

設楽町健康づくり計画

いきいきしたら計画



第2次計画

2018 - 2027

2018年3月

設楽町

はじめに

「健康でいきいきとした生活を送ること」「家族や地域のひとと触れ合い、交流を楽しみながら過ごすこと」は、すべての人の共通の願いです。



本町における少子高齢化及び過疎化の進展、高齢者世帯の増加、医療費や介護負担の増大などは大きな課題です。毎日健康で心豊かに生活できるために、日頃から健康づくりや生活習慣病の予防に努めるとともに、支え合う取り組みを進めことは、今後ますます重要であると考えます。

こうした状況を踏まえ、本町では、平成19年度に健康増進計画である「いきいきしたら計画」を策定し、平成29年度には10年間の取り組みの評価を行い、そこで新たに浮かび上がった健康課題等を踏まえ、このたび第2次計画を策定いたしました。

生涯を通じた健康づくりの推進と、地域の健康づくりネットワークの強化、住民一人ひとりの主体的な健康づくりの支援を行い、「めざさまい ずーっと健康 いきいきしたら」を基本理念とし、新たな施策を進めてまいりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

終わりに、今回の計画の策定にあたり、アンケートにご協力をいただいた多くの町民の皆様にお礼申し上げるとともに、計画策定にご尽力いただいた「設楽町保健対策推進協議会」及び「いきいき すすめ隊」の皆様には深く感謝申し上げます。

平成30年3月

設楽町長 横山 光明

目 次

第1章 計画策定にあたって

- 1 計画策定の背景・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1
- 2 計画の位置づけ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
- 3 計画の期間・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2

第2章 設楽町の現状と課題

- 1 設楽町の現状・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 3
- 2 第1次計画の評価・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 11
- 3 設楽町の現状と課題まとめ・・・・・・・・・・・・・・・・ 15

第3章 計画の基本的な考え方

- 1 計画の基本理念・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 16
- 2 基本理念の達成に向けた3つの視点・・・・・・・・ 16
- 3 健康づくり3分野の目標・・・・・・・・・・・・・・・・ 17
- 4 計画の策定・評価・推進・・・・・・・・・・・・・・・・ 17

第4章 推進施策

- 1 こども分野・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 18
- 2 からだ分野・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 20
- 3 こころ分野・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 22
- 4 分野別指標一覧・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 24

参考資料

- ・策定の経緯・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 26
- ・設楽町生活習慣アンケート結果・・・・・・・・ 27
- ・小学生・中学生 健康な生活のための調査結果 64
- ・保育園 健康な生活のための調査結果 69
- ・アンケート用紙・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 72
- ・設楽町保健対策推進協議会 策定委員名簿 79

第1章 計画策定にあたって

1. 計画策定の背景

急速な少子高齢化の進行とともに、生活習慣病が急増する中、国は、平成12年に第3次国民健康づくり対策として、「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」を提唱しました。すべての国民が健やかで心豊かに生活できる社会の実現を目指して、一人ひとりの健康づくりの取り組みを推進してきました。平成15年には、その法的な裏付けとなる「健康増進法」が施行され、国民、国及び地方公共団体、健康増進事業実施者に、それぞれの立場で健康増進に努めることを義務づけました。

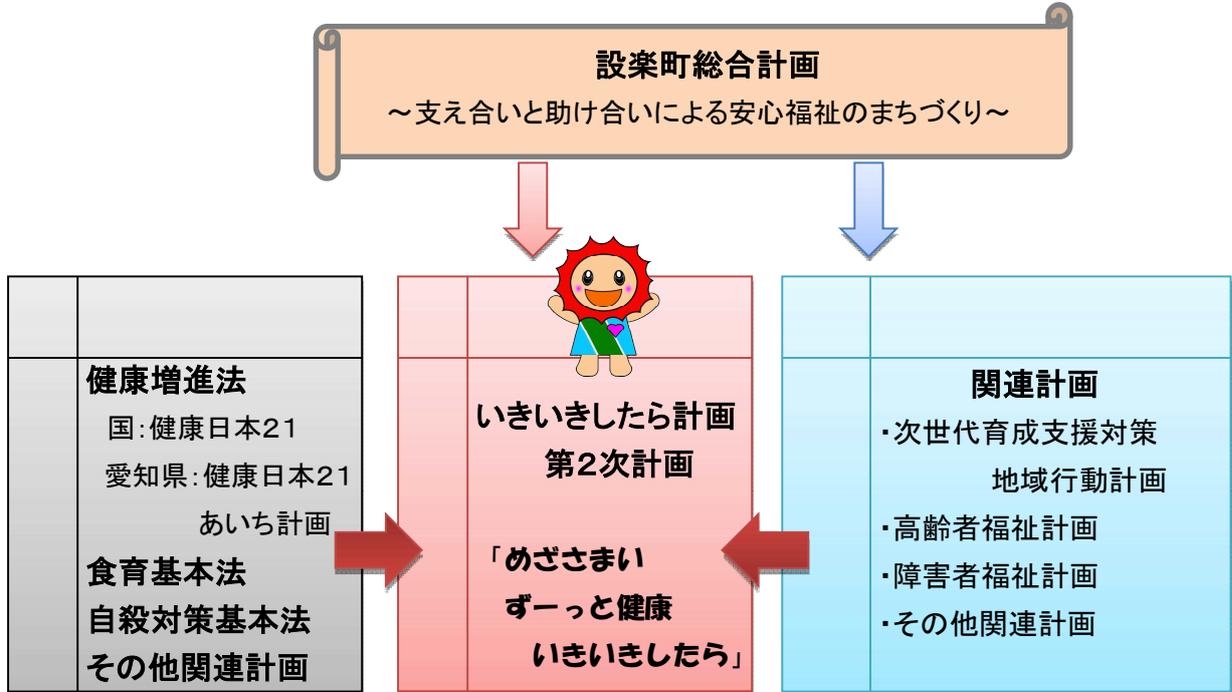
さらに、食育基本法（平成17年施行）、自殺対策基本法（平成18年施行）、がん対策基本法（平成19年施行）が施行され、平成20年4月には、「高齢者の医療の確保に関する法律」により、各医療保険者にメタボリックシンドローム対策を目的として、特定健康診査・特定保健指導の実施が義務づけられました。

本町においては、平成17年に津具村と合併し、平成19年度に「いきいきしたら計画（第1次計画）」を策定しました。さまざまな健康課題を踏まえ、「一次予防」に重点をおき健康づくりの取り組みの方向性を示し、推進してきました。平成24年度に中間評価を行い、平成29年度に最終評価を行う中で、国保加入者特定健診の結果では、男性の肥満者や高血糖の人が多く、また、20歳以上の住民の生活習慣アンケートでは、働く世代の運動習慣者が少なく、強いストレスや睡眠不足を感じる人が多い、子どもにおいては、3歳児のむし歯保有者が愛知県で1番多いなどの課題が明らかになりました。

このような現状を踏まえ、本町では、子どもの頃からの健康づくりや働く世代の生活習慣病予防など生涯を通じた健康づくりの推進と、地域のネットワークを広げ、地域全体で支え合う関係づくりを強化し、「いきいきしたら計画第2次計画」を策定、平成30年度より推進をします。

2. 計画の位置づけ

本計画は、健康増進法*に基づいて策定し、「設楽町総合計画」をはじめとする関連計画と調和を図り、健康な町づくりを推進します。



*健康増進法：市町村は、基本方針及び都道府県健康増進計画を勘案して、当該市町村の住民の健康の増進の推進に関する施策についての計画（以下「市町村健康増進計画」という）を定めるよう努めるものとする

3. 計画の期間

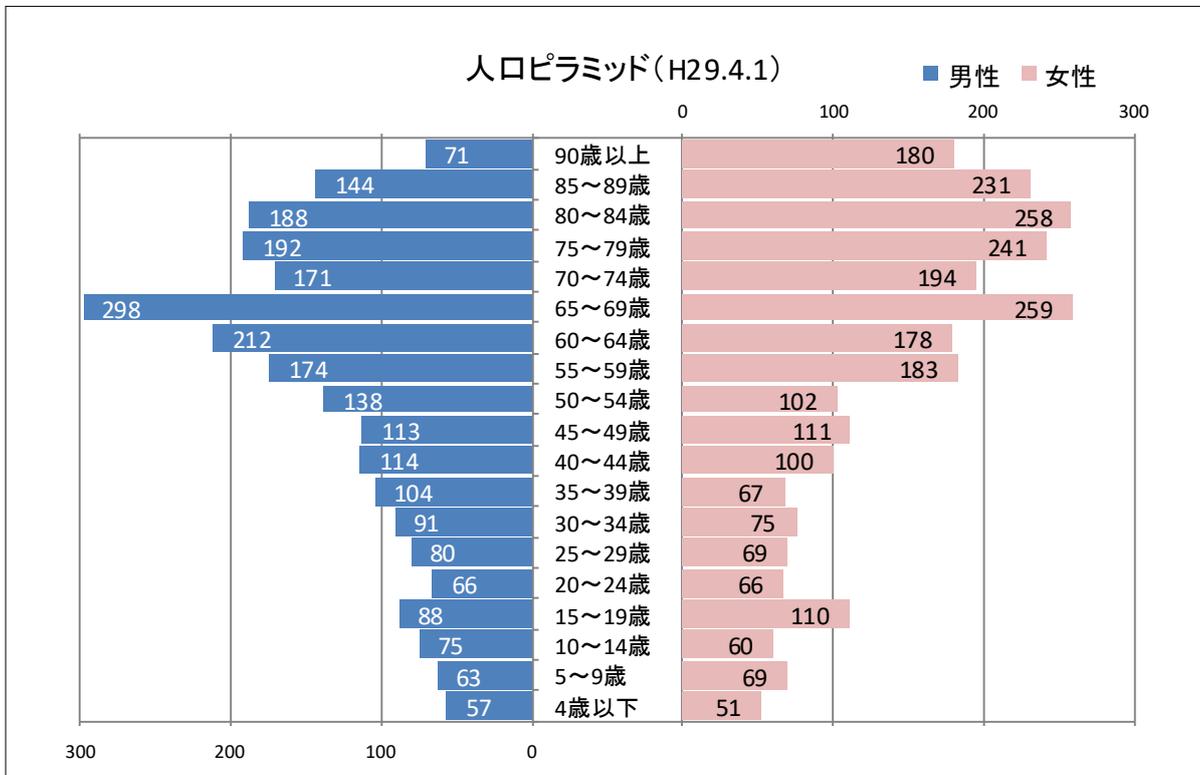
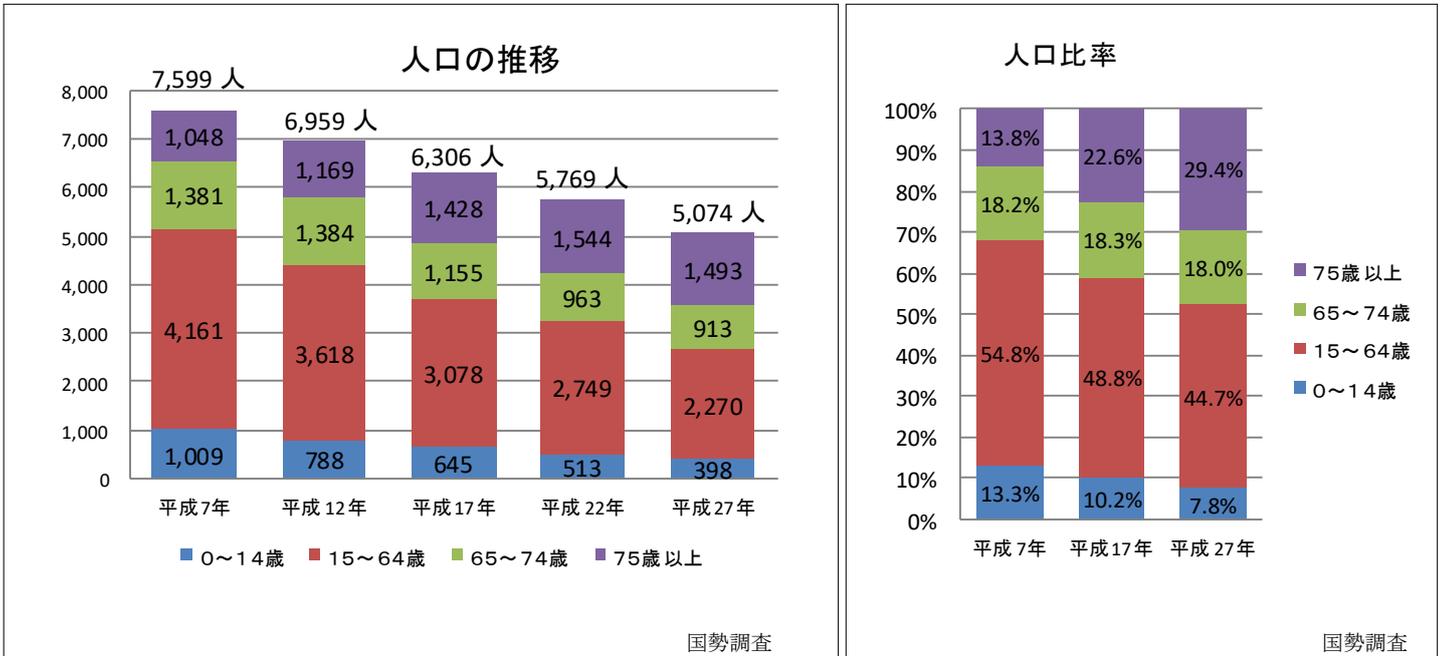
本計画の期間は、平成30年度から平成39年度までの10年間とします。この計画の中間年度にあたる平成34年度に中間評価と取り組みの見直しを行います。

平成20年度	～	平成24年度	～	平成29年度	平成30年度	～	平成34年度	～	平成39年度
		中間評価		最終評価			中間評価		最終評価
第1次					第2次				

第2章 設楽町の現状と課題

1. 設楽町の現状

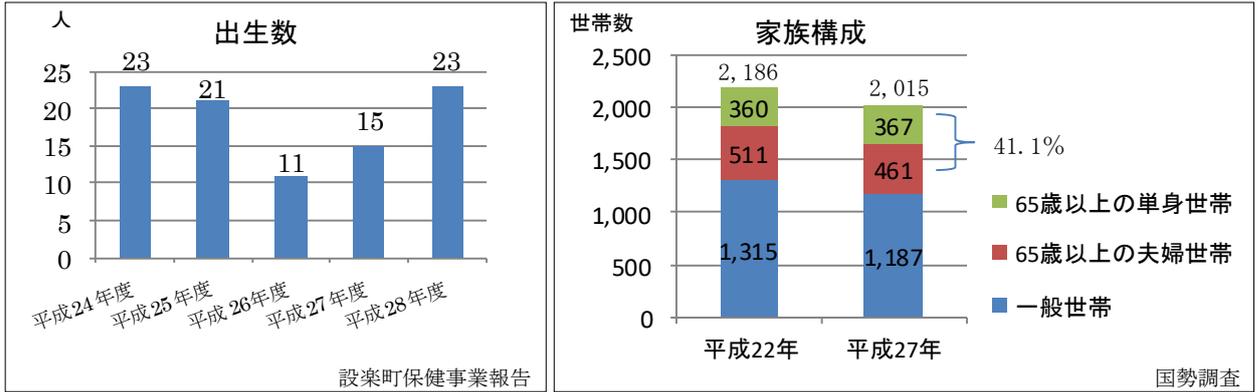
(1) 人口動態



- 人口は年々減少し、高齢者人口が増加している。平成29年の高齢化率は48.1%である。

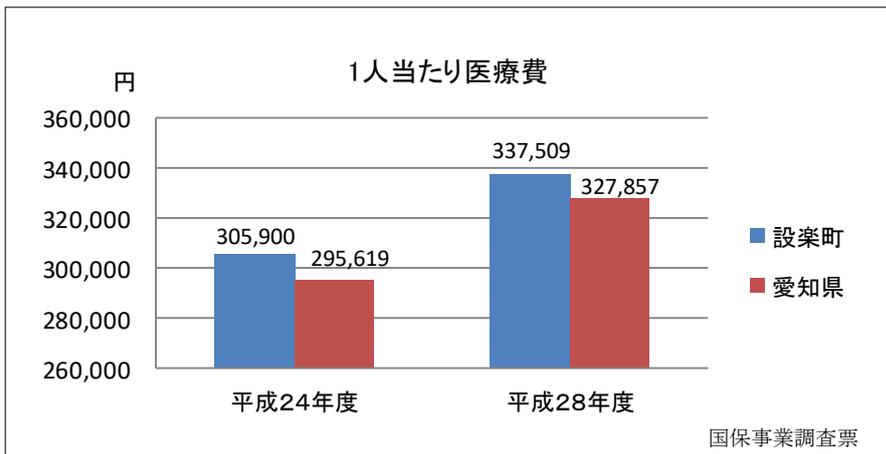
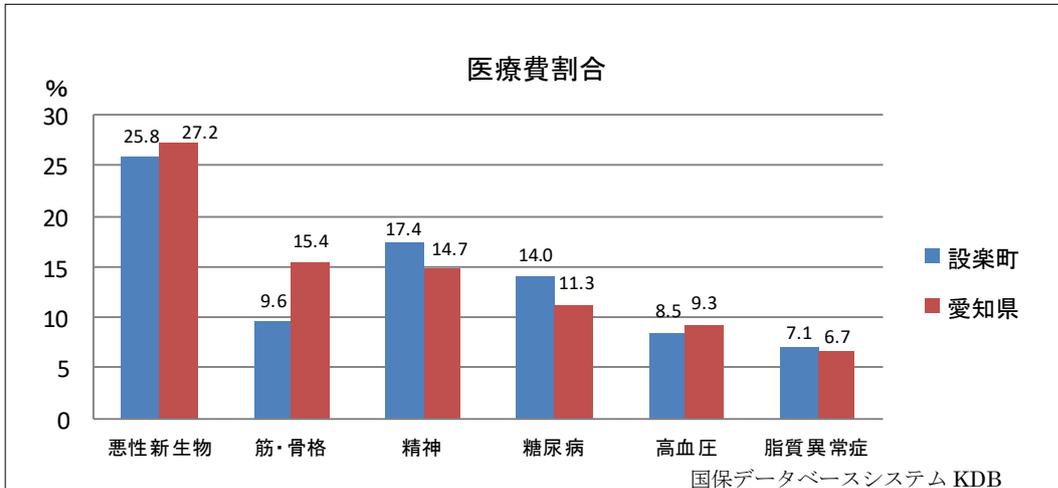
第2章 設楽町の現状と課題

(2) 出生と家族構成



- 出生数は、年間20人前後である。世帯の状況は、高齢独居、高齢夫婦の世帯の割合が増加している。

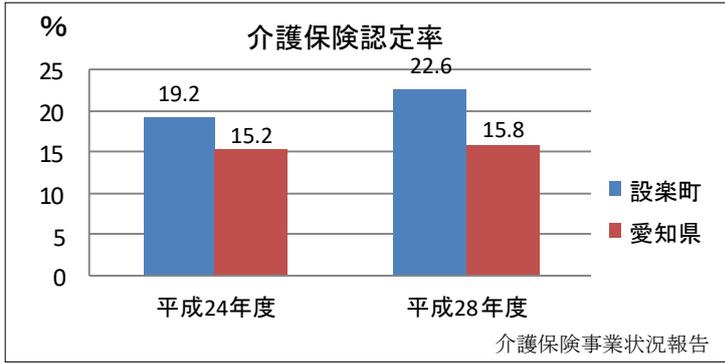
(3) 医療費



- 医療費割合では、精神疾患、糖尿病は愛知県より高い。一人当たり医療費も高くなっている。

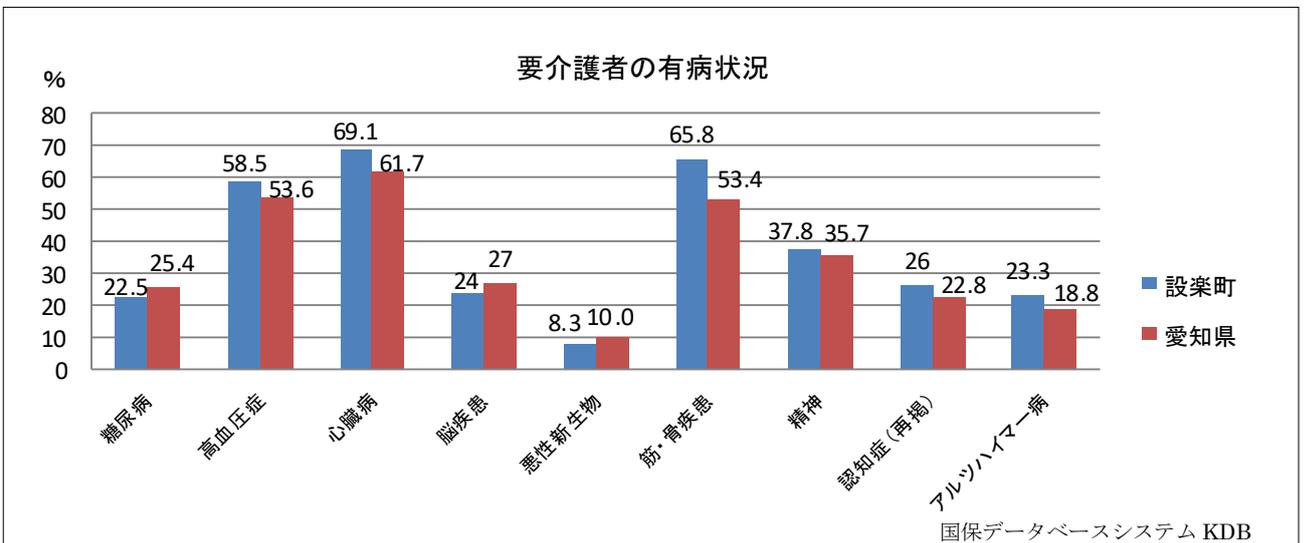
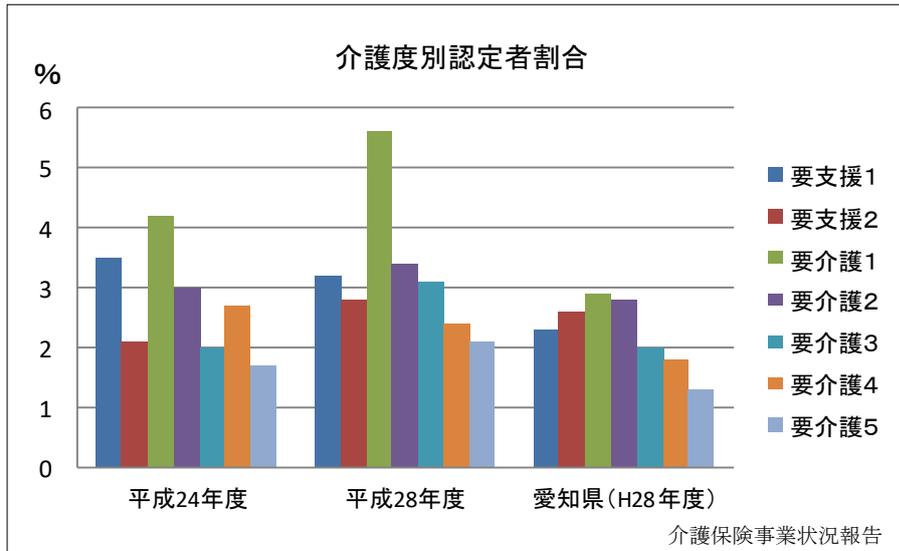
第2章 設楽町の現状と課題

(4) 介護保険

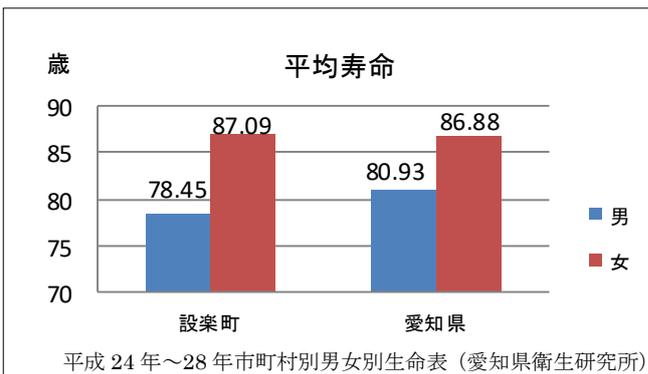


● 要介護認定者は増加しており、介護度別では、要介護1が愛知県より高い。

● 要介護者の有病状況では心臓病、筋・骨疾患によるものが多い。

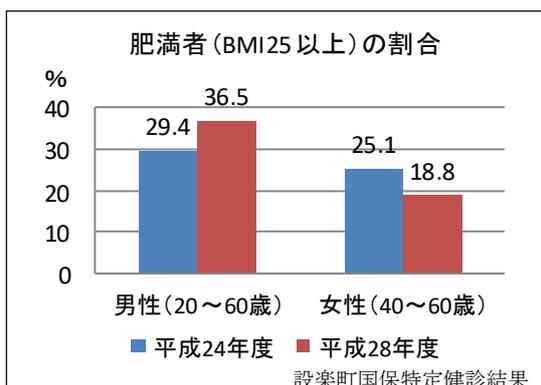
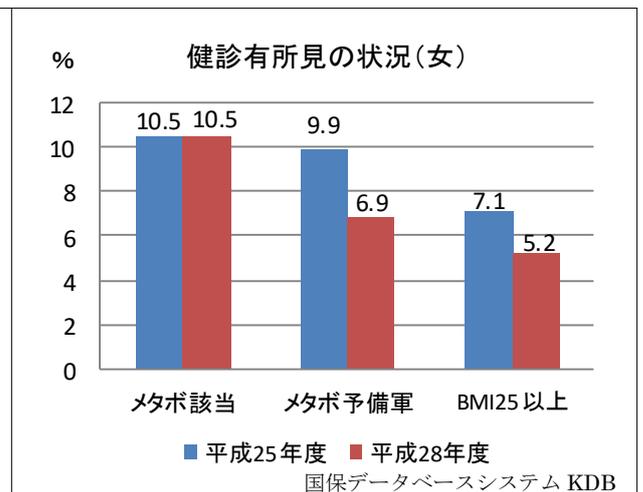
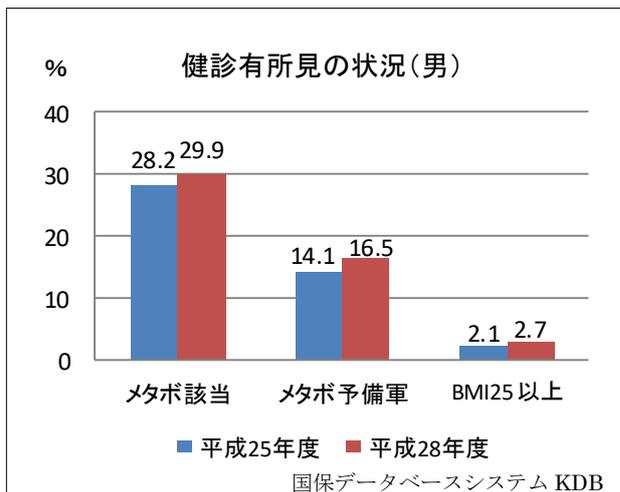
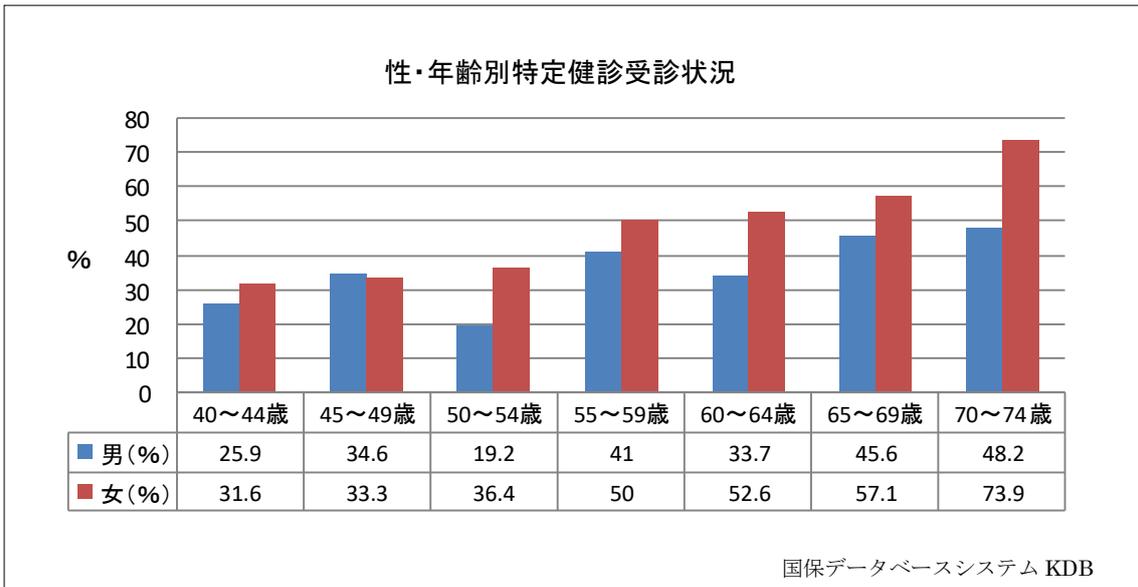
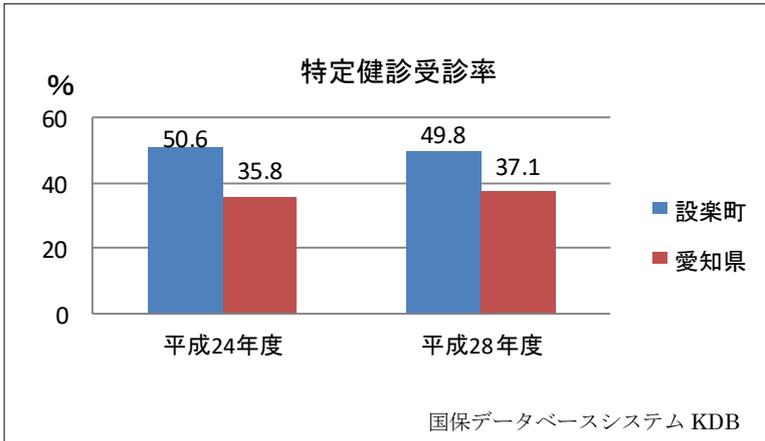


(5) 平均寿命



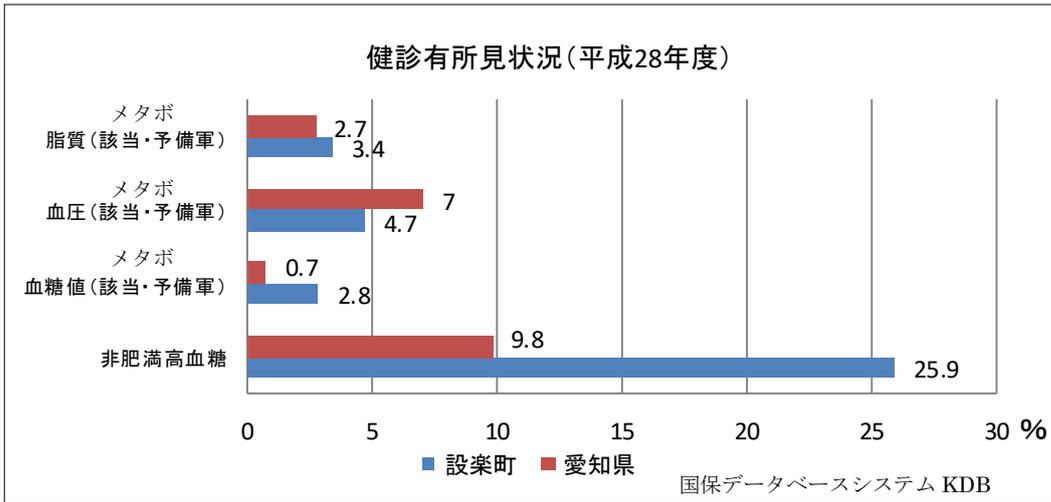
第2章 設楽町の現状と課題

(6) 特定健診受診状況と有所見状況



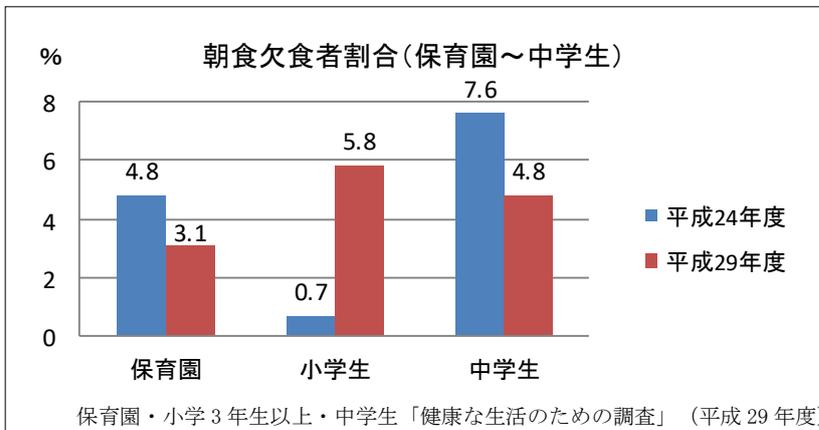
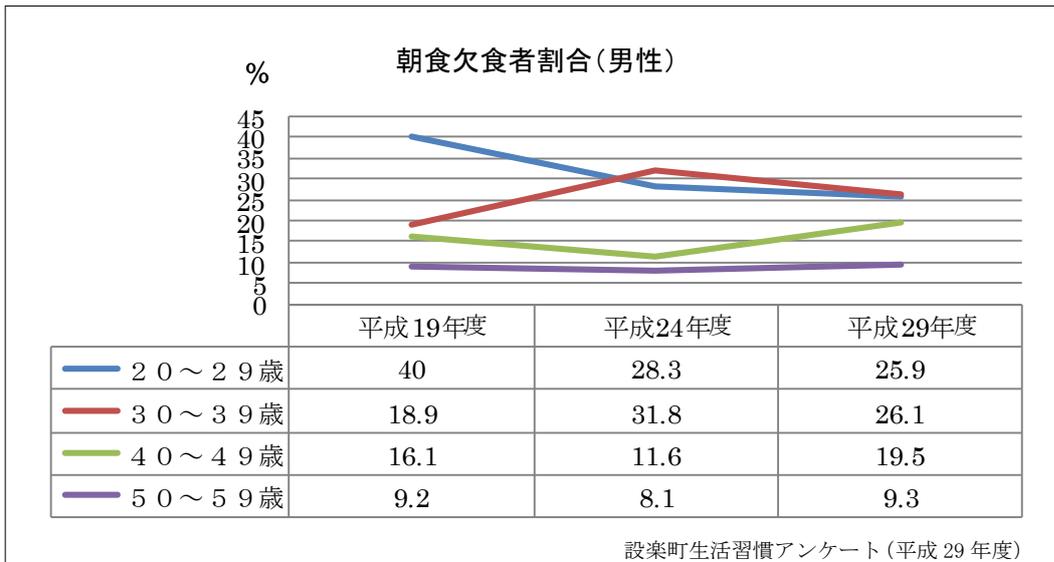
BMI：体重と身長の関係から算出される肥満度を表す体格指数 25以上を肥満とする

第2章 設楽町の現状と課題



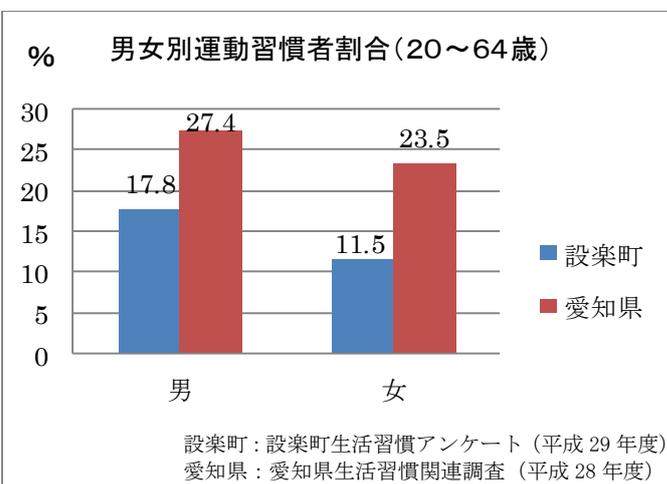
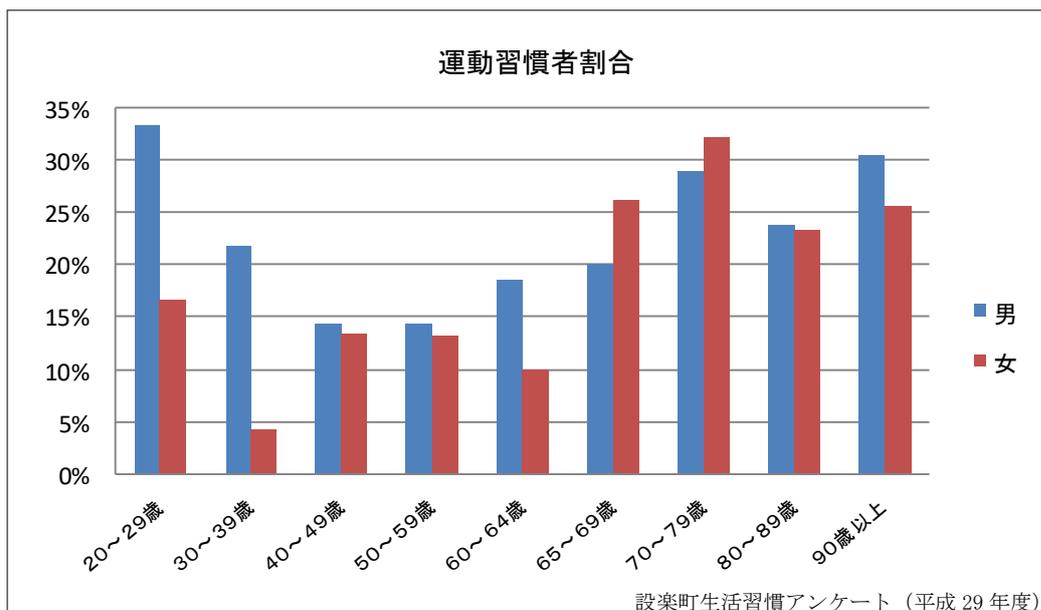
- 特定健診は、40・50歳代の受診率が低い。有所見の状況は、男性のメタボ該当、予備軍の割合が増加している。また、非肥満の高血糖者の割合も高い。

(7)生活習慣 食生活



- 朝食欠食者の状況では、20・30歳代男性に多く、子どもでは、小学生が増えている。

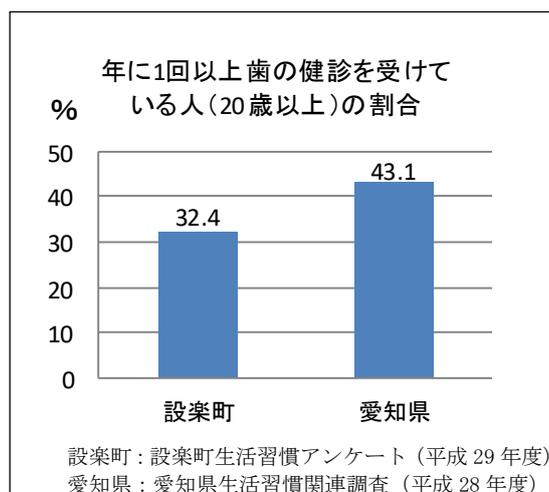
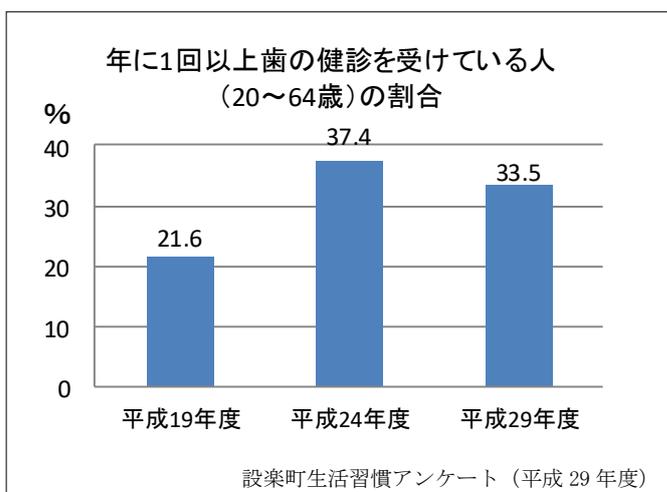
(8)生活習慣 運動習慣



● 運動習慣者割合は、男女とも愛知県より低く、30～50歳代が低くなっている。

*運動習慣者：1回30分以上で週2回以上の運動を1年以上続けている者

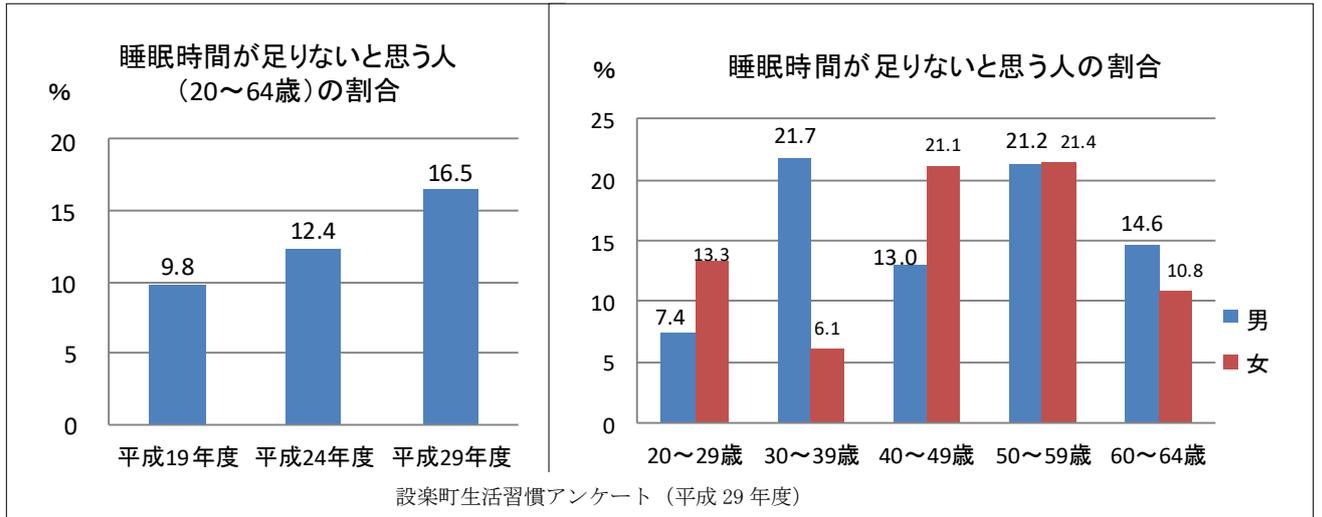
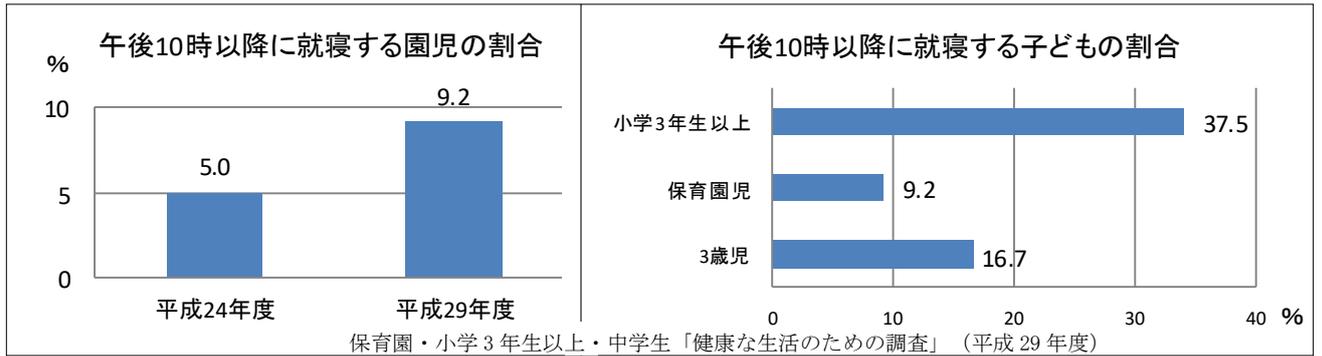
(9)生活習慣 歯・口腔の健康



- 1年に1回以上、歯の健診を受けている人(20～64歳)の割合は、平成19年度より増加しているが、20歳以上32.4%で愛知県の43.1%より低い。
- 3歳児健診でのう蝕(むし歯)保有率は、33.3%(平成28年度)で、愛知県10.2%(平成28年度)であり、県内で最も高い。

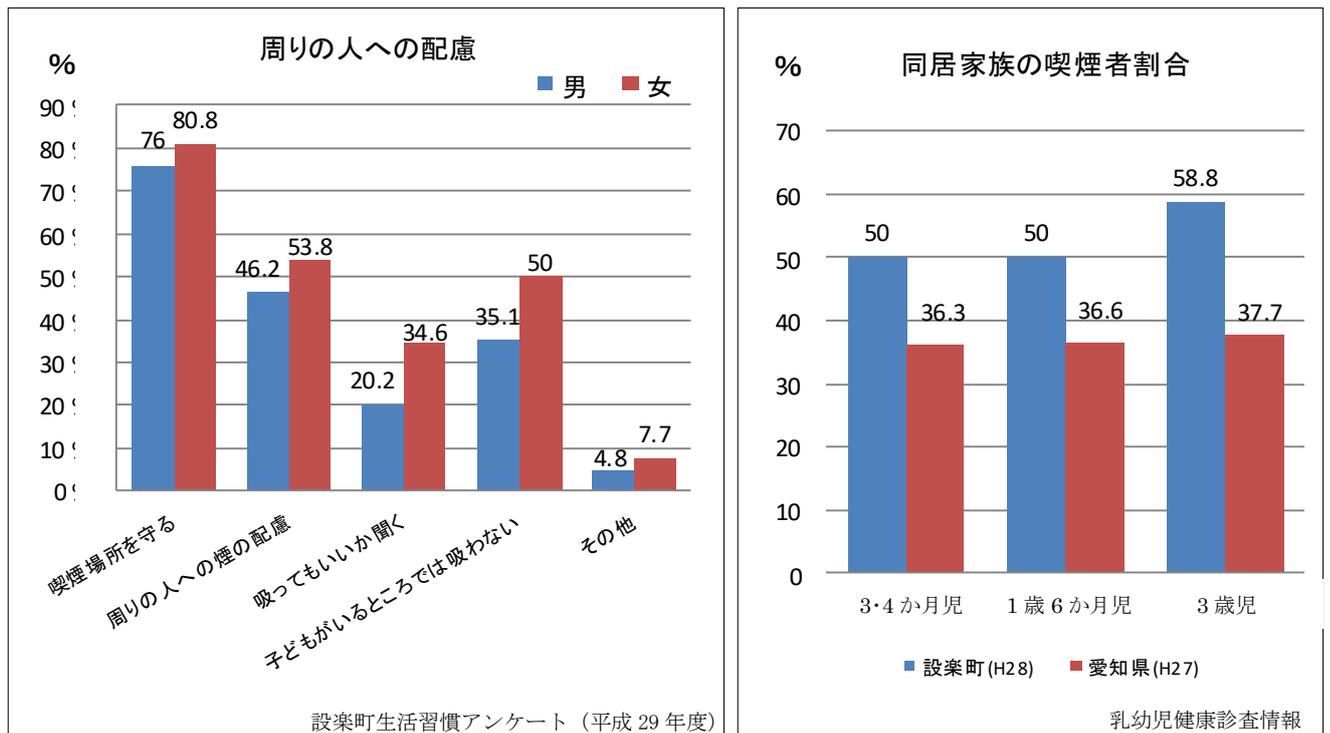
第2章 設楽町の現状と課題

(10)生活習慣 睡眠



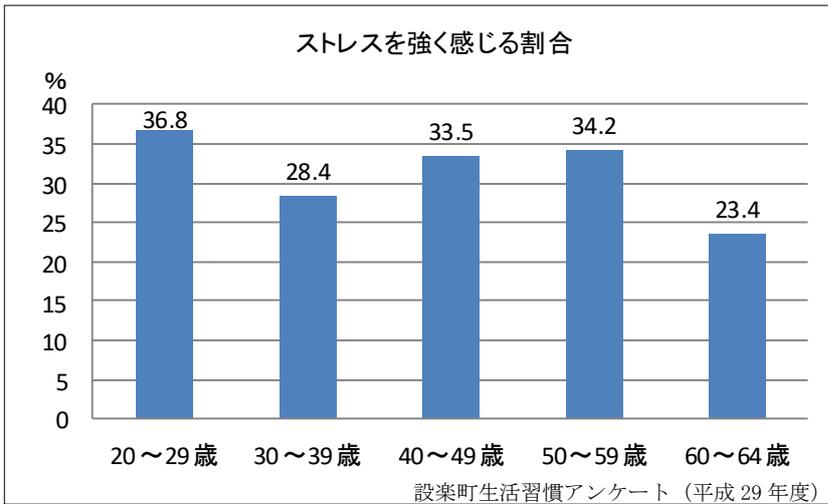
- 午後10時以降に就寝する保育園児が増加している。
- 睡眠時間が足りないと思う人の割合は増加しており、30歳・50歳代の男性、40~50歳代の女性に多い。

(11)生活習慣 喫煙

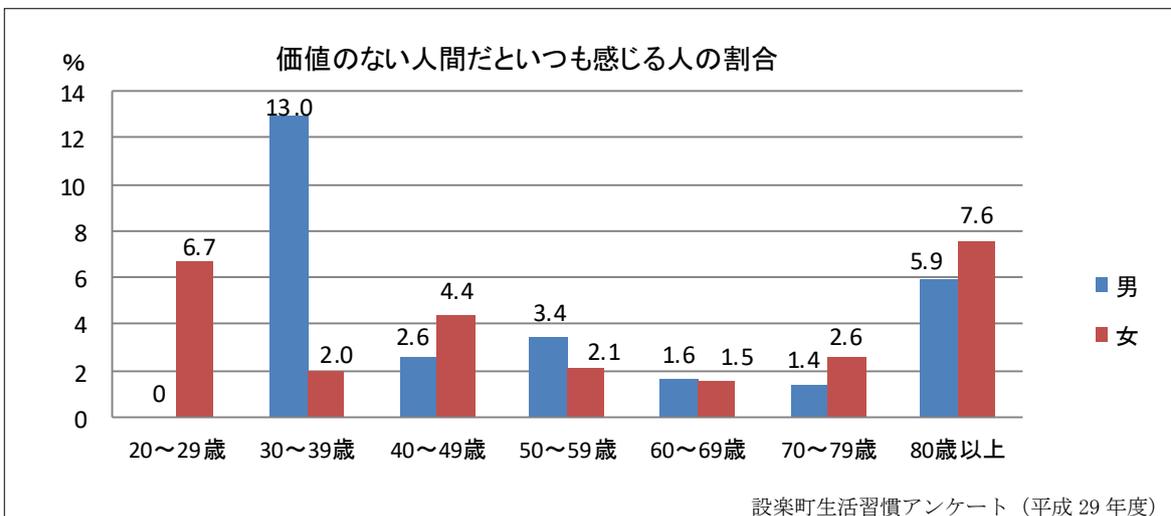
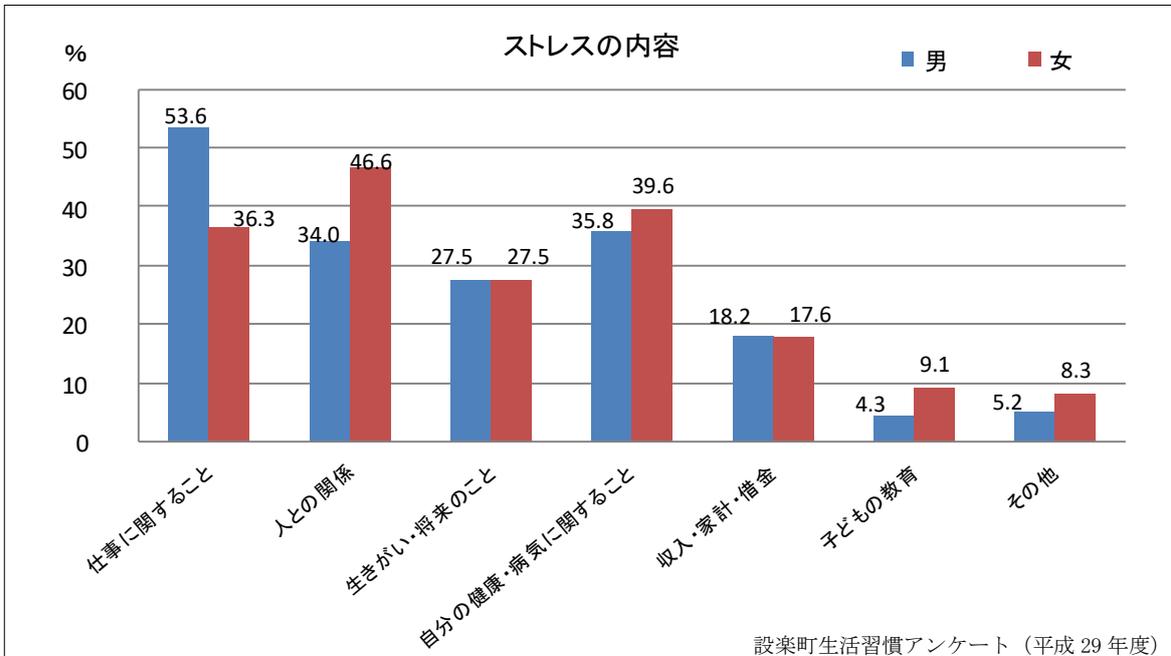


- 子育て中の家庭における同居家族の喫煙者は多く、また、喫煙する人の「周りへの配慮」では、子どものいるところでは吸わないと答える男性の割合は35%にとどまっている。

(12)生活習慣 こころの健康



- ストレスを強く感じる人の割合は、働き世代に多く、その内容は、男性は仕事に関する事、女性は人との関係が多い。



- 価値のない人間だといつも感じる人の割合は、20～40歳代、80歳以上が高い。

2. 第1次計画の評価

第1次計画では、こども・からだ・こころの3つの分野でそれぞれ目指す指標を設定し、最終評価を行いました。評価は、国の評価区分の基準に基づき、ベースライン値（計画策定時の値）、現状値（直近値）、目標値を比較し、達成率を算出し、判定を行いました。

主な目標指標の達成状況は、下記のとおりです。第2次計画において、これらの評価も反映させることとしました。

主な目標指標の達成状況

	目標達成 (A) 策定時より改善 (B)	変化なし (C) 策定時より悪化 (D)
こども部会	<ul style="list-style-type: none"> 朝すっきりと目覚める（小学生・中学生） 朝ごはんを毎日食べている（保育園・中学生） ほぼ決まった時刻に食事を食べる（保育園・中学生） 	<ul style="list-style-type: none"> 朝すっきりと目覚める（保育園） 朝ごはんを毎日食べている（小学生） 食事は家族そろって食べる（保育園・小学生）
からだ部会	<ul style="list-style-type: none"> 1年間で歯科健診を受診した人 肥満者割合（女性 40～60 歳） 運動習慣者割合 いつもバランスを考えて食べている 喫煙者割合 	<ul style="list-style-type: none"> 特定健診受診率 肥満者割合（男性 20～60 歳） 1日平均歩く時間が30分未満の人
こころ部会	<ul style="list-style-type: none"> ストレス解消法を持つ人 いのちの教育を実施する保育園、学校 	<ul style="list-style-type: none"> 睡眠が十分と感じている人 男性の活動参加者

区分	判定基準
A	目標達成【達成率 100%以上】
B	策定時より改善【達成率 10%以上100%未満】
C	変化なし【達成率 -10%以上10%未満】
D	策定時より悪化【達成率 -10%未満】
E	判定ができない

$$\text{達成率 (\%)} = \frac{\text{現状値 (直近値)} - \text{ベースライン値 (策定時)}}{\text{目標値} - \text{ベースライン値 (策定時)}} \times 100$$

第1次計画 3分野の目標指標の評価判定

こども分野

目標：基本的な生活習慣を身につける —早おき・早ね・朝ごはんの推進—

めざす姿	目覚めのよい朝を迎え、元気に1日のスタートを切ることができる						
目標達成の 指標	項目		H19年度 現状	H24年度 結果	H29年度 目標	H29年度 結果	判定
	朝すっきりと目が覚める子の割合	保育年長	—	55%	60%	50%	D
		小学生	18%	19%	25%	35%	A
		中学生	9%	13%	18%	11.9%	B
	6時30分ごろまでに起きる子の割合	保育年長	—	61.3%	66%	66.7%	A
		小学校	—	89.2%	94%	93.2%	B
		中学校	—	82.4%	87%	85.7%	B
	朝ごはんを毎日食べている子の割合	保育園	94.4%	95.2%	100%	96.9%	B
		小学校	100%	99.3%	100%	94.2%	C
		中学校	92%	92.4%	95%	95.2%	A
	ほぼ決まった時刻に食事を食べる子の割合	保育園	74.8%	97%	100%	99.2%	B
		小学生	74%	85.1%	90%	75.2%	C
		中学生	68%	88.2%	93%	93.6%	A

めざす姿	食べることに関心を持ち、食を営む力をつける						
目標達成の 指標	項目		H19年度 現状	H24年度 結果	H29年度 目標	H29年度 結果	判定
	朝ごはんを毎日食べている子の割合	保育園	94.4%	95.2%	100%	96.9%	B
		小学校	100%	99.3%	100%	94.2%	C
		中学校	92%	92.4%	95%	95.2%	A
	* 食事は家族そろって食べる家庭の割合	保育園	74.8%	66.1%	70%	66.2%	C
		小学生	—	75.3%	80%	75.2%	C
		中学生	—	65.7%	70%	66.7%	B

*：平成24年度中間評価において、目標値を変更したため、達成率の計算ではベースラインを平成24年度現状値として計算

めざす姿	地域のつながりの輪が広がる						
目標達成の 指標	項目		H19年度 現状	H24年度 結果	H29年度 目標	H29年度 結果	判定
	朝からいきいきラジオ体操で招待状を出した子の割合		—	35.7%	40%	50.9%	A

からだ分野

目標：メタボ（メタボリックシンドローム）にならない体をつくる

めざす姿	健診を受け、体の変化を客観的に認識し、生活改善ができる						
目標達成の 指標	項目	H19年度 現状	H24年度 結果	H29年度 目標	H29年度 結果	判定	
	基本健診受診率（平成24年度結果は特定健診）		52.3%	50.6%	60%	49.8%	D
	この1年間で歯科健診を受診した人の割合		21.6%	37.4%	38%	33.5%	B
	肥満者割合 （健診受診者）	男性（20～60歳代）	36.5%	29.4%	26%	36.5%	C
		女性（40～60歳代）	27.9%	25.1%	20%	18.8%	A
	特定保健指導実施率		（20年度状況）	26.7%	45%	42.3%	B
メタボリックシンドローム減少率（40～74歳）		20年度状況	20年度から4.2%減	5年間で5%減	20年度から38.5%増		

めざす姿	日常生活の中に運動を取り入れ、無理なく運動を継続できる						
目標達成の 指標	項目	H19年度 現状	H24年度 結果	H29年度 目標	H29年度 結果	判定	
	運動習慣者割合		13.3%	16.7%	20%	14.4%	B
	1日平均歩く時間が30分未満の割合		42.9%	42.7%	37%	43.5%	D

めざす姿	食事バランスに気をつけて食事ができる						
目標達成の 指標	項目	H19年度 現状	H24年度 結果	H29年度 目標	H29年度 結果	判定	
	いつもバランスを考えて食べている人の割合		男性22.3%	20.1%	25%	31.2%	A
			女性45.3%	44.7%	50%	56.2%	A
	食事バランスガイドを活用したことがある人の割合		未把握	13.1%	15%	14.8%	B
食事バランスのパンフレット作成		—	—	作成	作成		

めざす姿	たばこによる健康への被害を知り、喫煙者が減少する						
目標達成 の指標	項目	H19年度 現状	H24年度 結果	H29年度 目標	H29年度 結果	判定	
	喫煙者割合	男性20～60歳代	40.8%	33.6%	30%	30.5%	B
		女性29歳以下	12.1%	9.1%	8%	3%	A
	保育園・学校での防煙教育の実施数		未把握	7か所（全学校）	7か所（継続）	7か所	
たばこの害8疾患全て理解している人の割合		—	18.1%	25%	20%	B	

こころ分野

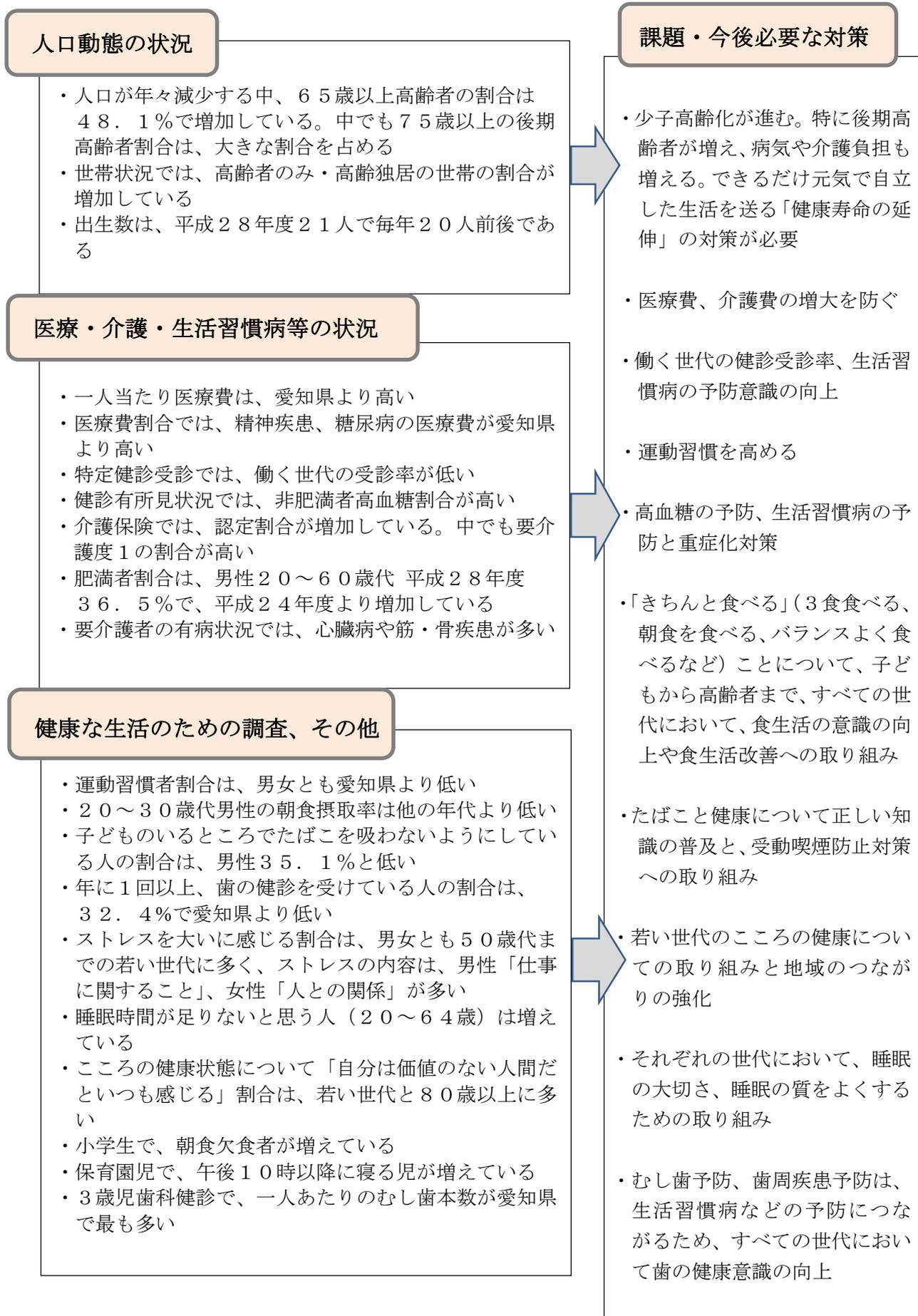
目標：マイペースで生きる～自分の元気のもとを見つけよう～

めざす姿	自らのこころのセルフケアができる。周りの人を理解し助け合える関係を築く。					
目標達成 の指標	項 目	H19年度 現状	H24年度 結果	H29年度 目標	H29年度 結果	判 定
	ストレス解消法を持つ人の割合 *	49.2%	46.1%	47%	51%	A
	睡眠時間が十分と感じている人の割合 *	53.1%	45.3%	46%	43.1%	D
	地区行事に参加する人の割合	未把握	71.3%	80%	68%	D
	困ったときに頼める人が地域内にいると答える人の割合	未把握	42.9%	50%	40.2%	D
	男性の活動参加の割合	34.3%	38.4%	40%	32.9%	D

*：平成24年度中間評価において、目標値を変更したため、達成率の計算ではベースラインを平成24年度現状値として計算

めざす姿	思いやりがあり、いきいきとしている					
目標達成 の指標	項 目	H19年度 現状	H24年度 結果	H29年度 目標	H29年度 結果	判 定
	保健センターと連携して生命（いのち）の教育を実施する 保育園、学校数	保育園1 小学校1 中学校1	保育園1 小学校2 中学校2	増加	保育園1 小学校5 中学校2	

3. 設楽町の現状と課題のまとめ



第3章 計画の基本的な考え方

1. 計画の基本理念

第2次計画を策定するにあたって、推進員いきいきすすめ隊や行政職員と「10年後の将来像」について話し合いました。10年後、町は暮らしやすく活気があり、今のままの健康を維持し、趣味、仕事、子育て、ボランティアなどの地域活動、仲間や地域での交流など楽しんで、元気でいたいという思いが多数あげられました。

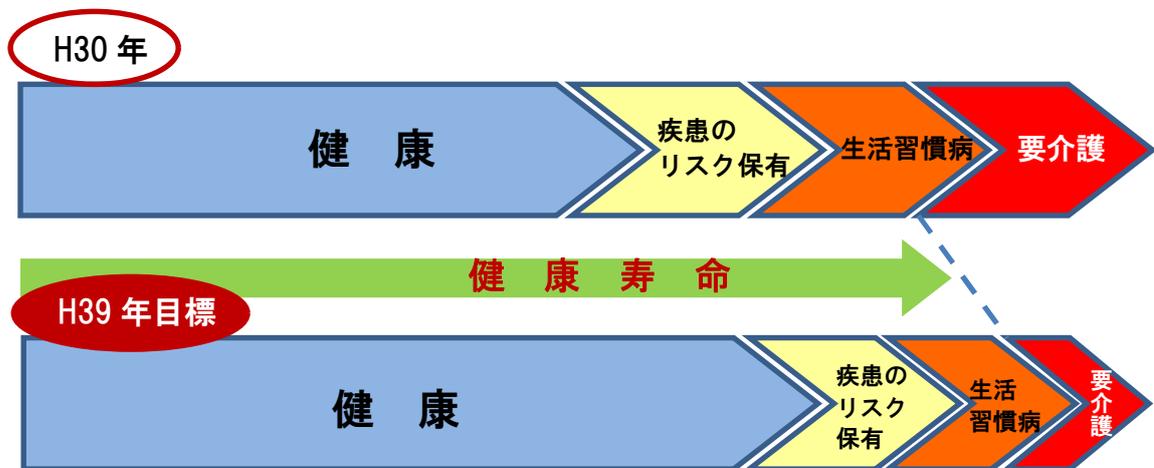
そんな将来像から、「めざままい ずーっと健康 いきいきしたら」を計画の基本理念として、子どもから高齢者までみんなで健康づくりに取り組みます。

めざままい ずーっと健康 いきいきしたら

2. 基本理念の達成に向けた3つの視点

(1) 生涯を通じた健康づくりを推進し、健康寿命を延伸する

- ・特に子どもの頃からの基本的な生活習慣づくりや、働き盛りの世代の健康づくりを推進します。



(2) 健康づくりのネットワークを地域全体に広げ、協働の関係を深める

- ・職場、学校、地域において、健康づくりの連携を広め、協力関係を築き健康づくりを地域全体で支援し、効果的に施策を推進します。

(3) 住民の主体的な健康づくりへの取り組みを支援する

- ・愛知県との協働による「健康マイレージ」事業を実施し、一人ひとりの健康づくりの取り組みを支援します。

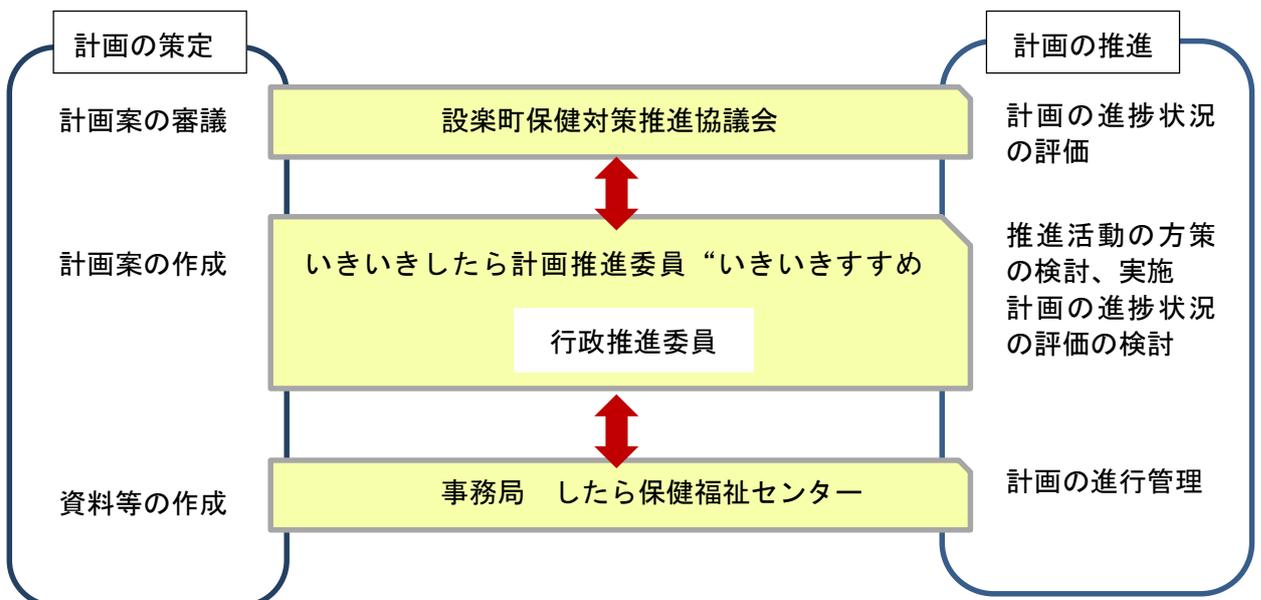
3. 健康づくり3分野の目標

基本理念を実現するために、3つの健康づくり分野の目標を設け、施策を推進します。

こども分野	みんなでやろう 早おき 早ね 朝ごはん 食べたら歯みがき
からだ分野	きちんと食べて 10分運動
こころ分野	声を出そう 声をかけよう 身近なところ 小さな輪から 大きく広がる 心のつながり

4. 計画の策定・評価・推進

こども・からだ・こころの3分野の目標に沿って、目標指標を設定し、具体的な取り組みを計画的に推進していきます。計画の策定や評価、推進については、「設楽町保健対策推進協議会」「いきいきしたら計画推進委員 “いきいきすすめ隊”」と「行政推進委員」において行います。



第4章 推進施策

1. こども分野

【目標】 みんなでやろう「早おき 早ね 朝ごはん、食べたら歯みがき」

現 状

- ・小学生（3年生以上）の朝食欠食者は、平成29年度5.8%で平成24年度より増加している
- ・3歳児健診におけるう蝕（むし歯）保有率は、平成28年度33.3%で、愛知県平成28年度10.2%より高く、県内で最も高い
- ・保育園児では、10時以降に寝る児が平成29年度9.2%で平成24年度より増加している

課 題

- ・健康づくりの基になる基本的な生活習慣「早おき 早ね 朝ごはん」を子どもの頃にしっかりと身につけるため、家庭、子育て支援関係機関、学校、地域が課題を共有し協働した取り組みを行うことが必要
- ・食事や睡眠、むし歯予防について、妊娠中から意識を高めるとともに、子ども自身が必要な健康行動を獲得できるようになるための取り組みが必要

指標と目標値

項 目	現 状 平成29年度	目 標 値	
		平成34年度	平成39年度
朝ごはんを毎日食べている子の割合の増加	保育園96.9% 小学生94.2% 中学生95.2%	100%	100%
3歳児健診時のう蝕（むし歯）のない子の割合の増加	66.7%	85%	95%
午後10時以降に就寝する子の割合の減少	3歳児16.7%	10%	10%
	保育園 9.2%	5%	5%
	小学生34.0%	25%	15%

*小学生：3年生以上

取り組み内容	事業
“朝ごはんを食べる”“家族そろって食事をする”ことの啓発	<ul style="list-style-type: none"> ・「みんなが朝ごはんを食べる」「家族で“いただきます”」を普及
むし歯予防、歯周疾患予防など歯の健康について、ライフステージに沿った取り組みを、関係機関と連携しながら進める	<ul style="list-style-type: none"> ・妊産婦、乳幼児の保護者への健康教育 ・保育園、小中学校の歯科保健事業 ・2歳児フッ化物塗布*の普及
子どもの頃から“食への関心”を高め、健康的な食生活の知識や食行動の力を身につける	<ul style="list-style-type: none"> ・おいしい味探し体験の実施 ・食育推進に係る関係機関と連携しながら、取り組みを検討
良い睡眠習慣と生活リズムの獲得に対し、家庭、地域、関係機関が一体となって取り組みを進める	<ul style="list-style-type: none"> ・講演会やキャンペーンの実施
子どもの自主的な健康づくりの取り組みの支援を行う	<ul style="list-style-type: none"> ・健康マイレージ事業 ・からだいきいきキャンペーン ・健康フェスタの開催

*フッ化物（フッ素）塗布は、歯の表面においてフッ素イオンが細菌の酸産生を抑制し、再石灰化を促進することにより、う蝕（むし歯）の予防と進行阻止をする働きがある

【おいしい味探し体験—みそ作り】



【健康フェスタ（歯のコーナー）】



【健康情報誌 “いきいきだより” 家庭配布用】



2. からだ分野

【目 標】 きちんと食べて 10分運動

現 状

- ・40・50歳代の特定健診受診率が低い
- ・特定健診の有所見状況では、非肥満者の高血糖割合が平成28年度25.9%で愛知県9.8%より高い
- ・糖尿病医療費割合は、平成28年度14.0%で、愛知県11.3%より高い
- ・要介護者の有病状況では、心臓病や筋・骨疾患が多い
- ・年に1回以上、歯の検診を受けている人の割合は、32.4%で愛知県43.1%より低い
- ・男性20～60歳代の肥満者割合は、増加している
- ・運動習慣者（1回30分以上、週2回以上の運動を1年以上継続）割合は、20～64歳では、男性17.8%（愛知県27.4%）、女性11.5%（愛知県23.5%）で、特に30歳代女性が低い
- ・男性20～30歳代の朝食欠食者割合は、他の年代より高い
- ・たばこを吸うとき子どもがいるところでは吸わないようにしている男性の割合は35.1%と低い

課 題

- ・働く世代の健診受診率を高め、生活習慣の改善行動がとれるよう支援する取り組みが必要
- ・糖尿病の発症や重症化予防を重点とした生活習慣改善の対策が必要
- ・歯周病予防、歯の喪失を防ぐため、歯の健康への関心を高め、若い頃から継続して歯科検診を受診し、歯と口の健康づくりに取り組む重要性についての啓発が必要
- ・若い頃からの運動習慣の定着と、高齢者の運動機能低下を予防するため、地域や職場で運動に気軽に取り組める環境が必要
- ・肥満や生活習慣病の予防、高齢者の低栄養を予防するため、個人に応じた健康的な食行動に取り組めることが必要
- ・受動喫煙防止について、学校、職場、家庭、地域で連携し対策を進めることが必要

指標と目標値

指 標	現状値 平成29年度	目標値	
		平成34年度	平成39年度
40歳、50歳代の特定健診受診率の増加 (国保加入者)	40歳代31.0% 50歳代38.2%	50%	60%
年に1回以上、歯の検診を受けている者の増加	32.4%	40%	50%
運動習慣者の割合の増加 (20～64歳)	男性：17.8% 女性：11.5%	男性：20% 女性：17%	男性：27% 女性：23%
65～74歳の要介護認定率の減少	3%	2%	1%
20～30歳代男性の朝食欠食者割合の減少	26%	20%	15%
たばこを吸うとき、子どものいるところでは吸わない者の割合の増加（男女）	36.8%	70%	100%

取り組み内容	事業
働く世代の健診受診や、保健指導の実施が高まるよう、効果的な方法で、また、内容の充実を図りアプローチを強化する	<ul style="list-style-type: none"> ・全国健康保険協会と協定を結び、町のがん検診を周知 ・国保加入者の節目年齢に健診費用補助 ・初回受診者への相談の充実
歯科検診の受診率向上や歯・口腔に関する知識の普及、情報提供を行う	<ul style="list-style-type: none"> ・35歳から70歳の5歳毎 節目年齢を対象に歯周疾患検診受診券を発行 ・健診や住民の集まる場で啓発活動
地域での集まりを利用して、食事や運動など健康づくりについて学ぶ機会を提供する	<ul style="list-style-type: none"> ・「健康づくり出前講座」の実施
<p>日々継続できる運動の普及と、町内各種運動グループの情報提供を行う</p> <p>働く世代の運動習慣への意識を高めるため、職場での取り組みを推進する</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・運動習慣を呼びかける広報無線の活用 ・職場でのモデル事業の実施
健康づくりや生活習慣病予防のための、食生活の実践方法の普及啓発を行う	<ul style="list-style-type: none"> ・「きちんと食べよう」～まずは朝食に野菜の具だくさんみそ汁から～の普及啓発
糖尿病発症や重症化予防のため、様々な場での啓発や、地域・関連機関と連携した取り組みを推進する	<ul style="list-style-type: none"> ・商店、公共施設などで「健康情報ステーション」の設置
受動喫煙の防止について、家庭や職場、地域で人が集まる場での対策を進める	<ul style="list-style-type: none"> ・禁煙、受動喫煙防止の標語募集と啓発活動
自主的な健康づくりの取り組み支援を行う	<ul style="list-style-type: none"> ・健康マイレージ事業 ・健康フェスタの開催

【地域に出向いて行う健康講座】



【禁煙・受動喫煙防止の標語】

優秀賞

そのけむり
たいせつなひとが
すぐそばに

【健康フェスタ】



3. こころ分野

【目 標】 声を出そう 声をかけよう
身近なところ 小さな輪から 大きく広がる 心のつながり

現 状

- ・ 少子高齢化が進み、高齢世帯が増加している
- ・ 医療費割合では、精神疾患の医療費が愛知県より高い
- ・ 生活習慣アンケートより、ストレスを大いに感じる人は、20～50歳代までの若い世代に多い。ストレスの内容は、男性は「仕事」に関する事、女性は「人との関係」が多い
- ・ 生活習慣アンケートより、睡眠時間が足りないと思う人の割合は増加しており、男性30歳代、女性40～50歳代に多い
- ・ 生活習慣アンケートより、自分は価値のない人間だといつも感じる人の割合は、20～40歳代と80歳以上に多い

課 題

- ・ こころの健康について、特に若い世代に関心を高め、個人の対処力の向上と、職場や地域での対策を進めることが必要
- ・ 個人にとって十分な睡眠が確保された生活が送れるように、睡眠と健康に対する理解と質の良い睡眠行動につながる取り組みが必要
- ・ 一人ひとりが主体的に社会参加しながら、地域の見守りや、助け合える関係を築き、地域のつながりを強化することが必要

指標と目標値

項 目	現 状 平成29年度	目標値	
		平成34年度	平成39年度
睡眠による休養を十分に取れていない者の割合の減少	県：23.9% * 県比較するため中間評価で把握する	* 中間年度に現状把握し 目標値を設定	
睡眠時間が足りないと思う者の割合の減少	男性30歳代21.7% 女性40歳代21.1% 50歳代21.4%	17%	上記の項目に変更する
日頃、ストレスを強く感じている者の割合の減少（20～50歳代）	33.3%	30%	28%
ストレス解消法を持つ者の割合の増加（20～64歳）	51%	60%	70%
ボランティア活動に参加している者の割合の増加	16.8%	22%	30%
自分は価値のない人間だといつも感じる者の割合の減少	30歳代：7.4% 70歳以上：4.5%	30歳代：5% 70歳以上：3%	30歳代：3% 70歳以上：2%

取り組み内容	事業
「子どもの生きる力・こころの健康」について、学校と連携する	・学校や教育委員会と今後検討
心配なこと、困っていることについて、相談しやすい仕組みを作る	・生活の困りごとやこころに関する相談場所の周知 ・相談しやすい仕組みについて考える
若い世代へのこころの健康に対する取り組みを商工会など職場や地域と連携してすすめる	・キャンペーンの実施
こころの健康への関心を高めるための普及啓発を行う	・こころに関する言葉の普及、こころの健康普及月間
十分な睡眠の確保、質の良い睡眠がとれるよう、睡眠について正しい知識の普及啓発を行う	・講演会の実施
子どもから高齢者まで、さまざまな活動をとおして、地区および世代間での交流を深める	・昔の遊び、物作りの伝承 ・交流の場づくり
自主的な健康づくりの取り組みの支援を行う	・健康マイレージ事業 ・健康フェスタの開催

【こころに関する標語】

最優秀賞（中学生の部）
「ありがとう」
くれたあなたに
「ありがとう」

最優秀賞（一般の部）
忘れるな
あなたを愛する人がいる

【交流の場づくり】



【分野別指標一覧】

分野	指標	現状 (H29)	平成 34 年度	平成 39 年度	備考	
こども分野	朝ごはんを毎日食べている子の割合の増加	保育園 96.9%	100%	100%	保育園・小学 3 年生以上・中学生対象「健康な生活のための調査」	
		小学校 94.2%				
		中学校 95.2%				
からだ分野	3 歳児健診時のむし歯のない子の増加	66.7%	85%	95%	3 歳児健診における歯科健診結果	
	午後 10 時以降に就寝する子の割合の減少	3 歳児 16.7%	10%	10%	保育園・小学 3 年生以上・中学生対象「健康な生活のための調査」	
		保育園 9.2%	5%	5%		
	40 歳、50 歳代の特定健診受診率の増加 (国保加入者)	小学生 34.0%	25%	15%	60%	国保データベースシステム KDB
		40 歳代 31.0%	50%	60%		
	年に 1 回以上、歯の健診を受けている者の増加	50 歳代 38.2%	40%	50%	設楽町生活習慣アンケート調査	
運動習慣者の割合の増加 (20 歳から 64 歳)	32.4%	男性：20%	男性：27%	設楽町生活習慣アンケート調査		
65~74 歳の要介護認定率の減少	女性：11.5%	女性：17%	女性：23%	設楽町生活習慣アンケート調査		
にころ分野	20~30 歳代男性の朝食欠食者割合の減少	3%	2%	1%	国保データベースシステム KDB (要介護者認定状況)	
	たばこを吸うとき、子どものいるところでは吸わない者の割合の増加	26%	20%	15%	設楽町生活習慣アンケート調査	
	睡眠による栄養を十分に取れていない者の割合の減少	36.8%	70%	100%	設楽町生活習慣アンケート調査	
	睡眠時間が足りないと思う者の割合の減少	県：23.9% *県比較するため中間評価で把握し、目標値を設定する			設楽町生活習慣アンケート調査	
にころ分野	日頃、ストレスを強く感じている 20~50 歳代の者の割合の減少	男性 30 歳代 21.7%	17%	上記の項目に変更する	設楽町生活習慣アンケート調査 中間年度で評価し、その後は上記項目に指標を変更する	
		女性 40 歳代 21.1%				
		50 歳代 21.4%				
	日頃、ストレスを強く感じている 20~50 歳代の者の割合の減少	33.3%	30%	28%	設楽町生活習慣アンケート調査	
	ストレス解消法を持つ人の割合の増加 (20~64 歳)	51%	60%	70%	設楽町生活習慣アンケート調査	
ボランティア活動に参加している者の割合の増加	16.8%	22%	30%	設楽町生活習慣アンケート調査		
自分は価値のない人間だといつも感じる人の割合の減少	30 歳代：7.4%	30 歳代：5%	30 歳代：3%	設楽町生活習慣アンケート調査		
	70 歳以上：4.5%	70 歳以上：3%	70 歳以上：2%	設楽町生活習慣アンケート調査		

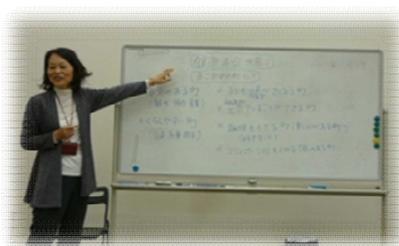


参考資料

1	策定の経緯・・・・・・・・・・・・・・・・	26
2	設楽町生活習慣アンケート結果・・・・・・・・	27
3	小学生・中学生 健康な生活のための調査結果・・	64
4	保育園 健康な生活のための調査結果・・・・・・・・	69
5	アンケート用紙・・・・・・・・・・・・・・・・	72

策定の経緯

- いきいきしたら計画推進委員 “いきいきすすめ隊”・行政部会委員によるワーキング

日 時	内 容
平成 29 年 5 月 16 日 (火)	<ul style="list-style-type: none"> ・いきいきしたら計画第 2 次計画策定に向けて 講話「健康増進計画 健康日本 21 を進める意義と市町村の役割」 新城保健所長 古川 大祐氏
平成 29 年 9 月 11 日 (月)	<ul style="list-style-type: none"> ・いきいきしたら計画第 1 次計画の評価について 10 年間の推進活動を振り返り、目標達成の状況と今後の課題についての話し合い
平成 29 年 10 月 5 日 (木)	<ul style="list-style-type: none"> ・設楽町の 10 年後のめざす姿について 策定支援：愛知医科大学看護学部 教授 坂本 真理子氏 <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p>こども部会</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>こころ部会</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>からだ部会</p> </div> </div>
からだ部会 平成 29 年 11 月 15 日 (水) こころ部会 平成 29 年 11 月 28 日 (火) こども部会 平成 29 年 11 月 29 日 (水)	<ul style="list-style-type: none"> ・3 分野の目標と取り組みについて
平成 29 年 12 月 14 日 (木)	<ul style="list-style-type: none"> ・3 分野の推進施策について 策定支援：愛知医科大学看護学部 教授 坂本 真理子氏
平成 30 年 3 月 8 日 (木)	<ul style="list-style-type: none"> ・第 2 次計画 推進活動について

- 設楽町保健対策推進協議会

平成 30 年 1 月 30 日 (火) ・いきいきしたら計画第 2 次計画素案について

設楽町生活習慣アンケート結果

1. 調査の設定

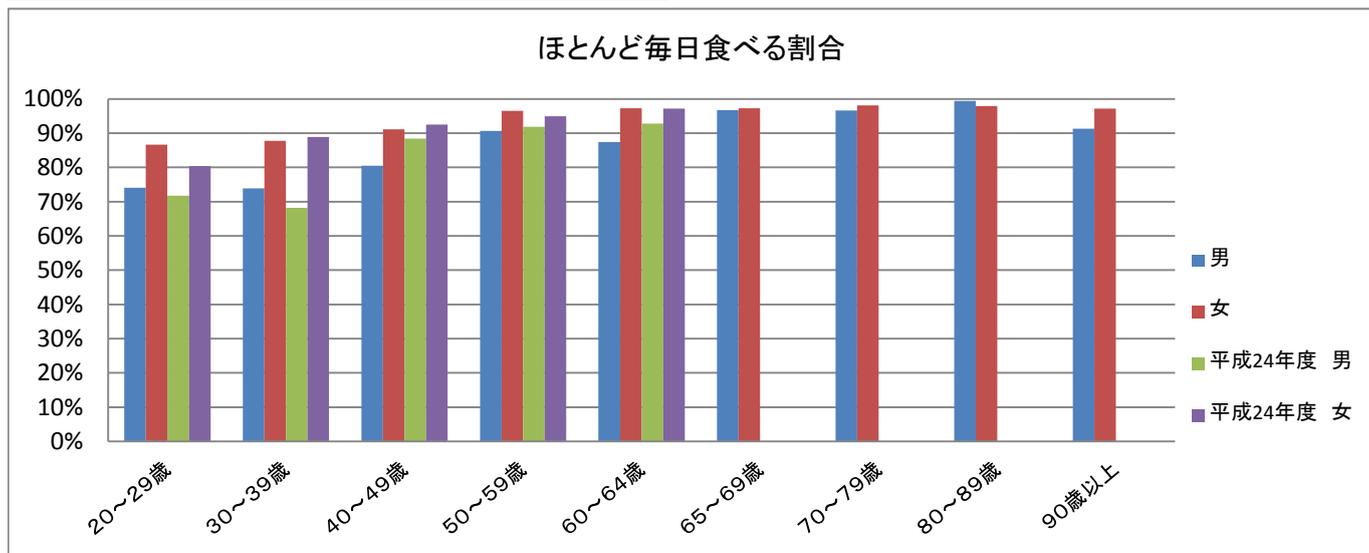
- (1) 調査地域 設楽町全域
 (2) 調査対象 町内在住の20歳以上の男女
 (3) 調査方法 郵送配布・郵送回収
 (4) 調査時期 平成29年6月11日～6月30日

2. 回収結果

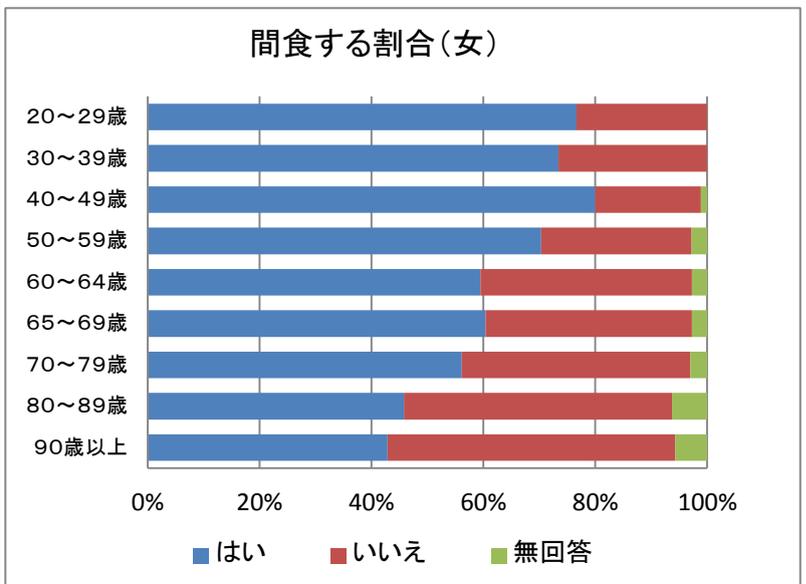
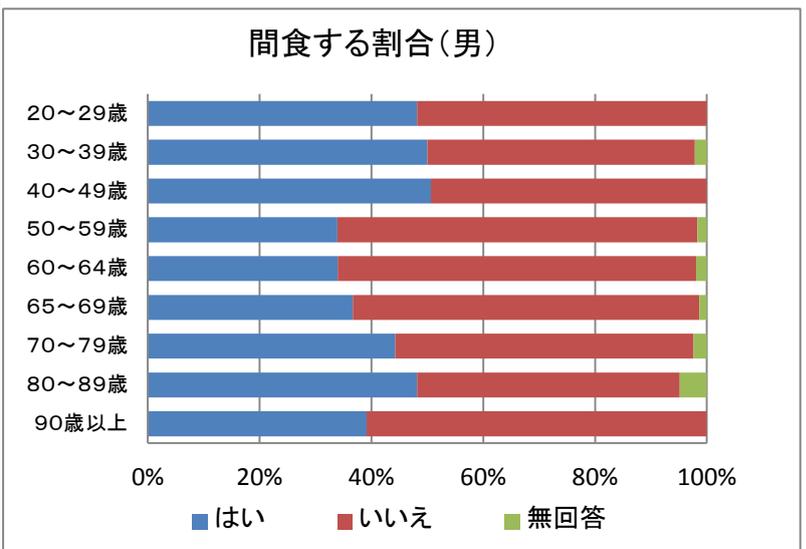
- (1) 配布人数 3,967人
 (2) 回収率 51.2%
 (3) 有効回答数 2,032人

	年代	回答者数	対象者数	回収率
全体	～29歳未満	57	271	21.0%
	30～39歳未満	95	331	28.7%
	40～49歳未満	167	417	40.0%
	50～59歳未満	263	575	45.7%
	60～64歳未満	214	383	55.9%
	65～69歳未満	299	545	54.9%
	70～79歳未満	475	731	65.0%
	80～89歳未満	404	617	65.5%
	90歳以上	58	97	59.8%
	合計	2,032	3,967	51.2%
男性	～29歳未満	27	142	19.0%
	30～39歳未満	46	191	24.1%
	40～49歳未満	77	216	35.6%
	50～59歳未満	118	294	40.1%
	60～64歳未満	103	204	50.5%
	65～69歳未満	150	289	51.9%
	70～79歳未満	208	337	61.7%
	80～89歳未満	164	257	63.8%
	90歳以上	23	29	79.3%
	合計	916	1,959	46.8%
女性	～29歳未満	30	129	23.3%
	30～39歳未満	49	140	35.0%
	40～49歳未満	90	201	44.8%
	50～59歳未満	145	281	51.6%
	60～64歳未満	111	179	62.0%
	65～69歳未満	149	256	58.2%
	70～79歳未満	267	394	67.8%
	80～89歳未満	240	360	66.7%
	90歳以上	35	68	51.5%
	合計	1116	2,008	55.6%

上段:実績 下段:横%		問1. あなたは、朝食を食べますか				
		合計	ほとんど毎日 食べる	週4~5 日食べる	週2~3 日食べる	ほとんど食べ ない
全体		2032 100.0%	1918 94.4%	41 2.0%	31 1.5%	42 2.1%
性	男	916 100.0%	843 92.0%	25 2.7%	18 2.0%	30 3.3%
	20~29歳	27 100.0%	20 74.1%	4 14.8%	2 7.4%	1 3.7%
	30~39歳	46 100.0%	34 73.9%	2 4.3%	6 13.0%	4 8.7%
	40~49歳	77 100.0%	62 80.5%	6 7.8%	4 5.2%	5 6.5%
	50~59歳	118 100.0%	107 90.7%	4 3.4%	2 1.7%	5 4.2%
	60~64歳	103 100.0%	90 87.4%	4 3.9%	2 1.9%	7 6.8%
	65~69歳	150 100.0%	145 96.7%	1 0.7%	1 0.7%	3 2.0%
	70~79歳	208 100.0%	201 96.6%	4 1.9%	0 0.0%	3 1.4%
	80~89歳	164 100.0%	163 99.4%	0 0.0%	1 0.6%	0 0.0%
	90歳以上	23 100.0%	21 91.3%	0 0.0%	0 0.0%	2 8.7%
	別	女	1116 100.0%	1075 96.3%	16 1.4%	13 1.2%
20~29歳		30 100.0%	26 86.7%	2 6.7%	1 3.3%	1 3.3%
30~39歳		49 100.0%	43 87.8%	2 4.1%	3 6.1%	1 2.0%
40~49歳		90 100.0%	82 91.1%	3 3.3%	2 2.2%	3 3.3%
50~59歳		145 100.0%	140 96.6%	1 0.7%	2 1.4%	2 1.4%
60~64歳		111 100.0%	108 97.3%	0 0.0%	1 0.9%	2 1.8%
65~69歳		149 100.0%	145 97.3%	1 0.7%	1 0.7%	2 1.3%
70~79歳		267 100.0%	262 98.1%	3 1.1%	1 0.4%	1 0.4%
80~89歳		240 100.0%	235 97.9%	3 1.3%	2 0.8%	0 0.0%
90歳以上		35 100.0%	34 97.1%	1 2.9%	0 0.0%	0 0.0%

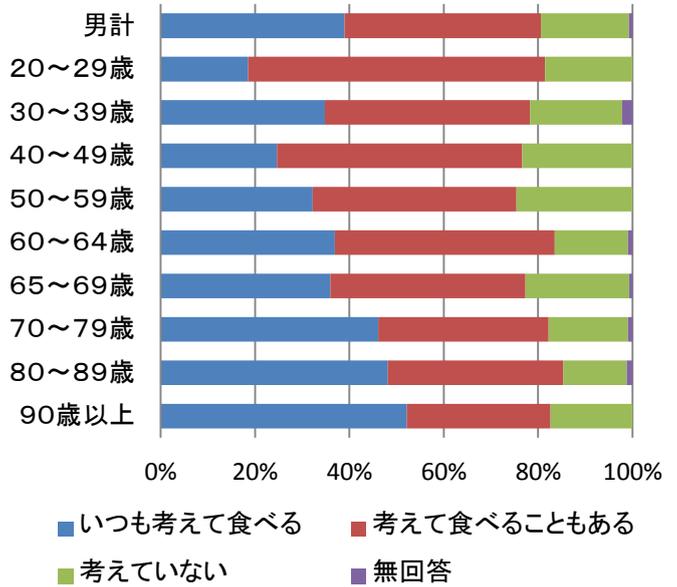


		問2. あなたは、間食をしますか			
上段:実績 下段:横%		合計	はい	いいえ	無回答
全体		2032 100.0%	1049 51.6%	926 45.6%	57 2.8%
性	男	916 100.0%	385 42.0%	511 55.8%	20 2.2%
	20~29歳	27 100.0%	13 48.1%	14 51.9%	0 0.0%
	30~39歳	46 100.0%	23 50.0%	22 47.8%	1 2.2%
	40~49歳	77 100.0%	39 50.6%	38 49.4%	0 0.0%
	50~59歳	118 100.0%	40 33.9%	76 64.4%	2 1.7%
	60~64歳	103 100.0%	35 34.0%	66 64.1%	2 1.9%
	65~69歳	150 100.0%	55 36.7%	93 62.0%	2 1.3%
	70~79歳	208 100.0%	92 44.2%	111 53.4%	5 2.4%
	80~89歳	164 100.0%	79 48.2%	77 47.0%	8 4.9%
	90歳以上	23 100.0%	9 39.1%	14 60.9%	0 0.0%
	別	女	1116 100.0%	664 59.5%	415 37.2%
20~29歳		30 100.0%	23 76.7%	7 23.3%	0 0.0%
30~39歳		49 100.0%	36 73.5%	13 26.5%	0 0.0%
40~49歳		90 100.0%	72 80.0%	17 18.9%	1 1.1%
50~59歳		145 100.0%	102 70.3%	39 26.9%	4 2.8%
60~64歳		111 100.0%	66 59.5%	42 37.8%	3 2.7%
65~69歳		149 100.0%	90 60.4%	55 36.9%	4 2.7%
70~79歳		267 100.0%	150 56.2%	109 40.8%	8 3.0%
80~89歳		240 100.0%	110 45.8%	115 47.9%	15 6.3%
90歳以上		35 100.0%	15 42.9%	18 51.4%	2 5.7%

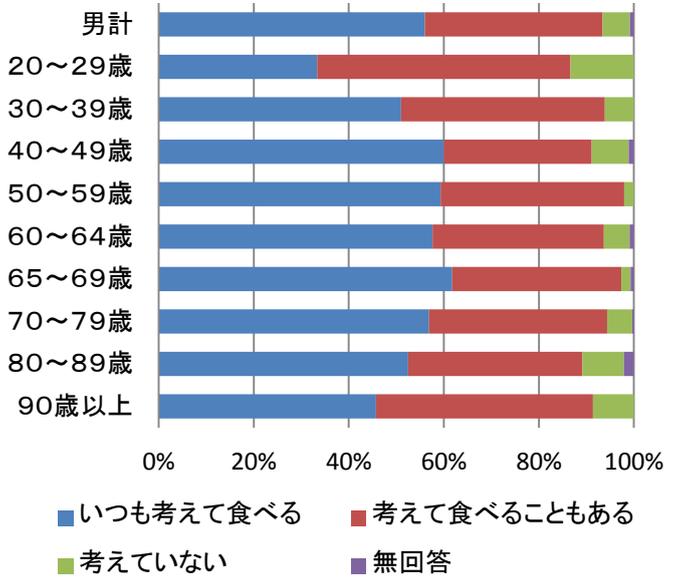


上段:実績 下段:横%		問3. あなたは、ごはんやパン(主食)とおかず(主菜・副菜)のバランスを考えて食事をしていますか				
		合計	いつも考えて食べる	考えて食べることもある	考えていない	無回答
全体		2032 100.0%	982 48.3%	799 39.3%	235 11.6%	16 0.8%
性	男	916 100.0%	357 39.0%	381 41.6%	171 18.7%	7 0.8%
	20~29歳	27 100.0%	5 18.5%	17 63.0%	5 18.5%	0 0.0%
	30~39歳	46 100.0%	16 34.8%	20 43.5%	9 19.6%	1 2.2%
	40~49歳	77 100.0%	19 24.7%	40 51.9%	18 23.4%	0 0.0%
	50~59歳	118 100.0%	38 32.2%	51 43.2%	29 24.6%	0 0.0%
	60~64歳	103 100.0%	38 36.9%	48 46.6%	16 15.5%	1 1.0%
	65~69歳	150 100.0%	54 36.0%	62 41.3%	33 22.0%	1 0.7%
	70~79歳	208 100.0%	96 46.2%	75 36.1%	35 16.8%	2 1.0%
	80~89歳	164 100.0%	79 48.2%	61 37.2%	22 13.4%	2 1.2%
	90歳以上	23 100.0%	12 52.2%	7 30.4%	4 17.4%	0 0.0%
	別	女	1116 100.0%	625 56.0%	418 37.5%	64 5.7%
20~29歳		30 100.0%	10 33.3%	16 53.3%	4 13.3%	0 0.0%
30~39歳		49 100.0%	25 51.0%	21 42.9%	3 6.1%	0 0.0%
40~49歳		90 100.0%	54 60.0%	28 31.1%	7 7.8%	1 1.1%
50~59歳		145 100.0%	86 59.3%	56 38.6%	3 2.1%	0 0.0%
60~64歳		111 100.0%	64 57.7%	40 36.0%	6 5.4%	1 0.9%
65~69歳		149 100.0%	92 61.7%	53 35.6%	3 2.0%	1 0.7%
70~79歳		267 100.0%	152 56.9%	100 37.5%	14 5.2%	1 0.4%
80~89歳		240 100.0%	126 52.5%	88 36.7%	21 8.8%	5 2.1%
90歳以上		35 100.0%	16 45.7%	16 45.7%	3 8.6%	0 0.0%

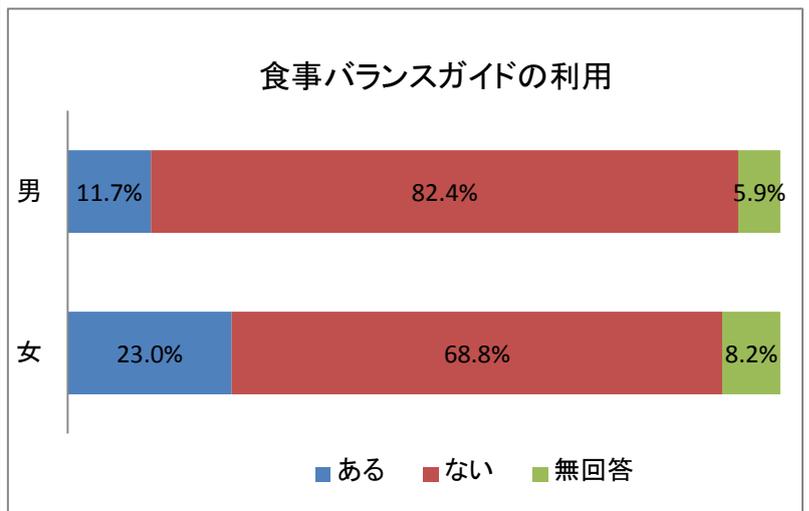
バランスを考えて食べる割合(男)



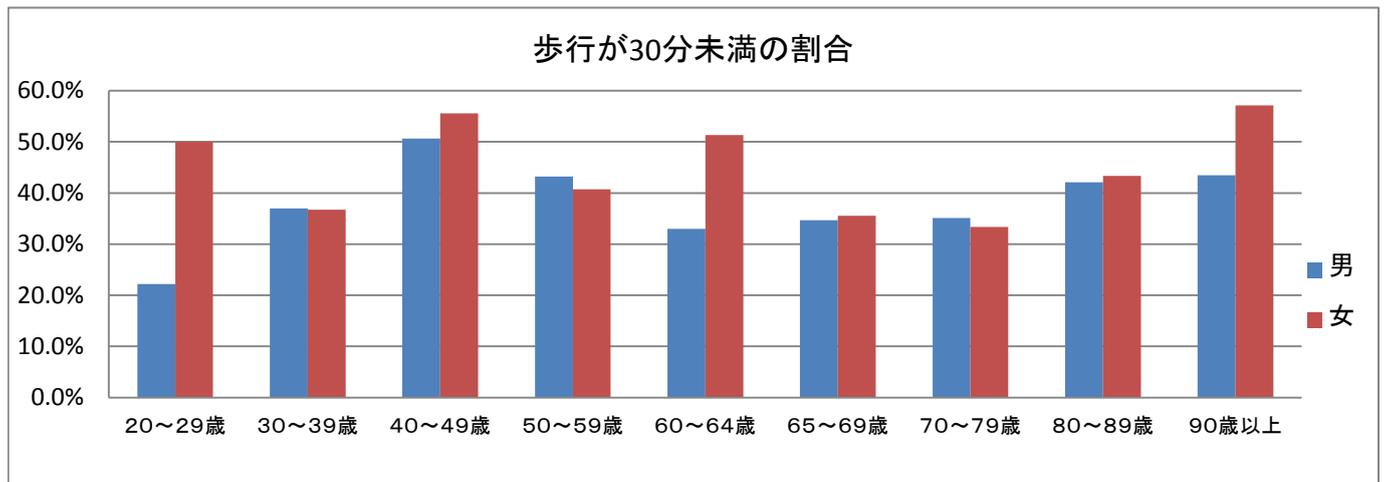
バランスを考えて食べる割合(女)



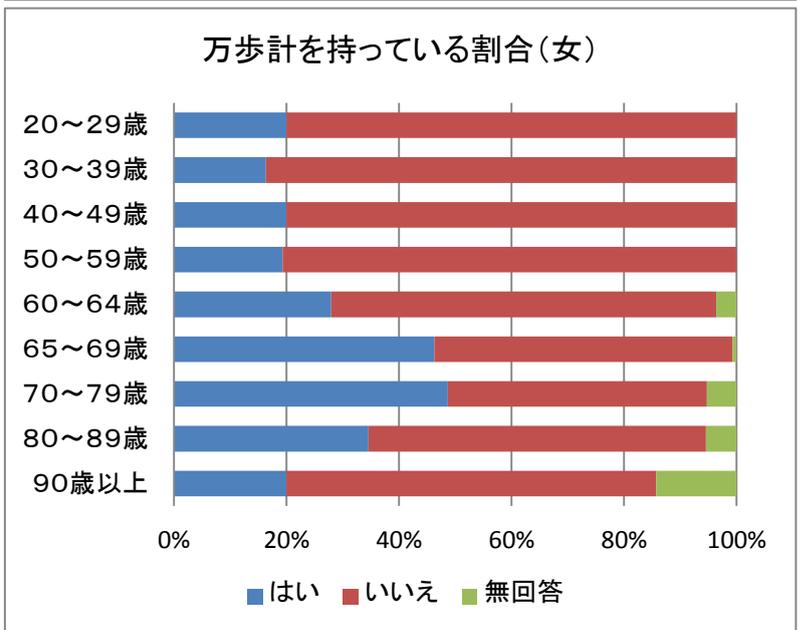
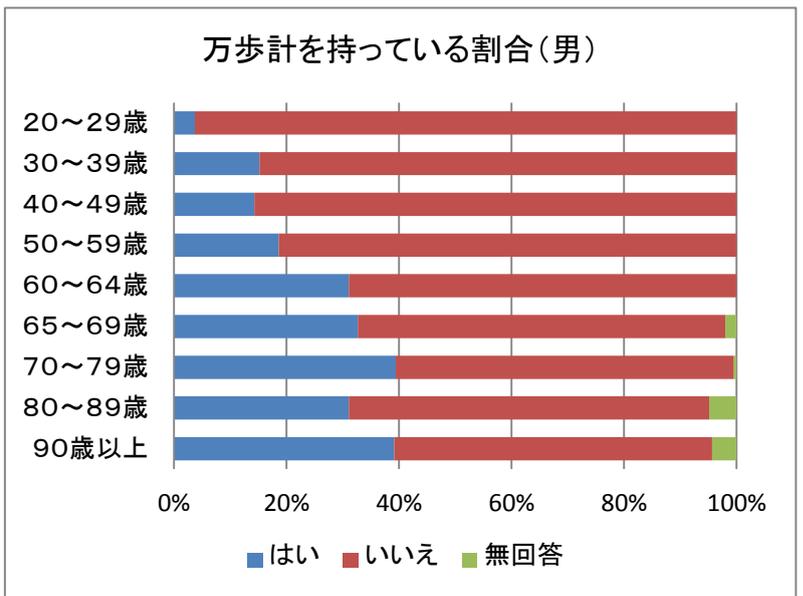
		問4. あなたは、食事バランスガイドを利用したことがありますか				
上段:実績 下段:横%		合計	はい	いいえ	無回答	
全体		2032 100.0%	364 17.9%	1523 75.0%	145 7.1%	
性	男	916 100.0%	107 11.7%	755 82.4%	54 5.9%	
	20~29歳	27 100.0%	0 0.0%	27 100.0%	0 0.0%	
	30~39歳	46 100.0%	3 6.5%	43 93.5%	0 0.0%	
	40~49歳	77 100.0%	5 6.5%	72 93.5%	0 0.0%	
	50~59歳	118 100.0%	7 5.9%	109 92.4%	2 1.7%	
	60~64歳	103 100.0%	10 9.7%	91 88.3%	2 1.9%	
	65~69歳	150 100.0%	13 8.7%	132 88.0%	5 3.3%	
	70~79歳	208 100.0%	33 15.9%	164 78.8%	11 5.3%	
	80~89歳	164 100.0%	30 18.3%	106 64.6%	28 17.1%	
	90歳以上	23 100.0%	6 26.1%	11 47.8%	6 26.1%	
	別	女	1116 100.0%	257 23.0%	768 68.8%	91 8.2%
		20~29歳	30 100.0%	9 30.0%	21 70.0%	0 0.0%
30~39歳		49 100.0%	9 18.4%	39 79.6%	1 2.0%	
40~49歳		90 100.0%	25 27.8%	65 72.2%	0 0.0%	
50~59歳		145 100.0%	24 16.6%	120 82.8%	1 0.7%	
60~64歳		111 100.0%	26 23.4%	82 73.9%	3 2.7%	
65~69歳		149 100.0%	27 18.1%	111 74.5%	11 7.4%	
70~79歳		267 100.0%	74 27.7%	167 62.5%	26 9.7%	
80~89歳		240 100.0%	56 23.3%	144 60.0%	40 16.7%	
90歳以上		35 100.0%	7 20.0%	19 54.3%	9 25.7%	



上段:実績 下段:横%		問5. あなたは、1日平均どれくらい歩きますか					無回答
		合計	30分未満	30分以上 60分未満	60分以上 90分未満	90分以上	
全体		2032 100.0%	816 40.2%	637 31.3%	225 11.1%	277 13.6%	77 3.8%
性	男	916 100.0%	351 38.3%	283 30.9%	117 12.8%	142 15.5%	23 2.5%
	20~29歳	27 100.0%	6 22.2%	11 40.7%	5 18.5%	5 18.5%	0 0.0%
	30~39歳	46 100.0%	17 37.0%	16 34.8%	4 8.7%	8 17.4%	1 2.2%
	40~49歳	77 100.0%	39 50.6%	17 22.1%	6 7.8%	15 19.5%	0 0.0%
	50~59歳	118 100.0%	51 43.2%	27 22.9%	13 11.0%	26 22.0%	1 0.8%
	60~64歳	103 100.0%	34 33.0%	38 36.9%	13 12.6%	18 17.5%	0 0.0%
	65~69歳	150 100.0%	52 34.7%	54 36.0%	22 14.7%	18 12.0%	4 2.7%
	70~79歳	208 100.0%	73 35.1%	70 33.7%	29 13.9%	30 14.4%	6 2.9%
	80~89歳	164 100.0%	69 42.1%	43 26.2%	22 13.4%	20 12.2%	10 6.1%
	90歳以上	23 100.0%	10 43.5%	7 30.4%	3 13.0%	2 8.7%	1 4.3%
	別	女	1116 100.0%	465 41.7%	354 31.7%	108 9.7%	135 12.1%
20~29歳		30 100.0%	15 50.0%	13 43.3%	1 3.3%	1 3.3%	0 0.0%
30~39歳		49 100.0%	18 36.7%	21 42.9%	3 6.1%	7 14.3%	0 0.0%
40~49歳		90 100.0%	50 55.6%	20 22.2%	12 13.3%	7 7.8%	1 1.1%
50~59歳		145 100.0%	59 40.7%	46 31.7%	9 6.2%	25 17.2%	6 4.1%
60~64歳		111 100.0%	57 51.4%	31 27.9%	10 9.0%	10 9.0%	3 2.7%
65~69歳		149 100.0%	53 35.6%	57 38.3%	14 9.4%	19 12.8%	6 4.0%
70~79歳		267 100.0%	89 33.3%	82 30.7%	39 14.6%	41 15.4%	16 6.0%
80~89歳		240 100.0%	104 43.3%	76 31.7%	18 7.5%	24 10.0%	18 7.5%
90歳以上		35 100.0%	20 57.1%	8 22.9%	2 5.7%	1 2.9%	4 11.4%

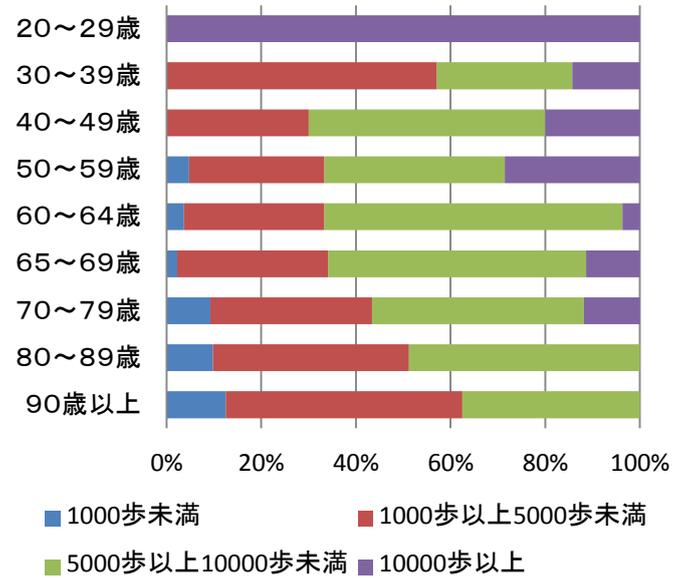


上段:実績 下段:横%		問6. あなたは、万歩計 (歩数計)を持っていますか				
		合計	はい	いいえ	無回答	
全体		2032 100.0%	644 31.7%	1338 65.8%	50 2.5%	
性	男	916 100.0%	264 28.8%	639 69.8%	13 1.4%	
	20～29歳	27 100.0%	1 3.7%	26 96.3%	0 0.0%	
	30～39歳	46 100.0%	7 15.2%	39 84.8%	0 0.0%	
	40～49歳	77 100.0%	11 14.3%	66 85.7%	0 0.0%	
	50～59歳	118 100.0%	22 18.6%	96 81.4%	0 0.0%	
	60～64歳	103 100.0%	32 31.1%	71 68.9%	0 0.0%	
	65～69歳	150 100.0%	49 32.7%	98 65.3%	3 2.0%	
	70～79歳	208 100.0%	82 39.4%	125 60.1%	1 0.5%	
	80～89歳	164 100.0%	51 31.1%	105 64.0%	8 4.9%	
	90歳以上	23 100.0%	9 39.1%	13 56.5%	1 4.3%	
	別	女	1116 100.0%	380 34.1%	699 62.6%	37 3.3%
		20～29歳	30 100.0%	6 20.0%	24 80.0%	0 0.0%
		30～39歳	49 100.0%	8 16.3%	41 83.7%	0 0.0%
40～49歳		90 100.0%	18 20.0%	72 80.0%	0 0.0%	
50～59歳		145 100.0%	28 19.3%	117 80.7%	0 0.0%	
60～64歳		111 100.0%	31 27.9%	76 68.5%	4 3.6%	
65～69歳		149 100.0%	69 46.3%	79 53.0%	1 0.7%	
70～79歳		267 100.0%	130 48.7%	123 46.1%	14 5.2%	
80～89歳		240 100.0%	83 34.6%	144 60.0%	13 5.4%	
90歳以上		35 100.0%	7 20.0%	23 65.7%	5 14.3%	

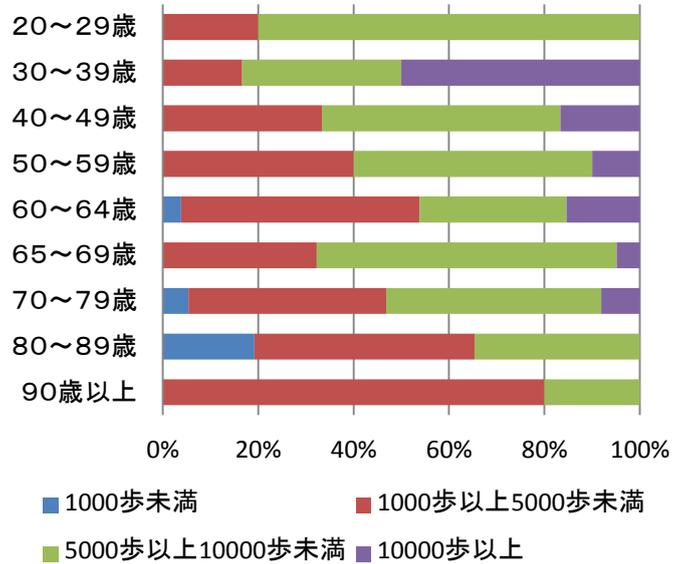


		問6-1. 1日平均何歩くらい歩きますか				
上段:実績 下段:横%		合計	1000歩 未満	1000歩 ～ 4999歩	5000歩 ～ 9999歩	10000 歩以上
全体		534 100.0%	32 6.0%	203 38.0%	251 47.0%	48 9.0%
性	男	235 100.0%	15 6.4%	82 34.9%	113 48.1%	25 10.6%
	20～29歳	1 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 100.0%
	30～39歳	7 100.0%	0 0.0%	4 57.1%	2 28.6%	1 14.3%
	40～49歳	10 100.0%	0 0.0%	3 30.0%	5 50.0%	2 20.0%
	50～59歳	21 100.0%	1 4.8%	6 28.6%	8 38.1%	6 28.6%
	60～64歳	27 100.0%	1 3.7%	8 29.6%	17 63.0%	1 3.7%
	65～69歳	44 100.0%	1 2.3%	14 31.8%	24 54.5%	5 11.4%
	70～79歳	76 100.0%	7 9.2%	26 34.2%	34 44.7%	9 11.8%
	80～89歳	41 100.0%	4 9.8%	17 41.5%	20 48.8%	0 0.0%
	90歳以上	8 100.0%	1 12.5%	4 50.0%	3 37.5%	0 0.0%
別	女	299 100.0%	17 5.7%	121 40.5%	138 46.2%	23 7.7%
	20～29歳	5 100.0%	0 0.0%	1 20.0%	4 80.0%	0 0.0%
	30～39歳	6 100.0%	0 0.0%	1 16.7%	2 33.3%	3 50.0%
	40～49歳	12 100.0%	0 0.0%	4 33.3%	6 50.0%	2 16.7%
	50～59歳	20 100.0%	0 0.0%	8 40.0%	10 50.0%	2 10.0%
	60～64歳	26 100.0%	1 3.8%	13 50.0%	8 30.8%	4 15.4%
	65～69歳	62 100.0%	0 0.0%	20 32.3%	39 62.9%	3 4.8%
	70～79歳	111 100.0%	6 5.4%	46 41.4%	50 45.0%	9 8.1%
	80～89歳	52 100.0%	10 19.2%	24 46.2%	18 34.6%	0 0.0%
	90歳以上	5 100.0%	0 0.0%	4 80.0%	1 20.0%	0 0.0%

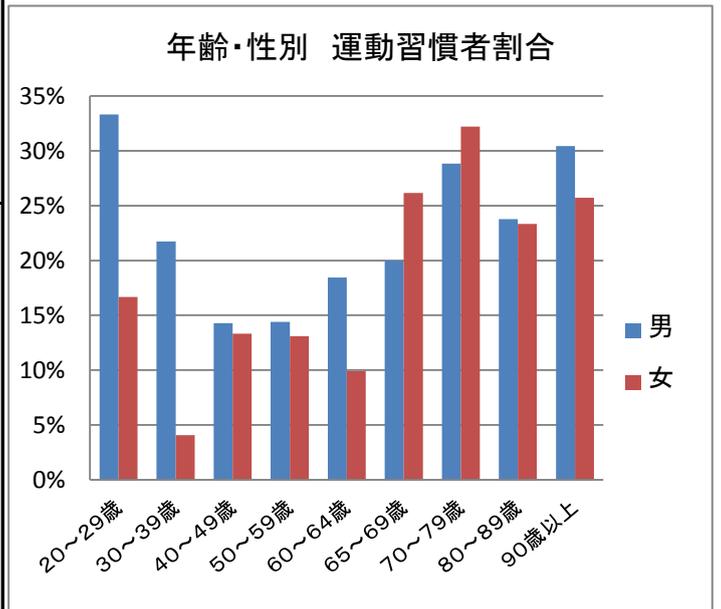
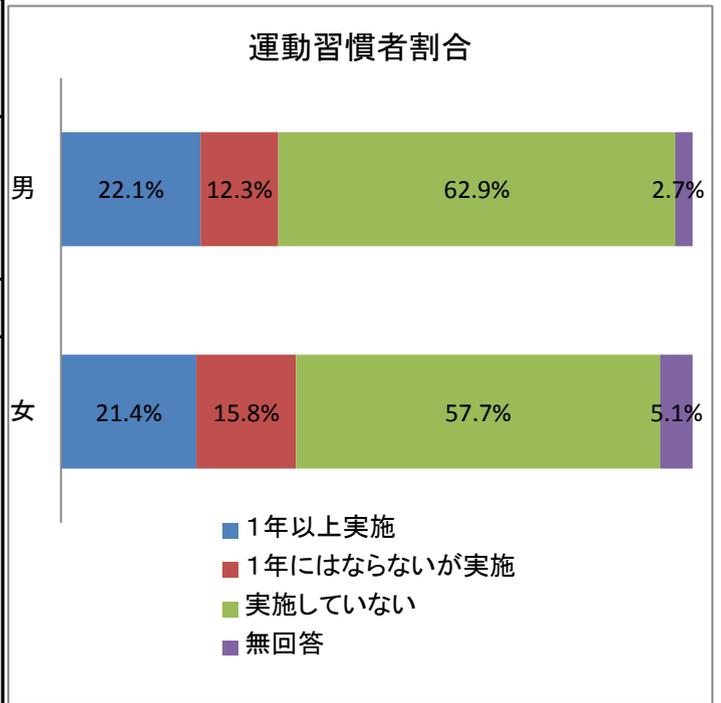
万歩計所持者の平均歩数(男)



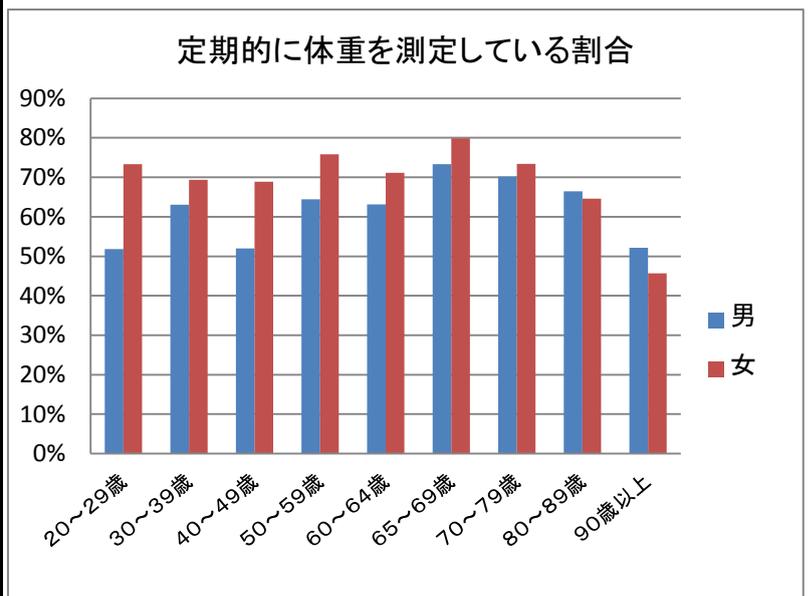
万歩計所持者の平均歩数(女)



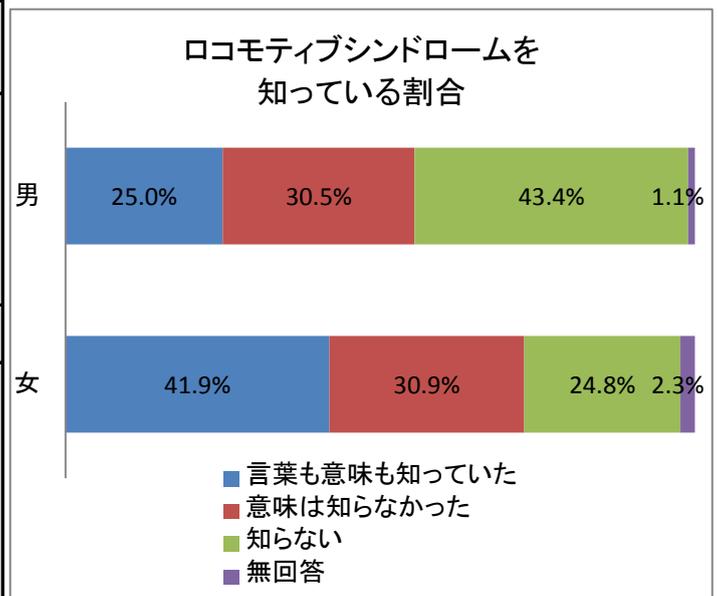
		問7. あなたは、1回30分以上で週2回以上の運動を1年以上続けていますか				
上段:実績 下段:横%		合計	1年以上実施している	1年にはならないが実施している	該当する運動は実施していない	無回答
全体		2032 100.0%	441 21.7%	289 14.2%	1220 60.0%	82 4.0%
性	男	916 100.0%	202 22.1%	113 12.3%	576 62.9%	25 2.7%
	20~29歳	27 100.0%	9 33.3%	2 7.4%	16 59.3%	0 0.0%
	30~39歳	46 100.0%	10 21.7%	11 23.9%	25 54.3%	0 0.0%
	40~49歳	77 100.0%	11 14.3%	11 14.3%	55 71.4%	0 0.0%
	50~59歳	118 100.0%	17 14.4%	13 11.0%	86 72.9%	2 1.7%
	60~64歳	103 100.0%	19 18.4%	11 10.7%	71 68.9%	2 1.9%
	65~69歳	150 100.0%	30 20.0%	14 9.3%	101 67.3%	5 3.3%
	70~79歳	208 100.0%	60 28.8%	26 12.5%	118 56.7%	4 1.9%
	80~89歳	164 100.0%	39 23.8%	21 12.8%	94 57.3%	10 6.1%
	90歳以上	23 100.0%	7 30.4%	4 17.4%	10 43.5%	2 8.7%
	別	女	1116 100.0%	239 21.4%	176 15.8%	644 57.7%
20~29歳		30 100.0%	5 16.7%	3 10.0%	22 73.3%	0 0.0%
30~39歳		49 100.0%	2 4.1%	8 16.3%	39 79.6%	0 0.0%
40~49歳		90 100.0%	12 13.3%	6 6.7%	70 77.8%	2 2.2%
50~59歳		145 100.0%	19 13.1%	19 13.1%	106 73.1%	1 0.7%
60~64歳		111 100.0%	11 9.9%	15 13.5%	80 72.1%	5 4.5%
65~69歳		149 100.0%	39 26.2%	25 16.8%	83 55.7%	2 1.3%
70~79歳		267 100.0%	86 32.2%	51 19.1%	111 41.6%	19 7.1%
80~89歳		240 100.0%	56 23.3%	46 19.2%	114 47.5%	24 10.0%
90歳以上		35 100.0%	9 25.7%	3 8.6%	19 54.3%	4 11.4%



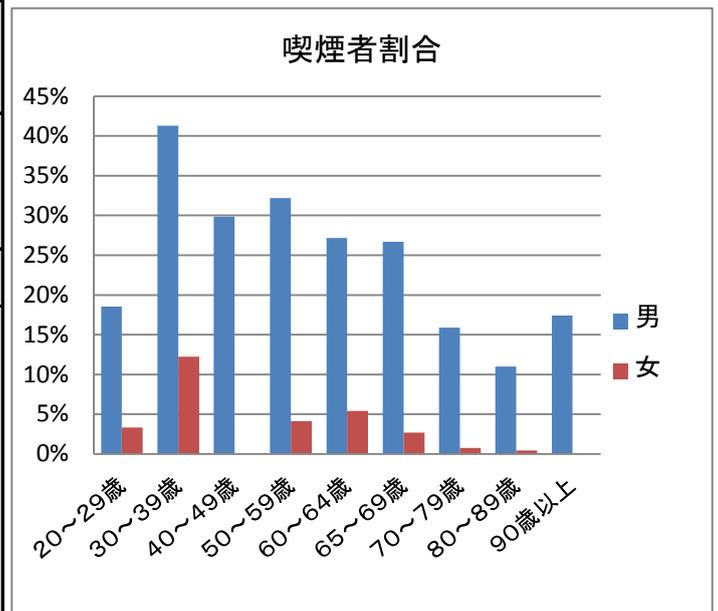
上段:実績 下段:横%		問8. あなたは、自分の適正体重を認識し、定期的(目安:1ヶ月に1回以上)に家庭で体重を測定していますか			
		合計	はい	いいえ	無回答
全体		2032 100.0%	1394 68.6%	610 30.0%	28 1.4%
性	男	916 100.0%	601 65.6%	310 33.8%	5 0.5%
	20~29歳	27 100.0%	14 51.9%	13 48.1%	0 0.0%
	30~39歳	46 100.0%	29 63.0%	17 37.0%	0 0.0%
	40~49歳	77 100.0%	40 51.9%	37 48.1%	0 0.0%
	50~59歳	118 100.0%	76 64.4%	42 35.6%	0 0.0%
	60~64歳	103 100.0%	65 63.1%	37 35.9%	1 1.0%
	65~69歳	150 100.0%	110 73.3%	39 26.0%	1 0.7%
	70~79歳	208 100.0%	146 70.2%	62 29.8%	0 0.0%
	80~89歳	164 100.0%	109 66.5%	52 31.7%	3 1.8%
	90歳以上	23 100.0%	12 52.2%	11 47.8%	0 0.0%
	別	女	1116 100.0%	793 71.1%	300 26.9%
20~29歳		30 100.0%	22 73.3%	8 26.7%	0 0.0%
30~39歳		49 100.0%	34 69.4%	15 30.6%	0 0.0%
40~49歳		90 100.0%	62 68.9%	27 30.0%	1 1.1%
50~59歳		145 100.0%	110 75.9%	35 24.1%	0 0.0%
60~64歳		111 100.0%	79 71.2%	29 26.1%	3 2.7%
65~69歳		149 100.0%	119 79.9%	29 19.5%	1 0.7%
70~79歳		267 100.0%	196 73.4%	62 23.2%	9 3.4%
80~89歳		240 100.0%	155 64.6%	80 33.3%	5 2.1%
90歳以上		35 100.0%	16 45.7%	15 42.9%	4 11.4%



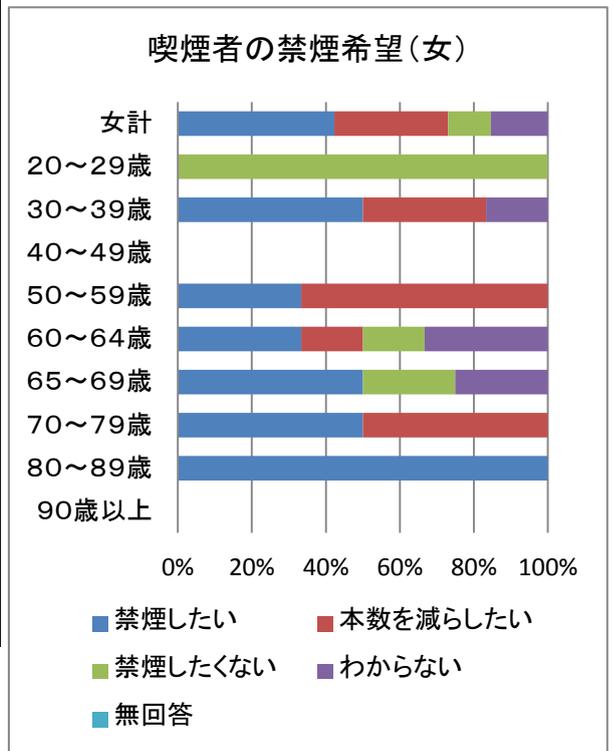
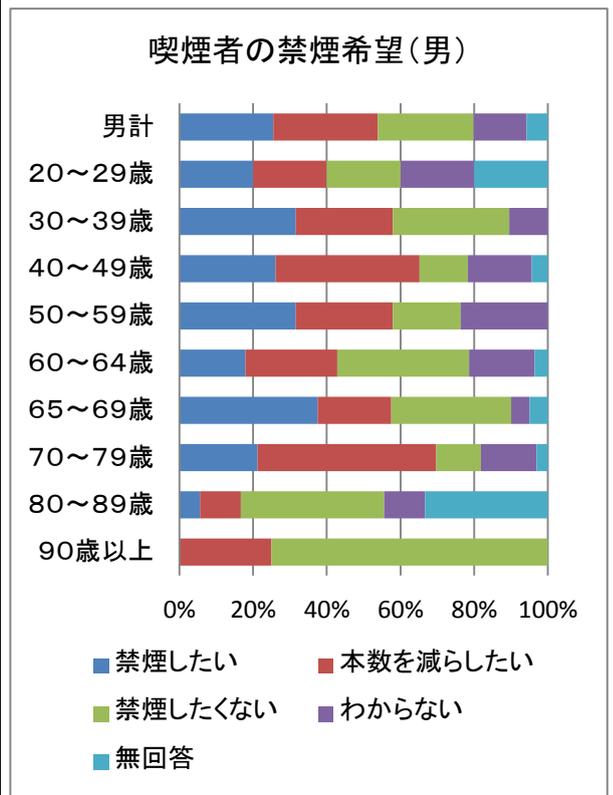
上段:実績 下段:横%		問9. あなたはロコモティブシンドロームを知っていますか				
		合計	言葉も意味も知っていた	言葉は聞いたことはあるが意味は知らなかった	知らない	無回答
全体		2032 100.0%	697 34.3%	624 30.7%	675 33.2%	36 1.8%
性	男	916 100.0%	229 25.0%	279 30.5%	398 43.4%	10 1.1%
	20~29歳	27 100.0%	4 14.8%	4 14.8%	19 70.4%	0 0.0%
	30~39歳	46 100.0%	9 19.6%	14 30.4%	23 50.0%	0 0.0%
	40~49歳	77 100.0%	16 20.8%	15 19.5%	45 58.4%	1 1.3%
	50~59歳	118 100.0%	31 26.3%	33 28.0%	54 45.8%	0 0.0%
	60~64歳	103 100.0%	23 22.3%	29 28.2%	51 49.5%	0 0.0%
	65~69歳	150 100.0%	41 27.3%	54 36.0%	54 36.0%	1 0.7%
	70~79歳	208 100.0%	56 26.9%	70 33.7%	81 38.9%	1 0.5%
	80~89歳	164 100.0%	42 25.6%	53 32.3%	63 38.4%	6 3.7%
	90歳以上	23 100.0%	7 30.4%	7 30.4%	8 34.8%	1 4.3%
	別	女	1116 100.0%	468 41.9%	345 30.9%	277 24.8%
20~29歳		30 100.0%	8 26.7%	12 40.0%	10 33.3%	0 0.0%
30~39歳		49 100.0%	14 28.6%	17 34.7%	18 36.7%	0 0.0%
40~49歳		90 100.0%	35 38.9%	28 31.1%	27 30.0%	0 0.0%
50~59歳		145 100.0%	56 38.6%	49 33.8%	39 26.9%	1 0.7%
60~64歳		111 100.0%	42 37.8%	35 31.5%	31 27.9%	3 2.7%
65~69歳		149 100.0%	76 51.0%	42 28.2%	31 20.8%	0 0.0%
70~79歳		267 100.0%	139 52.1%	74 27.7%	46 17.2%	8 3.0%
80~89歳		240 100.0%	95 39.6%	77 32.1%	57 23.8%	11 4.6%
90歳以上		35 100.0%	3 8.6%	11 31.4%	18 51.4%	3 8.6%



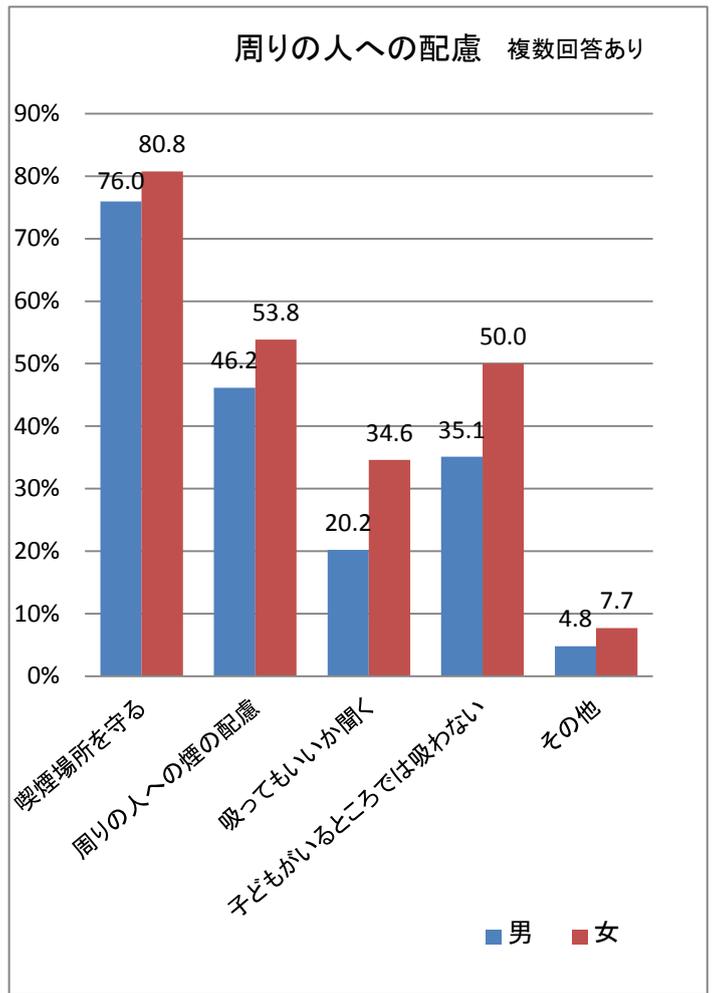
		問10. あなたは、たばこを吸いますか				
		合計	吸う	以前は吸っていたがやめた	吸わない	無回答
全体		2032 100.0%	234 11.5%	279 13.7%	1348 66.3%	171 8.4%
性	男	916 100.0%	208 22.7%	238 26.0%	419 45.7%	51 5.6%
	20～29歳	27 100.0%	5 18.5%	1 3.7%	21 77.8%	0 0.0%
	30～39歳	46 100.0%	19 41.3%	9 19.6%	17 37.0%	1 2.2%
	40～49歳	77 100.0%	23 29.9%	18 23.4%	33 42.9%	3 3.9%
	50～59歳	118 100.0%	38 32.2%	26 22.0%	48 40.7%	6 5.1%
	60～64歳	103 100.0%	28 27.2%	31 30.1%	44 42.7%	0 0.0%
	65～69歳	150 100.0%	40 26.7%	46 30.7%	58 38.7%	6 4.0%
	70～79歳	208 100.0%	33 15.9%	63 30.3%	101 48.6%	11 5.3%
	80～89歳	164 100.0%	18 11.0%	40 24.4%	85 51.8%	21 12.8%
	90歳以上	23 100.0%	4 17.4%	4 17.4%	12 52.2%	3 13.0%
	女	1116 100.0%	26 2.3%	41 3.7%	929 83.2%	120 10.8%
	20～29歳	30 100.0%	1 3.3%	2 6.7%	25 83.3%	2 6.7%
30～39歳	49 100.0%	6 12.2%	6 12.2%	35 71.4%	2 4.1%	
40～49歳	90 100.0%	0 0.0%	5 5.6%	84 93.3%	1 1.1%	
50～59歳	145 100.0%	6 4.1%	6 4.1%	126 86.9%	7 4.8%	
60～64歳	111 100.0%	6 5.4%	6 5.4%	92 82.9%	7 6.3%	
65～69歳	149 100.0%	4 2.7%	4 2.7%	136 91.3%	5 3.4%	
70～79歳	267 100.0%	2 0.7%	9 3.4%	221 82.8%	35 13.1%	
80～89歳	240 100.0%	1 0.4%	3 1.3%	181 75.4%	55 22.9%	
90歳以上	35 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	29 82.9%	6 17.1%	



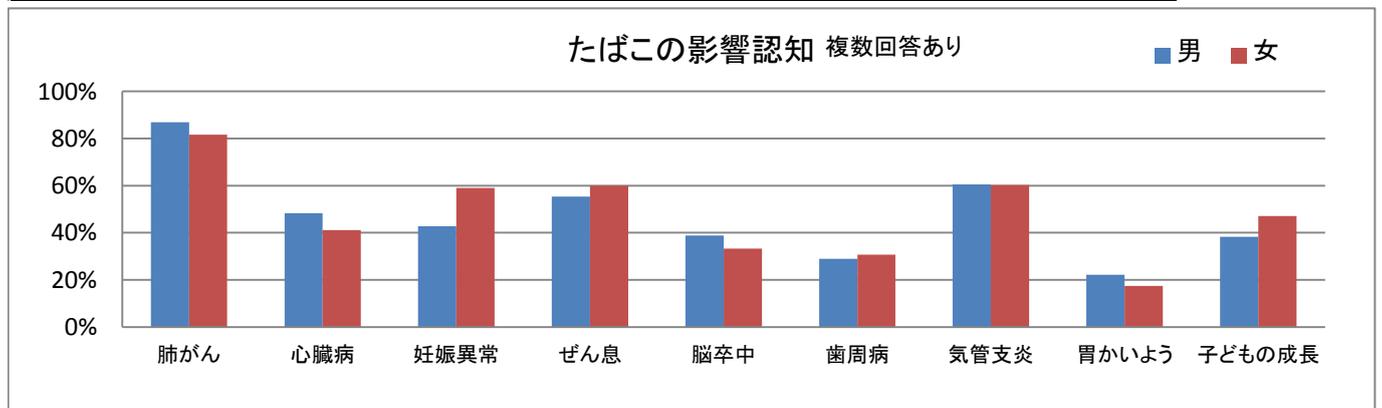
		問10-1. あなたは、禁煙したいと思いますか					
上段:実績 下段:横%		合計	禁煙したい	本数を減らしたい	禁煙したくない	わからない	無回答
全体		234 100.0%	64 27.4%	67 28.6%	57 24.4%	34 14.5%	12 5.1%
性	男	208 100.0%	53 25.5%	59 28.4%	54 26.0%	30 14.4%	12 5.8%
	20~29歳	5 100.0%	1 20.0%	1 20.0%	1 20.0%	1 20.0%	1 20.0%
	30~39歳	19 100.0%	6 31.6%	5 26.3%	6 31.6%	2 10.5%	0 0.0%
	40~49歳	23 100.0%	6 26.1%	9 39.1%	3 13.0%	4 17.4%	1 4.3%
	50~59歳	38 100.0%	12 31.6%	10 26.3%	7 18.4%	9 23.7%	0 0.0%
	60~64歳	28 100.0%	5 17.9%	7 25.0%	10 35.7%	5 17.9%	1 3.6%
	65~69歳	40 100.0%	15 37.5%	8 20.0%	13 32.5%	2 5.0%	2 5.0%
	70~79歳	33 100.0%	7 21.2%	16 48.5%	4 12.1%	5 15.2%	1 3.0%
	80~89歳	18 100.0%	1 5.6%	2 11.1%	7 38.9%	2 11.1%	6 33.3%
	90歳以上	4 100.0%	0 0.0%	1 25.0%	3 75.0%	0 0.0%	0 0.0%
	別	女	26 100.0%	11 42.3%	8 30.8%	3 11.5%	4 15.4%
20~29歳		1 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 100.0%	0 0.0%	0 0.0%
30~39歳		6 100.0%	3 50.0%	2 33.3%	0 0.0%	1 16.7%	0 0.0%
40~49歳		0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
50~59歳		6 100.0%	2 33.3%	4 66.7%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
60~64歳		6 100.0%	2 33.3%	1 16.7%	1 16.7%	2 33.3%	0 0.0%
65~69歳		4 100.0%	2 50.0%	0 0.0%	1 25.0%	1 25.0%	0 0.0%
70~79歳		2 100.0%	1 50.0%	1 50.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
80~89歳		1 100.0%	1 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
90歳以上		0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%



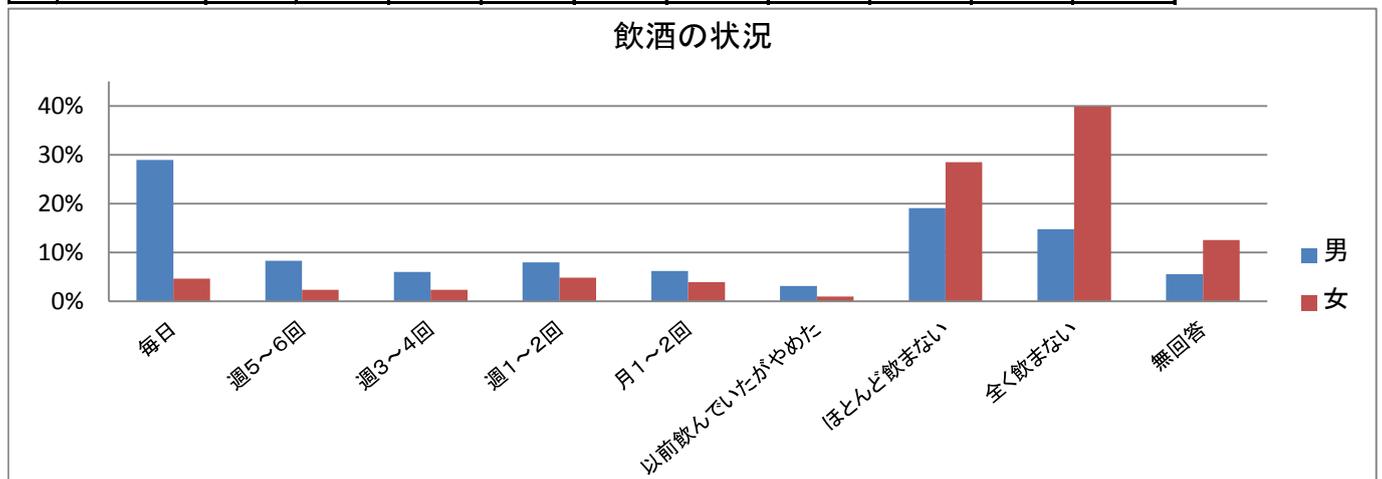
上段:実績 下段:横%		問10-2. あなたは、たばこを吸うとき、 周りの人への配慮をしていますか				
		喫煙場所を守る	周りの人への煙の配慮	吸ってもいいか聞く	子どもがいるところでは吸わない	その他
全体		179 76.5%	110 47.0%	51 21.8%	86 36.8%	12 5.1%
性	男	158 76.0%	96 46.2%	42 20.2%	73 35.1%	10 4.8%
	20~29歳	3 60.0%	2 40.0%	1 20.0%	2 40.0%	0 0.0%
	30~39歳	15 78.9%	10 52.6%	5 26.3%	9 47.4%	0 0.0%
	40~49歳	20 87.0%	8 34.8%	3 13.0%	7 30.4%	2 8.7%
	50~59歳	34 89.5%	17 44.7%	12 31.6%	16 42.1%	1 2.6%
	60~64歳	23 82.1%	14 50.0%	7 25.0%	10 35.7%	2 7.1%
	65~69歳	30 75.0%	21 52.5%	6 15.0%	15 37.5%	2 5.0%
	70~79歳	24 72.7%	15 45.5%	5 15.2%	11 33.3%	0 0.0%
	80~89歳	7 38.9%	9 50.0%	3 16.7%	3 16.7%	0 0.0%
	90歳以上	2 50.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	3 75.0%
別	女	21 80.8%	14 53.8%	9 34.6%	13 50.0%	2 7.7%
	20~29歳	1 100.0%	1 100.0%	1 100.0%	1 100.0%	0 0.0%
	30~39歳	5 83.3%	4 66.7%	4 66.7%	4 66.7%	0 0.0%
	40~49歳	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
	50~59歳	6 100.0%	3 50.0%	1 16.7%	3 50.0%	0 0.0%
	60~64歳	3 50.0%	3 50.0%	0 0.0%	3 50.0%	1 16.7%
	65~69歳	3 75.0%	0 0.0%	1 25.0%	0 0.0%	0 0.0%
	70~79歳	2 100.0%	2 100.0%	1 50.0%	1 50.0%	1 50.0%
	80~89歳	1 100.0%	1 100.0%	1 100.0%	1 100.0%	0 0.0%
	90歳以上	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%



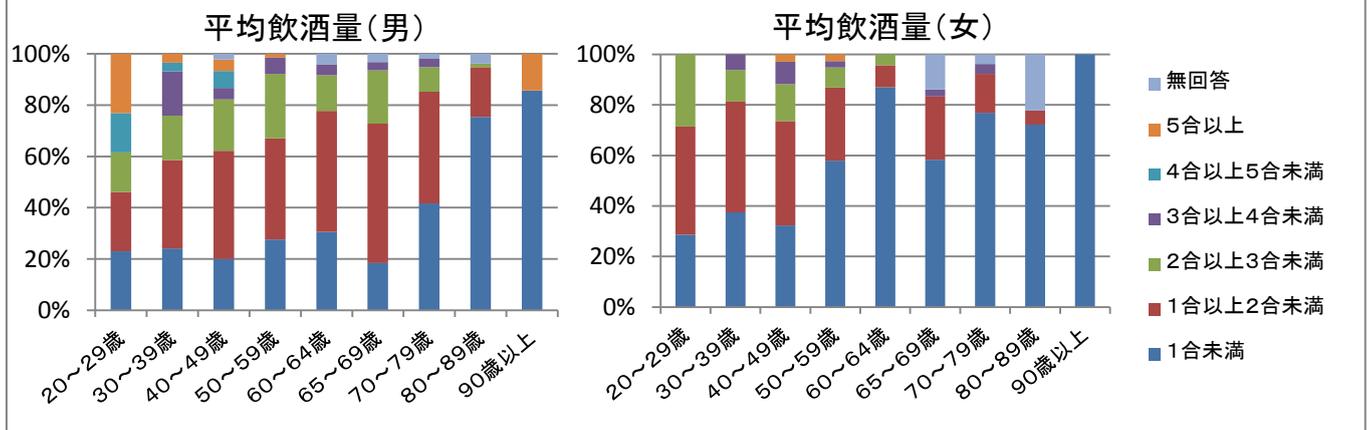
上段:実績 下段:横%		問11. たばこが影響すると知っているものはどれですか										
		肺がん	心臓病	妊娠に 関連した異常	ぜん息	脳卒中	歯周病	気管支 炎	胃かい よう	子ども の成長 発達に 関する 異常	肺がん ～胃か いようま で知って いる人	
全体		1707 84.0%	901 44.3%	1051 51.7%	1176 57.9%	727 35.8%	608 29.9%	1226 60.3%	398 19.6%	876 43.1%	248 12.2%	
性	男	796 86.9%	442 48.3%	392 42.8%	507 55.3%	356 38.9%	265 28.9%	554 60.5%	203 22.2%	351 38.3%	112 12.2%	
	20～29歳	26 96.3%	8 29.6%	17 63.0%	12 44.4%	6 22.2%	6 22.2%	15 55.6%	2 7.4%	13 48.1%	1 3.7%	
	30～39歳	42 91.3%	24 52.2%	33 71.7%	31 67.4%	24 52.2%	22 47.8%	28 60.9%	17 37.0%	28 60.9%	13 28.3%	
	40～49歳	74 96.1%	41 53.2%	46 59.7%	44 57.1%	44 57.1%	33 42.9%	45 58.4%	23 29.9%	41 53.2%	18 23.4%	
	50～59歳	109 92.4%	62 52.5%	65 55.1%	63 53.4%	57 48.3%	48 40.7%	73 61.9%	28 23.7%	54 45.8%	18 15.3%	
	60～64歳	97 94.2%	62 60.2%	56 54.4%	63 61.2%	54 52.4%	44 42.7%	73 70.9%	33 32.0%	52 50.5%	20 19.4%	
	65～69歳	141 94.0%	89 59.3%	73 48.7%	93 62.0%	61 40.7%	54 36.0%	106 70.7%	37 24.7%	59 39.3%	19 12.7%	
	70～79歳	177 85.1%	90 43.3%	69 33.2%	109 52.4%	69 33.2%	44 21.2%	121 58.2%	39 18.8%	71 34.1%	17 8.2%	
	80～89歳	119 72.6%	61 37.2%	28 17.1%	81 49.4%	38 23.2%	12 7.3%	84 51.2%	23 14.0%	32 19.5%	6 3.7%	
	90歳以上	11 47.8%	5 21.7%	5 21.7%	11 47.8%	3 13.0%	2 8.7%	9 39.1%	1 4.3%	1 4.3%	0 0.0%	
	別	女	911 81.6%	459 41.1%	659 59.1%	669 59.9%	371 33.2%	343 30.7%	672 60.2%	195 17.5%	525 47.0%	136 12.2%
		20～29歳	28 93.3%	13 43.3%	25 83.3%	18 60.0%	12 40.0%	17 56.7%	19 63.3%	7 23.3%	22 73.3%	3 10.0%
		30～39歳	47 95.9%	27 55.1%	44 89.8%	34 69.4%	30 61.2%	27 55.1%	35 71.4%	13 26.5%	38 77.6%	11 22.4%
40～49歳		88 97.8%	50 55.6%	78 86.7%	71 78.9%	49 54.4%	50 55.6%	68 75.6%	25 27.8%	73 81.1%	20 22.2%	
50～59歳		139 95.9%	84 57.9%	117 80.7%	103 71.0%	76 52.4%	78 53.8%	106 73.1%	37 25.5%	97 66.9%	33 22.8%	
60～64歳		101 91.0%	55 49.5%	90 81.1%	80 72.1%	51 45.9%	46 41.4%	82 73.9%	26 23.4%	64 57.7%	22 19.8%	
65～69歳		134 89.9%	70 47.0%	105 70.5%	99 66.4%	50 33.6%	49 32.9%	97 65.1%	27 18.1%	81 54.4%	19 12.8%	
70～79歳		207 77.5%	97 36.3%	122 45.7%	156 58.4%	73 27.3%	49 18.4%	158 59.2%	34 12.7%	90 33.7%	18 6.7%	
80～89歳		149 62.1%	58 24.2%	67 27.9%	97 40.4%	28 11.7%	25 10.4%	97 40.4%	23 9.6%	55 22.9%	10 4.2%	
90歳以上		18 51.4%	5 14.3%	11 31.4%	11 31.4%	2 5.7%	2 5.7%	10 28.6%	3 8.6%	5 14.3%	0 0.0%	



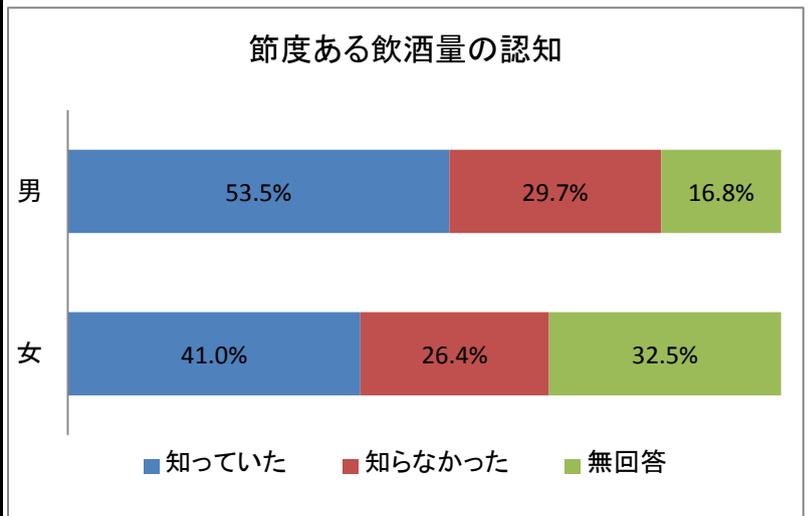
		問12. あなたは、お酒をどのくらいの割合で飲みますか									
上段:実績 下段:横%		合計	毎日	週5～6回	週3～4回	週1～2回	月1～2回	以前飲んでしたがやめた	ほとんど飲まない	全く飲まない	無回答
全体		2032 100.0%	317 15.6%	102 5.0%	81 4.0%	127 6.3%	101 5.0%	40 2.0%	493 24.3%	580 28.5%	191 9.4%
性	男	916 100.0%	265 28.9%	76 8.3%	55 6.0%	73 8.0%	57 6.2%	29 3.2%	175 19.1%	135 14.7%	51 5.6%
	20～29歳	27 100.0%	2 7.4%	0 0.0%	0 0.0%	6 22.2%	5 18.5%	0 0.0%	7 25.9%	7 25.9%	0 0.0%
	30～39歳	46 100.0%	5 10.9%	2 4.3%	7 15.2%	5 10.9%	10 21.7%	1 2.2%	7 15.2%	9 19.6%	0 0.0%
	40～49歳	77 100.0%	19 24.7%	11 14.3%	4 5.2%	9 11.7%	2 2.6%	1 1.3%	19 24.7%	8 10.4%	4 5.2%
	50～59歳	118 100.0%	44 37.3%	6 5.1%	9 7.6%	7 5.9%	10 8.5%	0 0.0%	22 18.6%	16 13.6%	4 3.4%
	60～64歳	103 100.0%	31 30.1%	12 11.7%	7 6.8%	13 12.6%	9 8.7%	0 0.0%	19 18.4%	12 11.7%	0 0.0%
	65～69歳	150 100.0%	61 40.7%	13 8.7%	7 4.7%	7 4.7%	4 2.7%	1 0.7%	36 24.0%	14 9.3%	7 4.7%
	70～79歳	208 100.0%	61 29.3%	22 10.6%	9 4.3%	16 7.7%	7 3.4%	9 4.3%	35 16.8%	36 17.3%	13 6.3%
	80～89歳	164 100.0%	39 23.8%	10 6.1%	10 6.1%	9 5.5%	9 5.5%	12 7.3%	27 16.5%	28 17.1%	20 12.2%
	90歳以上	23 100.0%	3 13.0%	0 0.0%	2 8.7%	1 4.3%	1 4.3%	5 21.7%	3 13.0%	5 21.7%	3 13.0%
	女	1116 100.0%	52 4.7%	26 2.3%	26 2.3%	54 4.8%	44 3.9%	11 1.0%	318 28.5%	445 39.9%	140 12.5%
	20～29歳	30 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	4 13.3%	3 10.0%	0 0.0%	13 43.3%	9 30.0%	1 3.3%
	30～39歳	49 100.0%	3 6.1%	1 2.0%	3 6.1%	4 8.2%	5 10.2%	1 2.0%	11 22.4%	21 42.9%	0 0.0%
40～49歳	90 100.0%	7 7.8%	7 7.8%	5 5.6%	6 6.7%	9 10.0%	3 3.3%	32 35.6%	20 22.2%	1 1.1%	
50～59歳	145 100.0%	7 4.8%	6 4.1%	6 4.1%	9 6.2%	10 6.9%	2 1.4%	54 37.2%	47 32.4%	4 2.8%	
60～64歳	111 100.0%	8 7.2%	4 3.6%	4 3.6%	7 6.3%	0 0.0%	1 0.9%	35 31.5%	42 37.8%	10 9.0%	
65～69歳	149 100.0%	13 8.7%	5 3.4%	0 0.0%	7 4.7%	11 7.4%	1 0.7%	47 31.5%	58 38.9%	7 4.7%	
70～79歳	267 100.0%	6 2.2%	1 0.4%	5 1.9%	10 3.7%	4 1.5%	1 0.4%	74 27.7%	120 44.9%	46 17.2%	
80～89歳	240 100.0%	5 2.1%	1 0.4%	3 1.3%	7 2.9%	2 0.8%	2 0.8%	45 18.8%	114 47.5%	61 25.4%	
90歳以上	35 100.0%	3 8.6%	1 2.9%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	7 20.0%	14 40.0%	10 28.6%	



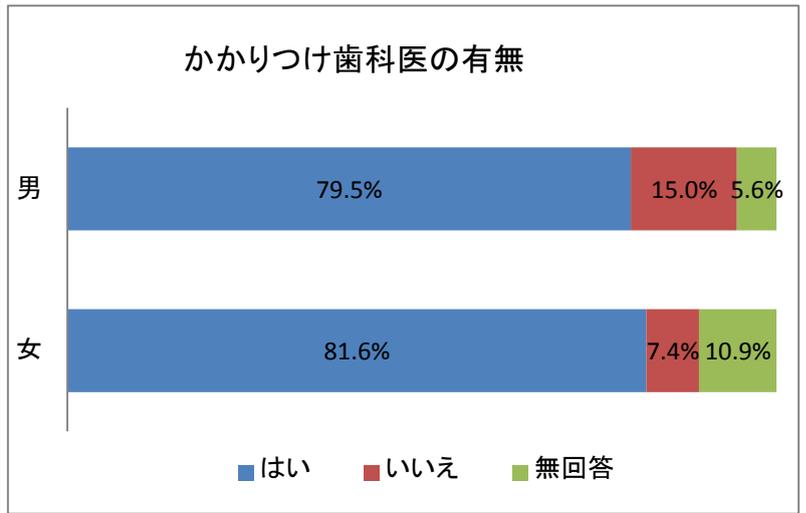
上段:実績 下段:横%		問12-1. 1日平均どのくらい飲みますか							
		合計	1合 (180ml) 未満	1合以上 2合 (360ml) 未満	2合以上 3合 (540ml) 未満	3合以上 4合 (720ml) 未満	4合以上 5合 (900ml) 未満	5合 (900ml) 以上	無回答
全体		728	310	262	89	29	6	10	22
		100.0%	42.6%	36.0%	12.2%	4.0%	0.8%	1.4%	3.0%
性	男	526	191	211	76	22	6	8	12
		100.0%	36.3%	40.1%	14.4%	4.2%	1.1%	1.5%	2.3%
	20~29歳	13	3	3	2	0	2	3	0
		100.0%	23.1%	23.1%	15.4%	0.0%	15.4%	23.1%	0.0%
	30~39歳	29	7	10	5	5	1	1	0
		100.0%	24.1%	34.5%	17.2%	17.2%	3.4%	3.4%	0.0%
	40~49歳	45	9	19	9	2	3	2	1
		100.0%	20.0%	42.2%	20.0%	4.4%	6.7%	4.4%	2.2%
	50~59歳	76	21	30	19	5	0	1	0
		100.0%	27.6%	39.5%	25.0%	6.6%	0.0%	1.3%	0.0%
	60~64歳	72	22	34	10	3	0	0	3
		100.0%	30.6%	47.2%	13.9%	4.2%	0.0%	0.0%	4.2%
	65~69歳	92	17	50	19	3	0	0	3
	100.0%	18.5%	54.3%	20.7%	3.3%	0.0%	0.0%	3.3%	
70~79歳	115	48	50	11	4	0	0	2	
	100.0%	41.7%	43.5%	9.6%	3.5%	0.0%	0.0%	1.7%	
80~89歳	77	58	15	1	0	0	0	3	
	100.0%	75.3%	19.5%	1.3%	0.0%	0.0%	0.0%	3.9%	
90歳以上	7	6	0	0	0	0	1	0	
	100.0%	85.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	14.3%	0.0%	
別	女	202	119	51	13	7	0	2	10
		100.0%	58.9%	25.2%	6.4%	3.5%	0.0%	1.0%	5.0%
	20~29歳	7	2	3	2	0	0	0	0
		100.0%	28.6%	42.9%	28.6%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
	30~39歳	16	6	7	2	1	0	0	0
		100.0%	37.5%	43.8%	12.5%	6.3%	0.0%	0.0%	0.0%
	40~49歳	34	11	14	5	3	0	1	0
		100.0%	32.4%	41.2%	14.7%	8.8%	0.0%	2.9%	0.0%
	50~59歳	38	22	11	3	1	0	1	0
		100.0%	57.9%	28.9%	7.9%	2.6%	0.0%	2.6%	0.0%
	60~64歳	23	20	2	1	0	0	0	0
		100.0%	87.0%	8.7%	4.3%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
	65~69歳	36	21	9	0	1	0	0	5
	100.0%	58.3%	25.0%	0.0%	2.8%	0.0%	0.0%	13.9%	
70~79歳	26	20	4	0	1	0	0	1	
	100.0%	76.9%	15.4%	0.0%	3.8%	0.0%	0.0%	3.8%	
80~89歳	18	13	1	0	0	0	0	4	
	100.0%	72.2%	5.6%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	22.2%	
90歳以上	4	4	0	0	0	0	0	0	
	100.0%	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	



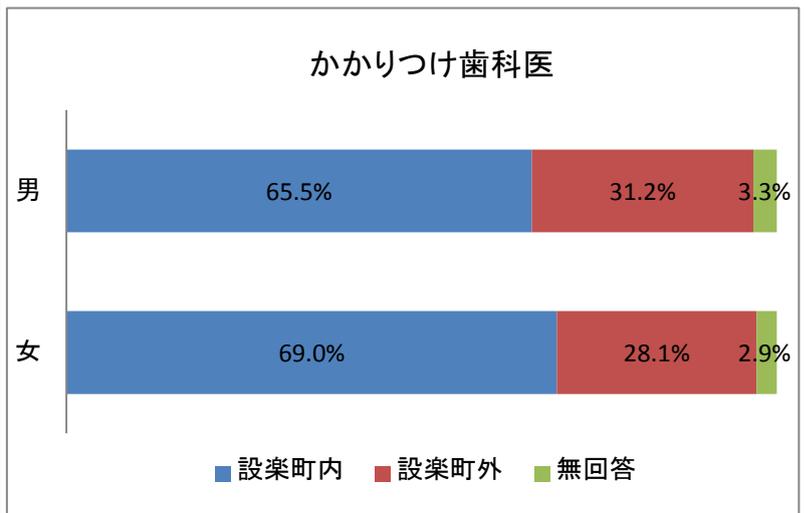
		問13.「節度ある飲酒」量をあなたは知っていましたか			
上段:実績 下段:横%		合計	知っていた	知らなかった	無回答
全体		2032	948	567	517
		100.0%	46.7%	27.9%	25.4%
性	男	916	490	272	154
		100.0%	53.5%	29.7%	16.8%
	20～29歳	27	9	16	2
		100.0%	33.3%	59.3%	7.4%
	30～39歳	46	20	25	1
		100.0%	43.5%	54.3%	2.2%
	40～49歳	77	49	20	8
		100.0%	63.6%	26.0%	10.4%
	50～59歳	118	69	40	9
		100.0%	58.5%	33.9%	7.6%
	60～64歳	103	59	36	8
		100.0%	57.3%	35.0%	7.8%
	65～69歳	150	93	41	16
	100.0%	62.0%	27.3%	10.7%	
70～79歳	208	116	56	36	
	100.0%	55.8%	26.9%	17.3%	
80～89歳	164	68	33	63	
	100.0%	41.5%	20.1%	38.4%	
90歳以上	23	7	5	11	
	100.0%	30.4%	21.7%	47.8%	
別	女	1116	458	295	363
		100.0%	41.0%	26.4%	32.5%
	20～29歳	30	11	17	2
		100.0%	36.7%	56.7%	6.7%
	30～39歳	49	22	25	2
		100.0%	44.9%	51.0%	4.1%
	40～49歳	90	52	33	5
		100.0%	57.8%	36.7%	5.6%
	50～59歳	145	78	53	14
		100.0%	53.8%	36.6%	9.7%
	60～64歳	111	60	29	22
		100.0%	54.1%	26.1%	19.8%
	65～69歳	149	78	41	30
	100.0%	52.3%	27.5%	20.1%	
70～79歳	267	104	52	111	
	100.0%	39.0%	19.5%	41.6%	
80～89歳	240	47	37	156	
	100.0%	19.6%	15.4%	65.0%	
90歳以上	35	6	8	21	
	100.0%	17.1%	22.9%	60.0%	



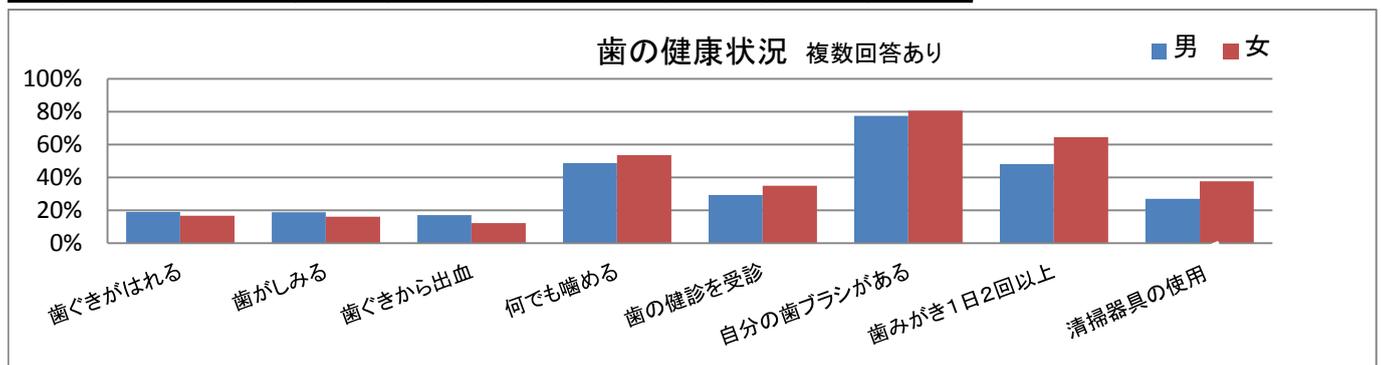
		問14. あなたは、かかりつけの 歯医者さんがありますか			
上段:実績 下段:横%		合計	はい	いいえ	無回答
全体		2032	1639	220	173
		100.0%	80.7%	10.8%	8.5%
性	男	916	728	137	51
		100.0%	79.5%	15.0%	5.6%
	20～29歳	27	14	13	0
		100.0%	51.9%	48.1%	0.0%
	30～39歳	46	29	16	1
		100.0%	63.0%	34.8%	2.2%
	40～49歳	77	55	17	5
		100.0%	71.4%	22.1%	6.5%
	50～59歳	118	93	21	4
		100.0%	78.8%	17.8%	3.4%
	60～64歳	103	89	14	0
		100.0%	86.4%	13.6%	0.0%
	65～69歳	150	119	26	5
	100.0%	79.3%	17.3%	3.3%	
別	70～79歳	208	179	16	13
		100.0%	86.1%	7.7%	6.3%
	80～89歳	164	137	8	19
		100.0%	83.5%	4.9%	11.6%
	90歳以上	23	13	6	4
		100.0%	56.5%	26.1%	17.4%
	女	1116	911	83	122
		100.0%	81.6%	7.4%	10.9%
	20～29歳	30	18	10	2
		100.0%	60.0%	33.3%	6.7%
	30～39歳	49	44	5	0
		100.0%	89.8%	10.2%	0.0%
	40～49歳	90	85	5	0
	100.0%	94.4%	5.6%	0.0%	
50～59歳	145	134	10	1	
	100.0%	92.4%	6.9%	0.7%	
60～64歳	111	96	10	5	
	100.0%	86.5%	9.0%	4.5%	
65～69歳	149	131	12	6	
	100.0%	87.9%	8.1%	4.0%	
70～79歳	267	216	9	42	
	100.0%	80.9%	3.4%	15.7%	
80～89歳	240	163	18	59	
	100.0%	67.9%	7.5%	24.6%	
90歳以上	35	24	4	7	
	100.0%	68.6%	11.4%	20.0%	



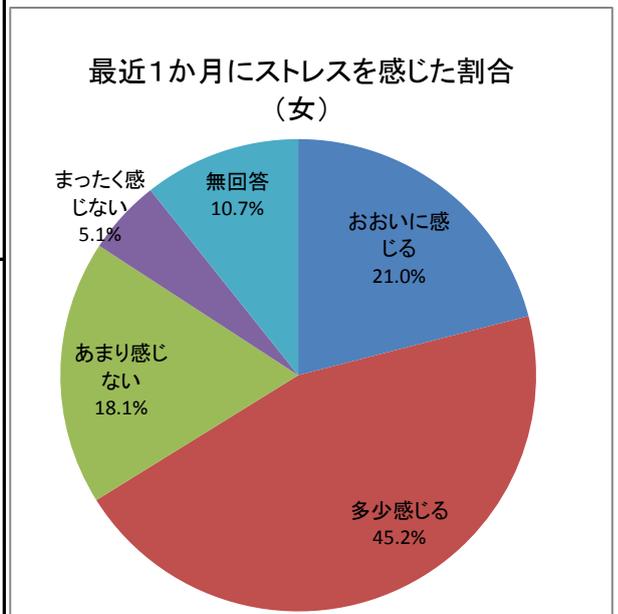
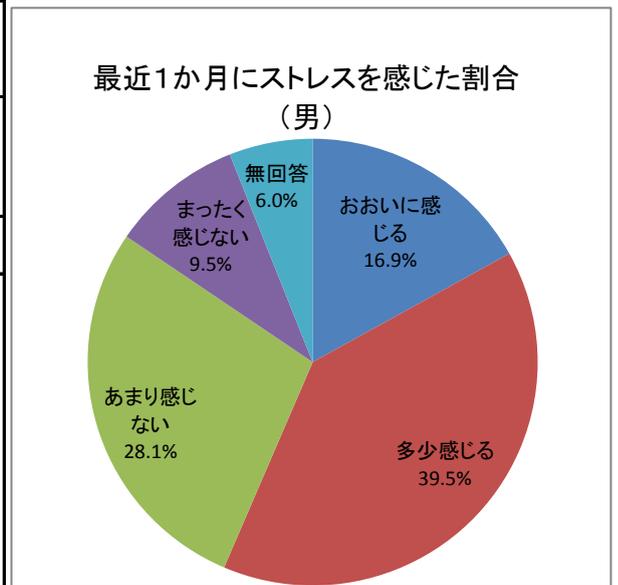
		問14. かかりつけの歯医者さんは町内ですか、町外ですか			
上段:実績 下段:横%		合計	設楽町内	設楽町外	無回答
全体		1639	1106	483	50
		100.0%	67.5%	29.5%	3.1%
性	男	728	477	227	24
		100.0%	65.5%	31.2%	3.3%
	20～29歳	14	7	5	2
		100.0%	50.0%	35.7%	14.3%
	30～39歳	29	16	13	0
		100.0%	55.2%	44.8%	0.0%
	40～49歳	55	36	19	0
		100.0%	65.5%	34.5%	0.0%
	50～59歳	93	63	28	2
		100.0%	67.7%	30.1%	2.2%
	60～64歳	89	52	35	2
		100.0%	58.4%	39.3%	2.2%
	65～69歳	119	83	31	5
	100.0%	69.7%	26.1%	4.2%	
70～79歳	179	119	53	7	
	100.0%	66.5%	29.6%	3.9%	
80～89歳	137	93	40	4	
	100.0%	67.9%	29.2%	2.9%	
90歳以上	13	8	3	2	
	100.0%	61.5%	23.1%	15.4%	
別	女	911	629	256	26
		100.0%	69.0%	28.1%	2.9%
	20～29歳	18	10	8	0
		100.0%	55.6%	44.4%	0.0%
	30～39歳	44	32	12	0
		100.0%	72.7%	27.3%	0.0%
	40～49歳	85	63	19	3
		100.0%	74.1%	22.4%	3.5%
	50～59歳	134	93	38	3
		100.0%	69.4%	28.4%	2.2%
	60～64歳	96	55	38	3
		100.0%	57.3%	39.6%	3.1%
	65～69歳	131	91	36	4
	100.0%	69.5%	27.5%	3.1%	
70～79歳	216	145	67	4	
	100.0%	67.1%	31.0%	1.9%	
80～89歳	163	125	31	7	
	100.0%	76.7%	19.0%	4.3%	
90歳以上	24	15	7	2	
	100.0%	62.5%	29.2%	8.3%	



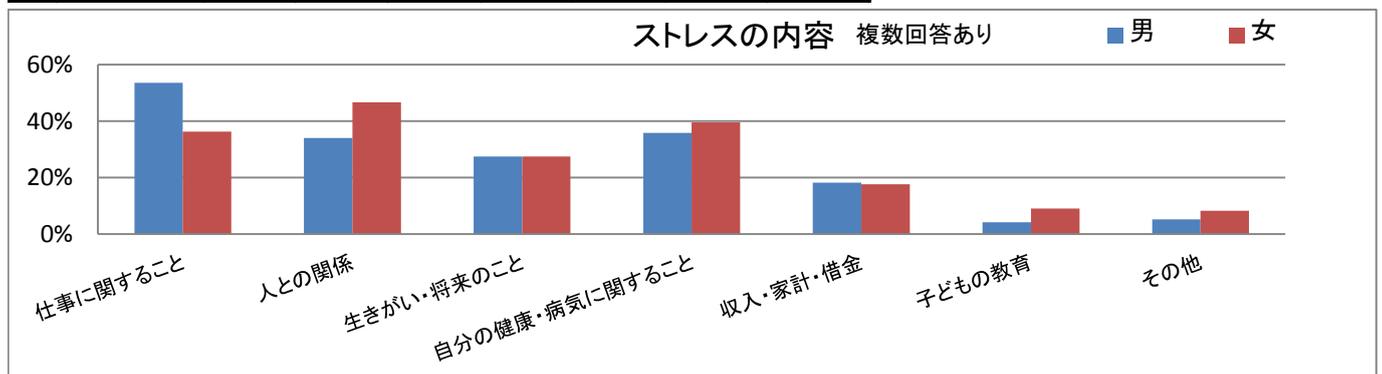
上段:実績 下段:横%		問15. あなたの、歯や口の症状、歯の健康管理についてあてはまるものはどれですか								
		歯ぐき がはれる ことがある	歯がし みることが ある	歯ぐき から血 が出る	なんでも 噛んで食べ ることが できる	年に1 回以上、歯 の健診を 受けている	自分の 歯ブラシが ある	歯みが きを1日 2回以上 する	歯間清掃 器具の 使用	
全体		362 17.8%	354 17.4%	295 14.5%	1046 51.5%	659 32.4%	1610 79.2%	1160 57.1%	670 33.0%	
性	男	175 19.1%	173 18.9%	157 17.1%	447 48.8%	269 29.4%	710 77.5%	441 48.1%	248 27.1%	
	20～29歳	2 7.4%	7 25.9%	6 22.2%	18 66.7%	3 11.1%	24 88.9%	14 51.9%	3 11.1%	
	30～39歳	4 8.7%	9 19.6%	12 26.1%	30 65.2%	13 28.3%	41 89.1%	28 60.9%	10 21.7%	
	40～49歳	15 19.5%	22 28.6%	16 20.8%	35 45.5%	17 22.1%	65 84.4%	47 61.0%	26 33.8%	
	50～59歳	24 20.3%	33 28.0%	25 21.2%	57 48.3%	36 30.5%	97 82.2%	65 55.1%	38 32.2%	
	60～64歳	25 24.3%	21 20.4%	25 24.3%	51 49.5%	28 27.2%	80 77.7%	53 51.5%	29 28.2%	
	65～69歳	37 24.7%	34 22.7%	26 17.3%	64 42.7%	38 25.3%	122 81.3%	68 45.3%	42 28.0%	
	70～79歳	38 18.3%	32 15.4%	30 14.4%	102 49.0%	77 37.0%	161 77.4%	102 49.0%	62 29.8%	
	80～89歳	27 16.5%	12 7.3%	15 9.1%	83 50.6%	51 31.1%	109 66.5%	58 35.4%	34 20.7%	
	90歳以上	3 13.0%	3 13.0%	2 8.7%	7 30.4%	6 26.1%	11 47.8%	6 26.1%	4 17.4%	
	別	女	187 16.8%	181 16.2%	138 12.4%	599 53.7%	390 34.9%	900 80.6%	719 64.4%	422 37.8%
		20～29歳	2 6.7%	13 43.3%	9 30.0%	16 53.3%	6 20.0%	28 93.3%	23 76.7%	5 16.7%
30～39歳		9 18.4%	21 42.9%	10 20.4%	33 67.3%	23 46.9%	46 93.9%	38 77.6%	18 36.7%	
40～49歳		17 18.9%	27 30.0%	15 16.7%	70 77.8%	37 41.1%	87 96.7%	77 85.6%	47 52.2%	
50～59歳		35 24.1%	39 26.9%	29 20.0%	88 60.7%	63 43.4%	135 93.1%	117 80.7%	72 49.7%	
60～64歳		24 21.6%	26 23.4%	17 15.3%	60 54.1%	41 36.9%	98 88.3%	86 77.5%	56 50.5%	
65～69歳		33 22.1%	27 18.1%	21 14.1%	80 53.7%	53 35.6%	129 86.6%	112 75.2%	81 54.4%	
70～79歳		41 15.4%	22 8.2%	24 9.0%	140 52.4%	100 37.5%	202 75.7%	161 60.3%	98 36.7%	
80～89歳		24 10.0%	5 2.1%	10 4.2%	100 41.7%	63 26.3%	154 64.2%	99 41.3%	40 16.7%	
90歳以上		2 5.7%	1 2.9%	3 8.6%	12 34.3%	4 11.4%	21 60.0%	6 17.1%	5 14.3%	



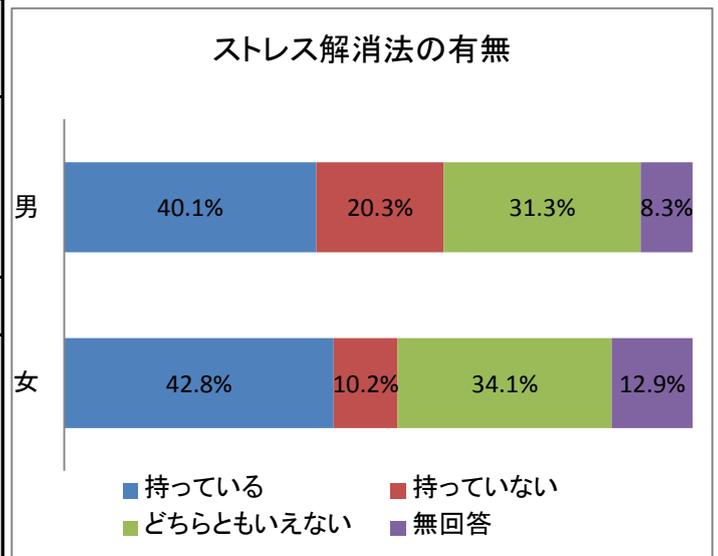
上段:実績 下段:横%		問16. あなたは、最近1か月に、ストレスを感じましたか					
		合計	おおいに感じる	多少感じる	あまり感じない	まったく感じない	無回答
全体		2032 100.0%	389 19.1%	866 42.6%	459 22.6%	144 7.1%	174 8.6%
性	男	916 100.0%	155 16.9%	362 39.5%	257 28.1%	87 9.5%	55 6.0%
	20～29歳	27 100.0%	9 33.3%	12 44.4%	5 18.5%	1 3.7%	0 0.0%
	30～39歳	46 100.0%	14 30.4%	26 56.5%	3 6.5%	3 6.5%	0 0.0%
	40～49歳	77 100.0%	24 31.2%	37 48.1%	11 14.3%	2 2.6%	3 3.9%
	50～59歳	118 100.0%	37 31.4%	54 45.8%	17 14.4%	6 5.1%	4 3.4%
	60～64歳	103 100.0%	20 19.4%	39 37.9%	34 33.0%	9 8.7%	1 1.0%
	65～69歳	150 100.0%	19 12.7%	57 38.0%	56 37.3%	13 8.7%	5 3.3%
	70～79歳	208 100.0%	17 8.2%	76 36.5%	75 36.1%	27 13.0%	13 6.3%
	80～89歳	164 100.0%	11 6.7%	56 34.1%	50 30.5%	23 14.0%	24 14.6%
	90歳以上	23 100.0%	4 17.4%	5 21.7%	6 26.1%	3 13.0%	5 21.7%
	別	女	1116 100.0%	234 21.0%	504 45.2%	202 18.1%	57 5.1%
20～29歳		30 100.0%	12 40.0%	13 43.3%	4 13.3%	0 0.0%	1 3.3%
30～39歳		49 100.0%	13 26.5%	27 55.1%	8 16.3%	1 2.0%	0 0.0%
40～49歳		90 100.0%	32 35.6%	50 55.6%	8 8.9%	0 0.0%	0 0.0%
50～59歳		145 100.0%	53 36.6%	71 49.0%	14 9.7%	4 2.8%	3 2.1%
60～64歳		111 100.0%	30 27.0%	56 50.5%	17 15.3%	3 2.7%	5 4.5%
65～69歳		149 100.0%	32 21.5%	77 51.7%	25 16.8%	7 4.7%	8 5.4%
70～79歳		267 100.0%	32 12.0%	125 46.8%	57 21.3%	14 5.2%	39 14.6%
80～89歳		240 100.0%	24 10.0%	76 31.7%	61 25.4%	25 10.4%	54 22.5%
90歳以上		35 100.0%	6 17.1%	9 25.7%	8 22.9%	3 8.6%	9 25.7%



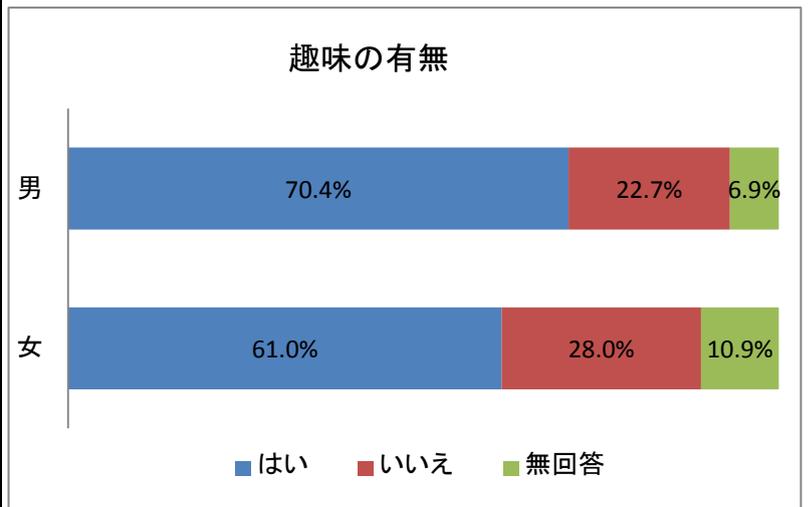
		問16-1. ストレスの具体的な内容は何ですか							
		仕事に関する こと	人との 関係	生きが い・将 来のこ と	自分の 健康・ 病気に関 すること	収入・ 家計・ 借金	子ども の教育	その他	
上段:実績 下段:横%									
全体		545 43.4%	520 41.4%	345 27.5%	477 38.0%	224 17.8%	89 7.1%	88 7.0%	
性	男	277 53.6%	176 34.0%	142 27.5%	185 35.8%	94 18.2%	22 4.3%	27 5.2%	
	20~29歳	16 76.2%	5 23.8%	6 28.6%	0 0.0%	4 19.0%	0 0.0%	1 4.8%	
	30~39歳	33 82.5%	16 40.0%	13 32.5%	7 17.5%	8 20.0%	6 15.0%	0 0.0%	
	40~49歳	52 85.2%	30 49.2%	12 19.7%	7 11.5%	13 21.3%	3 4.9%	1 1.6%	
	50~59歳	76 83.5%	32 35.2%	17 18.7%	10 11.0%	20 22.0%	7 7.7%	6 6.6%	
	60~64歳	38 64.4%	21 35.6%	15 25.4%	18 30.5%	16 27.1%	2 3.4%	4 6.8%	
	65~69歳	33 43.4%	36 47.4%	16 21.1%	25 32.9%	15 19.7%	0 0.0%	7 9.2%	
	70~79歳	18 19.4%	23 24.7%	32 34.4%	57 61.3%	12 12.9%	4 4.3%	5 5.4%	
	80~89歳	10 14.9%	11 16.4%	29 43.3%	55 82.1%	5 7.5%	0 0.0%	3 4.5%	
	90歳以上	1 11.1%	2 22.2%	2 22.2%	6 66.7%	1 11.1%	0 0.0%	0 0.0%	
	別	女	268 36.3%	344 46.6%	203 27.5%	292 39.6%	130 17.6%	67 9.1%	61 8.3%
		20~29歳	18 72.0%	15 60.0%	10 40.0%	7 28.0%	3 12.0%	1 4.0%	0 0.0%
30~39歳		18 45.0%	27 67.5%	13 32.5%	10 25.0%	14 35.0%	17 42.5%	2 5.0%	
40~49歳		52 63.4%	48 58.5%	23 28.0%	19 23.2%	26 31.7%	33 40.2%	6 7.3%	
50~59歳		70 56.5%	59 47.6%	31 25.0%	28 22.6%	29 23.4%	8 6.5%	13 10.5%	
60~64歳		44 51.2%	45 52.3%	20 23.3%	23 26.7%	17 19.8%	4 4.7%	13 15.1%	
65~69歳		32 29.4%	63 57.8%	27 24.8%	42 38.5%	18 16.5%	3 2.8%	10 9.2%	
70~79歳		21 13.4%	65 41.4%	45 28.7%	79 50.3%	14 8.9%	0 0.0%	11 7.0%	
80~89歳		11 11.0%	16 16.0%	29 29.0%	73 73.0%	8 8.0%	1 1.0%	6 6.0%	
90歳以上		2 13.3%	6 40.0%	5 33.3%	11 73.3%	1 6.7%	0 0.0%	0 0.0%	



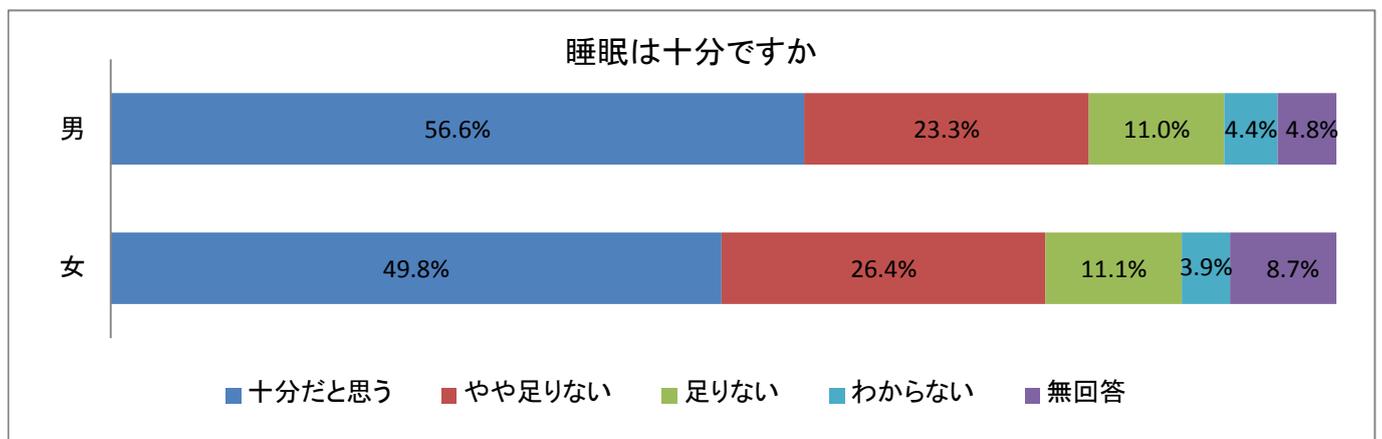
		問17. あなたは、自分なりのストレス解消方法を持っていますか				
上段:実績 下段:横%		合計	持っている	持っていない	どちらともいえない	無回答
全体		2032 100.0%	845 41.6%	300 14.8%	667 32.8%	220 10.8%
性	男	916 100.0%	367 40.1%	186 20.3%	287 31.3%	76 8.3%
	20~29歳	27 100.0%	16 59.3%	7 25.9%	4 14.8%	0 0.0%
	30~39歳	46 100.0%	29 63.0%	5 10.9%	12 26.1%	0 0.0%
	40~49歳	77 100.0%	36 46.8%	12 15.6%	26 33.8%	3 3.9%
	50~59歳	118 100.0%	61 51.7%	14 11.9%	36 30.5%	7 5.9%
	60~64歳	103 100.0%	52 50.5%	20 19.4%	31 30.1%	0 0.0%
	65~69歳	150 100.0%	61 40.7%	37 24.7%	44 29.3%	8 5.3%
	70~79歳	208 100.0%	66 31.7%	53 25.5%	70 33.7%	19 9.1%
	80~89歳	164 100.0%	41 25.0%	32 19.5%	58 35.4%	33 20.1%
	90歳以上	23 100.0%	5 21.7%	6 26.1%	6 26.1%	6 26.1%
	女	1116 100.0%	478 42.8%	114 10.2%	380 34.1%	144 12.9%
	20~29歳	30 100.0%	13 43.3%	3 10.0%	12 40.0%	2 6.7%
30~39歳	49 100.0%	27 55.1%	6 12.2%	16 32.7%	0 0.0%	
40~49歳	90 100.0%	51 56.7%	12 13.3%	27 30.0%	0 0.0%	
50~59歳	145 100.0%	69 47.6%	16 11.0%	56 38.6%	4 2.8%	
60~64歳	111 100.0%	52 46.8%	13 11.7%	40 36.0%	6 5.4%	
65~69歳	149 100.0%	83 55.7%	13 8.7%	47 31.5%	6 4.0%	
70~79歳	267 100.0%	102 38.2%	20 7.5%	96 36.0%	49 18.4%	
80~89歳	240 100.0%	72 30.0%	24 10.0%	77 32.1%	67 27.9%	
90歳以上	35 100.0%	9 25.7%	7 20.0%	9 25.7%	10 28.6%	



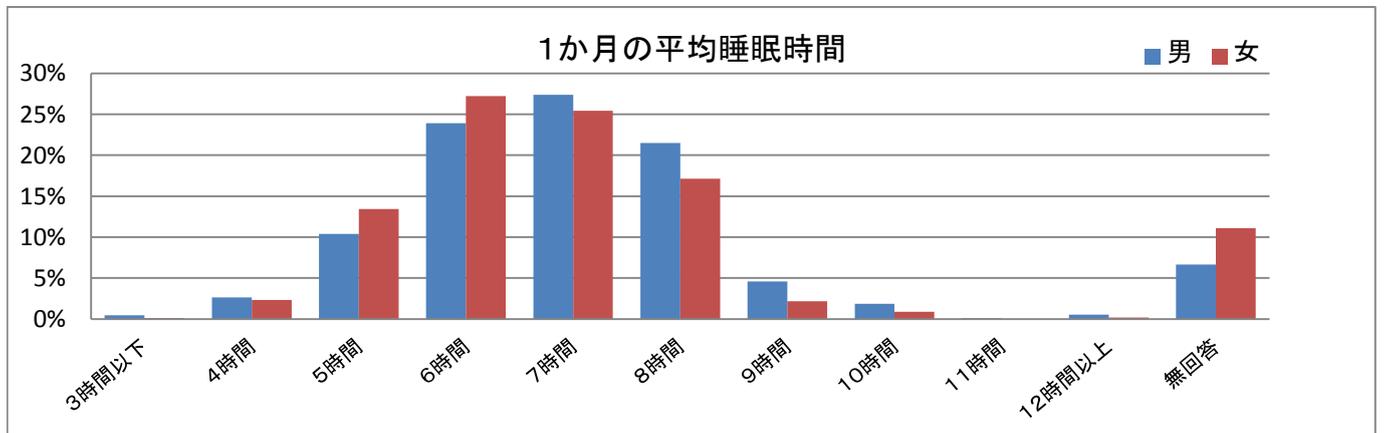
		問18. あなたは、趣味がありますか			
上段:実績 下段:横%		合計	はい	いいえ	無回答
全体		2032	1326	521	185
		100.0%	65.3%	25.6%	9.1%
性	男	916	645	208	63
		100.0%	70.4%	22.7%	6.9%
	20～29歳	27	19	8	0
		100.0%	70.4%	29.6%	0.0%
	30～39歳	46	40	6	0
		100.0%	87.0%	13.0%	0.0%
	40～49歳	77	64	10	3
		100.0%	83.1%	13.0%	3.9%
	50～59歳	118	92	22	4
		100.0%	78.0%	18.6%	3.4%
	60～64歳	103	70	33	0
		100.0%	68.0%	32.0%	0.0%
	65～69歳	150	111	34	5
		100.0%	74.0%	22.7%	3.3%
別	70～79歳	208	139	49	20
		100.0%	66.8%	23.6%	9.6%
	80～89歳	164	98	43	23
		100.0%	59.8%	26.2%	14.0%
	90歳以上	23	12	3	8
		100.0%	52.2%	13.0%	34.8%
	女	1116	681	313	122
		100.0%	61.0%	28.0%	10.9%
	20～29歳	30	23	5	2
		100.0%	76.7%	16.7%	6.7%
	30～39歳	49	32	17	0
	100.0%	65.3%	34.7%	0.0%	
40～49歳	90	63	27	0	
	100.0%	70.0%	30.0%	0.0%	
50～59歳	145	95	47	3	
	100.0%	65.5%	32.4%	2.1%	
60～64歳	111	67	36	8	
	100.0%	60.4%	32.4%	7.2%	
65～69歳	149	111	32	6	
	100.0%	74.5%	21.5%	4.0%	
70～79歳	267	156	72	39	
	100.0%	58.4%	27.0%	14.6%	
80～89歳	240	115	68	57	
	100.0%	47.9%	28.3%	23.8%	
90歳以上	35	19	9	7	
	100.0%	54.3%	25.7%	20.0%	



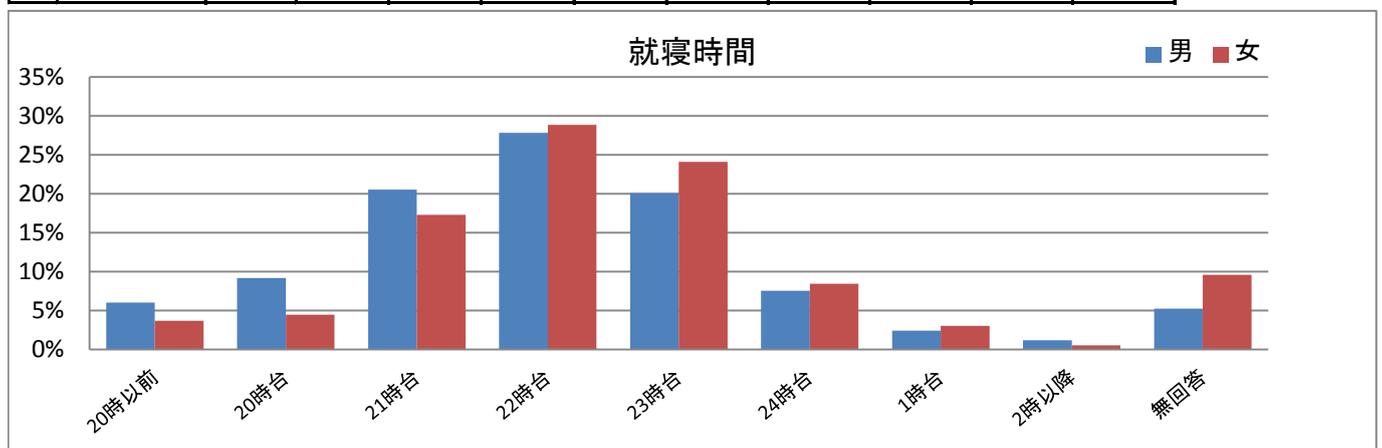
上段:実績 下段:横%		問19. 日ごろの睡眠は、あなたにとって十分だと思いますか					
		合計	十分だ と思う	やや足 りない	足りな い	わか らない	無回答
全体		2032 100.0%	1074 52.9%	508 25.0%	225 11.1%	84 4.1%	141 6.9%
性	男	916 100.0%	518 56.6%	213 23.3%	101 11.0%	40 4.4%	44 4.8%
	20～29歳	27 100.0%	12 44.4%	12 44.4%	2 7.4%	1 3.7%	0 0.0%
	30～39歳	46 100.0%	14 30.4%	20 43.5%	10 21.7%	2 4.3%	0 0.0%
	40～49歳	77 100.0%	38 49.4%	23 29.9%	10 13.0%	3 3.9%	3 3.9%
	50～59歳	118 100.0%	51 43.2%	32 27.1%	25 21.2%	6 5.1%	4 3.4%
	60～64歳	103 100.0%	53 51.5%	29 28.2%	15 14.6%	6 5.8%	0 0.0%
	65～69歳	150 100.0%	90 60.0%	36 24.0%	13 8.7%	7 4.7%	4 2.7%
	70～79歳	208 100.0%	138 66.3%	40 19.2%	11 5.3%	8 3.8%	11 5.3%
	80～89歳	164 100.0%	106 64.6%	19 11.6%	13 7.9%	7 4.3%	19 11.6%
	90歳以上	23 100.0%	16 69.6%	2 8.7%	2 8.7%	0 0.0%	3 13.0%
	女	1116 100.0%	556 49.8%	295 26.4%	124 11.1%	44 3.9%	97 8.7%
	20～29歳	30 100.0%	13 43.3%	12 40.0%	4 13.3%	0 0.0%	1 3.3%
30～39歳	49 100.0%	25 51.0%	21 42.9%	3 6.1%	0 0.0%	0 0.0%	
40～49歳	90 100.0%	34 37.8%	32 35.6%	19 21.1%	4 4.4%	1 1.1%	
50～59歳	145 100.0%	58 40.0%	49 33.8%	31 21.4%	6 4.1%	1 0.7%	
60～64歳	111 100.0%	45 40.5%	42 37.8%	12 10.8%	7 6.3%	5 4.5%	
65～69歳	149 100.0%	72 48.3%	52 34.9%	15 10.1%	4 2.7%	6 4.0%	
70～79歳	267 100.0%	147 55.1%	54 20.2%	23 8.6%	11 4.1%	32 12.0%	
80～89歳	240 100.0%	142 59.2%	31 12.9%	14 5.8%	8 3.3%	45 18.8%	
90歳以上	35 100.0%	20 57.1%	2 5.7%	3 8.6%	4 11.4%	6 17.1%	



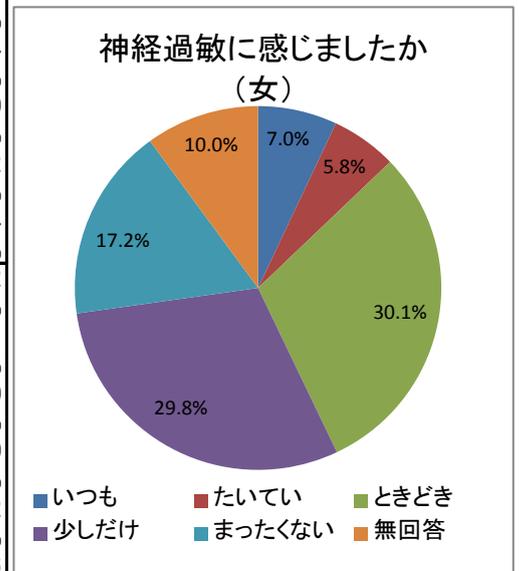
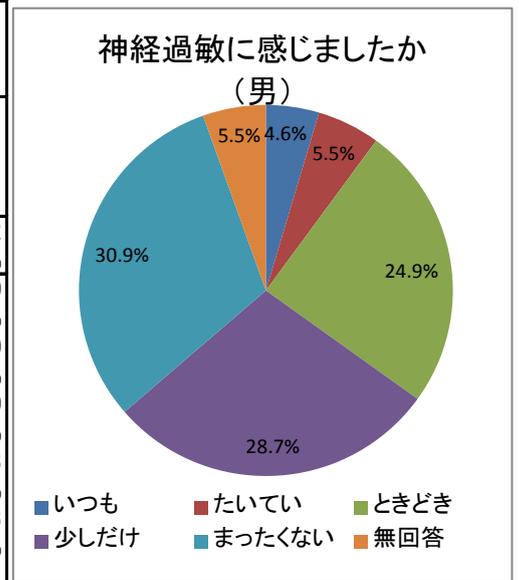
		問20. あなたの1日の睡眠時間は、平均(最近1か月間)して何時間ぐらいですか											
上段:実績 下段:横%		合計	3時間 以下	4時間	5時間	6時間	7時間	8時間	9時間	10時間	11時間	12時間 以上	無回答
全体		2032 100.0%	5 0.2%	50 2.5%	245 12.1%	523 25.7%	535 26.3%	388 19.1%	66 3.2%	27 1.3%	1 0.0%	7 0.3%	185 9.1%
性	男	916 100.0%	4 0.4%	24 2.6%	95 10.4%	219 23.9%	251 27.4%	197 21.5%	42 4.6%	17 1.9%	1 0.1%	5 0.5%	61 6.7%
	20~29歳	27 100.0%	0 0.0%	1 3.7%	2 7.4%	9 33.3%	11 40.7%	3 11.1%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 3.7%
	30~39歳	46 100.0%	0 0.0%	3 6.5%	8 17.4%	20 43.5%	8 17.4%	5 10.9%	1 2.2%	1 2.2%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
	40~49歳	77 100.0%	0 0.0%	2 2.6%	14 18.2%	24 31.2%	19 24.7%	15 19.5%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	3 3.9%
	50~59歳	118 100.0%	2 1.7%	3 2.5%	18 15.3%	36 30.5%	43 36.4%	10 8.5%	1 0.8%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	5 4.2%
	60~64歳	103 100.0%	0 0.0%	4 3.9%	14 13.6%	34 33.0%	26 25.2%	21 20.4%	3 2.9%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 1.0%
	65~69歳	150 100.0%	0 0.0%	3 3.9%	16 13.6%	40 33.0%	39 25.2%	35 20.4%	6 2.9%	3 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	8 5.3%
	70~79歳	208 100.0%	0 0.0%	5 2.0%	12 10.7%	36 26.7%	62 26.0%	60 23.3%	13 4.0%	3 2.0%	0 0.0%	4 0.0%	13 5.3%
	80~89歳	164 100.0%	1 0.6%	3 1.8%	10 6.1%	19 11.6%	37 22.6%	44 26.8%	15 9.1%	7 4.3%	1 0.6%	1 0.6%	26 15.9%
	90歳以上	23 100.0%	1 4.3%	0 0.0%	1 4.3%	1 4.3%	6 26.1%	4 17.4%	3 13.0%	3 13.0%	0 0.0%	0 0.0%	4 17.4%
	女	1116 100.0%	1 0.1%	26 2.3%	150 13.4%	304 27.2%	284 25.4%	191 17.1%	24 2.2%	10 0.9%	0 0.0%	2 0.2%	124 11.1%
	20~29歳	30 100.0%	0 0.0%	1 3.3%	6 20.0%	9 30.0%	6 20.0%	4 13.3%	3 10.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 3.3%
	30~39歳	49 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	7 14.3%	19 38.8%	10 20.4%	13 26.5%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
	40~49歳	90 100.0%	0 0.0%	6 6.7%	22 24.4%	28 31.1%	20 22.2%	12 13.3%	1 1.1%	1 1.1%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
50~59歳	145 100.0%	0 0.0%	1 0.7%	33 22.8%	58 40.0%	37 25.5%	14 9.7%	1 0.7%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 0.7%	
60~64歳	111 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	18 16.2%	38 34.2%	36 32.4%	9 8.1%	0 0.0%	1 0.9%	0 0.0%	0 0.0%	9 8.1%	
65~69歳	149 100.0%	0 0.0%	3 2.0%	17 11.4%	58 38.9%	41 27.5%	19 12.8%	1 0.7%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	10 6.7%	
70~79歳	267 100.0%	1 0.4%	10 3.7%	26 9.7%	58 21.7%	83 31.1%	51 19.1%	1 0.4%	0 0.0%	0 0.0%	1 0.4%	36 13.5%	
80~89歳	240 100.0%	0 0.0%	5 2.1%	20 8.3%	34 14.2%	47 19.6%	59 24.6%	11 4.6%	6 2.5%	0 0.0%	0 0.0%	58 24.2%	
90歳以上	35 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 2.9%	2 5.7%	4 11.4%	10 28.6%	6 17.1%	2 5.7%	2 5.7%	1 2.9%	9 25.7%	



		問21. あなたは、ふだん何時ごろ寝ますか									
上段:実績 下段:横%		合計	20時以前	20時台	21時台	22時台	23時台	24時台	1時台	2時以降	無回答
全体		2032 100.0%	96 4.7%	134 6.6%	381 18.8%	577 28.4%	453 22.3%	163 8.0%	56 2.8%	17 0.8%	155 7.6%
性	男	916 100.0%	55 6.0%	84 9.2%	188 20.5%	255 27.8%	184 20.1%	69 7.5%	22 2.4%	11 1.2%	48 5.2%
	20～29歳	27 100.0%	0 0.0%	1 3.7%	2 7.4%	6 22.2%	7 25.9%	8 29.6%	2 7.4%	1 3.7%	0 0.0%
	30～39歳	46 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	6 13.0%	9 19.6%	18 39.1%	6 13.0%	6 13.0%	1 2.2%	0 0.0%
	40～49歳	77 100.0%	0 0.0%	1 1.3%	6 7.8%	20 26.0%	25 32.5%	13 16.9%	4 5.2%	4 5.2%	4 5.2%
	50～59歳	118 100.0%	0 0.0%	4 3.4%	16 13.6%	32 27.1%	44 37.3%	11 9.3%	4 3.4%	2 1.7%	5 4.2%
	60～64歳	103 100.0%	2 1.9%	8 7.8%	18 17.5%	36 35.0%	27 26.2%	9 8.7%	1 1.0%	2 1.9%	0 0.0%
	65～69歳	150 100.0%	9 6.0%	16 10.7%	37 24.7%	43 28.7%	26 17.3%	12 8.0%	3 2.0%	0 0.0%	4 2.7%
	70～79歳	208 100.0%	17 8.2%	24 11.5%	52 25.0%	70 33.7%	24 11.5%	9 4.3%	1 0.5%	0 0.0%	11 5.3%
	80～89歳	164 100.0%	27 16.5%	24 14.6%	44 26.8%	37 22.6%	11 6.7%	1 0.6%	1 0.6%	0 0.0%	19 11.6%
	90歳以上	23 100.0%	0 0.0%	6 26.1%	7 30.4%	2 8.7%	2 8.7%	0 0.0%	0 0.0%	1 4.3%	5 21.7%
	女	1116 100.0%	41 3.7%	50 4.5%	193 17.3%	322 28.9%	269 24.1%	94 8.4%	34 3.0%	6 0.5%	107 9.6%
	20～29歳	30 100.0%	0 0.0%	1 3.3%	0 0.0%	8 26.7%	7 23.3%	10 33.3%	3 10.0%	0 0.0%	1 3.3%
	30～39歳	49 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	6 12.2%	18 36.7%	17 34.7%	6 12.2%	2 4.1%	0 0.0%	0 0.0%
40～49歳	90 100.0%	0 0.0%	2 2.2%	7 7.8%	22 24.4%	32 35.6%	14 15.6%	10 11.1%	3 3.3%	0 0.0%	
50～59歳	145 100.0%	0 0.0%	3 2.1%	13 9.0%	35 24.1%	58 40.0%	27 18.6%	6 4.1%	1 0.7%	2 1.4%	
60～64歳	111 100.0%	1 0.9%	4 3.6%	8 7.2%	36 32.4%	31 27.9%	18 16.2%	5 4.5%	1 0.9%	7 6.3%	
65～69歳	149 100.0%	0 0.0%	5 3.4%	22 14.8%	52 34.9%	50 33.6%	8 5.4%	5 3.4%	0 0.0%	7 4.7%	
70～79歳	267 100.0%	13 4.9%	15 5.6%	61 22.8%	84 31.5%	48 18.0%	10 3.7%	2 0.7%	0 0.0%	34 12.7%	
80～89歳	240 100.0%	21 8.8%	15 6.3%	66 27.5%	65 27.1%	23 9.6%	1 0.4%	1 0.4%	1 0.4%	47 19.6%	
90歳以上	35 100.0%	6 17.1%	5 14.3%	10 28.6%	2 5.7%	3 8.6%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	9 25.7%	

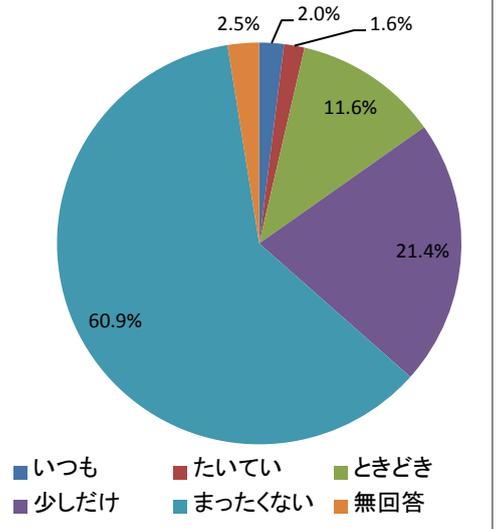


上段:実績 下段:横%		問22. 過去1か月間のこころの健康状態について ア. 神経過敏に感じましたか						
		合計	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったく	無回答
全体		2032 100.0%	120 5.9%	115 5.7%	564 27.8%	596 29.3%	475 23.4%	162 8.0%
性	男	916 100.0%	42 4.6%	50 5.5%	228 24.9%	263 28.7%	283 30.9%	50 5.5%
	20~29歳	27 100.0%	2 7.4%	2 7.4%	5 18.5%	4 14.8%	14 51.9%	0 0.0%
	30~39歳	46 100.0%	4 8.7%	1 2.2%	11 23.9%	11 23.9%	19 41.3%	0 0.0%
	40~49歳	77 100.0%	2 2.6%	5 6.5%	25 32.5%	22 28.6%	20 26.0%	3 3.9%
	50~59歳	118 100.0%	5 4.2%	11 9.3%	26 22.0%	28 23.7%	42 35.6%	6 5.1%
	60~64歳	103 100.0%	4 3.9%	4 3.9%	18 17.5%	38 36.9%	38 36.9%	1 1.0%
	65~69歳	150 100.0%	9 6.0%	7 4.7%	30 20.0%	51 34.0%	49 32.7%	4 2.7%
	70~79歳	208 100.0%	4 1.9%	12 5.8%	60 28.8%	61 29.3%	61 29.3%	10 4.8%
	80~89歳	164 100.0%	10 6.1%	7 4.3%	45 27.4%	45 27.4%	35 21.3%	22 13.4%
	90歳以上	23 100.0%	2 8.7%	1 4.3%	8 34.8%	3 13.0%	5 21.7%	4 17.4%
	別	女	1116 100.0%	78 7.0%	65 5.8%	336 30.1%	333 29.8%	192 17.2%
20~29歳		30 100.0%	1 3.3%	4 13.3%	7 23.3%	5 16.7%	12 40.0%	1 3.3%
30~39歳		49 100.0%	3 6.1%	9 18.4%	11 22.4%	14 28.6%	12 24.5%	0 0.0%
40~49歳		90 100.0%	6 6.7%	14 15.6%	27 30.0%	23 25.6%	20 22.2%	0 0.0%
50~59歳		145 100.0%	14 9.7%	10 6.9%	52 35.9%	41 28.3%	26 17.9%	2 1.4%
60~64歳		111 100.0%	10 9.0%	4 3.6%	31 27.9%	36 32.4%	24 21.6%	6 5.4%
65~69歳		149 100.0%	6 4.0%	6 4.0%	48 32.2%	54 36.2%	29 19.5%	6 4.0%
70~79歳		267 100.0%	20 7.5%	11 4.1%	80 30.0%	86 32.2%	32 12.0%	38 14.2%
80~89歳		240 100.0%	18 7.5%	6 2.5%	69 28.8%	62 25.8%	33 13.8%	52 21.7%
90歳以上		35 100.0%	0 0.0%	1 2.9%	11 31.4%	12 34.3%	4 11.4%	7 20.0%

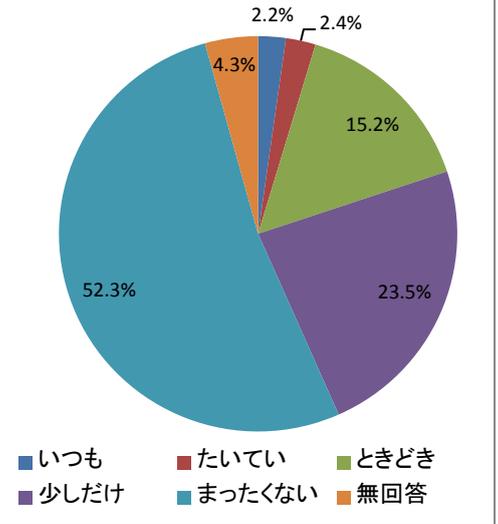


上段:実績 下段:横%		問22. 過去1か月間のこころの健康状態について イ. 絶望的だと感じましたか						
		合計	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったく	無回答
全体		2032 100.0%	43 2.1%	42 2.1%	276 13.6%	458 22.5%	1142 56.2%	71 3.5%
性	男	916 100.0%	18 2.0%	15 1.6%	106 11.6%	196 21.4%	558 60.9%	23 2.5%
	20~29歳	27 100.0%	0 0.0%	2 7.4%	2 7.4%	3 11.1%	20 74.1%	0 0.0%
	30~39歳	46 100.0%	2 4.3%	4 8.7%	4 8.7%	8 17.4%	28 60.9%	0 0.0%
	40~49歳	77 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	13 16.9%	16 20.8%	48 62.3%	0 0.0%
	50~59歳	118 100.0%	3 2.5%	3 2.5%	12 10.2%	21 17.8%	76 64.4%	3 2.5%
	60~64歳	103 100.0%	0 0.0%	1 1.0%	7 6.8%	22 21.4%	72 69.9%	1 1.0%
	65~69歳	150 100.0%	1 0.7%	1 0.7%	18 12.0%	29 19.3%	100 66.7%	1 0.7%
	70~79歳	208 100.0%	5 2.4%	1 0.5%	22 10.6%	50 24.0%	124 59.6%	6 2.9%
	80~89歳	164 100.0%	6 3.7%	3 1.8%	23 14.0%	42 25.6%	79 48.2%	11 6.7%
	90歳以上	23 100.0%	1 4.3%	0 0.0%	5 21.7%	5 21.7%	11 47.8%	1 4.3%
	女	1116 100.0%	25 2.2%	27 2.4%	170 15.2%	262 23.5%	584 52.3%	48 4.3%
	20~29歳	30 100.0%	0 0.0%	2 6.7%	5 16.7%	8 26.7%	15 50.0%	0 0.0%
30~39歳	49 100.0%	1 2.0%	3 6.1%	6 12.2%	10 20.4%	29 59.2%	0 0.0%	
40~49歳	90 100.0%	2 2.2%	2 2.2%	11 12.2%	16 17.8%	59 65.6%	0 0.0%	
50~59歳	145 100.0%	0 0.0%	5 3.4%	18 12.4%	33 22.8%	88 60.7%	1 0.7%	
60~64歳	111 100.0%	0 0.0%	5 4.5%	10 9.0%	27 24.3%	68 61.3%	1 0.9%	
65~69歳	149 100.0%	1 0.7%	0 0.0%	12 8.1%	35 23.5%	98 65.8%	3 2.0%	
70~79歳	267 100.0%	7 2.6%	6 2.2%	44 16.5%	62 23.2%	129 48.3%	19 7.1%	
80~89歳	240 100.0%	12 5.0%	2 0.8%	56 23.3%	62 25.8%	86 35.8%	22 9.2%	
90歳以上	35 100.0%	2 5.7%	2 5.7%	8 22.9%	9 25.7%	12 34.3%	2 5.7%	

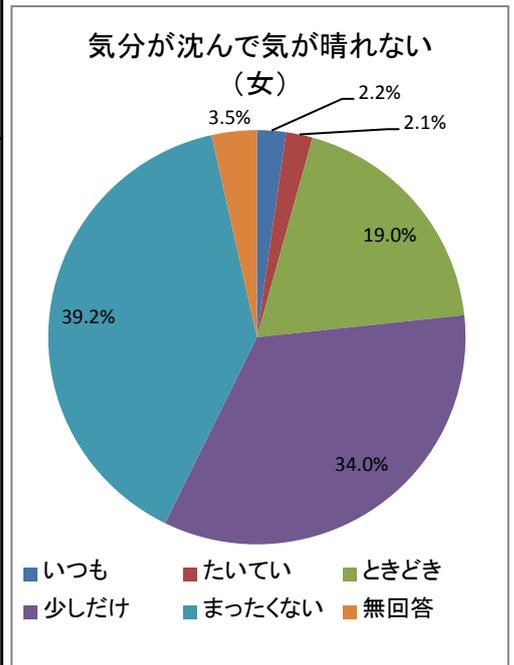
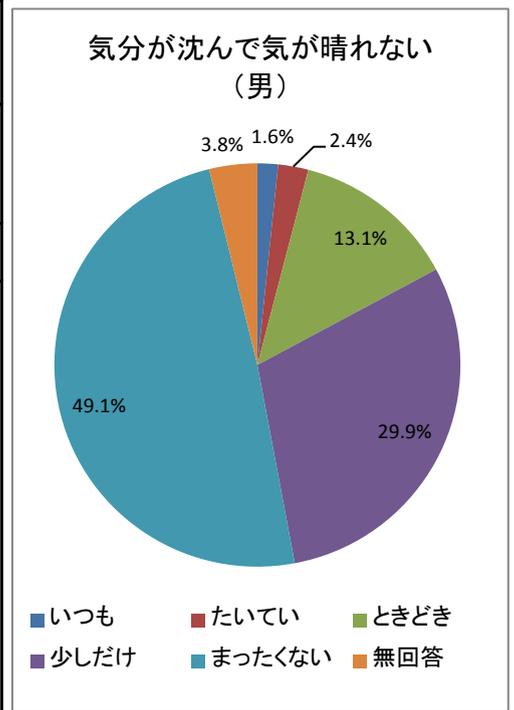
絶望的だと感じましたか(男)



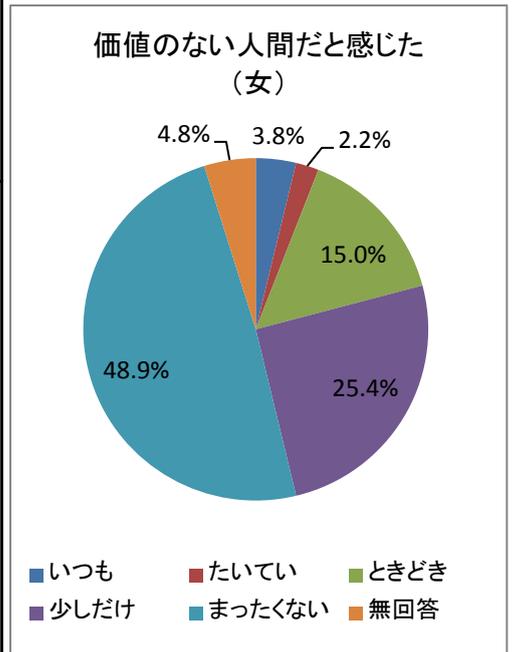
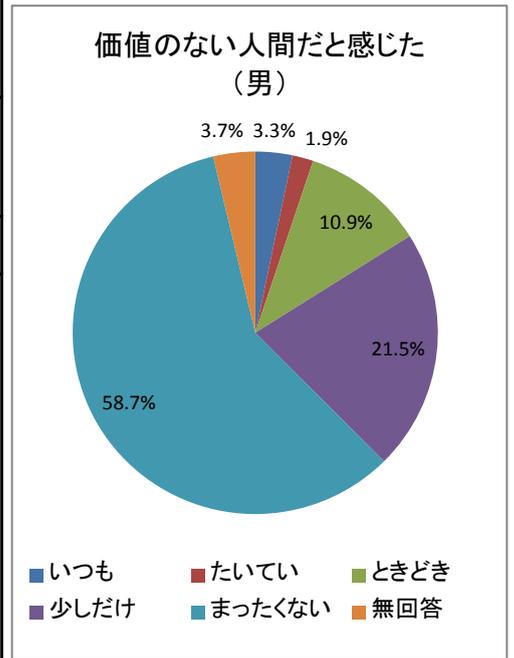
絶望的だと感じましたか(女)



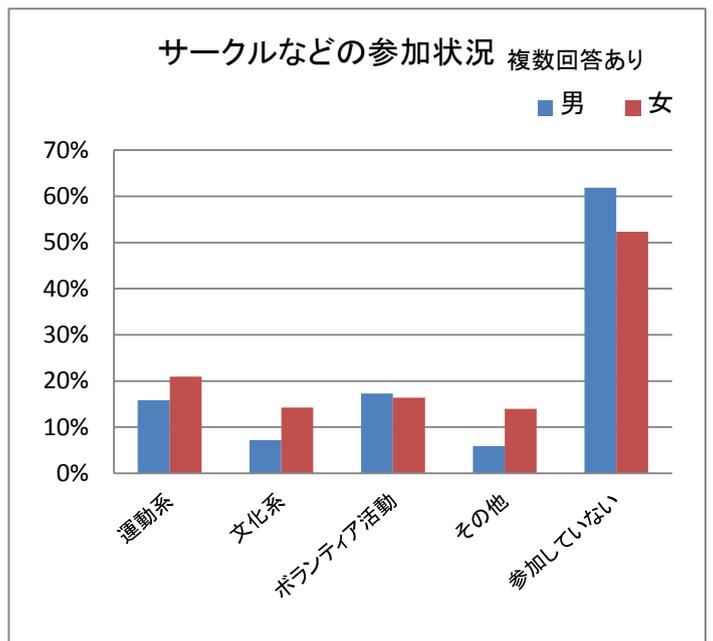
上段:実績 下段:横%		問22. 過去1か月間のこころの健康状態について ウ. 気分が沈み込んで、何が起ころても気分が晴れないように感じましたか							
		合計	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったく	無回答	
全体		2032 100.0%	40 2.0%	45 2.2%	332 16.3%	653 32.1%	888 43.7%	74 3.6%	
性	男	916 100.0%	15 1.6%	22 2.4%	120 13.1%	274 29.9%	450 49.1%	35 3.8%	
	20~29歳	27 100.0%	1 3.7%	1 3.7%	3 11.1%	7 25.9%	15 55.6%	0 0.0%	
	30~39歳	46 100.0%	2 4.3%	2 4.3%	6 13.0%	14 30.4%	22 47.8%	0 0.0%	
	40~49歳	77 100.0%	1 1.3%	2 2.6%	13 16.9%	22 28.6%	38 49.4%	1 1.3%	
	50~59歳	118 100.0%	4 3.4%	2 1.7%	16 13.6%	33 28.0%	59 50.0%	4 3.4%	
	60~64歳	103 100.0%	2 1.9%	0 0.0%	12 11.7%	30 29.1%	58 56.3%	1 1.0%	
	65~69歳	150 100.0%	1 0.7%	3 2.0%	19 12.7%	47 31.3%	79 52.7%	1 0.7%	
	70~79歳	208 100.0%	0 0.0%	3 1.4%	29 13.9%	69 33.2%	97 46.6%	10 4.8%	
	80~89歳	164 100.0%	3 1.8%	8 4.9%	19 11.6%	47 28.7%	73 44.5%	14 8.5%	
	90歳以上	23 100.0%	1 4.3%	1 4.3%	3 13.0%	5 21.7%	9 39.1%	4 17.4%	
	別	女	1116 100.0%	25 2.2%	23 2.1%	212 19.0%	379 34.0%	438 39.2%	39 3.5%
		20~29歳	30 100.0%	1 3.3%	3 10.0%	10 33.3%	8 26.7%	8 26.7%	0 0.0%
30~39歳		49 100.0%	3 6.1%	1 2.0%	14 28.6%	8 16.3%	23 46.9%	0 0.0%	
40~49歳		90 100.0%	4 4.4%	0 0.0%	18 20.0%	33 36.7%	35 38.9%	0 0.0%	
50~59歳		145 100.0%	2 1.4%	6 4.1%	24 16.6%	53 36.6%	60 41.4%	0 0.0%	
60~64歳		111 100.0%	3 2.7%	3 2.7%	18 16.2%	42 37.8%	43 38.7%	2 1.8%	
65~69歳		149 100.0%	2 1.3%	3 2.0%	18 12.1%	54 36.2%	71 47.7%	1 0.7%	
70~79歳		267 100.0%	1 0.4%	4 1.5%	45 16.9%	92 34.5%	109 40.8%	16 6.0%	
80~89歳		240 100.0%	9 3.8%	3 1.3%	60 25.0%	71 29.6%	81 33.8%	16 6.7%	
90歳以上		35 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	5 14.3%	18 51.4%	8 22.9%	4 11.4%	



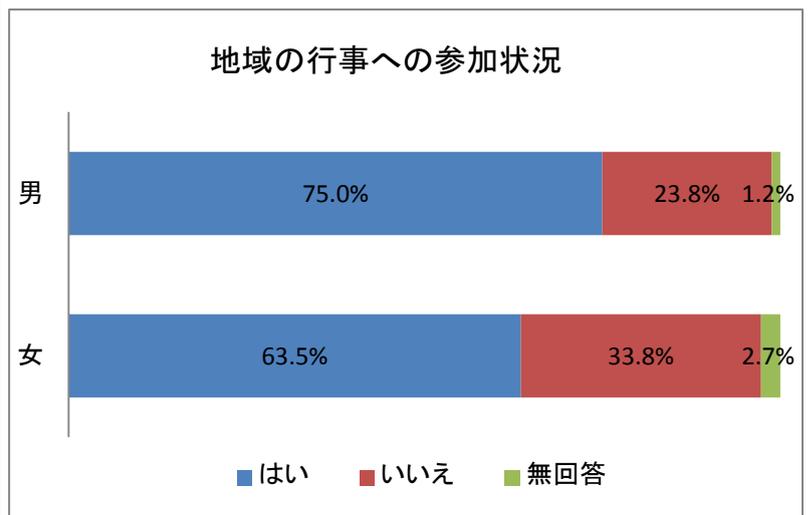
上段:実績 下段:横%		問22. 過去1か月間のこころの健康状態について エ. 自分は価値のない人間だと感じましたか							
		合計	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったく	無回答	
全体		2032 100.0%	72 3.5%	41 2.0%	267 13.1%	480 23.6%	1084 53.3%	88 4.3%	
性	男	916 100.0%	30 3.3%	17 1.9%	100 10.9%	197 21.5%	538 58.7%	34 3.7%	
	20～29歳	27 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	2 7.4%	8 29.6%	17 63.0%	0 0.0%	
	30～39歳	46 100.0%	6 13.0%	0 0.0%	5 10.9%	5 10.9%	29 63.0%	1 2.2%	
	40～49歳	77 100.0%	2 2.6%	3 3.9%	9 11.7%	15 19.5%	47 61.0%	1 1.3%	
	50～59歳	118 100.0%	4 3.4%	2 1.7%	15 12.7%	20 16.9%	73 61.9%	4 3.4%	
	60～64歳	103 100.0%	0 0.0%	2 1.9%	10 9.7%	19 18.4%	71 68.9%	1 1.0%	
	65～69歳	150 100.0%	4 2.7%	3 2.0%	16 10.7%	26 17.3%	100 66.7%	1 0.7%	
	70～79歳	208 100.0%	3 1.4%	2 1.0%	19 9.1%	54 26.0%	120 57.7%	10 4.8%	
	80～89歳	164 100.0%	9 5.5%	4 2.4%	22 13.4%	47 28.7%	71 43.3%	11 6.7%	
	90歳以上	23 100.0%	2 8.7%	1 4.3%	2 8.7%	3 13.0%	10 43.5%	5 21.7%	
	別	女	1116 100.0%	42 3.8%	24 2.2%	167 15.0%	283 25.4%	546 48.9%	54 4.8%
		20～29歳	30 100.0%	2 6.7%	2 6.7%	8 26.7%	5 16.7%	13 43.3%	0 0.0%
30～39歳		49 100.0%	1 2.0%	3 6.1%	9 18.4%	10 20.4%	26 53.1%	0 0.0%	
40～49歳		90 100.0%	4 4.4%	3 3.3%	12 13.3%	28 31.1%	43 47.8%	0 0.0%	
50～59歳		145 100.0%	3 2.1%	3 2.1%	19 13.1%	35 24.1%	85 58.6%	0 0.0%	
60～64歳		111 100.0%	2 1.8%	4 3.6%	11 9.9%	30 27.0%	61 55.0%	3 2.7%	
65～69歳		149 100.0%	2 1.3%	2 1.3%	12 8.1%	29 19.5%	103 69.1%	1 0.7%	
70～79歳		267 100.0%	7 2.6%	3 1.1%	36 13.5%	71 26.6%	129 48.3%	21 7.9%	
80～89歳		240 100.0%	19 7.9%	4 1.7%	50 20.8%	66 27.5%	75 31.3%	26 10.8%	
90歳以上		35 100.0%	2 5.7%	0 0.0%	10 28.6%	9 25.7%	11 31.4%	3 8.6%	



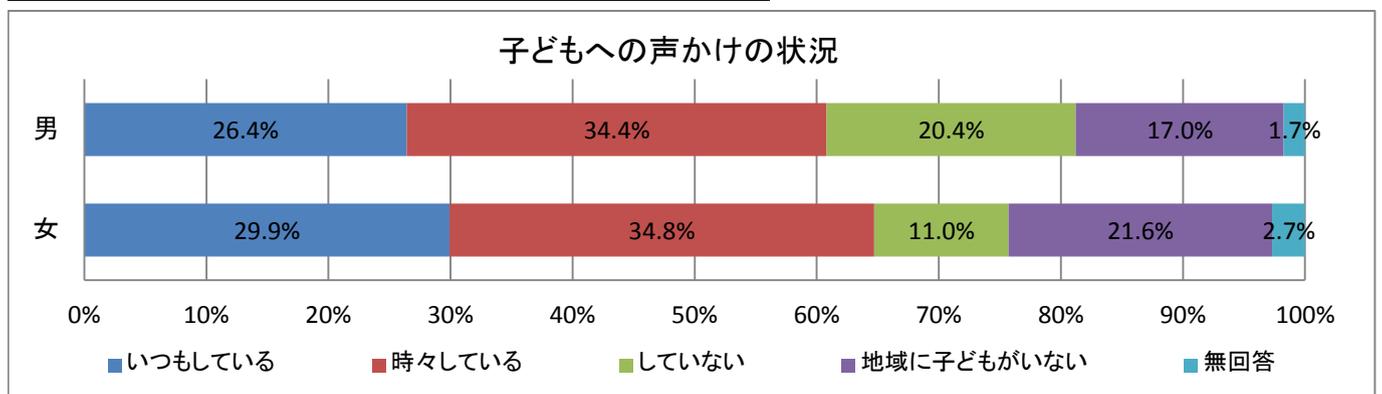
		問23. あなたは、サークル、クラブ、教室、ボランティアなどに参加していますか					
		運動系に属するものに参加している	文化系に属するものに参加している	ボランティア活動を行うものに参加している	上記以外のサークル、クラブ、教室に参加している	特に参加していない	
上段:実績 下段:横%							
全体		379 18.7%	225 11.1%	341 16.8%	210 10.3%	1151 56.6%	
性	男	145 15.8%	66 7.2%	158 17.2%	54 5.9%	567 61.9%	
	20～29歳	9 33.3%	1 3.7%	0 0.0%	1 3.7%	17 63.0%	
	30～39歳	8 17.4%	1 2.2%	6 13.0%	2 4.3%	31 67.4%	
	40～49歳	21 27.3%	0 0.0%	9 11.7%	4 5.2%	47 61.0%	
	50～59歳	18 15.3%	6 5.1%	12 10.2%	3 2.5%	86 72.9%	
	60～64歳	12 11.7%	5 4.9%	18 17.5%	6 5.8%	67 65.0%	
	65～69歳	16 10.7%	13 8.7%	35 23.3%	12 8.0%	93 62.0%	
	70～79歳	34 16.3%	23 11.1%	51 24.5%	14 6.7%	115 55.3%	
	80～89歳	24 14.6%	14 8.5%	24 14.6%	11 6.7%	97 59.1%	
	90歳以上	3 13.0%	3 13.0%	3 13.0%	1 4.3%	14 60.9%	
	別	女	234 21.0%	159 14.2%	183 16.4%	156 14.0%	584 52.3%
		20～29歳	5 16.7%	2 6.7%	1 3.3%	2 6.7%	22 73.3%
30～39歳		8 16.3%	4 8.2%	2 4.1%	6 12.2%	32 65.3%	
40～49歳		17 18.9%	10 11.1%	9 10.0%	4 4.4%	55 61.1%	
50～59歳		29 20.0%	19 13.1%	25 17.2%	13 9.0%	78 53.8%	
60～64歳		14 12.6%	17 15.3%	17 15.3%	12 10.8%	61 55.0%	
65～69歳		31 20.8%	32 21.5%	40 26.8%	23 15.4%	76 51.0%	
70～79歳		77 28.8%	45 16.9%	67 25.1%	54 20.2%	110 41.2%	
80～89歳		49 20.4%	28 11.7%	21 8.8%	38 15.8%	130 54.2%	
90歳以上		4 11.4%	2 5.7%	1 2.9%	4 11.4%	20 57.1%	



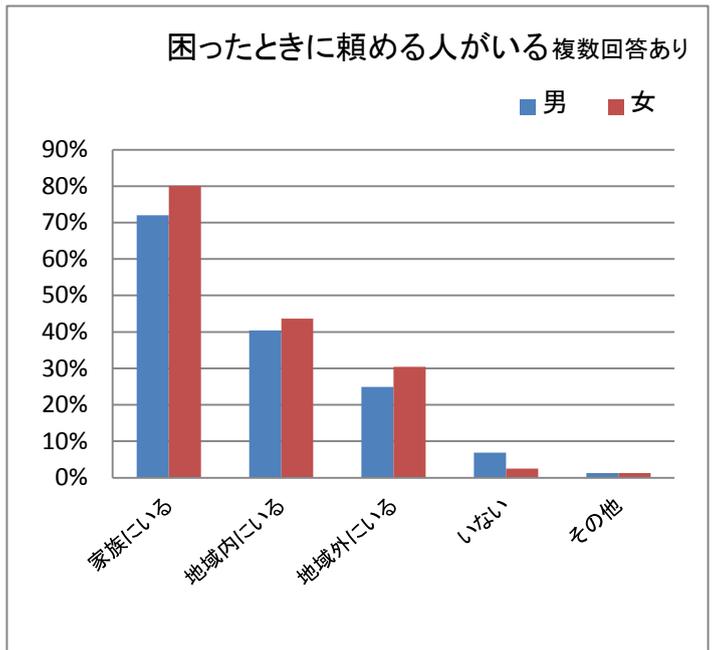
		問24. あなたは、地域の行事に参加していますか				
上段:実績 下段:横%		合計	はい	いいえ	無回答	
全体		2032 100.0%	1396 68.7%	595 29.3%	41 2.0%	
性	男	916 100.0%	687 75.0%	218 23.8%	11 1.2%	
	20～29歳	27 100.0%	13 48.1%	14 51.9%	0 0.0%	
	30～39歳	46 100.0%	33 71.7%	13 28.3%	0 0.0%	
	40～49歳	77 100.0%	53 68.8%	23 29.9%	1 1.3%	
	50～59歳	118 100.0%	92 78.0%	22 18.6%	4 3.4%	
	60～64歳	103 100.0%	83 80.6%	18 17.5%	2 1.9%	
	65～69歳	150 100.0%	126 84.0%	23 15.3%	1 0.7%	
	70～79歳	208 100.0%	164 78.8%	43 20.7%	1 0.5%	
	80～89歳	164 100.0%	113 68.9%	49 29.9%	2 1.2%	
	90歳以上	23 100.0%	10 43.5%	13 56.5%	0 0.0%	
	別	女	1116 100.0%	709 63.5%	377 33.8%	30 2.7%
		20～29歳	30 100.0%	12 40.0%	17 56.7%	1 3.3%
		30～39歳	49 100.0%	30 61.2%	19 38.8%	0 0.0%
40～49歳		90 100.0%	56 62.2%	31 34.4%	3 3.3%	
50～59歳		145 100.0%	92 63.4%	52 35.9%	1 0.7%	
60～64歳		111 100.0%	77 69.4%	32 28.8%	2 1.8%	
65～69歳		149 100.0%	111 74.5%	37 24.8%	1 0.7%	
70～79歳		267 100.0%	199 74.5%	61 22.8%	7 2.6%	
80～89歳		240 100.0%	122 50.8%	104 43.3%	14 5.8%	
90歳以上		35 100.0%	10 28.6%	24 68.6%	1 2.9%	



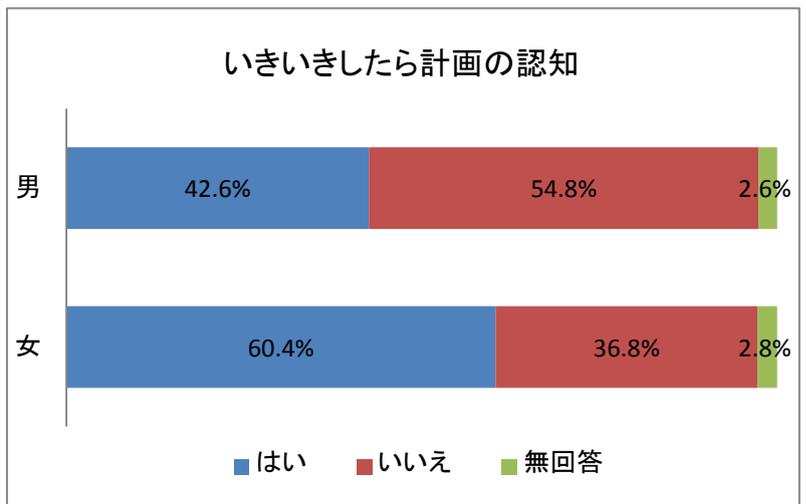
		問25. あなたは、地域の子どもに声かけ運動(あいさつなど)をしていますか						
上段:実績 下段:横%		合計	いつも している	時々し ている	してい ない	地域に 子ども がいない	無回答	
全体		2032 100.0%	576 28.3%	703 34.6%	310 15.3%	397 19.5%	46 2.3%	
性	男	916 100.0%	242 26.4%	315 34.4%	187 20.4%	156 17.0%	16 1.7%	
	20～29歳	27 100.0%	0 0.0%	12 44.4%	12 44.4%	3 11.1%	0 0.0%	
	30～39歳	46 100.0%	15 32.6%	15 32.6%	12 26.1%	4 8.7%	0 0.0%	
	40～49歳	77 100.0%	22 28.6%	33 42.9%	15 19.5%	7 9.1%	0 0.0%	
	50～59歳	118 100.0%	21 17.8%	48 40.7%	28 23.7%	18 15.3%	3 2.5%	
	60～64歳	103 100.0%	26 25.2%	31 30.1%	25 24.3%	19 18.4%	2 1.9%	
	65～69歳	150 100.0%	43 28.7%	51 34.0%	26 17.3%	26 17.3%	4 2.7%	
	70～79歳	208 100.0%	74 35.6%	68 32.7%	32 15.4%	33 15.9%	1 0.5%	
	80～89歳	164 100.0%	36 22.0%	51 31.1%	31 18.9%	41 25.0%	5 3.0%	
	90歳以上	23 100.0%	5 21.7%	6 26.1%	6 26.1%	5 21.7%	1 4.3%	
	別	女	1116 100.0%	334 29.9%	388 34.8%	123 11.0%	241 21.6%	30 2.7%
		20～29歳	30 100.0%	8 26.7%	9 30.0%	7 23.3%	5 16.7%	1 3.3%
		30～39歳	49 100.0%	18 36.7%	20 40.8%	8 16.3%	3 6.1%	0 0.0%
40～49歳		90 100.0%	39 43.3%	31 34.4%	14 15.6%	4 4.4%	2 2.2%	
50～59歳		145 100.0%	38 26.2%	55 37.9%	21 14.5%	30 20.7%	1 0.7%	
60～64歳		111 100.0%	38 34.2%	38 34.2%	13 11.7%	21 18.9%	1 0.9%	
65～69歳		149 100.0%	46 30.9%	54 36.2%	12 8.1%	34 22.8%	3 2.0%	
70～79歳		267 100.0%	90 33.7%	94 35.2%	16 6.0%	59 22.1%	8 3.0%	
80～89歳		240 100.0%	53 22.1%	76 31.7%	24 10.0%	73 30.4%	14 5.8%	
90歳以上		35 100.0%	4 11.4%	11 31.4%	8 22.9%	12 34.3%	0 0.0%	



		問26. あなたは、困ったときに頼める人がいますか					
		家族に いる	地域内 にいる	地域外 にいる	いない	その他	
上段:実績 下段:横%							
全体		1554 76.5%	857 42.2%	568 28.0%	91 4.5%	26 1.3%	
性	男	660 72.1%	370 40.4%	228 24.9%	63 6.9%	12 1.3%	
	20～29歳	21 77.8%	11 40.7%	9 33.3%	1 3.7%	1 3.7%	
	30～39歳	39 84.8%	20 43.5%	17 37.0%	3 6.5%	0 0.0%	
	40～49歳	57 74.0%	21 27.3%	20 26.0%	6 7.8%	0 0.0%	
	50～59歳	82 69.5%	44 37.3%	23 19.5%	10 8.5%	3 2.5%	
	60～64歳	70 68.0%	43 41.7%	29 28.2%	9 8.7%	3 2.9%	
	65～69歳	109 72.7%	75 50.0%	39 26.0%	12 8.0%	2 1.3%	
	70～79歳	150 72.1%	85 40.9%	51 24.5%	15 7.2%	1 0.5%	
	80～89歳	117 71.3%	64 39.0%	33 20.1%	6 3.7%	2 1.2%	
	90歳以上	15 65.2%	7 30.4%	7 30.4%	1 4.3%	0 0.0%	
	別	女	894 80.1%	487 43.6%	340 30.5%	28 2.5%	14 1.3%
		20～29歳	24 80.0%	11 36.7%	12 40.0%	1 3.3%	1 3.3%
30～39歳		45 91.8%	26 53.1%	23 46.9%	0 0.0%	0 0.0%	
40～49歳		77 85.6%	41 45.6%	44 48.9%	1 1.1%	0 0.0%	
50～59歳		129 89.0%	62 42.8%	39 26.9%	4 2.8%	3 2.1%	
60～64歳		86 77.5%	41 36.9%	36 32.4%	5 4.5%	3 2.7%	
65～69歳		127 85.2%	64 43.0%	46 30.9%	4 2.7%	3 2.0%	
70～79歳		209 78.3%	116 43.4%	78 29.2%	8 3.0%	1 0.4%	
80～89歳		174 72.5%	107 44.6%	53 22.1%	5 2.1%	1 0.4%	
90歳以上		23 65.7%	19 54.3%	9 25.7%	0 0.0%	2 5.7%	



		問27. あなたは、設楽町の健康づくり計画「いきいきしたら計画」を知っていますか			
上段:実績 下段:横%		合計	はい	いいえ	無回答
全体		2032	1064	913	55
		100.0%	52.4%	44.9%	2.7%
性	男	916	390	502	24
		100.0%	42.6%	54.8%	2.6%
	20～29歳	27	4	23	0
		100.0%	14.8%	85.2%	0.0%
	30～39歳	46	17	27	2
		100.0%	37.0%	58.7%	4.3%
	40～49歳	77	35	42	0
		100.0%	45.5%	54.5%	0.0%
	50～59歳	118	45	68	5
		100.0%	38.1%	57.6%	4.2%
	60～64歳	103	35	65	3
		100.0%	34.0%	63.1%	2.9%
	65～69歳	150	64	84	2
	100.0%	42.7%	56.0%	1.3%	
70～79歳	208	105	99	4	
	100.0%	50.5%	47.6%	1.9%	
80～89歳	164	76	80	8	
	100.0%	46.3%	48.8%	4.9%	
90歳以上	23	9	14	0	
	100.0%	39.1%	60.9%	0.0%	
別	女	1116	674	411	31
		100.0%	60.4%	36.8%	2.8%
	20～29歳	30	13	17	0
		100.0%	43.3%	56.7%	0.0%
	30～39歳	49	23	25	1
		100.0%	46.9%	51.0%	2.0%
	40～49歳	90	66	23	1
		100.0%	73.3%	25.6%	1.1%
	50～59歳	145	86	57	2
		100.0%	59.3%	39.3%	1.4%
	60～64歳	111	61	48	2
		100.0%	55.0%	43.2%	1.8%
	65～69歳	149	101	46	2
	100.0%	67.8%	30.9%	1.3%	
70～79歳	267	173	87	7	
	100.0%	64.8%	32.6%	2.6%	
80～89歳	240	135	90	15	
	100.0%	56.3%	37.5%	6.3%	
90歳以上	35	16	18	1	
	100.0%	45.7%	51.4%	2.9%	



小学生・中学生 健康な生活のための調査結果

1. 調査の設定

- (1) 調査対象 町内小中学生(小学3年生から中学3年生まで)
- (2) 調査方法 学校を通して配布・回収
- (3) 調査時期 平成29年9月5日から9月8日

2. 回収結果

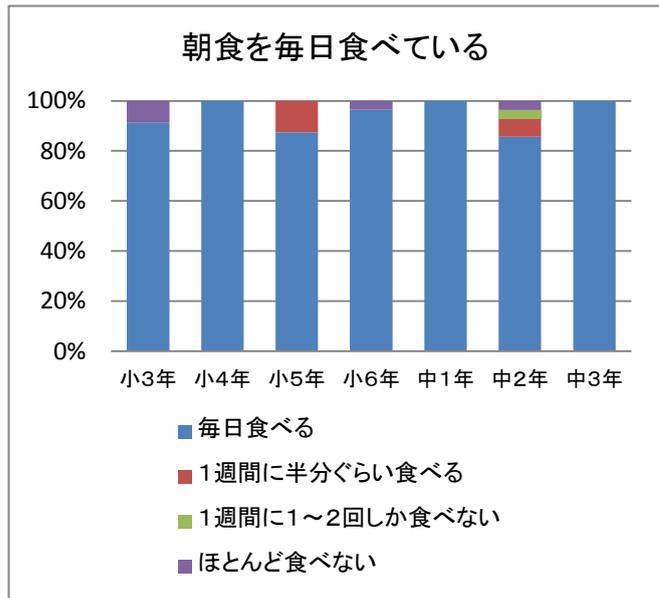
- (1) 配布人数 小学生103人・中学生84人
- (2) 回収数・率 小学生103人(100%)・中学生84人(100%)

学年	配布数	回収数	回収率
3年生	23	23	100%
4年生	27	27	100%
5年生	24	24	100%
6年生	29	29	100%
合計	103	103	100%

学年	配布数	回収数	回収率
中1年	24	24	100%
中2年	28	28	100%
中3年	32	32	100%
合計	84	84	100%

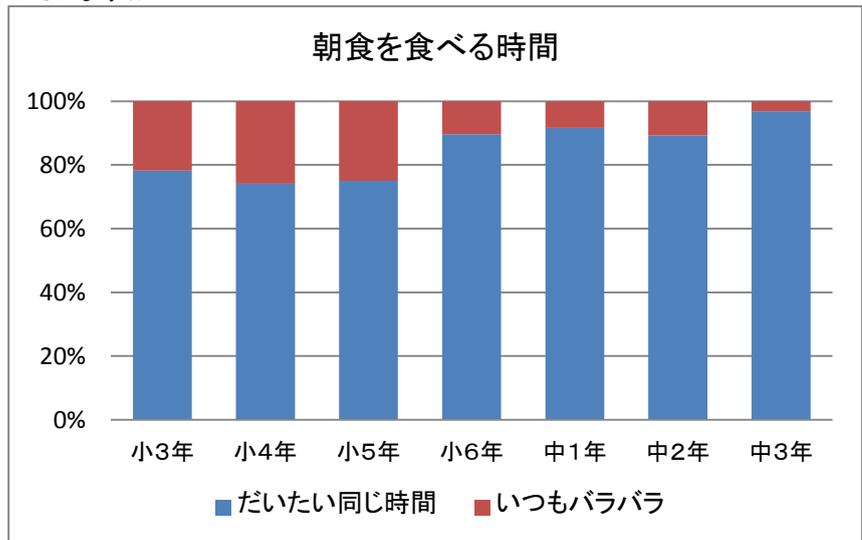
問1. 朝ご飯は、毎日食べますか

	毎日食べる	1週間に半分ぐらい食べる	1週間に1~2回しか食べない	ほとんど食べない
平成24年度	99.3%	—	—	—
小3~6年全体 (%)	97	3	0	3
	94.2%	2.9%	0.0%	2.9%
小3年	21	0	0	2
小4年	27	0	0	0
小5年	21	3	0	0
小6年	28	0	0	1
平成24年度	92.4	—	—	—
中1~3年全体 (%)	80	2	1	1
	95.2%	2.4%	1.2%	1.2%
中1年	24	0	0	0
中2年	24	2	1	1
中3年	32	0	0	0



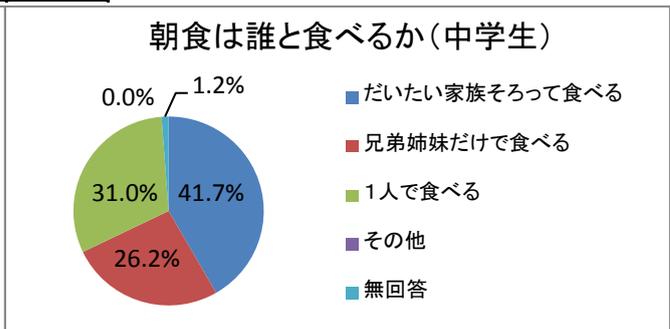
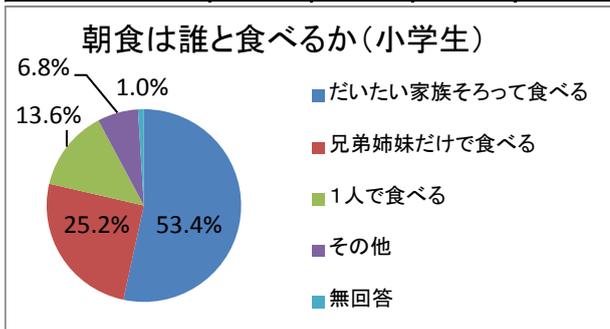
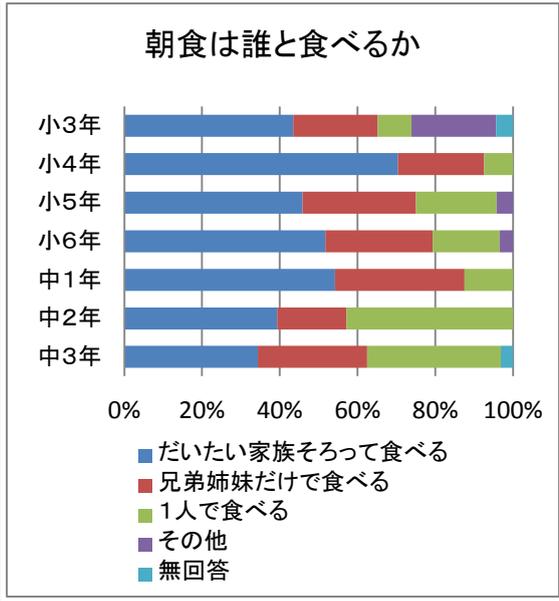
問2. 朝ご飯の時間は、だいたい決まっていますか

	だいたい同じ時間	いつもバラバラ
平成24年度	91.9%	—
小3~6年全体 (%)	82	21
	79.6%	20.4%
小3年	18	5
小4年	20	7
小5年	18	6
小6年	26	3
平成24年度	90.8%	—
中1~3年全体 (%)	78	6
	92.9%	7.1%
中1年	22	2
中2年	25	3
中3年	31	1



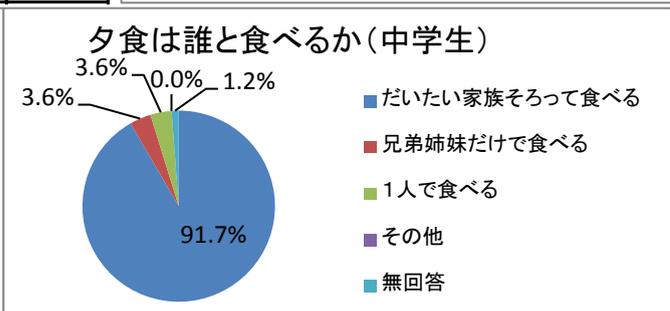
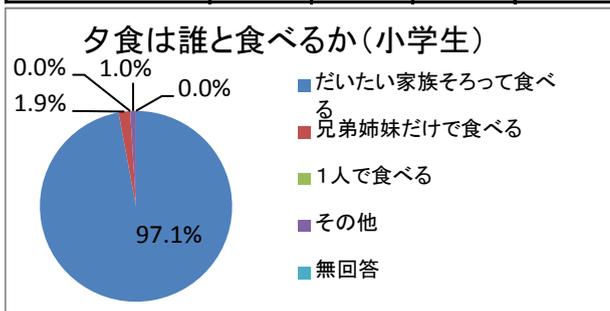
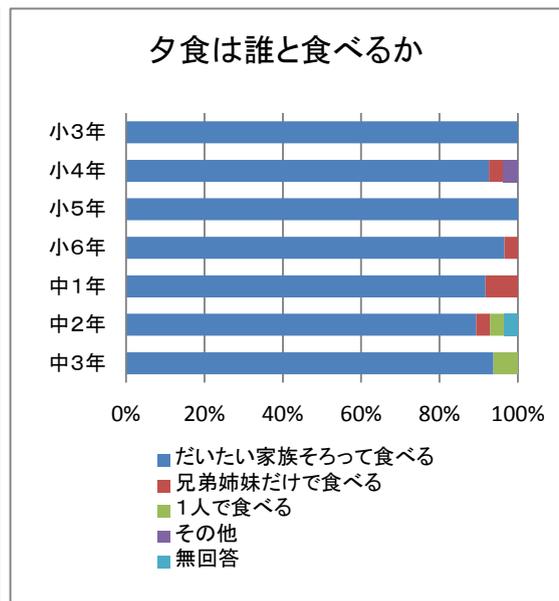
問3. 朝ご飯はだれと食べますか

	だいたい家族そろって食べる	兄弟姉妹だけで食べる	1人で食べる	その他	無回答
平成24年度	62.8%	—	—	—	—
小3～6年全体 (%)	55	26	14	7	1
	53.4%	25.2%	13.6%	6.8%	1.0%
小3年	10	5	2	5	1
小4年	19	6	2	0	0
小5年	11	7	5	1	0
小6年	15	8	5	1	0
平成24年度	44.4%	—	—	—	—
中1～3年全体 (%)	35	22	26	0	1
	41.7%	26.2%	31.0%	0.0%	1.2%
中1年	13	8	3	0	0
中2年	11	5	12	0	0
中3年	11	9	11	0	1



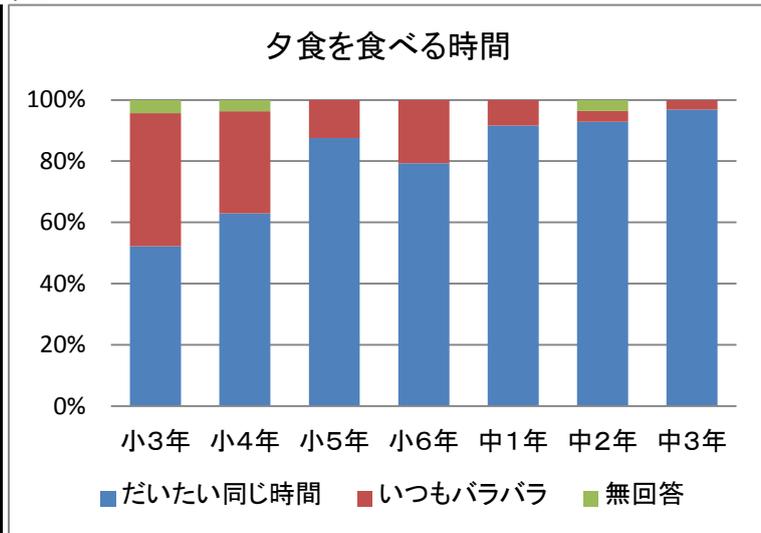
問4. タご飯はだれと食べますか

	だいたい家族そろって食べる	兄弟姉妹だけで食べる	1人で食べる	その他	無回答
平成24年度	99.3%	—	—	—	—
小3～6年全体 (%)	100	2	0	1	0
	97.1%	1.9%	0.0%	1.0%	0.0%
小3年	23	0	0	0	0
小4年	25	1	0	1	0
小5年	24	0	0	0	0
小6年	28	1	0	0	0
平成24年度	92.4	—	—	—	—
中1～3年全体 (%)	77	3	3	0	1
	91.7%	3.6%	3.6%	0.0%	1.2%
中1年	22	2	0	0	0
中2年	25	1	1	0	1
中3年	30	0	2	0	0



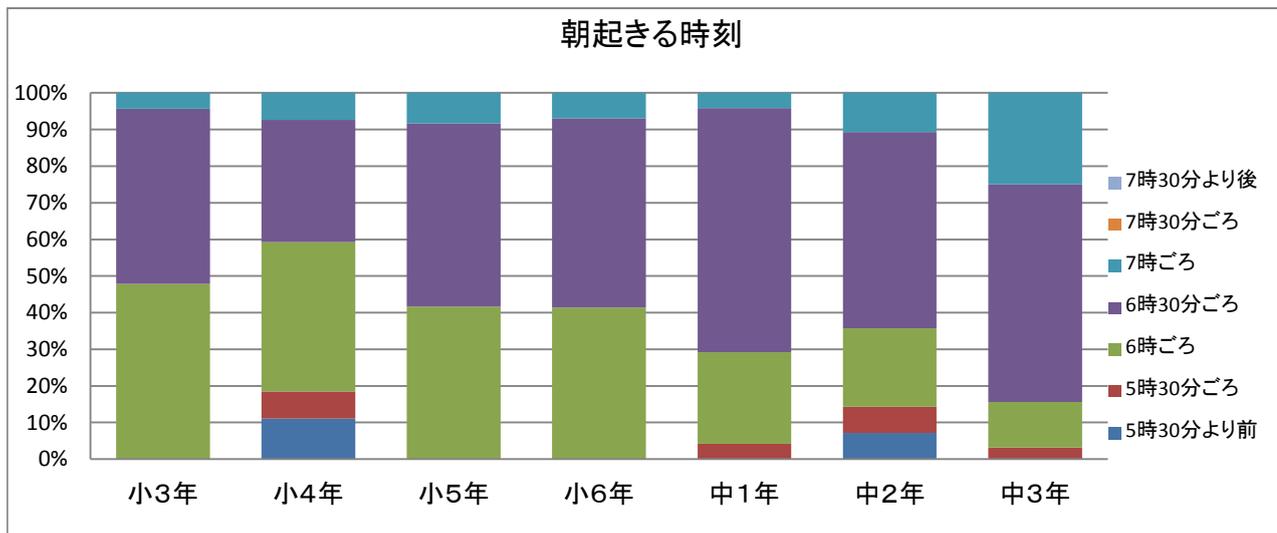
問5. 夕ご飯の時間は、だいたい決まっていますか

	だいたい 同じ時間	いつもバ ラバラ	無回答
平成24年度	78.2%	—	—
小3～6年全体 (%)	73 70.9%	28 27.2%	2 1.9%
小3年	12	10	1
小4年	17	9	1
小5年	21	3	0
小6年	23	6	0
平成24年度	85.5%	—	—
中1～3年全体 (%)	79 94.0%	4 4.8%	1 1.2%
中1年	22	2	0
中2年	26	1	1
中3年	31	1	0



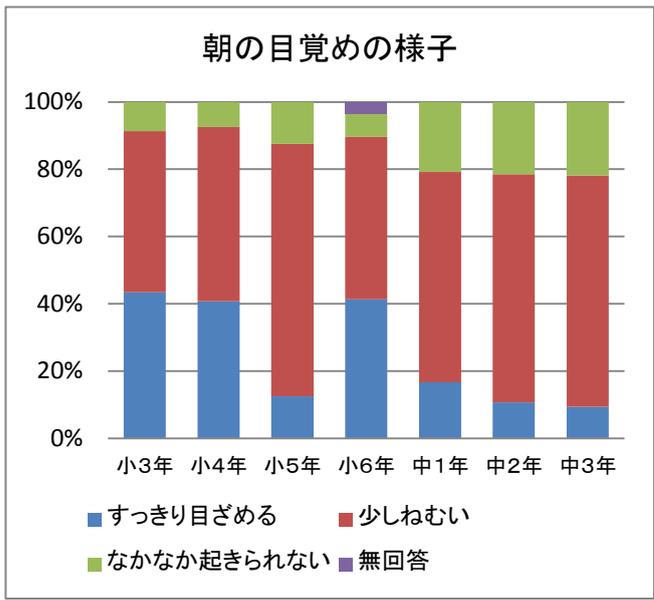
問6. 朝起きる時刻は、何時ごろですか

	5時30分 より前	5時30分 ごろ	6時ごろ	6時30分 ごろ	7時ごろ	7時30分 ごろ	7時30分 より後
平成24年度	99.3%					—	—
小3～6年全体 (%)	3 2.9%	2 1.9%	44 42.7%	47 45.6%	7 6.8%	0 0.0%	0 0.0%
小3年	0	0	11	11	1	0	0
小4年	3	2	11	9	2	0	0
小5年	0	0	10	12	2	0	0
小6年	0	0	12	15	2	0	0
平成24年度	100.0%					—	—
中1～3年全体 (%)	2 2.4%	4 4.8%	16 19.0%	50 59.5%	12 14.3%	0 0.0%	0 0.0%
中1年	0	1	6	16	1	0	0
中2年	2	2	6	15	3	0	0
中3年	0	1	4	19	8	0	0



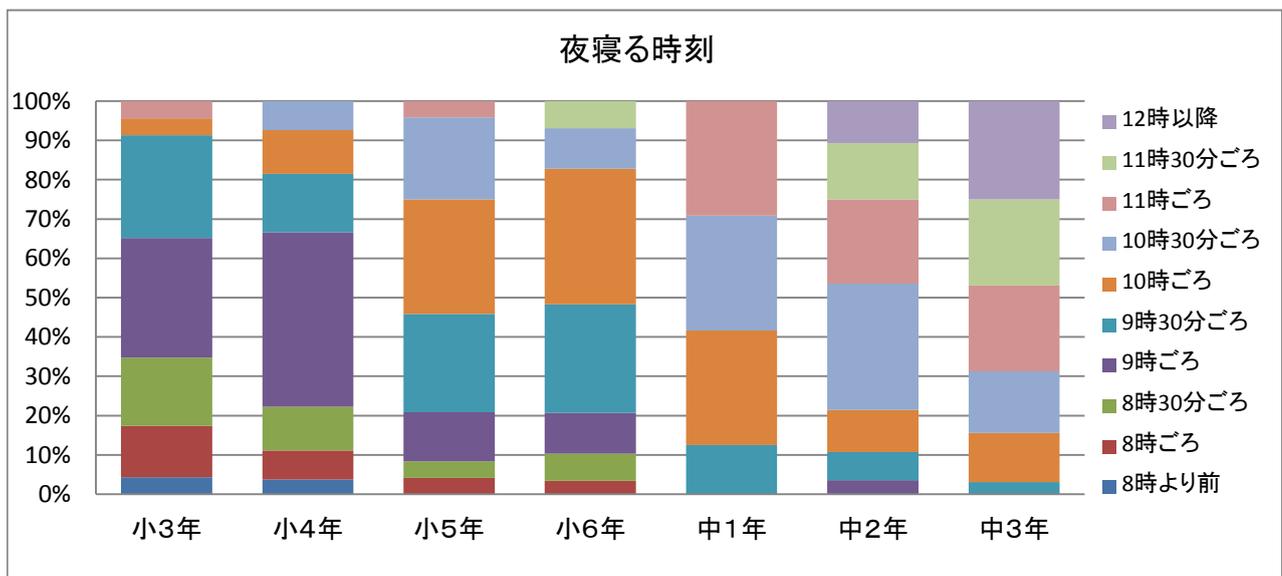
問7. 朝はすっきり目覚めますか

	すっきり目ざめる	少しねむい	なかなか起きられない	無回答
平成24年度	18.0%	—	—	—
小3～6年全体 (%)	36 35.0%	57 55.3%	9 8.7%	1 1.0%
小3年	10	11	2	0
小4年	11	14	2	0
小5年	3	18	3	0
小6年	12	14	2	1
平成24年度	13.1%	—	—	—
中1～3年全体 (%)	10 11.9%	56 66.7%	18 21.4%	0 0.0%
中1年	4	15	5	0
中2年	3	19	6	0
中3年	3	22	7	0



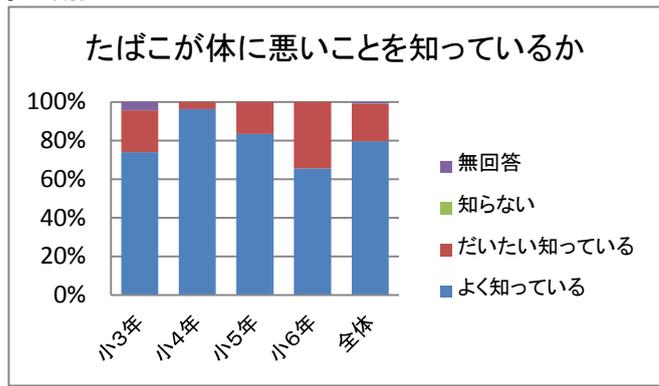
問8. 夜寝る時刻は、何時ごろですか

	8時より前	8時ごろ	8時30分ごろ	9時ごろ	9時30分ごろ	10時ごろ	10時30分ごろ	11時ごろ	11時30分ごろ	12時以降
平成24年度	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
小3～6年全体 (%)	2 1.9%	7 6.8%	10 9.7%	25 24.3%	24 23.3%	21 20.4%	10 9.7%	2 1.9%	2 1.9%	0 0.0%
小3年	1	3	4	7	6	1	0	1	0	0
小4年	1	2	3	12	4	3	2	0	0	0
小5年	0	1	1	3	6	7	5	1	0	0
小6年	0	1	2	3	8	10	3	0	2	0
平成24年度	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
中1～3年全体 (%)	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 1.2%	6 7.1%	14 16.7%	21 25.0%	20 23.8%	11 13.1%	11 13.1%
中1年	0	0	0	0	3	7	7	7	0	0
中2年	0	0	0	1	2	3	9	6	4	3
中3年	0	0	0	0	1	4	5	7	7	8



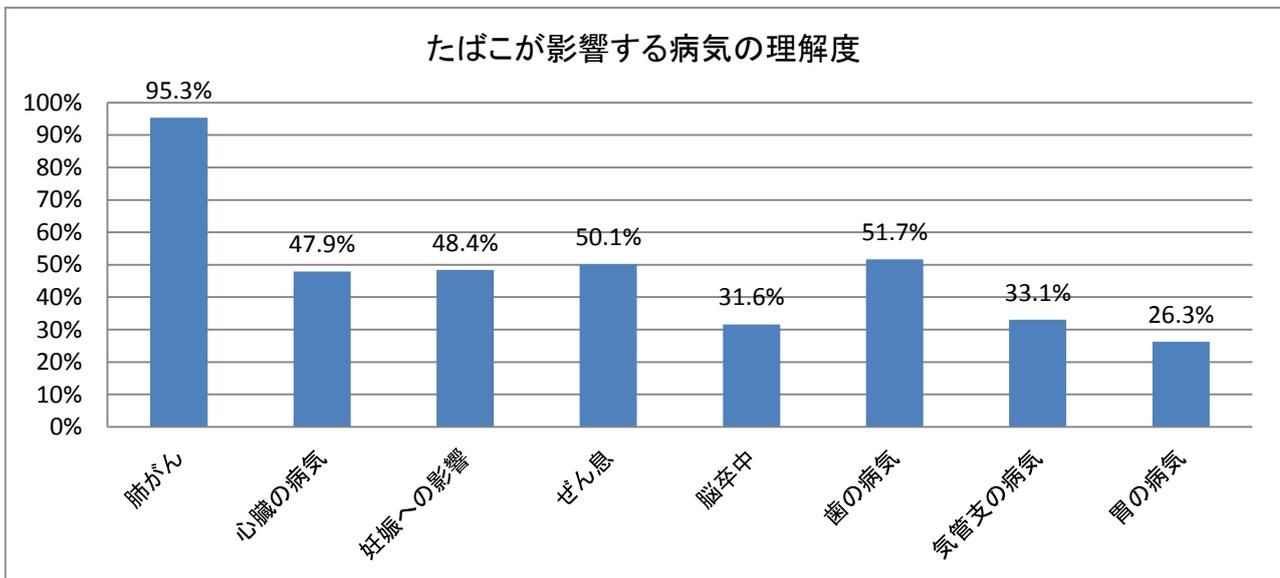
問9. たばこが体に悪いことを知っていますか(小学生用)

	よく知っている	だいたい知っている	知らない	無回答
平成24年度	60.1%	—	—	—
小3～6年全体 (%)	82 79.6%	20 19.4%	0 0.0%	1 1.0%
小3年	17	5	0	1
小4年	26	1	0	0
小5年	20	4	0	0
小6年	19	10	0	0



問10. 次の病気のうち、たばこが影響すると知っているものはどれですか(複数回答)(中学生用)

	肺がん	心臓の病気	妊娠への影響	ぜん息	脳卒中	歯の病気	気管支の病気	胃の病気
平成24年度	95.3%	47.9%	48.4%	50.1%	31.6%	51.7%	33.1%	26.3%
中1～3年全体 (%)	81 96.4%	34 40.5%	49 58.3%	42 50.0%	13 15.5%	38 45.2%	46 54.8%	8 9.5%
中1年	24	10	16	6	5	13	9	2
中2年	28	11	12	17	2	11	17	3
中3年	29	13	21	19	6	14	20	3



保育園 健康な生活のための調査結果

1. 調査の設定

- (1) 調査対象 町内保育園児(年少から年長まで)の親
- (2) 調査方法 郵送配布・郵送回収
- (3) 調査時期 平成29年9月5日～9月14日

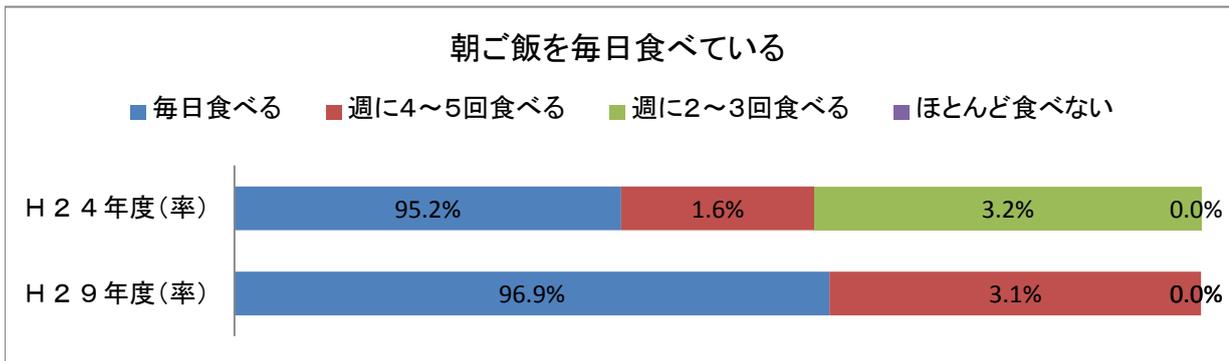
2. 回収結果

- (1) 配布人数 72人
- (2) 回収数・率 65人・90.3%

クラス	配布数	回収数	回収率
年少	22	22	100.0%
年中	30	25	83.3%
年長	20	18	90.0%
合計	72	65	90.3%

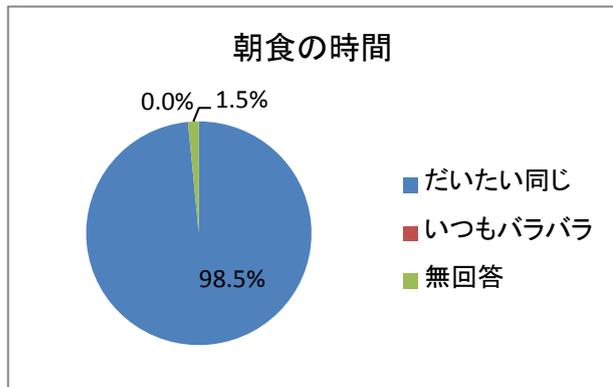
問2. お子様は、朝ご飯を毎日食べますか

	毎日食べる	週に4～5回食べる	週に2～3回食べる	ほとんど食べない
平成24年度(%)	95.2%	1.6%	3.2%	—
全体(%)	63 96.9%	2 3.1%	0 0.0%	0 0.0%
年少	21	1	0	0
年中	25	0	0	0
年長	17	1	0	0



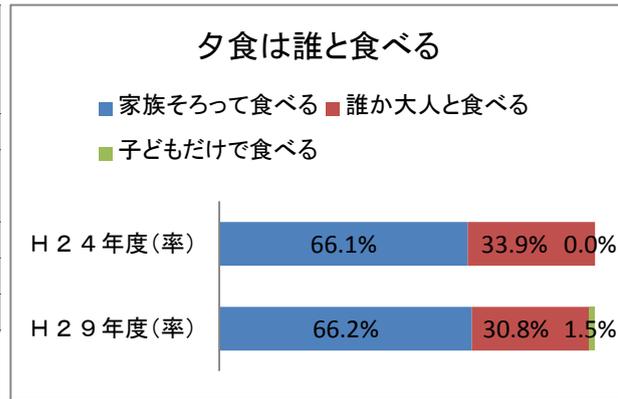
問3. お子様の朝食の時間は、だいたい決まっていますか

	だいたい同じ	いつもバラバラ	無回答
平成24年度(%)	98.4%	1.6%	—
全体(%)	64 98.5%	0 0.0%	1 1.5%
年少	22	0	0
年中	24	0	1
年長	18	0	0



問4. お子様は、夕食を誰と食べますか

	家族そろって食べる	誰か大人と一緒に食べる	子どもだけで食べる
平成24年度(%)	66.1%	33.9%	0.0%
全体(%)	66.2%	30.8%	1.5%
年少	15	6	0
年中	18	6	1
年長	10	8	0

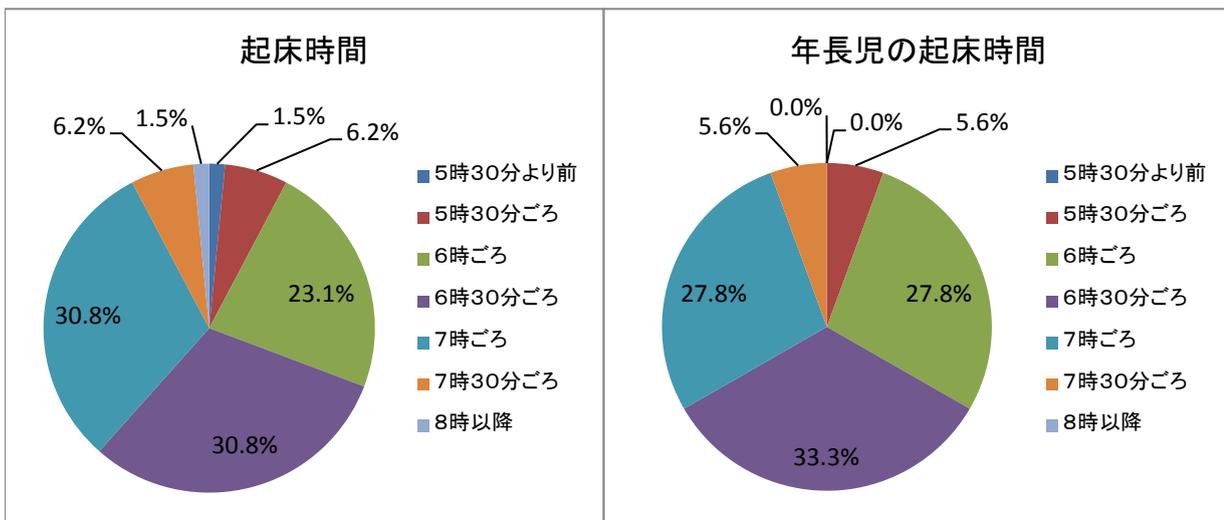


問5. お子様の夕食の時間は、だいたい決まっていますか

	だいたい同じ	いつもバラバラ
平成24年度(%)	100.0%	0.0%
全体(%)	100.0%	0.0%
年少	22	0
年中	25	0
年長	18	0

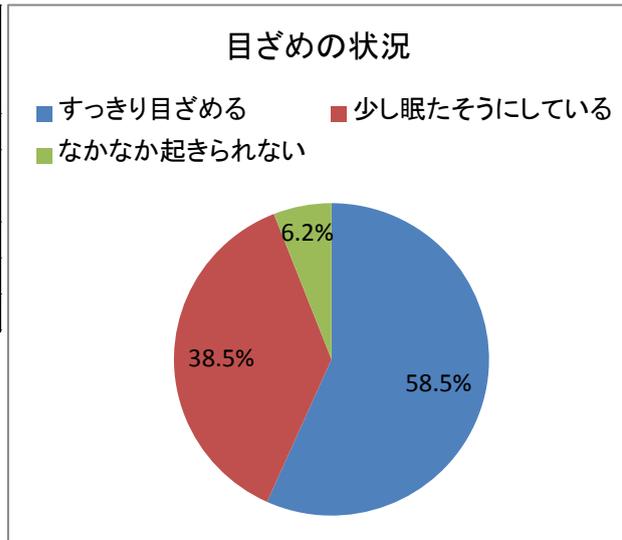
問6. お子様の起床時刻は、何時ごろですか

	5時30分より前	5時30分ごろ	6時ごろ	6時30分ごろ	7時ごろ	7時30分ごろ	8時以降
平成24年度(%)	—	—	11.3%	50.0%	25.8%	12.9%	—
全体(%)	1.5%	6.2%	23.1%	30.8%	30.8%	6.2%	1.5%
年少	0	1	6	6	7	2	0
年中	1	2	4	8	8	1	1
年長	0	1	5	6	5	1	0



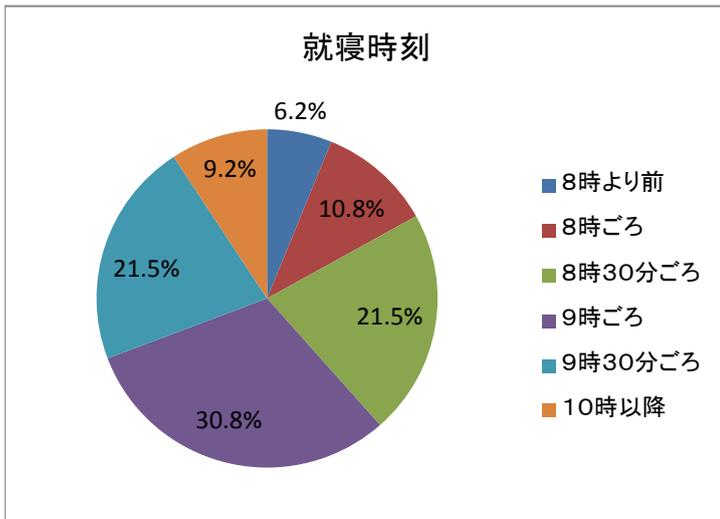
問7. お子様は、朝すっきりと目ざめますか

	すっきり目ざめる	少し眠たそうにしている	なかなか起きられない
平成24年度(%)	55.0%	31.7%	13.3%
全体(%)	38 58.5%	25 38.5%	4 6.2%
年少	14	7	1
年中	15	11	1
年長	9	7	2



問8. お子様の就寝時刻は、何時ごろですか

	8時より前	8時ごろ	8時30分ごろ	9時ごろ	9時30分ごろ	10時以降
平成24年度(%)	—	5.0%	25.0%	35.0%	30.0%	5.0%
全体(%)	4 6.2%	7 10.8%	14 21.5%	20 30.8%	14 21.5%	6 9.2%
年少	1	3	3	8	6	1
年中	2	2	6	5	6	4
年長	1	2	5	7	2	1





生活習慣アンケート

あなたのことについて、該当する項目に○印をご記入ください

問1. あなたは、朝食を食べますか（○印は1つ）

- | | |
|-------------|------------|
| 1 ほとんど毎日食べる | 2 週4～5日食べる |
| 3 週2～3日食べる | 4 ほとんど食べない |

問2. あなたは、間食をよくしますか（○印は1つ）

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

問3. あなたは、ごはんやパン（主食）とおかず（主菜・副菜）のバランスを考えて食事をしていきますか（○印は1つ）

- | | |
|-------------|---------------|
| 1 いつも考えて食べる | 2 考えて食べることもある |
| 3 考えていない | |

問4. あなたは、食事バランスガイド（同封の「いきいきしたら計画とは？」の裏面をご覧ください）を利用したことがありますか（○印は1つ）

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

問5. あなたは、1日平均どれくらい歩きますか（○印は1つ）

- | | |
|--------------|--------------|
| 1 30分未満 | 2 30分以上60分未満 |
| 3 60分以上90分未満 | 4 90分以上 |

問6. あなたは万歩計（歩数計）を持っていますか（○印は1つ）

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

<問6で「1はい」と回答した方にお尋ねします>

問6-1. 1日平均何歩くらい歩きますか 平均 歩 数字をご記入ください

問7. あなたは、1回30分以上で週2回以上の運動を1年以上続けていますか（○印は1つ）

- | | |
|------------------|-------------------|
| 1 1年以上実施している | 2 1年にはならないが実施している |
| 3 該当する運動は実施していない | |

問8. あなたは、自分の適性体重を認識し、定期的（目安：1か月に1回以上）に家庭で体重を測定していますか（○印は1つ）

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

問9. ロコモティブシンドローム（運動器症候群）とは、運動器（骨・関節・筋肉など）の衰えにより、日常生活で自立度が低下し、要介護になる可能性の高い状態をいいます。

歩行速度が遅い高齢者ほど、要介護状態になりやすいことが知られています。あなたはこのロコモティブシンドロームを知っていますか（○印は1つ）

- | |
|-------------------------|
| 1 言葉も意味も知っていた |
| 2 言葉は聞いたことはあるが意味は知らなかった |
| 3 知らない |

次へ

問15. あなたの、歯や口の症状、歯の健康管理について、あてはまるものに○印をつけてください（○印はいくつでも）

- 1 歯ぐきがはれることがある
- 2 歯がしみることがある
- 3 歯ぐきから血が出る
- 4 なんでも噛んで食べることができる
- 5 年に1回以上、歯の健診を受けている
- 6 自分の歯ブラシがある
- 7 歯みがきを1日2回以上する
- 8 デンタルフロス、歯間ブラシなどの歯の間を清掃する器具を使用している

問16. あなたは、最近1か月間に、ストレスを感じましたか（○印は1つ）

- 1 おおいに感じる
- 2 多少感じる
- 3 あまり感じない
- 4 まったく感じない

<問16で1又は2と回答した方にお尋ねします。>

問16-1. ストレスの具体的な内容は何ですか（○印はいくつでも）

- 1 仕事に関する事
- 2 人との関係
- 3 生きがい・将来のこと
- 4 自分の健康・病気に関する事
- 5 収入・家計・借金
- 6 子どもの教育
- 7 その他（ ）

問17. あなたは、自分なりのストレス解消方法を持っていますか（○印は1つ）

- 1 持っている
- 2 持っていない
- 3 どちらともいえない

問18. あなたは、趣味がありますか（○印は1つ）

- 1 はい
- 2 いいえ

問19. 日ごろの睡眠は、あなたにとって十分だと思いますか（○印は1つ）

- 1 十分だと思う
- 2 やや足りない
- 3 足りない
- 4 わからない

問20. あなたの1日の睡眠時間は、平均（最近1か月間）して何時間くらいですか
平均 時間 時間をご記入ください

問21. あなたは、ふだん何時ごろ寝ますか（○印は1つ）

- 1 20時以前
- 2 20時台
- 3 21時台
- 4 22時台
- 5 23時台
- 6 24時台
- 7 1時台
- 8 2時以降

問22. 過去1か月間のこころの健康状態はどのようであったか、次のアからエのそれぞれの質問について、あてはまる番号に1つずつ○印をつけてください

ア 神経過敏に感じましたか

- 1 いつも
- 2 たいてい
- 3 ときどき
- 4 少しだけ
- 5 まったくない

次へ 

イ 絶望的だと感じましたか

- 1 いつも 2 たいてい 3 ときどき
4 少しだけ 5 まったくない

ウ 気分が沈み込んで、何が起こっても気が晴れないように感じましたか

- 1 いつも 2 たいてい 3 ときどき
4 少しだけ 5 まったくない

エ 自分は価値のない人間だと感じましたか

- 1 いつも 2 たいてい 3 ときどき
4 少しだけ 5 まったくない

問23. あなたは、サークル、クラブ、教室、ボランティアなどに参加していますか
(○印はいくつでも)

- 1 運動系に属するものに参加している
2 文化系に属するものに参加している
3 ボランティア活動を行うものに参加している
4 上記以外のサークル、クラブ、教室に参加している
5 特に参加していない

問24. あなたは、地域の行事等に参加していますか (○印は1つ)

- 1 はい 2 いいえ

問25. あなたは、地域の子どもに声かけ運動(あいさつなど)をしていますか (○印は1つ)

- 1 いつもしている 2 時々している
3 していない 4 地域に子どもがいない

問26. あなたは、困ったときに頼める人がいますか (○印はいくつでも)

- 1 家族にいる 2 地域内にいる 3 地域外にいる
4 いない 5 その他 ()

問27. あなたは、設楽町の健康づくり計画「いきいきしたら計画」を知っていますか
(○印は1つ)

- 1 はい 2 いいえ



..... では、最後にお尋ねします

【年 齢】 _____ **歳** **【性 別】** 男 ・ 女

ご協力ありがとうございました。

6月30日(金) までに返信用封筒に入れてご返送ください。

(問い合わせ先：したら保健福祉センター62-0901・つぐ保健福祉センター83-2665)

保育園児保護者のみなさまへ

したら保健福祉センター

健康な生活のためのアンケートのお願い

この調査は、平成20年3月に策定した設楽町健康増進計画「いきいきしたら計画」の最終評価を行うための基礎資料とさせていただきます。設楽町の保育園児のみなさんの生活の様子を知り、今後に活かしたいと考えていますのでアンケート調査にご協力をお願いします。

なおアンケートは、お子様1人につき1枚ご回答くださいますようお願いいたします。

あてはまる番号に○をお願いします。

1 お子様は、どのクラスですか。

- ①年少 ②年中 ③年長



2 お子様は、朝ご飯を毎日食べますか。

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

3 お子様の朝食の時間は、だいたい決まっていますか。

- ①だいたい同じ時間に食べる ②いつもばらばら

4 お子様は、夕食を誰と食べますか。

- ①家族そろって食べる ②誰か大人と一緒に食べる ③子どもだけで食べる

5 お子様の夕食の時間はだいたい決まっていますか。

- ①だいたい同じ時間に食べる ②いつもばらばら

6 お子様の起床時刻は、何時ごろですか。

- ①5時30分より前 ②5時30分ごろ ③6時ごろ ④6時30分ごろ
⑤7時ごろ ⑥7時30分ごろ ⑦8時以降

7 お子様は、朝すっきりと目ざめますか。

- ①すっきり目ざめる ②少し眠たそうにしている ③なかなか起きられない

8 お子様の就寝時刻は、何時ごろですか。

- ①8時より前 ②8時ごろ ③8時30分ごろ ④9時ごろ
⑤9時30分ごろ ⑥10時以降

ご協力ありがとうございました。アンケートは以上です。



9月14日(木)までに保育園に提出してください。

設楽町保健対策推進協議会、策定委員名簿

設楽町保健対策推進協議会委員

氏 名	備 考
古 川 大 祐	新城保健所長
伊 藤 隆 啓	医師会代表
伊 藤 和 志	歯科医師会代表
加 藤 和 代	学識経験者（管理栄養士）
七 原 明 郎	社会福祉協議会長
芦 沢 敦 志	民生委員協議会長
村 松 貴 広	津具中学PTA代表
本 田 み どり	食と健康づくりの会 いちごの会代表
小 川 義 信	スポーツ推進委員代表
原 田 守 男	商工会事務局長
中 山 久 美 子	子どもセンター児童厚生委員

策定委員（いきいきすすめ隊）

氏 名	備 考
澤 田 達 子	食と健康づくりの会 いちごの会代表
河 合 節 子	
村 松 一 美	
村 松 正 子	
七 原 お さ む	子育てサポートはいはい代表
佐々木 絵理子	名倉小学校 養護教諭
河 辺 智 美	新城設楽福祉相談センター 家庭相談員
伊 藤 市 子	住 民 代 表
稲 葉 洋 子	
枝 川 成 徳	
加 藤 一 敏	
熊 谷 久 美 子	
後 藤 福 美	
佐々木玉代	
篠原富士子	
鈴木 信 行	
遠 山 和 美	
夏 目 忠 士	
村 松 英 美	
依 田 道 子	

行政部会員

氏 名	備 考
伊 藤 加 奈	総 務 課
関 谷 恭	企画ダム対策課
荻 野 翔	財 政 課
伊 藤 誠	町 民 課
澤 田 瑛 史	産 業 課
加 藤 重 人	生 活 課
後 藤 佑 介	建 設 課
高 松 容 子	教 育 委 員 会
氏 原 哲 哉	保健福祉センター
竹 内 規 洋	
山 崎 裕 子	
石 原 秀 子	
今 泉 栄 子	
原 田 斐 乃	

協力

愛知医科大学看護学部 教授 坂本 真理子氏

いきいきしたら計画第2次計画書

平成30年3月発行
したら保健福祉センター

〒441-2301

愛知県北設楽郡設楽町田口字向木屋4番地

TEL 0536-62-0901

E-mail hoken@town.shitara.lg.jp