

目次

第1 調査の概要

1	調査の目的	1
2	調査方法、回収結果等	1
3	集計・分析にあたって	1

第2 調査結果の総評

1	栄養・食生活	2
2	身体活動（運動・スポーツなど）	2
3	休養・こころの健康づくり	2
4	たばこ	3
5	アルコール	3
6	歯の健康	3
7	健康管理	4

第3 調査結果

I 回答者の属性 ▶ 5

1	性別	5
2	年齢	5
3	家族構成	6
4	職業	7
5	居住地区	8
6	身長・体重・腹囲・BMI	8
7	体型の変化	11
8	既往歴	14
9	睡眠時間	15
10	健康について	17

II 栄養・食生活 ▶ 20

1	朝食	20
2	共食の状況	21
3	野菜の摂取不足	24

III 身体活動（運動・スポーツなど） ▶ 23

1	運動習慣	26
2	メタボリックシンドロームの認知度	34
3	ロコモティブシンドロームの認知度	35

IV 休養・こころの健康づくり ▶ 36

1	ストレス	36
---	------	----

②	相談相手	41
③	睡眠	44
④	うつ病のイメージ	50
⑤	こころの健康に関する市の取組みの認知度	51

V たばこ ▶ 52

①	喫煙	52
②	禁煙に関する市の取組みの認知度	57
③	COPD（慢性閉塞性肺疾患）の認知度	58

VI アルコール ▶ 59

①	飲酒	59
②	節度ある適切な飲酒	66

VII 歯の健康 ▶ 68

①	歯みがき	68
②	歯科受診	70
③	市の歯科検診の認知度	73

VIII 健康管理 ▶ 74

①	主観的健康感	74
②	健康診断・がん検診	76
③	新型インフルエンザの備え	84
④	健康づくりに関して行政に望むこと	85

IX 計画の数値目標の中間評価 ▶ 86

第4 自由意見

①	個人にできること、家族の協力のできること	87
②	地域住民の協力のできること、地域で行ってほしいこと	93
③	行政の協力のできること、行政で行ってほしいこと	97

第5 調査票

調査票	102
-----	-----