

市民の健康とくらしに関するアンケート調査

報告書

2019年2月

神戸市

はじめに

神戸市は「健康創造都市 KOBE 推進会議」を設立し、民間企業や医療関係者等とともに、健康寿命の延伸、健康格差の縮小などへの取り組みを進めている。本調査「市民の健康とくらしの調査」は、その一環として取り組まれたものである。

健康創造都市では、健康寿命の延伸とともに、健康格差の縮小を目指している。そのため、本調査では、神戸市民における健康状態や生活習慣、それらの集団・地域間における格差の実態の把握と重点支援対象地域や課題の明確化、課題の解決に向けた改善方法の検討の基礎資料を得ることを目的とした。

対象は、20歳～64歳の市民で、調査内容は、栄養・食生活、身体活動・運動、歯・口腔、喫煙等健康や生活習慣に関する項目だけでなく、社会関係や社会参加・社会的孤立、所得や教育、小児期の経験、生活保護など、生活習慣や健康の背景にある要因についても調査内容に含めた。

本調査の実施と集計分析は国立長寿医療研究センターが担当した。神戸市では、65歳以上の高齢者を対象にした「健康とくらしの調査」をすでに行っている。同センターは、その調査を共同実施している JAGES (Japan Gerontological Evaluation Study, 日本老年学的評価研究) プロジェクトの事務局を担い、調査の実施を担当しているからである。今後、本調査の対象とした20～64歳と65歳以上の高齢者とを合わせて分析を進める予定である。

市民の健康とくらしに関するアンケート調査 報告書

目 次

はじめに

第 1 部 調査概要	1
1. 調査実施の概要	1
2. 集計方法	1
3. 表記方法	2
4. 補足	2
第 2 部 回答者の基本属性	3
第 3 部 集計結果	4
資料	73
・ 調査協力依頼文	73
・ 調査票様式	74
・ 調査内容の作成にあたって	85

第 1 部 調査概要

1. 調査実施の概要

調査対象者：平成 30 年 8 月 1 日時点で 20 歳以上 65 歳未満の方（5 月 31 日時点で市内にお住まいの方）

対象者数：20,000 人

調査方法：郵送法

調査期間：平成 30 年 8 月 1 日～平成 30 年 8 月 24 日

（10 月 15 日到着分までを本集計の対象とした）

回収結果（回収率）：6,666 票（33.3%）

2. 集計方法

（1）集計数についての注意

平成 30 年 10 月 15 日までに自治体に返送された調査票のうち、白紙返送の票、代理記入の票は対象外とし、また、性・年齢が「無回答」の調査票は、自治体から受領した対象者データから値を補正して集計した。また、集計には、調査票 ID を切り取って返送された場合等による居住区不明者も含めている。回収数と集計数の結果は以下のとおりである。

市町村	回収数	有効票		無効票
			ID 切り取り票	
神戸市	6672	6666	32	6

（2）回答内容の修正について

集計では出来る限り対象者の回答を有効となるよう集計した。但し、集計を行うにあたり、修正等が必要な場合は修正処理を行った。主な修正内容は以下のとおりである。

設問番号・設問内容	修正処理内容
問 4 同居家族の人数	10 人以上の回答は異常値と判断し、集計から除外した。
問 18 身長	1メートル未満や2メートル以上の回答は異常値と判断し、集計から除外した。
問 18 体重	○20kg 未満や 140kg 以上の回答は異常値と判断し、集計から除外した。 ○「45.5kg」など、小数点以下まで記入をされたものは、小数点以下を四捨五入し、整数の体重に修正した。 ※45.5kg→46kg

3. 表記方法

- (1) 調査結果の数値は原則として回答率 (%) を表記し、小数点以下第 2 位を四捨五入し、小数点以下第 1 位までを表記している。このため、単数回答の合計が 100.0% とならない場合がある。また、一人の回答者が 2 つ以上の回答をしてもよい質問（複数回答）では、回答率が通常 100.0% を上回る。
- (2) 調査結果の分析記述においては、誤差を考慮し、回答者数が 30 人未満の場合は、分析の対象からは除いている。また、本報告書全体について、分析記述の基本的考え方は、「4. 補足」を参照。
- (3) 分析記述やグラフ・数表上で次の略称を使用している。
n : 回答者の数
- (4) T : 複数回答の割合の合計
0.0 : 表章単位に満たないが、回答者がいるもの

4. 補足

分析記述の基本的考え方

全体と属性別（居住区別）との比較を中心に分析記述を行っており、その回答差が比較的大きい項目を分析記述の対象としている。記述の目安には比率の差の検定を用いた。

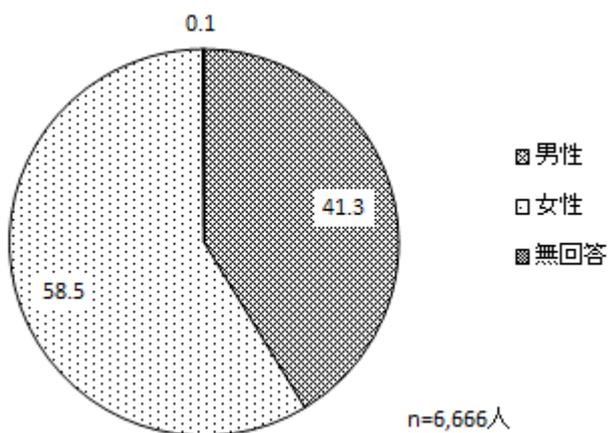
ある分析項目について、全体のサンプル数を l 、回答比率を p 、比較する属性におけるサンプル数を m 、回答比率を q としたとき、

$$|p - q| > 1.96 \times \sqrt{\frac{p \times (100 - p) \times (l - m)}{l \times m}}$$

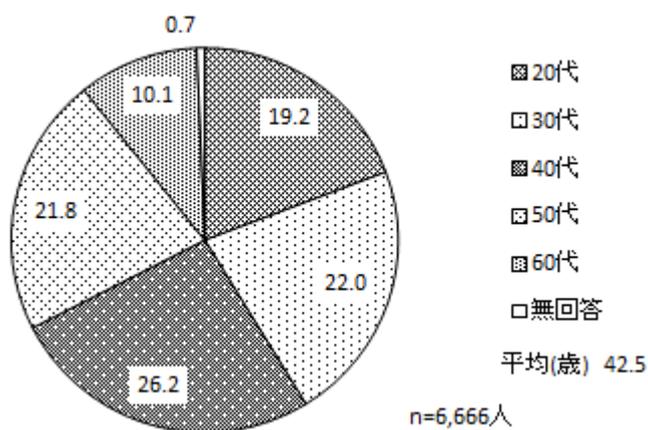
となる場合、有意差ありとし、「高く（低く）なっている」と記載した。

第2部 回答者の基本属性

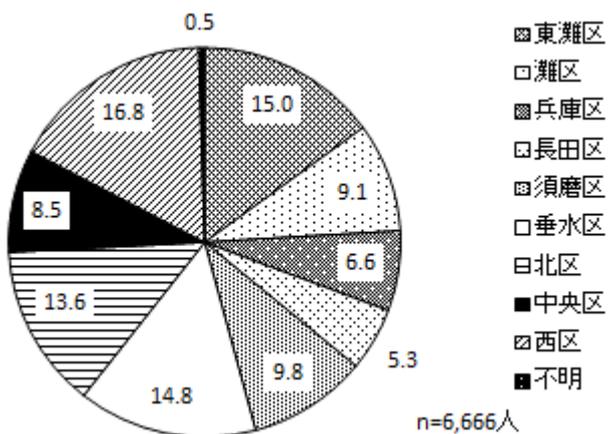
(1) 性別



(2) 年齢



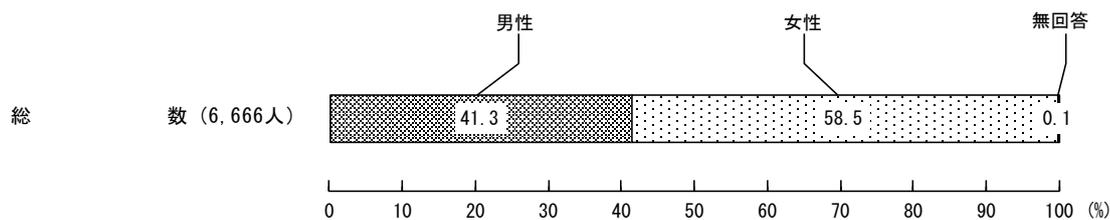
(3) 居住区



第3部 集計結果

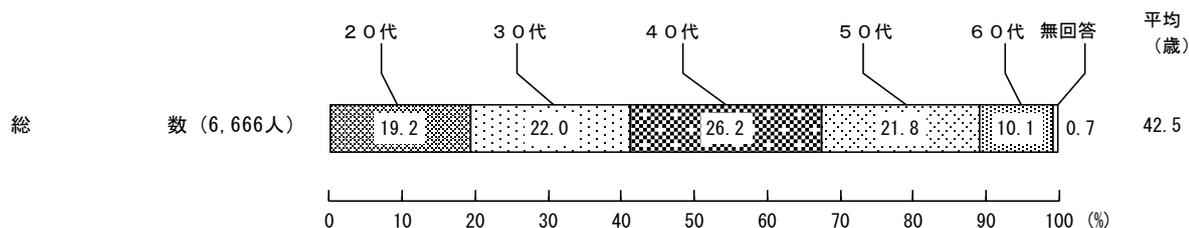
問1 あなたの性別はどちらですか。

性別について聞いたところ、「男性」と答えた者の割合が41.3%、「女性」と答えた者の割合が58.5%となっている。



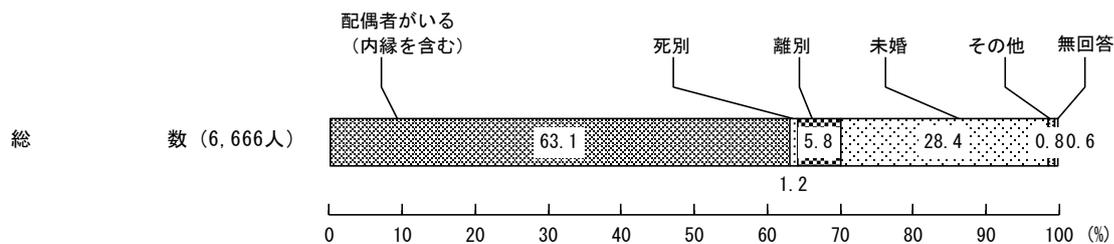
問2 あなたは、平成30年8月1日現在、何歳ですか。

年齢について聞いたところ、「20代」と答えた者の割合が19.2%、「30代」と答えた者の割合が22.0%、「40代」と答えた者の割合が26.2%、「50代」と答えた者の割合が21.8%、「60代」と答えた者の割合が10.1%となっている。平均値は42.5となった。



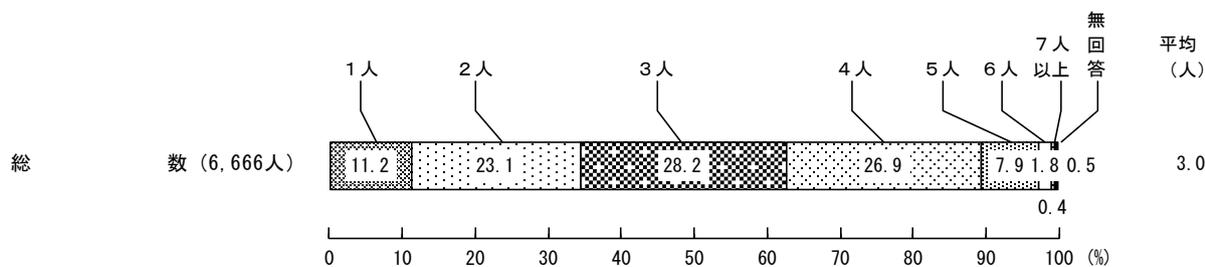
問3 あなたの婚姻状態は、次のうちのどれにあてはまりますか。

婚姻状態について聞いたところ、「配偶者がいる（内縁を含む）」と答えた者の割合が63.1%と最も高く、以下、「未婚」28.4%、「離別」5.8%、「死別」1.2%などの順となっている。



問4 ご自身を含めて何人で暮らしていますか。

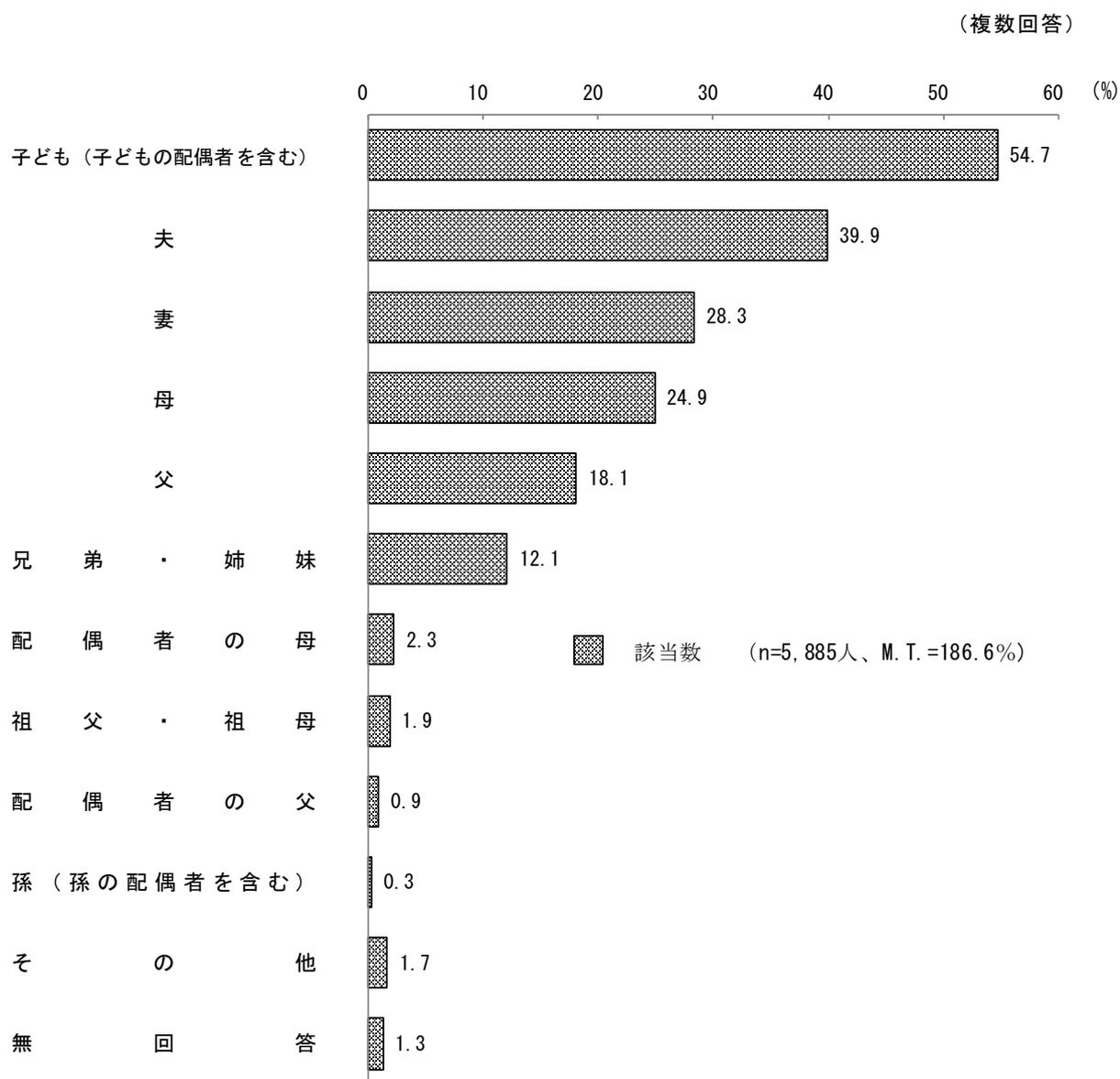
自身を含めて何人で暮らしているか聞いたところ、「3人」と答えた者の割合が28.2%と最も高く、平均値は3.0となった。



問4-2 【2人以上で暮らしている方】にうかがいます。同居されている方はどなたですか。

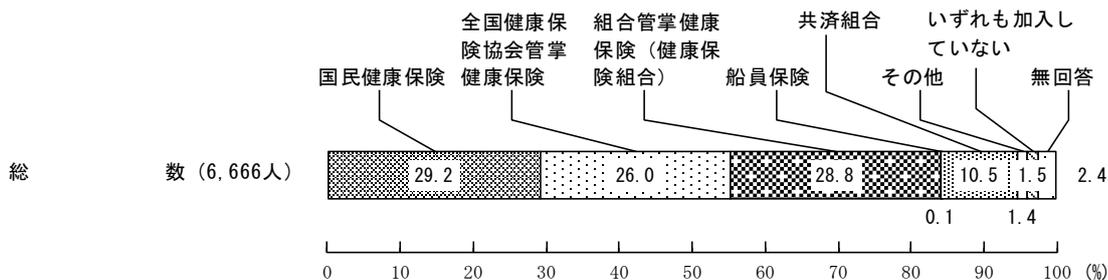
※あなたからみた続柄でお答えください。(あてはまるものすべてに○)

2人以上で暮らしていると回答した5,885人に、同居されている方はどなたか聞いたところ、「子ども（子どもの配偶者を含む）」を挙げた者の割合が54.7%と最も高く、以下、「夫」39.9%、「妻」28.3%、「母」24.9%、「父」18.1%などの順となっている。



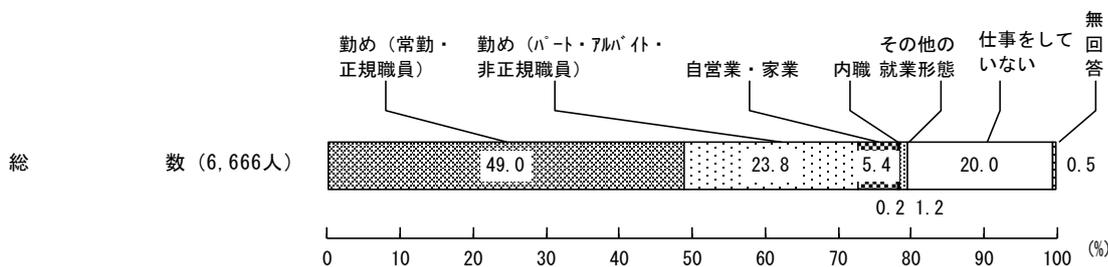
問5 あなたが現在加入している健康保険は、次のどれにあてはまりますか。(1つだけ○)

現在加入している健康保険について聞いたところ、「国民健康保険」と答えた者の割合が29.2%と最も高く、以下、「組合管掌健康保険（健康保険組合）」28.8%、「全国健康保険協会管掌健康保険」26.0%、「共済組合」10.5%などの順となっている。



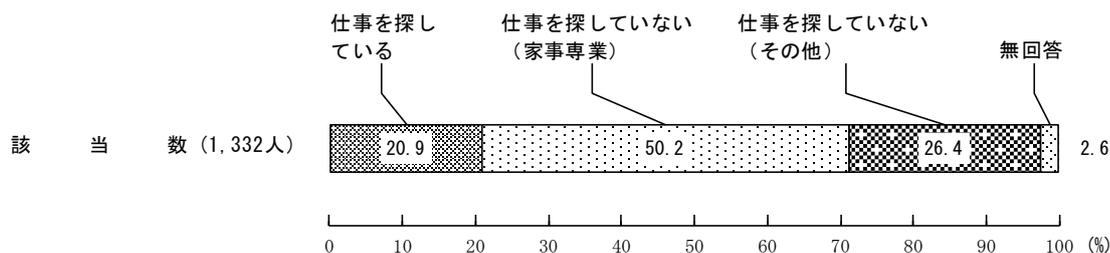
問6 現在の就業状況について、あてはまる番号を1つ選んでください。(1つだけ○)
 ※現在、育児休業などで休業中の方は、復職する時の仕事の番号を選んでください。

現在の就業状況について聞いたところ、「勤め（常勤・正規職員）」と答えた者の割合が49.0%、と最も高く、以下、「勤め（パート・アルバイト・非正規職員）」23.8%、「仕事をしていない」20.0%、「自営業・家業」5.4%、「その他の就業形態」1.2%などの順となっている。



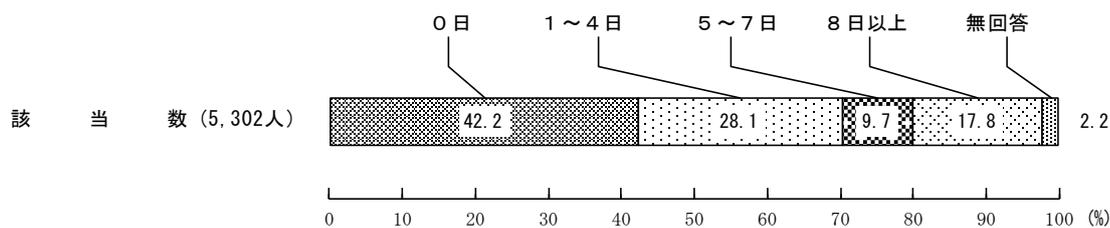
【6. 仕事をしていない】を選んだ方にうかがいます。

「仕事をしていない」と回答した1,332人に、仕事を探しているか聞いたところ、「仕事を探していない（家事専業）」と答えた者の割合が50.2%と最も高く、以下、「仕事を探していない（その他）」26.4%、「仕事を探している」20.9%などの順となっている。



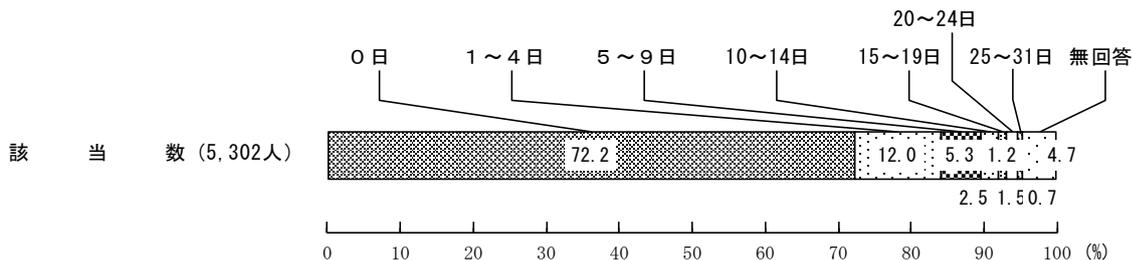
問6-2 問6で【1~5】を選んだ方にうかがいます。休日勤務は、平均して月に何日間位ありますか。(1つだけ○)

現在の就業状況について、何らかの仕事をしていると回答した5,302人に、休日勤務は、平均して月に何日間位あるか聞いたところ、「0日」と答えた者の割合が42.2%、「1~4日」と答えた者の割合が28.1%、「5~7日」と答えた者の割合が9.7%、「8日以上」と答えた者の割合が17.8%となっている。



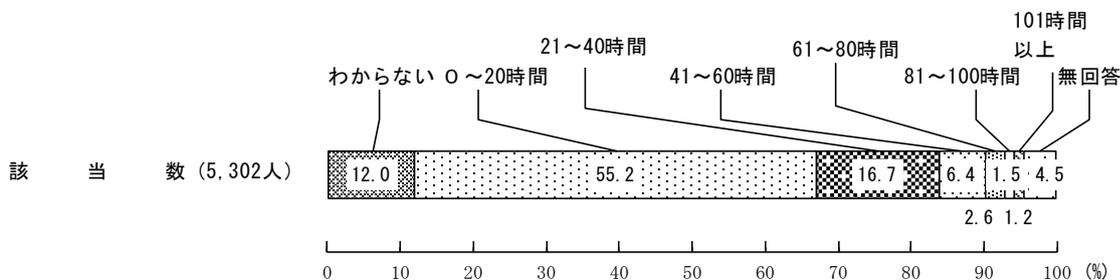
問6-3 問6で【1~5】を選んだ方にうかがいます。深夜労働（22時以降）は、平均して月に何日間位ありますか。（1つだけ○）

現在の就業状況について、何らかの仕事をしていると回答した 5,302 人に、深夜労働（22時以降）は、平均して月に何日間位あるか聞いたところ、「0日」と答えた者の割合が 72.2%、「1~4日」と答えた者の割合が 12.0%、「5~9日」と答えた者の割合が 5.3%、「10~14日」と答えた者の割合が 2.5%、「15~19日」と答えた者の割合が 1.2%、「20~24日」と答えた者の割合が 1.5%となっている。



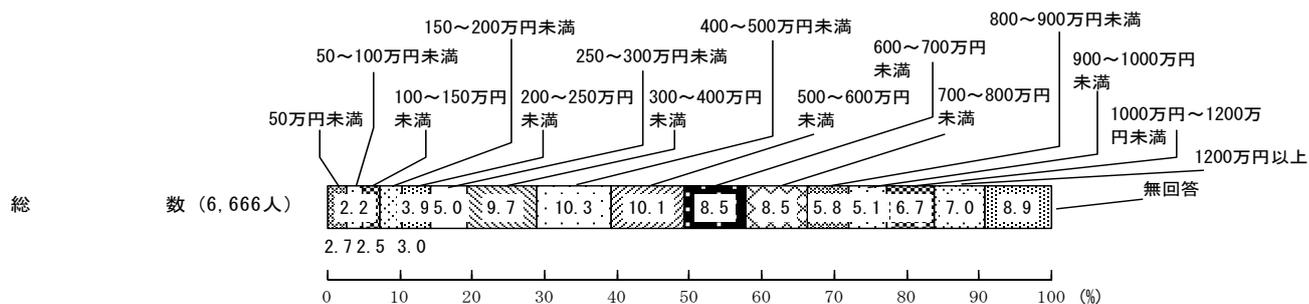
問6-4 問6で【1~5】を選んだ方にうかがいます。過去1年間で平均的に残業を月に何時間程度していますか。（1つだけ○）

現在の就業状況について、何らかの仕事をしていると回答した 5,302 人に、過去1年間で平均的に残業を月に何時間程度しているか聞いたところ、「わからない」と答えた者の割合が 12.0%、「0~20時間」と答えた者の割合が 55.2%、「21~40時間」と答えた者の割合が 16.7%、「41~60時間」と答えた者の割合が 6.4%、「61~80時間」と答えた者の割合が 2.6%、「81~100時間」と答えた者の割合が 1.5%、「101時間以上」と答えた者の割合が 1.2%となっている。



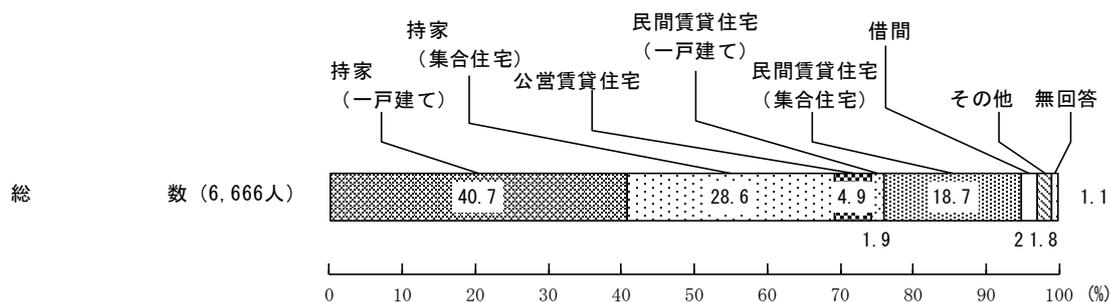
問7 世帯全体の合計収入額（年金を含みます）は、平成29年の1年間で、次のうちどれにあてはまりますか（税引き前で）。あてはまる番号1つに○をつけてください。

平成29年の1年間で世帯全体の合計収入額について聞いたところ、「400～500万円未満」と答えた者の割合が10.3%と最も高くなっている。



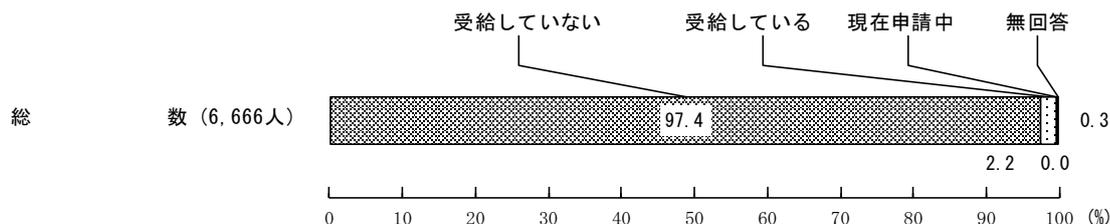
問8 あなたが住んでいる住宅の種類はどれですか。
 ※「借間」は、民間の賃貸住宅ではなく親類の家・部屋を借りているなど（有償・無償問わず）です。

住んでいる住宅の種類について聞いたところ、「持家（一戸建て）」と答えた者の割合が40.7%と最も高く、以下、「持家（集合住宅）」28.6%、「民間賃貸住宅（集合住宅）」18.7%、「公営賃貸住宅」4.9%、「借間」2.3%などの順となっている。



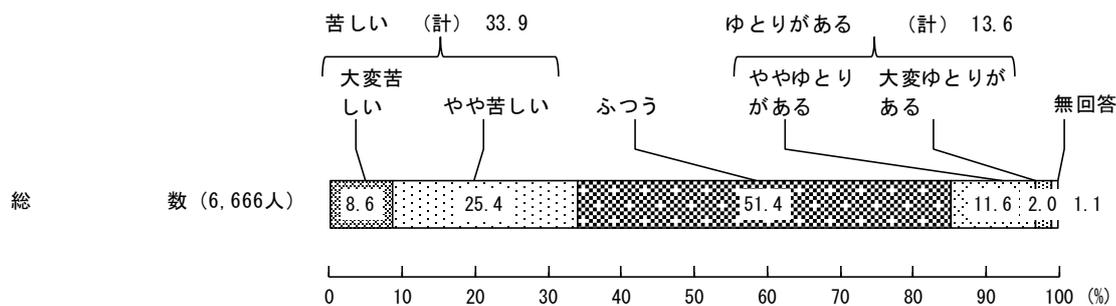
問9 あなたは現在、生活保護を受給していますか。

現在、生活保護を受給しているか聞いたところ、「受給していない」と答えた者の割合が97.4%、「受給している」と答えた者の割合が2.2%、「現在申請中」と答えた者の割合が0.0%となっている。



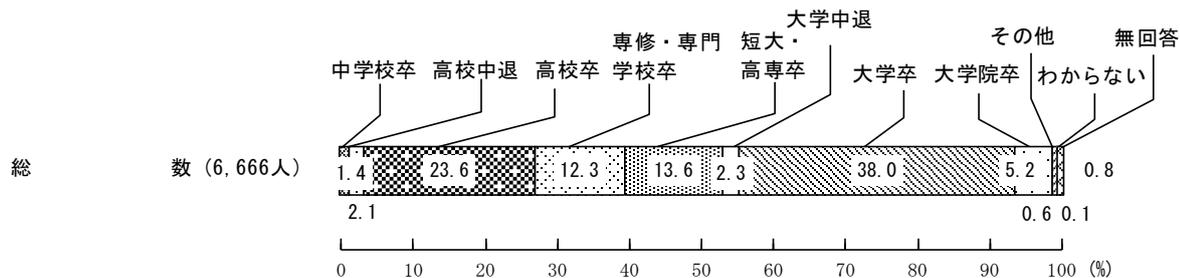
問10 現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じていますか。

現在の暮らしの状況について聞いたところ、「苦しい」とする者の割合が33.9%（「大変苦しい」8.6%+「やや苦しい」25.4%）、「ふつう」と答えた者の割合が51.4%、「ゆとりがある」とする者の割合が13.6%（「ややゆとりがある」11.6%+「ゆとりがある」2.0%）となっている。



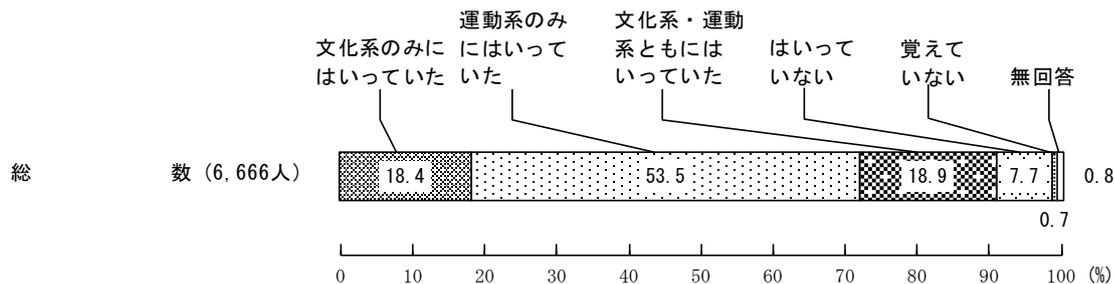
問 1 1 最後に通った（または在学中の）学校についてあてはまる番号を1つ選んでください。

最後に通った（または在学中の）学校について聞いたところ、「大学卒」と答えた者の割合が38.0%と最も高く、以下、「高校卒」23.6%、「短大・高専卒」13.6%、「専修・専門学校卒」12.3%、「大学院卒」5.2%などの順となっている。



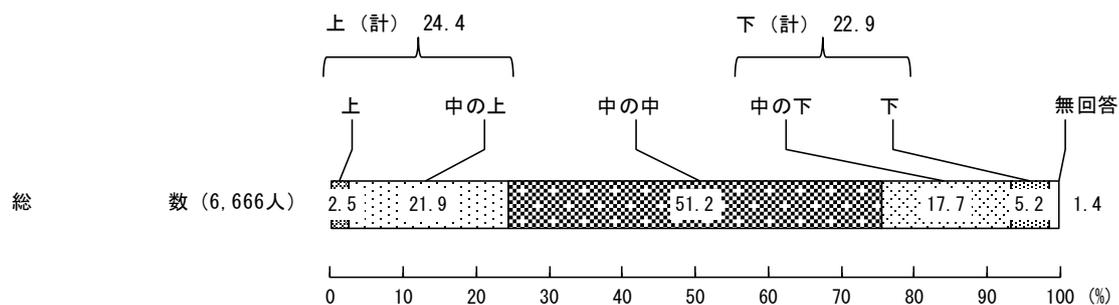
問 1 2 中学生か高校生の時に、部活動やクラブにはっていましたか。（習い事を含みます。）

中学生か高校生の時に、部活動やクラブにはっていましたか聞いたところ、「運動系のみにはいていた」と答えた者の割合が53.5%と最も高く、以下、「文化系・運動系ともににはいていた」18.9%、「文化系のみにはいていた」18.4%、「はいていない」7.7%などの順となっている。



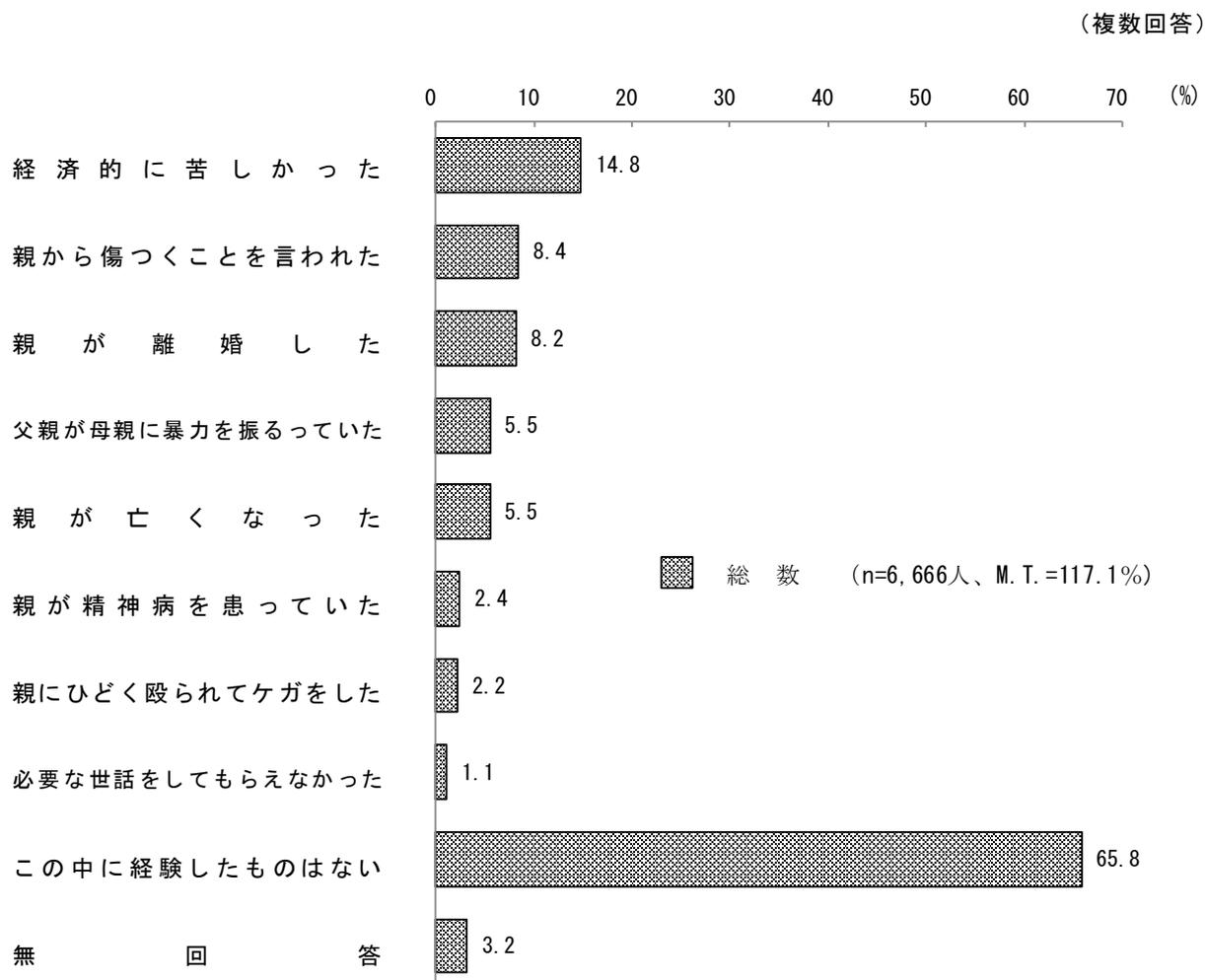
問13 あなたが15歳当時の生活程度は、世間一般からみて、次のどれに入りますか。

15歳当時の生活程度は、世間一般からみてどうか聞いたところ、「上（計）」とする者の割合が24.4%（「上」2.5%+「中の上」21.9%）、「中の中」と答えた者の割合が51.2%、「下（計）」とする者の割合が22.9%（「中の下」17.7%+「下」5.2%）となっている。



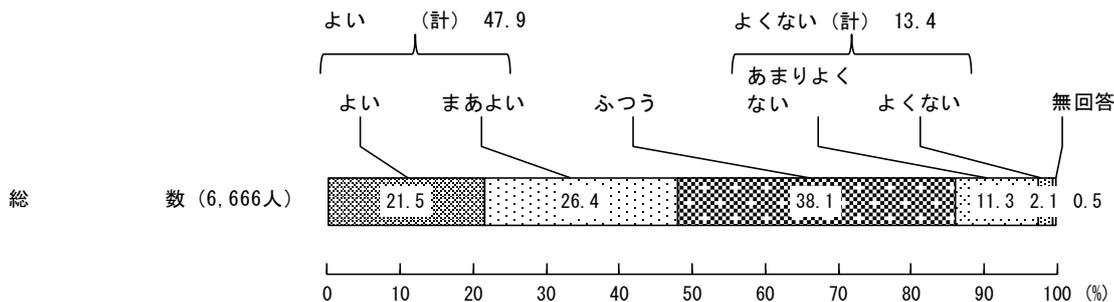
問14 あなたが子どもの頃、経験したことがあるものすべてに○をつけてください。

子どもの頃、経験したことがあるものについて聞いたところ、「経済的に苦しかった」を挙げた者の割合が14.8%と最も高く、以下、「親から傷つくことを言われた」8.4%、「親が離婚した」8.2%、「父親が母親に暴力を振るっていた」5.5%、「親が亡くなった」5.5%などの順となっている。なお、「この中に経験したものはない」と答えた者の割合が65.8%となっている。



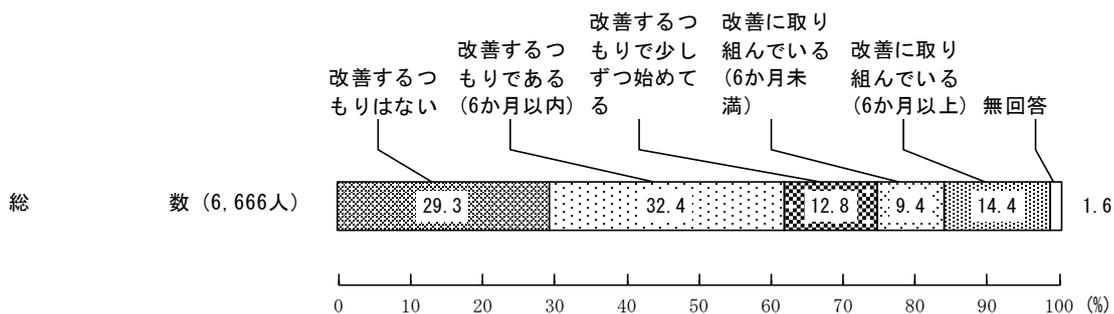
問15 あなたの現在の健康状態はいかがですか。あてはまる番号1つに○をつけてください。

現在の健康状態について聞いたところ、「よい」とする者の割合が47.9%（「よい」21.5%+「まあよい」26.4%）、「ふつう」と答えた者の割合が38.1%、「よくない」とする者の割合が13.4%（「あまりよくない」11.3%+「よくない」2.1%）となっている。



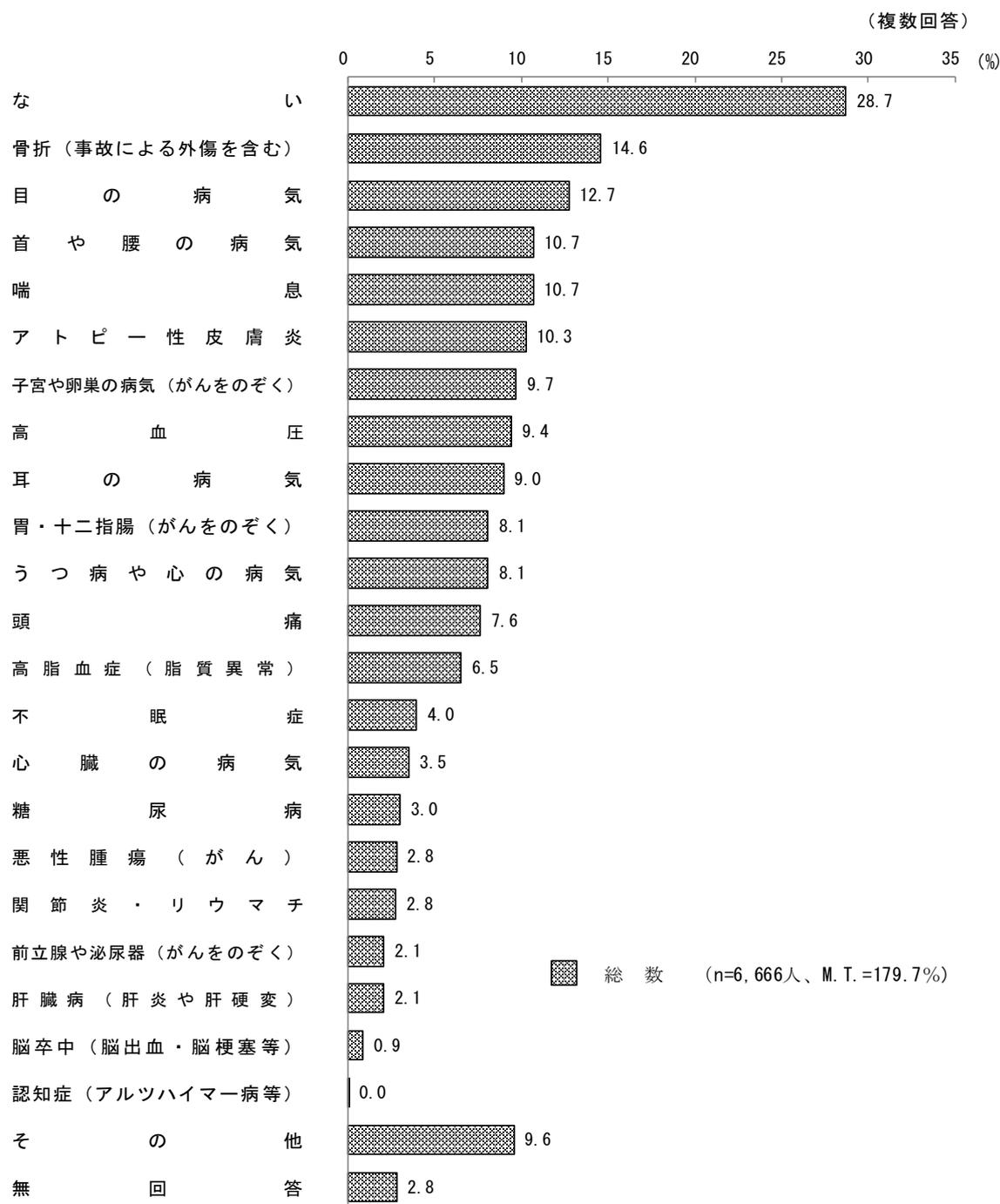
問15-2 運動や食生活等の生活習慣を改善してみようと思いますか。(1つだけ○)

運動や食生活等の生活習慣を改善してみようと思うか聞いたところ、「改善するつもりである(6か月以内)」と答えた者の割合が32.4%、「改善するつもりはない」と答えた者の割合が29.3%と高く、以下、「改善に取り組んでいる(6か月以上)」14.4%、「改善するつもりで少しずつ始めて」12.8%、「改善に取り組んでいる(6か月未満)」9.4%などの順となっている。



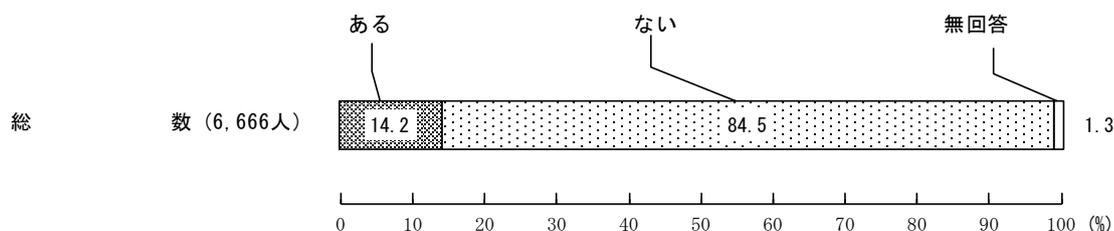
問16 これまでに医療機関で診断されたり、治療を受けたりした病気やけががありますか。
(あてはまるものすべてに○)

これまでに医療機関で診断されたり、治療を受けたりした病気やけがについて聞いたところ、「骨折（事故による外傷を含む）」を挙げた者の割合が14.6%と最も高く、以下、「目の病気」12.7%、「首や腰の病気」10.7%、「喘息」10.7%、「アトピー性皮膚炎」10.3%などの順となっている。なお、「ない」と答えた者の割合が28.7%となっている。



問17 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。

現在、健康上の問題で日常生活に何か影響があるか聞いたところ、「ある」と答えた者の割合が14.2%、「ない」と答えた者の割合が84.5%となっている。

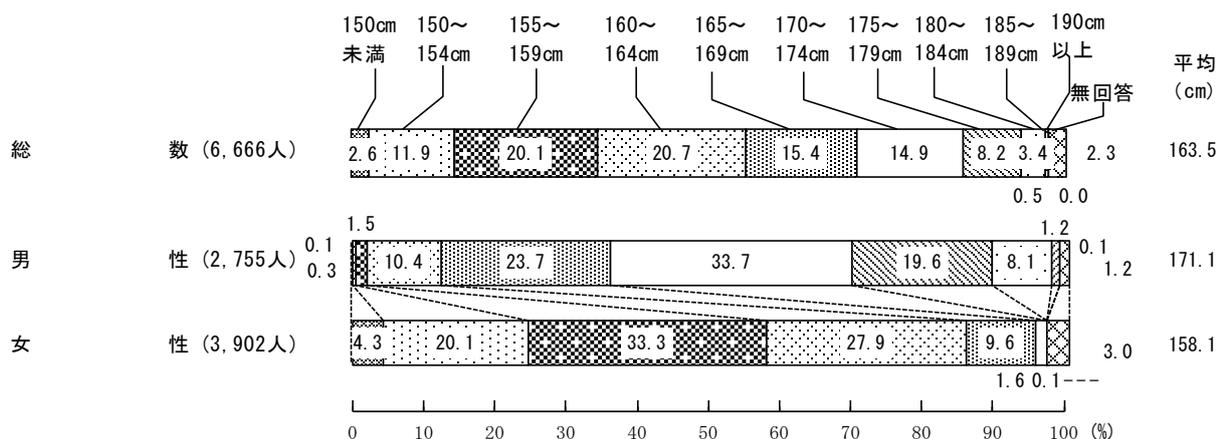


問18 あなたの今の身長・体重を教えてください。(小数点以下は四捨五入してください)
【身長】 cm

今の身長について聞いたところ、「160～164cm」と答えた者の割合が20.7%と最も高く、平均値は163.5となった。

男性では、「170～174cm」と答えた者の割合が33.7%と最も高く、平均値は171.1となった。

女性では、「155～159cm」と答えた者の割合が33.3%と最も高く、平均値は158.1となった。



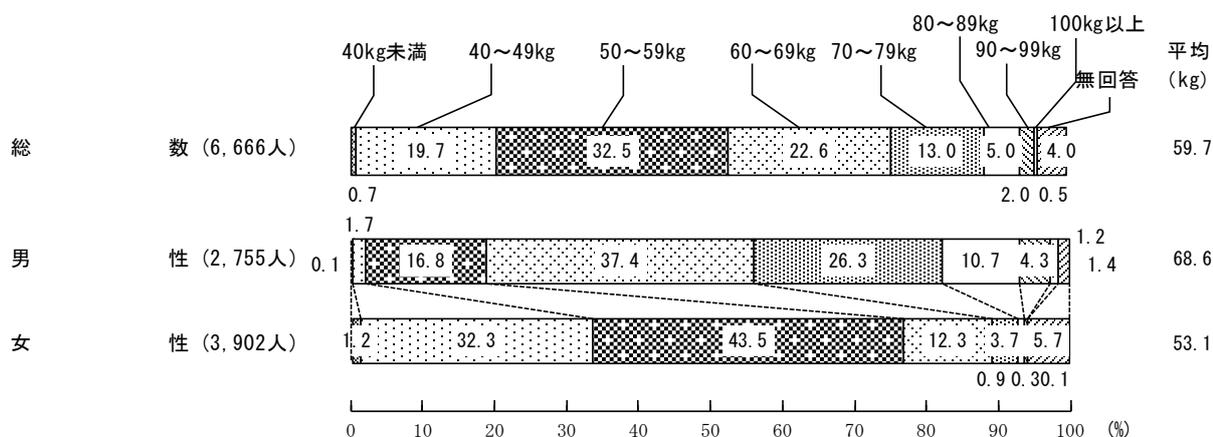
問 1 8 あなたの今の身長・体重を教えてください。(小数点以下は四捨五入してください)

【体重】 kg

今の体重について聞いたところ、「50～59kg」と答えた者の割合が32.5%と最も高く、平均値は59.7となった。

男性では、「60～69kg」と答えた者の割合が37.4%と最も高く、平均値は68.6となった。

女性では、「50～59kg」と答えた者の割合が43.5%と最も高く、平均値は53.1となった。



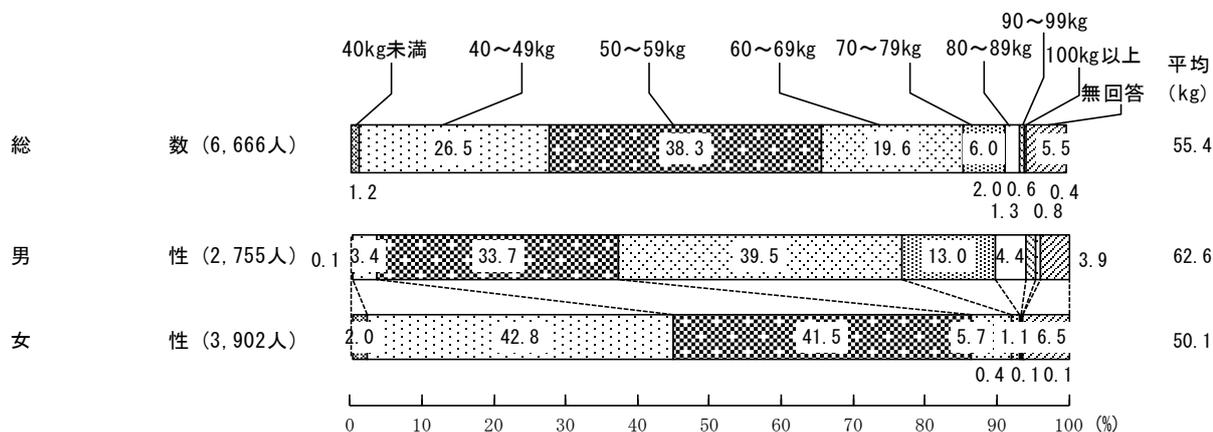
問 1 8 - 2 あなたの20歳の時の体重を教えてください。(小数点以下は四捨五入してください)

【体重】 kg

20歳の時の体重について聞いたところ、「50～59kg」と答えた者の割合が38.3%と最も高く、平均値は55.4となった。

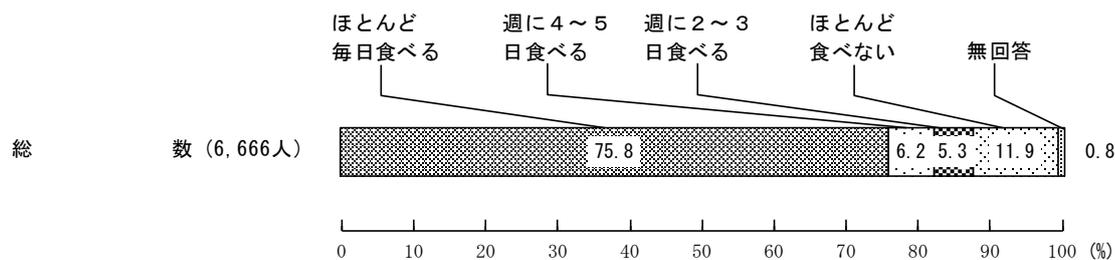
男性では、「60～69kg」と答えた者の割合が39.5%と最も高く、平均値は62.6となった。

女性では、「40～49kg」と答えた者の割合が42.8%と最も高く、平均値は50.1となった。



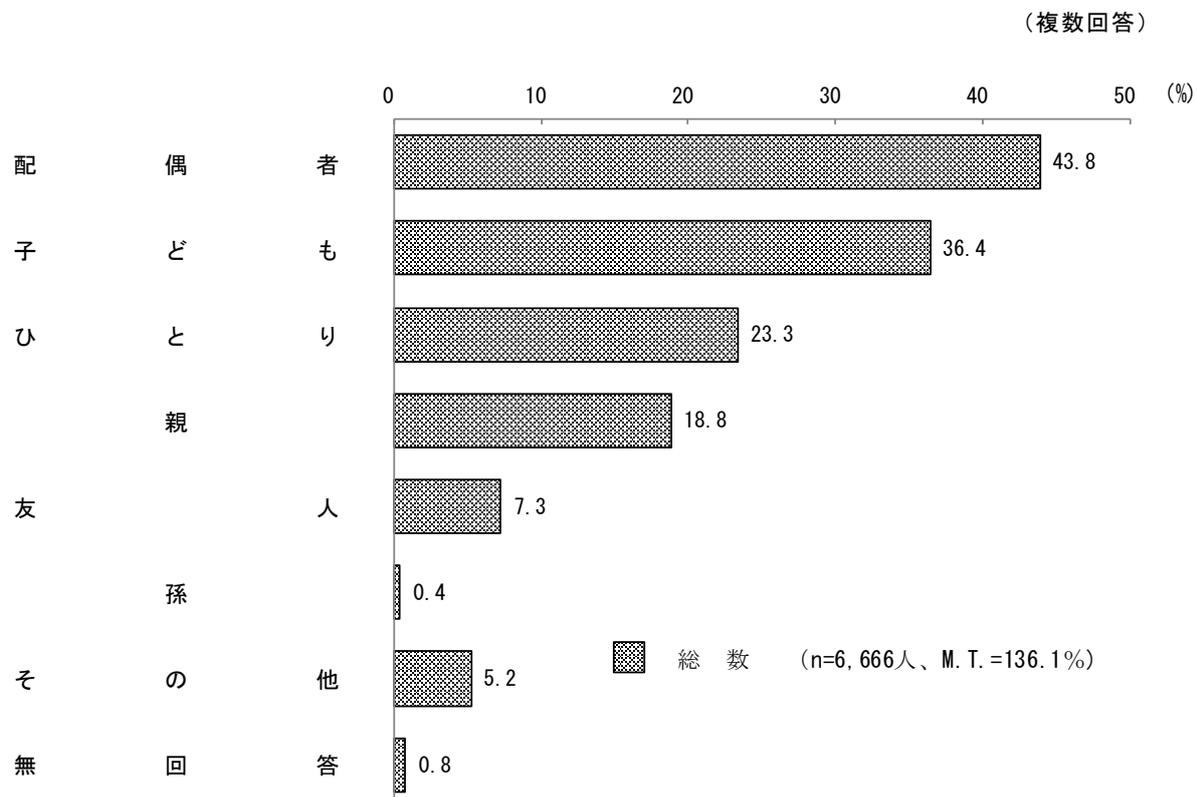
問19 あなたは、ふだん朝食を食べますか。(1つだけ○)

ふだん朝食を食べるか聞いたところ、「ほとんど毎日食べる」と答えた者の割合が75.8%、「週に4～5日食べる」と答えた者の割合が6.2%、「週に2～3日食べる」と答えた者の割合が5.3%、「ほとんど食べない」と答えた者の割合が11.9%となっている。



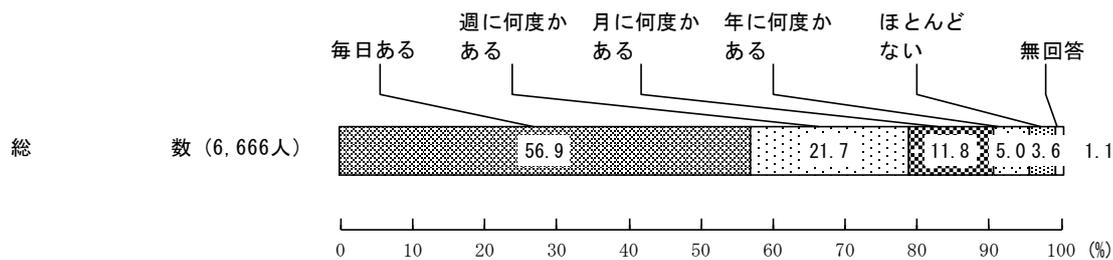
問20 食事は誰とすることが多いですか。あてはまる番号すべてに○をつけてください。

「配偶者」を挙げた者の割合が43.8%と最も高く、以下、「子ども」36.4%、「ひとり」23.3%、「親」18.8%、「友人」7.3%などの順となっている。



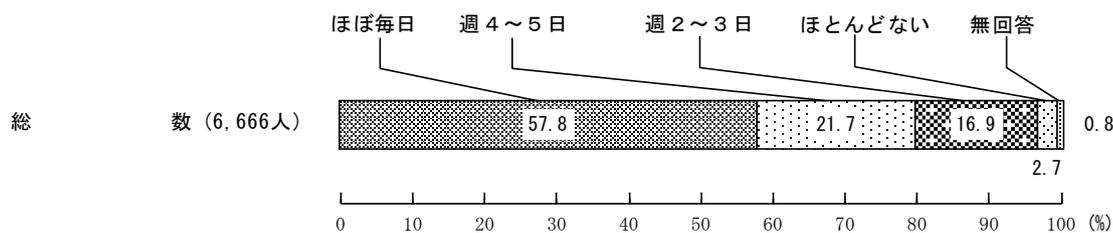
問 2 1 どなたかと一緒に食事をする機会がありますか。

どなたかと一緒に食事をする機会があるか聞いたところ、「毎日ある」と答えた者の割合が 56.9%、「週に何度かある」と答えた者の割合が 21.7%、「月に何度かある」と答えた者の割合が 11.8%、「年に何度かある」と答えた者の割合が 5.0%、「ほとんどない」と答えた者の割合が 3.6%となっている。



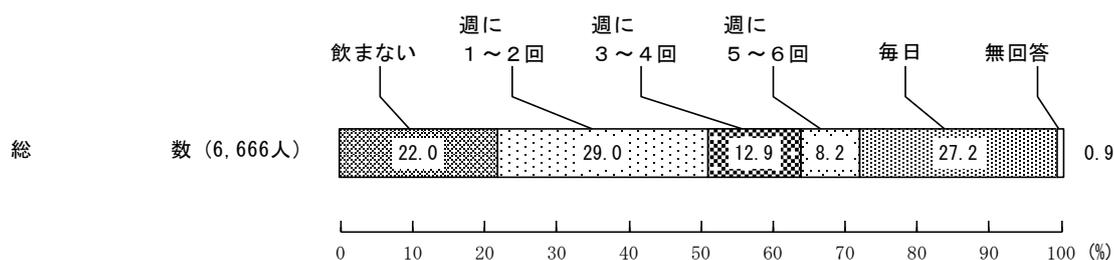
問 2 2 あなたはふだんの食事で野菜料理（いも類は除きます）をどのくらい食べますか。野菜料理とは、サラダ・おひたし・野菜の煮物、野菜炒め、具たくさん味噌汁などです。

ふだんの食事で野菜料理をどのくらい食べるか聞いたところ、「ほぼ毎日」と答えた者の割合が 57.8%、「週 4～5 日」と答えた者の割合が 21.7%、「週 2～3 日」と答えた者の割合が 16.9%、「ほとんどない」と答えた者の割合が 2.7%となっている。



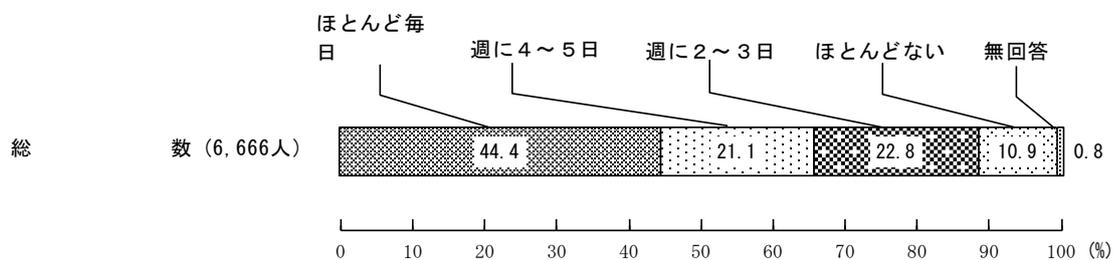
問 2 3 清涼飲料水（オレンジジュース、コーラ、コーヒー等の糖の入った飲料）をどの程度飲んで
いますか。

清涼飲料水（オレンジジュース、コーラ、コーヒー等の糖の入った飲料）をどの程度飲んでいる
か聞いたところ、「飲まない」と答えた者の割合が 22.0%、「週に 1～2 回」と答えた者の割合が
29.0%、「週に 3～4 回」と答えた者の割合が 12.9%、「週に 5～6 回」と答えた者の割合が
8.2%、「毎日」と答えた者の割合が 27.2%となっている。



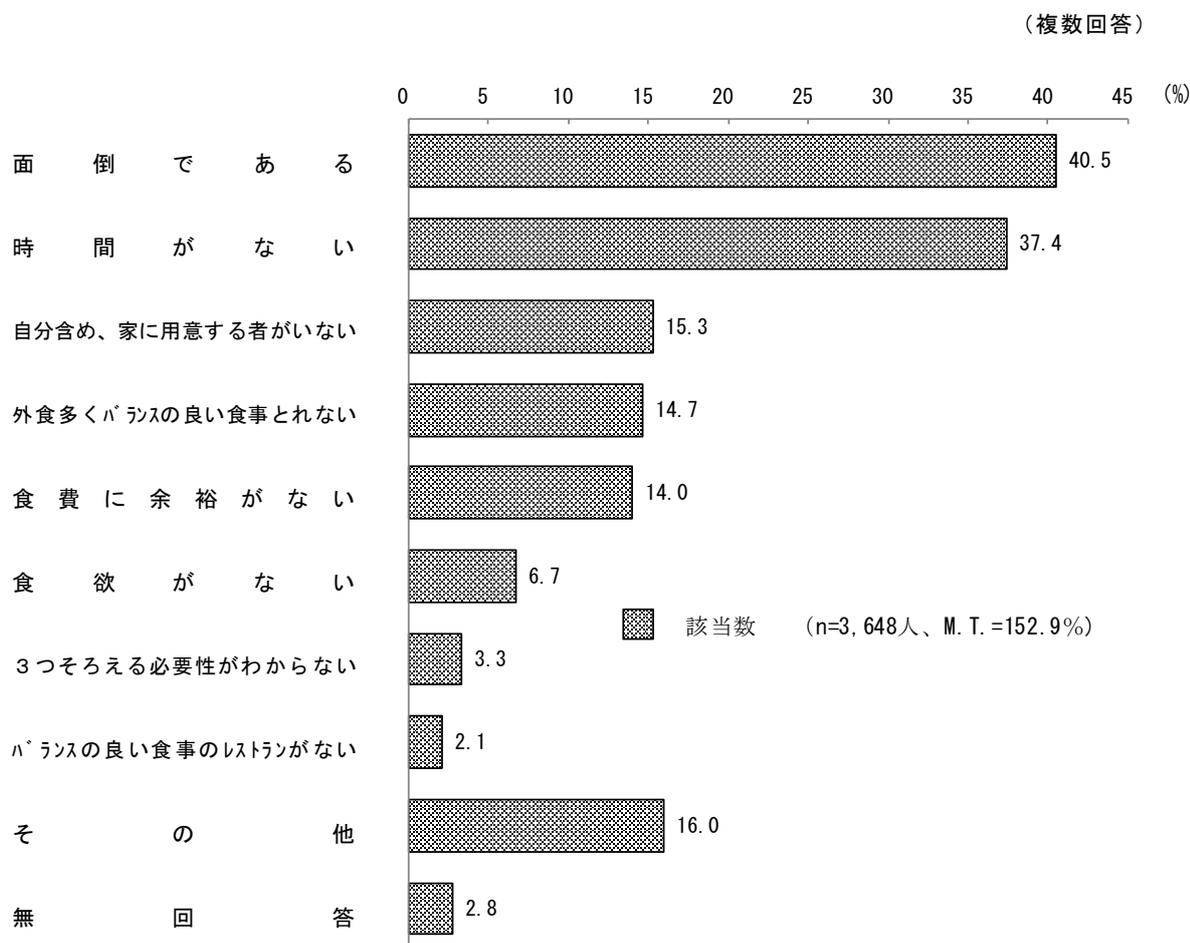
問 2 4 あなたは主食（ごはん、パン、麺類などの料理）、主菜（魚介類、肉類、卵類、大豆・大豆製
品を主材料にした料理）、副菜（野菜類、海藻類、きのこ類を主材料にした料理）の 3 つを組
み合わせて食べることが 1 日に 2 回以上あるのは週に何日ありますか。あてはまる番号に○
印をつけて下さい。
(1 つだけ○)

主食、主菜、副菜の 3 つを組み合わせて食べることが 1 日に 2 回以上あるのは週に何日あるか聞
いたところ、「ほとんど毎日」と答えた者の割合が 44.4%、「週に 4～5 日」と答えた者の割合が
21.1%、「週に 2～3 日」と答えた者の割合が 22.8%、「ほとんどない」と答えた者の割合が
10.9%となっている。



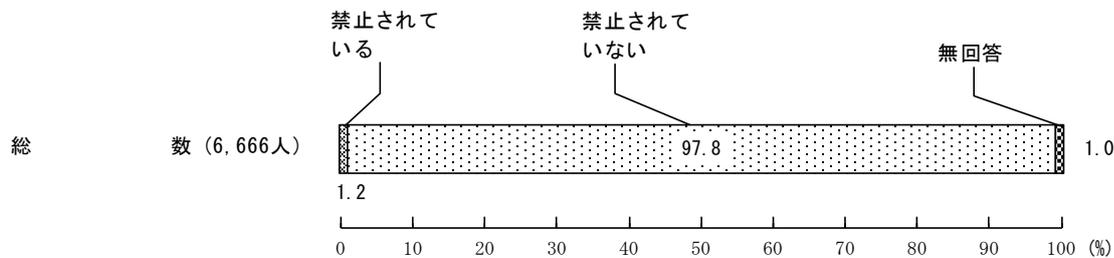
問 2 5 【問 2 4 で 2 ～ 4 と 回 答 さ れ た 方 に お 聞 き し ま す。】 主 食 ・ 主 菜 ・ 副 菜 の 3 つ を 組 み 合 わ せ て 食 べ る こ と が で き な い 理 由 は 何 で す か。 あ て は ま る 番 号 す べ て に ○ 印 を つ け て 下 さ い。

主食、主菜、副菜の3つを組み合わせる食べることが「週に4～5日」、「週に2～3日」、「ほとんどない」と回答した3,648人に、主食・主菜・副菜の3つを組み合わせる食べることができない理由について聞いたところ、「面倒である」を挙げた者の割合が40.5%と最も高く、以下、「時間がない」37.4%、「自分含め、家に用意する者がいない」15.3%、「外食多くバランスの良い食事とれない」14.7%、「食費に余裕がない」14.0%などの順となっている。



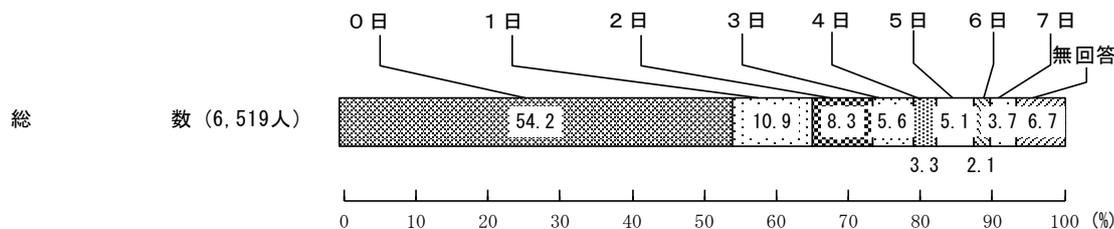
問26 現在、医師等から運動を禁止されていますか。

現在、医師等から運動を禁止されているか聞いたところ、「禁止されている」と答えた者の割合が1.2%、「禁止されていない」と答えた者の割合が97.8%となっている。



問26-2 問26で【2. 禁止されていない】と回答された方にうかがいます。
 (a) 1週間の運動日数 () 日 (運動をしていない場合は、0と記入してください)

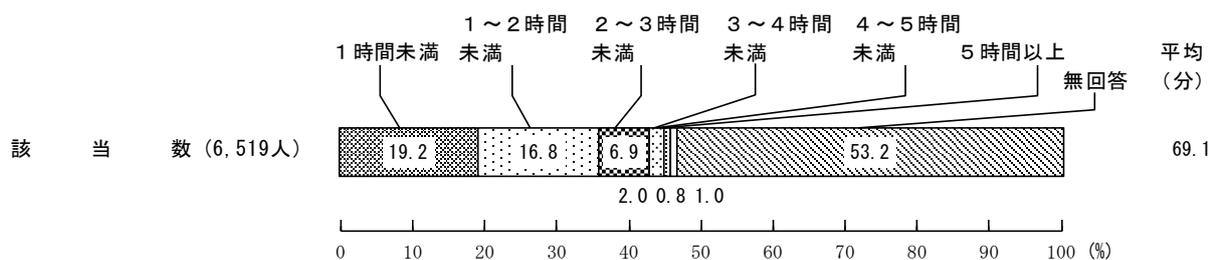
現在、医師等から運動を「禁止されていない」と回答した6,519人に、1週間の運動日数について聞いたところ、「0日」と答えた者の割合が54.2%と最も高く、平均値は1.3となった。



問26-2 問26で【2. 禁止されていない】と回答された方にうかがいます。

(b) 運動を行う日の平均運動時間 () 時間 () 分

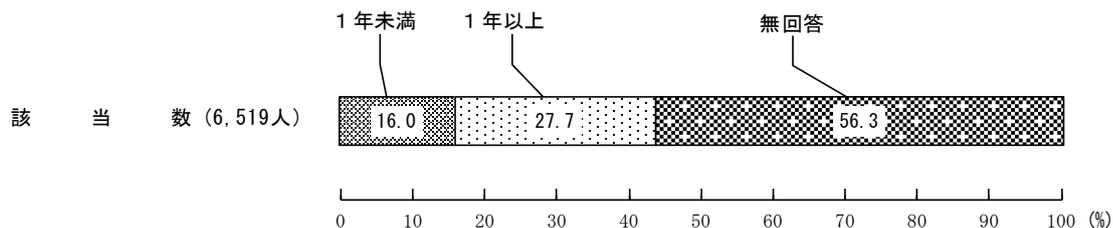
現在、医師等から運動を「禁止されていない」と回答した6,519人に、運動を行う日の平均運動時間について聞いたところ、回答があった中では、「1時間未満」と答えた者の割合が19.2%と最も高く、平均の分数は69.1となった。



問26-2 問26で【2. 禁止されていない】と回答された方にうかがいます。

(c) 運動の継続年数

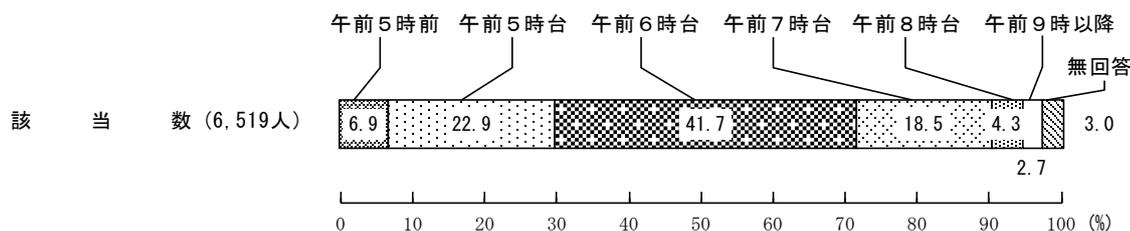
現在、医師等から運動を「禁止されていない」と回答した6,519人に、運動の継続年数について聞いたところ、「1年未満」と答えた者の割合が16.0%、「1年以上」と答えた者の割合が27.7%となっている、



問 27 あなたが朝起きる時間について、それぞれあてはまる番号1つに○をつけてください。

(1) 学校・仕事のある日

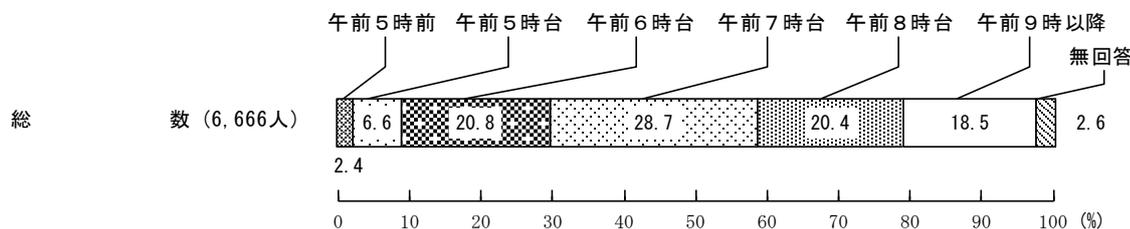
学校・仕事のある日の朝起きる時間について聞いたところ、「午前5時前」と答えた者の割合が6.9%、「午前5時台」と答えた者の割合が22.9%、「午前6時台」と答えた者の割合が41.7%、「午前7時台」と答えた者の割合が18.5%、「午前8時台」と答えた者の割合が4.3%、「午前9時以降」と答えた者の割合が2.7%となっている。



問 27 あなたが朝起きる時間について、それぞれあてはまる番号1つに○をつけてください。

(2) 休日

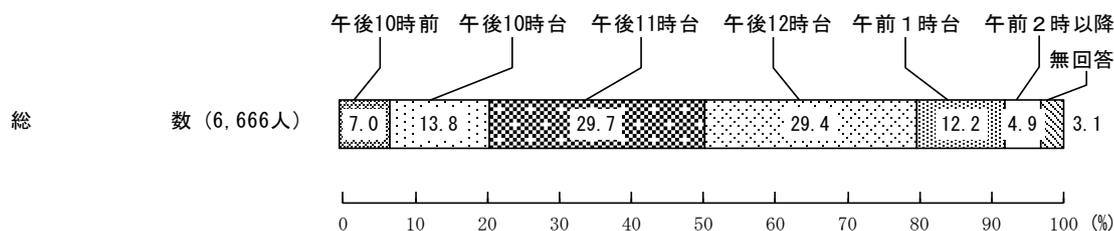
休日の朝起きる時間について聞いたところ、「午前5時前」と答えた者の割合が2.4%、「午前5時台」と答えた者の割合が6.6%、「午前6時台」と答えた者の割合が20.8%、「午前7時台」と答えた者の割合が28.7%、「午前8時台」と答えた者の割合が20.4%、「午前9時以降」と答えた者の割合が18.5%となっている。



問27-2 あなたが夜寝る時間について、それぞれあてはまる番号1つに○をつけてください。

(1) 学校・仕事のある日

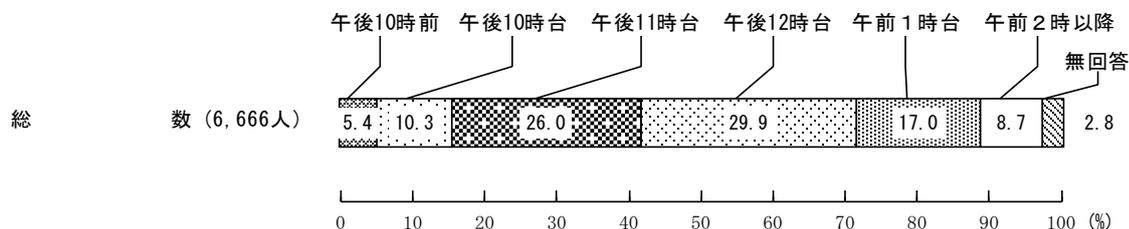
学校・仕事のある日の夜寝る時間について聞いたところ、「午後10時前」と答えた者の割合が7.0%、「午後10時台」と答えた者の割合が13.8%、「午後11時台」と答えた者の割合が29.7%、「午後12時台」と答えた者の割合が29.4%、「午前1時台」と答えた者の割合が12.2%、「午前2時以降」と答えた者の割合が4.9%となっている。



問27-2 あなたが夜寝る時間について、それぞれあてはまる番号1つに○をつけてください。

(2) 休日

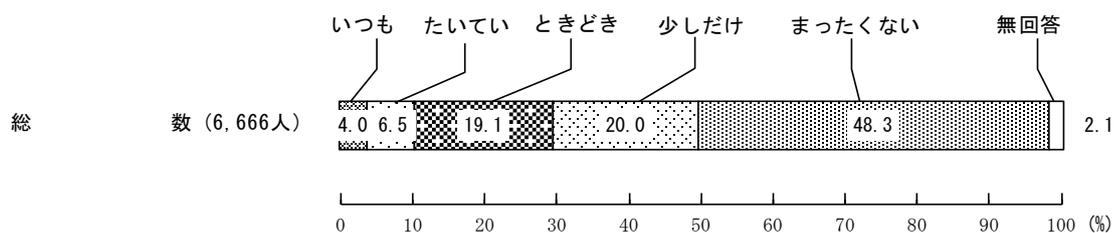
休日の夜寝る時間について聞いたところ、「午後10時前」と答えた者の割合が5.4%、「午後10時台」と答えた者の割合が10.3%、「午後11時台」と答えた者の割合が26.0%、「午後12時台」と答えた者の割合が29.9%、「午前1時台」と答えた者の割合が17.0%、「午前2時以降」と答えた者の割合が8.7%、となっている。



問 28 過去1か月の間はどのようなようであったか、6つの項目それぞれのあてはまる番号1つに○をつけてください。

(1) 神経過敏に感じましたか

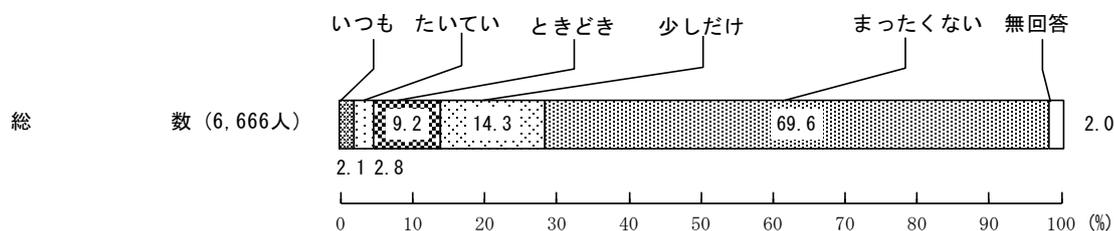
過去1か月の間、神経過敏に感じたか聞いたところ、「いつも」と答えた者の割合が4.0%、「たいてい」と答えた者の割合が6.5%、「ときどき」と答えた者の割合が19.1%、「少しだけ」と答えた者の割合が20.0%、「まったくない」と答えた者の割合が48.3%となっている。



問 28 過去1か月の間はどのようなようであったか、6つの項目それぞれのあてはまる番号1つに○をつけてください。

(2) 絶望的だと感じましたか

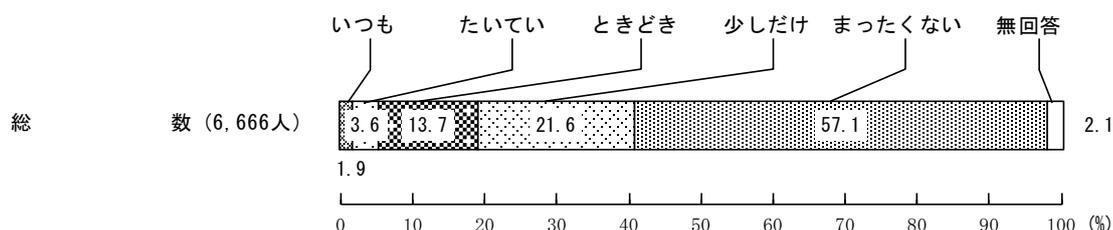
過去1か月の間、絶望的だと感じたか聞いたところ、「いつも」と答えた者の割合が2.1%、「たいてい」と答えた者の割合が2.8%、「ときどき」と答えた者の割合が9.2%、「少しだけ」と答えた者の割合が14.3%、「まったくない」と答えた者の割合が69.6%となっている。



問 28 過去1か月の間はどのようなであったか、6つの項目それぞれのあてはまる番号1つに○をつけてください。

(3) そわそわ、落ち着かなく感じましたか

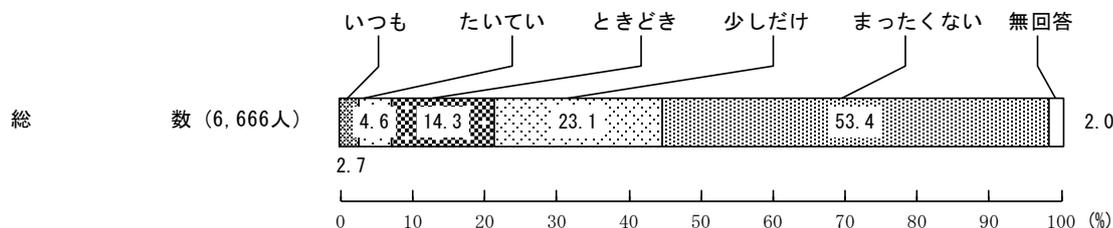
過去1か月の間、そわそわ、落ち着かなく感じたか聞いたところ、「いつも」と答えた者の割合が1.9%、「たいてい」と答えた者の割合が3.6%、「ときどき」と答えた者の割合が13.7%、「少しだけ」と答えた者の割合が21.6%、「まったくない」と答えた者の割合が57.1%となっている。



問 28 過去1か月の間はどのようなであったか、6つの項目それぞれのあてはまる番号1つに○をつけてください。

(4) 気分が沈み込んで、何が起ころても気が晴れないように感じましたか

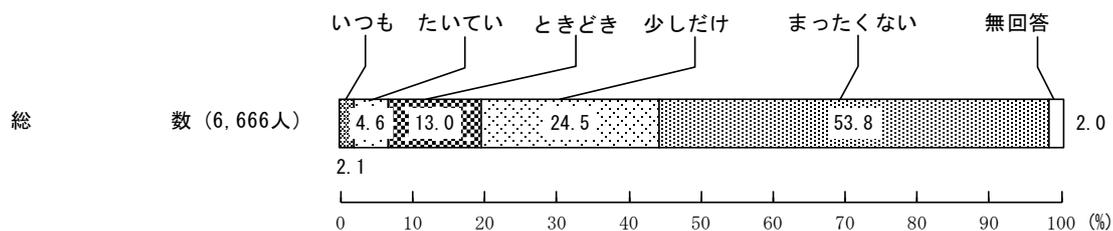
過去1か月の間、気分が沈み込んで、何が起ころても気が晴れないように感じたか聞いたところ、「いつも」と答えた者の割合が2.7%、「たいてい」と答えた者の割合が4.6%、「ときどき」と答えた者の割合が14.3%、「少しだけ」と答えた者の割合が23.1%、「まったくない」と答えた者の割合が53.4%となっている。



問 28 過去1か月の間はどのようなようであったか、6つの項目それぞれのあてはまる番号1つに○をつけてください。

(5) 何をするもの骨折りだと感じましたか

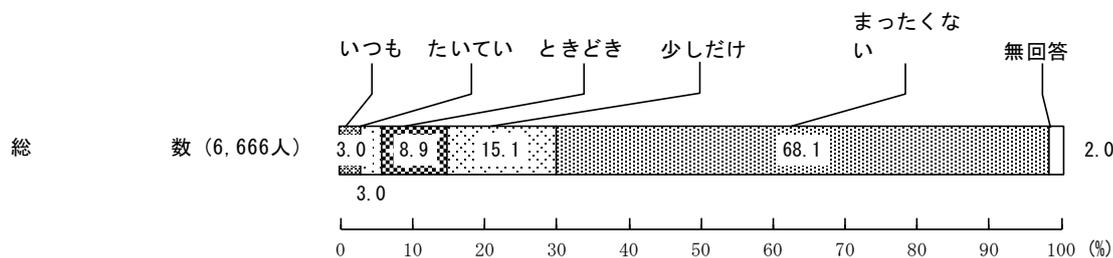
過去1か月の間、何をするもの骨折りだと感じたか聞いたところ、「いつも」と答えた者の割合が2.1%、「たいてい」と答えた者の割合が4.6%、「ときどき」と答えた者の割合が13.0%、「少しだけ」と答えた者の割合が24.5%、「まったくない」と答えた者の割合が53.8%となっている。



問 28 過去1か月の間はどのようなようであったか、6つの項目それぞれのあてはまる番号1つに○をつけてください。

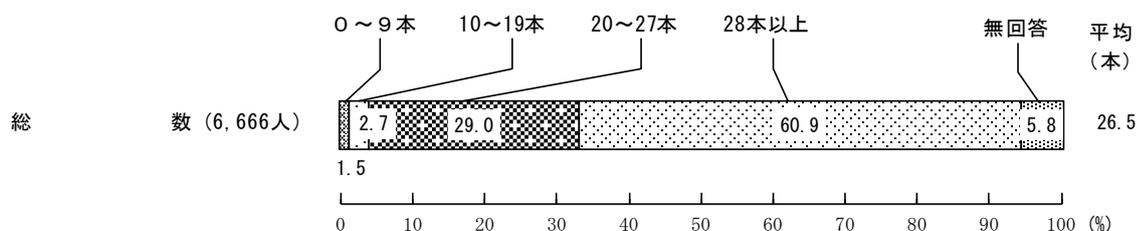
(6) 自分は価値のない人間だと感じましたか

過去1か月の間、自分は価値のない人間だと感じたか聞いたところ、「いつも」と答えた者の割合が3.0%、「たいてい」と答えた者の割合が3.0%、「ときどき」と答えた者の割合が8.9%、「少しだけ」と答えた者の割合が15.1%、「まったくない」と答えた者の割合が68.1%となっている。



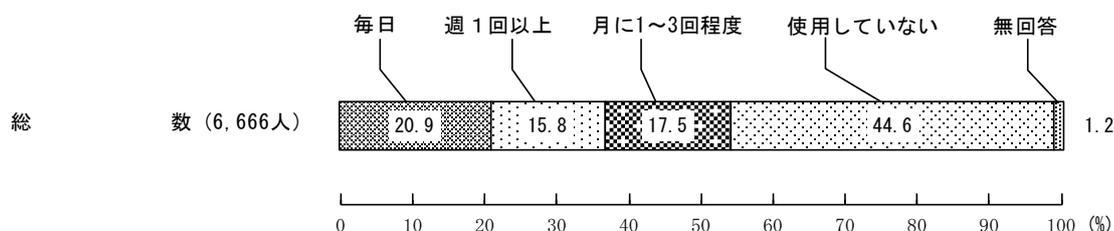
問 2 9 自分の歯は何本ありますか。

自分の歯は何本あるか聞いたところ、「28 本以上」と答えた者の割合が 60.9%と最も高く、平均値は 26.5 となった。



問 3 0 あなたはデンタルフロス（糸つきヨウジ）や歯間ブラシを使用していますか。

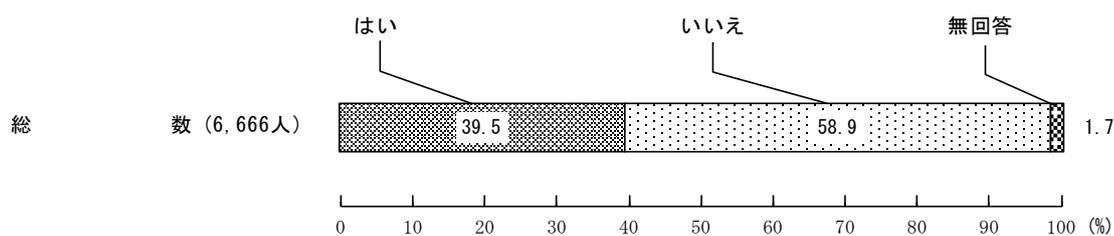
デンタルフロス（糸つきヨウジ）や歯間ブラシを使用しているか聞いたところ、「毎日」と答えた者の割合が 20.9%、「週 1 回以上」と答えた者の割合が 15.8%、「月に 1～3 回程度」と答えた者の割合が 17.5%、「使用していない」と答えた者の割合が 44.6%となっている。



問3 1 あなたの食べ方や食事の様子についておたずねします。次のアからオの質問について、あてはまる番号1つに○をつけて下さい。

ア ゆっくりよくかんで食事をする

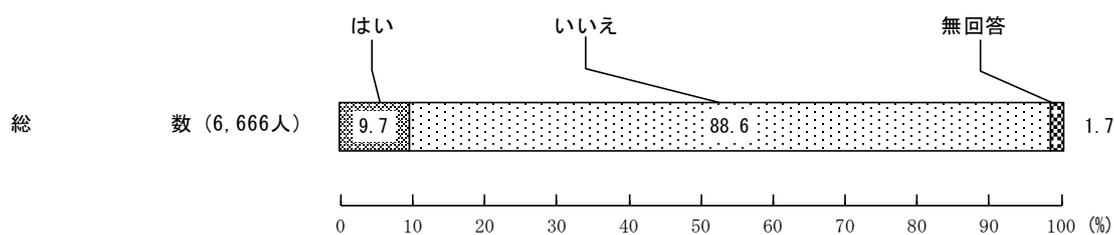
食べ方や食事の様子について、ゆっくりよくかんで食事をするか聞いたところ、「はい」と答えた者の割合が39.5%、「いいえ」と答えた者の割合が58.9%となっている。



問3 1 あなたの食べ方や食事の様子についておたずねします。次のアからオの質問について、あてはまる番号1つに○をつけて下さい。

イ 半年前に比べて固いものが食べにくくなった

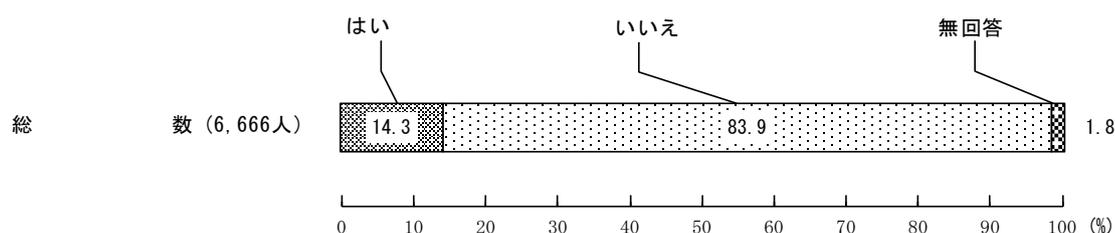
食べ方や食事の様子について、半年前に比べて固いものが食べにくくなったか聞いたところ、「はい」と答えた者の割合が9.7%、「いいえ」と答えた者の割合が88.6%となっている。



問3 1 あなたの食べ方や食事の様子についておたずねします。次のアからオの質問について、あてはまる番号1つに○をつけて下さい。

ウ お茶や汁物等でむせることがある

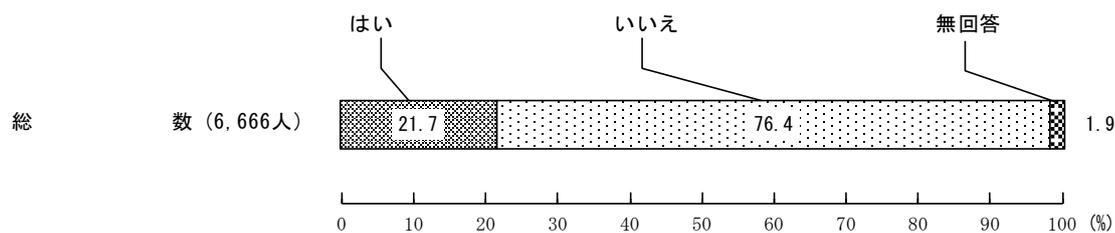
食べ方や食事の様子について、お茶や汁物等でむせることがあるか聞いたところ、「はい」と答えた者の割合が14.3%、「いいえ」と答えた者の割合が83.9%となっている。



問3 1 あなたの食べ方や食事の様子についておたずねします。次のアからオの質問について、あてはまる番号1つに○をつけて下さい。

エ 口の渇きが気になる

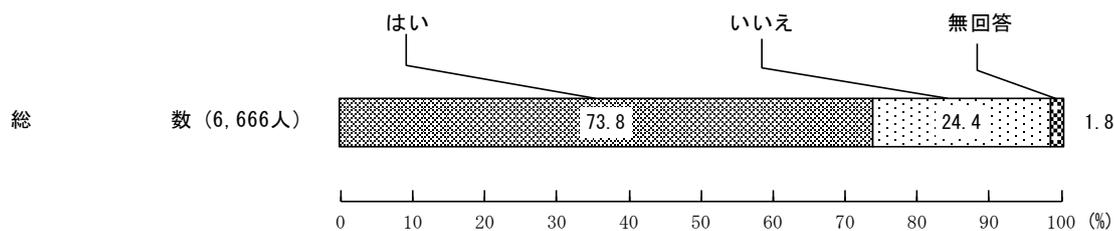
食べ方や食事の様子について、口の渇きが気になるか聞いたところ、「はい」と答えた者の割合が21.7%、「いいえ」と答えた者の割合が76.4%となっている。



問3 1 あなたの食べ方や食事の様子についておたずねします。次のアからオの質問について、あてはまる番号1つに○をつけて下さい。

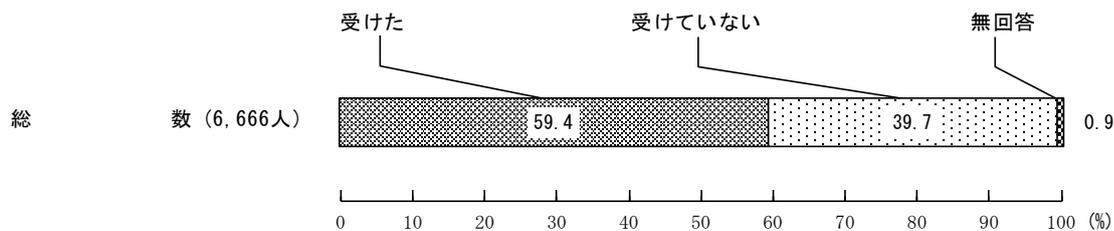
オ 左右両方の奥歯でしっかりかみしめられる

食べ方や食事の様子について、左右両方の奥歯でしっかりかみしめられるか聞いたところ、「はい」と答えた者の割合が73.8%、「いいえ」と答えた者の割合が24.4%となっている。



問3 2 あなたは、この1年間に歯科検診を受けましたか。(1つだけ○)

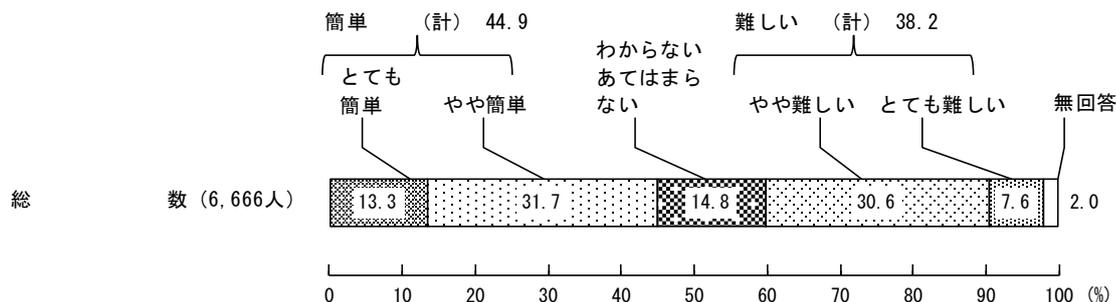
この1年間に歯科検診を受けたか聞いたところ、「受けた」と答えた者の割合が59.4%、「受けていない」と答えた者の割合が39.7%となっている。



問33 次の(1)～(6)それぞれについて、あてはまる番号1つに○をつけてください。

(1) 気になる病気の治療に関する情報を見つけるのは難しいと感じますか

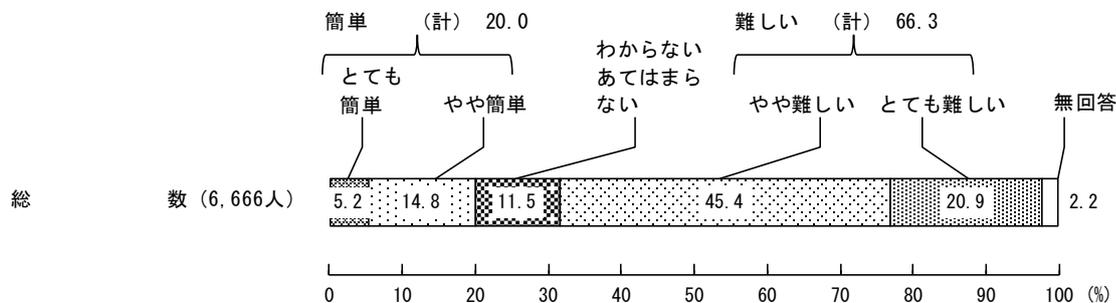
気になる病気の治療に関する情報を見つけるのは難しいと感じるか聞いたところ、「簡単」とする者の割合が44.9%（「とても簡単」13.3%+「やや簡単」31.7%）、「わからない あてはまらない」と答えた者の割合が14.8%、「難しい」とする者の割合が38.2%（「やや難しい」30.6%+「とても難しい」7.6%）となっている。



問33 次の(1)～(6)それぞれについて、あてはまる番号1つに○をつけてください。

(2) 治療法が複数ある時、それぞれの長所と短所を判断するのは難しいと感じますか

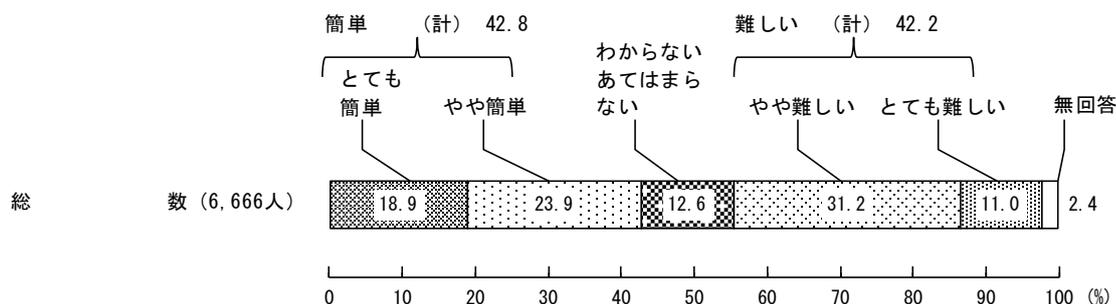
治療法が複数ある時、それぞれの長所と短所を判断するのは難しいと感じるか聞いたところ、「簡単」とする者の割合が20.0%（「とても簡単」5.2%+「やや簡単」14.8%）、「わからない あてはまらない」と答えた者の割合が11.5%、「難しい」とする者の割合が66.3%（「やや難しい」45.4%+「とても難しい」20.9%）となっている。



問33 次の(1)～(6)それぞれについて、あてはまる番号1つに○をつけてください。

(3) 緊急時に救急車を呼ぶのは難しいと感じますか

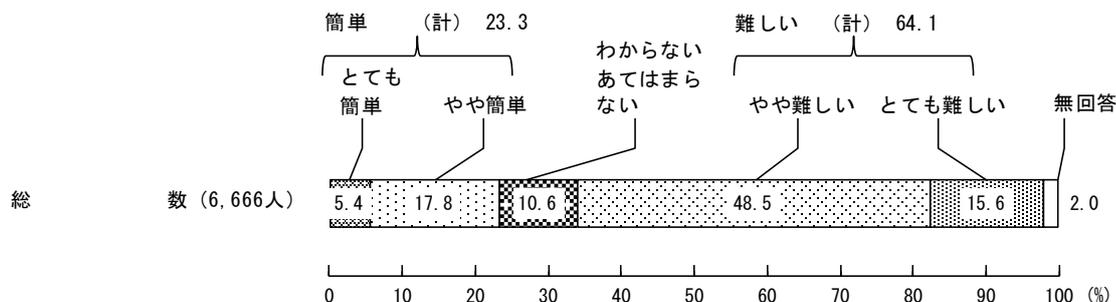
緊急時に救急車を呼ぶのは難しいと感じるか聞いたところ、「簡単」とする者の割合が42.8%（「とても簡単」18.9%+「やや簡単」23.9%）、「わからない あてはまらない」と答えた者の割合が12.6%、「難しい」とする者の割合が42.2%（「やや難しい」31.2%+「とても難しい」11.0%）となっている。



問33 次の(1)～(6)それぞれについて、あてはまる番号1つに○をつけてください。

(4) メディア（テレビ、インターネット、その他のメディア）から得た健康リスク（危険性）の情報が信頼できるかどうかを判断するのは難しいと感じますか

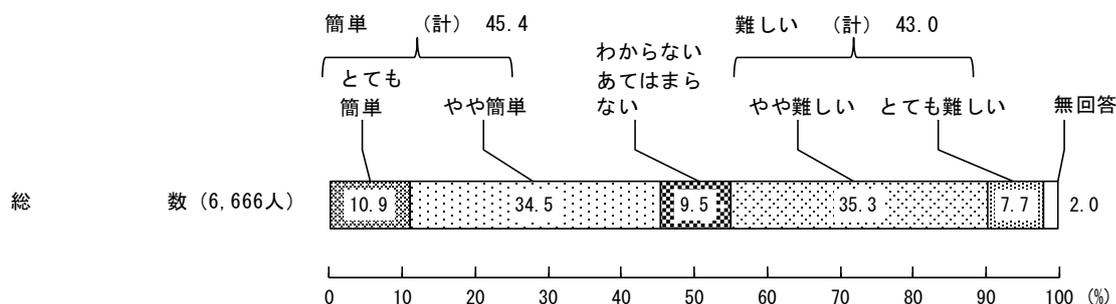
メディア（テレビ、インターネット、その他のメディア）から得た健康リスク（危険性）の情報が信頼できるかどうかを判断するのは難しいと感じるか聞いたところ、「簡単」とする者の割合が23.3%（「とても簡単」5.4%+「やや簡単」17.8%）、「わからない あてはまらない」と答えた者の割合が10.6%、「難しい」とする者の割合が64.1%（「やや難しい」48.5%+「とても難しい」15.6%）となっている。



問33 次の(1)～(6)それぞれについて、あてはまる番号1つに○をつけてください。

(5) 健康になるためのメディア（インターネット、新聞、雑誌）情報を理解するのは難しいと感じますか

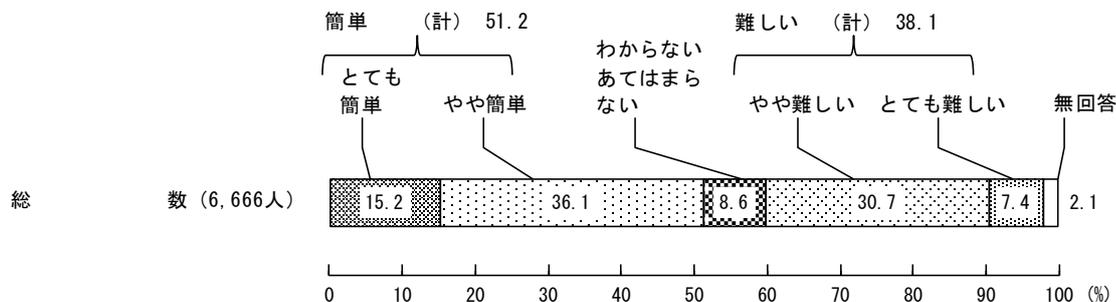
健康になるためのメディア（インターネット、新聞、雑誌）情報を理解するのは難しいと感じるか聞いたところ、「簡単」とする者の割合が45.4%（「とても簡単」10.9%+「やや簡単」34.5%）、「わからない あてはまらない」と答えた者の割合が9.5%、「難しい」とする者の割合が43.0%（「やや難しい」35.3%+「とても難しい」7.7%）となっている。



問33 次の(1)～(6)それぞれについて、あてはまる番号1つに○をつけてください。

(6) どの生活習慣（飲酒、食生活、運動など）が自分の健康に関係しているかを判断するのは難しいと感じますか

どの生活習慣（飲酒、食生活、運動など）が自分の健康に関係しているかを判断するのは難しいと感じるか聞いたところ、「簡単」とする者の割合が51.2%（「とても簡単」15.2%+「やや簡単」36.1%）、「わからない あてはまらない」と答えた者の割合が8.6%、「難しい」とする者の割合が38.1%（「やや難しい」30.7%+「とても難しい」7.4%）となっている。

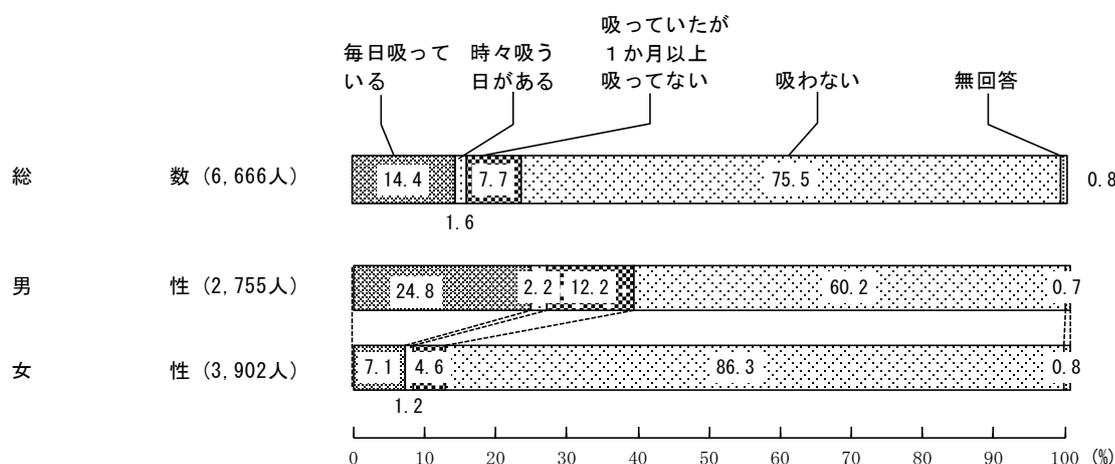


問34 あなたはたばこを吸いますか。あてはまる番号1つに○をつけてください。

たばこを吸うか聞いたところ、「毎日吸っている」と答えた者の割合が14.4%、「時々吸う日がある」と答えた者の割合が1.6%、「吸っていたが1か月以上吸ってない」と答えた者の割合が7.7%、「吸わない」と答えた者の割合が75.5%となっている。

男性では、「毎日吸っている」24.8%、「時々吸う日がある」2.2%、「吸っていたが1か月以上吸ってない」12.2%、「吸わない」60.2%となっている。

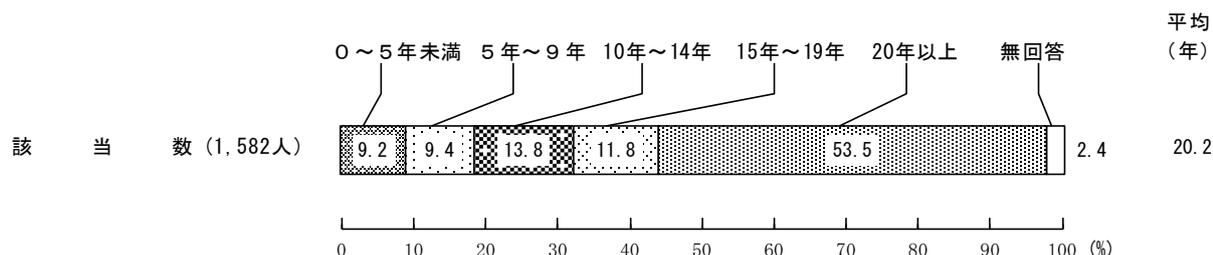
女性では、「毎日吸っている」7.1%、「時々吸う日がある」1.2%、「吸っていたが1か月以上吸ってない」4.6%、「吸わない」86.3%となっている。



問34-2 問34で、【1~3】を選んだ方にうかがいます。何年間たばこを吸っていますか。または、吸っていましたか。

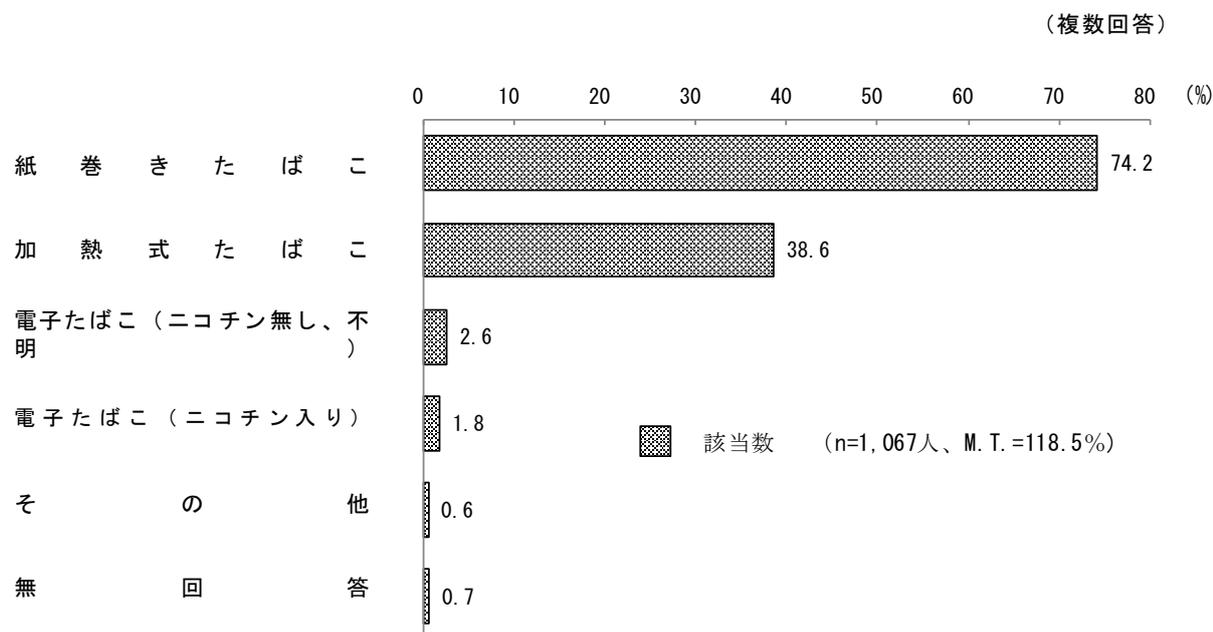
※一年未満の場合は、「0」と記載してください。

たばこを「毎日吸っている」、「時々吸う日がある」、「吸っていたが1か月以上吸ってない」と回答した1,582人に、何年間たばこを吸っているか聞いたところ、「20年以上」と答えた者の割合が53.5%と最も高く、平均値は20.2となった。



問34-3 問34で、【1、2】を選んだ方にうかがいます。現在、あなたが吸っているたばこ製品について、あてはまる番号をすべて選んで○印をつけてください。
(あてはまるものすべてに○)

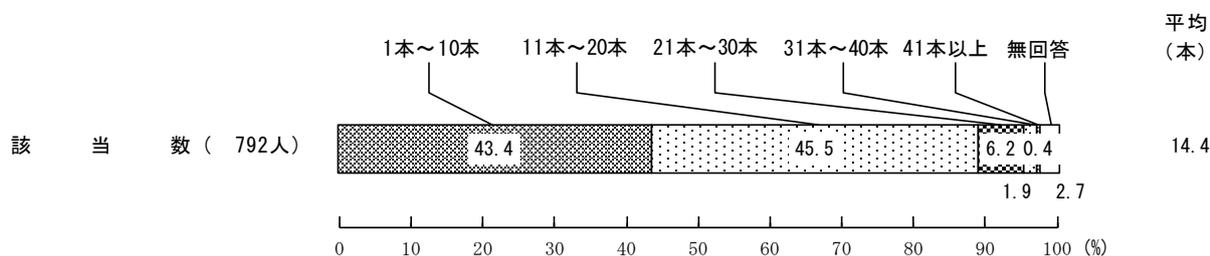
たばこを「毎日吸っている」、「時々吸う日がある」と回答した1,067人に、現在吸っているたばこ製品について聞いたところ、「紙巻きたばこ」を挙げた者の割合が74.2%と最も高く、以下、「加熱式たばこ」38.6%、「電子たばこ（ニコチン無し、不明）」2.6%、「電子たばこ（ニコチン入り）」1.8%などの順となっている。



問34-4 問34-3で、【1~4】を選んだ方にうかがいます。あなたは通常、1日に何本または何回たばこを吸いますか。吸っているたばこ製品すべてについてお答えください。（「ときどき吸う方」は吸うときの1日の本数または回数をお答え下さい。）加熱式たばこ、電子たばこを吸っている場合は、吸って吐いてを繰り返す10分程度のひとまとまりの行為を1回とみなしてお答えください。

紙巻きたばこ

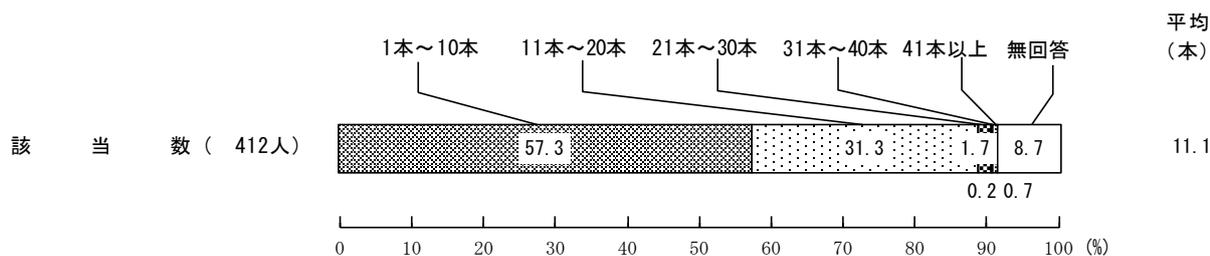
現在吸っているたばこ製品について、「紙巻きたばこ」を挙げた792人に、通常、1日に何本または何回紙巻きたばこを吸うか聞いたところ、「11本~20本」と答えた者の割合が45.5%、「1本~10本」と答えた者の割合が43.4%となっており、平均値は14.4となった。



問34-4 問34-3で、【1~4】を選んだ方にうかがいます。あなたは通常、1日に何本または何回たばこを吸いますか。吸っているたばこ製品すべてについてお答えください。（「ときどき吸う方」は吸うときの1日の本数または回数をお答え下さい。）加熱式たばこ、電子たばこを吸っている場合は、吸って吐いてを繰り返す10分程度のひとまとまりの行為を1回とみなしてお答えください。

加熱式たばこ

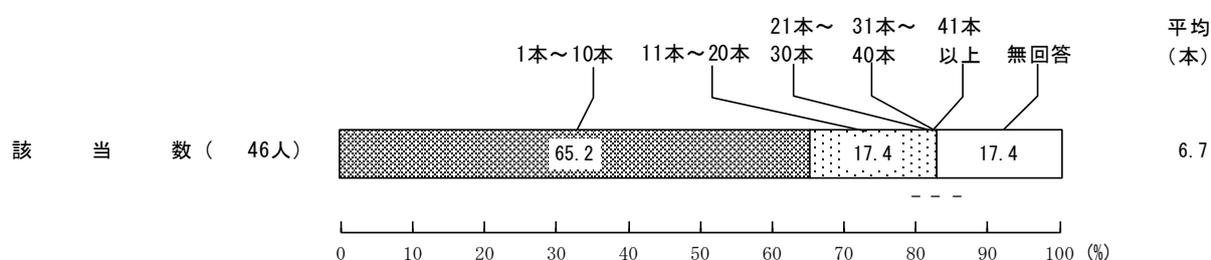
現在吸っているたばこ製品について、「加熱式たばこ」を挙げた412人に、通常、1日に何本または何回加熱式たばこを吸うか聞いたところ、回答があった中では、「1本~10本」と答えた者の割合が57.3%と最も高く、平均値は11.1となった。



問34-4 問34-3で、【1~4】を選んだ方にうかがいます。あなたは通常、1日に何本または何回たばこを吸いますか。吸っているたばこ製品すべてについてお答えください。（「ときどき吸う方」は吸うときの1日の本数または回数をお答え下さい。）加熱式たばこ、電子たばこを吸っている場合は、吸って吐いてを繰り返す10分程度のひとまとまりの行為を1回とみなしてお答えください。

電子たばこ

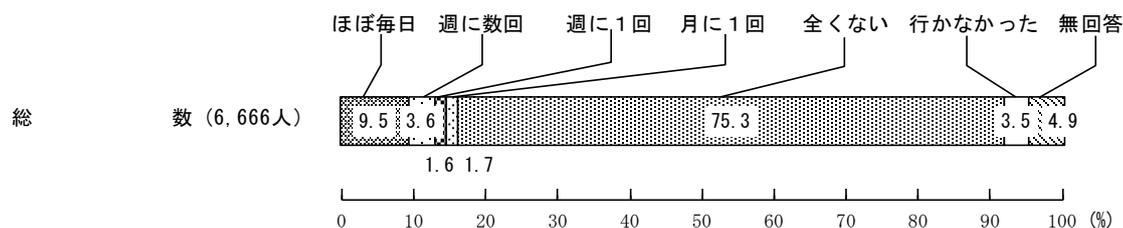
現在吸っているたばこ製品について、「電子たばこ（ニコチン入り）」、「電子たばこ（ニコチン無し、不明）」を挙げた46人に、通常、1日に何本または何回電子たばこを吸うか聞いたところ、回答があった中では、「1本~10本」と答えた者の割合が65.2%と最も高く、平均値は6.7となった。



問35 あなたはこの1ヶ月間に、自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。次の(1)~(6)それぞれについて、あてはまる番号1つに○をつけて下さい。

(1) 家庭

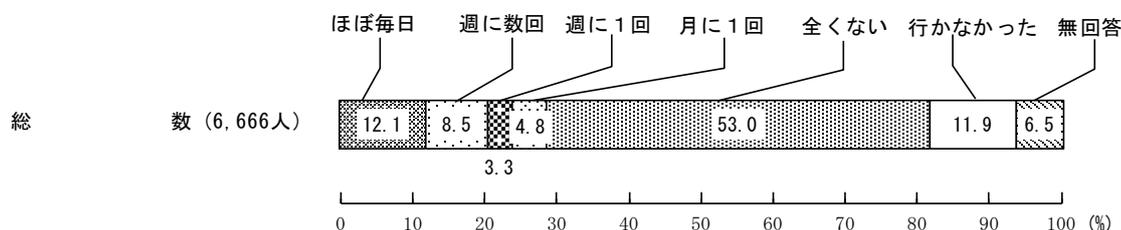
この1ヶ月間に、受動喫煙があったかについて、家庭ではどうか聞いたところ、「ほぼ毎日」と答えた者の割合が9.5%、「週に数回」と答えた者の割合が3.6%、「週に1回」と答えた者の割合が1.6%、「月に1回」と答えた者の割合が1.7%、「全くない」と答えた者の割合が75.3%、「行かなかった」と答えた者の割合が3.5%となっている。



問35 あなたはこの1ヶ月間に、自分以外の方が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。次の（1）～（6）それぞれについて、あてはまる番号1つに○をつけて下さい。

（2）職場

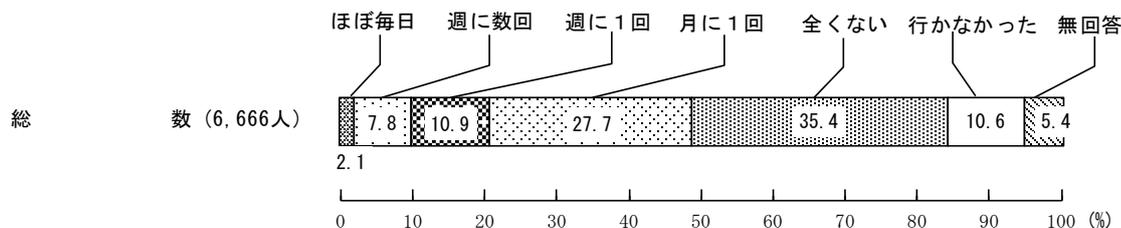
この1ヶ月間に、受動喫煙があったかについて、職場ではどうか聞いたところ、「ほぼ毎日」と答えた者の割合が12.1%、「週に数回」と答えた者の割合が8.5%、「週に1回」と答えた者の割合が3.3%、「月に1回」と答えた者の割合が4.8%、「全くない」と答えた者の割合が53.0%、「行かなかった」と答えた者の割合が11.9%となっている。



問35 あなたはこの1ヶ月間に、自分以外の方が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。次の（1）～（6）それぞれについて、あてはまる番号1つに○をつけて下さい。

（3）飲食店

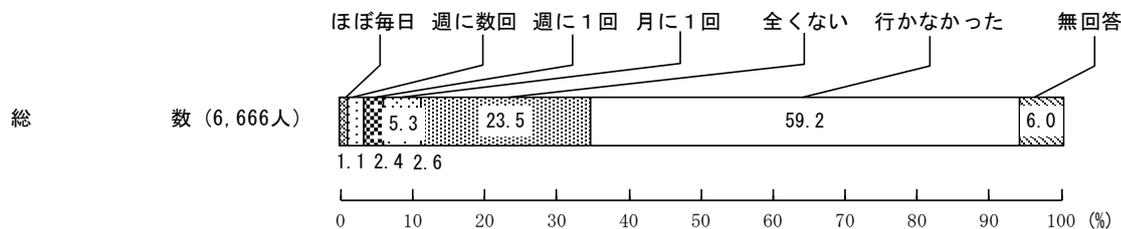
この1ヶ月間に、受動喫煙があったかについて、飲食店ではどうか聞いたところ、「ほぼ毎日」と答えた者の割合が2.1%、「週に数回」と答えた者の割合が7.8%、「週に1回」と答えた者の割合が10.9%、「月に1回」と答えた者の割合が27.7%、「全くない」と答えた者の割合が35.4%、「行かなかった」と答えた者の割合が10.6%となっている。



問35 あなたはこの1ヶ月間に、自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。次の（1）～（6）それぞれについて、あてはまる番号1つに○をつけて下さい。

（4）遊技場（ゲームセンター、パチンコ、競馬場など）

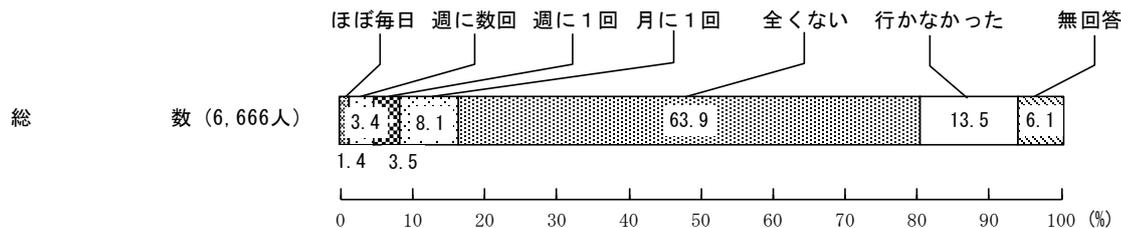
この1ヶ月間に、受動喫煙があったかについて、遊技場（ゲームセンター、パチンコ、競馬場など）ではどうか聞いたところ、「ほぼ毎日」と答えた者の割合が1.1%、「週に数回」と答えた者の割合が2.4%、「週に1回」と答えた者の割合が2.6%、「月に1回」と答えた者の割合が5.3%、「全くない」と答えた者の割合が23.5%、「行かなかった」と答えた者の割合が59.2%、「無回答」と答えた者の割合が6.0%となっている。



問35 あなたはこの1ヶ月間に、自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。次の（1）～（6）それぞれについて、あてはまる番号1つに○をつけて下さい。

（5）公共交通機関

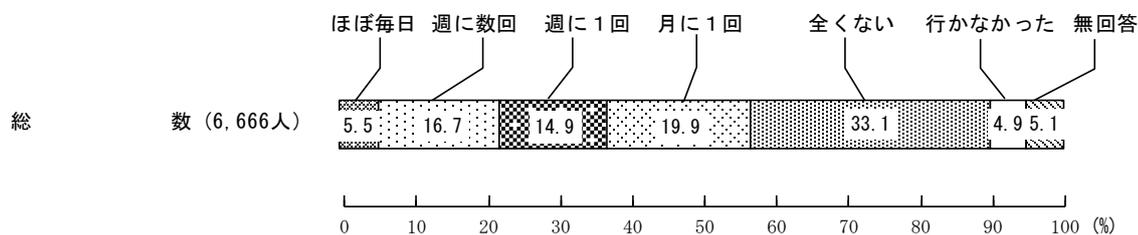
この1ヶ月間に、受動喫煙があったかについて、公共交通機関ではどうか聞いたところ、「ほぼ毎日」と答えた者の割合が1.4%、「週に数回」と答えた者の割合が3.4%、「週に1回」と答えた者の割合が3.5%、「月に1回」と答えた者の割合が8.1%、「全くない」と答えた者の割合が63.9%、「行かなかった」と答えた者の割合が13.5%となっている。



問35 あなたはこの1ヶ月間に、自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。次の（1）～（6）それぞれについて、あてはまる番号1つに○をつけて下さい。

（6）路上

この1ヶ月間に、受動喫煙があったかについて、路上ではどうか聞いたところ、「ほぼ毎日」と答えた者の割合が5.5%、「週に数回」と答えた者の割合が16.7%、「週に1回」と答えた者の割合が14.9%、「月に1回」と答えた者の割合が19.9%、「全くない」と答えた者の割合が33.1%、「行かなかった」と答えた者の割合が4.9%となっている。

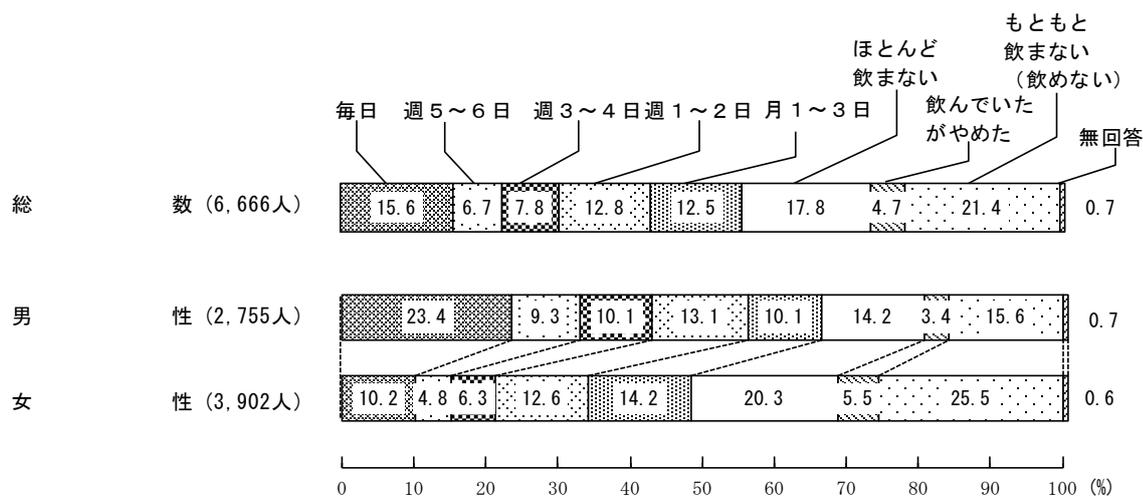


問36 あなたは週に何日くらいお酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲みますか。あてはまる番号1つに○をつけてください。

週に何日くらいお酒を飲むか聞いたところ、「毎日」と答えた者の割合が15.6%、「週5～6日」と答えた者の割合が6.7%、「週3～4日」と答えた者の割合が7.8%、「週1～2日」と答えた者の割合が12.8%、「月1～3日」と答えた者の割合が12.5%、「ほとんど飲まない」と答えた者の割合が17.8%、「飲んでいたがやめた」と答えた者の割合が4.7%、「もともと飲まない（飲めない）」と答えた者の割合が21.4%となっている。

男性では、「毎日」23.4%、「週5～6日」9.3%、「週3～4日」10.1%、「週1～2日」13.1%、「月1～3日」10.1%、「ほとんど飲まない」14.2%、「飲んでいたがやめた」3.4%、「もともと飲まない（飲めない）」15.6%となっている。

女性では、「毎日」10.2%、「週5～6日」4.8%、「週3～4日」6.3%、「週1～2日」12.6%、「月1～3日」14.2%、「ほとんど飲まない」20.3%、「飲んでいたがやめた」5.5%、「もともと飲まない（飲めない）」25.5%となっている。



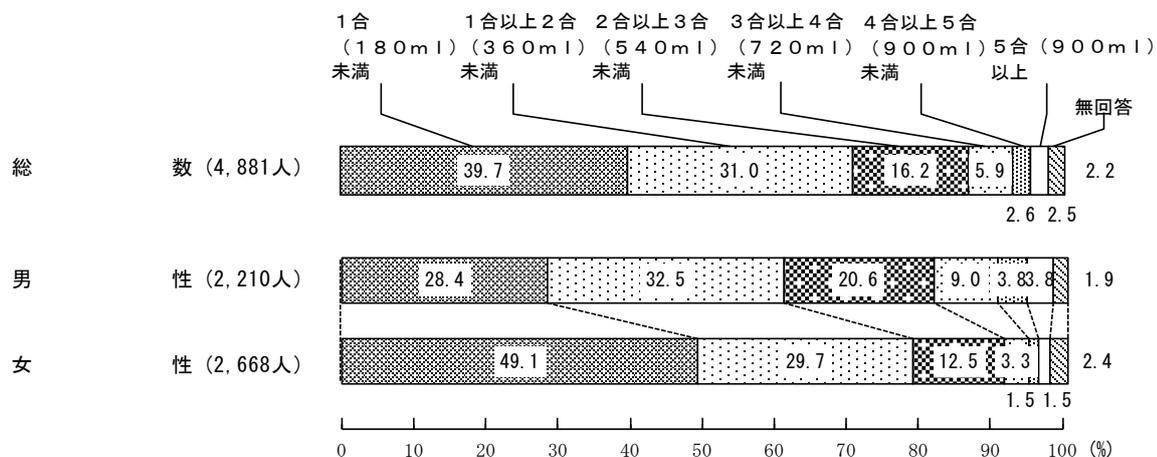
問36で、【1～6】と答えた方にうかがいます。

問36-2 お酒を飲む日は1日あたり、どのくらいの量を飲みますか。清酒に換算し、あてはまる番号1つに○をつけてください。

酒を飲む日は1日あたり、どのくらいの量を飲むか聞いたところ、「1合（180ml）未満」と答えた者の割合が39.7%、「1合以上2合（360ml）未満」と答えた者の割合が31.0%、「2合以上3合（540ml）未満」と答えた者の割合が16.2%、「3合以上4合（720ml）未満」と答えた者の割合が5.9%、「4合以上5合（900ml）未満」と答えた者の割合が2.6%、「5合（900ml）以上」と答えた者の割合が2.5%となっている。

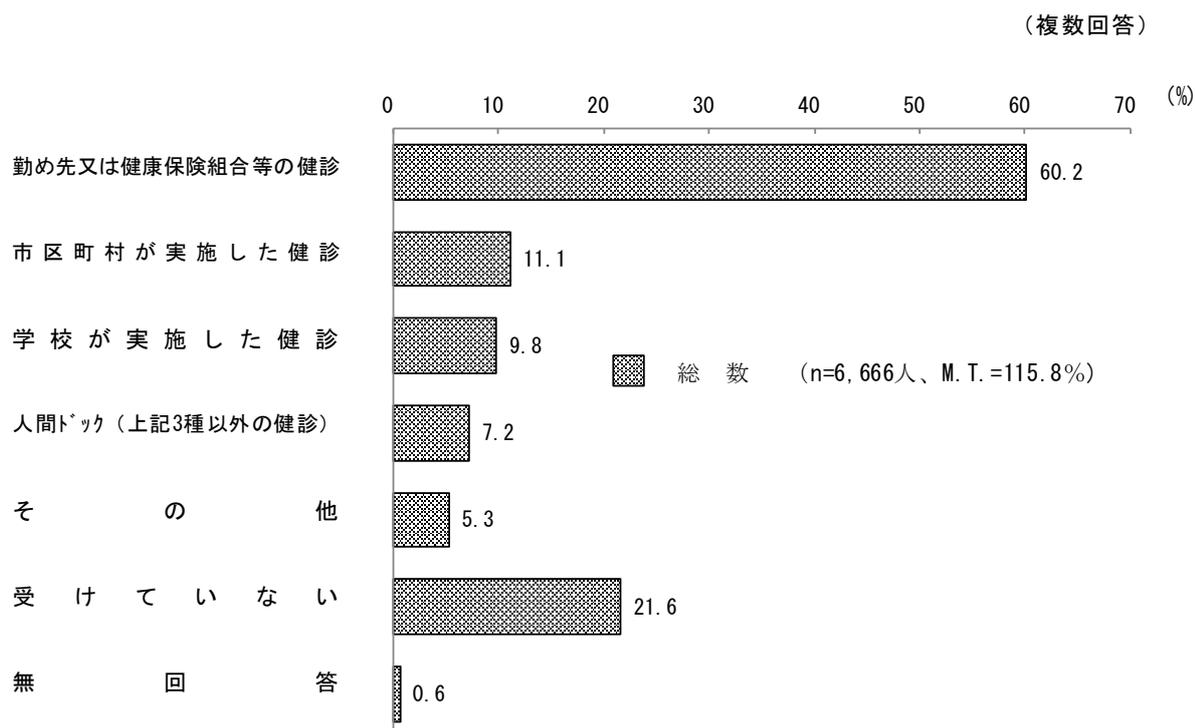
男性では、「1合（180ml）未満」28.4%、「1合以上2合（360ml）未満」32.5%、「2合以上3合（540ml）未満」20.6%、「3合以上4合（720ml）未満」9.0%、「4合以上5合（900ml）未満」3.8%、「5合（900ml）以上」3.8%となっている。

女性では、「1合（180ml）未満」49.1%、「1合以上2合（360ml）未満」29.7%、「2合以上3合（540ml）未満」12.5%、「3合以上4合（720ml）未満」3.3%、「4合以上5合（900ml）未満」1.5%、「5合（900ml）以上」1.5%となっている。



問37 あなたが過去1年間に受けた健診等（健康診断、健康診査及び人間ドック）で、あてはまる番号すべてに○をつけてください。

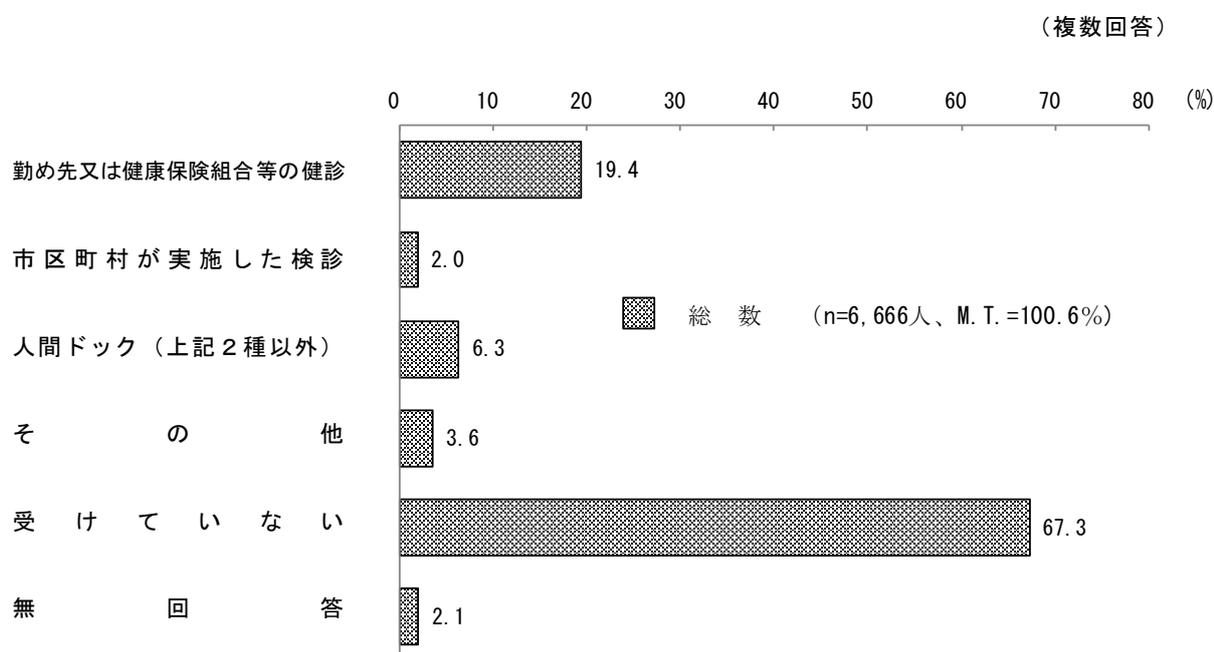
過去1年間に受けた健診等について聞いたところ、「勤め先又は健康保険組合等の健診」を挙げた者の割合が60.2%、「市区町村が実施した健診」を挙げた者の割合が11.1%、「学校が実施した健診」を挙げた者の割合が9.8%、「人間ドック（上記3種以外の健診）」を挙げた者の割合が7.2%などとなっている。なお、「受けていない」と答えた者の割合は21.6%となっている。



問38 あなたは過去1年間に、下記のがん検診を受けましたか。それぞれの検診について、あてはまる番号すべてに○をつけてください。

(1) 胃がん検診（バリウムによるレントゲン撮影や内視鏡（胃カメラ、ファイバースコープ）による撮影など）

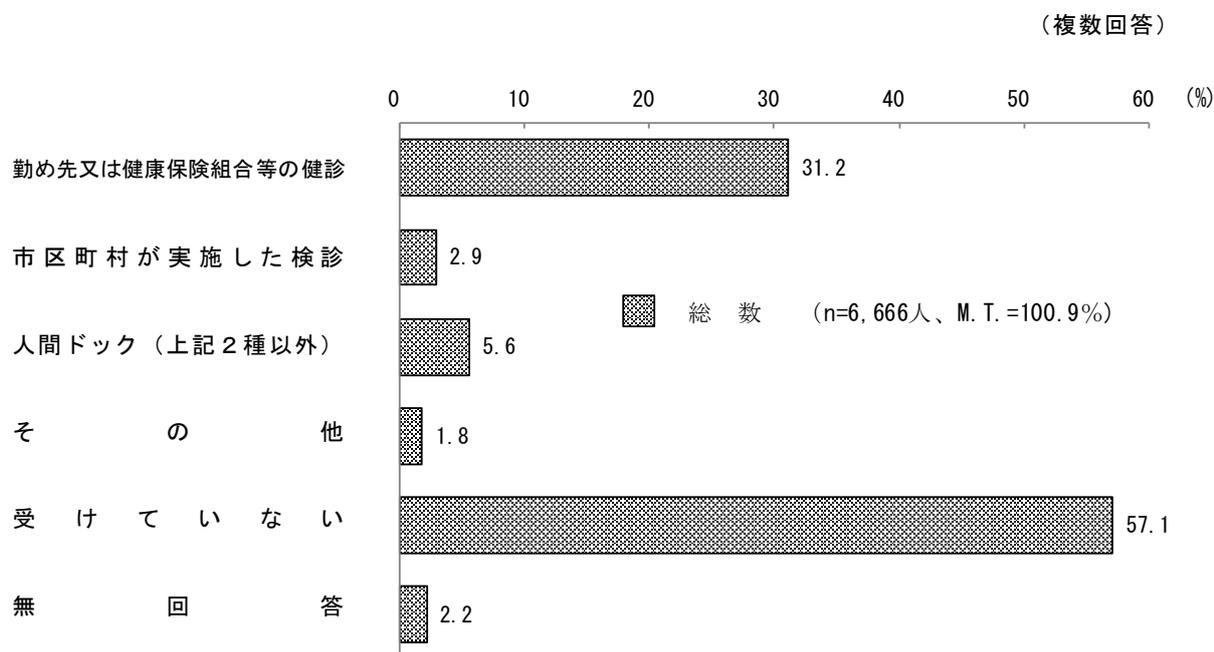
過去1年間に、どこかで胃がん検診を受けたかについて聞いたところ、「勤め先又は健康保険組合等の健診」を挙げた者の割合が19.4%、「市区町村が実施した検診」を挙げた者の割合が2.0%、「人間ドック（上記2種以外）」を挙げた者の割合が6.3%などとなっている。なお、「受けていない」と答えた者の割合は67.3%となっている。



問38 あなたは過去1年間に、下記のがん検診を受けましたか。それぞれの検診について、あてはまる番号すべてに○をつけてください。

(2) 肺がん検診（胸のレントゲン撮影や喀痰（かくたん）検査など）

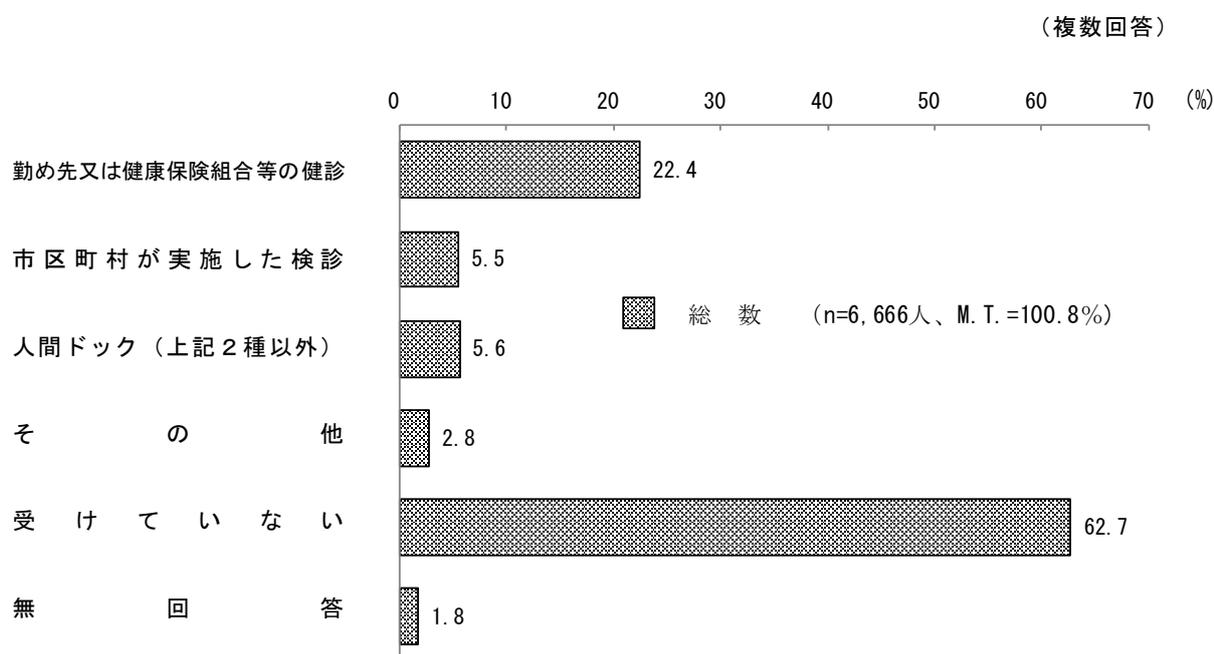
過去1年間に、どこかで肺がん検診を受けたかについて聞いたところ、「勤め先又は健康保険組合等の健診」を挙げた者の割合が31.2%、「市区町村が実施した検診」を挙げた者の割合が2.9%、「人間ドック（上記2種以外）」を挙げた者の割合が5.6%などとなっている。なお、「受けていない」と答えた者の割合は57.1%となっている。



問38 あなたは過去1年間に、下記のがん検診を受けましたか。それぞれの検診について、あてはまる番号すべてに○をつけてください。

(3) 大腸がん検診（便潜血反応検査（検便）など）

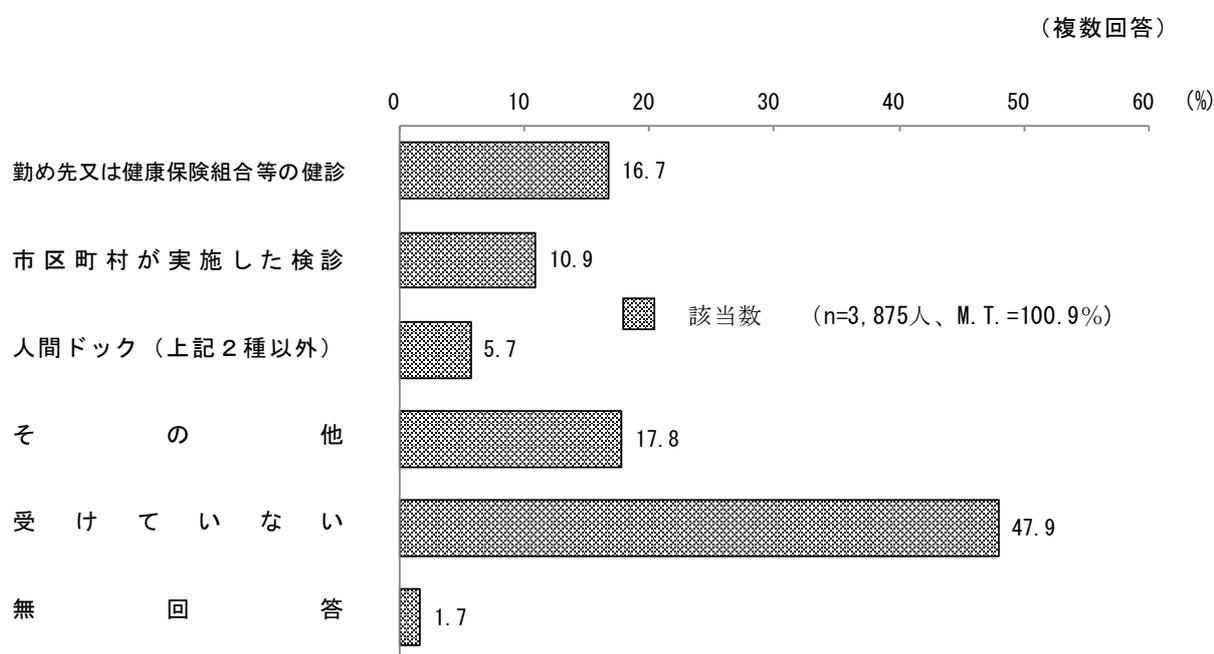
過去1年間に、どこかで大腸がん検診を受けたかについて聞いたところ、「勤め先又は健康保険組合等の健診」を挙げた者の割合が22.4%、「市区町村が実施した検診」を挙げた者の割合が5.5%、「人間ドック（上記2種以外）」を挙げた者の割合が5.6%などとなっている。なお、「受けていない」と答えた者の割合は62.7%となっている。



問38-2 【20歳以上の女性の方に】あなたは過去2年間に、下記のがん検診を受けましたか。
あてはまる番号すべてに○をつけてください。

(1) 子宮がん（子宮頸がん）検診（子宮の細胞診検査など）

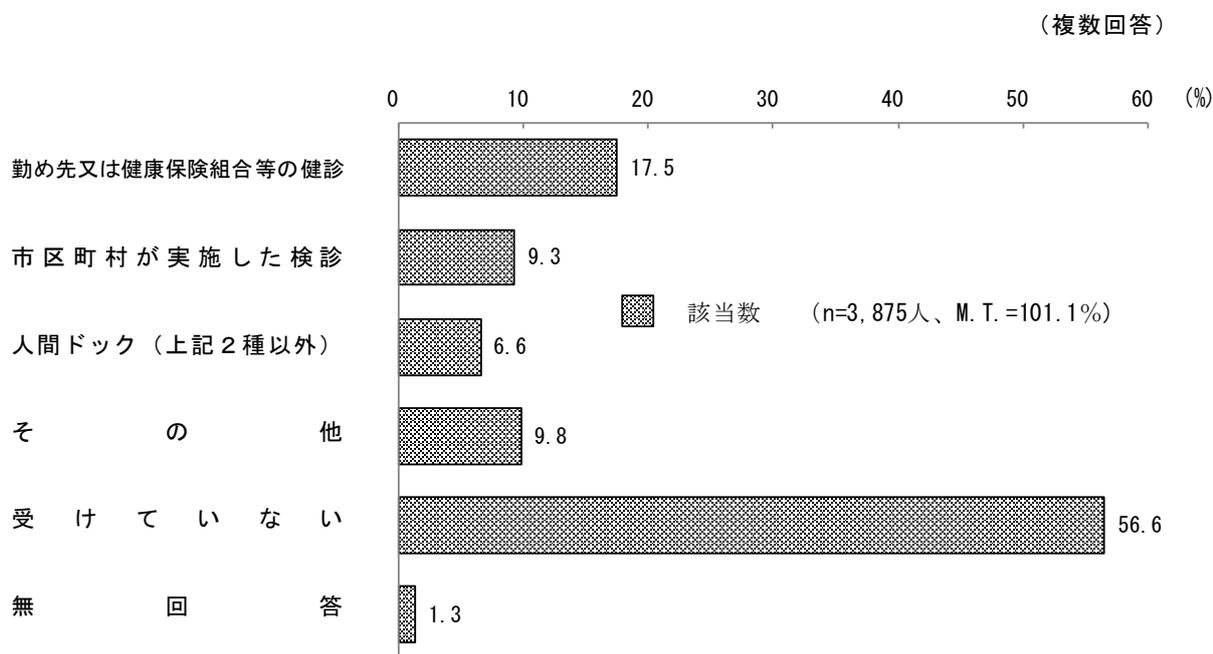
20歳以上の女性3,875人に、過去2年間に、どこかで子宮がん（子宮頸がん）検診を受けたかについて聞いたところ、「勤め先又は健康保険組合等の健診」を挙げた者の割合が16.7%、「市区町村が実施した検診」を挙げた者の割合が10.9%、「人間ドック（上記2種以外）」を挙げた者の割合が5.7%などとなっている。なお、「受けていない」と答えた者の割合は47.9%となっている。



問38-2 【20歳以上の女性の方に】あなたは過去2年間に、下記のがん検診を受けましたか。
あてはまる番号すべてに○をつけてください。

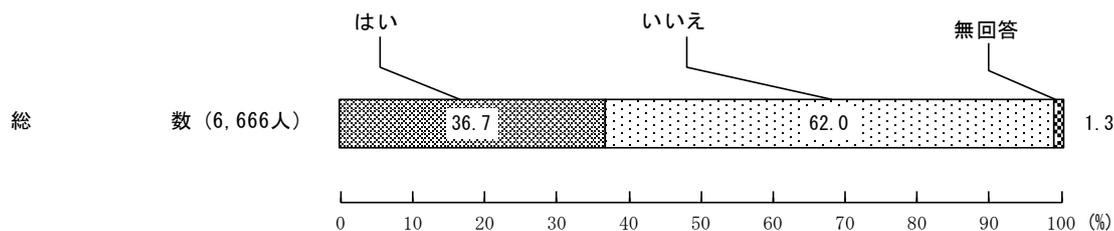
(2) 乳がん検診（マンモグラフィ撮影や乳房超音波（エコー）検査など）

20歳以上の女性3,875人に、過去2年間に、どこかで乳がん検診を受けたかについて聞いたところ、「勤め先又は健康保険組合等の健診」を挙げた者の割合が17.5%、「市区町村が実施した検診」を挙げた者の割合が9.3%、「人間ドック（上記2種以外）」を挙げた者の割合が6.6%などとなっている。なお、「受けていない」と答えた者の割合は56.6%となっている。



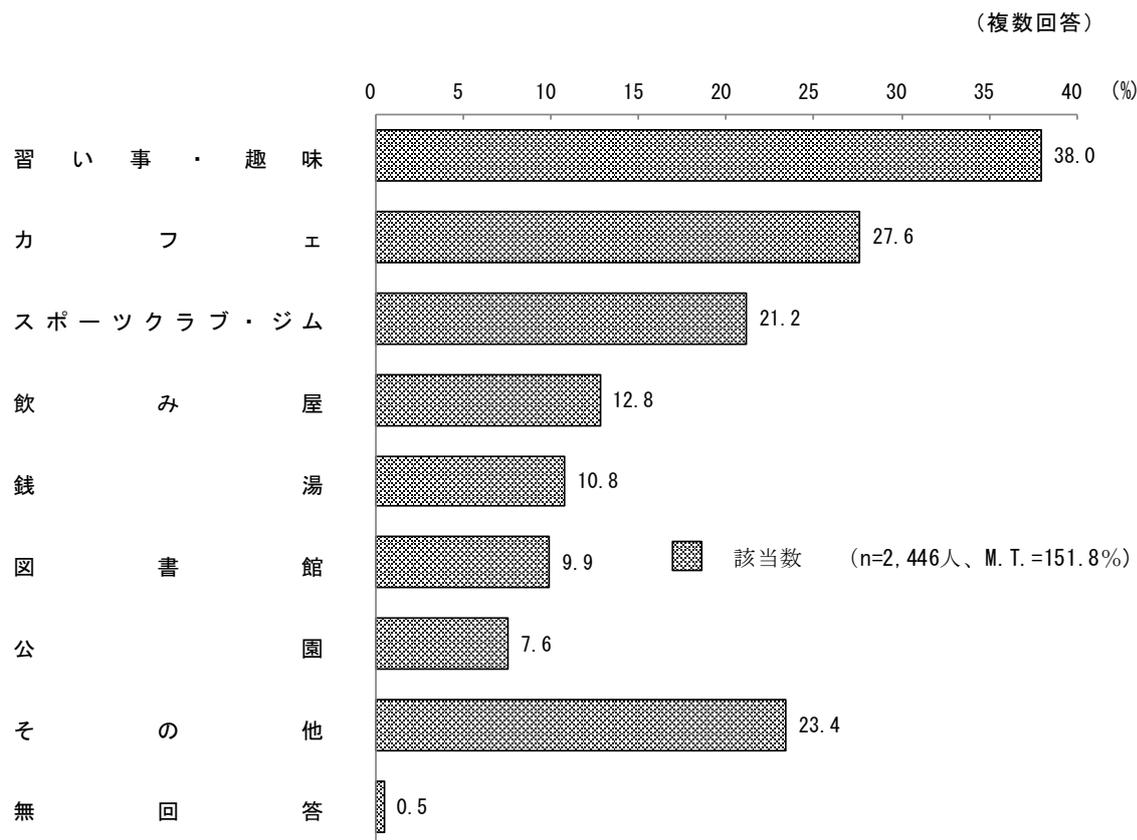
問39 自宅や職場以外で習慣的に通う居心地の良い場所がありますか。
 (いわゆる「サードプレイス」※「自宅(ファーストプレイス)」でも、「職場・学校(セカンドプレイス)」でもない、第3の居場所)

自宅や職場以外で習慣的に通う居心地の良い場所はあるか聞いたところ、「はい」と答えた者の割合が36.7%、「いいえ」と答えた者の割合が62.0%となっている。



問39-2 問39で【1. はい】と答えた方にうかがいます。それはどんな場所ですか。あてはまる番号すべてに○をつけてください。

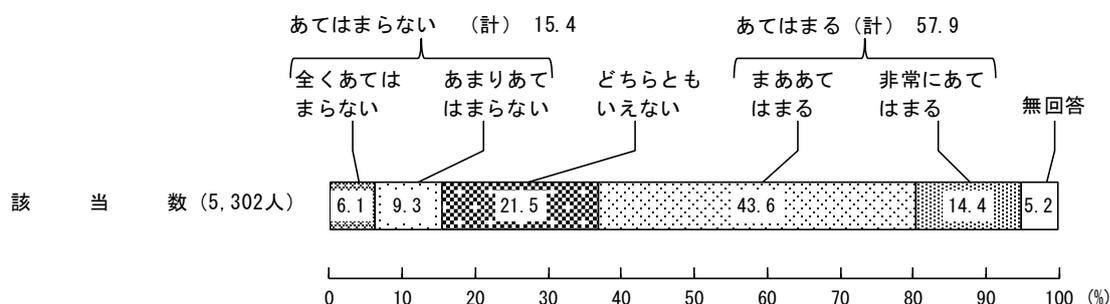
自宅や職場以外で習慣的に通う居心地の良い場所はあるかについて、「はい」と回答した2,446人に、それはどんな場所か聞いたところ、「習い事・趣味」を挙げた者の割合が38.0%と最も高く、以下、「カフェ」27.6%、「スポーツクラブ・ジム」21.2%、「飲み屋」12.8%、「銭湯」10.8%などの順となっている。



問40 【現在、仕事をしている方にうかがいます。】現在のあなたの職場に関する以下の文章について、あてはまるもの1つに○をつけてください。

(1) 上司は親切心と思いやりをもって私たちに接してくれる

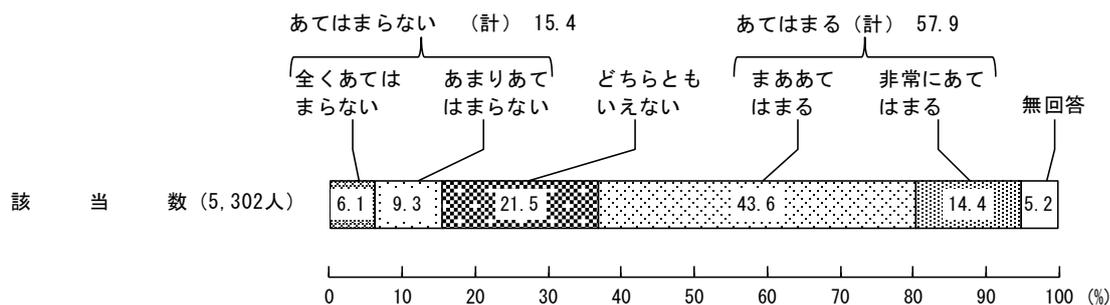
現在、仕事をしていると回答した5,302人に、上司は親切心と思いやりをもって接してくれるか聞いたところ、「あてはまらない」とする者の割合が15.4%（「全くあてはまらない」6.1%+「あまりあてはまらない」9.3%）、「どちらともいえない」と答えた者の割合が21.5%、「あてはまる」とする者の割合が57.9%（「まああてはまる」43.6%+「非常にあてはまる」14.4%）となっている。



問40 【現在、仕事をしている方にうかがいます。】現在のあなたの職場に関する以下の文章について、あてはまるもの1つに○をつけてください。

(2) 上司は私たちの従業員としての権利に対して理解を示してくれる

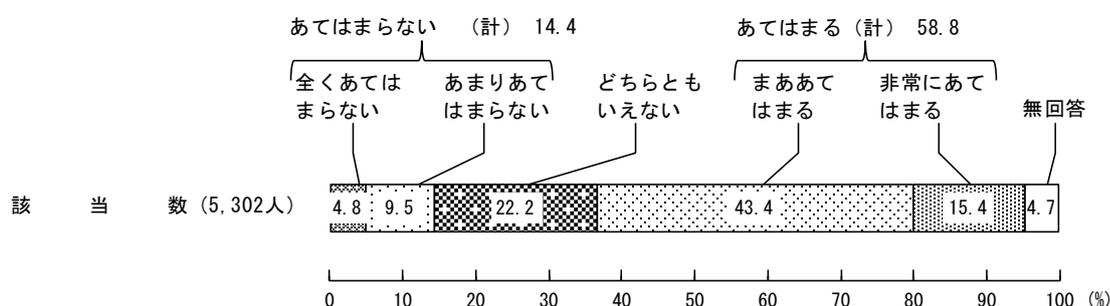
現在、仕事をしていると回答した5,302人に、上司は従業員としての権利に対して理解を示してくれるか聞いたところ、「あてはまらない」とする者の割合が14.9%（「全くあてはまらない」5.6%+「あまりあてはまらない」9.3%）、「どちらともいえない」と答えた者の割合が20.3%、「あてはまる」とする者の割合が59.5%（「まああてはまる」44.7%+「非常にあてはまる」14.7%）となっている。



問40 【現在、仕事をしている方にうかがいます。】現在のあなたの職場に関する以下の文章について、あてはまるもの1つに○をつけてください。

(3) 我々の職場では、共に働こう、という姿勢がある

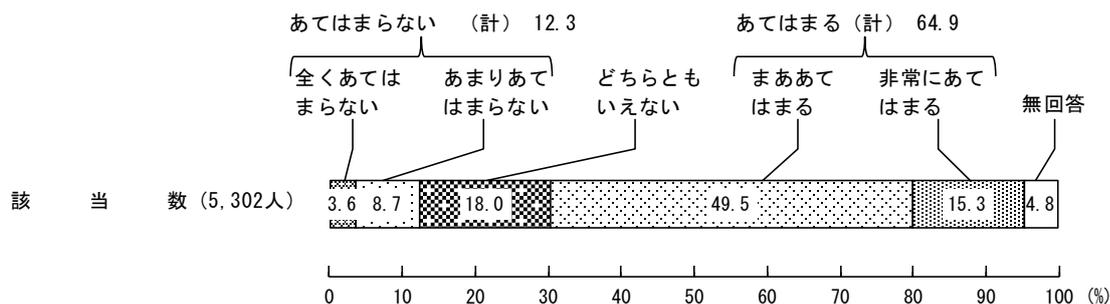
現在、仕事をしていると回答した5,302人に、職場では、共に働こう、という姿勢があるか聞いたところ、「あてはまらない」とする者の割合が14.4%（「全くあてはまらない」4.8%+「あまりあてはまらない」9.5%）、「どちらともいえない」と答えた者の割合が22.2%、「あてはまる」とする者の割合が58.8%（「まああてはまる」43.4%+「非常にあてはまる」15.4%）となっている。



問40 【現在、仕事をしている方にうかがいます。】現在のあなたの職場に関する以下の文章について、あてはまるもの1つに○をつけてください。

(4) 仕事に関連した事柄や問題について部署内で情報を共有している

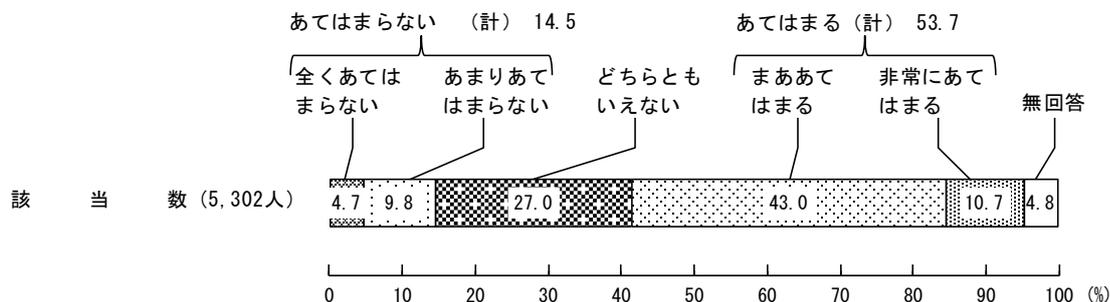
現在、仕事をしていると回答した5,302人に、仕事に関連した事柄や問題について部署内で情報を共有しているか聞いたところ、「あてはまらない」とする者の割合が12.3%（「全くあてはまらない」3.6%+「あまりあてはまらない」8.7%）、「どちらともいえない」と答えた者の割合が18.0%、「あてはまる」とする者の割合が64.9%（「まああてはまる」49.5%+「非常にあてはまる」15.3%）となっている。



問40 【現在、仕事をしている方にうかがいます。】現在のあなたの職場に関する以下の文章について、あてはまるもの1つに○をつけてください。

(5) お互いに理解し認め合っている

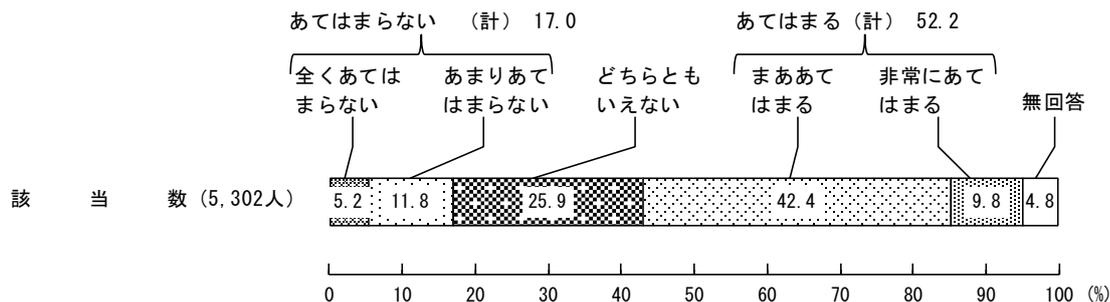
現在、仕事をしていると回答した5,302人に、お互いに理解し認め合っているか聞いたところ、「あてはまらない」とする者の割合が14.5%（「全くあてはまらない」4.7%+「あまりあてはまらない」9.8%）、「どちらともいえない」と答えた者の割合が27.0%、「あてはまる」とする者の割合が53.7%（「まああてはまる」43.0%+「非常にあてはまる」10.7%）となっている。



問40 【現在、仕事をしている方にうかがいます。】現在のあなたの職場に関する以下の文章について、あてはまるもの1つに○をつけてください。

(6) 部署のメンバーは、出来るだけ最良の成果を出すために、お互いにアイデアを出し合い、活かしあっている

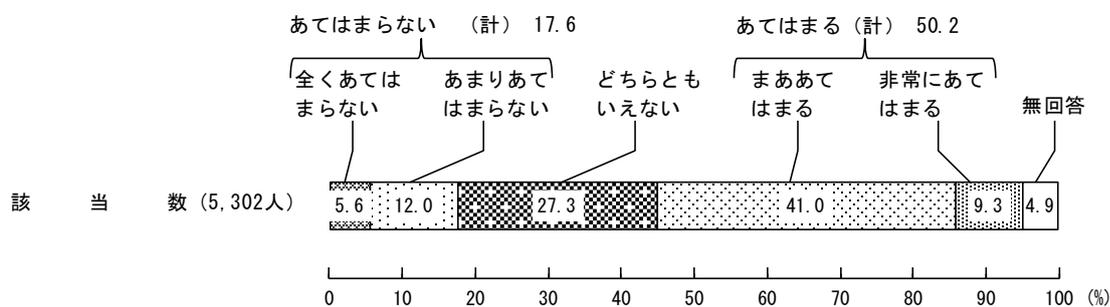
現在、仕事をしていると回答した5,302人に、部署のメンバーは、出来るだけ最良の成果を出すために、お互いにアイデアを出し合い、活かしあっているか聞いたところ、「あてはまらない」とする者の割合が17.0%（「全くあてはまらない」5.2%+「あまりあてはまらない」11.8%）、「どちらともいえない」と答えた者の割合が25.9%、「あてはまる」とする者の割合が52.2%（「まああてはまる」42.4%+「非常にあてはまる」9.8%）となっている。



問40 【現在、仕事をしている方にうかがいます。】現在のあなたの職場に関する以下の文章について、あてはまるもの1つに○をつけてください。

(7) 部署の人々は、新しいアイデアを展開・適用するために協力しあっている

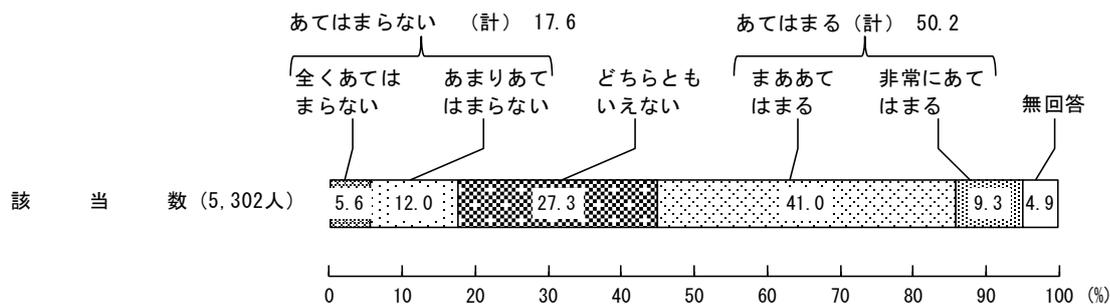
現在、仕事をしていると回答した5,302人に、部署の人々は、新しいアイデアを展開・適用するために協力しあっているか聞いたところ、「あてはまらない」とする者の割合が17.6%（「全くあてはまらない」5.6%+「あまりあてはまらない」12.0%）、「どちらともいえない」と答えた者の割合が27.3%、「あてはまる」とする者の割合が50.2%（「まああてはまる」41.0%+「非常にあてはまる」9.3%）となっている。



問40 【現在、仕事をしている方にうかがいます。】現在のあなたの職場に関する以下の文章について、あてはまるもの1つに○をつけてください。

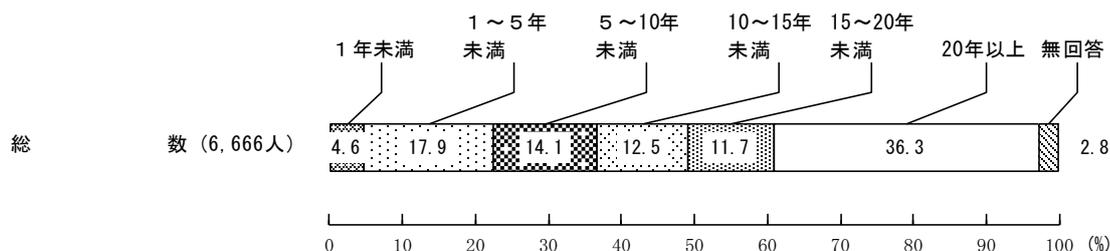
(8) 我々の上司は信頼できる

現在、仕事をしていると回答した5,302人に、上司は信頼できるか聞いたところ、「あてはまらない」とする者の割合が18.6%（「全くあてはまらない」8.5%+「あまりあてはまらない」10.1%）、「どちらともいえない」と答えた者の割合が22.9%、「あてはまる」とする者の割合が53.1%（「まああてはまる」38.8%+「非常にあてはまる」14.3%）となっている。



問4 1 あなたは、今の地域（同じ町内会くらいの範囲）に何年くらい住んでいますか。

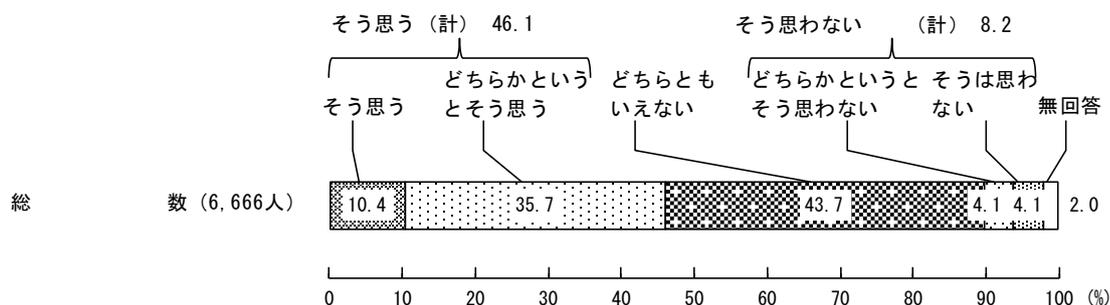
今の地域（同じ町内会くらいの範囲）に何年くらい住んでいるか聞いたところ、「20年以上」と答えた者の割合が36.3%と最も高く、以下、「1～5年未満」17.9%、「5～10年未満」14.1%、「10～15年未満」12.5%、「15～20年未満」11.7%、「1年未満」4.6%の順となっている。



問4 1-2 あなたは、あなたの住む地域（同じ町内会くらいの範囲）の人々について、どのように思いますか。

(1) この地域の人々は信頼できる

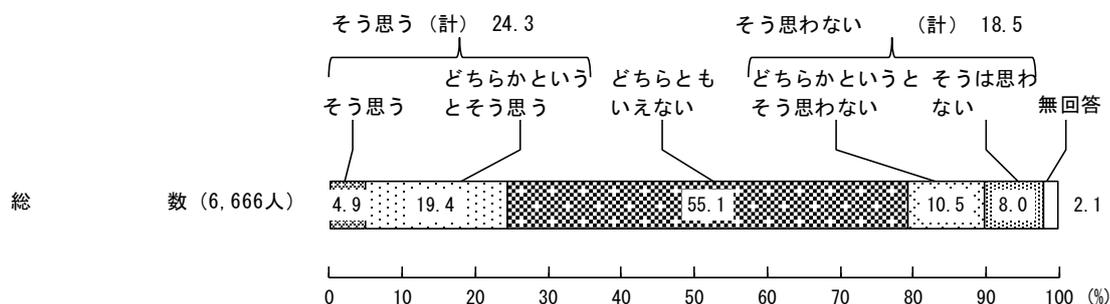
この地域の人々は信頼できると思うか聞いたところ、「そう思う」とする者の割合が46.1%（「そう思う」10.4%+「どちらかというと思う」35.7%）、「どちらともいえない」と答えた者の割合が43.7%、「そう思わない」とする者の割合が8.2%（「どちらかというと思わない」4.1%+「そうは思わない」4.1%）となっている。



問4 1-2 あなたは、あなたの住む地域（同じ町内会くらいの範囲）の人々について、どのように思いますか。

(2) この地域の人々は結束が強い

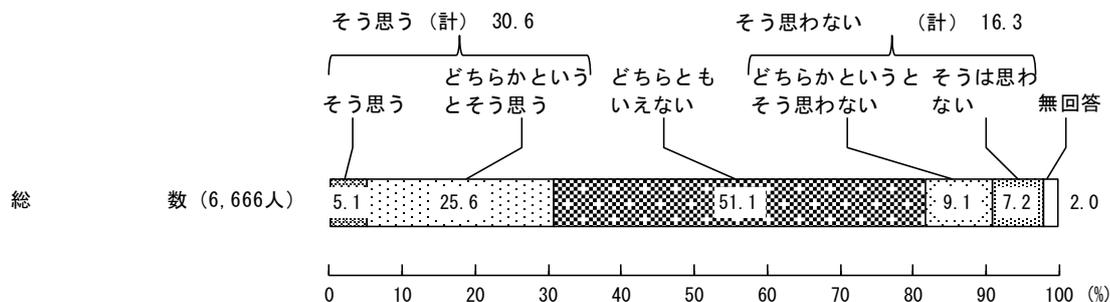
この地域の人々は結束が強いと思うか聞いたところ、「そう思う」とする者の割合が24.3%（「そう思う」4.9%+「どちらかというと思う」19.4%）、「どちらともいえない」と答えた者の割合が55.1%、「そう思わない」とする者の割合が18.5%（「どちらかというと思わない」10.5%+「そうは思わない」8.0%）となっている。



問4 1-2 あなたは、あなたの住む地域（同じ町内会くらいの範囲）の人々について、どのように思いますか。

(3) この地域の人々はお互いに助け合っている

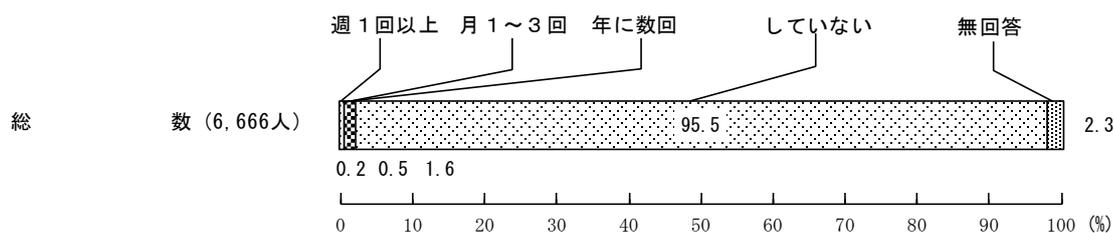
この地域の人々はお互いに助け合っていると思うか聞いたところ、「そう思う」とする者の割合が30.6%（「そう思う」5.1%+「どちらかというと思う」25.6%）、「どちらともいえない」と答えた者の割合が51.1%、「そう思わない」とする者の割合が16.3%（「どちらかというと思わない」9.1%+「そうは思わない」7.2%）となっている。



問4 2 あなたは下記のような会・グループにどのくらいの頻度で参加していますか。

(1) 健康や医療サービスに関係したボランティア活動

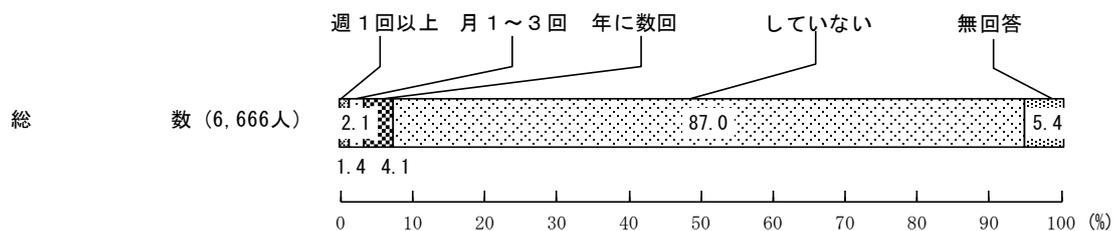
健康や医療サービスに関係したボランティア活動にどのくらいの頻度で参加しているか聞いたところ、「週1回以上」と答えた者の割合が0.2%、「月1～3回」と答えた者の割合が0.5%、「年に数回」と答えた者の割合が1.6%、「していない」と答えた者の割合が95.5%となっている。



問4 2 あなたは下記のような会・グループにどのくらいの頻度で参加していますか。

(2) 【(1) 以外の】ボランティア活動

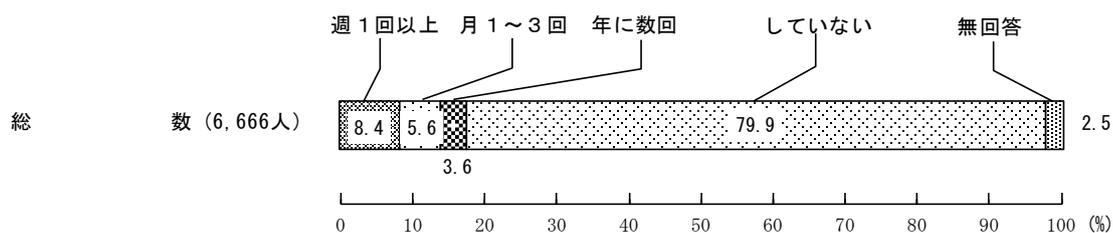
健康や医療サービス以外のボランティア活動にどのくらいの頻度で参加しているか聞いたところ、「週1回以上」と答えた者の割合が1.4%、「月1～3回」と答えた者の割合が2.1%、「年に数回」と答えた者の割合が4.1%、「していない」と答えた者の割合が87.0%となっている。



問4 2 あなたは下記のような会・グループにどのくらいの頻度で参加していますか。

(3) スポーツ関係のグループやクラブ

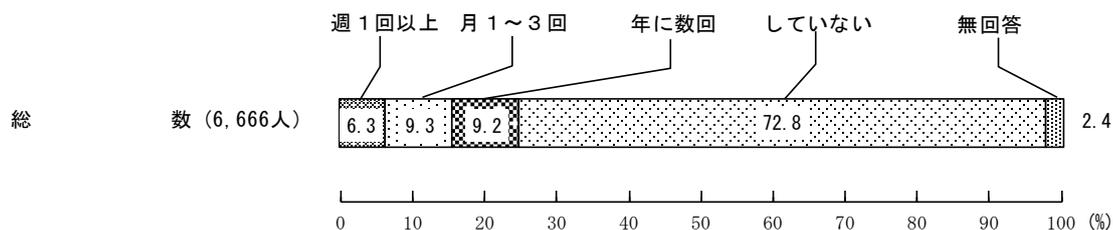
スポーツ関係のグループやクラブにどのくらいの頻度で参加しているか聞いたところ、「週1回以上」と答えた者の割合が8.4%、「月1～3回」と答えた者の割合が5.6%、「年に数回」と答えた者の割合が3.6%、「していない」と答えた者の割合が79.9%となっている。



問4 2 あなたは下記のような会・グループにどのくらいの頻度で参加していますか。

(4) 趣味関係

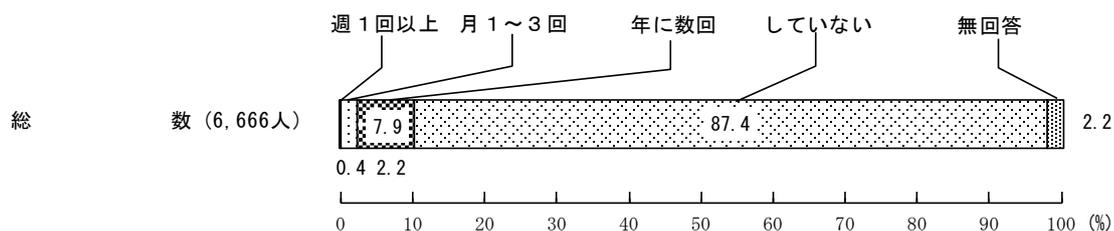
趣味関係の会・グループにどのくらいの頻度で参加しているか聞いたところ、「週1回以上」と答えた者の割合が6.3%、「月1～3回」と答えた者の割合が9.3%、「年に数回」と答えた者の割合が9.2%、「していない」と答えた者の割合が72.8%となっている。



問4 2 あなたは下記のような会・グループにどのくらいの頻度で参加していますか。

(5) 町内会・自治会・婦人会・ふれあいのまちづくり協議会

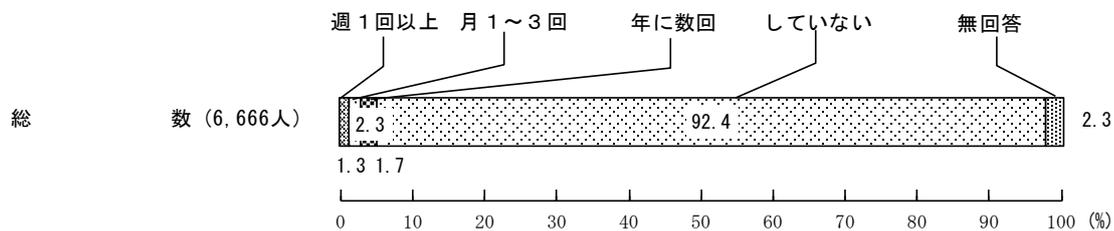
町内会・自治会・婦人会・ふれあいのまちづくり協議会にどのくらいの頻度で参加しているか聞いたところ、「週1回以上」と答えた者の割合が0.4%、「月1～3回」と答えた者の割合が2.2%、「年に数回」と答えた者の割合が7.9%、「していない」と答えた者の割合が87.4%となっている。



問4 2 あなたは下記のような会・グループにどのくらいの頻度で参加していますか。

(6) 学習・教養サークル

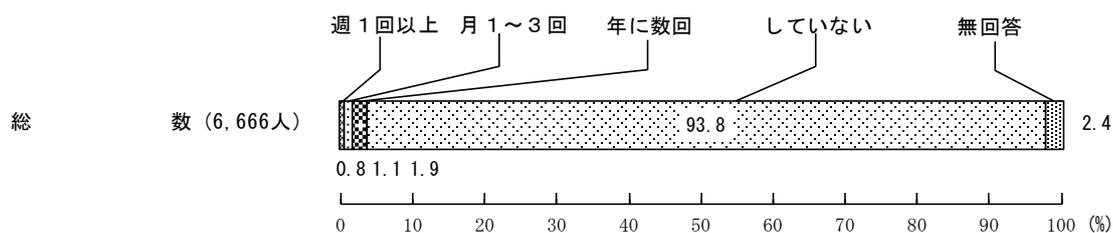
学習・教養サークルにどのくらいの頻度で参加しているか聞いたところ、「週1回以上」と答えた者の割合が1.3%、「月1～3回」と答えた者の割合が1.7%、「年に数回」と答えた者の割合が2.3%、「していない」と答えた者の割合が92.4%となっている。



問4 2 あなたは下記のような会・グループにどのくらいの頻度で参加していますか。

(7) 特技や経験を他者に伝える活動

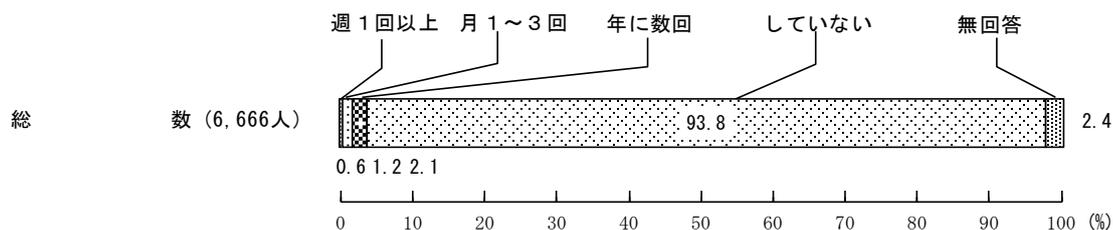
特技や経験を他者に伝える活動にどのくらいの頻度で参加しているか聞いたところ、「週1回以上」と答えた者の割合が0.8%、「月1～3回」と答えた者の割合が1.1%、「年に数回」と答えた者の割合が1.9%、「していない」と答えた者の割合が93.8%となっている。



問4 2 あなたは下記のような会・グループにどのくらいの頻度で参加していますか。

(8) 子育てサークル

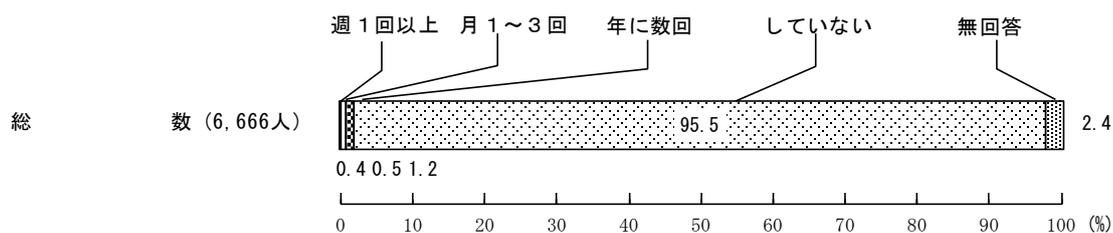
子育てサークルにどのくらいの頻度で参加しているか聞いたところ、「週1回以上」と答えた者の割合が0.6%、「月1～3回」と答えた者の割合が1.2%、「年に数回」と答えた者の割合が2.1%、「していない」と答えた者の割合が93.8%となっている。



問42 あなたは下記のような会・グループにどのくらいの頻度で参加していますか。

(9) NPO (民間非営利団体)

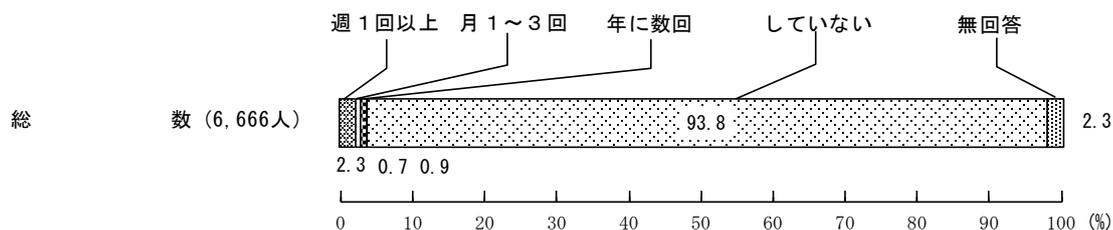
NPO (民間非営利団体) にどのくらいの頻度で参加しているか聞いたところ、「週1回以上」と答えた者の割合が0.4%、「月1～3回」と答えた者の割合が0.5%、「年に数回」と答えた者の割合が1.2%、「していない」と答えた者の割合が95.5%となっている。



問42 あなたは下記のような会・グループにどのくらいの頻度で参加していますか。

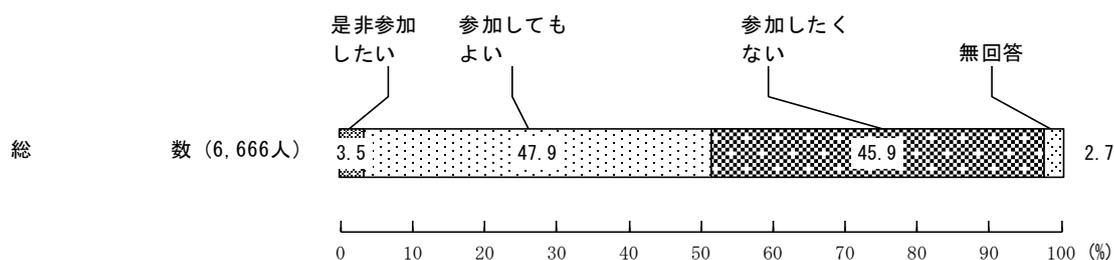
(10) 生協 (生活協同組合)

生協 (生活協同組合) にどのくらいの頻度で参加しているか聞いたところ、「週1回以上」と答えた者の割合が2.3%、「月1～3回」と答えた者の割合が0.7%、「年に数回」と答えた者の割合が0.9%、「していない」と答えた者の割合が93.8%となっている。



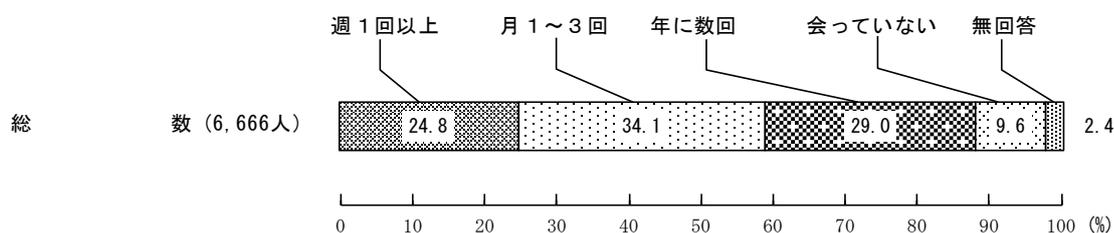
問4-3 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加したいと思いますか。

地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、その活動に参加者として参加したいと思うか聞いたところ、「是非参加したい」と答えた者の割合が3.5%、「参加してもよい」と答えた者の割合が47.9%、「参加したくない」と答えた者の割合が45.9%となっている。



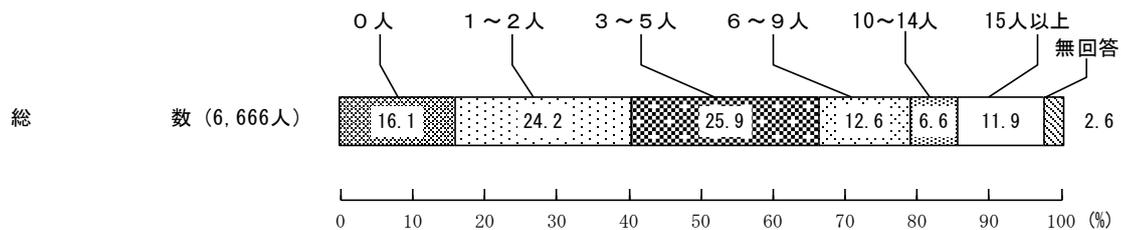
問4-4 あなたの交流についておうかがいします。
友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。(友人・知人とは問4-4-3に列挙している方のことです)

友人・知人と会う頻度はどれくらいか聞いたところ、「週1回以上」と答えた者の割合が24.8%、「月1～3回」と答えた者の割合が34.1%、「年に数回」と答えた者の割合が29%、「会っていない」と答えた者の割合が9.6%となっている。



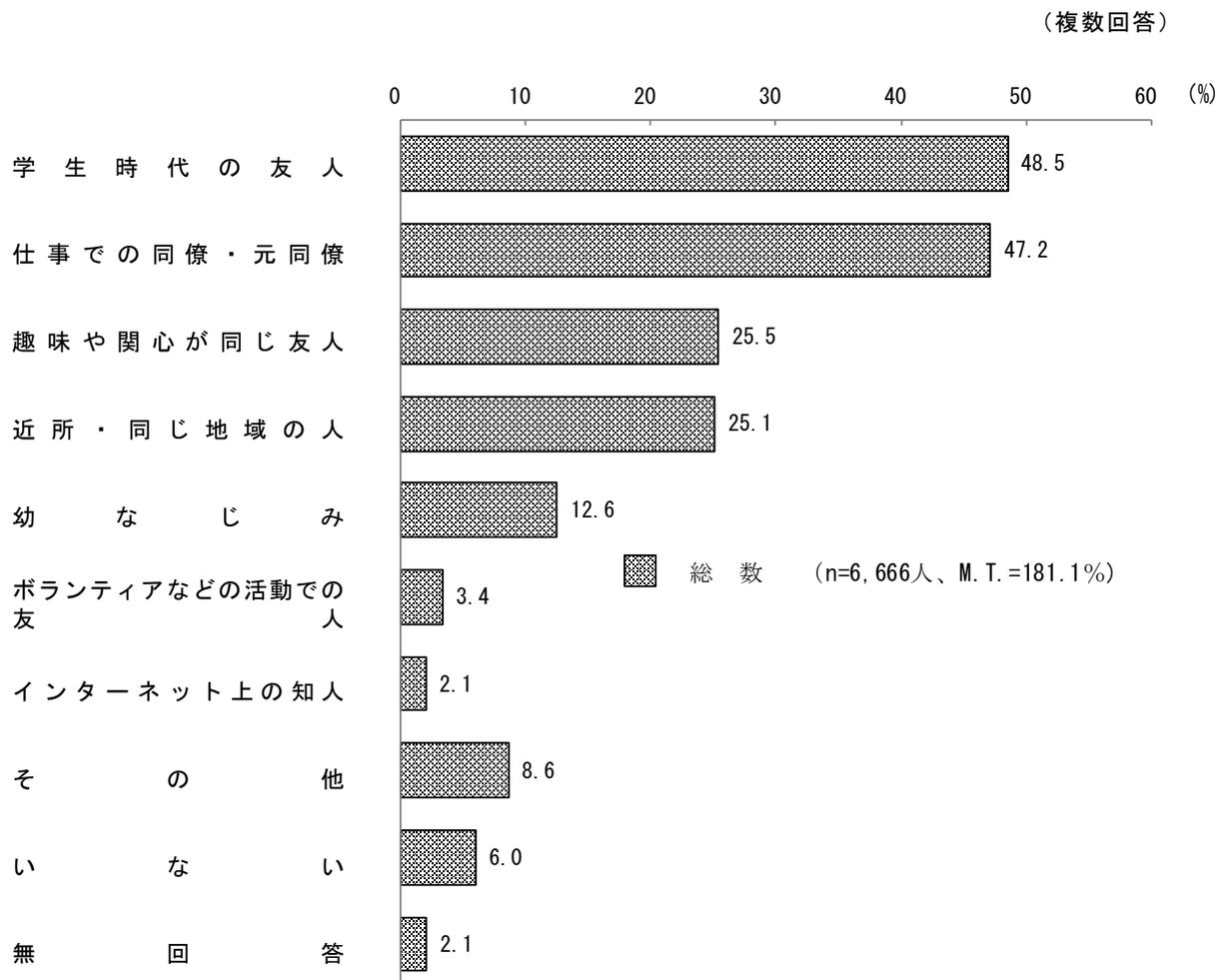
問4 4-2 この1か月間、何人の友人・知人と会いましたか。同じ人には何度会っても1人と数えてください。

この1か月間、何人の友人・知人と会ったか聞いたところ、「3～5人」と答えた者の割合が25.9%と最も高く、以下、「1～2人」24.2%、「0人」16.1%、「15人以上」11.9%、「6～9人」12.6%、「10～14人」6.6%の順となっている。



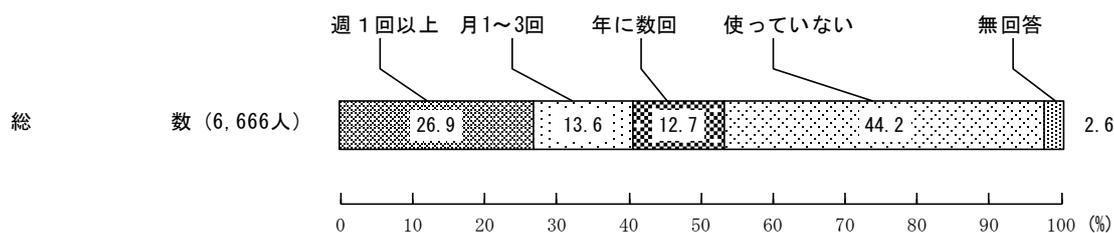
問4-4-3 よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか。あてはまる番号すべてに○をつけてください。

よく会う友人・知人はどんな関係の人か聞いたところ、「学生時代の友人」を挙げた者の割合が48.5%と最も高く、以下、「仕事での同僚・元同僚」47.2%、「趣味や関心が同じ友人」25.5%、「近所・同じ地域の人」25.1%、「幼なじみ」12.6%などの順となっている。



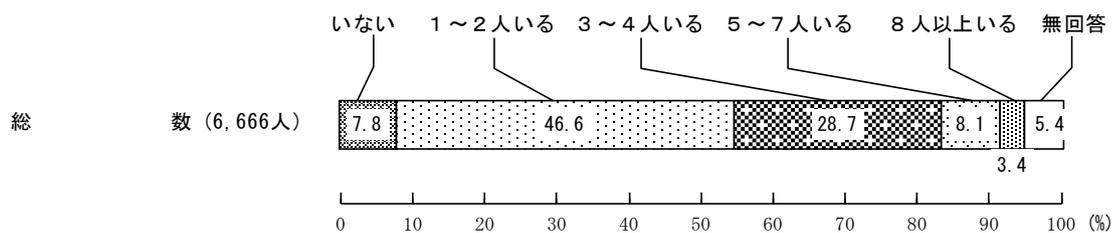
問44-4 インターネット（SNSや電子メール等）を通じた友人・知人との交流の頻度はどれくらいですか。

インターネット（SNSや電子メール等）を通じた友人・知人との交流の頻度はどれくらいか聞いたところ、「週1回以上」と答えた者の割合が26.9%、「月1～3回」と答えた者の割合が13.6%、「年に数回」と答えた者の割合が12.7%、「使っていない」と答えた者の割合が44.2%となっている。



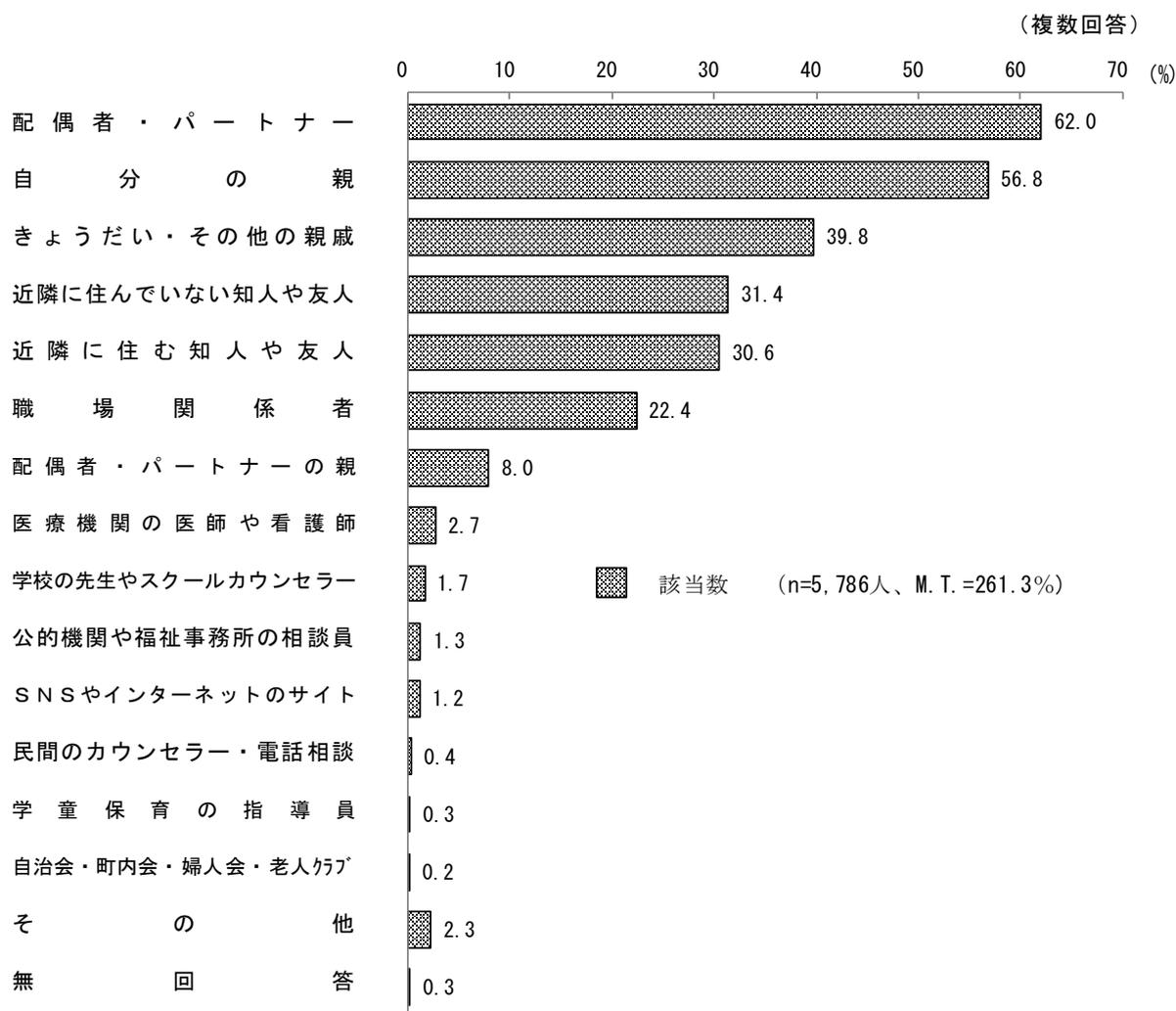
問45 あなたには、本当に困ったときや悩みがあるとき、相談できる人がいますか。

本当に困ったときや悩みがあるとき、相談できる人がいるか聞いたところ、「1～2人いる」と答えた者の割合が46.6%と最も高く、以下、「3～4人いる」28.7%、「5～7人いる」8.1%、「いない」7.8%、「8人以上いる」3.4%の順となっている。



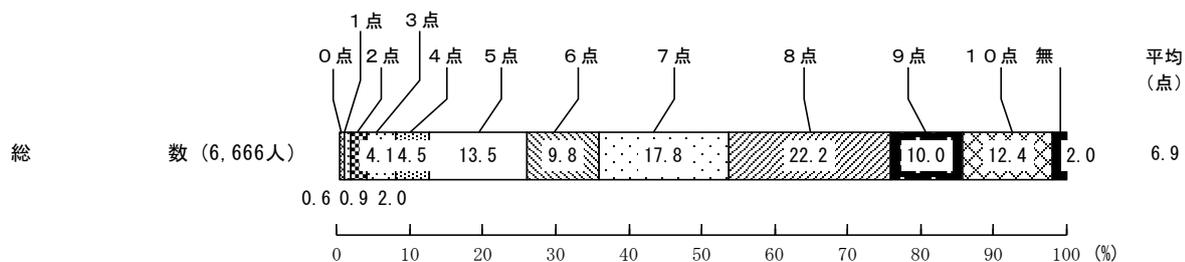
問45-2 問45で【2～5】を選んだ方にうかがいます。それは誰（どこ）ですか。
 (あてはまるすべてに○)。

本当に困ったときや悩みがあるとき、相談できる人が「1～2人いる」、「3～4人いる」、「5～7人いる」、「8人以上いる」と回答した5,786人に、それは誰（どこ）か聞いたところ、「配偶者・パートナー」を挙げた者の割合が62.0%と最も高く、以下、「自分の親」56.8%、「きょうだい・その他の親戚」39.8%、「近隣に住んでいない知人や友人」31.4%、「近隣に住む知人や友人」30.6%などの順となっている。



問46 あなたは、現在どの程度幸せですか（「とても幸せ」を10点、「とても不幸」を0点として記入して下さい）

現在どの程度幸せか聞いたところ、「8点」と答えた者の割合が22.2%と最も高く、平均値は6.9となった。



資 料

神戸市 市民の健康とくらしに関する調査

□ 調査へのご協力のお願い □

日ごろは神戸市の保健福祉行政にご理解・ご協力いただきありがとうございます。

神戸市では、市民のみなさまが健康に過ごせるまちをめざし「健康格差の縮小・市民全体の健康増進」に取り組んでいます。その実現のため、この調査により、市民のみなさまの体やこころの健康状態、社会生活状況などを把握・分析し適切な政策の実施につなげていきたいと考えています。おたずねする内容は、国内外の研究や事例から重要である可能性が示された項目です。日常の具体的な生活状況など、踏み込んだ内容もございますが、なにとぞ調査の趣旨、今後の健康増進政策立案のための意義をご理解いただき、ご協力をお願いします。

なお、本調査は、神戸市が国立研究開発法人国立長寿医療研究センターに委託して行うものです。委託先は、調査票の郵送・回収、回答内容の集計、分析作業を行います。個人情報の保護については神戸市との契約により守られています。

■目的と意義■

みなさまの健康状態などを把握し分析することで、得られた結果に基づき、神戸市の健康課題を明確にして適切な政策形成や事業の実施につなげます。

■対象となる方、調査方法■

8月1日時点で20歳以上65歳未満の方の中から無作為に選ばせていただいた方（5月31日時点で市内にお住まいの方）にお送りしております。郵送で行うアンケート調査です。

■回答にあたって■

ご回答は任意です。質問についてできればすべてにお答えいただきたいのですが、どうしても答えたくない質問は空白のままでも構いません。

■調査結果の公表■

調査結果は、統計化して神戸市のウェブサイトなどにより公開する予定です。その場合、個人が特定されることはございません。

■個人情報の取り扱いについて■

お名前を調査票に記入いただく必要はありませんが、調査票にあらかじめ印字しております調査票番号で、回答者を特定させていただきます。

また、この調査結果によっていただきましたあなたの個人情報は、市が市民の健診情報等を管理している「こうべ健康いきいきサポートシステム」に、あなたの健康情報として登録させていただく予定であり、調査結果は、神戸市で厳重に保管し、健康増進の政策検討のため使用します。

なお、回答の集計や集計結果を公表する際に、あなたの氏名等、個人を識別できる情報が外部に漏れることは一切ありませんが、大学等の研究機関が実施する調査・研究に協力するため、匿名化したデータを研究機関に提供する場合があります。ただし、同意されない方のデータについては、提供いたしません。

ご記入に際してのお願い

- 1 アンケートには、原則として封筒の宛名の方がご回答ください。
- 2 えんぴつ、ボールペンなど、どんな筆記用具でご回答いただいてもかまいません。
- 3 ご回答いただいたアンケートは3つ折りにして同封の返信用封筒に入れ、**8月24日(金)**までにポストに投函してください。切手を貼る必要はありません。

- 調査についてのお問い合わせは、下記までお願いいたします。

(調査の目的や調査項目の回答方法等について)

健康とくらしの調査コールセンター 平日9:00~17:00

電話 0120-900-678 (フリーコール ※通話無料)

- 本調査の担当課：神戸市保健福祉局健康部健康政策課 管理係

市民の健康とくらしの調査

1. あなたのことについて

問1 あなたの性別はどちらですか。

1. 男性 2. 女性

問2 あなたは、平成30年8月1日現在、何歳ですか。

満 _____ 歳（平成30年8月1日現在）

問3 あなたの婚姻状態は、次のうちのどれにあてはまりますか

1. 配偶者がいる（内縁を含む） 2. 死別 3. 離別 4. 未婚 5. その他

問4 ご自身を含めて何人で暮らしていますか。

_____ 人

問4-2 【2人以上で暮らしている方】にうかがいます。同居されている方はどなたですか。

※あなたからみた続柄でお答えください。（あてはまるものすべてに○）

1. 夫 2. 妻 3. 父 4. 母 5. 配偶者の父 6. 配偶者の母
7. 子ども（子どもの配偶者を含む） 8. 孫（孫の配偶者を含む） 9. 祖父・祖母
10. 兄弟・姉妹 11. その他（具体的に _____ ）

問5 あなたが現在加入している健康保険は、次のどれにあてはまりますか。（1つだけ○）

1. 国民健康保険
2. 全国健康保険協会管掌健康保険（協会けんぽ） 3. 組合管掌健康保険（健康保険組合）
4. 船員保険 5. 共済組合
6. その他（具体的に _____ ）
7. いずれも加入していない

問6 現在の就業状況について、あてはまる番号を1つ選んでください。（1つだけ○）

※現在、育児休業などで休業中の方は、復職する時の仕事の番号を選んでください。

1. 勤め（常勤・正規職員） 2. 勤め（パート・アルバイト・非正規職員）
3. 自営業・家業 4. 内職 5. その他の就業形態
6. 仕事をしていない

【6. 仕事をしていない】を選んだ方にうかがいます。

1. 仕事を探している 2. 仕事を探していない（家事専業）
3. 仕事を探していない（その他学生など）

次ページの間6-2へ

次ページの間7へ

問6で【1～5】を選んだ方にうかがいます。

問6-2 休日勤務は、平均して月に何日間位ありますか。(1つだけ○)

1. 0日 2. 1～4日 3. 5～7日 4. 8日以上

問6で【1～5】を選んだ方にうかがいます。

問6-3 深夜労働(22時以降)は、平均して月に何日間位ありますか。(1つだけ○)

1. 0日 2. 1～4日 3. 5～9日 4. 10～14日
5. 15～19日 6. 20～24日 7. 25～31日

問6で【1～5】を選んだ方にうかがいます。

問6-4 過去1年間で平均的に残業を月に何時間程度していますか。(1つだけ○)

1. わからない 2. 0～20時間 3. 21～40時間 4. 41～60時間
5. 61～80時間 6. 81～100時間 7. 101時間以上

問7 世帯全体の合計収入額(年金を含みます)は、平成29年の1年間で、次のうちどれにあてはまりますか(税引き前で)。あてはまる番号1つに○をつけてください。

1. 50万円未満 2. 50～100万円未満 3. 100～150万円未満
4. 150～200万円未満 5. 200～250万円未満 6. 250～300万円未満
7. 300～400万円未満 8. 400～500万円未満 9. 500～600万円未満
10. 600～700万円未満 11. 700～800万円未満 12. 800～900万円未満
13. 900～1,000万円未満 14. 1,000万円～1,200万円未満 15. 1,200万円以上

問8 あなたが住んでいる住宅の種類はどれですか。

※「借間」は、民間の賃貸住宅ではなく親類の家・部屋を借りているなど(有償・無償問わず)です。

1. 持家(一戸建て) 2. 持家(集合住宅) 3. 公営賃貸住宅
4. 民間賃貸住宅(一戸建て) 5. 民間賃貸住宅(集合住宅) 6. 借間 7. その他

問9 あなたは現在、生活保護を受給していますか。

1. 受給していない 2. 受給している 3. 現在申請中

問10 現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じていますか。

1. 大変苦しい 2. やや苦しい 3. ふつう 4. ややゆとりがある 5. 大変ゆとりがある

問11 最後に通った(または在学中の)学校についてあてはまる番号を1つ選んでください。

例 高校を卒業した場合は【3. 高校卒】、高校を退学した場合は【2. 高校中退】を選んでください。

1. 中学校卒 2. 高校中退 3. 高校卒 4. 専修・専門学校卒 5. 短大・高専卒
6. 大学中退 7. 大学卒 8. 大学院卒 9. その他() 10. わからない

問12 中学生か高校生の時に、部活動やクラブにはいましたか。(習い事を含みます。)

1. 文化系のみにはいた 2. 運動系のみにはいた 3. 文化系・運動系ともにはいた
4. はいっていない 5. 覚えていない

問 13 あなたが 15 歳当時の生活程度は、世間一般からみて、次のどれに入りますか。

1. 上 2. 中の上 3. 中の中 4. 中の下 5. 下

問 14 あなたが子どもの頃、経験したことがあるものすべてに○をつけてください。

1. 親が亡くなった 2. 親が離婚した 3. 親が精神病を患っていた
 4. 父親が母親に暴力を振るっていた 5. 親にひどく殴られてケガをした
 6. 食事や着替えなど、必要な世話をしてもらえなかった
 7. 親から傷つくことを言われたり侮辱されたりした 8. 経済的に苦しかった
 9. この中に経験したものはなし

2. 健康状態について

問 15 あなたの現在の健康状態はいかがですか。あてはまる番号 1つに○をつけて ください。

1. よい 2. まあよい 3. ふつう 4. あまりよくない 5. よくない

問 15-2 運動や食生活等の生活習慣を改善してみようと思いませんか。(1つだけ○)

1. 改善するつもりはない 2. 改善するつもりである (概ね6か月以内)
 3. 近い内に (概ね1か月以内) 改善するつもりであり、少しずつ始めている
 4. 既に改善に取り組んでいる (6か月未満) 5. 既に改善に取り組んでいる (6か月以上)

問 16 これまでに医療機関で診断されたり、治療を受けたりした病気やけががありますか。
(あてはまるものすべてに○)

1. な い 2. 糖尿病 3. 高血圧 4. 高脂血症 (脂質異常) 5. 心臓の病気
 6. 喘息 7. アトピー性皮膚炎 8. 胃・十二指腸の病気 (がんをのぞく)
 9. 肝臓病 (肝炎や肝硬変) 10. うつ病や心の病気 11. 頭痛 12. 不眠症
 13. 子宮や卵巣の病気 (がんをのぞく) 14. 前立腺や泌尿器の病気 (がんをのぞく)
 15. 悪性腫瘍 (がん) 16. 関節炎・リウマチ 17. 首や腰の病気
 18. 骨折 (事故による外傷を含む) 19. 脳卒中 (脳出血・脳梗塞等)
 20. 認知症 (アルツハイマー病等) 21. 目の病気 22. 耳の病気
 23. その他 ()

問 17 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 2. ない

問 18 あなたの今の身長・体重を教えてください。(小数点以下は四捨五入してください)

【身長】 _____ cm

【体重】 _____ kg

問 18-2 あなたの 20 歳の時の体重を教えてください。(小数点以下は四捨五入してください)

【体重】 _____ kg

3. 食生活・運動・休養・歯について

問 19 あなたは、ふだん朝食を食べますか。(1つだけ○)

- | | |
|--------------|--------------|
| 1. ほとんど毎日食べる | 2. 週に4～5日食べる |
| 3. 週に2～3日食べる | 4. ほとんど食べない |

問 20 食事は誰とすることが多いですか。あてはまる番号すべてに○をつけてください。

- | | | | | | | |
|--------|------|--------|--------|------|-------|--------|
| 1. ひとり | 2. 親 | 3. 配偶者 | 4. 子ども | 5. 孫 | 6. 友人 | 7. その他 |
|--------|------|--------|--------|------|-------|--------|

問 21 どなたかと一緒に食事をする機会はありますか。

- | | | | | |
|---------|------------|------------|------------|-----------|
| 1. 毎日ある | 2. 週に何度かある | 3. 月に何度かある | 4. 年に何度かある | 5. ほとんどない |
|---------|------------|------------|------------|-----------|

問 22 あなたはふだんの食事で野菜料理(いも類は除きます)をどのくらい食べますか。野菜料理とは、サラダ・おひたし・野菜の煮物、野菜炒め、具たくさん味噌汁などです。

- | | | | |
|---------|----------|----------|-----------|
| 1. ほぼ毎日 | 2. 週4～5日 | 3. 週2～3日 | 4. ほとんどない |
|---------|----------|----------|-----------|

問 23 清涼飲料水(オレンジジュース、コーラ、コーヒー等の糖の入った飲料)をどの程度飲んでいきますか。

- | | | | | |
|---------|-----------|-----------|-----------|-------|
| 1. 飲まない | 2. 週に1～2回 | 3. 週に3～4回 | 4. 週に5～6回 | 5. 毎日 |
|---------|-----------|-----------|-----------|-------|

問 24 あなたは主食(ごはん、パン、麺類などの料理)、主菜(魚介類、肉類、卵類、大豆・大豆製品を主材料にした料理)、副菜(野菜類、海藻類、きのこ類を主材料にした料理)の3つを組み合わせる食べることが1日に2回以上あるのは週に何日ありますか。あてはまる番号に○印をつけて下さい。(1つだけ○)

- | | | | |
|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 1. ほとんど毎日 | 2. 週に4～5日 | 3. 週に2～3日 | 4. ほとんどない |
|-----------|-----------|-----------|-----------|

問 25 【問 24 で 2～4 と回答された方にお聞きます。】主食・主菜・副菜の3つを組み合わせる食べることができない理由は何ですか。あてはまる番号すべてに○印をつけて下さい。

- | | |
|--------------------------|-------------------------|
| 1. 時間がない | 2. 面倒である |
| 3. 自分を含め、家に用意する者がいない | 4. 外食が多く、バランスの良い食事がとれない |
| 5. バランスの良い食事がとれるレストランがない | 6. 食費に余裕がない |
| 7. 3つそろえて食べる必要性がわからない | 8. 食欲がない |
| 9. その他 | |

問 26 現在、医師等から運動を禁止されていますか。

- | | |
|------------|-------------|
| 1. 禁止されている | 2. 禁止されていない |
|------------|-------------|

問 26-2 上記で【2. 禁止されていない】と回答された方にうかがいます。

- | |
|--|
| (a) 1週間の運動日数 () 日 (運動をしていない場合は、0 と記入してください) |
| (b) 運動を行う日の平均運動時間 () 時間 () 分 |
| (c) 運動の継続年数 (1. 1年未満 2. 1年以上) |

問27 あなたが朝起きる時間について、それぞれあてはまる番号1つに○をつけてください。

	午前5時前	午前5時台	午前6時台	午前7時台	午前8時台	午前9時以降
(1) 学校・仕事のある日	1	2	3	4	5	6
(2) 休日	1	2	3	4	5	6

問27-2 あなたが夜寝る時間について、それぞれあてはまる番号1つに○をつけてください。

	午後10時前	午後10時台	午後11時台	午後12時台	午前1時台	午前2時以降
(1) 学校・仕事のある日	1	2	3	4	5	6
(2) 休日	1	2	3	4	5	6

問28 過去1か月の間はどのようであったか、6つの項目それぞれのあてはまる番号1つに○をつけてください。

	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったくない
(1) 神経過敏に感じましたか	1	2	3	4	5
(2) 絶望的だと感じましたか	1	2	3	4	5
(3) そわそわ、落ち着かなく感じましたか	1	2	3	4	5
(4) 気分が沈み込んで、何が起こっても気が晴れないように感じましたか	1	2	3	4	5
(5) 何をやるもの骨折りだと感じましたか	1	2	3	4	5
(6) 自分は価値のない人間だと感じましたか	1	2	3	4	5

問29 自分の歯は何本ありますか。 ※自分の歯には、親しらず、入れ歯、ブリッジ、インプラントは含みません。さし歯は含みます。親しらずを抜くと全部で28本が正常ですが、28本より多かったり少なかったりすることもあります。0本の場合は0と書いてください。

本

問30 あなたはデンタルフロス（糸つきヨウジ）や歯間ブラシを使用していますか。

1. 毎日	2. 週1回以上	3. 月に1～3回程度	4. 使用していない
-------	----------	-------------	------------

問31 あなたの食べ方や食事の様子についておたずねします。次のアからオの質問について、あてはまる番号1つに○をつけて下さい。

ア ゆっくりよくかんで食事をする	1. はい	2. いいえ
イ 半年前に比べて固いものが食べにくくなった	1. はい	2. いいえ
ウ お茶や汁物等でむせることがある	1. はい	2. いいえ
エ 口の渇きが気になる	1. はい	2. いいえ
オ 左右両方の奥歯でしっかりかみしめられる	1. はい	2. いいえ

問32 あなたは、この1年間に歯科検診を受けましたか。（1つだけ○）

1. 受けた	2. 受けていない
--------	-----------

問 33 次の(1)～(6)それぞれについて、あてはまる番号1つに○をつけてください。

	とても簡単	やや簡単	やや難しい	とても難しい	わからない あてはまらない
(1) 気になる病気の治療に関する情報を見つけるのは難しいと感じますか	1	2	3	4	5
(2) 治療法が複数ある時、それぞれの長所と短所を判断するのは難しいと感じますか	1	2	3	4	5
(3) 緊急時に救急車を呼ぶのは難しいと感じますか	1	2	3	4	5
(4) メディア（テレビ、インターネット、その他のメディア）から得た健康リスク（危険性）の情報が信頼できるかどうかを判断するのは難しいと感じますか	1	2	3	4	5
(5) 健康になるためのメディア（インターネット、新聞、雑誌）情報を理解するのは難しいと感じますか	1	2	3	4	5
(6) どの生活習慣（飲酒、食生活、運動など）が自分の健康に関係しているかを判断するのは難しいと感じますか	1	2	3	4	5

4. たばこやアルコールについて

問34 あなたはたばこを吸いますか。あてはまる番号1つに○をつけてください。

- | | |
|-------------------------|-------------|
| 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 | 4. 吸わない |

問34-2 問34で、【1～3】を選んだ方にうかがいます。何年間たばこを吸っていますか。または、吸っていませんか。※一年未満の場合は、「0」と記載してください。

年間

問34-3 問34で、【1、2】を選んだ方にうかがいます。現在、あなたが吸っているたばこ製品について、あてはまる番号をすべて選んで○印をつけてください。（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（プルームテック、アイコス、グローなど） |
| 3. 電子たばこ（ニコチン入り） | 4. 電子たばこ（ニコチン無し、または不明） |
| 5. その他（ ） | |

問34-4 問34-3で、【1～4】を選んだ方にうかがいます。あなたは通常、1日に何本または何回たばこを吸いますか。吸っているたばこ製品すべてについてお答えください。（「ときどき吸う方」は吸うときの1日の本数または回数をお答え下さい。）加熱式たばこ、電子たばこを吸っている場合は、吸って吐いてを繰り返す10分程度のひとまとまりの行為を1回とみなしてお答えください。

紙巻きたばこ 本

加熱式たばこ 回

電子たばこ 回

【全員の方に】

問35 あなたはこの1ヶ月間に、自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。次の(1)～(6)それぞれについて、あてはまる番号1つに○をつけて下さい。

	ほぼ毎日	週に数回	週に1回	月に1回	全くない	行かなかった
(1)家庭	1	2	3	4	5	6
(2)職場	1	2	3	4	5	6
(3)飲食店	1	2	3	4	5	6
(4)遊技場（ゲームセンター、パチンコ、競馬場など）	1	2	3	4	5	6
(5)公共交通機関	1	2	3	4	5	6
(6)路上	1	2	3	4	5	6

問36 あなたは週に何日くらいお酒(清酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲みますか。あてはまる番号1つに○をつけてください。

1. 毎日 2. 週5～6日 3. 週3～4日 4. 週1～2日 5. 月1～3日
 6. ほとんど飲まない 7. 飲んでいたがやめた 8. もともと飲まない(飲めない)

問36で、【1～6】と答えた方にうかがいます。

問36-2 お酒を飲む日は1日あたり、どのくらいの量を飲みますか。清酒に換算し、あてはまる番号1つに○をつけてください。

1. 1合(180ml)未満 2. 1合以上2合(360ml)未満 3. 2合以上3合(540ml)未満
 4. 3合以上4合(720ml)未満 5. 4合以上5合(900ml)未満 6. 5合(900ml)以上

※清酒1合(アルコール度数15度・180ml)は、次の量にほぼ相当

ビール中瓶1本(同5度・500ml)、焼酎0.6合(同25度・約110ml)、ワイン1/4本(同14度・約180ml)、ウイスキーダブル1杯(同43度・60ml)、缶チューハイ1.5缶(同5度・約520ml)

5. 健診・がん検診について

問37 あなたが過去1年間に受けた健診等(健康診断、健康診査及び人間ドック)で、あてはまる番号すべてに○をつけてください。

1. 市区町村が実施した健診 2. 勤め先又は健康保険組合等(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 6. 受けていない

問 38 あなたは過去1年間に、下記のがん検診を受けましたか。それぞれの検診について、あてはまる番号すべてに○をつけてください。

	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）が実 施した検診	3. 人間ドッ ク（1、2以外）	4. その他	5. 受け ていない
(1) 胃がん検診（バリウムによるレントゲン撮影や内視鏡（胃カメラ、ファイバースコープ）による撮影など）	1	2	3	4	5
(2) 肺がん検診（胸のレントゲン撮影や喀痰（かたん）検査など）	1	2	3	4	5
(3) 大腸がん検診（便潜血反応検査（検便）など）	1	2	3	4	5

質問 38-2 【20歳以上の女性の方に】あなたは過去2年間に、下記のがん検診を受けましたか。あてはまる番号すべてに○をつけてください。

	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）が実 施した検診	3. 人間ドッ ク（1、2以外）	4. その他	5. 受け ていない
(1) 子宮がん（子宮頸がん）検診（子宮の細胞診検査など）	1	2	3	4	5
(2) 乳がん検診（マンモグラフィ撮影や乳房超音波（エコー）検査など）	1	2	3	4	5

6. 地域活動などの社会参加や環境について

問 39 自宅や職場以外で習慣的に通う居心地の良い場所がありますか。
（いわゆる「サードプレイス」※「自宅（ファーストプレイス）」でも、「職場・学校（セカンドプレイス）」でもない、第3の居場所）

1. はい 2. いいえ

問 39-2 問 39 で【1. はい】と答えた方にうかがいます。それはどんな場所ですか。あてはまる番号すべてに○をつけてください。

1. 習い事・趣味 2. カフェ 3. 飲み屋 4. スポーツクラブ・ジム
5. 公園 6. 図書館 7. 銭湯 8. その他（ ）

問 40 【現在、仕事をしている方にうかがいます。】現在のあなたの職場に関する以下の文章について、あてはまるもの1つに○をつけてください。

	全くあてはまらない	あまりあてはまらない	どちらともいえない	まああてはまる	非常にあてはまる
(1) 上司は親切心と思いやりをもって私たちに接してくれる	1	2	3	4	5
(2) 上司は私たちの従業員としての権利に対して理解を示してくれる	1	2	3	4	5
(3) 我々の職場では、共に働こう、という姿勢がある	1	2	3	4	5
(4) 仕事に関連した事柄や問題について部署内で情報を共有している	1	2	3	4	5
(5) お互いに理解し認め合っている	1	2	3	4	5
(6) 部署のメンバーは、出来るだけ最良の成果を出すために、お互いにアイデアを出し合い、活かしあっている	1	2	3	4	5
(7) 部署の人々は、新しいアイデアを展開・適用するために協力しあっている	1	2	3	4	5
(8) 我々の上司は信頼できる	1	2	3	4	5

問 41 あなたは、今の地域（同じ町内会くらいの範囲）に何年くらい住んでいますか。

通算	年	か月
----	---	----

問 41-2 あなたは、あなたの住む地域（同じ町内会くらいの範囲）の人々について、どのように思いますか。

	そう思う	どちらかという とそう思う	どちらともい えない	どちらかという とそう思わない	そうは思わな い
(1) この地域の人々は信頼できる	1	2	3	4	5
(2) この地域の人々は結束が強い	1	2	3	4	5
(3) この地域の人々はお互いに助け合っている	1	2	3	4	5

問 42 あなたは下記のような会・グループにどのくらいの頻度で参加していますか。

	週 1 回以上	月 1 ～ 3 回	年に数回	していない
(1) 健康や医療サービスに関係したボランティア活動	1	2	3	4
(2) 【(1)以外の】ボランティア活動	1	2	3	4
(3) スポーツ関係のグループやクラブ	1	2	3	4
(4) 趣味関係	1	2	3	4
(5) 町内会・自治会・婦人会・ふれあいのまちづくり協議会	1	2	3	4
(6) 学習・教養サークル	1	2	3	4
(7) 特技や経験を他者に伝える活動	1	2	3	4
(8) 子育てサークル	1	2	3	4
(9) NPO (民間非営利団体)	1	2	3	4
(10) 生協 (生活協同組合)	1	2	3	4

問 43 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加したいと思いますか。

1. 是非参加したい 2. 参加してもよい 3. 参加したくない

問 44 あなたの交流についておうかがいします。

友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。(友人・知人とは下の問 44-3 に列挙している方のことです)

1. 週 1 回以上 2. 月 1 ～ 3 回 3. 年に数回 4. 会っていない

問 44-2 この 1 か月間、何人の友人・知人と会いましたか。同じ人には何度会っても 1 人と数えてください。

1. 0 人 2. 1 ～ 2 人 3. 3 ～ 5 人 4. 6 ～ 9 人 5. 10 ～ 14 人 6. 15 人以上

問 44-3 よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか。あてはまる番号すべてに○をつけてください。

1. 近所・同じ地域の人 2. 幼なじみ 3. 学生時代の友人 4. 仕事での同僚・元同僚
 5. 趣味や関心が同じ友人 6. ボランティアなどの活動での友人 7. インターネット上の知人
 8. その他 9. いない

問 44-4 インターネット (SNS や電子メール等) を通じた友人・知人との交流の頻度はどれくらいですか。

1. 週 1 回以上 2. 月 1 ～ 3 回 3. 年に数回 4. 使っていない

・調査内容の作成にあたって

調査を進めるにあたり、京都大学大学院医学研究科 川上 浩司教授を座長とするタスクチームを設置し、国民生活基礎調査や国民健康・栄養調査などの内容を参照しながら、調査事項や調査手法の検討を行った。

《タスクチームメンバー》（敬称略）

座 長：京都大学大学院医学研究科 教授 川上 浩司
 委 員：千葉大学予防医学センター 教授 近藤 克則
 神戸大学医学部附属病院 病院長 平田 健一
 神戸大学大学院医学研究科 特命教授 田守 義和
 東京医科歯科大学大学院医歯学総合研究科 教授 藤原 武男
 神戸市医師会 会長 置塩 隆
 兵庫県予防医学協会 会長 石原 享介
 神戸医療産業都市推進機構 専務理事 村上 雅義
 理化学研究所ライフサイエンス技術基盤研究センター センター長 渡辺 恭良
 WHO 健康開発総合研究センター 医官 茅野 龍馬
 事務局：神戸市保健福祉局

《参考調査》

調査名	実施主体	実施年
メディアにおける女性の参画に関する調査	内閣府	平成 23 年
市民の健康に関するアンケート	神戸市	平成 24 年
健康とくらしの調査	JAGES	平成 28 年
高知県子どもの生活実態調査	高知県	平成 28 年
国民生活基礎調査【健康票】	厚生労働省	平成 28 年
国民健康・栄養調査	厚生労働省	平成 29 年
子どもの健康・生活実態調査	足立区	平成 29 年