

住民アンケート調査結果報告書

概 要 版

令和5年3月

玄 海 町

目 次

I. 調査の概要	1
1. 調査目的	1
2. 調査対象	1
3. 調査方法	1
4. 回収結果	1
5. 調査期間	1
II. 保育園児の保護者の調査結果	2
1. 回答者の属性	2
2. お子さんのことについて	3
3. お子さんの食習慣について（3歳児以上の方）	4
4. お子さんの健康状態について	6
5. お子さんの生活習慣について	7
6. お子さんの歯の健康について	7
III. 児童・生徒の調査結果	9
A. 前期課程・後期課程・16～18歳共通設問	9
1. 回答者の属性	9
2. 食生活について	11
3. 生活習慣や健康状態について	14
C. 前期課程・後期課程共通設問	18
1. 食生活について	18
D. 後期課程・16～18歳共通設問	20
1. 食生活について	20
2. 生活習慣や健康状態について	21
E. 16～18歳のみ設問	23
1. 食生活について	23
IV. 成人の調査結果	24
1. 回答者の属性	24
2. 食生活について	25
3. 運動習慣について	30
4. 休養・こころの健康について	30
5. 喫煙習慣について	32
6. 飲酒習慣について	33
7. 歯や口のことについて	34
8. 健康づくりの取組みについて	37

I. 調査の概要

1. 調査目的

令和6年度からの「玄海町健康増進計画（第三次）」及び「玄海町食育推進基本計画（第二次）」の策定を行うため、町民の健康や食生活の実態や意識・ニーズを把握し、今後の計画の推進に反映することを目的に、アンケート調査を実施しました。

2. 調査対象

① 保育園児保護者	町内在住の保育園児の保護者	133人
② 玄海みらい学園		
	前期課程 4～6年生及び区域外通学者（小学4～6年生）	148人
	後期課程 7～9年生及び区域外通学者（中学1～3年生）	148人
③ 16～18歳	玄海町に住民票を有する年度末年齢16～18歳	153人
④ 成人	玄海町に住民票を有する年度末年齢19歳以上	1,000人

3. 調査方法

- ・乳幼児保護者及び玄海みらい学園の児童生徒は、直接配布、直接回収（区域外通学者は、郵送配布、郵送回収）
- ・16～18歳及び成人は、郵送配布、郵送またはWebで回答

4. 回収結果

配布数・回収状況

対象者	配布数	回収数	有効回収数	有効回収率
① 保育園児保護者	133	126	126	94.7%
② 玄海みらい学園				
前期課程	148	123	122	82.4%
後期課程	148	146	134	90.5%
③ 16～18歳	153	64	64	41.8%
④ 成人	1,000	417	417	41.7%

5. 調査期間

- ・乳幼児保護者 令和4年8月1日～8月8日
- ・玄海みらい学園 令和4年7月12日～8月5日
- ・16～18歳、成人 令和4年8月1日～8月31日

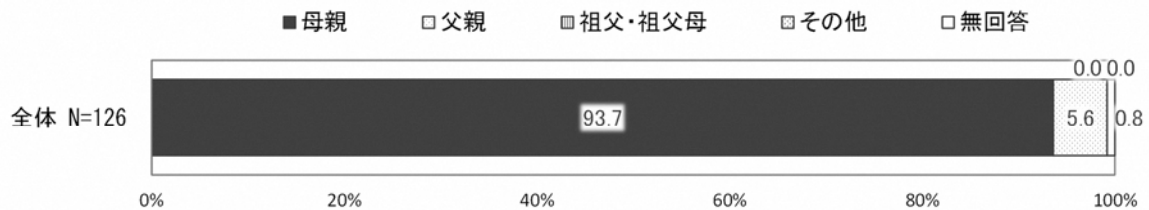
※図表中のNは回答者全員、nは限定された回答者の数（母数）であり、回答率（%）の分母となっています。回答は、各質問の回答者数（計）を基数とした百分率（%）で示しています。小数点第2位を四捨五入しているため、比率の合計が100%にならない場合があります。複数回答の場合、その回答比率の合計は100%を超えます。

Ⅱ. 保育園児の保護者の調査結果

1. 回答者の属性

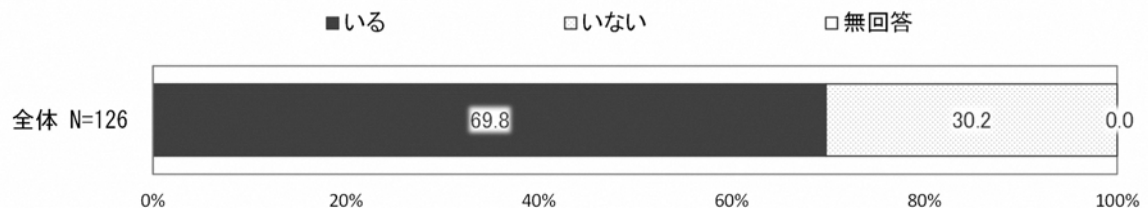
(1) お子さんから見てどのような関係ですか。

- ・回答者は「母親」が 93.7%、「父親」が 5.6%、「祖父・祖父母」「その他」が 0.0%となっている。



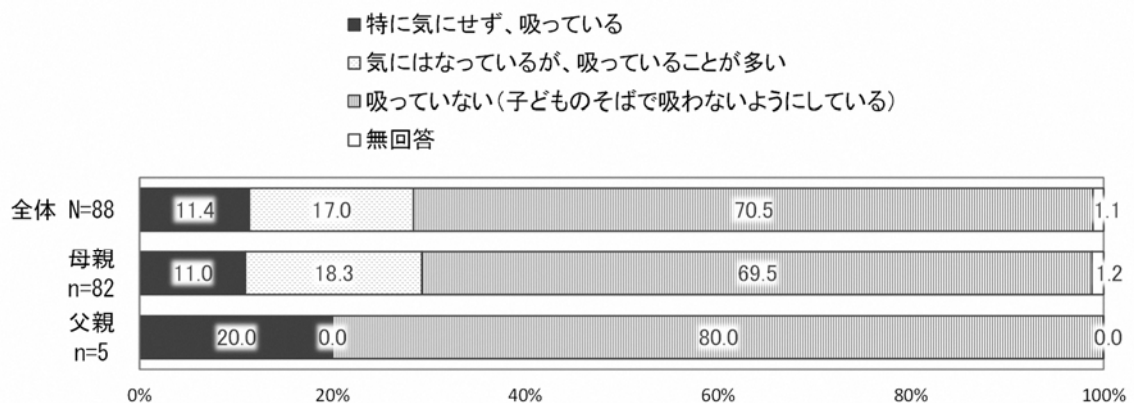
(2) 同居家族の中に、たばこを吸う人（喫煙者）はいますか。

- ・「いる」と回答した割合は 69.8%、「いない」と回答した割合（30.2%）よりも多い。



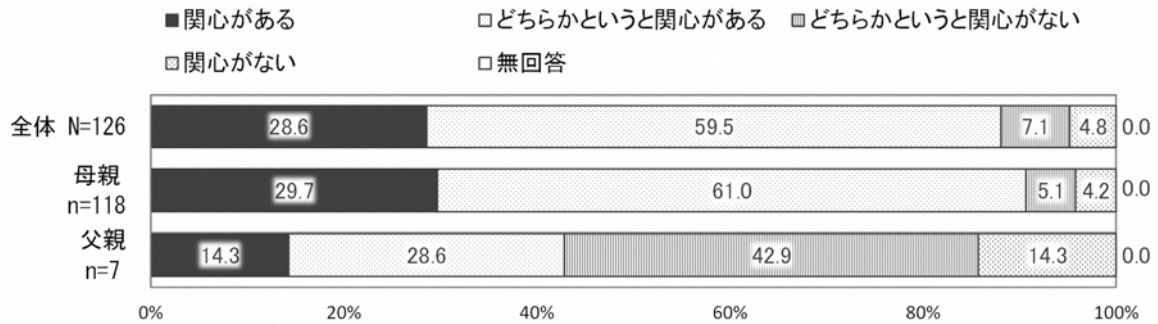
(2) - 1) ふだん、(家族の誰かが) お子さんのそばで吸うことがありますか。

- ・同居家族の中にたばこを吸う人が「いる」と回答した人に、家族の誰かがお子さんのそばで吸うことがあるか尋ねると「吸っていない(子どもそばで吸わないようにしている)」が 70.5%で最も高い。
- ・家庭内で受動喫煙がある未就学児(「特に気にせず、吸っている」「気にはなっているが、吸っていることが多い」を合計した割合)は 28.4%となっている。



(3) あなたは、「食育」に関心がありますか。

- ・全体で「食育」への関心について「どちらかというに関心がある」と回答した割合が59.5%と最も高く、「関心がある」(28.6%)を合わせると88.1%が“関心がある”と回答している。
- ・“関心がない”(「関心がない」「どちらかというに関心がない」を合計した割合)と回答した割合は、父親(57.2%)の方が母親(9.3%)よりも高い。

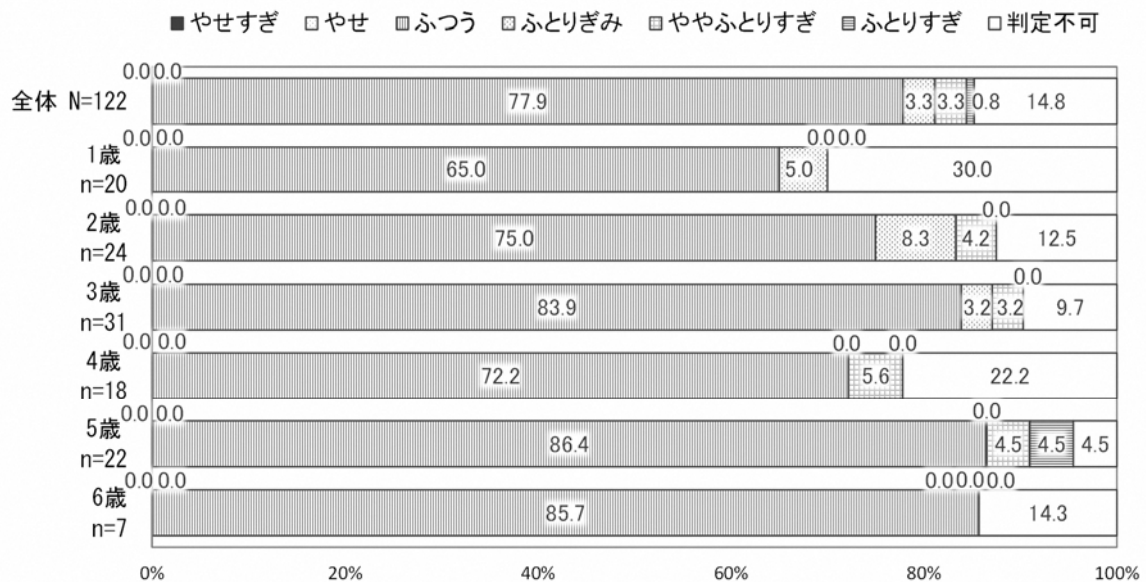


2. お子さんのことについて

(1) お子さんの体型

① 性別身長別標準体重による肥満判定

- ・全体で「ふつう」が77.9%と最も高く、次いで「ふとりぎみ」「ややふとりすぎ」が3.3%と続く。

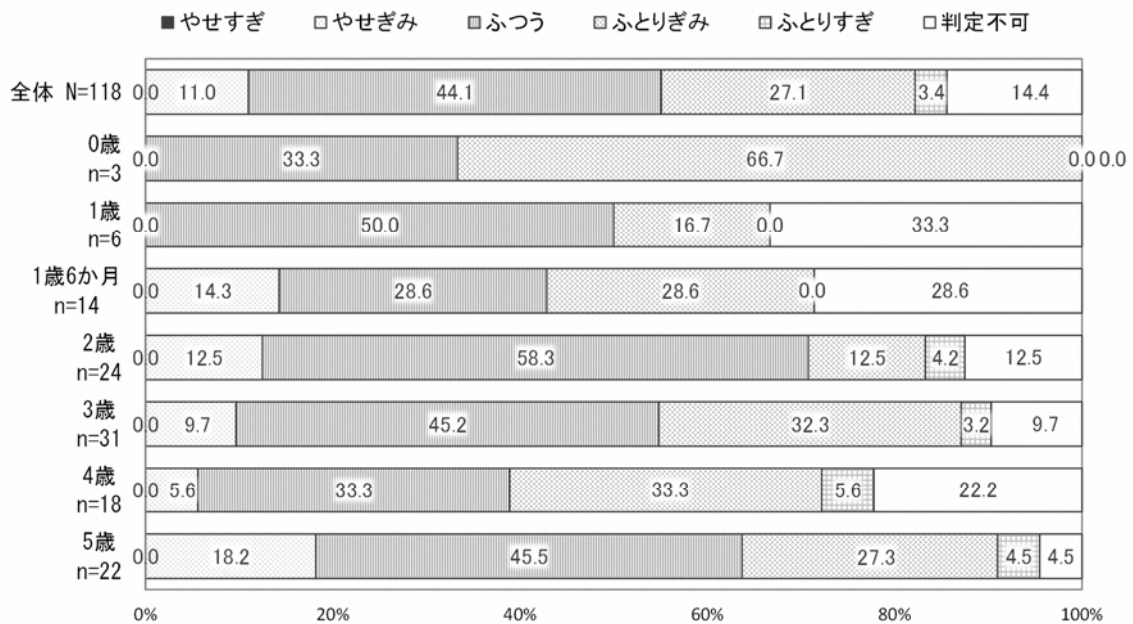


【性別身長別標準体重による肥満度判定】

- ・1歳から5歳までの幼児の肥満度を判定する方法。-20%以下で「やせすぎ」、-20%超-15%以下で「やせ」、-15%超+15%未満で「ふつう」、15%以上20%未満で「ふとりぎみ」、20%以上30%未満で「ややふとりすぎ」、30%以上で「ふとりすぎ」と判定。
- ・6歳は学校保健統計調査方式による肥満度判定を行っている。-30%以下で「やせすぎ」、-30%超-20%以下で「やせ」、-20%超+20%未満で「ふつう」、20%以上30%未満で「ふとりぎみ」、30%以上50%未満で「ややふとりすぎ」、50%以上で「ふとりすぎ」と判定。

② カウプ指数による肥満判定

- ・全体で「ふつう」が44.1%と最も高く、次いで「ふとりぎみ」が27.1%、「やせぎみ」が11.0%と続く。



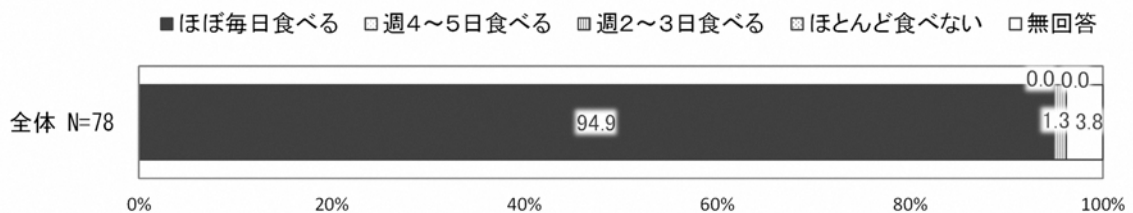
【カウプ指数による肥満判定】

- ・生後3か月から5歳までの乳幼児の肥満度を判定するための指標。

3. お子さんの食習慣について（3歳児以上の方）

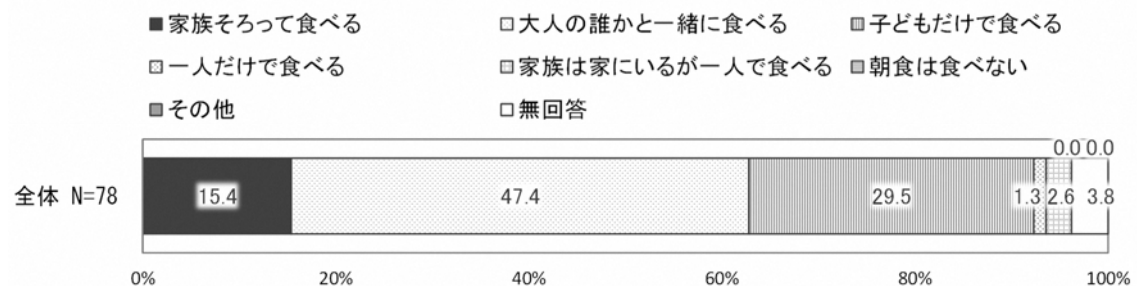
（1）お子さんは、朝食を食べていますか。（最近2週間の平均）

- ・「ほぼ毎日食べる」と回答した割合が94.9%と最も高い。また、朝食の欠食割合（「週4～5日食べる」「週2～3日食べる」「ほとんど食べない」を合計した割合）は、1.3%となっている。



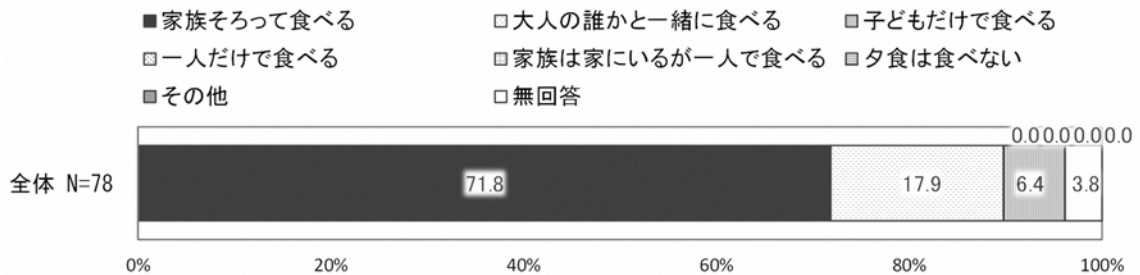
（2）お子さんはふだん朝食を誰と食べていますか。

- ・朝食は「大人の誰かと一緒に食べる」と回答した割合が47.4%と最も高く、次いで「子どもだけで食べる」(29.5%)、「家族そろって食べる」(15.4%)と続く。



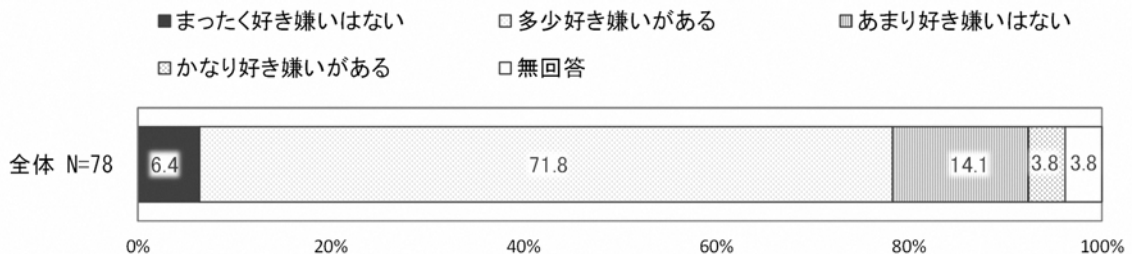
(3) お子さんはふだん夕食を誰と食べていますか。

・「家族そろって食べる」と回答した割合が71.8%と最も高く、次いで「大人の誰かと一緒に食べる」(17.9%)、「子どもだけで食べる」(6.4%)となっている。



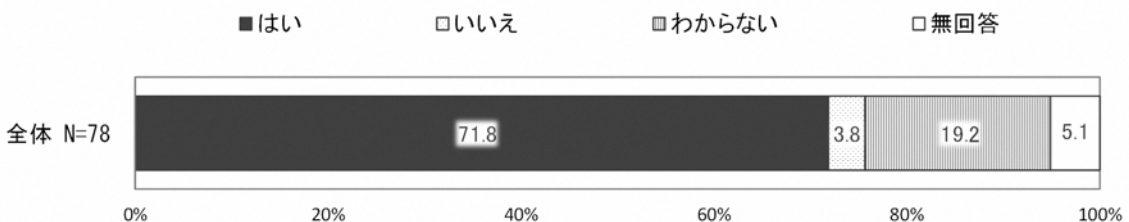
(4) お子さんは好き嫌いがありますか。

・「多少好き嫌いがある」と回答した割合が71.8%と最も高く、次いで「あまり好き嫌いはない」(14.1%)、「まったく好き嫌いはない」(6.4%)と続く。



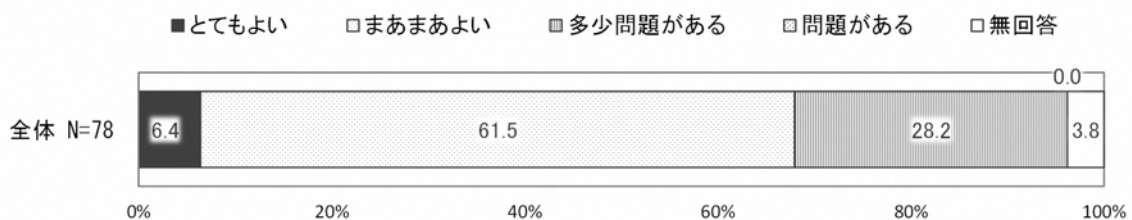
(5) お子さんは、よくかんで食べていますか。

・「はい」と回答した割合が71.8%で、「いいえ」と回答した割合(3.8%)よりも高い。



(6) お子さんの食生活をどのように思いますか。

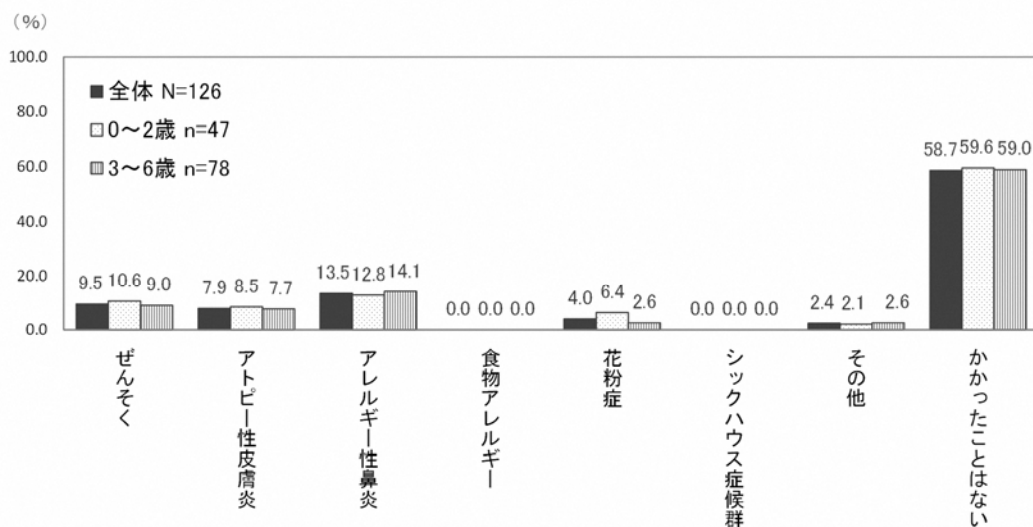
・「まあまあよい」と回答した割合が61.5%で最も高く、「とてもよい」と合わせた“よい”は67.9%となっている。一方“問題がある”と回答した割合(「多少問題がある」「問題がある」を合計した割合)は、28.2%となっている。



4. お子さんの健康状態について

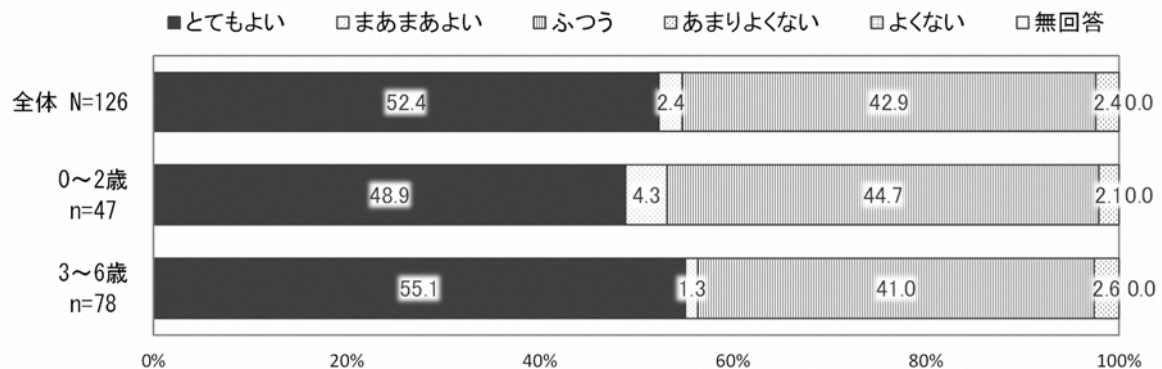
(1) お子さんは、現在次のようなアレルギー性の病気で、治療中のものがありますか。

- 【全体】 「かかったことはない」と回答した割合が 58.7%と最も高く、次いで「アレルギー性鼻炎」(13.5%)となっている。
- 【0～2歳】 「かかったことはない」と回答した割合が 59.6%と最も高く、次いで「アレルギー性鼻炎」(12.8%)となっている。
- 【3～6歳】 「かかったことはない」と回答した割合が 59.0%と最も高く、次いで「アレルギー性鼻炎」(14.1%)となっている。



(2) お子さんの現在の健康状態はいかがですか。

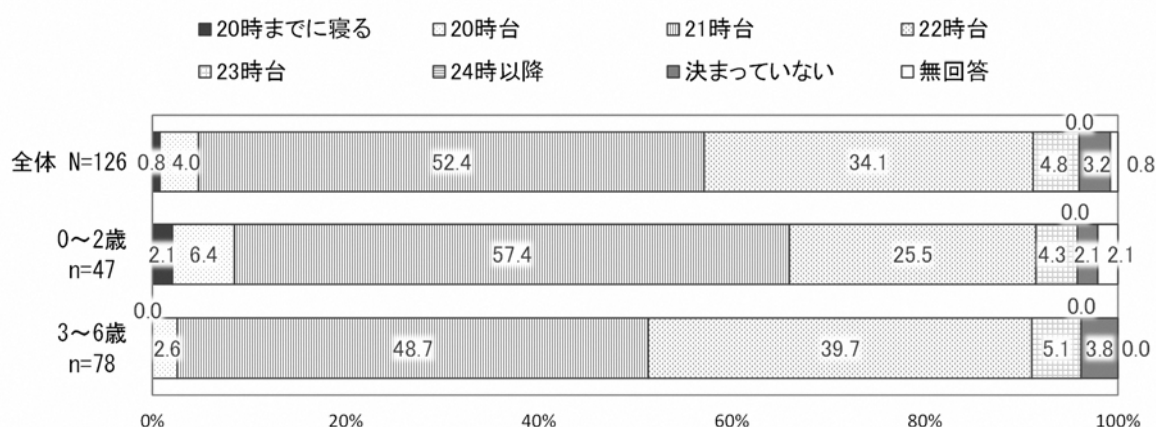
- 【全体】 「とてもよい」と回答した割合が 52.4%と最も高く、次いで「ふつう」(42.9%)となっている。
- 【0～2歳】 「とてもよい」と回答した割合が 48.9%と最も高く、次いで「ふつう」(44.7%)となっている。
- 【3～6歳】 「とてもよい」と回答した割合が 55.1%と最も高く、次いで「ふつう」(41.0%)となっている。



5. お子さんの生活習慣について

(1) お子さんは、何時頃寝ますか。

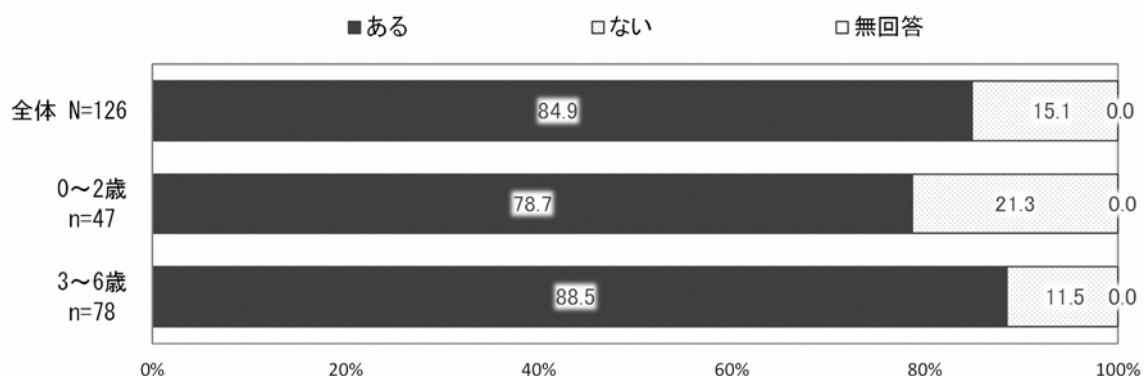
- 【全体】 「21時台」と回答した割合が52.4%と最も高く、次いで「22時台」(34.1%)となっている。
- 【0～2歳】 「21時台」と回答した割合が57.4%と最も高く、次いで「22時台」(25.5%)となっている。
- 【3～6歳】 「21時台」と回答した割合が48.7%と最も高く、次いで「22時台」(39.7%)となっている。



6. お子さんの歯の健康について

(1) お子さんは、この1年間に歯科健診を受けたことがありますか。

- 【全体】 「ある」と回答した割合が84.9%と高い。
- 【0～2歳】 「ある」と回答した割合が78.7%と高い。
- 【3～6歳】 「ある」と回答した割合が88.5%と高い。

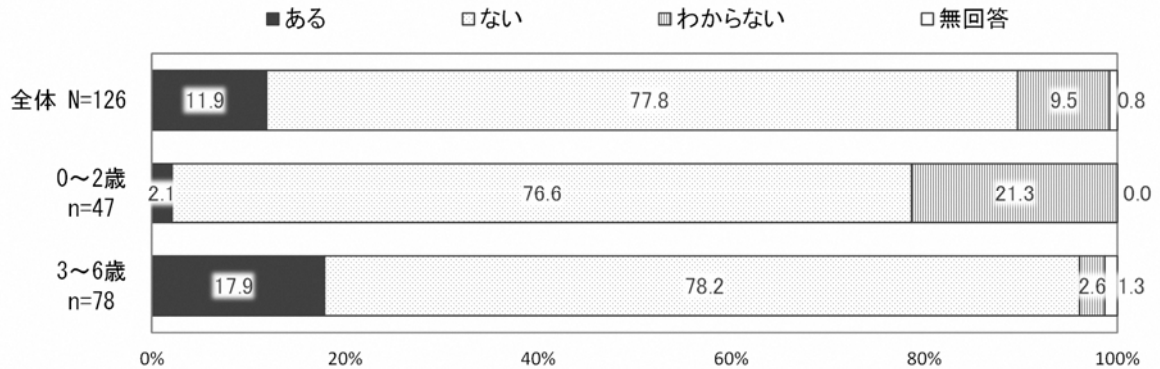


(2) お子さんは、今、治療が必要なむし歯がありますか。

【全体】 「ない」と回答した割合が 77.8%で、「ある」と回答した割合が 11.9%となっている。

【0～2歳】 「ない」と回答した割合が 76.6%で、「ある」と回答した割合が 2.1%となっている。

【3～6歳】 「ない」と回答した割合が 78.2%で、「ある」と回答した割合が 17.9%となっている。



(2)-1) むし歯は何本ありますか。

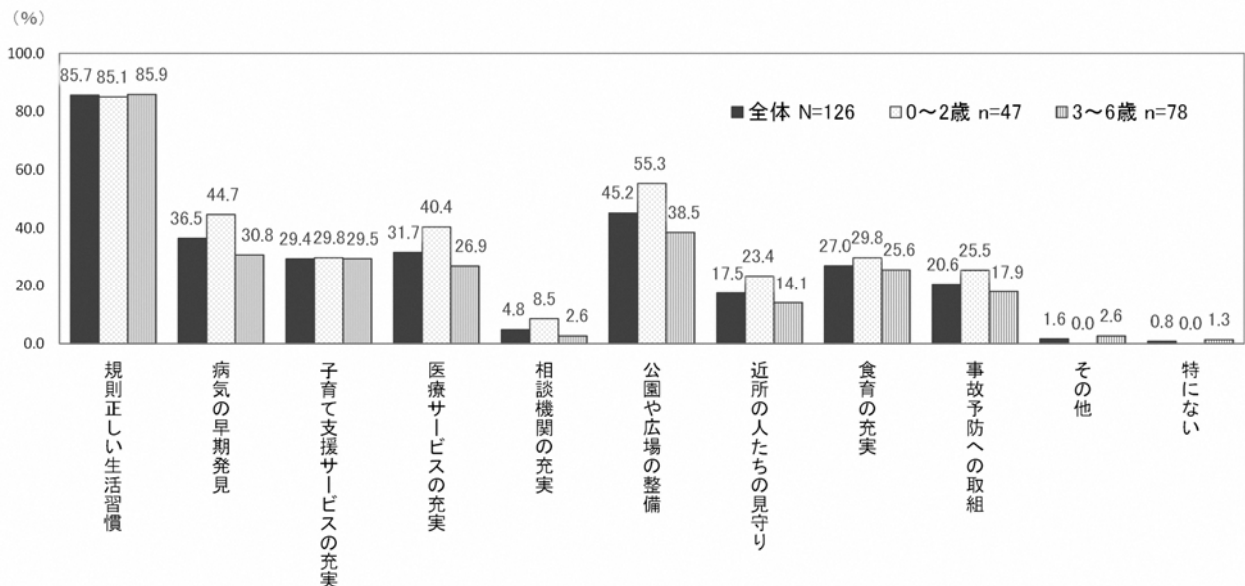
・むし歯が「ある」と回答した人のうち、むし歯の本数は「2～3本」(46.7%)が最も多い。また「1本」「4～5本」と回答した人も 26.7%みられる。

(3) 子どもたちが心も体も元気に育っていくためには、どのようなことが重要だと思いますか。

【全体】 「規則正しい生活習慣」と回答した割合が 85.7%と最も高く、次いで「公園や広場の整備」(45.2%)、「病気の早期発見」(36.5%)と続く。

【0～2歳】 「規則正しい生活習慣」と回答した割合が 85.1%と最も高く、次いで「公園や広場の整備」(55.3%)、「病気の早期発見」(44.7%)と続く。

【3～6歳】 「規則正しい生活習慣」と回答した割合が 85.9%と最も高く、次いで「公園や広場の整備」(38.5%)、「病気の早期発見」(30.8%)と続く。



Ⅲ. 児童・生徒の調査結果

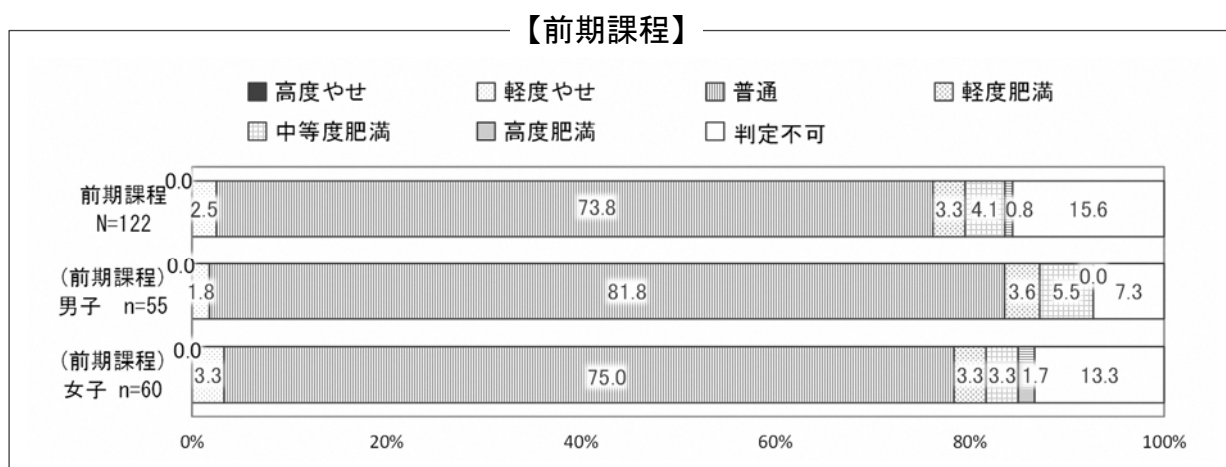
A. 前期課程・後期課程・16～18歳共通設問

1. 回答者の属性

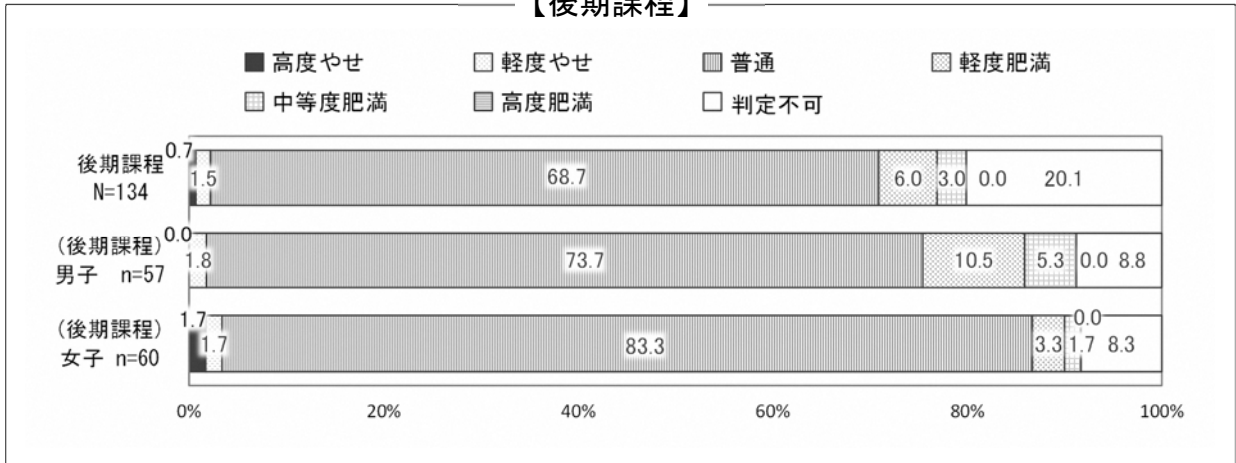
(1) 体型

- 【前期課程】** 前期課程全体では「普通」が73.8%と最も高く、次いで「中等度肥満」(4.1%)、「軽度肥満」(3.3%)と続く。“肥満”(「軽度肥満」「中等度肥満」「高度肥満」を合計した割合)の割合は8.2%となっている。性別で見ると、男子では「中等度肥満」の割合が5.5%とやや高い。また、“肥満”の割合は9.1%となっている。女子では“肥満”の割合が8.3%となっている。
- 【後期課程】** 後期課程全体では「普通」が68.7%と最も高く、次いで「軽度肥満」(6.0%)、「中等度肥満」(3.0%)と続く。“肥満”の割合は9.0%となっている。性別で見ると、男子では「軽度肥満」の割合が10.5%とやや高い。また、“肥満”の割合は15.8%となっている。女子では“肥満”の割合が5.0%となっている。
- 【16～18歳】** 16・17歳全体では「普通」が83.0%と最も高く、次いで「軽度肥満」(5.7%)となっている。性別で見ると、男子では“肥満”の割合が10.0%となっている。また、女子では“肥満”の割合が9.6%となっている。また、「軽度やせ」が9.5%とやや高い。18歳全体では「標準」の割合が81.8%と最も高く、「肥満」の割合は0.0%となっている。

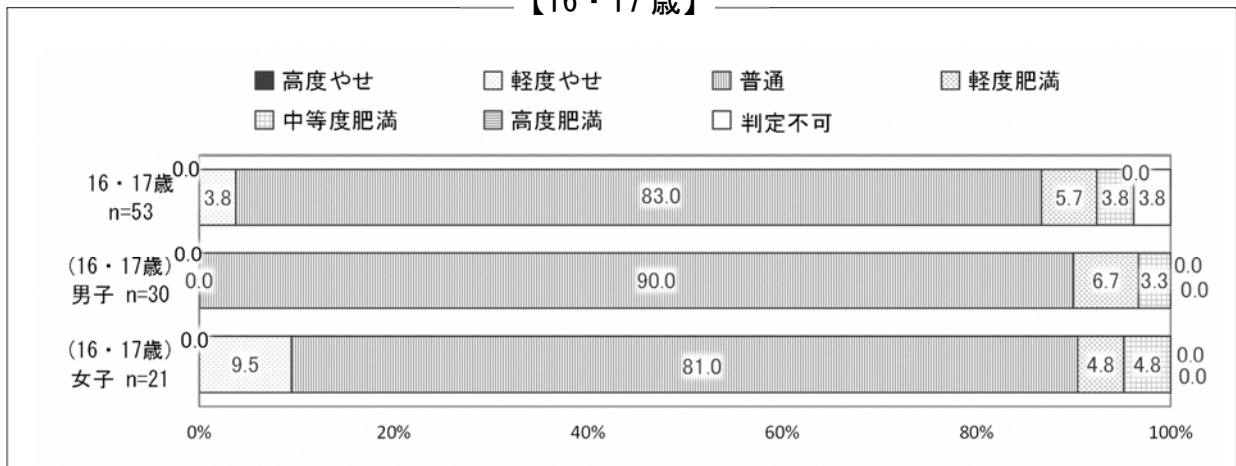
※前期課程、後期課程、16・17歳は学校保健統計調査方式による肥満度判定、18歳はBMI判定
また、「判定不可」の中には、性別及び身長・体重について無回答者が含まれる。



【後期課程】



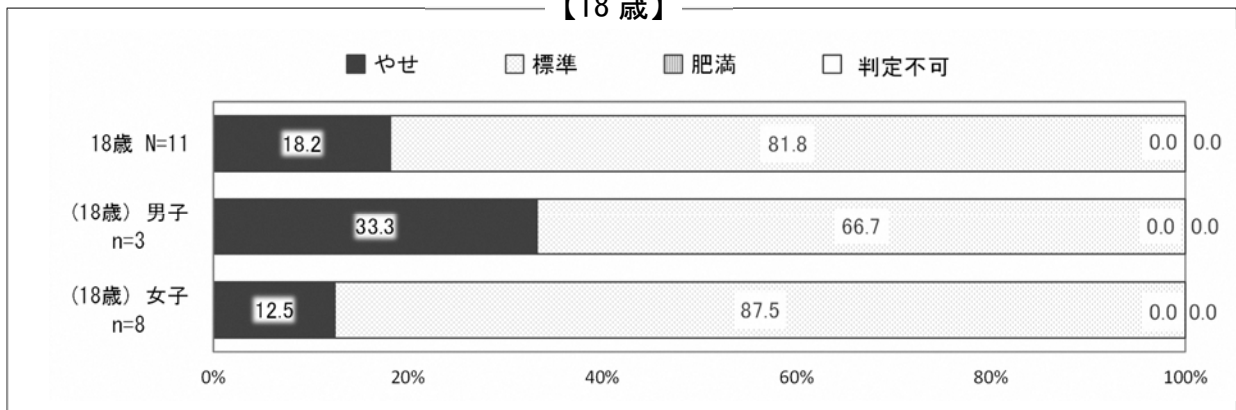
【16・17歳】



【学校保健統計調査方式による肥満度判定】

5歳から17歳までの児童・生徒の肥満度を判定する方法。肥満度は-30%未満で「高度やせ」、-30%超-20%以下で「軽度やせ」、-20%超～+20%未満で「普通」、20%以上30%未満で「軽度肥満」、30%以上50%未満で「中等度肥満」、50%以上で「高度肥満」と判定。

【18歳】



【BMI判定】

大人の体格の状況を示す指標。18.5未満で「やせ」、18.5以上25.0未満で「標準」、25.0以上で「肥満」と判定。

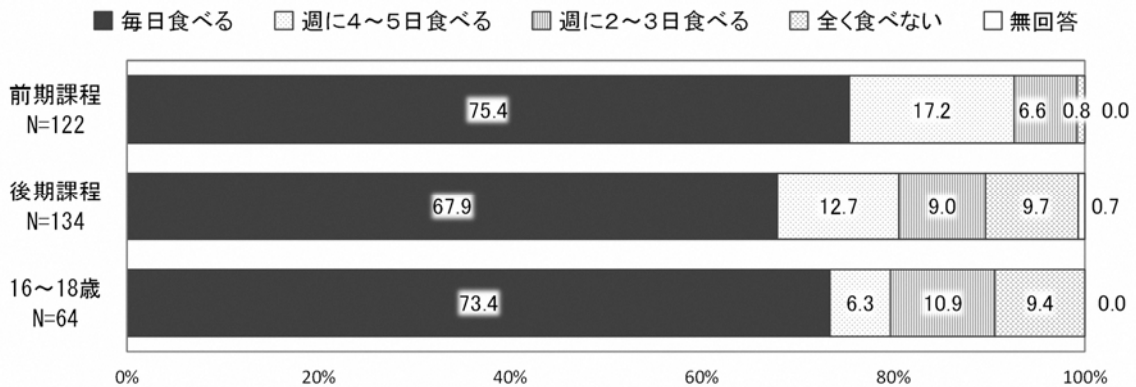
2. 食生活について

(1) 朝食を食べていますか。

【前期課程】 「毎日食べる」と回答した割合が 75.4%と最も高い。また、欠食の割合（「週に4～5日食べる」「週に2～3日」「全く食べない」を合計した割合）は24.6%となっている。

【後期課程】 「毎日食べる」と回答した割合が 67.9%と最も高い。また、欠食の割合は 31.4%となっている。

【16～18歳】 「毎日食べる」と回答した割合が 73.4%と最も高い。また、欠食の割合は 26.6%となっている。

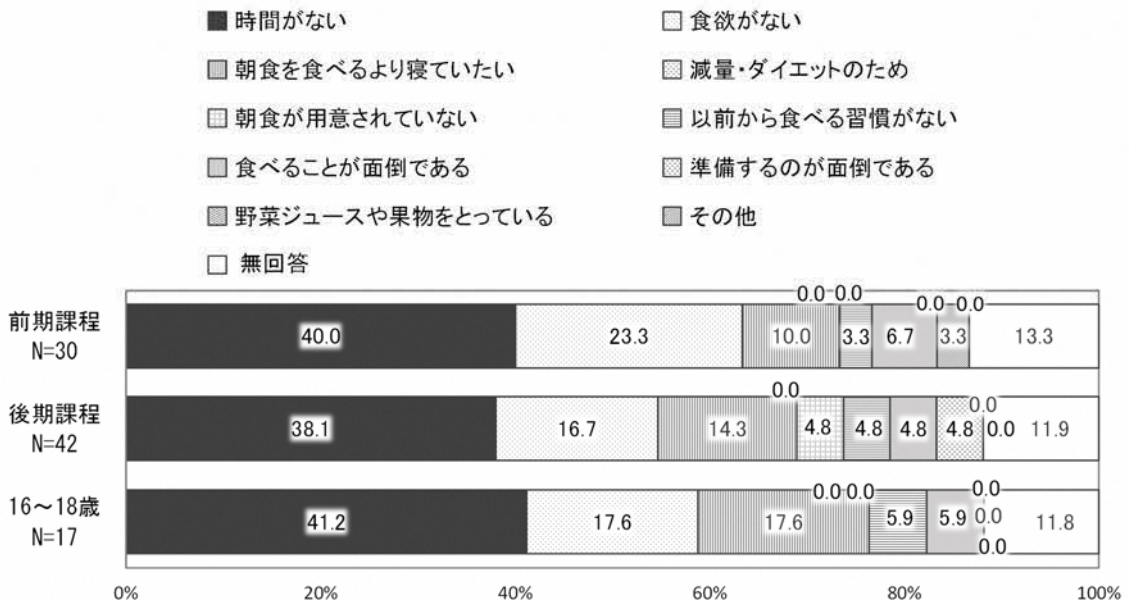


(2) 朝食を食べない一番大きな理由はなんですか。

【前期課程】 「時間がない」と回答した割合が 40.0%と最も高く、次いで「食欲がない」（23.3%）となっている。

【後期課程】 「時間がない」と回答した割合が 38.1%と最も高く、次いで「食欲がない」（16.7%）となっている。

【16～18歳】 「時間がない」と回答した割合が 41.2%と最も高く、次いで「食欲がない」「朝食を食べるより寝ていたい」（17.6%）となっている。

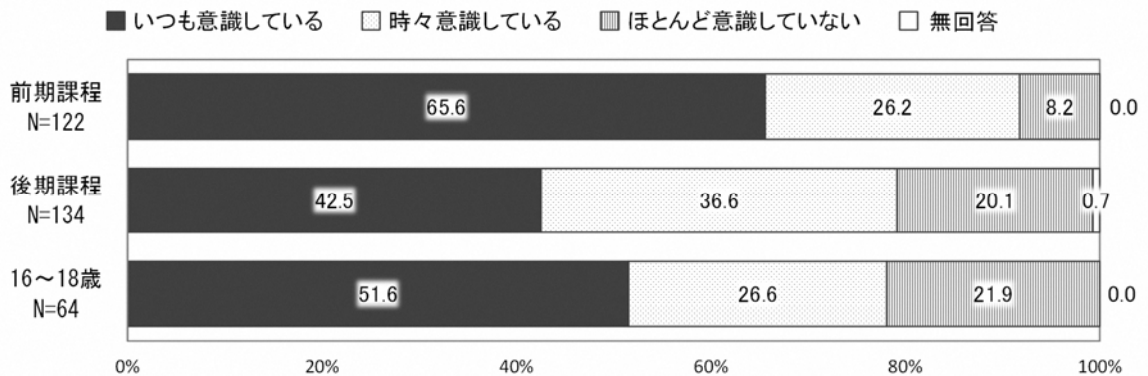


(3) 朝・昼・夕の3食を食べることを意識していますか。

【前期課程】 「いつも意識している」と回答した割合が65.6%と最も高く、次いで「時々意識している」が26.2%となっている。

【後期課程】 「いつも意識している」と回答した割合が42.5%と最も高く、次いで「時々意識している」が36.6%となっている。

【16～18歳】 「いつも意識している」と回答した割合が51.6%と最も高く、次いで「時々意識している」が26.6%となっています。また、「ほとんど意識していない」と回答した割合が21.9%と高くなっている。

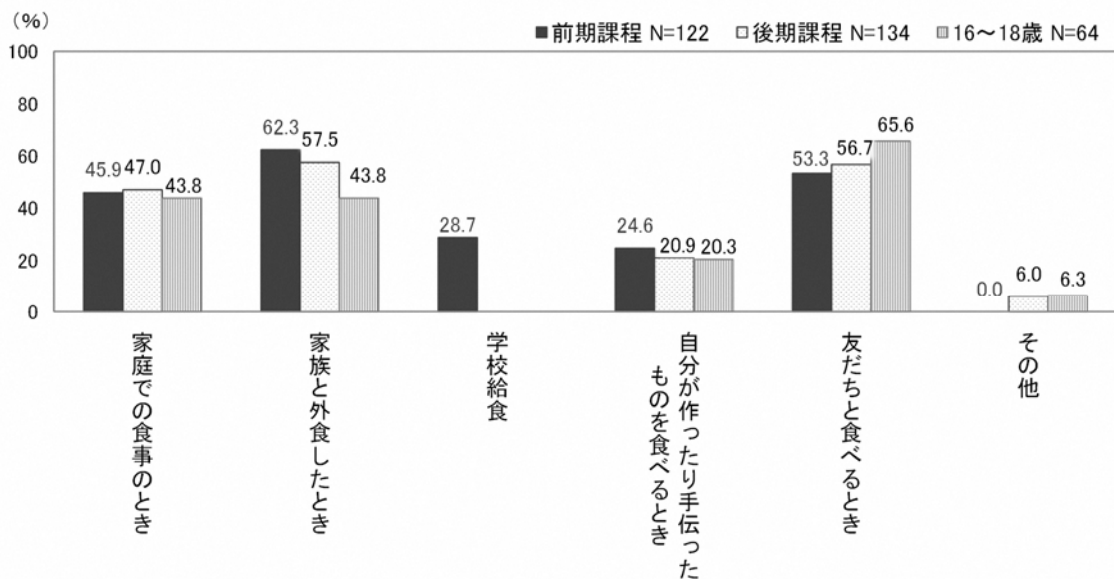


(4) どんな食事のときが楽しいですか。

【前期課程】 「家族と外食したとき」と回答した割合が62.3%と最も高く、次いで「友だちと食べるとき」(53.3%)、「家庭での食事のとき」(45.9%)の順に続く。

【後期課程】 「家族と外食したとき」と回答した割合が57.5%と最も高く、次いで「友だちと食べるとき」(56.7%)、「家庭での食事のとき」(47.0%)の順に続く。

【16～18歳】 「友だちと食べるとき」と回答した割合が65.6%と最も高く、次いで「家庭での食事のとき」、「家族と外食したとき」(43.8%)の順に続く。



※「学校給食」は前期課程のみ

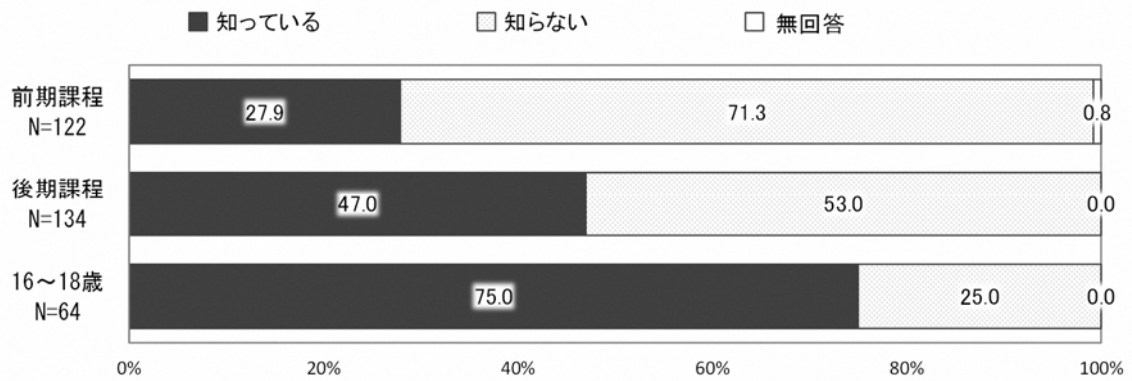
(5) 玄海町の郷土料理の認知状況。

<押し寿司>

【前期課程】 「知らない」と回答した割合が71.3%と高い。

【後期課程】 「知らない」と回答した割合が53.0%と高い。

【16～18歳】 「知っている」と回答した割合が75.0%と高い。

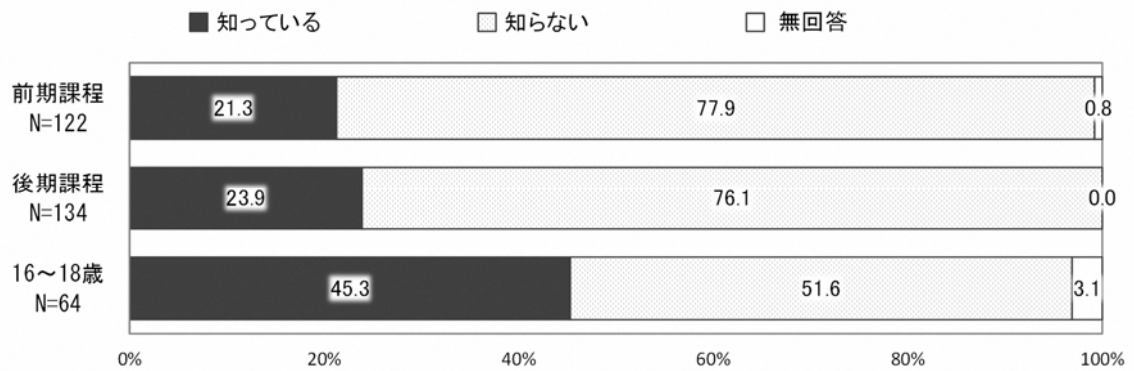


<いりやき>

【前期課程】 「知らない」と回答した割合が77.9%と高い。

【後期課程】 「知らない」と回答した割合が76.1%と高い。

【16～18歳】 「知らない」と回答した割合が51.6%と高い。



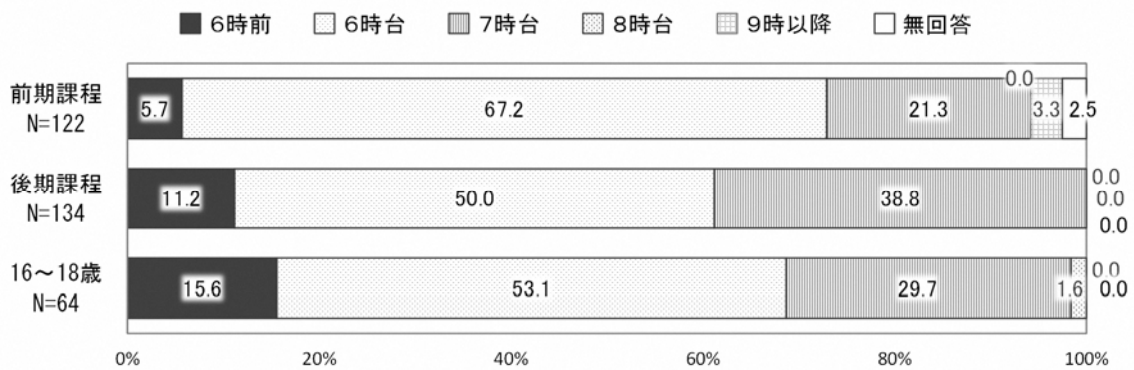
3. 生活習慣や健康状態について

(1) ふだん、何時ごろ起きますか。

【前期課程】 「6時台」と回答した割合が67.2%と最も高く、次いで「7時台」(21.3%)となっている。

【後期課程】 「6時台」と回答した割合が50.0%と最も高く、次いで「7時台」(38.8%)となっている。

【16～18歳】 「6時台」と回答した割合が53.1%と最も高く、次いで「7時台」(29.7%)となっている。

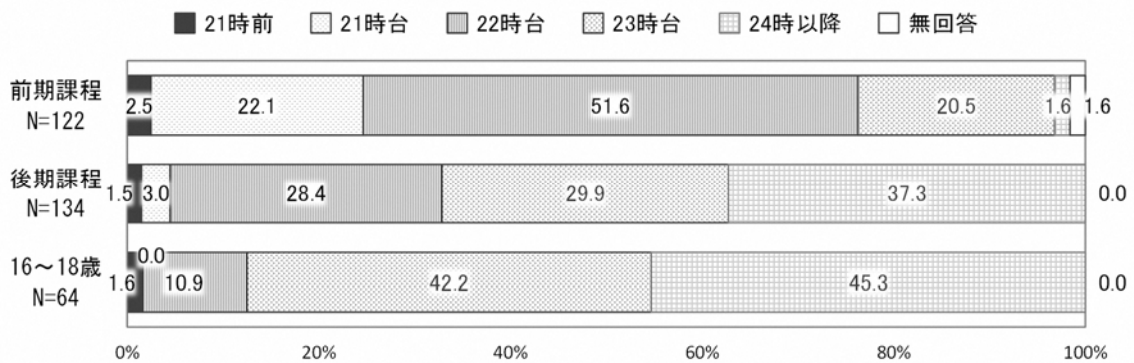


(2) ふだん、何時ごろ寝ますか。

【前期課程】 「22時台」と回答した割合が51.6%と最も高く、次いで「21時台」(22.1%)、「23時台」(20.5%)と続く。

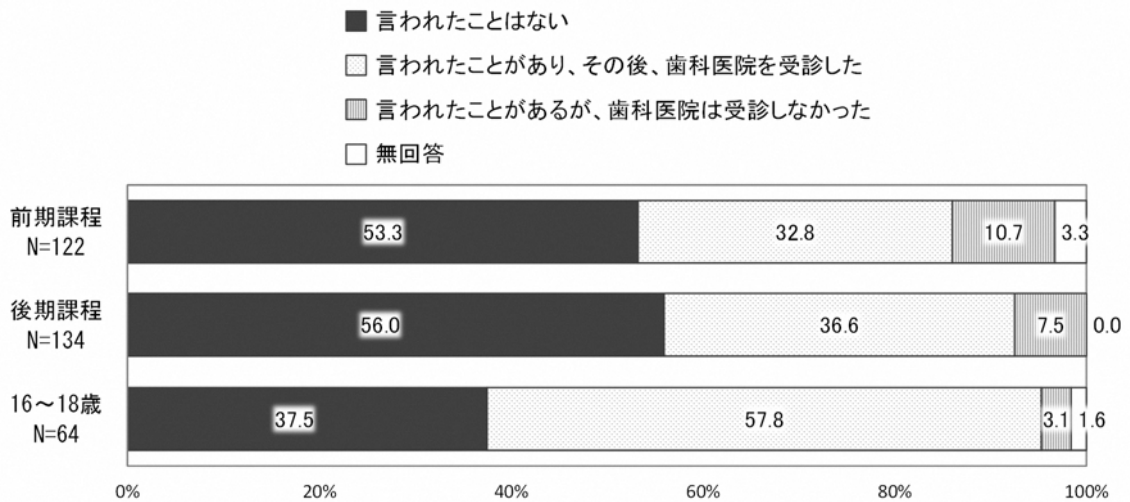
【後期課程】 「24時以降」と回答した割合が37.3%と最も高く、次いで「23時台」(29.9%)となっている。

【16～18歳】 「24時以降」と回答した割合が45.3%と最も高く、次いで「23時台」(42.2%)となっている。



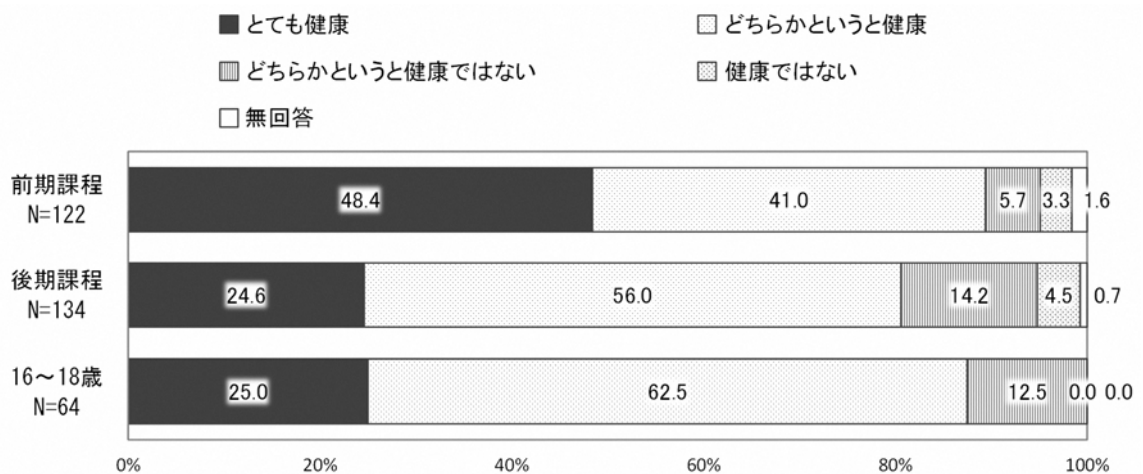
(3) 歯科健診でむし歯や歯肉炎があるとされたことがありますか。

- 【前期課程】 「言われたことがない」と回答した割合が 53.3%と最も高く、次いで「言われたことがあり、その後、歯科医院を受診した」(32.8%)の順に続く。
- 【後期課程】 「言われたことがない」と回答した割合が 56.0%と最も高く、次いで「言われたことがあり、その後、歯科医院を受診した」(36.6%)の順に続く。
- 【16～18歳】 「言われたことがあり、その後、歯科医院を受診した」と回答した割合が 57.8%と最も高く、次いで「言われたことがない」(37.5%)の順に続く。



(4) 自分のことを健康だと思えますか。

- 【前期課程】 「とても健康」と回答した割合が 48.4%と最も高く、「どちらかという健康」と合わせた 89.4%が“健康”と感じている。
- 【後期課程】 「どちらかという健康」と回答した割合が 56.0%と最も高い。また、“健康ではない”（「どちらかという健康ではない」と「健康ではない」を合計した割合）と感じる生徒が 18.7%と高くなっている。
- 【16～18歳】 「どちらかという健康」と回答した割合が 62.5%と最も高い。また、「とても健康」と回答した割合は 25.0%前期課程の約半分となっている。

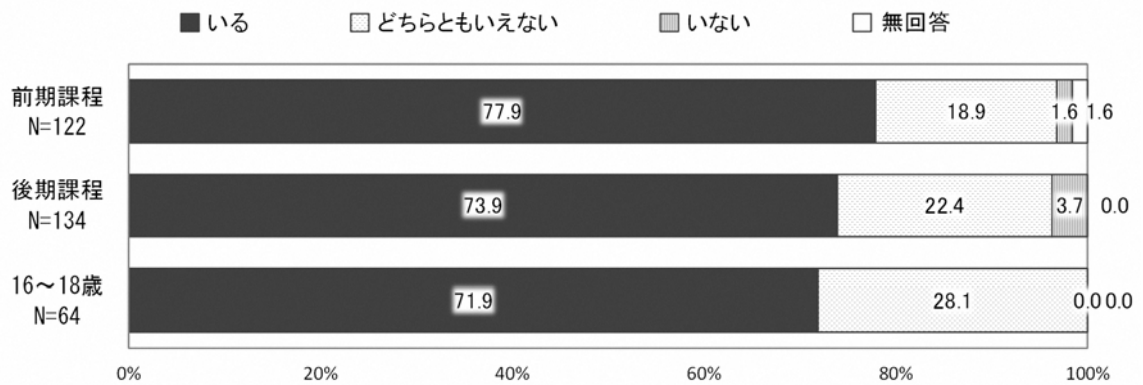


(5) 困ったときに気軽に話せる友達がいますか。

【前期課程】 「いる」と回答した割合が77.9%と最も高い。

【後期課程】 「いる」と回答した割合が73.9%と最も高い。

【16～18歳】 「いる」と回答した割合が71.9%と最も高い。

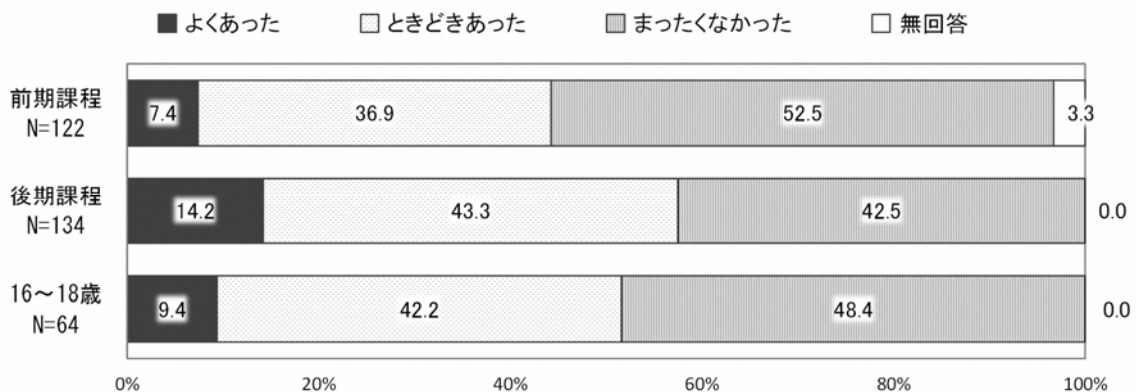


(6) 最近気分が落ち込んだり、ひどく不安になったり、興味や楽しみがもてなかったことがありましたか。

【前期課程】 「まったくなかった」と回答した割合が52.5%と最も高い。

【後期課程】 「ときどきあった」と回答した割合が43.3%と最も高く、「よくあった」を合わせた57.5%が気分の落ち込みを感じている。

【16～18歳】 「まったくなかった」と回答した割合が48.4%と最も高い。また、「よくあった」と「ときどきあった」を合わせた51.6%が気分の落ち込みを感じている。

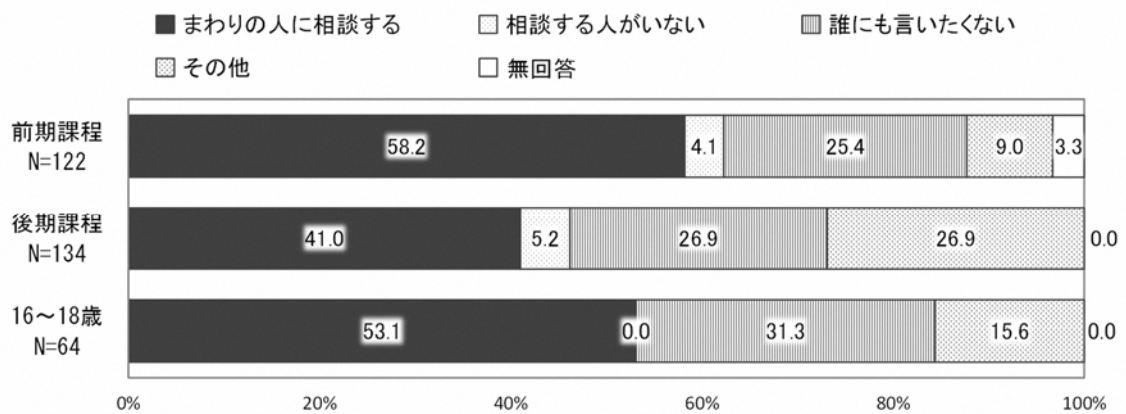


(7) 気分が落ち込んだ時に、どうしましたか。

【前期課程】 「まわりの人に相談する」と回答した割合が 58.2%と最も高く、次いで「誰にも言いたくない」(25.4%)となっている。

【後期課程】 「まわりの人に相談する」と回答した割合が 41.4%と最も高く、次いで「誰にも言いたくない」(27.1%)となっている。また、「その他」の意見として、「音楽を聴く」「ゲームをする」「寝る」といった、気分を紛らわすことで解消している生徒が多い。極めて少ないが「リストカットをする」との回答があった。

【16～18歳】 「まわりの人に相談する」と回答した割合が 53.1%と最も高く、次いで「誰にも言いたくない」(31.3%)となっている。また、「その他」の意見として「寝る」との回答が多い。

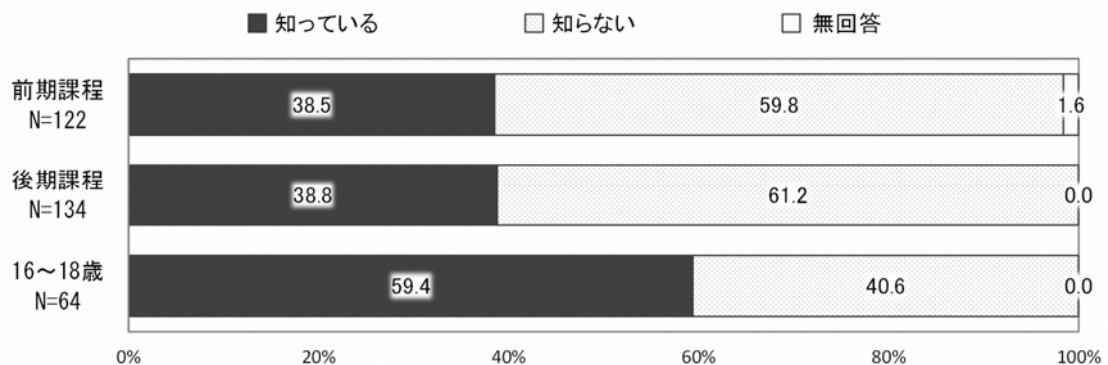


(8) 悩みがあるときの相談窓口を知っていますか。

【前期課程】 「知らない」と回答した割合が 59.8%と高い。

【後期課程】 「知らない」と回答した割合が 61.2%と高い。

【16～18歳】 「知っている」と回答した割合が 59.4%と高い。



C. 前期課程・後期課程共通設問

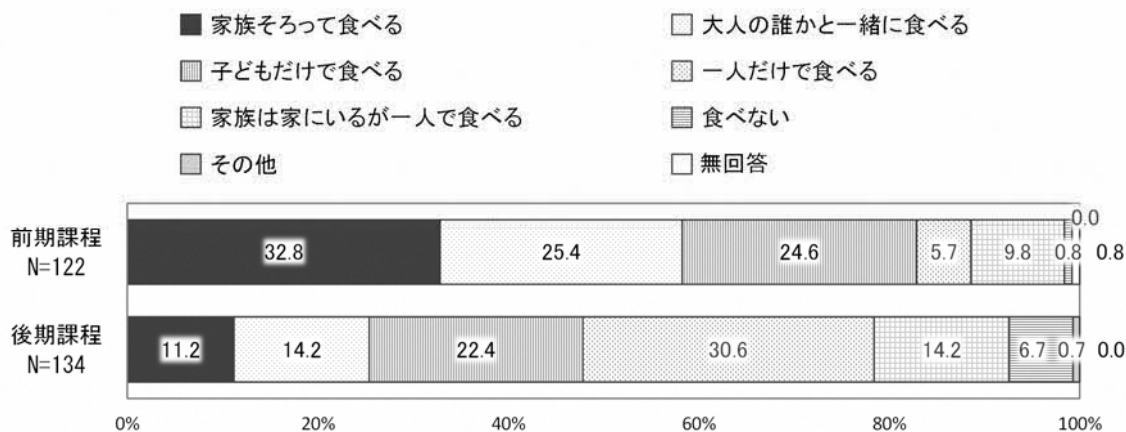
1. 食生活について

(1) 家庭の食事は誰と食べることが多いですか。

<朝食>

【前期課程】 「家族そろって食べる」と回答した割合が32.8%と最も高く、次いで「大人の誰かと一緒に食べる」(25.4%)、「子どもだけで食べる」(24.6%)と続く。

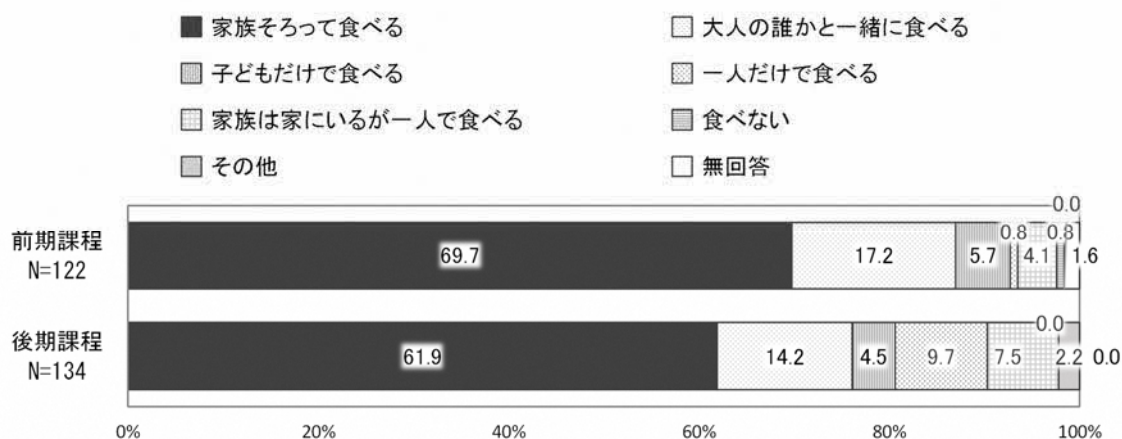
【後期課程】 「一人だけで食べる」と回答した割合が30.6%と最も高く、次いで「子どもだけで食べる」(22.4%)となっている。また、「家族そろって食べる」と回答した割合が11.2%と前期課程の約3分の1となっている。



<夕食>

【前期課程】 「家族そろって食べる」と回答した割合が69.7%と最も高く、次いで「大人の誰かと一緒に食べる」(17.2%)となっている。

【後期課程】 「家族そろって食べる」と回答した割合が61.9%と最も高く、次いで「大人の誰かと一緒に食べる」(14.2%)となっている。また、「一人だけで食べる」と回答した割合が9.7%と前期課程の10倍以上高くなっている。

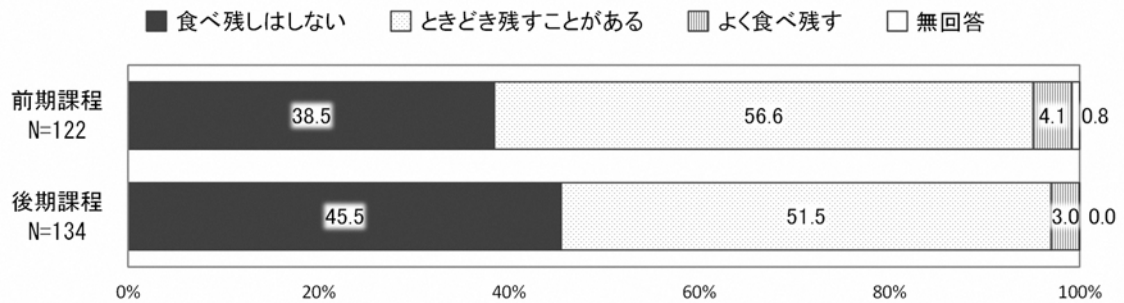


(2) 家庭や学校で食べ残しをすることがありますか。

<家庭>

【前期課程】 「ときどき残すことがある」と回答した割合が56.6%と最も高い。

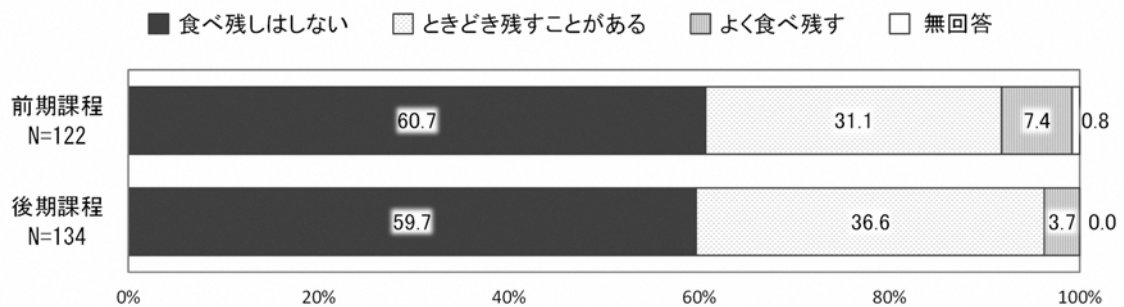
【後期課程】 「ときどき残すことがある」と回答した割合が51.5%と最も高い。



<学校>

【前期課程】 「食べ残しはしない」と回答した割合が60.7%と最も高く、家庭での割合(38.5%)と比較して高くなっている。

【後期課程】 「食べ残しはしない」と回答した割合が59.7%と最も高い。



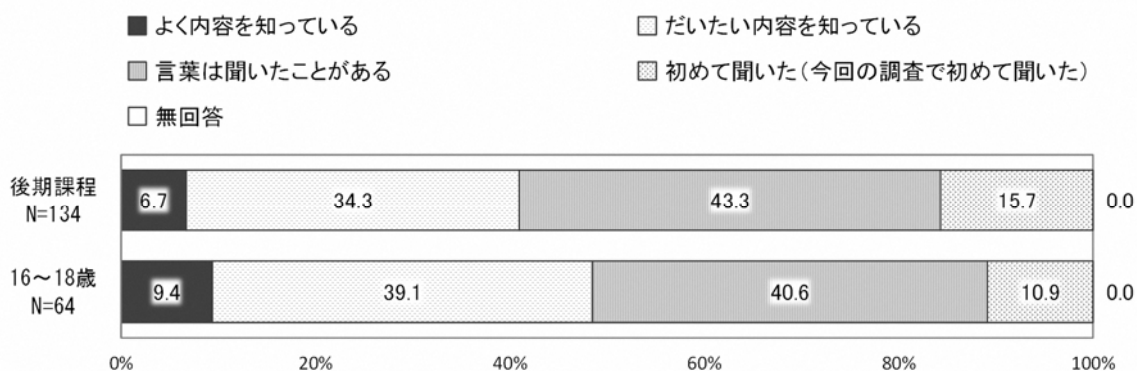
D. 後期課程・16～18歳共通設問

1. 食生活について

(1) 「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。

【後期課程】 「言葉は聞いたことがある」と回答した割合が43.3%と最も高い。

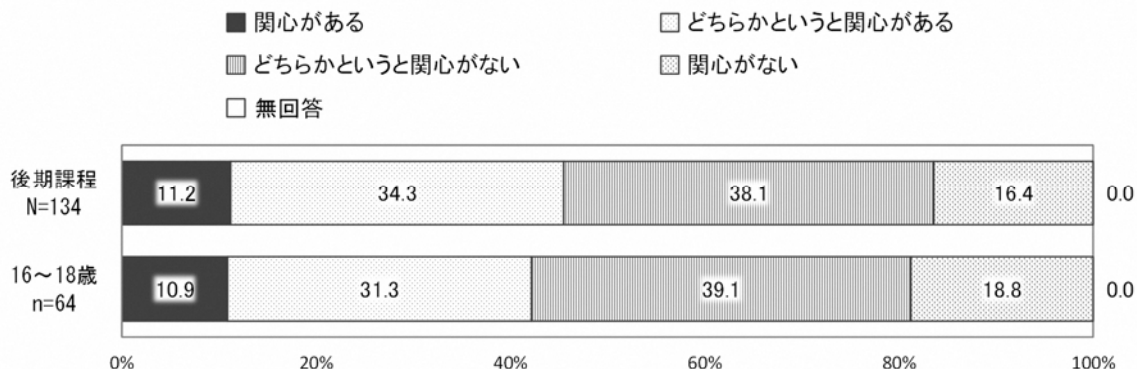
【16～18歳】 「言葉は聞いたことがある」と回答した割合が40.6%と最も高い。「よく内容を知っている」と回答した割合は9.4%と後期課程と比べてやや高くなっている。



(2) 「食育」に関心がありますか。

【後期課程】 “関心がある”と回答した割合(「関心がある」「どちらかというに関心がある」を合計した割合)は45.5%となっている。また、“関心がない”と回答した割合(「どちらかというに関心がない」「関心がない」を合計した割合)は54.5%となっている。

【16～18歳】 “関心がある”と回答した割合は42.2%となっている。また、“関心がない”と回答した割合は57.9%と過半数を超えている。

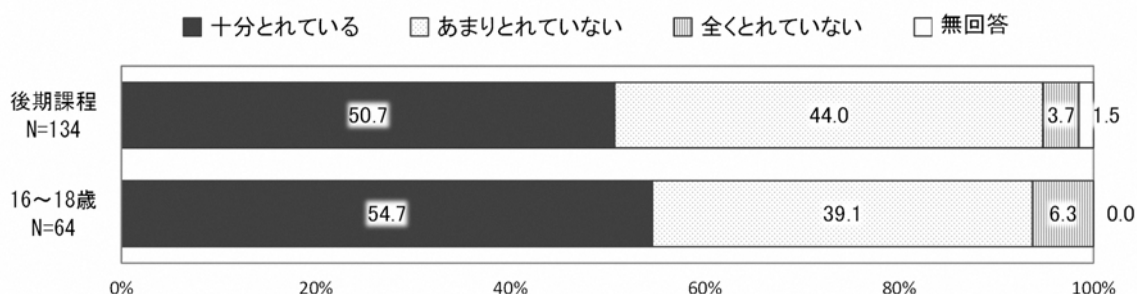


2. 生活習慣や健康状態について

(1) 睡眠は十分にとれていますか。

【後期課程】 「十分とれている」と回答した割合が 50.7%と最も高い。

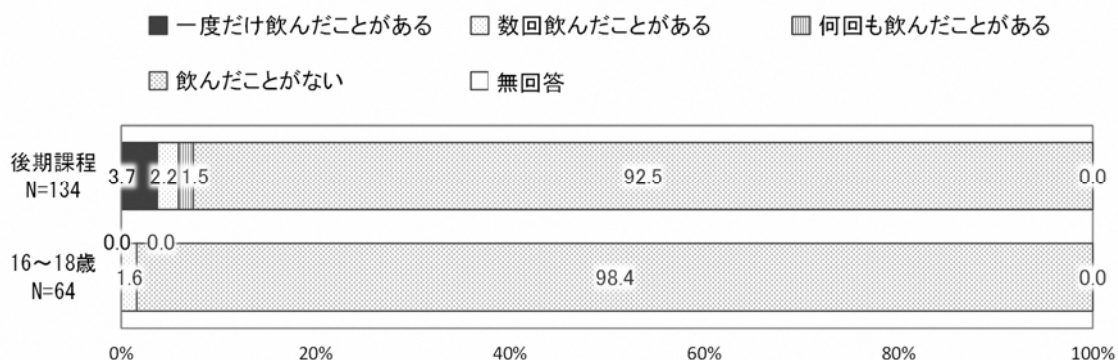
【16～18 歳】 「十分とれている」と回答した割合が 54.7%と最も高い。



(2) この1か月間に少しでも、お酒を飲んだことがありますか。

【後期課程】 「飲んだことがない」と回答した割合が 92.5%と最も高い。“飲んだことがある”と回答した割合（「一度だけ飲んだことがある」「数回飲んだことがある」「何回も飲んだことがある」を合計した割合）は 7.4%となっている。

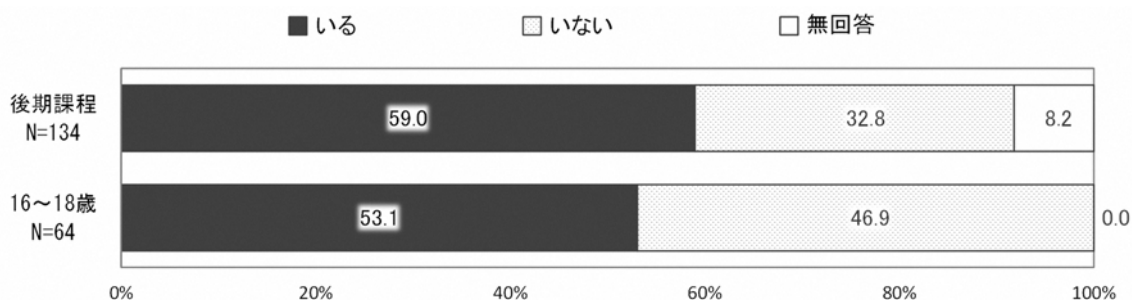
【16～18 歳】 「飲んだことがない」と回答した割合が 98.4%と多くを占めているが、「数回飲んだことがある」人が 1.6%みられる。



(3) 家では、たばこを吸っている人はいますか。

【後期課程】 「いる」と回答した割合が 59.0%と高い。

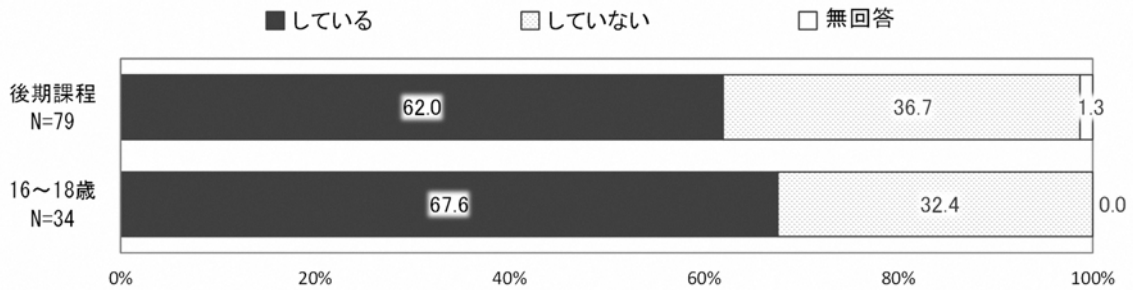
【16～18 歳】 「いる」と回答した割合が 53.1%と高い。



(4) たばこを吸っているご家族の人は、家の中で、たばこを吸う場所や時間の工夫をしていますか。

【後期課程】 「している」と回答した割合が 62.0%と高い。

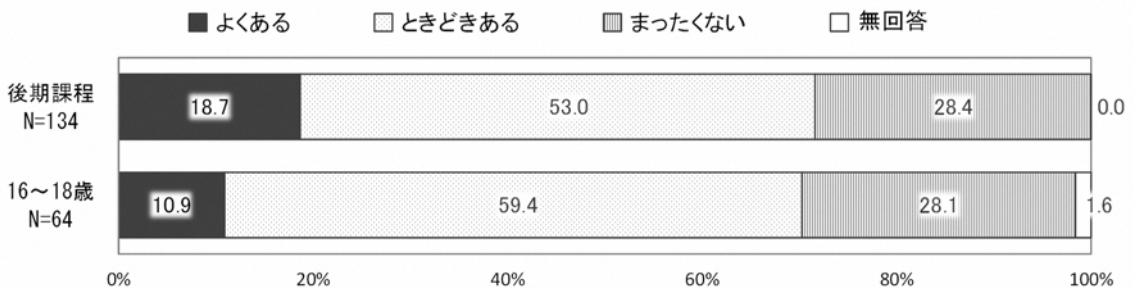
【16～18 歳】 「している」と回答した割合が 67.6%と高い。



(5) 普段、強いストレスを感じることはありますか。

【後期課程】 「ときどきある」と回答した割合が 53.0%と最も高く、「よくある」と合わせた 71.7%が“ある”と感じている。

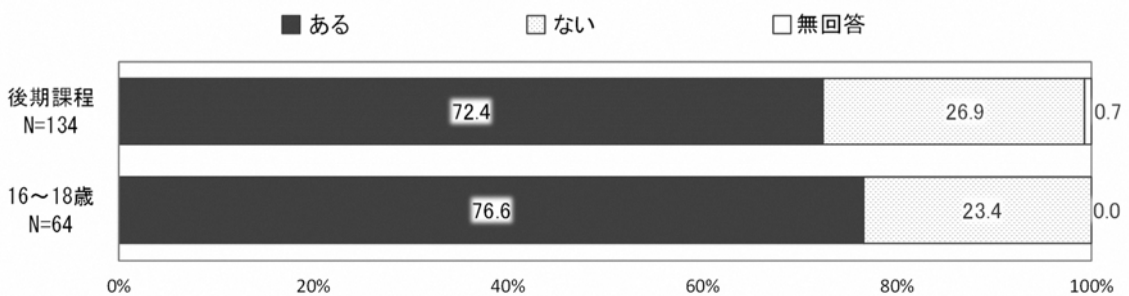
【16～18 歳】 「ときどきある」と回答した割合が 59.4%と最も高く、「よくある」と合わせた 70.3%が“ある”と感じている。



(6) ストレス解消法はありますか。

【後期課程】 「ある」と回答した割合が 72.4%と高い。

【16～18 歳】 「ある」と回答した割合が 76.6%と高い。



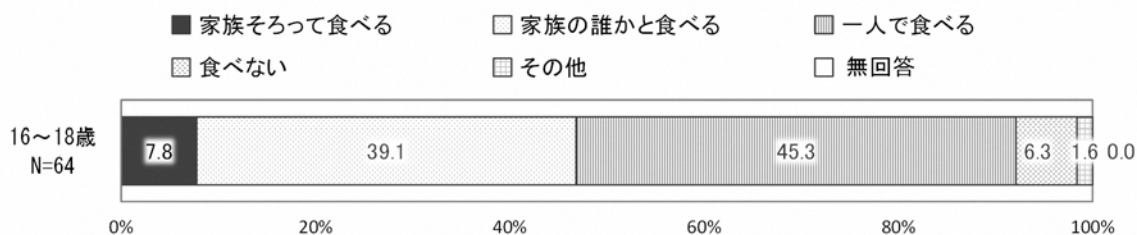
E. 16～18歳のみ設問

1. 食生活について

(1) 家庭の食事は誰と食べることが多いですか。

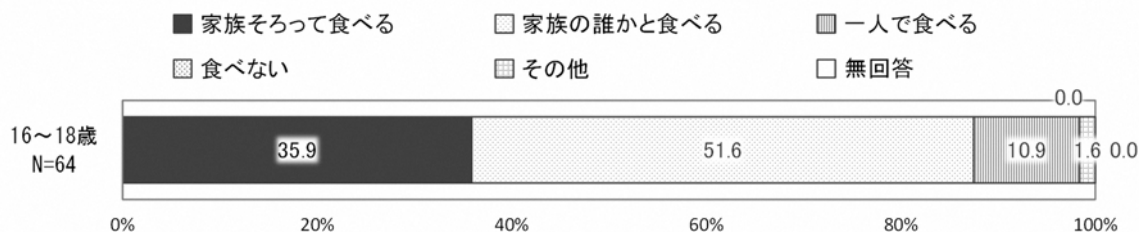
<朝食>

「一人で食べる」と回答した割合が45.3%と最も高く、次いで「家族の誰かと食べる」(39.1%)となっている。



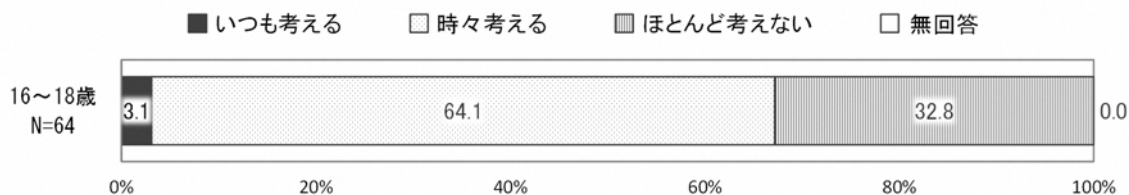
<夕食>

「家族の誰かと食べる」と回答した割合が51.6%と最も高く、次いで「家族そろって食べる」(35.9%)となっている。



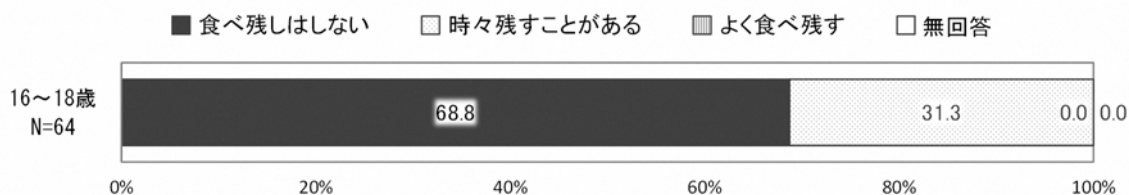
(2) 栄養や食事について考えることがありますか。

「時々考える」と回答した割合が64.1%と最も高く、次いで「ほとんど考えない」(32.8%)となっている。



(3) 食べ残しをすることがありますか。

「食べ残しはしない」と回答した割合が68.8%と最も高い。

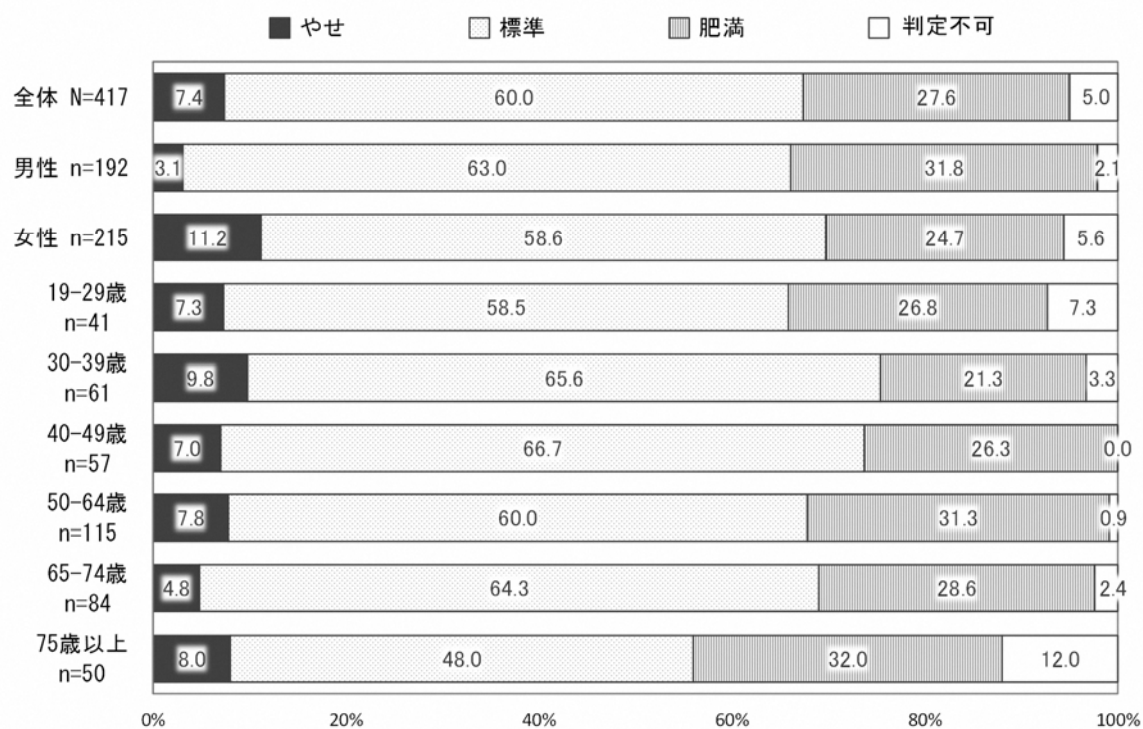


IV. 成人の調査結果

1. 回答者の属性

(1) 体型 (BMI)

- ・ BMI 判定によると、全体で「標準」が 60.0%と最も高く、次いで「肥満」(27.6%)、「やせ」(7.4%)と続く。
- ・ 性別で見ると「肥満」の割合は、男性で 31.8%、女性で 24.7%と男性の方が高い。一方「やせ」の割合は、男性で 3.1%、女性で 11.2%と女性の方が高い。
- ・ 年齢別で見ると「肥満」の割合は、75 歳以上が 32.0%と最も高く、次いで 50-64 歳 (31.3%)、65-74 歳 (28.6%)と続く。一方「やせ」の割合は、30-39 歳が 9.8%と最も高く、次いで 75 歳以上 (8.0%)、50-64 歳 (7.8%)と続く。75 歳以上では「標準」の割合が 50%を下回っている。



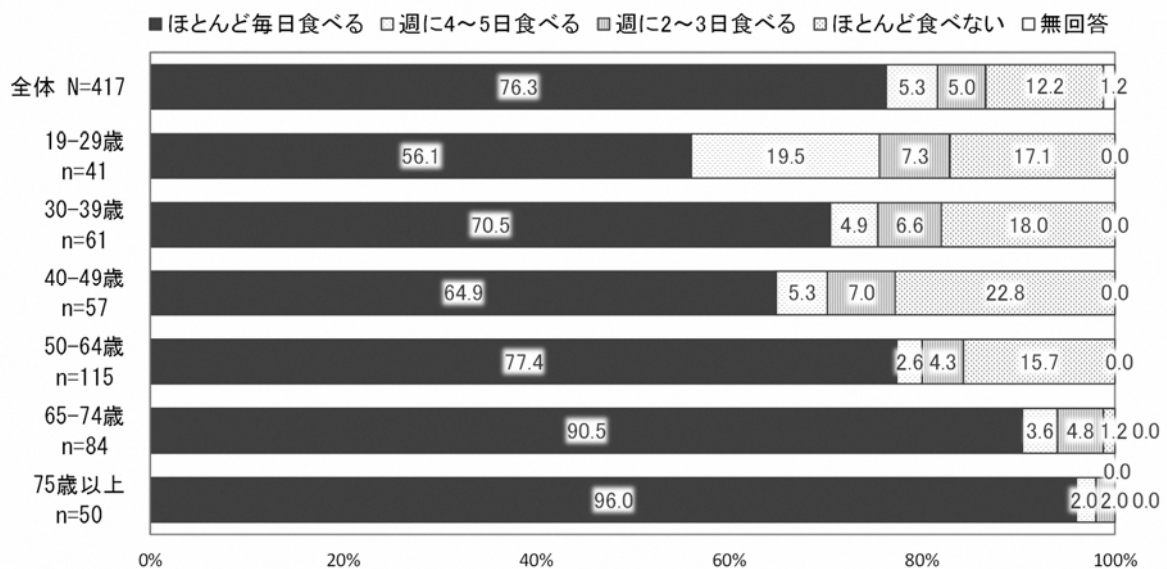
【BMI 判定】

- ・ 大人の体格の状況を示す指標。18.5 未満で「やせ」、18.5 以上 25.0 未満で「標準」、25.0 以上で「肥満」と判定。

2. 食生活について

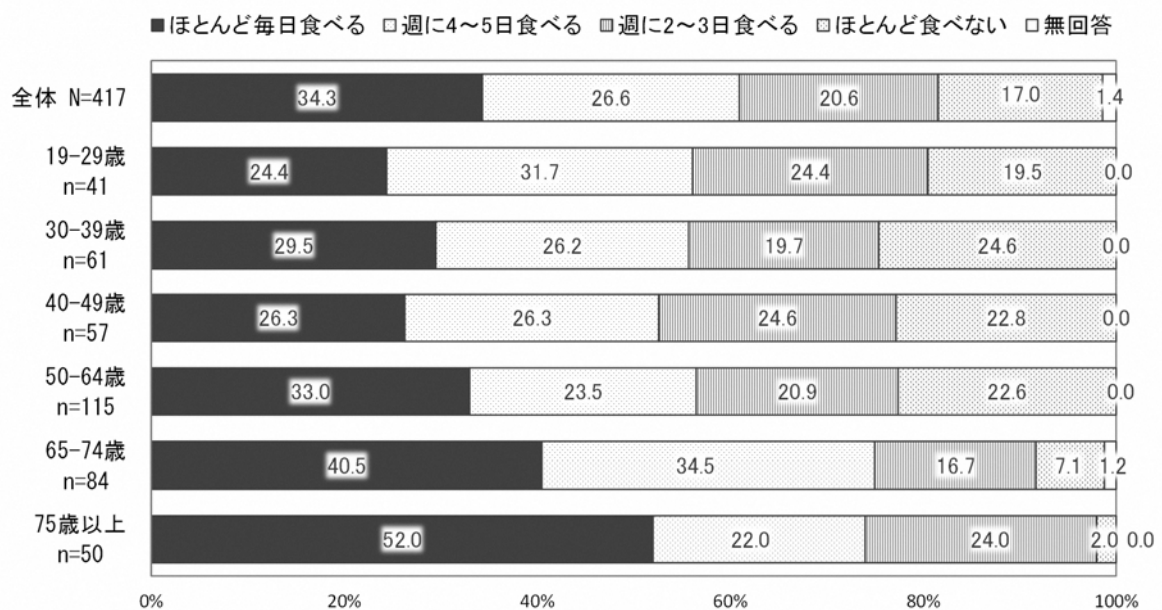
(1) ふだん朝食を食べますか。

- ・朝食を「ほとんど毎日食べる」と回答した割合が76.3%と最も高い。また、朝食の欠食割合（「週に4～5日食べる」「週に2～3日食べる」「ほとんど食べない」を合計した割合）は、22.5%となっている。
- ・19-29歳の欠食割合が約4割と高い傾向にある。



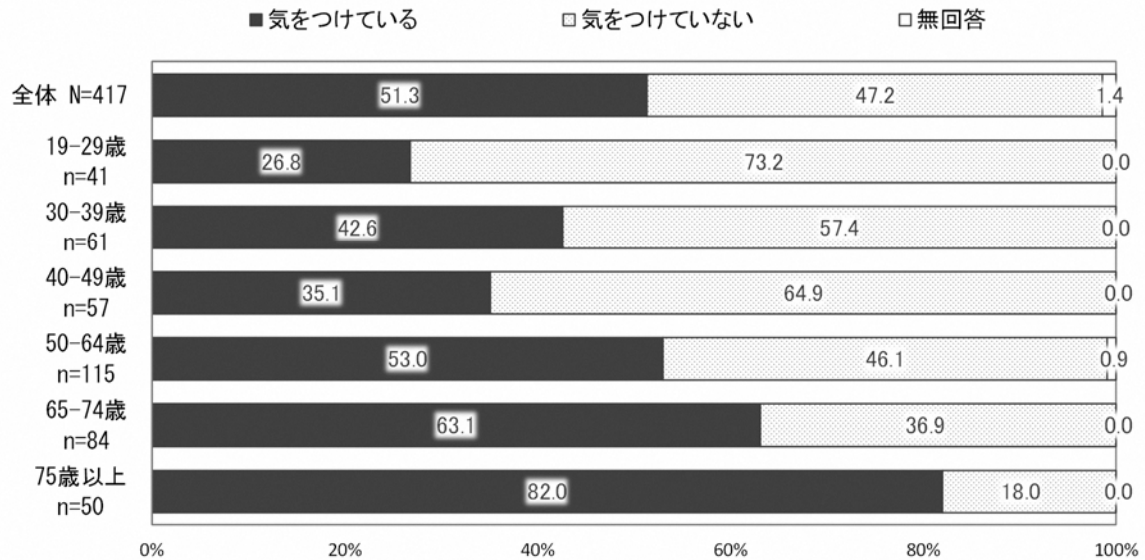
(2) 1日に2回以上「主食・主菜・副菜」をそろえて食べることが、週に何日ありますか。

- ・「ほとんど毎日食べる」と回答した割合が34.3%と最も高く、次いで「週に4～5日食べる」(26.6%)、「週に2～3日食べる」(20.6%)と続く。
- ・年齢別でみると、19-64歳で「ほとんど毎日食べる」と回答した割合は、全体で「ほとんど毎日食べる」と回答した割合に比べ低い。



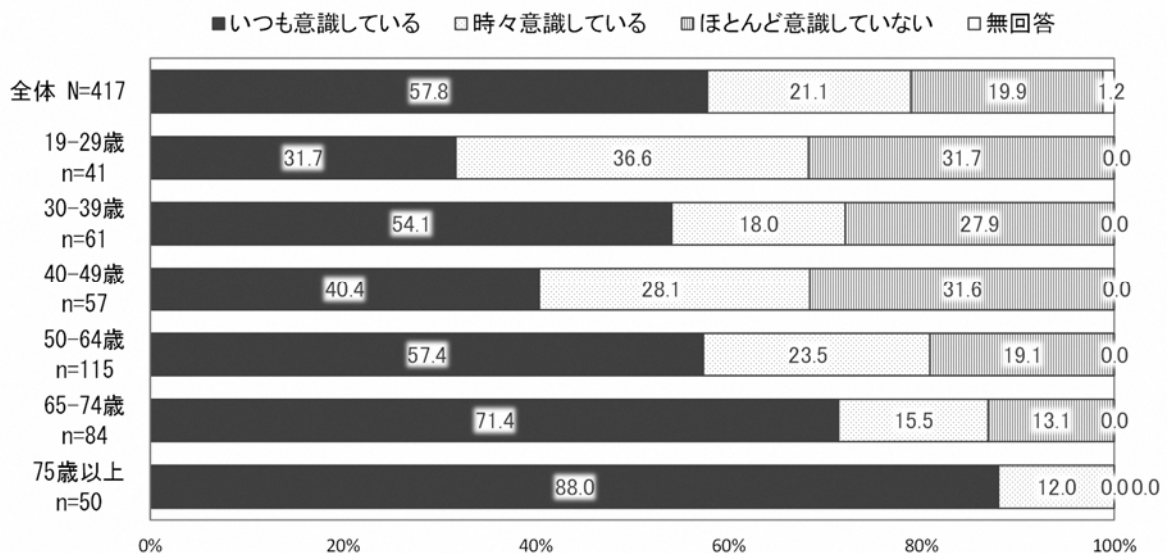
（３）食事の味付けを薄味にするように気をつけていますか。

- ・「気をつけている」と回答した割合は 51.3%、「気をつけていない」と回答した割合は 47.2%となっている。
- ・「気をつけている」と回答した割合は、年齢が上がるにつれて高くなる傾向にある。



（４）朝・昼・夕の３食を必ず食べるように意識していますか。

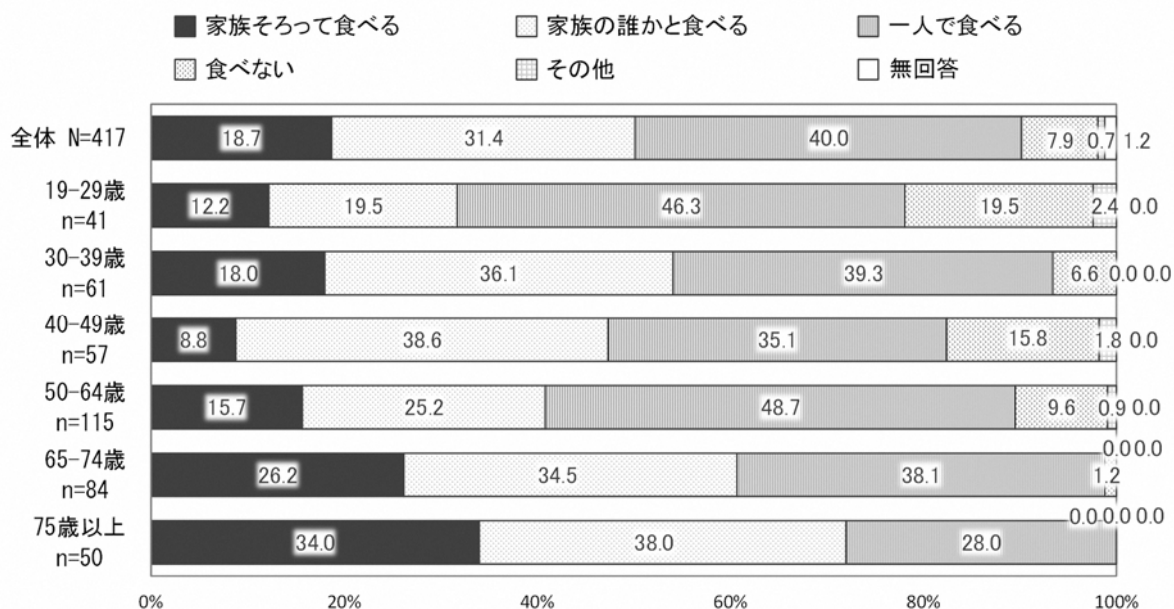
- ・「いつも意識している」と回答した割合が 57.8%と最も高く、次いで「時々意識している」(21.1%)、「ほとんど意識していない」(19.9%)と続く。
- ・19-29歳、40-49歳では「いつも意識している」と回答した割合が他の年代よりも低い。



(5) ふだん誰と食事をとっていますか。

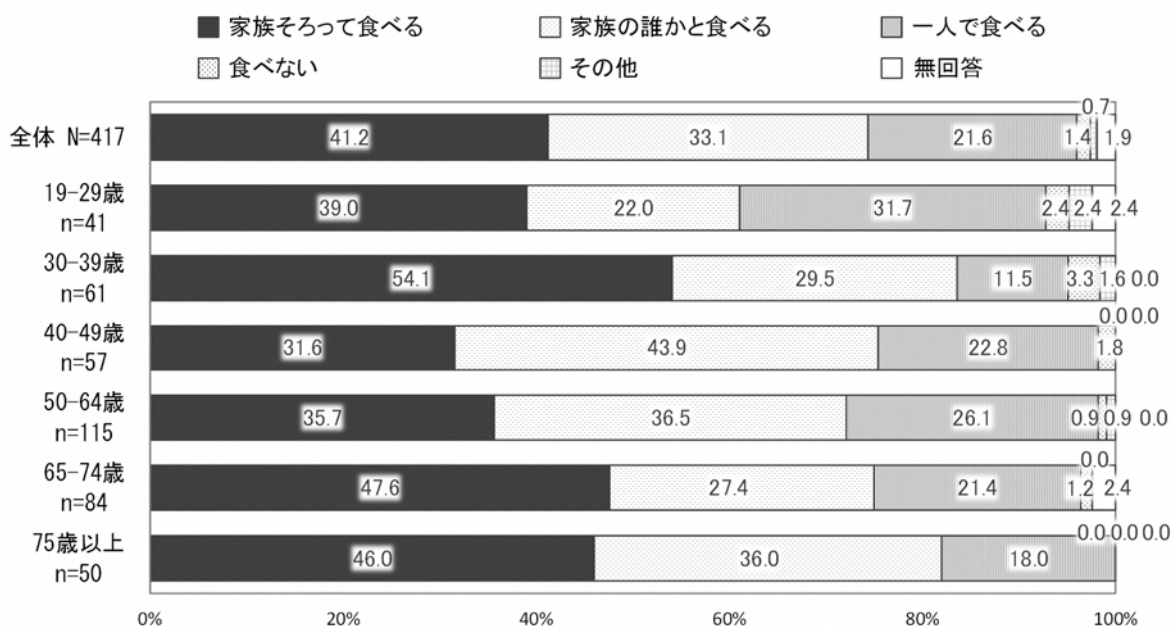
<朝食>

- ・朝食は、「一人で食べる」と回答した割合が40.0%と最も高く、次いで「家族の誰かと食べる」(31.4%)、「家族そろって食べる」(18.7%)と続く。
- ・年齢別で見ると「一人で食べる」と回答した割合が最も高いのは、50-64歳で48.7%、次いで19-29歳(46.3%)となっている。



<夕食>

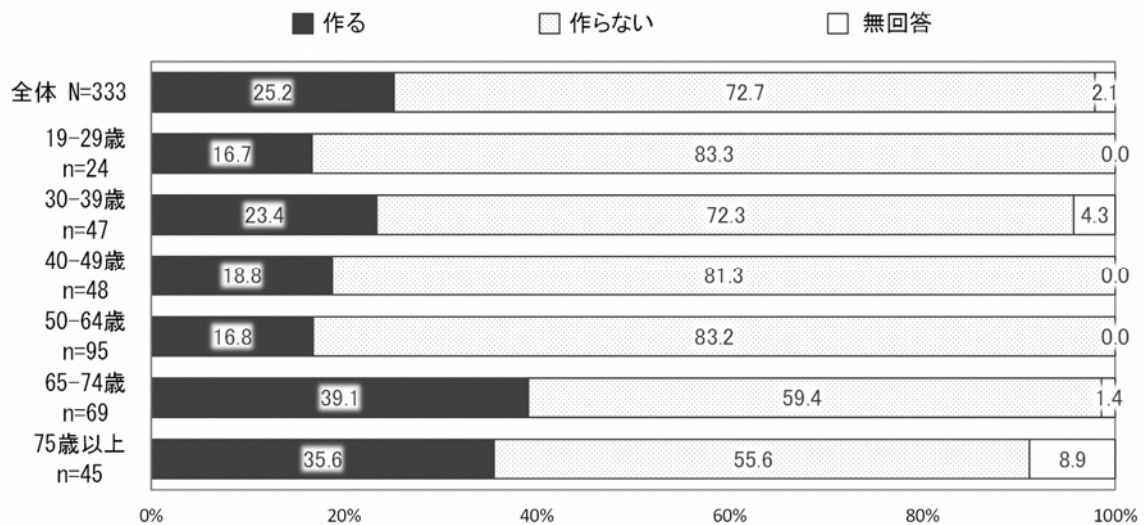
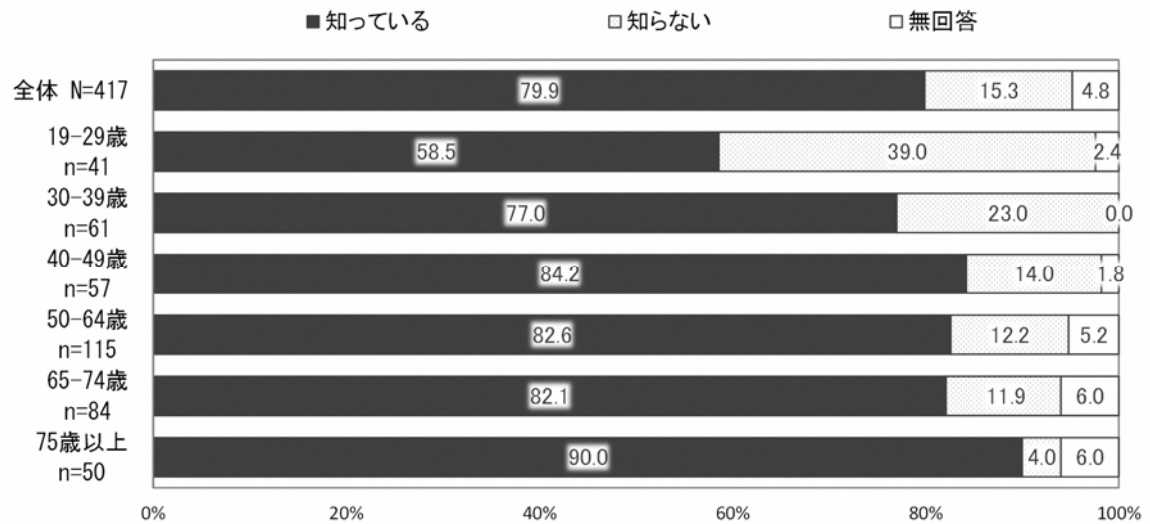
- ・夕食は「家族そろって食べる」と回答した割合が41.2%と最も高く、次いで「家族の誰かと食べる」(33.1%)、「一人で食べる」(21.6%)と続く。
- ・年齢別で見ると「一人で食べる」と回答した割合が最も高いのは、19-29歳で31.7%、次いで50-64歳(26.1%)となっている。



(6) 地元の郷土料理を知っていますか。また、作りますか。

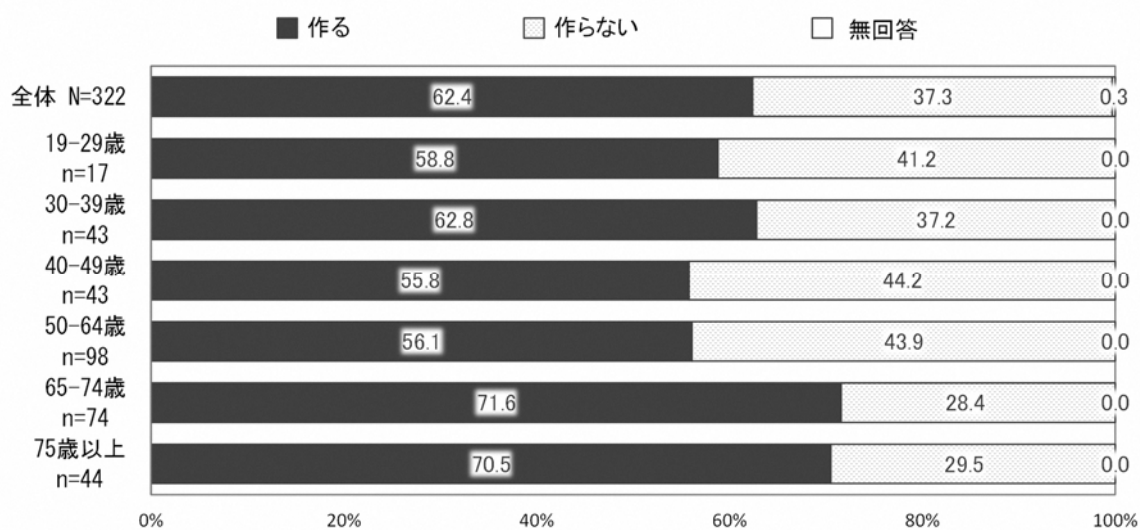
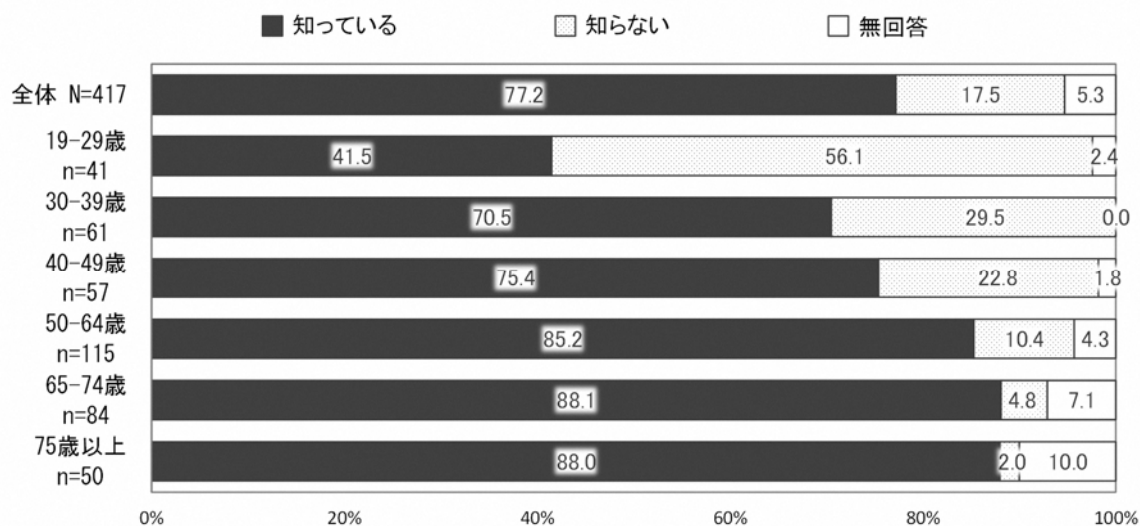
<押し寿司の認知度と料理の有無>

・「知っている」と回答した割合（79.9%）は、「知らない」と回答した割合（15.3%）よりも高い。年齢が上がるにつれて、「知らない」と回答した割合は低くなっている。しかし、知っているでも作る人は少ない。



＜いりやきの認知度と料理の有無＞

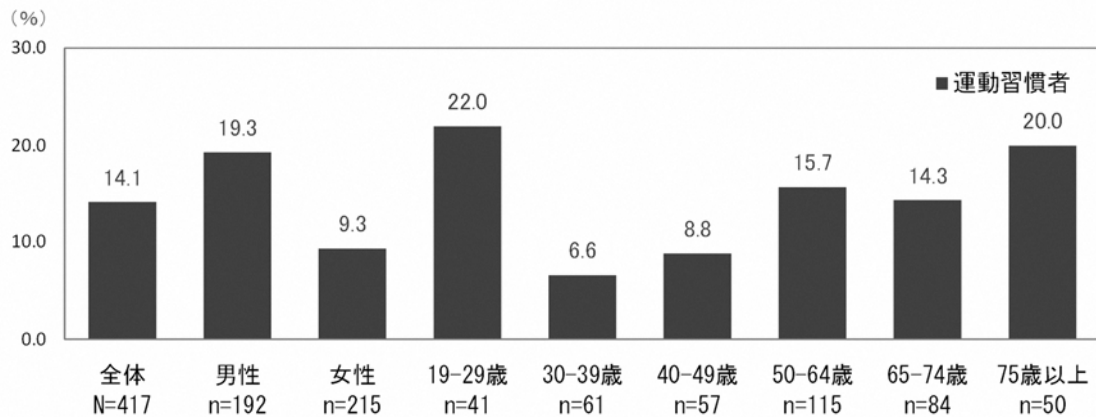
・「知っている」と回答した割合（77.2%）は、「知らない」と回答した割合（17.5%）よりも高い。また、知っている人の62.4%は「作る」と回答している。特に65歳以上で「知っている」と回答した人のうち、7割以上が「作る」と回答している。



3. 運動習慣について

(1) 運動習慣者の割合

- ・運動習慣者の割合は、全体で 14.1% となっており、男性では 19.3%、女性では 9.3% と男女に差がみられる。
- ・年齢別でみると、19-29 歳が 22.0% と最も高く、次いで 75 歳以上 (20.0%)、50-64 歳 (15.7%) と続く。30 歳代や 40 歳代における運動習慣者の割合は低く、仕事や家事・育児によって、運動する時間や機会が減っていることがうかがえる。

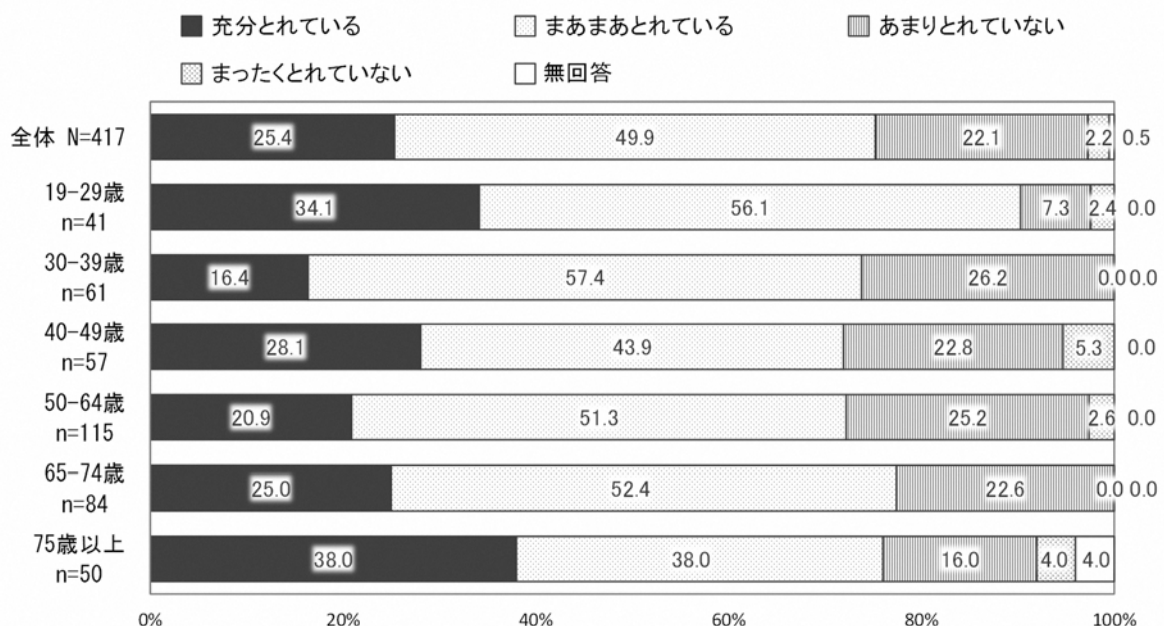


※運動習慣者＝週 2 日以上かつ、1 回の運動時間が 30 分以上かつ、1 年以上継続して運動している人

4. 休養・こころの健康について

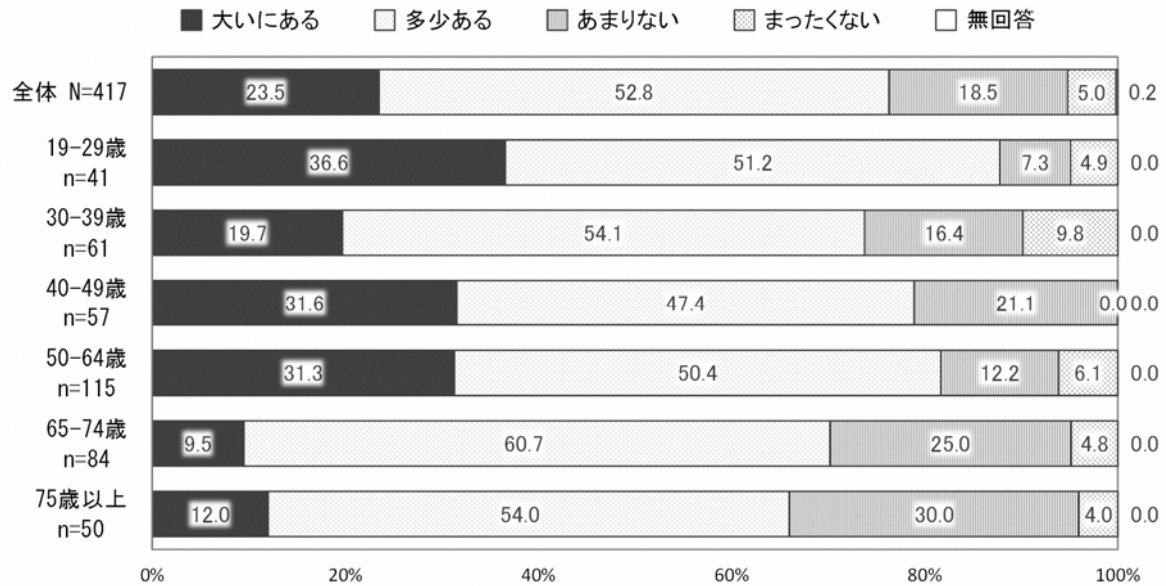
(1) この 1 ヶ月間に睡眠による休養がとれていますか。

- ・「まあまあとれている」と回答した割合が 49.9% と最も高く、次いで「充分とれている」(25.4%) と続く。「充分とれていない」と回答した割合（「あまりとれていない」「まったくとれていない」を合計した割合）は、24.3% となっている。
- ・年齢別でみると、「充分とれていない」と回答した割合が最も高いのは、40-49 歳で 28.1%、次いで 50-64 歳 (27.8%)、30-39 歳 (26.2%) と続く。



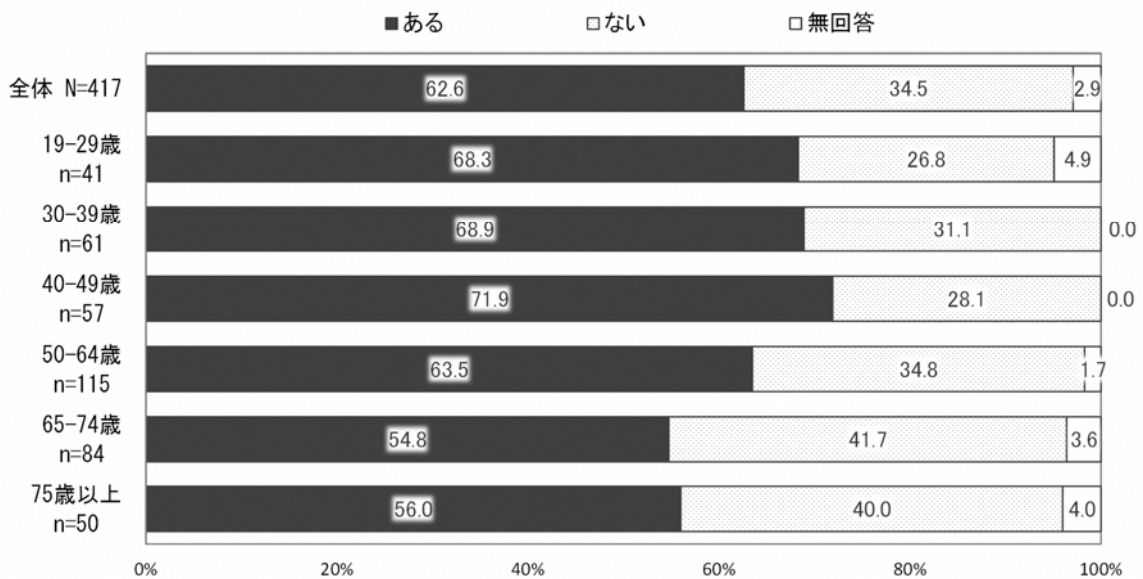
(2) この1ヶ月間に精神的疲れやストレスを感じることがありましたか。

- ・「多少ある」と回答した割合が52.8%と最も高く、「大いにある」(23.5%)と合わせると約8割がストレスを感じている。
- ・年齢別で見ると、19-29歳で“ストレスがある”と回答した割合(「大いにある」「多少ある」を合計した割合)が87.8%と非常に高い。



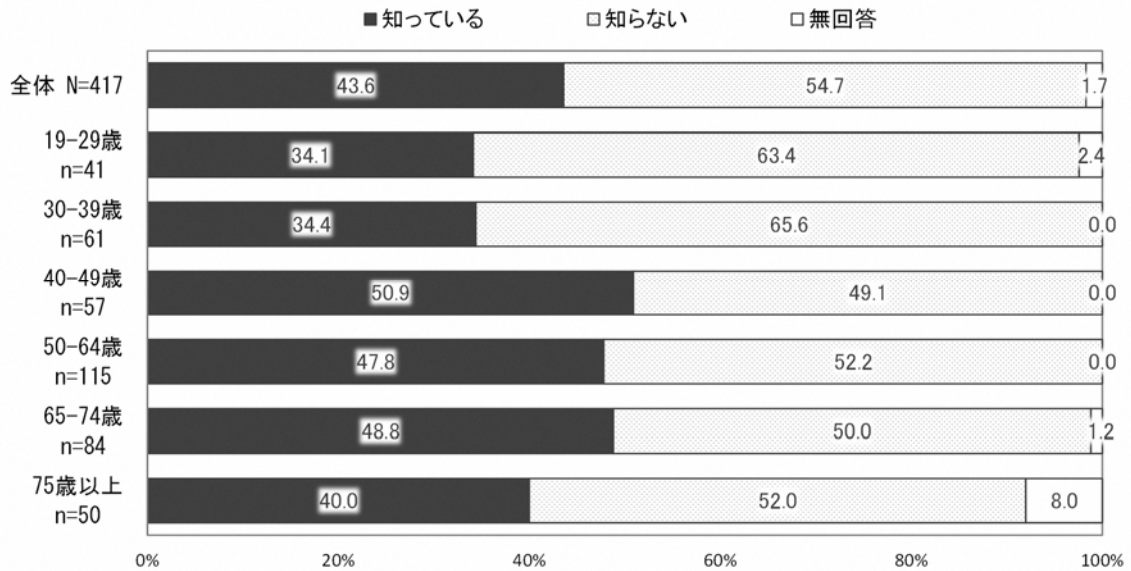
(3) ストレスの解消方法がありますか。

- ・「ある」が62.6%で、「ない」(34.5%)と回答した割合よりも高い。
- ・年齢別で見ると、「ある」と回答した割合は、19-64歳が全体より高く、65歳以上が全体より低い。



(4) 悩みがあるときの相談窓口を知っていますか。

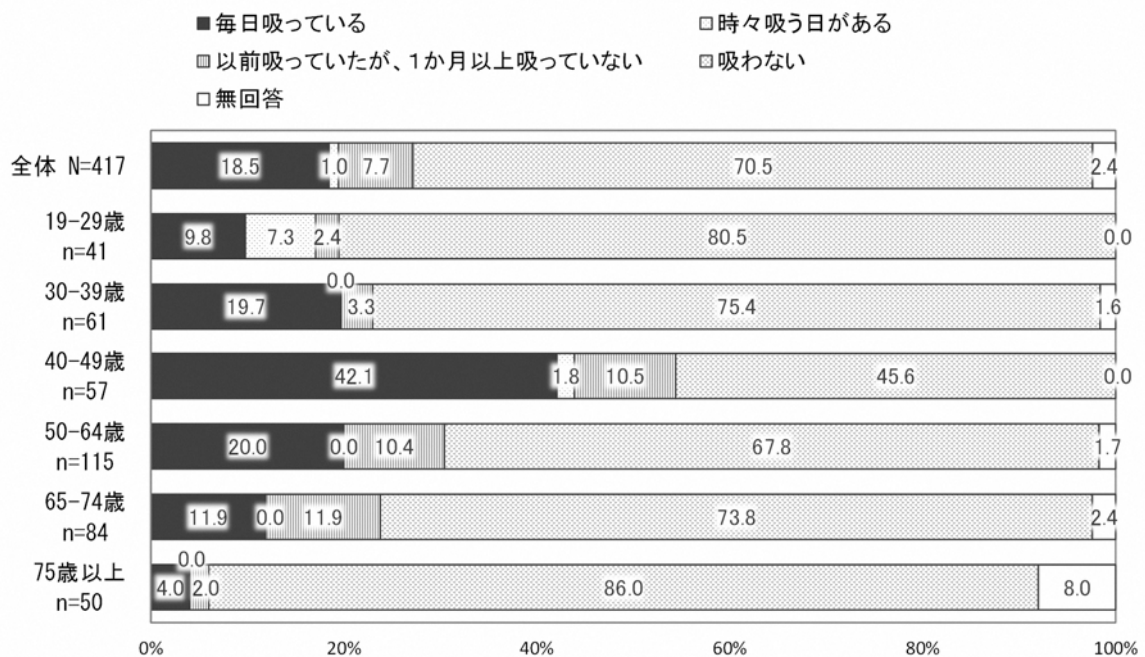
- ・「知っている」と回答した割合は43.6%で、「知らない」と回答した割合（54.7%）の方が高い。
- ・年齢別でみると、40-49歳では「知っている」と回答した割合が50%を上回っている。一方、その他の年代は「知らない」と回答した割合の方が高い。



5. 喫煙習慣について

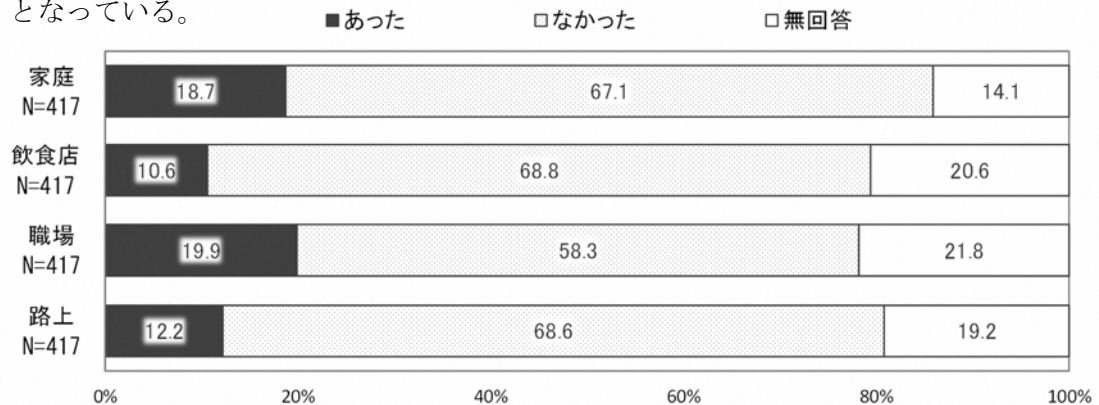
(1) たばこを吸っていますか。

- ・「毎日吸っている」と回答した割合は18.5%と低く、喫煙者は比較的少ない。
- ・年齢別でみると「毎日吸っている」と回答した割合が最も高いのは、40-49歳で42.1%と突出している。次いで50-64歳（20.0%）、30-39歳（19.7%）と続く。



(2) この1か月間に『望まずに自分以外の人が吸っていた、たばこの煙を吸う機会(受動喫煙)』がありましたか。

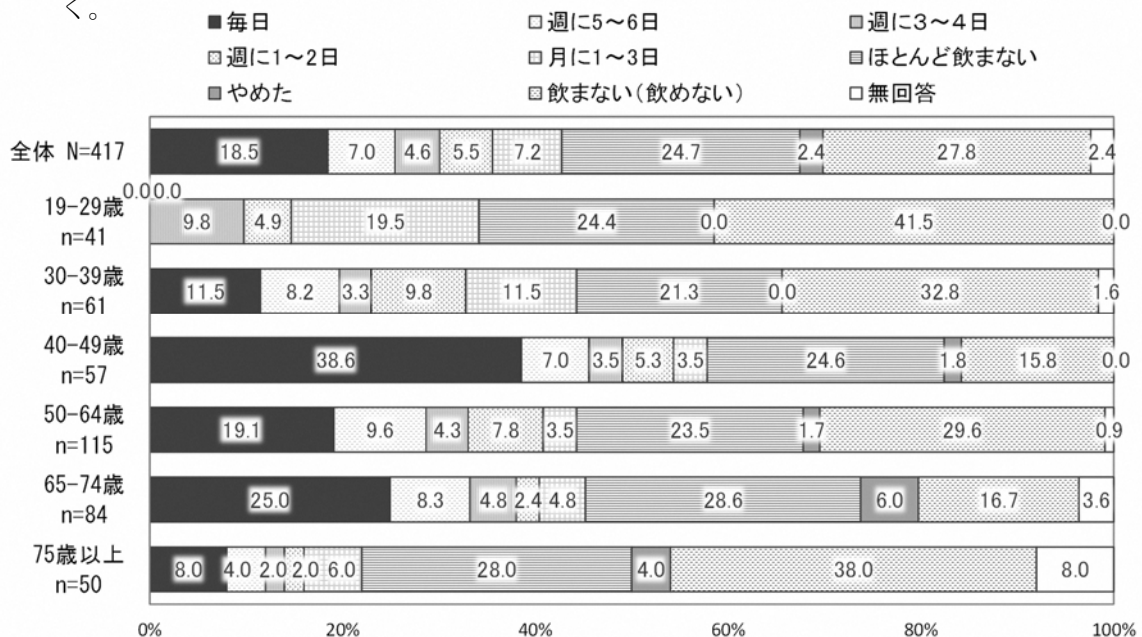
- ・家庭では、「あった」と回答した割合は18.7%で、「なかった」と回答した割合が67.1%となっている。
- ・飲食店では、「あった」と回答した割合は10.6%で、「なかった」と回答した割合が68.8%となっている。
- ・職場では、「あった」と回答した割合は19.9%で、「なかった」と回答した割合が58.3%となっている。
- ・路上では、「あった」と回答した割合は12.2%で、「なかった」と回答した割合が68.6%となっている。



6. 飲酒習慣について

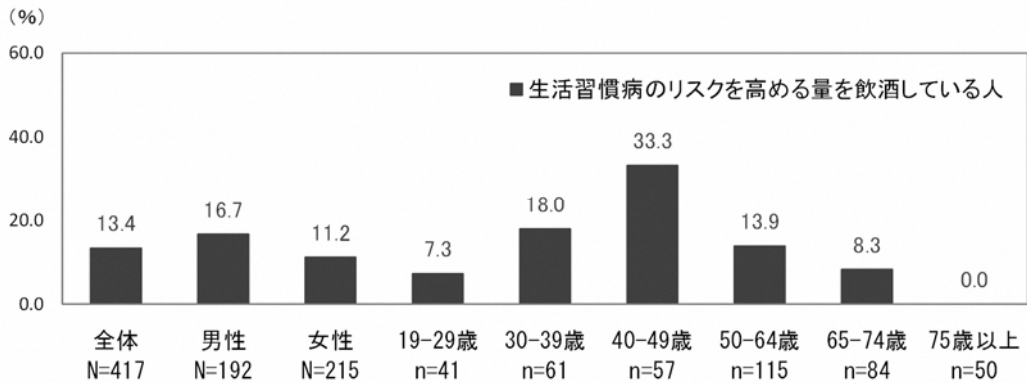
(1) どのくらいお酒(清酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲みますか。

- ・「飲まない(飲めない)」と回答した割合が27.8%と最も高く、「ほとんど飲まない」「やめた」を合わせた54.9%が“飲酒の習慣はない”と回答している。“飲酒の習慣がある”と回答した割合(「毎日」「週に5~6日」「週に3~4日」「週に1~2日」「月に1~3日」を合計した割合)は、42.8%となっている。
- ・年齢別でみると、“飲酒の習慣がある”と回答した割合が最も高いのは40-49歳で57.9%、次いで65-74歳(45.3%)と続く。また、19-29歳の飲酒の習慣は比較的低い。「毎日飲む」と回答した割合が最も高いのは40-49歳で38.6%、次いで65-74歳(25.0%)と続く。



(1) - 1) 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合

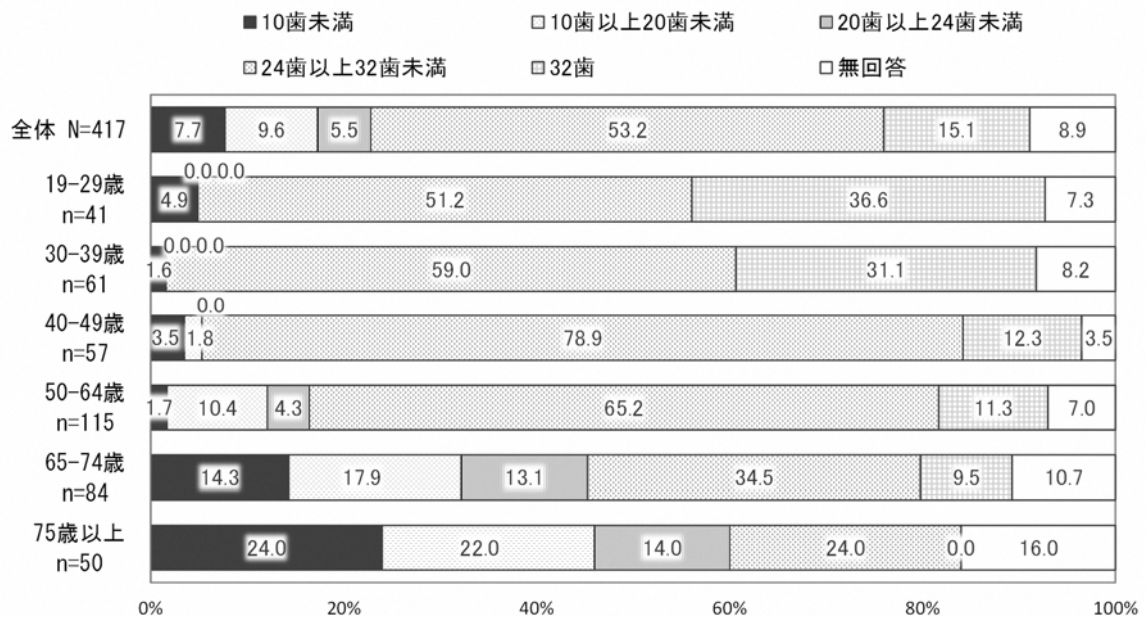
- 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合は、全体で 13.4%、男性では 16.7%、女性では 11.2%となっている。
- 年齢別で見ると、40-49 歳の割合が 33.3%と最も高く、次いで 30-39 歳 (18.0%)、50-64 歳 (13.9%) となっている。



7. 歯や口のことについて

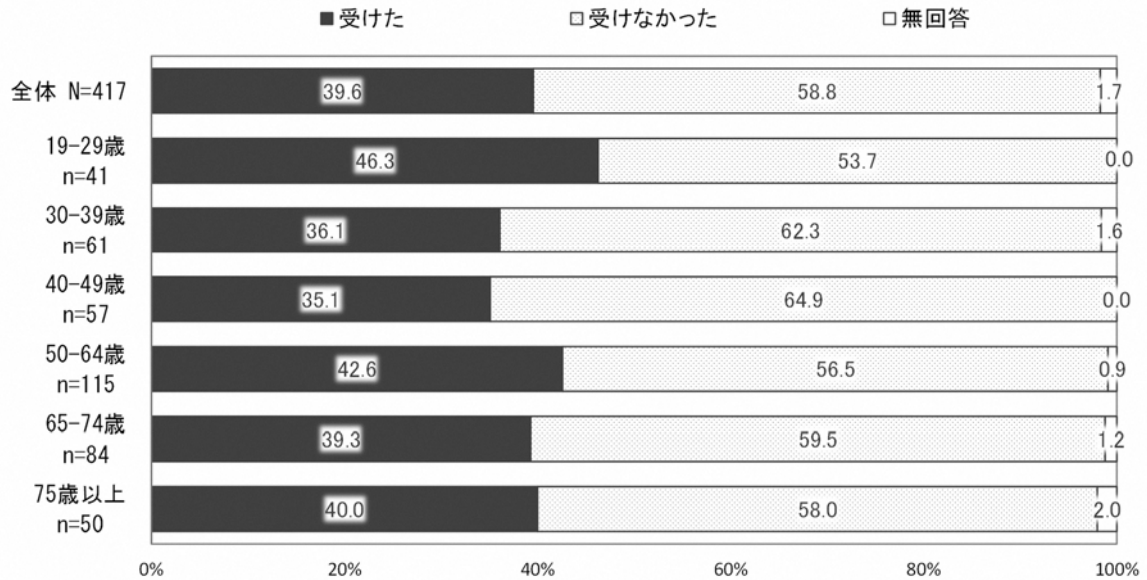
(1) 現在、歯は何本ありますか。

- 全体で「32 歯」ある割合は 15.1%となっており、「24 歯以上 32 歯未満」が 53.2%と最も高い。
- 年齢別で見ると、50-64 歳で“24 歯以上”の割合（「24 歯以上 32 歯未満」「32 歯」を合計した割合）は 76.5%みられたが、65-74 歳になると 44.0%まで減少している。また、75 歳以上で“20 歯以上”の割合（「20 歯以上 24 歯未満」「24 歯以上 32 歯未満」「32 歯」を合計した割合）は、38.0%となっている。「10 歯未満」の割合も 24.0%みられる。



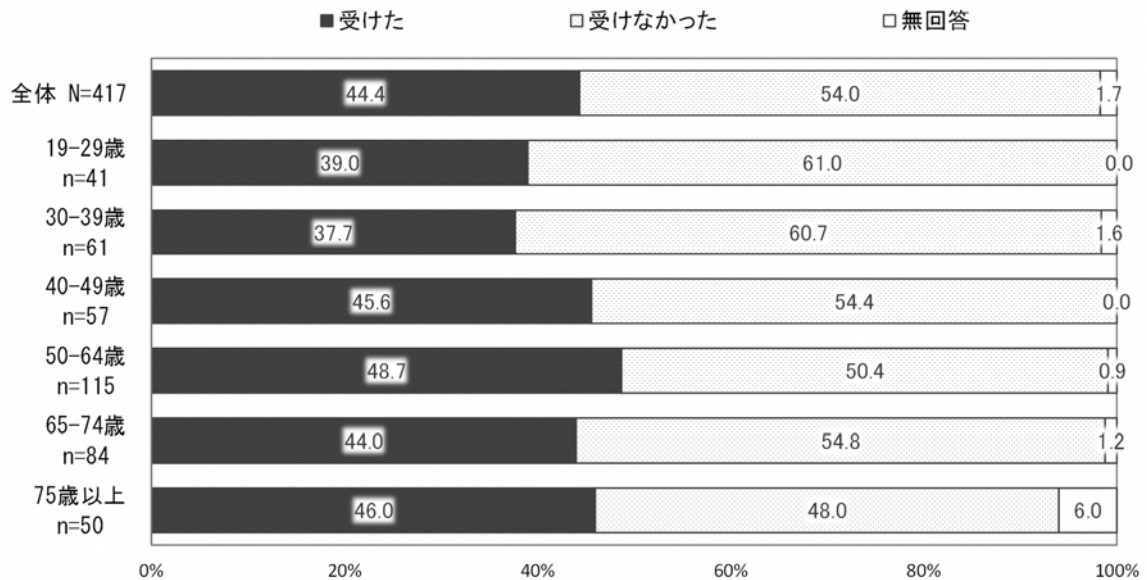
(2) この1年間に歯科診療所や病院の歯科診療科で定期検診を受けましたか。

- ・「受けた」と回答した割合は39.6%で、「受けなかった」と回答した割合(58.8%)の方が高い。
- ・年齢別で見ると、30-39歳、40-49歳で「受けなかった」と回答した割合が6割を超えている。



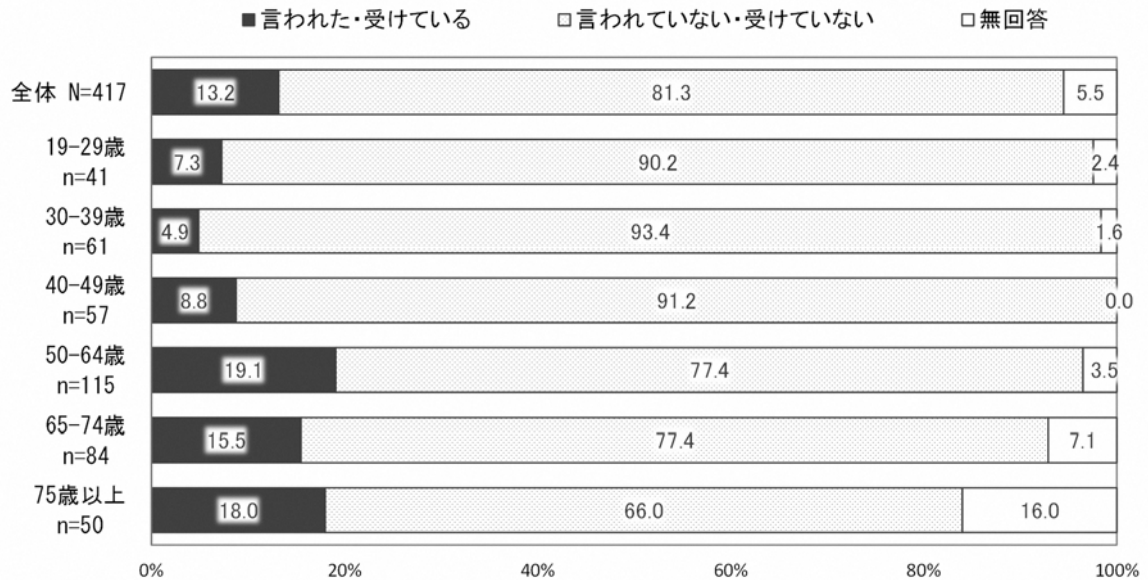
(3) この1年間に歯科診療所や病院の歯科診療科で診療を受けましたか。

- ・「受けた」と回答した割合は44.4%、「受けなかった」と回答した割合は54.0%となっている。
- ・年齢別で見ると、19-29歳、30-39歳で「受けなかった」と回答した割合が約6割と高い。



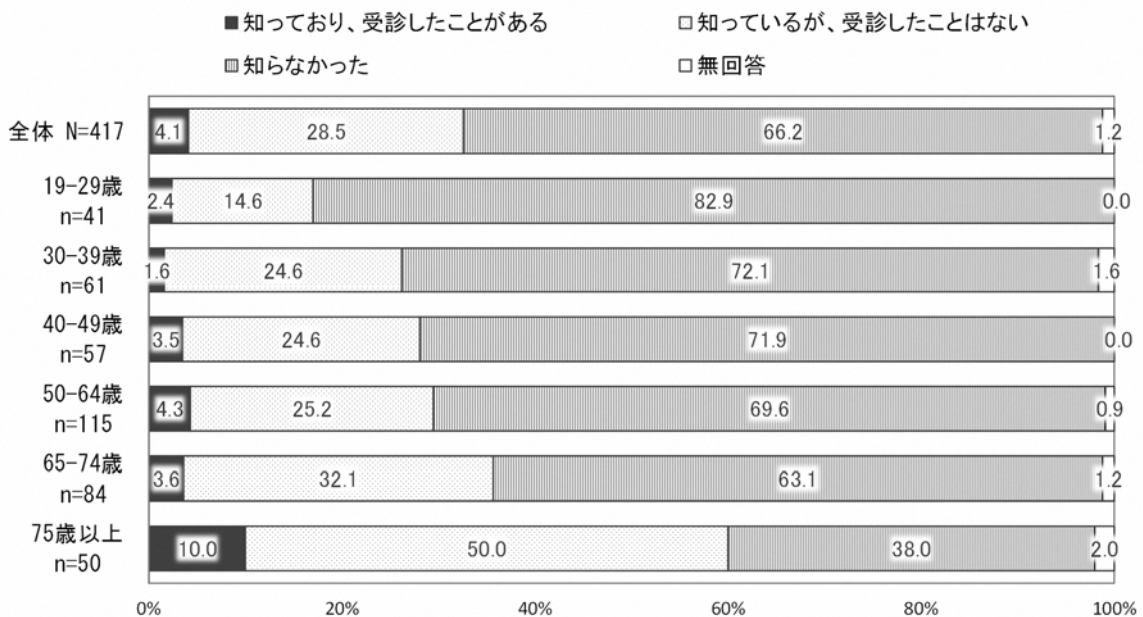
(4) この1年間に定期検診で歯周病であると言われましたか。または、歯周病（歯肉炎、歯槽膿漏等）の治療を受けていますか。

- ・「言われた・受けている」と回答した割合は13.2%、「言われていない・受けていない」と回答した割合は81.3%となっている。
- ・年齢別でみると、50-64歳で「言われた・受けている」と回答した割合が19.1%と最も高い。



(5) 玄海町では1年に1回無料で歯科検診を受診できることを知っていますか。

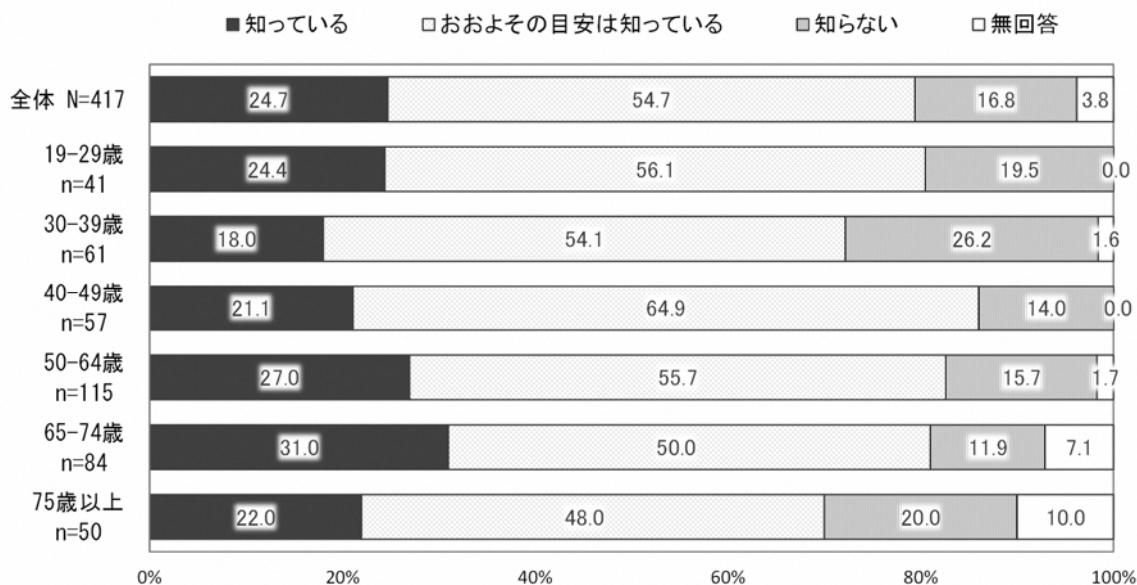
- ・「知らなかった」と回答した割合が66.2%と最も高く、“知っている”（「知っており、受診したことがある」「知っているが、受診したことはない」を合計した割合）と回答した割合は32.6%となっている。
- ・年齢が上がるにつれて“知っている”と回答した割合が高くなっている。



8. 健康づくりの取組みについて

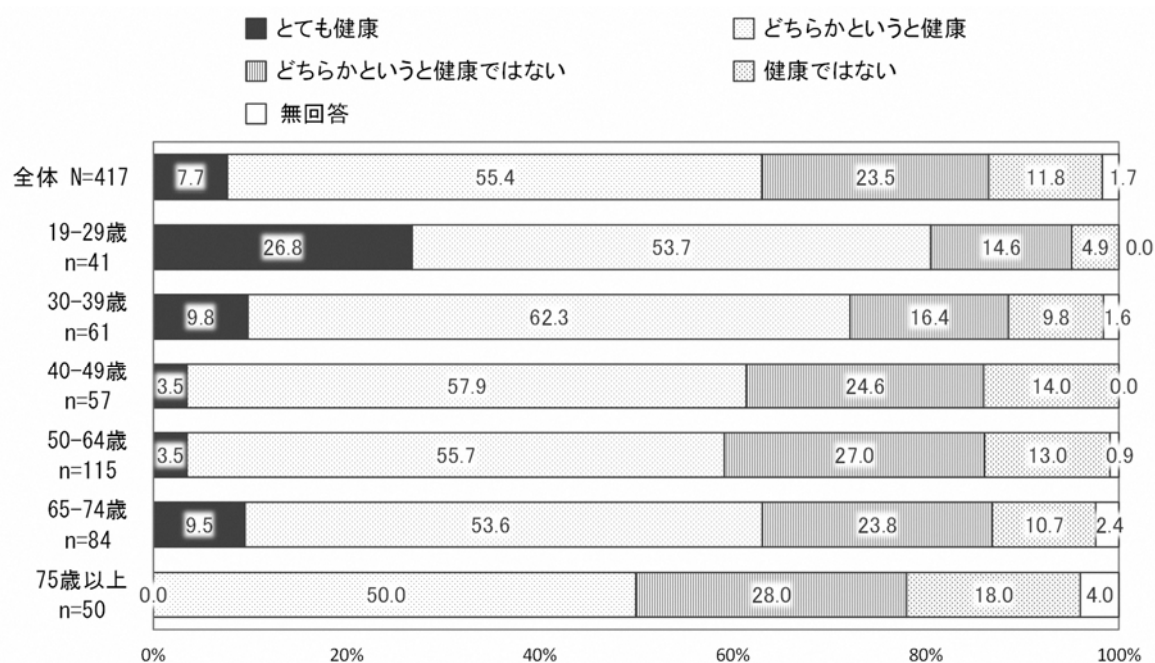
(1) 自分の適正体重を知っていますか。

- ・「おおよその目安は知っている」と回答した割合が 54.7%と最も高く、「知っている」を合わせた 79.4%の人が“知っている”と回答している。



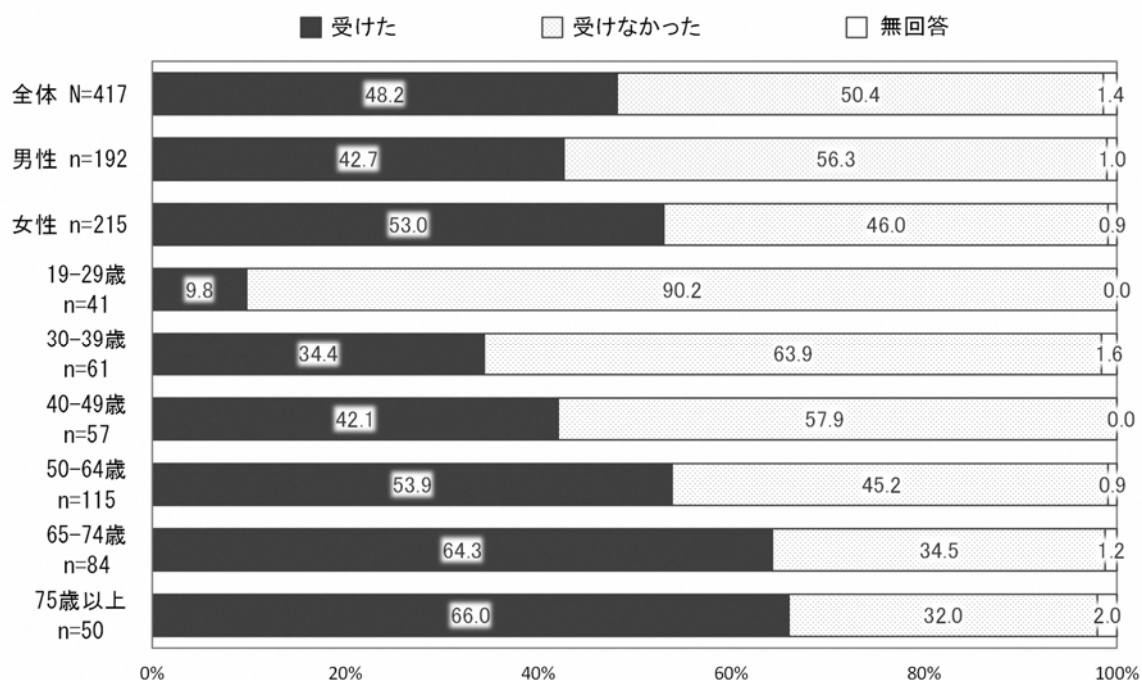
(2) ご自身は健康だと思えますか。

- ・「どちらかという健康」と回答した割合が 55.4%と最も高く、「とても健康」を合わせた 63.1%の人が“健康である”と回答している。
- ・“健康ではない”と回答した割合（「どちらかという健康ではない」「健康ではない」を合計した割合）は、75歳以上が 46.0%で最も高く、次いで 50-64歳（40.0%）、40-49歳（38.6%）と続く。



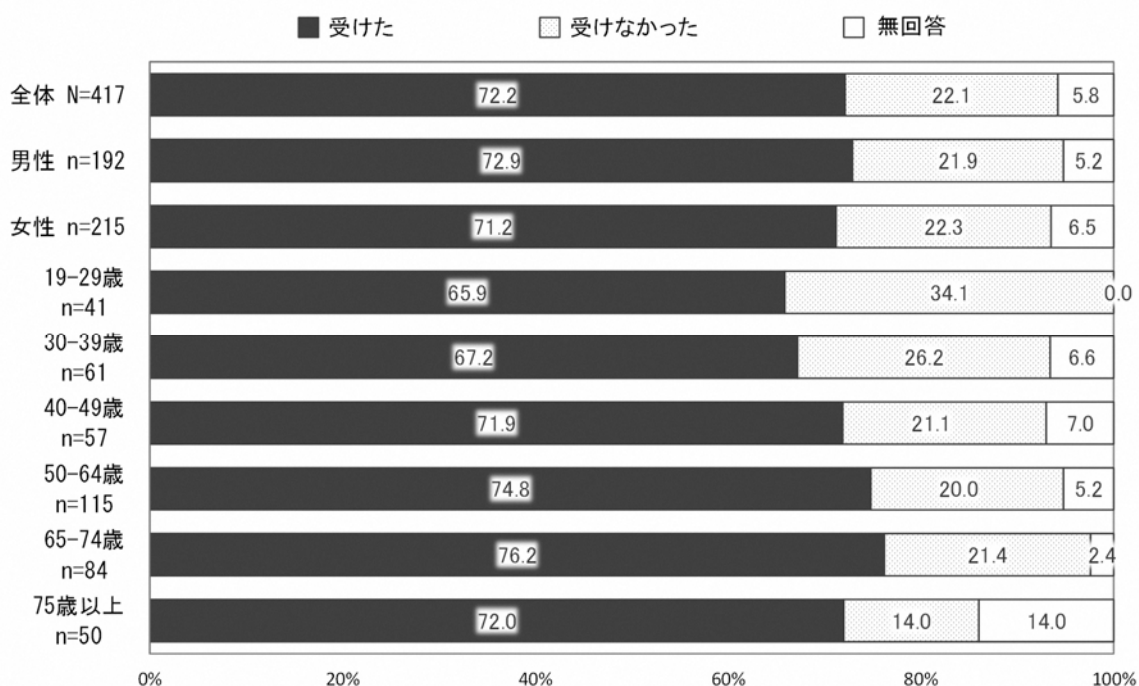
(3) この1年間に胃がん検診や大腸がん検診、子宮がん検診など何らかのがん検診を受けましたか。

- ・全体で「受けた」と回答した割合が48.2%、「受けなかった」と回答した割合が50.4%となっている。また、「受けた」と回答した割合は、女性の方が男性よりも高い。
- ・年齢が上がるにつれて「受けた」と回答した割合が高くなっている。19-29歳では9.8%と非常に低い。



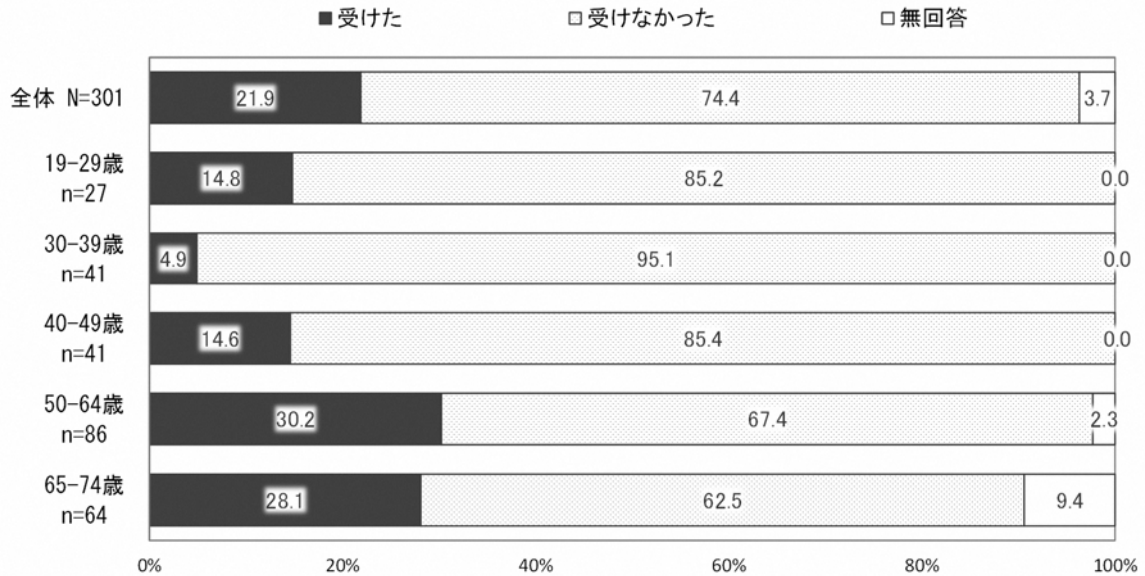
(4) 健康診断等（特定健診含む）をこの1年間に受けましたか。

- ・全体で「受けた」と回答した割合が72.2%、「受けなかった」と回答した割合が22.1%となっている。また「受けた」と回答した割合は、男性の方が女性よりもやや高い。
- ・年齢別でみると、「受けた」と回答した割合が最も高いのは65-74歳で76.2%、次いで50-64歳(74.8%)、75歳以上(72.0%)と続く。



(4) - 1) 健康診断等（特定健診含む）のあとに保健指導を受けましたか。

- ・健康診断等を受けた人のうち、その後保健指導を「受けた」と回答した割合が 21.9%、「受けなかった」が 74.4%であった。



(5) 健康に関する情報で、知りたいと思うものはどのようなものですか。

- ・全体で「新型コロナウイルス感染症に関する情報」と回答した割合が 35.0%と最も高く、次いで「疲労回復やリフレッシュ方法、ストレス解消方法に関する情報」(31.7%)、「病気になりにくい生活習慣に関する情報」(28.3%)と続く。

