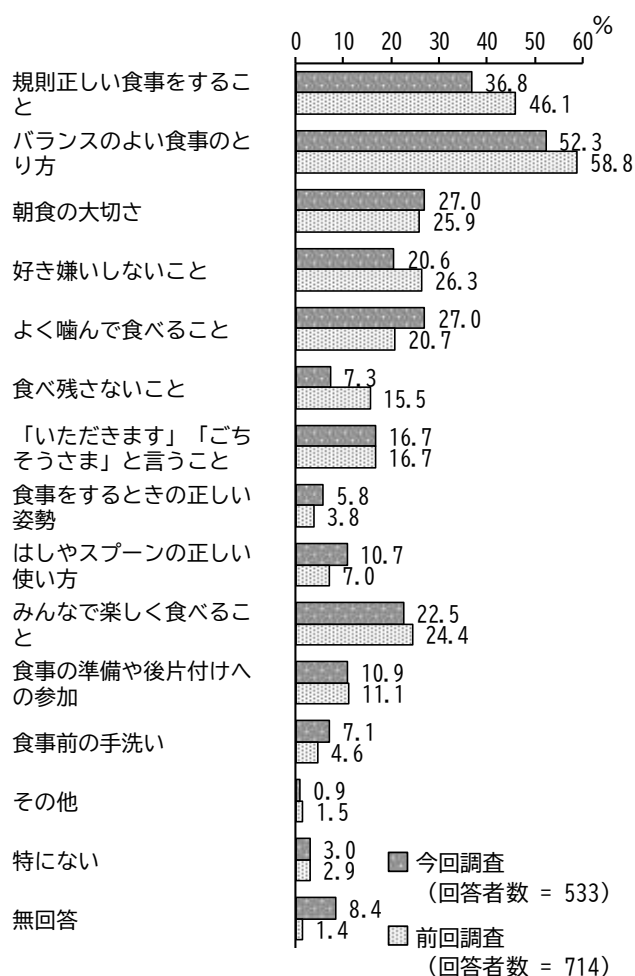


※前回調査では、「16～19 歳」の選択肢は「16～20 歳未満」となっていました。
 ※前回調査では、「20～39 歳」の選択肢は「20～40 歳未満」となっていました。
 ※前回調査では、「40～64 歳」の選択肢は「40～65 歳未満」となっていました。

問 41 家庭での食育を支えるために、保育所や幼稚園、小・中学校の給食などを通じた食育で、力を入れてほしいと思うことは何ですか。（3つ以内に○）

「バランスのよい食事のとり方」の割合が52.3%と最も高く、次いで「規則正しい食事をする事」の割合が36.8%、「朝食の大切さ」、「よく噛んで食べる事」の割合が27.0%となっています。

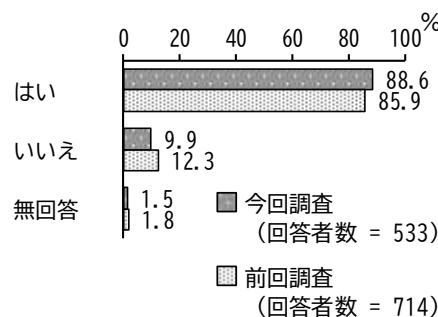
前回調査と比較すると、「よく噛んで食べる事」の割合が増加しています。一方、「規則正しい食事をする事」「バランスのよい食事のとり方」「好き嫌いしないこと」「食べ残さないこと」の割合が減少しています。



問 42 食べ残しや食品ロスの問題に関心がありますか。（どちらかに○）

「はい」の割合が88.6%、「いいえ」の割合が9.9%となっています。

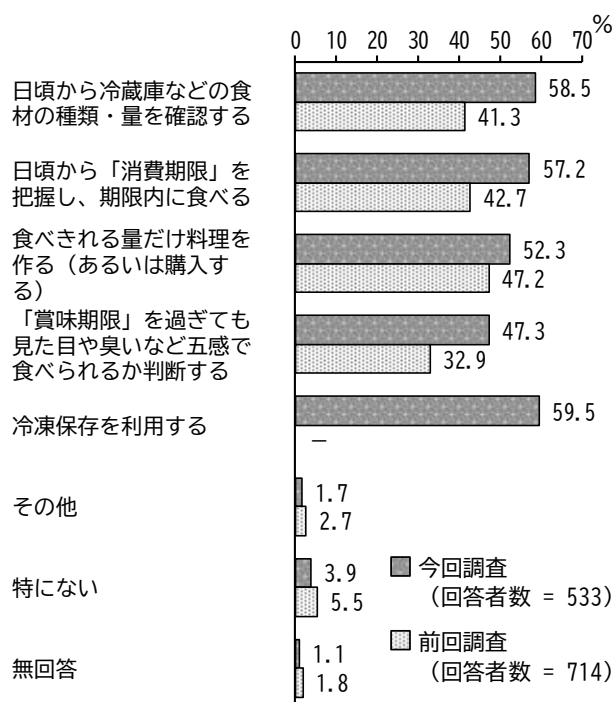
前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



問 43 家庭で食品廃棄物（生ごみ）を減らすためどのような取組を行っていますか。
（あてはまるものすべてに○）

「冷凍保存を利用する」の割合が 59.5%と最も高く、次いで「日頃から冷蔵庫などの食材の種類・量を確認する」の割合が 58.5%、「日頃から「消費期限」を把握し、期限内に食べる」の割合が 57.2%となっています。

前回調査と比較すると、「日頃から冷蔵庫などの食材の種類・量を確認する」「日頃から「消費期限」を把握し、期限内に食べる」「食べきれない量だけ料理を作る（あるいは購入する）」「賞味期限」を過ぎても見た目や臭いなど五感で食べられるか判断する」の割合が増加しています。



※前回調査では、「賞味期限」を過ぎても見た目や臭いなど五感で食べられるか判断する」の選択肢は「賞味期限」過ぎても見た目や臭いなど五感で食べられるか判断する」となっていました。

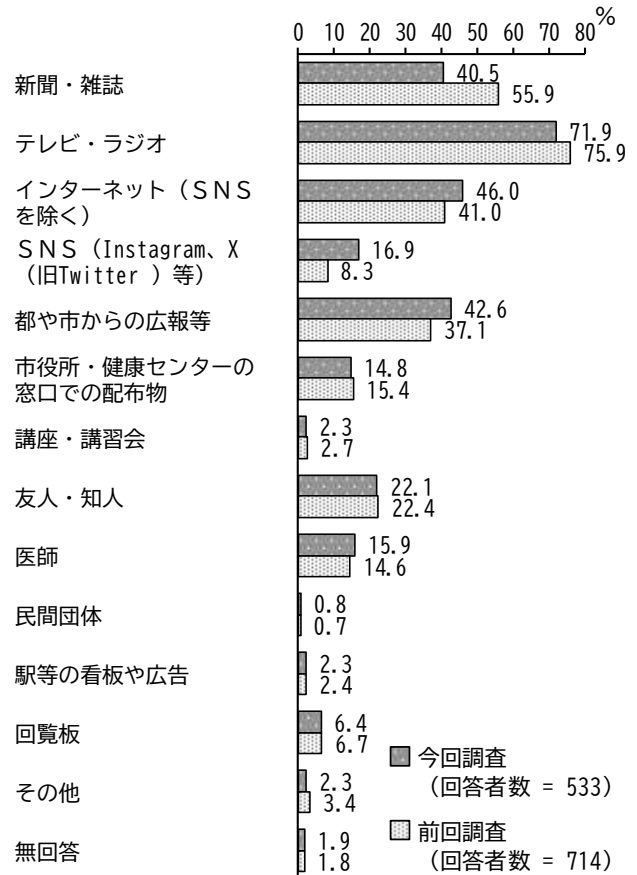
※前回調査では、「冷凍保存を利用する」の選択肢はありませんでした。

(4) 情報に関することについて

問 44 保健や医療に関する情報は何かから得ていますか。(あてはまる番号すべてに○)

「テレビ・ラジオ」の割合が 71.9%と最も高く、次いで「インターネット（SNSを除く）」の割合が 46.0%、「都や市からの広報等」の割合が 42.6%となっています。

前回調査と比較すると、「SNS（Instagram、X（旧 Twitter）等）」「都や市からの広報等」の割合が増加しています。一方、「新聞・雑誌」の割合が減少しています。



※前回調査では、「SNS（Instagram、X（旧 Twitter）等）」の選択肢は「SNS（ツイッター、フェイスブック等）」となっていました。

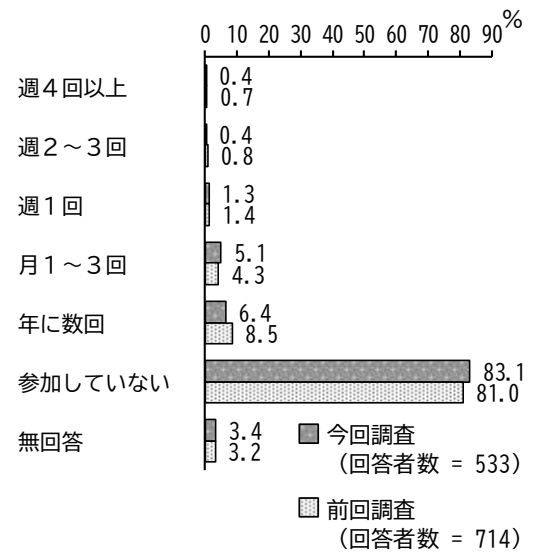
(5) 地域とのつながりに関することについて
参加している会やグループについて

問 45 下記のような会・グループにどのくらいの頻度で参加していますか。

①ボランティアのグループ（1つに○）

「参加していない」の割合が83.1%と最も高くなっています。

前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【性別】

性別にみると、大きな差はみられません。

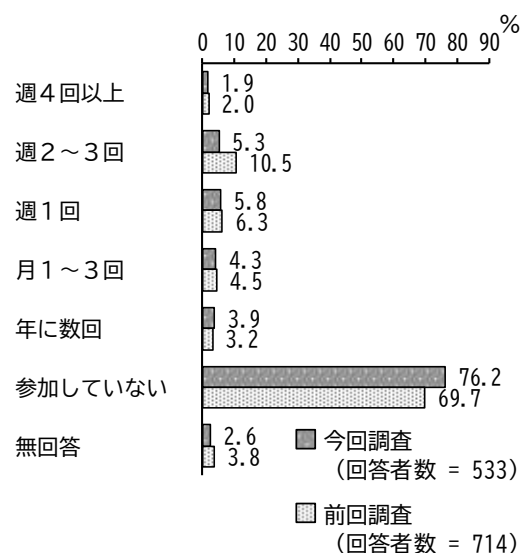
単位：％

区分	回答者数 (件)	週4回以上	週2～3回	週1回	月1～3回	年に数回	参加していない	無回答
全 体	533	0.4	0.4	1.3	5.1	6.4	83.1	3.4
男性	231	0.4	0.4	0.9	6.1	10.4	78.8	3.0
女性	300	0.3	0.3	1.7	4.3	3.3	86.3	3.7

②スポーツ関係のグループやクラブ（１つに○）

「参加していない」の割合が76.2%と最も高くなっています。

前回調査と比較すると、「参加していない」の割合が増加しています。一方、「週2～3回」の割合が減少しています。



【性別】

性別にみると、大きな差はみられません。

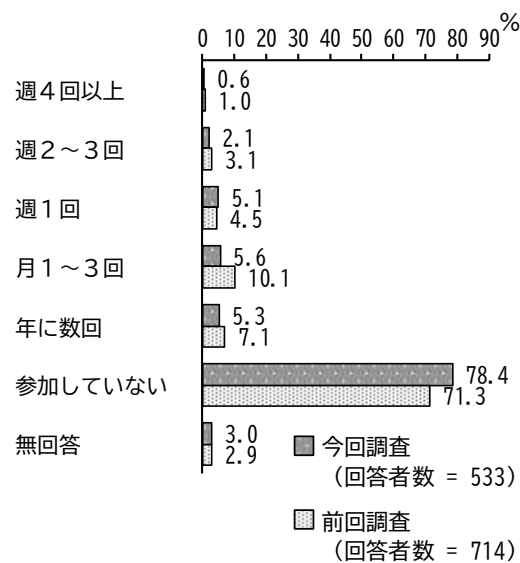
単位：％

区分	回答者数 (件)	週4回以上	週2～3回	週1回	月1～3回	年に数回	参加していない	無回答
全 体	533	1.9	5.3	5.8	4.3	3.9	76.2	2.6
男性	231	2.6	3.5	3.5	5.6	6.9	74.5	3.5
女性	300	1.3	6.7	7.7	3.3	1.7	77.3	2.0

③趣味関係のグループ（１つに○）

「参加していない」の割合が78.4%と最も高くなっています。

前回調査と比較すると、「参加していない」の割合が増加しています。



【性別】

性別にみると、大きな差はみられません。

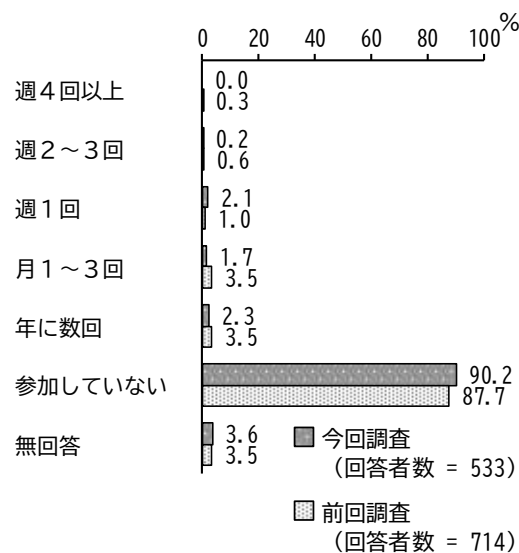
単位：％

区分	回答者数 (件)	週4回以上	週2～3回	週1回	月1～3回	年に数回	参加していない	無回答
全 体	533	0.6	2.1	5.1	5.6	5.3	78.4	3.0
男性	231	0.9	1.7	4.3	6.5	7.8	75.3	3.5
女性	300	0.3	2.3	5.7	5.0	3.3	80.7	2.7

④学習・教養サークル（1つに○）

「参加していない」の割合が90.2%と最も高くなっています。

前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【性別】

性別にみると、大きな差はみられません。

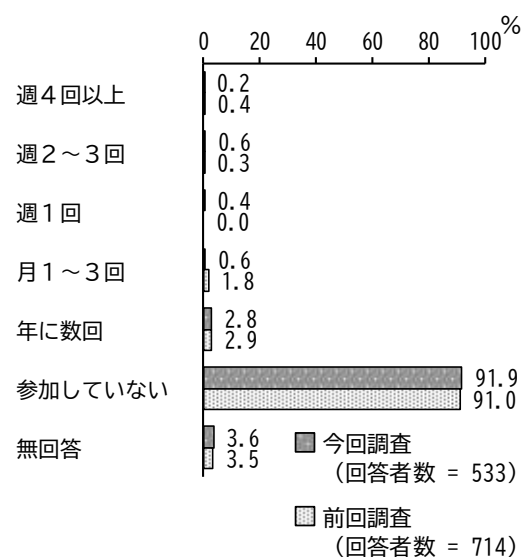
単位：％

区分	回答者数 (件)	週4回以上	週2～3回	週1回	月1～3回	年に数回	参加していない	無回答
全 体	533	—	0.2	2.1	1.7	2.3	90.2	3.6
男性	231	—	0.4	0.9	0.9	2.2	91.8	3.9
女性	300	—	—	3.0	2.3	2.3	89.0	3.3

⑤特技や経験を他者に伝える活動（1つに○）

「参加していない」の割合が91.9%と最も高くなっています。

前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【性別】

性別にみると、大きな差はみられません。

単位：％

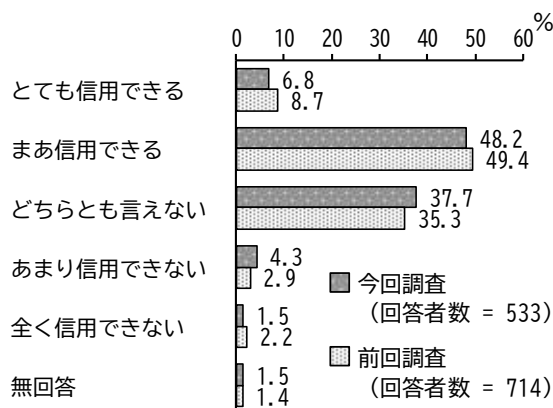
区分	回答者数 (件)	週4回以上	週2～3回	週1回	月1～3回	年に数回	参加していない	無回答
全 体	533	0.2	0.6	0.4	0.6	2.8	91.9	3.6
男性	231	0.4	0.4	0.4	0.9	3.5	90.0	4.3
女性	300	—	0.7	0.3	0.3	2.3	93.3	3.0

お住まいの地域について

問 46 あなたの地域の人々は、一般的に信用できますか。(1つに○)

「まあ信用できる」の割合が48.2%と最も高く、次いで「どちらとも言えない」の割合が37.7%となっています。

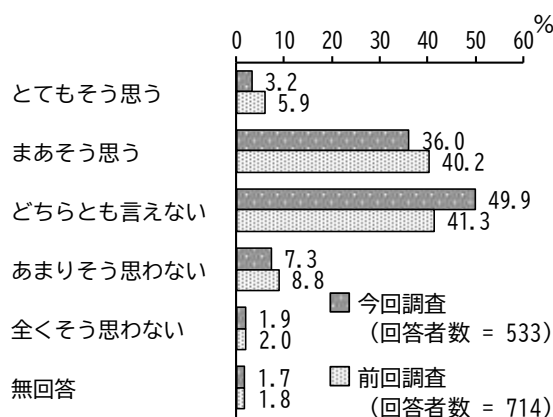
前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



問 47 あなたの地域の人々は、多くの場合、他の人の役に立とうとしますか。(1つに○)

「どちらとも言えない」の割合が49.9%と最も高く、次いで「まあそう思う」の割合が36.0%となっています。

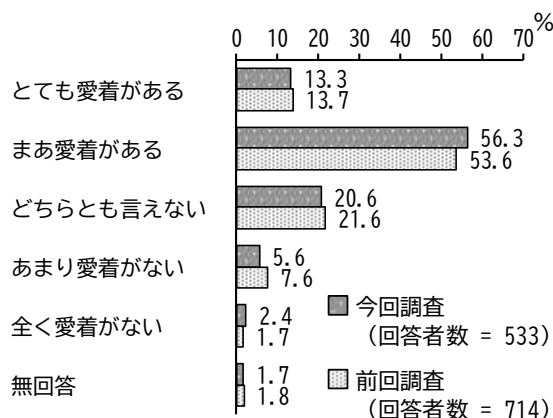
前回調査と比較すると、「どちらとも言えない」の割合が増加しています。



問 48 あなたは現在住んでいる地域にどの程度愛着がありますか。(1つに○)

「まあ愛着がある」の割合が56.3%と最も高く、次いで「どちらとも言えない」の割合が20.6%、「とても愛着がある」の割合が13.3%となっています。

前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。

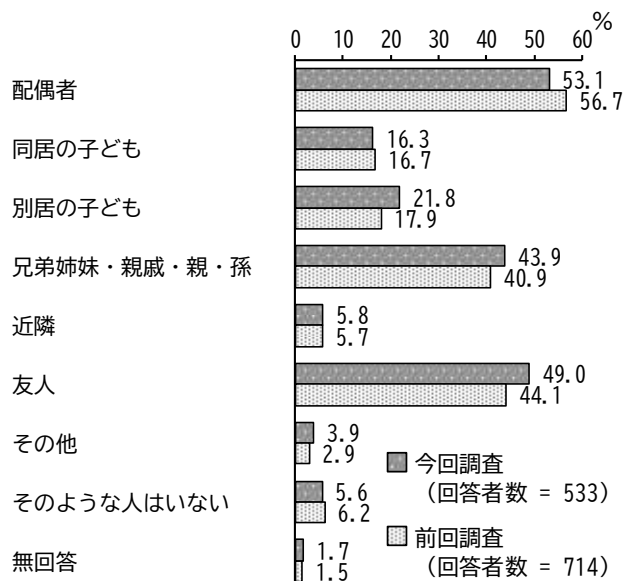


あなたのまわりの人の「たすけあい」について

問 49 あなたの心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人は誰ですか。
（あてはまるものすべてに○）

「配偶者」の割合が 53.1%と最も高く、次いで「友人」の割合が 49.0%、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」の割合が 43.9%となっています。

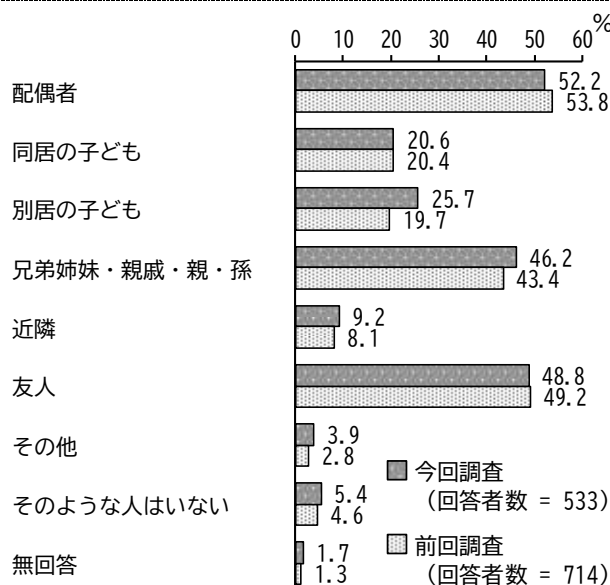
前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。



問 50 反対に、あなたが心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる人は誰ですか。
（あてはまるものすべてに○）

「配偶者」の割合が 52.2%と最も高く、次いで「友人」の割合が 48.8%、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」の割合が 46.2%となっています。

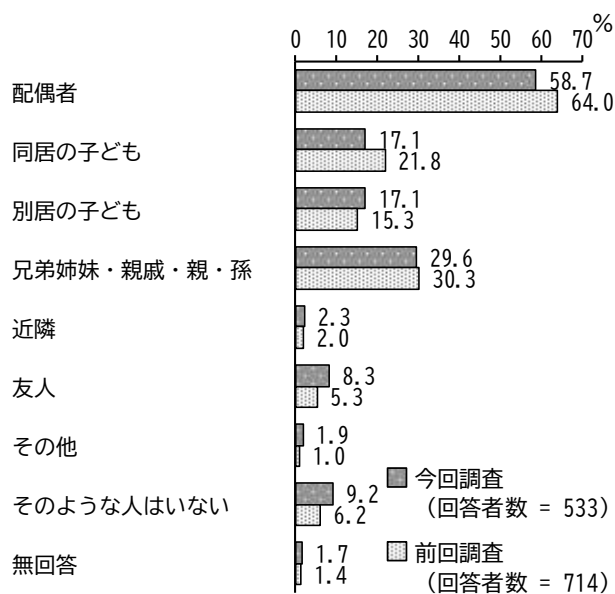
前回調査と比較すると、「別居の子ども」の割合が増加しています。



問 51 あなたが病気で数日間寝込んだときに看病や世話をしてくれる人は誰ですか。
(あてはまるものすべてに○)

「配偶者」の割合が 58.7%と最も高く、次いで「兄弟姉妹・親戚・親・孫」の割合が 29.6%、「同居の子ども」、「別居の子ども」の割合が 17.1%となっています。

前回調査と比較すると、「配偶者」の割合が減少しています。

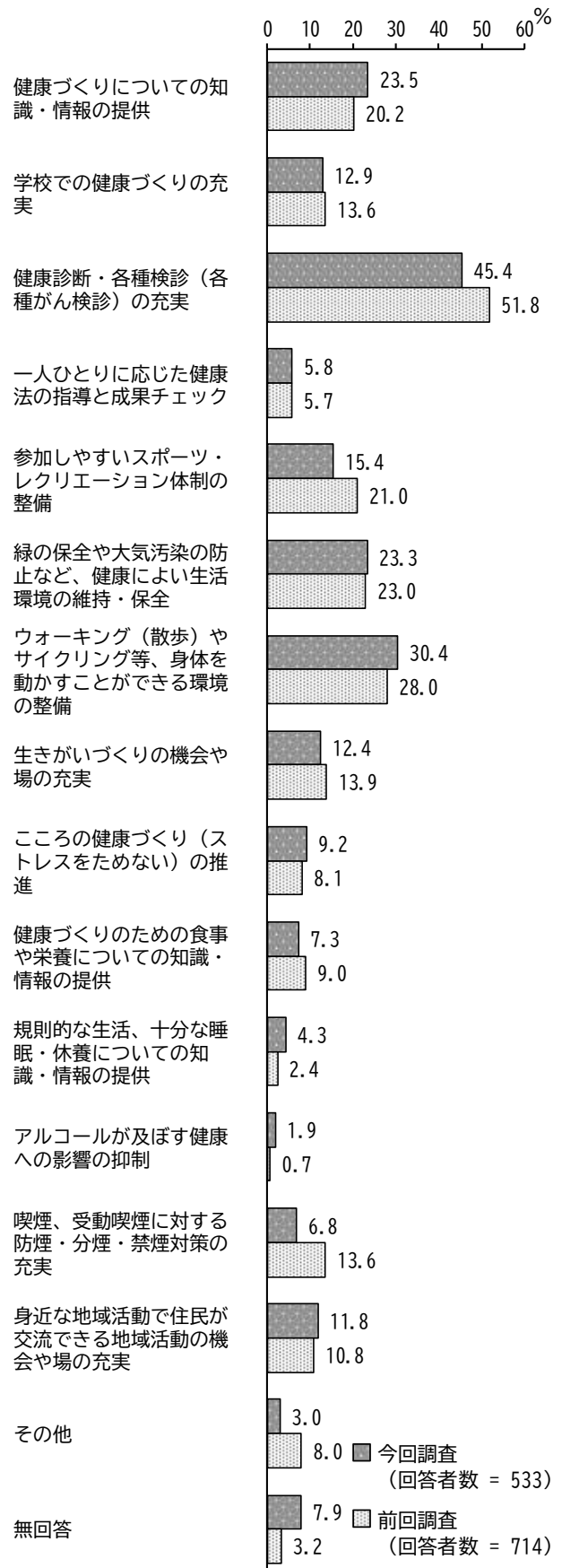


(6) 市の取組に関することについて

問 52 市に重点的に取組んでほしいことは何ですか。(3つ以内に○)

「健康診断・各種検診（各種がん検診）の充実」の割合が45.4%と最も高く、次いで「ウォーキング（散歩）やサイクリング等、身体を動かすことができる環境の整備」の割合が30.4%、「健康づくりについての知識・情報の提供」の割合が23.5%となっています。

前回調査と比較すると、「健康診断・各種検診（各種がん検診）の充実」「参加しやすいスポーツ・レクリエーション体制の整備」「喫煙、受動喫煙に対する防煙・分煙・禁煙対策の充実」の割合が減少しています。



Ⅲ 自由回答

分類回答	件数
1. 栄養・食生活・食育による健康増進（食育推進計画）	14
2. 身体活動（運動・生活活動）	11
3. 休養・こころの健康	3
4. 喫煙・飲酒	4
5. 歯と口の健康	0
6. 生活習慣病予防・健康管理	6
7. こども・若者の健康	3
8. 高齢者の健康	6
9. 女性の健康	1
10. 社会とのつながり	5
11. 自然に健康になれる環境づくり	1
12. 多様な主体による健康づくりの推進	5
13. 食の安全・安心	2
14. その他	10

青梅市

R 5 年度健康と食育の市民意識調査

発 行 年 月：令和6年6月

発 行：青梅市 健康福祉部 健康課

〒198-0042

東京都青梅市東青梅 1-174-1

電 話：0428-23-2191

