

「健康ながはま 21」に関する アンケート調査結果報告書

平成 30 年度

長 浜 市

目次

1.	調査の概要	
	(1) 調査目的	2
	(2) 調査対象	2
	(3) 調査期間・方法	2
	(4) 回収状況	2
2.	調査結果	
	Ⅰ あなたの家族や生活状況について	3
	Ⅱ 食事について	13
	Ⅲ 運動について	20
	Ⅳ 喫煙について	24
	Ⅴ 飲酒について	32
	Ⅵ 歯科について	35
	Ⅶ 健康管理について	37
	Ⅷ 心と休養について	42
	Ⅸ 自殺予防について	52
	Ⅹ 地域医療に関することについて	54
	Ⅺ 自由記述まとめ	67

1. 調査の概要

(1) 調査の目的

本調査は、健康ながはま 21（健康増進計画）の評価および改定をするにあたって、市民の意識などを把握し、効果的な保健事業の実施をめざすため、アンケート調査を行い、その調査結果の分析を総合的に行いました。

(2) 調査対象

住民基本台帳により、16 歳以上の市民から 3,000 人を無作為に抽出しました。

(3) 調査期間・方法

平成 30 年 7 月 1 日から平成 30 年 7 月 31 日まで郵便による配布・回収を行いました。

(4) 回収状況

- 配布数 : 3,000 件
- 回収数 : 有効回答数 958 件
- 回収率 : 31.9%
- 完全回答率 : 2.1%（※958 件の回答のうち欠損なく記載された割合）

2. 調査結果

I. あなたの家族や生活状況について

(1) 性別 【問 1】

回答者の性別は、「女性」が54.0%、「男性」が40.1%となっています。

問 1 性別			
No.	カテゴリー名	n	%
1	男性	384	40.1
2	女性	517	54.0
	無効回答（欠損・誤答）	57	5.9
	全体	958	100.0

(2) 居住地域 【問 2】

居住地域については、「長浜地域」が15.4%で、以下「神照地域」10.8%、「高月地域」9.6%と続いています。

問 2 居住地域...(S A)			
No.	カテゴリー名	n	%
1	長浜地域（第1～9 連合）	148	15.4
2	六荘地域	86	9.0
3	西黒田地域	22	2.3
4	神田地域	12	1.3
5	南郷里地域	68	7.1
6	神照地域	103	10.8
7	北郷里地域	18	1.9
8	湯田地域	36	3.8
9	田根地域	21	2.2
10	下草野地域	16	1.7
11	七尾地域	8	0.8
12	上草野地域	10	1.0
13	びわ地域	54	5.6
14	虎姫地域	38	4.0
15	小谷地域	19	2.0
16	こほく地域（速水）	33	3.4
17	朝日地域	23	2.4

18	高月地域	92	9.6
19	杉野地域	3	0.3
20	高時地域	12	1.3
21	木之本地域	33	3.4
22	伊香貝地域	13	1.4
23	余呉地域	27	2.8
24	西浅井地域	30	3.1
25	地域不明（自由記述）	8	0.8
	無効回答（欠損・誤答）	25	2.6
	全体	958	100.0

◆その他の記述回答

- ・勝町
- ・高月
- ・小堀町
- ・平方町
- ・小堀町
- ・祇園

（３）年齢 【問３】

年齢については、「70 歳以上」が 32.4%で、以下「65～69 歳」11.8%、「60～64 歳」9.0%と続いています。

問３ 年齢			
No.	カテゴリー名	n	%
1	19 歳以下	25	2.6
2	20～24 歳	30	3.1
3	25～29 歳	32	3.3
4	30～34 歳	57	5.9
5	35～39 歳	49	5.1
6	40～44 歳	53	5.5
7	45～49 歳	52	5.4
8	50～54 歳	61	6.4
9	55～59 歳	82	8.6
10	60～64 歳	86	9.0
11	65～69 歳	113	11.8
12	70 歳以上	310	32.4
	無効回答（欠損・誤答）	8	0.8
	全体	958	100.0

（４）職業 【問 4】

職業については、「勤務者（夜勤なし）」が 33.1%で、以下「無職」31.5%、「主婦」17.8%と続いています。

問 4 職業...(SA)			
No.	カテゴリー名	n	%
1	高校生	11	1.1
2	大学生（専門学校・短大・大学院含む）	23	2.4
3	勤務者（夜勤あり）	49	5.1
4	勤務者（夜勤なし）	317	33.1
5	自営業	71	7.4
6	主婦	171	17.8
7	無職	302	31.5
	無効回答（欠損・誤答）	14	1.5
	全体	958	100.0

（５）身長・体重 【問 5】

身長については、「155～160cm 未満」が 18.6%で最も多く、以下「160～165cm 未満」17.7%、「150～155 未満」16.0%と続いています。

体重については、「50～55kg 未満」が 18.5%で最も多く、以下「55～60kg 未満」14.5%、「45～50kg 未満」13.7%と続いています。

問 5- 身長			
No.	カテゴリー名	n	%
1	145cm 未満	15	1.6
2	145cm 以上 150cm 未満	48	5.0
3	150cm 以上 155cm 未満	153	16.0
4	155cm 以上 160cm 未満	178	18.6
5	160cm 以上 165cm 未満	170	17.7
6	165cm 以上 170cm 未満	127	13.3
7	170cm 以上 175cm 未満	120	12.5
8	175cm 以上 180cm 未満	52	5.4
9	180cm 以上	29	3.0
	無効回答（欠損・誤答）	66	6.9
	全体	958	100.0

問 5- 体重			
No.	カテゴリー名	n	%
1	40kg 未満	18	1.9
2	40kg 以上 45kg 未満	61	6.4
3	45kg 以上 50kg 未満	131	13.7
4	50kg 以上 55kg 未満	177	18.5
5	55kg 以上 60kg 未満	139	14.5
6	60kg 以上 65kg 未満	118	12.3
7	65kg 以上 70kg 未満	91	9.5
8	70kg 以上 75kg 未満	60	6.3
9	75kg 以上 80kg 未満	33	3.4
10	80kg 以上 85kg 未満	23	2.4
11	85kg 以上 90kg 未満	11	1.1
12	90kg 以上	14	1.5
	無効回答（欠損・誤答）	82	8.6
	全体	958	100.0

（6-1）同居家族の有無 【問 6-1】

同居家族については、「家族と同居している」が88.2%、「一人暮らしである」8.9%となっています。

問 6-1 家族との同居			
No.	カテゴリー名	n	%
1	一人暮らしである	85	8.9
2	家族と同居している	845	88.2
	無効回答（欠損・誤答）	28	2.9
	全体	958	100.0

（6-2）同居家族の続柄 【問 6-2】

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81.4%で最も多く、次いで「子ども」52.0%、「母親（義母）」25.8%の順となっています。

問 6-2 同居家族の内訳			
No.	カテゴリー名	n	%
1	配偶者(夫妻)	688	81.4
2	父親（義父）	149	17.6
3	母親（義母）	218	25.8
4	祖父（義祖父）	19	2.2

5	祖母（義祖母）	27	3.2
6	子ども	439	52.0
7	子どもの配偶者	93	11.0
8	孫	94	11.1
9	孫の配偶者	8	0.9
10	兄弟姉妹	62	7.3
11	その他	10	1.2
	無効回答（欠損・誤答）	36	4.3
	全体	845	100.0

○同居家族の人数

家族と同居している人に同居者の人数（自分を含む）をたずねたところ、「3人」が18.7%、「4人」14.6%「3人」14.3%の順となっています。

問 6-2 同居の人数(自分を含む)			
No.	カテゴリー名	n	%
1	2人	121	14.3
2	3人	158	18.7
3	4人	123	14.6
4	5人	91	10.8
5	6人	54	6.4
6	7人	30	3.6
7	8人	6	0.7
8	9人	1	0.1
9	10人	0	0.0
	無効回答（欠損・誤答）	257	30.4
	非該当	4	0.5
	全体	845	100.0

（7-1）健康づくりの普段の取り組み【問 7-1】

健康づくりの普段の取り組みをたずねたところ、「運動している」が68.8%、「趣味や気晴らしの時間をつくっている」、「歯磨きなどお口の清潔を保っている」が54.8%、「タバコを吸わない」が47.4%の順となっています。

問 7-1 健康づくりの普段の取り組み ...(MA)			
No.	カテゴリー名	n	%
1	運動している	659	68.8
2	趣味や気晴らしの時間をつくっている	525	54.8
3	休養を十分にとっている	324	33.8
4	食事の内容や質に注意している	371	38.7
5	睡眠を十分にとっている	395	41.2
6	定期的に健診を受けている	422	44.1
7	規則正しい生活をしている	380	39.7
8	タバコを吸わない	454	47.4
9	歯磨きなどお口の清潔を保っている	525	54.8
10	血圧を定期的に測っている	298	31.1
11	体重を定期的に測っている	412	43.0
12	アルコールの摂取量に気を付けている	198	20.7
13	その他（自由記述）	16	1.7
	無効回答（欠損・誤答）	45	4.7
	全体	958	100.0

◆その他の自由記述回答

- ・栄養をサプリメントで補っている
- ・運動まではいかないが、ストレッチをしている
- ・休養・睡眠を取るよう心掛けている
- ・月1回、医院で診察を受けている
- ・元気に毎日が過ごせる。
- ・不みん症
- ・コラーゲン入りの食物を取るようになっている
- ・散歩・自転車ツーリング
- ・すでにねたきり
- ・かかりつけの医師
- ・ストレッチ
- ・家の事、畑の草とり
- ・要介護の身
- ・糖質を注意して減らしている

（7-2）あなたにとって健康のイメージ【問 7-2】自由記述

※巻末に記載

（8）どのような手段で健康に役立つ情報を得ているか【問 8】

どのような手段で健康に役立つ情報を得ているかをたずねたところ、「テレビ」が31.1%、「インターネット」が9.2%、「新聞」が6.9%の順となっています。

問 8	どのような手段で健康に役立つ情報を得ているか		
No.	カテゴリー名	n	%
1	新聞	66	6.9
2	雑誌又は週刊誌	23	2.4
3	テレビ	298	31.1
4	インターネット	88	9.2
5	広報	20	2.1
6	市のホームページ	1	0.1
7	健康に関連する講演会など	6	0.6
8	地域で開かれる健康関連のイベント	12	1.3
9	健康推進員の活動	9	0.9
10	その他（自由記述）	27	2.8
	無効回答（欠損・誤答）	388	40.5
	非該当	20	2.1
	全体	958	100.0

◆その他の自由記述回答（一部）

- スポーツジム
- 病院においてある冊子
- 人に聞いて
- ウォーキング、孫のサッカーの応援
- 病院
- 友人

（9-1）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【問 9-1】

「むびょうたんプラス1」を知っているかをたずねたところ、「知らない」が90.1%、「知っている」が6.5%となっています。

問 9-1	むびょうたんプラス1		
No.	カテゴリー名	n	%
1	知っている	62	6.5
2	知らない	863	90.1
	無効回答（欠損・誤答）	33	3.4
	全体	958	100.0

(9-2)「むびょうたんプラス1」を知ったきっかけ【問9-2】

「むびょうたんプラス1」を知ったきっかけをたずねたところ、「広報」が58.1%、「健康推進課が配布したチラシ」が27.4%の順と「地域の健康イベント」が21.0%になっています。

問9-2 「むびょうたんプラス1」を知ったきっかけ			
No.	カテゴリー名	n	%
1	出前講座	3	4.8
2	地域の健康イベント	13	21.0
3	広報	36	58.1
4	健康推進課が配布したチラシ	17	27.4
5	その他（自由記述）	5	8.1
	全体	62	100.0

◆その他の自由記述回答

- 健康ウォーク
- 子どもから
- 学校の講義

(10) 家計の状況について【問10】

家計の状況をたずねたところ、「どちらとも言えない」が31.8%、「ある程度余裕がある」が27.5%、「あまり余裕がない」が26.3%の順となっています。

問10 家計の状況について			
No.	カテゴリー名	n	%
1	全く余裕がない	99	10.3
2	あまり余裕がない	252	26.3
3	どちらとも言えない	305	31.8
4	ある程度余裕がある	263	27.5
5	かなり余裕がある	17	1.8
	無効回答（欠損・誤答）	22	2.3
	非該当	958	100.0
	全体	99	10.3

（１１）最終学歴について【問 11】

最後に卒業した学校をたずねたところ、「高等学校」が 39.6%、「大学」が 18.1%、「中学校」が 17.4%の順となっています。

問 11	最終学歴		
No.	カテゴリー名	n	%
1	小学校	19	2.0
2	中学校	167	17.4
3	高等学校	379	39.6
4	専門学校	75	7.8
5	短期大学	109	11.4
6	大学	173	18.1
7	大学院	13	1.4
8	その他（自由記述）	10	1.0
	無効回答（欠損・誤答）	13	1.4
	全体	958	100.0

◆その他の自由記述回答（一部）

- ・女学校
- ・旧制中学校

（１２）子どもの年代 【問 12】

子どもの年代については、「小学生」が 18.9%、「3 歳未満」17.0%となっています。

また、「中学生までの子どもはいない」は 61.7%となっています。

問 12	子どもの学齢（学年）		
No.	カテゴリー名	n	%
1	3 歳未満	69	17.0
2	3 歳以上小学校入学前	49	12.0
3	小学生	77	18.9
4	中学生	45	11.1
5	中学生までの子どもはいない	251	61.7
	全体	407	100.0

(13) 地域とのつながり 【問 13】

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、「どちらかとも言えない」が 32.3%でもっとも多い結果となりました。

「どちらかと言えばそう思う」29.0%、「そう思う」15.2%とを合わせるとの約 44.2%の人がつながりは強いほうだと思っていることがわかります。

問 13	地域とのつながり		
No.	カテゴリー名	n	%
1	そう思う	146	15.2
2	どちらかと言えばそう思う	278	29.0
3	どちらとも言えない	309	32.3
4	どちらかと言えばそう思わない	111	11.6
5	そう思わない	91	9.5
	無効回答（欠損・誤答）	23	2.4
	全体	958	100.0

(14) ボランティアやNPO等の市民活動への参加【問 14】

ボランティアやNPO等の市民活動への参加をたずねたところ、「はい」が 15.9%、「いいえ」が 81.2%の結果であった。

問 14	ボランティアや NPO 等の参加		
No.	カテゴリー名	n	%
1	はい	152	15.9
2	いいえ	778	81.2
	無効回答（欠損・誤答）	28	2.9
	全体	958	100.0

（15）子育てに関する情報について【問 15】

子育てに関する情報はどのようなものを参考にするかをたずねたところ、「テレビ・ラジオ」が 35.9%、「新聞・チラシ」が 19.6%、「友人」が 19.4%の順となっています。

問 15 子育てに関する情報			
No.	カテゴリー名	n	%
1	テレビ・ラジオ	344	35.9
2	新聞・チラシ	188	19.6
3	育児書	61	6.4
4	広報誌	120	12.5
5	友人	186	19.4
6	両親	113	11.8
7	通信機器（インターネット、SNS、アプリなど）	173	18.1
8	地域の相談者（民生委員、主任児童委員など）	17	1.8
9	子育て支援センター・子育てサークル	51	5.3
10	保健センター	22	2.3
11	その他（自由記述）	36	3.8
	無効回答（欠損・誤答）	398	41.5
	全体	958	100.0

◆その他の自由記述回答（一部）

- ・保育園の先生
- ・PTA の研修会

Ⅱ. 食事について

（1）食事を楽しみとを感じるか 【問 16】

食事を楽しみとを感じるかについては、「はい」が 89.0%、「いいえ」 9.0%でほとんどの人が食事を楽しみと感じています。

問 16 食事を楽しみとを感じるか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	はい	853	89.0
2	いいえ	86	9.0
	無効回答（欠損・誤答）	19	2.0
	全体	958	100.0

（2-1）朝食を食べるか 【問 17-1】

朝食を食べるかについては、「毎日食べる」が85.8%で最も多く、ほとんどの人が毎日食べていることがわかります。一方「食べない」は3.3%となっています。

問 17-1 朝食を食べるか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	毎日食べる	822	85.8
2	だいたい食べる	60	6.3
3	時々食べる	37	3.9
4	食べない	32	3.3
	無効回答（欠損・誤答）	7	0.7
	全体	958	100.0

（2-2）朝食の内容 【問 17-1】

朝食を食べる人にその内容をたずねたところ、「ごはんと汁物とおかず」が30.6%で最も多く、次いで「ごはんとおかず」19.6%、「パンと汁物」15.1%の順となっています。

問 17-2 朝ごはんの内容			
No.	カテゴリー名	n	%
1	ごはんだけ	17	1.8
2	パンだけ	55	6.0
3	ごはんと汁物	56	6.1
4	パンと汁物(牛乳を含む)	139	15.1
5	ごはんと汁物とおかず	281	30.6
6	パンと汁物(牛乳を含む)とおかず	70	7.6
7	ごはんとおかず	180	19.6
8	パンとおかず	25	2.7
9	その他	61	6.6
	無効回答（欠損・誤答）	35	3.8
	全体	919	100.0

◆その他の記述回答（一部） ＜朝食の内容＞

- ・ご飯・パン・麺類など毎日ちがう
- ・パンとヨーグルト・プロティン
- ・スムージー

（３）食生活で気をつけているもの 【問 18】

食生活で気をつけているものについては、「野菜を多く摂るように心がける」が 62.4%と過半数を超えており、「バランスの良い食事を心がけている」が 53.8%、「食事の量を調整している」46.7%の順となっています。

問 18 食生活で気をつけているもの			
No.	カテゴリー名	n	%
1	食事の量を調整している	447	46.7
2	お菓子や甘い飲み物の量を控えている	314	32.8
3	バランスの良い食事を心がけている	515	53.8
4	夜遅い時間の食事を控えている	373	38.9
5	特定の食品を食べ過ぎない	166	17.3
6	家族と一緒に食事を摂る	353	36.8
7	友人と一緒に食事を摂る	34	3.5
8	野菜を多く摂るように心がける	598	62.4
9	何もしていない	59	6.2
10	その他（自由記述）	20	2.1
	無効回答（欠損・誤答）	15	1.6
	全体	958	100.0

◆その他の自由記述回答（一部）

- ・一日３食、腹八分目
- ・油をひかえる

（４）食育に関心があるか 【問 19】

「食育」に関心があるかについては、「どちらかといえば関心がある」が 40.0%、「関心がある」が 22.7%であった。過半数以上が「食育」への関心をもっていることが伺われる。

問 19 「食育」に関心があるか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	関心がある	217	22.7
2	どちらかといえば関心がある	384	40.1
3	どちらかといえば関心がない	145	15.1
4	関心がない	71	7.4
5	わからない（食育という言葉を知らない）	89	9.3
	無効回答（欠損・誤答）	52	5.4
	全体	958	100.0

(5) 家族と一緒に食事を摂る機会 【問 20】

家族と一緒に食事を摂るのは週に何日くらいかをたずねたところ、「週 3 日以上は食べる」が 72.9%で最も多く、次いで「一人暮らしである」7.6%、「週 2 日以上」7.5%の順となっており、多くの人が週 3 日以上家族と一緒に食事を摂っていることがわかった。

問 20 家族と一緒に食事を摂るのは週に何日くらいか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	週 3 日以上は食べる	698	72.9
2	週 2 日以上は食べる	72	7.5
3	週 1 日ぐらいは食べる	34	3.5
4	一緒に食べる日はない	43	4.5
5	一人暮らしである	73	7.6
	無効回答（欠損・誤答）	38	4.0
	全体	958	100.0

(6) 塩分のとりすぎについて 【問 21】

塩分のとりすぎに気をつけているかについては、「はい」が 77.5%で、「いいえ」21.5%となっており、気をつけていない人が約 2 割いることがわかります。

問 21 塩分の取り過ぎに気を付けているか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	はい	742	77.5
2	いいえ	206	21.5
	無効回答（欠損・誤答）	10	1.0
	全体	958	100.0

(7) おかずに調味料を使うか 【問 22】

出来上がったおかずや漬け物に調味料をかけるかどうかについては、「いいえ」が 69.7%で過半数を占め、「はい」は 29.2%となっています。

問 22 出来た料理に調味料をかけるか...(SA)			
No.	カテゴリー名	n	%
1	はい	280	29.2
2	いいえ	668	69.7
	無効回答（欠損・誤答）	10	1.0
	全体	958	100.0

(8) 旬の食材を取り入れているか 【問 23】

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、「はい」が86.2%で、ほとんどの人が取り入れるようにしていると回答しています。「いいえ」は11.6%となっています。

問 23 家庭で旬の食材を取り入れているか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	はい	826	86.2
2	いいえ	111	11.6
	無効回答（欠損・誤答）	21	2.2
	全体	958	100.0

(9) 郷土食についての認知度など 【問 24】

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」については、三つともに約7割の回答がみられ、認知度が高いことがわかります。

「作ることができるもの」については、「子鮎(いさざ)のあめだき」が29.7%で最も多く、次いで「鯖そうめん」28.7%「えび豆」23.1%の順となっています。

「後世に伝えたいもの」についても、「子鮎(いさざ)のあめだき」が43.1%で最も多くなっています。

問 24 (郷土食) 1 知っているもの			
No.	カテゴリー名	n	%
1	えび豆	668	69.7
2	子鮎(いさざ)のあめだき	655	68.4
3	鯖そうめん	683	71.3
	無効回答（欠損・誤答）	163	17.0
	全体	958	100.0

問 24 (郷土食) 2 作ることができるもの			
No.	カテゴリー名	n	%
1	えび豆	221	23.1
2	子鮎(いさざ)のあめだき	285	29.7
3	鯖そうめん	273	28.7
	無効回答（欠損・誤答）	128	13.4
	全体	958	100.0

問 24 （郷土食）3 後世に伝えたいもの			
No.	カテゴリー名	n	%
1	えび豆	359	37.5
2	子鮎(いさざ)のあめだき	413	43.1
3	鯖そうめん	385	40.2
	無効回答（欠損・誤答）	116	12.1
	全体	958	100.0

（10）地元の農産物を優先購入するか 【問 25】

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は、「はい」が 56.3%で過半数を占め、「いいえ」が 39.7%となっています。

問 25 地元の農産物を優先的に買うか...(S A)			
No.	カテゴリー名	n	%
1	はい	539	56.3
2	いいえ	380	39.7
	無効回答（欠損・誤答）	39	4.1
	全体	958	100.0

（11）認証マークの認知度 【問 26】

環境こだわり農産物認証マークの認知度については、「見たことはあるが、意味は知らない」が 41.9%で最も多く、次いで「見たことがない」35.4%となっています。「見たことがあり、意味も知っている」は 19.4%にとどまっています。

問 26 環境こだわり農産物認証マークの認知度...(S A)			
No.	カテゴリー名	n	%
1	見たことがない	339	35.4
2	見たことはあるが、意味は知らない	401	41.9
3	見たことがあり、意味も知っている	186	19.4
	無効回答（欠損・誤答）	32	3.3
	全体	958	100.0

(12) 市場や直売所のイベント参加（過去1年間） 【問27】

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かについては、「いいえ」が76.8%と多数を占め、「はい」は21.8%にとどまっています。

問27 過去1年間に市場などのイベントに参加したか...(SA)			
No.	カテゴリー名	n	%
1	はい	209	21.8
2	いいえ	736	76.8
	無効回答（欠損・誤答）	13	1.4
	全体	958	100.0

(13) あなたの適正体重を知っていますか 【問28】

適正体重について知っているかをたずねたところ。「はい」が74.6%であり、7割以上が自身の適正体重について知っているという回答であった。

問28 あなたの適正体重を知っていますか...(SA)			
No.	カテゴリー名	n	%
1	はい	715	74.6
2	いいえ	224	23.4
	無効回答（欠損・誤答）	19	2.0
	全体	958	100.0

Ⅲ. 運動について

(1) 徒歩 10 分の距離に出かける方法 【問 29】

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」が 40.9%で最も多く、次いで「自転車」30.5%となっています。

問 29 徒歩 10 分の距離に出かける方法			
No.	カテゴリー名	n	%
1	徒歩	244	25.5
2	自転車	292	30.5
3	自動車やバイク(バスやタクシーを含む)	392	40.9
	無効回答(欠損・誤答)	30	3.1
	全体	958	100.0

(2) プラス 10 分多く身体を動かすことが健康に良いことの認知度 【問 30】

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知っているかたずねると、「知っている」が 53.3%、「知らない」が 44.6%であった。

問 30 プラス 10 分身体を動かすと健康に良いことの認知度			
No.	カテゴリー名	n	%
1	知っている	511	53.3
2	知らない	427	44.6
	無効回答(欠損・誤答)	20	2.1
	全体	958	100.0

(3-1) 日ごろ運動をしているか 【問 31-1】

日ごろ運動を実行しているかについては、「まったくしていない」が 31.6%で最も多く、次いで「時々している」が 26.7%でした。「継続して実行している」は 23.0%となっています。

問 31 日頃運動を実行しているか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	継続して実行している	220	23.0
2	時々している	256	26.7
3	以前はしていたが現在はしていない	151	15.8
4	まったくしていない	303	31.6
	無効回答(欠損・誤答)	28	2.9
	全体	958	100.0

（3-2）運動を1年以上継続しているか 【問31-2】

運動を1年以上継続しているかをたずねたところ、「はい」が75.8%、「いいえ」が17.9%であった。

問31-2 運動を1年以上継続しているか...(SA)			
No.	カテゴリー名	n	%
1	はい	361	75.8
2	いいえ	85	17.9
	無効回答（欠損・誤答）	30	6.3
	全体	476	100.0

（3-3）運動の理由 【問31-3】

運動の理由をたずねたところ、「健康の維持・増進のため」が74.4%、「楽しみや気晴らしのため」が50.2%、「からだを動かすのが好きなため」が25.8%の順となっています。

問31-3 運動の理由			
No.	カテゴリー名	n	%
1	楽しみや気晴らしのため	239	50.2
2	健康の維持・増進のため	354	74.4
3	家族や友人とふれあうため	94	19.7
4	美容・肥満解消になるため	114	23.9
5	からだを動かすのが好きなため	123	25.8
6	時間があるため	69	14.5
7	興味があるため	67	14.1
8	周りの人たちがしているため	14	2.9
9	運動教室や健康行事があったため	29	6.1
10	医師、保健師、看護師、家族などに勧められたため	48	10.1
11	その他（自由記述）	22	4.6
	無効回答（欠損・誤答）	4	0.8
	全体	476	100.0

◆その他の自由記述回答（一部）

- ・仕事柄
- ・ポケモンGOをしているため

（3-4）どうすれば運動しようと思うか 【問 31-4】

どうすれば運動しようと思うかをたずねたところ、「運動をする余裕ができる」が 20.0%、「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 13.4%、「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 8.0%の順となっています。

問 31-4 どうすれば運動しようと思うか			
No.	カテゴリー名	n	%
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	95	13.4
2	景品などがもらえる	8	1.1
3	運動をする余裕ができる	142	20.0
4	医師に指導される	36	5.1
5	健康診断で指摘される	35	4.9
6	会社などが率先して運動するように勧める	7	1.0
7	指導者などに管理してもらう	21	3.0
8	具体的な目標をつくる（体重など）	48	6.8
9	普段の日常生活で気軽に身体を動かす生活環境が整う	57	8.0
10	スマートフォンのアプリなどで運動量が管理できる	7	1.0
11	その他（自由記述）	41	5.8
	無回答	204	28.7
	非該当	7	1.0
	全体	710	100.0

◆その他の自由記述回答（一部）

- ・時間の余裕
- ・体重の増加時

（4）やっている・やってみたい活動 【問 32】

やっている・やってみたい活動をたずねたところ、「ウォーキング」が 60.3%、「体操（家で中・軽度）」が 33.7%、「グラウンドゴルフ」が 22.9%の順となっています。

問 32 やっている・やってみたい活動			
No.	カテゴリー名	n	%
1	ウォーキング	578	60.3
2	体操（家で中・軽度）	323	33.7
3	太極拳	85	8.9
4	ランニング	194	20.3
5	ダンス	112	11.7
6	水泳	174	18.2
7	ボウリング	72	7.5
8	グラウンドゴルフ	219	22.9
9	卓球	94	9.8

10	バレー・ビーチバレー	33	3.4
11	野球・ソフトボール	35	3.7
12	部活動（学校等の）	16	1.7
13	テニス	62	6.5
14	ヨガ	160	16.7
15	ジョギング	58	6.1
16	ゴルフ	66	6.9
17	サッカー・フットサル	26	2.7
18	ジム通い	131	13.7
19	ながはま健康ウォーク	25	2.6
20	行っていない	75	7.8
21	その他（自由記述）	57	5.9
	無効回答（欠損・誤答）	68	7.1
	全体	958	100.0

◆その他の自由記述回答（一部）

- ・バドミントン
- ・バスケットボール
- ・登山

（5）ロコモティブシンドロームの認知度【問 33】

ロコモティブシンドロームを知っているかをたずねたところ、「言葉自体は聞いたことがなく、知らない」が59.9%、「言葉だけは聞いたことがある」が24.7%、「どんな状態をあらわすのかよく知っている」が8.9%の順となっています。

問 33 ロコモティブシンドロームを知っているか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	どんな状態をあらわすのかよく知っている	85	8.9
2	言葉だけは聞いたことがある	237	24.7
3	言葉自体は聞いたことがなく、知らない	574	59.9
	無効回答（欠損・誤答）	62	6.5
	全体	958	100.0

Ⅳ. 喫煙について

（１-１）喫煙の習慣 【問 34-1】

たばこを吸うかどうかについては、「吸わない」が 61.3%、「以前は吸っていたが今は吸わない」23.2%で、合わせると 84.5%が非喫煙者となっています。一方、「時々吸う」は 0.9%、「毎日吸う」11.5%で、合計 12.4%が喫煙者となっています。

問 34-1 たばこを吸いますか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	毎日吸う	110	11.5
2	時々吸う	9	0.9
3	以前は吸っていたが今は吸わない	222	23.2
4	吸わない	587	61.3
	無効回答（欠損・誤答）	30	3.1
	全体	958	100.0

（１-２）喫煙の本数 【問 34-2】

1 日の喫煙本数をたずねたところ、「11～19 本」が 42.9%、「1～10 本」が 33.6%、「20～29 本」が 18.5%の順となっています。

問 34-2（喫煙者）1 日何本吸うか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	1～10 本	40	33.6
2	11～19 本	51	42.9
3	20～29 本	22	18.5
4	30～39 本	3	2.5
5	40～49 本	1	0.8
6	50 本以上	0	0.0
	無効回答（欠損・誤答）	2	1.7
	全体	40	33.6

（１-３）たばこの種類 【問 34-3】

吸っているたばこの種類たずねたところ、「紙巻式たばこ」（普通のたばこ）が 67.2%、「紙巻式たばこ」と「加熱式/電子式たばこ」を併用が 16.8%、「加熱式/電子式たばこ」のみが 14.3%の順となっています。

問 34-3（喫煙者）吸っているたばこの内容...(SA)			
No	カテゴリー名	n	%
1	「紙巻式たばこ」（普通のたばこ）	80	67.2
2	「紙巻式たばこ」と「加熱式/電子式たばこ」を併用	20	16.8
3	「加熱式/電子式たばこ」のみ	17	14.3
	無効回答（欠損・誤答）	2	1.7
	全体	119	100.0

（１-４）喫煙に関する考え方（喫煙者） 【問 34-4】

たばこを吸う人に、喫煙に対する気持ちや行動についてたずねたところ、「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 78.2%で最も多くなっています。一方で「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」15.1%、「子どもや妊婦のことは気にしていない」2.5%という人もみられます。

問 34-4（喫煙者）喫煙に対する気持ち			
No.	カテゴリー名	n	%
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	93	78.2
2	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	18	15.1
3	子どもや妊婦のことは気にしていない	3	2.5
	無効回答（欠損・誤答）	5	4.2
	全体	119	100.0

（1-5）たばこをやめたいと思うかについて【問 34-5】

喫煙者にたばこをやめたいと思うかをたずねたところ、「やめたい」が 36.1%、「本数を減らしたい」が 31.1%、「やめたくない」と「わからない」が共に 14.3%の順となっています。

問 34-5（喫煙者）たばこをやめたいと思うか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	やめたい	43	36.1
2	本数を減らしたい	37	31.1
3	直接火を付けない「加熱式たばこ」や「電子たばこ」に変えたい	1	0.8
4	やめたくない	17	14.3
5	わからない	17	14.3
	無効回答（欠損・誤答）	4	3.4
	全体	119	100.0

（1-6）（非喫煙者）たばこの煙や匂いで嫌な思いについて【問 34-6】

非喫煙者にたばこで嫌な思いをしたかをたずねたところ、「ある」が 73.7%、「ない」が 10.9%、となっています。

問 34-6 （非喫煙者）たばこの煙や匂いで嫌な思いをした			
No.	カテゴリー名	n	%
1	ある	596	73.7
2	ない	88	10.9
3	わからない	26	3.2
	無効回答（欠損・誤答）	99	12.2
	全体	809	100.0

（1-7）たばこをやめるきっかけについて【問 34-7】

たばこをやめるきっかけになりそうなものをたずねたところ、「医師など専門職から禁煙を勧められる」が 46.5%、「自分自身が病気をする」が 41.9%、「ストレスが減る」が 30.2%の順となっています。

問 34-7 たばこをやめるきっかけになりそうなもの			
No.	カテゴリー名	n	%
1	医師など専門職から禁煙を勧められる	20	46.5
2	たばこの害などについて詳しく知る	4	9.3
3	禁煙外来を受診する	7	16.3
4	自分自身が病気をする	18	41.9

5	せき、たん、息切れなどたばこに関連した可能性がある自覚症状	10	23.3
6	家族から禁煙を勧められる	10	23.3
7	家族が妊娠または出産する	3	7.0
8	勤務先が禁煙、分煙になったり、禁煙に関する支援がある	1	2.3
9	ストレスが減る	13	30.2
10	周囲が吸わなくなる、周囲から勧められなくなる	4	9.3
11	法律で多数の人が利用する場所が禁煙になる（たばこが吸えない環境になる）	5	11.6
12	その他（自由記述）	3	7.0
	無効回答（欠損・誤答）	7	16.3
	全体	43	100.0

◆その他の自由記述回答（一部）

- ・頭がふらついてこれはだめだと思ったから
- ・煙草を売らない、生産しない

（２）たばこの害について知っていること 【問 35】

たばこの害で知っていることについては、「肺がんになる可能性が高くなる」が85.8%で最も多く、次いで「動脈硬化を起こしやすい」76.8%、「肺の機能が衰え、呼吸がしにくくなる可能性がある」65.4%の順に多くなっています。

問 35 喫煙の害について知っていること			
No.	カテゴリー名	n	%
1	動脈硬化を起こしやすい	736	76.8
2	心筋梗塞を起こしやすい	580	60.5
3	脳梗塞を起こしやすい	496	51.8
4	未成年が吸うとよりニコチン依存症になりやすい	440	45.9
5	肺がんになる可能性が高くなる	822	85.8
6	認知症になる可能性が高くなる	169	17.6
7	寿命が短くなる可能性が高くなる	493	51.5
8	肺の機能が衰え、呼吸がしにくくなる可能性がある	627	65.4
9	うつ病になりやすい	54	5.6
10	高血圧になりやすい	249	26.0
11	糖尿病になりやすい	110	11.5
12	胃潰瘍・胃がんになりやすい	187	19.5
13	メタボリックシンドロームになりやすい	89	9.3
14	妊娠しにくい	173	18.1
15	妊婦が吸うと、低体重の赤ちゃんが生まれたり、早産になりやすい	492	51.4
	無効回答（欠損・誤答）	109	11.4
	全体	958	100.0

(3)「受動喫煙」について【問 36】

市内で日常生活を送る中で「受動喫煙」を受ける場所と頻度をたずねたところ、①家庭、④公園、⑤公共の場、⑥宿泊施設では「まったくなかった」が過半数であったが、②勤務場所、⑦商業施設・コンビニ出入り口付近、⑧自治会会場（集会所・社務所など）、⑨その他（路上・遊技場など）と言った場所では「まったくなかった」は半数を割りこみ、比較的「受動喫煙」を受けやすい場所といえる。

問 36 ①家庭で「受動喫煙」を受けること			
No.	カテゴリー名	n	%
1	ほぼ毎日	83	8.7
2	週に数回程度	27	2.8
3	月に数回程度	35	3.7
4	月に 1 回程度	27	2.8
5	全くなかった	599	62.5
	無効回答（欠損・誤答）	187	19.5
	全体	958	100.0

問 36 ②勤務場所で「受動喫煙」を受けること			
No.	カテゴリー名	n	%
1	ほぼ毎日	83	8.7
2	週に数回程度	54	5.6
3	月に数回程度	50	5.2
4	月に 1 回程度	47	4.9
5	全くなかった	433	45.2
	無効回答（欠損・誤答）	291	30.4
	全体	958	100.0

問 36 ③飲食店で「受動喫煙」を受けること			
No.	カテゴリー名	n	%
1	ほぼ毎日	17	1.8
2	週に数回程度	16	1.7
3	月に数回程度	102	10.6
4	月に 1 回程度	216	22.5
5	全くなかった	358	37.4
	無効回答（欠損・誤答）	249	26.0
	全体	958	100.0

問 36 ④公園で「受動喫煙」を受けること			
No.	カテゴリー名	n	%
1	ほぼ毎日	6	0.6
2	週に数回程度	4	0.4
3	月に数回程度	20	2.1
4	月に 1 回程度	51	5.3
5	全くなかった	608	63.5
	無効回答（欠損・誤答）	269	28.1
	全体	958	100.0

問 36 ⑤公共の場で「受動喫煙」を受けること			
No.	カテゴリー名	n	%
1	ほぼ毎日	9	0.9
2	週に数回程度	6	0.6
3	月に数回程度	52	5.4
4	月に 1 回程度	110	11.5
5	全くなかった	517	54.0
	無効回答（欠損・誤答）	264	27.6
	全体	958	100.0

問 36 ⑥宿泊施設で「受動喫煙」を受けること			
No.	カテゴリー名	n	%
1	ほぼ毎日	6	0.6
2	週に数回程度	7	0.7
3	月に数回程度	22	2.3
4	月に 1 回程度	91	9.5
5	全くなかった	551	57.5
	無効回答（欠損・誤答）	281	29.3
	全体	958	100.0

問 36 ⑦商業施設・コンビニの出入り口で「受動喫煙」を受ける			
No.	カテゴリー名	n	%
1	ほぼ毎日	9	0.9
2	週に数回程度	50	5.2
3	月に数回程度	161	16.8
4	月に 1 回程度	168	17.5
5	全くなかった	315	32.9
	無効回答（欠損・誤答）	255	26.6
	全体	958	100.0

問 36 ⑧自治会会場（集会所・社務所など）で「受動喫煙」を受ける			
No.	カテゴリー名	n	%
1	ほぼ毎日	6	0.6
2	週に数回程度	24	2.5
3	月に数回程度	52	5.4
4	月に 1 回程度	231	24.1
5	全くなかった	396	41.3
	無効回答（欠損・誤答）	249	26.0
	全体	958	100.0

問 36 ⑨その他（路上・遊技場など）で「受動喫煙」を受ける			
No.	カテゴリー名	n	%
1	ほぼ毎日	15	1.6
2	週に数回程度	28	2.9
3	月に数回程度	118	12.3
4	月に 1 回程度	173	18.1
5	全くなかった	366	38.2
	無効回答（欠損・誤答）	258	26.9
	全体	958	100.0

(4) COPD(慢性閉塞性肺疾患)について【問 37】

COPD(慢性閉塞性肺疾患)という病気を知っているかをたずねたところ、「知らない」が58.0%、「名前は聞いたことがある」が20.7%、「どんな病気か知っている」が11.0%の順となっています。

問 37 COPD(慢性閉塞性肺疾患)という病気を知っているか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	どんな病気か知っている	105	11.0
2	名前は聞いたことがある	198	20.7
3	知らない	556	58.0
	無効回答（欠損・誤答）	99	10.3
	全体	958	100.0

V. 飲酒について

(1) はじめてアルコールを飲んだのはいつか【問 38】

初飲酒についてたずねたところ、「20 歳以上」が 58.8%、「20 歳未満」が 26.4%であった。

問 38 初めてアルコールを飲んだのはいつか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	20 歳以上	563	58.8
2	20 歳未満	253	26.4
	無効回答（欠損・誤答）	142	14.8
	全体	958	100.0

(2-1) 飲酒の習慣 【問 39-1】

飲酒の習慣については、「飲まない」が 36.0%で最も多く、「時々飲む」23.4%、「毎日飲む」15.4%の順となっています。また、週に 1 回以上飲む人の合計は 29.4%、現在飲まない人の合計は 42.6%となっています。

問 39-1 アルコールを飲みますか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	毎日飲む	148	15.4
2	週に 5～6 回飲む	39	4.1
3	週に 3～4 回飲む	44	4.6
4	週に 1～2 回飲む	51	5.3
5	時々飲む	224	23.4
6	以前は飲んでいたがやめた	63	6.6
7	飲まない	345	36.0
	無効回答（欠損・誤答）	44	4.6
	全体	958	100.0

(2-2) 飲酒の量 【問 39-2】

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、「1 合未満」が36.5%で最も多く、次いで「1 合」31.9%、「2 合」28.0%の順となっています。

問 39-2 1 日あたり平均どのくらい飲酒するか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	一合未満	103	36.5
2	一合	90	31.9
3	二合	79	28.0
4	三合	20	7.1
5	四合	2	0.7
6	五合以上	1	0.4
	全体	282	100.0

(3) 適正な飲酒量の認知度 【問 40】

適正な飲酒量の認知度については、「いいえ」が53.8%、「はい」が35.8%となっており、適正な飲酒量を知っていると回答している人は3割台にとどまっています。

問 40 「適正な飲酒量」について知っているか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	はい	343	35.8
2	いいえ（今回の調査で初めて聞いた場合も含む）	515	53.8
	無効回答（欠損・誤答）	100	10.4
	全体	958	100.0

(4) 飲酒の影響 【問 41】

お酒を飲み過ぎて翌日に影響したことがあるか（最近1ヵ月のうち2回以上）については、「ない」が82.3%、「ある」が1.4%となっています。

問 41 飲み過ぎたことが最近1ヶ月で2回以上ある			
No.	カテゴリー名	n	%
1	ある	13	1.4
2	ない	788	82.3
	無効回答（欠損・誤答）	157	16.4
	全体	958	100.0

(5-1) 祭りや行事で未成年に飲酒をすすめるか 【問 42-1】

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は、「ない」が82.9%、「ある」5.0%となっています。

問 42-1 地域行事で未成年に飲酒を勧める習慣がある			
No.	カテゴリー名	n	%
1	ある	48	5.0
2	ない	794	82.9
	無効回答（欠損・誤答）	116	12.1
	全体	958	100.0

(5-2) 飲酒をすすめることについての考え方 【問 42-2】

地域に行事などのとき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31.3%、「以前からの風習のため、何とも思わない」29.2%で、合計60.5%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だ」は35.4%となっています。

問 42-2 行事で未成年に飲酒させることをどう思う			
No.	カテゴリー名	n	%
1	以前からの風習のため、何とも思わない	14	29.2
2	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	15	31.3
3	未成年の飲酒は違法だ	17	35.4
4	その他	1	2.1
	無効回答（欠損・誤答）	1	2.1
	全体	48	100.0

(6) 未成年がノンアルコール飲料を飲んでよいかについて 【問 43】

未成年がノンアルコール飲料を飲んでよいかをたずねたところ、「いいえ」が82.3%、「はい」が4.8%の結果で未成年がノンアルコール飲料を飲むことに対して、通常のアルコールと変わらない、あるいはそれ以上に容認されてはいいないことがわかった。

問 43 未成年がノンアルコール飲料を飲んでもよいと思うか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	はい	170	17.7
2	いいえ	699	73.0
	無効回答（欠損・誤答）	89	9.3
	全体	958	100.0

Ⅵ. 歯科について

（１）歯の本数 【問 44】

現在の歯の本数については、「28 本以上」が 51.6%、「20 本未満」15.7%、「24～27 本」12.3%の順となっています。

問 44 歯の本数			
No.	カテゴリー名	n	%
1	20 本未満	148	15.4
2	20～23 本	59	6.2
3	24～27 本	118	12.3
4	28 本以上	494	51.6
	無効回答（欠損・誤答）	139	14.5
	全体	958	100.0

（２）かんで食えるときの状態 【問 45】

かんで食えるときの状態については、「何でもかんで食べることができる」が 78.5%、「一部かめない食べ物がある」18.6%となっています。

問 45 かんで食えるときの状態について			
No.	カテゴリー名	n	%
1	何でもかんで食べることができる	752	78.5
2	一部かめない食べ物がある	178	18.6
	無効回答（欠損・誤答）	28	2.9
	全体	958	100.0

（３）定期的に歯科を受診しているか 【問 46】

定期的に歯科医院を受診しているかについては、「いいえ」が 58.4%、「はい」が 38.8%で、定期的に受診している人は３割台にとどまっていることがわかります。

問 46 定期的に歯科医院を受診しているか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	はい	372	38.8
2	いいえ	559	58.4
	無効回答（欠損・誤答）	27	2.8
	全体	958	100.0

（４）歯ぐきから出血するか 【問 47】

歯磨きの時に歯ぐきから血がでるかについては、「いいえ」64.6%、「はい」32.6%で、3割の人が出血すると回答しています。

問 47 歯ぐきから血がでるか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	はい	312	32.6
2	いいえ	619	64.6
	無効回答（欠損・誤答）	27	2.8
	全体	958	100.0

（５－１）歯科かかりつけ医の有無 【問 48-1】

歯科のかかりつけ医の有無については、「もっている」68.7%、「もっていない」28.5%となっています。

問 48-1 かかりつけの歯科医をもっているか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	もっている	658	68.7
2	もっていない	273	28.5
	無効回答（欠損・誤答）	27	2.8
	全体	958	100.0

（５－２）歯科かかりつけ医としている理由 【問 48-2】

歯科のかかりつけ医がいる人に、そこをかかりつけ医としている理由をたずねたところ、「昔からのかかりつけだから」が38.3%で最も多く、次いで「家に近いから」19.8%、「よく説明してくれるから」5.9%の順となっています。

問 48-2 かかりつけの歯科医の選択理由			
No.	カテゴリー名	n	%
1	昔から利用しているから	252	38.3
2	自分の口の中のことをよく知っているから	38	5.8
3	家に近いから	130	19.8
4	職場に近いから	11	1.7
5	訪問診療をしてくれるから	0	0.0
6	医療設備等が整っているから	14	2.1
7	すぐ診てもらえるから	30	4.6
8	よく説明してくれるから	39	5.9
9	理由はなし	26	4.0
10	その他（自由記述）	10	1.5
	無効回答（欠損・誤答）	108	16.4
	全体	658	100.0

◆その他の記述回答（一部）

- ・同級生
- ・知り合いの医師だから
- ・親戚

VII. 健康管理について

（１）健診を勧めた経験 【問 49】

人に健診を勧めたことがあるか（過去３年間）については、「ない」62.6%、「ある」32.7%となっています。

問 49 過去３年間に他の人に健診を勧めたり、誘ったことがあるか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	ある	313	32.7
2	ない	600	62.6
	無効回答（欠損・誤答）	45	4.7
	全体	958	100.0

（２）認知症の可能性が高くなる病気や生活習慣の認知度 【問 50】

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、「脳血管疾患」が46.1%、「運動不足」が40.7%、「糖尿病」38.4%、「高血圧」37.1%、「喫煙」26.2%、「飲酒」22.8%の順に高くなっています。

問 50 認知症の可能性が高くなる病気や習慣の認知度			
No.	カテゴリー名	n	%
1	高血圧	355	37.1
2	糖尿病	368	38.4
3	脂質異常症	122	12.7
4	脳血管疾患	442	46.1
5	心疾患	132	13.8
6	肥満	185	19.3
7	喫煙	251	26.2
8	運動不足	390	40.7
9	飲酒	218	22.8
10	その他	27	2.8
	無効回答（欠損・誤答）	195	20.4
	全体	958	100.0

(3-1) 健（検）診の場所 【問51-1】

20歳以上の人に健診をどこで受ける機会があるかたずねたところ、「特定健診」については、「職場・学校の健（検）診」が35.3%、「市の健（検）診」25.5%となっています。がん検診については、いずれも「市の健（検）診」が2割以上で最も多く、「胃がん検診」で24.1%、「大腸がん」で26.5%、「肺がん」で24.9%となっています。また、これらのがん検診については、受ける機会が「ない」という人がそれぞれ2割いることがわかります。

問51-1（健診等場所）A 生活習慣病の健診			
No.	カテゴリー名	n	%
1	市の健（検）診	238	25.5
2	職場・学校の健（検）診	331	35.5
3	その他	215	23.0
4	ない	52	5.6
	無効回答（欠損・誤答）	97	10.4
	全体	933	100.0

問51-1（健診等場所）B 胃がん検診			
No.	カテゴリー名	n	%
1	市の健（検）診	225	24.1
2	職場・学校の健（検）診	173	18.5
3	その他	174	18.6
4	ない	216	23.2
	無効回答（欠損・誤答）	145	15.5
	全体	933	100.0

問51-1（健診等場所）C 大腸がん検診			
No.	カテゴリー名	n	%
1	市の健（検）診	247	26.5
2	職場・学校の健（検）診	170	18.2
3	その他	152	16.3
4	ない	219	23.5
	無効回答（欠損・誤答）	145	15.5
	全体	933	100.0

問 51-1 (健診等場所) D 肺がん検診...(SA)			
No.	カテゴリー名	n	%
1	市の健（検）診	232	24.9
2	職場・学校の健（検）診	159	17.0
3	その他	128	13.7
4	ない	253	27.1
	無効回答（欠損・誤答）	161	17.3
	全体	933	100.0

（3-2）過去1年に受けた健（検）診 【問 51-2】

20 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、「特定健診」が 60.9%で最も多く、次いで「胃がん検診」28.1%、「大腸がん検診」27.7%、「肺がん検診」20.3%の順となっています。

問 51-2 過去1年間に受けた健（検）診			
No.	カテゴリー名	n	%
1	特定健診等	568	60.9
2	胃がん検診	262	28.1
3	大腸がん検診	258	27.7
4	肺がん検診	189	20.3
	無効回答（欠損・誤答）	242	25.9
	全体	933	100.0

（4-1）乳がん・子宮がん検診の場所 【問 52-1】

20 歳以上の女性に、乳がん・子宮がん検診を受ける機会があるかたずねたところ、「子宮がん検診」「乳がん検診」とともに3割が「市の検診」と回答しており、「子宮がん検診」で 38.2%、「乳がん検診」で 32.8%となっています。一方、検診を受けたことが「ない」という人は「子宮がん検診」で 18.6%、「乳がん検診」で 19.7%となっています。

問 52-1 (女性検診場所) A 子宮がん			
No.	カテゴリー名	n	%
1	市の検診	191	38.2
2	職場・学校の検診	56	11.2
3	その他	95	19.2
4	ない	92	18.6
	無効回答（欠損・誤答）	124	12.8
	全体	500	100.0

問 52-1（女性検診場所）B 乳がん			
No.	カテゴリー名	n	%
1	市の検診	183	36.6
2	職場・学校の検診	56	10.0
3	その他	91	16.3
4	ない	110	19.7
	無効回答（欠損・誤答）	60	10.8
	全体	500	100.0

（4-2）過去2年間に受けた女性検診 【問 52-2】

20 歳以上の女性に、過去2年間に受けたがん検診の内容をたずねたところ、「子宮がん検診」は 40.4%、「乳がん検診」は 33.9%となっています。

問 52-2 過去2年間に受けた女性検診			
No.	カテゴリー名	n	%
1	子宮がん検診	202	40.4
2	乳がん検診	189	33.9
	無効回答（欠損・誤答）	109	19.5
	全体	500	100.0

（5）癌リスクのあるウイルスや菌について 【問 53】

癌リスクのあるウイルスや菌についてたずねたところ、「知っている」が 43.3%、「知らないがウイルスや菌の名前は聞いたことがある」が 28.7%、「知らない」が 22.0%の順となっています。

問 53 肝炎ウイルス、ヘリコバクター・ピロリ菌等の癌リスク			
No.	カテゴリー名	n	%
1	知っている	415	43.3
2	知らないがウイルスや菌の名前は聞いたことがある	275	28.7
3	知らない	211	22.0
	無効回答（欠損・誤答）	57	5.9
	全体	958	100.0

(6) がん予防になる生活習慣の認知度【問 54】

がんを予防する生活習慣の認知度をたずねたところ、「バランスの取れた食事」が 70.8%、「禁煙」が 67.2%、「適度な運動」が 58.5%の順となっています。

問 54 がんを予防する生活習慣として知っているもの			
No.	カテゴリー名	n	%
1	適度な運動	560	58.5
2	適正体重を保つこと	300	31.3
3	減塩	530	55.3
4	バランスの取れた食事	678	70.8
5	禁煙する	644	67.2
6	摂取する	369	38.5
	無効回答（欠損・誤答）	75	7.8
	全体	958	100.0

(7) 脳卒中時に現れる症状の認知度【問 55】

脳卒中の症状をたずねたところ、「言葉が出てこない、ろれつが回らない」は 90.4%と大半の人が知っている結果となりました。「片腕に力が入らない」49.6%と「顔の片側がゆがむ」47.6%は約半数の人が知っているという結果でした。

問 55 脳卒中が起こったときに現れる症状で知っているもの			
No.	カテゴリー名	n	%
1	顔の片側がゆがむ	456	47.6
2	片腕に力が入らない	475	49.6
3	言葉が出てこない、ろれつが回らない	866	90.4
	無効回答（欠損・誤答）	70	7.3
	全体	958	100.0

Ⅷ. 心と休養について

(1) 平均睡眠時間 【問 56】

平均睡眠時間については、「6 時間以上 8 時間未満」が 57.3%で最も多く、次いで「3 時間以上 6 時間未満」33.3%、「8 時間以上」6.3%の順に多くなっています。

問 56 平均睡眠時間			
No.	カテゴリー名	n	%
1	3 時間未満	2	0.2
2	3 時間以上 6 時間未満	319	33.3
3	6 時間以上 8 時間未満	549	57.3
4	8 時間以上	60	6.3
	無効回答（欠損・誤答）	28	2.9
	全体	958	100.0

(2) いつもの睡眠で十分休養がとれているか 【問 57】

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 55.2%で最も多く、「十分とれている」19.8%と合わせると、7 割強の 75.0%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 18.1%、「まったくとれていない」とする人も 1.6%みられます。

問 57 睡眠で休養が十分とれているか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	十分とれている	190	19.8
2	まあまあとれている	529	55.2
3	あまりとれていない	173	18.1
4	まったくとれていない	15	1.6
5	わからない	11	1.1
	無効回答（欠損・誤答）	40	4.2
	全体	958	100.0

(3) 自分の時間について 【問 58】

仕事や家庭生活など 5 項目に関して、自分の時間が十分とれているかについては、それぞれの最も多かった回答をみると、「仕事のための時間」では「まあとれている」が 39.6%、「家庭生活のための時間」では「まあ取れている」51.3%、「地域活動のための時間」では「まあ取れている」が 28.8%、「趣味などのための時間」では「まあ取れている」「あまり取れていない」がともに約 3 割程度であった。「休養のための時間」では「まあ取れている」43.4%となっています。

「十分とれている」「まあ取れている」を合計してみると、「仕事のための時間」「家庭生活のための時間」についてはそれぞれ約 7 割の人が取れていると回答しています。逆に、「地域活動のた

めの時間」については取れている人の合計が3割にとどまっており、「あまり取れていない」「取れていない」がの合計が半数近くとなっています。

問 58 （時間のゆとり）A 仕事			
No.	カテゴリー名	n	%
1	十分取れている	311	32.5
2	まあ取れている	379	39.6
3	あまり取れていない	41	4.3
4	全くとれていない	40	4.2
	無効回答（欠損・誤答）	187	19.5
	全体	958	100.0

問 58 （時間のゆとり）B 家庭生活			
No.	カテゴリー名	n	%
1	十分取れている	194	20.3
2	まあ取れている	491	51.3
3	あまり取れていない	145	15.1
4	全くとれていない	12	1.3
	無効回答（欠損・誤答）	116	12.1
	全体	958	100.0

問 58 （時間のゆとり）C 地域活動			
No.	カテゴリー名	n	%
1	十分取れている	79	8.2
2	まあ取れている	276	28.8
3	あまり取れていない	234	24.4
4	全くとれていない	208	21.7
	無効回答（欠損・誤答）	161	16.8
	全体	958	100.0

問 58 （時間のゆとり）D 趣味など			
No.	カテゴリー名	n	%
1	十分取れている	93	9.7
2	まあ取れている	292	30.5
3	あまり取れていない	287	30.0
4	全くとれていない	141	14.7
	無効回答（欠損・誤答）	145	15.1
	全体	958	100.0

問 58 （時間のゆとり） E 休養			
No.	カテゴリー名	n	%
1	十分取れている	180	18.8
2	まあ取れている	416	43.4
3	あまり取れていない	237	24.7
4	全くとれていない	29	3.0
	無効回答（欠損・誤答）	96	10.0
	全体	958	100.0

(4) 自分の生活の優先度 【問 59】

生活の中の優先度について、「希望」と「現状」をそれぞれたずねたところ、「希望」では「家庭生活を優先」「仕事と家庭生活をともに優先」「仕事と家庭生活と地域・個人の生活をともに優先」がそれぞれ約2割で多くなっていますが、「現状」では「仕事と家庭生活をともに優先」19.5%に次いで「仕事を優先」が19.0%と多くなっています。

問 59 (生活優先度) A 希望			
No.	カテゴリー名	n	%
1	「仕事」を優先	45	4.7
2	「家庭生活」を優先	200	20.9
3	「地域・個人の生活」を優先	26	2.7
4	「仕事」と「家庭生活」をともに優先	205	21.4
5	「仕事」と「地域・個人の生活」をともに優先	30	3.1
6	「家庭生活」と「地域・個人の生活」をともに優先	84	8.8
7	「仕事」と「家庭生活」と「地域・個人の生活」をともに優先	155	16.2
8	わからない	26	2.7
	無効回答（欠損・誤答）	187	19.5
	全体	958	100.0

問 59 (生活優先度) B 現状			
No.	カテゴリー名	n	%
1	「仕事」を優先	182	19.0
2	「家庭生活」を優先	147	15.3
3	「地域・個人の生活」を優先	35	3.7
4	「仕事」と「家庭生活」をともに優先	187	19.5
5	「仕事」と「地域・個人の生活」をともに優先	35	3.7
6	「家庭生活」と「地域・個人の生活」をともに優先	70	7.3
7	「仕事」と「家庭生活」と「地域・個人の生活」をともに優先	54	5.6
8	わからない	49	5.1
	無効回答（欠損・誤答）	199	20.8
	全体	958	100.0

(5) ストレス変化 【問 60】

ストレスで体調を崩したことがあるかについては、「ない」49.2%、「ある」43.8%となっています。

問 60 ストレスで体調を崩したことがあるか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	ある	420	43.8
2	ない	471	49.2
	無効回答（欠損・誤答）	67	7.0
	全体	958	100.0

(6-1) 悩みなどを聞いてくれる人の有無（周囲との関係） 【問 61-1】

不満や悩みなどを聞いてくれる人がいるかについては、「いる」が76.1%、「いない」が17.8%となっています。

問 61-1 周囲に不満や悩みなどを聞いてくれる人がいるか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	いる	729	76.1
2	いない	171	17.8
	無効回答（欠損・誤答）	58	6.1
	全体	958	100.0

（6-2）悩みなどを聞いてくれる相手 【問 61-2】

不満や悩みなどを聞いてくれる人がいる人に、その相手が誰かたずねたところ、「同居の親族」が73.7%で最も多く、次いで「友人や同僚」57.5%、「同居以外の親族」29.8%の順となっています。

問 61-2 悩みを聞いてくれる人は誰か			
No.	カテゴリー名	n	%
1	同居の親族（家族）	537	73.7
2	1 以外の親族(家族)	217	29.8
3	友人や同僚	419	57.5
4	近所の人（自治会の人、民生委員など）	43	5.9
5	ネット上（SNS 等）だけのつながりの人	11	1.5
6	先生や上司	26	3.6
7	かかりつけの医療機関の職員（医師、看護師、薬剤師など）	72	9.9
8	公的な相談機関（地域包括支援センター、市役所、保健所などの職員）	21	2.9
9	民間の相談機関（有料のカウンセリングなど）の相談員	5	0.7
10	同じ悩みを抱える人	23	3.2
11	その他（自由記述）	6	0.8
	無効回答（欠損・誤答）	8	1.1
	全体	729	100.0

◆その他の記述回答（一部）

- ・恋人
- ・自分の子供

（7）悩みやストレスをどんな方法で相談 【問 62】

悩みやストレスを相談する方法についてたずねたところ、「直接会って相談」が57.2%、「電話を利用して相談する」が24.6%、「メールを利用して相談」が10.8%の順となっています。

問 62 悩みやストレスをどんな方法で相談			
No.	カテゴリー名	n	%
1	直接会って相談する（訪問相談含む）	548	57.2
2	電話を利用して相談する	236	24.6
3	メールを利用して相談する	103	10.8
4	LINE や Facebook など SNS を利用して相談する	69	7.2
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流す	11	1.1
6	インターネットを利用して解決法を検索する	82	8.6
7	その他（自由記述）	58	6.1
	無効回答（欠損・誤答）	184	19.2
	全体	958	100.0

◆その他の記述回答（一部）

- ・酒を飲む
- ・相談したいと思わない

（８）ここ１か月の悩みや苦勞、ストレス、不満について【問 63】

ここ１か月の悩みや苦勞、ストレスを問題の領域ごとにたずねたところ、家庭の問題や病気など健康の問題については「現在ある」が25.5%、31.1%、と3割程度該当していた。また経済的問題や仕事関係の問題については「現在ある」が2割弱該当している。

問 63 （ここ１か月の悩み、苦勞、ストレス、不満）A 家庭			
No.	カテゴリー名	n	%
1	意識して感じた事はない	353	36.8
2	かつてあったが今はない	231	24.1
3	現在ある	244	25.5
	無効回答（欠損・誤答）	130	13.6
	全体	958	100.0

問 63 （ここ１か月の悩み、苦勞、ストレス、不満）B 病気など健康			
No.	カテゴリー名	n	%
1	意識して感じた事はない	365	38.1
2	かつてあったが今はない	181	18.9
3	現在ある	298	31.1
	無効回答（欠損・誤答）	114	11.9
	全体	958	100.0

問 63 （ここ１か月の悩み、苦勞、ストレス、不満）C 経済的な問題			
No.	カテゴリー名	n	%
1	意識して感じた事はない	526	54.9
2	かつてあったが今はない	109	11.4
3	現在ある	158	16.5
	無効回答（欠損・誤答）	165	17.2
	全体	958	100.0

問 63 （ここ 1 か月の悩み、苦労、ストレス、不満）D 勤務関係			
No.	カテゴリー名	n	%
1	意識して感じた事はない	363	37.9
2	かつてあったが今はない	197	20.6
3	現在ある	169	17.6
	無効回答（欠損・誤答）	229	23.9
	全体	958	100.0

問 63 （ここ 1 か月の悩み、苦労、ストレス、不満）E 恋愛関係			
No.	カテゴリー名	n	%
1	意識して感じた事はない	561	56.6
2	かつてあったが今はない	121	12.2
3	現在ある	31	2.4
	無効回答（欠損・誤答）	245	28.8
	全体	958	100.0

問 63 （ここ 1 か月の悩み、苦労、ストレス、不満）F 学校の問題.			
No.	カテゴリー名	n	%
1	意識して感じた事はない	542	56.6
2	かつてあったが今はない	117	12.2
3	現在ある	23	2.4
	無効回答（欠損・誤答）	276	28.8
	全体	958	100.0

問 63 （ここ 1 か月の悩み、苦労、ストレス、不満）G その他			
No.	カテゴリー名	n	%
1	意識して感じた事はない	240	25.1
2	かつてあったが今はない	12	1.3
3	現在ある	13	1.4
	無効回答（欠損・誤答）	693	72.3
	全体	958	100.0

（９）悩みを相談したり助けを求めることについて 【問 64】

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は、「そうは思わない」が50.1%で最も多く約半数を占めており、「どちらかというと思わない」16.8%と合わせると66.9%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う」は15.6%、「そう思う」3.4%で、19.0%は恥ずかしいと思うと回答しています。

問 64 相談することを恥ずかしいと思うか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	そう思う	33	3.4
2	どちらかというと思う	149	15.6
3	どちらかというと思わない	161	16.8
4	そうは思わない	480	50.1
5	わからない	64	6.7
	無効回答（欠損・誤答）	71	7.4
	全体	958	100.0

（10）うつ病のサインの認知度 【問 65】

うつ病のサインの認知度については、「少しは知っていた」が56.8%で過半数を占め、「よく知っていた」23.5%と合わせると、80.3%が知っていたと回答していることがわかります。一方、「知らなかった」は12.9%となっています。

問 65 うつ病のサインを知っているか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	よく知っていた	225	23.5
2	少しは知っていた	544	56.8
3	知らなかった	124	12.9
	無効回答（欠損・誤答）	65	6.8
	全体	958	100.0

（11）うつ病のサインを感じた経験 【問 66】

自分自身のうつ病のサインを感じたことがあるかについては、「いいえ」が47.1%、「わからない」26.5%、「はい」21.7%となっています。

問 66 自分自身がうつ病のサインを感じたことがあるか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	はい	208	21.7
2	いいえ	451	47.1
3	わからない	254	26.5
	無効回答（欠損・誤答）	45	4.7
	全体	958	100.0

（12）うつ病のサインを感じたらどうするか 【問 67】

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」が最も多く53.8%でした。次いで「精神科に受診する」が11.2%、「わからない」9.8%で多くなっています。「精神科以外の医療機関に受診する」という回答も7.1%、「なにもしない」7.3%という回答もみられます。

問 67 もし自分で気づいたどうするか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	身近な家族や友人に相談する	515	53.8
2	精神科に受診する	107	11.2
3	精神科以外の医療機関に受診する	68	7.1
4	保健所に相談する	1	0.1
5	市役所に相談する	0	0.0
6	なにもしない	70	7.3
7	わからない	94	9.8
	無効回答（欠損・誤答）	103	10.8
	全体	958	100.0

(13) 身近な人のうつ病のサインを感じたらどうするか 【問 68】

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は、「身近な家族や友人に相談する」が 44.4%で最も多く、次いで「精神科への医療機関への受診をすすめる」19.8%、「精神科以外への医療機関への受診をすすめる」11.3%の順となっています。

問 68 もし身近な人のサインに気づいたらどうするか			
No	カテゴリー名	n	%
1	身近な家族や友人に相談する	425	44.4
2	精神科への受診をすすめる	190	19.8
3	精神科以外への医療機関への受診をすすめる	108	11.3
4	保健所への相談をすすめる	5	0.5
5	市役所への相談をすすめる	6	0.6
6	なにもしない	21	2.2
7	わからない	97	10.1
	無効回答（欠損・誤答）	106	11.1
	全体	958	100.0

IX. 自殺予防について

(1) 身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時について 【問 69】

身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時どうするかをたずねたところ、「耳を傾けてじっくり話を聞く」が 64.9%、「解決策と一緒に考える」が 39.4%、「医療機関にかかるよう勧める」が 23.9%の順となっています。

問 69 身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時どうするか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	相談に乗らない、もしくは話題を変える	33	3.4
2	「頑張って」と励ます	82	8.6
3	「死んではいけない」と説得する	226	23.6
4	「バカなことを考えるな」と叱る	103	10.8
5	耳を傾けてじっくりと話を聞く	622	64.9
6	医療機関にかかるよう勧める	229	23.9
7	解決策と一緒に考える	377	39.4
8	一緒に相談機関を探す	163	17.0
9	その他（自由記述）	10	1.0
10	何もしない	20	2.1
	無効回答（欠損・誤答）	47	4.9
	全体	958	100.0

◆その他の記述回答（一部）

- ・実体験がないのでわからない
- ・過度に頼られると困るので、無関心でいる

(2) 自殺予防における「ゲートキーパー」について【問 70】

自殺予防での「ゲートキーパー」についてたずねたところ、「知らない」が 72.7%、「聞いたことはあるがよく知らない」が 13.5%であった。

問 70 自殺予防での「ゲートキーパー」という言葉			
No.	カテゴリー名	n	%
1	知っている	74	7.7
2	聞いたことはあるがよく知らない	129	13.5
3	知らない（今回の調査ではじめて聞いた）	696	72.7
	無効回答（欠損・誤答）	59	6.2
	全体	958	100.0

(3) 自殺対策の啓発物について【問 71】

自殺対策の啓発物についてたずねたところ、「ポスター」が 43.9%、「見たことはない」が 30.8%、「広報誌」が 21.5%の順となっています。

問 71 自殺対策の啓発物を見たことがあるか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	ポスター	421	43.9
2	パンフレット	179	18.7
3	広報誌	206	21.5
4	電光掲示板	12	1.3
5	のぼり・パネル	45	4.7
6	インターネットページ	77	8.0
7	ティッシュ等のキャンペーングッズ	77	8.0
8	見たことはない	295	30.8
9	その他（自由記述）	10	1.0
	無効回答（欠損・誤答）	87	9.1
	全体	958	100.0

◆その他の記述回答（一部）

- ・新聞、テレビ
- ・CM

(4) 自殺対策に関する研修会等について【問 72】

自殺対策に関する研修会等への参加をたずねたところ、「いいえ」が 9 割弱の 89.0%、であり、「はい」が 2.9%の結果であった。

問 72 自殺対策に関する研修会等への参加			
No.	カテゴリー名	n	%
1	はい	28	2.9
2	いいえ	853	89.0
	無効回答（欠損・誤答）	77	8.0
	全体	958	100.0

X. 地域医療に関する事について

(1-1) 内科かかりつけ医の有無 【問 73-1】

内科のかかりつけ医の有無については、「もっている」72.7%、「もっていない」24.0%となっています。

問 73-1 内科のかかりつけ医の有無			
No.	カテゴリー名	n	%
1	もっている	696	72.7
2	もっていない	230	24.0
	無効回答（欠損・誤答）	32	3.3
	全体	958	100.0

(1-2) 内科かかりつけ医の所属 【問 73-2】

内科のかかりつけ医がいる人に、医師の所属をたずねたところ、「診療所」が86.5%、「総合病院」10.2%となっています。

問 73-2 内科医の所属			
No.	カテゴリー名	n	%
1	総合病院	71	10.2
2	診療所（医院）	602	86.5
	無効回答（欠損・誤答）	23	3.3
	全体	696	100.0

（１-３）内科かかりつけ医としている理由 【問 73-3】

内科のかかりつけ医がいる人に、そこをかかりつけ医としている理由をたずねたところ、「昔からのかかりつけだから」が32.8%で最も多く、次いで「家に近いから」22.6%、「自分のことをよく知っているから」11.5%の順となっています。

問 73-3 内科医をえらんだ理由			
No.	カテゴリー名	n	%
1	昔から利用しているから	228	32.8
2	自分のことをよく知っているから	80	11.5
3	家に近いから	157	22.6
4	職場に近いから	6	0.9
5	訪問診療をしてくれるから	6	0.9
6	医療設備等が整っているから	18	2.6
7	すぐ診てもらえるから	30	4.3
8	よく説明してくれるから	34	4.9
9	理由は無い	17	2.4
10	その他	12	1.7
	無効回答（欠損・誤答）	108	15.5
	全体	696	100.0

◆その他の記述回答（一部）

- ・地域連携の紹介
- ・以前働いていたから

（２-１）かかりつけ薬局について【問 74-1】

かかりつけ薬局の有無については、「もっている」42.0%、「もっていない」52.6%となっています。

問 74-1 かかりつけ薬局の有無.			
No.	カテゴリー名	n	%
1	もっている	402	42.0
2	もっていない	504	52.6
	無効回答（欠損・誤答）	52	5.4
	全体	958	100.0

（2-2）薬局を選んだ理由について【問 74-2】

かかりつけ薬局のある人に、そこをかかりつけとしている理由をたずねたところ、「昔からのかかりつけだから」が32.6%で最も多く、次いで「家に近いから」24.4%、「よく説明してくれるから」10.0%の順となっています。

問 74-2 薬局を選んだ理由			
No.	カテゴリー名	n	%
1	昔から利用している	131	32.6
2	自分のことをよく知っているから	33	8.2
3	家に近いから	98	24.4
4	職場に近いから	4	1.0
5	訪問指導をしてくれるから	0	0.0
6	すぐ相談にのってくれるから	20	5.0
7	よく説明してくれるから	40	10.0
8	理由は無い	24	6.0
9	その他	25	6.2
	無効回答（欠損・誤答）	27	6.7
	全体	400	100.0

◆その他の記述回答（一部）

- ・子どもが薬剤師
- ・病院に近いから

（3-1）休日・夜間の急病やケガの経験（過去1年） 【問 75-1】

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は、「ない」80.4%、「ある」15.3%となっています。

問 75-1 休日等に急病等になった経験			
No.	カテゴリー名	n	%
1	ある	147	15.3
2	ない	770	80.4
	無効回答（欠損・誤答）	41	4.3
	全体	958	100.0

（３-２）急病やケガの際どのようにしたか 【問 75-2】

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51.7%で最も多く、次いで「長浜米原休日急患診療所を受診した」および「薬を飲んで様子をみた」が19.7%となっています。

問 75-2 急病等の際にどうしたか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	薬を飲んで様子をみた	29	19.7
2	外傷の応急手当をして様子をみた	7	4.8
3	何もせずに安静にし、翌日医療機関を受診した	9	6.1
4	長浜米原休日急患診療所を受診した	29	19.7
5	「かかりつけ医」にかかった	10	6.8
6	救急車を使わないで、総合病院の救急を受診した	76	51.7
7	救急車を呼んだ	24	16.3
8	その他	2	1.4
	無効回答（欠損・誤答）	4	2.7
	全体	147	100.0

◆その他の記述回答（一部）

- ・夜間救急に行った
- ・総合病院の救急外来

（４）救急車の安易な利用の背景について 【問 76】

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」が最も多く40.8%、次いで「必ず医療機関に搬送してもらえるから」17.8%となっています。

問 76 救急車を安易に利用する背景			
No.	カテゴリー名	n	%
1	突然のことで、あわてているから	391	40.8
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	95	9.9
3	納税者として、当然の権利という考えから	20	2.1
4	使用料を取られないから	83	8.7
5	必ず医療機関に搬送してもらえるから	172	18.0
6	その他（自由記述）	24	2.5
	無効回答（欠損・誤答）	173	18.1
	全体	958	100.0

◆その他の記述回答 ＜救急車の安易な利用の背景＞

- ・すぐみてもらえるからと思う人が多いと思う
- ・高齢等の理由で移動手段がない

(5-1) 子どもの内科かかりつけ医の有無 【問 77-1】

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87.3%、「もっていない」12.7%となっています。

問 77-1 子どもの内科かかりつけ医の有無			
No.	カテゴリー名	n	%
1	もっている	165	87.3
2	もっていない	24	12.7
	全体	165	100.0

(5-2) 子どもの休日・夜間の急病やケガの経験（過去1年） 【問 77-2】

この1年間に休日や夜間、子どもの急病やケガの経験があるかについては、「ない」が56.6%、「ある」43.4%となっています。

問 77-2 この1年で子どもが休日等に急病等になった経験			
No.	カテゴリー名	n	%
1	ある	82	43.4
2	ない	107	56.6
	全体	189	100.0

（５-３）子どもの急病やケガの際どのようにしたか 【問 77-3】

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、「長浜米原休日急患診療所を受診させた」40.2%で最も多く、次いで、「小児救急医療の当番病院を受診させた」が37.8%、「薬を飲ませて様子をみた」23.2%、「小児救急電話相談に相談した」20.7の順となっています。

問 77-3 子どもが急病等の際にどうしたか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	薬を飲ませて様子をみた	19	23.2
2	外傷の応急手当をして様子をみた	13	15.9
3	何もせずに安静にさせて、翌日、医療機関に受診させた	9	11.0
4	小児救急電話相談（短縮ダイヤル、#8000 番）に相談した	17	20.7
5	休日・夜間のお薬電話相談に相談した	6	7.3
6	医療ネット滋賀で医療機関を検索した	0	0.0
7	長浜米原休日急患診療所を受診させた	33	40.2
8	「かかりつけ医」にかからせた	9	11.0
9	小児救急医療の当番病院を受診させた	31	37.8
10	救急車を呼んだ	3	3.7
11	その他(自由記述)	1	1.2
	無効回答（欠損・誤答）	4	4.9
	全体	82	100.0

◆その他の記述回答 <子どもの急病やケガの際どのようにしたか>

- ・総合病院の救急で診てもらった

（６-１）家庭で医療や介護を受けている人の有無 【問 78-1】

自分の家庭で医療や介護を受けている人がいるかについては、「いない」が71.5%、「いる」18.6%となっています。

問 78-1 家庭で医療や介護を受けている人がいるか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	いる	181	18.9
2	いない	688	71.8
	無効回答（欠損・誤答）	89	9.3
	全体	958	100.0

（6-2）家庭での医療や介護で困っていること 【問 78-2】

自分の家庭で医療や介護を受けている人がいるという人に、困っていることをたずねたところ、「特にない」が45.9%で最も多くなっています。次いで多いのは「看護や介護の手が足りない」19.3%、「必要な時に、すぐに交代できる看護や介護人がいない」16.6%、「保健・医療・福祉のサービスに関する情報が不足している」11.6%の順となっています。

問 78-2 家庭の医療・介護で困っていること			
No.	カテゴリー名	n	%
1	看護や介護の手が足りない	35	19.3
2	身近に機能訓練（リハビリ）する施設がない	13	7.2
3	必要な時に、すぐに交代できる看護や介護人がいない	30	16.6
4	保健・医療・福祉のサービスに関する情報が不足している	21	11.6
5	必要な時に、往診してくれる医師がいない	15	8.3
6	その他	11	6.1
7	特にない	83	45.9
	全体	181	100.0

◆その他の記述回答（一部）

- ・お金がない
- ・介護サービスを介護者自身が受けてくれない

（7-1）自分の最期をどこで迎えたいか 【問 79-1】

自分の人生の最期をどこで迎えたいかについては、「自宅」が43.4%で最も多く、次いで「わからない」27.2%、「病院」15.6%となっています。

問 79-1 人生の最期をどこで迎えたいか...(SA)			
No.	カテゴリー名	n	%
1	自宅	416	43.4
2	病院	149	15.6
3	介護老人保健施設	21	2.2
4	特別養護老人ホーム	23	2.4
5	その他(有料老人ホーム・ケアハウス) など	15	1.6
6	わからない	261	27.2
	無効回答（欠損・誤答）	73	7.6
	全体	958	100.0

（7-2）自宅で最後まで療養できるか 【問 79-2】

自宅で最後まで療養できるかについては、「わからない」が49.4%、「実現困難である」33.5%となっており、「実現可能である」は13.7%にとどまっています。

問 79-2 自宅で最後まで療養できると考えるか...(S A)			
No.	カテゴリー名	n	%
1	実現可能である	57	13.7
2	実現困難である	141	33.9
3	わからない	206	49.5
	無効回答（欠損・誤答）	12	2.9
	全体	416	100.0

（7-3）自宅で最後まで療養が困難な理由 【問 79-3】

自宅で最後まで療養が実現困難と考える人に、その理由をたずねたところ、「介護してくれる家族に負担がかかる」が82.3%で最も多く、次いで「症状が急に悪くなったときの対応に自分も家族も不安である」56.0、「往診してくれるかかりつけの医師がいない」48.2%、「経済的に負担が大きい」34.8%の順となっています。

問 79-3 最後まで療養が実現困難な理由			
No.	カテゴリー名	n	%
1	往診してくれるかかりつけの医師がいない	68	48.2
2	訪問看護(看護師の訪問) 体制が整っていない	21	14.9
3	訪問介護(ホームヘルパーの訪問) 体制が整っていない	13	9.2
4	24 時間相談にのってくれるところがない	26	18.4
5	介護してくれる家族がいない	36	25.5
6	介護してくれる家族に負担がかかる	116	82.3
7	症状が急に悪くなったときの対応に自分も家族も不安である	79	56.0
8	症状が急に悪くなったときに、すぐ入院できるか不安である	42	29.8
9	居住環境が整っていない	25	17.7
10	経済的に負担が大きい	49	34.8
11	その他	5	3.5
	無効回答（欠損・誤答）	29	20.6
	全体	141	100.0

◆その他の記述回答（一部）：自宅から病院や買い物が出来る様な場所まで遠い

(8) 医療ネットの利用意向 【問80】

医療ネットの利用意向については、「利用したいと思う」が19.2%、「よくわからない」64.9%、「利用したいと思わない」7.5%となっています。

問80 「びわ湖あさがおネット」(医療ネット)を利用したいか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	利用したいと思う	184	19.2
2	利用したいと思わない	72	7.5
3	よくわからない	622	64.9
4	すでに利用している	11	1.1
	無効回答(欠損・誤答)	69	7.2
	全体	958	100.0

(9) 医療情報等の取得手段 【問81】

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は、「テレビ、ラジオ」が45.3%で最も多く、「病院、診療所、かかりつけ医」34.9%、「市から」32.7%についても3割以上の回答がみられました。このほか「インターネット」28.8%、「家族、友人・知人、近隣」28.6%、「新聞、雑誌」24.1%への回答も比較的多くみられました。

問81 医療や病気の情報源...(MA)			
No.	カテゴリー名	n	%
1	市から(広報「ながはま」、パンフレット、ホームページなど)	313	32.7
2	県から(広報紙、パンフレット、ホームページなど)	39	4.1
3	テレビ、ラジオ	434	45.3
4	新聞、雑誌	231	24.1
5	専門書	34	3.5
6	病院、診療所、かかりつけ医	334	34.9
7	家族、友人・知人、近隣	274	28.6
8	インターネット	276	28.8
9	特にない	39	4.1
10	その他	9	0.9
	無効回答(欠損・誤答)	83	8.7
	全体	958	100.0

◆その他の記述回答 <医療情報等の取得手段>

- ・職場、勉強会

(10) 必要な医療情報等 【問 82】

医療や病気に関してどのような情報が必要かについては、「どこにどのような医療機関があるか」についての情報が 41.9%で最も多く、次いで「休日・夜間の救急時の医療機関についての情報」39.7%、「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」39.0%、「医療の受け方や、セカンドオピニオンについての情報」28.7%の順となっています。

問 82 医療や病気に関して必要な情報について			
No.	カテゴリー名	n	%
1	どこにどのような医療機関があるかについての情報	401	41.9
2	休日・夜間の救急時の医療機関についての情報	376	39.7
3	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	372	39.0
4	物忘れや認知症に対応してくれる医療機関の情報	265	27.3
5	訪問看護ステーションについての情報	142	15.3
6	リハビリテーションについての情報	84	9.2
7	医療の受け方や、セカンドオピニオンについての情報	270	28.7
8	急病や外傷時の応急手当に関する情報	242	25.6
9	薬の効能や飲み合わせについての情報	185	19.7
10	その他(自由記述)	10	1.0
11	特にない	26	2.0
	全体	958	100.0

問 82 (医療に関して必要な情報) A どこにどのような医療機関があるか			
No.	カテゴリー名	n	%
1	十分得られている	80	20.0
2	得られているが不足している	233	58.1
3	得られていない	88	21.9
	無効回答(欠損・誤答)	0	0.0
	全体	401	100.0

問 82 (医療に関して必要な情報) B 休日・夜間の救急時の医療機関			
No.	カテゴリー名	n	%
1	十分得られている	86	22.9
2	得られているが不足している	204	54.3
3	得られていない	85	22.6
	無効回答(欠損・誤答)	1	0.3
	全体	376	100.0

問 82 (医療に関して必要な情報) C がん・心臓病・脳卒中など病気の専門医療機関			
No.	カテゴリー名	n	%
1	十分得られている	28	7.5
2	得られているが不足している	134	36.0
3	得られていない	208	55.9
	無効回答 (欠損・誤答)	2	0.5
	全体	372	100.0

問 82 (医療に関して必要な情報) D 物忘れや認知症に対応してくれる医療機関			
No.	カテゴリー名	n	%
1	十分得られている	16	6.0
2	得られているが不足している	92	34.7
3	得られていない	156	58.9
	無効回答 (欠損・誤答)	1	0.4
	全体	265	100.0

問 82 (医療に関して必要な情報) E 訪問看護ステーションについて			
No.	カテゴリー名	n	%
1	十分得られている	22	15.5
2	得られているが不足している	54	38.0
3	得られていない	66	46.5
	無効回答 (欠損・誤答)	0	0.0
	全体	142	100.0

問 82 (医療に関して必要な情報) F リハビリテーション			
No.	カテゴリー名	n	%
1	十分得られている	11	13.1
2	得られているが不足している	34	40.5
3	得られていない	39	46.4
	無効回答 (欠損・誤答)	0	0.0
	全体	84	100.0

問 82（医療に関して必要な情報）G 医療の受け方や、セカンドオピニオン			
No.	カテゴリー名	n	%
1	十分得られている	11	4.1
2	得られているが不足している	80	29.6
3	得られていない	178	65.9
	無効回答（欠損・誤答）	1	0.4
	全体	270	100.0

問 82（医療に関して必要な情報）H 急病や外傷時の応急手当			
No.	カテゴリー名	n	%
1	十分得られている	18	7.5
2	得られているが不足している	124	51.5
3	得られていない	99	41.1
	無効回答（欠損・誤答）	0	0.0
	全体	241	100.0

問 82（医療に関して必要な情報）I 薬の効能や飲み合わせ			
No.	カテゴリー名	n	%
1	十分得られている	19	10.3
2	得られているが不足している	83	44.9
3	得られていない	83	44.9
	無効回答（欠損・誤答）	0	0.0
	全体	185	100.0

問 82（医療に関して必要な情報）J その他			
No.	カテゴリー名	n	%
1	十分得られている	1	10.0
2	得られているが不足している	4	40.0
3	得られていない	5	50.0
	無効回答（欠損・誤答）	0	0.0
	全体	10	100.0

問 82 （医療に関して必要な情報）K 特にない			
No.	カテゴリー名	n	%
1	十分得られている	7	26.9
2	得られているが不足している	2	7.7
3	得られていない	7	26.9
	無効回答（欠損・誤答）	10	38.5
	全体	26	100.0

XI.自由記述まとめ

○あなたにとって「健康」とはどのようなイメージですか【問 7-2・自由記述】（一部）

- 自分の足でしっかり歩行し、食事がしっかり摂れ、しっかり睡眠がとれること
- 規則正しい生活が毎日問題無く出来る。
- 早寝、早起きに心掛ける腹八分目の食事
- 血圧、体重などもそうですがサークル（健康体操）などへ行きお友達などと楽しく体のこと生活のことなどお話し合えることが良いと思っています。
- 常に身心共にすがすがしい状態
 - ・ 快食、快眠、快便
- 病院にいかなくても良い状態規則正しい生活が送れるいらいらしたり悩みがない状態
- ストレスがたまらないこと
 - ☆ 朝の目覚めが良い☆食事がおいしく、いただける。
- いつも体の調子と同じである
- 規則正しい生活
- 食事も美味しく食べて体が元気で精神も病んでいない
- 幸福の基礎
- 身内（子供）などにメイワクをかけずに自分でくらせること。自分の体は自分で。
- ストレスをためない
- カゼもひかない、病院に通わないイメージ。
- 生きていることのあかし。
長生き・楽しく生きる
- 快眠、快食、快便
- じぶんをせいぎょすること
- へん食せずに何んでも食べる。
- 日常生活に不自由がないこと
- 朗らかに家族皆なで会話をしながらそれぞれの立場を理解して思いやりながら生活する。
- 精神、身体的に良好なこと。
- 自分の事は自分でやる畑仕事草取
- 自転車で行ける行動はんいにひとりで行けること
- 90 才近くなり一日でも自分の事が出来る様ボケない様排便が一人で出来る様に気をつけています
- 規則正しい生活をし、適度な運動をすることを心がける。
- 大きな病気もなく自立した生活が送れる。
- ストレスをためない。できれば、笑いのたえない明るい生活を続ければ
- 健康で人の世話に成りたくない
- 病院にかからない
- 何も病気がなく投薬もせず日常が過ごせる事。
- いきいき、わくわく、感謝
- 病気では無い毎日、普通に生活できる
- 普通に生活できること。
- 1人で生活が出来る事
- その人らしく生き生きとした暮らしが続けられる。
- 心身共に満ち足りていて、色々と活動できる状態が続けられること
- 家族と旅行に行けること。

○医療を安定的に受けるためにどうすればよいか【問 83・自由記述】（一部）

- 交通などのインフラ整備。年配者が困難なく医療機関まで通院できる整備
- 長浜市立病院が衰退していることが不安。救急の対応もひどかった。
- 医療費負担、診察日、時間の拡大
- 行政、企業が個人に定期的に健康診断を受けさせ、健康に対する意識改善をしていくことで病気や怪我の予防につながると思う。予防にお金と時間をかけることで医療が本当に必要な人へ適切な医療を受けることができるようになっていけばと思う。
- 広報などに情報を載せる
- 料金②場所③予約の方法（ネット予約）④時間
- 現状、安定的に受診しています
- 各医療機関の情報共有と連携が必要である。
- 交通弱者が病院に通いやすいよう、公共交通機関を充実させる。
- 自分が医療機関を探すのは困難。よって、どんな病気でもとりあえず受け入れ、相談に乗ってくれて最善の所を紹介してもらえる様なシステム。
- 現代社会は24時間動いているので、大変だとは思いますが病院はある程度、24時間診ていただきたい
- 免許を返納した老人を病院へ運ぶ手段が救急車以外に必要。無料タクシーや近所の連絡網など。
- 医療費＝高い、というイメージがあるので軽減、仕事の時間的に通院できない、休めない
- 休日診療所の医師が、専門門が何であるか調べてから訪問しているので、人の（医師）確保は難しいと思うが本来は病院でやるしかないかなと思っています
- 数だけでなく技術・人間性「医師の確保」以前のような救急医療が充実していない。病院の建物は大きくても、勤務する側「医療者」の問題、「良い医師」が少なくなったと感じます
- 医師を充実してほしい。具体例として、湖北病院、規模・環境など恵まれた所にありながら、医師不足のために閉店休業状態の診療科があり、不便を覚える
- 自分にとって信頼できるお医者さんを見つける事（でも難しい!）
- 医療を無料化
- 身近で、病院に通院していても、突然ステージ4と言われる方がいました。専門医すぎて、周りが見えてないのか、見（診）ていないのか？不思議があります。徹底して、医療・医師を充実させる為のシステムが必要だと思う。
- かかりつけ医と仲良くなる
- 相談窓口の充実
- 病院で診察を受けるときに、何科を受診したらいいかわからないことがあるので、初診のとき、総合的に診察してもらえるとありがたいです。
- かかりつけ医を持つ
- 医師・看護師不測の解消。在宅医療の充実。
- どの病院に行けばよいか判断できない
- 年代別に「年〇回まで医療費無料（or〇割負担）」という設定をして、どの年代でも医療費の一定割合負担減を実施してほしい。
- 医療に関する情報を様々な視点から得たうえで、選択をしていくこと。
- 十分な医師の人類と24時間いつでも開いている医療機関の確保
- 身近な場所に医療機関があること
- 不安をよぎる情報でなく、将来、普通に生きられる為に医療を受けられる体制を整えて頂きたいです。

- どの部門も医師不足になっているのではないかと思います
- 病院の医師を増やす
- 医療機関までの交通手段の改善
- 総合病院の充実
- 医師が患者の情報を共有できる
 - ・ 安定した医療保険制度の継続。無駄な医療費は極力削減する。・ お医者さんの数を適切に増やす。特に地域医療の充実、病院勤務のドクターの過労を減らす。
- 重大な病気になる前に気軽に相談できる機関があり、そこに相談すれば自分に合った病院を紹介してもらえたりすると、ありがたい。
- 具体的でわかりやすい啓発をすること
- 最近、長期入院の患者が病院に安心しておいてもらえず、たらいまわしにされる様な話をよく耳にします。一人一人に対応した医療を受けられる様にして頂きたいです。
- 病院を増やしてほしい
- 今でも十分に安定的に受けることができていると思う
- 診療所にもっと多くの医療設備を設置するべきだと思う。
- 携帯電話やパソコンなどのツールごしで、医師との相談ができると、休日などでも相談によって悩みや不安の解消につながるのではないかと思います。
- 実家の母は一人で暮らしていて、車もありません。自分で病院に行くことはできないので、家族以外で一緒に行ってくれる人や、タクシーの補助などあれば良いと思います。
- 平日は仕事、仕事だから、日曜日に開業してほしいです。
- ハルモカードの拡充、周知
- 開業医や診療所が近くにあると良い
- 悩み（医療）を相談できる公的な機関があればありがたい。どんな病気でも不安で、医者と気持ちが合わないとき、どうしたらいいのか悩むから。