

**「第2次岩国市健康づくり計画」
中間見直しのためのアンケート調査
報告書**

**令和4年8月
岩国市**

目 次

I	調査の概要	
1	調査目的	1
2	調査方法	1
3	回収結果	1
4	報告書の見方	1
II	調査結果	
1	属性	2
2	健康	4
	(1) 主観的健康感	4
	(2) BMI	6
	(3) 理想とする体重と適正体重	7
3	栄養・食生活	9
	(1) 朝食の摂取状況	9
	(2) 主食、主菜、副菜を揃えて食べる状況	14
	(3) 減塩の状況	16
	(4) 野菜の摂取状況	18
	(5) 適正体重維持の意識	26
	(6) 食事をたのしく・おいしく食べている状況	28
	(7) 食育への関心度	31
4	運動	33
	(1) 運動習慣の状況	33
	(2) 運動に取り組むために必要なもの	39
5	こころの健康	41
	(1) 睡眠による休養の状況	41
	(2) ストレスの状況	44
	(3) 相談相手の状況	46
	(4) 相談の利用意向	50
	(5) 相談窓口の認知度	52
	(6) ゲートキーパーについての考え	54
6	歯と口腔	55
	(1) 歯科健診の受診状況	55
	(2) 歯や口の中の健康維持のために気をつけていること	57
	(3) 咀嚼状況	59

7	飲酒	60
	(1) 飲酒頻度	60
	(2) 飲酒量	61
8	喫煙	63
	(1) 受動喫煙の状況	63
	(2) 喫煙の状況	65
	(3) COPD（慢性閉塞性肺疾患）の認知度	69
9	健診・がん検診	70
	(1) 健診の受診状況	70
	(2) 健診を受けやすくするための環境	76
10	自宅での過ごし方・外出	78
	(1) 自宅での過ごし方	78
	(2) 外出の頻度	81
11	地域のつながり	89
	(1) 地域の人とのつながりの程度	89
	(2) 地域活動への参加状況	92
	(3) 市民部会（地域部会）の活動の認知度	95
12	健康全般	96
	(1) 幸福度	96

I 調査の概要

1 調査目的

「岩国市健康づくり計画」の中間見直しをするための基礎資料とするため。

2 調査方法

- (1) 調査地域 岩国市全域
- (2) 調査方法 郵送法（インターネット回答と併用）
- (3) 調査対象 3,000人（市内に居住する20歳以上の市民の中から無作為抽出）
- (4) 調査時期 令和4年6月1日～6月20日

3 回収結果

有効回収数 966人（32.2%）

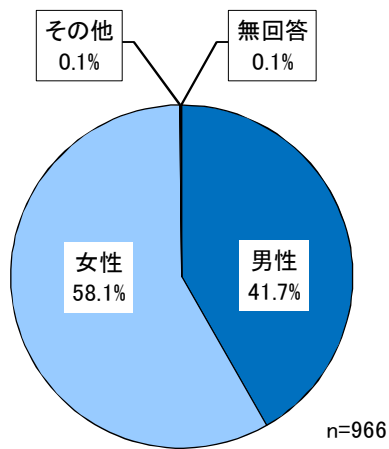
4 報告書の見方

- 本文及び図中に示した調査結果の数値は百分比（%）で示してある。これらの数値は小数点以下第2位を四捨五入しているため、全項目の回答比率の合計が100.0%とならない場合がある。
- 2つ以上の回答（複数回答）を求めた質問では、回答比率の合計が100.0%を超えることがある。
- グラフ中の「n」は質問に対する回答数であり、100.0%が何人の回答に相当するかを示す比率算出の基数である。

II 調査結果

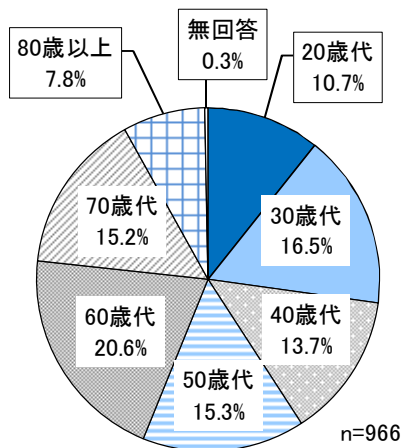
1 属性

(1) 性別



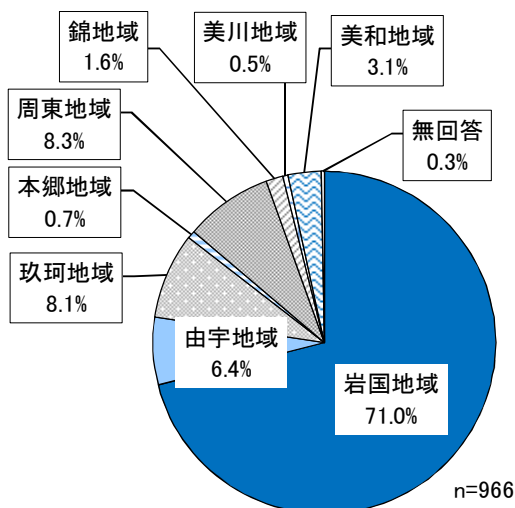
	回答数	割合
男性	403	41.7%
女性	561	58.1%
その他	1	0.1%
無回答	1	0.1%
全体	966	100.0%

(2) 年齢



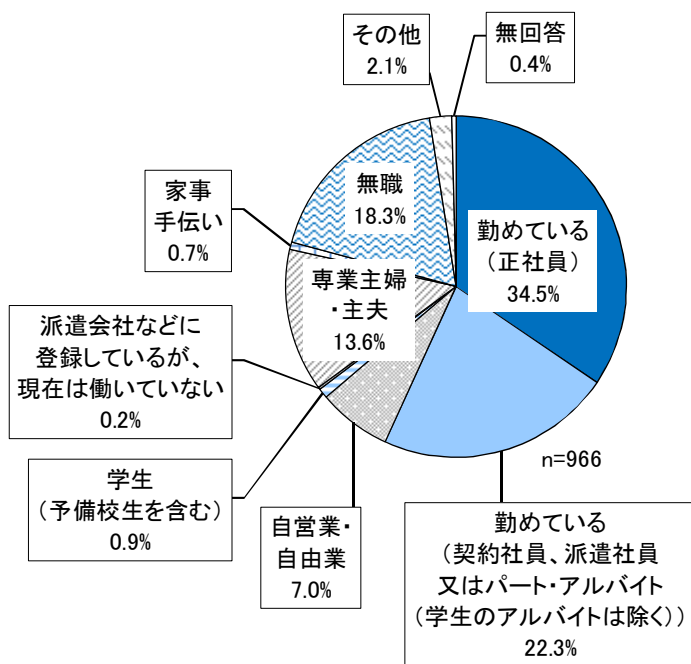
	回答数	割合
20歳代	103	10.7%
30歳代	159	16.5%
40歳代	132	13.7%
50歳代	148	15.3%
60歳代	199	20.6%
70歳代	147	15.2%
80歳以上	75	7.8%
無回答	3	0.3%
全体	966	100.0%

(3) 居住地域



	回答数	割合
岩国地域	686	71.0%
由宇地域	62	6.4%
玖珂地域	78	8.1%
本郷地域	7	0.7%
周東地域	80	8.3%
錦地域	15	1.6%
美川地域	5	0.5%
美和地域	30	3.1%
無回答	3	0.3%
全体	966	100.0%

(4) 就労・就学状況

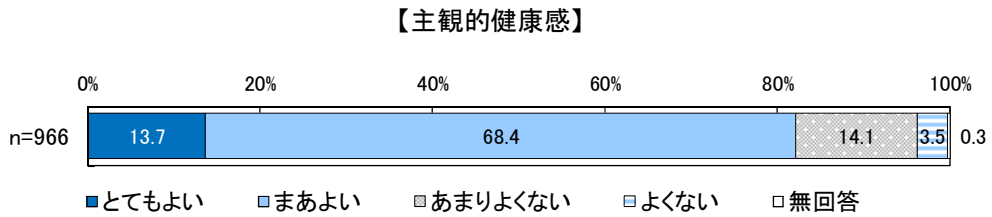


	回答数	割合
勤めている(正社員)	333	34.5%
勤めている(契約社員、派遣社員又はパート・アルバイト(学生のアルバイトは除く))	215	22.3%
自営業・自由業	68	7.0%
学生(予備校生を含む)	9	0.9%
派遣会社などに登録しているが、現在は働いていない	2	0.2%
専業主婦・主夫	131	13.6%
家事手伝い	7	0.7%
無職	177	18.3%
その他	20	2.1%
無回答	4	0.4%
全体	966	100.0%

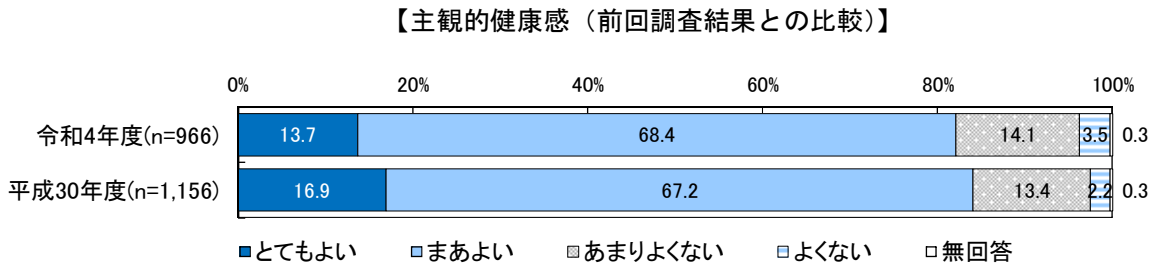
2 健康

(1) 主観的健康感

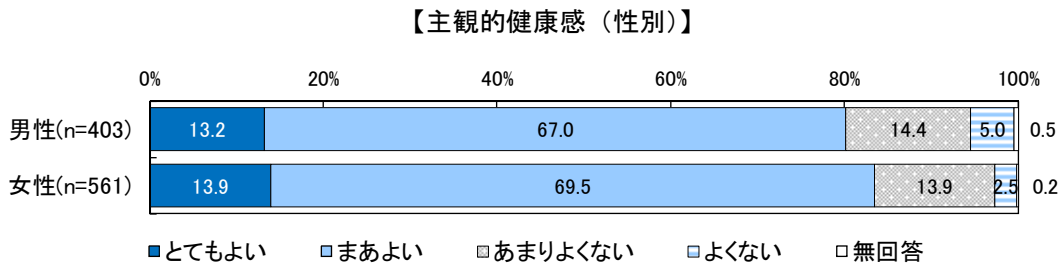
問3 あなたの健康状態を回答してください。【〇は1つ】



主観的健康感について、『よい』（「とてもよい」+「まあよい」）と回答した人の割合が82.1%、『よくない』（「よくない」+「あまりよくない」）と回答した人の割合が17.6%となっている。

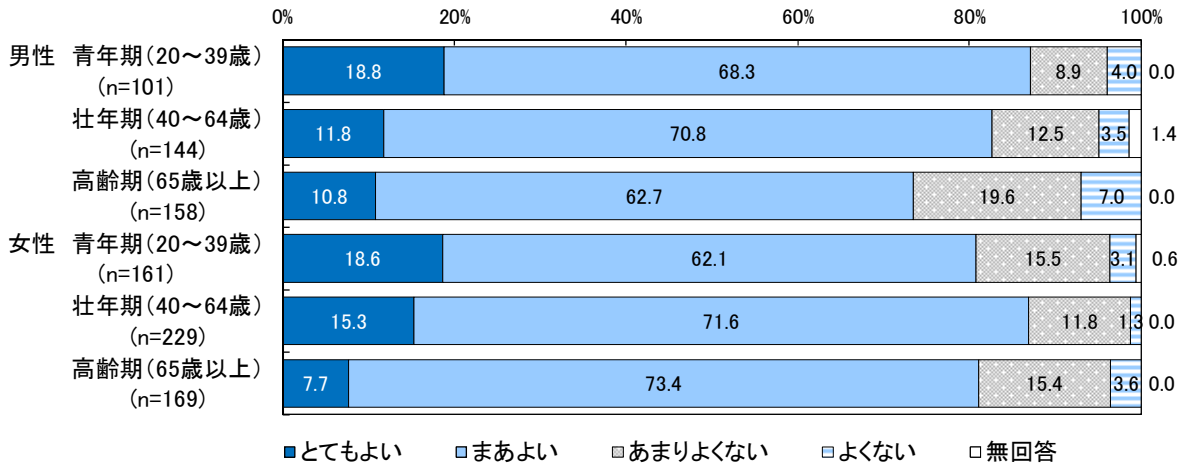


前回調査結果と比較すると、『よい』と回答した人の割合は、大きな変化はみられない。



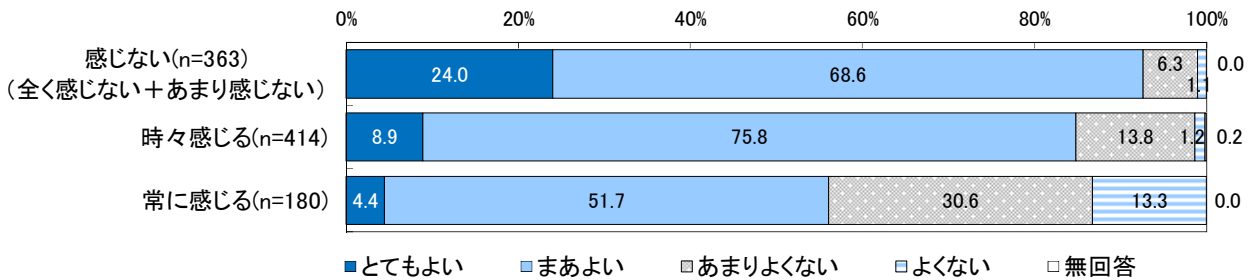
性別にみると、『よい』と回答した人の割合は、男女ともに8割台となっている。

【主観的健康感（性・年齢別）】



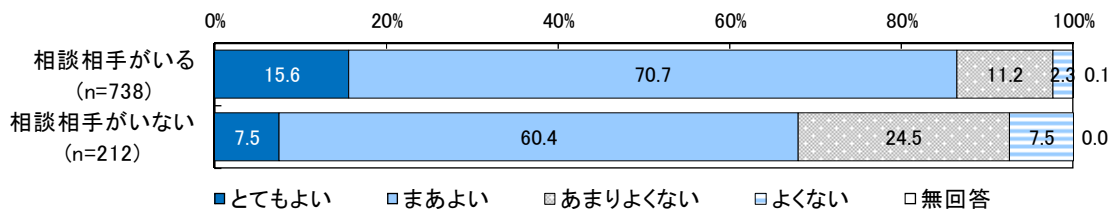
性・年齢別にみると、『よくない』と回答した人の割合は、男性高齢期で2割台となっている。

【主観的健康感（心の悩みやストレスの程度別）】



心の悩みやストレスの程度別にみると、『よくない』と回答した人の割合は、ストレスを感じる頻度が多いほど高く、心の悩みやストレスを「常に感じる」人では43.9%となっている。

【主観的健康感（相談相手の有無別）】



相談相手の有無別にみると、『よくない』と回答した人の割合は、相談相手がない人で3割台となっている。

【評価指標】

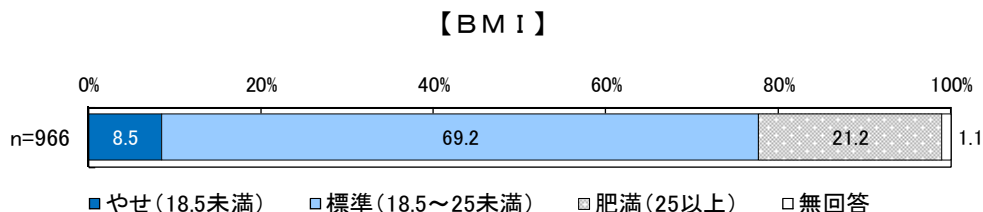
	平成30年度	目標値	令和4年度
自分の健康状態を「よい」と感じている市民の割合	84.1%	88.0%	82.1%

自分の健康状態を「よい」と感じている人の割合は、目標値に達していない。

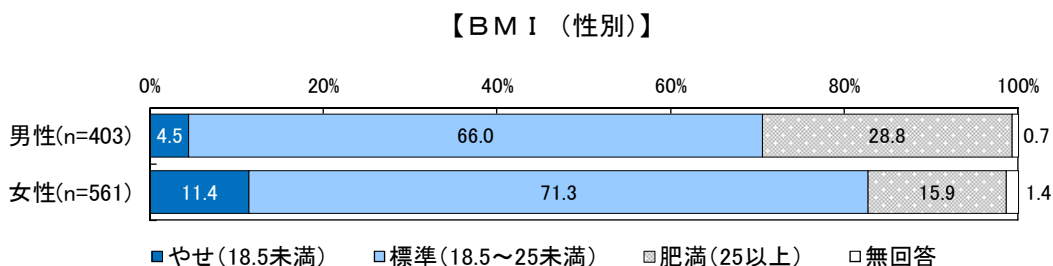
(2) BMI

問1 (3) 身体状況
身長 () cm
体重 () kg 理想とする体重 () kg

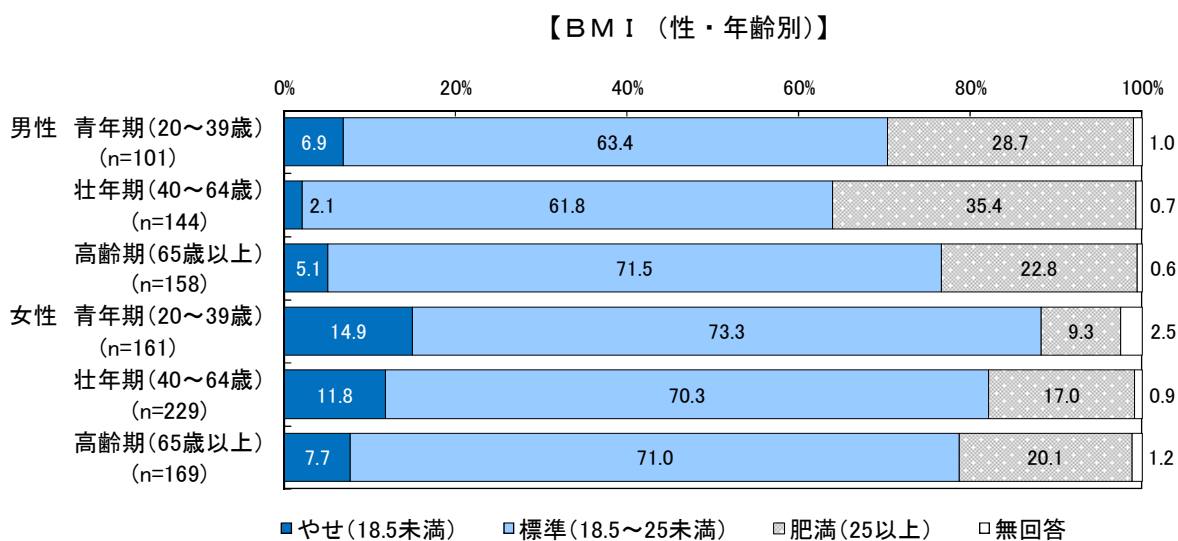
身長と体重を問う設問の回答により、BMIを算出した。



BMIについて、「やせ」に該当する人の割合が8.5%、「肥満」に該当する人の割合が21.2%となっている。



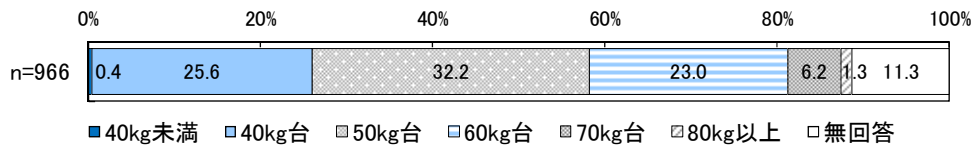
性別にみると、「やせ」に該当する人の割合は男性で4.5%、女性で11.4%、「肥満」に該当する人の割合は男性で28.8%、女性で15.9%となっている。



性・年齢別にみると、「やせ」に該当する人の割合は、女性青年期で14.9%、「肥満」に該当する人の割合は、男性壮年期で35.4%となっている。

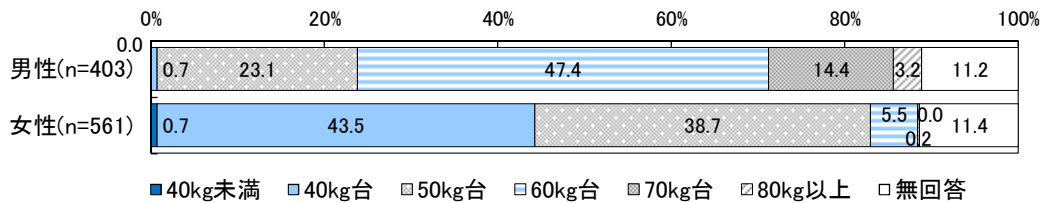
(3) 理想とする体重と適正体重

【理想とする体重】



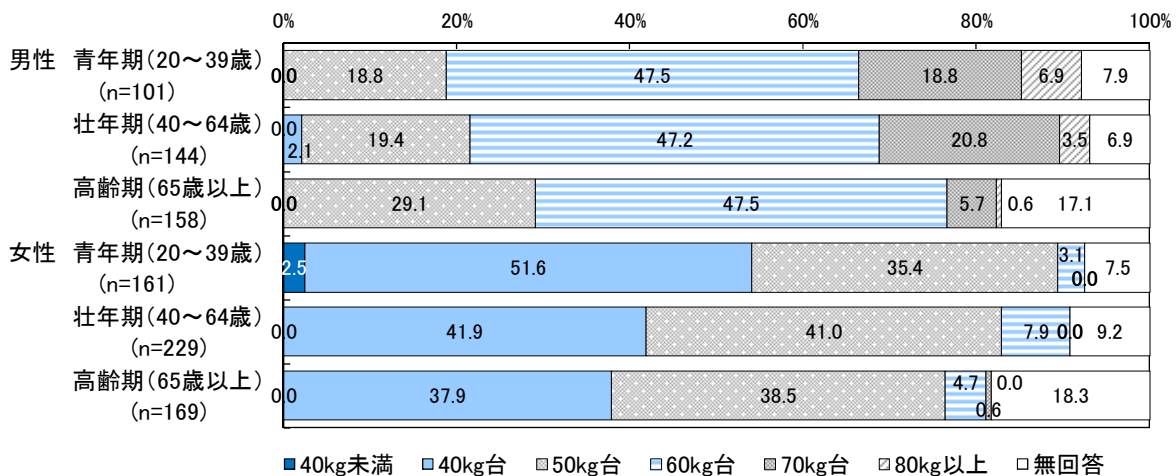
理想とする体重について、「50kg 台」と回答した人の割合が 32.2%となっている。

【理想とする体重（性別）】



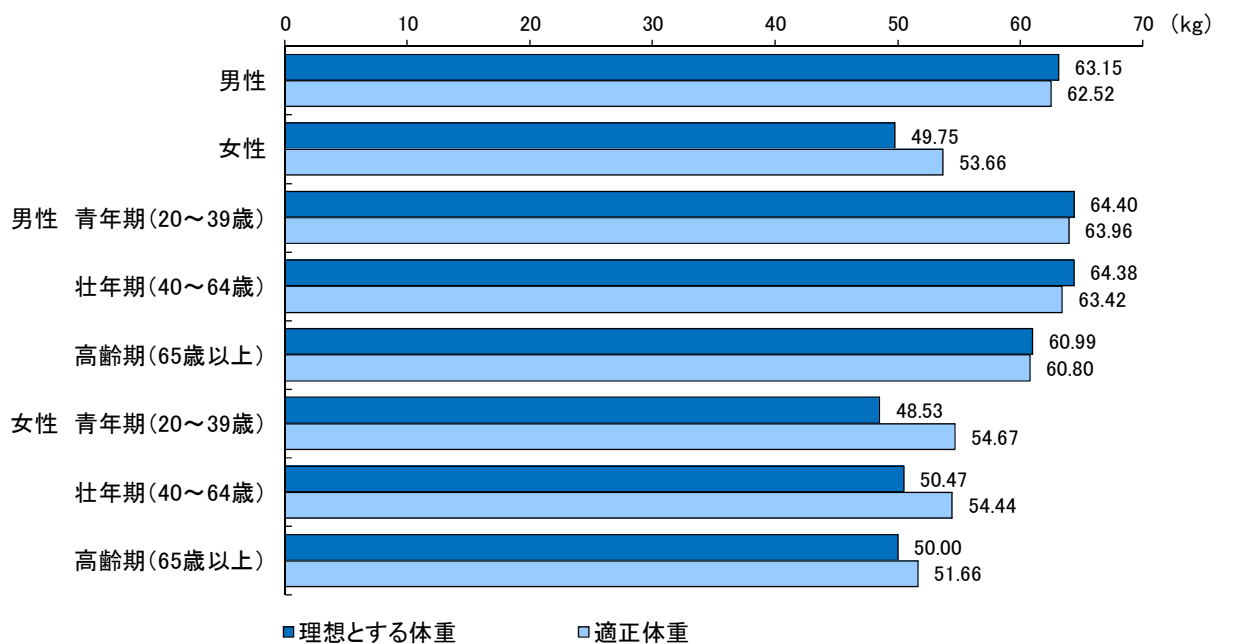
性別にみると、男性は「60kg 台」と回答した人の割合が 47.4%、女性は「40kg 台」と回答した人の割合が 43.5%となっている。

【理想とする体重（性・年齢別）】



性・年齢別にみると、男性はすべての年齢層で「60kg 台」と回答した人の割合が 4 割台、女性は青年期で「40kg 台」と回答した人の割合が 5 割台となっている。

【理想とする体重（平均）と身長から算出する適正体重*（平均）（性別/性・年齢別）】

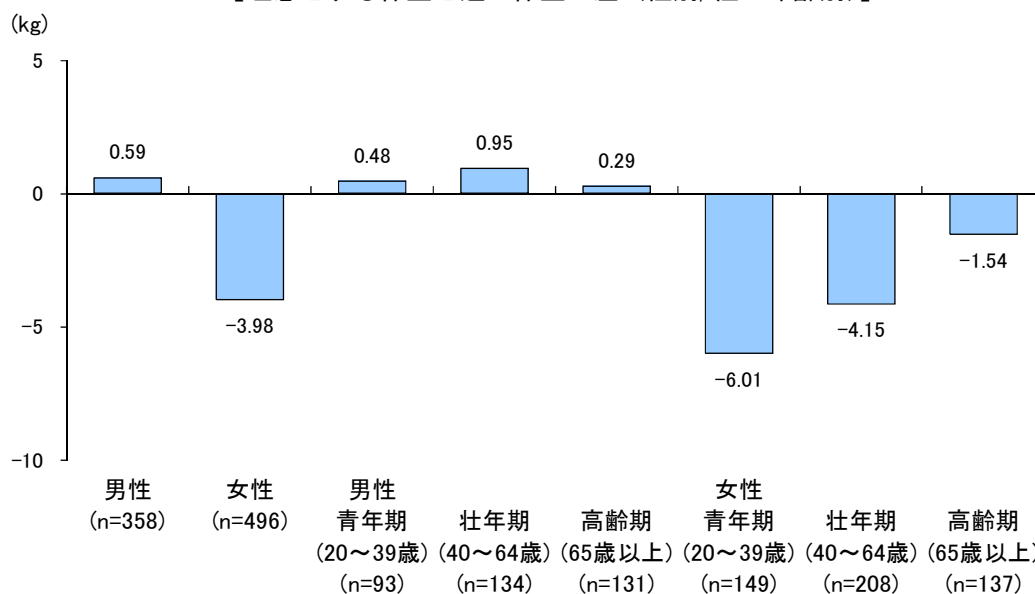


*適正体重(kg)=身長(m)×身長(m)×22

理想とする体重と身長から算出する適正体重について、性別にみると、女性が男性よりも理想とする体重と適正体重の差が大きくなっている。

性・年齢別にみると、女性はすべての年齢層で理想とする体重が適正体重よりも軽くなっている。

【理想とする体重と適正体重の差（性別/性・年齢別）】



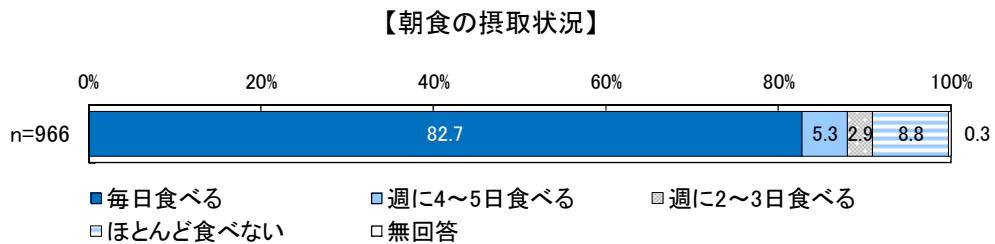
理想とする体重と適正体重の差について、性別にみると、女性で理想とする体重が適正体重よりも約4kg軽くなっている。

性・年齢別にみると、女性青年期で理想とする体重が適正体重よりも6kg以上軽くなっている。

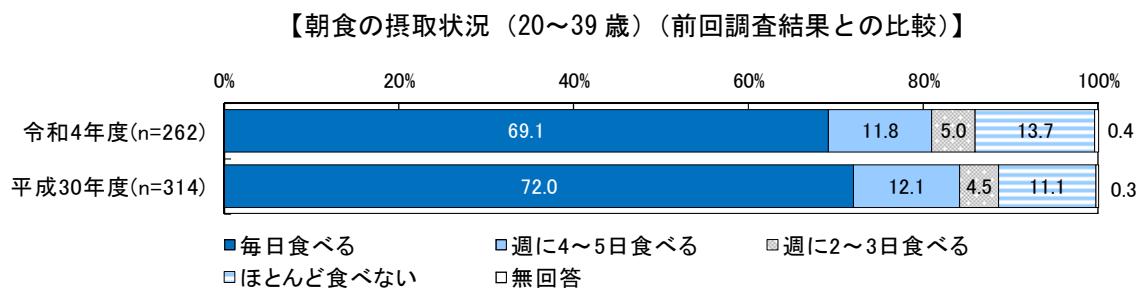
3 栄養・食生活

(1) 朝食の摂取状況

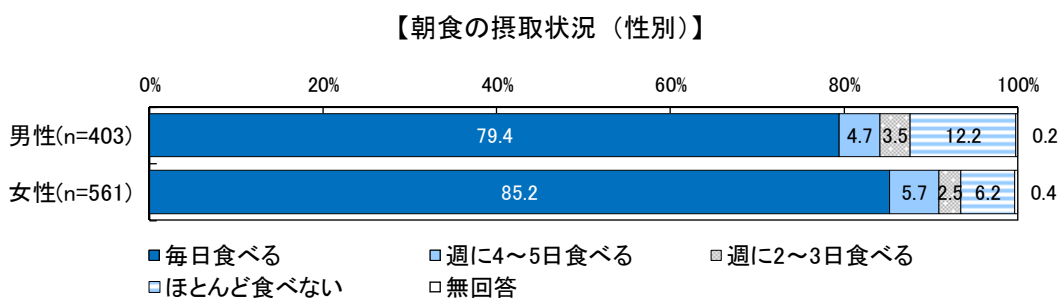
問4 あなたは、普段朝食を食べますか。【〇は1つ】



朝食の摂取状況について、「毎日食べる」と回答した人の割合が82.7%、「ほとんど食べない」と回答した人の割合が8.8%となっている。

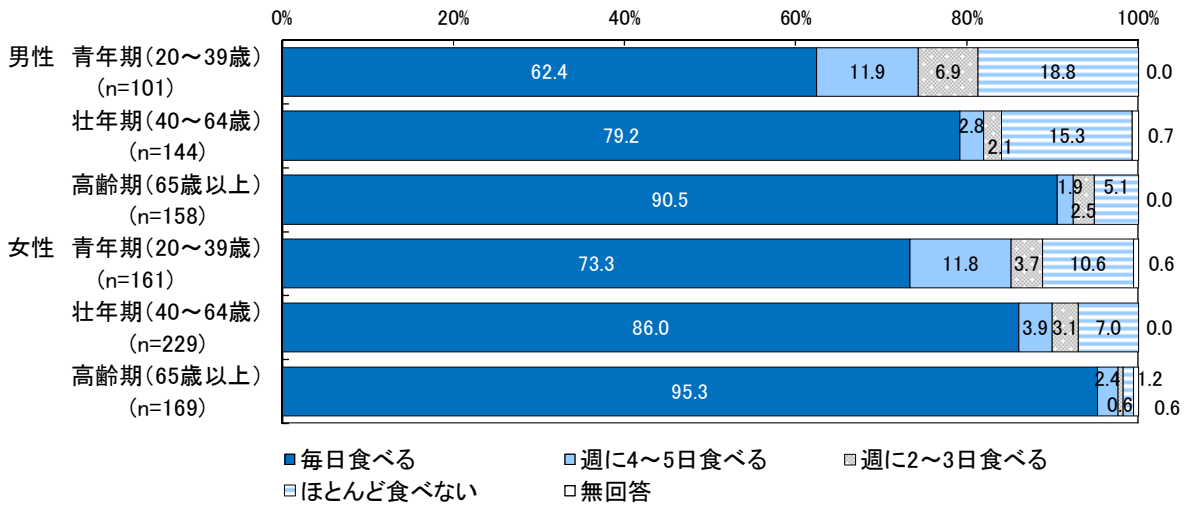


前回調査結果と比較すると、「毎日食べる」と回答した人の割合は、大きな変化はみられない。



性別にみると、「毎日食べる」と回答した人の割合は、女性で8割台となっている。

【朝食の摂取状況（性・年齢別）】



性・年齢別にみると、「毎日食べる」と回答した人の割合は、男女ともに高齢期で9割を超えている。

【評価指標】

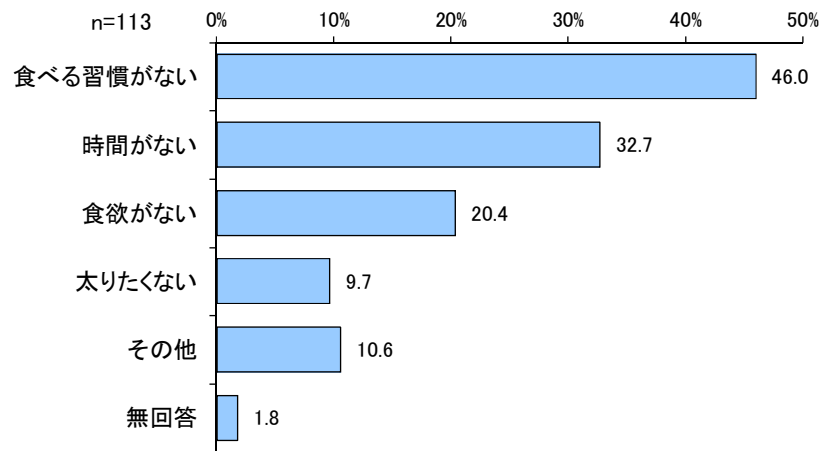
	平成30年度	目標値	令和4年度
毎日朝食を食べている市民の割合 (20~39歳)	72.0%	85.0%	69.1%

毎日朝食を食べている20~39歳の割合は、目標値に達していない。

問4で「③ 週に2～3日食べる」、「④ ほとんど食べない」と回答した人のみ回答。

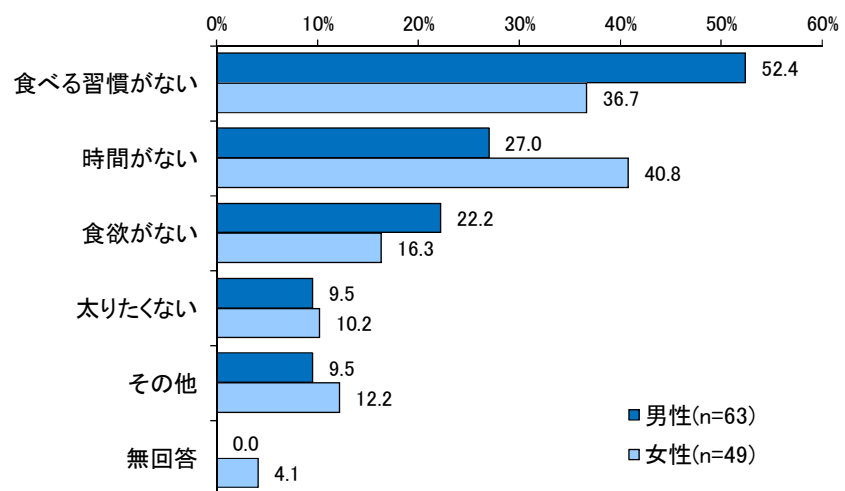
問4-1 その理由は何ですか。【〇はあてはまるもの全て】

【朝食を食べる頻度が少ない理由】



朝食を食べる頻度が少ない理由について、「食べる習慣がない」と回答した人の割合が46.0%と最も高く、「時間がない」(32.7%)、「食欲がない」(20.4%)が続いている。

【朝食を食べる頻度が少ない理由 (性別)】

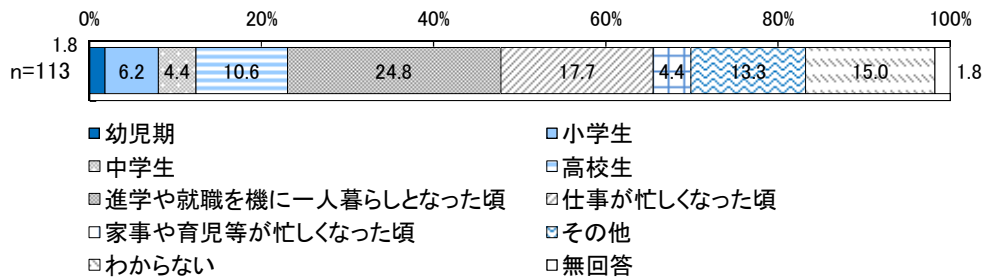


性別にみると、「食べる習慣がない」と回答した人の割合は、男性で5割台となっている。「時間がない」と回答した人の割合は、女性で4割台となっている。

問4で「③ 週に2～3日食べる」、「④ ほとんど食べない」と回答した人のみ回答。

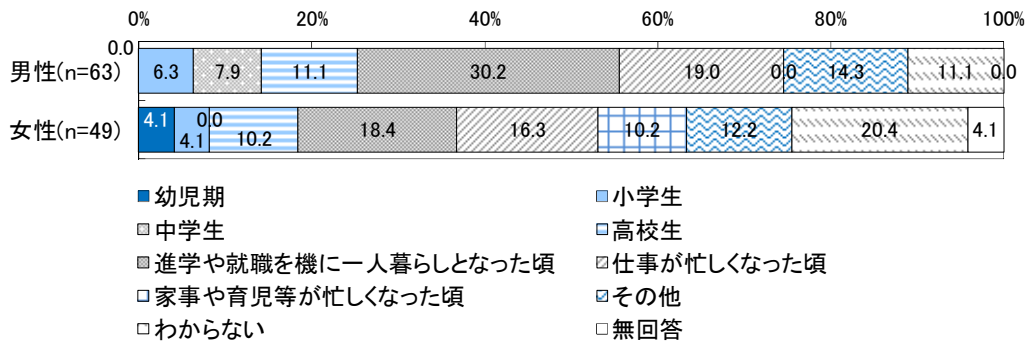
問4-2 朝食を食べなくなったのはいつ頃からですか。【〇は1つ】

【朝食を食べなくなった時期】



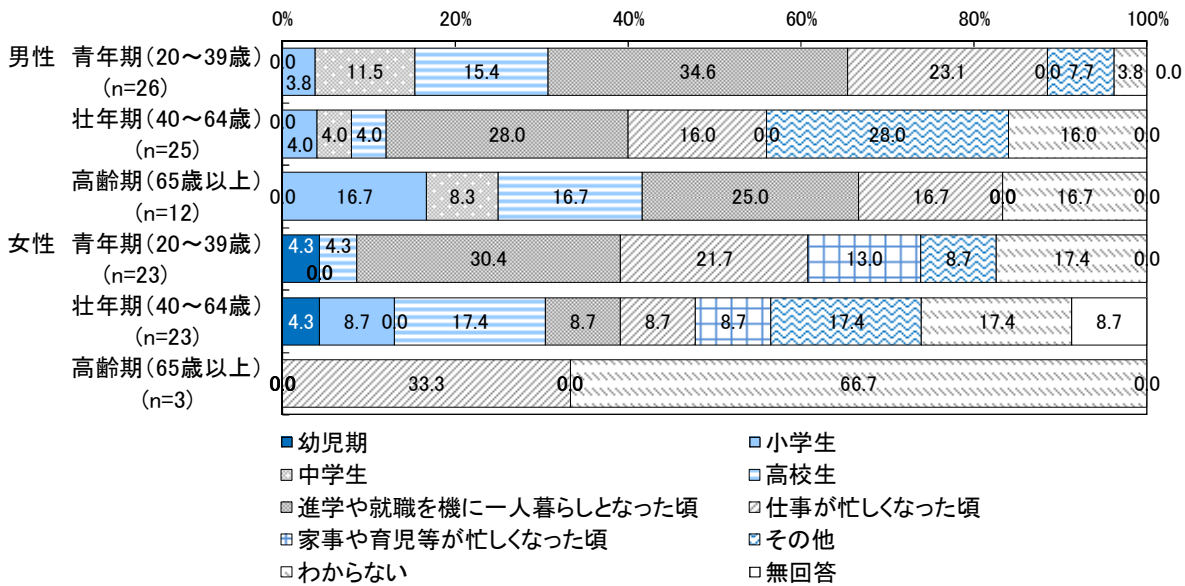
朝食を食べなくなった時期について、「進学や就職を機に一人暮らしとなった頃」と回答した人の割合が24.8%、「仕事が忙しくなった頃」と回答した人の割合が17.7%となっている。

【朝食を食べなくなった時期（性別）】



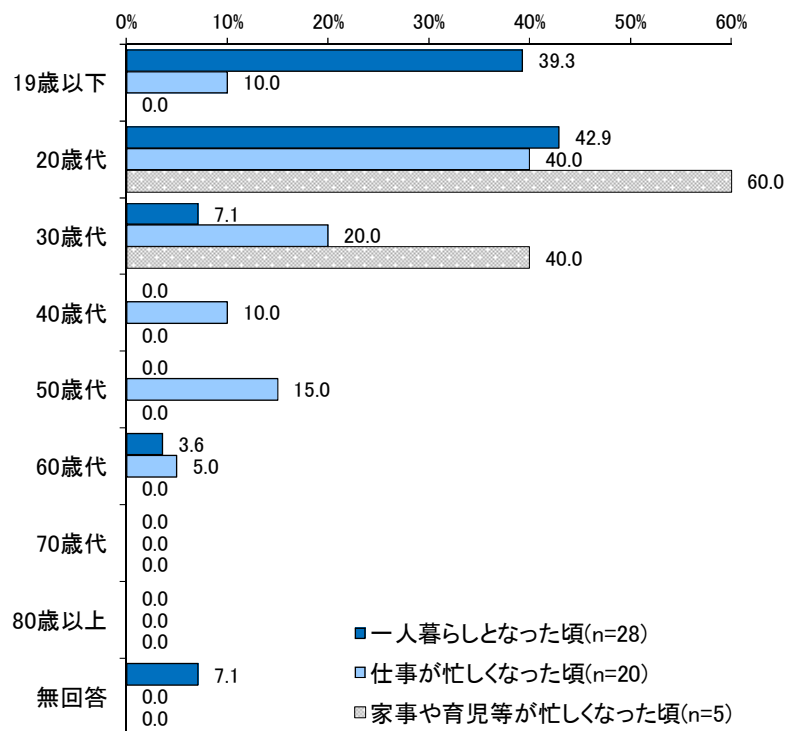
性別にみると、「進学や就職を機に一人暮らしとなった頃」と回答した人の割合は、男性で3割台となっている。

【朝食を食べなくなった時期（性・年齢別）】



性・年齢別にみると、「進学や就職を機に一人暮らしとなった頃」と回答した人の割合は、男女ともに青年期で3割台となっている。

【朝食を食べなくなった具体的な年代】

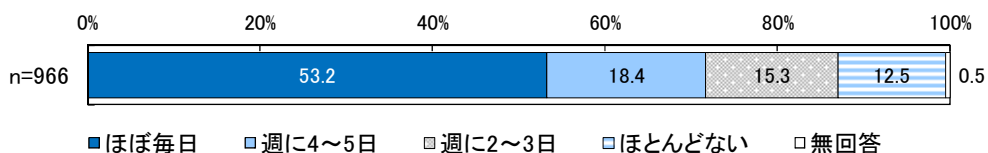


朝食を食べなくなった具体的な年代について、一人暮らしとなった頃では「20歳代」と回答した人の割合が42.9%、仕事が忙しくなった頃では「20歳代」と回答した人の割合が40.0%、家事や育児等が忙しくなった頃では「20歳代」と回答した人の割合が60.0%と最も高くなっている。

(2) 主食、主菜、副菜を揃えて食べる状況

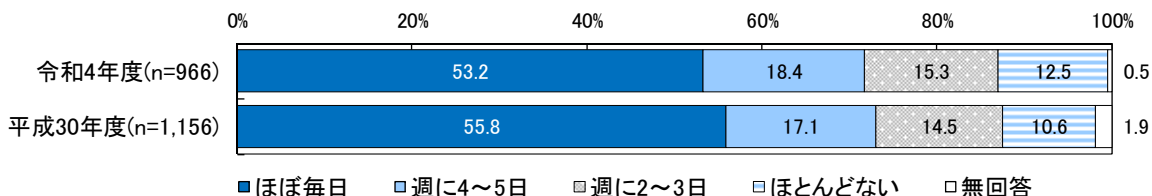
問5 「主食、主菜、副菜」を3つ揃えて食べることが1日2回以上あるのは、週に何日ありますか。【〇は1つ】

【主食、主菜、副菜を1日2回以上揃えて食べる頻度】



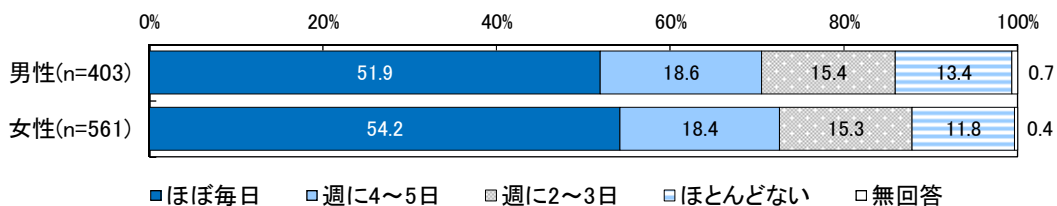
主食、主菜、副菜を1日2回以上揃えて食べる頻度について、「ほぼ毎日」と回答した人の割合が53.2%、「週に4~5日」と回答した人の割合が18.4%、「週に2~3日」と回答した人の割合が15.3%となっている。

【主食、主菜、副菜を1日2回以上揃えて食べる頻度（前回調査結果との比較）】



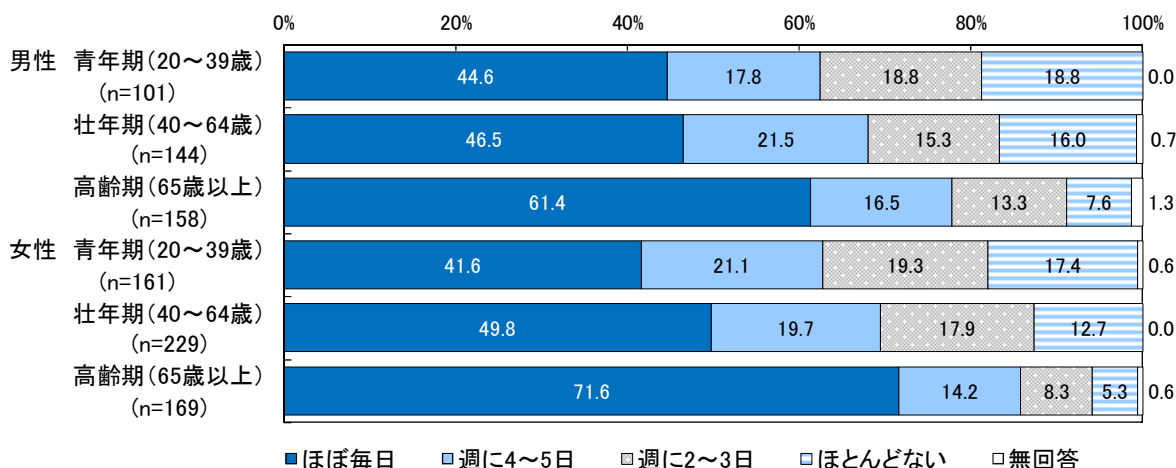
前回調査結果と比較すると、「ほぼ毎日」と回答した人の割合は、大きな変化はみられない。

【主食、主菜、副菜を1日2回以上揃えて食べる頻度（性別）】



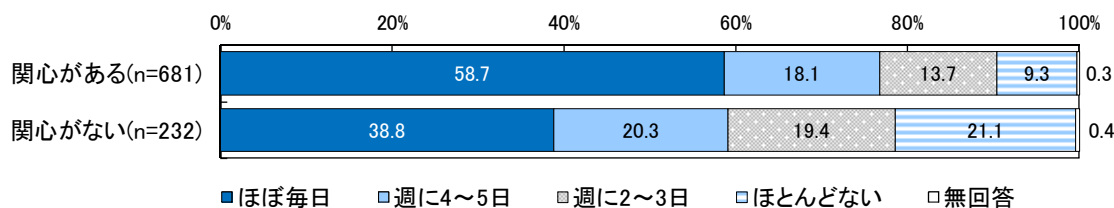
性別にみると、「ほぼ毎日」と回答した人の割合は、男女ともに5割台となっている。

【主食、主菜、副菜を1日2回以上揃えて食べる頻度（性・年齢別）】



性・年齢別にみると、「ほぼ毎日」と回答した人の割合は、男女ともに青年期、壮年期で4割台となっており、『週に3日以下』と回答した人の割合は、男女ともに青年期で3割台後半となっている。

【主食、主菜、副菜を1日2回以上揃えて食べる頻度（食育への関心度別）】



食育への関心度別にみると、「ほぼ毎日」と回答した人の割合は、食育に関心がある人で5割台となっている。

【評価指標】

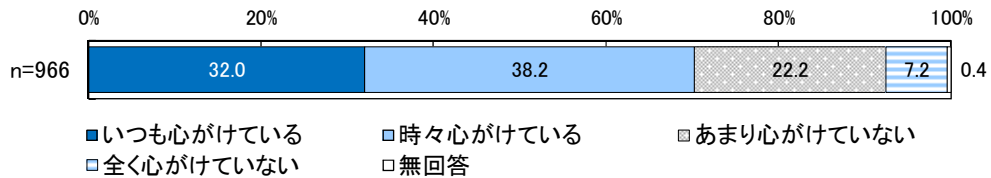
	平成30年度	目標値	令和4年度
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている市民の割合	55.8%	70.0%以上	53.2%

主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている人の割合は、目標値に達していない。

(3) 減塩の状況

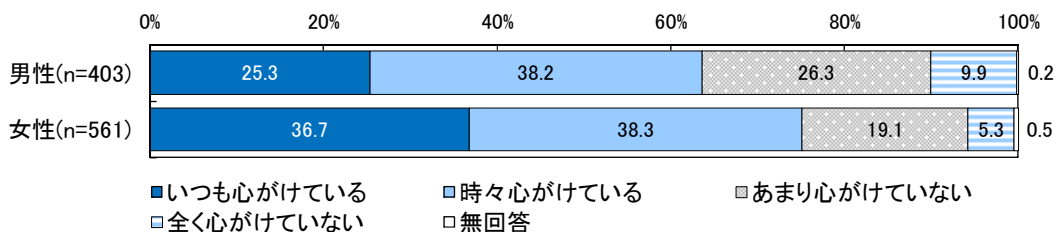
問6 塩分の多い料理を控えることをどの程度心がけていますか。【〇は1つ】

【塩分の多い料理を控えることの意識の程度】



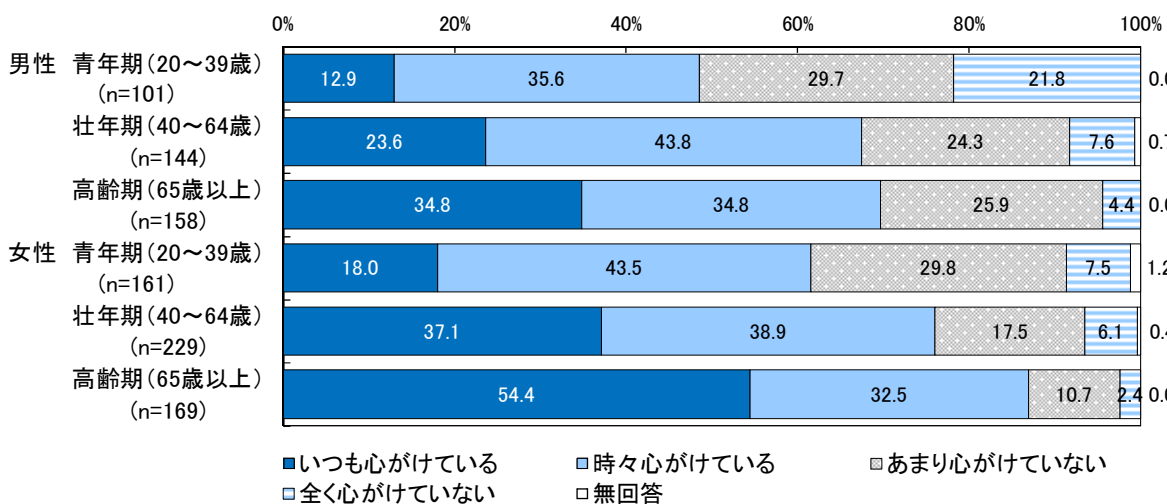
塩分の多い料理を控えることの意識の程度について、『心がけている』（「いつも心がけている」＋「時々心がけている」）と回答した人の割合が70.2%、『心がけていない』（「全く心がけていない」＋「あまり心がけていない」）と回答した人の割合が29.4%となっている。

【塩分の多い料理を控えることの意識の程度（性別）】



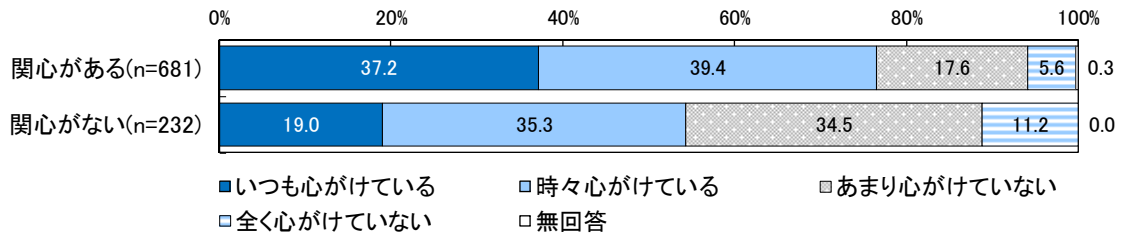
性別にみると、『心がけている』と回答した人の割合は、女性で7割台となっている。

【塩分の多い料理を控えることの意識の程度（性・年齢別）】



性・年齢別にみると、『心がけている』と回答した人の割合は、男性青年期で5割に満たない。

【塩分の多い料理を控えることの意識の程度（食育への関心度別）】



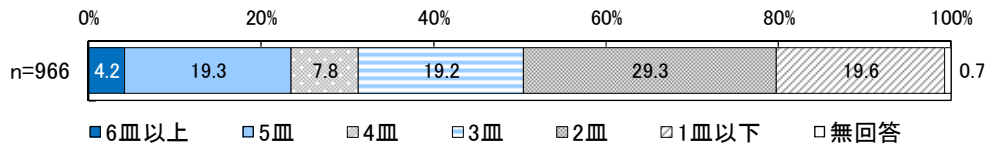
食育への関心度別にみると、「いつも心がけている」と回答した人の割合は、食育に関心がある人で3割台となっている。

(4) 野菜の摂取状況

問7 あなたは、普段1日に野菜料理（小鉢1皿70g程度）を何皿程度食べますか。

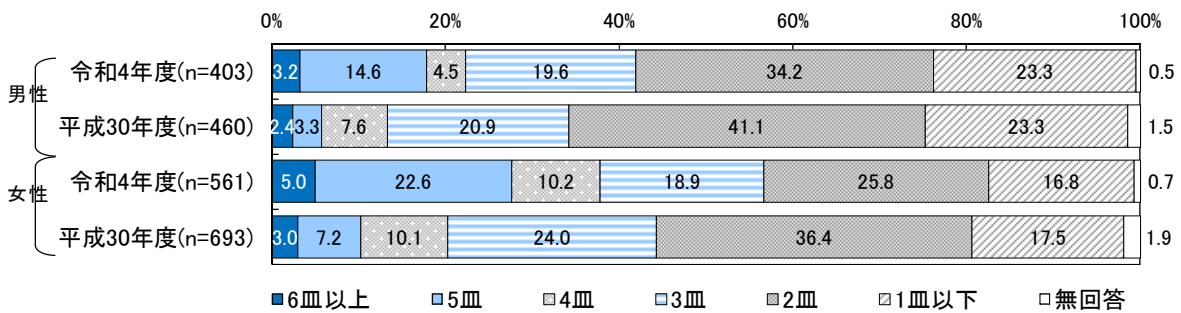
【〇は1つ】

【1日に食べる野菜料理の量】



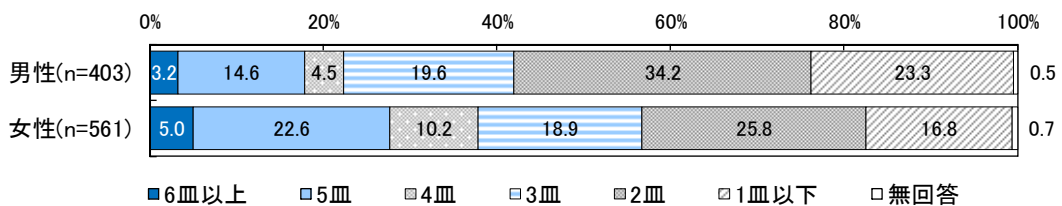
1日に食べる野菜料理の量について、『3皿以上』と回答した人の割合が50.5%となっている。

【1日に食べる野菜料理の量（性別・前回調査結果との比較）】



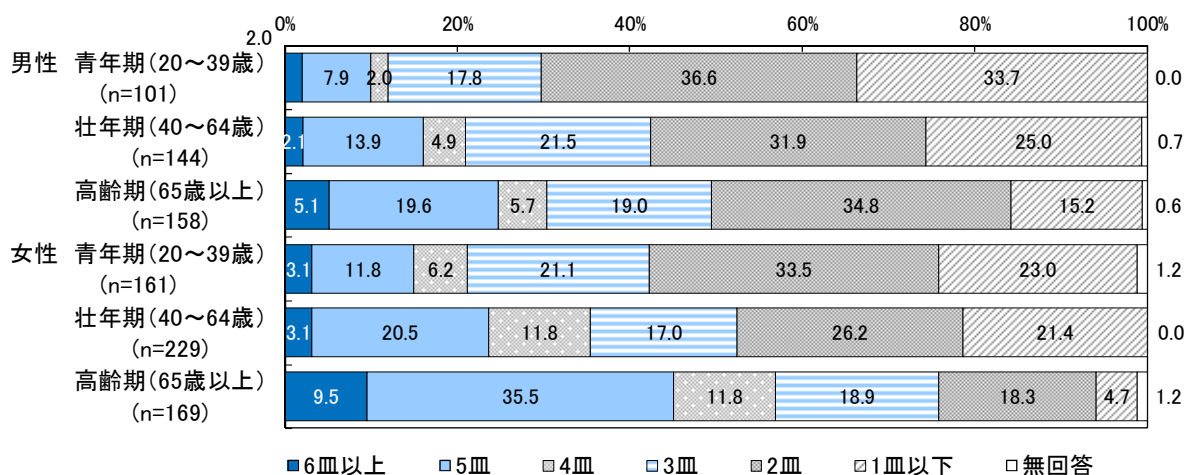
『3皿以上』と回答した人の割合は、男性が41.9%、女性が56.7%であり、前回調査結果と比較すると、男女ともに上昇している。

【1日に食べる野菜料理の量（性別）】



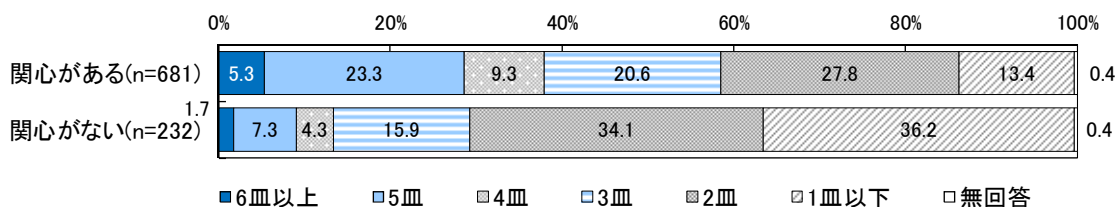
性別にみると、『3皿以上』と回答した人の割合は、女性で5割台となっている。

【1日に食べる野菜料理の量（性・年齢別）】



性・年齢別にみると、『3皿以上』と回答した人の割合は、男性青年期で3割に満たない。

【1日に食べる野菜料理の量（食育への関心度別）】



食育への関心度別にみると、『3皿以上』と回答した人の割合は、食育に関心がある人で5割台となっている。

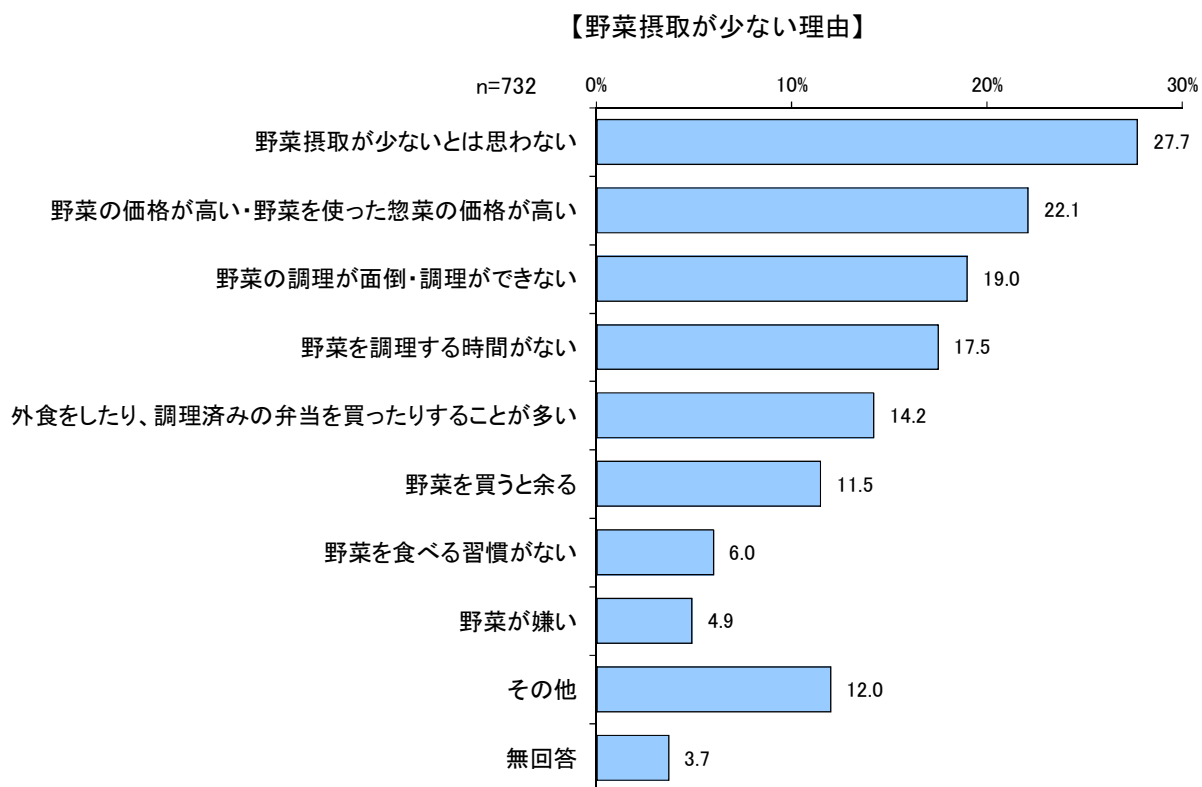
【評価指標】

		平成30年度	目標値	令和4年度
野菜料理を1日3皿以上摂取する 市民の割合	男性	34.2%	50.0%以上	41.9%
	女性	44.3%	65.0%以上	56.7%

野菜料理を1日3皿以上摂取する人の割合は、男女ともに目標値に達していないが上昇している。

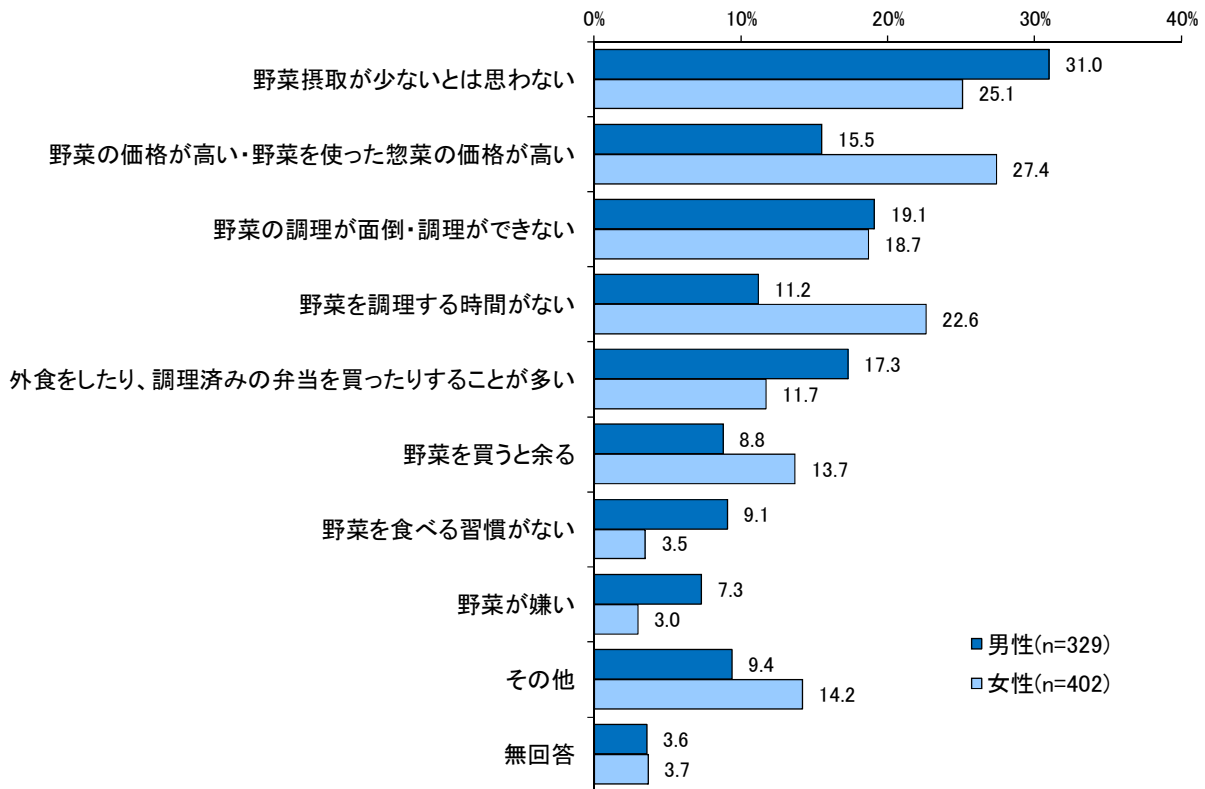
問7で③～⑥と回答した人のみ回答。

問7-1 野菜摂取が少ない理由は何ですか。【〇はあてはまるもの全て】



野菜摂取が少ない理由について、「野菜摂取が少ないとは思わない」と回答した人の割合が27.7%と最も高く、「野菜の価格が高い・野菜を使った惣菜の価格が高い」(22.1%)、「野菜の調理が面倒・調理ができない」(19.0%)、「野菜を調理する時間がない」(17.5%)が続いている。

【野菜摂取が少ない理由（性別）】



性別にみると、「野菜摂取が少ないとは思わない」と回答した人の割合は、男性で3割台となっている。

「野菜の価格が高い・野菜を使った惣菜の価格が高い」と回答した人の割合は、女性で2割台となっている。

【野菜摂取が少ない理由（性・年齢別）】

	回答数	野菜摂取が少ないとは思わない	野菜の価格が高い・野菜を使った惣菜の価格が高い	野菜の調理が面倒・調理ができない	野菜を調理する時間がない	外食をしたり、調理済みの弁当を買ったりすることが多い
男性 青年期(20～39歳)	91	25.3%	20.9%	15.4%	13.2%	20.9%
壮年期(40～64歳)	120	26.7%	15.8%	20.8%	13.3%	19.2%
高齢期(65歳以上)	118	39.8%	11.0%	20.3%	7.6%	12.7%
女性 青年期(20～39歳)	135	19.3%	32.6%	20.0%	31.1%	11.9%
壮年期(40～64歳)	175	24.6%	28.6%	22.3%	25.1%	9.1%
高齢期(65歳以上)	91	34.1%	17.6%	9.9%	5.5%	15.4%

	回答数	野菜を買うと余る	野菜を食べる習慣がない	野菜が嫌い	その他	無回答
男性 青年期(20～39歳)	91	9.9%	7.7%	8.8%	11.0%	-
壮年期(40～64歳)	120	10.0%	10.0%	8.3%	12.5%	2.5%
高齢期(65歳以上)	118	6.8%	9.3%	5.1%	5.1%	7.6%
女性 青年期(20～39歳)	135	11.1%	3.0%	3.0%	10.4%	1.5%
壮年期(40～64歳)	175	12.0%	2.9%	2.9%	16.0%	2.3%
高齢期(65歳以上)	91	20.9%	5.5%	3.3%	16.5%	9.9%

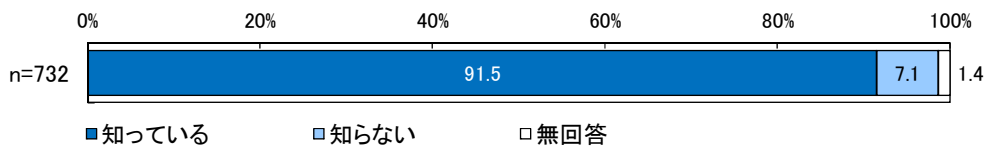
性・年齢別にみると、「野菜摂取が少ないとは思わない」と回答した人の割合は、男女ともに高齢期で3割台となっている。

「野菜の価格が高い・野菜を使った惣菜の価格が高い」、「野菜を調理する時間がない」と回答した人の割合は、女性青年期で3割台となっている。

問7で③～⑥と回答した人のみ回答。

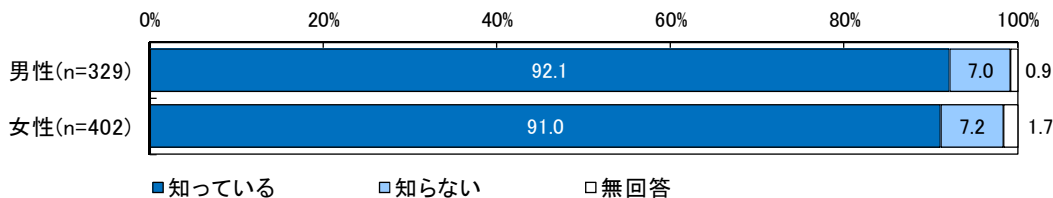
問7-2 野菜を食べることの必要性を知っていますか。【〇は1つ】

【野菜を食べることの必要性の認知度】



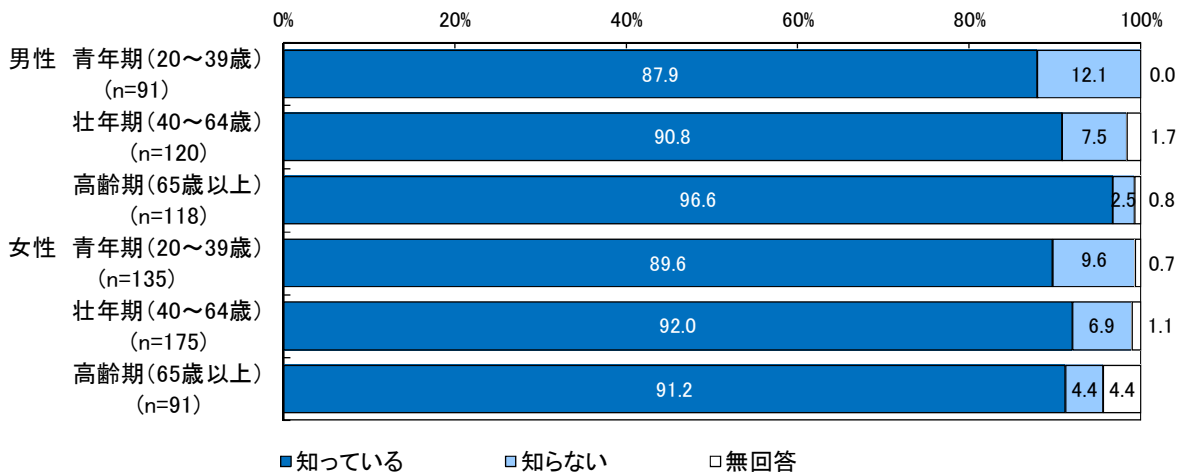
野菜を食べることの必要性の認知度について、「知っている」と回答した人の割合が 91.5% となっている。

【野菜を食べることの必要性の認知度（性別）】



性別にみると、「知っている」と回答した人の割合は、男女ともに9割を超えている。

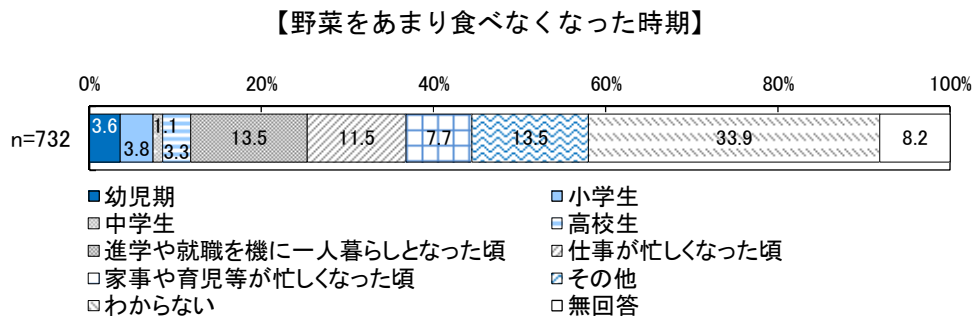
【野菜を食べることの必要性の認知度（性・年齢別）】



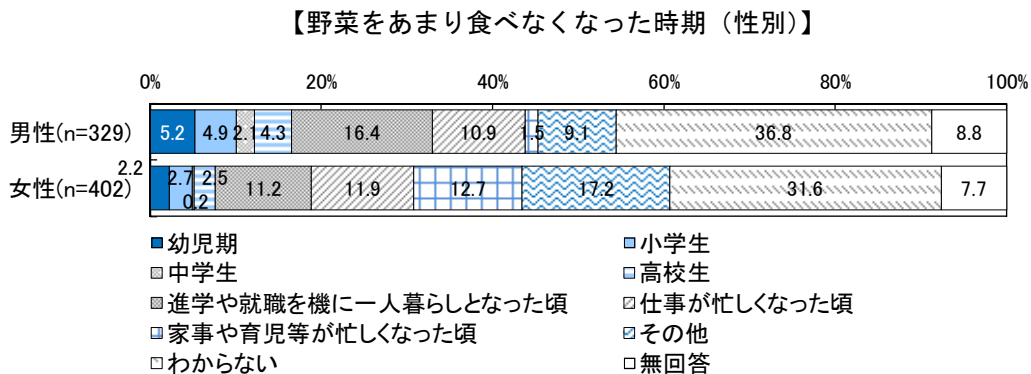
性・年齢別にみると、「知っている」と回答した人の割合は、男女ともに青年期を除いた性・年齢層で9割を超えている。

問7で③～⑥と回答した人のみ回答。

問7-3 野菜をあまり食べなくなったのはいつ頃からですか。【〇は1つ】

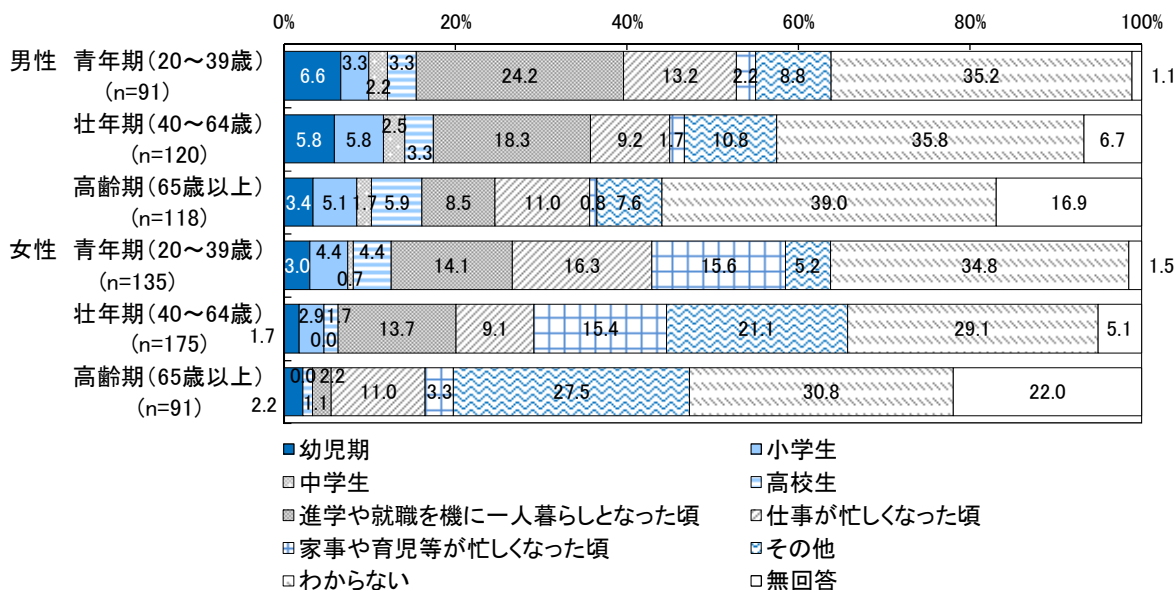


野菜をあまり食べなくなった時期について、「進学や就職を機に一人暮らしとなった頃」と回答した人の割合が13.5%、「仕事が忙しくなった頃」と回答した人の割合が11.5%となっている。



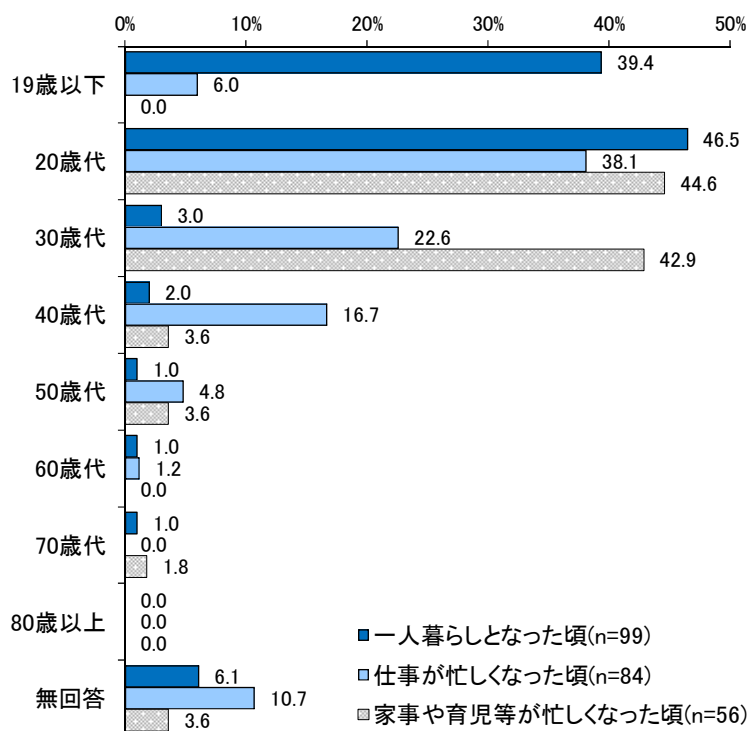
性別にみると、「家事や育児等が忙しくなった頃」と回答した人の割合は、女性で1割台となっている。

【野菜をあまり食べなくなった時期（性・年齢別）】



性・年齢別にみると、「進学や就職を機に一人暮らしとなった頃」と回答した人の割合は、男性青年期で2割台となっている。

【野菜をあまり食べなくなった具体的な年代】

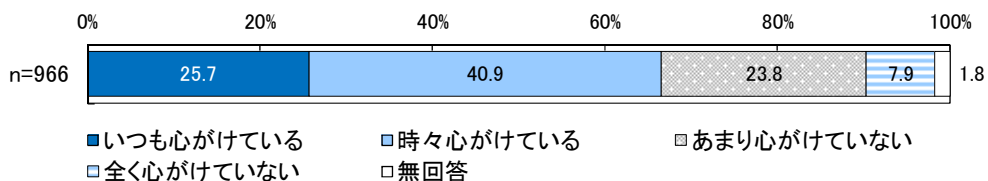


野菜をあまり食べなくなった具体的な年代について、一人暮らしとなった頃では「20歳代」と回答した人の割合が46.5%、仕事が忙しかった頃では「20歳代」と回答した人の割合が38.1%、家事や育児等が忙しかった頃では「20歳代」と回答した人の割合が44.6%と最も高くなっている。

(5) 適正体重維持の意識

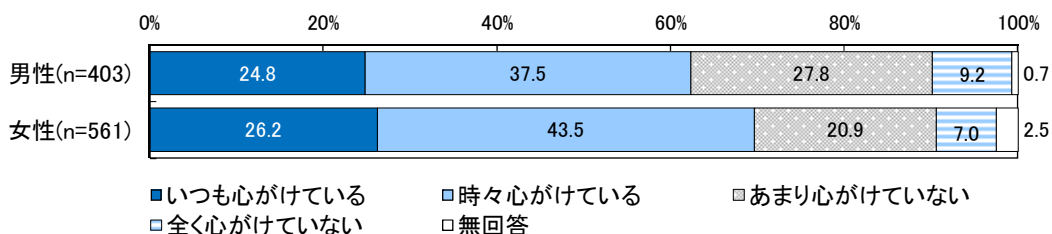
問8 「適正体重」を維持することをどの程度心がけていますか。【〇は1つ】

【適正体重を維持することの意識の程度】



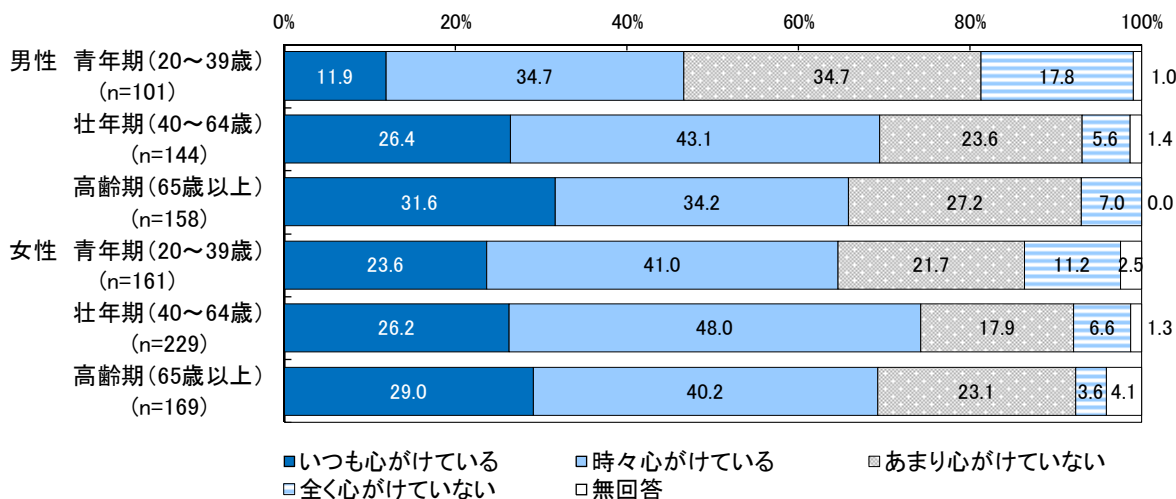
適正体重を維持することの意識の程度について、『心がけている』（「いつも心がけている」＋「時々心がけている」と回答した人の割合が66.6%、『心がけていない』（「全く心がけていない」＋「あまり心がけていない」と回答した人の割合が31.7%となっている。

【適正体重を維持することの意識の程度（性別）】



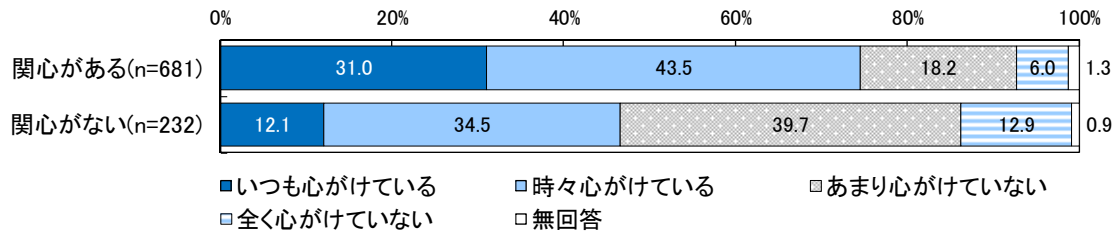
性別にみると、『心がけている』と回答した人の割合は、女性で約7割となっている。

【適正体重を維持することの意識の程度（性・年齢別）】



性・年齢別にみると、『心がけている』と回答した人の割合は、男性青年期で5割に満たない。

【適正体重を維持することの意識の程度（食育への関心度別）】

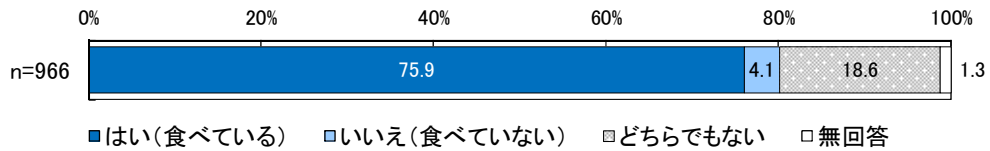


食育への関心度別にみると、『心がけている』と回答した人の割合は、食育に関心がある人で7割台となっている。

(6) 食事をたのしく・おいしく食べている状況

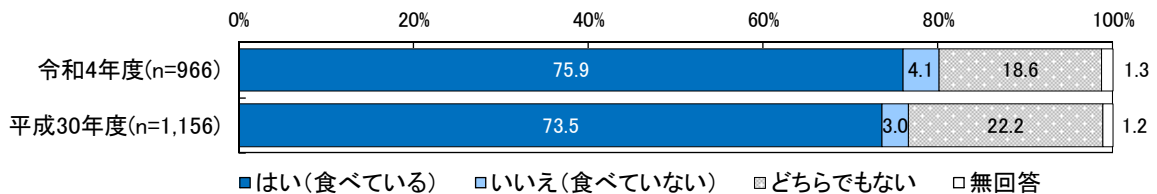
問9 あなたは、食事を「たのしく おいしく」食べていますか。【○は1つ】

【食事をたのしく・おいしく食べているか】



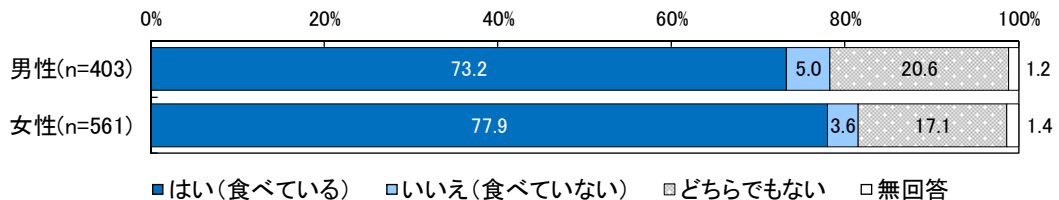
食事をたのしく・おいしく食べているかどうかについて、「はい（食べている）」と回答した人の割合が75.9%となっている。

【食事をたのしく・おいしく食べているか（前回調査結果との比較）】



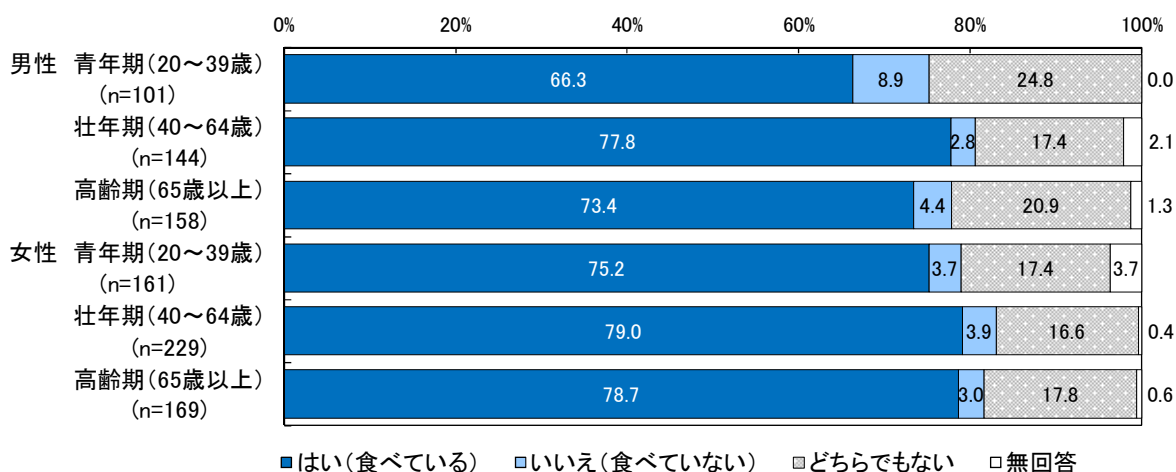
前回調査結果と比較すると、「はい（食べている）」と回答した人の割合は、大きな変化はみられない。

【食事をたのしく・おいしく食べているか（性別）】



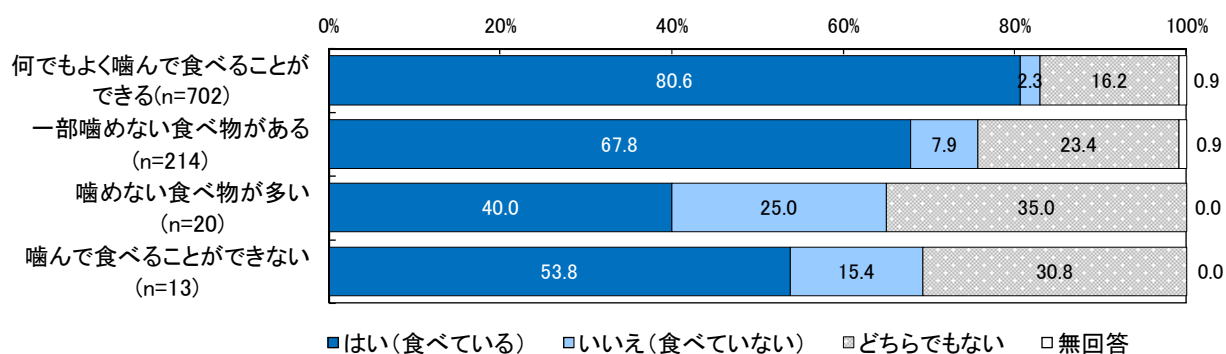
性別にみると、「はい（食べている）」と回答した人の割合は、女性で7割台後半となっている。

【食事をたのしく・おいしく食べているか（性・年齢別）】



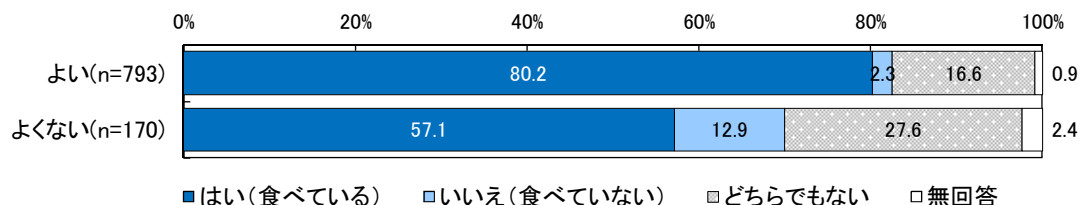
性・年齢別にみると、「はい（食べている）」と回答した人の割合は、男性青年期を除いた性・年齢層で7割台となっている。

【食事をたのしく・おいしく食べているか（食べ物の咀嚼状況別）】



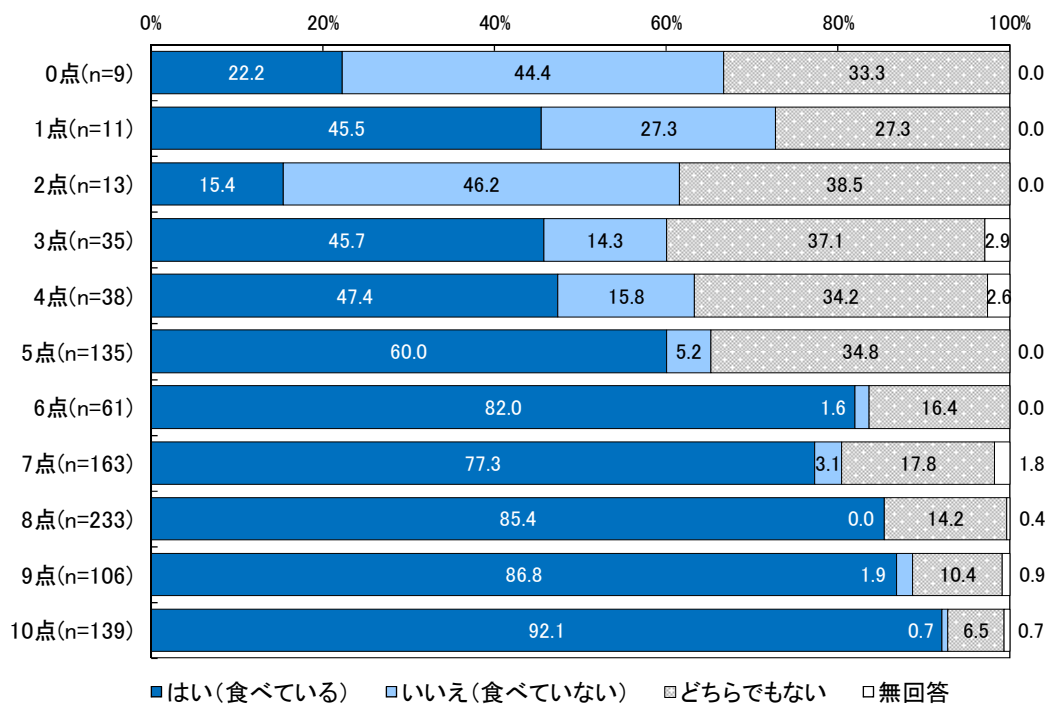
食べ物の咀嚼状況別にみると、「はい（食べている）」と回答した人の割合は、咀嚼が困難になるほど低くなっている。

【食事をたのしく・おいしく食べているか（主観的健康感別）】



主観的健康感別にみると、「はい（食べている）」と回答した人の割合は、健康状態がよい人で8割を超えている。

【食事をたのしく・おいしく食べているか（幸福度別）】



幸福度別にみると、「はい（食べている）」と回答した人の割合は、点数が上がるにつれ高くなっている。

【評価指標】

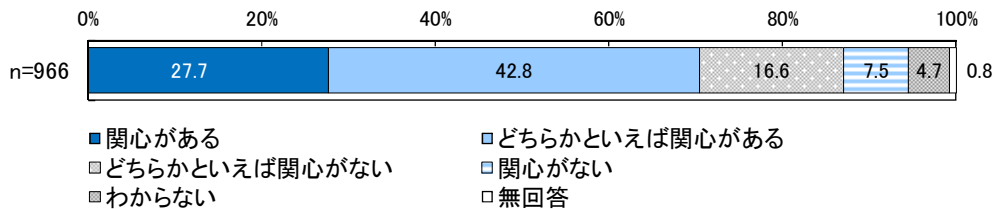
	平成 30 年度	目標値	令和 4 年度
食事を「たのしくおいしく」食べている市民の割合	73.5%	80.0%以上	75.9%

食事を「たのしくおいしく」食べている人の割合は、目標値に達していないが上昇している。

(7) 食育への関心度

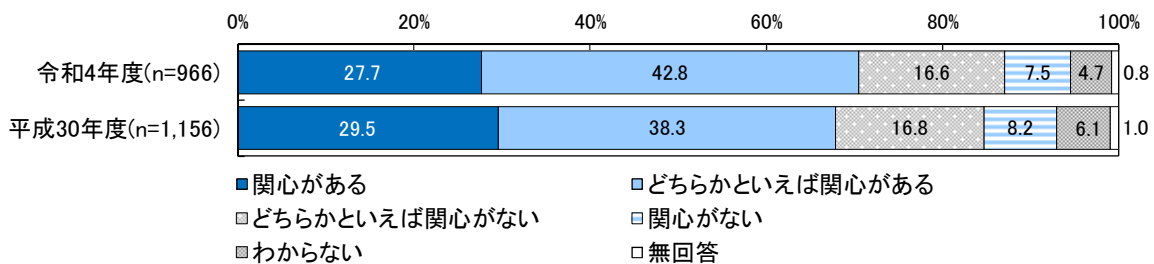
問10 あなたは、「食育」に関心がありますか。【○は1つ】

【食育への関心度】



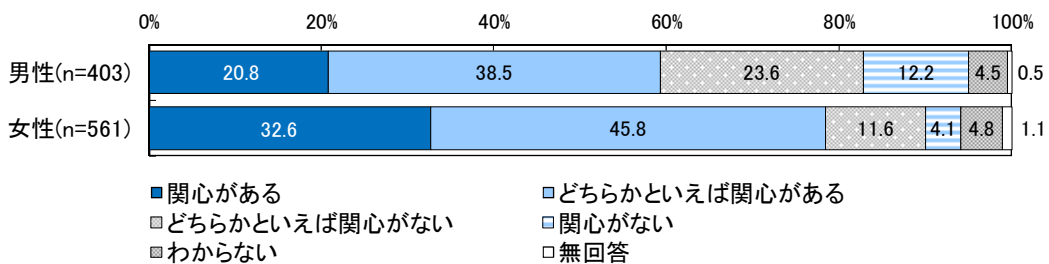
食育への関心度について、『関心がある』（「関心がある」＋「どちらかといえば関心がある」）と回答した人の割合が 70.5%、『関心がない』（「関心がない」＋「どちらかといえば関心がない」）と回答した人の割合が 24.1%となっている。

【食育への関心度（前回調査結果との比較）】



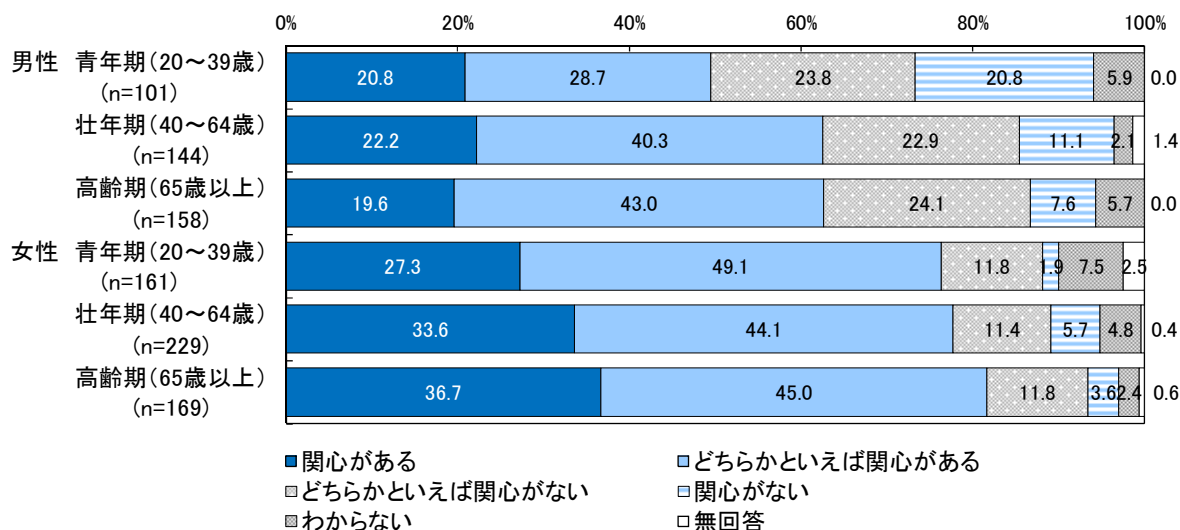
前回調査結果と比較すると、『関心がある』と回答した人の割合は、上昇している。

【食育への関心度（性別）】



性別にみると、『関心がある』と回答した人の割合は、女性で7割台となっている。

【食育への関心度（性・年齢別）】



性・年齢別にみると、『関心がある』と回答した人の割合は、男性青年期で5割に満たない。

【評価指標】

	平成30年度	目標値	令和4年度
食育に関心を持っている市民の割合	67.8%	75.0%以上	70.5%

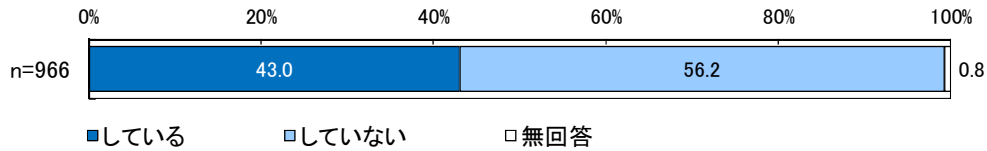
食育に関心を持っている人の割合は、目標値に達していないが上昇している。

4 運動

(1) 運動習慣の状況

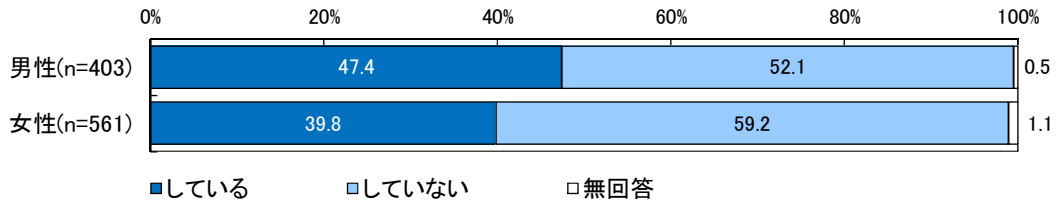
問 11 あなたは、普段運動をしていますか。【〇は1つ】

【普段の運動状況】



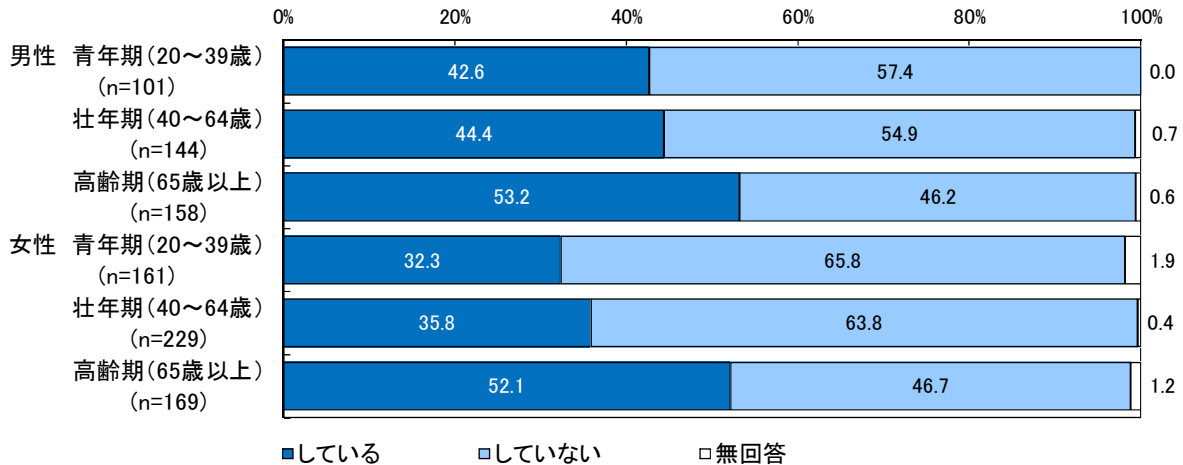
普段の運動状況について、「している」と回答した人の割合が43.0%、「していない」と回答した人の割合が56.2%となっている。

【普段の運動状況（性別）】



性別にみると、「している」と回答した人の割合は、男性で4割台となっている。

【普段の運動状況（性・年齢別）】

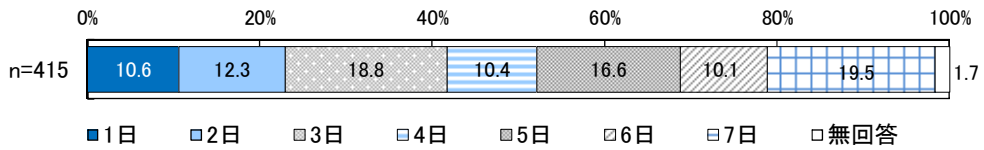


性・年齢別にみると、「している」と回答した人の割合は、女性青年期、壮年期で3割台となっている。

問 11 で「① している」と回答した人のみ回答。

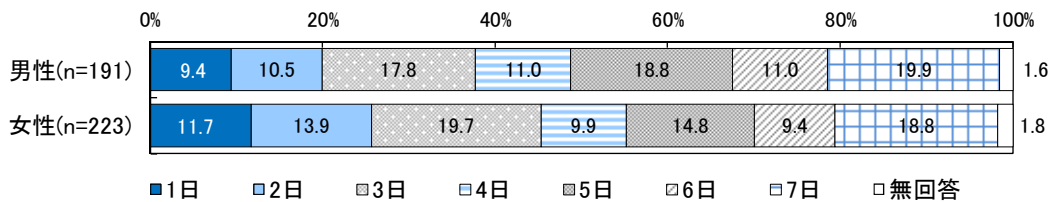
問 11 (1) 1 週間に運動をする日数

【1 週間の運動日数】



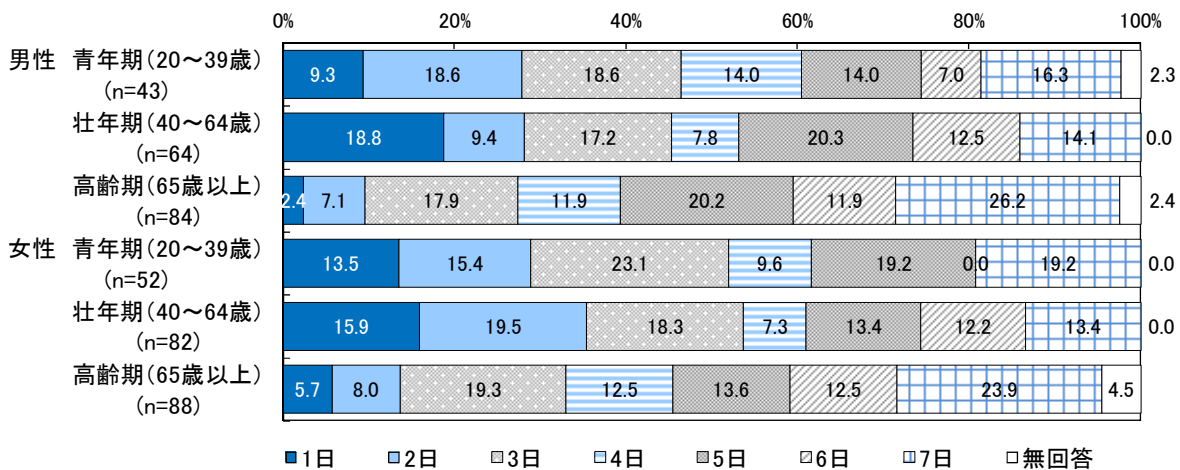
普段運動をしている人の 1 週間の運動日数について、『2 日以上』と回答した人の割合が 87.7%となっている。

【1 週間の運動日数 (性別)】



性別にみると、『5 日以上』の運動日数が多い人の割合は、男性で約 5 割となっている。

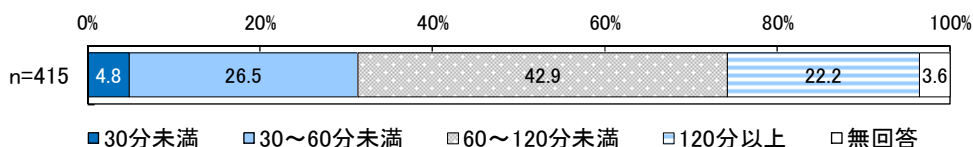
【1 週間の運動日数 (性・年齢別)】



性・年齢別にみると、『5 日以上』の運動日数が多い人の割合は、男性高齢期で 5 割台後半となっている。

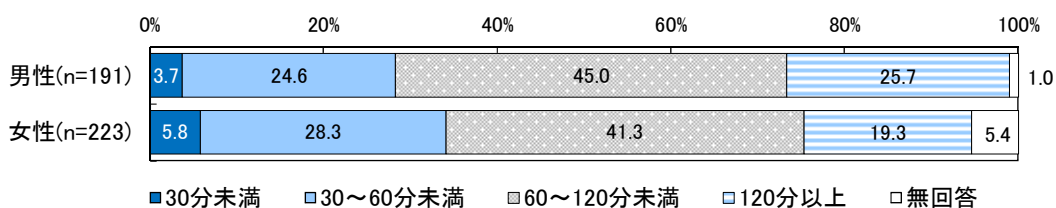
問 11 (2) 運動をする平均時間 (1 日あたり)

【 1 日当たりの平均運動時間】



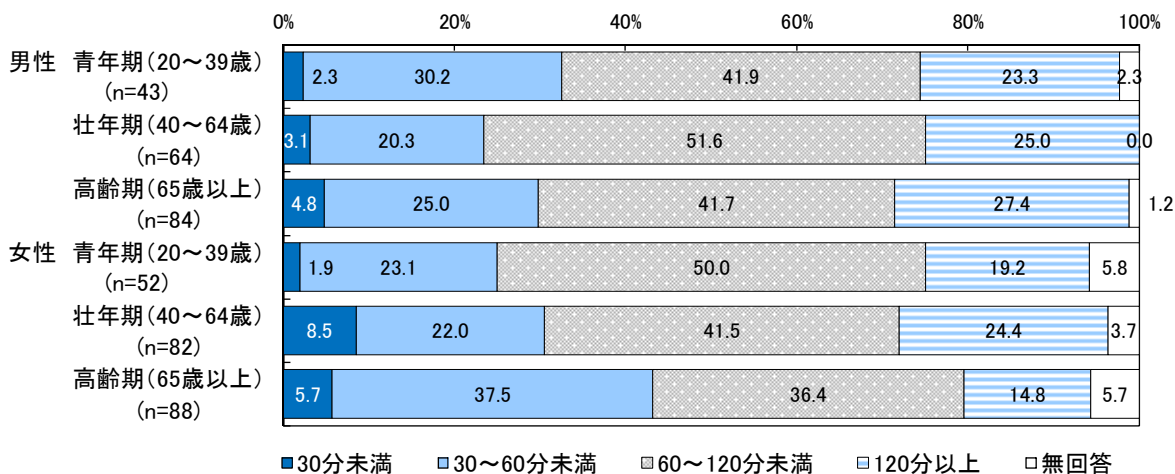
普段運動をしている人の 1 日当たりの平均運動時間について、『30 分以上』と回答した人の割合が 91.6%となっている。

【 1 日当たりの平均運動時間 (性別)】



性別にみると、『30 分以上』と回答した人の割合は、男性で 9 割台となっている。

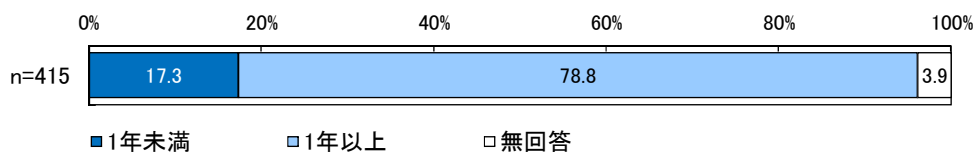
【 1 日当たりの平均運動時間 (性・年齢別)】



性・年齢別にみると、『30 分以上』と回答した人の割合は、女性壮年期、高齢期を除いた性・年齢層で 9 割台となっている。

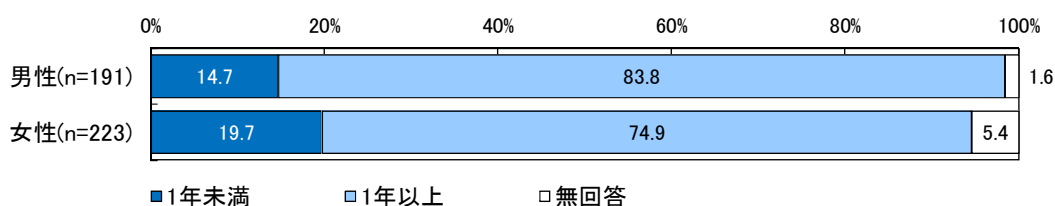
問 11 (3) 運動の継続年数【〇は1つ】

【運動の継続年数】



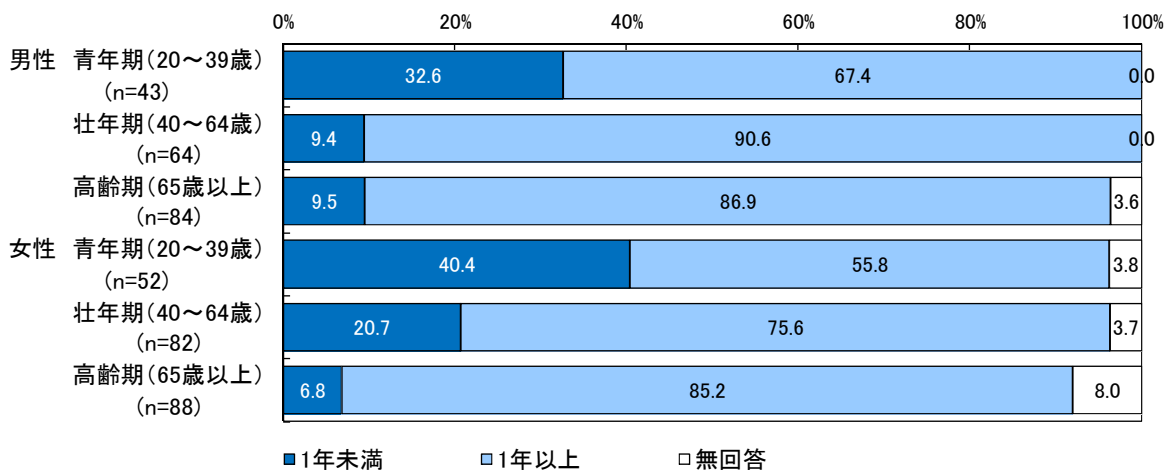
普段運動をしている人の継続年数について、「1年以上」と回答した人の割合が 78.8%となっている。

【運動の継続年数（性別）】



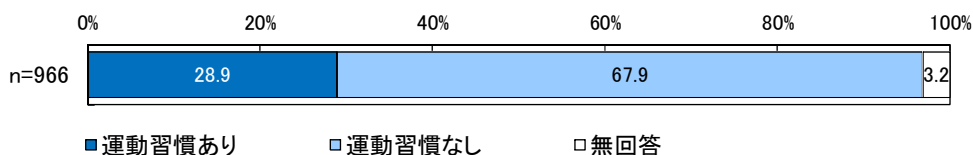
性別にみると、「1年以上」と回答した人の割合は、男性で8割台となっている。

【運動の継続年数（性・年齢別）】



性・年齢別にみると、「1年以上」と回答した人の割合は、男性壮年期で9割台となっている。

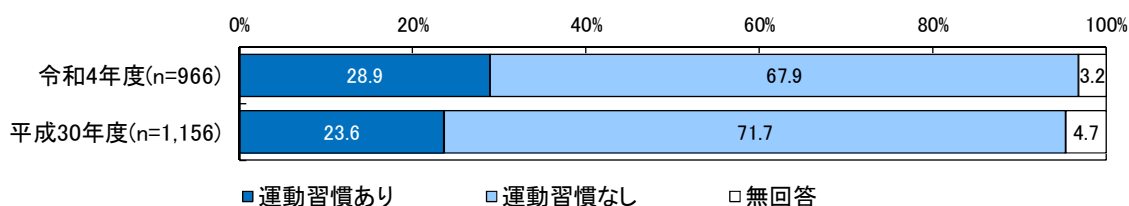
【運動習慣の有無】



*「運動習慣あり」とは、1日 30 分以上の運動を週2日以上、1年以上継続している人のこと

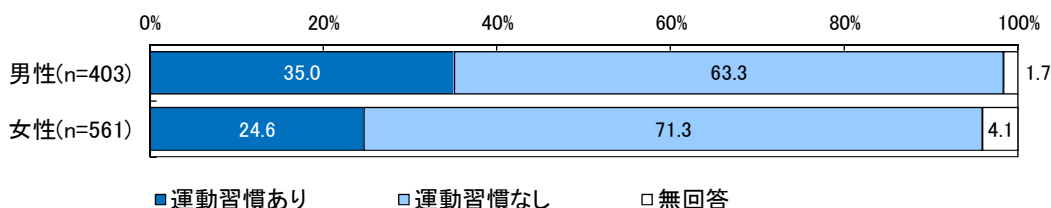
運動習慣の有無について、運動習慣がある人の割合は 28.9%、運動習慣がない人の割合は 67.9%となっている。

【運動習慣の有無（前回調査結果との比較）】



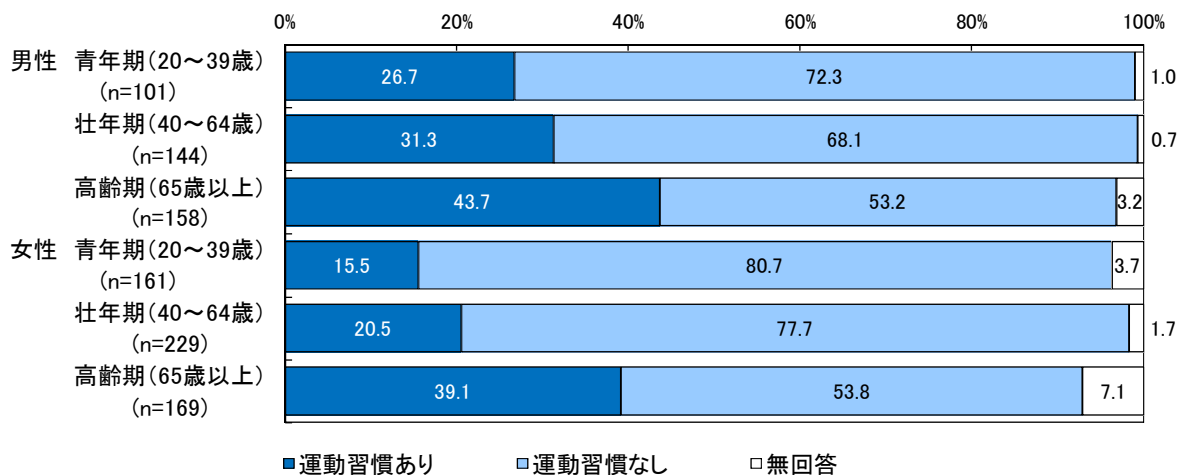
前回調査結果と比較すると、運動習慣がある人の割合は、上昇している。

【運動習慣の有無（性別）】



性別にみると、運動習慣がある人の割合は、男性で3割台となっている。

【運動習慣の有無（性・年齢別）】



性・年齢別にみると、運動習慣がある人の割合は、女性青年期で2割に満たない。

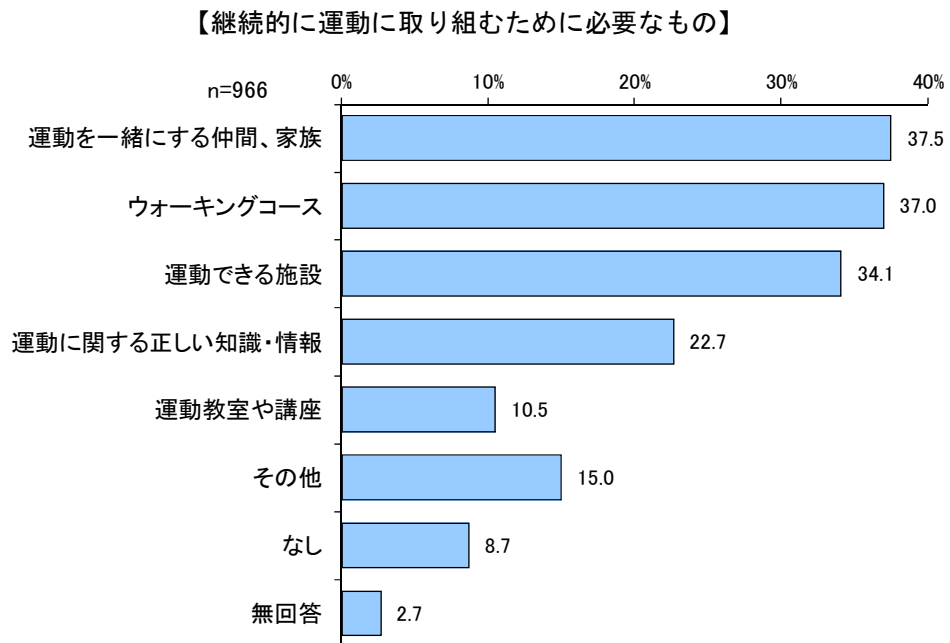
【評価指標】

	平成 30 年度	目標値	令和 4 年度
運動習慣(1日30分以上の運動を週2日以上、1年以上継続)がある市民の割合	23.6%	31.0%	28.9%

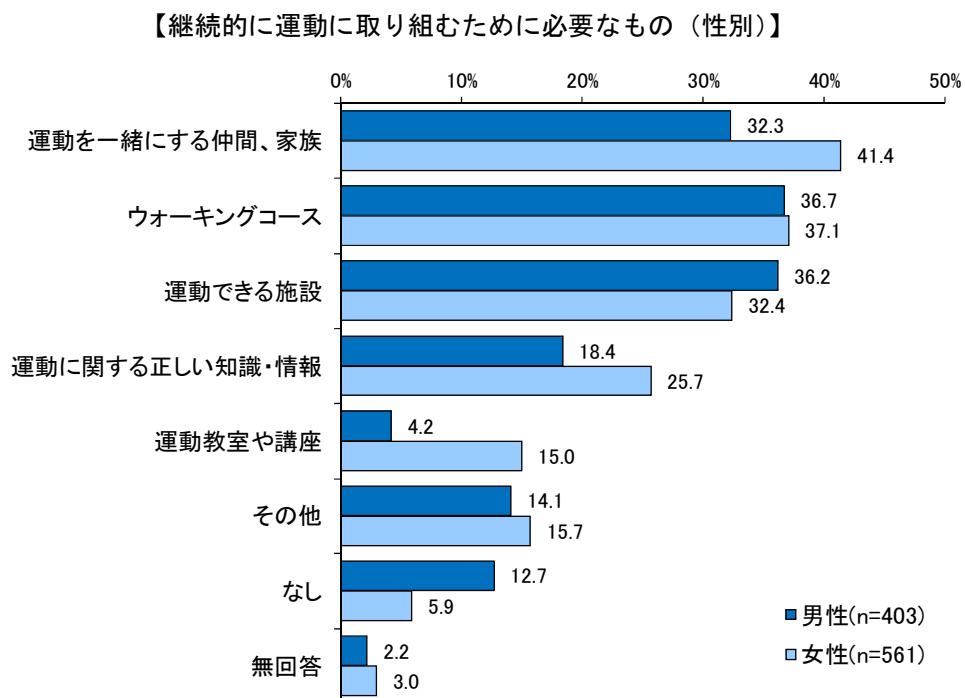
運動習慣がある人の割合は、目標値に達していないが上昇している。

(2) 運動に取り組むために必要なもの

問 12 継続的に運動に取り組むために必要なものは何ですか。【○はあてはまるもの全て】



継続的に運動に取り組むために必要なものについて、「運動を一緒にする仲間、家族」と回答した人の割合が 37.5%と最も高く、「ウォーキングコース」(37.0%)、「運動できる施設」(34.1%)が続いている。



性別にみると、「運動を一緒にする仲間、家族」と回答した人の割合は、女性で4割台となっている。

【継続的に運動に取り組むために必要なもの（性・年齢別）】

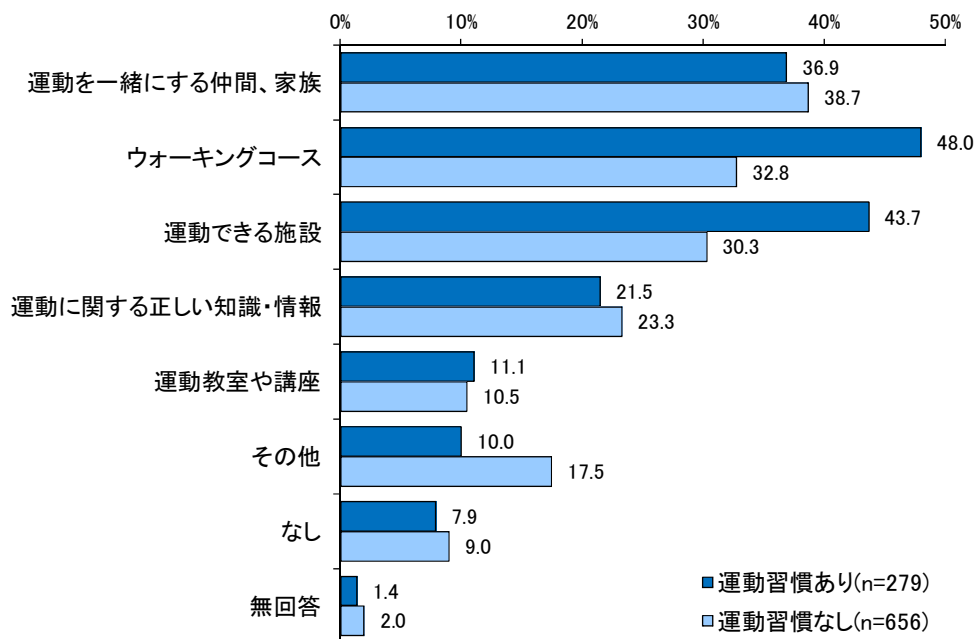
	回答数	運動を一緒にする仲間、家族	ウォーキングコース	運動できる施設	運動に関する正しい知識・情報	運動教室や講座	その他	なし	無回答
男性 青年期(20～39歳)	101	36.6%	33.7%	44.6%	16.8%	3.0%	19.8%	7.9%	-
壮年期(40～64歳)	144	29.2%	43.1%	36.1%	20.1%	6.3%	12.5%	16.0%	1.4%
高齢期(65歳以上)	158	32.3%	32.9%	31.0%	17.7%	3.2%	12.0%	12.7%	4.4%
女性 青年期(20～39歳)	161	46.6%	37.9%	42.2%	24.2%	10.6%	13.7%	5.6%	3.7%
壮年期(40～64歳)	229	43.2%	34.1%	31.9%	29.3%	19.7%	20.1%	3.9%	0.9%
高齢期(65歳以上)	169	33.7%	40.2%	23.7%	22.5%	13.0%	11.8%	8.9%	5.3%

性・年齢別にみると、「運動を一緒にする仲間、家族」と回答した人の割合は、女性青年期、壮年期で4割台となっている。

「ウォーキングコース」と回答した人の割合は、男性壮年期、女性高齢期で4割台となっている。

「運動できる施設」と回答した人の割合は、男女ともに青年期で4割台となっている。

【継続的に運動に取り組むために必要なもの（運動習慣の有無別）】



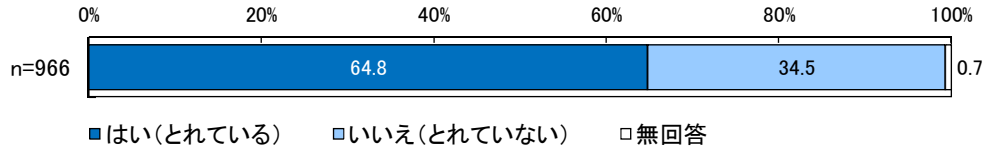
運動習慣の有無別にみると、運動習慣がない人は、「運動を一緒にする仲間、家族」と回答した人の割合が3割台後半となっている。

5 ころの健康

(1) 睡眠による休養の状況

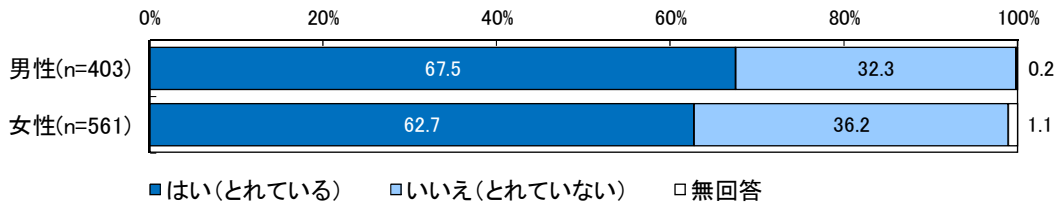
問 13 あなたは、睡眠による休養が十分にとれていますか。【〇は1つ】

【睡眠による休養の状況】



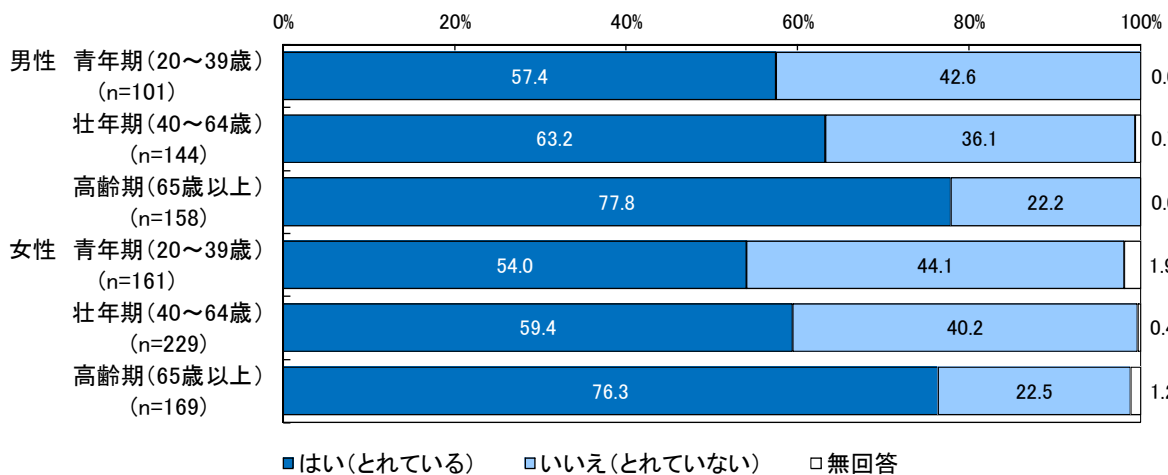
睡眠による休養の状況について、「はい（とれている）」と回答した人の割合が 64.8%、「いいえ（とれていない）」と回答した人の割合が 34.5%となっている。

【睡眠による休養の状況（性別）】



性別にみると、「はい（とれている）」と回答した人の割合は、男女ともに6割台となっている。

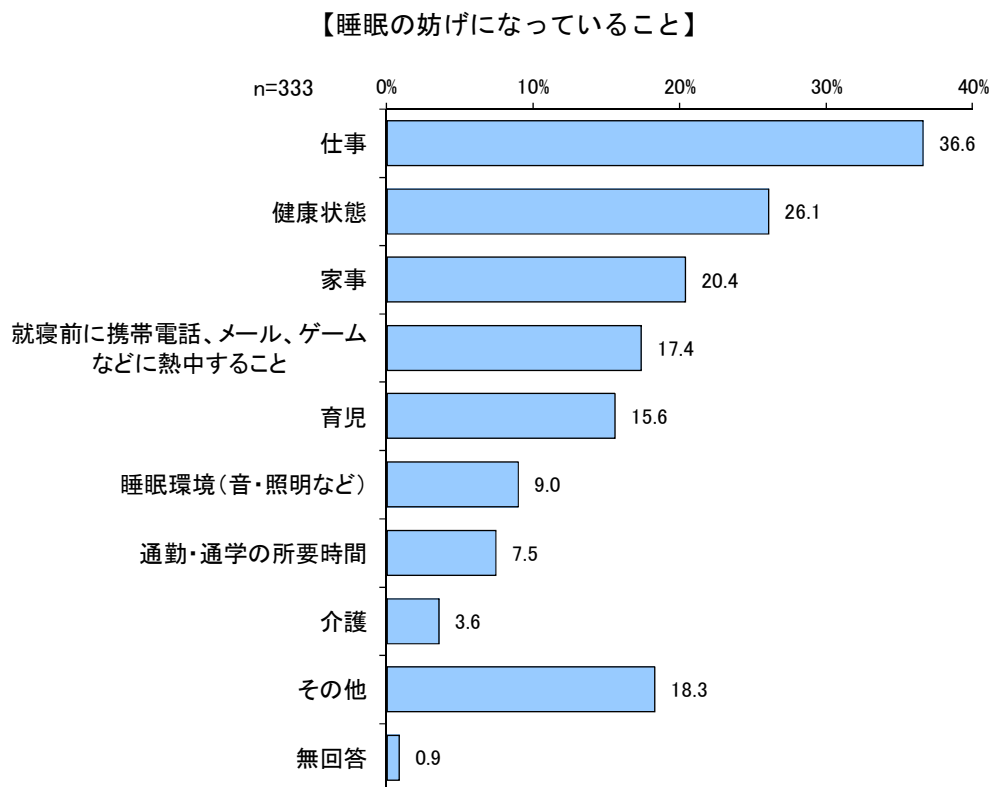
【睡眠による休養の状況（性・年齢別）】



性・年齢別にみると、「はい（とれている）」と回答した人の割合は、男女ともに高齢期で7割台となっている。

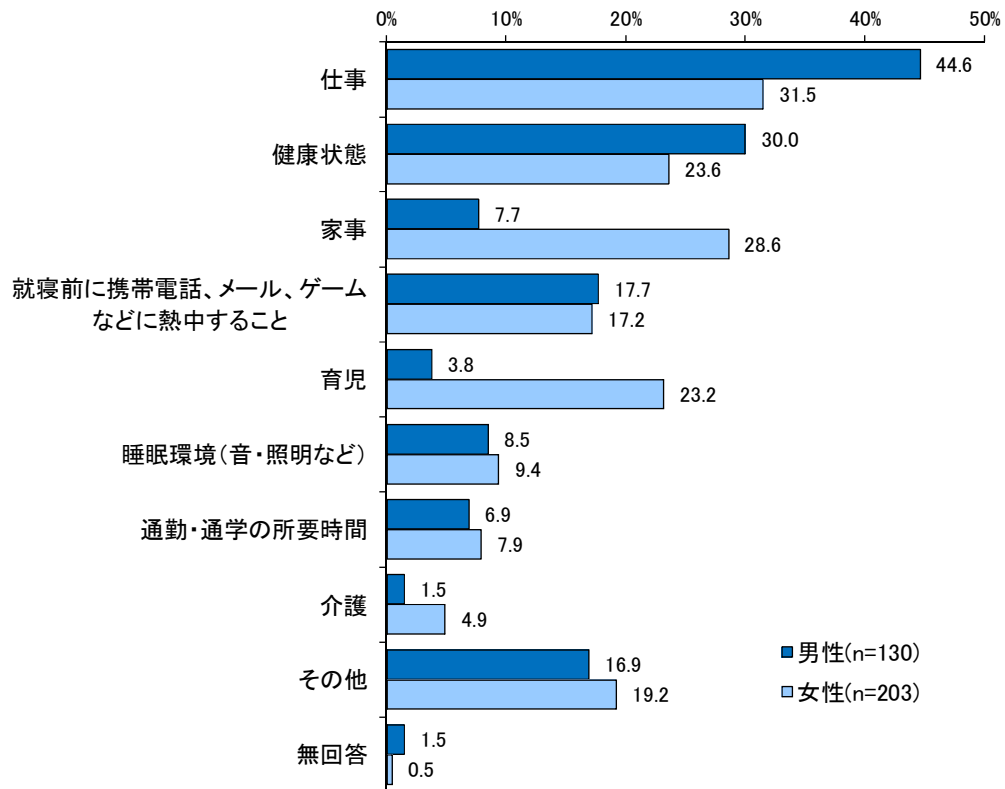
問 13 で「② いいえ」(睡眠による十分な休養がとれていない) と回答した人のみ回答。

問 13-1 あなたの睡眠の妨げになっていることは何ですか。【〇はあてはまるもの全て】



睡眠の妨げになっていることについて、「仕事」と回答した人の割合が 36.6%と最も高く、「健康状態」(26.1%)、「家事」(20.4%)が続いている。

【睡眠の妨げになっていること（性別）】



性別にみると、「仕事」と回答した人の割合は、男性で4割台となっている。

「家事」、「育児」と回答した人の割合は、女性で2割台となっている。

【睡眠の妨げになっていること（性・年齢別）】

	回答数	仕事	健康状態	家事	就寝前に携帯電話、メール、ゲームなどに熱中すること	育児
男性 青年期(20～39歳)	43	51.2%	23.3%	9.3%	30.2%	9.3%
壮年期(40～64歳)	52	55.8%	32.7%	11.5%	13.5%	1.9%
高齢期(65歳以上)	35	20.0%	34.3%	-	8.6%	-
女性 青年期(20～39歳)	71	40.8%	22.5%	26.8%	18.3%	43.7%
壮年期(40～64歳)	92	28.3%	25.0%	38.0%	17.4%	17.4%
高齢期(65歳以上)	38	23.7%	23.7%	7.9%	15.8%	-

	回答数	睡眠環境(音・照明など)	通勤・通学の所要時間	介護	その他	無回答
男性 青年期(20～39歳)	43	9.3%	9.3%	-	11.6%	-
壮年期(40～64歳)	52	7.7%	9.6%	-	13.5%	-
高齢期(65歳以上)	35	8.6%	-	5.7%	28.6%	5.7%
女性 青年期(20～39歳)	71	12.7%	9.9%	1.4%	16.9%	-
壮年期(40～64歳)	92	7.6%	9.8%	7.6%	14.1%	-
高齢期(65歳以上)	38	5.3%	-	5.3%	36.8%	2.6%

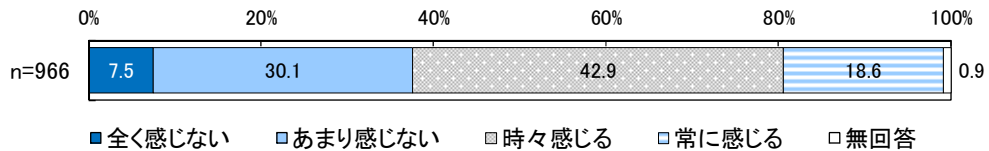
性・年齢別にみると、「仕事」と回答した人の割合は、男性青年期、壮年期で5割台となっている。

「家事」と回答した人の割合は、女性壮年期で3割台となっている。

(2) ストレスの状況

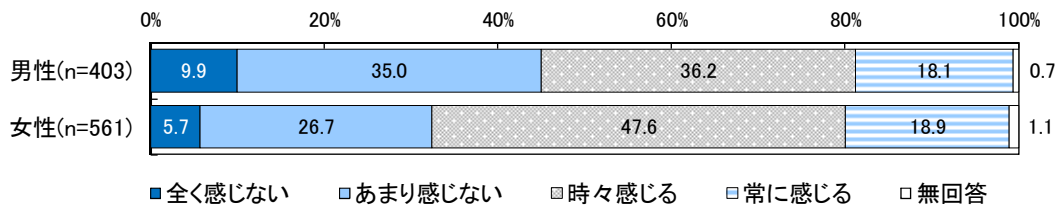
問 14 あなたは現在、心の悩みやストレスを感じていますか。【○は1つ】

【心の悩みやストレスの程度】



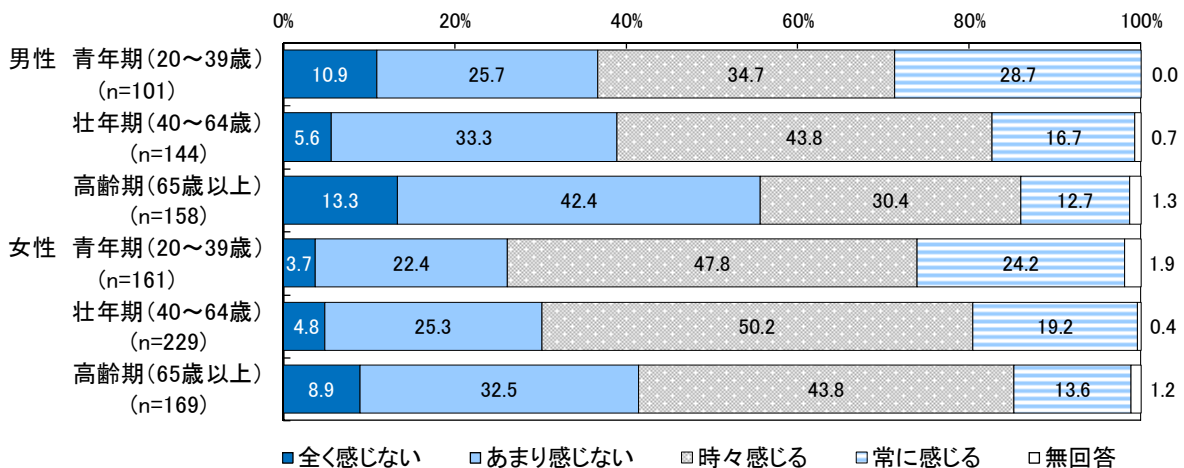
心の悩みやストレスの程度について、『感じない』（「全く感じない」＋「あまり感じない」）と回答した人の割合が37.6%、『感じる』（「常に感じる」＋「時々感じる」）と回答した人の割合が61.5%となっている。

【心の悩みやストレスの程度（性別）】



性別にみると、『感じる』と回答した人の割合は、女性で6割台となっている。

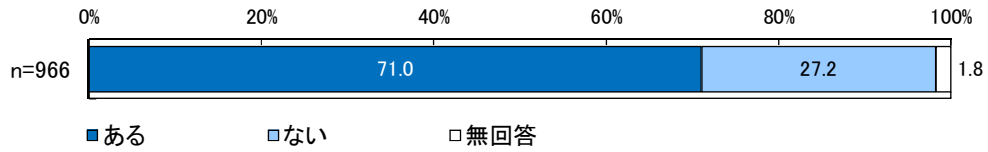
【心の悩みやストレスの程度（性・年齢別）】



性・年齢別にみると、『感じる』と回答した人の割合は、女性青年期で7割台となっている。

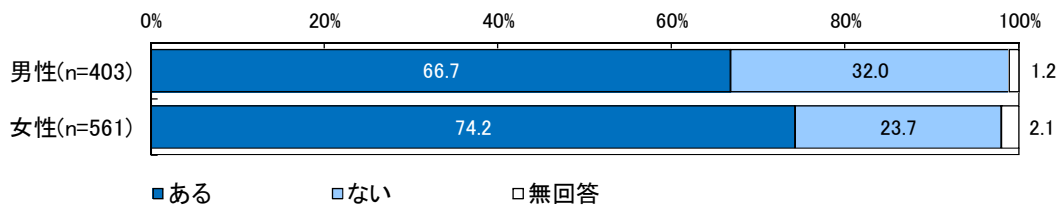
問 15 あなたは、自分なりにストレス解消法をもっていますか。【〇は1つ】

【ストレス解消法の有無】



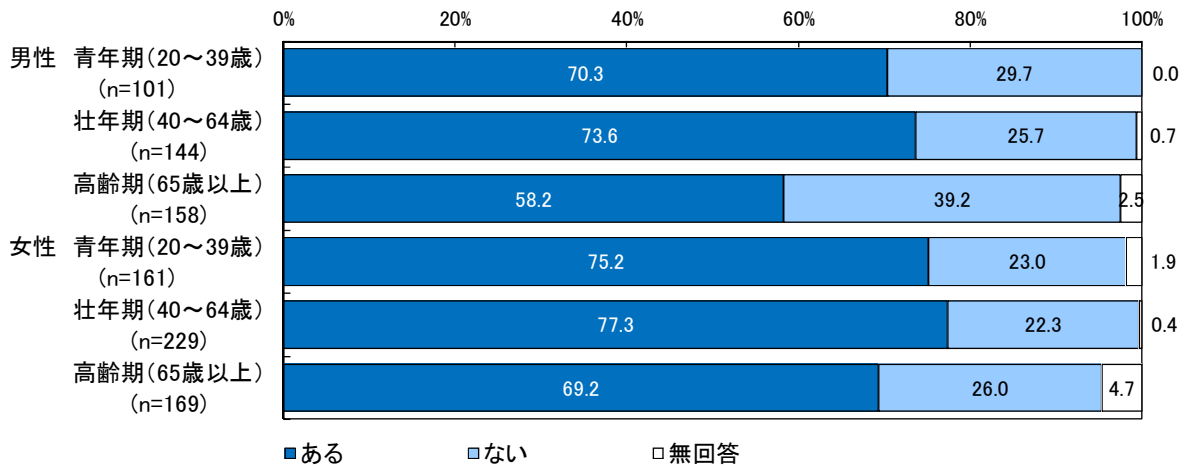
ストレス解消法の有無について、「ある」と回答した人の割合が71.0%、「ない」と回答した人の割合が27.2%となっている。

【ストレス解消法の有無（性別）】



性別にみると、「ある」と回答した人の割合は、女性で7割台となっている。

【ストレス解消法の有無（性・年齢別）】

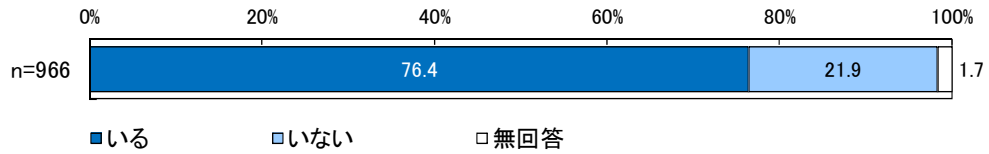


性・年齢別にみると、「ある」と回答した人の割合は、男性高齢期で6割に満たない。

(3) 相談相手の状況

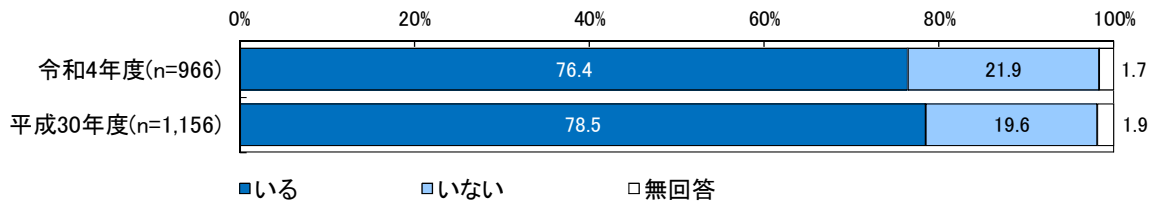
問16 あなたは、悩みやストレスを感じた時に、相談する人がいますか。【〇は1つ】

【相談相手の有無】



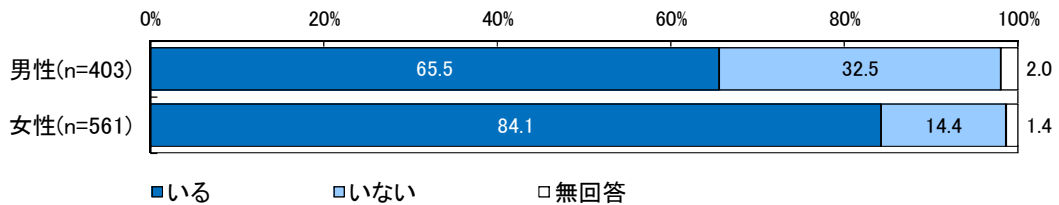
相談相手の有無について、「いる」と回答した人の割合が76.4%、「いない」と回答した人の割合が21.9%となっている。

【相談相手の有無（前回調査結果との比較）】



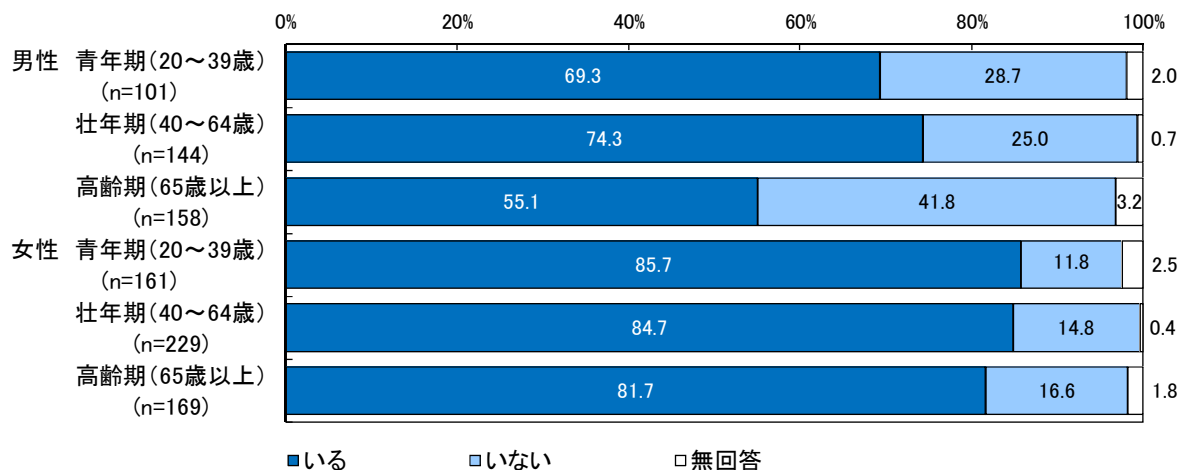
前回調査結果と比較すると、「いる」と回答した人の割合は、大きな変化はみられない。

【相談相手の有無（性別）】



性別にみると、「いる」と回答した人の割合は、女性で8割台となっている。

【相談相手の有無（性・年齢別）】



性・年齢別にみると、「いる」と回答した人の割合は、男性高齢期で6割に満たない。

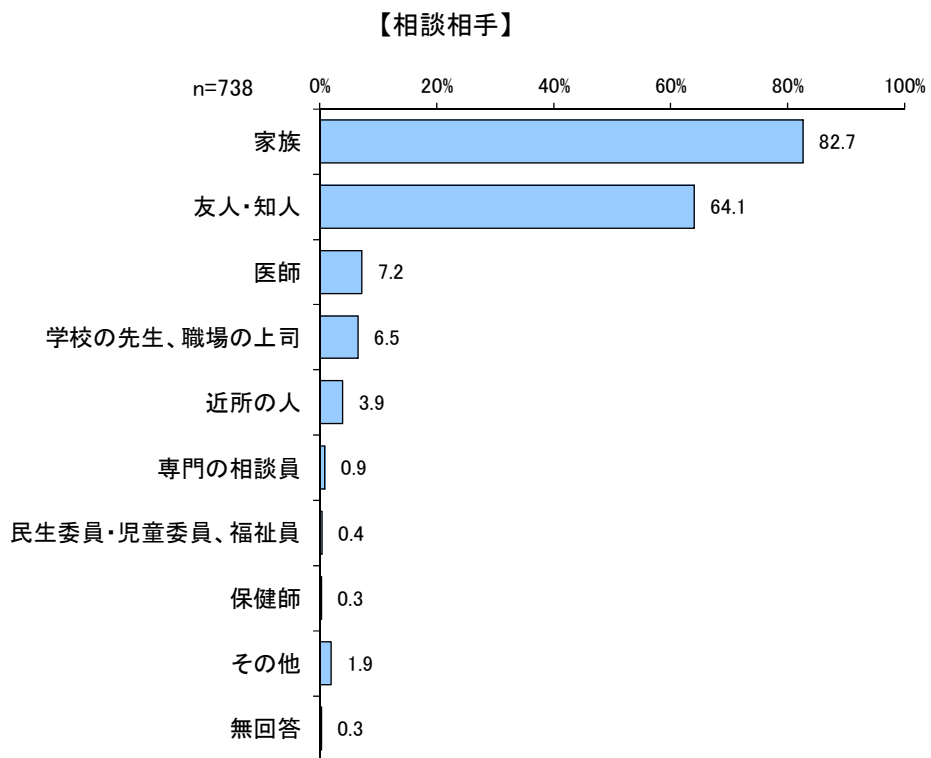
【評価指標】

	平成30年度	目標値	令和4年度
悩みやストレスを感じた時に相談できる人のいる市民の割合	78.5%	86.0%	76.4%

悩みやストレスを感じた時に相談できる人のいる人の割合は、目標値に達していない。

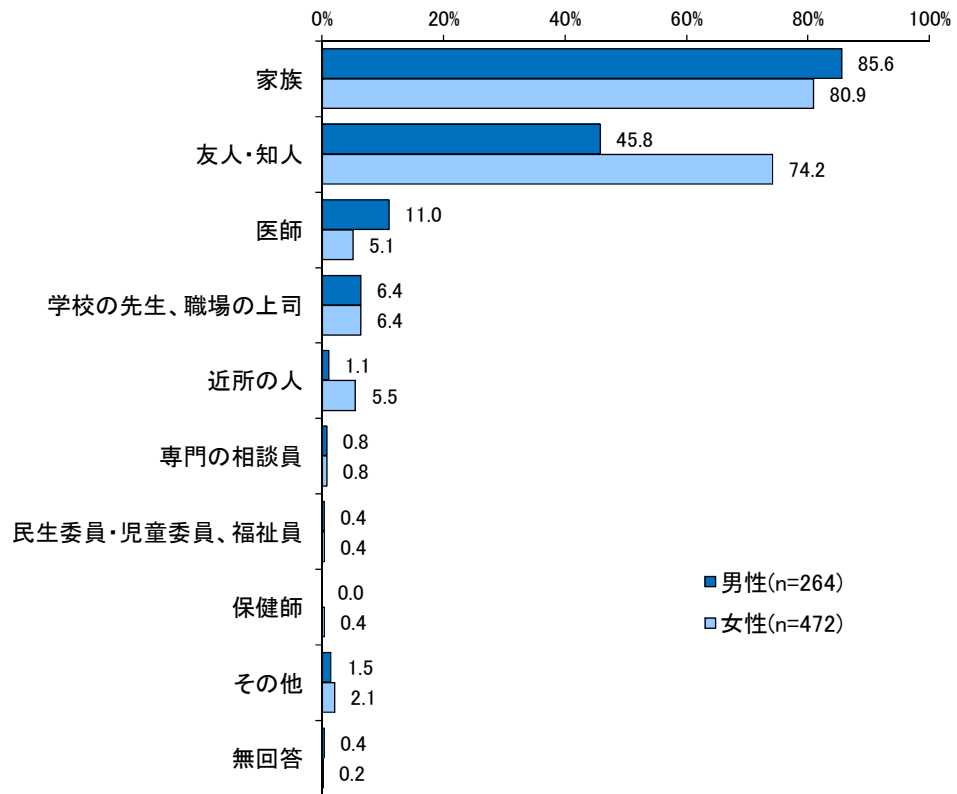
問16で「① いる」（相談する人がいる）と回答した人のみ回答。

問16-1 相談する人は誰ですか。【〇はあてはまるもの全て】



相談相手について、「家族」と回答した人の割合が82.7%と最も高く、次いで「友人・知人」(64.1%) となっている。

【相談相手（性別）】



性別にみると、「友人・知人」と回答した人の割合は、女性で7割台となっている。

【相談相手（性・年齢別）】

	回答数	家族	友人・知人	医師	学校の先生、職場の上司	近所の人
男性 青年期(20～39歳)	70	81.4%	60.0%	5.7%	17.1%	-
壮年期(40～64歳)	107	88.8%	44.9%	7.5%	4.7%	1.9%
高齢期(65歳以上)	87	85.1%	35.6%	19.5%	-	1.1%
女性 青年期(20～39歳)	138	89.1%	77.5%	2.2%	14.5%	2.9%
壮年期(40～64歳)	194	80.4%	74.7%	4.1%	4.6%	2.6%
高齢期(65歳以上)	138	73.9%	69.6%	9.4%	0.7%	11.6%

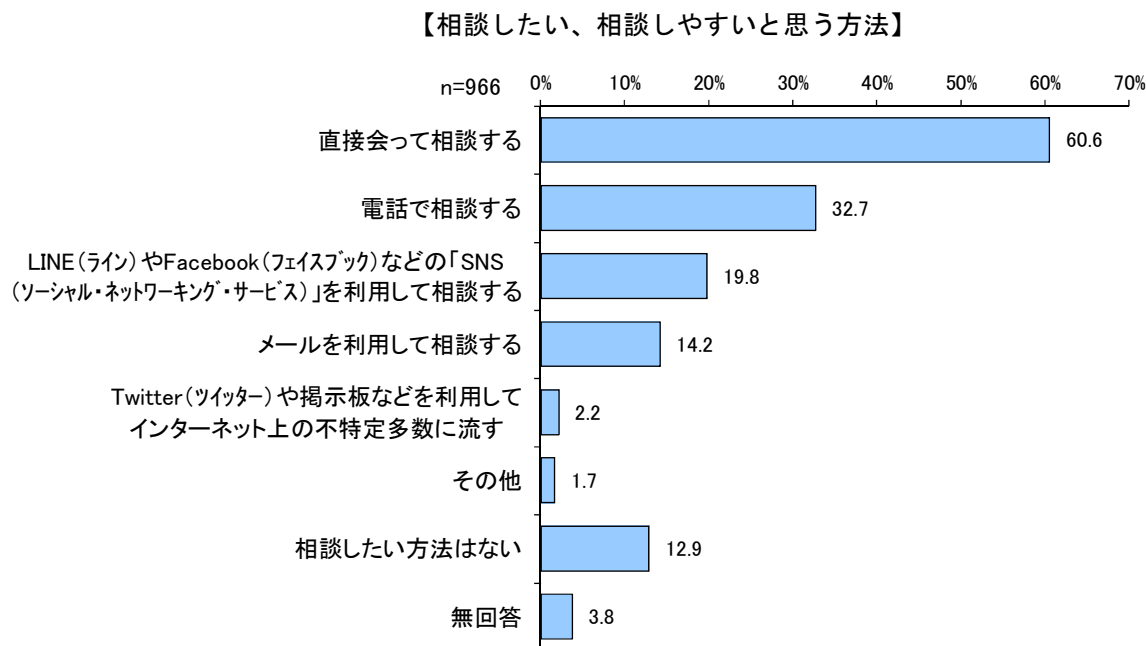
	回答数	専門の相談員	民生委員・児童委員、福祉員	保健師	その他	無回答
男性 青年期(20～39歳)	70	1.4%	-	-	1.4%	1.4%
壮年期(40～64歳)	107	0.9%	0.9%	-	0.9%	-
高齢期(65歳以上)	87	-	-	-	2.3%	-
女性 青年期(20～39歳)	138	0.7%	0.7%	0.7%	0.7%	-
壮年期(40～64歳)	194	-	0.5%	0.5%	3.6%	-
高齢期(65歳以上)	138	2.2%	-	-	1.4%	0.7%

性・年齢別にみると、「家族」と回答した人の割合は、女性高齢期を除いた性・年齢層で8割台となっている。

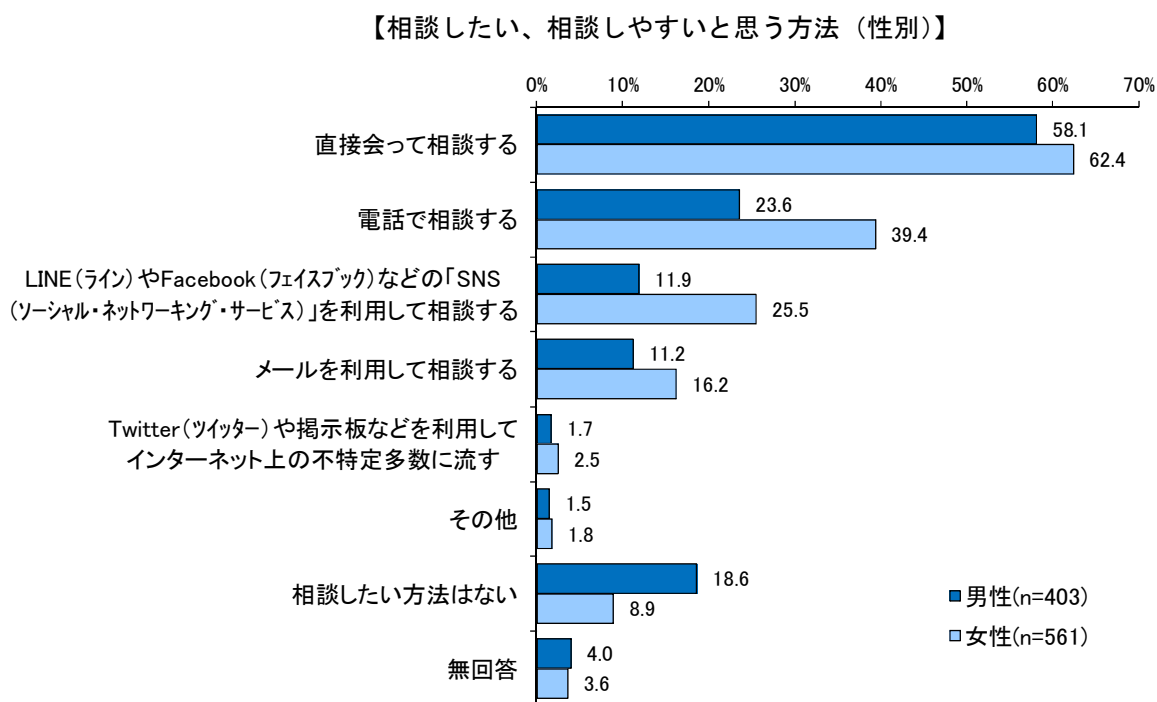
「友人・知人」と回答した人の割合は、女性青年期、壮年期で7割台となっている。

(4) 相談の利用意向

問 17 悩みやストレスを感じた時に、どのような方法であれば相談したい、相談しやすいと思いますか。【〇はあてはまるもの全て】



相談したい、相談しやすいと思う方法について、「直接会って相談する」と回答した人の割合が60.6%と最も高く、次いで「電話で相談する」(32.7%)となっている。



性別にみると、「電話で相談する」と回答した人の割合は、女性で約4割となっている。

「LINE(ライン)やFacebook(フェイスブック)などの「SNS(ソーシャル・ネットワーキング・サービス)」を利用して相談する」と回答した人の割合は、女性で2割台となっている。

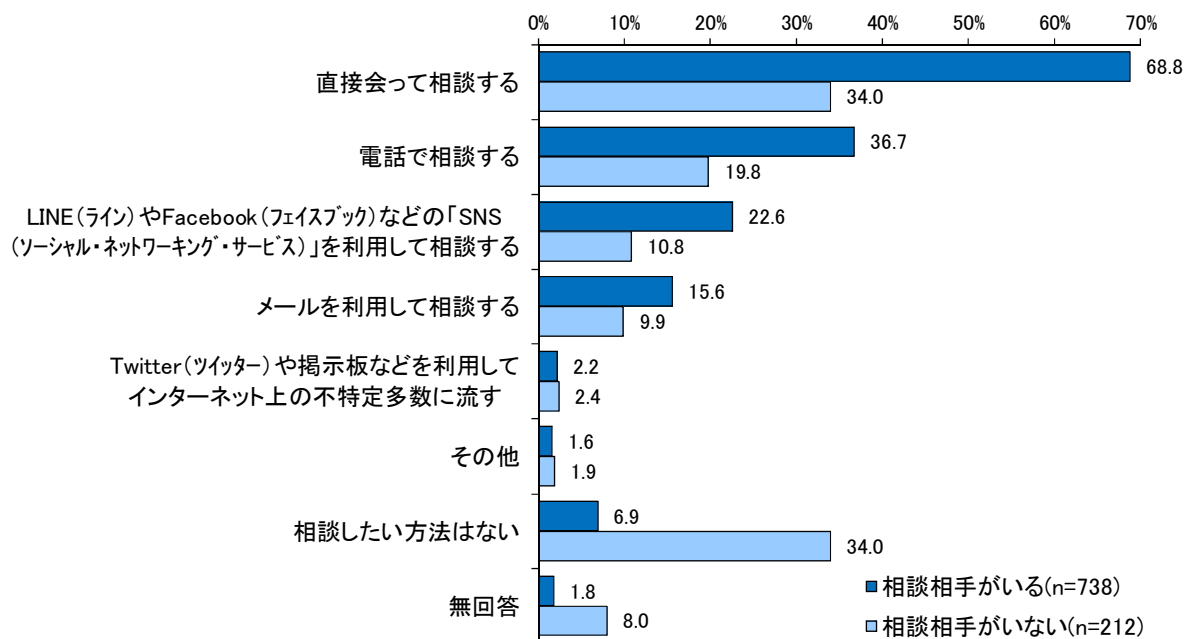
【相談したい、相談しやすいと思う方法（性・年齢別）】

	回答数	直接会って相談する	電話で相談する	LINE(ライン)やFacebook(フェイスブック)などの「SNS(ソーシャル・ネットワーキング・サービス)」を利用して相談する	メールを利用して相談する	Twitter(ツイッター)や掲示板などを利用してインターネット上の不特定多数に流す	その他	相談したい方法はない	無回答
男性 青年期(20～39歳)	101	57.4%	18.8%	16.8%	10.9%	4.0%	2.0%	22.8%	-
壮年期(40～64歳)	144	62.5%	20.8%	16.7%	13.9%	2.1%	1.4%	15.3%	2.8%
高齢期(65歳以上)	158	54.4%	29.1%	4.4%	8.9%	-	1.3%	19.0%	7.6%
女性 青年期(20～39歳)	161	65.8%	30.4%	44.7%	13.0%	5.6%	3.1%	7.5%	1.9%
壮年期(40～64歳)	229	64.6%	40.2%	24.5%	21.8%	2.2%	1.7%	7.4%	0.9%
高齢期(65歳以上)	169	56.2%	46.2%	8.9%	11.8%	-	0.6%	12.4%	8.9%

性・年齢別にみると、「電話で相談する」と回答した人の割合は、女性壮年期、高齢期で4割台となっている。

「LINE(ライン)やFacebook(フェイスブック)などの「SNS(ソーシャル・ネットワーキング・サービス)」を利用して相談する」と回答した人の割合は、女性青年期で4割台となっている。

【相談したい、相談しやすいと思う方法（相談相手の有無別）】

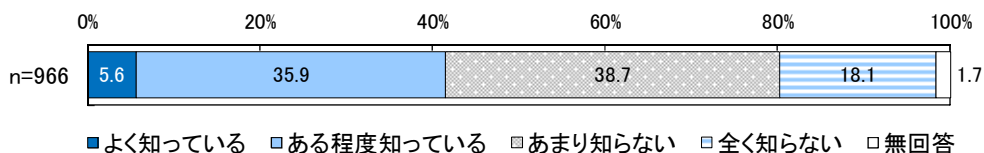


相談相手の有無別にみると、相談相手がない人では、「相談したい方法はない」と回答した人の割合が34.0%となっているが、「直接会って相談する」、「電話で相談する」と回答した人もいる。

(5) 相談窓口の認知度

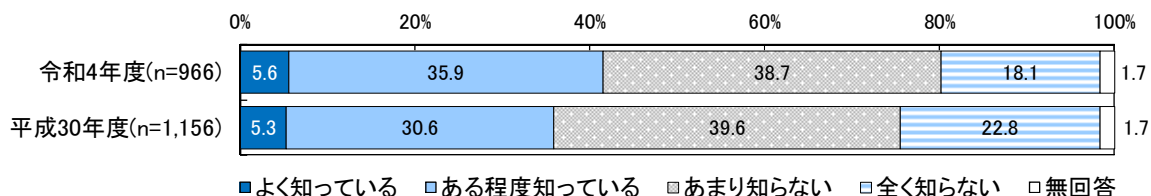
問 18 あなたは、心や人間関係の悩みについて相談に応じる行政、職場、学校、専門機関等の相談窓口を知っていますか。【〇は1つ】

【相談窓口の認知度】



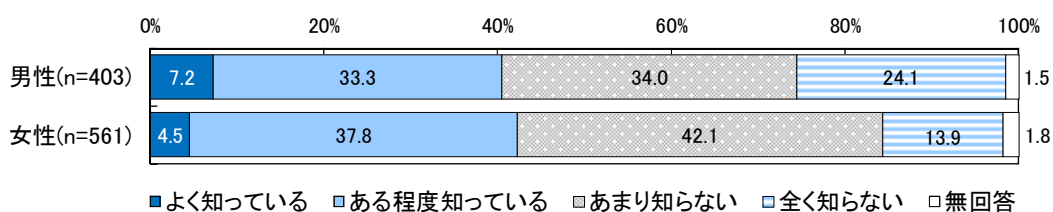
相談窓口の認知度について、『知っている』（「よく知っている」＋「ある程度知っている」）と回答した人の割合が41.5%、『知らない』（「全く知らない」＋「あまり知らない」）と回答した人が56.8%となっている。

【相談窓口の認知度（前回調査結果との比較）】



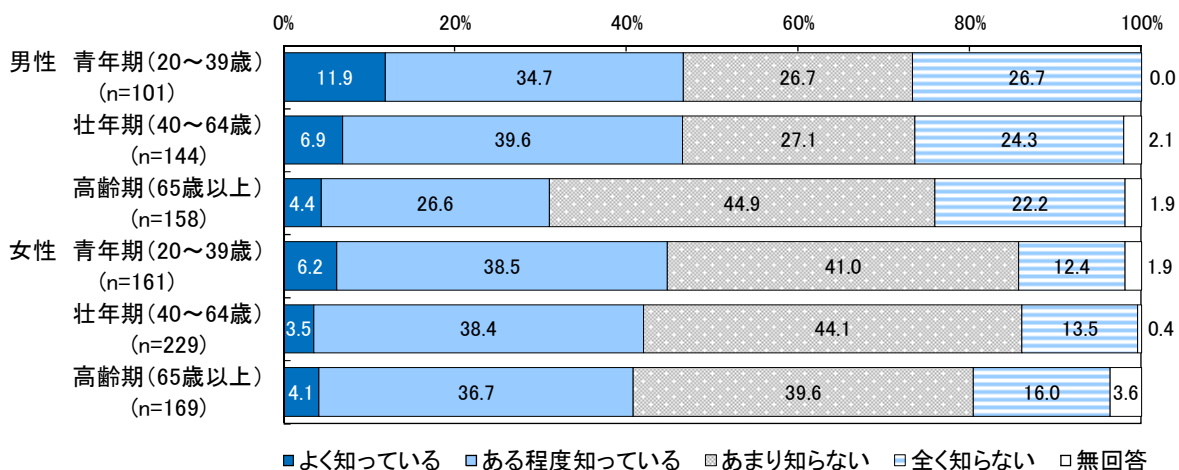
前回調査結果と比較すると、『知っている』と回答した人の割合は、上昇している。

【相談窓口の認知度（性別）】



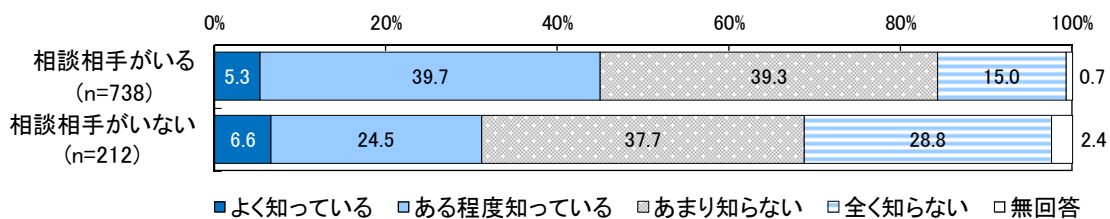
性別にみると、『知っている』と回答した人の割合は、男女ともに4割台となっている。

【相談窓口の認知度（性・年齢別）】



性・年齢別にみると、『知っている』と回答した人の割合は、男性高齢期で3割台となっている。

【相談窓口の認知度（相談相手の有無別）】



相談相手の有無別にみると、相談相手がない人では、「全く知らない」と回答した人の割合が28.8%となっている。

【評価指標】

	平成30年度	目標値	令和4年度
こころや人間関係の悩みについて相談に応じる相談窓口を知っている市民の割合	35.9%	43.0%	41.5%

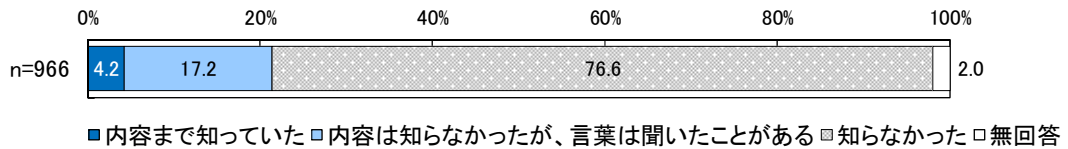
こころや人間関係の悩みについて相談に応じる相談窓口を知っている人の割合は、目標値に達していないが上昇している。

(6) ゲートキーパーについての考え

問 19 あなたは、ゲートキーパー（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて必要な支援につなげ、その後も気にかけて温かく見守る人のこと）について知っていましたか。

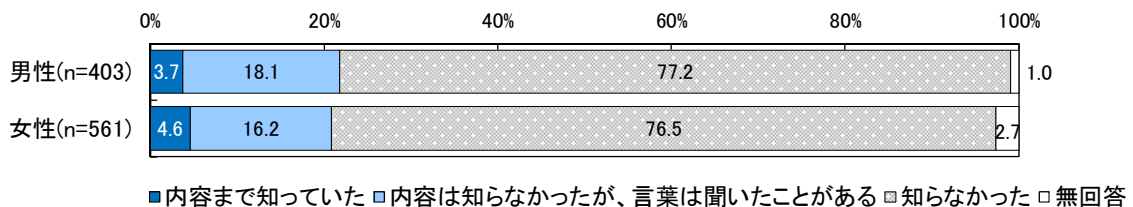
【〇は1つ】

【ゲートキーパーの認知度】



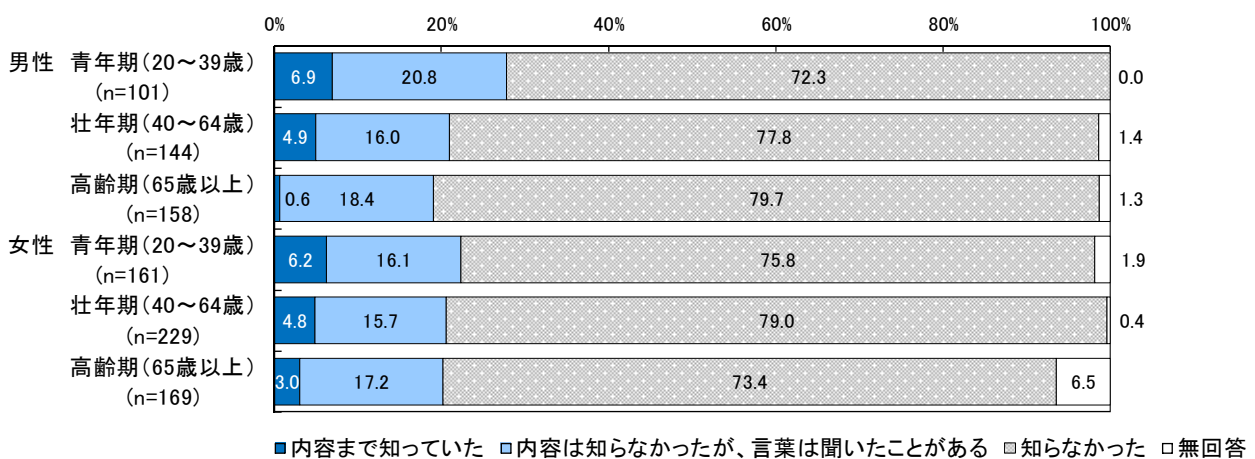
ゲートキーパーの認知度について、「内容まで知っていた」と回答した人の割合が 4.2%、「知らなかった」と回答した人の割合が 76.6%となっている。

【ゲートキーパーの認知度（性別）】



性別にみると、「内容まで知っていた」と回答した人の割合は、男女ともに 1 割に満たない。

【ゲートキーパーの認知度（性・年齢別）】



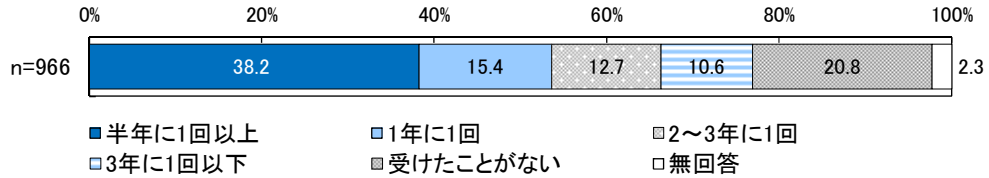
性・年齢別にみると、「内容まで知っていた」と回答した人の割合は、いずれの性・年齢層も 1 割に満たない。

6 歯と口腔

(1) 歯科健診の受診状況

問 20 あなたは、定期的に歯科健診を受けていますか。【〇は1つ】

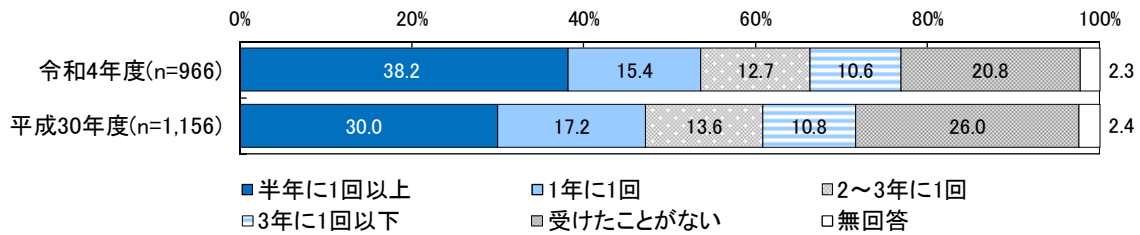
【歯科健診の受診状況】



歯科健診の受診状況について、『1年に1回以上』と回答した人の割合が53.6%となっている。

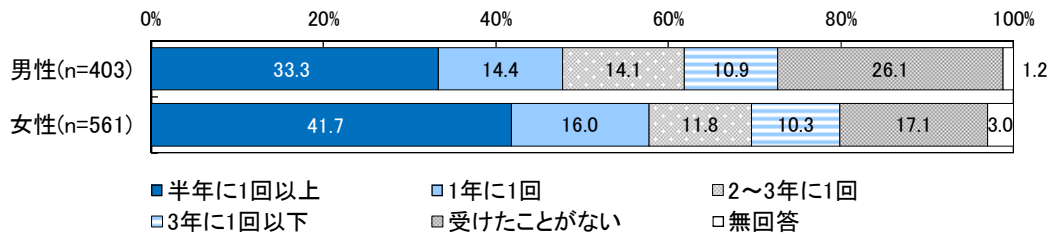
また、「受けたことがない」と回答した人の割合が20.8%となっている。

【歯科健診の受診状況（前回調査結果との比較）】



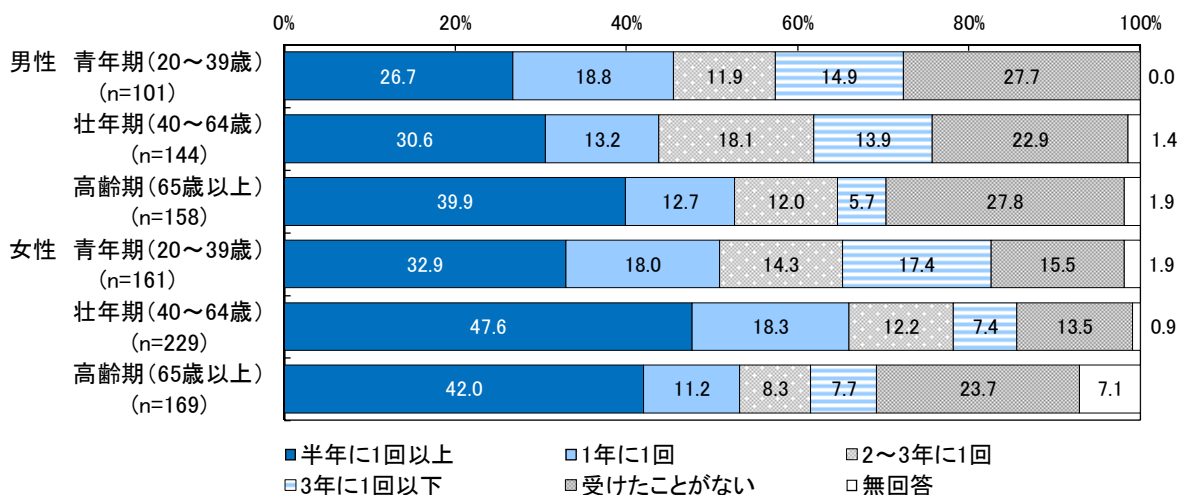
前回調査結果と比較すると、『1年に1回以上』と回答した人の割合は、上昇している。

【歯科健診の受診状況（性別）】



性別にみると、『1年に1回以上』と回答した人の割合は、女性で5割台となっている。

【歯科健診の受診状況（性・年齢別）】



性・年齢別にみると、『1年に1回以上』と回答した人の割合は、女性壮年期で6割台となっている。

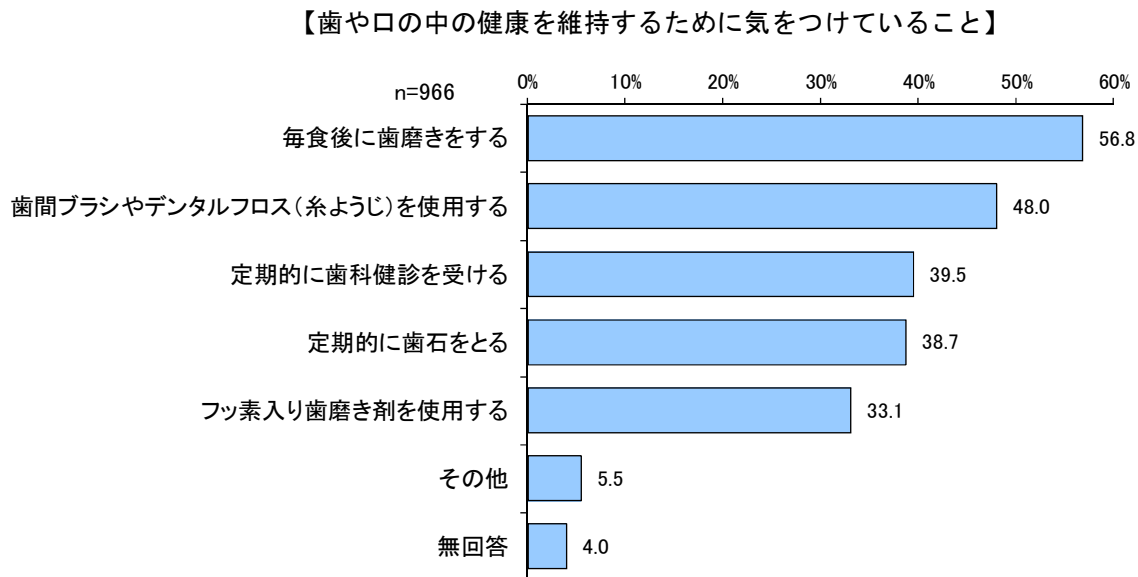
【評価指標】

	平成 30 年度	目標値	令和 4 年度
年 1 回以上歯科健康診査を受けている市民の割合	47.2%	65.0%	53.6%

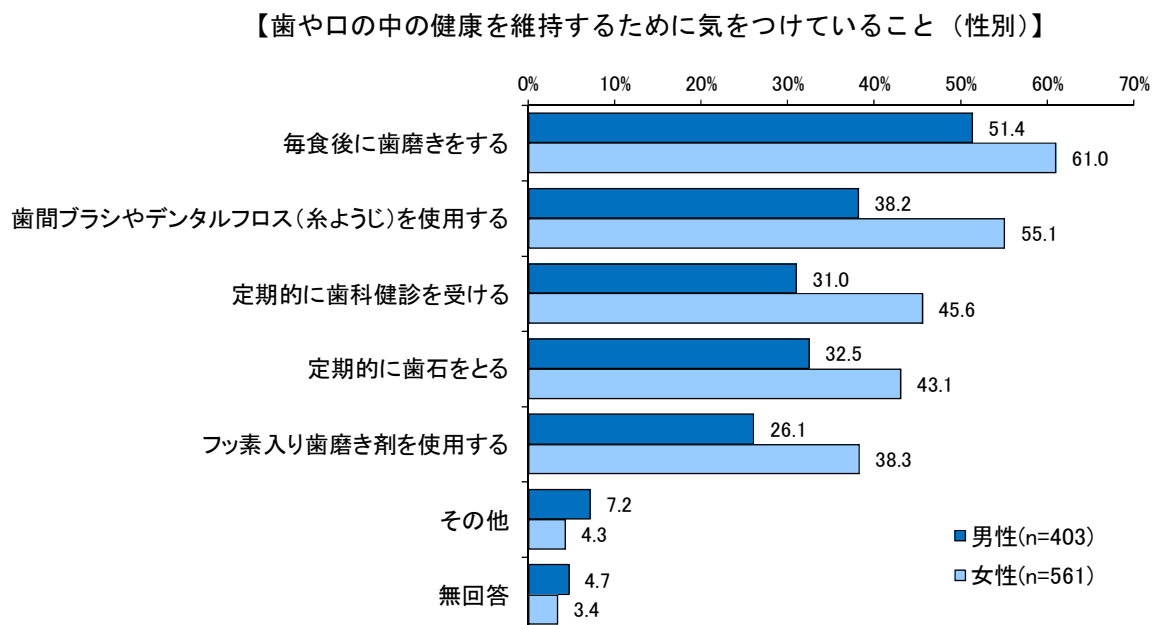
年 1 回以上歯科健康診査を受けている人の割合は、目標値に達していないが上昇している。

(2) 歯や口の中の健康維持のために気をつけていること

問 21 あなたは、歯や口の中の健康を維持するために、どのようなことに気をつけていますか。
【〇はあてはまるもの全て】



歯や口の中の健康を維持するために気をつけていることについて、「毎食後に歯磨きをする」と回答した人の割合が 56.8%と最も高く、次いで「歯間ブラシやデンタルフロス（糸ようじ）を使用する」（48.0%）となっている。



性別にみると、「毎食後に歯磨きをする」と回答した人の割合は、女性で6割台となっている。

【歯や口の中の健康を維持するために気をつけていること（性・年齢別）】

	回答数	毎食後に 歯磨きをする	歯間ブラシ やデンタル フロス(糸 ようじ)を使 用する	定期的に 歯科健診 を受ける	定期的に 歯石をとる	フッ素入り 歯磨き剤を 使用する	その他	無回答
男性 青年期(20～39歳)	101	45.5%	35.6%	23.8%	23.8%	31.7%	8.9%	5.0%
壮年期(40～64歳)	144	57.6%	44.4%	29.9%	37.5%	22.9%	2.1%	4.9%
高齢期(65歳以上)	158	49.4%	34.2%	36.7%	33.5%	25.3%	10.8%	4.4%
女性 青年期(20～39歳)	161	63.4%	49.7%	35.4%	36.6%	46.6%	3.1%	3.1%
壮年期(40～64歳)	229	62.4%	64.6%	54.1%	50.2%	41.9%	4.4%	1.3%
高齢期(65歳以上)	169	56.2%	47.3%	43.8%	39.1%	25.4%	5.3%	6.5%

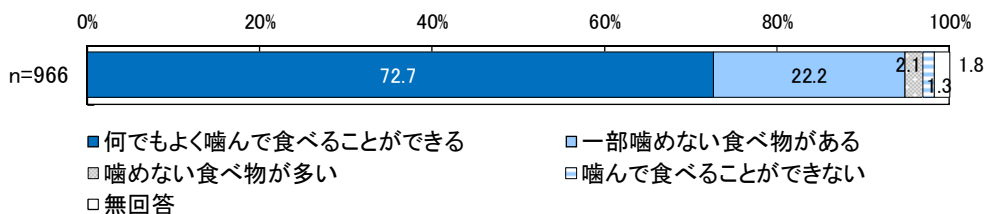
性・年齢別にみると、「毎食後に歯磨きをする」と回答した人の割合は、女性青年期、壮年期で6割台となっている。

「歯間ブラシやデンタルフロス（糸ようじ）を使用する」と回答した人の割合は、女性壮年期で6割台となっている。

(3) 咀嚼状況

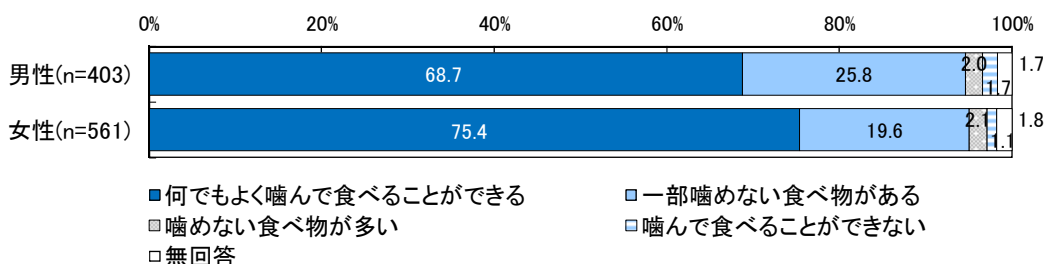
問 22 あなたは現在、食べ物をよく噛んで食べる事ができていますか。【○は1つ】

【食べ物の咀嚼状況】



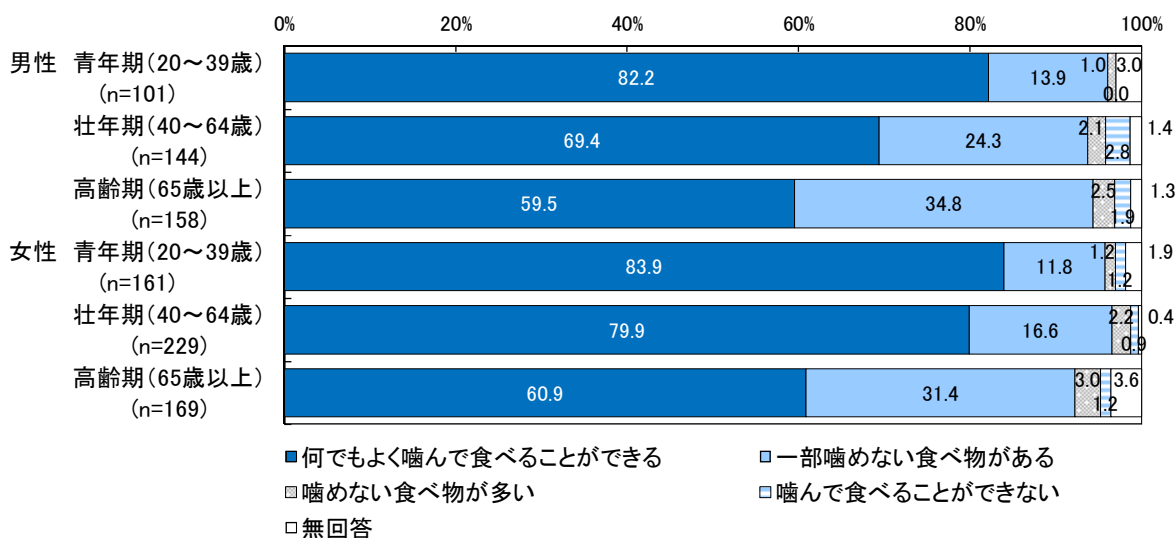
食べ物の咀嚼状況について、「何でもよく噛んで食べることができる」と回答した人の割合が72.7%、「一部噛めない食べ物がある」と回答した人の割合が22.2%となっている。

【食べ物の咀嚼状況（性別）】



性別にみると、「何でもよく噛んで食べることができる」と回答した人の割合は、女性で7割台となっている。

【食べ物の咀嚼状況（性・年齢別）】

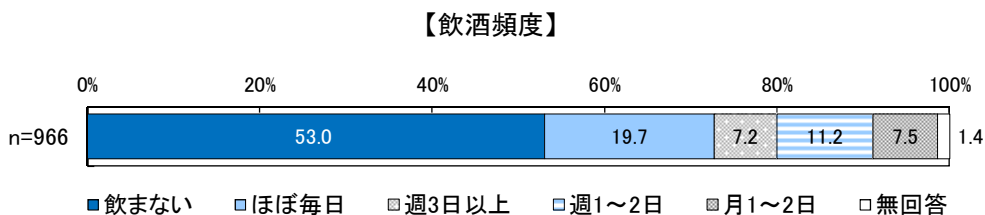


性・年齢別にみると、「何でもよく噛んで食べることができる」と回答した人の割合は、男女ともに高齢期で6割前後となっている。

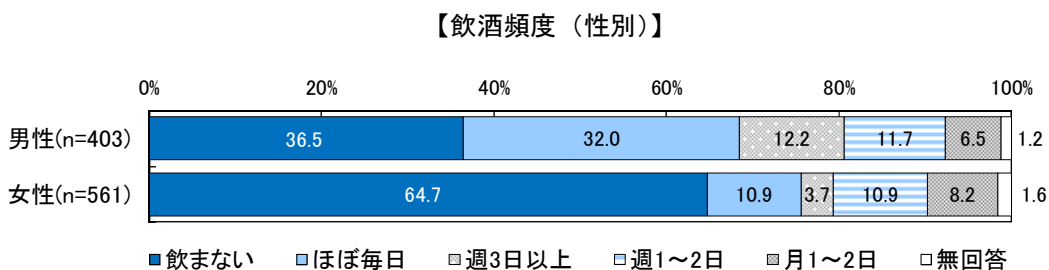
7 飲酒

(1) 飲酒頻度

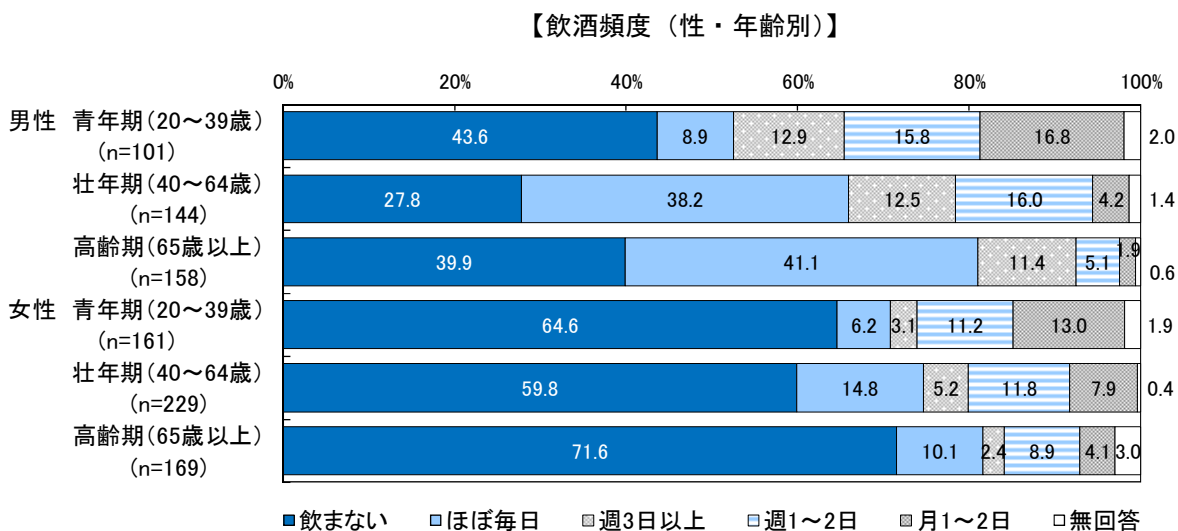
問 23 あなたは、週に何日くらいお酒を飲みますか。【〇は1つ】



飲酒頻度について、「ほぼ毎日」と回答した人の割合が19.7%、「週3日以上」と回答した人の割合が7.2%となっている。



性別にみると、「ほぼ毎日」と回答した人の割合は、男性で3割台となっている。

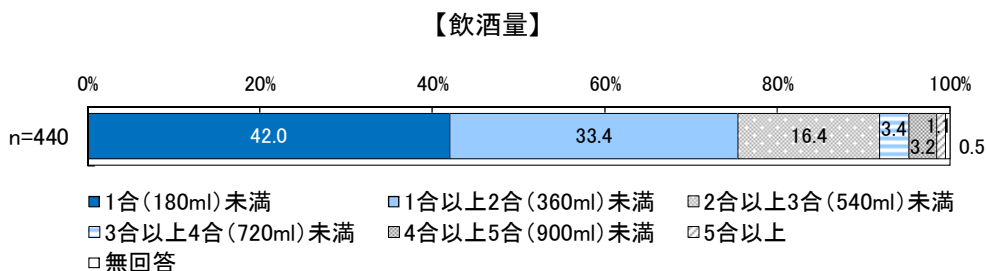


性・年齢別にみると、「ほぼ毎日」と回答した人の割合は、男性壮年期、高齢期で3~4割台となっている。

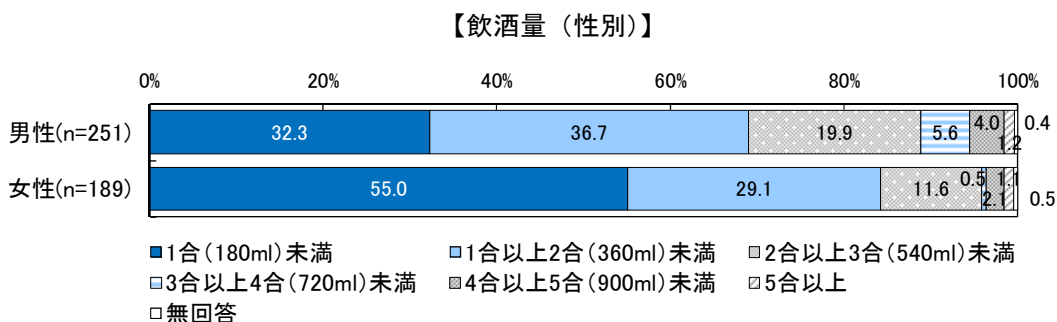
(2) 飲酒量

問 23 で②～⑤と回答した人のみ回答。

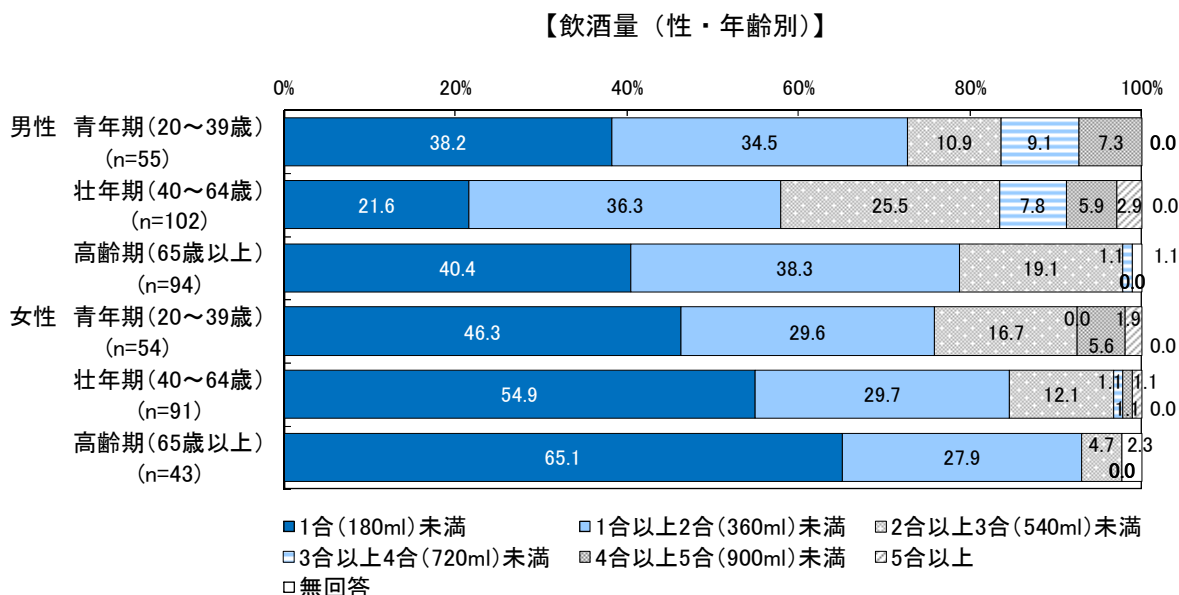
問 23-1 お酒を飲む日は、1日にどのくらいの量を飲みますか。(「清酒に換算」)【○は1つ】



飲酒量について、『3合以上』と回答した人の割合が7.7%となっている。

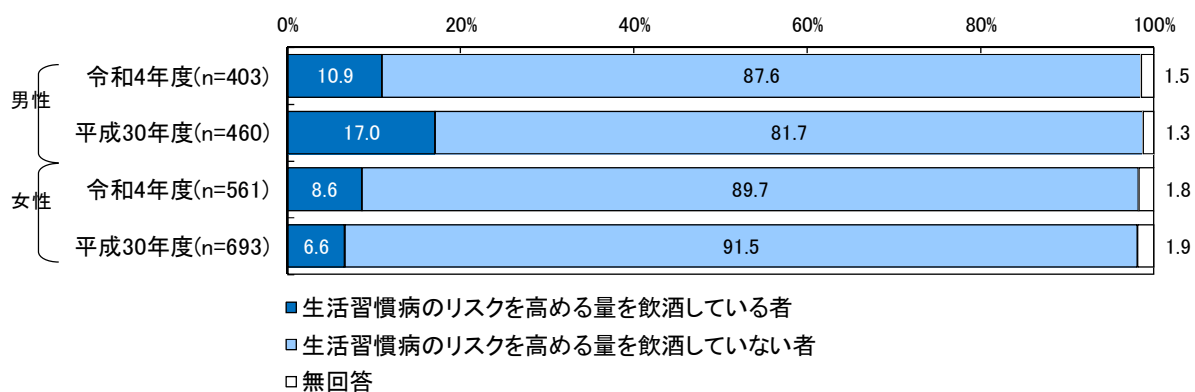


性別にみると、『3合以上』と回答した人の割合は、男性で1割台となっている。



性・年齢別にみると、『3合以上』と回答した人の割合は、男性青年期、壮年期で1割台となっている。

【生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者（性別・前回調査結果との比較）】



生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合は、男性10.9%、女性8.6%であり、前回調査結果と比較すると、男性で低下している。

【評価指標】

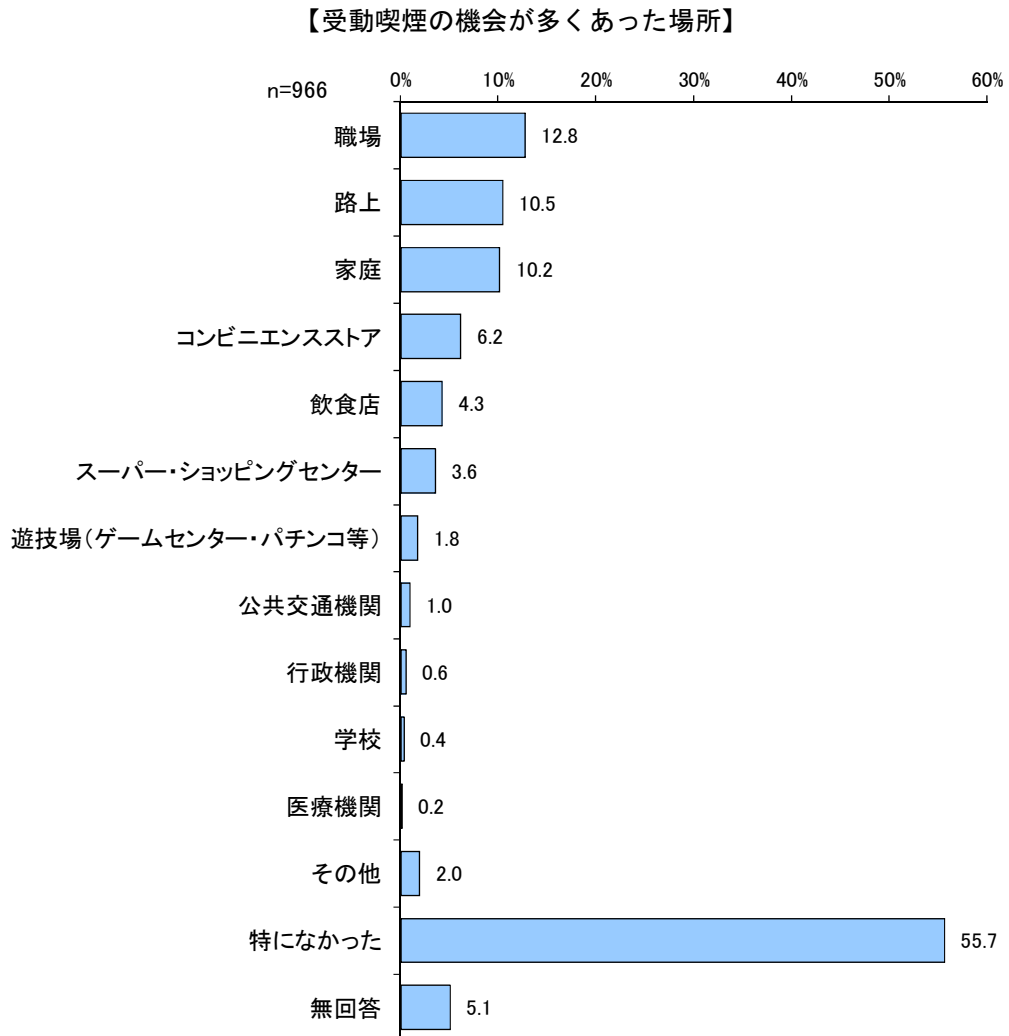
		平成30年度	目標値	令和4年度
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒(1日当たり純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上)している市民の割合	男性	17.0%	15.4%	10.9%
	女性	6.6%	5.8%	8.6%

生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合は、目標値に男性は達しているが、女性は達していない。

8 喫煙

(1) 受動喫煙の状況

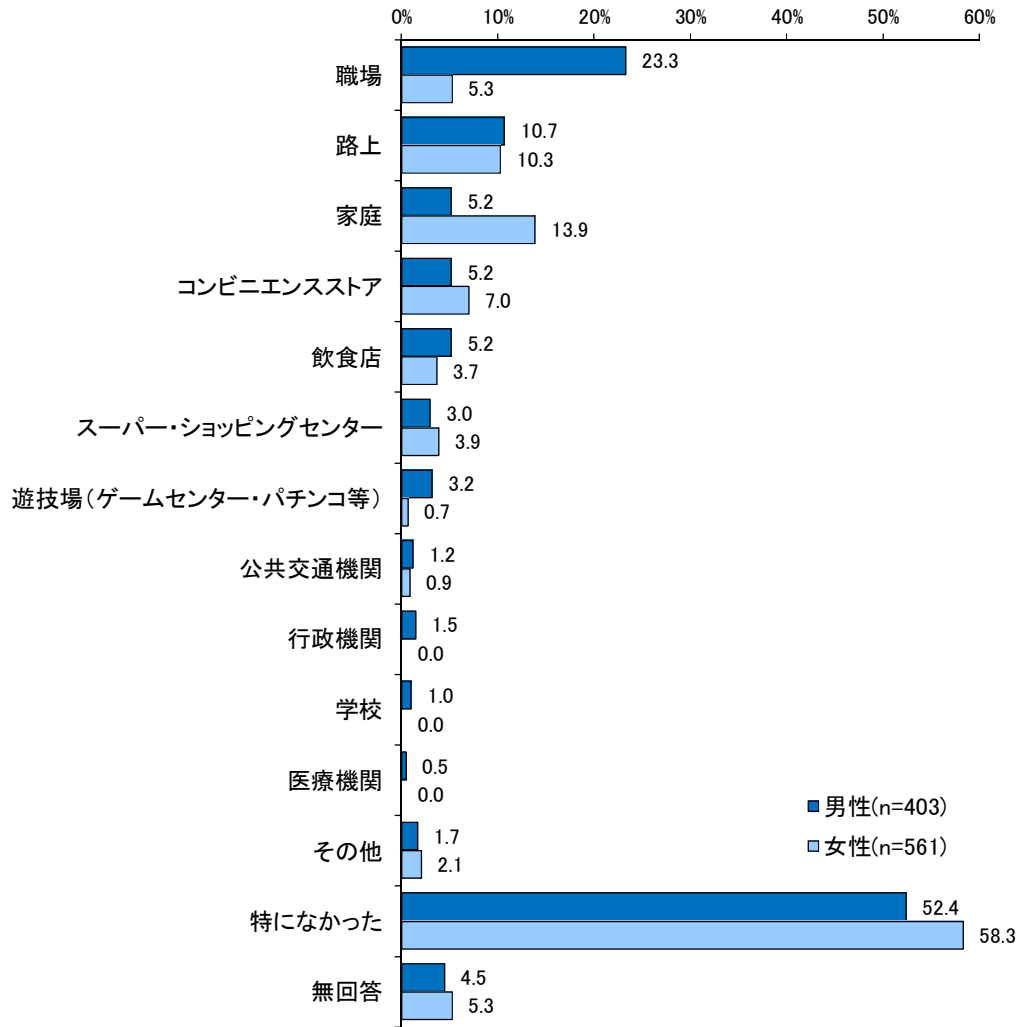
問 24 あなたがこの1か月間に、「受動喫煙」（自分以外の人が吸っているたばこの煙を吸う）の機会が多くあった場所はどこですか。【〇はあてはまるもの全て】



受動喫煙の機会が多くあった場所について、「職場」と回答した人の割合が 12.8%と最も高く、「路上」(10.5%)、「家庭」(10.2%)が続いている。

また、「特になかった」と回答した人の割合も 55.7%となっている。

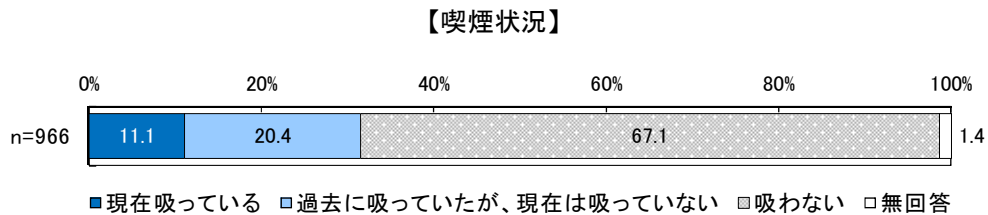
【受動喫煙の機会が多くあった場所（性別）】



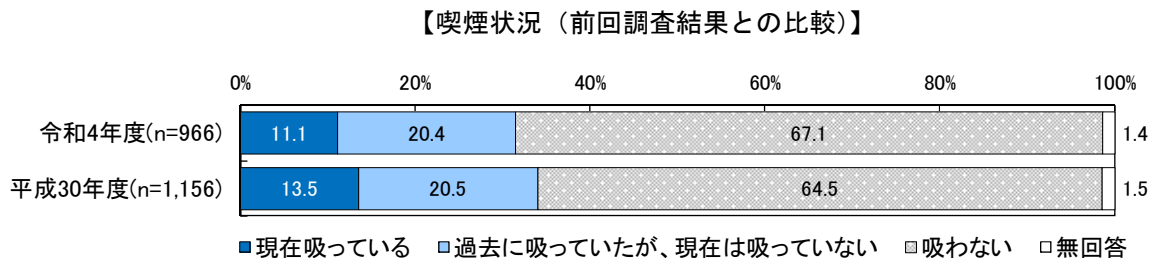
性別にみると、「職場」と回答した人の割合は、男性で2割台となっている。
 「家庭」と回答した人の割合は、女性で1割台となっている。

(2) 喫煙の状況

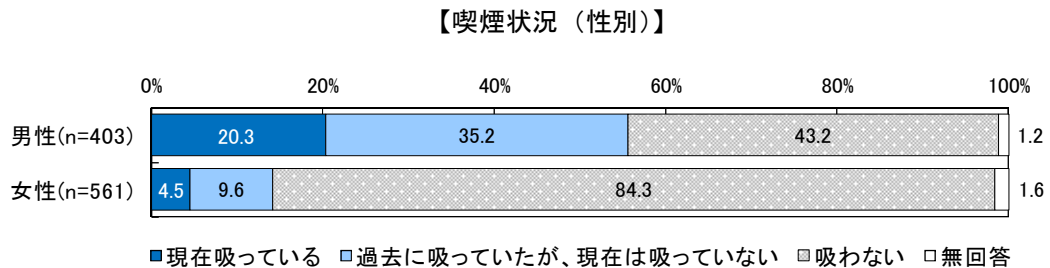
問 25 あなたは、たばこを吸いますか。【○は1つ】



喫煙状況について、「現在吸っている」と回答した人の割合が 11.1%、「過去に吸っていたが、現在は吸っていない」と回答した人の割合が 20.4%、「吸わない」と回答した人の割合が 67.1% となっている。

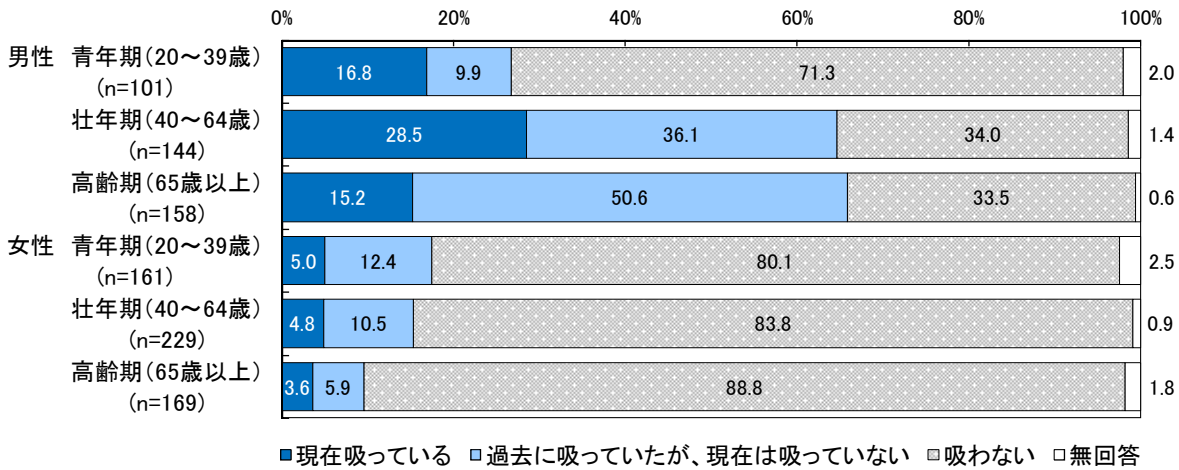


前回調査結果と比較すると、「現在吸っている」と回答した人の割合は、大きな変化はみられない。



性別にみると、「現在吸っている」と回答した人の割合は、男性で2割台となっている。

【喫煙状況（性・年齢別）】



性・年齢別にみると、「現在吸っている」と回答した人の割合は、男性壮年期で2割台となっている。

【評価指標】

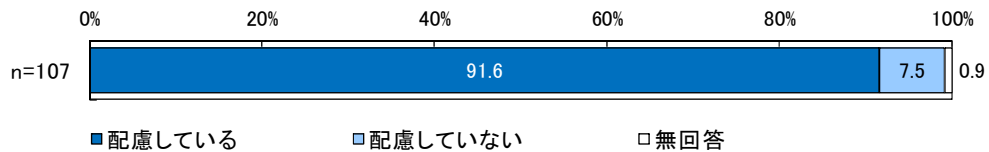
	平成30年度	目標値	令和4年度
市民の喫煙率(喫煙をやめたい者がやめる)	13.5%	9.5%	11.1%

喫煙率について、目標値に達成していないが低下している。

問 25 で「① 現在吸っている」と回答した人のみ回答。

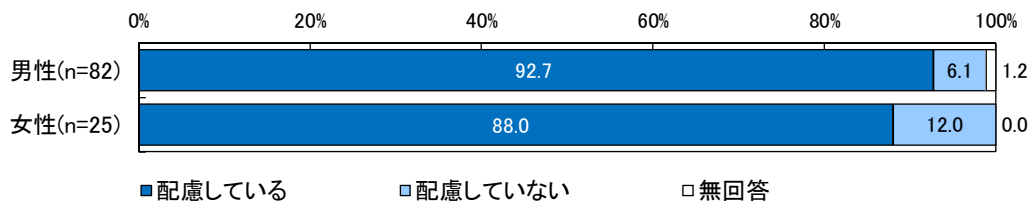
問 25-1 受動喫煙防止（分煙）に配慮していますか。【〇は1つ】

【受動喫煙防止（分煙）に配慮しているか】



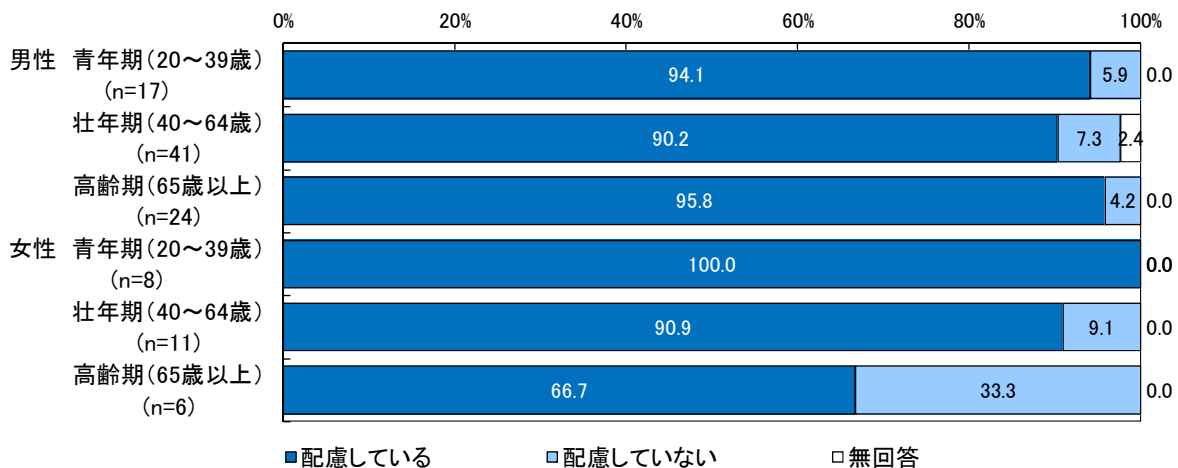
受動喫煙防止（分煙）に配慮しているかについて、「配慮している」と回答した人の割合が91.6%、「配慮していない」と回答した人の割合が7.5%となっている。

【受動喫煙防止（分煙）に配慮しているか（性別）】



性別にみると、「配慮している」と回答した人の割合は、男性で9割台となっている。

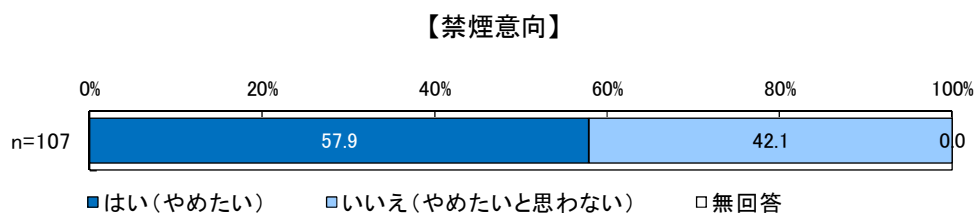
【受動喫煙防止（分煙）に配慮しているか（性・年齢別）】



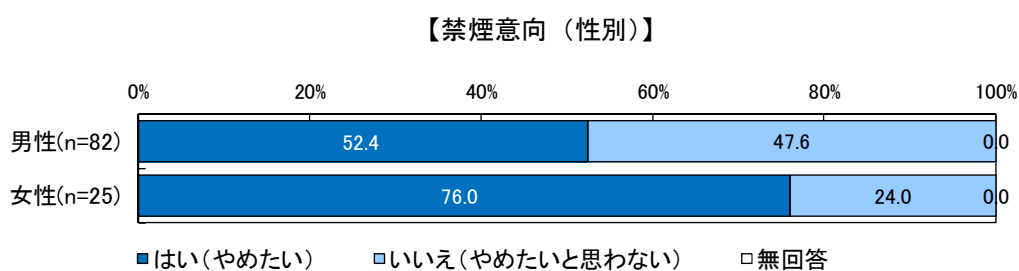
性・年齢別にみると、「配慮している」と回答した人の割合は、女性高齢期を除いた性・年齢層で9割を超えている。

問 25 で「① 現在吸っている」と回答した人のみ回答。

問 25-2 たばこをやめたいと思いますか。【○は1つ】



禁煙意向について、「はい (やめたい)」と回答した人の割合が 57.9%、「いいえ (やめたいと思わない)」と回答した人の割合が 42.1%となっている。

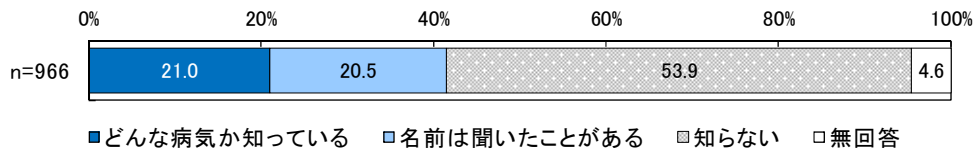


性別にみると、「はい (やめたい)」と回答した人の割合は、女性で7割台となっている。

(3) COPD（慢性閉塞性肺疾患）の認知度

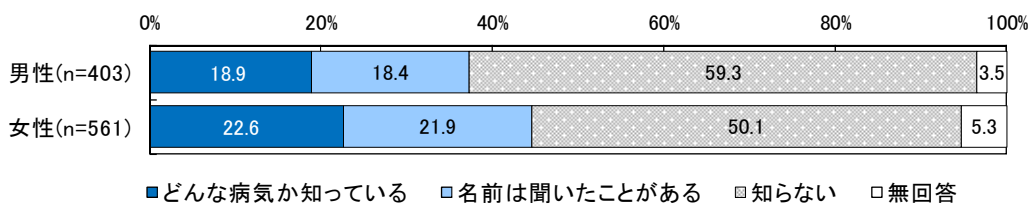
問 26 あなたは、「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」という病気を知っていますか。【〇は1つ】

【COPD（慢性閉塞性肺疾患）の認知度】



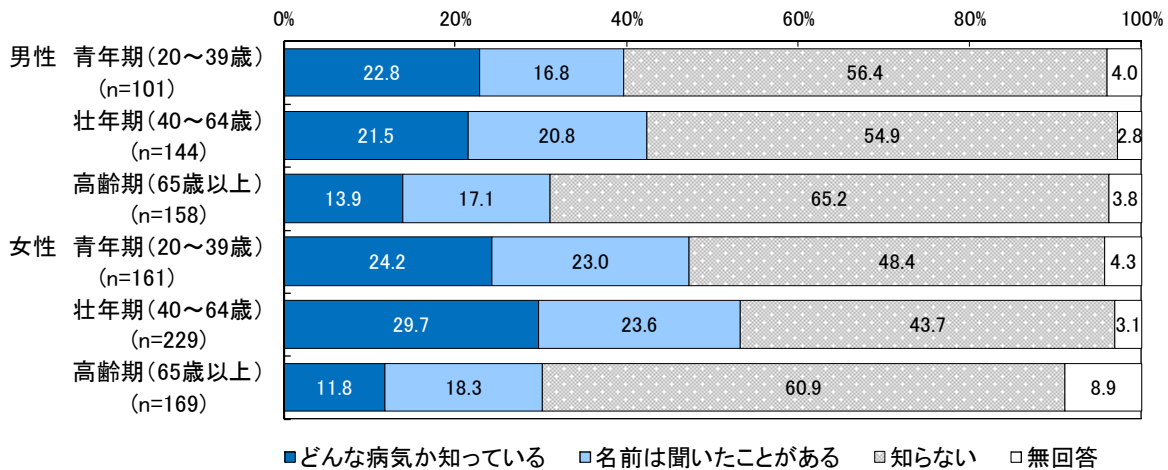
COPD（慢性閉塞性肺疾患）の認知度について、「どんな病気か知っている」と回答した人の割合が21.0%、「知らない」と回答した人の割合が53.9%となっている。

【COPD（慢性閉塞性肺疾患）の認知度（性別）】



性別にみると、「どんな病気か知っている」と回答した人の割合は、女性で2割台となっている。

【COPD（慢性閉塞性肺疾患）の認知度（性・年齢別）】



性・年齢別にみると、「どんな病気か知っている」と回答した人の割合は、男女ともに高齢期で1割台となっている。

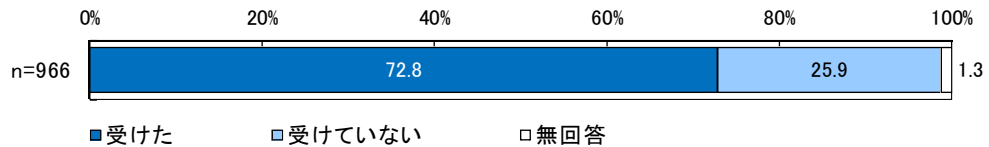
9 健診・がん検診

(1) 健診の受診状況

問 27 過去 1 年間に健康診断や、がん検診を受けたことがありますか（人間ドックも含む）。

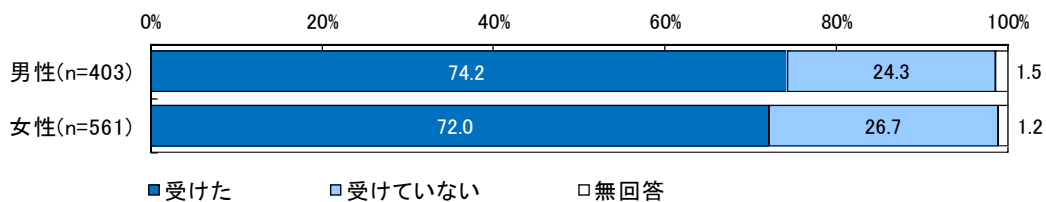
【○は 1 つ】

【過去 1 年間の健診等の受診の有無】



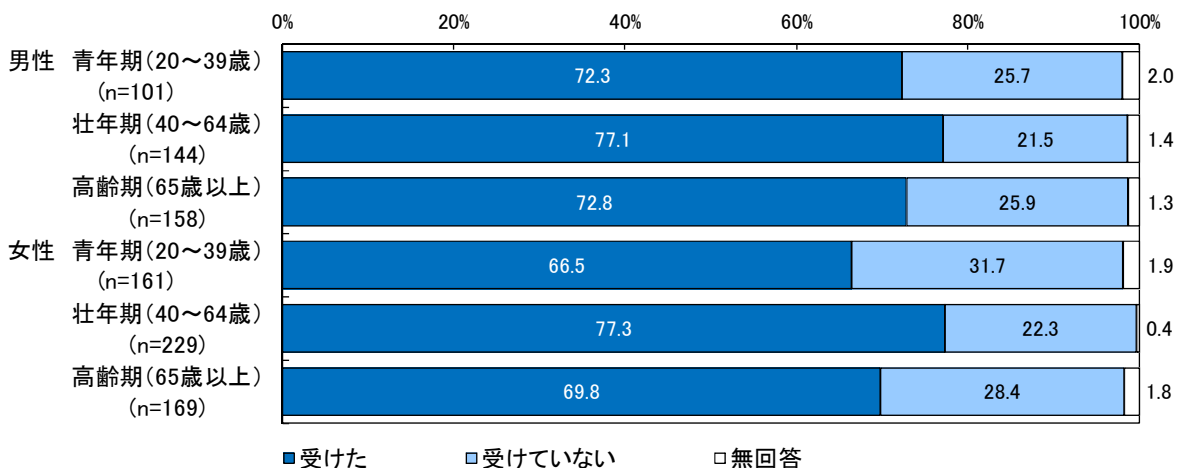
過去 1 年間の健診等の受診の有無について、「受けた」と回答した人の割合が 72.8%、「受けていない」と回答した人の割合が 25.9%となっている。

【過去 1 年間の健診等の受診の有無（性別）】



性別にみると、「受けた」と回答した人の割合は、男女ともに 7 割台となっている。

【過去 1 年間の健診等の受診の有無（性・年齢別）】

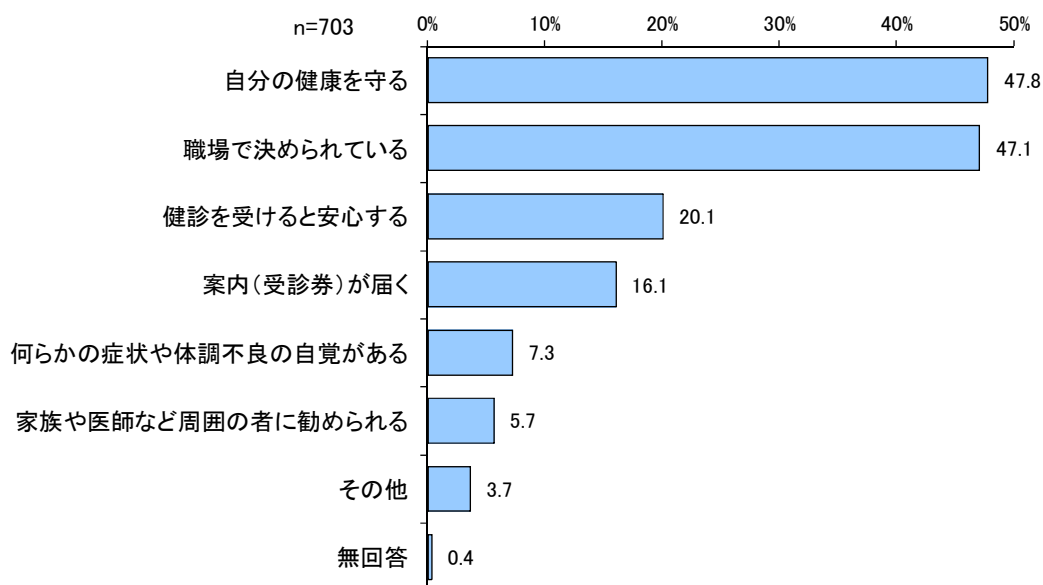


性・年齢別にみると、「受けた」と回答した人の割合は、男女ともに壮年期で 7 割台後半となっている。

問 27 で「① 受けた」と回答した人のみ回答。

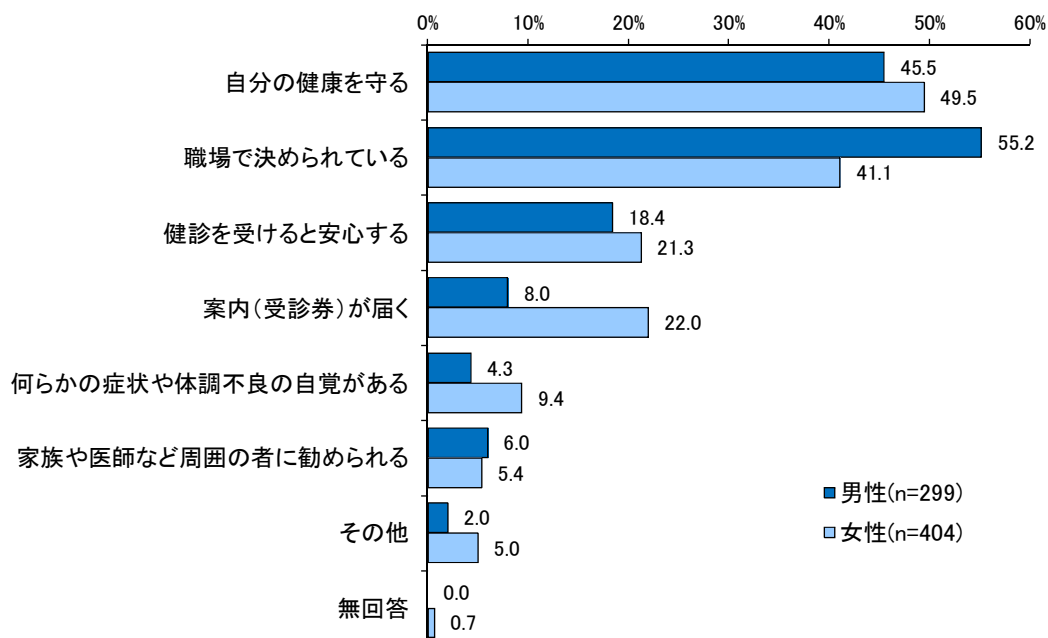
問 27-1 定期的に受ける主な理由は何ですか。【〇は2つまで】

【定期的に健診を受ける理由】



定期的に健診を受ける理由について、「自分の健康を守る」と回答した人の割合が 47.8%と最も高く、次いで「職場で決められている」(47.1%) となっている。

【定期的に健診を受ける理由 (性別)】



性別にみると、「職場で決められている」と回答した人の割合は、男性で5割台となっている。

【定期的に健診を受ける理由（性・年齢別）】

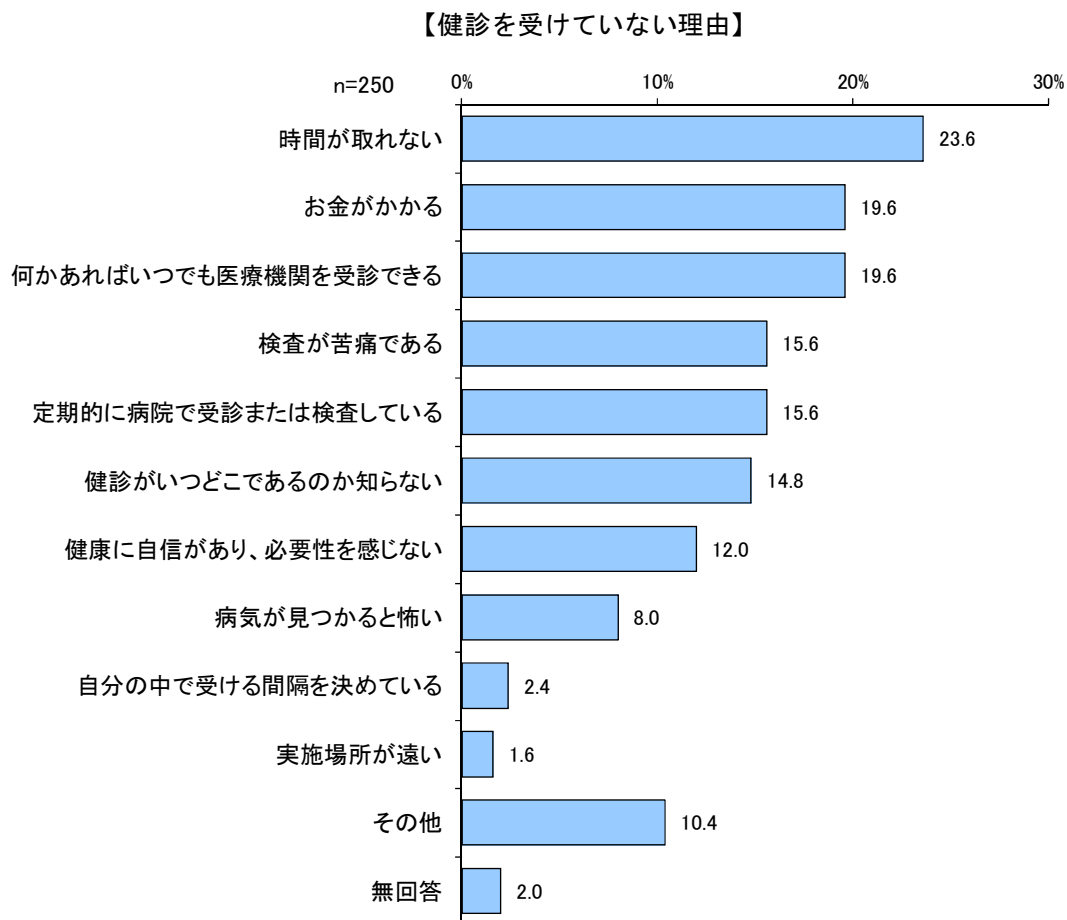
	回答数	自分の健康を守る	職場で決められている	健診を受けると安心する	案内(受診券)が届く	何らかの症状や体調不良の自覚がある	家族や医師など周囲の者に勧められる	その他	無回答
男性 青年期(20～39歳)	73	28.8%	84.9%	5.5%	1.4%	-	-	4.1%	-
壮年期(40～64歳)	111	39.6%	71.2%	16.2%	5.4%	1.8%	5.4%	-	-
高齢期(65歳以上)	115	61.7%	20.9%	28.7%	14.8%	9.6%	10.4%	2.6%	-
女性 青年期(20～39歳)	107	43.9%	56.1%	18.7%	11.2%	8.4%	4.7%	4.7%	-
壮年期(40～64歳)	177	44.6%	52.0%	16.9%	26.0%	8.5%	4.5%	4.0%	-
高齢期(65歳以上)	118	61.0%	11.9%	29.7%	25.4%	11.9%	7.6%	6.8%	2.5%

性・年齢別にみると、「自分の健康を守る」と回答した人の割合は、男女ともに高齢期で6割台となっている。

「職場で決められている」と回答した人の割合は、男性青年期で8割台となっている。

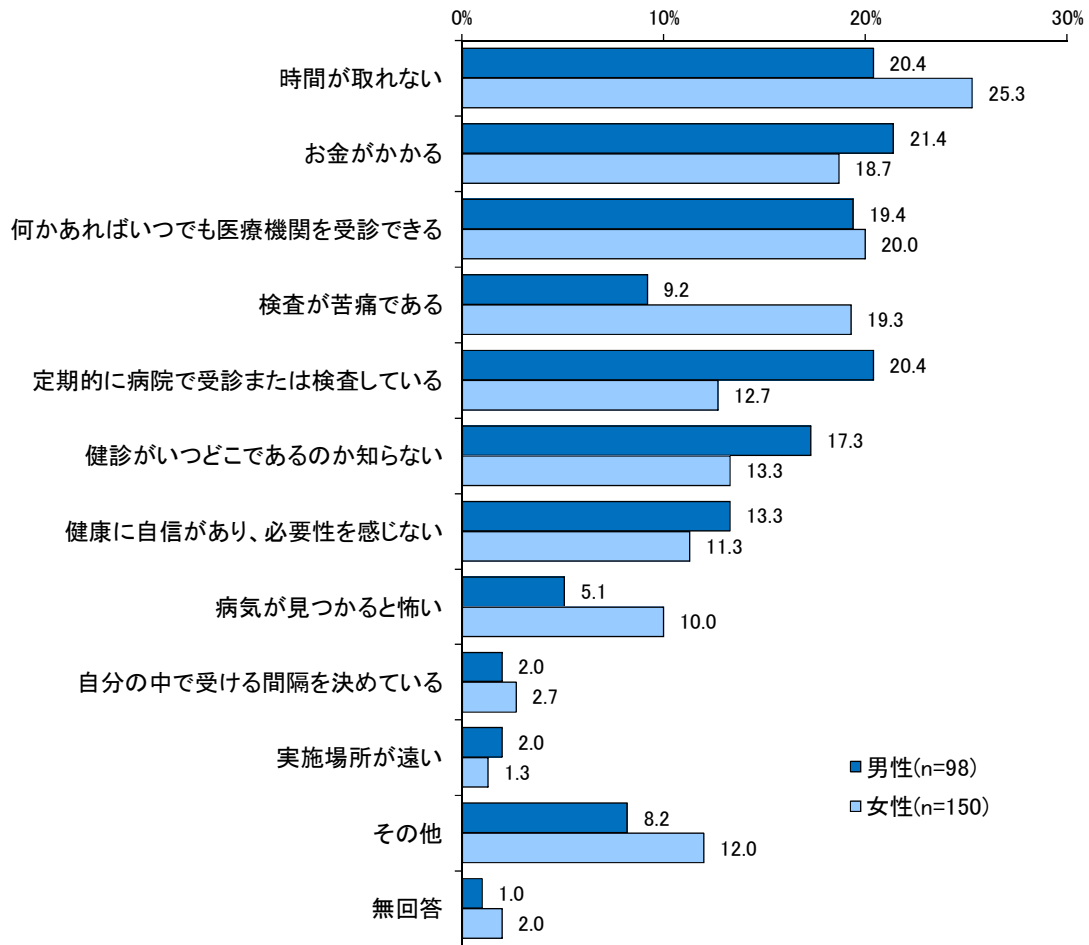
問 27 で「② 受けていない」と回答した人のみ回答。

問 27-2 「受けていない」主な理由は何ですか。【〇は2つまで】



健診を受けていない理由について、「時間が取れない」と回答した人の割合が 23.6%と最も高く、次いで「お金がかかる」、「何かあればいつでも医療機関を受診できる」(19.6%)となっている。

【健診を受けていない理由（性別）】



性別にみると、「時間が取れない」と回答した人の割合は、女性で2割台半ばとなっている。
 「検査が苦痛である」と回答した人の割合は、女性で約2割となっている。
 「定期的に病院で受診または検査している」と回答した人の割合は、男性で2割台となっている。

【健診を受けていない理由（性・年齢別）】

	回答数	時間が取れない	お金がかかる	何かあればいつでも医療機関を受診できる	検査が苦痛である	定期的に病院で受診または検査している	健診がいつでもどこであるのか知らない
男性 青年期(20～39歳)	26	26.9%	34.6%	15.4%	3.8%	3.8%	38.5%
壮年期(40～64歳)	31	29.0%	29.0%	12.9%	6.5%	19.4%	16.1%
高齢期(65歳以上)	41	9.8%	7.3%	26.8%	14.6%	31.7%	4.9%
女性 青年期(20～39歳)	51	35.3%	35.3%	11.8%	15.7%	5.9%	27.5%
壮年期(40～64歳)	51	35.3%	15.7%	13.7%	23.5%	7.8%	9.8%
高齢期(65歳以上)	48	4.2%	4.2%	35.4%	18.8%	25.0%	2.1%

	回答数	健康に自信があり、必要性を感じない	病気が見つかる怖い	自分の中で受ける間隔を決めている	実施場所が遠い	その他	無回答
男性 青年期(20～39歳)	26	15.4%	7.7%	-	3.8%	3.8%	-
壮年期(40～64歳)	31	9.7%	3.2%	3.2%	-	12.9%	-
高齢期(65歳以上)	41	14.6%	4.9%	2.4%	2.4%	7.3%	2.4%
女性 青年期(20～39歳)	51	17.6%	7.8%	2.0%	-	11.8%	-
壮年期(40～64歳)	51	11.8%	7.8%	5.9%	-	9.8%	-
高齢期(65歳以上)	48	4.2%	14.6%	-	4.2%	14.6%	6.3%

性・年齢別にみると、「時間が取れない」と回答した人の割合は、女性青年期、壮年期で3割台となっている。

「お金がかかる」と回答した人の割合は、男女ともに青年期で3割台となっている。

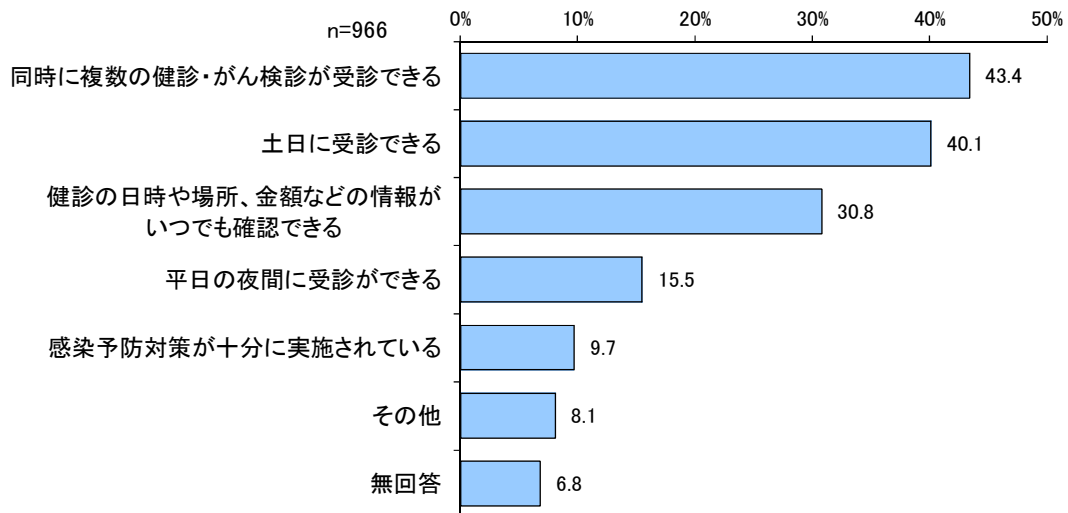
「何かあればいつでも医療機関を受診できる」と回答した人の割合は、女性高齢期で3割台となっている。

「健診がいつでもどこであるのか知らない」と回答した人の割合は、男性青年期で3割台となっている。

(2) 健診を受けやすくするための環境

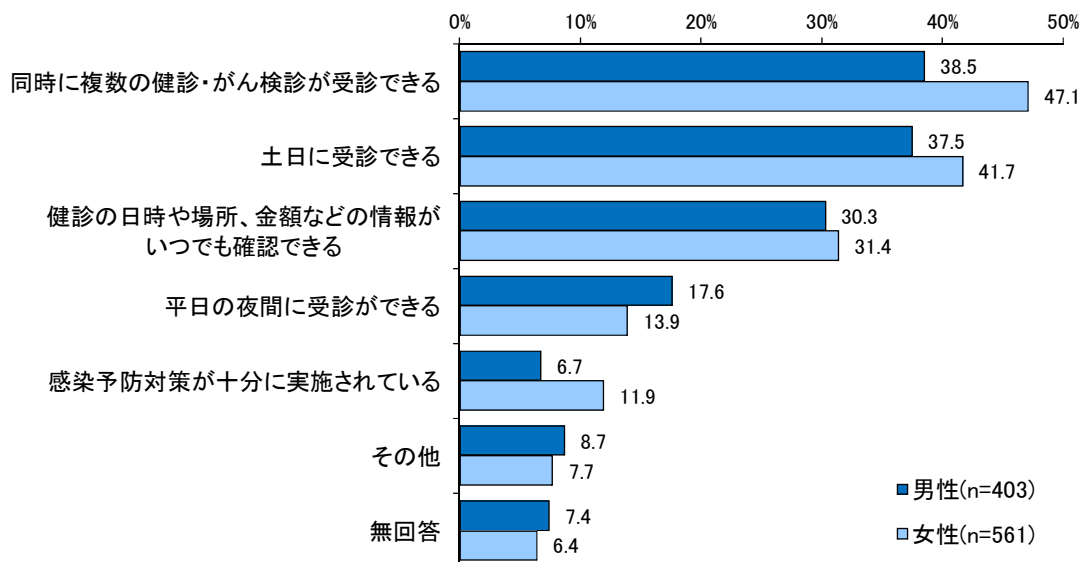
問 28 どうすれば健康診断やがん検診を受けやすくなると思いますか。【〇は2つまで】

【健康診断やがん検診を受けやすくなると思う環境】



健康診断やがん検診を受けやすくなると思う環境について、「同時に複数の健診・がん検診が受診できる」と回答した人の割合が43.4%と最も高く、「土日に受診できる」(40.1%)、「健診の日時や場所、金額などの情報がいつでも確認できる」(30.8%)が続いている。

【健康診断やがん検診を受けやすくなると思う環境（性別）】



性別にみると、「同時に複数の健診・がん検診が受診できる」、「土日に受診できる」と回答した人の割合は、女性で4割台となっている。

【健康診断やがん検診を受けやすくなると思う環境（性・年齢別）】

	回答数	同時に複数の健診・がん検診が受診できる	土日に受診できる	健診の日時や場所、金額などの情報がいつでも確認できる	平日の夜間に受診ができる	感染予防対策が十分に実施されている	その他	無回答
男性 青年期(20～39歳)	101	24.8%	39.6%	30.7%	21.8%	8.9%	14.9%	5.9%
壮年期(40～64歳)	144	34.7%	49.3%	29.2%	24.3%	2.8%	7.6%	4.2%
高齢期(65歳以上)	158	50.6%	25.3%	31.0%	8.9%	8.9%	5.7%	11.4%
女性 青年期(20～39歳)	161	44.7%	52.8%	42.2%	23.0%	6.2%	9.3%	4.3%
壮年期(40～64歳)	229	50.7%	51.1%	26.6%	14.8%	7.9%	7.9%	3.1%
高齢期(65歳以上)	169	43.8%	18.9%	27.2%	4.1%	23.1%	5.9%	13.0%

性・年齢別にみると、「同時に複数の健診・がん検診が受診できる」と回答した人の割合は、男性高齢期、女性壮年期で5割台となっている。

「土日に受診できる」と回答した人の割合は、女性青年期、壮年期で5割台となっている。

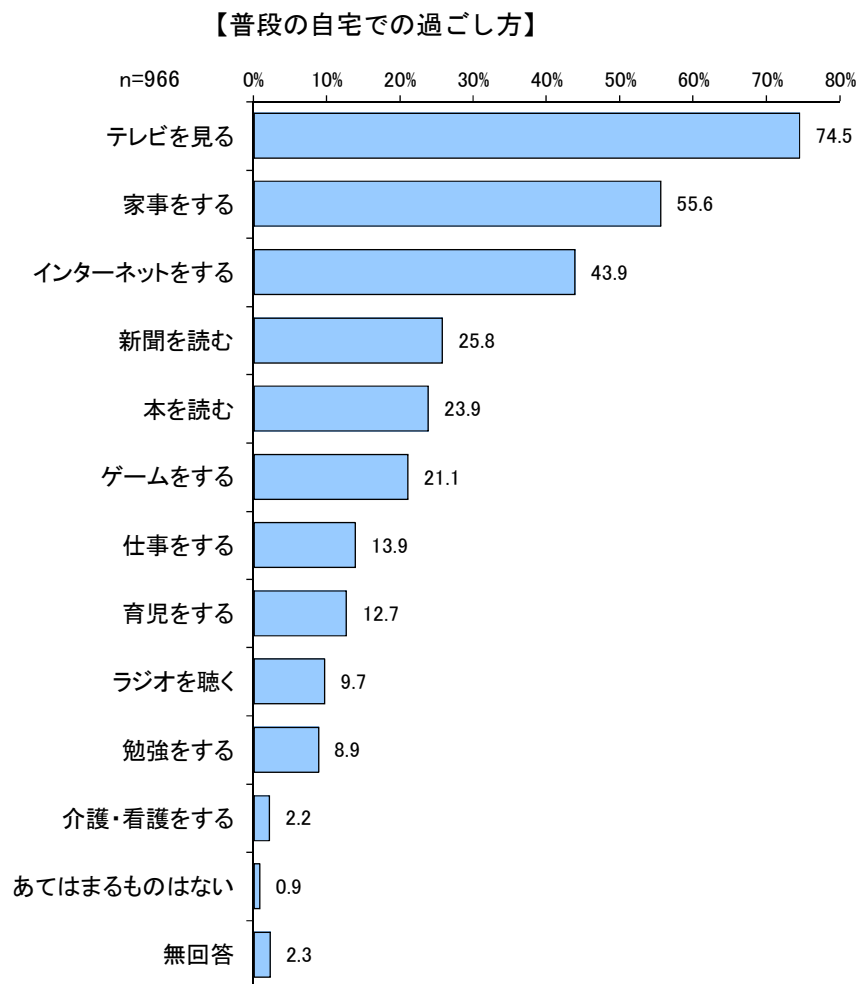
「健診の日時や場所、金額などの情報がいつでも確認できる」と回答した人の割合は、女性青年期で4割台となっている。

10 自宅での過ごし方・外出

(1) 自宅での過ごし方

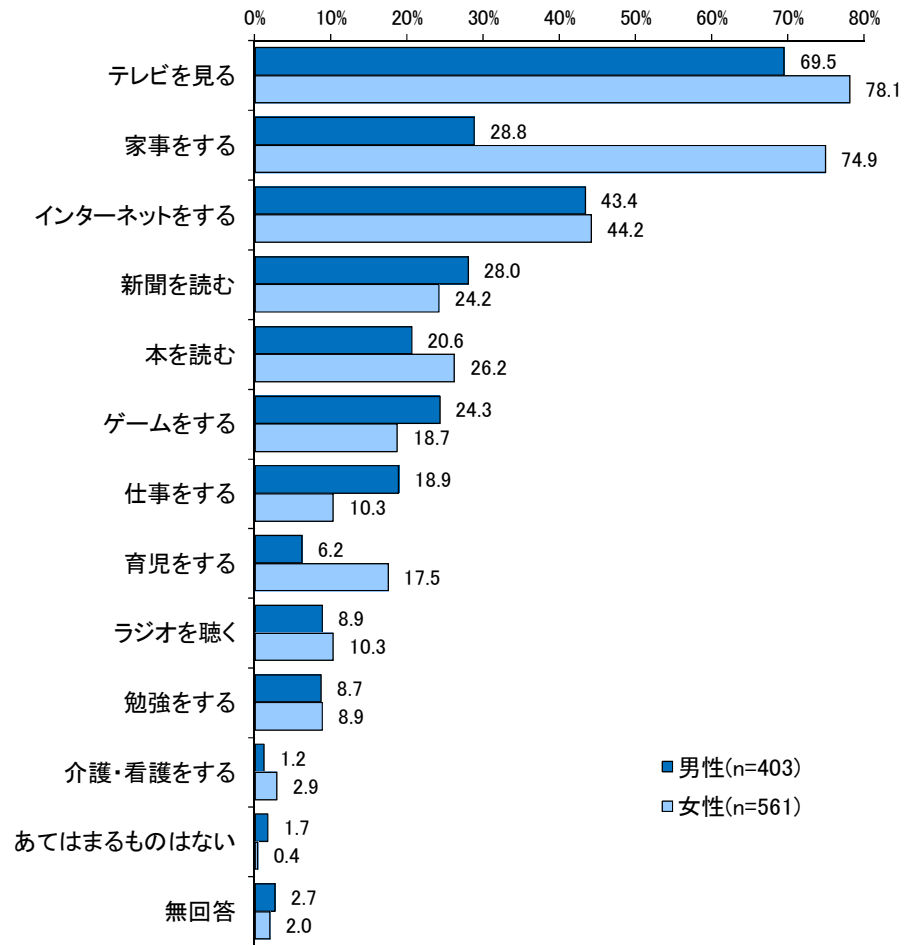
問 29 普段ご自宅にいる時に、よくしていることを回答してください。

【○はあてはまるもの全て】



普段の自宅での過ごし方について、「テレビを見る」と回答した人の割合が 74.5%と最も高く、「家事をする」(55.6%)、「インターネットをする」(43.9%)が続いている。

【普段の自宅での過ごし方（性別）】



性別にみると、「テレビを見る」、「家事をする」と回答した人の割合は、女性で7割台となっている。

【普段の自宅での過ごし方（性・年齢別）】

	回答数	テレビを見る	家事をする	インターネットをする	新聞を読む	本を読む	ゲームをする	仕事をする
男性 青年期(20～39歳)	101	48.5%	32.7%	61.4%	3.0%	21.8%	55.4%	9.9%
壮年期(40～64歳)	144	69.4%	29.9%	50.7%	20.8%	18.1%	20.8%	16.0%
高齢期(65歳以上)	158	82.9%	25.3%	25.3%	50.6%	22.2%	7.6%	27.2%
女性 青年期(20～39歳)	161	65.2%	68.9%	70.8%	3.1%	16.1%	26.1%	5.6%
壮年期(40～64歳)	229	81.2%	79.9%	48.5%	19.7%	30.6%	19.2%	10.5%
高齢期(65歳以上)	169	85.8%	73.4%	13.6%	50.3%	29.6%	10.7%	14.2%

	回答数	育児をする	ラジオを聴く	勉強をする	介護・看護をする	あてはまるものはない	無回答
男性 青年期(20～39歳)	101	18.8%	4.0%	16.8%	-	2.0%	2.0%
壮年期(40～64歳)	144	4.2%	9.0%	5.6%	2.1%	3.5%	1.4%
高齢期(65歳以上)	158	-	12.0%	6.3%	1.3%	-	4.4%
女性 青年期(20～39歳)	161	42.9%	1.9%	13.7%	0.6%	0.6%	1.9%
壮年期(40～64歳)	229	12.2%	10.9%	7.4%	2.6%	0.4%	-
高齢期(65歳以上)	169	0.6%	17.2%	6.5%	5.3%	-	4.7%

性・年齢別にみると、「テレビを見る」と回答した人の割合は、男性高齢期、女性壮年期、高齢期で8割台となっている。

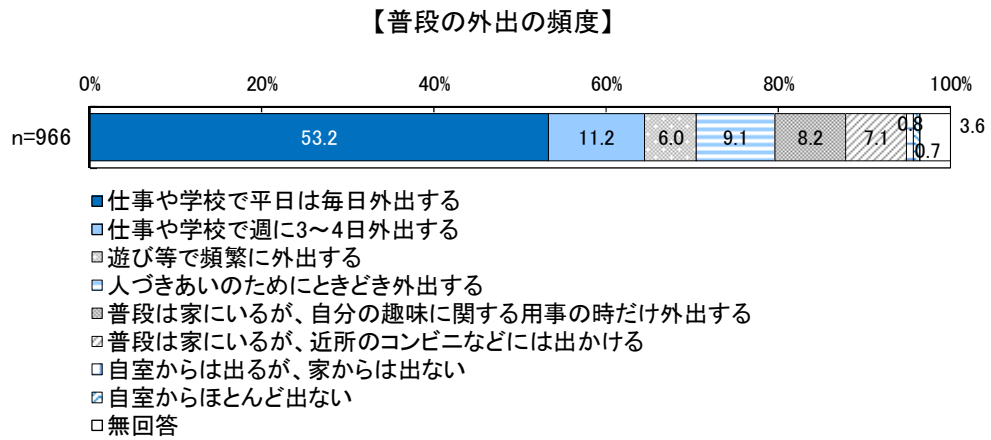
「家事をする」と回答した人の割合は、女性壮年期、高齢期で7割台となっている。

「インターネットをする」と回答した人の割合は、女性青年期で7割台となっている。

「新聞を読む」と回答した人の割合は、男女ともに高齢期で5割台となっている。

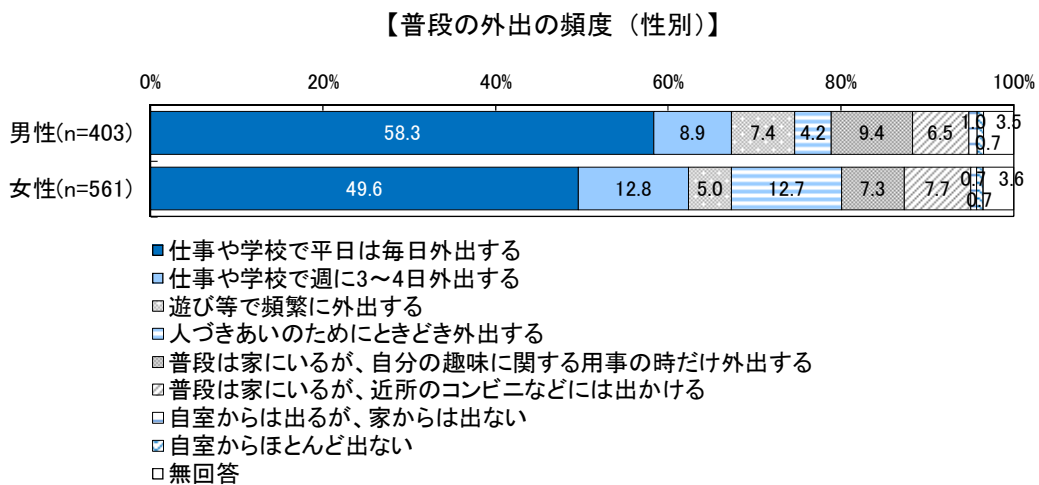
(2) 外出の頻度

問 30 普段どのくらい外出しますか。【○は1つ】



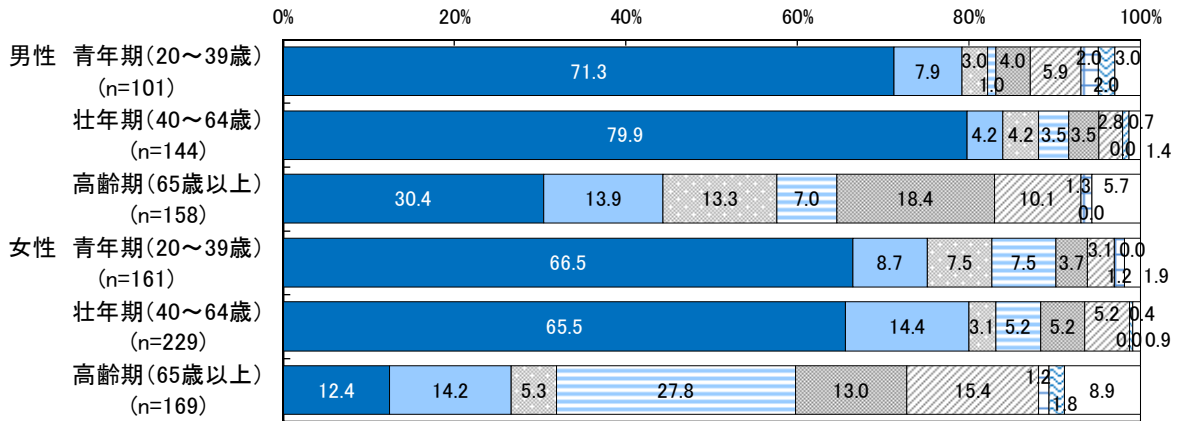
普段の外出の頻度について、「仕事や学校で平日は毎日外出する」と回答した人の割合が53.2%となっている。

また、「普段は家にいるが、自分の趣味に関する用事の時だけ外出する」、「普段は家にいるが、近所のコンビニなどには出かける」、「自室からは出るが、家からは出ない」、「自室からほとんど出ない」を合わせた外出の頻度の少ない人の割合が16.8%となっている。



性別にみると、「仕事や学校で平日は毎日外出する」と回答した人の割合は、男性で5割台となっている。

【普段の外出の頻度（性・年齢別）】



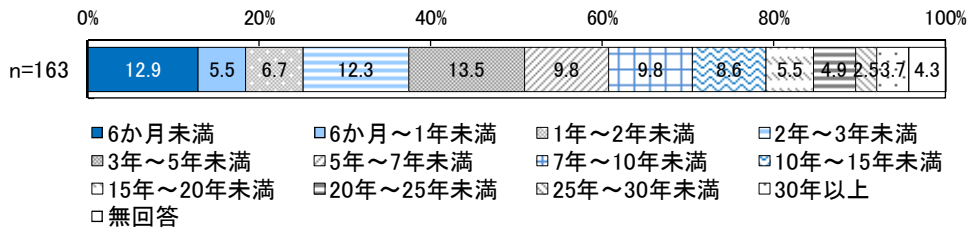
- 仕事や学校で平日は毎日外出する
- 仕事や学校で週に3~4日外出する
- 遊び等で頻繁に外出する
- 人づきあいのためにときどき外出する
- 普段は家にいるが、自分の趣味に関する用事の時だけ外出する
- 普段は家にいるが、近所のコンビニなどには出かける
- 自室からは出るが、家からは出ない
- 自室からほとんど出ない
- 無回答

性・年齢別にみると、「仕事や学校で平日は毎日外出する」と回答した人の割合は、男性壮年期で約8割となっている。

問 30 で⑤～⑧と回答した人のみ回答。

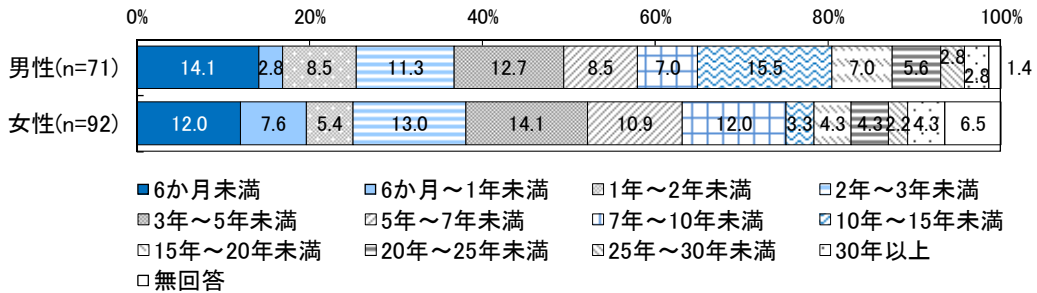
問 30-1 現在の状態となってどのくらい経ちますか。【〇は1つ】

【ほとんど家にいる状態になってからの期間】



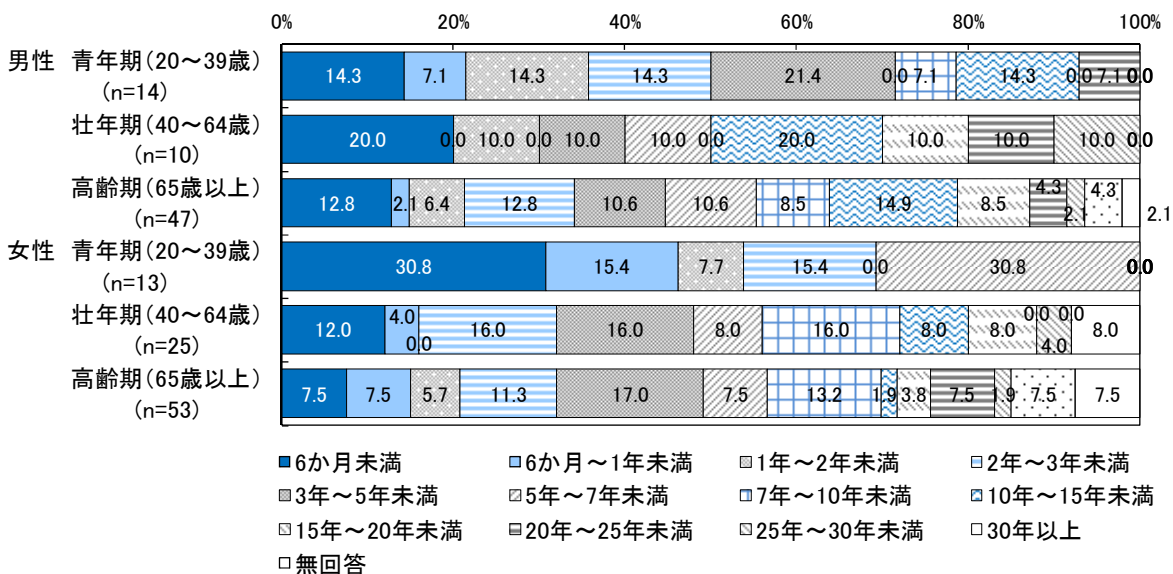
ほとんど家にいる状態になってからの期間について、「6か月未満」と回答した人の割合が12.9%、『6か月以上』と回答した人の割合が82.8%となっている。

【ほとんど家にいる状態になってからの期間（性別）】



性別にみると、『6か月以上』と回答した人の割合は、男女ともに8割台となっている。

【ほとんど家にいる状態になってからの期間（性・年齢別）】

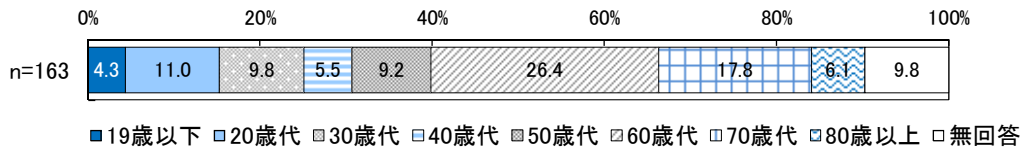


性・年齢別にみると、『6か月以上』と回答した人の割合は、男性青年期、高齢期、女性高齢期で8割台半ばとなっている。

問 30 で⑤～⑧と回答した人のみ回答。

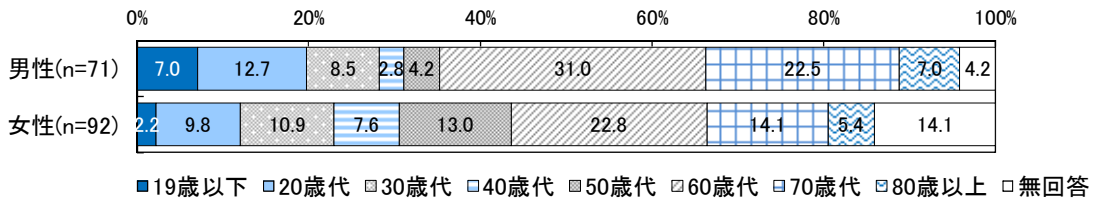
問 30-2 初めて現在の状態になったのは、あなたが何歳の頃ですか。

【ほとんど外出しなくなった年齢】



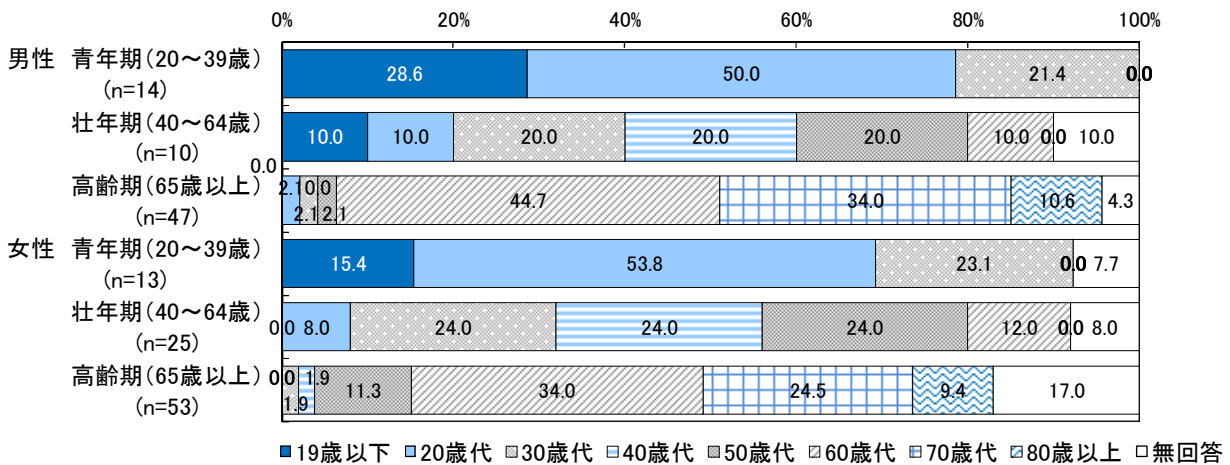
ほとんど外出しなくなった年齢について、「60歳代」と回答した人の割合が26.4%となっている。

【ほとんど外出しなくなった年齢（性別）】



性別にみると、「60歳代」と回答した人の割合は、男性で3割台となっている。

【ほとんど外出しなくなった年齢（性・年齢別）】

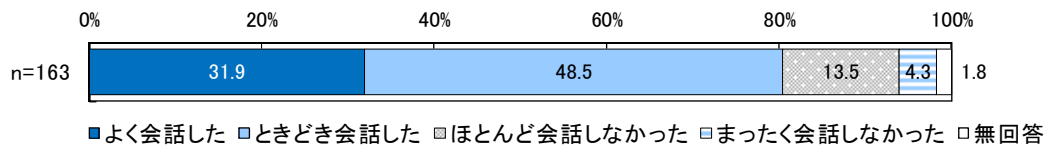


性・年齢別にみると、『60歳以上』と回答した人の割合は、男性高齢期で約9割となっている。

問 30 で⑤～⑧と回答した人のみ回答。

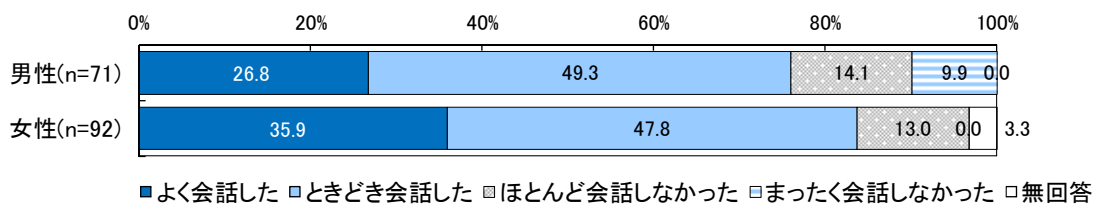
問 30-3 最近6か月間に家族以外の人と会話しましたか。【〇は1つ】

【最近6か月以内の家族以外の人との会話の有無】



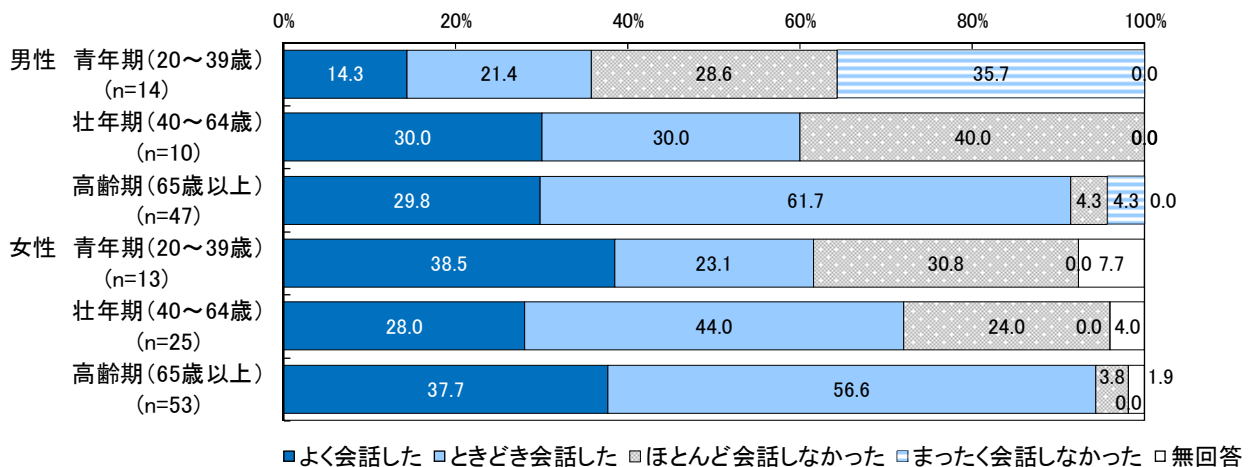
最近6か月以内の家族以外の人との会話の有無について、『会話した』（「よく会話した」＋「ときどき会話した」）と回答した人の割合が80.4%、『会話しなかった』（「まったく会話しなかった」＋「ほとんど会話しなかった」）と回答した人の割合が17.8%となっている。

【最近6か月以内の家族以外の人との会話の有無（性別）】



性別にみると、『会話した』と回答した人の割合は、女性で8割台となっている。

【最近6か月以内の家族以外の人との会話の有無（性・年齢別）】

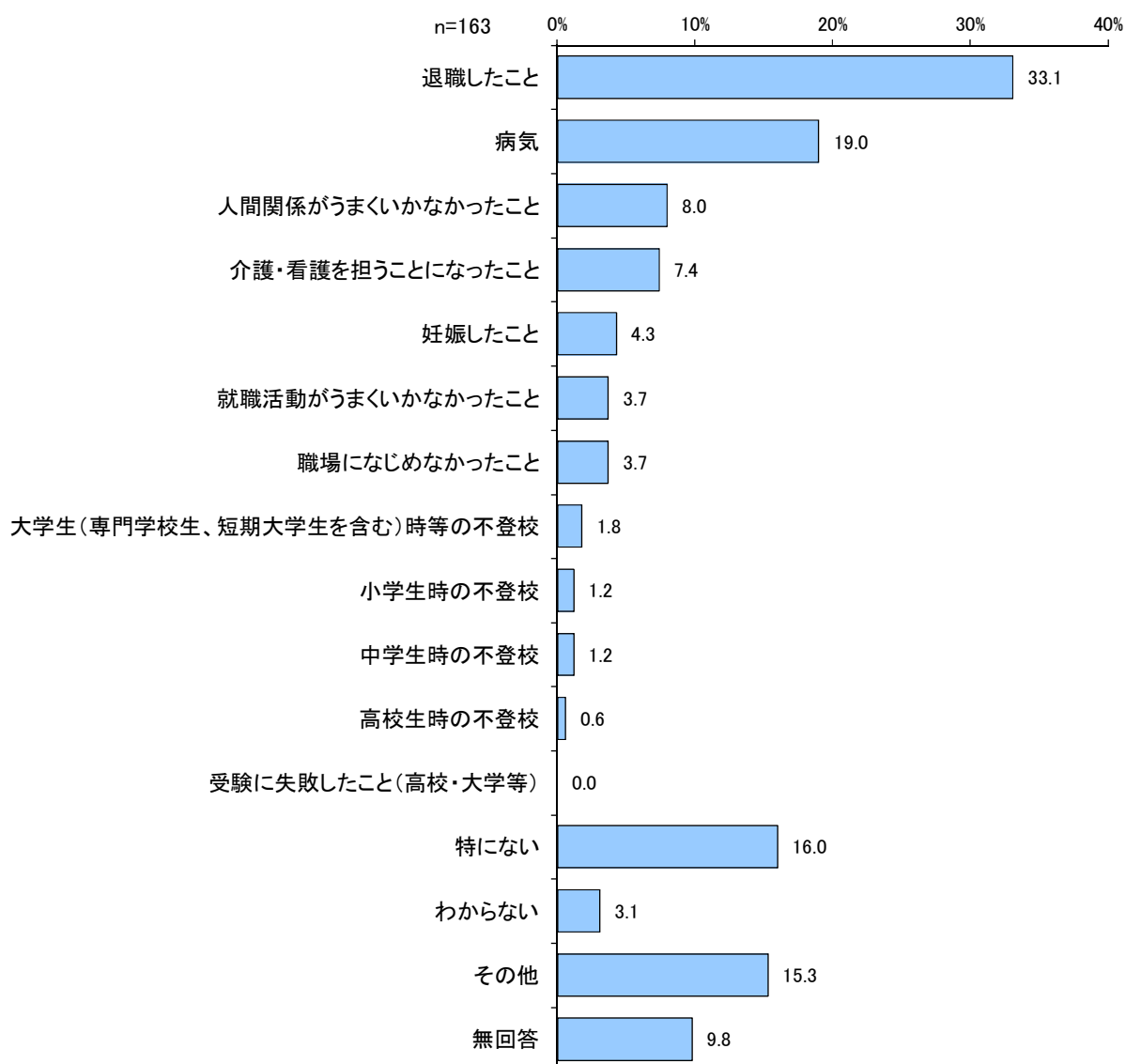


性・年齢別にみると、『会話した』と回答した人の割合は、男女ともに高齢期で9割台となっている。

問 30 で⑤～⑧と回答した人のみ回答。

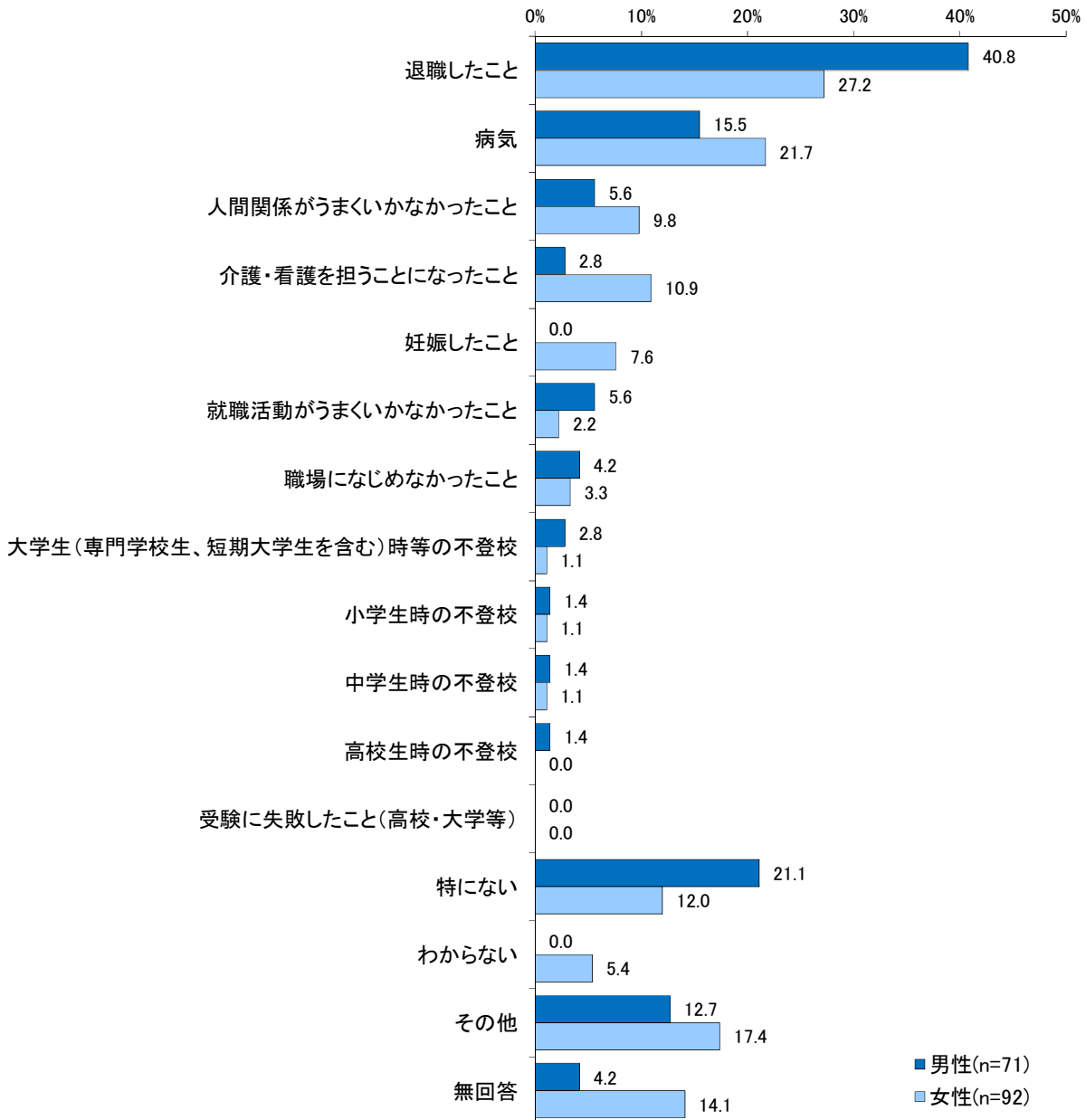
問 30-4 現在の状態になったきっかけは何ですか。【〇はあてはまるもの全て】

【ほとんど外出しなくなったきっかけ】



ほとんど外出しなくなったきっかけについて、「退職したこと」と回答した人の割合が 33.1% と最も高く、次いで「病気」(19.0%) となっている。

【ほとんど外出しなくなったきっかけ（性別）】



性別にみると、「退職したこと」と回答した人の割合は、男性で4割台となっている。
「病気」と回答した人の割合は、女性で2割台となっている。

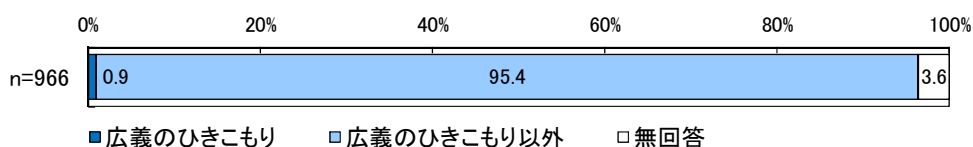
【ほとんど外出しなくなったきっかけ（性・年齢別）】

	回答数	退職したこと	病気	人間関係がうまくいかなかったこと	介護・看護を担うことになったこと	妊娠したこと	就職活動がうまくいかなかったこと	職場になじめなかったこと	大学生(専門学校生、短期大学生を含む)時等の不登校
男性 青年期(20～39歳)	14	-	7.1%	7.1%	7.1%	-	28.6%	7.1%	14.3%
壮年期(40～64歳)	10	20.0%	40.0%	30.0%	-	-	-	20.0%	-
高齢期(65歳以上)	47	57.4%	12.8%	-	2.1%	-	-	-	-
女性 青年期(20～39歳)	13	23.1%	15.4%	23.1%	7.7%	38.5%	15.4%	7.7%	7.7%
壮年期(40～64歳)	25	36.0%	24.0%	24.0%	20.0%	8.0%	-	8.0%	-
高齢期(65歳以上)	53	24.5%	22.6%	-	7.5%	-	-	-	-

	回答数	小学生時の不登校	中学生時の不登校	高校生時の不登校	受験に失敗したこと(高校・大学等)	特にない	わからない	その他	無回答
男性 青年期(20～39歳)	14	7.1%	7.1%	7.1%	-	21.4%	-	28.6%	-
壮年期(40～64歳)	10	-	-	-	-	20.0%	-	20.0%	-
高齢期(65歳以上)	47	-	-	-	-	21.3%	-	6.4%	6.4%
女性 青年期(20～39歳)	13	7.7%	-	-	-	-	7.7%	23.1%	7.7%
壮年期(40～64歳)	25	-	4.0%	-	-	12.0%	4.0%	20.0%	-
高齢期(65歳以上)	53	-	-	-	-	15.1%	5.7%	15.1%	20.8%

性・年齢別にみると、「退職したこと」と回答した人の割合は、男性高齢期で5割台となっている。

【ひきこもりの状況】



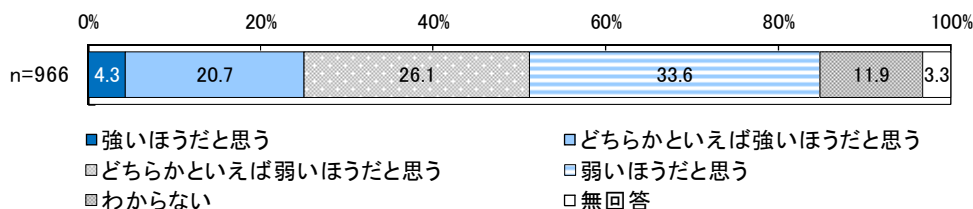
ひきこもりの状況について、「広義のひきこもり」に該当する人の割合が0.9%となっている。

11 地域のつながり

(1) 地域の人とのつながりの程度

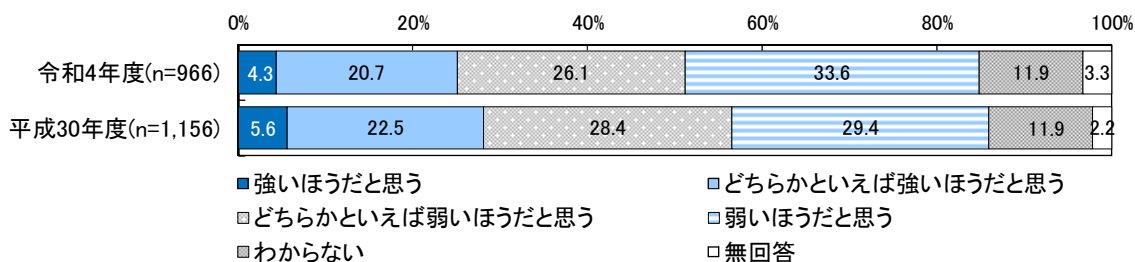
問 31 あなたは、自分と地域の人とのつながりについてどう思いますか。【〇は1つ】

【地域の人とのつながりの程度】



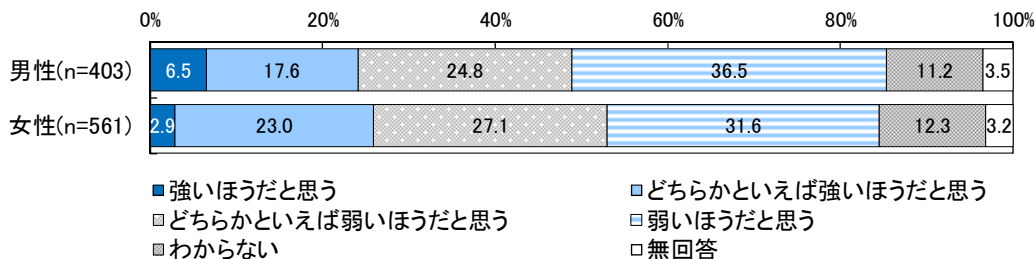
地域の人とのつながりの程度について、『強いほうだと思う』（「強いほうだと思う」＋「どちらかといえば強いほうだと思う」）と回答した人の割合が25.0%、『弱いほうだと思う』（「弱いほうだと思う」＋「どちらかといえば弱いほうだと思う」）と回答した人の割合が59.7%となっている。

【地域の人とのつながりの程度（前回調査結果との比較）】



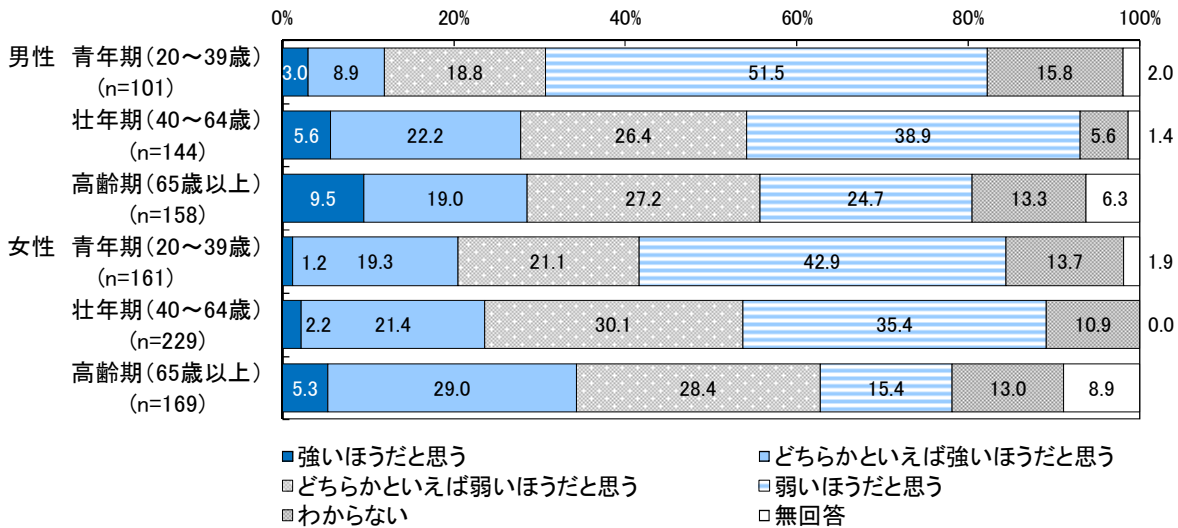
前回調査結果と比較すると、『強いほうだと思う』と回答した人の割合は、大きな変化はみられない。

【地域の人とのつながりの程度（性別）】



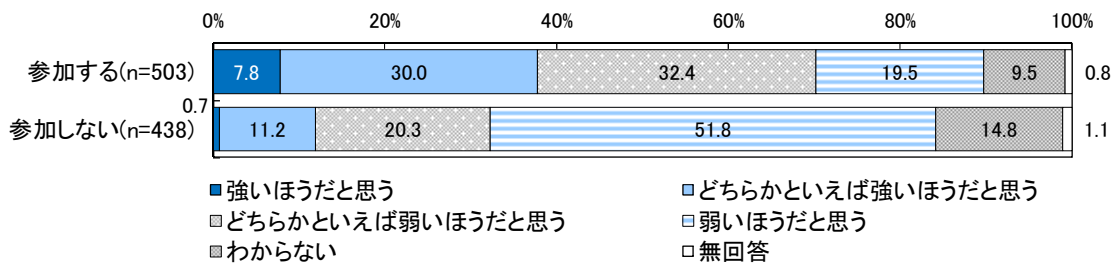
性別にみると、『強いほうだと思う』と回答した人の割合は、男女ともに2割台となっている。

【地域の人とのつながりの程度（性・年齢別）】



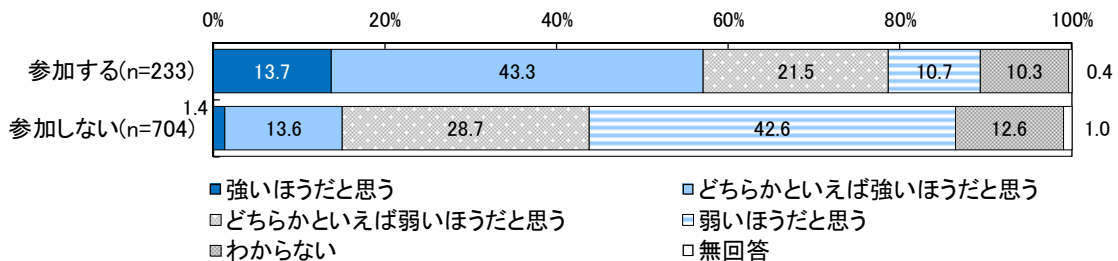
性・年齢別にみると、『強いほうだと思う』と回答した人の割合は、女性高齢期で3割台となっている。

【地域の人とのつながりの程度（自治会・校区活動への参加状況別）】



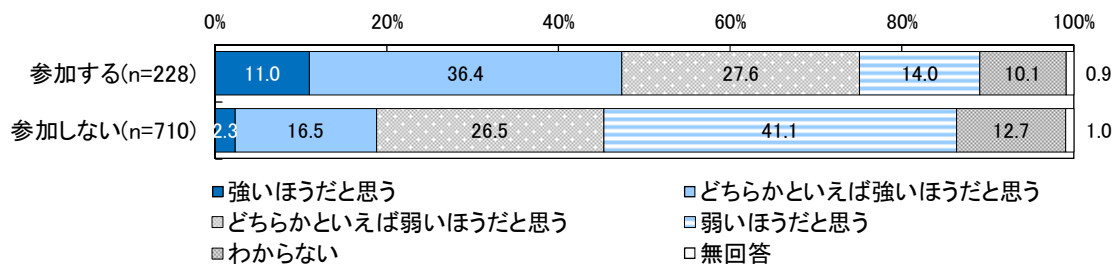
自治体・校区活動への参加状況別にみると、『強いほうだと思う』と回答した人の割合は、自治体・校区活動へ参加する人で3割台となっている。

【地域の人とのつながりの程度（ボランティア・奉仕活動への参加状況別）】



ボランティア・奉仕活動への参加状況別にみると、『強いほうだと思う』と回答した人の割合は、ボランティア・奉仕活動へ参加する人で5割台となっている。

【地域の人とのつながりの程度（趣味やサークルの集いへの参加状況別）】



趣味やサークルの集いへの参加状況別にみると、『強いほうだと思う』と回答した人の割合は、趣味やサークルの集いへ参加する人で4割台となっている。

【評価指標】

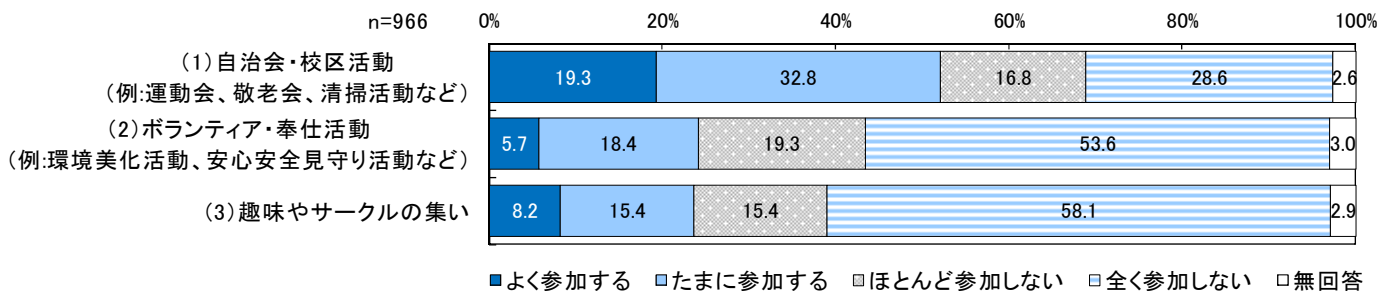
	平成 30 年度	目標値	令和 4 年度
自分と地域の人とのつながりが強いと感じている市民の割合	28.1%	31.0%	25.0%

自分と地域の人とのつながりが強いと感じている人の割合は、目標値に達していない。

(2) 地域活動への参加状況

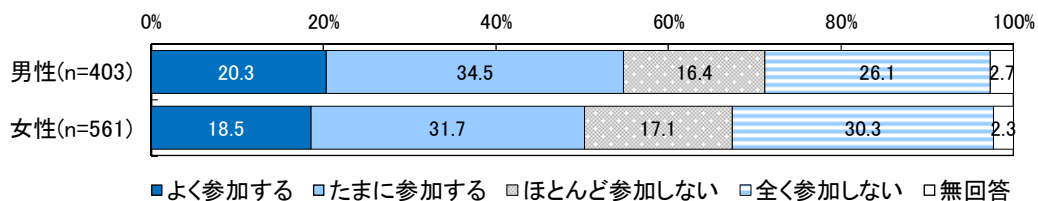
問 32 あなたは、地域活動に参加していますか。【〇は1つ】

【地域活動への参加状況】



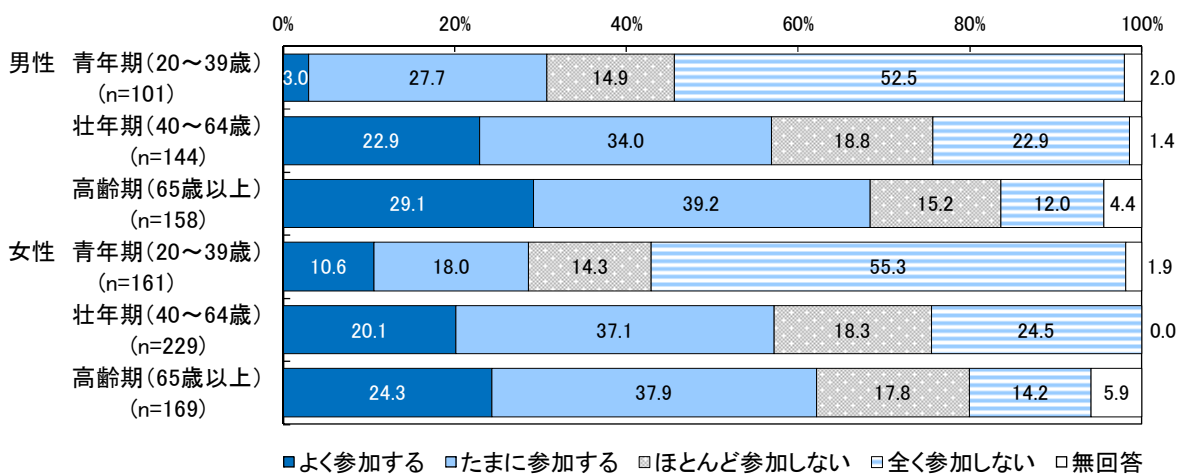
地域活動への参加状況について、『参加する』（「よく参加する」＋「たまに参加する」）と回答した人の割合は「自治会・校区活動（例：運動会、敬老会、清掃活動など）」の項目で52.1%となっている。

【自治会・校区活動（性別）】



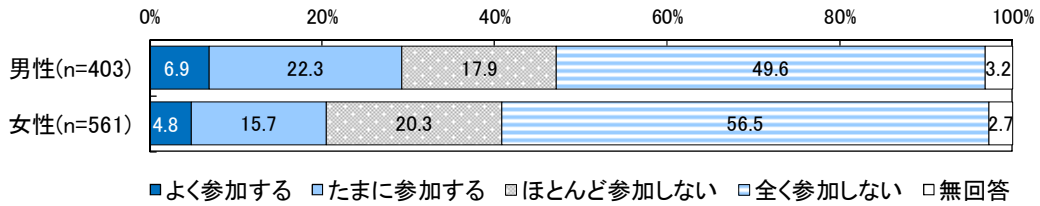
自治会・校区活動について、性別にみると、『参加する』と回答した人の割合は、男女ともに5割台となっている。

【自治会・校区活動（性・年齢別）】



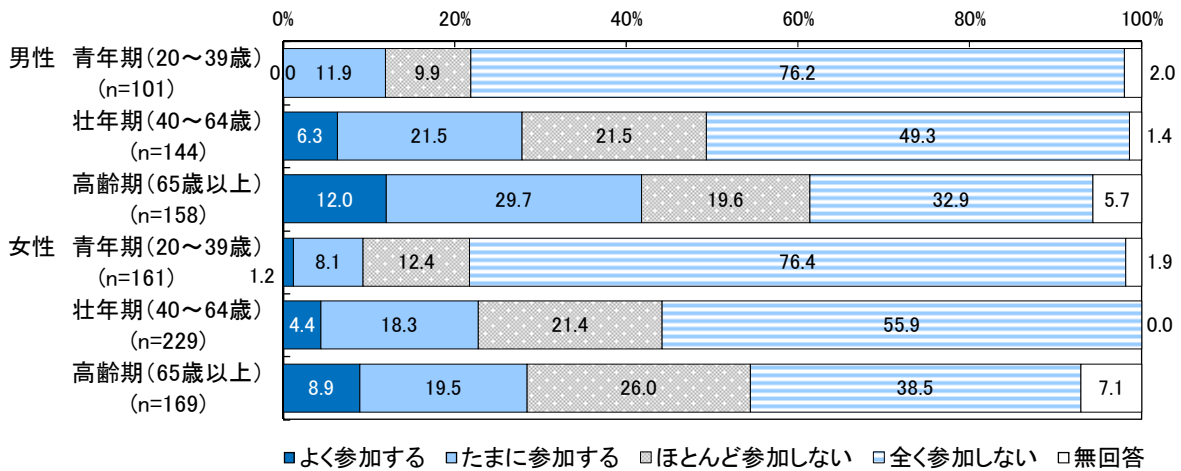
性・年齢別にみると、『参加する』と回答した人の割合は、男女ともに高齢期で6割台となっている。

【ボランティア・奉仕活動（性別）】



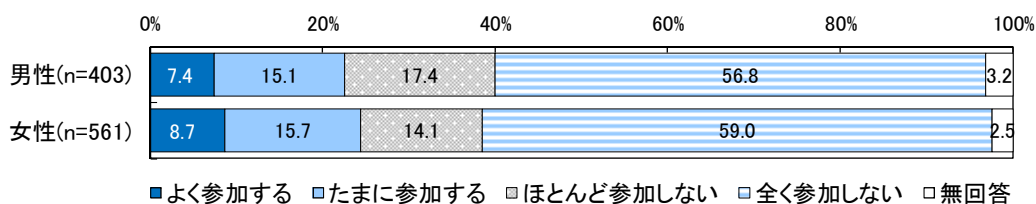
ボランティア・奉仕活動について、性別にみると、『参加する』と回答した人の割合は、男性で約3割となっている。

【ボランティア・奉仕活動（性・年齢別）】



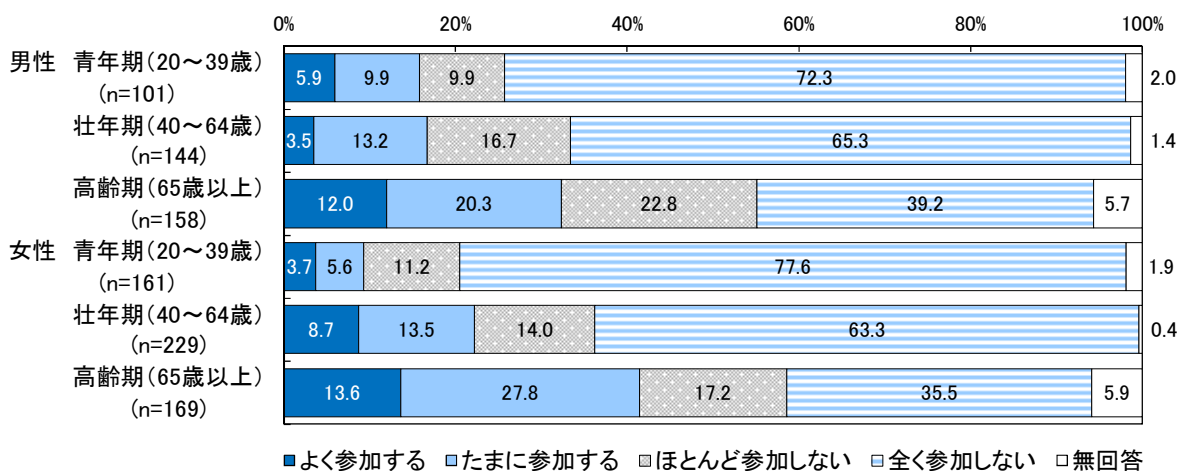
性・年齢別にみると、『参加する』と回答した人の割合は、男性高齢期で4割台となっている。

【趣味やサークルの集い（性別）】



趣味やサークルの集いについて、性別にみると、『参加する』と回答した人の割合は、男女ともに2割台となっている。

【趣味やサークルの集い（性・年齢別）】

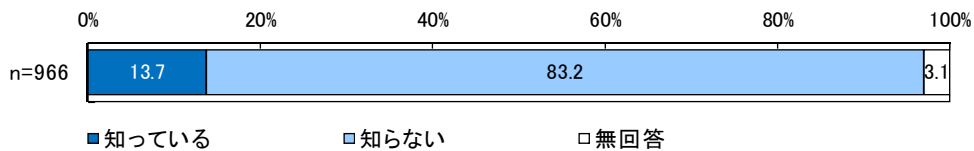


性・年齢別にみると、『参加する』と回答した人の割合は、女性高齢期で4割台となっている。

(3) 市民部会（地域部会）の活動の認知度

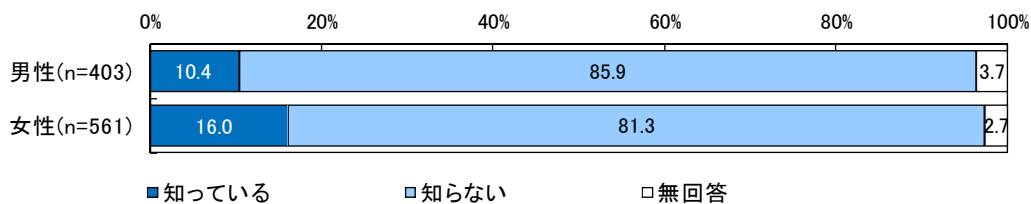
問 33 岩国市健康づくり計画では、市民団体と協働し、健康づくりを各地域で推進していますが、「市民部会（地域部会）」の活動を知っていますか。【〇は1つ】

【市民部会（地域部会）の活動の認知度】



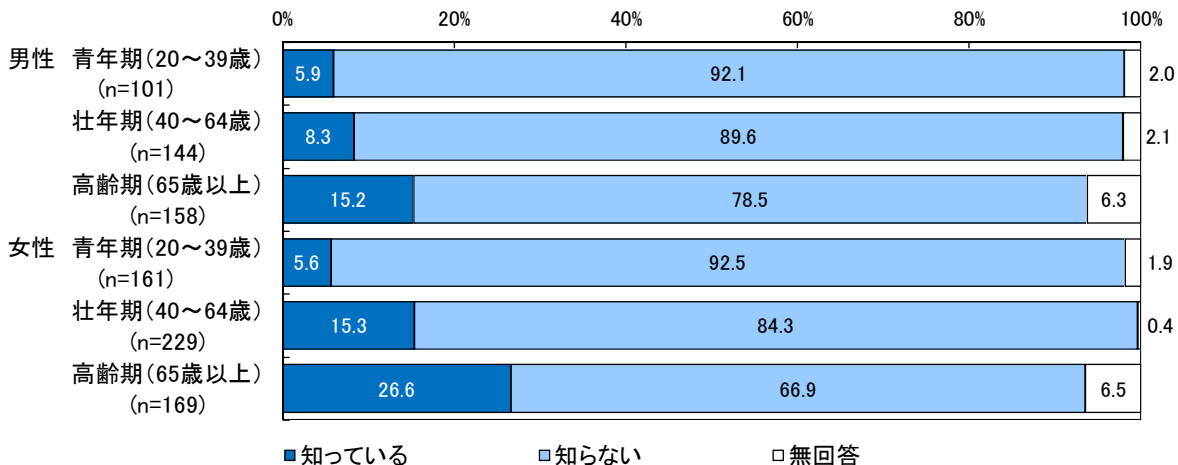
市民部会（地域部会）の活動の認知度について、「知っている」と回答した人の割合が13.7%、「知らない」と回答した人の割合が83.2%となっている。

【市民部会（地域部会）の活動の認知度（性別）】



性別にみると、「知っている」と回答した人の割合は、女性で1割台後半となっている。

【市民部会（地域部会）の活動の認知度（性・年齢別）】

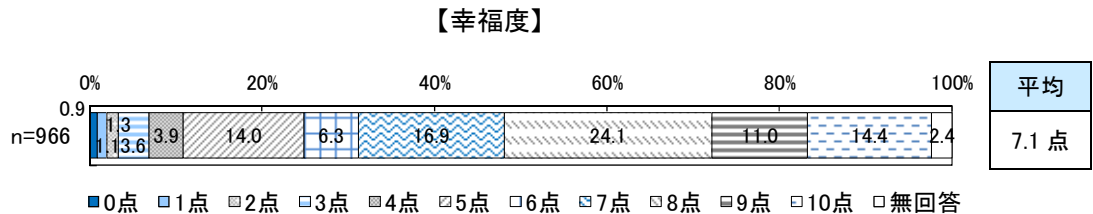


性・年齢別にみると、「知っている」と回答した人の割合は、女性高齢期で2割台となっている。

12 健康全般

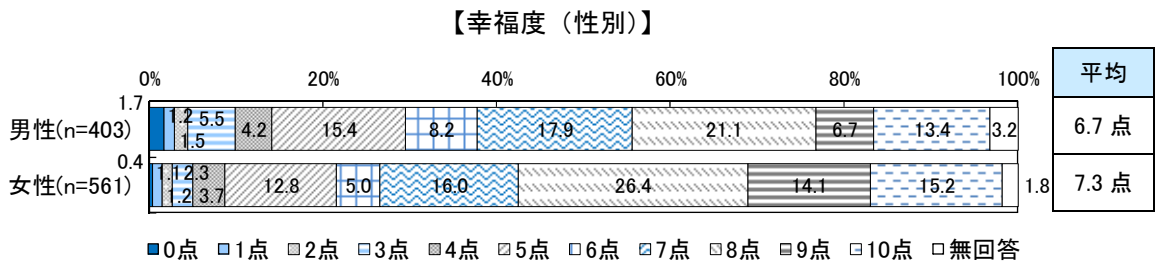
(1) 幸福度

問 34 現在、あなたはどの程度幸せですか。「とても幸せ」を10点、「とても不幸」を0点とすると、何点くらいになると思いますか。【いずれかの点数を1つだけ選んで○】

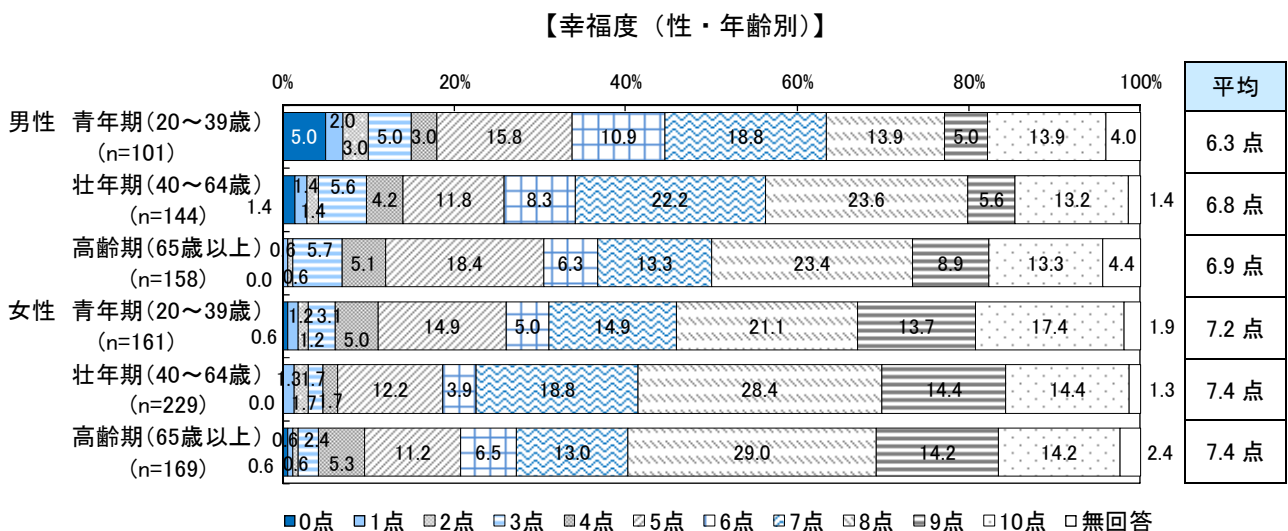


幸福度について、「10点」と回答した人の割合が14.4%、「9点」と回答した人の割合が11.0%、平均点は7.1点となっている。

また、『5点未満』と回答した人の割合が10.8%となっている。

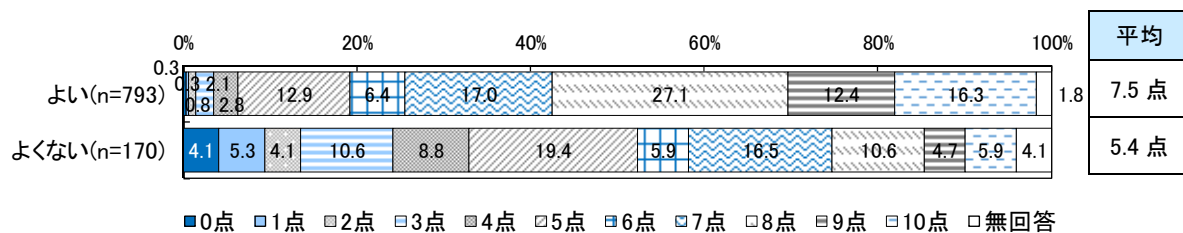


性別にみると、『5点未満』と回答した人の割合は、男性で1割台となっている。



性・年齢別にみると、『5点未満』と回答した人の割合は、男性青年期で1割台後半となっている。

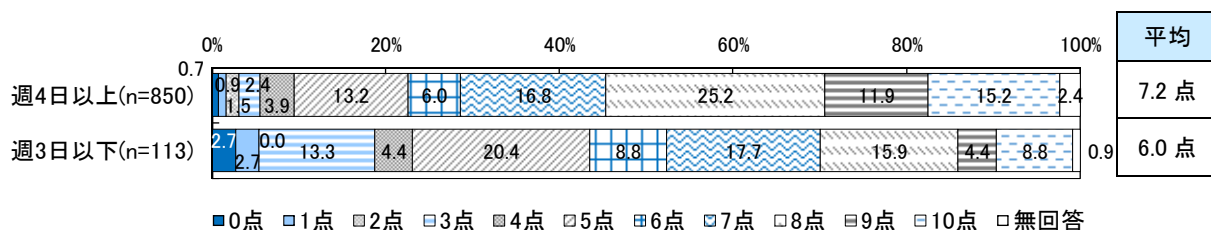
【幸福度（主観的健康感別）】



主観的健康感別にみると、『5点未満』と回答した人の割合は、健康状態がよくない人で3割台となっている。

また、健康状態がよい人は、よくない人よりも平均点が高くなっている。

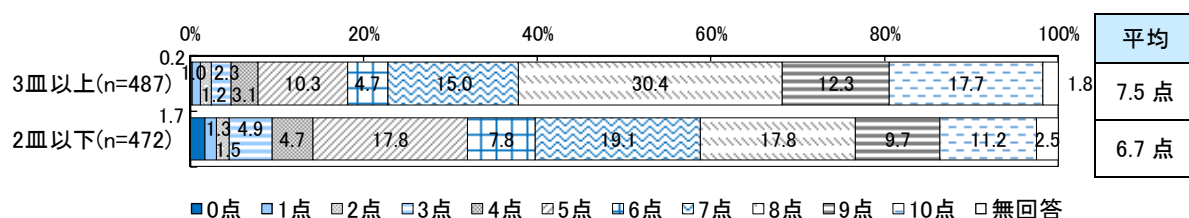
【幸福度（朝食の摂取状況別）】



朝食の摂取状況別にみると、『5点未満』と回答した人の割合は、朝食を週3日以下しか食べていない人で2割台となっている。

また、朝食を週4日以上食べている人は、週3日以下しか食べていない人よりも平均点が高くなっている。

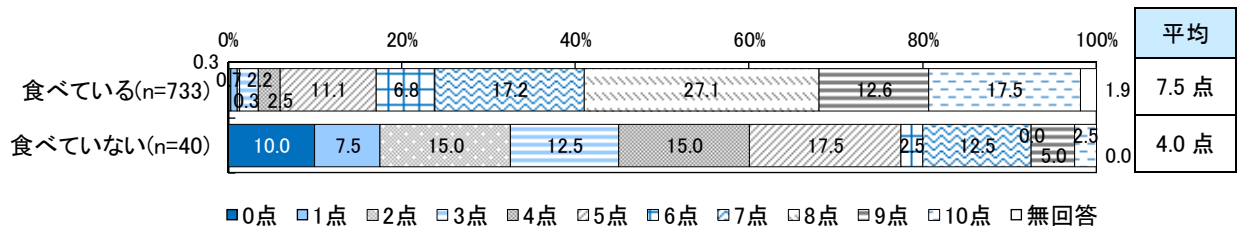
【幸福度（1日に食べる野菜料理の量別）】



1日に食べる野菜料理の量別にみると、『5点未満』と回答した人の割合は、1日に野菜料理を2皿以下しか食べていない人で1割台となっている。

また、1日に野菜料理を3皿以上食べている人は、2皿以下しか食べていない人よりも平均点が高くなっている。

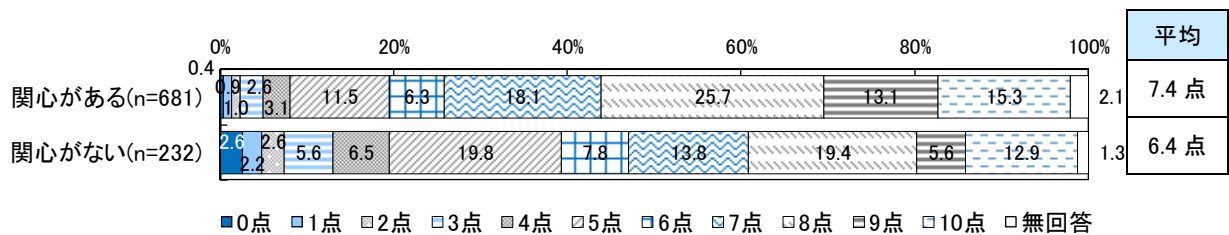
【幸福度（食事をたのしく・おいしく食べているか別）】



食事をたのしく・おいしく食べているか別にみると、『5点未満』と回答した人の割合は、食事をたのしく・おいしく食べていない人で6割となっている。

また、食事をたのしく・おいしく食べている人は、食べていない人よりも平均点が高くなっている。

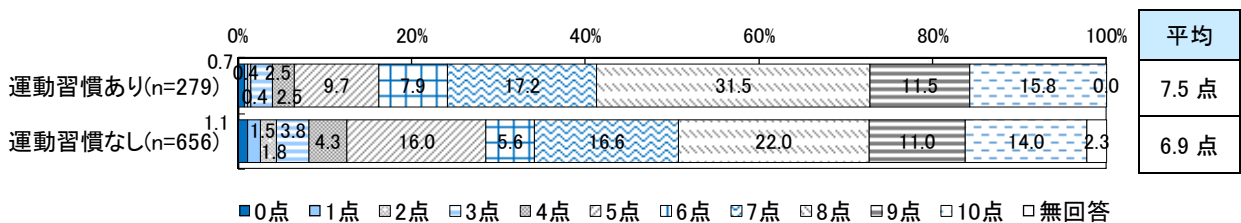
【幸福度（食育への関心度別）】



食育への関心度別にみると、『5点未満』と回答した人の割合は、食育への関心がない人で約2割となっている。

また、食育への関心がある人は、ない人よりも平均点が高くなっている。

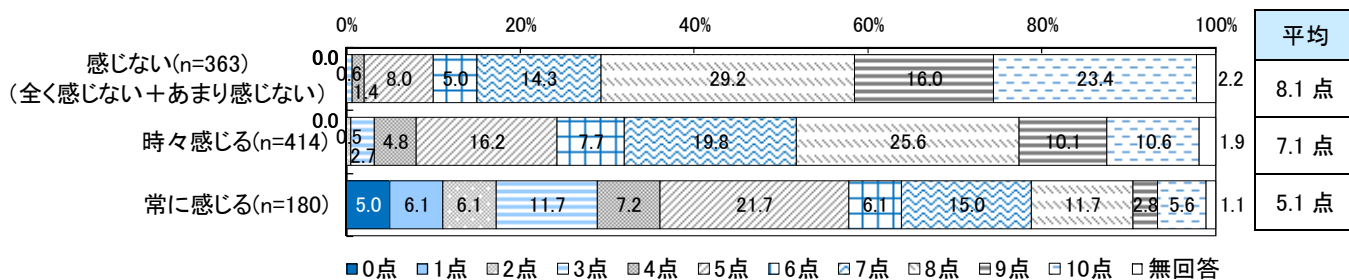
【幸福度（運動習慣の有無別）】



運動習慣の有無別にみると、『5点未満』と回答した人の割合は、運動習慣がない人で1割台となっている。

また、運動習慣がある人は、ない人よりも平均点が高くなっている。

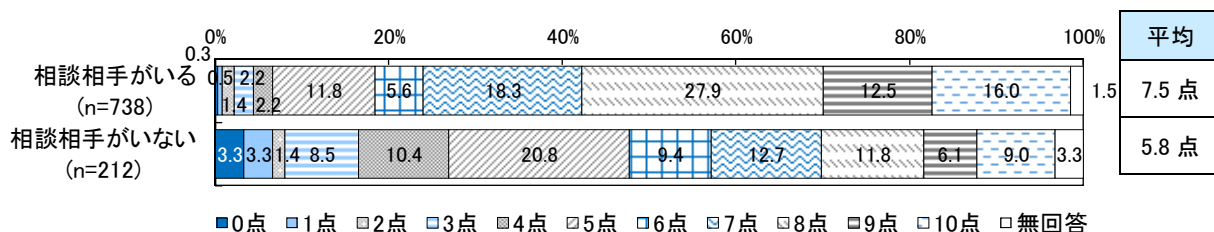
【幸福度（心の悩みやストレスの程度別）】



心の悩みやストレスの程度別にみると、『5点未満』と回答した人の割合は、ストレスを常に感じている人で3割台となっている。

また、ストレスを感じる頻度が少ないほど平均点が高くなっている。

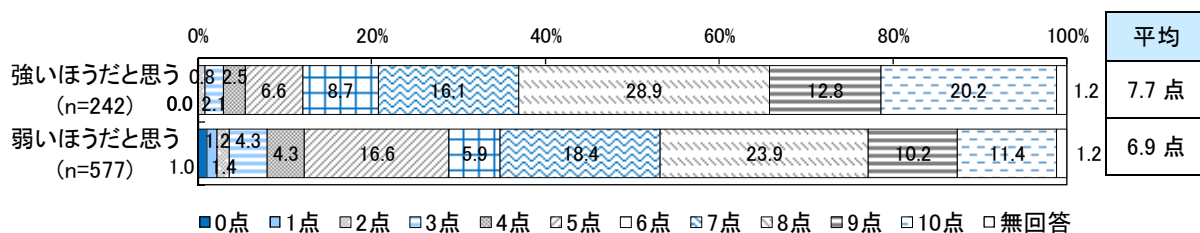
【幸福度（相談相手の有無別）】



相談相手の有無別にみると、『5点未満』と回答した人の割合は、相談相手がない人で2割台となっている。

また、相談相手がいる人は、いない人よりも平均点が高くなっている。

【幸福度（地域の人とのつながりの程度別）】



地域の人とのつながりの程度別にみると、『5点未満』と回答した人の割合は、地域の人とのつながりが弱いほうだと思う人で1割台となっている。

また、地域の人とのつながりが強いほうだと思う人は、弱いほうだと思う人よりも平均点が高くなっている。