

# 令和5年度 西条市健康づくり計画策定に関する 市民アンケート調査 結果報告書(概要版)

みなさんの声をお聞かせください!



令和6年5月

西条市こども健康部 健康医療推進課

# 目次

## 1 調査の概要

## 2 回答者の属性

## 3 調査の結果

(1)健康づくりについて

(2)運動について

(3)食について

(4)こころの健康・休養について

(5)地域医療について

(6)地域コミュニティについて

## 4 参考資料

(1)アンケート調査票

(2)アンケート送付封筒

# 1 調査の概要

## (1)調査の趣旨及び目的

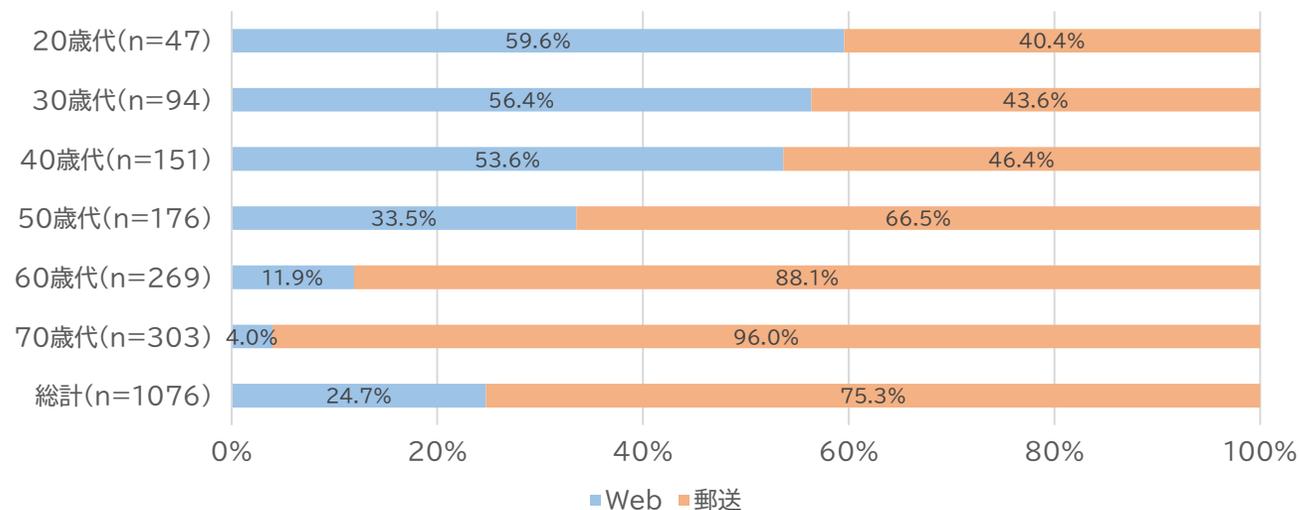
この調査は、第2次西条市健康づくり計画(健康づくり計画、自殺対策計画、食育推進計画)の評価及び第3次西条市健康づくり計画の策定にあたり、健康づくりに関する市民の意識、行動及び生活習慣などを把握・分析し、計画策定等の基礎資料とすることを目的に実施した。

## (2)調査概要

項目	内容	
調査期間	令和6年2月27日～令和6年3月15日	
調査対象	市内在住の20歳から79歳までの男女、無作為抽出による 3,000 人	
調査方法	配布:郵送 回答:郵送もしくはインターネット回答	
回収数等	配布数 3,000通 最終配布数 2,992通(宛先不明8通) 回収数 1,076通(郵送:810通(75.3%)、インターネット:266通(24.7%)) 最終回収率 35.96%	
調査項目 (全52問)	ア 健康づくりについて イ 運動について ウ 食について エ こころの健康・休養について	オ 地域医療について カ 地域コミュニティについて キ 回答者の属性について ク 健康づくりに関する自由意見

# 1 調査の概要

## (3)年代別の回答方法



## (4)参照する他の調査結果

第1次西条市健康づくり計画の中間評価時、第2次西条市健康づくり計画の策定時、現在におけるアンケート項目の経年変化の比較を行うために、次の調査結果を引用する。

### ① 第1次西条市健康づくり計画の中間評価時

主題	健康づくりに関するアンケート
調査対象地域	西条市全域
調査期間	平成23年7月10日～平成23年8月31日
調査対象者	20歳～69歳の西条市民2,000人
抽出方法	処理日時点の住民基本台帳から無作為抽出
調査方法	郵送及び健康づくり推進員による配布、回答は郵送
回収結果	有効回収数728票、有効回収率36.4%

### ② 第2次西条市健康づくり計画の策定時

主題	健康づくりに関するアンケート
調査対象地域	西条市全域
調査期間	平成27年5月1日～平成27年5月29日
調査対象者	20歳～79歳の西条市民2,000人
抽出方法	処理日時点の住民基本台帳から無作為抽出
調査方法	郵送による配布及び回答
回収結果	有効回収数796票、有効回収率39.8%

# 1 調査の概要

## (5)調査の信頼性

「20歳以上79歳未満」の人口74,925人(令和6年3月末)から必要なサンプル数を試算した結果、有効回収数1,076票は、必要サンプル数を上回っており、統計上信頼のおける数値に達している。

一般的に、統計調査基準で求められる回収数は信頼水準95%、許容誤差5%であるが、今回の調査はサンプル数が少ないことから、母集団数に対し、信頼水準99%、許容誤差5%より必要標本数を算出すると660票の標本サイズが必要となるが、本調査は十分なサンプルサイズを確保しており、より信頼性が高い結果であるということが言える。

## (6)調査結果の表示

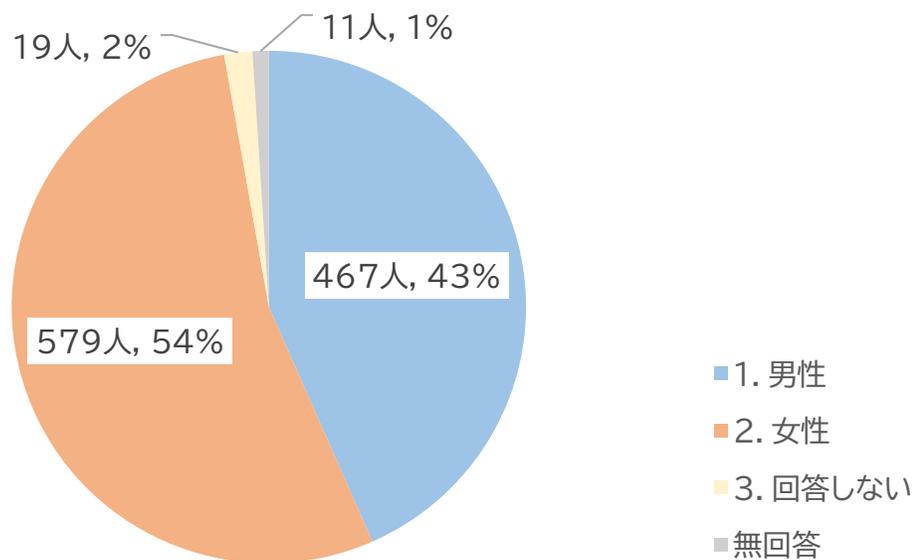
- ① 図表中の割合は、小数点第2位以下を四捨五入しているため、回答比率の合計は必ずしも100%にならないことがある。
- ② 複数回答(複数の選択肢から2つ以上の選択肢を選ぶ方式)の設問の場合、回答は選択肢ごとの有効回答数に対して、それぞれの割合を示している。そのため、合計が100.0%を超える場合がある。
- ③ 図表中において、「無回答」とあるものは、回答が示されていない、または回答の判別が著しく困難なものである。
- ④ 「SA」(シングル・アンサー)は単数回答の設問、「MA」(マルチ・アンサー)は複数回答の設問をそれぞれ表している。
- ⑤ グラフ及び表の「n(number of case)」は、サンプル数(集計対象者総数)を表している。

## 2 回答者の属性

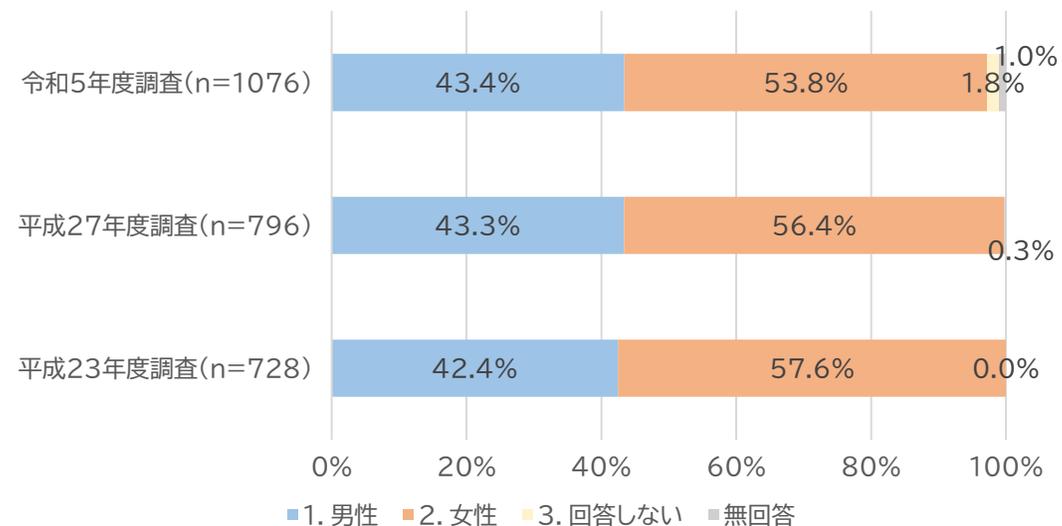
### (1)性別

- 回答者の性別は、男性が467人(43%)、女性が579人(54%)であった。
- 回答者の性別割合は、平成27年度調査及び平成23年度調査と同程度である。
- なお、令和6年3月末日現在の住民基本台帳登録数では、男性が50,474人(48.5%)、女性が53,498人(51.5%)であることから、本アンケートの回答者については、女性の占める割合が高い。

図表2-(1)-ア 回答者の性別(n=1,076)



図表2-(1)-イ 回答者の性別(過去の調査との比較)

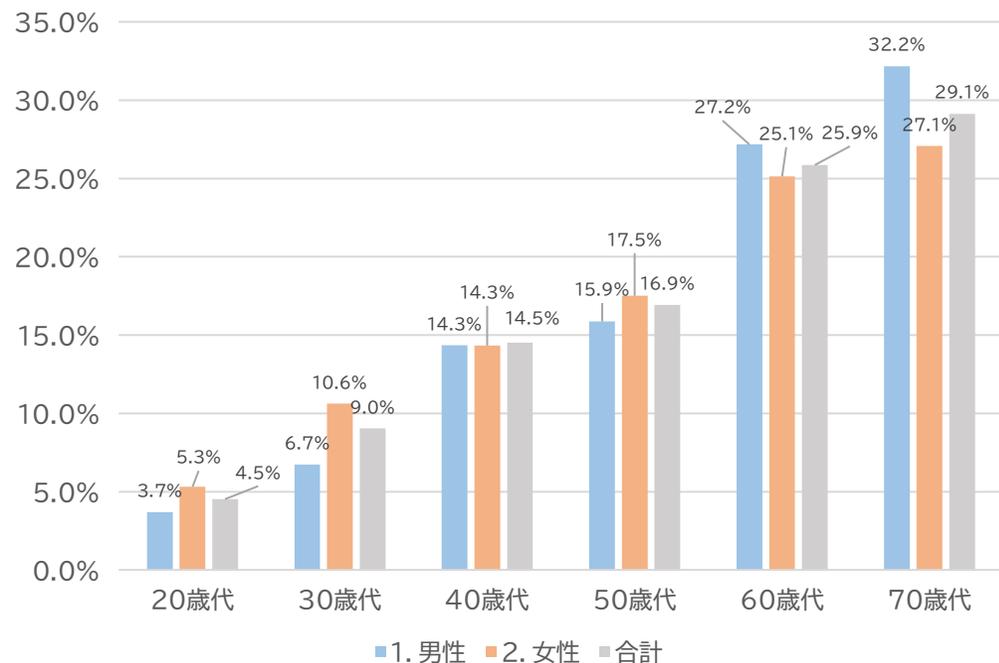


## 2 回答者の属性

### (2)年齢

- 回答者の年代層は、70歳代(29.1%)が最も割合が高く、次いで60歳代(25.9%)となっている。
- 西条市の住民基本台帳登録数の年代別人口構成(令和6年3月末現在)と本アンケート回答者の占める割合を比較すると20歳代から50歳代については、回答者割合が人口構成に占める割合よりも低く、60歳代及び70歳代については、人口に占める割合よりも高い結果となった。

図表2-(2)-① 回答者(年代別)



【参考】西条市住民基本台帳登録数(令和6年3月末現在)

年代	住民基本台帳登録数(人)	人口に占める割合(A)	アンケート回答者数(人)	アンケート回答者に占める割合(B)	B-A
20歳代	8,616	11.5%	47	4.5%	-7.0%
30歳代	10,263	13.7%	94	9.0%	-4.6%
40歳代	13,221	17.6%	151	14.5%	-3.1%
50歳代	13,938	18.6%	176	16.9%	-1.7%
60歳代	13,591	18.1%	269	25.9%	7.7%
70歳代	15,389	20.5%	303	29.1%	8.6%
合計	75,018	100.0%	1,040	100.0%	

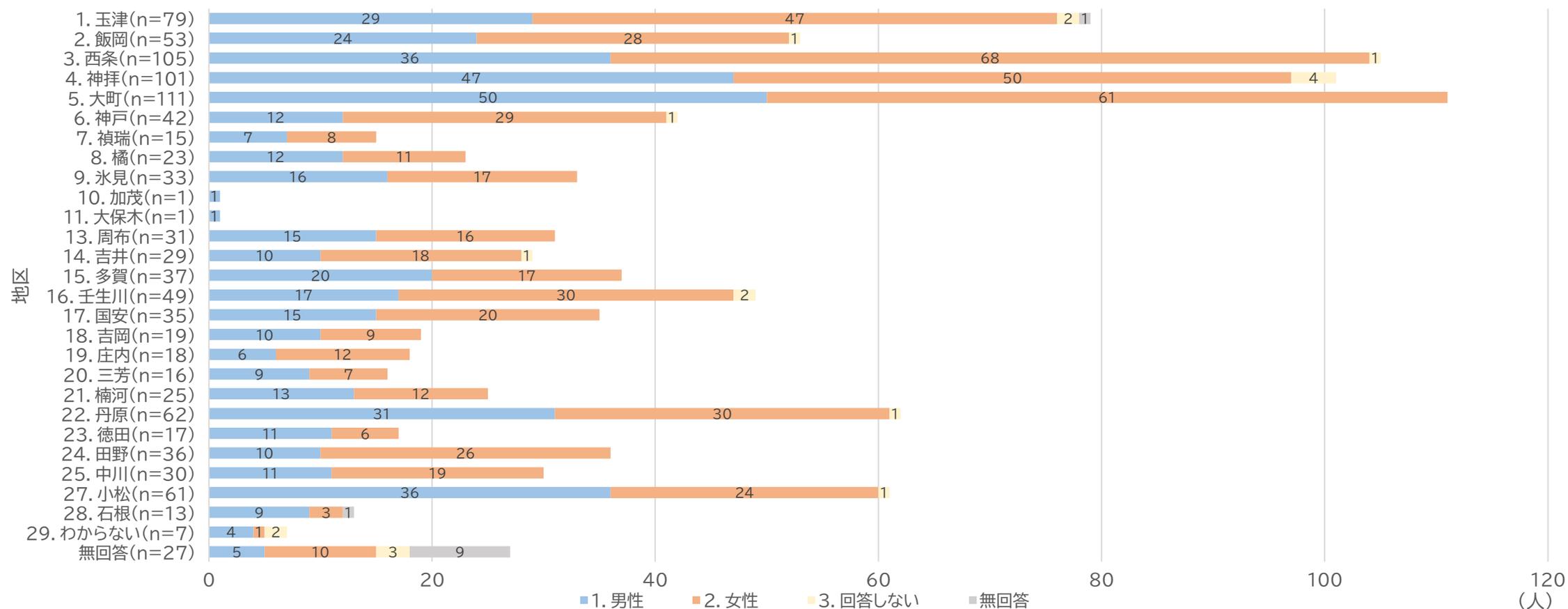
(出典)西条市市民課

## 2 回答者の属性

### (3) 居住地区

■ 回答者の居住地区は、大町地区が最も多く、次いで西条地区、神拝地区であった。

図表2-(3) 回答者の居住地区【SA】

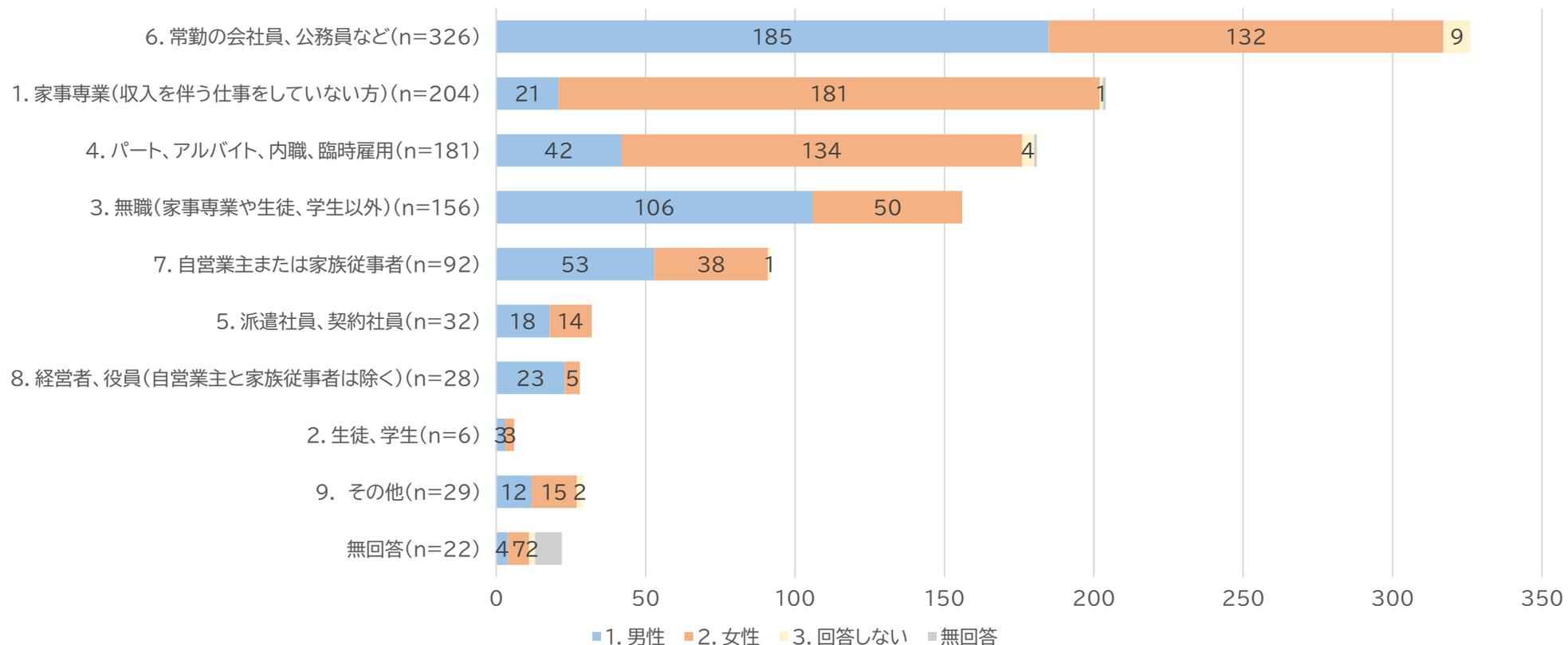


## 2 回答者の属性

### (4)職業

- 回答者の職業は、「常勤の会社員、公務員など(326人)」が最も多く、次いで「家事専業(204人)」、「パート、アルバイト、内職、臨時雇用(181人)」、「無職(156人)」となっている。

図表2-(4) 回答者の職業【SA】

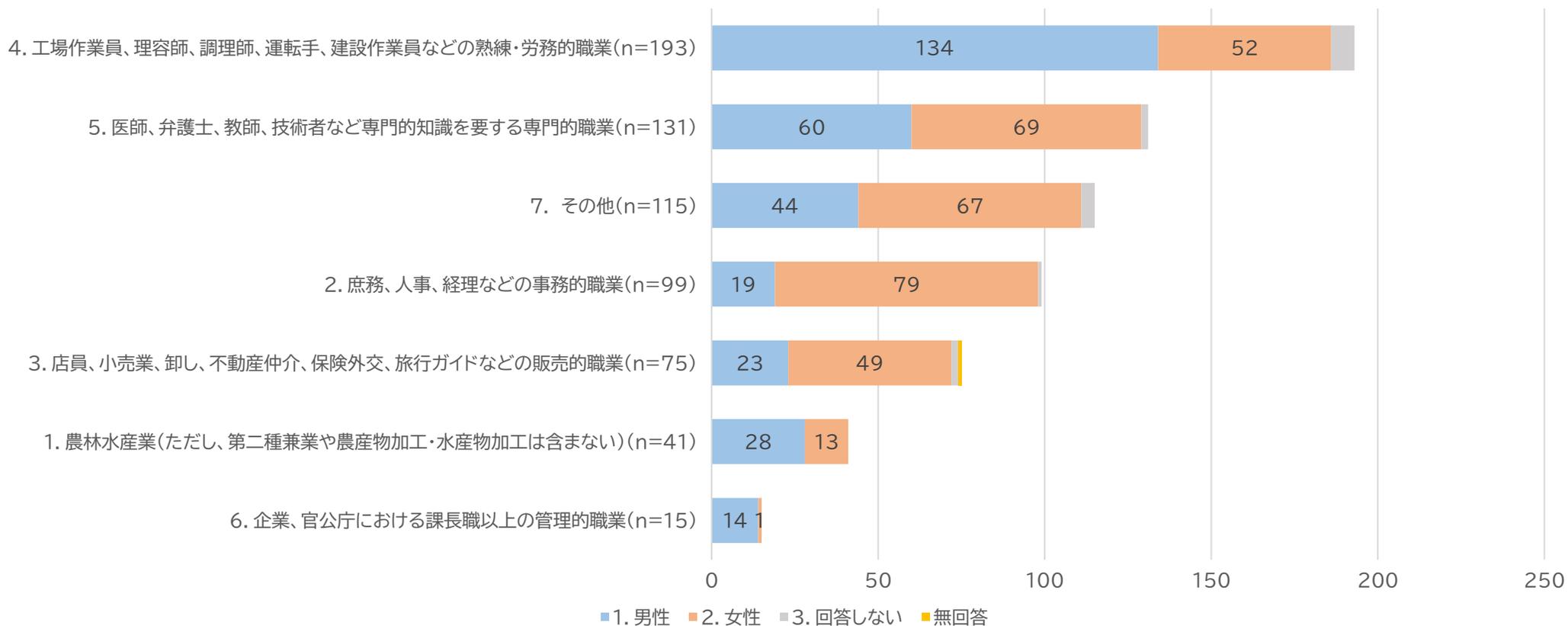


## 2 回答者の属性

### (5) 職種

- 回答者の職種は、「工業作業員、理容師、調理師、運転手、建設作業員などの熟練・労務的職業(193人)」が最も多く、次いで「医師、弁護士、教師、技術者など専門的知識を要する専門的職業(131人)」、「その他(115人)」、「庶務、人事、経理などの事務的職業(99人)」となっている。

図表2-(5) 回答者の職種(n=669)【SA】

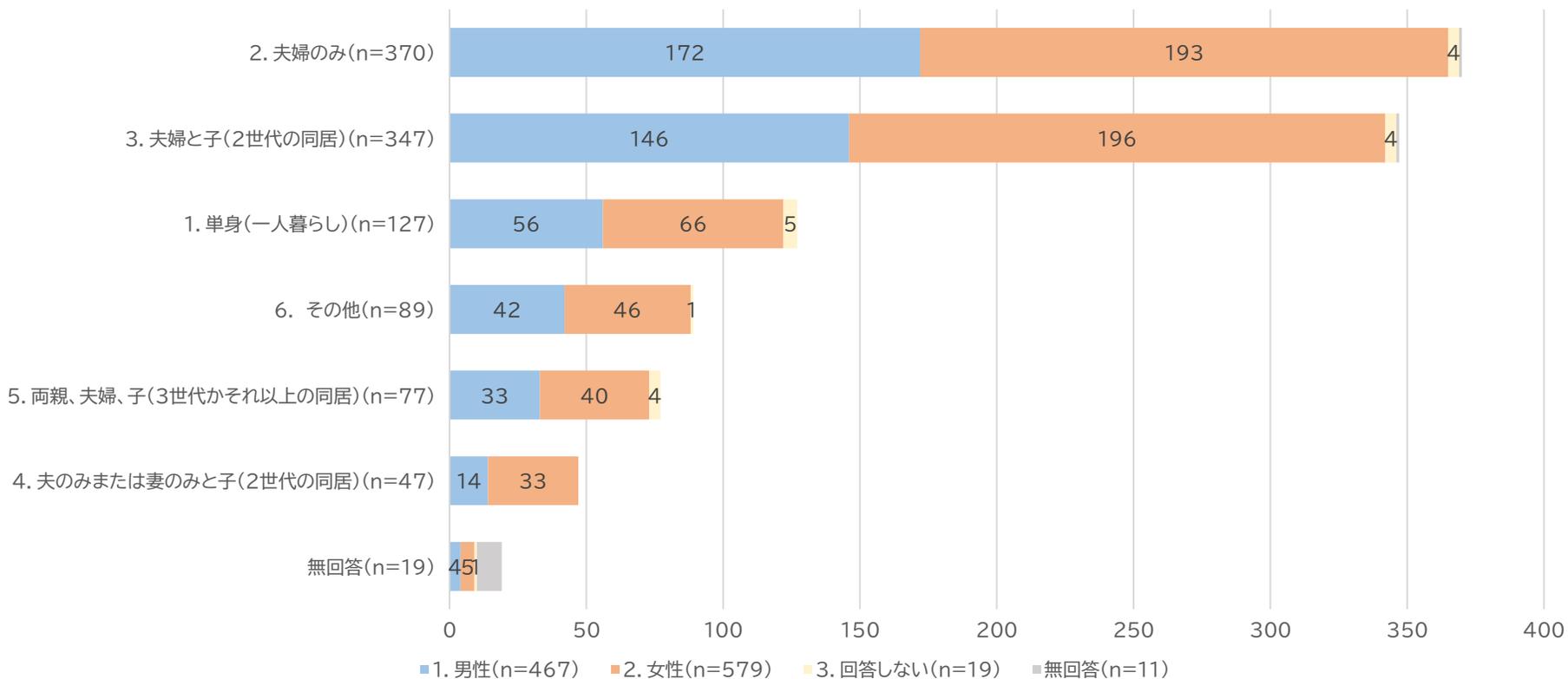


## 2 回答者の属性

### (6) 家族構成

- 回答者の家族構成は、「夫婦のみ(370人)」が最も多く、次いで「夫婦と子(2世代の同居)(347人)」、「单身(一人暮らし)(127人)」となっている。

図表2-(6) 回答者の家族構成【SA】

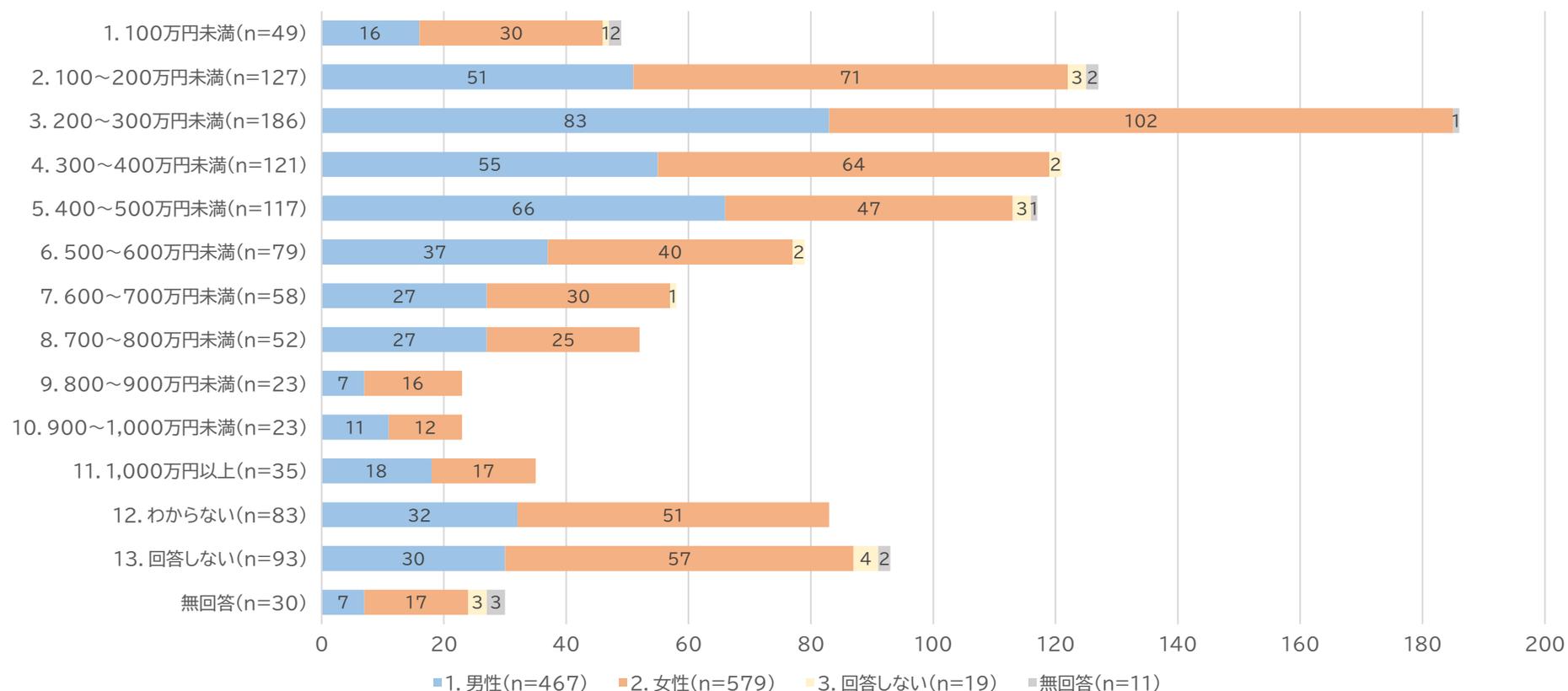


## 2 回答者の属性

### (7)世帯年収

- 回答者の世帯年収は、「200～300万円未満(186人)」が最も多く、次いで「100～200万円未満(127人)」、「300～400万円未満(121人)」、「400～500万円未満(117人)」となっている。

図表2-(7) 回答者の世帯年収【SA】

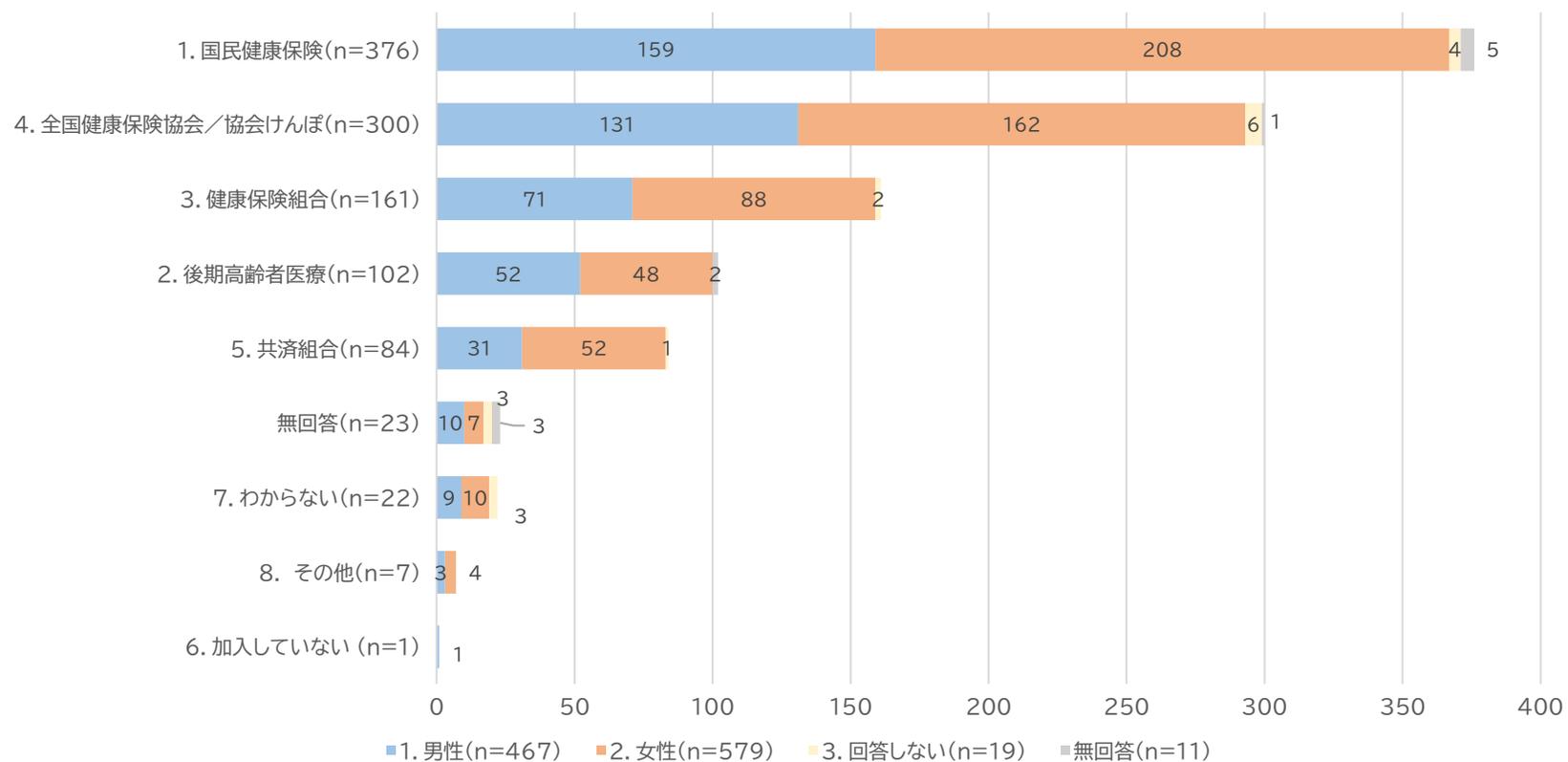


## 2 回答者の属性

### (8) 加入する健康保険の種類

- 回答者の加入する健康保険の種類は、「国民健康保険(376人)」が最も多く、次いで「全国健康保険協会／協会けんぽ(300人)」、「健康保険組合(161人)」となっている。

図表2-(8) 回答者の加入する健康保険の種類【SA】

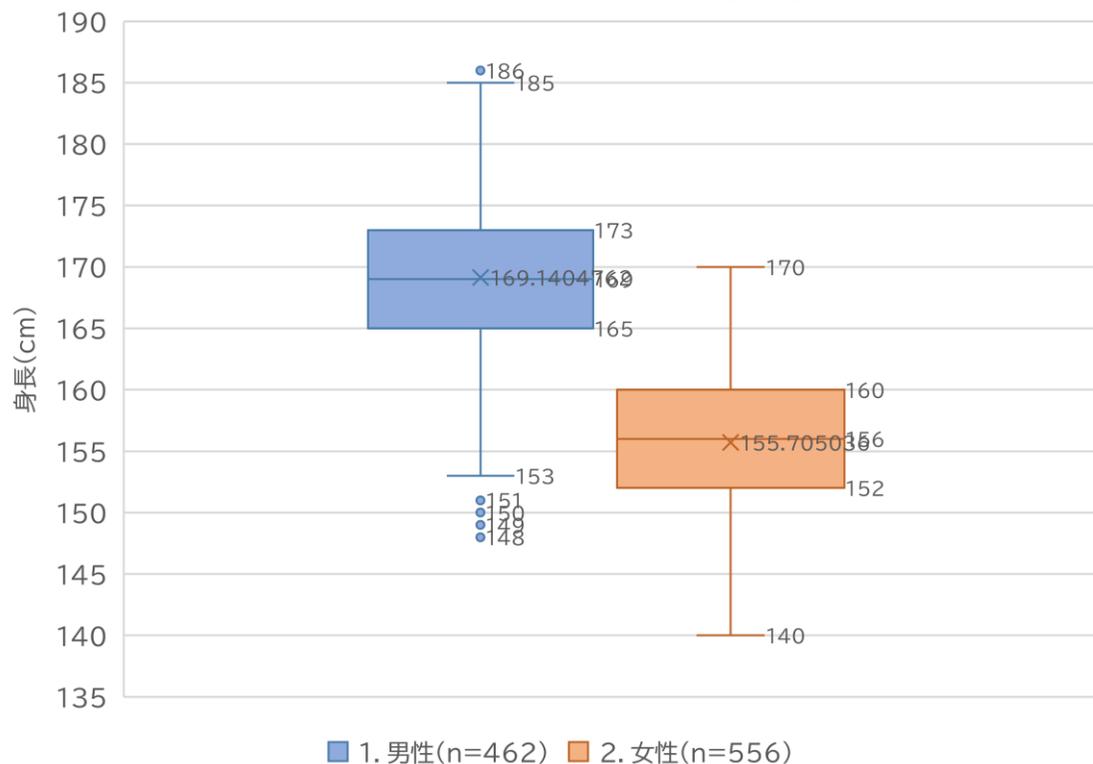


## 2 回答者の属性

### (9)回答者の身長

- 男性の身長の平均値は、169.1cm、中央値は169cm、女性の身長の平均値は、155.7cm、中央値は156cmであった。
- 男性の約半数が「165cmから173cm」の間、女性の約半数が「152cmから160cm」の間に分布している。

図表2-(9)-ア 回答者の身長【SA】



図表2-(9)-イ 回答者の身長(基本統計量)

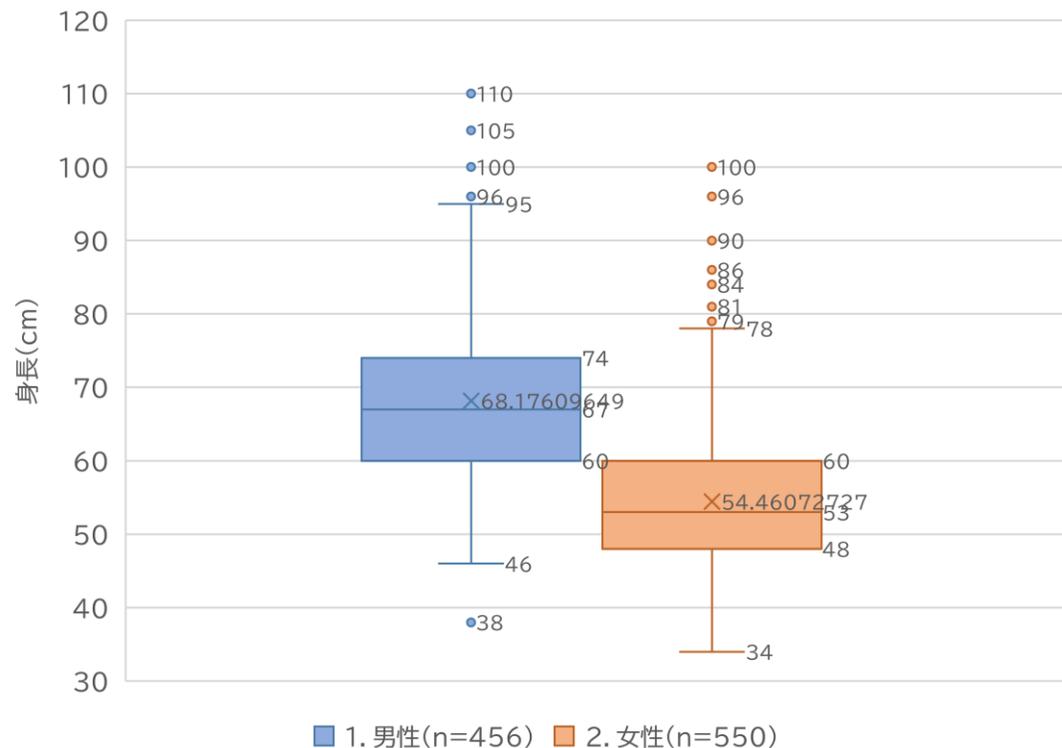
	1. 男性(n=462)	2. 女性(n=556)
平均	169.1404762	155.705036
標準誤差	0.28071364	0.235231664
中央値 (メジアン)	169	156
最頻値 (モード)	170	160
標準偏差	6.033710991	5.546680835
分散	36.40566832	30.76566829
尖度	0.633574786	0.040940705
歪度	-0.146069635	0.164924305
範囲	38	30
最小	148	140
最大	186	170
合計	78142.9	86572
データの個数	462	556

## 2 回答者の属性

### (10)回答者の体重

- 男性の体重の平均値は、68.1kg、中央値は67kg、女性の体重の平均値は、54kg、中央値は53kgであった。
- 男性の約半数が「60kgから74kg」の間、女性の半数が「48kgから60kg」の間に分布している。

図表2-(10)-ア 回答者の体重



図表2-(10)-イ 回答者の体重(基本統計量)

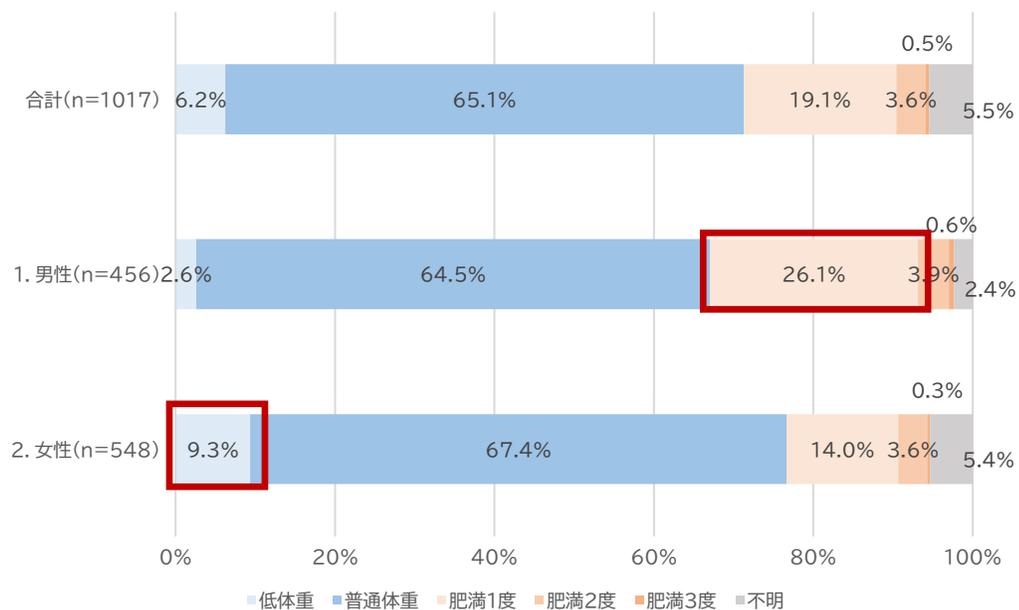
	1. 男性(n=456)	2. 女性(n=550)
平均	68.17609649	54.4607273
標準誤差	0.491373283	0.41019808
中央値(メジアン)	67	53
最頻値(モード)	65	50
標準偏差	10.49286199	9.61999774
分散	110.1001526	92.5443565
尖度	1.105335588	2.52799921
歪度	0.690301882	1.22087365
範囲	72	66
最小	38	34
最大	110	100
合計	31088.3	29953.4
データの個数	456	550

## 2 回答者の属性

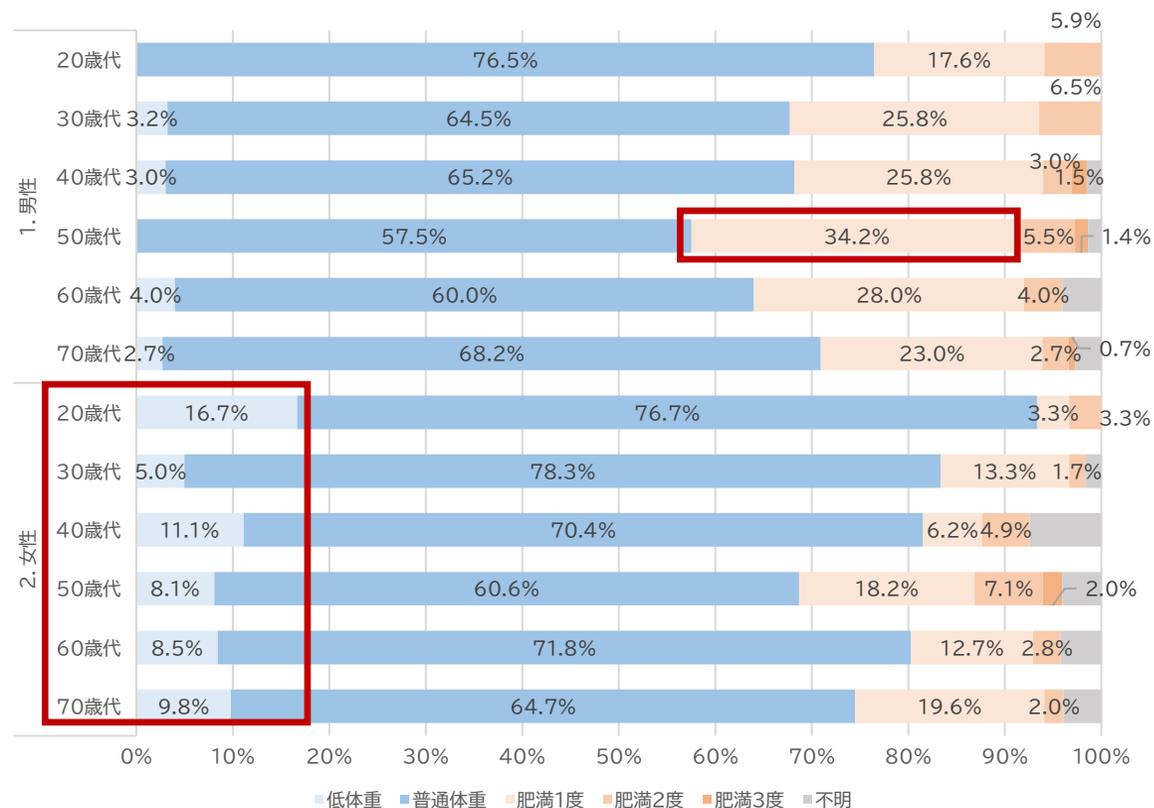
### (11)回答者のBMI

- 全体では、65.1%の方が普通体重となっている。
- 性別の比較では、男性は女性と比較して、肥満度1以上の割合が高く、女性は低体重の割合が男性より高い。
- さらに、男性の50歳代の肥満度の割合が最も高く、女性は、すべての年代で、低体重の割合が男性よりも高い。

図表2-(11)-① BMI判定



図表2-(11)-② BMI判定

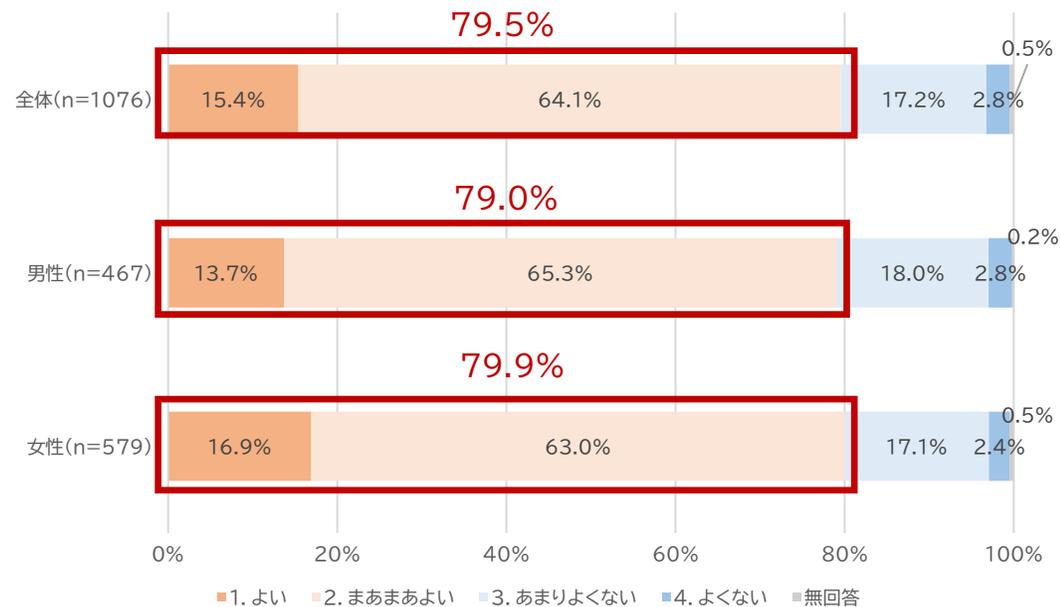


### 3 調査結果 (1)健康づくりについて

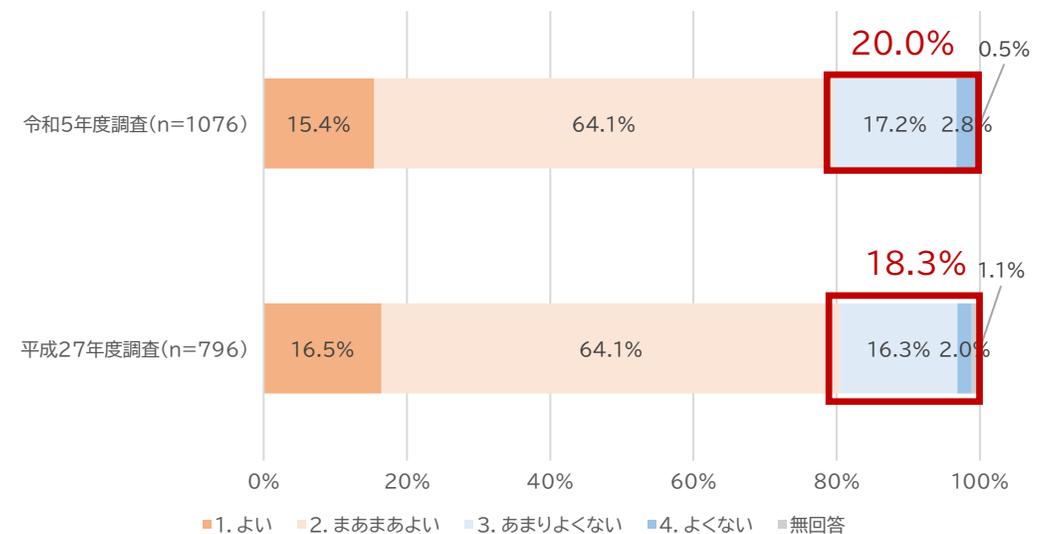
#### ①健康意識

- 全体では、健康状態が「1.よい」または「2.まあよい」と回答する人が79.5%となっており、男女間の差はほとんど見られない。
- また、平成27年度調査と比較すると「1.よい」または「2.まあよい」と回答する人の割合が1.1%低下し、「3.あまりよくない」または「4.よくない」と回答する人の割合が1.7%上昇しているが、大きな差は見られない。

図表3-(1)-①-ア 普段のご自身の健康状態をどう思うか。【SA】



図表3-(1)-①-イ 普段のご自身の健康状態をどう思うか。【SA】  
(過去調査との比較)

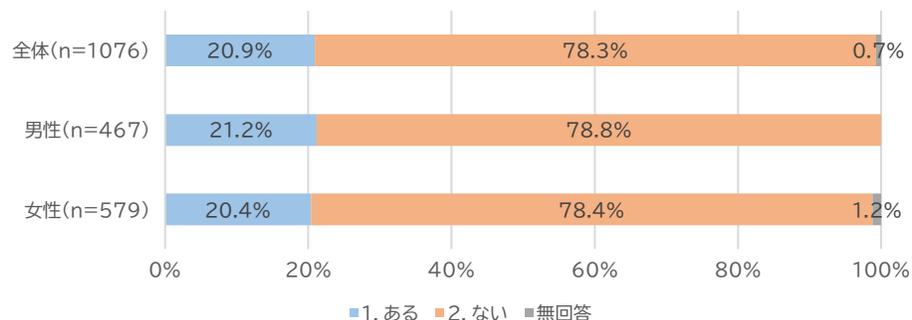


### 3 調査結果 (1)健康づくりについて

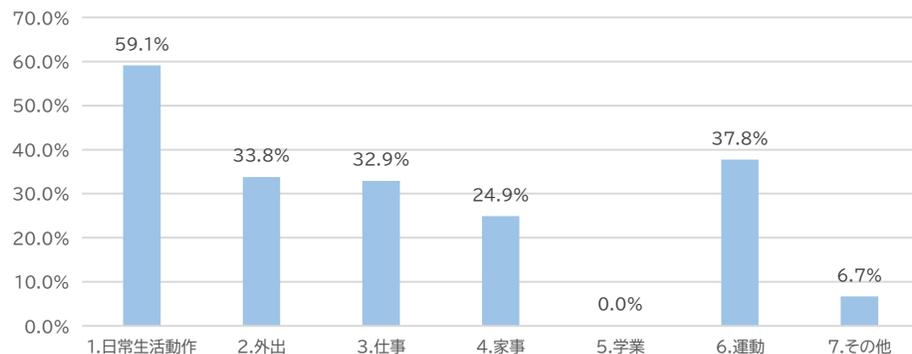
#### ②健康上の問題による日常生活への影響

- 健康上の問題で「日常生活に影響がある」と回答した方は全体で20.9%であり、男性(21.2%)と女性(20.4%)に大きな差は見られない。
- また、男女ともに、年齢が高くなるにつれ、「日常生活に影響がある」と回答する方の割合が高くなっており、特に男性においてはその傾向が顕著である。
- 「日常生活に影響がある」と回答した人のうち、具体的な影響としては、「1.日常生活動作(59.1%)」が最も高く、次いで「6.運動(37.8%)」、「2.外出(33.8%)」、「3.仕事(32.9%)」となっている。

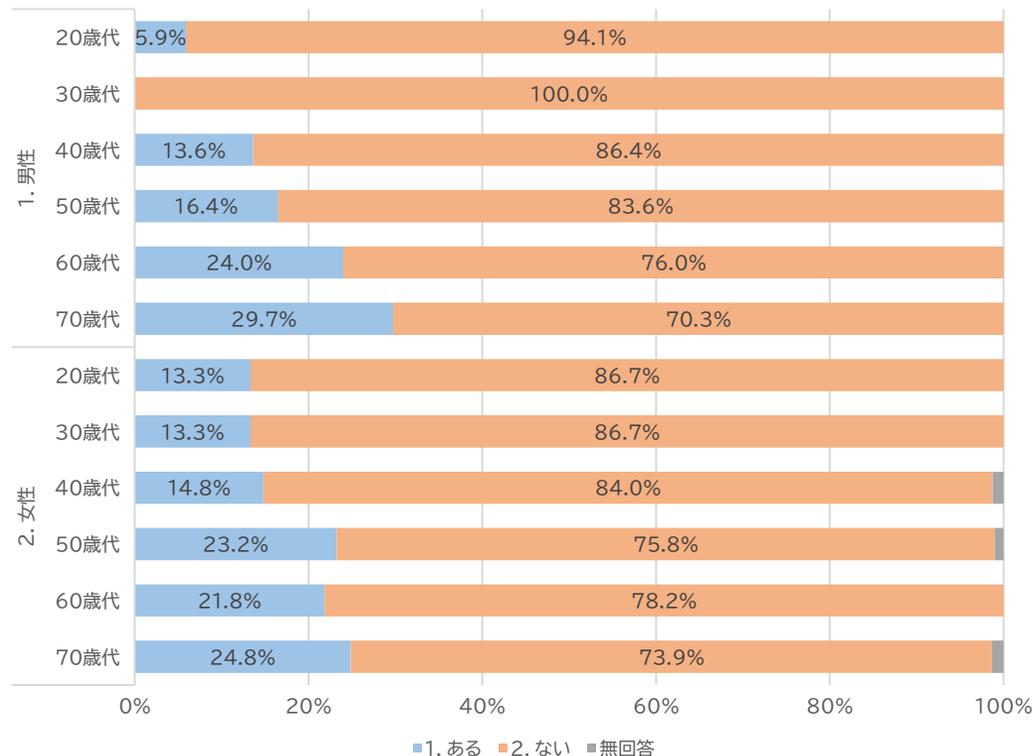
図表3-(1)-②-ア 現在、健康上の問題で日常生活に何か影響はあるか。【SA】



図表3-(1)-②-ウ 健康上の問題による日常生活への影響は何か。(n=225)【MA】



図表3-(1)-②-イ 現在、健康上の問題で日常生活に何か影響はあるか。【SA】

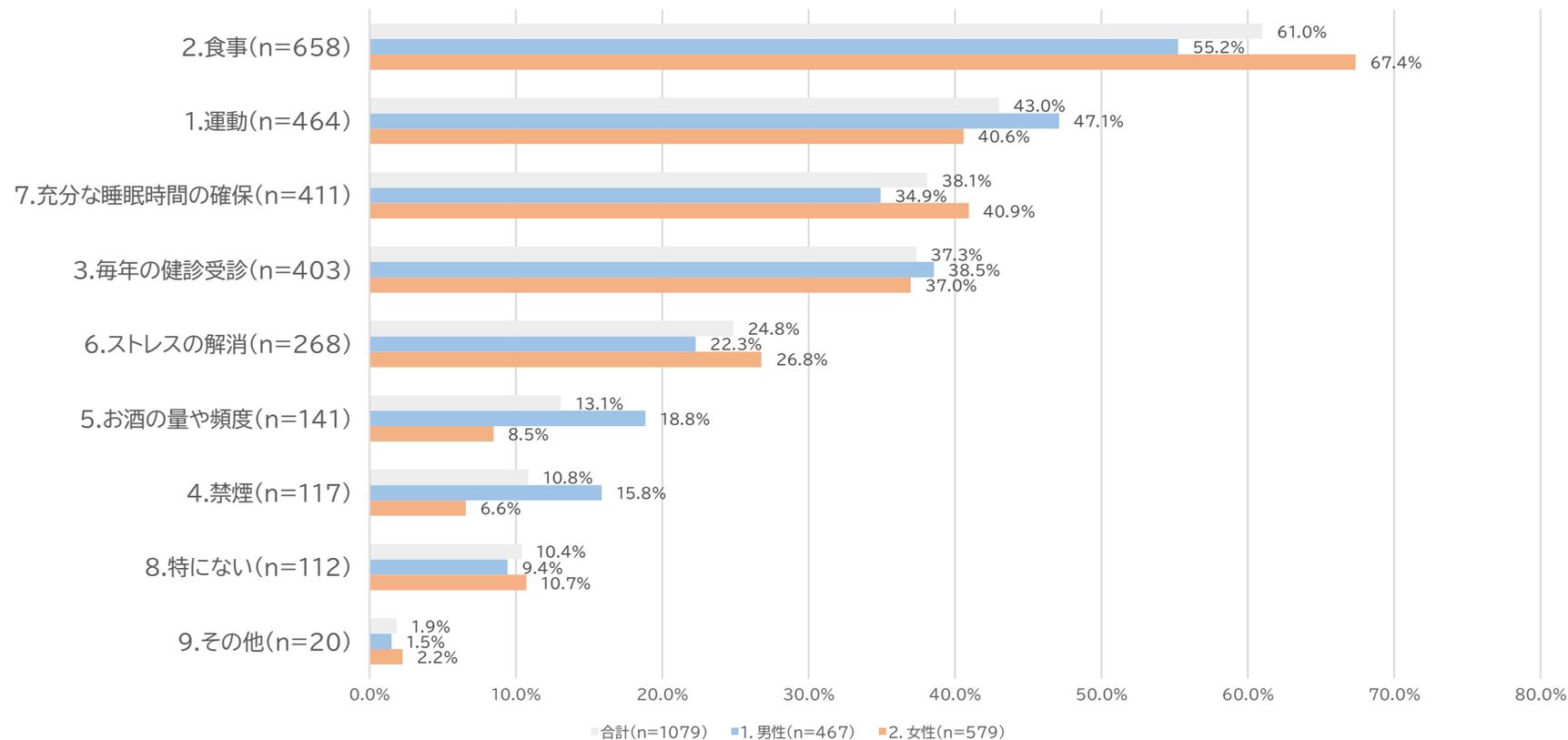


### 3 調査結果 (1)健康づくりについて

#### ③健康のために気を付けていること

- 男女ともに、「1.食事(61.0%)」と回答する人の割合が最も高く、次いで「1.運動(43.0%)」となっている。
- 性別では、男性は、「2.食事(55.2%)」に次いで「1.運動(47.1%)」、「3.毎年の健診受診(38.5%)」となっており、女性は、「2.食事(67.4%)」に次いで「7.十分な睡眠時間の確保(40.9%)」、「1.運動(40.6%)」となっている。

図表3-(1)-③ 健康のために気を付けていることは何か。【MA】

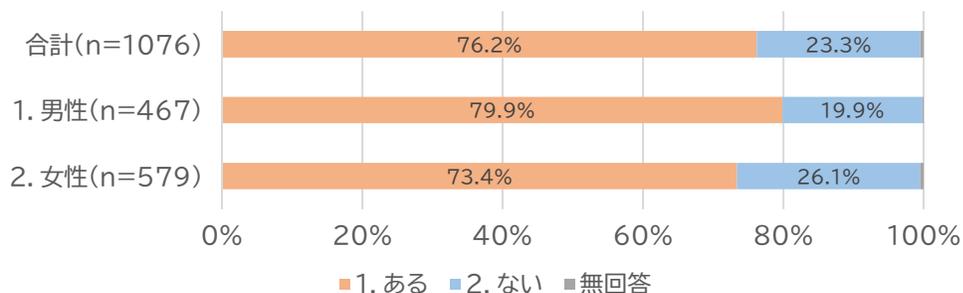


### 3 調査結果 (1)健康づくりについて

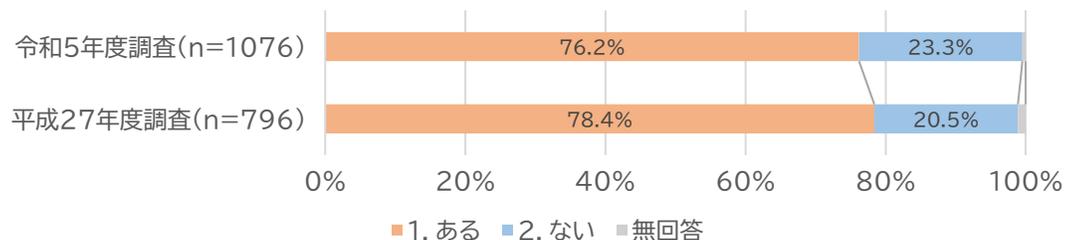
#### ④過去1年間の健診の受診

- 過去1年間の健診の受診の有無については、「受診している」と回答した人が全体で76.2%となっている。また、男性で「受診している」と回答した割合は79.9%となっており、女性の73.4%よりも高い。
- 健康保険別では、「5.共済組合(90.5%)」が最も高く、次いで「3.健康保険組合(88.2%)」、「4.全国健康保険協会／協会けんぽ(79.7%)」の順となっている。
- また、過去調査との比較では、「受診している」と回答した人の割合が2.2%減少している。

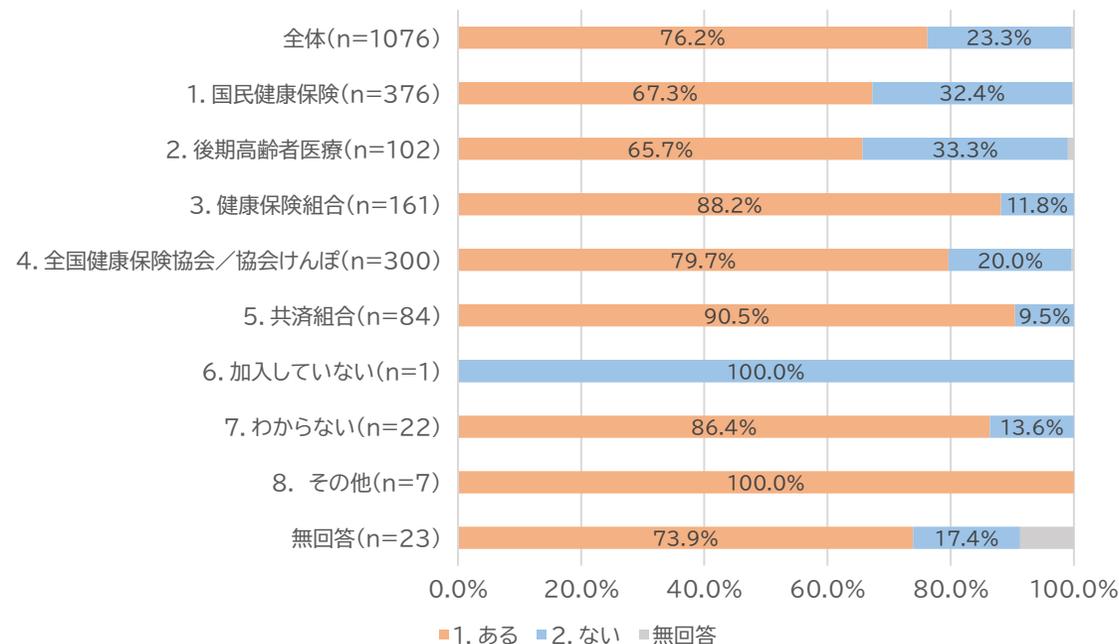
図表3-(1)-④-ア 過去1年間に健診等(健康診断、健康診査、がん検診、人間ドック)を受けたことがあるか。【SA】



図表3-(1)-④-ウ 過去1年間に健診等を受診したことがあるか。【SA】  
(過去調査との比較)



図表3-(1)-④-イ 過去1年間に健診等(健康診断、健康診査、がん検診、人間ドック)を受けたことがあるか。【SA】  
(健康保険別)

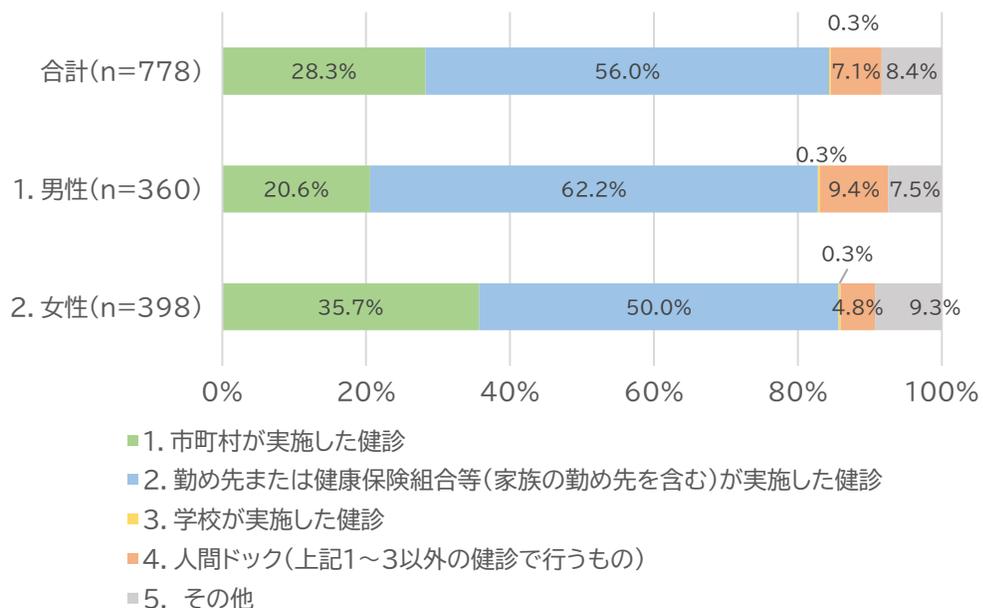


### 3 調査結果 (1)健康づくりについて

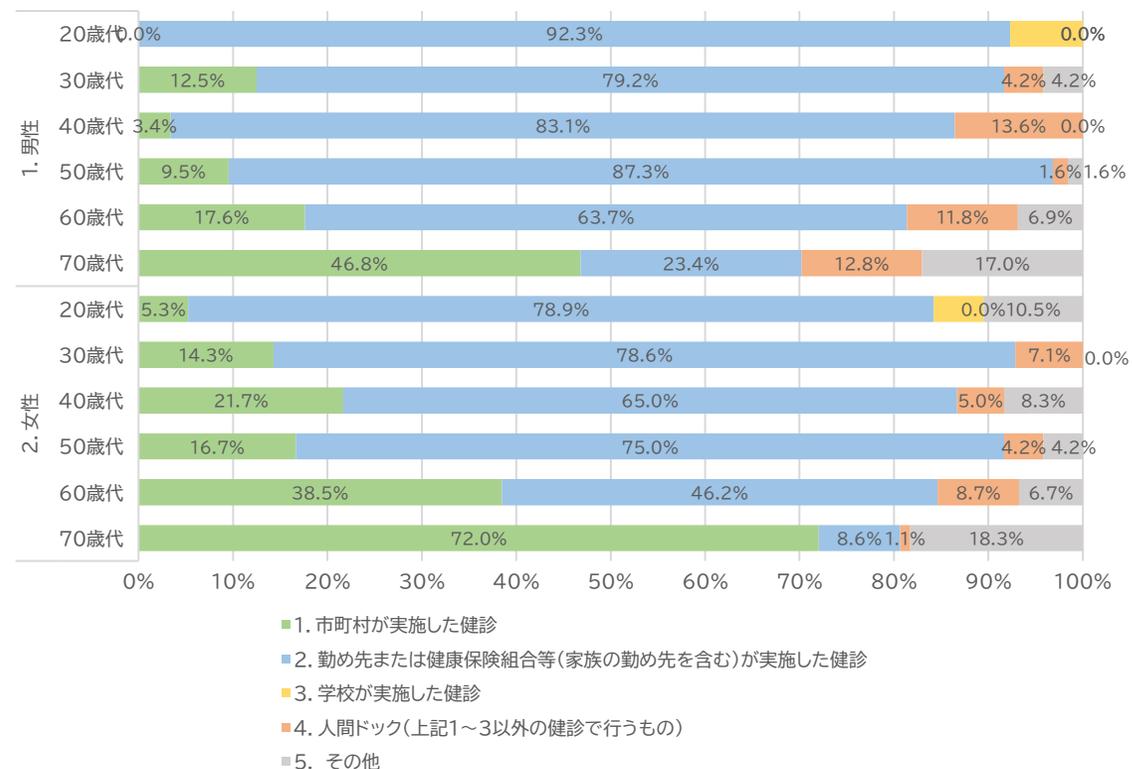
#### ⑤健診の受診機会

- 男性、女性ともに「2. 勤め先または健康保険組合等(家族の勤め先を含む)が実施した健診」の割合が最も高く、次いで「1. 市町村が実施した健診」となっている。
- 「1. 市町村が実施した健診」の受診割合については、男性(20.6%)よりも女性(35.7%)が高い。

図表3-(1)-⑤-ア どのような機会に健診等を受診したか。  
【SA】



図表3-(1)-⑤-イ どのような機会に健診等を受診したか。【SA】(n=778)

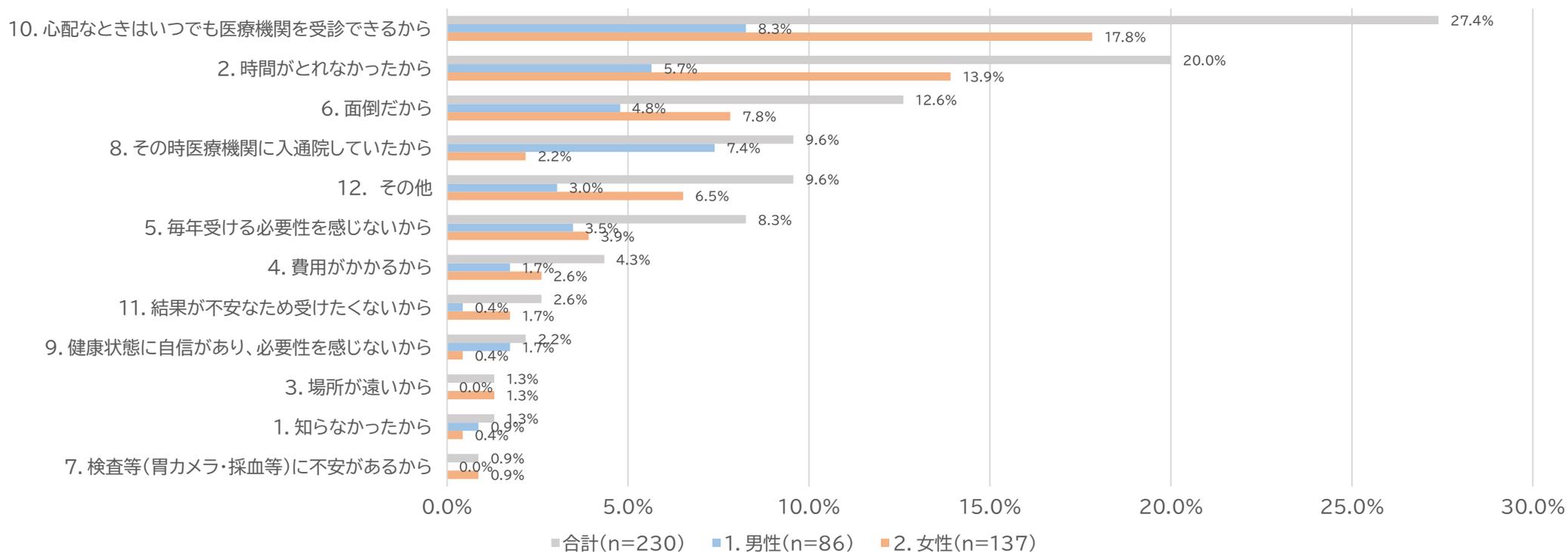


### 3 調査結果 (1)健康づくりについて

#### ⑥健診を受診しなかった理由

- 全体では、「10.心配なときはいつでも医療機関を受診できるから(27.4%)」が最も高く、次いで「2.時間がとれなかった(20.0%)」となっている。
- 男性は、「10.心配なときはいつでも医療機関を受診できるから(8.3%)」に次いで「8.その時医療機関に入通院していたから(7.4%)」が高く、女性は、「1.心配なときはいつでも医療機関を受診できるから(17.8%)」に次いで「2.時間がとれなかった(13.9%)」が高い。

図表3-(1)-⑥ 健診を受診しなかった理由で最も当てはまるものはどれか。【SA】

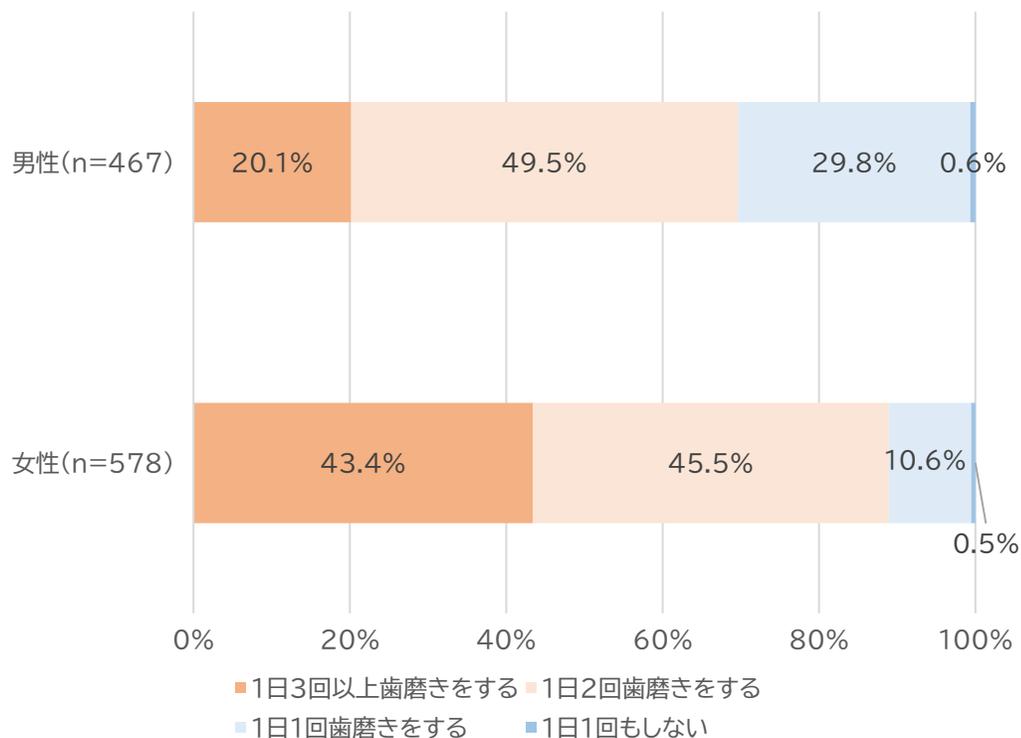


### 3 調査結果 (1)健康づくりについて

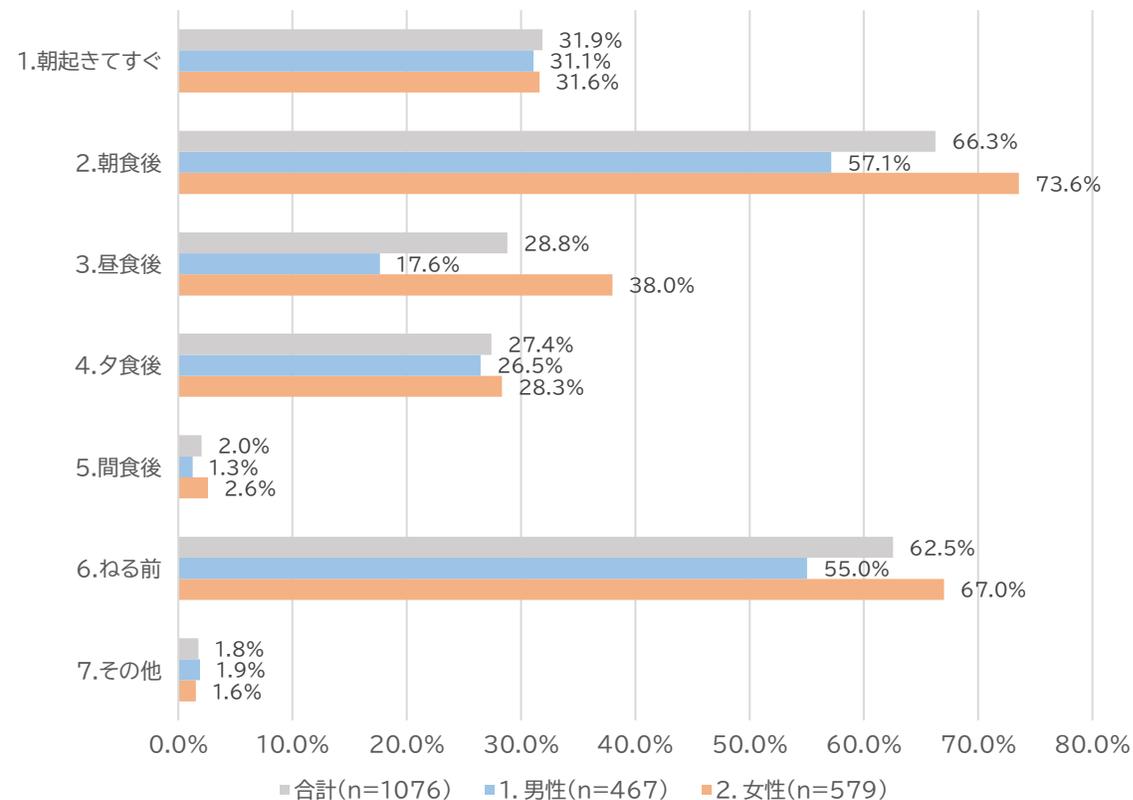
#### ⑦歯磨き

- 1日3回以上歯磨きをすると回答した方は、男性が20.1%、女性が43.4%となっている。
- また、歯磨きをする時間帯としては、「2.朝食後(66.3%)」が最も多く、次いで「6.寝る前(62.5%)」となっている。

図表3-(1)-⑦-ア 1日の歯磨きの回数【SA】



図表3-(1)-⑦-イ 普段いつ歯磨きをしているか。【MA】

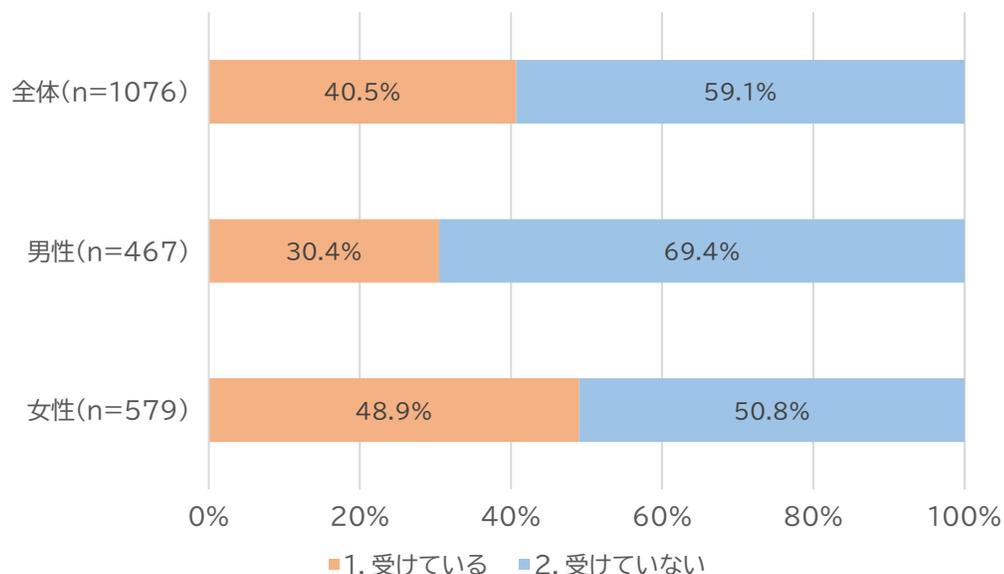


### 3 調査結果 (1)健康づくりについて

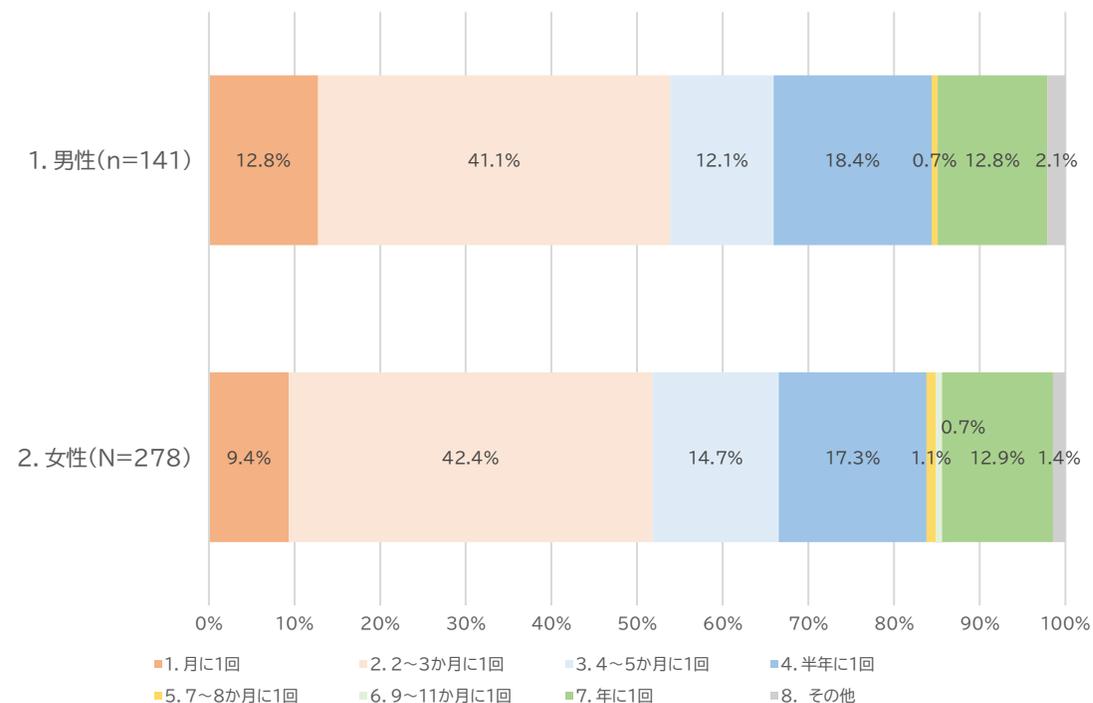
#### ⑧定期的な歯科健康診査の受診と頻度

- 全体では、40.5%が定期的な歯科健康診査を受診している。
- 性別では、男性の受診率が30.4%となっており、女性の受診率の48.9%と比べ低い割合となっている。
- なお、定期的に歯科健康診査を受診していると回答した人の頻度については、男女ともに「2～3か月に1回」の割合が最も高く、男女間での定期的な歯科健康診査の受診の頻度の割合に大きな違いはみられない。

図表3-(1)-⑧-ア 定期的に歯科健康診査を受診しているか。【SA】



図表3-(1)-⑧-イ 定期的な歯科健康診査の頻度はどの程度か。(n=419)【SA】

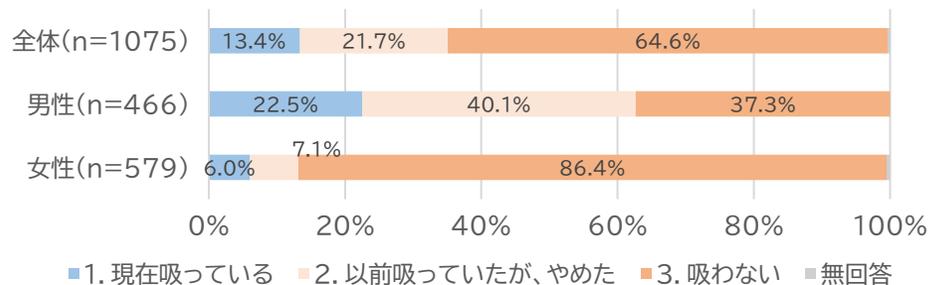


### 3 調査結果 (1)健康づくりについて

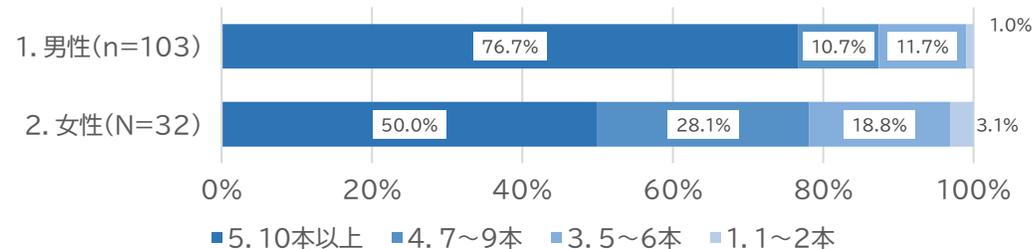
#### ⑨たばこ(喫煙の有無、本数)

- 全体の13.4%が「1.現在吸っている」と回答しており、性別では、男性が22.5%、女性が6.0%となっている。
- 喫煙者のたばこの本数は、男性の76.7%、女性の50.0%が「10本以上」と回答している。
- 過去の調査との比較では、平成23年度調査から平成27年度調査にかけて喫煙者の割合は19.0%から13.3%と減少しているが、平成27年度から令和5年度にかけては横ばいである。
- また、「現在喫煙している人」のうち、男性の37.5%、女性の55.8%が禁煙予定もしくは禁煙に関心を持っている。

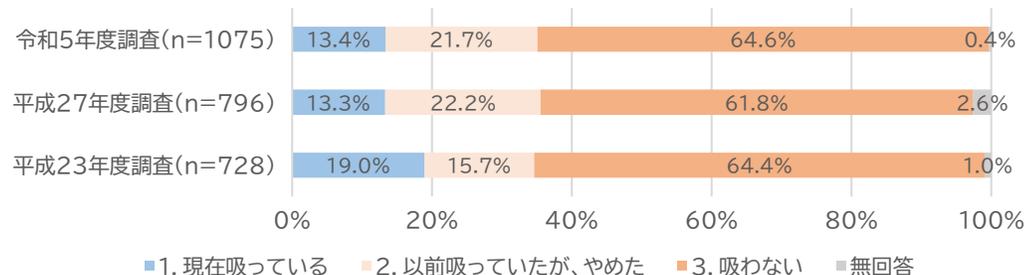
図表3-(1)-⑨-ア たばこを吸っているか。【SA】



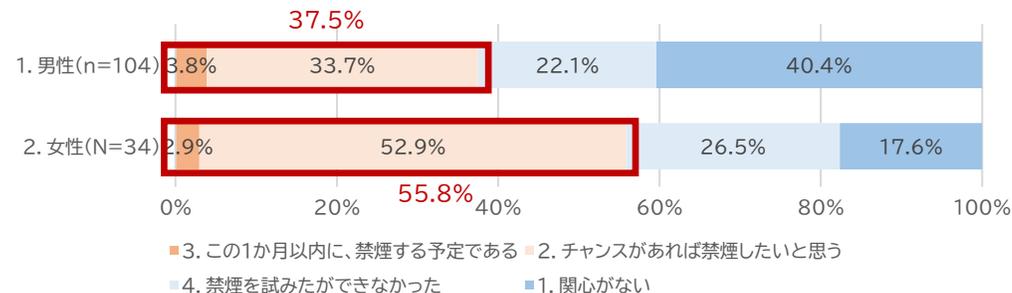
図表3-(1)-⑨-イ 「現在吸っている方」は、1日にどれくらいたばこを吸うか。【SA】



図表3-(1)-⑨-ウ たばこを吸っているか。【SA】



図表3-(1)-⑨-エ 「現在吸っている方は」、禁煙することによってどのくらい関心があるか。【SA】

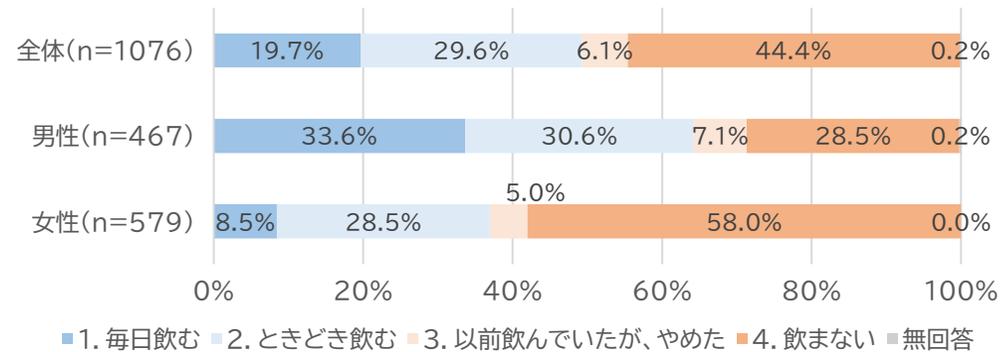


### 3 調査結果 (1)健康づくりについて

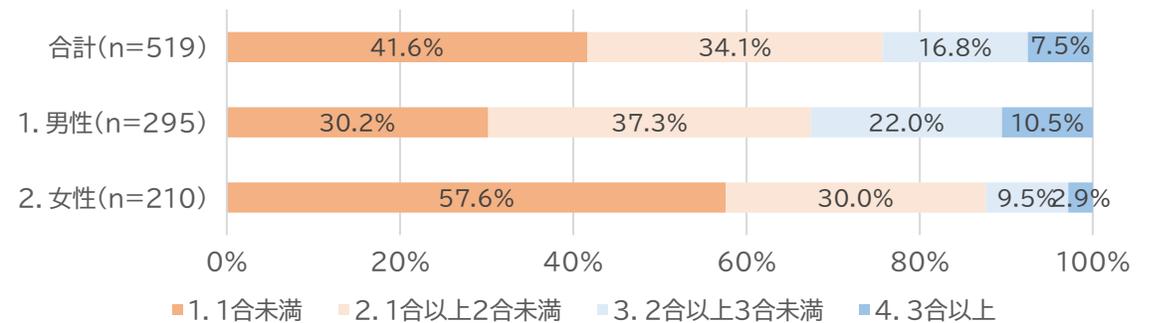
#### ⑩お酒(飲酒の有無、飲酒量)

- 全体では、「4.飲まない(44.4%)」と回答する方の割合が最も高く、次いで「2.ときどき飲む(29.6%)」となっている。
- 性別では、「4.飲まない」と回答している人の割合が女性58.0%、男性28.5%となっている。
- また、平成27年度調査と比較すると「1.毎日飲む」と回答する人の割合が低下し、「4.飲まない」と回答する割合が高くなっている。
- なお、「1.毎日のむ」と回答する方で、1回あたりの酒量が2合以上と回答する方の割合は、男性で40.1%となっている。

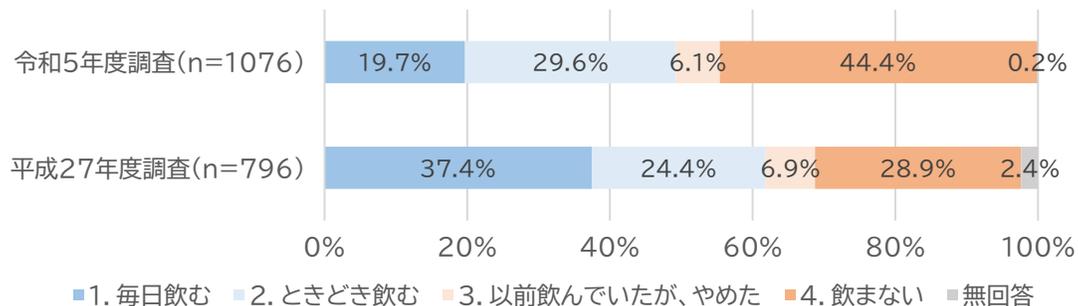
図表3-(1)-⑩-ア お酒を飲むか。【SA】



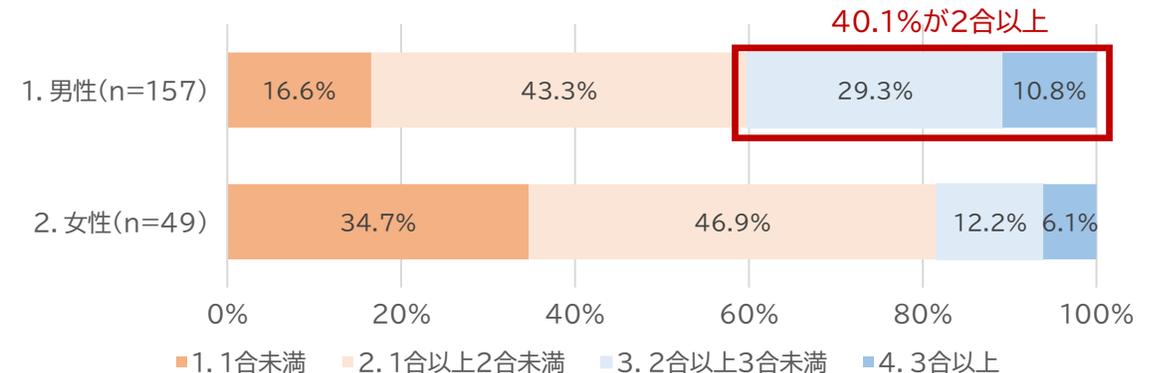
図表3-(1)-⑩-イ 「1.毎日のむ」方、「2.ときどき飲む」方は、1回に飲む量はどれくらいか。【SA】



図表3-(1)-⑩-ウ お酒を飲むか。【SA】  
(過去調査との比較)



図表3-(1)-⑩-エ 「1.毎日のむ」方の1回に飲むお酒の量はどれくらいか。【SA】

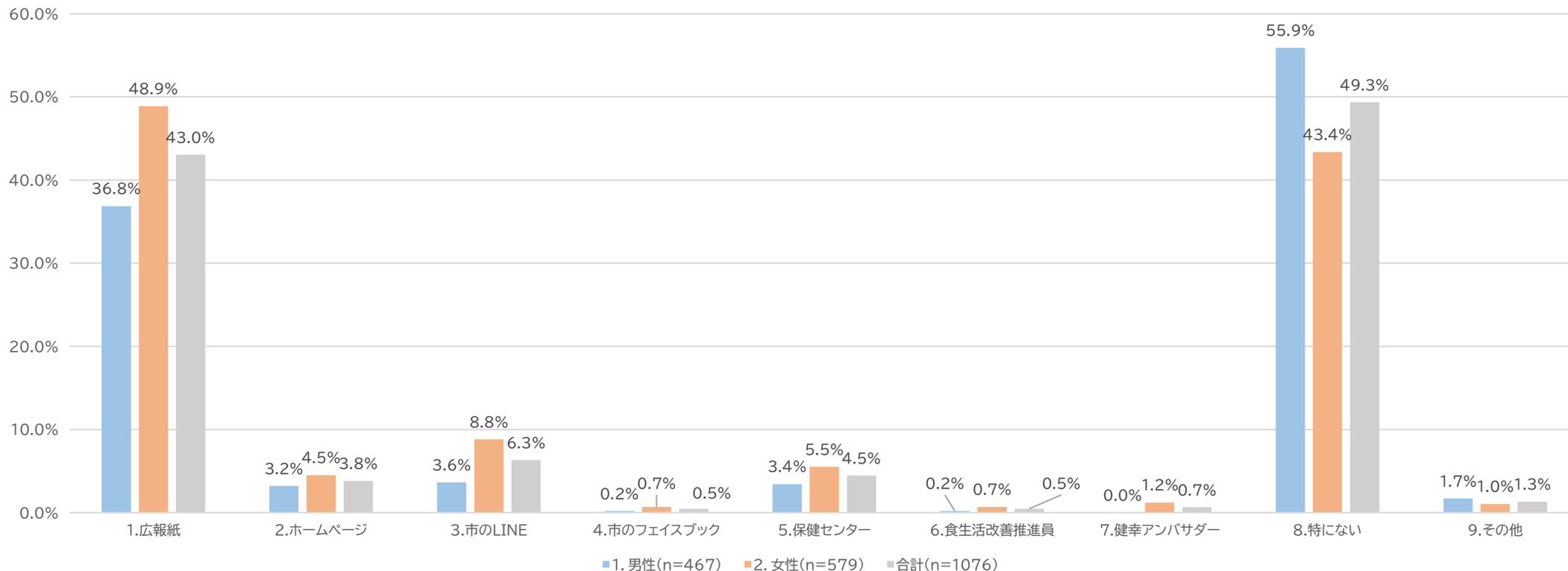


### 3 調査結果 (1)健康づくりについて

#### ⑪健康づくりの情報源(市が発信しているもの)

- 市から発信している「健康づくりの情報源」としているものについては、「8.特にない(49.3%)」が最も高く、次いで、「1.広報紙(43.0%)」であった。
- また、「4.市のフェイスブック(0.5%)」、「6.食生活改善推進員(0.5%)」及び「7.健幸アンバサダー(0.7%)」を情報源としている割合は他の媒体と比較して低い。

図表3-(1)-⑪ 市から出されているもので、健康づくりの情報源としているものは何か。【MA】

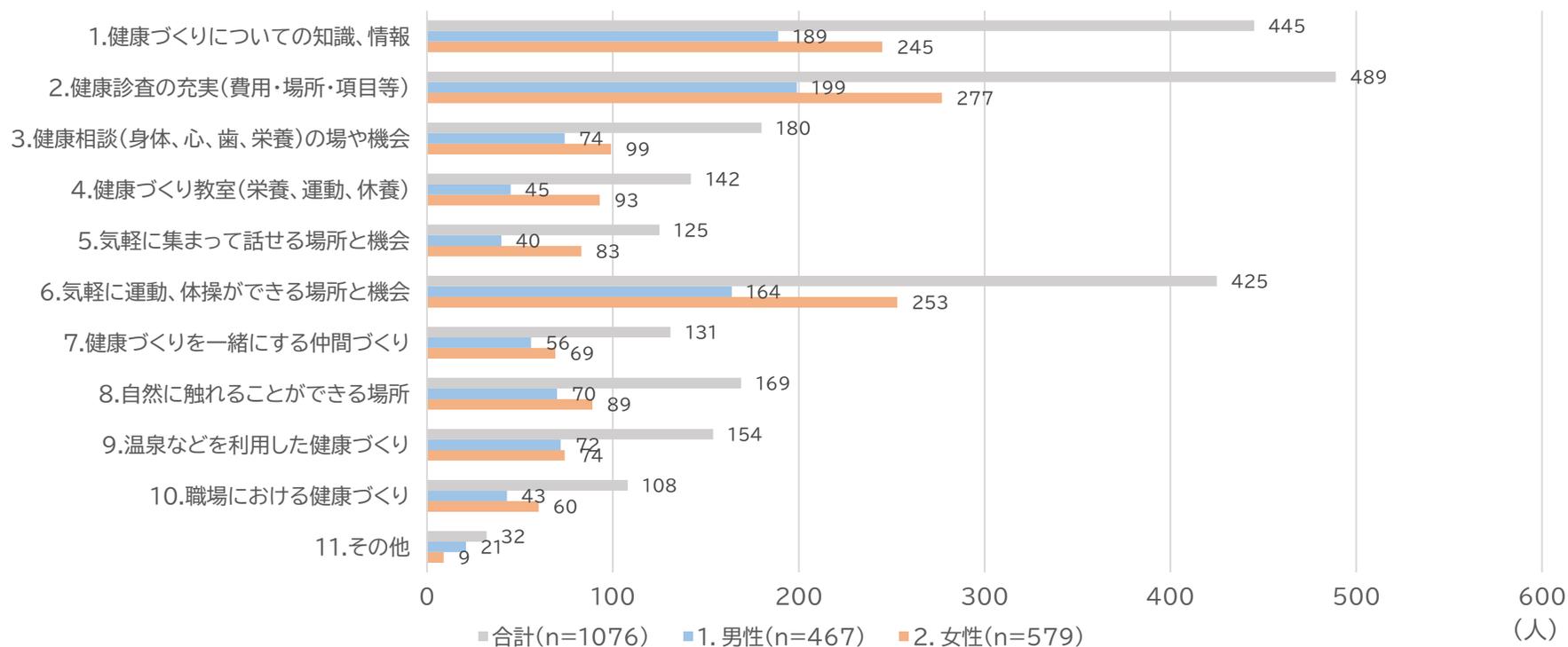


### 3 調査結果 (1)健康づくりについて

#### ⑫市民が健康になるために、大切だと思うこと

- 男女ともに、「2.健康診査の充実(489人)」が最も多かった。
- 男性は、「2.健康診査の充実(199人)」に次いで、「1.健康づくりについての知識、情報(189人)」、「6.気軽に運動、体操ができる場所と機会(164人)」となった。
- 女性は、「2.健康診査の充実(277人)」に次いで、「6.気軽に運動、体操ができる場所と機会(253人)」、「1.健康づくりについての知識、情報(245人)」であり、性別によって違いが見られる。

図表3-(1)-⑫ 健康になるために大切だと思うことは何か。【MA(3つまで)】

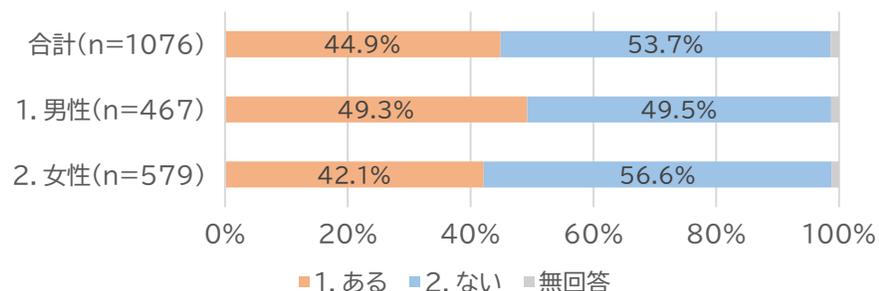


### 3 調査結果 (2)運動について

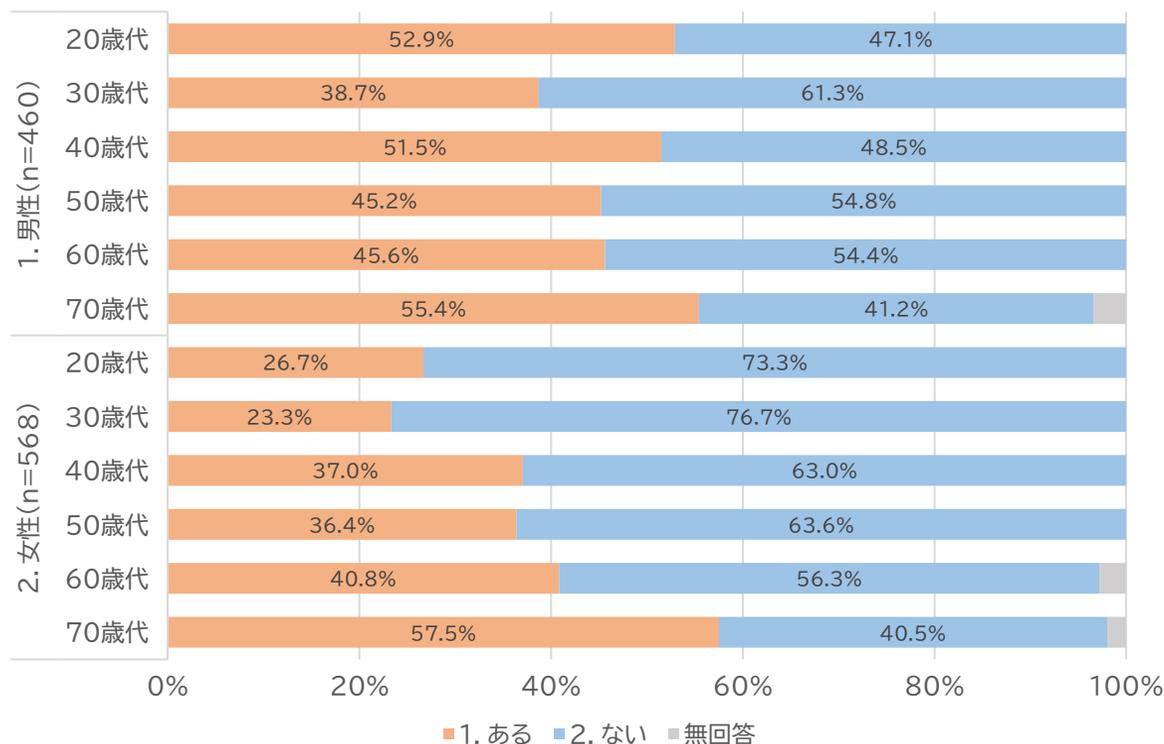
#### ①運動習慣

- 「1日のべ30分以上の運動(労働を除く)をすることが週2日以上あるか」について、「1.ある」と回答した人の割合は、男性が49.3%であり、女性の42.1%よりも高い結果となった。
- また、年代別では、女性のうち「1.ある」と回答した人の割合が、30歳代が23.3%、20歳代が26.7%と、他の年代と比較して低い。
- なお、過去の調査との比較では、平成23年度及び平成27年度調査から運動習慣があると回答した人の割合が高くなっている。

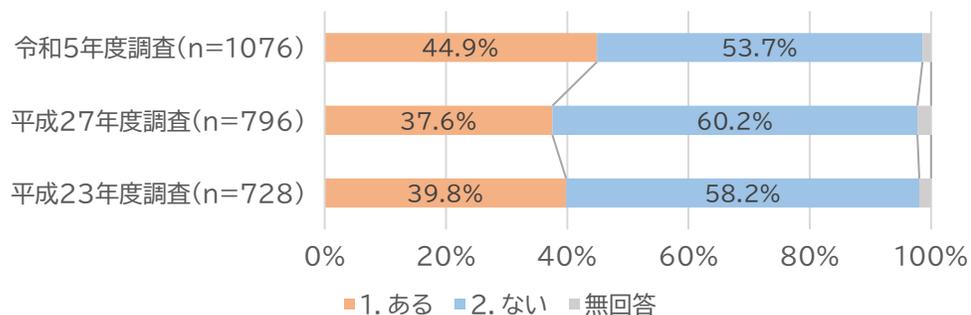
図表3-(2)-①-ア 1日のべ30分以上の運動(労働などを除く)をすることが週2日以上あるか。【SA】



図表3-(2)-①-イ 1日のべ30分以上の運動(労働などを除く)をすることが週2日以上あるか。【SA】



図表3-(2)-①-ウ 1日のべ30分以上の運動(労働などを除く)をすることが週2日以上あるか。【SA】(過去調査との比較)

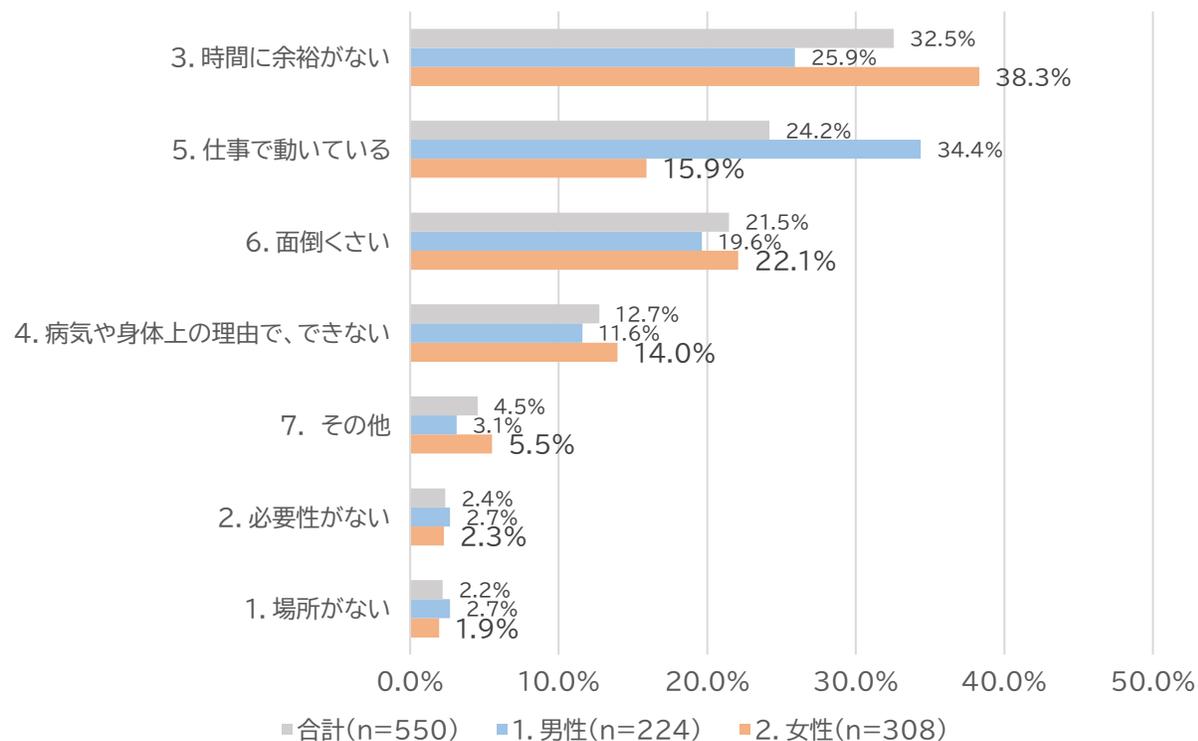


### 3 調査結果 (2)運動について

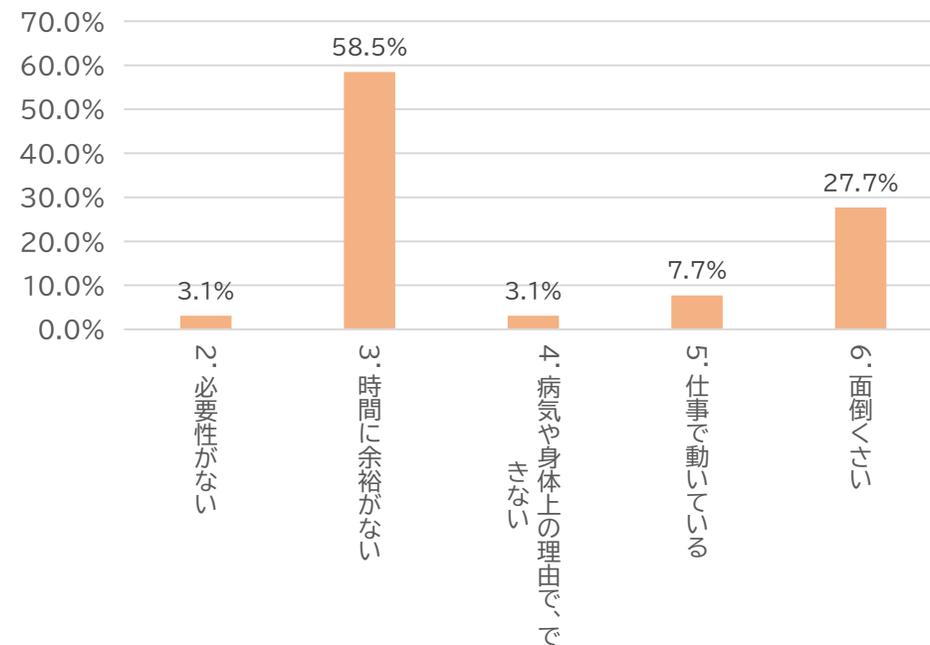
#### ②運動ができていない理由

- 運動ができていない理由としては、「3.時間に余裕がない(32.5%)」と最も高く、次いで「5.仕事で動いている(24.2%)」、「6.面倒くさい(21.5%)」となっている。
- また、運動ができていないと回答する割合の高い20歳代及び30歳代の女性では、「3.時間に余裕がない(58.5%)」が最も高く、次いで「6.面倒くさい(27.7%)」となっている。

図表3-(2)-②-ア 運動習慣がない理由は何か。【SA】



図表3-(2)-②-イ 運動ができていない理由は何か。(n=65)【SA】  
(20歳代及び30歳代の女性)

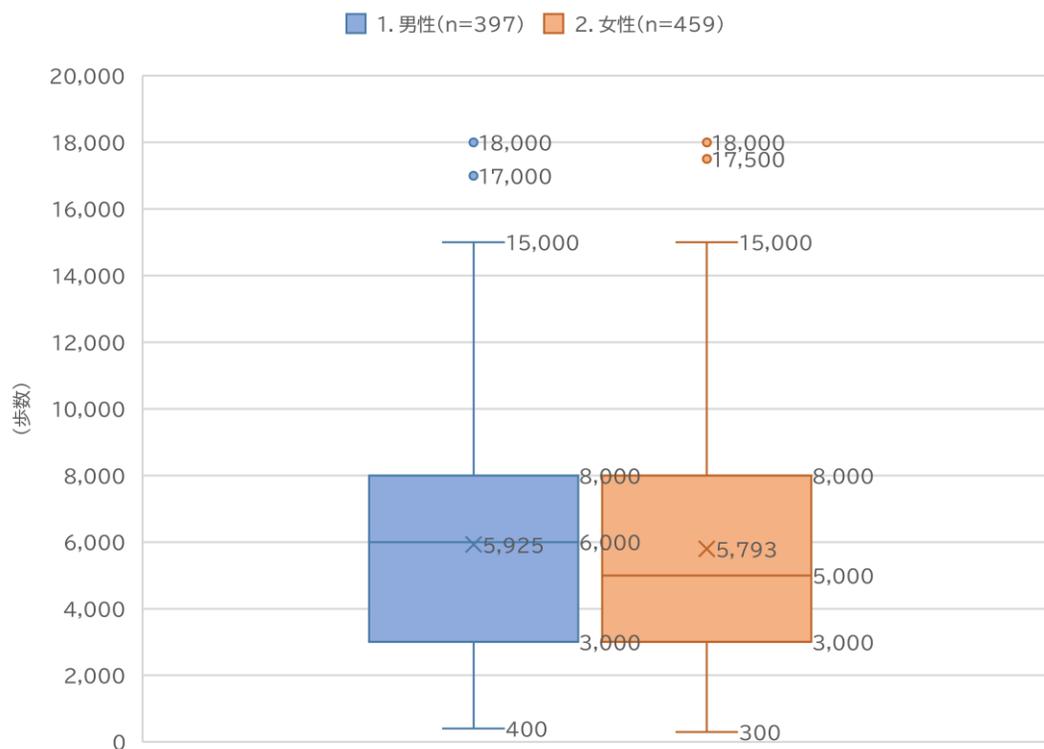


### 3 調査結果 (2)運動について

#### ③1日の歩数

- 1日の歩数は、男性の平均値が5,925歩、中央値が6,000歩、女性の平均値が5,793歩、中央値が5,000歩であった。
- また、男女ともに、3,000歩から8,000歩の間に約半数が分布している。

図表3-(2)-③-ア 1日の歩数はどれくらいか。【SA】



1日2万歩以上の方は除外、また、時間回答の方は10分を1,000歩として換算している。

図表3-(2)-③-イ 1日の歩数(基本統計量)

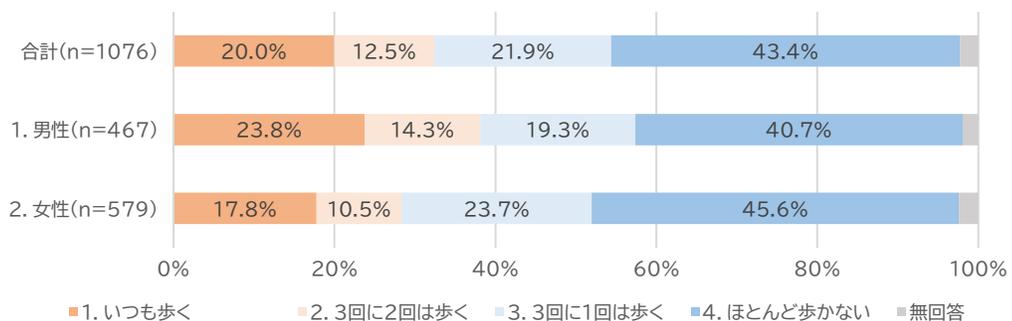
	1. 男性 (n=397)	2. 女性 (n=459)
平均	5925.252525	平均 5793.296296
標準誤差	193.072842	標準誤差 182.1163169
中央値 (メジアン)	6000	中央値 (メジアン) 5000
最頻値 (モード)	6000	最頻値 (モード) 6000
標準偏差	3842.101045	標準偏差 3901.711929
分散	14761740.44	分散 15223355.98
尖度	1.177945616	尖度 1.313862221
歪度	1.122096081	歪度 1.175313653
範囲	17600	範囲 17700
最小	400	最小 300
最大	18000	最大 18000
合計	2346400	合計 2659123
データの個数	396	データの個数 459

### 3 調査結果 (2)運動について

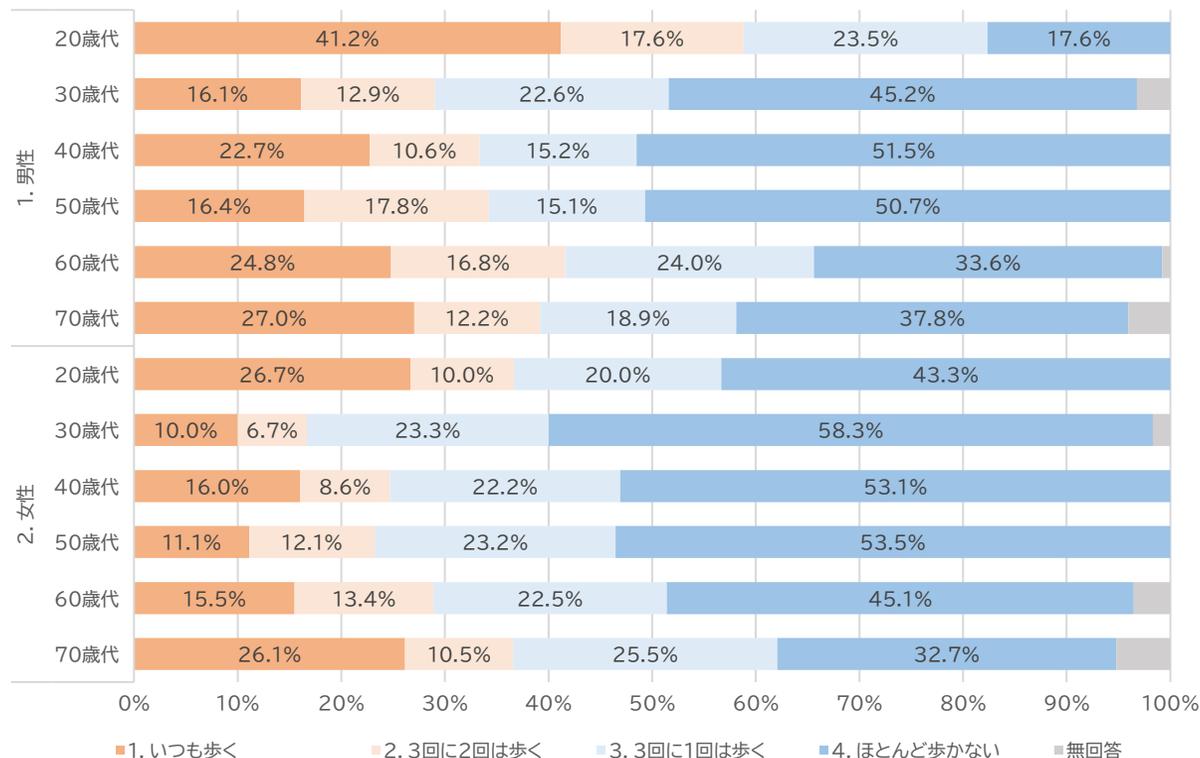
#### ④10分程度の距離であれば、車を使わずに歩く人の割合

- 「1. いつも歩く」「2. 3回に2回は歩く」と回答した割合は男性の方が高い。
- 年代別では、すべての年代で女性よりも、男性の方が歩くと回答する割合が高い。
- 過去の調査との経年比較では、「4.ほとんど歩かない」と回答した人の割合は、平成23年度が53.6%、平成27年度が45.4%、令和5年度が43.4%と減少しており、10分程度の距離であれば、車を使わずに歩くと回答する人の割合は増加している。

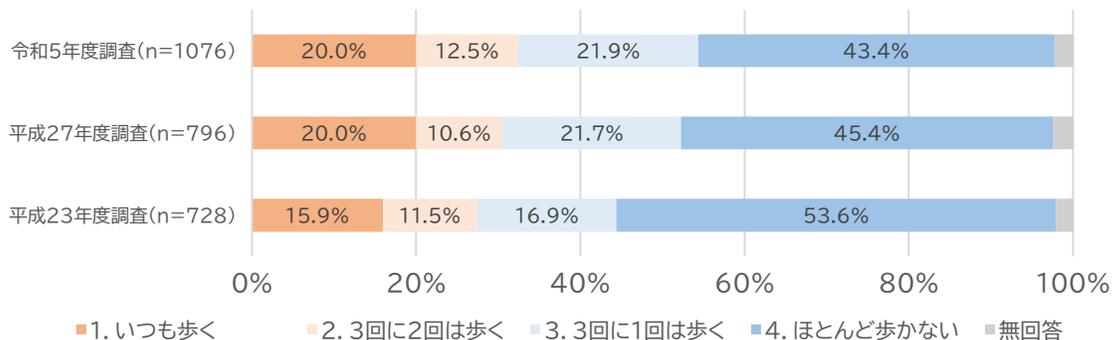
図表3-(2)-④-ア 歩いて10分程度の距離なら、車などを使わずに歩くか。【SA】



図表3-(2)-④-イ 歩いて10分程度の距離なら車を使わずに歩くか。【SA】



図表3-(2)-④-ウ 歩いて10分程度の距離なら、車などを使わずに歩くか。【SA】

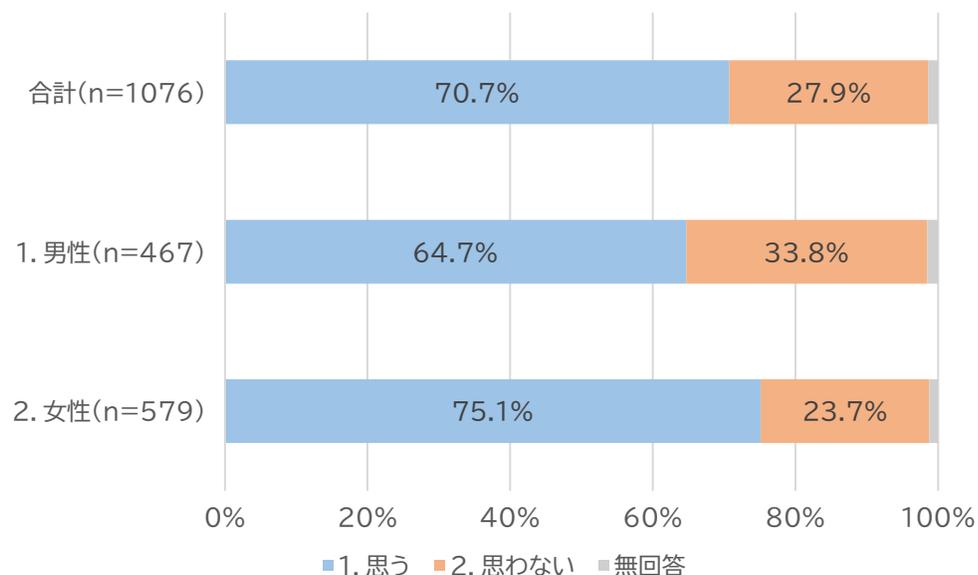


### 3 調査結果 (2)運動について

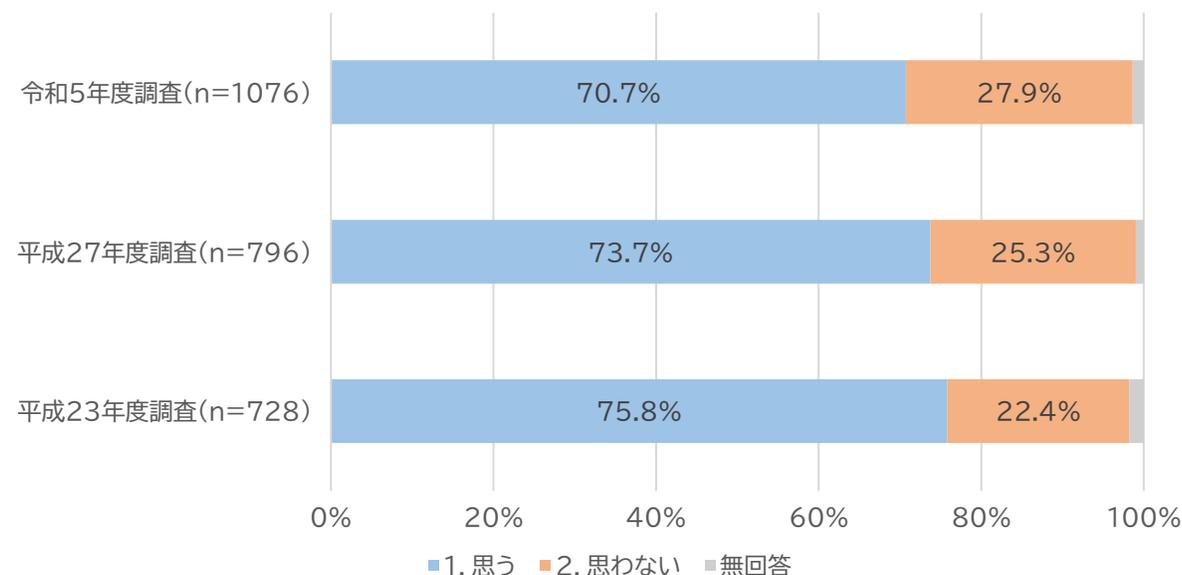
#### ⑤運動不足

- 運動不足と回答した人の割合は、男性64.7%に対し、女性が75.1%であり、女性の割合が高い。
- また、過去の調査との経年比較では、運動不足と回答する人の割合が、平成23年度が75.8%、平成27年度が73.7%、令和5年度が70.7%と減少している。

図表3-(2)-⑤-ア 自分は運動不足だと思うか。【SA】



図表3-(2)-⑤-イ 自分は運動不足だと思うか。【SA】(過去調査との比較)

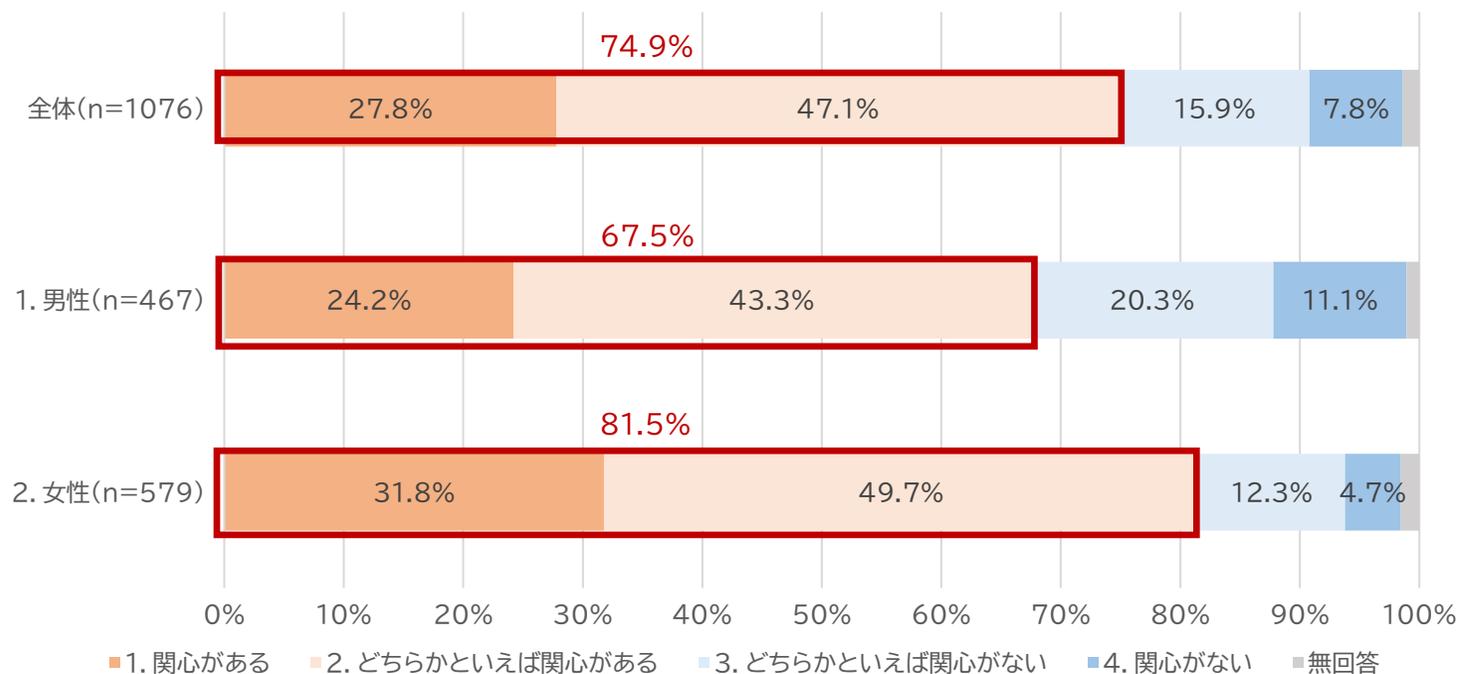


### 3 調査結果 (3)食について

#### ①「食育」についての関心

- 全体では、食育について、「1.関心がある(27.8%)」または「2.どちらかといえば関心がある(47.1%)」と回答した割合は、74.9%となった。
- 性別では、男性の67.5%が「1.関心がある(24.2%)」または「2.どちらかといえば関心がある(43.3%)」と回答したのに対して、女性の81.5%が「1.関心がある(31.8%)」または「2.どちらかといえば関心がある(49.7%)」と回答しており、女性の食育に対する関心の高さがうかがえる。

図表3-(3)-① 食育について関心があるか。【SA】

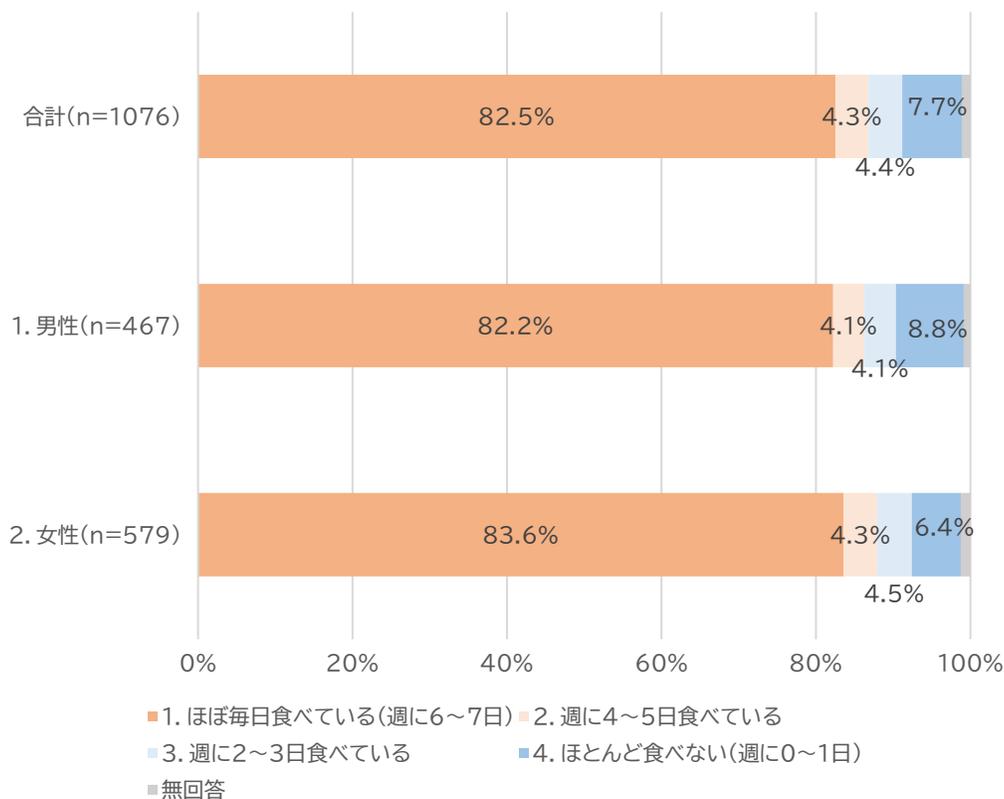


### 3 調査結果 (3)食について

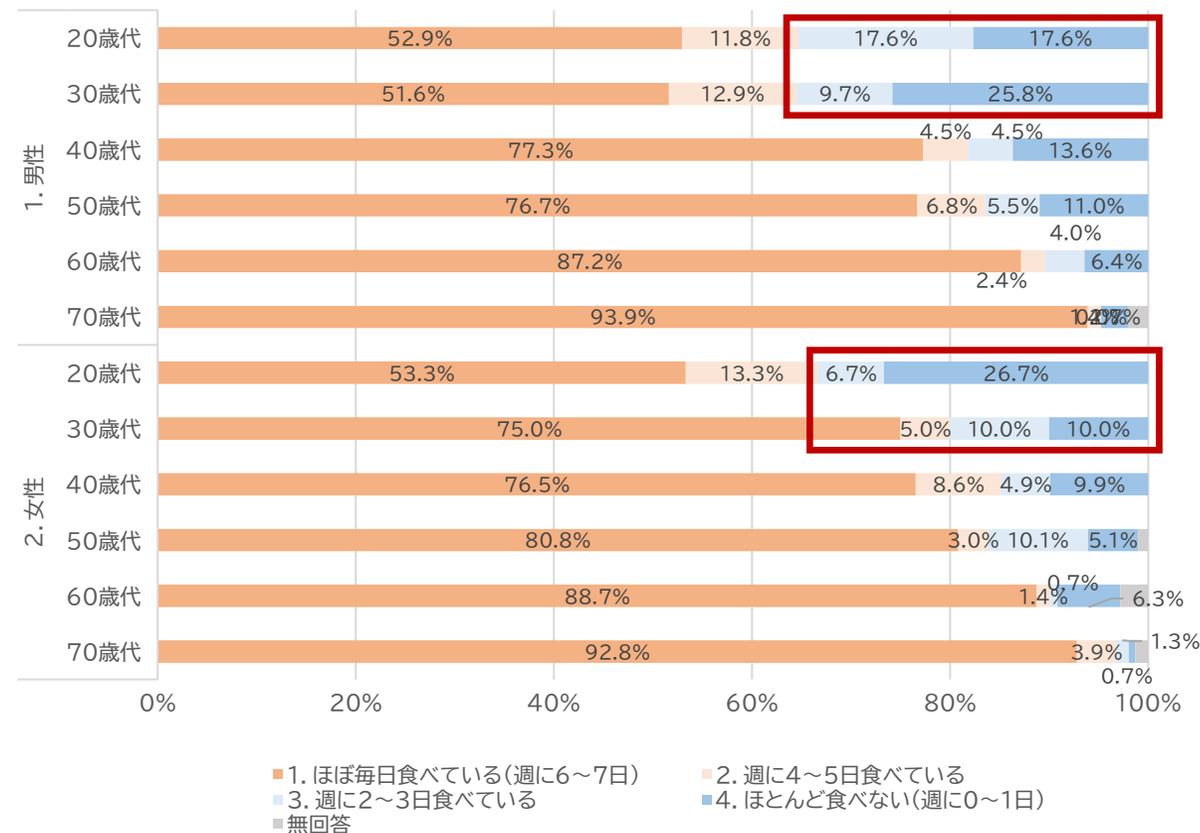
#### ②朝食

- 全体では、82.5%が「1.ほぼ毎日食べている(週に6~7日)」と回答している。
- 年代別では、男女ともに、20歳代、30歳代が、他の年代と比較して、「4.ほとんど食べない(週0~1日)」と回答する人の割合が高い。

図表3-(3)-②-ア 普段、朝食を食べているか。【SA】



図表3-(3)-②-イ 普段、朝食を食べているか。【SA】

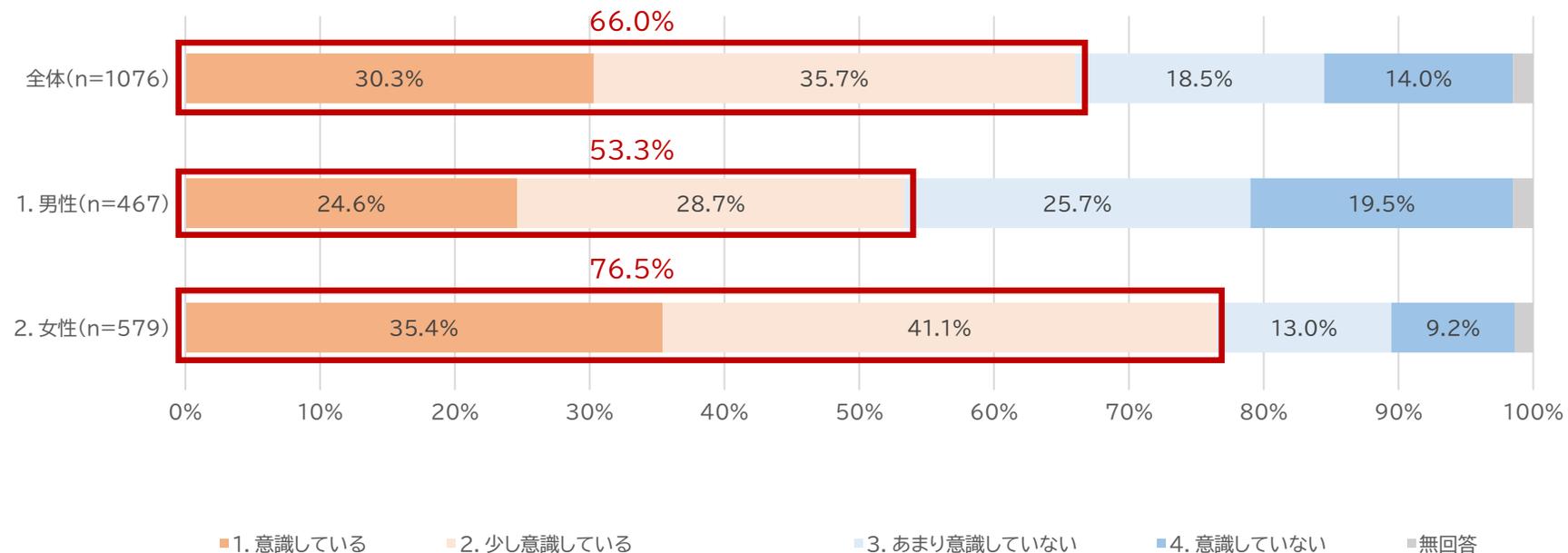


### 3 調査結果 (3)食について

#### ③地元産(地産地消)への意識

- 全体では、「1.意識している」または「2.少し意識している」と回答した割合は、66.0%となった。
- 性別では、男性が「1.意識している」及び「2.少し意識している」と回答した割合の53.3%に対し、女性が76.5%となっており、女性の地元産(地産地消)に対する意識の高さがうかがえる。

図表3-(3)-③ 普段の買い物や食事の際に、地元産(地産地消)を意識しているか。【SA】

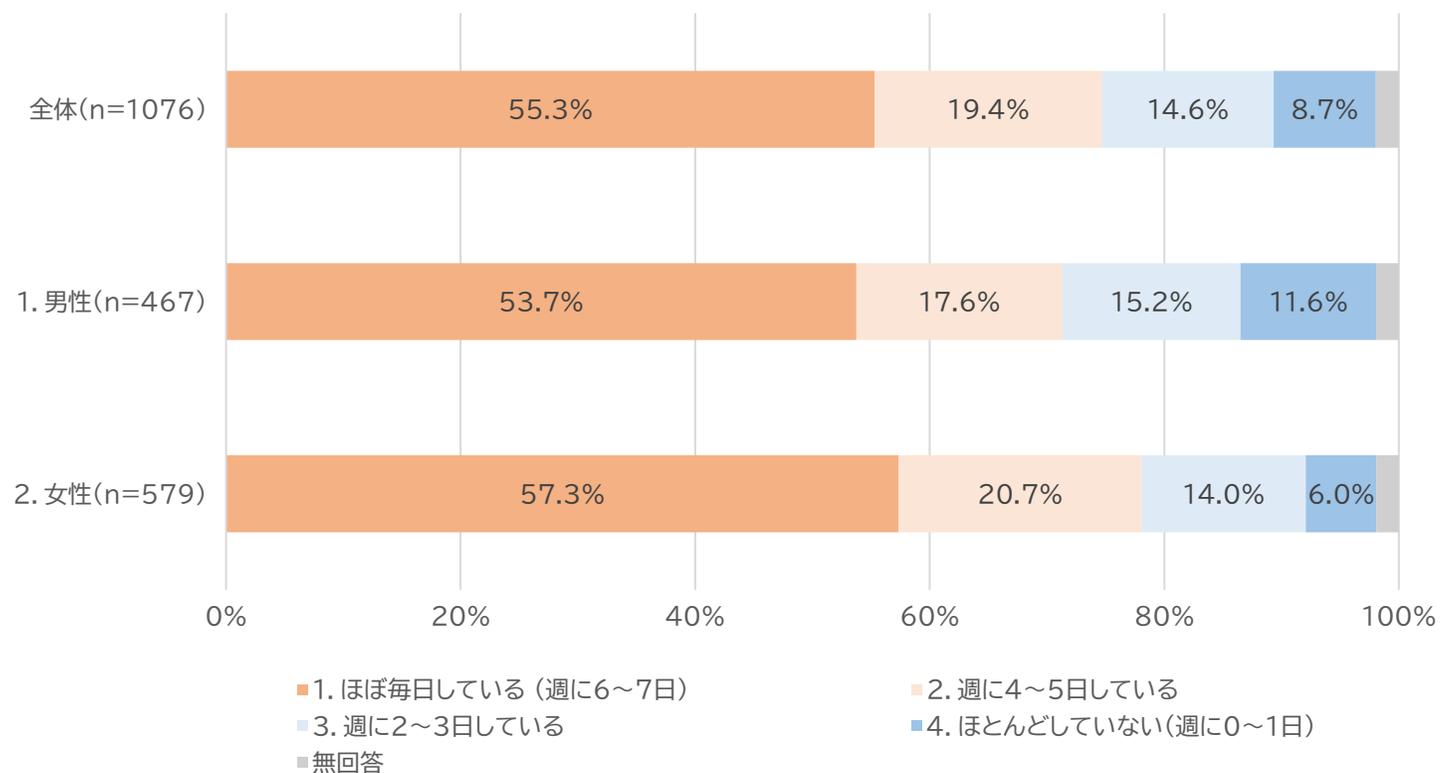


### 3 調査結果 (3)食について

#### ④バランスの取れた食事(「主食・主菜・副菜」をそろえた食事)

- 全体では、「1.ほぼ毎日している(週に6~7日)」と回答した割合は、55.3%となった。
- 性別では、「1.ほぼ毎日している(週に6~7日)」と回答した割合は、男性が53.7%、女性が57.3%となっている。

図表3-(3)-④ 1日1回以上「主食・主菜・副菜」をそろえた食事をしてるか。【SA】

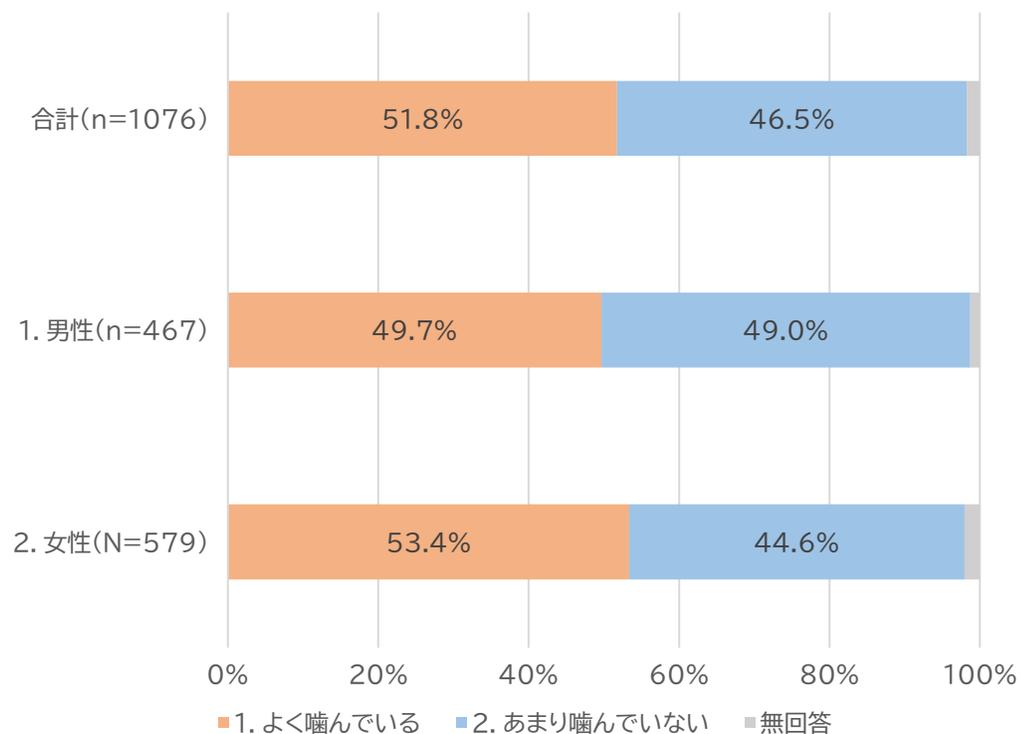


### 3 調査結果 (3)食について

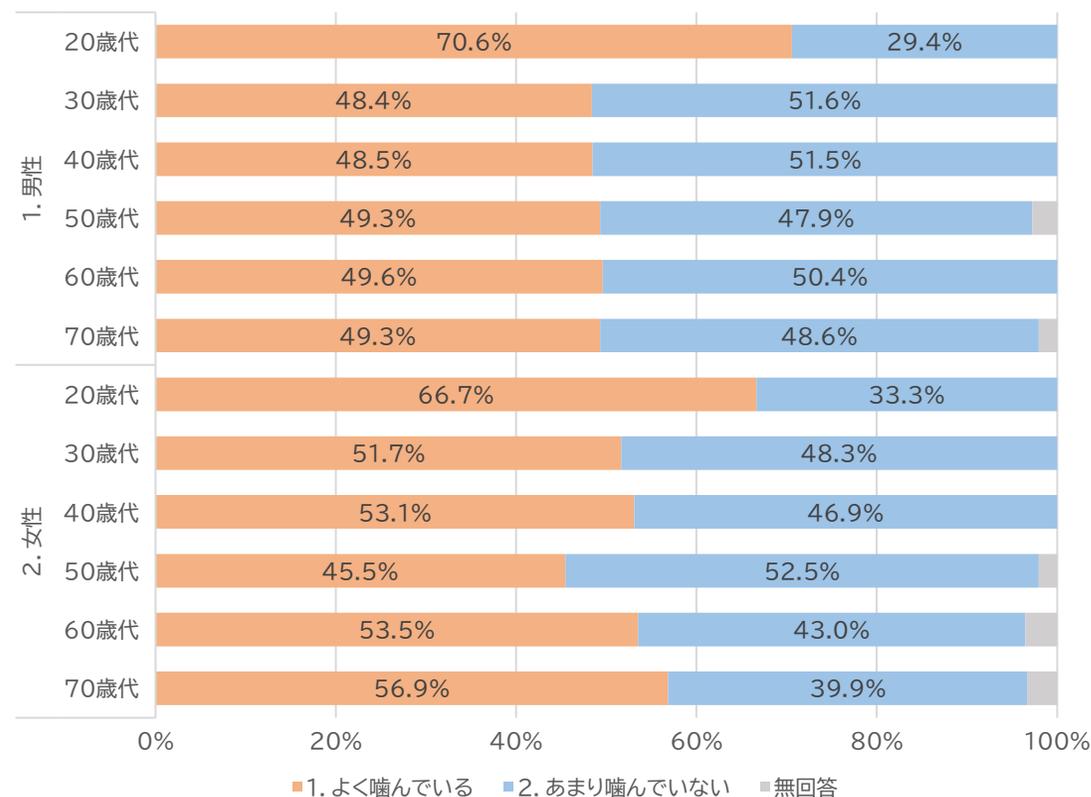
#### ⑤食事の際によく噛んで食べているか

- 全体では、「1.よく噛んでいる」と答した割合は、51.8%となった。
- 性別では、「1.よく噛んでいる」と回答した割合は、男性が49.7%、女性が53.4%となっている。

図表3-(3)-⑤-ア 食事の際、よく噛んで食べているか。【SA】



図表3-(3)-⑤-イ 食事の際、よく噛んで食べているか。【SA】

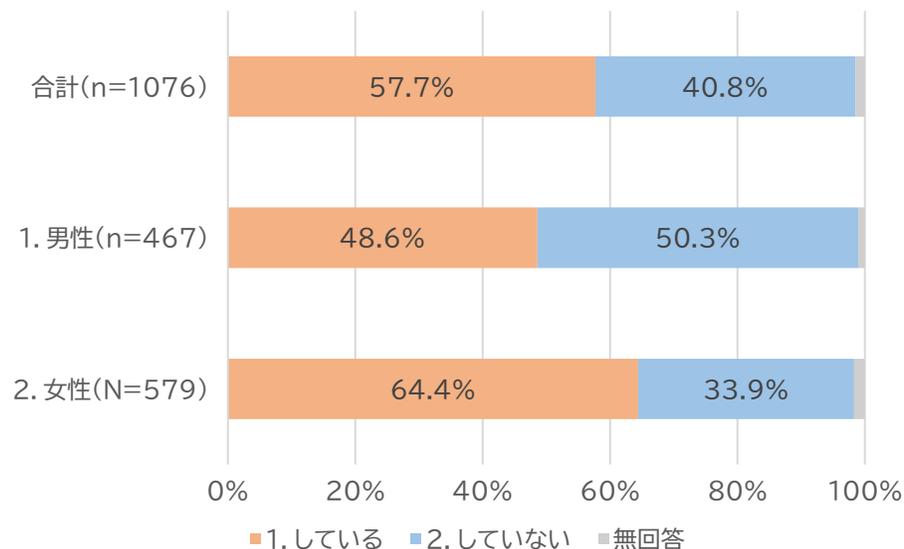


### 3 調査結果 (3)食について

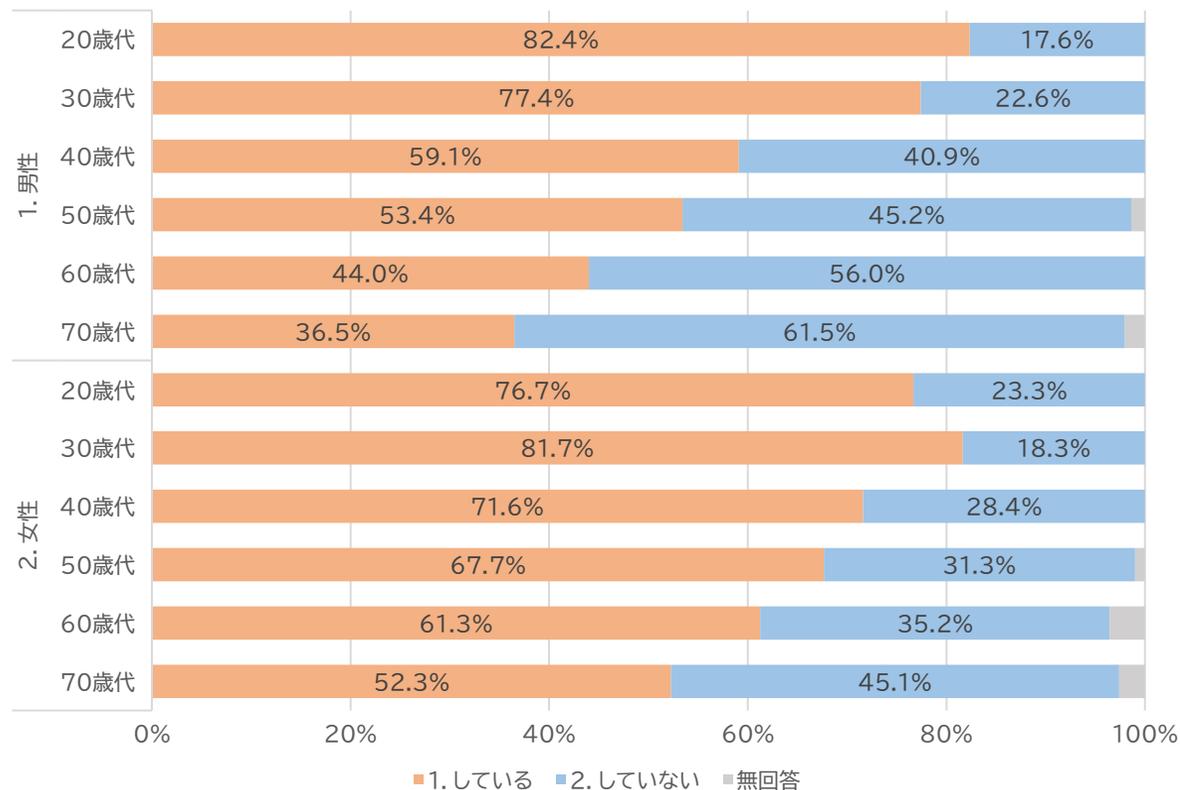
#### ⑥食事の際のあいさつ(「いただきます」「ごちそうさま」)

- 全体では、「1.している」と回答した割合は、57.7%となった。
- 性別では、男性の48.6%に対し、女性は64.4%と、女性の方が食事の際にあいさつをする割合が高い。
- 年代別では、男女ともに、年齢が高くなるにつれ、食事の際にあいさつをする人の割合が低い傾向となっている。

図表3-(3)-⑥-ア 食事の際に「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしているか。【SA】



図表3-(3)-⑥-イ 食事の際に「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしているか。【SA】

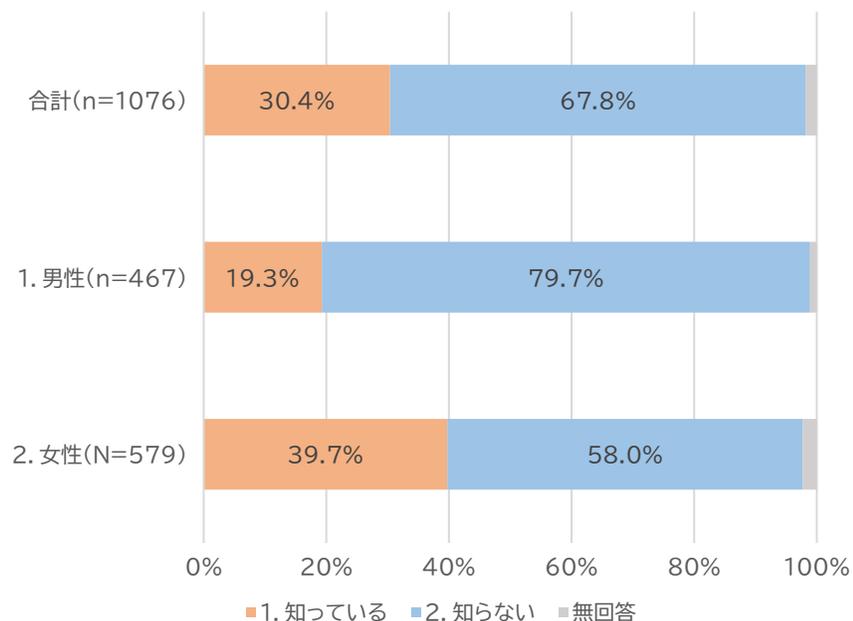


### 3 調査結果 (3)食について

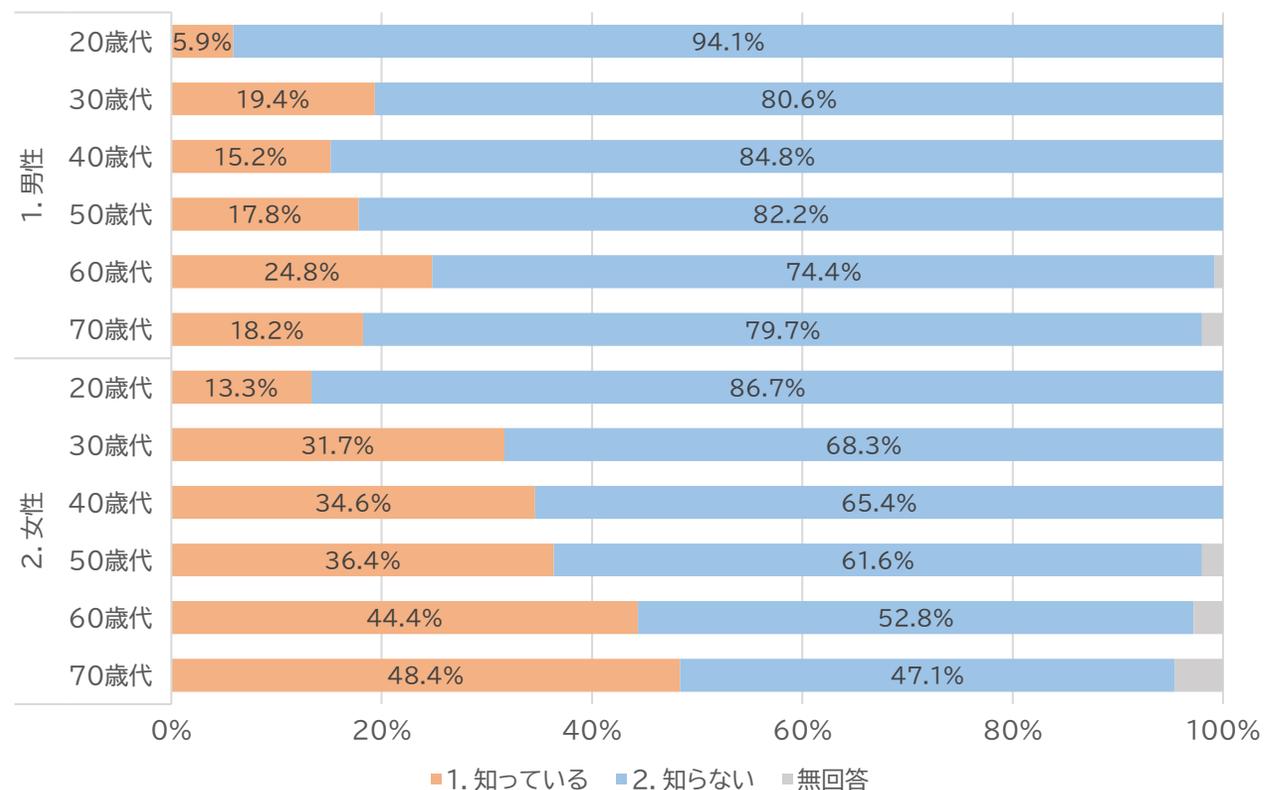
#### ⑦1日に必要な野菜の摂取量の知識

- 全体では、「1.知っている」と回答したのは30.4%であった。
- 性別では、女性と比較して、男性の方が「2.知らない」と回答する割合が高く、20.4%の差がある。
- また、女性では、年代が上がるにつれて、「1.知っている」と回答する割合が高い。

図表3-(3)-⑦-ア 1日に必要な野菜の摂取量を知っているか。【SA】



図表3-(3)-⑦-イ 1日に必要な野菜の摂取量を知っているか。【SA】

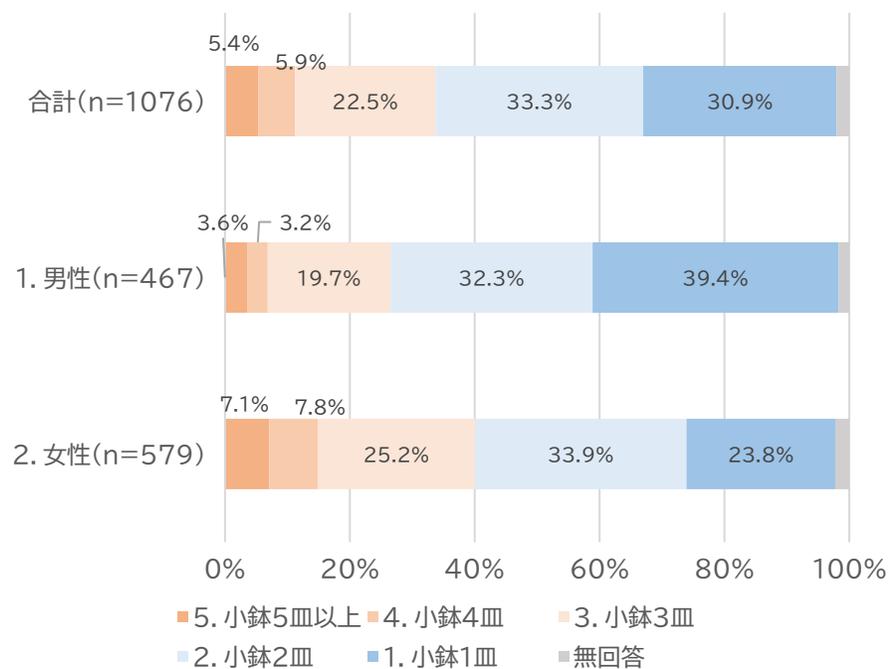


### 3 調査結果 (3)食について

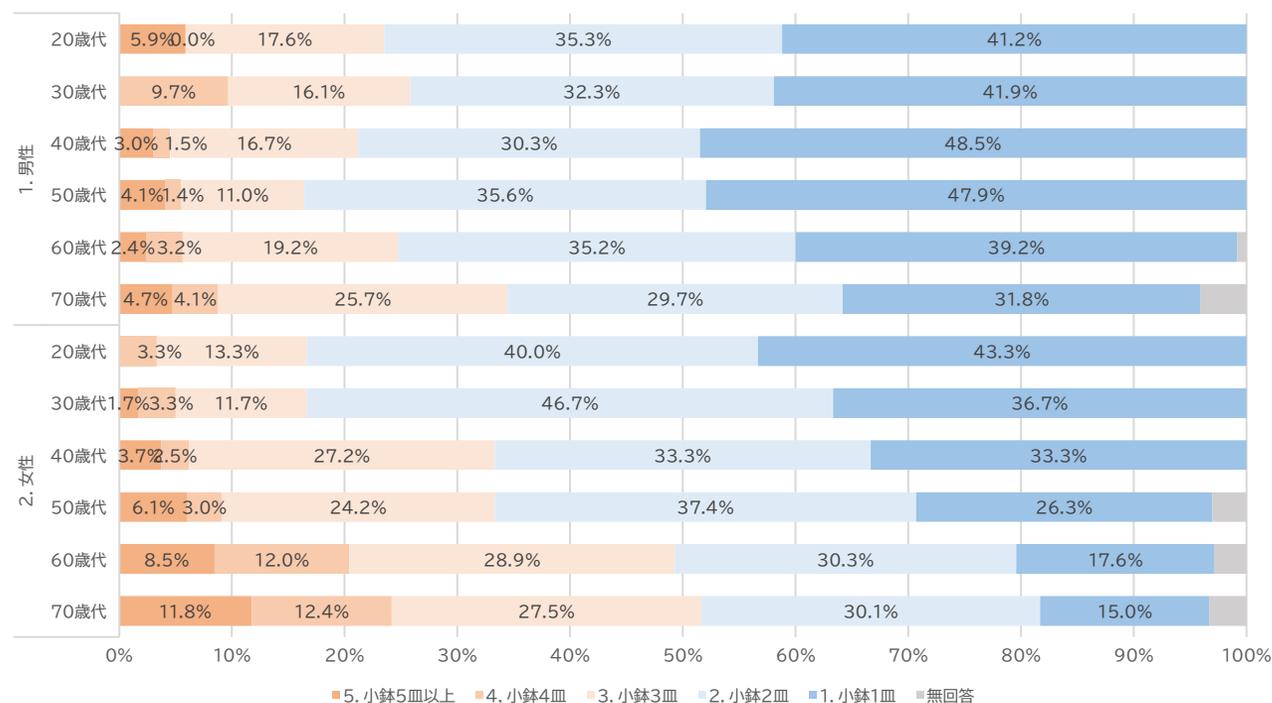
#### ⑧1日の野菜の摂取量

- 全体では、「5.小鉢5皿以上」と回答したのは5.4%であった。
- 性別では、男性の39.4%が「1.小鉢1皿」と回答するなど、女性と比較して、野菜の摂取量が少ない人の割合が高い。
- また、男女ともに、年齢が高くなるにつれ、野菜の摂取量が増加する傾向が見られる。

図表3-(3)-⑧-ア 1日に野菜をどれくらい食べているか。【SA】



図表3-(3)-⑧-イ 1日に野菜をどれくらい食べているか。【SA】

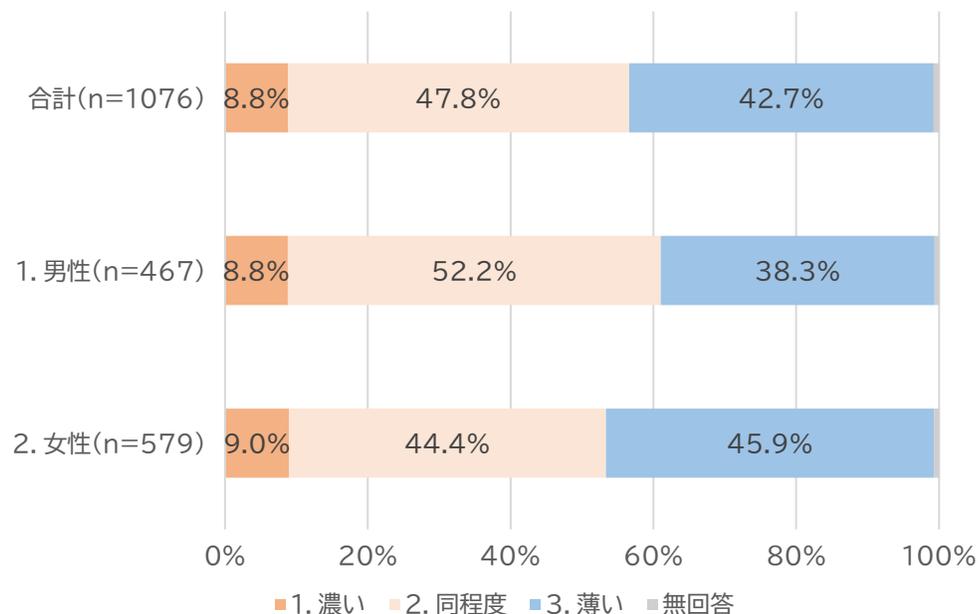


### 3 調査結果 (3)食について

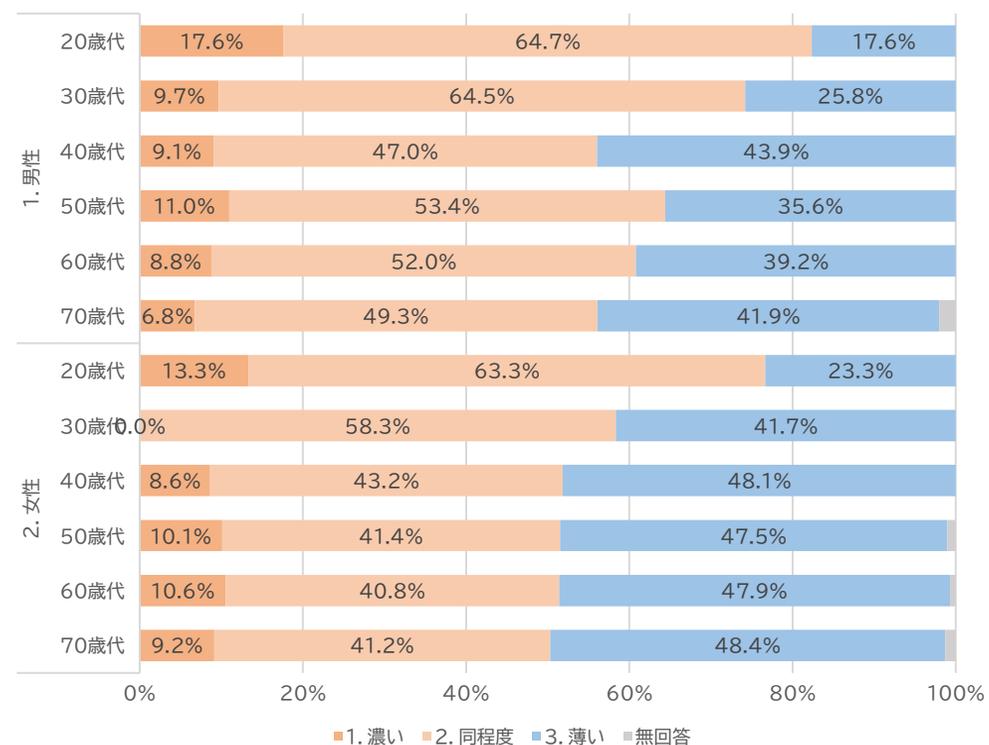
#### ⑨食事の味付け(家庭の食事の味付けと外食の比較)

- 全体では、家庭の食事の味付けの方が「1.濃い」と回答する割合が8.8%、「2.同程度」と回答する割合が47.8%であった。
- 性別では、女性と比較して、男性の方が「3.薄い」と回答する割合が低い。
- また、男女ともに、年齢が高くなるにつれ、「3.薄い」と回答する割合が高い傾向が見られる。

図表3-(3)-⑨-ア あなたの家庭での食事の味付けを外食と比較した時に、あなたの家庭の味付けに最もあてはまるものはどれか。【SA】



図表3-(3)-⑨-イ あなたの家庭での食事の味付けを外食と比較した時に、あなたの家庭の味付けに最もあてはまるものはどれか。【SA】

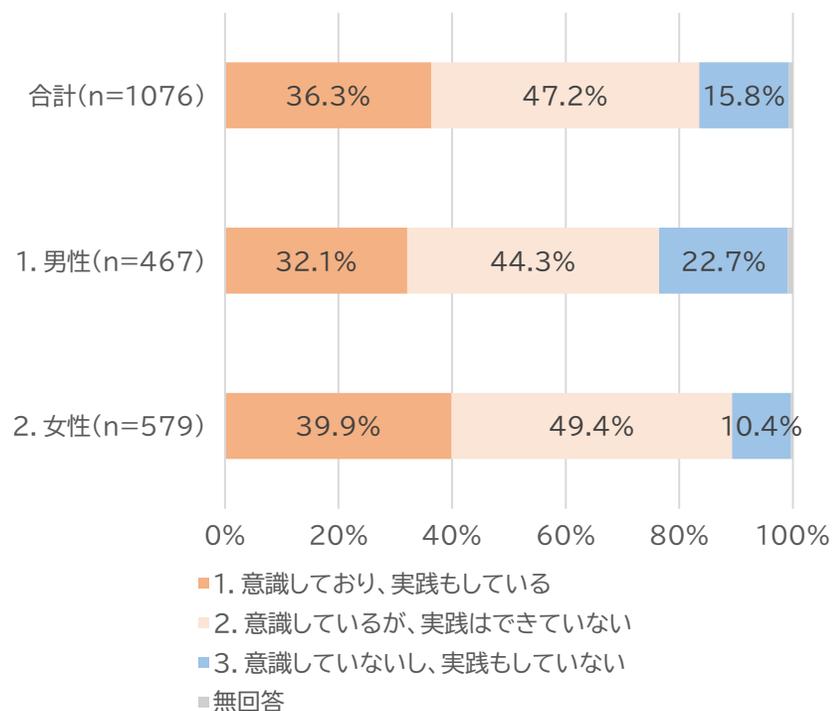


### 3 調査結果 (3)食について

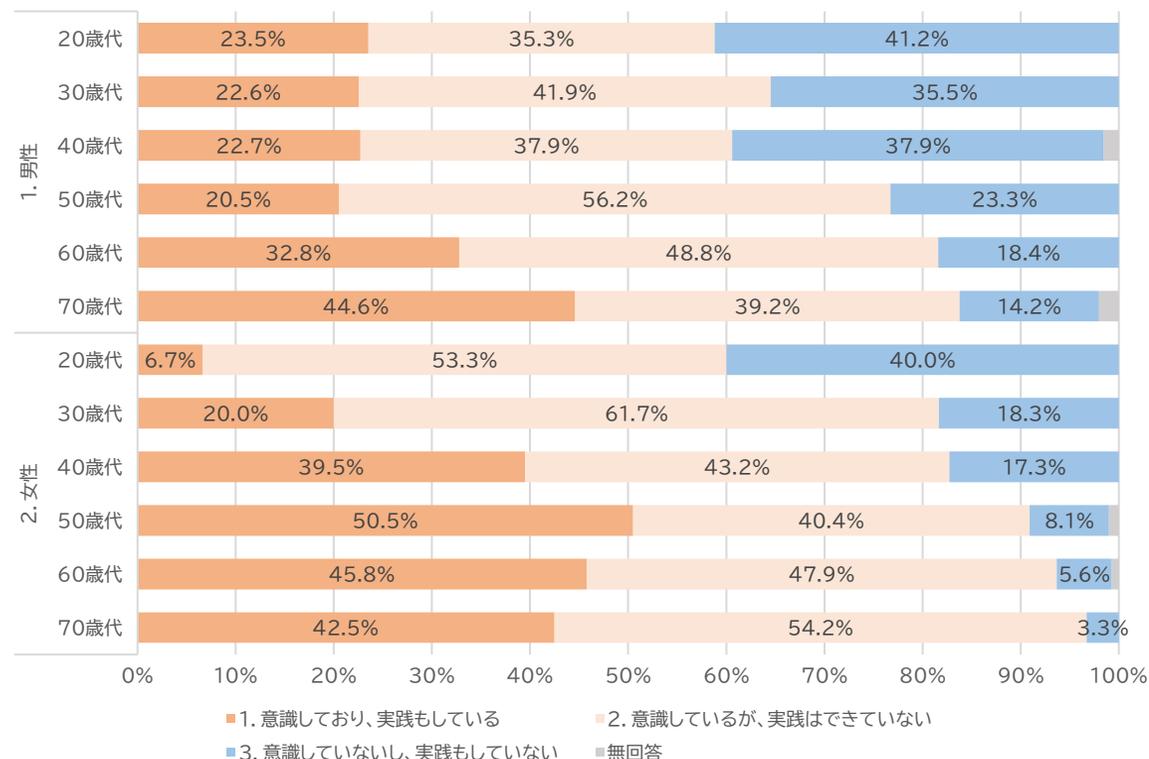
#### ⑩減塩意識

- 全体では、「1.意識しており、実践もしている」と回答したのは36.3%であった。
- 性別では、女性の方が「1.意識しており、実践もしている」「2.意識しているが、実践はできていない」と回答する割合が高い。
- また、年代別では、男女ともに、年齢が高くなるにつれて、減塩に対する意識が高い傾向が見られる。

図表3-(3)-⑩-ア 家庭の食事で塩分をとりすぎないように意識しているか。【SA】



図表3-(3)-⑩-イ 家庭の食事で塩分をとりすぎないように意識しているか。【SA】

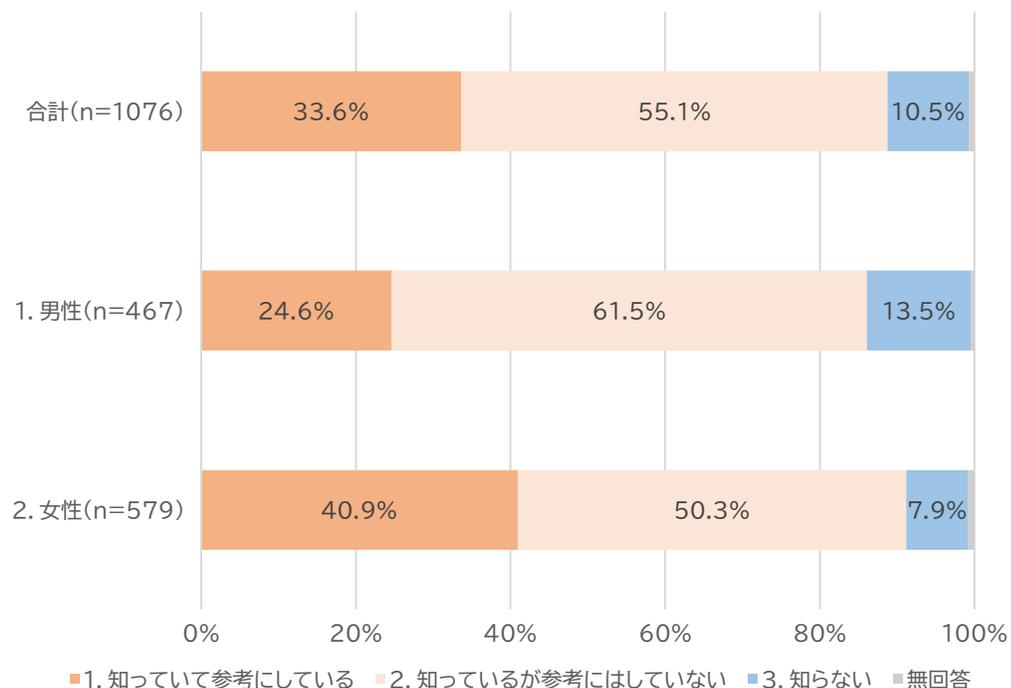


### 3 調査結果 (3)食について

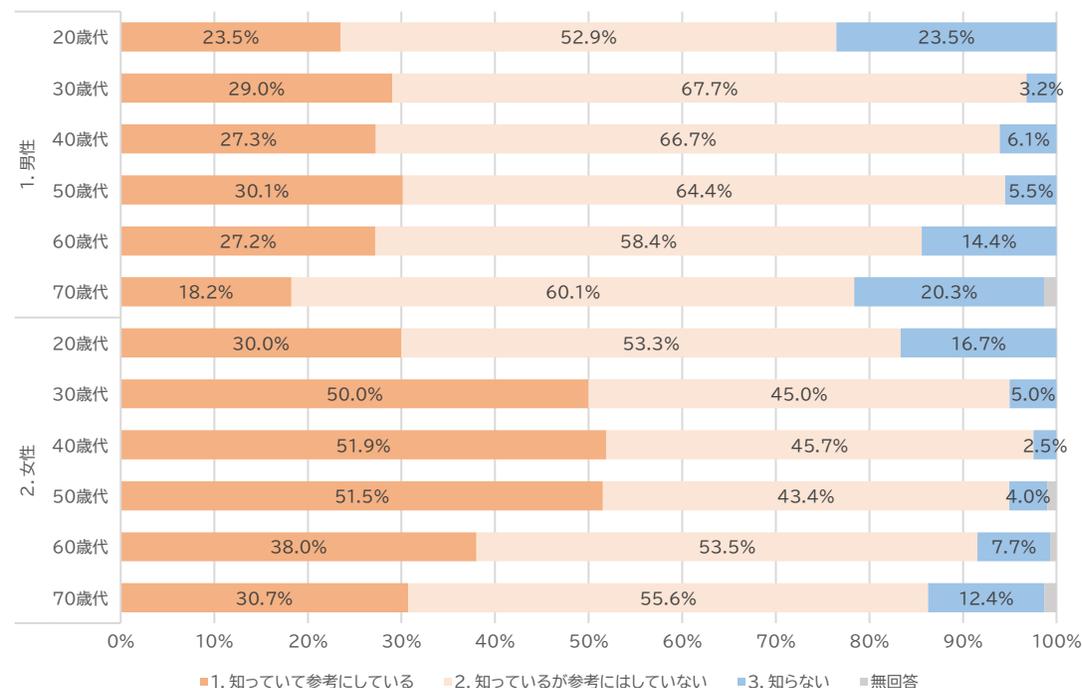
#### ①栄養成分表示の知識

- 全体では、「1.知っていて参考にしている」と回答した方は、33.6%であった。
- 性別では、男性及び女性で、食品成分表示を知っていると回答する人の割合に大きな差異は見られないが、「1. 知っていて参考にしている」と回答する割合が女性の40.9%に対し、男性が24.6%と低い。
- また、年代別では、30歳代、40歳代及び50歳代の女性が「1. 知っていて参考にしている」と回答する人の割合が高い。

図表3-(3)-①-ア 市販の食品や外食メニューに、栄養成分表示があることを知っているか。【SA】



図表3-(3)-①-イ 市販の食品や外食メニューに、栄養成分表示があることを知っているか。【SA】

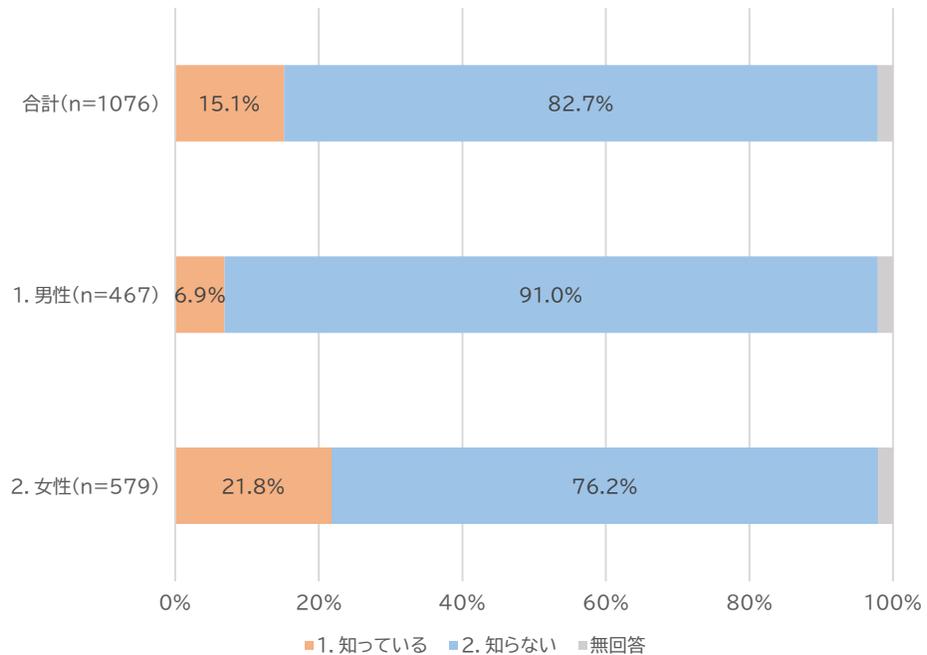


### 3 調査結果 (3)食について

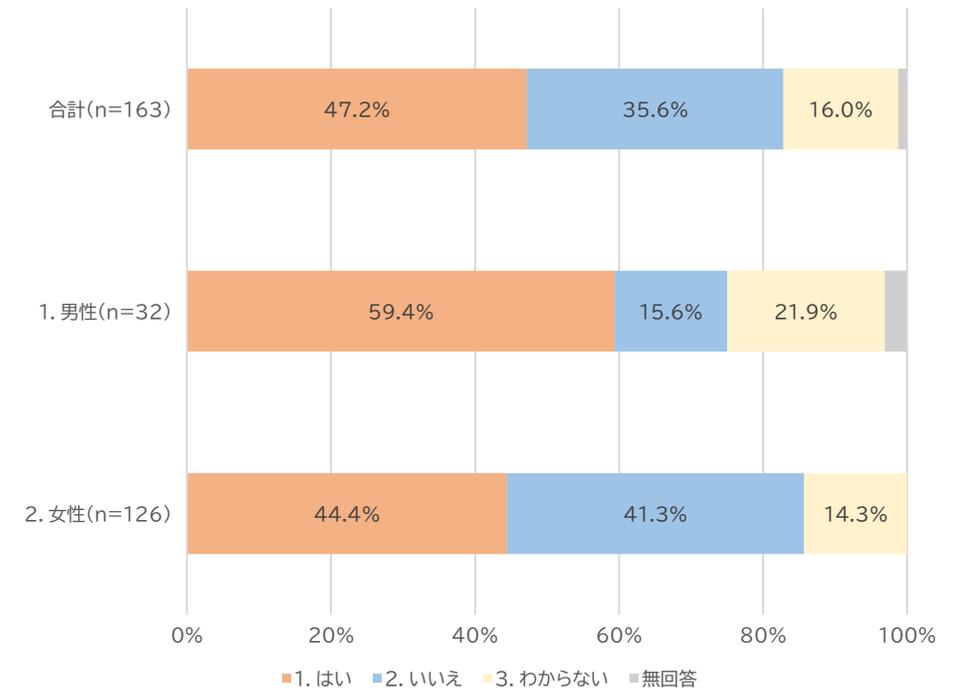
#### ⑫1日の間食の適量の知識

- 全体では、「1.知っている」と回答したのは15.1%であった。
- 性別では、男性が6.9%、女性が21.8%であり、男女間で14.9%の差異がみられる。
- また、「1.知っている」と回答した人のうち、1日の間食の摂取量が200kcalを超えている(「2.いいえ」と回答)する方が、男性では15.6%、女性では41.3%と男女間での差異がみられる。

図表3-(3)-⑫-ア 1日の間食の適量が200kcalであることを知っているか。【SA】



図表3-(3)-⑫-イ 「1.知っている」方は、1日の間食の摂取量は200kcal以内か。【SA】

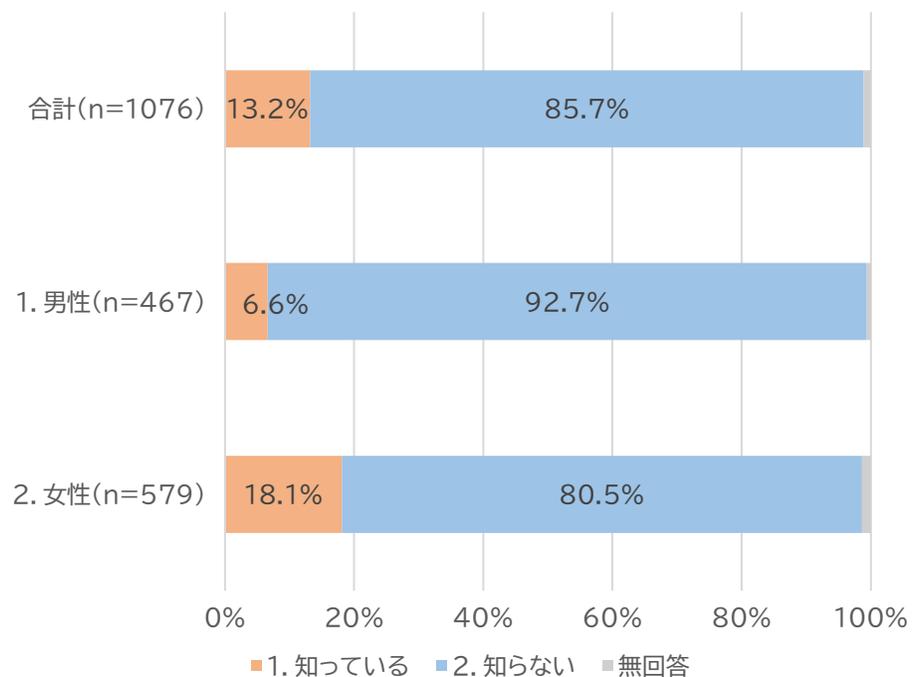


### 3 調査結果 (3)食について

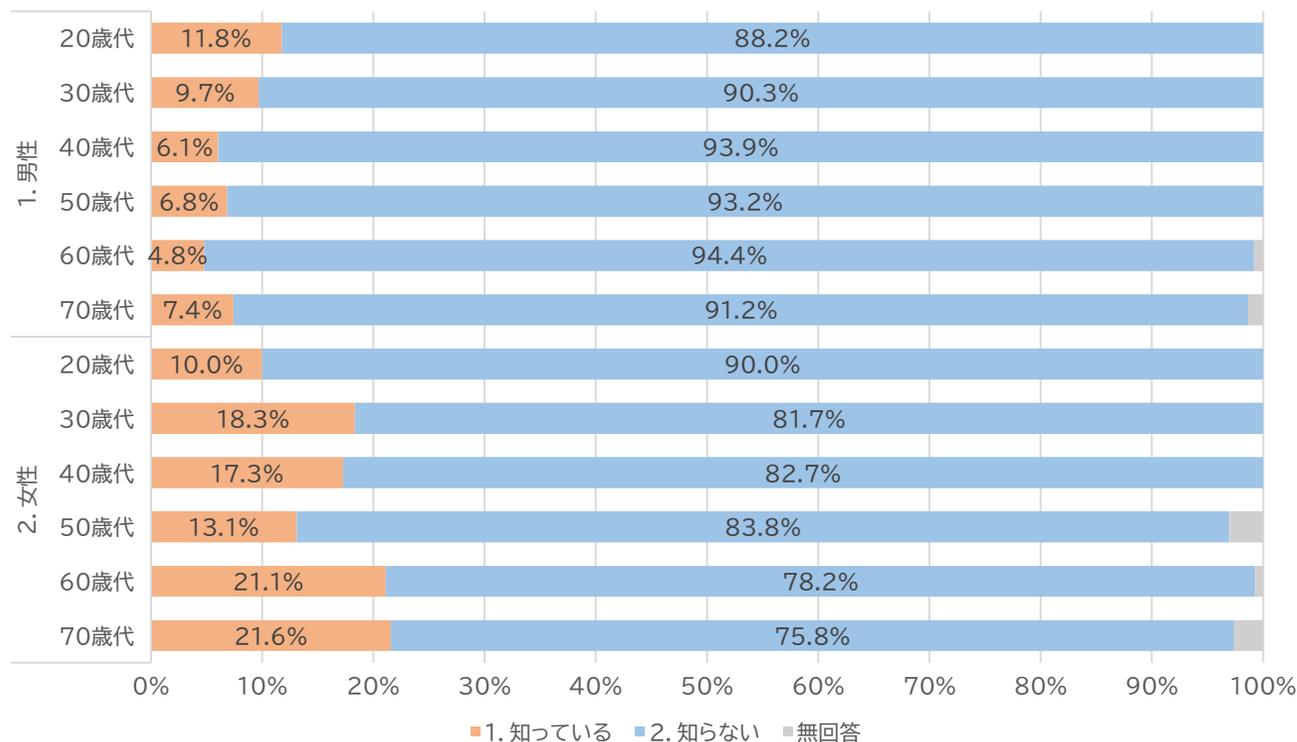
#### ⑬1日の果物の適量の知識

- 全体では、「1.知っている」と回答したのは13.2%であった。
- 性別では、男性が6.6%、女性が18.1%であり、男女間で11.5%の差異がみられる。
- また、男女ともに、年代での差は少なく、すべての世代で同程度となっている。

図表3-(3)-⑬-ア 1日の果物の適量が200gであることを知っているか。【SA】



図表3-(3)-⑬-イ 1日の果物の適量が200gであることを知っているか。【SA】

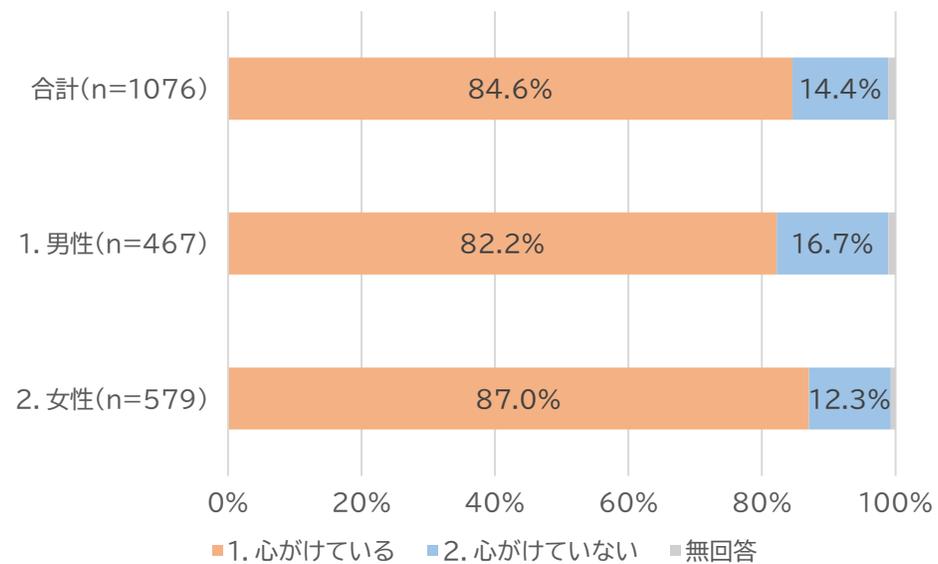


### 3 調査結果 (3)食について

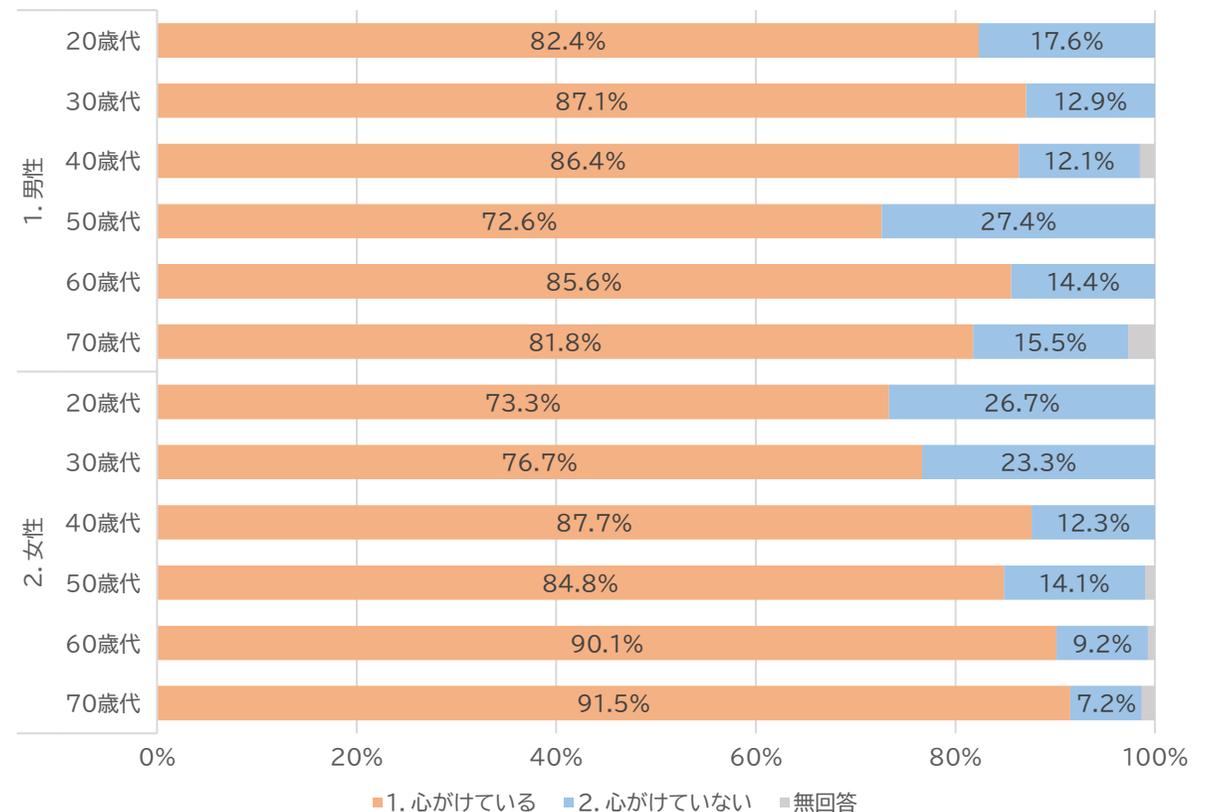
#### ⑭食品ロスの意識

- 全体では、84.6%の人が「1.心がけている」と回答している。
- 性別では、男性が82.2%、女性が87.0%となっている。

図表3-(3)-⑭-ア あなたの家庭では、食品ロス(本来食べられるにも関わらず捨てられている食品)を出さないように心がけているか。【SA】



図表3-(3)-⑭-イ あなたの家庭では、食品ロス(本来食べられるにも関わらず捨てられている食品)を出さないように心がけているか。【SA】

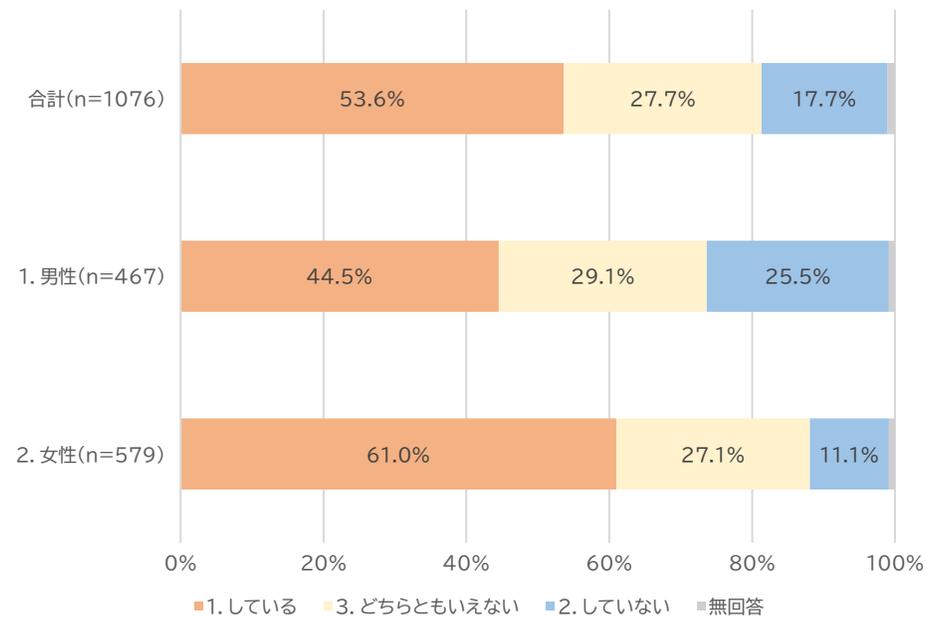


### 3 調査結果 (3)食について

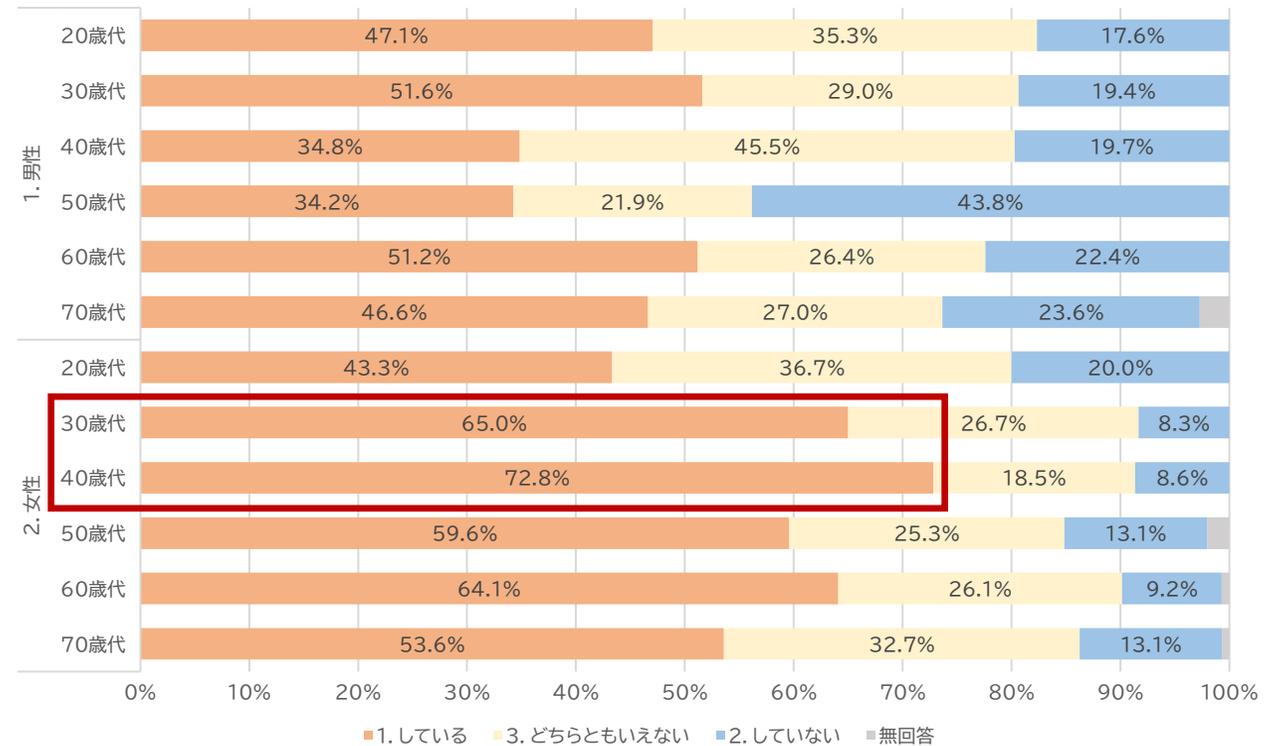
#### ⑮食品購入時の食の安全性の考慮

- 全体では、「1.している」と回答した割合は、53.6%であった。
- 性別では、男性が44.5%、女性が61.0%であり、男女間で16.5%の差異がみられる。
- 年代別では、女性の30歳代及び40歳代が「1.している」と回答する割合が高い。

図表3-(3)-⑮-ア 食品を購入するとき、食の安全性について考慮して選択しているか。【SA】



図表3-(3)-⑮-イ 食品を購入するとき、食の安全性について考慮して選択しているか。【SA】

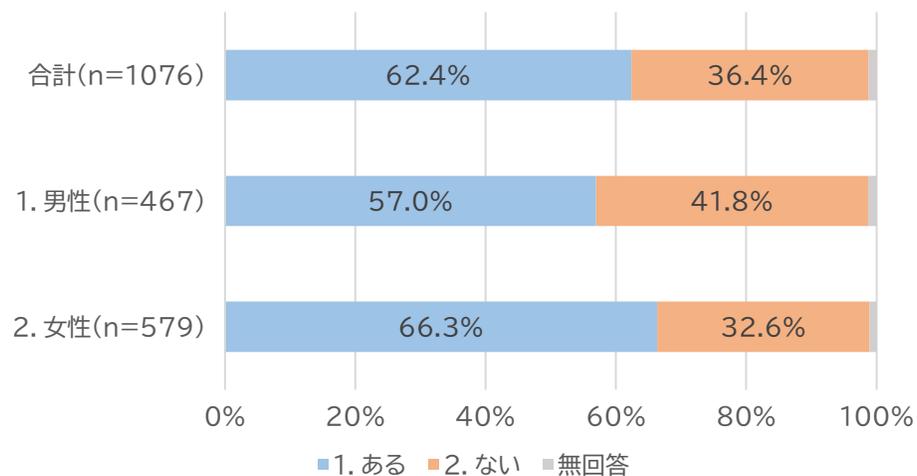


### 3 調査結果 (4)こころの健康・休養について

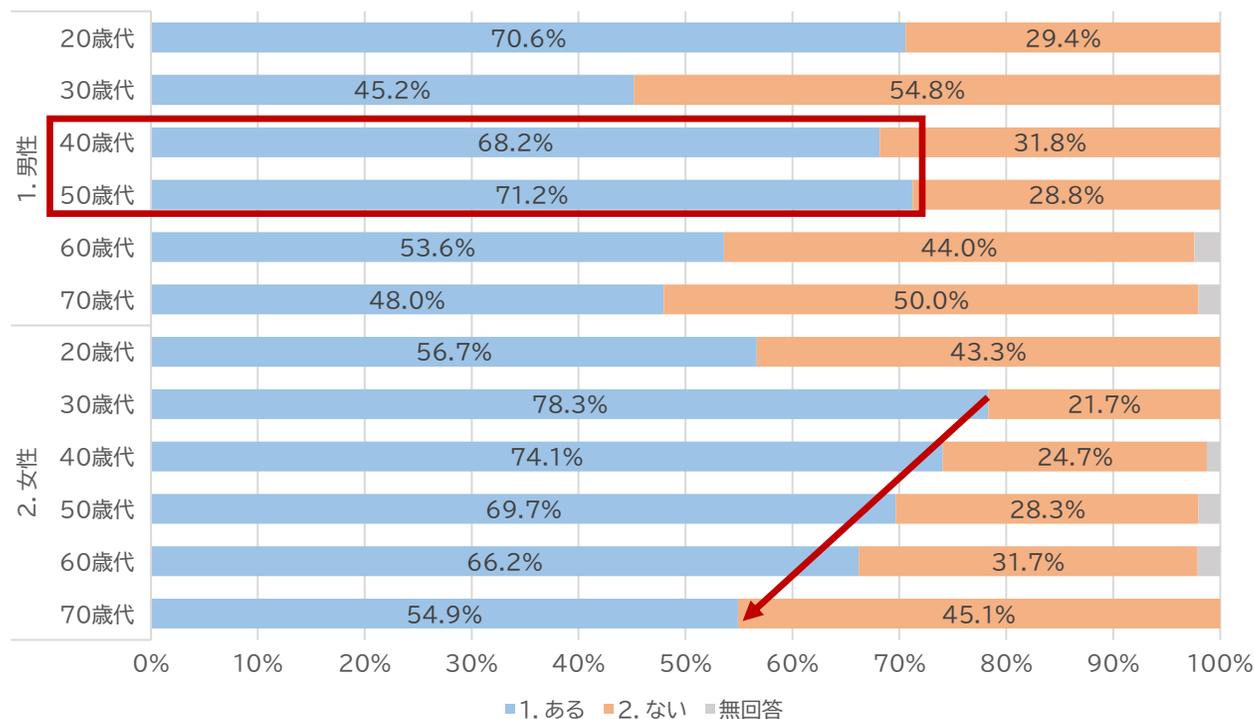
#### ①日常生活での悩みやストレス

- 全体では、「1.(ストレスが)ある」と回答した割合は、62.4%であった。
- 性別では、男性が57.0%、女性が66.3%であり、男女間で9.3%の差異がみられる。
- また、年代別では、男性は、40歳代及び50歳代で「1. ある」と回答する割合が高く、女性では、30歳代をピークに、年齢が高くなるにつれ、減少していく傾向にある。

図表3-(4)-①-ア 現在、日常生活で悩みやストレスがあるか。【SA】



図表3-(4)-①-イ 現在、日常生活で悩みやストレスがあるか。【SA】

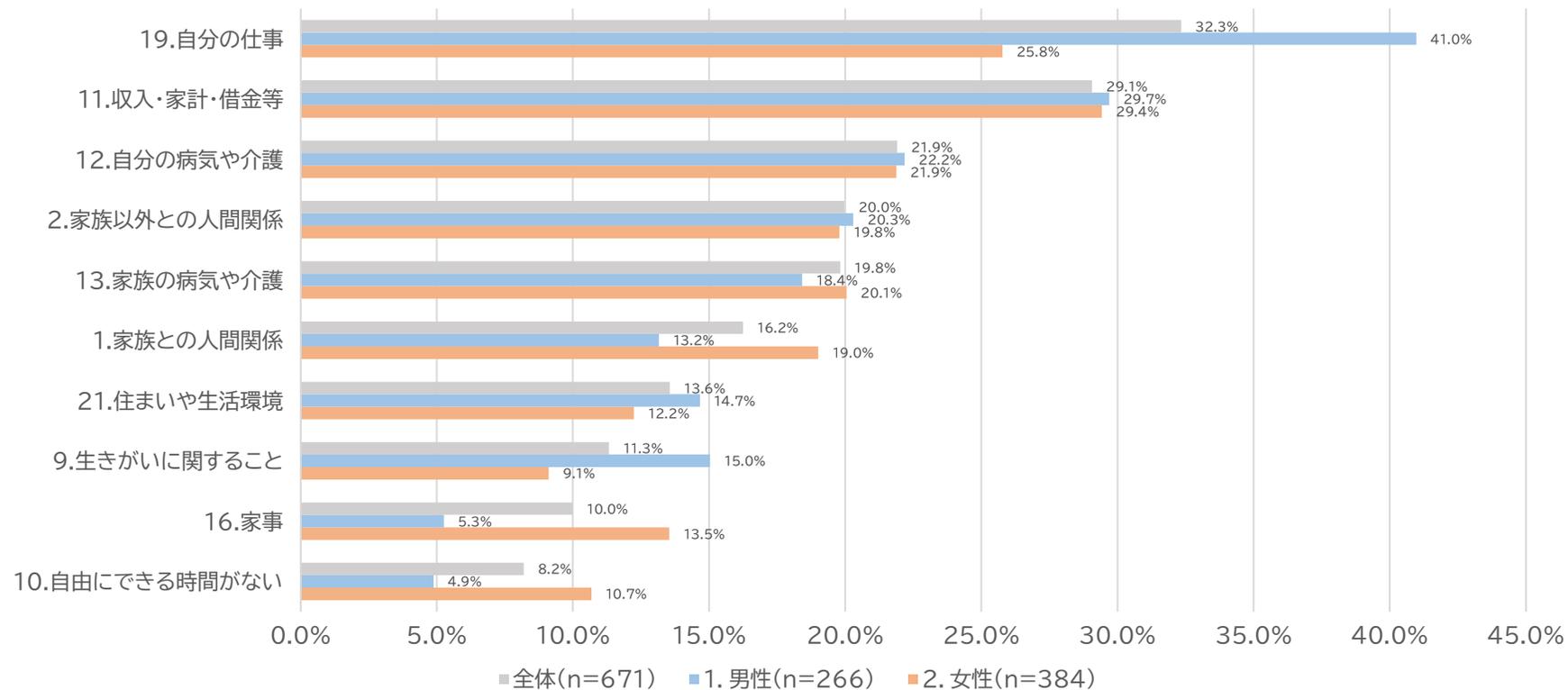


### 3 調査結果 (4)こころの健康・休養について

#### ②日常生活での悩みやストレスの原因

- 全体では、「19.自分の仕事(32.3%)」が最も多く、次いで「11.収入・家計・借金等(29.1%)」、「12.自分の病気や介護(21.9%)」となっている。
- 男性では「19.自分の仕事(41.0%)」が最も多く、女性では「11.収入・家計・借金等(29.4%)」が最も多い。

図表3-(4)-② 「1.ある」方は、どのような原因か。【MA(3つまで)】  
(23項目中、上位10項目を表示)

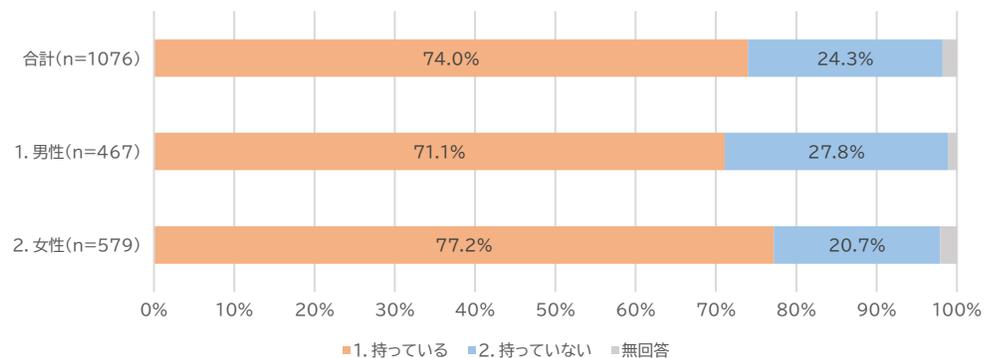


### 3 調査結果 (4)こころの健康・休養について

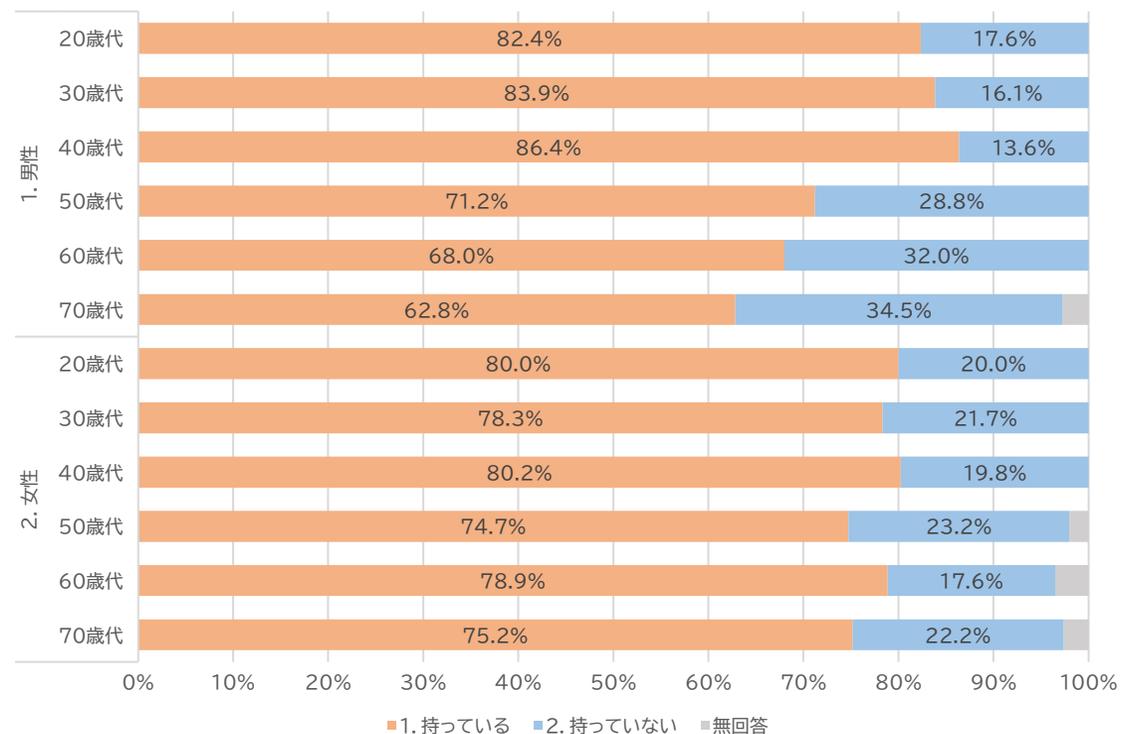
#### ③ストレス解消(軽減)する手段の有無

- 全体では、「1.持っている」と回答した割合は、74.0%であった。
- 性別では、男性が71.1%、女性が77.2%であり、男女間で6.1%の差異がみられる。
- 年代別では、男性の50歳代から年齢が高くなるにつれ、「2. 持っていない」と回答する割合が増加している。

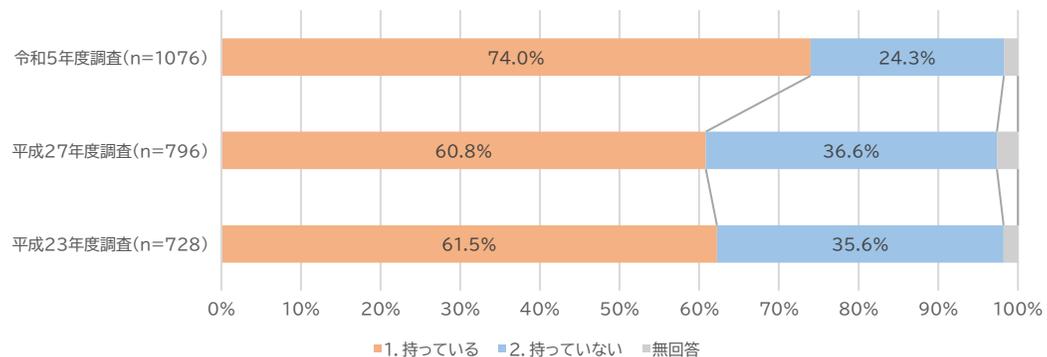
図表3-(4)-③-ア ストレスを解消(軽減)する手段を持っているか。【SA】



図表3-(4)-③-イ ストレスを解消(軽減)する手段を持っているか。【SA】



図表3-(4)-③-ウ ストレスを解消(軽減)する手段をもっているか。【SA】

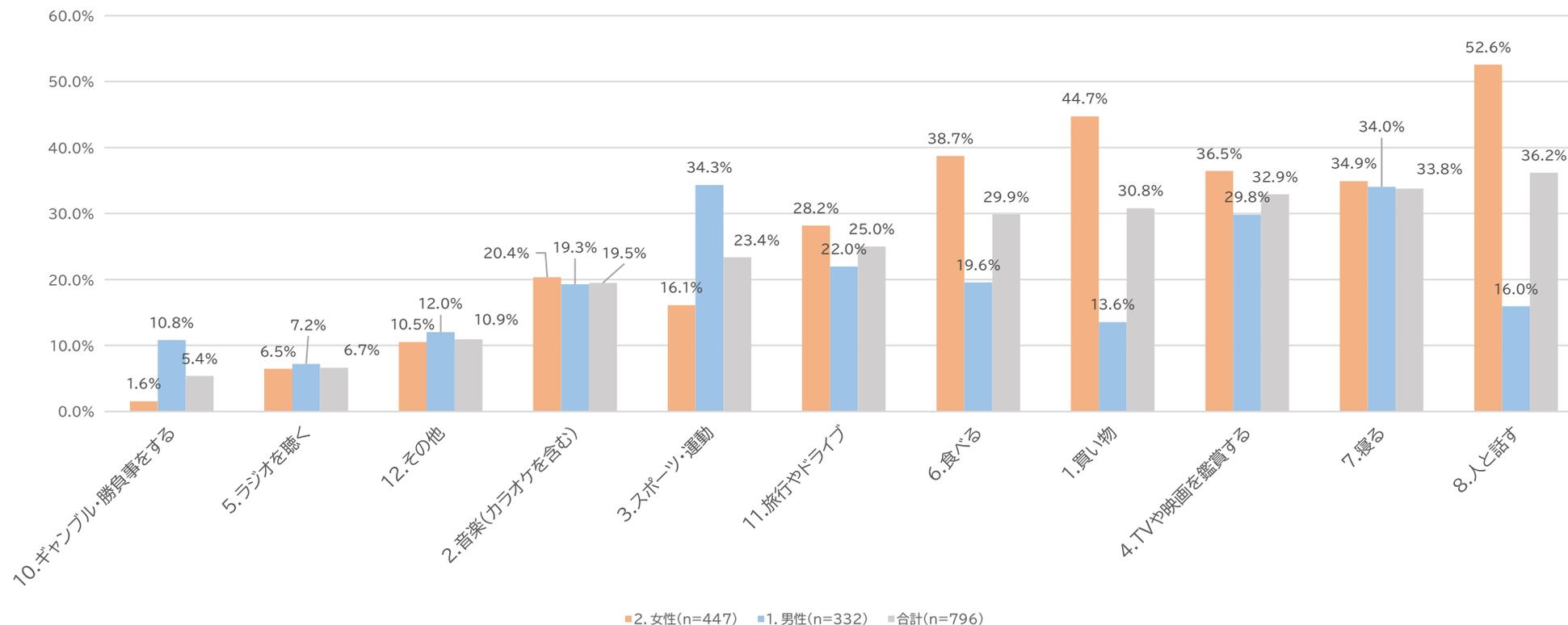


### 3 調査結果 (4)こころの健康・休養について

#### ④ストレスを解消(軽減)するためによく行うこと

- 全体では、「8.人と話す(36.2%)」が最も高く、次いで「7.寝る(33.8%)」、「4.TVや映画を鑑賞する(32.9%)」となっている。
- 男性は、「3.スポーツ・運動(34.3%)」が最も高く、次いで、「7.寝る(34.0%)」、「4.TVや映画を鑑賞する(29.8%)」となっている。
- 女性は、「8.人と話す(52.6%)」と最も高く、次いで、「1.買い物(44.7%)」、「6.食べる(38.7%)」となっており、男女での違いが見られる。

図表3-(4)-④ 「1.持っている」方は、ストレス解消するためによく行うことは何か。【MA】

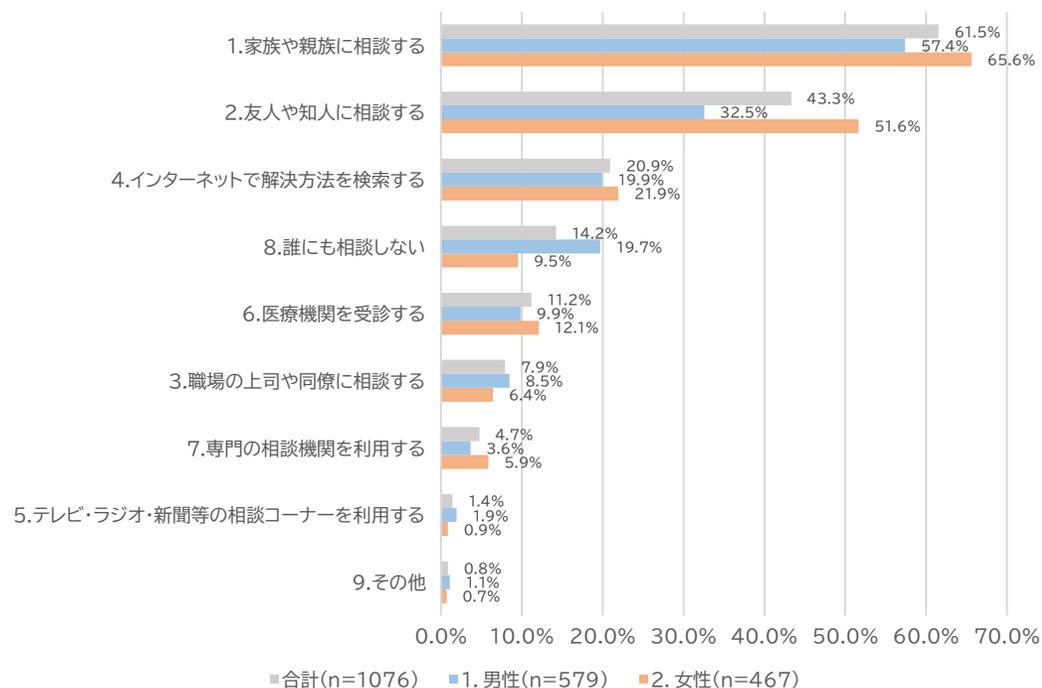


### 3 調査結果 (4)こころの健康・休養について

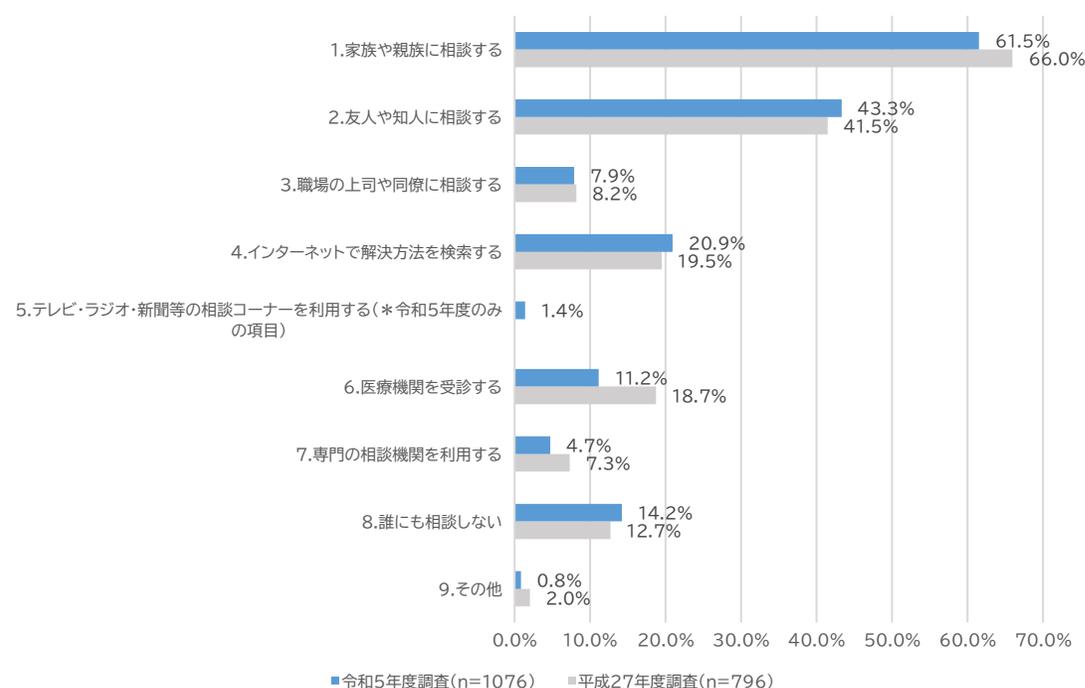
#### ⑤悩みを抱えた時の行動の選択

- 全体では、「1.家族や親族に相談する(61.5%)」と最も高く、次いで「2.友人や知人に相談する(43.3%)」、「4.インターネットで解決方法を検索する(20.9%)」となっている。
- また、「8.誰にも相談しない」と回答する割合は、男性の19.7%に対して、女性が9.5%であり、男女間での差異がみられる。
- 平成27年度調査との比較では、「1. 家族や親族に相談する」が減少し、「2.友人や知人に相談する」、「4.インターネットで解決方法を検索する」、「8.誰にも相談しない」の割合が増加している。

図表3-(4)-⑤-ア もしあなたが悩みを抱えたら、どのような行動を選択すると思うか。  
【MA】



図表3-(4)-⑤-イ もしあなたが悩みを抱えたら、どのような行動を選択すると思うか。  
【MA】(過去調査との比較)

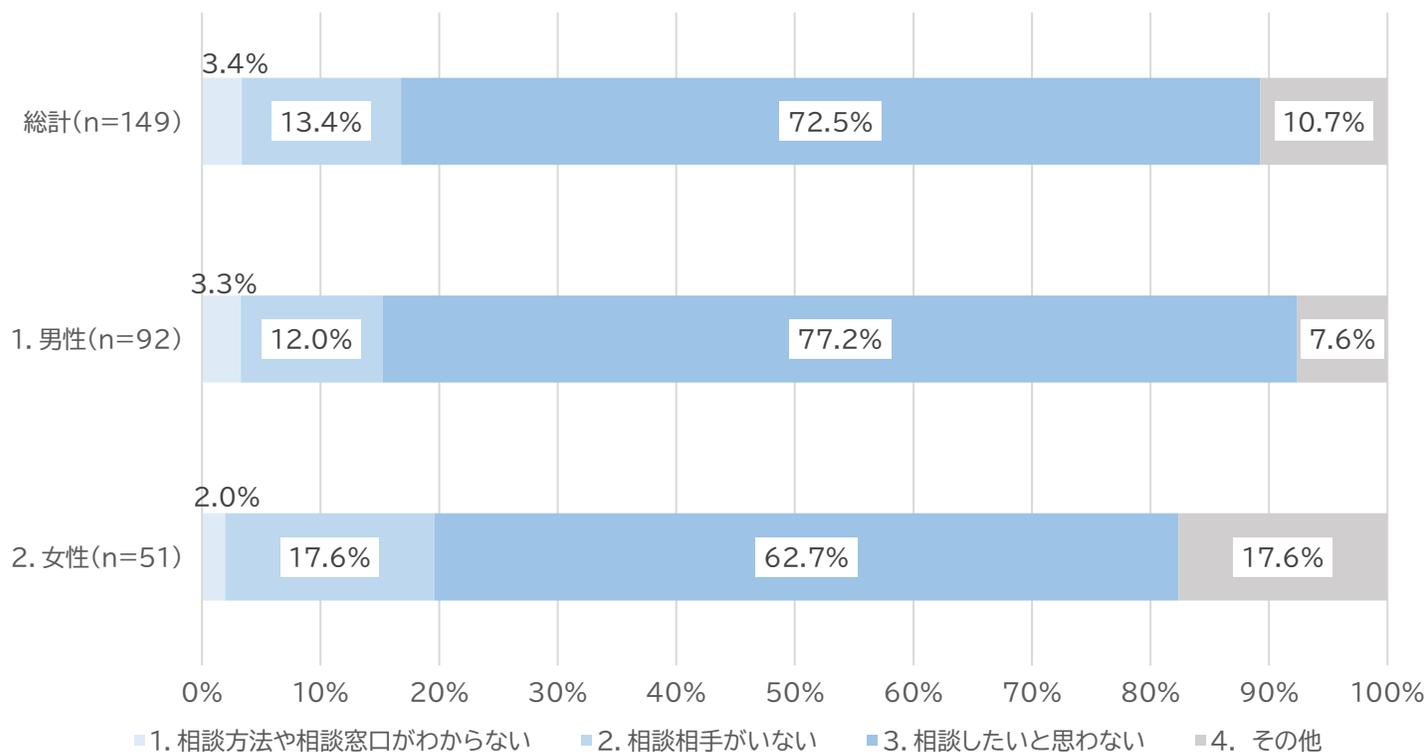


### 3 調査結果 (4)こころの健康・休養について

#### ⑥悩みを抱えた時に「誰にも相談しない理由」

- 「8.誰にも相談しない」と回答した人のうち、誰にも相談しない理由としては、全体では、「3.相談したいと思わない」が72.5%であった。
- 性別では、「1.相談相手がない」と回答する人の割合が、男性が12.0%に対して、女性が17.6%であり、男女間で5.6%の差異がみられる。

図表3-(4)-⑥ 「8. 誰にも相談しない」方は、相談しない理由は何か。【SA】

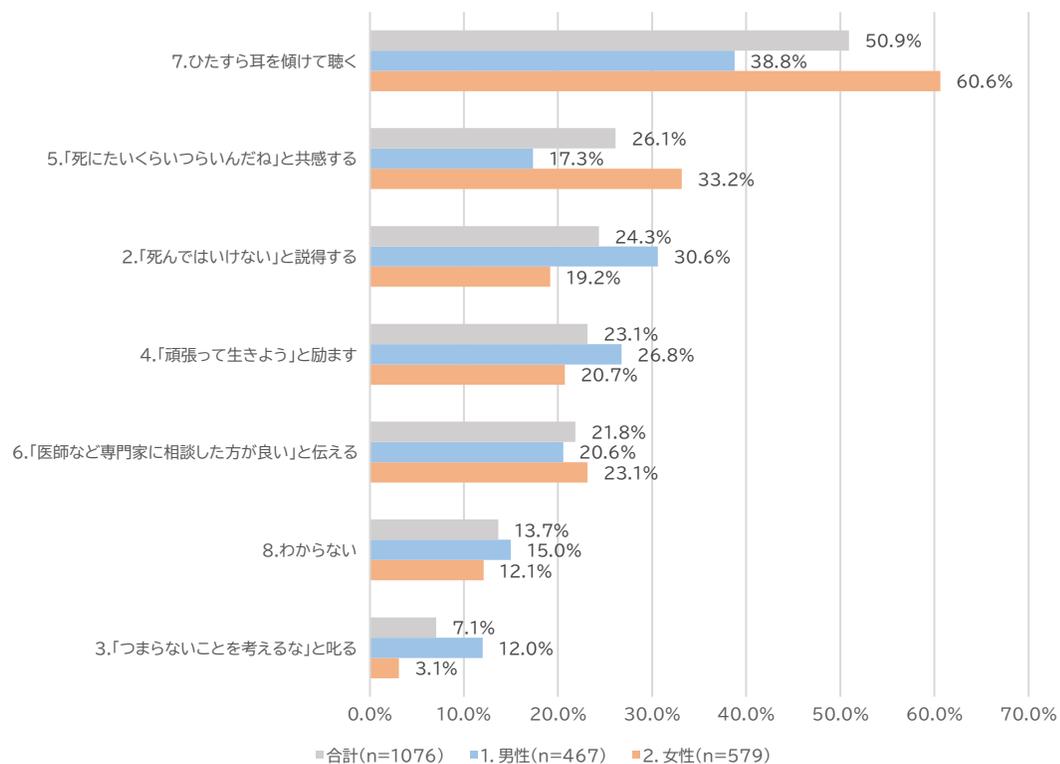


### 3 調査結果 (4)こころの健康・休養について

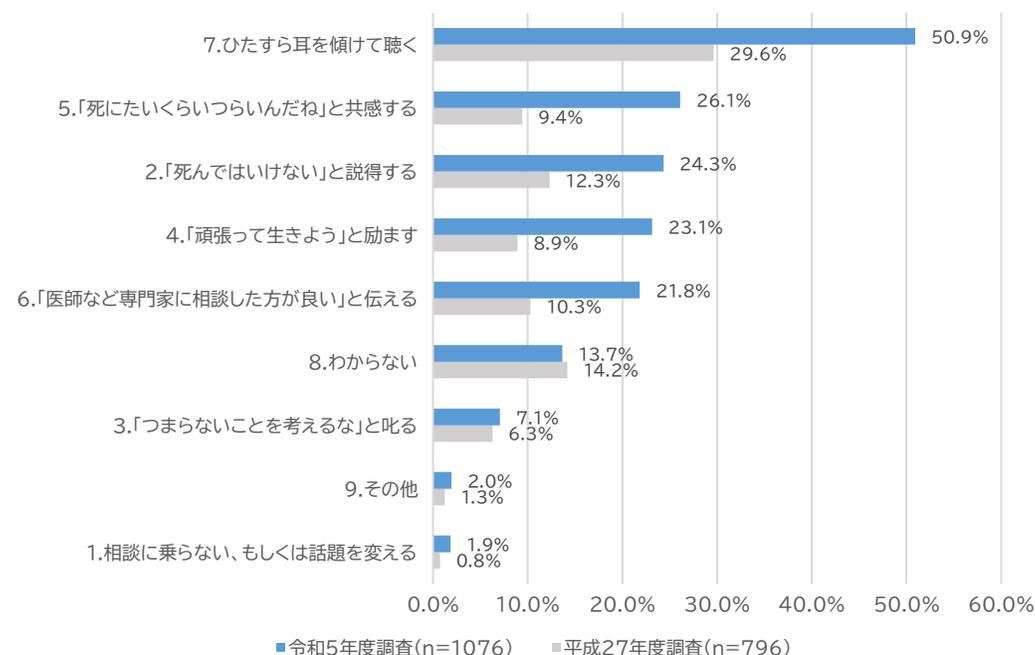
#### ⑦身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時の対応

- 全体では、「7.ひたすら耳を傾けて聴く(50.9%)」が最も多く、次いで「5.「死にたいくらいつらいんだね」と共感する(26.1%)」、「2.「死んではいけない」と説得する(24.3%)」であった。
- また、男性は女性と比較して「2.「死んではいけない」と説得する(30.6%)」の割合が高い。
- 平成27年度調査との比較では、「7.ひたすら耳を傾けて聴く」の割合をはじめ、多くの項目において、割合が高まっている。

図表3-(4)-⑦-ア 身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時、どうするか。【MA】



図表3-(4)-⑦-イ 身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時、どうするか。【MA】

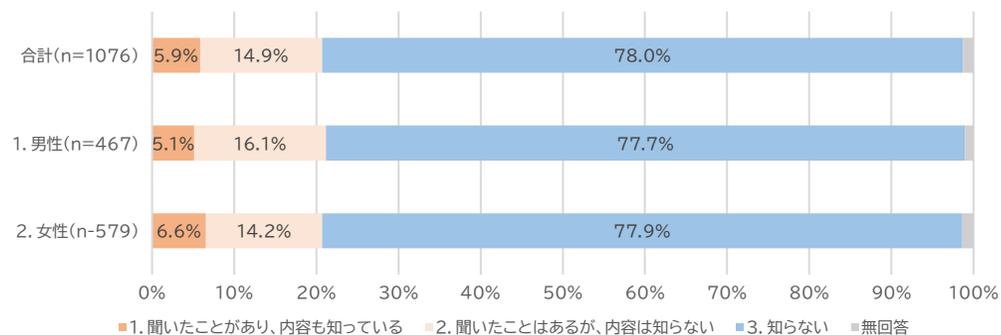


### 3 調査結果 (4)こころの健康・休養について

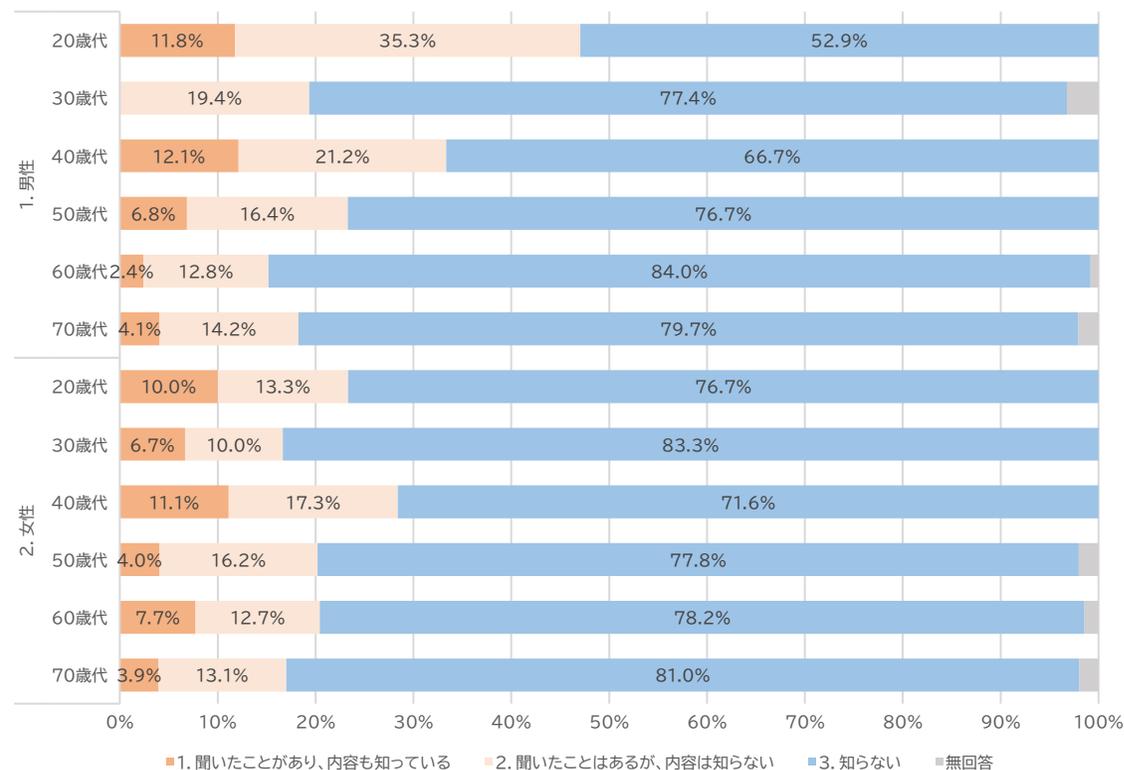
#### ⑧ゲートキーパーの認知

- 全体では、「1.聞いたことがあり、内容も知っている」もしくは「2.聞いたことはあるが、内容は知らない」と回答したのは20.8%である。
- 年代別では、男性は20歳代、40歳代が「3.知らない」と回答する割合が低く、女性では、。
- また、平成27年度調査との比較では、「3.知らない」と回答する割合が低くなっている。

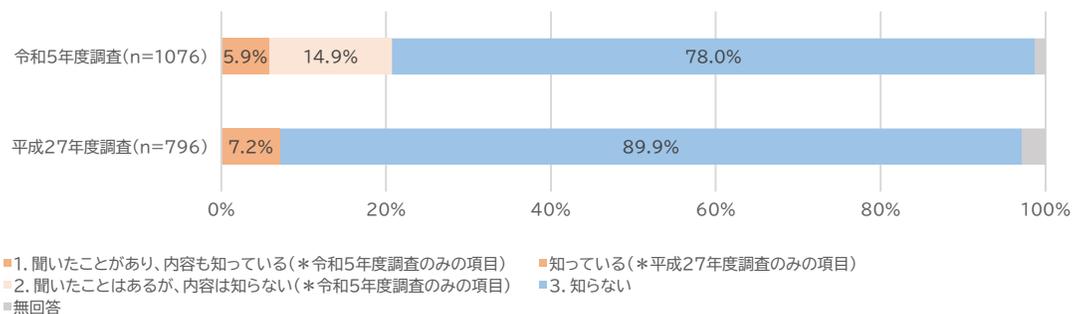
図表3-(4)-⑧-ア ゲートキーパーという言葉を知っているか。または聞いたことがあるか。【SA】



図表3-(4)-⑧-イ ゲートキーパーという言葉を知っているか。または聞いたことがあるか。【SA】  
(n=1076)



図表3-(4)-⑧-ウ ゲートキーパーという言葉を知っているか。または聞いたことがあるか。【SA】

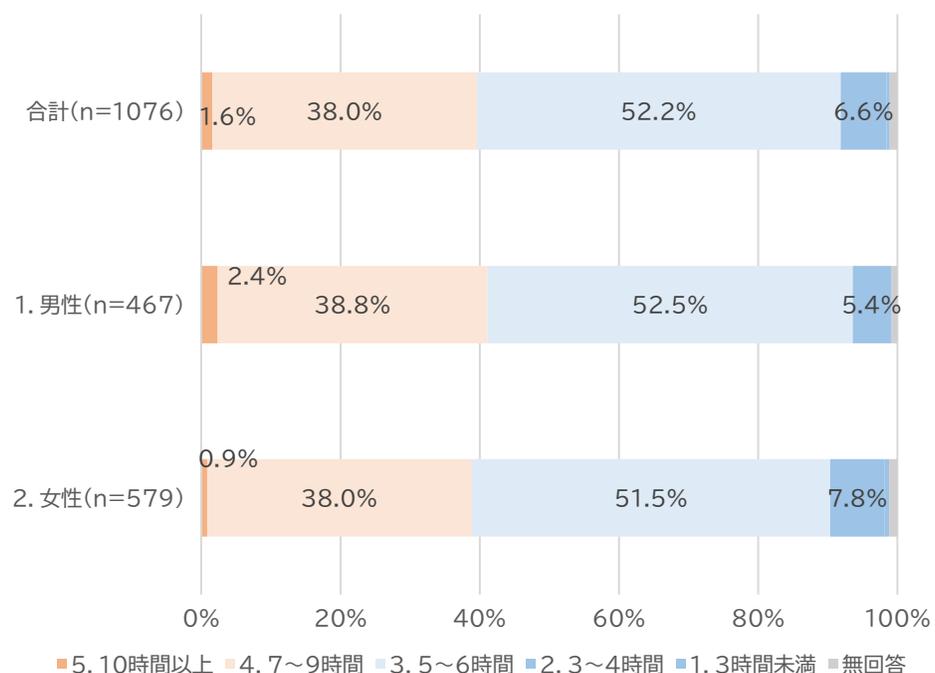


### 3 調査結果 (4)こころの健康・休養について

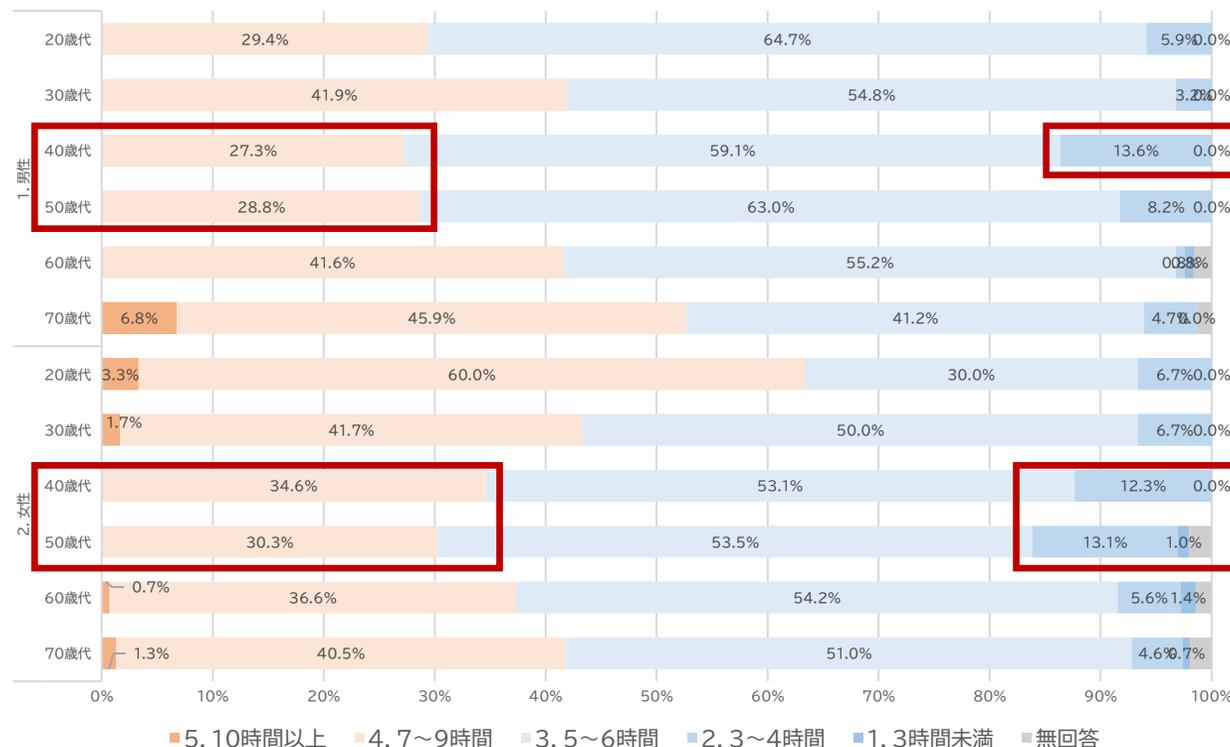
#### ⑨1日の平均睡眠時間

- 全体では、「5～6時間(52.2%)」が最も多く、次いで、「7～9時間(38.0%)」となっている。
- 年代別は、男女ともに40歳代、50歳代の「7～9時間」の割合が30%前後となっており、他の年代よりも割合が高い。
- 男性の40歳代、女性の40歳代、50歳代は「3～4時間」が12～13%前後となっており、他の世代と比較して割合が高い。

図表3-(4)-⑨-ア 1日の平均睡眠時間はどれくらいか(昼寝を含む)。【SA】



図表3-(4)-⑨-イ 1日の平均睡眠時間はどれくらいか(昼寝を含む)。【SA】

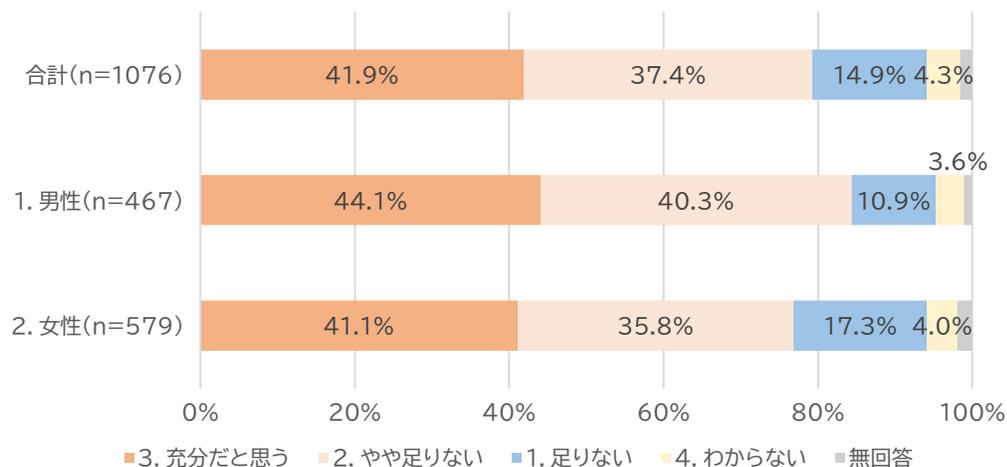


### 3 調査結果 (4)こころの健康・休養について

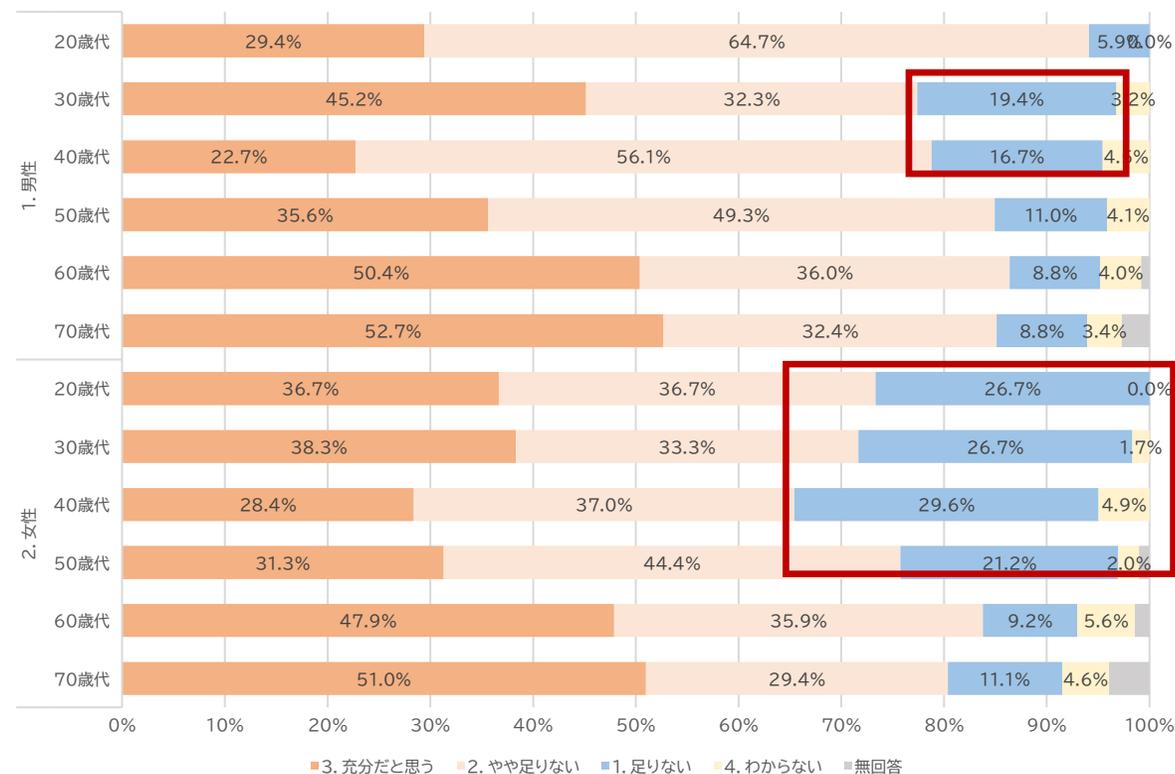
#### ⑩睡眠時間の充足

- 全体では、「3.充分だと思う」と回答したのは41.9%であった。
- 「1.足りない」と回答する人の割合は、男性が10.9%、女性が17.3%であり、男女間で6.4%の差異がみられる。
- また、性別では、男性の30歳代、40歳代が「1.足りない」と回答する割合が高く、女性では、20歳代から50歳代が20%を超えている。

図表3-(4)-⑩-ア 日頃の睡眠時間が充分足りていると思うか。【SA】



図表3-(4)-⑩-イ 日頃の睡眠時間が充分足りていると思うか。【SA】

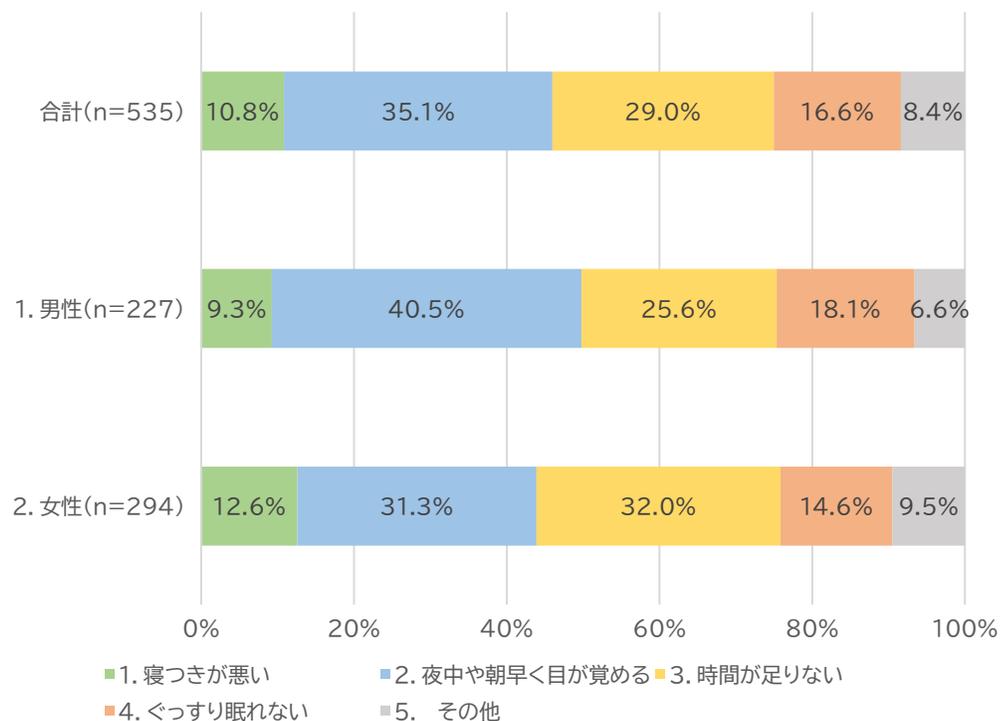


### 3 調査結果 (4)こころの健康・休養について

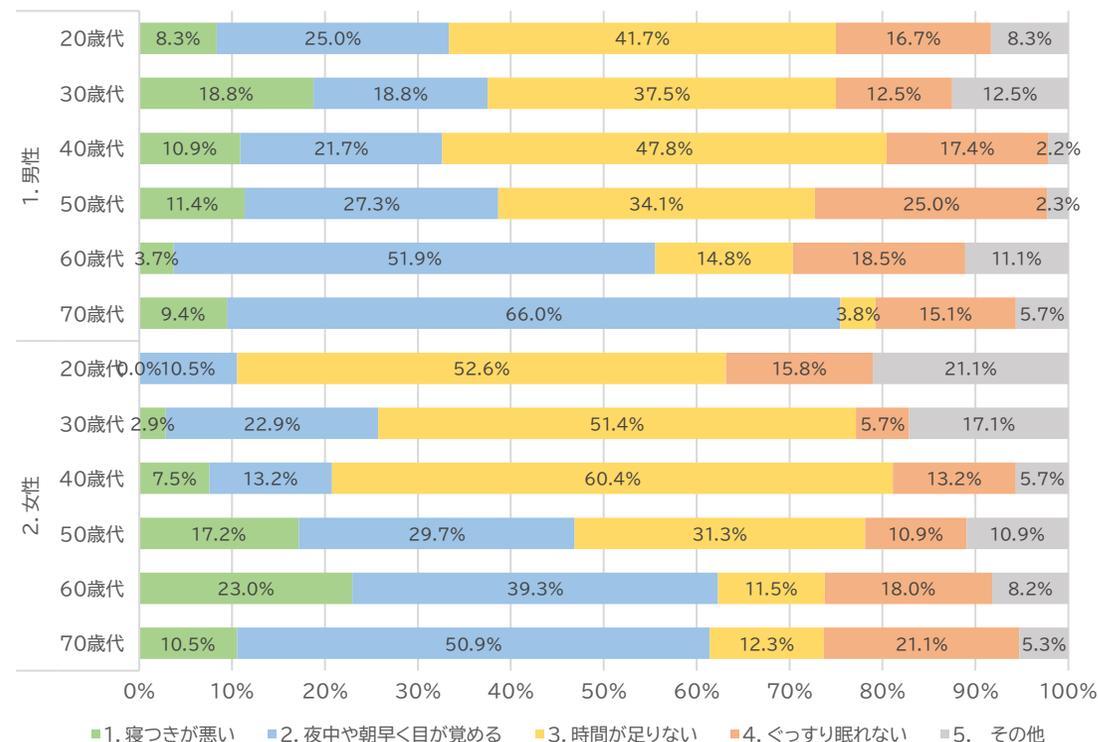
#### ⑪睡眠時間が足りていない理由

- 全体では、「2.夜中や朝早く目が覚める(35.1%)」と回答する割合が最も高く、次いで「3.時間が足りない(29.0%)」となっている。
- また、年代別では、男女ともに60歳代、70歳代が「2.夜中や朝早く目が覚める」と回答する割合が高く、20歳代から40歳代は「3.時間が足りない」と回答する割合が高い。

図表3-(4)-⑪-ア 「1. 足りない」方、「2. やや足りない」方は、最も当てはまる理由は何か。【SA】



図表3-(4)-⑪-イ 「1. 足りない」方、「2. やや足りない」方は、最も当てはまる理由は何か。【SA】

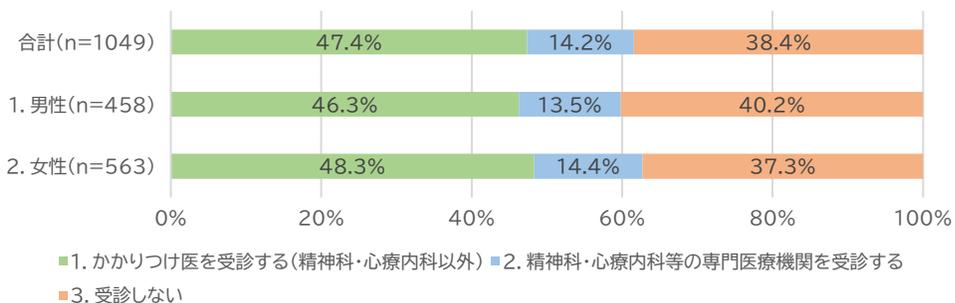


### 3 調査結果 (4)こころの健康・休養について

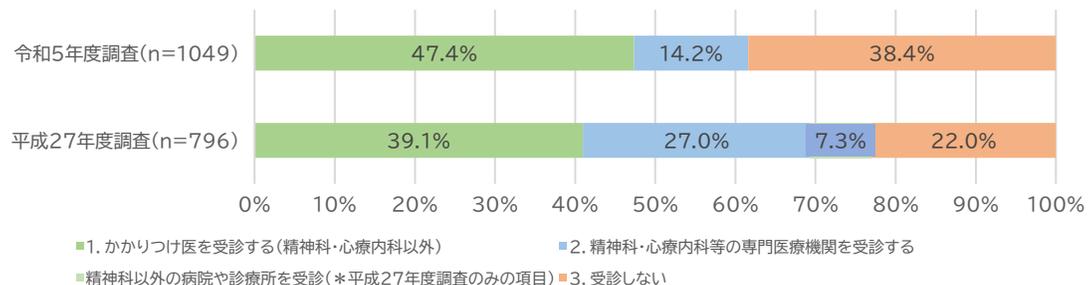
#### ⑫よく眠れない、食べれないなどの症状が出た際の病院の受診

- 全体では、「1.かかりつけ医を受診する(47.4%)」と回答する割合が最も高く、次いで「3.受診しない(38.4%)」となっている。
- 年代別では、男女ともに60歳代、70歳代が「1.かかりつけ医を受診する」と回答する割合が高く、60歳未満では「3.受診しない」と回答する割合が高い。
- 過去の調査との比較では、「3.受診しない」と回答する割合が16.4%高くなっている。

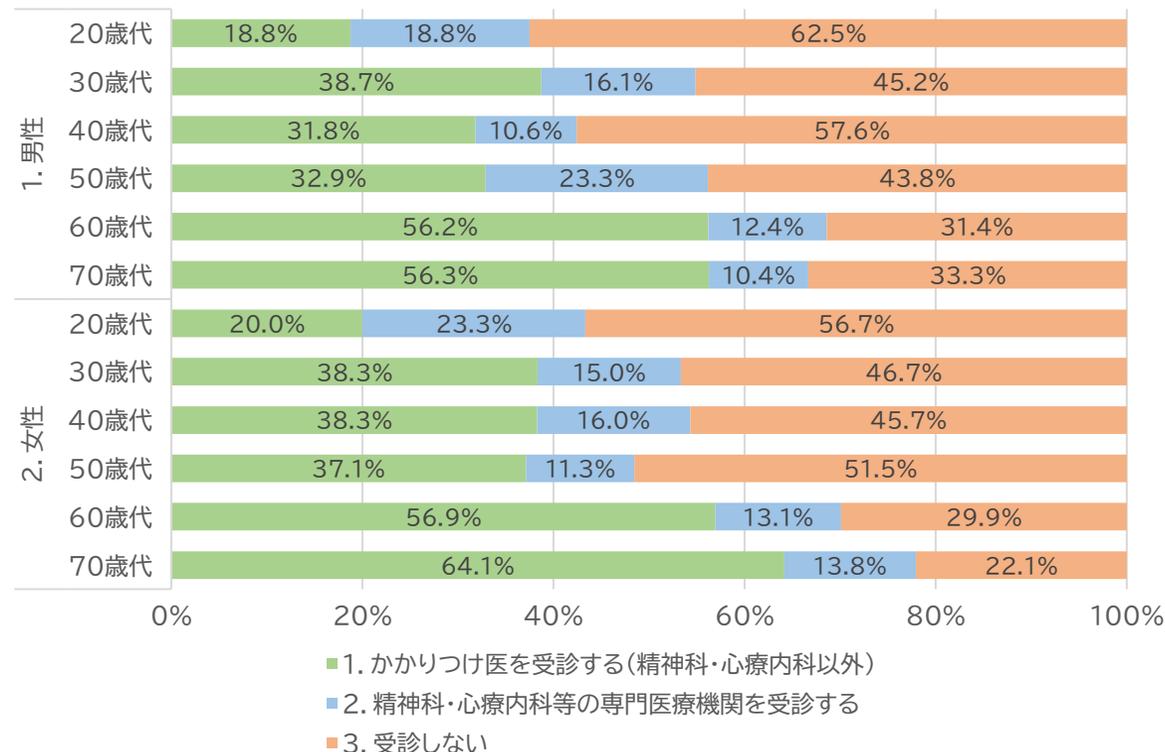
図表3-(4)-⑫-ア もしよく眠れない、食べられないなどの症状が2～3週間以上続いたら、病院を受診するか。【SA】



図表3-(4)-⑫-ウ もしよく眠れない、食べられないなどの症状が2～3週間以上続いたら、病院を受診するか。【SA】  
(過去調査との比較)



図表3-(4)-⑫-イ もしよく眠れない、食べられないなどの症状が2～3週間以上続いたら、病院を受診するか。【SA】

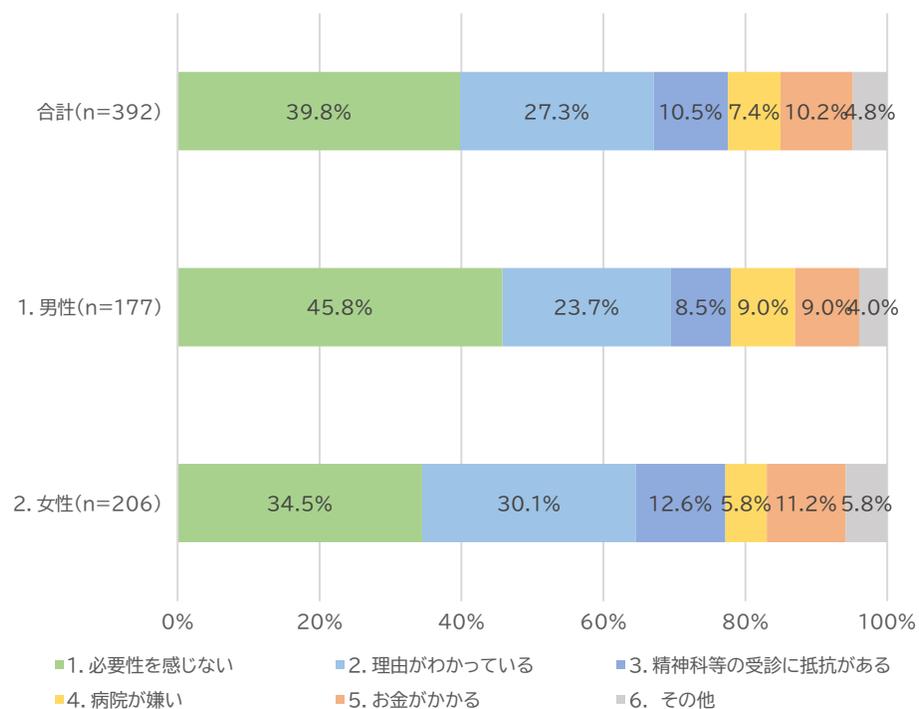


### 3 調査結果 (4)こころの健康・休養について

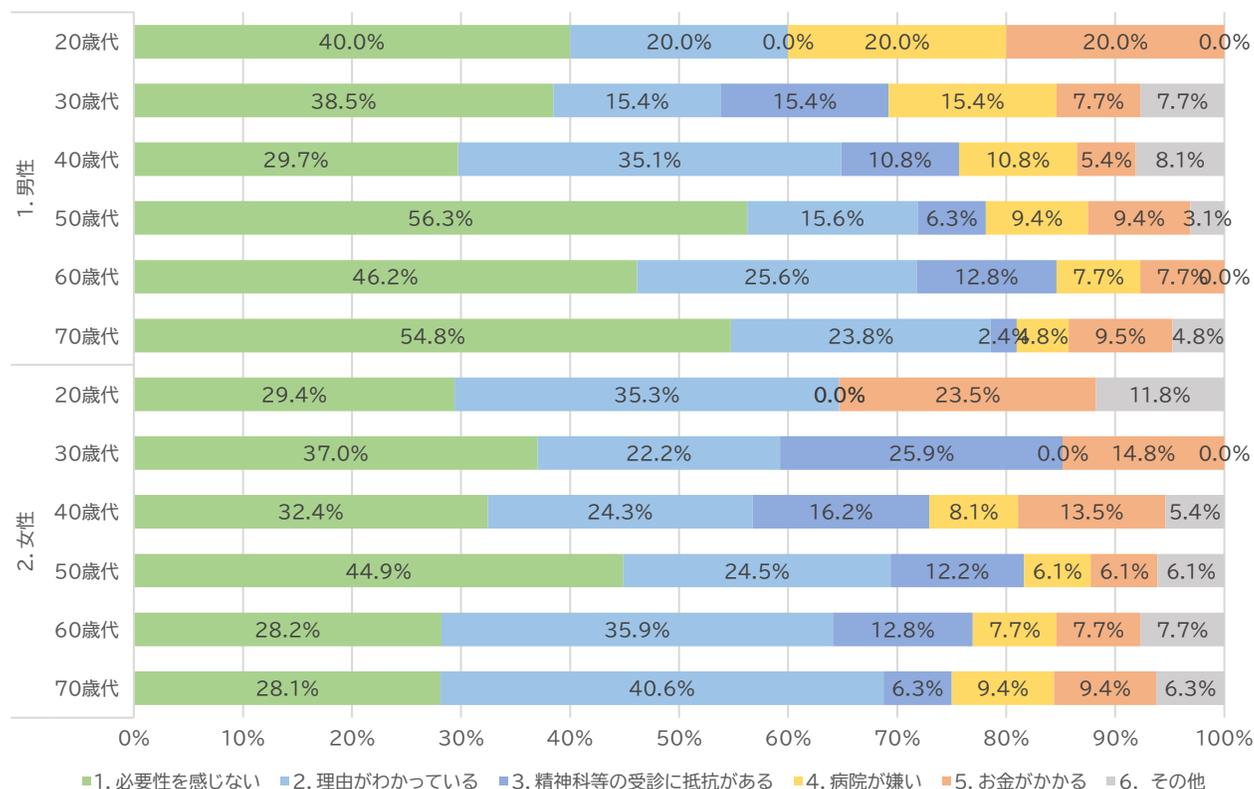
#### ⑬よく眠れない、食べれないなどの症状が出た際に病院を受診しない理由

- 病院を受診しない理由としては、「1.必要性を感じない(39.8%)」と回答する割合が最も高く、次いで「2.理由がわかっている(27.3%)」となっている。
- 性別では、「1.必要性を感じない」と回答する割合は、男性が45.8%、女性が34.5%となっており、男女間で11.3%の差異がみられる。
- また、「3.精神科等の受診に抵抗がある」と回答する割合が、すべての年代においても男性よりも女性が高い。

図表3-(4)-⑬-ア 「3. 受診しない」方は、最も当てはまる理由は何か。【SA】



図表3-(4)-⑬-イ 「3. 受診しない」方は、最も当てはまる理由は何か。【SA】

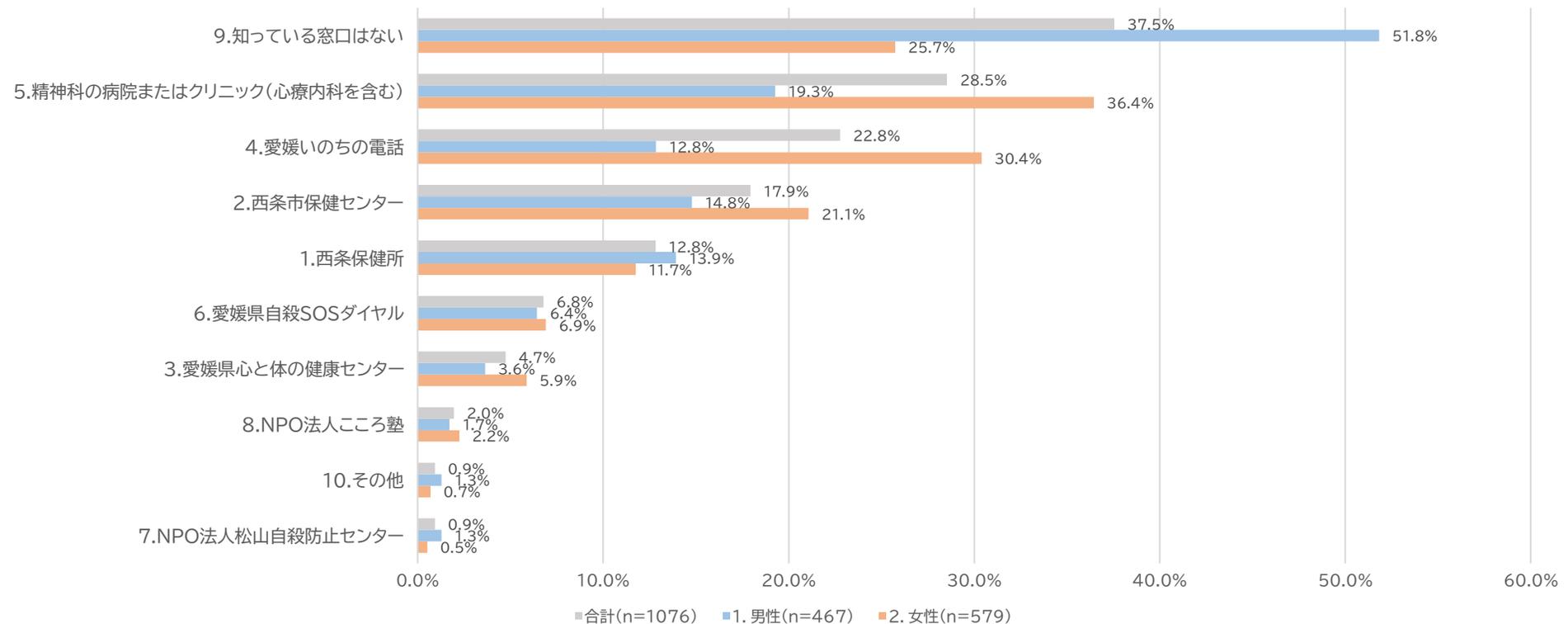


### 3 調査結果 (4)こころの健康・休養について

#### ⑭知っている心の悩み等の相談窓口

- 全体では、「9.知っている窓口はない(37.5%)」が最も多く、性別では、男性が51.8%、女性が25.7%であり、男女間で26.1%の差異がみられる。
- また、知っている窓口としては、「5.精神科の病院またはクリニック(心療内科を含む)」が最も多く、次いで「4.愛媛いのちの電話(22.8%)」、「2.西条市保健センター(17.9%)」、「1.西条保健所(12.8%)」となっている。

図表3-(4)-⑭ こころの悩み等の相談機関としてあなたが知っている窓口はどこか。【MA】

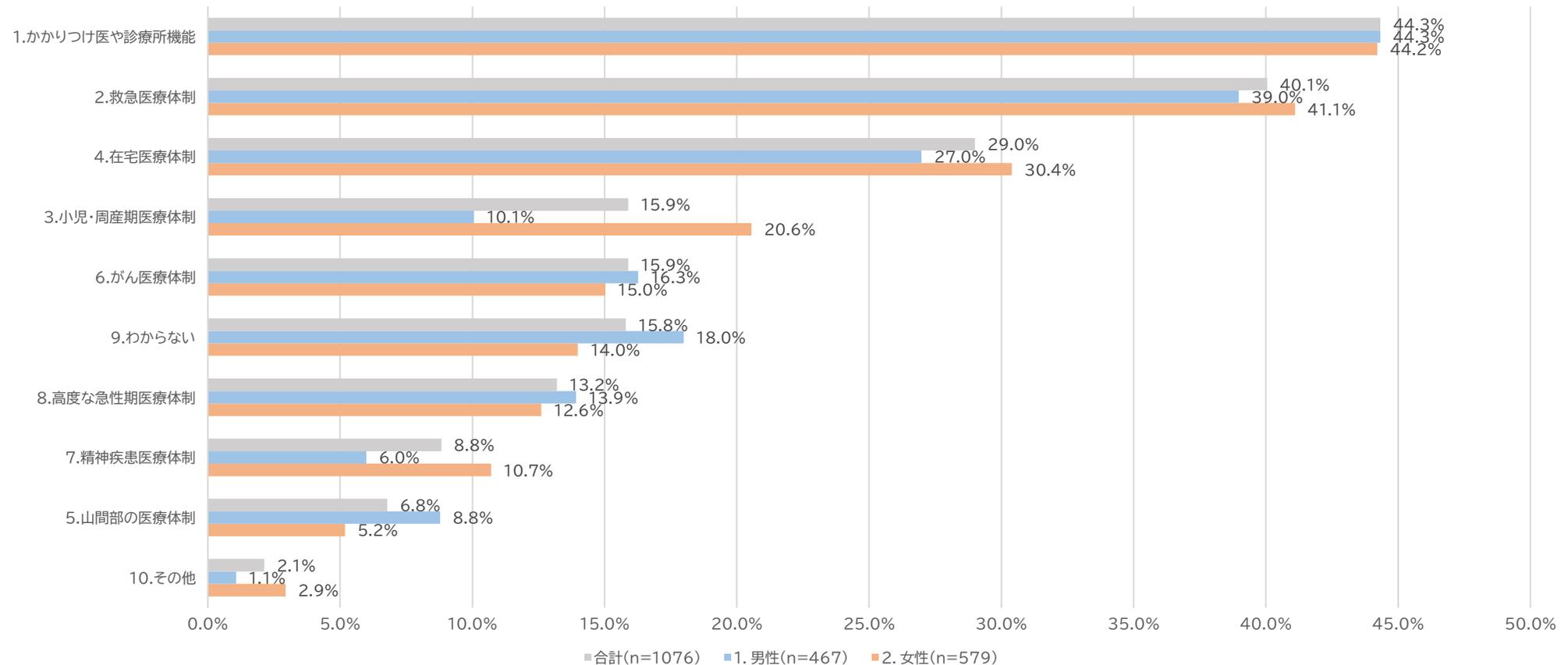


### 3 調査結果 (5)地域医療について

#### ①西条市で今後、充実させていくべき医療体制

- 全体では、「1.かかりつけ医や診療所機能(44.3%)」が最も多く、次いで、「2.救急医療体制(40.1%)」、「4.在宅医療体制(29.0%)」となっている。

図表3-(5)-① 西条市の医療について、今後どのような医療体制を充実させていくべきだと思えるか。【MA】

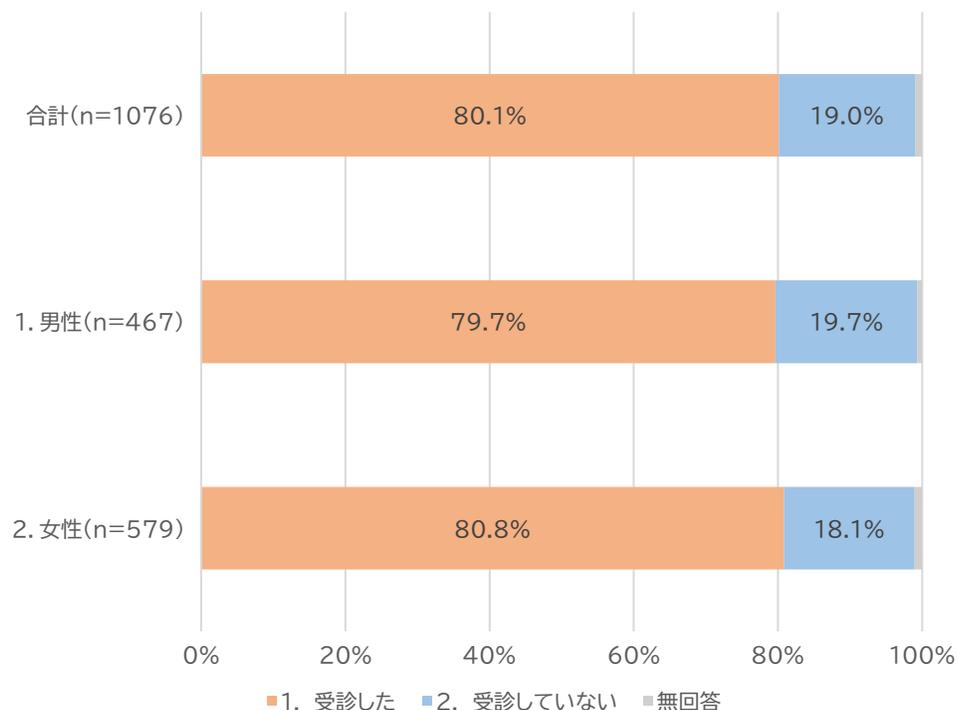


### 3 調査結果 (5)地域医療について

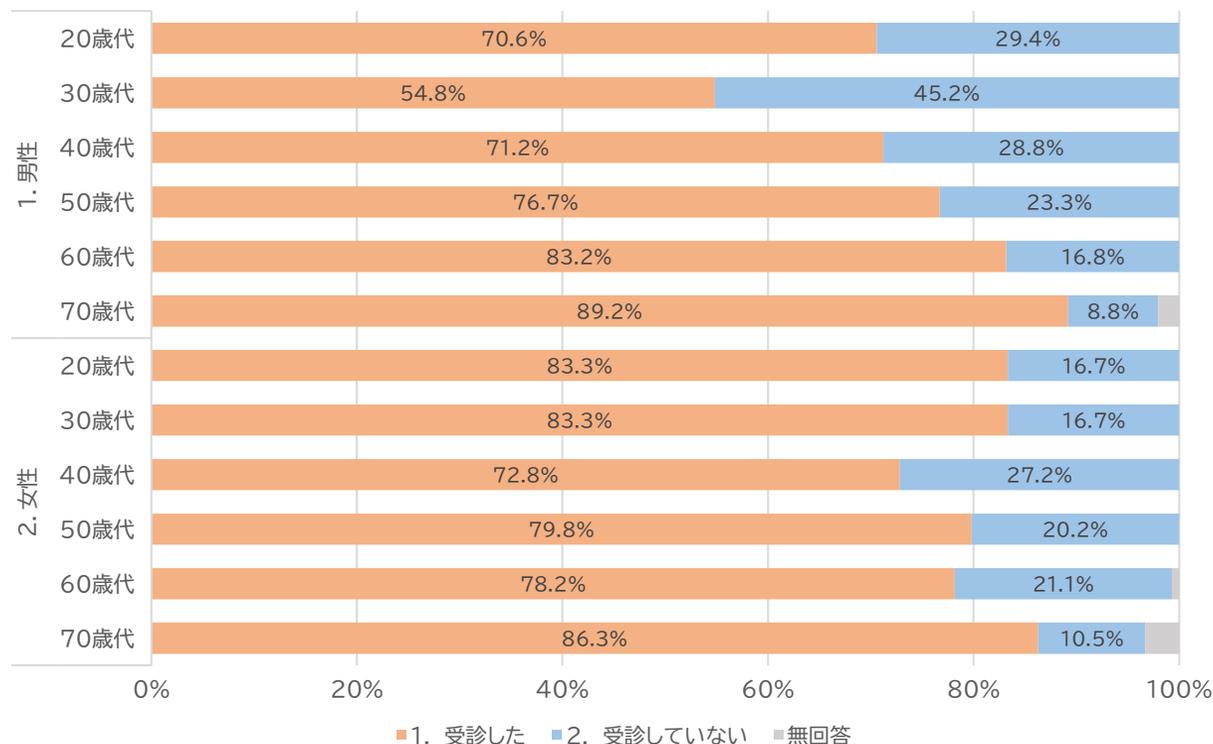
#### ②最近1年間の一般外来の受診

- 全体では、「1.受診した」と回答した人の割合は80.1%となっている。
- 年代別では、男性の30歳代で「1. 受診した」と回答する割合が54.8%となっており、全体平均と比較して低いですが、それ以外の年代では性別を問わず、70%以上となっている。

図表3-(5)-②-ア 最近1年間に一般外来(通常の診察時間内での診療)を受診したか。【SA】



図表3-(5)-②-イ 最近1年間に一般外来(通常の診察時間内での診療)を受診したか。【SA】

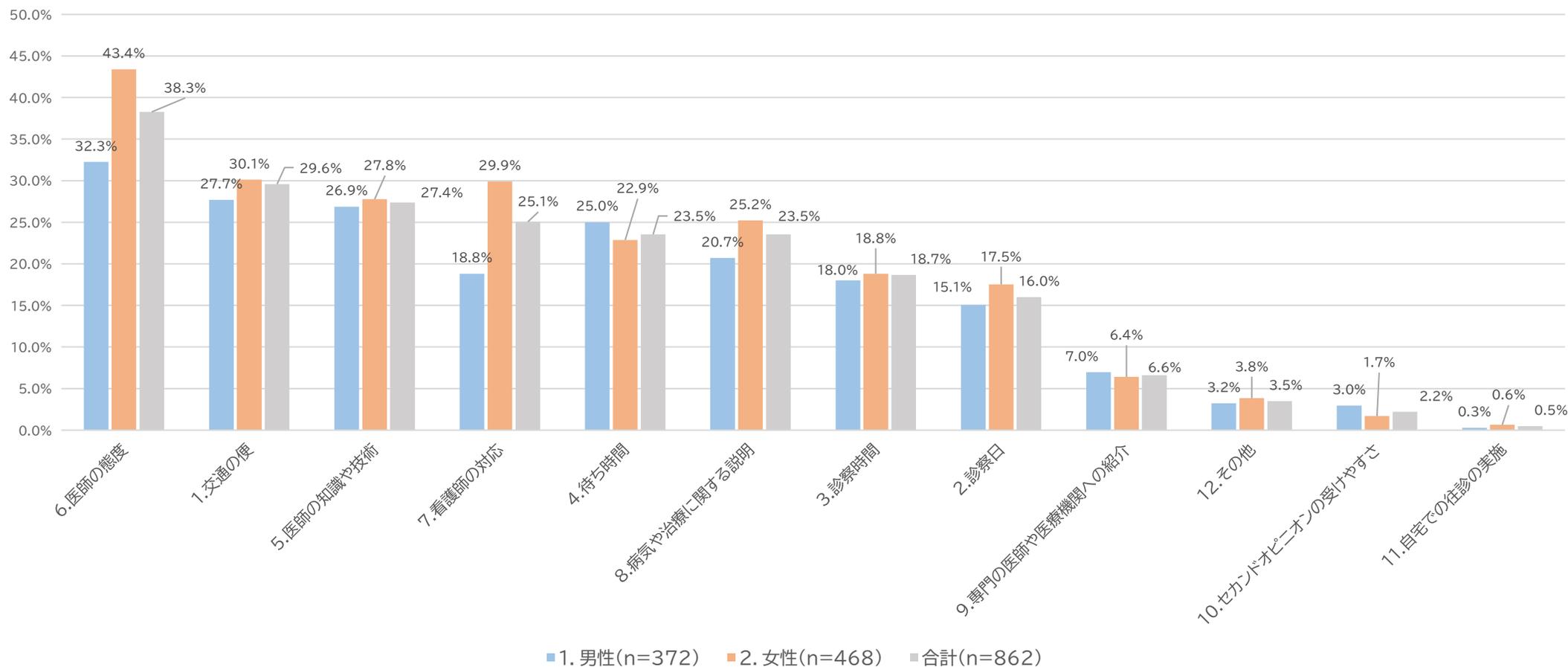


### 3 調査結果 (5)地域医療について

#### ③最近1年間で最も利用した医療機関の満足している点

■ 全体では、「6.医師の態度(38.3%)」が最も高く、次いで「1.交通の便(29.6%)」、「5.医師の知識や技術(27.4%)」となっている。

図表3-(5)-③ 「1.受診した」方は、最近1年間で最もよく利用した医療機関について、満足している点は何か。【MA】

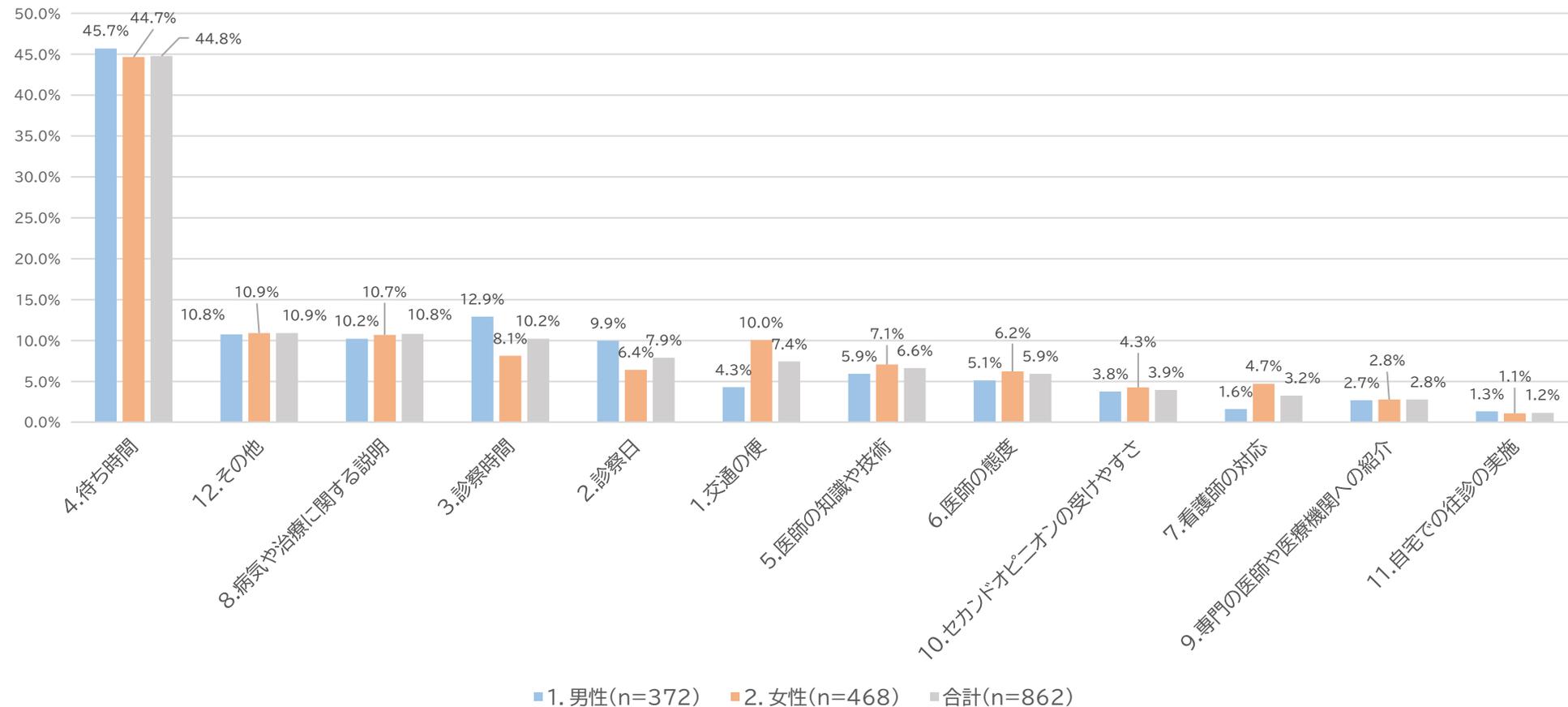


### 3 調査結果 (5)地域医療について

#### ④最近1年間で最も利用した医療機関の改善してほしい点

- 男性、女性ともに「4.待ち時間(44.8%)」が最も多い。

図表3-(5)-④ 「1. 受診した」方は、最近1年間で最もよく利用した医療機関について、改善してほしい点は何か。【MA】

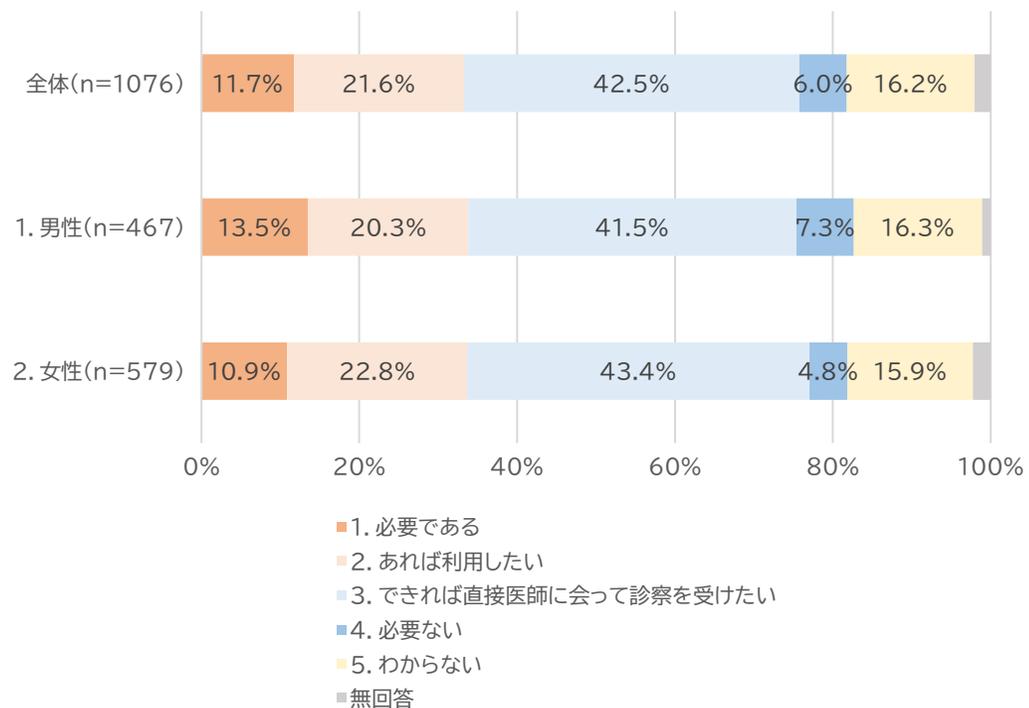


### 3 調査結果 (5)地域医療について

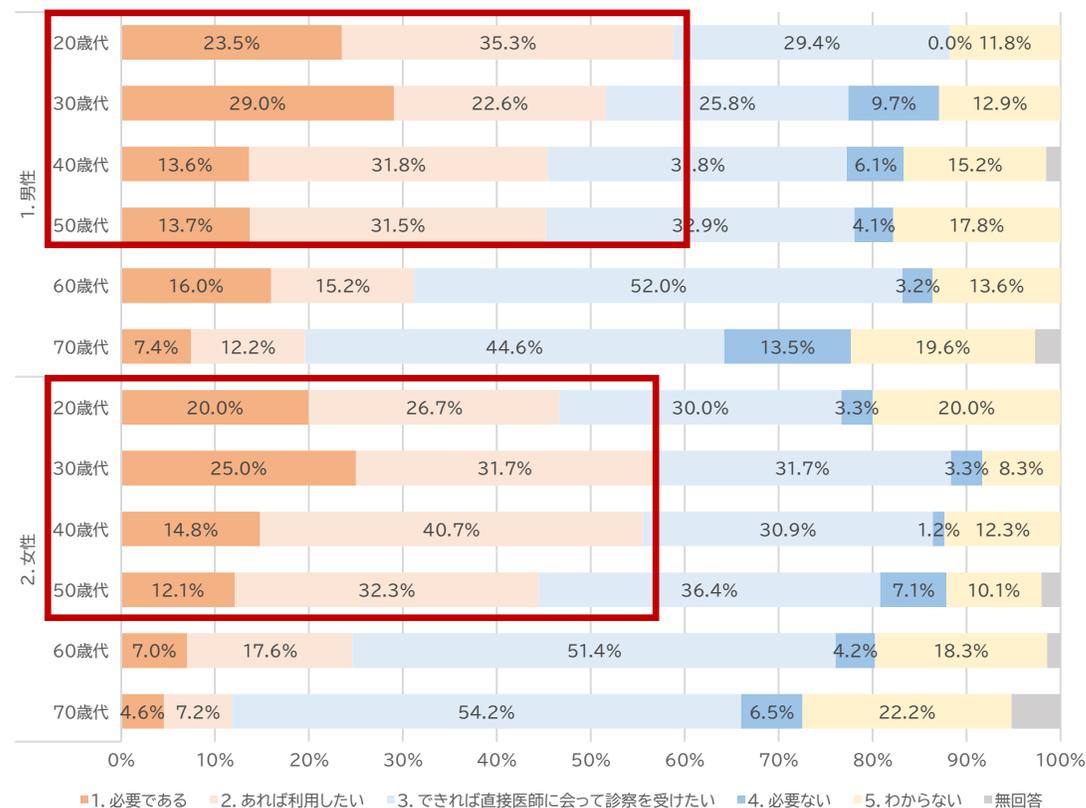
#### ⑤オンライン診療についての考え方

- 全体では、「3.できれば直接医師に会って診察を受けたい(42.5%)」と回答する割合が最も高い。
- 年代別では、男女ともに、20歳代から50歳代の40%以上が「1.必要である」、「2.あれば利用したい」と回答している。

図表3-(5)-⑤-ア オンライン診療について、あなたの考えにあてはまるものは何か。【SA】



図表3-(5)-⑤-イ オンライン診療について、あなたの考えにあてはまるものは何か。【SA】

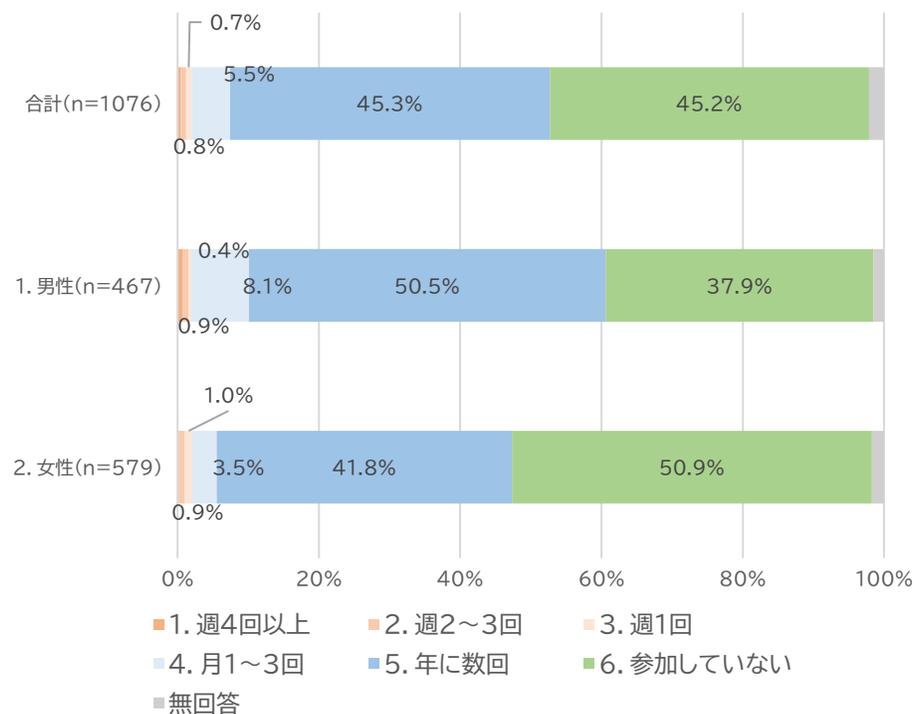


### 3 調査結果 (6)地域コミュニティについて

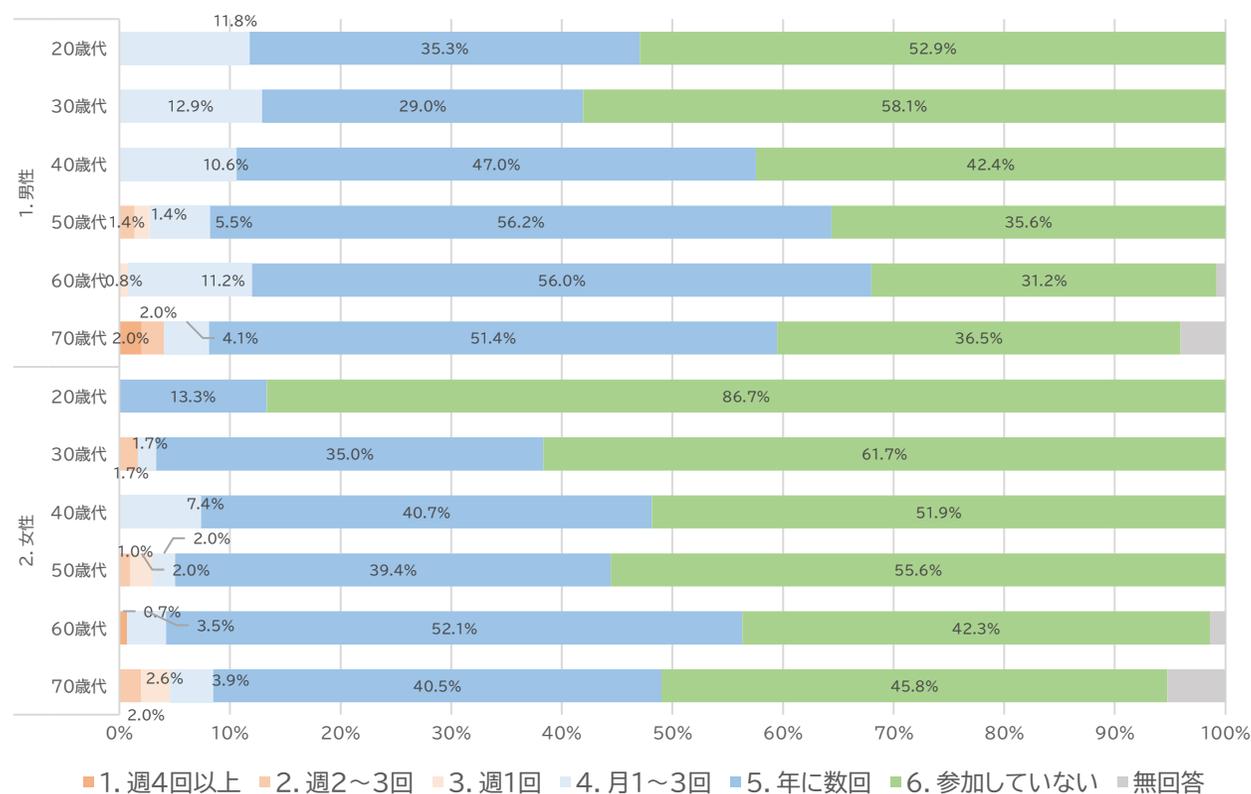
#### ①自治会や地域行事などの活動への参加

- 全体では、「6.参加していない」と回答する割合が45.2%となっている。
- 性別では、「6.参加していない」と回答する割合が、男性の37.9%に対し、女性が50.9%となっており、男女間で13.0%の差異が見られる。
- 年代別では、男性は年齢が高くなるにつれ「6.参加していない」と回答する割合が低下(70歳代を除く)している。

図表3-(6)-①-ア 自治会や地域行事などの活動へ参加しているか。【SA】



図表3-(6)-①-イ 自治会や地域行事などの活動へ参加しているか。【SA】

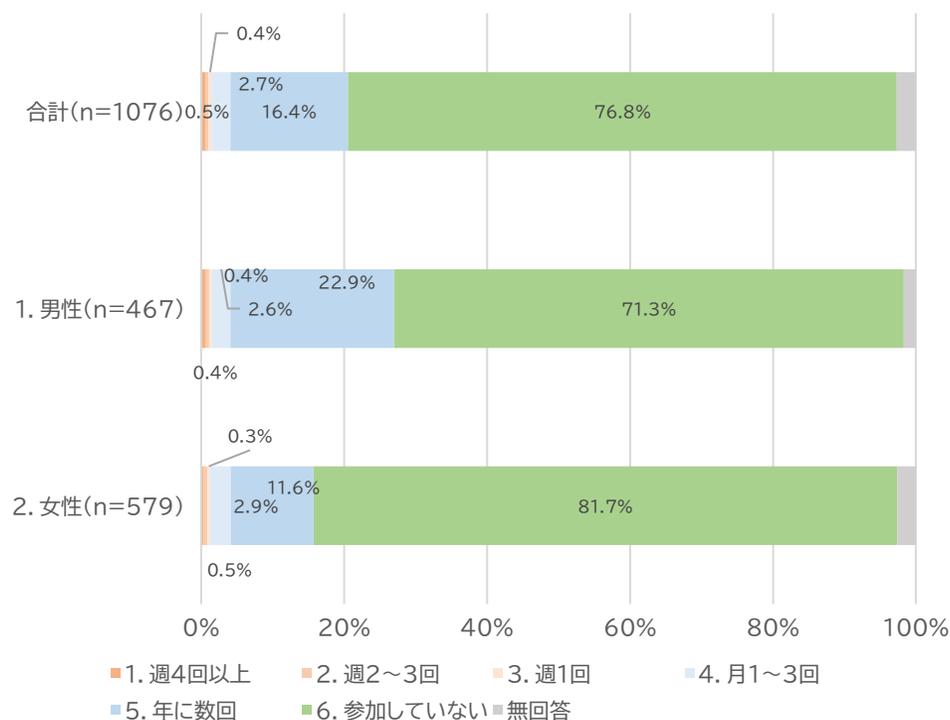


### 3 調査結果 (6)地域コミュニティについて

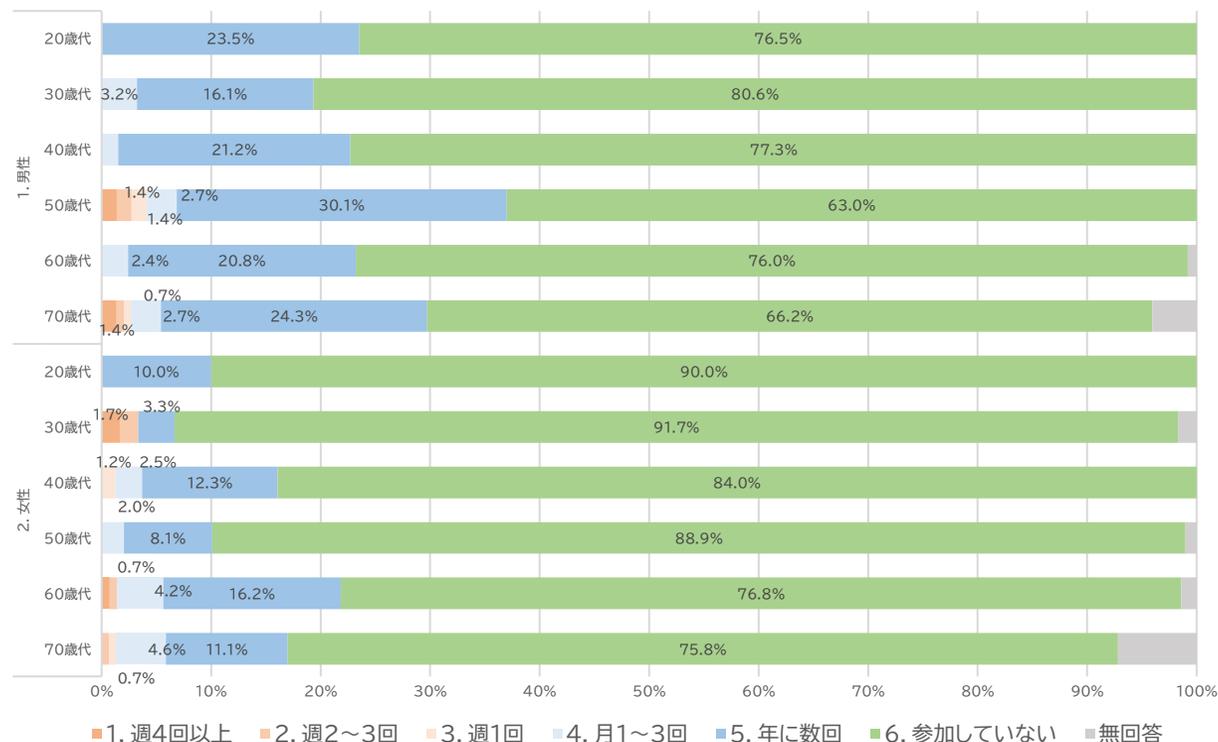
#### ②ボランティア活動への参加

- 全体では、「6.参加していない」と回答する割合が76.8%となっている。
- 性別では、「6.参加していない」と回答する割合が、男性の71.3%に対し、女性が81.7%となっており、男女間で10.4%の差異が見られる。
- また、すべての年代で女性よりも男性の方が「6.参加していない」と回答する割合が低い。

図表3-(6)-②-ア ボランティア活動へ参加しているか。【SA】



図表3-(6)-②-イ ボランティア活動へ参加しているか。【SA】

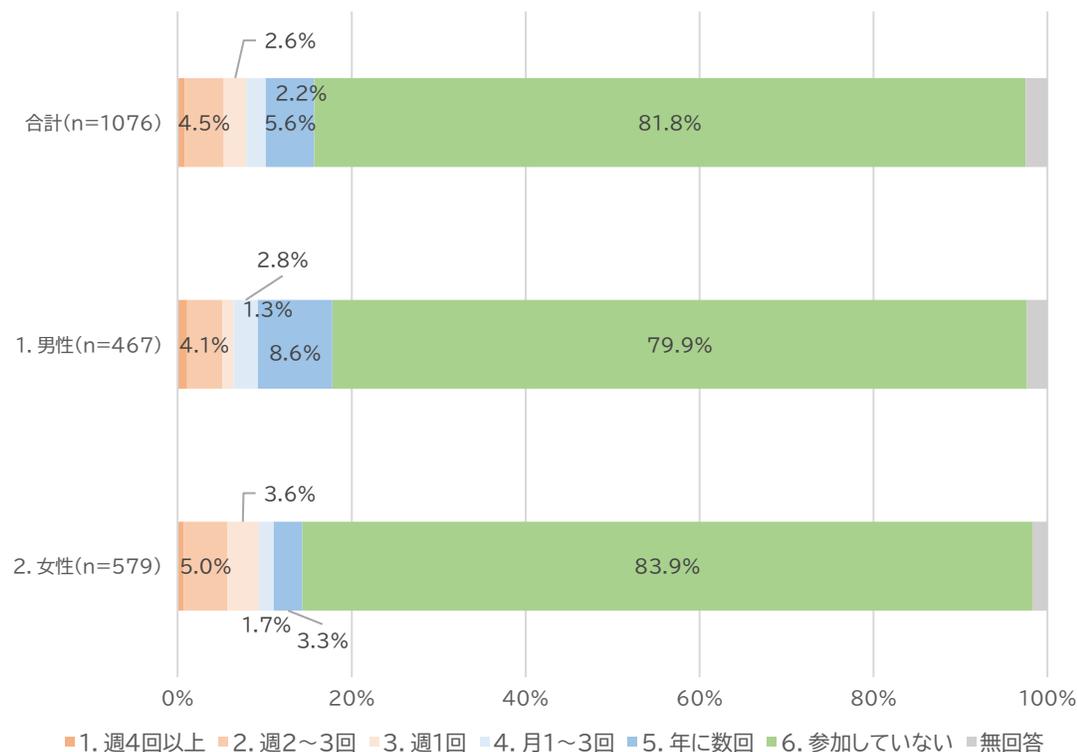


### 3 調査結果 (6)地域コミュニティについて

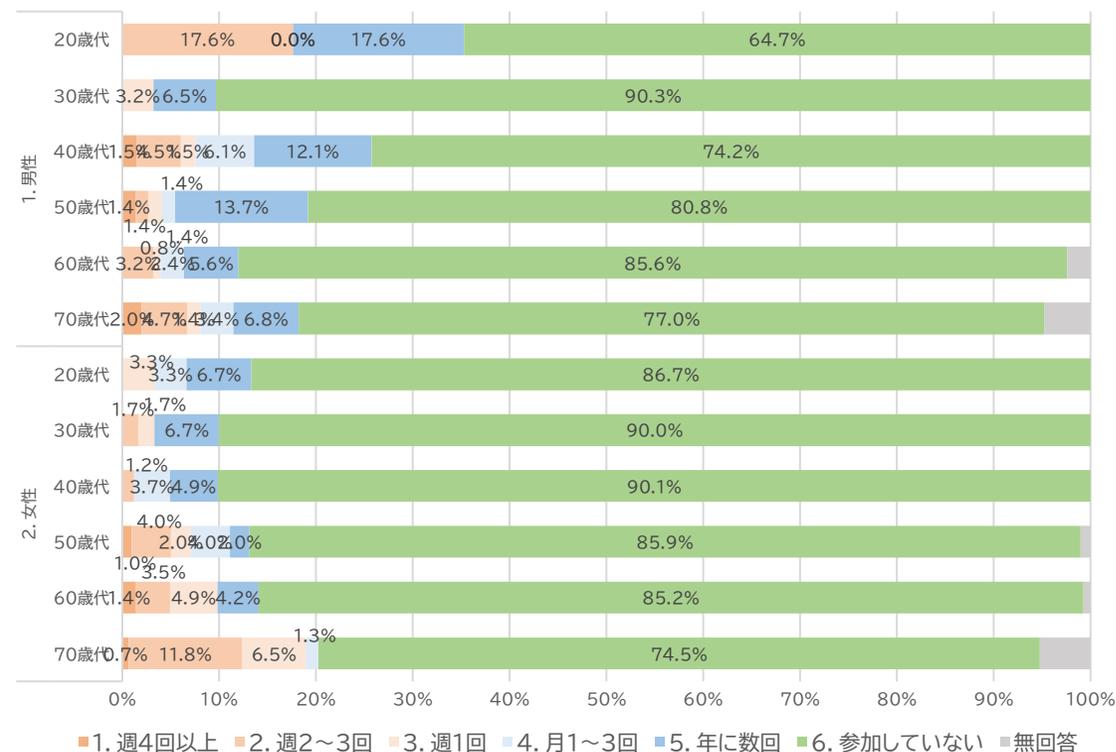
#### ③スポーツ関係のグループ活動への参加

- 全体では、「6.参加していない」と回答する割合が81.8%となっている。
- 性別では、「6.参加していない」と回答する割合が、男性の79.9%に対し、女性が83.9%となっている。

図表3-(6)-③-ア スポーツ関係のグループ活動へ参加しているか。【SA】



図表3-(6)-③-イ スポーツ関係のグループ活動へ参加しているか。【SA】

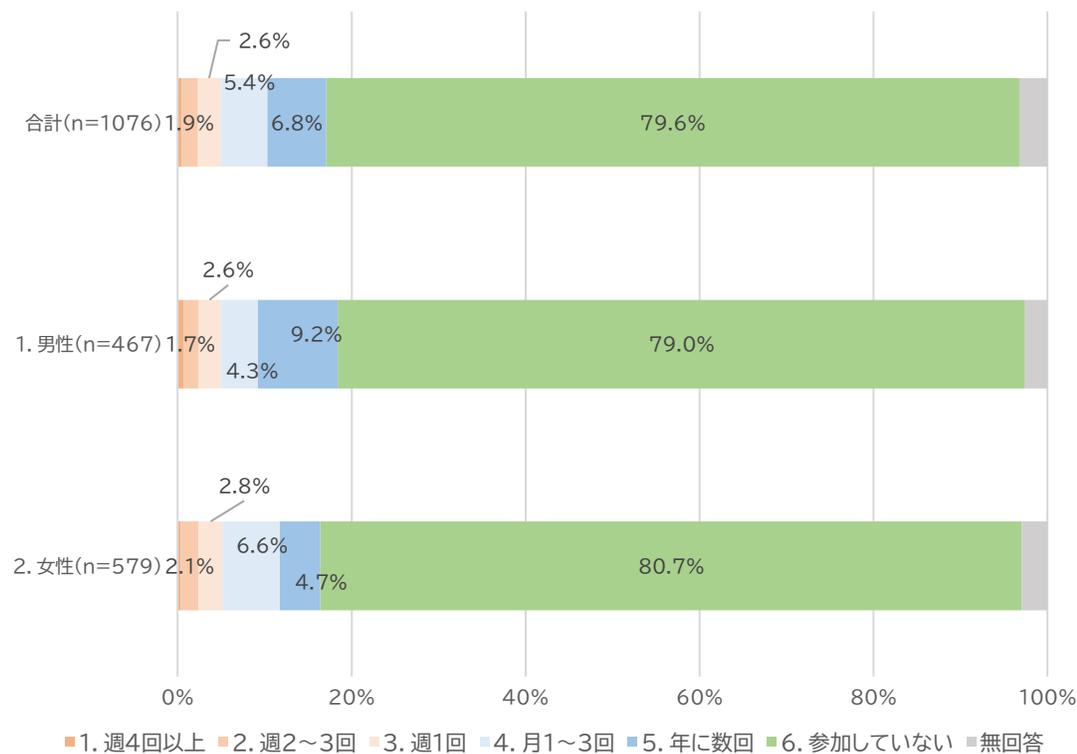


### 3 調査結果 (6)地域コミュニティについて

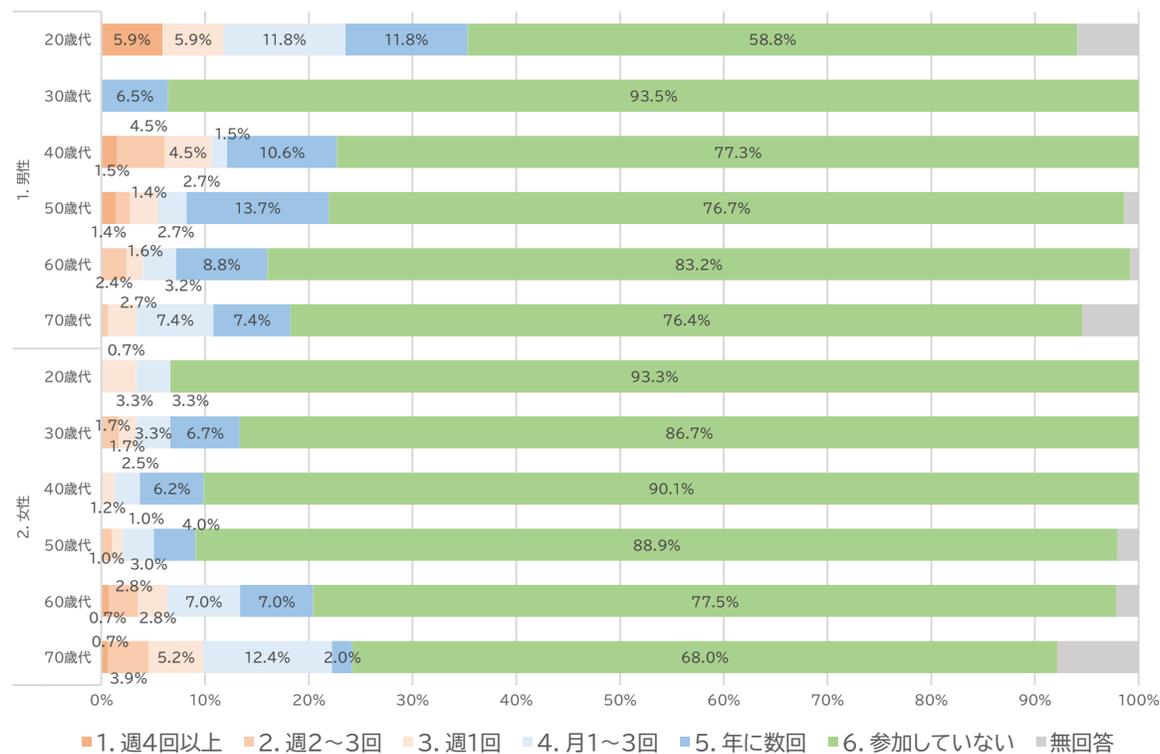
#### ④趣味関係のグループ活動への参加

- 全体では、「6.参加していない」と回答する割合が79.6%となっている。
- 性別では、「6.参加していない」と回答する割合が、男性の79.0%に対し、女性が80.7%となっている。

図表3-(6)-④-ア 趣味関係のグループ活動へ参加しているか。【SA】



図表3-(6)-④-イ 趣味関係のグループ活動へ参加しているか。【SA】

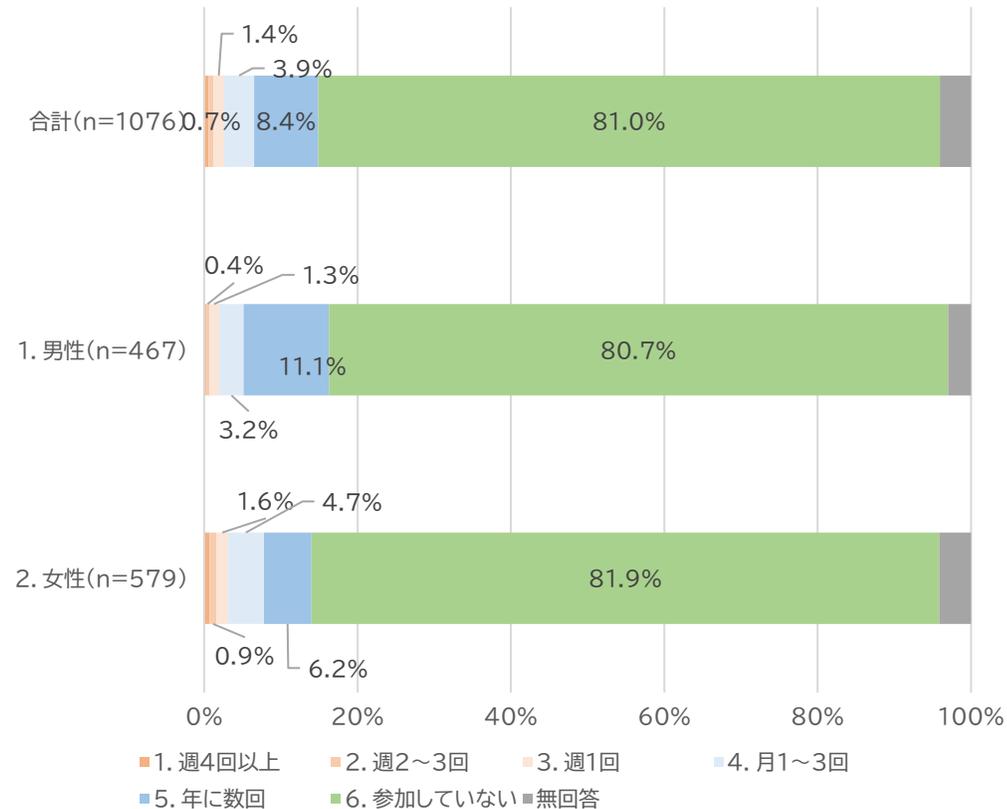


### 3 調査結果 (6)地域コミュニティについて

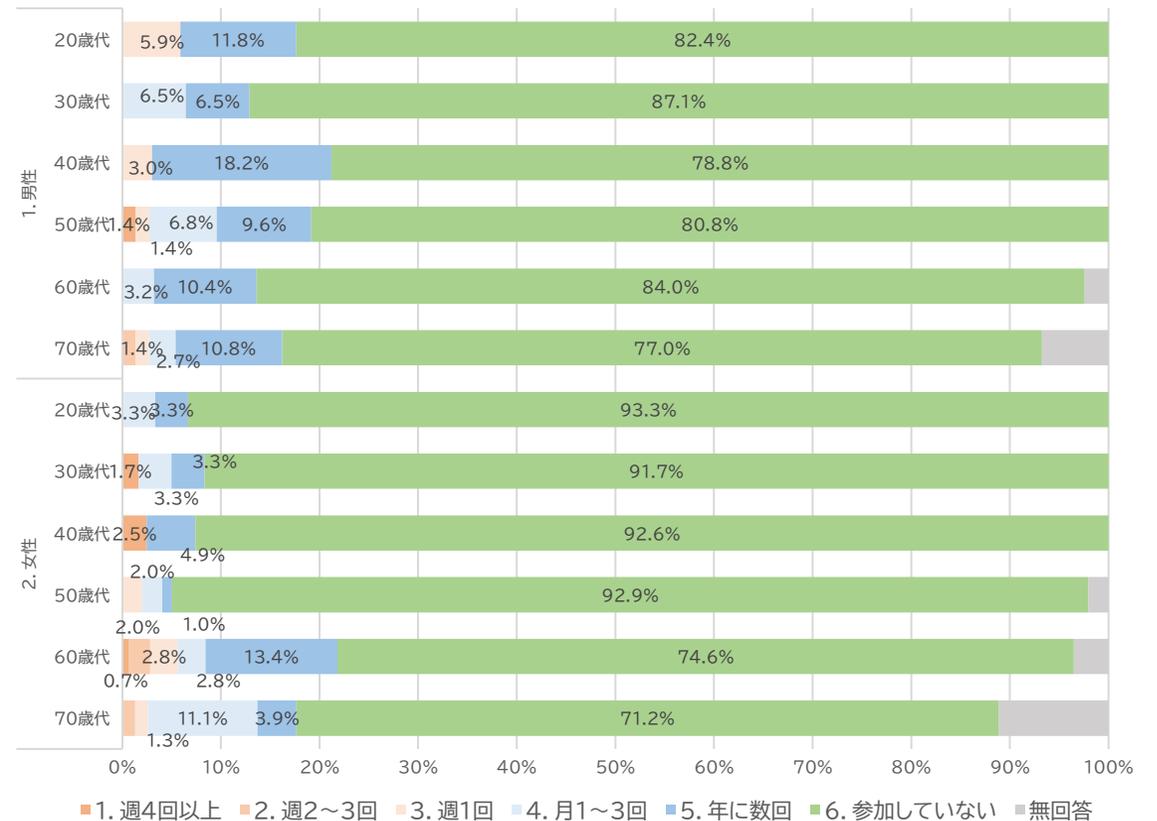
#### ⑤その他のグループ活動への参加

- 全体では、「6.参加していない」と回答する割合が81.0%となっている。
- 性別では、「6.参加していない」と回答する割合が、男性の80.7%に対し、女性が81.9%となっている。

図表3-(6)-⑤-ア その他のグループ活動へ参加しているか。【SA】



図表3-(6)-⑤-イ その他のグループ活動へ参加しているか。【SA】

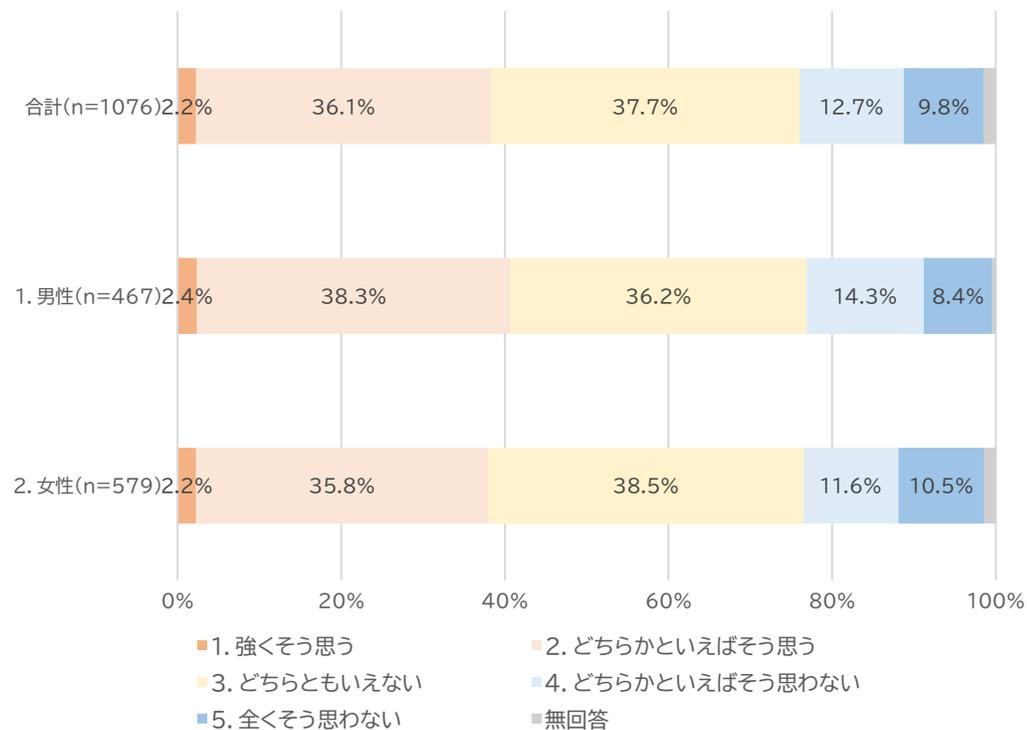


### 3 調査結果 (6)地域コミュニティについて

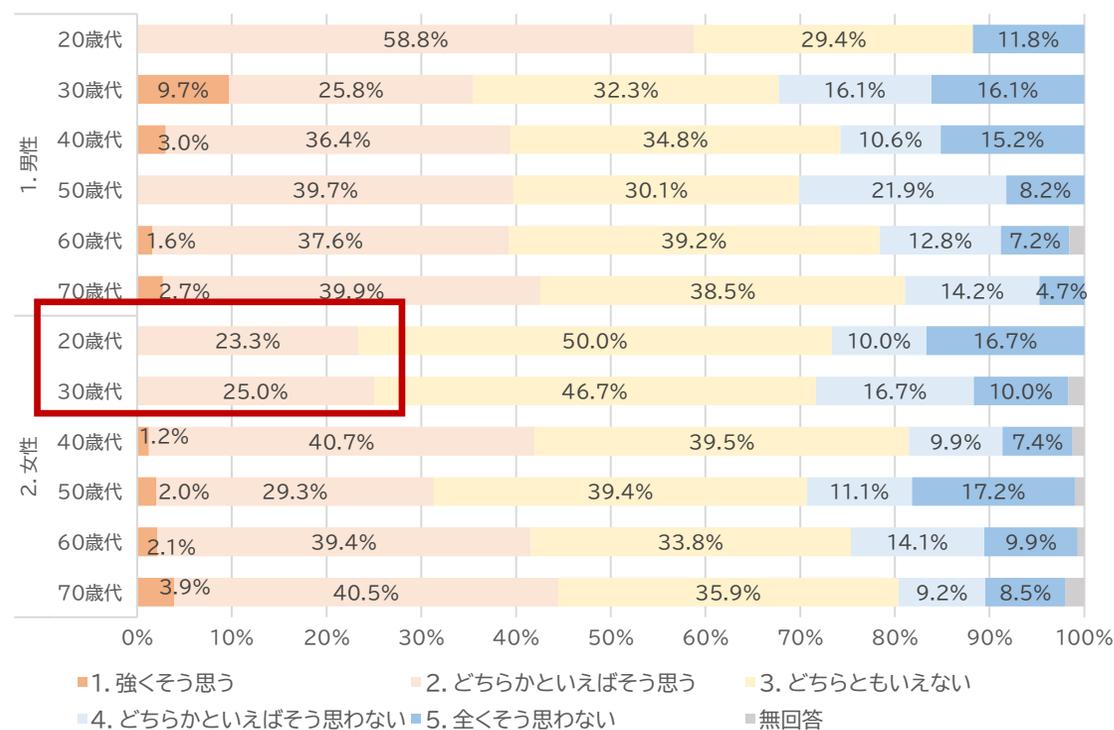
#### ⑥あなたのお住まいの地域の人々は、お互いに助け合っている(相互扶助)

- 全体では、「1.強くそう思う」または「2.どちらかといえばそう思う」と回答する割合が38.3%となっている。
- 年代別では、20歳代、30歳代の女性で、「1. 強くそう思う」または「2. どちらかといえばそう思う」と回答する割合が他の年代と比較して低い。

図表3-(6)-⑥-ア あなたのお住まいの地域の人々は、お互いに助け合っていると思うか。  
【SA】



図表3-(6)-⑥-イ あなたのお住まいの地域の人々は、お互いに助け合っていると思うか。【SA】

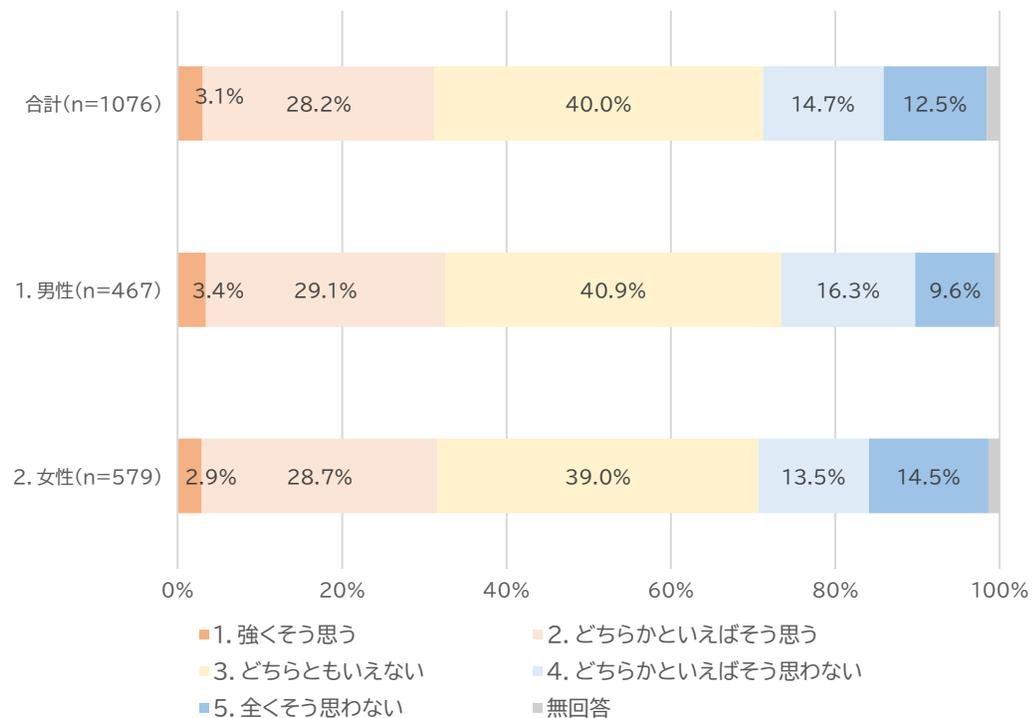


### 3 調査結果 (6)地域コミュニティについて

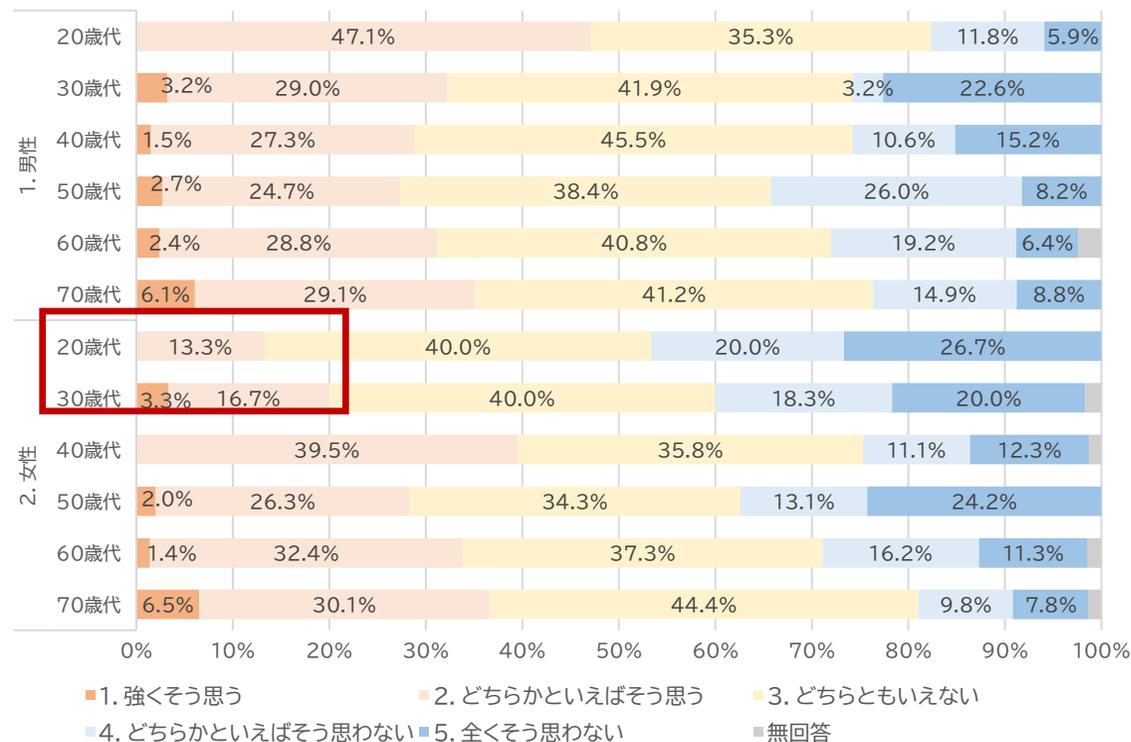
#### ⑦地域の人々とのつながりの強さ

- 全体では、「1.強くそう思う」または「2.どちらかといえばそう思う」と回答する割合が31.3%となっている。
- 年代別では、20歳代、30歳代の女性で、「1. 強くそう思う」または「2. どちらかといえばそう思う」と回答する割合が他の年代と比較して低い。

図表3-(6)-⑦-ア あなたとあなたのお住まいの地域の人々とのつながりは強いと思うか。【SA】



図表3-(6)-⑦-イ あなたとあなたのお住まいの地域の人々とのつながりは強いと思うか。【SA】



# 4 参考資料 (1)アンケート調査票

## 西条市健康づくり計画策定に関する アンケート調査へのご協力をお願い

西条市では、市民の皆さまが健康づくりや食を通して、健やかでこころ豊かに生活できるように第2次西条市健康づくり計画を策定し、健康づくりを推進してきました。

今回、本計画の計画期間終了（R6年度末）に伴い、健康づくり計画・食育推進計画・自殺対策計画の3計画を一体化し、総合的に推進するため、新たな健康づくり計画を策定いたします。

本調査は計画策定において、健康づくりに関する市民の皆さまの意識や生活などを把握し、策定の基礎資料とすることを目的として実施するものです。私たちのまちの健康づくりのために、ぜひあなたの声を聞かせてください。

なお、アンケートは無記名で実施し、お答えいただきました内容は統計的に処理するとともに、調査の目的外での利用はいたしません。

お忙しいところ恐れ入りますが、ご協力をよろしくお願いいたします。

令和6年2月  
西条市長 玉井 敏久

### 【ご記入に際してのお願い】

- 1) 封書の宛名の方ご本人がご回答ください。  
※ご自分での記入が難しい方は、ご家族の方、または介護をしている方に記入していただき構いません。
- 2) 回答は、あてはまる番号を○で囲んでください。  
(一部、複数回答や文字を記入していただくものもあります。)
- 3) ご不明な点などがありましたら、下記の連絡先までお問合せください。

【設問数】 44問 (Q1～Q44)

Webで回答  
する方はこちら



【所要時間】 約20分

【回収期限】

URL▶<https://logoform.jp/f/wFT7g>

令和6年3月15日(金) までにWebでの回答か、同封の返信用封筒(切手不要)で返送ください。

お問い合わせ先

西条市役所 健康医療推進課(西条市中央保健センター)  
☎ 0897-52-1215 (担当:大澤、梶原、平川)

## I 健康づくりについて

Q1 あなたは、普段のご自身の健康状態をどう思いますか。

1. よい      2. まあまあよい      3. あまりよくない      4. よくない

Q2 あなたは、現在、健康上の問題で日常生活に何か影響がありますか。

1. ある (Q2-1へ)      2. ない

Q2-1 Q2で「1. ある」方は、どのようなことに影響がありますか。(複数回答可)

1. 日常生活動作      2. 外出      3. 仕事      4. 家事  
5. 学業      6. 運動      7. その他 ( )

Q3 健康のために、普段あなたが気をつけていることは何ですか。(複数回答可)

1. 運動      2. 食事      3. 毎年の健診受診  
4. 禁煙      5. お酒の量や頻度      6. ストレスの解消  
7. 十分な睡眠時間の確保      8. 気を付けていることは特にな  
9. その他 ( )

Q4 あなたは、過去1年間に健診等(健康診断、健康診査、がん検診、及び人間ドック)を受けたことがありますか。

1. ある (Q4-1へ)      2. ない (Q4-2へ)

Q4-1 Q4で「1. ある」方は、どのような機会に健診を受けましたか。

1. 市町村が実施した健診  
2. 勤め先または健康保険組合等(家族の勤め先を含む)が実施した健診  
3. 学校が実施した健診  
4. 人間ドック(上記1～3以外の健診で行うもの)  
5. その他 ( )

Q4-2 Q4で「2. ない」方は、最も当てはまる理由を1つ選んでください。

1. 知らなかったから      2. 時間がとれなかったから      3. 場所が遠いから  
4. 費用がかかるから      5. 毎年受ける必要性を感じないから      6. 面倒だから  
7. 検査等(胃カメラ・採血等)に不安があるから  
8. その時医療機関に入通院していたから  
9. 健康状態に自信があり、必要性を感じないから  
10. 心配なときはいつでも医療機関を受診できるから  
11. 結果が不安なため受けたくないから  
12. その他 ( )

# 4 参考資料 (1)アンケート調査票

**Q5** あなたは、普段いつ歯みがきをしていますか。当てはまるすべての番号を選択してください。  
(複数回答可)

- |           |        |            |        |
|-----------|--------|------------|--------|
| 1. 朝起きてすぐ | 2. 朝食後 | 3. 昼食後     | 4. 夕食後 |
| 5. 間食後    | 6. ねる前 | 7. その他 ( ) |        |

**Q6** あなたは、歯科健康診査を定期的に受けていますか。

- |                  |           |
|------------------|-----------|
| 1. 受けている (Q6-1へ) | 2. 受けていない |
|------------------|-----------|

**Q6-1** Q6で「1.受けている」方は、歯科健診を受ける頻度を教えてください。

- |          |             |              |
|----------|-------------|--------------|
| 1. 月に1回  | 2. 2~3か月に1回 | 3. 4~5か月に1回  |
| 4. 半年に1回 | 5. 7~8か月に1回 | 6. 9~11か月に1回 |
| 7. 年に1回  | 8. その他 ( )  |              |

**Q7** あなたは、たばこを吸いますか。(電子たばこ、加熱式たばこを含む)

- |                          |                         |         |
|--------------------------|-------------------------|---------|
| 1. 現在吸っている (Q7-1, Q7-2へ) | 2. 以前吸っていたが、やめた (Q7-3へ) | 3. 吸わない |
|--------------------------|-------------------------|---------|

**Q7-1** Q7で「1.現在吸っている」方は、1日にどれくらいたばこを吸いますか。

- |         |         |         |         |          |
|---------|---------|---------|---------|----------|
| 1. 1~2本 | 2. 3~4本 | 3. 5~6本 | 4. 7~9本 | 5. 10本以上 |
|---------|---------|---------|---------|----------|

**Q7-2** Q7で「1.現在吸っている」方は、禁煙することにどのくらい関心がありますか。

- |                       |                     |
|-----------------------|---------------------|
| 1. 関心がない              | 2. チャンスがあれば禁煙したいと思う |
| 3. この1か月以内に、禁煙する予定である | 4. 禁煙を試みたができなかった    |

**Q7-3** Q7で「2.以前吸っていたが、やめた」方は、やめた理由を教えてください。(自由記載)

**Q8** あなたは、お酒を飲みますか。

- |                 |                   |                   |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| 1. 毎日飲む (Q8-1へ) | 2. ときどき飲む (Q8-1へ) | 3. 以前飲んでいましたが、やめた |
| 4. 飲まない         |                   |                   |

**Q8-1** Q8で「1.毎日飲む」方、「2.ときどき飲む」方は、1回に飲む量はどれくらいですか。

- |         |             |             |         |
|---------|-------------|-------------|---------|
| 1. 1合未満 | 2. 1合以上2合未満 | 3. 2合以上3合未満 | 4. 3合以上 |
|---------|-------------|-------------|---------|

【日本酒換算 1合の目安】



**Q9** 市から出されるもので、あなたが健康づくりの情報源としているものは何ですか。(複数回答可)

- |              |             |             |
|--------------|-------------|-------------|
| 1. 市の広報紙・チラシ | 2. 市のホームページ | 3. 市のLINE   |
| 4. 市のフェイスブック | 5. 市保健センター  | 6. 食生活改善推進員 |
| 7. 健幸アンバサダー  | 8. 特にない     | 9. その他 ( )  |

**Q10** 市民がより健康になるために、あなたが大切だと思うことは何ですか。  
(最も当てはまるもの3つまで)

- |                         |                       |
|-------------------------|-----------------------|
| 1. 健康づくりについての知識、情報      | 2. 健康診査の充実(費用・場所・項目等) |
| 3. 健康相談(身体、心、歯、栄養)の場や機会 | 4. 健康づくり教室(栄養、運動、休養)  |
| 5. 気軽に集まって話せる場所と機会      | 6. 気軽に運動、体操ができる場所と機会  |
| 7. 健康づくりと一緒にする仲間づくり     | 8. 自然に触れることができる場所     |
| 9. 温泉などを利用した健康づくり       | 10. 職場における健康づくり       |
| 11. その他 ( )             |                       |

## II 運動について

**Q11** あなたは、1日のべ30分以上の運動(労働などを除く)をすることが週2日以上ありますか。(歩くなどの軽い運動を含む)

- |       |                |
|-------|----------------|
| 1. ある | 2. ない (Q11-1へ) |
|-------|----------------|

**Q11-1** Q11で「2.ない」方は、最も当てはまる理由を1つ選んでください。

- |                    |             |             |
|--------------------|-------------|-------------|
| 1. 場所がない           | 2. 必要性がない   | 3. 時間に余裕がない |
| 4. 病気や身体上の理由で、できない | 5. 仕事で動いている | 6. 面倒くさい    |
| 7. その他 ( )         |             |             |

**Q12** あなたの1日の歩数または歩く時間を教えてください。(①か②どちらか記入してください。)

①万歩計を使う方は1日の歩数を教えてください。( ) 歩

②1日の歩く時間(平均)を教えてください。 約( ) 時間( ) 分

※通勤・通学時、買物時等、日常生活の中の歩きをすべて合わせて記入してください。

**Q13** あなたは、歩いて10分程度の距離なら、車などを使わずに歩きますか。

- |          |             |             |             |
|----------|-------------|-------------|-------------|
| 1. いつも歩く | 2. 3日に2回は歩く | 3. 3日に1回は歩く | 4. ほとんど歩かない |
|----------|-------------|-------------|-------------|

**Q14** あなたは、ご自分を運動不足だと思いますか。

- |       |         |
|-------|---------|
| 1. 思う | 2. 思わない |
|-------|---------|

# 4 参考資料 (1)アンケート調査票

## Ⅲ 食について

**Q15 あなたは、食育について関心がありますか。**

※食育：健全な食生活を実践することができるように「食」に関する知識と「食」を選択する力を育てること。

1. 関心がある  
2. どちらかといえば関心がある  
3. どちらかといえば関心がない  
4. 関心がない

**Q16 あなたは、普段、朝食を食べていますか。**

1. ほぼ毎日食べている（週に6～7日）  
2. 週に4～5日食べている  
3. 週に2～3日食べている  
4. ほとんど食べない（週に0～1日）

**Q17 あなたは、普段の買い物や食事の際に、地元産（地産地消）を意識していますか。**

1. 意識している  
2. 少し意識している  
3. あまり意識していない  
4. 意識していない

**Q18 あなたは、1日1回以上「主食・主菜・副菜」をそろえた食事をしていますか。**

1. ほぼ毎日している（週に6～7日）  
2. 週に4～5日している  
3. 週に2～3日している  
4. ほとんどしていない（週に0～1日）

**Q19 あなたは、食事の際、よく噛んで食べていますか。**

1. よく噛んでいる  
2. あまり噛んでいない

**Q20 あなたは、食事の際に「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしていますか。**

1. している  
2. していない

**Q21 あなたは、1日に必要な野菜の摂取量を知っていますか。（350g：小鉢5皿分）**

1. 知っている  
2. 知らない

**Q22 あなたは、1日に野菜をどれくらい食べていますか。（野菜炒め、煮物、酢の物なども含む）**  
※市販の野菜ジュースや漬物（キムチ）は含みません。

1. 小鉢1皿  
2. 小鉢2皿  
3. 小鉢3皿  
4. 小鉢4皿  
5. 小鉢5皿以上



**Q23 あなたの家庭の食事の味付けを外食と比較した時に、あなたの家庭の味付けに最もあてはまるものはどれですか。**

1. 濃い      2. 同程度      3. 薄い

**Q24 あなたは、家庭の食事で塩分をとりすぎないように意識していますか。**

1. 意識しており、実践している      2. 意識しているが、実践はできていない  
3. 意識していないし、実践していない

**Q25 あなたは、市販の食品や外食メニューに、栄養成分表示（エネルギー●●kcal、たんぱく質○○gなどの表記）があることを知っていますか。**

1. 知っていて参考にしている      2. 知っているが参考にはしていない      3. 知らない

**Q26 あなたは、1日の間食の適量が200kcalであることを知っていますか。**

※間食：朝食の3食以外の食べ物や飲み物。（お菓子、果物、ファーストフード、ジュースなど）

1. 知っている (Q26-1へ)      2. 知らない

**Q26-1 Q26で「1. 知っている」方は、あなたの1日の間食の摂取量は200kcal以内ですか。**

1. はい      2. いいえ      3. わからない

**Q27 あなたは、1日の果物の適量が200g程度であることを知っていますか。**

1. 知っている      2. 知らない

**Q28 あなたの1日の果物の摂取量はどれくらいですか。**  
(果物200gの目安のイラストを参考にお答えください。)

1. 200gより多い      2. 200g程度      3. 200gより少ない

【果物200gの目安】



**Q29 あなたの家庭では、食品ロス（本来食べられるにも関わらず捨てられている食品）を出さないように心がけていますか。**

1. 心がけている      2. 心がけていない

**Q30 あなたは、食品を購入するとき、食の安全性について考慮して選択していますか。**

※食の安全性とは：食中毒や食物アレルギーについての正しい知識を持ち、食品を選んだり適切な調理・保存方法を行うこと。

1. している      2. していない      3. どちらともいえない



## 4 参考資料 (1)アンケート調査票

### V 地域医療について

Q40 西条市の医療について、今後どのような医療体制を充実させていくべきだと考えますか。  
(複数回答可)

- |                 |               |
|-----------------|---------------|
| 1. かかりつけ医や診療所機能 | 2. 救急医療体制     |
| 3. 小児・周産期医療体制   | 4. 在宅医療体制     |
| 5. 中山間部の医療体制    | 6. がん医療体制     |
| 7. 精神疾患医療体制     | 8. 高度な急性期医療体制 |
| 9. わからない        | 10. その他 ( )   |

Q41 あなたは、最近1年間に一般外来(通常の診察時間内の診療)を受診しましたか。

1. 受診した [(Q41-1、Q41-2へ)]      2. 受診していない

Q41-1 Q41で「1. 受診した」方は、最近1年間で最もよく利用した医療機関について、満足している点を教えてください。(複数回答可)

- |                   |                      |
|-------------------|----------------------|
| 1. 交通の便           | 2. 診察日               |
| 3. 診察時間           | 4. 待ち時間              |
| 5. 医師の知識や技術       | 6. 医師の態度             |
| 7. 看護師の対応         | 8. 病気や治療に関する説明       |
| 9. 専門の医師や医療機関への紹介 | 10. セカンドオピニオン※の受けやすさ |
| 11. 自宅での往診の実施     | 12. その他 ( )          |
- ※セカンドオピニオン：主治医以外の医師による、治療方針等についての助言

Q41-2 Q41で「1. 受診した」方は、最近1年間で最もよく利用した医療機関について、改善してほしい点を教えてください。(複数回答可)

- |                   |                      |
|-------------------|----------------------|
| 1. 交通の便           | 2. 診察日               |
| 3. 診察時間           | 4. 待ち時間              |
| 5. 医師の知識や技術       | 6. 医師の態度             |
| 7. 看護師の対応         | 8. 病気や治療に関する説明       |
| 9. 専門の医師や医療機関への紹介 | 10. セカンドオピニオン※の受けやすさ |
| 11. 自宅での往診の実施     | 12. その他 ( )          |
- ※セカンドオピニオン：主治医以外の医師による、治療方針等についての助言

Q42 オンライン診療について、あなたの考えにあてはまるものを1つ選択してください。

※オンライン診療：医師と患者の間において、パソコン、スマートフォン、タブレットなどの情報通信機器を利用して、オンライン上で患者の診察・診断を行い、診断結果の伝達や薬の処方などの診療行為をリアルタイムで行うこと。

- |                        |             |
|------------------------|-------------|
| 1. 必要である               | 2. あれば利用したい |
| 3. できれば直接医師に会って診察を受けたい | 4. 必要ない     |
| 5. わからない               |             |

### VI 地域コミュニティについて

Q43 あなたは、自治会や地域行事等、地域の活動に参加していますか。次のアからオの質問について、あてはまる番号をそれぞれ1つ選んでください。

ア. 自治会や地域行事などの活動	1. 週4回以上 4. 月1~3回	2. 週2~3回 5. 年に数回	3. 週1回 6. 参加していない
イ. ボランティア活動	1. 週4回以上 4. 月1~3回	2. 週2~3回 5. 年に数回	3. 週1回 6. 参加していない
ウ. スポーツ関係のグループ活動	1. 週4回以上 4. 月1~3回	2. 週2~3回 5. 年に数回	3. 週1回 6. 参加していない
エ. 趣味関係のグループ活動	1. 週4回以上 4. 月1~3回	2. 週2~3回 5. 年に数回	3. 週1回 6. 参加していない
オ. その他のグループ活動	1. 週4回以上 4. 月1~3回	2. 週2~3回 5. 年に数回	3. 週1回 6. 参加していない

Q44 あなたのお住まいの地域についておたずねします。次のア・イの質問について、あてはまる番号をそれぞれ1つ選んでください。

ア. あなたのお住まいの地域の人々は、お互いに助け合っている	1. 強くそう思う 2. どちらかといえばそう思う 3. どちらともいえない 4. どちらかといえばそう思わない 5. 全くそう思わない
イ. あなたとあなたのお住まいの地域の人々とのつながりは強い	1. 強くそう思う 2. どちらかといえばそう思う 3. どちらともいえない 4. どちらかといえばそう思わない 5. 全くそう思わない

## 4 参考資料 (1)アンケート調査票

**最後に、あなたご自身のことに関して教えてください。**

※回答は統計的に処理されますので、個人が特定されることはありません。

<b>性別</b>	1. 男性      2. 女性      3. 回答しない
<b>年齢</b>	(      ) 歳      ※令和6年3月31日時点
<b>身長 体重</b>	身長(      ) cm      体重(      ) kg
<b>居住 地区</b>	1. 玉津   2. 飯岡   3. 西条   4. 神拝   5. 大町   6. 神戸 7. 楨瑞   8. 橋   9. 水見   10. 加茂   11. 大保木   12. 市之川 13. 周布   14. 吉井   15. 多賀   16. 壬生川   17. 国安   18. 吉岡 19. 庄内   20. 三芳   21. 楠河   22. 丹原   23. 徳田   24. 田野 25. 中川   26. 桜樹   27. 小松   28. 石根   29. わからない
<b>職業</b>	<p>あなたご自身のお仕事は大きく分けて以下のどれにあたりますか。当てはまるものを1つ選んでください。</p> <p>1. 家事専業（収入を伴う仕事をしていない方）      2. 生徒、学生 3. 無職（家事専業や生徒、学生以外）      4. パート、アルバイト、内職、臨時雇用 5. 派遣社員、契約社員      6. 常勤の会社員、公務員など 7. 自営業主または家族従事者 8. 経営者、役員（自営業主と家族従事者は除く）      9. その他（      ）</p> <p><b>上記設問で4～9を選んだ方にお聞きます。</b> 従業先でどのような仕事をしていますか。当てはまるものを1つ選んでください。どこに分類できるかわからない場合は、「その他」を選び具体的な仕事の内容をなるべく詳しくご記入ください。</p> <p>1. 農林水産業（ただし、第二種兼業や農産物加工・水産物加工は含まない） 2. 庶務、人事、経理などの事務的職業 3. 店員、小売業、卸し、不動産仲介、保険外交、旅行ガイドなどの販売的職業 4. 工場作業員、理容師、調理師、運転手、建設作業員などの熟練・労務的職業 5. 医師、弁護士、教師、技術者など専門的知識を要する専門的職業 6. 企業、官公庁における課長職以上の管理的職業 7. その他（      ）</p>
<b>家族 構成</b>	1. 単身（一人暮らし）      2. 夫婦のみ      3. 夫婦と子（2世代の同居） 4. 夫のみまたは妻のみと子（2世代の同居） 5. 両親、夫婦、子（3世代かそれ以上の同居） 6. その他（具体的に：      ）

**裏面へ**

<b>世帯 年収</b>	1. 100万円未満      2. 100～200万円未満      3. 200～300万円未満 4. 300～400万円未満      5. 400～500万円未満      6. 500～600万円未満 7. 600～700万円未満      8. 700～800万円未満      9. 800～900万円未満 10. 900～1,000万円未満      11. 1,000万円以上      12. わからない 13. 回答しない
<b>健康 保険</b>	1. 国民健康保険（自営業、年金生活者、非正規雇用者等） 2. 後期高齢者医療（75歳以上、障がい認定で後期高齢者医療に加入している65～74歳） 3. 健康保険組合（大企業のサラリーマン等） 4. 全国健康保険協会/協会けんぽ（中小企業のサラリーマン等） 5. 共済組合（公務員等） 6. 加入していない 7. わからない 8. その他（      ）

**健康づくりに関して、ご意見があればご記入ください。**

**ご協力ありがとうございました。**

## 4 参考資料 (2)アンケート送付封筒



西条市専用封筒に、  
 ①アンケートのテーマ  
 ②アンケート協力をお願い  
 ③回答期限  
 ④インターネット回答のQRコード  
 ⑤イラスト  
 を明記するなどアンケート回収率向上に向けた取り組みを行った。

### 【参考】令和5年度に西条市が実施した他のアンケートとの比較

調査の名称	調査期間	調査方法	回収数等
健康づくりに関する 市民アンケート	令和6年2月27日～令 和6年3月15日	配布: 郵送 回答: 郵送もしくはイン ターネット回答	配布数 3,000通 最終回収率 35.96%
まちづくりに関する 市民アンケート	令和5年6月15日～7月 3日	配布: 郵送 回答: 郵送もしくはイン ターネット回答	配布数 5,000通 最終回収率 31.48%

令和5年度 健康づくりに関する市民アンケート  
調査結果報告書(概要版)

令和6年5月

発行／西条市 こども健康部 健康医療推進課  
〒793-0041 西条市神拝甲324番地2  
電話番号 0897-52-1215  
E-mail [kenkoiryo@saijo-city.jp](mailto:kenkoiryo@saijo-city.jp)