

健康に関するアンケート調査結果報告書

平成 29 年 9 月
三豊市

目 次

第1章 調査の概要.....	1
1. 調査の目的.....	1
2. 調査の方法.....	1
3. 回収状況.....	1
第2章 アンケート調査からみた現状と課題.....	2
1. 栄養・食生活（食育）.....	2
2. 身体活動・運動.....	3
3. 歯（口腔）の健康.....	4
4. こころの健康.....	5
5. 喫煙.....	6
6. 飲酒.....	7
7. 生活習慣病・健康管理等.....	8
8. その他.....	9

第1章 調査の概要

1. 調査の目的

次期「第2次三豊市健康増進計画・食育推進計画」（計画期間：平成30年度～34年度）の策定に当たり、三豊市民の健康実態や要望、課題を把握するため、実施しました。

2. 調査の方法

本調査の実施方法等については、次のとおりです。

調査名	調査対象者	配布・回収方法	配布～回収期間
幼児調査	0～6歳児の保護者を対象	乳幼児検診時に 配布・回収	平成29年 8月
小中学生調査	小学5・6年生、中学1～3年生	学校配布・回収	平成29年7月
高校生調査	三豊市在住の平成12年度生まれの方	郵送	平成29年 7月～8月
一般調査	三豊市在住の20～64歳の方の中から無作為抽出	郵送	平成29年 7月～8月

3. 回収状況

回収結果は次のとおりです。

調査名	配布数		有効回収数	有効回収率
幼児調査	67票		67票	100.0%
小中学生調査	小学生	1,108票	1,086票	98.0%
	中学生	600票	575票	95.8%
高校生調査	669票		216票	32.3%
一般調査	1,500票		618票	41.2%

第2章 アンケート調査からみた現状と課題

1. 栄養・食生活（食育）

○：主な結果 ◎：主な課題

<p>幼児調査</p>	<p>○毎日朝食を食べている子どもは、79.1%となっている。 ○1日に2回以上主食・主菜・副菜を揃えて「ほとんど毎日食べる」が49.3%となっている。 ○食育に『関心がある』は、80.6%となっている。 ○伝統料理や郷土料理に『関心がある』は、67.1%となっている。 ◎朝食をとる大切さやバランスよく食事をするこの大切さのさらなる周知・啓発が必要。</p>	
<p>小学生調査</p>	<p>○毎日朝食を食べている児童は、85.0%となっている。 ○1日に2回以上主食・主菜・副菜を揃えて「ほとんど毎日食べる」が58.7%となっている。 ○家族のだれかと一緒にご飯を食べない児童は5.7%となっている。 ○コンビニ弁当やファーストフードの食事を自分で買う児童が16.5%となっている。 ○食育に『関心がある』は、73.5%となっている。 ○伝統料理や郷土料理に『関心がある』は、76.9%となっている。</p>	<p>◎朝食をとる大切さやバランスよく食事をするこの大切さのさらなる周知・啓発が必要。</p>
<p>中学生調査</p>	<p>○毎日朝食を食べている生徒は、83.0%となっている。 ○1日に2回以上主食・主菜・副菜を揃えて「ほとんど毎日食べる」が58.3%となっている。 ○家族のだれかと一緒にご飯を食べない生徒は7.3%となっている。 ○コンビニ弁当やファーストフードの食事を自分で買う生徒が39.8%となっている。 ○食育に『関心がある』は、66.3%となっている。 ○伝統料理や郷土料理に『関心がある』は、65.9%となっている。</p>	<p>◎朝食をとる大切さやバランスよく食事をするこの大切さのさらなる周知・啓発が必要。 ◎孤食がなくなるよう、保護者への周知・啓発が必要。 ◎コンビニ弁当やファーストフードの食事を買う時に、栄養バランスなどを考えるこの大切さの周知・啓発が必要。 ◎年齢があがるにつれて、食生活や食育への関心が薄れるため、継続的に周知・啓発が必要。</p>
<p>高校生調査</p>	<p>○毎日朝食を食べている生徒は、79.6%となっている。 ○1日に2回以上主食・主菜・副菜を揃えて「ほとんど毎日食べる」が56.9%となっている。 ○家族のだれかと一緒にご飯を食べない生徒は10.2%となっている。 ○コンビニ弁当やファーストフードの食事を自分で買う生徒が71.4%となっている。 ○食育に『関心がある』は、42.6%となっている。 ○伝統料理や郷土料理に『関心がある』は、48.6%となっている。</p>	

一般調査	<p>○毎日朝食を食べている方は、79.6%となっている。</p> <p>○1日に2回以上主食・主菜・副菜を揃えて「ほとんど毎日食べる」が45.1%となっている。</p> <p>○市販の弁当・惣菜・冷凍食品・インスタント食品等を毎日利用している方で、栄養成分表示を参考にして料理を選んでいる方は約6割となっている。</p> <p>○食育に『関心がある』は、61.3%となっている。</p> <p>○伝統料理や郷土料理に『関心がある』は、56.8%となっている。</p> <p>◎若い年代の方、特に男性への食の大切さや食育の周知・啓発が必要。</p>
------	--

2. 身体活動・運動

○：主な結果 ◎：主な課題

幼児調査	<p>○毎日、運動や外遊びをしている子どもは40.3%となっている。</p> <p>◎運動や外遊びの大切さの周知・啓発が必要。</p>	
小学生調査	<p>○毎日、運動やスポーツをしている児童は45.0%となっている。</p>	◎引き続き、運動やスポーツの大切さの周知・啓発が必要。
中学生調査	<p>○毎日、運動やスポーツをしている生徒は57.9%となっている。</p>	
高校生調査	<p>○毎日、運動やスポーツをしている生徒は31.0%となっている。</p>	
一般調査	<p>○日ごろ健康増進のために運動を「特にしていない」方は、過半数となっている。</p> <p>○運動していない理由は「時間がない」、「めんどうである」が多くなっているが、今後、運動を始めたい方は約6割となっている。また、今後、始める運動としては、ウォーキングやランニング、水泳などが多くなっている。</p> <p>◎特に忙しい若い世代の方への運動の大切さの周知・啓発、また手軽にできる運動の情報提供等が必要。</p>	

3. 歯（口腔）の健康

○：主な結果 ◎：主な課題

幼児調査	<p>○お子さんの仕上げ磨きは、「している」が96.3%となっている。</p> <p>○むし歯にならないように気をつけていることは、「フッ素入り歯みがき粉を使う」が50.7%で最も多くなっている。</p> <p>○むし歯がある子どもが9.0%となっており、治療していない子は33.3%となっている。</p> <p>◎歯磨きや仕上げみがきの正しいやり方やむし歯の原因は歯磨きだけではないこと、治療の大切さの周知・啓発が必要。</p>	
小学生調査	<p>○むし歯にならないように気をつけていることは、「寝る前に歯磨きをする」が57.4%で最も多くなっている。</p> <p>○むし歯がある児童が12.5%となっており、治療していないは48.5%となっている。</p> <p>◎むし歯予防、治療の大切さの保護者への周知・啓発が必要。</p>	
中学生調査	<p>○むし歯にならないように気をつけていることは、「寝る前に歯磨きをする」が52.0%で最も多くなっている。</p> <p>○むし歯がある生徒が8.3%となっており、治療していないが56.3%となっている。</p>	◎むし歯・歯周病等の予防、治療の大切さの周知・啓発が必要。
高校生調査	<p>○むし歯にならないように気をつけていることは、「寝る前に歯磨きをする」が46.8%で最も多くなっている。</p> <p>○むし歯がある生徒が12.0%となっており、治療していないが57.7%となっている。</p>	
一般調査	<p>○定期的に歯科健診や歯石除去、歯面清掃を「受けていない」が約6割となっている。</p> <p>○かかりつけの歯科医院を「決めていない」が約3割となっている。</p> <p>◎引き続き歯や歯ぐきの健康の大切さの周知・啓発を行うとともに、歯科健康診査の大切さについても周知していくことが必要。</p>	

4. こころの健康

○：主な結果 ◎：主な課題

<p>幼児調査</p>	<p>○夜 10 時以降に就寝する子どもが 20.9%となっている。 ◎幼児は 21 時前に寝ていることが理想とされていることから、早寝早起きの大切さの周知・啓発が必要。</p>	
<p>小学生調査</p>	<p>○夜 10 時以降に就寝する児童が 32.0%となっている。 ○夜 10 時以降に就寝する児童の中で約 4 割が、いつもとっている睡眠時間で休養がとれていないと感じている。 ○自分のことが『好き』が 57.9%、『好きではない』が 40.3%となっている。 ○ここ 1 か月間『不安、悩み、ストレスなどがあった』児童で相談相手が「だれもない」児童は約 3 割となっている。 ○相談相手が「だれもない」児童で相談窓口を「知らない」児童は約 4 割となっている。</p>	
<p>中学生調査</p>	<p>○夜 11 時以降に就寝する生徒が 40.5%となっている。 ○夜 11 時以降に就寝する生徒の中で約 6 割が、いつもとっている睡眠時間で休養がとれていないと感じている。 ○自分のことが『好き』が 44.0%、『好きではない』が 53.6%となっている。 ○ここ 1 か月間『不安、悩み、ストレスなどがあった』生徒で相談相手が「だれもない」生徒は約 2 割となっている。 ○相談相手が「だれもない」生徒で相談窓口を「知らない」生徒は約 5 割となっている。</p>	<p>◎睡眠で十分な休養がとれるよう、早寝早起きの大切さの周知・啓発が必要。 ◎相談窓口の周知と気軽に相談できる環境づくりが必要。</p>
<p>高校生調査</p>	<p>○夜 11 時以降に就寝する生徒が 68.1%となっている。 ○夜 11 時以降に就寝する生徒の中で約 5 割が、いつもとっている睡眠時間で休養がとれていないと感じている。 ○自分のことが『好き』が 58.7%、『好きではない』が 41.2%となっている。 ○ここ 1 か月間『不安、悩み、ストレスなどがあった』生徒で相談相手が「だれもない」生徒は約 1 割となっている。 ○相談相手が「だれもない」生徒で相談窓口を「知らない」生徒は約 4 割となっている。</p>	
<p>一般調査</p>	<p>○ここ 1 か月間『ストレス感じた』方は、約 8 割となっている。 ○睡眠が『十分にとれていない』方は、約 3 割となっている。 ○相談相手がいない方で相談窓口を「知らない」方は、約 6 割となっている。 ◎成人の睡眠時間は時間よりも質が重要視されていることから、良い睡眠を確保できるような取り組みの周知・啓発が必要。 ◎相談窓口の周知と気軽に相談できる環境づくりが必要。</p>	

5. 喫煙

○：主な結果 ◎：主な課題

幼児調査	<p>○妊娠中に喫煙していた方は 1.5%、出産後から現在喫煙している方は 11.9%となっている。</p> <p>○家族の方で、近くに子どもがいる時にたばこを吸う方は 31.3%となっている。</p> <p>◎約 3割が受動喫煙にさらされているので、受動喫煙がなくなるようさらなる周知・啓発が必要。</p>	
小学生調査	<p>○喫煙してはいけないことを知らないは、1.9%となっている。</p>	<p>◎引き続き、未成年者の喫煙が及ぼす影響について周知・啓発が必要。</p>
中学生調査	<p>○喫煙してはいけないことを知らないは、2.3%となっている。</p>	
高校生調査	<p>○喫煙してはいけないことを知らないは、2.8%となっている。</p>	
一般調査	<p>○たばこを吸う方の本数は、11～20本が最も多くなっている。</p> <p>○たばこを吸う方で「やめたいと思っているが、やめられない」方が約5割となっている。</p> <p>○COPDについては、「知らない」が63.8%で最も多くなっている。</p> <p>◎引き続き喫煙が及ぼす影響についての周知・啓発を行うとともに、受動喫煙についても周知・啓発が必要。</p> <p>◎たばこをやめたいと思っている方への支援の検討が必要。</p> <p>◎引き続きCOPDについての周知が必要。</p>	

6. 飲酒

○：主な結果 ◎：主な課題

幼児調査	<p>○妊娠中に『飲酒していた』方は9.0%となっている。</p> <p>◎妊娠中の飲酒が及ぼす影響について引き続き周知・啓発が必要。</p>	
小学生調査	<p>○飲酒してはいけないことを「知らない」は、4.1%となっている。</p>	<p>◎引き続き、未成年者の飲酒が及ぼす影響について引き続き周知・啓発が必要。</p>
中学生調査	<p>○飲酒してはいけないことを「知らない」は、2.6%となっている。</p>	
高校生調査	<p>○飲酒してはいけないことを「知らない」は、4.6%となっている。</p>	
一般調査	<p>○お酒を「ほとんど毎日飲んでいる」方の中で、ビール中ビン1本より多く飲んでいる方は約6割となっている。</p> <p>○お酒を「ほとんど毎日飲んでいる」方の中で、飲酒の適量を知らない方は約4割となっている。</p> <p>◎飲酒が及ぼす影響について引き続き周知・啓発を行うとともに、お酒の適量についての周知が必要。</p>	

7. 生活習慣病・健康管理等

○：主な結果 ◎：主な課題

小学生調査	<ul style="list-style-type: none"> ○ “軽度やせ” の中で約1割、“普通体重” の中で約3割が『太っている』と感じている。 ○ “軽度やせ” の中で約1割、“普通体重” の中で約2割がダイエットの経験がある。 ○ ダイエットの経験がある児童でダイエットについて「知っていることがない」が、約4割となっている。 	◎自分の適性体重を知り、過度なダイエット等につながらないよう周知・啓発が必要。
中学生調査	<ul style="list-style-type: none"> ○ “普通体重” の中で約4割が『太っている』と感じている。 ○ “普通体重” の中で約2割がダイエットの経験がある。 ○ ダイエットの経験がある生徒で、ダイエットについて「知っていることがない」が約2割となっている。 	
高校生調査	<ul style="list-style-type: none"> ○ “普通体重” の中で約4割が『太っている』と感じている。 ○ “普通体重” の中で約3割がダイエットの経験がある。 ○ ダイエットの経験がある生徒で、ダイエットについて「知っていることがない」が約2割となっている。 	
一般調査	<ul style="list-style-type: none"> ○健康診査やがん検診を受けていない方の理由としては、「時間がない」、「めんどうだ」が多くなっている。 ○メタボリックシンドロームについて「意味を知っている」は 77.2%、ロコモティブシンドロームについて「意味を知っている」は 14.9%となっている。 ◎定期的な健康診断の受診を促すとともに、「時間がない」、「めんどうだ」と思っている方がどのようにすれば受診するかを検討が必要。 ◎引き続きメタボリックシンドローム及びロコモティブシンドロームについての周知が必要。 	

8. その他

○：主な結果 ◎：主な課題

小学生調査	○シンナーや薬物の害について「知らない」は、27.1%となっている。	◎引き続き、シンナーや薬物の害についての周知・啓発が必要。
中学生調査	○シンナーや薬物の害について「知らない」は、7.3%となっている。	
高校生調査	○シンナーや薬物の害について「知らない」は、2.3%となっている。	
一般調査	<p>○かかりつけ医を決めている方は、約6割となっている。</p> <p>○何かしらの薬を毎日飲んでいる方は約5割となっており、飲んでいる薬の副作用を『理解していない』方が約3割となっている。</p> <p>○何かしらの薬を飲んでいる方でジェネリック医薬品が含まれていると回答した方は、54.0%となっている。</p> <p>◎飲んでいる薬の副作用を理解するよう促すことやジェネリック医薬品についての周知が必要。</p>	