

資料 1

生活習慣と居住地の健康づくり支援環境についての調査票

## 生活習慣と居住地の健康づくり支援環境についての調査票

各調査項目の回答にもれのないようご記入のうえ、返信用封筒を用いて3月8日(月曜日)までにご投函くださいますようお願い申し上げます。

ご協力に感謝いたします。

1. あなた性別に○を付けて下さい。 1. 男性 2. 女性
2. あなたの年齢をご記入下さい。 ( \_\_\_\_\_ )歳
3. 住居地をご記入下さい。
4. あなたの現在の運動習慣についてお聞きます。
- 4-1. あなたはウォーキングクラブに所属していますか？ 1. はい 2. いいえ
- 4-2. 週に1回以上、ウォーキング以外の運動やスポーツを行っていますか？ 1. はい 2. いいえ
- 4-3. 運動の回数は週に何回ですか？ ( \_\_\_\_\_ )回
- 4-4. 1回の運動時間は何分ですか？ ( \_\_\_\_\_ )分
- 4-5. 行っている運動のうち、主な種目を一つだけご記入下さい。 ( \_\_\_\_\_ )
5. ウォーキング以外の運動の環境についてお聞きます。最も近いと思われるところに○をしてください。
- 例: 全くそう思わない 0 (1) 2 3 4 5 全くそう思う
- 5-1. 近くには便利な運動施設(屋内・屋外)がある 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う
- 5-2. 運動施設に関する広報は役に立つ 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う
- 5-3. 運動施設の利用料金が安い 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う
- 5-4. 運動施設の予約が簡便である 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う
- 5-5. 学校施設のスポーツ開放は利用しやすい 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う
- 5-6. 公共施設の運動プログラムは利用しやすい 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う
- 5-7. 運動指導員が必要である 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う
- 5-8. 忙しくて運動する時間がない 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う
- 5-9. 疲れていて運動できない 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う
- 5-10. 一緒に運動できる仲間が必要である 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う
6. 普段、1週間に歩く時間(運動、買い物、通勤等も含む)は全部でどれくらいですか？ ( \_\_\_\_\_ )分/週
- 6-1. お住いの周辺を歩く時間(運動、買い物、通勤等も含む)は週どれくらいですか？ ( \_\_\_\_\_ )分/週
- ① 住まいの周辺を運動として歩く時間は週どれくらいですか？ ( \_\_\_\_\_ )分/週
- ② 住まいの周辺を通勤や買い物等を含め、移動として歩く時間は週どれくらいですか？ ( \_\_\_\_\_ )分/週
- ③ ①と②以外に、住まいの周辺を歩く時間は週どれくらいですか？ ( \_\_\_\_\_ )分/週

7. お住いの周辺環境についてお聞きします。最も近いと思われるところに○をしてください。

例: 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 (5) 全くそう思う

- |   |          |   |   |   |   |   |   |        |
|---|----------|---|---|---|---|---|---|--------|
| 7-1. 近くに、歩くのに便利な歩道がある                   | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 7-2. 近くに、歩くのに便利な公園がある                   | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 7-3. 川(または海)は歩いて行ける距離にある                | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 7-4. 交通機関を利用するためのバス停、<br>電車の駅などへは歩いて行ける | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 7-5. 日用品の買い物ができる店が<br>歩いて行ける範囲内に多い      | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 7-6. 近くに景観の良い場所が多い                      | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 7-7. ある場所に行くのにいくつかの道順がある                | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 7-8. 歩道は坂(勾配)が少なく、歩きやすい                 | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 7-9. 歩道の舗装、維持が行われていて歩きやすい               | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 7-10. 車道は横断しやすい                         | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 7-11. 車や自転車の量は歩くことの妨げにはならない             | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 7-12. 歩道は幅が広くて歩きやすい                     | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 7-13. 歩道はきれいである(ゴミがない)                  | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 7-14. 歩道は夜も明るい                          | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 7-15. とても安全だと思う(犯罪がすくない)                | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 7-16. 歩くのに魅力的な町である                      | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 7-17. 周りの住民の感じが良い                       | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 7-18. 一緒に歩くことのできる人が多い                   | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 7-19. 天気が悪くても歩くことは気にならない                | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 7-20. 近くに全天候型のウォーキング施設がある               | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 7-21. 近くにウォーキング用道路がある                   | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 7-22. 周辺に関するウォーキングマップは役に立つ              | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |

8. 現在たばこを吸っていますか？ 1. はい 2. いいえ 3. やめた

「はい」と答えた方は、今後禁煙したいとっていますか？ 1. はい 2. いいえ

9. お住まいの地域の喫煙環境についてお聞きします。以下の各項目について、今後実施されるべきだと思いますか？最も近いところに○を付けて下さい。

例：全くそう思わない (0) 1 2 3 4 5 全くそう思う

9-1. 歩きたばこ・ポイ捨て禁止条例 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

9-2. 歩きたばこ・ポイ捨てに対する罰則 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

9-3. 歩道に灰皿の設置 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

9-4. 歩道から灰皿の撤去 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

9-5. たばこ自販機の撤去 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

9-6. コンビニエンスストア等でのたばこ販売の規制 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

9-7. たばこの広告・宣伝ポスターの撤去 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

9-8. たばこ税の増税 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

9-9. 公共施設の完全禁煙 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

9-10. 公共施設以外の飲食店など屋内の完全禁煙 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

9-11. 喫煙の健康影響に関する広報 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

9-12. 喫煙者に対する公的禁煙指導・教育 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

9-13. 喫煙者に対する禁煙補助用品の無償配付 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

9-14. 小・中学校におけるたばこ教育 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

9-15. その他(具体的に: \_\_\_\_\_) 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

10. 現在たばこを吸っていらっしゃる方に伺います。

上記の①～⑮の地域における喫煙環境条件のうち、導入または条件が強化されればご自身も禁煙について考える、または禁煙すると思われる項目のうち、最も有効だと思われる順に2つだけ項目の番号をご記入ください。

第1順位(\_\_\_\_) 第2順位(\_\_\_\_)

11. 現在たばこを吸っていない、またはやめた方に伺います。

上記の①～⑮の地域における喫煙環境条件のうち、導入または条件が強化されれば、喫煙者が減るだろうと思われる項目のうち、最も有効だと思われる順に項目の番号をご記入ください。

第1順位(\_\_\_\_) 第2順位(\_\_\_\_)

12. 日頃の食生活における心がけについてお聞きします。

12-1. 食生活に気をつけるようにしている 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

12-2. 朝昼夕の三食、きちんと食べるようにしている 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

13. お住いの地域における栄養・食生活の環境についてお聞きします。以下の各項目はあなたの食生活改善のために必要だと思いますか？最も近いところに○を付けて下さい。

13-1. 食品の安全性に関する情報(原産地、保存剤・着色剤等)を示す

全くそう思わない 0 1  2 3 4 5 全くそう思う

13-2. 市区町村栄養士による栄養相談サービスが受けられる

全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

13-3. 食生活改善推進員による栄養指導が受けられる

全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

13-4. 学校で「食」の教育を、積極的に実施する

全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

13-5. 学校における「食の教育」に専門の指導員を配置する

全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

13-6. 保健センターなどで食生活改善指導教室を実施する

全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

13-7. 調理実習が出来る施設が身近にある

全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

13-8. 食品を選ぶときに「栄養成分表示」を参考にする

全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

13-9. ヘルシーメニュー等の表示をしている飲食店を増やす

全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

13-10. 飲食店を選ぶとき、ヘルシーメニュー等の有無を参考にする

全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

13-11. 栄養成分等の表示をしている飲食店を増やす

全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

13-12. 飲食店を選ぶとき栄養成分表示の有無を参考にする

全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

14. 飲酒についてお聞きします。現在あなたはお酒を飲みますか？

1. はい 2. いいえ

14-1. お酒を飲む方は、一日平均にしてどれくらいお飲みになりますか？

1. 日本酒1合(ビール500ml)以下 2. 日本酒1~3合程度 3. 日本酒3合(ビール1500ml)以上

15. お住いの地域におけるアルコール対策についてお聞きます。以下の各項目は今後実施されるべきだと思いますか？最も近いところに○を付けて下さい。

例： 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

- |                           |          |   |   |   |   |   |   |        |
|---------------------------|----------|---|---|---|---|---|---|--------|
| 15-1. アルコールの対面確認販売        | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 15-2. 酒類自販機の撤廃            | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 15-3. 未成年者飲酒禁止法の強化        | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 15-4. 飲酒運転の厳罰強化           | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 15-5. アルコールに関連する健康障害の広報   | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 15-6. 未成年者の飲酒に関する広報       | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 15-7. 飲酒運転に関する広報          | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 15-8. 妊娠中の飲酒に関する広報        | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 15-9. 適正飲酒、多量飲酒についての広報    | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 15-10. アルコール依存症等の問題に関する広報 | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 15-11. アルコール問題に関する相談窓口の広報 | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |
| 15-12. 学校における飲酒教育         | 全くそう思わない | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 全くそう思う |

16. ストレスについてお聞きます。現在、あなたはストレスを感じていますか？ 1. はい 2. いいえ

16-1. ストレスを発散させたり解消したりしてますか？ 1. はい 2. いいえ

16-2. 睡眠によって休養が十分にとれていますか？ 1. はい 2. いいえ

16-3. 入眠のために睡眠補助剤(睡眠薬、精神安定剤)やアルコールを使うことがありますか？  
1. はい 2. いいえ

17. お住いの地域のストレス環境についてお聞きします。以下の各項目について、あなたのストレス対策に必要なだと思いますか？最も近いと思われるところに○を付けて下さい。

17-1. 近くにストレスを発散できるような場所がある

全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

17-2. 近くに一緒に趣味や運動をすることができる仲間がいる

全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

17-3. ストレス対策のための公的な催し物がある

全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

17-4. ストレス(心の健康)についての相談窓口がある

全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

18. お住いの地域のストレスに関する環境についてお聞きします。以下の各項目は今後実施されるべきだと思いますか？最も近いところに○を付けて下さい。

18-1. ストレス(心の健康)についての相談窓口利用のための広報

全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

18-2. 騒音規制等の環境に関する条例

全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

18-3. その他(具体的に: \_\_\_\_\_) 全くそう思わない 0 1 2 3 4 5 全くそう思う

19. 現在のお仕事についてお聞きします。最も当てはまるものを一つだけお選びください。

1. 自営業    2. 会社員    3. パート・アルバイト    4. 主婦(夫)    5. 無職

20. 最後に、現在のあなたの身長と体重をご記入下さい。

身長(\_\_\_\_\_)cm    体重(\_\_\_\_\_)kg

以上で、質問は終わりです。もう一度、回答に記入もれがないかお確かめ下さい。

ご協力に感謝いたします。ありがとうございました。