

# 「健康ながはま 21」に関する アンケート調査結果報告書

令和5年3月  
長浜市



# 目次

第1章 調査の概要.....	3
1 調査の目的 .....	3
2 調査の対象 .....	3
3 調査期間 .....	3
4 配布・回収の結果 .....	3
5 報告書の表記及び注意点について.....	3
第2章 一般市民意識調査（健康ながはま 21 アンケート）結果.....	6
1 家族構成、生活状況、人との交流等について.....	6
2 食事について .....	29
3 運動について .....	42
4 喫煙について .....	50
5 飲酒について .....	63
6 歯科について .....	70
7 健康管理について .....	80
8 心と休養について .....	91
9 自殺予防について .....	103
10 地域医療に関することについて.....	106
11 しょうがい福祉に関することについて.....	124
第3章 こども向け調査（食べることに関するアンケート）結果.....	127
1 食事について .....	127
2 郷土食について .....	130
第4章 資料編.....	132

# 第1章

## 調査の概要

# 第1章 調査の概要

## 1 調査の目的

市では「健康で輝けるまち長浜」の実現を目指し、健康増進の推進を図る計画（健康ながはま 21：健康増進計画、食育推進計画、自殺対策計画）の基礎資料とするため、市民の健康や食事、医療に対する取組みや意識についてアンケート調査を実施しました。

## 2 調査の対象

調査区分	対象者	調査方法
一般市民意識調査 (健康ながはま 21 アンケート)	令和5年1月1日現在、16歳以上の市民 3,000人を無作為抽出	郵送による配布、回答は 郵送またはオンライン
こども向け調査 (食べることに関するアンケート)	市内小学校の小学5年生634人並びに、市内 中学校の中学2年生678人の計1,312人	オンライン回答

## 3 調査期間

- ・一般市民意識調査（健康ながはま 21 アンケート）：令和5年1月20日～2月10日
- ・こども向け調査（食べることに関するアンケート）：令和5年1月11日～1月27日

## 4 配布・回収の結果

調査区分	配布・対象数	回収・回答数	回収・回答率
一般市民意識調査 (健康ながはま 21 アンケート)	3,000件	1,100件	36.6%
こども向け調査 (食べることに関するアンケート)	1,312件	937件	71.4%

## 5 報告書の表記及び注意点について

1. 回答は、各質問の回答該当者数を基数とした百分率(%)で示している。小数点第2位を四捨五入しているため、比率の合計が100.0%にならない場合がある。
2. 複数回答を可としている回答項目については、その項目に対して有効な回答をした者の数を基数として比率算出を行っているため、回答比率の合計は100.0%を超える場合がある。
3. 説明文及びグラフで、選択肢の語句を一部簡略化して表している。
4. 掲載するクロス集計について、表側に位置する設問について有効回答でのみ集計を行っている。



## 第2章

## 一般市民意識調查結果

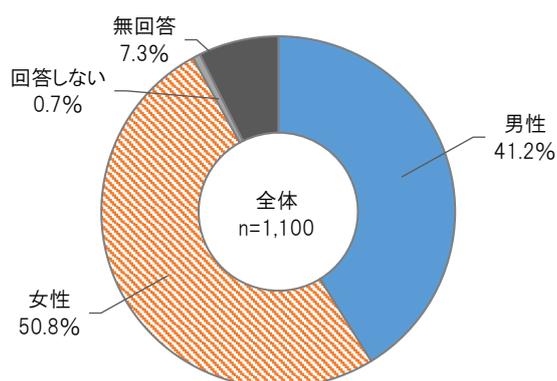
## 第2章 一般市民意識調査 (健康ながはま 21 アンケート) 結果

### 1 家族構成、生活状況、人との交流等について

#### (1) 性別

問1 あなたの性別を教えてください。(1つに○)

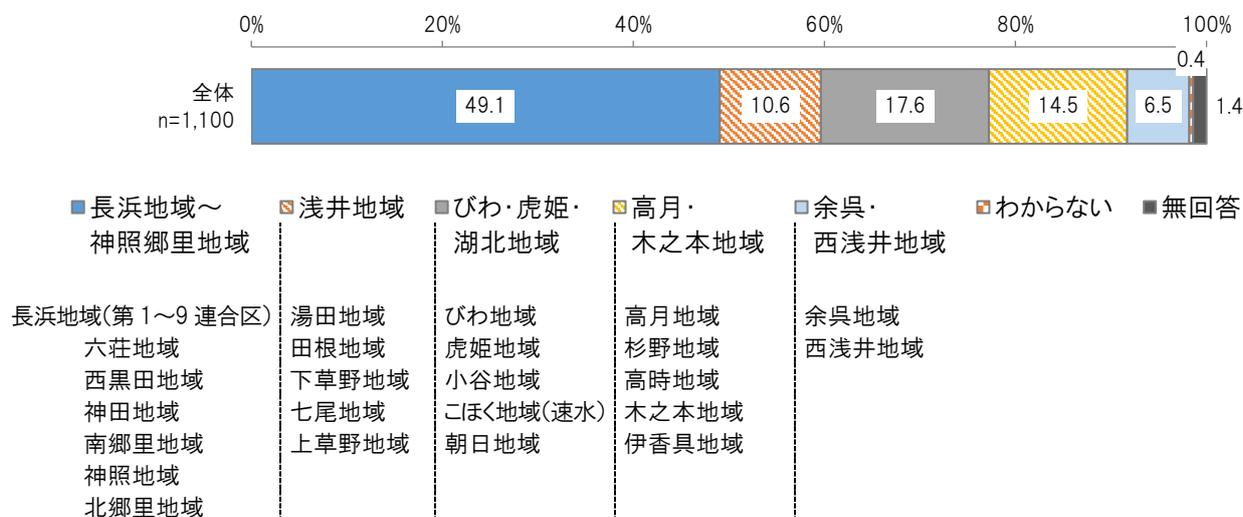
回答者の性別は、「女性」が50.8%、「男性」が41.2%となっています。



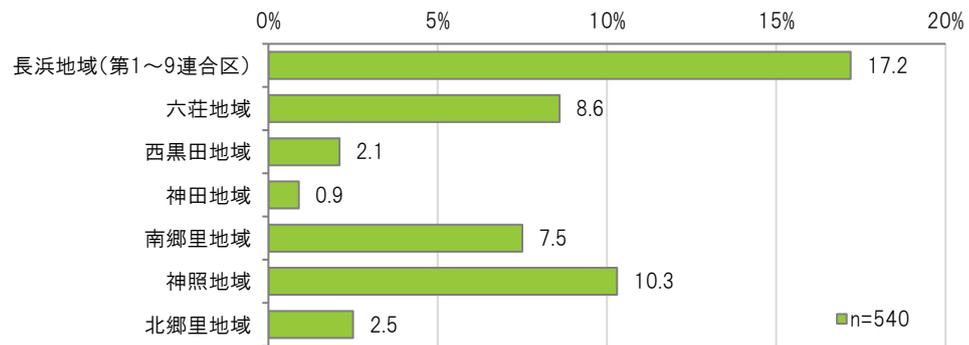
#### (2) 居住地区

問2 お住まいの地域を教えてください。(1つに○)

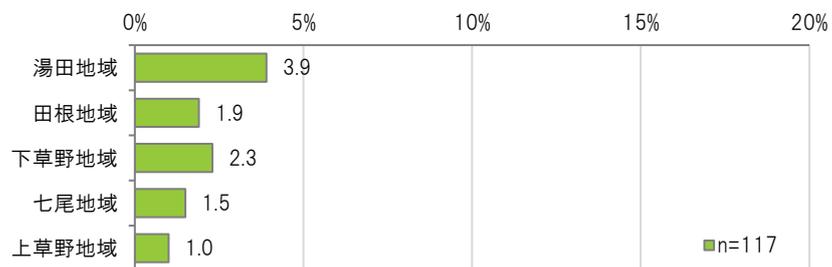
居住地域について、「長浜地域～神照郷里地域」が49.1%と最も高く、「びわ・虎姫・湖北地域」が17.6%、「高月・木之本地域」が14.5%と続いています。



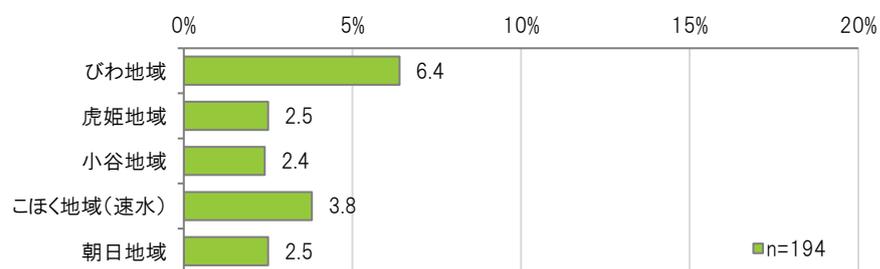
○長浜地域～神照郷里地域



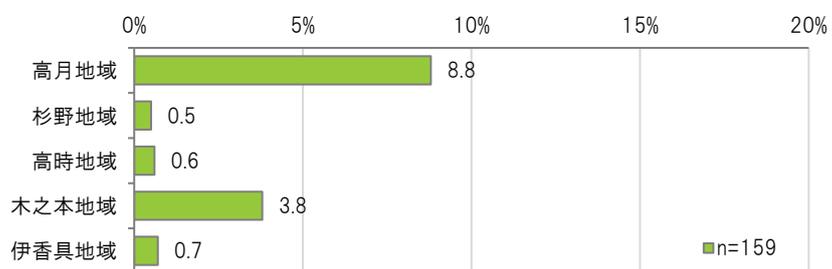
○浅井地域



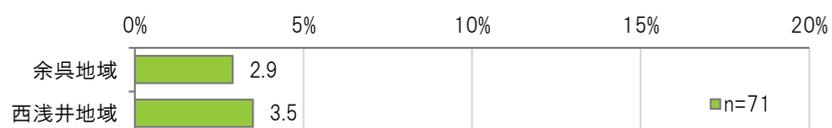
○びわ・虎姫・湖北地域



○高月・木之本地域



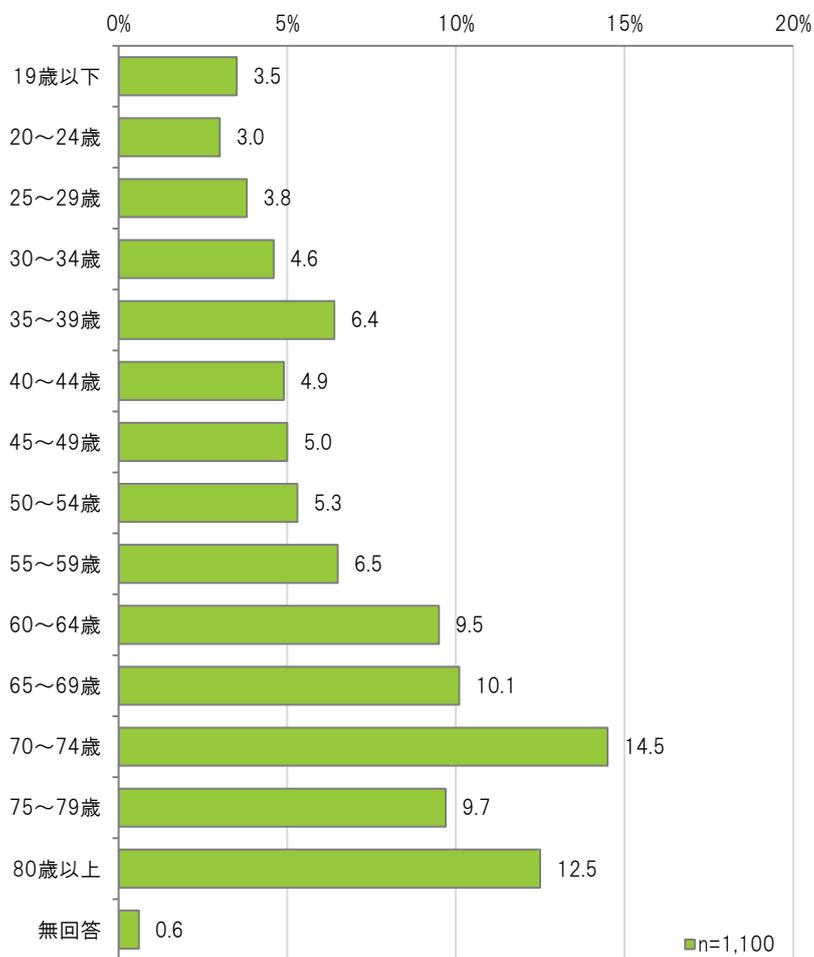
○余呉・西浅井地域



### (3) 年齢層

問3 年齢を教えてください。(1つに○) (令和5年1月1日時点)

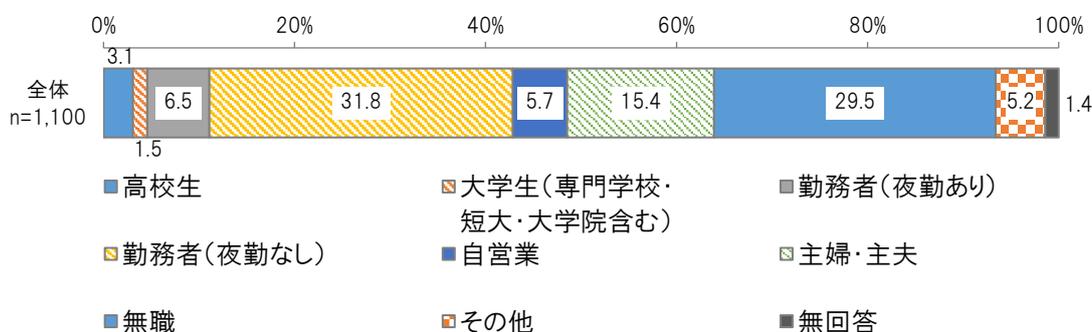
年齢について、65歳以上が46.8%、30～64歳が42.2%、30歳未満が10.3%となっています。



#### (4) 職業

問4 あなたの職業を教えてください。(1つに○)

職業について、「勤務者(夜勤なし)」が31.8%と最も高く、「無職」が29.5%、「主婦・主夫」が15.4%と続いています。

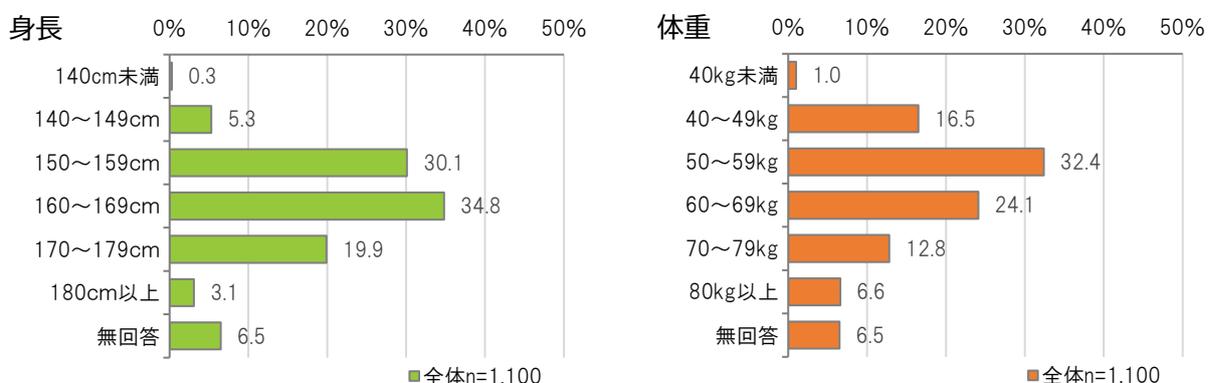


#### (5) 身長・体重

問5 現在の身長と体重(小数点第1位)をご記入ください。

身長は、「160～169cm」が34.8%と最も高く、「150～159cm」が30.1%、「170～179cm」が19.9%と続いています。

体重は、「50～59kg」が32.4%で最も高く、「60～69kg」が24.1%、「40～49kg」が16.5%と続いています。

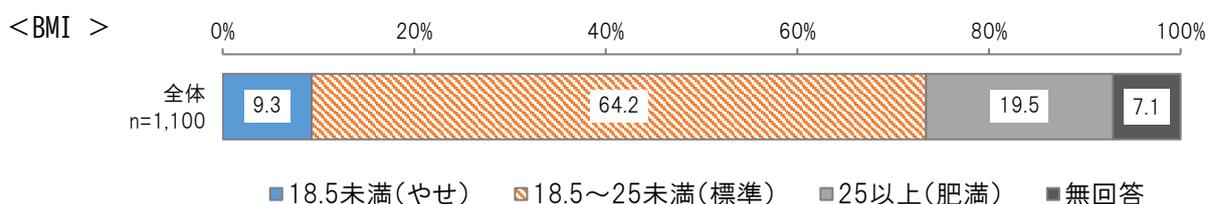


BMIについて、全体では「18.5～25未満(標準)」が64.2%で最も高くなっています。

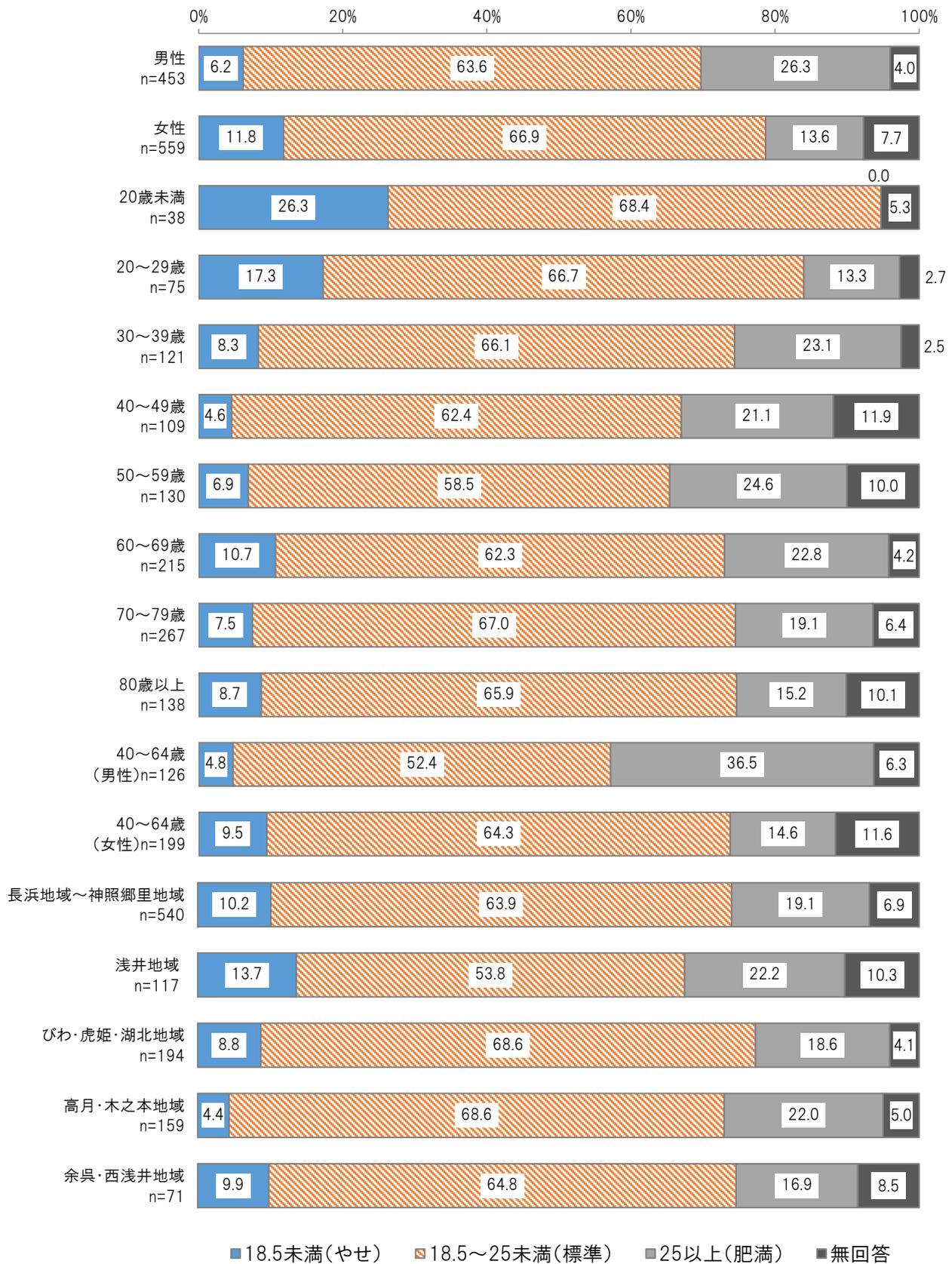
性別で見ると、「25以上(肥満)」は男性が26.3%で、女性を12.7ポイント上回ります。

年齢別にみると、29歳までは他の年齢と比較して「18.5未満(やせ)」の割合が高くなり、「25以上(肥満)」は低くなっています。

地域別にみると、「浅井地域」は「18.5未満(やせ)」が4.4ポイント、「25以上(肥満)」が2.7ポイント全体より高くなっています。



<BMI 性別・年齢別・地域別>



※BMI (体格指数)

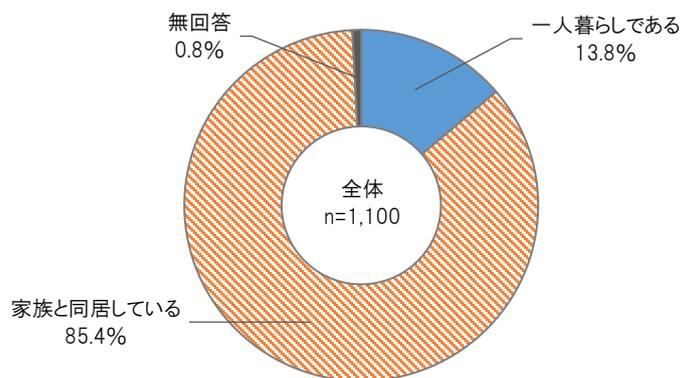
BMIとは身長からみた体重の程度を示す指数です。BMIが25以上で肥満となり、生活習慣病になりやすいとされます。BMI=体重(kg)÷(身長(m)の2乗)

## (6) 家族構成

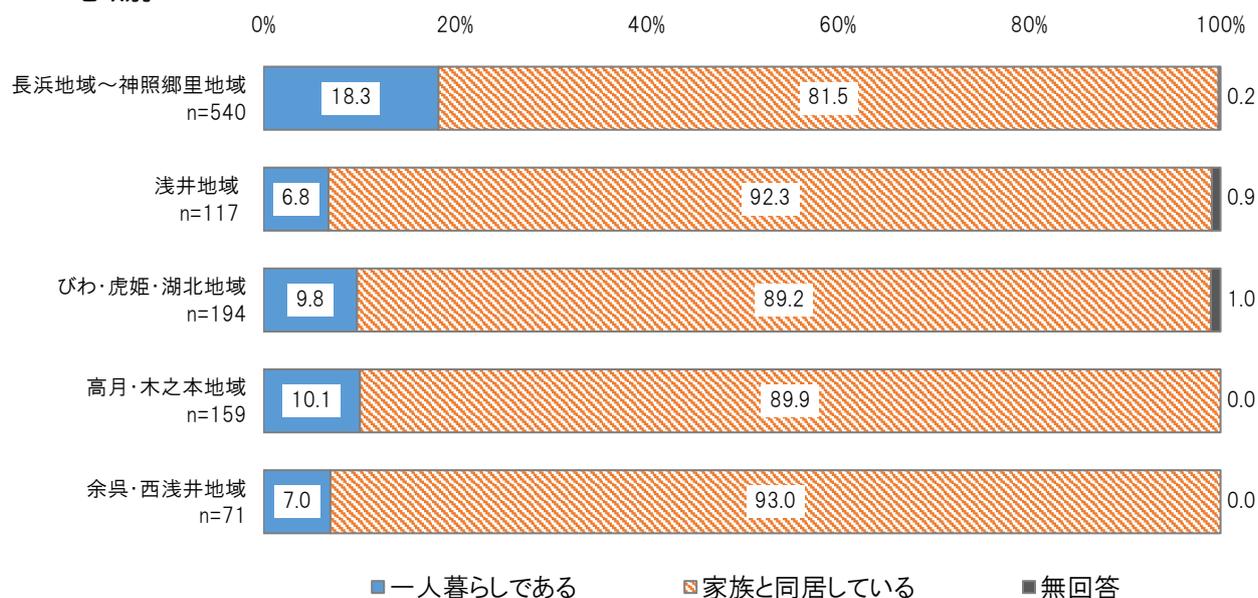
問6小問1 現在、ご家族と同居していますか。(1つに○)

同居家族については、「家族と同居している」が85.4%、「一人暮らしである」が13.8%となっています。

地域別にみると、「長浜地域～神照郷里地域」で「一人暮らしである」が他の地域より高く、全体より4.5ポイント高くなっています。



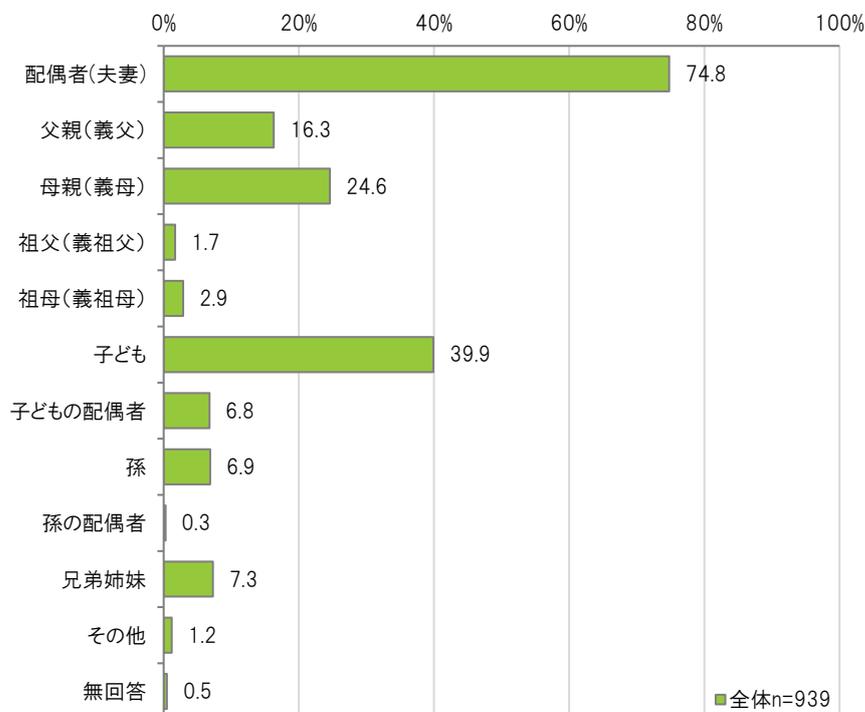
### <地域別>



問6小問2 前小問1で「2. 家族と同居している」とお答えの方におうかがいします。同居されている家族をすべて選んでください。また、同居家族の人数（自分を含む）を記入してください。

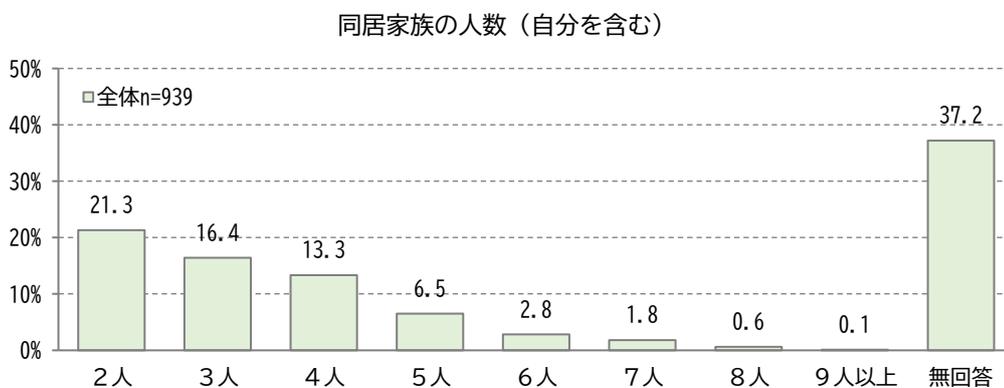
家族と同居している人に同居者をたずねたところ、「配偶者(夫妻)」が74.8%で最も高く、「子ども」が39.9%、「母親(義母)」24.6%と続いています。

また、同居者の人数について、「2人」が21.3%、「3人」が16.4%、「4人」13.3%の順となっています。



◆その他の記述回答 <同居家族の有無>

- ・甥
- ・内縁者
- ・叔母

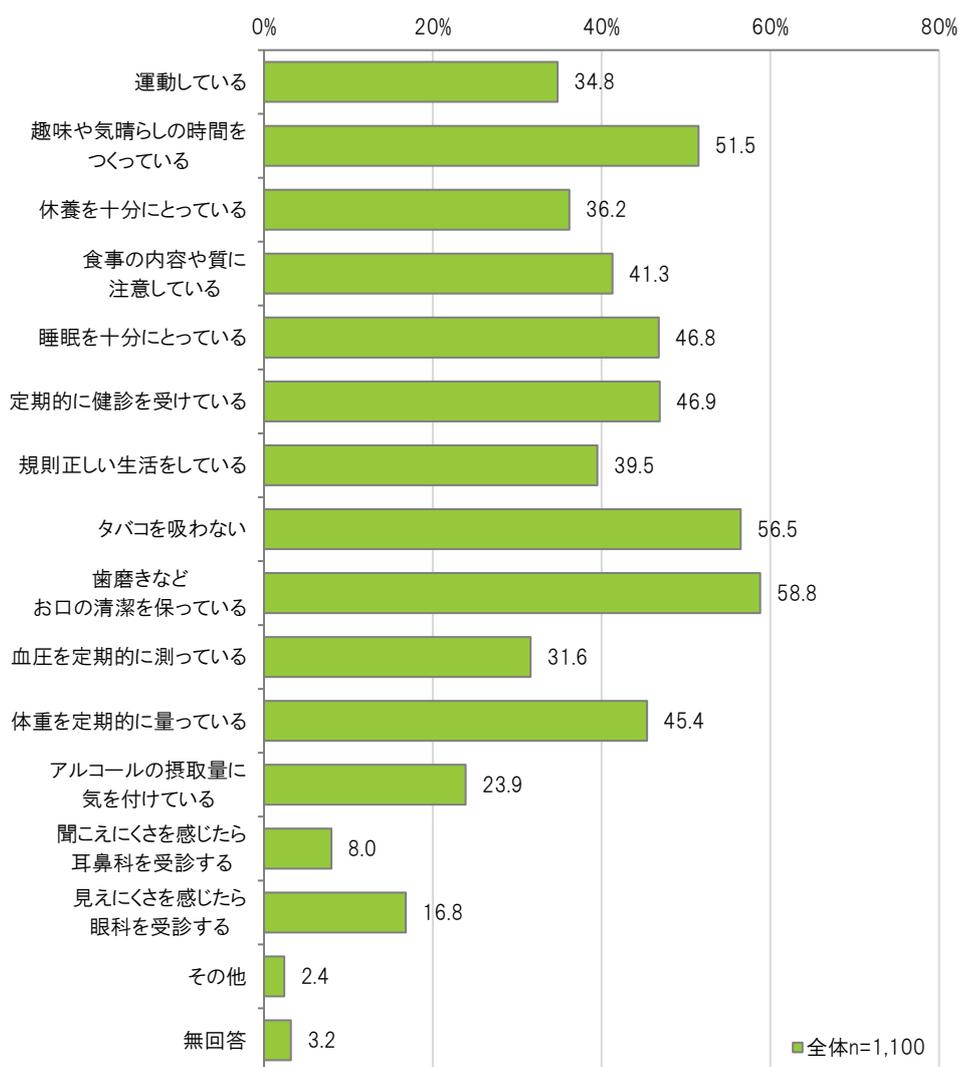


## (7) 健康づくりへの取組み

問7小問1 自分の健康づくりのために普段からどのようなことに取り組んでいますか。

(あてはまるものすべてに○)

健康づくりのために普段から取り組んでいることは、「歯磨きなどお口の清潔を保っている」、「タバコを吸わない」、「趣味や気晴らしの時間をつくっている」が5割を超え高く、「定期的に健診を受けている」、「睡眠を十分にとっている」、「体重を定期的に量っている」、「食事の内容や質に注意している」が4割を超えています。

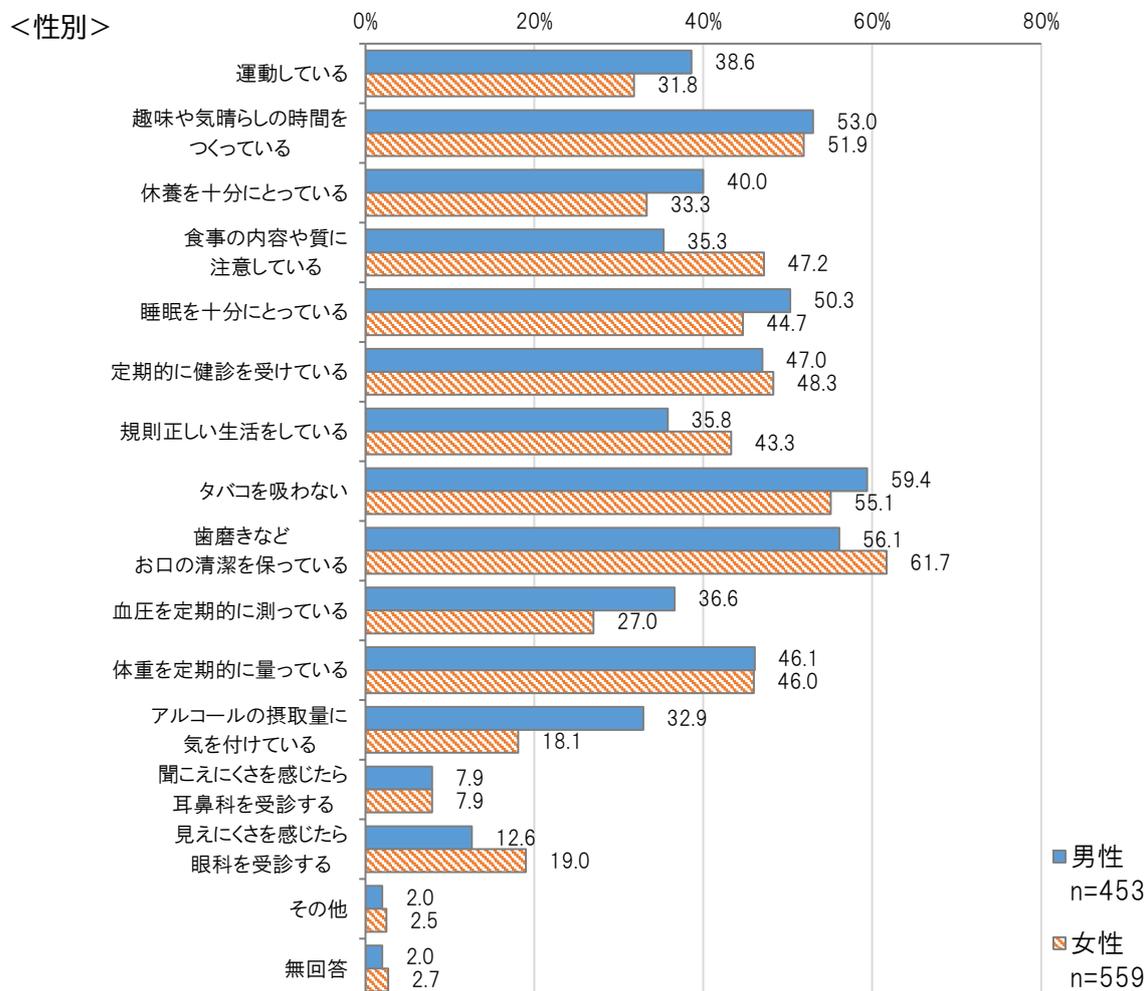


### ◆その他の記述回答 <健康づくりへの取組み>

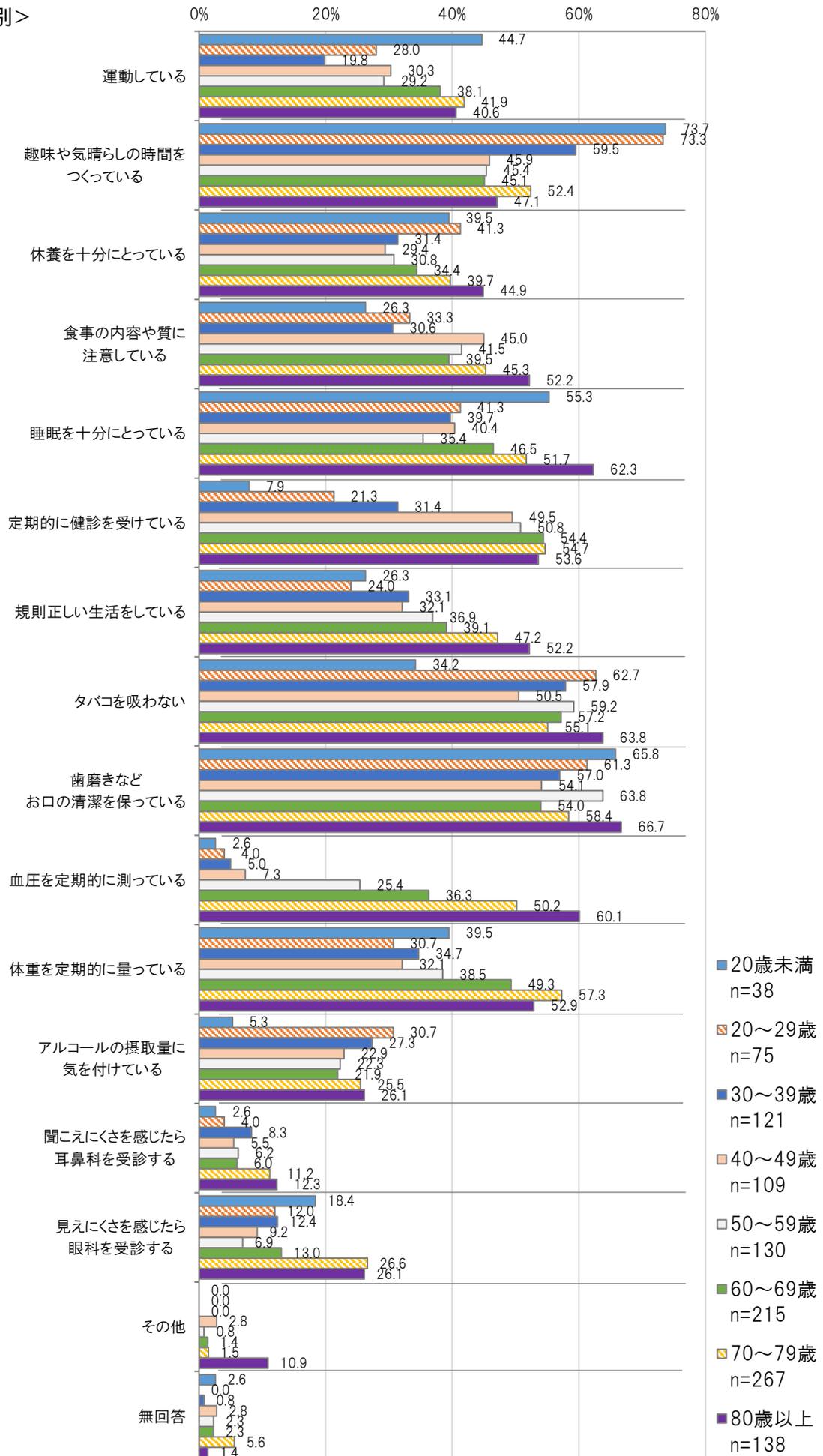
- ・毎朝ラジオ体操をしている
- ・毎日3000歩～4000歩を目標にしています
- ・ストレスをためない
- ・お酒はのんでいない
- ・ジムトレーニング
- ・口のトレーニング、脳活ドリル
- ・ウォーキング、スクワット
- ・デイサービスに通っている
- ・体重毎日測定・血圧毎日2回測定
- ・体を冷やさない
- ・特に異常に感じたら医者にかかる

性別で見ると、男性は「タバコを吸わない」が59.4%、女性は、「歯磨きなどお口の清潔を保っている」が61.7%と最も高くなっています。

年齢別にみると、39歳までは「趣味や気晴らしの時間をつくっている」、40～59歳と70歳以降は「歯磨きなどお口の清潔を保っている」、60～69歳は「タバコを吸わない」が最も高くなっています。

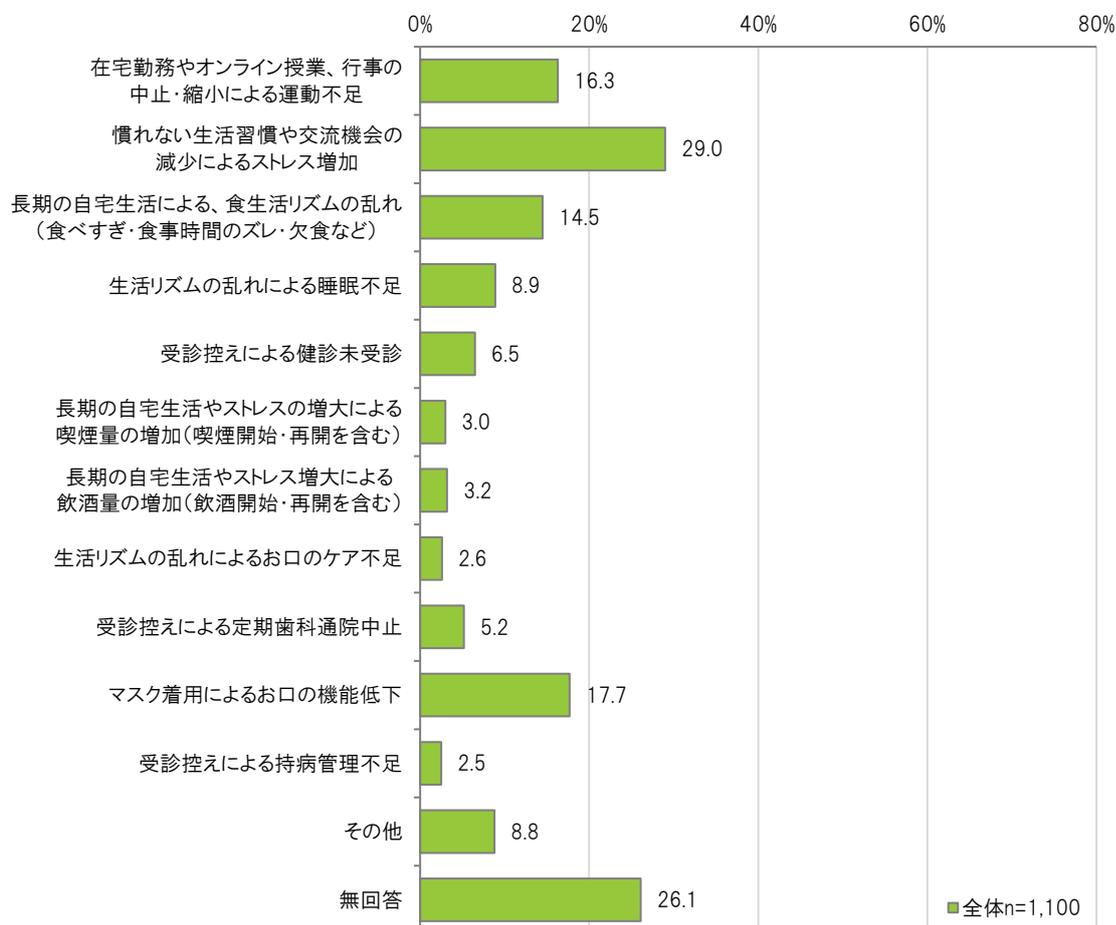


<年齢別>



問 7 小問 2 新型コロナ感染症による生活習慣の変化により、健康づくりにおいて心配されることはありますか。(あてはまるものすべてに○)

新型コロナ感染症により、健康づくりにおいて心配なことをみると、「慣れない生活習慣や交流機会の減少によるストレス増加」が29.0%と最も高く、「マスク着用によるお口の機能低下」が17.7%、「在宅勤務やオンライン授業、行事の中止・縮小による運動不足」が16.3%と続きます。



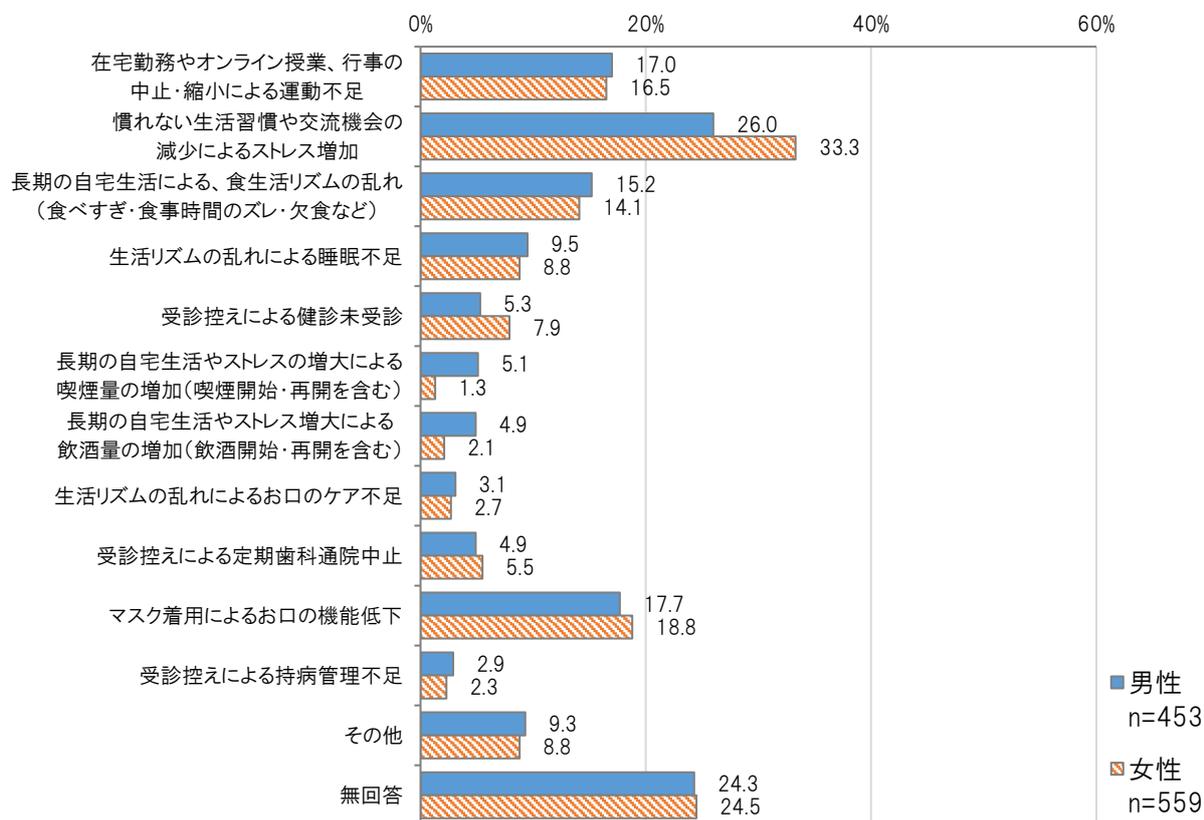
◆その他の記述回答 <新型コロナ感染症による心配事>

- ・ 特にない
- ・ 外食を控えている
- ・ 脳波を癒す音楽、リラックス、瞑想
- ・ 呼吸
- ・ コロナ感染やワクチン接種による後遺症
- ・ 孫や家族が病院の受診に手間取るのをみているのがかわいそうでストレスになる
- ・ 生活の規制が多くストレスにより精神的に不安定気味
- ・ 具合が悪くてもすぐに受診できない予約が取れない
- ・ あまり気にしないようにしている
- ・ 2回目のワクチン接種により、片肺マヒになった
- ・ マスクによる肌荒れ
- ・ うがい、手洗いなどこまめにしている
- ・ マスク着用の長期化による免疫力低下

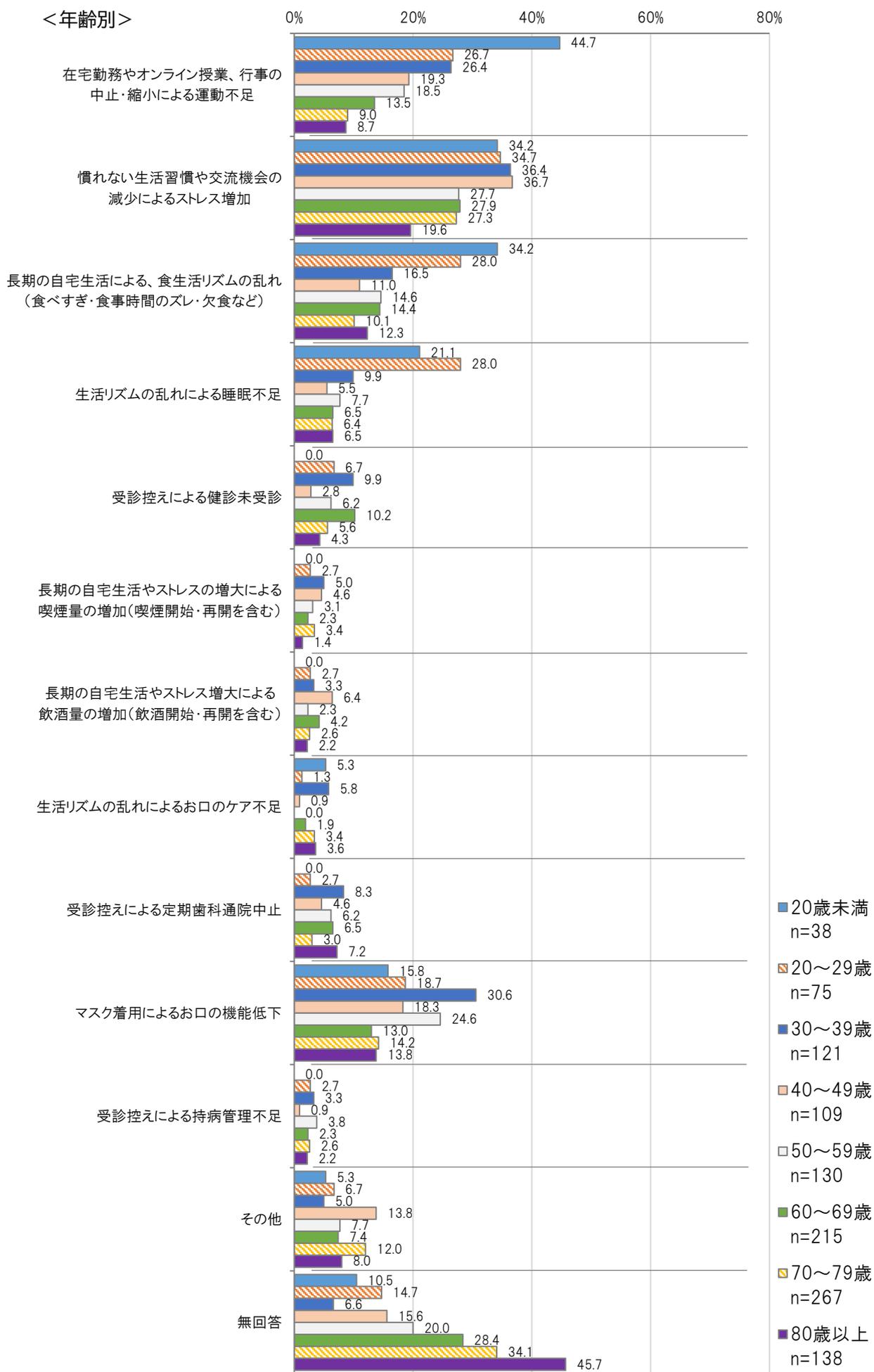
性別で見ると、男女ともには「慣れない生活習慣や交流機会の減少によるストレス増加」が最も高く、次いで「マスク着用によるお口の機能低下」となっています。

年齢別にみると、20歳未満は「在宅勤務やオンライン授業、行事の中止・縮小による運動不足」、20歳以降は「慣れない生活習慣や交流機会の減少によるストレス増加」が最も高くなっています。

<性別>

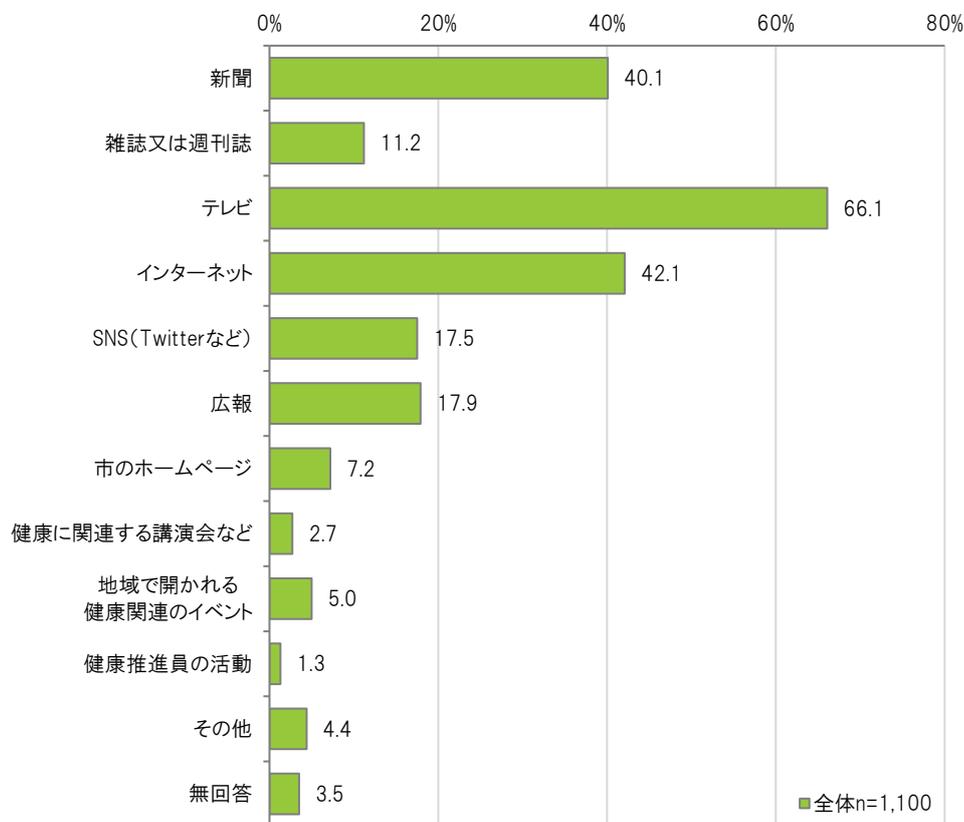


<年齢別>



問 8 普段自分や家族のためにどのような手段で健康づくりに役立つ情報を得ていますか。  
(あてはまるものすべてに○)

自分や家族のためにどのような手段で健康づくりに役立つ情報を得ているかについて、「テレビ」が66.1%、「インターネット」が42.1%、「新聞」が40.1%と高くなっています。



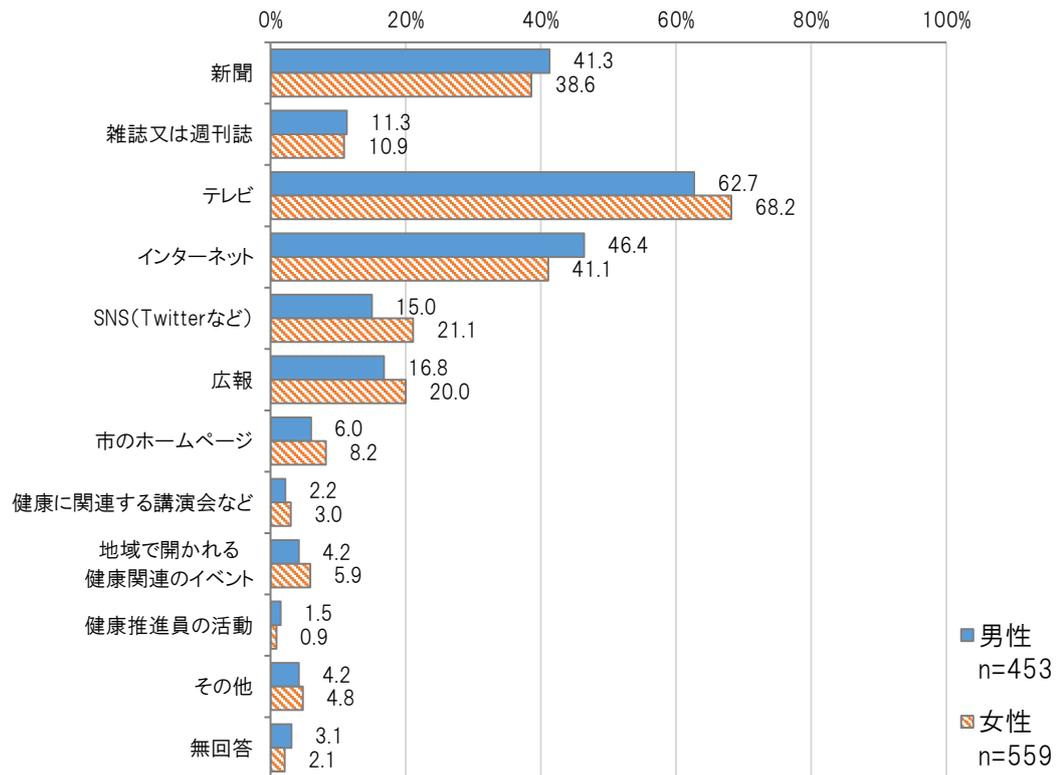
◆その他の記述回答 <健康づくりに役立つ情報の入手手段>

- ・週1回の体操教室
- ・専門誌、医学書
- ・リハビリデイサービス
- ・老人会の集り
- ・医療職なので職場の情報
- ・書籍
- ・友達との会話、専門家の助言
- ・病院の医師、看護師
- ・知り合い
- ・口コミ
- ・ラジオ
- ・部活
- ・スポーツジム
- ・グランドゴルフ仲間
- ・健保からの指導
- ・職場の情報

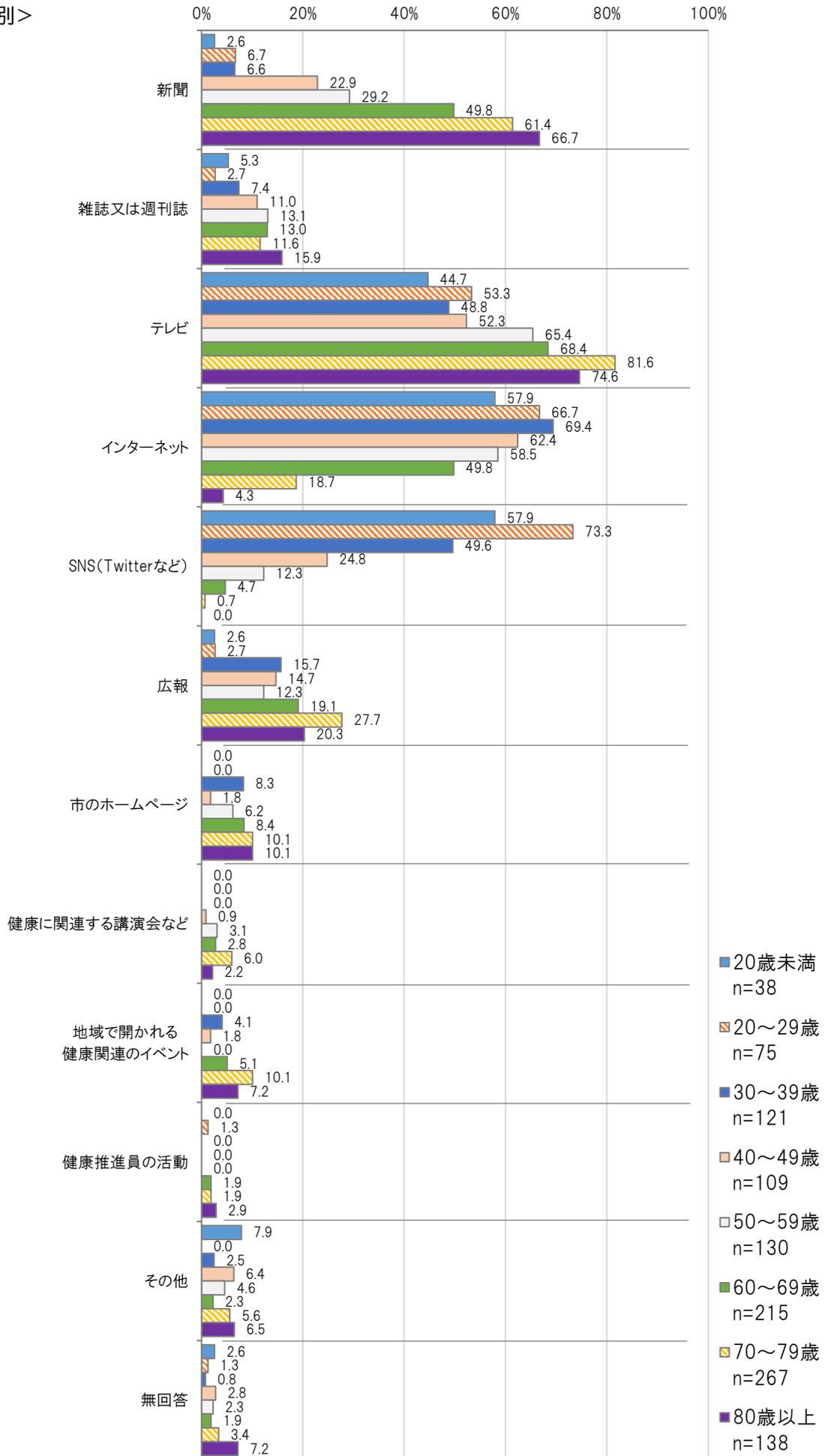
性別で見ると、男女ともには「テレビ」が最も高く、次いで「インターネット」となっています。

年齢別にみると、39歳までは「インターネット」「SNS (Twitterなど)」の割合が高く、50歳以降は「テレビ」が高くなり、「テレビ」の割合は年齢が上がるとともに増加する傾向にあります。また、60歳以降は「テレビ」に加え「新聞」が高くなり、「新聞」の割合は年齢が上がるとともに増加しています。

<性別>



<年齢別>

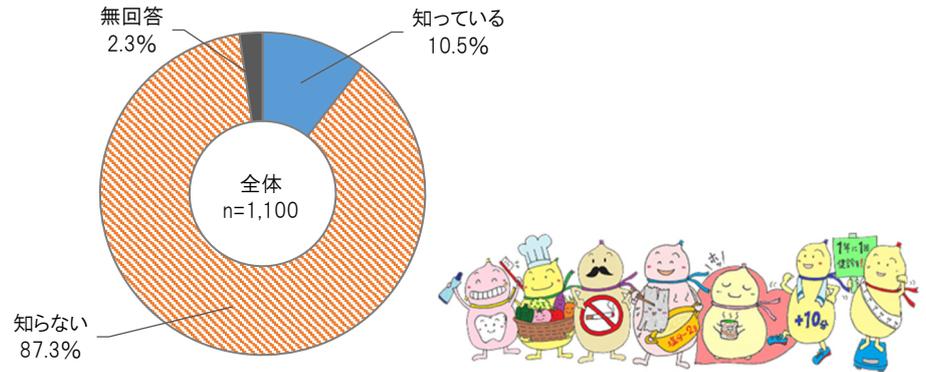


問9 小問1 長浜市健康づくり推進キャラクター「むびょうたんプラス1」を知っていますか。  
(1つに○)

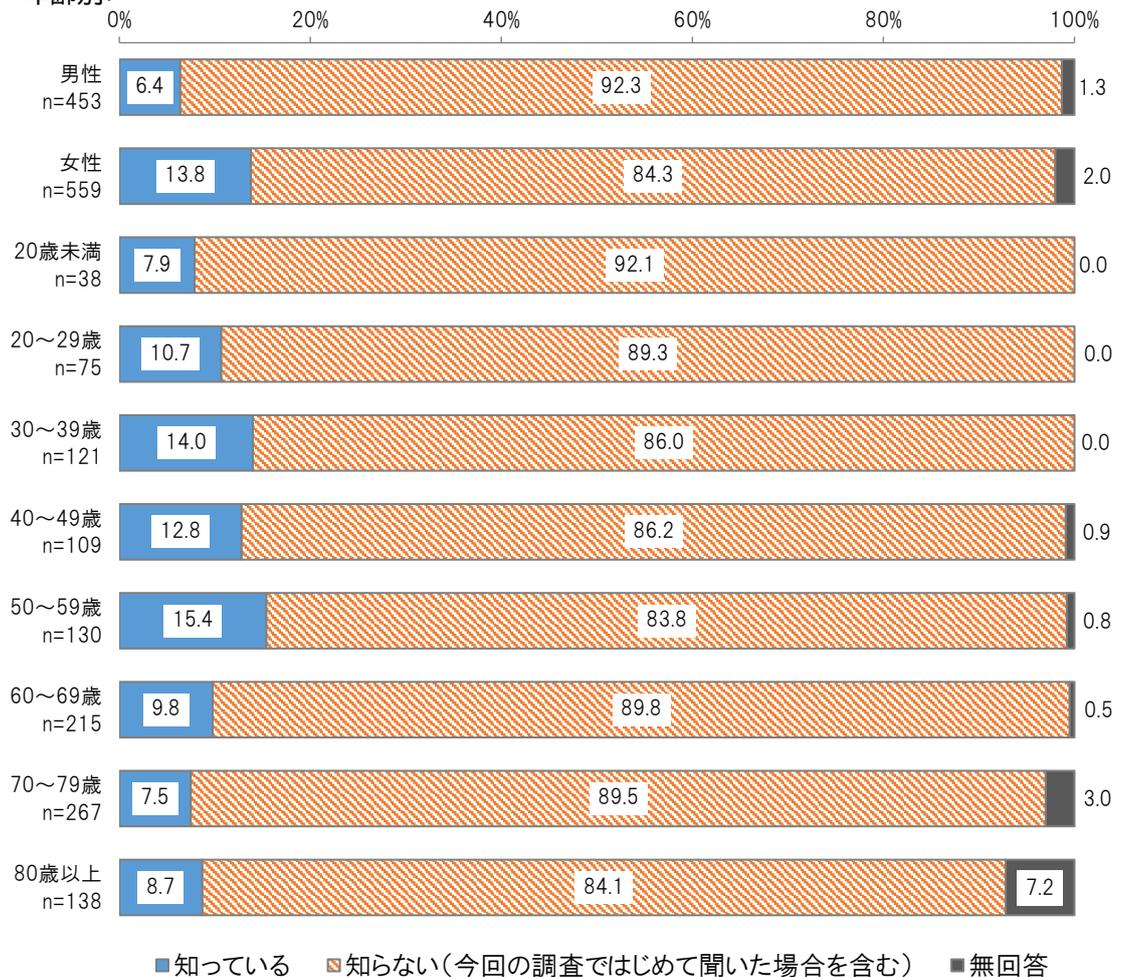
健康づくり推進キャラクター「むびょうたんプラス1」について、「知っている」は10.5%となっています。

性別で見ると、女性は「知っている」が13.8%となり、男性を7.4ポイント上回っています。

年齢別にみると、20～59歳は「知っている」と回答した割合が1割を超え、全体をやや上回ります。



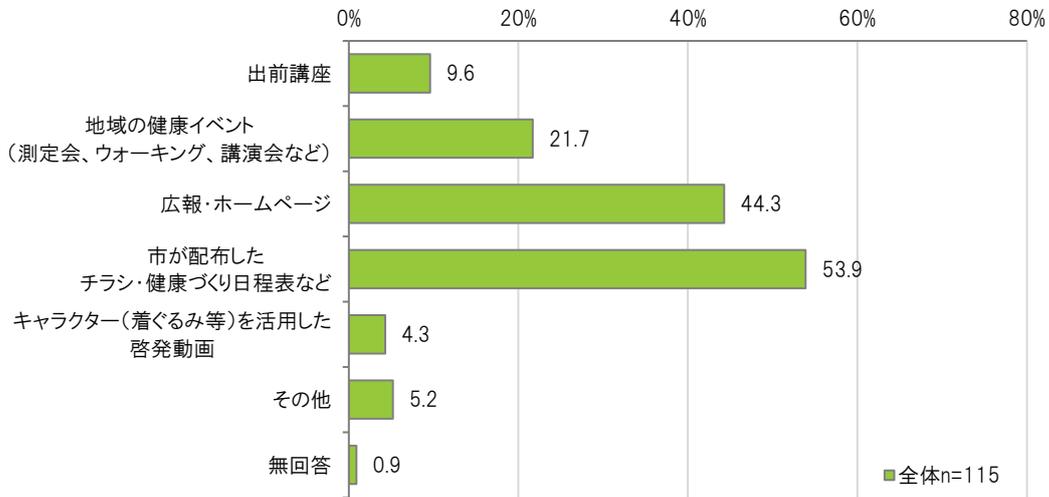
<性別・年齢別>



問9小問2 前小問1で「1. 知っている」とお答えの方におうかがいします。

キャラクターを知ったきっかけを教えてください。(あてはまるものすべてに○)

「むびょうたんプラス1」を知ったきっかけについて、「市が配布したチラシ・健康づくり日程表など」が53.9%と高く、「広報・ホームページ」が44.3%と続きます。

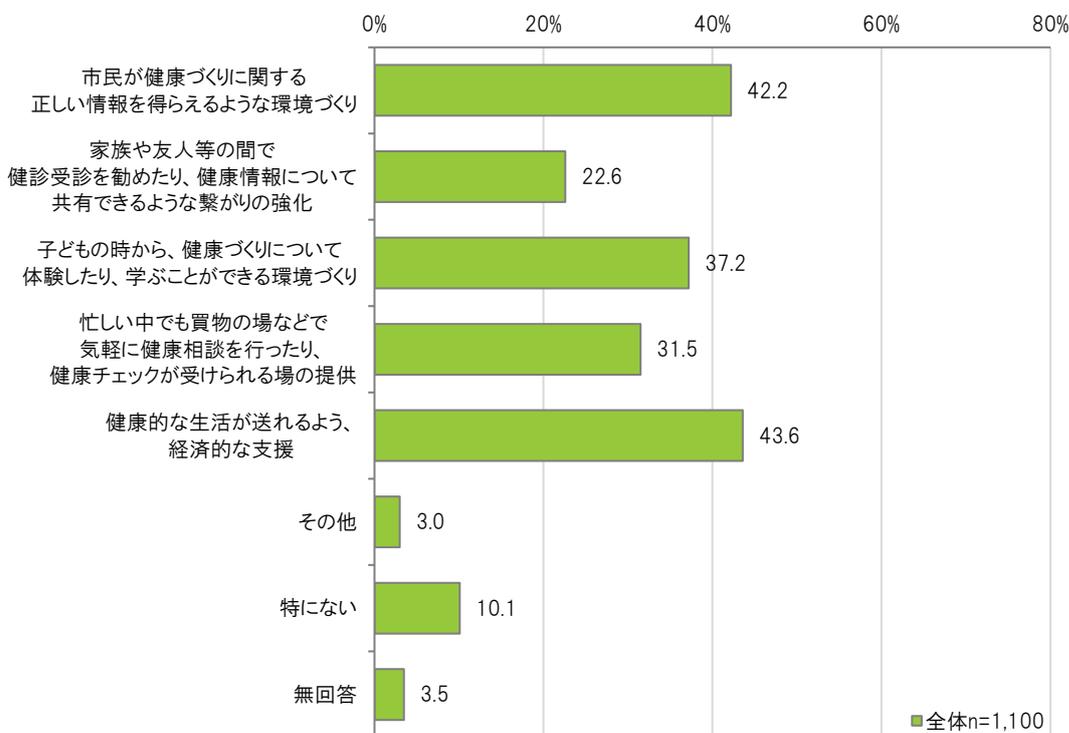


◆その他の記述回答 <キャラクターを知ったきっかけ>

- ・コープの集まり
- ・職場
- ・授業
- ・妻が健康推進員をしていたため

問 10 規則正しい生活習慣の実践（健康づくり）を行うために、どのような取組みが必要だと思われるか。（あてはまるものすべてに○）

規則正しい生活習慣の実践のために必要な取組みについて、「健康的な生活が送れるよう、経済的な支援」が43.6%、「市民が健康づくりに関する正しい情報を得らえるような環境づくり」が42.2%、「子どもの時から、健康づくりについて体験したり、学ぶことができる環境づくり」が37.2%と続きます。



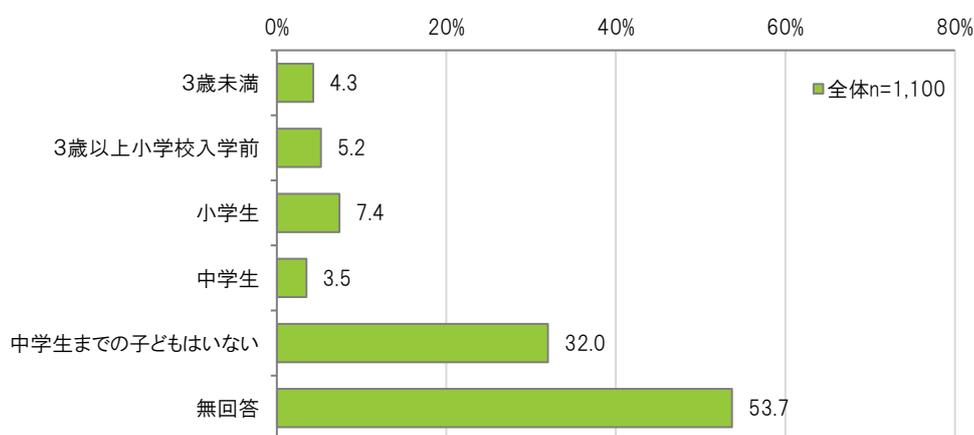
◆その他の記述回答 <規則正しい生活習慣の実践（健康づくり）に必要な取組み>

- ・ 気軽に有休がとれる会社づくり
- ・ 企業との連携と協力
- ・ 地域における健康づくりの教室
- ・ 体を動かしてあそべる様な公共施設、公園
- ・ スポーツイベントを開催
- ・ 広報ながはまに PR してほしい
- ・ スポーツジム等の一定年齢以上への支援
- ・ 出前講座
- ・ 健診しやすい病院整備
- ・ 月額が高いジムに通えないので安く利用できるジム施設
- ・ 特定検診の内容が少なくものたりない、血液検査の内容をもっと多くする
- ・ 市の助成により無料で健康チェックが受けられる機会を増やす
- ・ 運動など健康に良い習慣を身につけるためにもっとなにかのポイントなど具体的なインセンティブを設けた制度（何歩以上歩いたらシガ得みたいなクーポン貰えるなど）

(8) 地域における交流について

問 11 お子さまを持つ保護者の方におうかがいします。どのような年齢(学年)のお子さまがいらっしゃいますか。(あてはまるものすべてに○)

子どもの年代については、「小学生」が7.4%、「3歳以上小学校入学前」が5.2%となっています。また、「中学生までの子どもはいない」は32.0%となっています。

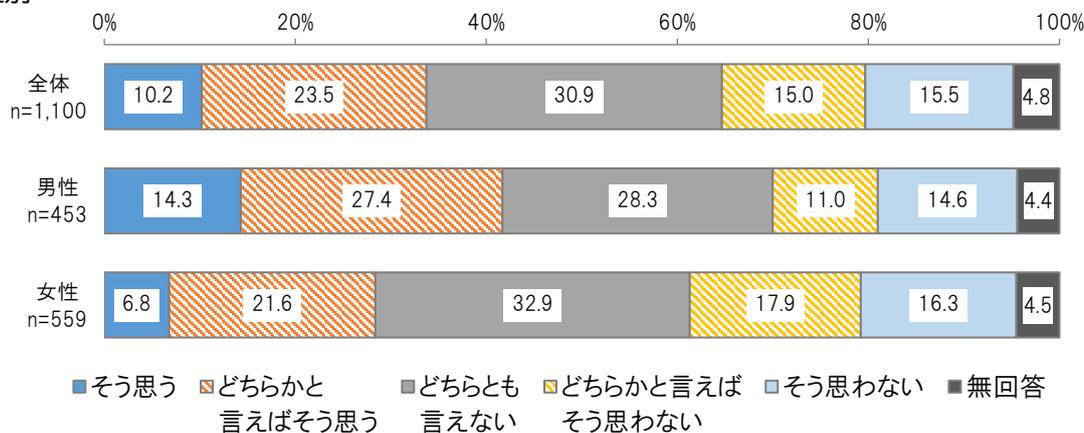


問 12 あなたと地域のつながりは強い方だと思いますか。(1つに○)

地域とのつながりは強いほうだと思うかどうかたずねたところ、「そう思う」が10.2%、「どちらかといえばそう思う」が23.5%となり、両者を合わせると3割強の人がつながりは強いほうだと回答しています。一方「どちらかといえばそう思わない」は15.0%、「そう思わない」は15.5%となり、合わせると30.5%となっています。

性別で見ると、つながりは強いほうだと回答している割合は、男性が41.7%となり、女性の28.4%を13.3ポイント上回ります。

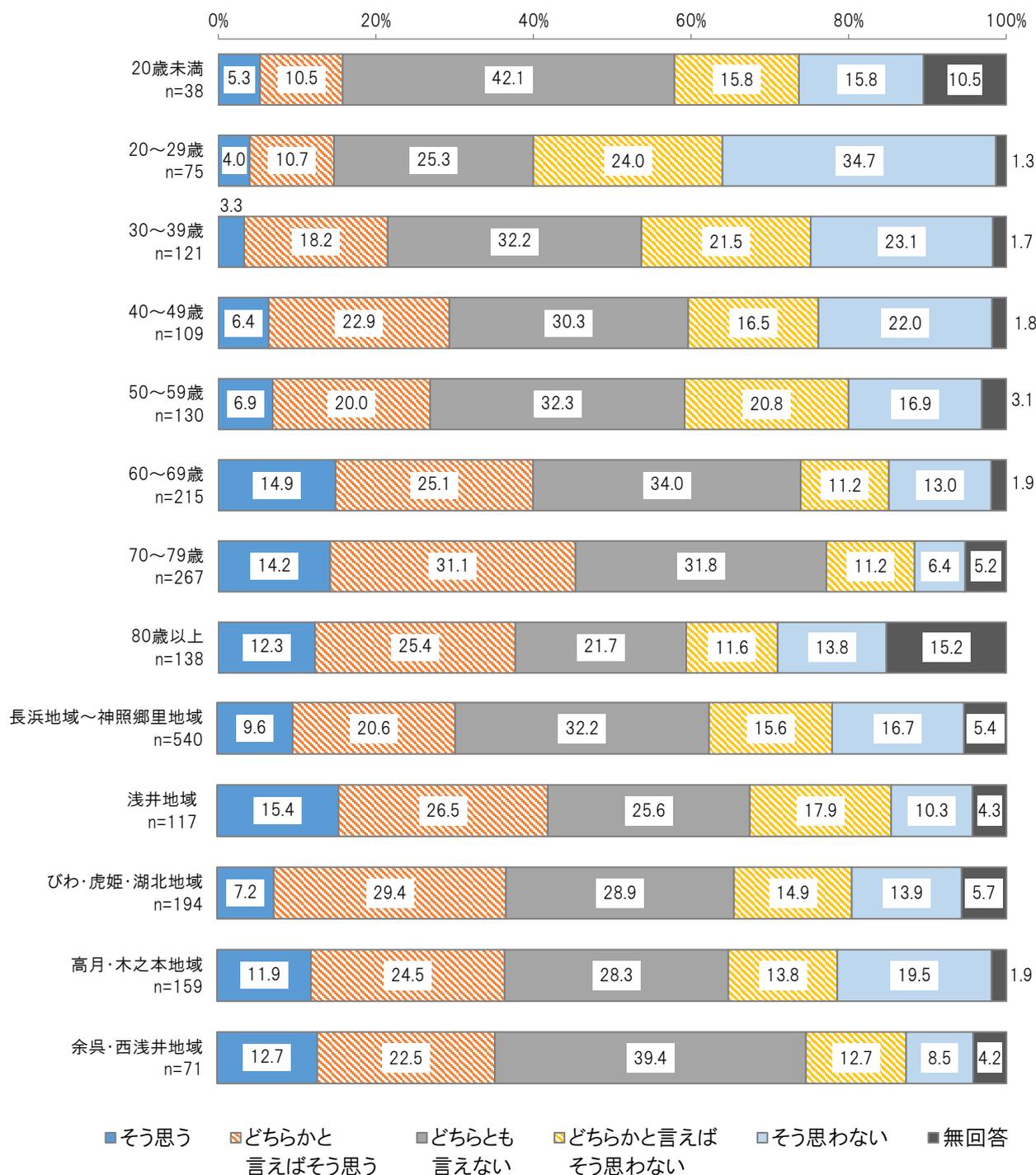
<全体・性別>



年齢別にみると、つながりが強いほうだと思う人は70～79歳が45.3%と最も高く、次いで60～69歳が40.0%、80歳以上が37.7%となっています。一方で、そう思わない人は20～29歳の58.7%、30～39歳の44.6%で高くなり、20～30歳で高くなっています。

地域別にみると、「長浜地域～神照郷里地域」はつながりが強いほうだと思う人は30.2%ですが、「どちらかと言えばそう思わない」「そう思わない」と回答した人は32.3%となり、後者が前者を上回っています。

<年齢別・地域別>

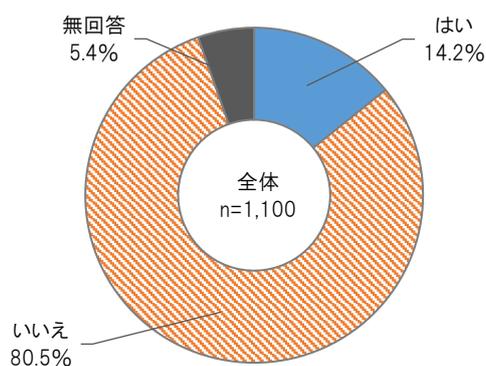


問13 自主的にボランティアやNPO等の市民活動に参加していますか。(1つに〇)

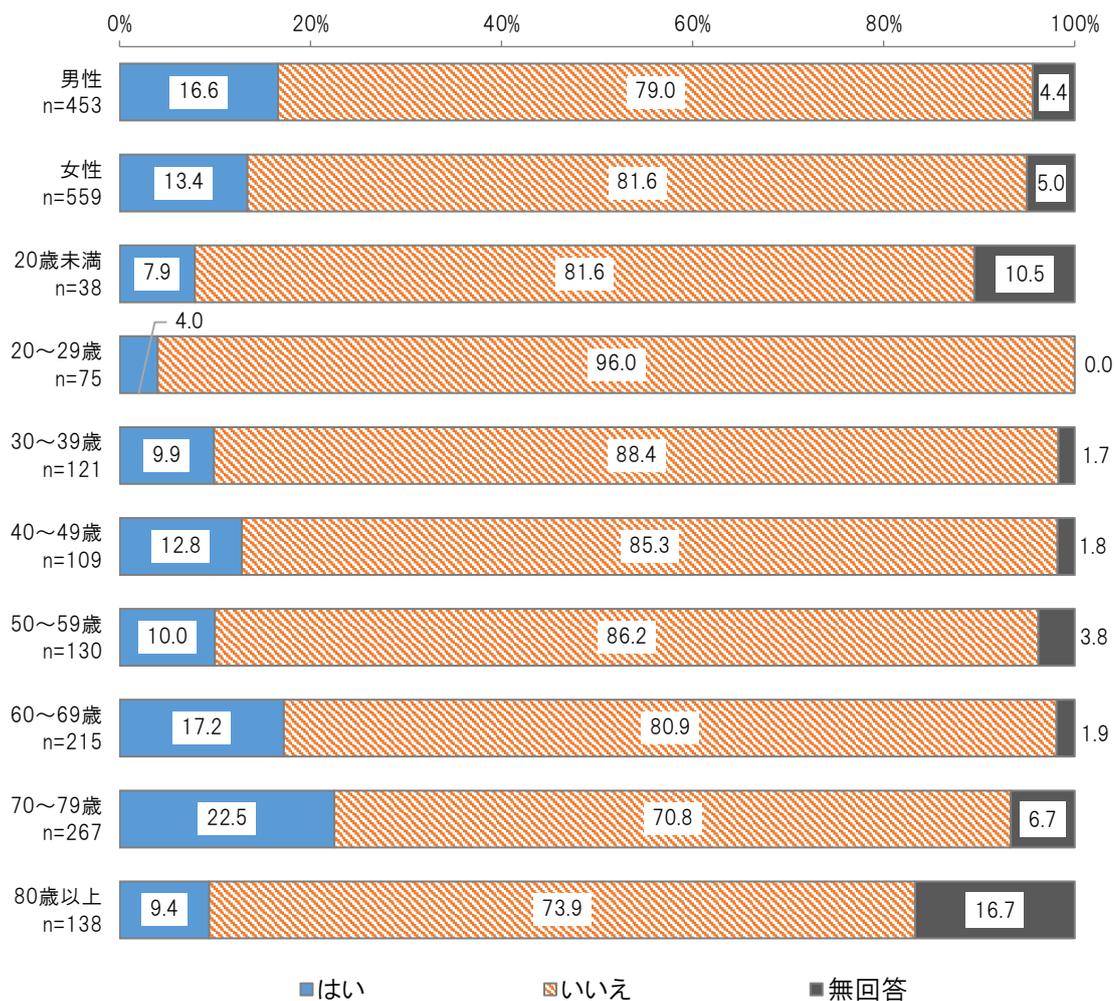
ボランティアやNPO等の市民活動への参加について、参加している人は「はい」の14.2%となっています。

性別で見ると、参加している割合は、男性が女性をやや上回ります。

年齢別にみると、参加している人は70～79歳が22.5%と最も高く、次いで60～69歳が17.2%となっています。また、20～29歳の参加している人は最も低い4.0%となっています。



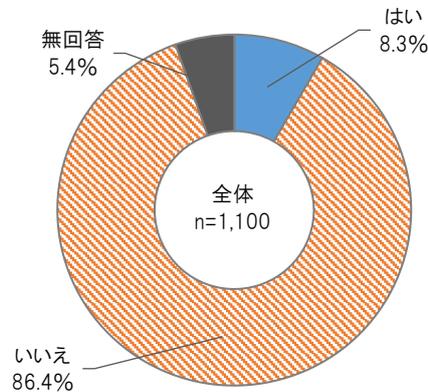
<性別・年齢別>



問 14 小問 1 市や地域、量販店で開催される健康づくりイベントに参加していますか。  
(1つに○)

※市が主催するイベント以外に、まちづくりセンターや店舗で行われる運動や食事に関する講演会、体を動かした遊び、健康測定会などをいいます。

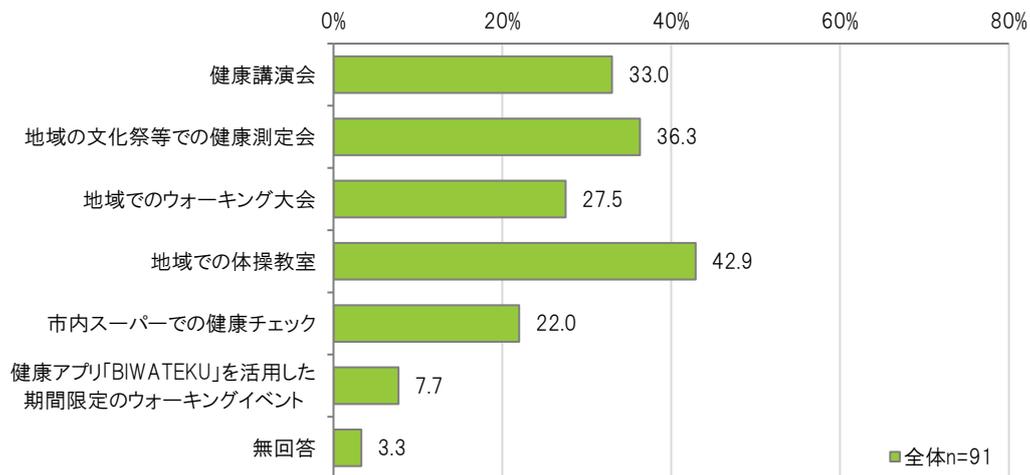
市や地域、量販店で開催される健康づくりイベントへの参加について、参加している人は「はい」の8.3%となっています。



問 14 小問 2 前小問1で「1. はい」とお答えの方におうかがいします。

どのような健康づくりイベントに参加していますか。(あてはまるものに○)

参加している健康づくりイベントをみると、「地域での体操教室」が42.9%と最も高く、「地域の文化祭等での健康測定会」が36.3%、「健康講演会」が33.0%と続きます。



## 2 食事について

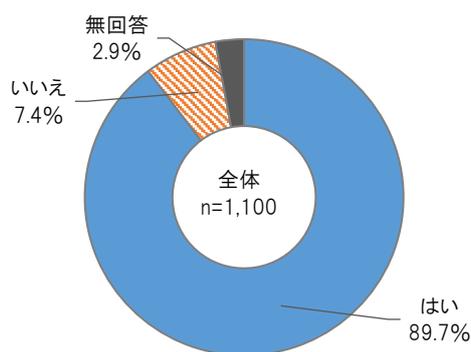
### (1) 食事が楽しみかどうか

問 15 食事を楽しみだと感じますか。(1つに○)

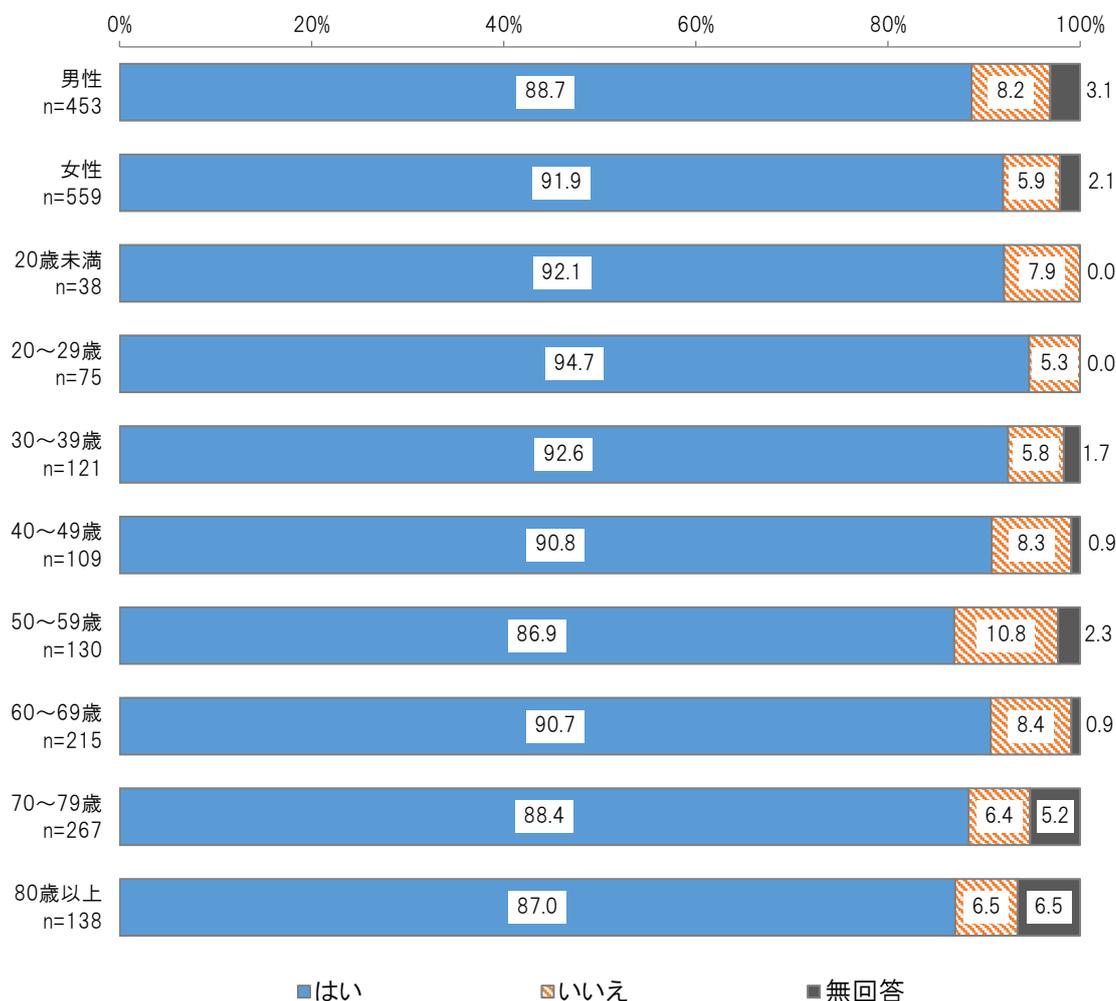
食事を楽しみと感じるかについて、「はい」が89.7%、「いいえ」が7.4%で、大半が食事を楽しみと感じています。

性別でみると、男女ともに「はい」が9割前後を占めています。

年齢別にみると、食事を楽しみと感じる割合はいずれの年齢も9割前後と高くなっていますが、食事を楽しみと感じない「いいえ」と回答した割合は、50～59歳が10.8%と最も高く、全体を3.4ポイント上回ります。



#### <性別・年齢別>



## (2) 朝食について

### 問 16 小問 1 朝ごはんを食べますか。(1つに○)

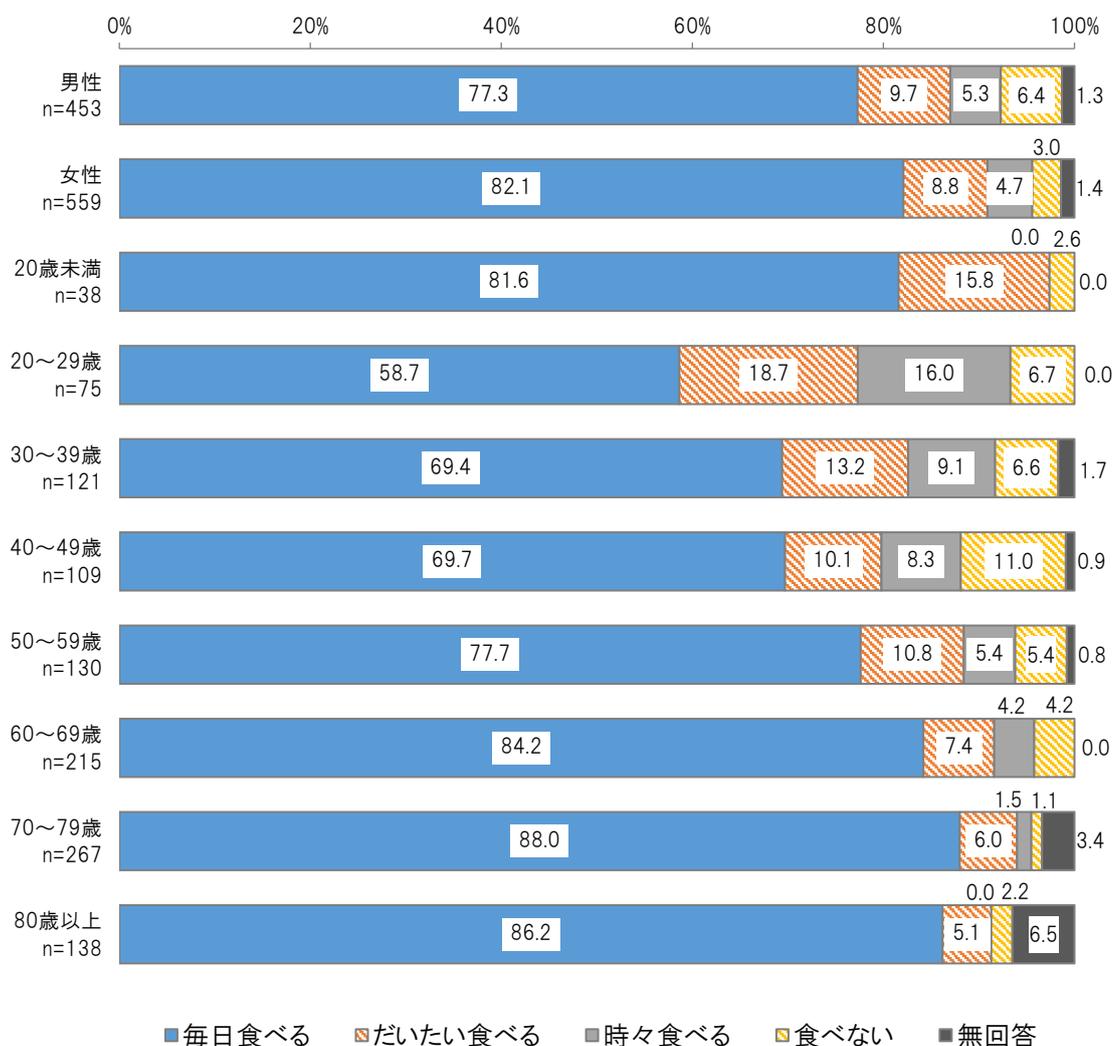
朝食の摂取状況について、「毎日食べる」が約8割で最も高く、多くの方が毎日食べていることがわかります。一方「食べない」は4.4%となっています。

性別でみると、「毎日食べる」は女性が82.1%となり、男性の77.3%を4.8ポイント上回ります。

年齢別にみると、「毎日食べる」割合は60歳以降で高くなり、20～29歳は58.7%と最も低くなっています。一方、「食べない」は40～49歳が11.0%で、全体と比較して6.6ポイント高くなっています。

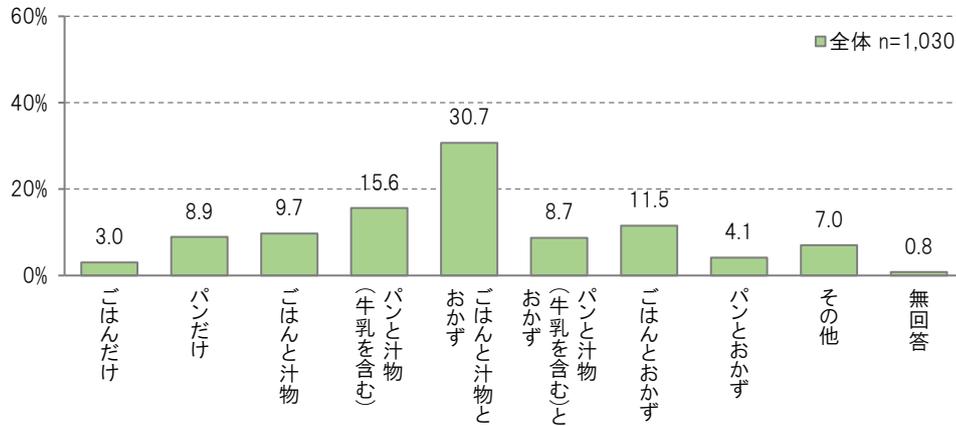


#### <性別・年齢別>



問 16 小問 2 前小問で「1. 毎日食べる」「2. だいたい食べる」「3. 時々食べる」を選ばれた方はどのような朝ごはんが多いですか。(1つに〇)

朝食を食べる人の食事内容を見ると、「ごはんと汁物とおかず」が30.7%で最も高く、「パンと汁物（牛乳を含む）」が15.6%、「ごはんとおかず」が11.5%と1割を超えています。



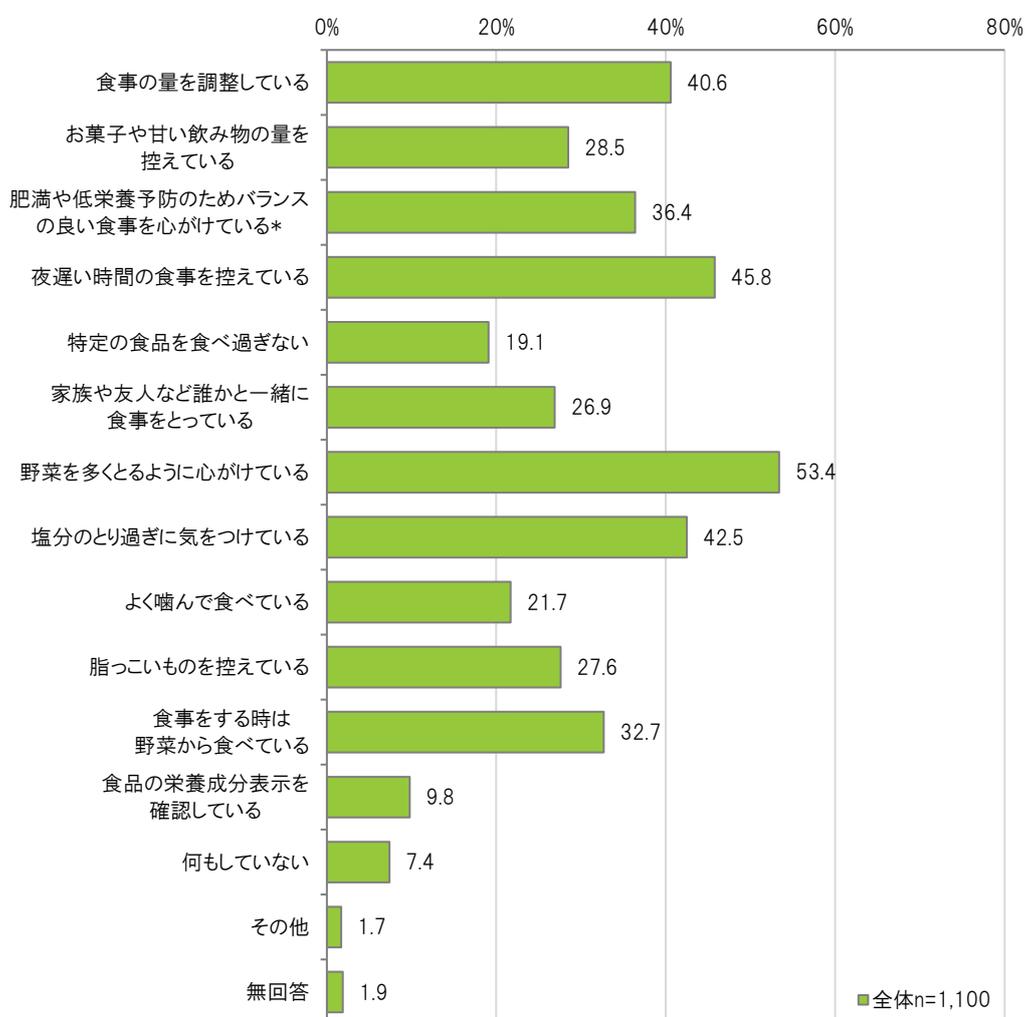
◆その他の記述回答 <朝ごはんの内容>

- ・牛乳、バナナ、ヨーグルト
- ・オートミール、シリアル
- ・おもちをやわらかく煮る
- ・プロテイン、自家製スムージー
- ・コンビニおにぎりと菓子パン
- ・ごはん、お味噌汁、卵料理、おひたし、のり系、他昨日の残り物
- ・魚類を朝一品は必ず食べる
- ・アレルギーや体調のバランスに合わせたもの
- ・リンゴ豆乳、温泉玉子
- ・具たくさん汁物+5~6種のおかず
- ・ピザ 野菜サラダ 牛乳か紅茶

### (3) 食生活全般について

問 17 食生活で気をつけているのは次のうちどれですか。(あてはまるものすべてに○)

食生活で気をつけていることについて、「野菜を多くとるように心がけている」が53.4%と5割を超えて高く、「夜遅い時間の食事を控えている」が45.8%、「塩分のとり過ぎに気をつけている」が42.5%、「食事の量を調整している」が40.6%と続きます。



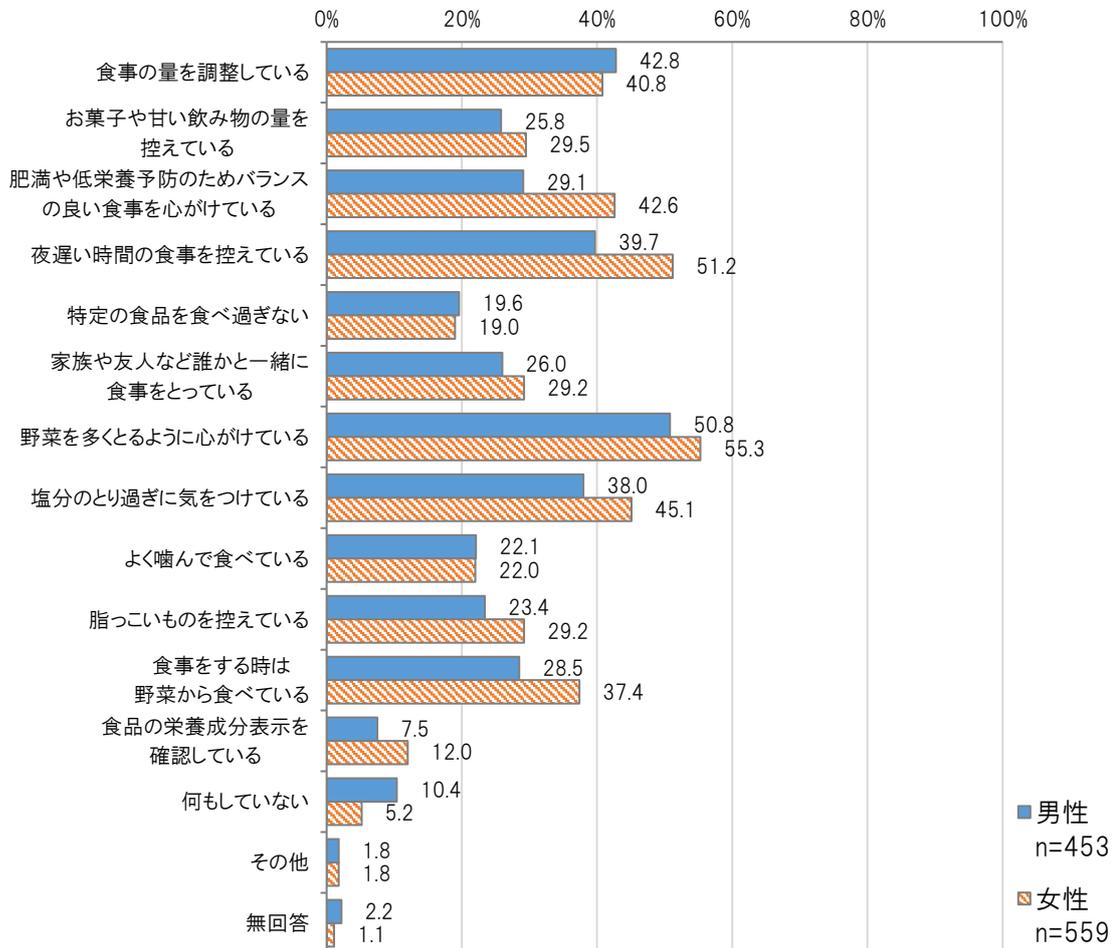
\* 肥満や低栄養予防のためバランスの良い食事を心がけている〔穀類(ごはん・パン等)とタンパク質(魚介類、肉類、卵、大豆製品)と野菜を組み合わせる等〕の〔 〕を省略表記している。

#### ◆その他の記述回答 <食生活で気をつけていること>

- ・糖質を最後に(血糖値が上がりやすい体質)
- ・サプリメント
- ・添加物をとらないよう加工食品を避けている
- ・アレルギーや体調のバランスに合わせたもの
- ・白砂糖を使わず作るようにしている
- ・安価な物を探して手にいれている
- ・摂る時間を考えている
- ・タンパク質から食べたりして肥満を防ぐ
- ・好き嫌いしない
- ・バランスのよい食事を心がけている
- ・加工品、リン添加物の多い食品を避け、産地表示を確認する
- ・添加物を摂りすぎないように、できる範囲でオーガニックを選んだり小麦粉より米粉にしている

性別でみると、男性は「野菜を多くとるように心がけている」が50.8%、「食事の量を調整している」が42.8%で高くなっています。一方、女性は「野菜を多くとるように心がけている」「夜遅い時間の食事を控えている」が5割を超え、「塩分のとり過ぎに気をつけている」「肥満や低栄養予防のためバランスの良い食事を心がけている」「食事の量を調整している」が4割を超える等、男性に比べ多くの項目で割合が高い傾向にあります。

<性別>

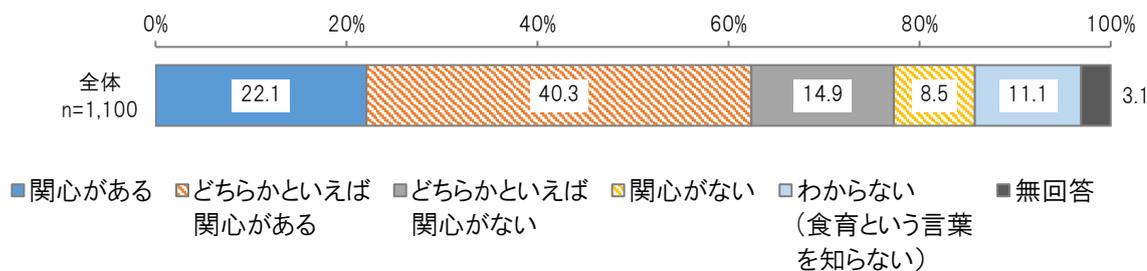


問 18 「食育」に関心がありますか。(1つに○)

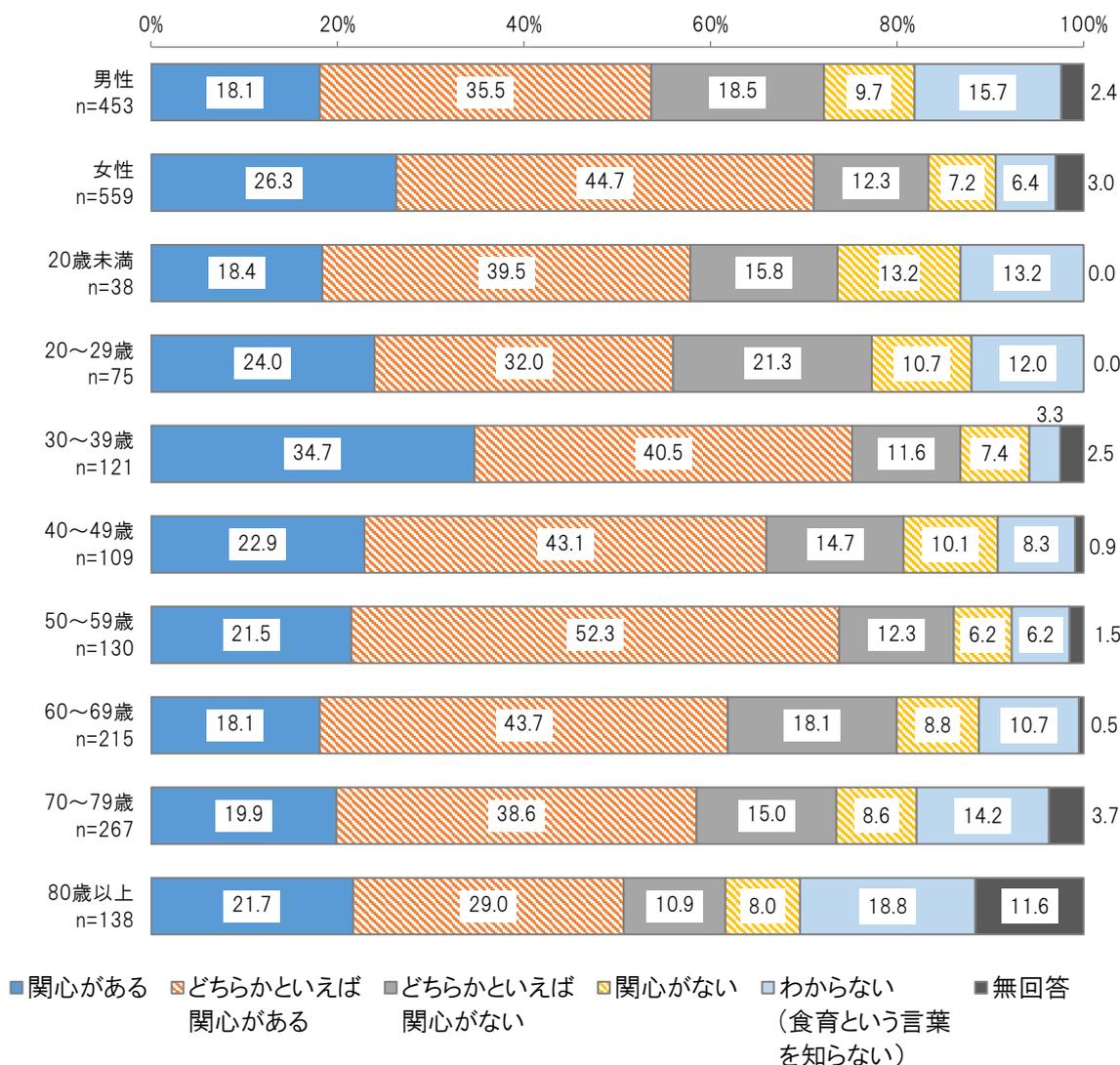
「食育」への関心をみると、「どちらかといえば関心がある」が40.3%と最も高く、「関心がある」の22.1%を合わせた62.4%が、「食育」に関心があると回答しています。

性別でみると、関心がある割合は女性が71.0%となり、男性の53.6%を17.4ポイント上回ります。

年齢別にみると、関心がある割合は30～39歳が75.2%、50～59歳が73.8%となり、他の年齢より高くなっています。

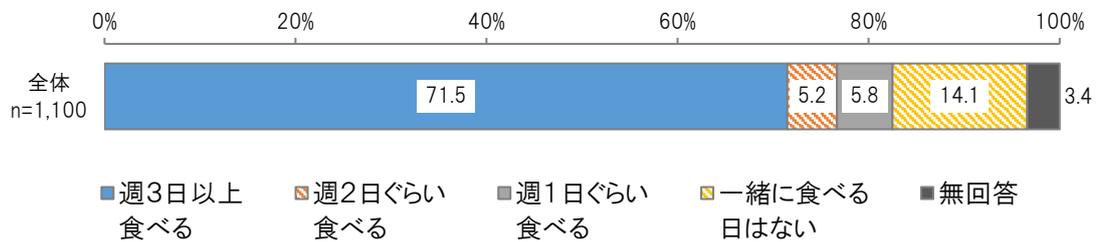


<性別・年齢別>



問 19 家族や友人など誰かと一緒に食事をとるのは週に何日くらいですか。(1つに○)

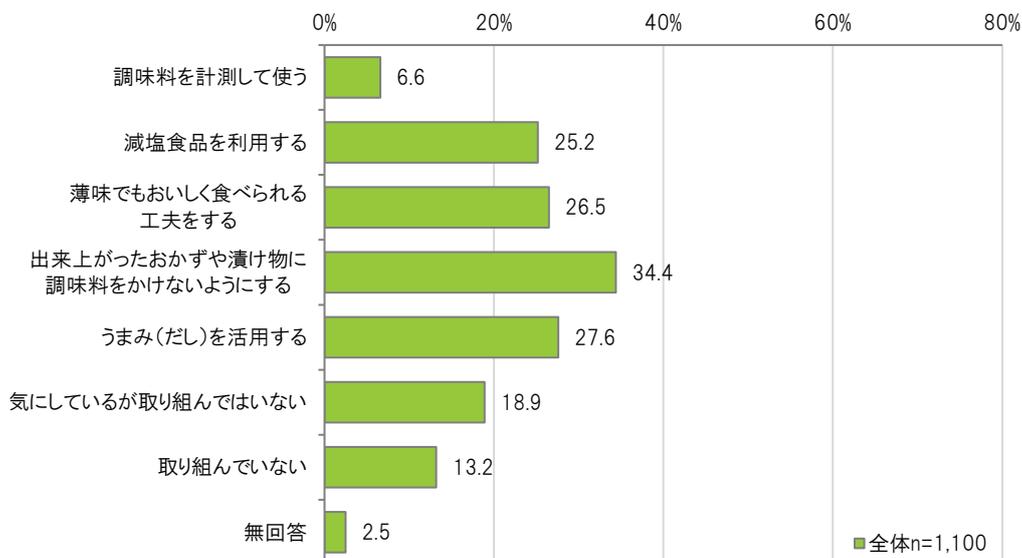
誰かと一緒に食事をとる機会をみると、「週3日以上食べる」が71.5%となるものの、一方「一緒に食べる日はない」が14.1%となっています。



問 20 塩分をとりすぎないために取り組んでいることはありますか。

(あてはまるものすべてに○)

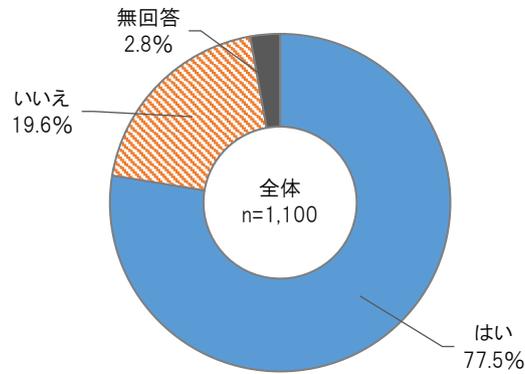
塩分をとりすぎないために取り組んでいることについて、「出来上がったおかずや漬け物に調味料をかけないようにする」が34.4%と最も高く、「うまみ(だし)を活用する」が27.6%、「薄味でもおいしく食べられる工夫をする」が26.5%と続きます。



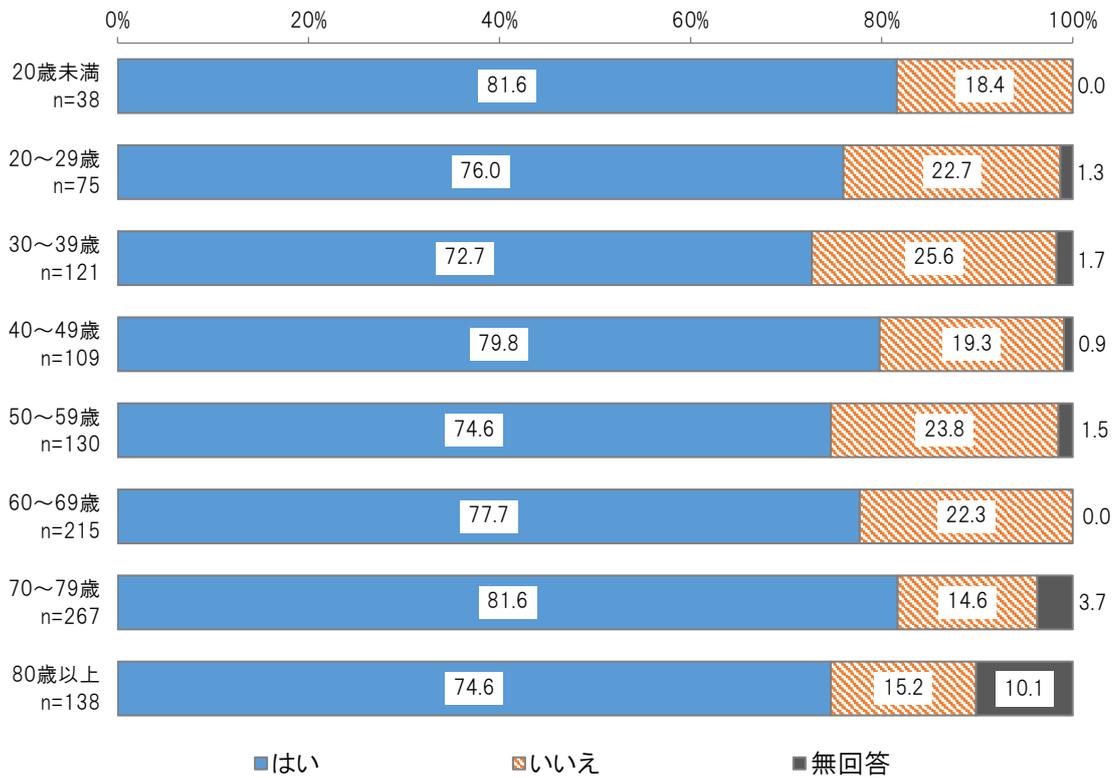
問 21 あなたの家庭では、旬の食材を取り入れるようにしていますか。(1つに〇)

家庭で旬の食材を取り入れるようにしているかについて、「はい」は77.5%となり、約8割の人が取り入れるようにしていると回答しています。

年齢別にみると、「はい」は20歳未満・70～79歳が81.6%と最も高くなっています。



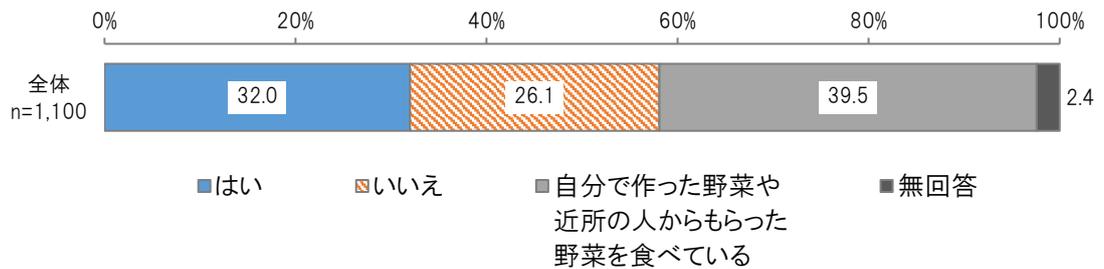
<年齢別>



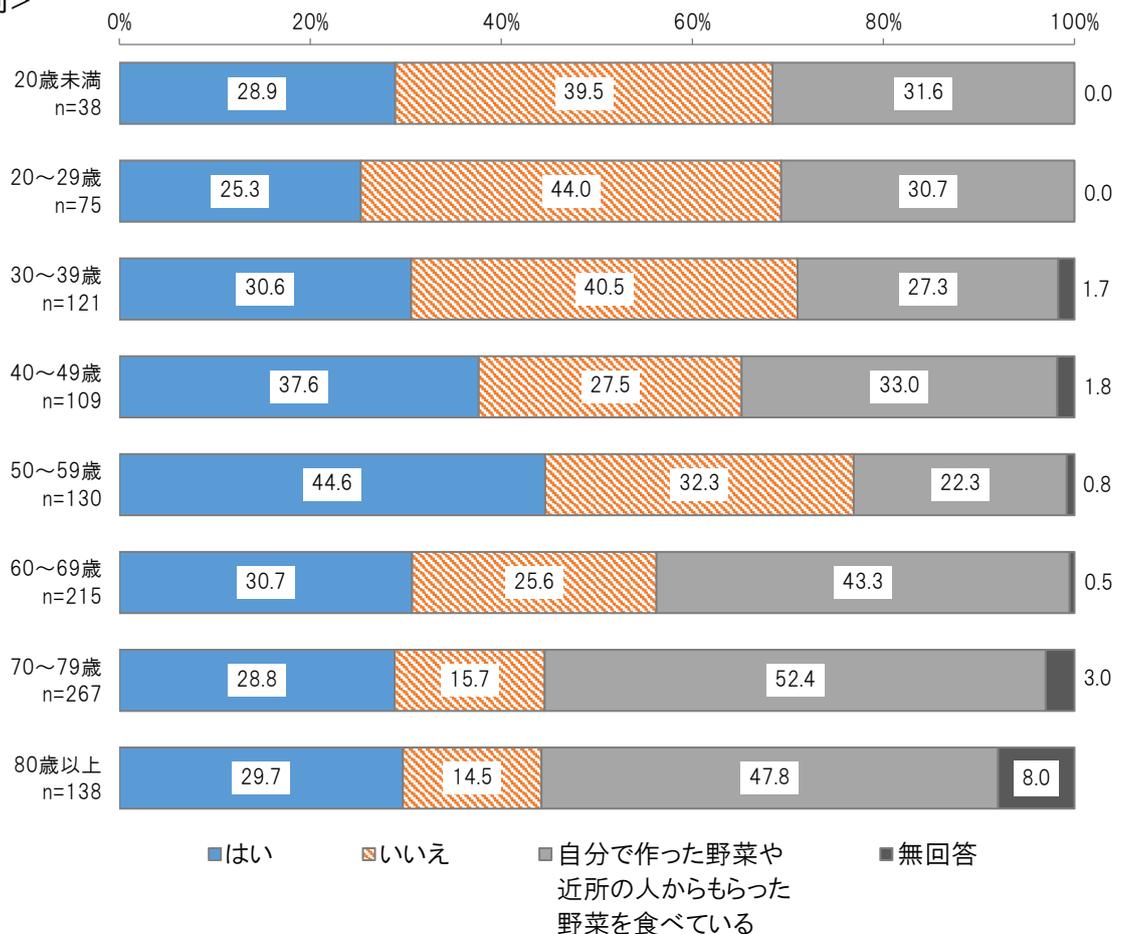
問22 あなたの家庭では、地元で生産した農産物を優先的に買うようにしていますか。  
(割合的に多いもの1つに○)

地元で生産した農産物を優先的に買うようにしているかについて、「自分で作った野菜や近所の人からもらった野菜を食べている」が39.5%と最も高く、優先的に買うようにしている人は「はい」の32.0%となっています。

年齢別にみると、優先的に買う人が多いのは50～59歳の44.6%となっています。また、70歳以降では約2人に1人が「自分で作った野菜や近所の人からもらった野菜を食べている」と回答しています。



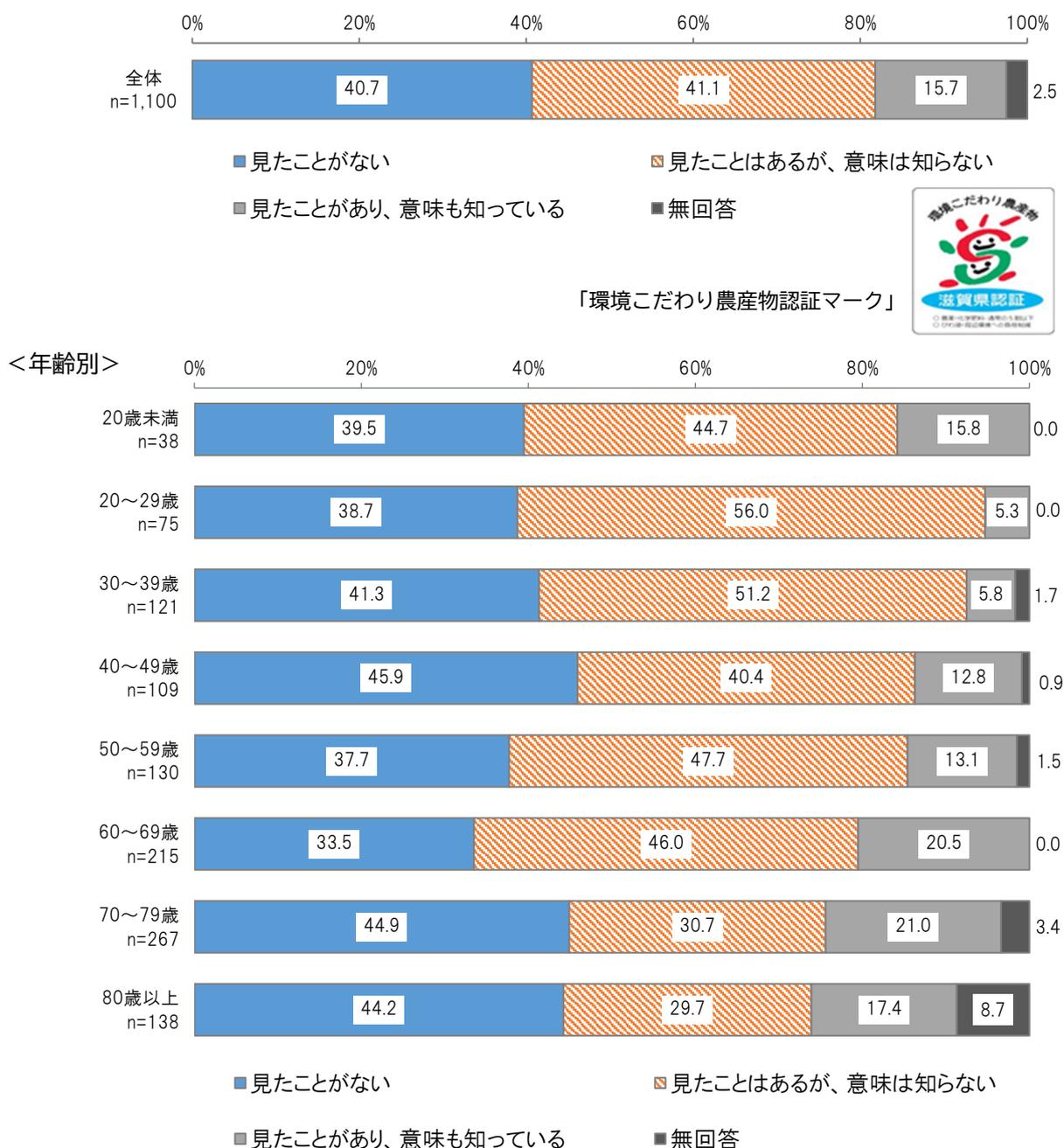
<年齢別>



問 23 「環境こだわり農産物認証マーク」を知っていますか。(1つに○)

環境こだわり農産物認証マークの認知度について、「見たことはあるが、意味は知らない」が41.1%、「見たことがない」が40.7%と同程度となっています。「見たことがあり、意味も知っている」は15.7%にとどまっています。

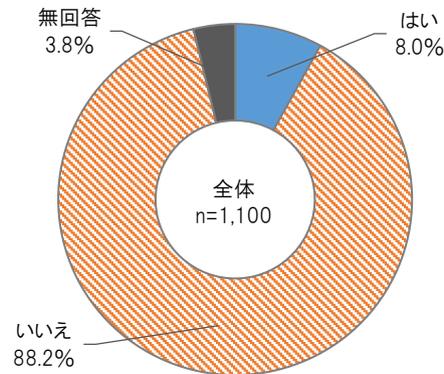
年齢別にみると、「見たことがあり、意味も知っている」は60歳以降で20%前後ですが、20～39歳は約5%と低い状況です。



問 24 この1年間に市場や直売所等で開催されているイベント※に参加したことがありますか。  
(1つに○)

※ここでいうイベントは地場産農水産物の販売や収穫体験、生産者との交流等を指します。

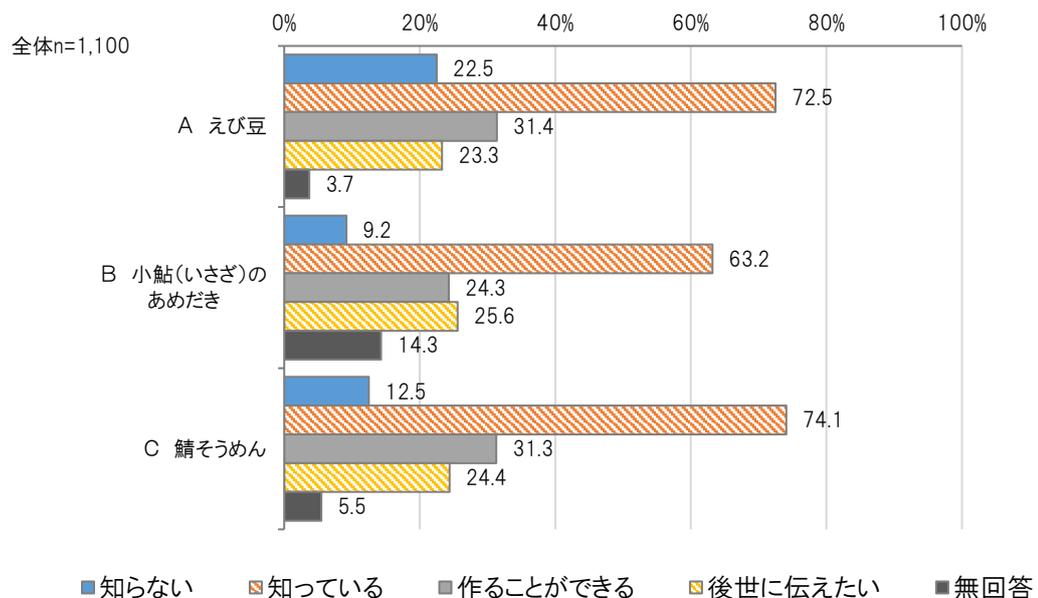
この1年間に市場や直売所で開催されているイベントに参加した人は、「はい」の8.0%にとどまっています。



問 25 次の郷土食A～Cについて、知っているもの、作ることができるもの、後世に伝えたいものを選んでください。(あてはまるものすべてに○)

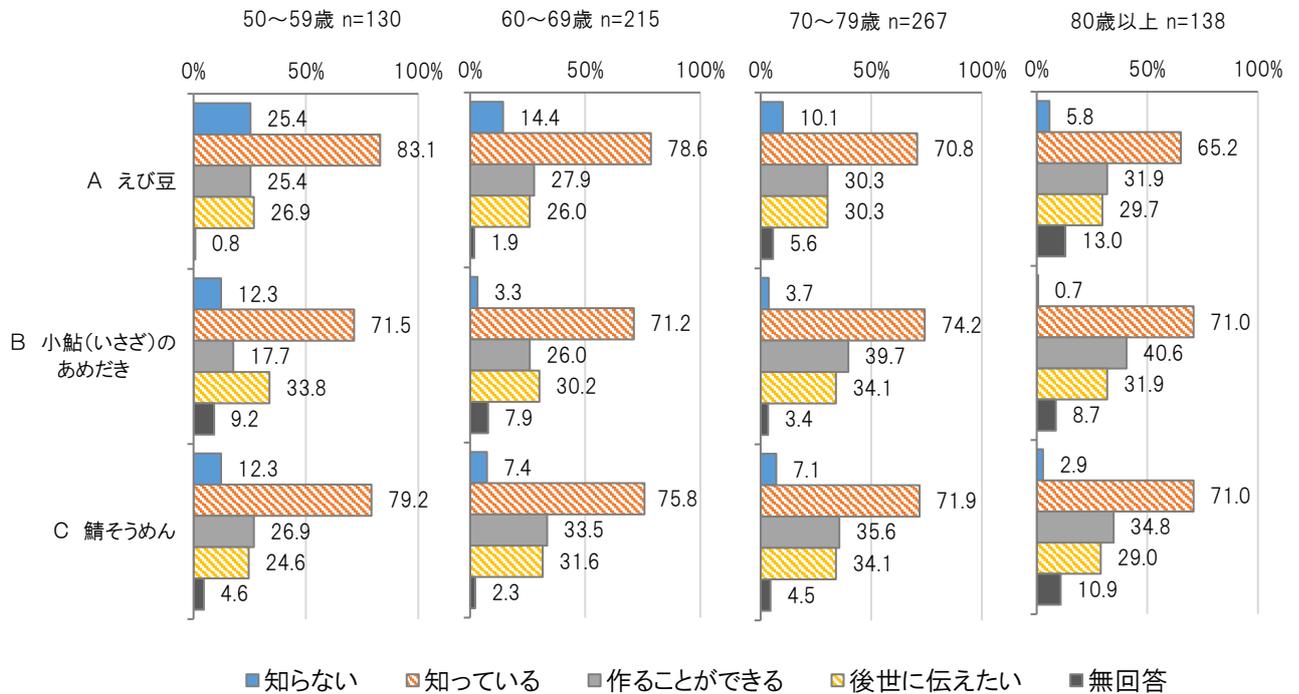
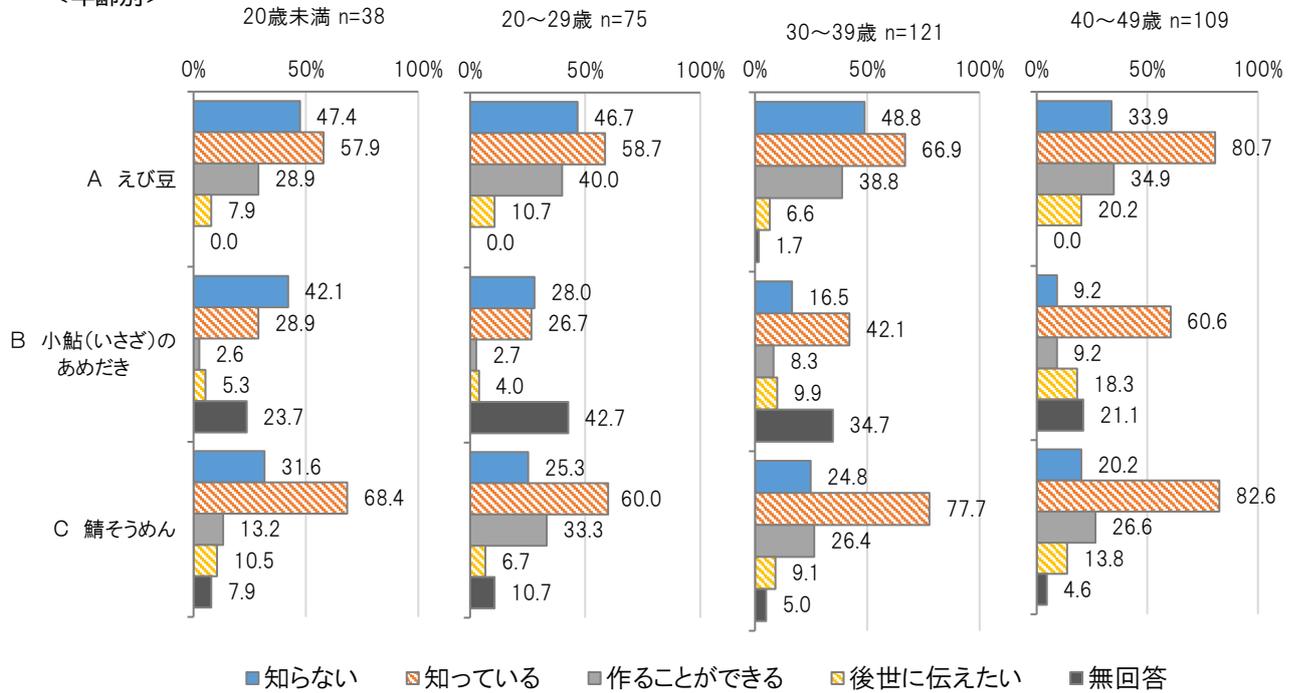
3種類の郷土食について認知度等をたずねたところ、「知っている」ものは、「えび豆」「鯖そうめん」がともに7割以上の回答がみられ、認知度が高いことがわかります。

「作ることができる」ものは、「えび豆」「鯖そうめん」の約31%、「子鮎(いさぎ)のあめだき」が24.3%となっています。「後世に伝えたい」ものは、いずれも大きな差はなく、25%前後となっています。



年齢別にみると、全ての郷土食において「知らない」と回答した割合は、年齢が低い程高くなっています。また、「後世に伝えたい」と考える割合は、年齢が高い程高くなっています。

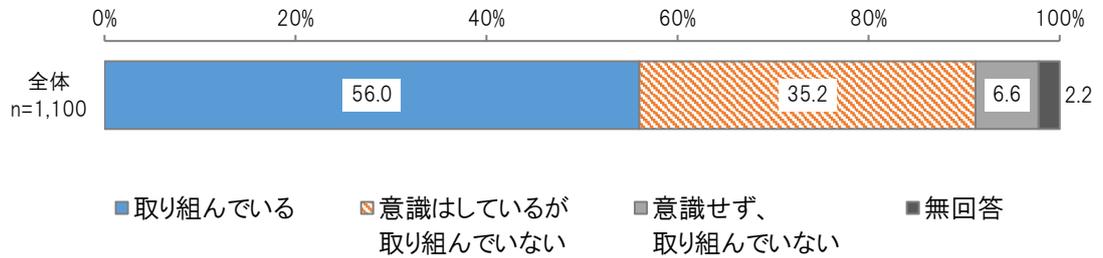
<年齢別>



問 26 食べ物を捨てないために何か取り組んでいますか。(1つに○)

取り組み例：食品を買いすぎない、食べる分だけ調理する、余った食材を調理して使い切る、食べきれなかった食材を冷凍などをして保存する、フードバンクに寄付するなど

食べ物を捨てないために取り組んでいることは、「取り組んでいる」が56.0%、「意識はしているが取り組んでいない」が35.2%となっています。



### 3 運動について

#### (1) 徒歩 10 分程度の移動方法

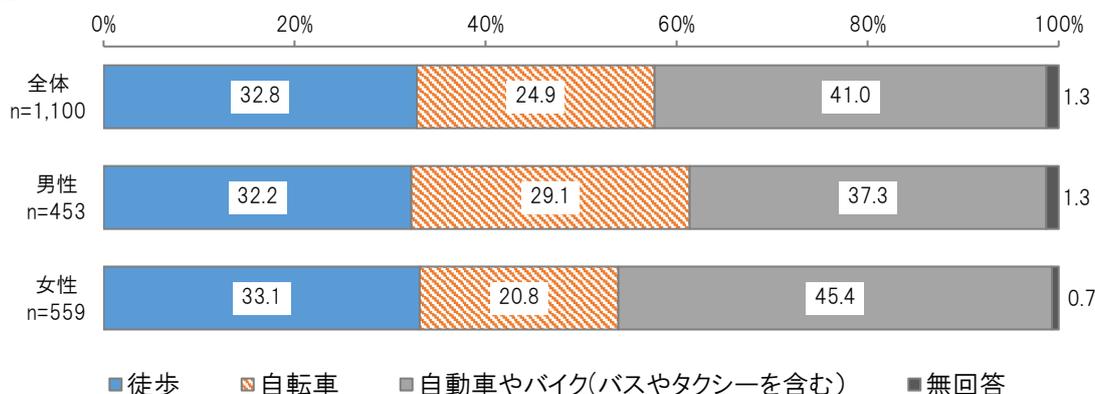
問 27 徒歩 10 分（約 700m）で行けるところへ出かけるとしたら、主にどのような方法で行くことが多いですか。（1つに〇）

徒歩10分で行けるところへ出かける主な方法については、「自動車やバイク(バスやタクシーを含む)」が41.0%で最も高く、次いで「徒歩」32.8%となっています。

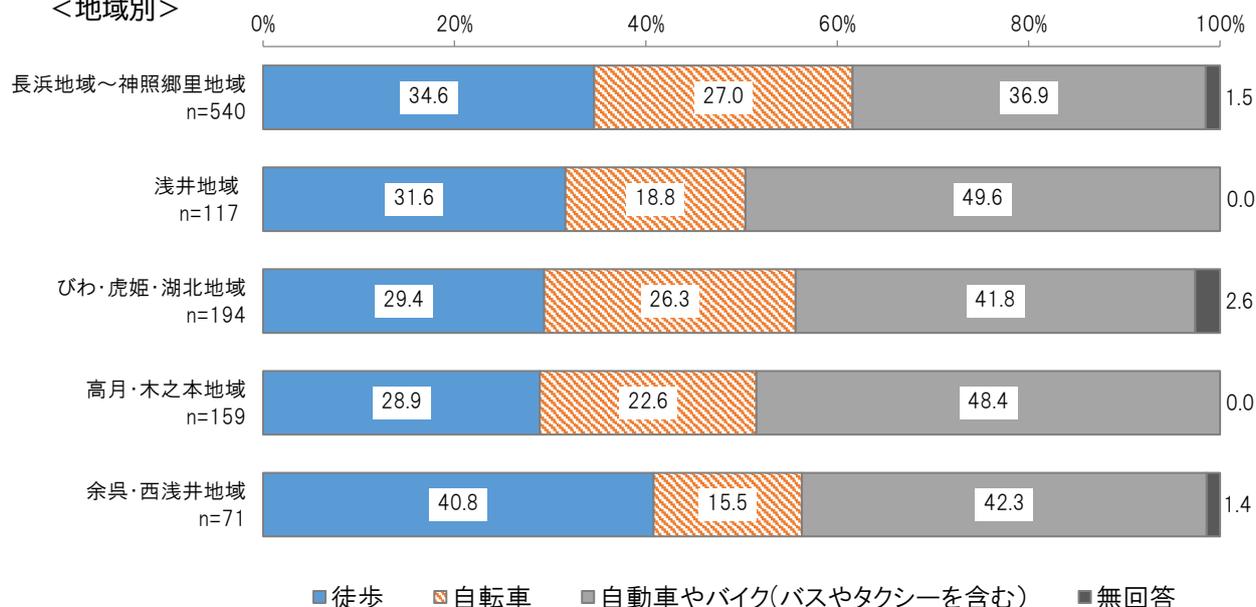
性別でみると、「自転車」は男性が女性より高く、「自動車やバイク(バスやタクシーを含む)」は女性が男性より高くなっています。

地域別にみると、「徒歩」は「余呉・西浅井地域」の40.8%、「自転車」は「長浜地域～神照郷里地域」の27.0%、「自動車やバイク(バスやタクシーを含む)」は「浅井地域」の49.6%が最も高くなっています。

#### <全体・性別>

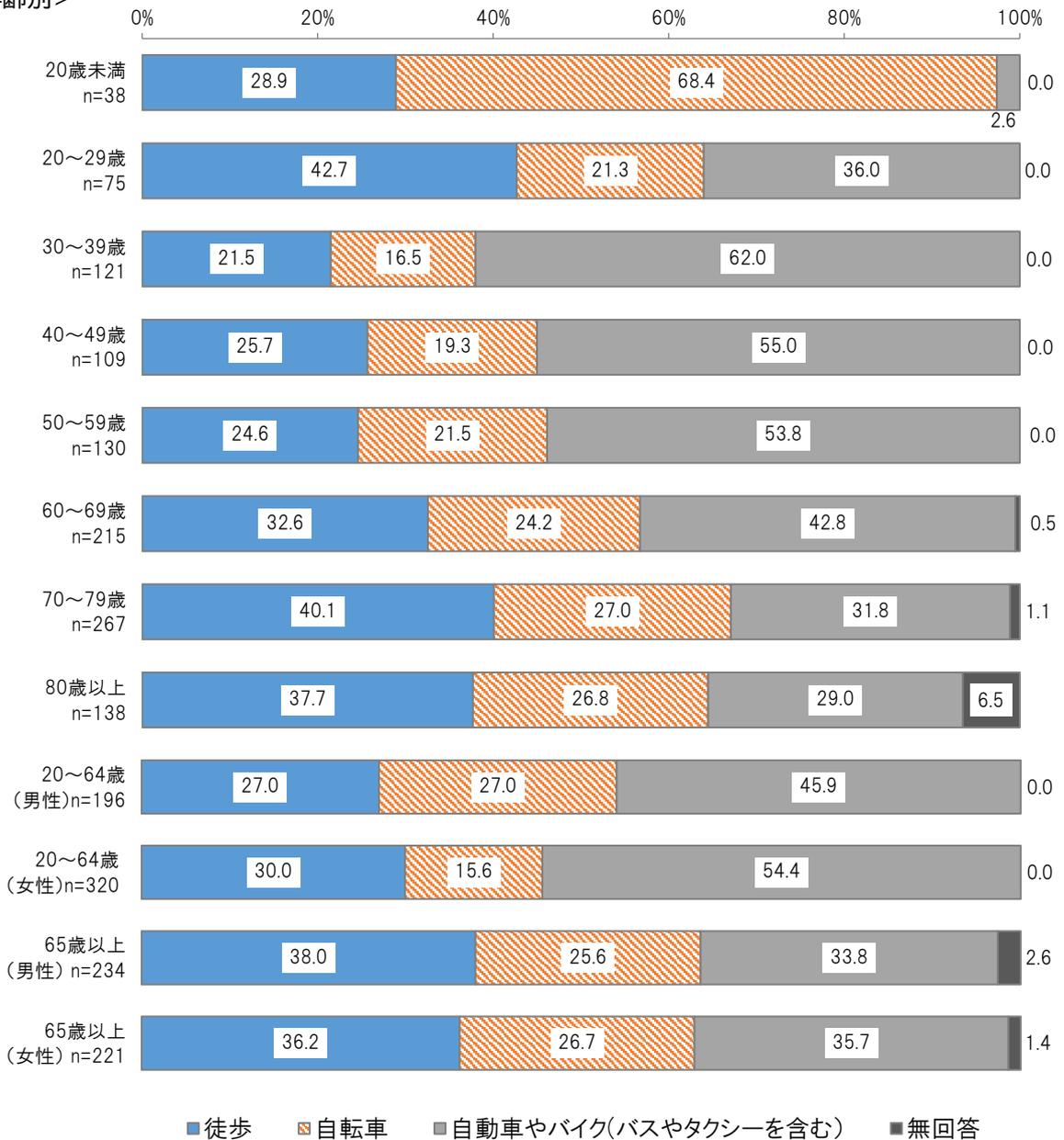


#### <地域別>



年齢別にみると、「徒歩」は20～29歳・70～79歳が4割を超え、「自転車」は20歳未満が約7割に及びます。また、「自動車やバイク(バスやタクシーを含む)」は30～39歳が6割を超え、40～49歳・50～59歳が5割を超える状況です。

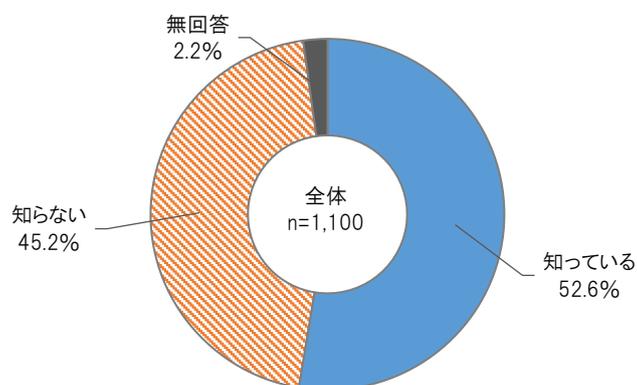
<年齢別>



(2) 10分多く身体を動かすことが健康に良いことの周知

問28 いつもよりプラス10分多く身体を動かすことが健康に良いことを知っていますか。(1つに○)

いつもよりプラス10分多く身体を動かすことが健康に良いことを知っている人は、約半数の52.6%となっています。



### (3) 運動習慣

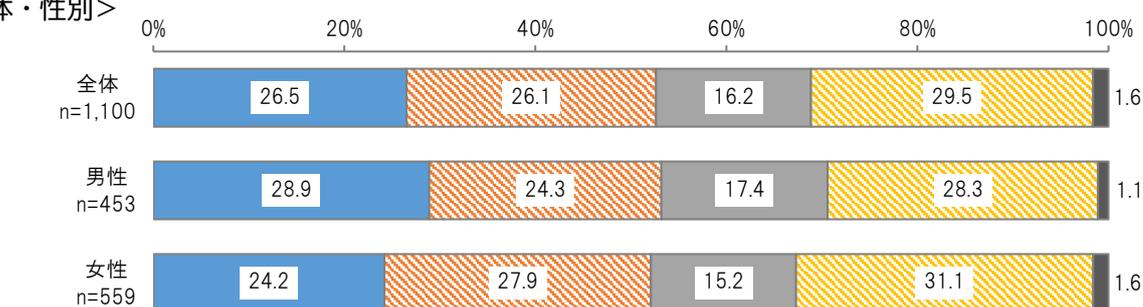
問 29 小問 1 日ごろ、自分の健康づくりのために 1 回 30 分以上意識的に体を動かすなどの運動を実行していますか。(学校の授業等で行っているものは除きます。)(1 つに〇)

日ごろ運動をしているかについて、「継続して実行している(毎日、週に2、3日以上)」の26.5%と「時々している」の26.1%を合わせた52.6%が運動をしていると回答しています。一方、「まったくしていない」は29.5%で最も高くなっています。

性別では大きな差はありません。

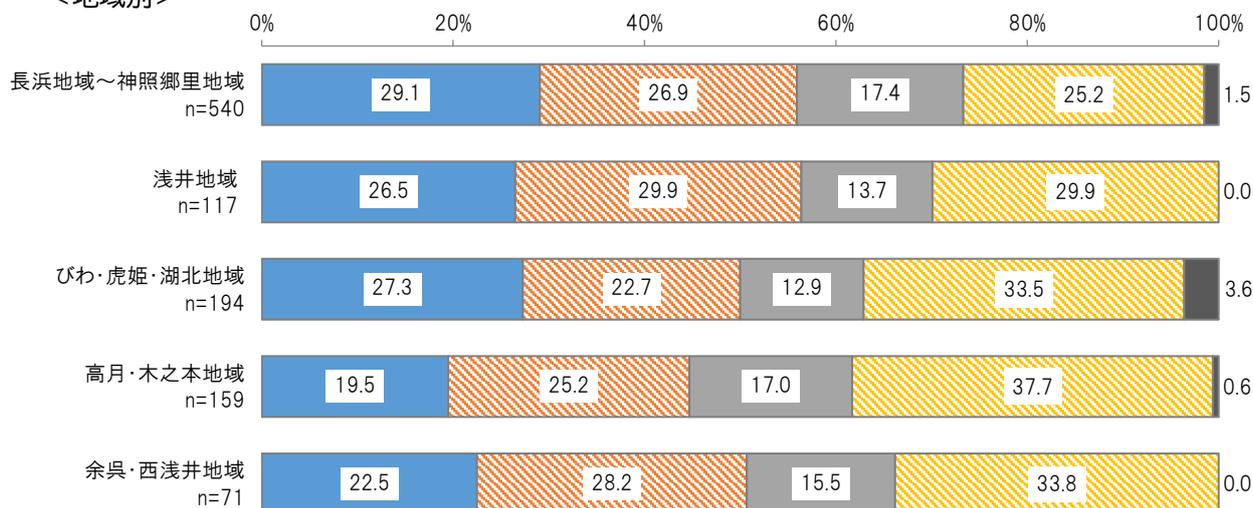
地域別にみると、「高月・木之本地域」の運動している人は44.7%となり、他の地域と比較して低くなっています。

#### <全体・性別>



- 継続して実行している(毎日、週に2、3日以上)
- 時々している(週に1日程度、月に数回)
- 以前はしていたが現在はしていない
- まったくしていない
- 無回答

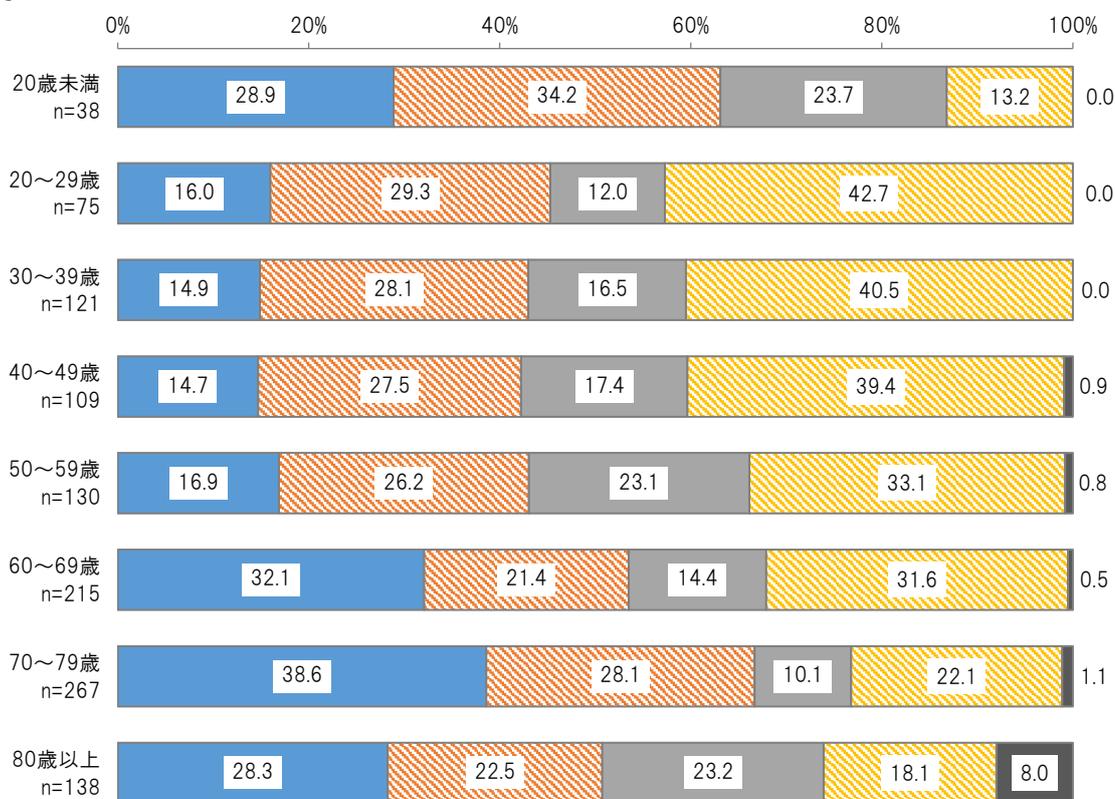
#### <地域別>



- 継続して実行している(毎日、週に2、3日以上)
- 時々している(週に1日程度、月に数回)
- 以前はしていたが現在はしていない
- まったくしていない
- 無回答

年齢別にみると、運動している人は70～79歳が66.7%と最も高く、次いで20歳未満が63.1%、60～69歳が53.5%、80歳以上が50.8%となり、60歳以降は運動を実行している割合が高い傾向にあります。一方、「まったくしていない」は、20～39歳が4割を超えています。

<年齢別>



- 継続して実行している(毎日、週に2、3日以上)
- 時々している(週に1日程度、月に数回)
- 以前はしていたが現在はしていない
- まったくしていない
- 無回答

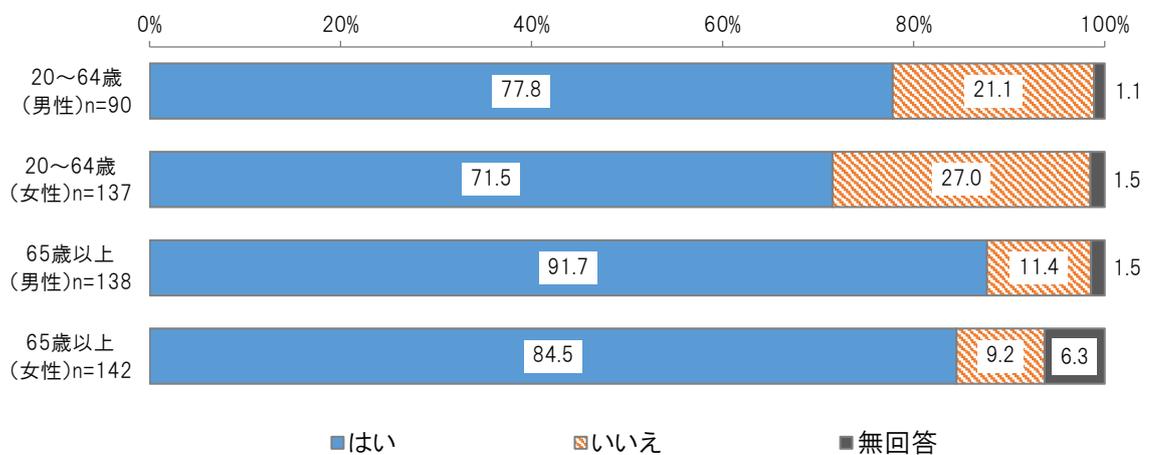
問 29 小問 2 前小問 1 で、「1. 継続して実行している」「2. 時々している」と答えた人にお  
うかがいします。その運動は 1 年以上継続していますか。(1 つに○)

運動をしている人のうち、1 年以上継続して運動をしている人は 8 割に及びます。

年齢別にみると、1 年以上継続して運動をしている人は 20～64 歳は男性が 77.8%、女性が  
71.5%、65 歳以上は男性が 91.7%、女性が 84.5% となり、ともに男性が女性を上回ります



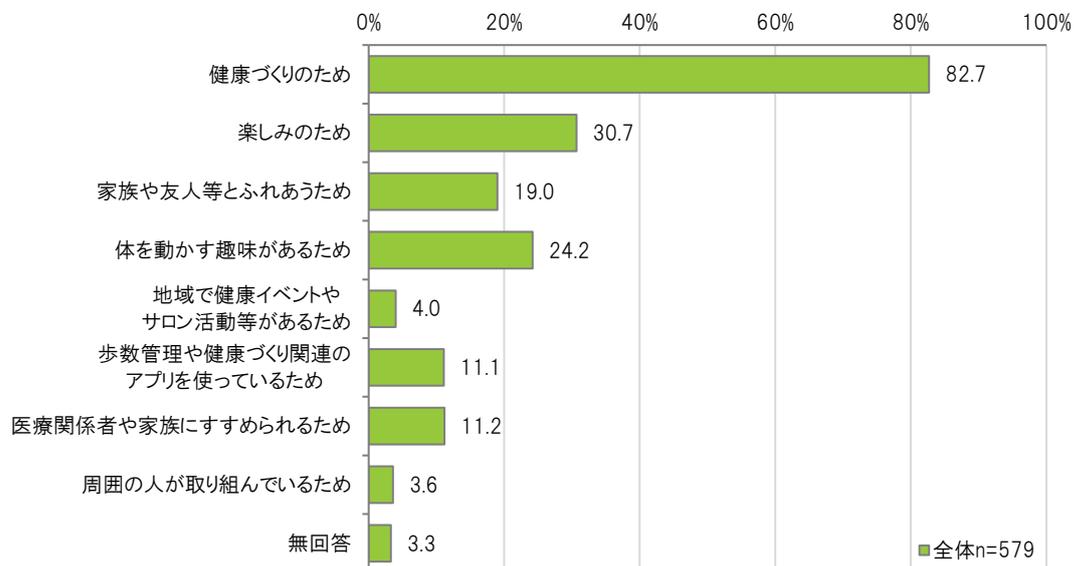
<20～64 歳・65 歳以上 性別>



問 29 小問 3 前小問 1 で「1. 継続して実行している」「2. 時々している」と答えた方にお  
うかがいします。あなたが運動をする理由を教えてください。

(あてはまるものすべてに○)

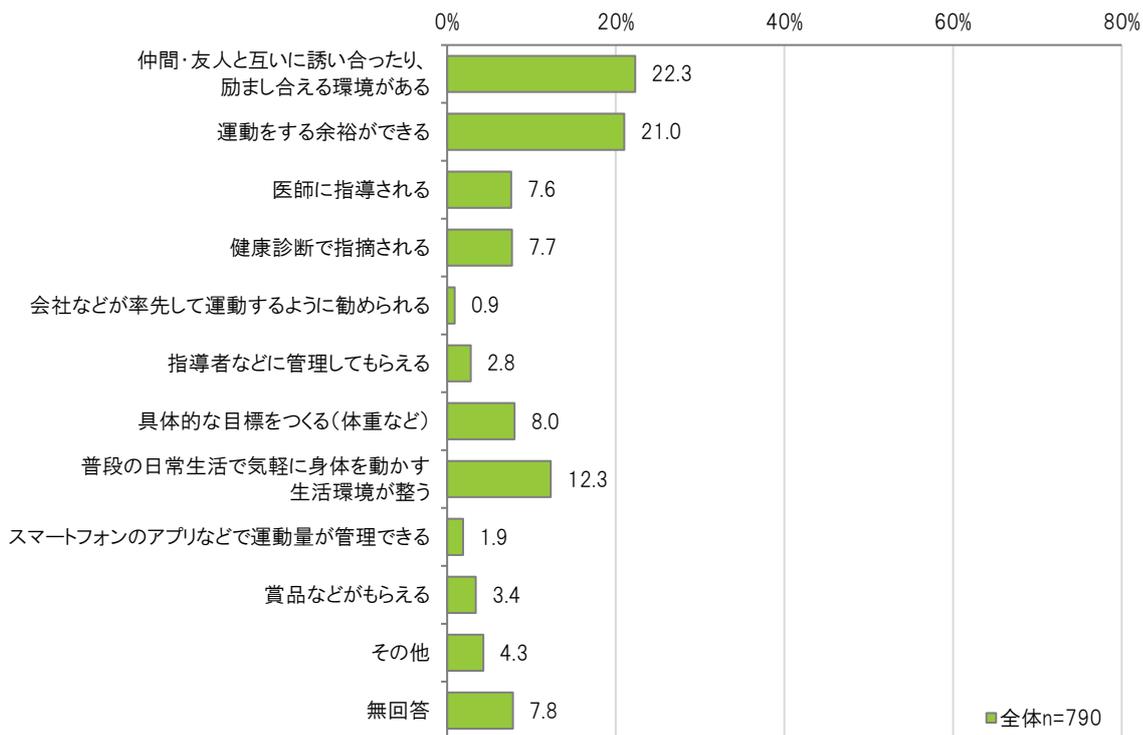
継続して運動している人の運動をする理由について、「健康づくりのため」が 82.7% と最も高  
く、「楽しみのため」が 30.7%、「体を動かす趣味があるため」が 24.2% と続きます。



問 29 小問 4 小問 1 で運動を「2. 時々している (週に 1 日程度、月に数回)」、「3. 以前はしていたが現在はしていない」、「4. まったくしていない」と回答した方におうかがいします。

あなたが運動するとすれば、何がきっかけになりますか。(1 つに○)

運動を継続してしていない人、また、まったくしていない人の運動するきっかけについて、「仲間・友人と互いに誘い合ったり、励まし合える環境がある」が 22.3% と最も高く、「運動をする余裕ができる」が 21.0%、「普段の日常生活で気軽に身体を動かす生活環境が整う」が 12.3% と続きます。



◆その他の記述回答 <運動するきっかけ>

- ・自分の時間ができればきっかけになる
- ・犬の散歩
- ・自分がやると思わないとできない
- ・仕事ばかりで時間がないので、時間に余裕ができたなら
- ・親の介護が落ち着き、仕事にも余裕ができること
- ・デイケア
- ・デイサービスや病院
- ・休日

問 30 ロコモティブシンドローム（運動器症候群）という言葉の意味を知っていますか。（1つに○）

※ロコモティブシンドロームとは、骨・関節・筋肉等に障害が起こり、「立つ」歩くといった動作に困る状態で要介護状態の原因になります。早めの予防が大切です。

ロコモティブシンドローム（運動器症候群）の認知度は「どんな状態をあらわすのかよく知っている」の14.0%となり、「言葉自体聞いたことがなく、知らない（今回の調査ではじめて聞いた場合を含む）」が6割を占め高くなっています。



- どんな状態をあらわすのかよく知っている
- ▨ 言葉だけは聞いたことがあるが、意味までは知らない
- 言葉自体聞いたことがなく、知らない(今回の調査ではじめて聞いた場合を含む)
- 無回答

## 4 喫煙について

### (1) 喫煙の状況

問 31 小問 1 たばこを吸いますか。(電子式たばこ※1、加熱式たばこ※2を含む) (1つに○)

※1 電子式たばこ：たばこ葉を使用せず、装置内もしくは専用カートリッジ内の液体(リキッド)を電気加熱させ、蒸発する蒸気を愉しむもの

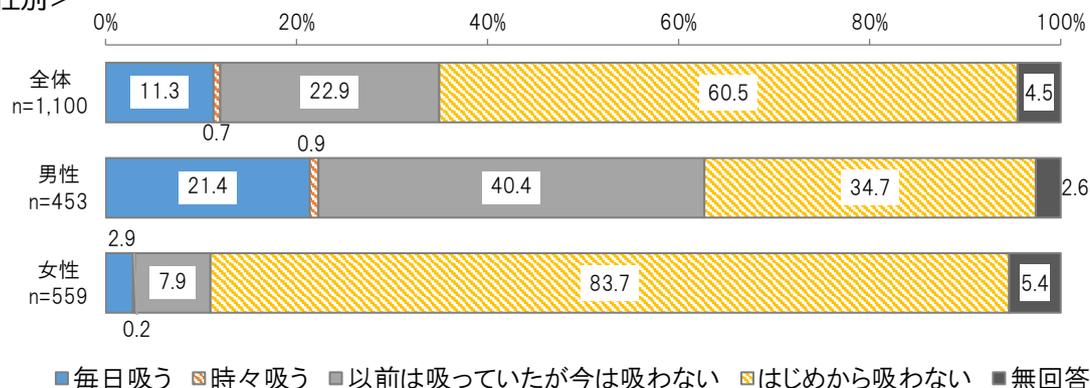
※2 加熱式たばこ：たばこ葉を使用し、たばこ葉を燃焼させず、加熱により、蒸発する蒸気を愉しむもの

たばこを吸うかどうかについては、「はじめから吸わない」が60.5%、「以前は吸っていたが今は吸わない」が22.9%となり、合わせた83.4%が非喫煙者となっています。一方、「時々吸う」が0.7%、「毎日吸う」が11.3%で、合わせた12.0%が喫煙者となっています。

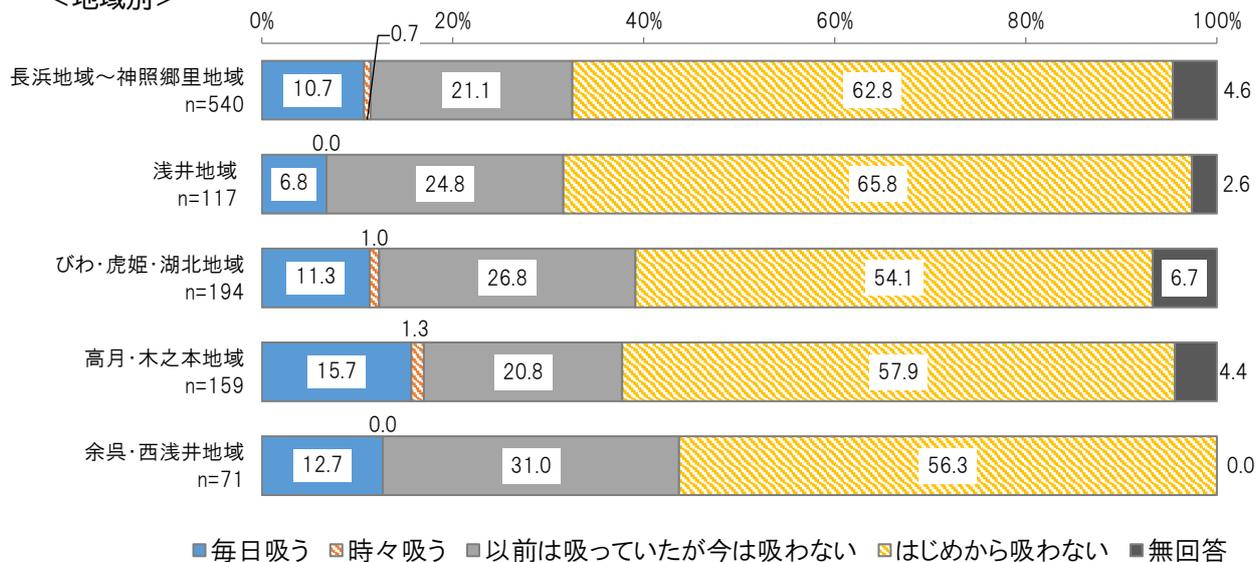
性別でみると、喫煙者は男性が22.3%となり、女性の3.1%を19.2ポイント上回ります。

地域別にみると、喫煙者は「高月・木之本地域」が17.0%と最も高く、次いで「余呉・西浅井地域」が12.7%となっています。

#### <全体・性別>

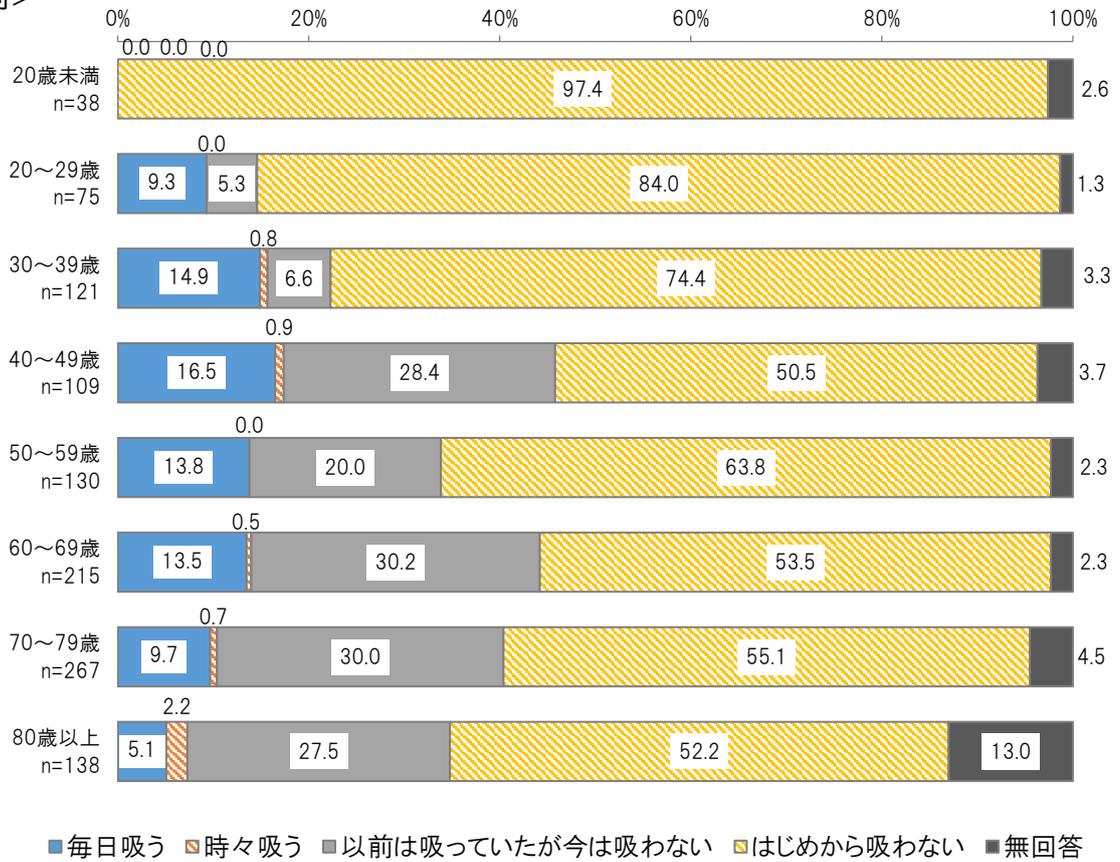


#### <地域別>



年齢別にみると、喫煙者は40～49歳が17.4%と最も高く、次いで30～39歳が15.7%となっています。

<年齢別>

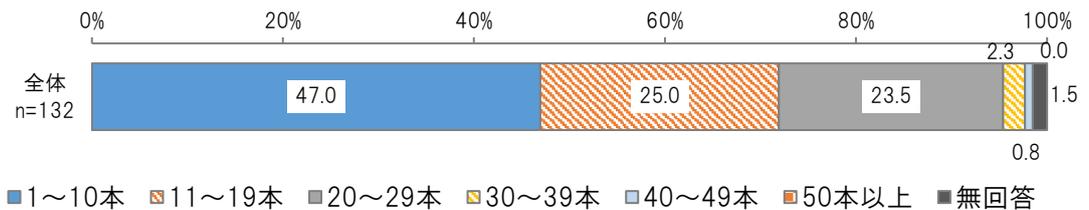


問 31 小問 2 前小問 1 で「1. 毎日吸う」、「2. 時々吸う」と答えた方におうかがいします。  
 あなたは通常、1日に何本たばこを吸いますか。(1つに○)

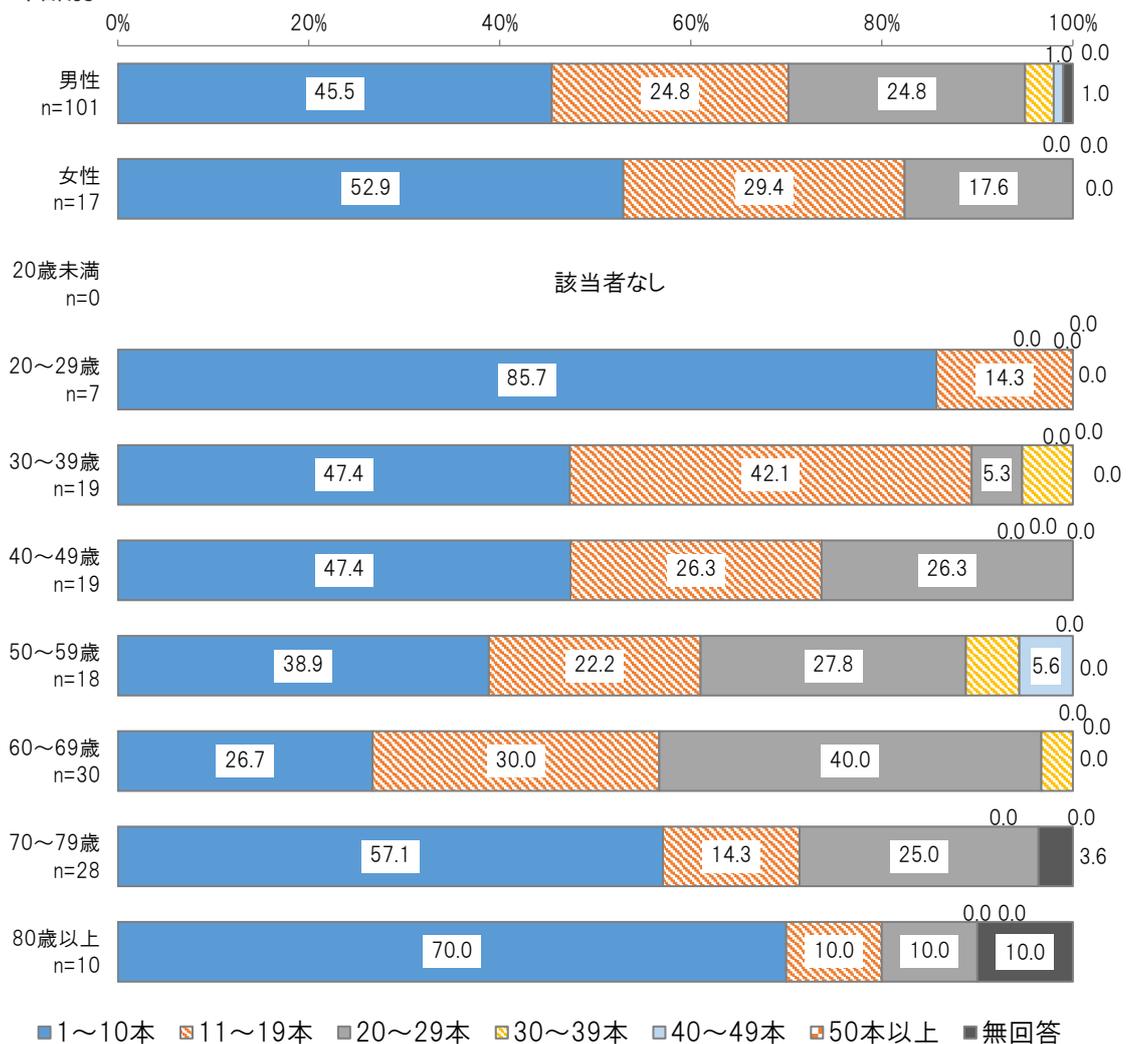
喫煙者における1日の喫煙量について、「1～10本」が47.0%と最も高く、「11～19本」が25.0%、「20～29本」が23.5%と続きます。

性別で見ると、男性は「20～29本」が24.8%、小数であるものの「30～39本」「40～49本」が3.0～1.0%となり、女性と比べて喫煙量は多くなっています。

年齢別にみると、「1～10本」は20～29歳が85.7%、「11～19本」は30～39歳が42.1%、「20～29本」は60～69歳が40.0%と最も高くなっています。また、喫煙量の多い「30～39本」「40～49本」は50～59歳が5.6%と最も高くなっています。



<性別・年齢別>



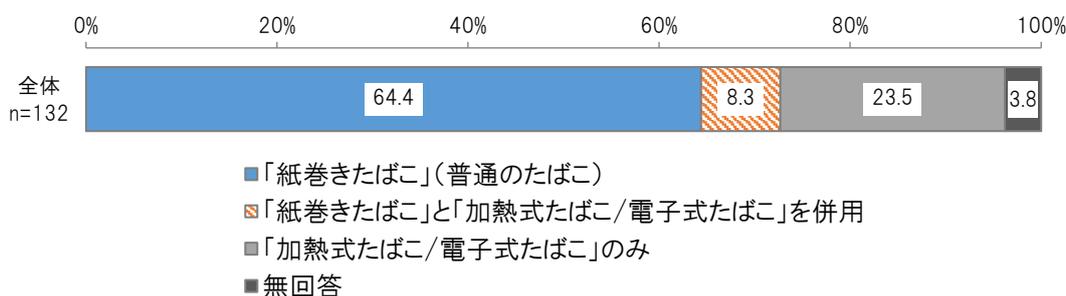
問 31 小問 3 問 31 小問 1 で「1. 毎日吸う」、「2. 時々吸う」と答えた方におうかがいします。

あなたが吸っているのは従来の「紙巻きたばこ」ですか、新しいたばこ「加熱式たばこ/電子式たばこ」ですか。(1つに○)

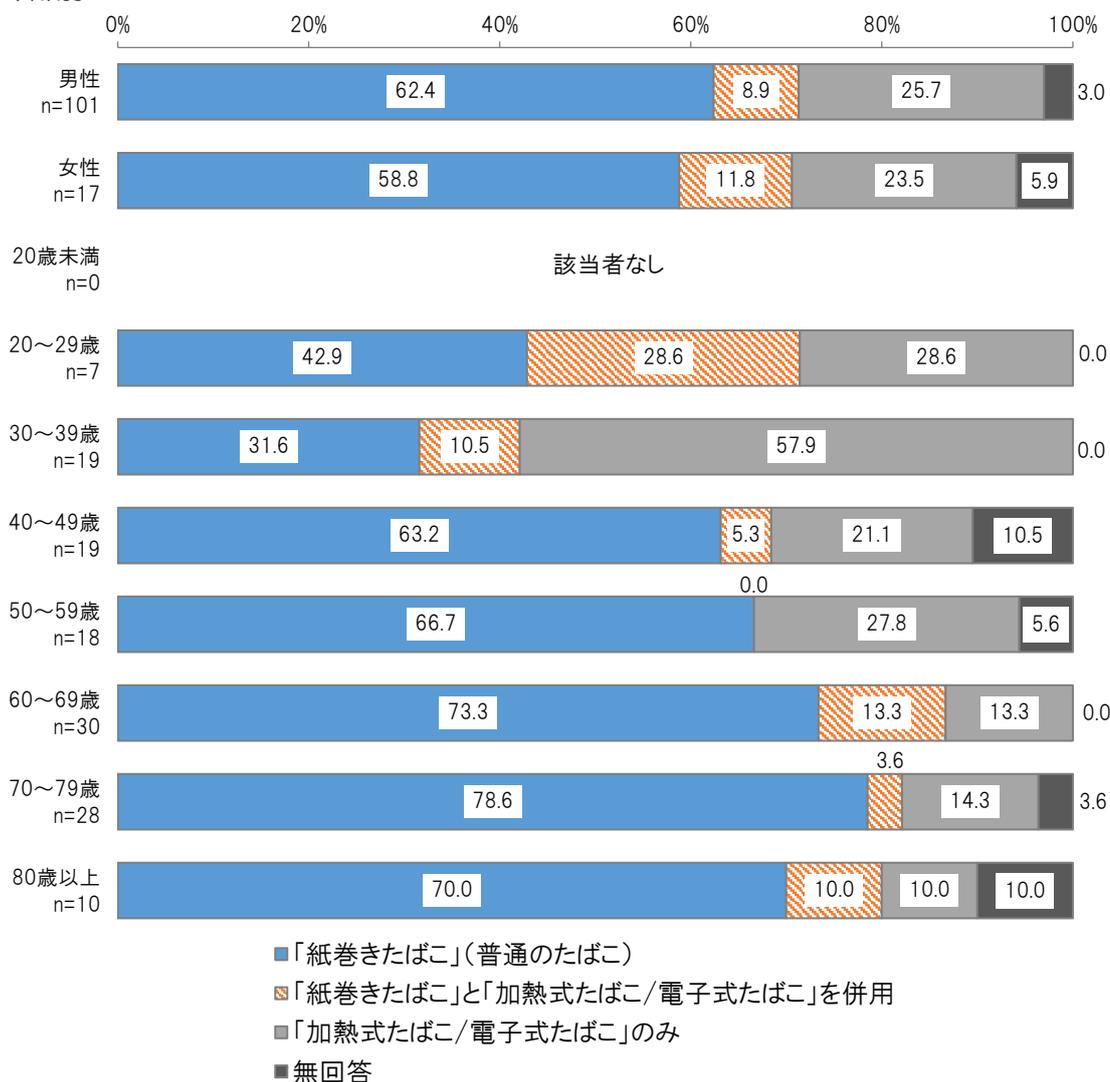
喫煙者のたばこの種類をみると、「紙巻きたばこ」(普通のたばこ)が64.4%、「加熱式たばこ/電子式たばこ」のみが23.5%、「紙巻きたばこ」と「加熱式たばこ/電子式たばこ」を併用が8.3%となっています。

性別でみると、男女ともに「紙巻きたばこ」(普通のたばこ)が約6割となっています。

年齢別にみると、概ね「紙巻きたばこ」(普通のたばこ)の割合が高く、60歳以降の7割を占めていますが、30～39歳は「加熱式たばこ/電子式たばこ」のみの割合が57.9%と高くなっています。



<性別・年齢別>



問 31 小問 4 問 31 小問 3 で「2. 「紙巻きたばこ」と「加熱式たばこ/電子式たばこ」を併用」「3. 「加熱式たばこ/電子式たばこ」のみ」と答えた方におうかがいします。  
 加熱式たばこ/電子式たばこについては、健康への影響が心配されることを知っていますか。(1つに○)

加熱式たばこ/電子式たばこについて、健康への影響が心配されることの認知度は「知っている」が78.6%となり、認知度は高くなっています。

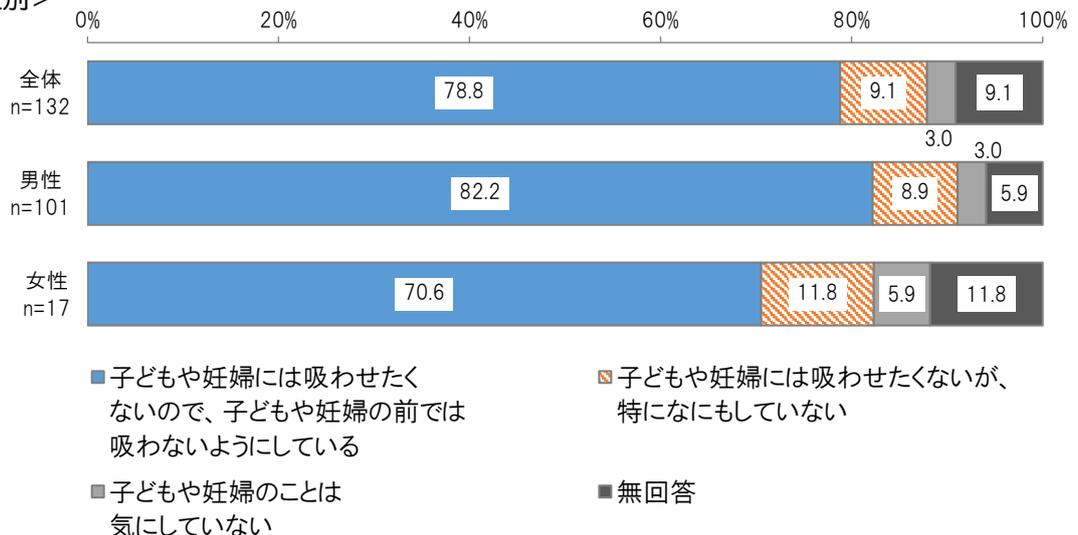


問 31 小問 5 問 31 小問 1 で「1. 毎日吸う」「2. 時々吸う」と答えた方におうかがいします。

喫煙に対する気持ちや行動にあてはまるものをひとつ選んでください。(1つに○)

喫煙者に、喫煙に対する気持ちや行動についてたずねたところ、約8割の人が「子どもや妊婦には吸わせたくないなので、子どもや妊婦の前では吸わないようにしている」と回答しています。一方で、1割弱が「子どもや妊婦には吸わせたくないが、特に何もしていない」「子どもや妊婦のことは気にしていない」と回答しています。

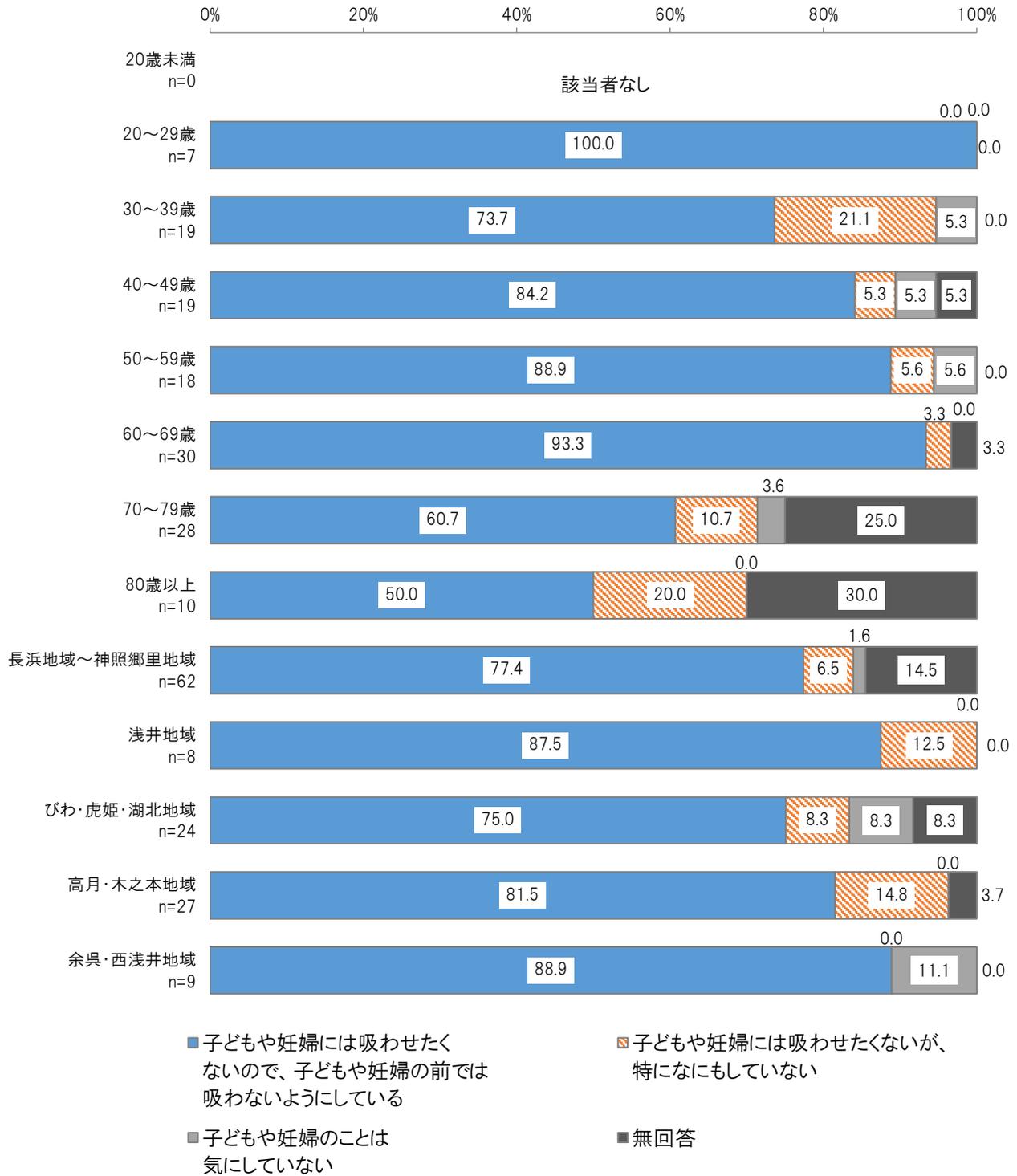
<全体・性別>



年齢別にみると、70歳以降は「子どもや妊婦には吸わせたくないので、子どもや妊婦の前では吸わないようにしている」が全体と比較して18ポイント以上低くなっています。

地域別では全体と大きな差はみられません。

<年齢別・地域別>



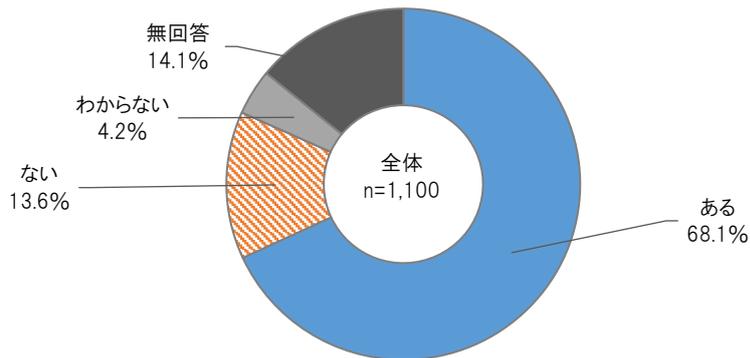


問31小問7 問31小問1で「1. 毎日吸う」、「2. 時々吸う」、「3. 以前は吸っていたが今は吸わない」、「4. はじめから吸わない」と答えた方におうかがいします。

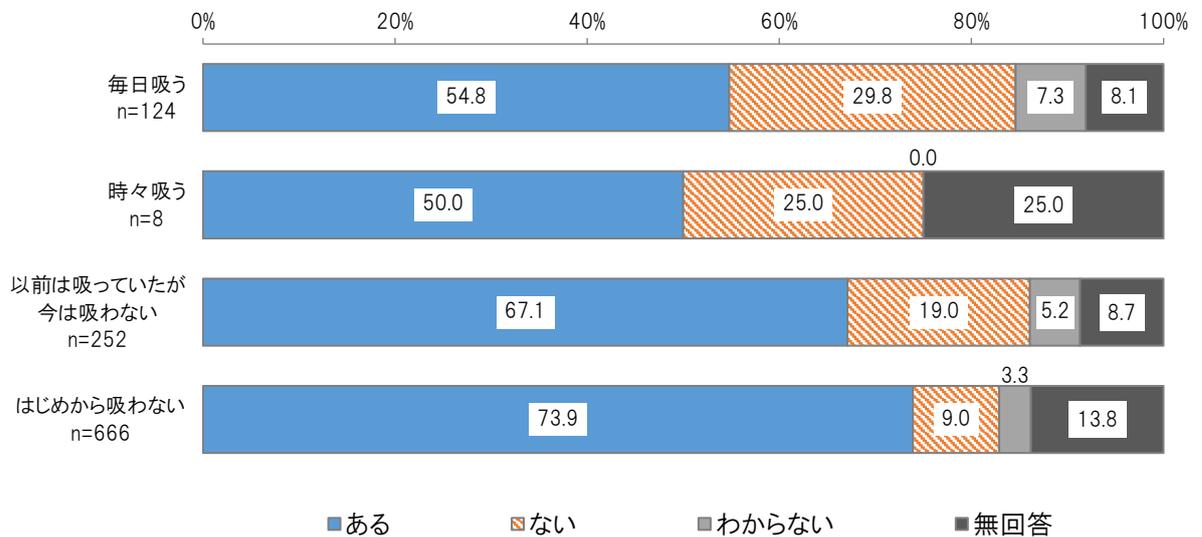
たばこの煙や臭いで嫌な思いをしたことがありますか。(1つに○)

たばこの煙や臭いで嫌な思いをした経験が「ある」人は68.1%となっています。

問31小問1で「1. 毎日吸う」、「2. 時々吸う」、「3. 以前は吸っていたが今は吸わない」、「4. はじめから吸わない」と回答した人のうち、煙や臭いで嫌な思いをした経験が「ある」割合は、「4. はじめから吸わない」が73.9%、「3. 以前は吸っていたが今は吸わない」が67.1%となり、非喫煙者で高くなっています。

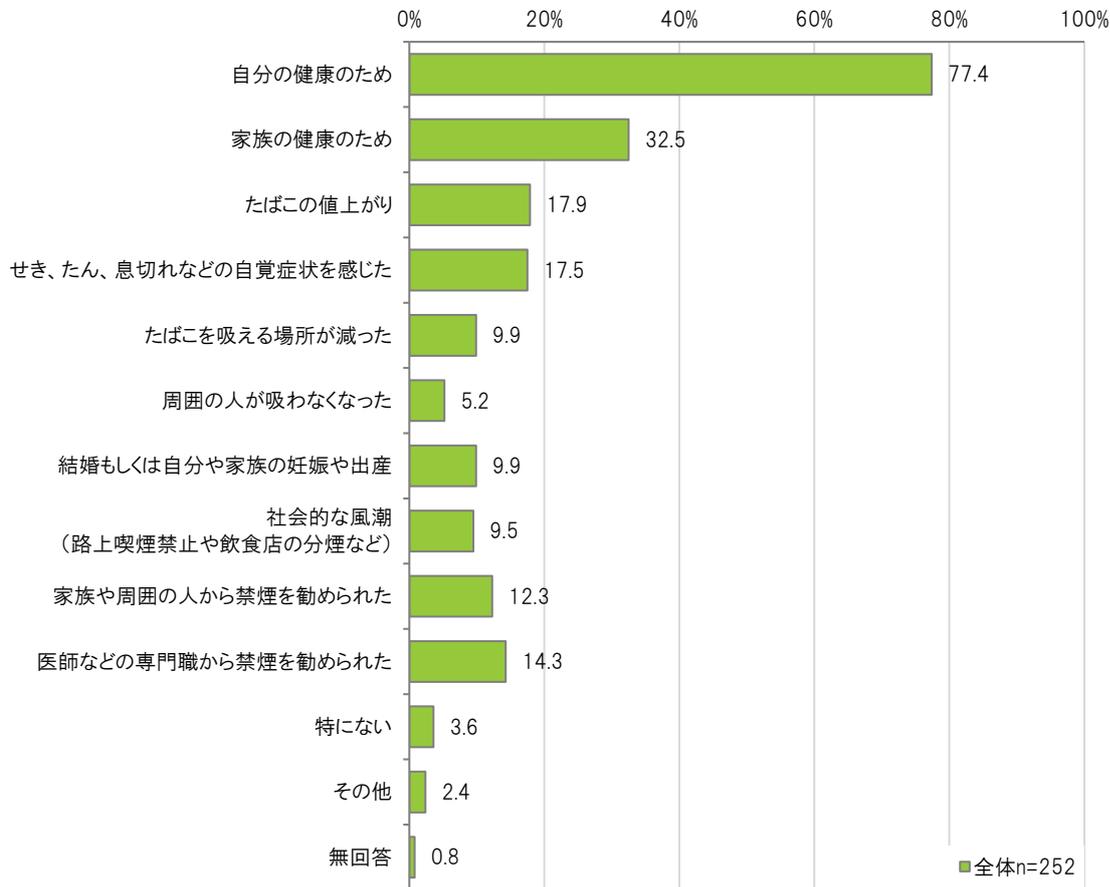


<問31小問1 × 問31小問7>



問 31 小問 8 問 31 小問 1 で「3. 以前は吸っていたが今は吸わない」と答えた方におうかがいします。たばこをやめた理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

以前は吸っていたが今は吸わないと回答した人に、たばこをやめた理由をたずねたところ、「自分の健康のため」が77.4%と最も高く、「家族の健康のため」が32.5%、「たばこの値上がり」が17.9%、「せき、たん、息切れなどの自覚症状を感じた」が17.5%と続きますが、健康上の理由をあげる割合が高くなっています。

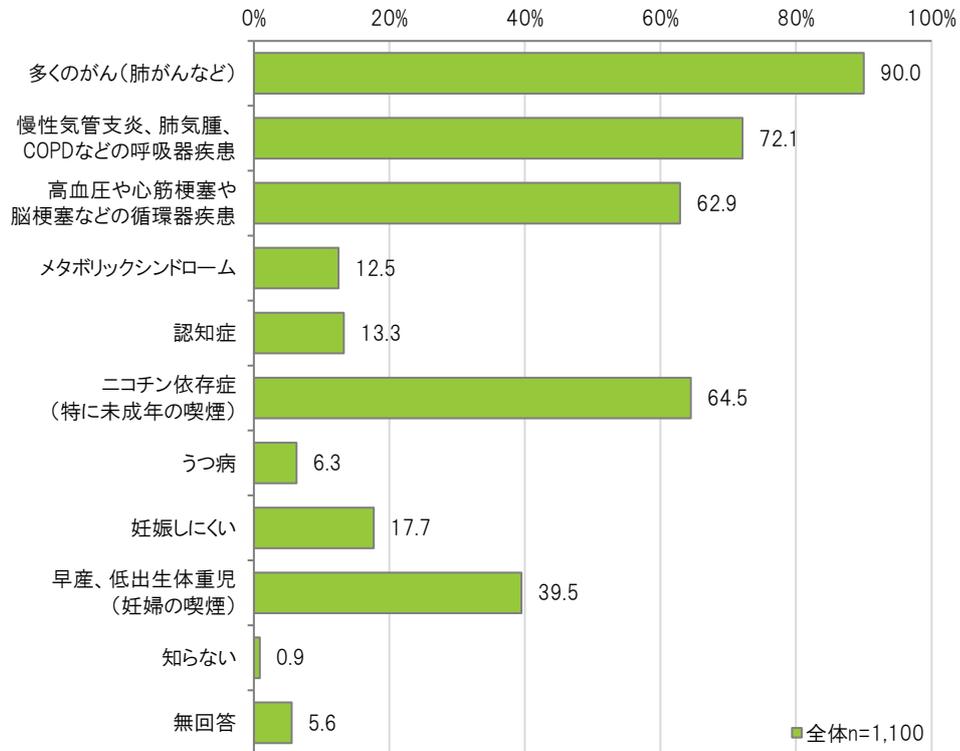


◆その他の記述回答 <たばこをやめた理由>

- ・面倒くさいから
- ・おいしいと思わなくなった
- ・肺がんになったため
- ・合わなかった
- ・心筋梗塞になったから

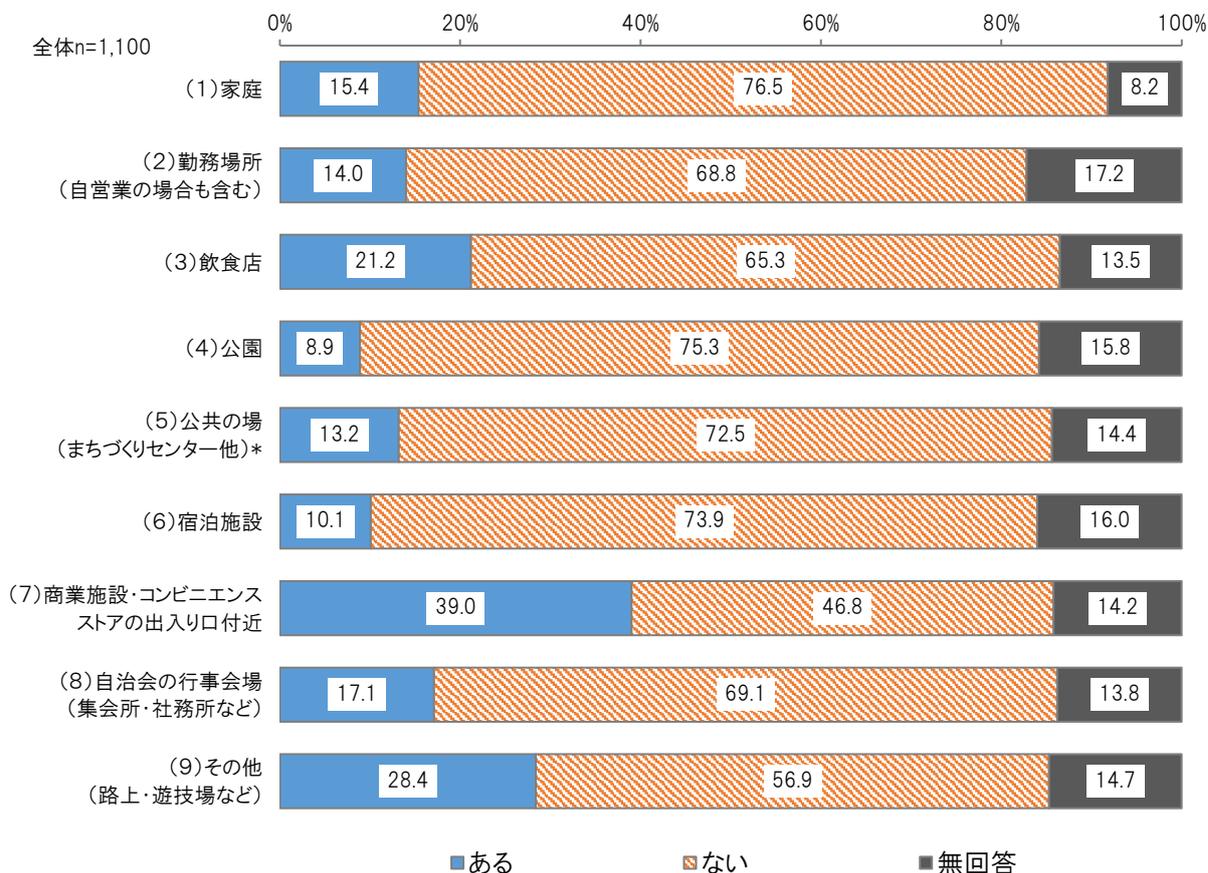
問 32 たばこを吸うことの害について、喫煙が影響する病気について知っているものすべてに○をしてください。(あてはまるものすべてに○)

喫煙が影響する病気について、「多くのがん(肺がんなど)」が90.0%と最も高く、「慢性気管支炎、肺気腫、COPDなどの呼吸器疾患」が72.1%、「ニコチン依存症(特に未成年の喫煙)」が64.5%、「高血圧や心筋梗塞や脳梗塞などの循環器疾患」が62.9%と高くなっています。



問 33 他人が吸っているタバコの煙を周囲の者が吸って、健康を害することを「受動喫煙」といいます。あなたは市内で日常生活を送る中で、「受動喫煙」を受けることがありますか。それぞれの場所について、当てはまる項目を選んでください。  
(それぞれ1つに○)

日常生活を送る中で「受動喫煙」を受けることの有無をみると、「ある」は「(7)商業施設・コンビニエンスストアの出入り口付近」が39.0%で最も高く、「(9)その他(路上・遊技場など)」が28.4%、「(3)飲食店」が21.2%と続きます。



\* (5) 公共の場 (まちづくりセンター周辺、官公庁周辺、駅周辺) を省略表記している。

### 問 34 COPD（慢性閉塞性肺疾患）という病気について知っていますか？（1つに○）

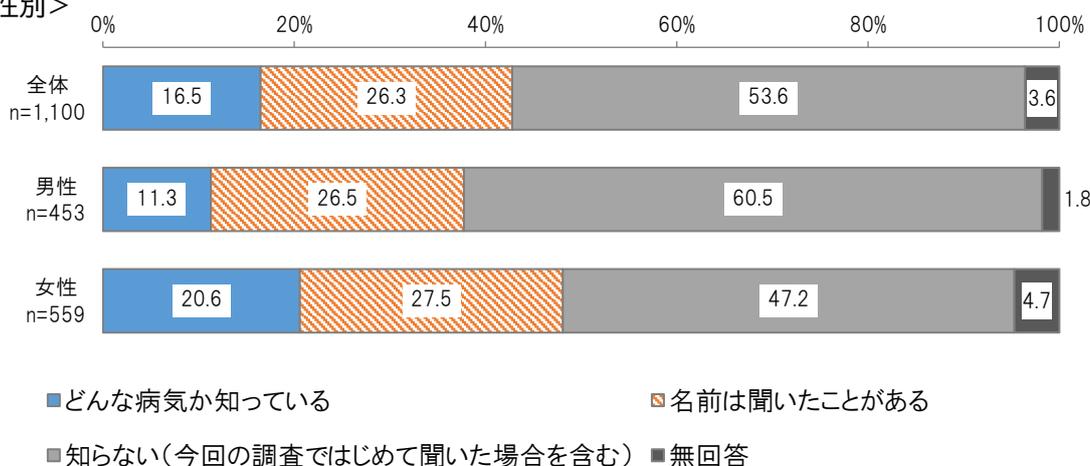
※COPD：喫煙が最大の原因で、有害物質を吸い込むことで肺の慢性的な炎症を引き起こし、肺の機能が低下することで呼吸困難をまねく、「肺の生活習慣病」です。最大の予防方法は禁煙、他人のタバコの煙を吸わないことです。

COPD（慢性閉塞性肺疾患）という病気について、「どんな病気か知っている」は16.5%となり、「知らない（今回の調査ではじめて聞いた場合を含む）」は53.6%で最も高くなっています。

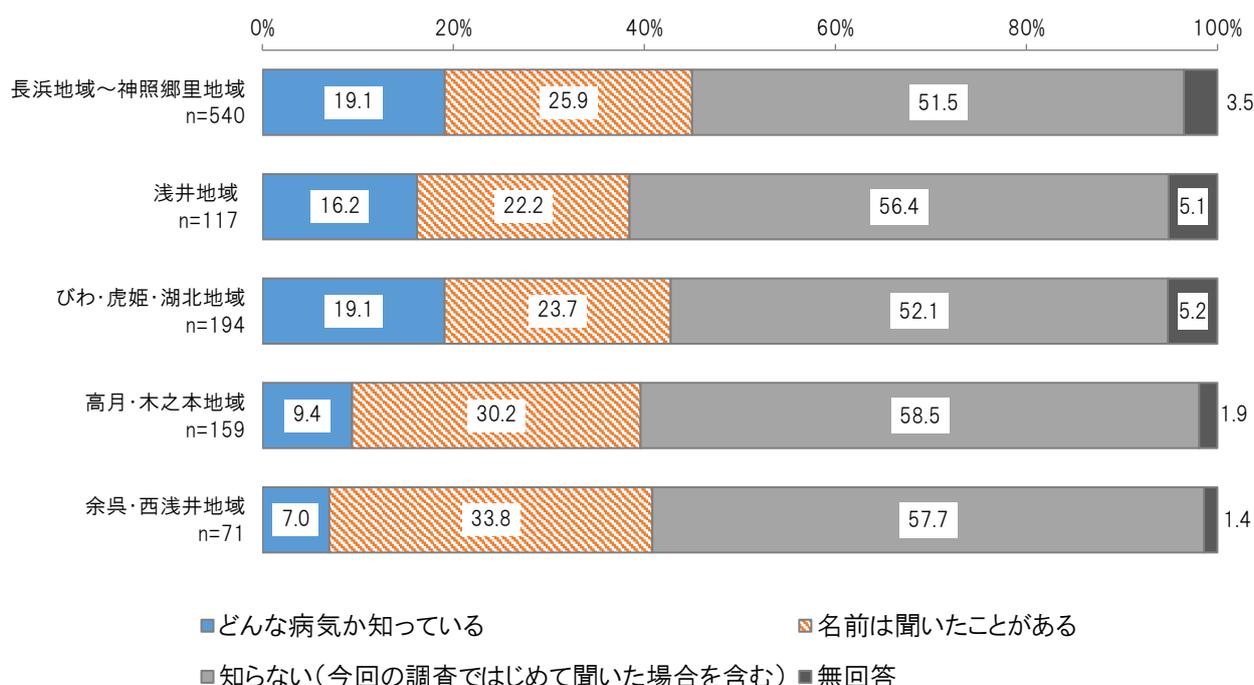
性別でみると、「どんな病気か知っている」は女性が20.6%、男性が11.3%となり、女性の認知度は男性より高くなっています。

地域別にみると、「高月・木之本地域」「余呉・西浅井地域」は「どんな病気か知っている」は1割未満となり、他の地域と比べ低くなっています。

#### <全体・性別>

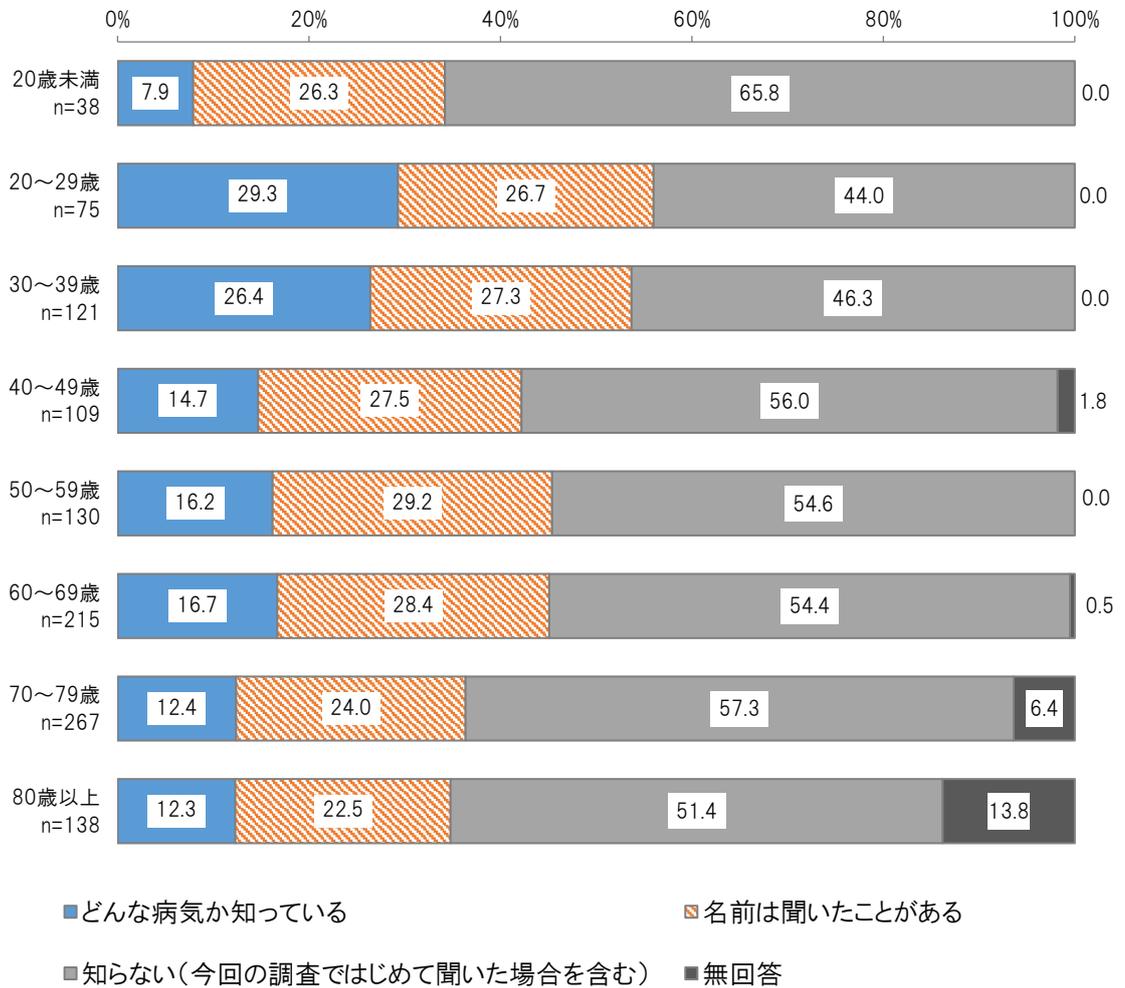


#### <地域別>



年齢別にみると、「どんな病気か知っている」は20～29歳が29.3%と最も高く、次いで30～39歳が26.4%となっています。また、20歳未満は「知らない（今回の調査ではじめて聞いた場合を含む）」が65.8%と最も高くなっています。

<年齢別>

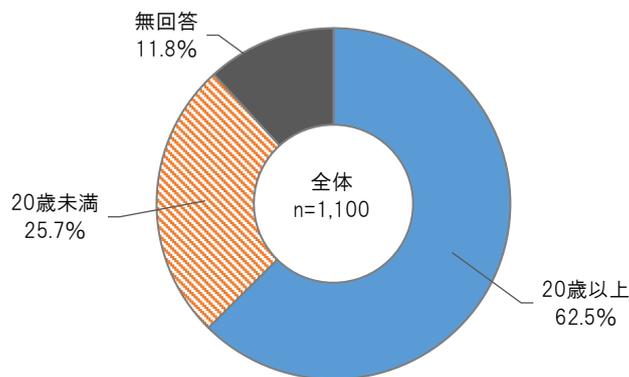


## 5 飲酒について

### (1) 飲酒の状況

問 35 初めてアルコール類を飲んだのはいつですか。(1つに○)

初めてアルコール類を飲んだ年齢をみると、「20歳以上」が62.5%、「20歳未満」が25.7%となっています。

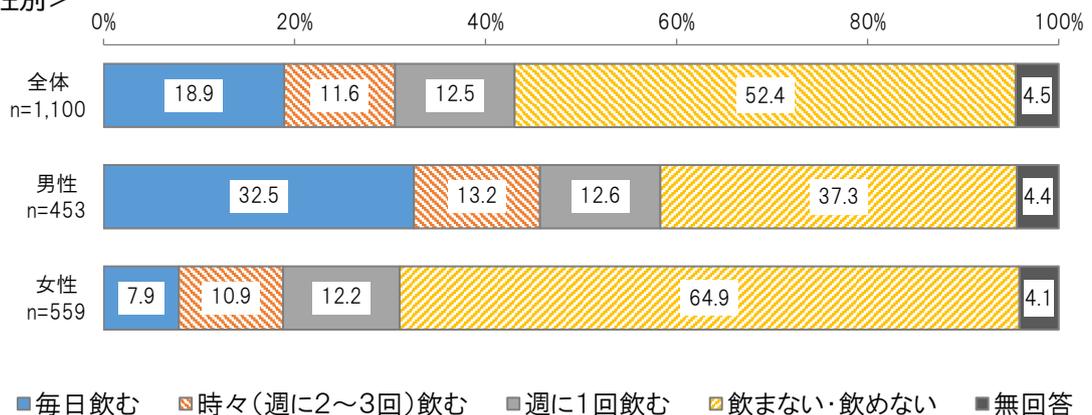


問 36 小問1 アルコール類（酒類）を飲みますか。(1つに○)

飲酒の習慣について、「飲まない・飲めない」が52.4%と最も高く、「毎日飲む」が18.9%、「週に1回飲む」が12.5%の順となっています。また、週に1回以上飲む人は43.0%、現在飲まない人は52.4%となっています。

性別でみると、週に1回以上飲む人は男性が58.3%、女性が31.0%となっています。

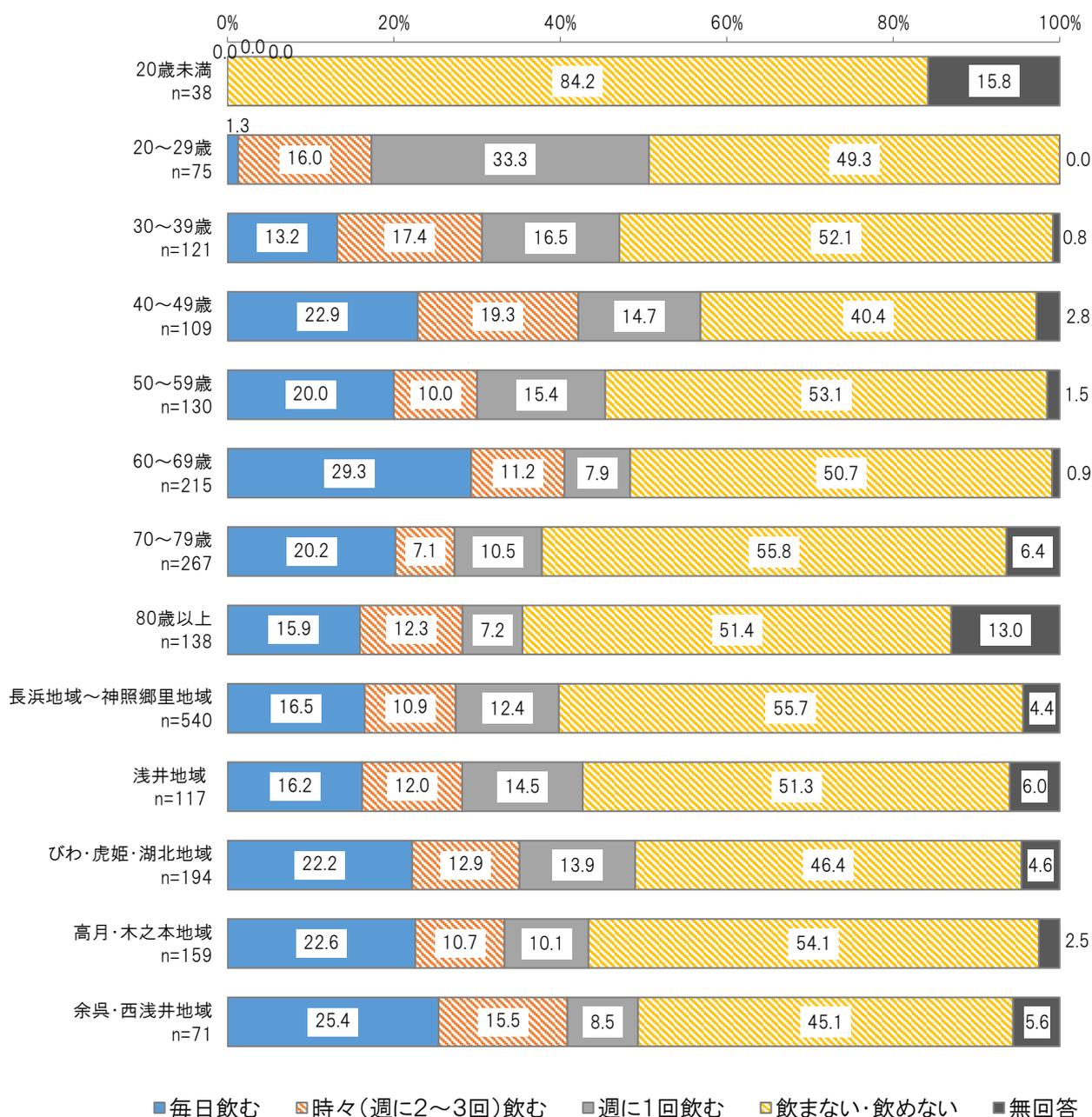
<全体・性別>



年齢別にみると、60～69歳は「毎日飲む」が29.3%と最も高く、20～29歳・40～49歳は2人に1人が週に1回以上飲むと回答しています。

地域別にみると、「余呉・西浅井地域」「びわ・虎姫・湖北地域」においても約2人に1人が週に1回以上飲むと回答し、他の地域と比較してやや高くなっています。

<年齢別・地域別>



問 36 小問 2 前小問で「1. 毎日飲む」「2. 時々（週に2～3回）飲む」「3. 週に1回飲む」と答えた方におうかがいします。一日あたり平均するとおおよそどれくらい飲みますか。最も近いものを選んでください。（1つに○）

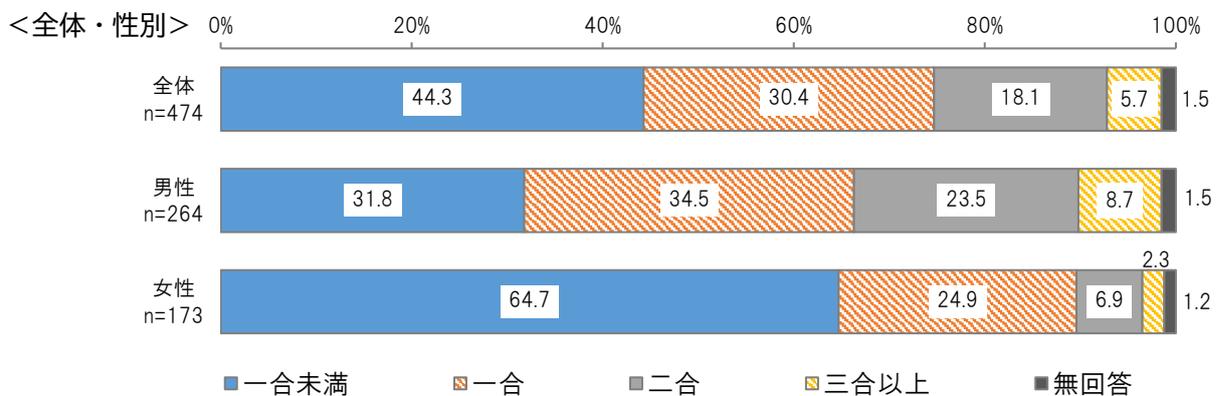
※主な酒類の一合の目安

お酒の種類 ビール：中瓶1本 500ml 日本酒：一合 180ml ウイスキー・ブランデー：ダブル 60ml  
焼酎(25度)：一合 180ml ワイン：1杯 120ml チューハイ（7%）：350ml 缶1本

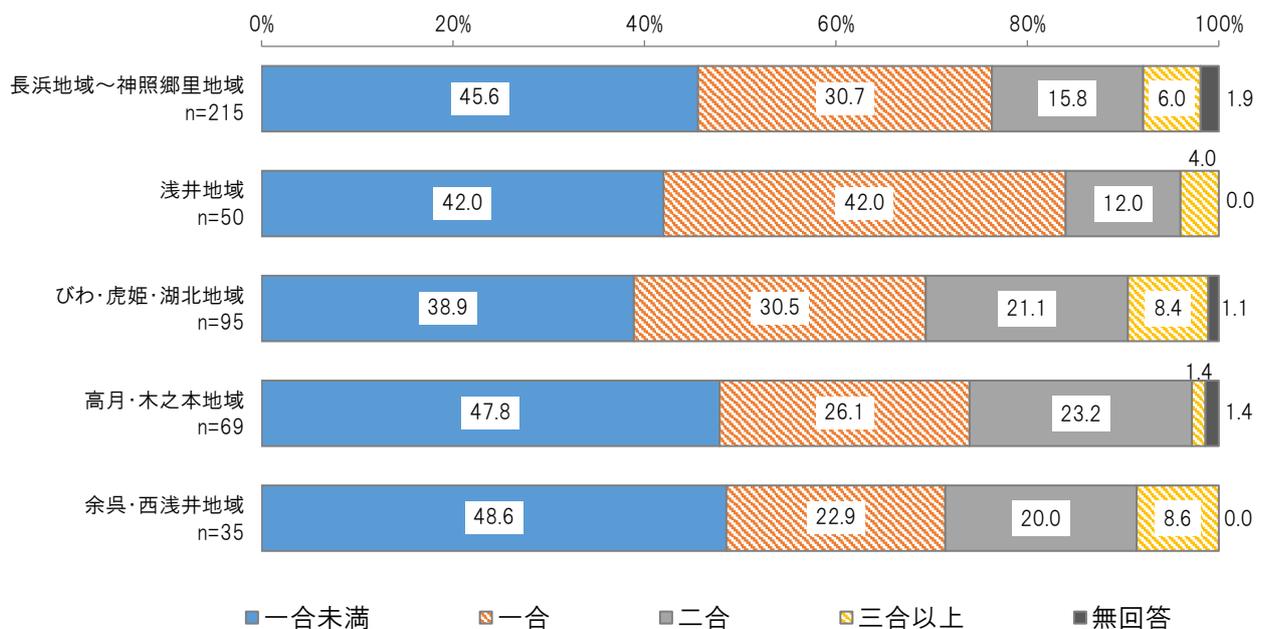
週に1回以上飲酒をする人に一日の平均飲酒量をたずねたところ、「一合未満」が44.3%で最も高く、次いで「一合」が30.4%、「二合」が18.1%となっています。

性別でみると、女性は「一合未満」が64.7%、男性は「一合」が34.5%で最も高くなっています。

地域別にみると、「びわ・虎姫・湖北地域」「余呉・西浅井地域」は「二合」「三合以上」の割合が全体と比較してやや高くなっています。

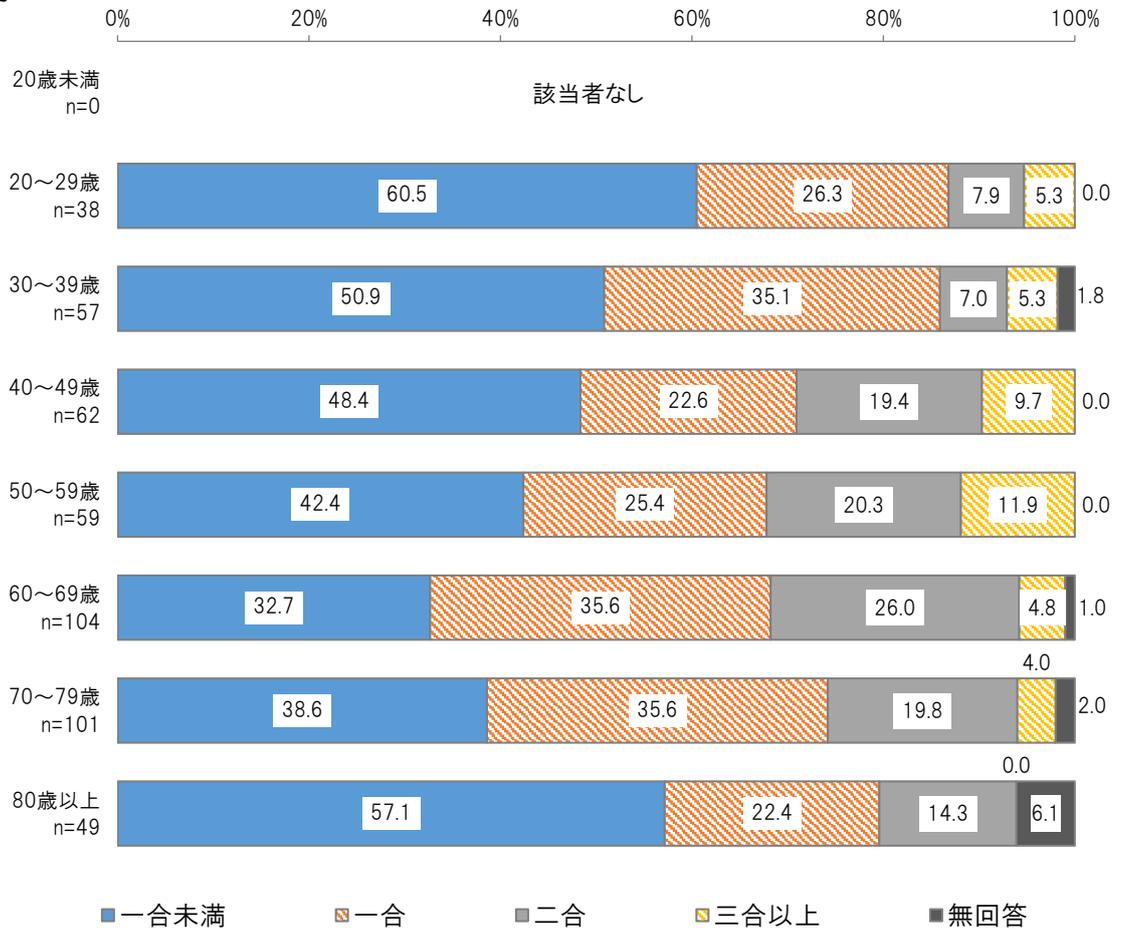


<地域別>



年齢別にみると、概ね「一合未満」の割合が高くなるものの、60～69歳は「一合」が35.6%、「二合」が26.0%、50～59歳は「三合以上」が11.9%と他の年齢に比べやや高くなっています。

<年齢別>



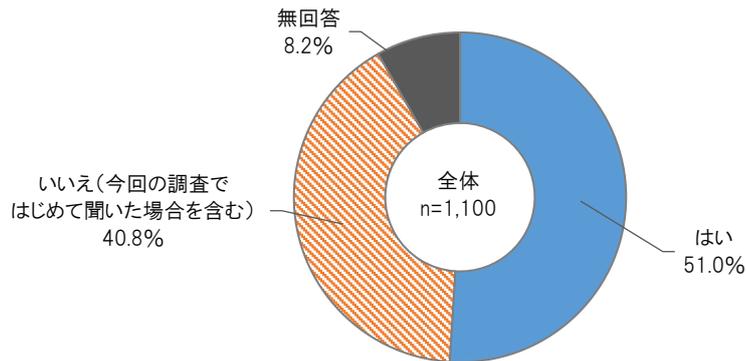
問 37 「適正な飲酒量」について知っていますか。(1つに〇)

※「適正な飲酒量」とは、生活習慣病の発症や悪化に影響を及ぼさない量で、男女とも1合以下をいいます。(1合の目安は問36-小問2に記載しています)

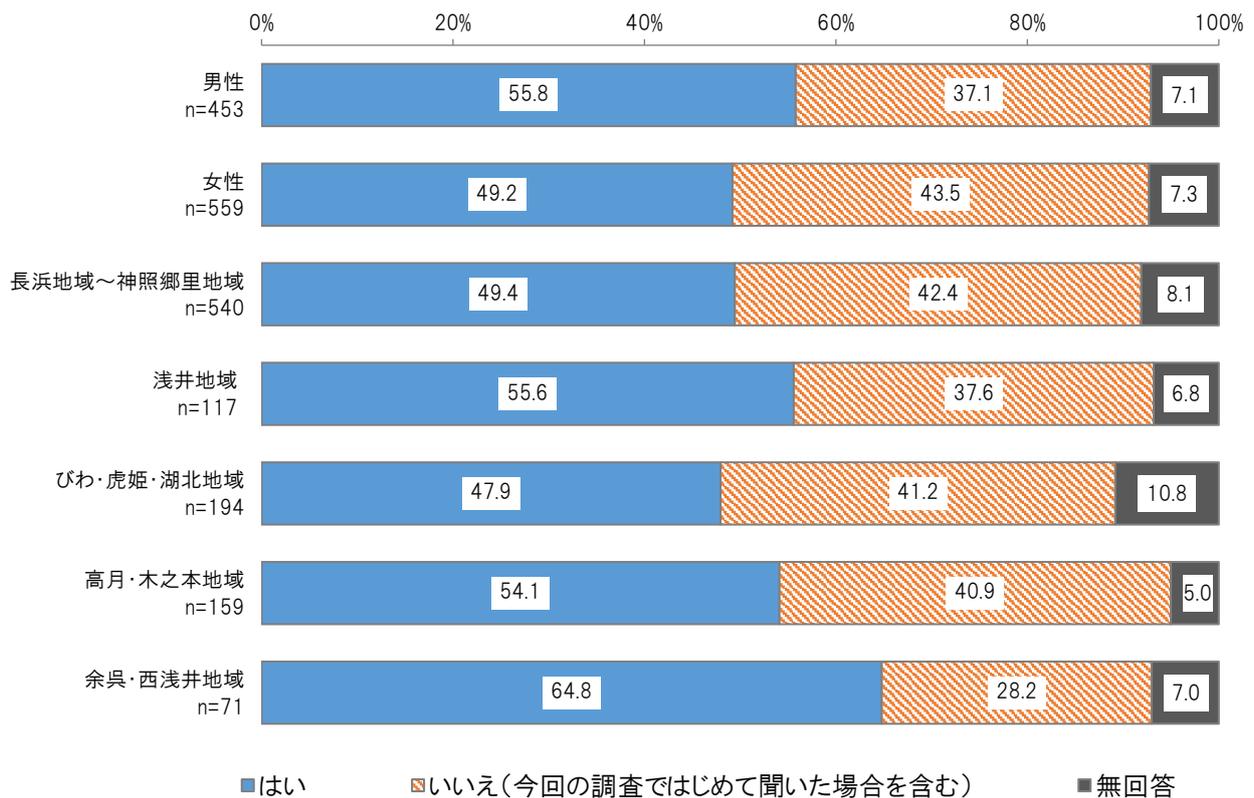
適正な飲酒量を知っている割合は、「はい」と回答した51.0%となっており、「いいえ(今回の調査ではじめて聞いた場合を含む)」の40.8%を上回っています。

性別で見ると、適正な飲酒量を知っている割合は男性が55.8%、女性が49.2%となっています。

地域別にみると、「余呉・西浅井地域」は適正な飲酒量を知っている割合が64.8%となり、全体を大きく上回っています。

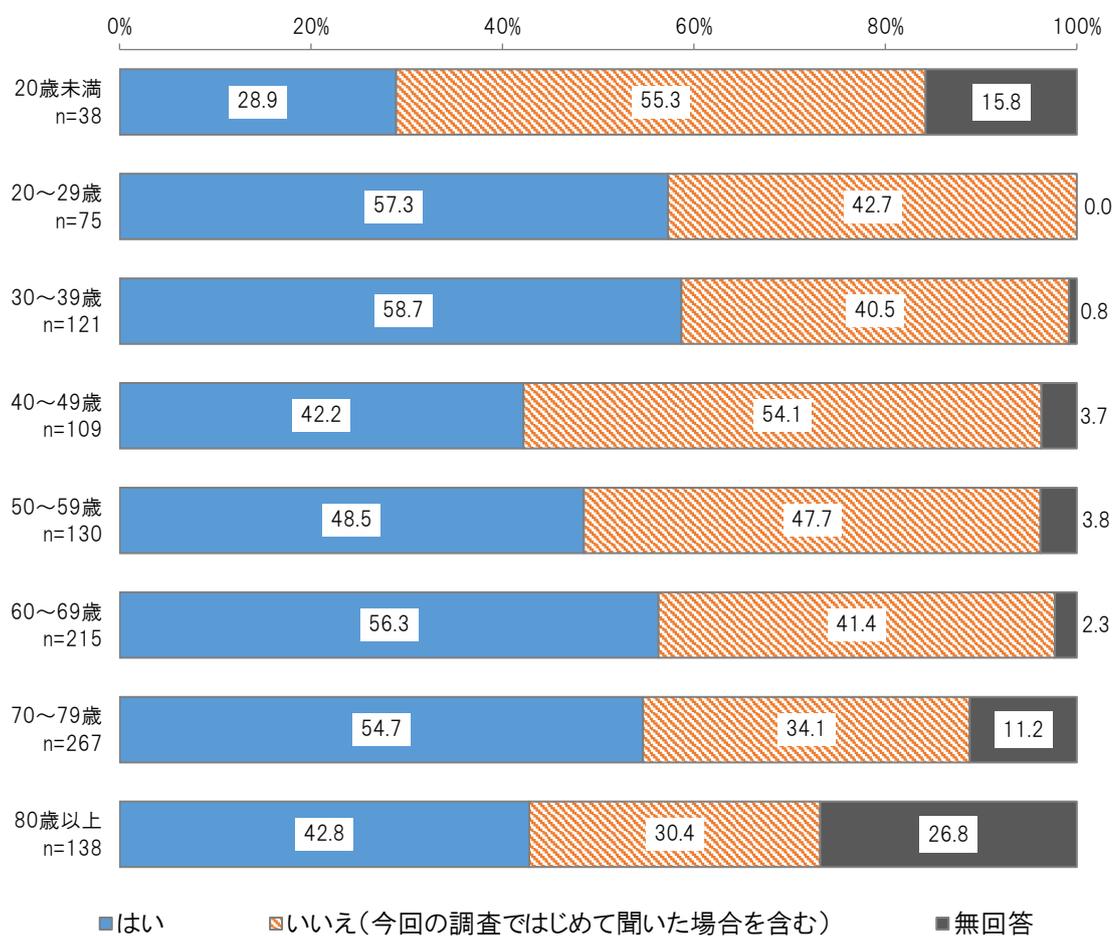


<性別・地域別>



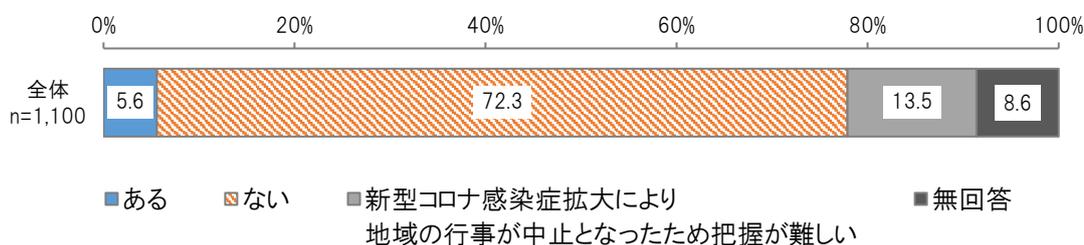
年齢別にみると、適正な飲酒量を知っている割合は20～39歳と60～79歳で半数を占めています。

<年齢別>



問 38 小問 1 あなたの住む地域では、おこないや祭りなどの行事の時に未成年に飲酒を勧める習慣がありますか。(1つに○)

地域のおこないや祭りなどの行事のときに未成年に飲酒を勧める習慣があるかについて、「ない」が72.3%、「ある」が5.6%となっています。

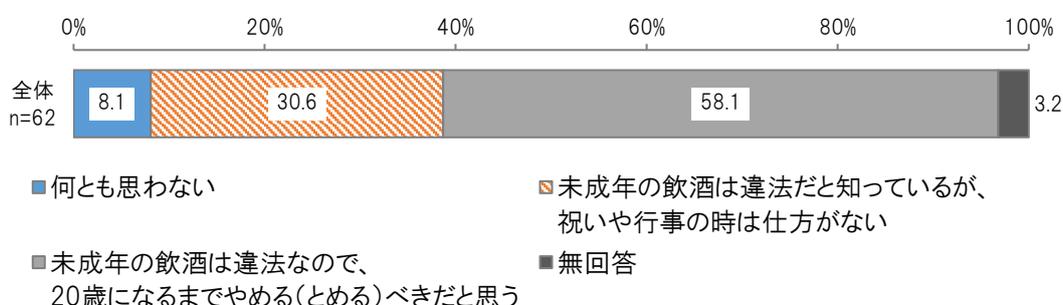


問 38 小問 2 前小問1で「1. ある」とお答えの方におうかがいします。

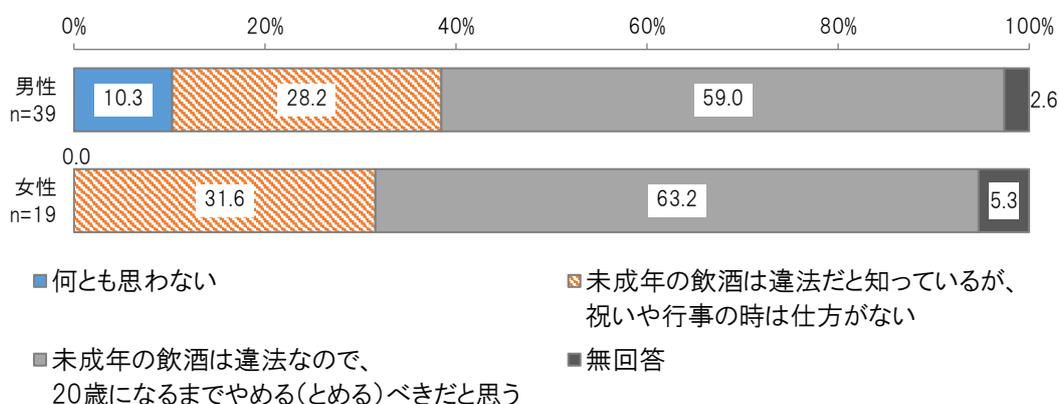
20歳未満が、アルコール類を飲むことについて、どのように思いますか。(1つに○)

地域のおこないや祭りなどの行事のときに、未成年に飲酒を勧める習慣があると回答した人に、そのことについての考えをたずねたところ、「未成年の飲酒は違法だと知っているが、行事のときは仕方ない」が30.6%、「何とも思わない」が8.1%となり、合わせると38.7%の人が容認していることがわかります。一方、「未成年の飲酒は違法なので、20歳になるまでやめる(とめる)べきだと思う」は58.1%となっています。

性別でみると、未成年に飲酒を勧める習慣を容認している割合は男性が38.5%、女性が31.6%となっています。



<性別>

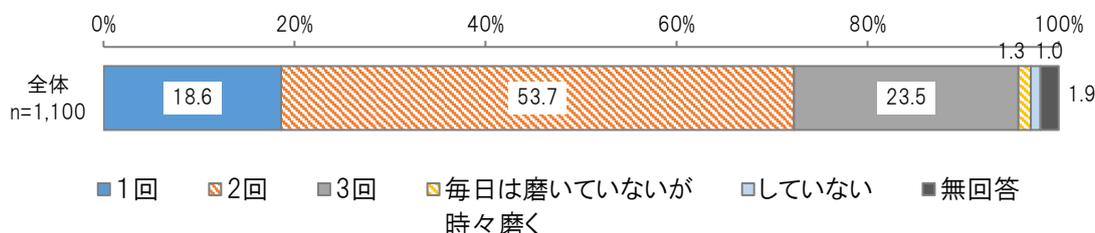


## 6 歯科について

### (1) 歯磨きのこと

問 39 歯磨きは1日に何回しますか。(1つに○)

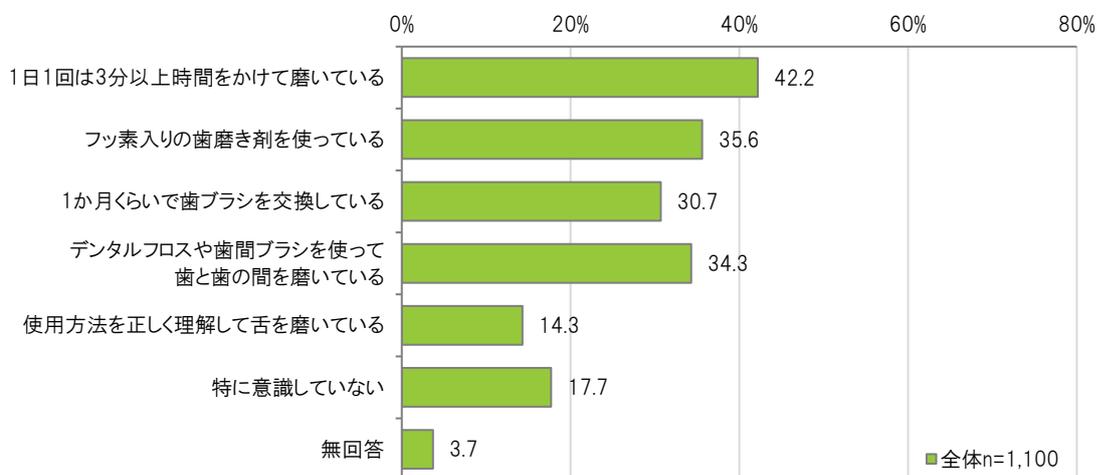
1日の歯磨き回数は、「2回」が53.7%と最も高く、次いで「3回」が23.5%、「1回」が18.6%となっています。



問 40 歯磨きの時に意識していることはありますか。(あてはまるものすべてに○)

※舌を磨く方法は、歯科指導や舌ブラシのパッケージに記載されている内容等で確認できます。

歯磨きの時に意識していることは、「1日1回は3分以上時間をかけて磨いている」が42.2%、「フッ素入りの歯磨き剤を使っている」が35.6%、「デンタルフロスや歯間ブラシを使って歯と歯の間を磨いている」が34.3%、「1か月くらいで歯ブラシを交換している」が30.7%となっています。

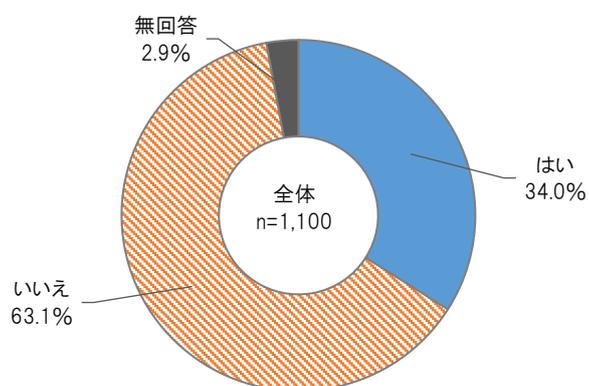


問 41 歯磨きの時に歯ぐきから血が出ることはありますか。(1つに○)

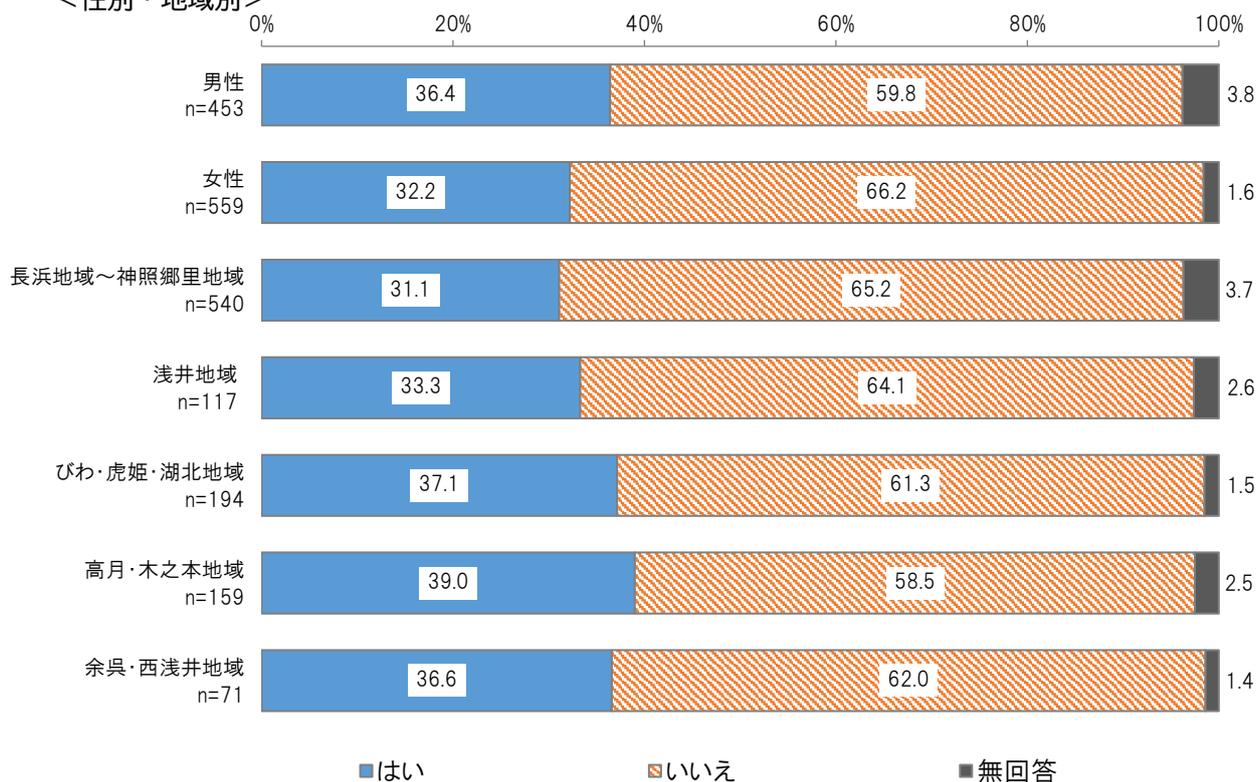
歯磨きの時に歯ぐきから血が出る人は、「はい」と回答した34.0%となっています。

性別で見ると、「はい」は男性が36.4%、女性が32.2%となっています。

地域別にみると、「高月・木之本地域」「余呉・西浅井地域」「びわ・虎姫・湖北地域」は「はい」が全体と比較してやや高くなっています。

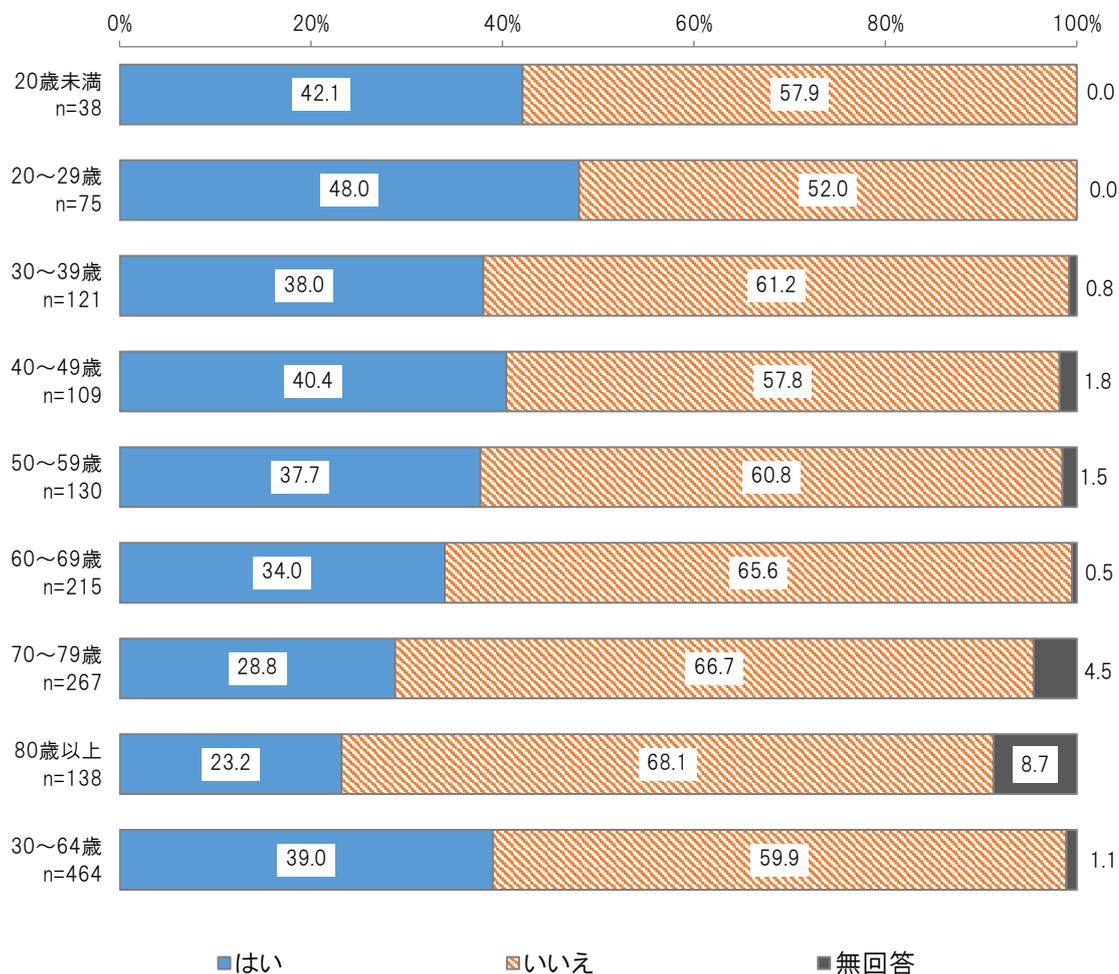


<性別・地域別>



年齢別にみると、「はい」は20～29歳が48.0%と最も高く、次いで20歳未満が42.1%となり、年齢が低い程高くなる傾向にあります。

<年齢別>



## (2) 口腔の状況

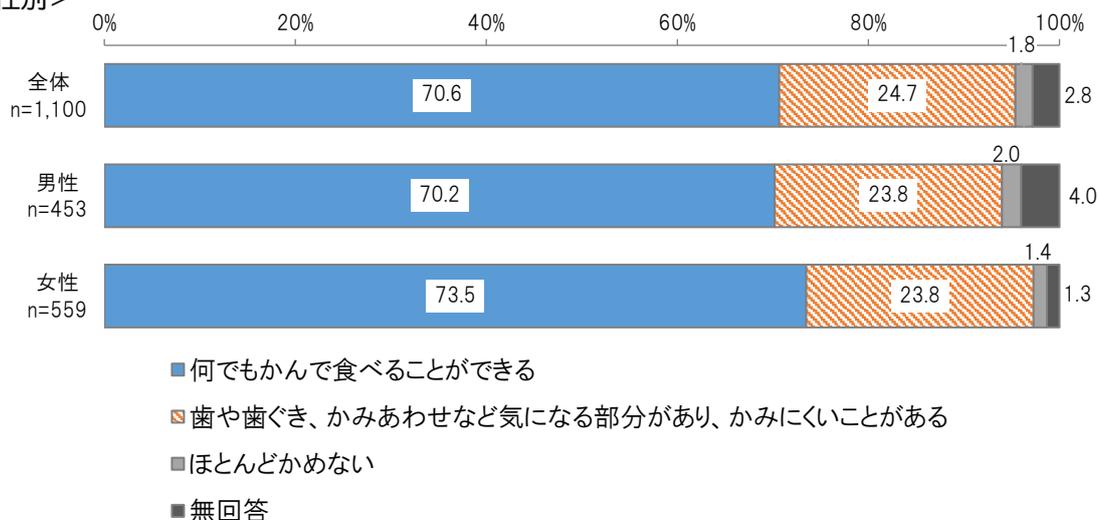
問 42 食事をかんで食べる時の状態はどれにあてはまりますか。(1つに○)

食事をかんで食べる時の状態について、「何でもかんで食べることができる」が70.6%、「歯や歯ぐき、かみあわせなど気になる部分があり、かみにくいことがある」が24.7%、「ほとんどかめない」が1.8%となっています。

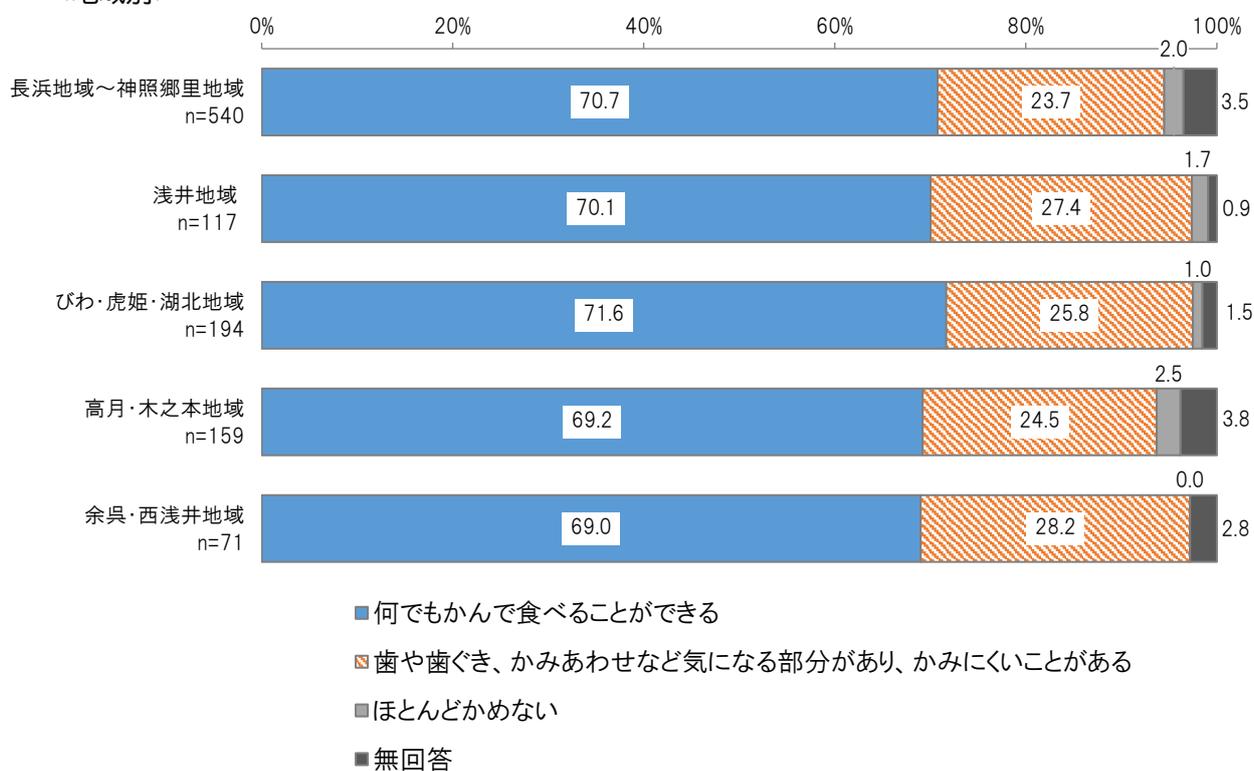
性別で見ると、男女ともに「何でもかんで食べることができる」が7割を超えています。

地域別にみると、「浅井地域」「高月・木之本地域」「余呉・西浅井地域」は「何でもかんで食べることができる」が全体と比較してやや低くなっています。

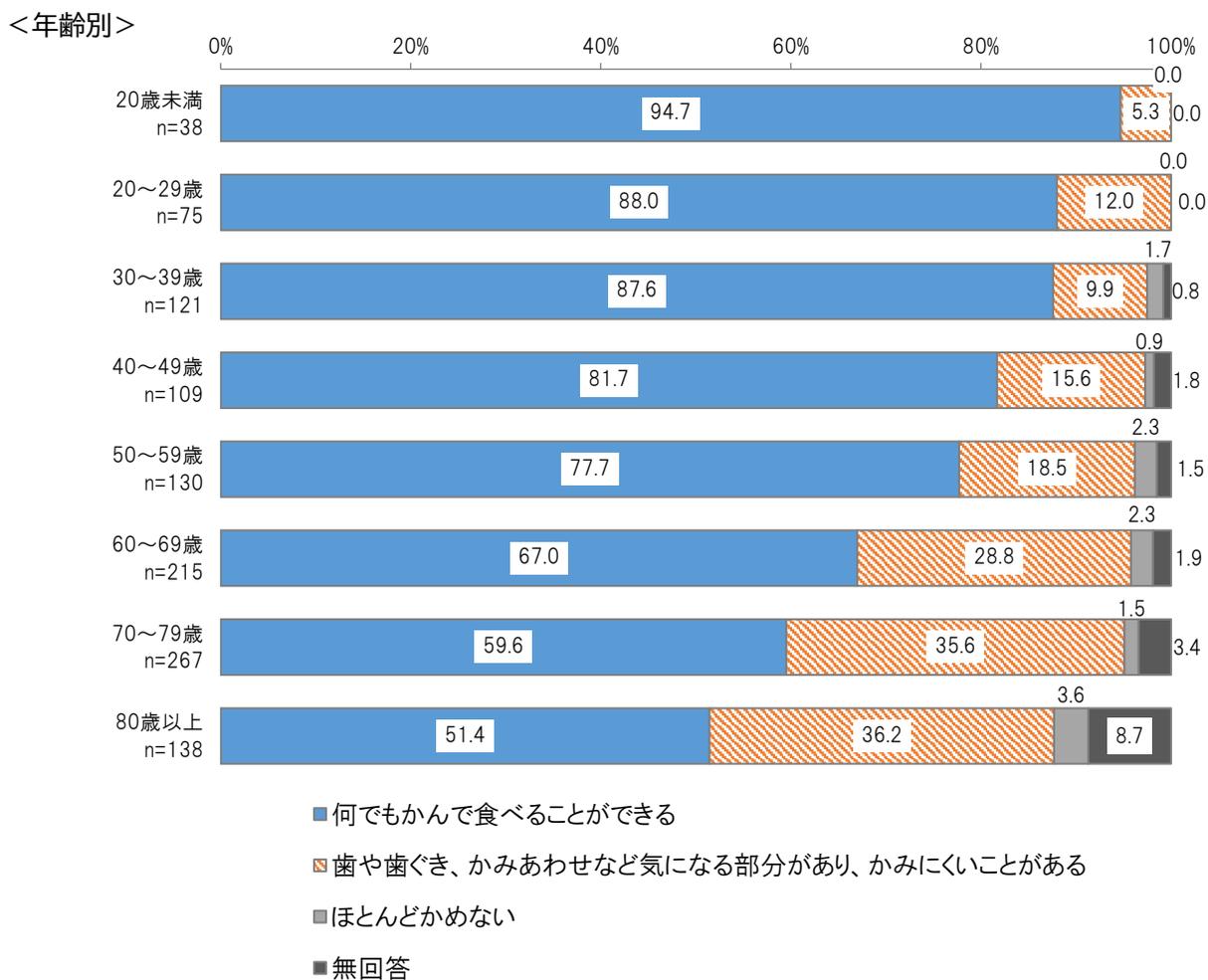
### <全体・性別>



### <地域別>

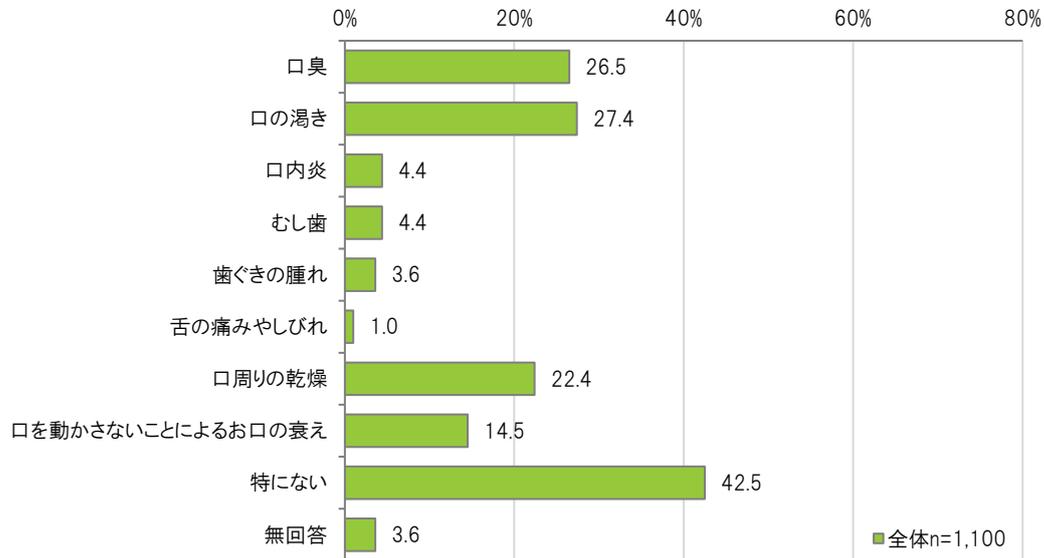


年齢別にみると、80歳以上は「何でもかんで食べることができる」が51.4%と最も低く、年齢が高い程低くなっています。



問 43 コロナ禍でのマスク着用による口のトラブルを感じていますか。  
 (あてはまるものすべてに○)

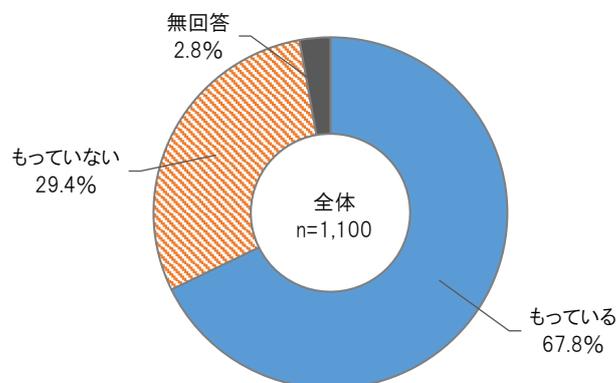
コロナ禍でのマスク着用による口のトラブルについて、「口の渇き」「口臭」「口周りの乾燥」で2割を超えるものの、「特にない」が42.5%で最も高くなっています。



### (3) 歯科受診や健診

問 44 歯のことについて気軽に相談できる「歯科のかかりつけ医」をお持ちですか。  
 (1つに○)

気軽に相談できる「歯科のかかりつけ医」について、「もっている」と回答した人は67.8%、「もっていない」は29.4%となっています。

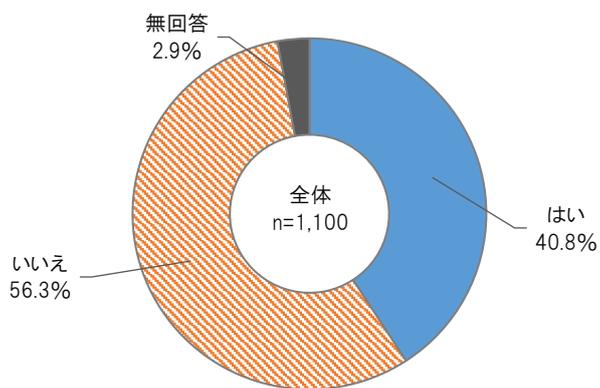


問 45 歯科医院で定期的な歯科健診を受けていますか。(1つに○)

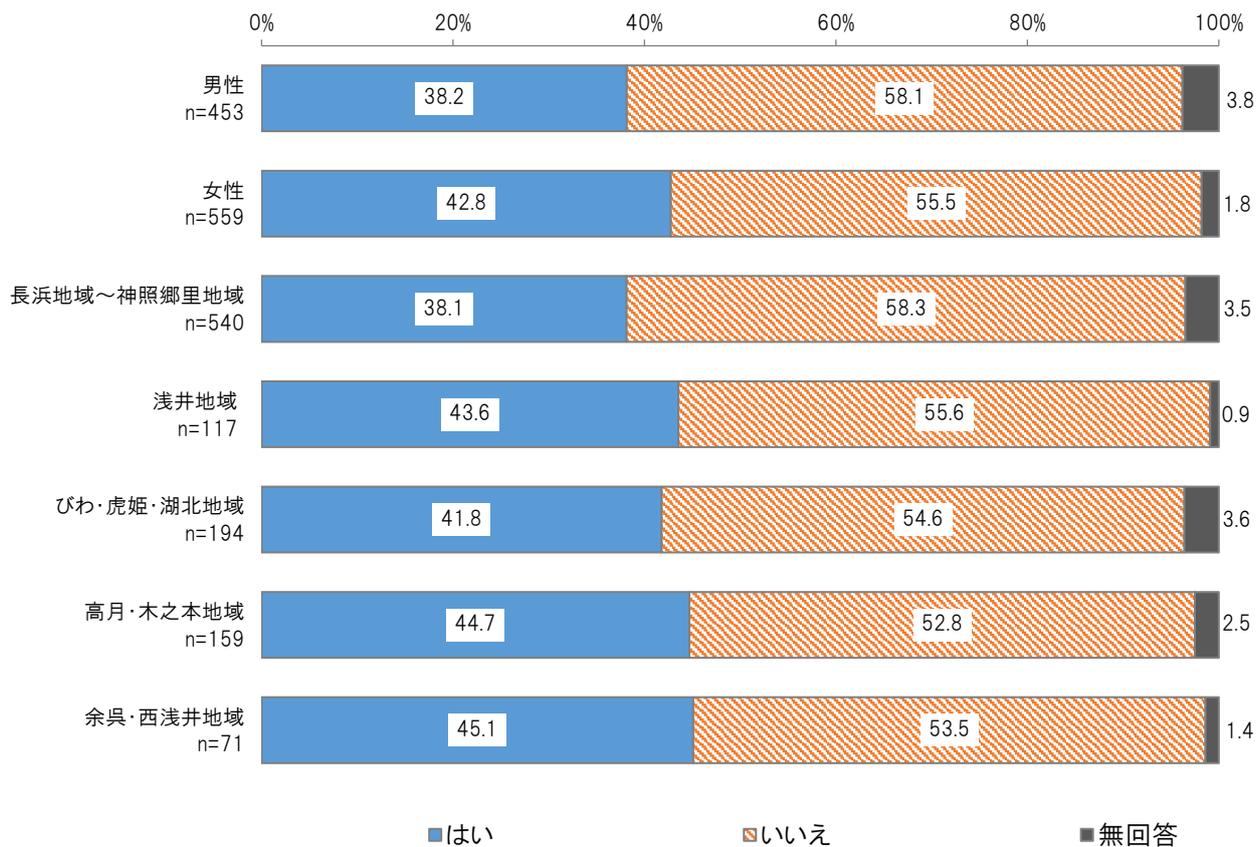
定期的に歯科医院を受診していると回答した人は、「はい」の40.8%、「いいえ」は56.3%となり、定期的に受診している人は4割にとどまっていることがわかります。

性別でみると、「はい」は女性が42.8%、男性が38.2%となっています。

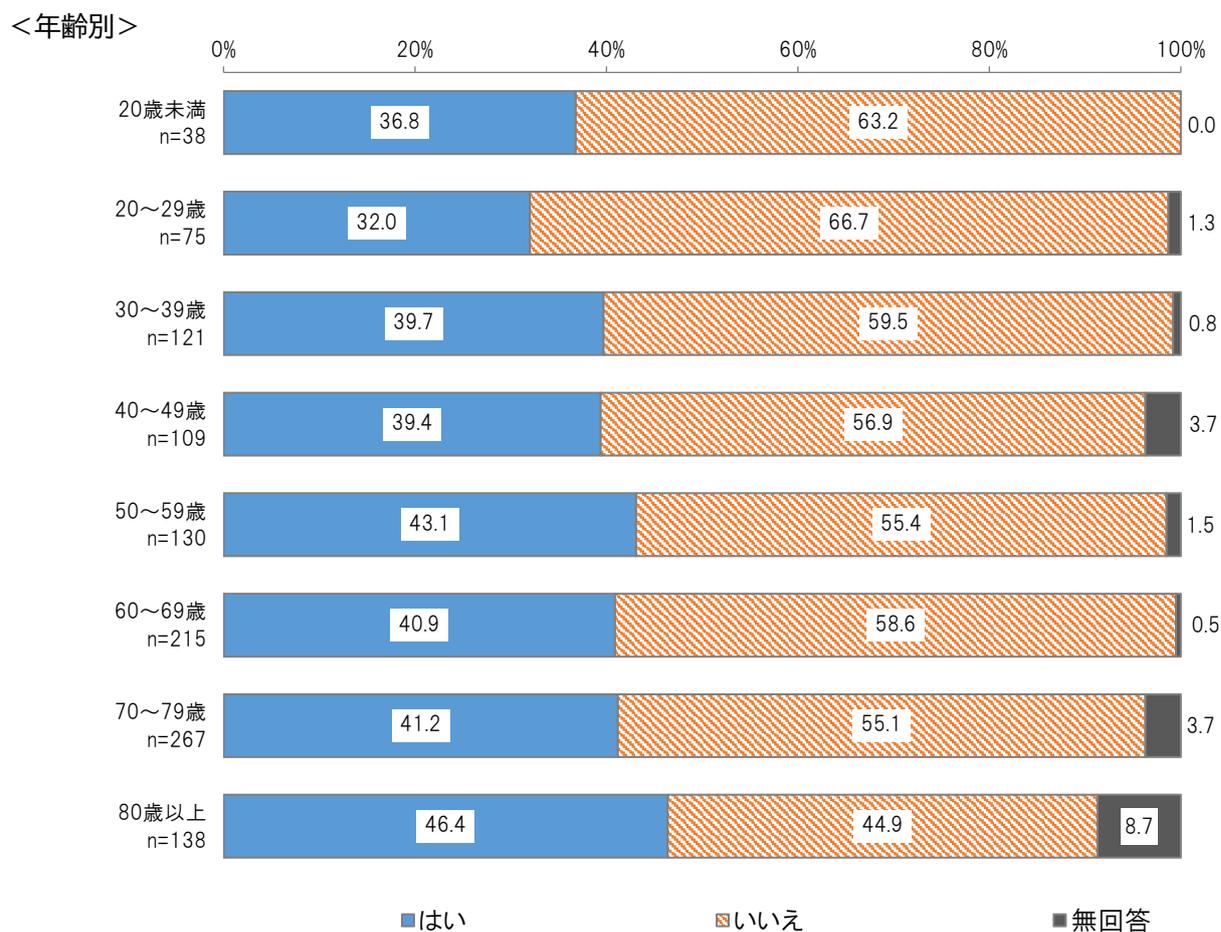
地域別にみると、「長浜地域～神照郷里地域」は「はい」が38.1%となり、全体と比較してやや低くなっています。



<性別・地域別>



年齢別にみると、定期的に歯科医院を受診している人の割合は、50歳以降で4割を超え、80歳以上は46.4%となり、最も高くなっています。



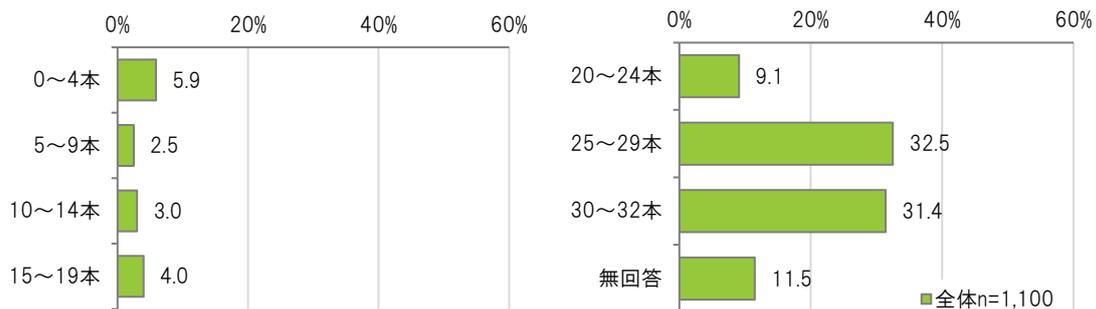
問 46 あなたは現在、何本の歯がありますか。(差し歯も含む)

※永久歯は、第三大臼歯（親知らず）を含むと全部で 32 本です。

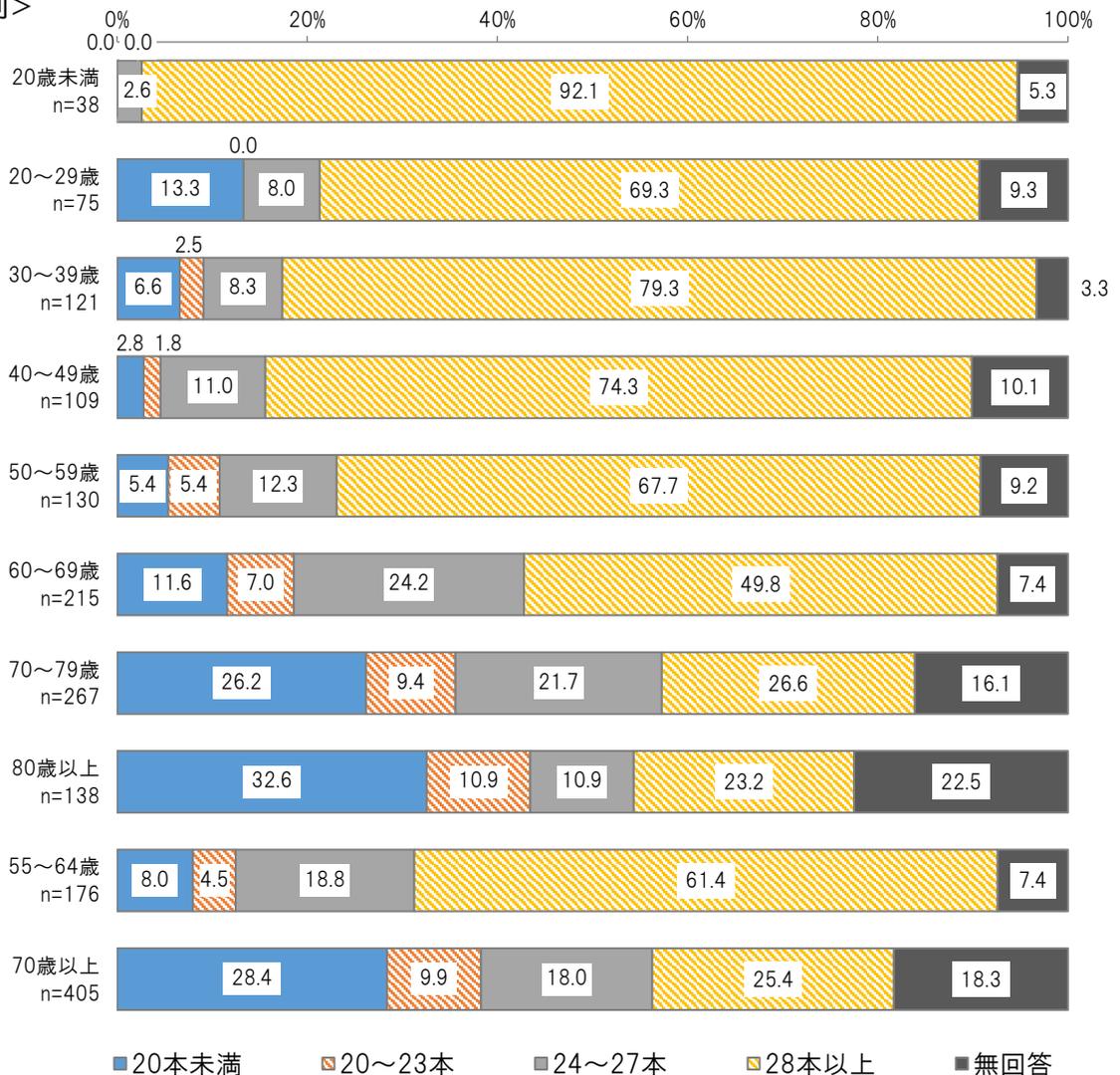
現在の歯の本数については、「25～29本」が32.5%と最も高く、次いで「30～32本」が31.4%となっています。

年齢別にみると、69歳までは「28本以上」の割合が最も高くなるものの、20～29歳では「20本未満」が13.3%とやや高くなっています。80歳以上は「20本未満」が32.6%と最も高くなっています。

また、24本以上歯がある割合は55～64歳が80.2%、20本以上歯がある割合は70歳以上が53.3%、80歳以上が45.0%となっています。



<年齢別>

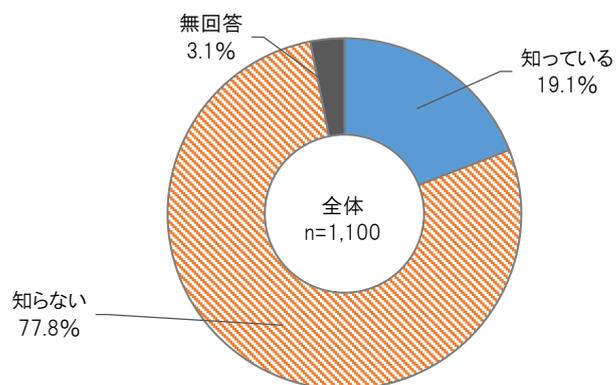


#### (4) 歯周病予防の取組みの認知度

問 47 むし歯・歯周病予防の取組みのひとつである「お茶でバイバイ！むし歯菌※」というキャッチフレーズを知っていますか。(1つに○)

※歯磨き習慣とともにお茶（水）を飲む習慣づくりでむし歯と歯周病を予防しようという取組み。

「お茶でバイバイ！むし歯菌※」というキャッチフレーズについて、「知っている」と回答した人は19.1%、「知らない」は77.8%となっています。



## 7 健康管理について

### (1) 認知症や健診に関すること

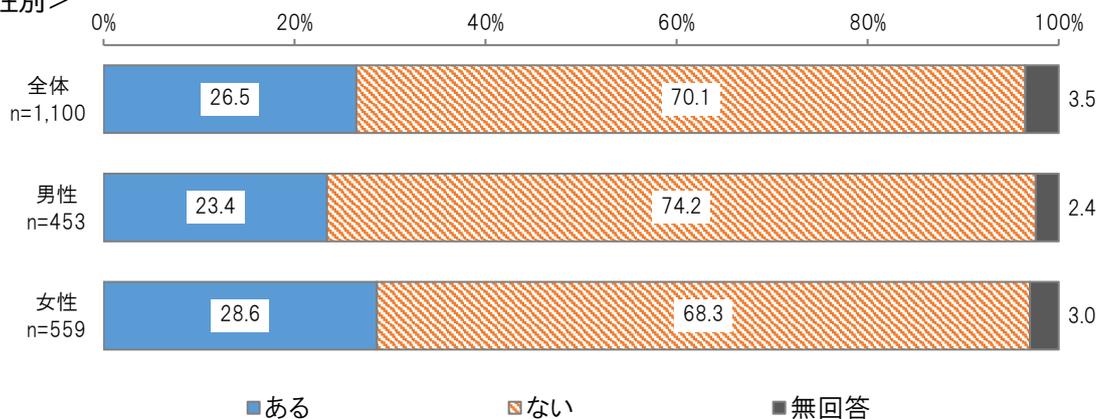
問 48 過去3年間に家族、友人、近所の人に健診を勧めたり、誘ったことがありますか。(1つに○)

過去3年間で人に健診を勧めたことがあるかについて、「ない」が70.1%、「ある」26.5%となっています。

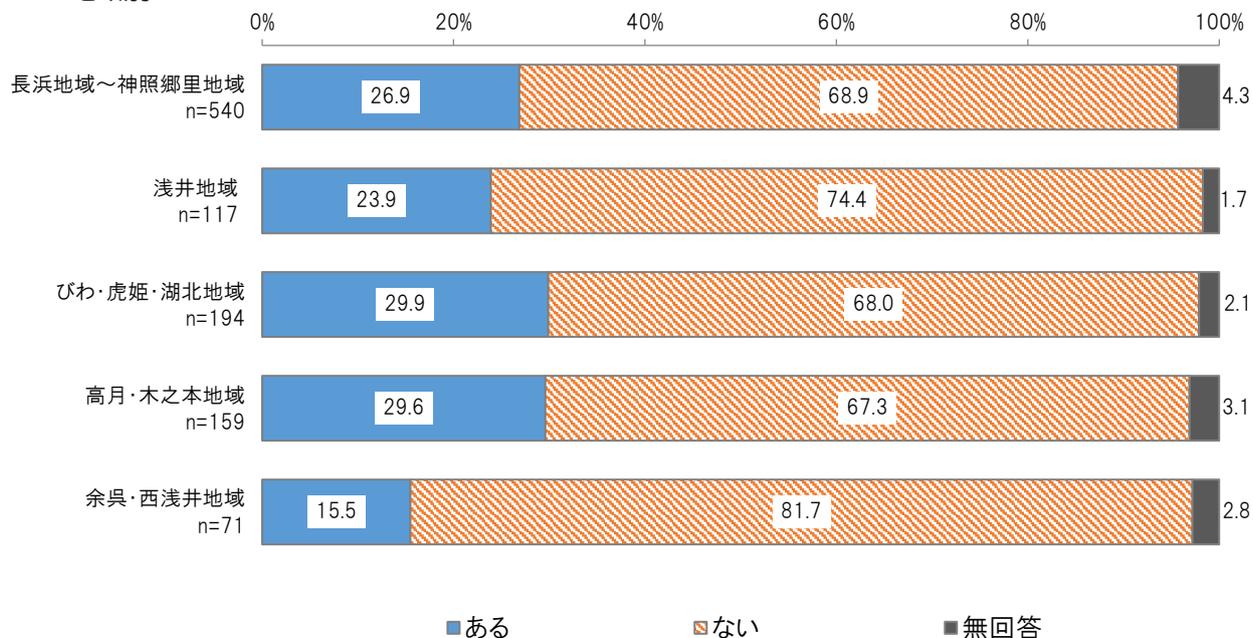
性別でみると、「ある」は女性が28.6%、男性が23.4%となっています。

地域別にみると、「長浜地域～神照郷里地域」「びわ・虎姫・湖北地域」「高月・木之本地域」では、健診を勧めたことが「ある」割合が全体よりやや高くなっています。

#### <全体・性別>

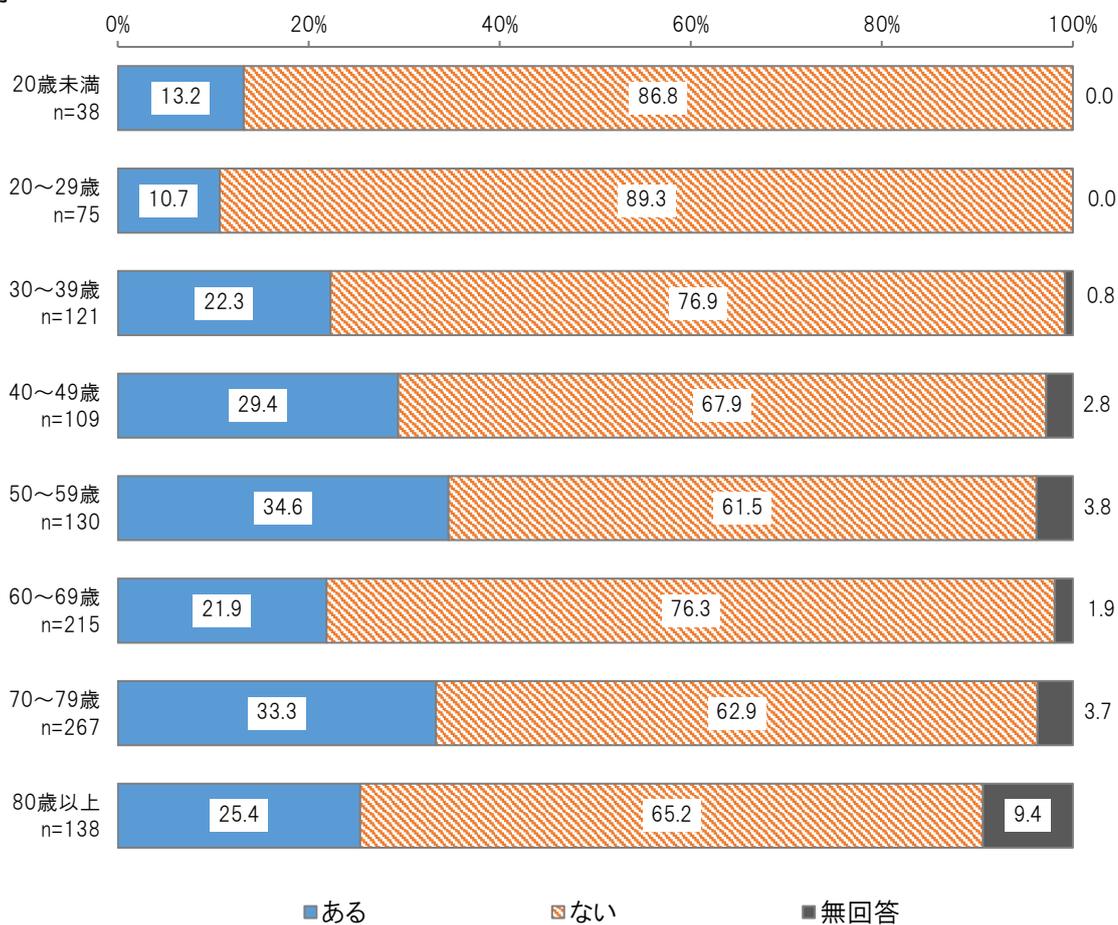


#### <地域別>



年齢別にみると、「ある」は50～59歳が34.6%と最も高く、次いで70～79歳が33.3%となっています。

<年齢別>

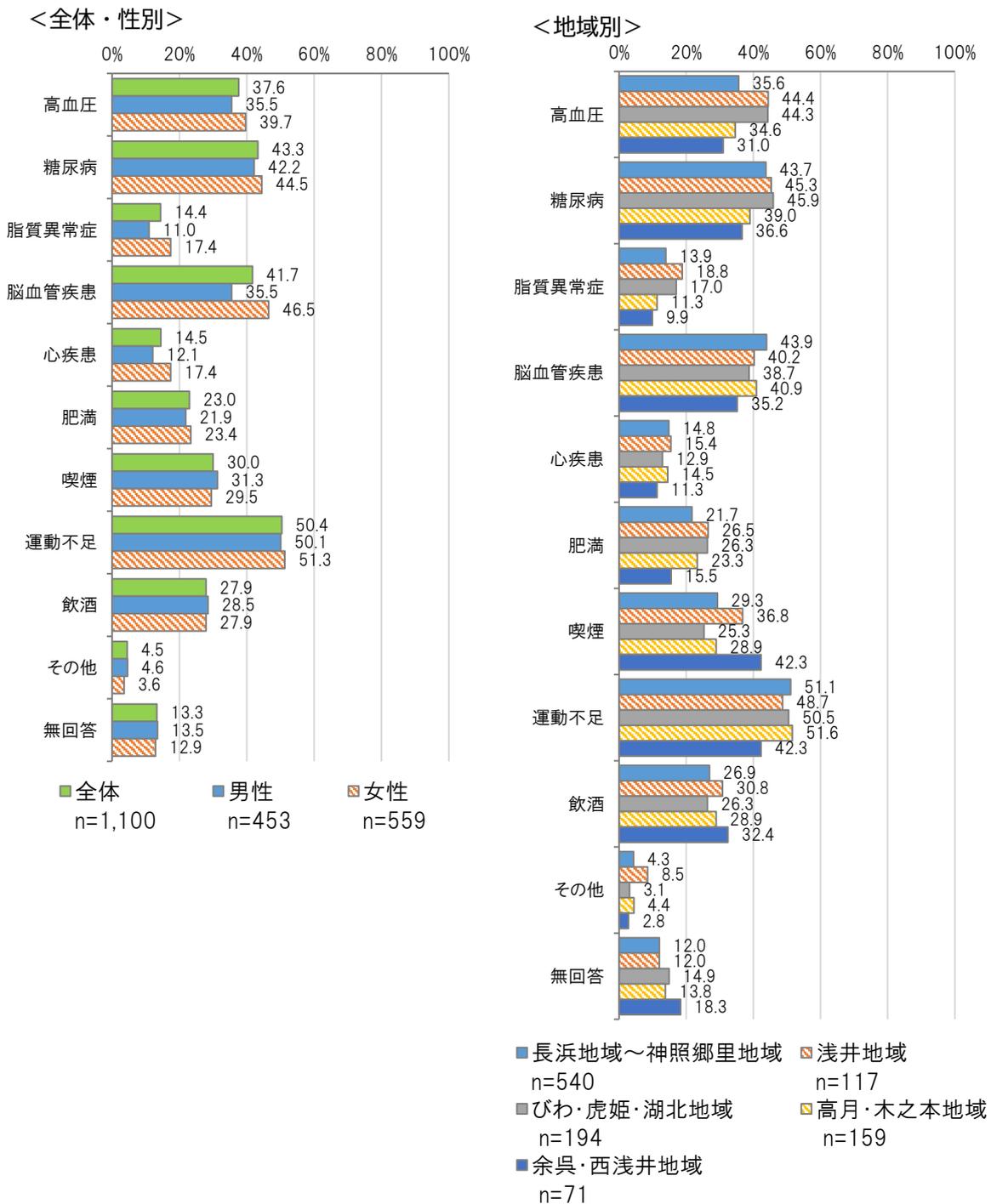


問 49 認知症になる可能性が高くなる病気や生活習慣に、どのようなものがあるか知っていますか。知っているものに○をしてください。(あてはまるものすべてに○)

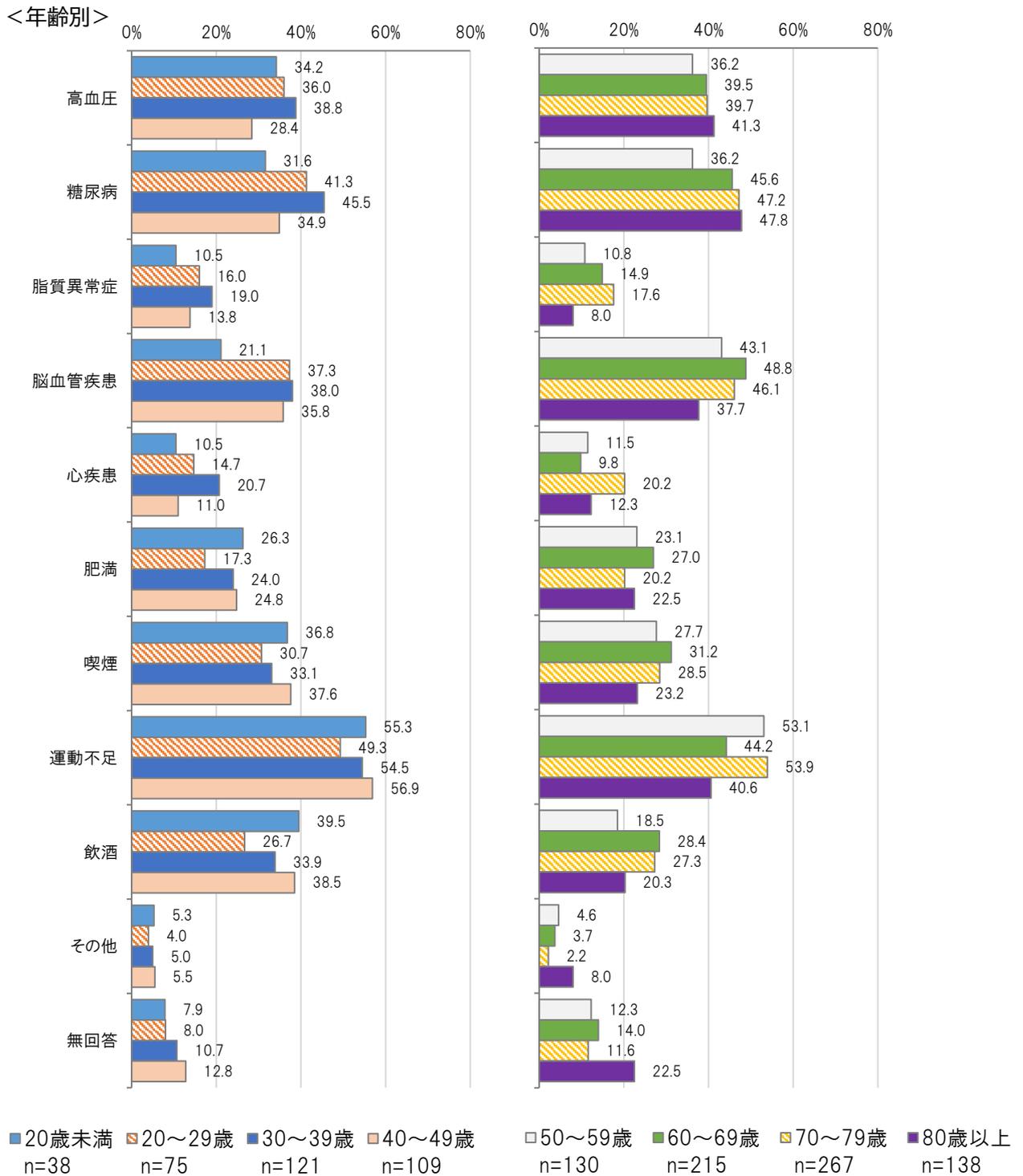
認知症になる可能性が高くなる病気や生活習慣の認知度については、「運動不足」が50.4%、「糖尿病」が43.3%、「脳血管疾患」が41.7%、「高血圧」が37.6%、「喫煙」が30.0%の順に高くなっています。

性別で見ると、いずれの対象者も「運動不足」が最も高くなっています。

地域別では、多くの地域で「運動不足」が最も高くなりますが、「余呉・西浅井地域」は「運動不足」「喫煙」が同割合で高くなっています



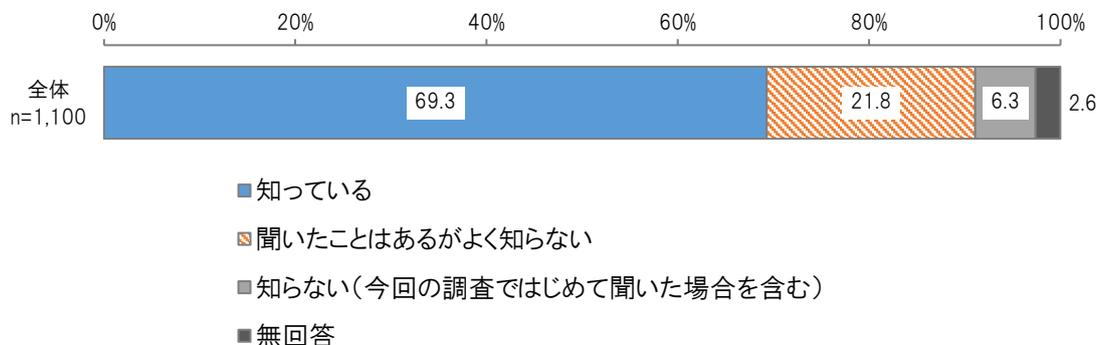
年齢別にみると、20歳未満・40～49歳は「運動不足」「飲酒」、20～29歳・30～39歳は「運動不足」「糖尿病」、50～59歳は「運動不足」「脳血管疾患」、60～69歳「脳血管疾患」「糖尿病」、70～79歳は「運動不足」「糖尿病」、80歳以上は「糖尿病」「高血圧」をあげる割合が高くなっています。



問 50 「若年性認知症<sup>※</sup>」という言葉を知っていますか。(1つに○)

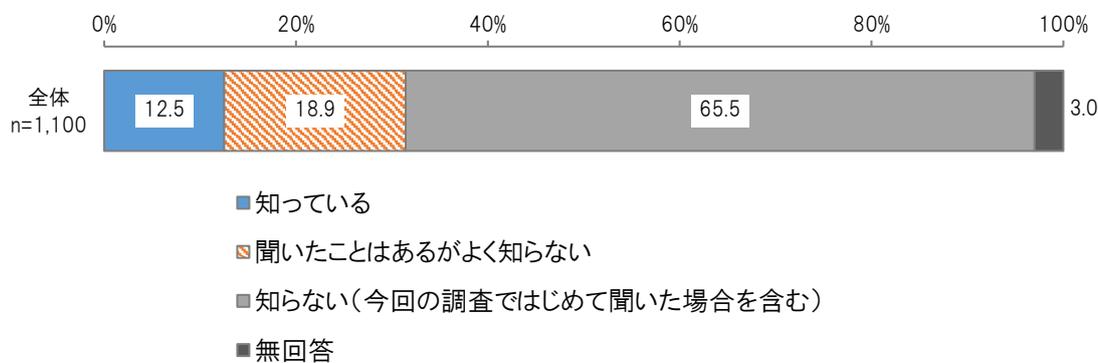
※若年性認知症：65歳未満で発症する認知症のことを言います。

「若年性認知症」という言葉を「知っている」と回答した人は約7割に及び、「聞いたことはあるがよく知らない」と「知らない(今回の調査ではじめて聞いた場合を含む)」を合わせた約3割が「知らない」と回答しています。



問 51 「若年性認知症」の相談窓口が地域包括支援センターであることを知っていますか。(1つに○)

「若年性認知症」の相談窓口が地域包括支援センターであることを、「知っている」と回答した人は12.5%にとどまり、「知らない(今回の調査ではじめて聞いた場合を含む)」が65.5%と高くなっています。



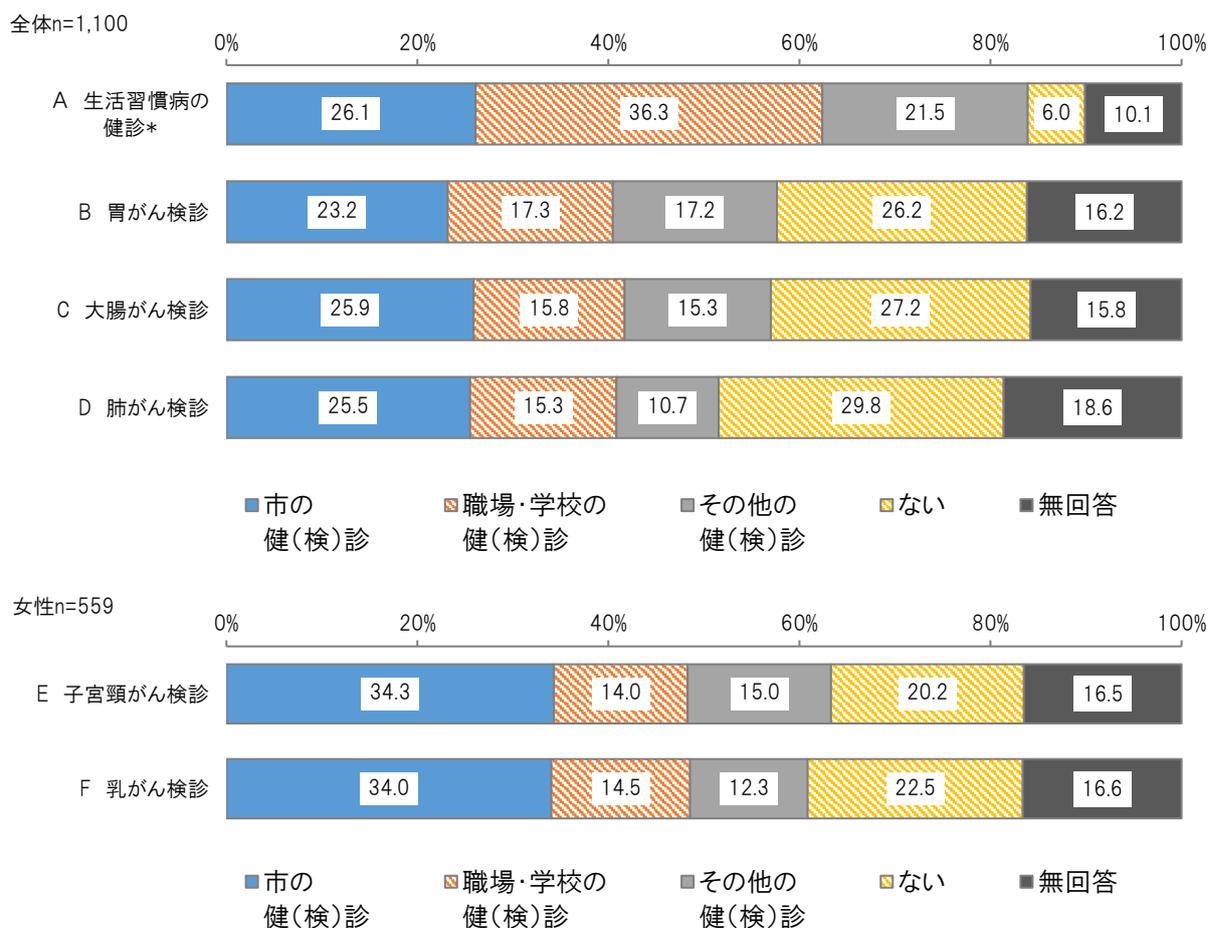
問 52 小問 1 19 歳以上の人におうかがいします。

あなたは、下記の A～F の健（検）診について、どこで受ける機会がありますか。

1 つ選んで○をつけてください。（それぞれ 1 つずつ）

19 歳以上の人に健（検）診をどこで受ける機会があるかたずねたところ、「A 生活習慣病の健診」は「職場・学校の健（検）診」が 36.3%、「市の健（検）診」が 26.1%となっています。がん検診については、「B 胃がん検診」「C 大腸がん検診」「D 肺がん検診」は「市の健（検）診」が 2 割以上ですが、受ける機会が「ない」と回答した人が 3 割弱と最も高くなっています。

また、女性における「E 子宮頸がん検診」「F 乳がん検診」では「市の健（検）診」が 3 割を超え、受ける機会が「ない」と回答した人は約 2 割となっています。

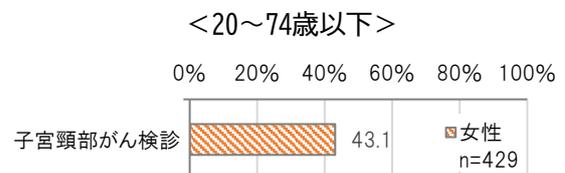
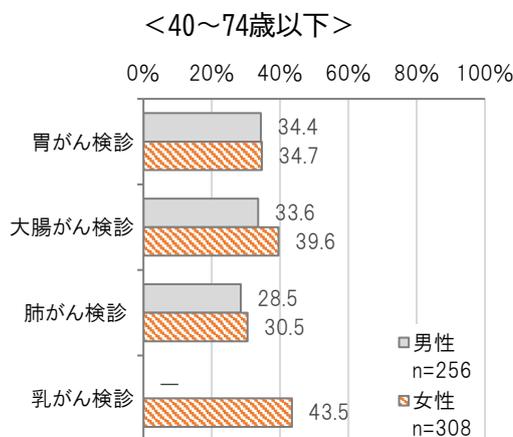
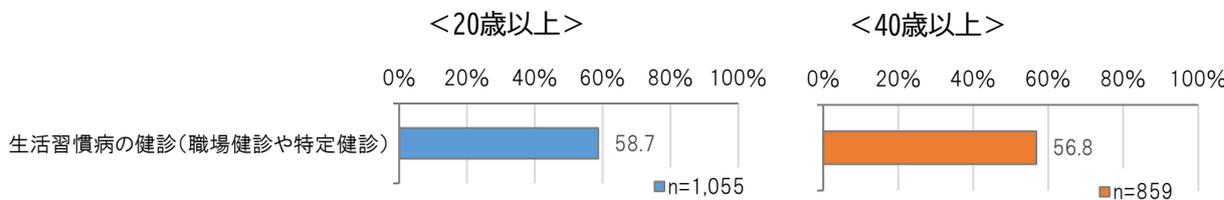
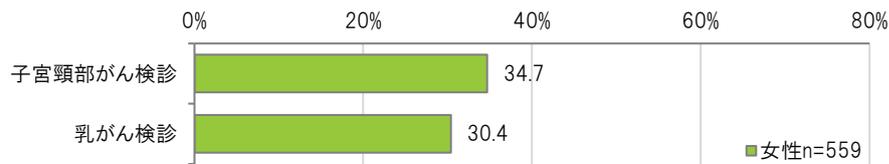
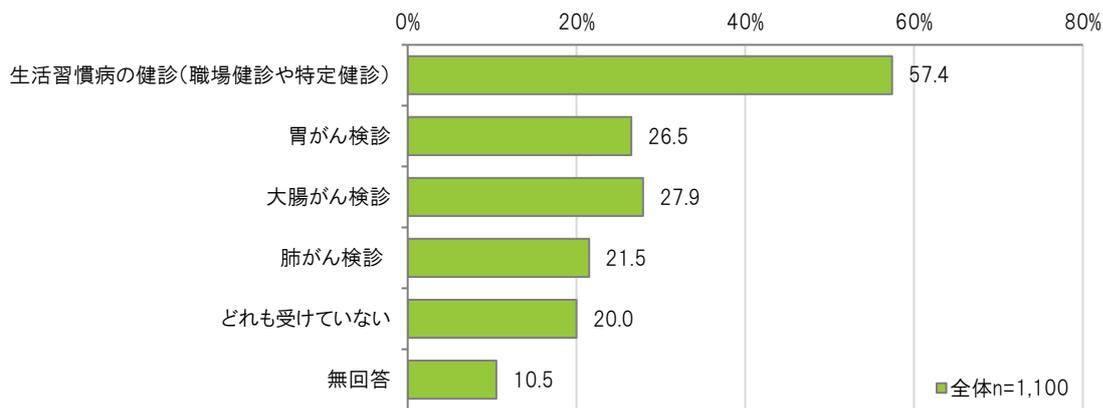


\*生活習慣病の健診（血液検査、検尿、身体測定、血圧測定、内科診察等）の（ ）内を省略表記している。

問 52 小問 2 前小問 1 で健（検）診について、過去 1 年間の受診状況を教えてください。子宮頸がん検診・乳がん検診については過去 2 年間の受診状況を教えてください。（あてはまるものすべてに○）

19歳以上の人に過去 1 年間に受けた健（検）診の内容をたずねたところ、「生活習慣病の健診」が57.4%で最も高く、次いで「大腸がん検診」が27.9%、「胃がん検診」が26.5%、「肺がん検診」が21.5%の順となっています。

女性では、「子宮頸部がん検診」が34.7%、「乳がん検診」が30.4%となっています。

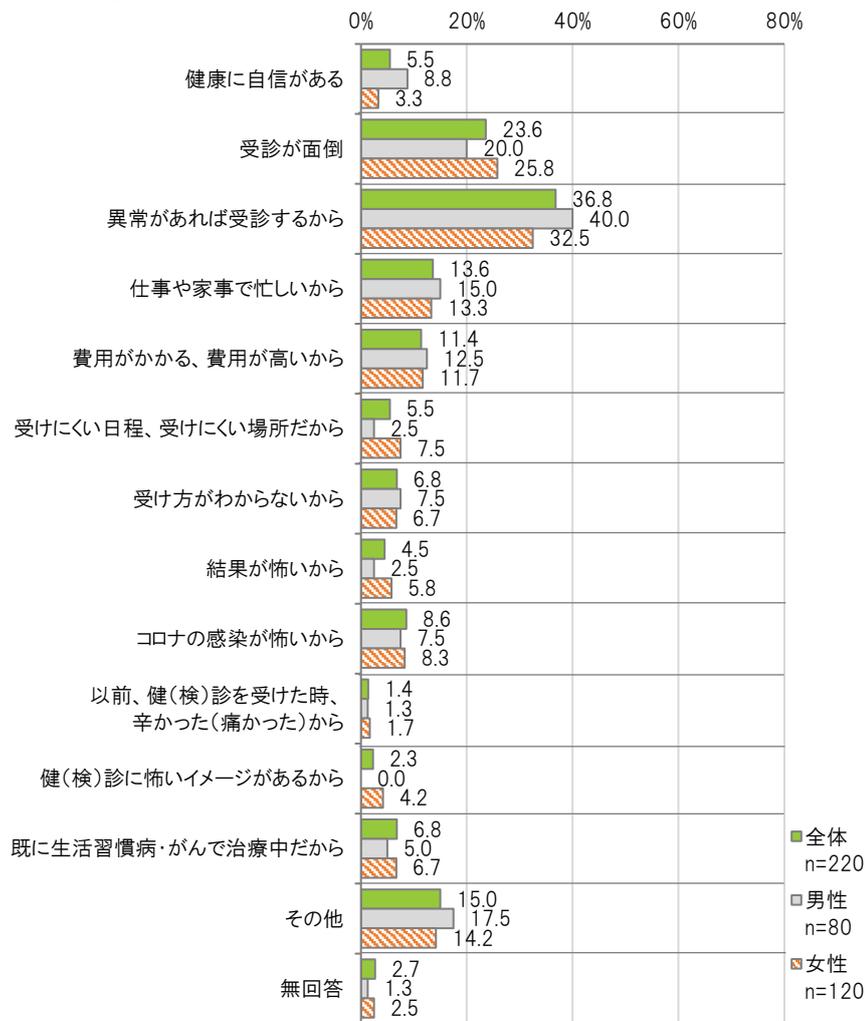


問 52 小問 3 前小問 2 で「7. どれも受けていない」に○をした方におうかがいします。受けなかった理由を教えてください。(あてはまるものすべてに○)

健(検)診を受けていない人の理由をみると、「異常があれば受診するから」が36.8%で最も高く、「受診が面倒」が23.6%となっています。

性別でみると、男性は「異常があれば受診するから」が40.0%となり、女性の32.5%を7.5ポイント上回ります。

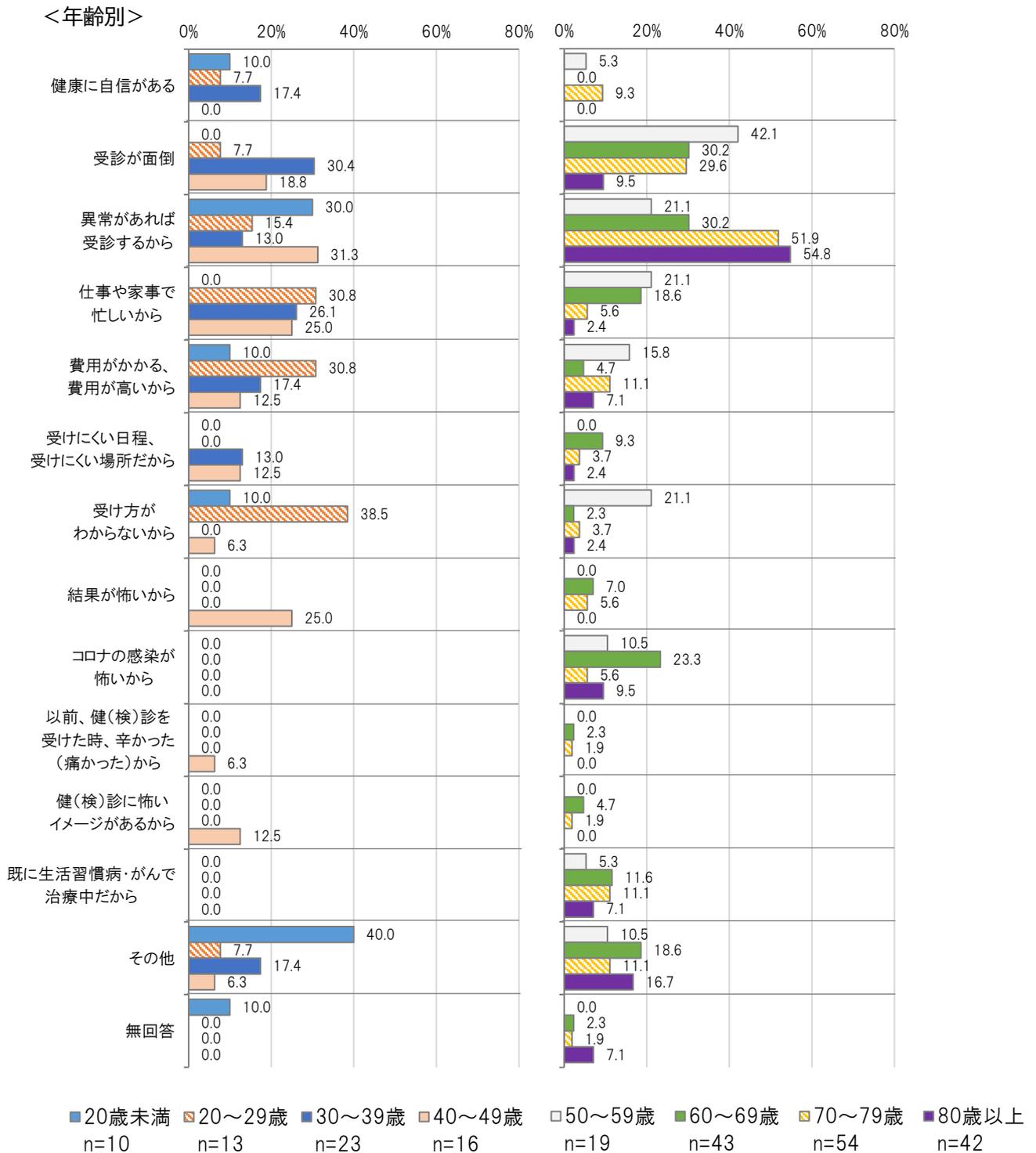
<全体・性別>



◆その他の記述回答 <受けなかった理由>

- ・1年以上前に受けた
- ・かかりつけ医院に任せている
- ・保険の切換え時期により日程が合わなかった
- ・行く事ができない足がない
- ・持病があり病院にかかっている
- ・19歳以下である
- ・病気になったらなったで。長く生きたいと思わない
- ・妊娠、出産、授乳で胃カメラの検査予定だったが受けられなかった
- ・病院へ通院しているので何かあればわかると思う

年齢別にみると、20～29歳は「受け方がわからないから」、30～39歳・50～59歳・60～69歳は「受診が面倒」、40～49歳・60～69歳・70～79歳・80歳以上は「異常があれば受診するから」で最も高くなっています。



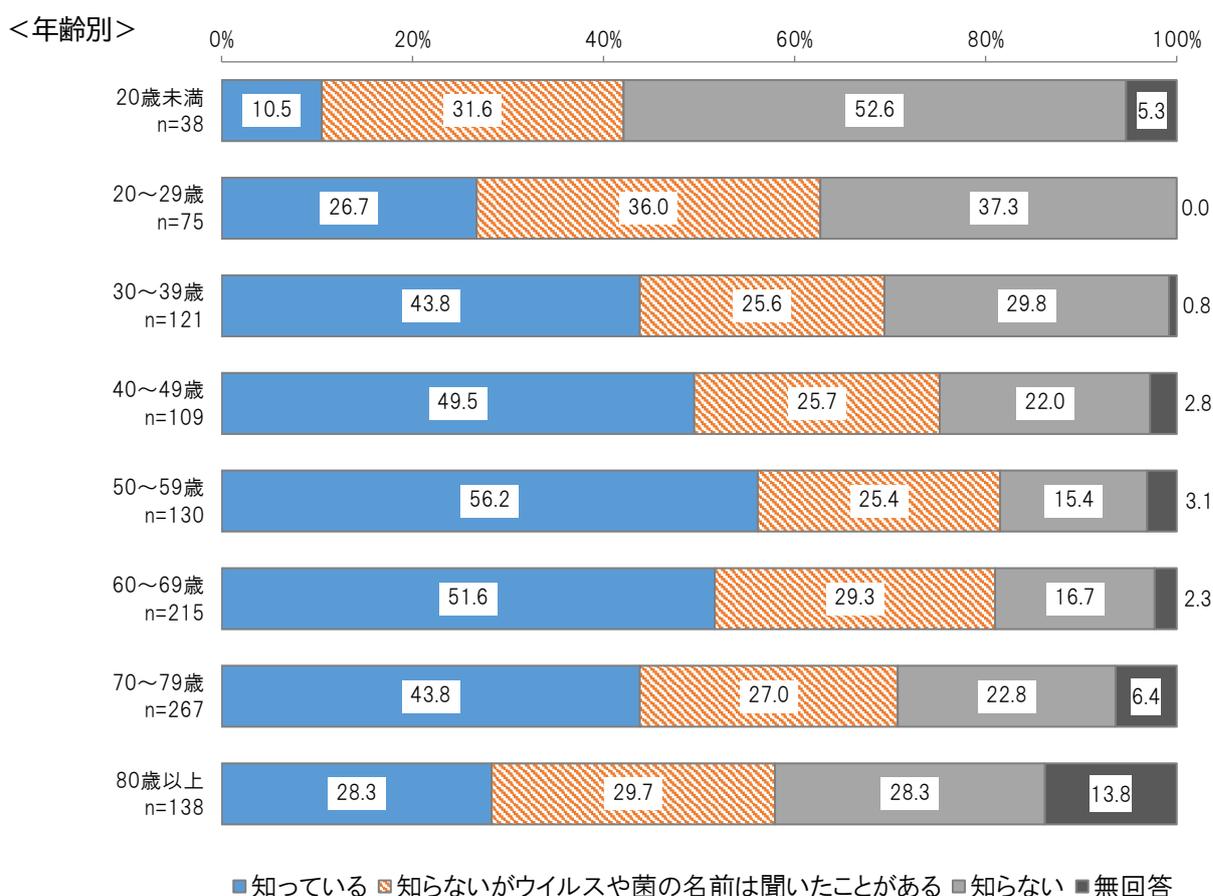
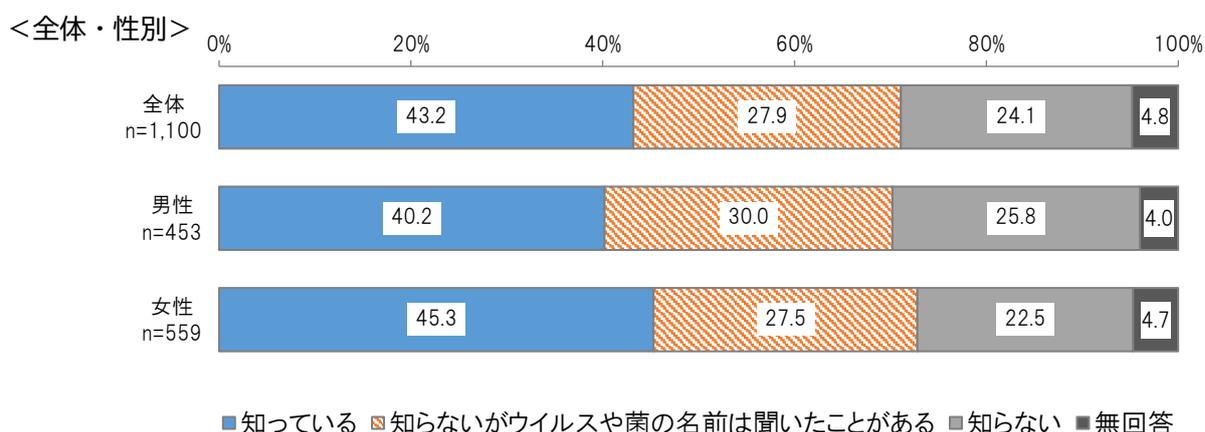
## (2) がんや脳血管疾患に関すること

問 53 肝炎ウイルスやヘリコバクター・ピロリ菌、ヒトパピローマウイルスの感染ががんを発症するリスクを高めることを知っていますか？（1つに○）

肝炎ウイルスやヘリコバクター・ピロリ菌、ヒトパピローマウイルスの感染ががんを発症するリスクを高めることについて、「知っている」が43.2%となっています。

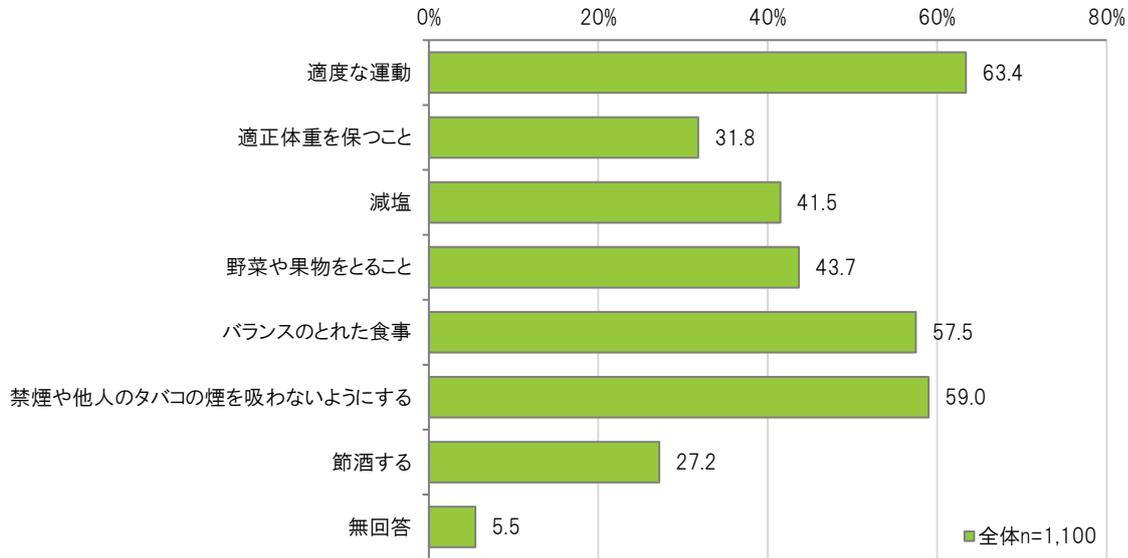
性別でみると、女性は「知っている」が45.3%となり、男性の40.2%を5.1ポイント上回ります。

年齢別にみると、「知っている」は50～59歳・60～69歳が5割を超え高くなっています。



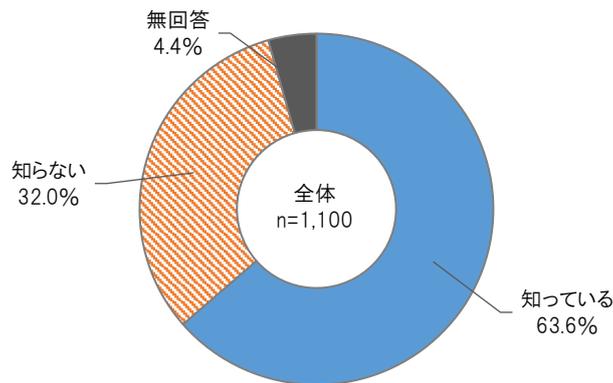
問 54 がんを予防する生活習慣として知っているものに○をしてください。  
 (あてはまるものすべてに○)

がんを予防する生活習慣として知っているものは、「適度な運動」が63.4%と最も高く、次いで「禁煙や他人のタバコの煙を吸わないようにする」が59.0%、「バランスのとれた食事」が57.5%と、5割を超えて高くなっています。



問 55 脳血管疾患の初期症状に「顔の片側がゆがむ」「片腕に力が入らない」「言葉が出てこない、ろれつが回らない」等の症状があることを知っていますか。(1つに○)

脳血管疾患の初期症状に「顔の片側がゆがむ」「片腕に力が入らない」「言葉が出てこない、ろれつが回らない」等の症状があることについて、「知っている」と回答した人は63.6%となっています。



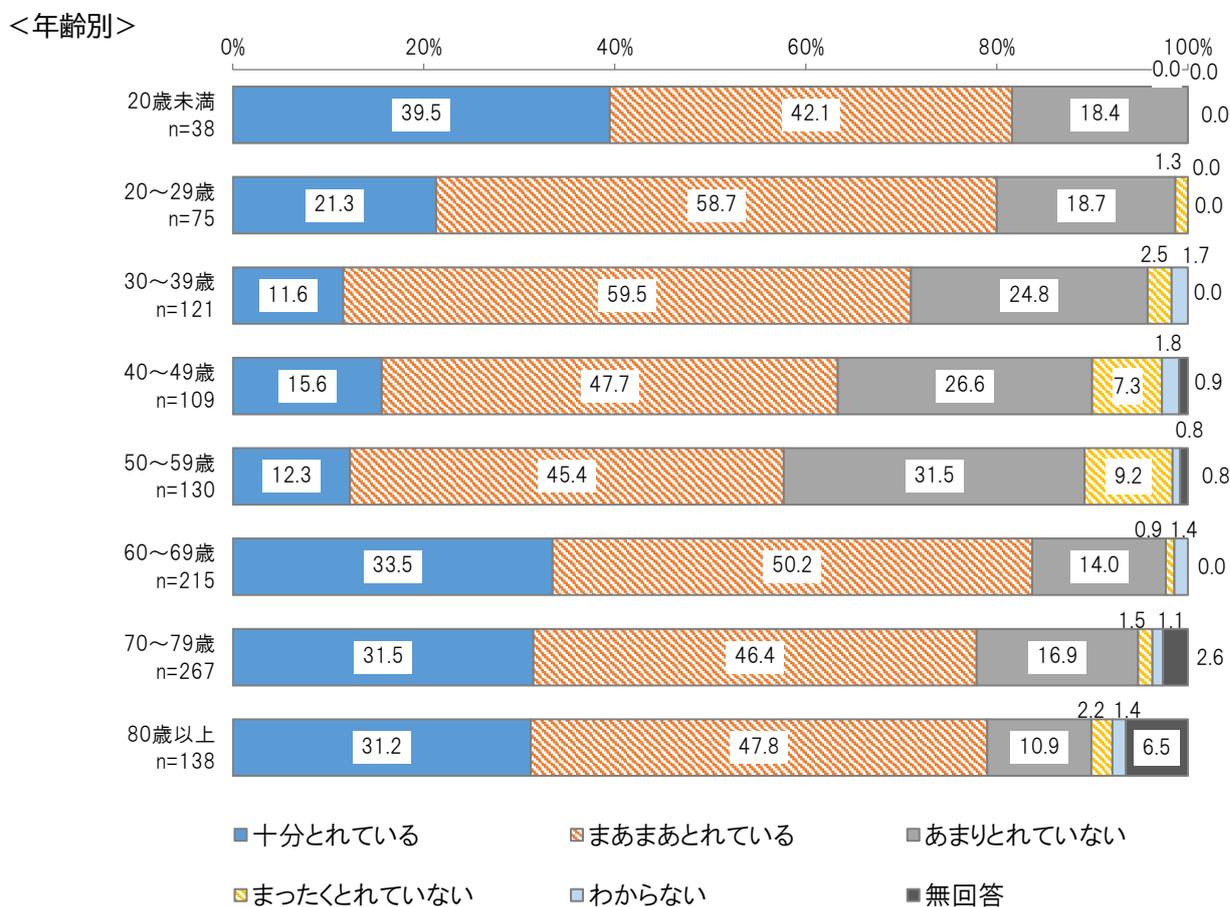
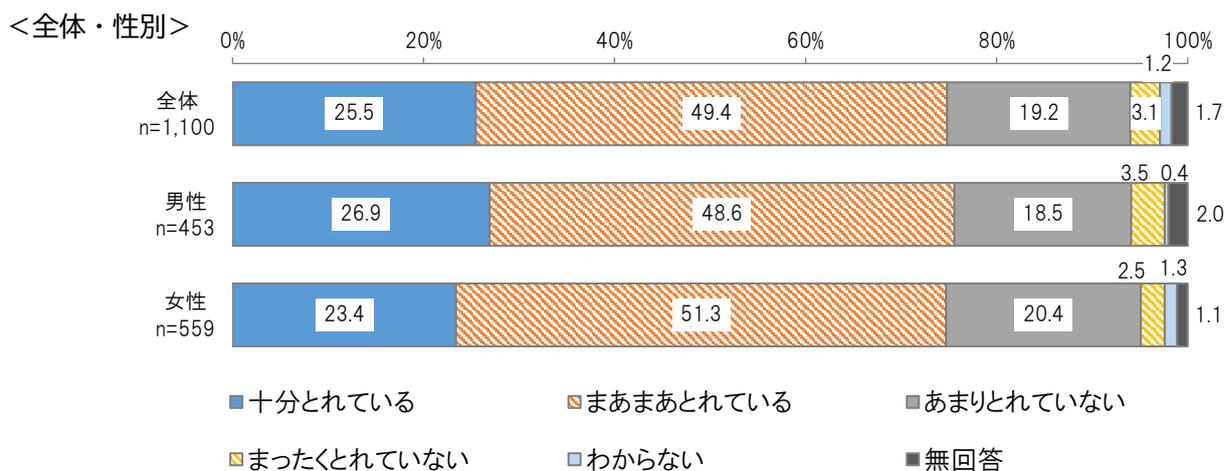
## 8 心と休養について

### (1) 睡眠や休養

問 56 いつもとっている睡眠で休養が十分とれていますか。(1つに○)

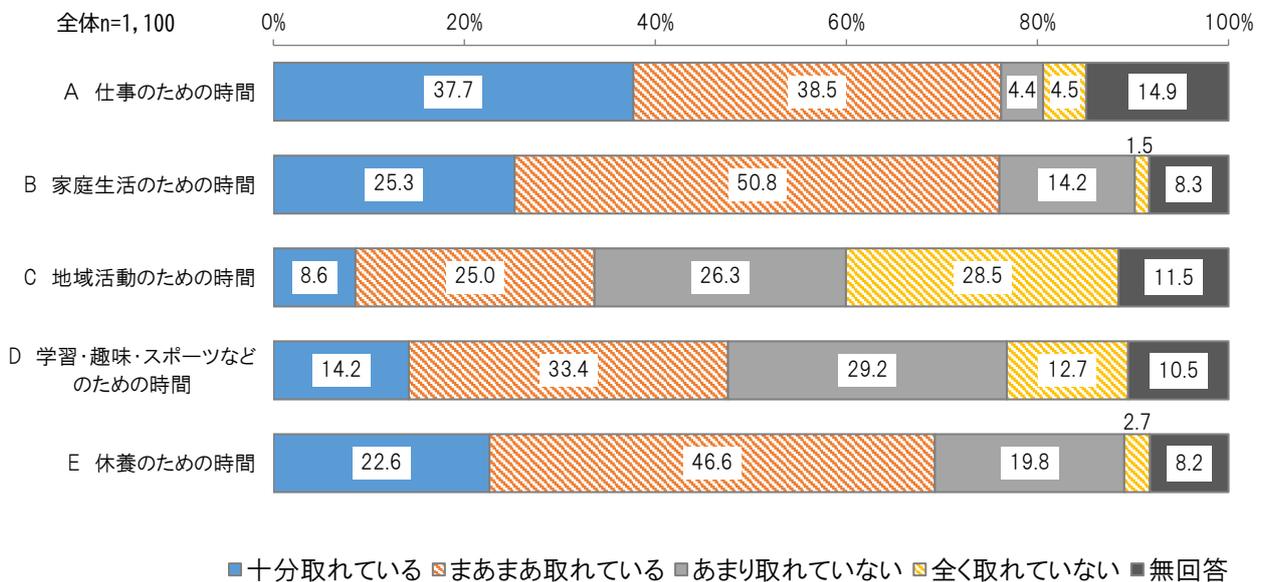
いつもとっている睡眠で休養が十分かについては、「まあまあとれている」が49.4%で最も高く、「十分とれている」の25.5%を合わせた74.9%は休養がとれていると回答しています。一方、「あまりとれていない」は19.2%、「まったくとれていない」は3.1%となっています。

性別では大きな差はなく、年齢別にみると、休養がとれている割合は20歳未満・20～29歳・60～69歳で8割を超えています。一方、休養がとれていない割合は50～59歳の40.7%が最も高くなっています。



問 57 下記のA～Eの項目の時間について、あなたの認識に最も近いものを1～4の中から1つ選んで○をつけてください。(それぞれ1つずつ)

時間の認識について、「十分取れている」「まあまあ取れている」割合は「A仕事のための時間」が76.2%、「B家庭生活のための時間」が76.1%と高くなっています。また、「あまり取れていない」「まったく取れていない」割合は「C地域活動のための時間」が54.8%と高くなっています。



## (2) 悩みやストレスへの対処

問 58 小問 1 悩みやストレスを相談する相手はいますか。もしくは場所がありますか。

(1つに○)

悩みやストレスを相談する相手について、「相談する相手がいる(場所がある)」が70.4%と最も高く、一方「相談する必要はないので誰にも相談しない」が14.9%となっています。

性別でみると、男性は「相談する必要はないので誰にも相談しない」が21.4%となり、女性の9.8%を大幅に上回ります。

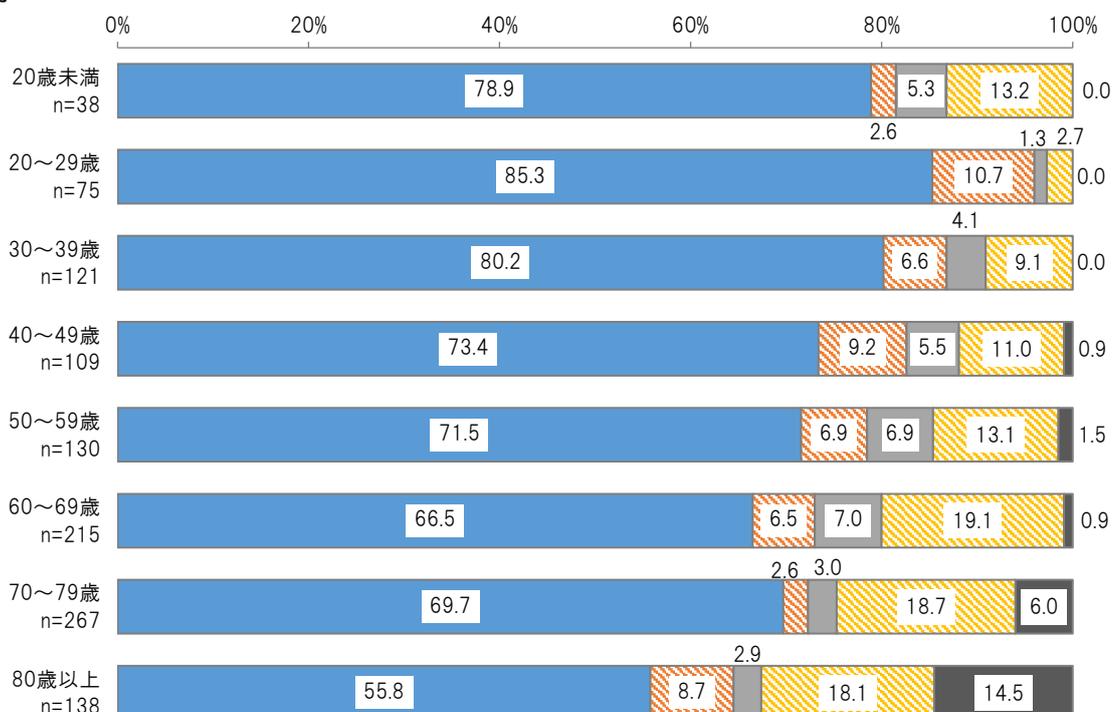
年齢別にみると、「相談する相手がいる(場所がある)」は20～29歳が85.3%と最も高く、次いで20歳未満が78.9%となっています。

### <全体・性別>



- 相談する相手がいる(場所がある)
- 相談したいが誰にも相談できずにいる
- 相談したいがどこに相談したらいいかわからない
- 相談する必要はないので誰にも相談しない
- 無回答

### <年齢別>

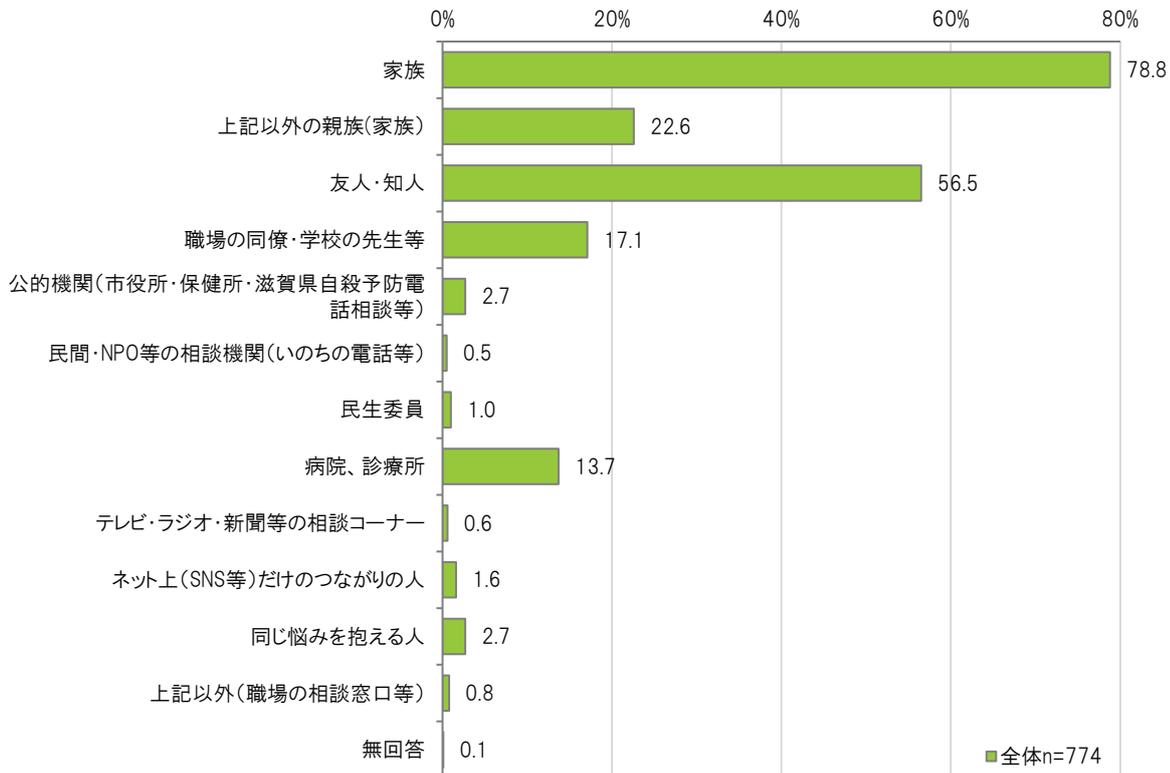


- 相談する相手がいる(場所がある)
- 相談したいが誰にも相談できずにいる
- 相談したいがどこに相談したらいいかわからない
- 相談する必要はないので誰にも相談しない
- 無回答

問 58 小問 2 前小問 1 で「1. 相談する相手がいる（場所がある）」と回答された方におうかがいします。

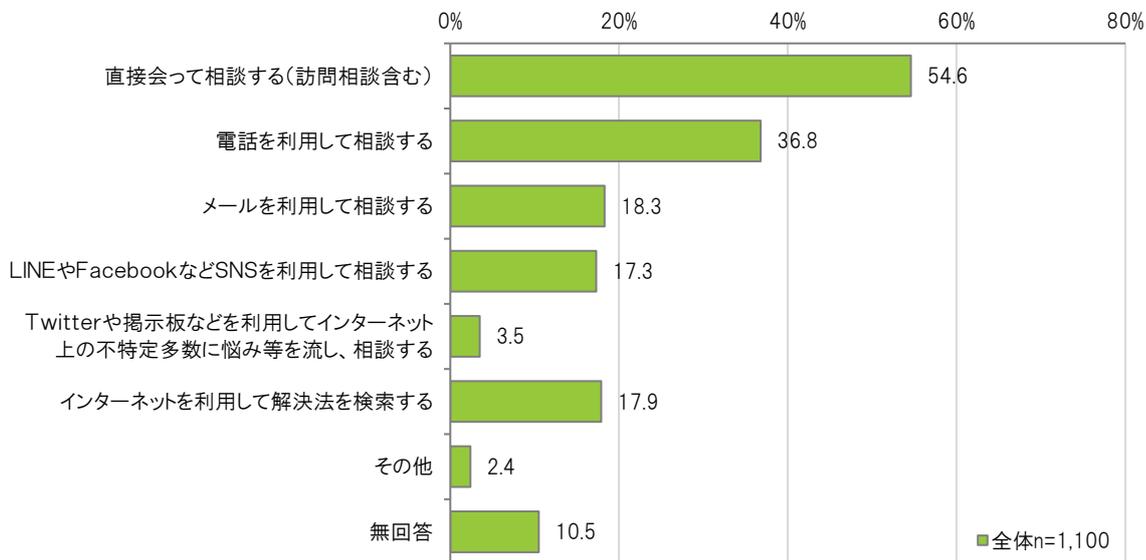
悩みやストレスを誰に（どこに）相談していますか。（あてはまるものすべてに○）

悩みやストレスを誰に（どこに）相談しているかみると、「家族」が78.8%と最も高く、「友人・知人」が56.5%、「上記以外の親族(家族)」が22.6%、「職場の同僚・学校の先生等」が17.1%と続きます。



問 59 悩みやストレスを感じた時にどのような方法があると相談しやすいと思いますか。  
 (あてはまるものすべてに○)

悩みやストレスを感じた時にどのような方法があると相談しやすいかたずねたところ、「直接会って相談する(訪問相談含む)」が54.6%と最も高く、「電話を利用して相談する」が36.8%、「メールを利用して相談する」が18.3%、「LINEやFacebookなどSNSを利用して相談する」が17.3%と続きます。

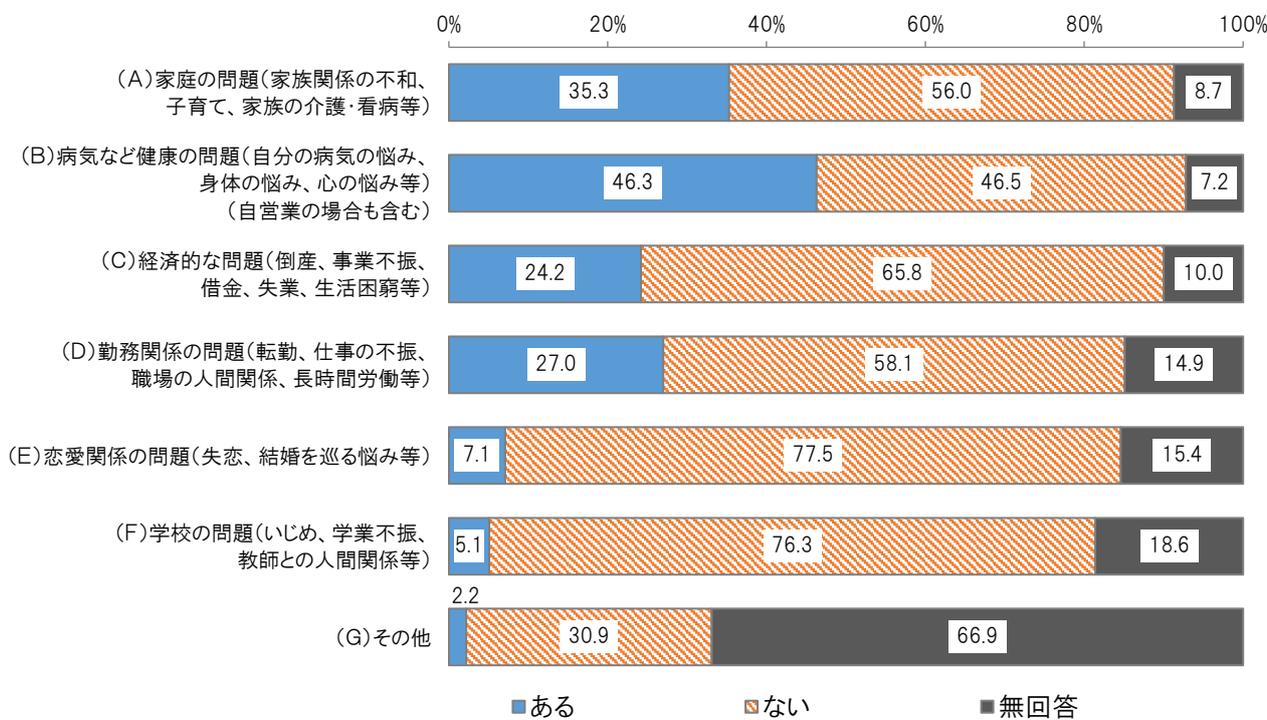


◆その他の記述回答 <受けなかった理由>

- ・手紙
- ・ペットと一緒に過ごす
- ・カウンセリングなどプロの方
- ・同じ悩みを抱えている人たちの集りに参加する

問 60 この1か月で下記のA～Gのそれぞれの問題に関して、悩みや苦労、ストレス、不満を感じることがありますか。(それぞれ1つに○)

この1か月で、悩みや苦労、ストレス、不満を感じることの有無をみると、「ある」は「B病気など健康の問題(自分の病気の悩み、身体の悩み、心の悩み等)」が46.3%、「A家庭の問題(家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病等)」が35.3%と高くなっています。

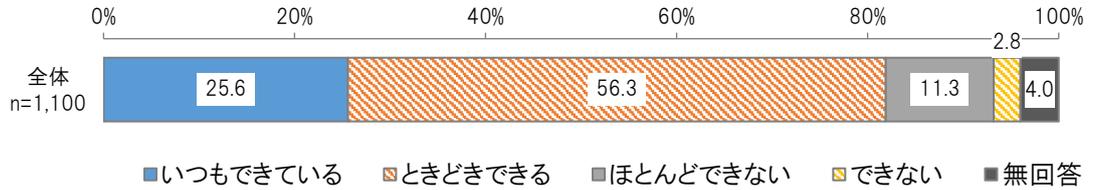


◆その他の記述回答 <悩みや苦労、ストレス、不満に感じる事>

- ・ ペットの病気
- ・ 就職・近所のコミュニケーション・寺の行事等
- ・ 近所つきあい親類関係
- ・ 通勤がしんどい、仕事内容、職種に不満
- ・ 子供の将来
- ・ 昨年妻を亡くし先行きが不安
- ・ 息子のひきこもり
- ・ 主人が亡くなって手続きが難しい
- ・ 今の所、何も悩みはないが、未来の健康状態
- ・ 不公平な社会に対して
- ・ 子供の病気が心配
- ・ 引っ越しを迫られているストレスで体の事を考えられない
- ・ 息子が結婚しない
- ・ 土地(不耕作地)
- ・ 就職活動
- ・ 将来・お金
- ・ 友人との関係(距離感)知人も含む
- ・ 子供の結婚
- ・ 相続問題
- ・ 家族の体調不良
- ・ ひとり暮らしなので病気等の緊急時
- ・ 老後

問 61 あなたはストレスを解消できていますか。(1つに○)

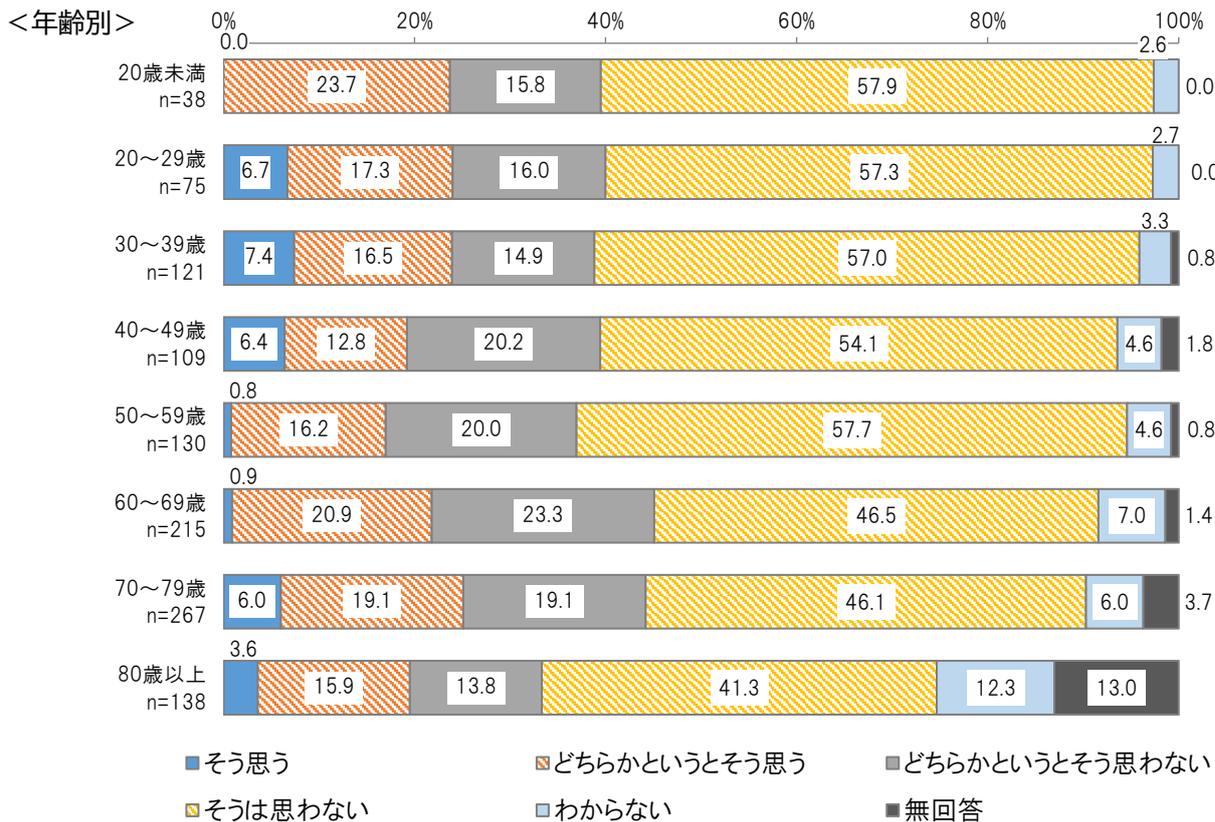
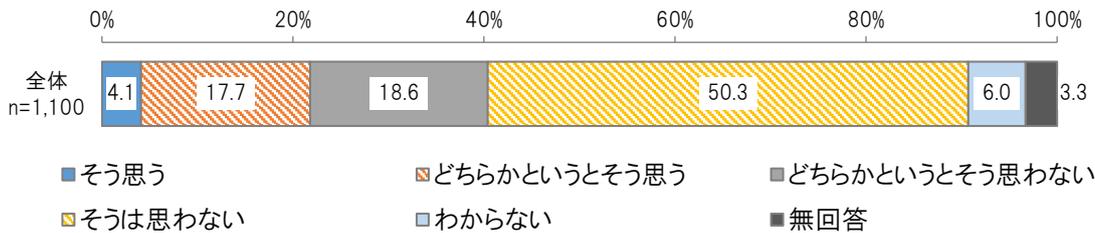
ストレスの解消ができていないかたずねたところ、「ときどきできる」が56.3%、「いつもできている」が25.6%となり、合わせた81.9%がストレスの解消ができていないと回答しています。



問 62 悩みを抱えた時やストレスを感じた時に、誰かに相談したり、助けを求めたりすることは恥ずかしいことだと思いますか。あなたの考えに最も近いものに○をつけてください。(1つに○)

悩みなどを誰かに相談したり助けを求めることを恥ずかしいと思うかについて、「そうは思わない」が50.3%で最も高く、「どちらかというと思わない」の18.6%と合わせた68.9%が、恥ずかしいとは思わないと回答していることがわかります。一方、「どちらかというと思おう」は17.7%、「そう思う」は4.1%で、21.8%は恥ずかしいと思うと回答しています。

年齢別にみると、50～59歳は「思わない」が77.7%で全体より8.8ポイント高く、70～79歳は「思う」が25.1%で全体より3.3ポイント高くなっています。



### (3) うつ病のサイン

問 63 下記の症状が2週間以上続くことが「うつ病のサイン」であることを、あなたは知っていますか。(1つに○)

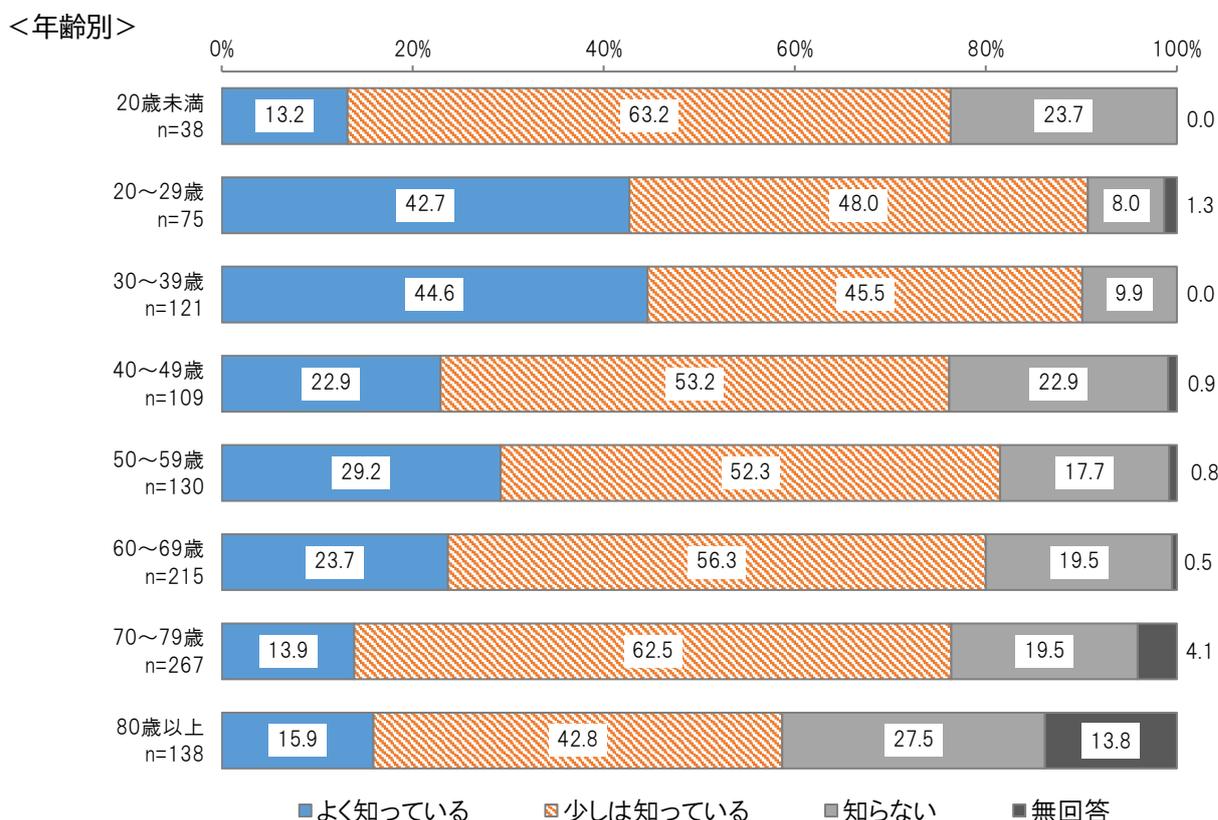
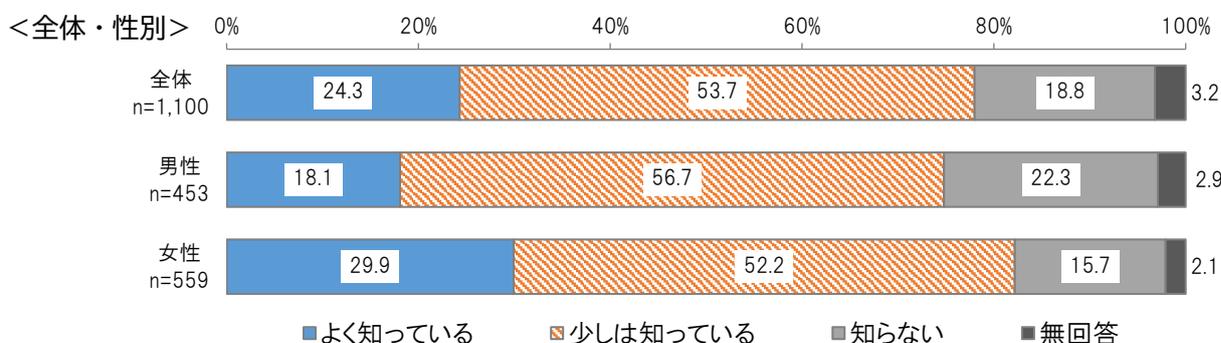
#### 【うつ病のサイン】

- ・自覚症状：眠れない、憂うつ、気分が重い(沈む)、悲しい、イライラする、集中力がない、好きなこともやりたくない、細かい事が気になる、決断が下せない、悪いことをしたように感じて自分を責める、死にたくなる
- ・周囲が気づく症状：表情が暗い、涙もろい、反応がおそい、落ち着きがない、飲酒量が増える
- ・身体症状：疲労・倦怠感、食欲不振、頭痛、下痢、便秘、性欲減退、喉の渇き、めまい

うつ病のサインの認知度については、「少しは知っている」が53.7%、「よく知っている」が24.3%となり、合わせた78.0%が知っていると回答しています。一方、「知らない」は18.8%となっています。

性別でみると、知っていると回答した割合は女性が82.1%となり、男性の74.8%を上回ります。

年齢別にみると、20～39歳は「知っている」が9割に及びますが、80歳以上は58.7%となり、全体と比較して約20ポイント低くなっています。

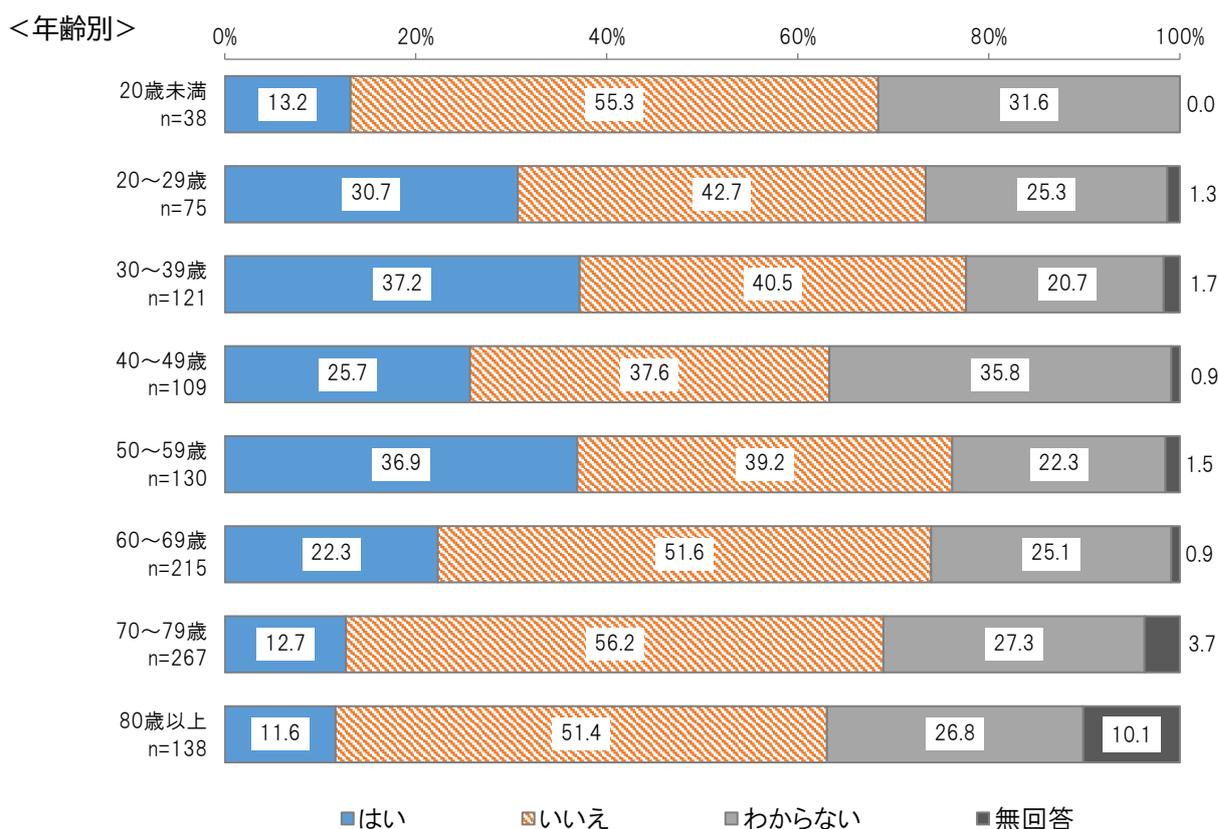
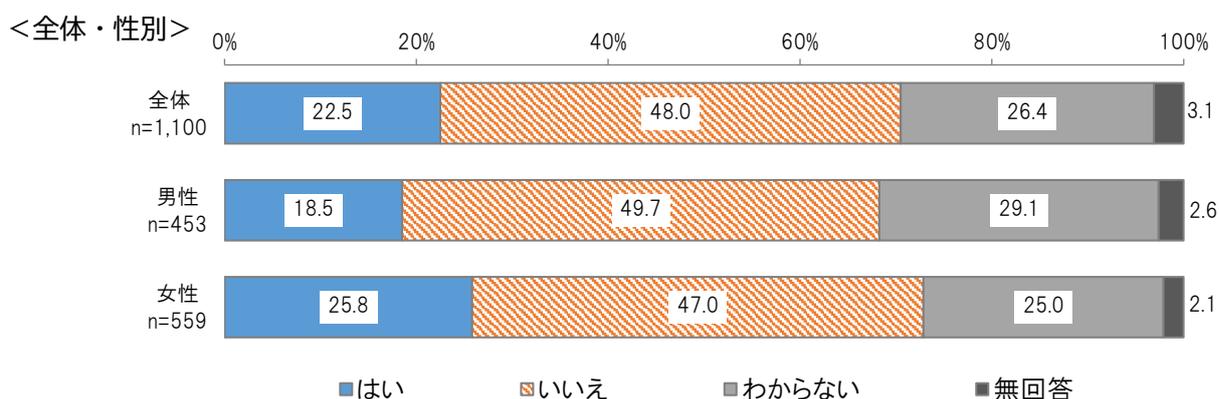


問 64 あなたは自分自身の「うつ病のサイン」を感じたことはありますか。(1つに○)

自分自身のうつ病のサインを感じたことがあると回答した人は、「はい」の22.5%となっています。

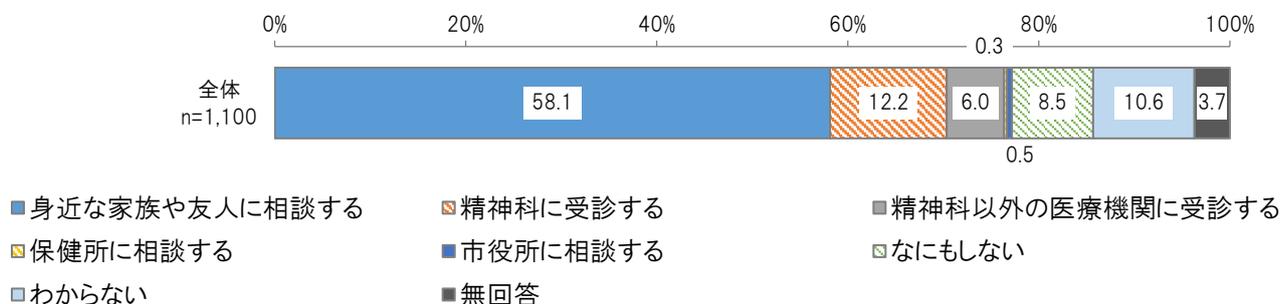
性別でみると、うつ病のサインを感じたことがある割合は女性が25.8%となり、男性の18.5%を7.3ポイント上回ります。

年齢別にみると、うつ病のサインを感じたことがある割合は30～39歳が37.2%、50～59歳が36.9%となり、全体より約14ポイント高くなっています。



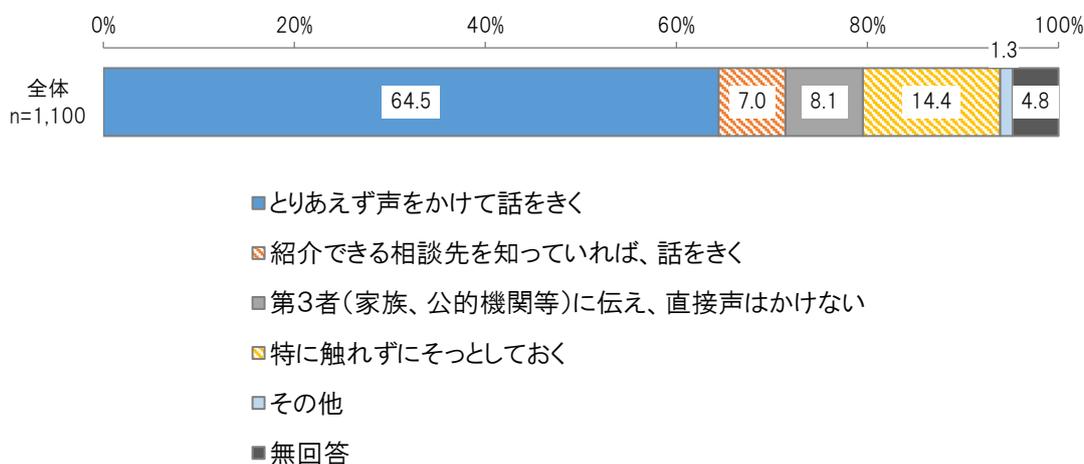
問 65 あなたが自分自身の「うつ病のサイン」に気づいたとき、あなたは最初にどうしますか。  
(1つに○)

自分自身のうつ病のサインに気づいたとき、最初にどうするかについては、「身近な家族や友人に相談する」が58.1%、「精神科に受診する」が12.2%で高くなっています。また、「なにもしない」は8.5%となっています。



問 66 身近な人の「うつ病のサイン」に気づいたとき、あなたは最初にどうしますか。  
(1つに○)

身近な人のうつ病のサインに気づいたとき、最初にどうするかについて、「とりあえず声をかけて話をきく」が64.5%と最も高く、次いで「特に触れずにそっとしておく」が14.4%、「第三者(家族、公的機関等)に伝え、直接声はかけない」が8.1%の順となっています。



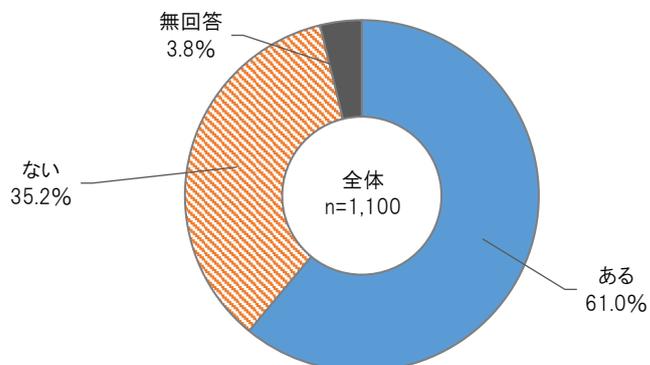
◆その他の記述回答 <身近な人の「うつ病のサイン」に気づいたときどうするか>

- ・ 本人がそう思っていない場合は見守る
- ・ そっとみまもる
- ・ 心療内科の受診を勧める
- ・ わからない
- ・ 間接的に手助けする
- ・ 身近な人が家族なら病院を勧める、友人や職場の人ならそっとしておく

#### (4) 新型コロナ感染拡大の心身への影響

問 67 小問 1 新型コロナウイルス感染拡大の影響により、わたしたちの生活様式は変化を余儀なくされました。これらの影響により、ストレスや不安に感じたことがありますか。(1つに○)

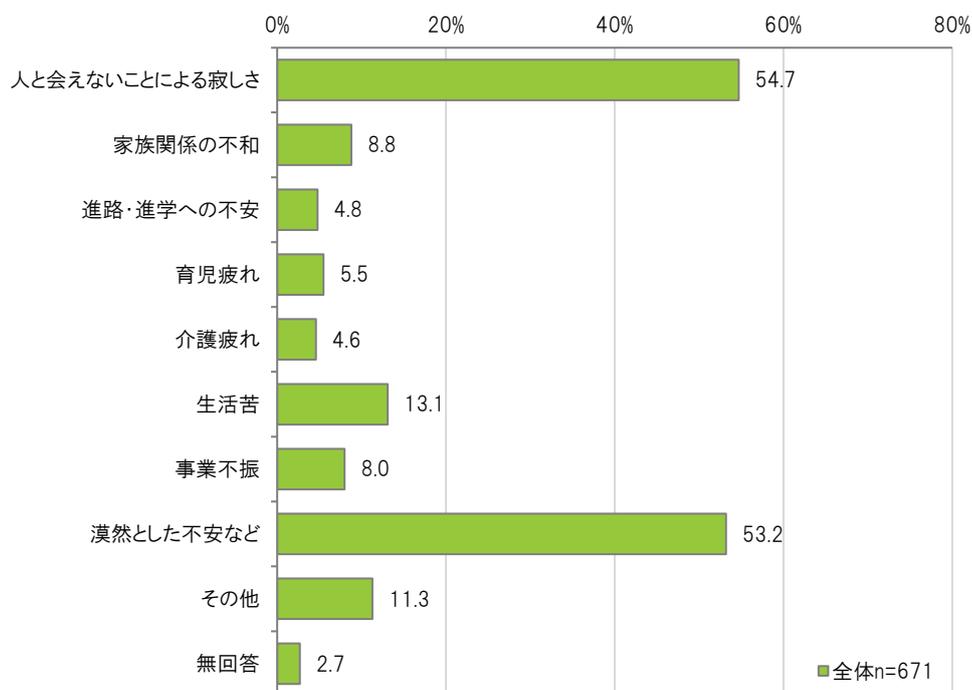
新型コロナウイルス感染拡大の影響により、ストレスや不安に感じたことが「ある」と回答した人は61.0%となっています。



問 67 小問 2 前小問 1 で「1. ある」と回答された方におたずねします。

ストレスや不安の内容について、当てはまるものをすべてお答えください。  
(あてはまるものすべてに○)

ストレスや不安に感じたことが「ある」と回答した人の、その内容をみると、「人と会えないことによる寂しさ」が54.7%、「漠然とした不安など」が53.2%で高くなっています。



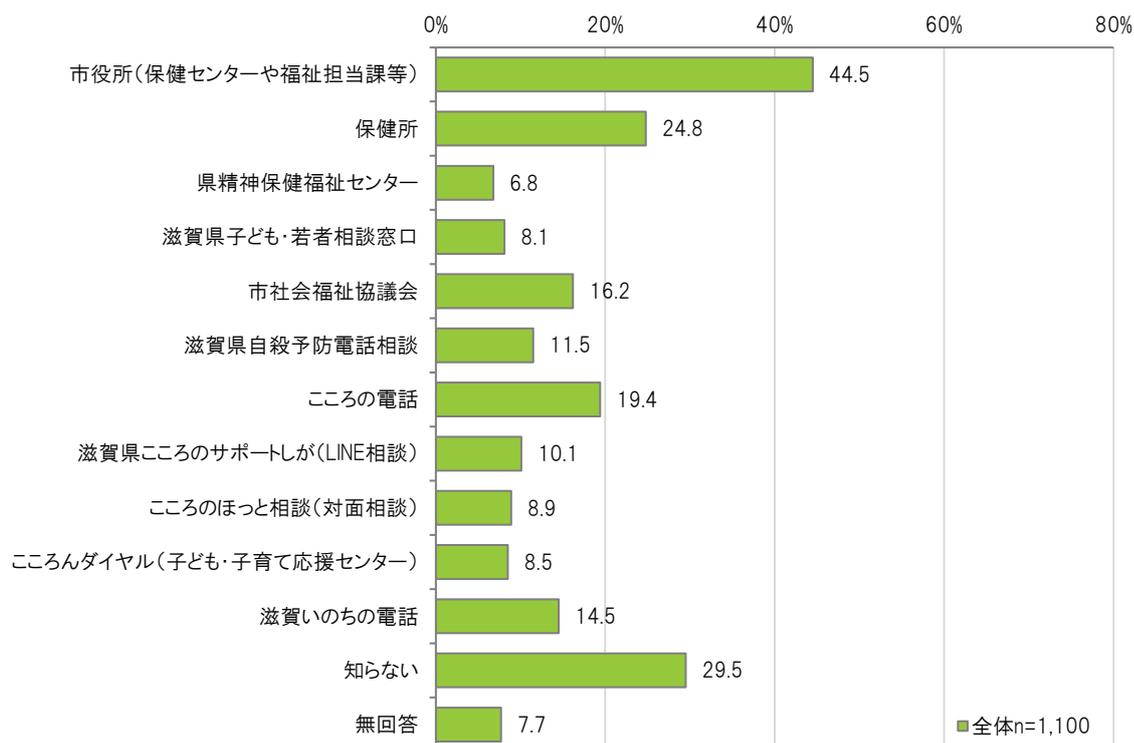
◆その他の記述回答 <ストレスや不安の内容>

- ・外出制限
- ・気軽に行動できない
- ・健康面
- ・地域のつながりが薄れていく
- ・孫に会うのをためらう
- ・仕事が増えた
- ・社会の仕組みや慣習、秩序が失なわれた事
- ・遊びに行けない
- ・両親がコロナで死亡し、葬儀が行えなかった
- ・イベントの中止
- ・コミュニケーション不足による人間不信
- ・買物に出れなかった
- ・友人に会いたいが感染が怖い
- ・老後の不安
- ・感染への不安
- ・当たり前だった学校生活がすべて変わり、いろんな行事もできなくなり悲しかった
- ・今後の不況の終わりが見えないことで将来設計がしにくい
- ・生活の規制が多すぎて常に自身の行動を不安に思う
- ・コロナ感染して仕事を休まなければならず会社に謝らなくてはならなかった
- ・人の集まる場所へ行くのに気を使う
- ・コロナにかかったらどうしようという不安
- ・一人暮らしの為自分が病気になった時の不安
- ・自治会の衰退、閉塞、見守り不足
- ・うかつに出歩けない、コロナにかかるのが怖い
- ・外食等へ行く機会が減った
- ・授業がリモート
- ・子どもの発育の不安
- ・ルール（マナー）を守らない人たち
- ・職場と世間のギャップについていけない
- ・マスク着用の不快、窮屈さ
- ・感染防止対策
- ・職場の人間関係
- ・子供の学校生活の変化
- ・県外渡航に許可があるため趣味が無くなった

(5) 相談窓口の周知

問 68 こころの健康に関連する相談窓口として、知っているものをすべてお答えください。  
(あてはまるものすべてに○)

こころの健康に関連する相談窓口として、知っているものは、「市役所（保健センターや福祉担当課等）」が44.5%と最も高く、「保健所」が24.8%、「こころの電話」が19.4%と続きます。



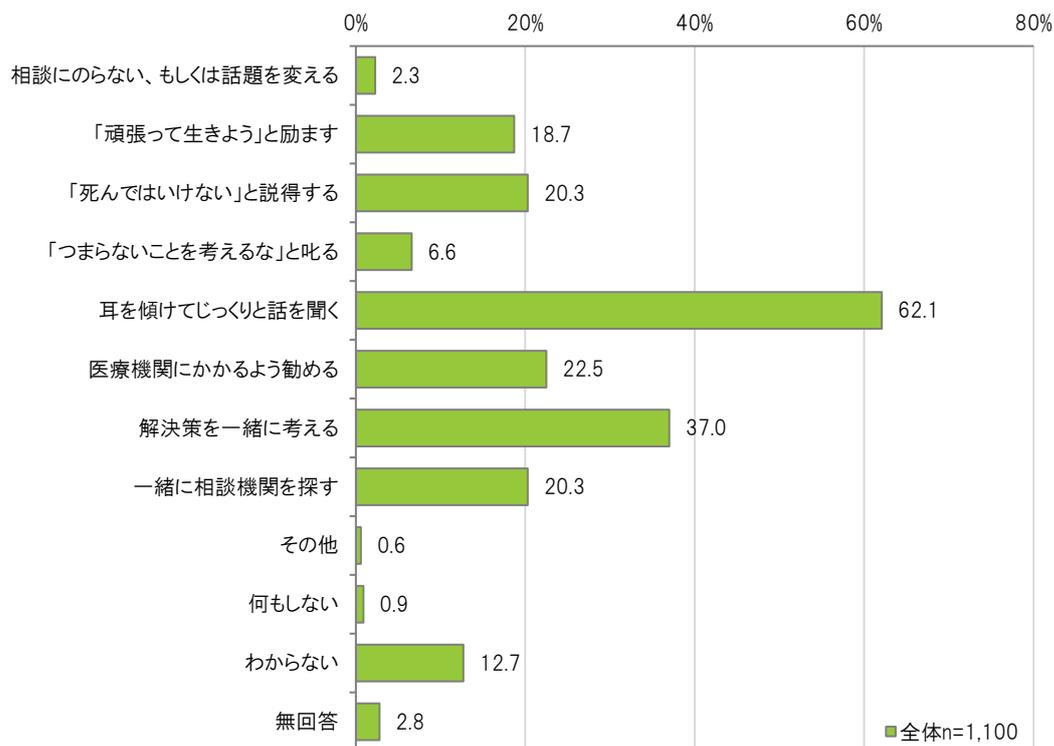
## 9 自殺予防について

### (1) 自殺願望を相談されたとき

問 69 身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時、あなたはどのように対応しますか。

(あてはまるものすべてに○)

身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時にそう対応するかたずねたところ、「耳を傾けてじっくりと話を聞く」が62.1%と最も高く、「解決策を一緒に考える」が37.0%、「医療機関にかかるよう勧める」が22.5%と続きます。



#### ◆その他の記述回答 <身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時の対応>

- ・死ぬ気があれば何でもできるという
- ・話をごまかす（自分の手に負える話ではないから）
- ・「生きていければ何か1つは良いことある」、「いつかは良いことある」、「みんな一生懸命生きているんや、辛い時もあるんや」と励ます

## (2) ゲートキーパーの周知

問 70 自殺予防対策における「ゲートキーパー※」という言葉を知っていますか。

(1つに○)

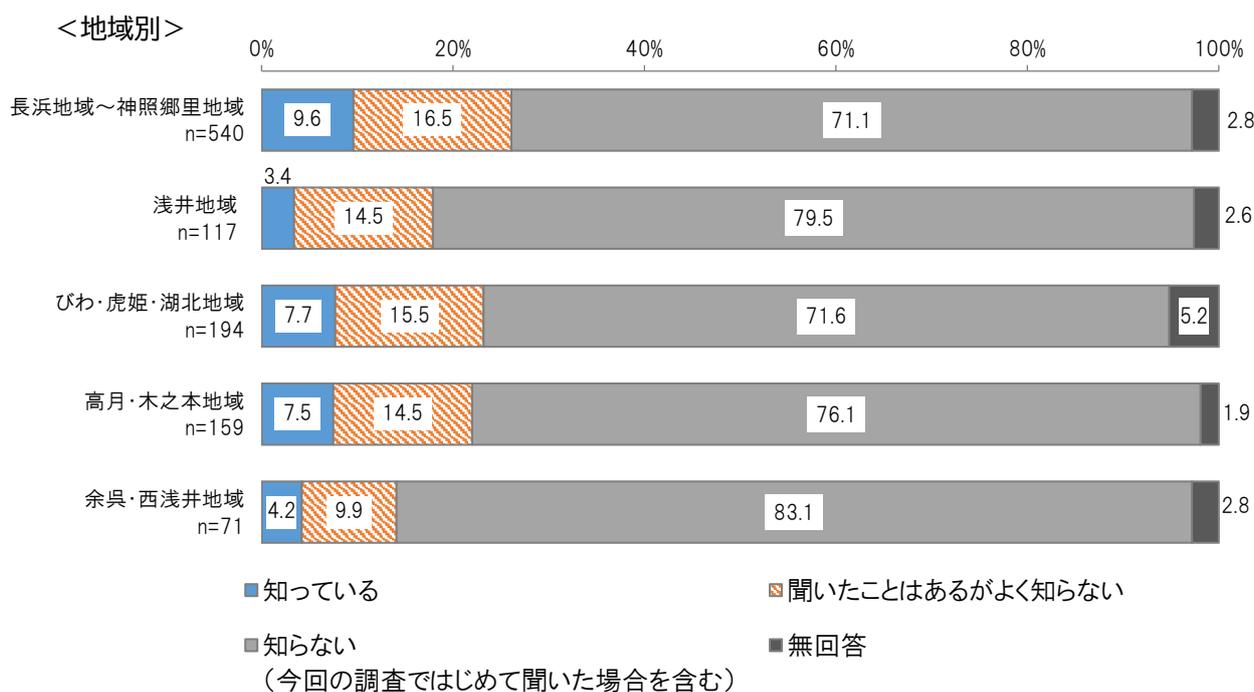
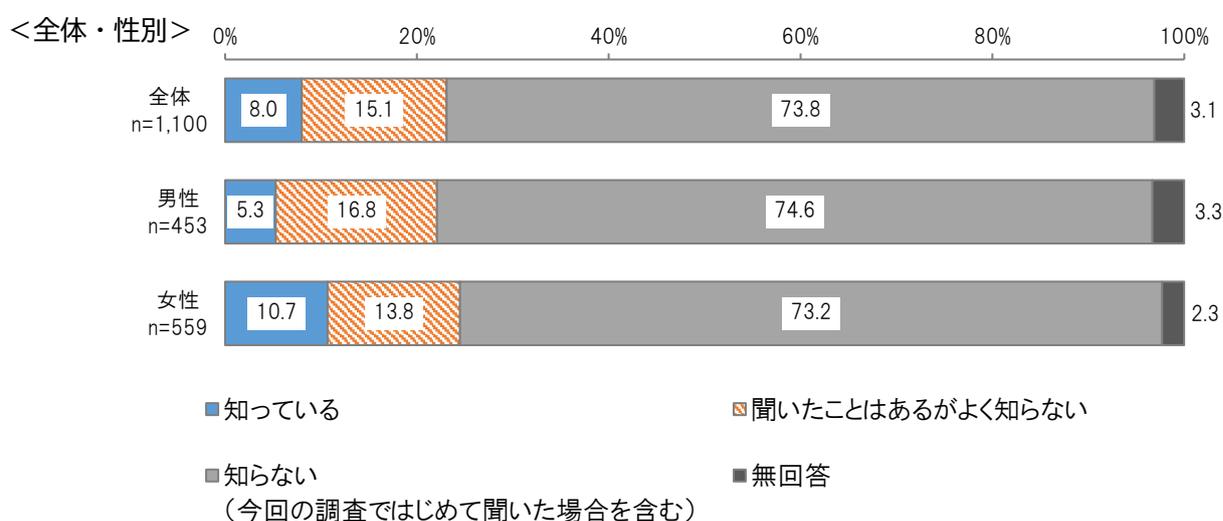
※ゲートキーパー：悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて必要な支援につなげ、見守る人

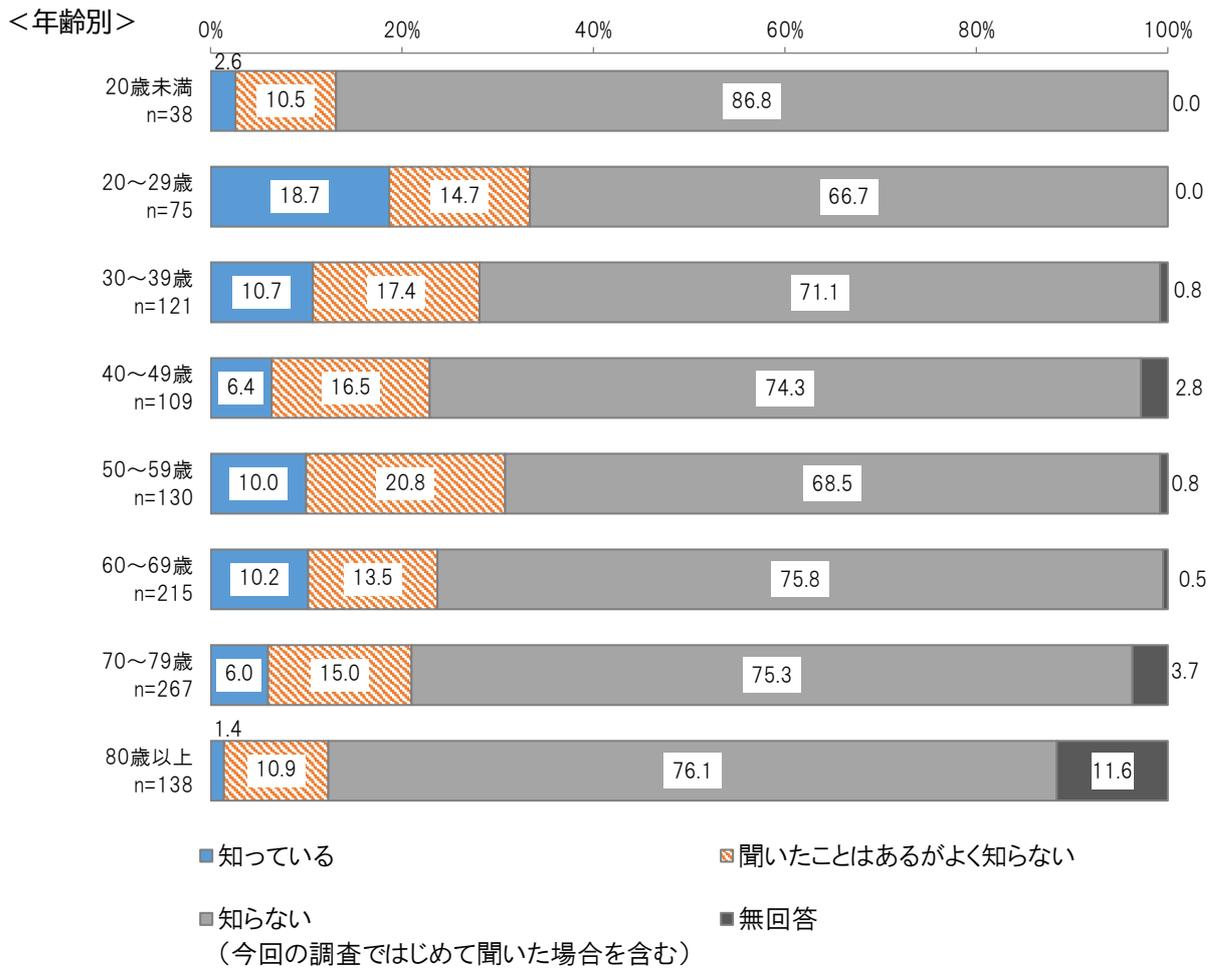
「ゲートキーパー」の認知度をみると、「知っている」は8.0%と低く、「知らない（今回の調査ではじめて聞いた場合を含む）」は73.8%と高くなっています。

性別でみると、「知っている」は女性が10.7%、男性が5.3%となっています。

地域別にみると、「浅井地域」「余呉・西浅井地域」は「知っている」割合が5%未満と低くなっています。

年齢別にみると、「知っている」は20～29歳が18.7%と最も高く、次いで30～39歳が10.7%となっています。

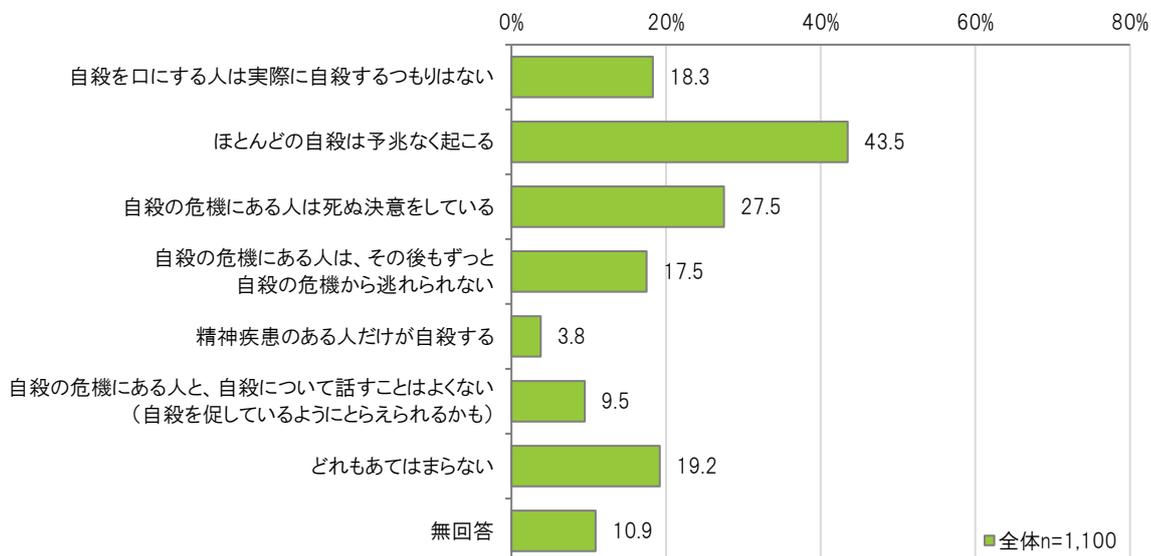




### (3) 自殺に対する考え方

問 71 本市ではこころの健康に関する取組として、自殺対策計画に基づき、自殺や精神疾患についての正しい知識の普及に取り組んでいます。自殺について、あなたの考えに近いもの(そう思うもの)をすべて選んでください。(あてはまるものすべてに○)

自殺についての考えをたずねたところ、「ほとんどの自殺は予兆なく起こる」が43.5%と最も高く、「どれもあてはまらない」が19.2%、「自殺を口にする人は実際に自殺するつもりはない」が18.3%と続きます。



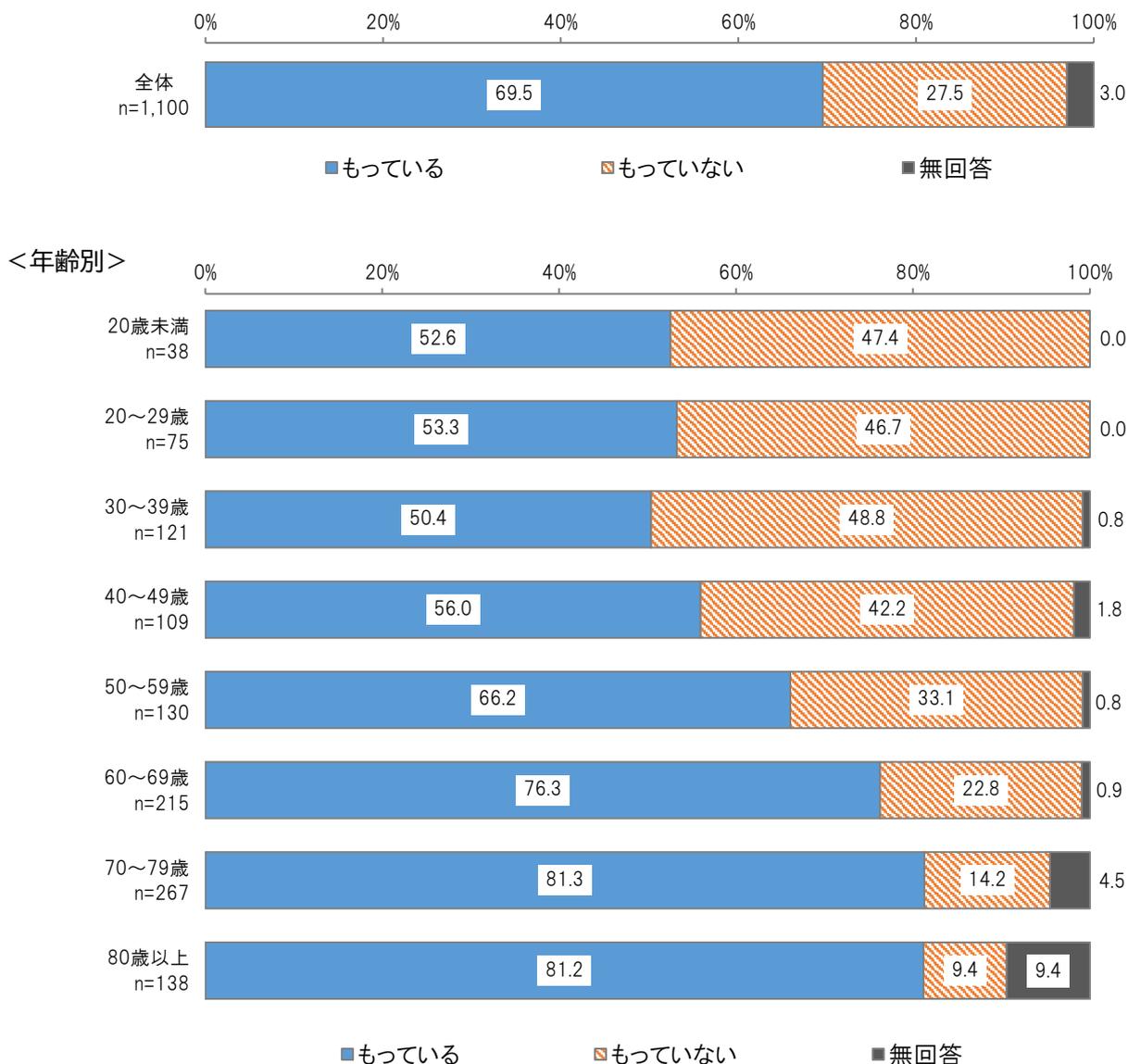
## 10 地域医療に関することについて

### (1) かかりつけ医・薬局

問 72 小問 1 病気や健康について気軽に相談できる「内科のかかりつけ医」をお持ちですか。  
(1つに○)

内科のかかりつけ医の有無については、「もっている」が69.5%、「もっていない」が27.5%となっています。

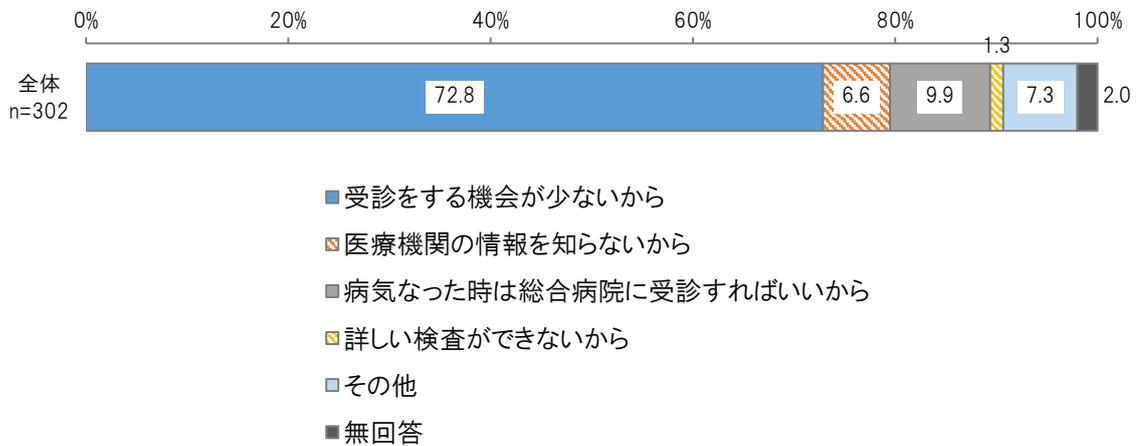
年齢別にみると、内科のかかりつけ医をもっている割合は、60歳以上が8割前後で全体を上回るものの、30～39歳は50.4%で全体を19.1ポイント下回ります。



問 72 小問 2 前小問 1 で「2. もっていない」とお答えの方におうかがいします。

「内科のかかりつけ医」を「もっていない」理由は何ですか。(1つに○)

内科のかかりつけ医をもっていない理由をみると、「受診をする機会が少ないから」が72.8%で7割を占めています。

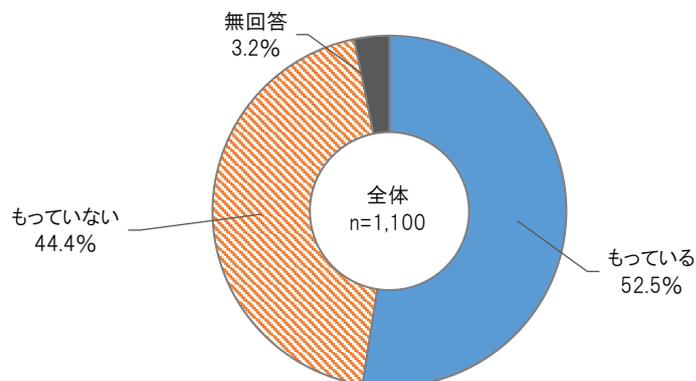


◆その他の記述回答 <内科のかかりつけ医をもっていない理由>

- ・健康だから
- ・特に必要ないから
- ・以前は持っていたが、問題が発生した
- ・受診するケガや病気等していないから
- ・存在を知らないから
- ・疾病がいろいろあり、どこに受診してよいかよくわからない
- ・総合病院で、定期的に診察を受けている
- ・気軽とは言えないから
- ・その時で行ける所を考えて色々変えてしまう
- ・県外から移住してきたから

問 73 小問 1 お薬のことについて気軽に相談できる「かかりつけ薬局 (薬剤師)」をお持ちですか。(1つに○)

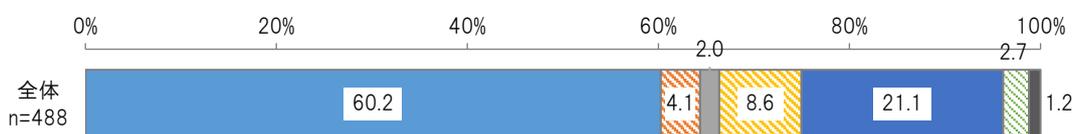
気軽に相談できる「かかりつけ薬局 (薬剤師)」を持っているかたずねたところ、「もっている」は約半数の52.5%となっています。



問 73 小問 2 前小問 1 で「2. もっていない」とお答えの方におうかがいします。

「かかりつけ薬局（薬剤師）」を「もっていない」理由は何ですか。（1つに○）

「かかりつけ薬局（薬剤師）」をもっていない理由をみると、「その都度受診した医療機関に近い薬局に行くから」が60.2%と最も高く、次いで「元々受診頻度が少なく、薬局に行くこともないから」が21.1%となっています。



- その都度受診した医療機関に近い薬局に行くから
- 2.0 2.7 4.1 8.6 21.1 1.2
- 4.1 8.6 21.1 1.2
- 8.6 21.1 1.2
- 21.1 1.2
- 1.2
- 1.2

◆ その他の記述回答 <内科のかかりつけ医をもっていない理由>

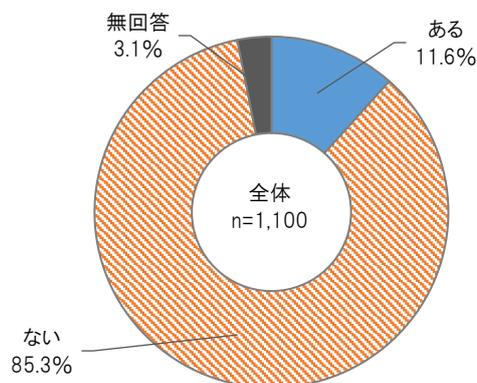
- ・ 医院で直接もらう
- ・ 服薬しないから
- ・ 存在を知らないから
- ・ 市からジェネリックにする様にクレームが来た
- ・ 今のところ元気に生活できているから
- ・ 県外から移住してきたから
- ・ かかりつけ医が院内処方だから

## (2) 時間外診療時間帯での急病やケガの経験

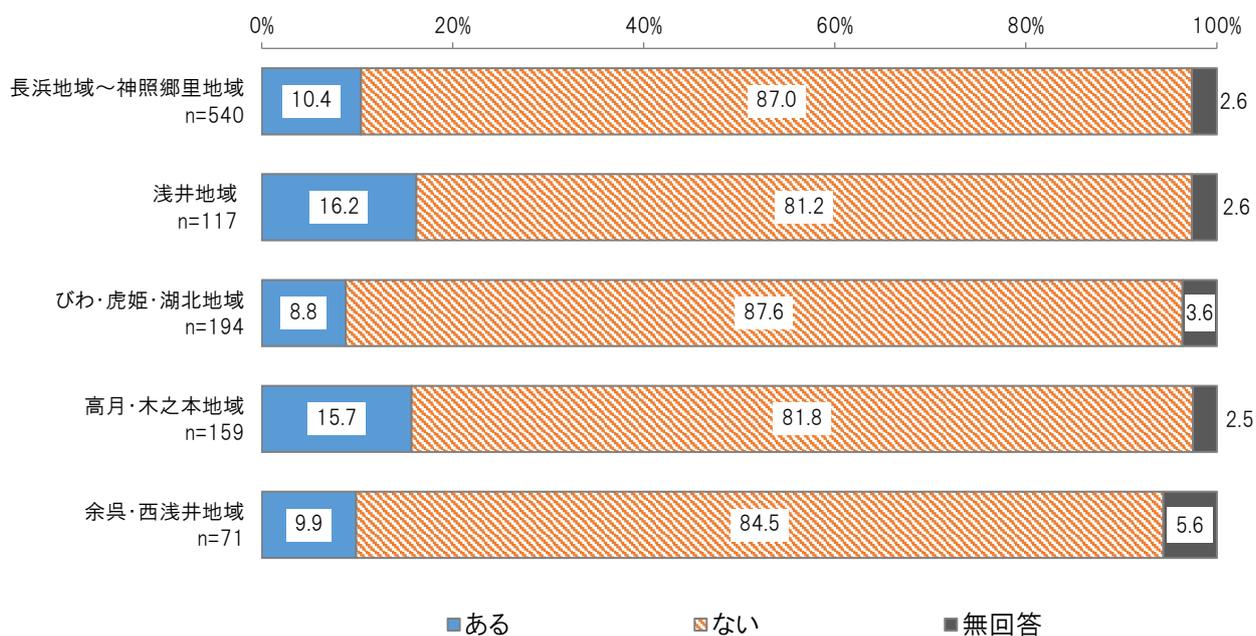
問 74 小問 1 この1年間に休日や夜間などの、病院や診療所が診療していない時間帯に、急病や大きなケガになったことがありますか。(1つに○)

この1年間に休日や夜間の急病やケガの経験があるかについて、「ない」が85.3%、「ある」が11.6%となっています。

地域別にみると、「浅井地域」「高月・木之本地域」は「ある」が全体をやや上回っています。



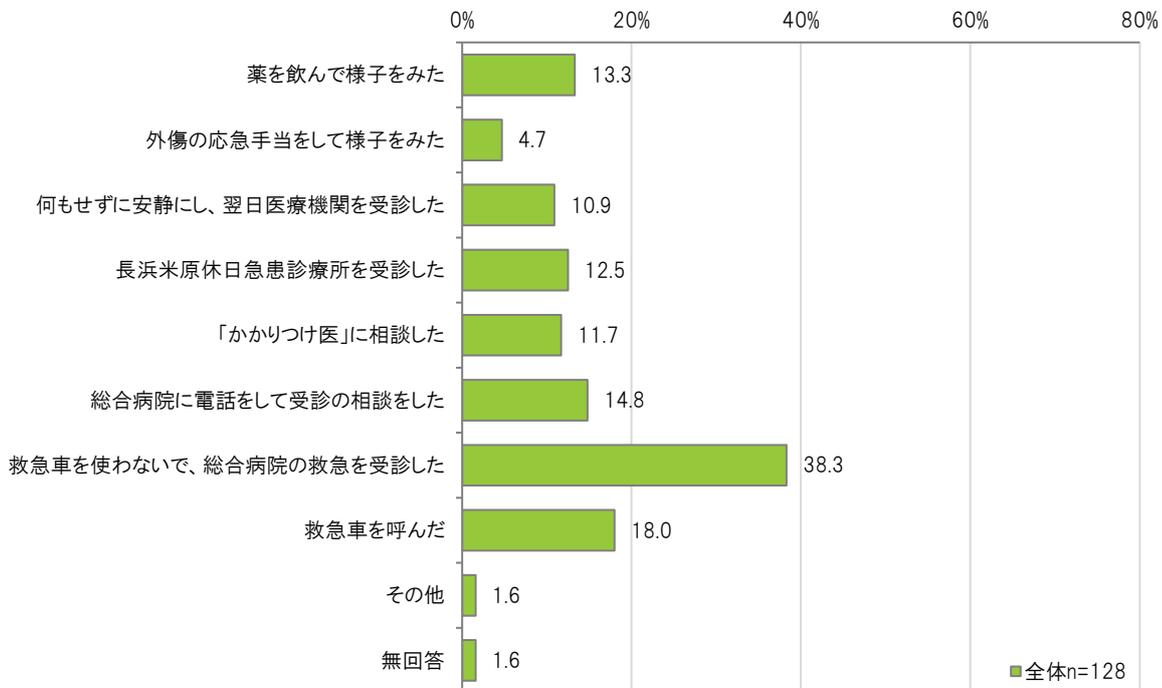
### <地域別>



問 74 小問 2 前小問 1 で「1. ある」とお答えの方におうかがいします。

その時あなたは、どのようにしましたか。(あてはまるものすべてに○)

休日や夜間の急病やケガの経験がある人に、どのように対応したかたずねたところ、「救急車を使わないで、総合病院の救急を受診した」が38.3%で最も高く、次いで「救急車を呼んだ」18.0%となっています。



◆その他の記述回答 <休日や夜間、急病やケガの時の対応>

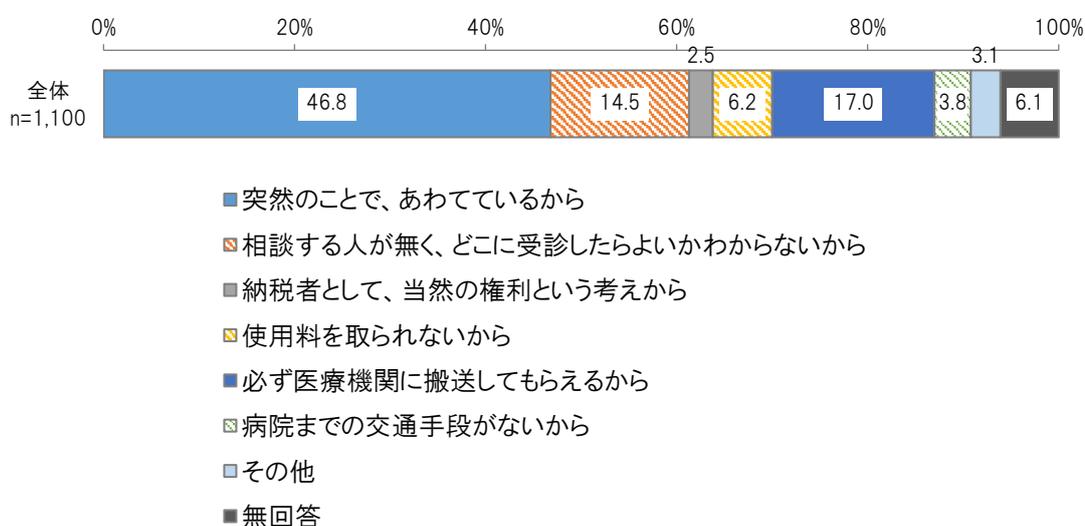
- ・家族が救急につれていってくれた

### (3) 救急車の出動件数増加の背景への考え

問 75 近年、救急車の出動件数・搬送人員数はともに増えており、救急隊の現場までの到着時間も遅くなっています。また、救急車で搬送された人の約半数が入院を必要としない軽症という現状もあります。あなたは、その背景にどのようなことがあると考えますか。(1つに○)

救急車を安易に利用してしまう背景について考えをたずねたところ、「突然のことで、あわてているから」が46.8%と最も高く、次いで「必ず医療機関に搬送してもらえるから」が17.0%となっています。

年齢別にみると、「30歳未満」では「相談する人が無く、どこに受診したらよいかわからないから」が26.5%となり、全体より12ポイント高くなっています。また、「65歳以上」は「必ず医療機関に搬送してもらえるから」が20.2%となり、全体より3.2ポイント高くなっています。



#### ◆その他の記述回答 <救急車の出動件数増加の背景への考え>

- ・高齢化と健康不安の人が増えているから
- ・病院の対応が問題
- ・素人だと判断できないため
- ・救急搬送されると、早く診察してもらえるから
- ・自分の事が大切だから
- ・利用者のモラルの問題
- ・コロナ
- ・高齢化していて判断つかない一人や老人世帯が多いから
- ・軽傷かどうかわからないのでこの様な質問はおかしい
- ・とりあえず 119 との考え
- ・救急車が必要か必要ないか判断のできない人が多いから
- ・他者の迷惑を考えられない人が多くなったから
- ・救助車を呼ばずに亡くなったり、重症になったりするよりは、結果的に軽症だったとしても呼んだ方がいいと考えるから
- ・病状の軽重の判断ができない者が多いから
- ・心配してもらったり、大切に扱ってもらえるから
- ・タクシーのかわり
- ・自分勝手、常識がない
- ・基準を知らないから
- ・救急システムへの信頼、安心感
- ・#7119 の認知度が低い

#### (4) 子どもの時間外診療時間帯での急病やケガの経験

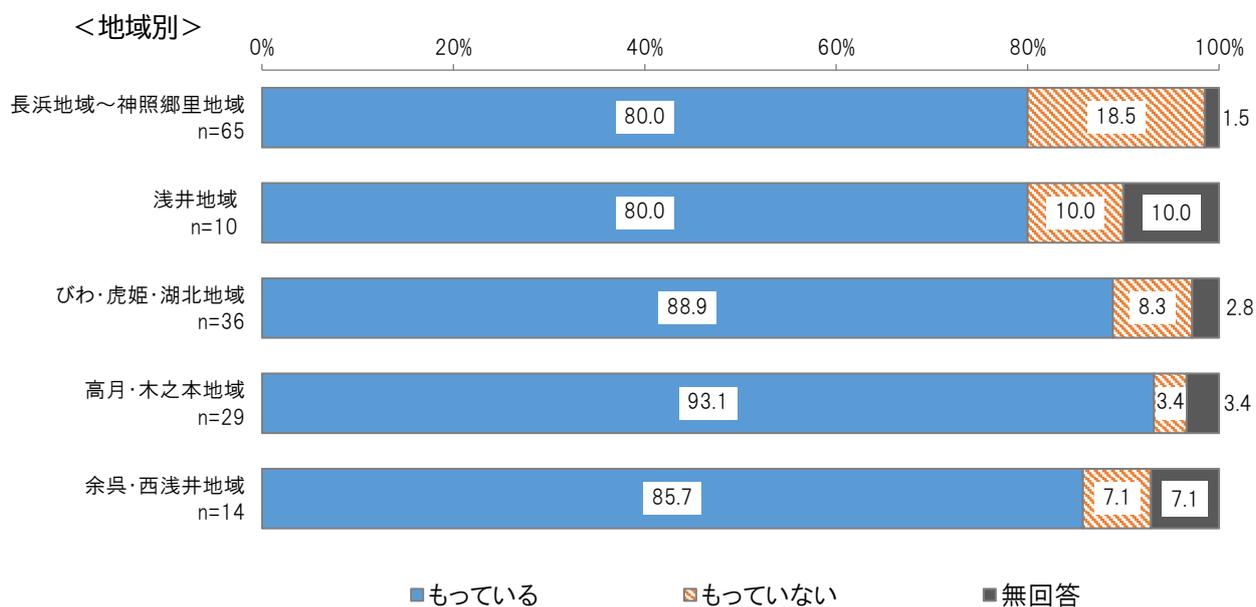
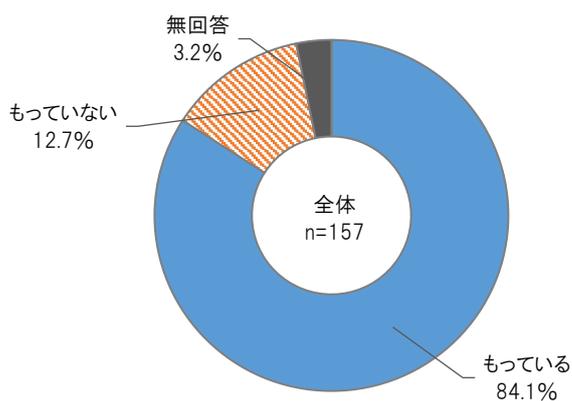
注) 中学生以下のお子さまがおられる方におうかがいします。

問 76 小問 1 お子さまの「小児科又は内科のかかりつけ医」をもちっていますか。

(1つに○)

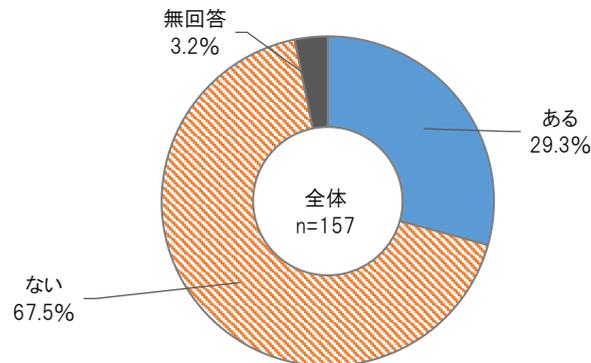
中学生以下の子どもがいる人に、小児科又は内科のかかりつけ医の有無をたずねたところ、「もっている」が84.1%、「もっていない」が12.7%となっています。

地域別にみると、「長浜地域～神照郷里地域」の「もっていない」割合は18.5%となり、全体より5.8ポイント高くなっています。



問 76 小問 2 お子さまは、この1年間に休日や夜間などの、病院や診療所が診療していない時間帯に、急病や大きなケガをしたことがありますか。(1つに○)

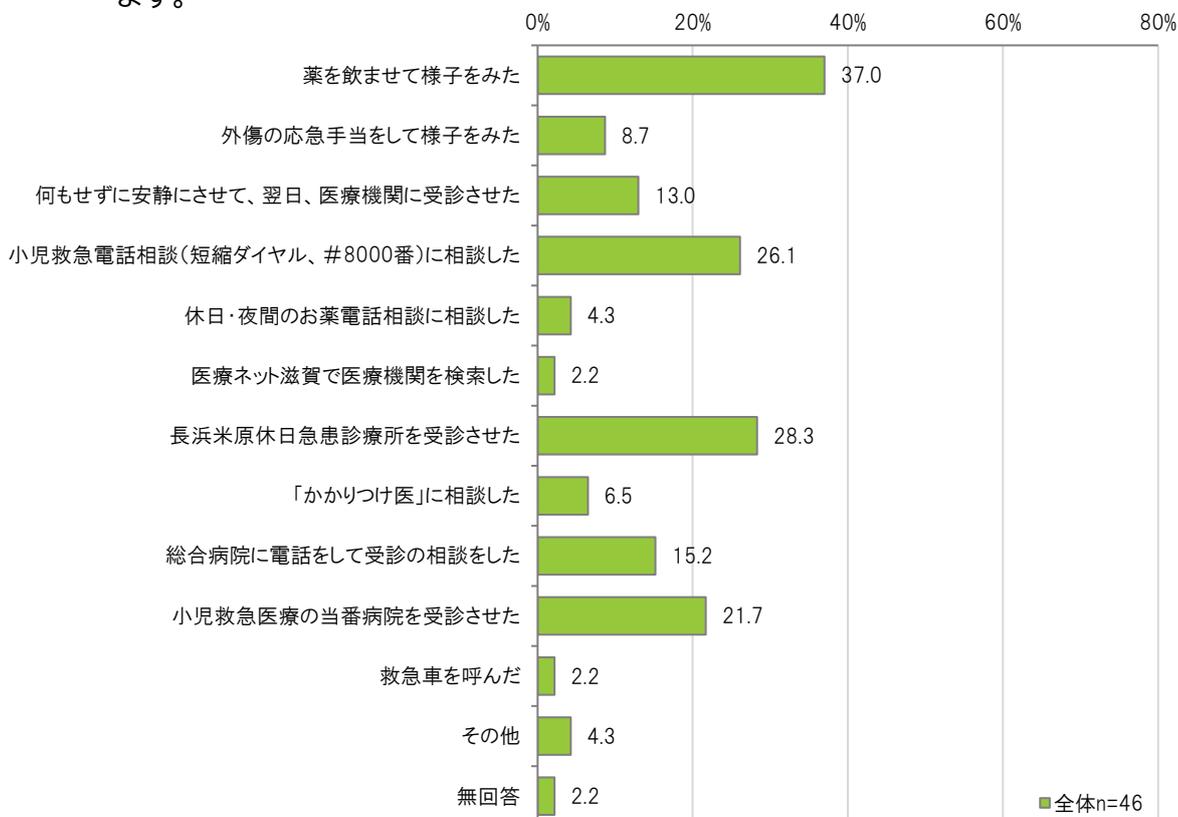
この1年間に休日や夜間、子どもの急病やケガの経験の有無について、「ある」が29.3%、「ない」が67.5%となっています。



問 76 小問 3 前小問2で「1. ある」とお答えの方におうかがいします。

お子さまが急病や大きなケガをした時、あなたは、どのようにしましたか。  
(あてはまるものすべてに○)

休日や夜間、子どもの急病やケガの経験がある人に、どのように対応したかたずねたところ、「薬を飲ませて様子をみた」が37.0%で最も高く、次いで「長浜米原休日急患診療所を受診させた」が28.3%、「小児救急電話相談(短縮ダイヤル、#8000番)に相談した」が26.1%となっています。



◆その他の記述回答 <お子さまが急病や大きなケガをした時、どうしたか>

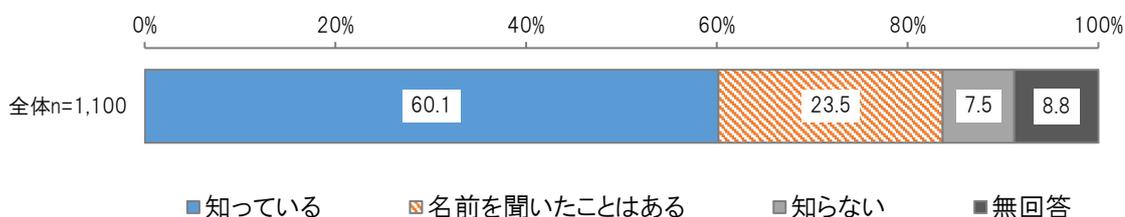
- ・総合病院の救急を受診した
- ・コロナかもしれないなかったので、市立病院へ電話した

## (5) 在宅医療や看取り

問 77 あなたは、通院できなくなった場合などに、医師や看護師などの訪問を受けながら自宅で治療・療養する「在宅医療」という方法があることを知っていますか。

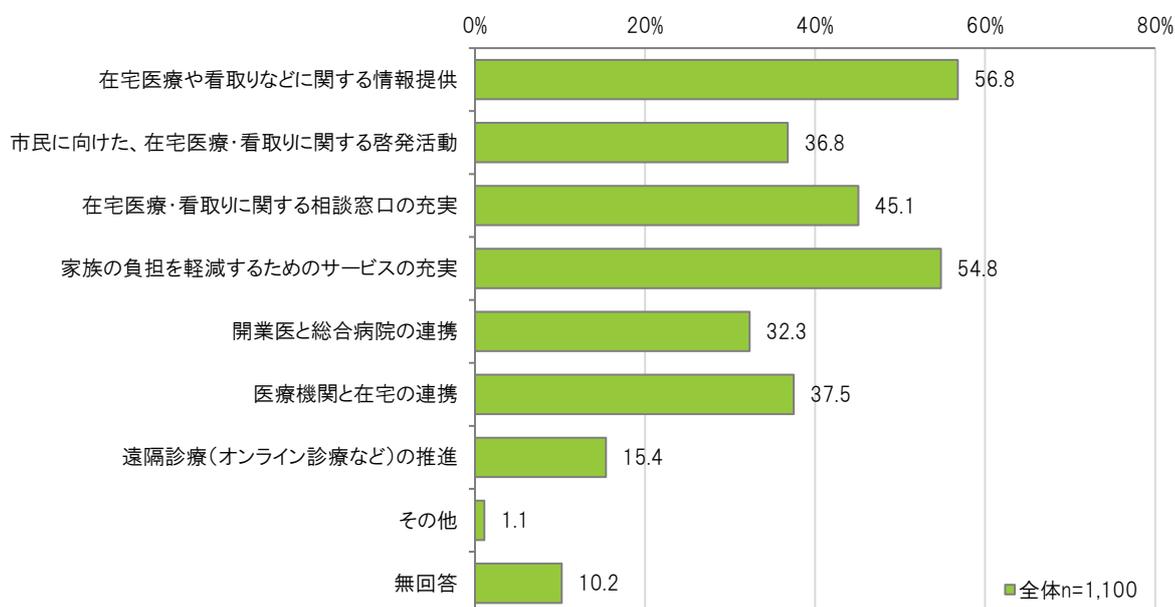
(1つに○)

医師や看護師などの訪問を受けながら自宅で治療・療養する「在宅医療」について、「知っている」が60.1%、「名前を聞いたことはある」が23.5%、「知らない」が7.5%となっています。



問 78 長浜市の在宅医療・看取りを推進するためには、どのようなことに力を入れる必要があらうと思いますか。(あてはまるものすべてに○)

在宅医療・看取りを推進するために必要なことをたずねたところ、「在宅医療や看取りなどに関する情報提供」が56.8%、「家族の負担を軽減するためのサービスの充実」が54.8%、「在宅医療・看取りに関する相談窓口の充実」が45.1%と高くなっています。



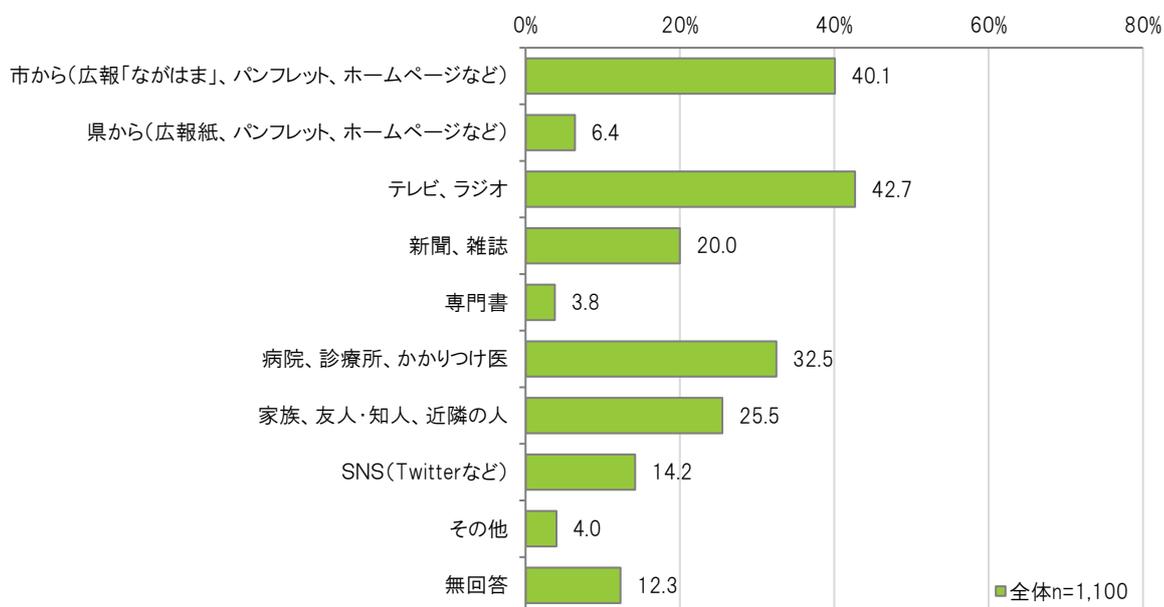
### ◆その他の記述回答 <長浜市の在宅医療・看取りを推進するために必要なこと>

- ・ 財源の確保
- ・ ホームページの充実
- ・ 簡単に総合病院に入院させない、みとらない姿勢と法的措置や自己負担を増やす
- ・ 在宅看取りへの偏見をなくす
- ・ 医療関係の職についている方々の給料を上げ、在宅医療をサポートするための人材を増やす
- ・ 保険点数の整合性
- ・ 医師、看護師の人員確保

## (6) 医療や病気に関する情報

問 79 医療や病気に関する情報を主に何から得ていますか。(3つまで○)

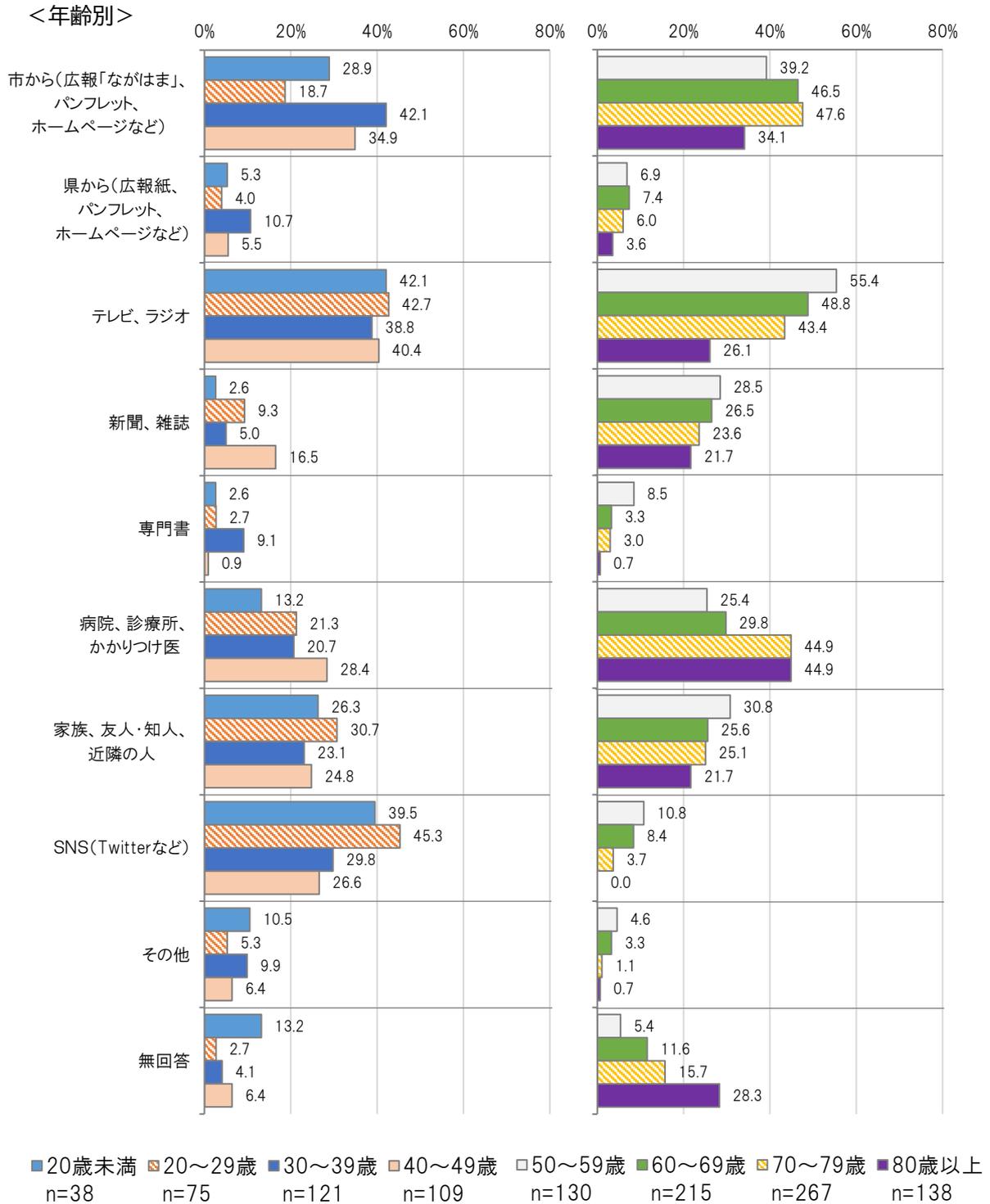
医療や病気に関する情報を主にどこから得るかについて、「テレビ、ラジオ」が42.7%と最も高く、「市から(広報「ながはま」、パンフレット、ホームページなど)」が40.1%、「病院、診療所、かかりつけ医」が32.5%となり、3割を超えています。



### ◆その他の記述回答 <医療や病気に関する情報の入手手段>

- ・自分が看護師
- ・インターネット
- ・ホームページ
- ・スマホ(グーグル)
- ・大学の講義
- ・ネットのニュース
- ・携帯で検索する

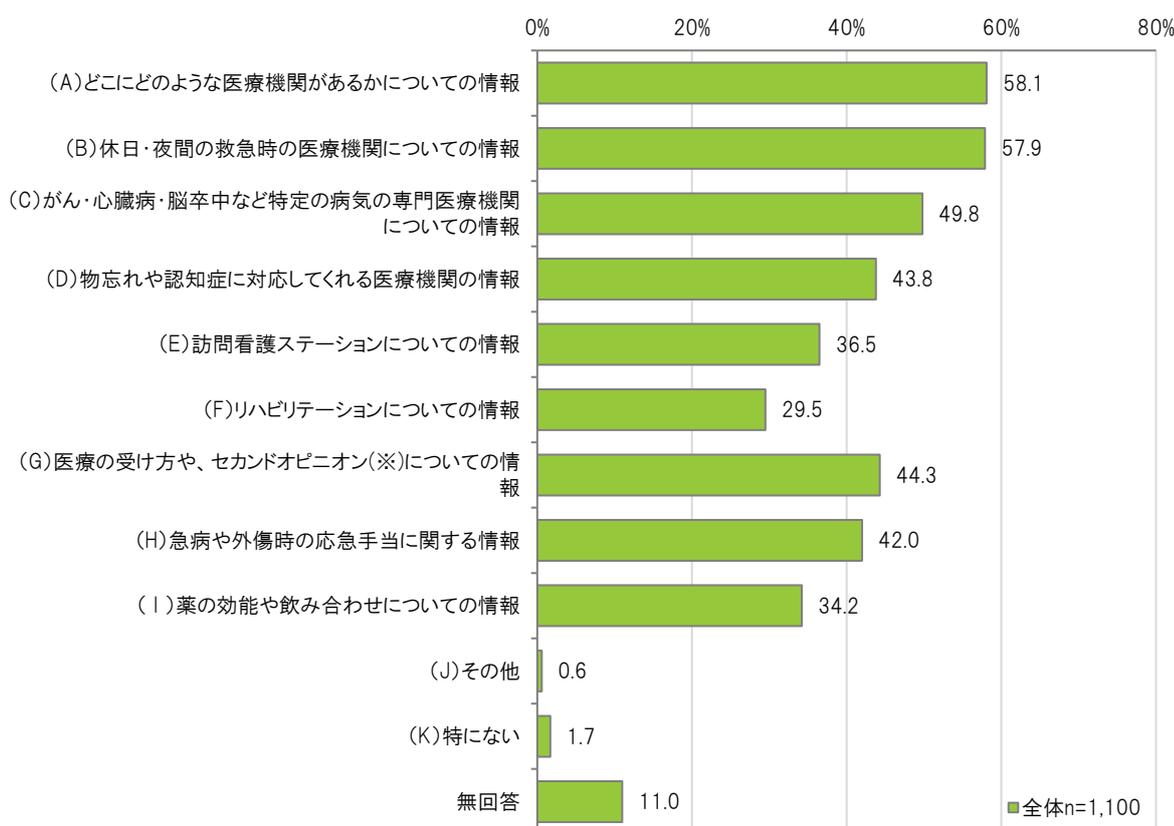
年齢別にみると、29歳までは「テレビ、ラジオ」「SNS (Twitterなど)」、30～69歳は「市から（広報「ながはま」、パンフレット、ホームページなど）」「テレビ、ラジオ」、70歳以降は「市から（広報「ながはま」、パンフレット、ホームページなど）」「病院、診療所、かかりつけ医」をあげる割合が高くなっています。



問 80 あなたにとって、医療や病気に関して、どのような情報が必要ですか。必要と思われるものを、A～Kの中から3つまで選び、それぞれでどの程度情報を得ることができているか1～3から選んでください。

※セカンドオピニオン：主治医とは違う医療機関の医師に、診断や治療方針について意見を求めること

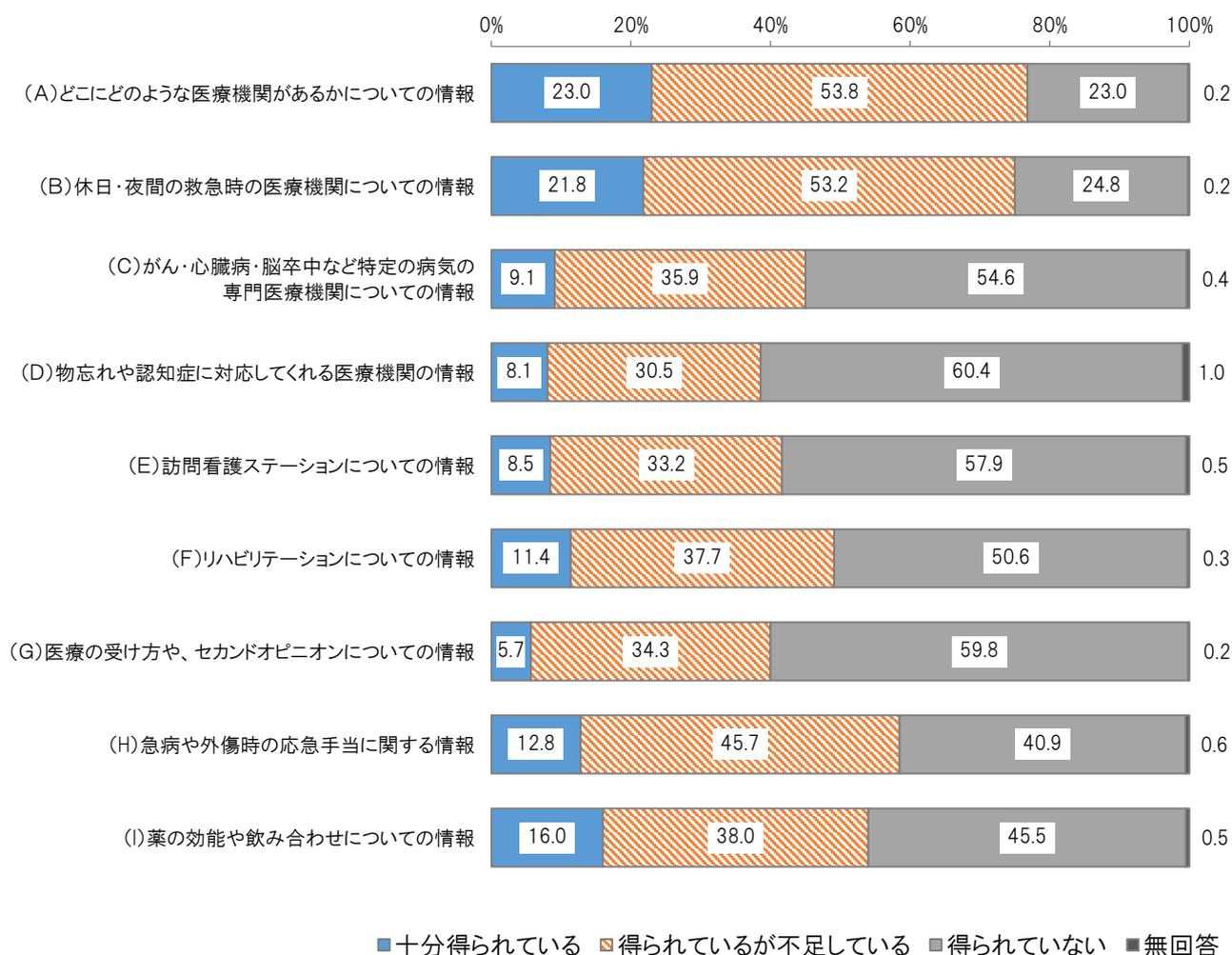
医療や病気に関してどのような情報が必要かについて、「(A) どこにどのような医療機関があるかについての情報」が58.1%で最も高く、次いで「(B) 休日・夜間の救急時の医療機関についての情報」が57.9%、「(C) がん・心臓病・脳卒中など特定の病気の専門医療機関についての情報」が49.8%、「(G) 医療の受け方や、セカンドオピニオン(※)についての情報」が44.3%、「(D) 物忘れや認知症に対応してくれる医療機関の情報」が43.8%と高くなっています。



◆その他の記述回答 <医療や病気に関して必要な情報>

- ・ コロナ対応
- ・ 更年期障害について
- ・ かかりつけ医に相談して決めるつもり
- ・ 医療機関の充実・進化について

医療や病気に関してどのような情報がどの程度得られているかについて、「十分得られている」は「Aどこにどのような医療機関があるかについての情報」が23.0%で最も高く、次いで「B休日・夜間の救急時の医療機関についての情報」が21.8%となっています。また、C～Gの項目では「得られていない」が5割を超えて高い状況です。



問 81 住み慣れた地域で安心して医療を受けられるためにどのようなことをすれば良いと考えますか。自由にご記入ください。

---

① 病院施設の充実、人材確保、診療科目の充実

- ・医師の確保。緊急と、そうでない人との分別により、有効な対処が必要。それが人件費の削減にもつながると思う。
- ・近くで通院でき、往診がいつでも受けられる。必要な時には病院と連携してもらえる。
- ・休診・時間外・夜間は体の不調や異変があっても頼る所がなく救急車を呼ぶしか選択がないので急な時の対応する場所又は相談先があれば安心して過ごせるのではないかと思います。
- ・これ以上病院や医師が減らないように対策を取ってほしい。
- ・開業医も大病院も含めて、誰もが自由にどこでも受診できるようにすること。
- ・いつでも電話診療が受けられる事。
- ・往診をしてくれる医師の充実、とその情報提供。
- ・出張診療などで問診と紹介状を出してくれると、大きな病院にもかかりやすいと思う。
- ・医療機関を増やす（産婦人科、耳鼻科、小児科が少ない）。総合病院の医師の充実（手術などを安心して受けられるように安定した運営が必要）。
- ・小児科が少ない。
- ・受診できる病院の確保 婦人科(悪いのに空いているのが2~3週間後)循環器系もいっぱい診察してもらえない、時間があわない。
- ・公立病院を増やす。
- ・出産できる医療機関が減らないように対策する(ここ数年で減ってしまい、妊婦さんは不安だと思えます)。
- ・心の病気はカウンセリングなどプロの心理士さんに話を聞いてもらうのが良いと思うが、なかなか身近にカウンセリングがないし、保険がきかないところも多く、気軽な場所じゃないのが問題。もっとカウンセリングが身近になり行きやすいところになれば良いと思う。
- ・市民病院などの専門医を確保する。
- ・開業医の増加。
- ・身寄りのない方などの相談できる場所をつくる。
- ・診療所に機能拡充。
- ・総合病院である程度の診療科がそろっていること。往診していただけること。

② かかりつけ医を持つことなど

- ・今のかかりつけ医（子どもの）が存続すること。
- ・かかりつけの医院でないから診察はしないと言う事はない用に。
- ・かかりつけ医、かかりつけ薬局を持つべきだと思う。
- ・身近な医療機関（かかりつけ医）の特定を行い相互にかかりつけ医の認識をする。
- ・安心できるかかりつけ医の存在。
- ・ベッド数からのおおよその固定費が把握できてしまうので、回収するためには患者数の獲得をどれくらいすればよいのか考えるようになってしまう。ベッド数の多い医院の存在を気に掛けなくてよいようにすること。
- ・「かかりつけ医」の役割や位置づけ。受診頻度が少ないため、どうすれば良いのか？

- ・「かかりつけ医」を持ち、どんな事でも相談できるようにしておくことと安心。年若い者でもそれなりに生活できると思うので、まわりからアドバイスを聞きながら、サービスを受けて暮らせればよいと思う。
- ・かかりつけ医と総合病院との相互の連携。
- ・かかりつけ医師が(看護婦)が定期的に診察に患者の家に回ってほしい。
- ・「かかりつけ医」の推進と特定の専門治療機関の情報発信とその機関の増加・充実化。
- ・かかりつけ医を必ず持つように徹底させる。
- ・開業医の充実や開業医と病院の連携強化。在宅医療の充実と健康な時から在宅サービスについての情報を得ておくこと。かかりつけ医をもつ。
- ・かかりつけ医をもつこと。地域コミュニティの充実。高齢者のみに限らない地域包括ケアシステムの充実。

### ③ 医療費の軽減、経済負担軽減

- ・病院まで行く交通費を年間いくらか補助する。
- ・乳がん検診や子宮頸がん検診など負担なく(何年に1回でも)無料で受診できる機会があると嬉しい。(自費でなかなか行きにくい)
- ・特定の病気の専門医の先生を十分に充実させて公平に治療の体制を拡充させたいです。事故とケガで長期入院をいわれた時の保険制度を充実させたいです。病気とケガで後遺症になった時の保険料と治療費を軽減したい。
- ・経済的負担軽減。高度な医療体制の保持。夜の開業(営業)。
- ・人間ドックの保険の適用。
- ・いつでも誰でも安心して医療が受けられる仕組み作り。医療費の負担を少なくする。
- ・医療費の減額。環境づくり(移動手段、医療従事者の増加、民間委託など)。

### ④ 日頃からの健康づくり、自己管理

- ・そもそも医療、特に薬にたよりすぎ、人が本来持っている治癒力等や、心のケアにもっと力を入れるべきと考えます。
- ・日々健康に気を付け健康診断を受け、同居の家族と連絡を密にすること。
- ・私は日頃から心と身体が喜ぶことができることを心がけています。
- ・一年を通じて自然と接する家庭菜園(ポット、ファーム)等なお勧め。
- ・減塩の食品、無添加の食品を家族に食べさせたいが、費用も高い。地元の食品や安心できる国産の物を選びたいが価格が高い。経済的な支援をしてほしい。
- ・健康管理、家庭の判断力向上、医師確保。
- ・各個人がかかりつけ医をもち気軽に健康について相談できる場所を作る。
- ・相談できる人や、地域との交流を増やす。
- ・住民間でのコミュニケーションを充実させる。気軽に話せるような地域作り。

## ⑤ 医師・看護師等の対応・資質の向上等

- ・遠慮せずに見てもらえる所。ゆっくりと大きな声ではっきりと言ってもらえること。
- ・患者さんに寄り添い、傾聴し、優しく、分かりやすく、ゆっくり説明する。
- ・旧長浜市内に大きく、安心して医療を受けられると思われる病院がまとまっている。もっと北の方にもそのような病院があれば良いと思う。
- ・話をしっかり聞いて、ちゃんとわからない事を教えてくれるお医者さん、訪問看護師の方が充実すれば良い。
- ・症状だけでなくしっかり個人をみて判断してもらえるような医師の育成。
- ・セカンドオピニオンについての情報の充実。
- ・今まで何度か親の入院などで、総合病院など利用させていただきましたが、いつも思うのは、「身体が悪くて入院しているのに看護師さんや職員の方の無愛想な態度で、よけいに体調を崩す」と感じていて、医療を安心して受けられるというまでの考えに及びません。医師や看護師の方への心付けも建前では「お断り」となってますがきちんと受取られます。謝礼をしないときちんと治療してもらえないのだろうか、謝礼をしたら看護師さんも親切にしてくれるだろうかと考えてしまい、できることなら病気になりたくない、入院したくないと思いつつ日々の健康維持につとめています。
- ・一人一人の住民の健康と命を守るという意識を持って医療体制の充実を図ってほしい。
- ・お医者さんが、こわいところがある、どうにもできないし、人だからどうしようもないが、優しくしてほしい。病院に行くことにどうしても抵抗があるから。
- ・高齢者が入院になると、すぐに退院させようとする。本当に助けてくれるのか不安ばかり。一部の病院のスタッフのきつい言葉には、今でも恨みしかありません。市職員なので行政の方から指導してほしい。患者のことを人間とと思っているのか、あり得ない看護師だった。

## ⑥ 待ち時間の短縮、スムーズな診療等

- ・かかりつけ医と総合病院の連携。
- ・急な発病や時間外の発病の時の医院に行くかどうかのアドバイスをもらえる Tel 窓口（たらいまわしにされない）。
- ・さざなみタウンの一角など、気軽に行ける場所での（土日も）地域医療の案内や相談窓口の開設。
- ・仕事を休んで診察を受けようと思っても、当日予約のみで、朝イチで電話をしても予約ができない事があって困りました。
- ・出産できる病院が少なすぎる。病院の休みがどこも同じ曜日で受診したい時に受診できない（休みの分散希望）。どこの病院も待ち時間が長い。
- ・初診でも受診しやすいシステムにしてほしい。予約制で待ち時間を減らしてほしい。
- ・医療機関の受診待ち時間の短縮改良ができれば積極的な健康管理が推進されるのでは？夜間健康相談の窓口開設による健康推進。
- ・総合病院は待ち時間がとにかく長い、かといって開業医が待ち時間が短い訳でもない。家人（高齢者）の受診の時に、1日仕事となる、単なる日常の薬だけのために半日～1日かかる、そのためにも仕事を休まなくてはならない。何かとまらないものかといつも思う。高齢者の服用している薬の種類がとにかく多い。負担も1割。開業医に行っても話は長い。体調崩して行っても待たされ、どうにかならないものか、こういったことも「安心して医療を受けられるために」という方向で考えていかなければならない問題ではないかと思う。

- ・できる限り、時間を気にせず受診できること。
- ・待ち時間が少なくできるように、電話などで処方箋がもらえるようになってほしい。
- ・どこも混んでいて待ち時間が長い、予約もとれないので、なかなか行けない行くのがおっくうになる。

## ⑦ 情報提供、広報の充実

- ・相談や診断の予約、情報が得られるアプリの開発。
- ・24時間毎日この日なら、この時間ならどこで受診できるかの情報発信・特に木曜日など休診のところが土日、夜間でも受診できる体制。(日赤や市民病院以外で)
- ・夜間や休日の診療可能な病院の情報や総合病院にかかる目安などをすぐ検索できるようにすれば軽症者の救急搬送は減らせると思う。(特に若い人の) SNSでの発信をもっと活用すべき。
- ・急患の時高齢者など一人生活の方の休日、夜間の相談窓口があるのか無いのかもわかりません。情報の提示、啓発をしてほしい。年金くらしの人の医療費の負担の不安があるので軽減してほしい。
- ・病院が少ないと感じている。病院のHPもなかったり、あっても情報が少なく参考にならないことも多い、古い体勢の病院の方が多いと思う進化してほしい。
- ・薬の処方が適確であるかどうか(検査)。薬害についての情報提供。
- ・誰に相談したら良いか?どこへ相談したら良いか?が分からない時に市の総合受付電話などで受付して、そこから色々専門的な所を紹介していくシステム作り。
- ・病気の内容によってどこの医療機関に行けば良いかなど、住んでる地区によって病院の地図など一覧が分かると良い。他県から長浜地区に来たので、どこに何が有るか分からない。子どもは小児科だけで全て受診できたが、だんだん大きくなり今後は必要に応じて病院を探さなければならないが、よく分からないので困っている。(自身もまだ医療機関に行くことがあまりないので)学校などからそんな資料を入学時に配ってくれたらとても助かる。
- ・誰の目にも届くように、インパクトのある広告、目を惹くデザインのチラシ等が必要だと感じる。行政機関、医療機関ともに、宣伝力が弱く、情報発信してもほかの情報に埋もれてしまっているように感じる。
- ・何科に受診したらいいかわからないときの相談窓口。この程度で受診していいかどうかの相談する所。
- ・急に受診したい時に必要な情報の提供。
- ・院内感染を防ぐため、インターネットによる予約の充実化と待ち時間の軽減が必要であると思います。他の医療機関同士で患者の受診時間情報の共有化など、都市レベルでの改革と、自治体の協力とリーダーシップが必要だと思います。
- ・常に情報が出回っている状態にある事。
- ・医療機関の情報量が病院に寄って差があるため、ホームページなどの充実。予約もネットで全てもできるとよい。または、相談できる窓口があるとよいと思います。
- ・どんなサービスがあるのか、病気になる前から情報があるといい。

## ⑧ 病院へのアクセス、近くに医療機関があること

- ・長浜駅に歯医者、内科、その他医療があると助かる。車に乗れないので、バスしか利用できない。バスの本数を増やして欲しい、長浜駅に何も無い、不便。

- ・西浅井地域は夜間、土日休日の医療がお休みとなり受診できる病院もなく不安である。もう少し近い所で土日夜間休日の診療をしてほしいまた運転のできない老人も多くもっと医療へ行ける交通手段を増やしていただきたいです。
- ・交通手段の確保。
- ・主治医（かかりつけ医）による往診をしてもらえると良い。ひとり暮らしでは医療機関に行く手段（自家用車、バス等）がなく、バス停までも出られなくなる年齢が増えると思う。
- ・無料のバス、タクシー。
- ・公共交通機関の充実（病院に行くためのバスの本数を増やす。）病院を維持する（現在ある病院の内容を充実させる）。

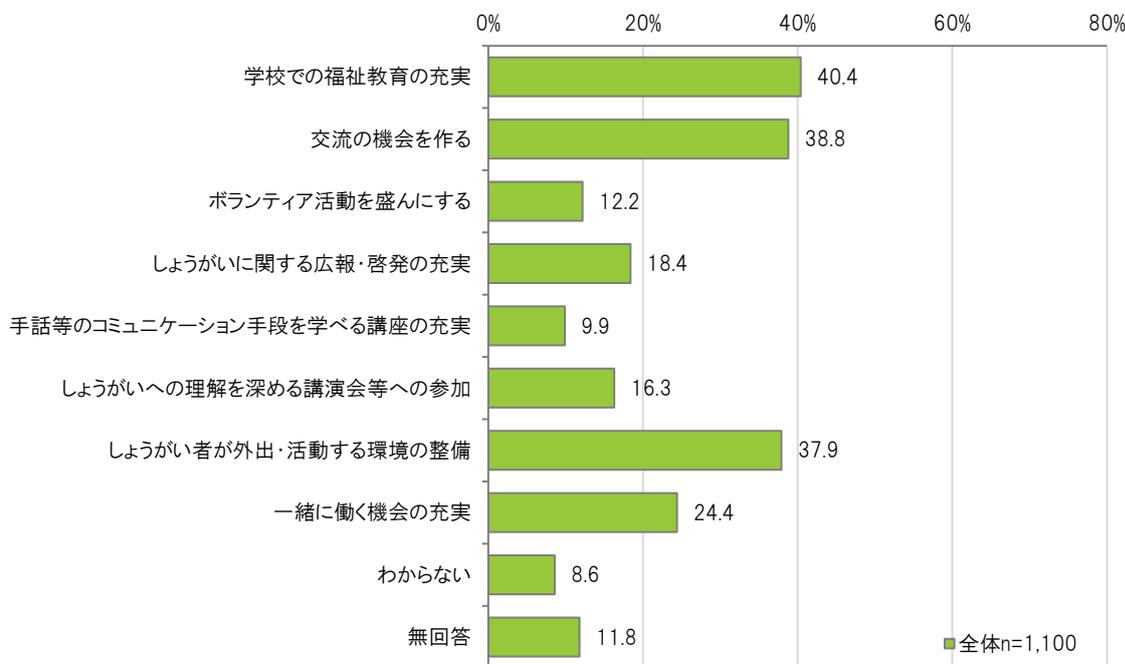
## ⑨ その他

- ・大雪にて、狭い道路の雪かきを充分にすること。（市町など）私の住む所は、老人ばかり。誰も私以外雪かきをしない。なので何かあったら大変救急車すら入れない。
- ・個々のケースに見合った介護支援の充実。
- ・日頃から、もしものことを考えて、専門医とかを調べておく。
- ・小さい子どもがいる場合、病院に行くこと自体難しいので（コロナ禍だと連れていくのが禁止になったところも多い）保育園、幼稚園以外での預かりサービスの充実。
- ・障がいを持つ息子がいるのですが、普段の生活において介助が必要で、もし私自身が病気になっても、その子を預ける場所が近くにはないので、病気にはなれないという思いです。まず、障がいを持つ人達を長期にわたって預かってもらえる施設を充実させて頂きたいと思います。
- ・高齢でひとり暮らしなので、救急時に医療機関に入れたとしてもいつまでも療養生活ができるかわかりません。在宅医療、看取りを希望した場合、高齢者やひとり暮らしが多くなってきた今、そのような事ができるのか不安です。
- ・独居老人や高齢者 75 才以上の家庭に対する救急時の対応などに対して地域の援助支援に不安（特に身近に近親者がいない家庭）がある。特に冬場の生活支援。（積雪が多く自宅から出にくい。救急車も入らない）
- ・家族の負担を軽減するためのサービスの充実により一層力を入れてもらう事。医療機関とは在宅の連携に力を入れてもらう事。医療の負担をおさえる事。
- ・往診をして下さる医師や訪問看護師さんが大勢いて下さると良い、通院の為のアクセスの充実がなかなかできない、福祉のタクシーはあるが、停留所止めである為医療を受ける者には使いにくい。
- ・病人は気も弱いので隣近所や知人が気楽に家の中に入って話ができる様、又通院の時等も付き添いを頼める人が近所におられると良い、日頃のコミュニケーションが大事だと思う。
- ・在宅医療の充実。自動車運転免許証の返納した場合の医者、買い物等将来の不安。

## 11 しょうがい福祉に関することについて

問 82 しょうがいのある人とない人がお互いに理解し合うために重要だと思うことは何ですか。(3つまで○)

しょうがいのある人とない人がお互いに理解し合うために重要だと思うことについて、「学校での福祉教育の充実」が40.4%、「交流の機会を作る」が38.8%、「しょうがい者が外出・活動する環境の整備」が37.9%で高くなっています。

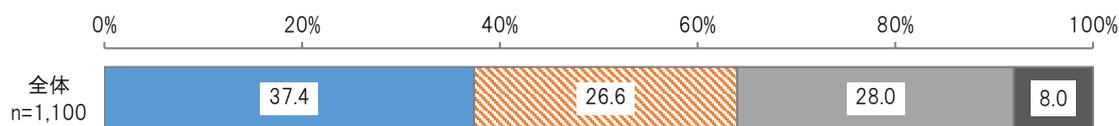


問 83 「ヘルプマーク」※について知っていますか。(1つに○)

※ヘルプマークは、義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、妊娠初期の方、認知症の方など外見からは分からなくても援助や配慮を必要としている方々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることで、援助を得やすくなるよう作成されたマークです。

「ヘルプマーク」について、「意味も含めて知っている」が37.4%、「意味は知らないが、見聞きしたことがある」が26.6%、「知らない(今回の調査ではじめて聞いた場合を含む)」が28.0%となっています。

年齢別にみると、「30歳未満」は「意味も含めて知っている」が45.1%となり、全体より7.7ポイント高くなっています。



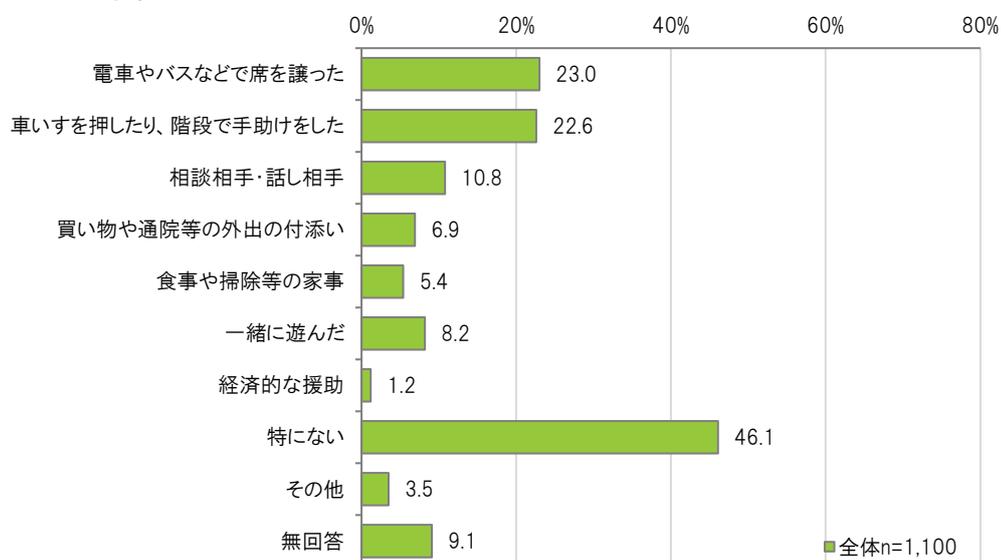
- 意味も含めて知っている
- 意味は知らないが、見聞きしたことがある
- 知らない(今回の調査ではじめて聞いた場合を含む)
- 無回答

「ヘルプマーク」



問 84 しょうがいのある人を支援したことがありますか。(あてはまるものすべてに○)

しょうがいのある人を支援した経験について、「電車やバスなどで席を譲った」が23.0%、「車いすを押したり、階段で手助けをした」が22.6%となっていますが、「特にない」が46.1%と最も高くなっています。



◆その他の記述回答 <しょうがいのある人を支援したこと>

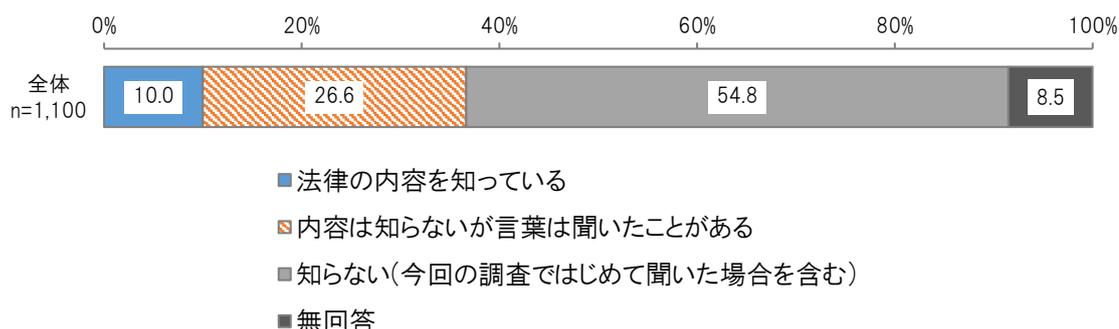
- ・ おむつ替え、食事等
- ・ 常に区別しない考え方でいる事
- ・ 民生委員活動で関わった
- ・ 銭湯での入浴介助
- ・ 困った様子であれば、自分ができる範囲で、協力する
- ・ 学生の頃、作業所へのボランティア活動に参加した
- ・ 車の乗り降り
- ・ 音楽の交流
- ・ 歩行時の支え
- ・ 買物の袋づめのお手伝い
- ・ 伴走
- ・ 車椅子バスケットの手伝い

問 85 「障害者差別解消法」※について知っていますか。(1つに○)

※この法律はしょうがいのある人もない人も互いにその人らしさを認め合いながら、共に生きる社会を目指し、しょうがい者への不当な差別的扱いを禁止し、合理的配慮の提供を求めています。

「合理的配慮」とは、しょうがいのある人から何らかの対応を必要としているとの意思が伝えられた時に、負担が重すぎない範囲で対応する配慮のことです。例えば、出入り口に段差がある場合はスロープを設置する等。

「障害者差別解消法」の認知度をみると、「知らない(今回の調査ではじめて聞いた場合を含む)」が54.8%と最も高く、「内容は知らないが言葉は聞いたことがある」が26.6%、「法律の内容を知っている」が10.0%となっています。



## 第3章

# こども向け調査結果

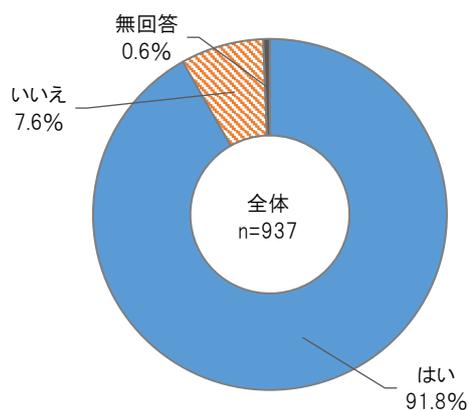
# 第3章 こども向け調査 (食べることに関するアンケート) 結果

## 1 食事について

### (1) 食事に関する認識

問1 食事を楽しみだと思えますか。(1つに○)

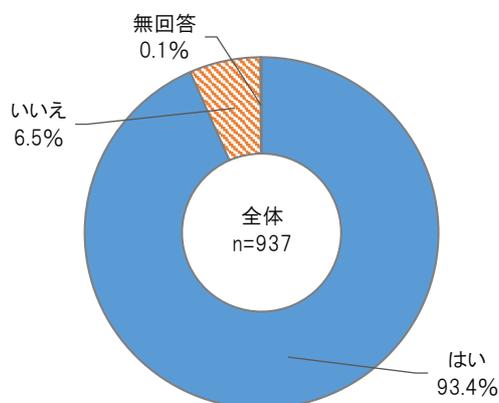
食事を楽しみだと思わずねたところ、「はい」は91.8%と9割を占め、「いいえ」は7.6%となっています。



### (2) 3食食べている子どもの割合

問2 食事は3回(朝ごはん・昼ごはん・夕ごはん)食べていますか。(1つに○)

食事を3回(朝ごはん・昼ごはん・夕ごはん)食べていると回答した人は、「はい」の93.4%となっています。



### (3) 食生活について

問3 家族や誰かと一緒に朝ごはんを食べるのは週に何日くらいですか。(1つに○)

家族や誰かと一緒に朝ごはんを食べる頻度について、「週3日以上」が69.8%、「週2日くらい」が9.6%、「週1日くらい」が5.1%となっていますが、「一緒に食べない」と回答した人は15.2%となっています。



問4 家族や誰かと一緒に夕ごはんを食べるのは週に何日くらいですか。(1つに○)

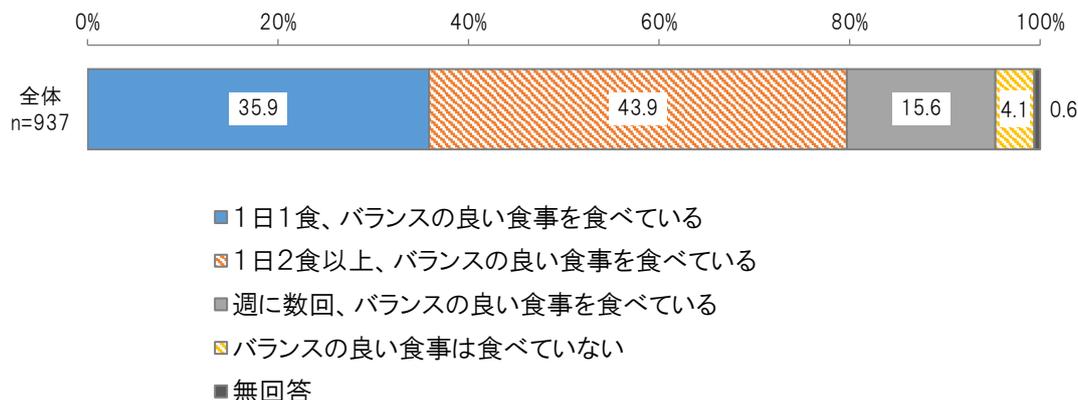
家族や誰かと一緒に夕ごはんを食べる頻度について、「週3日以上」が89.6%、「週2日くらい」が5.2%、「週1日くらい」が2.9%となっていますが、「一緒に食べない」と回答した人は1.5%となっています。



問5 バランスの良い食事を心がけていますか。(1つに○)

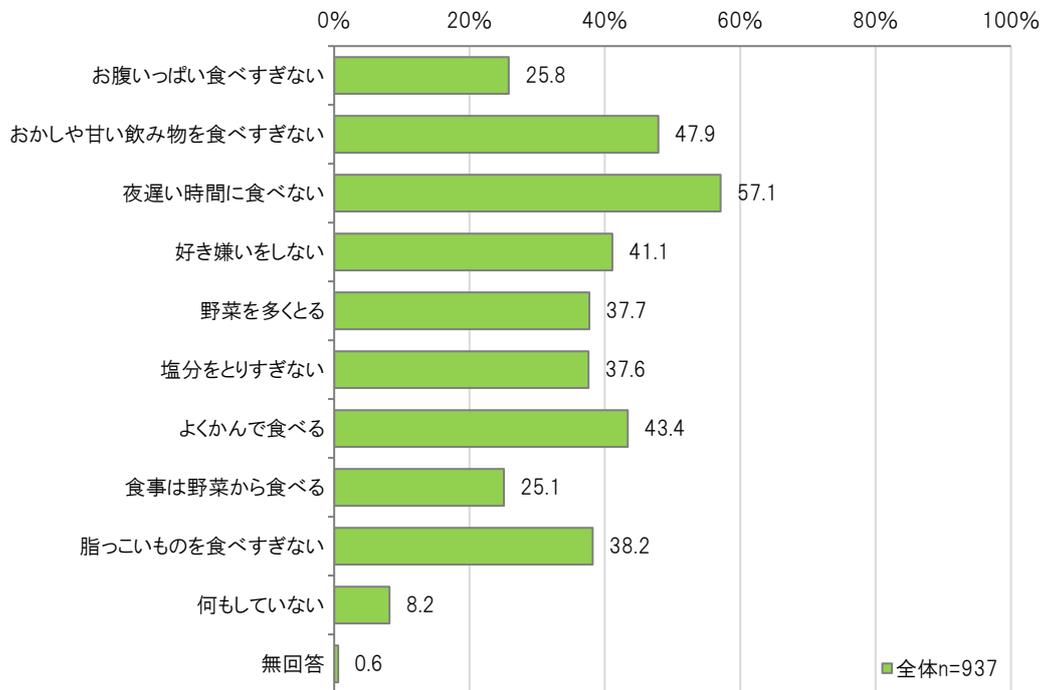
※バランスの良い食事とは、主食（ごはん、パンなど）・主菜（魚・肉・大豆・卵など）・副菜（野菜、きのこなど）を組み合わせる食事をいいます。

バランスの良い食事を心がけているかたずねたところ、「1日2食以上、バランスの良い食事を食べている」が43.9%、「1日1食、バランスの良い食事を食べている」が35.9%、「週に数回、バランスの良い食事を食べている」が15.6%となっていますが、「バランスの良い食事は食べていない」と回答した人は4.1%となっています。



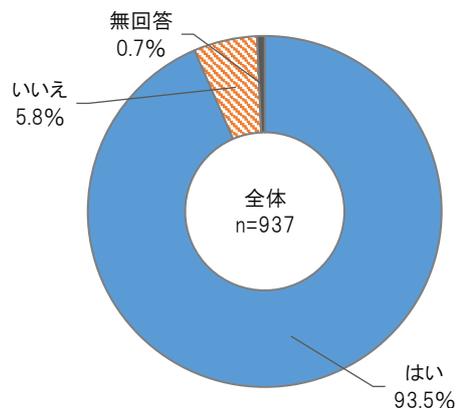
問6 食生活で気をつけているのは次のうちどれですか。(あてはまるものすべてに○)

食生活で気をつけていることについて、「夜遅い時間に食べない」が57.1%が最も高く、「おかしや甘い飲み物を食べすぎない」が47.9%、「よくかんで食べる」が43.4%、「好き嫌いをしない」が41.1%と続きます。



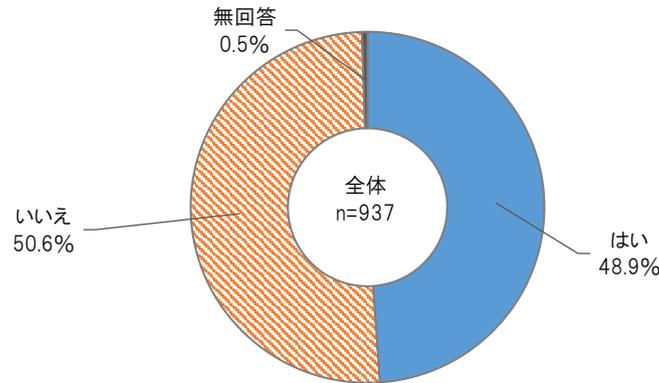
問7 食べ物を残して捨てることは「もったいない」と思いますか。(1つに○)

食べ物を残して捨てることは「もったいない」と思うかたずねたところ、「はい」の93.5%がもったいないと思うと回答しています。



問8 この1年間で米や野菜を収穫したことがありますか。(1つに○)

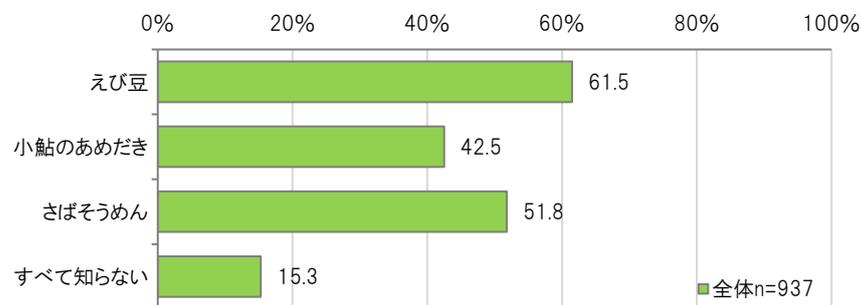
1年間のうち、米や野菜の収穫体験の有無をみると、収穫体験があると回答した人は「はい」の48.9%で、「いいえ」の50.6%よりやや低くなっています。



2 郷土食について

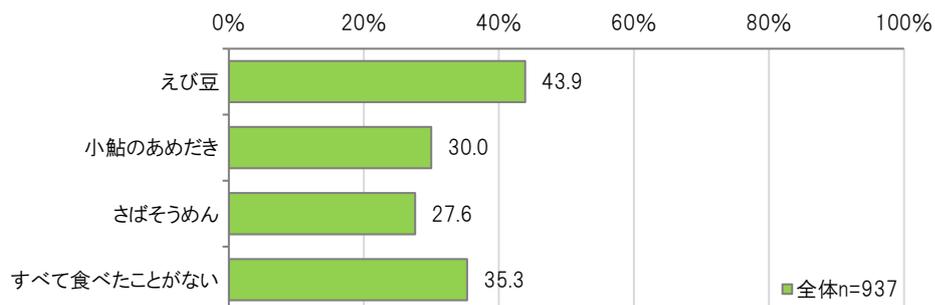
問9 郷土食（えび豆、小鮎のあめだき、さばそうめん）を知っていますか。(あてはまるものすべてに○)

郷土食（えび豆、小鮎のあめだき、さばそうめん）の認知度をみると、「えび豆」が61.5%と最も高く、「さばそうめん」が51.8%、「小鮎のあめだき」が42.5%となる一方で、「すべて知らない」は15.3%となっています。



問10 郷土食（えび豆、小鮎のあめだき、さばそうめん）を食べたことがありますか。(あてはまるものすべてに○)

郷土食（えび豆、小鮎のあめだき、さばそうめん）を食べたことがあるかたずねたところ、「えび豆」が43.9%、「小鮎のあめだき」が30.0%、「さばそうめん」が27.6%となり、いずれも認知度を下回ります。また、「すべて食べたことがない」は35.3%となっています。



## 第4章

## 資料編

## 令和4年度 健康についてのアンケート調査 (健康ながはま21アンケート調査)

日頃、長浜市の健康づくり事業にご協力いただき、ありがとうございます。  
市では「健康で輝けるまち長浜」の実現を目指し、健康増進の推進計画（健康ながはま21：健康増進計画、食育推進計画、自殺対策計画）の基礎資料とするため、市民の健康や食事、医療に対する取組みや意識についてのアンケート調査を実施します。  
今回、調査をお願いする人は、16歳以上の市民の皆さまから無作為に3,000人を選ばせていただきます。なお、アンケート記載にあたって、皆さまの個人情報外部に渡ることや、他の用途に使用することはございません。  
ご多忙のところ誠に恐縮ですが、長浜市のこれからの健康づくり推進のために、回答にご協力くださいますよう、お願い申し上げます。

令和5年1月

長浜市長 浅見 宣義

### ■ご記入にあたっての注意点 《回答方法》

・本アンケートは、①郵送回答、②インターネット回答のどちらかを選んで、**令和5年2月10日(金)まで**にご回答をお願いします。

・このアンケートにお名前を記入する必要はありません。返信用封筒にもご住所・お名前を記入は必要ありません。

・このアンケートは令和5年1月時点の状況でお答えください。

### 【郵送回答】

・ご回答は、あてはまる番号に○印をつけるか、具体的な内容をご記入ください。  
・ご記入が終わったアンケート用紙は、同封の返信用封筒に入れ、切手を貼らずに郵便ポストに投函してください。

### 【インターネット回答】

・インターネット回答は、パソコン、スマートフォン、タブレットのいずれかを用いて、次のURLまたはQRコードからアクセスしてください。

(URL) <https://logoform.jp/form/81cW/199969>

※パソコンで回答される場合は、ブラウザはMicrosoft Edge、またはChrome



を推奨しています。

### アンケートについてのお問い合わせ先

長浜市役所 健康福祉部 健康企画課  
電話：0749-65-7779 FAX：0749-65-1711

E-mail: [kenkoki.kakue@city.nagahama.lg.jp](mailto:kenkoki.kakue@city.nagahama.lg.jp)  
住所：〒526-0845 滋賀県長浜市小坂町32番地の3

(お問い合わせの受付時間：祝日を除く月～金の午前8時30分～午後5時15分まで)

## 第4章 資料編

### (1) 一般市民意識調査（健康ながはま21アンケート）調査票

#### I あなたの家族や生活状況、人との交流についておたずねします

性別を教えてください。(1つに○)	1. 男性	2. 女性	3. 回答しない
お住まいの地域を教えてください。(1つに○)	○長浜地域～神照郷里地域 1. 長浜地域(第1～9連合区) 2. 六荘地域 3. 西黒田地域 4. 神田地域 5. 南郷里地域 6. 神照地域 7. 北郷里地域 ○浅井地域 8. 湊田地域 9. 田根地域 10. 下草野地域 11. 七尾地域 12. 上草野地域 ○びわ・虎姫・湖北地域 13. びわ地域 14. 虎姫地域 15. 小谷地域 16. こほく地域(連水) 17. 朝日地域 ○高月・木之本地域 18. 高月地域 19. 杉野地域 20. 高時地域 21. 木之本地域 22. 伊香貝地域 ○余呉・西浅井地域 23. 余呉地域 24. 西浅井地域		
○お住まいの地域が分からない方 25. お住まいの町名をご記入ください( )			
年齢を教えてください。(1つに○)(令和5年1月1日時点)	1. 19歳以下 2. 20～24歳 3. 25～29歳 4. 30～34歳 5. 35～39歳 6. 40～44歳 7. 45～49歳 8. 50～54歳 9. 55～59歳 10. 60～64歳 11. 65～69歳 12. 70～74歳 13. 75～79歳 14. 80歳以上		
あなたの職業を教えてください。(1つに○)	1. 高校生 2. 大学生(専門学校・短大・大学院含む) 3. 勤務者(夜勤あり) 4. 勤務者(夜勤なし) 5. 自営業 6. 主婦・主夫 7. 無職 8. その他		
身長・体重を教えてください。身長( )cm 体重( )kg			
小問1	現在、ご家族と同居していますか。(1つに○) 1. 一人暮らしである→問7へ 2. 家族と同居している→問6～小問2へ		
小問2	前小問1で「2. 家族と同居している」とお答えの方におうかがいします。同居されている家族をすべて選んでください。また、同居家族の人数(自分を含む)を記入してください。 1. 配偶者(夫妻) 2. 父親(義父) 3. 母親(義母) 4. 祖父(義祖父) 5. 祖母(義祖母) 6. 子ども 7. 子どもの配偶者 8. 孫 9. 孫の配偶者 10. 兄弟姉妹 11. その他( )人 自分を含む( )人		



問7	<p>自分の健康づくりのために普段からどのようなことに普段からどのようなことに取り組んでいますか。(あてはまるものすべてに○)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 運動している</li> <li>2. 趣味や気晴らしの時間をとっている</li> <li>3. 休養を十分にとっている</li> <li>4. 食事の内容や質に注意している</li> <li>5. 睡眠を十分にとっている</li> <li>6. 定期的に健診を受けている</li> <li>7. 規則正しい生活をしている</li> <li>8. タバコを吸わない</li> <li>9. 歯磨きなどお口の清潔を保っている</li> <li>10. 血圧を定期的に測っている</li> <li>11. 体重を定期的に量っている</li> <li>12. アルコールの摂取量を控えている</li> <li>13. 聞こえにくさを感じたら耳鼻科を受診する</li> <li>14. 見えにくさを感じたら眼科を受診する</li> <li>15. その他( )</li> </ol> <p>新型コロナウイルス感染症による生活習慣の変化により、健康づくりにおいて心配されることはありませんか。(あてはまるものすべてに○)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 在宅勤務やオンライン授業、行事の中止・縮小による運動不足</li> <li>2. 慣れない生活習慣や交流機会の減少によるストレス増加</li> <li>3. 長期の自宅生活による、食生活リズムの乱れ(食はずま、食事時間のズレ、夕食など)</li> <li>4. 生活リズムの乱れによる睡眠不足</li> <li>5. 受診控えによる健康未受診</li> <li>6. 長期の自宅生活やストレスの増大による喫煙量の増加(喫煙開始、再開を含む)</li> <li>7. 長期の自宅生活やストレス増大による飲酒量の増加(飲酒開始、再開を含む)</li> <li>8. 生活リズムの乱れによるお口のケア不足</li> <li>9. 受診控えによる定期歯科通院中止</li> <li>10. マスク着用によるお口の機能低下</li> <li>11. 受診控えによる持病管理不足</li> <li>12. その他( )</li> </ol>
問8	<p>普段自分や家族のためにどのような手段で健康づくりに役立つ情報を得ていますか。(あてはまるものすべてに○)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 新聞</li> <li>2. 雑誌又は週刊誌</li> <li>3. テレビ</li> <li>4. インターネット</li> <li>5. SNS (Twitterなど)</li> <li>6. 広報</li> <li>7. 市のホームページ</li> <li>8. 健康に関連する講演会など</li> <li>9. 地域で開催される健康関連のイベント</li> <li>10. 健康推進員の活動</li> <li>11. その他( )</li> </ol>
問9	<p>長浜市健康づくり推進キャラクター「むびょうたんプラス1」を知っていますか。(1つに○)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 知っている → 問9-1 小間2へ</li> <li>2. 知らない → 問10へ (今回の調査ではじめて聞いた場合を含む)</li> </ol>  <p>前小間1で「1. 知っている」とお答えの方におうかがいします。キャラクターを知ったきっかけを教えてください。(あてはまるものすべてに○)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 出前講座</li> <li>2. 地域の健康イベント(測定会、ウォーキング、講演会など)</li> <li>3. 広報・ホームページ</li> <li>4. 市が配布したチラシ・健康づくり日程表など</li> <li>5. キャラクター(着ぐるみ等)を活用した啓発動画</li> <li>6. その他( )</li> </ol> <p>規則正しい生活習慣の實踐(健康づくり)を行うために、どのような取組みが必要だと思われませんか。(あてはまるものすべてに○)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 市民が健康づくりに関する正しい情報を得るような環境づくり</li> <li>2. 家族や友人等の間で健康意識を高めたり、健康情報について共有できるような繋がりの強化</li> <li>3. 子どもの時から、健康づくりに関して体験したり、学ぶことができる環境づくり</li> <li>4. 忙しい中でも買物の場などで気軽に健康相談を行ったり、健康チェックが受けられる場の提供</li> <li>5. 健康的な生活が送れるよう、経済的な支援</li> <li>6. その他( )</li> <li>7. 特になし</li> </ol>
問10	<p>自分自身や家族のためにどのような手段で健康づくりに役立つ情報を得ていますか。(あてはまるものすべてに○)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 新聞</li> <li>2. 雑誌又は週刊誌</li> <li>3. テレビ</li> <li>4. インターネット</li> <li>5. SNS (Twitterなど)</li> <li>6. 広報</li> <li>7. 市のホームページ</li> <li>8. 健康に関連する講演会など</li> <li>9. 地域で開催される健康関連のイベント</li> <li>10. 健康推進員の活動</li> <li>11. その他( )</li> </ol>

問11	<p>お子さまを持つ保護者の方におうかがいします。どのような年齢(学年)のお子さまがいらっしゃるでしょうか。(あてはまるものすべてに○)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 3歳未満</li> <li>2. 3歳以上小学校入学前</li> <li>3. 小学生</li> <li>4. 中学生</li> <li>5. 中学生までの子どもはいない</li> </ol>
問12	<p>あなたと地域のつながりは強い方だと思いますか。(1つに○)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. そう思う</li> <li>2. どちらかと言えそ思う</li> <li>3. どちらとも言えない</li> <li>4. どちらかと言えそ思わない</li> <li>5. そう思わない</li> </ol>
問13	<p>自主的にボランティアやNPO等の市民活動に参加していますか。(1つに○)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. はい</li> <li>2. いいえ</li> </ol>
小間1	<p>市や地域、量販店で開催される健康づくりイベントに参加していますか。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. はい → 問14-1 小間2へ</li> <li>2. いいえ → 問15へ</li> </ol> <p>※市が主催するイベント以外に、まちづくりセンターや店舗で行われる運動や食事等に関する講演会、株をつかった遊び、健康測定会などをいいます。</p>
小間2	<p>初小間1で「1. はい」とお答えの方におうかがいします。どのような健康づくりイベントに参加していますか。(あてはまるものすべてに○)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 健康講演会</li> <li>2. 地域の文化祭等での健康測定会</li> <li>3. 地域でのウォーキング大会</li> <li>4. 地域での体操教室</li> <li>5. 市内スーパーでの健康チェック</li> <li>6. 健康アプリ「DUMATEKU」を活用した期間限定のウォーキングイベント</li> </ol>

## II 食事についておたずねします

問15	<p>食事を楽しみだと感じますか。(1つに○)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. はい</li> <li>2. いいえ</li> </ol>
小間1	<p>朝ごはんを食べますか。(1つに○)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 毎日食べる → 問16-1 小間2へ</li> <li>2. だいたい食べる → 問16-1 小間2へ</li> <li>3. 時々食べる → 問16-1 小間2へ</li> <li>4. 食べない → 問17へ</li> </ol>
小間2	<p>前小間1で「1. 毎日食べる」「2. だいたい食べる」「3. 時々食べる」を選ばれた方はどのような朝ごはんが多いですか。(1つに○)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ごはんだけ</li> <li>2. パンだけ</li> <li>3. ごはんど汁物</li> <li>4. パンど汁物(牛乳を含む)</li> <li>5. ごはんど汁物とおかず</li> <li>6. パンど汁物(牛乳を含む)とおかず</li> <li>7. ごはんどおかず</li> <li>8. パンとおかず</li> <li>9. その他( )</li> </ol>



問17	<p>食生活で気をつけているのは次のうちどれですか。(あてはまるものすべてに○)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 食事の量を調整している</li> <li>2. お菓子や甘い飲み物の量を控えている</li> <li>3. 肥満や低栄養予防のためバランスの良い食事を心がけている(穀類(ごはん・パン等)とタンパク質(魚介類、肉類、卵、大豆製品)と野菜を組み合わせる等)</li> <li>4. 夜遅い時間の食事を控えている</li> <li>5. 特定の食品を食へ過ぎない</li> <li>6. 家族や友人など誰かと一緒に食事をとっている</li> <li>7. 野菜を多くとるように心がけている</li> <li>8. 塩分のとり過ぎに気をつけている</li> <li>9. よく噛んで食べている</li> <li>10. 脂っこいものを控えている</li> <li>11. 食事をする時は野菜から食べている</li> <li>12. 食品の栄養成分表示を確認している</li> <li>13. 何もしていない</li> <li>14. その他( )</li> </ol>
問18	<p>「食育」に関心がありますか。(1つに○)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 関心がある</li> <li>2. どちらかといえば関心がある</li> <li>3. どちらかといえば関心が無い</li> <li>4. 関心がない</li> <li>5. わからない(食育という言葉を知らない)</li> </ol>
問19	<p>家族や友人など誰かと一緒に食事をとるのは週に何日くらいですか。(1つに○)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 週3日以上食べる</li> <li>2. 週2日くらい食べる</li> <li>3. 週1日くらい食べる</li> <li>4. 一緒に食べる日はない</li> </ol>
問20	<p>塩分をとりすぎないために取り組んでいることはありますか。(あてはまるものすべてに○)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 調味料を計測して使う</li> <li>2. 減塩食品を利用する</li> <li>3. 薄味でもおいしく食べられる工夫をする</li> <li>4. 出来上がったおかずや漬物に調味料をかけないようにする</li> <li>5. うまみ(だし)を活用する</li> <li>6. 気にしているが取り組んではいない</li> <li>7. 取り組んでいない</li> </ol>
問21	<p>あなたの家庭では、旬の食材を取り入れられるようにしていますか。(1つに○)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. はい</li> <li>2. いいえ</li> </ol>
問22	<p>あなたの家庭では、地元で生産した農産物を優先的に買うようにしていますか。(1つに○)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. はい</li> <li>2. いいえ</li> <li>3. 自分で作った野菜や近所の人からもらった野菜を食べている</li> </ol>
問23	<p>「環境こだわり農産物認証マーク」を知っていますか。(1つに○)</p>  <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 見たことがない</li> <li>2. 見たことはあるが、意味は知らない</li> <li>3. 見たことがあり、意味も知っている</li> </ol>
問24	<p>この1年間に市場や直売所等で開催されているイベント※に参加したことがありますか。(1つに○)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. はい</li> <li>2. いいえ</li> </ol> <p>※ここでのイベントとは地場産農水産物の販売や収穫体験、生産者との交流等を指します。</p>

問25	<p>次の郷土食A～Cについて、知っているもの、作ることができるもの、後世に伝えたいものを選んでください。(あてはまるものすべてに○)</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>料理名</th> <th>知らない</th> <th>知っている</th> <th>作ることができる</th> <th>後世に伝えたい</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>A</td> <td>えび豆</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>B</td> <td>小鮓(いさぞ)のあめだき</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>C</td> <td>餅そうめん</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> </tbody> </table> <p>※この質問は食育における食文化や郷土料理の理解について把握するためにを行っています。</p>		料理名	知らない	知っている	作ることができる	後世に伝えたい	A	えび豆	1	2	3	4	B	小鮓(いさぞ)のあめだき	1	2	3	4	C	餅そうめん	1	2	3	4
	料理名	知らない	知っている	作ることができる	後世に伝えたい																				
A	えび豆	1	2	3	4																				
B	小鮓(いさぞ)のあめだき	1	2	3	4																				
C	餅そうめん	1	2	3	4																				
問26	<p>食べ物を捨てないために何が取り組んでいますか。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 取り組んでいる</li> <li>2. 意識はしているが取り組んでいない</li> <li>3. 意識せず、取り組んでいない</li> </ol> <p>取り組む例：食品を買いすぎない、食べる分だけ調理する、余った食材を調理して使い切る、食べきれなかった食材を冷凍などをして保存する、フードバンクに寄付するなど</p> 																								
問27	<p>徒歩10分(約700m)で行けるところへ出かけるとしたら、主にとどのような方法で行くことが多いですか。(1つに○)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 徒歩</li> <li>2. 自転車</li> <li>3. 自動車やバイク、バスやタクシーを含む</li> </ol>																								
問28	<p>いつもよりプラス10分多く身体を動かすことが健康に良いことを知っていますか。(1つに○)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 知っていない</li> <li>2. 知らない</li> </ol>																								
問29	<p>前小問1で、「1. 継続して実行している」「2. 時々している」と答えた人におうかがいします。その運動は1年以上継続していますか。(1つに○)</p> <p>1. はい</p> <p>2. いいえ</p> <p>前小問1で、「1. 継続して実行している」「2. 時々している」と答えた人におうかがいします。あなたが運動をする理由を教えてください。(あてはまるものすべてに○)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 健康づくりのため</li> <li>2. 楽しみのため</li> <li>3. 家族や友人などふれあうため</li> <li>4. 体を動かす趣味があるため</li> <li>5. 地域で健康イベントやサロン活動等があるため</li> <li>6. 歩数管理や健康づくり関連のアプリを使っているため</li> <li>7. 医療関係者や家族にすすめられるため</li> <li>8. 周囲の人が取り組んでいるため</li> </ol>																								

問29-小問1	運動を「2. 時々吸う」、「3. 毎日吸う」、「4. まったく吸わない」と回答した方におうかがいします。現在吸っていない、吸ったことがなく、知らない(今回の調査ではじめて聞いた場合を含む)方におうかがいします。
小問4	1. 仲間、友人と互いに誘い合ったり、励まし合える環境がある 2. 運動をする余裕ができる 3. 医師に指導される 4. 健康診断で指摘される 5. 会社などが率先して運動するように勧められる 6. 指導者などに管理してもらえ 7. 具体的な目標をつくる(体重など) 8. 普段の日常生活で気軽に身体を動かす生活環境が整う 9. スマートフォンのアプリなどで運動量が管理できる 10. 商品などがもらえる 11. その他( )
問30	ロコモティブシンドローム(運動器症候群)という言葉の意味を知っていますか。(1つに○) 1. どんな状態をあらわすのかよく知っている 2. 言葉だけは聞いたことがなく、知らない(今回の調査ではじめて聞いた場合を含む) 3. 言葉自体聞いたことがなく、知らない(今回の調査ではじめて聞いた場合を含む) ※ロコモティブシンドロームとは、骨、関節、筋肉等に障害が起り、「立つ」歩くといった動作に困る状態で要介護状態の原因になります。早期の予防が大切です。

#### IV 喫煙についておたずねします

小問1	たばこを吸いますか。(電子たばこ※1、加熱式たばこ※2を含む) (1つに○) ※1 電子たばこ：たばこ葉を使用せず、装置内もしくは専用カートリッジ内の液体(リキッド)を霧気加熱させ、蒸発する蒸気を吸入しむもの ※2 加熱式たばこ：たばこ葉を使用し、たばこ葉を加熱させず、加熱により、蒸発する蒸気を吸入しむもの 1. 毎日吸う →問31-小問2, 3, 5, 6, 7, 8 2. 時々吸う →問31-小問2, 3, 5, 6, 7, 8 3. 以前は吸っていたが今は吸わない →問31-小問7, 8 4. はじめから吸わない →問31-小問7, 8
小問2	前小問1で「1. 毎日吸う」、「2. 時々吸う」と答えた方におうかがいします。あなたは通常、1日に何本たばこを吸いますか。(1つに○) 1. 1~10本 2. 11~19本 3. 20~29本 4. 30~39本 5. 40~49本 6. 50本以上
小問3	問31-小問1で「1. 毎日吸う」、「2. 時々吸う」と答えた方におうかがいします。あなたが吸っているのは従来の「紙巻きたばこ」ですか、新しいたばこ「加熱式たばこ/電子式たばこ」ですか。 1. 「紙巻きたばこ」(普通のたばこ) 2. 「紙巻きたばこ」と「加熱式たばこ/電子式たばこ」を併用 →問31-小問4 3. 「加熱式たばこ/電子式たばこ」のみ →問31-小問4 
小問4	問31-小問3で「2. 「紙巻きたばこ」と「加熱式たばこ/電子式たばこ」を併用、3. 「加熱式たばこ/電子式たばこのみ」と答えた方におうかがいします。加熱式たばこ/電子式たばこについては、健康への影響が心配されることを知っていますか。(1つに○) 1. 知っている 2. 知らない

小問5	問31-小問1で「1. 毎日吸う」、「2. 時々吸う」と答えた方におうかがいします。喫煙に対する気持ちや行動にあてはまるものをひとつ選んでください。(1つに○) 1. 子どもや妊婦には吸わせたくないので、子どもや妊婦の前では吸わないようにしている 2. 子どもや妊婦には吸わせたくないが、特に気にしていない 3. 子どもや妊婦のことは気にしていない
小問6	問31-小問1で「1. 毎日吸う」、「2. 時々吸う」と答えた方におうかがいします。たばこをやめたいと思いませんか。(1つに○) 1. やめたい 2. 本数を減らしたい 3. 直接火をつけない「加熱式たばこ」や「電子たばこ」に換えたい 4. やめたくない 5. わからない
問31	小問7 問31-小問1で「1. 毎日吸う」、「2. 時々吸う」、「3. 以前は吸っていたが今は吸わない」、「4. はじめから吸わない」と答えた方におうかがいします。たばこの煙や臭いで嫌な思いをしたことがありますか。(1つに○) 1. ある 2. ない 3. わからない
小問8	問31-小問1で「3. 以前は吸っていたが今は吸わない」と答えた方におうかがいします。たばこをやめた理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○) 1. 自分の健康のため 2. 家族の健康のため 3. たばこの値上がり 4. せき、たん、息切れなどの自覚症状を感じた 5. たばこを吸える場所が減った 6. 周囲の人が吸わなくなった 7. 結婚もしくは自分や家族の妊娠や出産 8. 社会的な風潮(路上喫煙禁止や飲食店の分煙など) 9. 家族や周囲の人から禁煙を勧められた 10. 医師などの専門職から禁煙を勧められた 11. 特になし
問32	たばこを吸うことの害について、喫煙が影響する病名について知っているものすべてに○をしてください。(あてはまるものすべてに○) 1. 多くのがん(肺がんなど) 2. 慢性気管支炎、肺炎腫、COPDなどの呼吸器疾患 3. 高血圧や心筋梗塞や脳梗塞などの循環器疾患 4. メタボリックシンドローム 5. 認知症 6. ニコチン依存症(特に未成年の喫煙) 7. うつ病 8. 妊娠しにくい 9. 早産、低出生体重児(妊婦の喫煙) 10. 知らない



## VI 歯科についておたずねします

問39	歯磨きは1日に何回しますか。(1つに○) 1. 1回 2. 2回 3. 3回 4. 毎日歯磨いていないか時々磨く 5. していない
問40	歯磨きの時に意識していることはありますか。(あてはまるものすべてに○) 1. 1日1回は必ず歯磨きをかけて磨いている 2. フッ素入り歯磨き剤を使っている 3. 1か月くらいで歯ブラシを交換している 4. デンタルフロスや歯間ブラシを使って歯と歯の間を磨いている 5. 使用方法を正しく理解して磨き磨いている 6. 柄に意識していない ※舌を磨く方法は、歯科指導や舌ブラシのパッケージに記載されている内容等で確認できます。
問41	歯磨きの時に歯ぐきから血が出ることはありますか。(1つに○) 1. はい 2. いいえ
問42	食事をかんで食べる時の状態はどれにあてはまりますか。(1つに○) 1. 何でもかんで食べることができ 2. 歯や歯ぐき、かみあわせなど気になる部分があり、かみにくいことがある 3. ほとんどかめない
問43	コロナ禍でのマスク着用による口のトラブルを感じていますか。(あてはまるものすべてに○) 1. 口臭 2. 口の渇き 3. 口内炎 4. むし歯 5. 歯ぐきの腫れ 6. 舌の痛みやしびれ 7. 口周りの乾燥 8. 口を動かさないことによるお口の乾き 9. 特になし
問44	歯のことについて気軽に相談できる「歯科のかかりつけ医」をお持ちですか。(1つに○) 1. もっている 2. もっていない
問45	歯科医院で定期的な歯科健診を受けていますか。(1つに○) 1. はい 2. いいえ
問46	あなたは現在、何本の歯がありますか。(差し歯も含む) ( )本 ※永久歯は、第三大臼歯(親知らず)を含むと全部で32本です。
問47	むし歯・歯周病予防の取り組みのひとつである「お茶でバイバイ!むし歯菌*」というキャラクターフレズを知っていますか。(1つに○) 1. 知っている 2. 知らない(今回の調査ではじめて聞いた場合を含む) ※歯磨き剤とともにお茶(水)を飲む習慣づくりでむし歯と歯周病を予防しようという取り組み。さらに詳しい説明や取り組みについては、こちらを参照ください。



## VII 健康管理についておたずねします

問48	過去3年間に家族、友人、近所の人に健診を勧めたり、誘ったことがありますか。(1つに○) 1. ある 2. ない																												
問49	認知症になる可能性が高くなる病気や生活習慣に、どのようなものがあるか知っていますか。知っているものに○をしてください。(あてはまるものすべてに○) 1. 高血圧 2. 糖尿病 3. 脂質異常症 4. 脳血管疾患 5. 心疾患 6. 肥満 7. 喫煙 8. 運動不足 9. 飲酒 10. その他																												
問50	「若年性認知症*」という言葉を知っていますか。(1つに○) 1. 知っている 2. 聞いたことはあるがよく知らない 3. 知らない(今回の調査ではじめて聞いた場合を含む) ※若年性認知症:65歳未満で発症する認知症のことを言います。																												
問51	「若年性認知症」の相談窓口が地域包括支援センターであることを知っていますか。(1つに○) 1. 知っている 2. 聞いたことはあるがよく知らない 3. 知らない(今回の調査ではじめて聞いた場合を含む)																												
問52	19歳以上の人におたずねします。あなたは、下記のA～Fの健(検)診について、どこで受ける機会がありますか。1つ選んで○をつけてください。(それぞれ1つずつ)																												
小問1	<table border="1"> <thead> <tr> <th>健(検)診の種類</th> <th>市の健(検)診</th> <th>職場・学校の健(検)診</th> <th>その他の健(検)診</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>A 生活習慣病の健診(血圧測定、身長測定、血圧測定、内科診察等)</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>B 胃がん検診</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>C 大腸がん検診</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>D 肺がん検診</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>E 子宮頸がん検診</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>F 乳がん検診</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> </tr> </tbody> </table>	健(検)診の種類	市の健(検)診	職場・学校の健(検)診	その他の健(検)診	A 生活習慣病の健診(血圧測定、身長測定、血圧測定、内科診察等)	1	2	3	B 胃がん検診	1	2	3	C 大腸がん検診	1	2	3	D 肺がん検診	1	2	3	E 子宮頸がん検診	1	2	3	F 乳がん検診	1	2	3
健(検)診の種類	市の健(検)診	職場・学校の健(検)診	その他の健(検)診																										
A 生活習慣病の健診(血圧測定、身長測定、血圧測定、内科診察等)	1	2	3																										
B 胃がん検診	1	2	3																										
C 大腸がん検診	1	2	3																										
D 肺がん検診	1	2	3																										
E 子宮頸がん検診	1	2	3																										
F 乳がん検診	1	2	3																										
小問2	<p>前小問1で健(検)診について、過去1年間の受診状況を教えてください。子宮頸がん検診・乳がん検診については過去2年間の受診状況を教えてください。(あてはまるものすべてに○)</p> <p>1. 生活習慣病の健診(職場健診や特定健診) 2. 胃がん検診 3. 大腸がん検診 4. 肺がん検診 5. 子宮頸がん検診 6. 乳がん検診 7. どれも受けていない→問52-小問3へ</p>																												



前小問2で「7. どれも受けていない」に○をした方におうかがいします。受けなかった理由を教えてください。(あてはまるものすべてに○)	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 健康に自信がある</li> <li>2. 受診が面倒</li> <li>3. 異常があれば受診するから</li> <li>4. 仕事や家事で忙しいから</li> <li>5. 費用がかかると、費用が高いから</li> <li>6. 受けにくい日程、受けにくい場所だから</li> <li>7. 受け方がわからないから</li> <li>8. 結果が怖いから</li> <li>9. コロナの感染が怖いから</li> <li>10. 以前、健(検)診を受けた時、辛かった(痛かった)から</li> <li>11. 健(検)診に怖いイメージがあるから</li> <li>12. 既に生活習慣病・がんで治療中だから</li> <li>13. その他( )</li> </ul>
問52 小問3	
問53 肝臓ウイルスやヘリコバクター・ピロリ菌、ヒトパピローマウイルスの感染ががんを発症するリスクを高めることを知っていますか？(1つに○)	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 知っている</li> <li>2. 知らないがウイルスや菌の名前は聞いたことがある</li> <li>3. 知らない</li> </ul>
問54 がんを予防する生活習慣として知っているものに○をしてください。(あてはまるものすべてに○)	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 適度な運動</li> <li>2. 適正体重を保つこと</li> <li>3. 減塩</li> <li>4. 野菜や果物をとること</li> <li>5. バランスのとれた食事</li> <li>6. 禁煙や他人のタバコの煙を吸わないようにする</li> <li>7. 節酒する</li> </ul>
問55 脳血管疾患の初期症状に「顔の片側がむく」「片腕に力が入らない」「言葉が出てこない、ろれつが回らない」等の症状があることを知っていますか。(1つに○)	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 知っている</li> <li>2. 知らない</li> </ul>

## VIII 心と休養についておたずねします

問56	いつもとっている睡眠で休養が十分とれていますか。(1つに○)	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 十分とれている</li> <li>2. まあまあとれている</li> <li>3. あまりとれていない</li> <li>4. まったくとれていない</li> <li>5. わからない</li> </ul>																														
問57	下記のA～Eの項目の時間について、あなたの認識に最も近いものを1～4の中から1つ選んで○をつけてください。(それぞれ1つずつ)	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>十分 取れている</th> <th>まあ 取れている</th> <th>あまり 取れていない</th> <th>全く 取れていない</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>A 仕事のための時間</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>B 家庭生活のための時間</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>C 地域活動のための時間</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>D 学習・趣味・スポーツなどのための時間</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>E 休養のための時間</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> </tbody> </table>		十分 取れている	まあ 取れている	あまり 取れていない	全く 取れていない	A 仕事のための時間	1	2	3	4	B 家庭生活のための時間	1	2	3	4	C 地域活動のための時間	1	2	3	4	D 学習・趣味・スポーツなどのための時間	1	2	3	4	E 休養のための時間	1	2	3	4
	十分 取れている	まあ 取れている	あまり 取れていない	全く 取れていない																												
A 仕事のための時間	1	2	3	4																												
B 家庭生活のための時間	1	2	3	4																												
C 地域活動のための時間	1	2	3	4																												
D 学習・趣味・スポーツなどのための時間	1	2	3	4																												
E 休養のための時間	1	2	3	4																												
小問1	悩みやストレスを相談する相手はいませんか。もしくは場所はありますか。(1つに○)	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 相談する相手がいる(場所がある) →問58-小問2へ</li> <li>2. 相談したいが誰にも相談できずにいる</li> <li>3. 相談したいがどこに相談したらいいかわからない</li> <li>4. 相談する必要はないので誰にも相談しない</li> </ul>																														
問58	前小問1で「1. 相談する相手がいる(場所がある)」と回答された方におうかがいします。悩みやストレスを誰に(どこに)相談していますか。(あてはまるものすべてに○)	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 家族</li> <li>2. 1以外の親族(家族)</li> <li>3. 友人・知人</li> <li>4. 職場の同僚・学校の先生等</li> <li>5. 公的機関(市役所・保健所・滋賀県自殺予防電話相談等)</li> <li>6. 民間・NPO等の相談機関(いのちの電話等)</li> <li>7. 民生委員</li> <li>8. 病院、診療所</li> <li>9. テレビ・ラジオ・新聞等の相談コーナー</li> <li>10. ネット上(SNS等)だけのつながりの人</li> <li>11. 同じ悩みを抱える人</li> <li>12. 上記以外(職場の相談窓口等)</li> </ul>																														
小問2	悩みやストレスを感じた時どのような方法があると相談しやすいと思いますか。(あてはまるものすべてに○)	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 直接会って相談する(訪問相談含む)</li> <li>2. 電話を利用して相談する</li> <li>3. メールを利用して相談する</li> <li>4. LINEやFacebookなどSNSを利用して相談する</li> <li>5. Twitterや掲示板などを利用してインターネット上の不特定多数に悩み等を流し、相談する</li> <li>6. インターネットを利用して解決法を検索する</li> <li>7. その他( )</li> </ul>																														
問59	悩みやストレスを感じた時どのような方法があると相談しやすいと思いますか。(あてはまるものすべてに○)	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 直接会って相談する(訪問相談含む)</li> <li>2. 電話を利用して相談する</li> <li>3. メールを利用して相談する</li> <li>4. LINEやFacebookなどSNSを利用して相談する</li> <li>5. Twitterや掲示板などを利用してインターネット上の不特定多数に悩み等を流し、相談する</li> <li>6. インターネットを利用して解決法を検索する</li> <li>7. その他( )</li> </ul>																														

この1か月で下記のA～Gのそれぞれの問題に関して、悩みや苦悩、ストレス、不満を感じることがありますか。(それぞれ1つに○)		ある	ない
問60	A 家庭の問題 (家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病等) B 病気など健康の問題 (自分の病気の悩み、身体の悩み、心の悩み等) C 経済的な問題 (倒産、事業不振、借金、失業、生活困窮等) D 勤労関係の問題 (転職、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働等) E 恋愛関係の問題 (失恋、結婚を巡る悩み等) F 学校の問題 (いじめ、学業不振、教師との人間関係等) G その他 (具体的に )		
問61	あなたはストレスを解消できていますか。(1つに○) 1. いつでもできる 2. とときどきできる 3. ほとんどできない 4. できない		
問62	悩みを抱えた時やストレスを感じた時に、誰かに相談したり、助けを求めたりすることは恥ずかしいことだと思いますか。あなたの考えに最も近いものに○をつけてください。(1つに○) 1. そう思う 2. どちらかというところ思う 3. どちらかというところ思わない 4. そうは思わない 5. わからない		
問63	下記の症状が2週間以上続くことが「うつ病のサイン」であることを、あなたは知っていますか。(1つに○)  1. よく知っている 2. 少しは知っている 3. 知らない 【うつ病のサイン】 ・自覚症状：眠れない、憂うつ、気分が悪い(沈む)、悲しい、イライラする、集中力がない、好きなこともやりたくなく、細かい事が気になる、決断が下せない、悪いことをしたように感じて自分を責める、死にたくなる ・周囲が気づく症状：表情が暗い、涙もろい、反応がおそい、落ち着きがない、飲酒量が増える ・身体症状：疲労・倦怠感、食欲不振、頭痛、下痢、便秘、性欲減退、喉の渇き、めまい		
問64	あなたは自分自身の「うつ病のサイン」を感じたことはありませんか。(1つに○) 1. はい 2. いいえ 3. わからない		
問65	あなたは自分自身の「うつ病のサイン」に気づいたとき、あなたは最初にどうしますか。(1つに○) 1. 身近な家族や友人に相談する 2. 精神科を受診する 3. 精神科以外の医療機関を受診する 4. 保健所に相談する 5. 市役所に相談する 6. なにもしない 7. わからない		
問66	身近な人の「うつ病のサイン」に気づいたとき、あなたは最初にどうしますか。(1つに○) 1. とりあえず声をかけて話をきく 2. 紹介できる相談先を知っていれば、話をきく 3. 第三者(家族、公的機関等)に伝え、直接声はかけない 4. 特に触れずにそっとしておく 5. その他 ( )		
問67	新型コロナウイルス感染症の影響により、わたしたちの生活様式は変化を余儀なくされました。これらの影響により、ストレスや不安に感じることがありますか。(1つに○) 1. ある →問67-小問2へ 2. ない →問68へ		

問67	前小問1で「1. ある」と回答された方におたずねします。ストレスや不安の内容について、当てはまるものをすべてお答えください。(あてはまるものすべてに○) 1. 人と会えないことによる寂しさ 2. 家族関係の不和 3. 進路・進学への不安 4. 育児疲れ 5. 介護疲れ 6. 生活苦 7. 事業不振 8. 漠然とした不安など 9. その他 ( )
問68	こころの健康に関連する相談窓口として、知っているものをすべてお答えください。(あてはまるものすべてに○) 1. 市役所 (保健センターや福祉担当課等) 2. 保健所 3. 県精神保健福祉センター 4. 滋賀県子ども・若者相談窓口 5. 市社会福祉協議会 6. 滋賀県自殺予防電話相談 7. こころの電話 8. 滋賀県こころのサポートしが(LINE相談) 9. こころのほっと相談 (対面相談) 10. こころダイヤル(子ども・子育て応援センター) 11. 滋賀いのちの電話 12. 知らない
問69	身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時、あなたはどうか対応しますか。(あてはまるものすべてに○) 1. 相談にのらない、もしくは話題を変える 2. 「頑張って生きよう」と励ます 3. 「死んではいけない」と説得する 4. 「つまらないことを考えるな」と叱る 5. 耳を傾けてじっくりと話を聞く 6. 医療機関にかかるよう勧める 7. 解決策を一緒に考える 8. 一緒に相談機関を探す 9. その他 ( ) 10. 何もしない 11. わからない
問70	自殺予防対策における「ゲートキーパー」という言葉を知っていますか。(1つに○) 1. 知っている 2. 聞いたことはあるがよく知らない 3. 知らない (今回の調査ではじめて聞いた場合を含む) ※ゲートキーパー：悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて必要な支援につなげ、見守る人。
問71	本市ではこころの健康に関する取組として、自殺対策計画に基づき、自殺や精神疾患についての正しい知識の普及に取り組んでいます。自殺について、あなたの考えに近いもの(そう思うもの)をすべて選んでください。(あてはまるものすべてに○) 1. 自殺を口にする人は実際に自殺するつもりはない 2. ほとんどの自殺は予兆なく起こる 3. 自殺の危機にある人は死ぬ決意をしている 4. 自殺の危機にある人は、その後もずっと自殺の危機から逃れられない 5. 精神疾患のある人だけが自殺する 6. 自殺の危機にある人と、自殺について話すことはよくない (自殺を促しているようにとらえられるかも) 7. どれもあてはまらない

## X 地域医療に関することについておたずねします

小問1	病氣や健康について気軽に相談できる「内科のかかりつけ医」をお持ちですか。(1つに○) 1. もっている→問72へ 2. もっていない→問72-小問2へ
問72	前小問1で「2. もっていない」とお答えの方におかいかいします。「内科のかかりつけ医」を「もっていない」理由は何ですか。(1つに○) 1. 受診をする機会が少ないから 2. 医療機関の情報を知らないから 3. 病気になる時は総合病院に受診すればいいから 4. 詳しい検査ができないから 5. その他( )
小問1	お薬のことについて気軽に相談できる「かかりつけ薬局(薬剤師)」をお持ちですか。(1つに○) 1. もっている→問74へ 2. もっていない→問73-小問2へ
問73	前小問1で「2. もっていない」とお答えの方におかいかいします。「かかりつけ薬局(薬剤師)」を「もっていない」理由は何ですか。(1つに○) 1. その都県受診した医療機関に近い薬局に行くから 2. かかりつけ薬局のメリットを感じないから 3. かかりつけ薬局の意味がわからないから 4. お薬手帳を持っており、どこかの薬局にも行けるから 5. 元々受診頻度が少なく、薬局に行くこともないから 6. その他( )
小問1	この1年間に休日や夜間などの、病院や診療所が診療していない時間帯に、急病や大きなケガになったことがありますか。(1つに○) 1. ある→問74-小問2へ 2. ない→問75へ
問74	前小問1で「1. ある」とお答えの方におかいかいします。その時あなたは、どのようにしましたか。(あてはまるものすべてに○) 1. 薬を飲んで様子を見た 2. 外傷の応急手当をして様子を見た 3. 何もせずに安静にし、翌日医療機関を受診した 4. 長浜米原(休日急患診療所)を受診した 5. 「かかりつけ医」に相談した 6. 総合病院に電話をして受診の相談をした 7. 救急車を使わないで、総合病院の救急を受診した 8. 救急車を呼んだ 9. その他( )
問75	近年、救急車の出動件数、搬送人員数はともに増えており、救急隊の現場までの到着時間も遅くなっていきます。また、救急車で搬送された人の約半数が入院を必要としない軽症という現状もあります。あなたは、その背景にどのようなことがあると考えますか。(1つに○) 1. 突然のことで、あわてているから 2. 相談する人が無く、どこに受診したらよいかわからないから 3. 納税者として、当然の権利という考えから 4. 使用料を取られないから 5. 必ず医療機関に搬送してもらえないから 6. 病院までの交通手段がないから 7. その他( )

小問1	中学生以下のお子さまがおられる方におかいかいします。 お子さまの「小児科又は内科のかかりつけ医」をもっていませんか。(1つに○) 1. もっている 2. もっていない
問76	お子さまは、この1年間に休日や夜間などの、病院や診療所が診療していない時間帯に、急病や大きなケガをしたことがありますか。(1つに○) 1. ある→問76-小問3へ 2. ない→問77へ
小問3	前小問2で「1. ある」とお答えの方におかいかいします。お子さまが急病や大きなケガをした時、あなたは、どのようにしましたか。(あてはまるものすべてに○) 1. 薬を飲んで様子を見た 2. 外傷の応急手当をして様子を見た 3. 何もせずに安静にさせて、翌日、医療機関を受診させた 4. 小児救急電話相談(短縮ダイヤル、#8000番)に相談した 5. 休日・夜間のお薬電話相談に相談した 6. 医療ネット滋賀で医療機関を検索した 7. 長浜米原(休日急患診療所)を受診させた 8. 「かかりつけ医」に相談した 9. 総合病院に電話をして受診の相談をした 10. 小児救急医療の当番病院を受診させた 11. 救急車を呼んだ 12. その他( )
問77	あなたは、通院できなくなった場合などに、医師や看護師などの訪問を受けながら自宅で治療・療養する「在宅医療」という方法があることを知っていますか。(1つに○) 1. 知っている 2. 名前を聞いたことはある 3. 知らない
問78	長浜市の在宅医療・看取りを推進するためには、どのようなことを入れる必要があると思いますか。(あてはまるものすべてに○) 1. 在宅医療や看取りなどに関する情報提供 2. 市民に向けた、在宅医療・看取りに関する啓発活動 3. 在宅医療・看取りに関する相談窓口の充実 4. 家族の負担を軽減するためのサービスの充実 5. 開業医と総合病院の連携 6. 医療機関と在宅の連携 7. 遠隔診療(オンライン診療など)の推進 8. その他( )
問79	医療や病気に関する情報を主に何から得ていますか。(3つまで○) 1. 市から(広報「なかはま」、パンフレット、ホームページなど) 2. 県から(広報紙、パンフレット、ホームページなど) 3. テレビ、ラジオ 4. 新聞、雑誌 5. 専門書 6. 病院、診療所、かかりつけ医 7. 家族、友人・知人、近隣の人 8. SNS (Twitterなど) 9. その他( )

	3つまで選んでください	十分 得られている	得られているが 不足している	得られて いない
	A どこどのような医療機関があるかについての情報	1	2	3
	B 休日・夜間の緊急時の医療機関についての情報	1	2	3
	C がん・心臓病・脳卒中など特定の病気の専門医療機関についての情報	1	2	3
問80	D 物忘れや認知症に対応してくれる医療機関の情報	1	2	3
	E 訪問看護ステーションについての情報	1	2	3
	F リハビリテーションについての情報	1	2	3
	G 医療の受け手や、セカンドオピニオン <sup>※</sup> についての情報	1	2	3
	H 急病や外傷時の応急処置に関する情報	1	2	3
	I 車の運転や救急が受け合っている情報	1	2	3
	J その他 ( )			
	K 特になし			
	※主治医とは違う医療機関の医師に、診断や治療方針について意見を求めること			
問81	住み慣れた地域で安心して医療を受けられるためにどのようなことをすれば良いと考えますか。自由に記入ください。			

**XI しょうがい福祉社に関することについておたずねします**  
「長浜市しょうがい福祉プラン」の策定の参考とするため、市民の皆さまのしょうがい福祉社に関するご理解やご認識について回答へのご協力をお願いいたします。

	しょうがいのあの人とない人がお互いに理解し合うために重要だと感じることは何ですか。 (3つまで)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 学校での福祉教育の充実</li> <li>2. 交流の機会を作る</li> <li>3. ボランティア活動を盛んにする</li> <li>4. しょうがいに関する広報・啓発の充実</li> <li>5. 手話等のコミュニケーション手段を学べる講座の充実</li> <li>6. しょうがいへの理解を深める講演会等への参加</li> <li>7. しょうがい者か外出・活動する環境の整備</li> <li>8. 一緒に働く機会の充実</li> <li>9. わからない</li> </ol>
問82		
	「ヘルプマーク」 <sup>※</sup> について知っていますか。(1つに○)	
問83	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 意味も含めて知っている</li> <li>2. 意味は知らないが、見聞きしたことがある</li> <li>3. 知らない(今回の調査ではじめて聞いた場合を含む)</li> </ol> <p>※ヘルプマークは、難足や人工関節を使用している方、内服降糖薬や難病の方、妊娠初期の方、認知症の方など外見からは分からなくても援助や配慮を必要としている方々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることで、援助を得やすくできるよう作成されたマークです。</p>	ヘルプマーク
	しょうがいのあの人を支援したことがありますか。(あてはまるものすべてに○)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 電車やバスなどで席を譲った</li> <li>2. 車いすを押したり、階段で手助けをした</li> <li>3. 相談相手・話し相手</li> <li>4. 買い物や通院等の外出の付添い</li> <li>5. 食事や掃除等の家事</li> <li>6. 一緒に遊んだ</li> <li>7. 経済的な援助</li> <li>8. 特になし</li> <li>9. その他 ( )</li> </ol>
問84		
	「障害者差別解消法」 <sup>※</sup> について知っていますか。(1つに○)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 法律の内容を知っている</li> <li>2. 内容は知らないが言葉は聞いたことがある</li> <li>3. 知らない(今回の調査ではじめて聞いた場合を含む)</li> </ol> <p>※この法律はしょうがいのあの人とない人も互いにその人らしさを認め合いながら、共に生きる社会を目指し、しょうがい者への不当な差別的扱いを禁止し、合理的配慮の提供を求めています。 「合理的配慮」とは、しょうがいのあの人から何らかの対応を必要としているとの意思が伝えられた時に、負担が重すぎない範囲で対応する配慮のことです。例えば、出入り口に段差がある場合はスロープを設置する等。</p>
問85		
	質問は以上です。ご協力ありがとうございました。	

(2) こども向け (食べることに関するアンケート) 調査票

「食べることに関するアンケート」

長浜市では、「健康で輝けるまち長浜」を目指して、『健康ながはま21』という計画に取り組んでいます。その計画のためのアンケートにご協力ください。

- 問1. 食事を楽しみだと思えますか？
1. はい 2. いいえ
- 問2. 食事は3回 (朝ごはん・昼ごはん・夕ごはん) 食べていますか？
1. はい 2. いいえ
- 問3. 家族や誰かと一緒に朝ごはんを食べるのは週に何日くらいですか？
1. 週3日以上 2. 週2日くらい  
3. 週1日くらい 4. 一緒に食べない
- 問4. 家族や誰かと一緒に夕ごはんを食べるのは週に何日くらいですか？
1. 週3日以上 2. 週2日くらい  
3. 週1日くらい 4. 一緒に食べない

問5. バランスの良い食事を心がけていますか。  
※バランスの良い食事とは、主食 (ごはん、パン、うどん)、主菜 (魚・肉・大豆・卵、牛乳)、副菜 (野菜、きのこなど) などを組み合わせる食事を言います。

1. 1日1食、バランスの良い食事を食べている
2. 1日2食以上、バランスの良い食事を食べている
3. 週に数回、バランスの良い食事を食べている
4. バランスの良い食事は食べていない

裏面につづく

- 問6. 食生活で気をつけているのは次のうちどれですか。  
あてはまるものをすべてに○をしてください。
1. お腹いっぱい食べすぎない 2. おかしや甘い飲み物を食べすぎない  
3. 夜遅い時間に食べない 4. 好き嫌いをしない  
5. 野菜を多くとる 6. 塩分をとりすぎない  
7. よく噛んで食べる 8. 食事は野菜から食べる  
9. 脂っこいものを食べすぎない 10. 何もしていかない
- 問7. 食べ物を残して捨てることは「もったいない」と思えますか？
1. はい 2. いいえ
- 問8. この1年間で米や野菜を収穫したことがありますか？
1. はい 2. いいえ
- 問9. 次の郷土食 (食べ物のうち、  
知っている場合は数字1に○をしてください。  
(郷土食)

	知っている	食べたことがある
①えび豆	1	1
②小鮎のあめだき	1	1
③鯖そうめん	1	1



ご協力ありがとうございました。

健康ながはま21アンケート調査・  
食事に関するアンケート調査  
結果報告書

---

発行日 令和5年3月  
発行者 長浜市役所 健康福祉部 健康企画課  
〒526-0845 滋賀県長浜市小堀町32番地の3  
電話 0749-65-7779