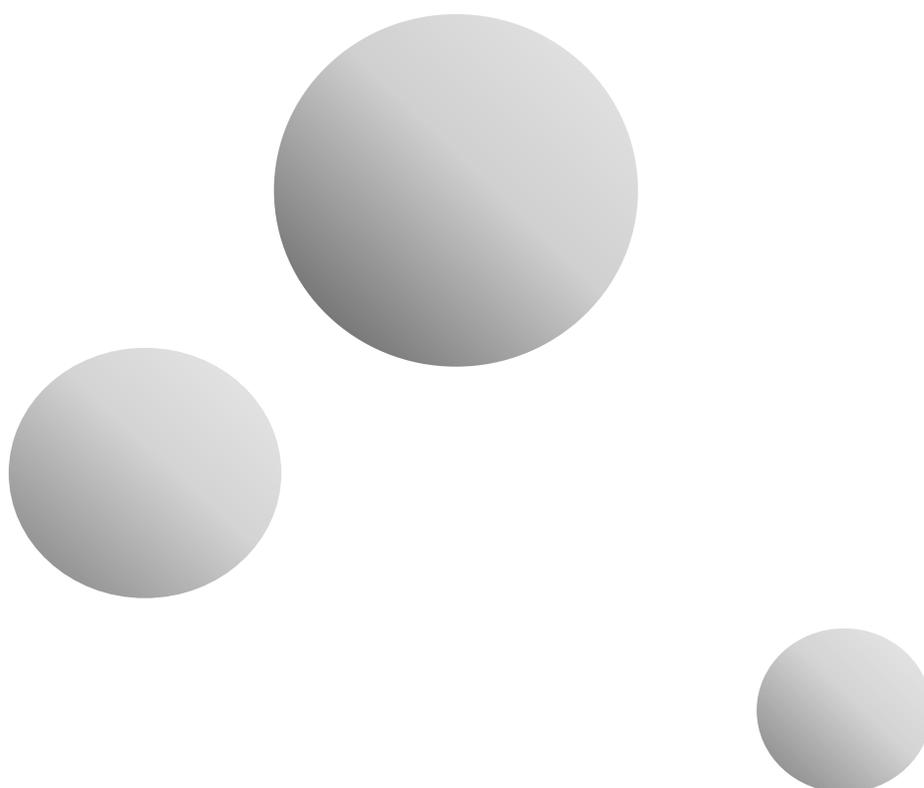


## 第 8 章

# 資料編





## 1. 計画の策定経過

本計画の策定にあたり、健康づくり推進協議会において、協議を行いました。

項目	日付	主な内容
第1回 健康づくり推進協議会	平成28年 6月29日	<ul style="list-style-type: none"> <li>・計画の概要について</li> <li>・アンケート調査について</li> </ul>
アンケート調査	平成28年 7月15日～ 7月29日	市民の健康に関するアンケート調査 〈対象〉 20歳以上の3,000人
第2回 健康づくり推進協議会	平成28年 8月31日	<ul style="list-style-type: none"> <li>・計画の基本方針、目標等について</li> <li>・アンケート調査結果について</li> </ul>
第3回 健康づくり推進協議会	平成28年 12月16日	<ul style="list-style-type: none"> <li>・計画の各論について</li> </ul>
パブリックコメント	平成29年 1月13日～ 2月12日	<ul style="list-style-type: none"> <li>・そうさ健康プラン（素案）に係るパブリックコメントによる意見徴収</li> </ul>

## 2. アンケート調査

---

### (1) アンケート調査の実施

本計画の策定にあたり、市民の皆様の健康観や、お子さん・保護者の方の健康づくり、生活習慣、個人の健康に影響を与える社会環境に関する状況や意識、健康格差の要因に関連すること等を把握するための、アンケート調査を実施しました。

- 調査対象 20歳以上の市民 3,000人を、市内全域から無作為抽出
- 調査方法 郵便による発送・回収
- 調査期間 平成28年7月15日から平成28年7月29日まで

### (2) アンケート調査結果

- 回答者数 1,445人
- 回答率 48.2%
- 調査結果の見方
  - ・ アンケート調査票の各選択肢に回答率が記入されています。
  - ・ 網掛けで回答者数（n）が示されていない問は、全回答者 1,445人が対象です。

# アンケート調査結果

・網掛けで対象者数が示されていない問は全 1445 人が対象です。

## 1. あなた（回答者）ご自身について

問1 あなたの性別と年齢をお答えください。（〇はそれぞれ1つずつ）

〈性別〉

1. 男性 43.6%	2. 女性 54.3%
無回答 2.1%	

〈年齢〉※平成28年7月1日時点の年齢でお答えください。

1. 20～24歳 3.1%	5. 40～44歳 7.8%	9. 60～64歳 11.7%	13. 80歳以上 7.8%
2. 25～29歳 2.8%	6. 45～49歳 5.4%	10. 65～69歳 13.8%	無回答 1.0%
3. 30～34歳 5.3%	7. 50～54歳 8.0%	11. 70～74歳 10.0%	
4. 35～39歳 5.7%	8. 55～59歳 8.6%	12. 75～79歳 8.9%	

問2 あなたの職業は、以下のどれにあてはまりますか。（〇は1つだけ）

1. 会社員（役員含む） 22.8%	7. 派遣・パート・アルバイト・フリーター 14.4%
2. 自営業 9.3%	8. 専業主婦（夫） 11.5%
3. 農業 10.3%	9. 学生 1.0%
4. 漁業 0.0%	10. 無職 22.2%
5. 林業 0.0%	11. その他 2.4%
6. 公務員 5.2%	無回答 0.9%

問3 あなたが加入している医療保険はどれですか。（〇は1つだけ）

1. 国民健康保険 45.7%	2. 後期高齢者医療保険 13.1%	3. その他（社会保険等） 39.7%
無回答 1.6%		

問4 あなたの家族構成（現在一緒に生活している）についてお聞きします。（〇は1つだけ）

1. 一人暮らし 7.3%	3. 親と子 36.5%	5. その他 20.0%
2. 夫婦のみ 21.2%	4. 祖父母と親と子 13.6%	無回答 1.5%

問5 あなたの家庭の状況についてお聞きます。(〇はあてはまるものすべて)

1. 妊婦がいる(自身を含む)	1.0%	5. 中学生がいる	7.8%
2. 乳児(1歳未満)がいる	2.2%	6. 高校生がいる	7.5%
3. 乳児を除く小学校入学前の幼児がいる	9.5%	7. 高校生以下の子はいない	54.4%
4. 小学生がいる	11.4%	無回答	19.2%

問6 あなたと生計を共にしている世帯の人数は、何人ですか。

あなたを含めて

平均 3.4 人

問7 現在の暮らし向き(経済状況)について、お答えください。(〇は1つだけ)

1. 家計にゆとりがあり、全く心配していない	9.5%	
2. 家計にあまりゆとりはないが、それほど心配はない	47.8%	
3. 家計にゆとりがなく、やや心配である	31.3%	
4. 家計が苦しく、非常に心配である	9.3%	無回答 2.1%

## 2. からだの健康に関する意識について

問8 現在のあなたの健康状態をお答えください。(〇は1つだけ)

1. よい	2. まあよい	3. ふう	4. あまりよくない	5. よくない
11.8%	18.8%	46.6%	17.9%	3.7%
無回答 1.2%				

問9 現在、健康上の問題により日常生活を送るうえで、何か困っていることはありますか。(〇は1つだけ)

1. ある 16.3%	2. ない 77.9%
無回答 5.7%	

(問9で「1. ある」とお答えの方にお聞きます)

問9-1 あなたは何に困っていますか。(〇はあてはまるものすべて) n=236

1. 日常生活動作(起床、衣服着脱、食事、入浴など)	25.0%	4. 運動(スポーツなど)	28.4%
2. 外出(時間や作業量などが制限される)	27.5%	5. その他	22.0%
3. 仕事、家事、学業(時間や作業量などが制限される)	40.3%	無回答	0.8%

問10 あなたは現在までに、次の病気や症状がありますか、またはありましたか。

(○はあてはまるものすべて)

1. 高血圧症	29.3%	6. 肝臓疾患	1.4%	12. 婦人科疾患	5.8%
2. 糖尿病	8.9%	7. 心臓疾患	5.5%	13. 整形外科系の疾患	13.1%
3. 貧血	7.7%	8. 腎臓疾患	1.9%	14. 更年期障害	3.4%
4. 脳血管疾患	1.0%	9. 前立腺疾患	2.0%	15. 痛風	2.6%
5. 脂質異常症		10. がん	4.2%	16. 精神疾患	2.9%
(高コレステロール血症等)		11. ぜんそく・アレルギー疾患	7.5%	17. その他の病気や症状	5.7%
	13.4%			18. 特になし	23.9%
				無回答	10.7%

(問10で「1. 高血圧症」とお答えの方にお聞きします)

問10-1 現在、治療（食事、運動療法も含む）を受けていますか。(○は1つだけ) n=424

1. 治療を受けている	2. 治癒した	3. 治療を中断した	4. 治療を受けていない
85.8%	2.4%	1.4%	9.7%

無回答 0.7%

(問10で「2. 糖尿病」とお答えの方にお聞きします)

問10-2 現在、治療（食事、運動療法も含む）を受けていますか。(○は1つだけ) n=129

1. 治療を受けている	2. 治癒した	3. 治療を中断した	4. 治療を受けていない
76.7%	2.3%	4.7%	15.5%

無回答 0.8%

問11からは、再びすべての方にお聞きします。

問11 あなたは、がん検診や健康診断を受けていますか。(○は1つだけ)

1. 毎年受けている	60.9%	2. 2~3年に1回受けている	12.8%	3. 受けていない	21.5%
------------	-------	-----------------	-------	-----------	-------

無回答 4.8%

(問11で「1. 毎年受けている」、または「2. 2～3年に1回受けている」とお答えの方にお聞きします)

問11-1 あなたは、この1年間にがん検診や健康診断をどこで受けましたか。

(○はそれぞれ、あてはまるものすべて)

n=1065	市	職場・学校	人間ドック	医療機関	その他	受けていない	無回答
	ア. 胃がん検診	18.9%	6.7%	8.2%	14.2%	0.5%	26.0%
イ. 肺がん検診 (胸部レントゲン検査)	24.2%	15.0%	7.8%	10.5%	0.8%	17.6%	25.2%
ウ. 大腸がん検診	33.1%	6.4%	6.1%	7.6%	0.6%	23.9%	23.8%
エ. 健康診断 (特定健康診査・定期検診等)	25.5%	25.2%	8.0%	20.0%	1.8%	5.3%	16.3%

【オ. カ.】 → 女性のみ回答してください。 n=594

オ. 子宮がん検診	32.8%	5.1%	3.9%	14.8%	1.3%	24.2%	18.9%
カ. 乳がん検診	46.6%	4.7%	4.4%	12.5%	0.5%	18.0%	14.3%

【キ.】 → 男性のみ回答してください。 n=449

キ. 前立腺がん検診	20.3%	0.9%	6.2%	6.5%	0.4%	31.2%	34.5%
------------	-------	------	------	------	------	-------	-------

問11で「3. 受けていない」、または問11-1のア～キで「6. 受けていない」にひとつでも○をつけた方は、次の問11-2をお答えください。

問11-2 がん検診や健康診断を受けていない理由は何ですか。(○はあてはまるものすべて) n=771

1. これから受診予定	14.1%	7. まだそういう年齢でないから	9.6%
2. 検診受診にお金がかかるから	9.9%	8. 自分は健康に自信があるから	4.2%
3. 必要なときはいつでも医療機関に受診できるから	17.3%	9. 結果が不安だから	7.0%
4. 受診が面倒だから	20.2%	10. 受けるための手続きがわからない	6.2%
5. 検査に伴う苦痛などが不安	14.0%	11. 治療中だから	3.9%
6. 時間がとれないから	18.9%	12. 交通の便が悪い	1.7%
		13. その他	8.7%
		無回答	14.8%

ここからは、再びすべての方にお聞きします。

問12 あなたは、肝炎ウイルス検査を受けたことがありますか。(○は1つだけ)

1. 受けたことがある	32.1%	2. 受けたことがない	54.2%	3. わからない	10.9%
				無回答	2.8%

問13 体調が悪い時、近くに受診・相談ができる、かかりつけ医がありますか。(〇は1つだけ)

1. ある 76.6%	2. ない 21.3%
無回答 2.1%	

問14 がんに関する知識や、市で行っているがん検診についてお聞きします。

下表のア～ケについて、知っていることは「1」に、知らないことは「2」に〇をつけてください。

1. 知っている 2. 知らない 無回答

ア. ピロリ菌の感染が、胃がん発生に関係がある	70.8%	25.3%	3.9%
イ. 肝炎ウイルスの持続的な感染が、肝がんの発生に関係がある	44.6%	49.2%	6.2%
ウ. 口腔がんの症状には、口の中に治りづらい口内炎や傷、歯肉や舌の硬いしこりなどがある	35.8%	57.4%	6.8%
エ. 乳がんの早期発見のための自己触診の方法について	55.6%	29.3%	15.0%
オ. 乳がんの早期発見には、自己触診に加え乳がん検診でマンモグラフィや超音波検査を受けることが大切である	66.2%	17.9%	15.8%
カ. 子宮頸がんは、性交渉で感染するヒトパピローマウイルス(HPV)に継続的に感染することで起こる病気である	32.9%	49.3%	17.7%
キ. 子宮がん検診を定期的に受けることで、前がん状態(がんになる前の状態)を発見することができる	43.3%	39.1%	17.6%
ク. 市のがん検診の申込方法について	59.7%	32.5%	7.8%
ケ. 市のがん検診の種類について	52.0%	40.2%	7.8%

問14の「エ. 乳がんを早期発見するための自己触診の方法について」で「1. 知っている」と回答された女性の方にお聞きします。

問14-1 あなたは乳がんの自己触診を実施していますか。(〇は1つだけ) n=648

1. 毎月実施している 6.0%	2. たまに実施している 63.9%	3. 実施していない 28.1%
無回答 2.0%		

ここからは、再びすべての方にお聞きします。

### 3. 身体活動・運動について

問15 日頃から日常生活の中で、健康の維持・増進のために、意識的に身体を動かしていますか。

(〇は1つだけ)

1. いつもしている	21.0%	3. 以前はしていたが現在はしていない	15.3%
2. 時々している	39.9%	4. まったくしていない	22.3%
		無回答	1.5%

(問15で「1. いつもしている」または「2. 時々している」とお答えの方にお聞きします)

問15-1 では、どのように身体を動かしていますか。(〇はあてはまるものすべて) n=880

1. 通勤・通学・買い物等でよく歩くようにしている	26.5%
2. 公民館等のサークルや、自主的な運動の集まりに参加している	12.2%
3. 個人でスポーツ施設等に通っている	8.9%
4. テレビ体操等、自宅でできる体操をしている	31.9%
5. ジョギングまたは、ウォーキングをしている	41.5%
6. 病院や施設のリハビリに通っている	4.1%
7. その他	14.4%
無回答	10.8%

(問15で「3. 以前はしていたが〜」または「4. まったくしていない」とお答えの方にお聞きします)

問15-2 どうすれば身体を動かすことができると思いますか。(〇はあてはまるものすべて)

n=543

1. 時間があればできる	42.4%
2. 公民館等で入りたいサークルがあればできる	7.7%
3. 夜でも歩ける等、環境が整備されていればできる	22.1%
4. 仲間がいればできる	18.0%
5. 運動の具体的な方法を教えてもらえばできる	9.2%
6. 身体機能に応じたリハビリの方法について教えてもらえればできる	9.2%
7. 特に身体を動かそうとは思わない	19.9%
8. その他	10.3%
無回答	6.4%

ここからは、再びすべての方にお聞きします。

問16 ロコモティブシンドロームという言葉と、その意味を知っていますか。(〇は1つだけ)

1. 言葉も意味もよく知っている	4.6%
2. 言葉も知っていたし、意味も大体知っている	6.9%
3. 言葉は知っていたが、意味はあまり知らない	8.0%
4. 言葉は聞いたことがあるが、意味は知らない	14.1%
5. 言葉も意味も知らない	60.8%
無回答	5.6%

ロコモティブシンドロームとは、運動器の障害による要介護の状態や要介護リスクの高い状態を表す新しい言葉で、「運動器症候群」ともいいます。

問17 あなたの身長・体重はどのくらいですか。(数字を記入してください)

身長は    .  cmくらい 体重は    .  kgくらい

平均 160.4 平均 59.6

#### 4. 喫煙について

問18 あなたは、たばこを吸っていますか。(〇は1つだけ)

1. 現在吸っている	15.0%	2. 以前は吸っていたがやめた	26.2%	3. もともと吸っていない	56.7%
無回答 2.1%					

(問18で「1. 現在吸っている」、または「2. 以前は吸っていたがやめた」とお答えの方にお聞きします)

問18-1 たばこを吸い始めたのは、何歳ですか。 n=595

平均 20.9 歳

問18-2・3は、問18で「1. 現在吸っている」と回答された方のみお聞きします。

問18-2 喫煙することについて、どう思っていますか。(〇は1つだけ) n=217

1. やめたい	25.8%	2. 本数を減らしたい	35.9%	3. やめる気はない	35.9%
無回答 2.3%					

問18-3 1日に何本吸っていますか。(〇は1つだけ) n=217

1. 1~10本 28.6%	2. 11~20本 47.0%	3. 21本以上 21.2%
無回答 3.2%		

**ここからは、再びすべての方にお聞きします。**

問19 次のうち、喫煙によりかかりやすくなると思う病気はどれですか。(〇はあてはまるものすべて)

1. 肺がん 94.9%	3. 胃かいよう 14.3%	5. ぜんそく 49.6%	7. 心疾患 34.5%
2. 気管支炎 60.1%	4. 歯周病 23.4%	6. 脳血管疾患 37.6%	無回答 3.4%

問20 COPD (シー・オー・ピー・ディー) という病気を知っていますか。(〇は1つだけ)

1. どんな病気かよく知っている 9.0%	2. 名前は聞いたことがある 15.6%	3. 知らない 71.3%
無回答 4.2%		

COPDとは、セキやタン、息切れが主な症状で、「慢性気管支炎」と「肺気腫」のどちらか、または両方によって肺への空気の流れが悪くなる病気で、慢性閉塞性肺疾患ともいいます。

問21 非喫煙者も受動喫煙により健康への影響があることを知っていますか。(〇は1つだけ)

1. 知っている 89.3%	2. 知らない 7.0%
無回答 3.7%	

## 5. 飲酒について

問22 どのくらいの頻度でお酒(清酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲みますか。(〇は1つだけ)

1. 毎日 16.5%	4. 週1~2日 7.4%	6. やめた(1年以上やめている) 2.8%
2. 週5~6日 4.0%	5. 月1~3日 10.1%	7. ほとんど飲まない(飲めない) 51.3%
3. 週3~4日 4.5%	無回答 3.5%	

(問22で1~5とお答えの方にお聞きします) n=614

問22-1 お酒を飲む時は1日あたり、清酒に換算してどれくらいの量を飲みますか。(〇は1つだけ)

1. 1合(180ml)未満 39.9%	4. 3合以上4合(720ml)未満 5.9%
2. 1合以上2合(360ml)未満 33.6%	5. 4合以上5合(900ml)未満 2.1%
3. 2合以上3合(540ml)未満 14.8%	6. 5合(900ml)以上 2.4%
無回答 1.3%	

清酒1合（180ml）は、次の量にほぼ相当します。

ビール・発泡酒中瓶1本（約500ml）、焼酎20度（135ml）、焼酎25度（110ml）、焼酎35度（80ml）、  
酎ハイ7度（350ml）、ウイスキーダブル1杯（60ml）、ワイン2杯（240ml）

問23 一般的に言われている「節度ある適度な飲酒」とは1日平均で清酒1合（180ml）ということを知っていますか。（○は1つだけ）

1. 知っている	50.4%	2. 知らない	41.4%
		無回答	8.2%

## 6. 栄養・食生活について

問24 あなたは普段、朝食を食べていますか。（○は1つだけ）

1. ほとんど毎日食べる	85.7%	3. 週4～5日食べない日がある	1.9%
2. 週2～3日食べない日がある	5.6%	4. ほとんど食べない	5.6%
		無回答	1.2%

（問24で「3. 週4～5日食べない日がある」、または「4. ほとんど食べない」とお答えの方にお聞きします）

問24-1 朝食を食べない理由は何ですか。（○はあてはまるものすべて） n=108

1. 時間がないから	48.1%	4. 朝食を作るのがめんどう	8.3%
2. 食欲がないから	39.8%	5. 太りたくないから	10.2%
3. 朝食が用意されていないから	11.1%	6. その他	14.8%
		無回答	0.9%

問25 バランスのとれた食事（主食・主菜・副菜を組み合わせた食事）を、1日2回以上食べていますか。（○は1つだけ）

1. ほとんど毎日食べる	71.0%	3. 週4～5日食べない日がある	4.7%
2. 週2～3日食べない日がある	15.2%	4. ほとんど食べない	7.3%
		無回答	1.8%

主食：米、パン、めん類などの穀類  
副菜：野菜、きのこ、いも、海藻料理など

主菜：魚、肉、卵、大豆料理など、

問26 1日にどれくらいの野菜料理（副菜）を食べていますか。野菜70gを一皿としてお答えください。（〇は1つだけ）

※ 野菜70gの例：サラダ、煮物、酢のものなら小鉢1皿、具たくさんみそ汁なら1杯程度

1. 5皿以上 4.1%	2. 4皿 7.3%	3. 3皿 24.8%	4. 2皿 39.0%	5. 1皿以下 21.6%
無回答 3.3%				

問27 外食時や食品を購入する時に栄養成分表示を参考にしていますか。（〇は1つだけ）

1. 参考にしている 35.2%	2. 参考にしていない 61.3%
------------------	-------------------

無回答 3.5%

栄養成分表示とは、エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、塩分などの表示です。

問28 日頃、甘いもの（糖分）の摂取量を意識していますか。（〇は1つだけ）

1. 意識している 58.5%	2. 意識していない 39.5%
-----------------	------------------

無回答 2.0%

問29 日頃、油脂（あぶら分）の摂取量を意識していますか。（〇は1つだけ）

1. 意識している 64.6%	2. 意識していない 33.1%
-----------------	------------------

無回答 2.4%

問30 日頃、カルシウムの摂取量を意識していますか。（〇は1つだけ）

1. 意識している 46.2%	2. 意識していない 51.2%
-----------------	------------------

無回答 2.6%

問31 日頃、食べている料理の味付けはどれくらいだと思いますか。（〇は1つだけ）

1. うすい 14.5%	2. ふつう 70.7%	3. 濃い 13.2%
--------------	--------------	-------------

無回答 1.6%

問32 日頃、減塩に取り組んでいますか。（〇は1つだけ）

1. 取り組んでいる 56.4%	2. 取り組んでいない 40.9%
------------------	-------------------

無回答 2.7%

(問32で「2. 取り組んでいない」とお答えの方にお聞きします)

問32-1 減塩に取り組んでいない理由は何ですか。(あてはまるもの全てに○) n=591

1. 減塩するとおいしくない	49.4%	3. 減塩の方法がわからない	20.1%
2. 減塩は自分には必要ない	21.7%	4. その他	13.2%
			無回答
			1.4%

問33 あなたの体重は、適正体重だと思いますか。(○は1つだけ)

1. 思う	44.4%	2. 思わない	53.0%
			無回答
			2.6%

問34 自分にとって適切な食事の量や内容を知っていますか。(○は1つだけ)

1. 知っている	48.7%	2. 知らない	48.2%
			無回答
			3.0%

問35 メタボリックシンドロームを知っていますか。(○は1つだけ)

1. 内容まで知っている	54.5%	2. 言葉だけ知っている	40.1%	3. 知らない	3.7%
					無回答
					1.7%

メタボリックシンドロームとは、内脂肪が蓄積して、高血糖・高血圧・脂質異常のうち、2つ以上を合併した状態をいいます。

問36 メタボリックシンドローム予防・改善のために食事や生活習慣を意識していますか。(○は1つだけ)

1. はい	53.4%	2. いいえ	43.0%
			無回答
			3.7%

## 7. 心の健康に関する意識について

問37 ストレス解消法はありますか。(○は1つだけ)

1. ある	62.3%	2. ない	32.4%
			無回答
			5.3%

問38 睡眠で疲れがとれていますか。(○は1つだけ)

1. 十分とれている	14.3%	2. まあとれている	55.6%	3. あまりとれていない	23.9%	4. とれていない	4.4%
------------	-------	------------	-------	--------------	-------	-----------	------

無回答 1.7%

問39 あなたの心の健康状態はどうか。(〇は1つだけ)

1. よい	2. まあよい	3. あまりよくない	4. よくない	5. わからない
10.2%	58.8%	20.3%	5.4%	3.0%
無回答 2.3%				

問40 悩みを抱えたとき、解決するための方法がありますか。(〇はあてはまるものすべて)

1. 家族や親類に相談する	52.4%	5. 職場の上司や同僚に相談する	10.0%
2. 友人や知人に相談する	35.8%	6. その他	4.6%
3. インターネット等で解決方法を検索する	11.8%	7. 特になし	22.6%
4. 行政や専門の相談機関に相談する	3.0%	無回答	4.0%

問41 自殺対策としてどのような取り組みが大切だと思いますか。(特に大切だと思うものに3つまで〇)

1. 学校での「いのちの教育」	37.4%	8. 高齢者の孤立を防ぐ対策	32.3%
2. 気軽に相談できる場所(電話相談等)の充実	47.3%	9. 生活困窮者への支援	21.8%
3. かかりつけ医や診療所の目配り	9.9%	10. 職場でのこころの健康づくりの推進	11.1%
4. 精神科の受診をしやすくする	17.7%	11. 債務(借金返済)相談の充実	5.9%
5. 自殺対策やこころの健康に関する普及啓発	13.5%	12. 自殺未遂者への支援	6.3%
6. 教師、職場の上司等の相談に応じる人への研修	10.7%	13. その他	3.0%
7. 勤労に関する支援(就労支援、過重労働相談等)	17.0%	無回答	11.2%

問42 次の相談機関を知っていますか。(〇は知っているものすべて)

1. いのちの電話	32.7%	5. 匝瑳市消費生活センター	26.2%	9. 匝瑳市保健センター	65.4%
2. 児童相談所	48.6%	6. チャイルドライン	6.5%	10. 市役所福祉課	61.7%
3. 法テラス	9.7%	7. 海匠ネットワーク	8.2%	11. 千葉県精神保健福祉センター	8.3%
4. 総合労働相談センター	4.8%	8. 地域包括支援センター	21.2%	12. 海匠健康福祉センター	14.7%
無回答 17.6%					

## 8. 歯・口腔の健康に関する意識について

問43 現在、自分の歯は何本ありますか。(〇は1つだけ)

※ 自分の歯には差し歯、かぶせた歯も含めます。ただし、親知らず、入れ歯、ブリッジ、インプラントは含めません。

1. 全部ある (28本)	22.8%	4. ほとんどない (1~9本)	9.8%
2. ほとんどある (20~27本)	39.7%	5. まったくない (0本)	4.1%
3. 半分くらいある (10~19本)	20.8%	無回答	2.9%

問44 あなたは定期的に歯の健康診査(歯科健診)を受けていますか。(〇は1つだけ)

※ 治療は含みません

1. 受けている	38.2%	2. 受けていない	58.3%
		無回答	3.5%

(問44で「2. 受けていない」とお答えの方にお聞きします)

n=842

問44-1 歯の健康診査(歯科健診)を受けない理由は何ですか。(〇はあてはまるものすべて)

1. 特に気になるところがないから	42.4%	4. 治療中だから	10.8%
2. 忙しいから	27.6%	5. その他	10.7%
3. 予約など、手続きが面倒だから	22.1%	無回答	2.6%

問45 かかりつけ歯科医院はありますか。(〇は1つだけ)

1. ある	78.8%	2. ない	18.5%
		無回答	2.8%

問46 歯ブラシ以外に、歯間ブラシやデンタルフロス(糸ようじ)を使っていますか。(〇は1つだけ)

1. 毎日使っている	20.7%	3. 使っていない	44.5%
2. 時々使っている	30.6%	4. 歯間ブラシやデンタルフロスを知らない	0.3%
		無回答	3.9%

問47 食事の時によくかんでいますか。(〇は1つだけ)

1. 何でもよくかんで食べることができる	73.4%	3. かめない食べ物が多い	3.2%
2. 一部かめない食べ物がある	19.5%	4. かんで食べることができない	0.9%
		無回答	3.0%

## 9. 母子の健康（子育てについて）

問48 右のマタニティマークの意味を知っていますか。（〇は1つだけ）

1. 知っている 54.0%      2. 知らない 32.9%

無回答 13.1%

マタニティマークは、妊婦が交通機関等を利用する際に身につけ、周囲に妊婦であることを示しやすくするものです。また、交通機関等がポスター等を掲示し、妊産婦にやさしい環境づくりを推進するものです。



問49 父親が育児休業を取得できることを知っていますか（〇は1つだけ）

1. 知っている 77.7%      2. 知らない 11.1%

無回答 11.1%

問50 産後うつを知っていますか。（〇は1つだけ）

1. 知っている 52.0%      2. 名前は聞いたことがある 22.3%      3. 知らない 13.4%

無回答 12.3%

産後うつとは、子どもを出産した後、ホルモンのバランスの急激な変化や育児への不安等、様々な要因から発症するうつ病の一種です。

問51 児童虐待防止法で、国民には児童虐待の通報義務があることを知っていますか。（〇は1つだけ）

1. 知っている 64.8%      2. 知らない 23.7%

無回答 11.6%

問52 6歳未満の乳幼児を車に乗せるときは、チャイルドシートの使用義務があることを知っていますか。  
（〇は1つだけ）

1. 知っている 85.1%      2. 知らない 4.1%

無回答 10.8%

問53～55は、自身または配偶者（パートナー）が妊娠中の方、または乳児～高校生以下のお子さんを子育てしている方にお聞きします。

問53 自身や配偶者（パートナー）の妊娠中に、どのようなことに不安や悩みを感じますか、または感じましたか。（特に不安や悩みを感じる（感じた）と思うものに3つまで○） n=392

1. 生まれてくる赤ちゃんのこと	40.6%	6. 産後の育児のこと	27.0%
2. 出産のこと	22.4%	7. 経済的なこと	19.9%
3. 妊娠中の母体の健康のこと	18.4%	8. 仕事のこと	11.2%
4. 妊娠中の過ごし方や生活のこと	6.6%	9. その他	1.0%
5. 産後の母体の健康のこと	11.5%	10. わからない	0.5%
無回答		40.6%	

問54 自身や配偶者（パートナー）の妊娠中に、不安や悩みを解決するために何が役立ちましたか（特に役に立ったものに3つまで○） n=392

1. 妊婦同士での交流	17.1%	
2. 市や医療機関の母親学級、両親学級	15.3%	
3. 配偶者（パートナー）からの手助けや精神的な支え	20.7%	
4. 両親からの手助けや精神的な支え	34.2%	
5. 知人や友人からの手助けや精神的な支え	17.3%	
6. 保健センターでの保健師や助産師等からのアドバイス	10.2%	
7. 医療機関や助産院等での、医師や助産師からのアドバイス	16.3%	
8. 助産師等の電話相談	1.3%	
9. インターネットや雑誌からの情報	11.5%	
10. その他	0.5%	
11. 特になし	2.6%	
無回答		40.8%

問55 あなたやあなたの配偶者（パートナー）は、妊娠中から産後3か月くらいの間に、気分が沈んだり、涙もろくなったり、何もする気になれなかったりということがありましたか。（○は1つだけ）

n=392

1. あった	14.3%	2. 時々あった	18.6%	3. あまりなかった	16.1%	4. なかった	10.7%
無回答							40.3%

問56～58は、就学前（小学校入学前）のお子さんを子育てしている方にお聞きします。

問56 就学前（小学校入学前）の子育てにおいて、どのようなことに不安や悩みを感じますか、または感じましたか。（特に不安や悩みを感じる（感じた）と思うものに3つまで〇） n=156

1. 授乳や離乳食	7.7%	8. 上の子、下の子との接し方	12.8%
2. 体重の増え方	5.1%	9. 子どもが思い通りにならないこと	10.3%
3. 子どもが泣くこと	3.8%	10. 自分の時間がとれないこと	10.3%
4. 子どもの病気	30.8%	11. 周囲の理解が得られないこと	1.9%
5. 子どもの成長、発達	29.5%	12. その他	3.8%
6. しつけに関すること	33.3%	13. わからない	0.0%
7. 子どもの食事	18.6%	無回答	36.5%

問57 就学前（小学校入学前）の子育てにおいて、不安や悩みを解決するためには何が役立ちましたか。（特に役に立ったものに3つまで〇） n=156

1. 同じ悩みを持つ人同士の交流	17.3%
2. 親子が自由に遊び交流できる場（つどいの広場）への参加	11.5%
3. 配偶者（パートナー）からの手助けや精神的な支え	19.2%
4. 両親からの手助けや精神的な支え	36.5%
5. 知人や友人からの手助けや精神的な支え	17.3%
6. 保健センターでの保健師、助産師、心理発達相談員等からのアドバイス	9.6%
7. 医療機関や療育機関（マザーズホーム等）でのアドバイス	5.8%
8. 保育所、幼稚園の先生からのアドバイス	17.9%
9. インターネットや雑誌の情報	12.8%
10. その他	1.3%
11. 特になし	5.1%
無回答	37.8%

問58 産後3か月くらいの頃に、どのようなことが心配でしたか。（特に心配だったものに3つまで〇）

n=156

1. 産後の母体の体調について	16.0%	6. 家族関係について	9.6%
2. 赤ちゃんの体調について	29.5%	7. 経済面について	14.7%
3. 赤ちゃんの成長について	29.5%	8. 家事について	7.7%
4. 赤ちゃんの育児について	28.8%	9. 仕事について	3.2%
5. きょうだいの育児について	13.5%	10. その他	1.3%
無回答	41.0%		

問59は、小学生～高校生以下のお子さんを子育てしている方にお聞きします。

問59 ご家庭で、お子さんと思春期のからだの成長や男女交際、避妊方法等についての話をしたことがありますか。(〇は1つだけ) n=281

1. ある	10.7%	3. したいが、伝え方がわからない	9.3%
2. まだないが、時期が来たらしようと思う	37.4%	4. するつもりはない	6.0%
			無回答 36.7%

ここからは、再びすべての方におうかがいします。

## 10. 健康に関する情報等について

問60 日頃、健康に関する情報を何から得ていますか。(〇はあてはまるものすべて)

1. テレビ	86.4%	7. 家族	31.0%
2. 本・雑誌	37.5%	8. 友人・知人	32.0%
3. 新聞	39.3%	9. 医療機関	32.0%
4. 広報紙	13.2%	10. 薬局	6.2%
5. ラジオ	14.5%	11. 市役所(市の保健師・栄養士・歯科衛生士など)	7.4%
6. インターネット(パソコン・携帯)	30.4%	12. その他	1.2%
			無回答 5.1%

問61 市の健康マイレージ制度を知っていますか。(〇は1つだけ)

1. 知っている	9.8%	2. 名前は聞いたことがある	12.9%	3. 知らない	69.1%
					無回答 8.2%

## 11. 保健サービス等に関するご意見やご要望について

匝瑳市の保健サービス等に関するご意見やご要望などがございましたら、ご記入ください。

(記入率 10.4%)



---

# そうさ健康プラン

---

平成29年3月

発行 匝瑳市  
編集 匝瑳市健康管理課  
〒289-2144  
千葉県匝瑳市八日市場イ 2408 番地 1  
電話 0479-73-1200  
FAX 0479-73-6223

---

