

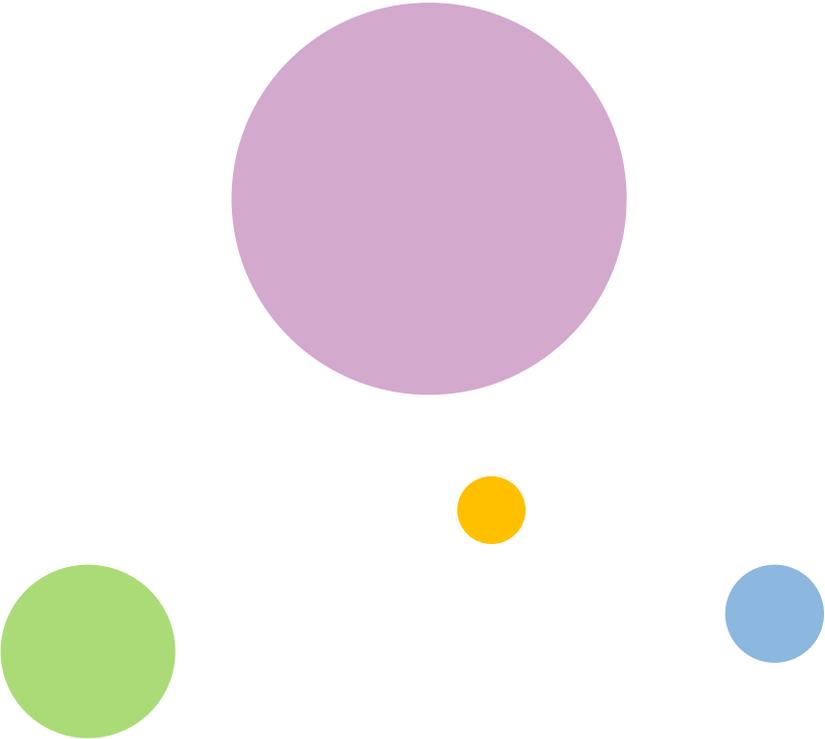
# 長久手市 健康づくり計画 (第2次)

平成26年3月

長久手市  
NAGAKUTE CITY

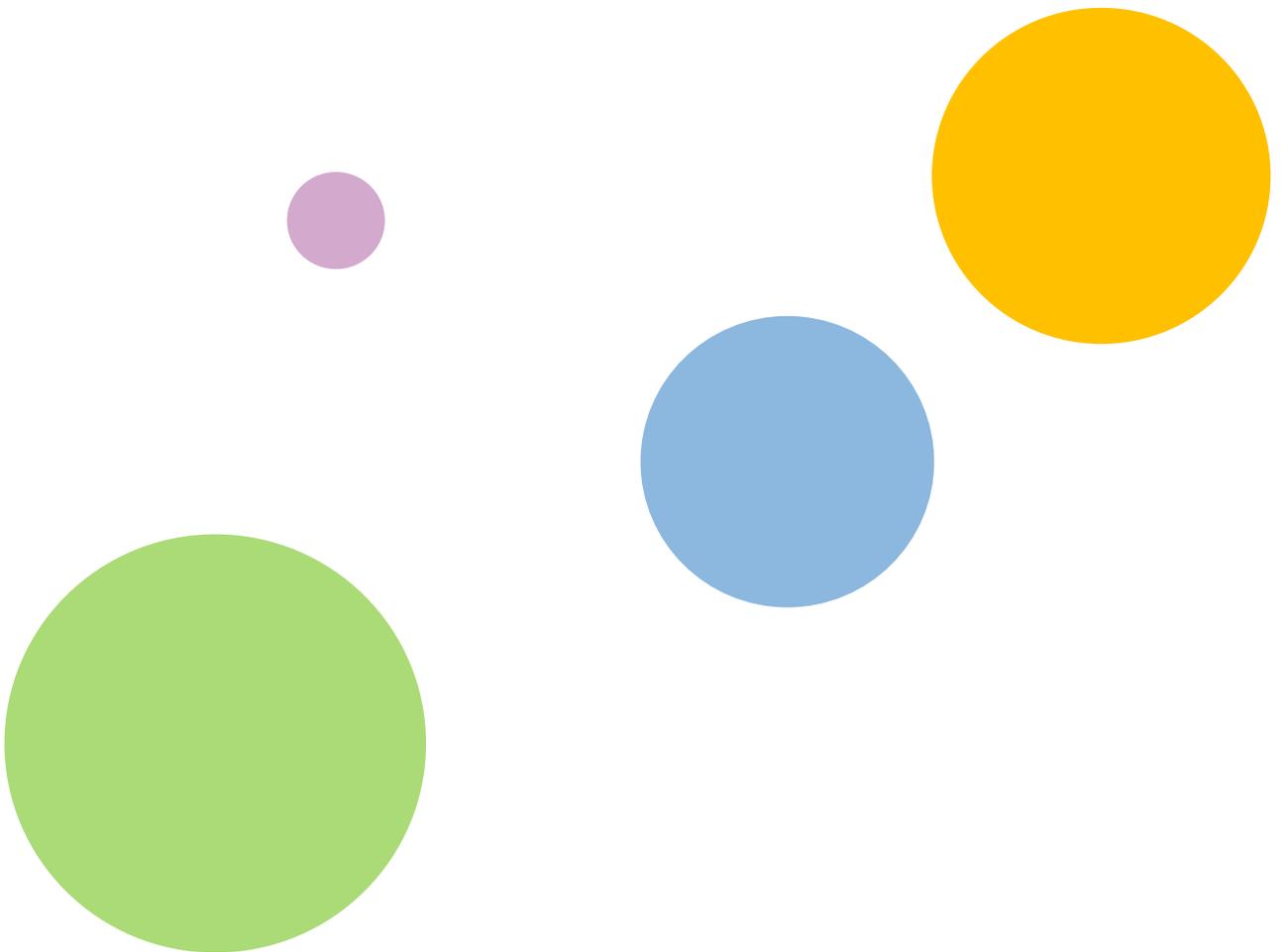
## 【目次】

第1章 計画策定にあたって.....	1
1. 計画策定の背景.....	2
2. 計画策定の趣旨.....	3
3. 計画の位置づけ.....	4
4. 計画の期間.....	4
第2章 長久手市の現況と課題.....	5
1. 長久手市の現況.....	6
2. 第1次計画の最終評価.....	17
第3章 基本的な考え方.....	19
1. 計画の方向性と基本目標.....	20
2. 施策の体系.....	23
第4章 領域別の課題と方向性.....	25
1. 食事.....	26
2. 運動.....	29
3. 歯の健康.....	32
4. たばこ・アルコール.....	35
5. こころ.....	38
6. 健康管理.....	42
第5章 計画の推進.....	47
1. 計画の推進.....	48
2. 今後の方向性一覧.....	49
資料編.....	51
1. 策定経緯.....	52
2. 規則・要綱.....	53
3. 委員名簿.....	57
4. アンケート調査.....	58



# 第1章 計画策定にあたって

---



# 1. 計画策定の背景

---

少子高齢化の進行とともに、悪性新生物、心疾患、脳血管疾患、糖尿病等の生活習慣病が増加するなか、国においては、平成 12 年に第 3 次国民健康づくり対策として、「21 世紀における国民健康づくり運動(健康日本 2 1)」が示され、平成 15 年には、その法的な裏づけとなる「健康増進法」が施行されて、一次予防の重視や健康づくり支援のための環境支援などを中心に健康づくりが推進されました。

そして、平成 24 年 7 月には、すべての国民が共に支え合い健康で幸せに暮らせる社会をめざして、「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針」が全部改正され、平成 25 年度から平成 34 年度までの具体的な計画である「21 世紀における第 2 次国民健康づくり運動(健康日本 2 1(第 2 次))」が示されました。この中では、健康寿命の延伸と健康格差の縮小の実現を目指し、生活習慣病の発症予防や重症化の予防、生活習慣の改善、社会環境の整備を社会全体で取り組むことなどが示されています。

また、愛知県においては、県民が「長生きしてよかったと思えるあいちづくり」を目指し平成 18 年 3 月に「健康長寿あいち宣言」が発表され、平成 25 年 3 月には、国の「健康日本 2 1(第 2 次)」の考え方を取り入れた「健康日本 2 1 あいち新計画」が策定されました。「健康長寿あいちの実現」に向けて、新たな健康づくりの取組が推進されています。

## 2. 計画策定の趣旨

---

本市においては、平成 16 年 3 月に、健康増進法に基づいて健康づくり計画「元気になりゃあせながくて 21 計画」を策定しました。さまざまな健康課題を踏まえ、「一次予防の重視」「住民主体の健康づくり」「健康づくりを行う環境整備」を基本理念として、「食事」「運動」「歯の健康」「たばこ」「元気・こころ」の 5 つの課題について、市民一人ひとりが行う健康づくりの取組の方向を示し、推進してきました。

また、平成 25 年 7 月には、健康都市をめざしてさらに健康づくりの取組を推進することを目的として、「健康都市連合\*1」及び「健康都市連合日本支部\*2」に加盟しました。これらは、都市に住む人の健康を守り、生活の質を向上させることを目的とした国際的なネットワークであり、加盟都市との情報交換などを積極的に行いながら、健康づくりを推進していきたいと考えています。

第 1 次計画から 10 年を経た平成 25 年度には、計画の最終評価を行い、課題を明らかにしました。そして、平成 26 年度からの市民の健康づくりを総合的かつ効果的に推進する指針として、国の基本的な方向性を踏まえ、「長久手市健康づくり計画（第 2 次）」を策定しました。

### \*1：健康都市連合

都市に住む人の健康を守り生活の質を向上させるため、都市のネットワークを広げることで各都市の経験を生かしながら、国際的な協働を通して健康都市の発展のための知識や技術を開発することを目的とした組織。2003 年創設。

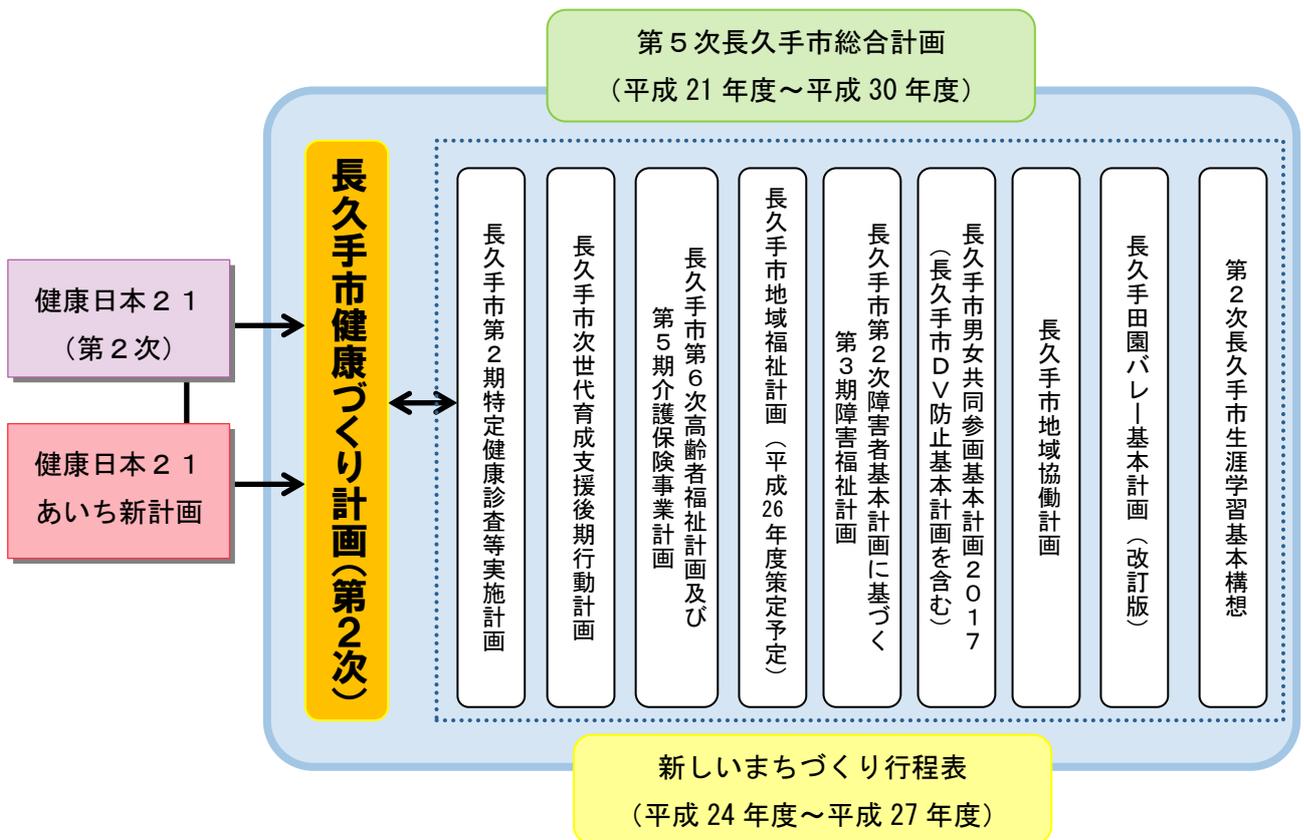
### \*2：健康都市連合日本支部

健康都市に関する情報を広く提供するとともに、健康都市に賛同する都市等のネットワークを構築することにより、日本における各都市の地域特性に応じた健康都市の実現に起訴することを目的とした組織。2005 年発足。

### 3. 計画の位置づけ

本計画は、健康増進法第8条第2項に基づく、市町村健康増進計画に位置づけるとともに、国の「健康日本21（第2次）」、県の「健康日本21 あいち新計画」を踏まえ策定します。

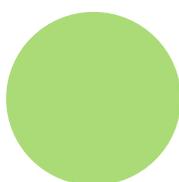
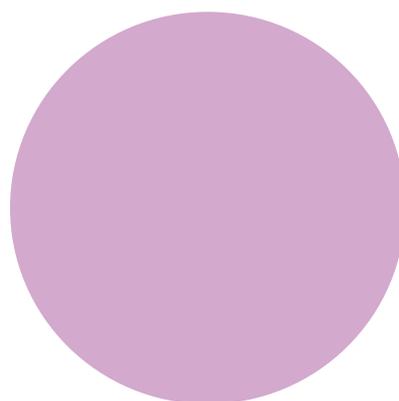
また、第5次長久手市総合計画を上位計画とし、関連する本市の分野別計画との整合性を図り、「日本一の福祉のまち」を目標に掲げ、まちづくりの基本的な方向性を定めた「新しいまちづくり行程表（平成24～27年度）」を踏まえて策定します。



### 4. 計画の期間

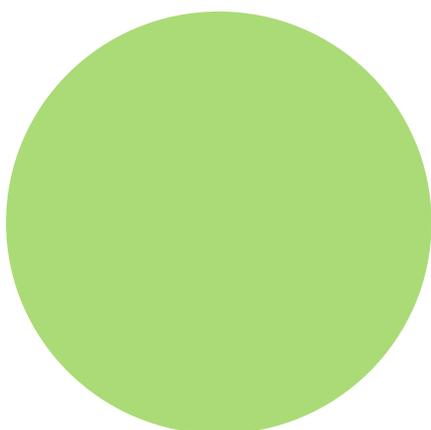
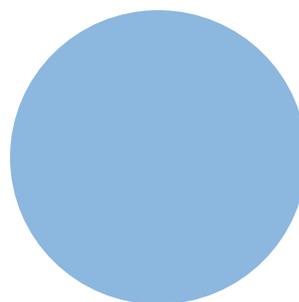
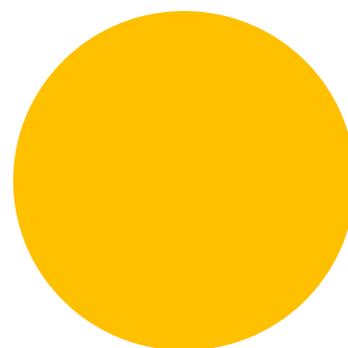
本計画は、平成26年度から平成35年度までの10年間を計画期間とし、5年を経過した平成30年度に計画の中間評価を行い、必要に応じて内容の見直しを行います。また、平成35年度には最終評価を行い、次期計画に向けた検討を行います。

ただし、国・県の状況や市民ニーズの変化などを勘案し、必要に応じて見直すこととします。



## 第2章 長久手市の現況と課題

---



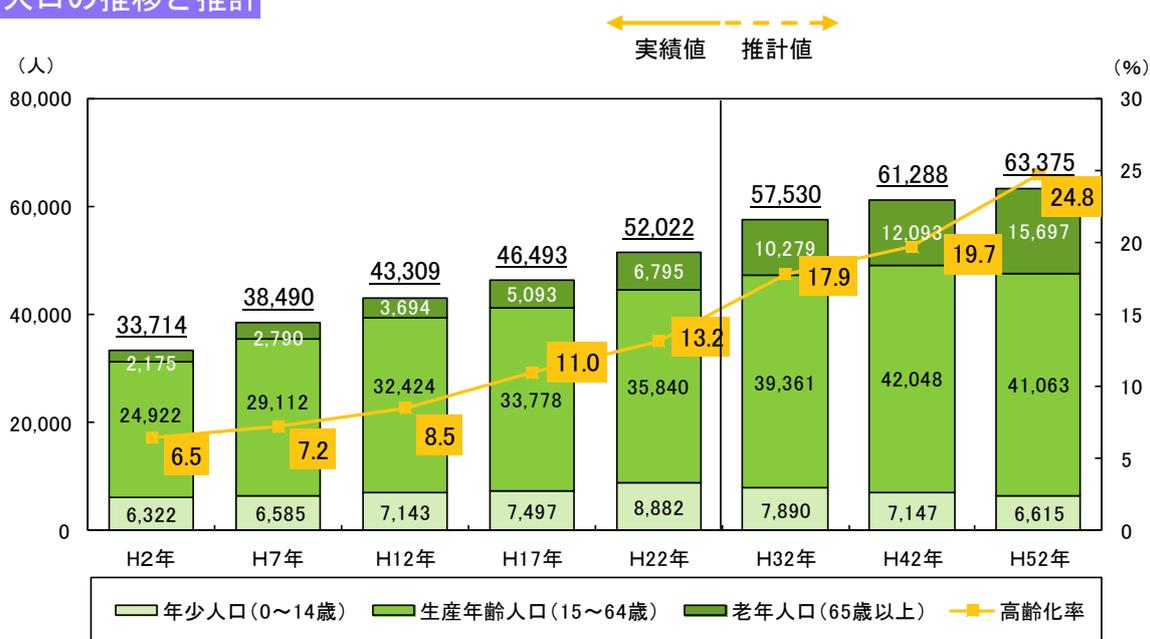
# 1. 長久手市の現況

## (1) 人口の状況

全国的に少子高齢化、人口減少が進むなか、本市は今後もさらなる人口の増加が予想されています。平成17年から22年までの人口増減率順位は、全国11位となっています\*1。平成22年からの30年間で人口が増加する自治体は全国で5%に満たないと予測されている中、本市は人口増加が見込まれており、平成22年比の人口指数122.2は全国5位（県内1位）の値です\*2。

高齢化率は、国・県に比べて低い水準にあります。本市においても今後は確実に高くなっていくことが予想されています。また、高齢者人口は、平成22年からの30年間で2倍以上となり、平成22年比の高齢者人口指数246.5は全国4位（県内1位）と予測されています\*2。

### ■人口の推移と推計



資料：国勢調査、長久手市将来人口推計（平成24年度改訂版）

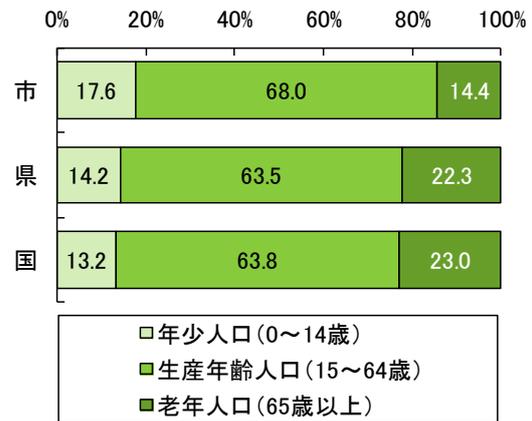
\*1：出典 国勢調査（平成22年）

\*2：出典 長久手市企画部企画政策課「日本の地域別将来推計人口からみる長久手市の状況」（平成25年4月）

### ■年齢3区分人口の割合

本市は、年少人口割合、生産年齢人口割合ともに県内1位となっています。高齢化率は14.4%で、県内他市町に比し低くなっています。

また、平成25年10月1日現在の平均年齢は38.3歳で、県内1位となっています(県平均43.8歳)<sup>\*3</sup>。



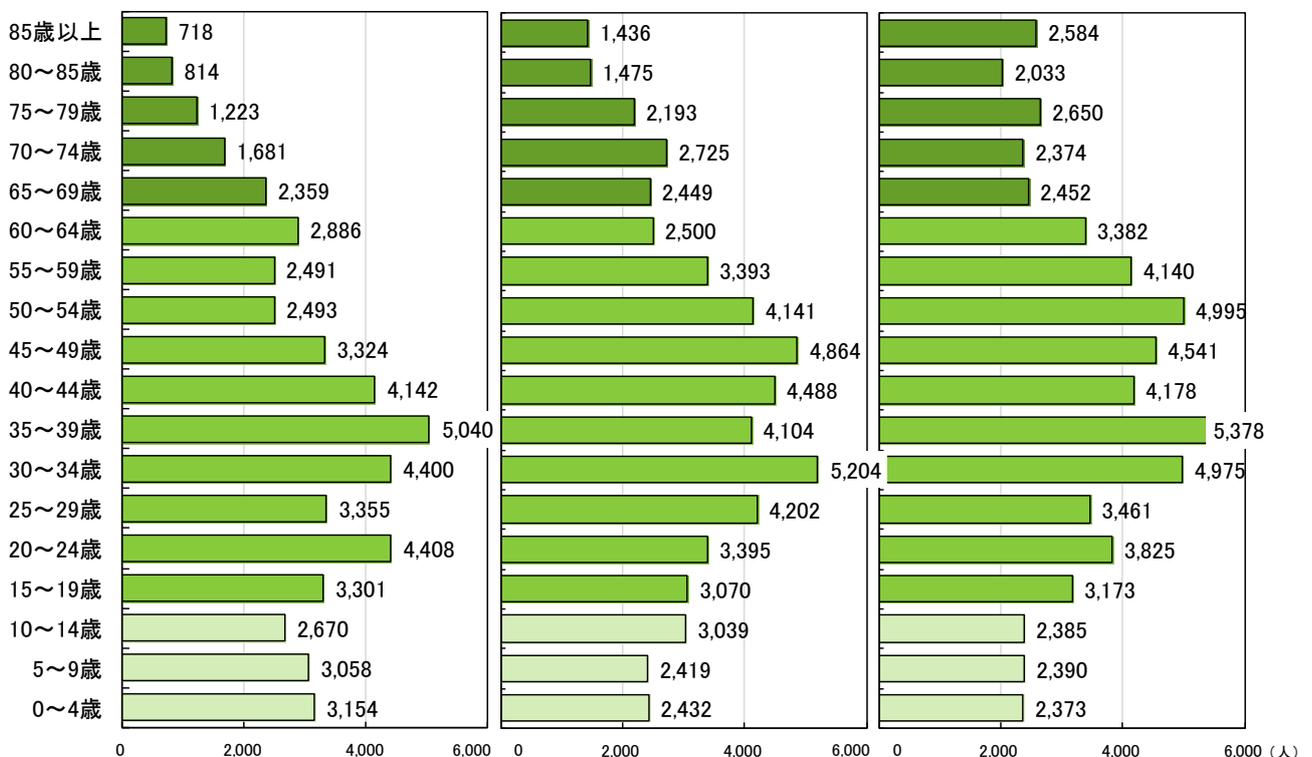
資料：あいちの人口（年報）（平成25年10月）、  
国勢調査（平成22年）

### ■市の人口ピラミッド

【平成22年：実績値】

【平成32年：推計値】

【平成42年：推計値】



資料：国勢調査、長久手市将来人口推計（平成24年度改訂版）

本市の人口構成について、平成22年の実績値をみると、20~30歳代が多くなっており、特に35~39歳が5,040人と最も多くなっています。

平成32年、42年の推計値をみると、今後の高齢化に伴い人口構成は大きく変化し、乳幼児・学童期は若干減少するとともに、40歳代以降の中・高年期の方が大幅に増加することが予想されています。

今後は確実に高齢化が進んで高齢者数が増加するとともに、本計画期間が終了する平成35年には、特に人口の多い現在の30歳代が生活習慣病のリスクが高まる40歳代を迎えることから、より健康な中・高年期を迎えられるよう、若い頃からの生活習慣の改善を通じて健康を維持・向上していくことが大切です。

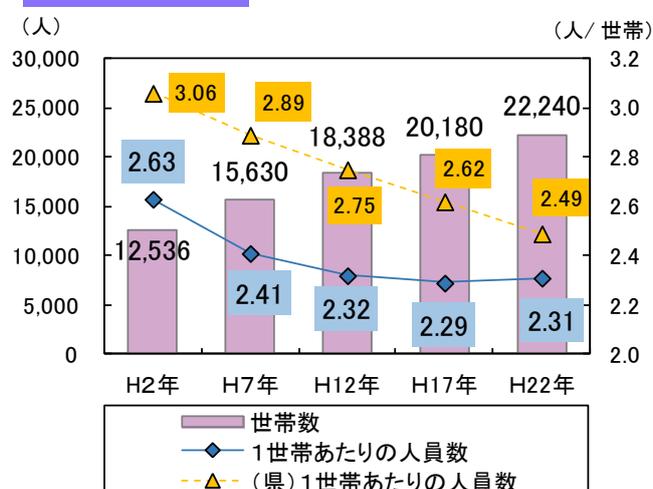
\*3：出典 愛知県「あいちの人口（年報）」（平成25年10月）

## (2) 世帯の状況

本市の世帯数は、人口の増加とともに増加しています。平成22年の1世帯あたりの人員数は2.31で、県平均と比べても少なくなっています。

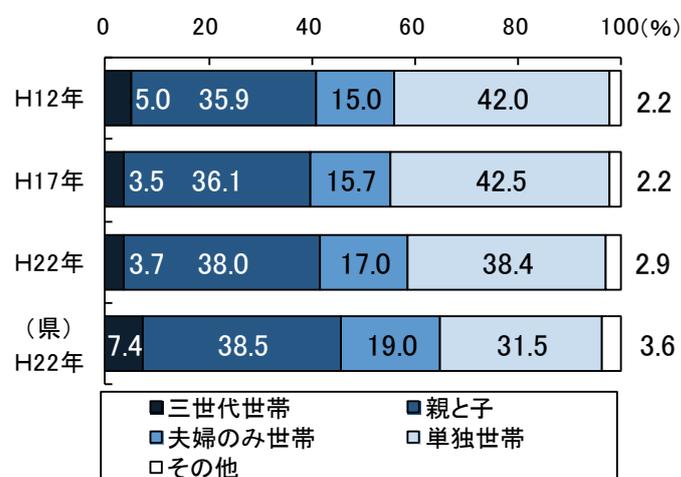
世帯構成をみると、親と子、もしくは夫婦のみの世帯が半数を超えており、核家族化の進行がうかがえます。また、県と比較して単独世帯の割合が高くなっており、大学が多く立地していることも理由の一つと考えられます。高齢者世帯の状況をみると、単身高齢世帯、夫婦のみ高齢世帯が増加傾向にあり、半数以上が高齢者のみの世帯となっていることから、地域における世代間の支え合いが一層重要となっています。

### ■ 世帯数の推移



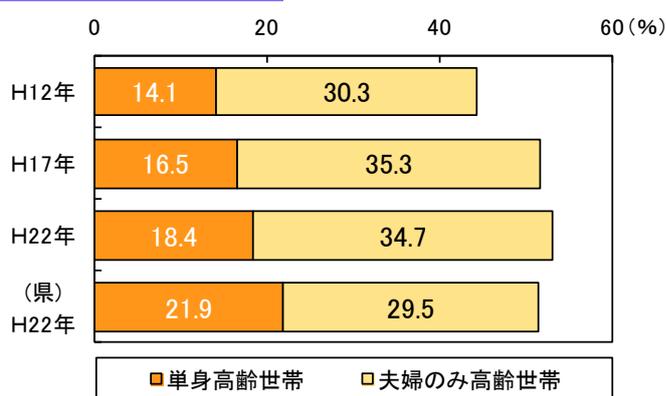
資料：国勢調査

### ■ 世帯構成別割合



資料：国勢調査

### ■ 高齢者世帯の状況



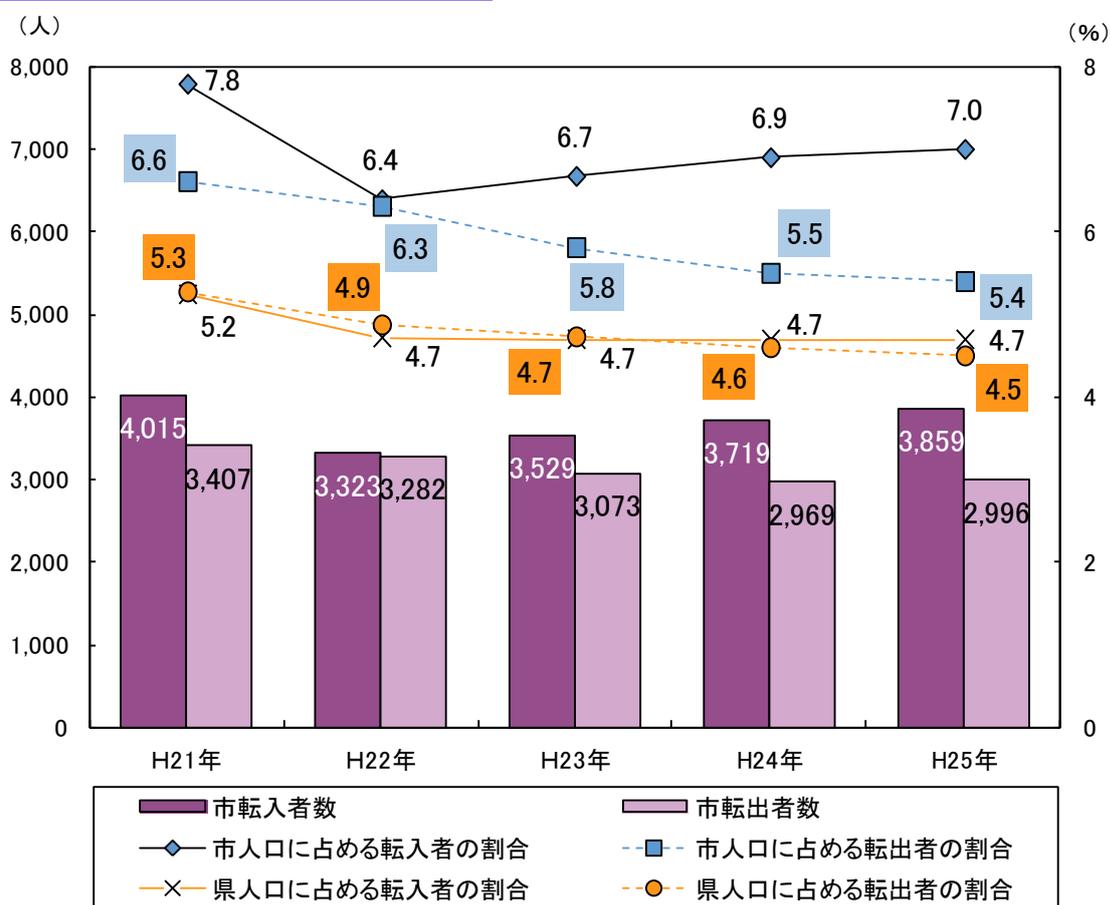
資料：国勢調査

### (3) 転入・転出の状況

本市の人口増加は、出生数とともに転入数の増加によるところが大きいという特性をもっており、人口に占める転入者数の割合は、県が4.7%であるのに対して、本市は7.0%と高くなっています。また、人口に占める転出者数の割合は、県が4.5%であるのに対して、本市は5.4%となっています。本市は、転入・転出ともに多くなっており、平成24年10月から平成25年9月までの人口増減率は2.26%で、県内1位となっています\*4。

そのため、比較的地縁が薄く、日頃地域とのつながりが少ない市民が多いと考えられます。今後は、地域とのつながりを意識した健康づくり活動を進めていくことが重要です。

■ 転入・転出の推移（県との比較）



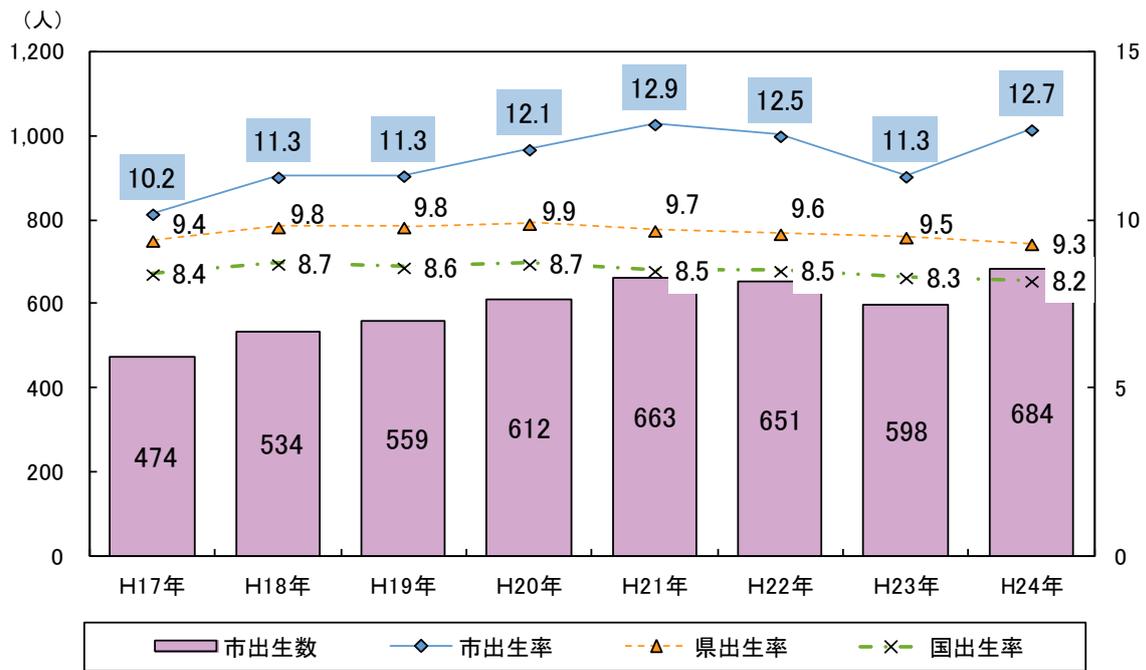
資料：あいちの人口（年報）（各年10月末現在）

\*4：出典 愛知県「あいちの人口（年報）」（平成25年10月）

## (4) 出生・死亡の状況

本市の出生数は平成24年が684人、出生率\*5は12.7と、国・県より高く推移しており、子どもが多い本市では、乳幼児期からの健康づくりの取組も大切です。

### ■ 出生数・出生率の推移



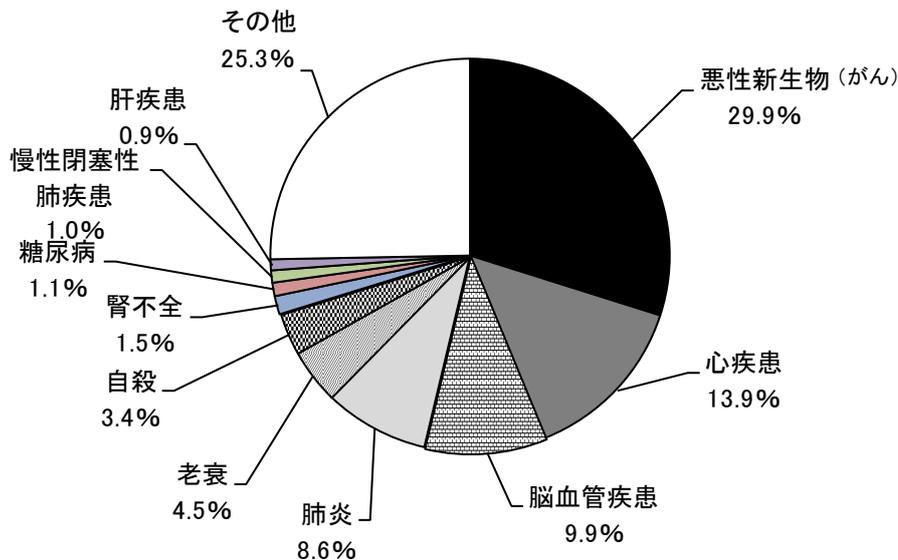
資料：愛知県衛生年報、人口動態統計（確定数）

\*5：出生率

人口1,000人あたりの出生数。出生数／人口×1,000により算出。

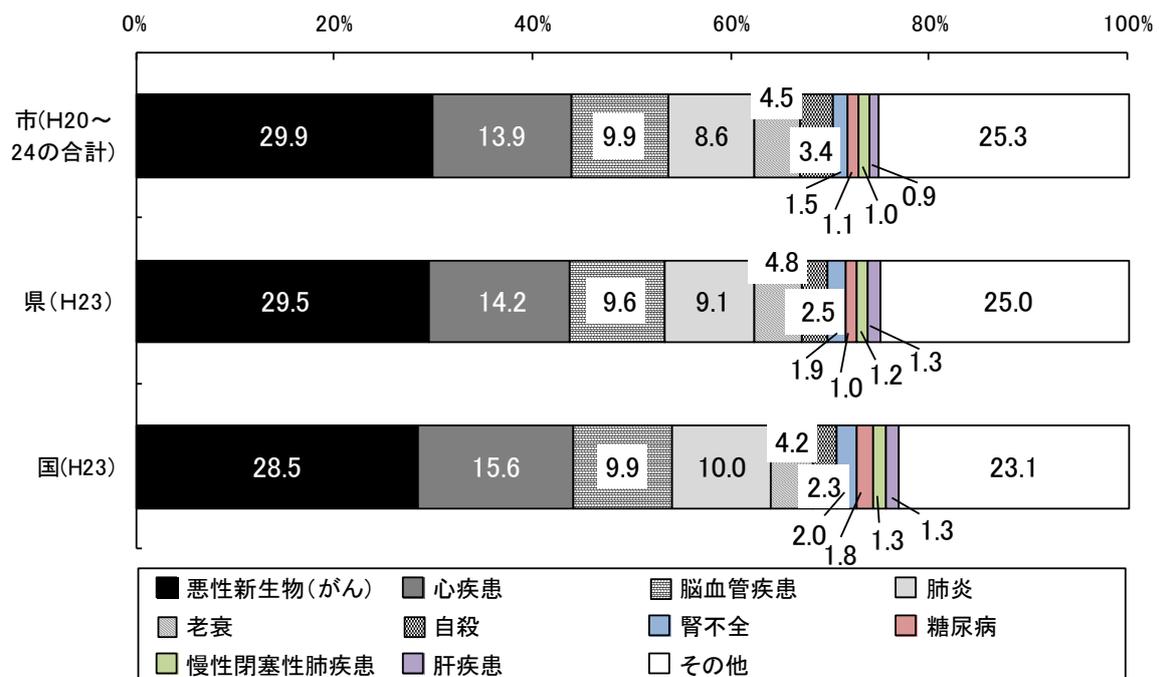
本市の死因の状況（平成20年から24年合計）をみると、「悪性新生物」が3割弱で最も高く、次いで「心疾患」「脳血管疾患」「肺炎」が上位を占めており、上位4つの疾病で全体の6割を超えています。また、国・県との比較では、「悪性新生物」や「自殺」の割合が高く、「心疾患」や「肺炎」の割合はやや低くなっています。本市の死因や疾病の状況を踏まえた健康づくりの取組が必要です。

■ 選択死因別死亡数の割合（H20～24年の合計）



資料：愛知県衛生年報

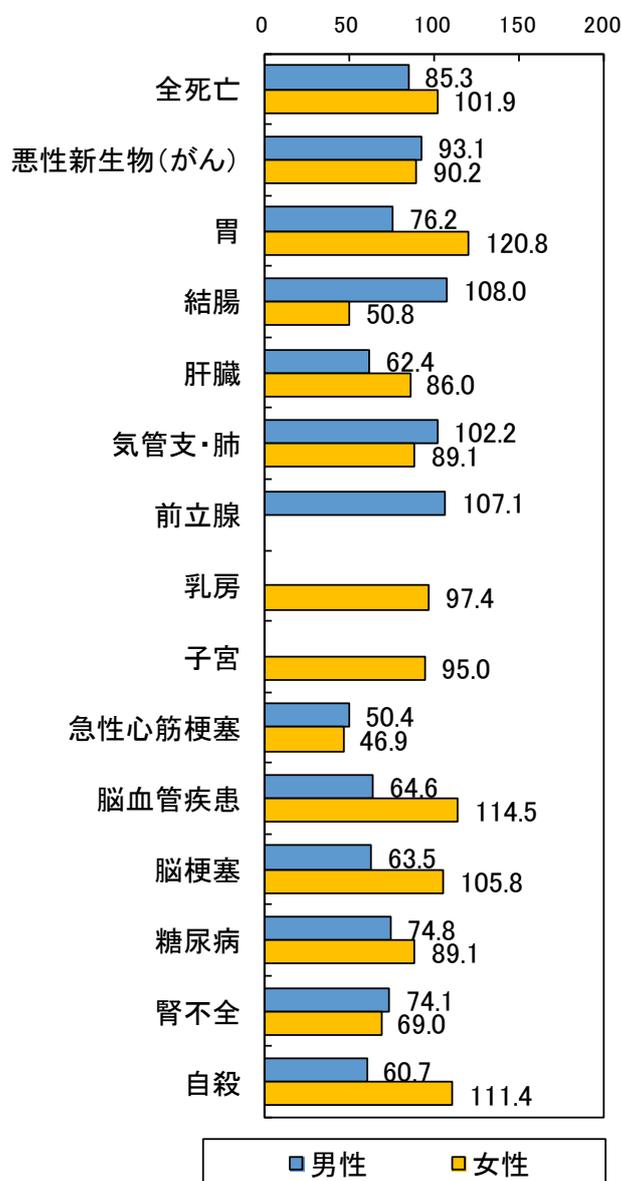
■ 全死因に占める割合（国・県との比較）



資料：愛知県衛生年報

■疾患別標準化死亡比<sup>\*6</sup>（SMR：平成19年～23年）

男性では「結腸」「気管支・肺」「前立腺」で100を超えており、国の値よりも高くなっています。女性では、「胃」「脳血管疾患」「脳梗塞」「自殺」で100を超えており、国の値よりも高くなっています。



資料：愛知県衛生研究所

\*6：標準化死亡比（SMR）

年齢構成の異なる地域間で、死亡状況の比較ができるように考えられた指標。全国の平均を100として、100以上だと平均より高く、100以下だと低いと判断される。

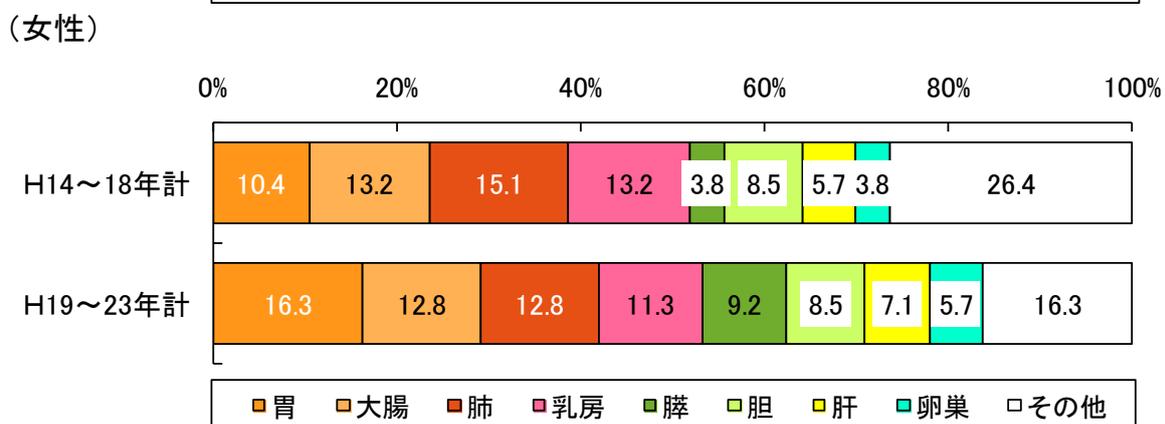
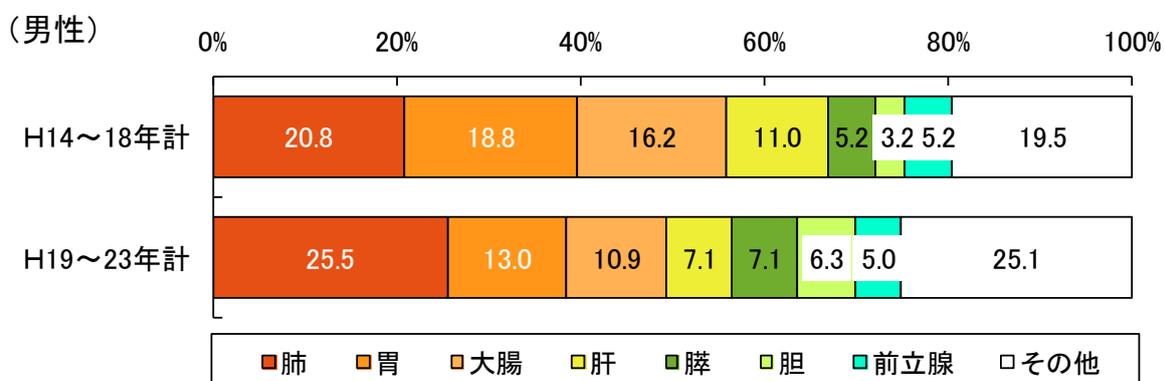
## ■ 部位別がん死亡数の状況

男性では「肺」「胃」「大腸」が上位を占めており、平成 14～18 年合計値と平成 19～23 年合計値で比較すると、「肺」の死亡数が増えています。女性では「胃」「大腸」「肺」「乳房」が上位を占めており、平成 14～18 年合計値と平成 19～23 年合計値の比較をみると、「胃」「膵」の死亡数が増えています。

	平成 14～18 年死亡数計			平成 19～23 年死亡数計		
	男性	女性	計	男性	女性	計
食道	8	1	9	8	1	9
胃	29	11	40	31	23	54
大腸	25	14	39	26	18	44
肝	17	6	23	17	10	27
胆	5	9	14	15	12	27
膵	8	4	12	17	13	30
肺	32	16	48	61	18	79
乳房	-	14	14	-	16	16
子宮	-	5	5	-	7	7
卵巣	-	4	4	-	8	8
前立腺	8	-	8	12	-	12
白血病	3	3	6	8	4	12
その他	19	19	38	44	11	55
計	154	106	260	239	141	380

単位（人）

資料：愛知県衛生年報



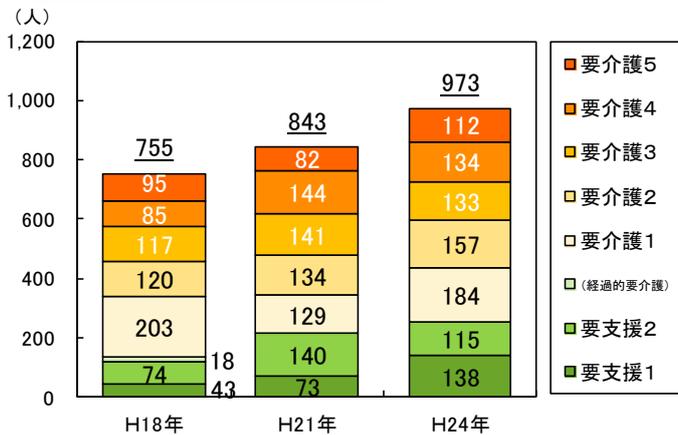
## (5) 介護・医療の状況

若い世代の多い本市も、高齢化の進行とともに介護や医療の利用が進んできています。介護給付の状況を見ると、要介護認定率は国・県よりも低い水準にあります。その要因としては、高齢者（65歳以上）に占める75歳以上の高齢者の割合が低いことによると推察されます。今後は高齢化の進行とともに、高齢者の年齢がさらに上がっていくことから、要介護認定率をはじめ、介護給付費も増加していくことが予想されます。

医療費の状況を見ると、国民健康保険給付の費用額、被保険者1人あたりの費用額がいずれも増加しており、今後さらに増加していくことが予想されます。

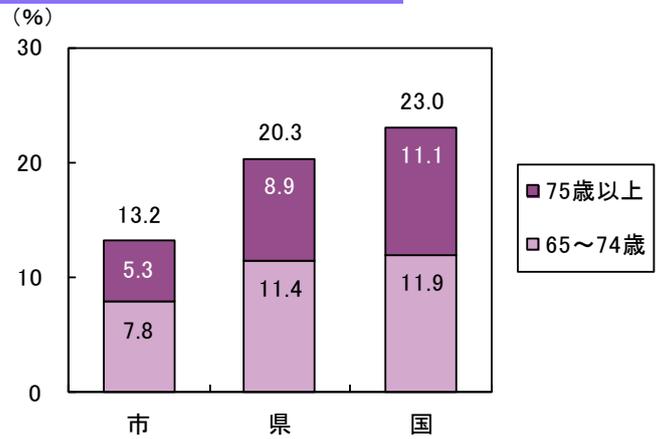
各種の健康づくりを進めることで、健康寿命を延ばすとともに、介護給付費や医療費を適正化していく視点も重要です。

### ■ 要介護認定者数の推移



資料：介護保険事業状況報告月報（各年10月1日）

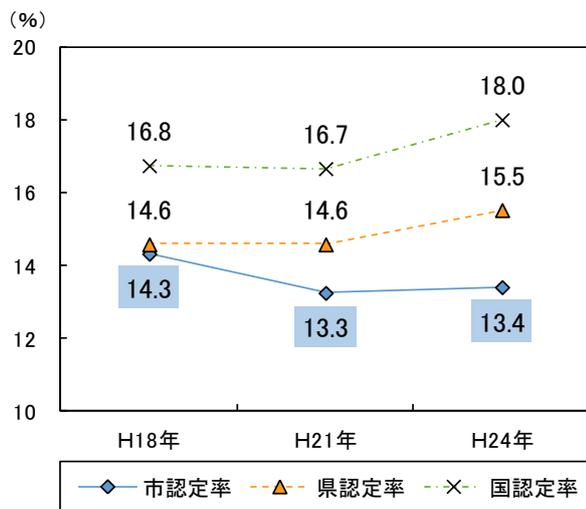
### ■ 人口に占める高齢者の割合



資料：国勢調査（平成22年）

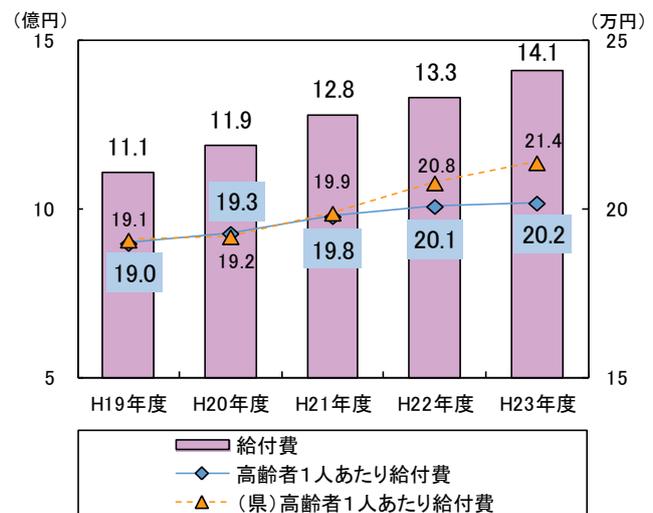
\*数字は、（各年齢群人数÷総人口）を四捨五入した数字

### ■ 要介護認定率の推移（国・県との比較）



資料：介護保険事業状況報告（年報）

### ■ 介護給付費の推移

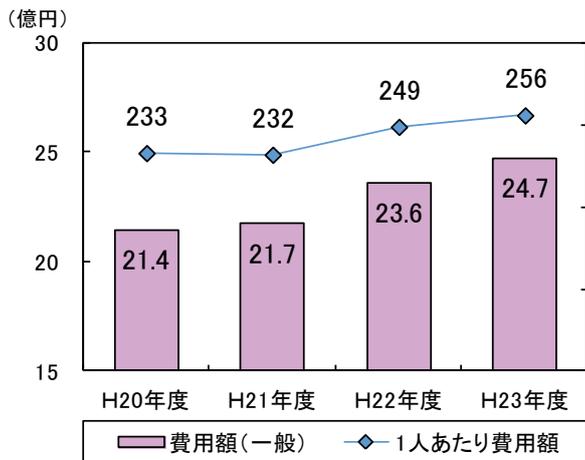


資料：介護保険事業状況報告（年報）

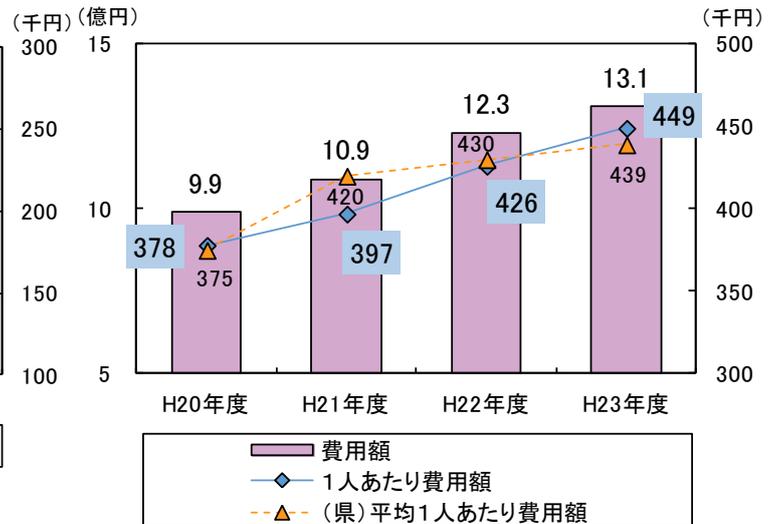
## 国民健康保険費用額の推移

(費用額及び被保険者1人あたり費用額)

(前期高齢者療養諸費)



資料：愛知県国民健康保険団体連合会

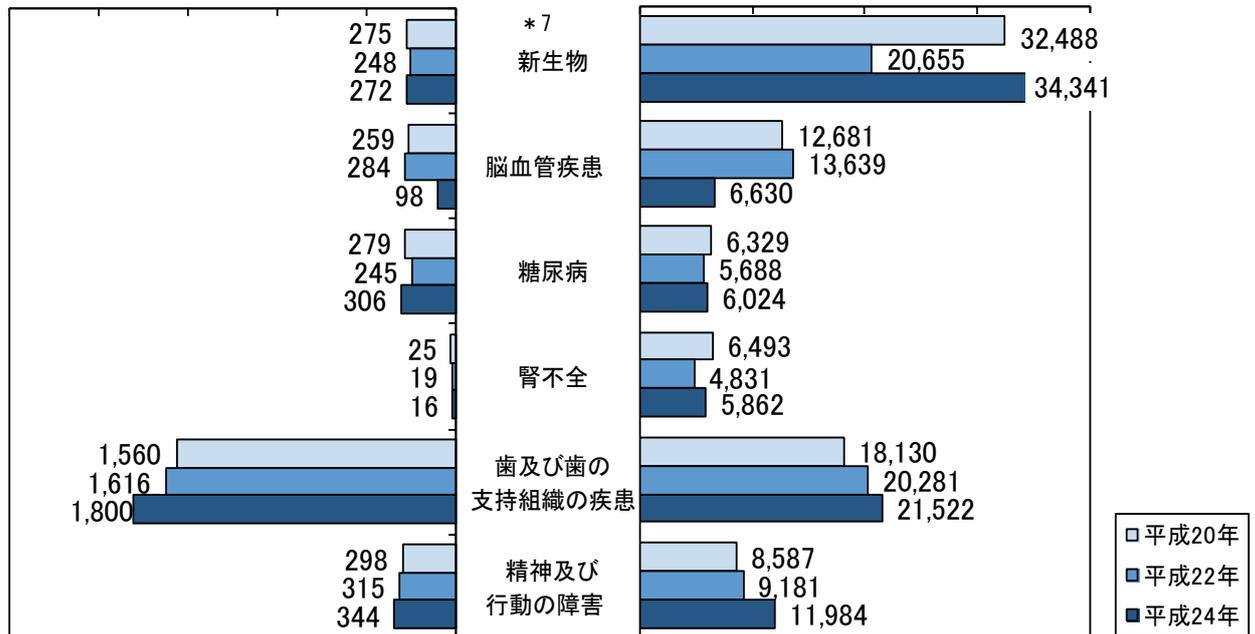


資料：国民健康保険事業年報

## 疾病別の件数及び費用額の推移

(件) 2,500 2,000 1,500 1,000 500 0

0 10,000 20,000 30,000 40,000 (千円)



資料：愛知県国民健康保険団体連合会 (各年5月診療分)

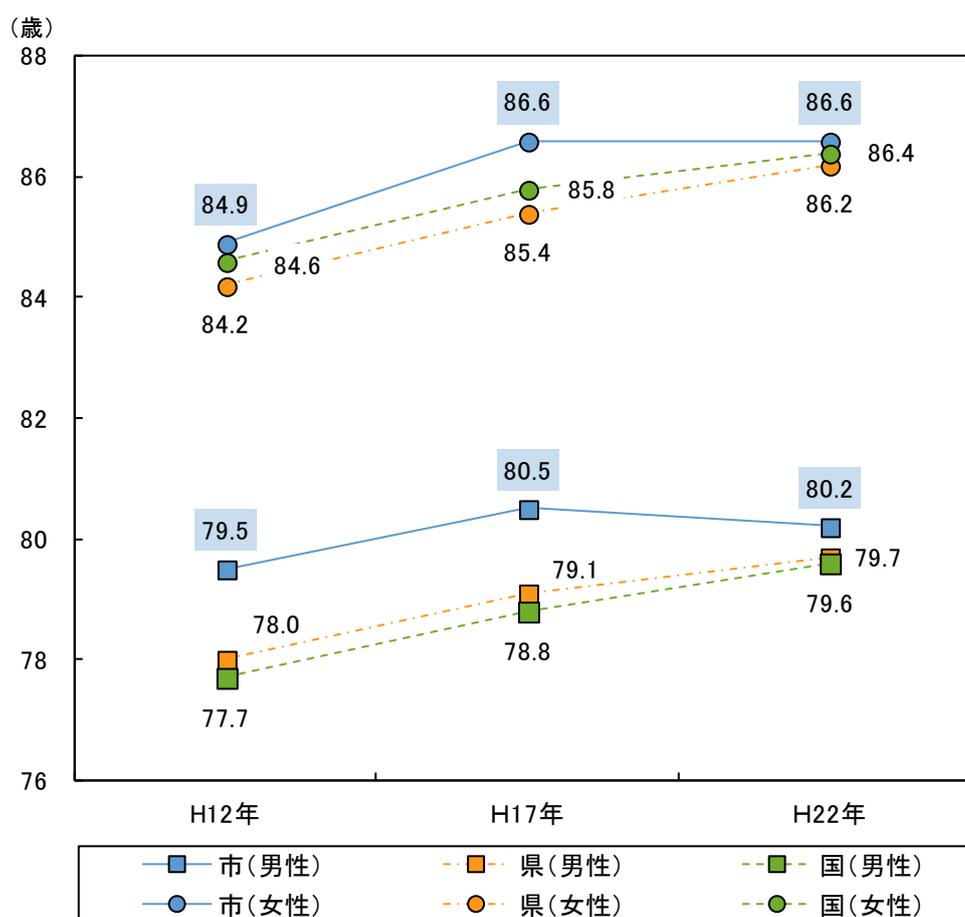
\*7:「新生物」は、悪性新生物(がん)に「良性新生物及びその他の新生物」の分類も含む。

## (6) 平均寿命

平成 22 年の本市の平均寿命は、男性が 80.2 歳、女性が 86.6 歳です。国・県よりも長くなっており、平成 12 年からの 10 年間で、男性が 0.7 歳、女性が 1.7 歳伸びています。

今後は高齢化が進むと見込まれることから、生涯を通じて健康でいきいきと過ごすために、健康増進・疾病予防、疾病の早期発見、重症化予防等により、健康寿命を延ばす視点が必要です。

### ■平均寿命の推移（国・県との比較）



資料：厚生労働省「市区町村別生命表」

## 2. 第1次計画の最終評価

第2次計画の策定にあたっては、第1次計画（平成16年度～25年度）の取組の整理を進め、以下に最終評価を行いました。最終評価が可能な9指標をみると、「改善」が7指標、「不変」が1指標、「悪化」が1指標となっています。

「朝食をとる人」「定期的に運動をしている人」「歯みがきを1日2回以上する人」「小学生の歯肉の状態」「定期的に歯科検診を受けている人」「若年者の喫煙状況」「禁煙したい人」の指標で改善傾向がみられます。

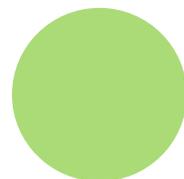
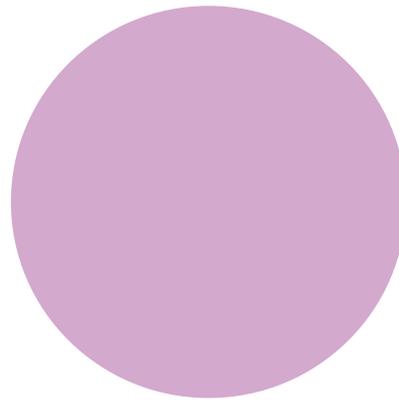
本市の人口、世帯の状況等の現況と最終評価結果から、取り組むべき領域について見直しを行った上で、継続した健康づくりの取組を進めていくことが必要です。

### ■課題別の最終評価一覧（※最終評価は、計画策定時と比較して評価を実施）

課題	指標	計画策定時 (H15年度)	H25 年度 目標	中間評価 H20 年度	最終評価 H25 年度	最終 評価	
食事	朝食をとる人 「ほとんど毎日食べる」	小5年生 92.2%	増加	95.1%	98.6%	改善	
		中2年生 87.1%		92.3%	90.9%		
		全体 88.0%		86.3%	88.9%		
栄養バランスを 気にする人	「とても気にする」 「少し気にする」	51.6%	増加	65.1%	指標 なし	—	
小学生の朝食を とる時の状況	「自分一人で食べる」	14.9%	減少	17.4%	16.7%	悪化	
運動	小学生の授業後の 過ごし方で外 遊びをしている 人	「公園など外で遊ぶ」	33.9%	増加	52.1%	指標 なし	—
	運動不足を感じ ている人	「非常に感じている」 「やや感じている」	74.5%	減少	74.4%	指標 なし	—
	定期的に運動を している人	「日頃から運動し ている」「日頃は 運動していない が、日常生活の中 で体を動かすよう にしている」	71.2%	増加	73.9%	73.0%	改善
	1日に歩く時間 が30分以上の人	「30分以上」	54.8%	増加	53.9%	54.7%	不変

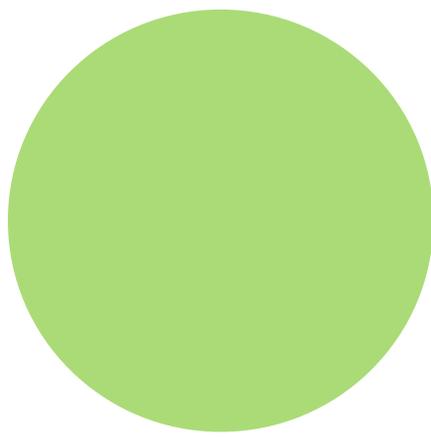
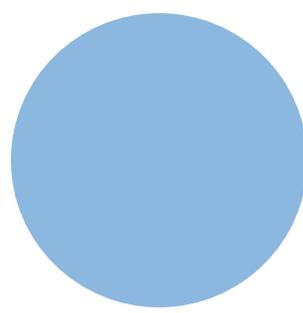
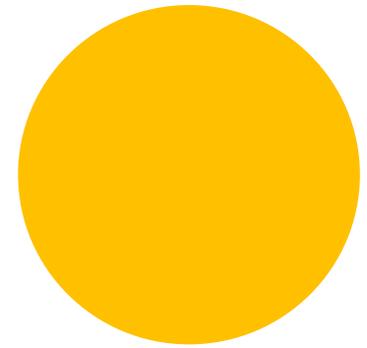
課題		指標	計画策定時 H15 年度	H25 年度 目標	中間評価 H20 年度	最終評価 H25 年度	最終 評価
歯 の 健 康	歯みがきを1日 2回以上している 人	「歯みがきを 1日2回以上する」	63.5%	増加	66.8%	20歳以上 72.3%	改善
	小学生の歯肉の 状態	「要観察」 「要受診」	小学生 42.6%	減少	小学生 27.3%	小中学生 17.6%	改善
	歯科検診を受け ている人	「定期的に歯科の 健康診査を受けて いる」	19.4%	増加	26.1%	20歳以上 29.0%	改善
た ば こ	小学生の家族の 喫煙状況	小学生の家族の喫 煙率	父のみ喫煙 43.2%	減少	家族が 喫煙 38.3%	指標なし	—
			母のみ喫煙 4.0%				
			両親とも喫煙 9.8%				
	若年者の喫煙状 況	20歳代、30歳代の 喫煙率	男性20歳代 37.1%	減少	23.5%	14.5%	改善
			男性30歳代 43.0%		34.1%	14.6%	
女性20歳代 7.0%			5.6%		4.4%		
女性30歳代 7.3%			8.6%		1.7%		
半年、または1か 月以内に禁煙し たい人	半年、または1か 月以内に禁煙した い人の割合	男性19.7%	増加	指標なし	53.8%(※)	改善	
女性27.7%	53.8%(※)						
元 気 ・ こ こ ろ	ストレスを解消 できている人	「十分できている」 「まあまあできてい る」	64.5%	増加	68.8%	指標なし	—
	地域での仲間づ くりを必要と考 える人	「とても思う」 「ある程度思う」	69.5%	増加	70.3%	指標なし	—
	心身の健康状態 がよいと答えた 人	よい	23.3%	増加	23.6%	指標なし	—

(※) 喫煙者のうち「すぐにも禁煙したいと考えている」「禁煙したい」と回答した者の割合



## 第3章 基本的な考え方

---



# 1. 計画の方向性と基本目標

---

## (1) 計画の方向性

WHO（世界保健機関）では、「健康とは、病気でないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあること」と定義しています。健康は、すべての人にとってかけがえのないものであり、本市の健康づくりを進めるにあたっては、市民・地域と行政が連携を強化しながら、市民みんなが健康で長生きできること、つまり健康寿命を延ばしていくことが最も必要なことであると考えています。そのためには、生活習慣病予防に向けた各種取組や、必要な環境整備を行っていくことが求められています。

よって、次期計画においては、第2章で述べた本市の特徴を踏まえ、効果的な健康づくりを推進していくことにより、健康づくりの輪を広げ、市民一人ひとりが元気に長生きできるまちづくりを進めていくことを、基本的な本計画の方向性とします。

## (2) 基本目標

本市の平均寿命（平成22年値）は、男性は80.2歳、女性は86.6歳で、国・県よりも長くなっています。また、第2章においてみてきた本市の現況等から、本市は現在、健康度が高いまちであることがうかがえます。しかし今後は、若い世代の多い本市においても、確実に高齢化が進んでいくことから、本計画の計画期間である今後の10年間は、市民一人ひとりが生活習慣を改善し、自身の健康を維持していくための重要な期間と言えます。

また、国は、健康日本21（第2次）の中で、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間を「健康寿命」と定義して発表しました。健康寿命を延ばすことは、健康で長生きできる市民が増えることから、生活の質（QOL＝クオリティ・オブ・ライフ）を向上するとともに、医療費や介護給付費の過度な増大を抑える効果も期待されます。今後は、平均寿命とともに健康寿命も延ばしていく視点が重要です。

したがって、本計画においては、健康で心身ともに自立した生活ができる期間を延ばすこと、つまり「健康寿命の延伸」を基本目標に掲げます。

### (3) 健康寿命

#### ■健康寿命の算出方法

厚生労働省「健康寿命の算出方法の指針」によると、健康寿命の算出方法はいくつかあり、国や県の計画書では主に、国民生活基礎調査のデータから算出した「日常生活に制限のない期間の平均」を健康寿命の指標としています。

市町村は、国民健康基礎調査のデータが利用できないため、介護保険の情報を用いて「日常生活動作が自立している期間の平均」を算出し、これを健康寿命の指標とします。具体的には、健康な状態を、日常生活動作が自立していることと規定して、介護保険の要介護2～5を不健康な状態とし、それ以外を健康な状態として算出します。

健康寿命の値を比較しようとするときには、算出方法が同じであるかどうかを確認する必要があります。

#### ■健康寿命の利用にあたっての留意点

健康寿命は、基礎資料や算出方法に強く依存することから、絶対的な値として解釈するのではなく、相対的にみる、つまり本市での経年推移をみるために用いるのがよいとされています。また、人口規模が小さい市町村の場合は、死亡数などの基礎資料の件数が少ないために、指標値の不安定性が大きくなるといわれており、95%信頼区間\*1を考慮する必要があります。

#### ■本市の健康寿命

平成22年の本市の健康寿命(※)は、男性は79.7年、女性は83.5年です。

今後、健康づくりの総合的な指標として健康寿命の推移をみていくとともに、関連する指標の推移を考慮しつつ、健康づくりの各施策の検証・評価に役立てていきます。

#### (※) 健康寿命

厚生労働省「健康寿命の算出方法の指針」に基づき、平成22年10月1日現在の国勢調査人口、平成21～23年の死亡数合計(人口動態統計)、不健康割合の分子として介護保険要介護2～5の認定者数(国保連合会・平成22年9月30日現在)を用い算出。

#### \*1：95%信頼区間

真の値が95%の信頼度で含まれるものとみなされる区間。精度の低さに伴う解釈の誤りを避けるため、健康寿命の推定値に、95%信頼区間をあわせて表示する。

本市の健康寿命における95%信頼区間は、男性78.9～80.6年、女性82.7～84.2年。

## (4) 基本方針

基本目標である健康寿命の延伸に向けては、以下を基本方針とし、各施策を展開していきます。

第1次計画では、「食事」、「運動」、「歯の健康」、「たばこ」、「元気・こころ」の5つの課題に取り組んできましたが、本計画においては、これらの課題にアルコールと健康管理を追加し、「食事」「運動」「歯の健康」「たばこ・アルコール」「こころ」「健康管理」の6つの領域を基本的な要素として、この領域別に課題を整理し、取組を進めていきます。

### ① 生活習慣病の発症予防と重症化予防の推進

健康寿命の延伸に向けては、がんや循環器疾患、糖尿病などの生活習慣病の予防が最も重要であることから、食生活の改善や運動習慣の定着等による1次予防を推進するとともに、早期発見による合併症の発症や症状の進行などの重症化の予防に重点を置いていきます。

そして、市民の意識の向上を図って主体的な取組を促していけるよう、環境整備を進めます。

### ② 地域で支える健康づくりの推進

日々の健康づくりは、個人や家庭を中心に進められるものですが、同時に学校、地域、職場等の社会環境の影響を受けるものです。そのため、社会全体として個人の健康を支え、守る環境整備を進めていきます。

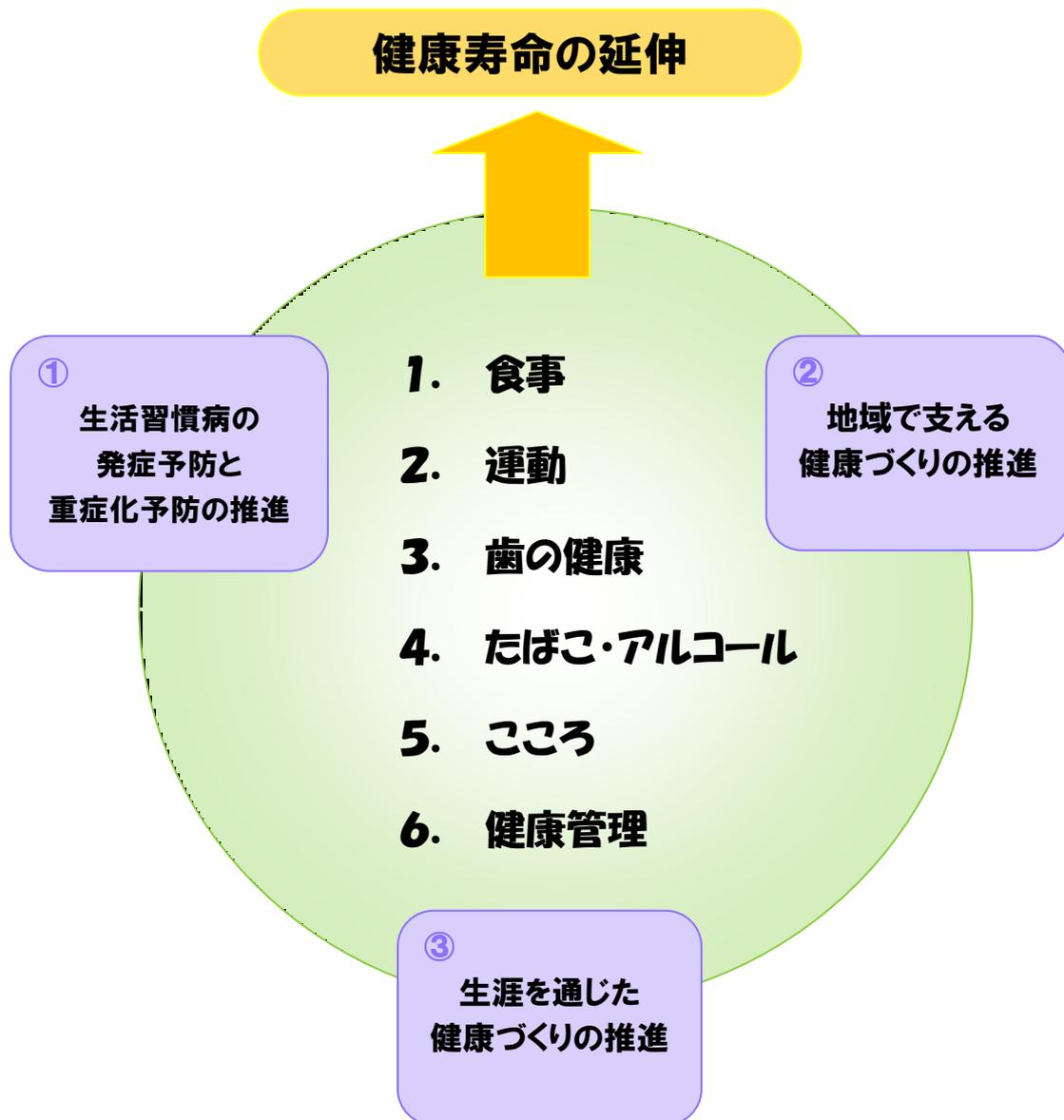
健康づくりは、まちづくりにつながっていくものです。市民一人ひとりに役割と居場所がある地域づくりを進めることも、健康づくりの推進につながると考えられます。地域や世代間の相互扶助など、地域の絆、つながりが機能することを重視し、健康づくりに関心のない人も含めて、社会全体を相互に支え合いながら、市民一人ひとりの健康を守るまちづくりを推進していきます。

### ③ 生涯を通じた健康づくりの推進

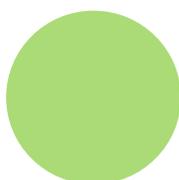
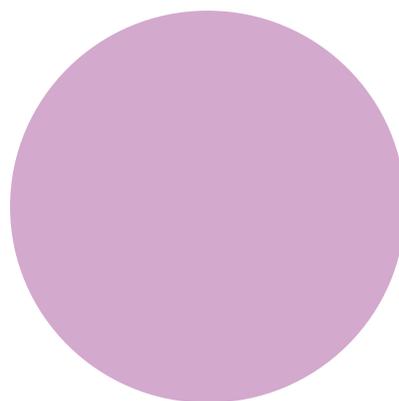
市民一人ひとりが自立した健康的な生活を営むことを目指し、乳幼児期から高齢期まで、それぞれのライフステージにあわせた健康づくりを進めていきます。また、生活習慣病を予防するためには、よい生活習慣を持つことが大切であると考えられますが、そのためには、子どもの頃によい生活習慣を獲得し、それを継続していくことが大切であるといえます。よって、子どもの頃からの健康的な生活習慣づくりに取り組み、生涯を通じた健康づくりを進めていきます。

## 2. 施策の体系

基本目標である「健康寿命の延伸」に向けて、6つの領域別に課題を整理しながら、生活習慣病の予防、地域で支える健康づくり、及び生涯を通じた健康づくりの3つを総合的に取り組み、健康づくりを推進していきます。

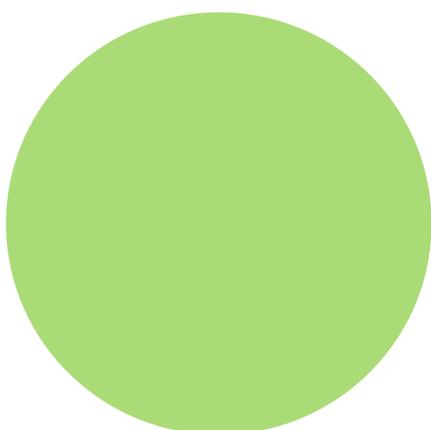
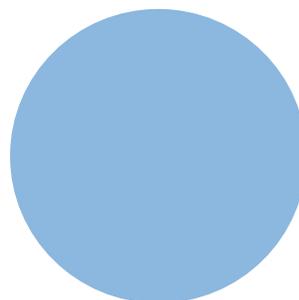
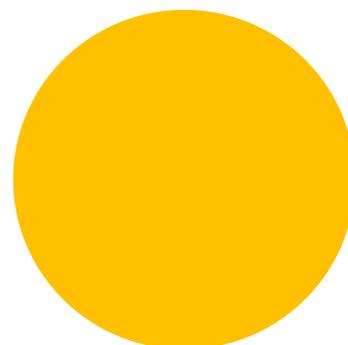






## 第4章 領域別の課題と方向性

---



第3章で示したとおり、本計画は、基本目標である「健康寿命の延伸」に向けて、「生活習慣病の発症予防と重症化予防の推進」、「地域で支える健康づくりの推進」、「生涯を通じた健康づくりの推進」の3つを基本方針としています。本市の健康づくりの推進にあたっては、「食事」「運動」「歯の健康」「たばこ・アルコール」「こころ」「健康管理」の6つの領域別に課題を整理し、3つの基本方針に沿って各施策を展開していきます。

## 1. 食事

---

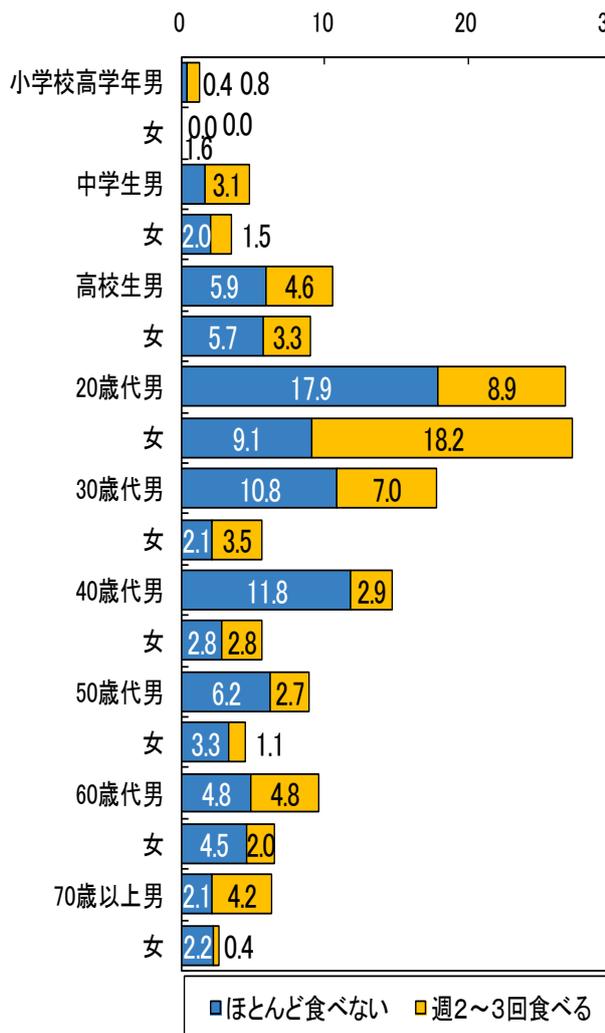
### 【これまでの取組】

朝食をとる習慣づくりや、家族みんなで食事や料理を楽しむことを目標に掲げ、長久手市食生活改善推進員会の協力も得ながら、離乳食教室やパパママ教室（栄養コース）に加えて、朝食コンテストや親子料理教室を開催してきました。また、1歳6か月児健診、3歳児健診の問診票において、朝食に関する設問を設け、朝食の大切さの啓発や指導を行ってきました。

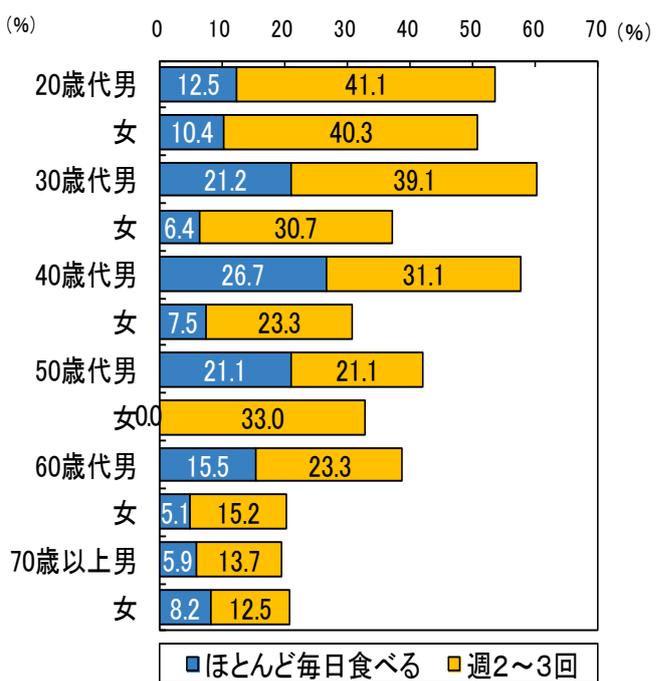
### 【現状】

- 朝食の欠食率をみると、20歳代で他の年代と比較して高くなっています。
- 外食や弁当・惣菜の利用状況をみると、「ほとんど毎日食べる」は30～50歳代男性で高くなっています。
- 外食時や食事の献立を決める時に気をつけていることをみると、20歳代～50歳代では第1位が「家族の好み」となっているのに対して、60歳代以降では「いろんな種類の食品を使う」「栄養のバランス」が上位となっています。
- 国保特定健診受診者の肥満の該当者をみると、男女ともに県よりも低くなっているものの、男性は4割強と高くなっています。

■朝食の欠食率



■外食や弁当・惣菜の利用状況

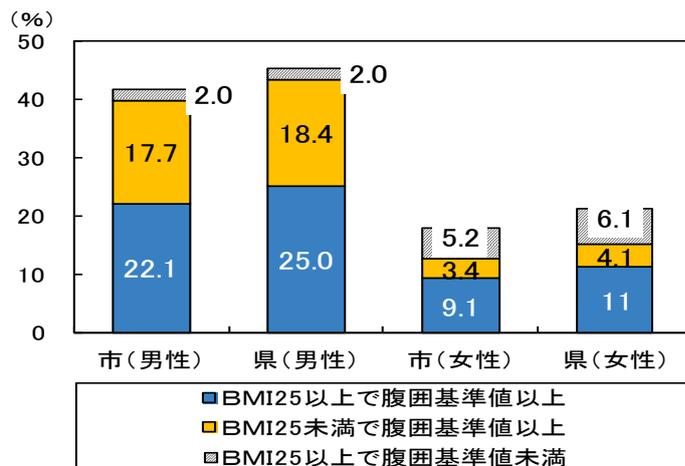


資料（このページすべて）：  
長久手市民の健康づくりを考えるためのアンケート  
（平成24年度）

■外食時や食事の献立を決める時に気をつけていること（上位3位）

	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
第1位	家族の好み	家族の好み	家族の好み	家族の好み	・いろいろな種類の食品を使う ・栄養のバランス	いろいろな種類の食品を使う
第2位	家計に見合ったものを選ぶ	栄養のバランス	栄養のバランス	栄養のバランス		栄養のバランス
第3位	栄養のバランス	家計に見合ったものを選ぶ	家計に見合ったものを選ぶ	いろいろな種類の食品を使う	家族の好み	安全な食品

■肥満（BMI 25 以上または腹囲基準値以上）該当者率（平成 22 年度）



資料：愛知県「特定健診・特定保健指導情報データを活用した分析」（平成 25 年 3 月）

課 題 の ま と め

- 朝食の欠食率や外食等の利用状況などから、20 歳代の男女や 30～50 歳代男性で、食に対する意識が希薄となっていることがうかがえます。今後、さまざまな関係機関と連携しながら、食に関する情報提供や意識啓発を行っていく必要があります。
- 小中学生でも朝食の欠食がみられます。生活習慣の形成の基礎の場となる家庭を中心として、子どもの頃からの正しい食習慣の定着を促進していく必要があります。
- 年代により、食に対する意識の差がみられます。年代ごとの特徴を踏まえた取組により、生活習慣の改善を進めて栄養のバランスに気をつけ、特に肥満を減らしていくことが重要です。

今後の方向性

- 毎日朝食をとる 20 歳代、30 歳代を増やす
- 小中学生の朝食の欠食をなくす
- 肥満の人を減らす

## 2. 運動

---

### 【これまでの取組】

中間評価で見直した「みんなが仲間と一緒に外に出られる」という目標のもと、健康づくり計画推進ボランティア「ながくてすこやかメイト」と協働で、元気マン体操の普及やウォーキングイベントの実施などに努めてきました。

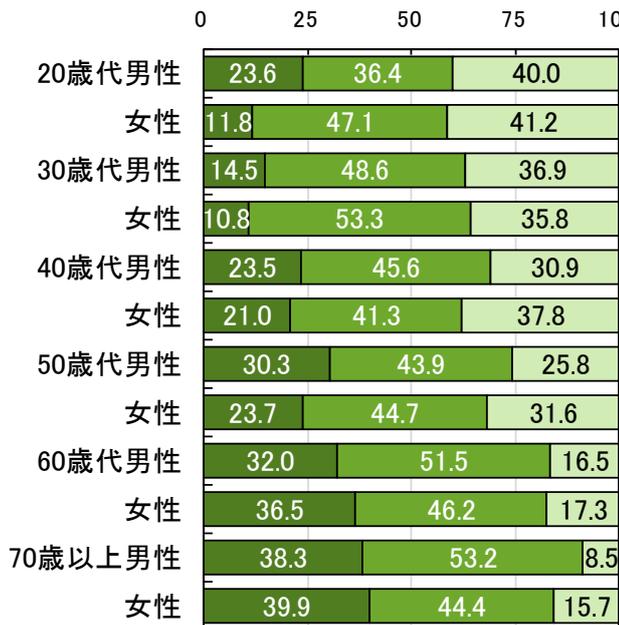
### 【現状】

- 成人の定期的な運動の状況をみると、「日頃から運動している」人は、30歳代で最も低くなっており、年齢があがるにつれて、割合が高くなる傾向にあります。
- 小・中・高校生の体育の授業時間以外の定期的な運動の状況をみると、男女ともに年齢があがるにつれて「ほとんどしない」の割合が高くなる傾向にあります。特に高校生の女子では、「ほとんどしない」がほぼ半数を占めています。
- 運動習慣者の状況をみると、男性では30歳代で、女性では20歳代で最も低くなっています。
- 1日に歩く時間は、20歳代～40歳代で短くなっています。
- ロコモティブシンドローム<sup>\*1</sup>の認知度は、県よりも高いものの、23.5%と低い割合にとどまっています。

\*1：ロコモティブシンドローム

運動器症候群。骨・関節・筋肉など体を支えたり動かしたりする運動器の機能が低下し、要介護や寝たきりになる危険が高い状態。

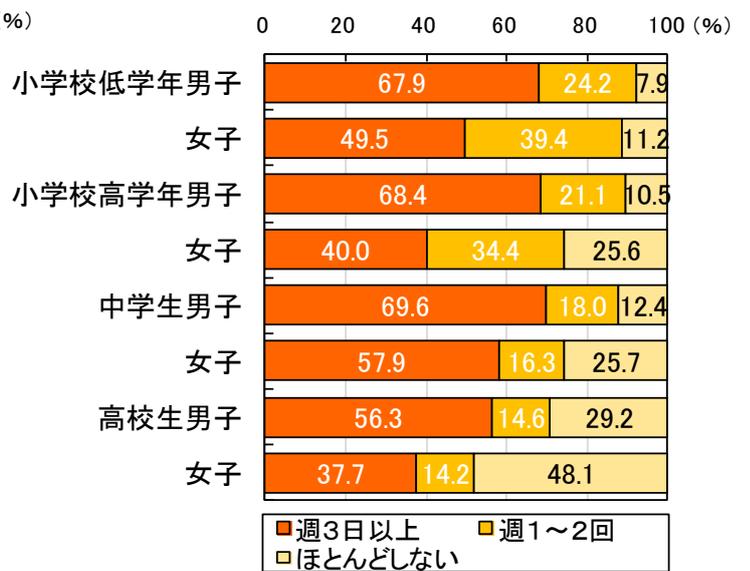
■ 定期的な運動の状況（成人）



- 日頃から運動している
- 日頃は運動していないが日常生活の中で体を動かすようにしている
- 日頃から運動せず体を動かすことは少ない

■ 体育の授業以外の定期的な運動の状況

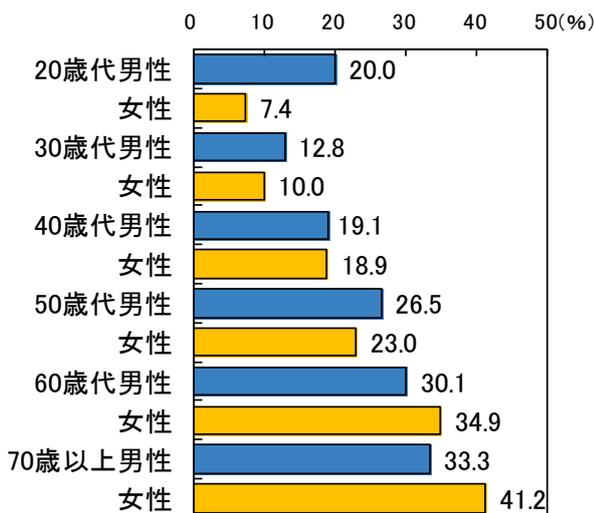
（小・中・高校生）



- 週3日以上
- 週1～2回
- ほとんどしない

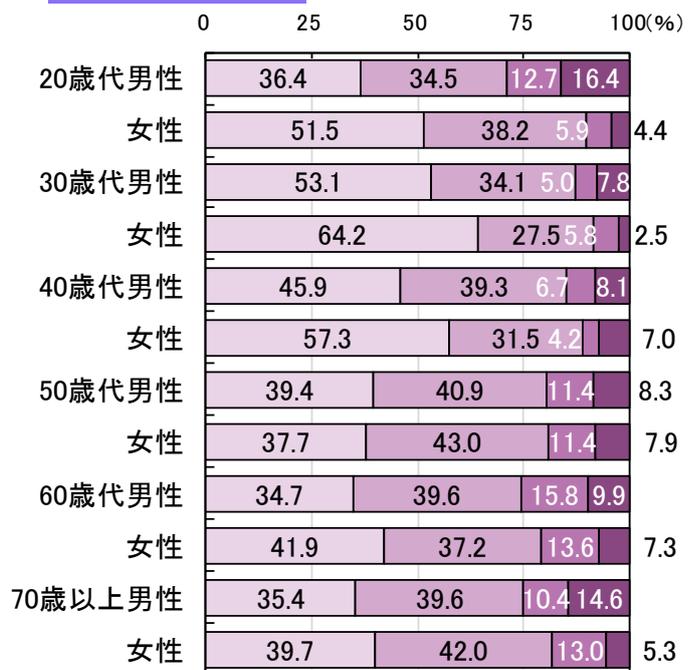
資料（このページすべて）：  
長久手市民の健康づくりを考えるためのアンケート  
（平成24年度）

■ 運動習慣者※の状況



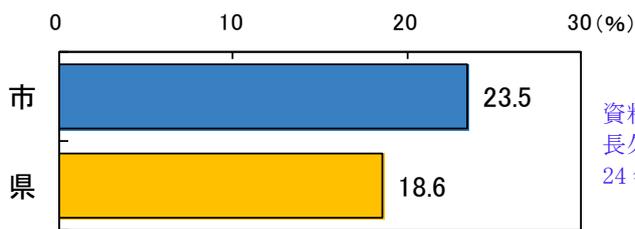
※運動習慣者…「週2回以上（1回あたり30分以上）の運動を6か月以上続けている」人のこと

■ 1日に歩く時間



- 30分未満
- 30分以上60分未満
- 60分以上90分未満
- 90分以上

## ■ロコモティブシンドロームの認知度（県との比較）



資料：  
長久手市民の健康づくりを考えるためのアンケート（平成24年度）、愛知県生活習慣関連調査（平成24年）

### 課 題 の ま と め

○20～40 歳代の若い世代で運動習慣がない人が多くみられます。仕事や子育て等の忙しさから運動に取り組む時間のない人も多いため、日常の中で身体活動を増やすような意識づくりや、運動に取り組むきっかけづくりを行っていく必要があります。ただし、身体状況に合わせた運動を行うことが必要です。

○年齢があがるにつれて、運動に対する意識が高い人が多くなることうかがえます。将来ロコモティブシンドロームにならないようにするためにも、若いときからの運動習慣の定着が必要です。

○ロコモティブシンドロームの認知度は、県と比較して高くなっています。国の健康日本21（第2次）では、平成34年度の目標値として「ロコモティブシンドロームの認知度を80%とする」ことが掲げられているため、ロコモティブシンドロームの予防の重要性の一層の周知・啓発が必要です。

### 今後の方向性

- 運動習慣を持つ20歳代、30歳代を増やす
- ロコモティブシンドロームの認知度の向上を図り、歩く人を増やす

### 3. 歯の健康

---

#### 【これまでの取組】

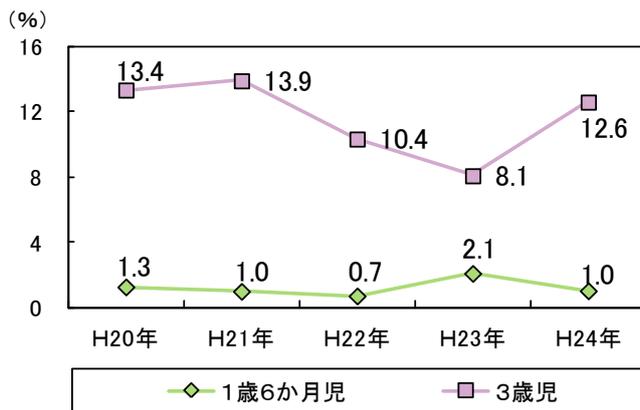
「みんなが正しい歯みがきの方法を身につける」「子どもの歯を守る」ことを目標に、妊娠中の妊婦歯科相談をはじめ、10～11 か月児相談、1歳6か月児健診、3歳児健診等において歯科衛生士による歯科指導を行ってきました。

また、「定期的に歯科検診を受ける」ことを目標として、健康増進法に基づく歯周疾患検診を行うことで受診のきっかけを提供し、平成25年度には対象者を拡大して実施しました。加えて、成人歯科相談を実施し、個別相談の機会の提供に努めてきました。

#### 【現状】

- 幼児のむし歯罹患率をみると、平成20年から平成24年にかけて、1歳6か月児ではほぼ横ばいに推移しており、3歳児では減少傾向でしたが、平成24年には増加しています。1歳6か月児と3歳児を比較すると、県と同様に、むし歯の罹患率に大きな差がみられます。
- 歯周疾患検診の受診率は、県と比較すると、70歳を除いて低い受診率となっていますが、いずれの年代でも増加傾向となっています。年齢別にみると、70歳の受診率が最も高くなっています。
- かかりつけ歯科医の有無をみると、年齢が上がるにつれて、かかりつけ歯科医を持つ割合が高くなる傾向にあります。
- 定期的な歯科検診の受診状況をみると、年齢が上がるにつれて、受診率は高くなる傾向にあるものの、いずれの年代でも5割に満たない状況となっています。
- 平成25年度から、85歳で20本以上の歯を保つことを達成している人を表彰する「8520（ハチゴーニイマル）表彰」を実施し、11人が表彰されています。

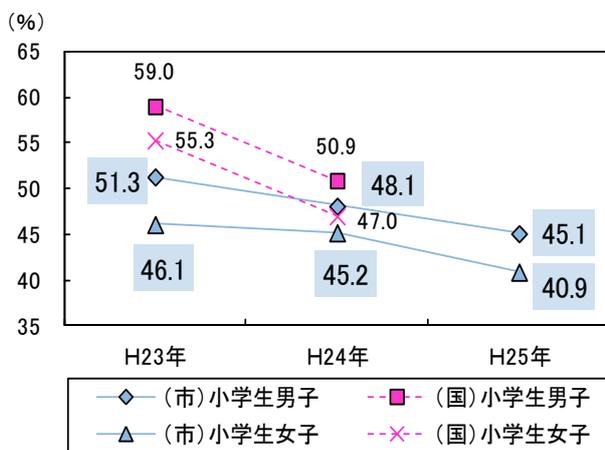
### ■ 幼児のむし歯罹患率の推移



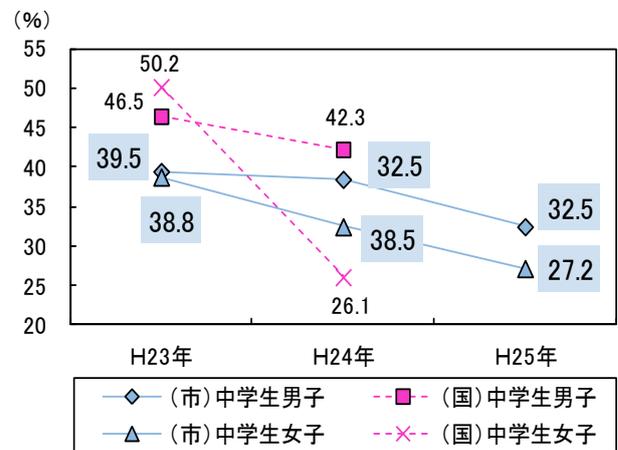
<参考>  
 【県】 H23年  
 1歳6か月児 : 1.5%  
 3歳児 : 13.7%

資料：ながくてのほけん（平成24年度）

### ■ 小学生のむし歯有病者率の推移

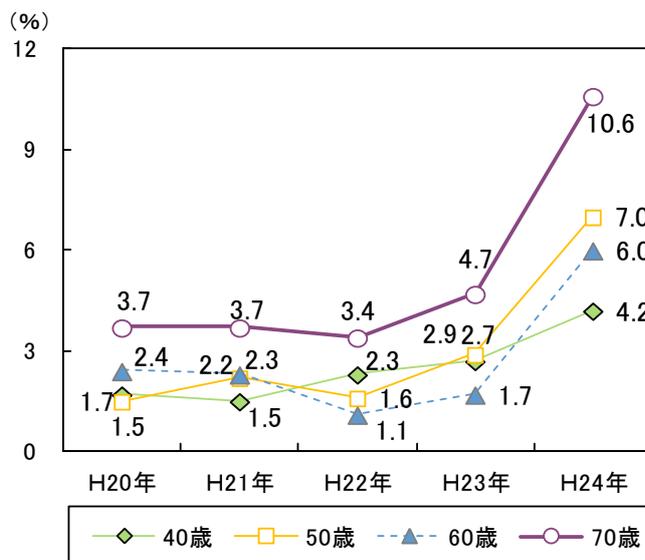


### ■ 中学生のむし歯有病者率の推移



資料（左右とも）：長久手市現職教育協議会養護教諭部会「長久手の子」、文部科学省「学校保健統計調査」

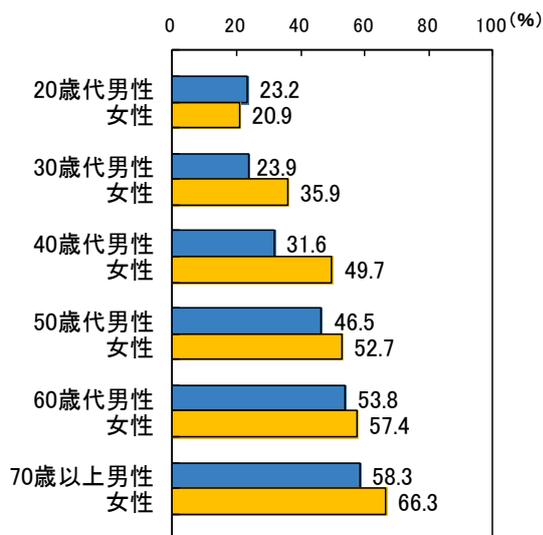
### ■ 歯周疾患検診の受診率の推移



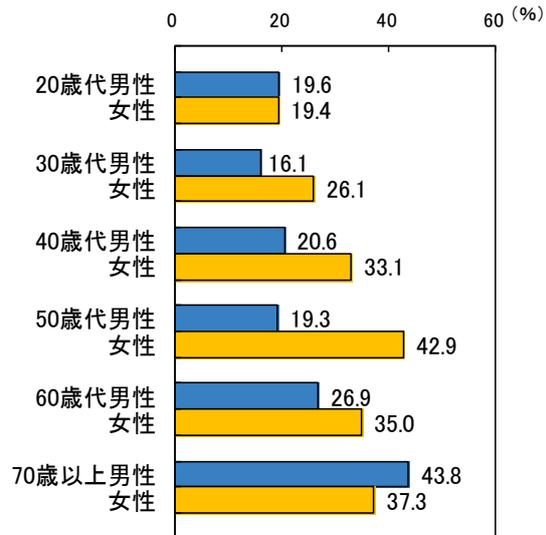
<参考>  
 【県】 H23年  
 40歳 : 9.5%  
 50歳 : 9.0%  
 60歳 : 8.1%  
 70歳 : 11.7%

資料：ながくてのほけん（平成24年度）

■かかりつけ歯科医の有無



■定期的な歯科検診の受診状況



資料（左右とも）：長久手市民の健康づくりを考えるためのアンケート（平成24年度）

課 題 の ま と め

- 1歳6か月児と3歳児でむし歯の罹患率に差が出ているため、この間のむし歯予防について普及・啓発することが必要です。特に、家庭における保護者の仕上げ磨きや、間食の摂り方などについて、知識を普及していくことが重要です。さらに、フッ素塗布や、かかりつけ医での定期的な歯科検診も勧奨して、早期からのむし歯予防対策を充実することが大切です。
- 歯周疾患検診の受診率は増加傾向にあるものの、70歳を除いて1割未満の割合にとどまっています。歯周疾患は、歯の喪失だけでなく、生活習慣病など全身の疾患との関連も指摘されています。歯肉の出血や腫れ等が若年期から現れやすいことや、初期での自覚症状があまりないことから、早期からの予防を促進していく必要があります。
- 年齢が上がるにつれ、歯の健康に対する意識が高くなっていることがうかがえます。生涯にわたって自分の歯で食べ、話すことのできるよう、80歳で20本以上の歯を保つ「8020（ハチマルニイマル）運動」、さらに85歳で20本以上の歯を保つ「8520（ハチゴーニイマル）運動」を推進していくことが重要です。

今後の方向性

- かかりつけ歯科医を持つ人を増やす
- 歯科検診の受診率を向上させる
- 8020、8520を達成する人を増やす

## 4. たばこ・アルコール

---

### 【これまでの取組】

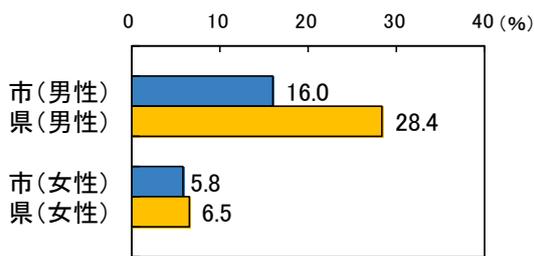
「未成年がたばこを吸わない」ことを目標に、健康づくり計画推進ボランティア「ながくてすこやかメイト」と協働して、小学生に対して防煙教育（たばこを吸わせない教育）を行ってきました。乳幼児健診の問診票には、児童の家族の喫煙状況に関する設問を設け、子どもの前でたばこを吸わないことの指導にも努めています。

また、「女性（妊婦）がたばこを吸わない」という目標のもと、母子健康手帳交付時やパパママ教室などで、たばこに関する知識の普及や禁煙の推進・支援に努めてきました。

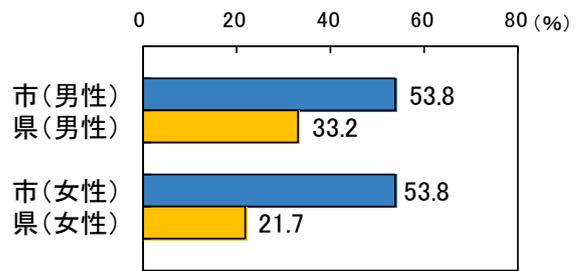
### 【現状】

- 成人の喫煙率は県と比較して低くなっており、喫煙している人の禁煙意向も県と比較して高くなっています。
- 成人の喫煙率を年代別にみると、男性の40歳代で19.9%、50歳代で17.4%、女性の60歳代で9.2%と高くなっています。
- 妊婦の喫煙率は、県と比較して低い値で推移しているものの、平成23年で1.6%の喫煙率がみられます。
- 妊婦の同居家族の1割強、乳幼児の同居家族の3割弱で喫煙がみられます。
- 妊婦の飲酒率は、平成23年で3.0%と、県よりも高い値で推移しています。
- 多量飲酒については、県と比較して低い値で推移しているものの（県平均11.0%）、男性を中心に1日3合以上の多量飲酒者がみられ、60歳代男性では5.1%と高くなっています。

■成人の喫煙率（県との比較）

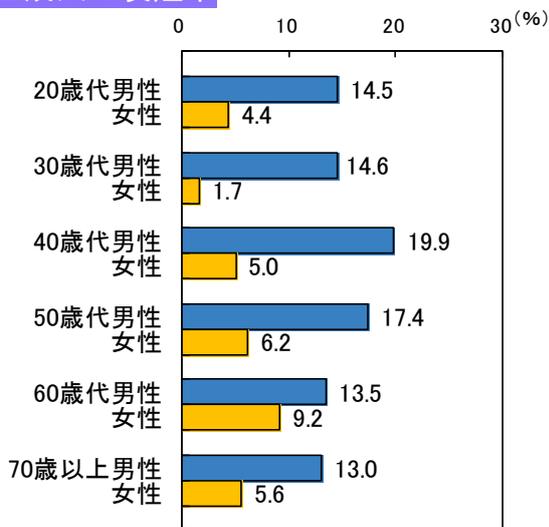


■喫煙している人の禁煙希望状況

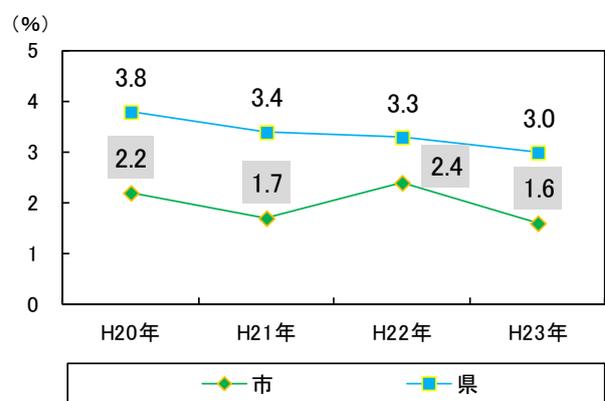


資料（左右とも）：  
長久手市民の健康づくりを考えるためのアンケート（平成24年度）、愛知県生活習慣関連調査（平成24年度）

■成人の喫煙率



■妊婦の喫煙率の推移

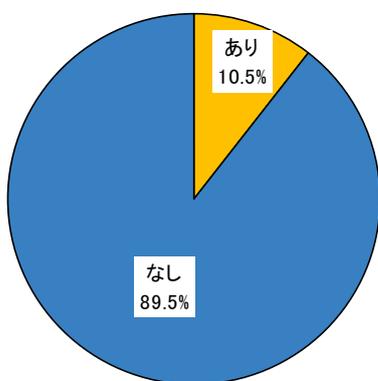


資料：長久手市民の健康づくりを考えるためのアンケート（平成24年度）

資料：母子保健報告、地域保健・健康増進事業報告

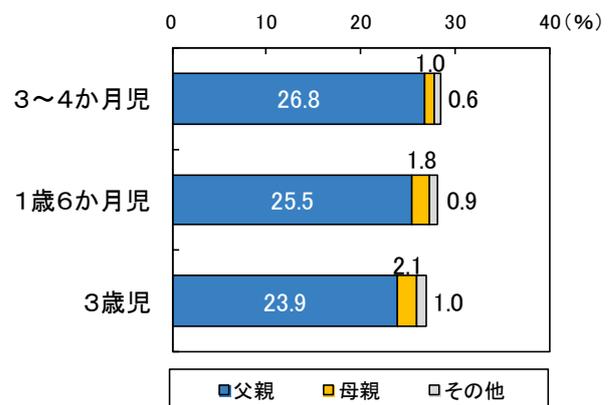
■妊婦の同居家族の喫煙者の有無

※夫（パートナー）や同居家族の喫煙割合



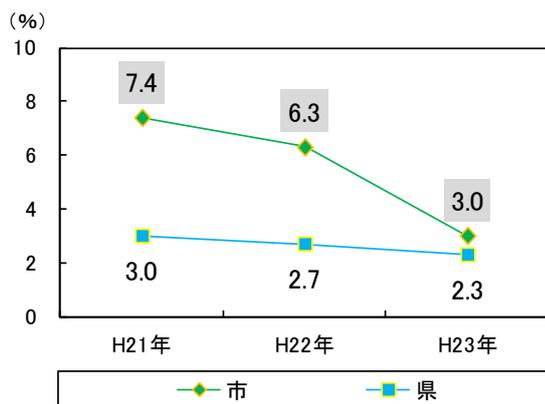
資料：妊娠届出書（平成24年度）

■乳幼児の同居家族の喫煙状況



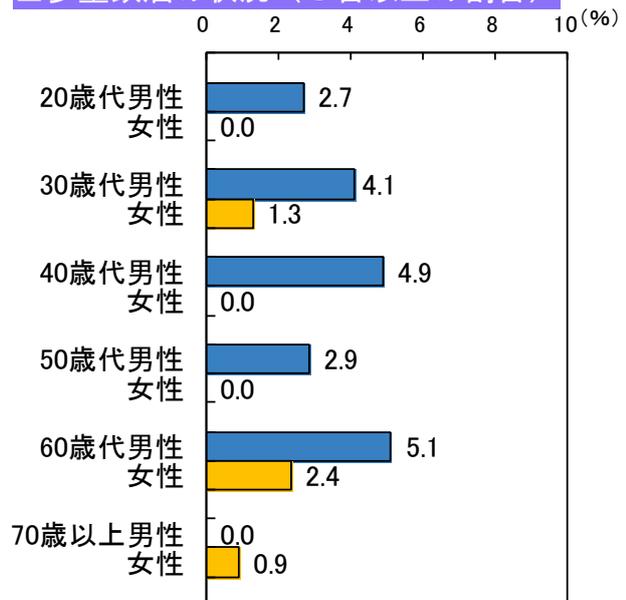
資料：愛知県母子健康診査マニュアル（平成24年度）

## ■ 妊婦の飲酒率



資料：母子保健報告、地域保健・健康増進事業報告、妊娠届出書

## ■ 多量飲酒の状況（3合以上の割合）



資料：長久手市民の健康づくりを考えるためのアンケート（平成24年度）

## 課 題 の ま と め

○成人の喫煙率は、県と比較して低く、さらに、禁煙希望のある人も県と比較して多くなっています。しかし、これからも、たばこが引き起こす健康被害についての一層の周知・啓発を推進するとともに、禁煙したい人に向けた支援なども充実していくことが重要です。

○妊婦の喫煙や飲酒は、数値は低いものの、依然として一定程度の割合がみられます。このため、低出生体重児など胎児へのリスクについての知識を一層普及・啓発していくことが大切です。

○男性を中心に多量飲酒者がみられます。多量飲酒は、肝臓機能の低下や高血圧、脳血管疾患など多くの生活習慣病のリスクを高めることから、適正飲酒に向けた啓発が必要です。

● 妊娠中に飲酒・喫煙する人をなくす

### 今後の方向性

● 未成年がたばこを吸わない

● 禁煙に取り組みやすい環境づくり

● 多量飲酒する人を減らす

## 5. こころ

---

### 【これまでの取組】

「地域で仲良く」という目標のもと、朝食コンテストや親子料理教室、ウォーキングイベント等の各事業を通じて、地域の人が気軽に集まれる事業の実施に努めてきました。

また、こころの悩みを持つ人も、その人らしく地域で自立して生活できるよう「こころの相談室」を実施し、平成 25 年度には、精神保健福祉士を配置し、相談体制の充実を図ってきました。

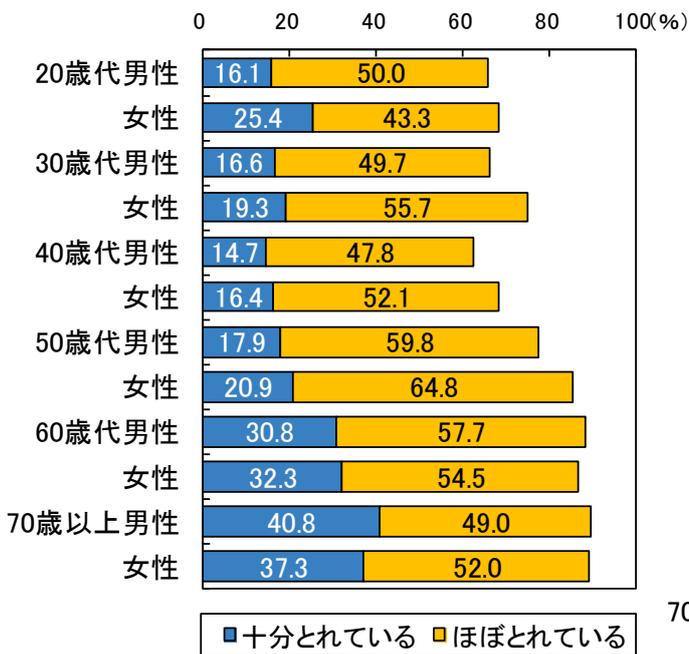
### 【現状】

- 睡眠による十分な休息についてみると、40 歳代男性は「十分とれている」が 14.7%と、最も低くなっています。
- こころの病気による通院をみると、40 歳代女性や 30 歳代男性、50 歳代男性で、現在あるいは過去の受診率が高くなっています。
- こころの健康度（K6<sup>\*2</sup>）をみると、不健康を表す 10 点以上の割合は、20 歳代、40 歳代で高くなっています。
- 朝食を食べている人、運動習慣のある人、地域とのつながりが強い人ほど、こころの健康度が高い傾向がうかがえます。
- 地域とのつながりの強さや、地域・社会活動の参加状況についてみると、若い世代が低く、また、性別では男性のほうが比較的低くなっています。
- 自殺者数は、平成 22 年をピークに低下していますが、近年も年間 10 人弱の方が亡くなっています。

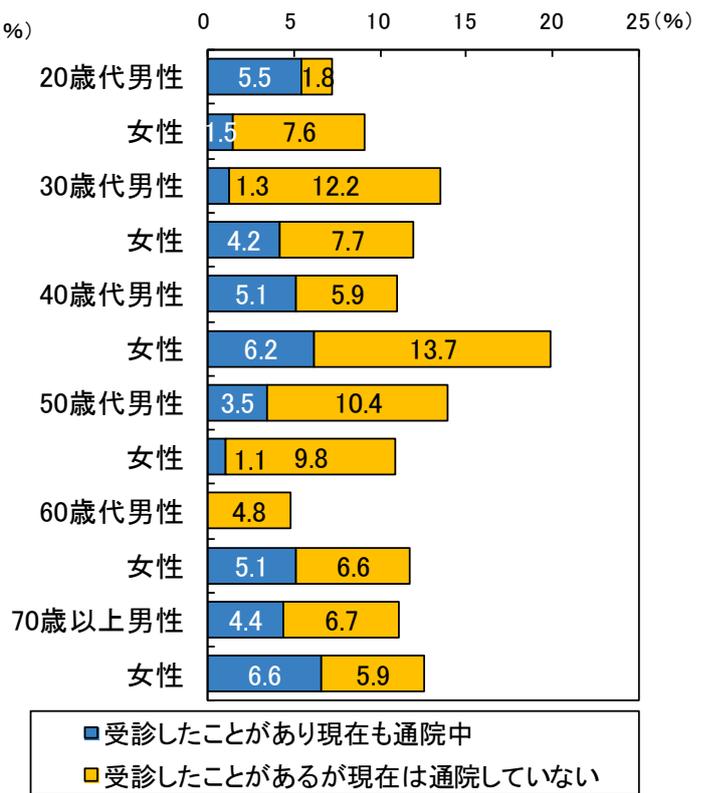
\*2：K6

心理的ストレスを含む何らかの精神的な問題の程度を表す指標として広く利用されている指標。6つの質問について5段階で点数化する。合計点数が高いほど、精神的な問題がより重い可能性がある。また、合計得点10点以上の者の頻度は、気分障害・不安障害と同等の状態の頻度の推定値と考えることができる。

■睡眠による十分な休息について

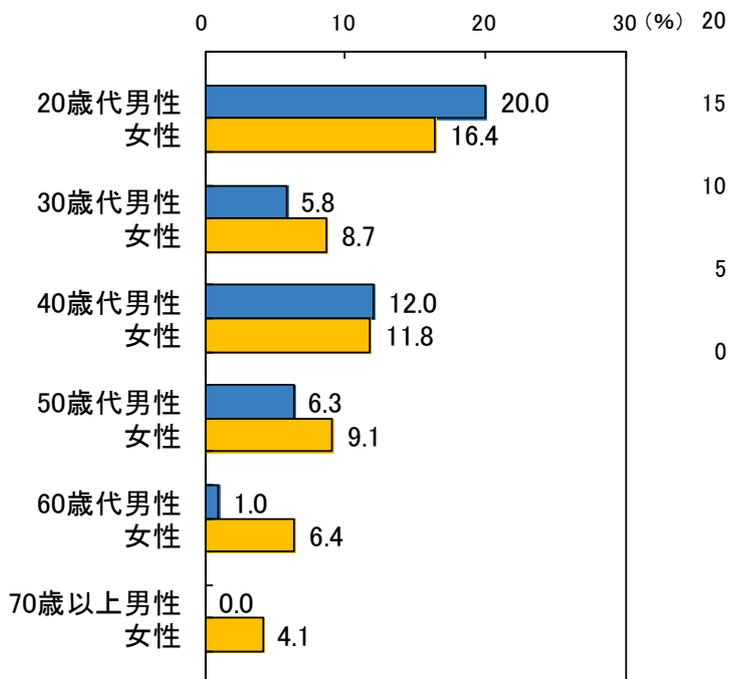


■こころの病気による通院について

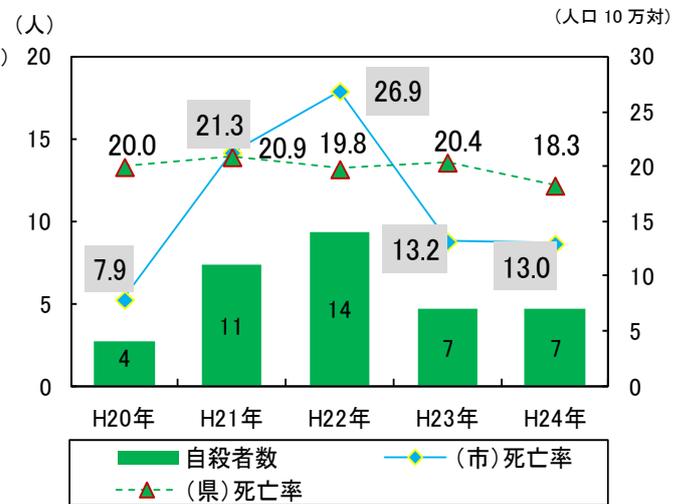


■こころの健康度

(K6で10点以上の割合)



■市の自殺者数及び死亡率の推移

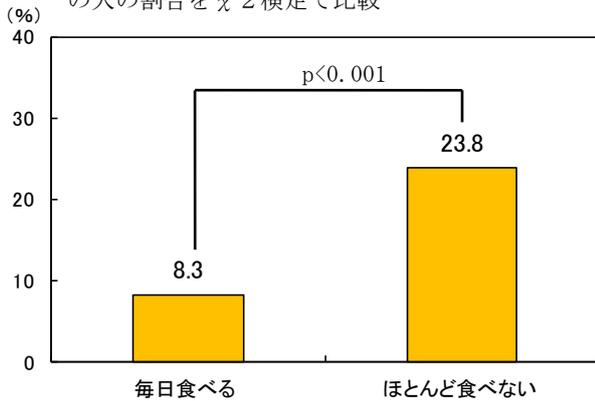


資料：愛知県衛生年報、瀬戸保健所事業概要

資料 (以上3つ) :  
長久手市民の健康づくりを考えるためのアンケート  
(平成24年度)

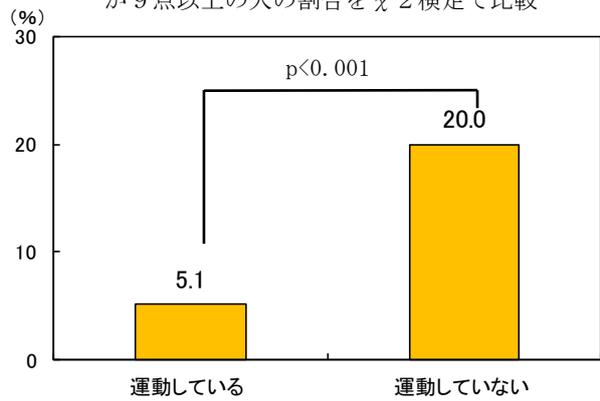
### ■朝食の摂取状況とこころの健康

※朝食の摂取状況別に、K 6 の合計点数が 9 点以上の人の割合を  $\chi^2$  検定で比較



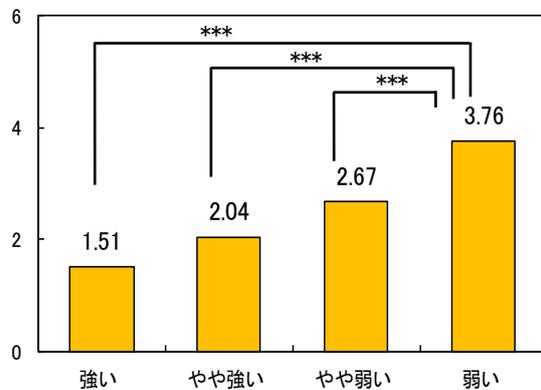
### ■運動習慣とこころの健康

※運動習慣の有無別に状況別に、K 6 の合計点数が 9 点以上の人の割合を  $\chi^2$  検定で比較



### ■地域とのつながりとこころの健康

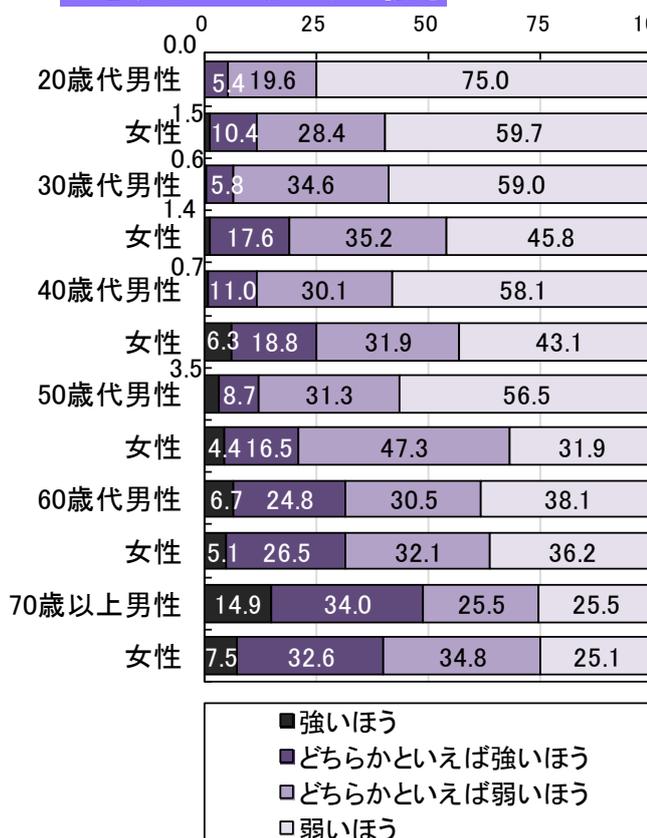
※地域とのつながりの強さ別に、K 6 の合計点数の平均値を Kruskal Wallis 検定で比較 (\*\*\*)  $p < 0.001$  (点)



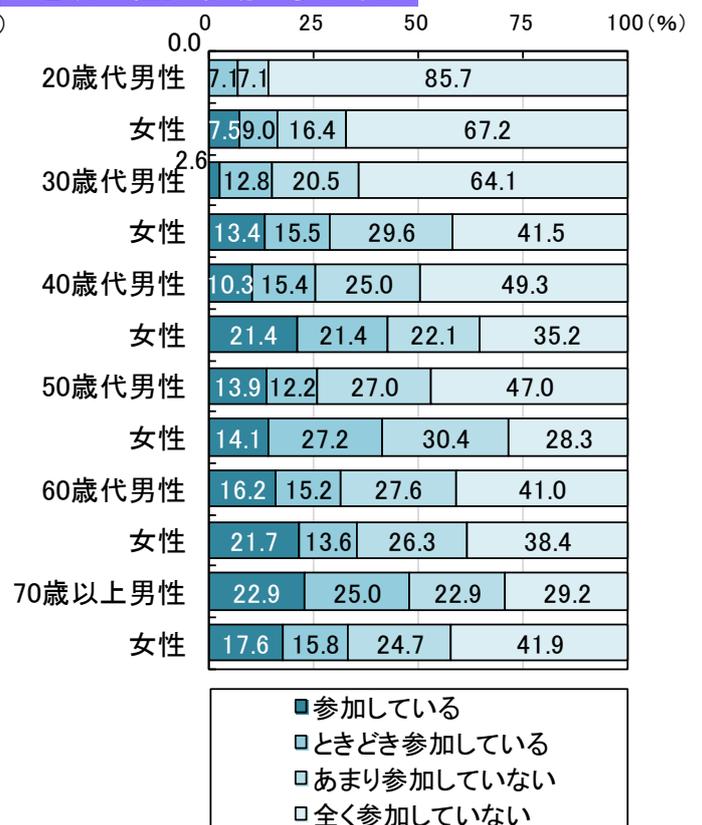
以上3つの資料：  
長久手市民の健康づくりを考えるためのアンケート  
(平成 24 年度) について分析した結果

以下2つの資料：  
長久手市民の健康づくりを考えるためのアンケート  
(平成 24 年度)

### ■地域とのつながりの強さ



### ■地域・社会活動の参加状況



## 課 題 の ま と め

- 睡眠による十分な休息は、40歳代を中心に取れていない傾向が強く、この年代の仕事や家庭生活の忙しさを反映しているとうかがえます。健康的な生活習慣による心身の健康維持の必要性を周知する必要があります。
- 朝食の摂取状況や運動習慣と、こころの健康に関連があることから、こころの健康を保つためにも、よい生活習慣を持つことが重要であることがうかがえます。また、地域とのつながりとこころの健康に関連があることを踏まえ、生活に身近な市民活動・地域活動を促進していく必要があります。
- こころの病気による通院は、性別や年齢を問わず行われていることがうかがえます。ストレスをうまく解消する方法を身につけていくとともに、適切な通院への社会的な理解を広げていくことが大切です。
- 自殺者数の減少に向けては、こころの相談室をはじめ、相談支援体制の充実とともに、本人や周りの人へのこころの問題への気づきの能力を高めていくことが重要です。
- とりわけ、こころの健康づくりにおいて、地域とのつながりが大切であることから、ソーシャルキャピタル<sup>\*3</sup>の醸成に向けた啓発や活動を支援していく必要があります。

### 今後の方向性

- こころの病気についての知識を持つ人を増やし、早めに相談する人を増やす
- 睡眠の大切さを理解する人を増やす
- 健康的な生活習慣を持つ人を増やす
- 地域とのつながりを感じる人を増やす
- 健康づくりを推進する人を養成する

\*3：ソーシャルキャピタル

人々の協調行動を活発にすることによって、社会の効率性を高めることのできる「信頼」「規範」「ネットワーク」といった社会組織の特徴のこと。

## 6. 健康管理

---

### 【これまでの取組】

前計画には位置づけてはいませんでしたが、市国民健康保険加入者を対象とした特定健康診査、後期高齢者医療制度被保険者に対する後期高齢者医療健康診査、健康増進法に基づいた各種がん検診（胸部・胃・大腸・子宮・乳）、肝炎ウイルス検診、歯周疾患検診、そのほかにも若い世代を対象とした39歳以下健診等の各種健診事業を行い、市民が自分の健康状態を確認し、早期発見や早期治療につなげられるように努めてきました。

特定健康診査については、平成25年3月に長久手市第2期特定健康診査等実施計画を策定し、この計画に沿って実施しています。

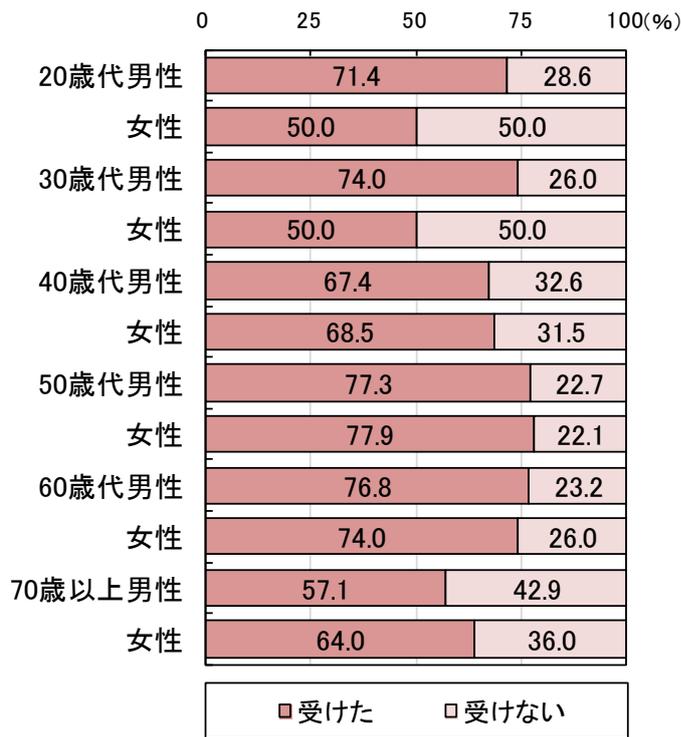
### 【現状】

- 過去1年間の健康診査の受診の有無をみると、20、30歳代の女性、70歳以上の男性では、50%台と低くなっています。
- がん検診受診率は、いずれも県平均より高い値で推移しています。平成24年度は「胸部」「大腸」が59.5%と高くなっているものの、「胃」「子宮」は44.2%と低くなっています。
- がん検診精密検査受診率については、平成24年度は「子宮」が94.3%、「乳腺」が94.1%と高くなっていますが、「胸部」「胃」「大腸」検診では、低い値で推移しています。
- 国保特定健診受診率は5割前後で推移しており、3割台で推移している県内市町村国保合計よりも高くなっています。
- メタボリックシンドローム<sup>\*4</sup>該当者率をみると、平成23年度は、市の男性で該当者12.5%と県内市町村国保合計より低いものの、予備群では県内市町村国保合計を上回っています。
- 国保特定保健指導終了率は、平成23年度で18.6%となっており、県よりも高くなっています。

\*4：メタボリックシンドローム

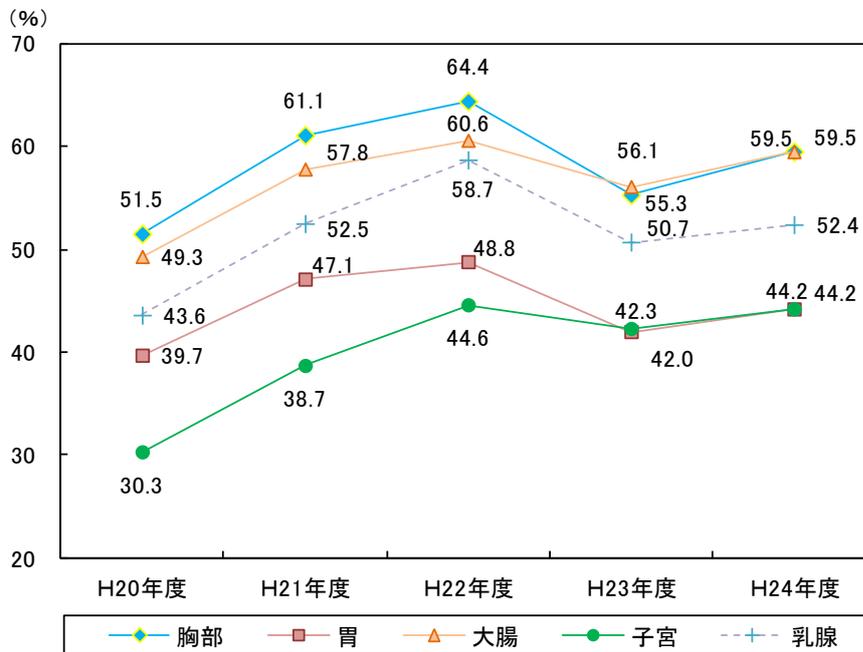
内臓脂肪の蓄積によって動脈硬化の危険因子である肥満と高血圧、糖尿病、脂質異常症などの疾患を重複して発症している状態のこと。

### ■過去1年間の健康診査の受診の有無



資料：長久手市民の健康づくりを考えるためのアンケート  
(平成24年度)

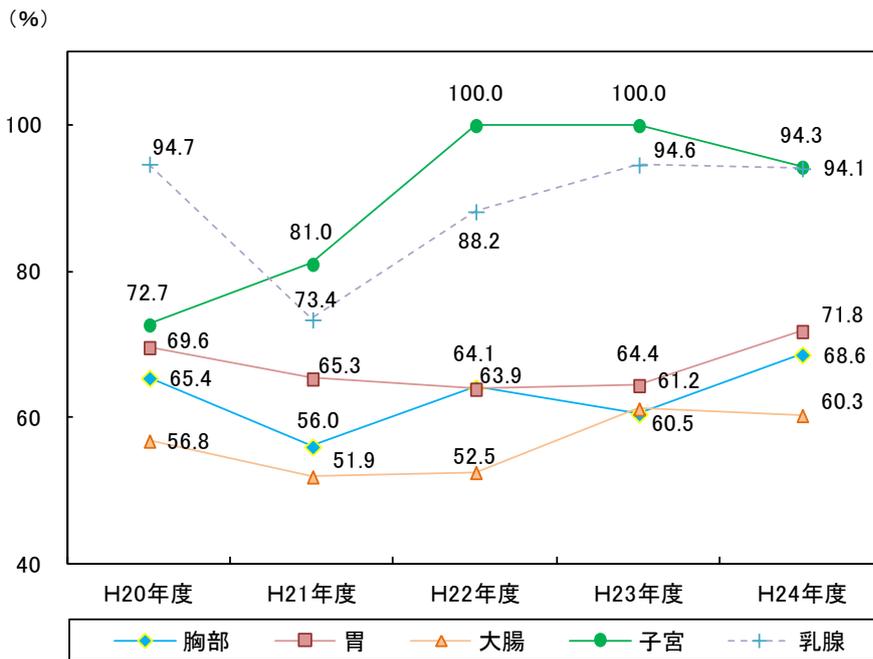
### ■がん検診受診率の推移



＜参考＞  
【県】H23年  
胸部：30.1%  
胃：17.5%  
大腸：27.7%  
子宮：28.6%  
乳腺：17.5%

資料：ながくてのほけん

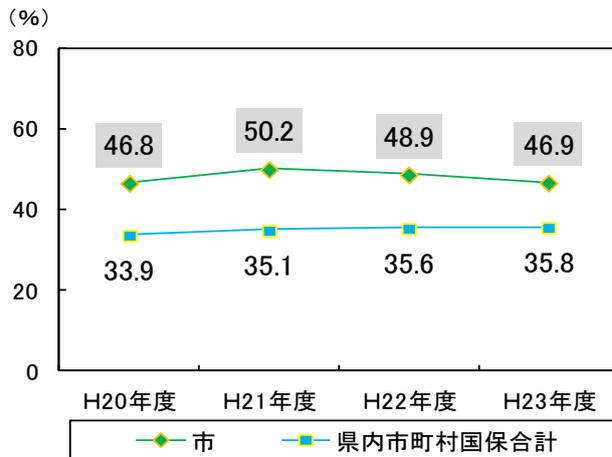
### ■がん検診精密検査受診率の推移



＜参考＞  
**【県】H23年**  
 胸部:77.8%  
 胃 :82.8%  
 大腸:71.6%  
 子宮:67.5%  
 乳腺:85.3%

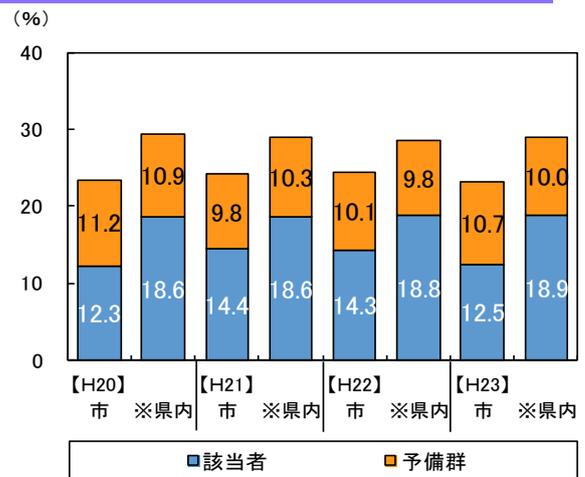
資料：ながくてのほけん

### ■国保特定健診受診率の推移



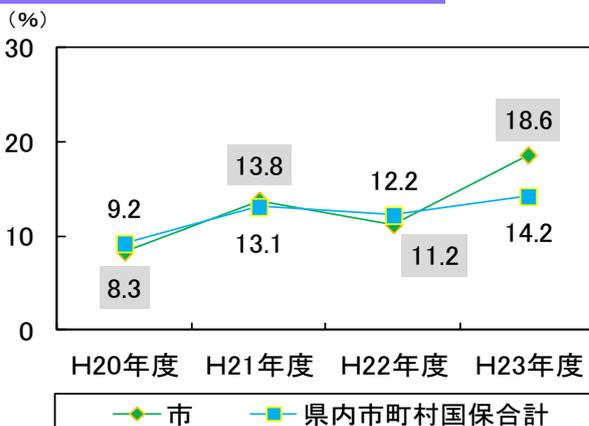
資料：愛知県国民健康保険団体連合会

### ■メタボリックシンドローム該当者の推移



資料：愛知県国民健康保険団体連合会  
 ※県内：県内市町村国保合計

### ■国保特定保健指導終了率の推移



資料：特定健診・特定保健指導実施結果報告

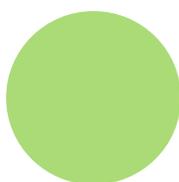
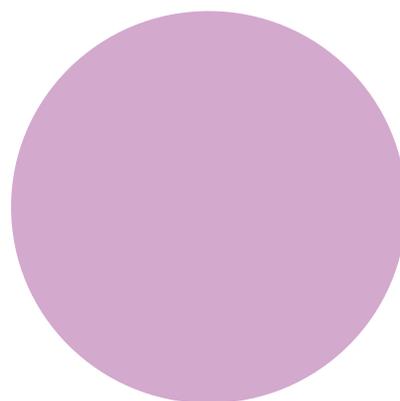
## 課 題 の ま と め

- ライフステージに応じた健康づくりを促すため、性別・年齢を問わず、各種健診の受診を勧めていくことが重要です。
- がん検診受診率は、県よりも高い値で推移しています。「胃」や「子宮」などでは5割に満たない状況にあり、受診率を高めていくための受診しやすい環境整備を進める必要があります。
- がん検診精密検査受診率は、「胸部」「胃」「大腸」の受診率は低い値で推移しており、精密検査の重要性を広く啓発していく必要があります。
- 国保特定健診受診率は、県よりも高い水準にあるものの、第2期特定健診等実施計画の目標値の達成を見据え、さらに高めていく必要があります。
- 生活習慣の早期改善に向けて、国保特定保健指導終了率を今後さらに高めていく必要があります。

### 今後の方向性

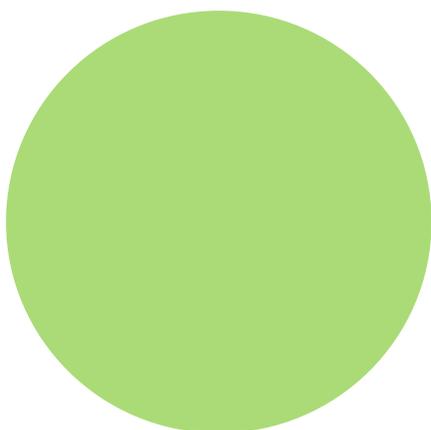
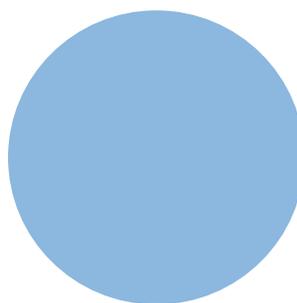
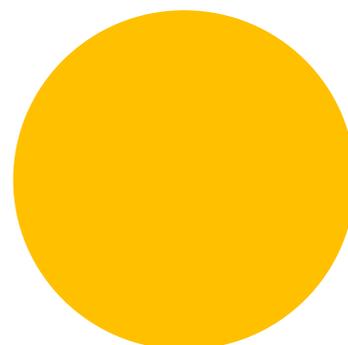
- 自ら健康を管理する人を増やす
- 生活習慣病の発症と重症化を予防する
- 効果的な検診方法を検討する





## 第5章 計画の推進

---



# 1. 計画の推進

---

## (1) 計画の推進

本計画では、本市の健康づくりに関する基本的な方針、骨子を定めています。基本目標である「健康寿命の延伸」に向けて、6つの領域について本計画を推進する具体的な方策については、今後、市民とともに検討していきます。

計画の推進にあたっては、市民の主体的な健康づくりを基本として、地域とのつながりを重視した市民協働の活動を進めていきます。また、市民一人ひとりや家族を中心とした取組を促進できるよう、市内及び周辺市町にも多数立地している大学との連携やNPOとの協働も含め、市関係各課や関係団体との連携を深め、市民が健康づくりに取り組みやすい仕組みづくりなど必要な支援や環境整備を行います。例えば、健康づくりにポイント制の考え方を取り入れるなどの、新たな視点での取組を推進することを検討していきます。

## (2) 進行管理及び評価

本計画の基本目標である「健康寿命の延伸」を実現するため、各領域の方向性に向けた取組状況や指標項目の進捗状況を経年的に把握していきます。地域保健対策推進協議会等の会議によって計画の評価、見直しをしながら達成度について進行管理を行い、健康で元気なまちになるように検討していきます。また、計画最終年度である平成35年度には、目標達成状況などの総合的な評価を行い、以後の本市の健康づくりにおける取組に反映させていきます。

## 2. 今後の方向性一覧

本計画では、3つの基本方針である生活習慣病の発症予防と重症化予防、地域で支える健康づくり、生涯を通じた健康づくりを推進するにあたり、6つの領域別に今後の方向性を示し、取組を進めていきます。それぞれ具体的な取組内容については、今後、市民とともに考え、見直しを行いながら、本計画を推進していきます。

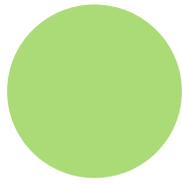
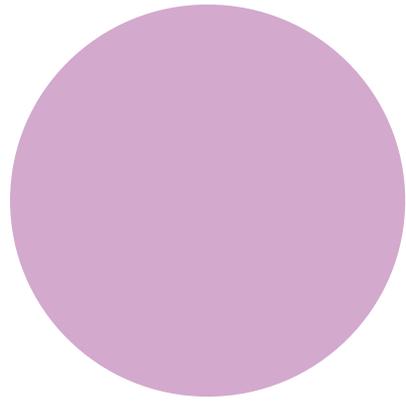
	今後の方向性	指標	現状値	目標値
食事	毎日朝食をとる 20 歳代、30 歳代を増やす	朝食の欠食率	20 歳代 27.0% 30 歳代 12.0%	20 歳代 20.0% 30 歳代 10.0%
	小中学生の朝食の欠食をなくす	朝食の欠食率	小学校低学年 0.9% 小学校高学年 0.6% 中学生 4.1%	小学校低学年 0% 小学校高学年 0% 中学生 0%
	肥満の人を減らす	BMI25 以上または腹囲基準値以上の該当者率	(H22 年度) 男性 41.8% 女性 17.7% ※出典は下記参照	男性 39.0% 女性 15.0%
運動	運動習慣を持つ 20 歳代、30 歳代を増やす	週 2 回以上の運動（1 回あたり 30 分以上）を 6 か月以上続けている人の割合	20 歳代 13.0% 30 歳代 11.7%	20 歳代 20.0% 30 歳代 18.0%
	ロコモティブシンドロームの認知度の向上を図り、歩く人を増やす	ロコモティブシンドロームの認知度	23.5%	80.0%
		1 日に歩く時間が「30 分以上」の人の割合	54.7%	60.0%
歯の健康	かかりつけの歯科医を持つ人を増やす	かかりつけ医を持つ人の割合	20 歳以上 46.5%	20 歳以上 50.0%
	歯科検診の受診率を向上させる	定期的に歯科検診を受けている人の割合	20 歳以上 29.0%	20 歳以上 40.0%
	8020、8520 を達成する人を増やす	8020、8520 表彰者数	8020 表彰者 43 人 8520 表彰者 11 人	8020 表彰者 60 人 8520 表彰者 20 人
アルコール・たばこ	妊娠中に飲酒・喫煙する人をなくす	妊婦の飲酒率、喫煙率	(H23 年度) 飲酒率 3.0% 喫煙率 1.6%	飲酒率 0% 喫煙率 0%
	未成年がたばこを吸わない	指標なし	—	喫煙率 0%
	禁煙に取り組みやすい環境づくり	「すぐにでも禁煙したいと考えている」「禁煙したい」人の割合	男性 53.8% 女性 53.8%	男性 60.0% 女性 60.0%
	多量飲酒する人を減らす	多量飲酒者（3 合以上）の割合	男性 3.8% 女性 0.9%	男性 3.0% 女性 0.5%

※出典：愛知県「特定健診・特定保健指導情報データを活用した分析」（平成 25 年 3 月）  
（市町村国民健康保険・健康保険組合等の加入者データから）

	今後の方向性	指標	現状値	目標値
こころ	こころの病気についての知識を持つ人を増やし、早めに相談する人を増やす	こころの状態に関する質問（K6）において、10点以上の人の割合	男性 7.4% 女性 8.2%	男性 7.0% 女性 7.8%
	睡眠の大切さを理解する人を増やす	睡眠による休息が「十分とれている」「ほぼとれている」20歳以上の人の割合	男性 78.1% 女性 81.4%	男性 80.0% 女性 83.0%
	健康的な生活習慣を持つ人を増やす	健康状態に関する質問（EQ-5D*1）において健康である（11111）と回答した人の割合	20歳以上 71.8%	20歳以上 75.0%
	地域とのつながりを感じる人を増やす	地域とのつながりが「強い方だと思う」「どちらかと言えば強いほうだと思う」20歳以上の人の割合	男性 16.1% 女性 28.7%	男性 20.0% 女性 33.0%
	健康づくりを推進する人を養成する	ながくてすこやかメイトの人数	14人	99人
健康管理	自ら健康管理する人を増やす	各種健診受診率	(H24年度) 胸部 59.5% 胃 44.2% 大腸 59.5% 子宮 44.2% 乳腺 52.4% (H23年度) 特定健診 46.9%	胸部 60.0% 胃 60.0% 大腸 60.0% 子宮 60.0% 乳腺 60.0% (H29年度) 特定健診 60.0%
	生活習慣病の発症と重症化を予防する	特定保健指導の終了率	(H23年度) 18.6%	(H29年度) 60.0%
	効果的な検診方法を検討する	指標なし	—	—

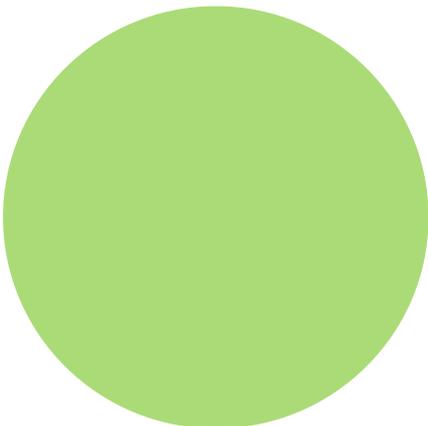
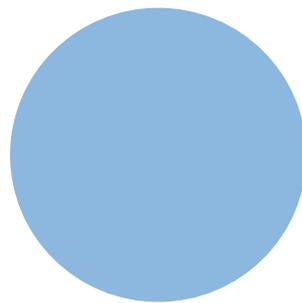
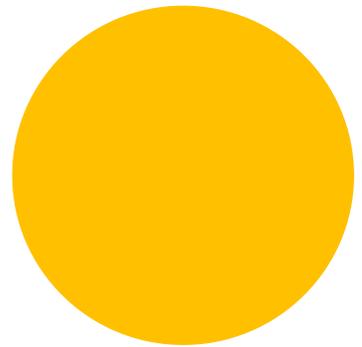
\*1：EQ-5D (EuroQOL-5dimension)日本語版

移動、身の回りの管理、普段の活動、痛み／不快感、不安／ふさぎ込みの5項目について、3段階で回答することで健康状態を評価する。5項目に全く問題がない場合は、すべての項目に「1」と回答する。



## 資料編

---



# 1. 策定経緯

年月日		調査・会議等	内容
平成25年	3月	長久手市民の健康づくりを考えるためのアンケート調査実施	配布数 6,373、回収数 3,776 回収率 59.2%
	8月2日	第1回地域保健対策推進協議会	・計画策定について ほか
	10月24日	第1回作業部会	・市の健康づくり計画の考え方 ・市の現状について
	11月25日	第2回作業部会	・市の特徴を踏まえた健康づくり計画について ・計画における各領域の取組についての意見交換
	12月24日	第3回作業部会	・計画の素案について ・所属する団体における健康づくりに関する活動についての意見交換
平成26年	1月14日	第2回地域保健対策推進協議会	・計画の素案について
	1月20日 ～2月18日	パブリックコメント	提出意見0件
	3月11日	第3回地域保健対策推進協議会	・計画案について ・計画推進事業について ほか
	3月20日	第4回作業部会	・計画案について ・計画推進事業について

## 2. 規則・要綱

---

### (1) 長久手市地域保健対策推進協議会規則

#### 長久手市地域保健対策推進協議会規則

(名称及び目的)

第1条 この会は、長久手市地域保健対策推進協議会（以下「協議会」という。）と称し、住民の健康の保持及び増進を図り、健康で快適な日常生活の向上を期するため総合的健康づくり活動を促進することを目的とする。

(所掌事務)

第2条 協議会は、前条の目的を達成するために次の事項を審議する。

- (1) 健康増進事業及び成人保健事業に関すること。
- (2) 母子保健事業に関すること。
- (3) 健康づくり事業及び健康づくり計画に関すること。
- (4) 精神保健福祉事業に関すること。
- (5) その他必要な事項

(組織)

第3条 協議会の委員は、別表第1に掲げる者とし、市長がこれを委嘱する。

(任期)

第4条 委員の任期は1年とする。委員が欠けた場合における補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。ただし、再任を妨げるものではない。

(会長及び副会長)

第5条 協議会に会長及び副会長各1人を置き、委員の互選によって、これらを定める。

- 2 会長は、協議会を代表し、会務を総理する。
- 3 副会長は、会長を補佐し、会長が事故があるときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 協議会の会議は、会長が招集し、会長がその議長となる。

- 2 協議会は、委員の2分の1以上が出席しなければ、会議を開くことができない。

3 協議会の議事は、出席した委員の過半数で決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

(部会)

第7条 協議会に次の部会を置くことができる。

(1) 成人専門部会

(2) 母子専門部会

(3) その他必要な部会

2 成人専門部会及び母子専門部会の委員は別表第2及び第3に掲げる者とし、市長がこれを委嘱する。

3 その他必要な部会の名称等は市長が定める。また、その他必要な部会の委員は、その都度、市長が委嘱又は任命する。

4 部会の委員の任期は1年とする。委員が欠けた場合における補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。ただし、再任を妨げるものでない。

5 部会に部会長を置き、会長が指名する委員をもって充てる。

6 部会長は、部会の会務を総理する。

(庶務)

第8条 協議会の庶務は、福祉部健康推進課において行う。

(委任)

第9条 この規則に定めるもののほか、必要な事項は、会長が協議会に諮って定める。

附 則

この規則は、平成25年4月1日から施行する。

別表第1（第3条関係）

長久手市地域保健対策推進協議会

構成関係機関	職名	人数
行政機関	長久手市教育委員代表	1名
	愛知県瀬戸保健所長	1名
医師会	市内医師代表	4名
医療関係機関	愛知医科大学公衆衛生学教室代表	1名
	公立陶生病院小児科医師代表	1名
団体	長久手市スポーツ推進委員長	1名
	長久手市社会福祉協議会長	1名
	長久手市シニアクラブ連合会長	1名
	長久手市食生活改善推進員会長	1名
地区組織	自治会連合会長・区長会代表	1名
その他	学識経験者	1名

別表第2（第7条関係）

成人専門部会

構成関係機関	職名	人数
行政機関	愛知県瀬戸保健所長	1名
医師会	市内医師代表	4名
医療関係機関	愛知医科大学公衆衛生学教室代表	1名
	愛知医科大学内科代表	1名
その他	学識経験者	1名

別表第3（第7条関係）

母子専門部会

構成関係機関	職名	人数
行政機関	愛知県瀬戸保健所代表	1名
	長久手市教育委員代表	1名
医師会	市内医師代表	3名
医療関係機関	愛知医科大学産婦人科医師代表	1名
	愛知医科大学小児科医師代表	1名
	公立陶生病院医師代表	1名
各団体機関	長久手市小中学校PTA連絡協議会代表	1名
	長久手市立保育園保護者会連絡協議会代表	1名
	子育て支援団体代表	1名
その他	学識経験者	1名

## (2) 第2次長久手市健康づくり計画策定要綱

### 第2次長久手市健康づくり計画策定要綱

(趣旨)

第1条 この要綱は、健康増進法（平成14年法律第103号）第8条に基づき、第2次長久手市健康づくり計画（以下「健康づくり計画」という。）の策定に関して必要な事項を定める。

(内容)

第2条 健康づくり計画は、市民の健康に関する基本的な政策目標と重点課題を定める。

2 健康づくり計画は、平成15年度に策定した長久手町健康づくり計画「元気になるりゃあせ21計画」における施策及び事業の評価を踏まえ計画の見直しを行うとともに、新たな目標数値の設定等を行う。

(計画期間)

第3条 健康づくり計画の計画期間は、平成26年度を初年度として平成35年度までの10年間とする。

(原案作成)

第4条 健康づくり計画の原案は、長久手市地域保健対策推進協議会（以下「協議会」という。）の規則に基づき、市民の健康づくりに関する計画の策定及び推進に関する重要事項を調査及び審議する協議会において作成し、市長へ報告する。

2 原案作成に市民の意見を反映させるため、協議会の補助機関である長久手市健康づくり計画作業部会（以下「作業部会」という。）において検討し、協議会に報告する。

(顧問)

第5条 健康づくり計画策定において、顧問を置き助言を求める。

(作業部会)

第6条 協議会に作業部会を設置し、作業部会に作業部会員を置く。

2 作業部会員は、協議会の会長（以下「会長」という。）が指名する者及び会長が指定する関係機関等から推薦された者とする。

(庶務)

第7条 健康づくり計画策定に関する庶務は、福祉部健康推進課において処理する。

(委任)

第8条 この要綱に定めるもののほか、健康づくり計画策定に関し必要な事項は、別に定める。

附 則

1 この要綱は、平成25年9月24日から施行する。

2 この要綱は、計画策定完了をもってその効力を失う。

### 3. 委員名簿

(敬称略)

#### ■平成 25 年度長久手市地域保健対策推進協議会委員

構成関係機関	職名等	氏名
行政機関	長久手市教育委員代表	横田 真規子
	愛知県瀬戸保健所長	大野 香代子
医師会	市内医師代表	南谷 嘉彦
		石井 徹
	市内歯科医師代表	宮地 喜久子
医療関係機関	愛知医科大学公衆衛生学教室代表	福井 正人
	公立陶生病院小児科医師代表	菊地 正悟
団体	長久手市スポーツ推進委員長	山口 英明
	長久手市社会福祉協議会長	近藤 孝志
	長久手市シニアクラブ連合会長	加藤 勝
	長久手市食生活改善推進員会長	清野 順市
地区組織	自治会連合会長・区長会代表	山田 豊美
その他	学識経験者（名古屋大学教授）	高田 澄
		榊原 久孝

#### ■健康づくり計画作業部会委員

構成関係機関	職名等	氏名
各種団体	長久手市商工会長	加藤 義郎
	長久手市体育協会展長	加藤 正雄
	長久手市スポーツ推進委員代表	口野 孝典
	長久手市シニアクラブ代表	奥田 知弘
	長久手市食生活改善推進員会長	山田 豊美
	ながくてすこやかメイト代表	前田 勉
地区組織	自治会連合会長・区長会代表	伊藤 香津枝
		新宅 巧

#### ■健康づくり計画策定顧問

職名等	氏名
愛知淑徳大学教授	古井 景

## 4. アンケート調査

### (1) 調査の概要

健康づくり計画「元気になりゃあせながくて21計画」の計画年度が平成25年度で終了することから、最終評価及び次期計画策定をめざして、市民の健康づくりに関する現状を把握する。

### (2) アンケート名称

長久手市民の健康づくりを考えるためのアンケート

### (3) 実施時期

平成25年3月

### (4) 実施状況

対象者	依頼方法	配布数	回収数	回収率	備考
20歳以上	郵送による配布回収	4,000	1,606	40.2%	無作為抽出
高校生	学校を通じて配布回収	690	677	98.1%	依頼に応じた市内高校の1・2年生
中学生	学校を通じて配布回収	488	410	84.0%	市内中学2年生の全生徒
小学校高学年	学校を通じて配布回収	604	528	87.4%	市内小学5年生の全児童
小学校低学年	学校を通じて配布回収	591	555	93.9%	市内小学3年生の全児童
合計		6,373	3,776	59.2%	

## (5) アンケート調査結果

### ①からだの健康について

●あなたは以下の健診を受けましたか

- ・健康診断、特定健診、人間ドック

		受けていない人		受けた人		合計
		人数	割合	人数	割合	
20 歳代	男	16	28.6%	40	71.4%	56
	女	33	50.0%	33	50.0%	66
30 歳代	男	40	26.0%	114	74.0%	154
	女	70	50.0%	70	50.0%	140
40 歳代	男	44	32.6%	91	67.4%	135
	女	45	31.5%	98	68.5%	143
50 歳代	男	25	22.7%	85	77.3%	110
	女	19	22.1%	67	77.9%	86
60 歳代	男	22	23.2%	73	76.8%	95
	女	46	26.0%	131	74.0%	177
70 歳以上	男	18	42.9%	24	57.1%	42
	女	82	36.0%	146	64.0%	228
合計		460	32.1%	972	67.9%	1,432
	男	165	27.9%	427	72.1%	592
	女	295	35.1%	545	64.9%	840

- ・胃がん検診

		受けていない人		受けた人		合計
		人数	割合	人数	割合	
20 歳代	男	51	100.0%	0	0.0%	51
	女	65	98.5%	1	1.5%	66
30 歳代	男	138	95.2%	7	4.8%	145
	女	116	90.6%	12	9.4%	128
40 歳代	男	86	74.1%	30	25.9%	116
	女	73	53.3%	64	46.7%	137
50 歳代	男	59	66.3%	30	33.7%	89
	女	29	36.3%	51	63.8%	80
60 歳代	男	39	52.0%	36	48.0%	75
	女	56	36.1%	99	63.9%	155
70 歳以上	男	17	56.7%	13	43.3%	30
	女	92	45.5%	110	54.5%	202
合計		821	64.4%	453	35.6%	1,274
	男	390	77.1%	116	22.9%	506
	女	431	56.1%	337	43.9%	768

・ 肺がん検診

		受けていない人		受けた人		合計
20 歳代	男	50	100.0%	0	0.0%	50
	女	65	98.5%	1	1.5%	66
30 歳代	男	140	97.2%	4	2.8%	144
	女	122	96.1%	5	3.9%	127
40 歳代	男	91	80.5%	22	19.5%	113
	女	82	60.3%	54	39.7%	136
50 歳代	男	64	74.4%	22	25.6%	86
	女	39	50.6%	38	49.4%	77
60 歳代	男	43	58.1%	31	41.9%	74
	女	76	51.4%	72	48.6%	148
70 歳以上	男	20	71.4%	8	28.6%	28
	女	94	53.7%	81	46.3%	175
合計		886	72.4%	338	27.6%	1,224
		男	408	82.4%	87	495
		女	478	65.6%	251	729

・ 大腸がん検診

		受けていない人		受けた人		合計
20 歳代	男	51	100.0%	0	0.0%	51
	女	65	98.5%	1	1.5%	66
30 歳代	男	136	93.8%	9	6.2%	145
	女	116	91.3%	11	8.7%	127
40 歳代	男	83	71.6%	33	28.4%	116
	女	62	44.6%	77	55.4%	139
50 歳代	男	57	62.0%	35	38.0%	92
	女	31	38.8%	49	61.3%	80
60 歳代	男	40	51.3%	38	48.7%	78
	女	55	35.3%	101	64.7%	156
70 歳以上	男	18	54.5%	15	45.5%	33
	女	89	43.2%	117	56.8%	206
合計		803	62.3%	486	37.7%	1,289
		男	385	74.8%	130	515
		女	418	54.0%	356	774

・ 乳がん検診

		受けていない人		受けた人		合計
20 歳代	女	59	90.8%	6	9.2%	65
30 歳代	女	92	69.7%	40	30.3%	132
40 歳代	女	32	22.7%	109	77.3%	141
50 歳代	女	19	22.1%	67	77.9%	86
60 歳代	女	45	31.7%	97	68.3%	142
70 歳以上	女	99	66.4%	50	33.6%	149
合計		346	48.4%	369	51.6%	715

子宮がん検診

		受けていない人		受けた人		合計
20歳代	女	34	52.3%	31	47.7%	65
30歳代	女	42	30.4%	96	69.6%	138
40歳代	女	36	26.1%	102	73.9%	138
50歳代	女	20	23.3%	66	76.7%	86
60歳代	女	53	39.8%	80	60.2%	133
70歳以上	女	104	70.3%	44	29.7%	148
合計		289	40.8%	419	59.2%	708

● 健診を受けていない理由は何ですか

		時間がない	必要性を感じない	受診の仕方が不明	治療中	病気が見つかる怖い	機会を逃した	その他	合計
20歳代	男	5 12.2%	13 31.7%	11 26.8%	0 0.0%	0 0.0%	5 12.2%	7 17.1%	41
	女	11 18.6%	26 44.1%	10 16.9%	0 0.0%	1 1.7%	7 11.9%	4 6.8%	59
30歳代	男	25 23.1%	35 32.4%	18 16.7%	0 0.0%	2 1.9%	16 14.8%	12 11.1%	108
	女	9 8.9%	18 17.8%	14 13.9%	1 1.0%	2 2.0%	39 38.6%	18 17.8%	101
40歳代	男	20 27.4%	15 20.5%	3 4.1%	0 0.0%	4 5.5%	18 24.7%	13 17.8%	73
	女	12 16.9%	13 18.3%	5 7.0%	2 2.8%	0 0.0%	29 40.8%	10 14.1%	71
50歳代	男	7 13.7%	14 27.5%	3 5.9%	3 5.9%	3 5.9%	16 31.4%	5 9.8%	51
	女	0 0.0%	7 22.6%	2 6.5%	2 6.5%	3 9.7%	9 29.0%	8 25.8%	31
60歳代	男	1 2.7%	15 40.5%	1 2.7%	5 13.5%	0 0.0%	13 35.1%	2 5.4%	37
	女	4 6.3%	12 19.0%	1 1.6%	9 14.3%	4 6.3%	23 36.5%	10 15.9%	63
70歳以上	男	3 16.7%	5 27.8%	1 5.6%	4 22.2%	0 0.0%	5 27.8%	0 0.0%	18
	女	1 1.0%	44 43.1%	5 4.9%	18 17.6%	4 3.9%	17 16.7%	13 12.7%	102
合計		98 13.0%	217 28.7%	74 9.8%	44 5.8%	23 3.0%	197 26.1%	102 13.5%	755
	男	61 18.6%	97 29.6%	37 11.3%	12 3.7%	9 2.7%	73 22.3%	39 11.9%	328
	女	37 8.7%	120 28.1%	37 8.7%	32 7.5%	14 3.3%	124 29.0%	63 14.8%	427

● あなたは、今までに以下の病気の診断を受けたことがありますか

(現在治療中のもも含めてお答えください)

		高血圧症	胃・十二指腸潰瘍	脂質異常症(高脂血症)	がん	糖尿病	脳卒中(脳梗塞・脳出血)	肝臓病	狭心症・心筋梗塞
20歳代	男	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 2.2%	0 0.0%
	女	0 0.0%	1 1.9%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
30歳代	男	5 4.0%	3 2.4%	5 4.0%	1 0.8%	0 0.0%	0 0.0%	4 3.2%	0 0.0%
	女	1 0.9%	5 4.3%	3 2.6%	1 0.9%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
40歳代	男	12 9.1%	11 8.3%	14 10.6%	1 0.8%	3 2.3%	3 2.3%	5 3.8%	0 0.0%
	女	6 3.8%	8 5.1%	7 4.5%	11 7.1%	3 1.9%	1 0.6%	1 0.6%	0 0.0%
50歳代	男	26 16.7%	6 3.8%	17 10.9%	9 5.8%	12 7.7%	1 0.6%	3 1.9%	6 3.8%
	女	19 15.1%	4 3.2%	15 11.9%	6 4.8%	1 0.8%	0 0.0%	2 1.6%	2 1.6%
60歳代	男	35 19.0%	14 7.6%	21 11.4%	12 6.5%	17 9.2%	4 2.2%	2 1.1%	2 1.1%
	女	66 19.0%	25 7.2%	41 11.8%	30 8.6%	22 6.3%	4 1.1%	8 2.3%	11 3.2%
70歳以上	男	24 22.6%	15 14.2%	4 3.8%	7 6.6%	10 9.4%	7 6.6%	3 2.8%	7 6.6%
	女	120 18.6%	61 9.4%	45 7.0%	43 6.7%	50 7.7%	24 3.7%	15 2.3%	34 5.3%
合計		314 14.3%	153 7.0%	172 7.8%	121 5.5%	118 5.4%	44 2.0%	44 2.0%	62 2.8%
	男	102 13.6%	49 6.5%	61 8.1%	30 4.0%	42 5.6%	15 2.0%	18 2.4%	15 2.0%
	女	212 14.7%	104 7.2%	111 7.7%	91 6.3%	76 5.3%	29 2.0%	26 1.8%	47 3.3%

(次ページに続く)

		歯周病		腎臓の病気		甲状腺の病気		腰椎の病気		骨粗鬆症		変形性関節炎		五十肩(肩関節周囲炎)		該当なし		合計
20歳代	男	1	2.2%	0	0.0%	0	0.0%	1	2.2%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	43	93.5%	46
	女	2	3.7%	3	5.6%	0	0.0%	1	1.9%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	47	87.0%	54
30歳代	男	4	3.2%	3	2.4%	1	0.8%	7	5.6%	0	0.0%	0	0.0%	1	0.8%	92	73.0%	126
	女	9	7.8%	2	1.7%	4	3.5%	3	2.6%	0	0.0%	2	1.7%	0	0.0%	85	73.9%	115
40歳代	男	9	6.8%	3	2.3%	2	1.5%	9	6.8%	0	0.0%	0	0.0%	3	2.3%	57	43.2%	132
	女	13	8.3%	2	1.3%	8	5.1%	7	4.5%	3	1.9%	5	3.2%	6	3.8%	75	48.1%	156
50歳代	男	5	3.2%	5	3.2%	2	1.3%	11	7.1%	2	1.3%	4	2.6%	9	5.8%	38	24.4%	156
	女	13	10.3%	4	3.2%	4	3.2%	9	7.1%	2	1.6%	3	2.4%	17	13.5%	25	19.8%	126
60歳代	男	16	8.7%	3	1.6%	2	1.1%	13	7.1%	4	2.2%	6	3.3%	18	9.8%	15	8.2%	184
	女	21	6.0%	8	2.3%	8	2.3%	21	6.0%	13	3.7%	18	5.2%	26	7.5%	26	7.5%	348
70歳以上	男	9	8.5%	3	2.8%	3	2.8%	6	5.7%	0	0.0%	0	0.0%	4	3.8%	4	3.8%	106
	女	53	8.2%	15	2.3%	11	1.7%	45	7.0%	33	5.1%	27	4.2%	43	6.7%	27	4.2%	646
合計		155	7.1%	51	2.3%	45	2.1%	133	6.1%	57	2.6%	65	3.0%	127	5.8%	534	24.3%	2,195
男		44	5.9%	17	2.3%	10	1.3%	47	6.3%	6	0.8%	10	1.3%	35	4.7%	249	33.2%	750
女		111	7.7%	34	2.4%	35	2.4%	86	6.0%	51	3.5%	71	4.9%	92	6.4%	258	17.9%	1,445

●あなたは、健康だと思いますか

		そう思う		どちらかといえば そう思う		どちらかといえば そう思わない		そう思わない		合計
小学校	男	50	33.6%	82	55.0%	13	8.7%	4	2.7%	149
高学年	女	184	73.3%	54	21.5%	12	4.8%	1	0.4%	251
中学生	男	94	48.0%	86	43.9%	13	6.6%	3	1.5%	196
	女	103	51.2%	75	37.3%	17	8.5%	6	3.0%	201
高校生	男	194	44.3%	162	37.0%	54	12.3%	28	6.4%	438
	女	88	41.5%	100	47.2%	15	7.1%	9	4.2%	212
合計		713	49.3%	559	38.6%	124	8.6%	51	3.5%	1,447
男		338	43.2%	330	42.1%	80	10.2%	35	4.5%	783
女		375	56.5%	229	34.5%	44	6.6%	16	2.4%	664

●あなたは、健診を受けて「メタボリックシンドロームに該当する」と言われたことがありますか

		はい		いいえ		合計
20歳代	男	1	1.8%	54	98.2%	55
	女	1	1.5%	67	98.5%	68
30歳代	男	15	8.4%	164	91.6%	179
	女	0	0.0%	120	100.0%	120
40歳代	男	28	20.9%	106	79.1%	134
	女	8	5.7%	133	94.3%	141
50歳代	男	30	23.6%	97	76.4%	127
	女	6	5.4%	106	94.6%	112
60歳代	男	31	29.8%	73	70.2%	104
	女	44	22.9%	148	77.1%	192
70歳以上	男	11	23.9%	35	76.1%	46
	女	37	14.4%	220	85.6%	257
合計		212	13.8%	1,323	86.2%	1,535
男		116	18.0%	529	82.0%	645
女		96	10.8%	794	89.2%	890

●あなたは、現在まで半年以上続いている痛みがありますか

		ある		ない		合計	
小学校 低学年	男	9	3.4%	255	96.6%	264	
	女	21	7.6%	256	92.4%	277	
小学校 高学年	男	16	6.5%	231	93.5%	247	
	女	17	6.8%	233	93.2%	250	
中学生	男	40	20.5%	155	79.5%	195	
	女	35	17.5%	165	82.5%	200	
高校生	男	91	20.7%	348	79.3%	439	
	女	31	14.6%	181	85.4%	212	
20歳代	男	8	14.5%	47	85.5%	55	
	女	8	11.8%	60	88.2%	68	
30歳代	男	29	16.3%	149	83.7%	178	
	女	17	14.3%	102	85.7%	119	
40歳代	男	26	19.4%	108	80.6%	134	
	女	27	19.0%	115	81.0%	142	
50歳代	男	36	27.7%	94	72.3%	130	
	女	24	21.2%	89	78.8%	113	
60歳代	男	22	21.2%	82	78.8%	104	
	女	58	29.7%	137	70.3%	195	
70歳以上	男	10	22.2%	35	77.8%	45	
	女	94	35.5%	171	64.5%	265	
合計		619	17.0%	3,013	83.0%	3,632	
		男	287	16.0%	1,504	84.0%	1,791
		女	332	18.0%	1,509	82.0%	1,841

●その痛みのある場所はどこですか

		頭		首		肩		腰		膝		その他		合計	
小学校 低学年	男	2	22.2%	0	0.0%	1	11.1%	0	0.0%	2	22.2%	4	44.4%	9	
	女	6	28.6%	1	4.8%	0	0.0%	1	4.8%	1	4.8%	12	57.1%	21	
小学校 高学年	男	2	14.3%	3	21.4%	0	0.0%	1	7.1%	2	14.3%	6	42.9%	14	
	女	2	13.3%	0	0.0%	2	13.3%	0	0.0%	3	20.0%	8	53.3%	15	
中学生	男	1	2.2%	1	2.2%	5	10.9%	8	17.4%	16	34.8%	15	32.6%	46	
	女	2	5.6%	5	13.9%	5	13.9%	6	16.7%	11	30.6%	7	19.4%	36	
高校生	男	6	6.7%	1	1.1%	11	12.4%	29	32.6%	9	10.1%	33	37.1%	89	
	女	3	10.3%	0	0.0%	4	13.8%	6	20.7%	5	17.2%	11	37.9%	29	
20歳代	男	1	12.5%	2	25.0%	1	12.5%	3	37.5%	0	0.0%	1	12.5%	8	
	女	1	16.7%	1	16.7%	0	0.0%	2	33.3%	0	0.0%	2	33.3%	6	
30歳代	男	1	4.0%	8	32.0%	5	20.0%	5	20.0%	2	8.0%	4	16.0%	25	
	女	2	11.8%	2	11.8%	1	5.9%	9	52.9%	1	5.9%	2	11.8%	17	
40歳代	男	1	4.3%	0	0.0%	8	34.8%	9	39.1%	2	8.7%	3	13.0%	23	
	女	1	4.0%	2	8.0%	6	24.0%	3	12.0%	7	28.0%	6	24.0%	25	
50歳代	男	3	9.4%	1	3.1%	8	25.0%	10	31.3%	2	6.3%	8	25.0%	32	
	女	1	5.0%	1	5.0%	4	20.0%	4	20.0%	6	30.0%	4	20.0%	20	
60歳代	男	0	0.0%	2	8.7%	7	30.4%	8	34.8%	4	17.4%	2	8.7%	23	
	女	2	3.5%	4	7.0%	8	14.0%	20	35.1%	13	22.8%	10	17.5%	57	
70歳 以上	男	0	0.0%	0	0.0%	3	25.0%	6	50.0%	1	8.3%	2	16.7%	12	
	女	7	6.9%	8	7.8%	9	8.8%	46	45.1%	23	22.5%	9	8.8%	102	
合計		44	7.2%	42	6.9%	88	14.4%	176	28.9%	110	18.1%	149	24.5%	609	
		男	17	6.0%	18	6.4%	49	17.4%	79	28.1%	40	14.2%	78	27.8%	281
		女	27	8.2%	24	7.3%	39	11.9%	97	29.6%	70	21.3%	71	21.6%	328

●その痛みを「0（痛みなし）」から「10（これ以上ない痛み、今まで経験した一番強い痛み）」の11段階の数字で表すとどのくらいですか

		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	合計											
高校生	男	2	2.2%	0	0.0%	7	7.7%	11	12.1%	21	23.1%	14	15.4%	11	12.1%	12	13.2%	8	8.8%	1	1.1%	4	4.4%	91
	女	1	3.2%	1	3.2%	2	6.5%	1	3.2%	3	9.7%	9	29.0%	4	12.9%	3	9.7%	3	9.7%	2	6.5%	2	6.5%	31
20歳代	男	0	0.0%	0	0.0%	2	25.0%	2	25.0%	0	0.0%	2	25.0%	0	0.0%	1	12.5%	0	0.0%	1	12.5%	0	0.0%	8
	女	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	16.7%	0	0.0%	2	33.3%	2	33.3%	1	16.7%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	6
30歳代	男	0	0.0%	0	0.0%	7	24.1%	5	17.2%	5	17.2%	3	10.3%	4	13.8%	2	6.9%	3	10.3%	0	0.0%	0	0.0%	29
	女	0	0.0%	1	5.9%	3	17.6%	1	5.9%	2	11.8%	4	23.5%	1	5.9%	3	17.6%	2	11.8%	0	0.0%	0	0.0%	17
40歳代	男	0	0.0%	1	4.0%	2	8.0%	4	16.0%	2	8.0%	3	12.0%	7	28.0%	4	16.0%	0	0.0%	1	4.0%	1	4.0%	25
	女	0	0.0%	0	0.0%	7	24.1%	4	13.8%	3	10.3%	6	20.7%	2	6.9%	2	6.9%	4	13.8%	1	3.4%	0	0.0%	29
50歳代	男	0	0.0%	1	2.9%	5	14.3%	8	22.9%	5	14.3%	4	11.4%	3	8.6%	3	8.6%	2	5.7%	2	5.7%	2	5.7%	35
	女	0	0.0%	0	0.0%	2	8.0%	8	32.0%	2	8.0%	3	12.0%	2	8.0%	6	24.0%	0	0.0%	1	4.0%	1	4.0%	25
60歳代	男	0	0.0%	0	0.0%	4	18.2%	5	22.7%	2	9.1%	7	31.8%	0	0.0%	2	9.1%	1	4.5%	0	0.0%	1	4.5%	22
	女	1	1.7%	2	3.4%	5	8.6%	12	20.7%	5	8.6%	14	24.1%	7	12.1%	3	5.2%	6	10.3%	0	0.0%	3	5.2%	58
70歳以上	男	0	0.0%	1	9.1%	2	18.2%	1	9.1%	1	9.1%	2	18.2%	3	27.3%	0	0.0%	1	9.1%	0	0.0%	0	0.0%	11
	女	1	1.0%	1	1.0%	7	7.2%	24	24.7%	12	12.4%	20	20.6%	11	11.3%	10	10.3%	5	5.2%	3	3.1%	3	3.1%	97
合計		5	1.0%	8	1.7%	55	11.4%	87	18.0%	63	13.0%	93	19.2%	57	11.8%	40	8.3%	27	5.6%	11	2.3%	13	2.7%	484
	男	2	0.9%	3	1.4%	29	13.1%	36	16.3%	36	16.3%	35	15.8%	28	12.7%	24	10.9%	15	6.8%	5	2.3%	8	3.6%	221
	女	3	1.1%	5	1.9%	26	9.9%	51	19.4%	27	10.3%	58	22.1%	29	11.0%	28	10.6%	20	7.6%	7	2.7%	9	3.4%	263

●あなたは、自分の姿勢についてどう思いますか

		よい	悪い	合計		
小学校 低学年	男	124	47.1%	139	52.9%	263
	女	155	56.2%	121	43.8%	276
小学校 高学年	男	102	41.0%	147	59.0%	249
	女	121	48.0%	131	52.0%	252
中学生	男	46	23.5%	150	76.5%	196
	女	39	19.5%	161	80.5%	200
高校生	男	120	27.5%	317	72.5%	437
	女	46	21.7%	166	78.3%	212
合計		753	36.1%	1,332	63.9%	2,085
	男	392	34.2%	753	65.8%	1,145
	女	361	38.4%	579	61.6%	940

●あなたは、まわりの人から姿勢が悪いと注意されますか

		よくされる	あまりされない	合計		
小学校 低学年	男	93	35.2%	171	64.8%	264
	女	74	26.7%	203	73.3%	277
小学校 高学年	男	94	37.6%	156	62.4%	250
	女	85	33.7%	167	66.3%	252
中学生	男	85	43.4%	111	56.6%	196
	女	88	43.8%	113	56.2%	201
高校生	男	168	38.3%	271	61.7%	439
	女	76	35.8%	136	64.2%	212
合計		763	36.5%	1,328	63.5%	2,091
	男	440	38.3%	709	61.7%	1,149
	女	323	34.3%	619	65.7%	942

## ② 運動について

### ●あなたは、定期的に運動していますか

		している		日常生活の中で している		していない		合計	
20 歳代	男	13	23.6%	20	36.4%	22	40.0%	55	
	女	8	11.8%	32	47.1%	28	41.2%	68	
30 歳代	男	26	14.5%	87	48.6%	66	36.9%	179	
	女	13	10.8%	64	53.3%	43	35.8%	120	
40 歳代	男	32	23.5%	62	45.6%	42	30.9%	136	
	女	30	21.0%	59	41.3%	54	37.8%	143	
50 歳代	男	40	30.3%	58	43.9%	34	25.8%	132	
	女	27	23.7%	51	44.7%	36	31.6%	114	
60 歳代	男	33	32.0%	53	51.5%	17	16.5%	103	
	女	72	36.5%	91	46.2%	34	17.3%	197	
70 歳以上	男	18	38.3%	25	53.2%	4	8.5%	47	
	女	107	39.9%	119	44.4%	42	15.7%	268	
合計		419	26.8%	721	46.2%	422	27.0%	1,562	
		男	162	24.8%	305	46.8%	185	28.4%	652
		女	257	28.2%	416	45.7%	237	26.0%	910

### ●あなたは、学校の体育の時間以外に定期的に運動していますか

		週3日以上運動を している		週1～2日運動を している		ほとんどしない		合計	
小学校	男	180	73.8%	64	26.2%	21	8.6%	244	
低学年	女	137	55.7%	109	44.3%	31	12.6%	246	
小学校	男	169	76.5%	52	23.5%	26	11.8%	221	
高学年	女	100	53.8%	86	46.2%	64	34.4%	186	
中学生	男	135	79.4%	35	20.6%	24	14.1%	170	
	女	117	78.0%	33	22.0%	52	34.7%	150	
高校生	男	247	79.4%	64	20.6%	128	41.2%	311	
	女	80	72.7%	30	27.3%	102	92.7%	110	
合計		1,165	55.8%	473	22.7%	448	21.5%	2,086	
		男	731	77.3%	215	22.7%	199	21.0%	946
		女	434	62.7%	258	37.3%	249	36.0%	692

●あなたは、1日平均どのくらい歩きますか

		30分未満		30分以上 60分未満		60分以上 90分未満		90分以上		合計	
20歳代	男	20	36.4%	19	34.5%	7	12.7%	9	16.4%	55	
	女	35	51.5%	26	38.2%	4	5.9%	3	4.4%	68	
30歳代	男	95	53.1%	61	34.1%	9	5.0%	14	7.8%	179	
	女	77	64.2%	33	27.5%	7	5.8%	3	2.5%	120	
40歳代	男	62	45.9%	53	39.3%	9	6.7%	11	8.1%	135	
	女	82	57.3%	45	31.5%	6	4.2%	10	7.0%	143	
50歳代	男	52	39.4%	54	40.9%	15	11.4%	11	8.3%	132	
	女	43	37.7%	49	43.0%	13	11.4%	9	7.9%	114	
60歳代	男	35	34.7%	40	39.6%	16	15.8%	10	9.9%	101	
	女	80	41.9%	71	37.2%	26	13.6%	14	7.3%	191	
70歳以上	男	17	35.4%	19	39.6%	5	10.4%	7	14.6%	48	
	女	104	39.7%	110	42.0%	34	13.0%	14	5.3%	262	
合計		702	45.3%	580	37.5%	151	9.8%	115	7.4%	1,548	
		男	281	43.2%	246	37.8%	61	9.4%	62	9.5%	650
		女	421	46.9%	334	37.2%	90	10.0%	53	5.9%	898

●あなたは、週2回以上の運動（1回あたり30分以上）を6か月以上続けていますか

		6か月以上実施		6か月未満実施		実施していない		合計	
20歳代	男	11	20.0%	7	12.7%	37	67.3%	55	
	女	5	7.4%	7	10.3%	56	82.4%	68	
30歳代	男	23	12.8%	19	10.6%	137	76.5%	179	
	女	12	10.0%	13	10.8%	95	79.2%	120	
40歳代	男	26	19.1%	11	8.1%	99	72.8%	136	
	女	27	18.9%	11	7.7%	105	73.4%	143	
50歳代	男	35	26.5%	12	9.1%	85	64.4%	132	
	女	26	23.0%	15	13.3%	72	63.7%	113	
60歳代	男	31	30.1%	12	11.7%	60	58.3%	103	
	女	67	34.9%	29	15.1%	96	50.0%	192	
70歳以上	男	16	33.3%	12	25.0%	20	41.7%	48	
	女	106	41.2%	36	14.0%	115	44.7%	257	
合計		385	24.9%	184	11.9%	977	63.2%	1,546	
		男	142	21.7%	73	11.2%	438	67.1%	653
		女	243	27.2%	111	12.4%	539	60.4%	893

●あなたは、「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」を知っていますか

		言葉も意味も よく知っている		言葉も意味も 大体知っている		言葉は知っている が意味は知らない		言葉も意味も 知らない		合計
20 歳代	男	1	1.9%	1	1.9%	3	5.6%	49	90.7%	54
	女	1	1.5%	3	4.4%	5	7.4%	59	86.8%	68
30 歳代	男	3	1.7%	5	2.8%	12	6.7%	159	88.8%	179
	女	2	1.7%	7	5.9%	13	10.9%	97	81.5%	119
40 歳代	男	3	2.2%	6	4.4%	6	4.4%	121	89.0%	136
	女	8	5.6%	14	9.8%	15	10.5%	106	74.1%	143
50 歳代	男	8	6.1%	6	4.6%	16	12.2%	101	77.1%	131
	女	6	5.3%	10	8.8%	11	9.6%	87	76.3%	114
60 歳代	男	5	4.9%	3	2.9%	18	17.5%	77	74.8%	103
	女	7	3.6%	24	12.2%	34	17.3%	132	67.0%	197
70 歳以上	男	7	14.6%	5	10.4%	7	14.6%	29	60.4%	48
	女	14	5.2%	30	11.2%	48	17.9%	176	65.7%	268
合計		65	4.2%	114	7.3%	188	12.1%	1,193	76.5%	1,560
	男	27	4.1%	26	4.0%	62	9.5%	536	82.3%	651
	女	38	4.2%	88	9.7%	126	13.9%	657	72.3%	909

③ ころの健康について

●心の健康度（K6）

		0～4 点		5～9 点		10～14 点		15 点以上		不詳		合計
20 歳代	男	34	60.7%	10	17.9%	7	12.5%	4	7.1%	1	1.8%	56
	女	43	72.5%	13	19.4%	9	13.4%	2	3.0%	0	0.0%	67
30 歳代	男	115	73.2%	32	20.4%	9	5.7%	0	0.0%	1	0.6%	157
	女	103	72.5%	23	16.2%	12	8.5%	0	0.0%	4	2.8%	142
40 歳代	男	97	71.3%	20	14.7%	11	8.1%	5	3.7%	3	2.2%	136
	女	91	62.3%	36	24.7%	13	8.9%	4	2.7%	2	1.4%	146
50 歳代	男	85	73.9%	19	16.5%	4	3.5%	3	2.6%	4	3.5%	115
	女	62	67.4%	18	19.6%	7	7.6%	1	1.1%	4	4.3%	92
60 歳代	男	90	85.7%	11	10.5%	0	0.0%	1	1.0%	3	2.9%	105
	女	151	76.3%	25	12.6%	10	5.1%	2	1.0%	10	5.1%	198
70 歳以上	男	32	65.3%	6	12.2%	0	0.0%	0	0.0%	11	22.4%	49
	女	183	64.2%	27	9.5%	7	2.5%	2	0.7%	66	23.2%	285
合計		1,086	70.2%	240	15.5%	89	5.7%	24	1.6%	109	7.0%	1,548
	男	453	73.3%	98	15.9%	31	5.0%	13	2.1%	23	3.7%	618
	女	633	68.1%	142	15.3%	58	6.2%	11	1.2%	86	9.2%	930

●あなたは、こころの病気で医療機関を受診したことがありますか

		受診したことがあり 現在も通院中		受診したことがあるが 現在は通院していない		これまでに 受診したことはない		合計
高校生	男	10	2.3%	39	8.9%	388	88.8%	437
	女	3	1.4%	6	2.8%	202	95.7%	211
20歳代	男	3	5.5%	1	1.8%	51	92.7%	55
	女	1	1.5%	5	7.6%	60	90.9%	66
30歳代	男	2	1.3%	19	12.2%	135	86.5%	156
	女	6	4.2%	11	7.7%	125	88.0%	142
40歳代	男	7	5.1%	8	5.9%	121	89.0%	136
	女	9	6.2%	20	13.7%	117	80.1%	146
50歳代	男	4	3.5%	12	10.4%	99	86.1%	115
	女	1	1.1%	9	9.8%	82	89.1%	92
60歳代	男	0	0.0%	5	4.8%	99	95.2%	104
	女	10	5.1%	13	6.6%	173	88.3%	196
70歳以上	男	2	4.4%	3	6.7%	40	88.9%	45
	女	18	6.6%	16	5.9%	237	87.5%	271
合計		63	4.1%	122	8.0%	1,339	87.9%	1,524
	男	18	2.9%	48	7.9%	545	89.2%	611
	女	45	4.9%	74	8.1%	794	87.0%	913

●あなたは、最近1か月くらいでどの程度ストレスを感じていますか

		ほとんど 感じていない		あまり 感じていない		やや感じている		非常に 感じている		合計
中学生	男	34	17.3%	82	41.8%	67	34.2%	13	6.6%	196
	女	20	10.0%	48	24.0%	96	48.0%	36	18.0%	200
高校生	男	41	9.4%	124	28.3%	196	44.7%	77	17.6%	438
	女	12	5.7%	70	33.2%	95	45.0%	34	16.1%	211
合計		107	10.2%	324	31.0%	454	43.4%	160	15.3%	1045
	男	75	11.8%	206	32.5%	263	41.5%	90	14.2%	634
	女	32	7.8%	118	28.7%	191	46.5%	70	17.0%	411

●この1か月間を振り返り、あなたは不満や悩み、ストレスなどを解消できていると思いますか

		全くできていない		あまり できていない		まあまあ できている		十分できている		合計
中学生	男	14	7.1%	44	22.4%	100	51.0%	38	19.4%	196
	女	13	6.5%	81	40.5%	87	43.5%	19	9.5%	200
高校生	男	51	11.6%	142	32.3%	200	45.6%	46	10.5%	439
	女	13	6.1%	61	28.8%	121	57.1%	17	8.0%	212
合計		91	8.7%	328	31.3%	508	48.5%	120	11.5%	1,047
	男	65	10.2%	186	29.3%	300	47.2%	84	13.2%	635
	女	26	6.3%	142	34.5%	208	50.5%	36	8.7%	412

#### ④ 睡眠について

##### ●あなたは、普段何時に寝ますか

		21 時前		21 時台		22 時台		23 時台		0 時台		1 時台		2 時以降		合計
小学校 低学年	男	20	7.6%	149	56.7%	85	32.3%	7	2.7%	2	0.8%	0	0.0%	0	0.0%	263
	女	12	4.4%	160	58.2%	93	33.8%	10	3.6%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	275
小学校 高学年	男	2	0.8%	80	32.1%	137	55.0%	29	11.6%	1	0.4%	0	0.0%	0	0.0%	249
	女	5	2.0%	76	30.4%	122	48.8%	42	16.8%	5	2.0%	0	0.0%	0	0.0%	250
中学生	男	0	0.0%	0	0.0%	26	13.5%	110	57.3%	40	20.8%	10	5.2%	6	3.1%	192
	女	0	0.0%	1	0.5%	28	14.1%	89	44.9%	59	29.8%	15	7.6%	6	3.0%	198
高校生	男	0	0.0%	4	0.9%	25	5.7%	146	33.3%	133	30.4%	85	19.4%	45	10.3%	438
	女	0	0.0%	1	0.5%	8	3.8%	62	29.2%	94	44.3%	35	16.5%	12	5.7%	212
20 歳代	男	2	2.9%	0	0.0%	5	7.1%	29	41.4%	15	21.4%	14	20.0%	5	7.1%	70
	女	0	0.0%	2	3.0%	2	3.0%	20	29.9%	14	20.9%	15	22.4%	14	20.9%	67
30 歳代	男	2	1.3%	4	2.6%	12	7.9%	44	28.9%	52	34.2%	28	18.4%	10	6.6%	152
	女	1	0.7%	8	5.8%	31	22.3%	43	30.9%	34	24.5%	15	10.8%	7	5.0%	139
40 歳代	男	1	0.7%	5	3.7%	11	8.1%	46	34.1%	46	34.1%	16	11.9%	10	7.4%	135
	女	1	0.7%	3	2.1%	13	9.0%	50	34.5%	52	35.9%	19	13.1%	7	4.8%	145
50 歳代	男	0	0.0%	3	2.6%	19	16.5%	41	35.7%	32	27.8%	10	8.7%	10	8.7%	115
	女	1	1.1%	0	0.0%	7	7.8%	41	45.6%	31	34.4%	8	8.9%	2	2.2%	90
60 歳代	男	1	1.0%	4	3.8%	26	25.0%	44	42.3%	22	21.2%	1	1.0%	6	5.8%	104
	女	1	0.5%	15	7.6%	44	22.2%	97	49.0%	26	13.1%	6	3.0%	9	4.5%	198
70 歳 以上	男	4	8.2%	6	12.2%	15	30.6%	16	32.7%	3	6.1%	1	2.0%	4	8.2%	49
	女	20	7.2%	51	18.5%	75	27.2%	88	31.9%	19	6.9%	4	1.4%	19	6.9%	276
合計		73	2.0%	572	15.8%	784	21.7%	1,054	29.1%	680	18.8%	282	7.8%	172	4.8%	3,617
	男	32	1.8%	255	14.4%	361	20.4%	512	29.0%	346	19.6%	165	9.3%	96	5.4%	1,767
	女	41	2.2%	317	17.1%	423	22.9%	542	29.3%	334	18.1%	117	6.3%	76	4.1%	1,850

●あなたは、普段何時に起きていますか

		6時前		6時台		7時台		8時台		9時以降		合計	
小学校 低学年	男	6	2.3%	111	42.2%	146	55.5%	0	0.0%	0	0.0%	263	
	女	1	0.4%	110	39.9%	165	59.8%	0	0.0%	0	0.0%	276	
小学校 高学年	男	2	0.8%	97	39.0%	150	60.2%	0	0.0%	0	0.0%	249	
	女	2	0.8%	94	37.5%	155	61.8%	0	0.0%	0	0.0%	251	
中学生	男	8	4.1%	97	50.3%	83	43.0%	5	2.6%	0	0.0%	193	
	女	13	6.5%	119	59.5%	65	32.5%	3	1.5%	0	0.0%	200	
高校生	男	52	11.8%	142	32.3%	208	47.4%	37	8.4%	0	0.0%	439	
	女	22	10.4%	81	38.2%	103	48.6%	6	2.8%	0	0.0%	212	
20歳代	男	3	5.6%	17	31.5%	19	35.2%	11	20.4%	4	7.4%	54	
	女	4	6.0%	17	25.4%	26	38.8%	8	11.9%	12	17.9%	67	
30歳代	男	3	2.1%	63	45.0%	56	40.0%	7	5.0%	11	7.9%	140	
	女	11	7.9%	60	42.9%	55	39.3%	12	8.6%	2	1.4%	140	
40歳代	男	33	24.8%	49	36.8%	43	32.3%	5	3.8%	3	2.3%	133	
	女	23	15.8%	74	50.7%	37	25.3%	5	3.4%	7	4.8%	146	
50歳代	男	20	17.4%	61	53.0%	28	24.3%	3	2.6%	3	2.6%	115	
	女	15	16.5%	47	51.6%	24	26.4%	3	3.3%	2	2.2%	91	
60歳代	男	29	27.9%	35	33.7%	26	25.0%	11	10.6%	3	2.9%	104	
	女	36	18.2%	77	38.9%	67	33.8%	12	6.1%	6	3.0%	198	
70歳以上	男	5	10.2%	17	34.7%	21	42.9%	4	8.2%	2	4.1%	49	
	女	50	17.9%	97	34.8%	90	32.3%	25	9.0%	17	6.1%	279	
合計		338	9.4%	1,465	40.7%	1,567	43.5%	157	4.4%	72	2.0%	3,599	
		男	161	9.3%	689	39.6%	780	44.9%	83	4.8%	26	1.5%	1,739
		女	177	9.5%	776	41.7%	787	42.3%	74	4.0%	46	2.5%	1,860

●睡眠時間

		6時間未満		6時間		7時間		8時間		9時間		10時間以上		合計	
20歳代	男	5	9.6%	14	26.9%	18	34.6%	8	15.4%	6	11.5%	1	1.9%	52	
	女	9	13.8%	12	18.5%	17	26.2%	18	27.7%	7	10.8%	2	3.1%	65	
30歳代	男	17	11.3%	51	34.0%	53	35.3%	20	13.3%	6	4.0%	3	2.0%	150	
	女	9	6.6%	26	19.1%	42	30.9%	37	27.2%	20	14.7%	2	1.5%	136	
40歳代	男	20	15.0%	46	34.6%	34	25.6%	32	24.1%	1	0.8%	0	0.0%	133	
	女	18	12.6%	46	32.2%	56	39.2%	17	11.9%	2	1.4%	4	2.8%	143	
50歳代	男	13	11.5%	36	31.9%	37	32.7%	19	16.8%	7	6.2%	1	0.9%	113	
	女	15	16.7%	21	23.3%	41	45.6%	10	11.1%	3	3.3%	0	0.0%	90	
60歳代	男	11	10.4%	19	17.9%	40	37.7%	26	24.5%	8	7.5%	2	1.9%	106	
	女	7	3.6%	36	18.8%	66	34.4%	54	28.1%	23	12.0%	6	3.1%	192	
70歳以上	男	2	4.3%	4	8.7%	8	17.4%	16	34.8%	8	17.4%	8	17.4%	46	
	女	3	1.2%	18	7.3%	58	23.5%	88	35.6%	46	18.6%	34	13.8%	247	
合計		129	8.8%	329	22.3%	470	31.9%	345	23.4%	137	9.3%	63	4.3%	1,473	
		男	68	11.3%	170	28.3%	190	31.7%	121	20.2%	36	6.0%	15	2.5%	600
		女	61	7.0%	159	18.2%	280	32.1%	224	25.7%	101	11.6%	48	5.5%	873

●あなたは、日頃の睡眠で十分に休息がとれていますか

		十分とれている		ほぼとれている		あまりとれていない		ほとんどとれていない		合計
中学生	男	36	18.6%	95	49.0%	56	28.9%	7	3.6%	194
	女	31	15.3%	88	43.6%	75	37.1%	8	4.0%	202
高校生	男	63	14.4%	202	46.0%	154	35.1%	20	4.6%	439
	女	32	15.2%	105	49.8%	67	31.8%	7	3.3%	211
20歳代	男	9	16.1%	28	50.0%	18	32.1%	1	1.8%	56
	女	17	25.4%	29	43.3%	19	28.4%	2	3.0%	67
30歳代	男	26	16.6%	78	49.7%	48	30.6%	5	3.2%	157
	女	27	19.3%	78	55.7%	32	22.9%	3	2.1%	140
40歳代	男	20	14.7%	65	47.8%	47	34.6%	4	2.9%	136
	女	24	16.4%	76	52.1%	43	29.5%	3	2.1%	146
50歳代	男	20	17.9%	67	59.8%	23	20.5%	2	1.8%	112
	女	19	20.9%	59	64.8%	12	13.2%	1	1.1%	91
60歳代	男	32	30.8%	60	57.7%	12	11.5%	0	0.0%	104
	女	64	32.3%	108	54.5%	25	12.6%	1	0.5%	198
70歳以上	男	20	40.8%	24	49.0%	5	10.2%	0	0.0%	49
	女	104	37.3%	145	52.0%	27	9.7%	3	1.1%	279
合計		544	21.1%	1,307	50.6%	663	25.7%	67	2.6%	2,581
男		226	18.1%	619	49.6%	363	29.1%	39	3.1%	1,247
女		318	23.8%	688	51.6%	300	22.5%	28	2.1%	1,334

⑤ 食習慣について

●あなたは、朝ごはんを食べますか

		ほとんど毎日食べる		食べない日がある		食べない日のほうが多い		合計
小学校	男	256	96.6%	7	2.6%	2	0.8%	265
低学年	女	266	96.0%	8	2.9%	3	1.1%	277
合計		522	96.3%	15	2.8%	5	0.9%	542
男		256	96.6%	7	2.6%	2	0.8%	265
女		266	96.0%	8	2.9%	3	1.1%	277

●あなたは、朝ごはんを食べますか

		ほとんど毎日食べる		週4~5日食べる		週2~3日食べる		ほとんど食べない		合計	
小学校 高学年	男	245	98.4%	1	0.4%	2	0.8%	1	0.4%	249	
	女	248	98.8%	3	1.2%	0	0.0%	0	0.0%	251	
中学生	男	171	88.6%	13	6.7%	6	3.1%	3	1.6%	193	
	女	188	93.1%	7	3.5%	3	1.5%	4	2.0%	202	
高校生	男	369	84.1%	24	5.5%	20	4.6%	26	5.9%	439	
	女	180	85.3%	12	5.7%	7	3.3%	12	5.7%	211	
20歳代	男	36	64.3%	5	8.9%	5	8.9%	10	17.9%	56	
	女	42	63.6%	6	9.1%	12	18.2%	6	9.1%	66	
30歳代	男	116	73.9%	13	8.3%	11	7.0%	17	10.8%	157	
	女	133	93.7%	1	0.7%	5	3.5%	3	2.1%	142	
40歳代	男	107	78.7%	9	6.6%	4	2.9%	16	11.8%	136	
	女	134	92.4%	3	2.1%	4	2.8%	4	2.8%	145	
50歳代	男	99	87.6%	4	3.5%	3	2.7%	7	6.2%	113	
	女	87	95.6%	0	0.0%	1	1.1%	3	3.3%	91	
60歳代	男	90	86.5%	4	3.8%	5	4.8%	5	4.8%	104	
	女	179	90.4%	6	3.0%	4	2.0%	9	4.5%	198	
70歳以上	男	45	93.8%	0	0.0%	2	4.2%	1	2.1%	48	
	女	266	96.7%	2	0.7%	1	0.4%	6	2.2%	275	
合計		2,735	88.9%	113	3.7%	95	3.1%	133	4.3%	3,076	
		男	1,278	85.5%	73	4.9%	58	3.9%	86	5.8%	1,495
		女	1,457	92.2%	40	2.5%	37	2.3%	47	3.0%	1,581

●あなたは、外食や市販の弁当・惣菜をどのくらい利用していますか

		ほとんど毎日		週2~3日		月2~3日		ほとんど利用しない		合計
中学生	男	9	4.6%	52	26.8%	92	47.4%	41	21.1%	194
	女	7	3.5%	58	29.0%	101	50.5%	34	17.0%	200
高校生	男	27	6.2%	153	34.9%	173	39.5%	85	19.4%	438
	女	14	6.6%	64	30.3%	76	36.0%	57	27.0%	211
20歳代	男	7	12.5%	23	41.1%	16	28.6%	10	17.9%	56
	女	7	10.4%	27	40.3%	22	32.8%	11	16.4%	67
30歳代	男	33	21.2%	61	39.1%	41	26.3%	21	13.5%	156
	女	9	6.4%	43	30.7%	69	49.3%	19	13.6%	140
40歳代	男	36	26.7%	42	31.1%	32	23.7%	25	18.5%	135
	女	11	7.5%	34	23.3%	68	46.6%	33	22.6%	146
50歳代	男	24	21.1%	24	21.1%	46	40.4%	20	17.5%	114
	女	0	0.0%	30	33.0%	38	41.8%	23	25.3%	91
60歳代	男	16	15.5%	24	23.3%	35	34.0%	28	27.2%	103
	女	10	5.1%	30	15.2%	91	46.0%	67	33.8%	198
70歳以上	男	3	5.9%	7	13.7%	17	33.3%	24	47.1%	51
	女	23	8.2%	35	12.5%	112	40.1%	109	39.1%	279
合計		236	9.2%	707	27.4%	1,029	39.9%	607	23.5%	2,579
		男	155	12.4%	386	31.0%	452	254	20.4%	1,247
		女	81	6.1%	321	24.1%	577	353	26.5%	1,332

●あなたは、毎日の食事を規則正しく食べていますか

		規則正しく食べるほう		不規則		どちらともいえない		合計	
中学生	男	146	75.6%	11	5.7%	36	18.7%	193	
	女	139	69.8%	20	10.1%	40	20.1%	199	
高校生	男	289	65.8%	66	15.0%	84	19.1%	439	
	女	148	70.5%	21	10.0%	41	19.5%	210	
20歳代	男	28	50.0%	18	32.1%	10	17.9%	56	
	女	40	59.7%	16	23.9%	11	16.4%	67	
30歳代	男	108	69.2%	36	23.1%	12	7.7%	156	
	女	123	89.8%	11	8.0%	3	2.2%	137	
40歳代	男	88	65.7%	32	23.9%	14	10.4%	134	
	女	124	84.9%	15	10.3%	7	4.8%	146	
50歳代	男	96	84.2%	10	8.8%	8	7.0%	114	
	女	76	84.4%	4	4.4%	10	11.1%	90	
60歳代	男	90	86.5%	8	7.7%	6	5.8%	104	
	女	177	89.8%	10	5.1%	10	5.1%	197	
70歳以上	男	42	87.5%	4	8.3%	2	4.2%	48	
	女	258	93.1%	4	1.4%	15	5.4%	277	
合計		1,972	76.8%	286	11.1%	309	12.0%	2,567	
		男	887	71.3%	185	14.9%	172	13.8%	1,244
		女	1,085	82.0%	101	7.6%	137	10.4%	1,323

●あなたは、朝ごはんをだれと食べる人が多いですか

		1人で食べる		家族と一緒に食べる		合計	
小学校 低学年	男	44	16.6%	221	83.4%	265	
	女	40	14.6%	234	85.4%	274	
小学校 高学年	男	48	19.4%	200	80.6%	248	
	女	41	16.5%	208	83.5%	249	
合計		173	16.7%	863	83.3%	1,036	
		男	92	17.9%	421	82.1%	513
		女	81	15.5%	442	84.5%	523

●あなたは、夜ごはんをだれと食べる人が多いですか

		1人で食べる		家族と一緒に食べる		合計	
小学校 低学年	男	3	1.1%	264	98.9%	267	
	女	3	1.1%	274	98.9%	277	
小学校 高学年	男	5	2.0%	244	98.0%	249	
	女	5	2.0%	246	98.0%	251	
合計		16	1.5%	1,028	98.5%	1,044	
		男	8	1.6%	508	98.4%	516
		女	8	1.5%	520	98.5%	528

●あなたの家庭では、外食時や食事の献立を決める時に何に気をつけていますか

		家族の好みに合う		いろんな種類の食材		安全な食品		旬のもの		手間がかからないもの		味や塩分を薄く		地元の食材		家計に見合う		栄養のバランス		合計
20歳代	男	25	19.1%	16	12.2%	9	6.9%	7	5.3%	19	14.5%	6	4.6%	1	0.8%	25	19.1%	23	17.6%	131
	女	40	22.7%	15	8.5%	12	6.8%	10	5.7%	27	15.3%	8	4.5%	0	0.0%	38	21.6%	26	14.8%	176
30歳代	男	80	21.1%	37	9.8%	46	12.1%	33	8.7%	36	9.5%	21	5.5%	8	2.1%	55	14.5%	63	16.6%	379
	女	93	23.7%	46	11.7%	43	11.0%	33	8.4%	27	6.9%	15	3.8%	3	0.8%	62	15.8%	70	17.9%	392
40歳代	男	64	19.5%	43	13.1%	43	13.1%	20	6.1%	27	8.2%	13	4.0%	3	0.9%	52	15.9%	63	19.2%	328
	女	84	21.1%	47	11.8%	40	10.1%	39	9.8%	30	7.5%	20	5.0%	10	2.5%	53	13.3%	75	18.8%	398
50歳代	男	49	18.0%	41	15.1%	35	12.9%	20	7.4%	15	5.5%	18	6.6%	4	1.5%	36	13.2%	54	19.9%	272
	女	44	17.3%	36	14.2%	40	15.7%	27	10.6%	23	9.1%	13	5.1%	8	3.1%	26	10.2%	37	14.6%	254
60歳代	男	32	12.4%	44	17.1%	31	12.0%	27	10.5%	15	5.8%	29	11.2%	4	1.6%	30	11.6%	46	17.8%	258
	女	82	15.7%	87	16.7%	64	12.3%	55	10.5%	25	4.8%	65	12.5%	16	3.1%	43	8.2%	85	16.3%	522
70歳以上	男	16	14.0%	22	19.3%	21	18.4%	11	9.6%	4	3.5%	17	14.9%	4	3.5%	7	6.1%	12	10.5%	114
	女	85	12.0%	131	18.6%	106	15.0%	59	8.4%	30	4.2%	98	13.9%	21	3.0%	60	8.5%	116	16.4%	706
合計		694	17.7%	565	14.4%	490	12.5%	341	8.7%	278	7.1%	323	8.2%	82	2.1%	487	12.4%	670	17.0%	3,930
	男	266	17.9%	203	13.7%	185	12.5%	118	8.0%	116	7.8%	104	7.0%	24	1.6%	205	13.8%	261	17.6%	1,482
	女	428	17.5%	362	14.8%	305	12.5%	223	9.1%	162	6.6%	219	8.9%	58	2.4%	282	11.5%	409	16.7%	2,448

●あなたは、1日最低1食、きちんとした食事を、家族等2人以上で30分以上かけてとっていますか

		とっている		とっていない		合計
20歳代	男	26	46.4%	30	53.6%	56
	女	40	59.7%	27	40.3%	67
30歳代	男	80	51.0%	77	49.0%	157
	女	109	76.8%	33	23.2%	142
40歳代	男	79	58.1%	57	41.9%	136
	女	113	77.4%	33	22.6%	146
50歳代	男	64	55.7%	51	44.3%	115
	女	63	70.0%	27	30.0%	90
60歳代	男	74	71.2%	30	28.8%	104
	女	150	77.7%	43	22.3%	193
70歳以上	男	36	76.6%	11	23.4%	47
	女	219	79.1%	58	20.9%	277
合計		1,053	68.8%	477	31.2%	1,530
	男	359	58.4%	256	41.6%	615
	女	694	75.8%	221	24.2%	915

## ⑥ 食育について

### ●あなたは、「食育」という言葉を知っていますか

		意味も言葉も知っている		言葉は知っていたが、 意味は知らない		知らない		合計
20 歳代	男	35	62.5%	16	28.6%	5	8.9%	56
	女	41	46.6%	41	46.6%	6	6.8%	88
30 歳代	男	105	67.3%	34	21.8%	17	10.9%	156
	女	107	77.0%	30	21.6%	2	1.4%	139
40 歳代	男	87	64.0%	40	29.4%	9	6.6%	136
	女	125	85.6%	21	14.4%	0	0.0%	146
50 歳代	男	76	66.1%	30	26.1%	9	7.8%	115
	女	71	78.9%	15	16.7%	4	4.4%	90
60 歳代	男	56	53.8%	35	33.7%	13	12.5%	104
	女	117	59.7%	56	28.6%	23	11.7%	196
70 歳以上	男	20	43.5%	13	28.3%	13	28.3%	46
	女	127	45.7%	93	33.5%	58	20.9%	278
合計		967	62.4%	424	27.4%	159	10.3%	1,550
男		379	61.8%	168	27.4%	66	10.8%	613
女		588	62.8%	256	27.3%	93	9.9%	937

### ●あなたは、野菜の旬がわかりますか

		よくわかる		だいたいわかる		あまりよくわからない		合計
20 歳代	男	2	3.6%	29	52.7%	24	43.6%	55
	女	6	9.0%	44	65.7%	17	25.4%	67
30 歳代	男	10	6.4%	108	68.8%	39	24.8%	157
	女	19	13.4%	108	76.1%	15	10.6%	142
40 歳代	男	14	10.3%	88	64.7%	34	25.0%	136
	女	31	21.2%	103	70.5%	12	8.2%	146
50 歳代	男	15	13.0%	80	69.6%	20	17.4%	115
	女	20	22.2%	69	76.7%	1	1.1%	90
60 歳代	男	25	24.0%	70	67.3%	9	8.7%	104
	女	74	37.6%	120	60.9%	3	1.5%	197
70 歳以上	男	21	43.8%	22	45.8%	5	10.4%	48
	女	125	44.5%	139	49.5%	17	6.0%	281
合計		362	23.5%	980	63.7%	196	12.7%	1,538
男		87	14.1%	397	64.6%	131	21.3%	615
女		275	29.8%	583	63.2%	65	7.0%	923

●あなたは、野菜を栽培したことがありますか

		畑で栽培したことがある		市民農園で栽培したことがある		プランターで栽培したことがある		体験教室で野菜栽培を経験した		収穫体験で収穫を経験した		あてはまるものはない		合計
20歳代	男	13	19.7%	0	0.0%	14	21.2%	5	7.6%	10	15.2%	24	36.4%	66
	女	14	16.5%	1	1.2%	29	34.1%	4	4.7%	17	20.0%	20	23.5%	85
30歳代	男	22	12.1%	0	0.0%	57	31.3%	3	1.6%	31	17.0%	69	37.9%	182
	女	24	13.3%	3	1.7%	84	46.4%	5	2.8%	25	13.8%	40	22.1%	181
40歳代	男	25	15.2%	3	1.8%	44	26.7%	6	3.6%	20	12.1%	67	40.6%	165
	女	35	18.8%	2	1.1%	85	45.7%	1	0.5%	23	12.4%	40	21.5%	186
50歳代	男	26	20.2%	2	1.6%	44	34.1%	0	0.0%	9	7.0%	48	37.2%	129
	女	21	18.9%	0	0.0%	52	46.8%	1	0.9%	8	7.2%	29	26.1%	111
60歳代	男	36	31.3%	3	2.6%	38	33.0%	2	1.7%	4	3.5%	32	27.8%	115
	女	87	35.7%	7	2.9%	77	31.6%	3	1.2%	13	5.3%	57	23.4%	244
70歳以上	男	23	44.2%	2	3.8%	8	15.4%	0	0.0%	2	3.8%	17	32.7%	52
	女	158	49.4%	10	3.1%	65	20.3%	3	0.9%	17	5.3%	67	20.9%	320
合計		484	26.4%	33	1.8%	597	32.5%	33	1.8%	179	9.7%	510	27.8%	1,836
男		145	20.5%	10	1.4%	205	28.9%	16	2.3%	76	10.7%	257	36.2%	709
女		339	30.1%	23	2.0%	392	34.8%	17	1.5%	103	9.1%	253	22.4%	1,127

●あなたは、野菜を栽培したことがありますか

		畑		庭や植木鉢		学校		たいけん教室		たいけん教室で収穫		合計
小学校低学年	男	54	10.6%	173	34.0%	231	45.4%	12	2.4%	39	7.7%	509
	女	70	12.4%	189	33.6%	240	42.6%	20	3.6%	44	7.8%	563
小学校高学年	男	51	10.2%	142	28.5%	206	41.4%	84	16.9%	15	3.0%	498
	女	51	9.1%	186	33.2%	220	39.2%	93	16.6%	11	2.0%	561
中学生	男	44	12.6%	86	24.6%	163	46.6%	13	3.7%	44	12.6%	350
	女	45	10.9%	109	26.5%	182	44.2%	16	3.9%	60	14.6%	412
高校生	男	77	21.6%	9	2.5%	125	35.1%	43	12.1%	102	28.7%	356
	女	60	24.8%	3	1.2%	95	39.3%	19	7.9%	65	26.9%	242
合計		452	12.9%	897	25.7%	1,462	41.9%	300	8.6%	380	10.9%	3,491
男		226	13.2%	410	23.9%	725	42.3%	152	8.9%	200	11.7%	1,713
女		226	12.7%	487	27.4%	737	41.5%	148	8.3%	180	10.1%	1,778

●あなたは、稲作（お米作り）をやったことがありますか

		田んぼ		バケツ		体験教室		体験収穫		なし		合計
小学校	男	68	22.1%	18	5.8%	20	6.5%	66	21.4%	136	44.2%	308
低学年	女	82	23.5%	7	2.0%	31	8.9%	86	24.6%	143	41.0%	349
小学校	男	72	19.8%	110	30.3%	31	8.5%	90	24.8%	60	16.5%	363
高学年	女	52	14.9%	127	36.5%	24	6.9%	76	21.8%	69	19.8%	348
中学生	男	47	17.8%	65	24.6%	27	10.2%	62	23.5%	63	23.9%	264
	女	43	15.8%	86	31.5%	18	6.6%	62	22.7%	64	23.4%	273
高校生	男	75	15.4%	63	12.9%	41	8.4%	76	15.6%	233	47.7%	488
	女	33	13.8%	48	20.0%	16	6.7%	52	21.7%	91	37.9%	240
合計		472	17.9%	524	19.9%	208	7.9%	570	21.6%	859	32.6%	2,633
男		262	18.4%	256	18.0%	119	8.4%	294	20.7%	492	34.6%	1,423
女		210	17.4%	268	22.1%	89	7.4%	276	22.8%	367	30.3%	1,210

⑦ 歯やお口の中の状態について

●あなたは、この1年間に歯科医院に行きましたか

		行った		行かなかった		合計
小学校	男	237	89.8%	27	10.2%	264
低学年	女	246	88.5%	32	11.5%	278
小学校	男	214	85.9%	35	14.1%	249
高学年	女	217	86.5%	34	13.5%	251
中学生	男	123	62.8%	73	37.2%	196
	女	133	65.8%	69	34.2%	202
高校生	男	195	44.5%	243	55.5%	438
	女	105	49.3%	108	50.7%	213
20歳代	男	22	39.3%	34	60.7%	56
	女	34	50.7%	33	49.3%	67
30歳代	男	66	42.0%	91	58.0%	157
	女	80	56.3%	62	43.7%	142
40歳代	男	76	56.3%	59	43.7%	135
	女	86	58.9%	60	41.1%	146
50歳代	男	76	66.1%	39	33.9%	115
	女	59	64.1%	33	35.9%	92
60歳代	男	74	70.5%	31	29.5%	105
	女	125	63.8%	71	36.2%	196
70歳以上	男	37	78.7%	10	21.3%	47
	女	214	77.3%	63	22.7%	277
合計		2,419	66.7%	1,207	33.3%	3,626
男		1,120	63.6%	642	36.4%	1,762
女		1,299	69.7%	565	30.3%	1,864

●どのようなことで歯科医院に行きましたか

		虫歯や歯周病の治療		歯石の除去		歯科の健康診査		歯面の清掃		その他		合計
中学生	男	44	21.4%	29	14.1%	61	29.6%	40	19.4%	32	15.5%	206
	女	48	20.4%	24	10.2%	66	28.1%	55	23.4%	42	17.9%	235
高校生	男	132	34.5%	48	12.5%	71	18.5%	46	12.0%	86	22.5%	383
	女	73	35.6%	20	9.8%	45	22.0%	34	16.6%	33	16.1%	205
20歳代	男	18	37.5%	9	18.8%	10	20.8%	5	10.4%	6	12.5%	48
	女	15	22.4%	17	25.4%	16	23.9%	11	16.4%	8	11.9%	67
30歳代	男	66	35.7%	48	25.9%	35	18.9%	30	16.2%	6	3.2%	185
	女	50	25.8%	46	23.7%	48	24.7%	37	19.1%	13	6.7%	194
40歳代	男	56	38.4%	41	28.1%	26	17.8%	17	11.6%	6	4.1%	146
	女	52	26.1%	48	24.1%	55	27.6%	35	17.6%	9	4.5%	199
50歳代	男	52	37.7%	37	26.8%	23	16.7%	15	10.9%	11	8.0%	138
	女	34	24.1%	40	28.4%	40	28.4%	21	14.9%	6	4.3%	141
60歳代	男	54	40.0%	33	24.4%	19	14.1%	18	13.3%	11	8.1%	135
	女	88	32.7%	75	27.9%	55	20.4%	37	13.8%	14	5.2%	269
70歳以上	男	23	39.0%	13	22.0%	12	20.3%	5	8.5%	6	10.2%	59
	女	104	26.4%	106	26.9%	81	20.6%	58	14.7%	45	11.4%	394
合計		909	30.3%	634	21.1%	663	22.1%	464	15.4%	334	11.1%	3,004
男		445	34.2%	258	19.8%	257	19.8%	176	13.5%	164	12.6%	1,300
女		464	27.2%	376	22.1%	406	23.8%	288	16.9%	170	10.0%	1,704

●あなたは歯の健康管理のためどのようなことをしていますか

		歯磨きを1日2回以上する	フッ素やキシリトール入りの研磨剤を使用	デンタルフロス、歯間ブラシを使用	歯の治療は早めに受ける	かかりつけの歯科医がいる	定期的に歯科の健康診査を受けている	該当なし	合計							
20歳代	男	40	71.4%	19	33.9%	10	17.9%	10	17.9%	13	23.2%	11	19.6%	11	19.6%	56
	女	48	71.6%	30	44.8%	10	14.9%	13	19.4%	14	20.9%	13	19.4%	3	4.5%	67
30歳代	男	109	70.3%	61	39.4%	32	20.6%	27	17.4%	37	23.9%	25	16.1%	17	11.0%	155
	女	116	81.7%	64	45.1%	48	33.8%	33	23.2%	51	35.9%	37	26.1%	4	2.8%	142
40歳代	男	102	75.0%	41	30.1%	40	29.4%	21	15.4%	43	31.6%	28	20.6%	15	11.0%	136
	女	119	82.1%	64	44.1%	71	49.0%	39	26.9%	72	49.7%	48	33.1%	7	4.8%	145
50歳代	男	77	67.5%	27	23.7%	38	33.3%	32	28.1%	53	46.5%	22	19.3%	14	12.3%	114
	女	76	83.5%	29	31.9%	45	49.5%	33	36.3%	48	52.7%	39	42.9%	2	2.2%	91
60歳代	男	60	57.7%	24	23.1%	38	36.5%	26	25.0%	56	53.8%	28	26.9%	10	9.6%	104
	女	153	77.7%	41	20.8%	73	37.1%	62	31.5%	113	57.4%	69	35.0%	12	6.1%	197
70歳以上	男	29	60.4%	10	20.8%	9	18.8%	12	25.0%	28	58.3%	21	43.8%	4	8.3%	48
	女	190	68.1%	61	21.9%	100	35.8%	96	34.4%	185	66.3%	104	37.3%	22	7.9%	279
合計		1,119	72.9%	471	30.7%	514	33.5%	404	26.3%	713	46.5%	445	29.0%	121	7.9%	613
男		417	68.0%	182	29.7%	167	27.2%	128	20.9%	230	37.5%	135	22.0%	71	11.6%	921
女		702	76.2%	289	31.4%	347	37.7%	276	30.0%	483	52.4%	310	33.7%	50	5.4%	1,534

## ⑧ タバコについて

●あなたは、現在タバコを吸っていますか

		吸っている		以前吸っていたが、やめた		吸ったことがない		合計	
20 歳代	男	8	14.5%	6	10.9%	41	74.5%	55	
	女	3	4.4%	6	8.8%	59	86.8%	68	
30 歳代	男	26	14.6%	53	29.8%	99	55.6%	178	
	女	2	1.7%	23	19.2%	95	79.2%	120	
40 歳代	男	27	19.9%	42	30.9%	67	49.3%	136	
	女	7	5.0%	17	12.2%	115	82.7%	139	
50 歳代	男	23	17.4%	43	32.6%	66	50.0%	132	
	女	7	6.2%	14	12.4%	92	81.4%	113	
60 歳代	男	14	13.5%	48	46.2%	42	40.4%	104	
	女	18	9.2%	42	21.4%	136	69.4%	196	
70 歳以上	男	6	13.0%	20	43.5%	20	43.5%	46	
	女	15	5.6%	80	30.0%	172	64.4%	267	
合計		156	10.0%	394	25.4%	1,004	64.6%	1,554	
		男	104	16.0%	212	32.6%	335	51.5%	651
		女	52	5.8%	182	20.2%	669	74.1%	903

●現在タバコを吸っている方にお聞きします。あなたは禁煙したいと思いますか

		すぐ禁煙したい		禁煙したい		禁煙したくない		未回答	合計		
20 歳代	男	2	25.0%	1	12.5%	4	50.0%	1	12.5%	8	
	女	0	0.0%	0	0.0%	2	66.7%	1	33.3%	3	
30 歳代	男	1	3.8%	20	76.9%	5	19.2%	0	0.0%	26	
	女	0	0.0%	2	100.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	
40 歳代	男	2	7.4%	12	44.4%	13	48.1%	0	0.0%	27	
	女	0	0.0%	4	57.1%	3	42.9%	0	0.0%	7	
50 歳代	男	1	4.3%	9	39.1%	12	52.2%	1	4.3%	23	
	女	0	0.0%	4	57.1%	2	28.6%	1	14.3%	7	
60 歳代	男	0	0.0%	5	35.7%	9	64.3%	0	0.0%	14	
	女	1	5.6%	10	55.6%	7	38.9%	0	0.0%	18	
70 歳以上	男	1	16.7%	2	33.3%	3	50.0%	0	0.0%	6	
	女	2	13.3%	5	33.3%	6	40.0%	2	13.3%	15	
合計		10	6.4%	74	47.4%	66	42.3%	6	3.8%	156	
		男	7	6.7%	49	47.1%	46	44.2%	2	1.9%	104
		女	3	5.8%	25	48.1%	20	38.5%	4	7.7%	52

## ⑨ 飲酒について

●あなたは、お酒をどのくらいの割合で飲みますか

		ほとんど飲まない		週1回以上		ほぼ毎日		合計
20歳代	男	43	78.2%	10	18.2%	2	3.6%	55
	女	56	83.6%	10	14.9%	1	1.5%	67
30歳代	男	106	59.6%	40	22.5%	32	18.0%	178
	女	81	68.6%	20	16.9%	17	14.4%	118
40歳代	男	64	47.1%	24	17.6%	48	35.3%	136
	女	96	67.1%	25	17.5%	22	15.4%	143
50歳代	男	55	42.3%	28	21.5%	47	36.2%	130
	女	81	73.0%	19	17.1%	11	9.9%	111
60歳代	男	37	35.9%	15	14.6%	51	49.5%	103
	女	118	62.1%	20	10.5%	52	27.4%	190
70歳以上	男	18	37.5%	8	16.7%	22	45.8%	48
	女	175	67.6%	24	9.3%	60	23.2%	259
合計		930	60.5%	243	15.8%	365	23.7%	1,538
	男	323	49.7%	125	19.2%	202	31.1%	650
	女	607	68.4%	118	13.3%	163	18.4%	888

●1日に飲む量はどのくらいですか

		1合未満		1～2合		2～3合		3合以上		合計
20歳代	男	27	73.0%	7	18.9%	2	5.4%	1	2.7%	37
	女	42	82.4%	6	11.8%	3	5.9%	0	0.0%	51
30歳代	男	100	68.0%	29	19.7%	12	8.2%	6	4.1%	147
	女	59	76.6%	10	13.0%	7	9.1%	1	1.3%	77
40歳代	男	50	49.0%	33	32.4%	14	13.7%	5	4.9%	102
	女	64	75.3%	20	23.5%	1	1.2%	0	0.0%	85
50歳代	男	46	43.8%	39	37.1%	17	16.2%	3	2.9%	105
	女	45	72.6%	9	14.5%	8	12.9%	0	0.0%	62
60歳代	男	30	38.5%	33	42.3%	11	14.1%	4	5.1%	78
	女	41	48.2%	31	36.5%	11	12.9%	2	2.4%	85
70歳以上	男	16	50.0%	10	31.3%	6	18.8%	0	0.0%	32
	女	66	60.6%	36	33.0%	6	5.5%	1	0.9%	109
合計		586	60.4%	263	27.1%	98	10.1%	23	2.4%	970
	男	269	53.7%	151	30.1%	62	12.4%	19	3.8%	501
	女	317	67.6%	112	23.9%	36	7.7%	4	0.9%	469

## ⑩ 地域とのつながりについて

●あなたは、自分と地域の人たちとのつながりが強いと感じますか

		強いほう		どちらかといえば強いほう		どちらかといえば弱いほう		弱いほう		合計
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	
中学生	男	18	9.3%	64	33.0%	80	41.2%	32	16.5%	194
	女	15	7.5%	69	34.5%	76	38.0%	40	20.0%	200
高校生	男	37	8.5%	136	31.1%	155	35.5%	109	24.9%	437
	女	16	7.5%	65	30.5%	81	38.0%	51	23.9%	213
20歳代	男	0	0.0%	3	5.4%	11	19.6%	42	75.0%	56
	女	1	1.5%	7	10.4%	19	28.4%	40	59.7%	67
30歳代	男	1	0.6%	9	5.8%	54	34.6%	92	59.0%	156
	女	2	1.4%	25	17.6%	50	35.2%	65	45.8%	142
40歳代	男	1	0.7%	15	11.0%	41	30.1%	79	58.1%	136
	女	9	6.3%	27	18.8%	46	31.9%	62	43.1%	144
50歳代	男	4	3.5%	10	8.7%	36	31.3%	65	56.5%	115
	女	4	4.4%	15	16.5%	43	47.3%	29	31.9%	91
60歳代	男	7	6.7%	26	24.8%	32	30.5%	40	38.1%	105
	女	10	5.1%	52	26.5%	63	32.1%	71	36.2%	196
70歳以上	男	7	14.9%	16	34.0%	12	25.5%	12	25.5%	47
	女	21	7.5%	91	32.6%	97	34.8%	70	25.1%	279
合計		153	5.9%	630	24.4%	896	34.8%	899	34.9%	2,578
	男	75	6.0%	279	22.4%	421	33.8%	471	37.8%	1,246
	女	78	5.9%	351	26.4%	475	35.7%	428	32.1%	1,332

●あなたは、何らかの地域・社会活動に参加していますか

(例：ボランティア、PTA、自治会、お祭りなど)

		参加している		ときどき参加している		あまり参加していない		全く参加していない		合計
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	
中学生	男	26	13.3%	40	20.4%	70	35.7%	60	30.6%	196
	女	24	11.9%	79	39.1%	56	27.7%	43	21.3%	202
高校生	男	29	6.6%	80	18.2%	122	27.8%	208	47.4%	439
	女	11	5.2%	48	22.5%	67	31.5%	87	40.8%	213
20歳代	男	0	0.0%	4	7.1%	4	7.1%	48	85.7%	56
	女	5	7.5%	6	9.0%	11	16.4%	45	67.2%	67
30歳代	男	4	2.6%	20	12.8%	32	20.5%	100	64.1%	156
	女	19	13.4%	22	15.5%	42	29.6%	59	41.5%	142
40歳代	男	14	10.3%	21	15.4%	34	25.0%	67	49.3%	136
	女	31	21.4%	31	21.4%	32	22.1%	51	35.2%	145
50歳代	男	16	13.9%	14	12.2%	31	27.0%	54	47.0%	115
	女	13	14.1%	25	27.2%	28	30.4%	26	28.3%	92
60歳代	男	17	16.2%	16	15.2%	29	27.6%	43	41.0%	105
	女	43	21.7%	27	13.6%	52	26.3%	76	38.4%	198
70歳以上	男	11	22.9%	12	25.0%	11	22.9%	14	29.2%	48
	女	49	17.6%	44	15.8%	69	24.7%	117	41.9%	279
合計		312	12.1%	489	18.9%	690	26.7%	1,098	42.4%	2,589
	男	117	9.4%	207	16.5%	333	26.6%	594	47.5%	1,251
	女	195	14.6%	282	21.1%	357	26.7%	504	37.7%	1,338

## 長久手市健康づくり計画(第2次)

- 発行 ● 長久手市  
編集 ● 長久手市福祉部健康推進課  
住所 ● 〒480-1196  
愛知県長久手市岩作城の内 60 番地 1  
電話 ● 0561-63-3300  
U R L ● <http://www.city.nagakute.lg.jp/>  
発行年月 ● 平成 26 年 3 月