

健康に関する市民意識アンケート調査

＜調査ご協力をお願い＞

みなさまには、日ごろから市政全般にご理解とご協力をいただき厚くお礼申し上げます。

本アンケート調査は、市民のみなさまの食と健康に関する意識や実態を把握するとともに、吹田市の健康増進に関する計画策定や評価、保健活動の基礎資料とし、今後の市政に活用していくために実施いたします。

ご回答いただきました内容は、個々の回答ではなく全体として集計した結果を使わせていただきますので、個人が特定されることは一切ございません。

また、調査票や返信用封筒にお名前を書いていただく必要もございません。お忙しいところ誠に恐縮ですが、本調査の趣旨をご理解の上、なにとぞご協力いただきますようお願い申し上げます。

令和元年●月

吹 田 市

記入にあたってのお願い

- 1 調査票の中で「あなたは」と表現している設問は、封筒の宛名に書かれたご本人のことをご記入ください。
- 2 回答は、あてはまる番号に○印をつけてください。○印は、番号を囲むように濃くつけてください。また、「1 つに○」など、○の数を指定している場合がありますので、ご注意ください。
- 3 「その他」の回答を選んだ場合は、() の中へ具体的にお書きください。
- 4 ご記入いただいた調査票は、お名前やご住所を記入なさらずに、同封の返信用封筒に入れてポストに投函してください。切手は不要です。

【ポスト投函期限】 令和元年（2019 年） ●月●日（●）

このアンケート調査に関するお問い合わせは、下記までお願いします。

吹田市健康医療部 保健センター（〒564-0072 吹田市出口町 19-2）

電話：06-6339-1212 / FAX：06-6339-7075

■ あなた自身のことについてお聞きします。

問1 あなたの性別を教えてください。＜1つに○＞

1 男性	2 女性
------	------

問2 あなたの年齢はどれにあてはまりますか。(10月1日現在でお答えください。)

1 19歳以下	2 20～24歳	3 25～29歳	4 30～34歳
5 35～39歳	6 40～44歳	7 45～49歳	8 50～54歳
9 55～59歳	10 60～64歳	11 65～69歳	12 70～74歳
13 75～79歳	14 80歳以上		

問3 あなたが現在お住まいの地域はどこですか。＜該当する地域1つに○＞

1 J R以南地域	寿町, 中の島町, 西御旅町, 東御旅町, 内本町, 元町, 朝日町, 清和園町, 南清和園町, 川岸町, 高浜町, 南高浜町, 昭和町, 高城町, 末広町, 日の出町, 川園町, 吹東町, 幸町, 南正雀, 目俣町, 平松町
2 片山・岸部地域	西の庄町, 片山町, 上山手町, 原町, 出口町, 藤が丘町, 朝日が丘町, 天道町, 山手町, 岸部南, 岸部中, 岸部北, 芝田町, 岸部新町
3 豊津・江坂・南吹田地域	泉町, 金田町, 南金田, 南吹田, 穂波町, 垂水町, 江坂町1～4丁目, 豊津町, 江の木町, 芳野町, 広芝町
4 千里山・佐井寺地域	千里山霧が丘, 千里山星が丘, 千里山虹が丘, 千里山月が丘, 千里山東, 千里山西, 千里山松が丘, 竹谷町, 佐井寺南が丘, 佐井寺, 千里山高塚, 春日, 千里山竹園, 円山町, 五月が丘西, 五月が丘南, 江坂町5丁目, 五月が丘東, 五月が丘北
5 山田・千里丘地域	山田東, 山田西, 山田南, 山田北, 檜切山, 山田市場, 尺谷, 千里丘上, 千里丘中, 千里丘下, 千里丘西, 千里丘北, 長野東, 長野西, 新芦屋上, 新芦屋下, 清水, 青葉丘南, 青葉丘北
6 千里ニュータウン・万博・阪大地域	佐竹台, 高野台, 津雲台, 桃山台, 竹見台, 古江台, 青山台, 藤白台, 上山田, 千里万博公園, 山田丘

問4 現在、同居している家族はどなたですか。＜あてはまるものすべてに○＞

※あなたからみた続柄でお答えください。(義理関係含む)

1 配偶者(夫・妻)	2 父・母
3 子ども(子の配偶者を含む)	4 孫(孫の配偶者を含む)
5 祖父・祖母	6 兄弟・姉妹
7 その他()	8 同居している家族はいない

問5 あなたの世帯全体の年間の収入は次のどれにあてはまりますか。＜1つに○＞

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

問6 現在、あなたが加入している健康保険は何ですか。＜1つに○＞

- | | |
|------------------------|------------------------|
| 1 国民健康保険（自営業等） | 2 国民健康保険組合（建設国保、医師国保等） |
| 3 後期高齢者医療制度（主に75歳以上の方） | 4 共済組合（公務員等） |
| 5 上記1～4以外の健康保険（民間企業等） | 6 加入していない |
| 7 わからない | |

問7 あなたの身長と体重を教えてください。（※よくわからない場合はおおよそで結構です。）

＜①身長＞	cm	＜②体重＞	kg
-------	---	-------	--

問8 あなたは現在、健康上の問題で日常生活に何か影響はありますか？＜1つに○＞

- | | |
|------|--------|
| 1 ある | ない⇒問9へ |
|------|--------|

【問8で「1 ある」と回答した人にお聞きします】

問8-1 それはどのようなことに影響がありますか。＜あてはまるものすべてに○＞

- | | |
|-------------------------------|--------------|
| 1 日常生活動作（起床、衣服着脱、食事、入浴など） | 2 外出 |
| 3 仕事、家事、学業 | 4 運動（スポーツ含む） |
| 5 その他（ <input type="text"/> ） | |

【すべての方にお聞きします】

問9 あなたは現在、生活習慣病の治療（通院による定期的な検査や生活習慣の改善指導を含む）のため、定期的に医療機関を受診していますか。＜1つに○＞

生活習慣病とは、がん、糖尿病、脂質異常症、高血圧症、脳卒中（脳出血や脳梗塞等）、狭心症、心筋梗塞などを指す。

- | | |
|----------|-----------|
| 1 受診している | 2 受診していない |
|----------|-----------|

■ あなたの食生活等についてお聞きします。

問10 あなたは、ふだん朝食を食べていますか。＜1つに○＞

- | | |
|---------------------|--------------------|
| 1 ほぼ毎日（週に6日以上）⇒問11へ | 2 週に4～5日 |
| 3 週に2～3日 | 4 ほとんど食べない（週に1日以下） |

【問10で「2 週に4～5日」「3 週に2～3日」「4 ほとんど食べない（週に1日以下）」と回答した人にお聞きします】

問10-1 あなたが朝食を食べない理由は何ですか。＜あてはまるものすべてに○＞

- | | |
|-------------------------------|----------------|
| 1 食べる時間がない | 2 食欲がわからない |
| 3 起きる時間が遅く朝昼兼用になる | 4 やせるため（ダイエット） |
| 5 朝食の準備が面倒 | 6 朝食が用意されていない |
| 7 朝食を食べる習慣がない | 8 食費節約のため |
| 9 その他（ <input type="text"/> ） | 10 特になし |

問 10-2 いつ頃から朝食を食べないことが多くなりましたか。＜1つに○＞

1 小学生の頃	2 中学生の頃	3 16～18歳の頃
4 19～22歳の頃	5 その他（ ）	6 わからない

問 11 あなたは、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べていますか。

1 ほぼ毎日（週に6日以上）	2 週に4～5日
3 週に2～3日	4 ほとんど食べない（週に1日以下）

主食：ごはん、パン、麺類など 主菜：魚や肉、卵、大豆製品など 副菜：野菜やきのこ類、海そう類

問 12 あなたは、食事の準備（調理等）をひとりでできますか。＜1つに○＞

1 できる	2 だいたいできる	3 ほとんどできない
-------	-----------	------------

問 13 日頃の食生活の状況について、以下の項目についてお答えください。

＜A～Eについて“1”か“2”に○＞	『はい』	『いいえ』
A 塩分を多く含む食品を控えている	1	2
B 牛乳や乳製品（ヨーグルト・チーズ等）を毎日食べている	1	2
C ジュース等の甘い飲料を控えている	1	2
D 就寝2時間前には何も食べない	1	2
E 食事の量は腹八分目にしている	1	2

問 14 あなたは、外食や持ち帰り弁当や惣菜はどのくらい利用しますか。＜1つに○＞

＜ABについて“1”～“4”に○＞	『ほとんど毎日』	『週4～5日』	『週2～3日』	『ほとんどない（週1日以下）』
A 外食（飲食店での食事）	1	2	3	4
B 持ち帰り弁当や惣菜	1	2	3	4

【家族等と同居されている方のみにお聞きします（※ひとり暮らしの方は問 15 へ）】

★問 15 あなたはふだん夕食をひとりで食べること（孤食）がどれくらいありますか。＜1つに○＞

1 よくある	2 時々ある
3 あまりない ⇒問 16 へ	4 全くない ⇒問 16 へ

【問 15 で「1 よくある」または「2 時々ある」と回答した人にお聞きします】

問 15-1 夕食をひとりで食べることがある理由は何ですか。＜あてはまるものすべてに○＞

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 1 夕食の時間に自分が家にいないから | 2 夕食の時間に家族が家にいないから |
| 3 自分の好きな時に食べるから | 4 自分の部屋で食べるから |
| 5 その他（ ） | 6 特になし |

【すべての方にお聞きします】

★問 16 あなたは、食生活でこういったことを重視していますか。＜あてはまるものすべてに○＞

- | | |
|--------------------|-------------------|
| 1 家族や友人と食卓を囲む機会 | 2 食事の正しいマナーや作法 |
| 3 よく噛むこと | 4 地域性や季節感のある食事をする |
| 5 地場産物の購入・使用 | 6 食品の安全性 |
| 7 食べ残しをしない、食品を捨てない | 8 できるだけ手作りの食事 |
| 9 栄養バランスのとれた食事 | 10 規則正しい食生活のリズム |
| 11 多様な食品の利用 | 12 その他（ ） |
| 13 特になし | |

問 17 あなたは、食品を購入する際に栄養成分の表示を確認して購入しますか。＜1つに○＞

- | | |
|------------|-----------|
| 1 いつもしている | 2 時々している |
| 3 あまりしていない | 4 全くしていない |

★問 18 あなたは、「食育」に関心がありますか。＜1つに○＞

「食育」とは、様々な経験を通じて『食』に関する知識と『食』を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることをいう。

- | | |
|-----------------|-----------------|
| 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 |
| 5 わからない | |

★問 19 あなたは、食事の望ましい組み合わせとおおよその量を示したコマ型のイラスト「食事バランスガイド」（右図）を見たことがありますか。＜1つに○＞

- | |
|----------------------|
| 1 見たことがあり、参考になっている |
| 2 参考にはしていないが、見たことはある |
| 3 見たことはない |



■ 喫煙状況等についてお聞きします。

問 20 あなた自身、たばこを吸いますか。＜1つに○＞

- | | |
|---------------------------------|------------|
| 1 毎日吸っている | 2 時々吸う日がある |
| 3 以前は吸っていたが、1 か月以上吸っていない⇒問 21 へ | |
| 4 吸わない⇒問 21 へ | |

【問 20 で「1 毎日吸っている」「2 時々吸っている」と回答した人にお聞きします】

問 20-1 現在あなたが吸っているたばこ製品は以下のどれですか？＜あてはまるものすべてに○＞

- | | |
|-----------------|----------------------|
| 1 紙巻きたばこ | 2 加熱式たばこ |
| 3 電子たばこ（ニコチン入り） | 4 電子たばこ（ニコチンなし、又は不明） |
| 5 その他（ ） | |

加熱式たばことは、たばこ葉やたばこ葉を用いた加工品を燃焼させず、専用機器を用いて電気で加熱することで煙を発生させるもの。加熱の方法や温度などは製品ごとに異なる。電子たばことは、香料などを含む溶液を電気的に加熱し、発生させたエアロゾル（蒸気）を吸入する製品で、日本ではニコチンを含むものは現在販売されていないが、ニコチンの有無にかかわらず、健康影響には懸念があると考えられている。

【問 20 で「1 毎日吸っている」「2 時々吸っている」と回答した人にお聞きします】

問 20-2 禁煙について、あなたは関心がありますか。＜1 つに○＞

- | |
|------------------------------|
| 1 関心はない |
| 2 関心があり、今後 1 か月以内に禁煙する予定 |
| 3 関心があり、今後 6 か月以内に禁煙する予定 |
| 4 関心はあるが、今後 6 か月以内に禁煙する予定はない |

【すべての方にお聞きします】

★問 21 あなたは、「慢性閉塞性肺疾患（COPD）」について知っていますか。＜1 つに○＞

「COPD」とは、たばこの煙などが原因で、呼吸困難や慢性的な咳・たんが続くなど、肺機能が徐々に低下していく病気のことをいう。

- | | |
|--------------------------|------------------------|
| 1 言葉も意味も知っていた | 2 言葉は知っていたが、意味はわからなかった |
| 3 言葉も意味も知らなかった（今回初めて知った） | |

問 22 あなたはこの 1 か月間に受動喫煙の機会がありましたか。＜あてはまるものすべてに○＞

- | | |
|------------|--------------------|
| 1 家庭内 | 2 職場内 |
| 3 公園や通学路 | 4 デパート、スーパーなどの商業施設 |
| 5 飲食店 | 6 公共施設 |
| 7 電車やバスのなか | 8 駅周辺 |
| 9 医療機関 | 10 歩きたばこや路上喫煙 |
| 11 その他（ ） | 12 受動喫煙の機会はありません |

問 23 あなたは「禁煙外来」という言葉を聞いたことがありますか。＜1 つに○＞

「禁煙外来」とは、医師が外来で喫煙者の喫煙歴を把握したうえで禁煙補助薬を処方し治療すること。禁煙中の症状（離脱症状）についても相談できる。一定の条件を満たせば健康保険による治療ができる。

- | | |
|---------------|------------------------|
| 1 言葉も内容も知っている | 2 言葉を聞いたことはあるが、内容は知らない |
| 3 知らない | |

問 24 たばこが健康に与える影響として、以下のうち知っている事柄はありますか。

E、Fは子供が受動喫煙（他人のたばこの煙を吸わされること）した場合

＜A～Gについて“1”か“2”に○＞	『知っていた』	『知らなかった』
A がんになりやすい	1	2
B COPD（慢性閉塞性肺疾患）になりやすい	1	2
C 生活習慣病（高血圧、糖尿病、脂質異常症、 心筋梗塞、脳梗塞等）になりやすい	1	2
D 歯周病になりやすい	1	2
E 子供への影響（肺炎、気管支炎、喘息等）	1	2
F 乳幼児突然死症候群になりやすい	1	2
G 妊娠中の胎児への影響	1	2

■ 日頃の運動の状況等についてお聞きします。

問 25 あなたは、日頃から日常生活の中で1日30分以上の運動をしていますか。
（※学生の方は、学校の授業時間内に行っているものは除きます。）＜1つに○＞

1 週に2回以上	2 週に1回程度
3 月に1～2回程度	4 ほとんどしていない

問 26 あなたの日頃の運動に関して以下のことについて教えてください。＜A・B・C各項目1つに○＞

A 同世代の同性の人より歩くのが速い	1 はい	2 いいえ
B 歩いて10分以内の所なら歩いていく	1 はい	2 いいえ
C ラジオ体操や自転車など体を動かすことを心がけている。	1 はい	2 いいえ

問 27 ふだん、駅やビル等で3階ぐらいの高さを上げる際に、階段とエスカレータ（エレベータ）の両方があれば、あなたはどちらを使うことが多いですか。＜1つに○＞

1 ほとんど階段を上がる（階段利用が8割以上）
2 階段を上がるほうが多い（階段利用が6～8割未満）
3 階段を上がるのとエスカレータ（エレベータ）を利用することが半々
4 エスカレータ（エレベータ）を利用することが多い（6～8割未満）
5 エスカレータ（エレベータ）を利用することがほとんど（8割以上）

■ 心身の健康についてお聞きします。

問 28 ふだんの睡眠は、規則正しくとれていますか。＜1 つに○＞

- | | |
|--------------|-------------|
| 1 規則正しい | 2 おおむね規則正しい |
| 3 あまり規則正しくない | 4 規則正しくない |

問 29 この 1 か月間の日常生活での悩みやストレスについて解消できていますか。＜1 つに○＞

- | | |
|-----------------|----------------|
| 1 その都度解消できている | 2 解消できていることが多い |
| 3 解消できていないことが多い | 4 解消できていない |
| 5 わからない | 6 悩みやストレスはなかった |

問 30 あなたの身近に悩みごと等を相談できる人はいますか。＜あてはまるものすべてに○＞

- | | |
|------------------|---------------|
| 1 家族 | 2 親戚 |
| 3 友人・知人 | 4 近所 |
| 5 職場 | 6 自治会・町内会 |
| 7 民生委員・児童委員 | 8 地区福祉委員 |
| 9 その他（ ） | 10 相談できる人はいない |
| 11 だれかに相談することはない | |

問 31 あなたはこの 1 年間に、健康づくりを目的とした活動を続けていますか。＜1 つに○＞

- | | |
|---------|-----------------|
| 1 続けている | 2 続けていない⇒問 32 へ |
|---------|-----------------|

【問 31 で「1 続けている」と回答した方にお聞きします】

問 31-1 あなたが健康づくり活動を続けられている理由は何ですか。＜あてはまるものすべてに○＞

- | | |
|-----------------|-------------------|
| 1 体力や筋力をつけたいから | 2 病気の治療、予防のため |
| 3 体重を減らしたいから | 4 体重を維持、又は増やしたいから |
| 5 好きだから | 6 ストレス解消したいから |
| 7 仲間がいるから | 8 家族に言われているから |
| 9 手軽にできるから | 10 その活動が上手になりたいから |
| 11 指導者に恵まれているから | 12 その他（ ） |

【すべての方にお聞きします】

問 32 あなたは御自身や家族の健康づくりに関心がありますか。＜1 つに○＞

- | | |
|--------------|--------------|
| 1 ある | 2 どちらかといえばある |
| 3 どちらかといえばない | 4 ない |

問 33 あなたは健康づくりに関する情報を何から入手していますか。＜あてはまるものすべてに○＞

- | | |
|---------------------|----------------|
| 1 新聞や雑誌 | 2 テレビ |
| 3 インターネット（ホームページ等） | 4 インターネット（SNS） |
| 5 市報、チラシやポスター、健康教室等 | 6 家族、友人、知人 |
| 7 医療機関、薬局 | 8 勤め先や学校 |
| 9 その他（ ） | |

問 34 あなたは健康づくりに関する情報に満足していますか。＜1 つに○＞

- | | | | |
|---------|------|--------|------|
| 1 大いに満足 | 2 満足 | 3 少し満足 | 4 不満 |
|---------|------|--------|------|

問 35 あなたがご自身や家族の健康のために知りたいことはどんなことですか。

＜あてはまるものすべてに○＞

- | | |
|-----------------|------------------|
| 1 食事や栄養に関すること | 2 医療機関や薬局に関すること |
| 3 運動に関すること | 4 休養に関すること |
| 5 体脂肪や体重に関すること | 6 健康を害するものに関すること |
| 7 生活習慣病予防に関すること | 8 介護予防に関すること |
| 9 その他（ ） | |

問 36 ここ 1 年間で、地域活動（町内行事、公民館活動、ボランティア活動、サロンなど）に参加したことはありますか。＜1 つに○＞

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

■ 歯の健康等についてお聞きします。

問 37 あなたは、定期的に歯科健診を受けていますか。＜1 つに○＞

- | | |
|------------------|-----------------------|
| 1 年 1 回以上受けている | 2 2～3 年に 1 度くらいは受けている |
| 3 ここ 3 年以上受けていない | 4 受けたことがない |

問 38 これまで歯科医等に“歯周病”または“歯肉炎”と言われたことがありますか。＜1 つに○＞

- | | |
|------|------|
| 1 ある | 2 ない |
|------|------|

問 39 あなたは、“歯周病”と“糖尿病”が、相互に悪影響を及ぼし合っていることを知っていますか。＜1 つに○＞

- | | | |
|-----------|------------|--------------------|
| 1 よく知っている | 2 聞いたことがある | 3 知らなかった（今回初めて知った） |
|-----------|------------|--------------------|

問 40 あなたは、“^{こうくうきのう}口腔機能の向上”が“^{ごえんせいはいえん}誤嚥性肺炎の予防”につながることを知っていますか。
＜1 つに○＞

「口腔機能の向上」とは、「食べる」「話す」などの歯とお口の働きを良くすることで、「誤嚥性肺炎」とは、口腔内細菌が唾液と共に気管から肺に流れ込んで生じる肺炎のこと。

- | | | |
|-----------|------------|--------------------|
| 1 よく知っている | 2 聞いたことがある | 3 知らなかった（今回初めて知った） |
|-----------|------------|--------------------|

問 41 歯周病や歯肉炎は 20 歳ころから発症しやすくなることを知っていますか。＜1 つに○＞

- | | | |
|-----------|------------|--------------------|
| 1 よく知っている | 2 聞いたことがある | 3 知らなかった（今回初めて知った） |
|-----------|------------|--------------------|

問 42 むし歯や歯周病は口腔内細菌による感染症であることを知っていますか。＜1 つに○＞

- | | | |
|-----------|------------|--------------------|
| 1 よく知っている | 2 聞いたことがある | 3 知らなかった（今回初めて知った） |
|-----------|------------|--------------------|

■ お酒を飲む機会等についてお聞きします。

問 43 あなたはふだんお酒やビールなどのアルコール類を飲むことがありますか。＜1つに○＞

- | | |
|---------------------------------|----------|
| 1 ほぼ毎日（週6日以上） | 2 週に3～5日 |
| 3 週に1～2日 | 4 月に1～3日 |
| 5 ほとんど飲まない（月に1回未満）または飲めない ⇒問44へ | |

★【問43で「1 ほぼ毎日（週6日以上）」「2 週に3～5日」とお答えの方にお聞きします】

問43-1 “飲酒の適量は1日に日本酒（清酒）1合程度”ということをおあなたは知っていますか。＜1つに○＞

- | | |
|---------|--------------------|
| 1 知っている | 2 知らなかった（今回初めて知った） |
|---------|--------------------|

■ 健診や医療機関の受診状況等についてお聞きします。

問 44 過去1年間に、特定健診（メタボ健診）やお腹回りの測定を含む健康診査、人間ドックを受けたことがありますか。＜1つに○＞

- | |
|--|
| 1 特定健診（メタボ健診）やお腹回りの測定を含む健康診査も人間ドックも受けた ⇒問44-2へ |
| 2 特定健診（メタボ健診）やお腹回りの測定を含む健康診査のみ受けた ⇒問44-2へ |
| 3 人間ドックのみ受けた ⇒問45へ |
| 4 いずれも受けていない（※1年以上前に受けた場合を含む） ⇒問44-1へ |

【問44で「4 いずれも受けていない」という人にお聞きします】

問44-1 健康診査や人間ドックを受けていない理由は何ですか。＜あてはまるものすべてに○＞

- | | |
|--------------------|----------------------|
| 1 健康なので受ける必要がないから | 2 面倒だから |
| 3 忙しいから | 4 毎年受ける必要はないと思っているから |
| 5 費用がかかるから | 6 知らなかったから |
| 7 結果が不安なので受けたくないから | 8 健診場所が遠いから |
| 9 その他（ ） | 10 特になし |

【問44で、「1」または「2」と回答した人にお聞きします】

問44-2 特定保健指導が必要と言われましたか。＜1つに○＞

- | |
|--------------------------|
| 1 必要と言われて受けた ⇒問45へ |
| 2 必要と言われたが受けなかった ⇒問44-3へ |
| 3 必要と言われなかった ⇒問45へ |

【問44-2で「2 必要と言われたが受けなかった」と回答した人にお聞きします】

問44-3 特定保健指導を受けなかった理由は何ですか。＜あてはまるものすべてに○＞

- | | |
|-------------|---------------------|
| 1 忙しいから | 2 面倒だから |
| 3 場所が遠かったから | 4 すでに生活改善に取り組んでいるから |
| 5 通院中だから | 6 その他（ ） |
| 7 特になし | |

【すべての方にお聞きします】

問 45 過去 1 年間にがん検診を受けましたか。＜あてはまるものすべてに○＞

- | | |
|---------------------|-----------------|
| 1 胃がん検診 | 2 大腸がん検診 |
| 3 肺がん検診 | 4 前立腺がん検診（男性のみ） |
| 5 乳がん検診（女性のみ） | 6 子宮がん検診（女性のみ） |
| 7 何も受けていない⇒問 45-3 へ | |

【20 歳以上の女性にお聞きします。※問 45 で 5、6 と答えた方もお答えください。】

問 45-1 過去 2 年間に子宮がん、乳がん検診を受けましたか。＜あてはまるものすべてに○＞

- | | |
|------|------|
| 1 ある | 2 ない |
|------|------|

【問 45 で「1～6」と回答した人にお聞きします】

問 45-2 それはどのような機会に受けましたか。＜あてはまるものすべてに○＞

- | | |
|---------------|---------------------------|
| 1 市区町村が実施した検診 | 2 勤め先又は健康保険組合等（家族の勤め先を含む） |
| 3 人間ドック | 4 その他（ ） |
| 5 わからない | |

【問 45 で「7 何も受けていない」と回答した人にお聞きします】

問 45-3 受けていない理由は何ですか。＜あてはまるものすべてに○＞

- | | |
|-------------------|----------------------|
| 1 健康なので受ける必要がないから | 2 面倒だから |
| 3 忙しいから | 4 毎年受ける必要がないと思っているから |
| 5 費用がかかるから | 6 知らなかったから |
| 7 結果が不安で受けたくないから | 8 検診場所が遠いから |
| 9 その他（ ） | 10 特になし |

【すべての方にお聞きします】

問 46 あなたは、“ロコモティブシンドローム（運動器症候群）”という言葉を知っていますか。

<1 つに○＞

「ロコモティブシンドローム」とは、加齢や生活習慣が原因といわれる運動器（骨・関節・筋肉等）の衰えなどによって、要介護状態になるリスクが高まる状態のこと。

- | | |
|--------------------------|----------------------|
| 1 言葉も意味も知っていた | 2 言葉は知っているが意味は知らなかった |
| 3 言葉も意味も知らなかった（今回初めて知った） | |

問 47 あなたには、自身の健康についての相談や病気になったとき診てもらうための、かかりつけ医や歯科医、薬局がありますか。＜あてはまるものすべてに○＞

- | | |
|-----------|------------|
| 1 かかりつけ医 | 2 かかりつけ歯科医 |
| 3 かかりつけ薬局 | 4 いずれもない |

問 48 生活習慣病予防のために行っていることはありますか。＜実践していることすべてに○＞

- | | |
|---------------|-------------------|
| 1 食生活に十分気を付ける | 2 積極的な運動を心がける |
| 3 休養を十分にとる | 4 気分転換・ストレス解消に努める |
| 5 たばこを吸わない | 6 お酒を飲まない（飲みすぎない） |
| 7 太らないようにする | 8 やせすぎないようにする |
| 9 その他（ ） | 10 特になし |

問 49 あなたの考える理想体重を教えてください。

		.		kg
--	---	---	--	----

問 50 あなた自身の体形についてどのようにお考えですか。＜1つに○＞

1 やせている	2 やせぎみである
3 ふつう	4 太り気味である
5 太っている	

問 51 あなたは御自分の生活習慣の改善についてどのようにお考えですか。＜1つに○＞

1 改善は必要だが、今すぐ変える必要はない	2 改善が必要だと思い、1か月以内に取組みたいと思う
3 改善が必要だと思い、すでに取り組んでいる	4 改善が必要だと思わない
5 関心がない	

問 52 サルコペニアという言葉を知っていますか。＜1つに○＞

サルコペニアとは加齢や疾患により筋肉量が低下することで、全身の筋力低下及び身体機能の低下が起ること。

1 言葉も意味も知っていた	2 言葉は知っているが意味は知らなかった
3 言葉も意味も知らなかった（今回初めて知った）	

問 53 フレイルという言葉を知っていますか。＜1つに○＞

フレイルとは加齢とともに心身の活力（運動機能や認知機能等）が低下し、複数の慢性疾患の併存などの影響もあり、生活機能が障害され、心身の脆弱性が出現した状態であるが、一方で適切な介入・支援により、生活機能の維持向上が可能な状態。

1 言葉も意味も知っていた	2 言葉は知っているが意味は知らなかった
3 言葉も意味も知らなかった（今回初めて知った）	

ご協力ありがとうございました。

この調査票を返信用封筒に入れて、返送してください。（切手不要）