

アンケートからみた市民の健康に関する意識等

本計画の策定に当り、平成 26 年度（2014 年度）に、市民の健康や生活習慣の実態等を把握するため「健康に関する市民意識アンケート調査」を実施しました。調査の実施概要と調査結果については、次の通りです。

■調査の実施概要

- ①調査対象 一般市民：中学卒業以上の市民（無作為抽出）
保護者：2歳以上中学生以下の保護者（無作為抽出）
- ②調査方法 郵送
- ③調査期間 平成 26 年（2014 年）11 月 14 日から 11 月 26 日まで
- ④回収状況

	配布数	有効回収数	有効回収率
一般市民	2,000 枚	991 枚	49.6%
保護者	1,000 枚	570 枚	57.0%

⑤調査結果の見方・留意点

- 図表中のN（Number of case）は、設問に対する回答者数のことです。
- 回答比率（％）は回答者数（N）を 100％として算出し、小数点以下第2位を四捨五入して表示しており、その結果、内訳の合計が計に一致しないことがあります。また、複数の回答を求める設問では、回答比率（％）の計は 100.0％を超えます。
- 図中に次の表示がある場合は、複数回答を依頼した質問です。
 - ・ MA %（Multiple Answer）：回答選択肢の中からあてはまるものをすべて選択する場合
- 「前回調査」とは吹田市が平成 21 年度（2009 年度）に実施した「食に関する市民意識アンケート調査」のことです。
- 集計にあたり、下記のライフステージ別に分析し、掲載している場合があります。

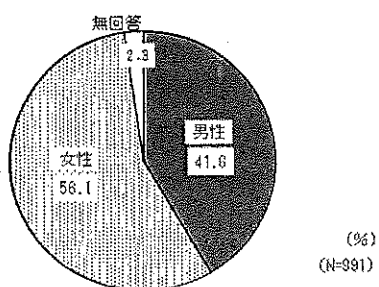
調査種別	ライフステージ	対 象	図中表記
一般市民 対象調査	青年期	中学卒業から 24 歳までの市民	“青年期”
	成年期	25 歳から 39 歳までの市民	“成年期”
	中年期	40 歳から 64 歳までの市民	“中年期”
	高年期	65 歳以上の市民	“高年期”
保護者 対象調査	妊娠・乳幼児期	幼児(2 歳から就学前)とその保護者	“幼児期” 又は “幼児期保護者”
	学齢期(小学生)	小学生とその保護者	“小学生” 又は “小学生保護者”
	学齢期(中学生)	中学生とその保護者	“中学生” 又は “中学生保護者”

(1) 回答者の属性

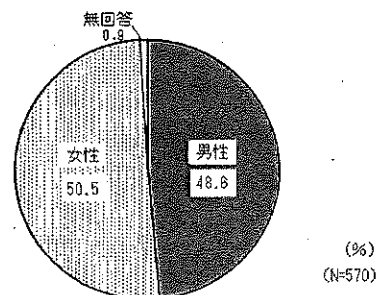
一般市民では、「男性」41.6%に対して「女性」が56.1%、2歳以上中学生以下では、「男性」48.6%に対し、「女性」50.5%といずれも女性の割合が多くなっています。

また、年齢構成については、一般市民では「60歳代」(20.2%)が最も多く、2歳以上中学生以下では、「8歳」(9.8%)、「6歳」(9.1%)が多くなっています。

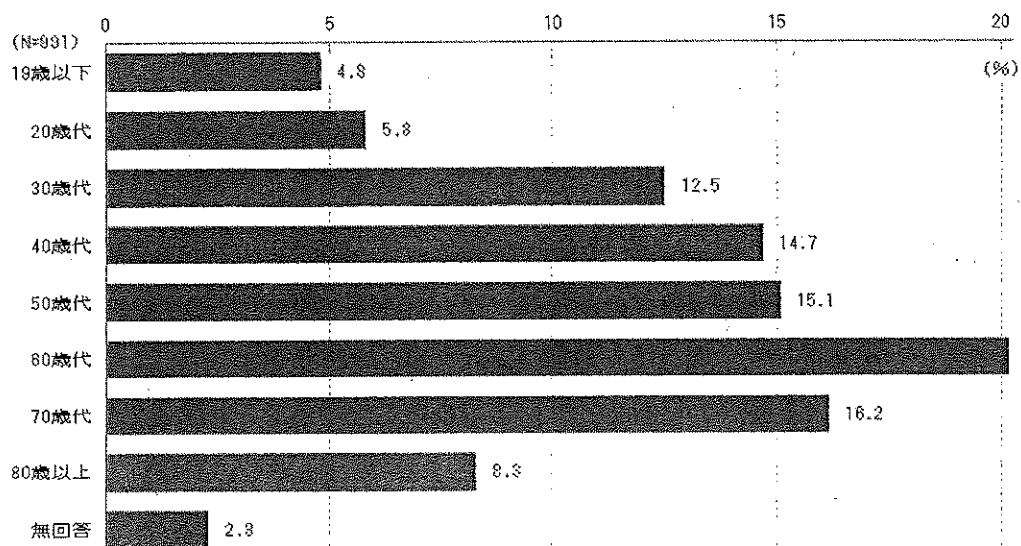
【一般市民：性別】



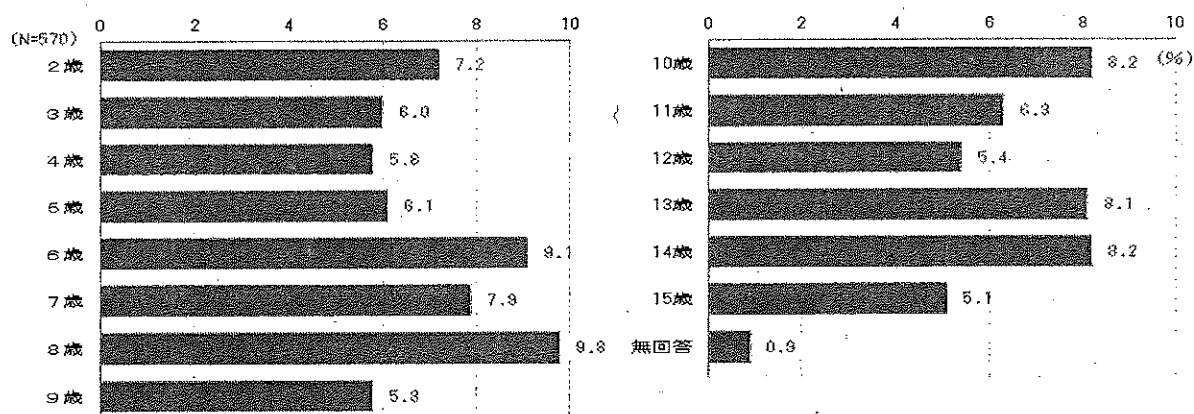
【2歳以上中学生以下：性別】



【一般市民：年齢】



【2歳以上中学生以下：年齢】



(2) 世帯の年収

世帯の年間収入について、一般市民では、「200～300万円未満」が14.8%と最も多く、次いで「100～200万円未満」が11.8%と多くなっています。また、保護者については、「500～600万円未満」が14.4%と最も多く、次いで「700～800万円未満」が14.0%と多くなっています。

【一般市民及び保護者：世帯の年収】

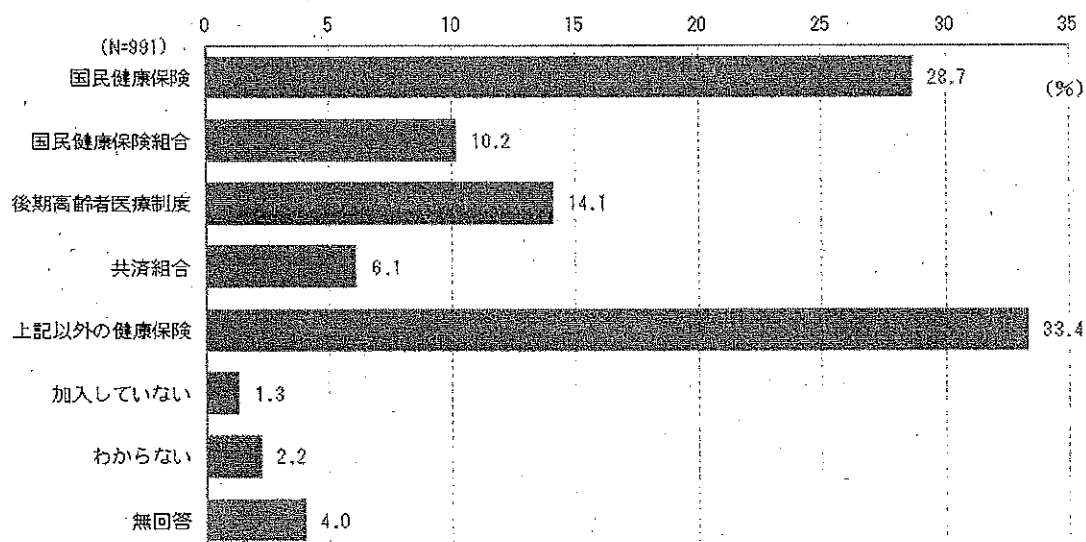
(%)

	調査数(人)	100万円未満	100～200万円未満	200～300万円未満	300～400万円未満	400～500万円未満	500～600万円未満	600～700万円未満	700～800万円未満	800～900万円未満	900～1,000万円未満	1,000万円以上	わからない	無回答
一般市民	991	4.0	11.8	14.8	11.0	11.2	9.4	5.5	6.2	3.1	3.0	8.4	8.0	3.5
保護者	570	1.2	3.7	3.9	7.5	10.7	14.4	11.8	14.0	6.5	6.1	10.7	5.6	3.9

(3) 健康保険の種類

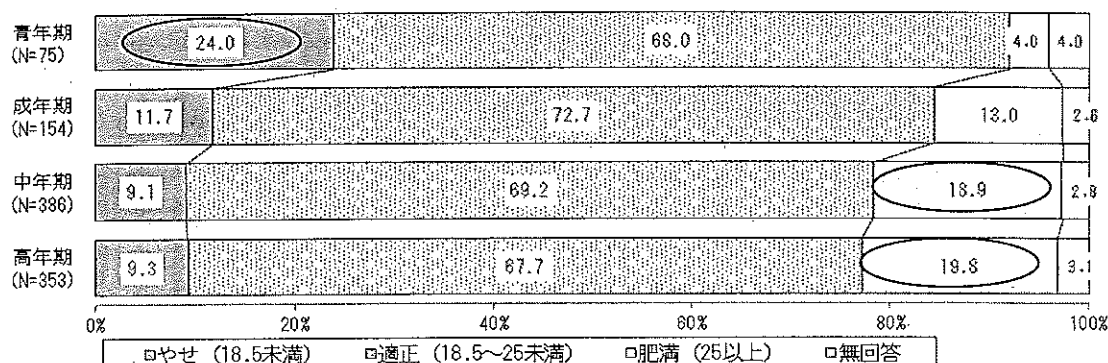
一般市民が、現在、加入している健康保険では、「上記（国民健康保険等）以外の健康保険」が33.4%と最も多く、次いで「国民健康保険」が、28.7%と最も多くなっています。

【一般市民：健康保険の種類】



(4) BMI (Body mass index) ※身長と体重から算出される肥満の度合いを判定する数値

身長と体重の回答から算出 (体重[kg]÷(身長[m]×身長[m]))したBMIの数値をライフステージ別にみると、「肥満 (BMI 25 以上)」が高年期で 19.8%、中年期で 18.9%と高くなっています。一方、「やせ (BMI 18.5 未満)」は青年期で 24.0%と最も高くなっており、前回調査 (20.7%) から 3.3 ポイント増加しています。



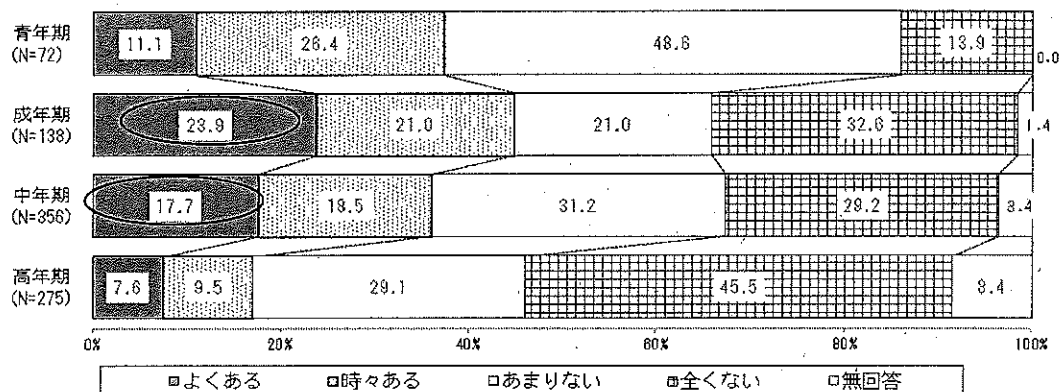
(5) 栄養・食生活について

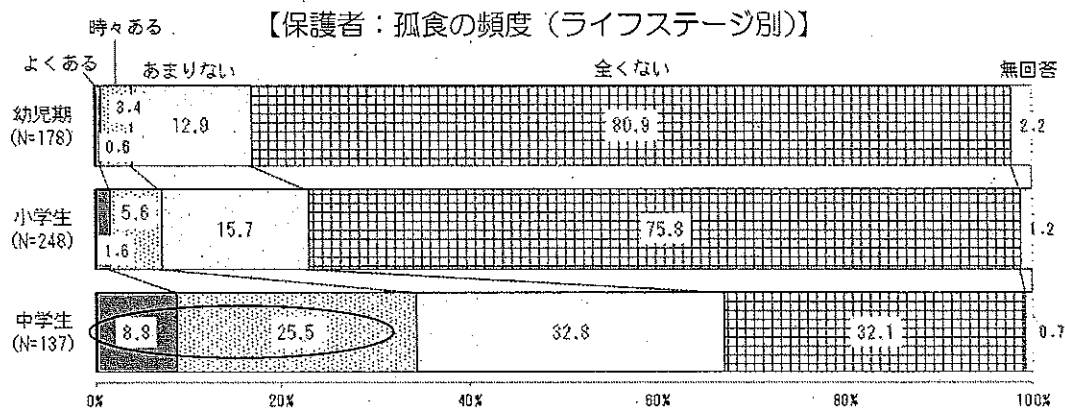
①孤食の状況

ライフステージ別にみると、孤食が「よくある」という割合が、成年期で2割台 (23.9%) と最も高く、次いで中年期で 17.7%となっており、前回調査から成年期で 5.9 ポイント増 (前回 18.0%)、中年期で 1.2 ポイント増 (前回 16.5%) となっています。

また、中学生は、夕食をひとりで食べること (孤食) が「よくある」(8.8%) と「時々ある」(25.5%) を合わせると3割台 (34.3%) みられ、前回調査 (前回「よくある」と「時々ある」で 28.4%) から増加しています。

【一般市民：孤食の頻度 (ライフステージ別)】

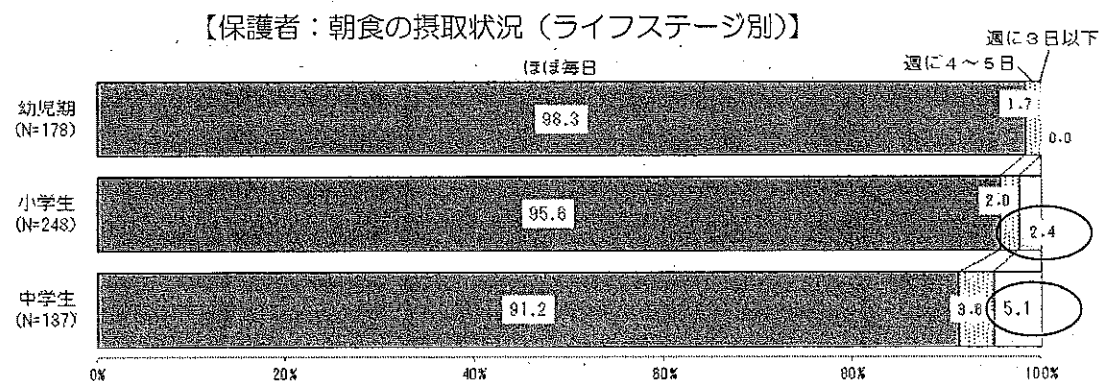
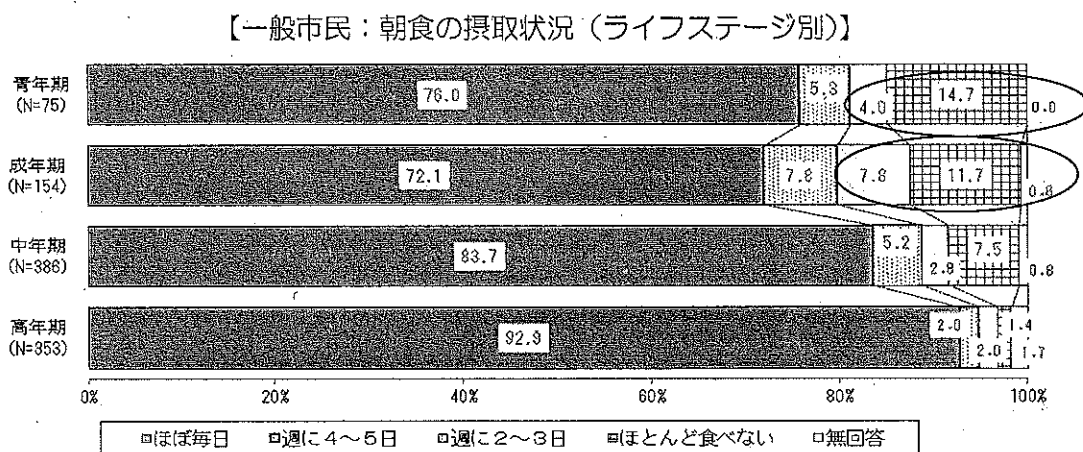




②朝食を食べる頻度

ライフステージ別にみると、週に3日以下（4日以上欠食）の割合は、成年期で19.5%、青年期で18.7%と高くなっています。また、中学生で5.1%、小学生でも2.4%みられ、前回調査よりも中学生（前回3.4%）で1.7ポイント増、小学生（前回1.2%）で1.2ポイント増となっています。

世帯の年収別にみた場合、週に4日以上朝食を食べる割合は、200万円未満の人が86.6%、200～600万円未満の人が89.6%、600万円以上の人88.5%となっています。



【一般市民：朝食の摂取状況（世帯年収別）】

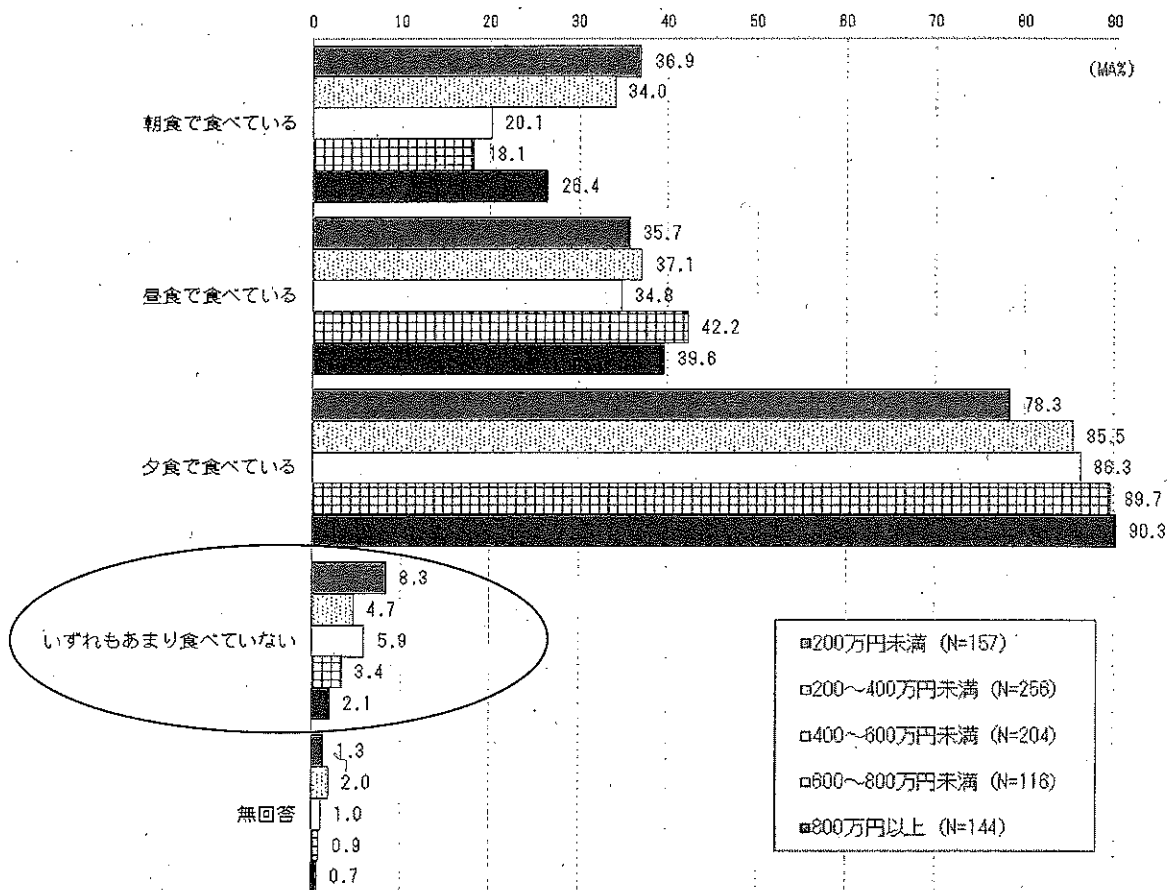
(%)

	調査数 (人)	週に 4日 以上	週に 3日 以下	無 回 答
全体	877	88.7	10.2	1.1
200万円未満	157	86.6	11.5	1.9
200～600万円未満	460	89.6	9.3	1.1
600万円以上	260	88.5	10.8	0.8

③野菜の摂取状況

野菜の摂取状況を世帯年収別にみると、いずれも「夕食で食べている」が7割以上となっており、特に世帯年収 600 万円以上では約9割と高くなっています。一方、「朝食で食べている」では世帯年収 400 万円未満で3割台と高く、「いずれもあまり食べていない」においても世帯年収 200 万円未満で1割弱（8.3%）と最も高くなっています。

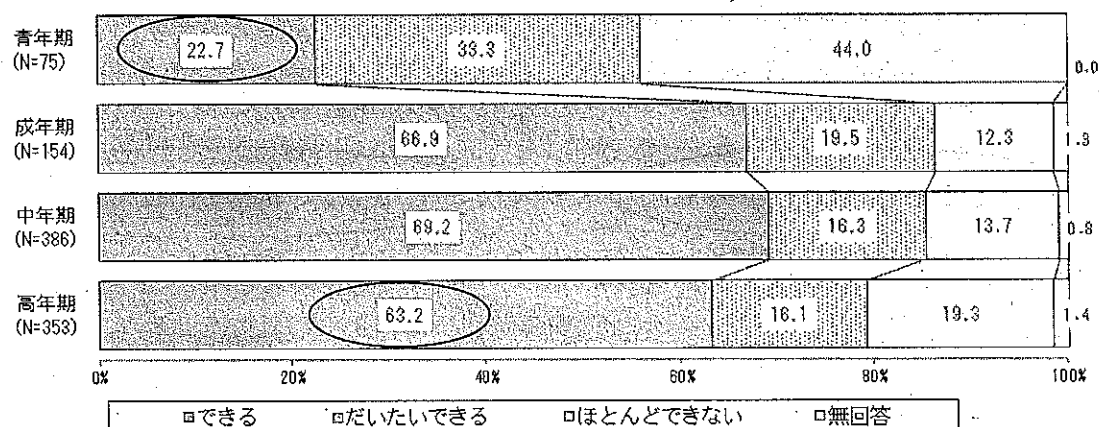
【一般市民：野菜の摂取状況（世帯年収別）】



④食事の準備の可否

食事の準備等が「できる」と回答した人について、ライフステージ別にみると、青年期が2割強（22.7%）と最も少なくなっています。また、前回調査と比較すると「できる」割合が最も減少しているのは、青年期（前回 36.3%→今回 22.7%）で 13.6 ポイント減、次いで高年期（前回 70.2%→今回 63.2%）で 7 ポイント減となっています。

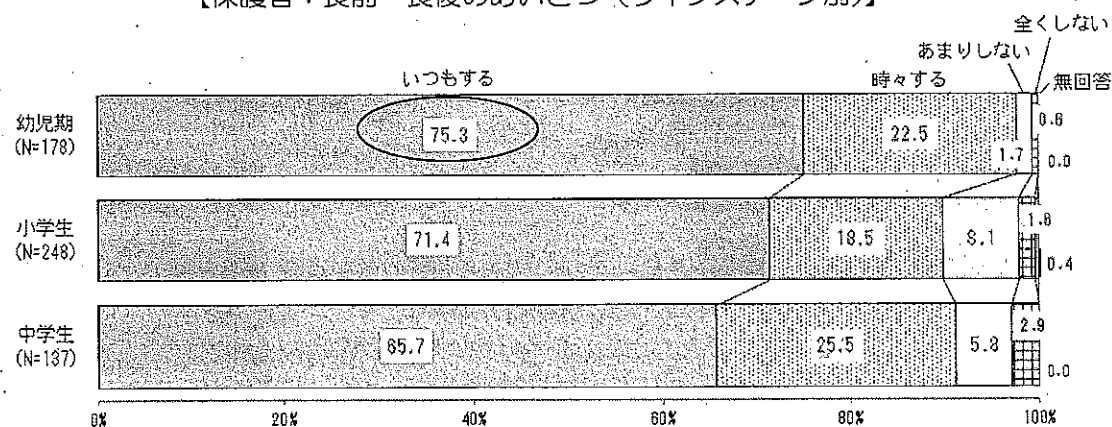
【一般市民：食事の準備の可否（ライフステージ別）】



⑤食前・食後のあいさつの有無

子どもの食事の前後のあいさつ（“いただきます” “ごちそうさま”）について、ライフステージ別にみると「いつもする」は幼児期で 75.3%と最も高くなっていますが、前回調査と比較すると、7.9 ポイント減（前回 83.2%）となっています。

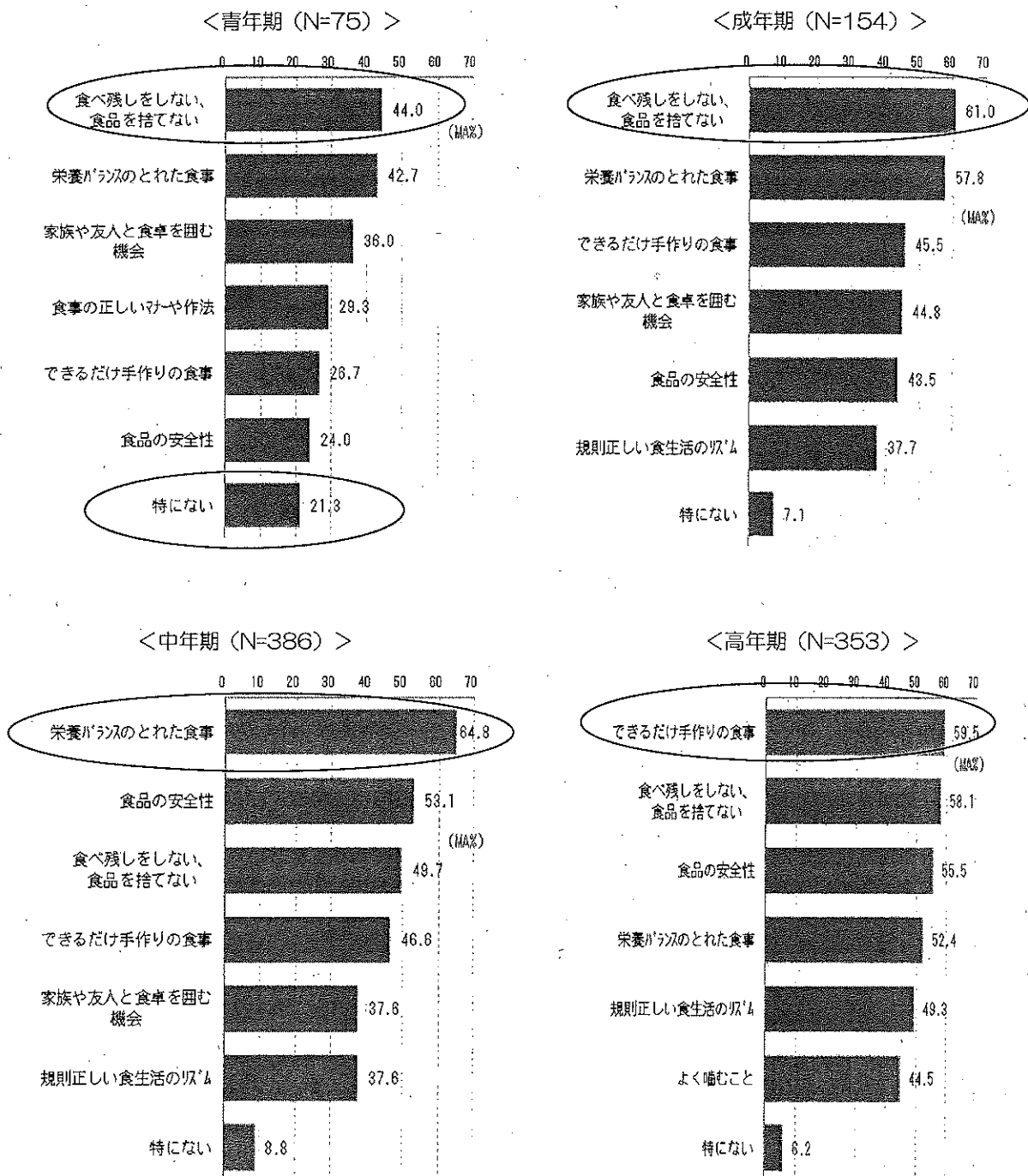
【保護者：食前・食後のあいさつ（ライフステージ別）】



⑥食生活において重視していること

食生活において重視していることをライフステージ別にみると、成年期及び青年期では「食べ残しをしない、食品を捨てない」（成年期 61.0%、青年期 44.0%）が最も多く、中年期では「栄養バランスのとれた食事」（64.8%）、高年期では「できるだけ手作りの食事」（59.5%）がそれぞれ最も多くなっています。また、青年期では、他のライフステージに比べて「特にない」が 21.3%と最も多くなっています。

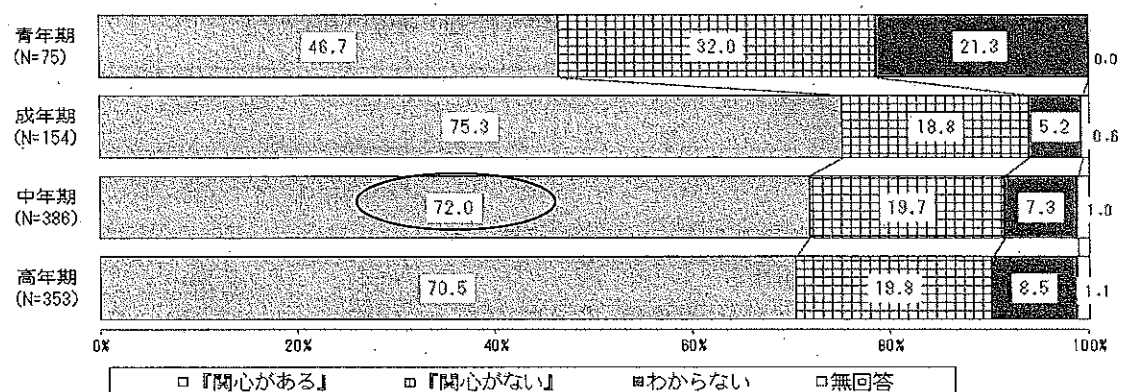
【一般市民：食生活において重視していること（ライフステージ別）】



⑦「食育」への関心度

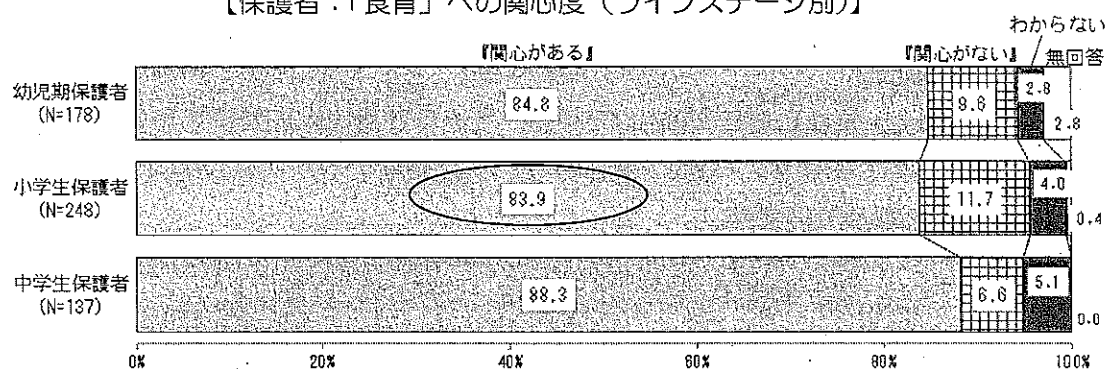
ライフステージ別にみると、“食育”について『関心がある』（「関心がある」「どちらかといえば関心がある」の計）と回答した人は、前回調査と比較して、中年期のみ減少（前回 74.1%→72.0%）しており、他のライフステージでは増加しています。

【一般市民：「食育」への関心度（ライフステージ別）】



2歳から中学生までの保護者について、“食育”について『関心がある』（「関心がある」「どちらかといえば関心がある」の計）と回答した人は、前回調査と比較して、いずれも減少傾向にあり、特に小学生保護者で6.2ポイント減（前回 90.1%→今回 83.9%）となっています。

【保護者：「食育」への関心度（ライフステージ別）】

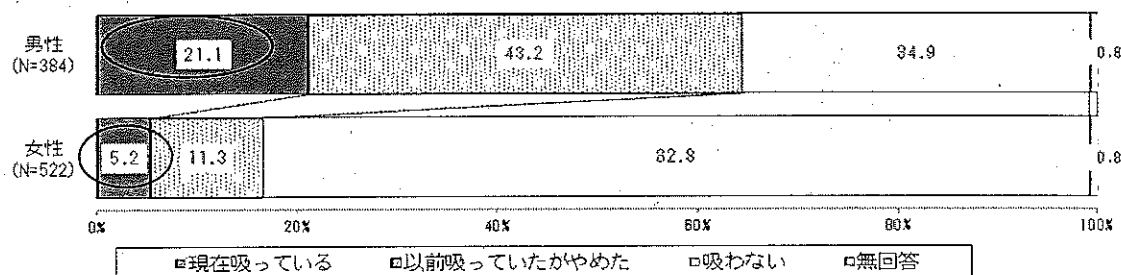


(6) 喫煙状況等について

①喫煙状況と禁煙

性別にみると、「現在吸っている」という人は、男性で2割強（21.1%）に対し、女性では5.2%となっています。一方、「吸わない」が女性で8割強（82.8%）を占めています。また、世帯の年収別では、「現在吸っている」という人は、200万円未満では16.8%となっており、600万円以上では9.8%となっています。

【一般市民：喫煙の有無（性別）※20歳以上】



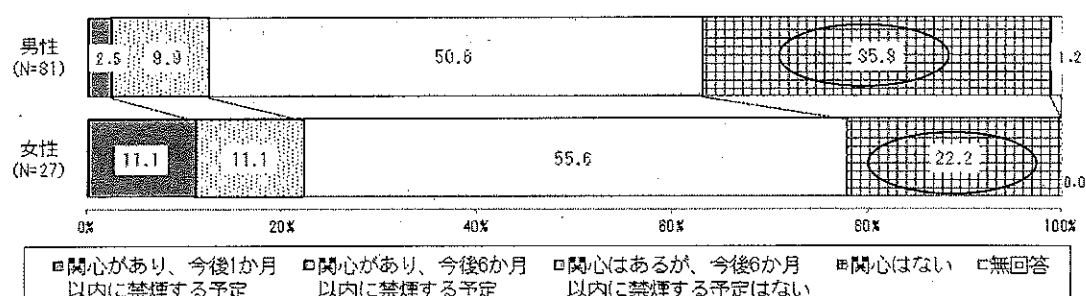
【一般市民：喫煙の有無（世帯年収別）※20歳以上】 (%)

	調査数 (人)	現在吸っている	以前吸っていたが辞めた	吸わない	無回答
全体	851	12.2	25.5	61.4	0.9
200万円未満	155	16.8	25.2	55.5	2.6
200～600万円未満	451	12.0	25.5	61.6	0.9
600万円以上	245	9.8	25.7	64.5	0.0

②禁煙への関心度

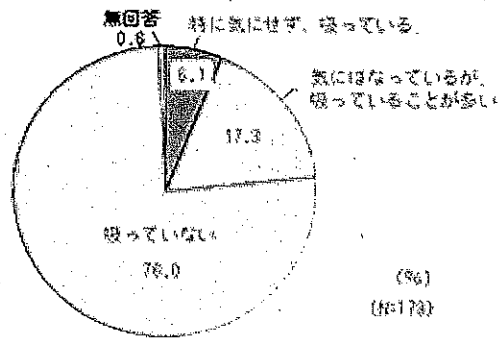
性別にみると、男女ともに「関心はあるが、今後6か月以内に禁煙する予定はない」が過半数を占めています。一方、「関心はない」が女性で22.2%に対し、男性では35.8%と高くなっています。

【一般市民：禁煙への関心度（性別）※20歳以上】



③子どものそばで吸うことの有無

家族の誰かが子どものそばでたばこを吸うことについて、「特に気にせず、吸っている」が6.1%、「気にはなっているが、吸っていることが多い」が17.3%となっており、合わせると『吸っている』という割合は全体の2割台（23.4%）みられます。

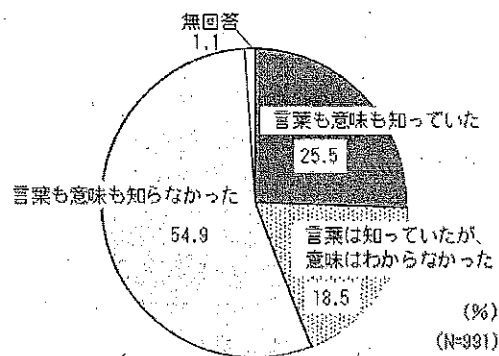


【保護者：子どものそばで吸うことの有無】

④「慢性閉塞性肺疾患（COPD）」の認知度

一般市民のうち、慢性閉塞性肺疾患（COPD）について、「言葉も意味も知らなかった」が過半数（54.9%）を占めており、一方、「言葉も意味も知っていた」は2割台（25.5%）となっています。

【一般市民：COPDの認知度】

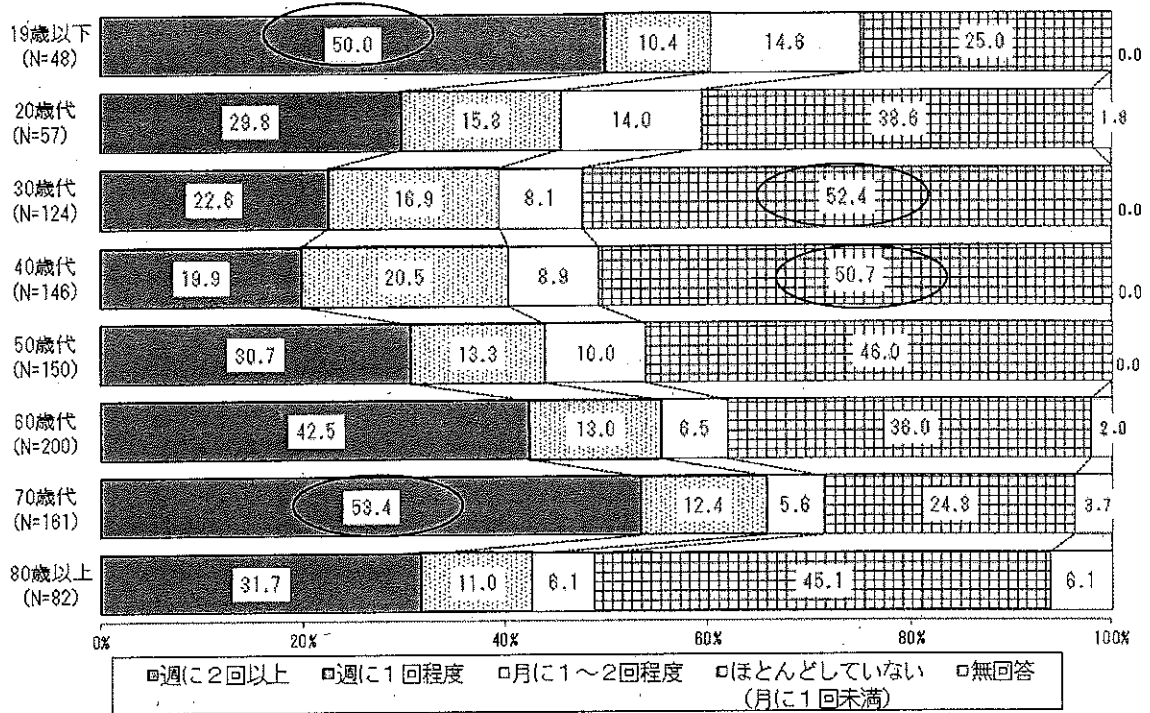


(7) 日頃の運動状況等について

①運動習慣

年齢別にみると、「週に2回以上」が70歳代で53.4%と最も高く、次いで19歳以下で50.0%となっています。一方、「ほとんどしていない（月に1回未満）」は30歳代（52.4%）、40歳代（50.7%）で過半数を占めています。

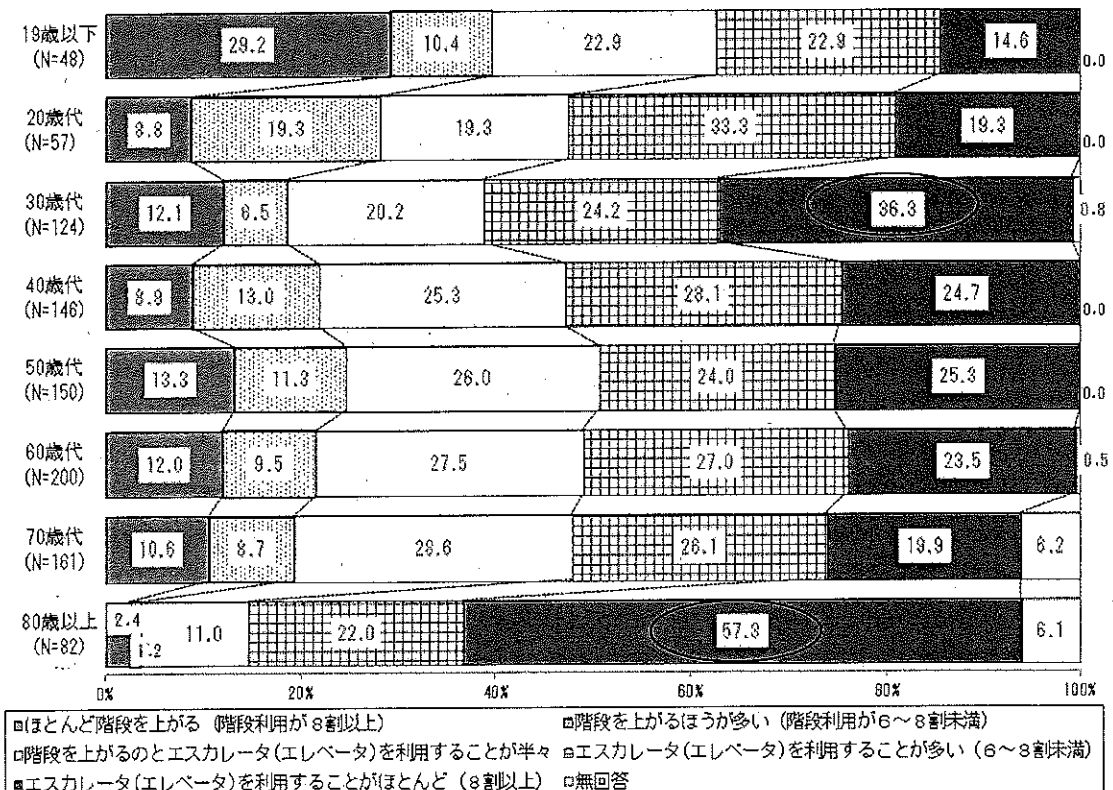
【一般市民：日常生活における運動の実施頻度（年齢別）】



②階段とエスカレータ（エレベータ）の利用度合い

年齢別にみると、階段とエスカレータ（エレベータ）の利用度合いで、「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）」は80歳以上で6割弱（57.3%）と最も高く、次いで30歳代で36.3%となっています。

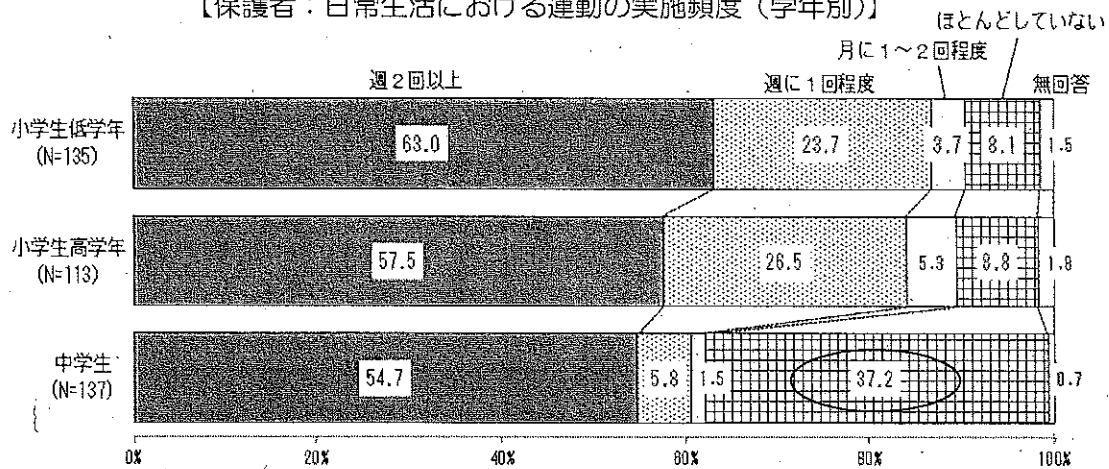
【一般市民：階段とエスカレータ（エレベータ）の利用度合い（年齢別）】



③子どもの頃からの運動の習慣化

学年別にみると、「週2回以上」がいずれも過半数を占めている。一方、「ほとんどしていない」が中学生で4割弱（37.2%）と高くなっています。

【保護者：日常生活における運動の実施頻度（学年別）】

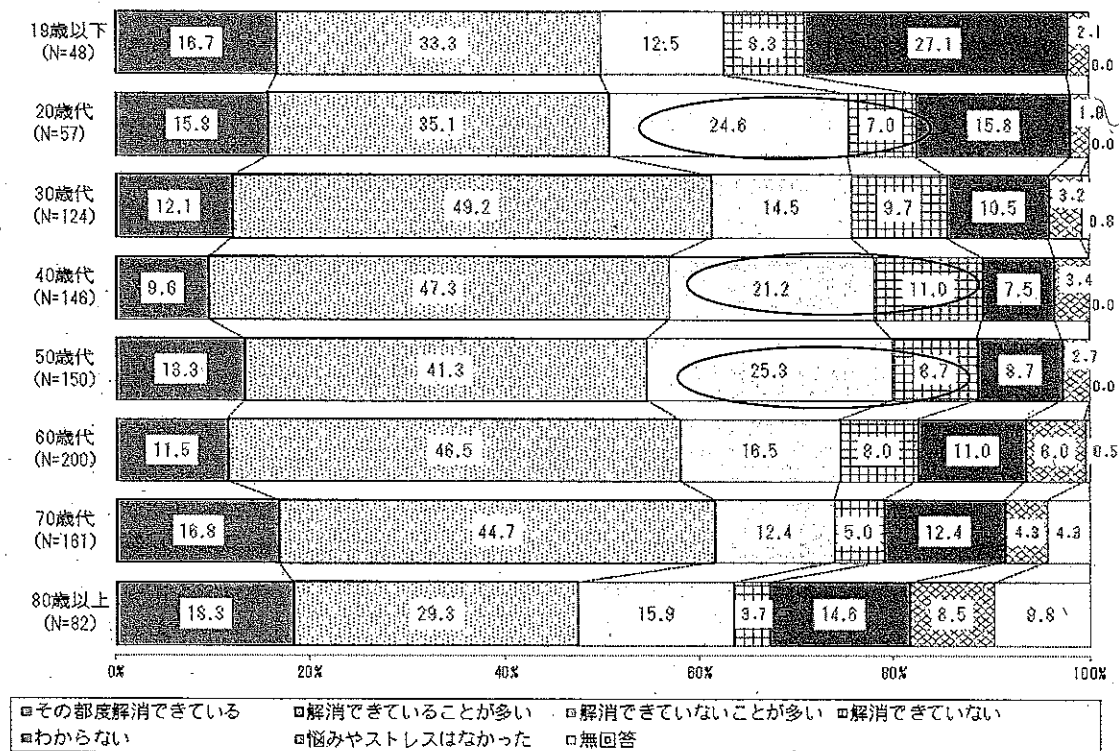


(8) 心身の健康について

①悩みやストレス等の解消度合い

年齢別にみると、「解消できていない」と「解消できていないことが多い」を合わせた『あまり解消できていない』という割合は、50歳代で34.0%と最も高く、次いで40歳代で32.2%、20歳代で31.6%となっています。

【一般市民：悩みやストレス等の解消度合い（年齢別）】



②悩み事の相談先

一般市民の悩み事の相談先では、男性（66.3%）・女性（73.4%）ともに「家族」が最も多く、また、男性で「だれかに相談することはない」（12.6%）、「相談できる人はいない」（5.1%）が、ともに女性より高い割合となっています。

【一般市民：悩み事の相談先（性別）】

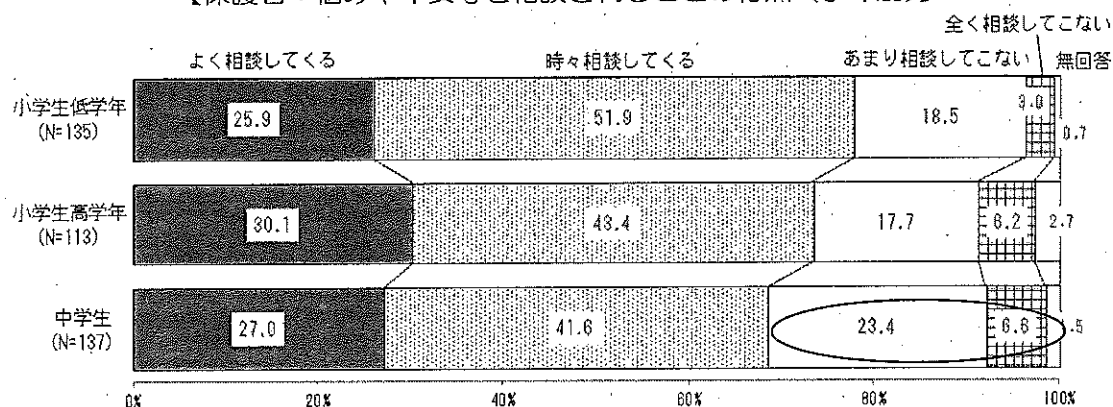
(%)

		調査数 (人)	家族	親戚	友人・知人	近所	職場	自治会・町内会	民生委員・児童委員	地区福祉委員	その他	相談できる人はいない	だれかに相談することはない	無回答
全体		991	70.1	10.7	50.8	3.8	10.5	0.8	0.6	1.1	0.5	4.2	7.2	1.2
性別	男性	412	66.3	9.7	31.3	2.2	11.2	1.0	—	0.7	0.5	5.1	12.6	0.7
	女性	556	73.4	11.2	65.8	5.2	10.3	0.4	1.1	1.3	0.5	3.6	3.2	1.6

③悩みや不安等を相談されることの有無

中学生以下の保護者で、子どもが悩みや不安等について「よく相談してくる」はいずれも2～3割台となっています。一方、『相談してこない』（「あまり相談してこない」「全く相談してこない」の計）は中学生で3割（30.0%）と最も高くなっています。

【保護者：悩みや不安等を相談されることの有無（学年別）】

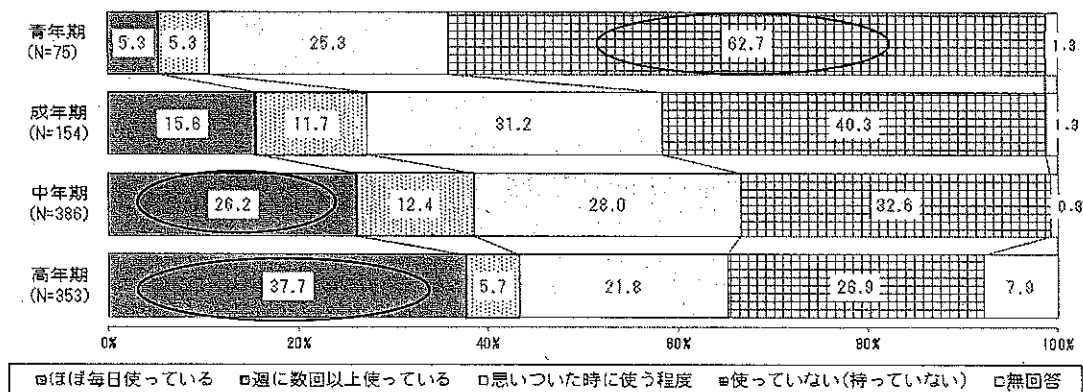


(9) 歯の健康等について

① 歯間を清掃する用具の使用状況

ライフステージ別にみると、「ほぼ毎日使っている」が高年期で4割弱(37.7%)と最も高く、次いで中年期で26.2%となっています。一方、「使っていない(持っていない)」は青年期で6割強(62.7%)を占めています。

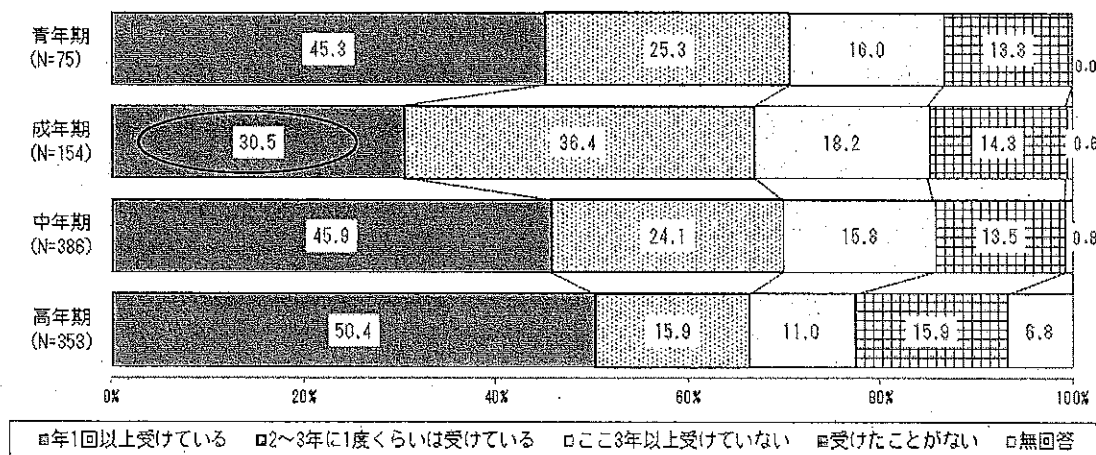
【一般市民：歯間を清掃する用具の使用状況（ライフステージ別）】



② 歯科健診の受診状況

ライフステージ別にみると、歯科健診を「年1回以上受けている」が高年期で約5割(50.4%)と最も高く、中年期(45.9%)、青年期(45.3%)においても4割台みられるのに対し、成年期では約3割(30.5%)にとどまっています。

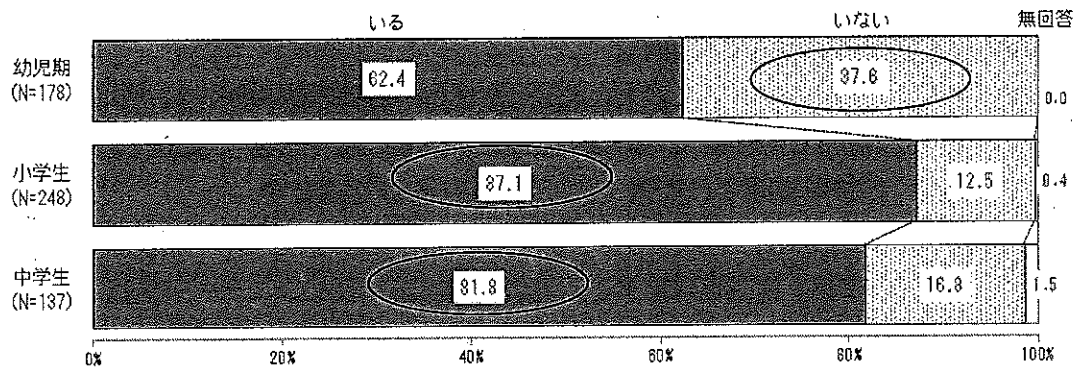
【一般市民：歯科健診の受診状況（ライフステージ別）】



③ かかりつけ歯科医の有無

かかりつけ歯科医が「いる」という割合が小学生で9割弱(87.1%)、中学生で8割強(81.8%)を占めています。一方、幼児期では「いない」が4割弱(37.6%)と高くなっています。

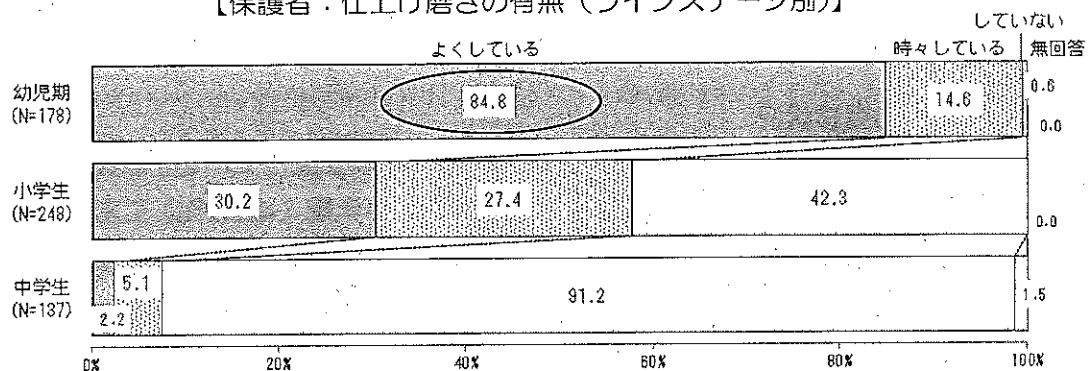
【保護者：かかりつけ歯科医の有無(ライフステージ別)】



④仕上げ磨きの有無

保護者の子どもに対する仕上げ歯みがきの状況をライフステージ別にみると、「よくしている」が幼児期で8割台(84.8%)を占めており、小学生で30.2%となっています。

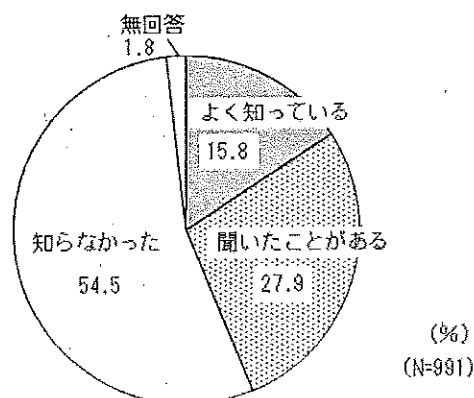
【保護者：仕上げ磨きの有無(ライフステージ別)】



⑤口腔機能向上による誤嚥性肺炎予防の認知度

口腔機能の向上が誤嚥性肺炎の予防につながるについて、「知らなかった」が過半数(54.5%)を占めており、次いで「聞いたことがある」が27.9%、「よく知っている」が15.8%となっています。

【一般市民：口腔機能向上による誤嚥性肺炎予防の認知度】

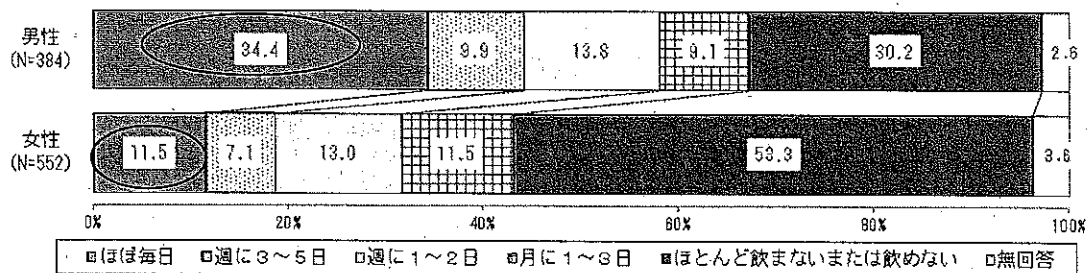


(10) お酒を飲む機会等について

①飲酒の頻度

性別にみると、「ほぼ毎日」が女性で11.5%に対し、男性では34.4%と高くなっています。一方、「ほとんど飲まないまたは飲めない」が女性で過半数(53.3%)を占めています。

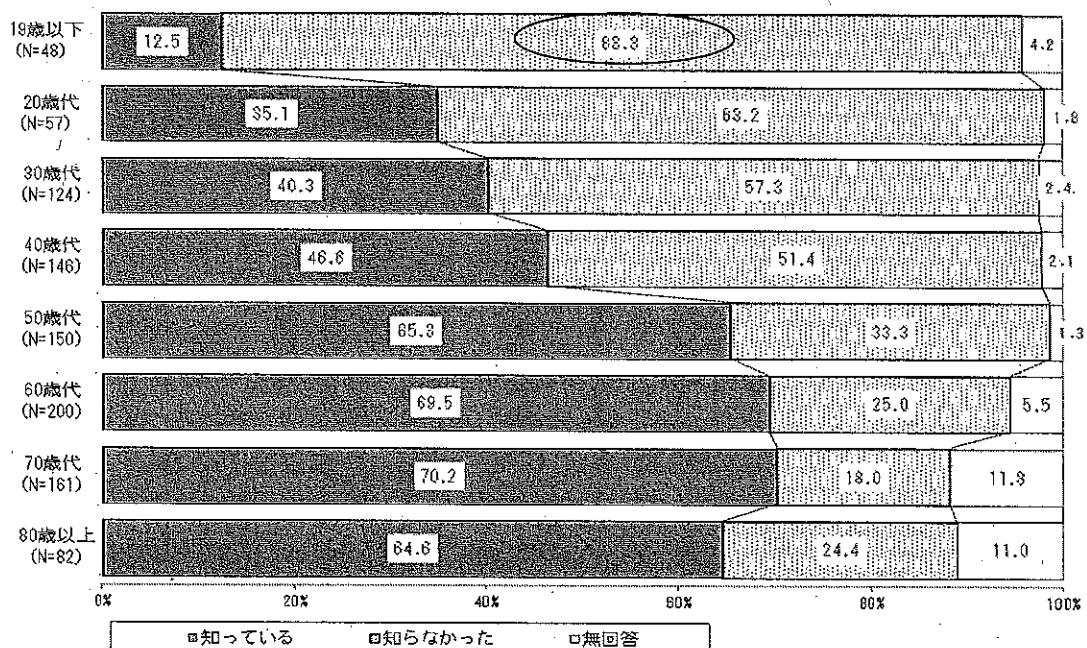
【一般市民：飲酒の頻度（性別）※20歳以上】



②飲酒の適量の認知度

年齢別にみると、飲酒の適量について「知らなかった」が19歳以下で8割台(83.3%)を占めており、20歳代で63.2%、30歳代で57.3%、40歳代で51.4%となっています。

【一般市民：飲酒の適量の認知度（年代別）】



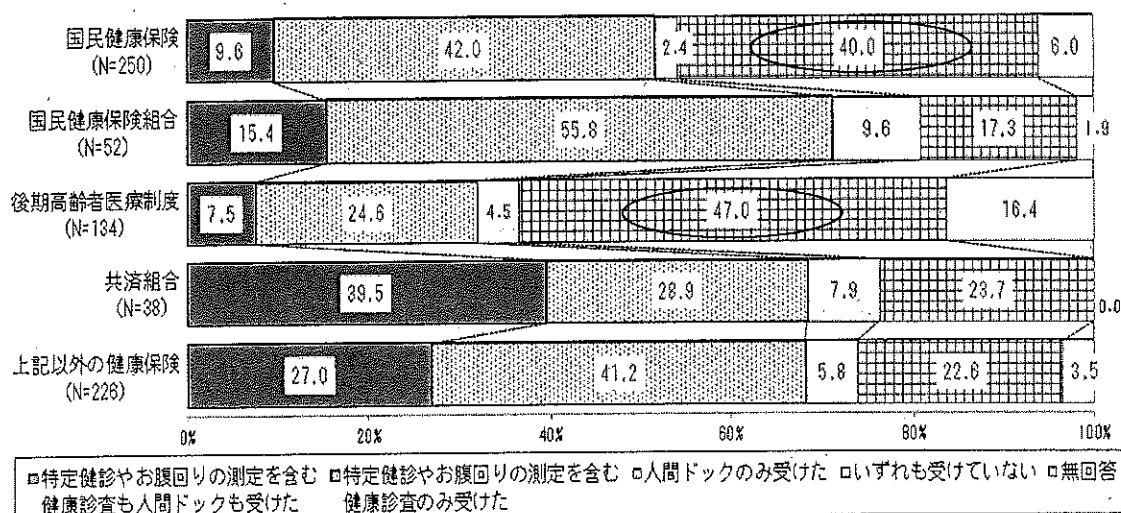
(11) 健診の受診状況等について

①健診や人間ドックの受診状況

健康保険の種類別にみると、「特定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」が『共済組合』で 39.5%、「特定健診やお腹回りの測定を含む健康診査のみ受けた」が『国民健康保険組合』で 55.8%とそれぞれ最も高くなっています。一方、「いずれも受けていない」が『後期高齢者医療制度』で 47.0%、『国民健康保険』で 40.0%と高くなっています。

【一般市民：健診や人間ドックの受診状況（健康保険の種別）※40 歳以上】



②健診や人間ドックを受けていない理由

過去 1 年間に健康診査や人間ドックを受けていないという人にその理由をたずねたところ、「費用がかかるから」が 19.9%と最も多く、次いで「面倒だから」が 18.3%、「毎年受ける必要はないと思っているから」が 15.5%、「忙しいから」が 14.3%などとなっています。

【一般市民：健診や人間ドックを受けていない理由※40 歳以上】

(%)

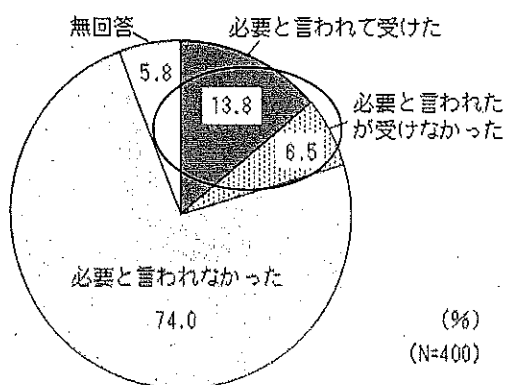
	調査数 (人)	健康なので受ける必要がないから	面倒だから	忙しいから	毎年受ける必要はないと思っているから	費用がかかるから	知らなかったから	結果が不安なので受けたくないから	健診場所が遠いから	その他	特にな	医療機関にかかっているから	無回答
全体	251	13.1	18.3	14.3	15.5	19.9	4.4	8.4	5.2	4.4	16.7	12.4	3.2
国保	100	13.0	12.0	10.0	19.0	26.0	5.0	13.0	2.0	3.0	13.0	10.0	5.0
後期高齢	63	17.5	19.0	4.8	11.1	4.8	7.9	4.8	1.6	7.9	20.6	20.6	3.2
上記以外	51	5.9	35.3	39.2	13.7	33.3	0.0	5.9	11.8	5.9	9.8	11.8	0.0

※『国民健康保険組合』『共済組合』については、該当母数わずかのため掲載省略

③特定保健指導の必要性

健康診査を受けた際の特定保健指導について、「必要と言われて受けた」が13.8%、「必要と言われたが受けなかった」が6.5%となっており、『必要と言われた』という割合は全体の約2割（20.3%）となっています。

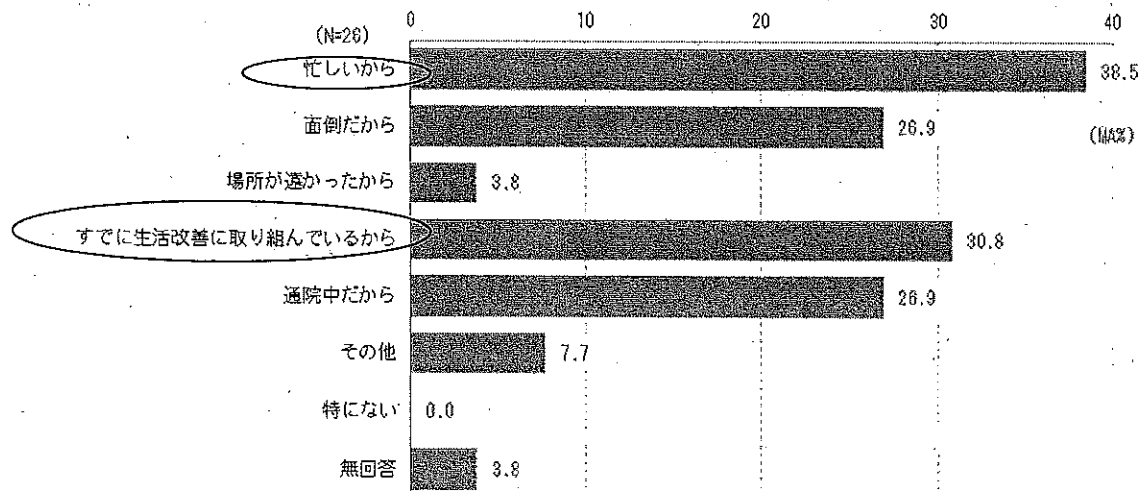
【一般市民：特定保健指導の必要性※40歳以上】



④特定保健指導を受けなかった理由

特定保健指導について“必要と言われたが受けなかった”という人（26人）の理由としては、「忙しいから」が38.5%（10人）、「すでに生活改善に取り組んでいるから」が30.8%（8人）などとなっています。

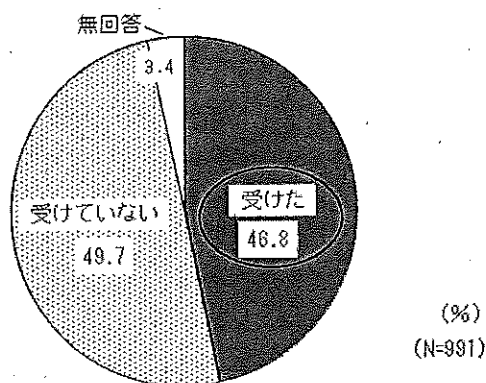
【一般市民：特定保健指導を受けなかった理由※40歳以上】



⑤がん検診の受診の有無（過去2年間）

過去2年間に、がん検診を「受けた」という人は、全体の4割台（46.8%）となっています。

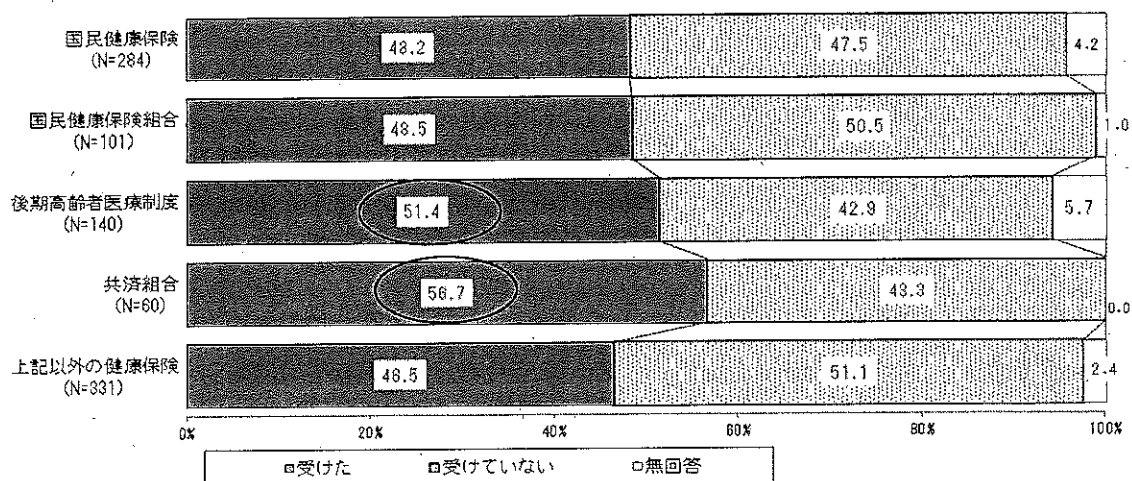
【一般市民：がん検診の受診の有無】



⑥がん検診の受診状況

過去2年間のがん検診の受診状況について、健康保険の種類別にみると、がん検診を「受けた」という人は、『共済組合』で56.7%と最も高く、次いで『後期高齢者医療制度』で51.4%となっている。

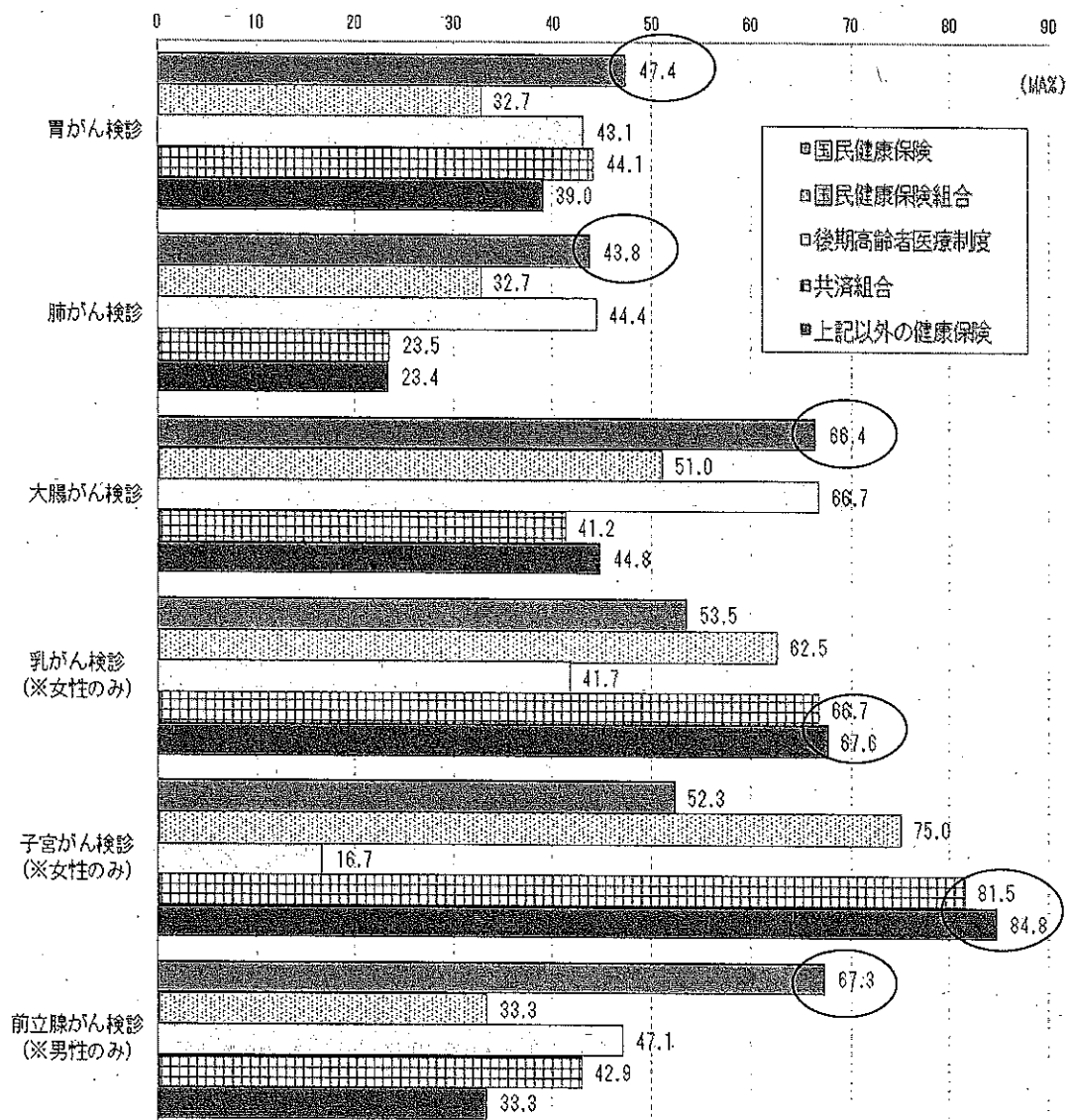
【一般市民：がん検診の受診の有無（健康保険の種類別）】



⑦受診したがん検診の種類

健康保険の種類別にみると、「胃がん検診」、「肺がん検診」、「大腸がん検診」、「前立腺がん検診（※男性のみ）」については『国民健康保険』、『後期高齢者医療制度』で比較的割合が高く、「乳がん検診（※女性のみ）」、「子宮がん検診（※女性のみ）」については『上記以外の健康保険』（協会けんぽ、健保組合等）、『共済組合』、『国民健康保険組合』で高くなっています。

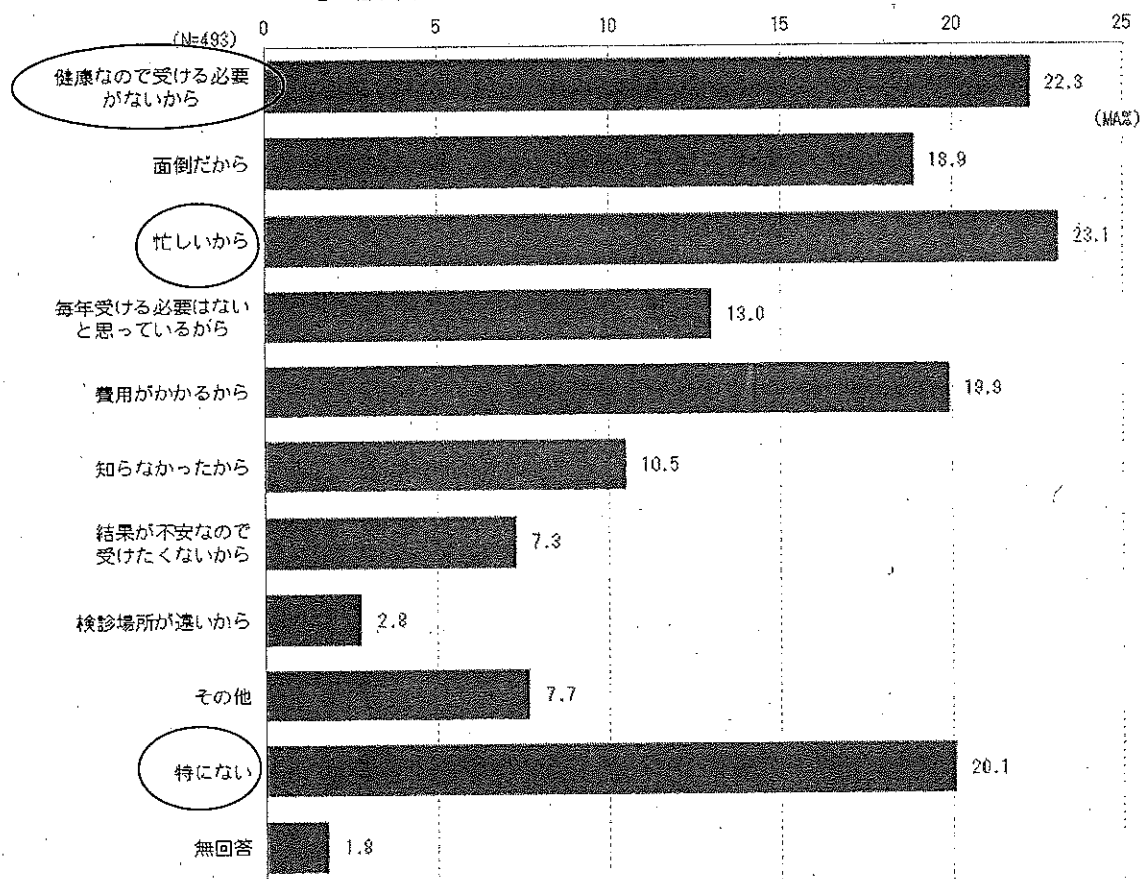
【一般市民：受診したがん検診の種類（健康保険の種類別）】



⑧がん検診を受けていない理由

いずれのがん検診も受けていないという人に、その理由をたずねたところ、「忙しいから」が23.1%、「健康なので受ける必要がないから」が22.3%と多く、次いで「特にない」が20.1%などとなっています。

【一般市民：がん検診を受けていない理由】

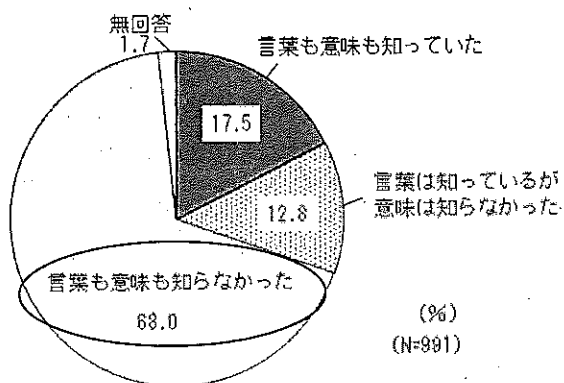


(12) 健康づくり等について

①「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」の認知度

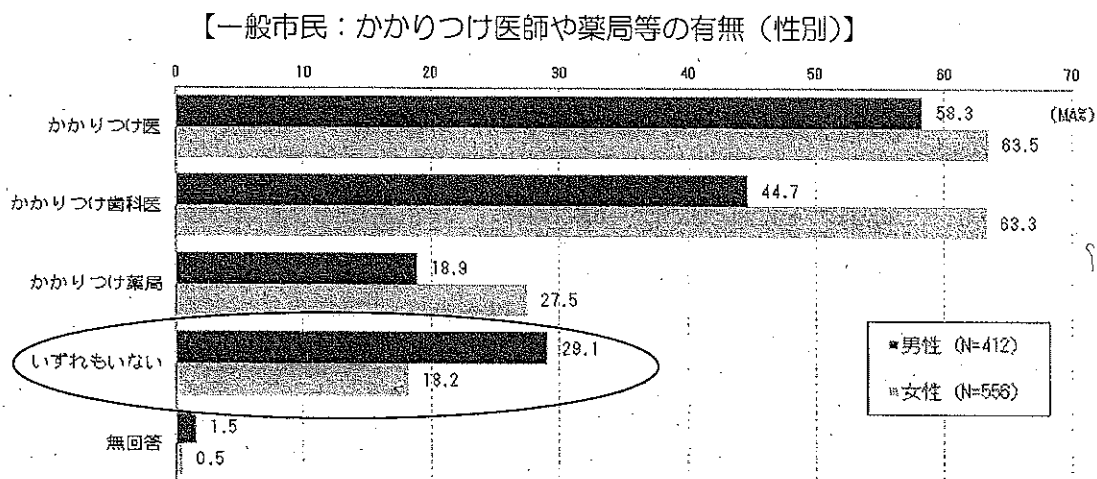
「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」について、「言葉も意味も知らなかった」が全体の7割弱（68.0%）を占めています。一方、「言葉も意味も知っていた」は17.5%、「言葉は知っているが意味は知らなかった」は12.8%となっています。

【一般市民：「ロコモティブシンドローム」の認知度】



②かかりつけ医師や薬局等の有無

かかりつけの医師や薬局の有無を性別にみると、いずれも男性に比べて女性の割合が高く、「かかりつけ医」、「かかりつけ歯科医」がともに6割台となっています。一方、「いずれもない」が女性で18.2%に対し、男性では29.1%と10ポイント以上高くなっています。



③生活習慣病予防のために実践していること

男性・女性ともに「食生活に十分気を付ける」（男性52.4%、女性63.3%）が最も多く、次いで「たばこを吸わない」、「太らないようにする」の順となっており、いずれも女性の割合が高くなっています。

【一般市民：生活習慣病予防のために実践していること】

(%)

	調査数(人)	食生活に十分気を付ける	積極的な運動を心がける	休養を十分にとる	気分転換・ストレス解消に努める	たばこを吸わない	お酒を飲まない(飲みすぎない)	太らないようにする	やせすぎないようにする	その他	特にな	無回答
全体	991	58.6	36.8	43.3	43.3	49.8	35.3	47.3	11.9	1.0	10.1	1.3
性別												
男性	412	52.4	39.3	40.0	37.4	48.3	28.6	42.2	11.4	1.2	14.6	1.9
女性	556	63.3	35.1	45.5	47.8	52.2	40.5	51.4	11.7	0.9	6.7	0.9

(13) 重点項目別課題のまとめ

重点項目1 栄養・食生活の改善

栄養・食生活では、朝食や野菜の摂取率の向上、孤食の減少、適正体重の維持が課題となっています。

重点項目2 たばこ対策の推進

今後増加が見込まれるCOPDをはじめ多くの疾患を引き起こす要因となっている喫煙については、引き続き禁煙への啓発が必要です。

重点項目3 運動・身体活動の習慣化

日常生活における身体活動や運動については、特に30歳代、40歳代に対する意識向上が課題となっています。

重点項目4 休養・こころの健康づくり

悩みごとの相談では、特に男性に対する相談機関等の啓発が必要です。

重点項目5 歯の健康づくり

歯の健康づくりにおいては、引き続き幼児期から定期的に歯科健診を受診するとともに、自身にあった口腔ケアを推進する必要があります。

重点項目6 アルコール対策

飲酒習慣のある人に対する適量飲酒等アルコールに対する正しい知識の普及啓発が、今後も必要です。

重点項目7 健康診査・事後指導の活用

引き続き健康診査等及びがん検診の受診率向上が課題となっています。

重点項目8 寝たきり・閉じこもり予防

ロコモティブシンドロームの普及啓発が必要です。

(14) ライフステージ別主な課題

妊娠・乳幼児期 (～就学期)	・妊娠・出産の機会の多い世代への適正体重の啓発が必要 ・乳幼児期の基本的な食事マナーの推進 ・かかりつけ歯科医を持ち、家庭での口腔ケアの意識向上
学齢期 (小学生・中学生)	・朝食の摂取率の低下や孤食の頻度の増加が課題 ・保護者の食育への関心の向上 ・間食の摂取方法や正しい口腔ケアの方法の周知
青年期 (中学卒業～24歳)	・食に対するさまざまな意識向上の取組が必要 ・食事の準備ができるなど、自立した食生活の確立が課題 ・定期的な歯科健診受診の啓発
成・中年期 (25歳～64歳)	・朝食摂取率の低下や孤食の頻度の増加が課題 ・中年期における食育への関心の向上 ・歯周病等の早期予防等のため歯科健診受診率の向上
高年期 (65歳～)	・食事の準備ができる割合の向上 ・歯科健診の受診率の向上 ・口腔機能の維持・向上の啓発