

富士見市健康に関するアンケート調査

(富士見市健康増進計画・食育推進計画、
富士見市歯科口腔保健推進計画中間評価のためのアンケート調査)

— 報告書 —

令和3年4月

富士見市

目次

第1章 調査の概要	3
第2章 成人調査	7
1 健康状態や健康に関する考え方	7
2 普段の食生活	19
3 食育	35
4 歯と口の健康	45
5 運動の様子	52
6 休養やこころの健康	59
7 たばことアルコール	67
8 地域での活動への取り組み	75
9 基本的属性など	78
第3章 中学生調査	93
1 健康状態や健康に関する考え方	93
2 普段の食生活	99
3 食育	111
4 歯と口の健康	116
5 運動のようすと休養やこころの健康	119
6 たばことアルコール	127
7 基本的属性など	133
第4章 小学生調査	139
1 健康状態や健康に関する考え方	139
2 普段の食生活	144
3 食育	153
4 運動のようすと休養やこころの健康	159
5 たばことアルコール	166
6 基本的属性など	172

第5章 幼児保護者調査.....	175
1 子どもの食生活.....	175
2 食育.....	185
3 子どもの日常生活.....	188
4 妊娠中のこと.....	193
5 基本的属性など.....	196
資 料（調査票）.....	209
1 成人調査.....	209
2 中学生調査.....	216
3 小学生調査.....	221
4 幼児保護者調査.....	225

第1章 調査の概要

第1章 調査の概要

1 調査の目的

「富士見市健康増進計画・食育推進計画」及び「富士見市歯科口腔保健推進計画」の中間見直しの基礎資料を得ることを目的とする。

2 調査の方法

- ・ **調査名称**：「富士見市健康に関するアンケート調査」（以下、「健康に関するアンケート調査」という。）
- ・ **調査区域**：市内全域
- ・ **調査対象**：①「成人調査」 …市内在住の18歳以上の人
②「中学生調査」 …市立中学校2年生の生徒
③「小学生調査」 …市立小学校5年生の児童
④「幼児保護者調査」 …市内在住の5歳児（年長児）の保護者
- ・ **実施方法**：「成人調査」・「幼児保護者調査」…郵送配付－郵送回収法
「中学生調査」・「小学生調査」…市立各小中学校（担任教諭）を通じて配布・回収
- ・ **抽出方法**：無作為抽出（「成人調査」・「幼児保護者調査」）
- ・ **対象者数**：「成人調査」 …1,600
：「中学生調査」 …203
：「小学生調査」 …339
：「幼児保護者調査」 …400
- ・ **実施時期**：「成人調査」・「幼児保護者調査」…令和2年4月23日～5月15日
「中学生調査」・「小学生調査」…令和2年5月1日～6月26日

3 回収結果

	対象者数	回収数	有効回収数	有効回収率
①成人調査	1,600	887	886	55.4%
②中学生調査	203	194	194	95.6%
③小学生調査	339	306	306	90.3%
④幼児保護者調査	400	295	295	73.8%

本調査は、新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言が行われている時期に実施したものである（「中学生調査」・「小学生調査」の対象校の一部は緊急事態宣言解除後も実施）。生活の維持に必要な場合を除いて外出の自粛などが要請されており、在宅時の生活実態、戸外での集まりや運動の実態等については、平常時とは異なる傾向が出ている可能性のあることに留意する必要がある。

4 報告書の見方

- ① 集計は、小数点以下第2位を四捨五入している。従って、数値の合計が100%ちょうどにならない場合がある。
- ② 基数となるべき実数は、(n : number of casesの略)として表示している。
- ③ 回答の比率(%)は、その質問の回答者数を基数として算出した。従って、複数回答の設問は全ての比率を合計すると100%を超えることがある。
- ④ 本文や図表中の選択肢表記は、場合によって語句を短縮・簡略化している場合がある。
- ⑤ 図表中では、“-”を用いていることがある。それは回答者がいないことや比較時に一方のデータがないことなどを表している。
- ⑥ 分析の軸(=表側:「ひょうそく」と読む)とした調査回答者の属性等は、無回答を除いている。そのため、各調査回答者の属性のnの合計が全体と一致しない場合がある。
- ⑦ 平成26年度に実施した「富士見市健康増進計画策定のためのアンケート調査」(以下、前回調査という。)の設問のうち、今回調査と比較できるものに関して比較を行った。
また、平成25年度に実施した「富士見市歯科保健アンケート」からも調査結果を引用しているが、こちらは設問形成が異なるため、参考として掲載している。
- ⑧ 平成26年度調査との比較やクロス集計における分析の軸(=表側)が対になっている項目(例性別など)の比較では、割合の差を中心に記述している。その表現は%ではなく、ポイントであらわし、小数点以下第2位を四捨五入している。また、言及するのは目安として2.0ポイント差以上とした。

※なお、今回の調査では一部、回答の選択肢や回答項目を変更したものがあり、前回調査との比較ができないものも含んでいる。

本報告書において、各計画の数値目標となっている設問には、本調査の対象年齢に合わせた集計結果を記載した。また、特定の年代等が数値目標となっている設問についても、その目標に掲げられている対象に合わせた集計結果を記載すると共に、下のマークを記載し、各計画の数値目標であることを示した。

★：いきいき健康&歯っぴーライフ ☆ふじみ

(参考) ◆：第6次基本構想・第1期基本計画

第2章 成人調査の結果

第2章 成人調査

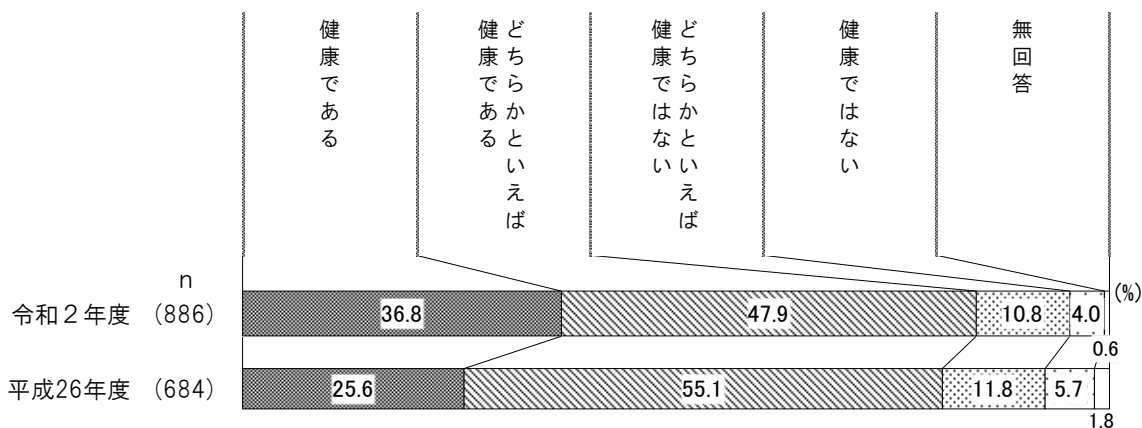
1 健康状態や健康に関する考え方

(1) 普段の健康状態

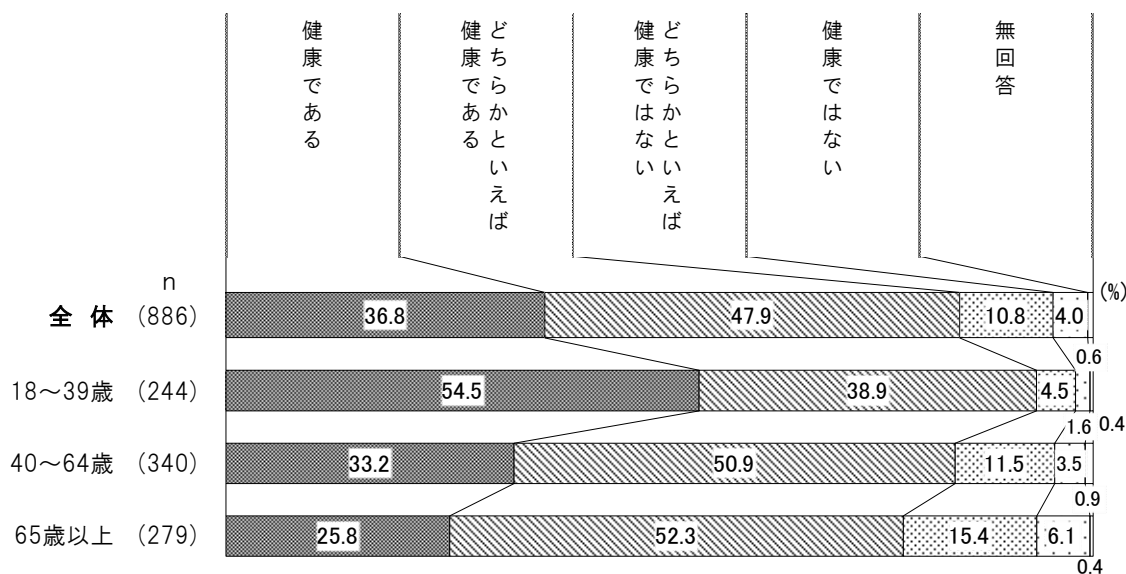
問1 あなたは、自分の普段の健康状態についてどう思いますか。(○は1つだけ)

普段の健康状態では、「どちらかといえば健康である」が47.9%と最も高く、「健康である」(36.8%)と合わせた《健康である》は84.7%となっている。一方、「どちらかといえば健康ではない」(10.8%)と「健康ではない」(4.0%)を合わせた《健康ではない》は14.8%である。

前回調査と比較すると、「健康である」は11.2ポイント増加しており、「どちらかといえば健康である」と合わせた《健康である》でも、4.0ポイント増加している。



年齢別にみると、《健康である》は「18～39歳」で93.4%と最も高く、年齢が上がるほど低くなり、「65歳以上」で78.1%となっている。

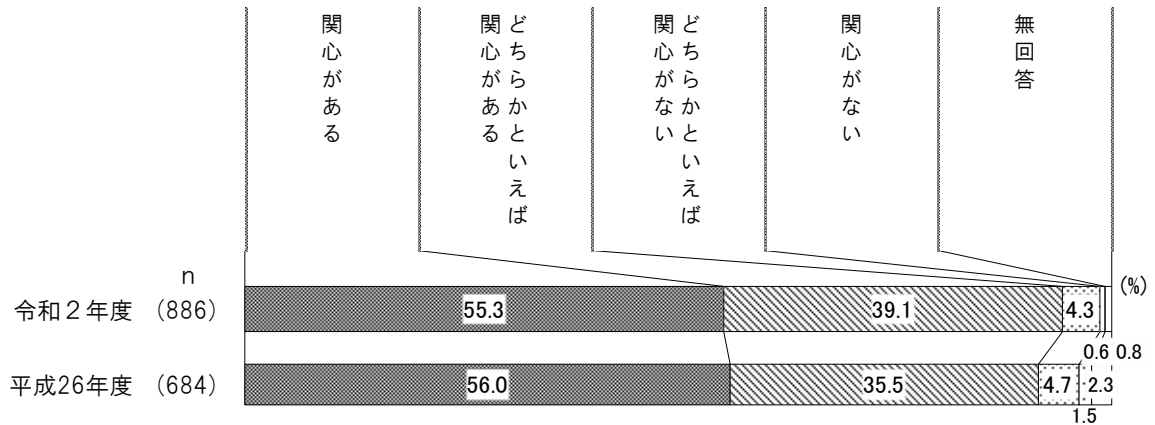


(2) 自分の健康への関心度

問2 あなたは、自分の健康に関心がありますか。(○は1つだけ)

自分の健康への関心度では、「関心がある」が55.3%と最も高く、「どちらかといえば関心がある」(39.1%)と合わせた《関心がある》は94.4%となっている。一方、「どちらかといえば関心がない」(4.3%)と「関心がない」(0.6%)を合わせた《関心がない》は4.9%である。

前回調査と比較すると、《関心がある》は2.9ポイント増加している。



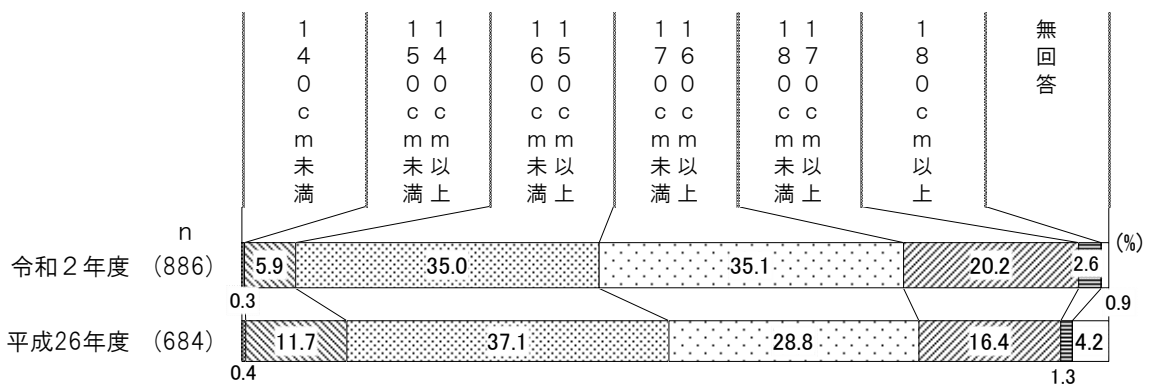
(3) 身長・体重等 ★

問3 あなたの身長と体重を教えてください。(整数でお答えください)
 [小数点第1位を四捨五入してください 例) 154.5cm→155cm]

■身長

身長では、「160 cm以上170 cm未満」が35.1%で、「150 cm以上160 cm未満」が35.0%とほぼ同率で高く、「170 cm以上180 cm未満」が20.2%となっている。

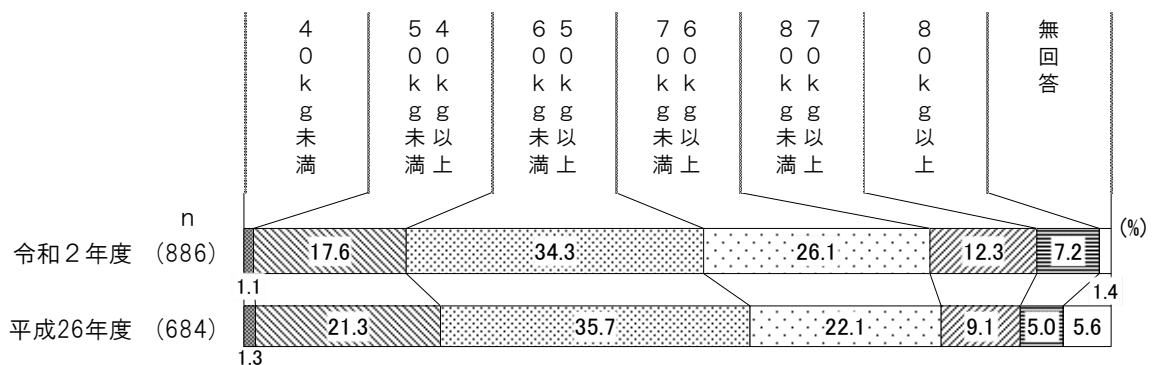
前回調査と比較すると、「160 cm以上170 cm未満」で6.3ポイント増加し、「170 cm以上180 cm未満」でも3.8ポイント増加している。



■体重

体重では、「50 kg以上60 kg未満」が34.3%と最も高く、「60 kg以上70 kg未満」が26.1%、「40 kg以上50 kg未満」が17.6%となっている。

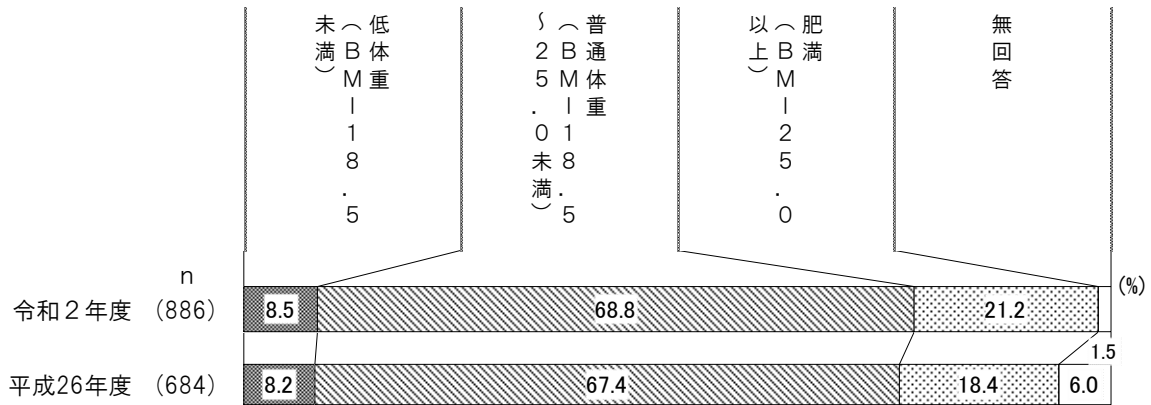
前回調査と比較すると、「60 kg以上70 kg未満」で4.0ポイント増加し、「70 kg以上80 kg未満」でも3.2ポイント増加している。



■ BMI

BMIでは、「普通体重（BMI 18.5～25.0未満）」が68.8%と最も高く、以下「肥満（BMI 25.0以上）」が21.2%、「低体重（やせ）（BMI 18.5未満）」が8.5%となっている。

前回調査と比較すると、「肥満（BMI 25.0以上）」が2.8ポイント増加している。



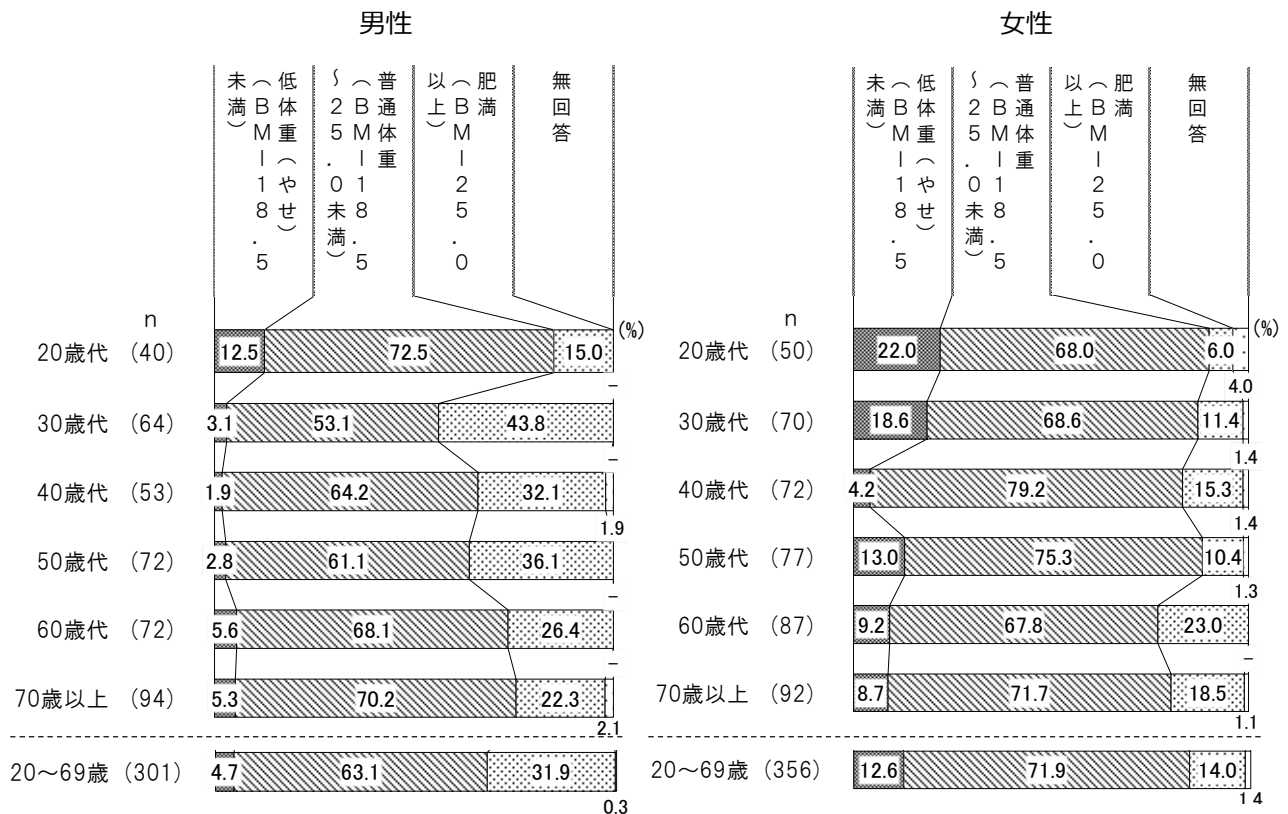
(参考) BMI (Body Mass Index=体格指数) による判定方法

$$\text{BMI} = \text{体重 (Kg)} \div \text{身長 (m)}^2$$

○BMIの区分：低体重（やせ）（18.5未満）、普通体重（18.5以上25.0未満）、肥満（25.0以上）

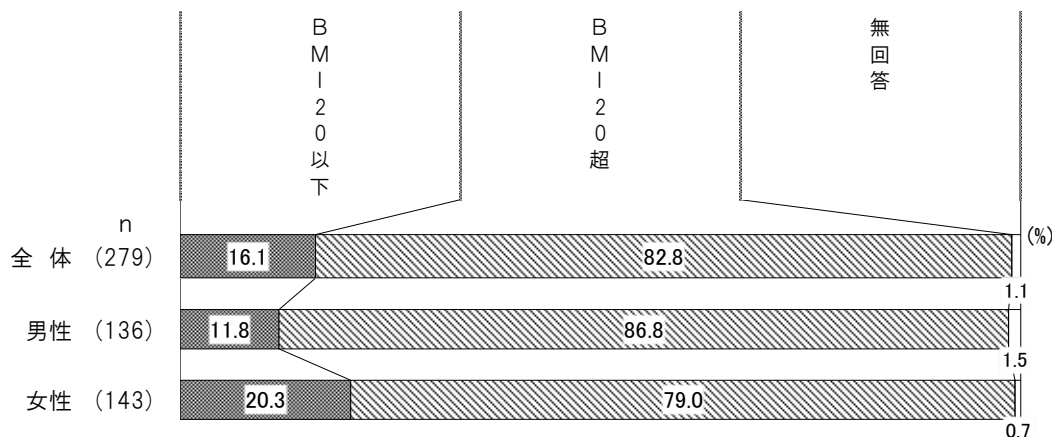
■ 適正体重

男女別で見ると、20～60歳代（20～69歳）の男性の肥満者の割合は31.9%、20歳代女性のやせの者の割合は22.0%となっている。



★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

65歳以上でみると、低栄養傾向（BMI 20以下）の割合は16.1%となっている。
 男女別でみると、女性は20.3%で、男性（11.8%）より8.5ポイント高くなっている。



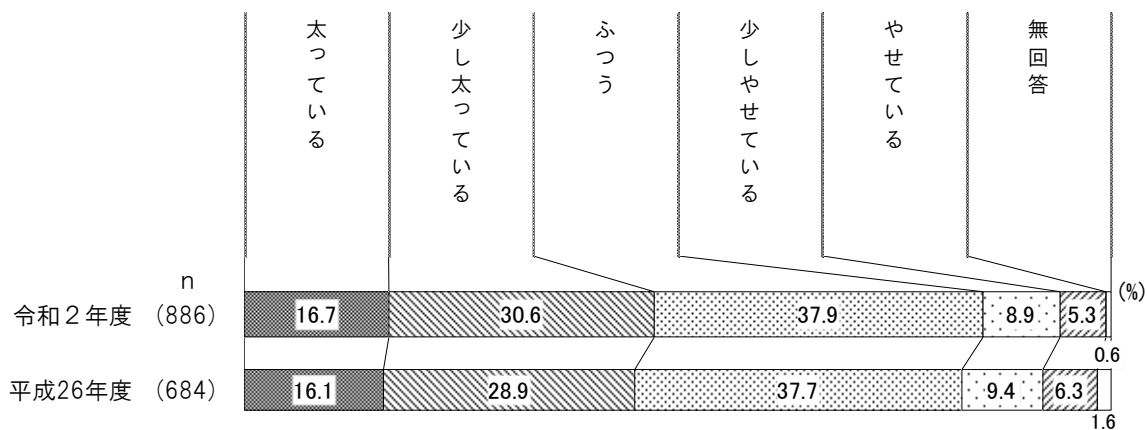
★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

（4）自分の体型についての認識

問4 あなたは、自分の体型についてどう思われますか。（○は1つだけ）

自分の体型についての認識では、「ふつう」が37.9%と最も高く、「少し太っている」(30.6%)と「太っている」(16.7%)を合わせた《太っている》は47.3%となっている。一方、「少しやせている」(8.9%)と「やせている」(5.3%)を合わせた《やせている》は14.2%である。

前回調査と比較すると、《太っている》は2.3%ポイント増加している。

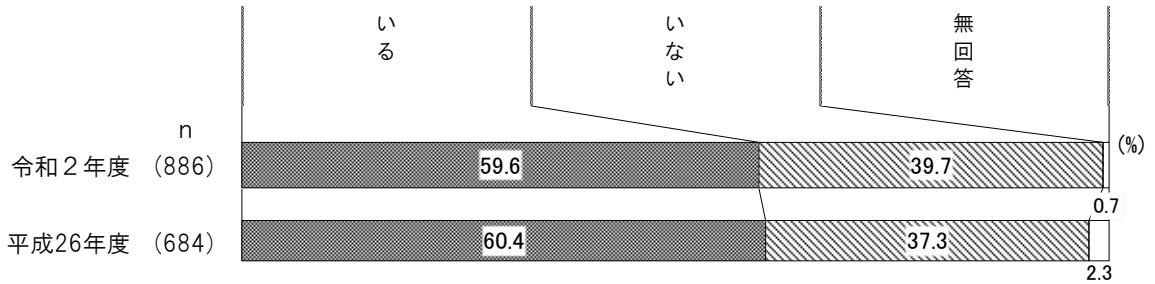


(5) かかりつけ医や歯科医の有無 ★◆

問5 現在、あなたには、かかりつけの医師や歯科医師がいますか。(ア) (イ) それぞれに1つずつ○)

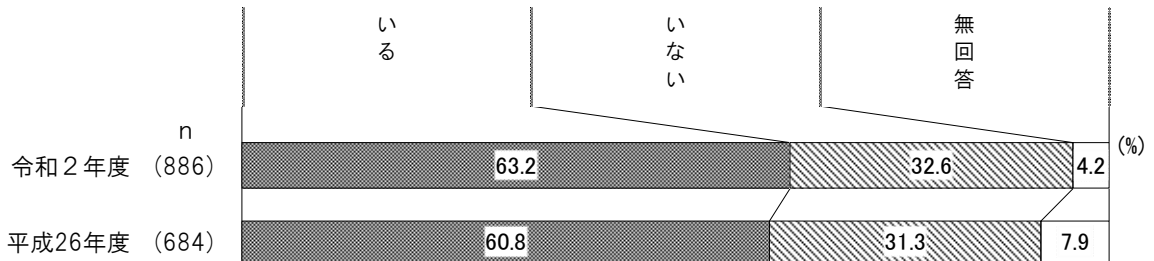
(ア) かかりつけ医

かかりつけ医では、「いる」が59.6%と高く、「いない」は39.7%となっている。
 前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。



(イ) かかりつけ歯科医

かかりつけ歯科医では、「いる」が63.2%と高く、「いない」は32.6%となっている。
 前回調査と比較すると、「いる」が2.4ポイント増加している。



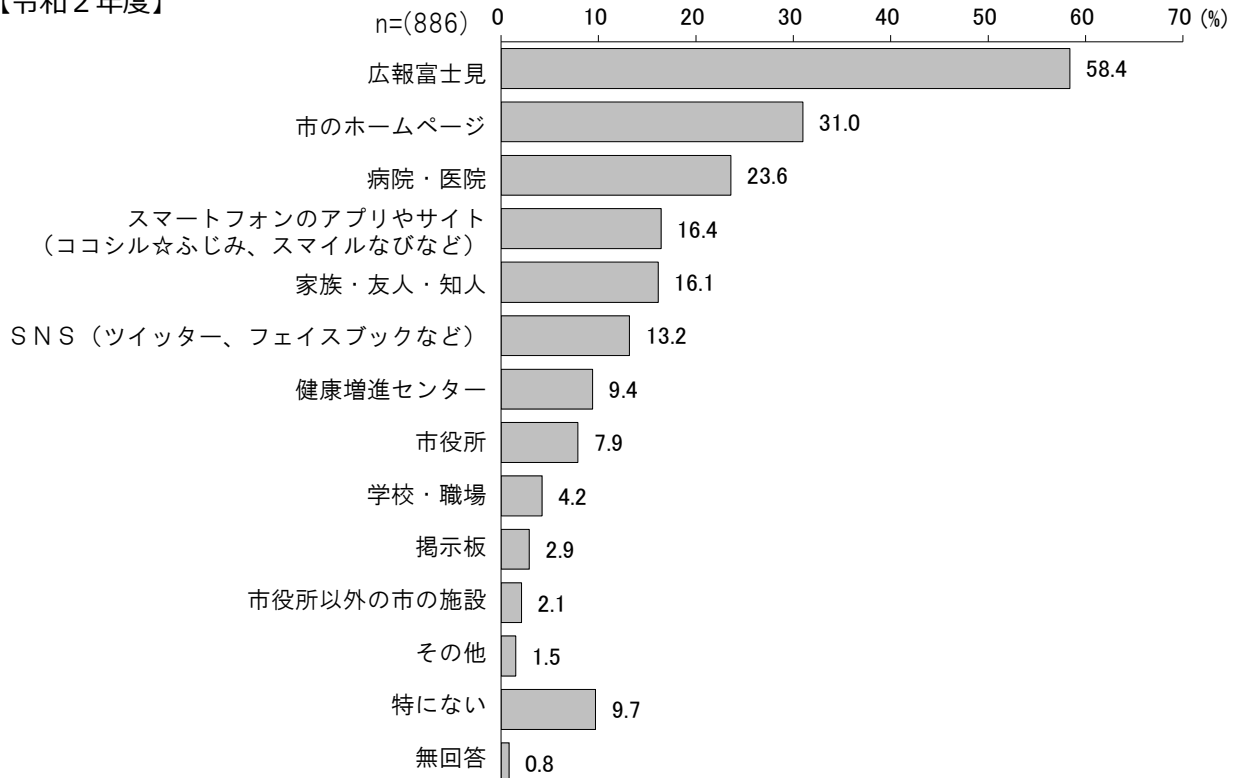
★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計
 ◆：第6次基本構想・第1期基本計画の数値目標に合わせた集計

(6) 市からの健康に関する情報の希望入手先

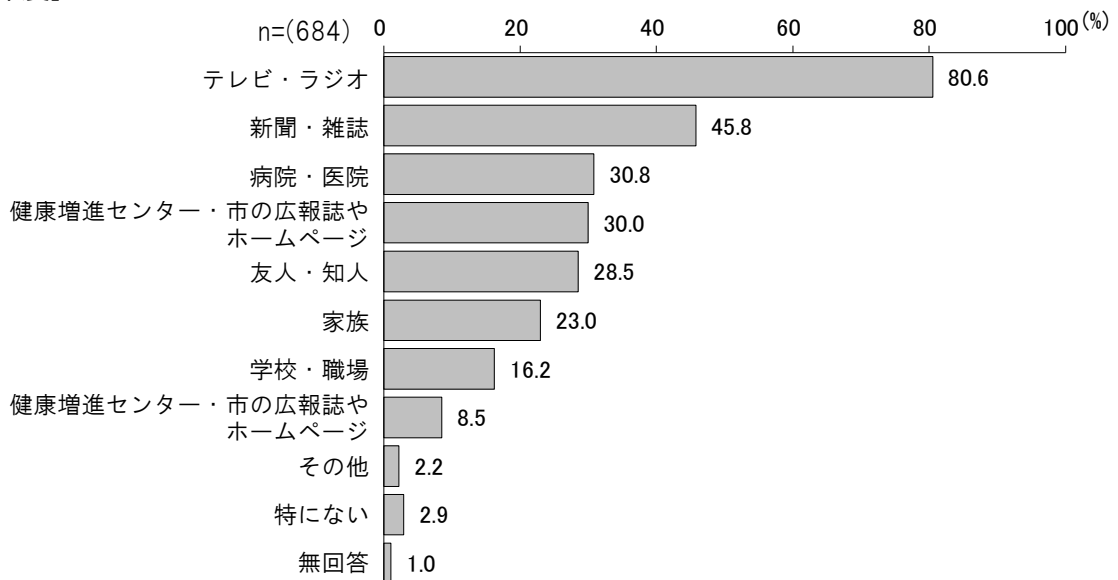
問6 あなたは、市からの健康に関する情報をどこから得たいと思いますか。(あてはまるものすべてに○)

市からの健康に関する情報の希望入手先では、「広報富士見」が58.4%と最も高く、以下「市のホームページ」(31.0%)、「病院・医院」(23.6%)、「スマートフォンのアプリやサイト(ココシル☆ふじみ、スマイルなびなど)」(16.4%)となっている。

【令和2年度】



【平成26年度】



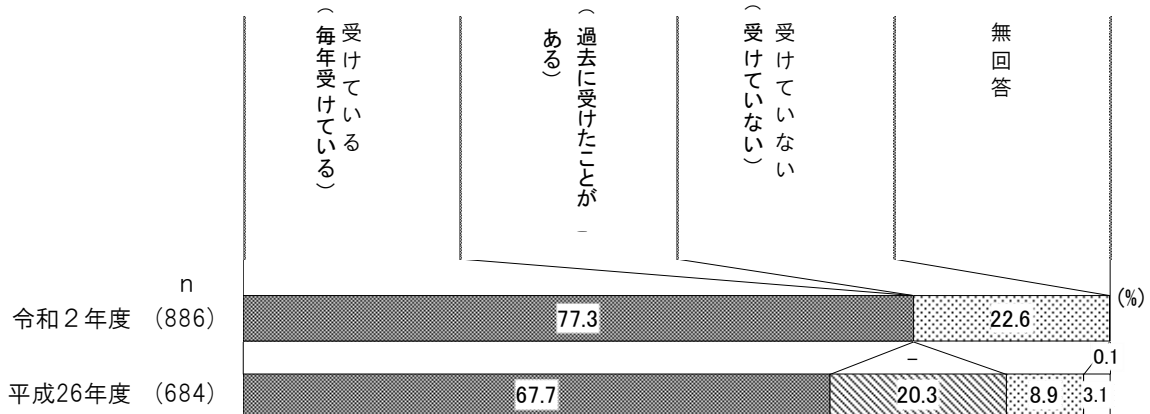
※今回の調査では、情報の入手先をさらに詳しく把握するために選択肢を増やした。

(7) 昨年度のがん検診以外の健康診断の受診の有無

問7 あなたは、昨年度（平成31年4月～令和2年3月）、がん検診以外の健康診断（血液検査・尿検査・血圧測定・身体計測など）を受けていますか。（○は1つだけ）

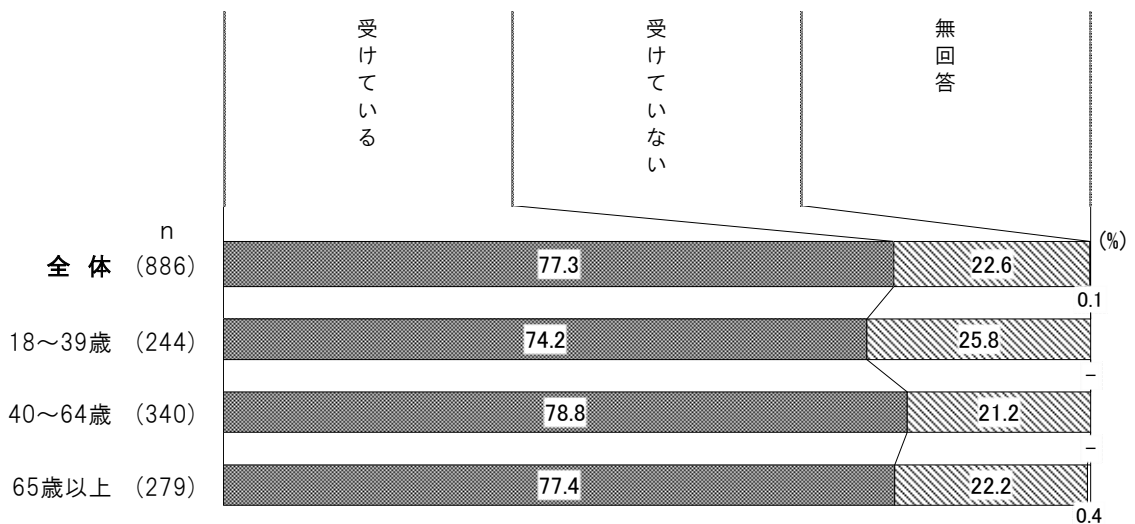
昨年度のがん検診以外の健康診断の受診の有無では、「受けている」が77.3%で、「受けていない」(22.6%) より高くなっている。

前回調査と比較すると、「受けている」は9.6ポイント増加している。



※今回調査では「過去に受けたことがある」の選択肢は除外している。

年齢別にみると、「受けている」は「40～64歳」で78.8%と最も高く、18～39歳で74.2%と最も低くなっている。

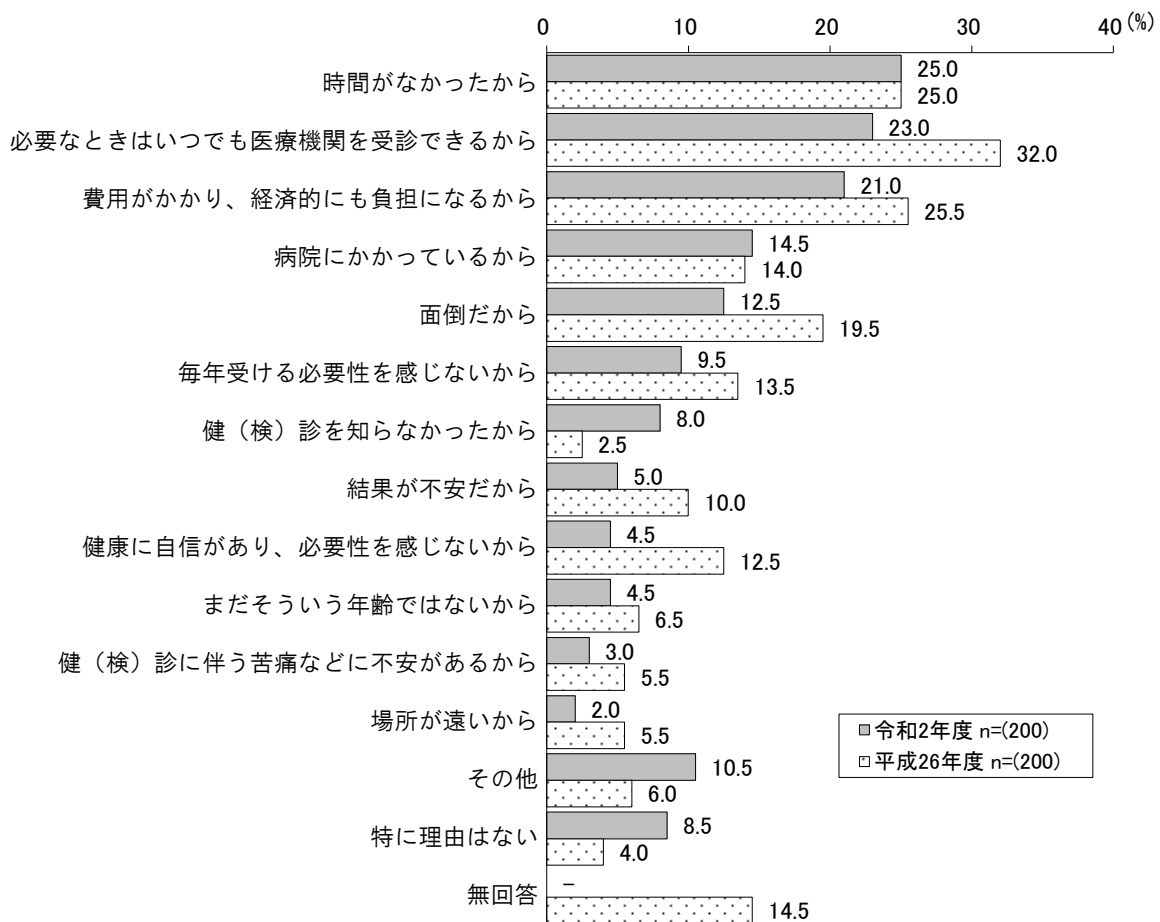


(8) 健康診断を受けていない理由

問7-1 問7で、「2 受けていない」と答えた方にうかがいます。受けていない理由をお聞かせください。(あてはまるものすべてに○)

健康診断を受けていない理由では、「時間がなかったから」が25.0%と最も高く、以下「必要なときはいつでも医療機関を受診できるから」(23.0%)、「費用がかかり、経済的にも負担になるから」(21.0%)、「病院にかかっているから」(14.5%)となっている。

前回調査と比較すると、多くの項目で割合が減少しており、「必要なときはいつでも医療機関を受診できるから」が9.0ポイント、「健康に自信があり、必要性を感じないから」が8.0ポイント減少、「面倒だから」が7.0ポイントそれぞれ減少している。一方で、「健(検)診を知らなかったから」が5.5ポイント、「特に理由はない」と「その他」がそれぞれ4.5ポイント増加している。

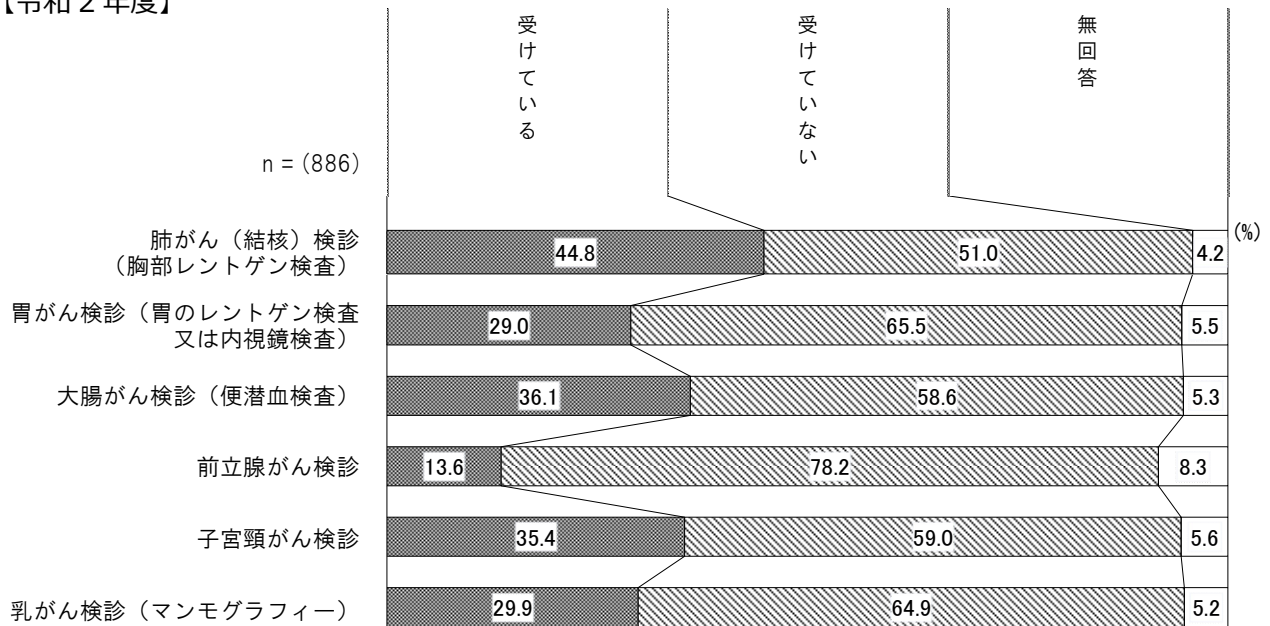


(9) 各がん検診の期間内の受診状況

問8 次のがん検診について、それぞれに掲げる期間内のあなたの受診状況をお聞かせください。(それぞれの項目について1つに○)

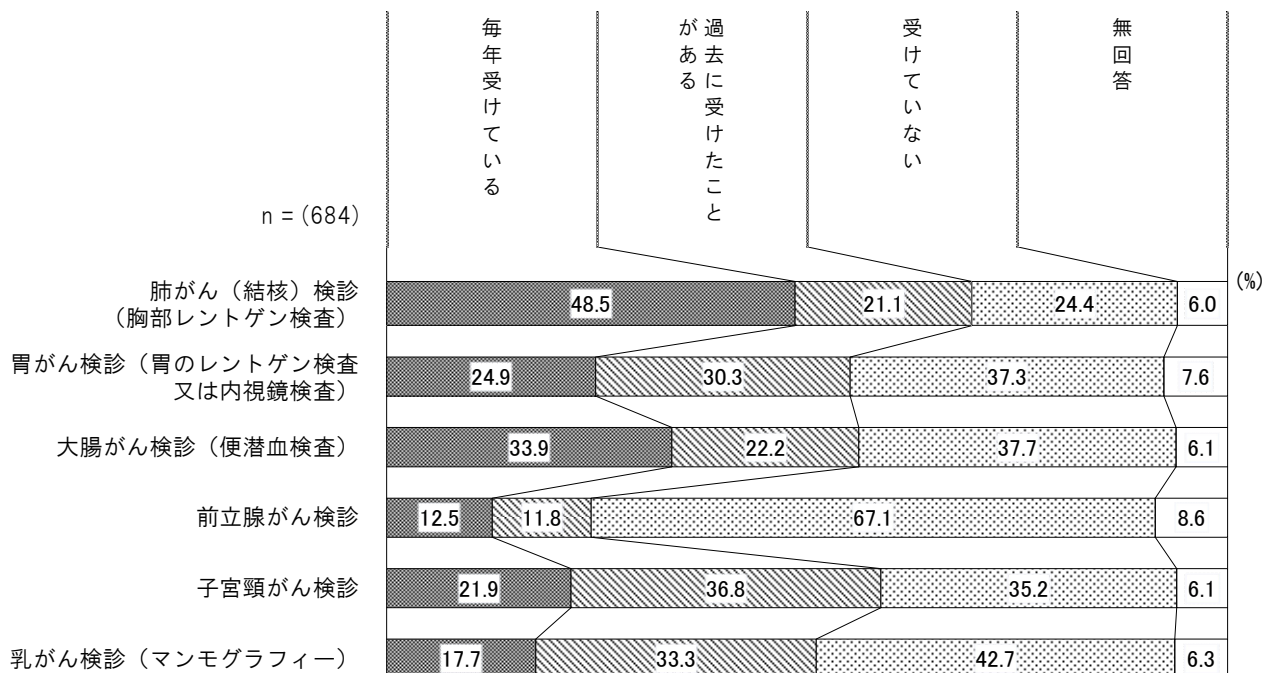
各がん検診の期間内での受診状況では、「受けている」は「肺がん(結核)検診(胸部レントゲン検査)」が44.8%で最も高く、以下「大腸がん検診(便潜血検査)」(36.1%)、「子宮頸がん検診」(35.4%)、「乳がん検診(マンモグラフィー)」(29.9%)、「胃がん検診(胃のレントゲン検査又は内視鏡検査)」(29.0%)、「前立腺がん検診」(13.6%)の順となっている。

【令和2年度】



※質問の仕方と選択肢が異なっているため比較はしていない。
 ※前回の質問文は、「あなたは、健(検)診を毎年(乳がん検診については2年ごと)受けていますか。」

【平成26年度】

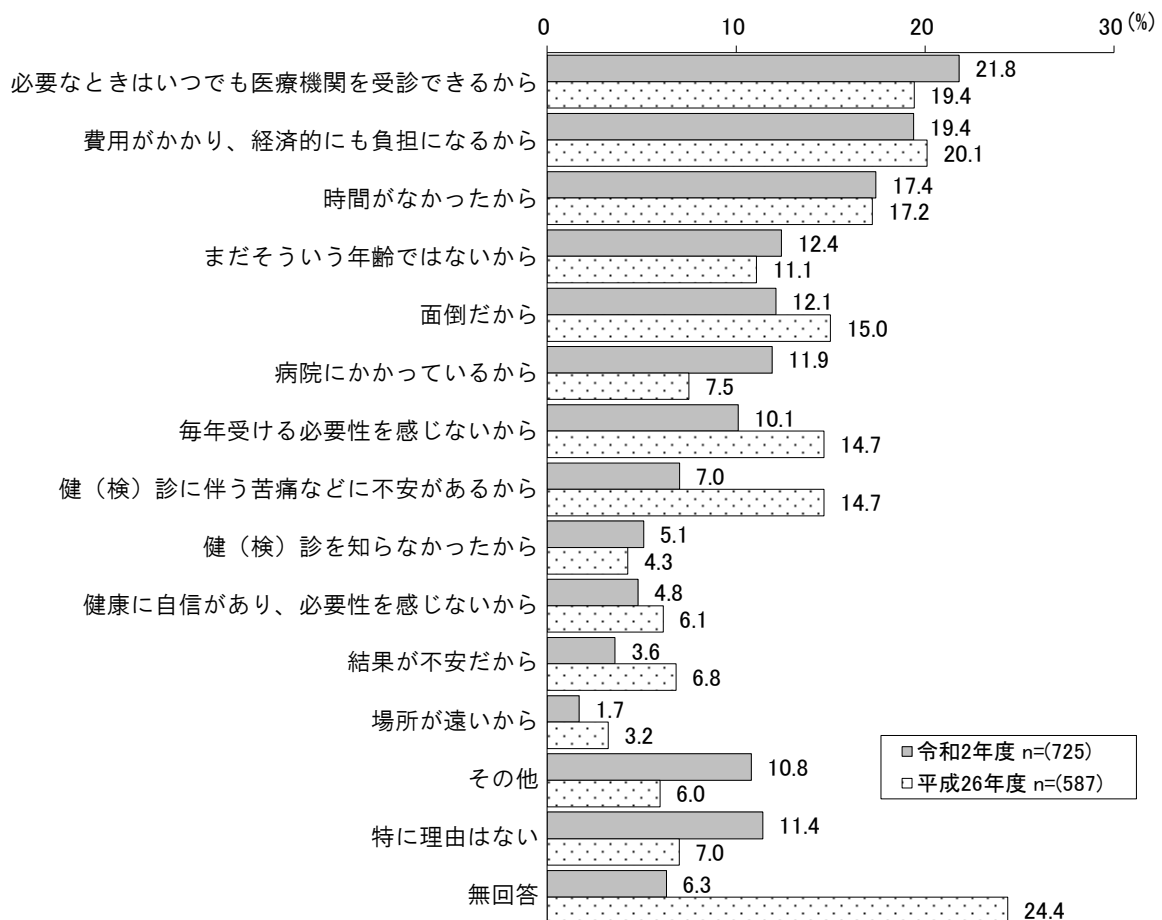


(10) がん検診を受けていない理由

問8-1 問8で、1つでも「2 受けていない」と答えた方にうかがいます。受けていない理由をお聞かせください。(あてはまるものすべてに○)

がん検診を受けていない理由では、「必要なときはいつでも医療機関を受診できるから」が21.8%で最も高く、以下「費用がかかり、経済的にも負担になるから」(19.4%)、「時間がなかったから」(17.4%)、「まだそういう年齢ではないから」(12.4%)となっている。

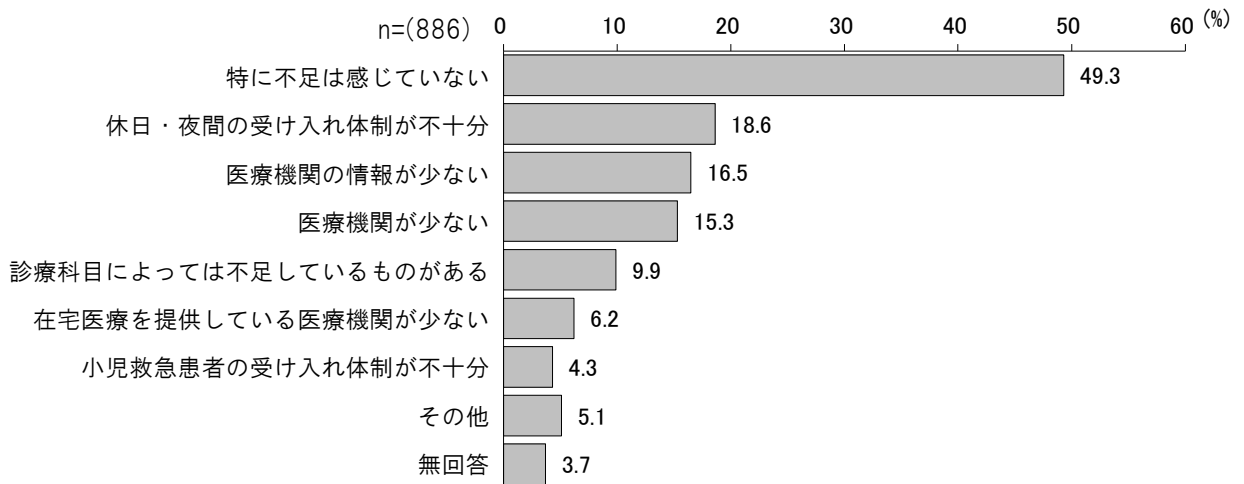
前回調査と比較すると、「健(検)診に伴う苦痛などに不安があるから」が7.7ポイント、「毎年受ける必要性を感じないから」が4.6ポイント減少している。一方で「病院にかかっているから」が4.4ポイント増加している。



(11) 市の医療機関で不足していると感じるもの ◆

問9 富士見市の医療機関の状況について不足していると感じるものはどれですか。(あてはまるものすべてに○)

市の医療機関の不足については、「特に不足は感じていない」が49.3%で最も高かった。不足していると感じるものでは、「休日・夜間の受け入れ体制が不十分」が18.6%で最も高く、「医療機関の情報が少ない」(16.5%)、「医療機関が少ない」(15.3%)となっている。

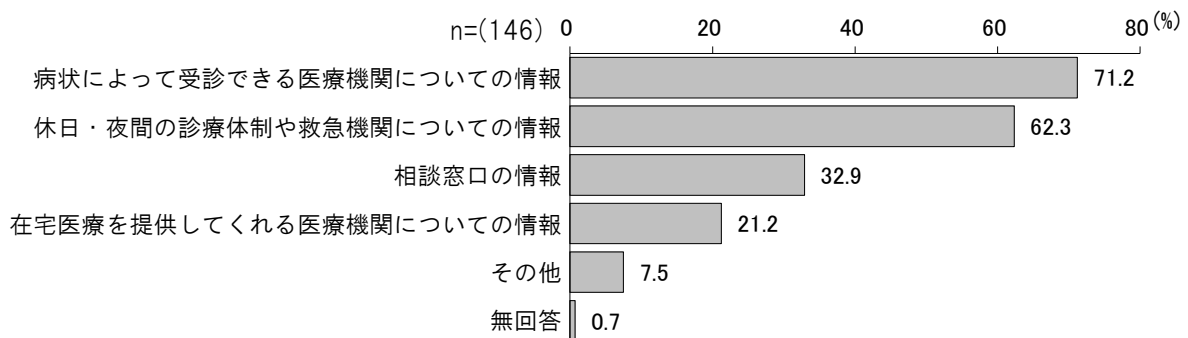


◆：第6次基本構想・第1次基本計画の数値目標に合わせた集計

(12) 充実してほしいと思う医療機関の情報

問9-1 問9で「7 医療情報が少ない」と答えた方にうかがいます。充実してほしいと思う医療機関の情報は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

充実してほしいと思う医療機関の情報では、「病状によって受診できる医療機関についての情報」が71.2%と最も高く、以下「休日・夜間の診療体制や救急機関についての情報」(62.3%)、「相談窓口の情報」(32.9%)、「在宅医療を提供してくれる医療機関についての情報」(21.2%)となっている。



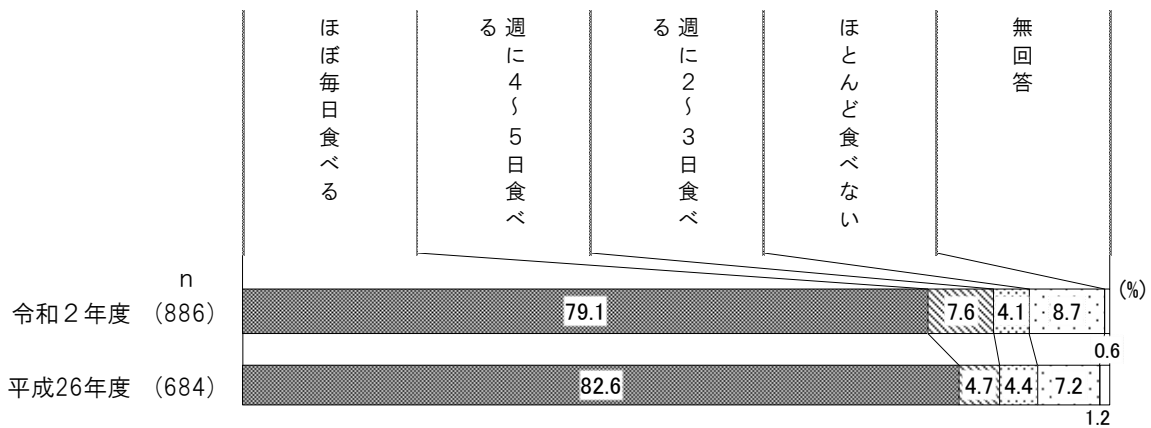
2 普段の食生活

(1) 朝食の摂取状況 ★

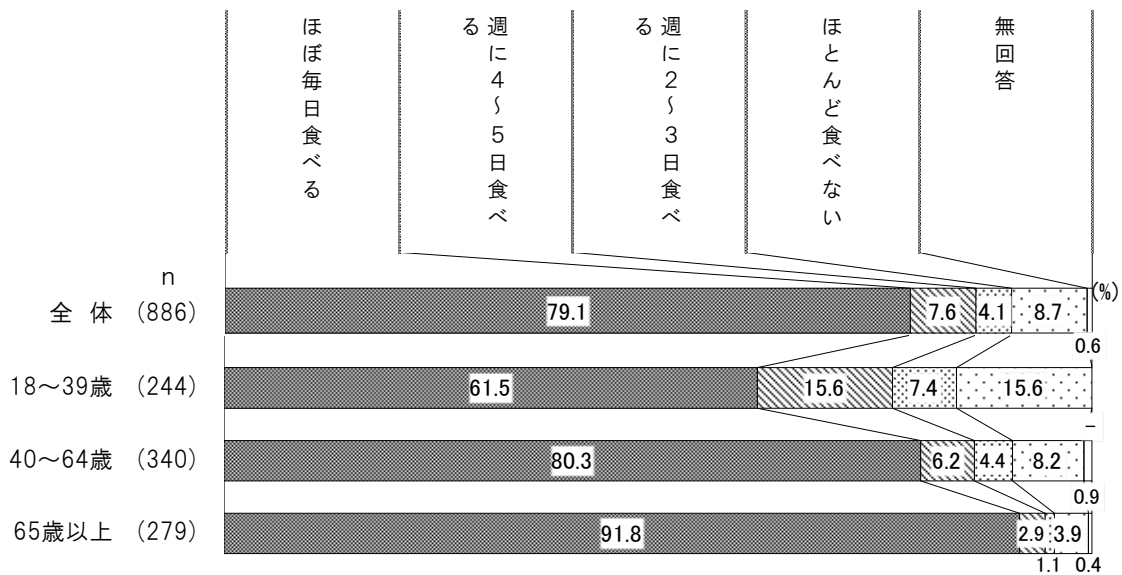
問10 あなたは、普段、朝食を食べていますか。(○は1つだけ)

朝食の摂取状況では、「ほぼ毎日食べる」が79.1%で最も高く、「ほとんど食べない」が8.7%、「週に4～5日食べる」が7.6%、「週に2～3日食べる」が4.1%となっている。

前回調査と比較すると、「ほぼ毎日食べる」が3.5ポイント減少した。一方、「週に4～5日食べる」が2.9ポイント増加している。



年齢別にみると、「ほぼ毎日食べる」は18～39歳で61.5%と最も低く、年齢が上がるほど割合が高くなり、65歳以上で91.8%となっている。一方、「ほとんど食べない」は18～39歳で15.6%と最も高く、年齢が上がるほど割合が低くなり、65歳以上で3.9%となっている。



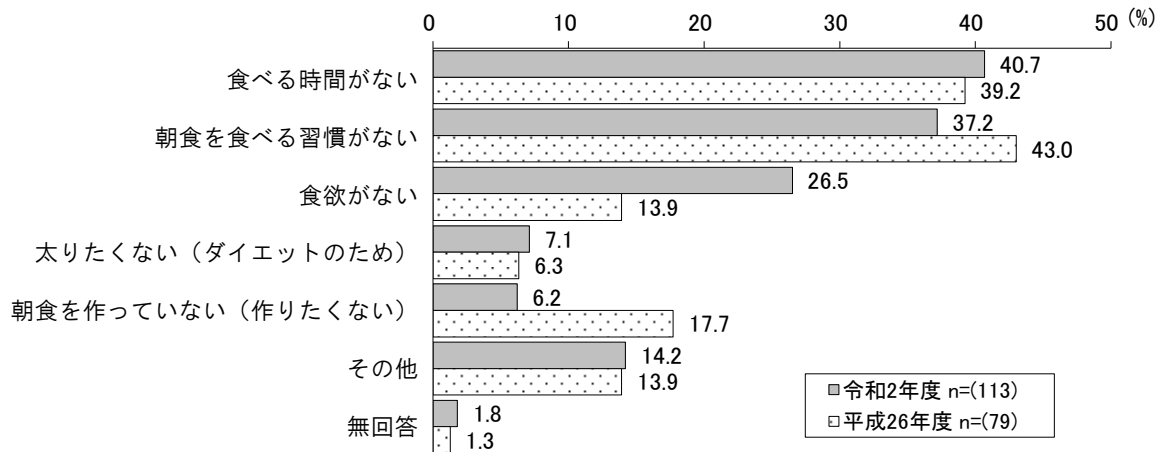
★:いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

(2) 朝食を食べない理由

問10-1 問10で「3週に2～3日食べる」または「4 ほとんど食べない」と答えた方にうかがいます。朝食を食べない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

朝食を食べない理由では、「食べる時間がない」が40.7%で最も高く、以下「朝食を食べる習慣がない」(37.2%)、「食欲がない」(26.5%)となっている。

前回調査と比較すると、「食欲がない」が12.6ポイント増加した。一方、「朝食を作っていない(作りたくない)」が11.5ポイント、「朝食を食べる習慣がない」が5.8ポイントそれぞれ減少している。



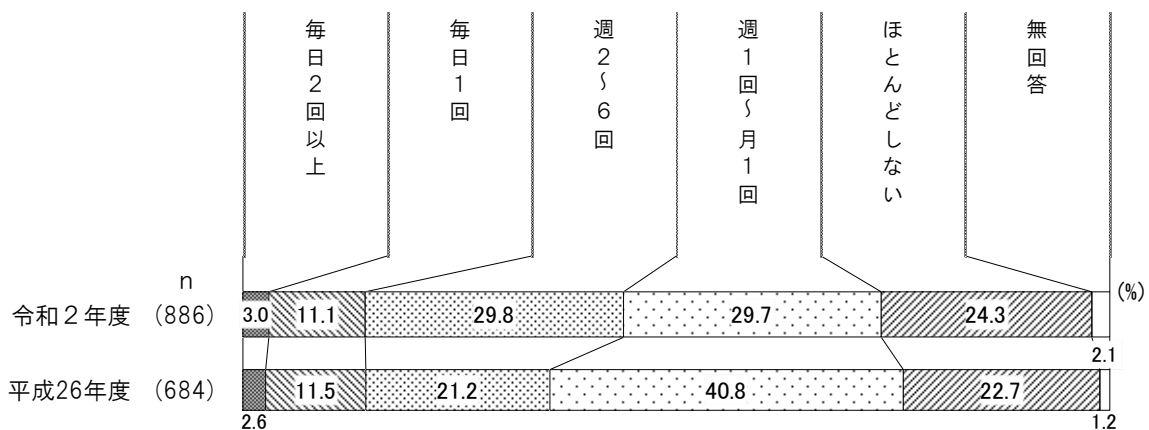
(3) 普段の外食や中食の状況

問11 あなたは、普段、外食や中食をすることがありますか。

◎外食とは、飲食店での食事。中食とは、出前をとったり、弁当や惣菜（おにぎり・パンも含む）を買ったりして食べる食事とします。（○は1つだけ）

普段の外食や中食の状況では、「週2～6回」が29.8%で最も高く、次いで「週1回～月1回」が29.7%、「ほとんどしない」が24.3%、「毎日1回」が11.1%となっている。

前回調査と比較すると、「週2～6回」が8.6ポイント増加し、「週1回～月1回」が11.1ポイント減少している。

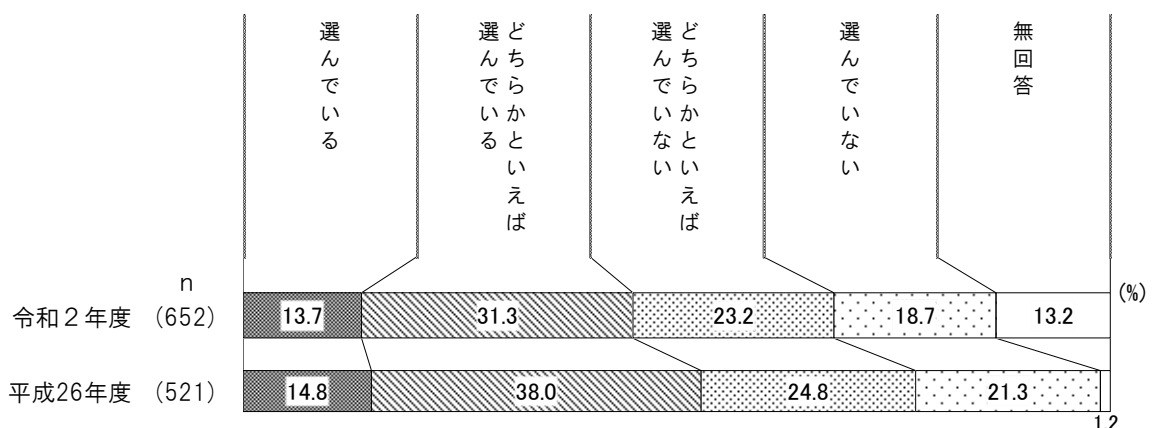


(4) 外食や中食の際に栄養バランスを意識してメニューを選んでいるか

問11-1 問11で「1 毎日2回以上」～「4 週1回～月1回」と答えた方にうかがいます。外食や中食をするときに、栄養のバランスを意識してメニューを選んでいますか。（○は1つだけ）

外食時や中食の際に栄養バランスを意識してメニューを選んでいるかでは、「どちらかといえば選んでいる」が31.3%で最も高く、「選んでいる」(13.7%)と合わせた《選んでいる》は45.0%となっている。一方、「どちらかといえば選んでいない」(23.2%)と「選んでいない」(18.7%)を合わせた《選んでいない》は41.9%である。

前回調査と比較すると、《選んでいる》は7.8ポイント減少している。



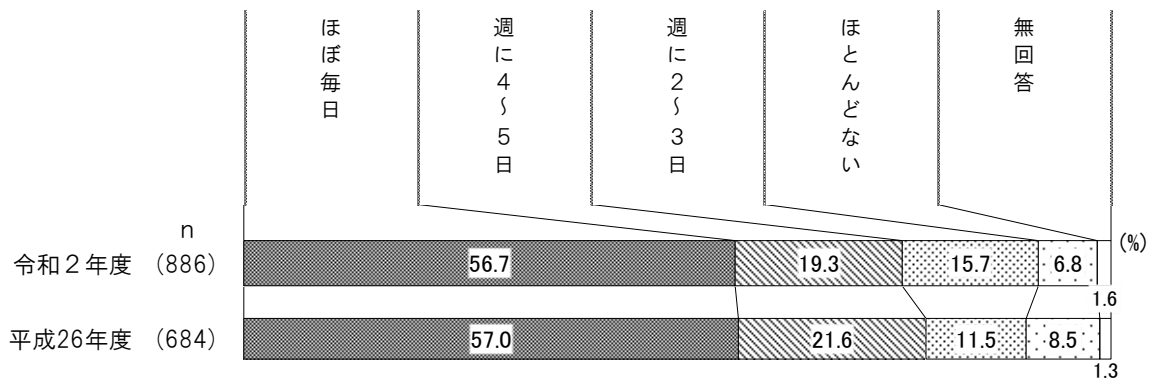
(5) バランスの良い食事の頻度 ★◆

問12 あなたは、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べる日が、週に何日ありますか。

◎主食：ごはん、パン、麺 主菜：肉、魚、卵、大豆製品の料理 副菜：野菜、海藻の料理（○は1つだけ）

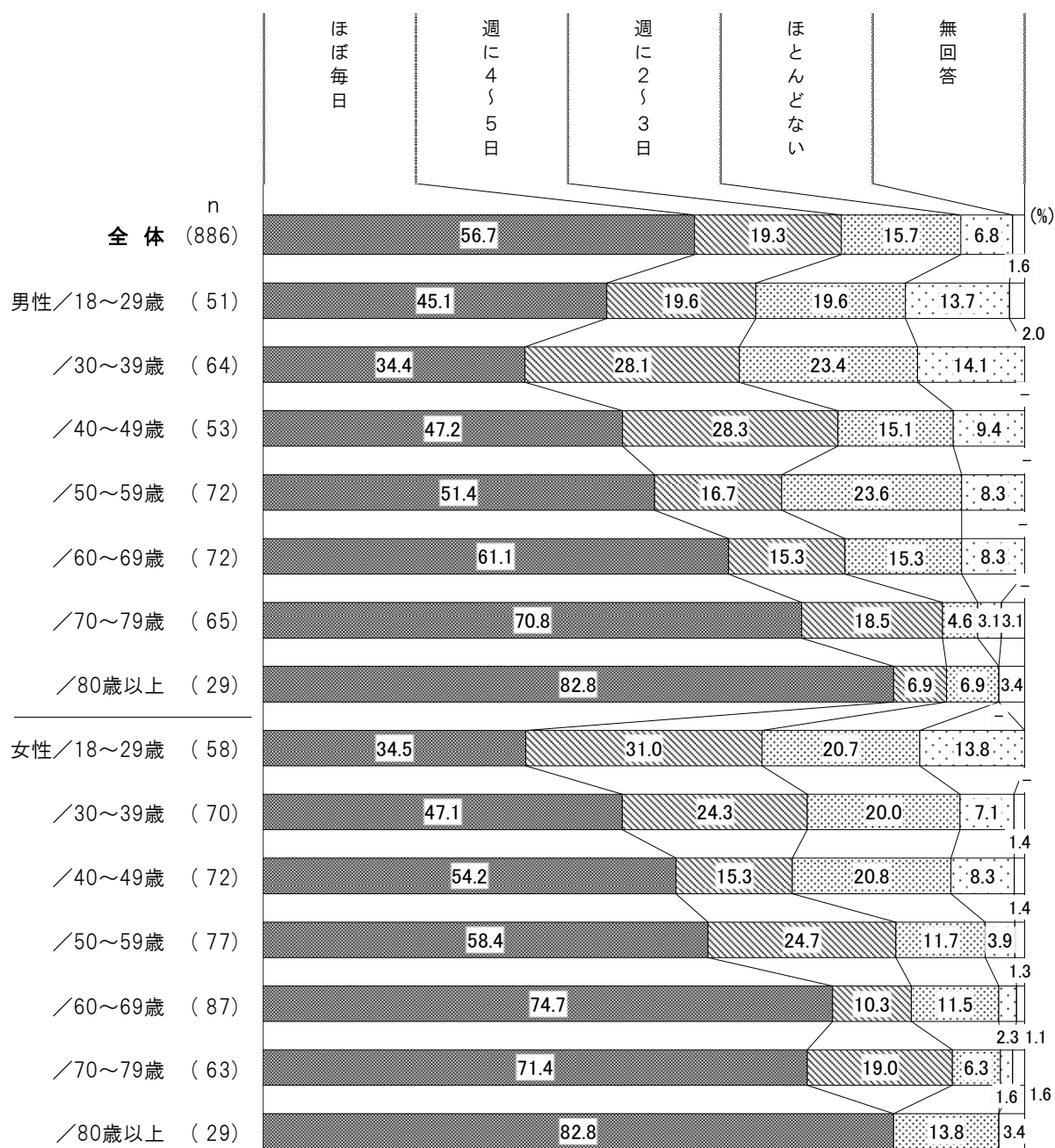
バランスの良い食事の頻度では、「ほぼ毎日」が56.7%で最も高く、以下「週に4～5日」(19.3%)、「週に2～3日」(15.7%)、「ほとんどない」(6.8%)となっている。

前回調査と比較すると、「週に4～5日」が2.3ポイント減少し、「週に2～3日」が4.2ポイント増加している。



★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計
◆：第6次基本構想・第1次基本計画の数値目標に合わせた集計

バランスの良い食事の頻度を性/年齢別にみると、「ほぼ毎日」は男性の30～39歳（34.4%）と女性の18～29歳（34.5%）が3割台半ばで低く、それ以降は年齢が上がるほど概ね割合も高くなり、男女とも80歳以上（ともに82.8%）で最も高くなっている。

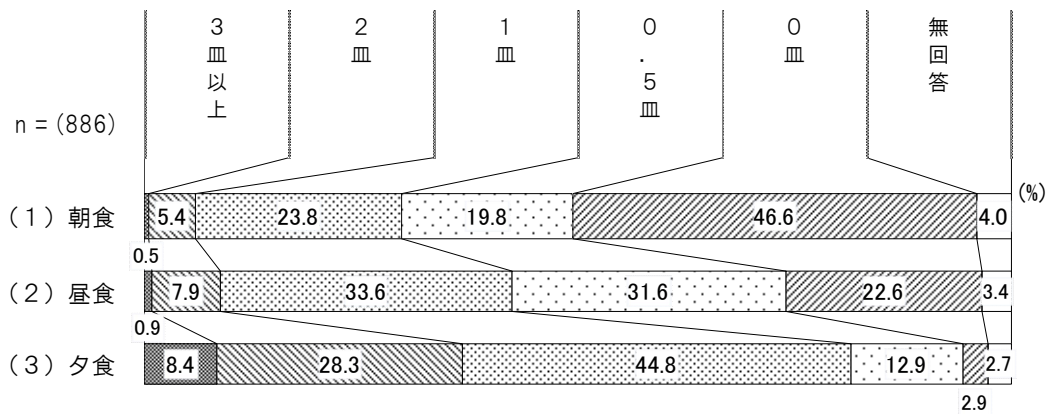


(6) 野菜料理の1日の平均摂取皿数

問13 あなたは、野菜料理を平均で1日何皿くらい食べていますか。

(1皿の量は、70g。直径10cmの小皿(小鉢)にきれいに入る程度です。1皿に満たない場合は0.5皿とします)(○は1つだけ)

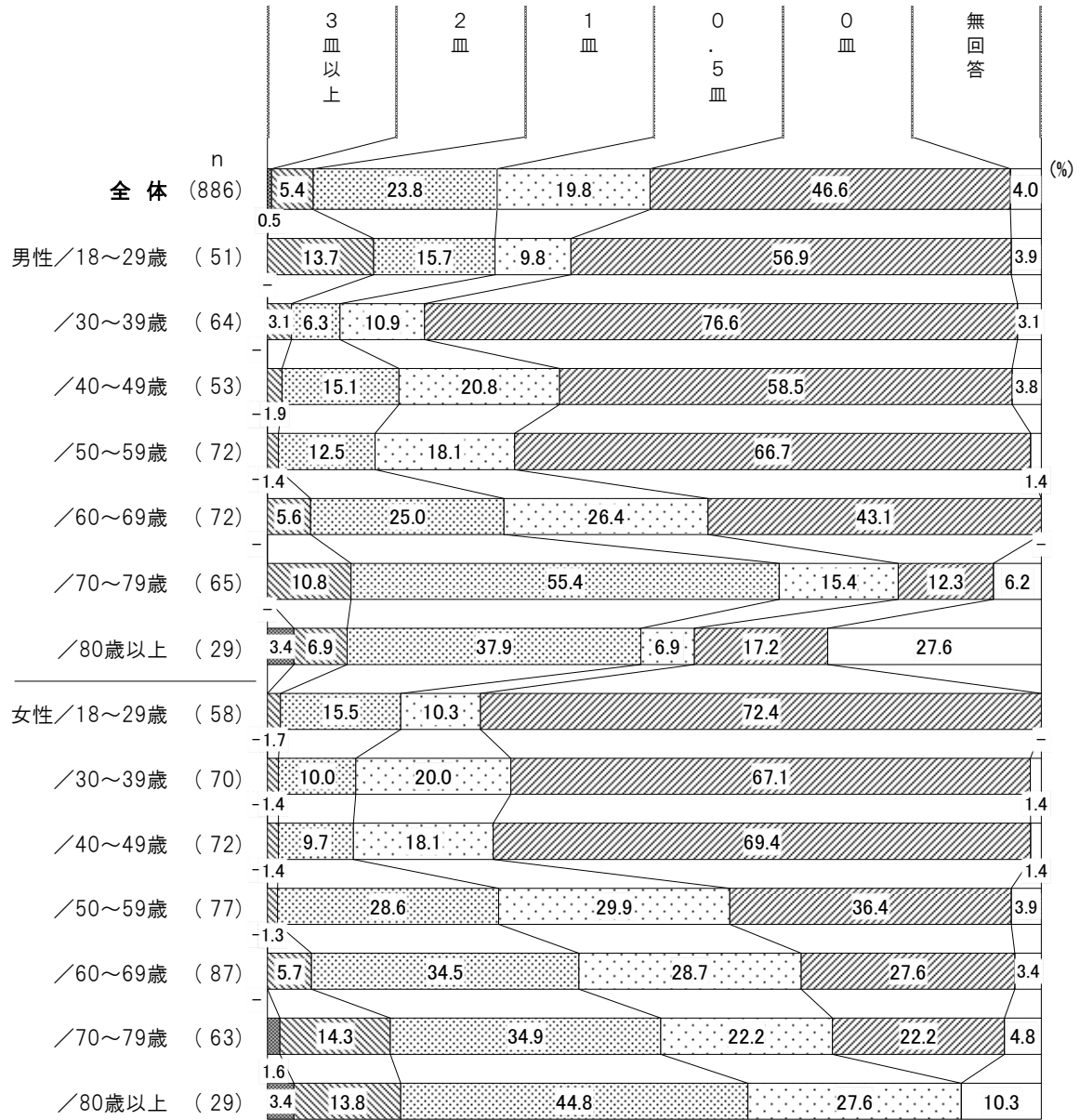
野菜料理の1日の平均的な摂取量は、朝食では、「0皿」が46.6%で最も高く、「0.5皿」(19.8%)を合わせた《0.5皿以下》は66.4%となっている。昼食では、「1皿」が33.6%で最も高くなっている。また、《0.5皿以下》は54.2%となっている。夕食では、「2皿」が44.8%で最も高くなっている。また、《0.5皿以下》は15.8%となっている。



★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

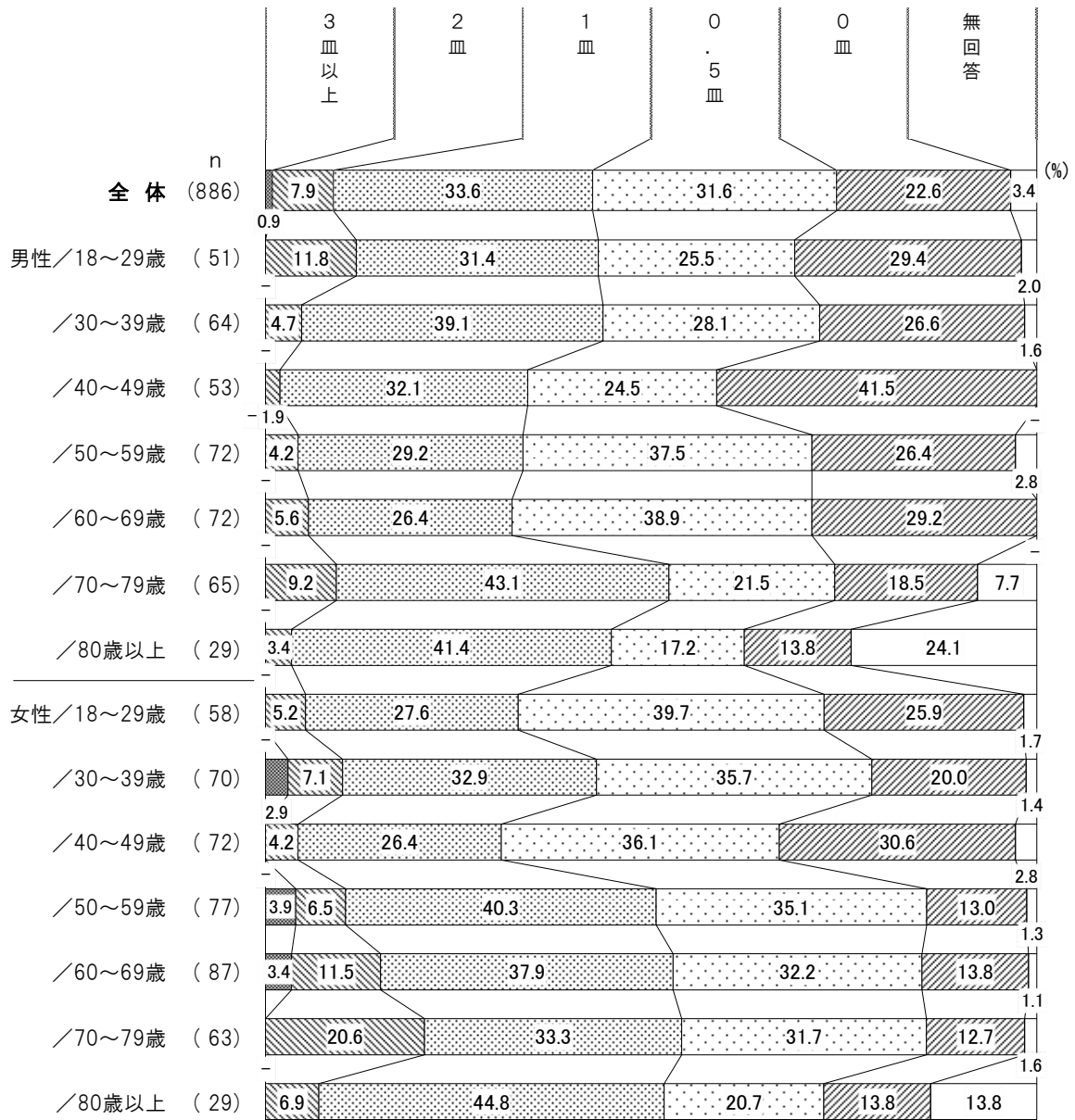
■朝食

朝食を性／年齢別にみると、《0.5皿以下》は男性の30～39歳と女性の40～49歳がともに87.5%で最も高く、次いで女性の30～39歳（87.1%）となっている。一方、《2皿以上》は、女性の80歳以上が17.2%で最も高く、次いで女性の70～79歳（15.9%）となっている。



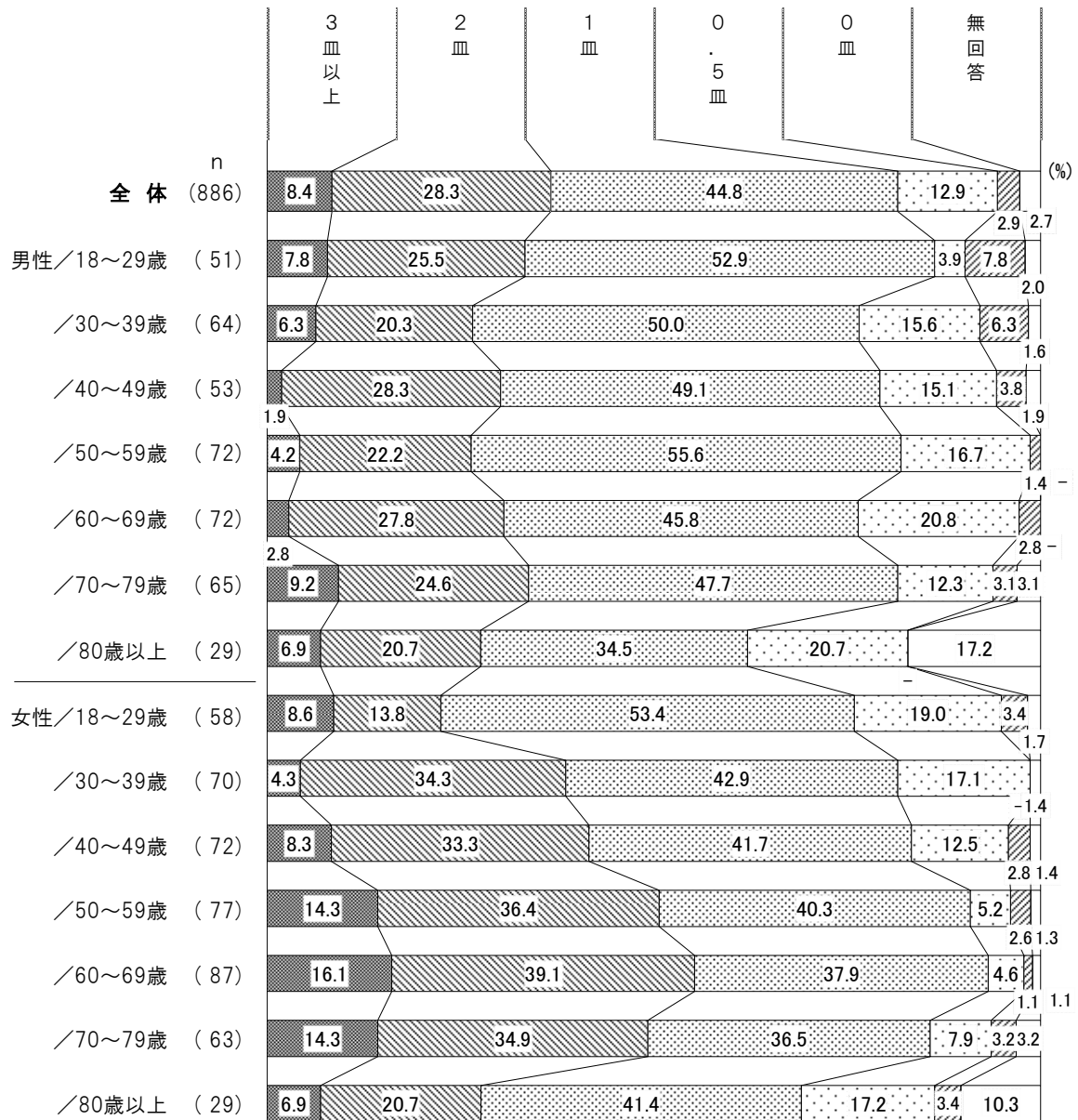
■ 昼食

昼食を性／年齢別にみると、《0.5皿以下》は男性の60～69歳が68.1%で最も高く、次いで、女性の40～49歳（66.7%）、男性の40～49歳（66.0%）、男性の50～59歳（63.9%）となっている。一方、《2皿以上》は、女性の70～79歳が20.6%で最も高く、次いで、女性の60～69歳（14.9%）となっている。



■夕食

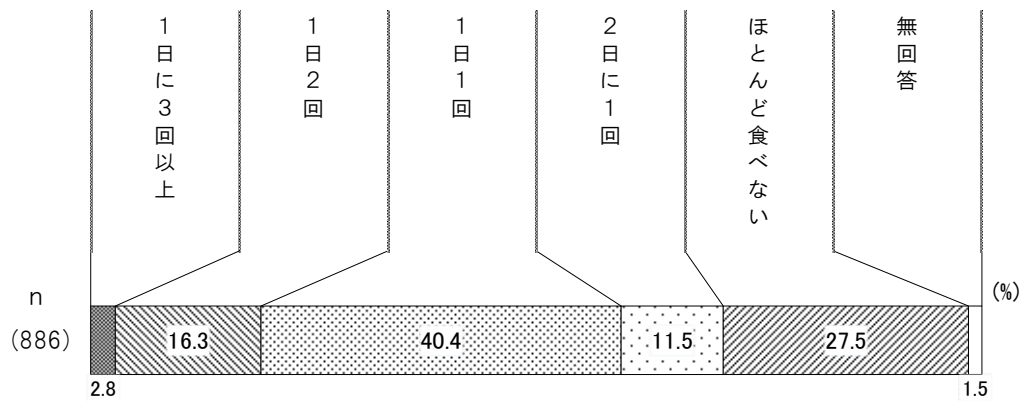
夕食を性／年齢別にみると、《0.5皿以下》は男性の60～69歳が23.6%で最も高く、次いで、女性の18～29歳（22.4%）、男性の30～39歳（21.9%）となっている。一方、《2皿以上》は、女性の60～69歳が55.2%で最も高く、次いで、女性の50～59歳（50.7%）、女性の70～79歳（49.2%）となっている。



(7) 間食（夜食）の頻度

問 14 あなたは、間食を1日に何回くらい食べていますか（夜食も含める）。（○は1つだけ）

間食（夜食）の頻度では、「1日1回」が40.4%で最も高く、「ほとんど食べない」が27.5%、「1日2回」が16.3%、「2日に1回」が11.5%となっている。

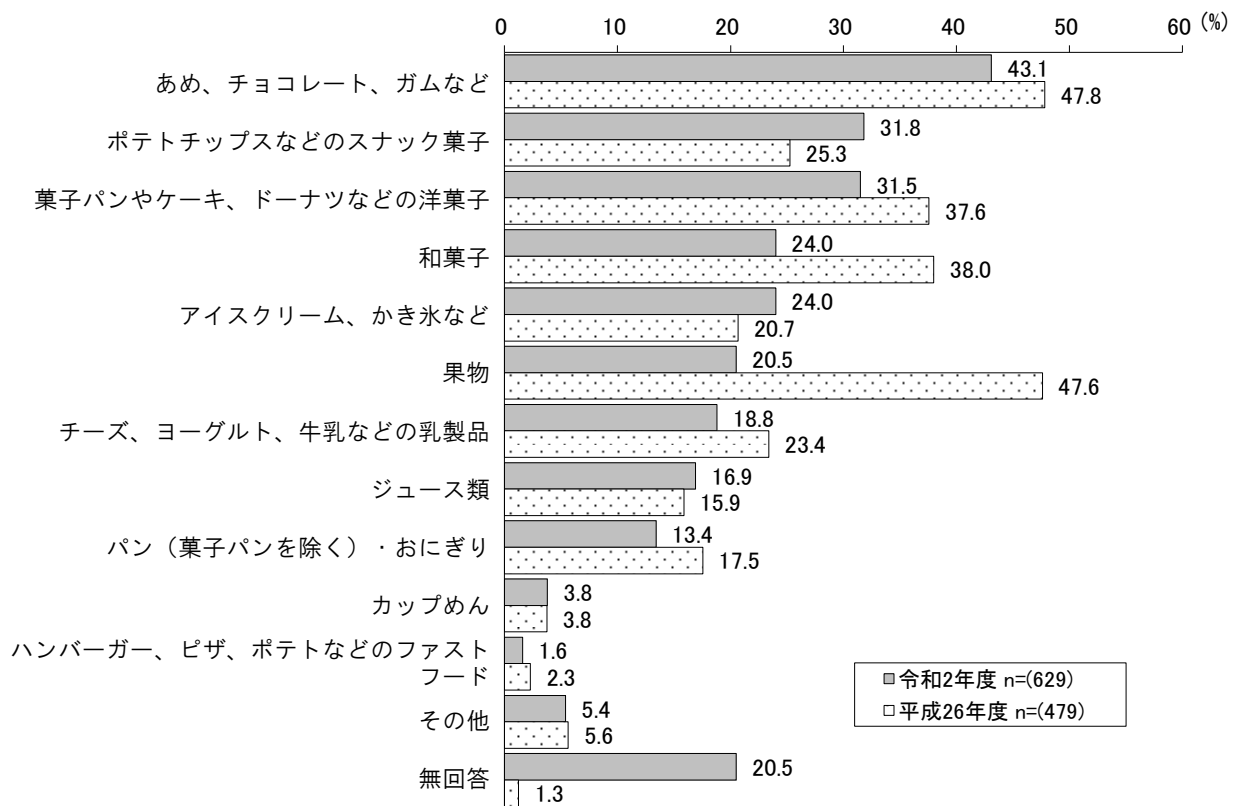


(8) 間食（夜食）時によく食べるもの

問14-1 問14で「1 1日に3回以上」～「4 2日に1回」と答えた方にうかがいます。
 あなたは、間食（夜食）をとる時、どのようなものをよく食べますか。（あてはまるものすべてに○）

間食（夜食）時によく食べるものでは、「あめ、チョコレート、ガムなど」が43.1%で最も高く、以下「ポテトチップスなどのスナック菓子」(31.8%)、「菓子パンやケーキ、ドーナツなどの洋菓子」(31.5%)、「和菓子」(24.0%)となっている。

前回調査と比較すると、「果物」が27.1ポイント、「和菓子」が14.0ポイントそれぞれ大きく減少している。一方、「ポテトチップスなどのスナック菓子」が6.5ポイント増加している。



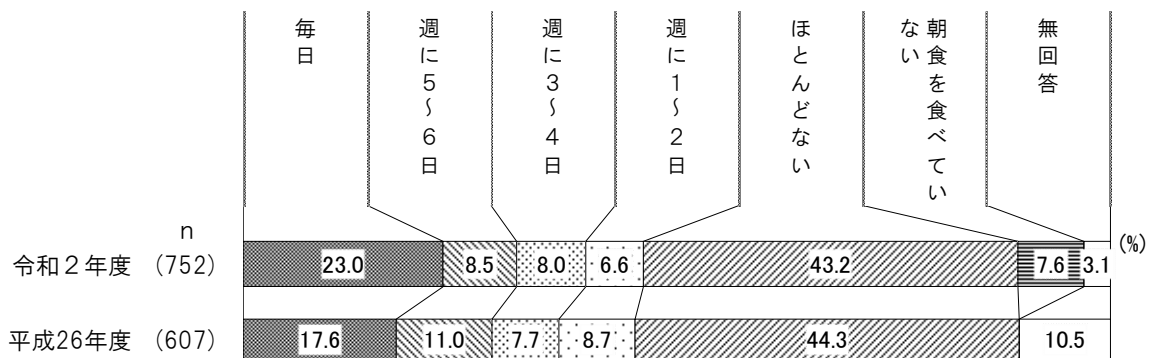
(9) 孤食の頻度

問15 家族と同居している方にうかがいます。あなたは、一人で食事する日は、1週間のうちのどのくらいありますか。(〇は1つだけ)

■朝食

朝食での孤食の頻度は、「ほとんどない」が43.2%と最も高いが、一方で「毎日」が23.0%みられ、「朝食を食べていない」が7.6%となっている。

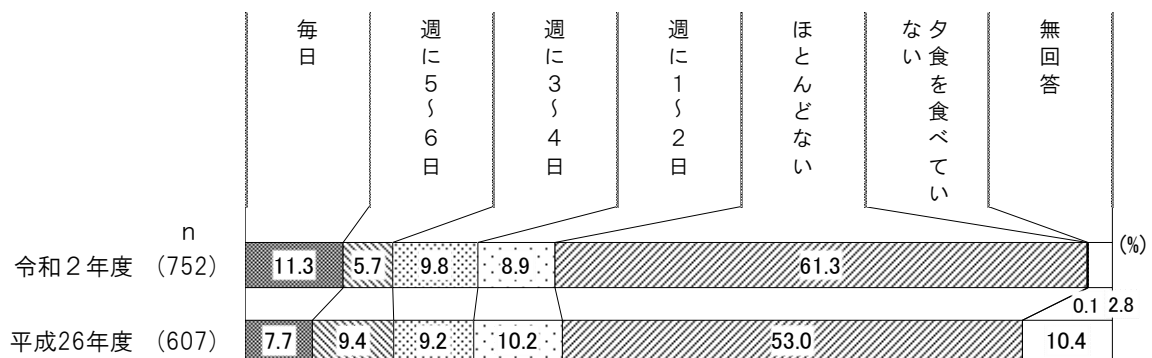
前回調査と比較すると、「毎日」が5.4ポイント増加している。



※「朝食を食べていない」という選択肢は今回調査から新設。

■夕食

夕食での孤食の頻度は、「ほとんどない」が61.3%と最も高いが、一方で、「毎日」が11.3%みられる。前回調査と比較すると、「ほとんどない」が8.3ポイント増加し、「毎日」も3.6ポイント増加している。



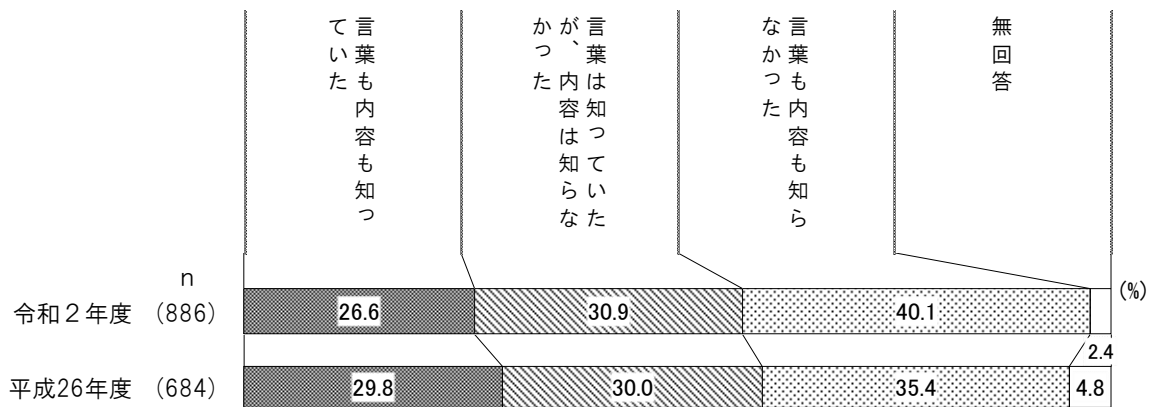
※「夕食を食べていない」という選択肢は今回調査から新設。

(10) 「食事バランスガイド」の認知状況

問16 あなたは、「食事バランスガイド」という言葉やその内容を知っていましたか。(○は1つだけ)

「食事バランスガイド」の認知状況では、「言葉も内容も知らなかった」が40.1%と最も高く、「言葉は知っていたが、内容は知らなかった」が30.9%、「言葉も内容も知っていた」が26.6%となっている。

前回調査と比較すると、「言葉も内容も知っていた」が3.2ポイント減少し、「言葉も内容も知らなかった」が4.7ポイント増加している。



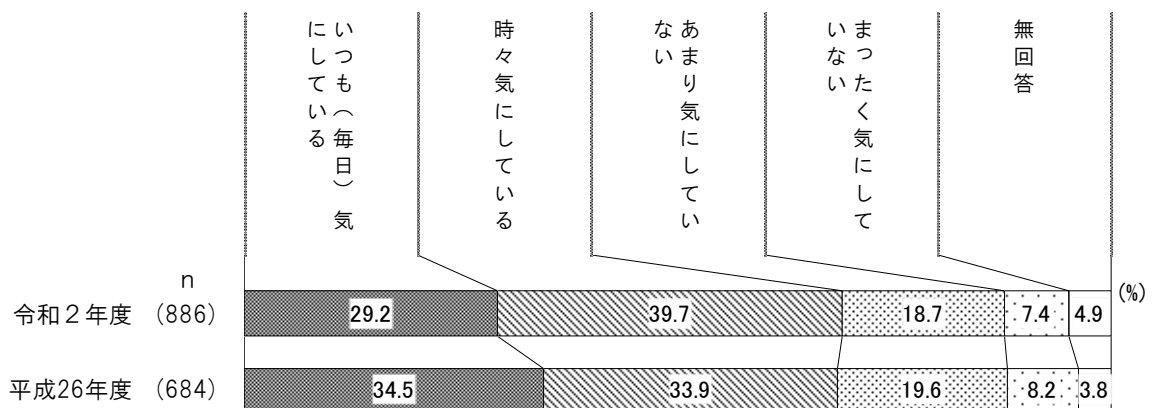
(11) 食事に関する日頃の心がけの度合い

問17 あなたは、日頃、以下のことがらをどのくらい心がけていますか。最も近いものの番号を選んでください。(ア)～(オ)のそれぞれについて、あてはまる番号1つだけに○をつけてください。

(ア) うす味の食事を心がけ、塩分の多い食べ物を控えること

うす味の食事を心がけ、塩分の多い食べ物を控えることでは、「時々気にしている」が39.7%で最も高く、「いつも(毎日)気にしている」(29.2%)と合わせた《気にしている》は68.9%となっている。一方、「あまり気にしていない」(18.7%)と「まったく気にしていない」(7.4%)を合わせた《気にしていない》は26.1%である。

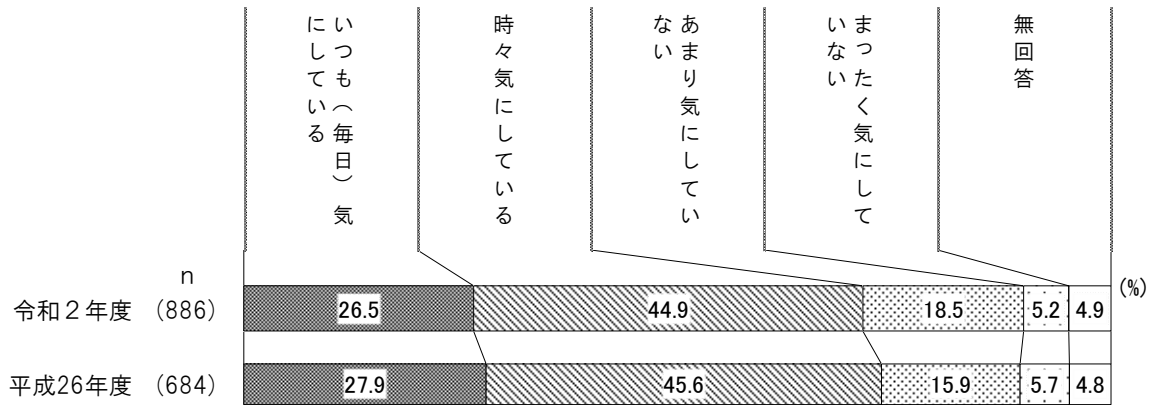
前回調査と比較すると、「いつも(毎日)気にしている」が5.3ポイント減少し、「時々気にしている」が5.8ポイント増加しているが、《気にしている》では特に大きな違いはみられない。



(イ) 揚げ物など、油（脂）の多いものを控えること

揚げ物など、油（脂）の多いものを控えることでは、「時々気にしている」が44.9%で最も高く、「いつも（毎日）気にしている」(26.5%)と合わせた《気にしている》は71.4%となっている。一方、「あまり気にしていない」(18.5%)と「まったく気にしていない」(5.2%)を合わせた《気にしていない》は23.7%である。

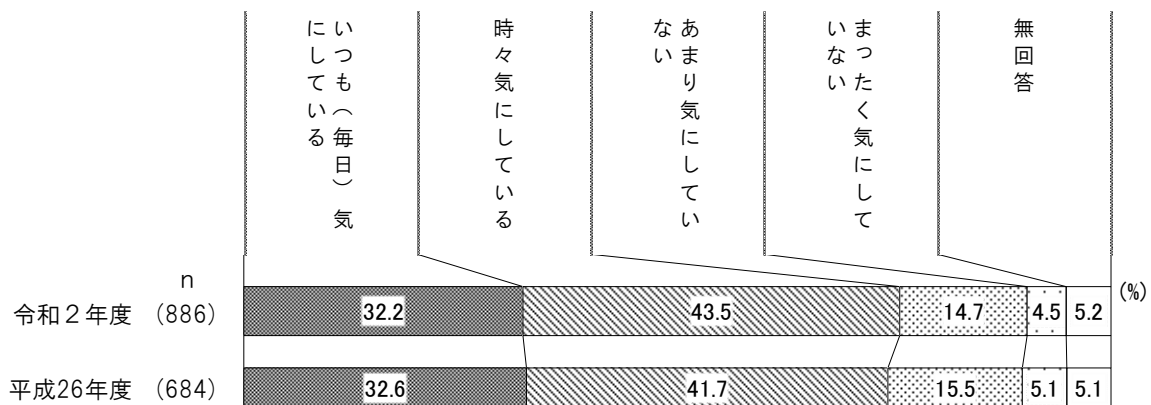
前回調査と比較すると、「気にしている」は2.1ポイント減少し、「気にしていない」が2.1ポイント増加している。



(ウ) 栄養のバランスを考えて食事をする

栄養のバランスを考えて食事をすることでは、「時々気にしている」が43.5%で最も高く、「いつも（毎日）気にしている」(32.2%)と合わせた《気にしている》は75.7%となっている。一方、「あまり気にしていない」(14.7%)と「まったく気にしていない」(4.5%)を合わせた《気にしていない》は19.2%である。

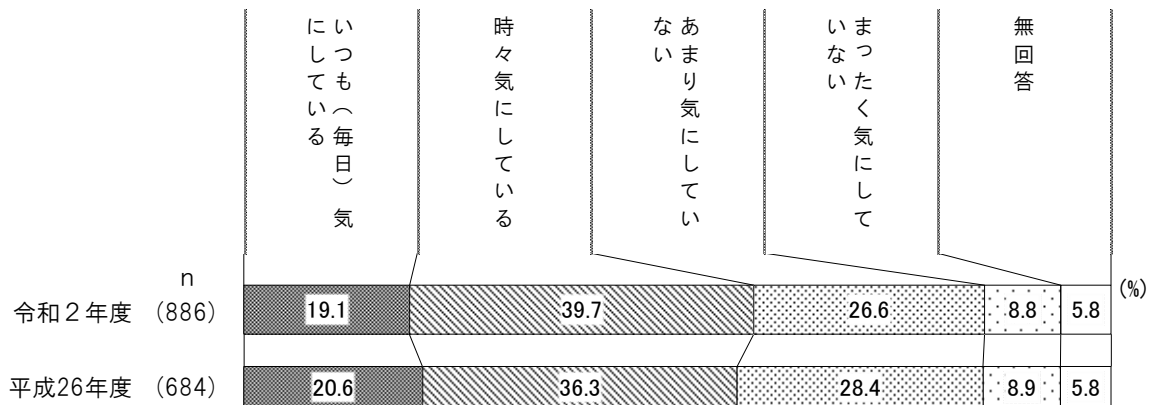
前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。



(工) エネルギー（カロリー）を考えて食事をする

エネルギー（カロリー）を考えて食事をする事では、「時々気にしている」が39.7%で最も高く、「いつも（毎日）気にしている」(19.1%)と合わせた《気にしている》は58.8%となっている。「あまり気にしていない」(26.6%)と「まったく気にしていない」(8.8%)を合わせた《気にしていない》は35.4%である。

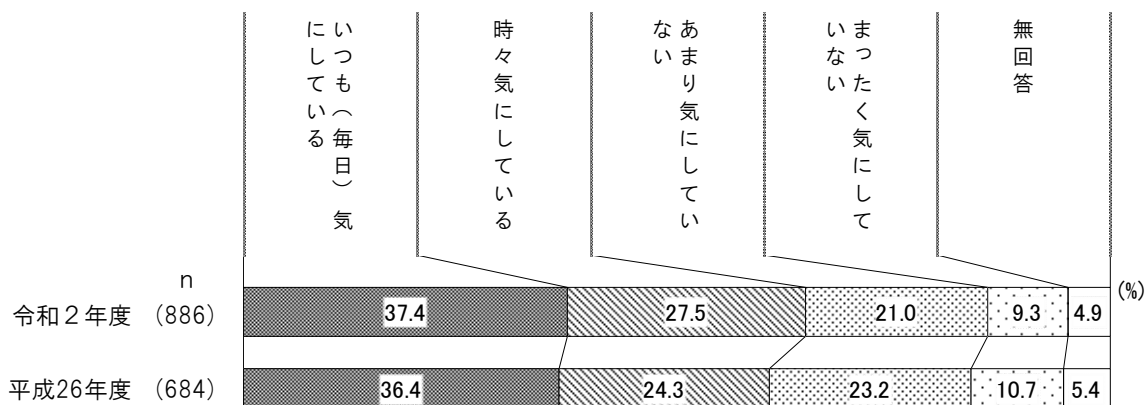
前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。



(オ) 就寝2時間前までに飲食を済ませるようにすること

就寝2時間前までに飲食を済ませるようにすることでは、「いつも（毎日）気にしている」が37.4%で最も高く、「時々気にしている」(27.5%)と合わせた《気にしている》は64.9%となっている。一方、「あまり気にしていない」(21.0%)と「まったく気にしていない」(9.3%)を合わせた《気にしていない》は30.3%である。

前回調査と比較すると、《気にしている》は4.2ポイント増加し、《気にしていない》は3.6ポイント減少している。



3 食育

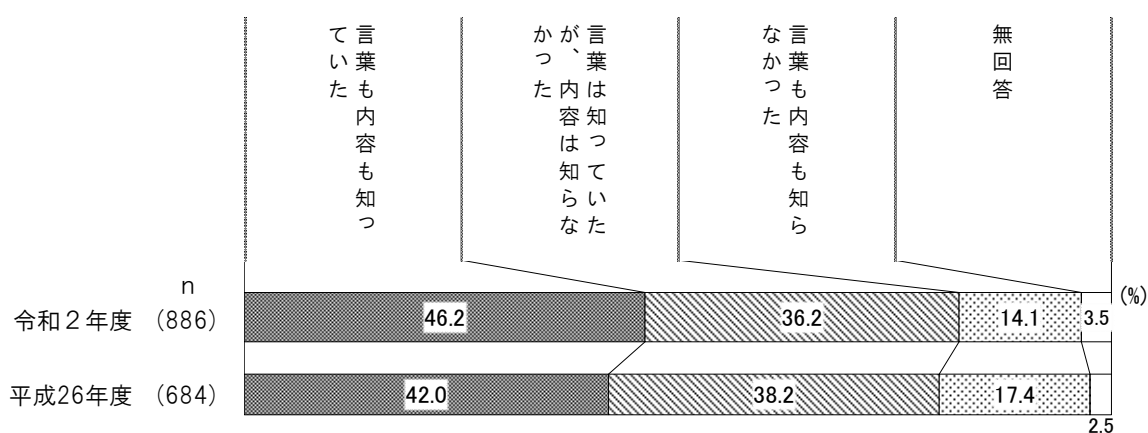
(1) 「食育」の認知状況

問18 あなたは、「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。(○は1つだけ)

※「食育」とは、生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるものであり、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。

「食育」の認知状況では、「言葉も内容も知っていた」が46.2%で最も高く、「言葉は知っていたが、内容は知らなかった」が36.2%、「言葉も内容も知らなかった」が14.1%となっている。

前回調査と比較すると、「言葉も内容も知っていた」が4.2ポイント増加している。

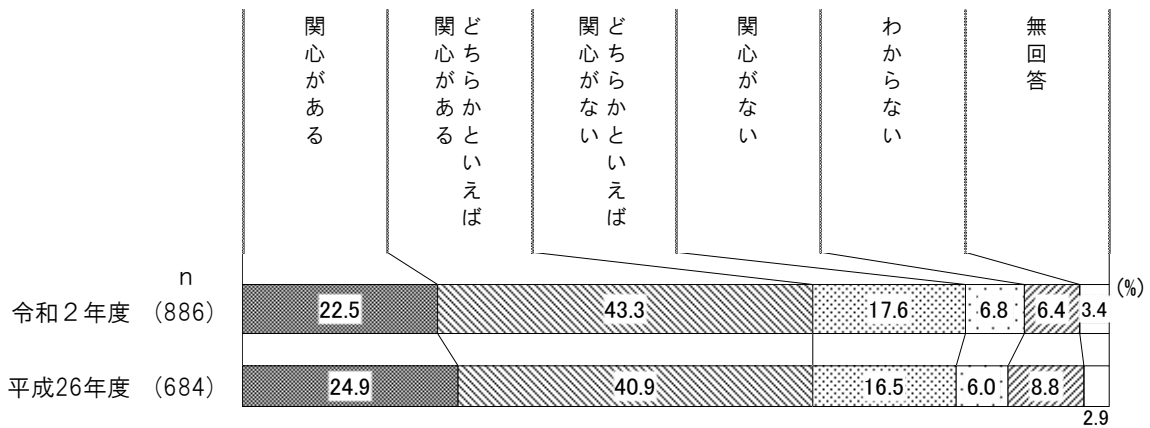


(2)「食育」への関心度 ★

問19 あなたは、「食育」に関心がありますか。(○は1つだけ)

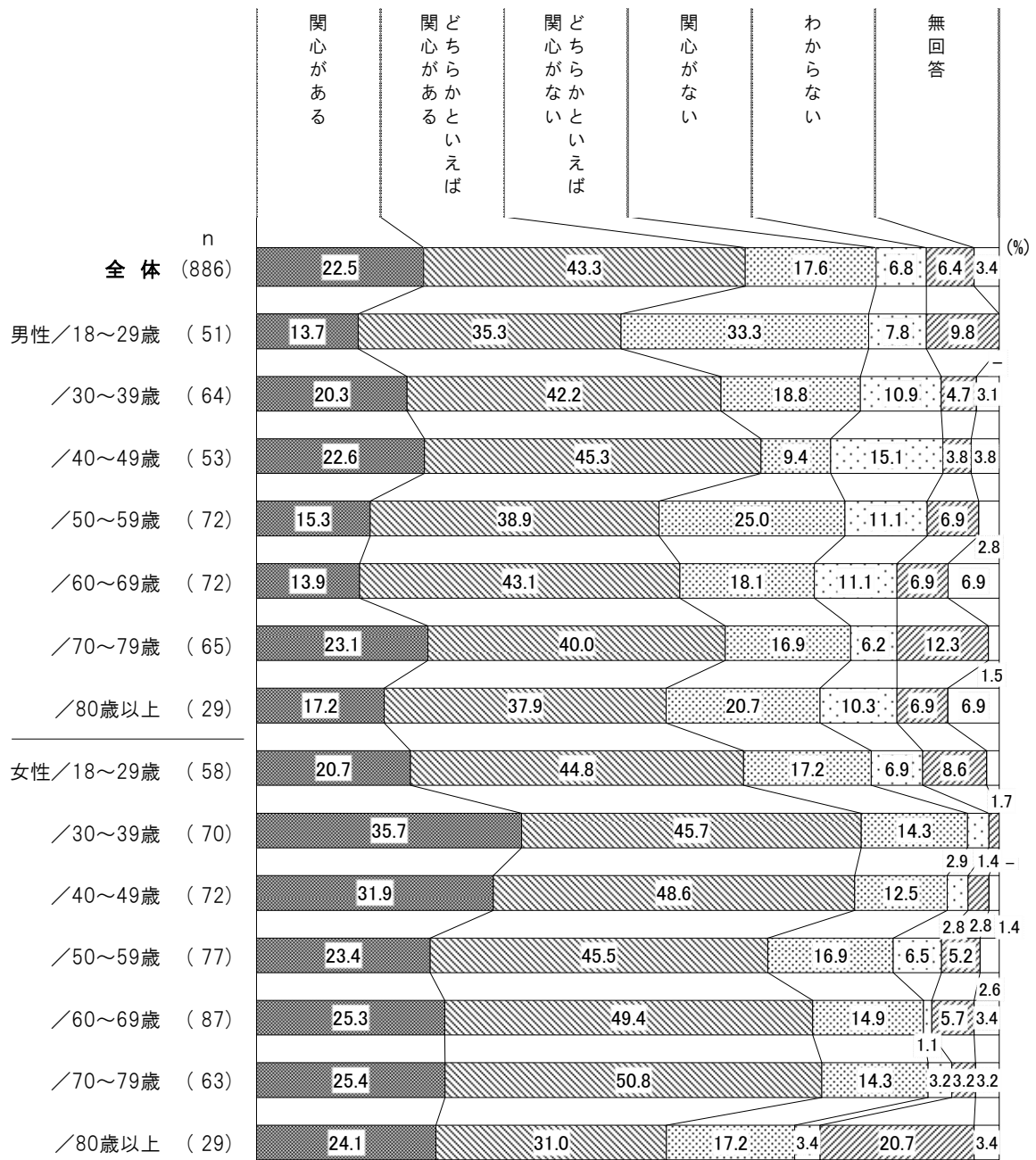
「食育」への関心度では、「どちらかといえば関心がある」が43.3%で最も高く、「関心がある」(22.5%)と合わせた《関心がある》は65.8%となっている。一方、「どちらかといえば関心がない」(17.6%)と「関心がない」(6.8%)を合わせた《関心がない》は24.4%である。

前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。



★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

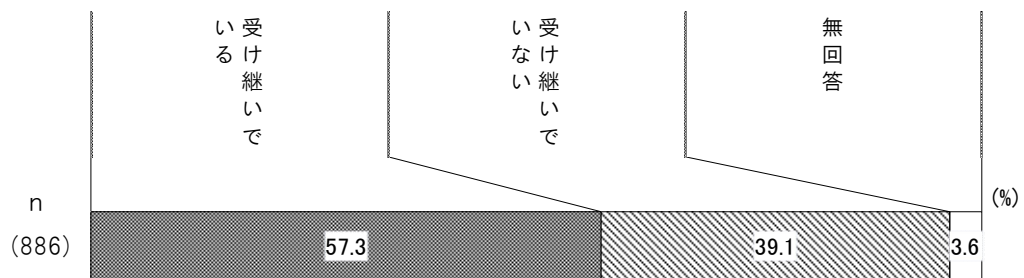
「食育」への関心度を性／年齢別にみると、《関心がある》は、女性の30～49歳が8割を超え高くなっている。一方、《関心がない》は、男性の18～29歳が4割を超え最も高くなっている。



(3) 郷土料理などで受け継がれてきた料理や味や作法等を受け継いでいるか

問20 あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を受け継いでいますか。(○は1つだけ)

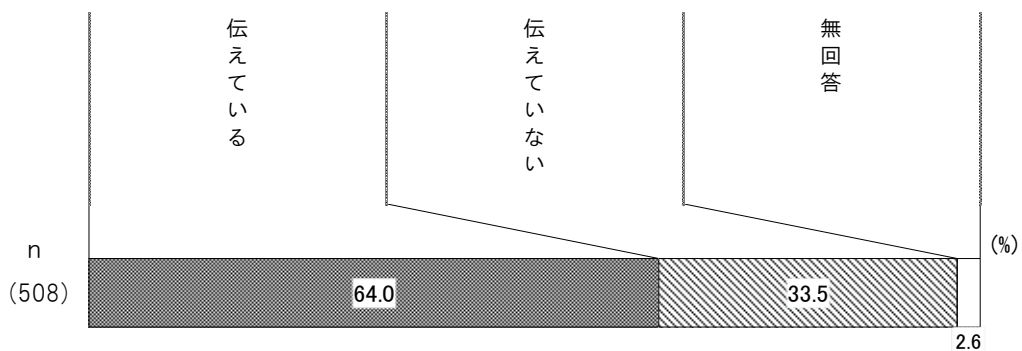
郷土料理などで受け継がれてきた料理や味や作法等を受け継いでいるかでは、「受け継いでいる」が57.3%で、「受け継いでいない」(39.1%)より高くなっている。



(4) 郷土料理などで受け継いできた料理や味や作法等を次世代に伝えているか

問20-1 問20で「1 受け継いでいる」と答えた方にうかがいます。あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭において受け継いできた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を地域や次世代(子どもやお孫さんを含む)に対し、伝えていますか。(○は1つだけ)

郷土料理などで受け継いできた料理や味や作法等を次世代に伝えているかでは、「伝えている」が64.0%で、「伝えていない」(33.5%)より高くなっている。

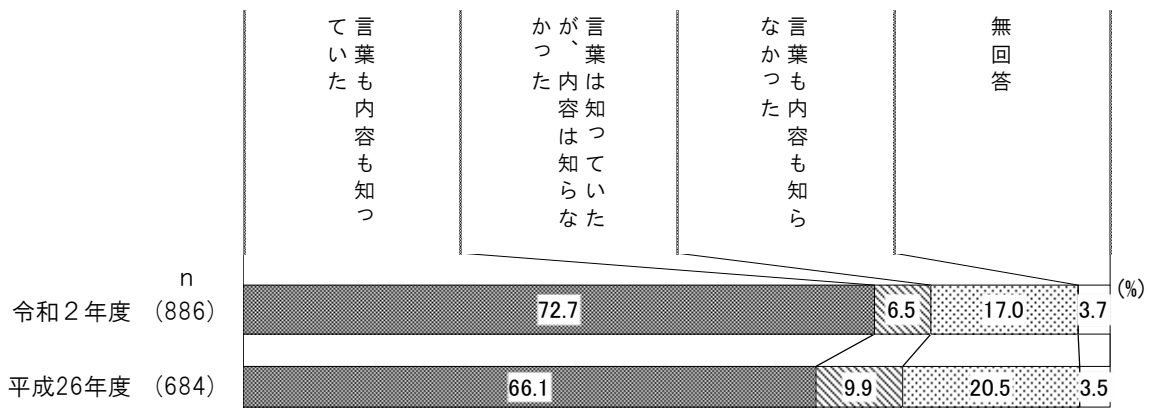


(5)「地産地消」の認知状況

問21 あなたは、「地産地消」という言葉を知っていましたか。
 ※「地産地消」とは、地域で生産された物を地域で消費することをいいます。(○は1つだけ)

「地産地消」の認知状況では、「言葉も内容も知っていた」が72.7%で高く、「言葉も内容も知らなかった」が17.0%、「言葉は知っていたが、内容は知らなかった」が6.5%となっている。

前回調査と比較すると、「言葉も内容も知っていた」が6.6ポイント増加し、「言葉も内容も知らなかった」が3.5ポイント減少している。

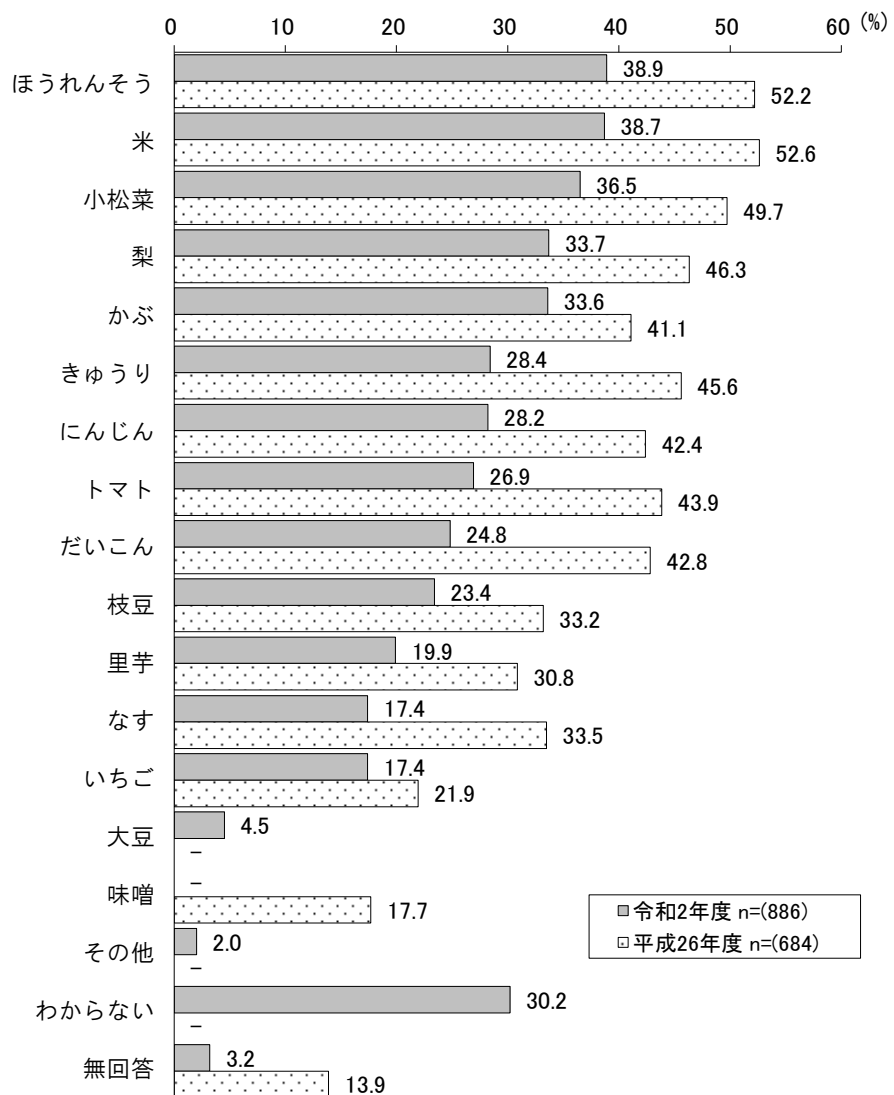


(6) 知っている市内主要農産物等

問22 あなたが、富士見市の主な農産物として、知っているものはどれですか。(あてはまるものすべてに○)

知っている市内主要農産物等では、「ほうれんそう」が38.9%で最も高く、以下「米」(38.7%)、「小松菜」(36.5%)、「梨」(33.7%)となっている。

前回調査と比較すると、「農産物のいずれかに回答あり」は前回の86.1%に対し、今回は66.6%と19.5ポイント減少している。



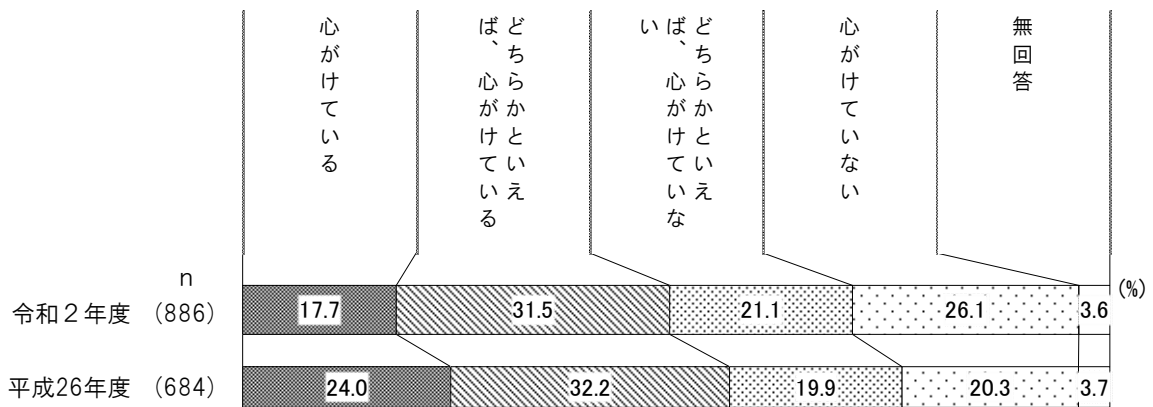
※「大豆」「わからない」という選択肢は今回調査から新設。
 ※今回調査では「味噌」の選択肢は除外している。
 ※《農産物のいずれかに回答あり》(=100% - 「わからない (%)」 - 「無回答 (%)」) を求めて、前回調査と比較している。

(7) 地場産の食材の利用意向 ★

問23 あなたは、地元産の食材を利用するよう心がけていますか。(○は1つだけ)

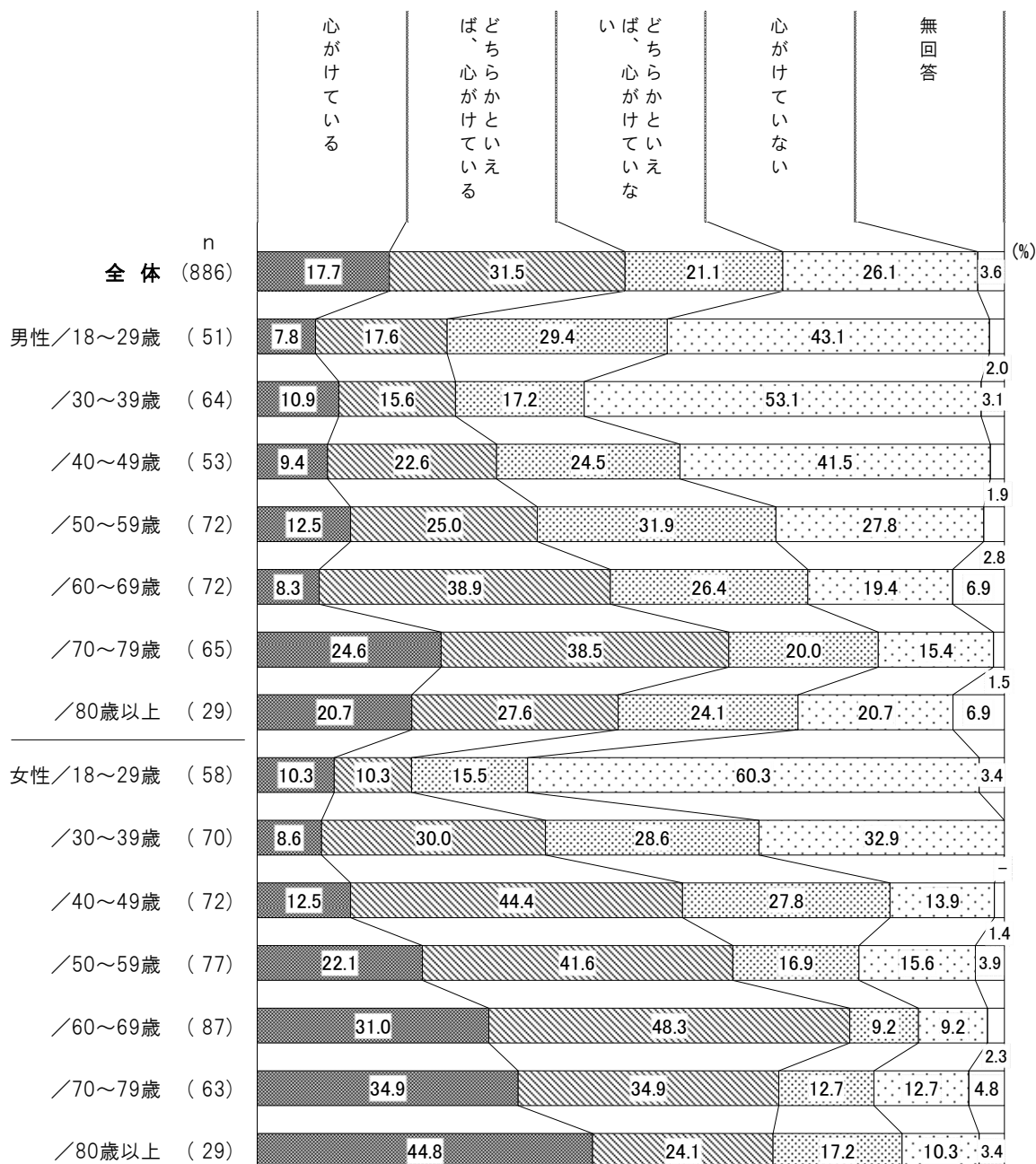
地場産の食材の利用意向では、「どちらかといえば、心がけている」が31.5%で最も高く、「心がけている」(17.7%)と合わせた《心がけている》は49.2%となっている。一方、「心がけていない」(26.1%)と「どちらかといえば、心がけていない」(21.1%)を合わせた《心がけていない》は47.2%である。

前回調査と比較すると、《心がけている》は7.0ポイント減少し、「心がけていない」が5.8ポイント増加している。



★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

地場産の食材の利用意向を性／年齢別にみると、《心がけている》は、男女ともにおおむね年齢が上がるほど高くなっており、特に女性の60～69歳(79.3%)が約8割で最も高く、女性の70～79歳(69.8%)と80歳以上(68.9%)でも約7割と高くなっている。一方、《心がけていない》は、女性の18～29歳(75.8%)が7割台半ばで最も高く、男性の18～29歳(72.5%)と30～39歳(70.3%)でも7割台と高くなっている。

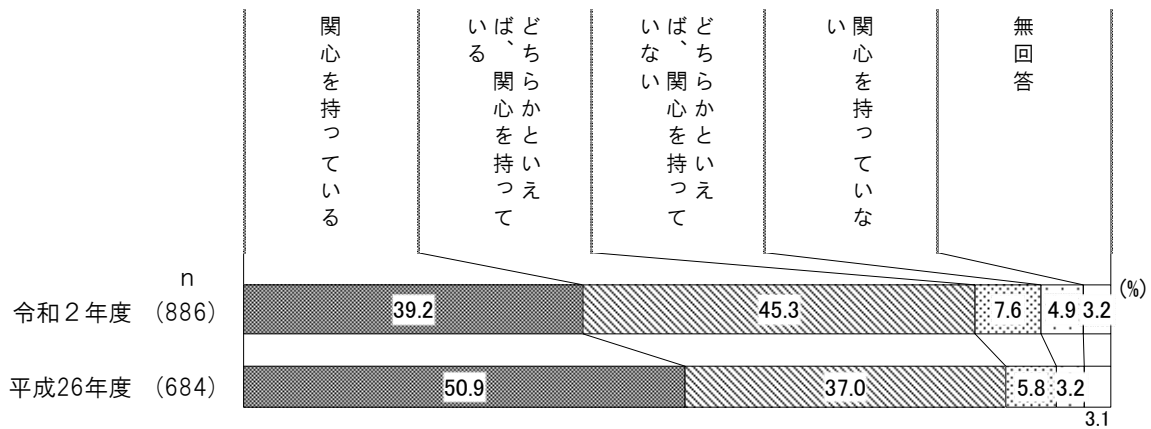


(8) 食品の安全性への関心度

問24 あなたは、食品の安全性（産地、消費期限、添加物など）に関心を持っていますか。（○は1つだけ）

食品の安全性への関心度では、「どちらかといえば、関心を持っている」が45.3%で最も高く、「関心を持っている」(39.2%)と合わせた《関心を持っている》は84.5%となっている。一方、「どちらかといえば、関心を持っていない」(7.6%)と「関心を持っていない」(4.9%)を合わせた《関心を持っていない》は12.5%である。

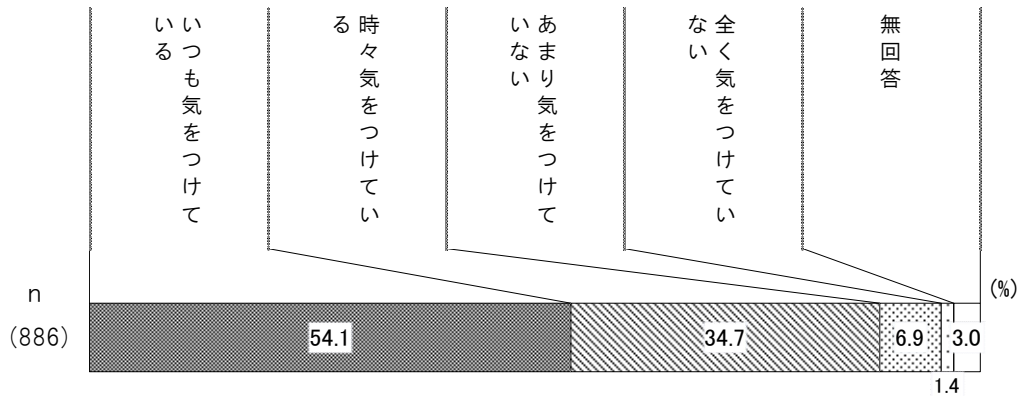
前回調査と比較すると、《関心を持っている》は3.4ポイント減少している。



(9) 食材の無駄を減らすよう普段から気を付けているか

問25 あなたは、普段、食べ残しがないように食材の無駄を減らしたり、買いすぎ・作りすぎに注意したりしていますか。(○は1つだけ)

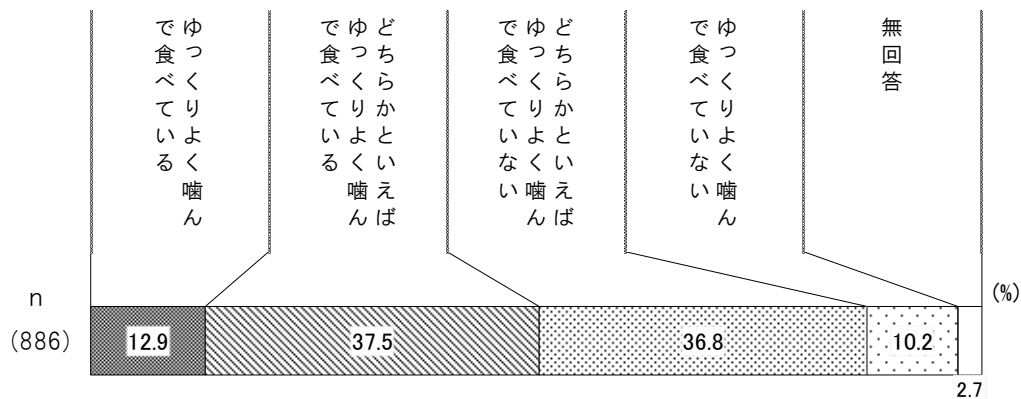
食材の無駄を減らすよう普段から気を付けているかでは、「いつも気を付けている」が54.1%で最も高く、「時々気を付けている」(34.7%)と合わせた《気を付けている》は88.8%となっている。一方、「あまり気を付けていない」は6.9%である。



(10) ゆっくり噛んで食べているか

問26 あなたは、普段、ゆっくりよく噛んで食べていますか。(○は1つだけ)

ゆっくり噛んで食べているかでは、「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」が37.5%で最も高く、「ゆっくりよく噛んで食べている」(12.9%)と合わせた《よく噛んで食べている》は50.4%となっている。一方、「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない」が36.8%で、「ゆっくりよく噛んで食べていない」(10.2%)と合わせた《よく噛んで食べていない》は47.0%である。



4 歯と口の健康

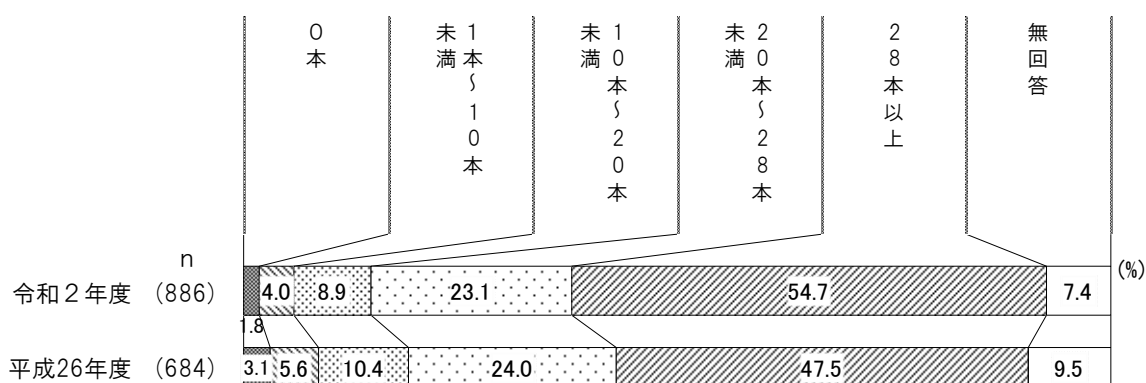
(1) 自分の歯の本数

問27 あなたの歯の数は何本ありますか。

※歯の数え方：入れ歯やブリッジ・インプラントなどの人工の歯の部分は数えません。残っている歯や、治療で詰めたりかぶせてある自分の歯を数えます。永久歯は、親知らずを含めて全部で32本あります。

自分の歯の本数では、「28本以上」が54.7%で最も高くなっており、「20本～28本未満」が23.1%、「10本～20本未満」が8.9%となっている。

前回調査と比較すると、「28本以上」が7.2ポイント増加している。

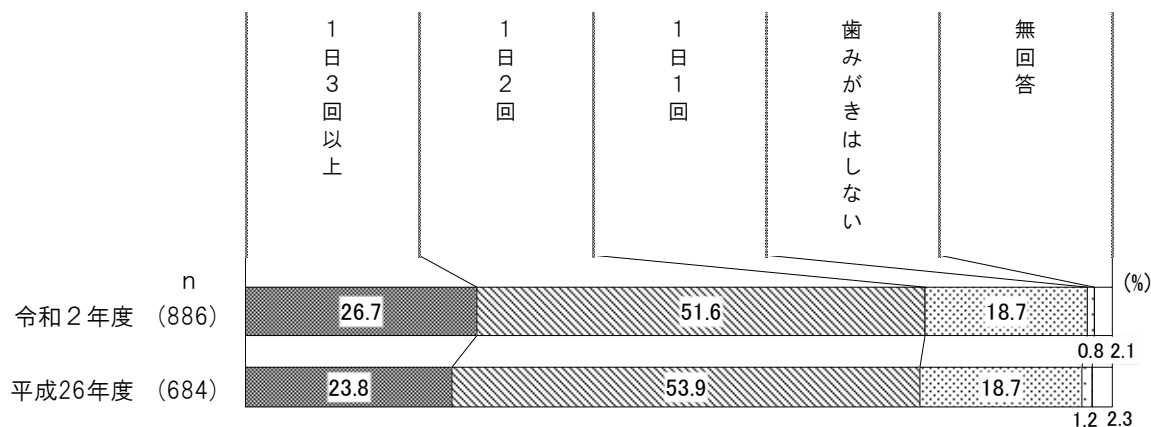


(2) 1日の歯みがきの回数

問28 あなたは、1日に何回歯をみがきますか。(○は1つだけ)

1日の歯みがきの回数では、「1日2回」が51.6%で最も高くなっており、「1日3回以上」が26.7%、「1日1回」が18.7%となっている。

前回調査と比較すると、「1日3回以上」が2.9ポイント増加している。

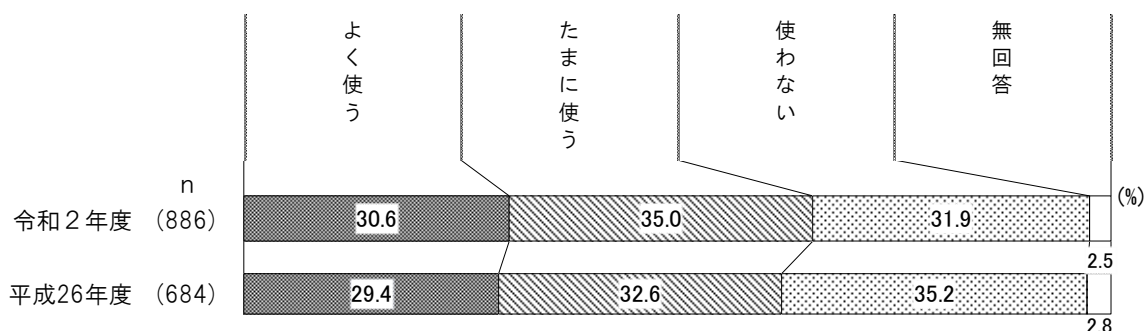


(3) 歯間清掃補助用具の使用頻度

問29 歯と歯の間を清掃するための補助用具（デンタルフロス、歯間ブラシなど）を使っていますか。（○は1つだけ）

歯間清掃補助用具の使用頻度では、「たまに使う」が35.0%で最も高く、「よく使う」(30.6%)を合わせた《使う》が65.6%となっている。

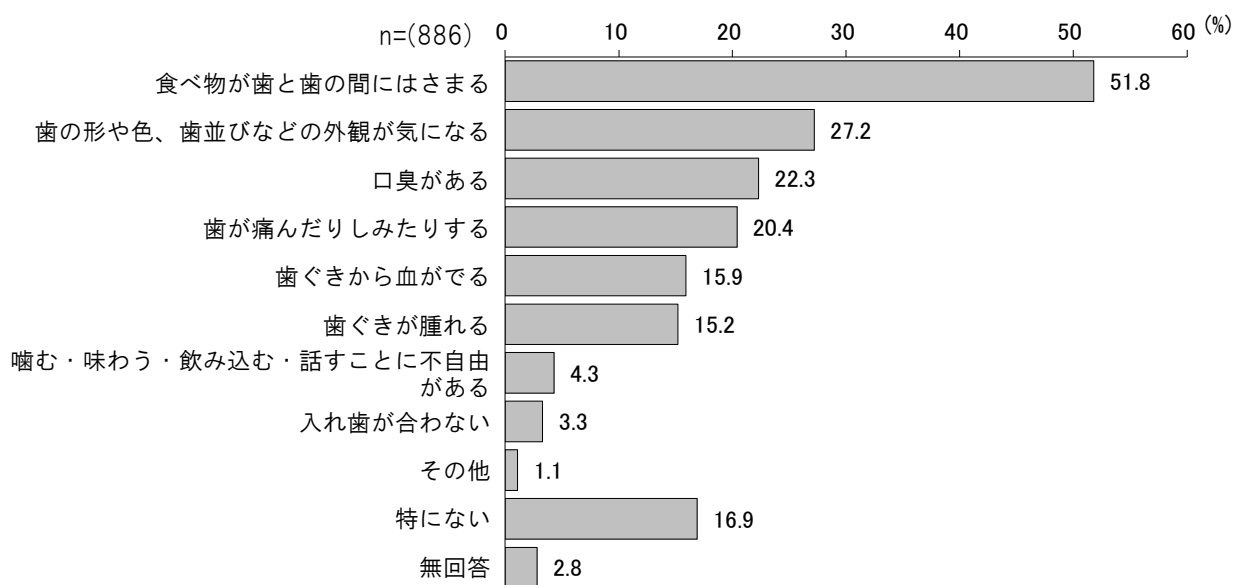
前回調査と比較すると、《使う》は3.6ポイント増加している。



(4) 口腔内で特に気にしていること

問30 あなたが、歯と口で特に気にしていることは何ですか。（あてはまるものすべてに○）

口腔内で特に気にしていることでは、「食べ物が歯と歯の間にはさまる」が51.8%で最も高くなっており、以下「歯の形や色、歯並びなどの外観が気になる」(27.2%)、「口臭がある」(22.3%)、「歯が痛んだりしみたりする」(20.4%)となっている。

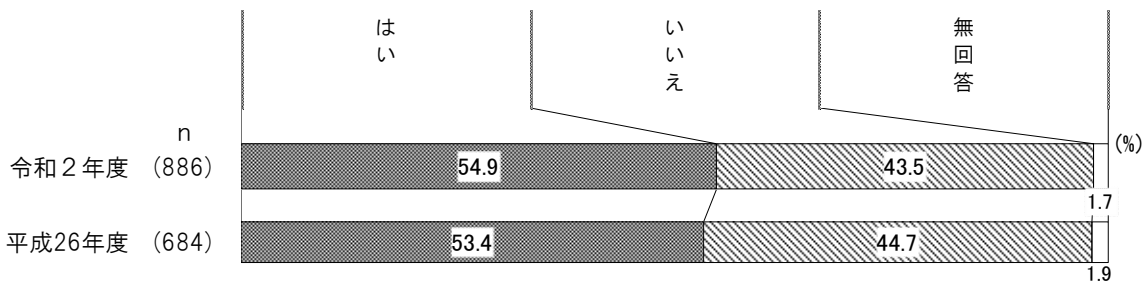


(5) 過去1年間の歯科検診の受診状況

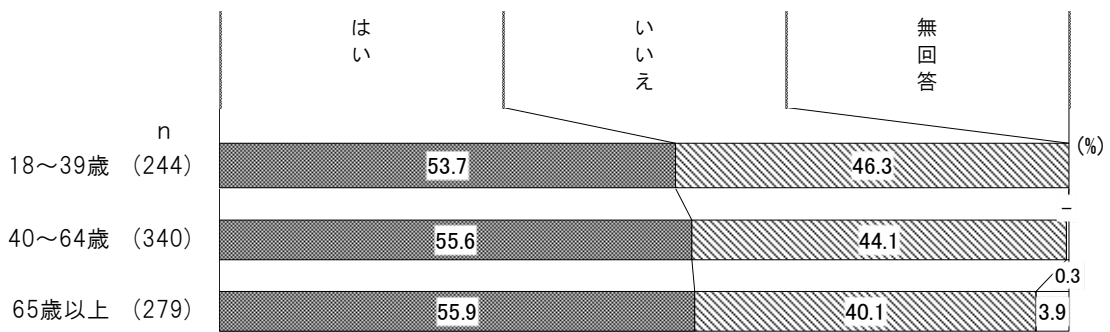
問31 あなたは、過去1年間に歯科健診（歯の治療を除く）を受けたことがありますか。（○は1つだけ）

過去1年間の歯科健診の受診状況では、「はい」が54.9%で、「いいえ」(43.5%)より高くなっている。

前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。



年齢別で見ると、特に大きな違いはみられない。

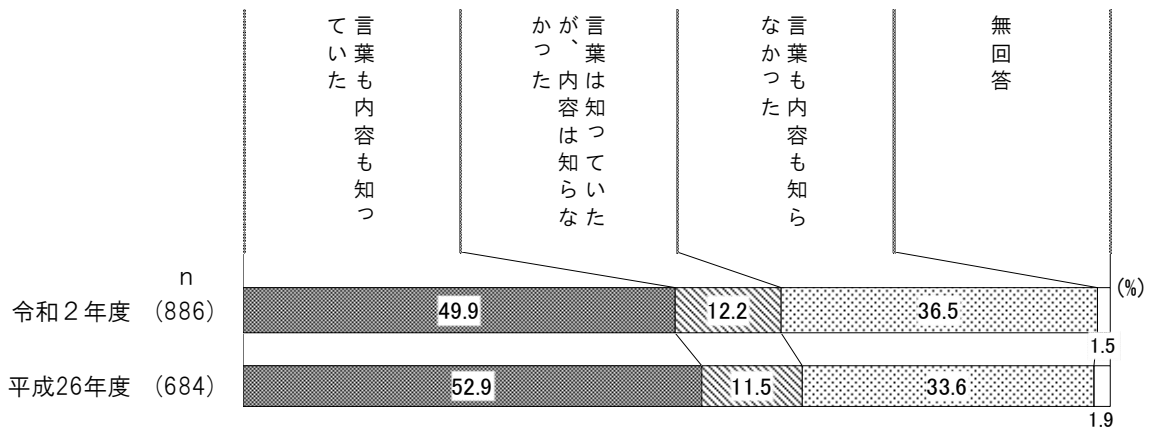


(6) 「8020 (ハチマル・ニイマル) 運動」の認知状況 ★

問32 あなたは、「8020運動」(80歳になっても20本以上の歯を保とうという運動)について知っていましたか。(○は1つだけ)

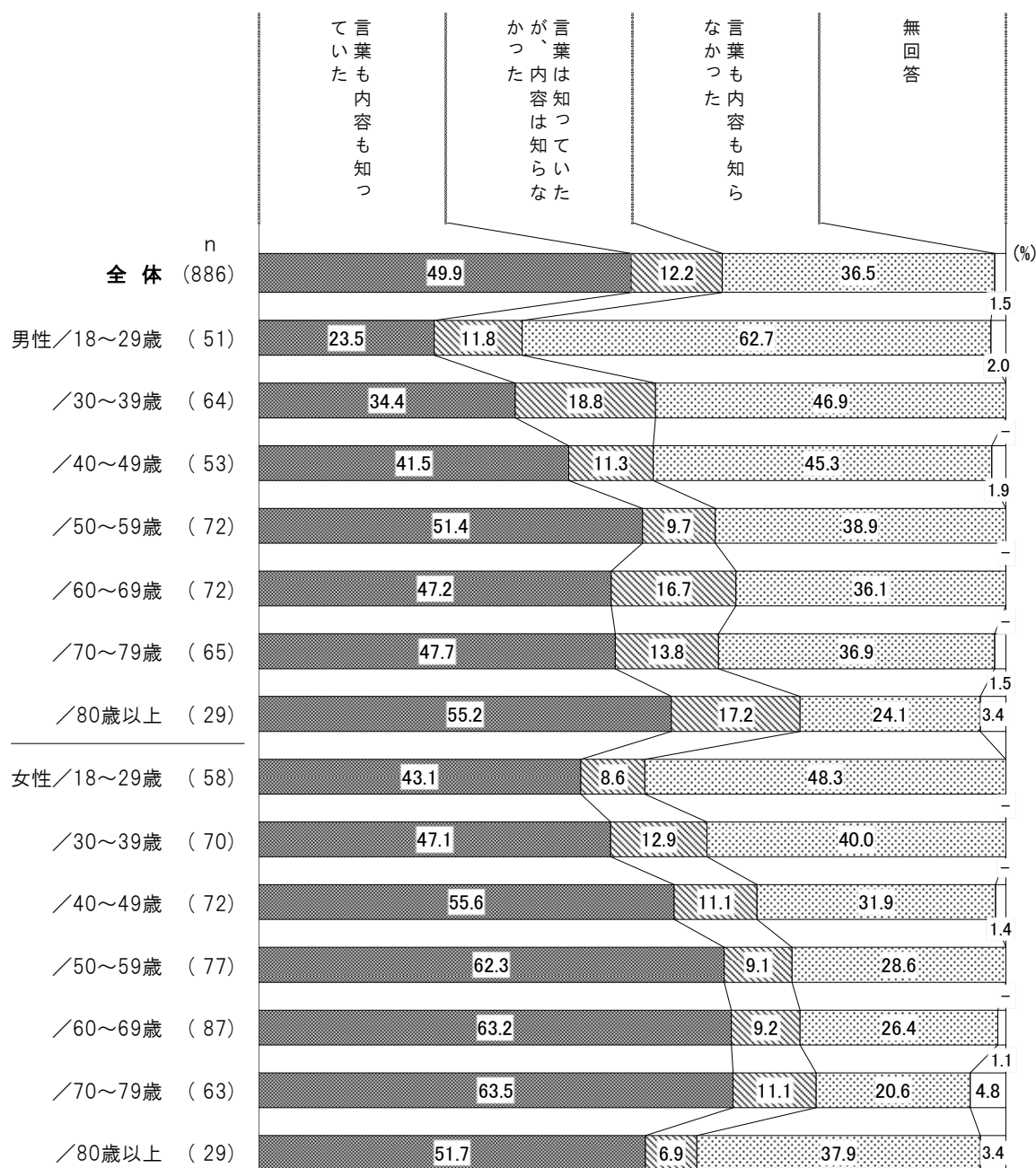
「8020運動」の認知状況では、「言葉も内容も知っていた」が49.9%で最も高く、「言葉は知っていたが、内容は知らなかった」(12.2%)を合わせた《認知度》は62.1%となっている。一方「言葉も内容も知らなかった」は36.5%となっている。

前回調査と比較すると、「言葉も内容も知っていた」が3.0ポイント減少している。



★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

「8020運動」の認知状況を性／年齢別にみると、《認知度》は概ね男女ともに年齢が上がるほど割合が高くなり、女性の70～79歳が74.6%で最も高く、次いで、女性の60～69歳と男性の80歳以上（各72.4%）となっている。一方、「言葉も内容も知らなかった」は、男性の18～29歳が62.7%で最も高くなっている。

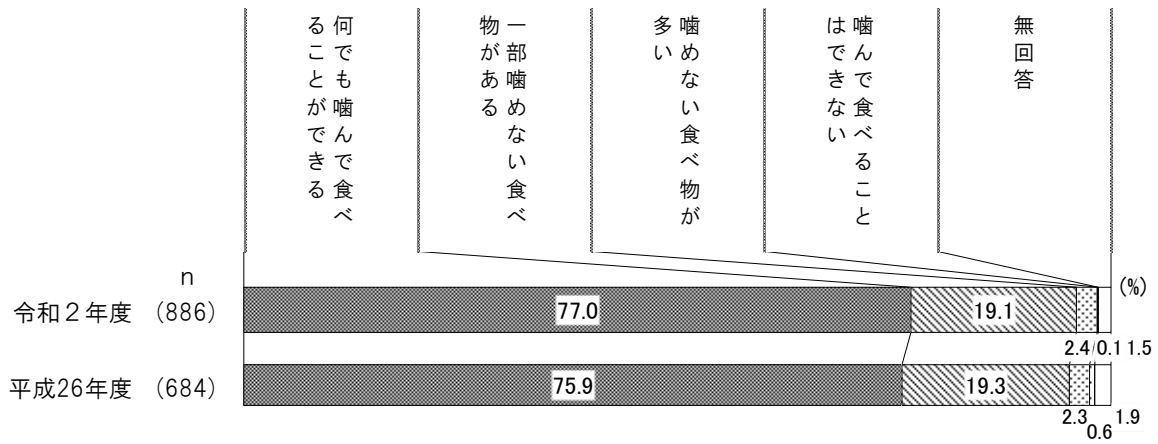


(7) 咀嚼時の歯の状態

問33 あなたが、^か噛んで食べる時の歯の状態についてあてはまるものはどれですか。(○は1つだけ)

咀嚼時の歯の状態では、「何でも噛んで食べることができる」が77.0%で最も高く、「一部噛めない食べ物がある」が19.1%、「噛めない食べ物が多い」が2.4%となっている。

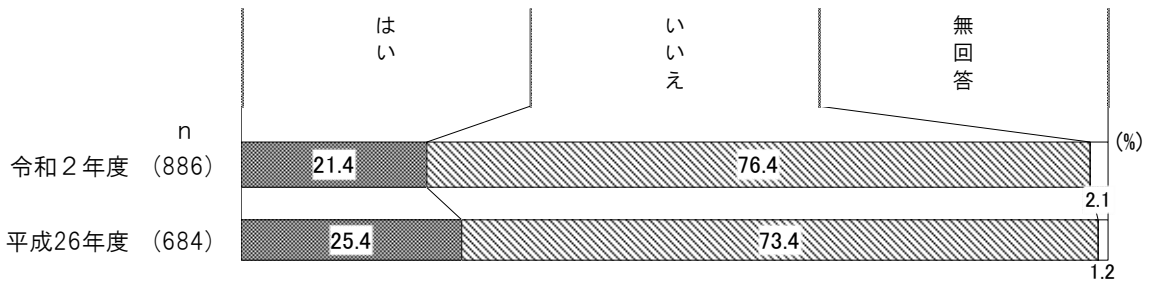
前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。



(8) 入れ歯の使用状況

問34 あなたは、入れ歯（総入れ歯、部分入れ歯）を使用していますか。（○は1つだけ）

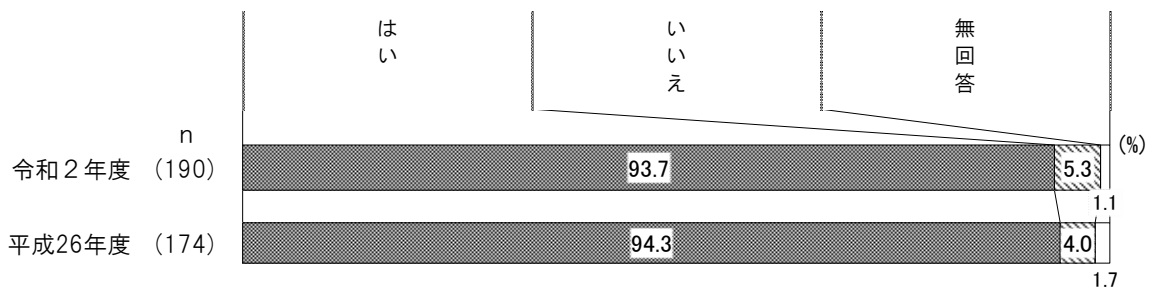
入れ歯の使用状況では、「はい」は21.4%で、「いいえ」が76.4%で高くなっている。
 前回調査と比較すると、「はい」は4.0ポイント減少している。



(9) 入れ歯の手入れの状況

問34-1 問34で「1 はい」と答えた方について。毎日入れ歯の手入れをしていますか。（○は1つだけ）

入れ歯の手入れの状況では、「はい」が93.7%で高く、「いいえ」が5.3%となっている。
 前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。



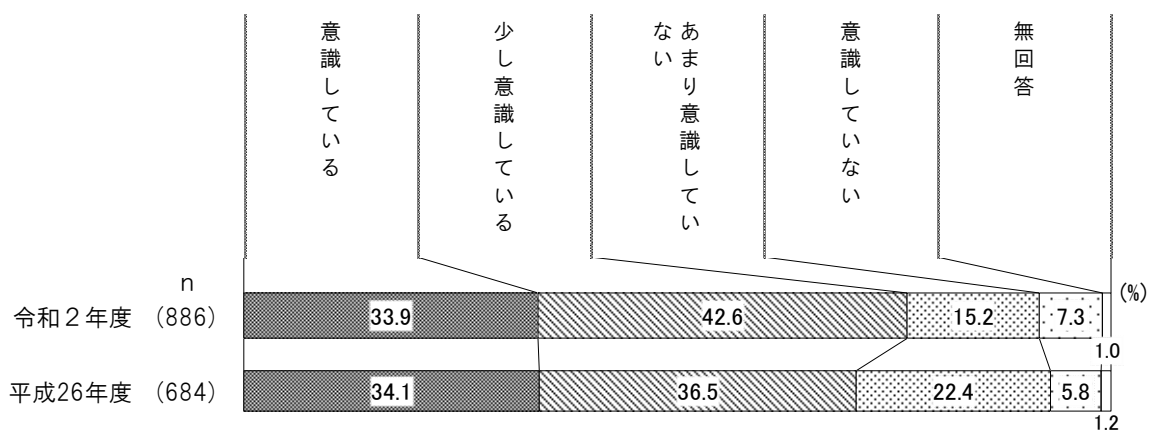
5 運動の様子

(1) 日常生活での運動の状況

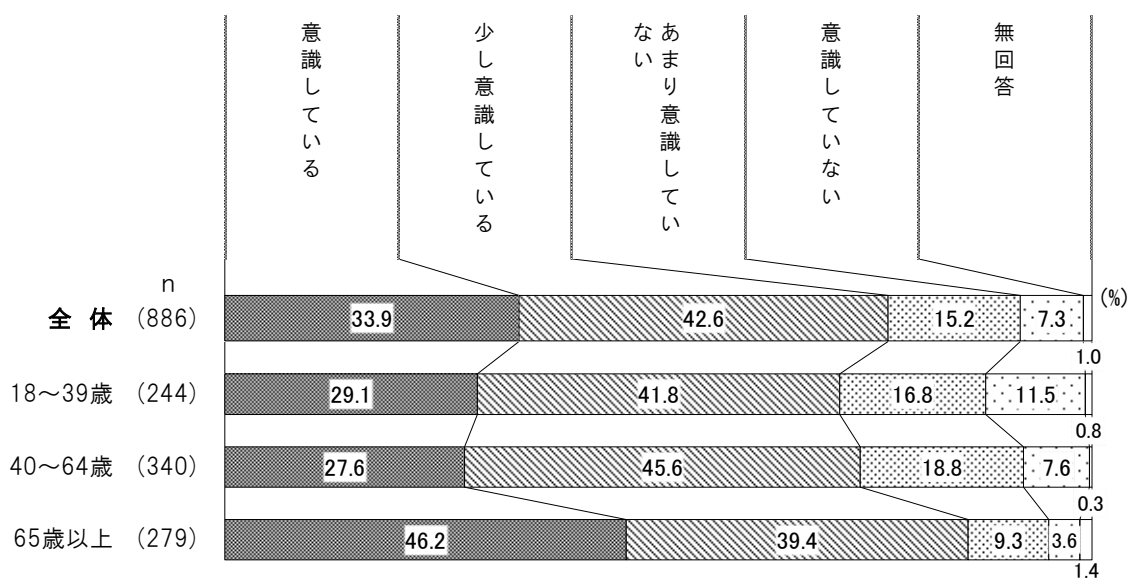
問35 あなたは、日常生活の中で、意識して身体を動かすようにしていますか。(○は1つだけ)

日常生活での運動の状況では、「少し意識している」が42.6%で最も高く、「意識している」(33.9%)と合わせた《意識している》は76.5%となっている。一方、「あまり意識していない」(15.2%)と「意識していない」(7.3%)を合わせた《意識しない》は22.5%である。

前回調査と比較すると、《意識している》は5.9ポイント増加している。



年齢別にみると、《意識している》は「18～39歳」で70.9%と最も低く、年齢が上がるほど割合が高くなり、「65歳以上」で85.6%となっている。

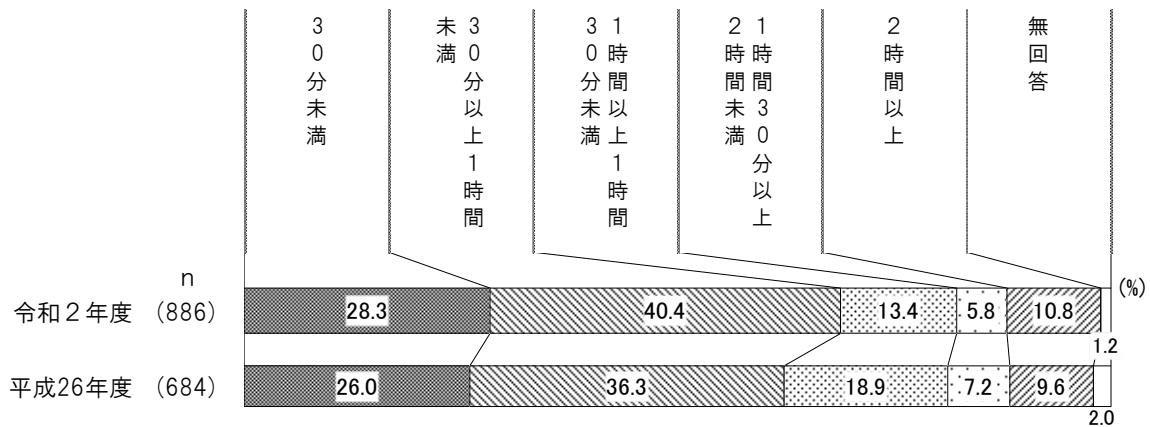


(2) 1日に歩く時間(合計)

問36 あなたは、1日に、合計してどのくらい歩きますか。(買い物や家事、通勤・通学のための徒歩を含む)(○は1つだけ)

1日に歩く時間(合計)では、「30分以上1時間未満」が40.4%で最も高くなっており、次いで高い「30分未満」(28.3%)を合わせた《1時間未満》は68.7%となっている。また、「2時間以上」が10.8%となっている。

前回調査と比較すると、《1時間未満》は6.4ポイント増加している。

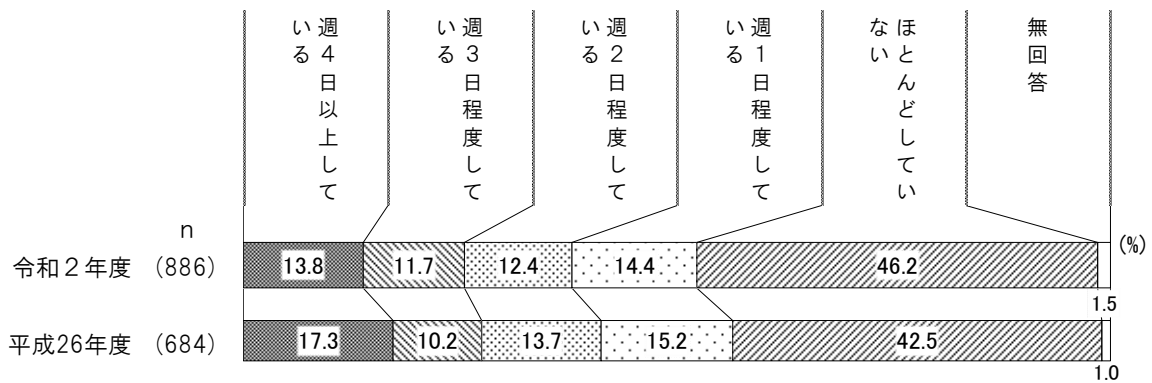


(3) 30分以上の運動の状況 ★

問37 あなたは、「少し汗ばむ程度」の30分以上の運動（連続）を、どれくらいしていますか。
 (○は1つだけ)

30分以上の運動の状況では、「ほとんどしていない」が46.2%と最も高くなっている。運動をしている程度では、「週1日程度している」が14.4%、「週4日以上している」が13.8%、「週2日程度している」が12.4%となっている。

前回調査と比較すると、「ほとんどしていない」が3.7ポイント増加している。

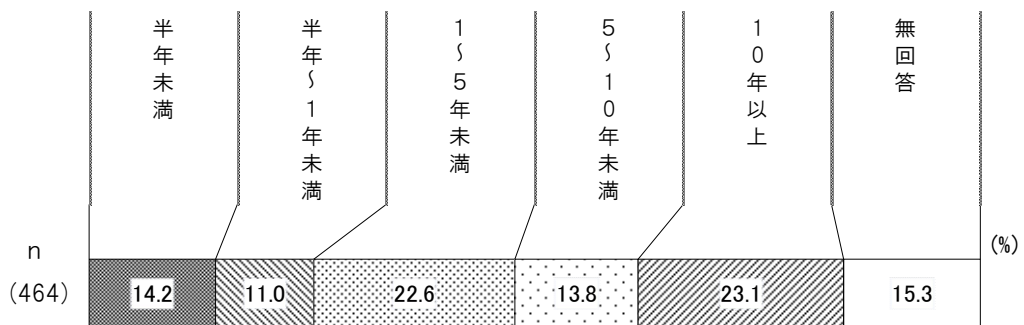


★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

(4) 運動の継続期間

問37-1 問37で「1週4日以上している」～「4週1日程度している」と答えた方にかがいます。どのくらいの期間続けていますか。(○は1つだけ)

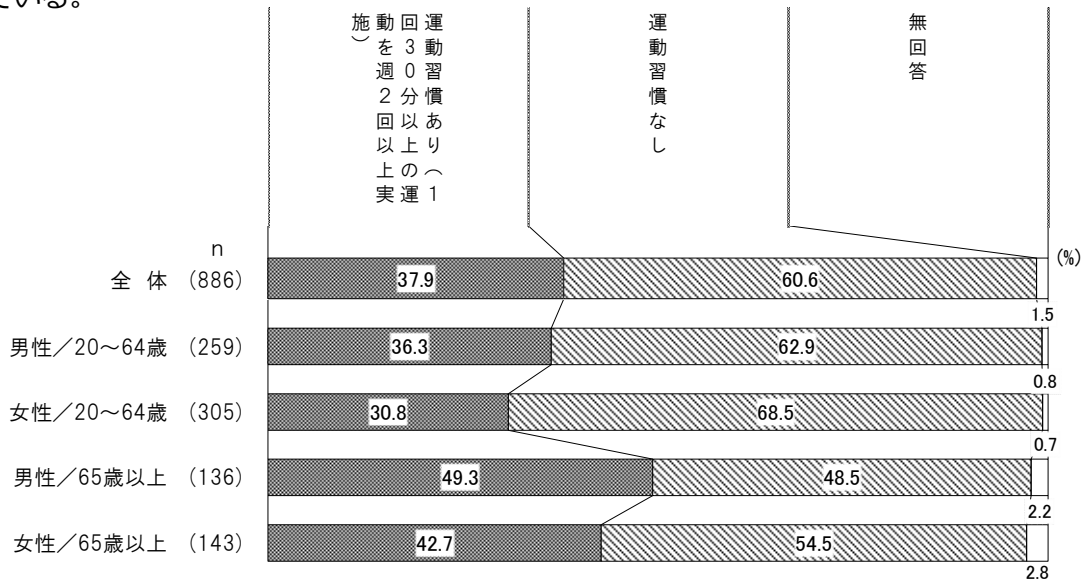
運動の継続期間では、「10年以上」が23.1%で最も高く、「1～5年未満」が22.6%、「半年未満」が14.2%となっている。



(5) 運動習慣の分析 ★

■目標値との比較

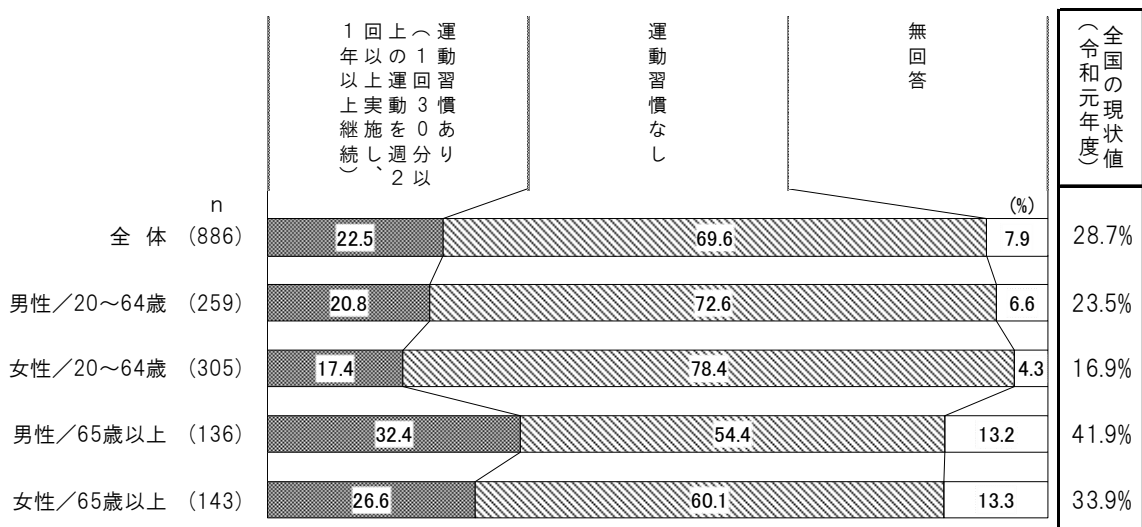
計画で設定した中間時の目標値に対して、「20～64歳」では男女ともに目標値には達していないが、策定時（前回調査）に比べると数値は上がっている。「65歳以上」では策定時（前回調査）数値よりも下がっている。



■国（「1回30分以上」+「週2回以上」+「1年以上継続」）の現状値との比較

国の現状値（令和元年度）と比較すると、「運動習慣あり」は国より6.2ポイント低くなっている。

性・年齢層別でみると、男女ともに「20～64歳」での大きな違いはないが、「65歳以上」では男性で9.5ポイント、女性で7.3ポイント、それぞれ国の現状値に比べて下回っている。



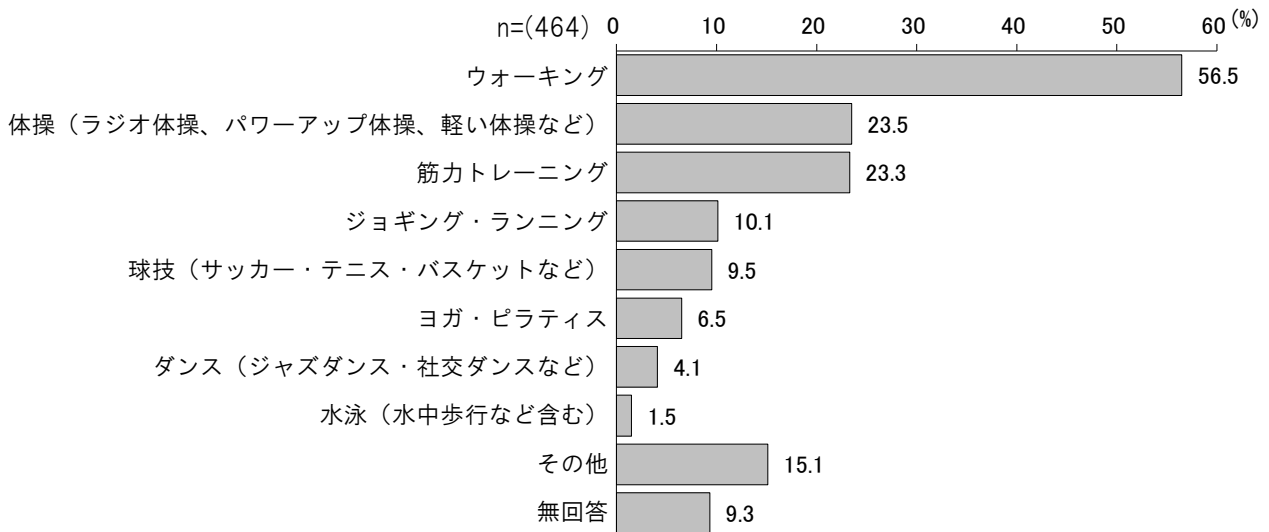
★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

(6) 運動の種類

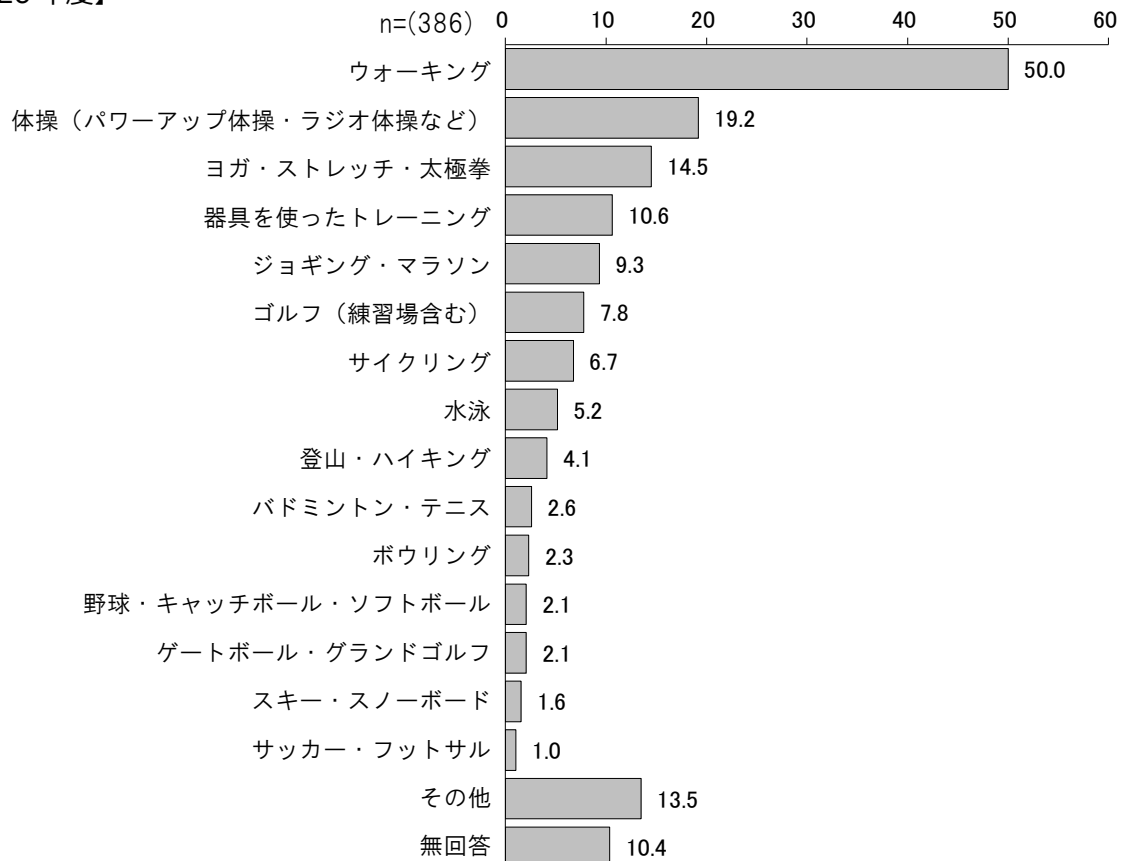
問37-2 問37で「1 週4日以上している」～「4 週1日程度している」と答えた方にかがいます。どのような運動を行っていますか。(あてはまるものすべてに○)

運動の種類では、「ウォーキング」が56.5%と最も高く、以下「体操（ラジオ体操、パワーアップ体操、軽い体操など）」(23.5%)、「筋力トレーニング」(23.3%)、「ジョギング・ランニング」(10.1%)となっている。また、「その他」は15.1%あった。

【令和2年度】



【平成26年度】

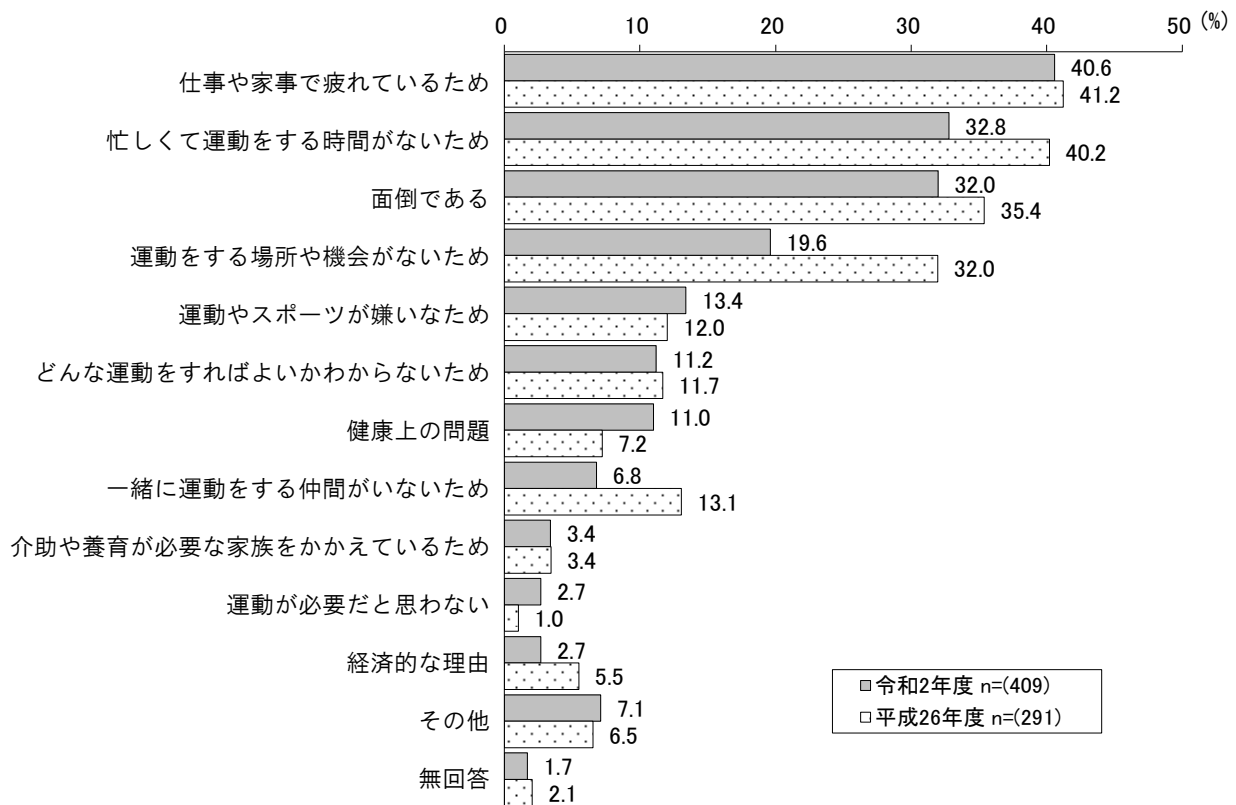


(7) 運動をほとんどしていない理由

問37-3 問37で「5 ほとんどしていない」と答えた方にうかがいます。運動をしていない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

運動をほとんどしていない理由では、「仕事や家事で疲れているため」が40.6%と最も高く、以下「忙しくて運動をする時間がないため」(32.8%)、「面倒である」(32.0%)、「運動をする場所や機会がないため」(19.6%)となっている。

前回調査と比較すると、上位4位までは順位の変化はないが、「一緒に運動をする仲間がないため」が6.3ポイント減少し、前回の5位から8位に下降している。また「運動をする場所や機会がないため」が12.4ポイント減少している。



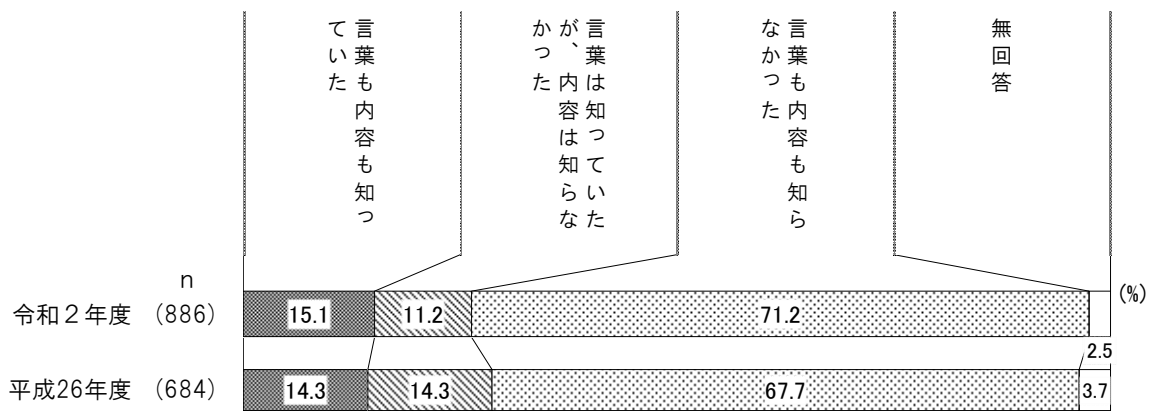
(8) 「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」の認知状況

問38 あなたは、「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」を知っていましたか。（○は1つだけ）

※「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」とは、筋肉・骨・関節・軟骨・椎間板といった運動器のいずれか、あるいは複数に障害が起こり、歩行や日常生活に何らかの障害をきたしている状態をいいます。

「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」の認知状況では、「言葉も内容も知らなかった」が71.2%で最も高く、「言葉も内容も知っていた」が15.1%、「言葉は知っていたが、内容は知らなかった」が11.2%となっている。

前回調査と比較すると、「言葉も内容も知らなかった」が3.5ポイント増加している。

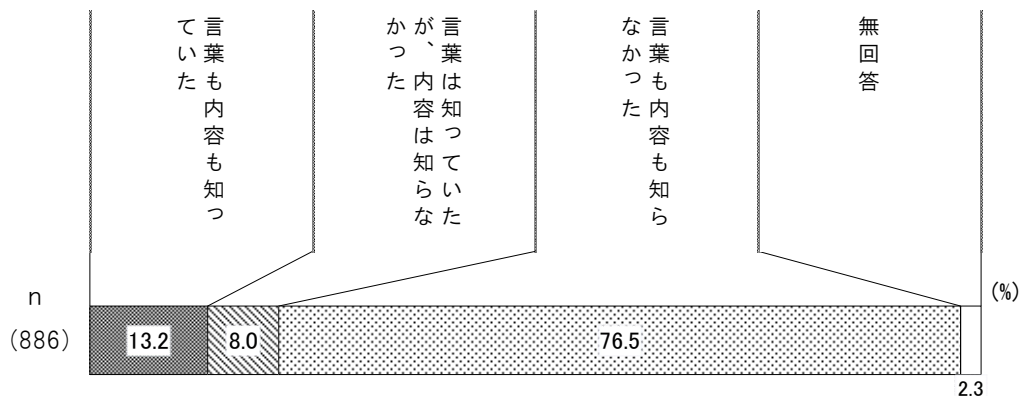


(9) 「フレイル」の認知状況 ★◆

問39 あなたは、「フレイル」を知っていましたか。（○は1つだけ）

※「フレイル」とは、加齢とともに心身の活力（運動機能と認知機能など）が低下して虚弱となった状態をいいます。フレイルの兆候を早期に発見し、日常を見直すなど、適切な対処をすれば、フレイルの進行を抑制したり健康な状態に戻したりすることができるといわれています。

「フレイル」の認知状況では、「言葉も内容も知らなかった」が76.5%で最も高く、「言葉も内容も知っていた」が13.2%、「言葉は知っていたが、内容は知らなかった」が8.0%となっている。



★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

◆：第6次基本構想・第1次基本計画の数値目標に合わせた集計

6 休養やこころの健康

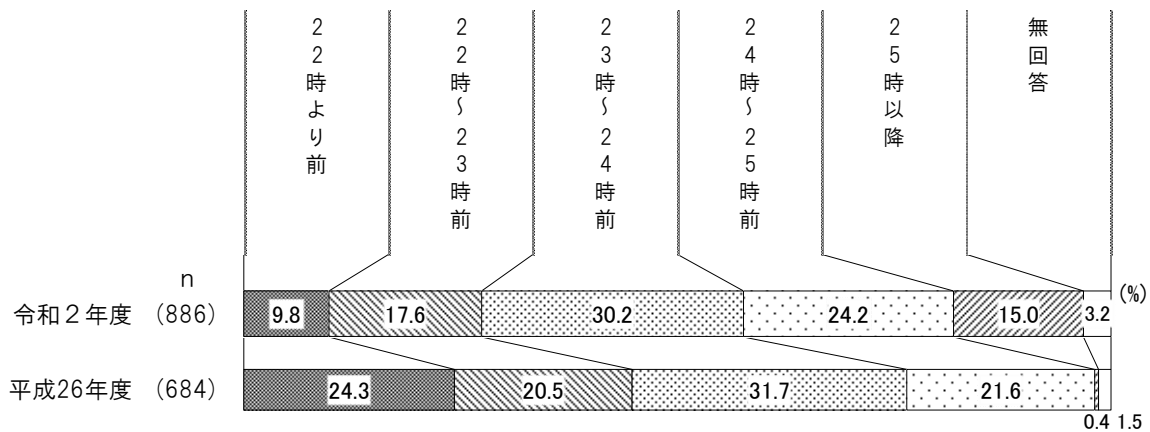
(1) 平日の就寝時間・起床時間

問40 あなたの平日の「寝る時間」と「起きる時間」を教えてください。(24時間制でお答えください。例：午後11時30分の場合 →23時30分)

■就寝時間

就寝時間では、「23時～24時前」が30.2%で最も高く、「24時～25時前」が24.2%、「22時～23時前」が17.6%、「25時以降」が15.0%となっている。

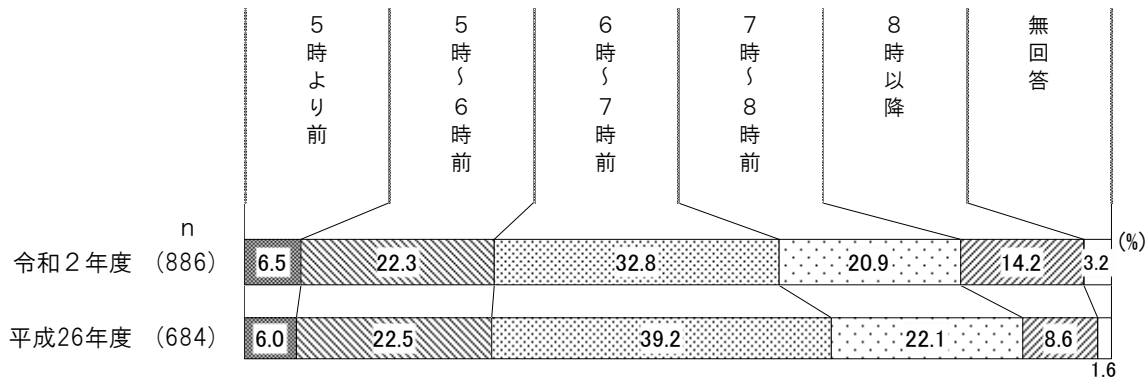
前回調査と比較すると、「22時より前」が14.5ポイント減少し、「25時以降」が前回の0.4%から今回は15.0%と14.6ポイント増加している。



■起床時間

起床時間では、「6時～7時前」が32.8%で最も高く、「5時～6時前」が22.3%、「7時～8時前」が20.9%、「8時以降」が14.2%となっている。

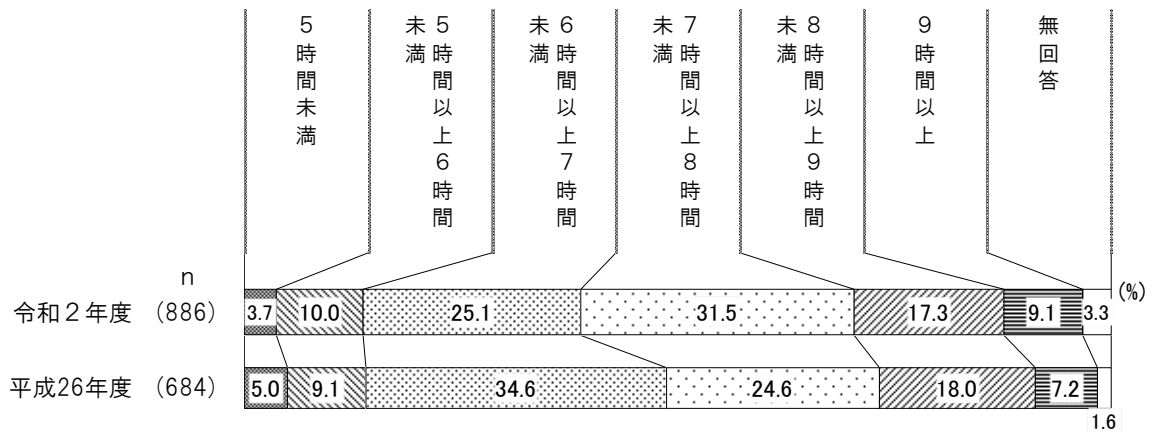
前回調査と比較すると、「6時～7時前」が6.4ポイント減少し、「8時以降」が5.6ポイント増加している。



■ 睡眠時間

睡眠時間では、「7時間以上8時間未満」が31.5%で最も高く、「6時間以上7時間未満」が25.1%、「8時間以上9時間未満」が17.3%、「5時間以上6時間未満」が10.0%となっている。

前回調査と比較すると、「6時間以上7時間未満」が9.5ポイント減少し、「7時間以上8時間未満」が6.9ポイント増加し、「7時間以上」が前回調査の49.8%から今回調査は57.9%と8.1ポイント増加している。

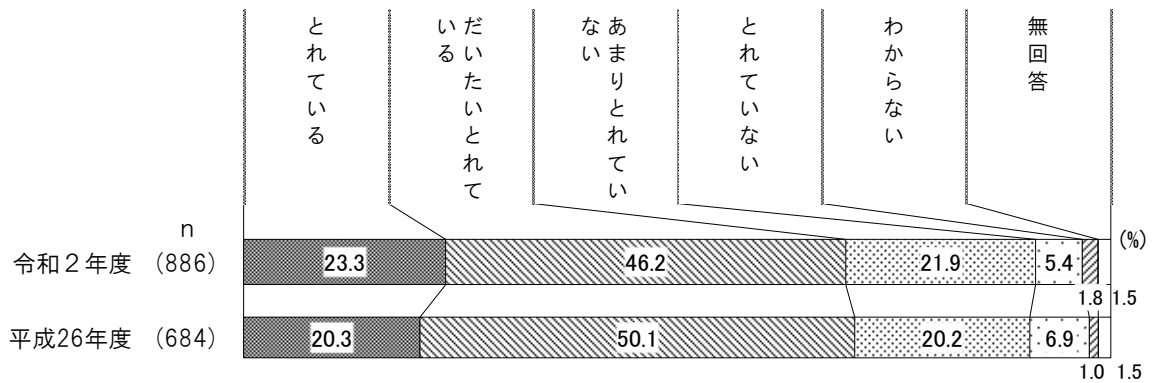


(2) 睡眠による休養 ★

問41 あなたは、睡眠により休養が十分にとれていますか。(○は1つだけ)

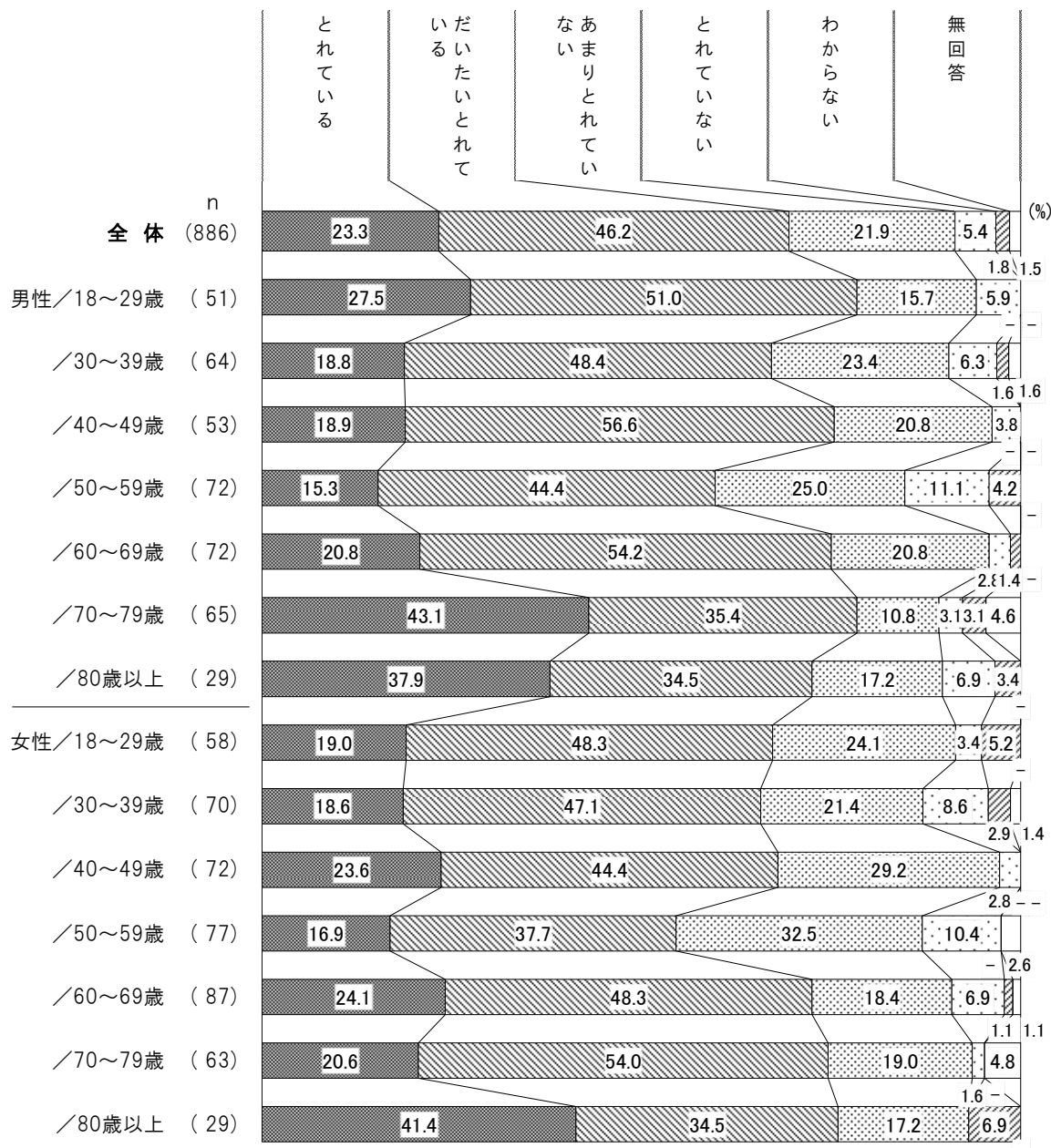
睡眠による休養では、「だいたいとれている」が46.2%で最も高く、「とれている」(23.3%)と合わせた《とれている》は69.5%となっている。一方、「あまりとれていない」(21.9%)と「とれていない」(5.4%)を合わせた《とれていない》は27.3%となっている。

前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。



★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

睡眠による休養を性／年齢別にみると、《とれている》は、男性の18～29歳と70～79歳(各78.5%)がともに8割近くで最も高く、次いで、女性の80歳以上(75.9%)となっている。一方、《とれていない》は、女性の50～59歳が42.9%で最も高く、次いで男性の50～59歳(36.1%)となっており、男女ともに50歳代が高くなっている。

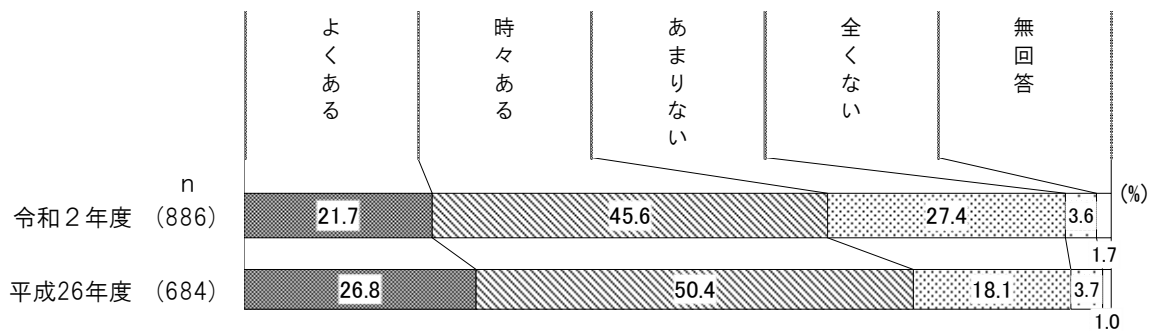


(3) 日常生活でのストレスの有無

問42 あなたは、日常生活の中でストレスを感じることがありますか。(○は1つだけ)

日常生活の中でストレスの有無では、「時々ある」が45.6%で最も高く、「よくある」(21.7%)と合わせた《ある》は67.3%となっている。一方、「あまりない」(27.4%)と「全くない」(3.6%)を合わせた《ない》は31.0%である。

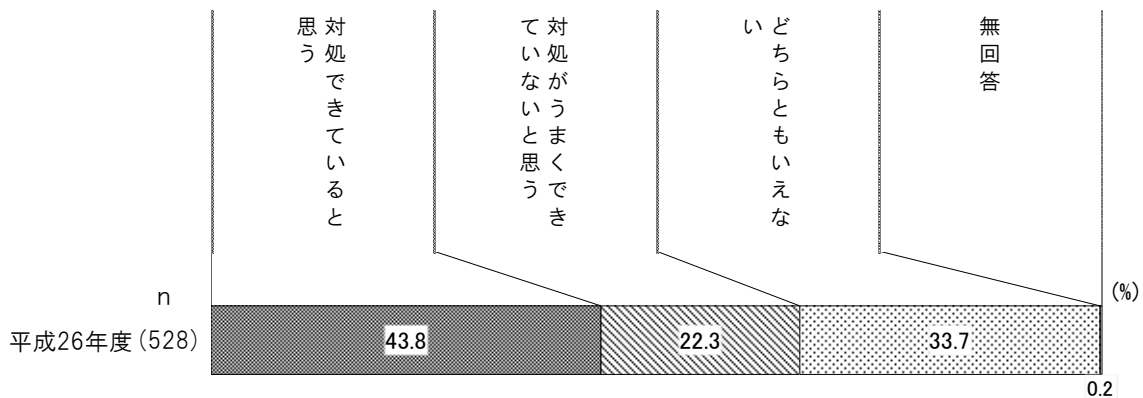
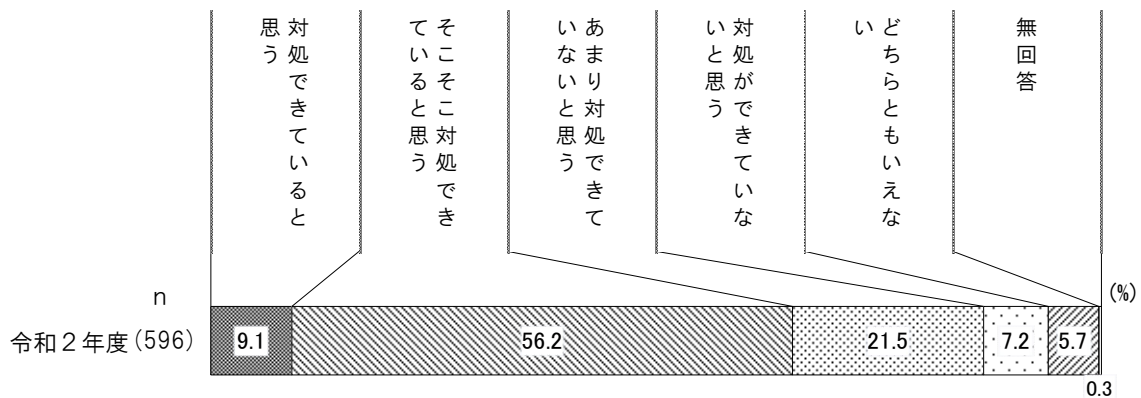
前回調査と比較すると、《ある》は9.9ポイント減少している。



(4) ストレスへの対処

問42-1 問42で「1 よくある」または「2 時々ある」と答えた方にうかがいます。あなたは、ストレスには、うまく対処できていますか。(○は1つだけ)

ストレスへの対処では、「そこそこ対処できていると思う」が56.2%で最も高く、「対処できていると思う」(9.1%)と合わせた《対処できていると思う》は65.3%となっている。一方、「あまり対処できていないと思う」(21.5%)と「対処ができていないと思う」(7.2%)を合わせた《対処できていない》は28.7%である。



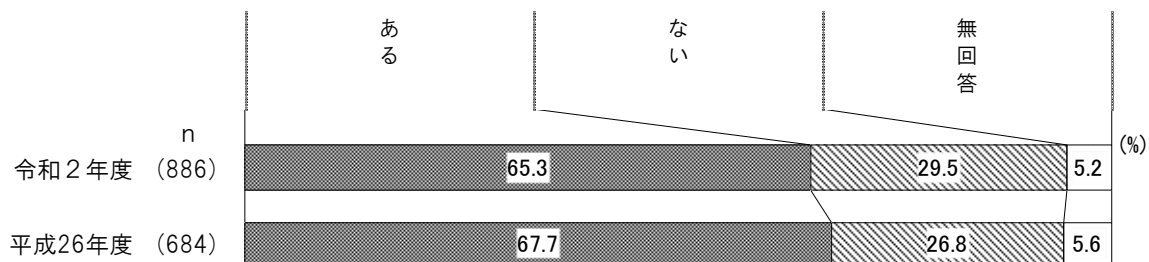
※「そこそこ対処できていると思う」と「あまり対処できていないと思う」という選択肢は今回調査から新設。

(5) ストレス等について相談できる先の有無 ★

問43 あなたは、心の悩みや仕事・家事・育児などのストレスについて、相談できる人や場所がありますか。(○は1つだけ)

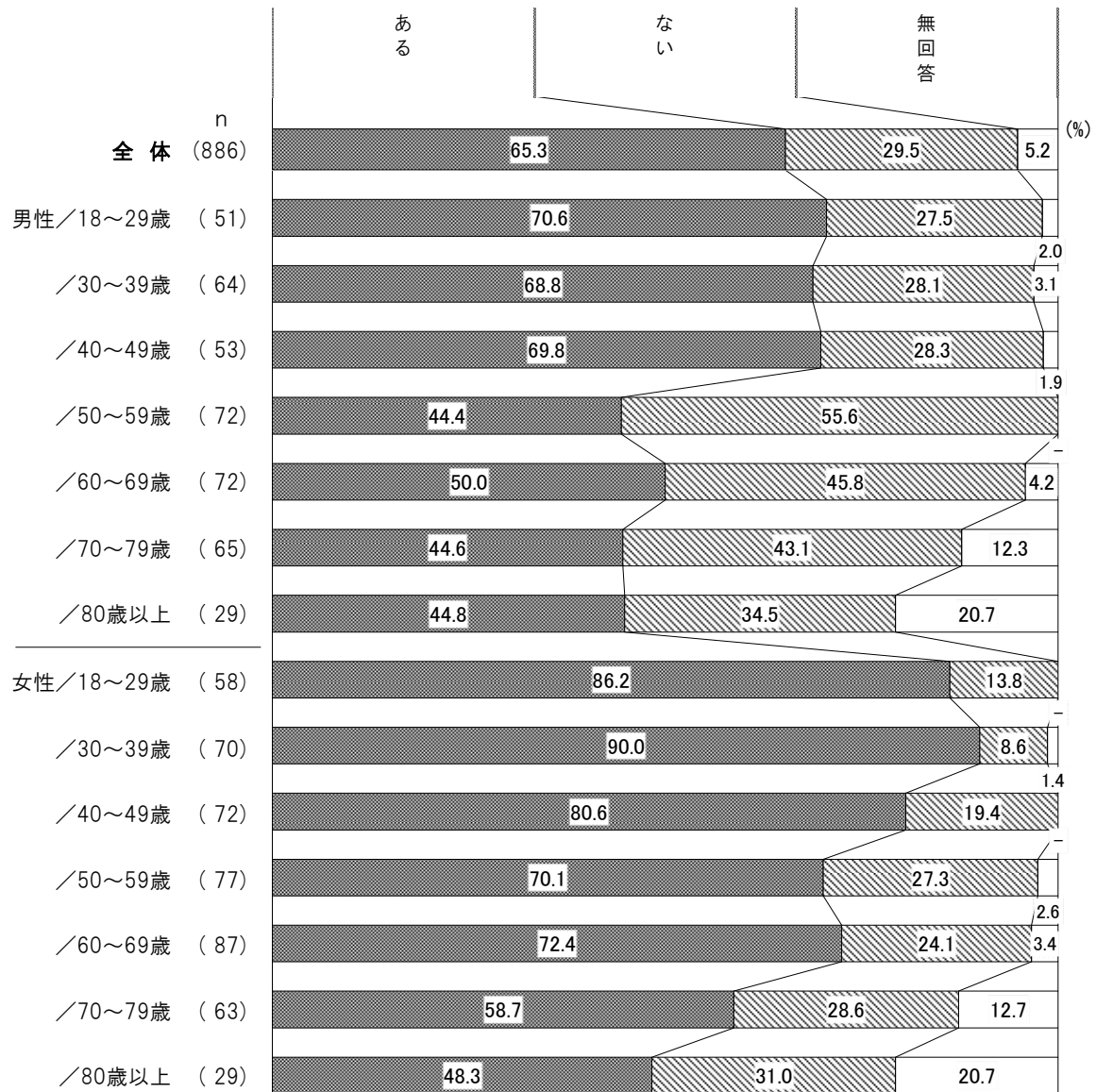
ストレス等について相談できる先の有無では、「ある」が65.3%で、「ない」(29.5%)より高くなっている。

前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。



★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

ストレス等について相談できる先の有無を性／年齢別にみると、どの年齢でも「ある」は、女性の30～39歳が90.0%で最も高く、次いで、女性の18～29歳（86.2%）、女性の40～49歳（80.6%）で8割台となっている。一方、「ない」は男性の50～59歳（55.6%）が5割台半ばで最も高くなっている。



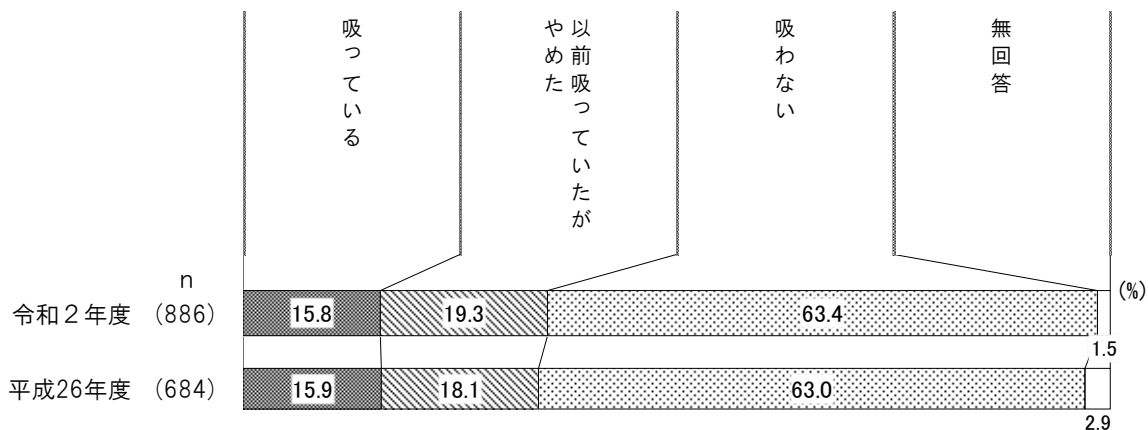
7 たばことアルコール

(1) 喫煙の状況 ★

問44 あなたは、普段、たばこを吸いますか。(○は1つだけ)

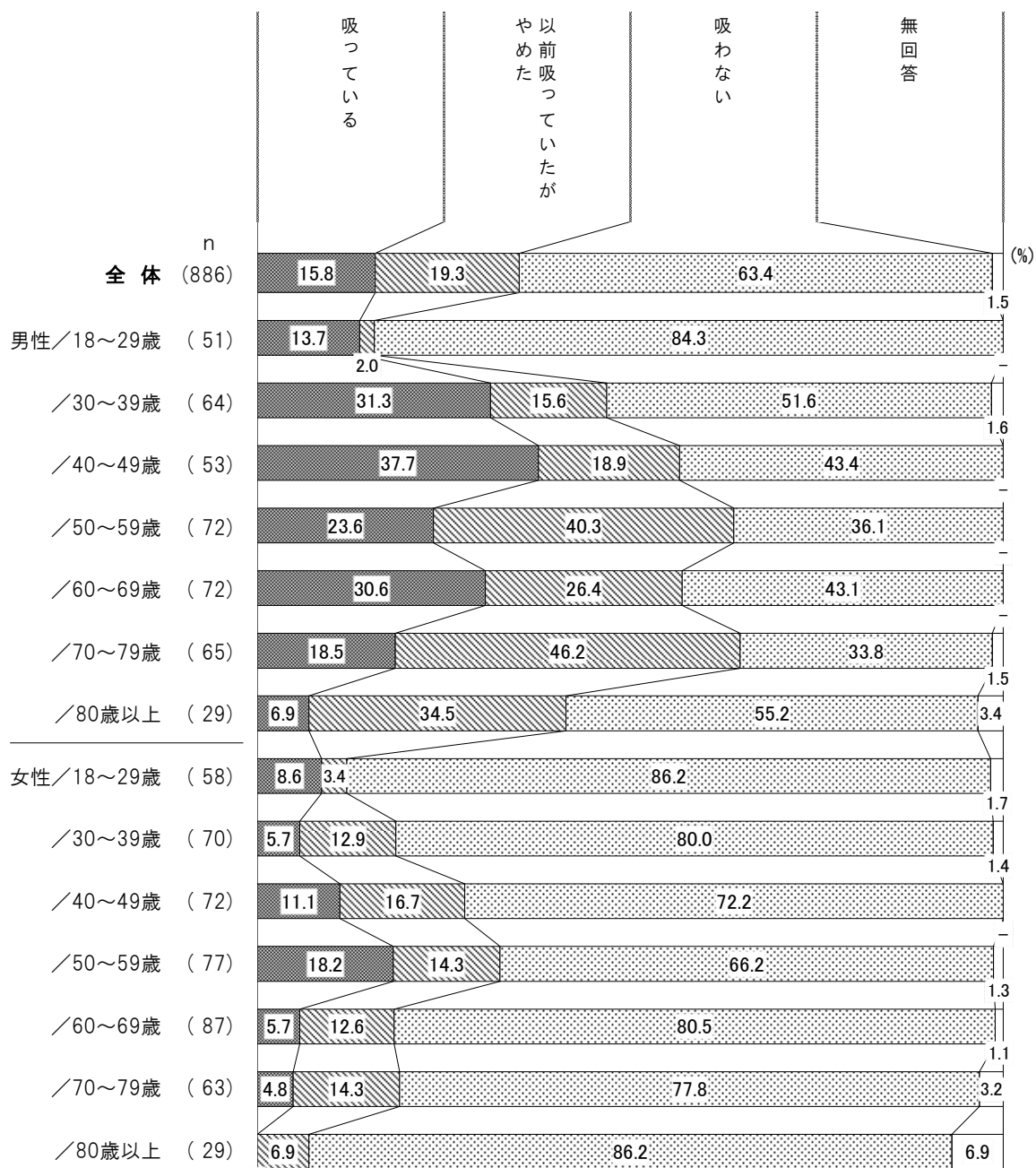
喫煙の状況では、「吸わない」が63.4%で最も高く、「以前吸っていたがやめた」が19.3%、「吸っている」が15.8%となっている。

前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。



★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

喫煙の状況を性／年齢別にみると、「吸っている」は男性の40～49歳が37.7%で最も高く、男性の30～39歳(31.3%)、男性の60～69歳(30.6%)で3割台と高くなっている。一方、「吸わない」は、女性の18～29歳と80歳以上(各86.2%)でともに8割台半ばと最も高くなっている。

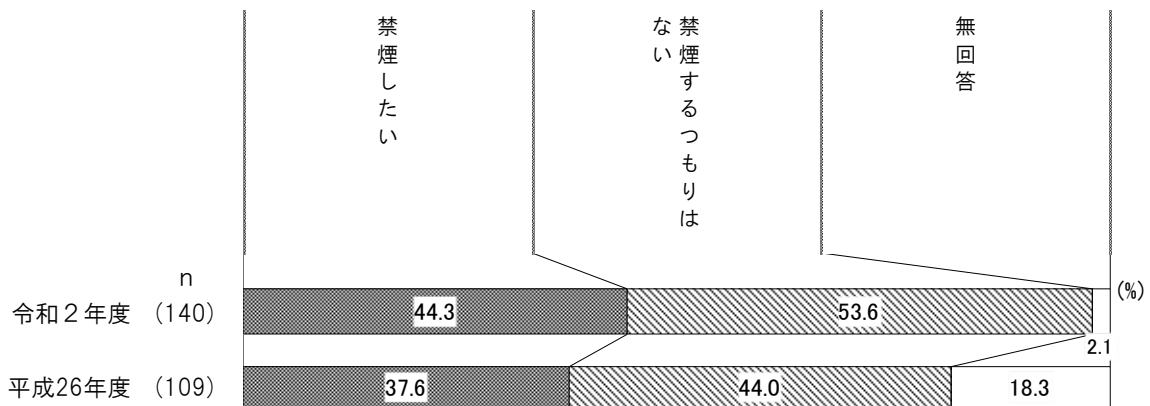


(2) 禁煙の意向

問44-1 問44で「1 吸っている」と答えた方にうかがいます。あなたは、禁煙したいと思いますか。(○は1つだけ)

禁煙の意向では、「禁煙するつもりはない」が 53.6%で、「禁煙したい」(44.3%)より高くなっている。

前回調査との比較では、「禁煙したい」が 6.7 ポイント増加し、「禁煙するつもりはない」も 9.6 ポイント増加している。



※「無回答」の割合が、前回調査時に比べてかなり小さくなっているため、割合の増減には注意が必要。

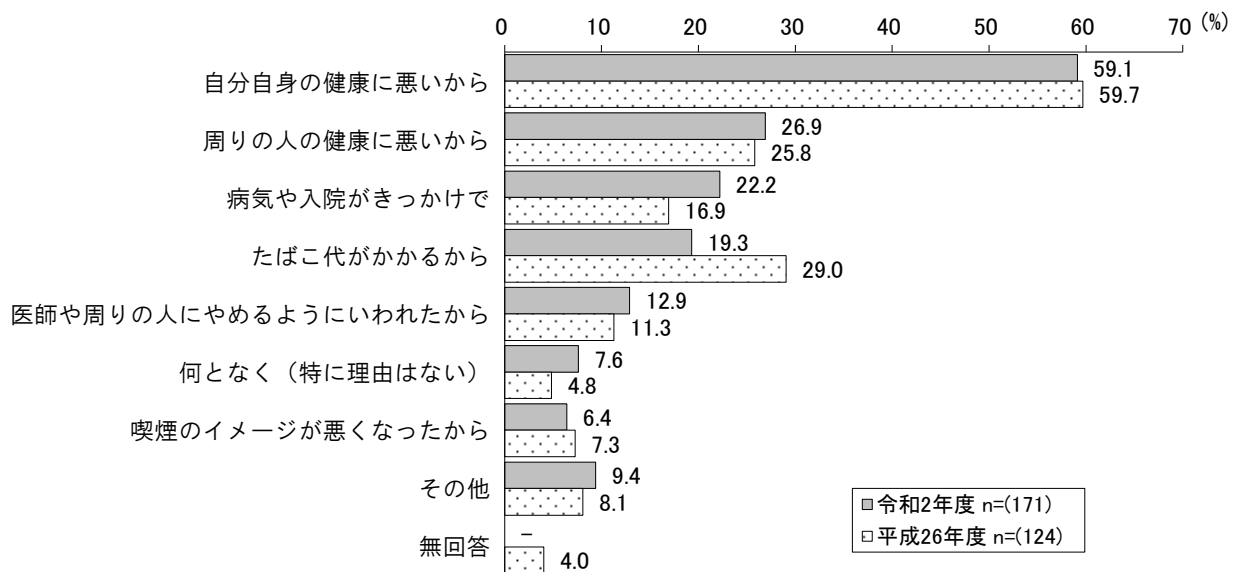
※無回答を除いた回答者における「禁煙したい」の回答割合をみると、前回(46.0%)と今回(45.3%)では違いがなかった。

(3) 禁煙した理由

問44-2 問44で「2 以前吸っていたがやめた」と答えた方にかかっています。たばこをやめた理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

禁煙した理由では、「自分自身の健康に悪いから」が59.1%で最も高く、以下「周りの人の健康に悪い」(26.9%)、「病気や入院がきっかけで」(22.2%)、「たばこ代がかかるから」(19.3%)となっている。

前回調査と比較すると、「たばこ代がかかるから」が9.7ポイント減少し、第2位から第4位に下降した。



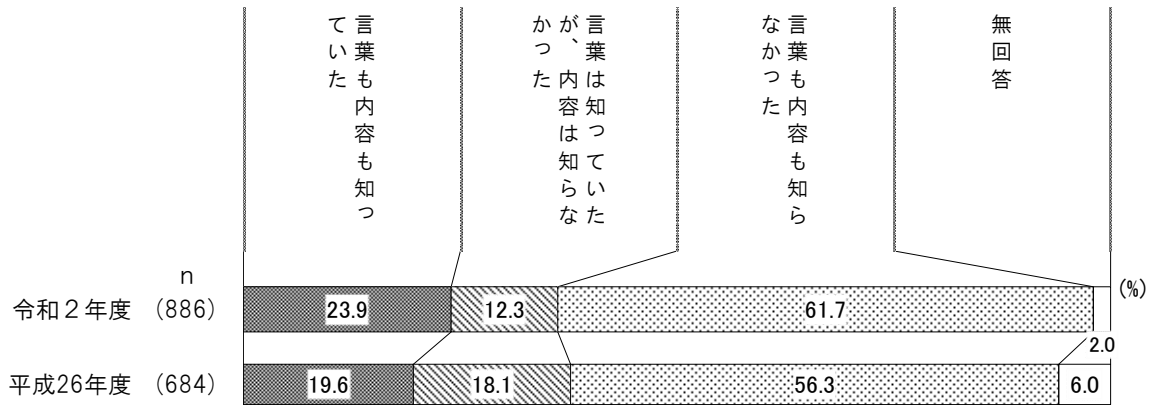
(4)「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」の認知状況

問45 あなたは、「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」を知っていましたか。

※「COPD」とは、慢性閉塞性肺疾患のことで、長期にわたり気道が閉塞状態になる病気の総称です。息切れやたんなどの症状がみられ、加齢やウイルス感染によるものもありますが、最大の原因は喫煙（受動喫煙含む）と指摘されています。（○は1つだけ）

「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」の認知状況では、「言葉も内容も知らなかった」が61.7%で最も高く、「言葉も内容も知っていた」が23.9%、「言葉は知っていたが、内容は知らなかった」が12.3%となっている。

前回調査と比較すると、「言葉も内容も知っていた」は4.3ポイント増加しているが、「言葉も内容も知らなかった」も5.4ポイント増加している。

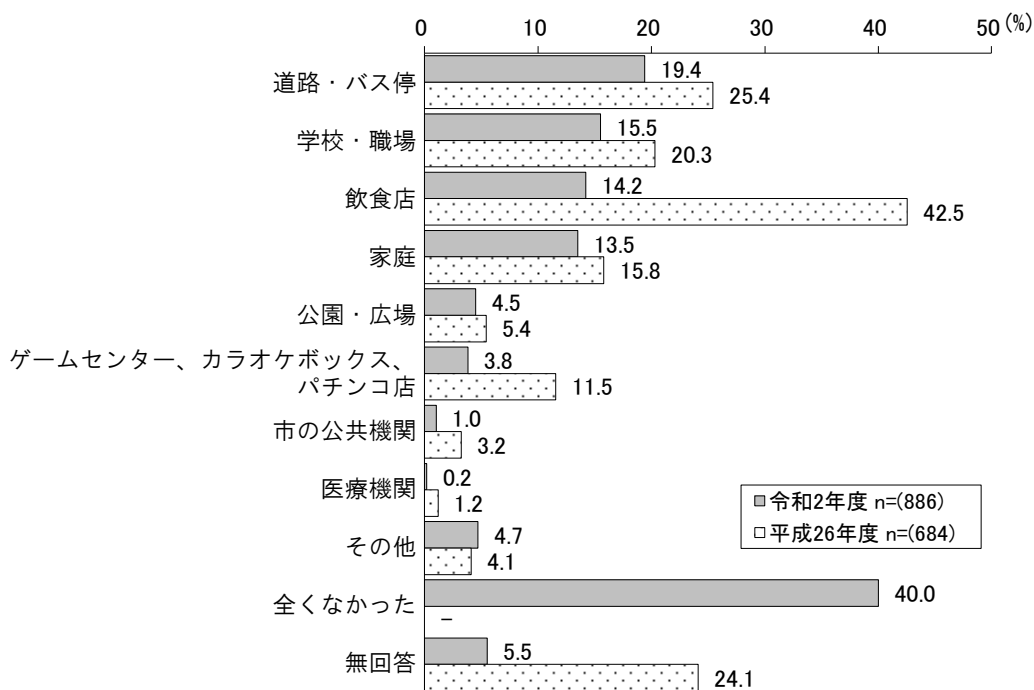


(5) この1か月間にあった受動喫煙の場所

問46 あなたは、この1か月間に次の場所で自分以外の人のたばこの煙を吸ったこと（「受動喫煙」といいます）がありましたか。（あてはまるものすべてに○）

この1か月間にあった受動喫煙の場所では、「全くなかった」が40.0%で最も高かった。一方、具体的な選択肢の中では、「道路・バス停」が19.4%で最も高く、以下、「学校・職場」(15.5%)、「飲食店」(14.2%)、「家庭」(13.5%)となっている。

前回調査と比較すると、《受動喫煙した場所のいずれかに回答あり》は前回の75.9%に対し、今回は54.5%と21.4ポイント減少しており、特に「飲食店」と「ゲームセンター、カラオケボックス、パチンコ店」での減少が大きくなっている。



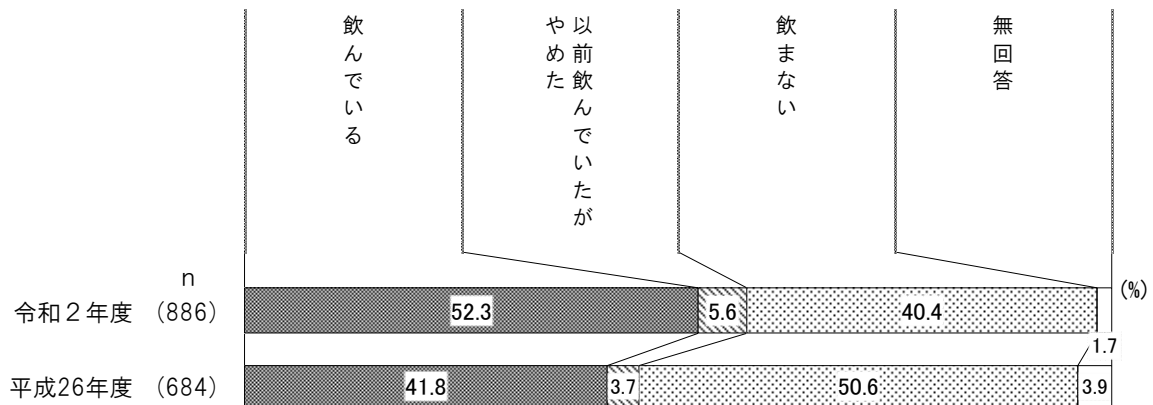
※ 「全くなかった」という選択肢は今回調査から新設。
 ※ 《受動喫煙した場所のいずれかに回答あり》(=100% - 「全くなかった (%)」 - 「無回答 (%)」) を求めて、前回調査と比較している。

(6) 飲酒の状況

問47 あなたは、普段、アルコール類（ビール、日本酒、ウイスキー、ワインなどの酒類）を飲みますか。（○は1つだけ）

飲酒の状況では、「飲んでいる」が52.3%で最も高く、「飲まない」が40.4%、「以前飲んでいたがやめた」が5.6%となっている。

前回調査と比較すると、「飲んでいる」が10.5ポイント増加している。

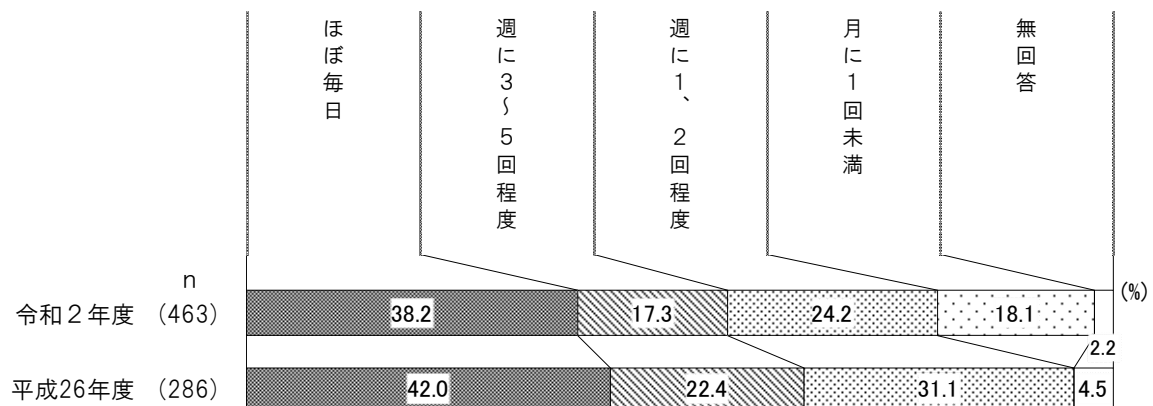


(7) 飲酒の頻度

問47-1 問47で「1 飲んでいる」と答えた方にうかがいます。あなたが、アルコール類を飲む回数は、どの程度ですか。（○は1つだけ）

飲酒の頻度では、「ほぼ毎日」が38.2%で最も高く、「週に1、2回程度」が24.2%、「月に1回未満」が18.1%、「週に3～5回程度」が17.3%となっている。

前回調査と比較すると、「ほぼ毎日」が3.8ポイント減少している。



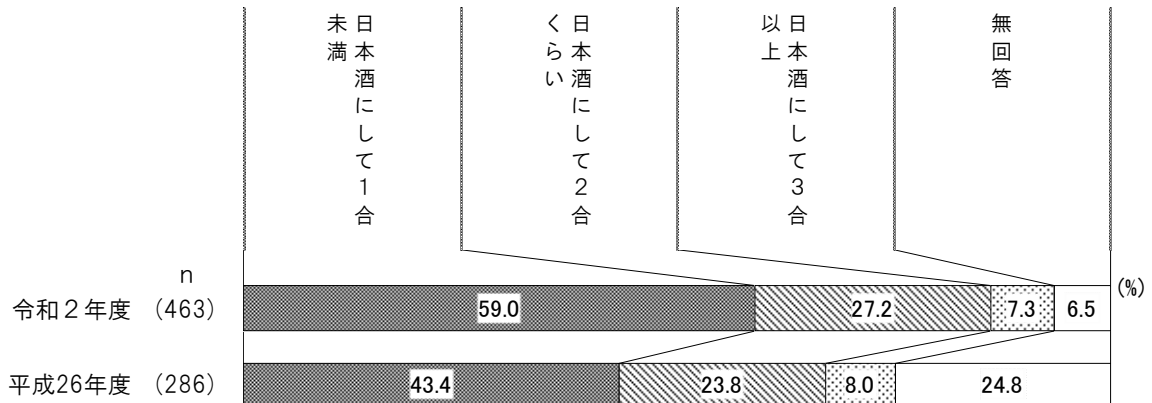
※「月に1回未満」という選択肢は今回調査から新設。

(8) 1日(1回)の飲酒量

問47-2 問47で「1 飲んでいる」と答えた方にうかがいます。1日(1回)につきどれくらいのお酒を飲みますか。あてはまる量を選んでください。(○は1つだけ)

1日(1回)の飲酒量では、「日本酒にして1合未満」が59.0%で最も高く、「日本酒にして2合くらい」が27.2%、「日本酒にして3合以上」が7.3%となっている。

前回調査と比較すると、「日本酒にして1合未満」が15.6ポイント増加している。



※「無回答」の割合が、前回調査時に比べてかなり小さくなっているため、割合の増減には注意が必要。
 ※無回答を除いた回答者における「日本酒にして1合未満」の回答割合をみると、前回(57.7%)・今回(63.1%)となっている。

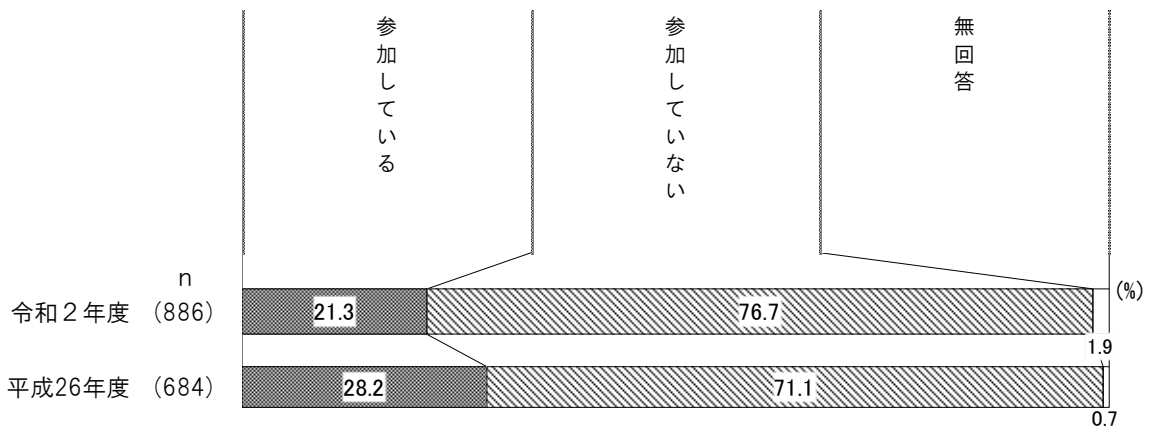
8 地域での活動への取り組み

(1) 地域の集まりや行事への参加状況

問48 あなたは、地域（自治会など）の集まりや行事（地区体育祭、まつりなど）に参加していますか。（○は1つだけ）

地域の集まりや行事への参加状況では、「参加していない」が76.7%で、「参加している」(21.3%)、より高くなっている。

前回調査と比較すると、「参加している」は6.9ポイント減少している。

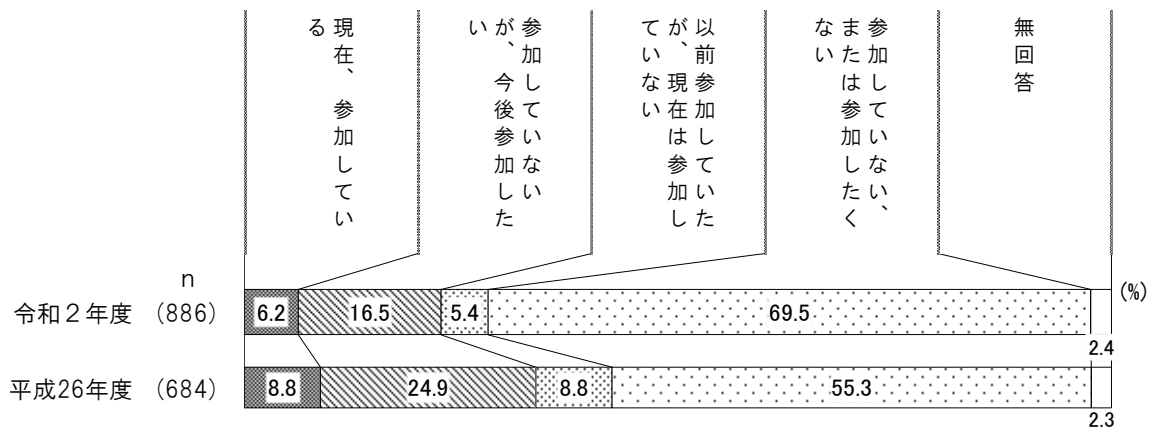


(2) 地域での「健康づくりのための自主グループ活動やサークル活動」への参加状況

問49 あなたは、住民の方々が地域で行っている「健康づくりのための自主グループ活動やサークル活動」に参加していますか。（○は1つだけ）

地域での健康づくりのための自主グループ活動やサークル活動への参加状況では、「参加していない、または参加したくない」が69.5%で最も高く、「参加していないが、今後参加したい」が16.5%、「現在、参加している」が6.2%、「以前参加していたが、現在は参加していない」が5.4%となっている。

前回調査と比較すると、「参加していない、または参加したくない」が14.2ポイント増加している。

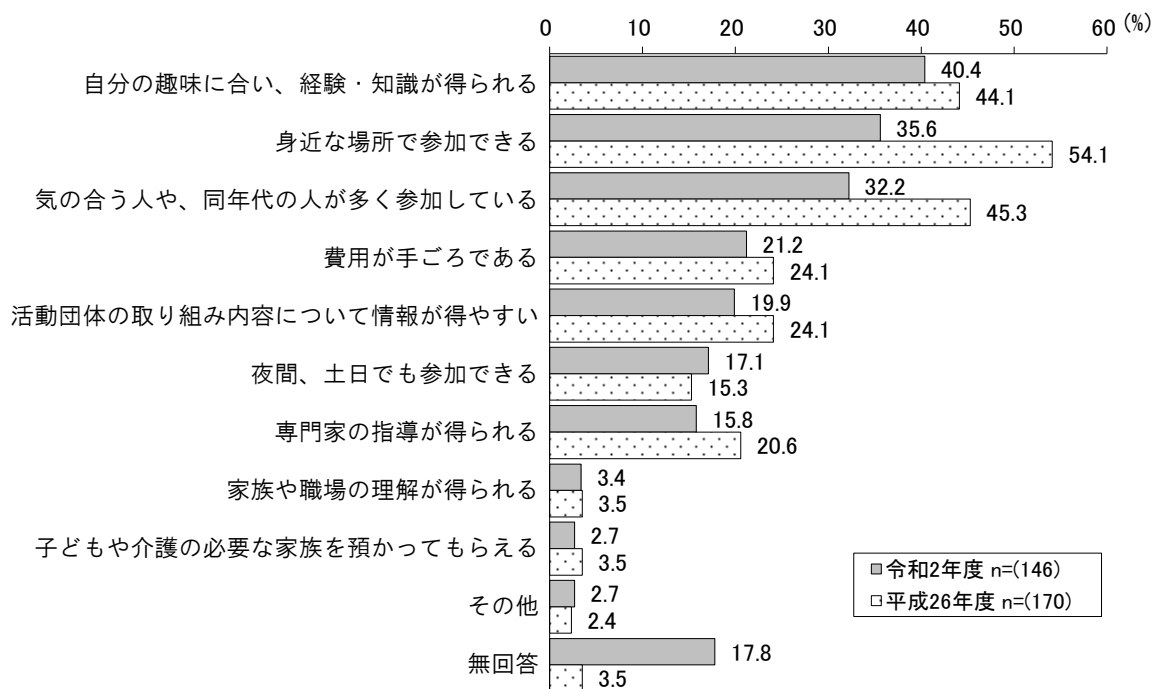


(3) グループ活動への参加に必要なだと思う条件

問49-1 問49で「2 参加していないが、今後参加したい」と答えた方にうかがいます。あなたが、グループ活動に参加するには、どのような条件が必要ですか。(○は3つまで)

グループ活動への参加に必要なと思う条件では、「自分の趣味に合い、経験・知識が得られる」が40.4%で最も高く、以下「身近な場所で参加できる」(35.6%)、「気の合う人や、同年代の人が多く参加している」(32.2%)、「費用が手ごろである」(21.2%)となっている。

前回調査と比較すると、「身近な場所で参加できる」が18.5ポイント、「気の合う人や、同年代の人が多く参加している」が13.1ポイントそれぞれ減少している。

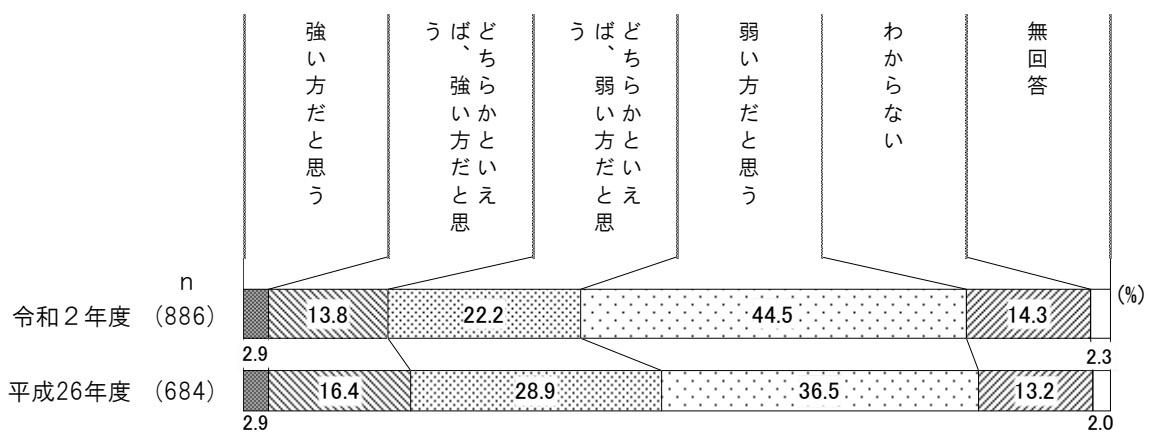


(4) 地域の人たちとのつながり

問50 あなたと地域の人たちとのつながりは、どれに当てはまりますか。(○は1つだけ)

地域の人たちとのつながりでは、「強い方だと思う」(2.9%)と「どちらかといえば、強い方だと思う」(13.8%)を合わせた《強い方だと思う》が16.7%となっている。一方、「弱い方だと思う」が44.5%で最も高く、「どちらかといえば、弱い方だと思う」(22.2%)と合わせた《弱い方だと思う》が66.7%となっている。また、「わからない」が14.3%となっている。

前回調査と比較すると、《強い方だと思う》が2.6ポイント減少している。

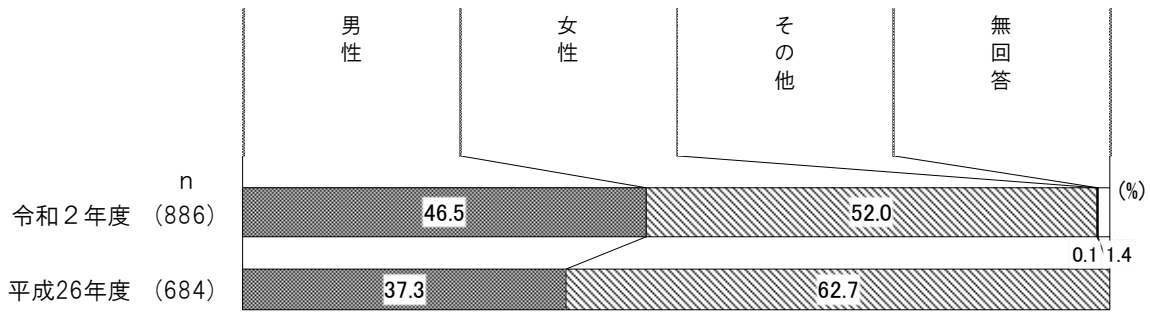


9 基本的属性など

(1) 性別

問51 あなたの性別はどちらですか。(○は1つだけ)

性別では、「女性」が52.0%、「男性」が46.5%、「その他」が0.1%となっている。
 前回調査と比較すると、「男性」が9.2ポイント増加している。



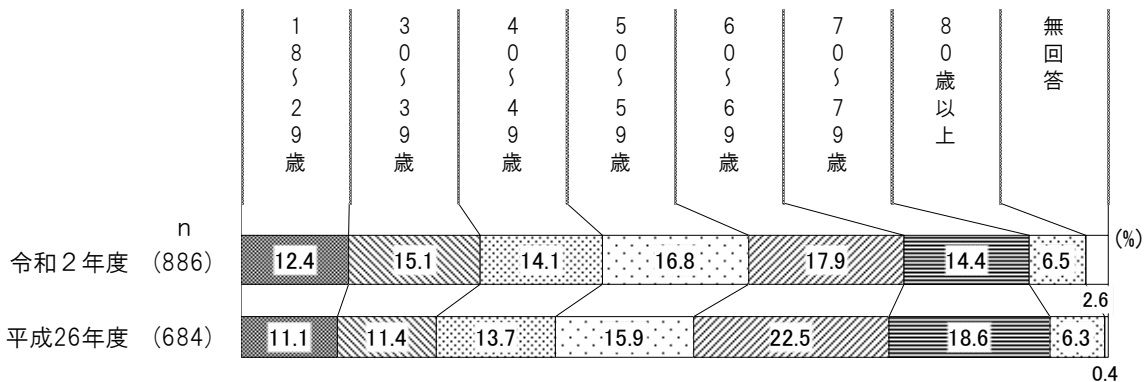
※「その他」という選択肢は今回調査から新設。

(2) 年齢

問52 あなたの年齢を教えてください。(令和2年4月1日現在)

年齢では、「60～69歳」が17.9%で最も高く、「50～59歳」が16.8%、「30～39歳」が15.1%、「70～79歳」が14.4%、「40～49歳」が14.1%となっている。

前回調査と比較すると、「59歳以下」で6.3ポイント増加し、「60歳以上」で8.6ポイント減少している。

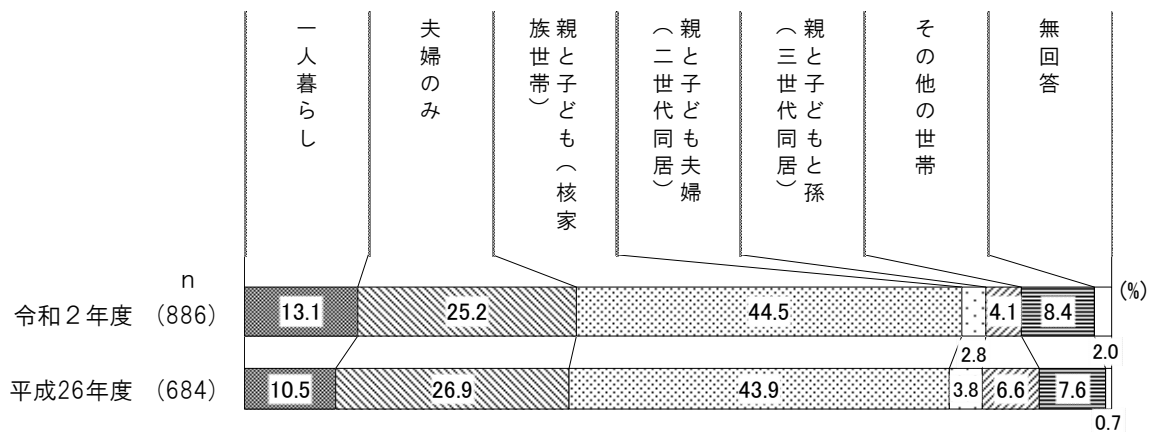


(3) 家族構成

問53 あなたと同居している家族の構成は、どのようになっていますか。(○は1つだけ)

家族構成では、「親と子ども（核家族世帯）」が44.5%と最も高く、「夫婦のみ」が25.2%、「一人暮らし」が13.1%、「その他の世帯」が8.4%となっている。

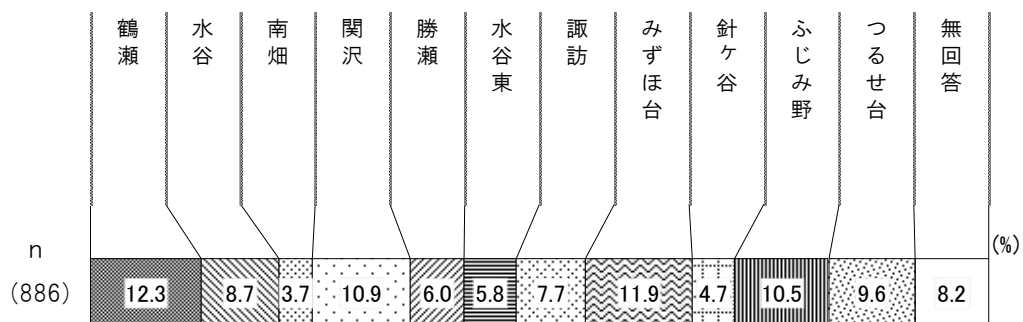
前回調査と比較すると、「一人暮らし」が2.6ポイント増加している。



(4) 居住地域

問54 あなたは、市内のどの地域にお住まいですか。あてはまる番号に○をしてください。(○は1つだけ)

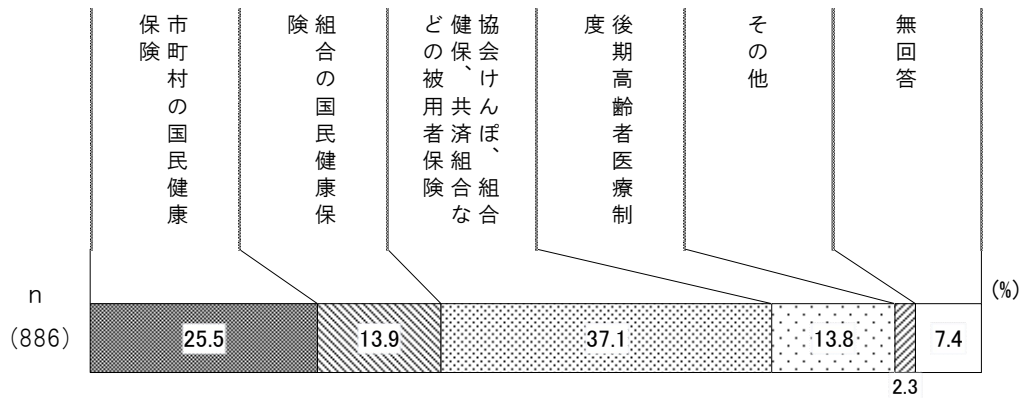
居住地域では、「鶴瀬」が12.3%で最も高く、「みずほ台」が11.9%、「関沢」が10.9%、「ふじみ野」が10.5%となっている。



(5) 加入健康保険

問55 あなたが、加入している健康保険は、次のうちどれですか。(○は1つだけ)

加入健康保険では、「協会けんぽ、組合健保、共済組合などの被用者保険」が 37.1%と最も高く、「市町村の国民健康保険」が 25.5%、「組合の国民健康保険」が 13.9%、「後期高齢者医療制度」が 13.8%となっている。



(6) 自由意見

問56 最後に、今後の市の健康づくり事業や健康増進計画などへのご意見・ご提案などがございましたら、自由にご記入ください。

ご意見を自由に記入していただいたところ、134件の貴重な回答をいただいた。

意見や要望を分類した結果、「健康管理について」が19件で最も多かった。次いで、「施設の活用、充実について」(18件)、「イベント・講座について」(17件)、「情報提供・啓発について」(17件)、「新型コロナウイルスについて」(16件)などとなっている。

		件数
1	食育について	2
2	健康管理について	19
3	たばこについて	6
4	医療施設の充実について	11
5	こころの健康について	2
6	イベント・講座について	17
7	施設の活用、充実について	18
8	情報提供・啓発について	17
9	市の施策について	13
10	新型コロナウイルス感染症について	16
11	その他	13
計		134

1 食育について

- ・地産地消をもっと身近に取り入れる方法を検討してもらいたい。
- ・健康体を維持するには、毎日の食生活が重要な役割を果たす。特に動脈硬化や高血圧には、油料理（オリーブ油やごま油も）を控える方が良い。

2 健康管理について

- ・健康診断をもう少し安く受けられるようにして下さい。
- ・人間ドックを安くなってくれる案内をもっとやってほしい（家に手紙が届くとか）。国民健康保険じゃないとやってくれないのかとか、よくわからない。
- ・無料健（検）診の一層の充実。
- ・検診が受けやすい様にする為に、市からの補助金等の幅をもっと広げてほしいです（特定の人のみではなく）。
- ・インフルエンザ注射の補助が欲しい。
- ・予防接種（インフルエンザ、肺炎球菌）など、希望する人だけなので、生活保護の方たちが無料で接種できるのは不公平感がある。一部負担してもよいのでは？

- ・人間ドックの補助をしてほしい。
- ・子供の予防接種（インフルエンザなど）の無料化。東京から転居して来ましたが、すべての点で遅れています。年を重ねることが不安です。
- ・集団検診の申し込みが平日のみなので、仕事が終わってからですと時間が過ぎてしまって申し込みが出来ません。平日以外でも申し込みが出来る様にしてほしい。広報にハガキなどを付けてもらったり、土曜日午前中など受け付けてもらうとか、平日仕事をしているとTELができません。
- ・健康診断を気軽に受けられるようにしてほしい。
- ・全身、トータル的な健康診断の実施をお願いします。
- ・出来れば「ガン健診」を、いつでも出来る様にしてもらいたい。例えば、対象期間中であれば¥1,000、または、いつでも出来るただし¥2,000など、少し額は上がっても、期間外でも出来たら良いな~と思う。
- ・女性検診は毎年受診出来るようにしてほしいです。
- ・仕事をしている人間にとって、健康も大切ですが、様々な検診に取られてしまう時間を惜しんでいます。乳がん検診は何回も受診していますが、予約→検診→結果のスパンが長く、日程も限られているので、不便です。受診は半休取らざるを得ません。土・日や平日18:00以降の枠も欲しいです。よろしくお願いします。
- ・市の子宮がん検診ですが、2年に1度の受診と変更されました。元の制度に戻して頂けたら有難いのですが。
- ・乳ガン、子宮ガン、毎年検診できる様にしていきたい！自費分が高い！以前住んでいた所は、安くて、毎年できた。
- ・後期高齢者なので健康には気をつけているが、揚げものが好きなので、思ったより食べてしまう。
- ・いつもありがとうございます。やはり、死ぬまで、自分の歯・口からおいしいものを食べて、元気な身体で生活していきたいと思います。かかりつけ医を持ちたいと思っています。
- ・特定健診のオプションで、項目を増やす事はできないのかな。採血ついでにPSAとかCA19-9など。

3 たばこについて

- ・路上喫煙禁止区域を拡大してほしい。ふじみ野駅周辺、保育園の散歩コースなど、駅近くや子どもの通学路などまで拡大出来たらどうかと思う。
- ・喫煙者は、喫煙時だけでも害をバラまいており、喫煙後も口に臭いや発がん物質が残っていてバラまいているのに、全く自覚がありません。
- ・受動喫煙対策望む。タバコ吸いながら道路を歩いたり、自転車乗っている人がとても多い。
- ・路上や公園など、完全禁煙にしてほしいです。

- ・路上喫煙に対して罰則を設けてほしい（全然守られていません）。
- ・タバコを吸う人に対してのマナー教育を行政でできれば。子供を見ながらすぐ横でタバコを吸う夫、たぶんうちだけではないと思います。

4 医療施設の充実について

- ・富士見市で、「寝たまま受けられる胃カメラ検査」を行う病院が増えてほしい。
- ・市内の医療機関の充実と体制の整備。
- ・富士見市に限らず埼玉県全体の病院数、医師数が圧倒的に少ない。かなり以前から分かっていたことなので、今回のコロナのようにならないように、後手にならないよう今から増やして、誰でも医療を受けられるようにしてほしい。医師数の確保に全力でやってもらいたい。
- ・診療科目が少ない（耳鼻科、皮膚科、整形外科など）。大学病院がない。
- ・現在コロナウイルスが流行中ですが、埼玉県の医療機関が少ないのに驚きました。是非この体験を活かし、医療機関の充実を早急を実現することを切に希望いたします。
- ・高齢者が増加しているので、介護や保育機関の充実、医療機関の充実に従事してほしい。
- ・この地域に安心できる総合病院が少ないと皆思っています。大学病院を誘致するなど、もしもの時に安心できるしっかりした総合病院があればもっと住みやすくなると思うのですが…。
- ・ホルモン治療を受け入れてくれる病院があれば安心なのにと考えるようになりました。
- ・耳鼻科が少ないと思います。
- ・富士見市は人口も多く、感染症などが起きた場合、病床キャパが人口に対して少ないです。東京に近い市は、人口に対してのキャパをしっかり確保していただきたい。
- ・病院の待ち時間、病院の案内、迷う。

5 こころの健康について

- ・駅前に緑がなく心苦しい、かつ、殺伐としているので、緑を増やすことで気分も上向き、健康にもつながると思います。
- ・うつ病など心の健康

6 イベント・講座について

- ・気軽に参加できる健康プロジェクトの拡充が急務と考える。ぜひ早期の実現を切に望む。

- ・パワーアップ体操や健康体操などのグループで、入会時に体力チェック等行うところもあると思いますが、6ヵ月後、1年後などの節目で、どのくらい体力が向上しているか定期的なチェックもやって頂くと、参加者の励みにもなると思います。75歳以上の方へフレイル検診がスタート予定ですが（ウイルスの影響で4月現在出来ていないと思いますが…）、市の事業を含め、住民主体のサービスでフレイル兆候のある方々をどう改善していけるか、特に独居の方がまた社会と関われるような取り組みができればと思いました。
- ・健康づくり料理講習会の人達が、いつもぐだぐだというか、人によってやり方や順番を勘違いしていたりして振り回されがちなので、講習会が始まる前にレシピをちゃんと見て、他の人とも意見を合わせてから始めてほしいです。
- ・1回の受講に、講座と実践をセットにしたもの。健康について食物が体にどう働くか～体操を組み合わせる等。
- ・体育館等で体操の指導員を招き、健康体操を大勢で楽しくやってみたい。
- ・ご高齢の方向けの事業や健康情報、イベントはもちろんですが、20代30代も気軽に参加できるようなイベント等が増えると嬉しいです。
- ・コロナがもし治ったら、昨年開催された東京オリンピック体験をまた開催してほしい。
- ・健康セミナーなど、土・日にしてほしい。
- ・体育館などで軽い運動ができるようにしてほしい。専門家がプログラムを作って指導していただく形を取ってほしい。
- ・鶴瀬公民館で、少人数30～40代ヨガできたら行きたいです。また、市民体育館で、「大人の卓球教室」を教えてください。宜しくお願いします。
- ・地域の体操グループの募集人数、種類が少ない。その為以前住んでいた所に行っている。
- ・ワークショップを開いてほしい。
- ・地元企業と都内会社員とのコラボイベントの開催や取り組み、地元と新しく住まわれた方への交流の場、特に男性の交流の場が少なく感じられる（女性は子供の学校などで地域交流がある為）。イベント通じた交流により、健康・育成・防犯などへ発展出来ればと思います。
- ・地域での活動を拡充してほしい。
- ・夫婦で参加できる市民マラソンやカップル駅伝等、富士見市で計画して頂ければ、参加してみたいです。以前調べたのですが、意外と少ないのです…。一人で参加しにくいですが、夫婦や家族となら楽しく参加できると思います。
- ・高齢者向け様々な健康イベントの実施（地域ウォーキング等）
- ・今年はコロナの影響でヘルシーウォークが中止になってしまい残念です。来年楽しみにしています。

7 施設の活用・充実について

- ・パークゴルフを月4～5回やっています。市で建設の計画があるようですが、一日も早く利用できるようになることを期待しています。
- ・公園予定地に早く公園ができて、運動ができるようにしていただきたいです！！今、東1地区は、駅前前の工事で大変でしょうが…。工事ばかりで、ほこりも沢山の気がします…。子供も危険だし。とにかく、すみやかにしていただきたいです。
- ・プールが夏だけなのもったいない。健康のために、アクアビクスなどを低価格でやってほしい。
- ・子供から大人まで、一緒に楽しめるような運動（スポーツ）のできる施設があるといいと思う。最近では、家の周りで思いきり体を動かす事ができない世の中になっていると思うので。
- ・室内プールがほしいです。
- ・健康増進センターの建物が古くなってきたので、そろそろ建替えしたら良いのではないのでしょうか？
- ・今は忙しくて通えていませんが、富士見市総合体育館のジムに以前通っていました。すごくキレイで、安く利用できてとても良かったです。小中学生の子が安い料金で利用できる、体を動かせる場がたくさん増えれば良いなと思っています。
- ・運動公園の充実と、予約システムの利便性アップを希望したいと思います。ジムなどの設備やプールの通年利用（ガーデンビーチのゴミ焼却熱利用）が出来ると、冬期でも運動しやすいと思います。
- ・市民球場の建設、サイクリングロードの整備
- ・無料のスポーツジム、トレーナー常駐にて指導（メニュー作成や簡易個人指導等）、浴室・サウナ設備、25mプール温水オールシーズン利用、水中歩行等の水中ジム。運動公園、アスレチック等楽しく運動が出来る様、子供中心に！予算を取って下さい、宜しくお願いします。
- ・もっと子供の遊べる公園を増やしてほしいです。
- ・市民プールが欲しい。
- ・本格的でない無料の軽いスポーツジムみたいなのがあれば、中高年の人達が行くと思うし、友達も出来ると思う。但し、責任者がいつもいる事が必要。
- ・運動公園（貝塚公園）みたいなものがもっとあれば良いと思う。
- ・体育館のスタジオレッスンの内容を増やすと、面白いと思う。バランスボール、ステップ台、レベル別エアロビなど。
- ・人生100年時代、高齢になっても、心身ともに元気で生活できる健康寿命年齢の押し上げが必要だと考える。富士見市は、県内でも健康寿命年齢が低いとのこと、日頃からとても残念に思っている。医療費削減にもつながる市民の健康維持・増進のためには、活動できる施設の充実（せめて週1回は継続して活動したい）を望む。
- ・高齢者が運動出来る場所を作ってほしい。介護保険適用の運動施設が多々見受けられ、公民館、センター等での利用者が多く、利用出来ない現状である。是非、利用出来る様配慮願いたい。集会所の利用範囲を広げてほしい。何時も空室である。
- ・市の体育館の利用料金を安くしてほしい。

8 情報提供・啓発について

- ・心身の健康に不安を抱えながら、日々生活しております。もともと身体が丈夫でない為、体調不良の悩みが多いです。不足している診療や、豊富な情報を増やして頂きたく思います。健康情報の冊子を月刊紙として配布し、知識が増やせたら嬉しいです。今後、「健康に強く、安心できる」富士見市を期待しております。
- ・市が何をやっているのか全くわからない。情報提供のツールをもっと幅広く増やした方が良いと思う。
- ・健康づくり事業や健康増進計画など、どこで何をやっているのか情報をキャッチできていないのが現状です。もう少し広告や宣伝などに力を入れて工夫するべきだと思いました。若者の間では、SNSやネットが主流ですが、年齢層（富士見市内での年齢層）を考え対応いただければ幸いです。
- ・市民に対して、わかりやすく発信をしていただきたい。
- ・ホームページは、以前よりわかりやすくなり、コロナ関係でも有益な情報がアップされていると思います。とはいえ、自らアクセスするのは手間であり、周知も都心通勤者にとっては十分とは言えない面もあると思います。“健康づくり事業”とは直接の関係はありませんが、「富士見ごみ分別アプリ」のようなアプリがあると、アクセスしやすく、また連絡もメールのようになされ便利かと思います。費用負担の問題もあるかと思いますが、ご検討いただけると幸いです。いつもありがとうございます。
- ・高齢者（65才以上）を対象とした、「食」「運動」「健康」等についてのガイドを年間を通して定期的に発行することを提案したい。
- ・ウォーキングやランニングに適した公園やコースを、市のHPで紹介してほしいです。
- ・昨年度引っ越してきたが、転居届を提出した際に、健康増進センター等生活に必要な情報をもう少しもらえると安心できると思う。市民の健康に関して活動している事がわかると、市に対する印象も変わると思う。
- ・健康づくり事業の推進とともに、広報活動にも注力した方が良いと思います。富士見市が何をしているのか認知出来ていない人が多いと思うからです。
- ・健康診断の対象に自分が当てはまるのかや、タイミングをいつの間にか逃がしていることが多いので、ハガキやメールサービスなどで知れると気づきやすい。毎月の市の冊子だと、同じような内容なのでさらっと流してしまうことが多く…。気づいたら終わっていた、又は知らずにいるという感じです。
- ・脳外科の情報が少なく、夜間の緊急の場合の病院名が知りたいです。
- ・市が実施する健康診断等がある場合は、対象者へ案内（ハガキ）で知らせてほしい（以前住んでいた市町村ではそういうものがあつた。広報や掲示だけでは見落とししてしまうため）。あるいは、年間の健診予定一覧を広報とは別に全戸配布するとか。
- ・健康づくりについての、更なる情報提供。

- ・個別予防接種についてですが、子宮頸がん予防ワクチン受けた方がガンの予防になって良いのか、副作用・安全性についての情報等が欲しい。
- ・関連する催し物の情報を広報誌等に、より多く載せていただきたいと思います。
- ・増進センターの施策や活動への誘いが、もっと見える形になってほしい。特に高齢者（年金生活世代）への働きかけが、ポスター、広報活動で見えるように。もっと先だって幅広く職員を増やし、体育館、健康増進センター、公民館などで啓蒙的プログラムを作って、健康的に過ごせるように示してほしい！
- ・健康体は、ある程度は自己管理が必要な事と思います。今回のコロナの流行は本当に不安になる年令ですが、知事に頼れない場合、市レベルでも市民に啓発していただきたい。

9 市の施策について

- ・ウォーキングをしたいが、車が多く危険。歩道の整備、改善をしてもらいたい。
- ・市の体育館のジムを利用したくて登録もしているが、車がなくて遠い為一度も利用はしていない。ふじみ野駅から体育館に行くバスがもっと多くあれば、利用しやすいのと思う。また、ピアザ☆ふじみでヨガとかもっとやって頂ければ利用したいと思う。
- ・健康増進センターなど、施設が不便なところにしかなく、利用できない。せめて、交通の便を良くしてほしい（自家用車がある人ばかりではないことを理解していないと思う）。
- ・気軽にジョギング、ウォーキングしやすいように、街の景観を良くした方がいいと思う（花や木、植木とか花壇を増やす）。
- ・健康マイレージ事業がもっと広まれば良いなと思います。
- ・国民健康保険にもうすぐ加入しますが、費用が高いと思います。費用を下げてもらいたいです。
- ・福祉・介護を手厚くする施策を進めてほしい。高齢者の病院通いのための足の確保を考えてほしい。
- ・高齢者社会、健康及び介護保険が大きな財政負担に…！元気でコロリと逝くのが本望。元気な高齢者にも、日々の配慮と努力がある。そんな高齢者にも励みになる様な、医療費等が少額、一定額の基準を設けて、ポイントが増える仕組み、表彰する…！半年、1年、2年間と、保険財政に貢献した事への、広報に載せる等々、ごほうび…。
- ・医療費補助削減の為の予防強化が必要。
- ・小児科の選定療養費をやめてほしい。もしくは、減額してほしい。かかりつけのクリニック（小児科）が休みの日は、大きい総合病院へ行かざるを得ない。
- ・子供の医療費の年齢を上げてほしい。
- ・子供の定期健診の日程を、対象年齢に近い日程で実施した方が良いのでは。3月生まれで3才健診の場合、3月・4月頃の実施が望ましいが、実際は翌年9月頃で、半年程差が出てしまっている。期間が空きすぎていると思う。

- ・生活習慣病で薬を内服、受診している人、自覚なく生活習慣を変えない人に対しての支援。家族が言ったところで解決しない。行政レベルで個々に指導できないか。例えば、今後このままいくと医療費がどれだけかかるとか、少しオーバーに通知するとか。健康な人がより健康になるよう、病気にならないよう、支援したり情報発信するのは大事。富士見市ではやっていたらと思う。“不健康に気付かない人”にアプローチするのはもっと大事だと思う。この人達には、ある程度強制的にすべき。

10 新型コロナウイルス感染症について

- ・コロナ対策の情報をもっと増やしてほしい。今後も、感染対策についての取り組みをもっと具体的にホームページに載せてほしい。
- ・現在、新型コロナウイルス拡大で大変ですが、自分の生活リズムを持って、手洗い、うがい、マスク、基本を守り、他人に迷惑をかけないよう心がけようと思います。
- ・コロナが恐ろしい。早く終息してほしい。
- ・問 46 については、新型コロナウイルスの自粛生活で、3月からほぼ自宅生活の為、通常とは違うように思える。
- ・コロナのことで、医療崩壊が心配されていますが、平時から医療体制の充実について、市としても取り組んでほしいです。
- ・コロナや感染症等の検査の迅速化を求める。子どもや高齢者向けの手当てはこれ以上必要ないと思います。その分を、就業者手当などに当ててほしい。
- ・コロナ対策
- ・しばらく新型コロナウイルスは収束しないと思われ、地震や台風など自然災害が重なることも大いにあり得るので、市民が安心できるよう様々なシュミレーションと対策を検討していただければと思います。
- ・コロナウイルスに感染した疑いを感じて検査を受ける際の移動手段がないので、富士見市で搬送用の車を数台用意してほしい。一人暮らしの方は心配して困っています。家族が車で送ると、その時点で濃厚接触者として自宅待機となり感染を広げてしまいます。PCR検査結果待機中の宿泊施設も用意していただきたいです。
- ・コロナウイルスに感染しているかどうかの判断は（急にその様な事態になった時に！！）。
- ・市の保健師の増員をして、コロナ対策をしっかりとってほしい。
- ・今回の新型コロナウイルスのような緊急事態が発生した場合、新型コロナウイルスに感染して療養中だった患者が死亡したこともあり、一人住まい（ステイホーム）の高齢者に声掛け等、市民が少しでも安心できる、希望を持てる対策をお願いします。
- ・いつもお世話様になっています。コロナで大変かと思いますが、十分に気をつけて職員他皆様感染しないようお祈りしています。増進センターの皆様ご苦労様です。
- ・回答の中に、コロナの為生活習慣が変わった状態で回答したのがあります。

- ・コロナ感染による行動自粛を受けて、ここ2ヶ月近くはほとんど運動らしい運動をしていません。以前は週2～3回はジムに通い汗をかいていたのですが…。早く、通常の生活に戻れるよう、コロナが終息することを祈っております。
- ・コロナの影響で子供達が外で体を動かすことができません。この状況が長びくようであれば、何か対策してほしいです。小学校の校庭を地区別に開放するとか…。

11 その他

- ・健康増進センターという名前は知っていましたが、何をやる所か分かりませんでした。今回、アンケートによって多少理解出来たかと思います。
- ・健康増進センターの道がとても不便なので、なかなか出向けない。
- ・アンケートにより市民の健康を気にかけてくれていることが分かり、嬉しかった。
- ・健康づくりを市が推進してくれていることを今知りました。このアンケートに回答するだけでも、自分が無知で、これから気を付けていこうと思いました。
- ・いろいろと知らないことに気づきました。健康でいる為にもう少し国や市の情報にアンテナを向けたいと思いました。
- ・これからも住みやすい富士見市を目指して下さい。よろしくお願いします。
- ・このようなアンケートも初めてですが、取り組み自体全く気にしていませんでした。あまり関心を持たずにいたことを、申し訳なく思いました。皆さまこのような状況の中、色々と活動なされていることに、ありがたく思います。アンケートがどうぞ活かされますように。
- ・今後の展開に期待しております。よろしくお願いします。
- ・育児に追われ、自分に使う時間がない。健康でいたい、運動するにも産後は無理。アンケートに答えるのが申し訳ないくらい健康でないし、考えさせられる時間でした。完璧に健康になりたいです。そんな時間が来るのはまだまだ先です。
- ・ネットアンケートにして下さい。
- ・このアンケートの設問で、果たして中間見直しの基礎資料となるのか、疑問に思います。
- ・小さい子がいると、参加できるものがほとんどありません。残念です。
- ・いろいろな点に問題があるように思います。期待ができません。

第3章 中学生調査の結果

第3章 中学生調査

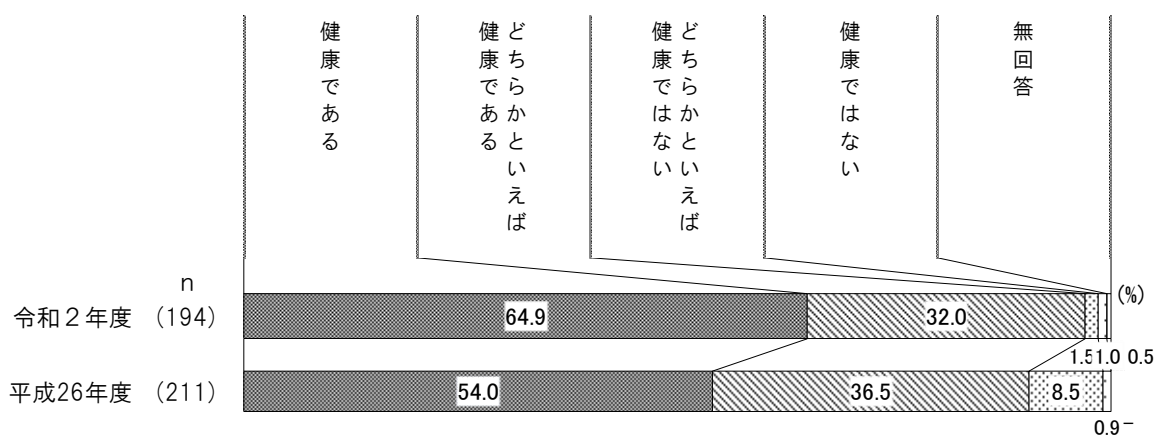
1 健康状態や健康に関する考え方

(1) 普段の健康状態

問1 あなたは、自分のふだんの健康状態についてどう思いますか。(○は1つだけ)

普段の健康状態では、「健康である」が64.9%と最も高く、「どちらかといえば健康である」(32.0%)と合わせた《健康である》は96.9%となっている。一方、「どちらかといえば健康ではない」(1.5%)と「健康ではない」(1.0%)を合わせた《健康ではない》は2.5%である。

前回調査と比較すると、「健康である」は10.9ポイント増加しており、「どちらかといえば健康である」と合わせた《健康である》でも、6.4ポイント増加している。

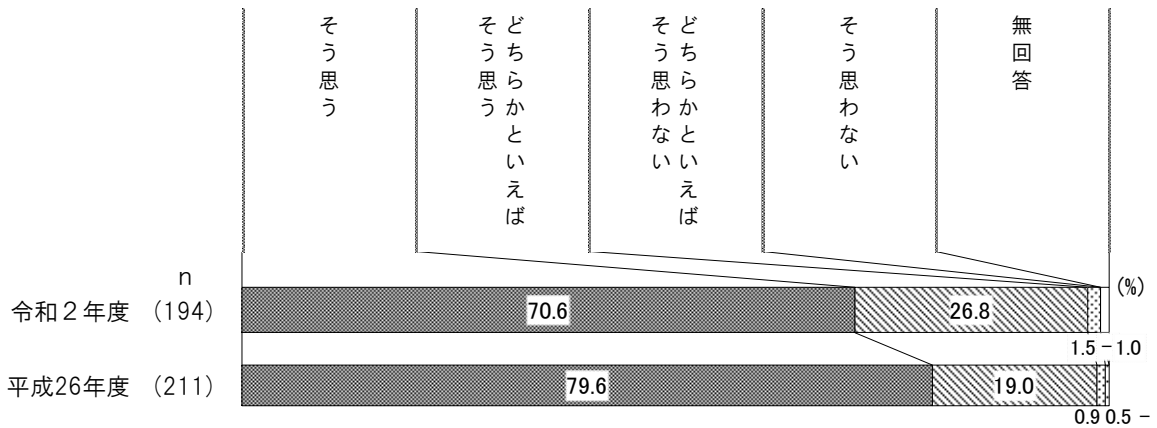


(2) 「自分の健康は自分で守るものだ」と思うか

問2 あなたは、「自分の健康は自分で守るものだ」と思いますか。(○は1つだけ)

「自分の健康は自分で守るものだ」と思うかでは、「そう思う」が70.6%で最も高く、「どちらかといえばそう思う」(26.8%)と合わせた《そう思う》は97.4%となっている。「どちらかといえばそう思わない」(1.5%)と「そう思わない」(0.0%)を合わせた《そう思わない》が1.5%である。

前回調査と比較すると、「そう思う」は9.0ポイント減少している。

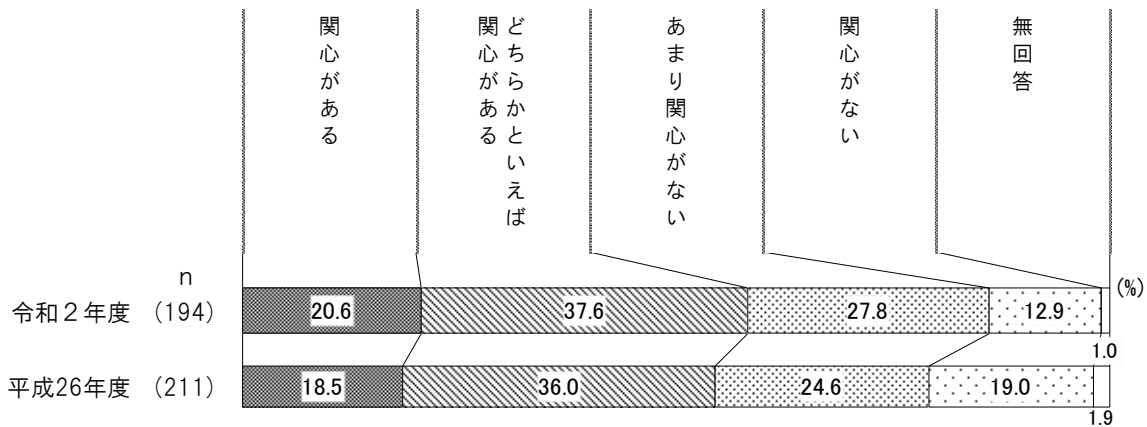


(3) 生活習慣病への関心度

問3 あなたは、生活習慣病について関心がありますか。(○は1つだけ)

生活習慣病への関心度では、「どちらかといえば関心がある」が37.6%で最も高く、「関心がある」(20.6%)と合わせた《関心がある》は58.2%となっている。一方、「あまり関心がない」(27.8%)と「関心がない」(12.9%)を合わせた《関心がない》は40.7%である。

前回調査と比較すると、「関心がある」は3.7ポイント増加している。



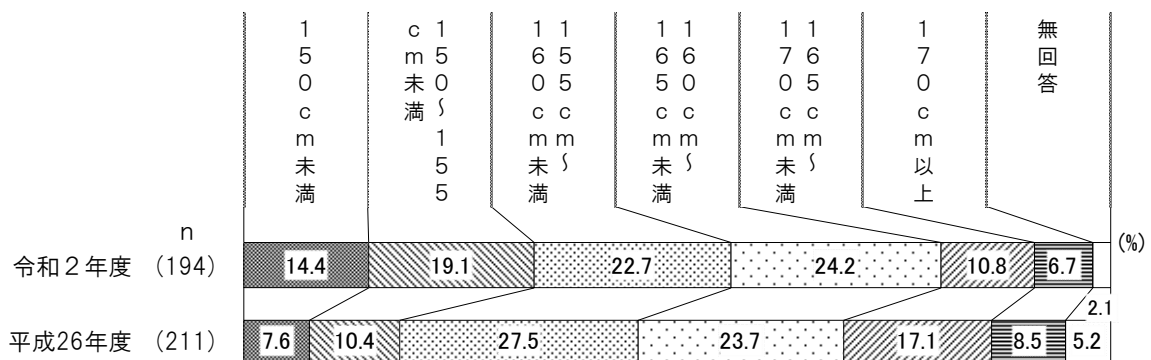
(4) 身長・体重等

問4 あなたの身長と体重を教えてください。(整数で教えてください)〔小数点第1位を四捨五入してください 例) 140.5cm→141cm〕

■身長

身長では、「160 cm～165 cm未満」が 24.2%で最も高く、「155 cm～160 cm未満」が 22.7%、「150～155 cm未満」が 19.1%となっている。

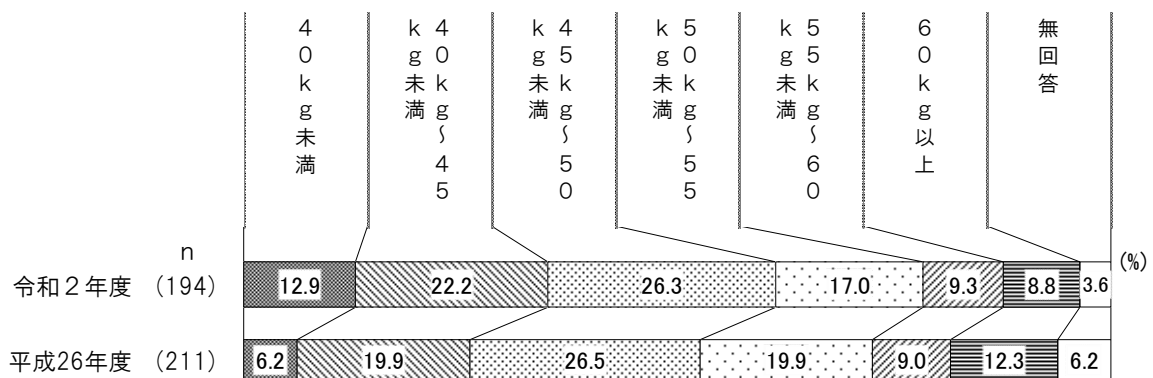
前回調査と比較すると、「150 cm未満」が 6.8 ポイント、「150～155 cm未満」が 8.7 ポイントそれぞれ増加し、逆に「155～160 cm未満」が 4.8 ポイント、「165～170 cm未満」が 6.3 ポイントそれぞれ減少している。



■体重

体重では、「45 kg～50 kg 未満」が 26.3%で最も高く、「40 kg～45 kg 未満」が 22.2%、「50 kg～55 kg 未満」が 17.0%となっている。

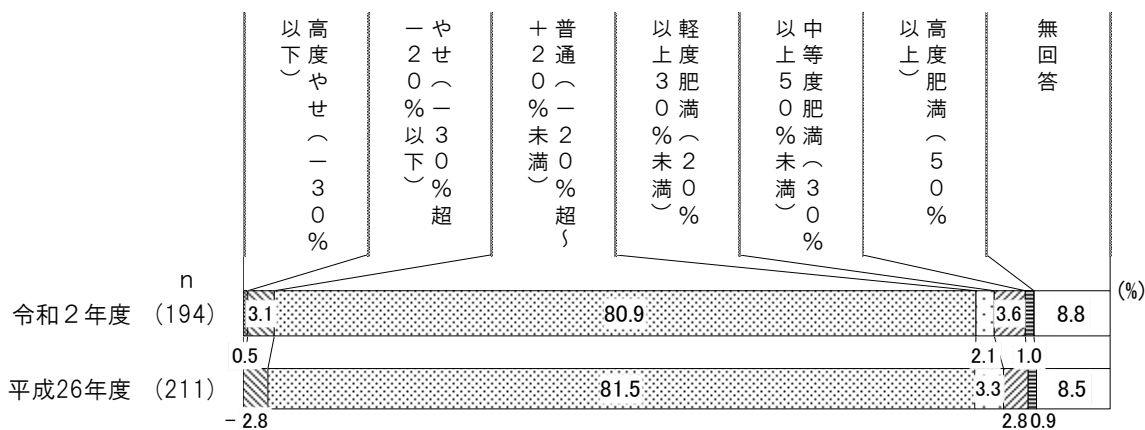
前回調査と比較すると、「40 kg 未満」が 6.7 ポイント、「40 kg～45 kg 未満」が 2.3 ポイントそれぞれ増加し、逆に、「60 kg 以上」が 3.5 ポイント減少している。



■肥満度

肥満度では、「普通（-20%超～+20%未満）」が80.9%で最も高く、「中等度肥満（30%以上50%未満）」が3.6%、「やせ（-30%超～-20%以下）」が3.1%となっている。

前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。



※ 「児童生徒等の健康診断マニュアル」（平成27年度改定 公益財団法人日本学校保健会（文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課 監修））の係数を利用し算出している。

なお、中学2年生を対象としていることから、調査時点での年齢は13～14歳が混在すると考えられる。ここでは、便宜上13歳の係数を利用して算出している。

（参考）「児童生徒等の健康診断マニュアル（改訂版）」における肥満度の算定方法

$$\text{肥満度(過体重度)}(\%) = (\text{実測体重}(\text{kg}) - \text{身長別標準体重}(\text{kg})) / \text{身長別標準体重}(\text{kg}) \times 100$$

- 肥満度が、20%以上であれば「肥満」傾向とし、20%以上30%未満を「軽度」、30%以上50%未満を「中等度」、50%以上を「高度」の肥満と判定する。
- 身長別標準体重を求める計算式：身長別標準体重(kg) = a × 実測身長(cm) - b

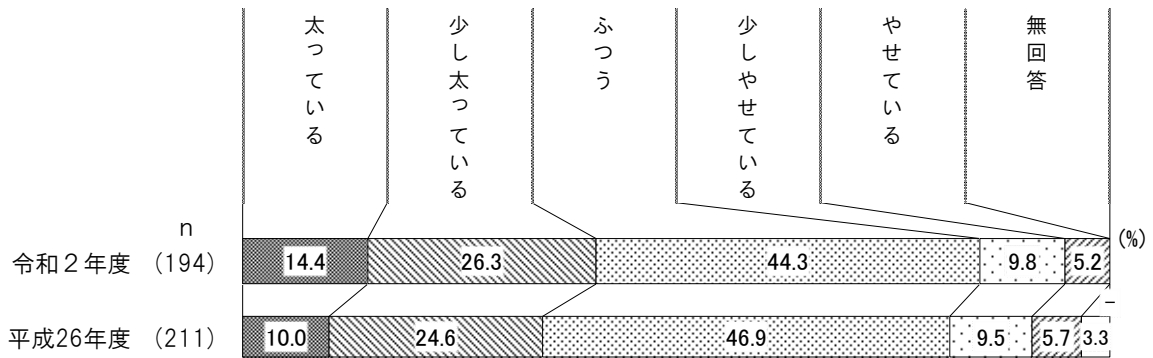
年齢 (歳)	男子の係数		年齢 (歳)	女子の係数	
	a	b		a	b
5	0.386	23.699	5	0.377	22.750
6	0.461	32.382	6	0.458	32.079
7	0.513	38.878	7	0.508	38.367
8	0.592	48.804	8	0.561	45.006
9	0.687	61.390	9	0.652	56.992
10	0.752	70.461	10	0.730	68.091
11	0.782	75.106	11	0.803	78.846
12	0.783	75.642	12	0.796	76.934
13	0.815	81.348	13	0.655	54.234
14	0.832	83.695	14	0.594	43.264
15	0.766	70.989	15	0.560	37.002
16	0.656	51.822	16	0.578	39.057
17	0.672	53.642	17	0.598	42.339

(5) 自分の体型についての認識

問5 あなたは、自分の体型についてどう思いますか。(○は1つだけ)

自分の体型についての認識では、「ふつう」が44.3%で最も高く、「少し太っている」(26.3%)と「太っている」(14.4%)を合わせた《太っている》は40.7%となっている。一方、「少しやせている」(9.8%)と「やせている」(5.2%)を合わせた《やせている》は15.0%である。

前回調査と比較すると、《太っている》が6.1ポイント増加している。

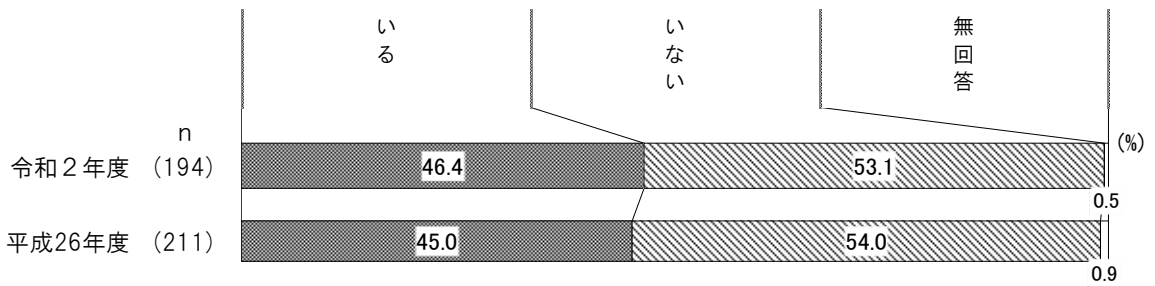


(6) かかりつけ医や歯科医の有無

問6 あなたには、かかりつけの医師や歯科医はいますか。((ア) (イ) それぞれについて、あてはまる番号1つだけに○をつけてください)

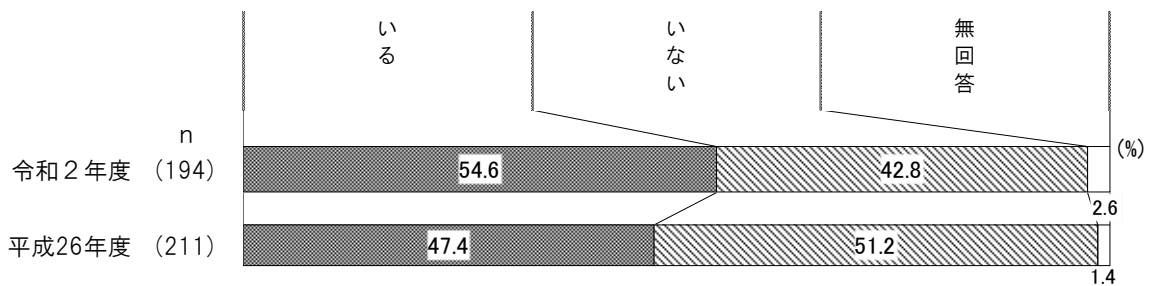
(ア) かかりつけ医

かかりつけ医では、「いない」が53.1%で、「いる」(46.4%)より高くなっている。
 前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。



(イ) かかりつけ歯科医

かかりつけ歯科医では、「いる」が54.6%で、「いない」(42.8%)より高くなっている。
 前回調査と比較すると、「いる」が7.2ポイント増加し、「いない」が8.4ポイント減少している。



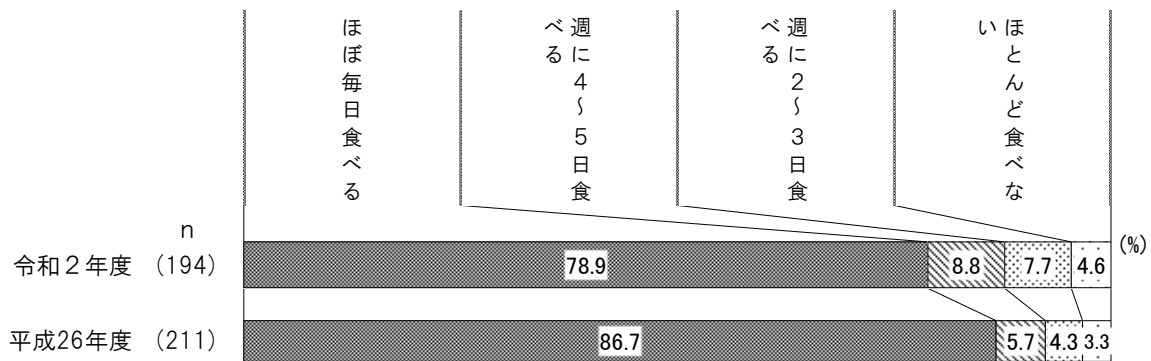
2 普段の食生活

(1) 朝食の摂取状況 ★

問7 あなたは、ふだん、朝食を食べていますか。(○は1つだけ)

朝食の摂取状況では、「ほぼ毎日食べる」が78.9%で最も高く、「週に4～5日食べる」(8.8%)、「週に2～3日食べる」(7.7%)、「ほとんど食べない」(4.6%)となっている。

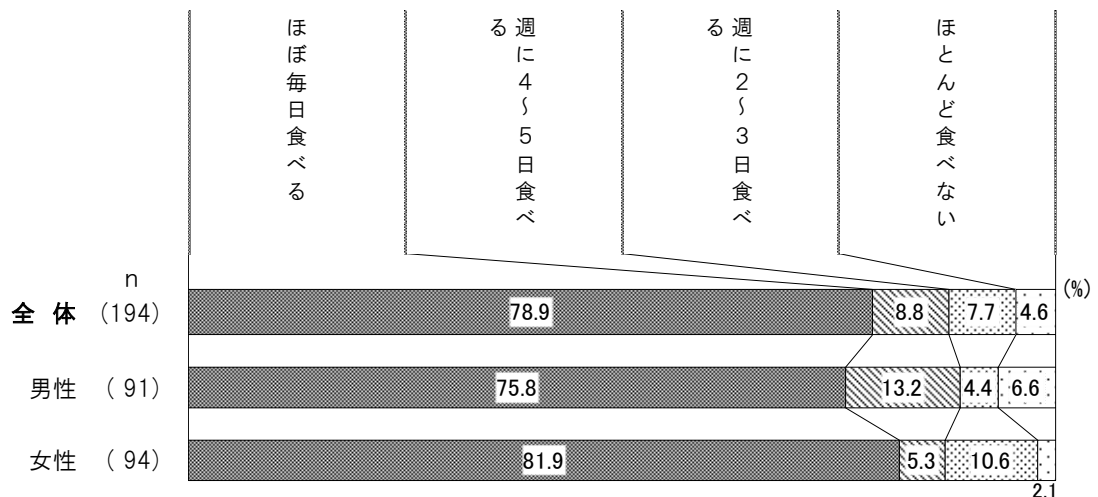
前回調査と比較すると、「ほぼ毎日食べる」が7.8ポイント減少し、逆に「週に2～3日食べる」が3.4ポイント、「週に4～5日食べる」が3.1ポイントそれぞれ増加している。



★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

【性別】

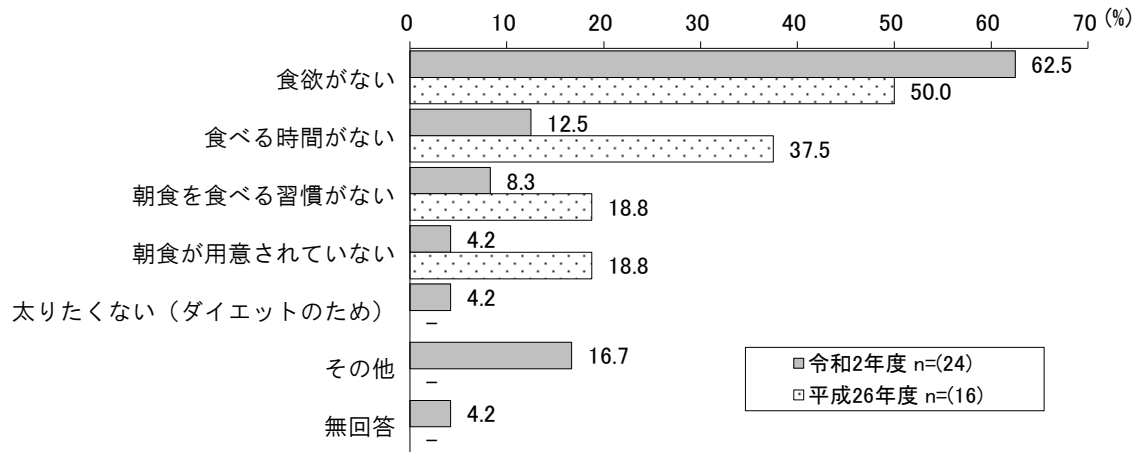
性別で見ると、「ほぼ毎日食べる」は、女性(81.9%)のほうが男性(75.8%)より6.1ポイント高くなっている。



(2) 朝食を食べない理由

問7-1 問7で「3 週に2～3日食べている」または「4 ほとんど食べない」と答えた方に
うかがいます。朝食を食べないのは、どうしてですか。(あてはまるものすべてに○)

朝食を食べない理由では、「食欲がない」が62.5%で最も高く、以下「食べる時間がない」(12.5%)、
「朝食を食べる習慣がない」(8.3%)となっている。



※前回調査はn数が少ないため、今回調査との比較はせず、参考程度にとどめる。

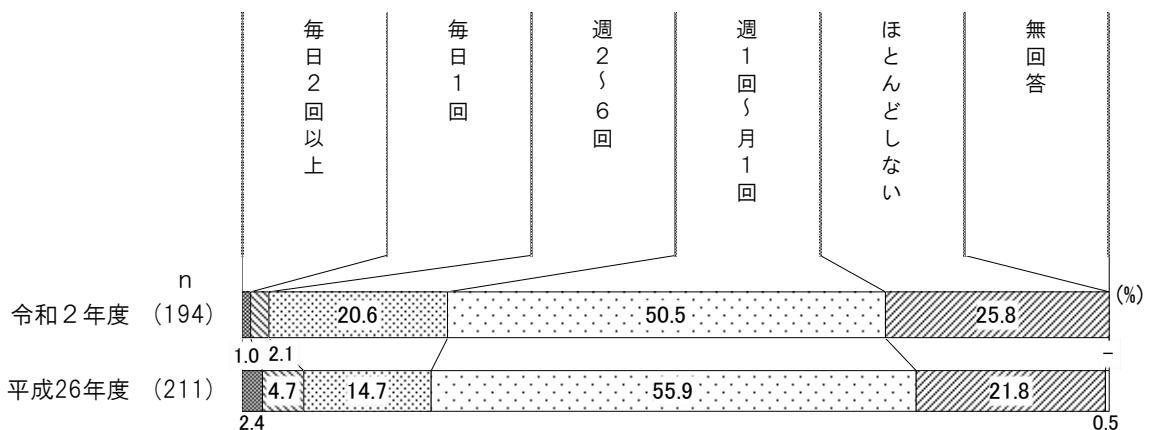
(3) 普段の外出や中食の状況

問8 あなたは、ふだん、外出や中食をすることがありますか。

◎外出とは、飲食店での食事。中食とは、出前をとったり、弁当や惣菜（おにぎり・パンも含む）を買ったりして食べる食事とします。（○は1つだけ）

ふだんの外出や中食の状況では、「週1回～月1回」が50.5%で最も高く、「ほとんどしない」が25.8%、「週2～6回」が20.6%となっている。

前回調査と比較すると、「週2～6回」が5.9ポイント増加し、「ほとんどしない」も4.0ポイント増加している。逆に「週1回～月1回」が5.4ポイント減少している。

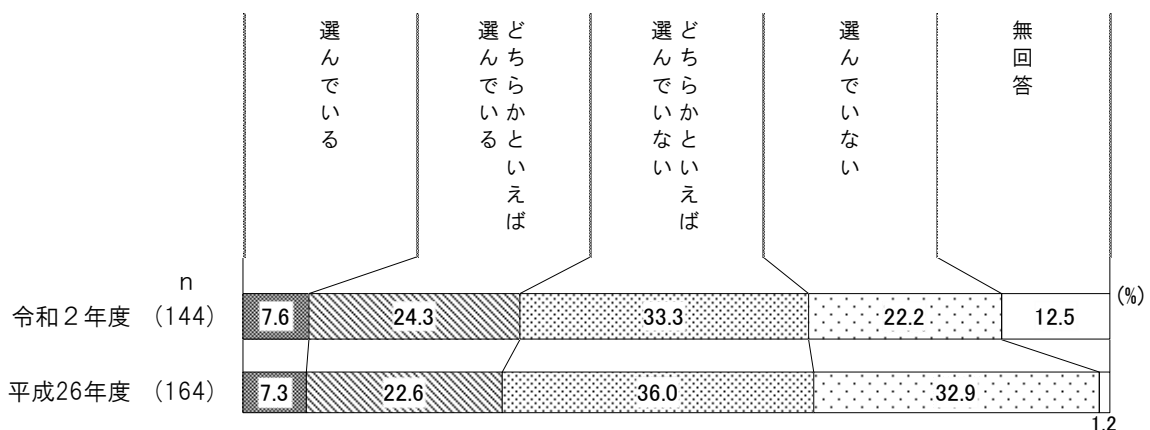


(4) 外出や中食の際に栄養バランスを意識してメニューを選んでいるか

問8-1 問8で「1 毎日2回以上」～「4 週1回～月1回」と答えた方にうかがいます。外出や中食をするときに、栄養のバランスを意識してメニューを選んでいますか。（○は1つだけ）

外出や中食の際に栄養のバランスを意識してメニューを選んでいるかでは、「どちらかといえば選んでいない」が33.3%で最も高く、「選んでいない」(22.2%)と合わせた《選んでいない》が55.5%となっている。一方、「どちらかといえば選んでいる」(24.3%)と「選んでいる」(7.6%)を合わせた《選んでいる》が31.9%である。

前回調査と比較すると、《選んでいない》が13.4ポイント減少している。

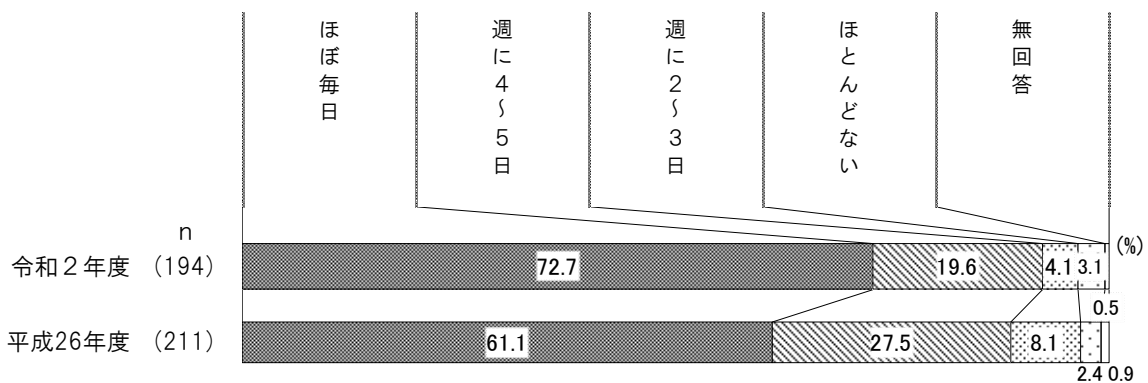


(5) バランスの良い食事の頻度

問9 あなたは、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事（給食を含む）を1日2回以上食べる日が、週に何日ありますか。
 ◎主食：ごはん、パン、麺 主菜：肉、魚、卵、大豆製品の料理 副菜：野菜、海藻の料理（○は1つだけ）

バランスの良い食事の頻度では、「ほぼ毎日」が72.7%で最も高く、「週に4～5日」が19.6%、「週に2～3日」が4.1%となっている。

前回調査と比較すると、「ほぼ毎日」は11.6ポイント増加している。

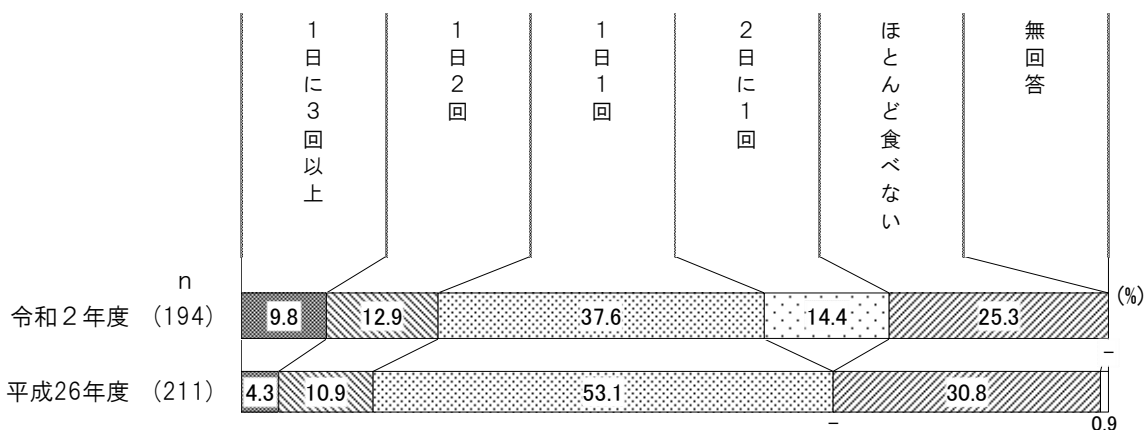


(6) 間食（夜食）の頻度

問10 あなたは、間食を1日に何回くらい食べていますか（夜食も含める）。（○は1つだけ）

1日の間食の回数では、「1日1回」が37.6%で最も高かった。以下、「ほとんど食べない」(25.3%)、「2日に1回」(14.4%)、「1日2回」(12.9%)となっている。

前回調査と比較すると、「1日2回以上」が7.5ポイント増加している。



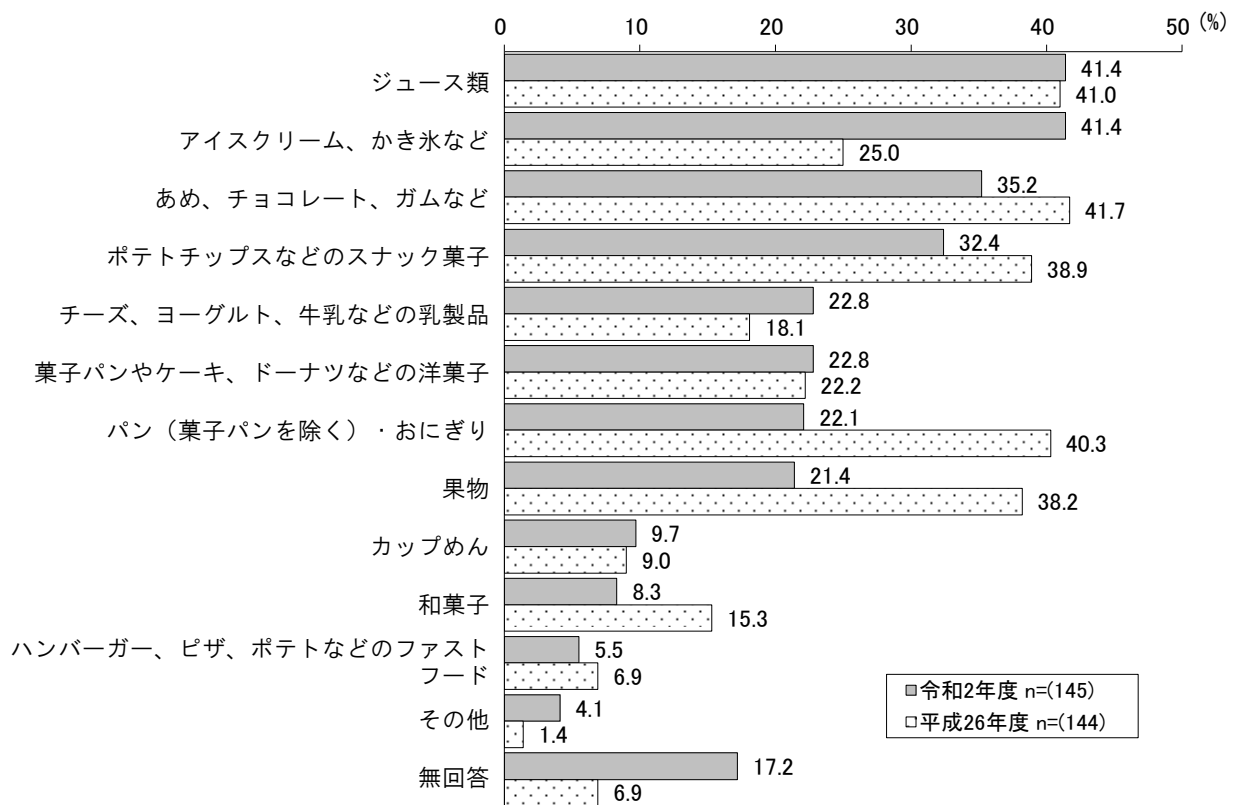
※「2日に1回」という選択肢は今回調査から新設。

(7) 間食（夜食）時によく食べるもの

問10-1 問10で「1 日に3回以上」～「4 2日に1回」と答えた方にうかがいます。あなたは、間食（夜食）をとる時、どのようなものをよく食べますか。（あてはまるものすべてに○）

間食（夜食）でよく食べるものでは、「ジュース類」と「アイスクリーム、かき氷など」がそれぞれ41.4%で最も高かった。以下、「あめ、チョコレート、ガムなど」(35.2%)、「ポテトチップスなどのスナック菓子」(32.4%)となっている。

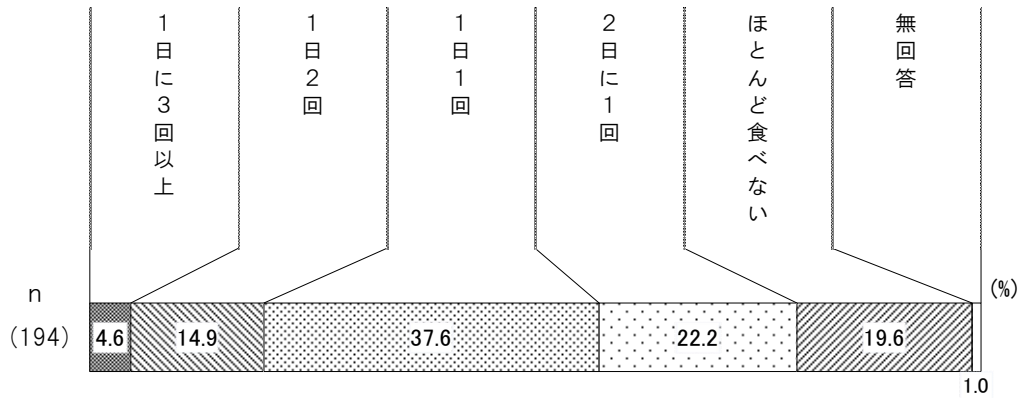
前回調査と比較すると、「アイスクリーム、かき氷など」は16.4ポイント増加、「チーズ、ヨーグルト、牛乳などの乳製品」も4.7ポイント増加している。一方、「パン（菓子パンを除く）・おにぎり」は18.2ポイント、「果物」は16.8ポイントと10ポイント以上減少している。



(8) 甘いお菓子を1日に食べる回数

問11 あなたは、甘いお菓子を1日に何回くらい食べていますか。(○は1つだけ)

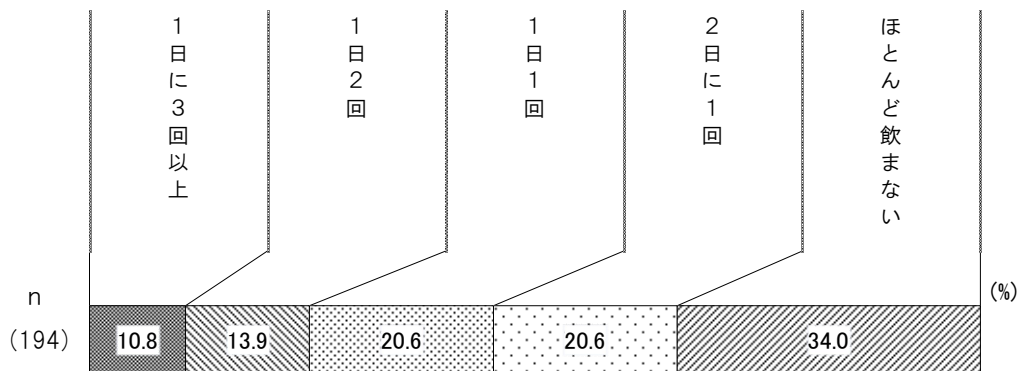
甘いお菓子を1日に食べる回数では、「1日1回」が37.6%で最も高く、「2日に1回」が22.2%、「ほとんど食べない」が19.6%、「1日2回」が14.9%となっている。



(9) 甘い飲み物を1日に飲む回数

問12 あなたは、甘い飲み物を1日に何回くらい飲んでいきますか。
◎甘い飲み物とは、ジュース、乳酸菌飲料、スポーツ飲料などの飲み物です。(○は1つだけ)

甘い飲み物を1日に飲む回数では、「ほとんど飲まない」が34.0%と最も高くなっている。飲む回数では「2日1回」と「1日1回」がそれぞれ20.6%と高く、「1日2回」が13.9%となっている。

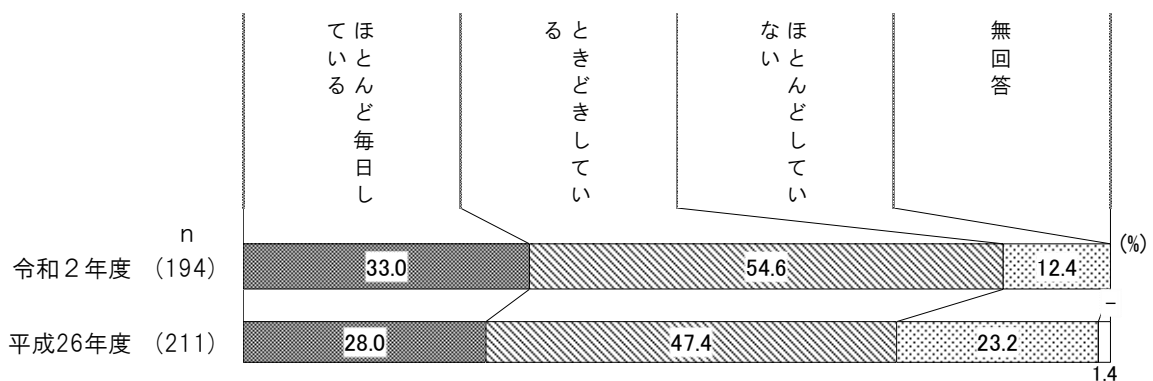


(10) 食事づくりの手伝いをしている頻度

問13 あなたは、食事づくりの手伝い(買い物、食器を運ぶ、片づける、材料を切るなどの簡単な調理)をしていますか。(○は1つだけ)

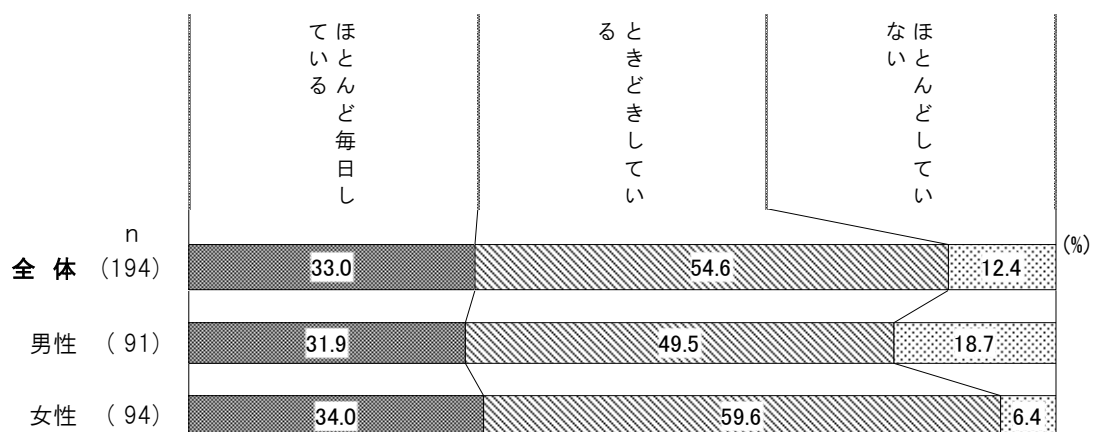
食事づくりの手伝いをしている頻度は、「ときどきしている」が54.6%で最も高く、「ほとんど毎日している」が33.0%、「ほとんどしていない」が12.4%となっている。

前回調査と比較すると、「ほとんどしていない」は10.8ポイント減少し、「ときどきしている」は7.2ポイント、「ほとんど毎日している」が5.0ポイントそれぞれ増加している。



【性別】

性別でみると、「ほとんどしていない」は、男性(18.7%)のほうが女性(6.4%)より12.3ポイント高くなっている。



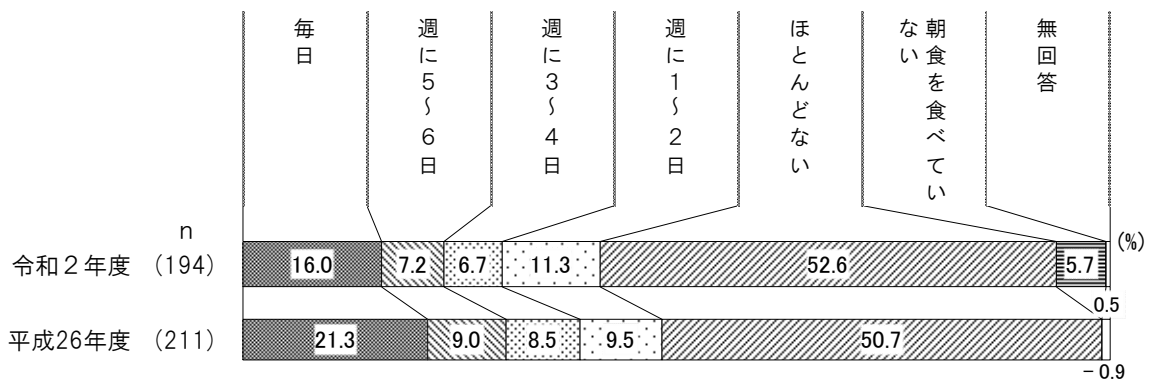
(11) 孤食の頻度 ★

問14 あなたは、ひとりで食事をする日は、1週間のうちどのくらいありますか。(○は1つだけ)

■朝食

朝食では、「ほとんどない」が52.6%と最も高く、次いで「毎日」が16.0%、「週に1～2日」が11.3%となっている。

前回調査と比較すると、「毎日」は5.3ポイント減少している。

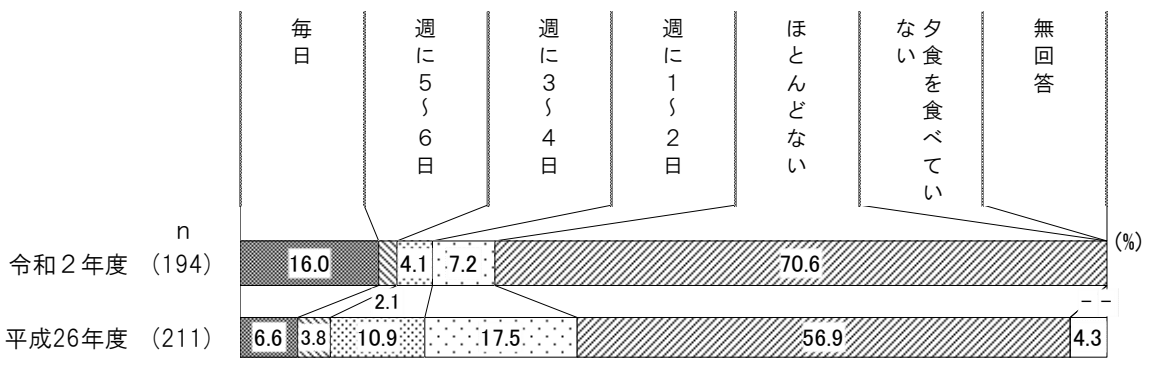


※「朝食を食べていない」という選択肢は今回調査から新設。

■夕食

夕食では、「ほとんどない」が70.6%で最も高く、次いで「毎日」が16.0%、「週に1～2日」が7.2%、「週に3～4日」が4.1%となっている。

前回調査と比較すると、「ほとんどない」は13.7ポイント増加し、一方で「毎日」も9.4ポイント増加している。逆に「週に3～4日」は6.8ポイント、「週に1～2日」も10.3ポイントそれぞれ減少している。

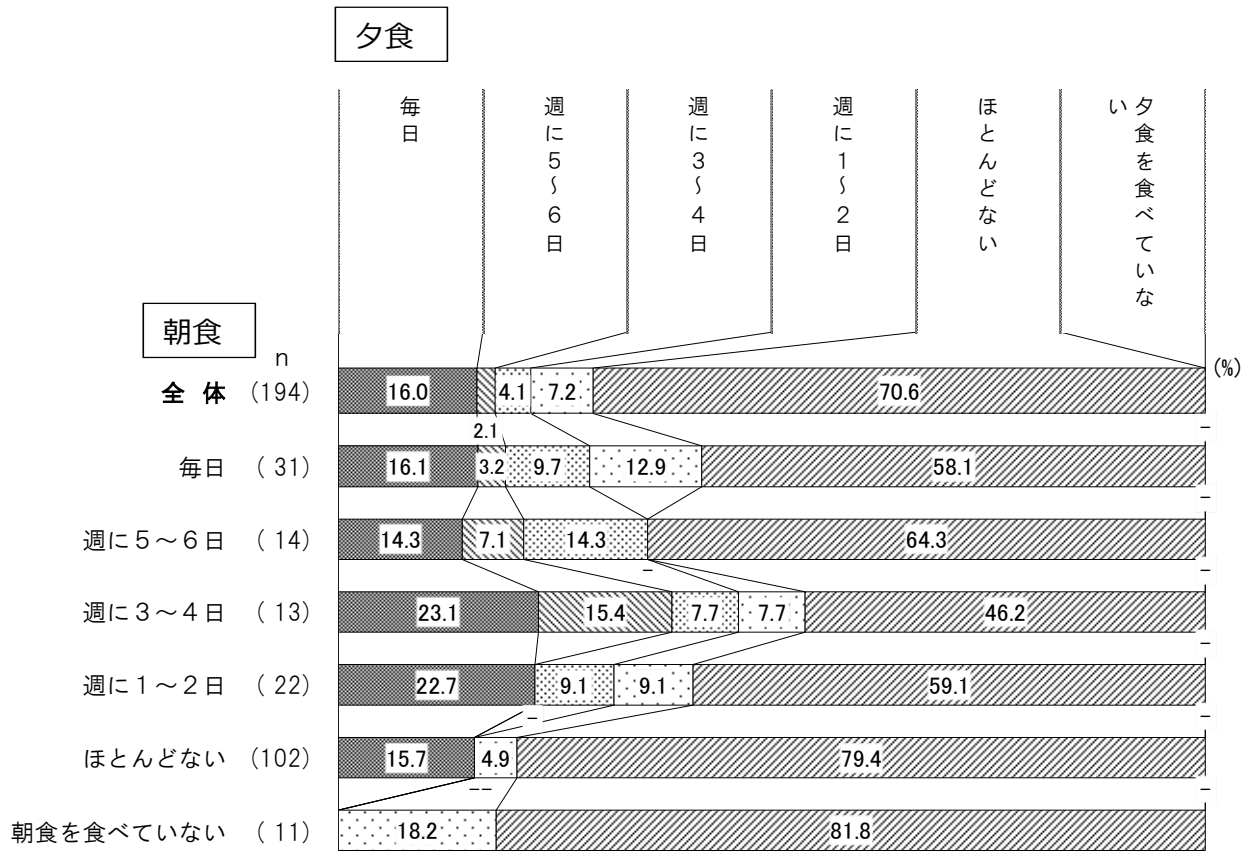


※「夕食を食べていない」という選択肢は今回調査から新設。

★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

【一人で食事をする頻度（朝食の状況別）】

夕食の孤食頻度を朝食の状況別で見ると、夕食の孤食が「ほとんどない」は、朝食の孤食が“ほとんどない”で79.4%と最も高く、“週に3～4日”で46.2%と最も低くなっている。



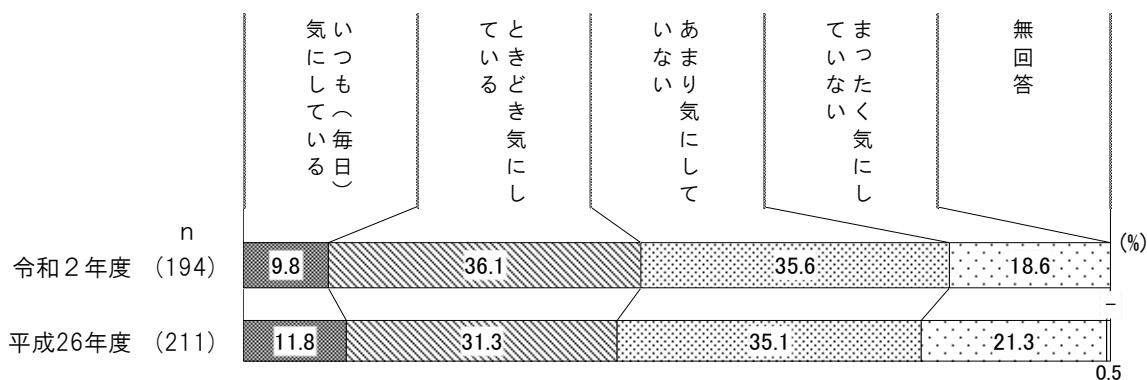
(12) 食事に関する日頃の心がけの度合い

問15 あなたは、日頃、以下のことがらをどのくらい心がけていますか。最も近いものの番号を選んでください。(ア)～(オ)のそれぞれについて、あてはまる番号1つだけに○をつけてください。)

(ア) うす味の食事を心がけ、塩分の多い食べ物をひかえること

うす味の食事を心がけ、塩分の多い食べ物をひかえることでは、「ときどき気にしている」が36.1%で最も高く、「いつも(毎日)気にしている」(9.8%)を合わせた《気にしている》が45.9%となっている。一方、「あまり気にしていない」(35.6%)と「まったく気にしていない」(18.6%)を合わせた《気にしていない》が54.2%となっている。

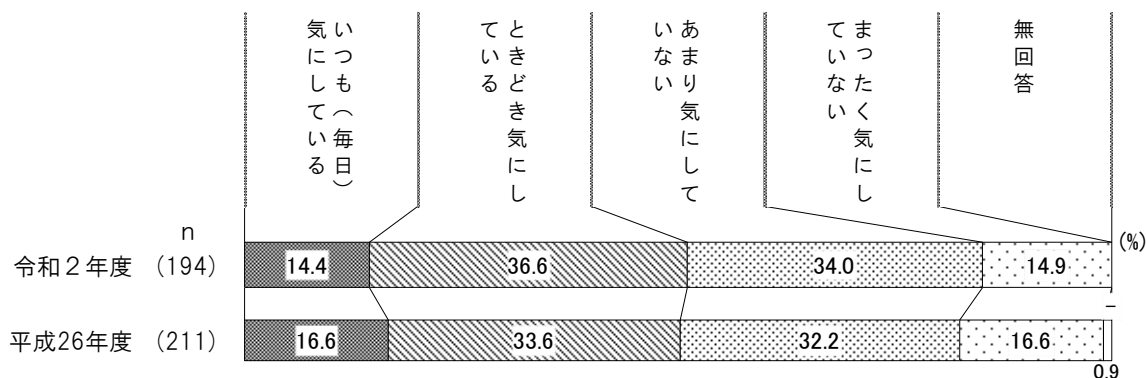
前回調査と比較すると、《気にしている》は2.8ポイント増加している。



(イ) 揚げ物など、油(脂)の多いものをひかえること

揚げ物など、油(脂)の多いものをひかえることでは、「ときどき気にしている」が36.6%で最も高く、「いつも(毎日)気にしている」(14.4%)と合わせた《気にしている》が51.0%となっている。一方、「あまり気にしていない」(34.0%)と「まったく気にしていない」(14.9%)を合わせた《気にしていない》が48.9%である。

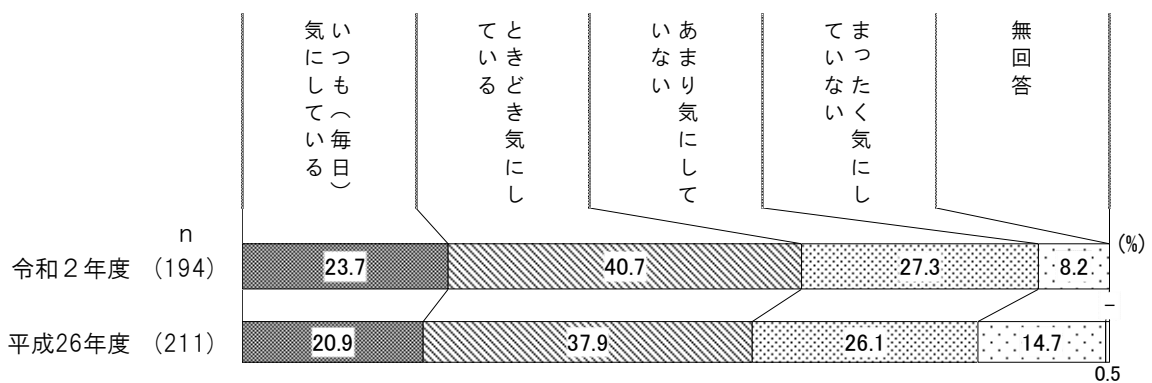
前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。



(ウ) 栄養のバランスを考えて食事をする

栄養のバランスを考えて食事をする事では、「ときどき気にしている」は40.7%で最も高く、「いつも（毎日）気にしている」(23.7%) と合わせた《気にしている》が64.4%となっている。一方、「あまり気にしていない」(27.3%) と「まったく気にしていない」(8.2%)を合わせた《気にしていない》が35.5%である。

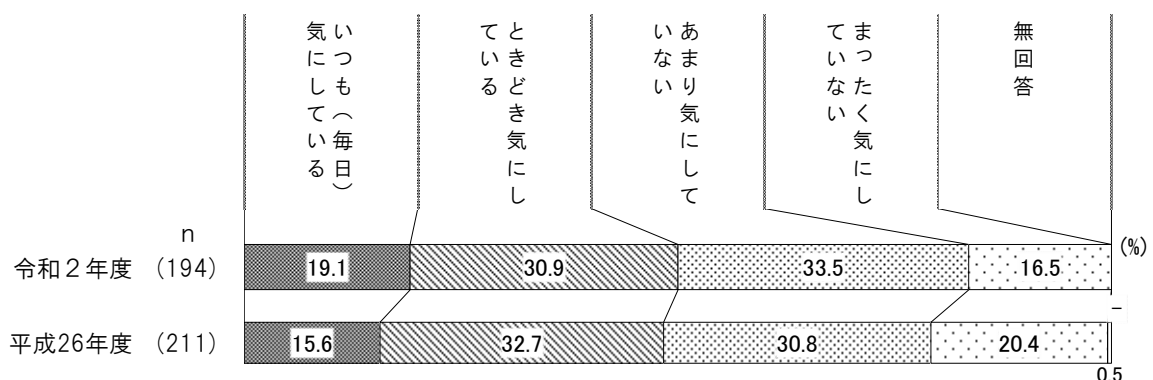
前回調査と比較すると、《気にしている》は5.6ポイント増加している。



(エ) エネルギー（カロリー）を考えて食事をする

エネルギー（カロリー）を考えて食事をする事では、「あまり気にしていない」が33.5%と最も高く、「まったく気にしていない」(16.5%)を合わせた《気にしていない》が50.0%となっている。一方、「ときどき気にしている」(30.9%)と「いつも（毎日）気にしている」(19.1%)を合わせた《気にしている》も50.0%となっている。

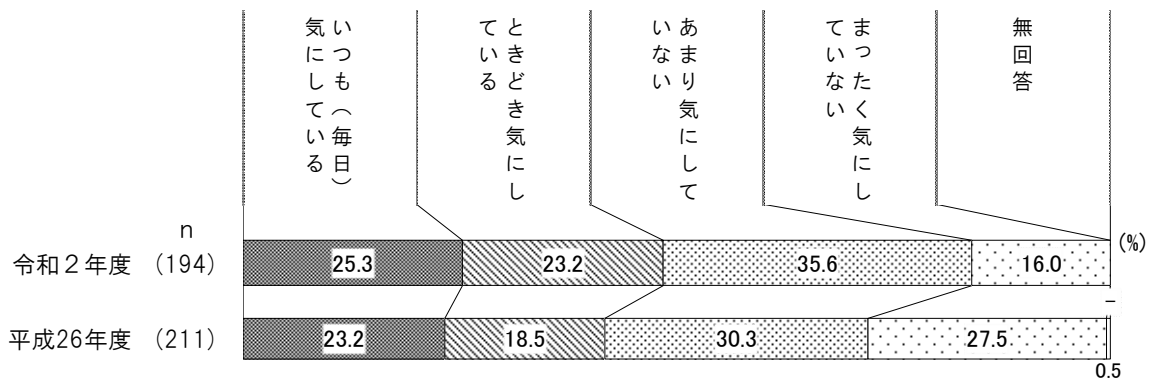
前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。



(オ) 就寝2時間前までに飲食を済ませるようにしておくこと

就寝2時間前までに飲食を済ませるようにしておくことでは、「あまり気にしていない」が35.6%と最も高く、「まったく気にしていない」(16.0%)と合わせた《気にしていない》が51.6%となっている。一方、「いつも(毎日)気にしている」(25.3%)と「ときどき気にしている」(23.2%)を合わせた《気にしている》が48.5%である。

前回調査と比較すると、《気にしている》が6.8ポイント増加している。



3 食育

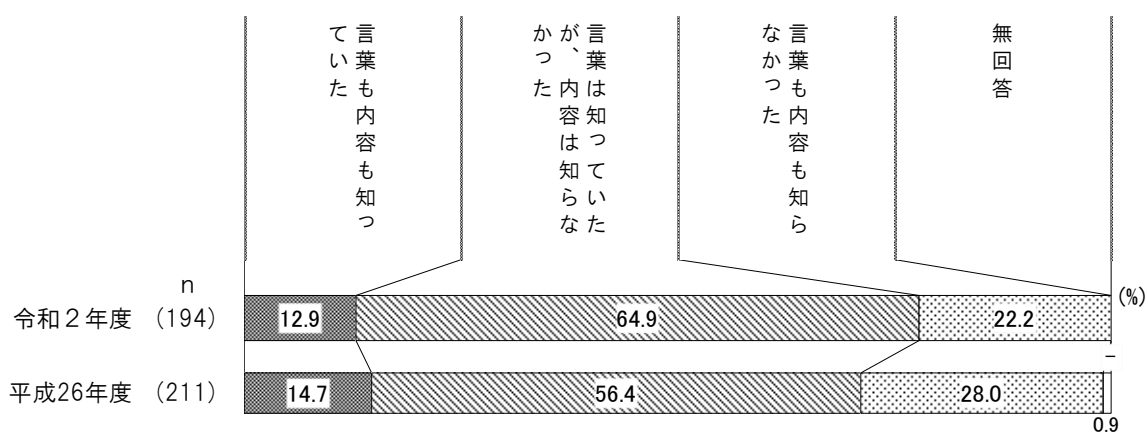
(1) 「食育」の認知状況

問16 あなたは、「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。(○は1つだけ)

※「食育」とは、生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるものであり、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。

「食育」の認知状況では、「言葉は知っていたが、内容は知らなかった」が64.9%と最も高く、「言葉も内容も知らなかった」が22.2%、「言葉も内容も知っていた」が12.9%となっている。

前回調査と比較すると、「言葉は知っていたが、内容は知らなかった」は8.5ポイント増加し、「言葉も内容も知らなかった」は5.8ポイント減少している。

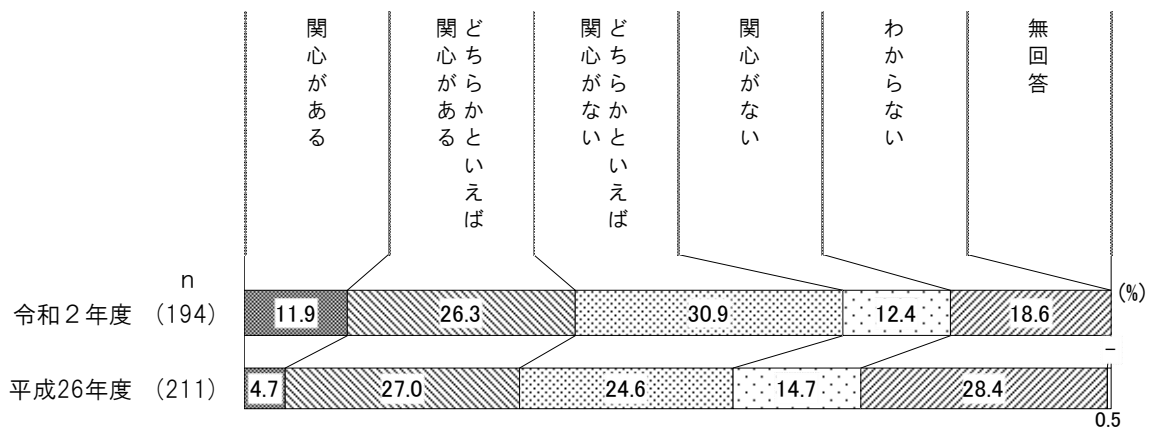


(2) 「食育」への関心度

問17 あなたは、「食育」に関心がありますか。(○は1つだけ)

「食育」に対する関心度では、「どちらかといえば関心がない」が30.9%と最も高く、「関心がない」(12.4%)と合わせた《関心がない》は43.3%となっている。一方、「関心がある」(11.9%)と「どちらかといえば関心がある」(26.3%)を合わせた《関心がある》は38.2%である。

前回調査と比較すると、《関心がある》は6.5ポイント増加し、「わからない」は9.8ポイント減少している。

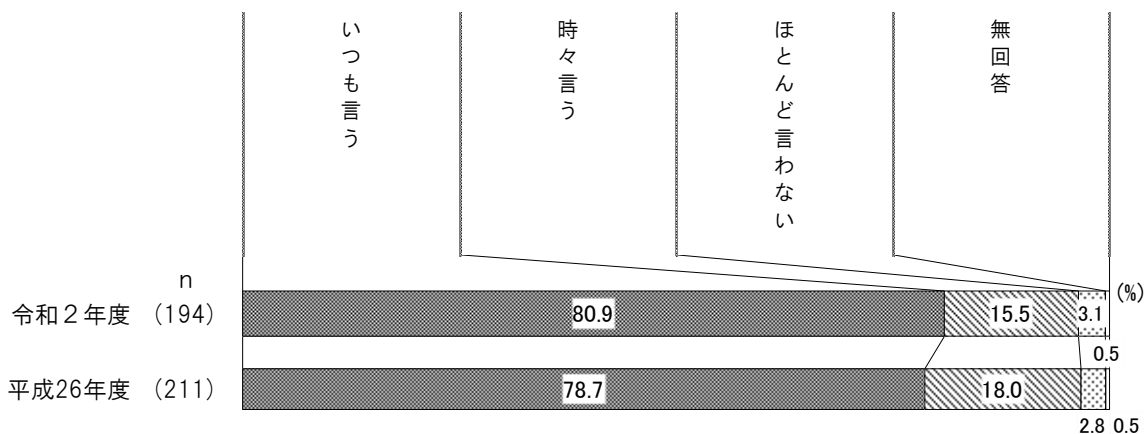


(3) 食事の前後にあいさつの言葉を言うか

問18 あなたは、食事の前と後にあいさつのことば「いただきます」・「ごちそうさま」を言っていますか。(○は1つだけ)

食事の前後にあいさつの言葉を「いつも言う」が80.9%で最も高く、「時々言う」が15.5%、「ほとんど言わない」が3.1%となっている。

前回調査と比較すると、「いつも言う」が2.2ポイント増加している。

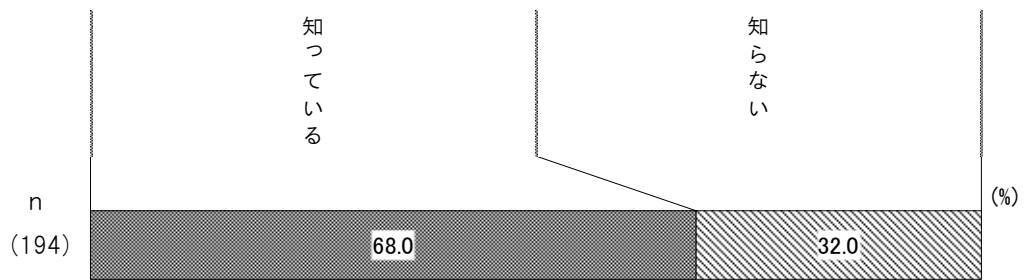


(4) 郷土料理など地域や家庭で受け継がれてきた料理や味を知っているか

問19 あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味を知っていますか。

※「伝統料理」とは、おせち料理などの受け継がれ伝えられている料理です。(○は1つだけ)

郷土料理など地域や家庭で受け継がれてきた料理や味を知っているかでは、「知っている」が68.0%、「知らない」(32.0%)より高くなっている。



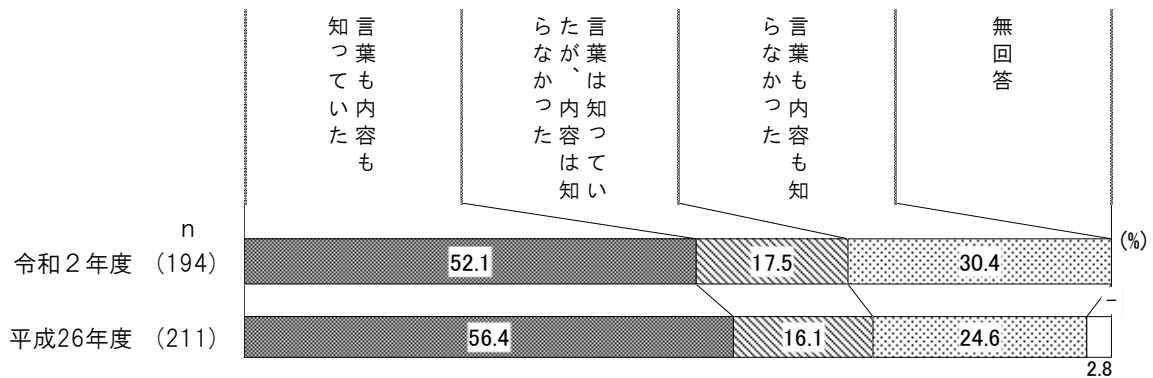
(5) 「地産地消」の認知状況

問20 あなたは、「地産地消」という言葉を知っていましたか。

※「地産地消」とは、地域で作られた食べ物を地域で食べることをいいます。(○は1つだけ)

「地産地消」の認知状況では、「言葉も内容も知っていた」が52.1%と最も高く、「言葉も内容も知らなかった」が30.4%、「言葉は知っていたが、内容は知らなかった」が17.5%となっている。

前回調査と比較すると、「言葉も内容も知っていた」は4.3ポイント減少し、「言葉も内容も知らなかった」が5.8ポイント増加している。

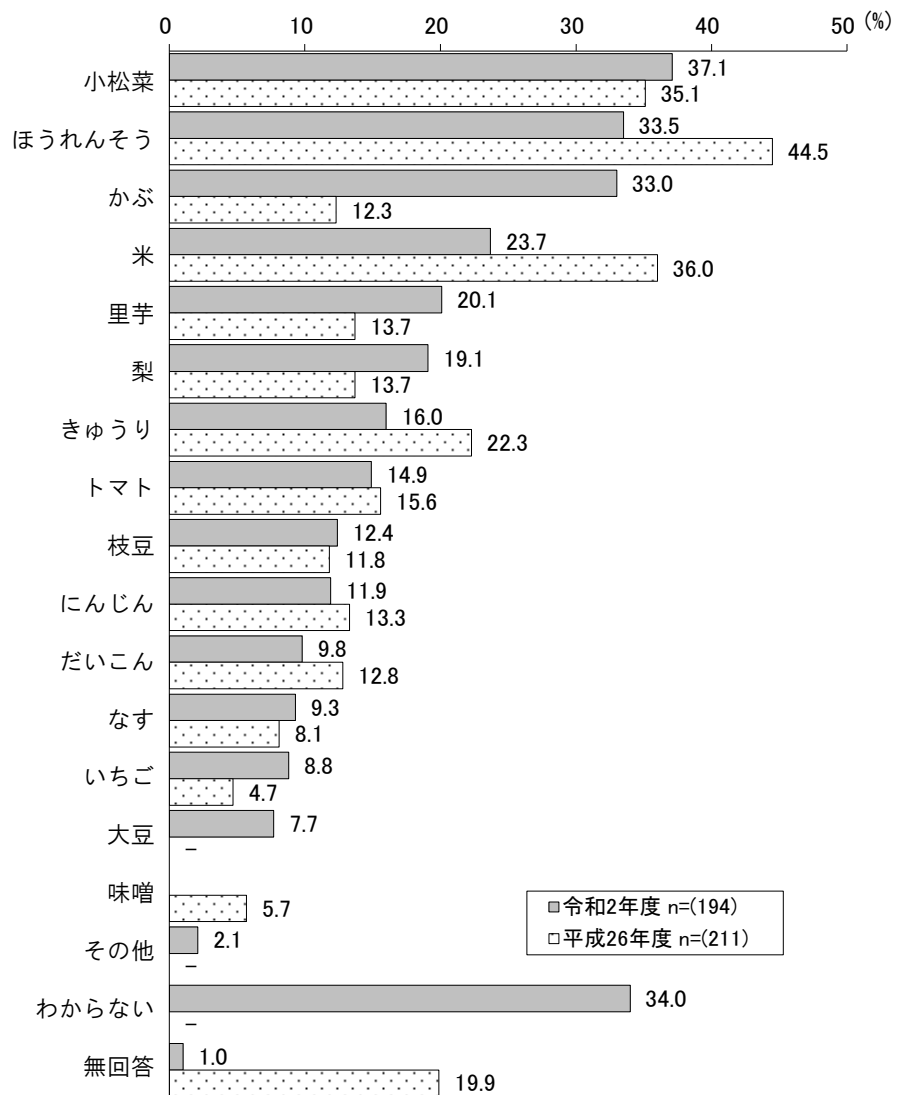


(6) 知っている市内主要農産物等

問21 あなたが、富士見市の主な農産物とし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○)

富士見市の主な農産物として知っているものでは、《農産物のいずれかに回答あり》は65.0%であった。具体的な農産物としては「小松菜」が37.1%と最も高く、以下「ほうれんそう」(33.5%)、「かぶ」(33.0%)、「米」(23.7%)となっている。一方、「わからない」が34.0%も高くなっている。

前回調査と比較すると、《農産物のいずれかに回答あり》は15.1ポイント減少している。具体的な農産物としては、「米」(12.3ポイント)と「ほうれんそう」(11.0ポイント)が10ポイント以上減少し、逆に「かぶ」(20.7ポイント)、「里芋」(6.4ポイント)、「梨」(5.4ポイント)、「いちご」(4.1ポイント)がそれぞれ増加している。

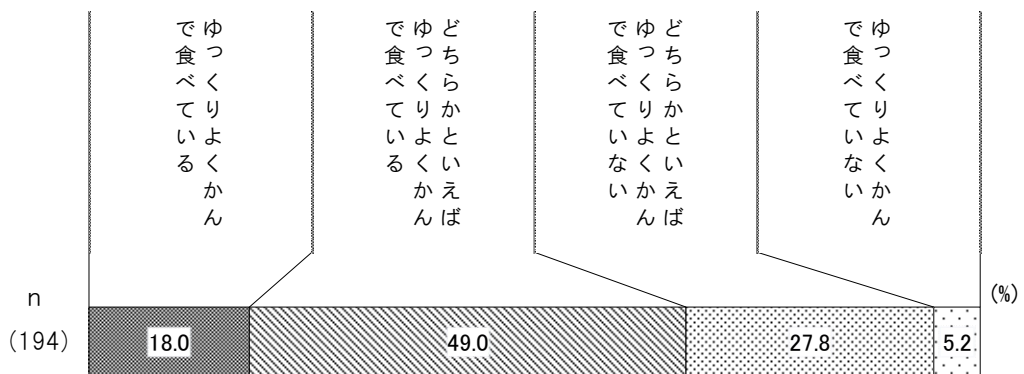


※「大豆」「わからない」という選択肢は今回調査から新設。
 ※今回調査では「味噌」の選択肢は除外している。
 ※《農産物のいずれかに回答あり》(=100% - 「わからない (%)」 - 「無回答 (%)」)を求めて、前回調査と比較している。

(7) ゆっくりよくかんで食べているか

問22 あなたは、ふだん、ゆっくりよくかんで食べていますか。(○は1つだけ)

ゆっくりよくかんで食べているかでは、「どちらかといえばゆっくりよくかんで食べている」が49.0%で最も高く、「ゆっくりよくかんで食べている」(18.0%)と合わせた《ゆっくりよくかんで食べている》が67.0%となっている。一方、「どちらかといえばゆっくりよくかんで食べていない」(27.8%)と「ゆっくりよくかんで食べていない」(5.2%)を合わせた《ゆっくりよくかんで食べていない》が33.0%である。



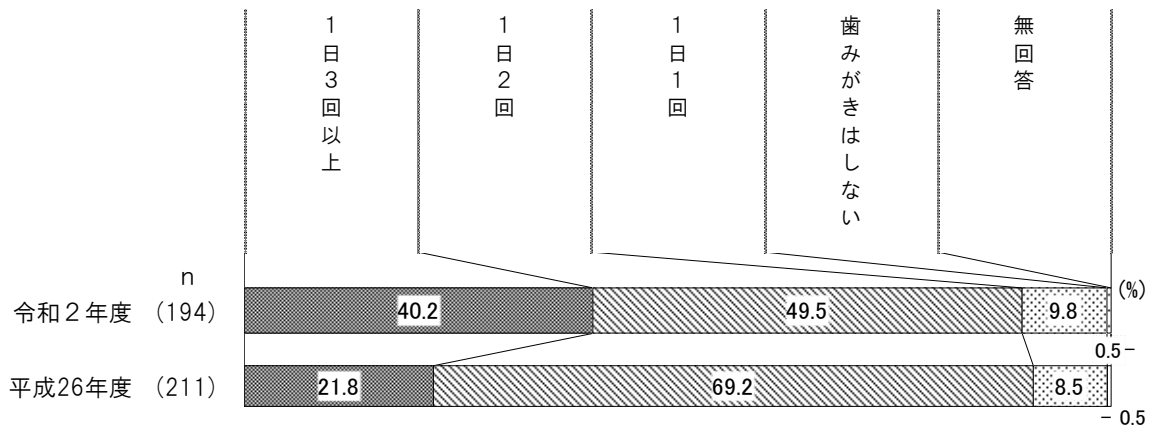
4 歯と口の健康

(1) 1日の歯みがきの回数

問23 あなたは、1日に何回歯をみがきますか。(○は1つだけ)

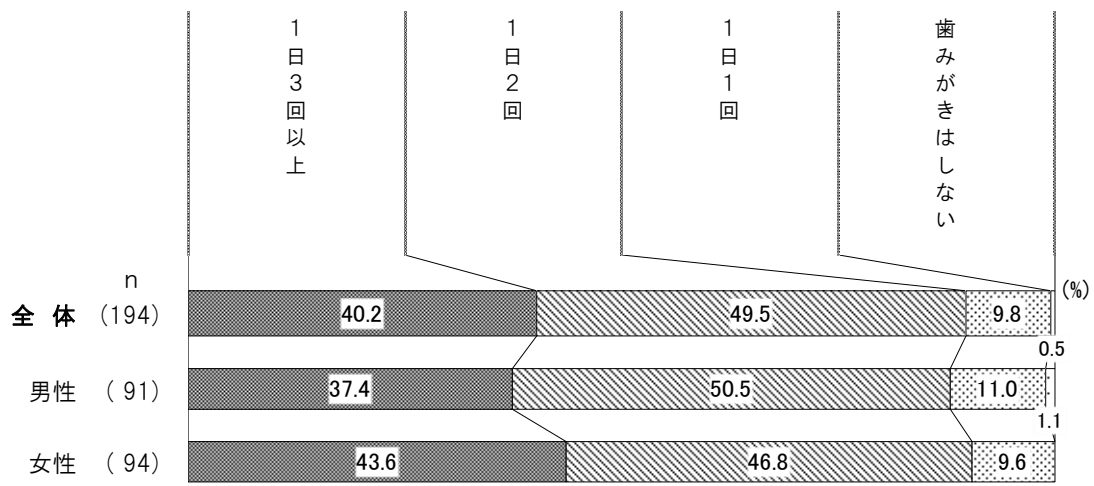
1日の歯みがきの回数では、「1日2回」が49.5%で最も高く、「1日3回以上」が40.2%、「1日1回」が9.8%となっている。

前回調査と比較すると、「1日3回以上」が18.4ポイント増加している。



【性別】

性別で見ると、「1日3回以上」は女性（43.6%）のほうが男性（37.4%）より6.2ポイント高くなっている。

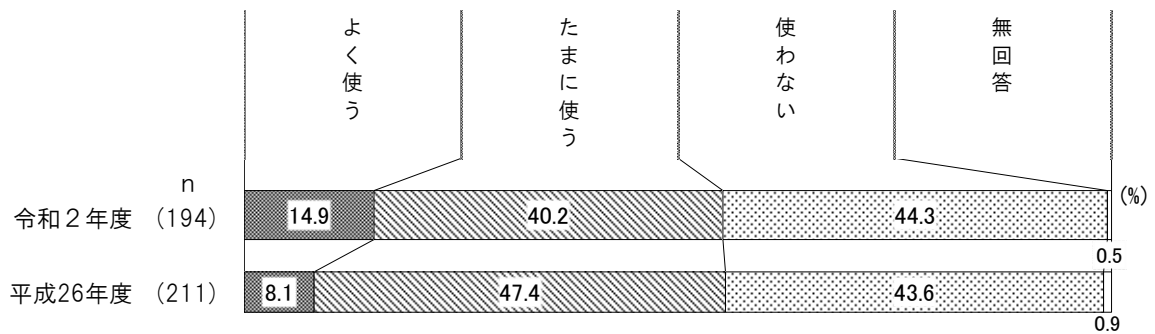


(2) 歯間清掃補助用具の使用頻度

問24 あなたは、歯と歯の間を清掃するための歯ブラシ以外の用具（デンタルフロス、糸ようじなど）を使っていますか。（○は1つだけ）

歯ブラシ以外の清掃補助用具の使用頻度は、「使わない」が44.3%と最も高く、「たまに使う」が40.2%、「よく使う」が14.9%となっている。

前回調査と比較すると、「よく使う」が6.8ポイント増加している。

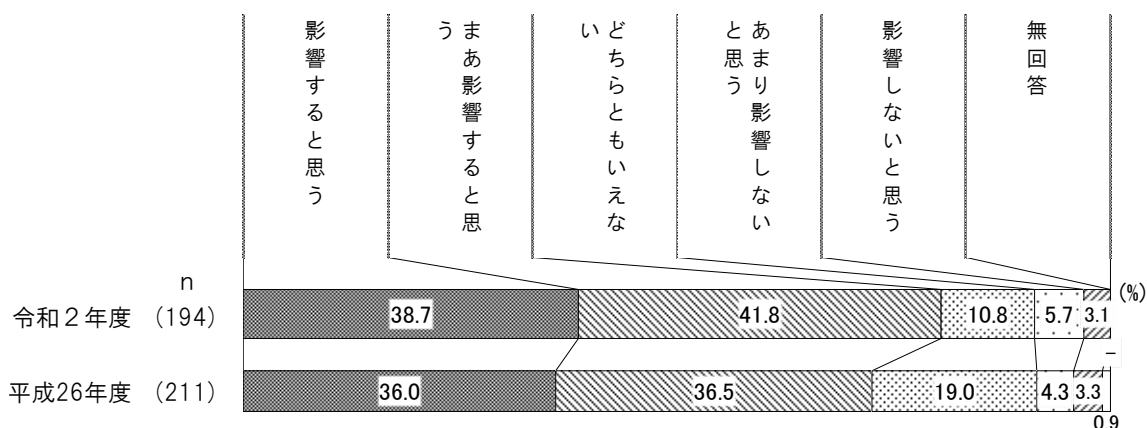


(3) 歯や歯ぐきの健康が体全体の健康に影響を与えるかの考え

問25 あなたは、歯や歯ぐきの健康が、からだ全体の健康にも影響すると思いますか。(○は1つだけ)

歯や歯ぐきの健康が体全体の健康にも影響を与えるかの考えでは、「まあ影響すると思う」が41.8%で最も高く、「影響すると思う」(38.7%)を合わせた《影響すると思う》は80.5%となっている。一方、「あまり影響しないと思う」(5.7%)と「影響しないと思う」(3.1%)を合わせた《影響しないと思う》は8.8%である。

前回調査と比較すると、《影響すると思う》が8.0ポイント増加している。

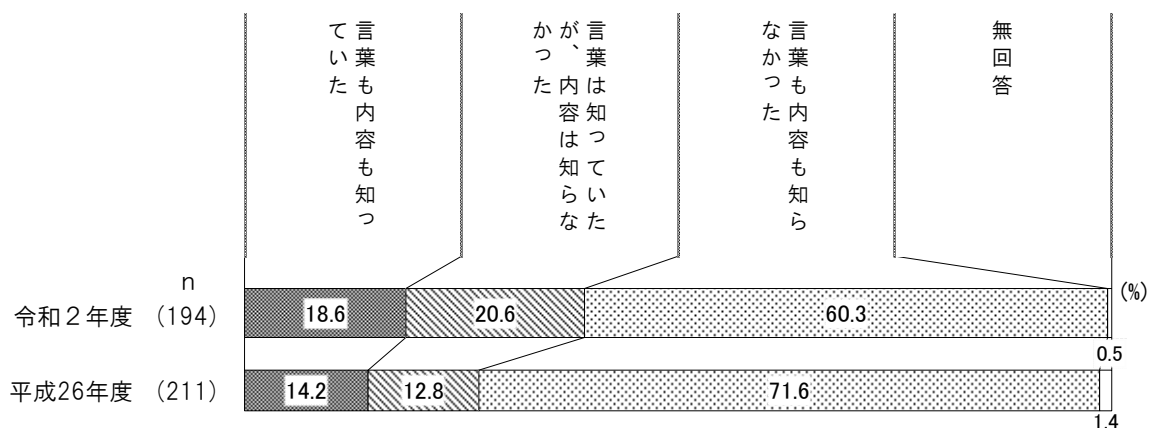


(4) 「8020 (ハチマル・ニイマル) 運動」の認知状況

問26 あなたは、「8020運動」(80歳になっても20本以上の歯を保とう、という運動)について知っていましたか。(○は1つだけ)

「8020運動」の認知状況では、「言葉も内容も知らなかった」が60.3%と最も高く、「言葉は知っていたが、内容は知らなかった」が20.6%、「言葉も内容も知っていた」が18.6%となっている。

前回調査と比較すると、「言葉も内容も知っていた」が4.4ポイント、「言葉は知っていたが、内容は知らなかった」も7.8ポイントそれぞれ増加している。



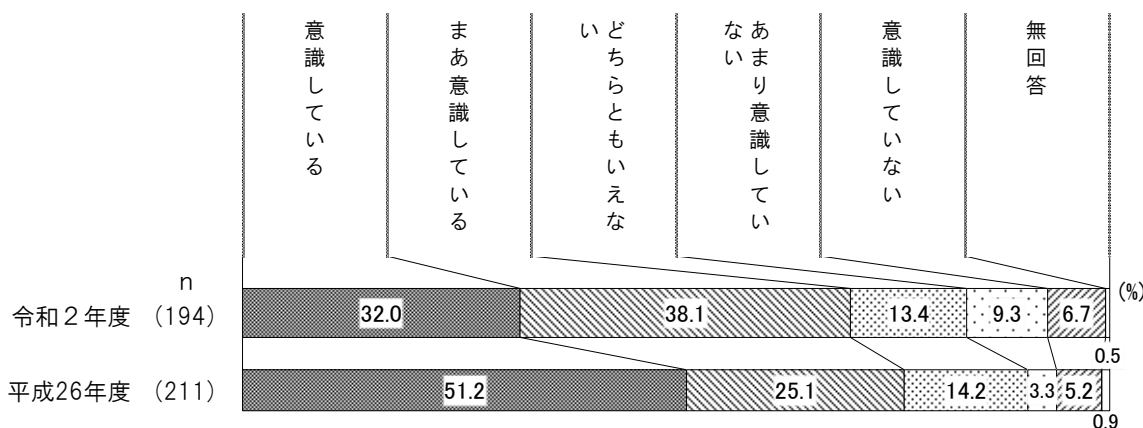
5 運動のようすと休養やこころの健康

(1) 日常生活での運動の状況

問27 あなたはふだん、意識して身体を動かすようにしていますか。(○は1つだけ)

普段意識して身体を動かしているかでは、「まあ意識している」が 38.1%と最も高く、「意識している」(32.0%)と合わせた《意識している》は 70.1%となっている。一方、「あまり意識していない」(9.3%)と「意識していない」(6.7%)を合わせた《意識していない》は 16.0%である

前回調査と比較すると、《意識している》は 6.2 ポイント減少している。

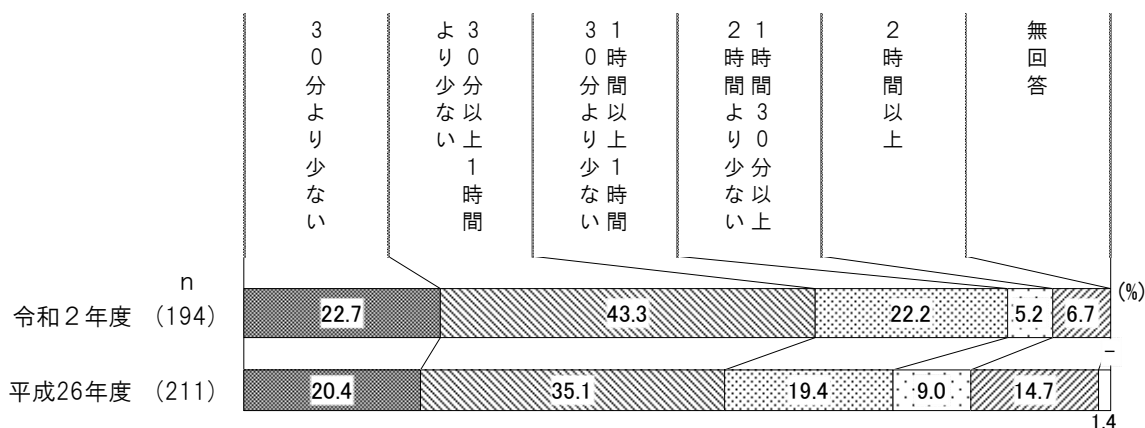


(2) 1日に歩く時間(合計)

問28 あなたは、1日にどのくらい歩きますか。(通学のためなどで歩く時間の合計)(○は1つだけ)

一日に歩く時間の合計では、「30分以上1時間より少ない」が 43.3%で最も高く、「30分より少ない」が 22.7%、「1時間以上1時間30分より少ない」が 22.2%となっている。

前回調査と比較すると、「30分以上1時間より少ない」は 8.2 ポイント増加し、「2時間以上」は 8.0 ポイント減少している。

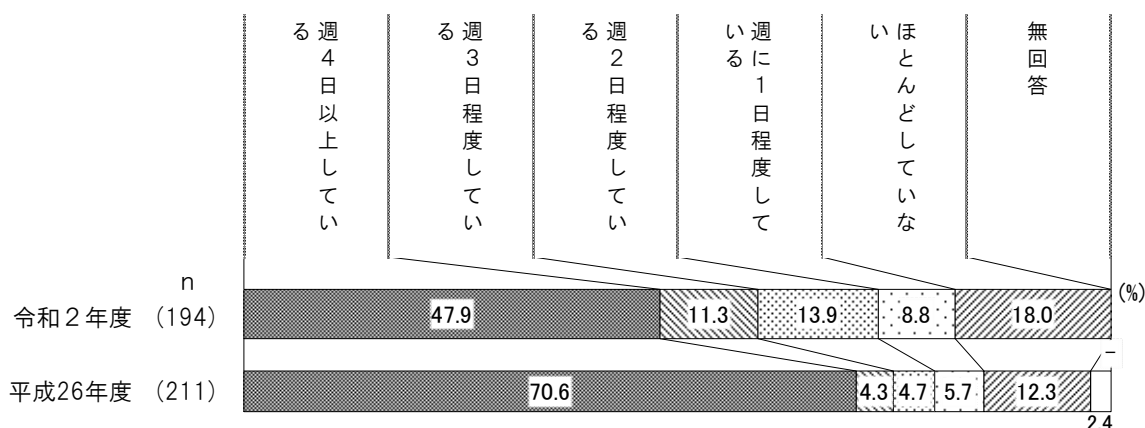


(3) 体育の授業以外に30分以上の運動をする日数

問29 あなたは、体育の授業以外に、30分以上の運動をする日が、週に何日ありますか。
 (※クラブ活動や習い事などでの運動時間は、これに含みます)。(○は1つだけ)

体育の授業以外に30分以上の運動をする日数では、「週4日以上している」が47.9%で最も高く、「ほとんどしていない」が18.0%、「週2日程度している」が13.9%、「週3日程度している」が11.3%となっている。

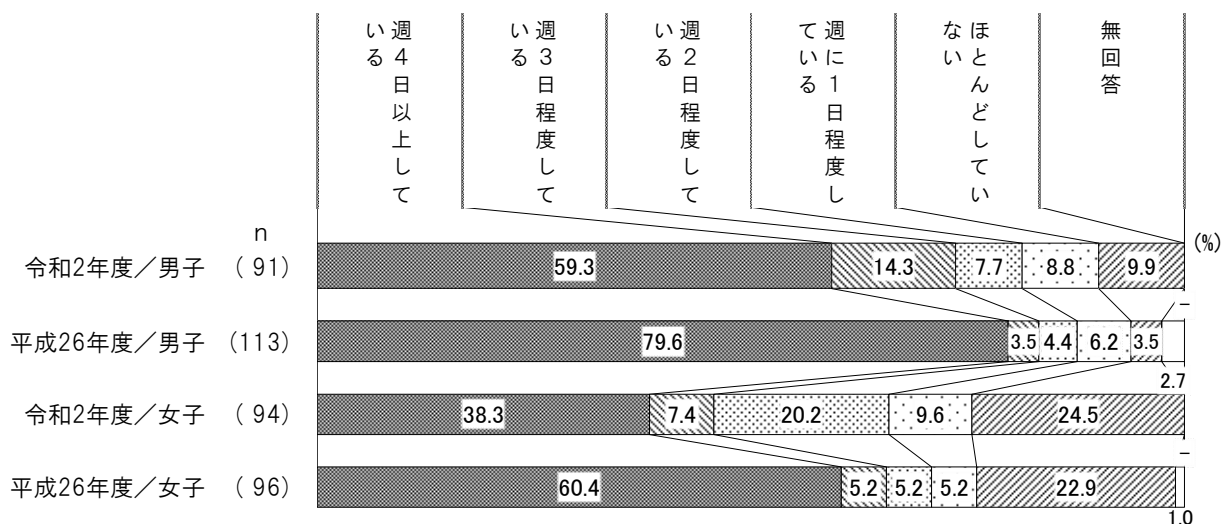
前回調査と比較すると、「週4日以上している」は22.7ポイント減少し、「ほとんどしていない」が5.7ポイント増加している。



【性別】

性別で見ると、「週4日以上している」は男子(59.3%)の方が女子(38.3%)より21.0ポイント高く、「ほとんどしていない」は女子(24.5%)の方が男子(9.9%)より14.6ポイント高くなっている。

前回調査と比較すると、「週4日以上している」は男女ともに20ポイント以上減少しており、「ほとんどしていない」は女子に増減はないが、男子で6.4ポイント増加している。

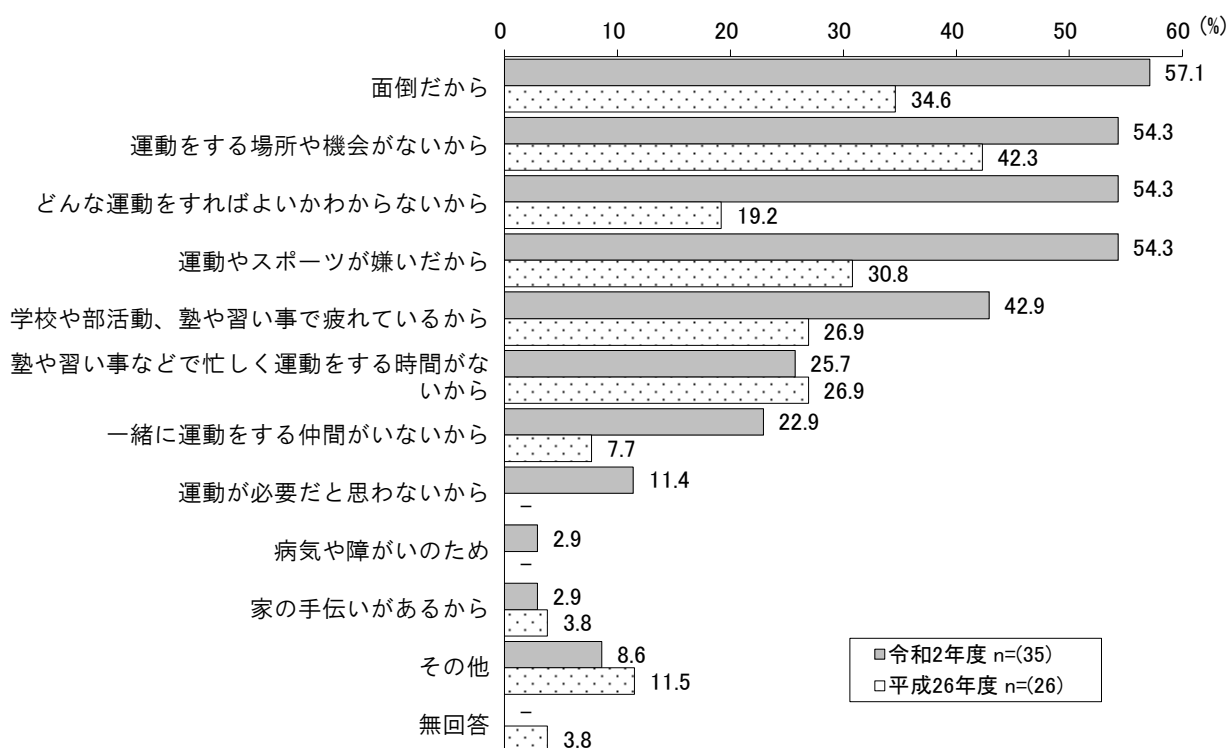


(4) 運動をほとんどしていない理由

問29-1 問29で「5 ほとんどしていない」と答えた方にうかがいます。運動をほとんどしていない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

運動をほとんどしていない理由では、「面倒だから」が57.1%で最も高く、以下「運動をする場所や機会がないから」と「どんな運動をすればよいかわからないから」、「運動やスポーツが嫌いだから」がそれぞれ54.3%、「学校や部活動、塾や習い事で疲れているから」が42.9%となっている。

前回調査と比較すると、多くの項目で割合が増加しており、特に「どんな運動をすればよいかわからないから」は35.1ポイント、「運動やスポーツが嫌いだから」は23.5ポイント、「面倒だから」は22.5ポイントと20ポイント以上増加している。



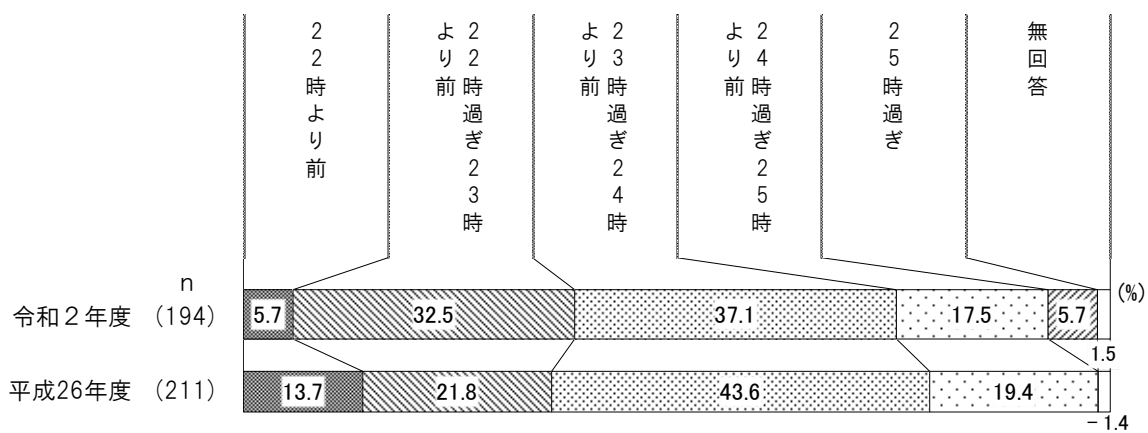
(5) 平日の就寝時間・起床時間

問30 あなたの、平日の「寝る時間」と「起きる時間」を教えてください。(24時間制でお答えください。例：午後11時30分の場合 → 23時30分)

■就寝時間

就寝時間では、「23時過ぎ 24時より前」が37.1%で最も高く、「22時過ぎ 23時より前」が32.5%、「24時過ぎ 25時より前」が17.5%となっている。

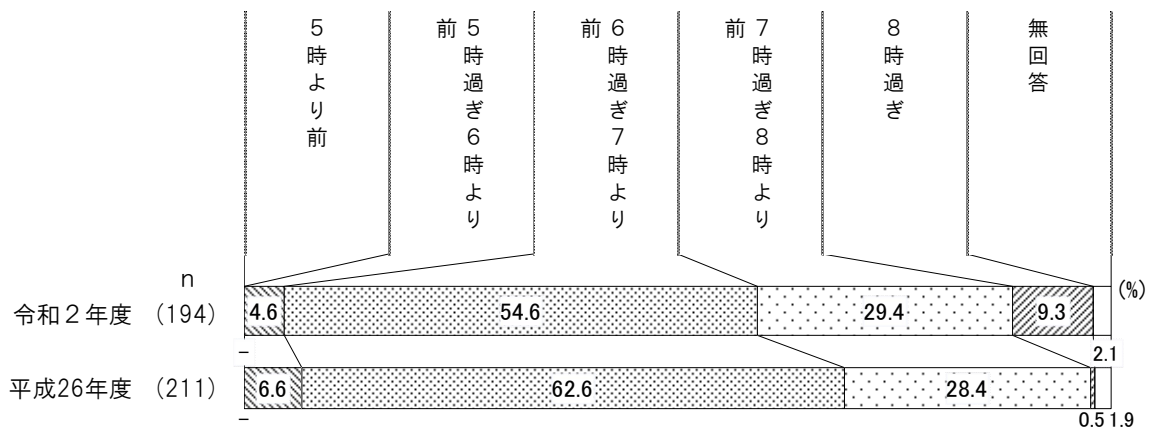
前回調査と比較すると、「22時より前」が8.0ポイント減少しており、「25時過ぎ」が5.7ポイント増加している。



■起床時間

起床時間では、「6時過ぎ 7時より前」が54.6%で最も高く、「7時過ぎ 8時より前」が29.4%、「8時過ぎ」が9.3%となっている。

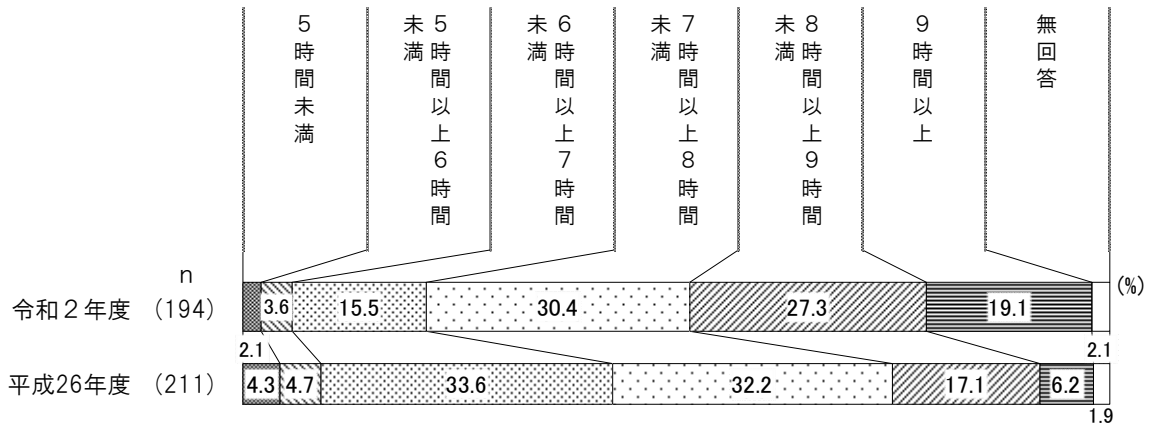
前回調査と比較すると、「8時過ぎ」は8.8ポイント増加している。



■ 睡眠時間

睡眠時間では、「7時間以上8時間未満」が30.4%で最も高く、「8時間以上9時間未満」が27.3%、「9時間以上」が19.1%、「6時間以上7時間未満」が15.5%となっている。

前回調査と比較すると、「6時間以上7時間未満」は18.1ポイント減少し、「9時間以上」は12.9ポイント、「8時間以上9時間未満」も10.2ポイント増加している。

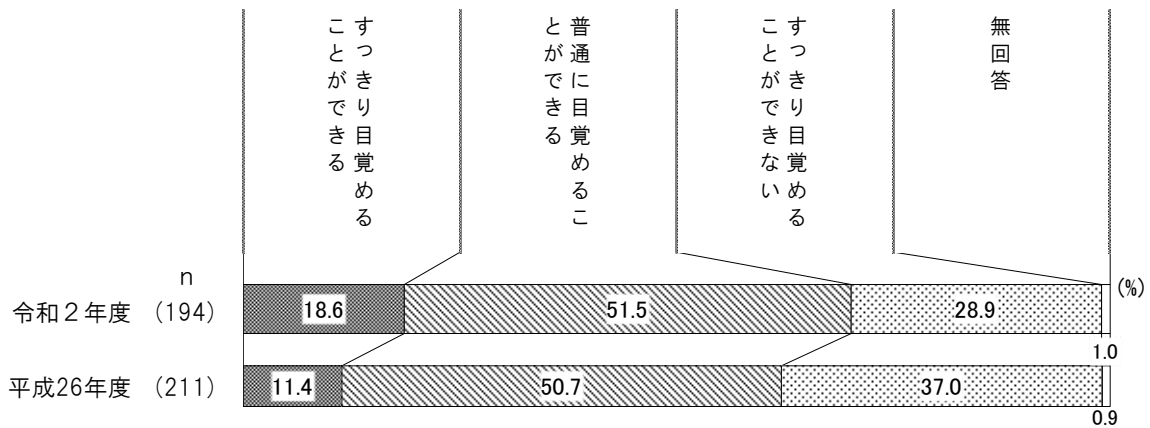


(6) 朝の目覚めについて

問31 あなたは、朝、すっきり目覚めることができますか。(○は1つだけ)

朝の目覚めについては、「普通に目覚めることができる」が51.5%で最も高く、「すっきり目覚めることができない」が28.9%、「すっきり目覚めることができる」が18.6%となっている。

前回調査と比較すると、「すっきり目覚めることができる」が7.2ポイント増加しており、「すっきり目覚めることができない」は8.1ポイント減少している。

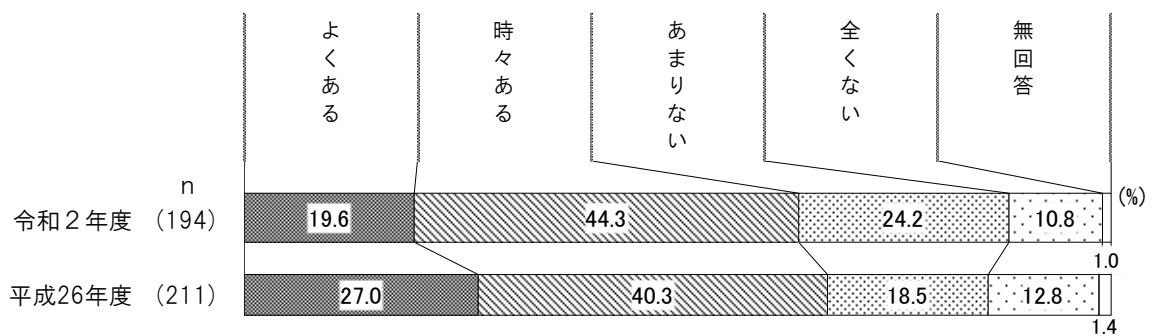


(7) 日常生活でのストレスの有無

問32 あなたは、日常生活の中でストレスを感じることがありますか。(○は1つだけ)

日常生活の中でストレスの有無では、「時々ある」が44.3%で最も高く、「よくある」(19.6%)と合わせた《ある》は63.9%となっている。一方、「あまりない」(24.2%)と「全くない」(10.8%)を合わせた《ない》は35.0%である。

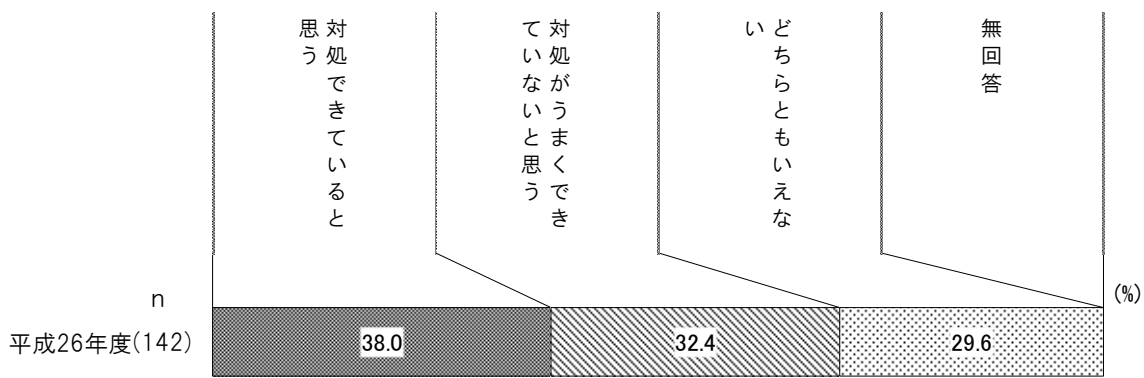
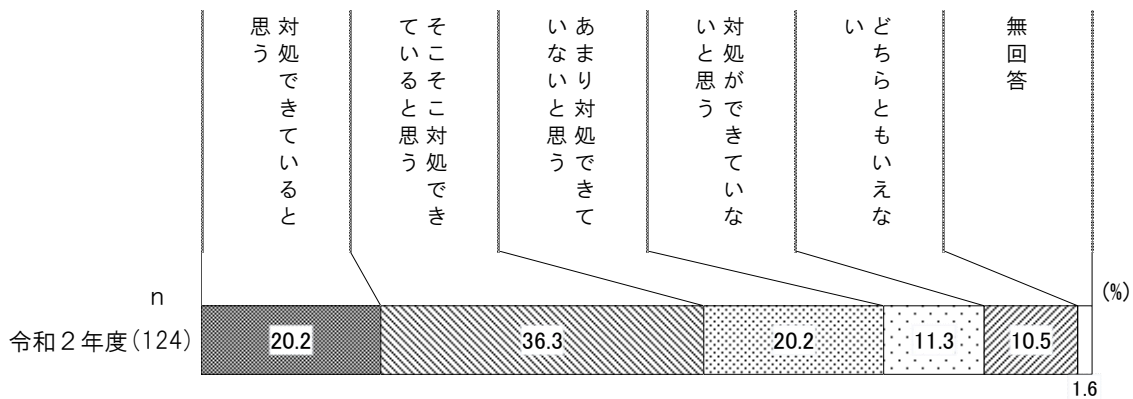
前回調査と比較すると、「よくある」が7.4ポイント減少し、《ある》では3.4ポイント減少している。



(8) ストレスへの対処

問32-1 問32で「1 よくある」または「2 時々ある」と答えた方にうかがいます。あなたは、ストレスには、うまく対処できていますか。(○は1つだけ)

ストレスにうまく対処できているかでは、「そこそこ対処できていると思う」が 36.3%で最も高く、「対処できていると思う」(20.2%)を合わせた《対処できていると思う》は 56.5%となっている。一方、「あまり対処できていないと思う」(20.2%)と「対処ができていないと思う」(11.3%)を合わせた《対処できていないと思う》は 31.5%である。



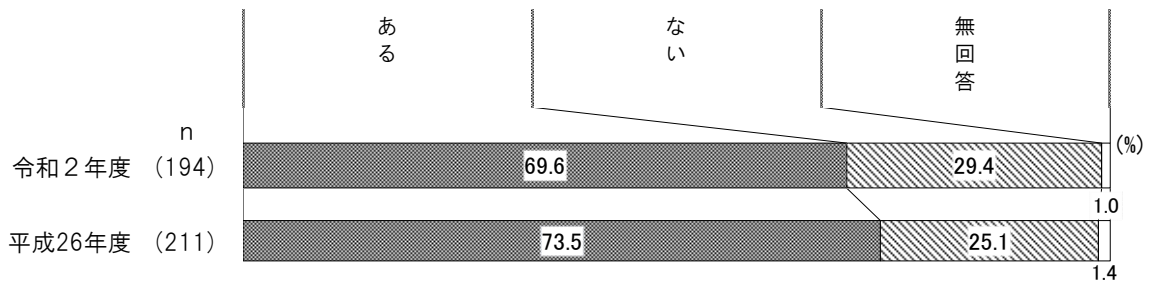
※「そこそこ対処できていると思う」と「あまり対処できていないと思う」という選択肢は今回調査から新設。

(9) ストレス等について相談できる先の有無 ★

問33 あなたは、心の悩みやストレス等について、相談できる人や相談できる場所がありますか。(○は1つだけ)

心の悩みやストレスなど相談できる人や場所の有無では、「ある」が69.6%で、「ない」(29.4%)より高くなっている。

前回調査と比較すると、「ある」が3.9ポイント減少している。



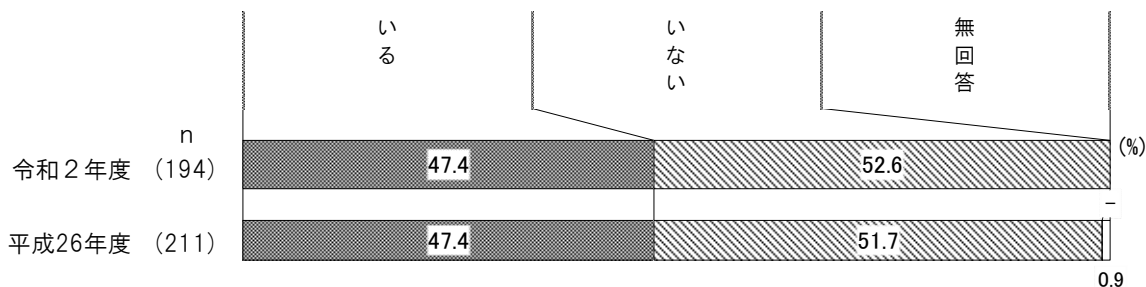
★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

6 たばことアルコール

(1) 家庭内の喫煙者の有無

問34 あなたの家族の中に、たばこを吸っている人はいますか。(○は1つだけ)

家庭内の喫煙者の有無では、「いない」が52.6%で、「いる」(47.4%)より高くなっている。前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。

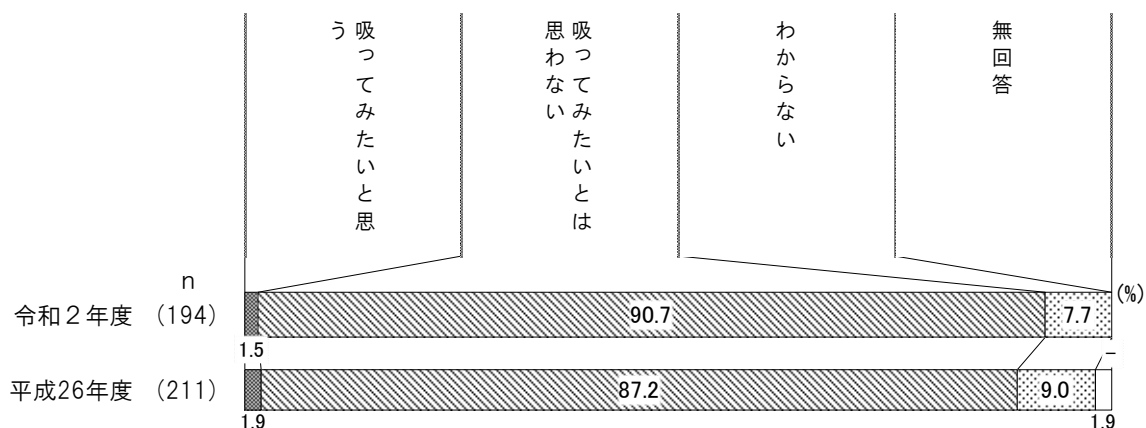


(2) たばこを吸ってみたいと思う考え

問35 あなたは、将来、たばこを吸ってみたいと思いますか。(○は1つだけ)

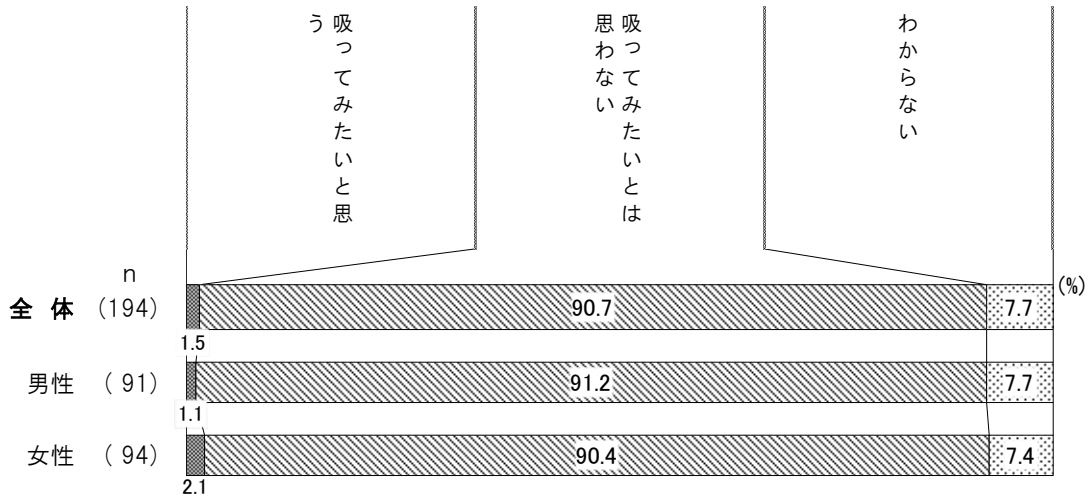
たばこを吸ってみたいと思う考えでは、「吸ってみたいとは思わない」が90.7%を占めており、「吸ってみたいと思う」は1.5%となっている。

前回調査と比較すると、「吸ってみたいとは思わない」は3.5ポイント増加している。



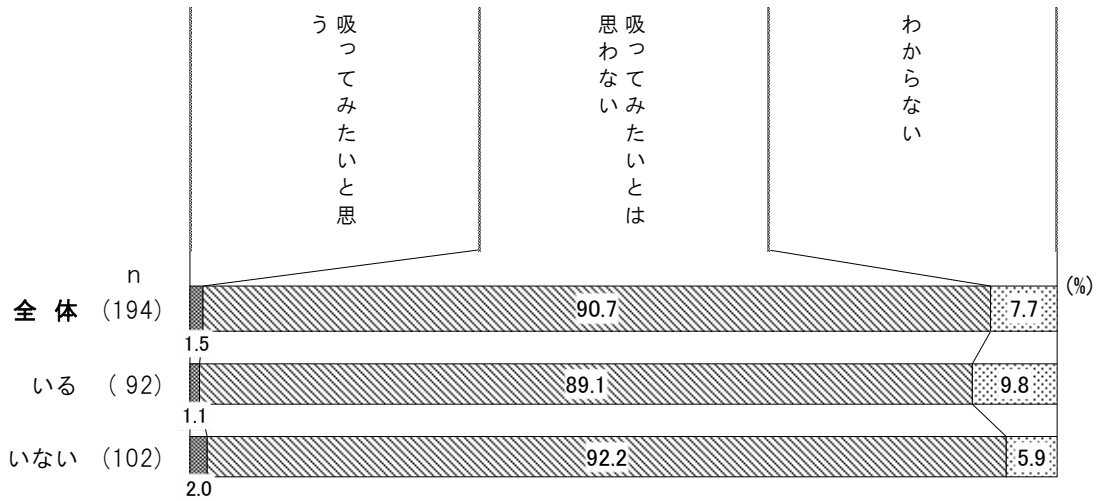
【性別】

性別では、特に大きな違いはみられない。



【家庭内の喫煙者の有無別】

家庭内の喫煙者の有無別でみると、「吸ってみたいと思わない」は“いない” (92.2%) のほうが“いる” (89.1%) より 3.1 ポイント高くなっている。

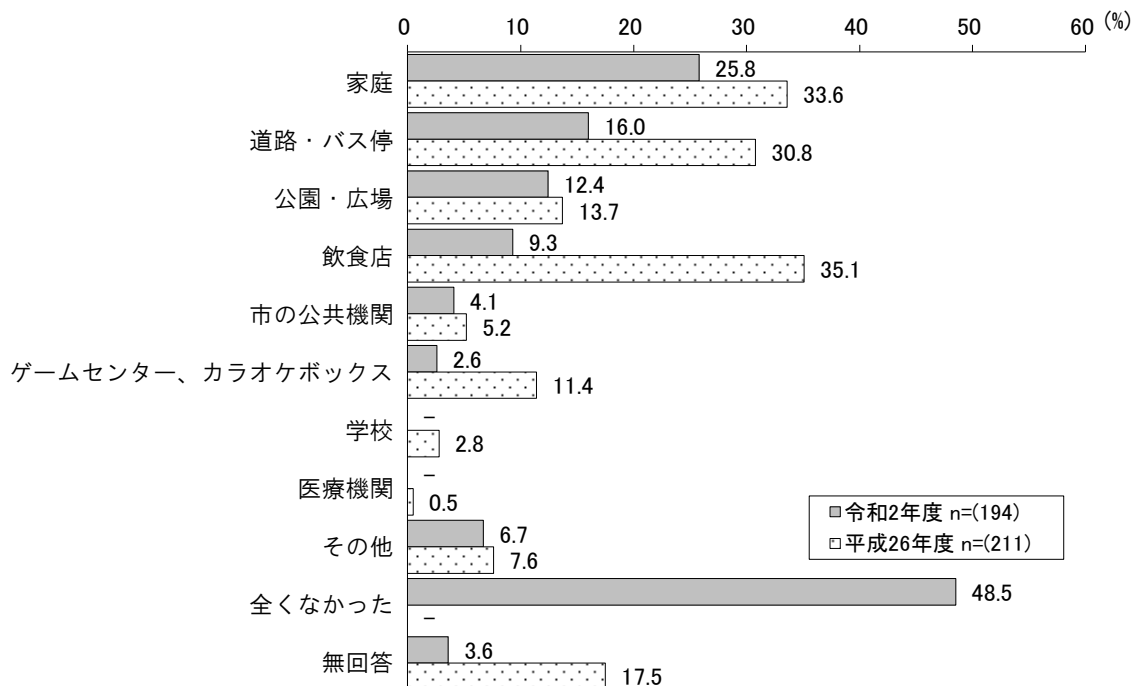


(3) この1か月の受動喫煙の状況

問36 あなたは、この1か月に次の場所で自分以外の人のたばこの煙を吸ったこと（「受動喫煙」といいます）がありましたか。（あてはまるものすべてに○）

この1か月の受動喫煙の状況では、「全くなかった」が48.5%で、《受動喫煙があった》（47.9%）よりわずかに高くなっている。受動喫煙の場所としては、「家庭」が25.8%で高く、以下「道路・バス停」（16.0%）、「公園・広場」（12.4%）となっている。

前回調査と比較すると、ほとんどの項目で減少している。中でも「飲食店」は25.8ポイント、「道路・バス停」は14.8ポイントと10ポイント以上減少している。

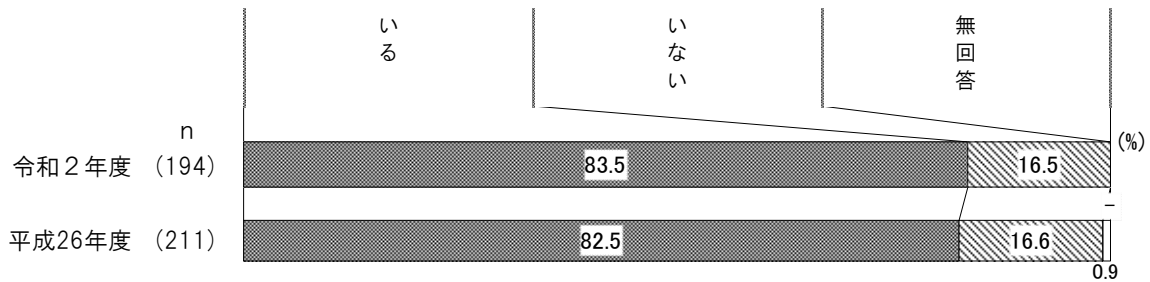


※ 「全くなかった」という選択肢は今回調査から新設。
 ※ 《受動喫煙があった》 = 100% - 「全くなかった」 - 「無回答」

(4) 家庭内のお酒を飲む人の有無

問37 あなたの家族の中に、お酒を飲む人はいますか。(○は1つだけ)

家庭内のお酒を飲む人の有無では、「いる」が 83.5%で、「いない」(16.5%) より高くなっている。前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。

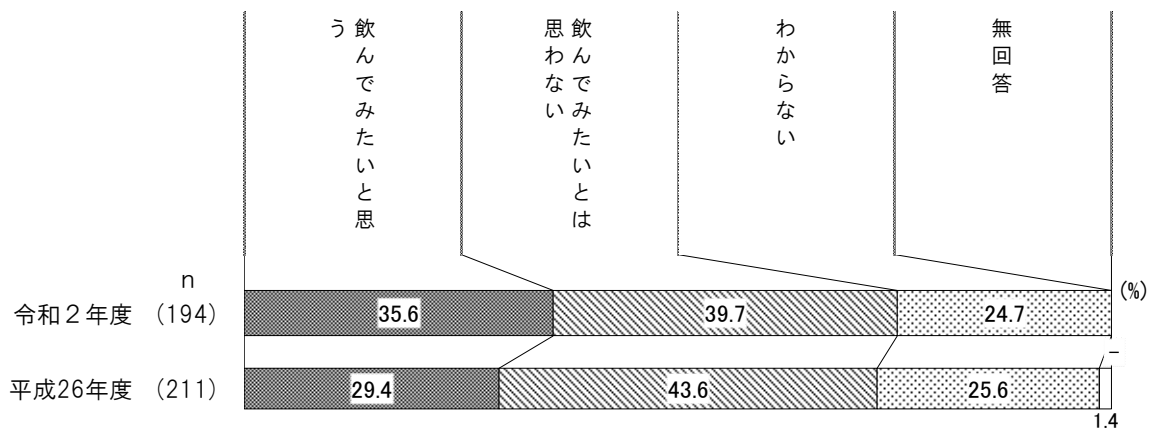


(5) お酒を飲んでみたいと思う考え

問38 あなたは、将来、お酒を飲んでみたいと思いますか。(○は1つだけ)

将来、お酒を飲んでみたいと思う考えでは、「飲んでみたいとは思わない」が 39.7%で、「飲んでみたいと思う」(35.6%)より高くなっている。

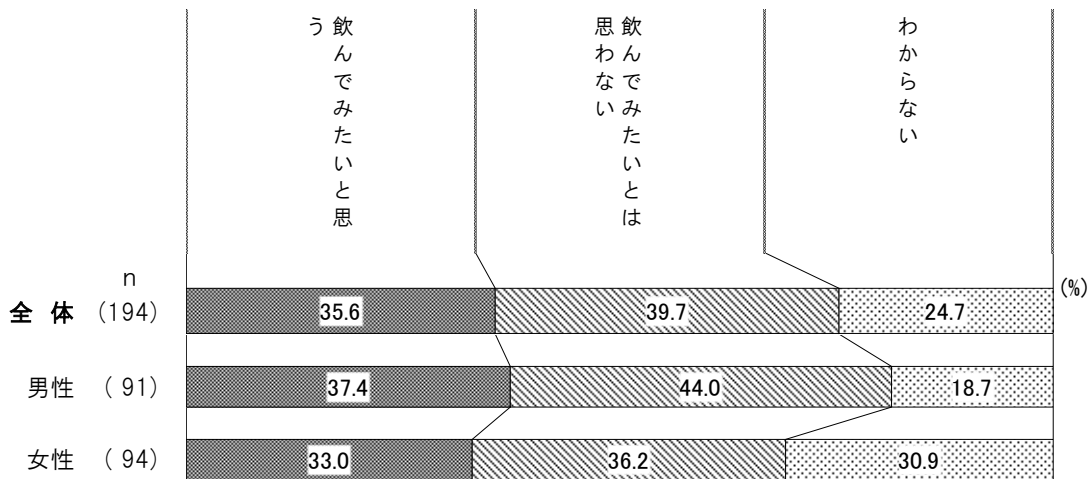
前回調査と比較すると、「飲んでみたいと思う」は6.2ポイント増加している。



【性別】

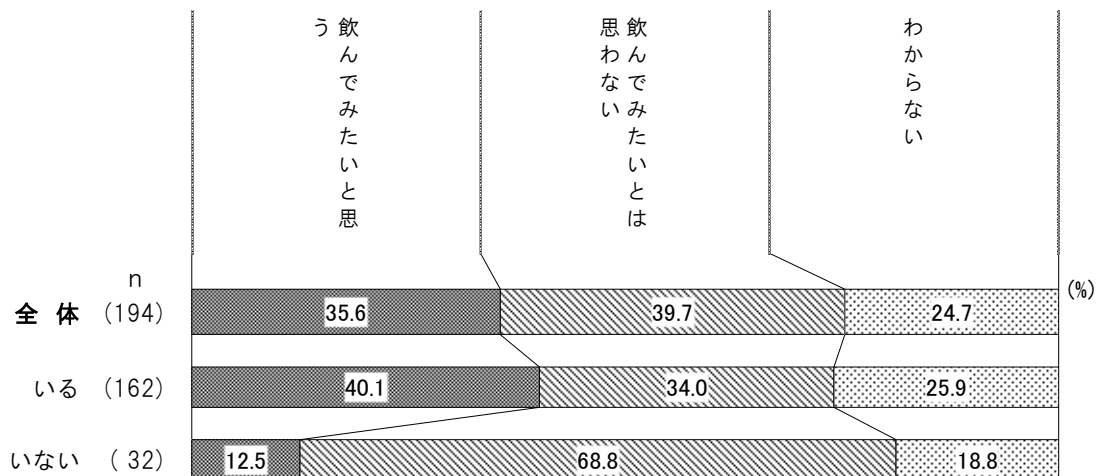
性別で見ると、「飲んでみたいとは思わない」は、男性（44.0%）のほうが女性（36.2%）より 7.8 ポイント高く、「飲んでみたいと思う」でも男性（37.4%）のほうが女性（33.0%）より 4.4 ポイント高くなっている。

一方、「わからない」は、女性（30.9%）のほうが男性（18.7%）より 12.2 ポイント高くなっている。



【家庭内のお酒を飲む人の有無別】

家庭内でお酒を飲む人の有無別で見ると、「飲んでみたいと思わない」は“いない”（68.8%）のほうが“いる”（34.0%）より 34.8 ポイント高くなっている。



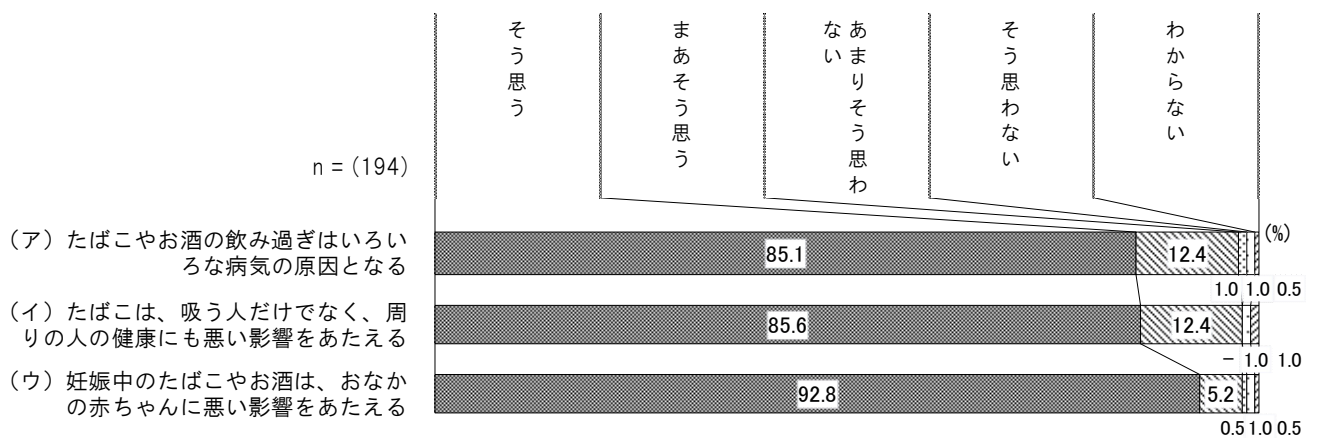
(6) たばこやお酒についての考え

問39 たばこやお酒について、あなたの考えに最も近いものの番号を選んでください。((ア)～(ウ)のそれぞれについて、あてはまる番号1つだけに○をつけてください。)

“(ア) たばこやお酒の飲み過ぎはいろいろな病気の原因となる”では、「そう思う」が85.1%と最も高くなっている。

“(イ) たばこは、吸う人だけでなく、周りの人の健康にも悪い影響をあたえる”では、「そう思う」は85.6%である。

“(ウ) 妊娠中のたばこやお酒は、おなかの赤ちゃんに悪い影響をあたえる”では、「そう思う」は92.8%となっている。

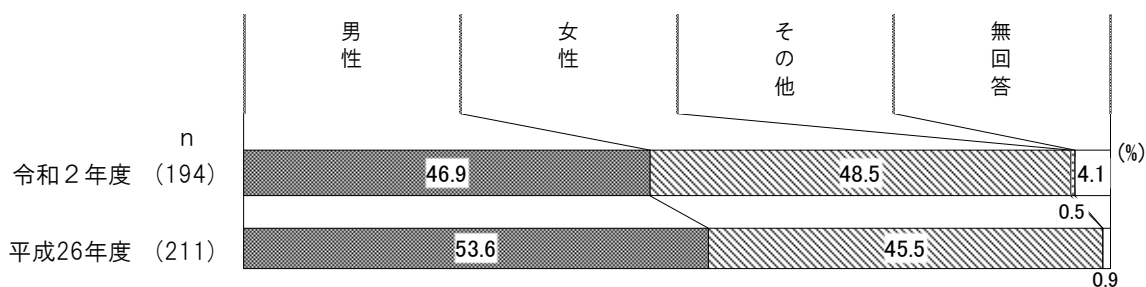


7 基本的属性など

(1) 性別

問40 あなたの性別はどちらですか。(○は1つだけ)

性別では、「男性」が46.9%、「女性」が48.5%、「その他」が0.5%となっている。
前回調査と比較すると、「男性」が6.7ポイント減少している。

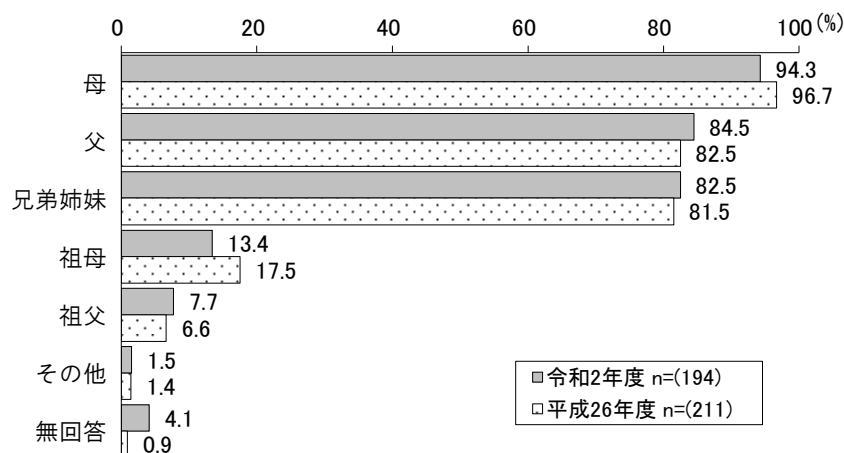


※「その他」という選択肢は今回調査から新設。

(2) 家族構成

問41 あなたが、現在いっしょに住んでいる人、すべてに○をつけてください。(あてはまるものすべてに○)

いっしょに住んでいる人は、「母」が94.3%で最も高く、以下「父」(84.5%)、「兄弟姉妹」(82.5%)、「祖母」(13.4%)、「祖父」(7.7%)となっている。
前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。



(3) 自由意見

問42 最後に、健康について意見があれば、どんなことでもかまいませんので、自由に書いてください。

ご意見を自由に記入していただいたところ、36件の貴重な回答をいただいた。

意見や要望を分類した結果、「たばこ・お酒について」が9件で最も多かった。次いで、「健康管理について」(8件)、「食生活について」(7件) などとなっている。

		件数
1	食生活について	7
2	身体活動・運動について	5
3	健康管理について	8
4	たばこ・お酒について	9
5	休養について	4
6	市の施策について	1
7	その他	2
計		36

1 食生活について

- ・よく食べるという事が一番の健康。
- ・給食は健康を考えているとは思いますが、お肉を増やしてほしい。
- ・しっかりと栄養バランスを考えたい。
- ・もう少し鉄分がとれると良いです。
- ・健康は栄養をとる食事のこと。
- ・野菜は必要だと思った。
- ・健康に生活するためには、毎日食事を食べる、栄養バランス、カロリーなどを考えて。また毎日睡眠をたくさんとること。

2 身体活動・運動について

- ・運動は大切だと思う。
- ・これから運動するようにしたい。
- ・どのようなトレーニングしたらお腹が引き締まりますか？
- ・コロナの自粛の中でも、健康を考えて運動などをしていきたいです。
- ・健康は栄養をとり運動すること。

3 健康管理について

- ・健康は大事
- ・自分の体は、自分で守る。
- ・体調を悪くせず、ダイエットする方法はなんだろう？

- ・健康とは、自分の体を作っていくものなのだと、アンケートを書きながら思いました。今一度、自分の健康生活を見直して、家族と共に過ごしていきたいです。
- ・コロナが流行してみて、毎日規則正しい生活が大切だと分かりました。
- ・僕は健康に生きることは、とても大切なので、これからも気をつけて生きていきたいです。
- ・健康って大切だなと思いました。
- ・体調管理をしっかりして、早死にをしないようにしたい。

4 たばこ・お酒について

- ・受動喫煙も体に影響が表われる。
- ・タバコについて、もっと厳しくすればいいと思う。
- ・たばこの煙は体によくないので、喫煙所に部屋を作ってその中で煙ってほしい。
- ・親にタバコをやめてほしい。
- ・自分はタバコもお酒も絶対にしません。長生きしたいのもあるし、周りに迷惑だし、それにずっと健康でいたいからです。私は生活で病気になって死ぬのは嫌だからです。
- ・たばことお酒は、大人になってもやりたくないです。
- ・タバコは絶対にやらないようにする。
- ・たばこは、吸っていなくても吸っている人の煙で、関係のない私達まで害があるので、たばこを吸う人達がいなくなってほしいです。
- ・たばこは体に悪いと思う。

5 休養について

- ・睡眠は大切だと思う。
- ・寝る時間など決めることが大切です。
- ・健康は栄養をとり、睡眠をとること。
- ・健康に生活するためには、毎日食事を食べる、栄養バランス、カロリーなどを考えて。また毎日睡眠をたくさんとること。

6 市の施策について

- ・市全体でもっと意識する必要がある。

7 その他

- ・毎日疲れる。
- ・お金がある方は、食材を選べるのでよりよい物を食べる事が出来るので…。健康器具も買う事が出来るので…。お金は直結すると思います。苦しい今、生活出来るよう何よりお金の事を考えて欲しいです。

第4章 小学生調査の結果

第4章 小学生調査

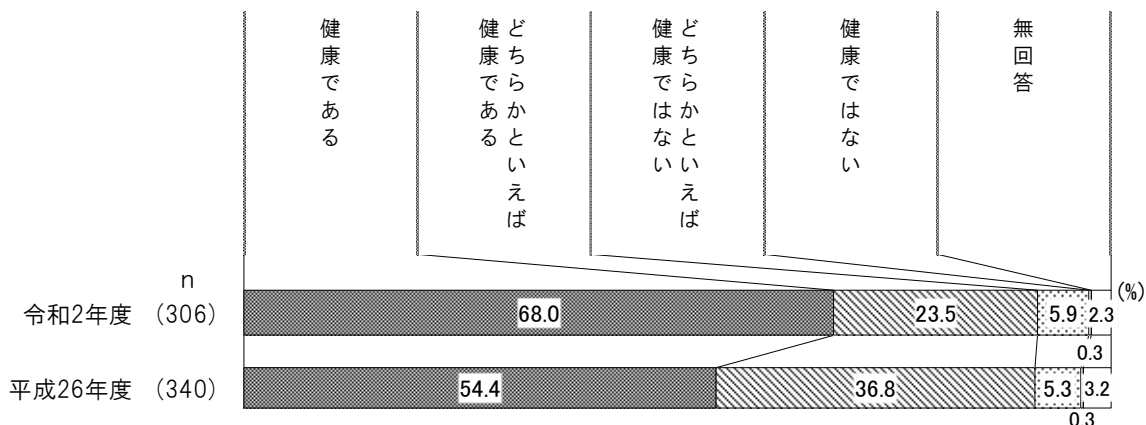
1 健康状態や健康に関する考え方

(1) 普段の健康状態

問1 あなたは、自分のふだんの健康状態についてどう思いますか。(○は1つだけ)

普段の健康状態については、「健康である」が 68.0%と最も高く、「どちらかといえば健康である」(23.5%)と合わせた《健康である》は 91.5%となっている。一方、「どちらかといえば健康ではない」(5.9%)と「健康ではない」(0.3%)を合わせた《健康ではない》は 6.2%である。

前回調査と比較すると、「健康である」は 13.6 ポイント増加している。

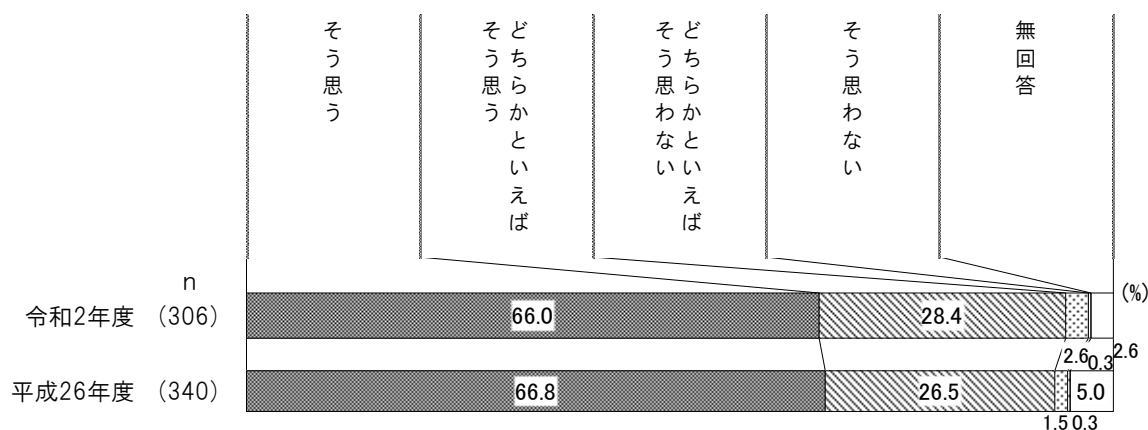


(2) 「自分の健康は自分で守るものだ」と思うか

問2 あなたは、「自分の健康は自分で守るものだ」と思いますか。(○は1つだけ)

「自分の健康は自分で守るものだ」の考えでは、「そう思う」が 66.0%と最も高く、「どちらかといえばそう思う」(28.4%)と合わせた《そう思う》は 94.4%となっている。一方、「どちらかといえばそう思わない」(2.6%)と「そう思わない」(0.3%)を合わせた《思わない》は 2.9%である。

前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。



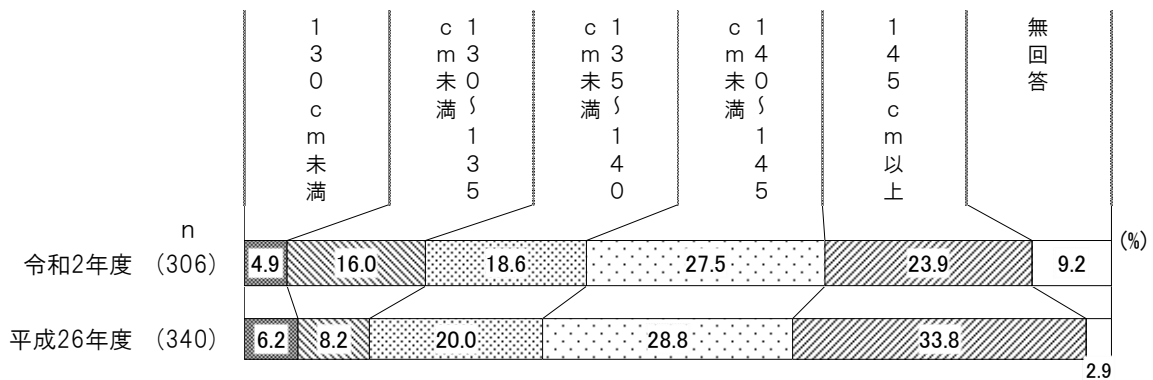
(3) 身長・体重等

問3 あなたの身長と体重を教えてください。(整数で教えてください)〔小数点第1位を四捨五入してください 例) 140.5cm→141cm〕

■身長

身長では、「140～145 cm未満」が27.5%で最も高く、以下「145 cm以上」が23.9%、「135～140 cm未満」が18.6%、「130～135 cm未満」が16.0%となっている。

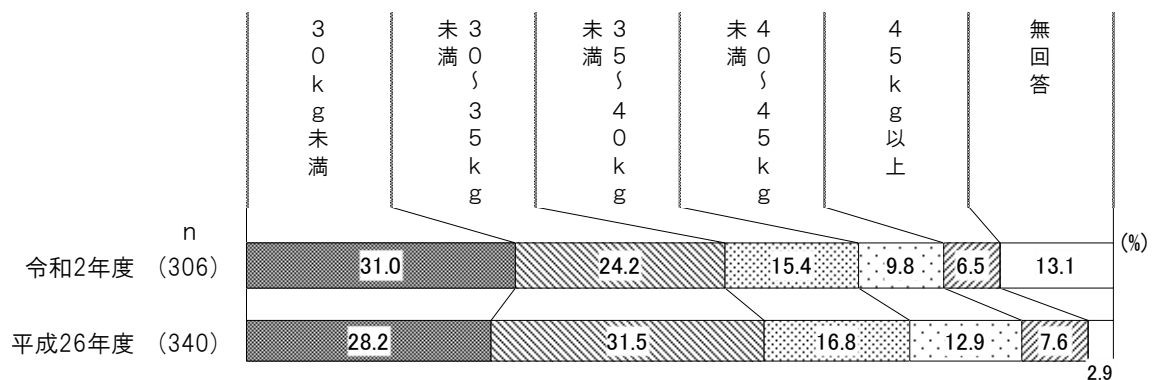
前回調査と比較すると、「130～135 cm未満」が7.8ポイント増加し、「145cm 以上」が9.9ポイント減少している。



■体重

体重では、「30 kg 未満」が31.0%で最も高く、以下「30～35 kg 未満」が24.2%、「35～40 kg 未満」が15.4%となっている。

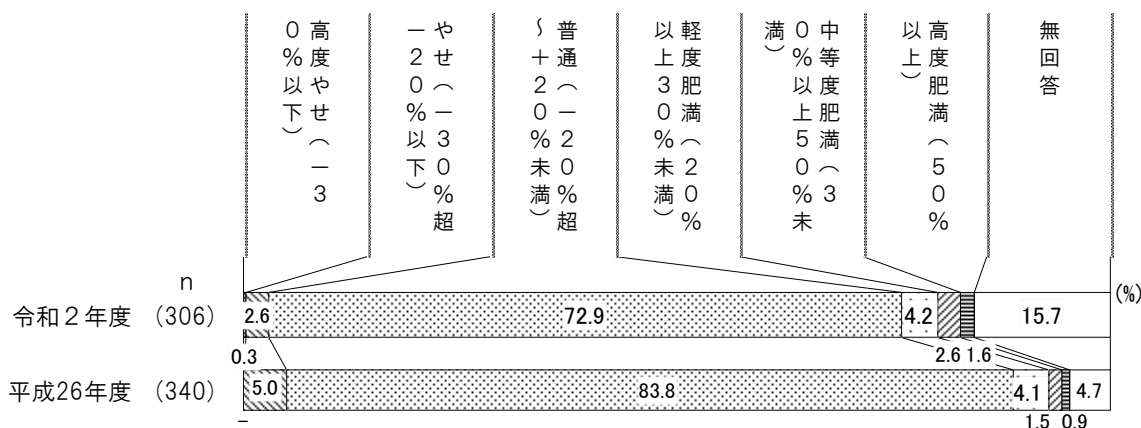
前回調査と比較すると、「30～35 kg 未満」が7.3ポイント減少し、逆に、「30 kg 未満」が2.8ポイント増加している。



■肥満度

肥満度では、「普通（-20%超～+20.0 未満）」が 72.9%と最も高く、「高度やせ（-30%以下）」（0.3%）と「やせ（-30%超-20%以下）」（2.6%）を合わせた《やせ》が 2.9%、「軽度肥満（20%以上 30%未満）」（4.2%）と「中等度肥満（30%以上 50%未満）」（2.6%）、「高度肥満（50%以上）」（1.6%）を合わせた《肥満》は 8.4%である。

前回調査と比較すると、《やせ》が 2.1 ポイント減少している。



※ 「児童生徒等の健康診断マニュアル」（平成27年度改定 公益財団法人日本学校保健会（文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課 監修））の係数を利用し算出している。

なお、小学校5年生を対象としていることから、調査時点での年齢は10～11歳が混在すると考えられる。ここでは、便宜上10歳の係数を利用して算出している。

（参考）「児童生徒等の健康診断マニュアル（改訂版）」における肥満度の算定方法

$$\text{肥満度(過体重度)}(\%) = (\text{実測体重}(\text{kg}) - \text{身長別標準体重}(\text{kg})) / \text{身長別標準体重}(\text{kg}) \times 100$$

- 肥満度が、20%以上であれば「肥満」傾向とし、20%以上30%未満を「軽度」、30%以上50%未満を「中等度」、50%以上を「高度」の肥満と判定する。
- 身長別標準体重を求める計算式：身長別標準体重(kg) = a × 実測身長(cm) - b

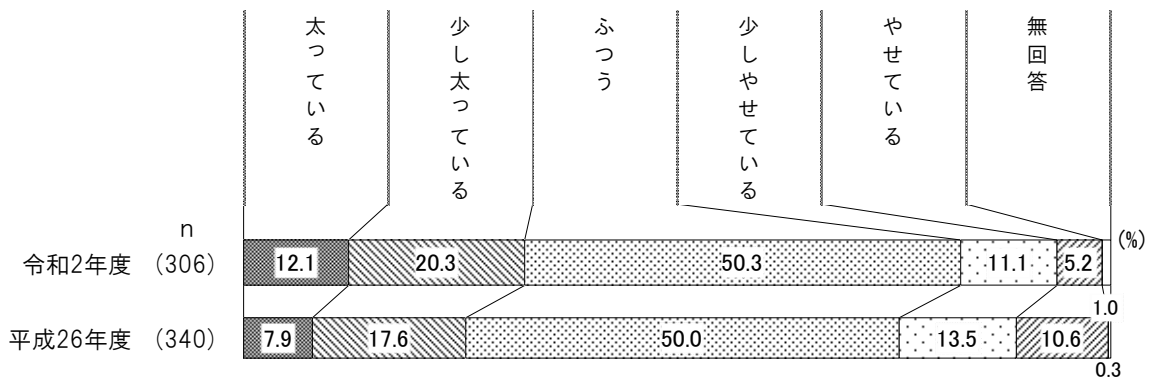
年齢 (歳)	男子の係数		年齢 (歳)	女子の係数	
	a	b		a	b
5	0.386	23.699	5	0.377	22.750
6	0.461	32.382	6	0.458	32.079
7	0.513	38.878	7	0.508	38.367
8	0.592	48.804	8	0.561	45.006
9	0.687	61.390	9	0.652	56.992
10	0.752	70.461	10	0.730	68.091
11	0.782	75.106	11	0.803	78.846
12	0.783	75.642	12	0.796	76.934
13	0.815	81.348	13	0.655	54.234
14	0.832	83.695	14	0.594	43.264
15	0.766	70.989	15	0.560	37.002
16	0.656	51.822	16	0.578	39.057
17	0.672	53.642	17	0.598	42.339

(4) 自分の体型についての認識

問4 あなたは、自分の体型についてどう思いますか。(○は1つだけ)

自分の体型についての認識では、「ふつう」が50.3%と最も高く、「少し太っている」(20.3%)と「太っている」(12.1%)を合わせた《太っている》は32.4%となっている。一方、「少しやせている」(11.1%)と「やせている」(5.2%)を合わせた《やせている》は16.3%である。

前回調査と比較すると、《太っている》が6.9ポイント増加し、《やせている》が7.8ポイント減少している。

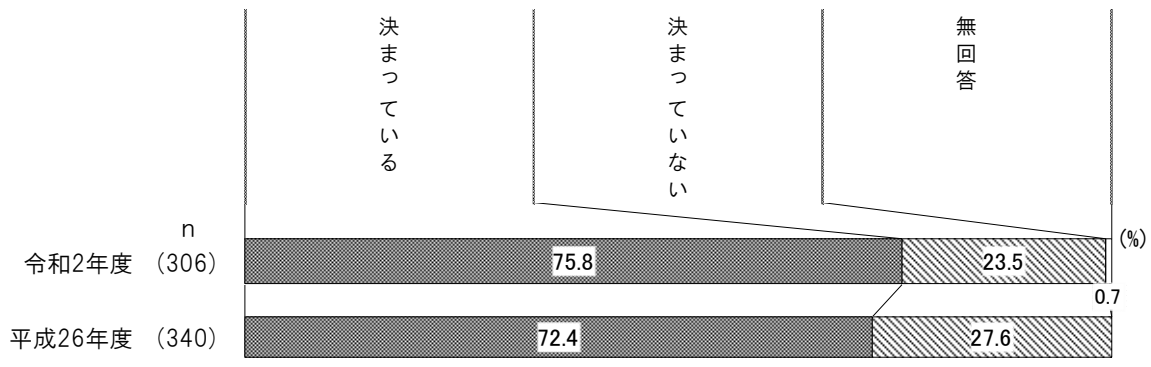


(5) かかりつけの病院・医院の有無

問5 あなたは、病気などのときに行く病院・医院は決まっていますか。(○は1つだけ)

かかりつけの病院・医院の有無では、「決まっている」が75.8%と、「決まっていない」(23.5%)より高くなっている。

前回調査と比較すると、「決まっている」が3.4ポイント増加している。

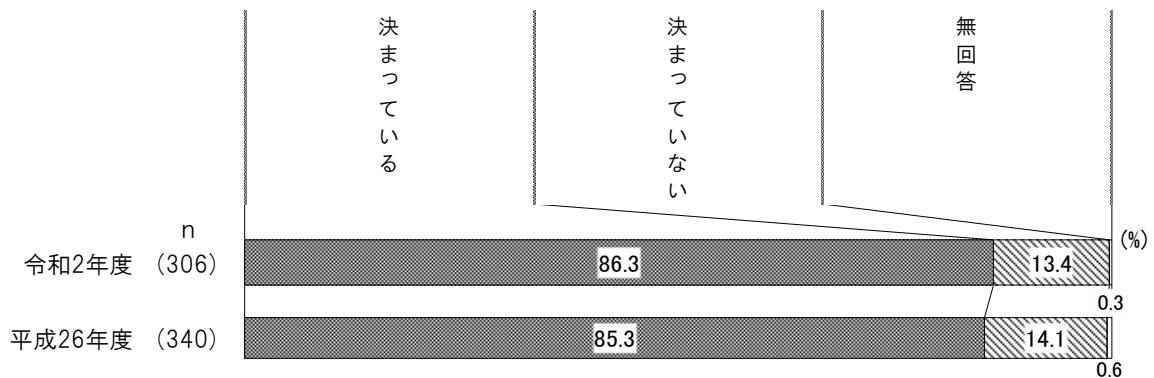


(6) かかりつけの歯科医院の有無

問6 あなたは、むし歯などのときに行く歯科医院は決まっていますか。(○は1つだけ)

かかりつけの歯科医院の有無では、「決まっている」が86.3%で、「決まっていない」(13.4%)より高くなっている。

前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。



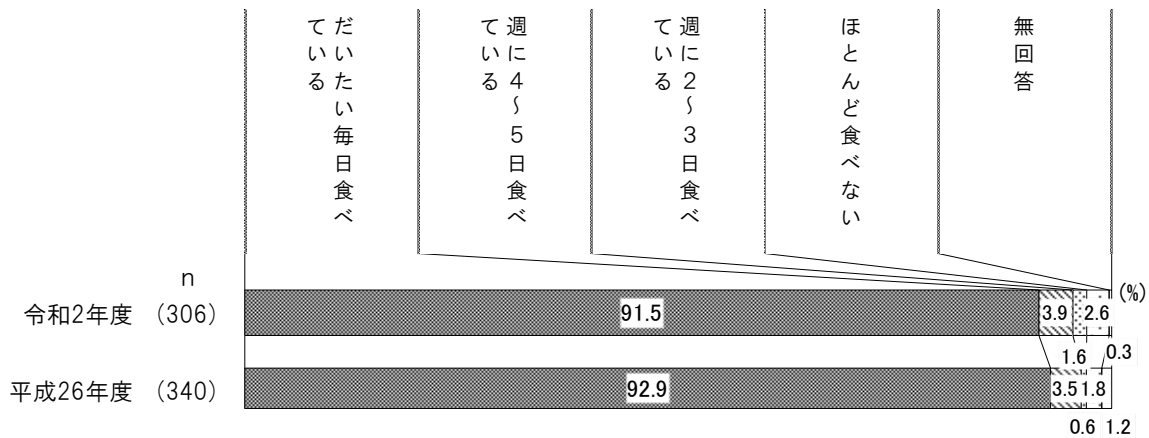
2 普段の食生活

(1) 朝食の摂取状況 ★

問7 あなたは、ふだん、朝食を食べていますか。(○は1つだけ)

朝食を食べる頻度では、「だいたい毎日食べている」が 91.5%と最も高く、「週に4～5日食べている」が 3.9%、「ほとんど食べない」が 2.6%となっている。

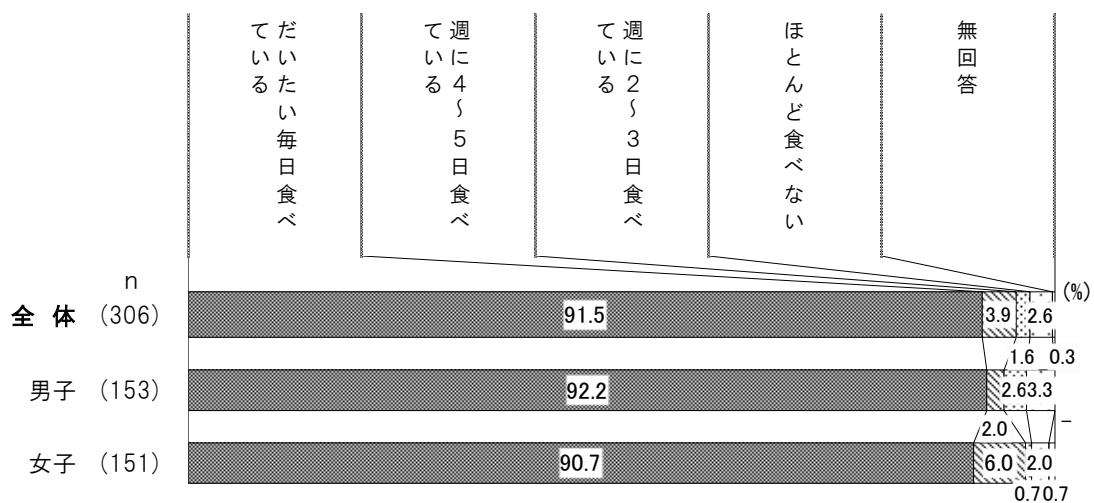
前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。



★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

【性別】

性別でみると、「週に3日以下」は、男性（5.9%）のほうが女性（2.7%）より 3.2 ポイント高くなっている。

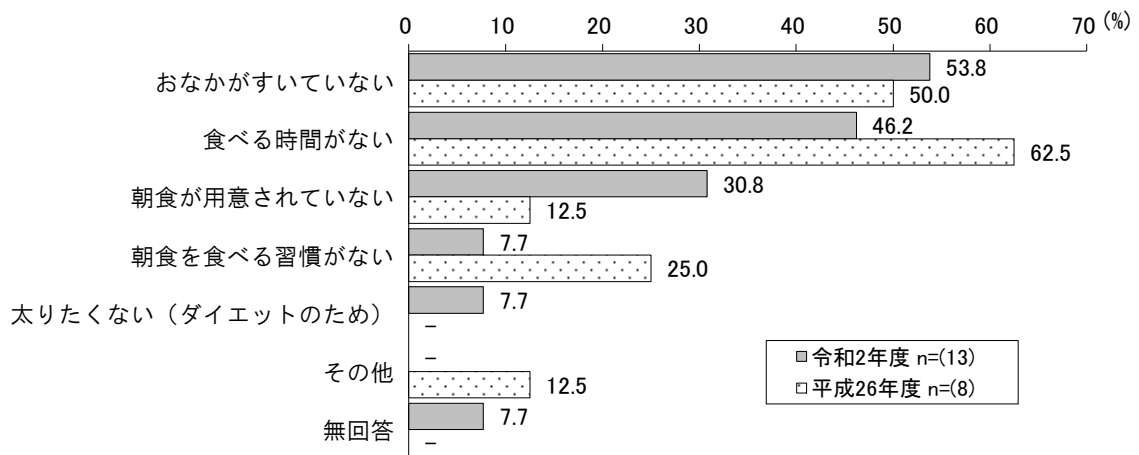


(2) 朝食を食べない理由

問7-1 問7で「3 週に2～3日食べている」または「4 ほとんど食べない」と答えた方に
うかがいます。朝食を食べないのは、どうしてですか。(あてはまるものすべてに○)

朝食を食べない理由では、「おなかがすいていない」が53.8%と最も高く、以下「食べる時間がない」(46.2%)、「朝食が用意されていない」(30.8%)、「朝食を食べる習慣がない」(7.7%)となっている。

前回調査と比較すると、「朝食を食べる習慣がない」が17.3ポイント、「食べる時間がない」が16.3ポイントそれぞれ減少し、「朝食が用意されていない」が18.3ポイント増加している。



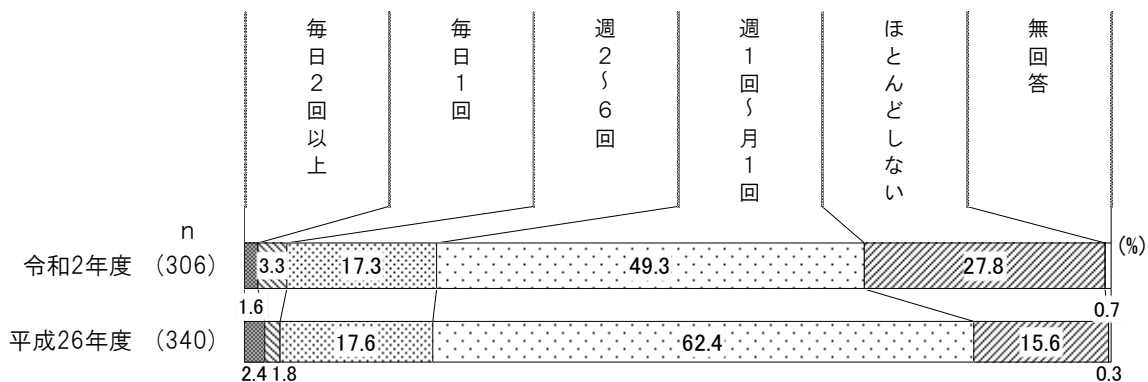
(3) 普段の外出や中食の状況

問8 あなたは、ふだん、外出や中食をすることがありますか。

◎外出とは、飲食店での食事。中食とは、出前をとったり、弁当や惣菜（おにぎり・パンも含む）を買ったりして食べる食事とします。（○は1つだけ）

ふだんの外出や中食の状況では、「週1回～月1回」が49.3%と最も高く、「ほとんどしない」が27.8%、「週2～6回」が17.3%となっている。

前回調査と比較すると、「週1回～月1回」が13.1ポイント減少し、「ほとんどしない」が12.2ポイント増加している。



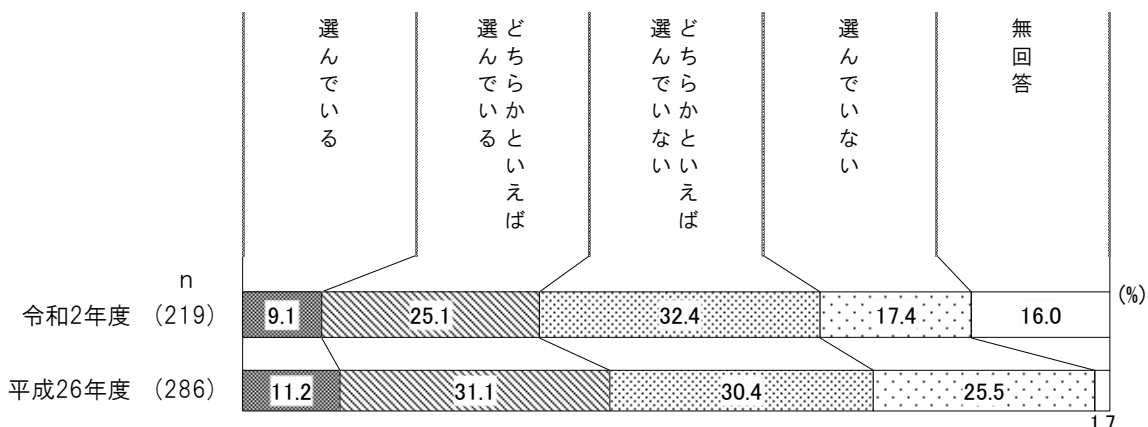
(4) 外出や中食の際に栄養バランスを意識してメニューを選んでいるか

問8-1 問8で「1 毎日2回以上」～「4 週1回～月1回」と答えた方にうかがいます。

外出や中食をするときに、栄養のバランスを意識してメニューを選んでいますか。（○は1つだけ）

外出や中食の際に栄養バランスを意識してメニューを選んでいるかでは、「どちらかといえば選んでいない」が32.4%と最も高く、「選んでいない」(17.4%)と合わせた《選んでいない》は49.8%となっている。一方、「どちらかといえば選んでいる」(25.1%)と「選んでいる」(9.1%)を合わせた《選んでいる》は34.2%となっている。

前回調査と比較すると、《選んでいる》が8.1ポイント減少している。

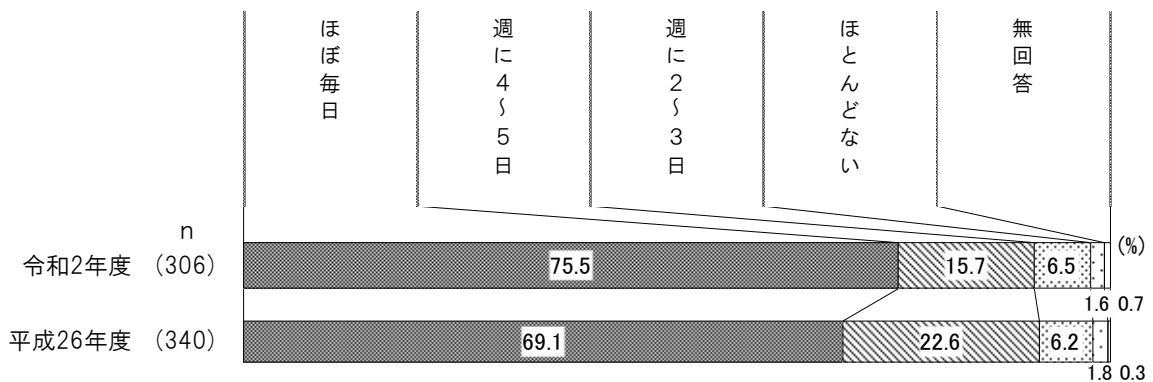


(5) バランスの良い食事の頻度

問9 あなたは、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事（給食を含む）を1日2回以上食べる日が、週に何日ありますか。
 ◎主食：ごはん、パン、めん類 主菜：肉、魚、卵、とうふなど大豆製品の料理 副菜：野菜、海そうの料理（○は1つだけ）

バランスの良い食事の頻度では、「ほぼ毎日」が75.5%と最も高く、「週に4～5日」が15.7%、「週に2～3日」が6.5%となっている。

前回調査と比較すると、「ほぼ毎日」が6.4ポイント増加している。

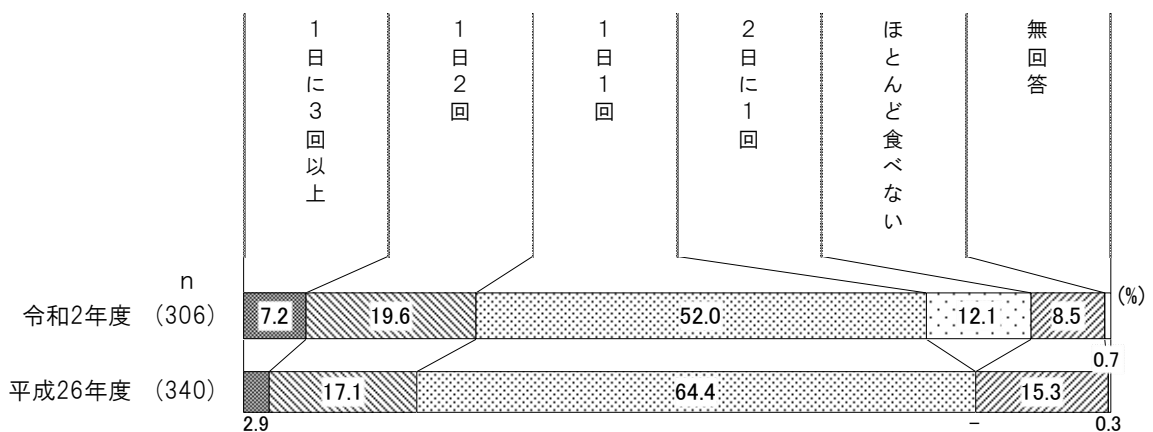


(6) 間食（夜食）の頻度

問10 あなたは、間食（おやつ）を1日に何回くらい食べていますか（夜食も含める）。（○は1つだけ）

間食の頻度では、「1日1回」が52.0%と最も高く、「1日2回」が19.6%、「2日に1回」が12.1%となっている。一方、「ほとんど食べない」は8.5%である。

前回調査と比較すると、「1日に3回以上」と「1日2回」を合わせた《1日2回以上》が6.8ポイント増加している。



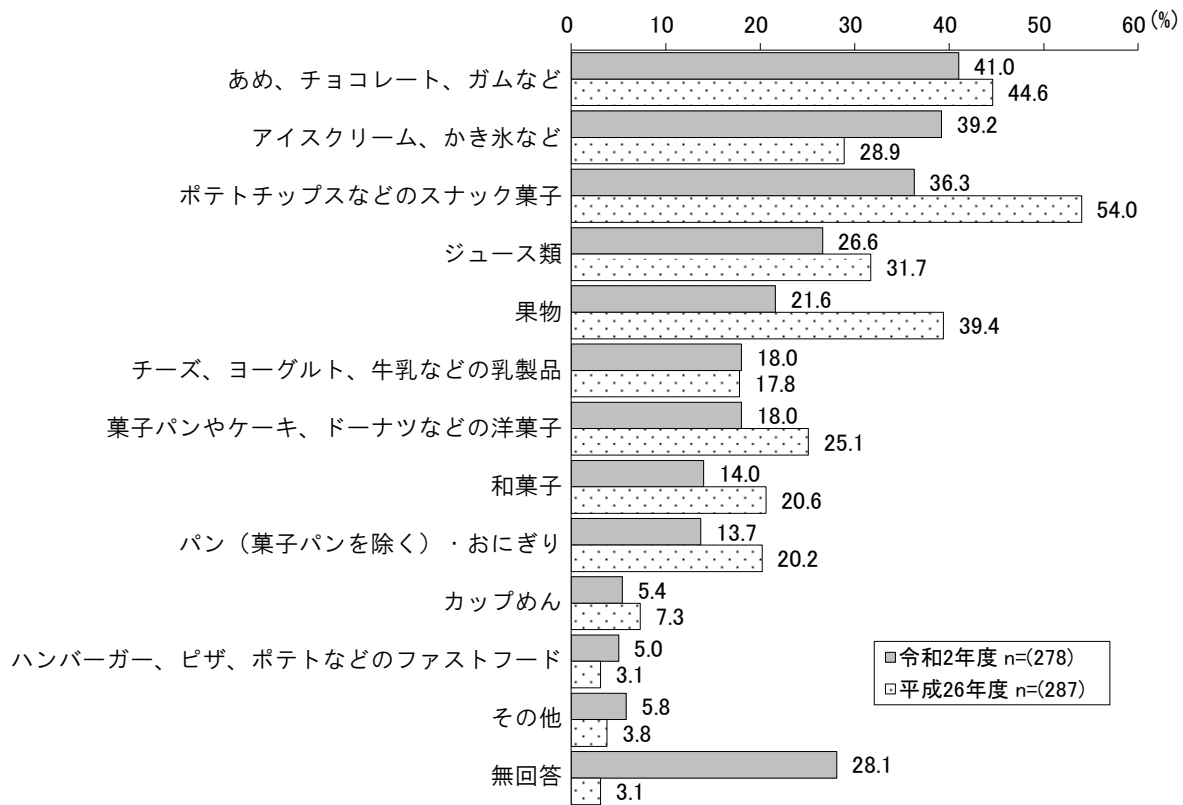
※ 「ほとんど食べない」という選択肢は今回調査から新設。

(7) 間食（夜食）時によく食べるもの

問10-1 問10で「1 1日に3回以上」～「4 2日に1回」と答えた方にうかがいます。
 あなたは、間食（おやつ）をとる時、どのようなものをよく食べますか（夜食も含める）。（あてはまるものすべてに○）

間食（夜食）時によく食べるものでは、「あめ、チョコレート、ガムなど」が41.0%で最も高く、以下「アイスクリーム、かき氷など」(39.2%)、「ポテトチップスなどのスナック菓子」(36.3%)、「ジュース類」(26.6%) となっている。

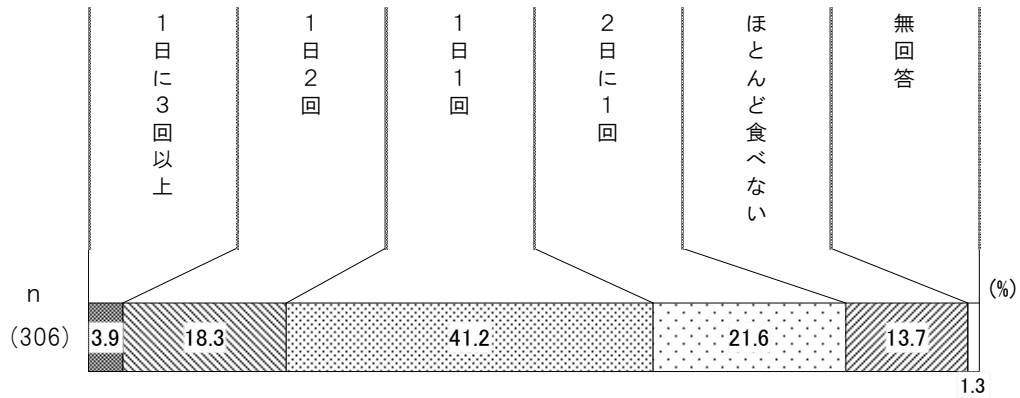
前回調査と比較すると、多くの項目で減少しており、特に「果物」が17.8ポイント、「ポテトチップスなどのスナック菓子」が17.7ポイントと大きく減少している。一方、「アイスクリーム、かき氷など」が10.3ポイント増加している。



(8) 甘いお菓子を1日に食べる回数

問11 あなたは、甘いお菓子を1日に何回くらい食べていますか。(○は1つだけ)

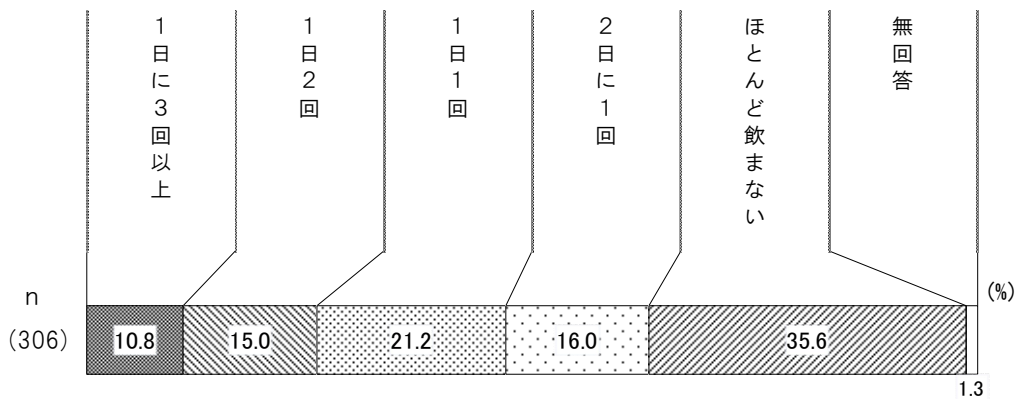
甘いお菓子を1日に食べる回数では、「1日1回」が41.2%と最も高く、「2日に1回」が21.6%、「1日2回」が18.3%となっている。一方、「ほとんど食べない」は13.7%である。



(9) 甘い飲み物を1日に飲む回数

問12 あなたは、甘い飲み物を1日に何回くらい飲んでいきますか。
◎甘い飲み物とは、ジュース、乳酸菌飲料、スポーツ飲料などの飲み物です。(○は1つだけ)

甘い飲み物を1日に飲む回数では、「ほとんど飲まない」が35.6%と最も高く、「1日1回」が21.2%、「2日に1回」が16.0%、「1日2回」が15.0%となっている。

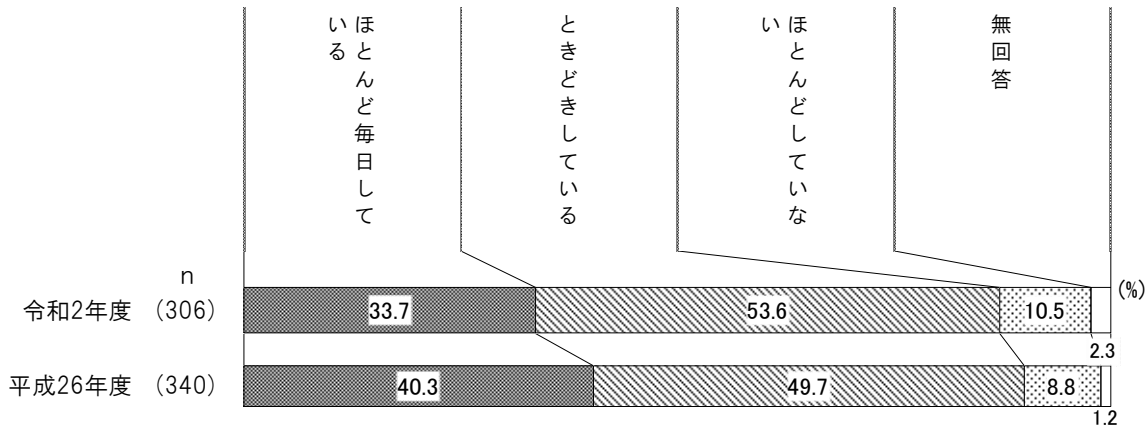


(10) 食事づくりの手伝いをしている頻度

問13 あなたは、食事づくりの手伝い(買い物、食器を運ぶ、片づける、材料を切るなどの簡単な調理)をしていますか。(○は1つだけ)

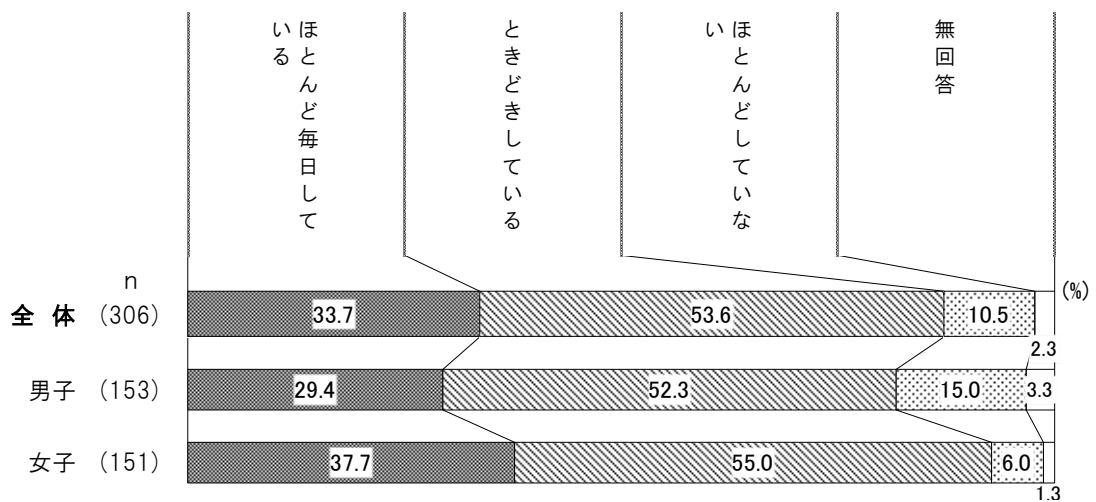
食事づくりの手伝いをしている頻度では、「ときどきしている」が53.6%と最も高く、「ほとんど毎日している」が33.7%、「ほとんどしていない」が10.5%となっている。

前回調査と比較すると、「ほとんど毎日している」が6.6ポイント減少している。



【性別】

性別でみると、「ほとんど毎日している」は、女子(37.7%)のほうが男子(29.4%)より8.3ポイント高く、逆に「ほとんどしていない」は、男子(15.0%)のほうが女子(6.0%)より9.0ポイント高くなっている。



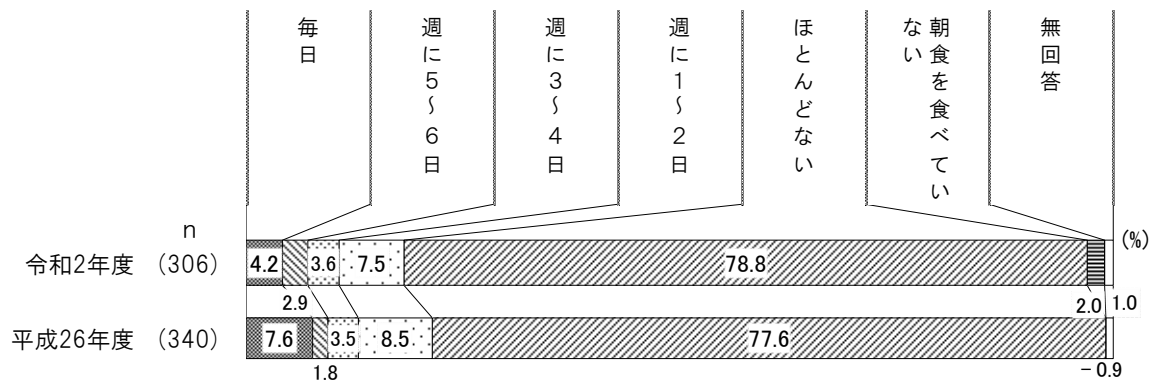
(11) 孤食の頻度 ★

問14 あなたは、ひとりで食事をする日は、1週間のうちどのくらいありますか。(○は1つだけ)

■朝食

朝食では、「ほとんどない」が78.8%と最も高く、「週に1～2日」が7.5%、「毎日」が4.2%、「週に3～4日」が3.6%となっている。

前回調査と比較すると、「毎日」が3.4ポイント減少している。

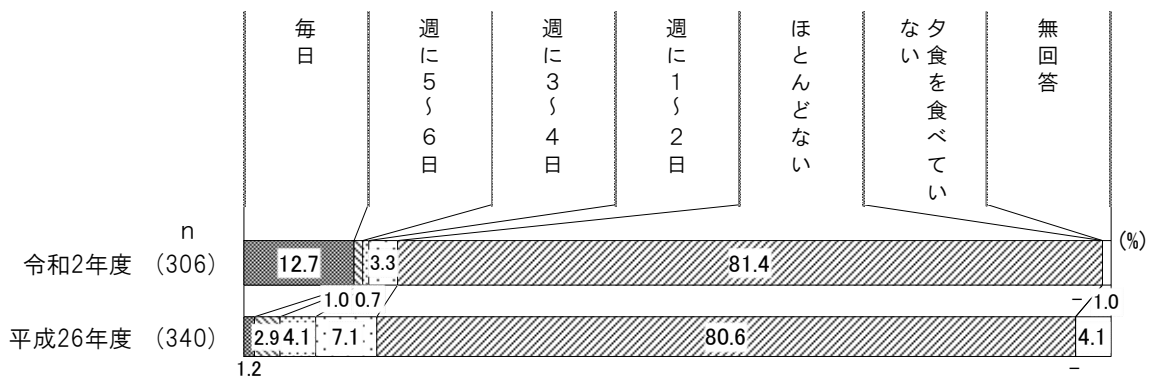


※「朝食を食べていない」という選択肢は今回調査から新設

■夕食

夕食では、「ほとんどない」が81.4%と最も高く、「毎日」が12.7%、「週に1～2日」が3.3%、「週に5～6日」が1.0%となっている。

前回調査と比較すると、「毎日」が11.5ポイント増加している。

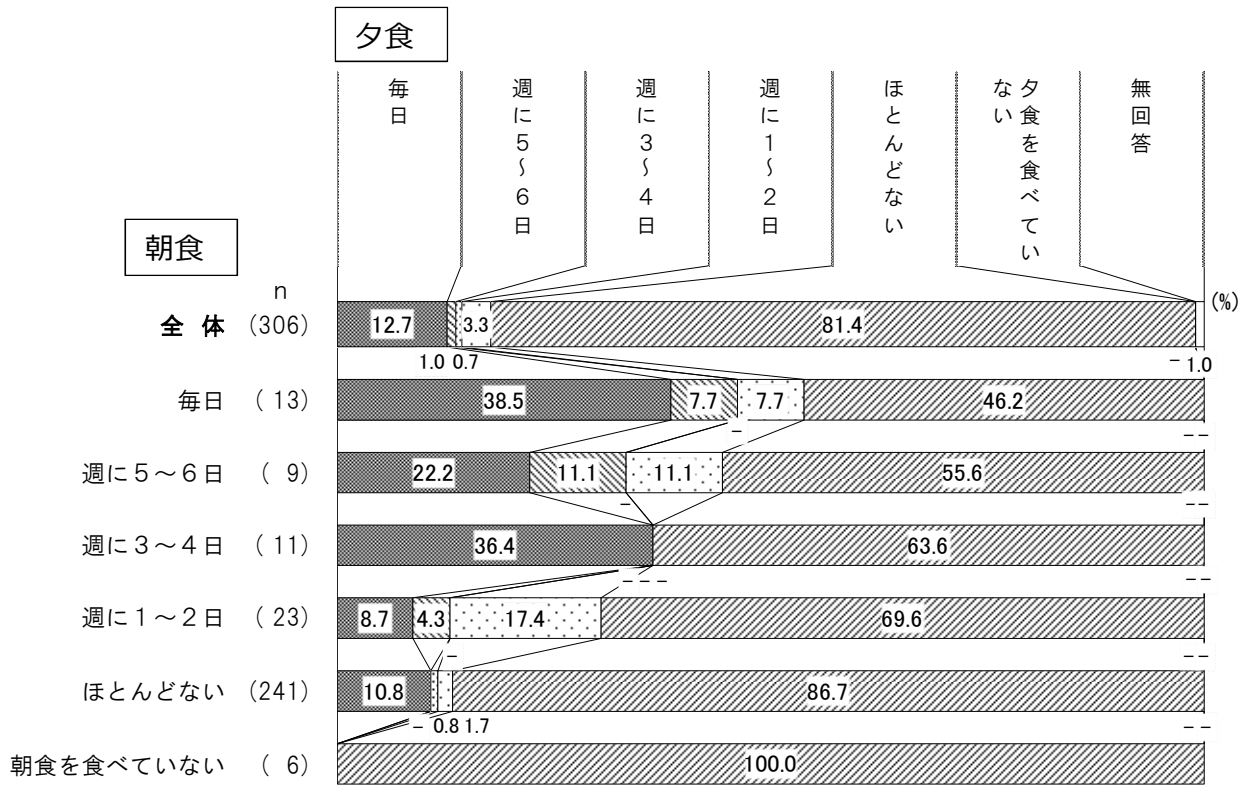


※「夕食を食べていない」という選択肢は今回調査から新設

★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

【一人で食事をする頻度（朝食の状況別）】

夕食の孤食頻度を朝食の状況別でみると、夕食の孤食が「ほとんどない」は朝食の孤食が「ほとんどない」で 86.7%と最も高く、「毎日」が 46.2%で最も低くなっている。



3 食育

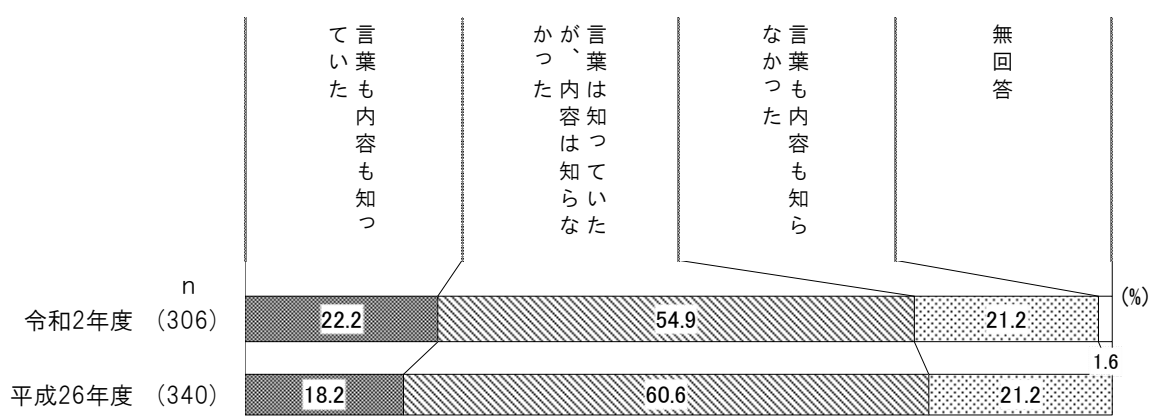
(1) 「食育」の認知状況

問15 あなたは、「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。(○は1つだけ)

※「食育」とは、健全で豊かな食生活を送れるように、子どもから「食」の大切さや正しい知識を学ぶことです。

「食育」の認知状況では、「言葉は知っていたが、内容は知らなかった」が54.9%と最も高く、「言葉も内容も知っていた」が22.2%、「言葉も内容も知らなかった」が21.2%となっている。

前回調査と比較すると、「言葉も内容も知っていた」が4.0ポイント増加している。

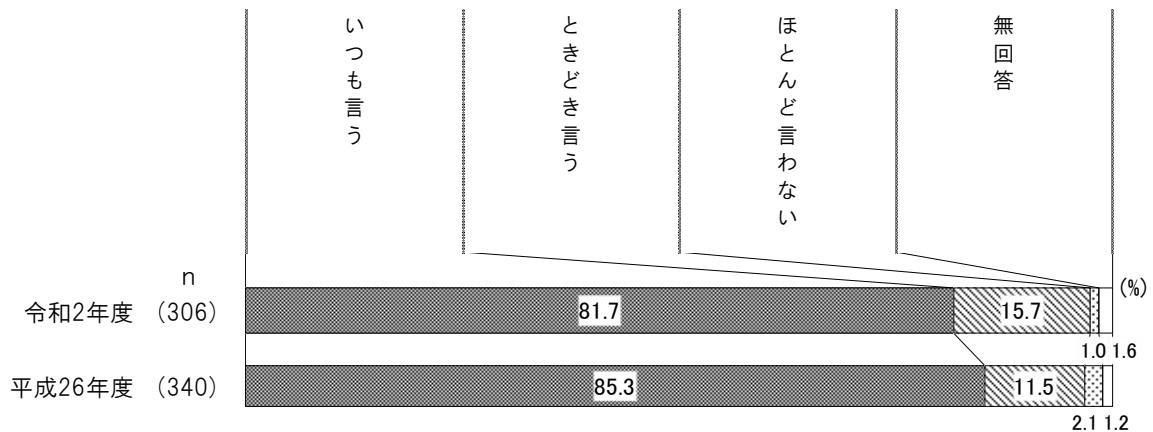


(2) 食事の前後にあいさつの言葉を言うか

問16 あなたは、食事の前と後にあいさつのことば「いただきます」・「ごちそうさま」を言っていますか。(○は1つだけ)

食事の前後にあいさつを「いつも言う」が81.7%と最も高く、「ときどき言う」が15.7%となっている。

前回調査と比較すると、「いつも言う」が3.6ポイント減少している。

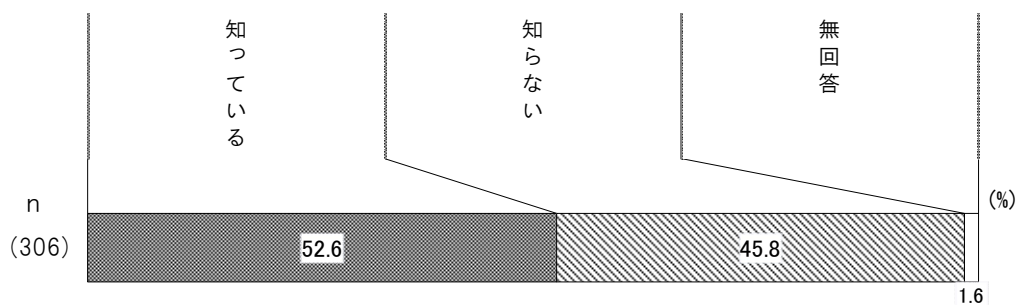


(3) 郷土料理など地域や家庭で受け継がれてきた料理や味を知っているか

問17 あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味を知っていますか。

※「伝統料理」とは、おせち料理などの受け継がれ伝えられている料理です。(○は1つだけ)

郷土料理など地域や家庭で受け継がれてきた料理や味の認知状況では、「知っている」が52.6%で、「知らない」(45.8%)より高くなっている。

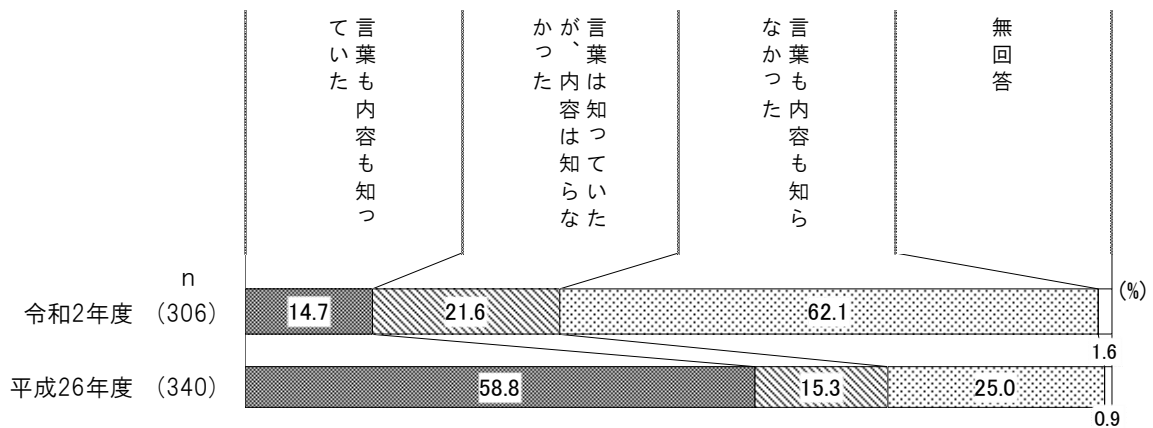


(4)「地産地消」の認知状況

問18 あなたは、「地産地消」という言葉を知っていましたか。(○は1つだけ)
 ※「地産地消」とは、地域で作られた食べ物を地域で食べることをいいます。

「地産地消」の認知状況では、「言葉も内容も知らなかった」が62.1%と最も高く、「言葉は知っていたが、内容は知らなかった」が21.6%、「言葉も内容も知っていた」が14.7%となっている。

前回調査と比較すると、「言葉も内容も知っていた」が44.1ポイント減少し、逆に「言葉も内容も知らなかった」が37.1ポイント増加している。

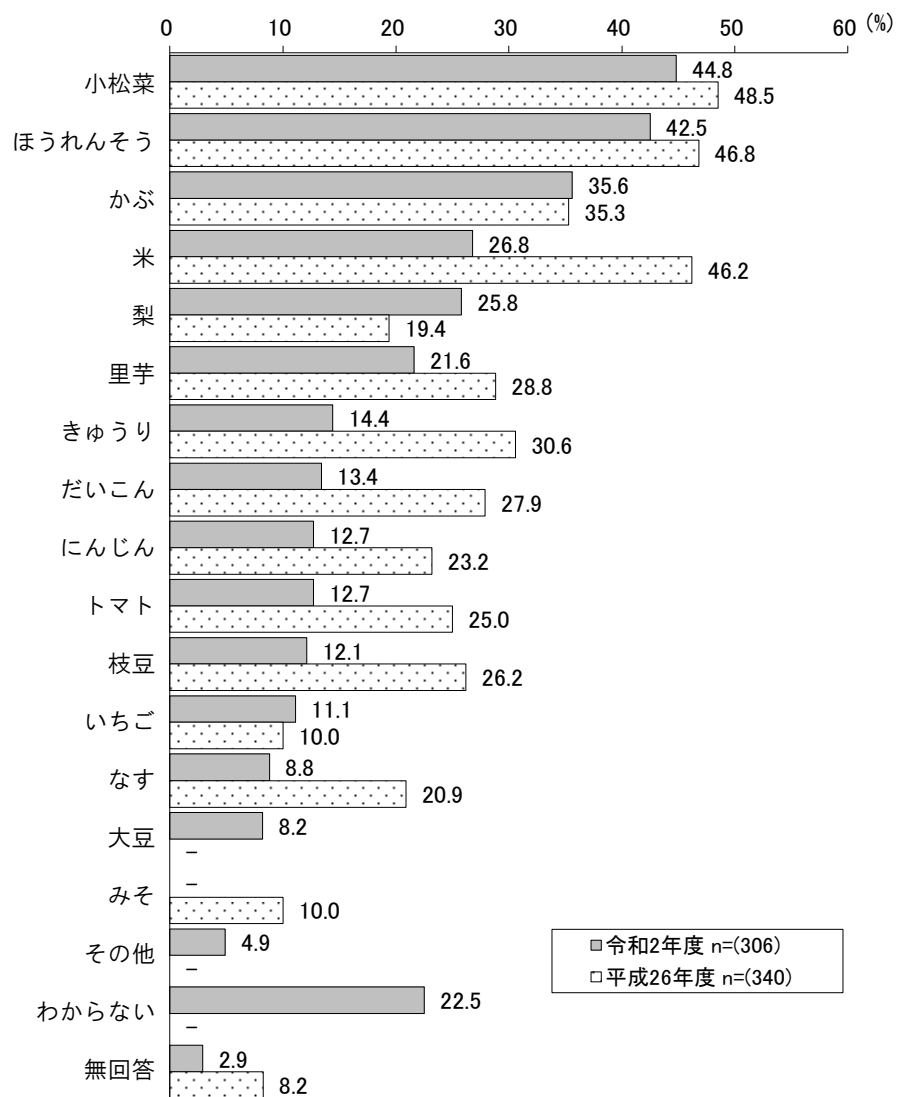


(5) 知っている市内主要農産物等

問19 あなたが、富士見市の主な農産物とし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○)

富士見市の主な農産物について《農産物の回答あり》は74.6%であった。富士見市の主な農産物として知っているものでは、「小松菜」が44.8%と最も高く、以下「ほうれんそう」(42.5%)、「かぶ」(35.6%)、「米」(26.8%)となっている。

前回調査と比較すると、ほとんどの項目で減少しており、特に「米」が19.4ポイントと大きく減少している。一方、「梨」が6.4ポイント増加している。

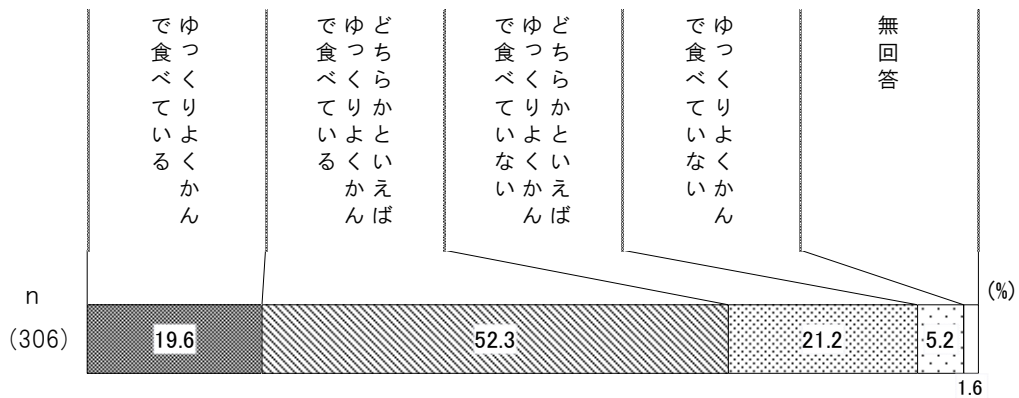


※「その他」と「わからない」という選択肢は今回調査から新設。
 ※「大豆」という選択肢を今回調査では新設し、前回調査であった「みそ」は、除外している。
 ※《農産物の回答あり》=100% - 「わからない」 - 「無回答」

(6) ゆっくり噛んで食べているか

問20 あなたは、ふだん、ゆっくりよくかんで食べていますか。(○は1つだけ)

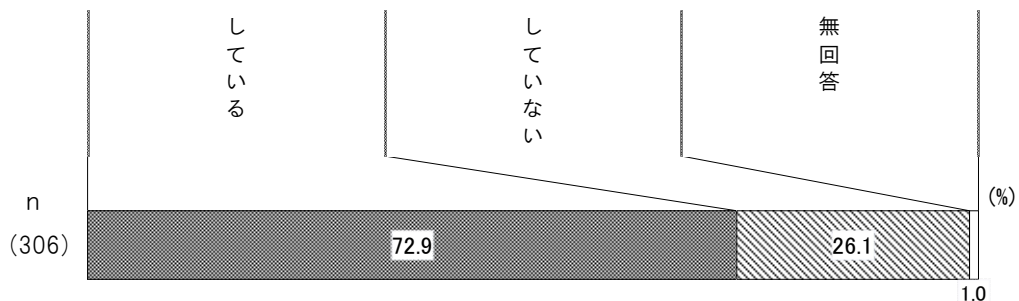
ゆっくり噛んで食べているかでは、「どちらかといえばゆっくりよくかんで食べている」が52.3%と最も高く、「ゆっくりよくかんで食べている」(19.6%)と合わせた《ゆっくりよくかんで食べている》が71.9%となっている。一方、「どちらかといえばゆっくりよくかんで食べていない」(21.2%)と「ゆっくりよくかんで食べていない」(5.2%)を合わせた《ゆっくりよくかんで食べていない》が26.4%である。



(7) 歯科医院でフッ化物（フッ素）をぬっているか

問21 あなたは、むし歯予防のため、歯科医院で、フッ化物（フッ素）をぬってもらっていますか。(○は1つだけ)

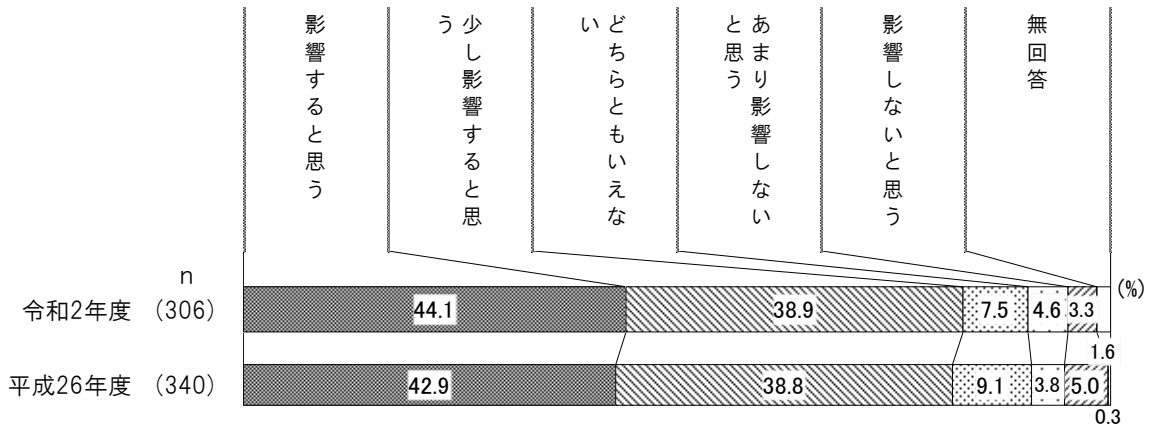
歯科医院でのフッ化物（フッ素）塗布状況では、「している」が72.9%で、「していない」(26.1%)より高くなっている。



(8) 歯や歯ぐきの健康がからだ全体の健康に影響を与えるかの考え

問22 あなたは、歯や歯ぐきの健康が、からだ全体の健康にも影響すると思いますか。(○は1つだけ)

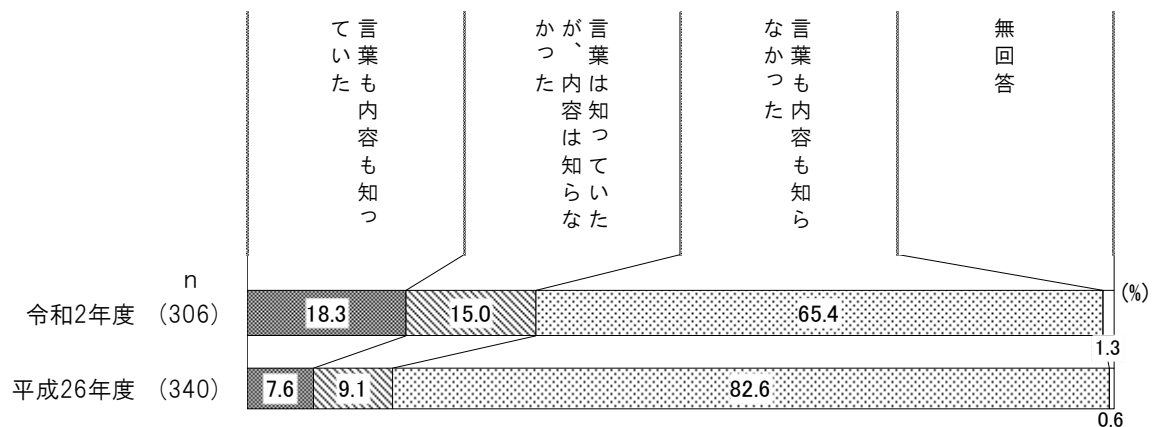
歯や歯ぐきの健康がからだ全体の健康にも影響を与えるかの考えでは、「影響すると思う」が44.1%と最も高く、「少し影響すると思う」が38.9%、「どちらともいえない」が7.5%となっている。
 前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。



(9) 「8020 (ハチマル・ニイマル) 運動」の認知状況

問23 あなたは、「8020運動」(80歳になっても20本以上の歯を保とう、という運動)について知っていましたか。(○は1つだけ)

「8020運動」の認知状況では、「言葉も内容も知らなかった」が65.4%と最も高く、「言葉も内容も知っていた」が18.3%、「言葉は知っていたが、内容は知らなかった」が15.0%となっている。
 前回調査と比較すると、「言葉も内容も知っていた」が10.7ポイント、「言葉は知っていたが、内容は知らなかった」も5.9ポイント増加している。



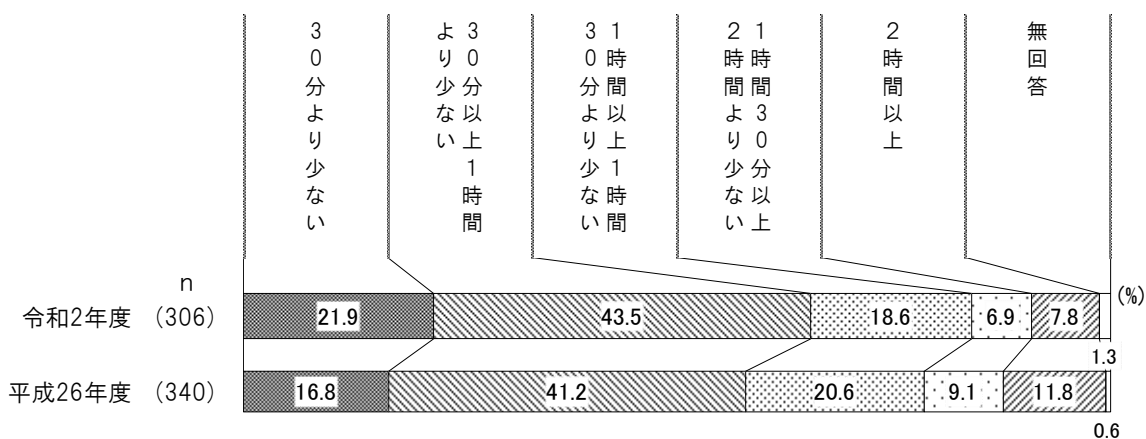
4 運動のようすと休養やこころの健康

(1) 1日に歩く時間(合計)

問24 あなたは、1日にどのくらい歩きますか。(通学のためなどで歩く時間の合計)(○は1つだけ)

1日に歩く時間の合計では、「30分以上1時間より少ない」が43.5%と最も高く、「30分より少ない」が21.9%、「1時間以上1時間30分より少ない」が18.6%となっている。

前回調査と比較すると、「30分より少ない」が5.1ポイント増加しており、「2時間以上」が4.0ポイント減少している。

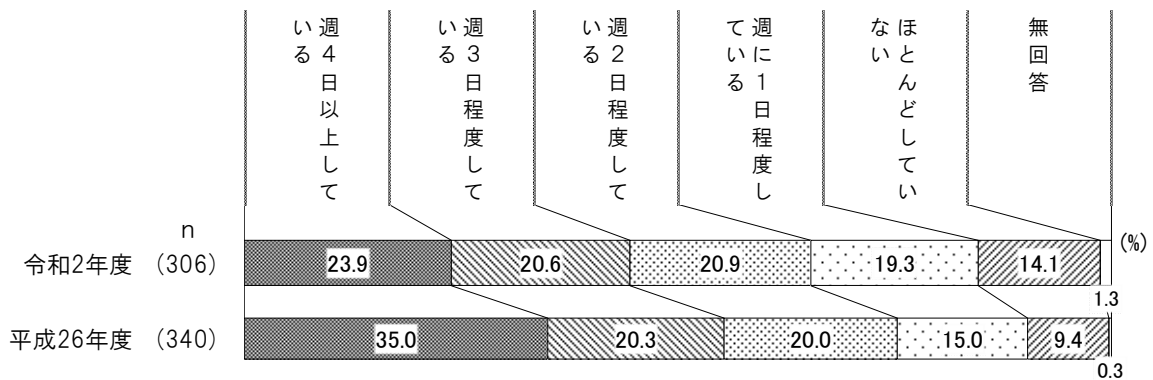


(2) 体育の授業以外に30分以上の運動をする日数 ★

問25 あなたは、体育の授業以外に、30分以上の運動をする日が、週に何日ありますか。
 (※クラブ活動や習い事などでの運動時間は、これに含みます)。(○は1つだけ)

体育の授業以外に30分以上の運動をする日数では、「週4日以上している」が23.9%と最も高く、「週2日程度している」が20.6%、「週3日程度している」が20.9%、「週に1日程度している」が19.3%となっている。

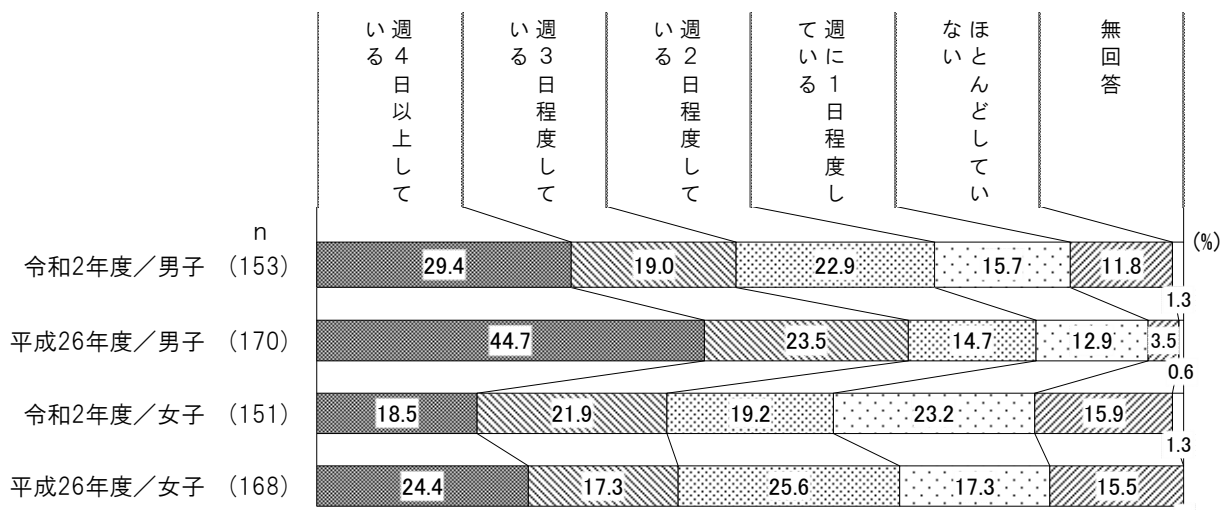
前回調査と比較すると、「週4日以上している」が11.1ポイント減少しており、「ほとんどしていない」が4.7ポイント、「週に1日程度している」が4.3ポイントそれぞれ増加している。



【性別】

性別で見ると、「週に4日以上している」は、男子(29.4%)の方が女子(18.5%)より10.9ポイント高くなっている。一方、「ほとんどしていない」は、女子(15.9%)の方が男子(11.8%)より4.1ポイント高くなっている。

前回調査と比較すると、「週に4日以上している」は、男子は15.3ポイント減少し、女子も5.9ポイント減少しており、男子の減少幅が大きくなっている。一方、「ほとんどしていない」は、女子は変化が無いが、男子は8.3ポイント増加している。



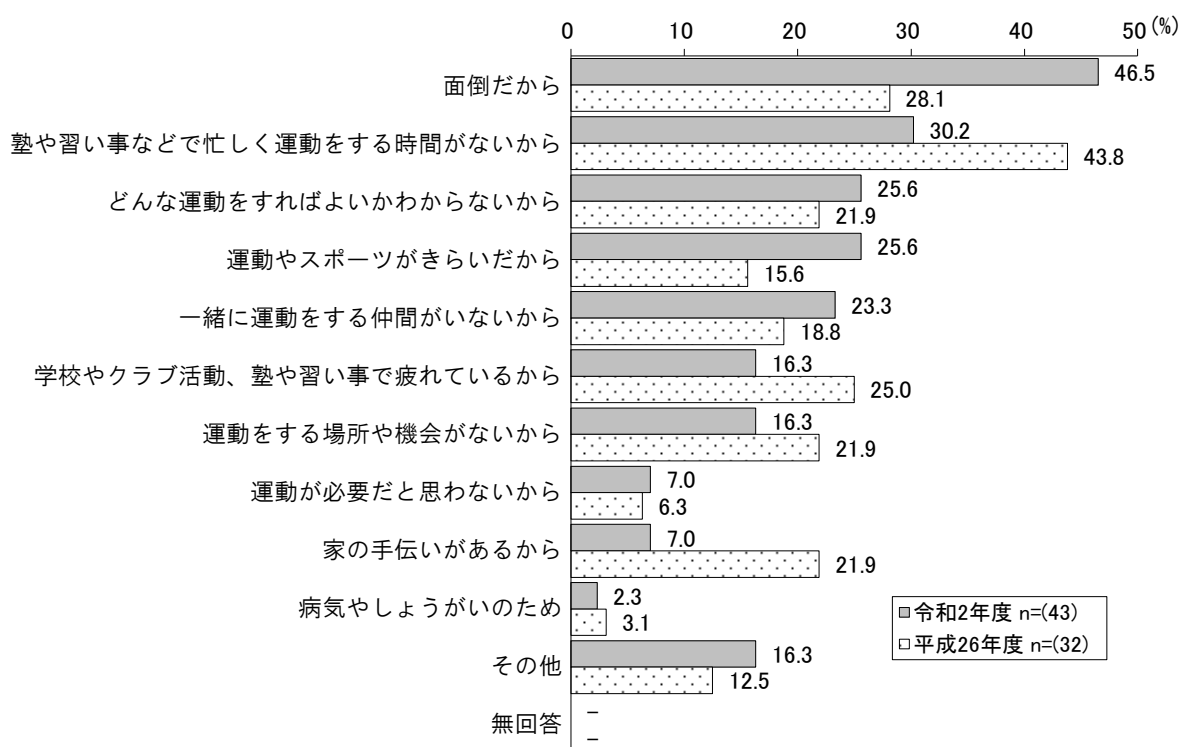
★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

(3) 運動をほとんどしていない理由

問25-1 問25で「5 ほとんどしていない」と答えた方にうかがいます。
 運動をほとんどしていない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

運動をほとんどしていない理由では、「面倒だから」が46.5%と最も高く、以下「塾や習い事などで忙しく運動をする時間がないから」(30.2%)、「どんな運動をすればよいかわからないから」(25.6%)、「運動やスポーツがきらいだから」(25.6%)となっている。

前回調査と比較すると、「面倒だから」が18.4ポイント増加し、「塾や習い事などで忙しく運動をする時間がないから」が13.6ポイント減少している。



※今回調査で「家の手伝いがあるから」は、前回調査では「家で自分の仕事があるから」であった。

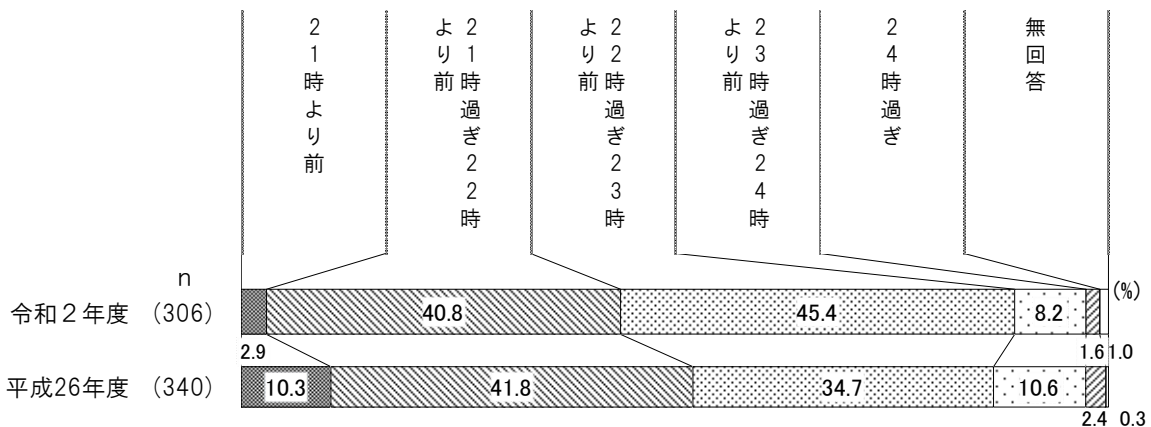
(4) 平日の就寝時間・起床時間

問26 あなたの、平日の「寝る時間」と「起きる時間」を教えてください。

■ 就寝時間

就寝時間では、「22時過ぎ 23時より前」が45.4%で最も高く、「21時過ぎ 22時より前」が40.8%、「23時過ぎ 24時より前」が8.2%となっている。

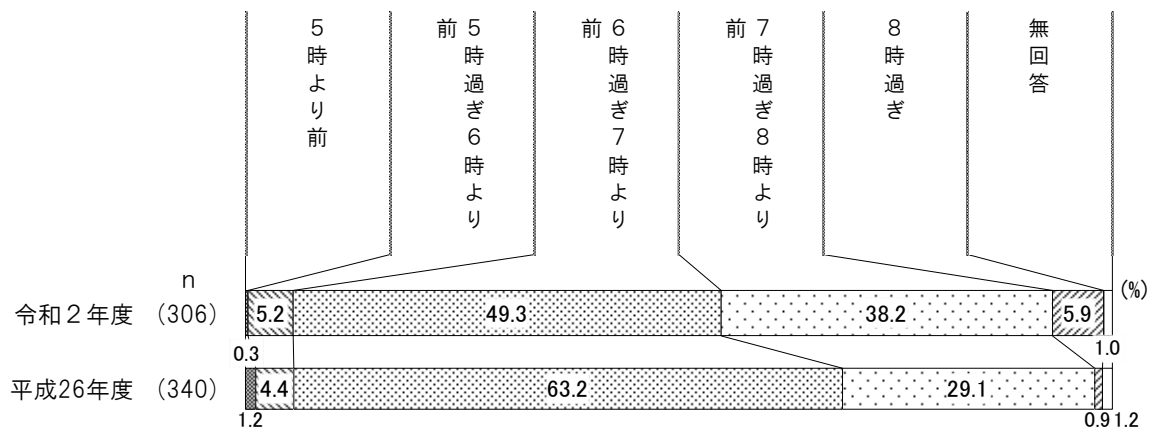
前回調査と比較すると、「22時過ぎ 23時より前」が10.7ポイント増加し、「21時より前」が7.4ポイント減少している。



■ 起床時間

起床時間では、「6時過ぎ 7時より前」が49.3%で最も高く、「7時過ぎ 8時より前」が38.2%となっている。

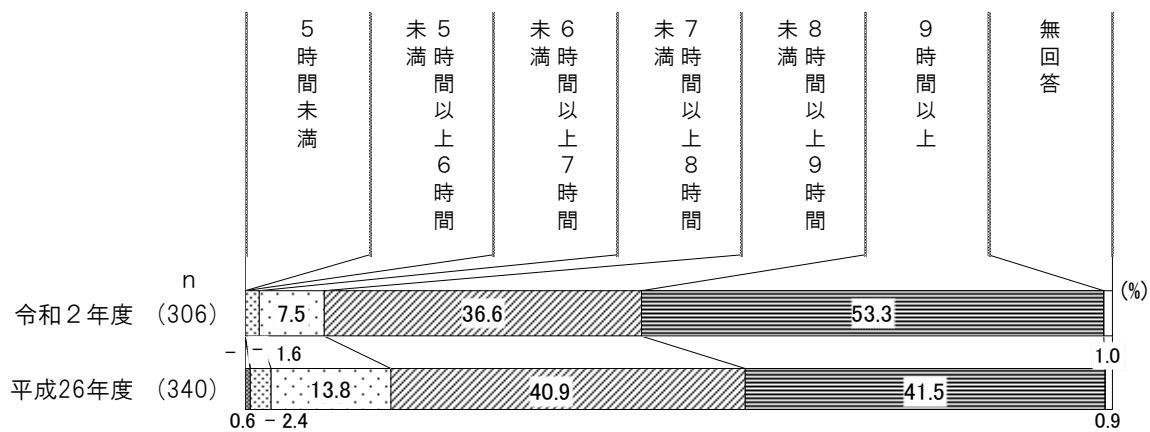
前回調査と比較すると、「6時過ぎ 7時より前」が13.9ポイント減少し、「7時過ぎ 8時より前」が9.1ポイント増加している。



■ 睡眠時間

睡眠時間では、「9時間以上」が53.3%で最も高く、「8時間以上9時間未満」が36.6%、「7時間以上8時間未満」が7.5%となっている。

前回調査と比較すると、「9時間以上」が11.8ポイント増加している。

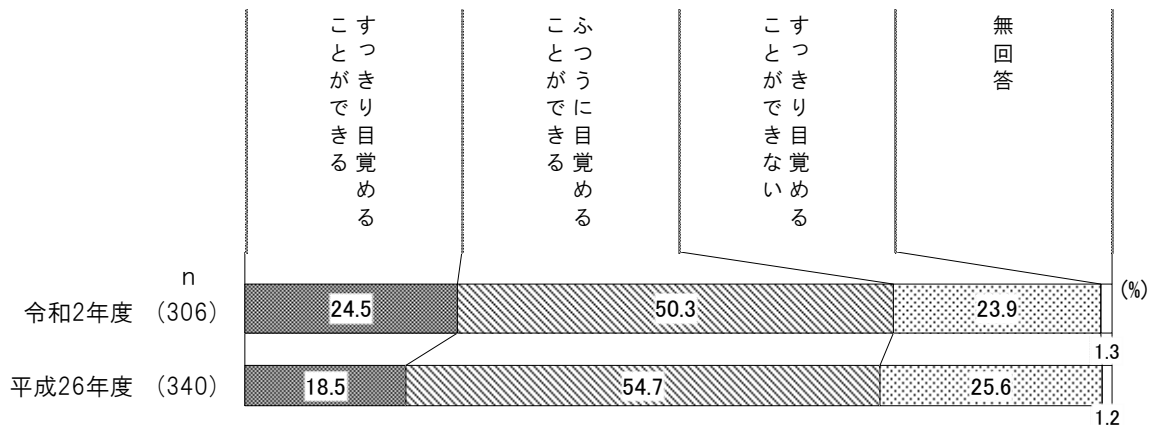


(5) 朝の目覚めについて

問27 あなたは、朝、すっきり目覚めることができますか。(○は1つだけ)

朝の目覚めについては、「ふつうに目覚めることができる」が50.3%で最も高く、「すっきり目覚めることができる」が24.5%、「すっきり目覚めることができない」が23.9%となっている。

前回調査と比較すると、「すっきり目覚めることができる」が6.0ポイント増加している。

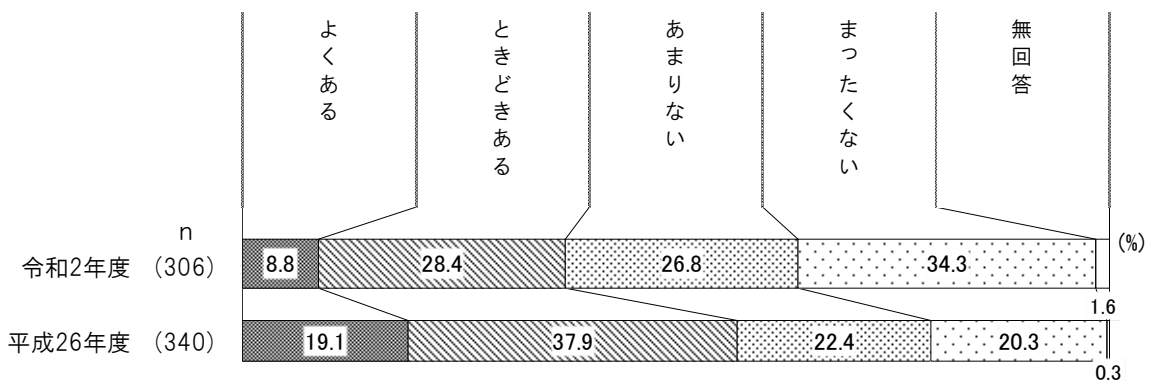


(6) 悩み事や心配事の有無

問28 あなたは、ふだんの生活で、いやなことや悩みや心配なことがありますか。(○は1つだけ)

悩み事や心配事の有無では、「まったくない」が34.3%で最も高く、「あまりない」(26.8%)と合わせた《ない》は61.1%となっている。一方、「ときどきある」(28.4%)と「よくある」(8.8%)を合わせた《ある》は37.2%である。

前回調査と比較すると、《ある》が19.8ポイント減少している。

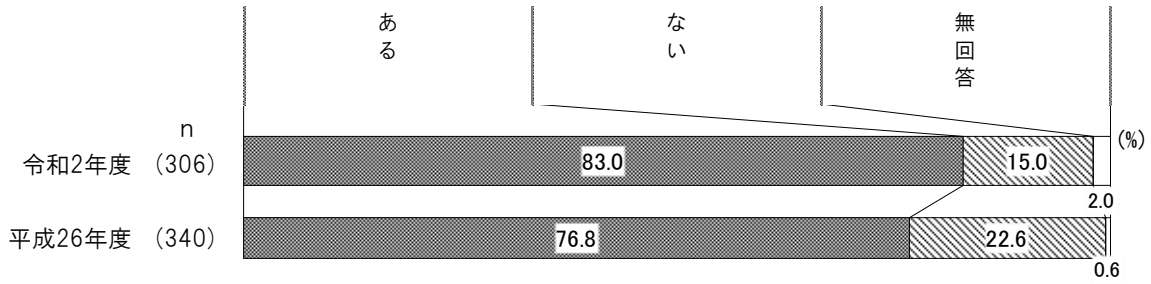


(7) 悩み事や心配事を相談できる人や場所の有無 ★

問29 あなたは、いやなことや悩みや心配なことについて、相談できる人や相談できる場所がありますか。(○は1つだけ)

悩み事や心配事を相談できる人や場所の有無では、「ある」が83.0%と、「ない」(15.0%)より高くなっている。

前回調査と比較すると、「ある」が6.2ポイント増加している。



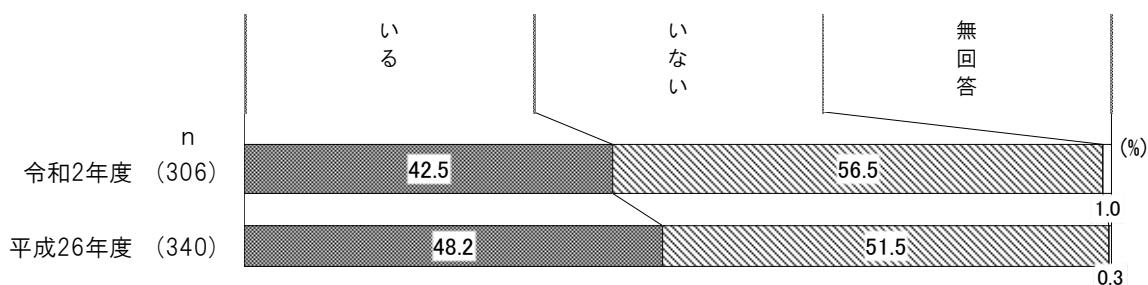
★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

5 たばことアルコール

(1) 家庭内の喫煙者の有無

問30 あなたの家族の中に、たばこを吸っている人はいますか。(○は1つだけ)

家庭内の喫煙者の有無では、「いない」が56.5%と、「いる」(42.5%)より高くなっている。前回調査と比較すると、「いる」が5.7ポイント減少している。

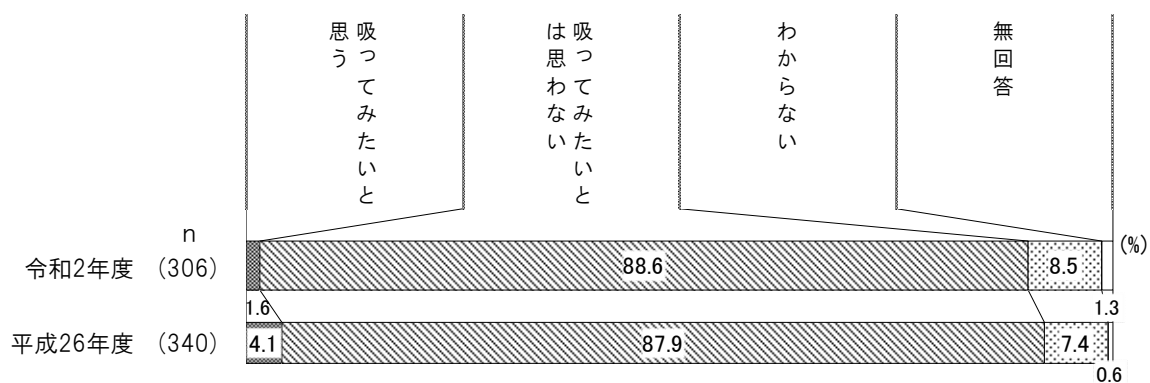


(2) たばこを吸ってみたいと思う考え

問31 あなたは、将来、たばこを吸ってみたいと思いますか。(○は1つだけ)

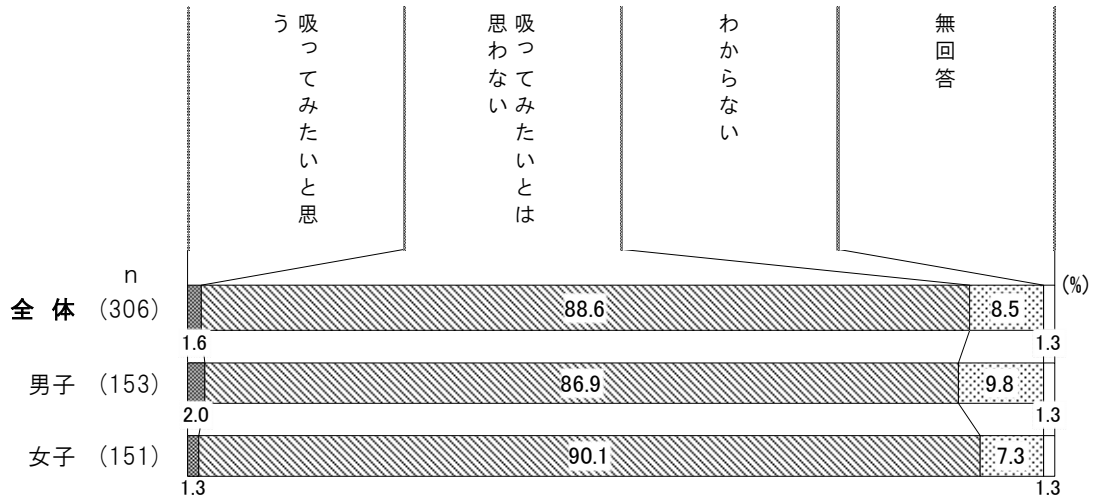
たばこを吸ってみたいと思う考えでは、「吸ってみたいとは思わない」が88.6%と最も高く、「わからない」が8.5%、「吸ってみたいと思う」が1.6%となっている。

前回調査と比較すると、「吸ってみたいと思う」が2.5ポイント減少している。



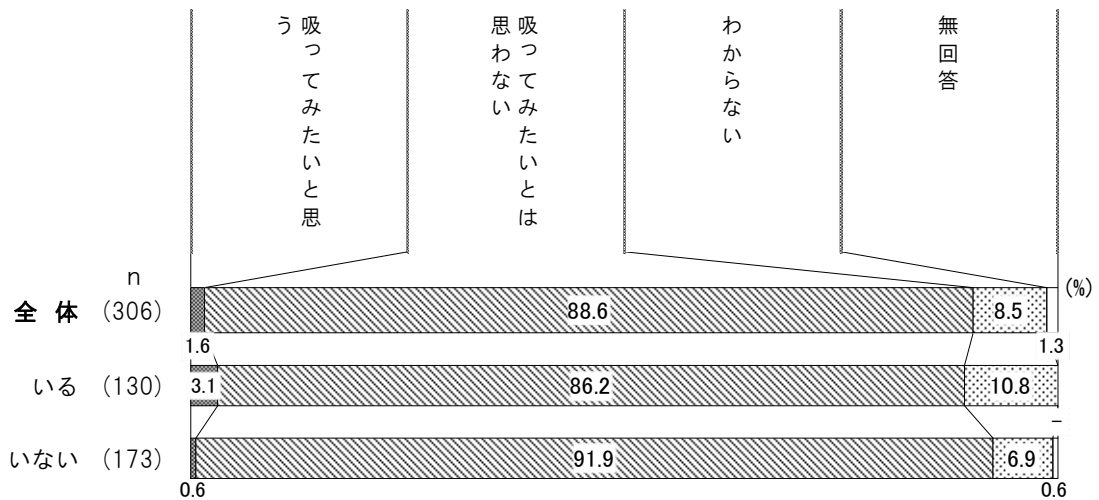
【性別】

性別でみると、「吸ってみたいと思わない」は、女子（90.1%）のほうが男子（86.9%）より3.2ポイント高くなっている。



【家庭内の喫煙者の有無別】

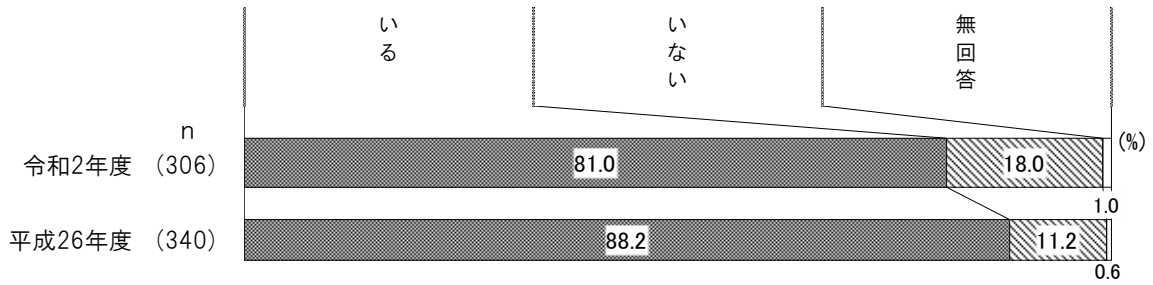
家庭内の喫煙者の有無別でみると、「吸ってみたいと思わない」は“いない”（91.9%）のほうが“いる”（86.2%）より5.7ポイント高くなっている。



(3) 家庭内のお酒を飲む人の有無

問32 あなたの家族の中に、お酒を飲む人はいますか。(○は1つだけ)

家庭内の飲酒者の有無では、「いる」が81.0%と、「いない」(18.0%)よりも高くなっている。前回調査と比較すると、「いる」が7.2ポイント減少している。

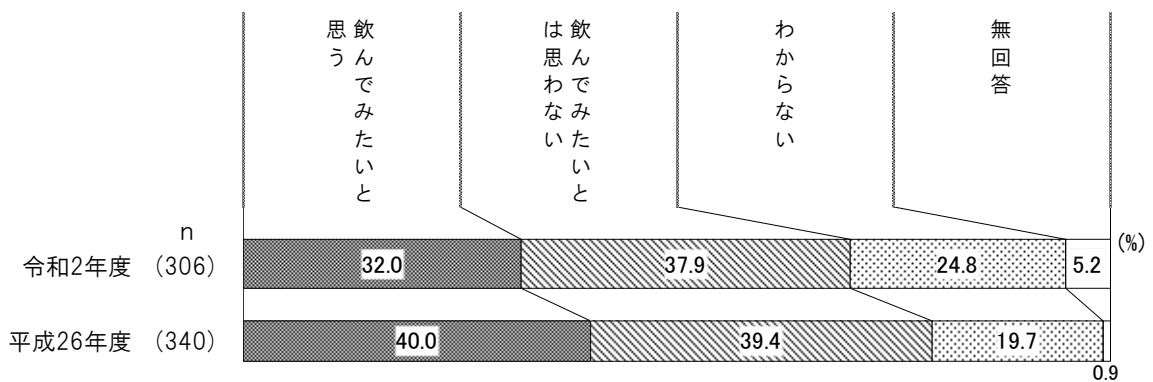


(4) お酒を飲んでみたいと思う考え

問33 あなたは、将来、お酒を飲んでみたいと思いますか。(○は1つだけ)

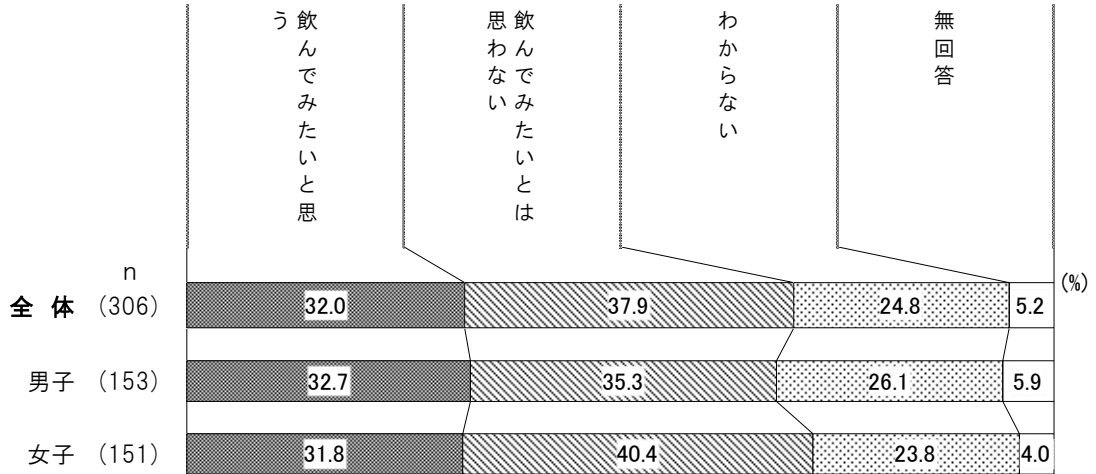
お酒を飲んでみたいと思う考えでは、「飲んでみたいとは思わない」が37.9%と最も高く、「飲んでみたいと思う」が32.0%、「わからない」が24.8%となっている。

前回調査と比較すると、「飲んでみたいと思う」が8.0ポイント減少している。



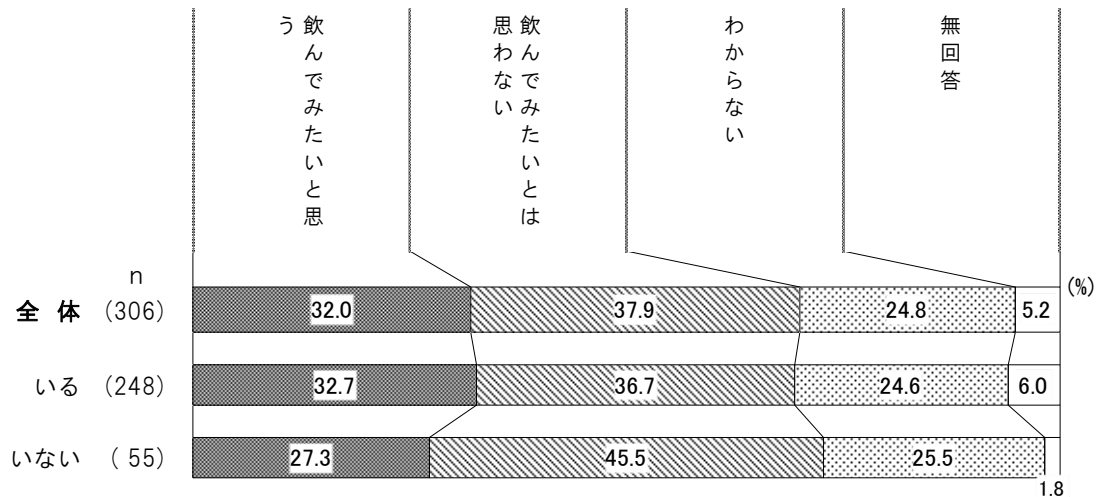
【性別】

性別でみると、「飲んでみたいとは思わない」は、女性（40.4%）のほうが男子（35.3%）より 5.1 ポイント高くなっている。



【家庭内のお酒を飲む人の有無別】

家庭内でお酒を飲む人の有無別でみると、「飲んでみたいとは思わない」は、“いない”（45.5%）のほうが“いる”（36.7%）より 8.8 ポイント高くなっている。



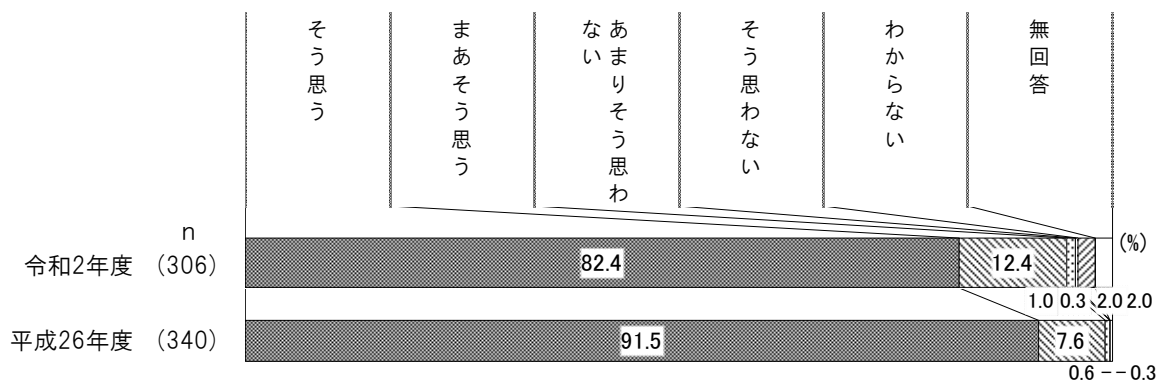
(5) たばこやお酒についての考え

問34 たばこやお酒について、あなたの考えに最も近いものの番号を選んでください。((ア)～(ウ)のそれぞれについて、あてはまる番号1つだけに○をつけてください。)

■たばこやお酒の飲み過ぎはいろいろな病気の原因となる

「そう思う」が82.4%と最も高く、「まあそう思う」(12.4%)と合わせた《そう思う》は94.8%となっている。

前回調査と比較すると、「そう思う」が9.1ポイント減少しており、《そう思う》でも4.3ポイント減少している。

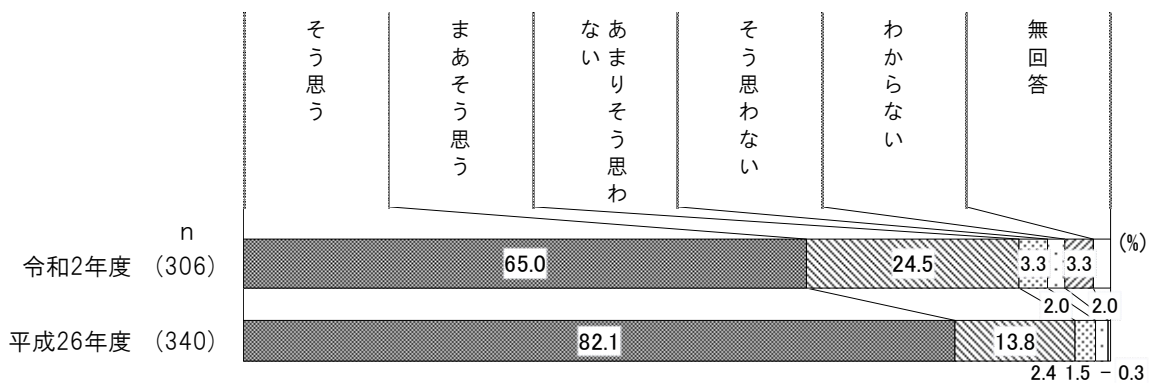


※「わからない」という選択肢は今回調査から新設。

■たばこは、吸う人だけでなく、周りの人の健康にも悪い影響をあたえる

「そう思う」が65.0%と最も高く、「まあそう思う」(24.5%)と合わせた《そう思う》は89.5%となっている。一方、「あまりそう思わない」(3.3%)と「そう思わない」(2.0%)を合わせた《そう思わない》は5.3%である。

前回調査と比較すると、「そう思う」が17.1ポイント減少しており、《そう思う》でも6.4ポイント減少している。

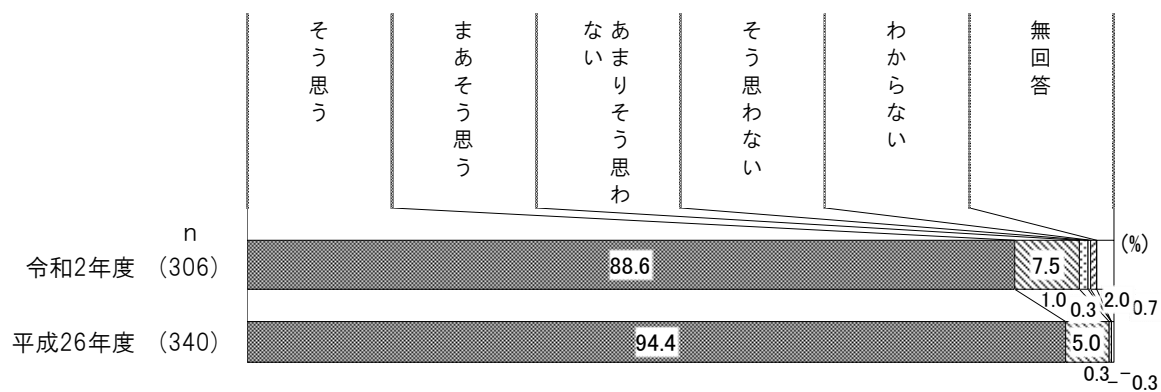


※「わからない」という選択肢は今回調査から新設。

■ 妊娠中のたばこやお酒は、おなかの赤ちゃんに悪い影響をあたえる

「そう思う」が 88.6%と最も高く、「まあそう思う」(7.5%) と合わせた《そう思う》は 96.1%となっている。

前回調査と比較すると、「そう思う」が 5.8 ポイント減少しており、《そう思う》でも 3.3 ポイント減少している。



※ 「わからない」という選択肢は今回調査から新設。

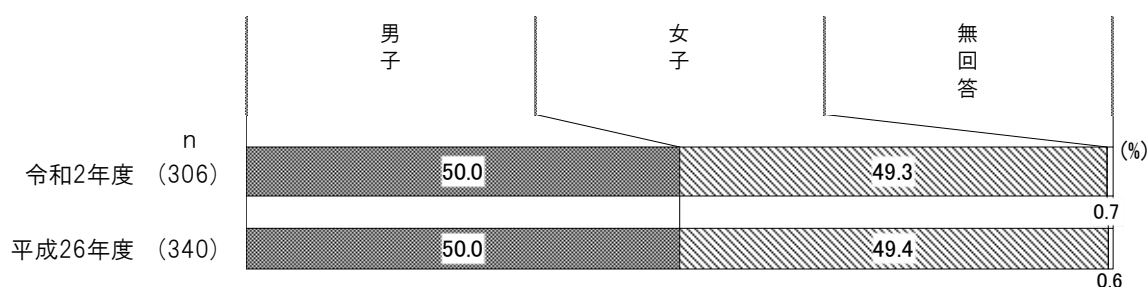
6 基本的属性など

(1) 性別

問35 あなたの性別はどちらですか。(○は1つだけ)

性別では、「男子」が50.0%、「女子」が49.3%となっている。

前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。

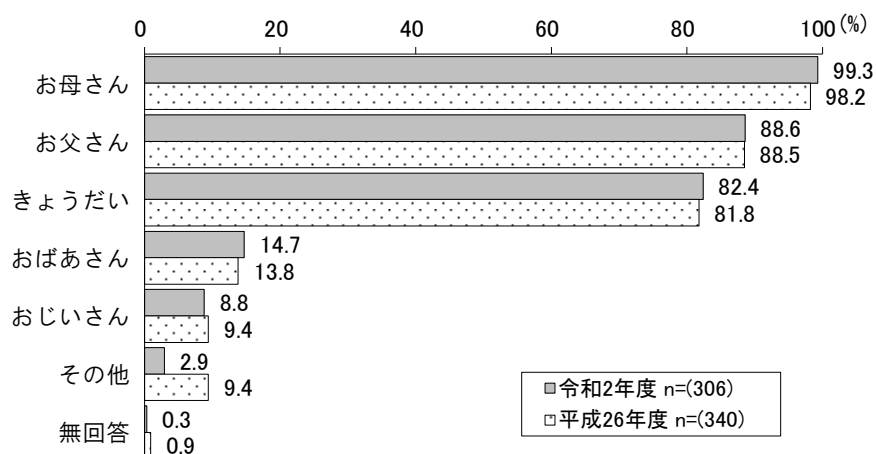


(2) 同居者

問36 あなたが、現在いっしょに住んでいる人、すべてに○をつけてください。(あてはまるものすべてに○)

いっしょに住んでいる人は、「お母さん」が99.3%で最も高く、以下「お父さん」(88.6%)、「きょうだい」(82.4%)、「おばあさん」(14.7%)、「おじいさん」(8.8%)となっている。

前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。



第5章 幼児保護者調査の結果

第5章 幼児保護者調査

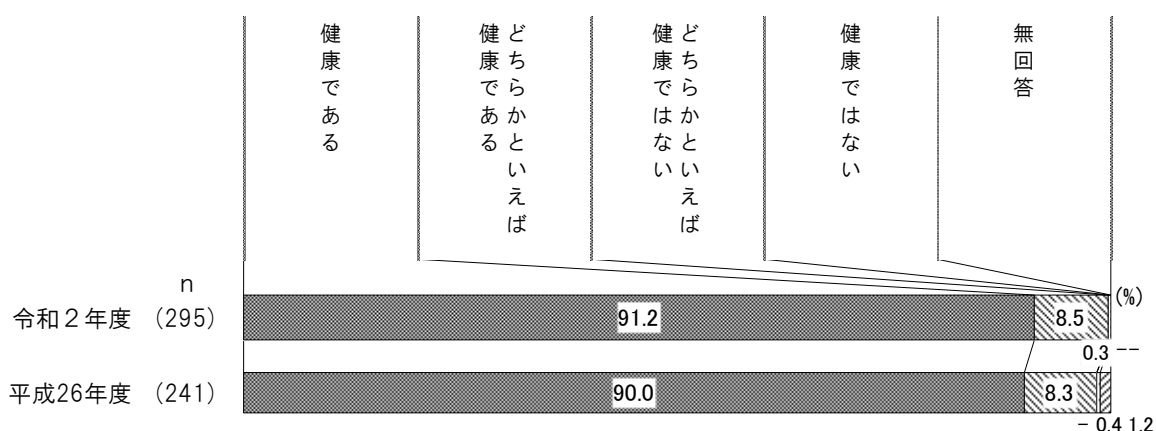
1 子どもの食生活

(1) 子どもの健康状態

問1 お子さんの健康状態についてどう思いますか。(○は1つだけ)

子どもの健康状態では、「健康である」が91.2%で最も高く、「どちらかといえば健康である」(8.5%)と合わせた《健康である》は99.7%となっている。一方、「どちらかといえば健康ではない」が0.3%である。

前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。

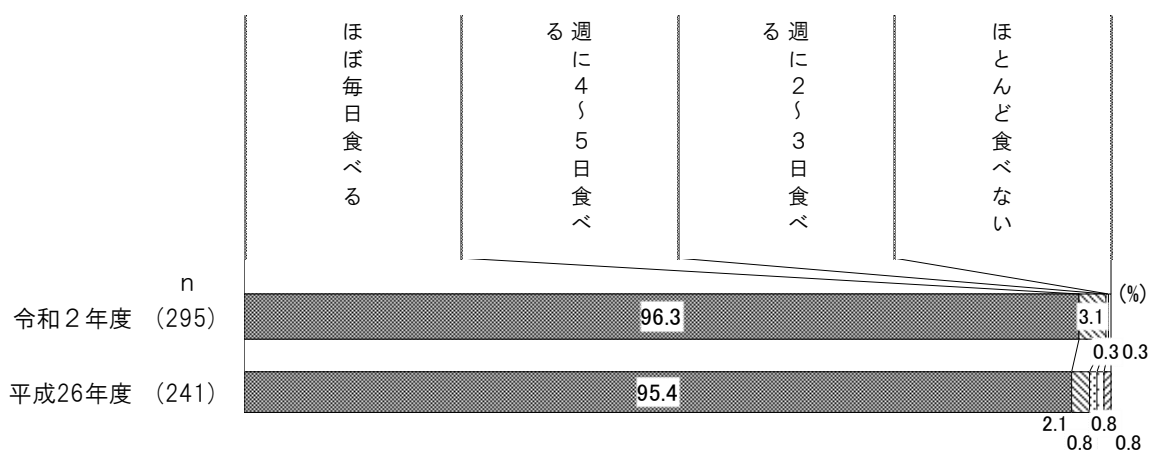


(2) 子どもの朝食摂取状況

問2 お子さんは、普段、朝食を食べていますか。(○は1つだけ)

子どもの朝食摂取状況では、「ほぼ毎日食べる」が96.3%で最も高く、「週に4～5日食べる」が3.1%、「週に2～3日食べる」と「ほとんど食べない」がそれぞれ0.3%となっている。

前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。

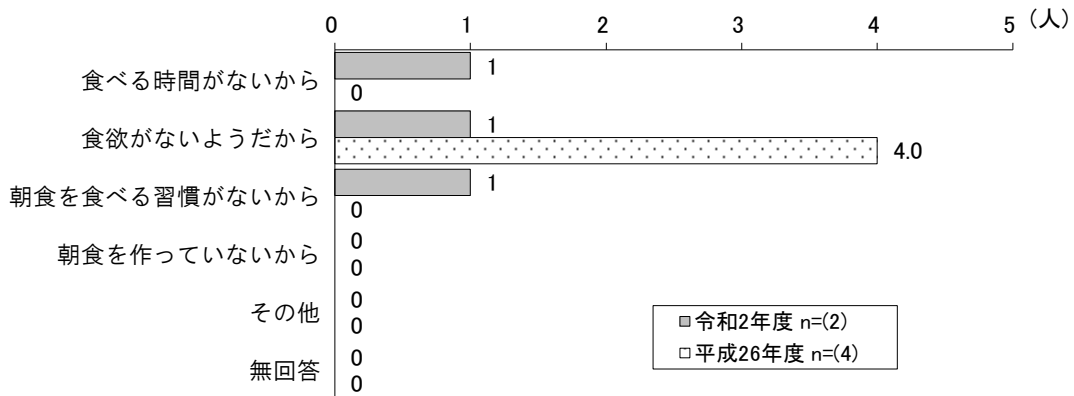


(3) 子どもが朝食を食べない理由

問2-1 2で「3週に2~3日食べる」または「4ほとんど食べない」と答えた方にうかがいます。朝食を食べない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

子どもが朝食を食べない理由では、「食べる時間がないから」と「食欲がないようだから」、「朝食を食べる習慣がないから」がそれぞれ1人となっている。

前回調査と比較すると、前回調査では「食欲がないようだから」のみであったが、今回調査では「食べる時間がないから」と「朝食を食べる習慣がないから」が加わった。

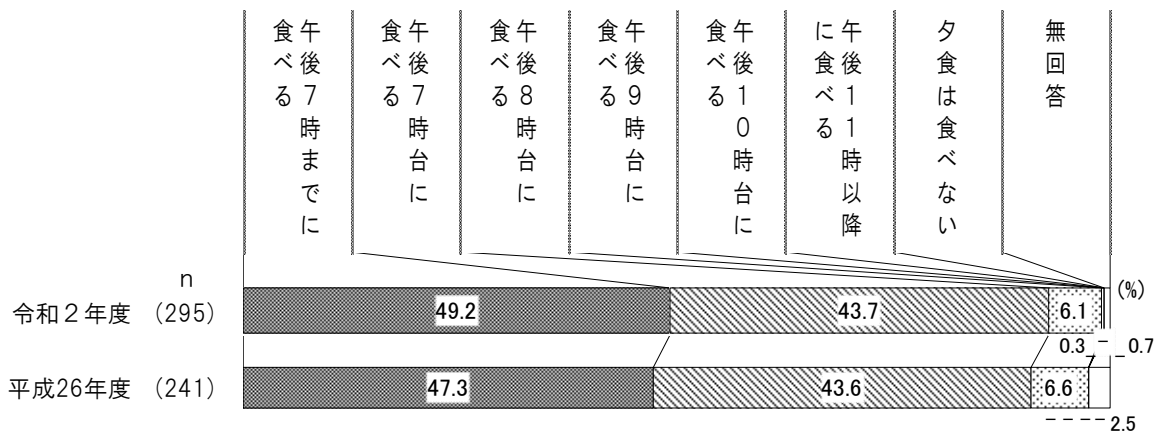


(4) 子どもの夕食の時間帯

問3 お子さんは、平日、夕食を何時台に食べる人が多いですか。(○は1つだけ)

子どもの夕食の時間帯では、「午後7時までに食べる」が49.2%で最も高く、「午後7時台に食べる」が43.7%、「午後8時台に食べる」が6.1%となっている。

前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。



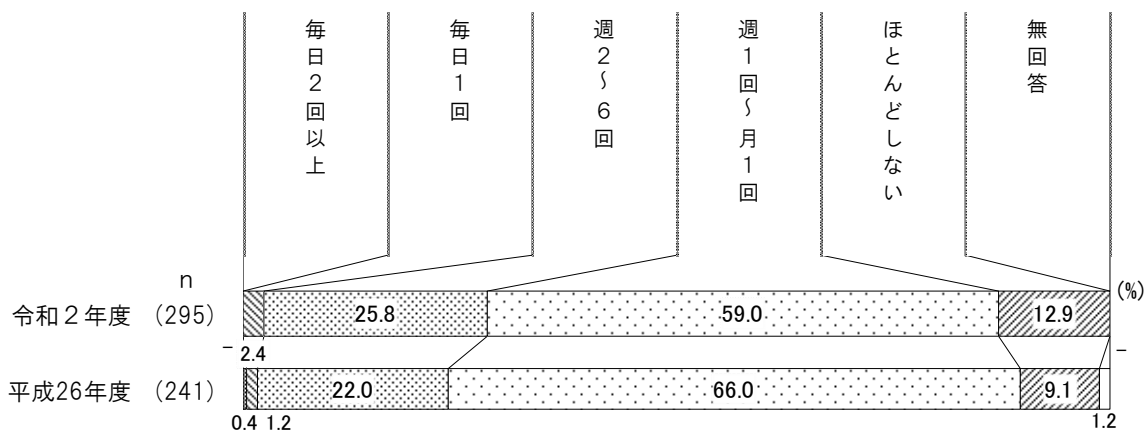
(5) 子どもの外食や中食の状況

問4 お子さんは、普段、外食や中食をすることがありますか。

◎外食とは、飲食店での食事。中食とは、出前をとったり、弁当や惣菜（おにぎり・パンも含む）を買ったりして食べる食事とします。（○は1つだけ）

子どもの外食や中食の状況では、「週1回～月1回」が59.0%で最も高く、「週2～6回」が25.8%、「ほとんどしない」が12.9%、「毎日1回」が2.4%となっている。

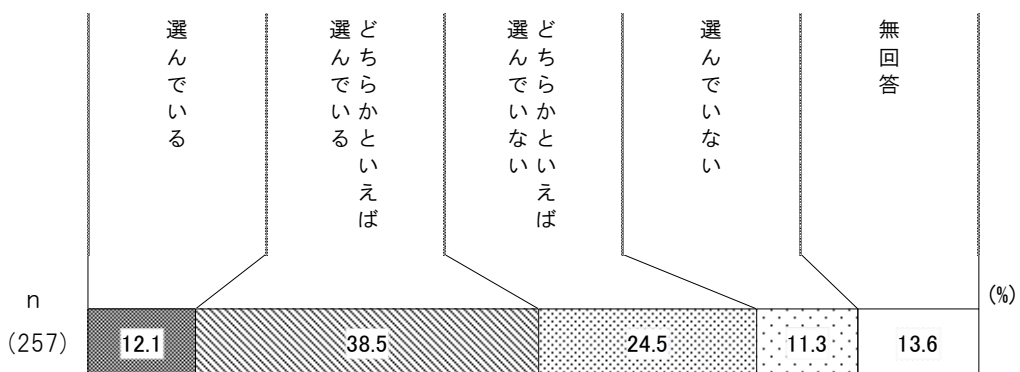
前回調査と比較すると、「週1回～月1回」が7.0ポイント減少し、逆に「週2～6回」と「ほとんどしない」がそれぞれ3.8ポイント増加している。



(6) 外食や中食の際に栄養バランスを意識してメニューを選んでいるか

問4-1 問4で「1 毎日2回以上」～「4 週1回～月1回」と答えた方にうかがいます。外食や中食をするときに、栄養のバランスを意識してメニューを選んでいますか。（○は1つだけ）

外食や中食の際に栄養バランスを意識してメニューを選んでいるかでは、「どちらかといえば選んでいる」が38.5%で最も高く、「選んでいる」(12.1%)と合わせた《選んでいる》は50.6%となっている。一方、「どちらかといえば選んでいない」(24.5%)と「選んでいない」(11.3%)を合わせた《選んでいない》は35.8%となっている。

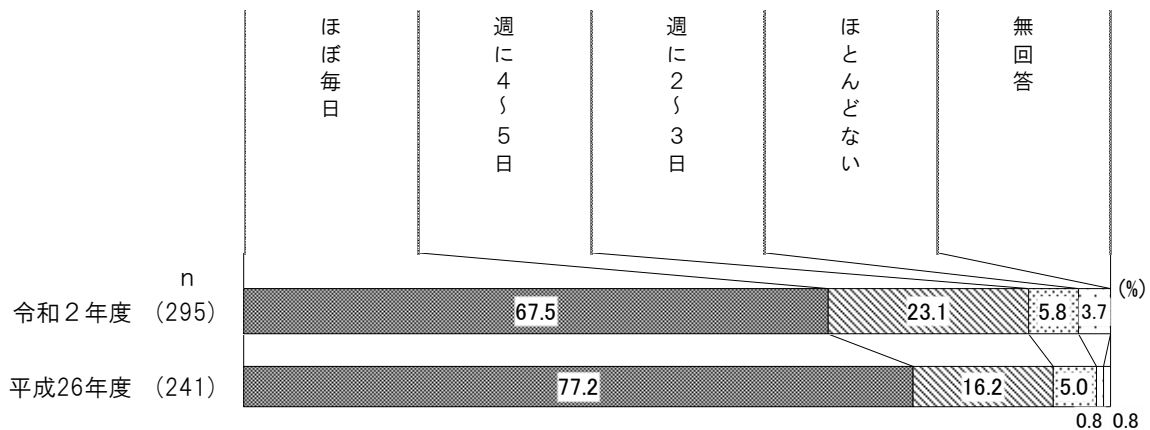


(7) バランスの良い食事の頻度

問5 お子さんは、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べる日が、週に何日ありますか。
 ◎主食：ごはん、パン、麺 主菜：肉、魚、卵、大豆製品の料理 副菜：野菜、海藻の料理 (○は1つだけ)

バランスの良い食事を食べる頻度では、「ほぼ毎日」が67.5%で最も高く、「週に4～5日」が23.1%、「週に2～3日」が5.8%となっている。

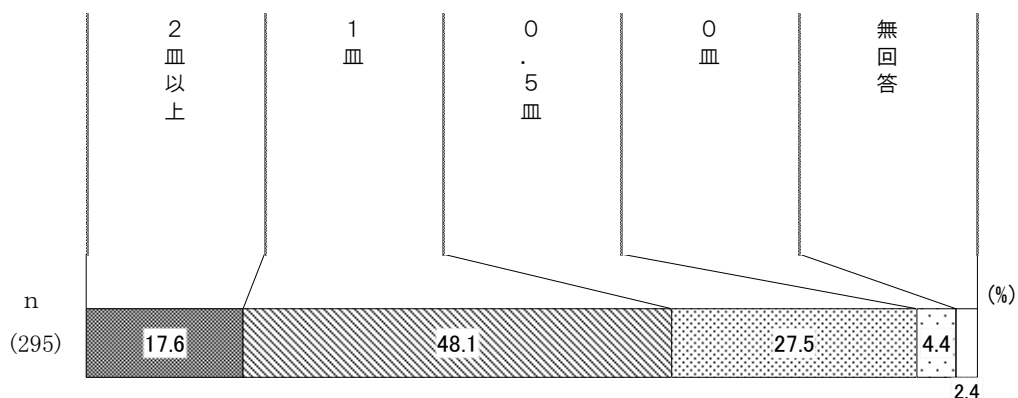
前回調査と比較すると、「ほぼ毎日」が9.7ポイント減少し、「週に4～5日」が6.9ポイント増加している。



(8) 野菜料理の1日の平均摂取皿数 ★

問6 お子さんは、野菜料理を平均で1日何皿くらい食べていますか (1皿の量は、70g。直径10cmの小皿(小鉢)にきれいに入る程度です。量の少ない野菜は合計して70gで1皿と数えます。1皿に満たない場合は0.5皿とします)。(○は1つだけ)

野菜料理の1日の平均摂取皿数では、「1皿」が48.1%で最も高く、「0.5皿」が27.5%、「2皿以上」が17.6%となっている。また、「0皿」は4.4%である。



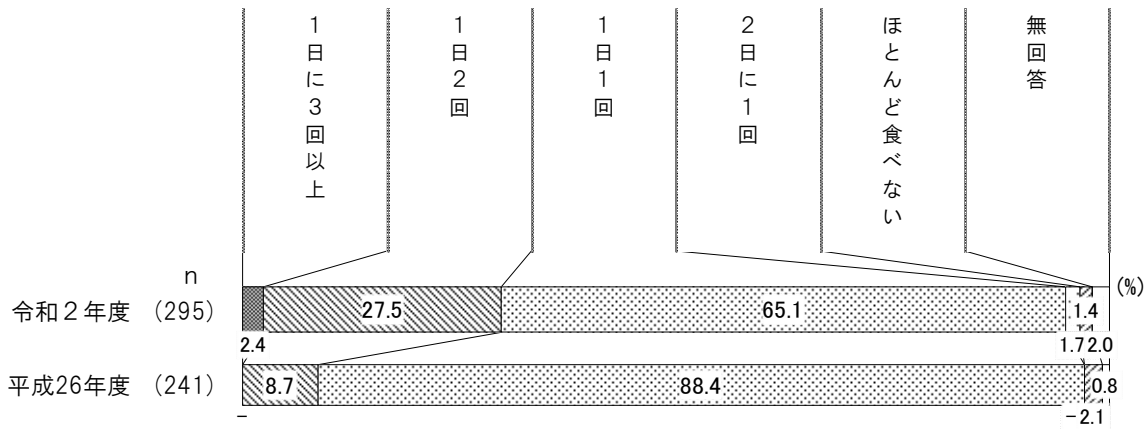
★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

(9) 子どもの間食の頻度 ★

問7 お子さんは、おやつ（間食）を1日に何回くらい食べていますか（ジュースは含みません）。
 （○は1つだけ）

子どもの間食の頻度では、「1日1回」が65.1%で最も高く、「1日2回」が27.5%、「1日に3回以上」が2.4%となっている。

前回調査と比較すると、「1日2回」が18.8ポイント増加し、「1日1回」が23.3ポイント減少している。



※「2日に1回」という選択肢は今回調査から新設。

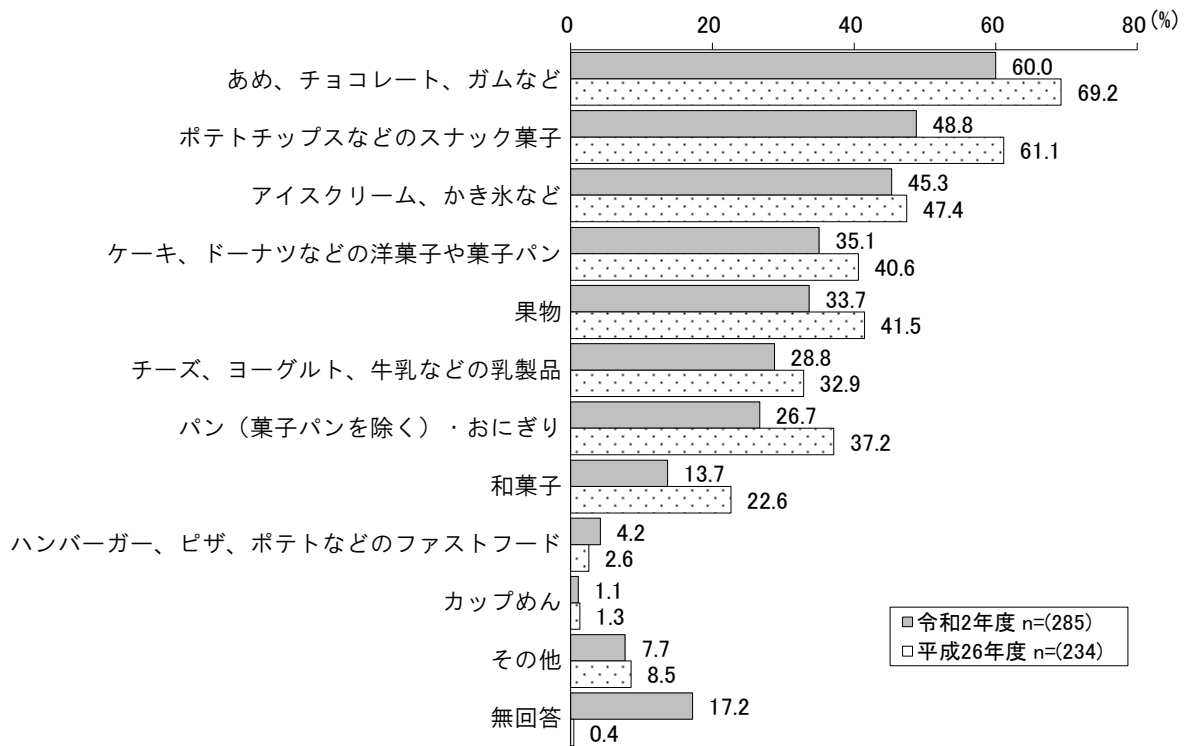
★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

(10) 間食時によく食べるもの

問7-1 問7で「1 1日に3回以上」～「4 2日に1回」と答えた方にうかがいます。
 お子さんは、おやつ（間食）として、どのようなものをよく食べますか。（あてはまるものすべてに○）

間食時によく食べるものでは、「あめ、チョコレート、ガムなど」が60.0%で最も高く、以下「ポテトチップスなどのスナック菓子」(48.8%)、「アイスクリーム、かき氷など」(45.3%)、「ケーキ、ドーナツなどの洋菓子や菓子パン」(35.1%)となっている。

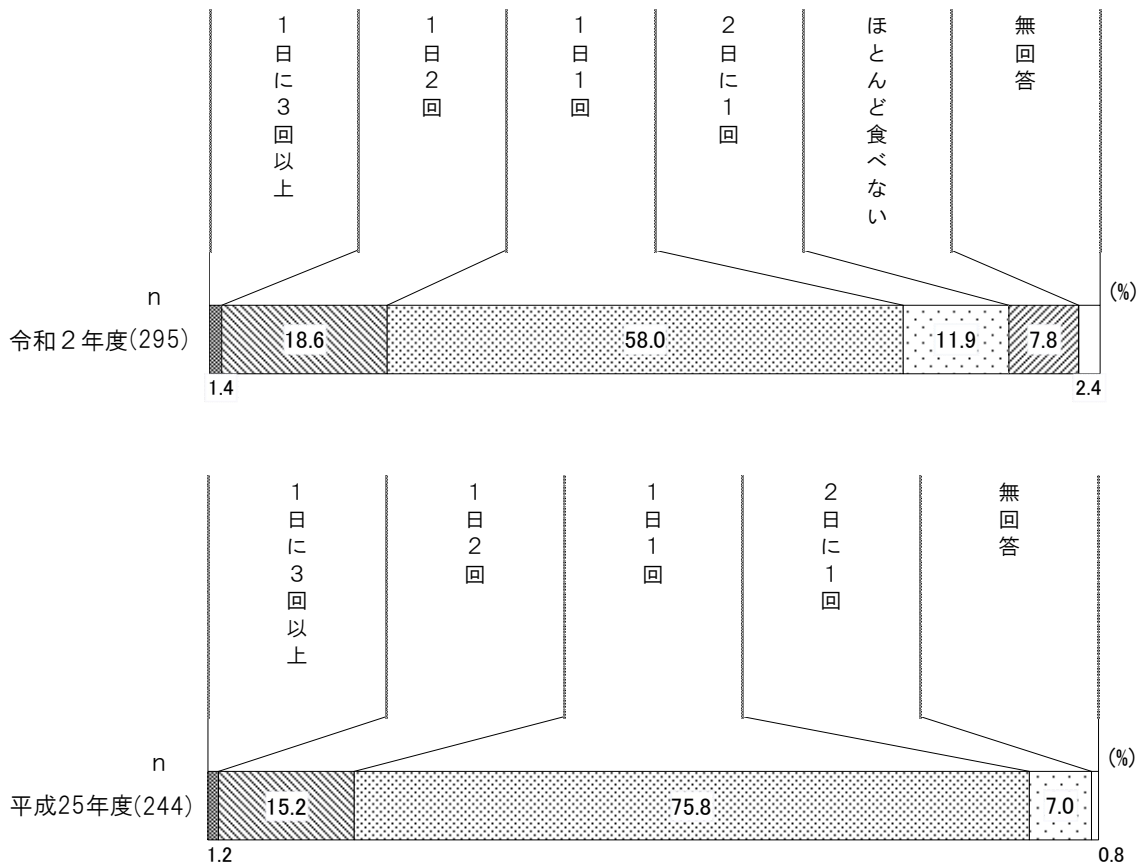
前回調査と比較すると、多くの項目で割合が減少しており、「ポテトチップスなどのスナック菓子」が12.3ポイント、「パン（菓子パンを除く）・おにぎり」が10.5ポイント、「あめ、チョコレート、ガムなど」が9.2ポイントそれぞれ減少している。



(11) 甘いお菓子を1日に食べる回数 ★

問8 お子さんは、甘いお菓子を1日に何回くらい食べていますか。(○は1つだけ)

甘いお菓子を1日に食べる回数では、「1日1回」が58.0%で最も高く、「1日2回」が18.6%、「2日に1回」が11.9%となっている。一方、「ほとんど食べない」が7.8%である。



出典：富士見市歯科保健アンケート（平成25年度）

※平成25年度は甘いお菓子を「ほぼ毎日食べている」と答えた方にたずねている設問。
「食べていない」と答えた人数は117人。

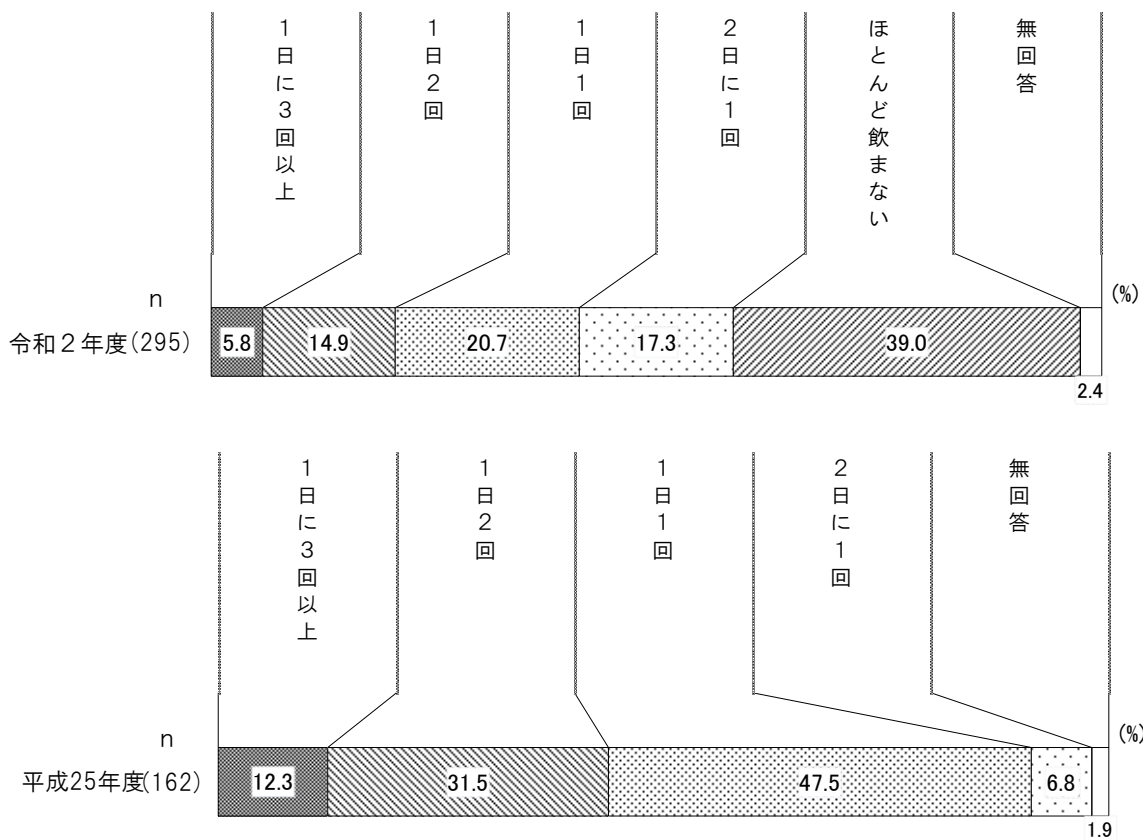
★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

(12) 甘い飲み物を1日に飲む回数 ★

問9 お子さんは、甘い飲み物を1日に何回くらい飲んでいきますか。

◎甘い飲み物とは、ジュース、乳酸菌飲料、イオン飲料、スポーツ飲料などの飲み物です。
(○は1つだけ)

甘い飲み物を1日に飲む回数では、「ほとんど飲まない」が39.0%で最も高く、「1日1回」が20.7%、「2日に1回」が17.3%、「1日2回」が14.9%となっている。



出典：富士見市歯科保健アンケート（平成25年度）

※平成25年度は甘い飲み物を「ほぼ毎日飲んでいる」と答えた方にたずねている設問。

「飲んでいない」と答えた人数は199人。

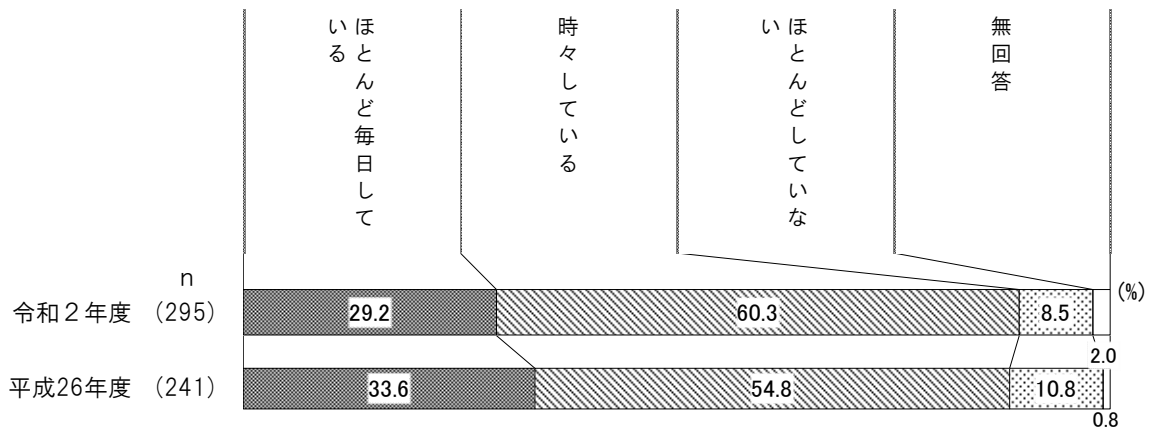
★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

(13) 食事づくりの手伝いをしている頻度

問10 お子さんは、食事づくりの手伝い（食器を運ぶ、片づける、材料を切る・ちぎるなどの簡単な調理）をしていますか。（○は1つだけ）

食事づくりの手伝いをしている頻度では、「時々している」が60.3%で最も高く、「ほとんど毎日している」が29.2%、「ほとんどしていない」が8.5%となっている。

前回調査と比較すると、「時々している」が5.5ポイント増加し、「ほとんど毎日している」が4.4ポイント、「ほとんどしていない」が2.3ポイントそれぞれ減少している。



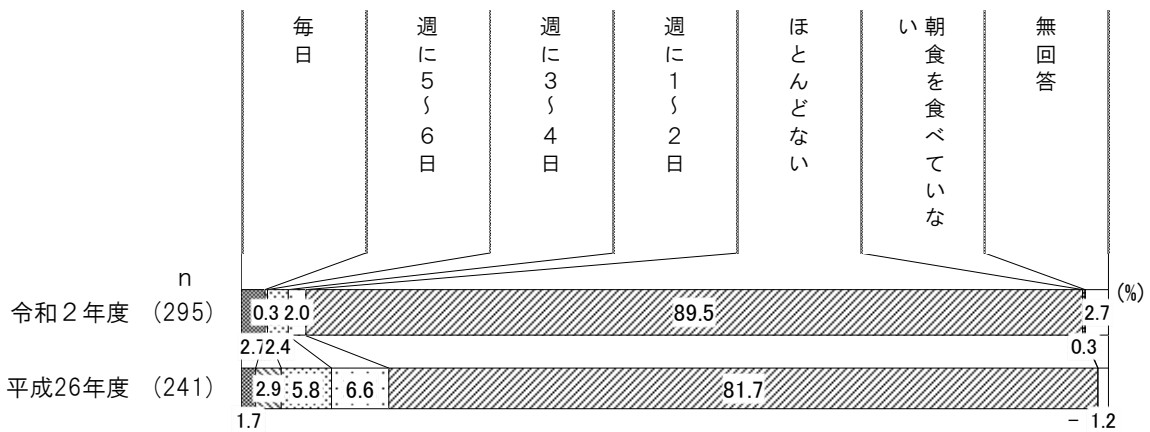
(14) 子どもの孤食の頻度

問11 お子さんが、一人で食事をする日は、1週間のうちどのくらいありますか。(○は1つだけ)

■朝食

朝食では、「ほとんどない」が89.5%と最も高くなっている。一方、「毎日」が2.7%である。

前回調査と比較すると、「ほとんどない」が7.8ポイント増加し、「週に1～2日」が4.6ポイント、「週に3～4日」が3.4ポイントそれぞれ減少している。

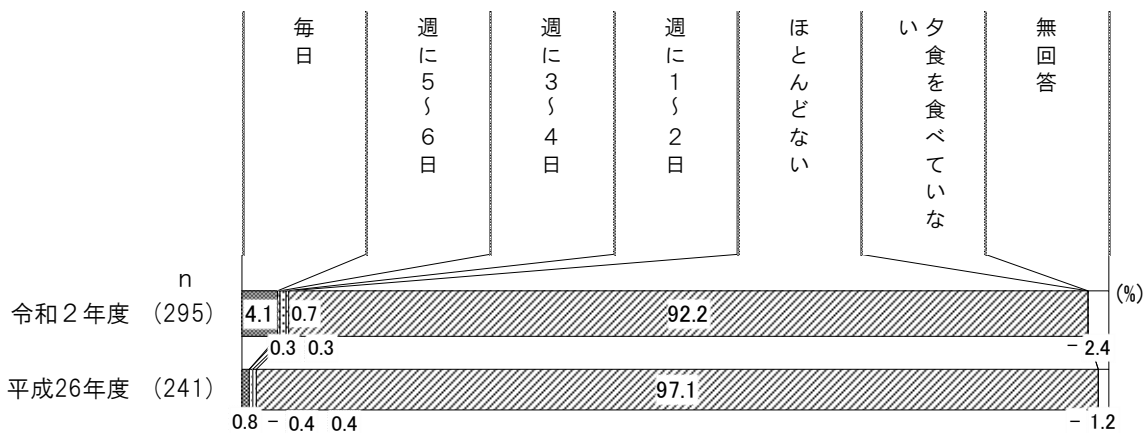


※「朝食を食べていない」という選択肢は今回調査から新設。

■夕食

夕食では、「ほとんどない」が92.2%と最も高くなっている。一方、「毎日」が4.1%である。

前回調査と比較すると、「ほとんどない」が4.9ポイント減少し、「毎日」が3.3ポイント増加している。



※「夕食を食べていない」という選択肢は今回調査から新設。

2 食育

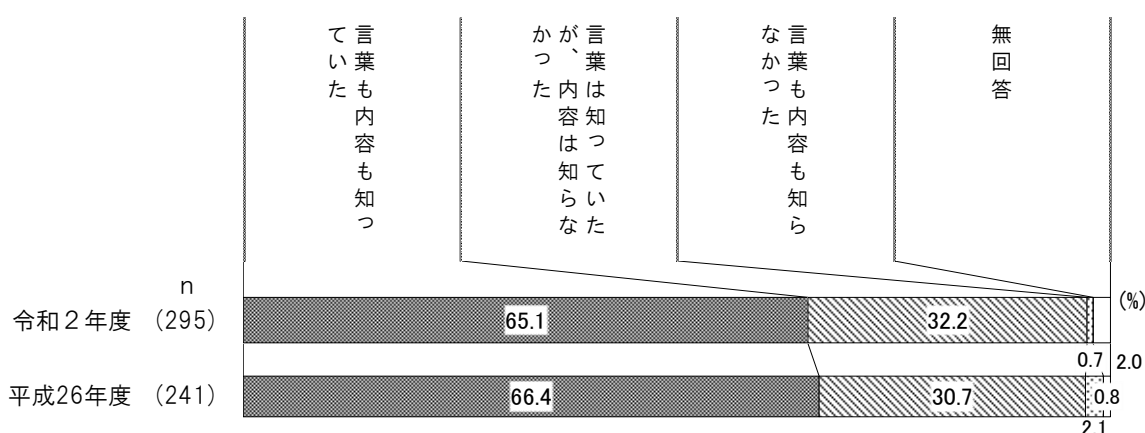
(1) 「食育」の認知状況

問12 あなたは、「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。(○は1つだけ)

※「食育」とは、生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるものであり、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。

「食育」の認知状況では、「言葉も内容も知っていた」が65.1%で最も高く、「言葉は知っていたが、内容は知らなかった」が32.2%、「言葉も内容も知らなかった」が0.7%となっている。

前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。

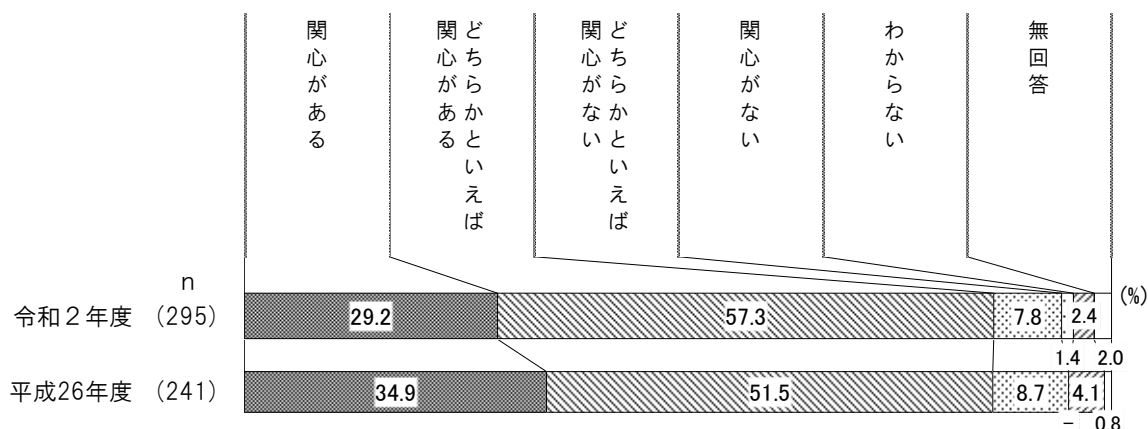


(2) 「食育」への関心度

問13 あなたは、「食育」に関心がありますか。(○は1つだけ)

「食育」への関心度では、「どちらかといえば関心がある」が57.3%で最も高く、「関心がある」(29.2%)と合わせた《関心がある》は86.5%となっている。一方、「どちらかといえば関心がない」(7.8%)と「関心がない」(1.4%)を合わせた《関心がない》は9.2%である。

前回調査と比較すると、《関心がある》は特に大きな違いはみられない。

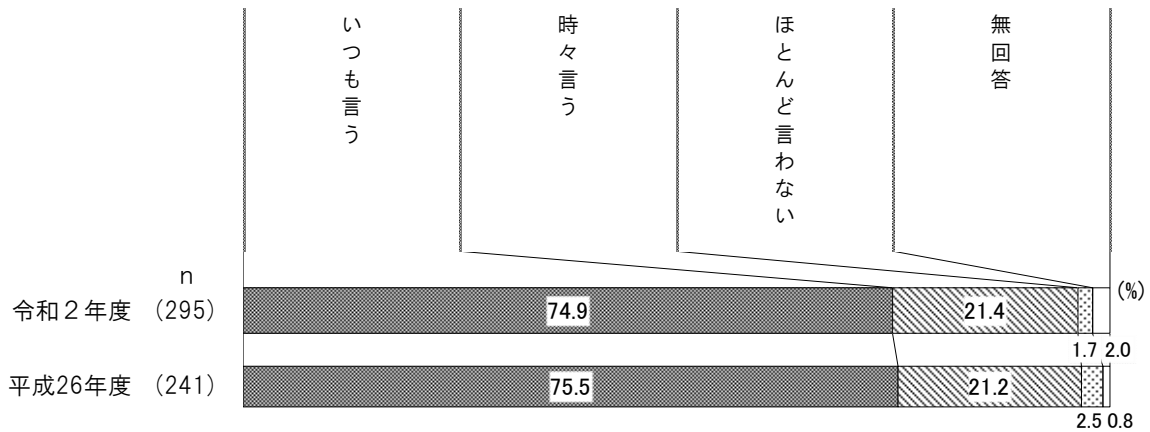


(3) 食事の前後にあいさつの言葉を言うか

問14 お子さんは、食事の前と後にあいさつのことば「いただきます」・「ごちそうさま」を言っていますか。(○は1つだけ)

子どもの食事の際のあいさつの状況では、「いつも言う」が74.9%と最も高く、「時々言う」が21.4%、「ほとんど言わない」が1.7%となっている。

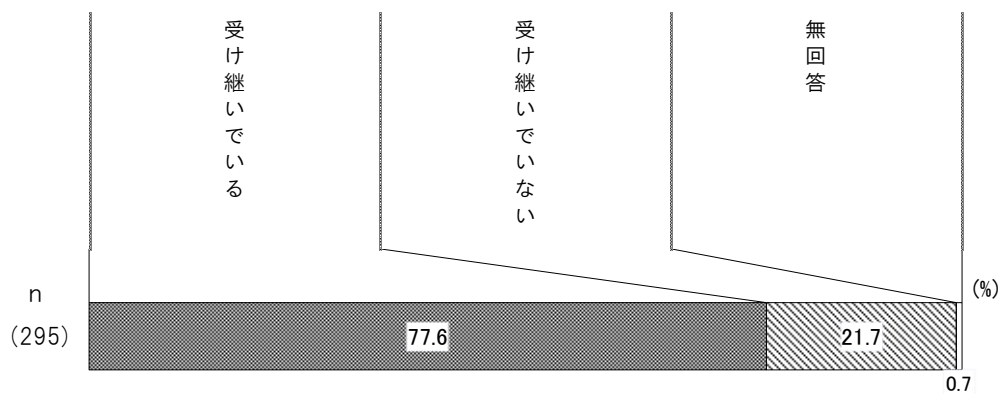
前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。



(4) 郷土料理等地域などで受け継がれてきた味や作法等を受け継いでいるか

問15 郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を受け継いでいますか。(○は1つだけ)

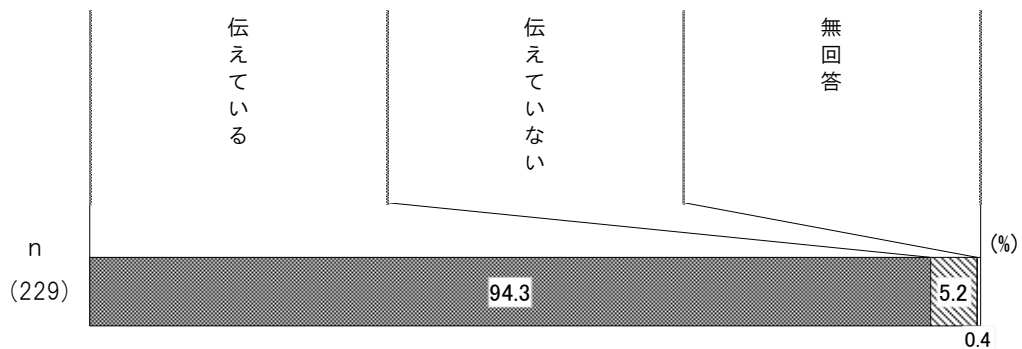
郷土料理等地域などで受け継がれてきた味や作法等を受け継いでいるかでは、「受け継いでいる」が77.6%で最も高く、「受け継いでいない」が21.7%となっている。



(5) 郷土料理等地域などで受け継がれてきた味や作法等を次世代に伝えているか

問15-1 問15で「1 受け継いでいる」と答えた方にうかがいます。
 あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭において受け継いできた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を地域や次世代（子どもやお孫さんを含む）に対し、伝えていますか。（○は1つだけ）

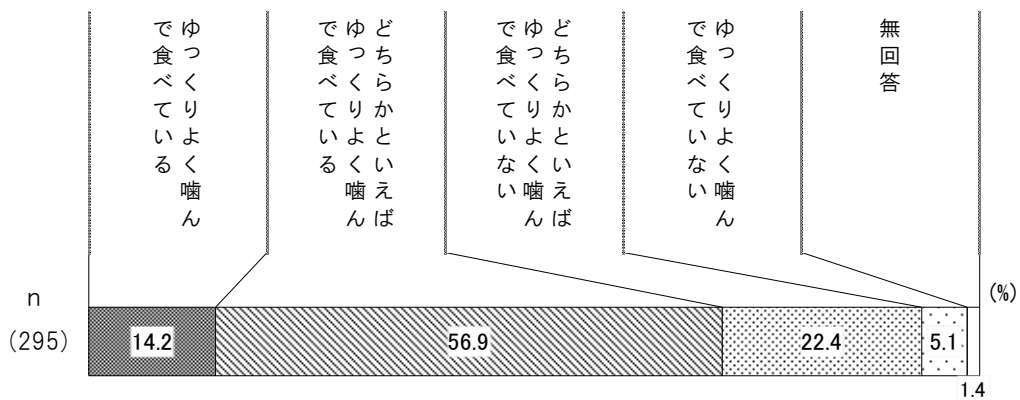
郷土料理などで受け継いできた料理や味や作法等を次世代に伝えているかでは、「伝えている」が94.3%で高く、「伝えていない」は5.2%である。



(6) 子どもはゆっくり噛んで食べているか

問16 お子さんは、普段、ゆっくりよく噛んで食べていますか。（○は1つだけ）

子どもはゆっくり噛んで食べているかでは、「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」が56.9%で最も高く、「ゆっくりよく噛んで食べている」(14.2%)と合わせた《よく噛んで食べている》は71.1%となっている。一方、「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない」(22.4%)と「ゆっくりよく噛んで食べていない」(5.1%)を合わせた《よく噛んで食べていない》が27.5%である。



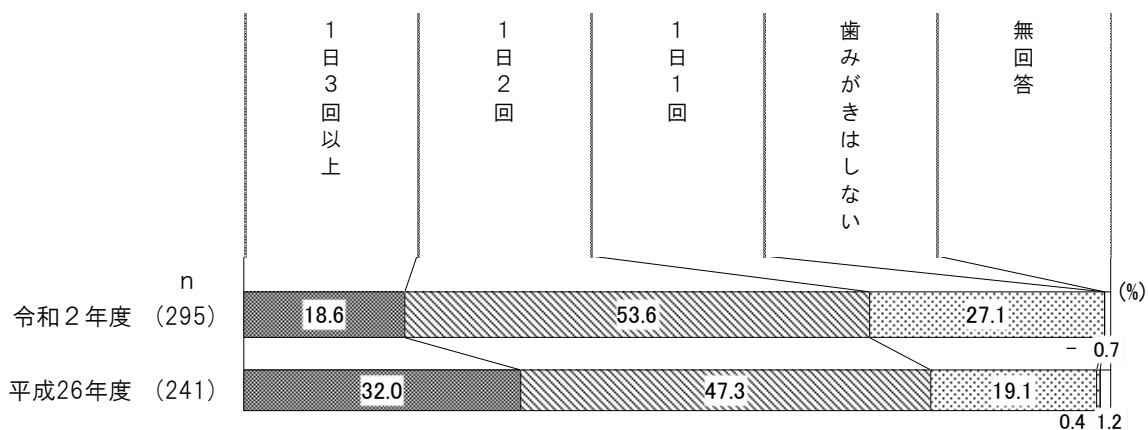
3 子どもの日常生活

(1) 子どもの歯みがきの回数

問17 お子さんは、1日に何回歯をみがきますか。(○は1つだけ)

子どもの歯みがきの回数では、「1日2回」が53.6%で最も高く、「1日1回」が27.1%、「1日3回以上」が18.6%となっている。

前回調査と比較すると、「1日2回」が6.3ポイント、「1日1回」は8.0ポイント増加し、逆に「1日3回以上」は13.4ポイント減少している。

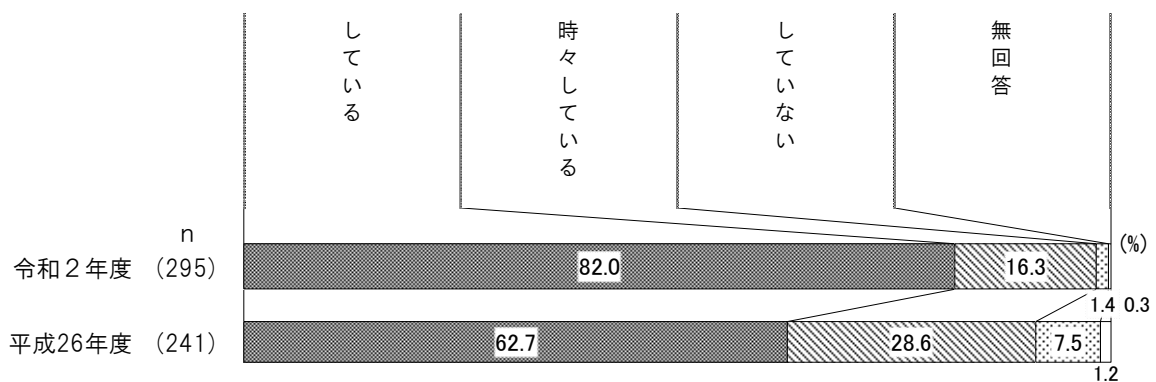


(2) 子どもへの仕上げみがきの頻度 ★

問18 お子さんの仕上げ歯みがきをしていますか。(○は1つだけ)

子どもへの仕上げみがきの頻度では、「している」が82.0%で最も高く、「時々している」が16.3%、「していない」が1.4%となっている。

前回調査と比較すると、「している」が19.3ポイント増加し、「時々している」が12.3ポイント減少している。



※ 「していない」は前回調査では「ほとんどしない」という表現であった。

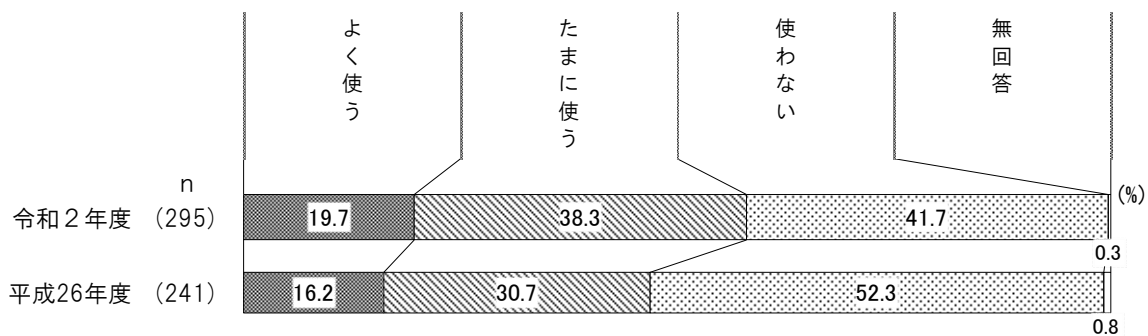
★ : いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

(3) 子どもの歯間清掃補助用具の使用頻度

問19 お子さんは、歯と歯の間を清掃するための補助用具（デンタルフロスなど）を使っていますか。（○は1つだけ）

子どもの歯間清掃補助用具の使用頻度では、「使わない」が41.7%で最も高く、「たまに使う」が38.3%、「よく使う」が19.7%となっている。

前回調査と比較すると、「使わない」が10.6ポイント減少し、「たまに使う」が7.6ポイント、「よく使う」が3.5ポイントそれぞれ増加している。

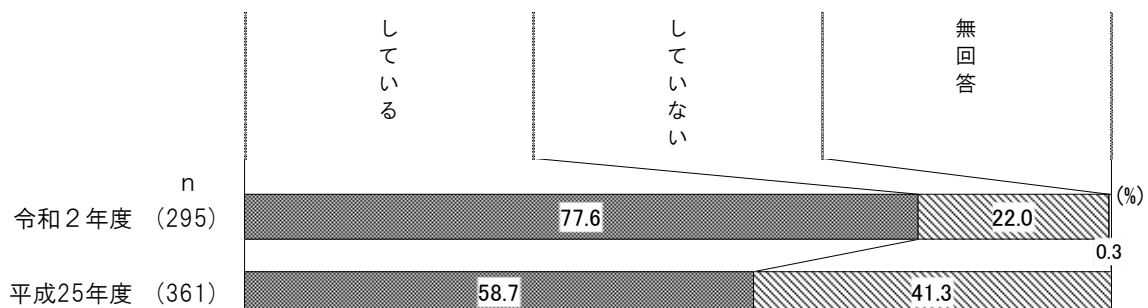


(4) 子どもの歯科医院でのフッ化物（フッ素）塗布の状況 ★

問20 お子さんは、むし歯予防のため、歯科医院で、フッ化物（フッ素）を塗ってもらっていますか。（○は1つだけ）

子どもの歯科医院でのフッ化物（フッ素）塗布の状況では、「している」が77.6%で、「していない」（22.0%）より高くなっている。

平成25年度富士見市歯科保健アンケート調査と比較すると、「している」が18.9ポイント増加している。



※平成25年度は富士見市歯科保健アンケートより

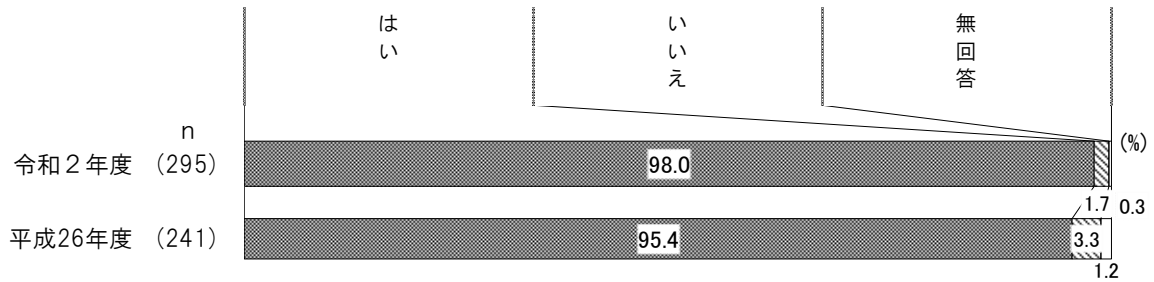
★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

(5) 子どもの過去1年間の歯科検診の受診状況

問21 お子さんは、過去1年間に歯科健診（歯の治療を除く）を受けたことがありますか。幼稚園や保育園などで行うものも含まれます。（○は1つだけ）

子どもの過去1年間の歯科検診の受診状況では、「はい」が98.0%で、「いいえ」（1.7%）より高くなっている。

前回調査と比較すると、「はい」が2.6ポイント増加している。



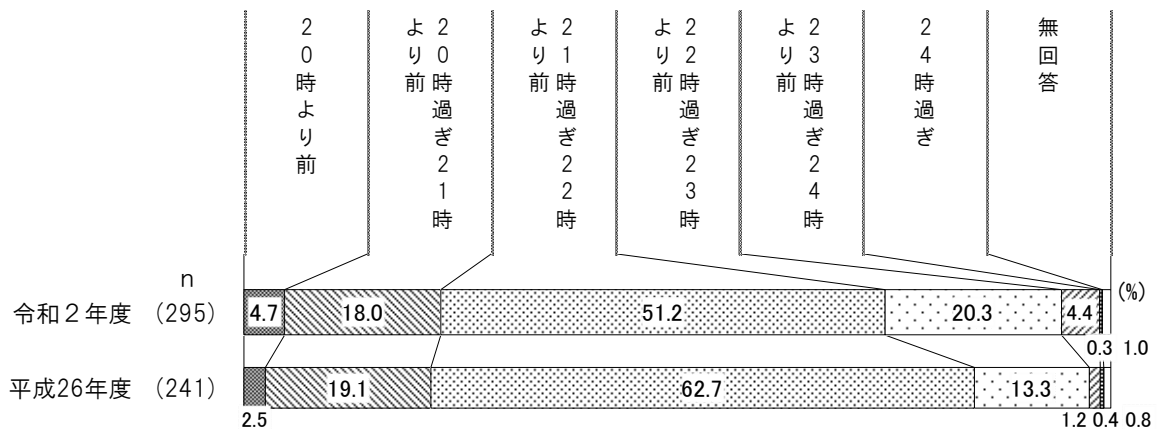
(6) 就寝時間と起床時間

問22 お子さんの平日の「寝る時間」と「起きる時間」を、教えてください。（24時間制でお答えください。例：午後11時30分の場合 →23時30分）

■ 就寝時間

就寝時間では、「21時過ぎ22時より前」が51.2%でも高く、「22時過ぎ23時より前」が20.3%、「20時過ぎ21時より前」が18.0%、「20時より前」が4.7%となっている。

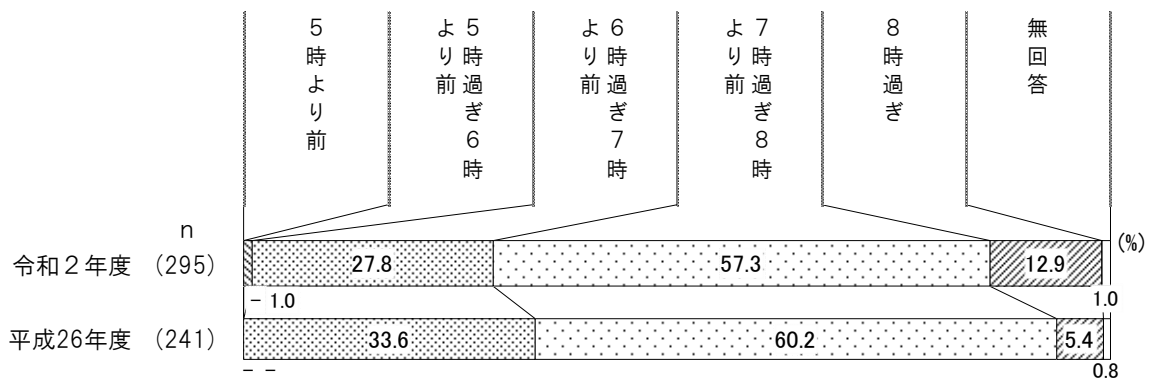
前回調査と比較すると、「21時過ぎ22時より前」が11.5ポイント減少し、「22時過ぎ23時より前」が7.0ポイント増加している。



■起床時間

起床時間では、「7時過ぎ8時より前」が57.3%で最も高く、「6時過ぎ7時より前」が27.8%、「8時過ぎ」が12.9%、「5時過ぎ6時より前」が1.0%となっている。

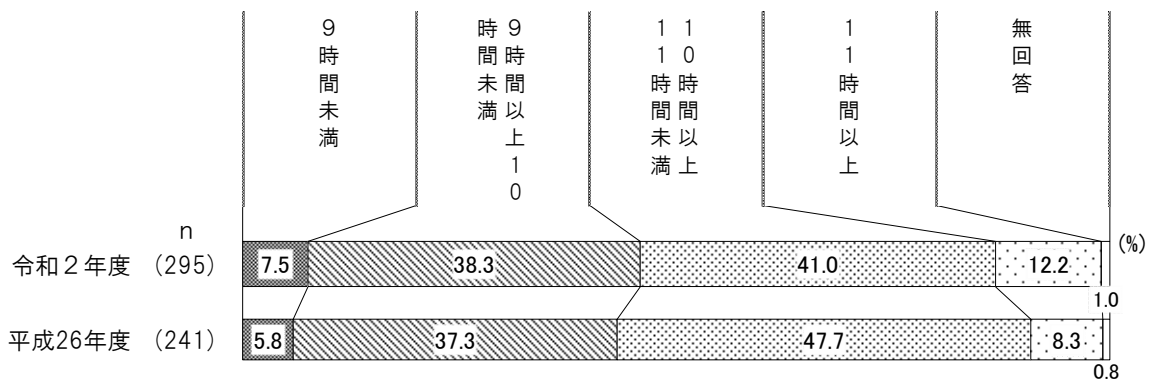
前回調査と比較すると、「6時過ぎ7時より前」が5.8ポイント、「7時過ぎ8時より前」が2.9ポイントそれぞれ減少し、「8時過ぎ」が7.5ポイント増加している。



■睡眠時間

睡眠時間では、「10時間以上11時間未満」が41.0%で最も高く、「9時間以上10時間未満」が38.3%、「11時間以上」が12.2%、「9時間未満」が7.5%となっている。

前回調査と比較すると、「10時間以上11時間未満」が6.7ポイント減少し、「11時間以上」が3.9ポイント増加している。

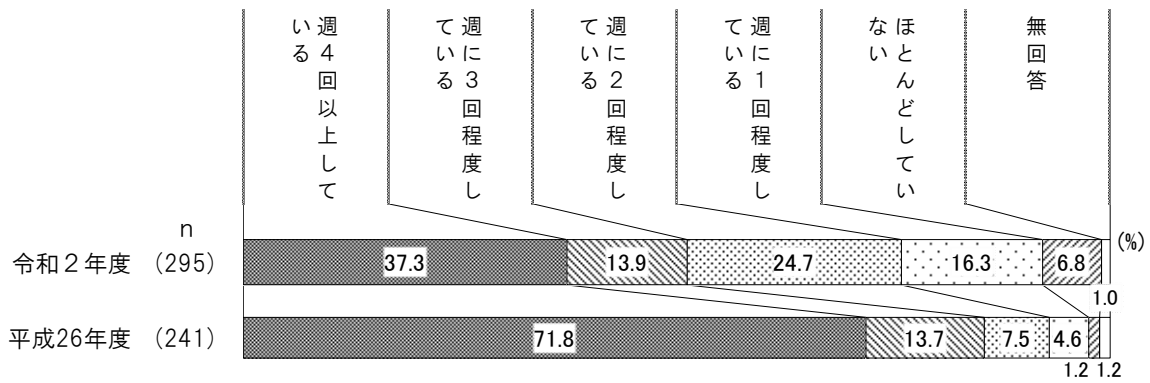


(7) 子どもの外遊びや運動の頻度

問23 お子さんは、外遊びや運動をどのくらいしていますか。(通園されているお子さんは、園以外で) (○は1つだけ)

子どもの外遊びや運動の頻度では、「週4回以上している」が37.3%で最も高く、「週に2回程度している」が24.7%、「週に1回程度している」が16.3%、「週に3回程度している」が13.9%となっている。

前回調査と比較すると、「週4回以上している」が34.5ポイント減少し、逆に「週に2回程度している」が17.2ポイント、「週に1回程度している」が11.7ポイント、「ほとんどしていない」が5.6ポイントそれぞれ増加している。



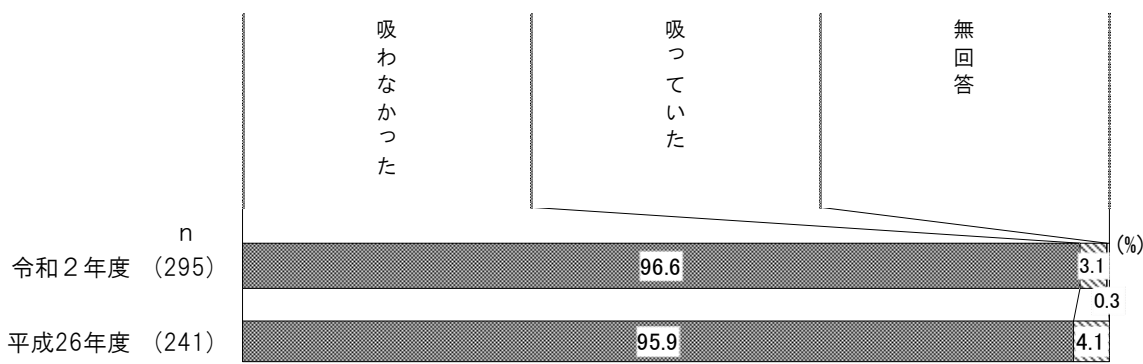
4 妊娠中のこと

(1) 妊娠中の喫煙状況 ★

問24 お母さん（妊婦）は、妊娠中にたばこを吸っていましたか。（○は1つだけ）

妊娠中の喫煙状況では、「吸わなかった」が96.6%を占めており、「吸っていた」は3.1%となっている。

前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。



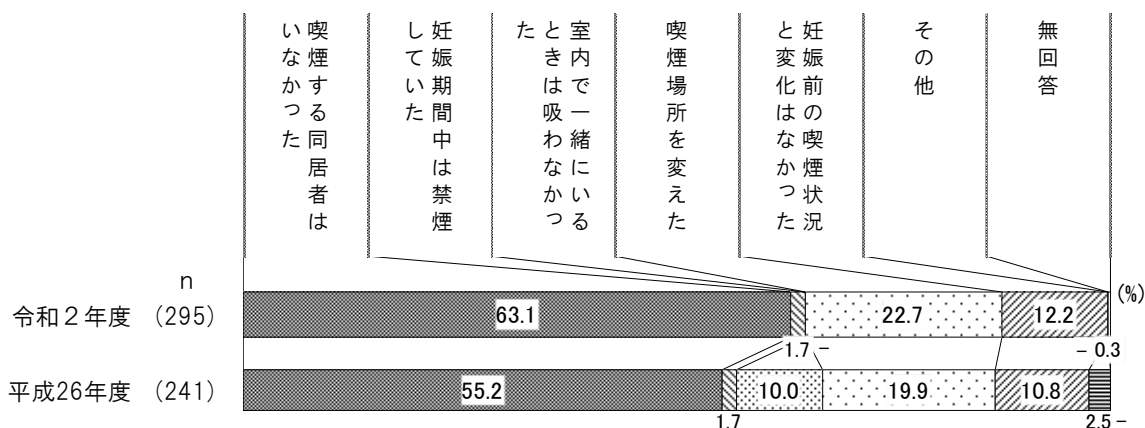
★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

(2) 同居家族の喫煙状況

問25 お母さんが妊娠中に、お母さん（妊婦）以外の同居の方はたばこを制限しましたか。（○は1つだけ）

同居家族の喫煙状況では、「喫煙する同居者はいなかった」が63.1%で最も高く、「喫煙場所を変えた」が22.7%、「妊娠前の喫煙状況と変化はなかった」が12.2%、「妊娠期間中は禁煙していた」が1.7%となっている。

前回調査と比較すると、「喫煙する同居者はいなかった」が7.9ポイント増加し、「喫煙場所を変えた」でも2.8ポイント増加している。

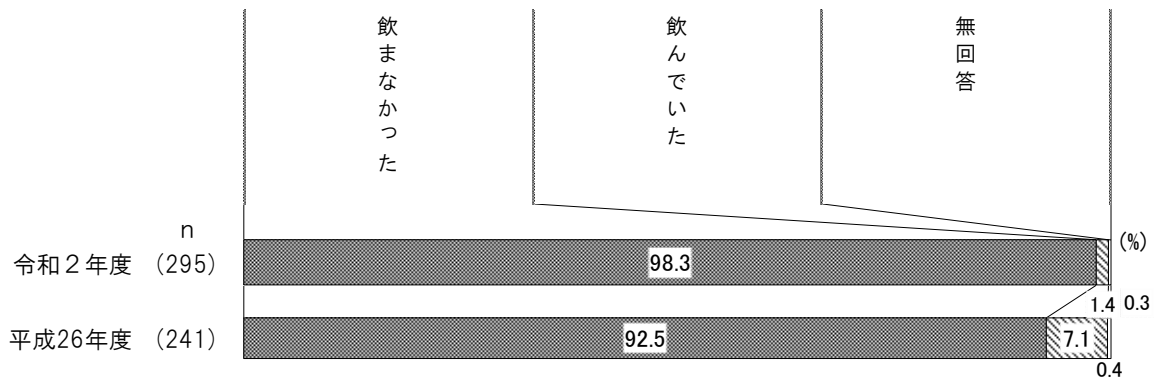


※今回調査では「室内で一緒にいるときは吸わなかった」の選択肢は除外している。

(3) 妊娠中の飲酒状況 ★

問26 お母さん（妊婦）は、妊娠中にお酒を飲みましたか。（○は1つだけ）

妊娠中の飲酒状況では、「飲まなかった」が98.3%で、「飲んでいた」(1.4%)より高くなっている。
 前回調査と比較すると、「飲まなかった」が5.8ポイント増加し、逆に「飲んでいた」が5.7ポイント減少している。

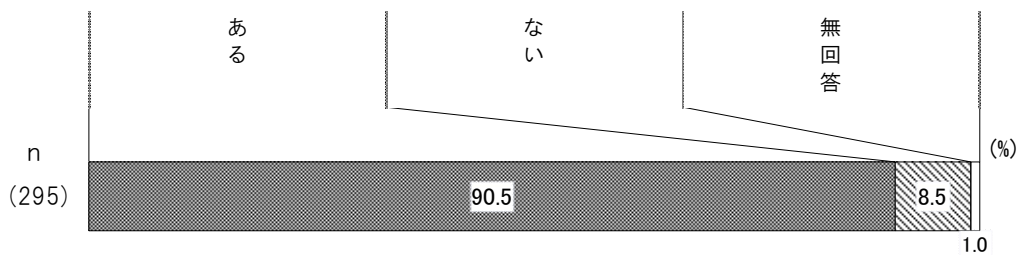


★：いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみの数値目標に合わせた集計

(4) ストレス等について相談できる先の有無

問27 あなたは、心の悩みや仕事・家事・育児などのストレスについて、相談できる人や場所がありますか。（○は1つだけ）

心の悩みやストレスについて相談できる人や場所の有無では、「ある」が90.5%を占めており、「ない」は8.5%となっている。

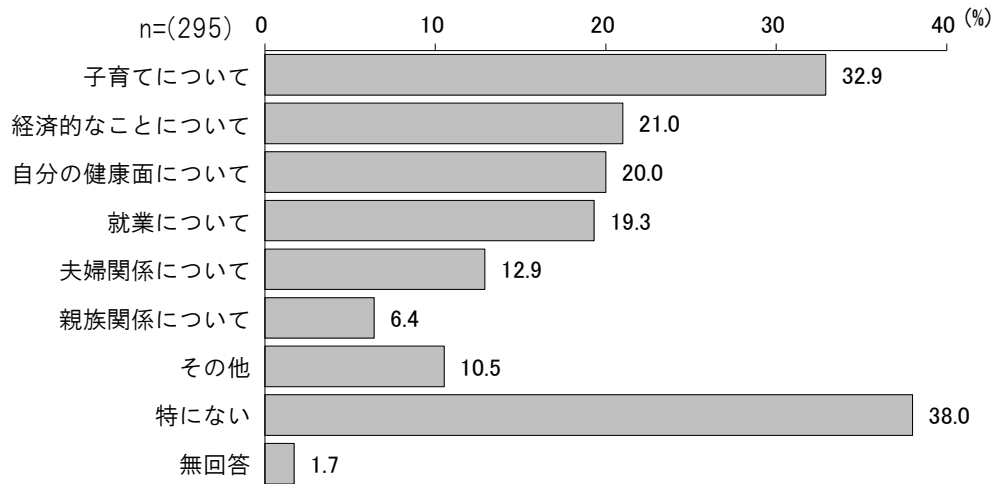


(5) 現在の悩みの内容

問28 あなたは、現在、どのようなことで悩んでいますか。(あてはまるものすべてに○)

現在の悩みの内容では、《悩みがある※》が60.3%で、「特にない」が38.0%となっている。

具体的な悩みとしては、「子育てについて」が32.9%で最も高く、以下、「経済的なことについて」(21.0%)、「自分の健康面について」(20.0%)、「就業について」(19.3%)となっている。



※ 《悩みがある》 = 100% - 「特にない (38.0%)」 - 「無回答 (1.7%)」

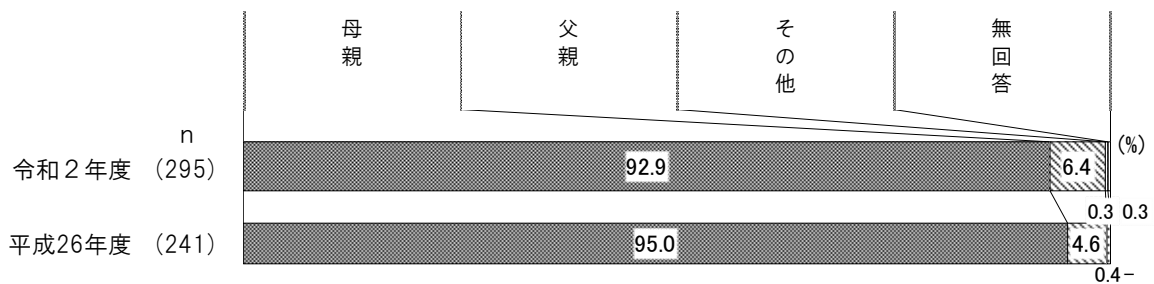
5 基本的属性など

(1) 保護者について

問29 アンケートを記入する保護者自身のことについてご記入ください。

■ 保護者の続柄

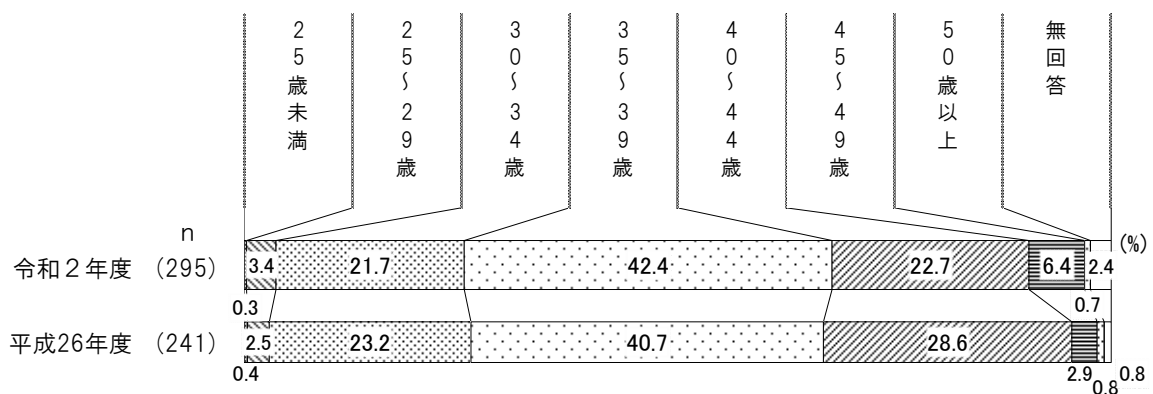
保護者の続柄では、「母親」が92.9%、「父親」(6.4%)、「その他」(0.3%)となっている。
 前回調査と比較すると、「母親」が2.1ポイント減少している。



■ 保護者の年齢

保護者の年齢では、「35～39歳」が42.4%で最も高く、「40～44歳」が22.7%、「30～34歳」が21.7%、「45～49歳」が6.4%となっている。

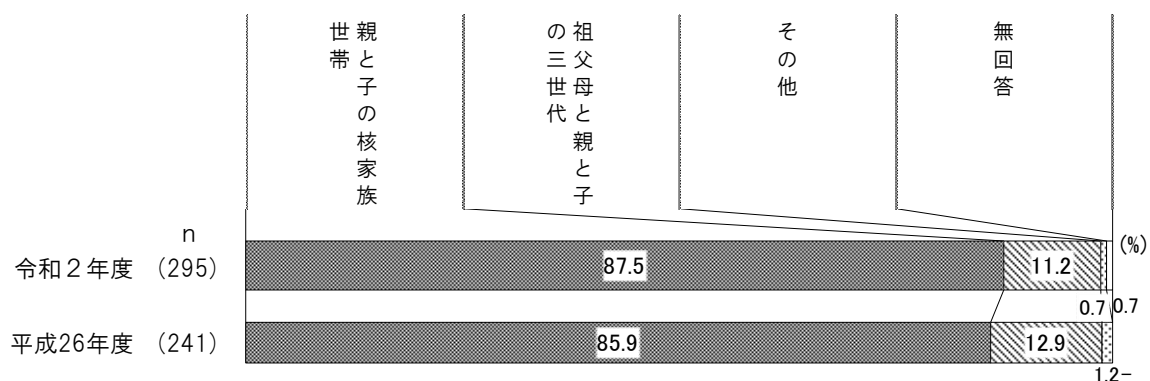
前回調査と比較すると、「40～44歳」が5.9ポイント減少し、「45～49歳」が3.5ポイント増加している。



■世帯構成

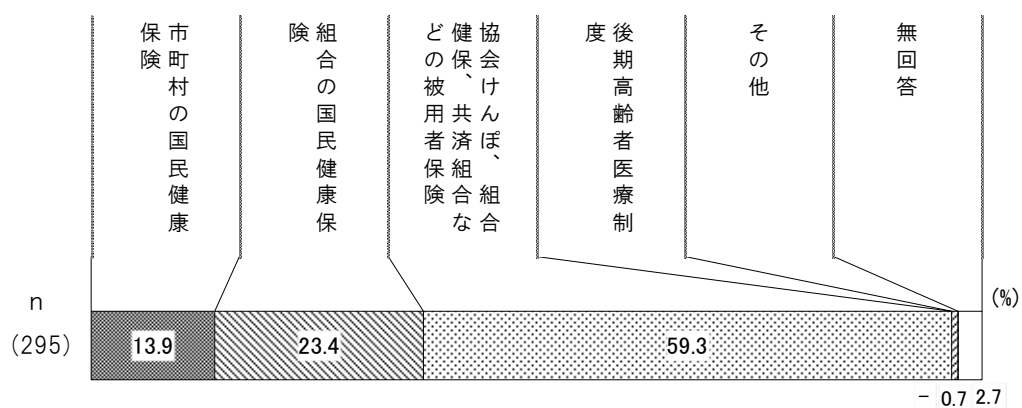
世帯構成では、「親と子の核家族世帯」が87.5%、「祖父母と親と子の三世代」が11.2%、「その他」が0.7%となっている。

前回調査との比較では特に大きな違いはみられない。



■加入健康保険

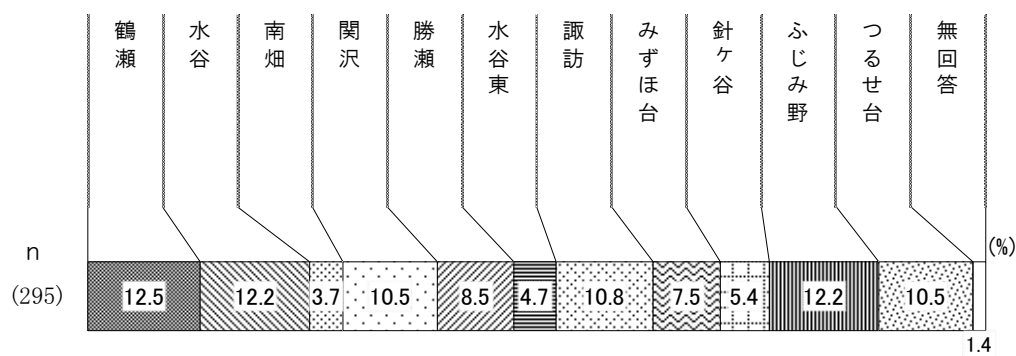
加入健康保険では、「協会けんぽ、組合健保、共済組合などの被用者保険」が59.3%、「組合の国民健康保険」が23.4%、「市町村の国民健康保険」が13.9%となっている。



(2) 居住地域

問30 あなたは、市内のどの地域にお住まいですか。あてはまる番号に○をしてください。
(○は1つだけ)

居住地域では、「鶴瀬」が12.5%で最も高く、「水谷」と「ふじみ野」がそれぞれ12.2%、「諏訪」が10.8%、「関沢」と「つるせ台」がそれぞれ10.5%となっている。



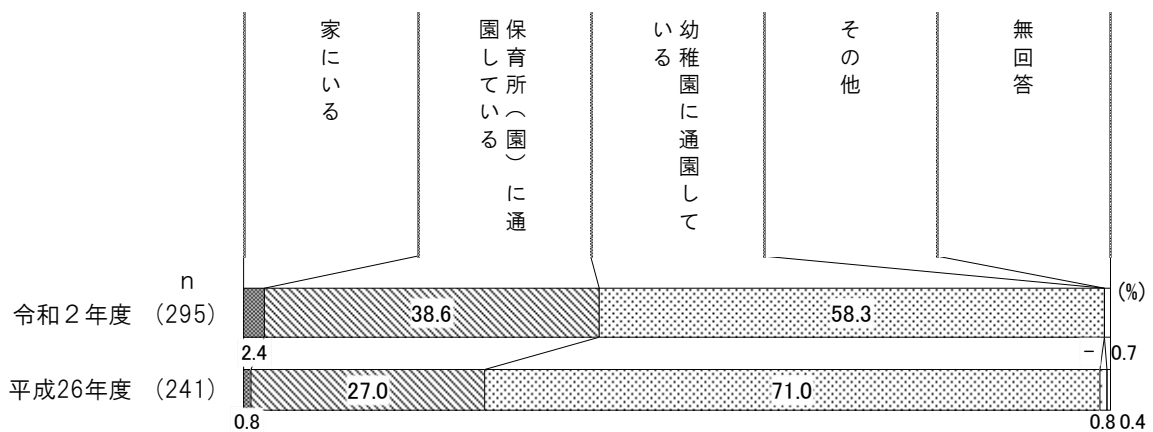
(3) 子どもの普段の状況

問31 お子さんのことについてご記入ください。

■子どもの普段の状況

子どもの普段の状況では、「幼稚園に通園している」が58.3%で最も高く、「保育所（園）に通園している」が38.6%、「家にいる」が2.4%となっている。

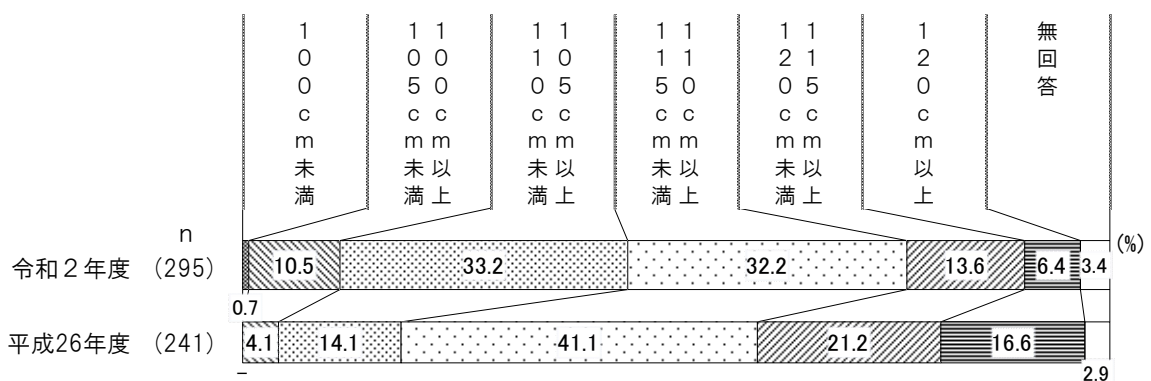
前回調査と比較すると、「幼稚園に通園している」が12.7ポイント減少し、「保育所（園）に通園している」が11.6ポイント増加している。



■子どもの身長

子どもの身長では、「105 cm以上110 cm未満」が33.2%で最も高く、「110 cm以上115 cm未満」が32.2%、「115 cm以上120 cm未満」が13.6%、「100 cm以上105 cm未満」が10.5%となっている。

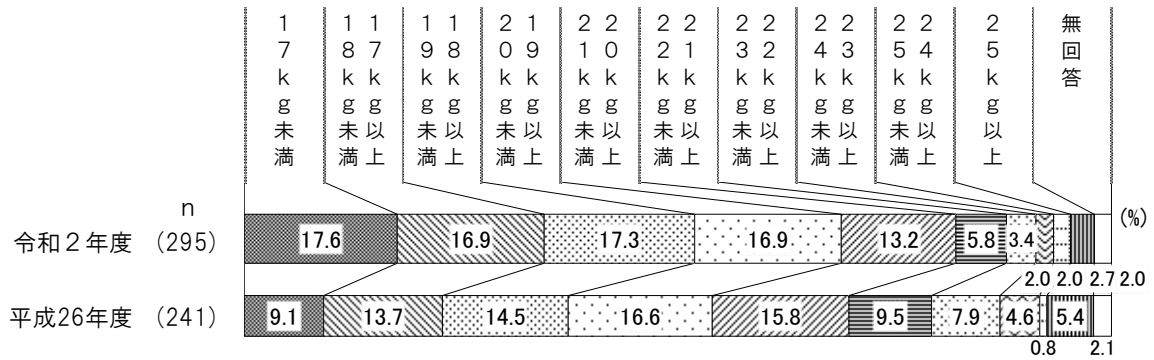
前回調査と比較すると、「110 cm未満」が26.2ポイント増加し、「110 cm以上」が26.7ポイント減少している。



■子どもの体重

子どもの体重では、「17kg未満」が17.6%で最も高く、「18kg以上19kg未満」が17.3%、「17kg以上18kg未満」と「19kg以上20kg未満」がそれぞれ16.9%、「20kg以上21kg未満」が13.2%となっている。

前回調査と比較すると、「20kg未満」が14.8ポイント増加し、「20kg以上」が14.9ポイント減少している。



(4) 自由意見

問32 最後に、今後の市の健康づくり事業や健康増進計画などへのご意見・ご提案などがございましたら、自由にご記入ください。

ご意見を自由に記入していただいたところ、69件の貴重な回答をいただいた。

意見や要望を分類した結果、「施設の活用、充実について」が16件で最も多かった。次いで、「子どもまたは親子で参加できるイベント・講座について」(15件) などとなっている。

		件数
1	食育について	4
2	健康管理について	1
3	たばこについて	1
4	予防接種について	5
5	乳幼児健診について	5
6	歯及び口腔の健康づくりについて	1
7	託児施設・児童クラブについて	3
8	妊婦や育児に関するイベント・講座について	2
9	子どもまたは親子で参加できるイベント・講座について	15
10	施設の活用、充実について	16
11	情報提供・啓発について	2
12	市の施策について	4
13	新型コロナウイルス感染症について	2
14	その他	8
	計	69

1 食育について

- ・食育、顎、歯並び、舌癖等お口の健康全てについて良い事が知りたい。口の筋肉のトレーニング等。
- ・小学校の給食において、野菜やフルーツが少ない。食育をする上での見た目や盛りつけが、他市の学校より質素だとよく聞くので来年から不安。幼稚園が食育に力を入れている分、差がはげしいのはどうかと思う。給食費を払わない家庭があるのであれば、然るべき対応をしてもらいたい。
- ・ご苦労様です。自分があたりまえとやってることがあたりまえではないのだなと、アンケートの内容でびっくりしました。もっと食育から保育へのアプローチをしっかりとお願いします。
- ・小中学校の給食の小麦粉を国産にして欲しい。野菜、お米を無農薬(出来れば無肥料)にして欲しい。富士見市には貴重な自然栽培の農家さんが沢山いらっしゃいます。富士見市ならではの、未来に継続できる食育を伝えていただきたいです。富士見市の自給自足のオーガニック給食、素敵だと思います!!ぜひ他市よりも先行して実現してください。

2 健康管理について

- ・乳ガン検診をもっと若い時から受られるようにしてほしい。

3 たばこについて

- ・富士見市はたばこのポイ捨てが非常に多い。特にふじみ野駅周辺は歩道で喫煙者が多く困っています。駅周辺 1 kmは喫煙禁止としてほしい。

4 予防接種について

- ・小学校へ上がったからの予防接種（任意ではないもの）をお知らせして下さると助かります（小学校のお便りでも…）。
- ・予防接種などの計画表があると分かりやすいです。
- ・予防接種について、例えば「おたふく」のような任意の予防接種の市の助成を検討していただきたい。予防接種代が高額で回数も多いため。今年度、MRの定期接種期間ですが、コロナの為、病院に行く事をためらってしまいます。期間の延長などは検討されているのでしょうか。
- ・任意の予防接種に補助金を支給してほしい。市内の病院の混雑を解消してほしい。朝、予約して夕方に診察ということが何回もある。診察、治療の必要性が低いと感じていても何となく病院に通っている人が多い。適切な医療機関の受診となるような仕組、制度を普及させてほしい。
- ・インフルエンザの予防接種も補助の対象にしてほしい。今後いろいろな未知のウイルスなど、流行りだした時に不安でしかたない。インフルエンザの予防接種は、高額で子供が多かったら、かなりの金額になる。

5 乳幼児健診について

- ・我が家は乳幼児健診が全て終わっていますが、最後の3才児健診の際、視力検査（簡易なものでも）行って下さるとうれしいです。
- ・乳幼児健診をもっと早くやってほしい。3歳児の息子の健診が3歳5ヶ月時にされるのは遅いと感じる。
- ・乳幼児健診の日時を、各医師のスケジュールに合わせて行っているのではと考えるが、子供や保護者に合わせたスケジュールにしてほしい。例えば、土・日の午前など、働いている親でも参加しやすく、午睡の習慣である子供も参加しやすい日時を希望する。
- ・〇才健診、〇ヶ月健診の〇が半年以上遅く実施されている意味がわかりません。なぜ他の自治体では、ジャスト3才とかでされているのに、富士見市は3才健診を3才半で行ったりするのでしょうか？また、時間帯もなぜ子供が普段昼寝している時間帯に行うのでしょうか？子供のためを思えば、午前中が適切ではないのでしょうか？ねむたくてみんなグズグズ泣いている中、待たされるのは、親も子どもしんどいのですが…。
- ・乳幼児健診の方法を変えて下さい。仕事や通院などの私用もあります。市が決めるのではなく、予約などの制度にして、何時間もかかる事のない様にして頂きたい。待ち時間が長く、子供、母親共に負担です。

6 歯及び口腔の健康づくりについて

- ・食育、顎、歯並び、舌癖等お口の健康全てについて良い事が知りたい。口の筋肉のトレーニング等。
(再掲)

7 託児施設・児童クラブについて

- ・働く親が多いので、児童クラブの時間についても、保育園の様に時間をのばすべき。正社員を続けることができなくなった場合に、パートになる人も多いと思うが、収入面の心配で子どもを産む人数も減り、少子化につながる。親の収入なければ、子どもの健康考えた食事づくりなどはむずかしくなる。食事のバランスや生活気にするならあり方を変えるか、子ども手当を増やすべき。
- ・富士見市として、保育体制を見直してほしいです。
- ・保育園が保育時間、食事、活動が手厚かったので、児童クラブへの移行が不安です。人員等の充実を希望します。

8 妊婦や育児に関するイベント・講座

- ・妊娠中に身体を動かす機会が減ってしまったので、妊婦向けのヨガ等があると良かったなと思います。
- ・ぜんそくや熱性けいれんなど、子どもに関する病気ごとの勉強会があるといいです。受診時は、落ちついて話を聞けないこともあるし、ママ友同士だとあいまいな情報になってしまうので、専門家(医師でなくても)の話聞く場がほしい。

9 子どもまたは親子で参加できるイベント・講座について

- ・親子で参加できる運動教室等があるといいと思った。
- ・今は、コロナウイルスの関係で健康イベント等が中止となっていますが、収束しましたら、是非また健康イベント開催して頂けると嬉しいです。健康フェスティバルなどあれば子供と参加してみたいです。
- ・もっと運動できる施設やイベントを増やしてほしい。休園により外出する機会が減り、子供達の運動能力の低下を懸念しています。
- ・市で関係する子どもが参加できるスポーツイベントの機会が増えるとうれしいです。
- ・昨年度で桜の植樹が終了となり、残念に感じました。市民の心の健康の為に、是非また植樹祭を復活させて欲しいです。また、親子で参加出来る運動等のイベントがありましたら、是非参加してみたいです。
- ・富士見市の特産物等を利用した子どもへの食体験イベント。子供達が気軽に参加できる富士見市の田んぼでの田植、稲刈り体験の機会を是非作っていただきたい。
- ・ヨガ講座など平日日中は仕事のため行くことができません。平日夜も父が帰宅しないと子どもをあずける場がない。平日夕方また休日、親子で参加できるプログラムがあると嬉しいです。

- ・子どもを主体とした祭りか体験を増やしてほしい。ひとり親世帯にもっとやさしい町づくりを望みます。
- ・健康増進センターまで行くのが大変なので、近くのコミュニティーセンターや公民館などで、イベント等行ってほしいです。
- ・高齢者の運動などの健康づくりのイベントはあるが、子ども向けはほとんどないと思う。子どもの支援の情報があまりなく、あっても相談で話を聞いてもらうだけのもの多いと思う。小学校、中学生前後くらいまでは、高齢者のイベントに近いようなものがあったらいいと思う。
- ・未就学児が参加できる体操クラブ等が市の主体であるといい。
- ・健康増進センターは遠いので、ピアザ☆ふじみなどの近くでもイベントや健診を行って頂きたいです。
- ・幼児と親を対象にしたスタンプウォークラリー等イベントがあると楽しそう！
- ・子ども関係のイベントを行ってほしいです。
- ・親子お料理教室に参加したいです。

10 施設の活用、充実について

- ・現在、コロナの影響で子どもも親も運動不足で体重の変化等ある状況です。コロナが落ち着いたら、健康の為にジム等で運動したいと思っています。市民総合体育館のジムがもっと安くなると良いなと思います。他市町村の方が月会費が安く、富士見市のジムにあまり魅力を感じません。
- ・公園におむつ替えのスペースがあると有難いです。今あるのは古くなって汚いので、おむつを替えたい気持ちが失せます。トイレも子供や赤ちゃんを連れてだと、衛生面で使いたいとは思えない汚さです。難しい事だとは思いますが、もう少しだけキレイな状態にして欲しいです。
- ・広くてジョギングができる公園を作ってほしい。有料のバーベキュー広場を作ってほしい。歩道やガードレール（学校までの通学路）を作ってほしい。道を広くまっすぐにしてほしい。
- ・近くに遊具のある公園が少ない。遊具のある公園に行く時、車で行く場合、駐車場が欲しい。
- ・雨が続くと、運動不足になり、遊び場もないので、屋根付きの屋外施設がほしいなと思います。雨をしのいで外で遊びたいです。
- ・運動場がもっと色々な場所にあればいいなと思います。
- ・小さい子供が徒歩でいける公園がない。
- ・水子地区に公園がない、作って下さい。
- ・安全に遊べる公園を作ってほしい。見通しが悪い公園、砂場遊びがしづらい公園を直してほしい。東みずほ台にある中央公園の記念碑の石ですが、視界も悪く、登って遊ぶと危険に感じます。小さくして場所を変えてもらえたりするか、何か変えてもらいたいです。トイレが近いので目の前から子供が消えるとても怖いです。あの公園はいろんな人が出入りしています。でも見えなくなる場所が多いので、子供を連れて行く時は、かなり気をつけています。助けて下さい。
- ・もう少し子供が遊べる場所を増やしてもらいたい。

- ・自転車、スケボー、ボール遊びが出来るような、びん沼のような広場がもう少しあるといいなと思う。室内プール。つき山：よじのぼる（腕の力→そしゃく力につながる）遊具が少ないので増えるといいなあ。
- ・公園や緑のスペース、水遊びやピクニックのできる広い場所を増やしてほしい。子ども向けだけでなく、カフェなども併設して大人も楽しめるスペースにしてほしい。
- ・外で自由に走り回り、ボール遊びなどできる公園、広場が少ない。公園があってもボール遊び禁止、フェンスなどで囲われていないため、ボール遊びできない。遊歩道、遊具があっても子どもが思いきり遊べる公園…とは思えない。子どもたちのための環境作りをしてもらえると、健やかな成長につながると思います…。食育については、我が家はきちんと頑張れている方だと思っています。あとは体を動かす環境作りに期待したいです。
- ・公園が少ないので、増やして欲しい。
- ・現在、コロナウイルスにより休校が続いている中、公園では小中学生が多く、幼稚園児には危険を感じる場面がありましたので、校庭の解放などして頂けると助かります。親の健康増進の為、サイクリングロードの更なる整備を期待します。よろしくお願いします。
- ・体育館は暖房設備がないのでしょうか？冬場は暖房があった方が良いかと思っています。

11 情報提供・啓発について

- ・子育てや就業に係る費用等の問題、新しい変化へ対応する難しさがある。食品安全や工業生産品、情報媒体などリテラシーや規制のあり方、利用の仕方などへの学びの取り組みに期待しております。
- ・感染症対策、市民への情報の開示…、市民への対応の遅れを感じます。

12 市の施策について

- ・富士見市として、障がい者福祉を充実してほしいです。
- ・ヘルパー事業をふやしてほしい、特に産後。
- ・健康への意識のためには、経済的不安、社会的不安がないことが何よりだと思います。市の取り組みとして、そうした面でのフォローをお願いしたいです。
- ・アレルギー体質や花粉症があり、近くの病院は他市の方が近く、下の子を連れてや雨の日などは近場の良い病院に通院したいと思いますが、こども受給者証が使えず、その都度お金を支払うシステムを改善してほしいです。他市の方が富士見市内の病院の利用時は、その都度支払わなくていいそうなので、富士見市もそうなってくれたらいいなと思います。

13 新型コロナウイルス感染症について

- ・現在、妊娠中であり、マスク不足に加え、コロナの感染が大変心配です。妊娠中の女性に対する支援など充実することを望みます。
- ・コロナウイルスの影響で外あそびが全くできずに困っています。外に出る事そのものに対し、特に幼児、小児に対して敵対心を持って接してくる方も居て、非常に過ごしづらい毎日です。

14 その他

- ・何も知らず、お嫁に来た富士見市…出産してから『子育てしやすい市のTOP3』に入っているよ！と聞き、実際子育てをされていて、とても子育てしやすく住みやすいです。市長のお人柄も好きです。今、コロナで市のみなさんもとても大変かと思いますが、これからも人が集まるステキな富士見市でありますように願っています。
- ・富士見市は、子育てをとてもしやすい環境が整っていると思います。今まで以上に良くなる事を願っています。いつもありがとうございます。
- ・特にありません。富士見市大好きです！！
- ・子育て（子育て世帯）に優しい町づくりを目指してほしいと思います。
- ・いつも大変お世話になっております。コロナのため、多くの子どもたちが非日常の生活を送ることになっておりますが、サポートして下さっている富士見市の方々に助けられております。皆様と一緒にコロナ禍を乗り越えていけたらと思っております。日々感謝です。
- ・子ども園に通園をしています。とても良い園で、先生達にちょっとした悩みや、子どもの性格について気軽に話せるので、子育ても共にしてもらえてる気持ちです。富士見市は子育てしやすい環境が整っていると感じます。
- ・悩みも色々ありますが、子供も健やかに育っていると思います。他の自治体と体制を比べたことはないのでよくわかりませんが、いつもフォローしていただきありがとうございます。これからもよろしくをお願いします。
- ・今後の富士見市の様々な事業へのご発展にご期待を申し上げます。

資料

資料 (調査票)

1 成人調査

成人調査票

富士見市健康に関するアンケート調査

■あなたの健康状態や健康に関する考え方についてうかがいます

問1 あなたは、自分の普段の健康状態についてどう思いますか。(○は1つだけ)

- | | |
|------------------|-----------------|
| 1 健康である | 2 どちらかといえば健康である |
| 3 どちらかといえば健康ではない | 4 健康ではない |

問2 あなたは、自分の健康に関心がありますか。(○は1つだけ)

- | | |
|-----------------|-----------------|
| 1 関心がある | 2 どちらかといえば関心がある |
| 3 どちらかといえば関心がない | 4 関心がない |

問3 あなたの身長と体重を教えてください。(整数でお答えください)
[小数点第1位を四捨五入してください。例) 154.5cm→155cm]

身長	cm	体重	kg
----	----	----	----

問4 あなたは、自分の体型についてどう思われますか。(○は1つだけ)

- | | | |
|-----------|-----------|-------|
| 1 太っている | 2 少し太っている | 3 ふつう |
| 4 少しやせている | 5 やせている | |

問5 現在、あなたには、かかりつけの医師や歯科医師がいますか。((ア)(イ)それぞれに1つつつ○)

- | | | |
|----------------|------|-------|
| (ア) かかりつけの医師 | 1 いる | 2 いない |
| (イ) かかりつけの歯科医師 | 1 いる | 2 いない |

問6 あなたは、市からの健康に関する情報をどこから得たいと思いますか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|--|------------------------|
| 1 広報富士見 | 2 市のホームページ |
| 3 スマートフォンのアプリやサイト(コロシ
ル☆ふじみ、スマイルなびなど) | 4 SNS(ツイッター、フェイスブックなど) |
| 5 健康増進センター(※) | 6 市役所(※) |
| 7 (※以外の)市の施設 | 8 掲示板 |
| 9 家族・友人・知人 | 10 学校・職場 |
| 11 病院・医院 | 12 その他() |
| 13 特になし | |

問7 あなたは、昨年度(平成31年4月～令和2年3月)、がん検診以外の健康診断(血液検査・尿検査・血圧測定・身体計測など)を受けていますか。(○は1つだけ)

- | | |
|---------|----------|
| 1 受けている | 2 受けていない |
|---------|----------|

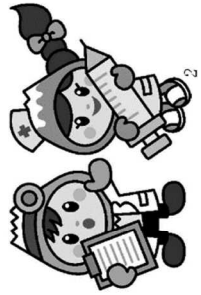
(次ページの問7-1へ)

問7-1 問7で、「2 受けていない」と答えた方にかかいます。
受けていない理由をお聞かせください。
(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|-------------------------|--|
| 1 健康に自信があり、必要性を感じないから | |
| 2 必要なきはいつでも医療機関を受診できるから | |
| 3 時間がなかったから | |
| 4 面倒だから | |
| 5 まだそういう年齢ではないから | |
| 6 毎年受ける必要性を感じないから | |
| 7 費用がかかり、経済的にも負担になるから | |
| 8 結果が不安だから | |
| 9 健(検)診に伴う苦痛などに不安があるから | |
| 10 健(検)診を知らなかったから | |
| 11 場所が遠いから | |
| 12 病院にかかっているから | |
| 13 その他() | |
| 14 特に理由はない | |

問8 次のがん検診について、それぞれに掲げる期間内のあなたの受診状況をお聞かせください。
(それぞれ項目について1つに○)

	受けている	受けていない
肺がん(結核)検診(胸部レントゲン検査) (期間：平成31年4月1日～令和2年3月31日)	1	2
胃がん検診(胃のレントゲン検査又は内視鏡検査) (期間：平成31年4月1日～令和2年3月31日)	1	2
大腸がん検診(便潜血検査) (期間：平成31年4月1日～令和2年3月31日)	1	2
〇男性にお聞きします 前立腺がん検診 (期間：平成31年4月1日～令和2年3月31日)	1	2
〇女性にお聞きします 子宮頸がん検診 (期間：平成30年4月1日～令和2年3月31日)	1	2
〇女性にお聞きします 乳がん検診(マンモグラフィ) (期間：平成30年4月1日～令和2年3月31日)	1	2



(次ページの問8-1へ)

問8-1 問8で、1つでも「2 受けていない」と答えないと答えた方にかがいます。
受けていない理由をお聞かせください。(あてはまるものすべてに○)

1 健康に自信があり、必要性を感じないから	2 必要なきはいつまでも医療機関を受診できるから
3 時間がなかったから	4 面倒だから
5 まだそういう年齢ではないから	6 毎年受ける必要性を感じないから
7 費用がかかり、経済的にも負担になるから	8 結果が不安だから
9 健(健)診に伴う苦痛などに不安があるから	10 健(健)診を知らなかったから
11 場所が遠いから	12 病院にかかっているから
13 その他 ()	14 特に理由はない

問9 富士見市の医療機関の状況について不足していると感じるものはどれですか。
(あてはまるものすべてに○)

1 特に不足は感じていない	2 医療機関が少ない
3 診療科目によっては不足しているものが ある(具体的に:)	4 休日・夜間の受け入れ体制が不十分
5 小児救急患者の受け入れ体制が不十分	6 在宅医療を提供している医療機関が少ない
7 医療機関の情報が少ない	8 その他 ()

問9-1 問9で、「7 医療機関の情報が少ない」と答えた方にかがいます。
充実してほしいと思う医療機関の情報は何か。(あてはまるものすべてに○)

1 休日・夜間の診療体制や救急機関についての情報
2 病状によって受診できる医療機関についての情報
3 在宅医療を提供してくれる医療機関についての情報
4 相談窓口の情報
5 その他 ()

■ 普段の食生活についてうかがいます

問10 あなたは、普段、朝食を食べていますか。(○は1つだけ)

1 ほぼ毎日食べる	2 週に4~5日食べる
3 週に2~3日食べる	4 ほとんど食べない

→ (次ページの問10-1へ)

問10-1 問10で「3 週に2~3日食べる」または「4 ほとんど食べない」と答えた方にかがいます。
朝食を食べない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

1 食べる時間がない	2 食欲がない
3 朝食を作っていない(作りたくない)	4 朝食を食べる習慣がない
5 太りたくない(ダイエットのため)	6 その他 ()

問11 あなたは、普段、外食や中食をすることがありますか。
◎外食とは、飲食店での食事。中食とは、出勤をとり、弁当や惣菜(おにぎり、パン、缶詰)を買った
りて食べる食事とします。(○は1つだけ)

1 毎日2回以上	2 毎日1回
3 週2~6回	4 週1回~月1回
5 ほとんどしない	

問11-1 問11で「1 毎日2回以上」~「4 週1回~月1回」と答えた方にかがいます。
外食や中食をするときに、栄養のバランスを意識してメニューを選んでいますか。(○は1つだけ)

1 選んでいる	2 どちらかといえれば選んでいる
3 どちらかといえれば選んでいない	4 選んでいない

問12 あなたは、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べる日が、週に何日ありますか。
◎主食:ごはん、パン、麺 主菜:肉、魚、卵 大豆製品の料理 副菜:野菜、海藻の料理
(○は1つだけ)

1 ほぼ毎日	2 週に4~5日
3 週に2~3日	4 ほとんどない

問13 あなたは、野菜料理を平均で1日何皿くらい食べていますか(1皿の量は、70g。直径10cmの小皿(小鉢)にきれいに入る程度です。1皿に満たない場合は0.5皿とします)。

※ 1皿分の目安(例)

(1) 朝食 (○は1つだけ)

1 3皿以上	2 2皿	3 1皿
4 0.5皿	5 0皿	

(2) 昼食 (○は1つだけ)

1 3皿以上	2 2皿	3 1皿
4 0.5皿	5 0皿	

(3)夕食 (○は1つだけ)

1	3皿以上	2	2皿	3	1皿
4	0.5皿	5	0皿		

問14 あなたは、間食を1日に何回くらい食べていますか(夜食も含める)。(○は1つだけ)

1	1日に3回以上	2	1日2回	3	1日1回
4	2日に1回	5	ほとんど食べない		

問14-1 問14で「1日に3回以上」～「4日に1回」と答えた方にうかがいます。
あなたは、間食(夜食)をとる時、どのようなものをよく食べますか。(あてはまるものすべてに○)

1	パン(菓子パンを除く)・おにぎり	2	果物
3	ポテトチップスなどのスナック菓子	4	和菓子
5	ジュース類	6	カップめん
7	あめ、チョコレート、ガムなど	8	アイスクリーム、かき氷など
9	チーズ、ヨーグルト、牛乳などの乳製品	10	菓子パンやケーキ、ドーナツなどの洋菓子
11	ハンバーガー、ピザ、ポテトなどのファーストフード	12	その他()

問15 家族と同居している方にうかがいます。
あなたは、一人で食事する日は、1週間のうちどのくらいありますか。

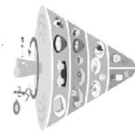
(1)朝食 (○は1つだけ)

1	毎日	2	週に5～6日	3	週に3～4日
4	週に1～2日	5	ほとんどない	6	朝食を食べていない

(2)夕食 (○は1つだけ)

1	毎日	2	週に5～6日	3	週に3～4日
4	週に1～2日	5	ほとんどない	6	夕食を食べていない

問16 あなたは、「食事バランスガイド」という言葉やその内容を知っていますか。(○は1つだけ)



※「食事バランスガイド」とは、「何を」「どれだけ」食べたらよいかをわかりやすくコマで示したものです。健康で豊かな食生活の実現を目的に制定された「食生活指針」を具体的に行動に結びつけるものとして、平成17年6月に厚生労働省と農林水産省により決定されました。「食事の基本」を身につけるための望ましい食事のとり方や、おおよその量をわかりやすく示しています。

1	言葉も内容も知っていた	2	言葉は知っていたが、内容は知らなかった
3	言葉も内容も知らなかった		

問17 あなたは、日頃、以下のことがらをどのくらい心がけていますか。
最も近いものの番号を選んでください。

((ア)～(オ)のそれぞれについて、あてはまる番号1つだけに○をつけてください。)

	い	時々	あまり	まったく
	気持ち悪い(毎日している)	気持ち悪い(時々している)	気持ち悪い(あまりしていない)	気持ち悪い(まったくしていない)
(ア) うす味の食事を心がけ、塩分の多い食べ物を控えること	1	2	3	4
(イ) 揚げ物など、油(脂)の多いものを控えること	1	2	3	4
(ウ) 栄養のバランスを考えて食事をすること	1	2	3	4
(エ) エネルギー(カロリー)を考えて食事をすること	1	2	3	4
(オ) 就寝2時間前までに飲食を済ませるようにすること	1	2	3	4

■食育についてうかがいます

問18 あなたは、「食育」という言葉やその意味を知っていますか。(○は1つだけ)

※「食育」とは、生きる上での基本として、知識・徳言・徳言・徳言・徳言となるものであり、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。

1	言葉も内容も知っていた	2	言葉は知っていたが、内容は知らなかった
3	言葉も内容も知らなかった		

問19 あなたは、「食育」に関心がありますか。(○は1つだけ)

1	関心がある	2	どちらかといえば関心がある
3	どちらかといえば関心がない	4	関心がない
5	わからない		

問20 あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を受け継いでいますか。(○は1つだけ)

※「郷土料理や伝統料理」とは、地域特有の料理や、おせち料理などの受け継がれ伝えられている料理ですが、いわゆる『おふくろの味』など、その家庭で受け継がれてきた家庭料理も含まれます。
※「食べ方・作法」とは、『お箸を手に持つ』、『迷い箸をしない』、『音をさせない』など、日常の食事の際のマナーや、食事の際の挨拶である『いただきます』や『ごちそうさまでした』など、料理を作ってくれた人や自然の恵みへの感謝などの気持なども含まれます。

1	受け継いでいる	2	受け継いでいない
---	---------	---	----------

(次ページの間20-1へ)

問20-1 問20で「受け継いでいる」と答えた方にうかがいます。
 あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭において受け継いできた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を地域や次世代(子どもやお孫さんを含む)に対し、伝えていきますか。(○は1つだけ)

- 1 伝えている 2 伝えていない

問21 あなたは、「地産地消」という言葉を知っていましたか。(○は1つだけ)

※「地産地消」とは、地域で生産された物を地域で消費することをいいます。

- 1 言葉も内容も知っていた 2 言葉は知っていたが、内容は知らなかった
 3 言葉も内容も知らなかった

問22 あなたが、富士見市の主な農産物として、知っているものはどれですか。(あてはまるものすべてに○)

- | | | | |
|-------|----------|-----------|----------|
| 1 米 | 2 にんじん | 3 トマト | 4 きゅうり |
| 5 なす | 6 ほうれんそう | 7 小松菜 | 8 だいこん |
| 9 かぶ | 10 梨 | 11 いちご | 12 枝豆 |
| 13 里芋 | 14 大豆 | 15 その他() | 16 わからない |

問23 あなたは、地産の食材を利用するよう心がけていますか。(○は1つだけ)

- 1 心がけている 2 どちらかといえれば、心がけている
 3 どちらかといえれば、心がけていない 4 心がけていない

問24 あなたは、食品の安全性(産地、消費期限、添加物など)に関心を持っていますか。(○は1つだけ)

- 1 関心を持っている 2 どちらかといえれば、関心を持っている
 3 どちらかといえれば、関心を持っていない 4 関心を持っていない

問25 あなたは、普段、食べ残しがないように食材の無駄を減らしたり、買すぎ・作りすぎ・作りすぎに注意したりしていますか。(○は1つだけ)

- 1 いつも気をつけている 2 時々気をつけている
 3 あまり気をつけていない 4 全く気をつけていない

問26 あなたは、普段、ゆっくりよく噛んで食べていますか。(○は1つだけ)

- 1 ゆっくりよく噛んで食べている
 2 どちらかといえればゆっくりよく噛んで食べている
 3 どちらかといえればゆっくりよく噛んで食べていない
 4 ゆっくりよく噛んで食べていない



■歯と口の健康についてうかがいます



問27 あなたの歯の数は何本ありますか。

本

※歯の数え方：入れ歯やブリッジ・インプラントなどの人工の歯の部分は数えません。残っている歯や、治療で詰めたりかぶせてある自分の歯を数えます。永久歯は、親知らずを含めて全部で32本あります。

問28 あなたは、1日に何回歯をみがきますか。(○は1つだけ)

- 1 1日3回以上 2 1日2回 3 1日1回
 4 歯みがきはしない

問29 あなたは、歯と歯の間を清掃するための補助用具(デンタルフロス、歯間ブラシなど)を使っていますか。(○は1つだけ)

- 1 よく使う 2 たまに使う 3 使わない

問30 あなたが、歯と口で特に気にしていることは何ですか。(あてはまるものすべてに○)

- 1 歯が痛んだりしみたりする 2 歯ぐきから血が出る
 3 歯ぐきが腫れる 4 口臭がある
 5 食べ物が歯と歯の間にはさまる 6 噛む・味わう・飲み込む・話すことに不自由がある
 7 歯の形や色、歯並びなどの外観が気になる 8 入れ歯が合わない
 9 その他() 10 特になし

問31 あなたは、過去1年間に歯科健診(歯の治療を除く)を受けたことがありますか。(○は1つだけ)

- 1 はい 2 いいえ

問32 あなたは、「8020運動」(80歳になっても20本以上の歯を保とうという運動)について知っていましたか。(○は1つだけ)

- 1 言葉も内容も知っていた 2 言葉は知っていたが、内容は知らなかった
 3 言葉も内容も知らなかった

問33 あなたが、噛んで食べるときの歯の状態についてあてはまるものはどれですか。(○は1つだけ)

- 1 何でも噛んで食べることができると 2 一部噛めない食べ物がある
 3 噛めない食べ物が多い 4 噛んで食べることはできない

問34 あなたは、入れ歯(総入れ歯、部分入れ歯)を使用していますか。(○は1つだけ)

1 はい	2 いいえ
------	-------

→問34-1 問34で「はい」と答えた方に向かいます。(○は1つだけ)
毎日入れ歯の手入れをしていますか。

1 はい	2 いいえ
------	-------

■運動の様子についてうかがいます

問35 あなたは、日常生活の中で、意識して身体を動かすようになっていますか。(○は1つだけ)

1 意識している	2 少し意識している
3 あまり意識していない	4 意識していない

問36 あなたは、1日に、合計してどのくらい歩きますか。(買い物や家事、通勤・通学のための徒歩を含む)

1 30分未満	2 30分以上1時間未満
3 1時間以上1時間30分未満	4 1時間30分以上2時間未満
5 2時間以上	

問37 あなたは、「少し汗ばむ程度」の30分以上の運動(連続)を、どれくらいしていますか。(○は1つだけ)

1 週4日以上している	2 週3日程度している
3 週2日程度している	4 週1日程度している
5 ほとんどしていない	→ (次ページの問37-3へ)

→問37-1 問37で「1 週4日以上している」「4 週1日程度している」と答えた方に向かいます。(○は1つだけ)
どのくらいの期間続けていますか。

1 半年未満	2 半年～1年未満	3 1～5年未満
4 5～10年未満	5 10年以上	

→問37-2 問37で「1 週4日以上している」「4 週1日程度している」と答えた方に向かいます。(あてはまるものすべてに○)
どのような運動を行っていますか。

1 ウォーキング	2 筋力トレーニング
3 体操(ラジオ体操、パワーアップ体操、軽い体操など)	4 ヨガ・ピラティス
5 ジョギング・ランニング	6 水泳(水中歩行など含む)
7 球技(サッカー・テニス・バスケットなど)	8 ダンス(ジャズダンス・社交ダンスなど)
9 その他()	

問37-3 問37で「5 ほとんどしていない」と答えた方に向かいます。(あてはまるものすべてに○)
運動をしていない理由は何ですか。

1 忙しくて運動をする時間がないため	2 仕事や家事で疲れているため
3 運動をする場所や機会がないため	4 一緒に運動をする仲間がいらないため
5 どんな運動をすればよいかかわからないため	6 健康上の問題
7 運動やスポーツが嫌いなため	8 運動が必要だと思わない
9 面倒である	10 介助や養育が必要な家族をかかえているため
11 経済的な理由	12 その他()

問38 あなたは、「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)」を知っていましたか。(○は1つだけ)

※「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)」とは、筋肉・骨・関節・軟骨・椎間板といった運動器のいずれか、あるいは複数に障害が起こり、歩行や日常生活に何らかの障害をきたしている状態をいいます。

1 言葉も内容も知っていた	2 言葉は知っていたが、内容は知らなかった
3 言葉も内容も知らなかった	

問39 あなたは、「フレイル」を知っていましたか。(○は1つだけ)

※「フレイル」とは、加齢とともに心身の活力(運動機能と認知機能など)が低下して虚弱となった状態をいいます。フレイルの兆度を早期に発見し、日常生活を見直すなど適切な対応をすれば、フレイルの進行を抑制したり健康な状態に戻りやすくなるといわれています。

1 言葉も内容も知っていた	2 言葉は知っていたが、内容は知らなかった
3 言葉も内容も知らなかった	

■休養やこころの健康についてうかがいます

問40 あなたは、平日の「寝る時間」と「起きる時間」を教えてください。(24時間制でお答えください。例、午後11時30分の場合 →23時30分)

就寝時間	時	分	起床時間	時	分
------	---	---	------	---	---

問41 あなたは、睡眠により休養が十分にとれていますか。(○は1つだけ)

1 とれている	2 だいたいとれている	3 あまりとれていない
4 とれていない	5 わからない	

問42 あなたは、日常生活の中でストレスを感じることがありますか。(○は1つだけ)

1 よくある	2 時々ある	3 あまりない	4 全くない
--------	--------	---------	--------

→(次ページの問42-1へ)

問42-1 問42で「1 よくある」または「2 時々ある」と答えた方に向かいます。(○は1つだけ)
 あなたは、ストレスには、うまく対処できていますか。

- | | |
|------------------|-----------------|
| 1 対処できていると思う | 2 そこそ対処できていると思う |
| 3 あまり対処できていないと思う | 4 対処できていないと思う |
| 5 どちらともいえない | |

問43 あなたは、心の悩みや仕事・家事・育児などのストレスについて、相談できる人や場所がありますか。(○は1つだけ)

- | | |
|------|------|
| 1 ある | 2 ない |
|------|------|

■たばこアルコールについてうかがいます

問44 あなたは、普段、たばこを吸いますか。(○は1つだけ)

- | | | |
|---------|---------------|--------|
| 1 吸っている | 2 以前吸っていたがやめた | 3 吸わない |
|---------|---------------|--------|

問44-1 問44で「1 吸っている」と答えた方に向かいます。
 あなたは、禁煙したいと思いませんか。(○は1つだけ)

- | | |
|---------|--------------|
| 1 禁煙したい | 2 禁煙するつもりはない |
|---------|--------------|

問44-2 問44で「2 以前吸っていたがやめた」と答えた方に向かいます。
 たばこをやめた理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|-------------------|------------------------|
| 1 自分自身の健康に悪いから | 2 周りの人の健康に悪いから |
| 3 喫煙のイメージが悪くなったから | 4 医師や周りの人にやめるようにいわれたから |
| 5 たばこ代がかかるとから | 6 精神や入院がきっかけで |
| 7 何となく(特に理由はない) | 8 その他 () |

問45 あなたは、「COPD(慢性閉塞性肺疾患)」を知っていましたか。(○は1つだけ)

※「COPD」とは、慢性閉塞性肺疾患のことで、長期にわたり気道が閉塞状態になる病気の総称です。息切れやたんなどの症状がみられ、加齢やウイルス感染によるものもありますが、最大の原因は喫煙(受動喫煙含む)と指摘されています。

- | | |
|----------------|-----------------------|
| 1 言葉も内容も知っていた | 2 言葉は知っていたが、内容は知らなかった |
| 3 言葉も内容も知らなかった | |

問46 あなたは、この1か月間に次の場所で自分以外の人のたばこの煙を吸ったこと(「受動喫煙」といいます)がありましたか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|-----------|--------------------------|
| 1 家庭 | 2 学校・職場 |
| 3 飲食店 | 4 ゲームセンター、カラオケボックス、パチンコ店 |
| 5 道路・バス停 | 6 公園・広場 |
| 7 市の公共機関 | 8 医療機関 |
| 9 その他 () | 10 全くなかった |

問47 あなたは、普段、アルコール類(ビール、日本酒、ウイスキー、ワインなどの酒類)を飲みますか。(○は1つだけ)

- | | | |
|---------|-----------------|--------|
| 1 飲んでいる | 2 以前飲んでいましたがやめた | 3 飲まない |
|---------|-----------------|--------|

問47-1 問47で「1 飲んでいる」と答えた方に向かいます。
 あなたが、アルコール類を飲む回数は、どの程度ですか。(○は1つだけ)

- | | | | |
|--------|------------|------------|----------|
| 1 ほぼ毎日 | 2 週に3〜5回程度 | 3 週に1、2回程度 | 4 月に1回未満 |
|--------|------------|------------|----------|

問47-2 問47で「1 飲んでいる」と答えた方に向かいます。
 1日(1回)につきどれくらいのお酒を飲みますか。あてはまる量を選んでください。(○は1つだけ)

- | | |
|---------------|---|
| 1 日本酒にして1合未満 | 注) 清酒1合(アルコール度数15度・180ml)は、次の量にほぼ相当します。 |
| 2 日本酒にして2合くらい | ・ビール 中瓶1本(同5度・500ml) |
| 3 日本酒にして3合以上 | ・焼酎 0.6合(同25度・約110ml) |
| | ・ワイン 1/4本(同14度・約180ml) |
| | ・ウイスキー ダブル1杯(同43度・60ml) |
| | ・缶チューハイ 1.5缶(同5度・約520ml) |

■あなたの、地域での活動への取り組みについてうかがいます

問48 あなたは、地域(自治会など)の集まりや行事(地区体育祭、まつりなど)に参加していますか。(○は1つだけ)

- | | |
|----------|-----------|
| 1 参加している | 2 参加していない |
|----------|-----------|

問49 あなたは、住民の方々が地域で行っている「健康づくりのための自主グループ活動やサークル活動」に参加していますか。(○は1つだけ)

- | | |
|------------------------|----------------------|
| 1 現在、参加している | 2 参加していないが、今後参加したい |
| 3 以前参加していたが、現在は参加していない | 4 参加していない、または参加したくない |

→(次ページの間49-1へ)

問49-1 問49で「2 参加していないが、今後参加したい」と答えた方に向かってうかがいます。
あなたが、グループ活動に参加するには、どのような条件が必要ですか。(〇は3つまで)

1	活動団体の取り組み内容について情報が得やすい
2	気の合う人や、同年代の人が多く参加している
3	自分の趣味に合い、経験・知識が得られる
4	夜間、土日でも参加できる
5	身近な場所で開催できる
6	専門家の指導が得られる
7	家族や職場の理解が得られる
8	子どもや介護の必要な家族を預かってもらえる
9	費用が手ごろである
10	その他 ()

問50 あなたと地域の人たちのつながりは、どれに当てはまりますか。(〇は1つだけ)

1	強い方だと思ふ	2	どちらかといえば、強い方だと思ふ
3	どちらかといえば、弱い方だと思ふ	4	弱い方だと思ふ
5	わからない		

■あなた自身についてうかがいます

問51 あなたの性別はどちらですか。(〇は1つだけ)

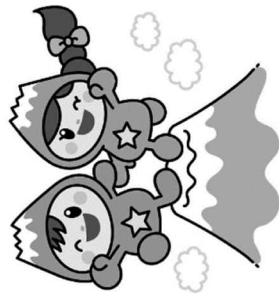
1	男性	2	女性	3	その他
---	----	---	----	---	-----

問52 あなたの年齢を教えてください。(令和2年4月1日現在)

_____ 歳

問53 あなたと同居している家族の構成は、どのようになっていますか。(〇は1つだけ)

1	一人暮らし	2	夫婦のみ
3	親と子ども (核家族世帯)	4	親と子ども夫婦 (二世代同居)
5	親と子どもと孫 (三世代同居)	6	その他の世帯



問54 あなたは、市内のどの地域にお住まいですか。あてはまる番号に○をしてください。(〇は1つだけ)

小学校区	地域
1 橋瀬	上沢1丁目 上沢2丁目 鶴瀬東1丁目 鶴瀬東2丁目 羽沢2丁目 羽沢3丁目
2 水谷	水谷1丁目 東みずほ台1丁目 貝塚1丁目 貝塚2丁目 大字下南畑 大字鶴馬 大字水子
3 南畑	大字東久保 大字上南畑 大字南畑新田 大字下南畑 みどり野
4 関沢	関沢2丁目 関沢3丁目 西みずほ台1丁目 西みずほ台3丁目
5 勝瀬	渡戸1丁目 渡戸2丁目 渡戸3丁目 羽沢1丁目 大字鶴馬 大字勝瀬
6 水谷東	水谷東1丁目 水谷東2丁目 水谷東3丁目 榎町 大字水子 大字下南畑
7 諏訪	山室1丁目 山室2丁目 諏訪1丁目 諏訪2丁目 鶴馬1丁目 羽沢3丁目 大字鶴馬
8 みずほ台	鶴馬2丁目 鶴馬3丁目 関沢1丁目 水谷2丁目 東みずほ台2丁目 東みずほ台3丁目 東みずほ台4丁目 大字鶴馬 大字水子
9 針ヶ谷	西みずほ台2丁目 大字針ヶ谷 針ヶ谷1丁目 針ヶ谷2丁目 大字水子
10 ふじみ野	ふじみ野東1丁目 ふじみ野東2丁目 ふじみ野東3丁目 ふじみ野東4丁目 ふじみ野西1丁目 ふじみ野西2丁目 ふじみ野西3丁目 ふじみ野西4丁目 大字勝瀬
11 つるせ台	鶴瀬西2丁目 鶴瀬西3丁目 上沢3丁目 大字鶴馬

問55 あなたが、加入している健康保険は、次のうちどれですか。(〇は1つだけ)

1	市町村の国民健康保険
2	組合の国民健康保険
3	協会けんぽ、組合健保、共済組合などの被用者保険
4	後期高齢者医療制度
5	その他 ()

問56 最後に、今後の市の健康づくり事業や健康増進計画などへのご意見、ご提案などがございましたら、自由にご記入ください。

ご協力いただき、ありがとうございました。
アンケート結果は、市の今後の施策に、十分に活用いたします。

回封の「返信用封筒」(※切手は不要です)に入れて 5月15日(金)までに 返送してください。

(※封筒やアンケート用紙に、あなたのお名前を書く必要はありません。)

2 中学生調査



富士見市健康に関する アンケート調査

中学生調査票

この調査は、中学2年生のみなさんに、健康状態や食習慣などをおたずねし、今後の健康づくりに役立てるために、富士見市が行うものです。

アンケート用紙にあなたの名前を書く必要はありません。回答内容が先生や友達に知られることはありませんので、ありのままを答えてください。

この調査を参考にして、健康づくりを進めるために、市役所が何をすればよいかを考えていきます。大切な調査ですので、みなさんのご協力をお願いします。

令和2年4月

富士見市長 星野 光弘

◎記入したアンケート用紙は、封筒に入れて先生に提出してください。
◎このアンケートは、富士見市健康増進センターが行っています。

〒354-0021 富士見市大字鶴馬3351-2

富士見市健康増進センター 健康づくり支援係

電話：049-252-3771 (番号のかけ間違いにご注意ください)

< 記 入 に あ た っ て >

1. このアンケートは無記名式です。本人が直接回答してください。
2. 記入は、黒のエンピツまたはボールペンで記入してください。
3. 回答は、あてはまる答えの番号を選び、○で囲んでください。回答の○の数は、各質問文の説明に沿ってください。
4. 「その他」を選んだ場合は、()内に具体的な内容を記入してください。

■あなたの健康状態や健康についての考え方についてうかがいます

問1 あなたは、自分のふだんの健康状態についてどう思いますか。(○は1つだけ)

- | | |
|------------------|-----------------|
| 1 健康である | 2 どちらかといえば健康である |
| 3 どちらかといえば健康ではない | 4 健康ではない |

問2 あなたは、「自分の健康は自分で守るものだ」と思いますか。(○は1つだけ)

- | | |
|------------------|----------------|
| 1 そう思う | 2 どちらかといえばそう思う |
| 3 どちらかといえばそう思わない | 4 そう思わない |

問3 あなたは、生活習慣病について関心がありますか。(○は1つだけ)

※生活習慣病とは、食習慣、運動習慣、喫煙、飲酒などの生活習慣が、その発病・進行に関与する病気です。この生活習慣病には、がん、心臓病、脳卒中、糖尿病、骨粗しょう症、高血圧、歯周病などがあります。

- | | |
|------------|-----------------|
| 1 関心がある | 2 どちらかといえば関心がある |
| 3 あまり関心がない | 4 関心がない |

問4 あなたの身長と体重を教えてください。(整数で答えてください)
〔小数点第1位を四捨五入してください、例〕154.5cm→155cm〕

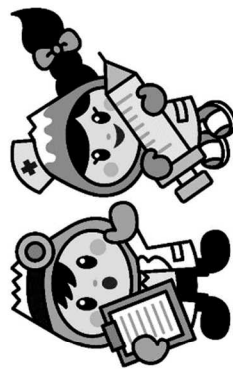
身長	cm	体重	kg
----	----	----	----

問5 あなたは、自分の体型についてどう思いますか。(○は1つだけ)

- | | | |
|-----------|-----------|-------|
| 1 太っている | 2 少し太っている | 3 ふつう |
| 4 少しやせている | 5 やせている | |

問6 あなたには、かかりつけの医師や歯科医師はいますか。
(ア)(イ)それぞれについて、あてはまる番号1つだけに○をつけてください)

(ア) かかりつけの医師	1 いる	2 いない
(イ) かかりつけの歯科医師	1 いる	2 いない



■ ふうだんの食生活についてうかがいます

問7 あなたは、ふだん、朝食を食べていますか。 (○は1つだけ)

- | | |
|-------------|-------------|
| 1 ほぼ毎日食べる | 2 週に4～5日食べる |
| 3 週に2～3日食べる | 4 ほとんど食べない |

問7-1 問7で「3 週に2～3日食べる」または「4 ほとんど食べない」と答えた方にうかがいます。
朝食を食べない理由は何かですか。 (あてはまるものすべてに○)

- | | |
|---------------------|---------------|
| 1 食べる時間がない | 2 食欲がない |
| 3 朝食が用意されていない | 4 朝食を食べる習慣がない |
| 5 太りたくない (ダイエットのため) | 6 その他 () |

問8 あなたは、ふだん、外食や中食をすることがありますか。
◎外食とは、飲食店での食事。中食とは、出前をとったり、弁当や惣菜(おにぎり・パンも含む)を買ったりして食べる食事とします。 (○は1つだけ)

- | | |
|-----------|-----------|
| 1 毎日2回以上 | 2 毎日1回 |
| 3 週2～6回 | 4 週1回～月1回 |
| 5 ほとんどしない | |

問8-1 問8で「毎日2回以上」～「4 週1回～月1回」と答えた方にうかがいます。
外食や中食をするときに、栄養のバランスを意識してメニューを選んでいますか。 (○は1つだけ)

- | | |
|------------------|-----------------|
| 1 選んでいる | 2 どちらかといえば選んでいる |
| 3 どちらかといえば選んでいない | 4 選んでいない |

問9 あなたは、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事(給食を含む)を1日2回以上食べる日が、週に何日ありますか。

◎主食:ごはん、パン、麺 主菜:肉、魚、卵、大豆製品の料理 副菜:野菜、海藻の料理 (○は1つだけ)

- | | |
|----------|----------|
| 1 ほぼ毎日 | 2 週に4～5日 |
| 3 週に2～3日 | 4 ほとんどない |

問10 あなたは、間食を1日に何回くらい食べていますか(夜食も含める)。 (○は1つだけ)

- | | | |
|-----------|------------|--------|
| 1 1日に3回以上 | 2 1日2回 | 3 1日1回 |
| 4 2日に1回 | 5 ほとんど食べない | |

(次ページの問10-1へ)

問10-1 問10で「1 1日に3回以上」～「4 2日に1回」と答えた方にうかがいます。
あなたは、間食(夜食)をとる時、どのようなものをよく食べますか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|----------------------|------------------------|
| 1 パン (菓子パンを除く)・おにぎり | 2 果物 |
| 3 ポテトチップスなどのスナック菓子 | 4 和菓子 |
| 5 ジュース類 | 6 カップめん |
| 7 あめ、チョコレト、ガムなど | 8 アイスクリーム、かき氷など |
| 9 チーズ、ヨーグルト、牛乳などの乳製品 | 10 菓子パン・ペケキ、ドーナツなどの洋菓子 |
| 11 ハンバーガー、ピザ、ポテトなどの | 12 その他 () |
| フアストフード | |

問11 あなたは、甘いお菓子を1日に何回くらい食べていますか。 (○は1つだけ)

- | | | |
|-----------|------------|--------|
| 1 1日に3回以上 | 2 1日2回 | 3 1日1回 |
| 4 2日に1回 | 5 ほとんど食べない | |

問12 あなたは、甘い飲み物を1日に何回くらい飲んでいますか。
◎甘い飲み物とは、ジュース、乳酸菌飲料、スポーツ飲料などの飲み物です。 (○は1つだけ)

- | | | |
|-----------|------------|--------|
| 1 1日に3回以上 | 2 1日2回 | 3 1日1回 |
| 4 2日に1回 | 5 ほとんど飲まない | |

問13 あなたは、食事づくりの手伝い(買い物、食器を運ぶ、片づける、材料を切るなどの簡単な調理)をしていますか。 (○は1つだけ)

- | | |
|--------------|------------|
| 1 ほとんど毎日している | 2 ときどきしている |
| 3 ほとんどしていない | |

問14 あなたは、一人で食事をする日は、1週間のうちのどのくらいありますか。

(1)朝食 (○は1つだけ)

- | | | |
|----------|----------|-------------|
| 1 毎日 | 2 週に5～6日 | 3 週に3～4日 |
| 4 週に1～2日 | 5 ほとんどない | 6 朝食を食べていない |

(2)夕食 (○は1つだけ)

- | | | |
|----------|----------|-------------|
| 1 毎日 | 2 週に5～6日 | 3 週に3～4日 |
| 4 週に1～2日 | 5 ほとんどない | 6 夕食を食べていない |



問15 あなたは、日頃、以下のことからをどのくらい心がけていますか。
最も近いものの番号を選んでください。

(ア)～(オ)のそれぞれについて、あてはまる番号1つだけに○を付けてください。

(ア)	うす味の食事を心がけ、塩分の多い食べ物をひかえること	1	2	3	4
(イ)	揚げ物など、油(脂)の多いものをひかえること	1	2	3	4
(ウ)	栄養のバランスを考えて食事をする	1	2	3	4
(エ)	エネルギー(カロリー)を考えて食事をする	1	2	3	4
(オ)	就寝2時間前までに飲食を済ませるようにしておく	1	2	3	4

■食育についてうかがいます

問16 あなたは、「食育」という言葉やその意味を知っていますか。(○は1つだけ)

※「食育」とは、生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるものであり、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を営むことができる人間を育てることです。

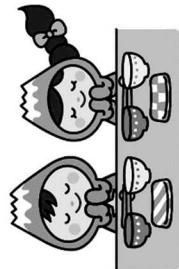
1	言葉も内容も知っていた	2	言葉は知っていたが、内容は知らなかった
3	言葉も内容も知らなかった		

問17 あなたは、「食育」に関心がありますか。(○は1つだけ)

1	関心がある	2	どちらかといえば関心がある
3	どちらかといえば関心がない	4	関心がない
5	わからない		

問18 あなたは、食事の前と後にあいさつすることば「いただきます」「ごちそうさま」を言っていますか。(○は1つだけ)

1	いつも言う	2	時々言う	3	ほとんど言わない
---	-------	---	------	---	----------



問19 あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味を知っていますか。(○は1つだけ)

※「伝統料理」とは、おせち料理などの受け継がれ伝えられている料理です。

1	知っている	2	知らない
---	-------	---	------

問20 あなたは、「地産地消」という言葉を知っていますか。(○は1つだけ)

※「地産地消」とは、地域で生産された物を地域で消費することをいいます。

1	言葉も内容も知っていた	2	言葉は知っていたが、内容は知らなかった
3	言葉も内容も知らなかった		

問21 あなたが、富士見市の主な農産物とし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○)

1	米	2	にんじん	3	トマト	4	きゅうり
5	なす	6	ほうれんそう	7	小松菜	8	だいこん
9	かぶ	10	梨	11	いちご	12	枝豆
13	里芋	14	大豆	15	その他()	16	わからない

問22 あなたは、ふだん、ゆつくりよくかんで食べていますか。(○は1つだけ)

1	ゆつくりよくかんで食べている
2	どちらかといえばゆつくりよくかんで食べている
3	どちらかといえばゆつくりよくかんで食べていない
4	ゆつくりよくかんで食べていない

■歯と口の健康についてうかがいます

問23 あなたは、1日に何回歯をみがきますか。(○は1つだけ)

1	1日3回以上	2	1日2回	3	1日1回
4	歯みがきはしない				

問24 あなたは、歯と歯の間を清掃するための歯ブラシ以外の用具(デンタルフロス、糸ようじなど)を使っていますか。(○は1つだけ)

1	よく使う	2	たまに使う	3	使わない
---	------	---	-------	---	------

問25 あなたは、歯や歯ぐきの健康が、体全体の健康にも影響を与えていると思いますか。(〇は1つだけ)

- | | | |
|---------------|-------------|-------------|
| 1 影響すると思う | 2 まあ影響すると思う | 3 どちらともいえない |
| 4 あまり影響しないと思う | 5 影響しないと思う | |

問26 あなたは、「8020運動」(80歳以上も20本以上の歯を保とうという運動)について知っていましたか。(〇は1つだけ)

- | | |
|----------------|-----------------------|
| 1 言葉も内容も知っていた | 2 言葉は知っていたが、内容は知らなかった |
| 3 言葉も内容も知らなかった | |

■運動のようすと休養やこころの健康についてうかがいます

問27 あなたは、ふだん、意識して身体を動かすようにしていますか。(〇は1つだけ)

- | | | |
|--------------|------------|-------------|
| 1 意識している | 2 まあ意識している | 3 どちらともいえない |
| 4 あまり意識していない | 5 意識していない | |

問28 あなたは、1日にどのくらい歩きますか。(通学のためなどで歩く時間の合計) (〇は1つだけ)

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 1 30分より少ない | 2 30分以上1時間より少ない |
| 3 1時間以上1時間30分より少ない | 4 1時間30分以上2時間より少ない |
| 5 2時間以上 | |

問29 あなたは、体育の授業以外に、30分以上の運動をする日が週に何日ありますか。(〇は1つだけ)
(※部活動や習い事などの運動時間は、これに含みます)

- | | | |
|--------------|-------------|-------------|
| 1 週4日以上している | 2 週3日程度している | 3 週2日程度している |
| 4 週に1日程度している | 5 ほとんどしていない | |

▶問29-1 問29で「5 ほとんどしていない」理由は何ですか。(あてはまるものすべてに〇)
運動をほとんどしていない理由は何ですか。

- | |
|---------------------------|
| 1 塾や習い事などで忙しく運動をする時間がないから |
| 2 学校や部活動、塾や習い事で疲れているから |
| 3 運動をする場所や機会がないから |
| 4 一緒に運動をする仲間がいないから |
| 5 どんな運動をすればよいかわからないから |
| 6 病気や障がいのため |
| 7 運動やスポーツが嫌いだから |
| 8 運動が必要だと思わないから |
| 9 面倒だから |
| 10 家の手伝いがあるから |
| 11 その他 () |

問30 あなたは、平日の「寝る時間」と「起きる時間」を教えてください。(24時間制でお答えください。例：午後11時30分の場合 → 23時30分)

就寝時間	時	分位	起床時間	時	分位
------	---	----	------	---	----

問31 あなたは、朝、すっきり目覚めることができますか。(〇は1つだけ)

- | | |
|-------------------|------------------|
| 1 すっきり目覚めることができます | 2 普通に目覚めることができます |
| 3 すっきり目覚めることができない | |

問32 あなたは、日常生活の中でストレスを感じることがありますか。(〇は1つだけ)

- | | |
|---------|--------|
| 1 よくある | 2 時々ある |
| 3 あまりない | 4 全くない |

▶問32-1 問32で「1 よくある」または「2 時々ある」と答えた方にうかがいます。
あなたは、ストレスには、うまく対処できていますか。(〇は1つだけ)

- | | |
|------------------|-----------------|
| 1 対処できていると思う | 2 そこそ対処できていると思う |
| 3 あまり対処できていないと思う | 4 対処できていないと思う |
| 5 どちらともいえない | |

問33 あなたは、心の悩みやストレスなどについて、相談できる人や相談できる場所がありますか。(〇は1つだけ)

- | | |
|------|------|
| 1 ある | 2 ない |
|------|------|

■たばことアルコールについてうかがいます

問34 あなたは、家族の中に、たばこを吸っている人はいますか。(〇は1つだけ)

- | | |
|------|-------|
| 1 いる | 2 いない |
|------|-------|

問35 あなたは、たばこを吸ってみたいと思いますか。(〇は1つだけ)

- | | | |
|-------------|----------------|---------|
| 1 吸ってみたいと思う | 2 吸ってみたいとは思わない | 3 わからない |
|-------------|----------------|---------|

問36 あなたは、この1か月間に次の場所で自分以外の人のたばこの煙を吸ったこと(「受動喫煙」といいます)がありましたか。(あてはまるものすべてに〇)

- | | |
|-----------|--------------------|
| 1 家庭 | 2 学校 |
| 3 飲食店 | 4 ゲームセンター、カラオケボックス |
| 5 道路・バス停 | 6 公園・広場 |
| 7 市の公共機関 | 8 医療機関 |
| 9 その他 () | 10 全くなかった |

問37 あなたの家族の中に、お酒を飲む人はいますか。 (〇は1つだけ)

1 いる	2 いらない
------	--------

問38 あなたは、お酒を飲んでみたいと思いますか。 (〇は1つだけ)

1 飲んでみたいと思う	2 飲んでみたいとは思わない	3 わからない
-------------	----------------	---------

問39 たばこやお酒について、あなたの考えに最も近いものの番号を選んでください。

(ア)~(ウ)のそれぞれについて、あてはまる番号1つだけに〇をつけてください。

(ア) たばこやお酒の飲み過ぎはいろいろな病気の原因となる	1	2	3	4	5
(イ) たばこは、吸う人だけでなく、周りの人の健康にも悪い影響をあたえる	1	2	3	4	5
(ウ) 妊娠中のたばこやお酒は、おなかの赤ちゃんに悪い影響をあたえる	1	2	3	4	5

(裏面にも続きます)

■あなた自身のことについてうかがいます

問40 あなたの性別はどちらですか。 (〇は1つだけ)

1 男性	2 女性	3 その他
------	------	-------

問41 あなたが、現在一緒に住んでいる人、すべてに〇をつけてください。

1 父	2 母	3 祖父
4 祖母	5 兄弟姉妹	6 その他 ()

問42 最後に、健康について意見があれば、どんなことでもかまいませんので、自由に書いてください。

ご協力いただき、ありがとうございました。

アンケート結果は、市の今後の施策に十分に活用いたします。

封筒に入れて先生に提出してください。

(※封筒やアンケート用紙に、あなたの名前を書く必要はありません。)



3 小学生調査

小学生調査票



富士見市健康に関する アンケート調査

このアンケート調査は、富士見市内に住んでいる小学校5年生のみさんに、ふだんどんな生活をしているのかをたずねて、市の取り組みに活かしていくために行います。

アンケート用紙に、あなたの名前を書く必要はありませんので、あなたが思っていることを正直に答えてください。

令和2年4月

富士見市長 星野 光弘

- ◎記入が終わったアンケート用紙は、封筒に入れて先生に渡してください。
- ◎このアンケートは、富士見市健康増進センターが行っています。

〒354-0021 富士見市大字鶴馬3351-2

富士見市健康増進センター 健康づくり支援係

電話：049-252-3771（番号のかけ間違いにご注意ください）

＜記入にあたって＞

- このアンケートに名前を書く必要はありません。
- 記入は、黒のエンピツまたはボールペンで記入してください。
- 回答は、あてはまる答えの番号を選び、○で囲んでください。回答の○の数は、各質問文の説明にならってください。
- 「その他」をえらんだ場合は、()内に具体的な内容を記入してください。

■あなたの健康状態や健康についての考え方についてうかがいます

問1 あなたは、自分のふだんの健康状態についてどう思いますか。(○は1つだけ)

- | | |
|------------------|-----------------|
| 1 健康である | 2 どちらかといえば健康である |
| 3 どちらかといえば健康ではない | 4 健康ではない |

問2 あなたは、「自分の健康は自分で守るものだ」と思いますか。(○は1つだけ)

- | | |
|------------------|----------------|
| 1 そう思う | 2 どちらかといえばそう思う |
| 3 どちらかといえばそう思わない | 4 そう思わない |

問3 あなたは、身長と体重を教えてください。(整数で答えてください)
〔小数点第1位を四捨五入してください(例)140.5cm→141cm〕

身長	cm	体重	kg
----	----	----	----

問4 あなたは、自分の体型についてどう思いますか。(○は1つだけ)

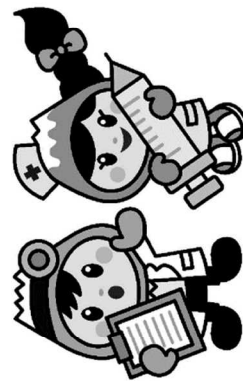
- | | | |
|-----------|-----------|-------|
| 1 太っている | 2 少し太っている | 3 ふつう |
| 4 少しやせている | 5 やせている | |

問5 あなたは、病気などのときに行く病院・医院は決まっていますか。(○は1つだけ)

- | | |
|----------|-----------|
| 1 決まっている | 2 決まっていない |
|----------|-----------|

問6 あなたは、むし歯などのときに行く歯科医院は決まっていますか。(○は1つだけ)

- | | |
|----------|-----------|
| 1 決まっている | 2 決まっていない |
|----------|-----------|



■ふだんの食生活についてうかがいます

問7 あなたは、ふだん、朝食を食べていますか。 (○は1つだけ)

1 だいたい毎日食べている	2 週に4～5日食べている
3 週に2～3日食べている	4 ほとんど食べない

問7-1 問7で「3 週に2～3日食べている」または「4 ほとんど食べない」と答えた方にうかがいます。
朝食を食べないのは、どうですか。 (あてはまるものすべてに○)

1 食べる時間がない	2 おなかがいっぱいでいない
3 朝食が用意されていない	4 朝食を食べる習慣がない
5 太りたくない (ダイエットのため)	6 その他 ()

問8 あなたは、ふだん、外食や中食をすることがありますか。
◎外食とは、飲食店での食事。中食とは、弁当や惣菜(おにぎり、パンも含む)を買って
りて食べる食事とします。 (○は1つだけ)

1 毎日2回以上	2 毎日1回
3 週2～6回	4 週1回～月1回
5 ほとんどしない	

問9 あなたは、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事(給食を含む)を1日2回以上食べる日が、週に何日ありますか。
外食や中食をするときに、栄養のバランスを意識してメニューを選んでいますか。 (○は1つだけ)

1 選んでいる	2 どちらかといえば選んでいる
3 どちらかといえば選んでいない	4 選んでいない

問10 あなたは、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事(給食を含む)を1日2回以上食べる日が、週に何日ありますか。
◎主食:ごはん、パン、めん類 主菜:肉、魚、卵、とうふなど大豆製品の料理 副菜:野菜、海苔の料理 (○は1つだけ)

1 ほぼ毎日	2 週に4～5日
3 週に2～3日	4 ほとんどない

問10 あなたは、間食(おやつ)を1日に何回くらい食べていますか(夜食も含める)。 (○は1つだけ)

1 1日に3回以上	2 1日2回	3 1日1回
4 2日に1回	5 ほとんど食べない	

(次ページの問10-1へ)

問10-1 問10で「1 1日に3回以上」～「4 2日に1回」と答えた方にうかがいます。
あなたは、間食(おやつ)をどる時、どのようなものをよく食べますか(夜食も含める)。
(あてはまるものすべてに○)

1 パン (菓子パンを除く)・おにぎり	2 果物
3 ポテトチップスなどのスナック菓子	4 和菓子
5 ジュース類	6 カップめん
7 あめ、チョコレート、ガムなど	8 アイスクリーム、かき米など
9 チーズ、ヨーグルト、牛乳などの乳製品	10 菓子パンやケーキ、ドーナツなどの洋菓子
11 ハンバーグ、ピザ、ポテトなどのファーストフード	12 その他 ()

問11 あなたは、甘い飲み物を1日に何回くらい食べていますか。 (○は1つだけ)

1 1日に3回以上	2 1日2回	3 1日1回
4 2日に1回	5 ほとんど食べない	

問12 あなたは、甘い飲み物を1日に何回くらい飲んでいますか。
◎甘い飲み物とは、ジュース、乳酸菌飲料、スポーツ飲料などの飲み物です。 (○は1つだけ)

1 1日に3回以上	2 1日2回	3 1日1回
4 2日に1回	5 ほとんど飲まない	

問13 あなたは、食事づくりの手伝い(買い物、食器を運ぶ、片づける、材料を切るなどの簡単な調理)をしますか。 (○は1つだけ)

1 ほとんど毎日している	2 ときどきしている
3 ほとんどしていない	

問14 あなたは、ひとりで食事をする日は、1週間のうちのどのくらいありますか。
(1)朝食 (○は1つだけ)

1 毎日	2 週に5～6日	3 週に3～4日
4 週に1～2日	5 ほとんどない	6 朝食を食べていない

(2)夕食 (○は1つだけ)

1 毎日	2 週に5～6日	3 週に3～4日
4 週に1～2日	5 ほとんどない	6 夕食を食べていない



■食育についてうかがえます

問15 あなたは、「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。 (○は1つだけ)
 ※「食育」とは、健全で豊かな食生活を送れるようにするために、子どものころから「食」の大切さや正しい知識を学ぶことです。

- 1 言葉も内容も知っていた 2 言葉は知っていたが、内容は知らなかった
 3 言葉も内容も知らなかった

問16 あなたは、食事の前と後にあいさつすることば「いただきます」「ごちそうさま」を言っていますか。 (○は1つだけ)

- 1 いっつも言う 2 とときどき言う 3 ほとんど言わない

問17 あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味を知っていますか。 (○は1つだけ)

※「伝統料理」とは、おせら料理などの受け継がれ伝えられている料理です。

- 1 知っている 2 知らない

問18 あなたは、「産地消」という言葉を知っていましたか。 (あてはまるものすべてに○)
 ※「産地消」とは、地域で作られた食べ物を地域で食べることをいいます。

- 1 言葉も内容も知っていた 2 言葉は知っていたが、内容は知らなかった
 3 言葉も内容も知らなかった

問19 あなたが、富士見市の主な産物とし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○)

- 1 米 2 にんじん 3 トマト 4 きゅうり
 5 なす 6 ほうれんそう 7 小松菜 8 だいこん
 9 かぶ 10 梨 11 いちご 12 枝豆
 13 里芋 14 大豆 15 その他 () 16 わからない



問20 あなたは、ふだん、ゆっくりゆっくりかんで食べていますか。 (○は1つだけ)

- 1 ゆっくりゆっくりかんで食べている
 2 どちらかといえはゆっくりよりかんで食べている
 3 どちらかといえはゆっくりよりかんで食べていない
 4 ゆっくりゆっくりかんで食べていない

問21 あなたは、もし歯予防のため、歯科医院で、フッ化物(フッ素)をぬってもらっていますか。 (○は1つだけ)

- 1 している 2 していない

問22 あなたは、歯や歯ぐきの健康が、からだ全体の健康にも影響すると思いませんか。 (○は1つだけ)

- 1 影響すると思う 2 少し影響すると思う 3 どちらともいえない
 4 あまり影響しないと思う 5 影響しないと思う

問23 あなたは、「8020運動」(80歳になっても20本以上の歯を保とう、という運動)について知っていましたか。 (○は1つだけ)

- 1 言葉も内容も知っていた 2 言葉は知っていたが、内容は知らなかった
 3 言葉も内容も知らなかった

■運動やこころの健康についてうかがえます

問24 あなたは、1日にどのくらい歩きますか。(通学のためなど歩く時間の合計) (○は1つだけ)

- 1 30分より少ない 2 30分以上1時間より少ない
 3 1時間以上1時間30分より少ない 4 1時間30分以上2時間より少ない
 5 2時間以上

問25 あなたは、体育の授業以外に、30分以上の運動をする日か、週に何日ありますか。 (○は1つだけ)
 (※クラブ活動や習い事などでの運動時間は、これに含みます。)

- 1 週4日以上している 2 週3日程度している 3 週2日程度している
 4 週に1日程度している 5 ほとんどしていません



(次ページの問25-1へ)

問33 あなたは、将来、お酒を飲んでみたいと思いますか。(○は1つだけ)

1 飲んでみたいと思う 2 飲むのを考えてみたいとは思わない 3 わからない

問34 たばこやお酒について、あなたの考えに最も近いものの番号を選んでください。
(ア)～(ウ)のそれぞれについて、あてはまる番号1つだけに○をつけてください。

(ア)	たばこやお酒の飲み過ぎはいろいろな弊害の原因となる	1	2	3	4	5
(イ)	たばこは、吸うだけでなく、周りの人の健康にも悪い影響をあたえる	1	2	3	4	5
(ウ)	妊娠中のたばこやお酒は、おなかの赤ちゃんに悪い影響をあたえる	1	2	3	4	5

■あなたやいっしょに住んでいる家族のことについてうかがいます

問35 あなたの性別はどちらですか。(○は1つだけ)

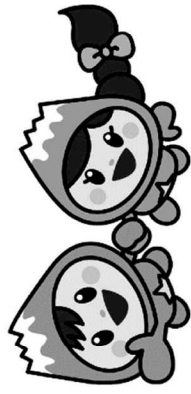
1 男子 2 女子

問36 あなたが、現在いっしょに住んでいる人、すべてに○をつけてください。

1 お父さん 2 お母さん 3 おじいさん
4 おばあさん 5 きょうだい 6 その他 ()

ご協力いただき、ありがとうございました。
アンケート結果は、市の今後の取り組みに十分に活用いたします。

封筒に入れて壳室に提出してください。
(※封筒やアンケート用紙に、あなたの名前を書く必要はありません。)



問25-1 あなたが5 ほどとどしていないと答えた方にうかがいます。
運動をほとんどしていない理由は何か。(あてはまるものすべてに○)

- 1 塾や習い事などで忙しく運動をする時間がないから
2 学校やクラブ活動、塾や習い事で疲れているから
3 運動をする場所や機会がないから
4 一緒に運動をする仲間がいないから
5 どんな運動をすればよいかわからないから
6 精神やしようがいのため
7 運動やスポーツがきらいだから
8 運動が必要だと思わないから
9 面倒だから
10 家の手伝いがあるから
11 その他 ()

問26 あなたの、平日の「寝る時間」と「起きる時間」を教えてください。

寝る時間	時	分	位
起きる時間	時	分	位

問27 あなたは、朝、すっきり目覚めることができますか。(○は1つだけ)

1 すっきり目覚めることができます 2 ふつうに目覚めることができます
3 すっきり目覚めることができない

問28 あなたは、ふだんの生活で、いやなことや悩みや心配なことがありますか。(○は1つだけ)

1 よくある 2 ときどきある
3 あまりない 4 まったくない

問29 あなたは、いやなことや悩みや心配なことについて、相談できる人や相談できる場所がありますか。(○は1つだけ)

1 ある 2 ない

■たばこやお酒についてうかがいます

問30 あなたの家族の中に、たばこを吸っている人はいますか。(○は1つだけ)

1 いる 2 いない

問31 あなたは、将来、たばこを吸ってみたいと思えますか。(○は1つだけ)

1 吸ってみたいと思う 2 吸ってみたいとは思わない 3 わからない

問32 あなたの家族の中に、お酒を飲む人はいますか。(○は1つだけ)

1 いる 2 いない

4 幼児保護者調査

5歳児(年長児)保護者調査票

富士見市健康に関するアンケート調査

■お子さんの食生活についてうかがいます

問1 お子さんの健康状態についてどう思いますか。(〇は1つだけ)

- 1 健康である
- 2 どちらかといえば健康である
- 3 どちらかといえば健康ではない
- 4 健康ではない

問2 お子さんは、普段、朝食を食べていますか。(〇は1つだけ)

- 1 ほぼ毎日食べる
- 2 週に4～5日食べる
- 3 週に2～3日食べる
- 4 ほとんど食べない

問2-1 問2で「3 週に2～3日食べる」または「4 ほとんど食べない」と答えた方にかかいます。
朝食を食べない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに〇)

- 1 食べる時間がないから
- 2 食欲がないようだから
- 3 朝食を作っていないから
- 4 朝食を食べる習慣がないから
- 5 その他 ()

問3 お子さんは、平日、夕食を何時台に食べるが多いですか。(〇は1つだけ)

- 1 午後7時までに食べる
- 2 午後7時台に食べる
- 3 午後8時台に食べる
- 4 午後9時台に食べる
- 5 午後10時台に食べる
- 6 午後11時以降に食べる
- 7 夕食は食べない

問4 お子さんは、普段、外食や中食をすることがありますか。

◎外食とは、飲食店での食事。中食とは、出前をとったり、弁当や惣菜(おにぎり・パンも含む)を買い取りして食べる食事とします。(〇は1つだけ)

- 1 毎日2回以上
- 2 毎日1回
- 3 週2～6回
- 4 週1回～月1回
- 5 ほとんどしない

問4-1 問4で「1 毎日2回以上」「4 週1回～月1回」と答えた方にかかいます。
外食や中食をするときに、栄養のバランスを意識してメニューを選んでいますか。(〇は1つだけ)

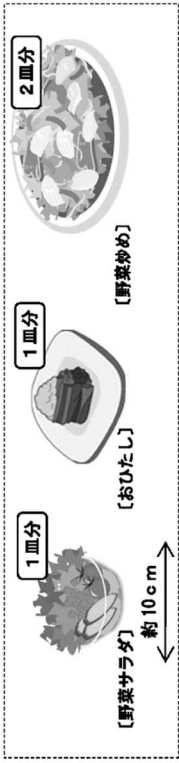
- 1 選んでいる
- 2 どちらかといえば選んでいる
- 3 どちらかといえば選んでいない
- 4 選んでいない

問5 お子さんは、主食・主菜・副菜を組み合わせさせた食事を1日2回以上食べる日が、週に何日ありますか。

◎主食:ごはん、パン、麺 主菜:肉、魚、卵、大豆製品の料理 副菜:野菜、海藻の料理 (〇は1つだけ)

- 1 ほぼ毎日
- 2 週に4～5日
- 3 週に2～3日
- 4 ほとんどない

問6 お子さんは、野菜料理を平均で1日何皿くらい食べていますか(1皿の量は、70g。直径10cmの小皿(小鉢)にきれいに入る程度です。量の少ない野菜は合計して70gで1皿と数えます。1皿に満たない場合は0.5皿とします)。(〇は1つだけ)



※ 1皿分の目安(例)

- 1 2皿以上
- 2 1皿
- 3 0.5皿
- 4 0皿

問7 お子さんは、おやつ(間食)を1日に何回くらい食べていますか(ジュースは含みません)。(〇は1つだけ)

- 1 1日に3回以上
- 2 1日2回
- 3 1日1回
- 4 2日に1回
- 5 ほとんど食べない

問7-1 問7で「1 1日に3回以上」「4 2日に1回」と答えた方にかかいます。
お子さんは、おやつ(間食)として、どのようなものをよく食べますか。(あてはまるものすべてに〇)

- 1 パン(菓子パンを除く)・おにぎり
- 2 果物
- 3 ポテトチップスなどのスナック菓子
- 4 和菓子
- 5 カップめん
- 6 あめ、チョコレート、ガムなど
- 7 アイスクリーム、かき氷など
- 8 チーズ、ヨーグルト、牛乳などの乳製品
- 9 ケーキ、ドーナツなどの洋菓子や菓子
- 10 ハンバーガー、ピザ、ポテトなどのパン
- 11 その他 ()

問8 お子さんは、甘いお菓子を1日に何回くらい食べていますか。(〇は1つだけ)

- 1 1日に3回以上
- 2 1日2回
- 3 1日1回
- 4 2日に1回
- 5 ほとんど食べない

問9 お子さんは、甘い飲み物を1日に何回くらい飲んでいますか。
◎甘い飲み物とは、ジュース、乳酸菌飲料、イオン飲料、スポーツ飲料などの飲み物です。(〇は1つだけ)

- 1 1日に3回以上
- 2 1日2回
- 3 1日1回
- 4 2日に1回
- 5 ほとんど飲まない

問10 お子さんは、食事づくりの手伝い(食器を運ぶ、片づける、材料を切る・ちぎるなどの簡単な調理)をしていますか。(〇は1つだけ)

1 ほとんど毎日している	2 時々している
3 ほとんどしていない	

問11 お子さんが、一人で食事をする日は、1週間のうちのどのくらいありますか。(〇は1つだけ)

1 毎日	2 週に5～6日	3 週に3～4日
4 週に1～2日	5 ほとんどない	6 朝食を食べていない

(2)夕食 (〇は1つだけ)

1 毎日	2 週に5～6日	3 週に3～4日
4 週に1～2日	5 ほとんどない	6 夕食を食べていない

■食育についてうかがいます

問12 あなたは、「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。(〇は1つだけ)

※「食育」とは、生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるものであり、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。

1 言葉も内容も知っていた	2 言葉は知っていたが、内容は知らなかった
3 言葉も内容も知らなかった	

問13 あなたは、「食育」に関心がありますか。(〇は1つだけ)

1 関心がある	2 どちらかといえば関心がある
3 どちらかといえば関心がない	4 関心がない
5 わからない	

問14 お子さんは、食事の前と後にあいさつすることは「いただきます」「ごちそうさま」を言っていますか。(〇は1つだけ)

1 いつも言う	2 時々言う	3 ほとんど言わない
---------	--------	------------



問15 あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を受け継いでいますか。(〇は1つだけ)

※「郷土料理や伝統料理」とは、地域特有の料理や、おせち料理などの受け継がれ伝えられている料理ですが、いわゆる『おふくろの味』など、その家庭で受け継がれてきた家庭料理も含まれます。

※「食べ方・作法」とは、『お碗を手に持つ』、『迷い箸をしない』、『音をさせない』など、日常の食事の際のマナーや、食事の際の挨拶である『いただきます』や『ごちそうさまでした』など、料理を作ってくれた人や自然の恵みへの感謝などの気持ちの表現なども含まれます。

1 受け継いでいる	2 受け継いでいない
-----------	------------

問15-1 問15で「1 受け継いでいる」と答えた方にうかがいます。

あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭において受け継いできた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を地域や次世代(子どもやお孫さんを含む)に対し、伝えていきますか。(〇は1つだけ)

1 伝えている	2 伝えていない
---------	----------

問16 お子さんは、普段、ゆっくりにくちくちで食べていますか。(〇は1つだけ)

1 ゆっくりにくちくちで食べている
2 どちらかといえばゆっくりにくちくちで食べている
3 どちらかといえばゆっくりにくちくちで食べていない
4 ゆっくりにくちくちで食べていない

■お子さんの日常生活についてうかがいます

問17 お子さんは、1日に何回歯をみがきますか。(〇は1つだけ)

1 1日3回以上	2 1日2回	3 1日1回
4 歯みがきはしない		

問18 お子さんの仕上げ歯みがきをしていますか。(〇は1つだけ)

1 している	2 時々している	3 していない
--------	----------	---------

問19 お子さんは、歯と歯の間を清掃するための補助用具(デンタルフロスなど)を使っていますか。(〇は1つだけ)

1 よく使う	2 たまに使う	3 使わない
--------	---------	--------

問20 お子さんは、むし歯予防のため、歯科医院で、フッ化物(フッ素)を塗ってもらっていますか。(〇は1つだけ)

1 している	2 していない
--------	---------

問21 お子さんは、過去1年間に歯科健診(歯の治療を除く)を受けたことがありますか。幼稚園や保育園などで行うものも含みます。(○は1つだけ)

1 はい	2 いいえ
------	-------

問22 お子さんの平日の「寝る時間」と「起きる時間」を、教えてください。(24時間制でお答えください。例:午後11時30分の場合 →23時30分)

就寝時間	時	分	起床時間	時	分	分位
------	---	---	------	---	---	----

問23 お子さんは、外遊びや運動をどのくらいしていますか。(通園されているお子さんは、園以外で)(○は1つだけ)

1 週4回以上している	2 週に3回程度している	3 週に2回程度している
4 週に1回程度している	5 ほとんどしていない	

■保護者の方についてうかがいます

問24 お母さん(妊婦)は、妊娠中にたばこを吸っていましたか。(○は1つだけ)

1 吸わなかった	2 吸っていた
----------	---------

問25 お母さんが妊娠中に、お母さん(妊婦)以外の同居の方はたばこを制限しましたか。(○は1つだけ)

1 喫煙する同居者はいなかった	2 妊娠期間中は禁煙していた
3 喫煙場所を変えた	4 妊娠前の喫煙状況と変化はなかった
5 その他()	

問26 お母さん(妊婦)は、妊娠中にお酒を飲みましたか。(○は1つだけ)

1 飲まなかった	2 飲んでいました
----------	-----------

問27 あなたは、心の悩みや仕事・家事・育児などのストレスについて、相談できる人や場所がありますか。(○は1つだけ)

1 ある	2 ない
------	------

問28 あなたは、現在、どのようなことで悩んでいますか。(あてはまるものすべてに○)

1 子育てについて	2 夫婦関係について	3 親族関係について
4 経済的なことについて	5 就業について	6 自分の健康面について
7 その他()	8 特にない	

■保護者の方やお子さんについてうかがいます

問29 アンケートを記入する保護者自身のことについてご記入ください。

保護者の続柄	1 母親	2 父親	3 その他()
保護者の年齢	[] 歳	(令和2年4月1日現在)	
世帯構成	1 親と子の核家族世帯	2 祖父母と親と子の三世帯	3 その他()
加入健康保険	1 市町村の国民健康保険	2 組合の国民健康保険	3 協会けんぽ、組合健保、共済組合などの被用者保険
	4 後期高齢者医療制度	5 その他()	

問30 あなたは、市内のどの地域にお住まいですか。あてはまる番号に○をしてください。(○は1つだけ)

小学校区	地域
1 鶴瀬	上沢1丁目 上沢2丁目 鶴瀬東1丁目 鶴瀬東2丁目 羽沢2丁目 羽沢3丁目 水谷1丁目 東みずほ台1丁目 貝塚1丁目 貝塚2丁目 大字下南畑 大字鶴馬 大字水子
2 水谷	大字東大久保 大字上南畑 大字南畑新田 大字下南畑 みどり野
3 南畑	関沢2丁目 関沢3丁目 西みずほ台1丁目 西みずほ台3丁目
4 関沢	渡戸1丁目 渡戸2丁目 渡戸3丁目 羽沢1丁目 大字鶴馬 大字勝瀬
5 勝瀬	水谷東1丁目 水谷東2丁目 水谷東3丁目 榎町 大字水子
6 水谷東	大字下南畑
7 諏訪	山室1丁目 山室2丁目 諏訪1丁目 諏訪2丁目 鶴馬1丁目 羽沢3丁目 大字鶴馬
8 みずほ台	鶴馬2丁目 鶴馬3丁目 関沢1丁目 水谷2丁目 東みずほ台2丁目 東みずほ台3丁目 東みずほ台4丁目 大字鶴馬 大字水子
9 針ヶ谷	西みずほ台2丁目 大字針ヶ谷 針ヶ谷1丁目 針ヶ谷2丁目 大字水子
10 ふじみ野	ふじみ野東1丁目 ふじみ野東2丁目 ふじみ野東3丁目 ふじみ野東4丁目 ふじみ野西1丁目 ふじみ野西2丁目 ふじみ野西3丁目 ふじみ野西4丁目 大字勝瀬
11 つるせ台	鶴瀬西2丁目 鶴瀬西3丁目 上沢3丁目 大字鶴馬

問31 お子さんのことについてご記入ください。

普段の状況	1 家にいる	2 保育所(園)に通園している	
	3 幼稚園に通園している	4 その他()	
現在の体格(年齢でお答えください)	[] 小数点第1位を四捨五入してください(例)105.5cm→106cm]	身長 [] cm	体重 [] kg

富士見市健康に関するアンケート調査
(富士見市健康増進計画・食育推進計画、
富士見市歯科口腔保健推進計画中間評価のためのアンケート調査)

— 報告書 —

発 行 富士見市
編 集 富士見市健康福祉部
健康増進センター
〒354-0021
埼玉県富士見市大字鶴馬 3351 番地の2
TEL 049-252-3771

発 行 年 令和3年

