

# 第3次鹿屋市健康づくり計画策定にかかる アンケート調査結果報告書



令和5年3月  
鹿児島県 鹿屋市



# 目次

第1章 調査の概要	1
I 調査の目的	2
II 調査の実施要領	2
III 調査結果利用上の注意	2
第2章 調査結果総括	3
I 一般市民調査	4
II 中学・高校生の生活実態調査	27
III 目標指標達成状況評価（アンケート調査項目のみ）	40
第3章 一般市民調査結果	45
I 回答者属性について	46
II 健康状況や健康づくり全般について	54
III 栄養・食生活について	69
IV 身体活動・運動について	103
V 睡眠と休養について	117
VI 歯の健康について	123
VII たばこについて	151
VIII アルコールについて	162
IX 生活習慣病について	166
X こころの健康について	187
XI 健康状況や健康づくりのご意見等について	248
第4章 中高生調査結果	275
I 回答者属性について	276
II 栄養・食生活について	279
III 運動状況について	300
IV 休養・こころの健康について	308
V たばこについて	319
IV アルコールについて	323
VII 歯の健康について	326
VIII 健康に対する考えについて	346
第5章 関係団体・事業者調査結果	355
I 関係団体アンケート調査	356
II 事業者アンケート調査	365
第6章 調査票	389
I 一般市民調査	390
II 中高生調査	413
III 関係団体調査	425
IV 事業所調査	431



---

# 第1章 調査の概要

---

## I 調査の目的

令和6年度(2024年度)から12年間を計画期間とする「第3次鹿屋市健康づくり計画」を策定するにあたり、市民の「健康づくりに関する意識や生活の状況」、「生活習慣」等についておうかがいし、今後の市政に反映させていただくための基礎資料とすることを目的に調査を実施しました。

## II 調査の実施要領

	市民	市内中高校生
調査時期	令和4年12月	令和4年12月
調査対象者	市内在住の満19歳以上の方より 無作為抽出	市内中学校高等学校に通うそれぞれ1年生と3年生
調査方法	郵送配布・郵送回収	直接配布・学校回収
配布数	3,504件	1,271件
有効回収数	1,034件(郵送回収) 280件(WEB回答)	688件(直接回収) 409件(WEB回答)
有効回答率	37.5%	86.3%

## III 調査結果利用上の注意

- 回答結果の割合「%」は有効サンプル数に対して、それぞれの回答数の割合を小数点以下第2位で四捨五入したものです。そのため、単数回答(複数の選択肢から1つの選択肢を選ぶ方式)であっても合計値が100.0%にならない場合があります。このことは、本報告書内の分析文、グラフ、表においても反映しています。
- 複数回答(複数の選択肢から2つ以上の選択肢を選ぶ方式)の設問の場合、回答は選択肢ごとの有効回答数に対して、それぞれの割合を示しています。そのため、合計が100.0%を超える場合があります。
- 図表中において「無回答」とあるものは、回答が示されていない、または回答の判別が困難なものです。
- 集計表においては、該当区分の数値が全体値と比較して10ポイント以上高い場合を赤、低い場合を青の網掛けで示しています。また、複数回答設問の図表等作成においては、前回調査では無回答を表示していませんでしたが、本調査においては表示しています。(前回調査「-」と表示)
- 「その他」の回答について、類似の回答があった場合は、いずれか1つを代表的な意見として掲載しています。また設問の趣旨と一致しない回答については掲載していません。

---

## 第2章 調査結果総括

---

## I 一般市民調査

### 1 回答者について

- ◆ 性別については、「男性」が42.3%、「女性」が54.2%となっています。
- ◆ 年齢については、65歳以上が4割近くを占めています。
- ◆ 世帯構成については、「夫婦のみ」が37.5%と最も高く、次いで、「親と子（2世代）」の36.5%、「1人暮らし」の16.8%の順となっています。
- ◆ 職業については、何らかの形態で働いている人は全体では66.4%となり、年齢層別にみると20歳代～60歳代では9割を超えています。また、「自営業」「その他」では4割近く70歳代の人となっています。
- ◆ 家計の余裕の程度について性年齢別にみると、20代男性では「あまり余裕がない」が47.4%と他より高くなっています。
- ◆ 居住地区・地域については、「寿地区」が21.4%と最も高く、次いで、「西原地区」となっており、「高須・浜田地区」が最も少なくなっています。

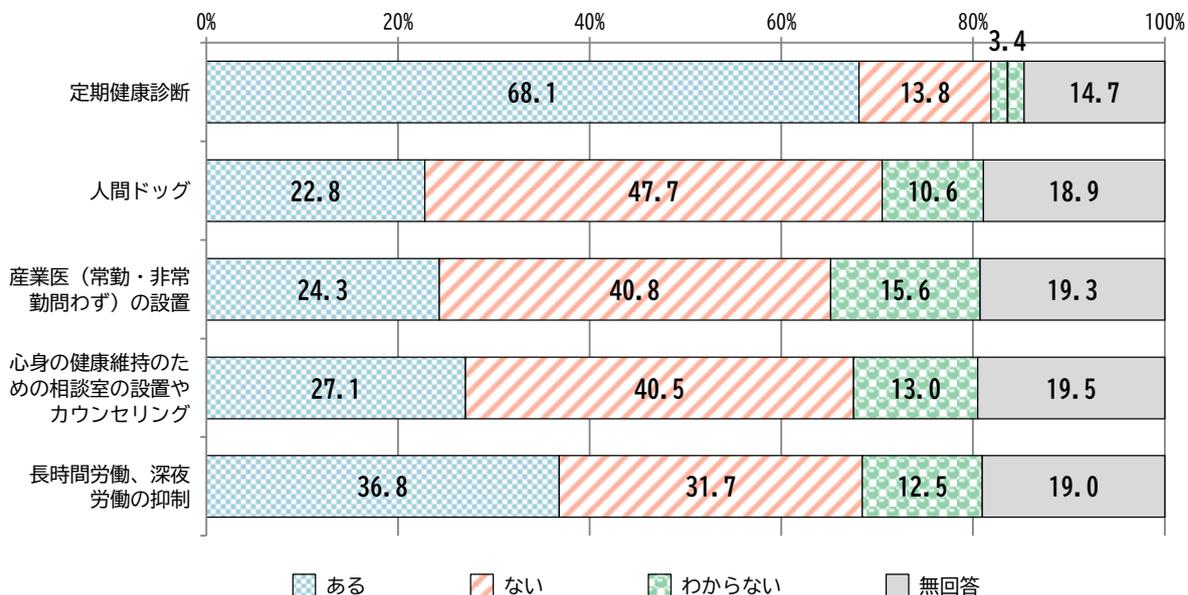
調査結果にみる現状・課題
○ 回答者の属性について前回調査結果と比較すると大きな変化はなく、全体の分析結果における属性による影響は少ないと思われます。

## 2 現在、働いている人の状況について

- ◆ 勤めている会社の所在地については、「市内」が 71.3%、「市外」が 13.9%となっています。
- ◆ 仕事の運動量については、「運動量が多い」が 31.9%、「あまり運動量は多くない」が 41.6%、「ほとんど動かない」が 13.4%となっています。
- ◆ 1週間あたりの労働時間については、「35 時間未満」が 26.0%、「35 時間～60 時間未満」が 55.3%、「60 時間以上」が 6.0%となっています。「60 時間以上」は全体の割合は低いものの 20 歳代～40 歳代の男性では 13～17%となっています。
- ◆ 勤め先の健康づくりへの取組状況について、『取り組んでいる』（「積極的に取り組んでいる」と「どちらかというに取り組んでいる」の合計）と思っている人の割合は 38.5%となっています。
- ◆ 勤め先の健康管理については、「定期健康診断」は 7 割近く実施されている一方、「人間ドッグ」「産業医の設置」「心身の健康維持のための相談室の設置やカウンセリング」については 2 割台に留まっています。

図表 1 勤め先の健康管理の状況

〈単数回答〉n=872



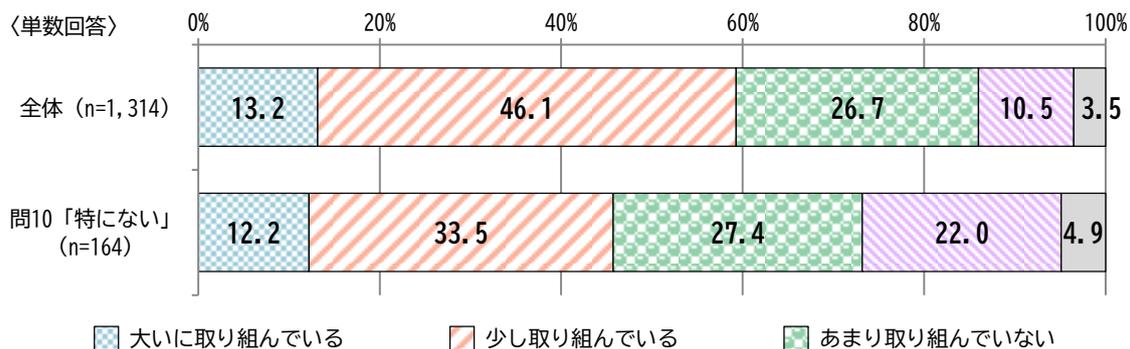
### 調査結果にみる現状・課題

- 勤労者の健康を維持するために、正しい知識のもとで心身両面にわたる健康づくりや過重労働対策等を行うことが重要となることから、事業所等へ定期健康診断以外の健康管理の実施に向けた支援や普及啓発が必要となっています。

### 3 健康状況や健康づくり全般について

- ◆ 自分の健康状態については、「よい」が 18.6%、「まあまあよい」が 57.2%、「あまりよくない」が 20.2%、「よくない」が 3.3%となっています。
- ◆ 幸福感（「とても不幸せ（0点）」から「とても幸せ（10点）」の間で表す）については、「4点」が 21.3%と最も高く、次いで、「7点」の 19.6%、「6点」の 13.6%の順となっています。特に 30 歳代女性の点数が高くなっています。
- ◆ BMI（ $[\text{体重(kg)}] \div [\text{身長(m)}]^2$ ）で算出される値）判定の結果、「低体重（痩せ型）」が 7.4%、「普通体重」が 61.7%、「肥満（1～4 度）」が 28.4%となっています。
- ◆ 平日の 1 日に歩く平均時間については、60 分未満が 32.8%、60 分以上が 57.5%となっています。
- ◆ 自分の適正体重について、「知っている」が 75.3%、「知らない」が 22.8%となっています。特に、20 歳代男性では「知らない」が 47.4%となっており、他の年代より認知度が低くなっています。
- ◆ 自分の体重を適切に保つように「心がけている」人は 76.3%、「心がけていない」が 22.9%となっています。
- ◆ 健康づくりについて『関心がある』（「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」の合計）の割合が 8 割を超えています。
- ◆ 鹿屋市健康づくり条例の認知度については、「言葉も意味も知っている」が 10.4%、「言葉は知っているが、意味は知らない」が 33.3%、「言葉も意味も知らない」が 53.2%となっています。
- ◆ 健康づくりのための情報の入手先については、「テレビ・ラジオ」が 37.8%と最も高く、次いで、「市の広報紙」の 32.3%、「インターネット」の 25.4%の順となっています。20 歳代～40 歳代では「インターネット」の割合が高く、60 歳以上の男女では「テレビ・ラジオ」の割合が高くなっています。
- ◆ 健康づくりに関して充実してほしいものについては、「気軽に運動、体操ができる場所と機会」、「健康診査（特定健康診査、長寿健康診査、各種がん検診等）」の割合が高くなっています。
- ◆ 健康づくりに関して充実してほしいもので「特にない」と回答した方について日常生活で健康の維持・増進に取り組み別にみると、「大いに取り組んでる」「少し取り組んでいる」の割合が低く、健康づくりに対する意識が低い方が多いと伺えます。

図表2 健康づくりに関して充実してほしいもので「特にない」と回答した方の日常生活で健康の維持・増進に取り組み状況



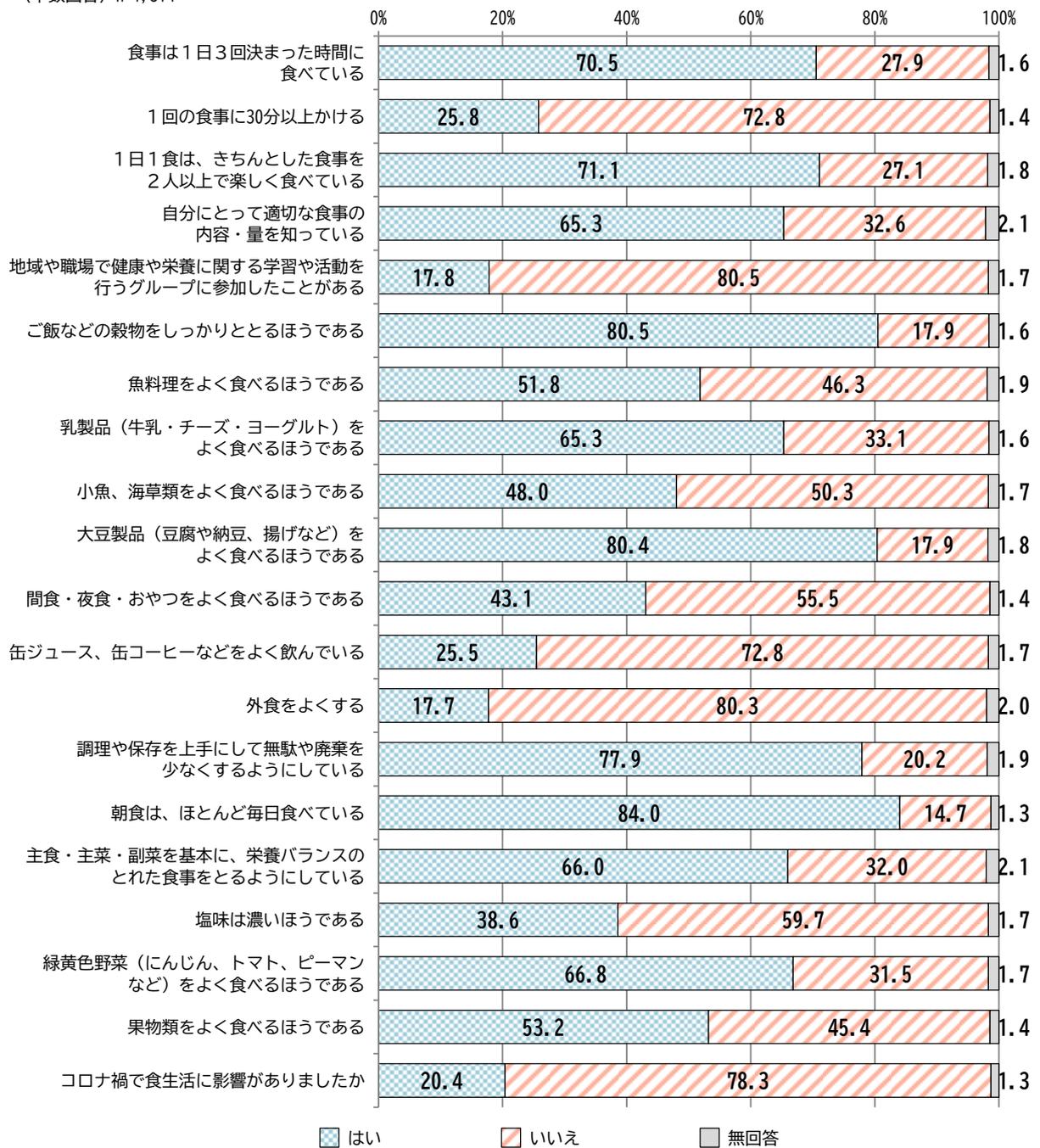
調査結果にみる現状・課題	
○	市民の健康づくりに関する関心は高くなっていることから、行動するためのきっかけづくりや気軽に健康づくりに取り組める環境の整備が求められています。
○	若い世代から自分の健康に関心を持ち、健康増進に取り組むことで、生涯を通じて健康であると実感できるような支援が必要となっています。

#### 4 栄養・食生活について

- ◆ 1日3回決まった時間に食事をしている人の割合は70.5%となっています。
- ◆ 前回調査より「はい」の割合が5ポイント以上高くなった項目は、「間食・夜食・おやつをよく食べるほうである」となる一方、5ポイント以上低くなった項目は「自分にとって適切な食事の内容・量を知っている」「地域や職場で健康や栄養に関する学習や活動を行うグループに参加したことがある」となっています。
- ◆ ほとんど毎日朝食を食べている人の割合は84.0%と前回調査とほぼ同様となっています。

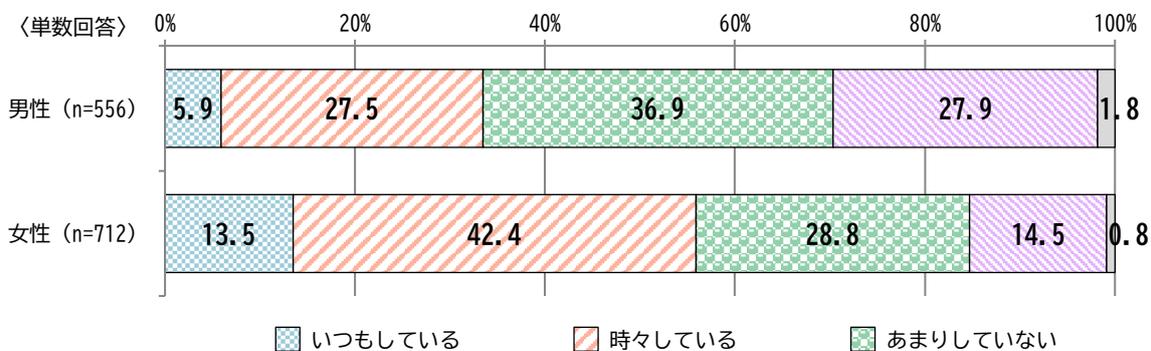
図表3 栄養・食生活についての状況

〈単数回答〉n=1,314



- ◆ 現在の食生活について、全体では「少し問題がある」が 32.2%、「問題が多い」が 6.3%となっています。特に、世帯構成別でみると一人暮らしが、性年齢別でみると男性では 20 歳代と 40 歳代、女性では 30 歳代～50 歳代において「少し問題がある」の割合が高くなっています。
- ◆ 改善の意向については、「今よりよくしたい」が 7 割程度となっています。
- ◆ 鹿児島県の特産物や身近でとれる地域の食材を『意識している』（「大いに意識している」と「少し意識している」の合計）割合は、55.9%となっています。
- ◆ 栄養成分の表示、1 日あたりの望ましい食塩摂取量、食事バランスガイドを活用については、男性より女性の方が参考にしている割合が 20 ポイント程度高く、差が大きくなっています。

図表4 男女別 栄養成分の表示を参考にしているか



調査結果にみる現状・課題

- 若い世代からの正しい食習慣の定着が必要となっています。
- 朝食の摂取、朝食を家族と食べることの大切さ、栄養バランスの重要性についての普及啓発等が必要となっています。

## 5 身体活動・運動について

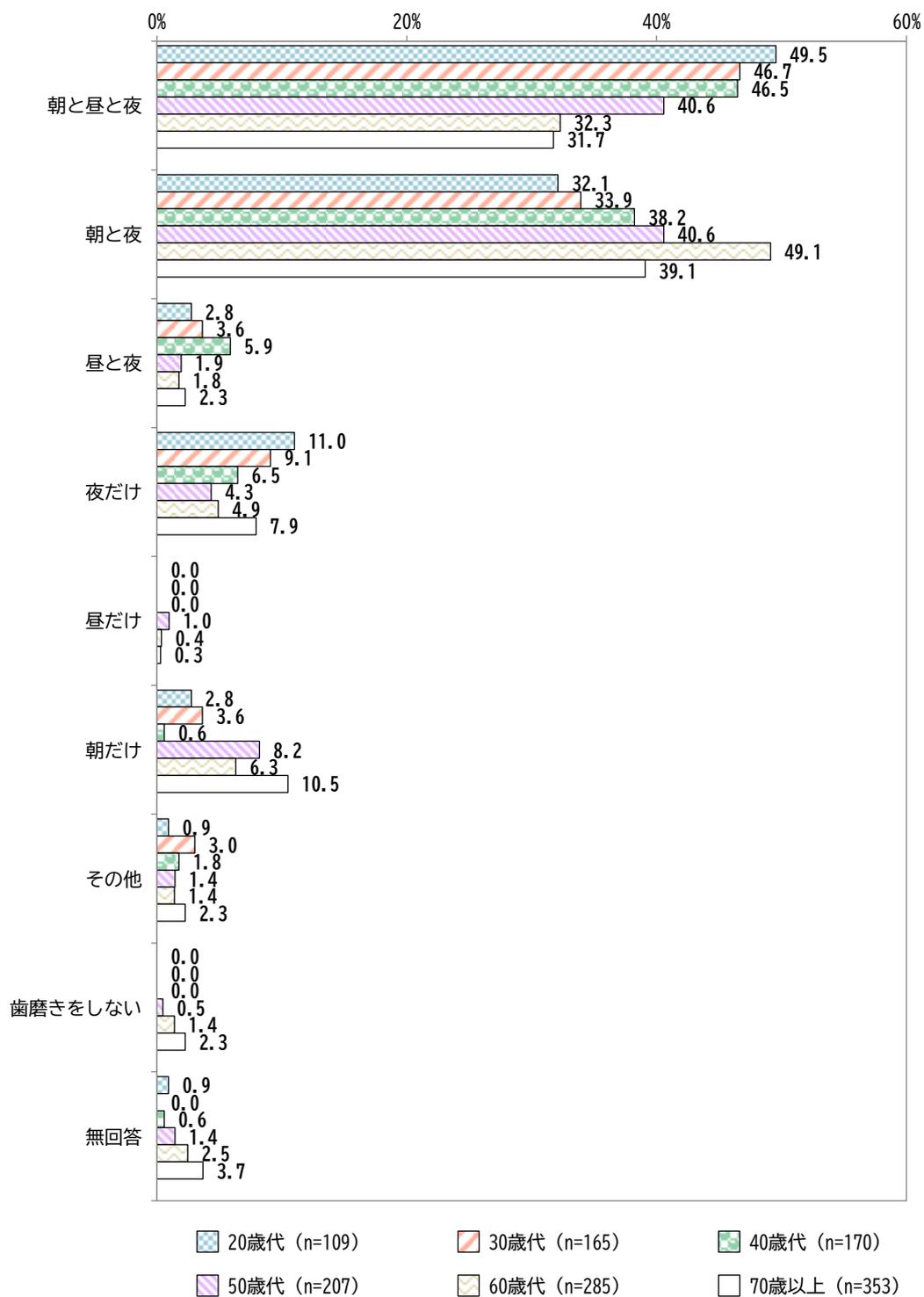
- ◆ 日頃の運動習慣や1年間以上継続している運動習慣について、「していない」割合が性年齢別にみると50歳以下の女性で高くなっており、中でも20歳代女性の「していない」割合が一番高く、仕事や子育ての多忙な生活の中で、運動に対する時間を確保できていない状況が見られます。
- ◆ 運動をしない理由については、「時間に余裕がない（仕事や育児・介護等の事情）」「仕事で動いている」「面倒くさい」の順となっており、前回調査と比較すると、「仕事で動いている」が5.3ポイント増加しています。
- ◆ 運動を始めたり・継続するためには、「活動のための場所、施設づくり」「一緒に活動する仲間づくり」の充実が必要という意見が多くなっています。
- ◆ 日常生活における1日の歩数がわかる人の割合は35.2%となっており、その歩数は「5,000歩未満」が30.5%と最も高くなっています。
- ◆ 「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」について、「言葉も内容も知らない（今回知った場合も含む）」が66.5%となっています。

調査結果にみる現状・課題
<ul style="list-style-type: none"><li>○ 30歳代～40歳代の女性の運動習慣がない人の割合が高いことが課題となっています。</li><li>○ 引き続き、日常生活の中で運動を取り入れられるような支援等が必要となっています。</li></ul>

## 6 歯と口の健康について

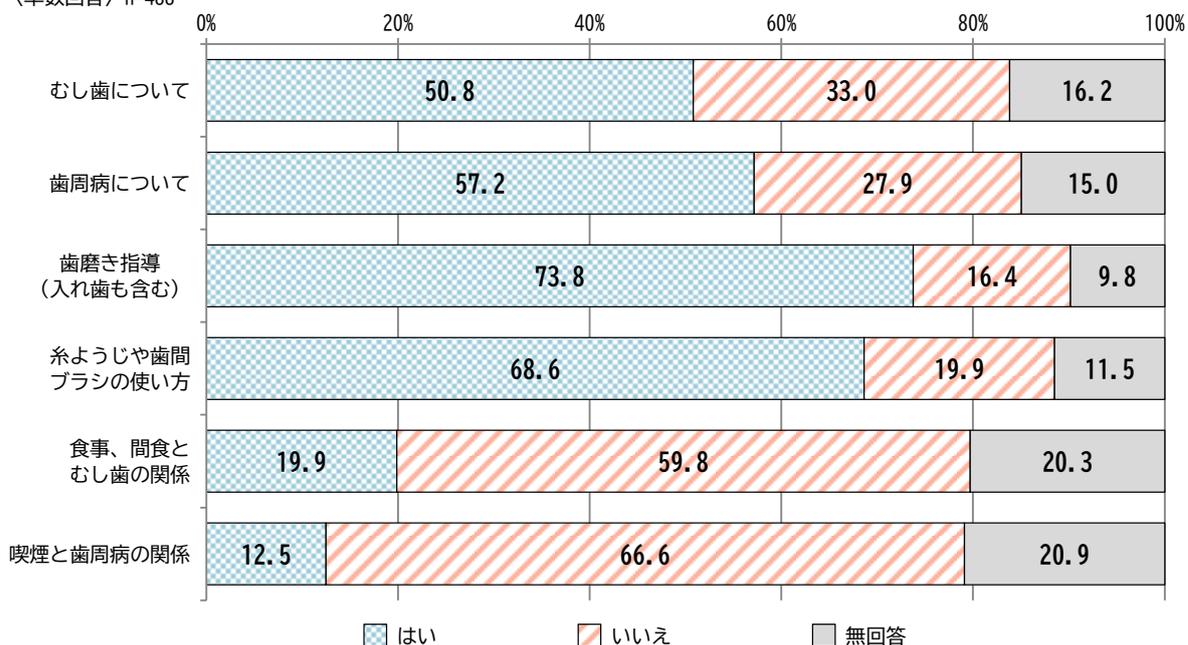
- ◆ 自分の歯が 28 本以上あると回答している割合は 49.5%となっています。年代別で見ると、「28 本以上」の割合は、年代が上がるほど減少しており、特に男性の 60 歳代では 50 歳代より 5 割近く減少しています。
- ◆ 喫煙は歯周病を進行させる要因であることを知っている割合は、65.9%となっています。
- ◆ 歯周病が糖尿病や心疾患、胎児の早産などの全身疾患と関連があることを知っている割合は、63.3%となっています。
- ◆ この 1 年間の歯科健診（治療を除く）の頻度は、「2 回以上」が 29.3%、「1 回」が 20.4%、「0 回」が 47.6%となっています。「0 回」の人の歯科健診を受けなかった理由については、「不具合がなく、受ける必要を感じなかった」が最も高くなっています。
- ◆ かかりつけの歯科医院を決めている人の割合は、75.6%となっています。
- ◆ 歯磨きをいつしているかについては、「朝と夜」が 40.6%と最も高く、次いで、「朝と昼と夜」の 38.2%となっています。性別で見ると、「朝と昼と夜」の割合は男性より女性のほうが 2 割程度高くなっています。また、年代別に見ると、高齢になるほど「朝と昼と夜」の割合が減って「朝と夜」の割合が高くなっています。
- ◆ 歯間ブラシ・糸ようじ等の使用については「使用している」割合が 55.6%となっており、男性より女性の割合が 2 割近く高くなっています。
- ◆ ここ 1 年間に歯に関する指導を受けたことがある人は 37.1%となっており、その内容は「歯磨き指導（入れ歯も含む）」や「糸ようじや歯間ブラシの使い方」の割合が高くなっています。

図表5 年代別 歯磨きするタイミング



図表6 ここ1年間に受けた歯に関する指導内容

〈単数回答〉n=488



調査結果にみる現状・課題

- 口腔機能の維持向上の意識の醸成が課題となっています。
- 子どもの時期からの正しい歯磨き習慣の定着や、定期的な歯科健康診査の重要性についての普及啓発等が必要となっています。
- 定期的に歯科健診を受けていない人の割合が5割近くとなっていることから、重要性の広報周知などさらなる意識啓発が必要となっています。

## 7 たばこについて

- ◆ 「毎日吸う」の割合は、全体では14.0%となり、性別で見ると男性では24.8%、女性では5.2%となっています。1日に吸う本数は、女性では「1日10本未満」、男性では「1日20本未満」の割合が高くなっています。
- ◆ たばこをやめたいかについては、男女ともに「本数を減らしたい」の割合が高くなっています。
- ◆ 職場の分煙対策については、「建物内は全面禁煙であり、建物外に喫煙場所が設けられている」が57.7%と最も高くなっています。
- ◆ たばこが健康に与える影響については、「肺癌」、「ぜんそく」、「気管支炎」、「妊娠への影響、未熟児など」へ「影響がある」と思っている人の割合は9割前後となり高くなっています。
- ◆ 「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」について、「言葉も内容も知らない（今回知った場合も含む）」が54.5%となっています。

図7 たばこをやめたいか

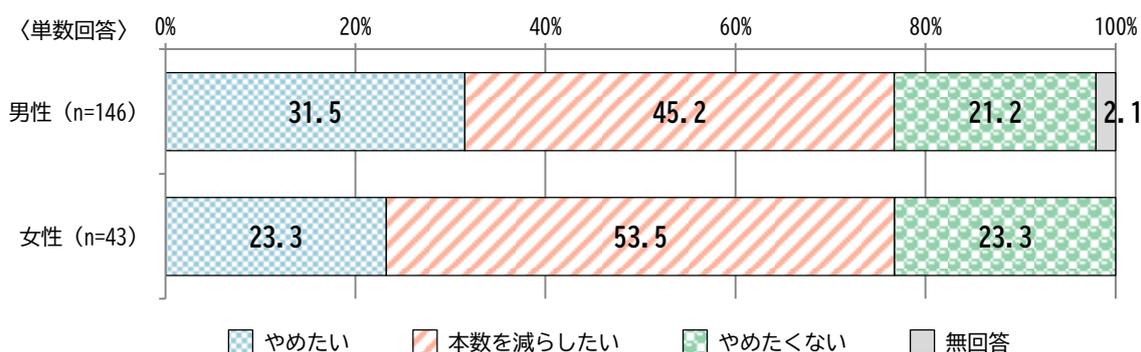
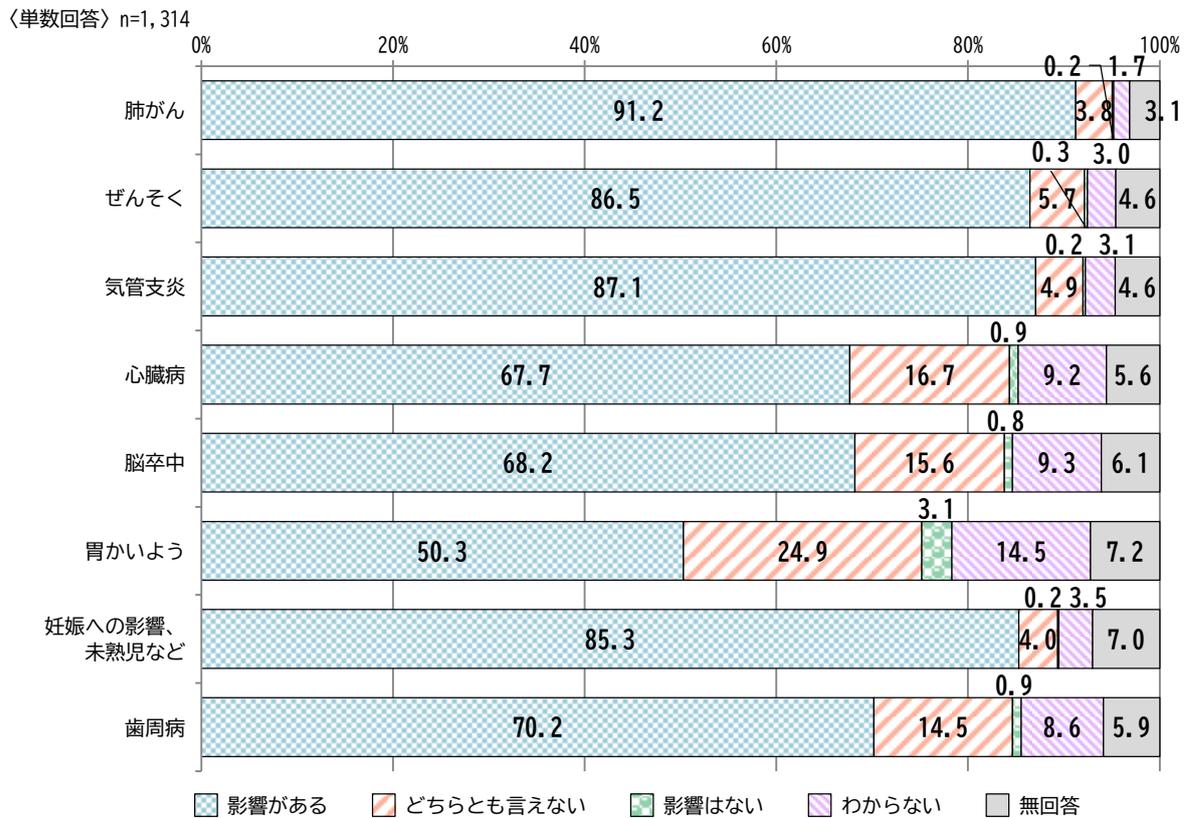


図8 たばこが健康に与える影響について



調査結果にみる現状・課題

- 喫煙が及ぼす健康影響に関する知識の普及が課題となっています。
- COPDの周知に努めるとともに、受動喫煙のない環境づくりの推進などが必要となっています。

## 8 アルコールについて

- ◆ 飲酒の頻度について、「毎日」飲む人の割合は全体では 20.9%となり、男性では 36.0%、女性では 10.0%となっています。性別で見ると、特に 50 歳以上の男性では 4割前後となっており、他より高くなっています。
- ◆ 1日に飲むお酒の量が、ビール中瓶 1本（500ml）に換算して『2本以上』（「2本以上3本未満」と「3本以上4本未満」と「4本以上5本未満」と「5本以上」の合計）と回答した人の割合は 16.3%となっています。
- ◆ 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している割合は、男性で 21.5%、女性で 34.3%となっています。
- ◆ 成人の1日の飲酒の適量は、ビール中瓶 1本（500ml）に換算して『2本以上』（「2本以上3本未満」と「3本以上4本未満」と「4本以上5本未満」と「5本以上」の合計）と思っている人の割合は 6.2%となっています。

調査結果にみる現状・課題
<ul style="list-style-type: none"><li>○ 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の飲酒量を減少させることが課題となっています。</li><li>○ アルコールが健康に及ぼす影響について情報提供し、適正飲酒に取り組む環境づくりの支援などが必要となっています。</li></ul>

## 9 生活習慣病について

- ◆ かかりつけ医がある人の割合は 57.4%となっています。
- ◆ 日常生活における健康の維持・増進の取り組みについて、30 歳代～40 歳代の女性では『取り組んでいない』（「あまり取り組んでいない」と「何も取り組んでいない」の合計）の割合が6割を超えています。
- ◆ この1年間に健康診断（病気の診療を除く）を受けた人の割合は、73.8%となっています。このうち、20 歳代の男女では5割程度となっており他の年代より低くなっています。
- ◆ 受けた健康診断は、「血圧測定、尿検査、肝機能、血糖等一般健康診査」が9割近くとなっている一方、各種がん検診は2～3割程度と低くなっています。
- ◆ 健康診断を受けなかった理由については、「病院にかかっている（通院中、入院中）」が 28.3%と最も高く、次いで、「特に理由はない」の 27.9%、「都合がつかなかった」の 17.8%の順となっています。
- ◆ これまでに医療機関や健診で高血圧（血圧が高い）と言われたことがある人の割合は 40.6%となっており、そのうち「過去から現在にかけて継続的に受けている」人の割合は 66.7%となっています。
- ◆ これまでに医療機関や健診で糖尿病（予備軍含む）と言われたことがある人の割合は全体では 16.1%となり、50 歳以上の男性では2割を超えています。そのうち「過去から現在にかけて継続的に受けている」人の割合は 55.5%となっています。
- ◆ これまでに医療機関や健診で血中コレステロール（LDL（悪玉））が高いと言われたことがある人の割合は 35.6%となっており、50 歳代の男女および 60 歳代女性の割合が高くなっています。そのうち「過去から現在にかけて継続的に受けている」人の割合は 39.7%となっています。
- ◆ 「CKD（慢性腎臓病）」について、「言葉も内容も知らない（今回知った場合も含む）」人の割合は 47.5%となっています。

### 調査結果にみる現状・課題

- 40 歳代以降の男性や 50 歳代女性で肥満の割合が増加していることから、この世代の世代の適正体重の維持が課題となっています。
- 世代に応じた適度な運動や睡眠、バランスのとれた食事ができるような支援等が必要となっています。

## 10 睡眠と休養・こころの健康について

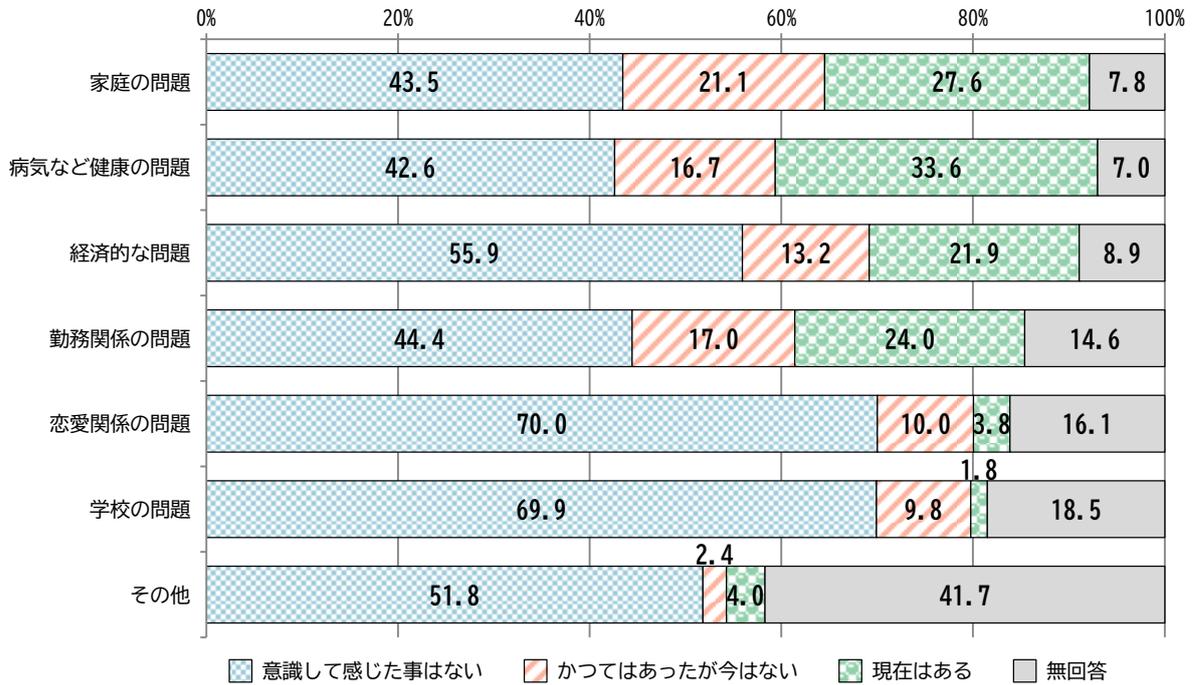
- ◆ 睡眠で休養が充分とれているかについては、「だいたいとれている」が 53.7%と最も高くなっています。性年齢別でみると、30 歳代～50 歳代の女性では『とれていない』（「あまりとれていない」と「まったくとれていない」の合計）が3割を超えており、他より高くなっています。
- ◆ 平均の睡眠時間は、「6時間以上7時間未満」が 33.9%と最も高くなっています。また、「5時間未満」は 9.2%となっており、前回調査より微増しています。
- ◆ この1か月間に、眠れないことが「頻繁にある」人の割合は 18.3%となっています。
- ◆ 『最近1か月間にストレスを感じた人』（「多少あった」と「大いにあった」の割合の合計）の割合は 61.3%となり前回調査より 6.2ポイント高くなっています。
- ◆ 現在ある悩みや苦勞、ストレス、不満を感じることについては、「病気などの健康の問題」と「家庭の問題」と回答した人の割合が高くなっています。
- ◆ 不満、悩み、苦勞、ストレスを解消については、「睡眠をとる」、「趣味やレジャーをする」、「人に話を聞いてもらう」、「我慢して時間が経つのを待つ」の割合が高くなっています。
- ◆ 悩みやストレスを感じた時について、「他人に知られたくない」と思う人の割合は 21.2%となっています。
- ◆ 悩みやストレスを感じた時の相談相手については、「家族や親族」、「友人や同僚」以外は「相談しないと思う」の割合が高くなっています。
- ◆ こころの相談窓口等の認知については、「いのちの電話」、「鹿屋市健康増進課」が4割を超え高くなっています。
- ◆ 心の健康が不調な人は約5割となっています。その中で「20 歳代」では6割を超え、他の年代より割合が高くなっています。

### 調査結果にみる現状・課題

- 睡眠を改善するための行動変容が課題となっています。
- 睡眠不足は心身への影響が大きく、不眠はうつ病などの精神疾患や生活習慣病を始めとする様々な身体疾患を悪化させる危険性があることから、睡眠と健康との関係性についての啓発が必要となっています。
- 地域で助け合う環境づくり等の推進が必要となっています。
- 心の健康の不調を抱える若い人が多くなっていることから、相談窓口の周知や、気軽に相談できる体制づくりが必要となっています。

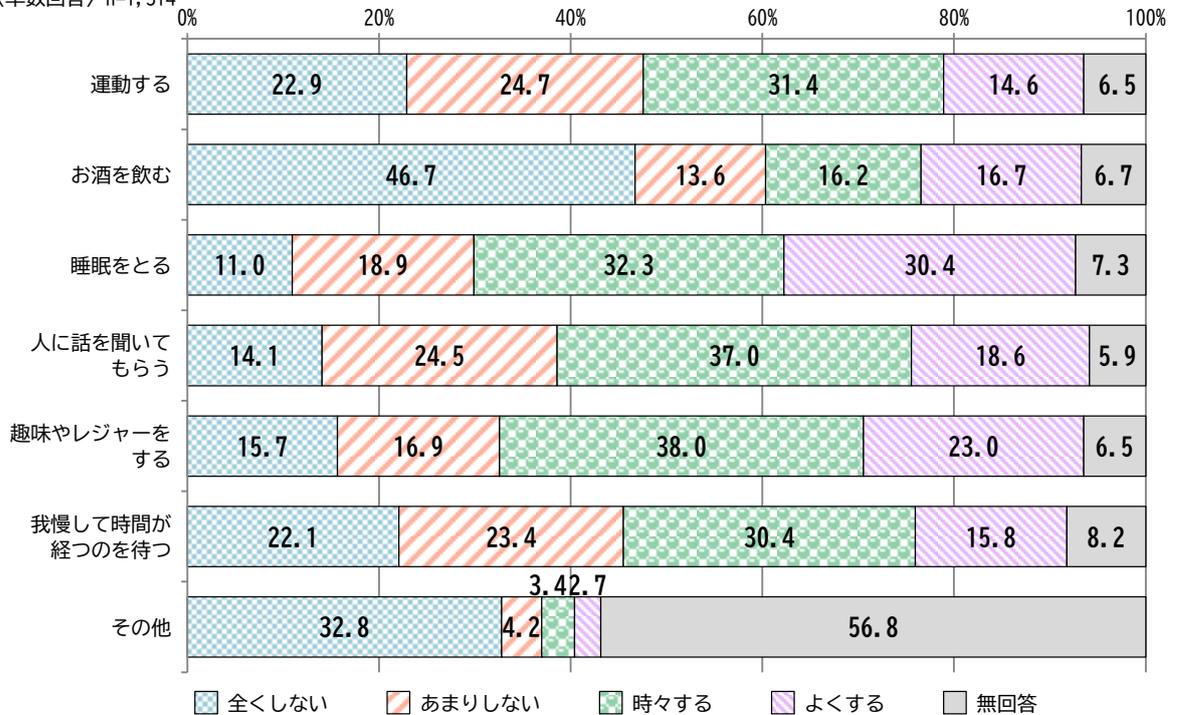
図9 悩みや苦労、ストレス、不満を感じることの内容

〈単数回答〉 n=1,314



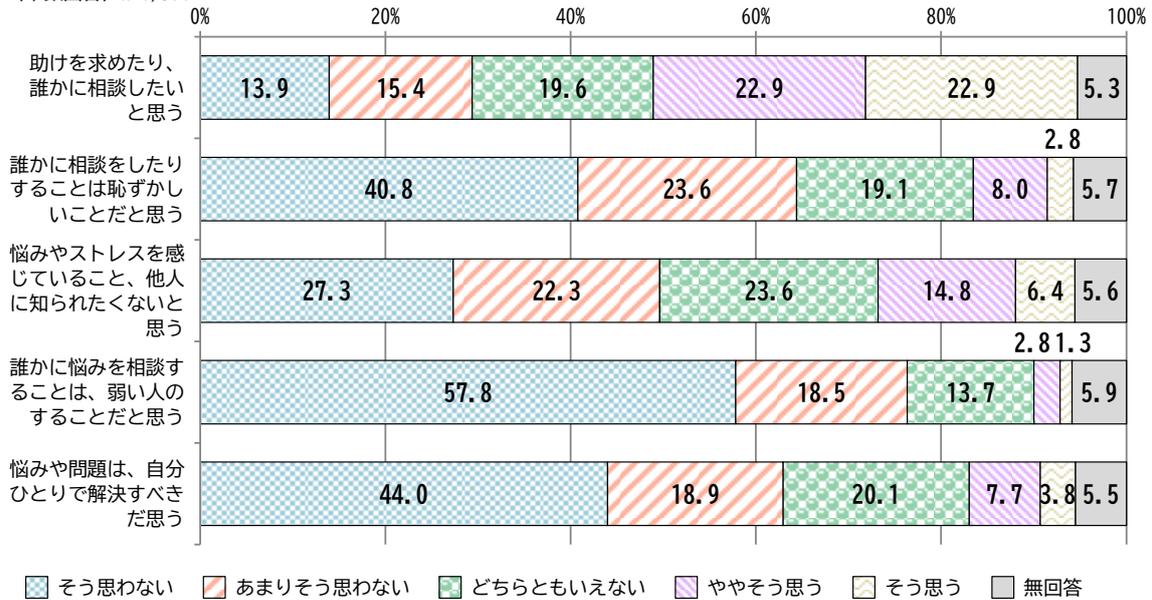
図表10 不満、悩み、苦労、ストレスを解消のためにすること

〈単数回答〉 n=1,314



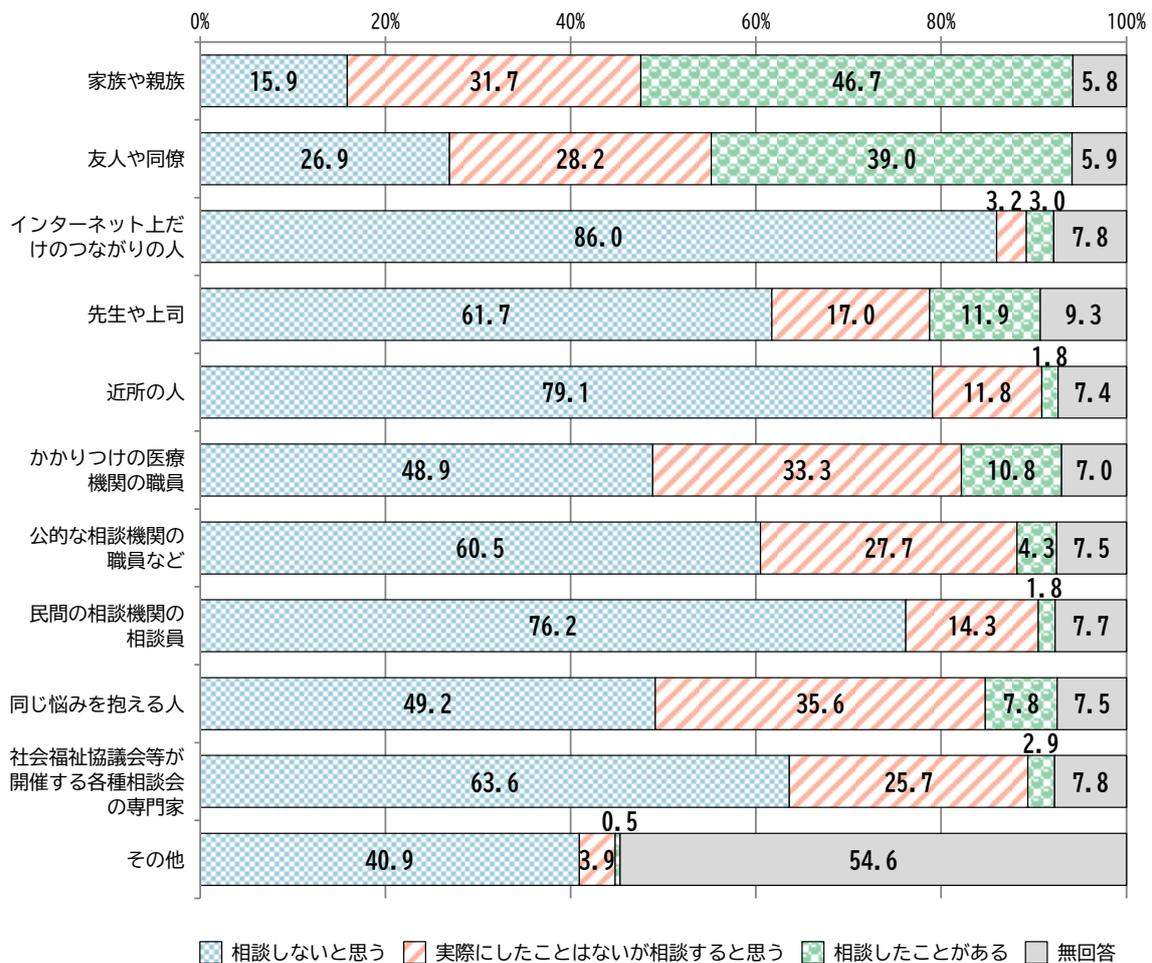
図表 11 悩みやストレスを感じた時の考え方

〈単数回答〉n=1,314



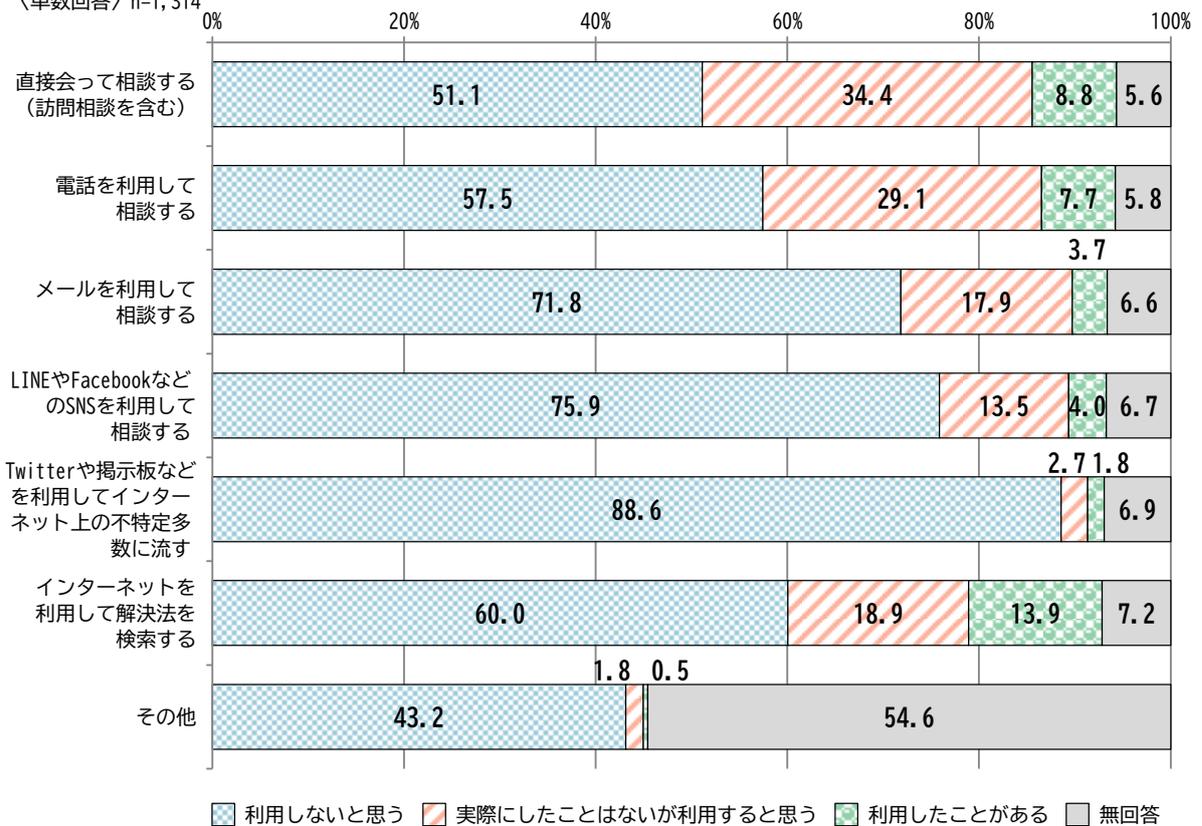
図表 12 悩みやストレスを感じた時の相談相手ごとの考え

〈単数回答〉n=1,314



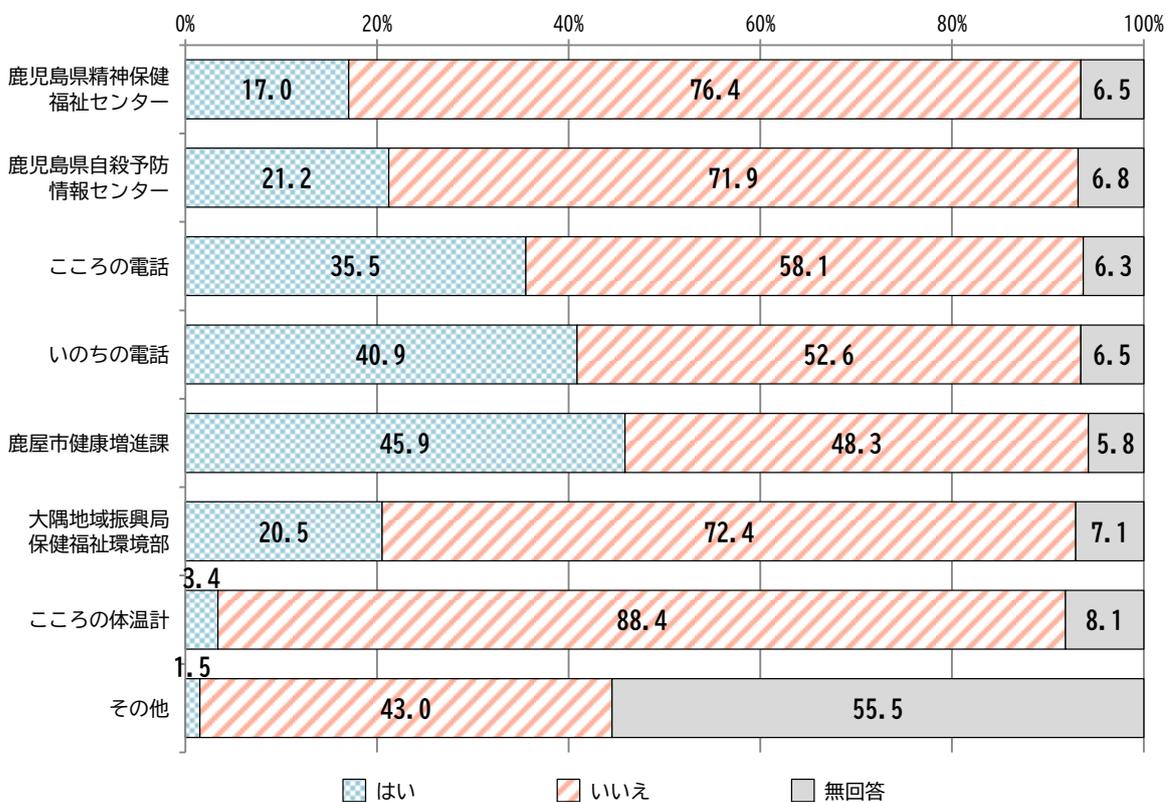
図表 13 相談方法ごとの利用の考え

〈単数回答〉n=1,314

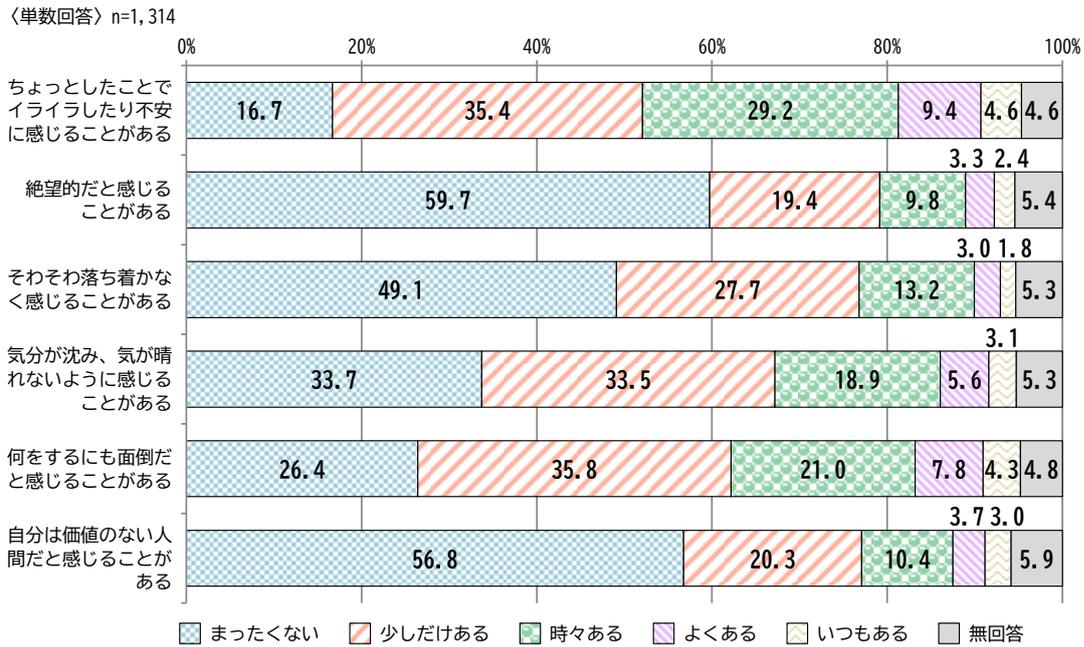


図表 14 相談窓口の認知度

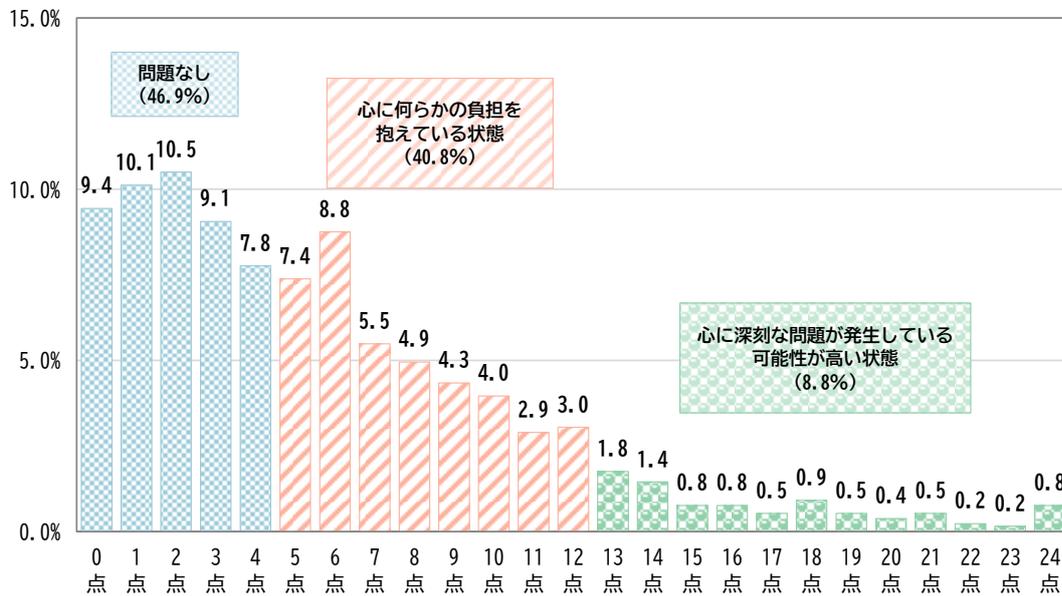
〈単数回答〉n=1,314



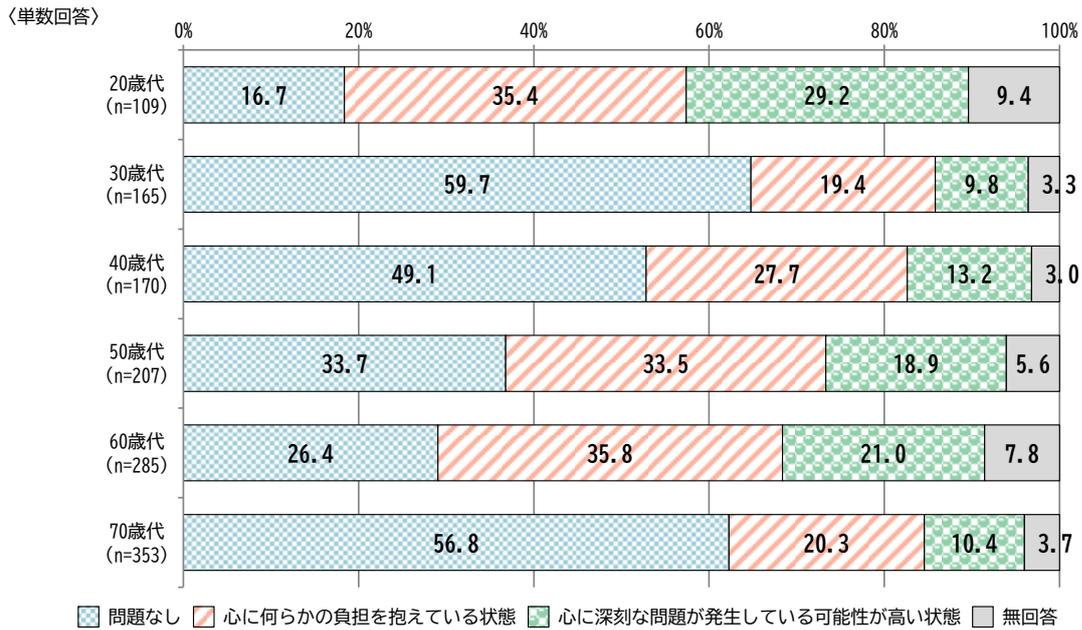
図表 15 日々の生活で感じること（心の健康度チェック）



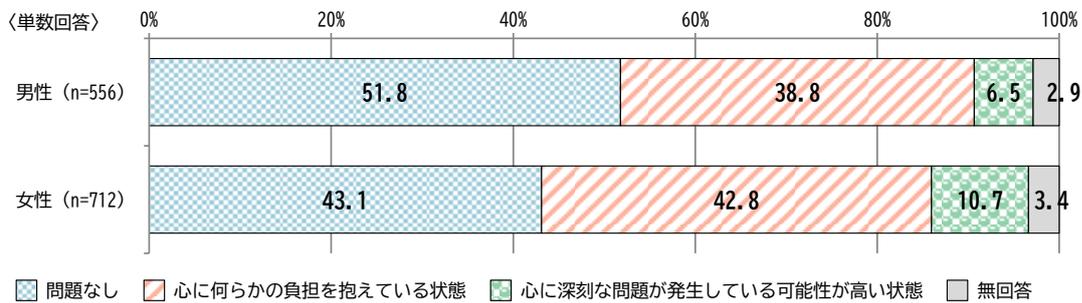
図表 16 K6 得点



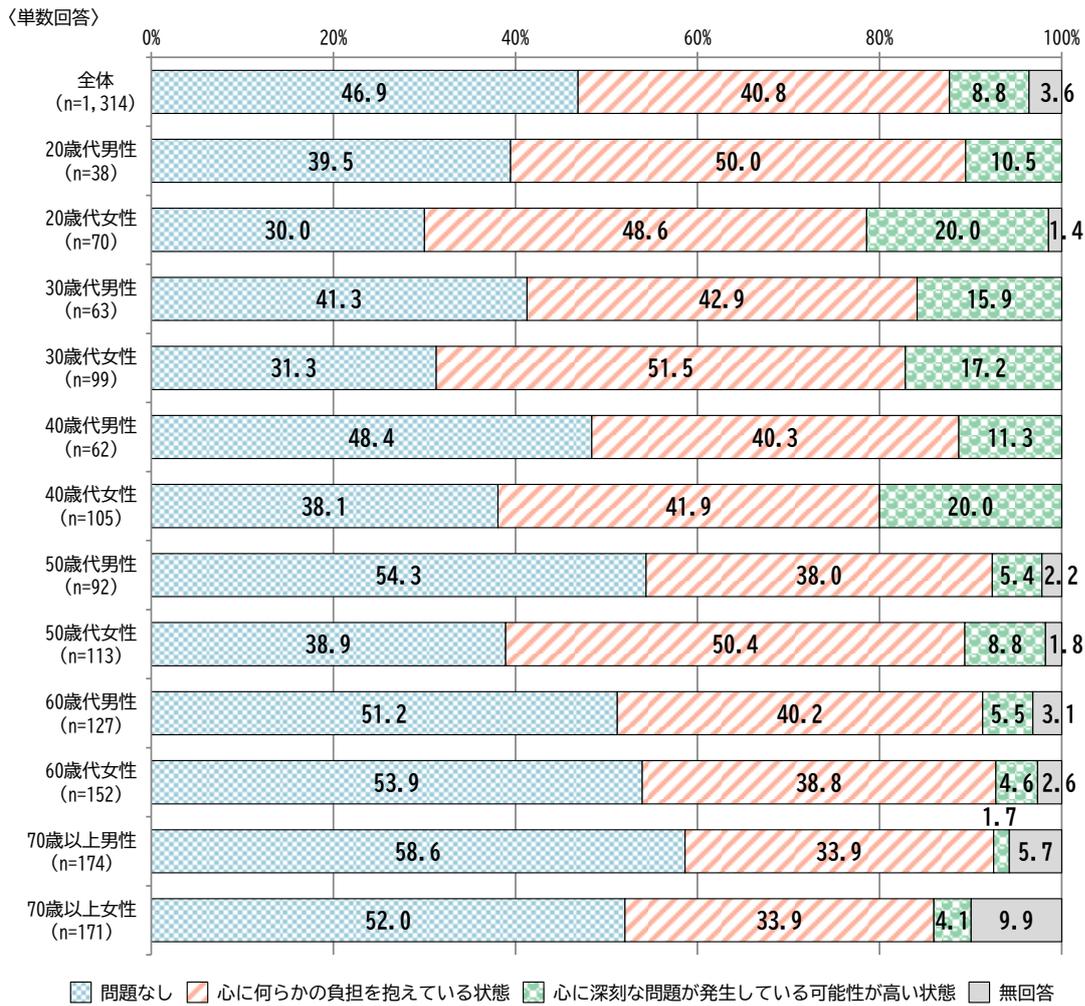
図表 17 K6 得点の分類（年代別）



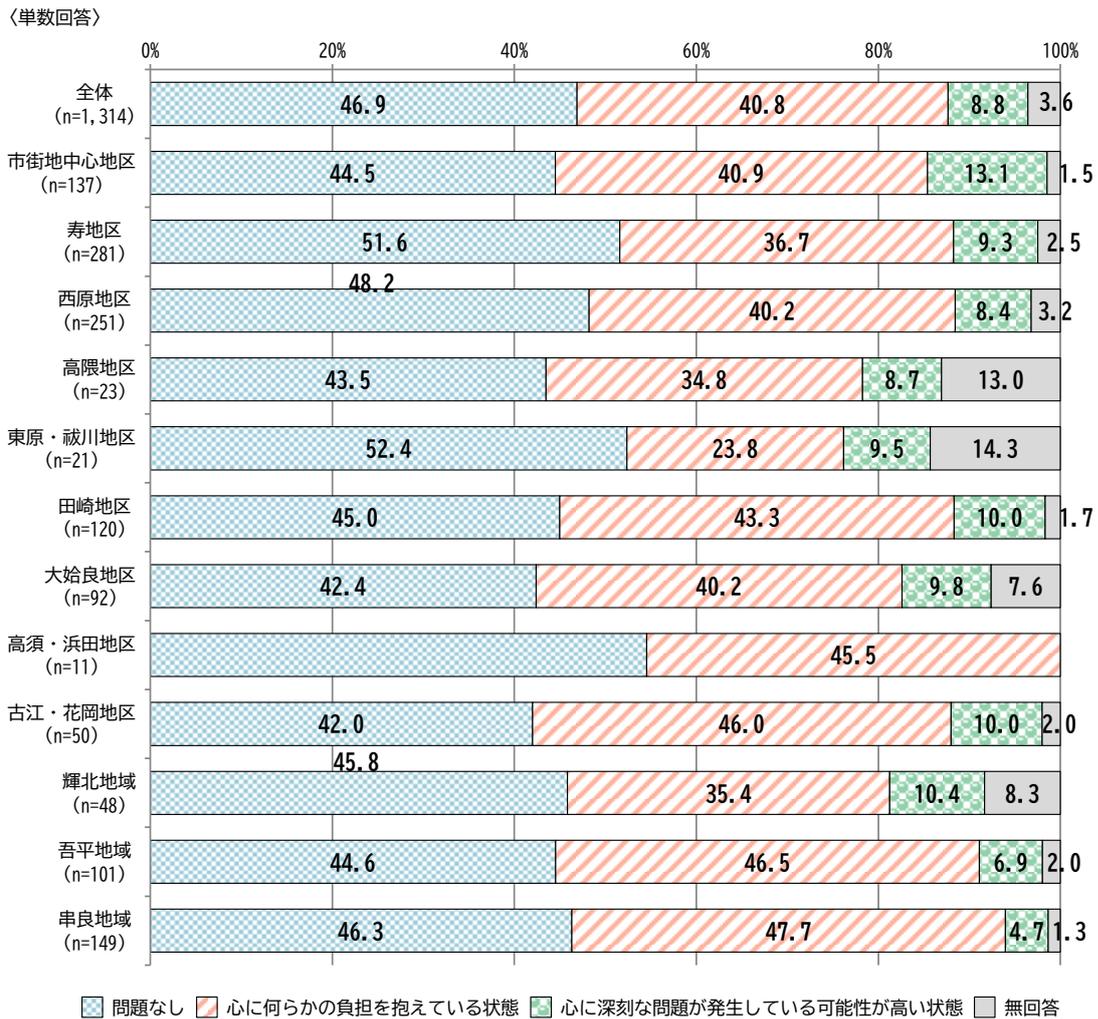
図表 18 K6 得点の分類（男女別）



図表 19 K6 得点の分類（性年齢別）

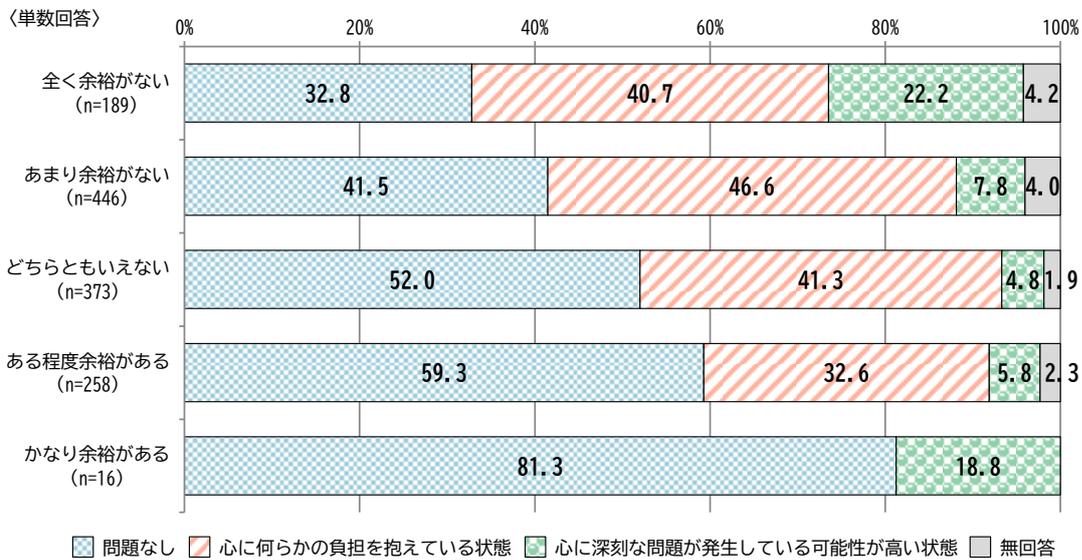


図表 20 K6 得点の分類（地区別）

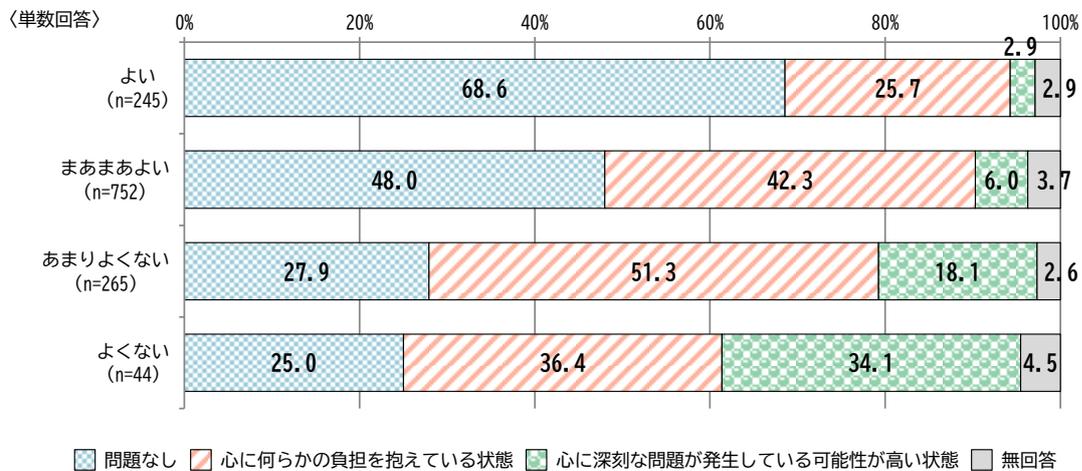


図表 21 K6 得点の分類（家計の余裕別）

家計の余裕



図表 22 K6 得点の分類（健康状態別）



## Ⅱ 中学・高校生の生活実態調査

### 1 性別・学年別にみた特徴や考え方について

#### (1) 身体的な特徴

- ◆ 身体的特徴については、全体では、普通体重が最も多く、次いで低体重となっており、中学生の方が高校生と比較して低体重の割合が男女ともに高くなっています。

#### (2) 食生活に関する特徴

- ◆ 食生活については、男子生徒が女子生徒より「小魚類・海藻類」をよく食べる傾向があります。
- ◆ 食事制限によるダイエットについては、女子生徒の方が高く、学年が上がるにつれてその割合が高くなっています。
- ◆ 間食・おやつをよく食べるについては、女子生徒が男子生徒より割合が高くなっています。
- ◆ 買い食いについては、男子生徒の方が「はい」と答えた割合が高くなっており、また、中学生より高校生の割合が高くなっています。
- ◆ 栄養バランスのとれた食事については、高校生より中学生の方がとれている割合が高くなっている。
- ◆ 朝食を食べる頻度については、7割前後の生徒が「ほとんど毎日食べる」と回答しており、学年が上がるにつれてその割合は低くなっています。一方、高校3年生の男女ともに「ほとんど食べない」人の割合が1割を超えています。
- ◆ 自分の体重を適正に保つよう心掛けているかについては、高校生より中学生の方が「心がけている」割合が多くなっており、また、男子生徒より女子生徒の方が「心がけている」割合が高い傾向にあります。

#### (3) 運動に関して

- ◆ 学校の授業以外での運動状況については、中学生・高校生共に1年生は「いつもしてる」の割合が最も高いが、3年生になると「以前はしていたが、現在はしていない」「時々している」の割合が高くなっています。
- ◆ 運動をしている生徒については、中学生・高校生共に、1年生は「学校で運動部に入っている」、3年生は「個人的にしている」が最も多くなっています。
- ◆ 運動をしていない理由については、「時間に余裕がない」「めんどろ」の割合が高くなっています。また、中学生女子では「身体を動かすことが嫌い」の割合も高くなっています。

#### (4) ころ・悩みに関して

- ◆ 心配事については、全学年で女子生徒の方が「ある」と回答した割合が高くなっている。
- ◆ 心配事の内容については、全体では「将来について」の割合が最も高くなっています。また、中学3年生男女と高校1年生女子では「成績について」が最も高くなっています。
- ◆ 相談相手については、全学年で「いる」と回答した割合が8～9割程度と高くなっており、女子生徒の方が高くなっています。
- ◆ ストレス解消法については、男子生徒では全学年で「趣味・スポーツをする」の割合が最も高く、次いで「友達に話を聞いてもらう」「睡眠を十分にとる」の順となっています。女子生徒では中学1年生と高校1年生では「友達に話を聞いてもらう」、中学3年生では「趣味・スポーツをする」、高校3年生では「睡眠を充分にとる」の割合がそれぞれ最も高くなっています。

#### (5) 歯の健康に関して

- ◆ 現在ある歯の症状については、「あてはまる症状はない」が63.4%と最も高くなっています。
- ◆ 歯磨きについては、全学年において「朝と昼と夜」が71.9%と最も高くなっており、また、男子生徒より女子生徒の方が高い傾向があります。

#### (6) 地域別特徴

- ◆ 鹿屋地域の「祖父母と親と子（3世代）」の割合は、他の地域より低くなっています。
- ◆ 県の特産品を食べると回答した割合は、串良地域と吾平地域が高くなっています。
- ◆ 給食を「いつも残さず食べる」割合は、輝北地域が低くなっています。
- ◆ 現在の食生活が『よい』（「大変よい」と「よい」の合計）と回答した人の割合は、吾平地域が高くなっています。
- ◆ 歯科健診のために歯科医院に行く割合は、吾平地域と輝北地域が他の地域より低くなっています。
- ◆ かかりつけの歯科医院を決めている割合は、輝北地域で低くなっています。
- ◆ 輝北地域の歯間ブラシ、糸ようじ等を使用している人の割合及び、ここ1年間に歯に関する指導を受けたことがある人の割合が低くなっています。
- ◆ 健康について関心が高いと思う人の割合は、吾平地域で若干高くなっています。

## 2 朝食の欠食と生活習慣の関係性について

(毎日+週4～5回食べる)：(週2～3回+ほとんど食べない) = 965件：130件  
朝食をよくとる生徒と比較し、朝食をとる回数が少ない生徒に見られる傾向は以下のとおりとなりました。

### (1) 健康に関する考え、状況の特徴

- ◆ 健康について「関心が低い方だと思う」割合が高く、「健康だと思わない」割合が高い。
- ◆ 1か月くらいの状況について
  - 「朝なかなか起きられない」割合が高い。
  - 「学校に行きたくないときがある」割合が高い。
  - 「家に帰りたくないときがある」割合が高い。
  - 「めんどうくさいと思うときがある」割合が高い。
  - 「ムカつくことがある」割合が高い。
  - 生活習慣を改めたいと「思う」割合が低い。

### (2) 食生活に関する特徴

- ◆ 緑黄色野菜、果物、乳製品、穀物をあまりとっていない。
- ◆ 栄養バランスがとれた食事ができていない。
- ◆ 現在の食生活について問題があると考えている割合が高い。
- ◆ 家族と一緒に食事をする割合が低い。

### (3) 運動に関する特徴

- ◆ まったくしたことがない割合が高い。

### (4) こころ・悩みに関する特徴

- ◆ 「家族について」「自分の容姿について」悩んでいると回答した割合が高い。
- ◆ 相談相手として「親」をあげる割合が低い。
- ◆ 相談相手として「友達」をあげる割合が高い。

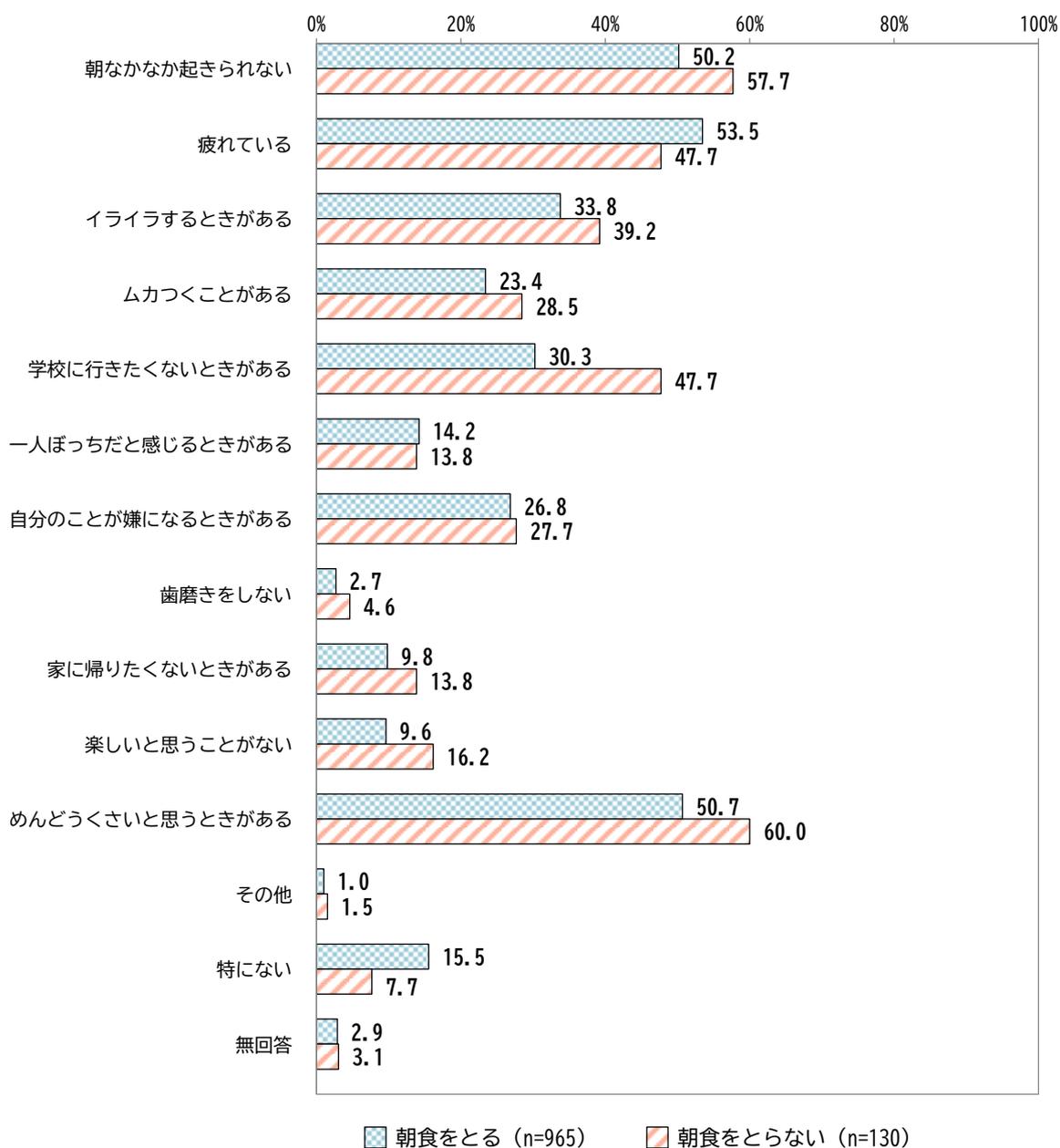
### (5) たばこ・アルコールに関する特徴

- ◆ 喫煙については大きな差は見られない。
- ◆ 飲酒については、「飲んだことがある」割合が高い。

## (6) 歯の健康に関する特徴

- ◆ かかりつけの歯科医院を決めている生徒が少ない。
- ◆ 良く噛んで食べる生徒が少ない。

図表 23 1か月くらいの様子について（朝食摂取状況別）



### 3 家族との食事の有無と生活習慣の関係性について

(毎日+週4～5回食べる)：(週2～3回+ほとんど食べない) = 927件：168件  
家族と食事をよくとる生徒と比較して、家族との食事が少ない生徒にみられる傾向としては、以下のとおりとなりました。

#### (1) 健康に関する考え、状況の特徴

- ◆ 健康について「関心が低い方だと思う」割合が高い。
- ◆ 「健康だと思わない」割合が高い。
- ◆ 1か月くらいの状況について
  - 「朝なかなか起きられない」割合が高い。
  - 「疲れている」割合が高い。
  - 「学校に行きたくないときがある」割合が高い。
  - 「家に帰りたくないときがある」割合が高い。
  - 「自分のことが嫌になるときがある」割合が高い。
  - 「めんどくさいと思うときがある」割合が高い。
  - 生活習慣を改めたいと「思う」割合が低い。

#### (2) 食生活に関する特徴

- ◆ 緑黄色野菜、穀物をあまりとっていない。
- ◆ 栄養バランスがとれた食事ができていない。
- ◆ 現在の食生活について問題があると考えている割合が高い。
- ◆ 朝食を食べない割合が高い。

#### (3) 運動に関する特徴

- ◆ 「以前はしていたが、現在していない」割合が高い。

#### (4) ころろ・悩みに関する特徴

- ◆ 「家族について」悩んでいると回答した割合が高い。
- ◆ 相談相手が「いる」の割合が低い。
- ◆ 相談相手として「親」をあげる割合が低い。
- ◆ 相談相手として「友達」をあげる割合が高い。

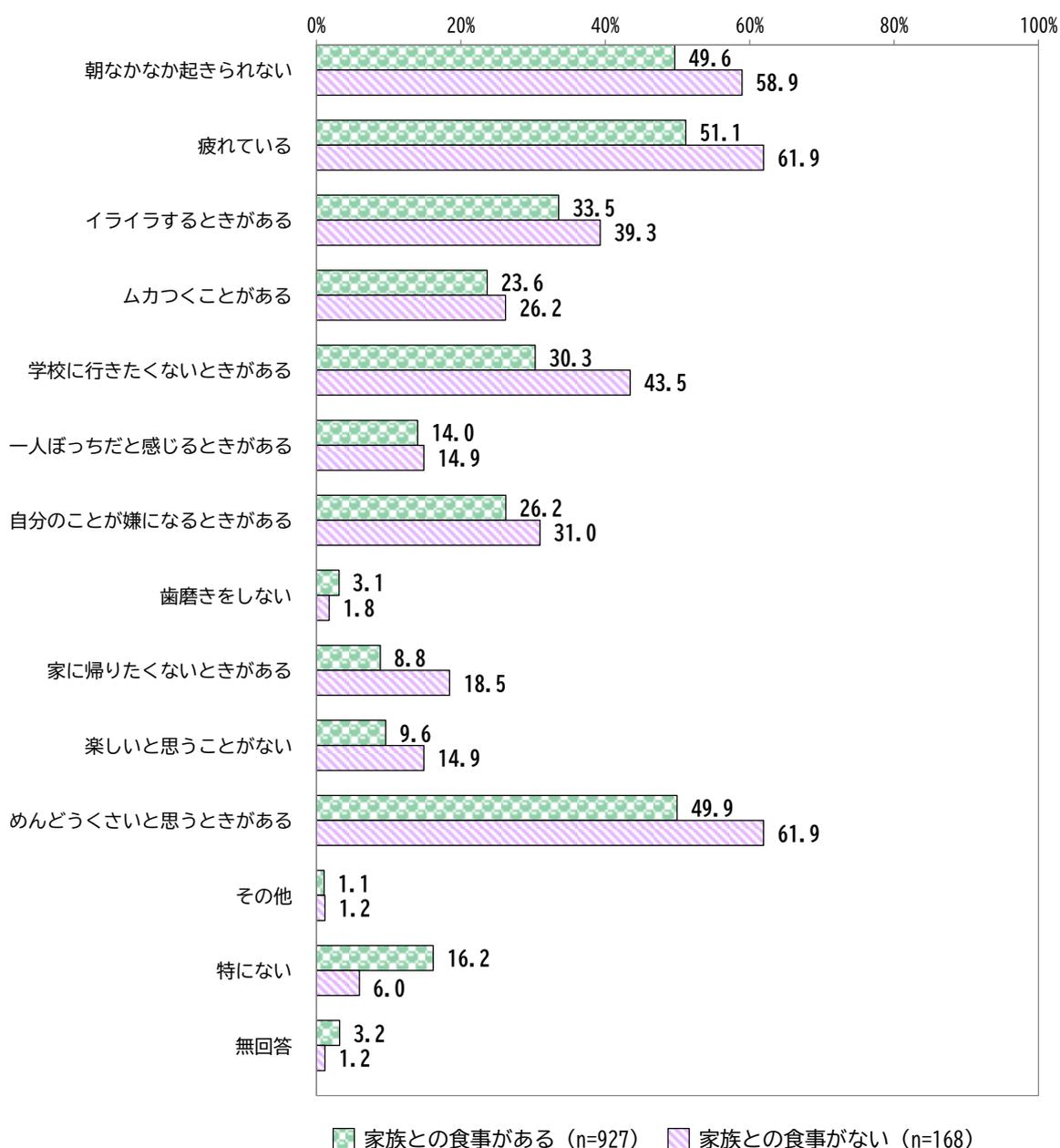
### (5) たばこ・アルコールに関する特徴

- ◆ 喫煙については大きな差は見られない。
- ◆ 飲酒については、「飲んだことがある」割合が高い。

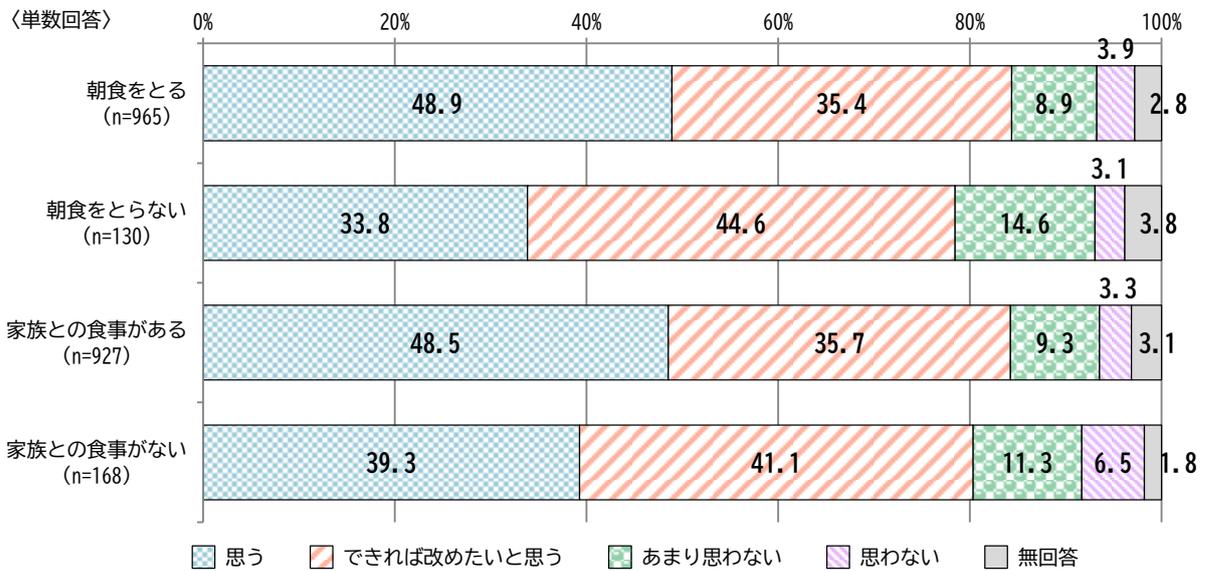
### (6) 歯の健康に関する特徴

- ◆ かかりつけの歯科医院を決めている生徒が少ない。

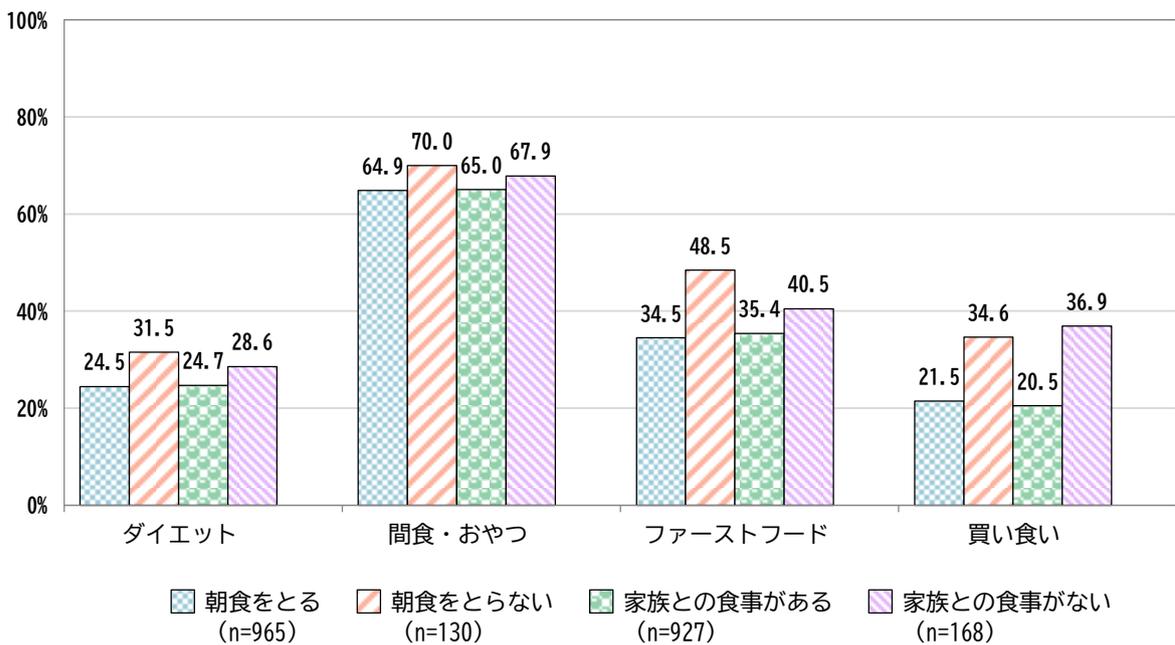
図表 24 1か月くらいの様子について（家族との食事の有無別）



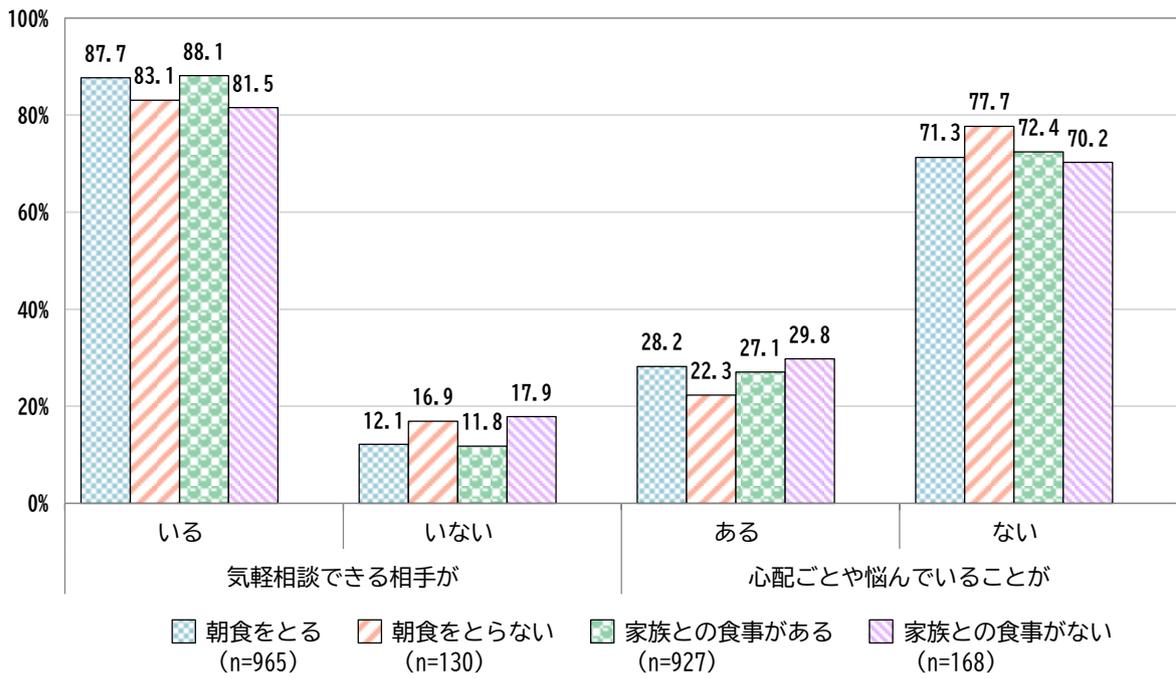
図表 25 現在の生活習慣を健康的に変えようという意識があるか  
(朝食摂取状況別、家族との食事の有無別)



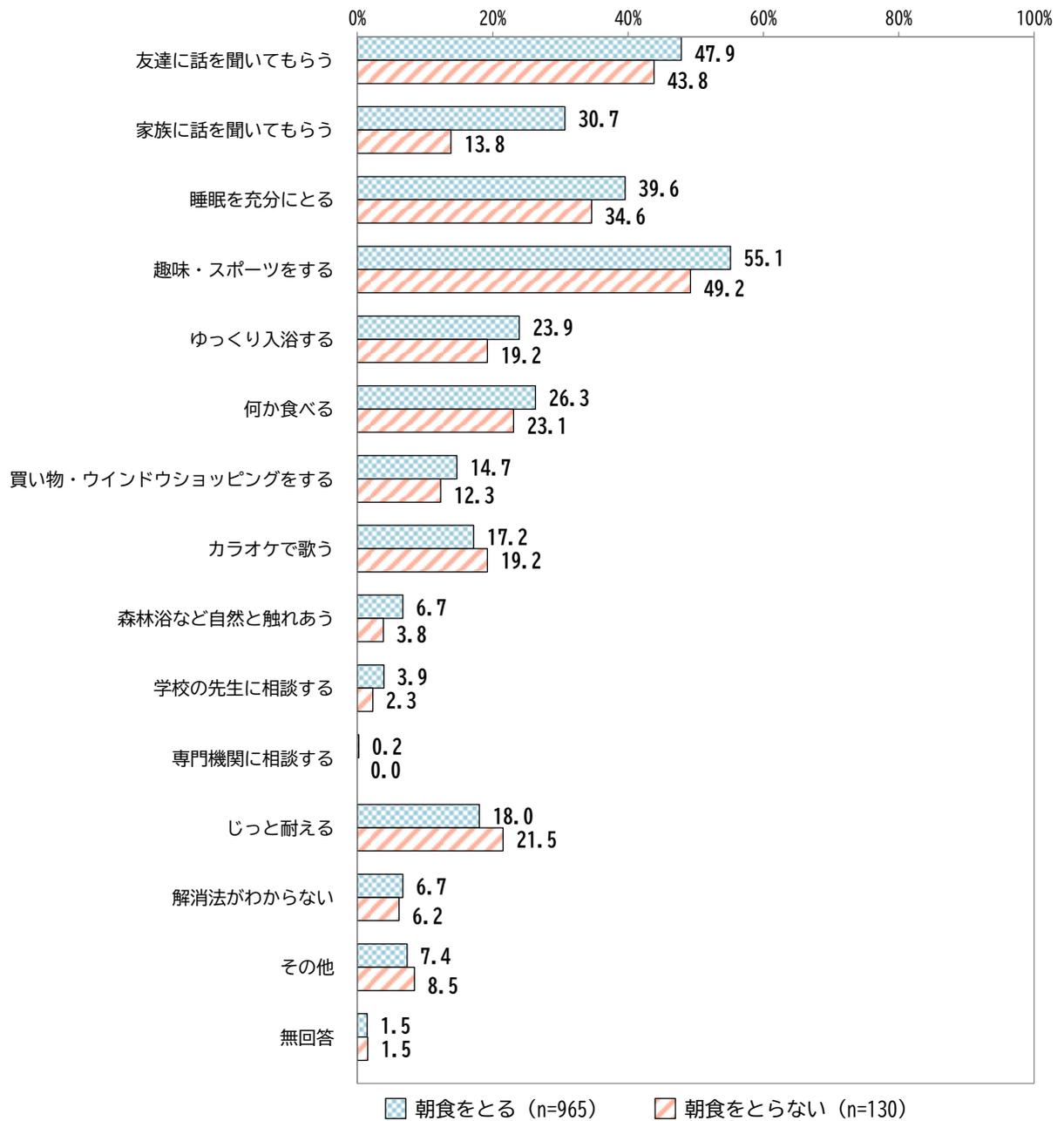
図表 26 食生活の現状 (朝食摂取状況別、家族との食事の有無別)



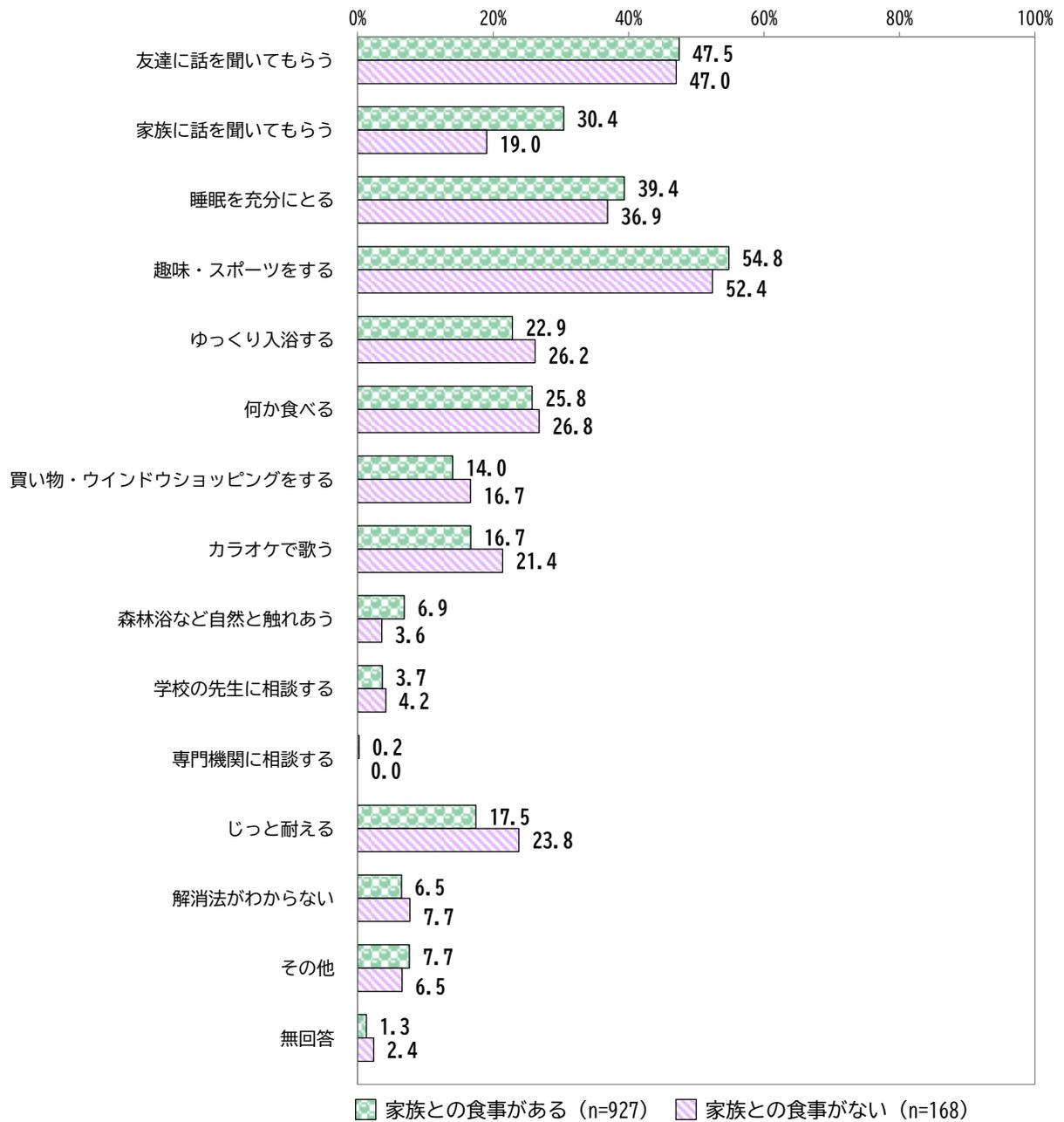
図表 27 悩みごとと相談する相手の有無（朝食取状況別、家族との食事の有無別）



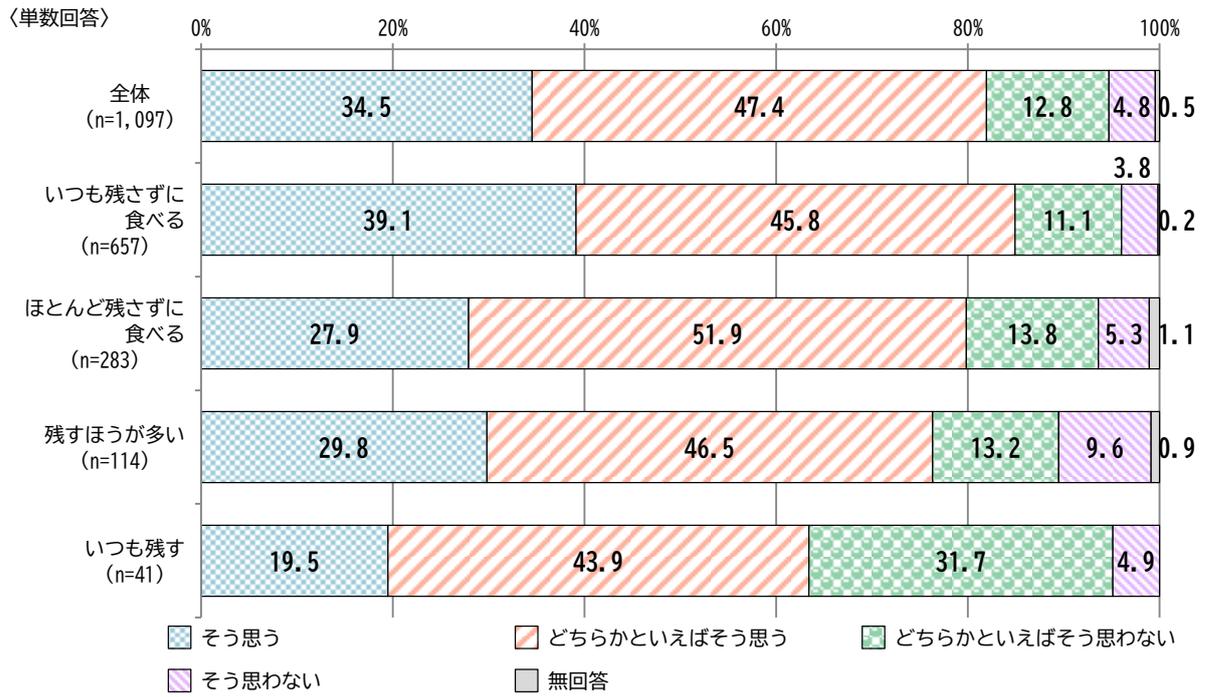
図表 28 ストレス解消法（朝食取状況別）



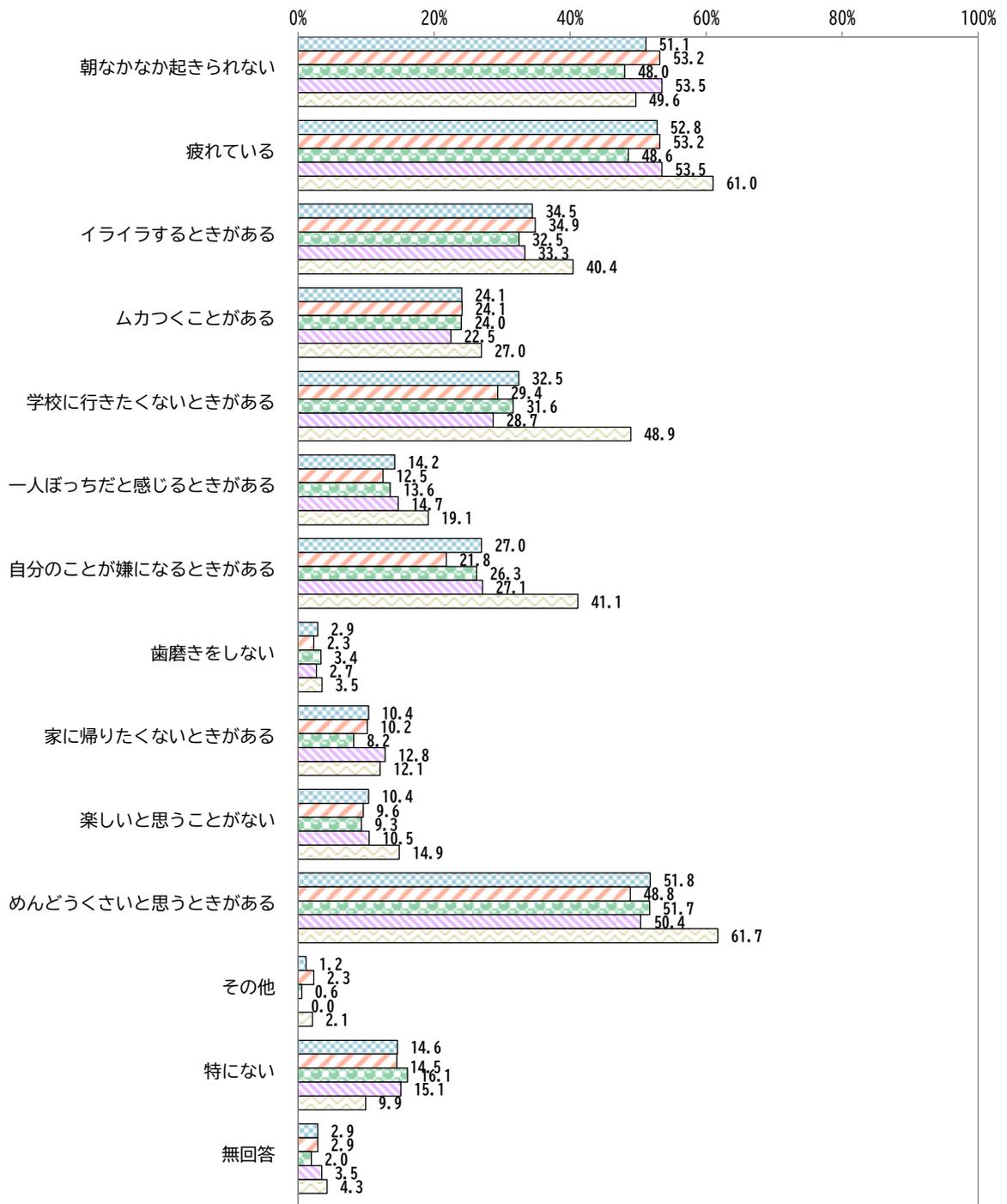
図表 29 ストレス解消法（家族との食事の有無別）



図表 30 健康状態別 給食の摂取状況

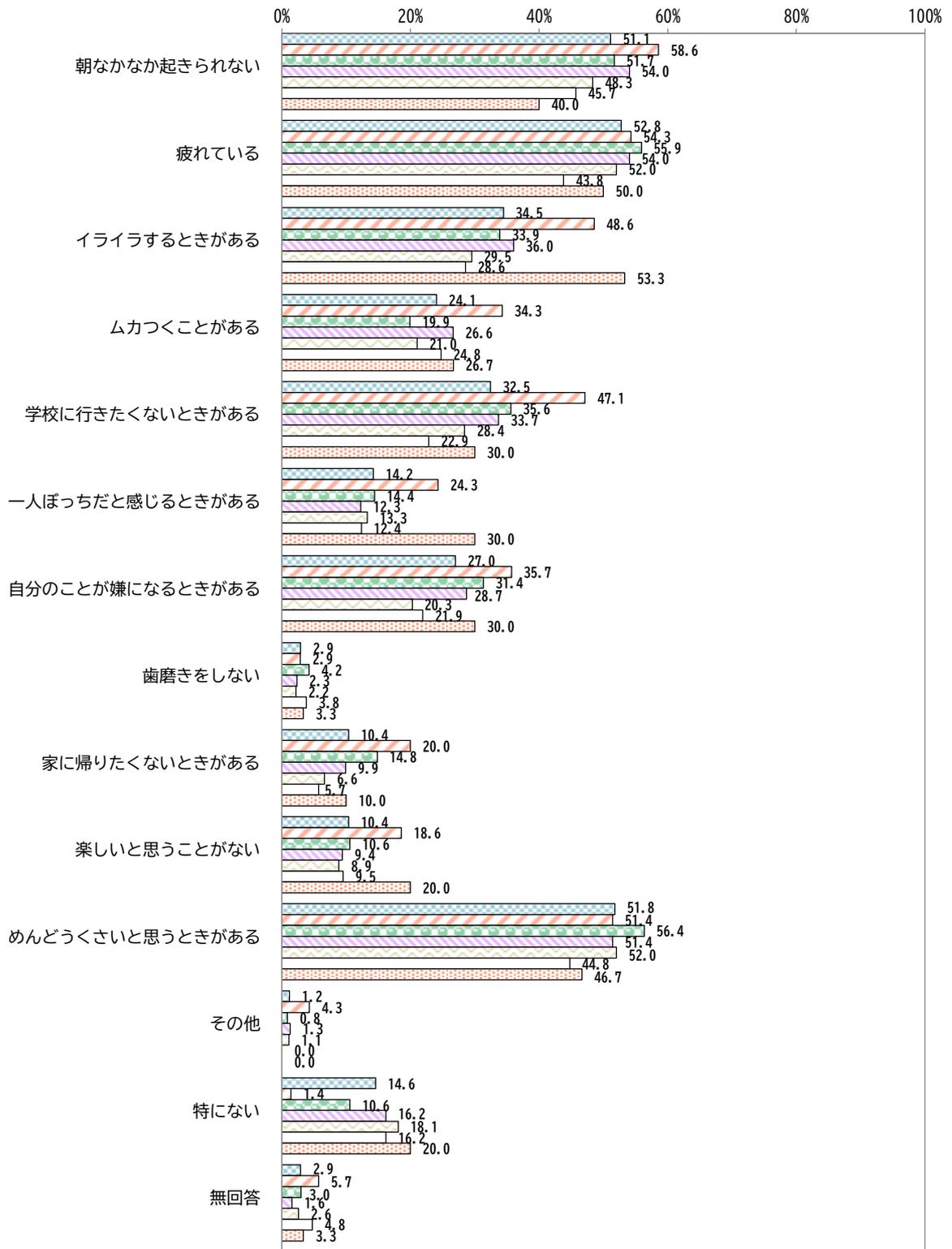


図表 31 運動習慣別不定愁訴



全体 (n=1,097)
  いつもしている (n=344)
  時々している (n=354)
  以前はしていたが、現在していない (n=258)
  まったくしたことがない (n=141)

図表 32 睡眠時間別不定愁訴



全体 (n=1,097)
  5時間未満 (n=70)
  5時間以上6時間未満 (n=236)

6時間以上7時間未満 (n=383)
  7時間以上8時間未満 (n=271)
  8時間以上9時間未満 (n=105)

9時間以上 (n=30)

### Ⅲ 目標指標達成状況評価（アンケート調査項目のみ）

第2次鹿屋市健康づくり計画において設定した数値目標のうち、アンケート調査で把握することとされている数値目標を以下の基準により、達成状況を評価しました。

評価区分	評価基準
A	目標値に達した
B	目標値に達していないが、改善傾向にある
C	変わらない
D	改善傾向がみられない
E	評価対象外

#### 1 生活習慣病

指標名	区分①	区分②	単位	基準値 (H24)	中間値 (H30)	目標値 (R5)	実績値 (R4)	評価
定期的に血圧測定をする人の割合の増加	成人		%	50.1	※49.6	60.0	51.2	C
治療継続者の割合の増加	40-74歳		%	56.9	-	70.0	58.4	C
糖尿病有病者等の割合の維持	40-74歳	男性	%	18.9	16.1	維持する	24.9	D
糖尿病有病者等の割合の維持	40-74歳	女性	%	10.4	11.6	維持する	12.7	C
CKD（慢性腎臓病慢性腎臓病）を認知する人の割合の増加	成人		%	26.2	-	50.0	21.7	C
COPD（慢性閉塞性肺疾患慢性閉塞性肺疾患）を認知する人の割合の増加	成人		%	19.8	-	50.0	23.4	C

## 2 栄養・食生活

指標名	区分①	区分②	単位	基準値 (H24)	中間値 (H30)	目標値 (R5)	実績値 (R4)	評価
適正体重を維持している人の割合の増加 肥満の減少	20-69歳	男性	%	30.5	32.6	28.0	35.3	D
適正体重を維持している人の割合の増加 肥満の減少	40-69歳	女性	%	17.4	17.2	15.0	24.1	D
適正体重を維持している人の割合の増加 やせの減少	20代	女性	%	20.6	17.5	★15.0	8.6	A
自分の適正体重を認識し、体重コントロールを実践する人の割合の増加	成人	男性	%	65.3	68.8	75.0	74.9	A
自分の適正体重を認識し、体重コントロールを実践する人の割合の増加	成人	女性	%	64.7	69.5	75.0	76.5	A
量・質ともにきちんした食事をする人の割合の増加	成人		%	72.7	73.7	80.0	66.0	D
朝食を欠食する人の割合の減少	中高生		%	7.3	4.9	★4.0	6.6	C
朝食を欠食する人の割合の減少	20代	男性	%	30.4	31.6	26.0	36.8	C
朝食を欠食する人の割合の減少	20代	女性	%	23.3	33.3	19.0	24.3	C
朝食を欠食する人の割合の減少	30代	男性	%	20.6	32.1	16.0	39.7	C
朝食を欠食する人の割合の減少	30代	女性	%	12.1	17.0	8.0	24.2	C
朝食を欠食する人の割合の減少	40代	男性	%	30.9	28.1	26.0	25.8	C
朝食を欠食する人の割合の減少	40代	女性	%	13.5	13.6	9.0	14.3	C

### 3 身体活動・運動

指標名	区分①	区分②	単位	基準値 (H24)	中間値 (H30)	目標値 (R5)	実績値 (R4)	評価
日常生活における歩数の増加	20-64歳	男性	歩	6,145	7,470	10,000	7,086	C
日常生活における歩数の増加	20-64歳	女性	歩	5,425	6,052	10,000	6,469	C
日常生活における歩数の増加	65歳以上	男性	歩	5,585	6,544	10,000	6,761	C
日常生活における歩数の増加	65歳以上	女性	歩	5,571	6,065	10,000	5,373	C
運動習慣のある人の割合の増加(1日30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している)	20-64歳	男性	%	21.3	26.4	★27.0	29.2	A
運動習慣のある人の割合の増加(1日30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している)	20-64歳	女性	%	15.0	14.7	20.0	15.9	C
運動習慣のある人の割合の増加(1日30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している)	65歳以上	男性	%	32.9	38.5	★39.0	41.0	A
運動習慣のある人の割合の増加(1日30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している)	65歳以上	女性	%	32.5	35.7	38.0	34.0	C

### 4 休養・こころの健康

指標名	区分①	区分②	単位	基準値 (H24)	中間値 (H30)	目標値 (R5)	実績値 (R4)	評価
睡眠による休養を十分にとれていない人の割合の減少	成人		%	20.0	24.9	15.0	26.5	C
最近1か月間にストレスを感じた人の割合の減少	成人		%	54.4	55.1	45.0	61.3	D
ストレスの解消方法を持つ人の割合の増加	成人		%	95.8	96.2	98.0	93.9	C
うつ傾向のある人(問診5項目中2項目以上該当)の減少	成人		%	31.5	41.8	25.0	-	E
相談室の設置やカウンセリングがある事業所に勤務する人の割合	勤労者		%	18.2	16.6	25.0	27.1	A

## 5 たばこ

指標名	区分①	区分②	単位	基準値 (H24)	中間値 (H30)	目標値 (R5)	実績値 (R4)	評価
成人の喫煙者の減少（喫煙をやめたい人がやめる）	成人		%	13.6	14.8	12.0	15.1	C
未成年者の喫煙をなくす	中学1年	男子	%	0.0	0.0	0.0	0.7	C
未成年者の喫煙をなくす	中学1年	女子	%	0.0	0.0	0.0	0.0	A
未成年者の喫煙をなくす	高校3年	男子	%	1.9	0.0	0.0	0.0	A
未成年者の喫煙をなくす	高校3年	女子	%	1.0	1.9	0.0	0.0	A
妊娠中の喫煙をなくす	妊娠中の人		%	6.0	※0.90	0.0	0.5	B

## 6 アルコール

指標名	区分①	区分②	単位	基準値 (H24)	中間値 (H30)	目標値 (R5)	実績値 (R4)	評価
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している割合の減少	成人	男性	%	12.8	15.9	12.0	14.7	C
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している割合の減少	成人	女性	%	3.2	13.4	3.0	13.2	C
未成年者の飲酒をなくす	中学3年	男子	%	2.6	0.6	0.0	0.0	A
未成年者の飲酒をなくす	中学3年	女子	%	1.2	1.3	0.0	0.0	A
未成年者の飲酒をなくす	高校3年	男子	%	1.9	1.4	0.0	0.8	B
未成年者の飲酒をなくす	高校3年	女子	%	4.2	0.9	0.0	0.0	A
妊娠中の飲酒をなくす	妊娠中の人		%	2.9	※0.54	0.0	0.5	B
飲酒する人のうち、休肝日を週1回以上設ける人の割合の増加	成人	男性	%	48.1	51.2	50.0	47.6	C
飲酒する人のうち、休肝日を週1回以上設ける人の割合の増加	成人	女性	%	78.8	77.2	90.0	74.2	C

## 7 歯と口の健康について

指標名	区分①	区分②	単位	基準値 (H24)	中間値 (H30)	目標値 (R5)	実績値 (R4)	評価
かかりつけ歯科医を持つ人の割合の増加	中高生		%	70.5	70.9	☆75.0	72.3	B
かかりつけ歯科医を持つ人の割合の増加	成人		%	-	76.3	★80.0	75.6	C
妊婦歯科健（検）診を受診する人の割合の増加	妊婦		%	3.8	40.8	☆60.0	70.0	A
60歳で24 歯以上の自分の歯を有する人の割合の増加	60歳		%	65.2	76.7	★80.0	78.1	B
80歳で20歯以上の自分の歯を有する人の割合の増加	75～84歳		%	11.6	41.0	★45.0	45.3	A
年に定期的な歯科健（検）診を2回以上受けている人の割合の増加	成人		%	22.8	29.5	☆40.0	29.3	C

---

## 第3章 一般市民調査結果

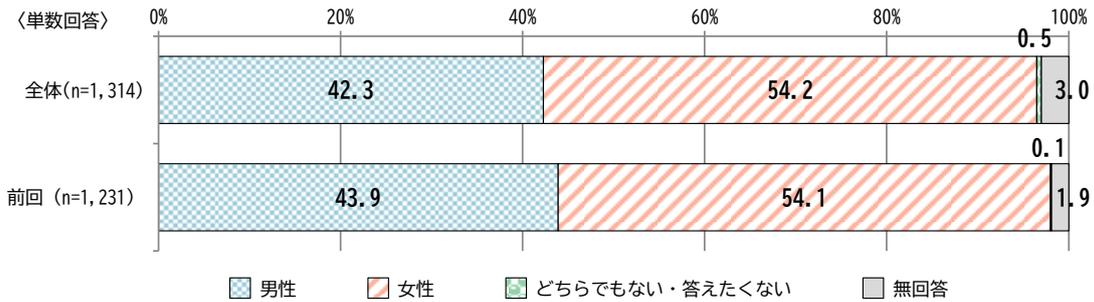
---

# I 回答者属性について

## 1 性別

◇ 「男性」が42.3%、「女性」が54.2%、「どちらでもない・答えたくない」が0.5%となっています。

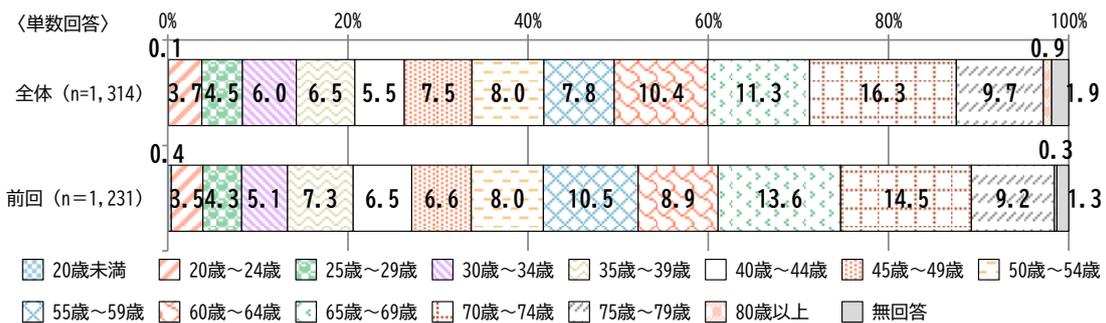
◇ 前回の調査と比較すると、「男性」が1.6ポイント減少しています。



## 2 年齢

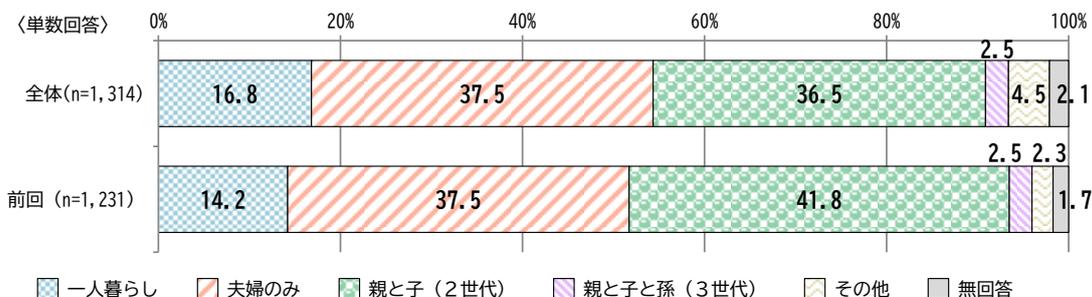
◇ 「70歳～74歳」が16.3%と最も高く、次いで、「65歳～69歳」の11.3%、「60歳～64歳」の10.4%の順となっています。

◇ 前回の調査と比較すると、「70歳～74歳」が1.8ポイント増加し、「55歳～59歳」が2.7ポイント減少しています。



### 3 世帯構成

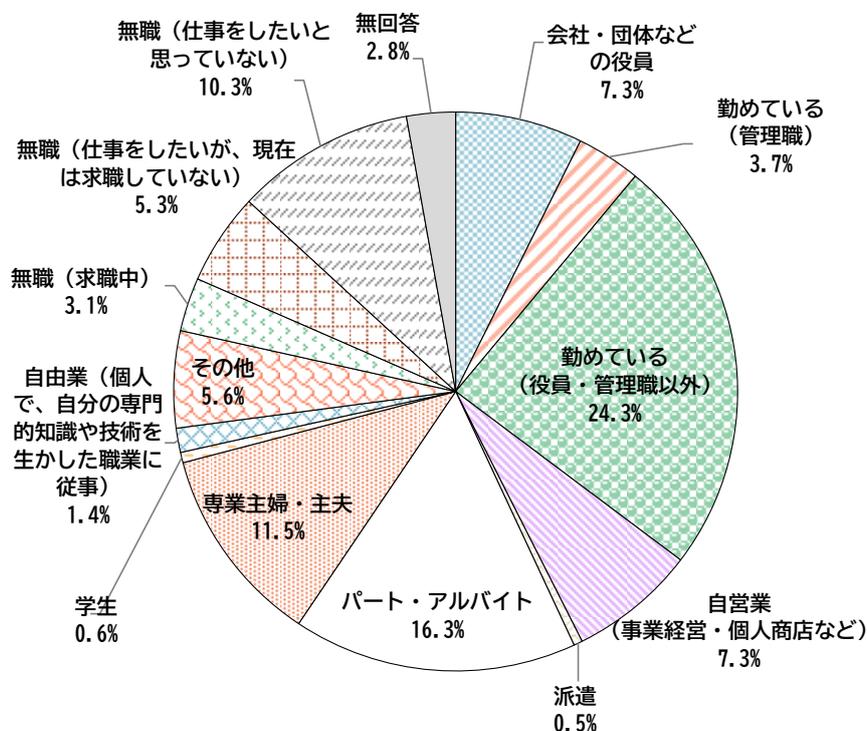
- ◇ 「夫婦のみ」が 37.5%と最も高く、次いで、「親と子（2世代）」の 36.5%、「1人暮らし」の 16.8%の順となっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「一人暮らし」が 2.6 ポイント増加し、「親と子（2世代）」が 5.3 ポイント減少しています。



### 4 職業

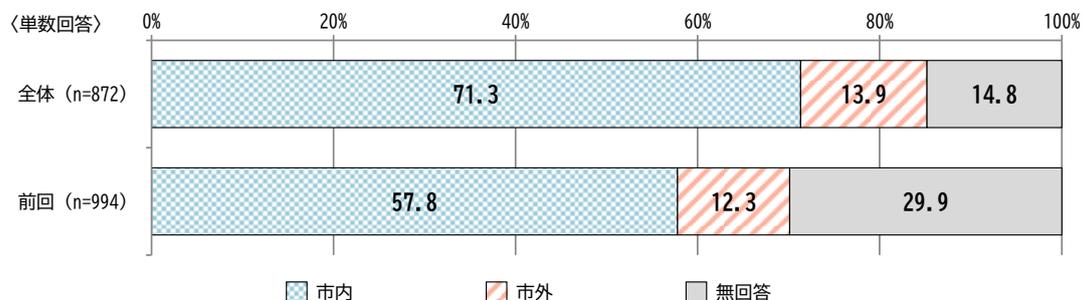
- ◇ 「勤めている（役員・管理職以外）」が 24.3%と最も高く、次いで、「パート・アルバイト」の 16.3%、「専業主婦・主夫」の 11.5%の順となっています。

〈単数回答〉 n=1,314



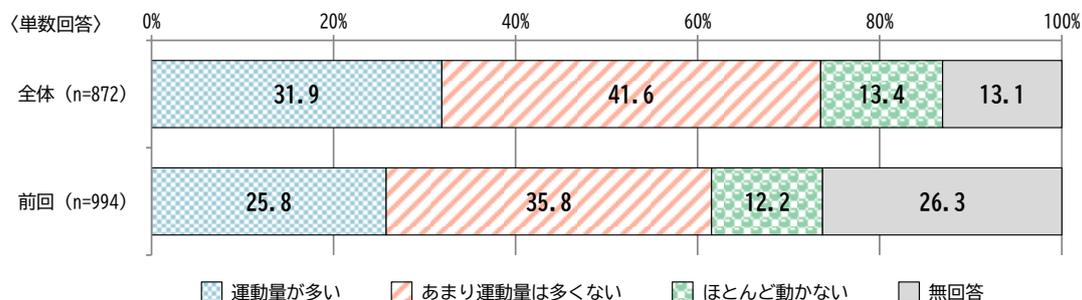
## 5 勤めている会社の所在地

- ◇ 「市内」が71.3%、「市外」が13.9%となっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「市内」が13.5ポイント増加しています。



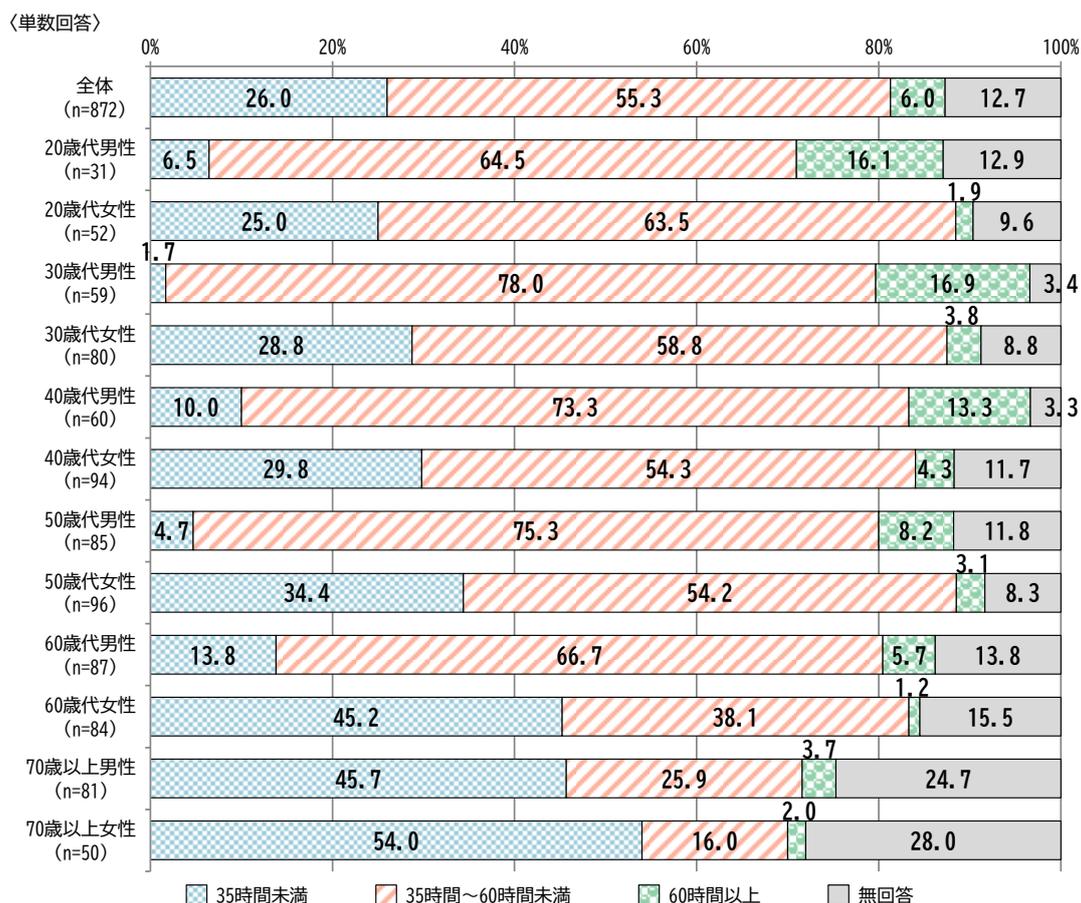
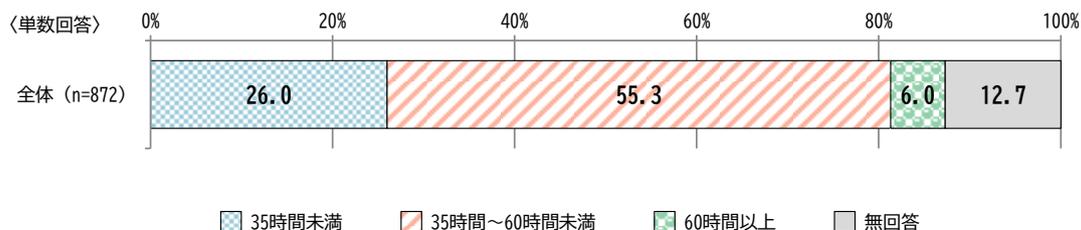
## 6 仕事の運動量

- ◇ 「運動量が多い」が31.9%、「あまり運動量は多くない」が41.6%、「ほとんど動かない」が13.4%となっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「運動量が多い」が6.1ポイント、「あまり運動量は多くない」が5.8ポイント増加しています。



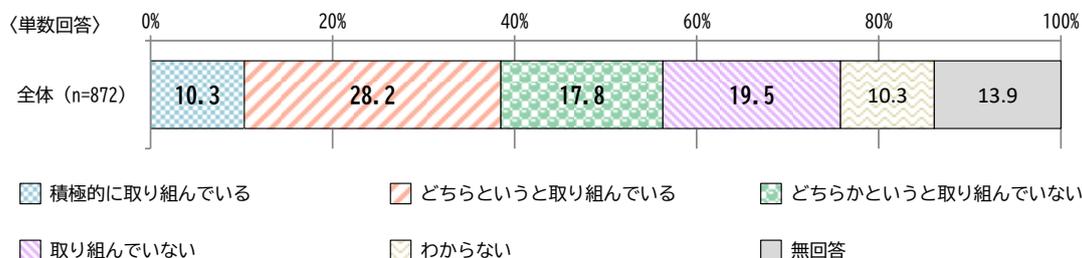
## 7 1週間あたりの労働時間

- ◇ 「35 時間未満」が 26.0%、「35 時間～60 時間未満」が 55.3%、「60 時間以上」が 6.0%となっています。
- ◇ 性年齢別にみると、20 歳代～40 歳代の男性では「60 時間以上」が 13～17%となっています。また、60 歳代～70 歳代の女性と 70 歳代男性では「35 時間未満」が5割前後となり最も高くなっています。



## 8 会社・勤め先での健康づくりへの取組有無

◇ 「どちらかというとり組んでいる」が28.2%と最も高く、次いで、「取組んでいない」の19.5%、「どちらかというとり組んでいない」の17.8%の順となっています。

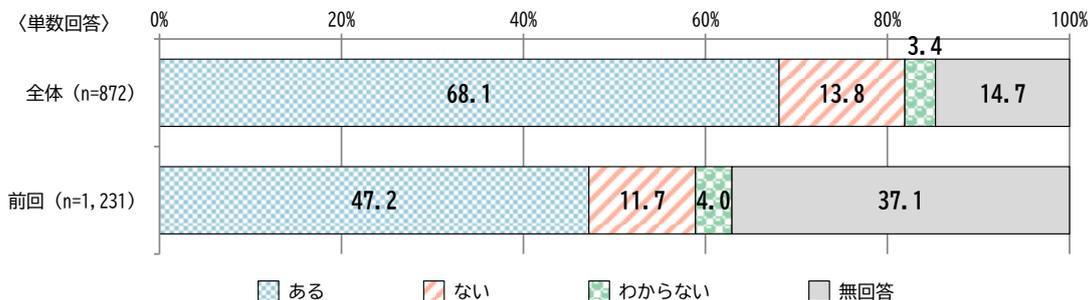


## 9 勤め先の健康管理

### ① 定期健康診断

◇ 「ある」が68.1%、「ない」が13.8%、「わからない」が3.4%となっています。

◇ 前回の調査と比較すると、「ある」が20.9ポイント増加しています。

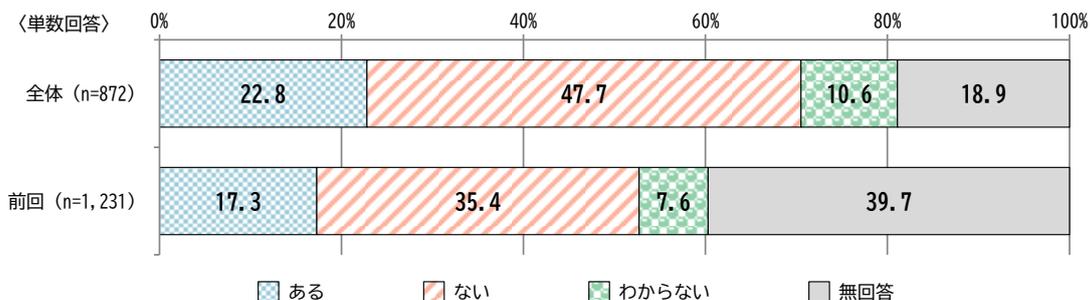


※前回調査では、働いていない人も含めているため無回答の割合が高くなっています。

### ② 人間ドッグ

◇ 「ある」が22.8%、「ない」が47.7%、「わからない」が10.6%となっています。

◇ 前回の調査と比較すると、「ある」が5.5ポイント増加しています。

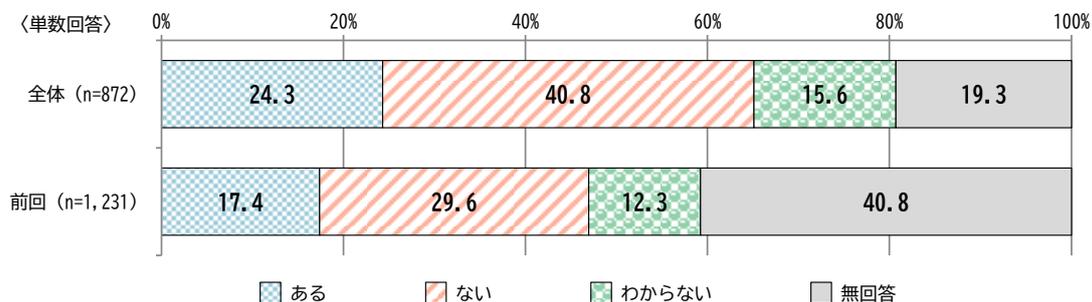


※前回調査では、働いていない人も含めているため無回答の割合が高くなっています。

### ③ 産業医（常勤・非常勤問わず）の設置

◇ 「ある」が24.3%、「ない」が40.8%、「わからない」が15.6%となっています。

◇ 前回の調査と比較すると、「ある」が6.9ポイント増加しています。

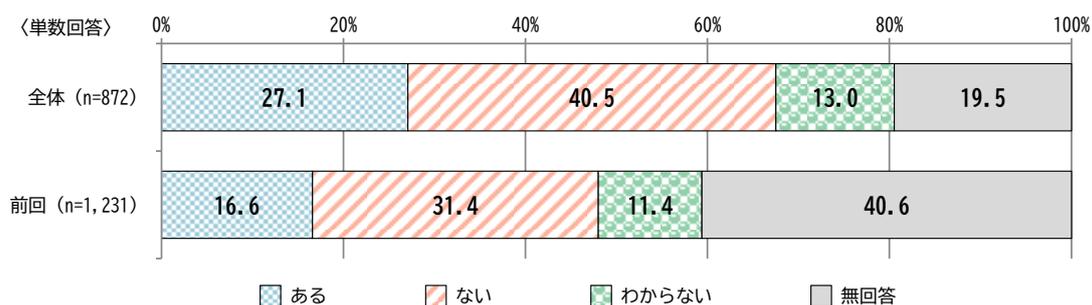


※前回調査では、働いていない人も含めているため無回答の割合が高くなっています。

### ④ 心身の健康維持のための相談室の設置やカウンセリング

◇ 「ある」が27.1%、「ない」が40.5%、「わからない」が13.0%となっています。

◇ 前回の調査と比較すると、「ある」が10.5ポイント増加しています。

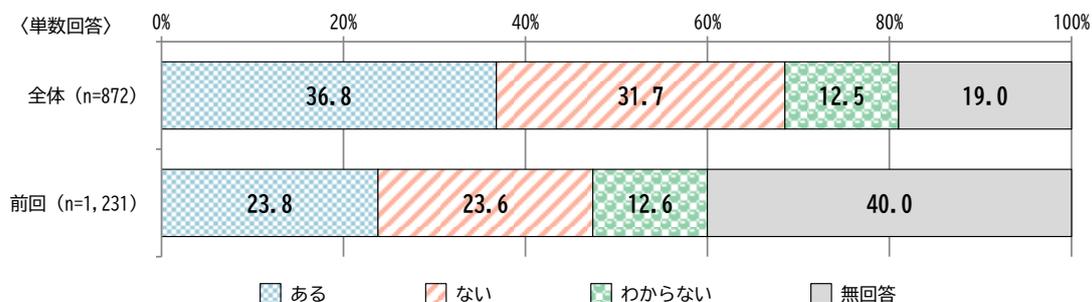


※前回調査では、働いていない人も含めているため無回答の割合が高くなっています。

### ⑤ 長時間労働、深夜労働の抑制

◇ 「ある」が36.8%、「ない」が31.7%、「わからない」が12.5%となっています。

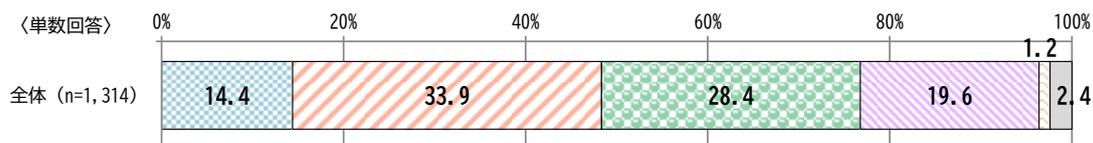
◇ 前回の調査と比較すると、「ある」が13.0ポイント増加しています。



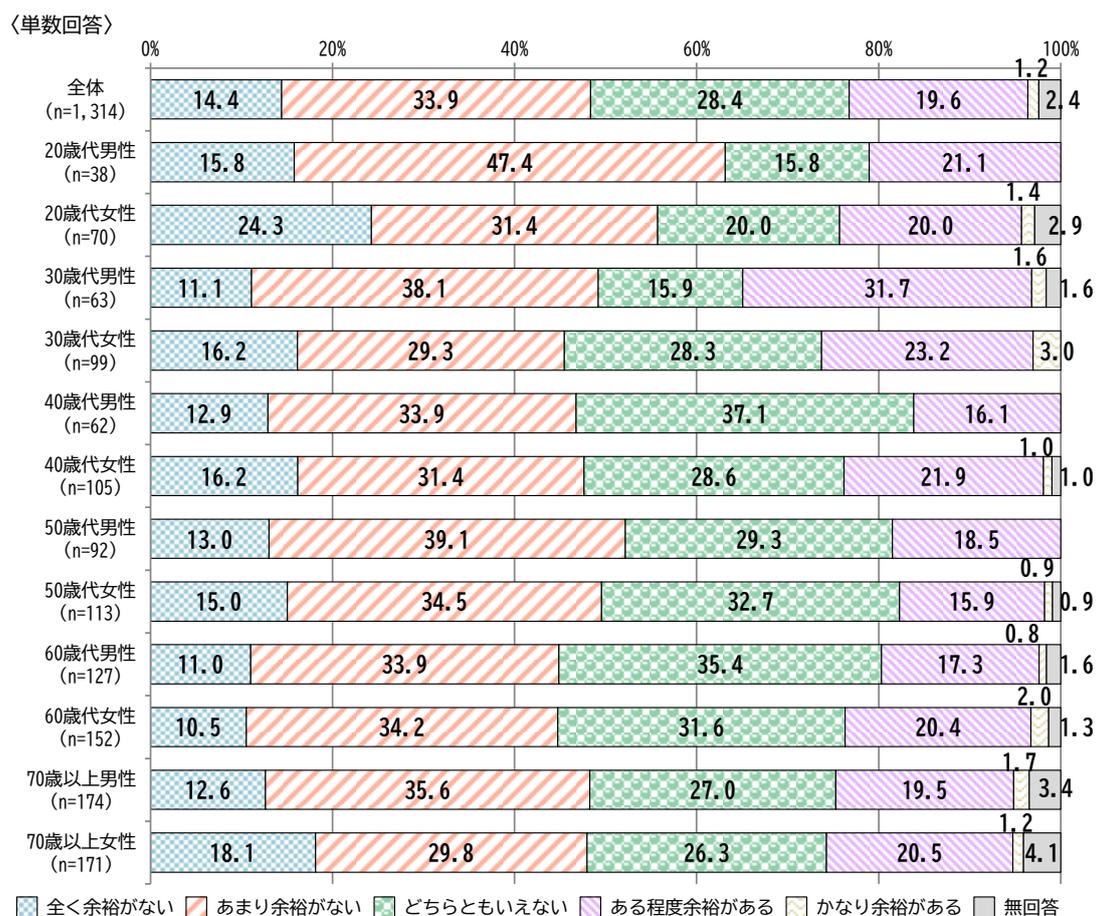
※前回調査では、働いていない人も含めているため無回答の割合が高くなっています。

## 10 家計の余裕の程度

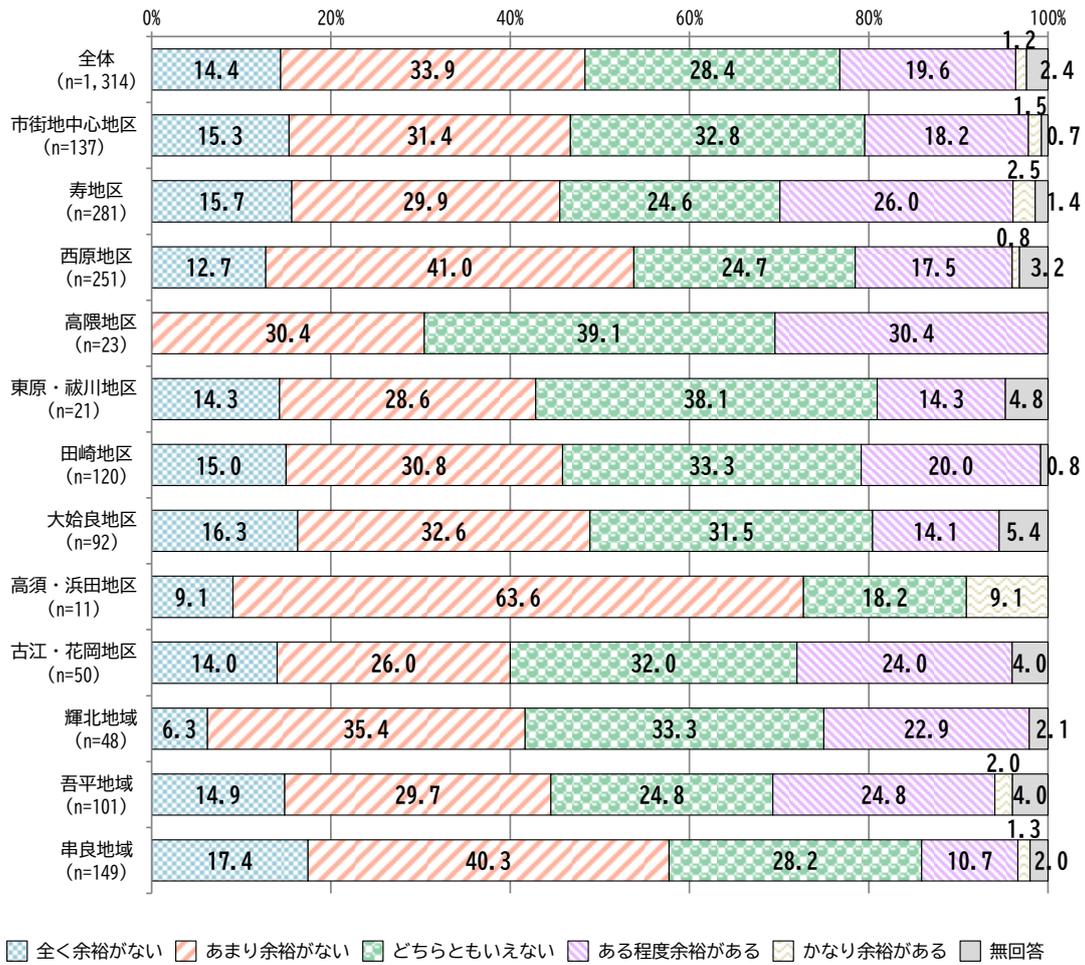
- ◇ 「あまり余裕がない」が33.9%と最も高く、次いで、「どちらともいえない」の28.4%、「ある程度余裕がある」の19.6%の順となっています。
- ◇ 性年齢別にみると、20歳代男性では「あまり余裕がない」が47.4%と他より高くなっています。一方、30歳代男性では「ある程度余裕がある」が31.4%と他より高くなっています。
- ◇ 居住地区別にみると、高隈地区では「ある程度余裕がある」の割合が3割を超えており他より高くなっています。



■ 全く余裕がない
 ■ あまり余裕がない
 ■ どちらともいえない
 ■ ある程度余裕がある
 ■ かなり余裕がある
 ■ 無回答

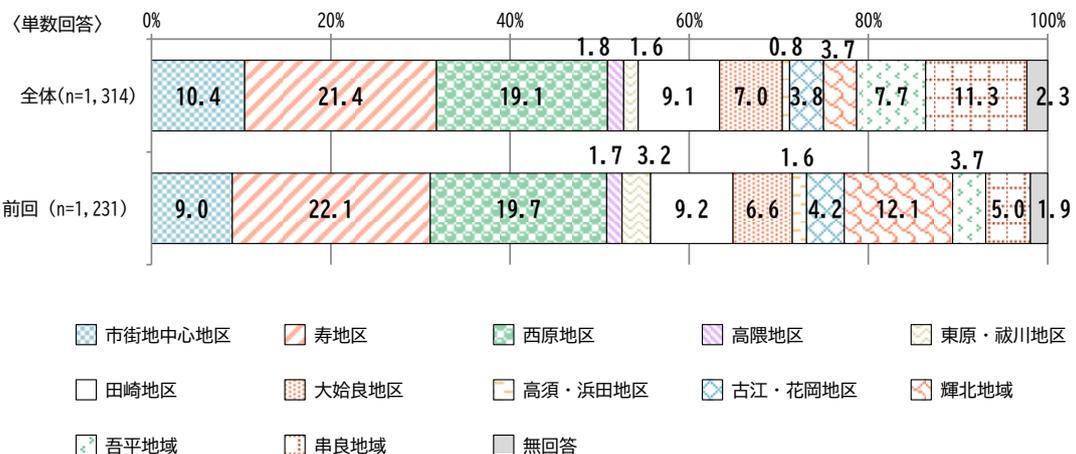


〈単数回答〉



## 11 住まいの地区・地域

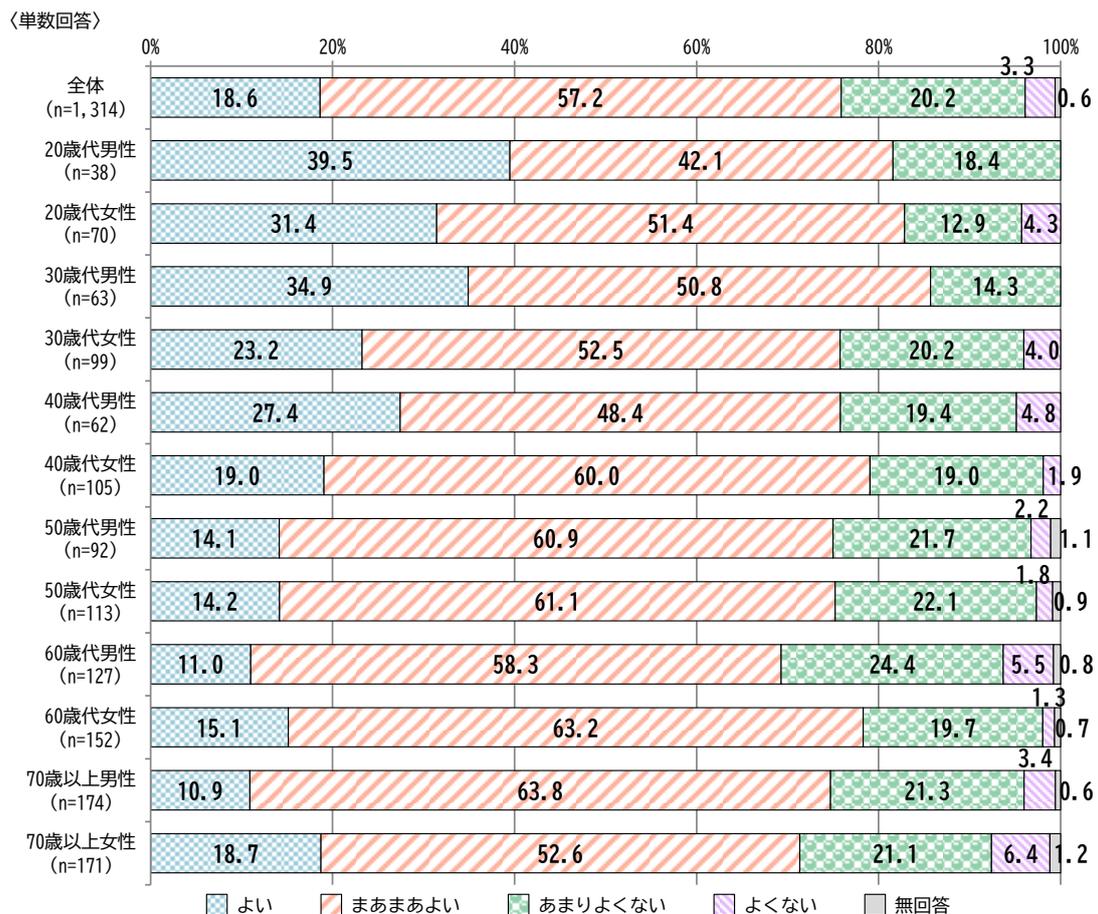
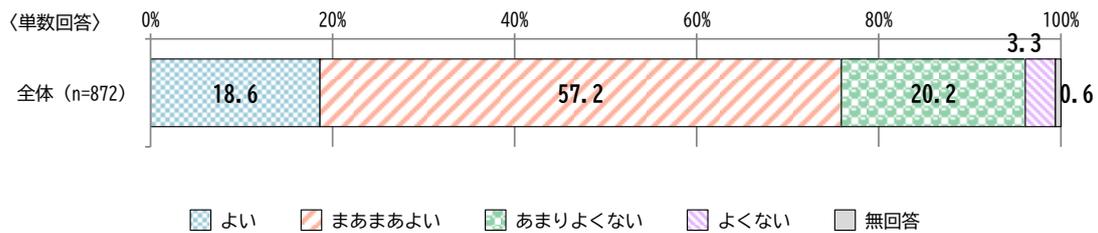
- ◇ 「寿地区」が21.4%と最も高く、次いで、「西原地区」の19.1%、「串良地域」の11.3%の順となっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「串良地域」が6.3ポイント増加し、「輝北地域」が8.4ポイント減少しています。



## Ⅱ 健康状況や健康づくり全般について

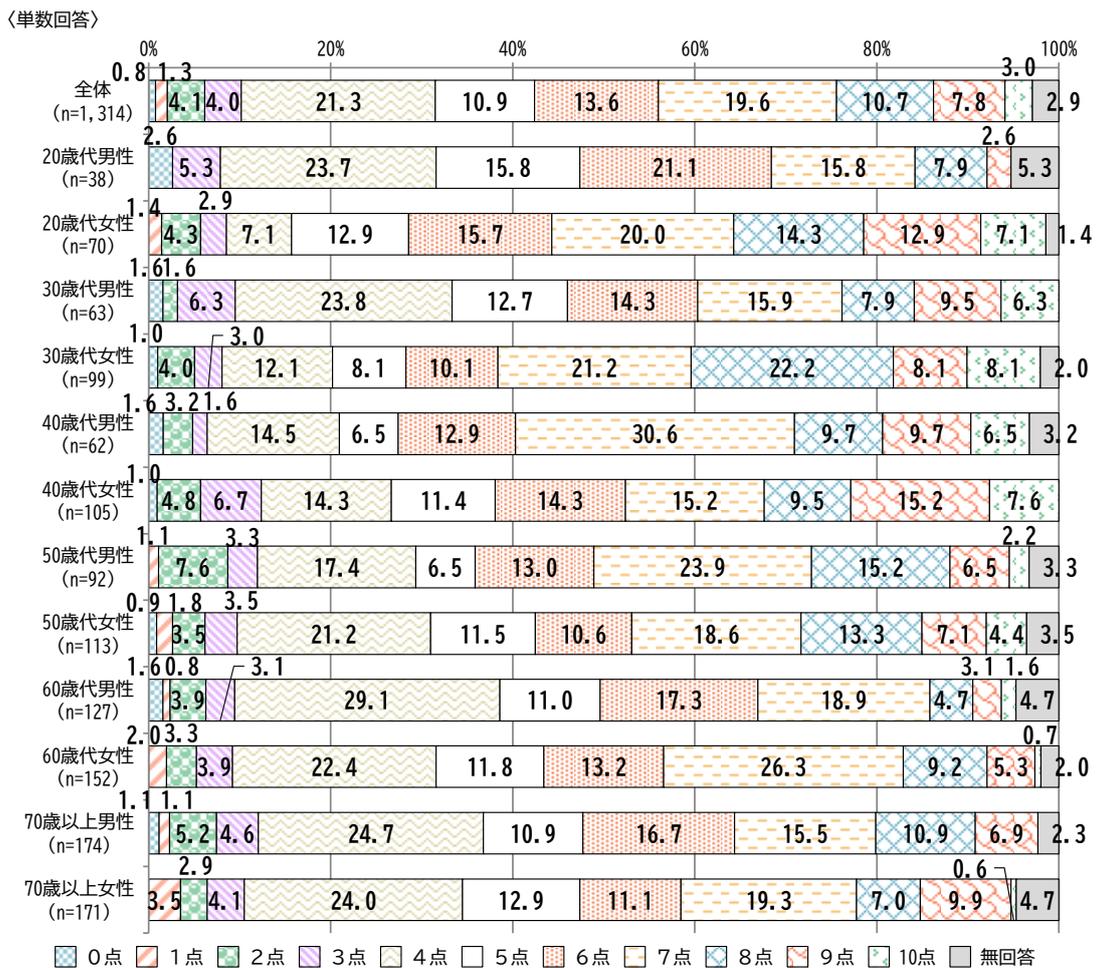
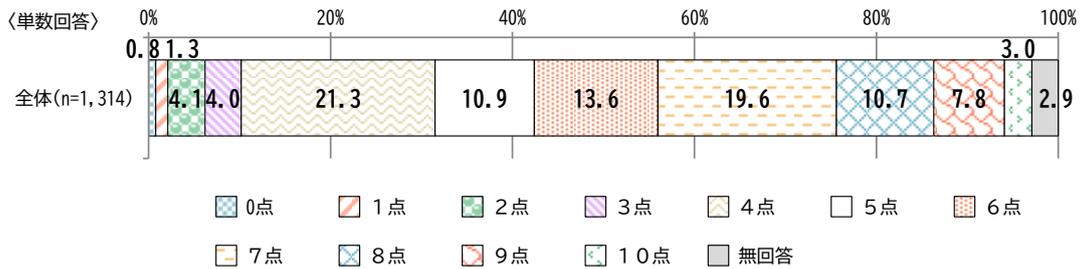
### 問1 ご自分の健康状態についてどう感じていますか。(〇はひとつ)

- ◇ 「まあまあよい」が57.2%と最も高く、次いで、「あまりよくない」の20.2%、「よい」の18.6%の順となっています。
- ◇ 性年齢別にみると、20歳代の男女と30歳代男性では「よい」の割合が3割を超えています。



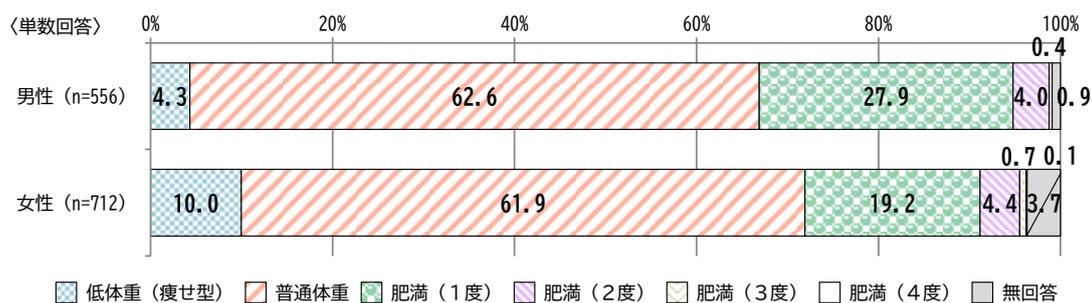
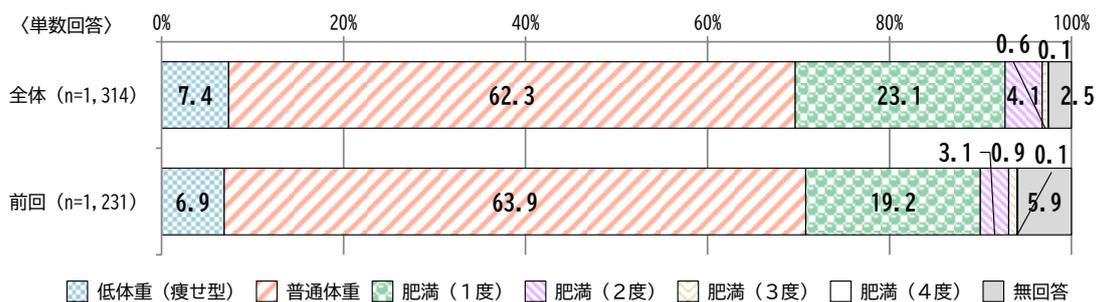
問2 現在、あなたはどの程度幸せですか。「とても不幸せ（0点）」から「とても幸せ（10点）」の間で表すと、何点だと思えますか。数字に○を付けてください。（○はひとつ）

- ◇ 「4点」が21.3%と最も高く、次いで、「7点」の19.6%、「6点」の13.6%の順となっています。
- ◇ 性年齢別にみると、20歳代～30歳代の男性では「4点」が最も高くなっている一方、20歳代女性では「7点」、30歳代女性では「8点」が最も高く男女間の差が大きくなっています。

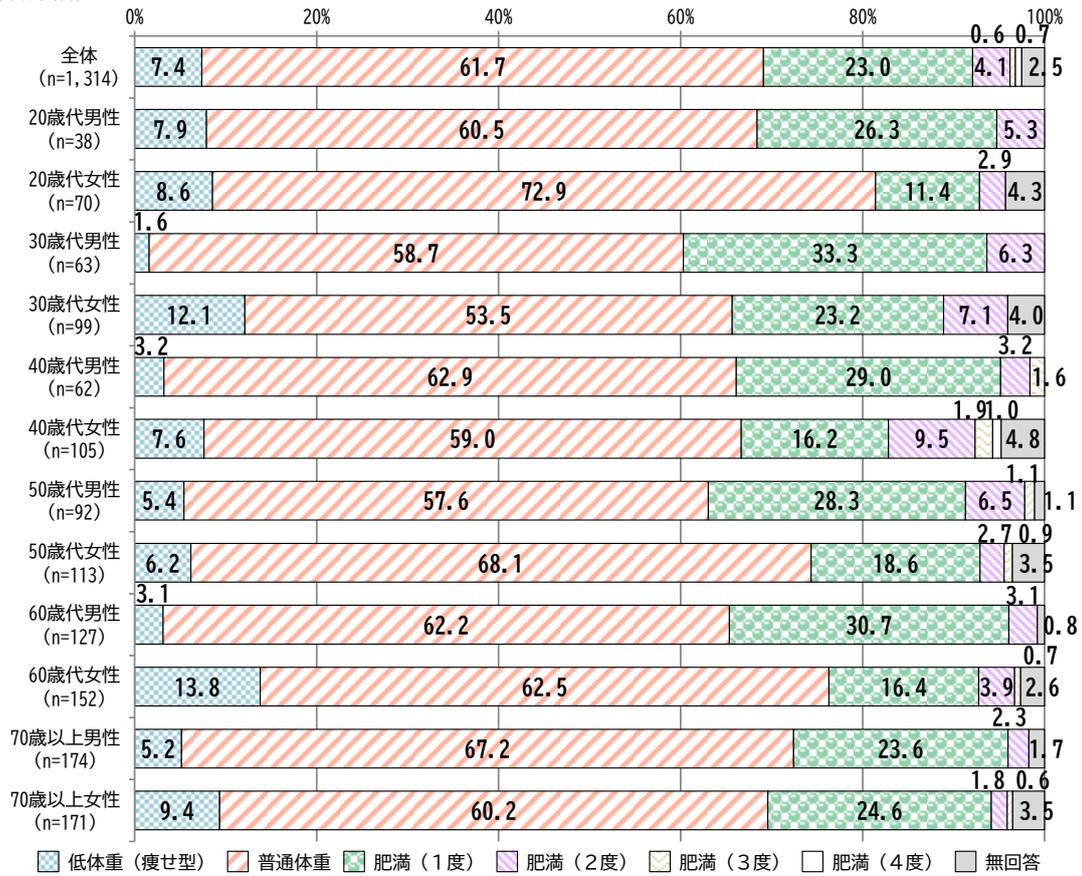


### 問3 あなたの身長・体重を教えてください。

- ◇ 「普通体重」が62.3%と最も高く、次いで、「肥満（1度）」の23.1%、「低体重（痩せ型）」の7.4%の順となっています。
- ◇ 性別で見ると、男性では「肥満（1度）」が27.9%となっており、女性（19.2%）よりも8.7ポイント高くなっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代女性では「普通体重」の割合が7割を超えている一方、30歳代男性では「肥満（1度）」の割合が3割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「肥満（1度）」が3.9ポイント増加しています。

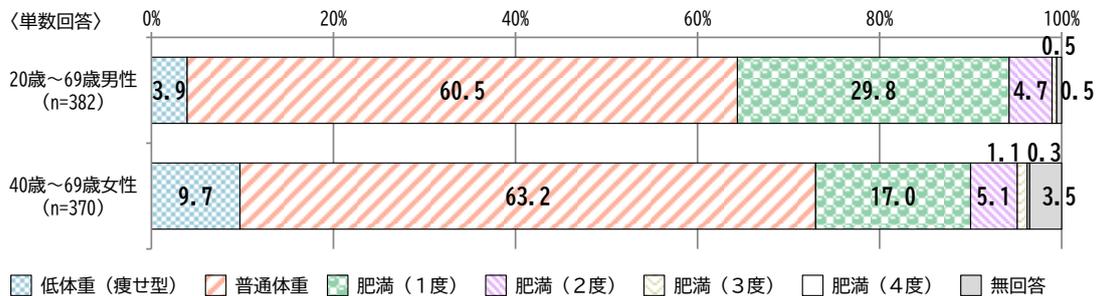


〈単数回答〉



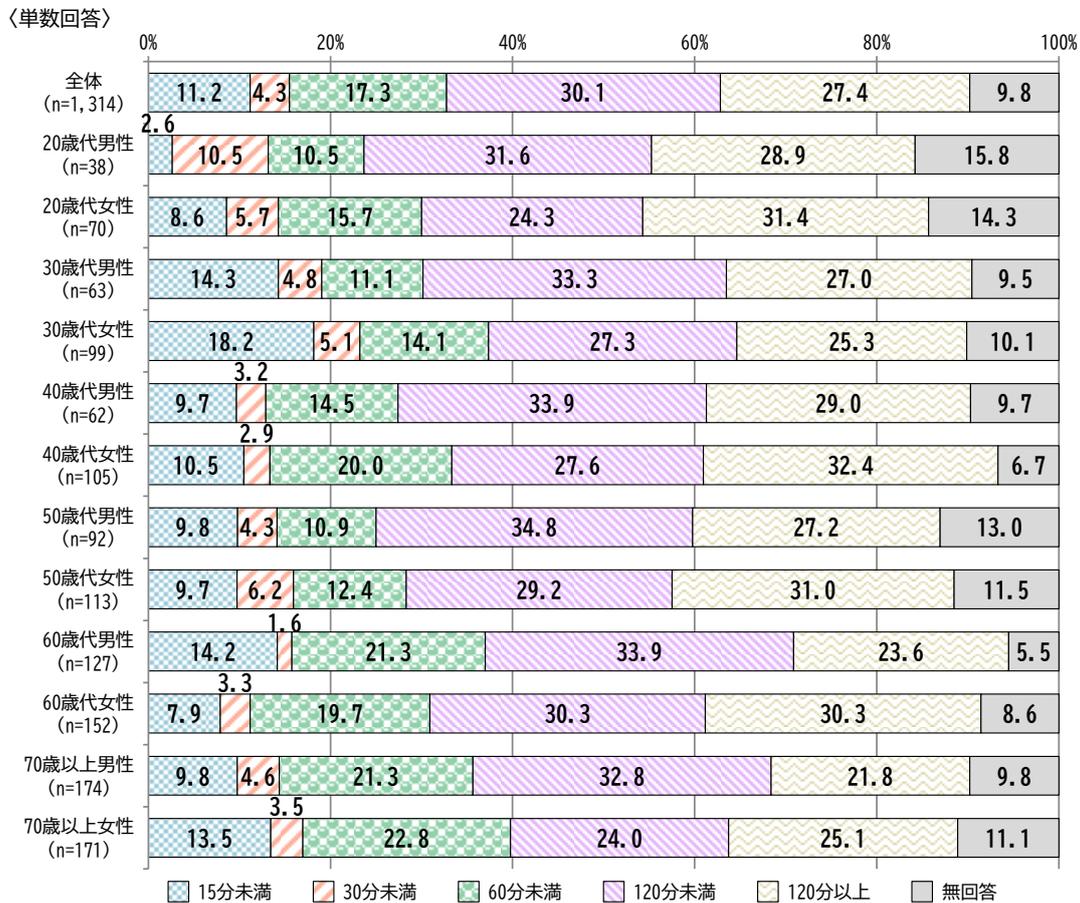
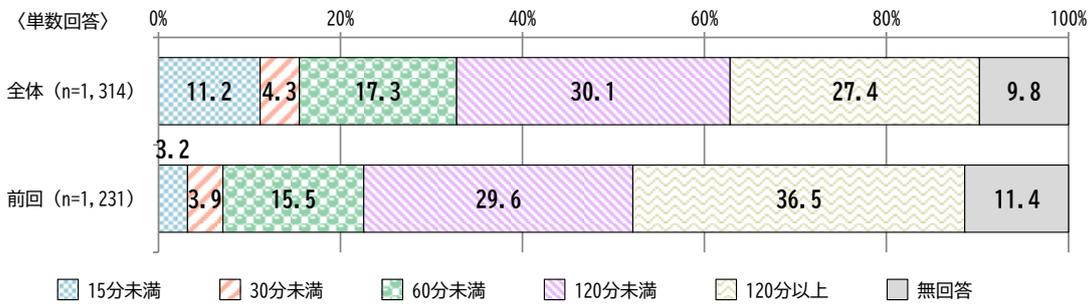
- ◇ 20歳～69歳男性では、「普通体重」が60.5%と最も高く、次いで、「肥満(1度)」の29.8%、「肥満(2度)」の4.7%の順となっています。
- ◇ 40歳～69歳女性では、「普通体重」が63.2%と最も高く、次いで、「肥満(1度)」の17.0%、「低体重(痩せ型)」の9.7%の順となっています。

〈単数回答〉

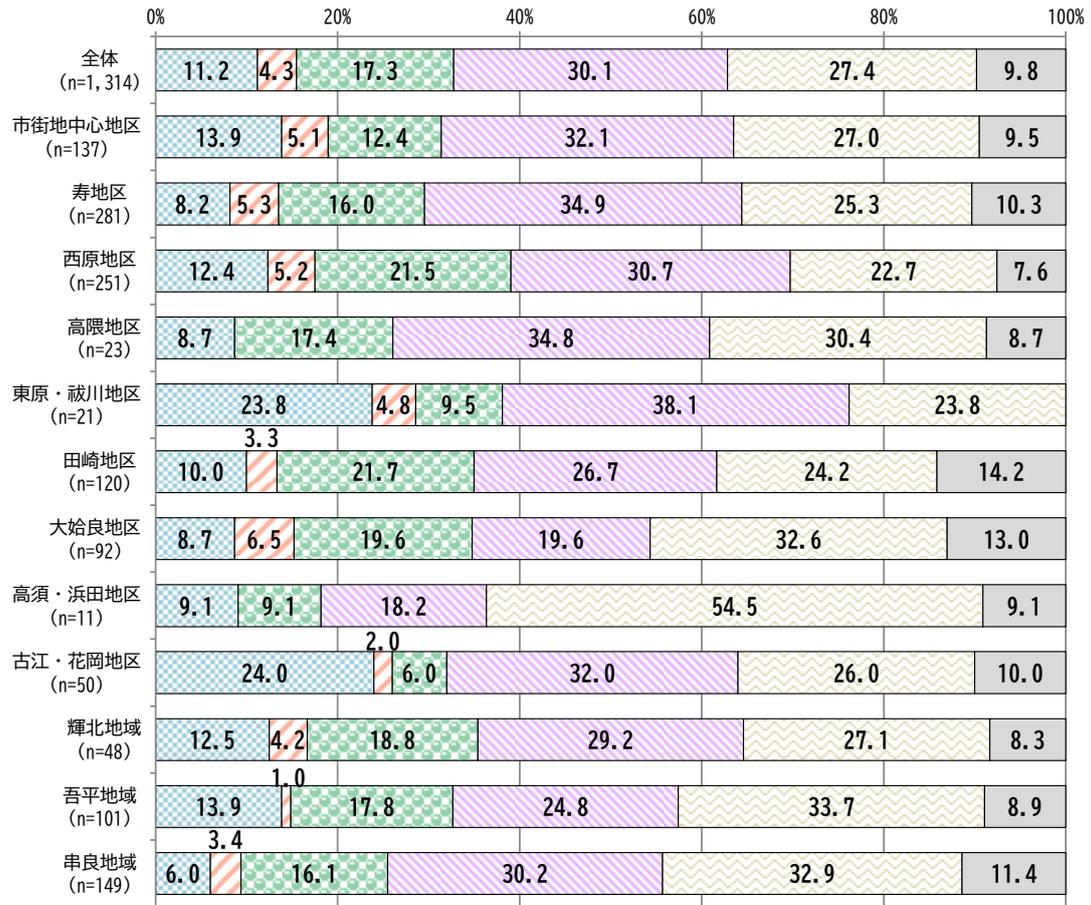


#### 問4 あなたの歩く時間を教えてください。

- ◇ 「120分未満」が30.1%と最も高く、次いで、「120分以上」の27.4%、「60分未満」の17.3%の順となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代と40歳代～60歳代の女性では「120分以上」の割合が3割を超えています。
- ◇ 居住地区別で見ると、高須・浜田地区では「120分以上」の割合が5割を超えている一方、東原・祓川地区と古江・花岡地区では「15分未満」の割合が2割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「15分未満」が8ポイント増加し、「120分以上」が9.1ポイント減少しています。



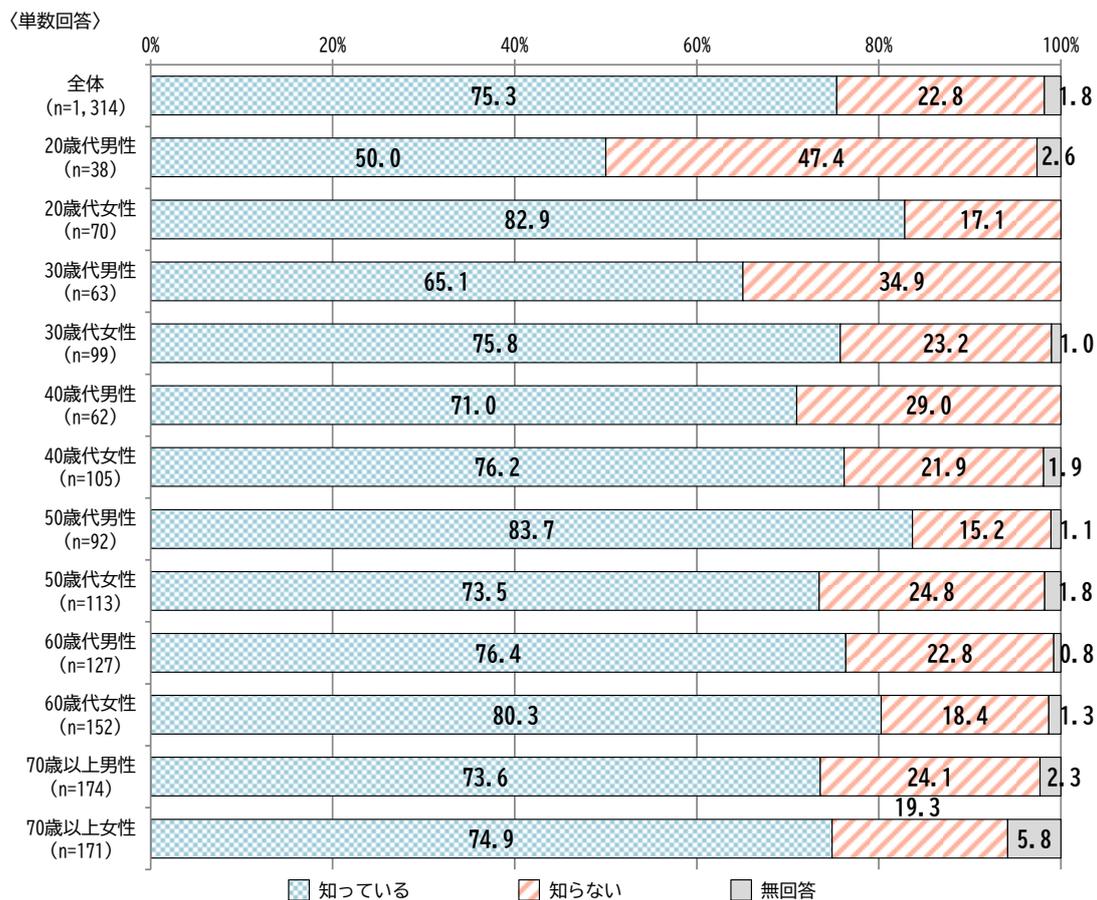
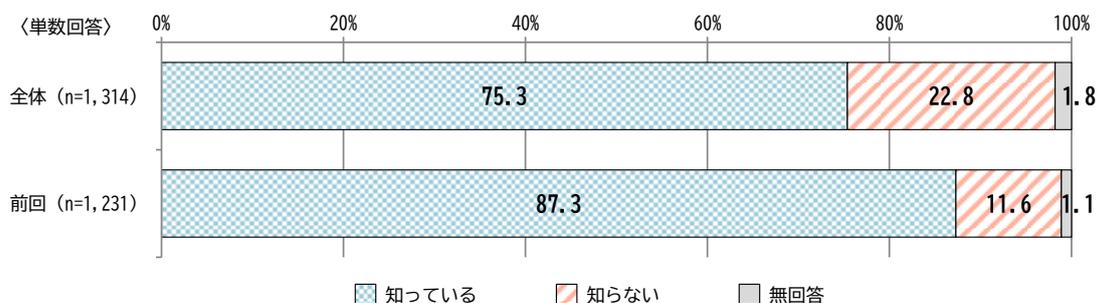
〈単数回答〉



■ 15分未満
 ■ 30分未満
 ■ 60分未満
 ■ 120分未満
 ■ 120分以上
 ■ 無回答

## 問5 自分の適正体重を知っていますか。(〇はひとつ)

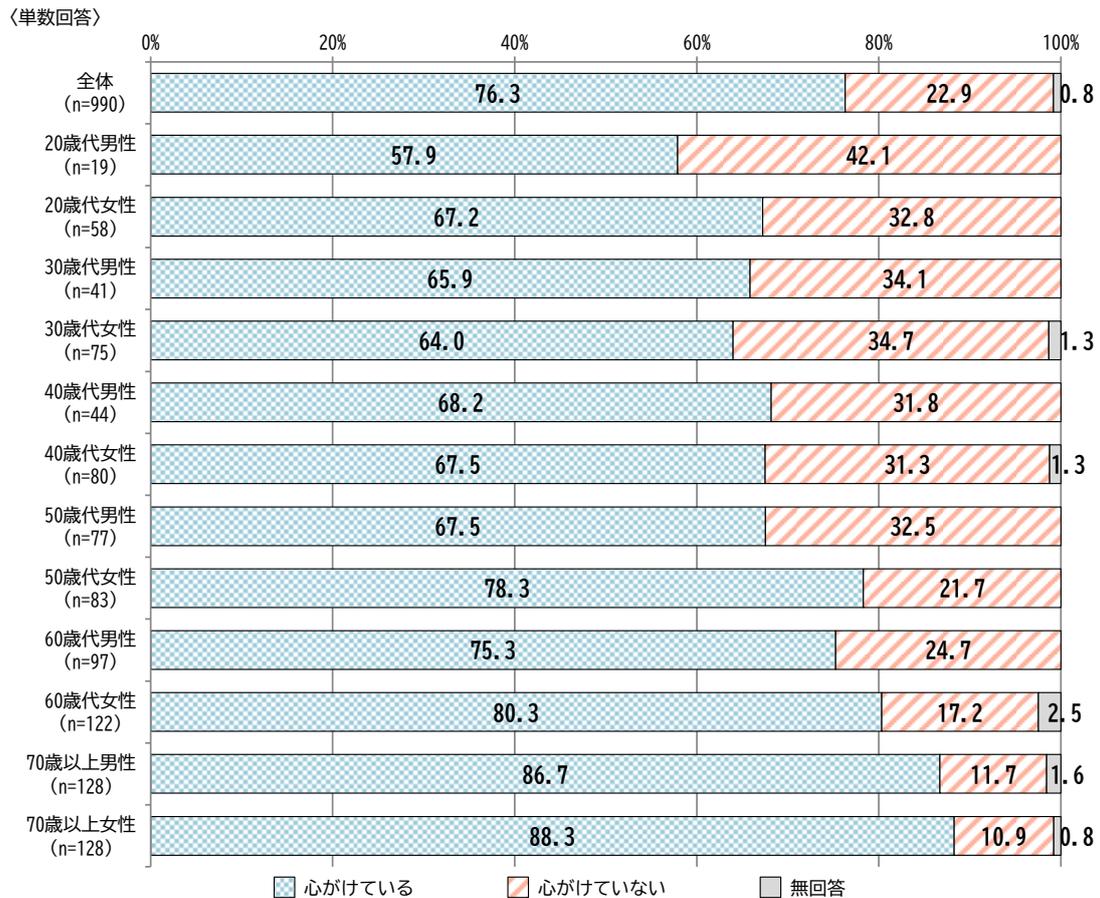
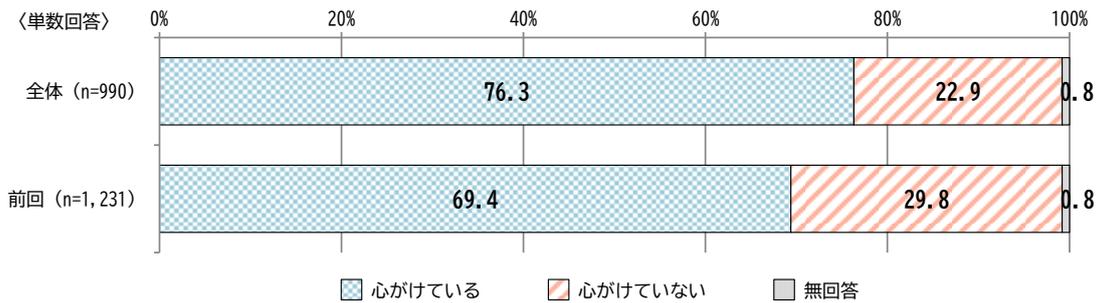
- ◇ 「知っている」が75.3%、「知らない」が22.8%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代男性では「知らない」が47.4%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「知っている」が12.0ポイント減少しています。

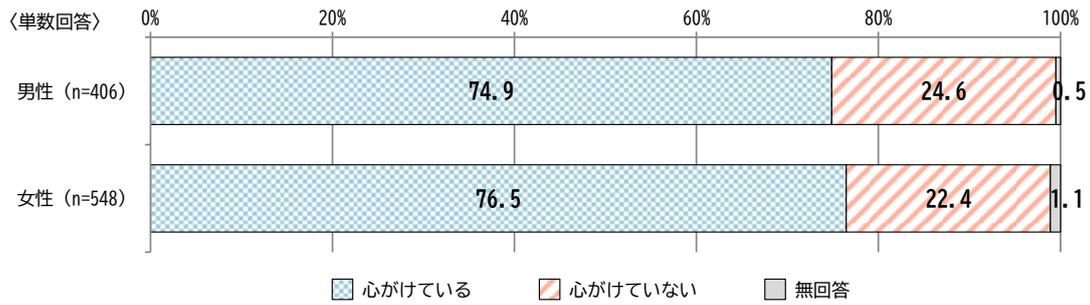


問5で「1」と回答した方にお伺いします。

問6 自分の体重を適切に保つように心がけていますか。(〇はひとつ)

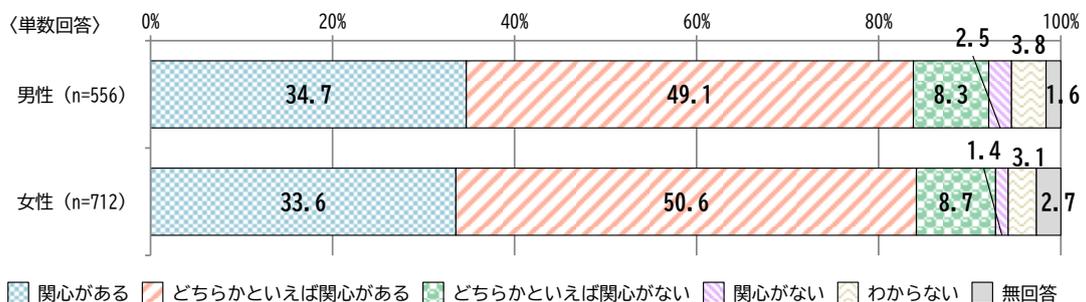
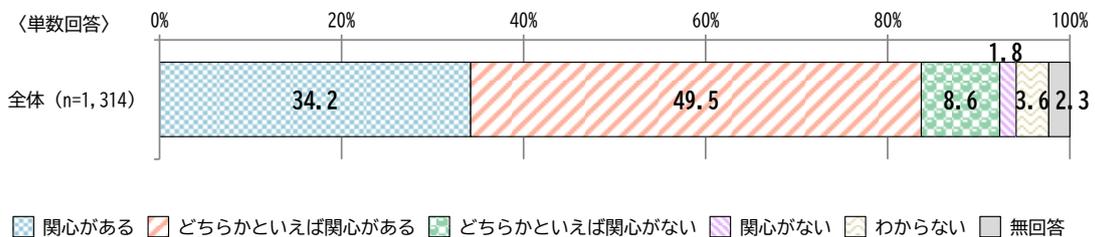
- ◇ 「心がけている」が76.3%、「心がけていない」が22.9%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代男性では「心がけている」の割合が6割を下回っています。
- ◇ 前回調査と比較すると、「心がけている」が6.9ポイント増加しています。
- ◇ 自分の適正体重を認識し、体重コントロールを実践する人の割合は、男性が74.9%、女性が76.5%となっています。



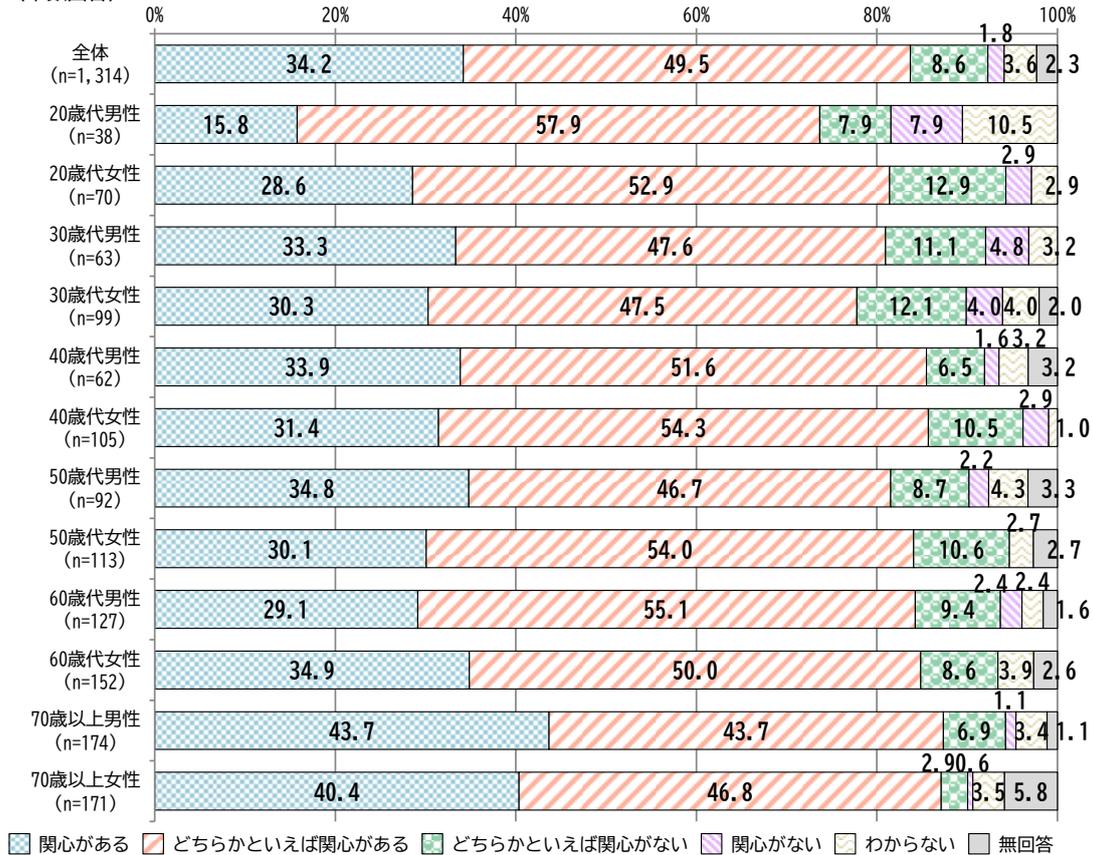


## 問7 健康づくりに関心はありますか。(〇はひとつ)

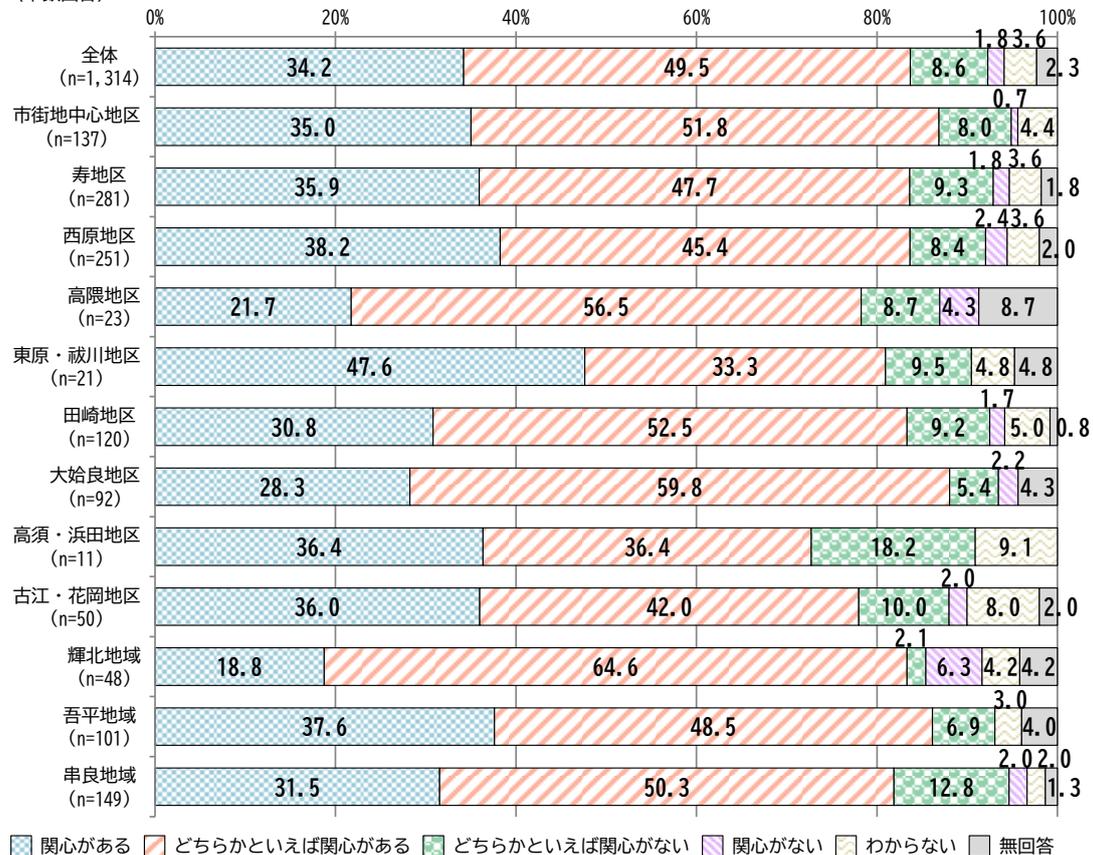
- ◇ 「どちらかといえば関心がある」が49.5%と最も高く、次いで、「関心がある」の34.2%、「どちらかといえば関心がない」の8.6%の順となっています。
- ◇ 性別で見ると、男女ともに『関心がある』（「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」の合計）の割合が8割を超えています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代男性では「関心がある」が15.8%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 居住地区別で見ると、高隈地区と高須・浜田地区と古江・花岡地区では、『関心がある』（「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」の合計）の割合が8割を下回っています。



〈単数回答〉

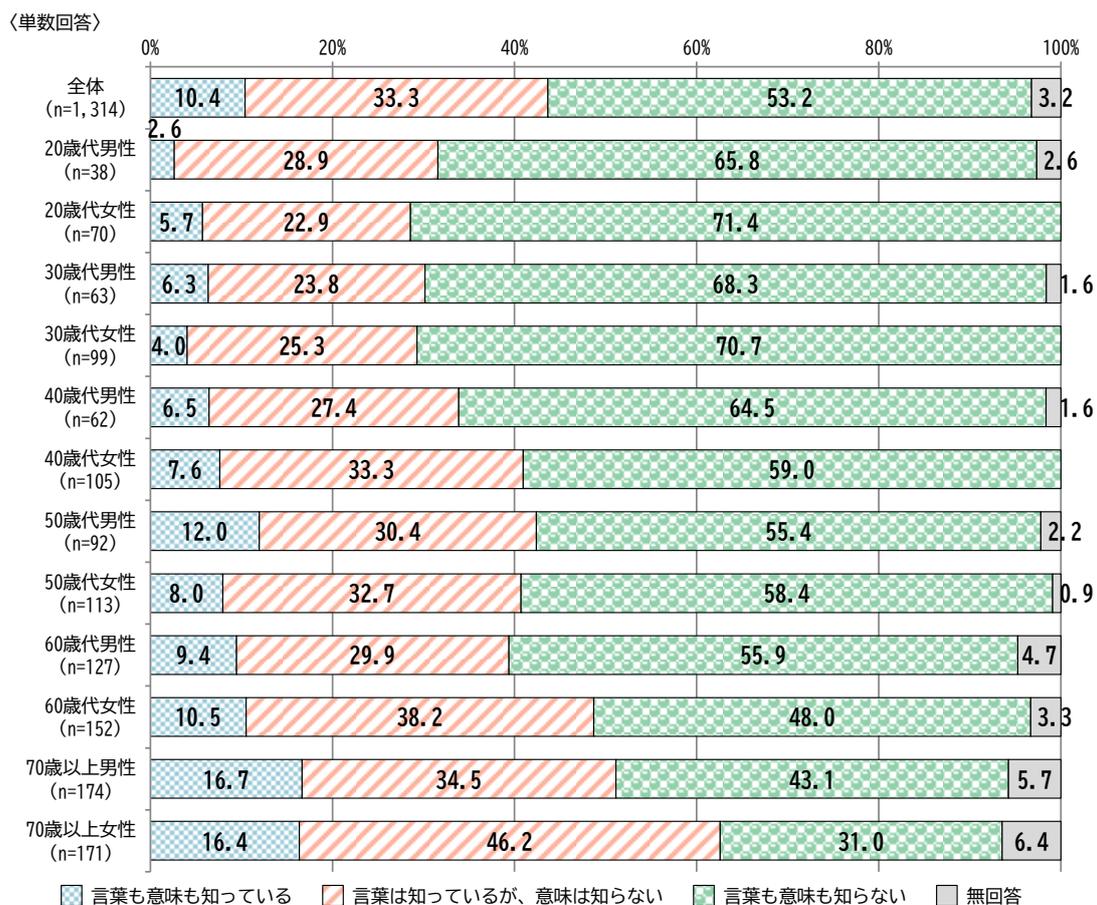
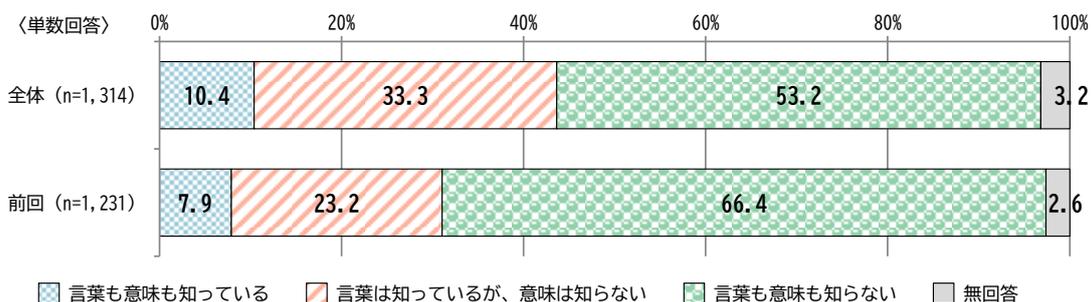


〈単数回答〉



問8 あなたは、鹿屋市健康づくり条例が施行（平成 28 年4月1日）されたことを知っていますか。（〇はひとつ）

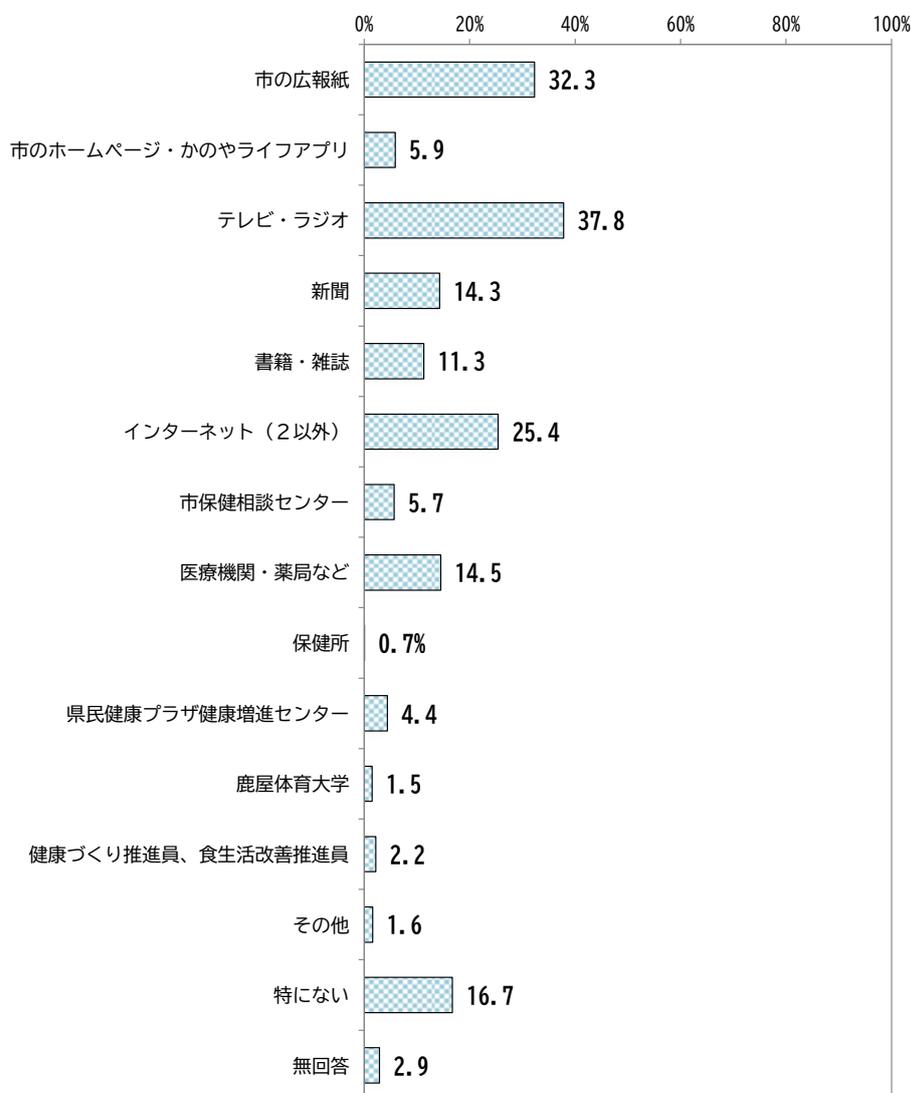
- ◇ 「言葉も意味も知っている」が 10.4%、「言葉は知っているが、意味は知らない」が 33.3%、「言葉も意味も知らない」が 53.2%となっています。
- ◇ 性年齢別でみると、20 歳代～40 歳代の男性と 20 歳代～30 歳代の女性では「言葉も意味も知らない」の割合が6割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「言葉も意味も知っている」が 2.5 ポイント、「言葉は知っているが、意味は知らない」が 10.1 ポイントそれぞれ増加しています。



## 問9 健康づくりのための情報は主にどこから得ていますか。(〇は3つまで)

- ◇ 「テレビ・ラジオ」が37.8%と最も高く、次いで、「市の広報紙」の32.3%、「インターネット（2以外）」の25.4%の順となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代～40歳の男女では「インターネット（2以外）」の割合が4割を超えている一方、20歳代～30歳の男性では「特にない」の割合が3割を超えています。また、60歳以上の男女では「テレビ・ラジオ」の割合が4割を超えています。
- ◇ 居住地区別で見ると、市街地中心地区と高須・浜田地区では「市の広報紙」の割合が4割を超えています。

〈複数回答〉n=1,314



### ◆ 「その他」の具体的内容

・ SNS

・ 市のLINE

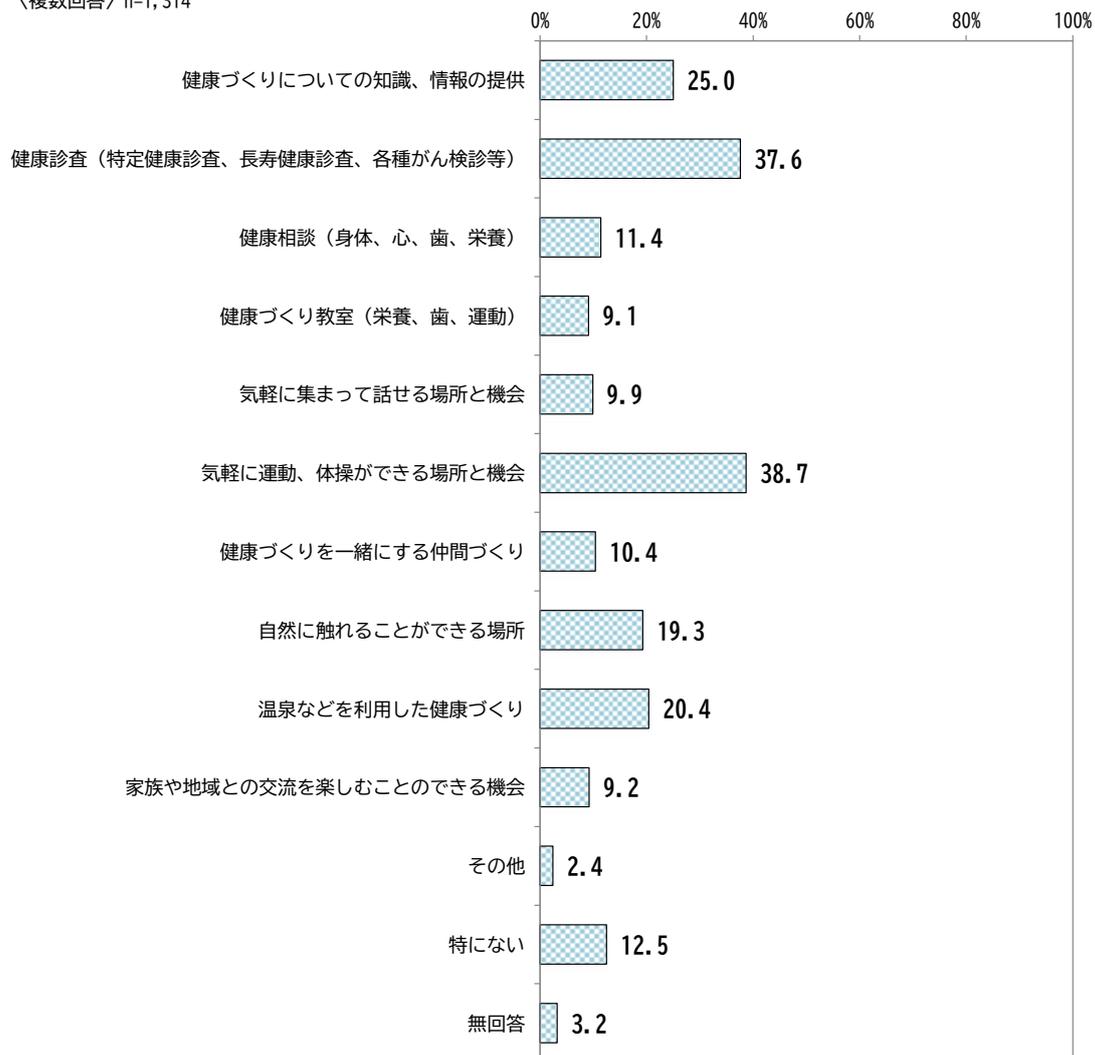
・ 家族や知人、友人から

	単純集計	性年齢別													
		全体	20歳代 男性	20歳代 女性	30歳代 男性	30歳代 女性	40歳代 男性	40歳代 女性	50歳代 男性	50歳代 女性	60歳代 男性	60歳代 女性	70歳以上 男性	70歳以上 女性	
サンプル数	1,314	38	70	63	99	62	105	92	113	127	152	174	171		
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%		
市の広報紙	425	5	7	8	24	15	23	28	38	48	71	59	81		
	32.3%	13.2%	10.0%	12.7%	24.2%	24.2%	21.9%	30.4%	33.6%	37.8%	46.7%	33.9%	47.4%		
市のホームページ・かのやライフアプリ	77	1	4	1	6	5	9	9	11	10	5	4	9		
	5.9%	2.6%	5.7%	1.6%	6.1%	8.1%	8.6%	9.8%	9.7%	7.9%	3.3%	2.3%	5.3%		
テレビ・ラジオ	497	12	18	14	27	17	36	26	42	54	78	70	86		
	37.8%	31.6%	25.7%	22.2%	27.3%	27.4%	34.3%	28.3%	37.2%	42.5%	51.3%	40.2%	50.3%		
新聞	188	2	3	2	2	3	10	11	10	25	29	48	39		
	14.3%	5.3%	4.3%	3.2%	2.0%	4.8%	9.5%	12.0%	8.8%	19.7%	19.1%	27.6%	22.8%		
書籍・雑誌	149	4	7	3	11	7	13	8	10	13	29	19	23		
	11.3%	10.5%	10.0%	4.8%	11.1%	11.3%	12.4%	8.7%	8.8%	10.2%	19.1%	10.9%	13.5%		
インターネット（2以外）	334	20	38	28	40	26	43	28	42	26	16	13	7		
	25.4%	52.6%	54.3%	44.4%	40.4%	41.9%	41.0%	30.4%	37.2%	20.5%	10.5%	7.5%	4.1%		
市保健相談センター	75	0	2	0	3	2	5	1	3	6	9	15	27		
	5.7%	0.0%	2.9%	0.0%	3.0%	3.2%	4.8%	1.1%	2.7%	4.7%	5.9%	8.6%	15.8%		
医療機関・薬局など	190	1	6	5	10	5	7	14	7	29	17	47	32		
	14.5%	2.6%	8.6%	7.9%	10.1%	8.1%	6.7%	15.2%	6.2%	22.8%	11.2%	27.0%	18.7%		
保健所	9	0	1	0	2	0	1	0	1	2	0	1	1		
	0.7%	0.0%	1.4%	0.0%	2.0%	0.0%	1.0%	0.0%	0.9%	1.6%	0.0%	0.6%	0.6%		
県民健康プラザ健康増進センター	58	1	0	1	7	2	2	4	9	6	6	8	11		
	4.4%	2.6%	0.0%	1.6%	7.1%	3.2%	1.9%	4.3%	8.0%	4.7%	3.9%	4.6%	6.4%		
鹿屋体育大学	20	0	2	0	1	1	1	2	0	1	3	3	6		
	1.5%	0.0%	2.9%	0.0%	1.0%	1.6%	1.0%	2.2%	0.0%	0.8%	2.0%	1.7%	3.5%		
健康づくり推進員、食生活改善推進員	29	1	1	0	2	0	0	1	1	0	4	2	16		
	2.2%	2.6%	1.4%	0.0%	2.0%	0.0%	0.0%	1.1%	0.9%	0.0%	2.6%	1.1%	9.4%		
その他	21	0	0	1	3	2	3	0	1	3	3	2	1		
	1.6%	0.0%	0.0%	1.6%	3.0%	3.2%	2.9%	0.0%	0.9%	2.4%	2.0%	1.1%	0.6%		
特になし	220	13	16	22	24	18	21	21	18	15	18	23	8		
	16.7%	34.2%	22.9%	34.9%	24.2%	29.0%	20.0%	22.8%	15.9%	11.8%	11.8%	13.2%	4.7%		
無回答	38	0	0	2	0	1	2	3	3	5	4	8	4		
	2.9%	0.0%	0.0%	3.2%	0.0%	1.6%	1.9%	3.3%	2.7%	3.9%	2.6%	4.6%	2.3%		

問10 健康づくりに関して充実してほしいものは何ですか。(〇は3つまで)

- ◇ 「気軽に運動、体操ができる場所と機会」が38.7%と最も高く、次いで、「健康診査（特定健康診査、長寿健康診査、各種がん検診等）」の37.6%、「健康づくりについての知識、情報の提供」の25.0%の順となっています。
- ◇ 性年齢別でみると、20歳代～40歳代の女性では「健康診査（特定健康診査、長寿健康診査、各種がん検診等）」の割合が5割を超えています。

〈複数回答〉n=1,314



◆ 「その他」の具体的内容

- ・ジムや運動場の増加
- ・仲間づくり
- ・ジムや運動場の環境整備
- ・職場や町内会への健康指導

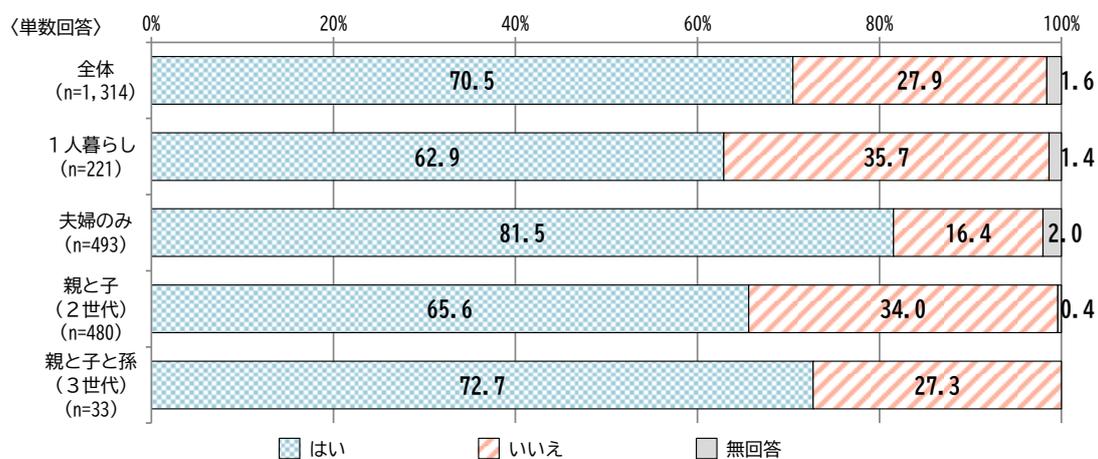
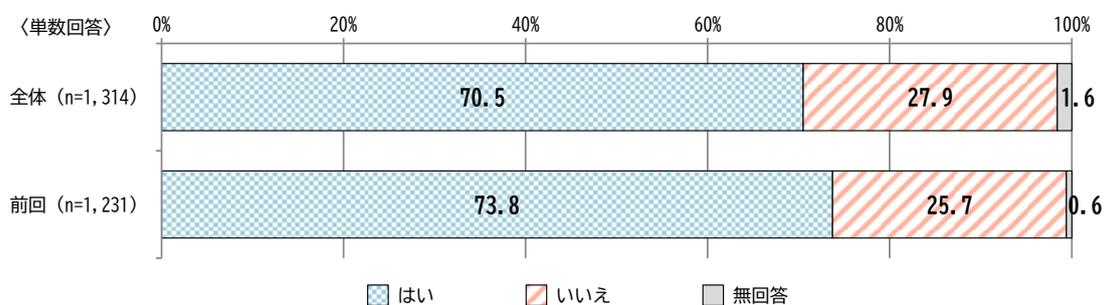
	単純集計 全体	性年齢別													
		20歳代 男性	20歳代 女性	30歳代 男性	30歳代 女性	40歳代 男性	40歳代 女性	50歳代 男性	50歳代 女性	60歳代 男性	60歳代 女性	70歳以上 男性	70歳以上 女性		
サンプル数	1,314 100.0%	38 100.0%	70 100.0%	63 100.0%	99 100.0%	62 100.0%	105 100.0%	92 100.0%	113 100.0%	127 100.0%	152 100.0%	174 100.0%	171 100.0%		
健康づくりについての知識、情報の提供	329 25.0%	8 21.1%	9 12.9%	11 17.5%	10 10.1%	21 33.9%	22 21.0%	31 33.7%	33 29.2%	35 27.6%	45 29.6%	53 30.5%	43 25.1%		
健康診査（特定健康診査、長寿健康診査、各種がん検診等）	494 37.6%	10 26.3%	39 55.7%	21 33.3%	51 51.5%	19 30.6%	54 51.4%	22 23.9%	41 36.3%	51 40.2%	52 34.2%	72 41.4%	49 28.7%		
健康相談（身体、心、歯、栄養）	150 11.4%	6 15.8%	10 14.3%	8 12.7%	12 12.1%	8 12.9%	12 11.4%	11 12.0%	16 14.2%	16 12.6%	15 9.9%	18 10.3%	14 8.2%		
健康づくり教室（栄養、歯、運動）	119 9.1%	3 7.9%	5 7.1%	4 6.3%	6 6.1%	1 1.6%	8 7.6%	7 7.6%	17 15.0%	12 9.4%	23 15.1%	18 10.3%	15 8.8%		
気軽に集まって話せる場所と機会	130 9.9%	3 7.9%	1 1.4%	3 4.8%	5 5.1%	4 6.5%	5 4.8%	3 3.3%	10 8.8%	12 9.4%	23 15.1%	24 13.8%	33 19.3%		
気軽に運動、体操ができる場所と機会	508 38.7%	11 28.9%	27 38.6%	24 38.1%	41 41.4%	20 32.3%	36 34.3%	40 43.5%	48 42.5%	42 33.1%	81 53.3%	58 33.3%	64 37.4%		
健康づくりを一緒にする仲間づくり	136 10.4%	5 13.2%	4 5.7%	9 14.3%	13 13.1%	6 9.7%	9 8.6%	7 7.6%	8 7.1%	10 7.9%	23 15.1%	14 8.0%	26 15.2%		
自然に触れることができる場所	254 19.3%	8 21.1%	17 24.3%	11 17.5%	20 20.2%	14 22.6%	25 23.8%	15 16.3%	18 15.9%	20 15.7%	30 19.7%	32 18.4%	38 22.2%		
温泉などを利用した健康づくり	268 20.4%	8 21.1%	22 31.4%	14 22.2%	24 24.2%	18 29.0%	26 24.8%	23 25.0%	21 18.6%	32 25.2%	22 14.5%	27 15.5%	22 12.9%		
家族や地域との交流を楽しむことのできる機会	121 9.2%	3 7.9%	7 10.0%	8 12.7%	16 16.2%	10 16.1%	6 5.7%	7 7.6%	5 4.4%	6 4.7%	15 9.9%	19 10.9%	15 8.8%		
その他	31 2.4%	2 5.3%	2 2.9%	4 6.3%	1 1.0%	3 4.8%	3 2.9%	5 5.4%	2 1.8%	1 0.8%	2 1.3%	1 0.6%	3 1.8%		
特にない	164 12.5%	7 18.4%	9 12.9%	9 14.3%	10 10.1%	7 11.3%	9 8.6%	9 9.8%	12 10.6%	12 15.0%	19 12.2%	27 15.5%	24 14.0%		
無回答	42 3.2%	1 2.6%	1 1.4%	2 3.2%	3 3.0%	0 0.0%	1 1.0%	2 2.2%	2 1.8%	4 3.1%	3 2.0%	7 4.0%	11 6.4%		

### Ⅲ 栄養・食生活について

問 11 次のことについて、「はい」または「いいえ」のいずれかに○印をつけてください。(項目ごとに1か2のいずれかひとつに○)

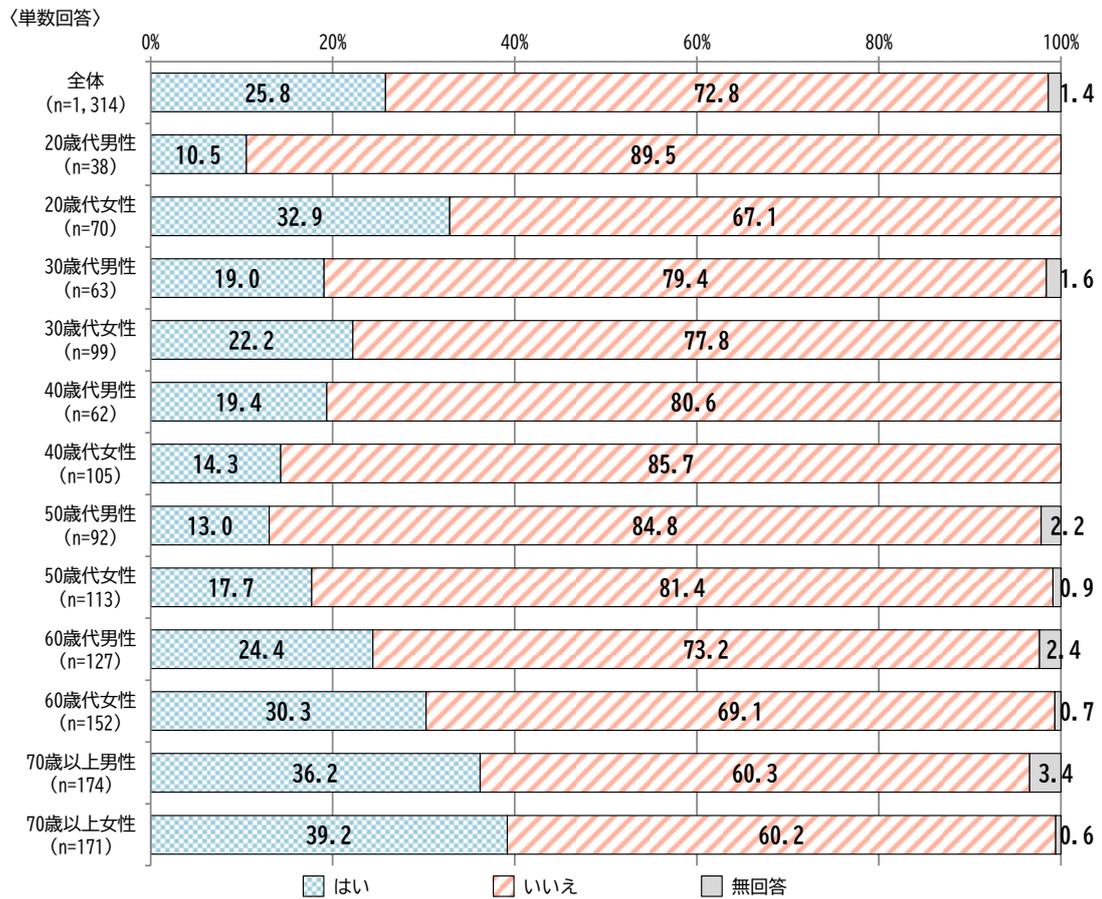
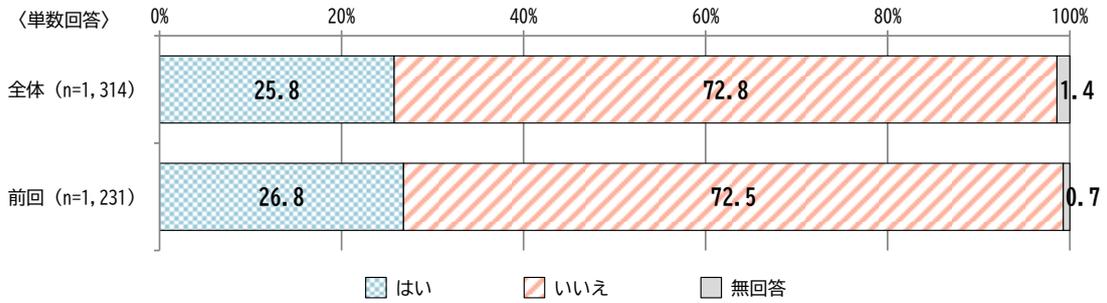
① 食事は1日3回決まった時間に食べている

- ◇ 「はい」が70.5%、「いいえ」が27.9%となっています。
- ◇ 世帯構成別でみると、夫婦のみでは「はい」が81.5%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が3.3ポイント減少しています。



② 1回の食事時間に30分以上かける

- ◇ 「はい」が25.8%、「いいえ」が72.8%となっています。
- ◇ 性年齢別でみると、20歳代～50歳代の男性と40歳代～50歳代の女性では「いいえ」の割合が8割前後となっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が1.0ポイント減少しています。

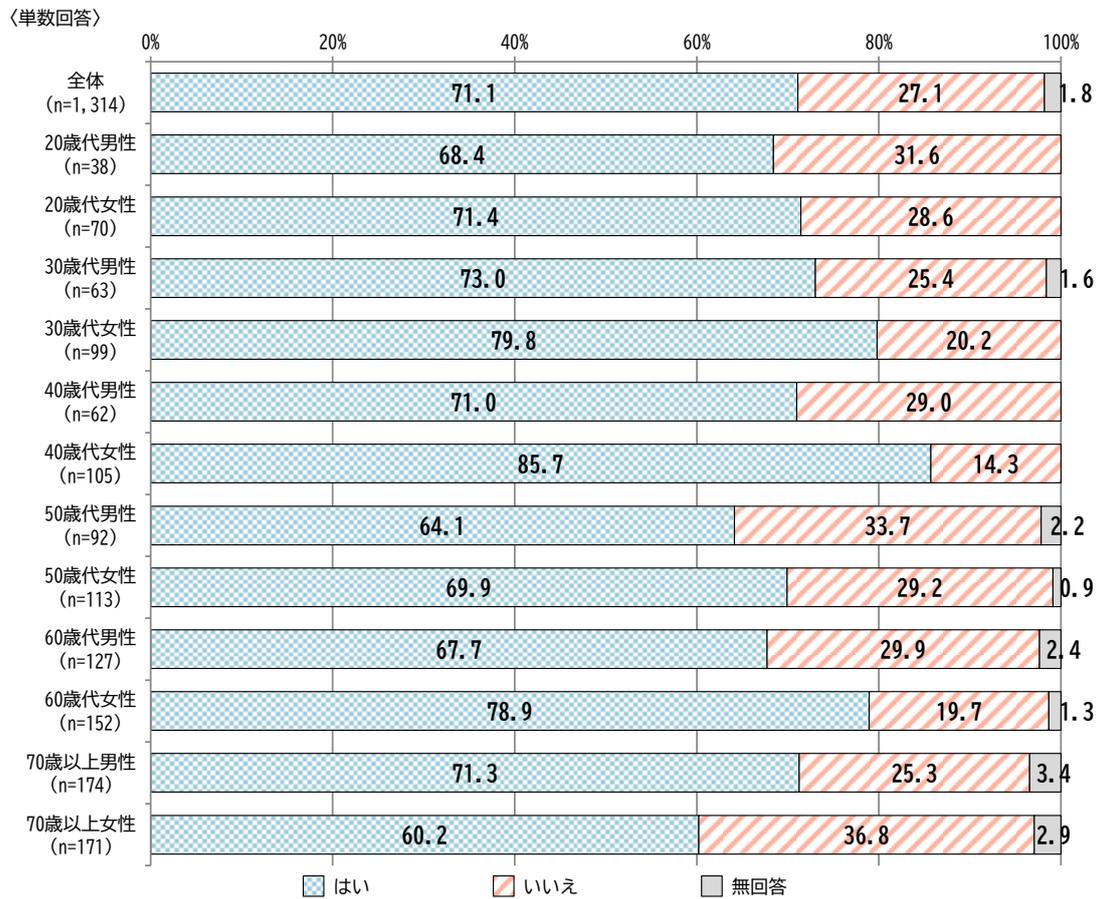
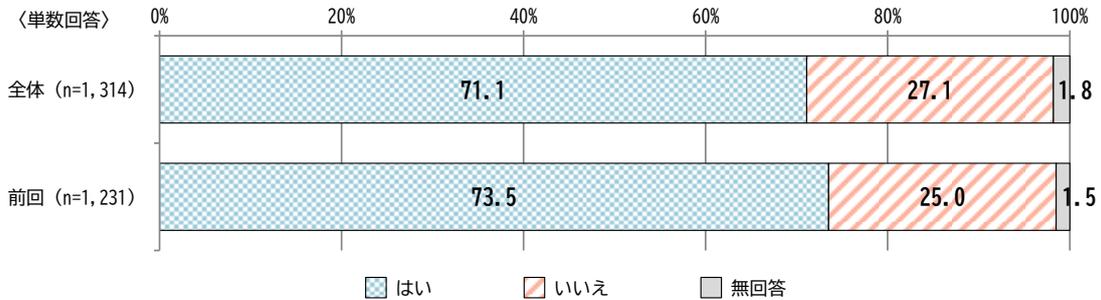


③ 1日1食は、きちんとした食事を2人以上で楽しく食べている

◇ 「はい」が71.1%、「いいえ」が27.1%となっています。

◇ 性年齢別で見ると、40歳代女性では「はい」が85.7%となっており、他より高くなっています。

◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が2.4ポイント減少しています。

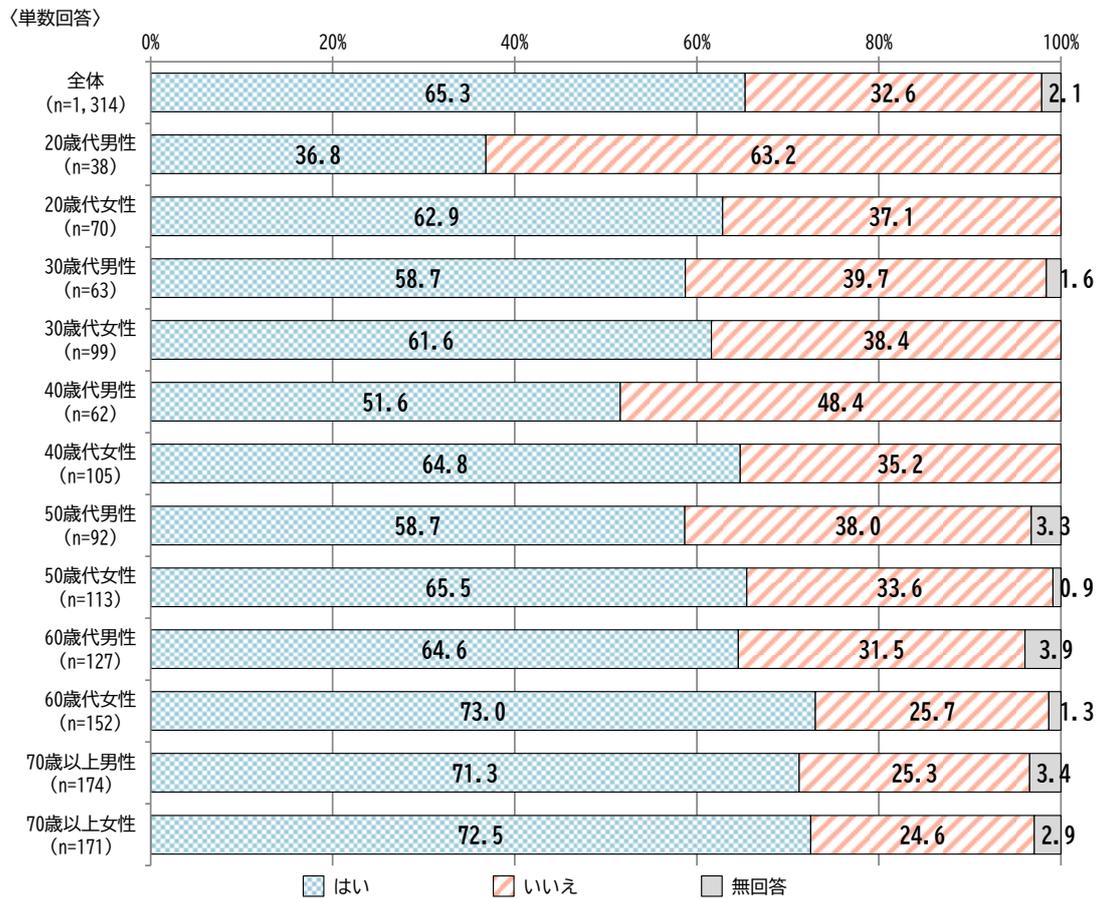
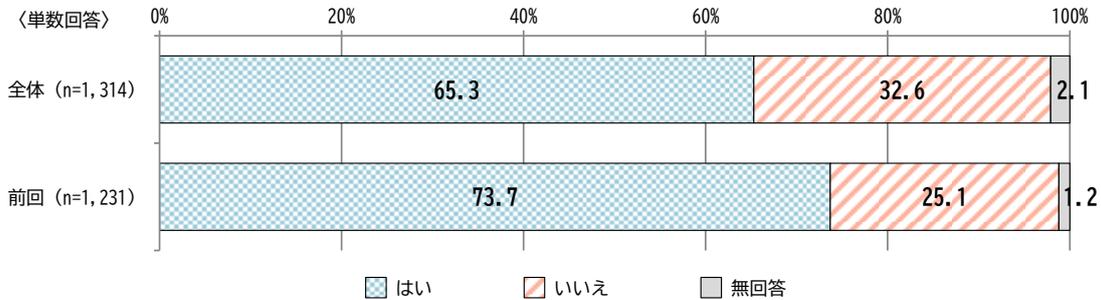


④ 自分にとって適切な食事の内容・量を知っている

◇ 「はい」が65.3%、「いいえ」が32.6%となっています。

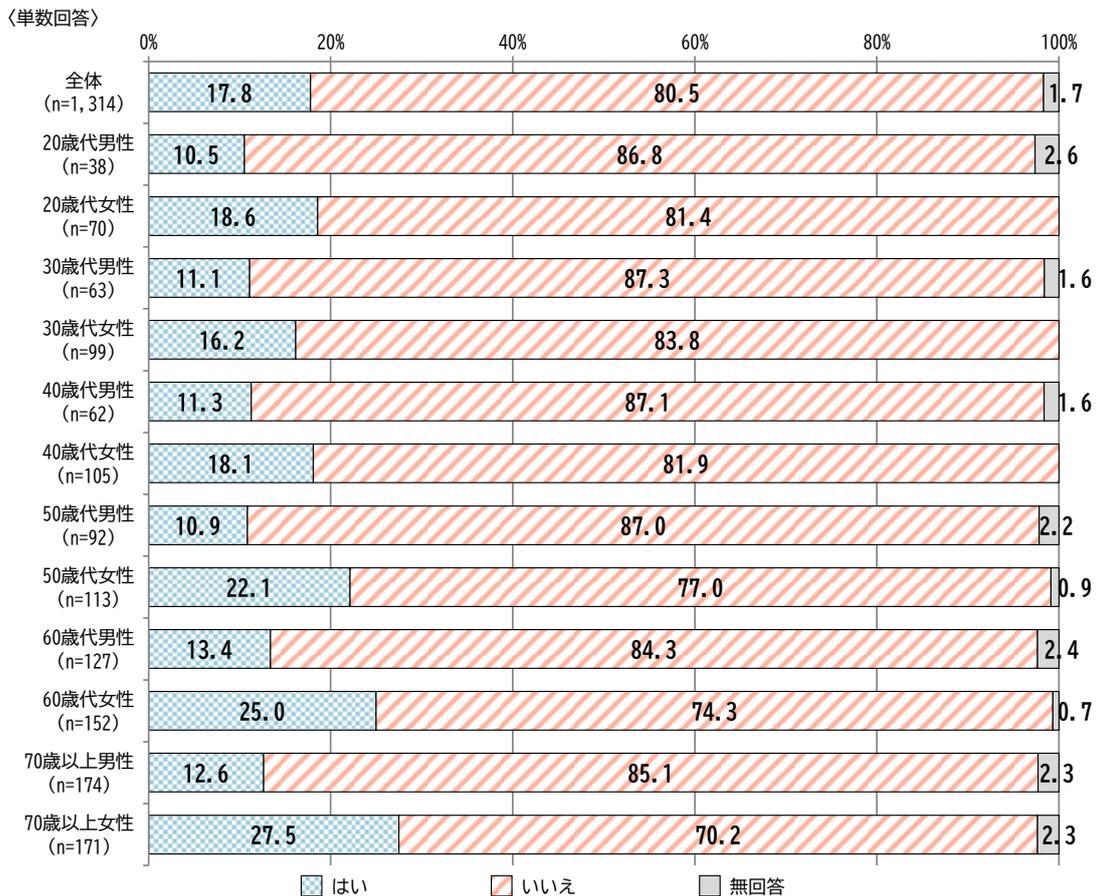
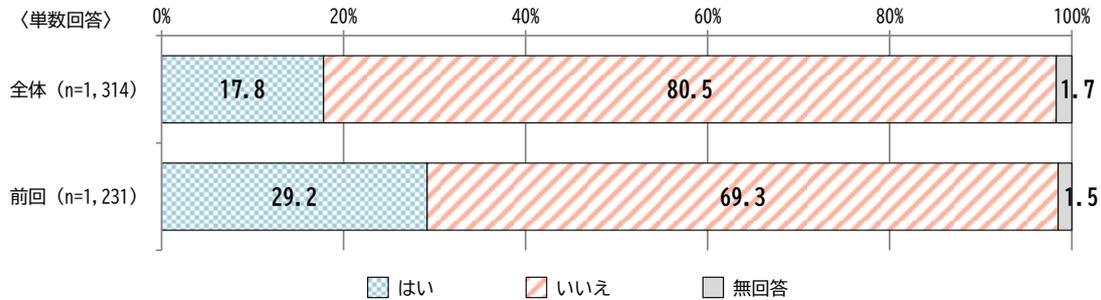
◇ 性年齢別で見ると、20歳代男性では「いいえ」が63.2%となっており、他より高くなっています。

◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が8.4ポイント減少しています。



⑤ 地域や職場で健康や栄養に関する学習や活動を行うグループに参加したことがある

- ◇ 「はい」が17.8%、「いいえ」が80.5%となっています。
- ◇ 性年齢別でみると、50歳以上の女性では「はい」の割合が2割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が11.4ポイント減少しています。

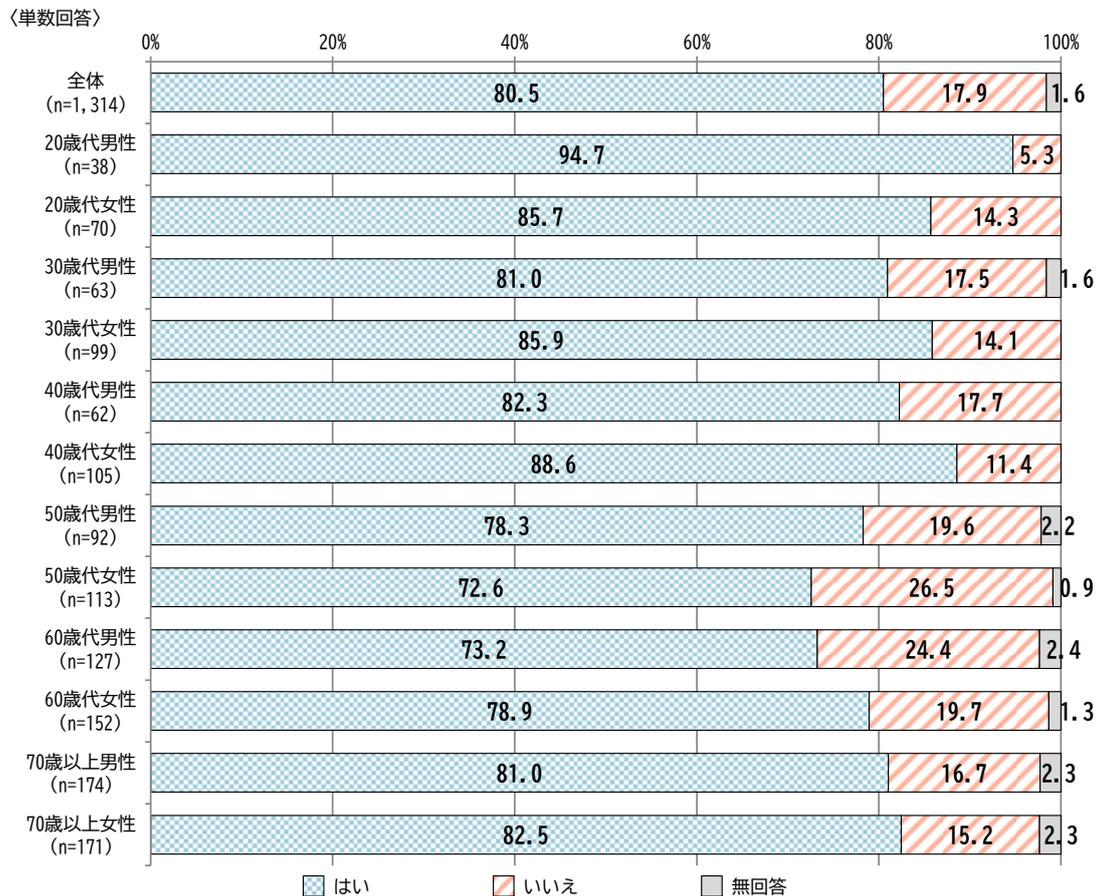
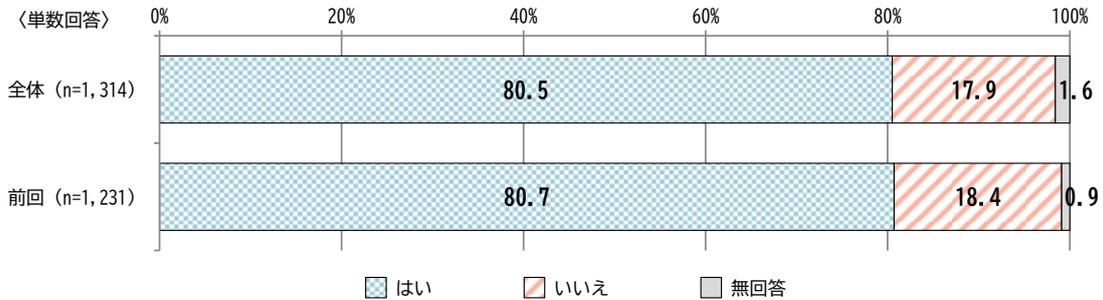


⑥ ご飯などの穀物をしっかりとるほうである

◇ 「はい」が80.5%、「いいえ」が17.9%となっています。

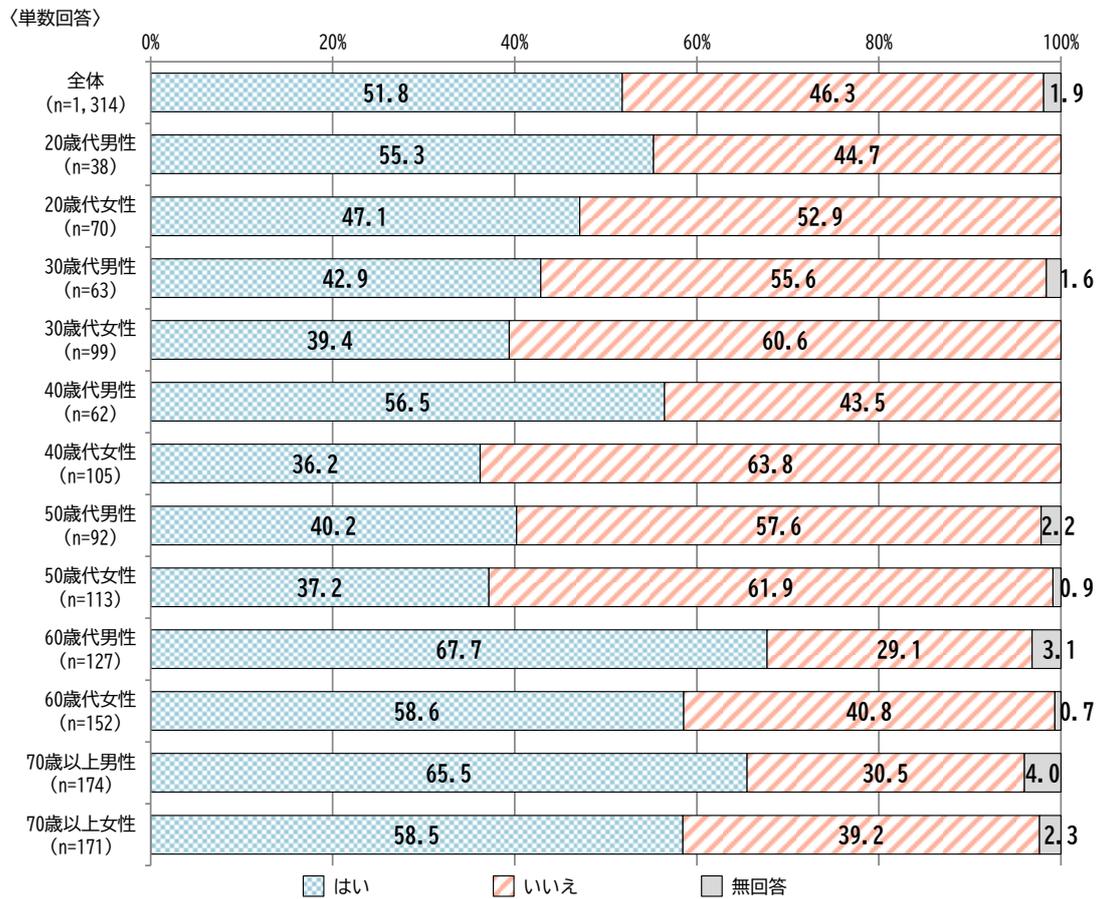
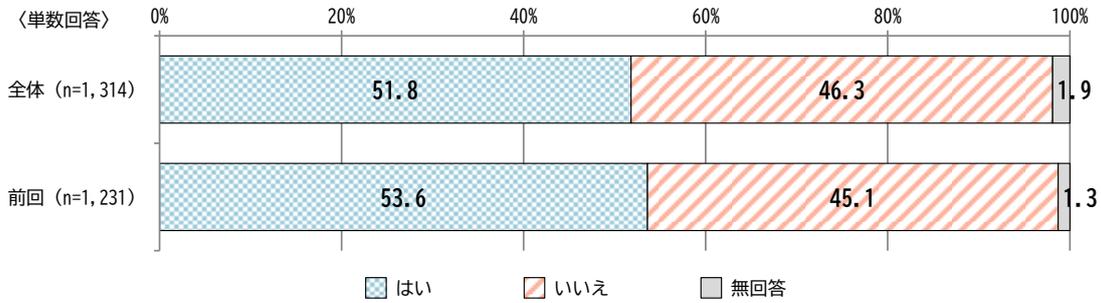
◇ 性年齢別で見ると、20歳代男性では「はい」が94.7%となっており、他より高くなっています。

◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が0.2ポイント減少しています。



⑦ 魚料理をよく食べるほうである

- ◇ 「はい」が51.8%、「いいえ」が46.3%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、60歳以上の男性では「はい」の割合が6割を超えている一方、30歳代～50歳代の女性では「いいえ」の割合が6割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が1.8ポイント減少しています。

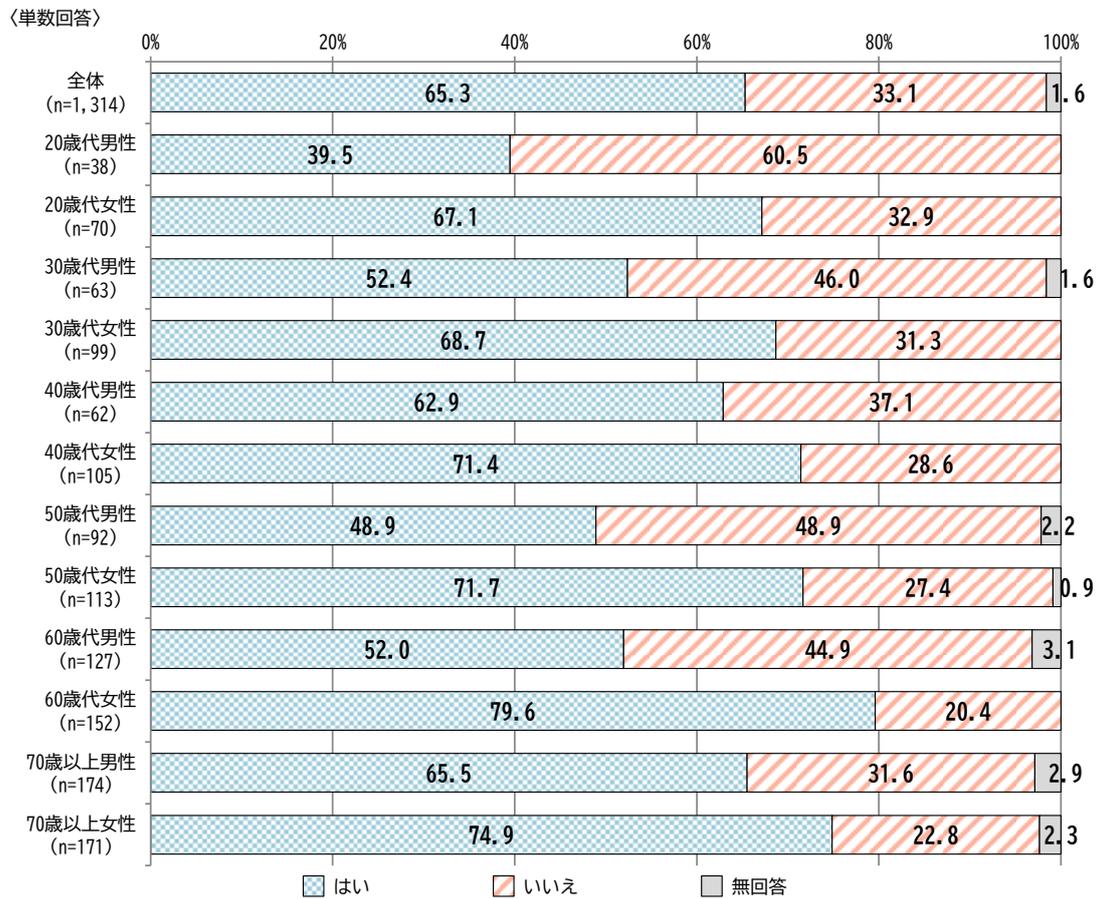
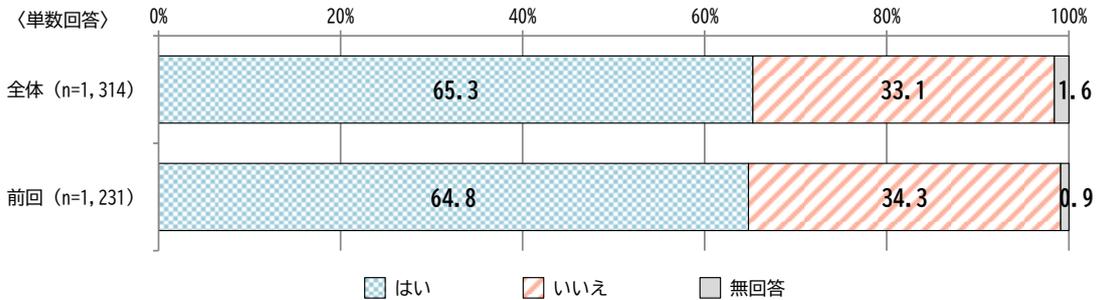


⑧ 乳製品（牛乳・チーズ・ヨーグルト）をよく食べるほうである

◇ 「はい」が65.3%、「いいえ」が33.1%となっています。

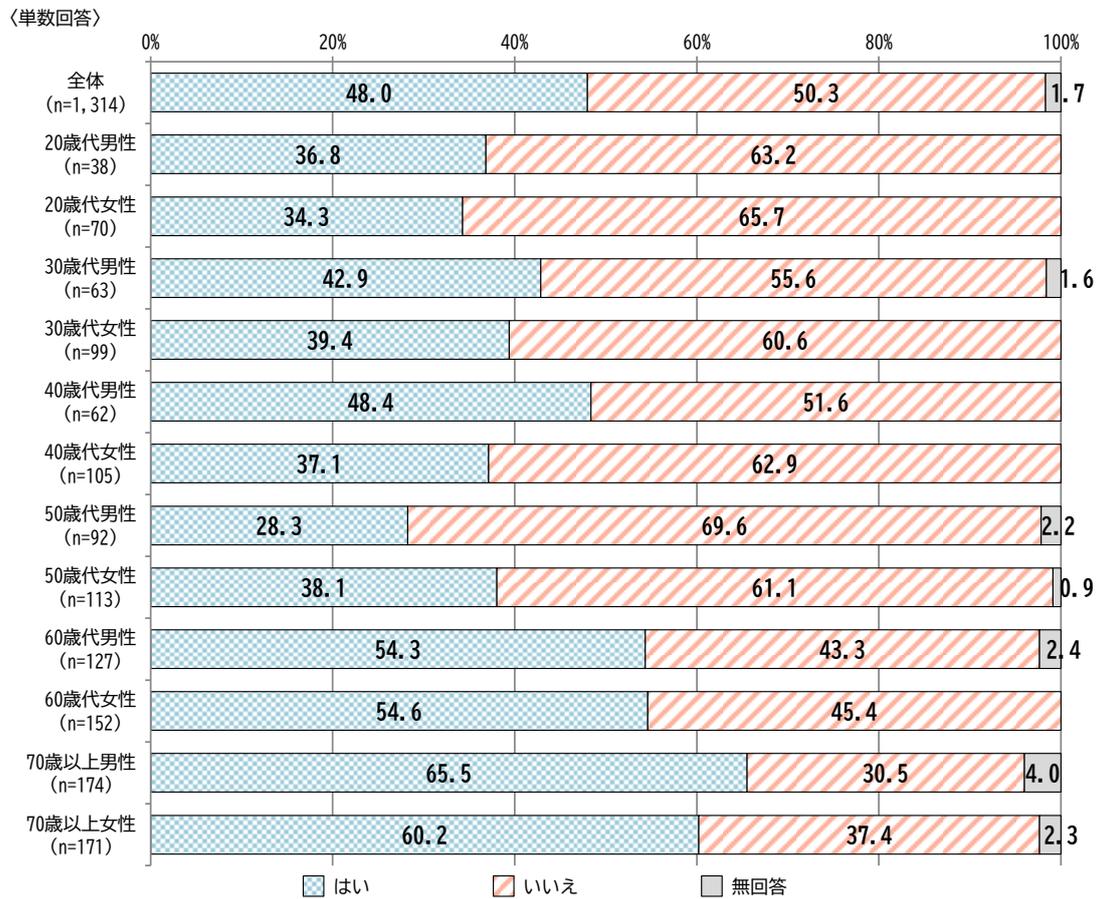
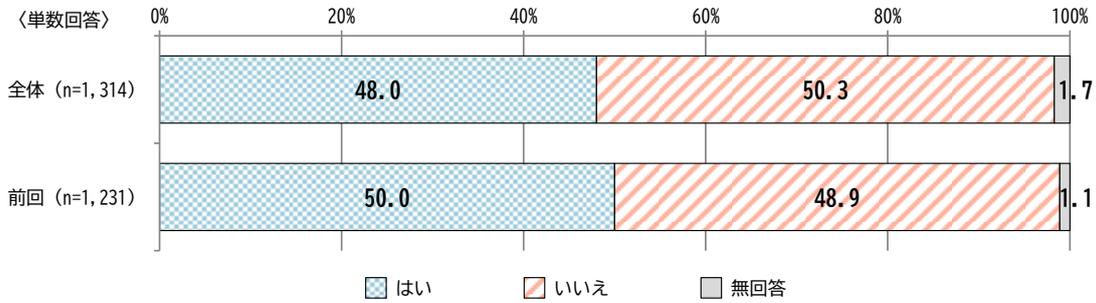
◇ 性年齢別で見ると、60歳代女性では「はい」が79.6%となっており、他より高くなっています。

◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が0.5ポイント増加しています。



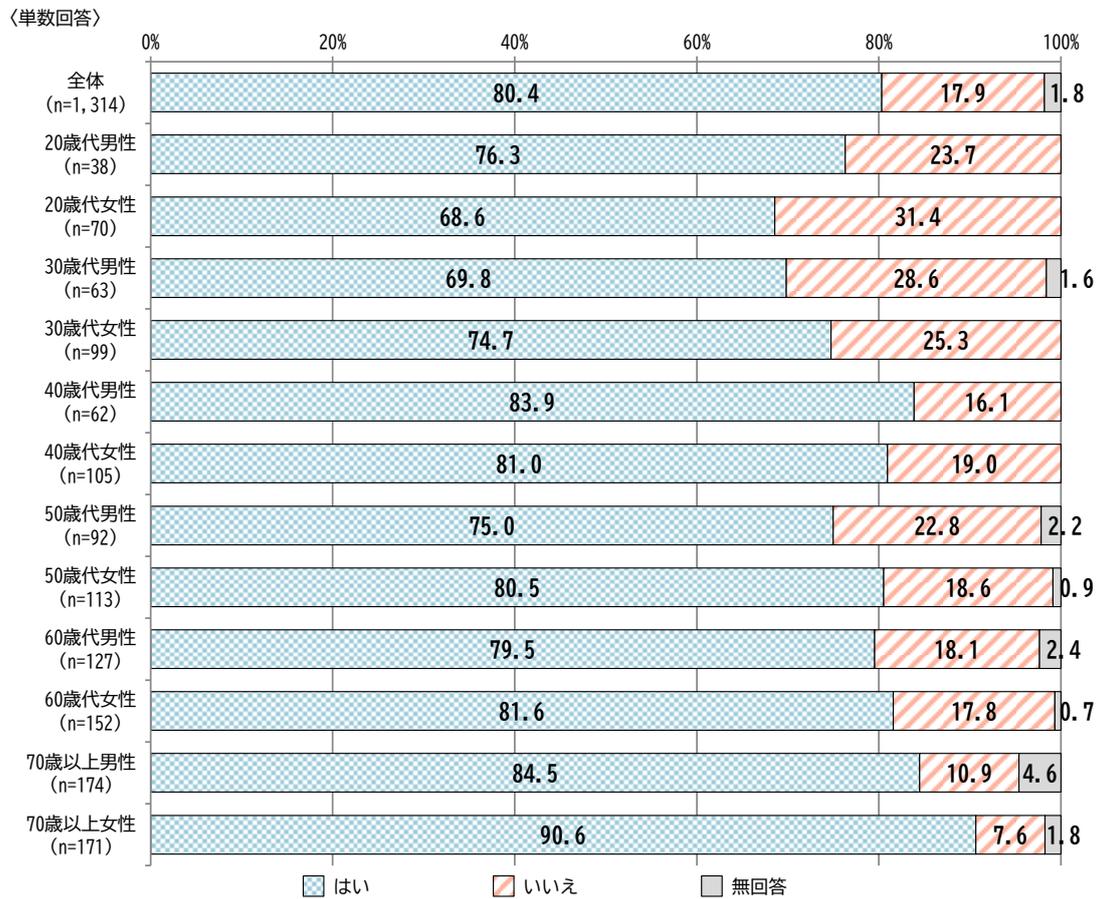
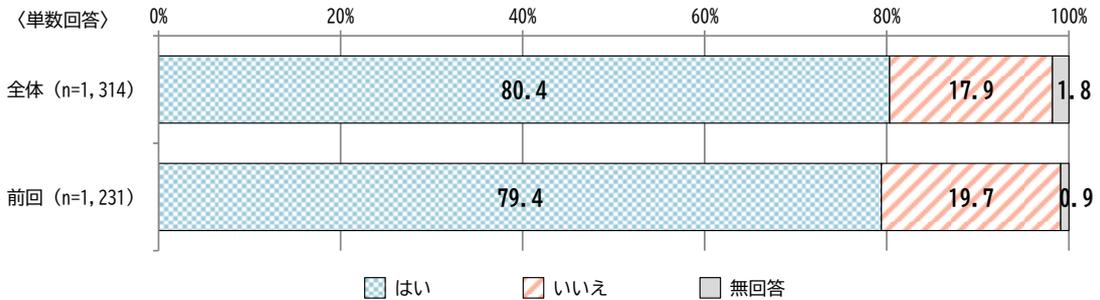
⑨ 小魚、海藻類をよく食べるほうである

- ◇ 「はい」が48.0%、「いいえ」が50.3%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、70歳以上の男女では「はい」の割合が6割を超えている一方、20歳代～50歳代の男女ともに「いいえ」の割合が「はい」の割合を上回っています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が2.0ポイント減少しています。



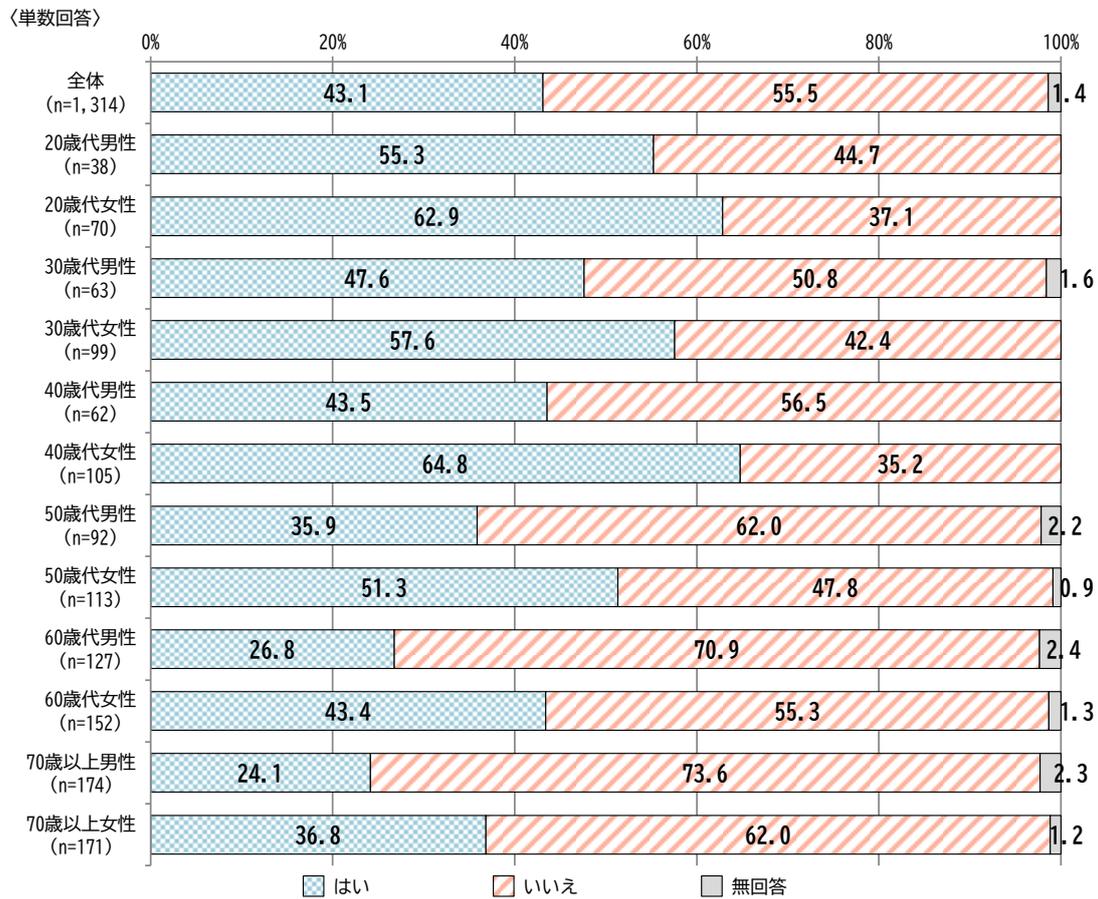
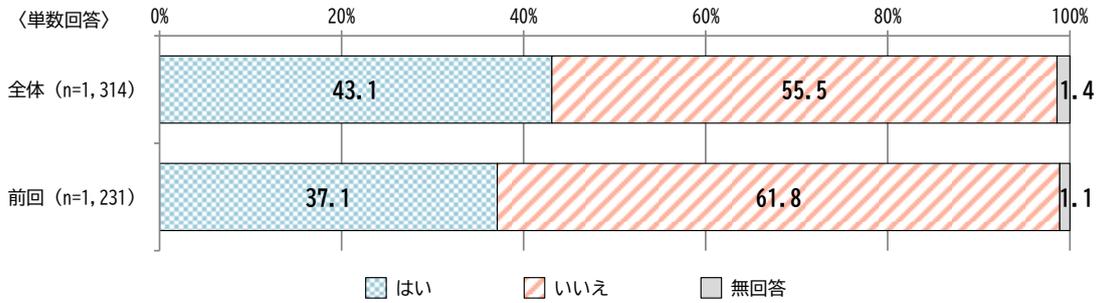
⑩ 大豆製品（豆腐や納豆、揚げなど）をよく食べるほうである

- ◇ 「はい」が80.4%、「いいえ」が17.9%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代女性では「いいえ」が31.4%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が1.0ポイント増加しています。



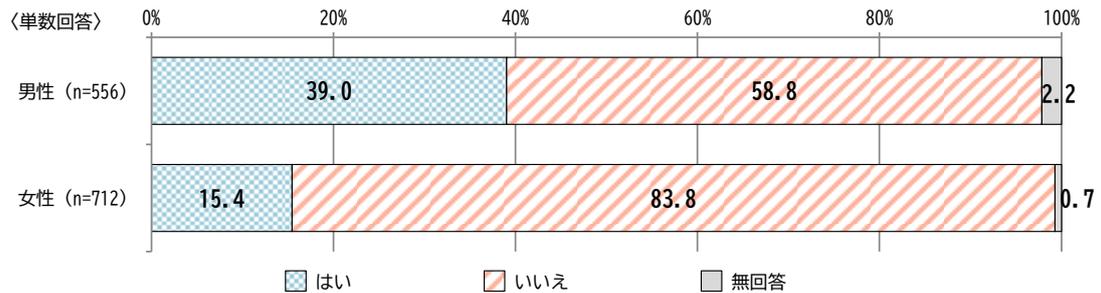
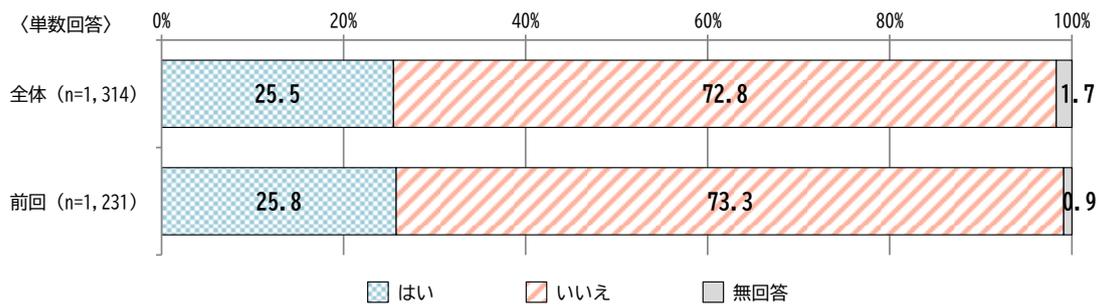
① 間食・夜食・おやつをよく食べるほうである

- ◇ 「はい」が43.1%、「いいえ」が55.5%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代と40歳代の女性では「はい」の割合が6割を超えている一方、60歳以上の男性では「いいえ」の割合が7割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が6.0ポイント増加しています。

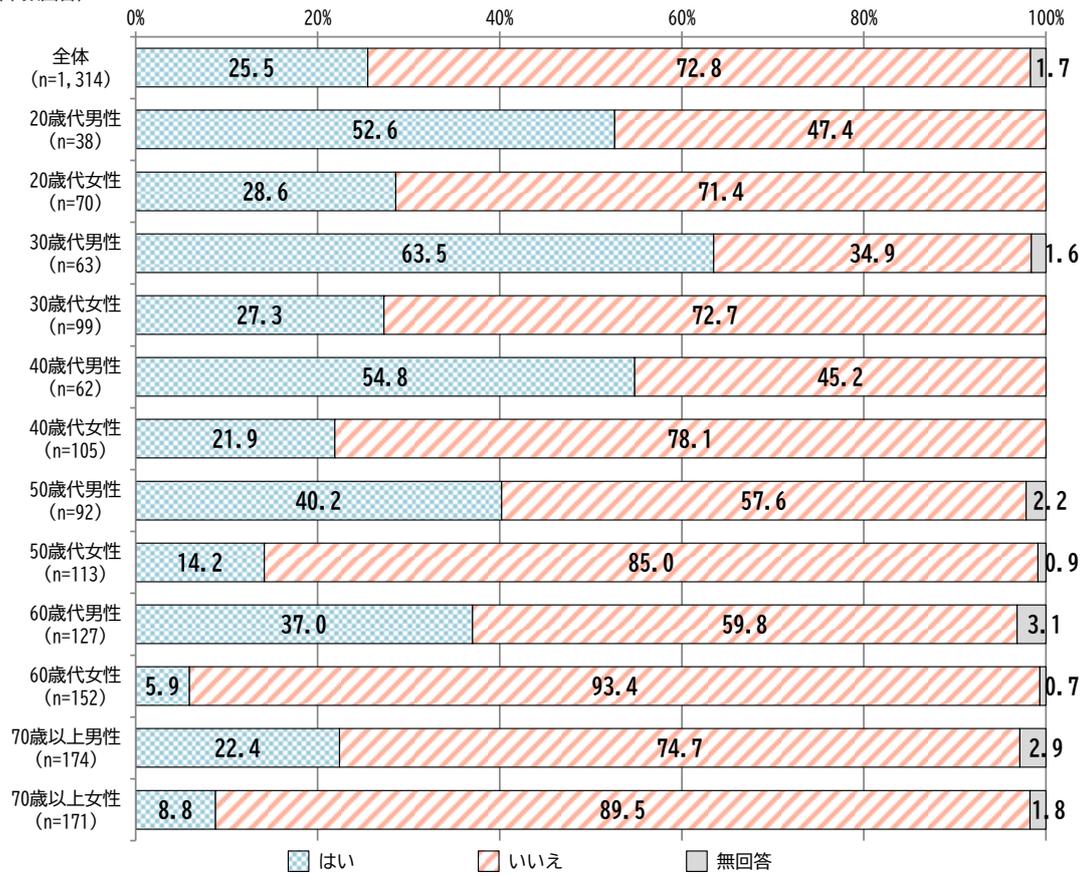


⑫ 缶ジュース、缶コーヒーなどをよく飲んでいる

- ◇ 「はい」が25.5%、「いいえ」が72.8%となっています。
- ◇ 性別で見ると、男性では「はい」が39.0%となっており、女性（15.4%）よりも23.6ポイント高くなっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代～40歳代の男性では「はい」が「いいえ」を上回っており、他より高くなっています。一方、50歳以上の女性では「いいえ」の割合が9割前後と高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が0.3ポイント減少しています。

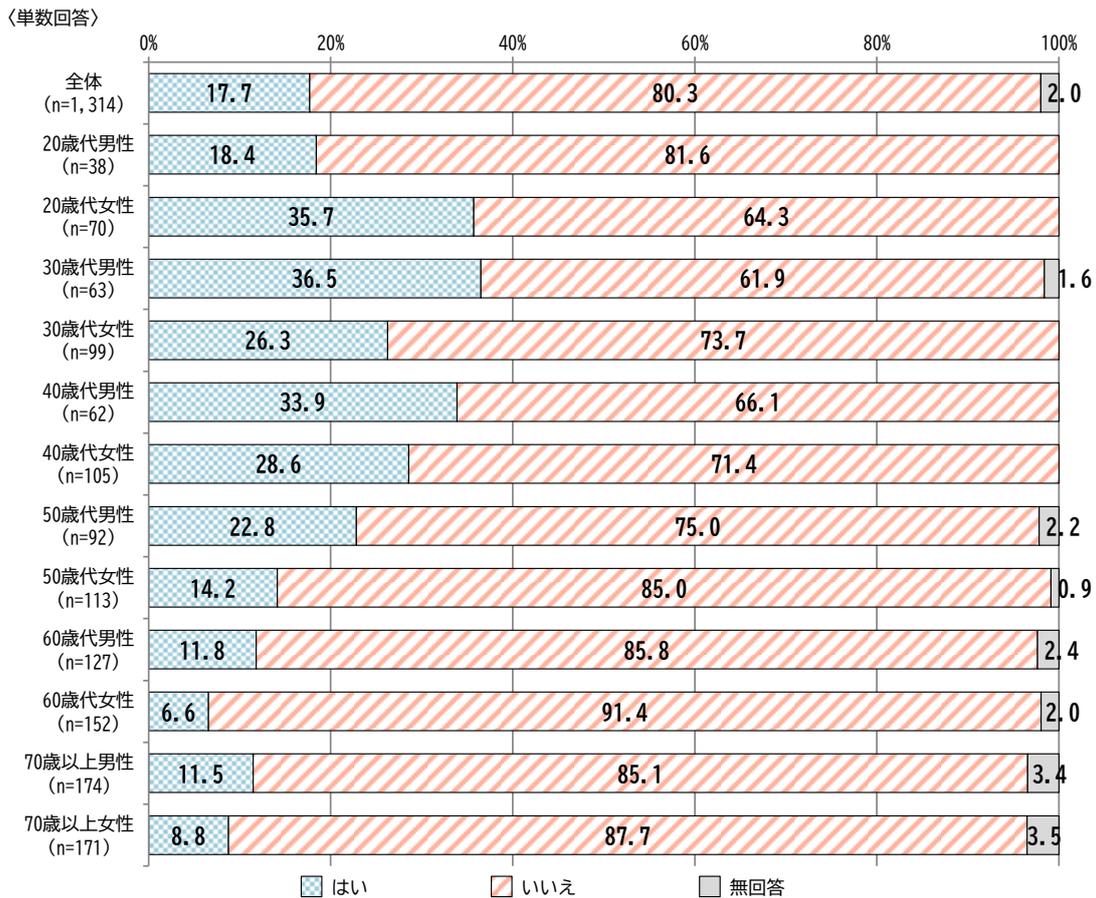
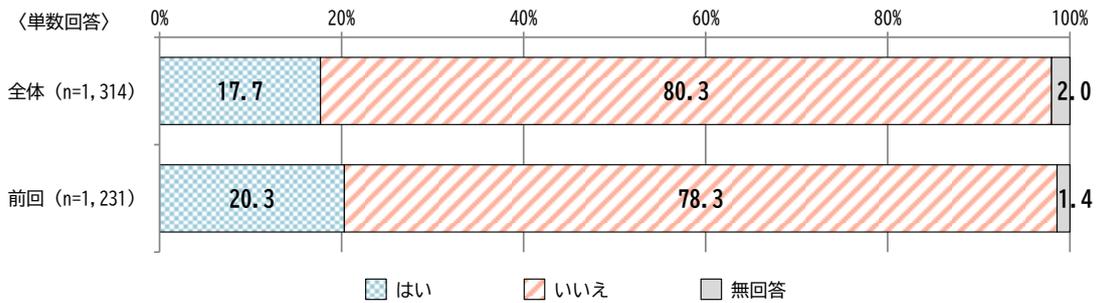


〈単数回答〉



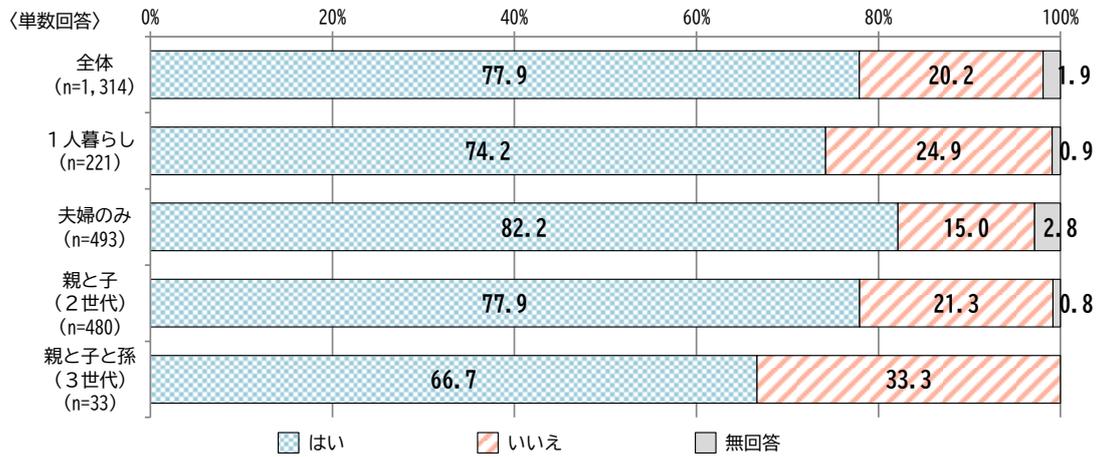
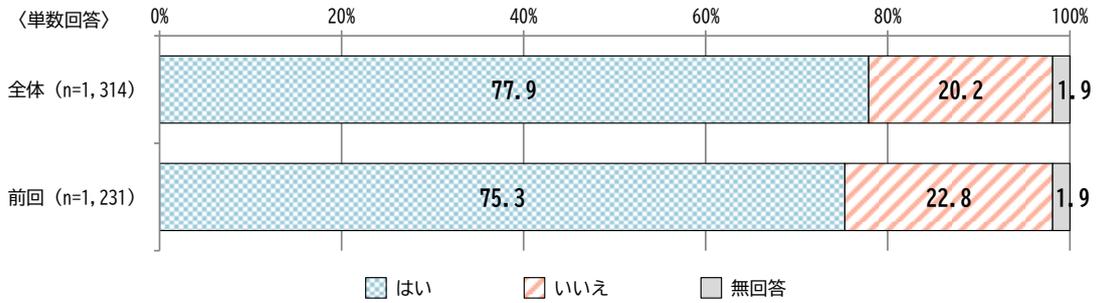
### ⑬ 外食をよくする

- ◇ 「はい」が17.7%、「いいえ」が80.3%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、30歳代～40歳代の男性と20歳代～30歳代の女性の「はい」の割合が3割前後となっており、他より高くなっている一方、60歳代女性では「いいえ」が91.4%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が2.6ポイント減少しています。



⑭ 調理や保存を上手にして無駄や廃棄を少なくしている

- ◇ 「はい」が77.9%、「いいえ」が20.2%となっています。
- ◇ 世帯構成別で見ると、親と子と孫（3世代）では「いいえ」が33.3%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が2.6ポイント増加しています。

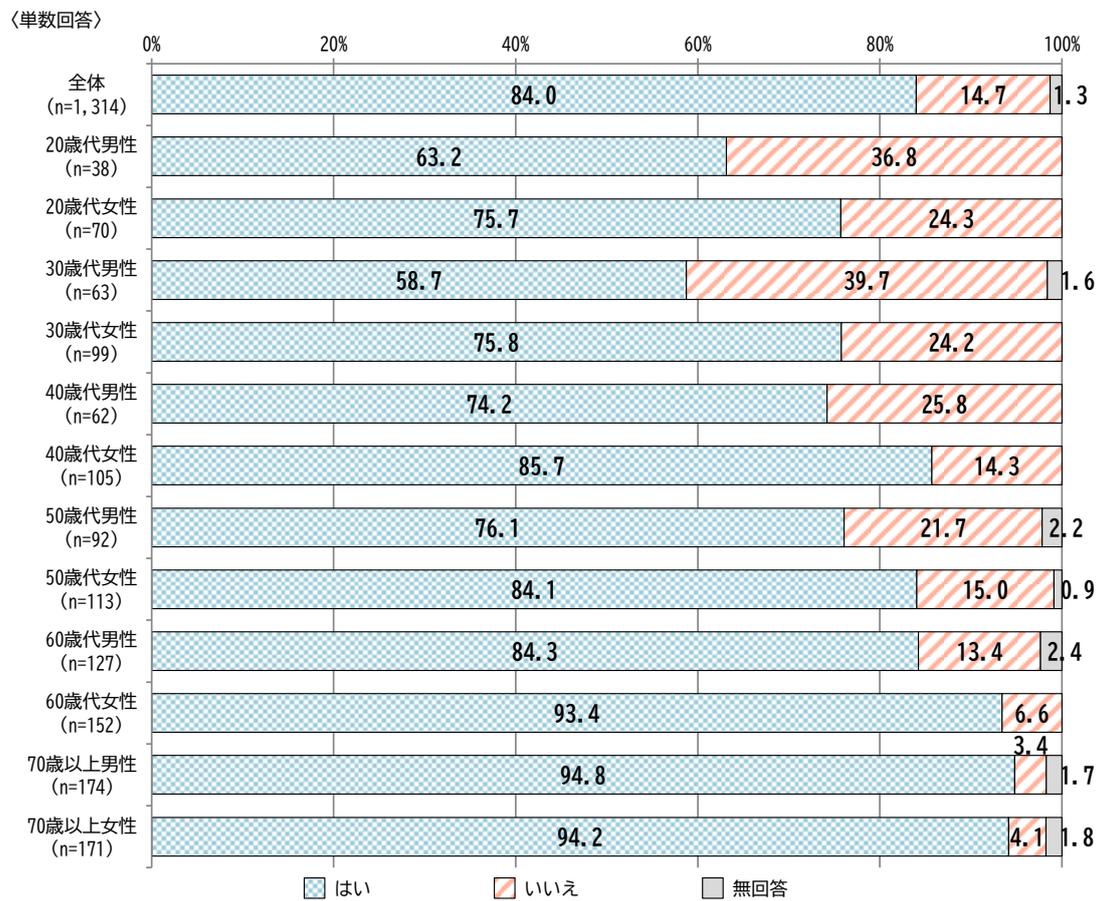
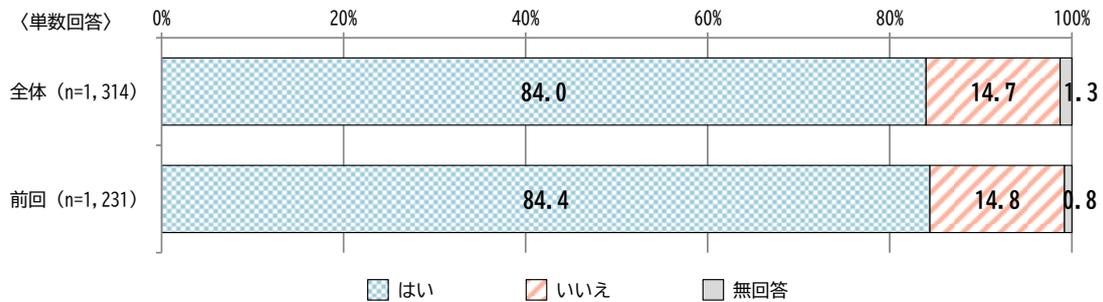


⑮ 朝食は、ほとんど毎日食べている

◇ 「はい」が84.0%、「いいえ」が14.7%となっています。

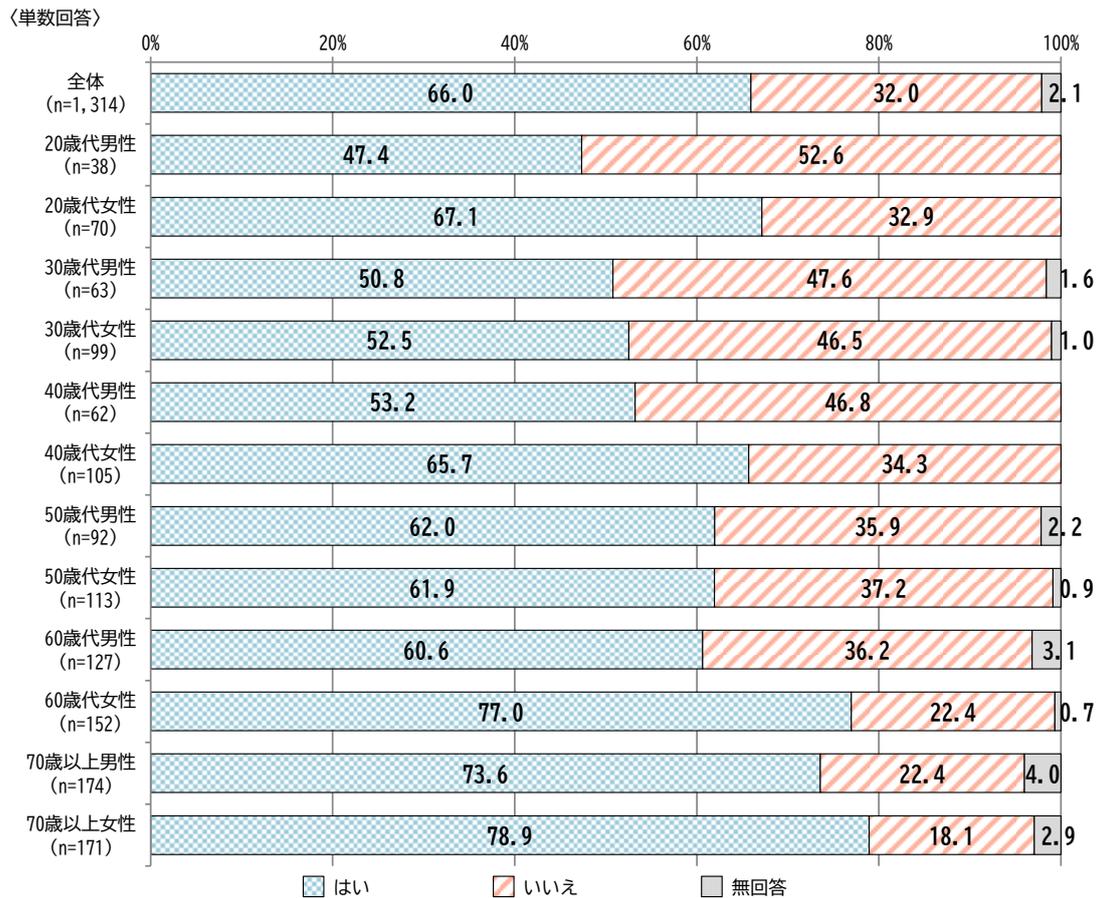
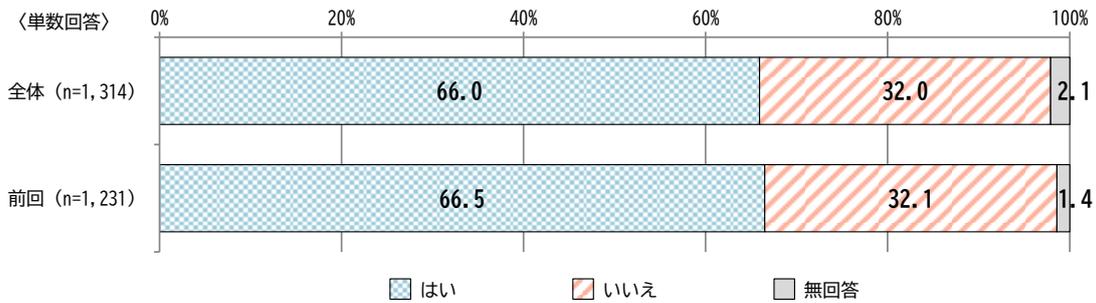
◇ 性年齢別で見ると、20歳代～30歳代の男性では「いいえ」の割合が3割を超えています。

◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が0.4ポイント減少しています。



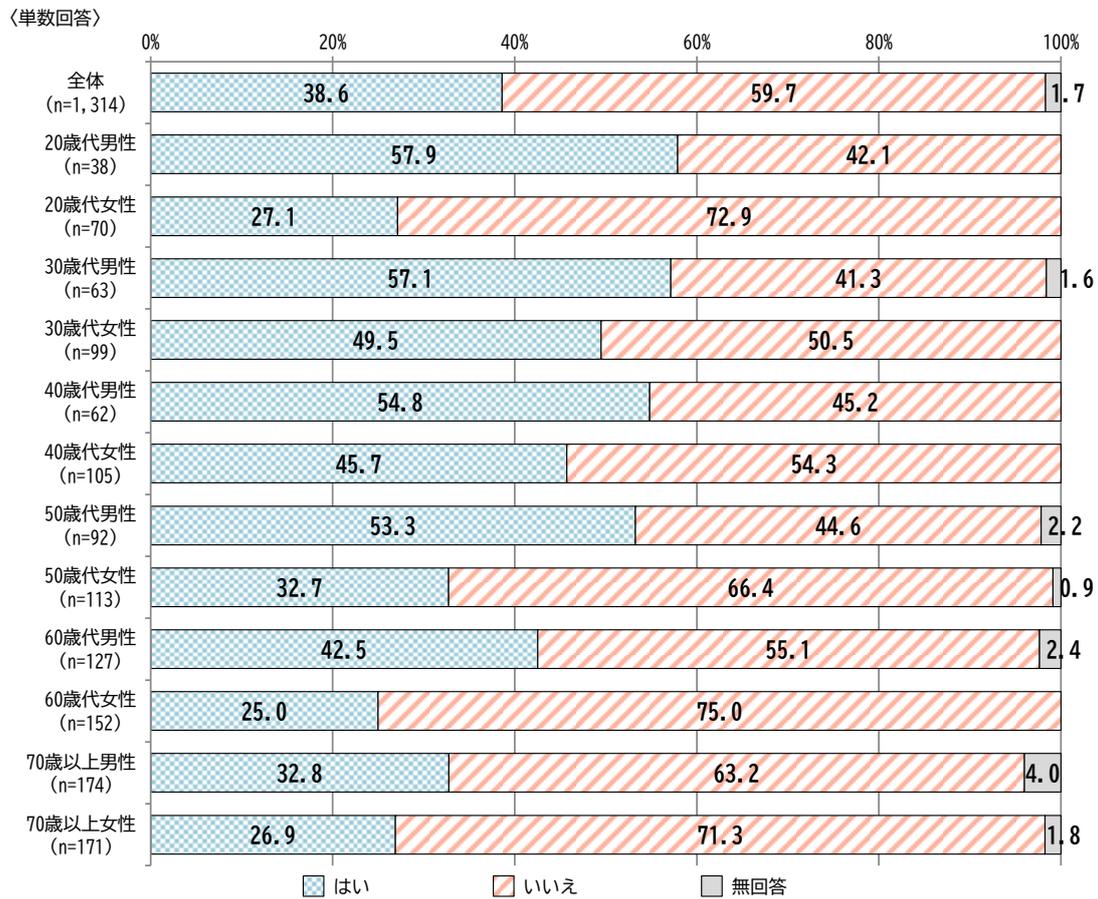
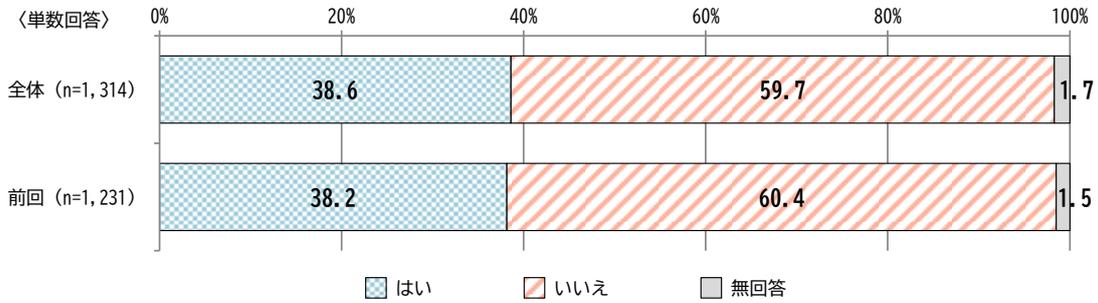
⑩ 主食・主菜・副菜を基本に、栄養バランスのとれた食事をするようにしている

- ◇ 「はい」が66.0%、「いいえ」が32.0%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、60歳代～70歳代の女性と70歳代男性では「はい」の割合が7割を超えている一方、20歳代～40歳代の男性および30歳代女性の割合が5割前後となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が0.5ポイント減少しています。



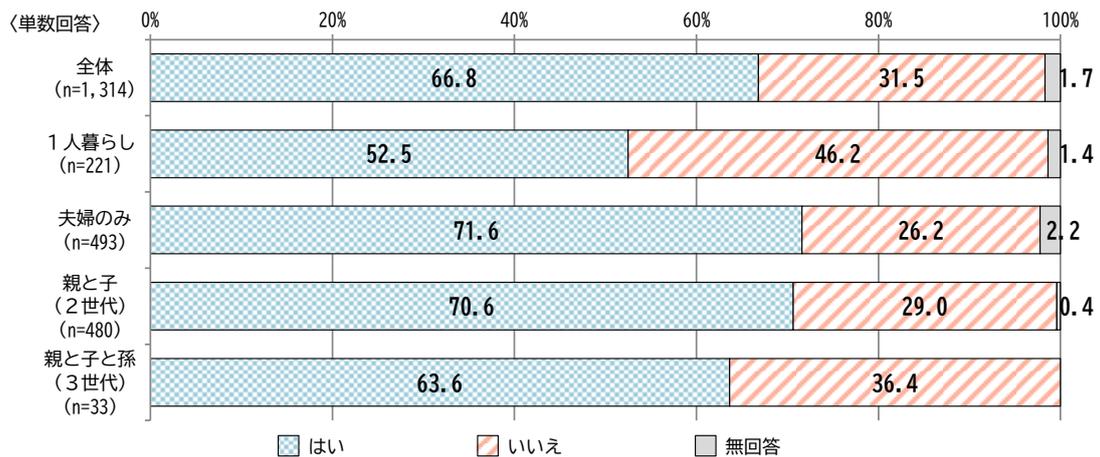
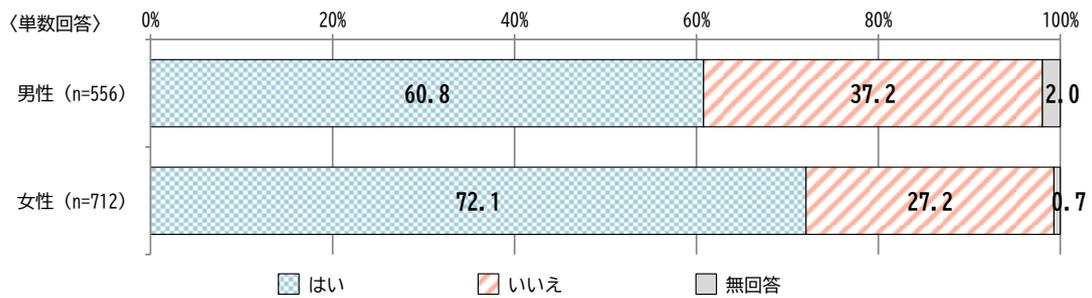
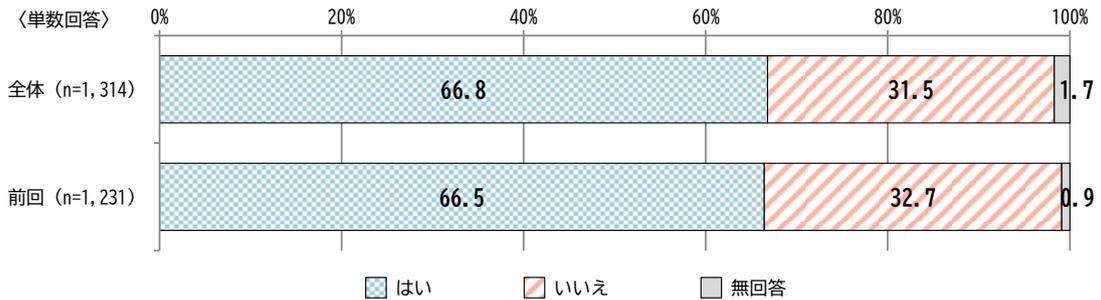
⑰ 塩味は濃いほうである

- ◇ 「はい」が38.6%、「いいえ」が59.7%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代～50歳代の男性では「はい」の割合が5割を超えている一方、20歳代女性では「いいえ」の割合が7割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が0.4ポイント増加しています。



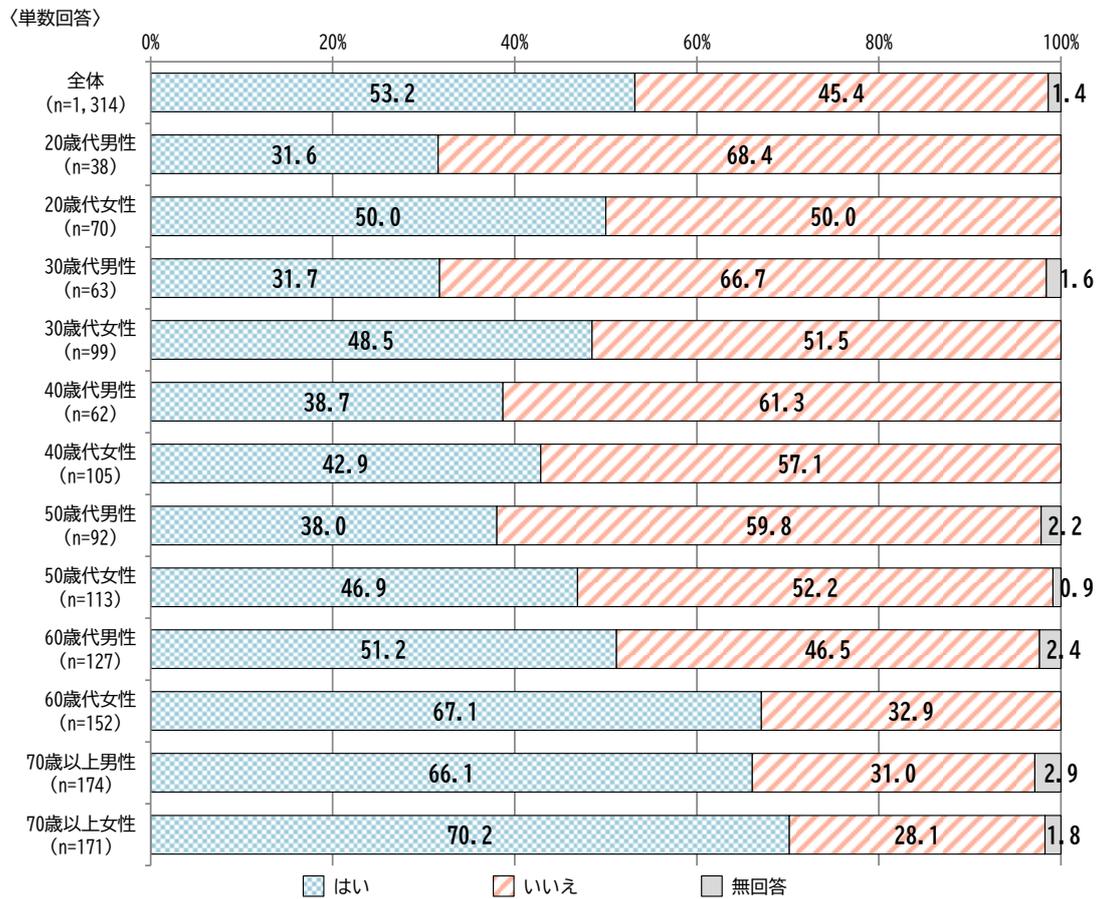
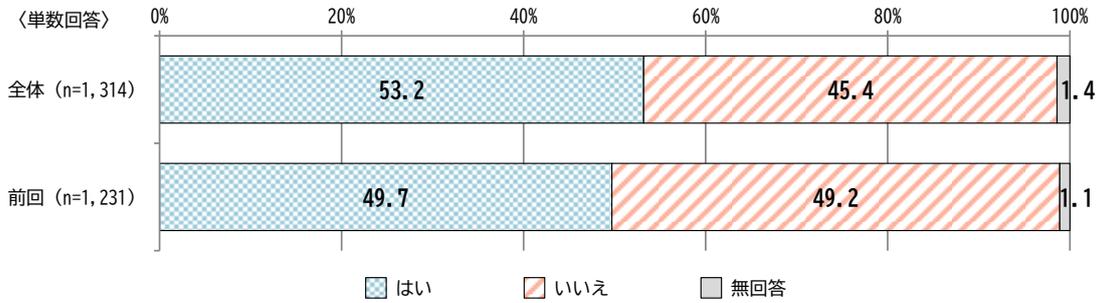
⑱ 緑黄色野菜（にんじん、トマト、ピーマンなど）をよく食べるほうである

- ◇ 「はい」が66.8%、「いいえ」が31.5%となっています。
- ◇ 性別で見ると、男性では「はい」が60.8%となっており、女性（72.1%）よりも11.3ポイント低くなっています。
- ◇ 世帯構成別で見ると、一人暮らしでは「いいえ」が46.2%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が0.3ポイント増加しています。



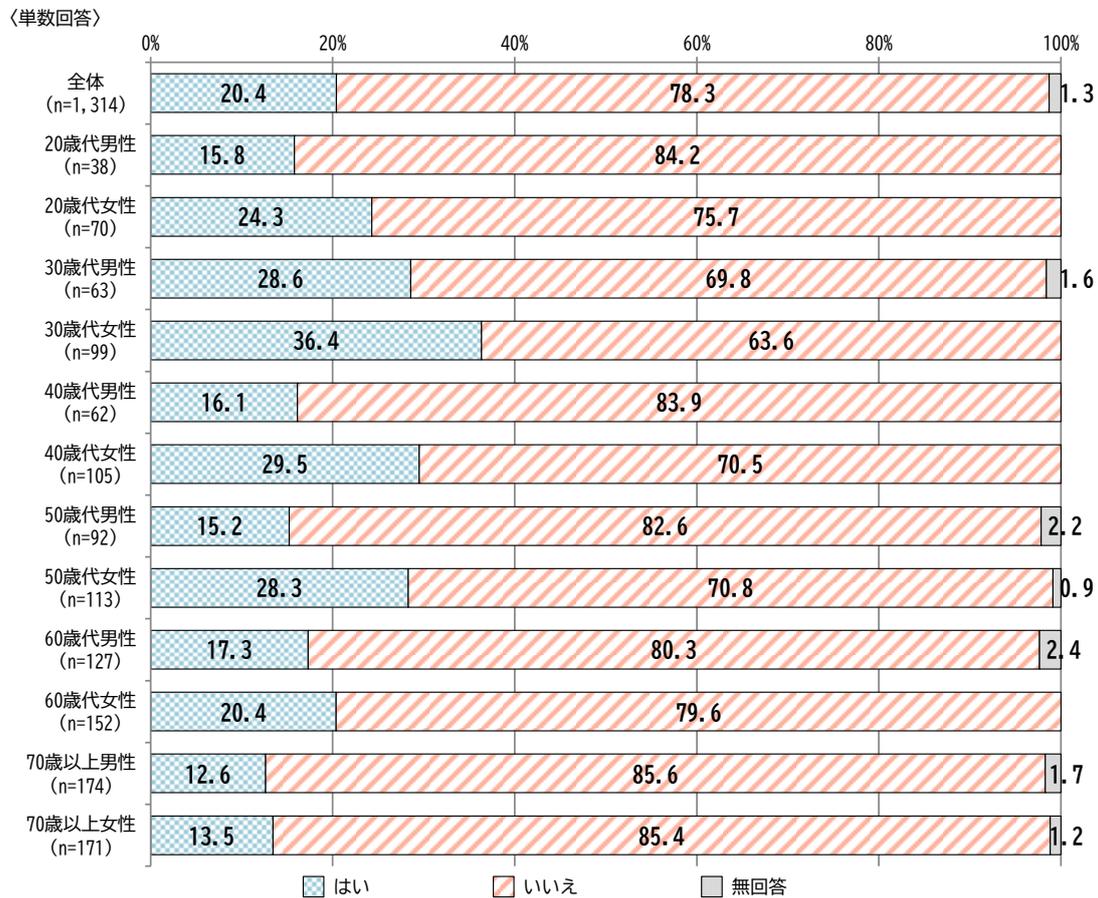
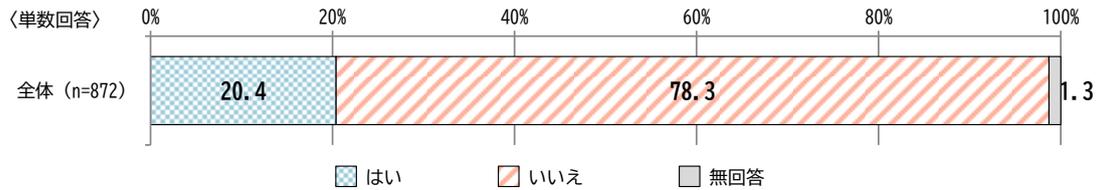
⑨ 果物類をよく食べるほうである

- ◇ 「はい」が53.2%、「いいえ」が45.4%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、70歳以上の女性では「はい」の割合が7割を超えている一方、20歳代～40歳代の男性では「いいえ」の割合が6割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が3.5ポイント増加しています。

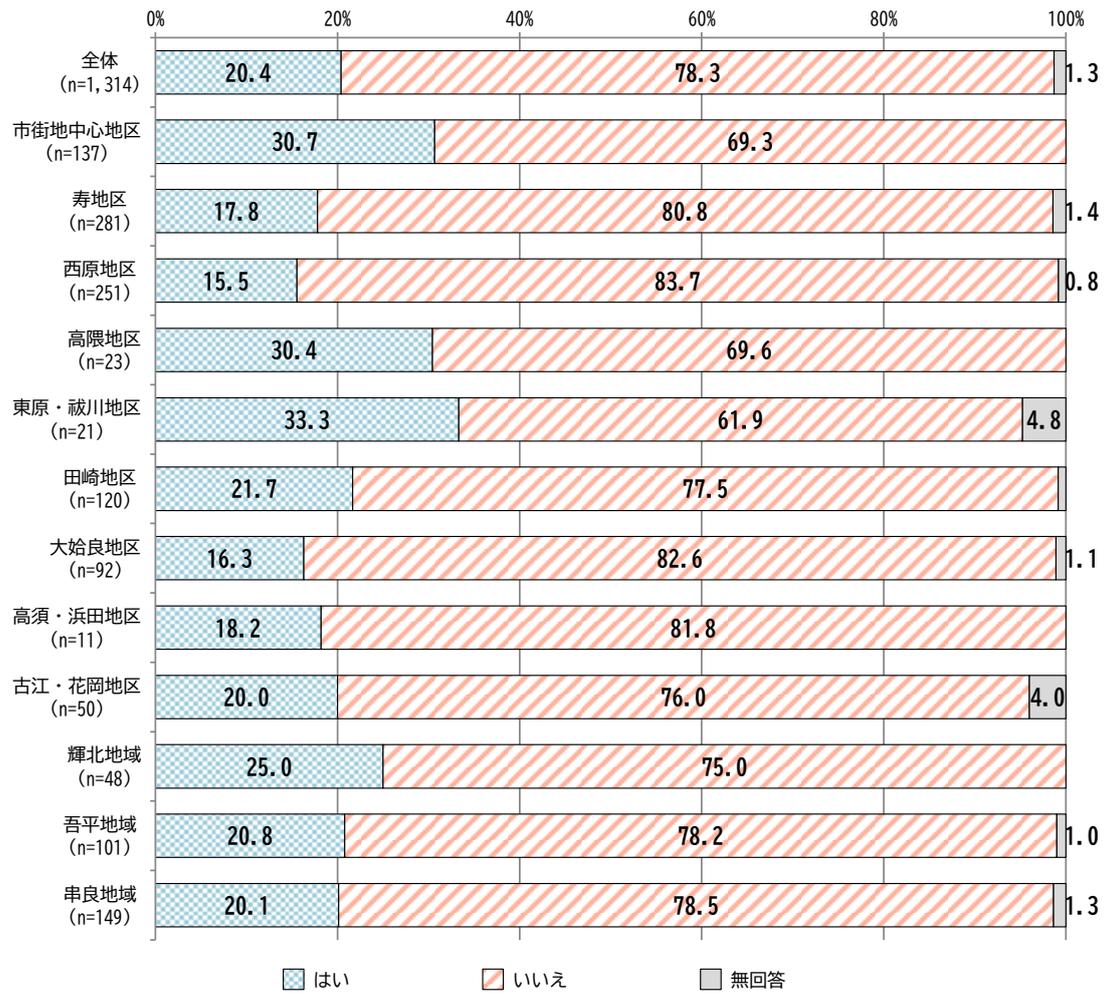


⑳ コロナ禍で食生活に影響がありましたか

- ◇ 「はい」が20.4%、「いいえ」が78.3%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、30歳代女性では「はい」が36.4%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 居住地区別で見ると、市街地中心地区と高隈地区と東原・祓川地区では「はい」の割合が3割を超えています。

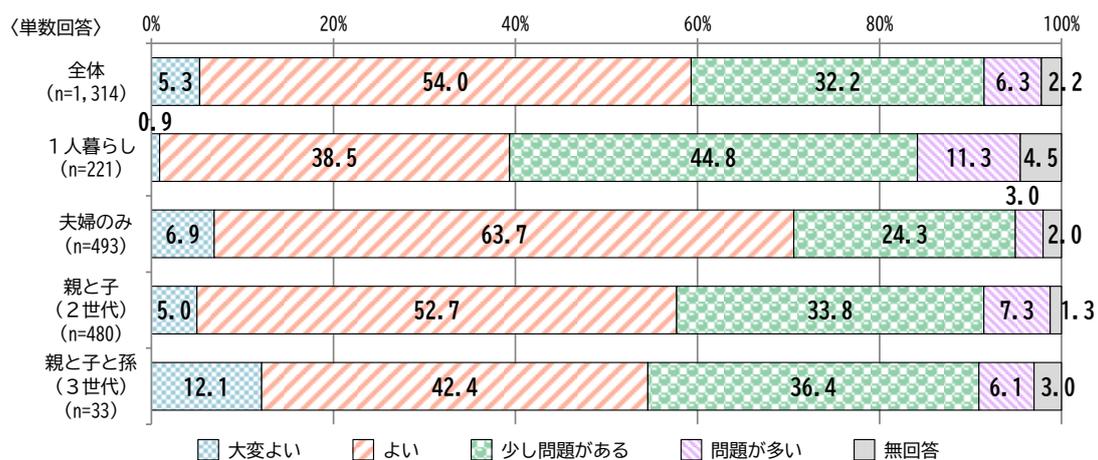
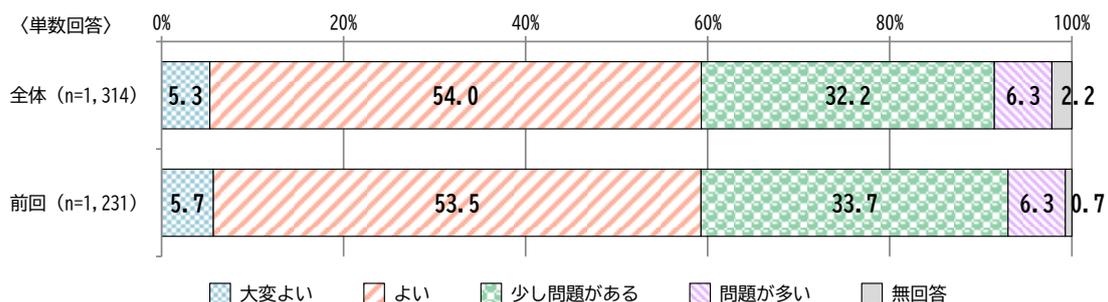


〈単数回答〉

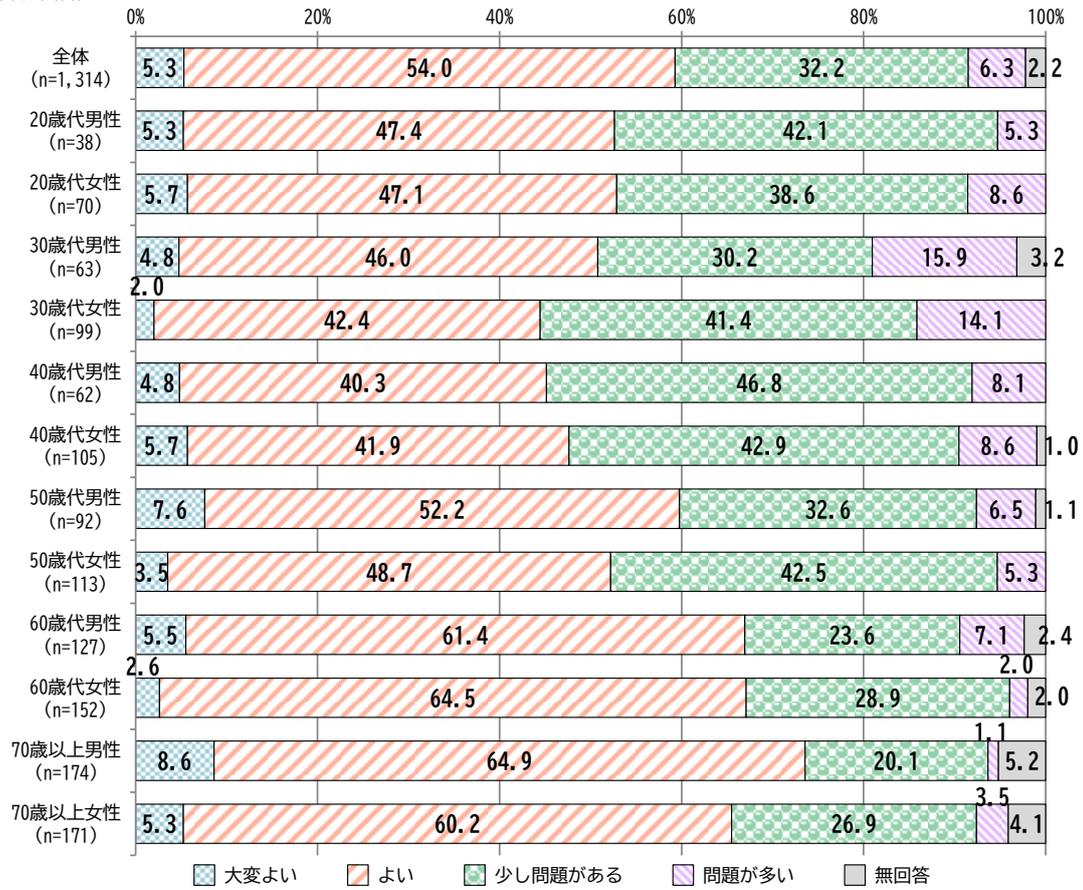


## 問12 あなたは、現在の食生活をどのように思いますか。(〇はひとつ)

- ◇ 「よい」が54.0%と最も高く、次いで、「少し問題がある」の32.2%、「問題が多い」の6.3%の順となっています。
- ◇ 世帯構成別でみると、一人暮らしでは「少し問題がある」が44.8%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 性年齢別でみると、20歳代と40歳代の男性と30歳代～50歳代の女性では「少し問題がある」が4割を超えており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「少し問題がある」が1.5ポイント減少しています。

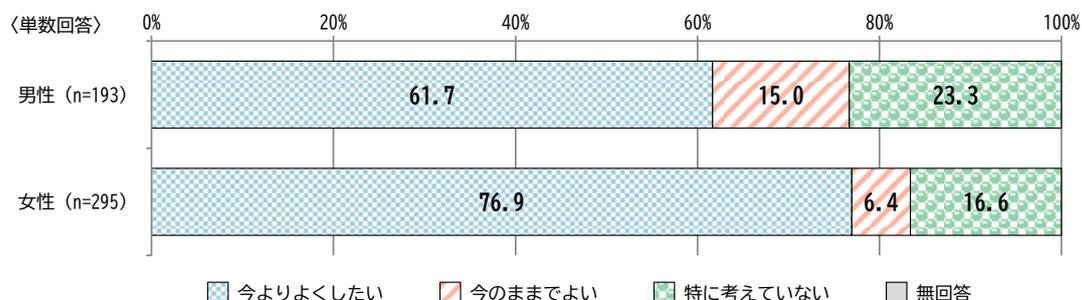
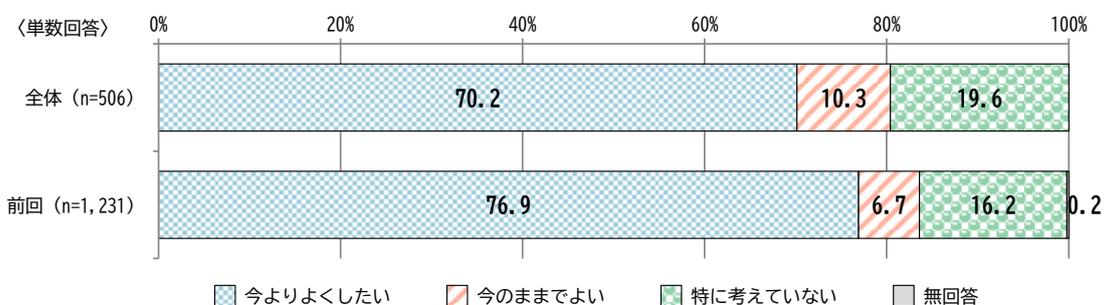


〈単数回答〉

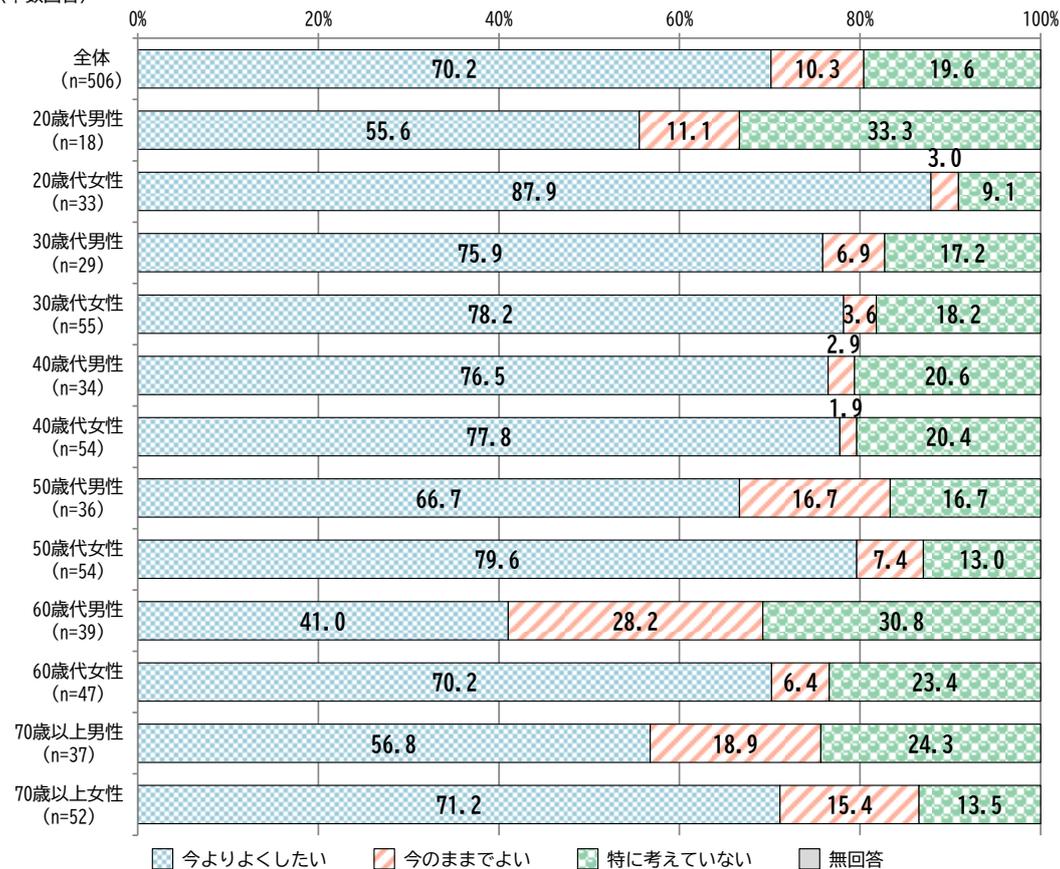


問 12 で「3. 少し問題がある」または「4. 問題が多い」と回答された方におたずねします。  
 問 13 自分の食生活について、今後どのようにしたいと思いますか。(○はひとつ)

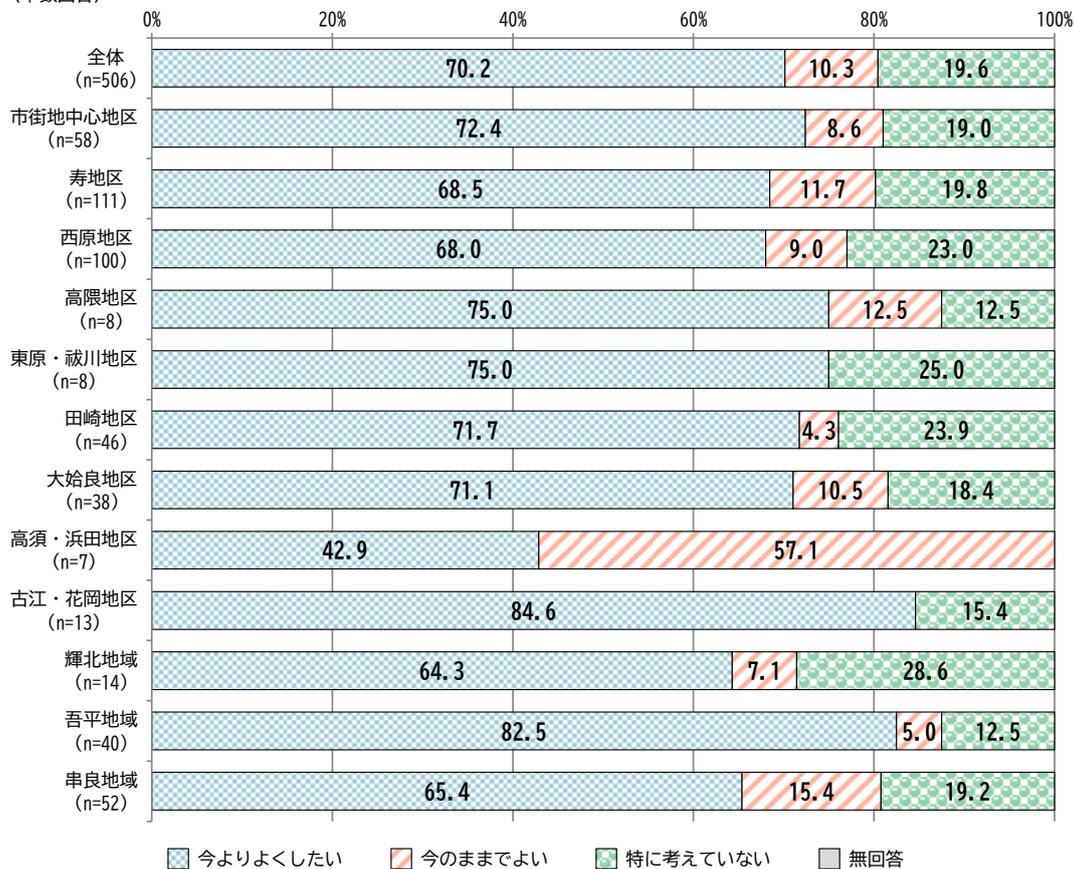
- ◇ 「今よりよくしたい」が 70.2%、「今のままでよい」が 10.3%、「特に考えていない」が 19.6%となっています。
- ◇ 性別で見ると、男性では「今よりよくしたい」が 61.7%となっており、女性（76.9%）よりも 15.2 ポイント低くなっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20 歳代女性では「今よりよくしたい」が 87.9%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 居住地区別で見ると、古江・花岡地区と吾平地域では「今よりよくしたい」の割合が 8割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「今よりよくしたい」が 6.7 ポイント減少しています。



〈単数回答〉

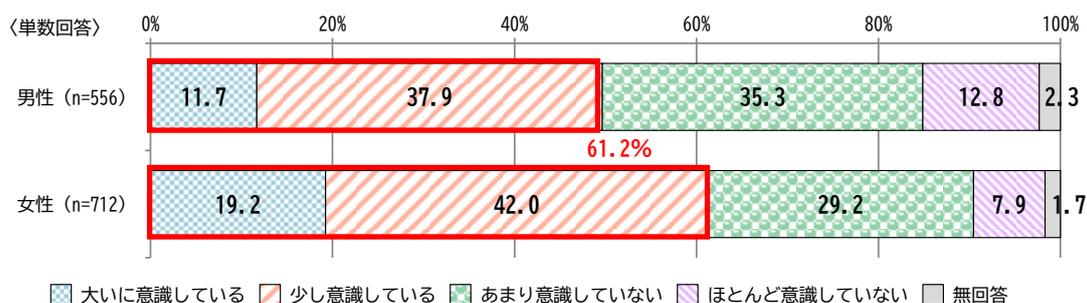
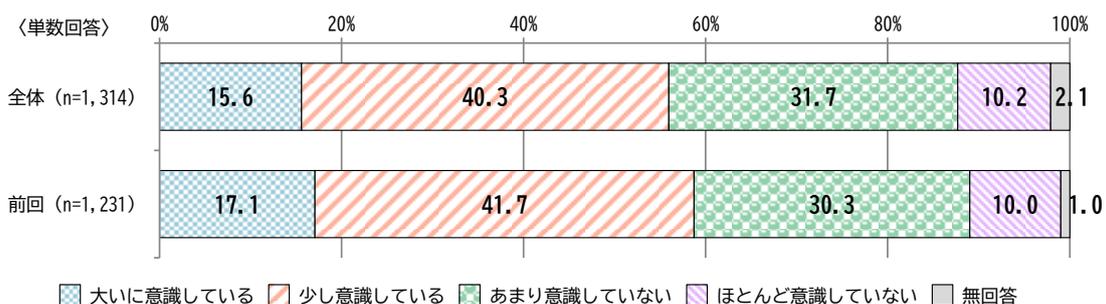


〈単数回答〉

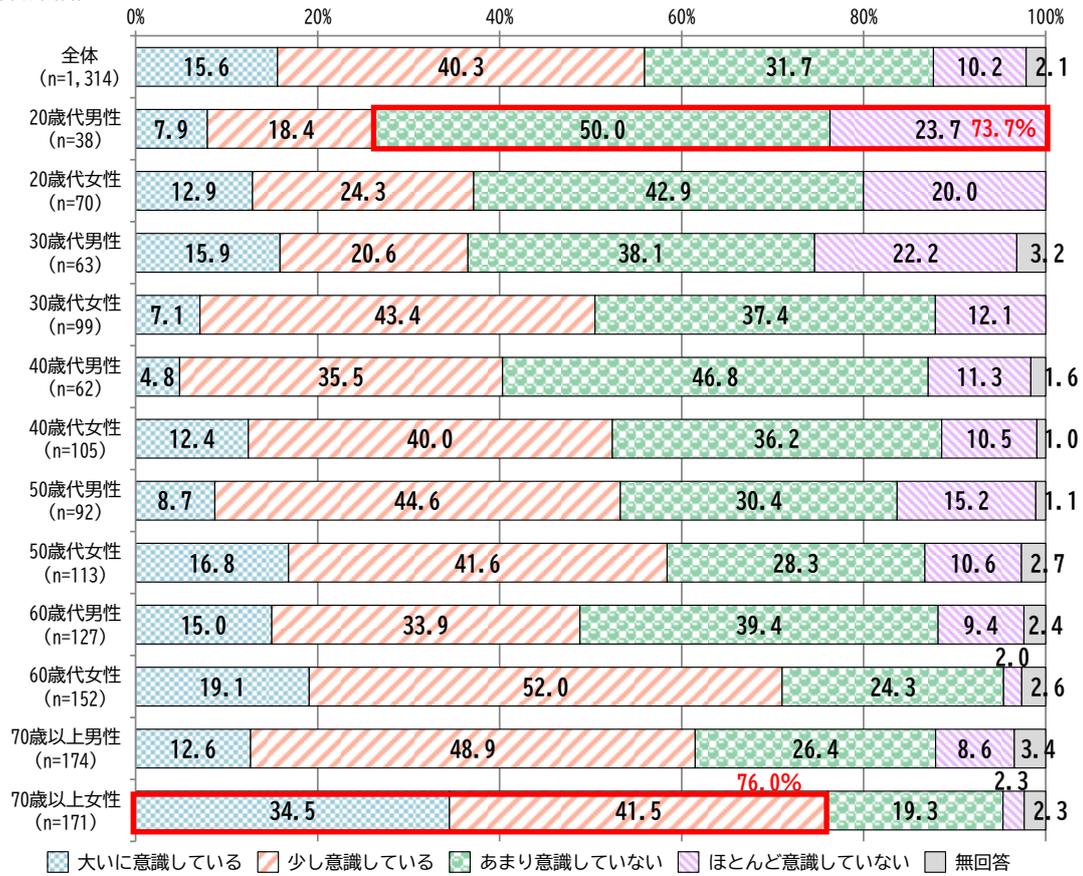


問 14 あなたは、日常の食事の中で鹿児島県の特産物（さつまいも、黒豚等）や身近でとれる地域の食材（きびなご、かんぱち、にがうり等）を意識して食べますか。（○はひとつ）

- ◇ 「少し意識している」が 40.3%と最も高く、次いで、「あまり意識していない」の 31.7%、「大いに意識している」の 15.6%の順となっています。
- ◇ 性別で見ると、女性では『意識している』（「大いに意識している」と「少し意識している」の合計）が 61.2%となっており、男性（49.6%）よりも 11.6 ポイント高くなっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、70 歳以上女性では『意識している』（「大いに意識している」と「少し意識している」の合計）が 76.0%、一方、20 歳代男性では『意識していない』（「あまり意識していない」と「ほとんど意識していない」の合計）が 73.7%となっており、それぞれ他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、『意識している』（「大いに意識している」と「少し意識している」の合計）が 2.9 ポイント減少しています。

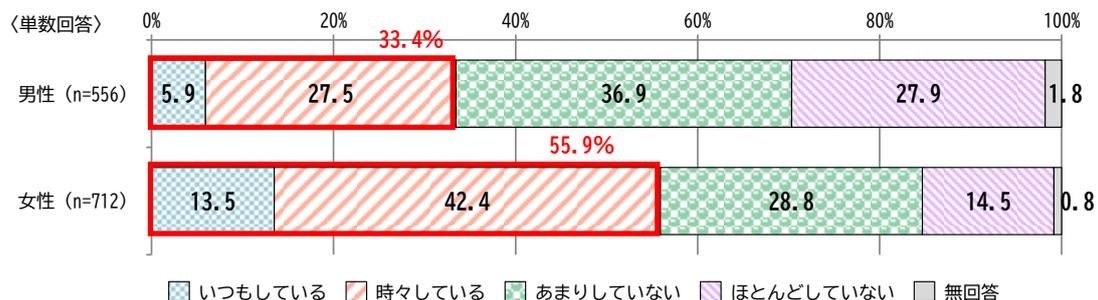
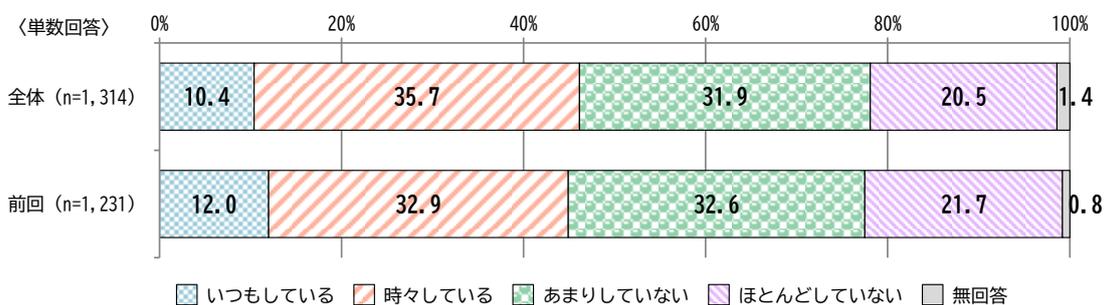


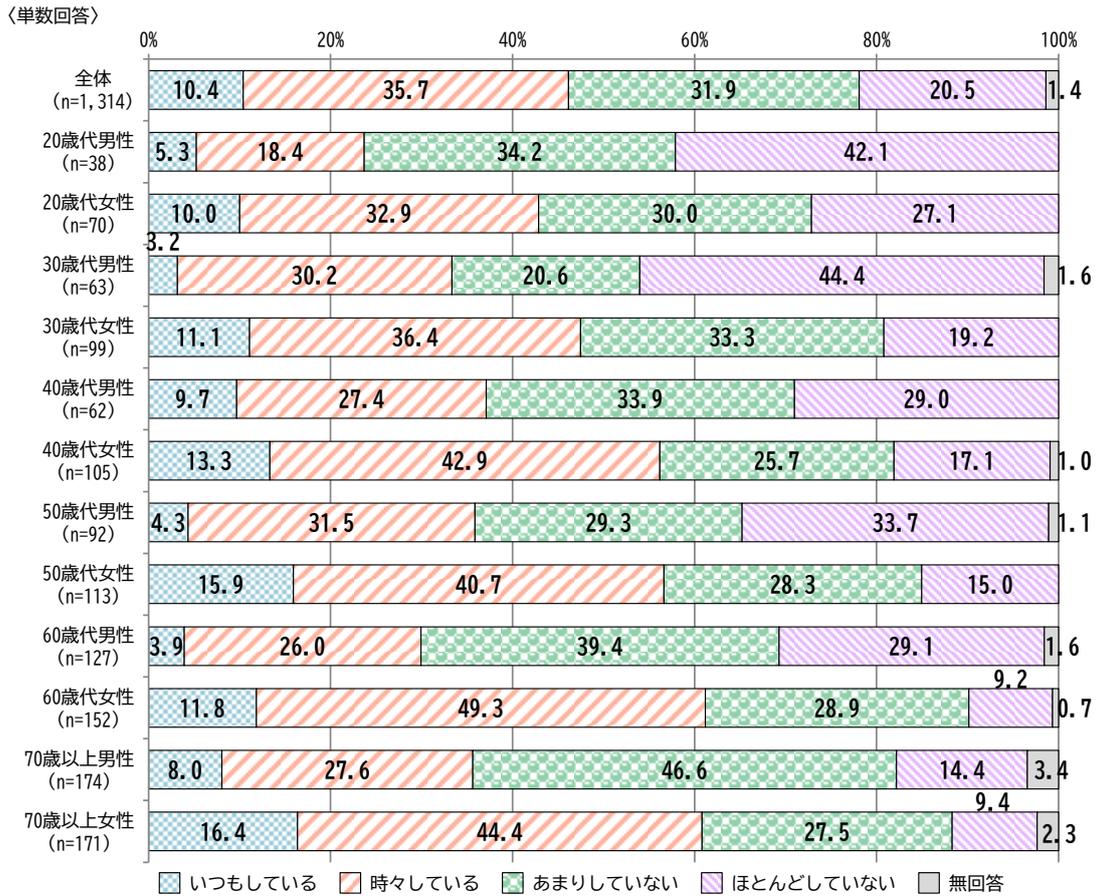
〈単数回答〉



問 15 あなたは、いつも外食をする時や食品を購入する時に、栄養成分の表示を参考にしていますか。(〇はひとつ)

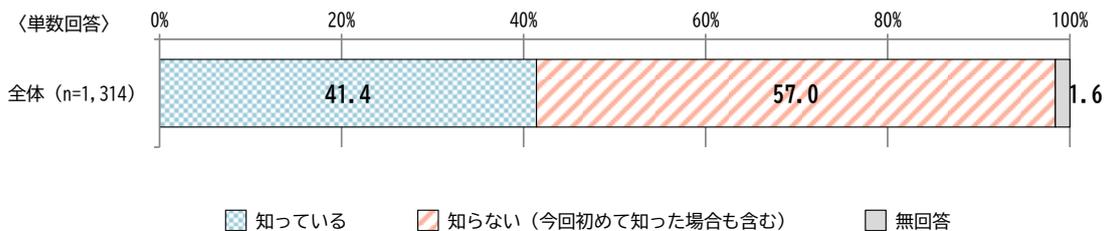
- ◇ 「時々している」が 35.7%と最も高く、次いで、「あまりしていない」の 31.9%、「ほとんど意識していない」の 20.5%の順となっています。
- ◇ 性別で見ると、女性では『している』（「いつもしている」と「時々している」の合計）が 55.9%となっており、男性（33.4%）よりも 22.5 ポイント高くなっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、40 歳代以上の女性では『している』（「いつもしている」と「時々している」の合計）が 6割前後となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「ほとんどしていない」が 1.9 ポイント減少しています。

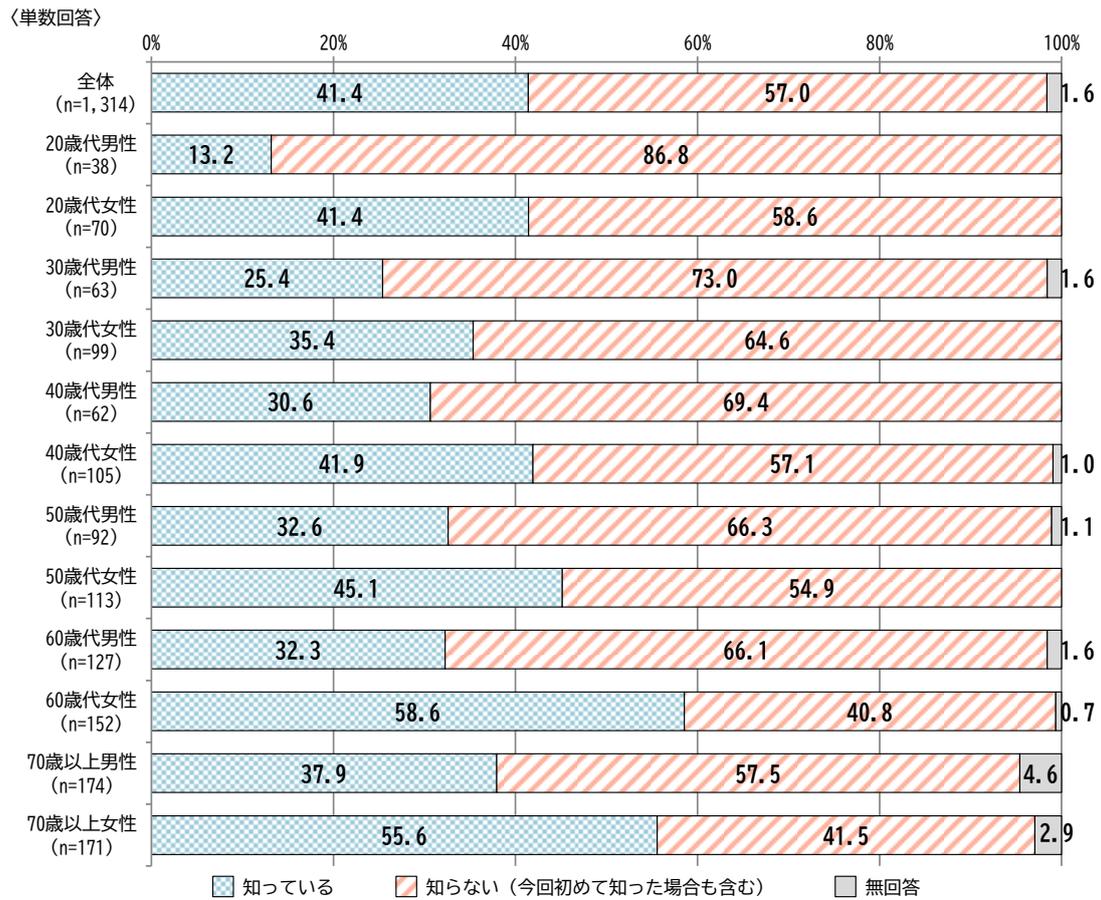
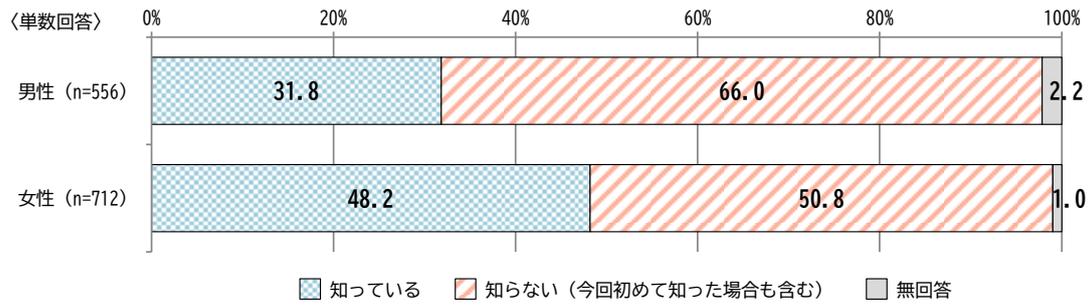




問 16 1日あたりの望ましい食塩摂取量を知っていますか。(○はひとつ)

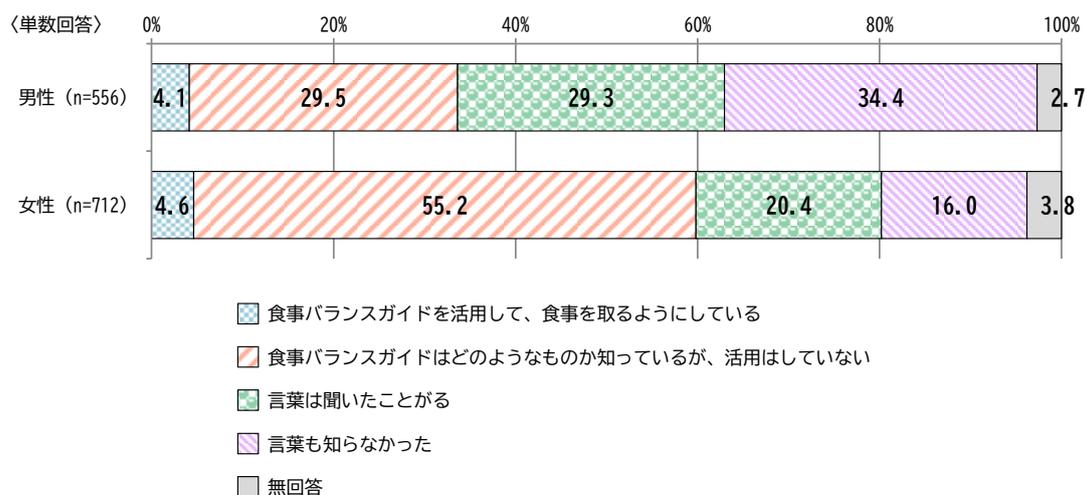
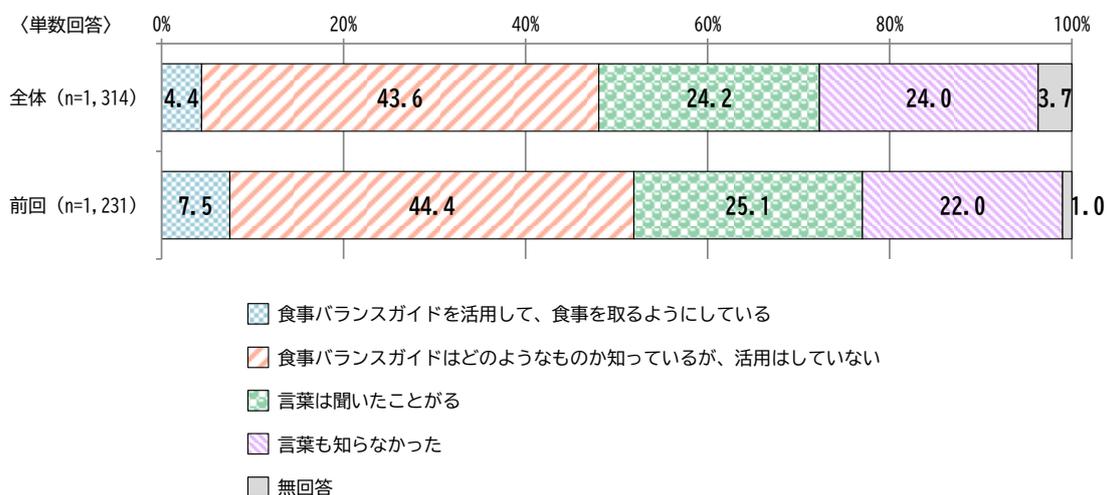
- ◇ 「知っている」が41.4%、「知らない（今回初めてしまった場合も含む）」が57.0%となっています。
- ◇ 性別で見ると、女性では「知っている」が48.2%となっており、男性よりも16.4ポイント高くなっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、60歳以上の女性では「知っている」の割合が5割を超えている一方、20歳代男性では「知っている」の割合が1割台にとどまっています。



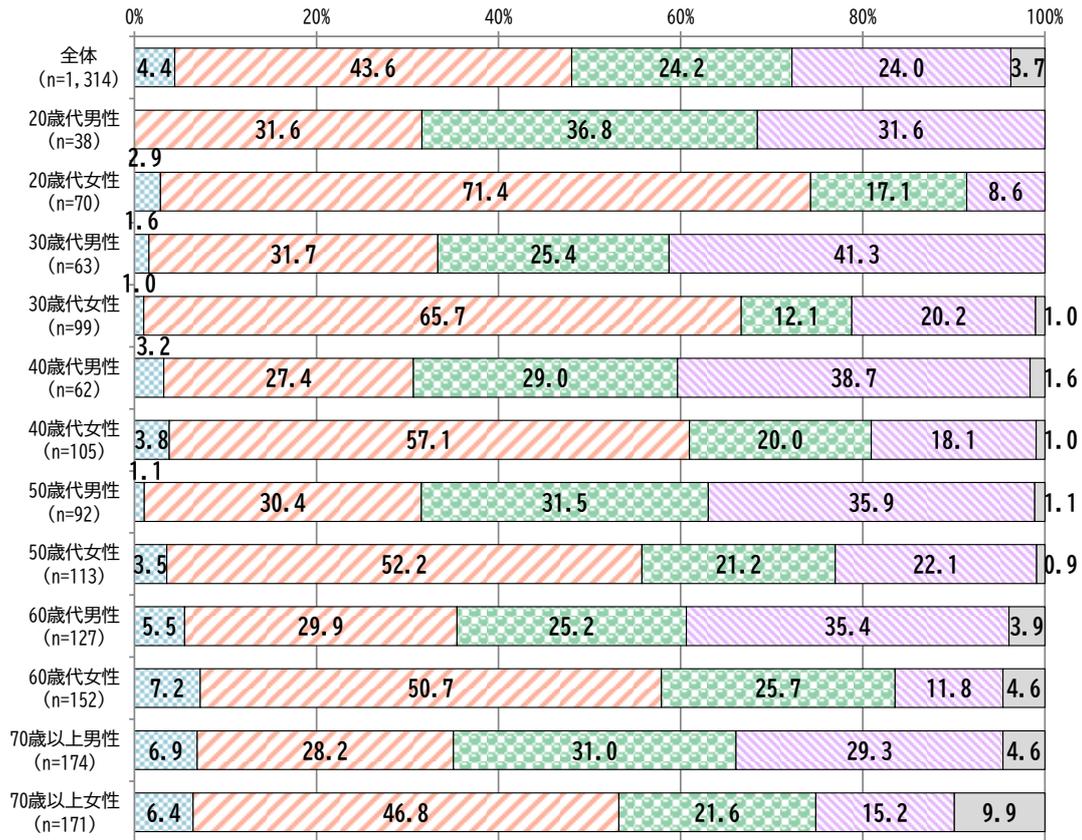


## 問 17 あなたは、食事バランスガイドを活用していますか。(〇はひとつ)

- ◇ 「食事バランスガイドはどのようなものか知っているが、活用はしていない」が43.6%と最も高く、次いで、「言葉は聞いたことがある」の24.2%、「言葉も知らなかった」の24.0%の順となっています。
- ◇ 性別でみると、男性では「言葉も知らなかった」が34.4%となっており、女性(16.0%)よりも18.4ポイント高くなっています。
- ◇ 性年齢別でみると、20歳代~60歳の女性では「食事バランスガイドはどのようなものか知っているが、活用はしていない」の割合が5割を超えています。
- ◇ 居住地区別でみると、田崎地区では「言葉も知らなかった」が35.0%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「食事バランスガイドを活用して、食事を取るようになっている」が3.1ポイント減少しています。

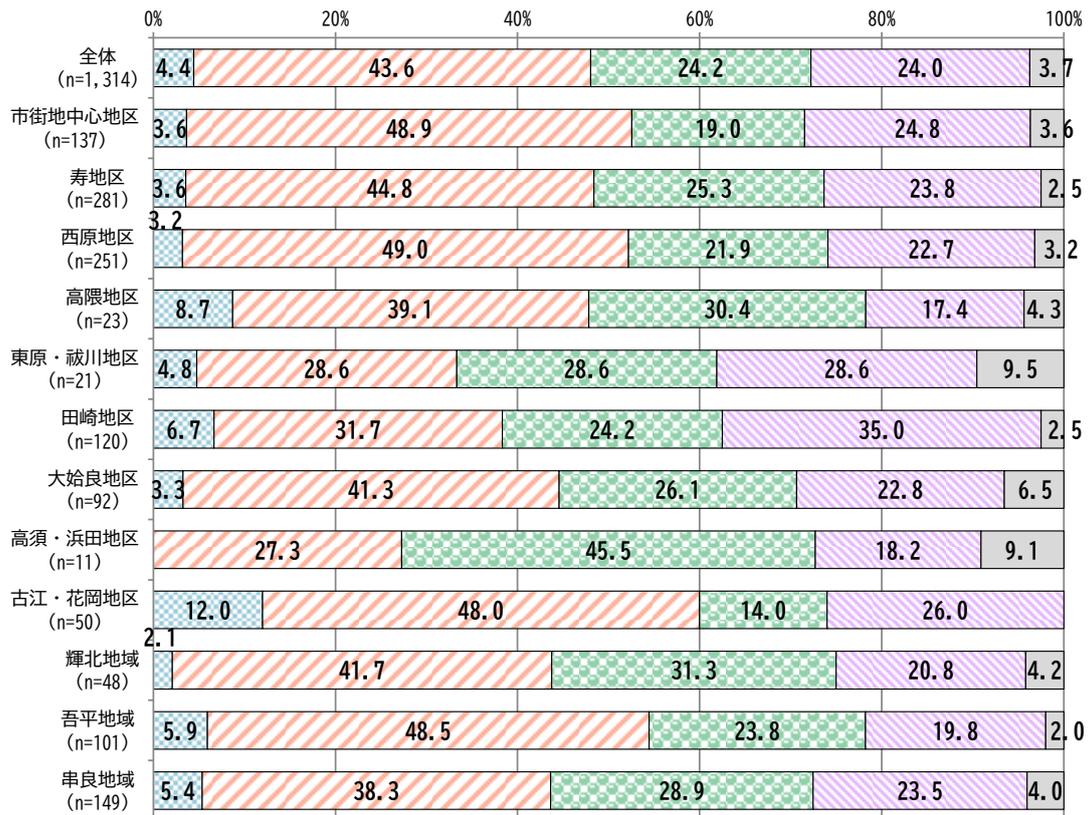


〈単数回答〉



- 食事バランスガイドを活用して、食事を取るようになっている
- 食事バランスガイドはどのようなものか知っているが、活用はしていない
- 言葉は聞いたことがある
- 言葉も知らなかった
- 無回答

〈単数回答〉

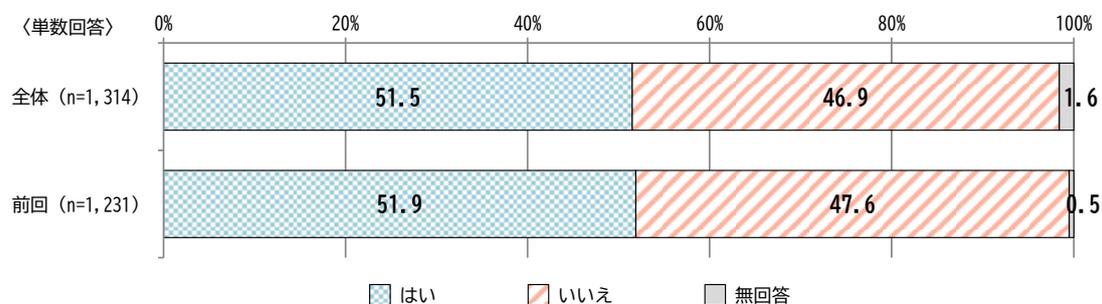


- 食事バランスガイドを活用して、食事を取るようになっている
- 食事バランスガイドはどのようなものか知っているが、活用はしていない
- 言葉は聞いたことがある
- 言葉も知らなかった
- 無回答

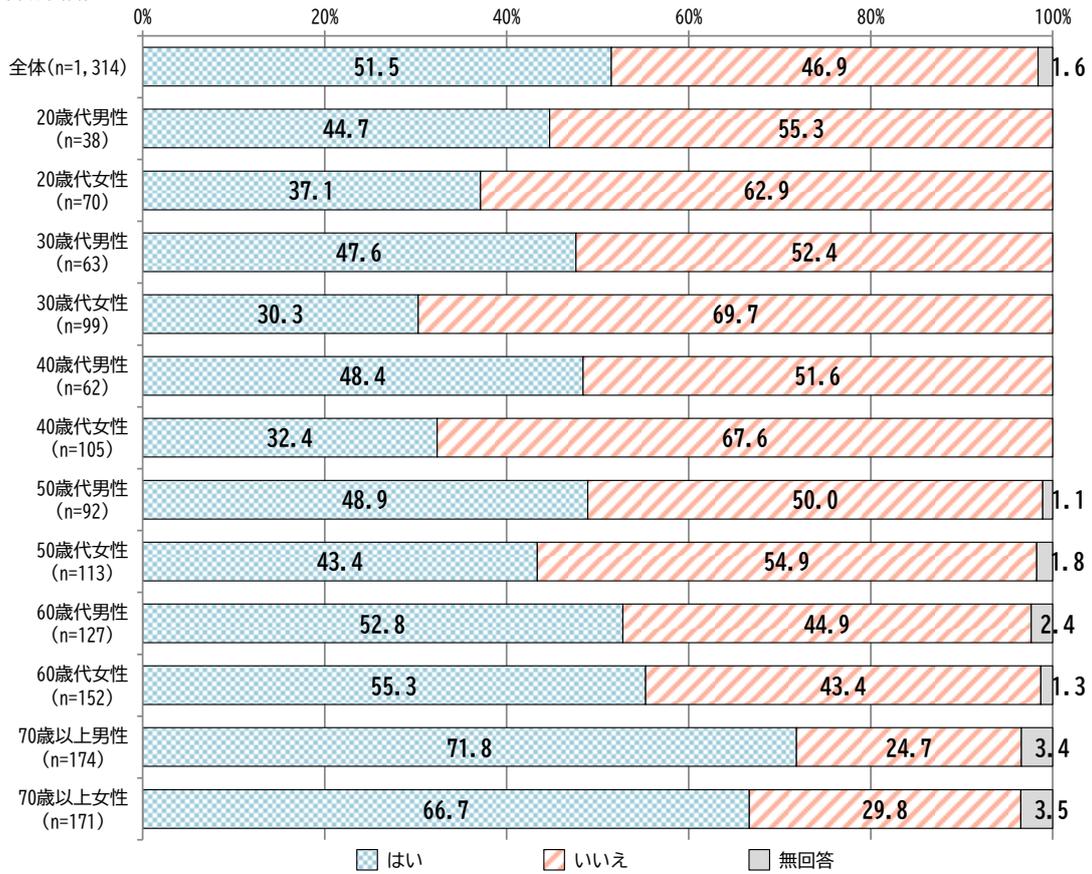
## IV 身体活動・運動について

問 18 あなたは、日頃から、日常生活の中で健康の維持・増進のために意識的に身体を動かすなどの運動を行っていますか。(○はひとつ)

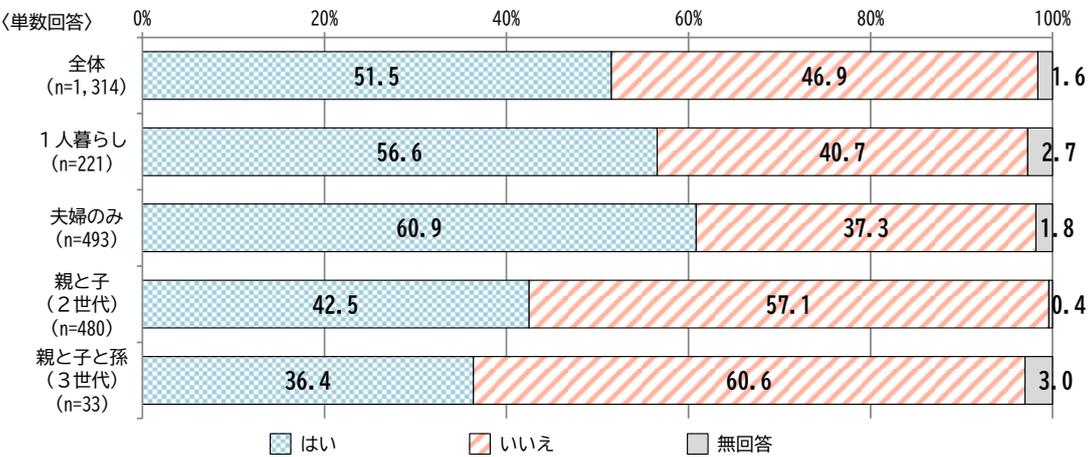
- ◇ 「はい」が51.5%、「いいえ」が46.9%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、70歳以上女性では「はい」が6割を超えている一方、20歳代～50歳代の女性では「いいえ」の割合が5割を超えています。
- ◇ 世帯構成別で見ると、親と子（2世代）と親と子と孫世帯（3世代）では「いいえ」の割合が6割前後となっており、「はい」を上回っています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が0.4ポイント減少しています。



〈単数回答〉

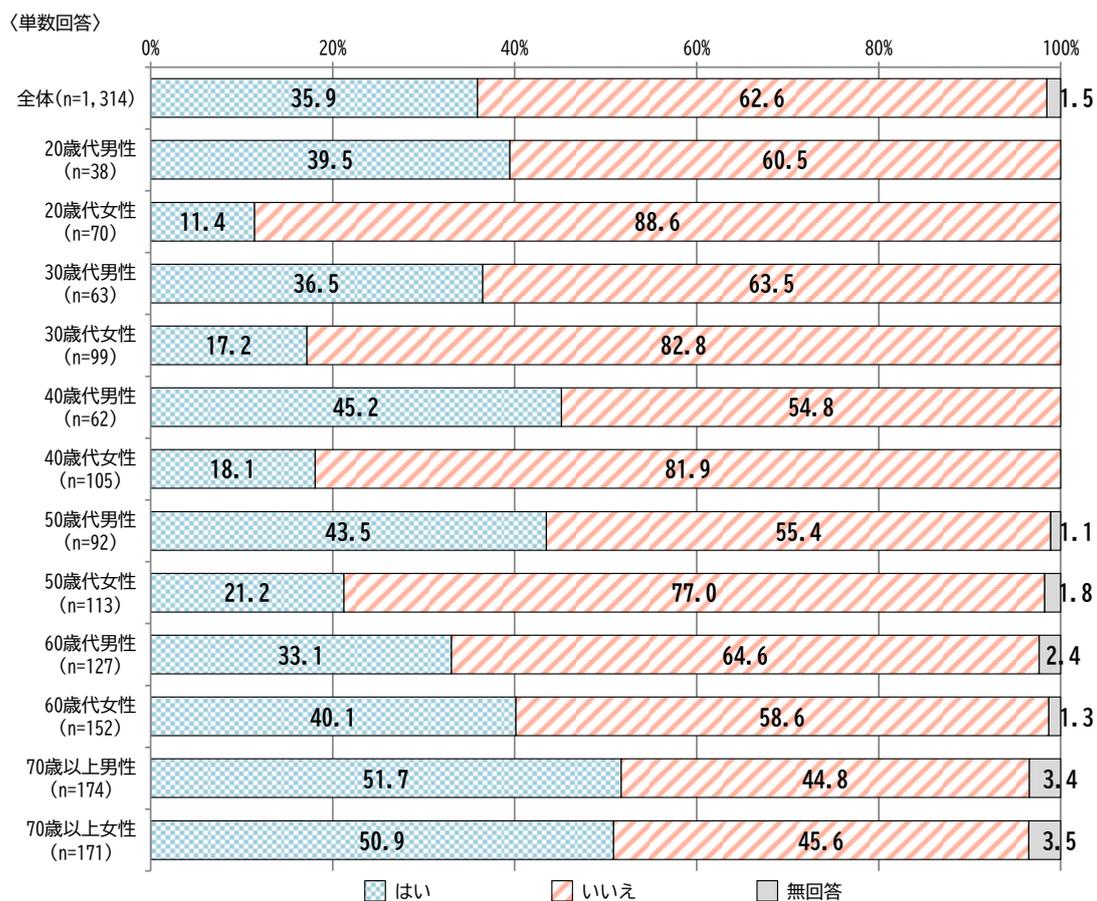
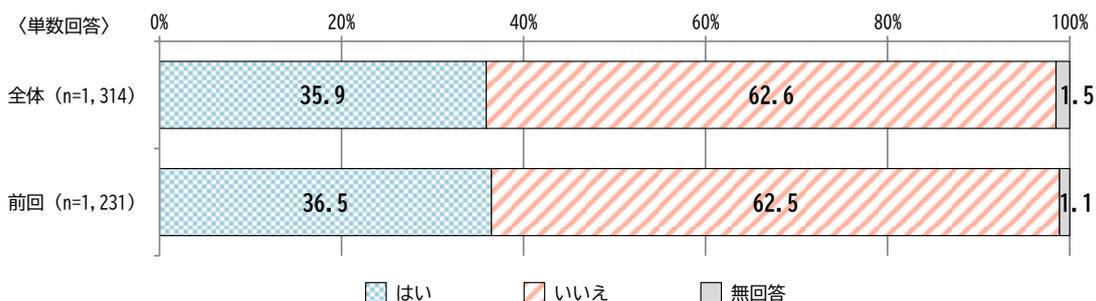


〈単数回答〉



問 19 あなたは、1年間以上継続している運動がありますか。(〇はひとつ)

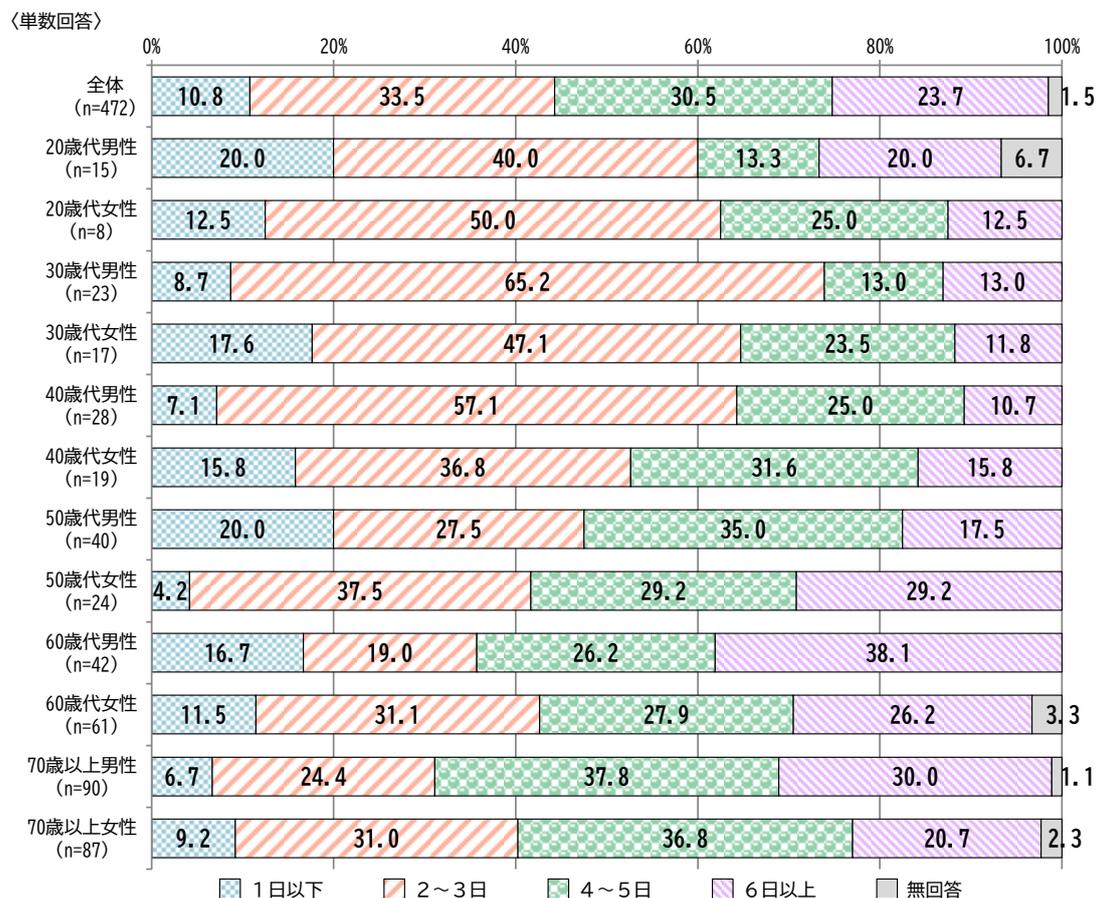
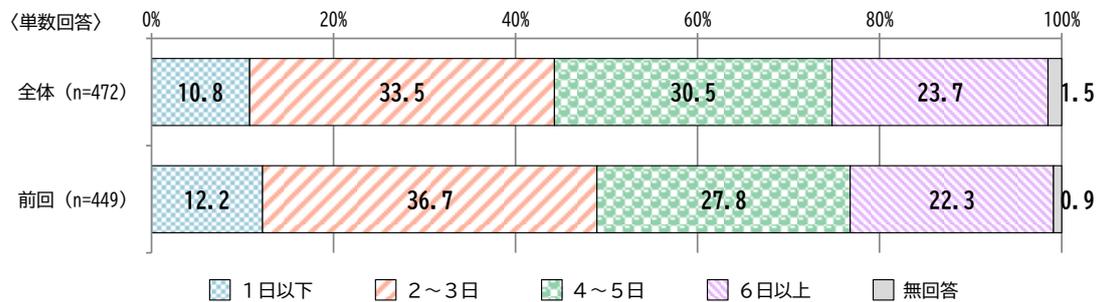
- ◇ 「はい」が35.9%、「いいえ」が62.6%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、70歳以上の男女では「はい」の割合が5割を超えている一方、20歳代～40歳代の女性では「はい」の割合が1割台にとどまっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が0.6ポイント減少しています。

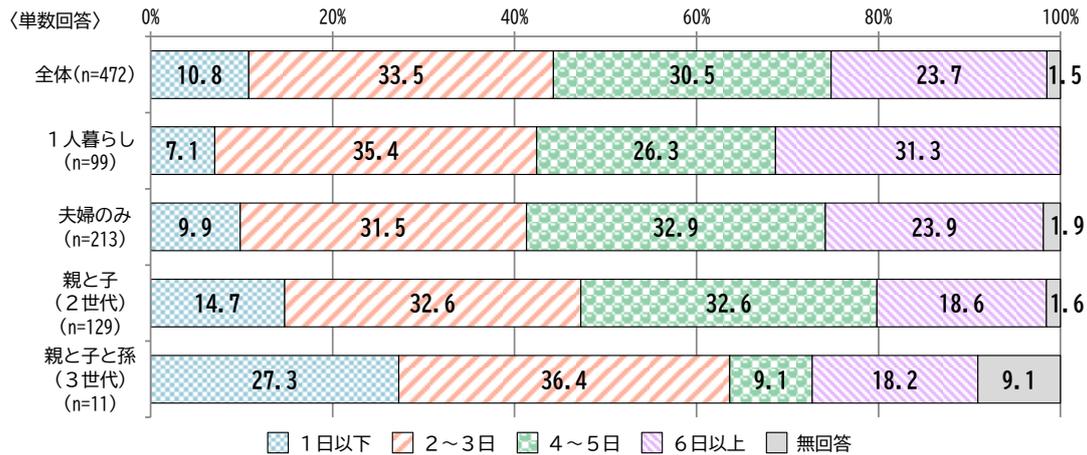


問 19 で「1. はい」と回答された方におたずねします。

問 20 その運動を週何日行いますか。(○はひとつ)

- ◇ 「2～3日」が 33.5%と最も高く、次いで、「4～5日」の 30.5%、「6日以上」の 23.7%の順となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、60 歳代以上の男性では「6日以上」の割合が3割を超えている一方、20 歳代と 50 歳代の男性では「1日以下」の割合がそれぞれ2割となっています。
- ◇ 世帯構成別で見ると、一人暮らしでは「6日以上」が 31.3%、親と子と孫（3世代）では「1日以下」が 27.3%となっており、それぞれ他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「1日以下」が 1.4 ポイント減少しています。

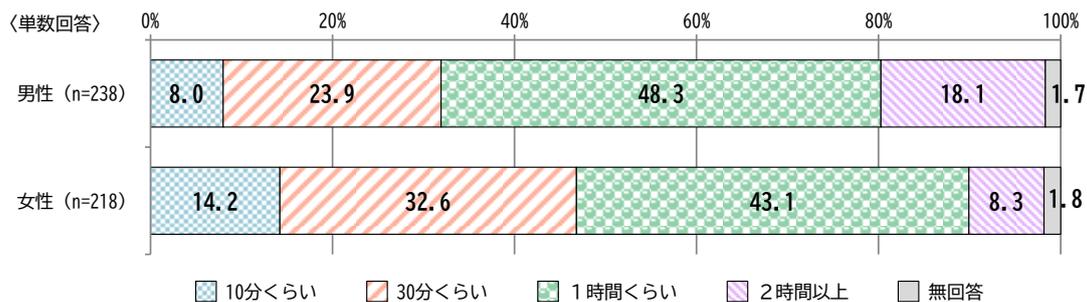
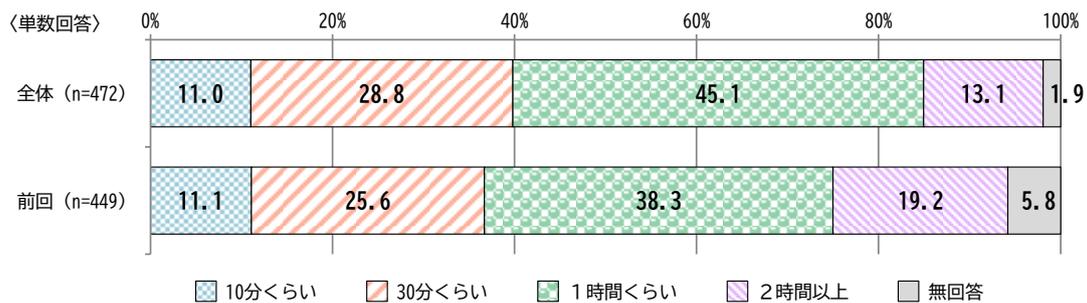




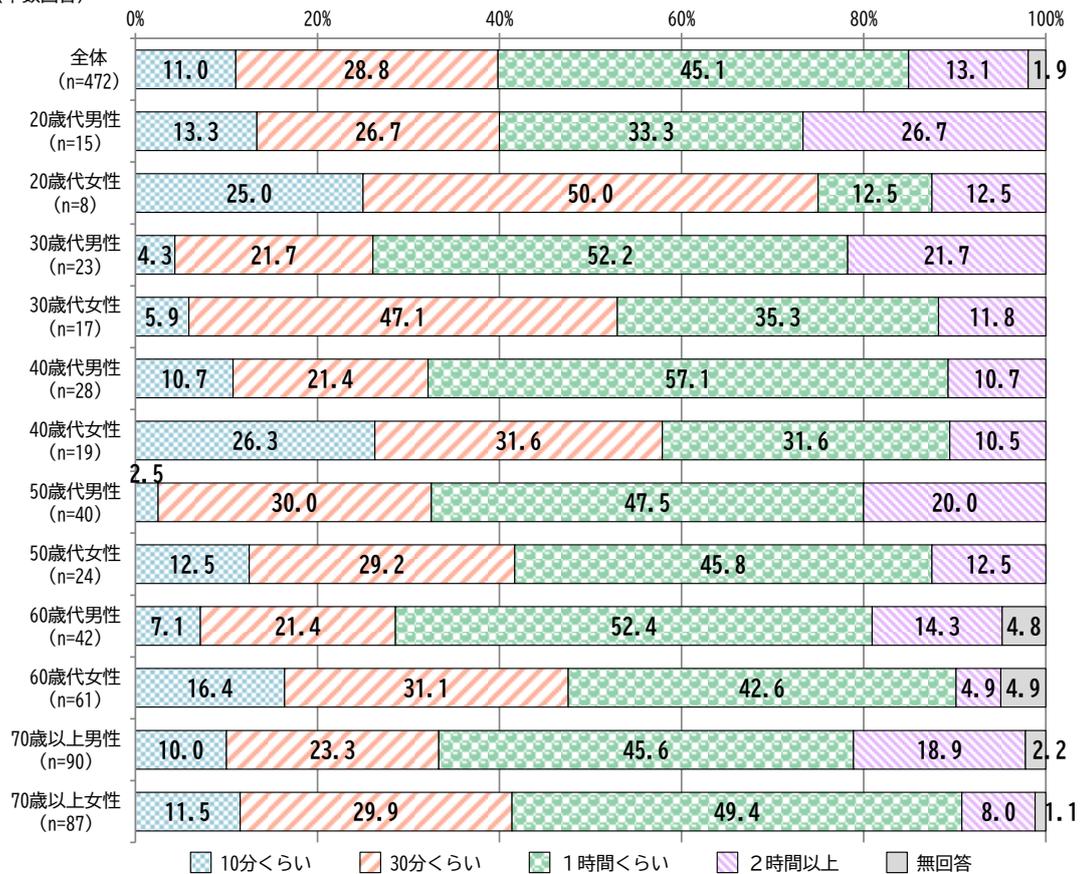
問 19 で「1. はい」と回答された方におたずねします。

問 21 1 回あたりの運動時間はどのくらいですか。(○はひとつ)

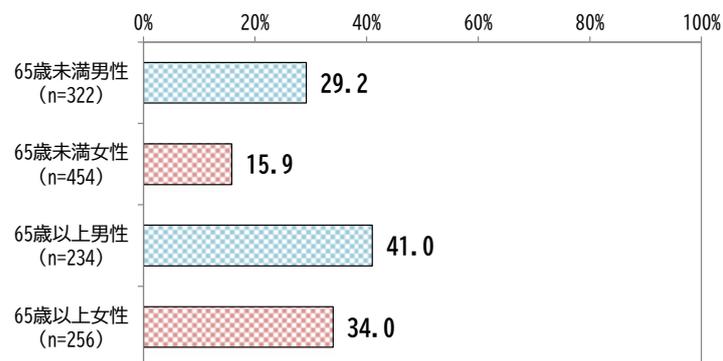
- ◇ 「1 時間ぐらい」が 45.1% と最も高く、次いで、「30 分ぐらい」の 28.8%、「2 時間以上」の 13.1% の順となっています。
- ◇ 性別で見ると、男性の方が「1 時間ぐらい」と「2 時間以上」の割合が高く、女性より 1 日あたりの運動時間は長くなっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、30 歳代～40 歳代と 60 歳代の男性では「1 時間ぐらい」の割合が 5 割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「1 時間ぐらい」が 6.8 ポイント増加し、「2 時間以上」が 6.1 ポイント減少しています。



〈単数回答〉



◇ 運動習慣のある人（1日30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している）は65歳未満男性で29.2%、65歳未満女性で15.9%、65歳以上男性で41.0%、65歳以上女性で34.0%となっています。

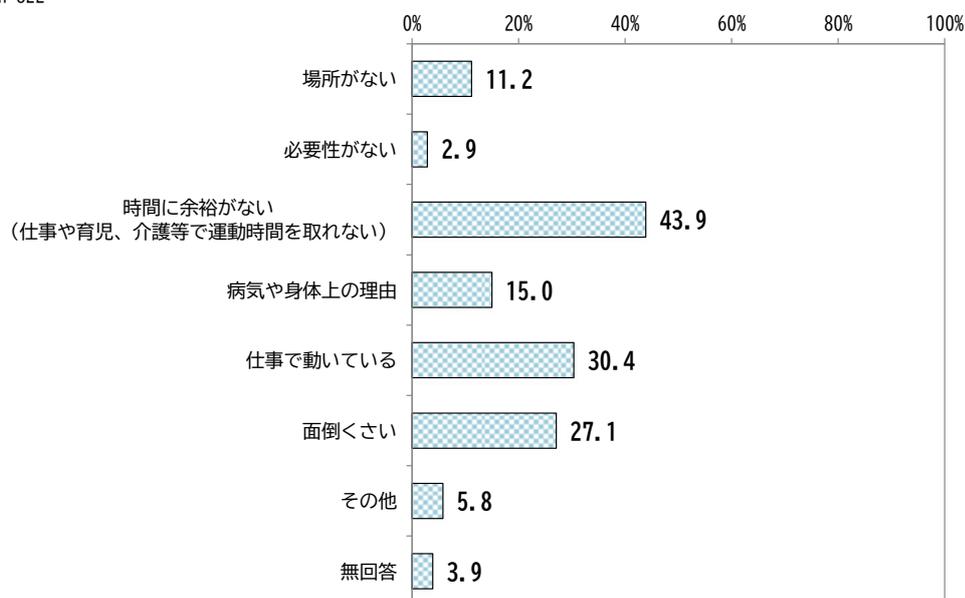


問19で「2. いいえ」と回答された方におたずねします。

問22 運動をしないのは主にどうしてですか。(〇はいくつでも)

- ◇ 「時間に余裕がない(仕事や育児、介護等で運動時間を取れない)」が43.9%と最も高く、次いで、「仕事で動いている」の30.4%、「面倒くさい」の27.1%の順となっています。
- ◇ 性別でみると、男性では「仕事で動いている」が41.2%、女性では「時間に余裕がない(仕事や育児、介護等で運動時間を取れない)」が50.4%となっており、それぞれ最も高くなっています。
- ◇ 性年齢別でみると、20歳代男性では「面倒くさい」が43.5%と最も高くなっています。さらに、20歳代女性と30歳代~50歳代の男女では「時間に余裕がない(仕事や育児、介護等で運動時間を取れない)」が5割を超えており、最も高くなっています。また、40歳代の男女では「面倒くさい」の割合が4割程度となっています。
- ◇ 世帯構成別でみると、親と子(2世代)では「時間に余裕がない(仕事や育児、介護等で運動時間を取れない)」の割合が6割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「仕事で動いている」が5.3ポイント増加しています。

〈複数回答〉n=822



◆ 「その他」の具体的内容

- ・ 1年以上経っていない
- ・ 意識して取り組んでいない
- ・ 夏は暑くてできない
- ・ コロナの影響
- ・ 長続きしない

◇ 集計表

	単純集計 全体	性別	
		男性	女性
サンプル数	822 100.0%	308 100.0%	484 100.0%
場所がない	92 11.2%	28 9.1%	61 12.6%
必要性がない	24 2.9%	10 3.2%	11 2.3%
時間に余裕がない（仕事や育児、介護等で運動時間を取れない）	361 43.9%	108 35.1%	244 50.4%
病気や身体上の理由	123 15.0%	46 14.9%	71 14.7%
仕事で動いている	250 30.4%	127 41.2%	113 23.3%
面倒くさい	223 27.1%	77 25.0%	138 28.5%
その他	48 5.8%	13 4.2%	34 7.0%
無回答	32 3.9%	12 3.9%	18 3.7%

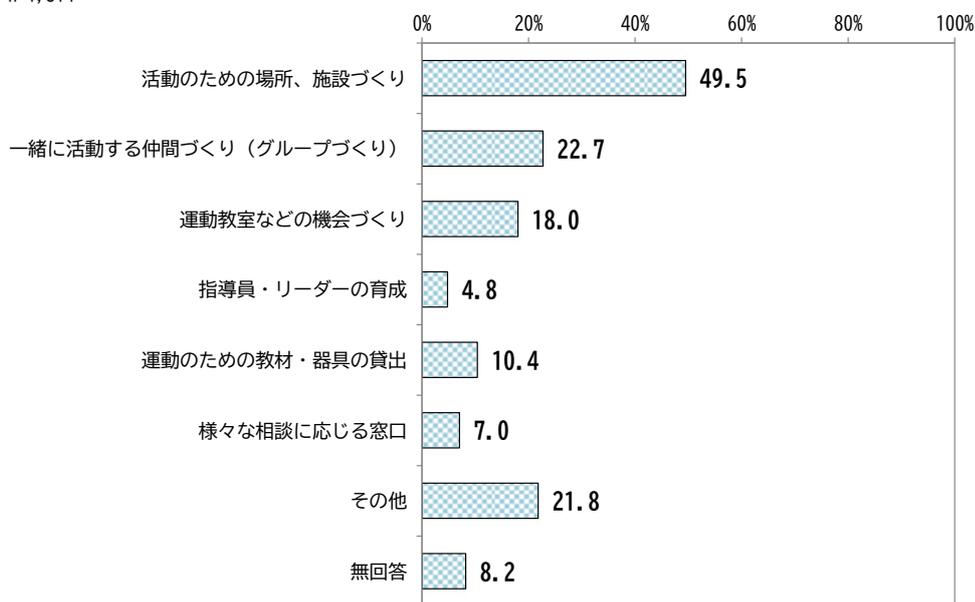
	単純集計 全体	性年齢別													
		20歳代男性	20歳代女性	30歳代男性	30歳代女性	40歳代男性	40歳代女性	50歳代男性	50歳代女性	60歳代男性	60歳代女性	70歳以上男性	70歳以上女性		
サンプル数	822 100.0%	23 100.0%	62 100.0%	40 100.0%	82 100.0%	34 100.0%	86 100.0%	51 100.0%	87 100.0%	82 100.0%	89 100.0%	78 100.0%	78 100.0%		
場所がない	92 11.2%	5 21.7%	18 29.0%	7 17.5%	9 11.0%	2 5.9%	11 12.8%	5 9.8%	11 12.6%	6 7.3%	6 6.7%	3 3.8%	6 7.7%		
必要性がない	24 2.9%	1 4.3%	2 3.2%	0 0.0%	4 4.9%	0 0.0%	0 0.0%	2 3.9%	3 3.4%	2 2.4%	1 1.1%	5 6.4%	1 1.3%		
時間に余裕がない（仕事や育児、介護等で運動時間を取れない）	361 43.9%	9 39.1%	40 64.5%	29 72.5%	63 76.8%	19 55.9%	55 64.0%	26 51.0%	47 54.0%	26 22.0%	18 31.5%	28 9.0%	7 14.1%		
病気や身体上の理由	123 15.0%	1 4.3%	4 6.5%	0 0.0%	3 3.7%	2 5.9%	8 9.3%	6 11.8%	14 16.1%	19 23.2%	17 19.1%	18 23.1%	25 32.1%		
仕事で動いている	250 30.4%	8 34.8%	12 19.4%	10 25.0%	17 20.7%	15 44.1%	20 23.3%	20 39.2%	29 33.3%	41 50.0%	19 21.3%	33 42.3%	16 20.5%		
面倒くさい	223 27.1%	10 43.5%	21 33.9%	8 20.0%	26 31.7%	14 41.2%	36 41.9%	11 21.6%	23 26.4%	15 18.3%	20 22.5%	19 24.4%	12 15.4%		
その他	48 5.8%	1 4.3%	2 3.2%	2 5.0%	3 3.7%	0 0.0%	4 4.7%	2 3.9%	3 3.4%	2 2.4%	13 14.6%	6 7.7%	9 11.5%		
無回答	32 3.9%	1 4.3%	0 0.0%	2 5.0%	2 2.4%	0 0.0%	1 1.2%	2 3.9%	2 2.3%	3 3.7%	4 4.5%	4 5.1%	9 11.5%		

	単純集計 全体	世帯構成別			
		1人暮らし	夫婦のみ	親と子 (2世代)	親と子と孫 (3世代)
サンプル数	822 100.0%	118 100.0%	268 100.0%	348 100.0%	22 100.0%
場所がない	92 11.2%	15 12.7%	21 7.8%	43 12.4%	2 9.1%
必要性がない	24 2.9%	3 2.5%	10 3.7%	7 2.0%	2 9.1%
時間に余裕がない（仕事や育児、介護等で運動時間を取れない）	361 43.9%	41 34.7%	79 29.5%	210 60.3%	10 45.5%
病気や身体上の理由	123 15.0%	21 17.8%	47 17.5%	40 11.5%	2 9.1%
仕事で動いている	250 30.4%	36 30.5%	83 31.0%	105 30.2%	8 36.4%
面倒くさい	223 27.1%	30 25.4%	66 24.6%	99 28.4%	8 36.4%
その他	48 5.8%	7 5.9%	26 9.7%	8 2.3%	1 4.5%
無回答	32 3.9%	6 5.1%	13 4.9%	8 2.3%	1 4.5%

問 23 運動を始めたり、継続するためには、どのようなことを充実させる必要がありますか。(〇は2つまで)

- ◇ 「活動のための場所、施設づくり」が49.5%と最も高く、次いで、「一緒に活動する仲間づくり（グループづくり）」の22.7%、「その他」の21.8%の順となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代女性と30歳代男性では「活動のための場所、施設づくり」の割合が6割を超えている一方、70歳代女性では3割台にとどまっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「一緒に活動する仲間づくり（グループづくり）」が10.7ポイント減少しています。

〈複数回答〉n=1,314



◆ 「その他」の具体的内容

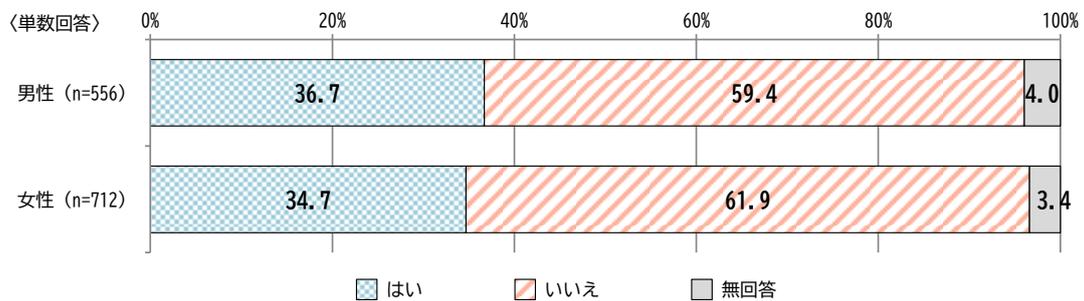
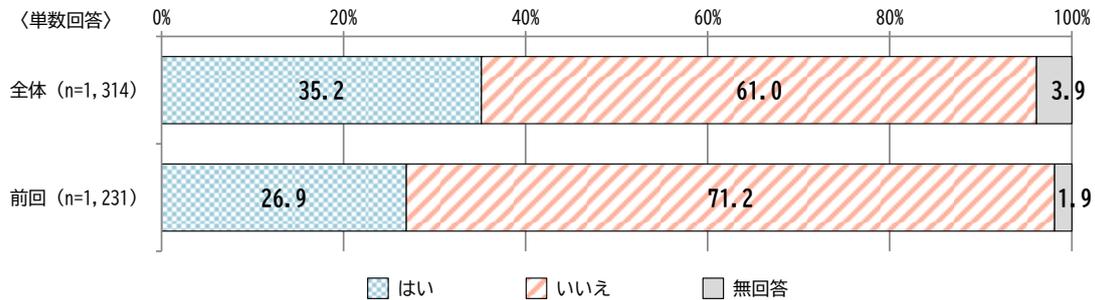
- ・ 安全に歩ける場所
- ・ 金銭的な余裕
- ・ 子どもも一緒にできる場所
- ・ 自分の意識
- ・ 運動環境の整備（街灯・コース等）
- ・ 勤務時間の短縮
- ・ 時間のゆとり
- ・ 夜でも安心して歩けるコース

◇ 集計表

	単純集計 全体	性年齢別													
		20歳代 男性	20歳代 女性	30歳代 男性	30歳代 女性	40歳代 男性	40歳代 女性	50歳代 男性	50歳代 女性	60歳代 男性	60歳代 女性	70歳以上 男性	70歳以上 女性		
サンプル数	1,314	38	70	63	99	62	105	92	113	127	152	174	171		
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%		
活動のための場所、施設づくり	651	18	47	41	47	37	54	53	64	64	76	75	58		
	49.5%	47.4%	67.1%	65.1%	47.5%	59.7%	51.4%	57.6%	56.6%	50.4%	50.0%	43.1%	33.9%		
一緒に活動する仲間づくり（グループづくり）	298	13	8	15	25	14	20	20	19	22	45	42	44		
	22.7%	34.2%	11.4%	23.8%	25.3%	22.6%	19.0%	21.7%	16.8%	17.3%	29.6%	24.1%	25.7%		
運動教室などの機会づくり	236	3	8	4	22	2	20	13	29	17	38	32	39		
	18.0%	7.9%	11.4%	6.3%	22.2%	3.2%	19.0%	14.1%	25.7%	13.4%	25.0%	18.4%	22.8%		
指導員・リーダーの育成	63	3	0	1	5	3	5	2	5	5	5	17	11		
	4.8%	7.9%	0.0%	1.6%	5.1%	4.8%	4.8%	2.2%	4.4%	3.9%	3.3%	9.8%	6.4%		
指導員・リーダーの育成	137	3	14	8	10	9	10	18	9	21	8	17	7		
	10.4%	7.9%	20.0%	12.7%	10.1%	14.5%	9.5%	19.6%	8.0%	16.5%	5.3%	9.8%	4.1%		
様々な相談に応じる窓口	92	4	6	3	3	7	6	7	6	13	8	11	15		
	7.0%	10.5%	8.6%	4.8%	3.0%	11.3%	5.7%	7.6%	5.3%	10.2%	5.3%	6.3%	8.8%		
その他	286	11	15	15	24	18	28	20	22	24	30	38	29		
	21.8%	28.9%	21.4%	23.8%	24.2%	29.0%	26.7%	21.7%	19.5%	18.9%	19.7%	21.8%	17.0%		
無回答	108	0	2	3	4	1	1	3	4	12	13	21	36		
	8.2%	0.0%	2.9%	4.8%	4.0%	1.6%	1.0%	3.3%	3.5%	9.4%	8.6%	12.1%	21.1%		

問 24 日常生活における1日の歩数がわかりますか。（○はひとつ）

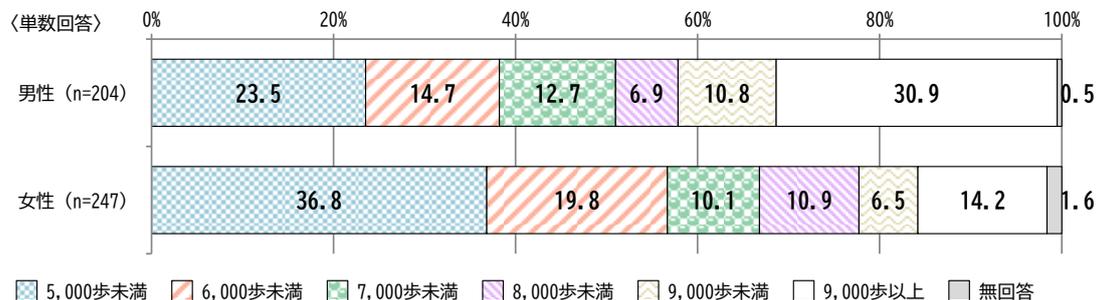
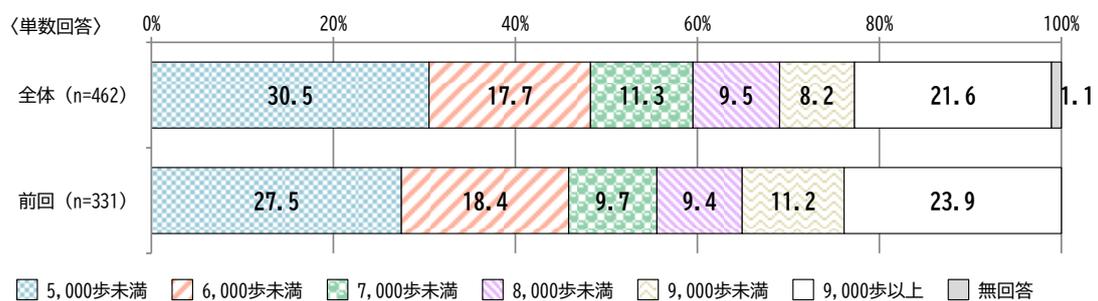
- ◇ 「はい」が35.2%、「いいえ」が61.0%となっています。
- ◇ 性別で見ると、男性では「はい」が36.7%となっており、女性（34.7%）よりも2.0ポイント高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が8.3ポイント増加しています。

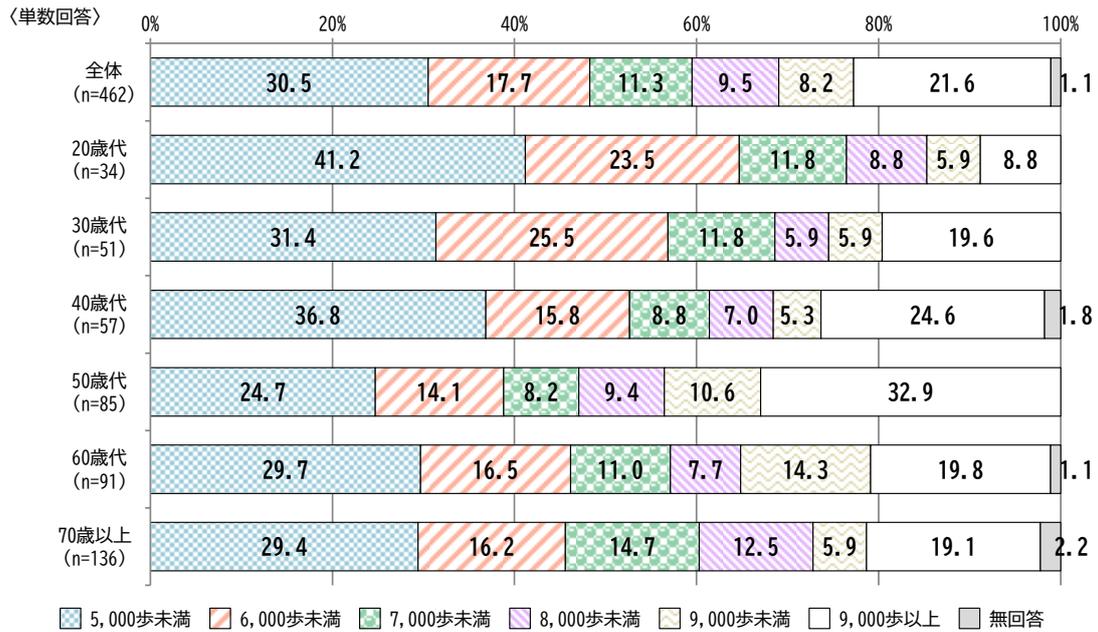


問 24 で「1. はい」と回答された方におたずねします。

問 25 歩数計などで、歩数を測定した1日の歩数をご記入ください。

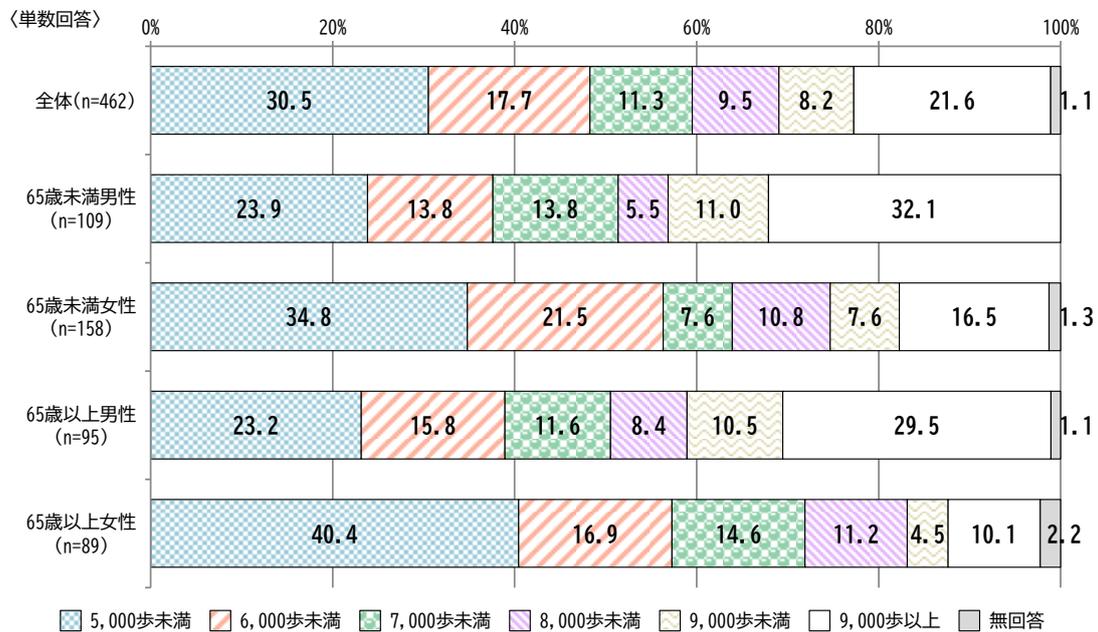
- ◇ 「5,000 歩未満」が 30.5%と最も高く、次いで、「9,000 歩以上」の 21.6%、「6,000 歩未満」の 17.7%の順となっています。
- ◇ 性別で見ると、男性では「9,000 歩以上」が 30.9%となっており、女性（14.2%）よりも 16.7 ポイント高くなっています。
- ◇ 年代別で見ると、20 歳代では「5,000 歩未満」の割合が4割を超えている一方、50 歳代では「9,000 歩以上」の割合が3割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「5,000 歩未満」が3.0 ポイント増加しています。





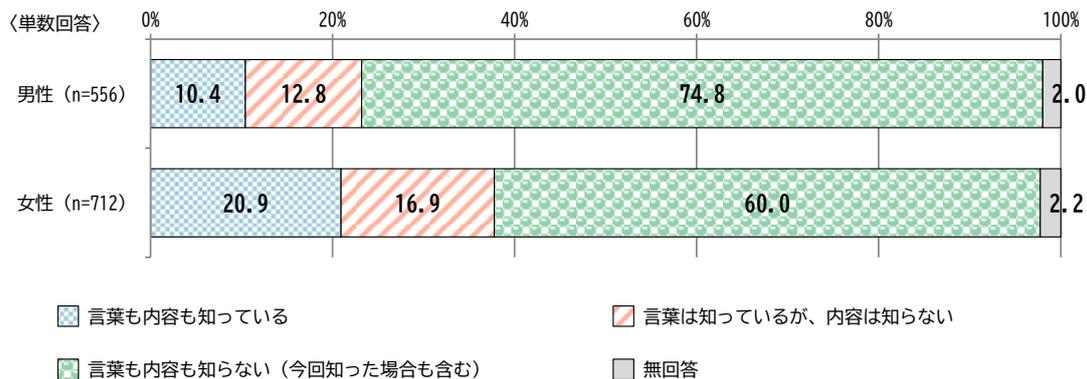
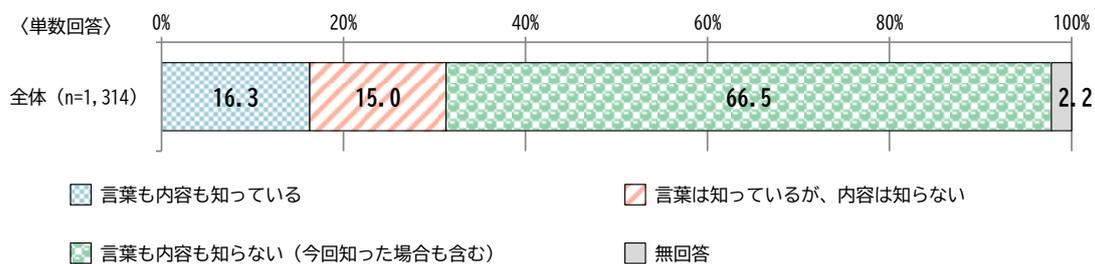
◇ 65歳未満男性では「9,000歩以上」の割合が3割を超えています。

◇ 日常生活における歩数について、今回の調査結果の平均値は、65歳未満男性では7,086歩、65歳未満女性では6,468歩、65歳以上男性では6,761歩、65歳以上女性では5,372歩となっています。

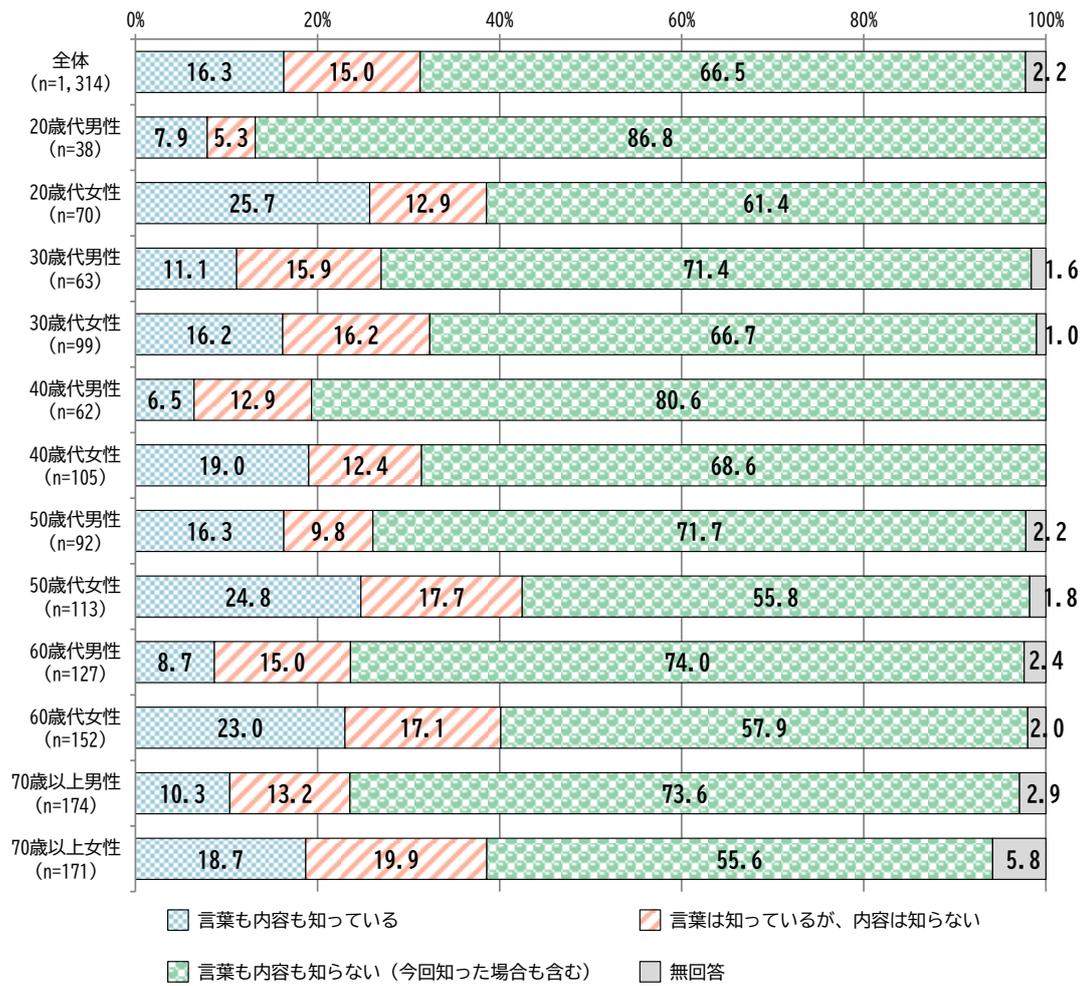


問 26 「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」という言葉を知っていますか。  
 (○はひとつ)

- ◇ 「言葉も内容も知っている」が 16.3%、「言葉は知っているが、内容は知らない」が 15.0%、「言葉も内容も知らない（今回知った場合も含む）」が 66.5%となっています。
- ◇ 性別でみると、女性では「言葉も内容も知っている」が 20.9%となっており、男性（10.4%）よりも 10.5 ポイント高くなっています。
- ◇ 性年齢別でみると、20 歳代と 40 歳代の男性では「言葉も内容も知らない（今回知った場合も含む）」の割合が 8 割を超えており、他より高くなっています。



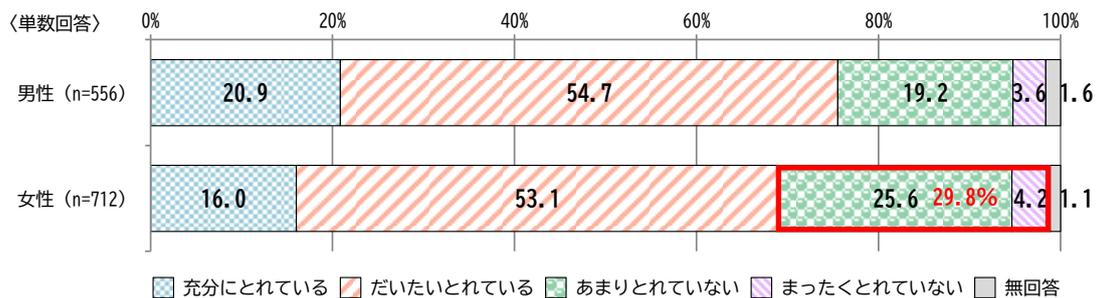
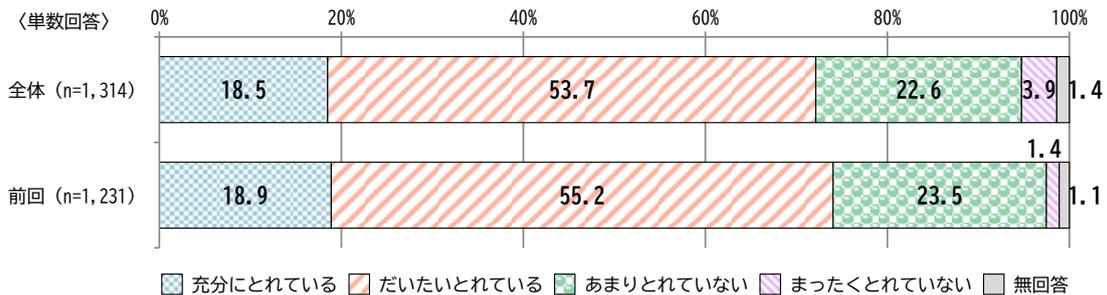
〈単数回答〉



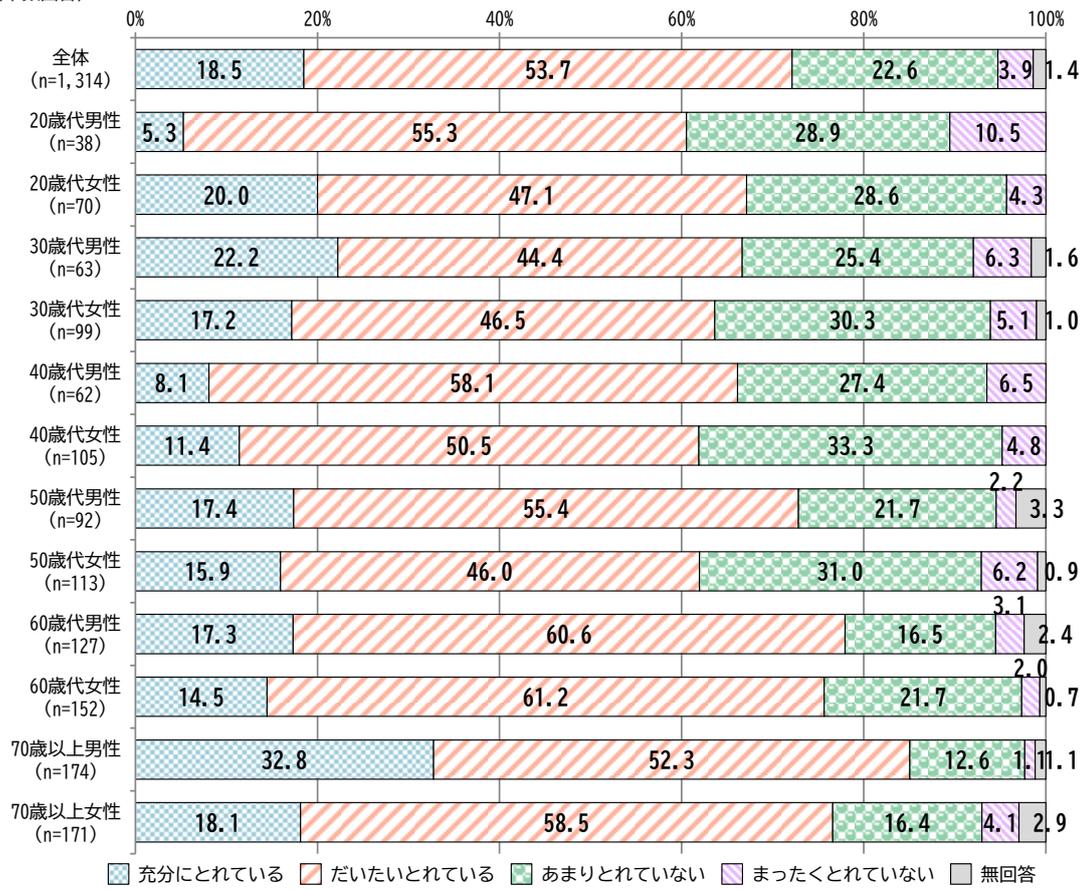
## V 睡眠と休養について

問 27 あなたは、いつもとっている睡眠で休養が充分とれていると思いますか。  
(○はひとつ)

- ◇ 「だいたいとれている」が 53.7%と最も高く、次いで、「あまりとれていない」の 22.6%、「充分にとれている」の 18.5%の順となっており、『睡眠による休養を充分にとれていない』（「あまりとれていない」と「まったくとれていない」の合計）と回答した人の割合は 26.5%となっています。
- ◇ 性別で見ると、女性では『とれていない』（「あまりとれていない」と「まったくとれていない」の合計）の割合が約3割となっており、男性より高くなっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、70 歳以上男性では「充分にとれている」が 32.8%となっており、他より高くなっています。一方、20 歳代～40 歳代の男女と 50 歳代女性では『とれていない』（「あまりとれていない」と「まったくとれていない」の合計）が3割を超えており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「まったくとれていない」が 2.5 ポイント増加しています。

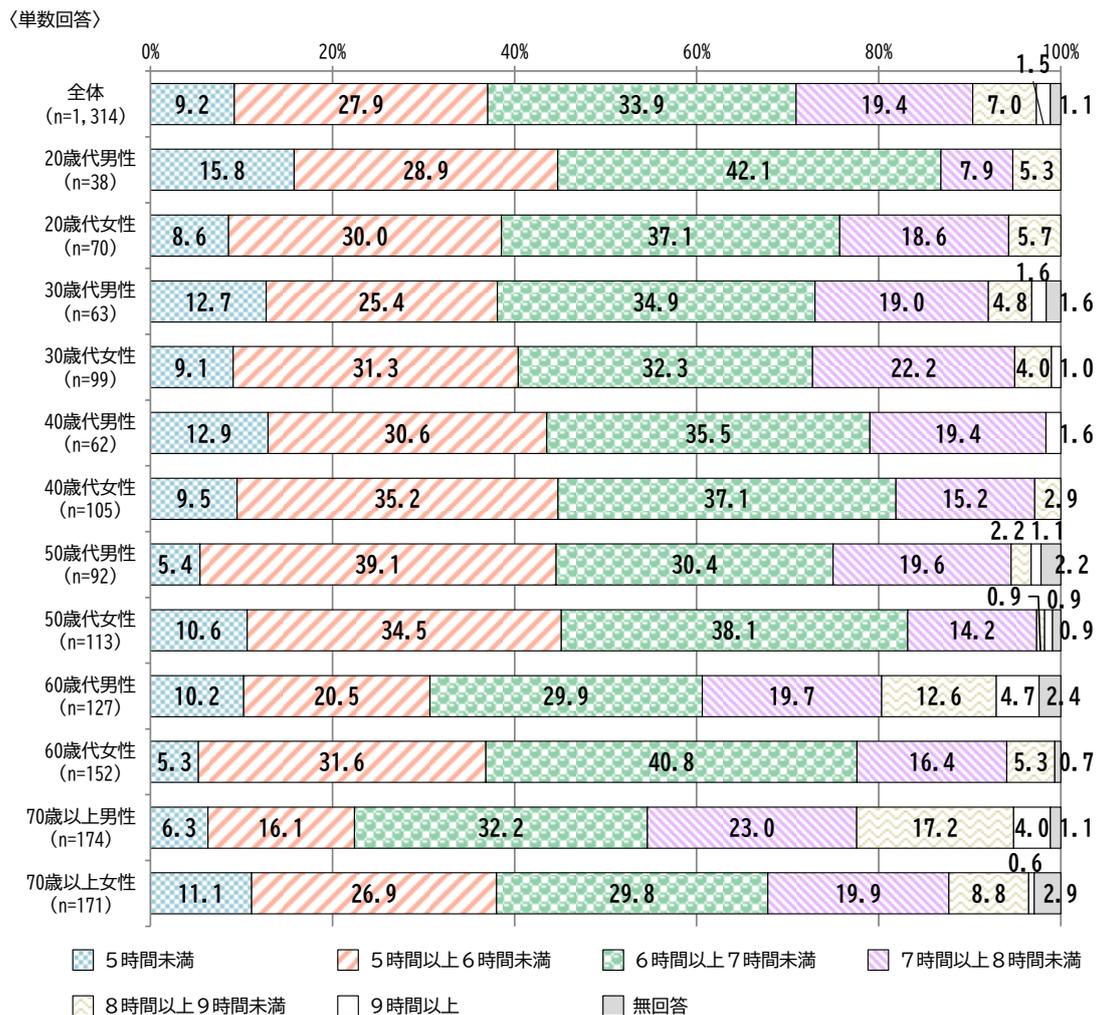
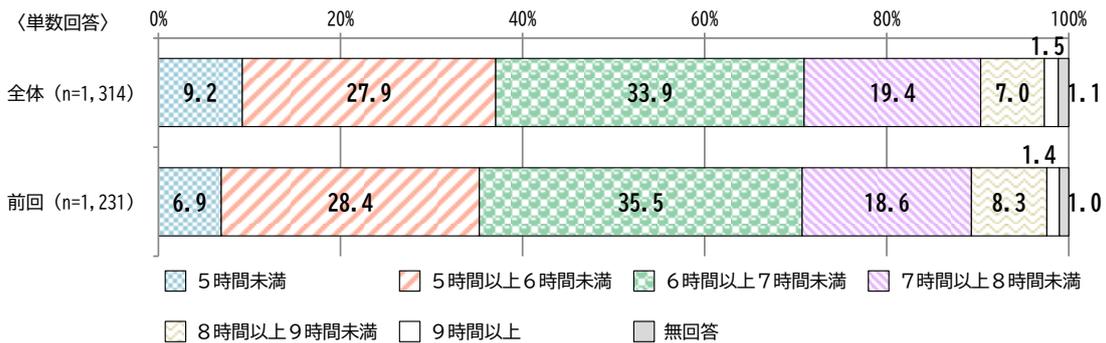


〈単数回答〉



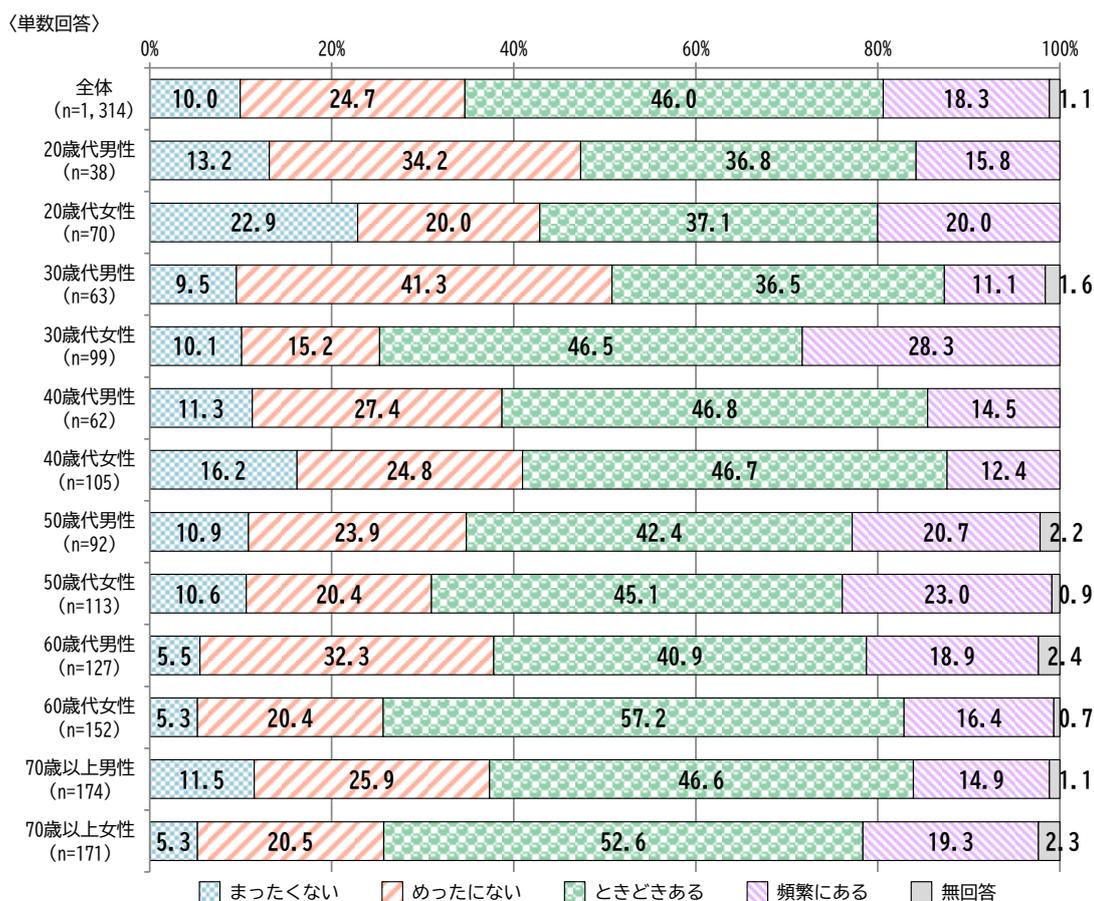
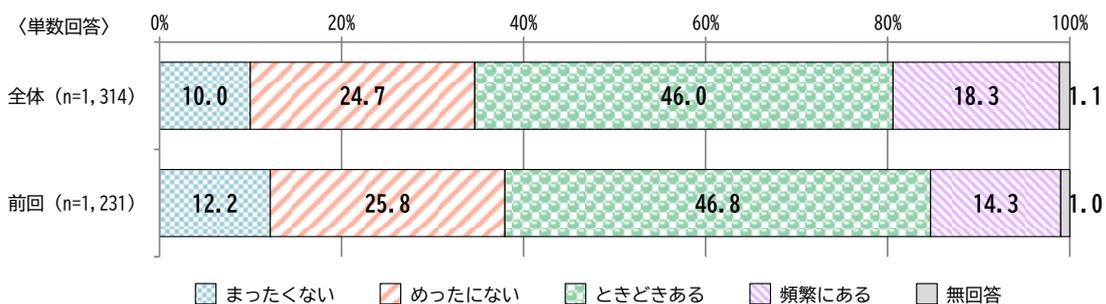
問 28 あなたの睡眠時間は、平均何時間ぐらいですか。(〇はひとつ)

- ◇ 「6時間以上7時間未満」が33.9%と最も高く、次いで、「5時間以上6時間未満」の27.9%、「7時間以上8時間未満」の19.4%の順となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代～40歳代と60歳代男性および、50歳代と70歳代の女性では「5時間未満」の人が1割程度となっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「5時間未満」が2.3ポイント増加し、「6時間以上7時間未満」が1.6ポイント減少しています。



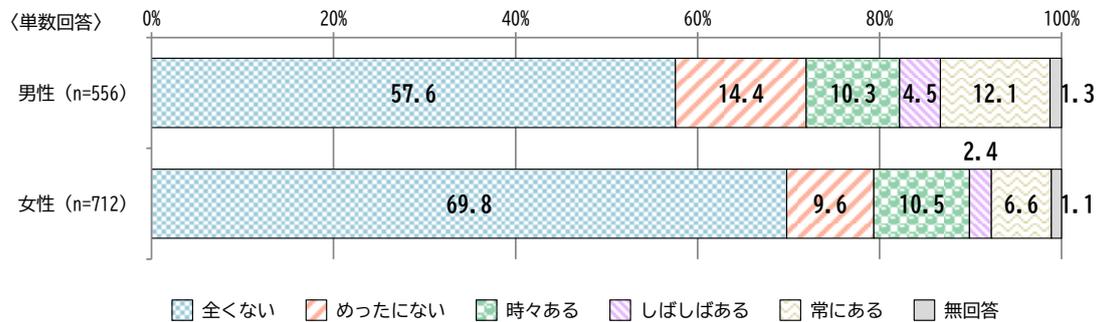
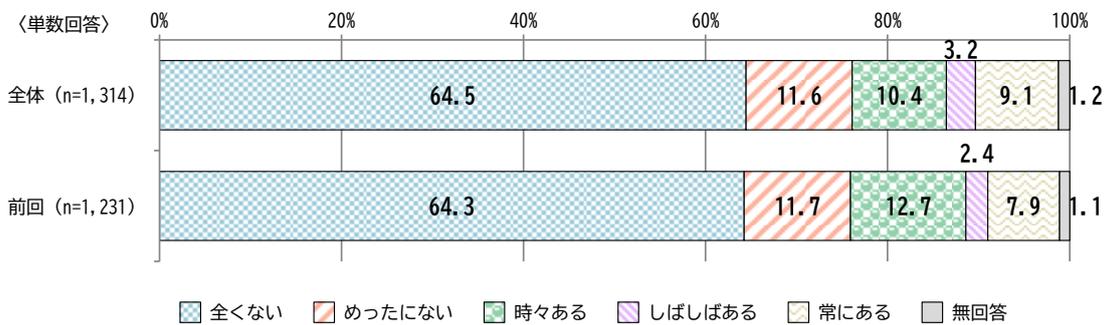
問 29 あなたは、この1か月間に、寝床に入っても寝付きが悪い、途中で目が覚める、熟睡できない等、眠れないことがありましたか。(○はひとつ)

- ◇ 「ときどきある」が46.0%と最も高く、次いで、「めったにない」の24.7%、「頻繁にある」の18.3%の順となっています。
- ◇ 性年齢別でみると、30歳代女性では「頻繁にある」が28.3%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「頻繁にある」が4.0ポイント増加しています。

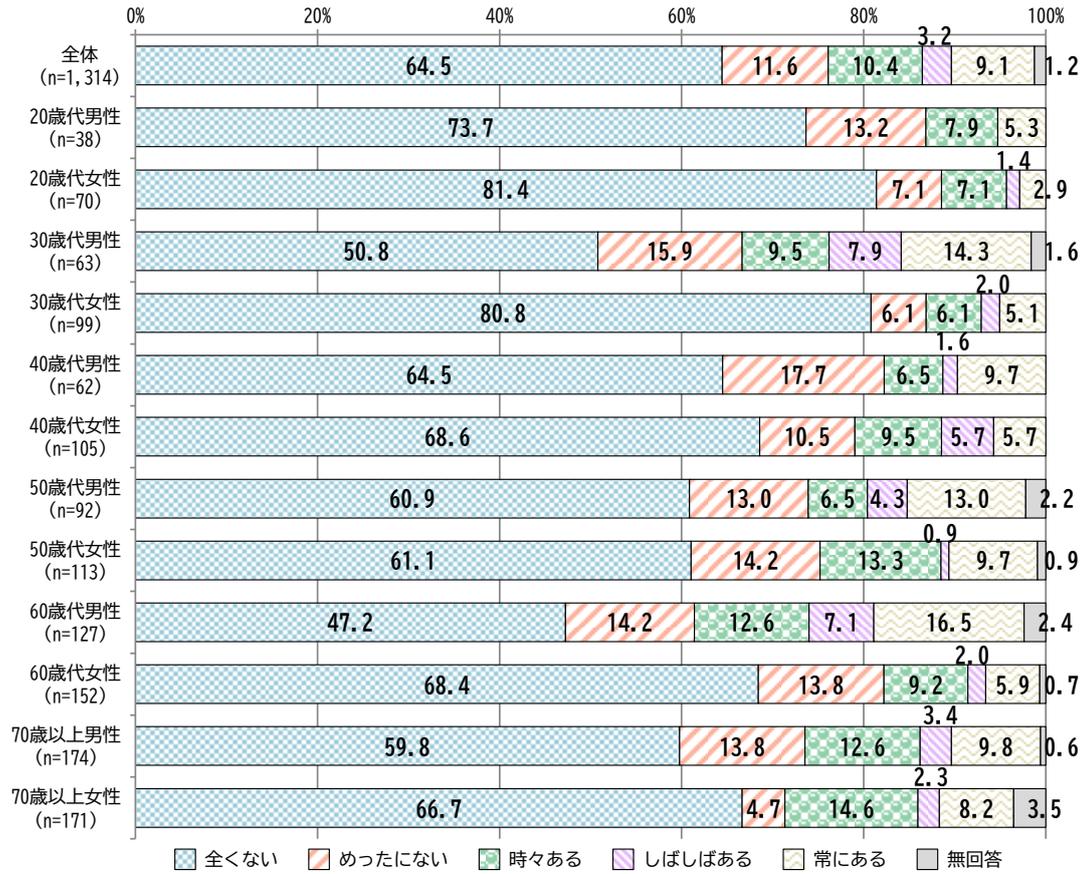


問 30 あなたは、眠りを助けるために睡眠剤や安定剤などの薬やアルコール飲料を使うことがありますか。(○はひとつ)

- ◇ 「全くない」が64.5%と最も高く、次いで、「めったにない」の11.6%、「時々ある」の10.4%の順となっています。
- ◇ 性別で見ると、男性では「常にある」が12.1%となっており、女性（6.6%）よりも5.5ポイント高くなっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、30歳代と50歳代~60歳の男性では「常にある」の割合が1割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「常にある」が1.2ポイント増加しています。



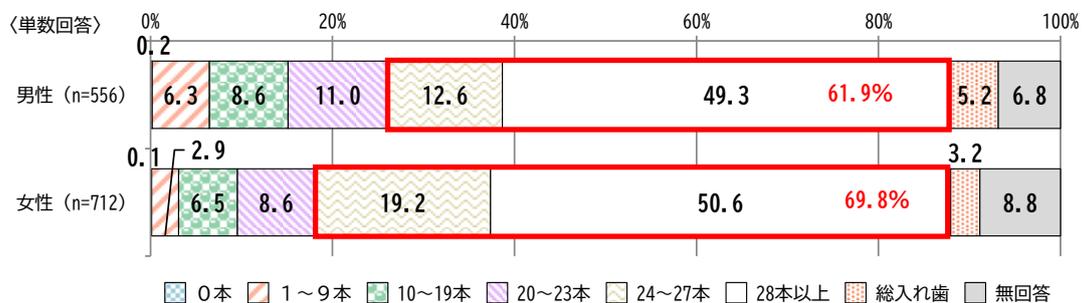
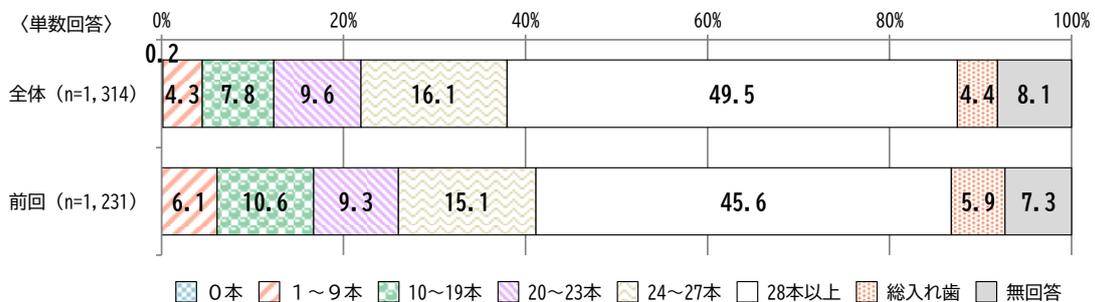
〈単数回答〉

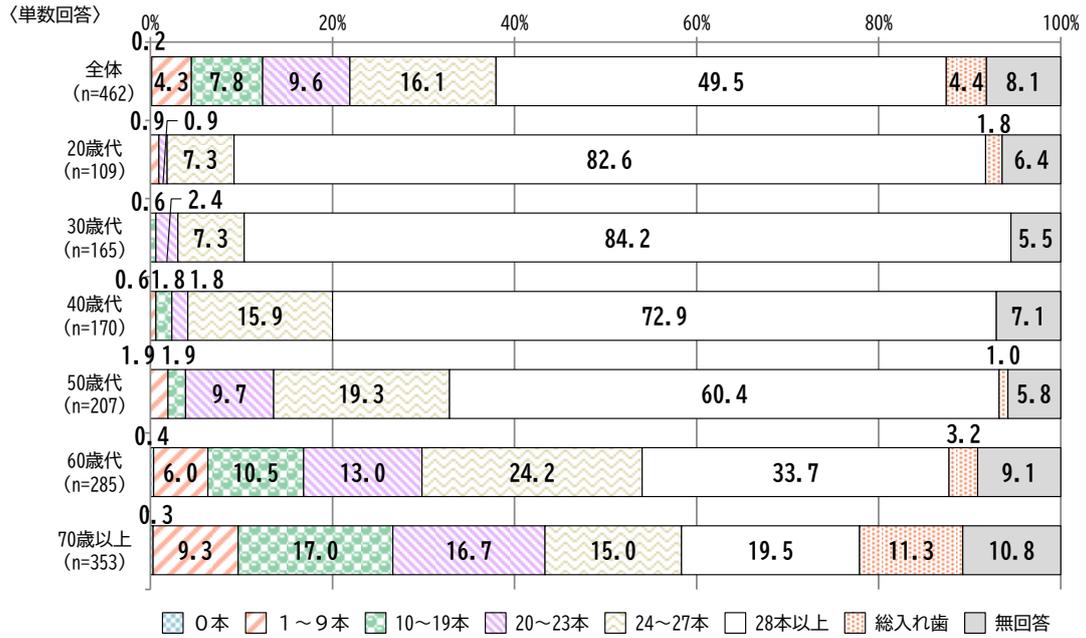


## VI 歯の健康について

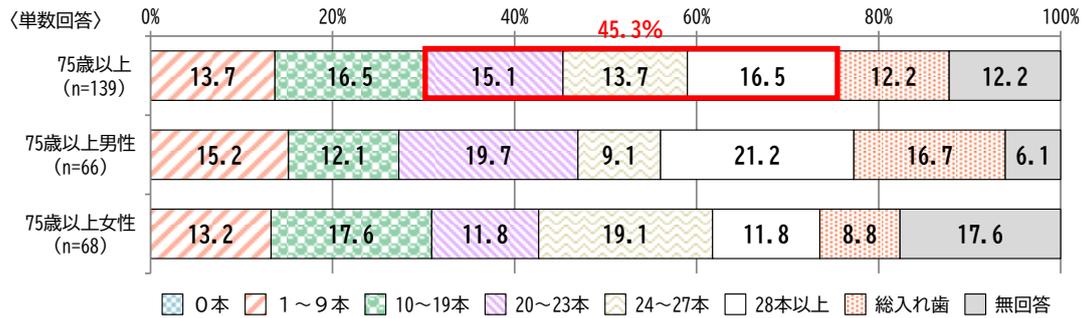
問 31 あなたの歯は、現在何本ありますか。【(親知らずを含む) 総数は 32 本です】

- ◇ 「28 本以上」が 49.5%と最も高く、次いで、「24～27 本」の 16.1%、「20～23 本」の 9.6%の順となっています。
- ◇ 性別で見ると、女性では『24 本以上』（「24～27 本」と「28 本以上」の合計）が 69.8%となっており、男性の 61.9%よりも高くなっています。
- ◇ 年代別で見ると、「28 本以上」の割合は、年代が上がるほど減少しており、特に男性の 60 歳代では 50 歳代より 5 割近く減少しています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「28 本以上」が 3.9 ポイント増加しています。



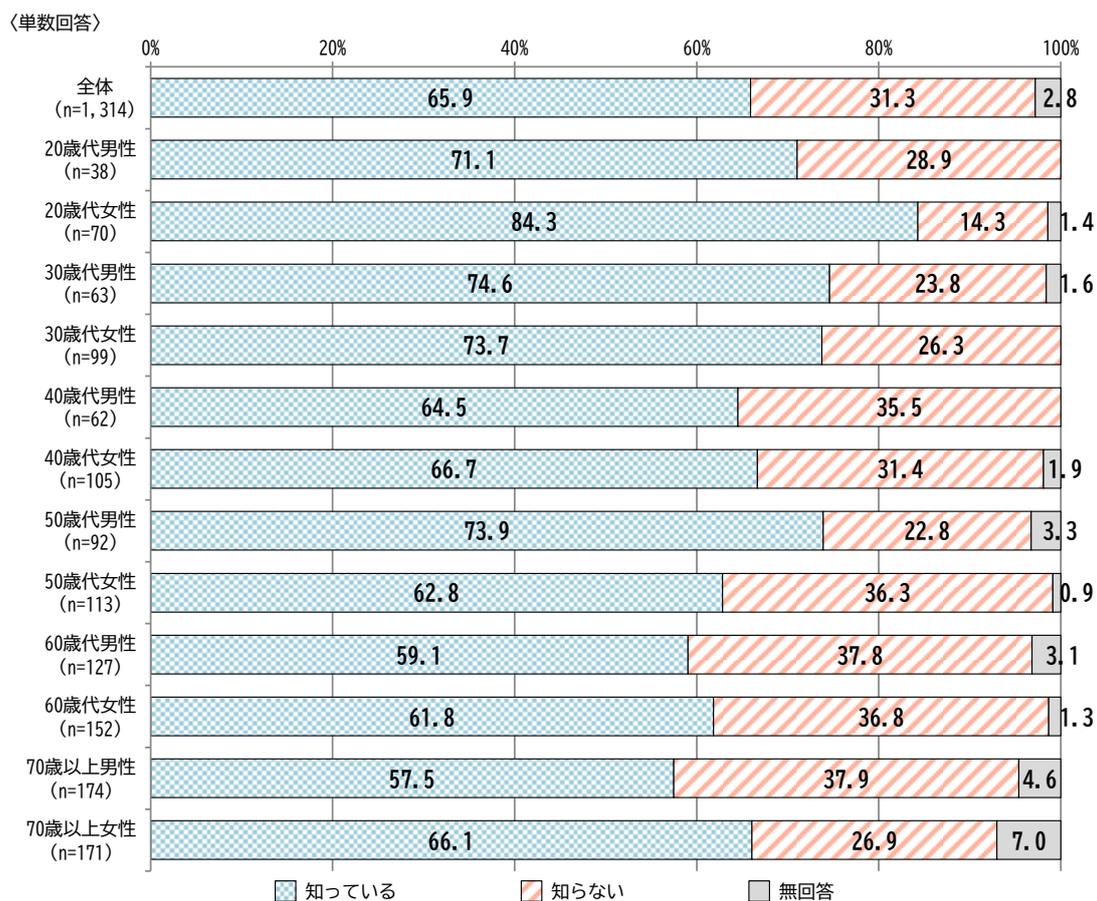
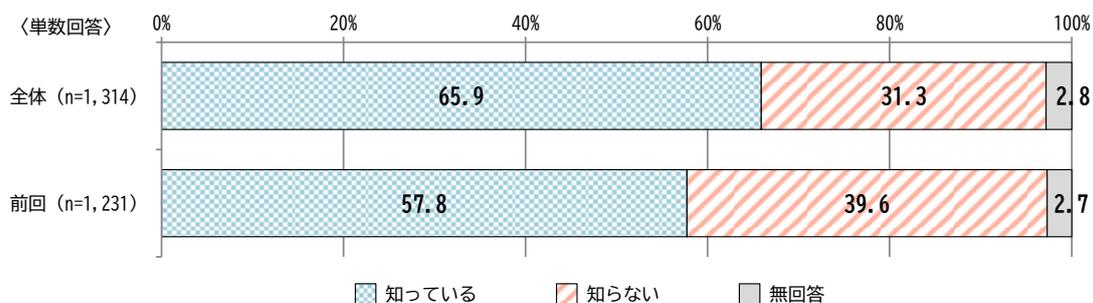


◇ 75歳以上で自分の歯が20本以上ある人の割合は45.3%となっています。



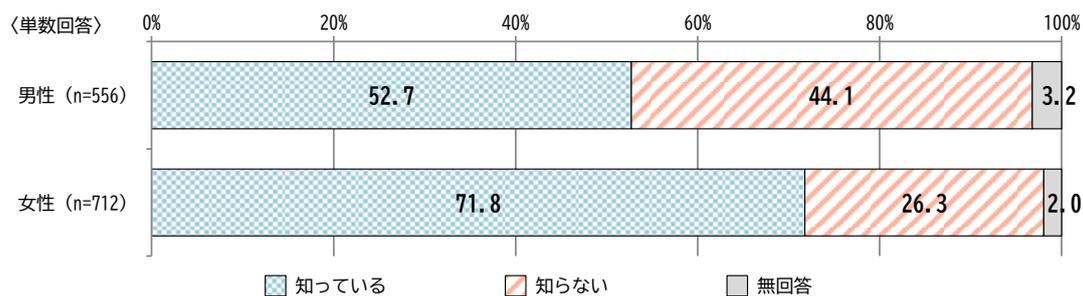
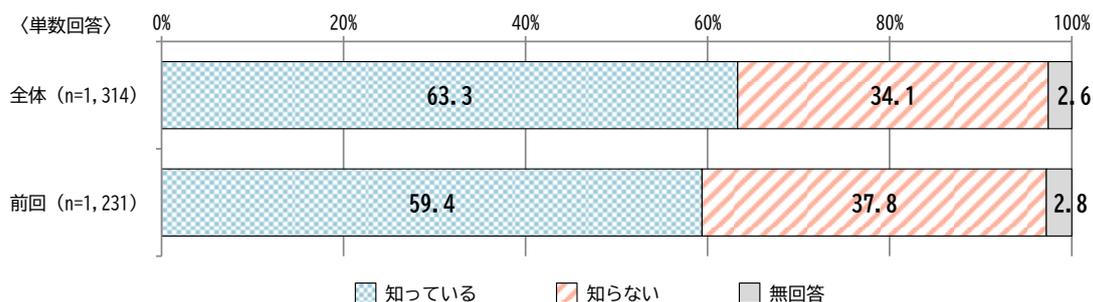
問 32 喫煙は、歯周病を進行させる要因であることを知っていますか。(○はひとつ)

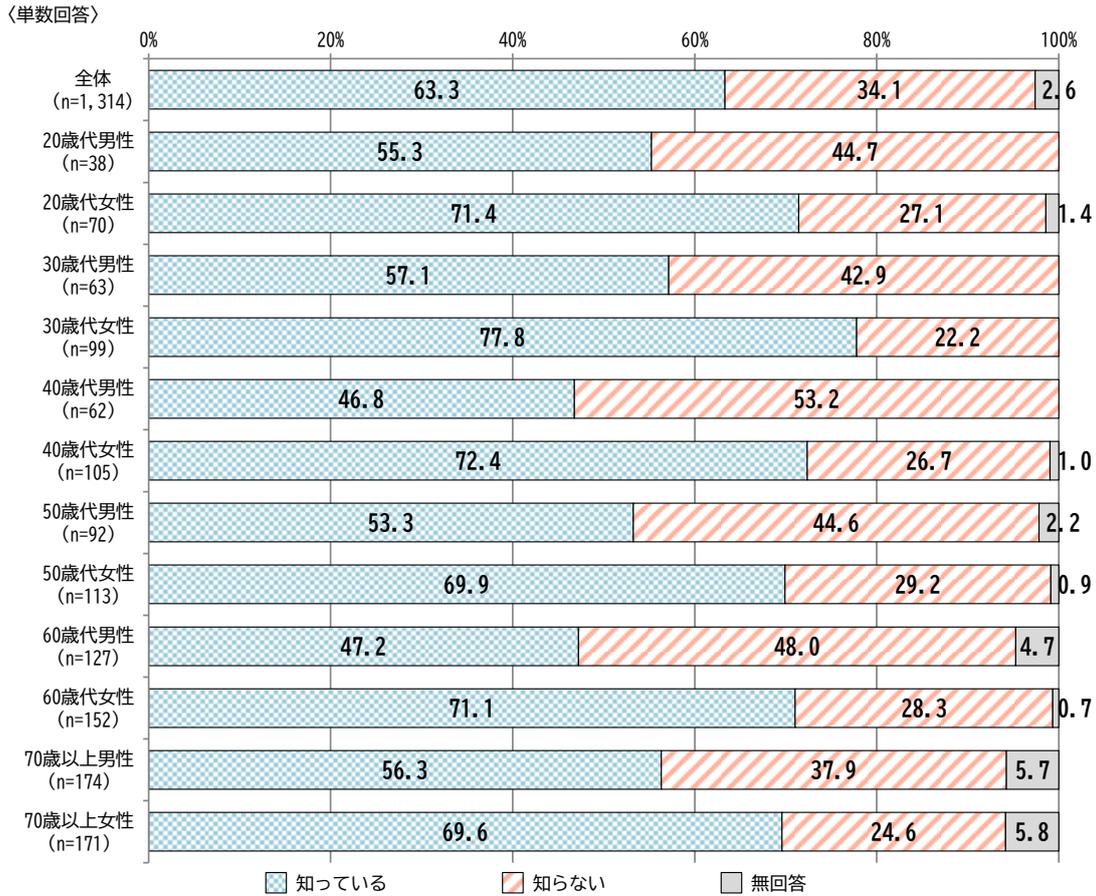
- ◇ 「知っている」が65.9%、「知らない」が31.3%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代女性では「知っている」の割合が8割を超えており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「知っている」が8.1ポイント高くなっています。



問 33 あなたは、歯周病が糖尿病や心疾患、胎児の早産などの全身疾患と関連があることを知っていますか。(○はひとつ)

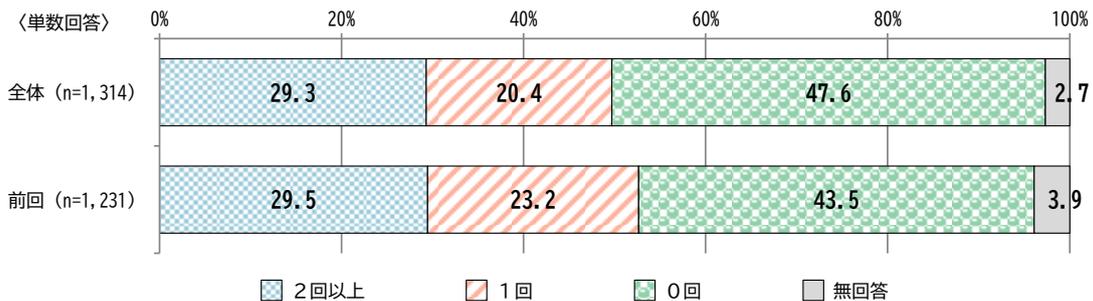
- ◇ 「知っている」が63.3%、「知らない」が34.1%となっています。
- ◇ 性別で見ると、男性では「知っている」が52.7%となっており、女性(71.8%)よりも19.1ポイント低くなっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代~60歳の男性では「知らない」の割合が4割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「知っている」が3.9ポイント高くなっています。

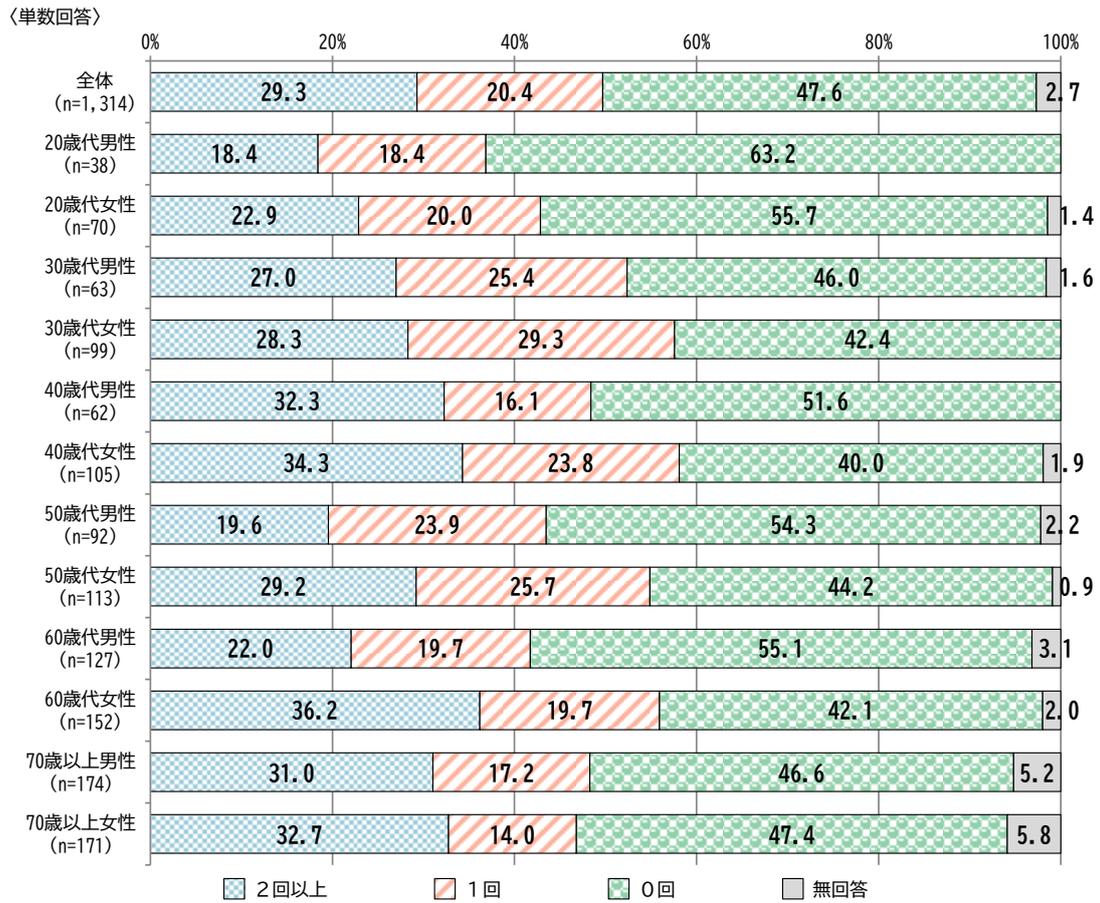
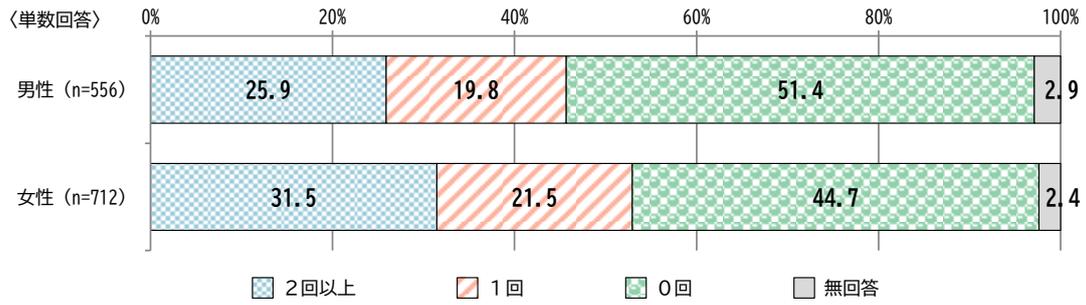




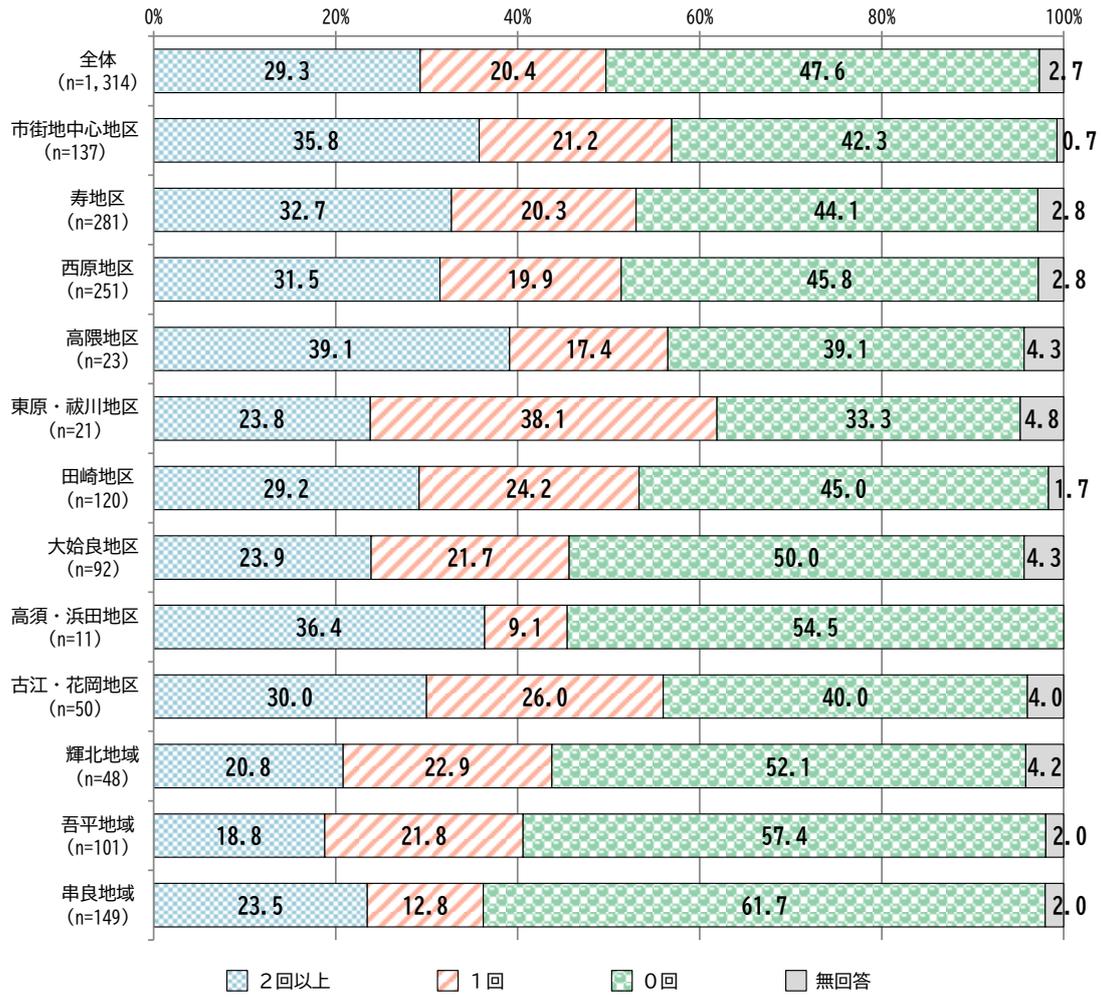
問 34 この1年間に歯科健診（治療を除く）を受けましたか。（〇はひとつ）

- ◇ 「2回以上」が29.3%、「1回」が20.4%、「0回」が47.6%となっています。
- ◇ 性別で見ると、男性では「0回」の割合が5割を超えています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代男性では「0回」が63.2%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 居住地区別で見ると、串良地域では「0回」の割合が6割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「0回」が4.1ポイント高くなっています。





〈単数回答〉

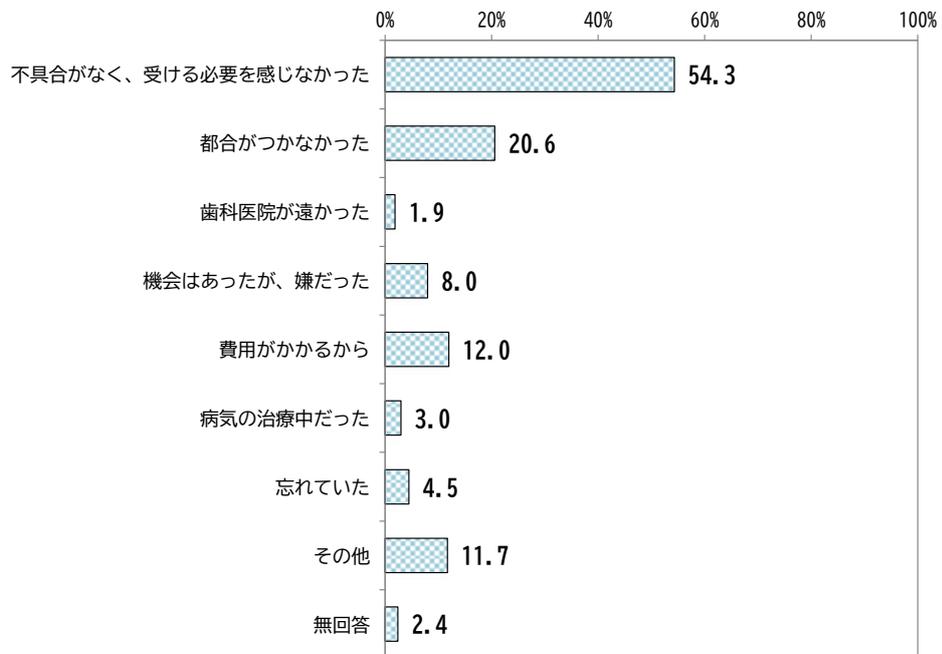


問 34 で「3. 0回」と回答された方におたずねします。

問 35 歯科健診を受けなかった理由を教えてください。(〇はいくつでも)

- ◇ 「不具合がなく、受ける必要を感じなかった」が 54.3%と最も高く、次いで、「都合がつかなかった」の 20.6%、「費用がかかるから」の 12.0%の順となっています。
- ◇ 性年齢別でみると、20 歳代～50 歳代の男女では「都合がつかなかった」の割合が3割を超えています。また、20 歳代～40 歳代の女性では「費用がかかるから」の割合が3割前後となっており、他より高くなっています。
- ◇ 居住地区別でみると、輝北地域では「歯科医院が遠かった」が 16.0%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「不具合がなく、受ける必要を感じなかった」が 3.6 ポイント減少しています。

〈複数回答〉 n=626



◆ 「その他」の具体的内容

- ・ 治療が痛いし怖いから
- ・ 1年の間に治療で通院したため
- ・ 総入れ歯のため
- ・ コロナ
- ・ めんどくさいから
- ・ かかりつけがないから

◇ 集計表

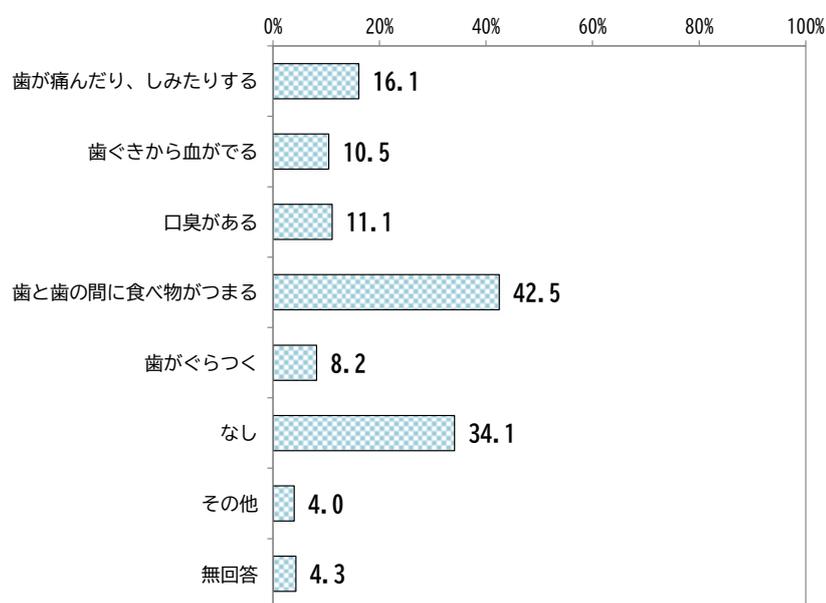
	単純集計 全体	性年齢別											
		20歳代 男性	20歳代 女性	30歳代 男性	30歳代 女性	40歳代 男性	40歳代 女性	50歳代 男性	50歳代 女性	60歳代 男性	60歳代 女性	70歳以上 男性	70歳以上 女性
サンプル数	626 100.0%	24 100.0%	39 100.0%	29 100.0%	42 100.0%	32 100.0%	42 100.0%	50 100.0%	50 100.0%	70 100.0%	64 100.0%	81 100.0%	81 100.0%
不具合がなく、受ける必要を感じなかった	340 54.3%	15 62.5%	21 53.8%	15 51.7%	14 33.3%	16 50.0%	14 33.3%	25 50.0%	28 56.0%	45 64.3%	34 53.1%	58 71.6%	46 56.8%
都合がつかなかった	129 20.6%	1 4.2%	15 38.5%	11 37.9%	13 31.0%	13 40.6%	14 33.3%	18 36.0%	15 30.0%	11 15.7%	9 14.1%	6 7.4%	1 1.2%
歯科医院が遠かった	12 1.9%	1 4.2%	2 5.1%	0 0.0%	2 4.8%	0 0.0%	3 7.1%	2 4.0%	1 2.0%	0 0.0%	1 1.6%	0 0.0%	0 0.0%
機会はあったが、嫌だった	50 8.0%	2 8.3%	2 5.1%	2 6.9%	4 9.5%	2 6.3%	3 7.1%	5 10.0%	7 14.0%	3 4.3%	7 10.9%	5 6.2%	6 7.4%
費用がかかるから	75 12.0%	4 16.7%	12 30.8%	2 6.9%	12 28.6%	5 15.6%	11 26.2%	3 6.0%	6 12.0%	5 7.1%	6 9.4%	2 2.5%	3 3.7%
病気の治療中だった	19 3.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 2.4%	0 0.0%	0 0.0%	1 2.0%	2 4.0%	3 4.3%	1 1.6%	5 6.2%	4 4.9%
忘れていた	28 4.5%	1 4.2%	4 10.3%	2 6.9%	6 14.3%	1 3.1%	0 0.0%	2 4.0%	1 2.0%	1 1.4%	1 1.6%	6 7.4%	2 2.5%
その他	73 11.7%	2 8.3%	1 2.6%	3 10.3%	7 16.7%	4 12.5%	5 11.9%	5 10.0%	7 14.0%	7 10.0%	11 17.2%	4 4.9%	16 19.8%
無回答	15 2.4%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	2 4.8%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 1.6%	2 2.5%	8 9.9%

	単純集計 全体	居住地区別											
		市街地中心 地区	寿地区	西原地区	高隈地区	東原・蔵川 地区	田崎地区	大始良 地区	高須・浜田 地区	古江・花岡 地区	輝北地域	吾平地域	串良地域
サンプル数	626 100.0%	58 100.0%	124 100.0%	115 100.0%	9 100.0%	7 100.0%	54 100.0%	46 100.0%	6 100.0%	20 100.0%	25 100.0%	58 100.0%	92 100.0%
不具合がなく、受ける必要を感じなかった	340 54.3%	23 39.7%	59 47.6%	53 46.1%	7 77.8%	4 57.1%	34 63.0%	31 67.4%	6 100.0%	11 55.0%	12 48.0%	31 53.4%	61 66.3%
都合がつかなかった	129 20.6%	7 12.1%	31 25.0%	25 21.7%	1 11.1%	2 28.6%	8 14.8%	9 19.6%	0 0.0%	5 25.0%	6 24.0%	12 20.7%	22 23.9%
歯科医院が遠かった	12 1.9%	0 0.0%	3 2.4%	2 1.7%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 2.2%	0 0.0%	1 5.0%	4 16.0%	0 0.0%	1 1.1%
機会はあったが、嫌だった	50 8.0%	6 10.3%	8 6.5%	10 8.7%	0 0.0%	1 14.3%	6 11.1%	3 6.5%	0 0.0%	3 15.0%	3 12.0%	5 8.6%	5 5.4%
費用がかかるから	75 12.0%	9 15.5%	14 11.3%	17 14.8%	0 0.0%	1 14.3%	7 13.0%	4 8.7%	0 0.0%	1 5.0%	3 12.0%	7 12.1%	9 9.8%
病気の治療中だった	19 3.0%	4 6.9%	4 3.2%	3 2.6%	0 0.0%	0 0.0%	1 1.9%	1 2.2%	0 0.0%	1 5.0%	0 0.0%	0 0.0%	3 3.3%
忘れていた	28 4.5%	2 3.4%	7 5.6%	6 5.2%	0 0.0%	0 0.0%	2 3.7%	1 2.2%	0 0.0%	0 0.0%	3 12.0%	5 8.6%	1 1.1%
その他	73 11.7%	14 24.1%	17 13.7%	19 16.5%	1 11.1%	0 0.0%	4 7.4%	2 4.3%	0 0.0%	0 0.0%	3 12.0%	4 6.9%	8 8.7%
無回答	15 2.4%	1 1.7%	3 2.4%	3 2.6%	0 0.0%	1 14.3%	2 3.7%	0 0.0%	0 0.0%	1 5.0%	1 4.0%	2 3.4%	1 1.1%

問 36 現在、次のような症状がありますか。(○はいくつでも)

- ◇ 「歯と歯の間に食べ物がつまる」が 42.5%と最も高く、次いで、「なし」の 34.1%、「歯が痛んだり、しみたりする」の 16.1%の順となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20 歳代～30 歳代の男女では「なし」の割合が4割を超えて、他より高くなっており、年代が上がるほど減少傾向にあります。
- ◇ 世帯構成別で見ると、親と子と孫（3世代）では「なし」が 51.5%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「口臭がある」が 2.9 ポイント減少しています。

〈複数回答〉 n=1,314



◆ 「その他」の具体的内容

- ・ 入れ歯不具合
- ・ 歯石がつく
- ・ むし歯
- ・ 親知らずの痛み
- ・ 食いしばりがある
- ・ 噛み合わせが悪い

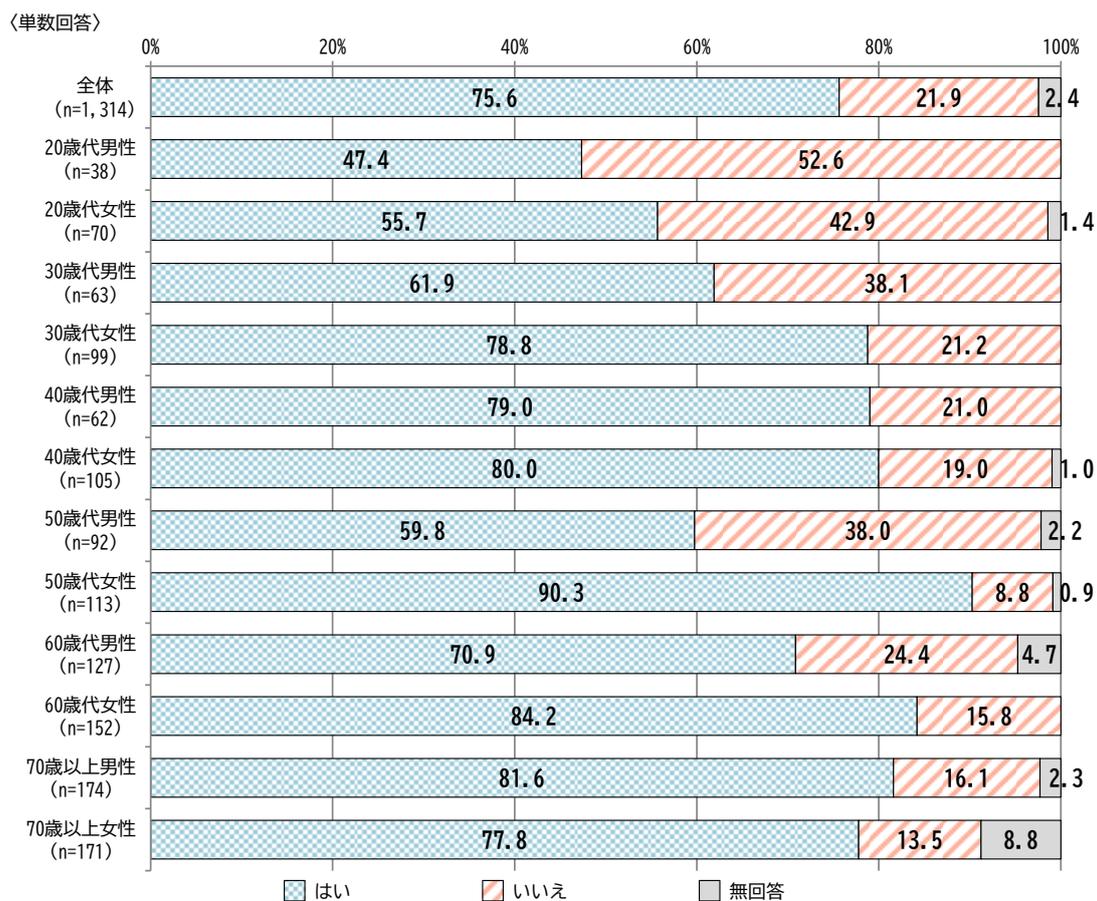
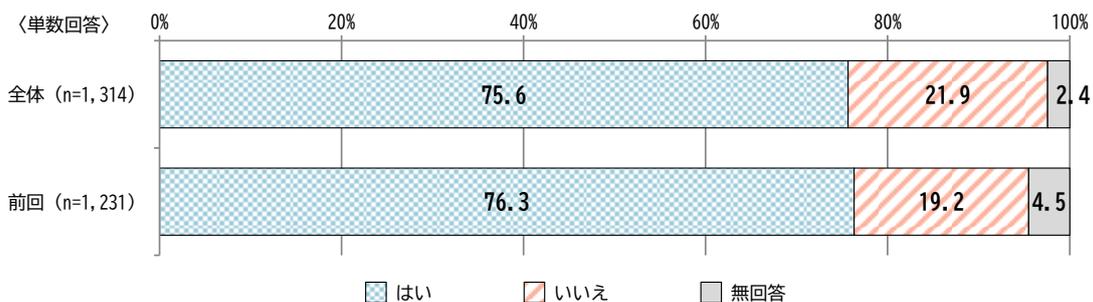
◇ 集計表

	単純集計 全体	性年齢別											
		20歳代 男性	20歳代 女性	30歳代 男性	30歳代 女性	40歳代 男性	40歳代 女性	50歳代 男性	50歳代 女性	60歳代 男性	60歳代 女性	70歳以上 男性	70歳以上 女性
サンプル数	1,314	38	70	63	99	62	105	92	113	127	152	174	171
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
歯が痛んだり、しみたりする	211	5	13	10	25	10	15	24	23	21	17	25	18
	16.1%	13.2%	18.6%	15.9%	25.3%	16.1%	14.3%	26.1%	20.4%	16.5%	11.2%	14.4%	10.5%
歯ぐきから血がでる	138	5	12	11	20	9	12	7	10	14	12	17	6
	10.5%	13.2%	17.1%	17.5%	20.2%	14.5%	11.4%	7.6%	8.8%	11.0%	7.9%	9.8%	3.5%
口臭がある	146	5	7	9	16	10	10	19	11	7	8	23	14
	11.1%	13.2%	10.0%	14.3%	16.2%	16.1%	9.5%	20.7%	9.7%	5.5%	5.3%	13.2%	8.2%
歯と歯の間に食べ物がつまる	559	14	20	24	37	20	49	41	63	59	88	74	57
	42.5%	36.8%	28.6%	38.1%	37.4%	32.3%	46.7%	44.6%	55.8%	46.5%	57.9%	42.5%	33.3%
歯がぐらつく	108	1	3	2	1	4	4	12	7	18	15	23	14
	8.2%	2.6%	4.3%	3.2%	1.0%	6.5%	3.8%	13.0%	6.2%	14.2%	9.9%	13.2%	8.2%
なし	448	19	33	27	42	24	39	29	35	37	32	49	62
	34.1%	50.0%	47.1%	42.9%	42.4%	38.7%	37.1%	31.5%	31.0%	29.1%	21.1%	28.2%	36.3%
その他	52	0	3	0	1	3	4	2	1	5	8	12	9
	4.0%	0.0%	4.3%	0.0%	1.0%	4.8%	3.8%	2.2%	0.9%	3.9%	5.3%	6.9%	5.3%
無回答	56	2	2	0	0	3	3	3	1	7	4	9	18
	4.3%	5.3%	2.9%	0.0%	0.0%	4.8%	2.9%	3.3%	0.9%	5.5%	2.6%	5.2%	10.5%

	単純集計 全体	世帯構成別			
		1人暮らし	夫婦のみ	親と子 (2世代)	親と子と孫 (3世代)
サンプル数	1,314	221	493	480	33
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
歯が痛んだり、しみたりする	211	30	76	83	4
	16.1%	13.6%	15.4%	17.3%	12.1%
歯ぐきから血がでる	138	20	50	55	3
	10.5%	9.0%	10.1%	11.5%	9.1%
口臭がある	146	25	46	61	4
	11.1%	11.3%	9.3%	12.7%	12.1%
歯と歯の間に食べ物がつまる	559	91	225	197	12
	42.5%	41.2%	45.6%	41.0%	36.4%
歯がぐらつく	108	24	43	31	1
	8.2%	10.9%	8.7%	6.5%	3.0%
なし	448	74	143	184	17
	34.1%	33.5%	29.0%	38.3%	51.5%
その他	52	9	27	10	0
	4.0%	4.1%	5.5%	2.1%	0.0%
無回答	56	12	24	16	0
	4.3%	5.4%	4.9%	3.3%	0.0%

問 37 歯科健診や治療を受けるかかりつけの歯科医院を決めていますか。  
(○はひとつ)

- ◇ 「はい」が75.6%、「いいえ」が21.9%となっています。
- ◇ 性年齢別でみると、50歳代女性では「はい」が90.3%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「いいえ」が2.7ポイント増加しています。

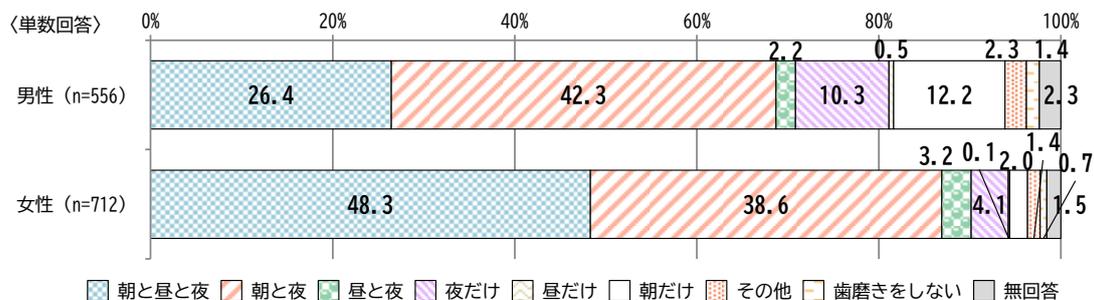
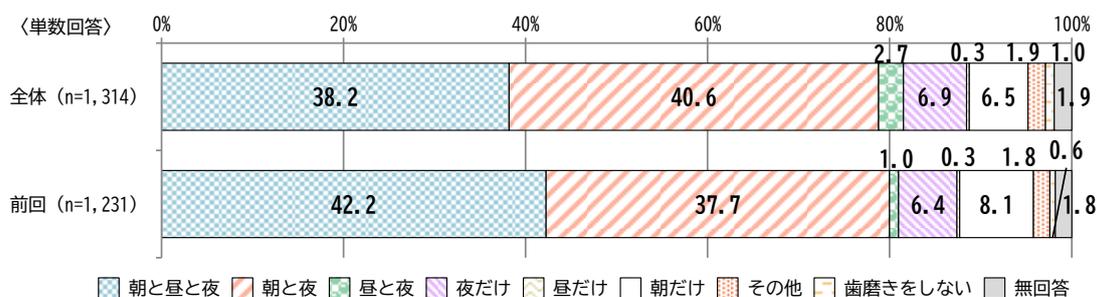


問 38 あなたは、歯磨きをいつしますか。(○はひとつ)

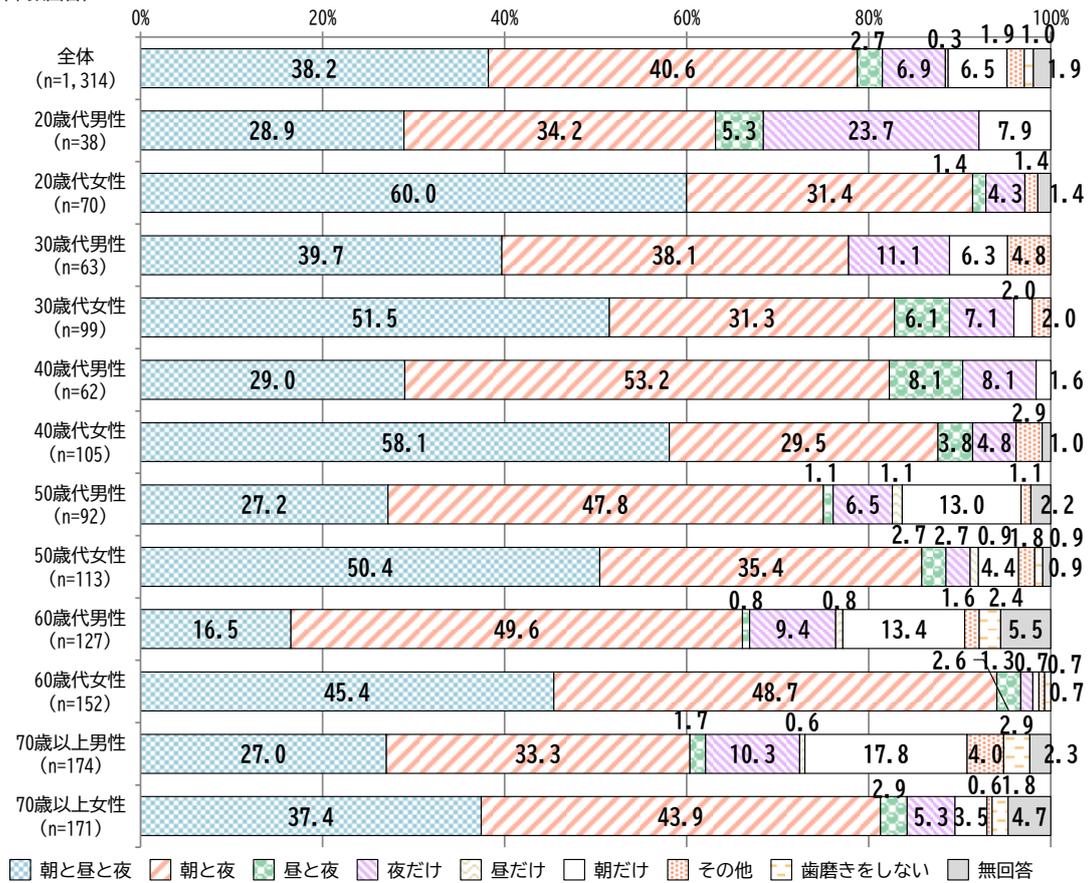
- ◇ 「朝と夜」が 40.6%と最も高く、次いで、「朝と昼と夜」の 38.2%、「夜だけ」の 6.9%の順となっています。
- ◇ 性別で見ると、男性では「朝と昼と夜」が 26.4%となっており、女性（48.3%）より 21.9 ポイント低くなっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20 歳代～50 歳代の女性では「朝と昼と夜」の割合が5割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「朝と昼と夜」が4.0 ポイント減少しています。

◆ 「その他」の具体的内容

- ・朝と昼
- ・食後はいつも
- ・寝る前
- ・数日おき
- ・入れ歯のすすぎ洗い
- ・入浴後

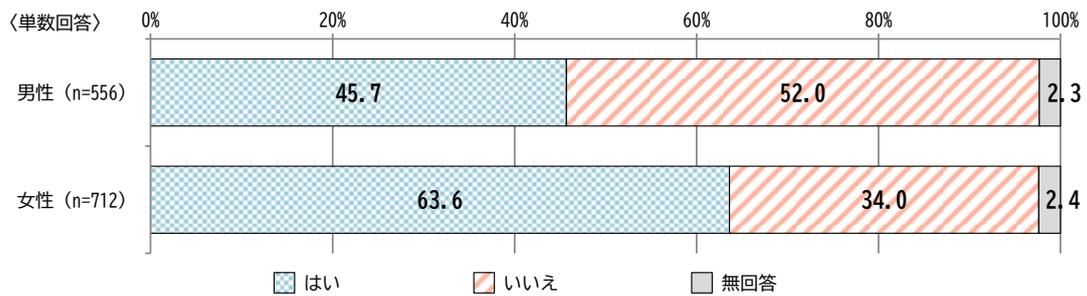
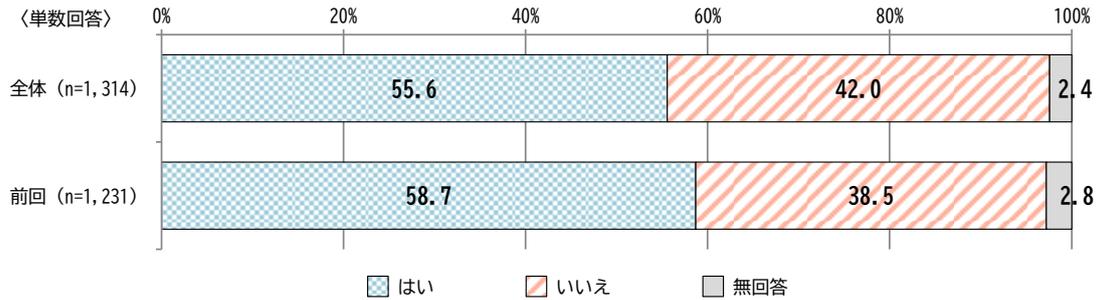


〈単数回答〉

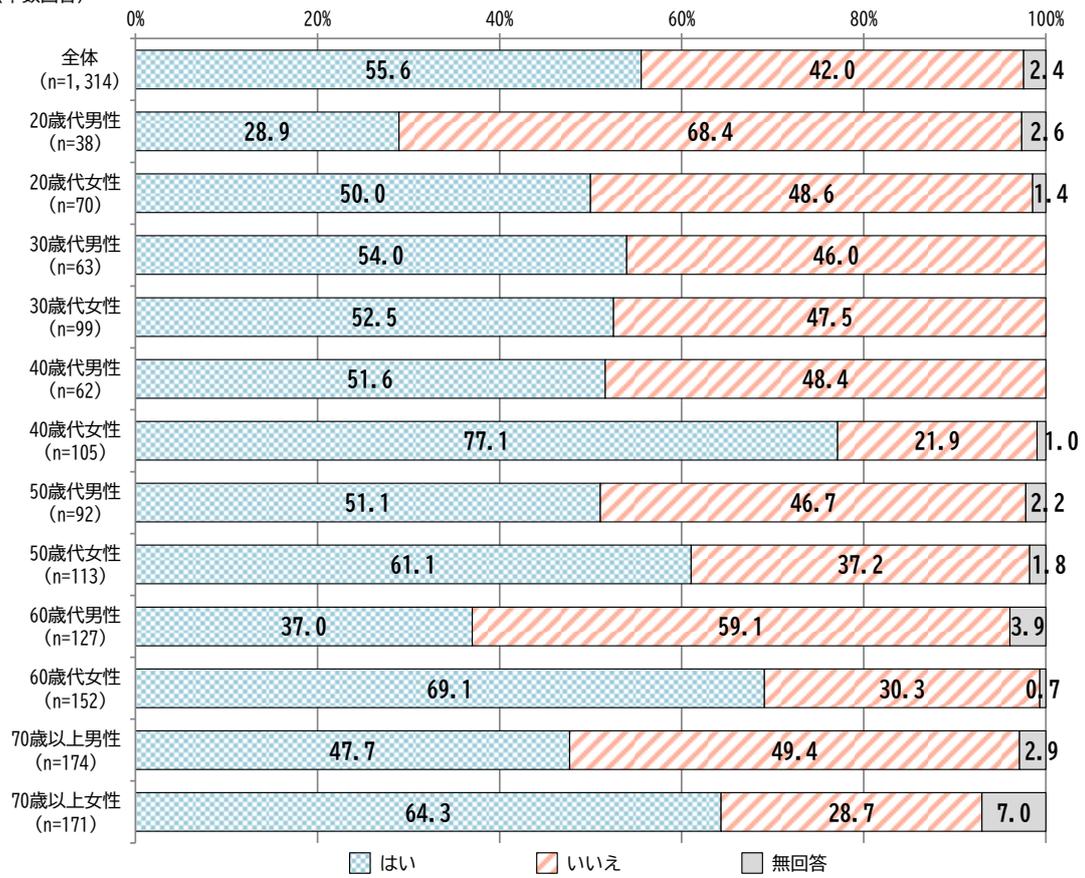


問 39 現在、歯間ブラシ、糸ようじ等を使用していますか。(〇はひとつ)

- ◇ 「はい」が55.6%、「いいえ」が42.0%となっています。
- ◇ 性別で見ると、男性では「はい」が45.7%となっており、女性(63.6%)よりも17.9ポイント低くなっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代男性では「はい」の割合が3割以下にとどまっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が3.1ポイント減少しています。

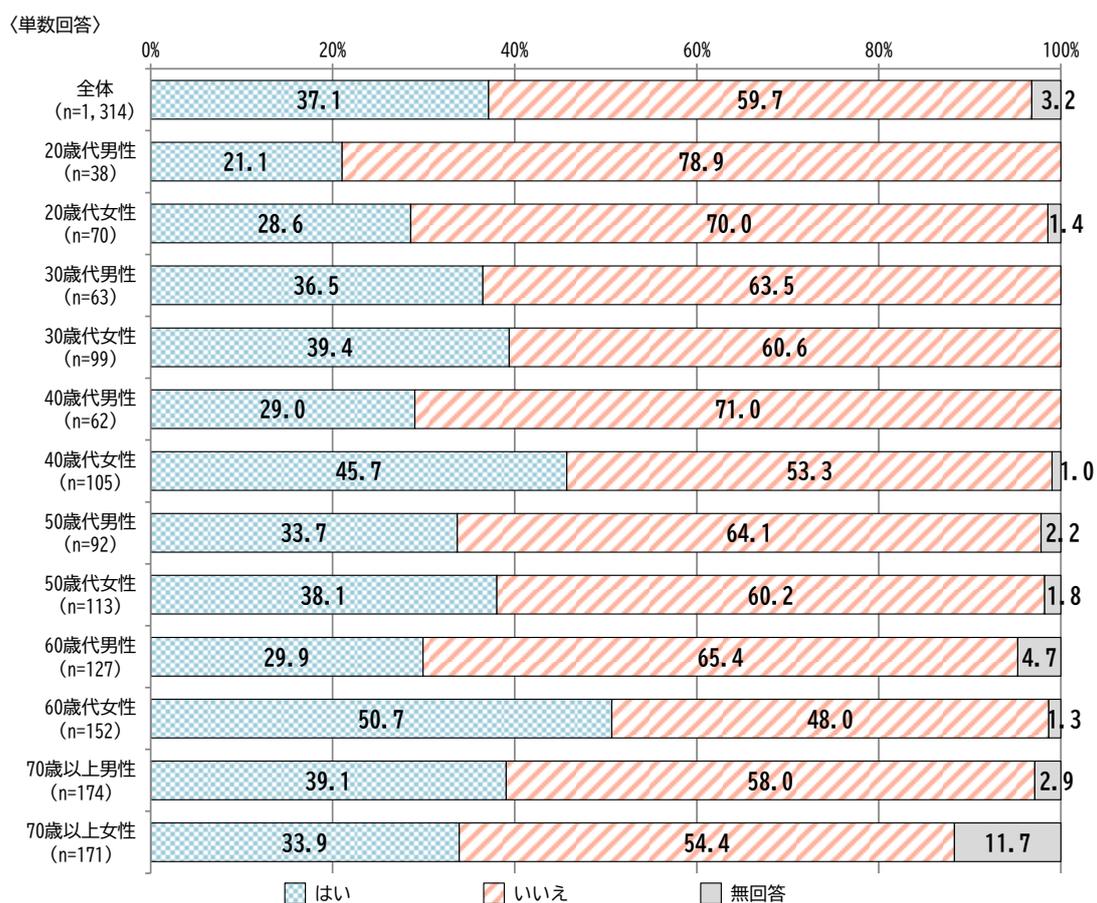
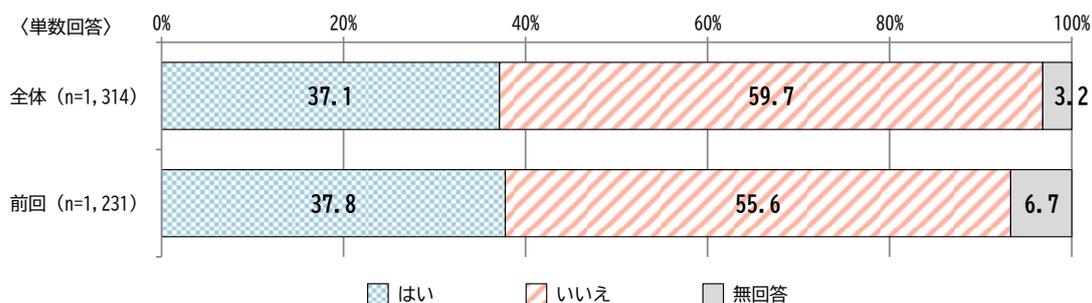


〈単数回答〉



問 40 ここ1年間に歯に関する指導を受けたことがありますか。(〇はひとつ)

- ◇ 「はい」が37.1%、「いいえ」が59.7%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、60歳代女性では「はい」が50.7%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「いいえ」が4.1ポイント増加しています。

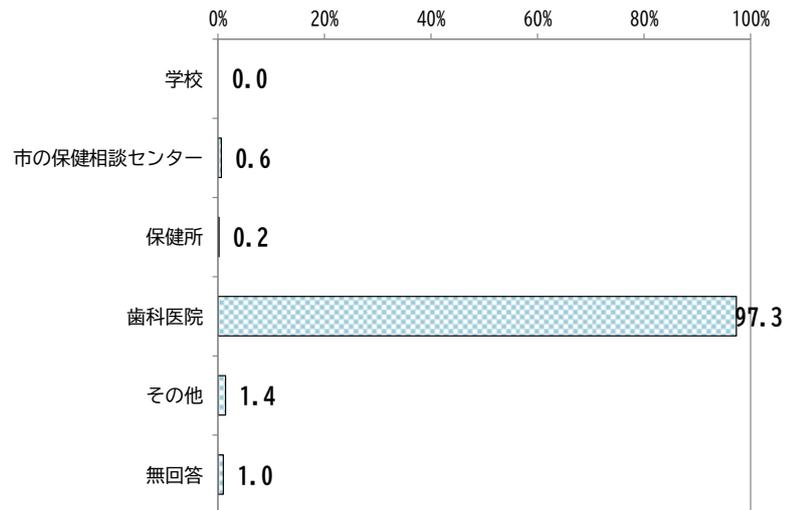


問 40 で「1. はい」と回答された方におたずねします。

問 41 どこで指導を受けましたか。(〇はいくつでも)

- ◇ 「歯科医院」が 97.3%と最も高く、次いで、「その他」の 1.4%、「市の保健相談センター」の 0.6%の順となっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「歯科医院」が 2.7 ポイント増加しています。

〈複数回答〉 n=488



◆ 「その他」の具体的内容

・ 職場

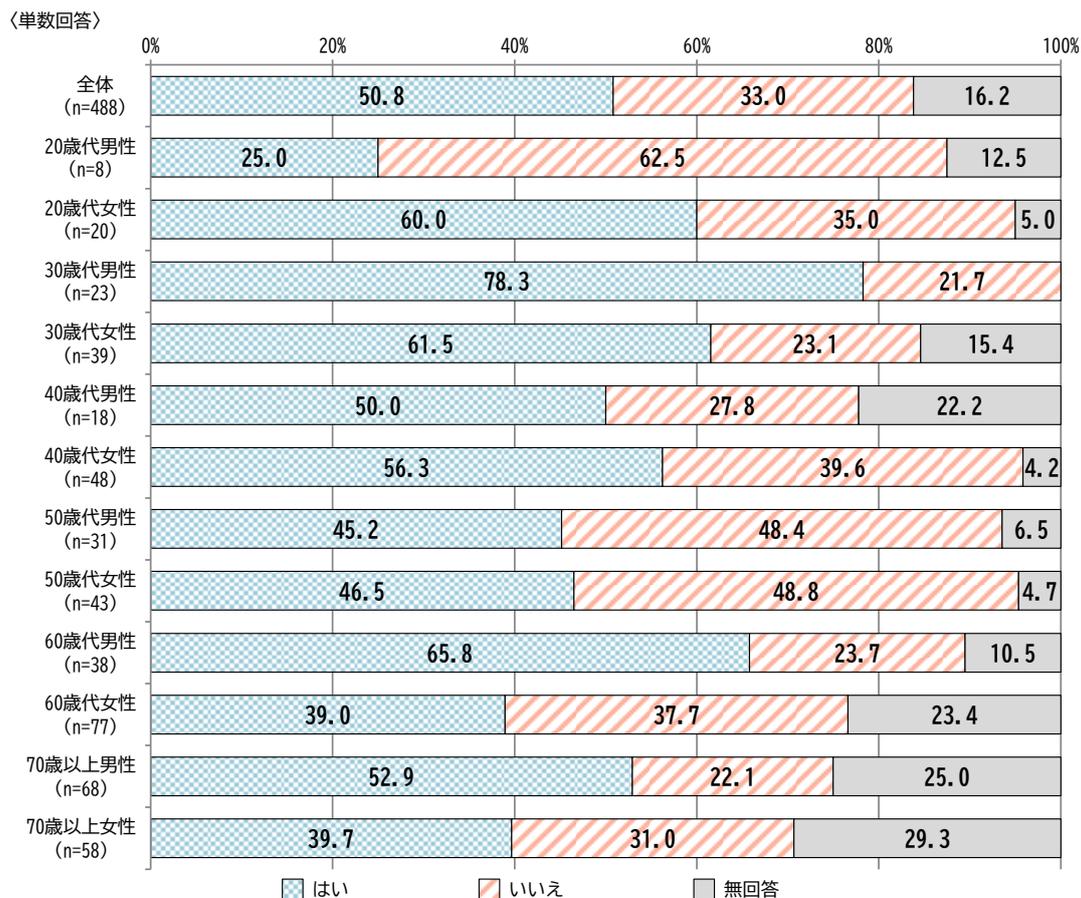
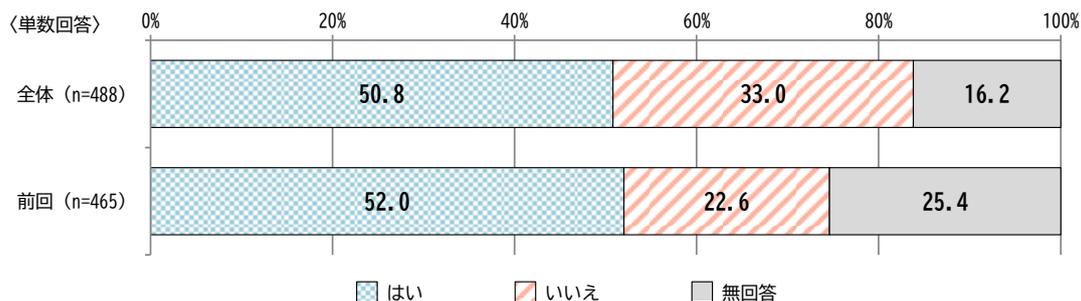
・ 入院先の病院

	今回	前回
サンプル数	488 100.0%	465 100.0%
学校	0 0.0%	10 2.2%
市の保健相談センター	3 0.6%	8 1.7%
保健所	1 0.2%	2 0.4%
歯科医院	475 97.3%	440 94.6%
その他	7 1.4%	8 1.7%
無回答	5 1.0%	—

問 42 その時受けた指導を教えてください。(項目ごとに1か2いずれかひとつに○)

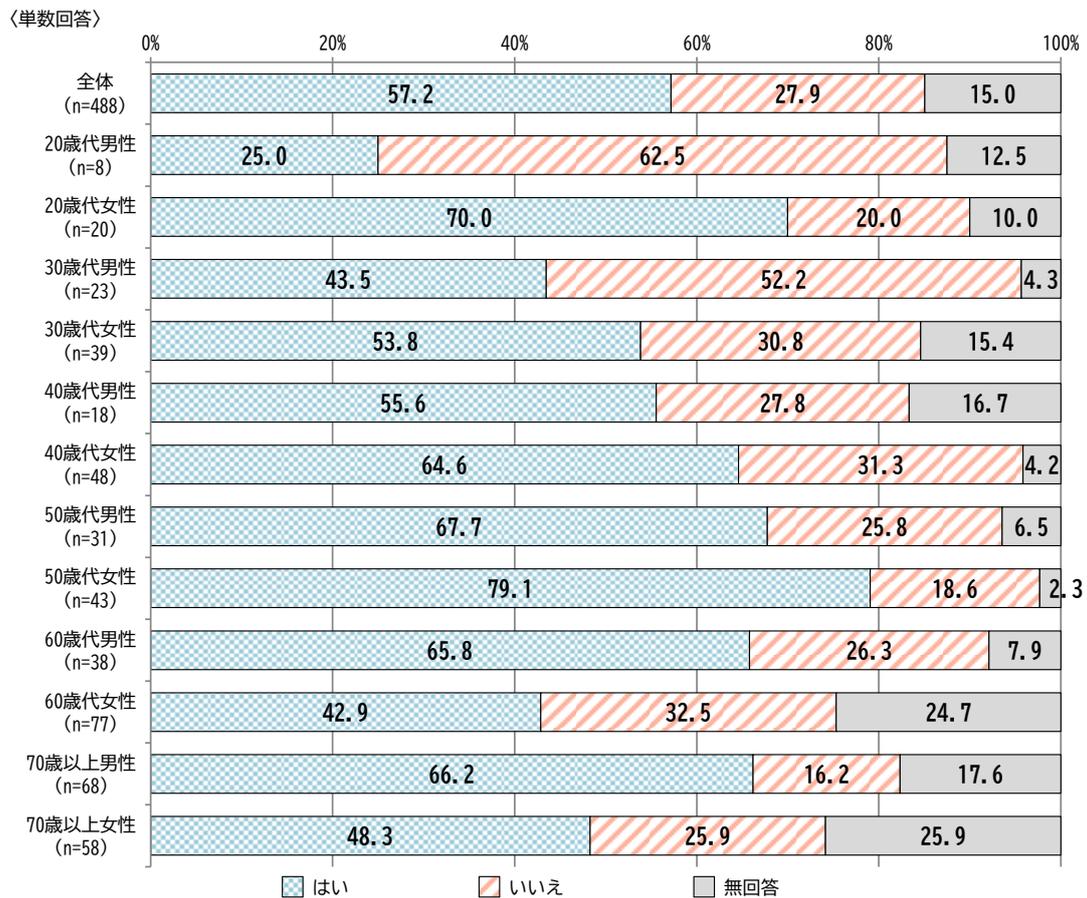
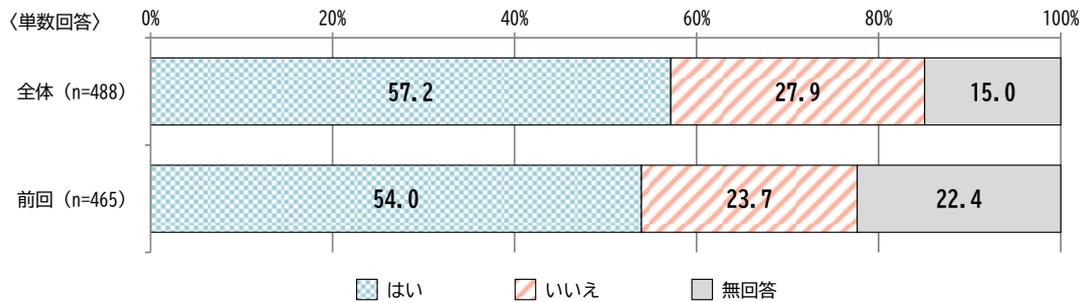
① むし歯について

- ◇ 「はい」が50.8%、「いいえ」が33.0%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、30歳代男性では「はい」が78.3%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が1.2ポイント減少しています。



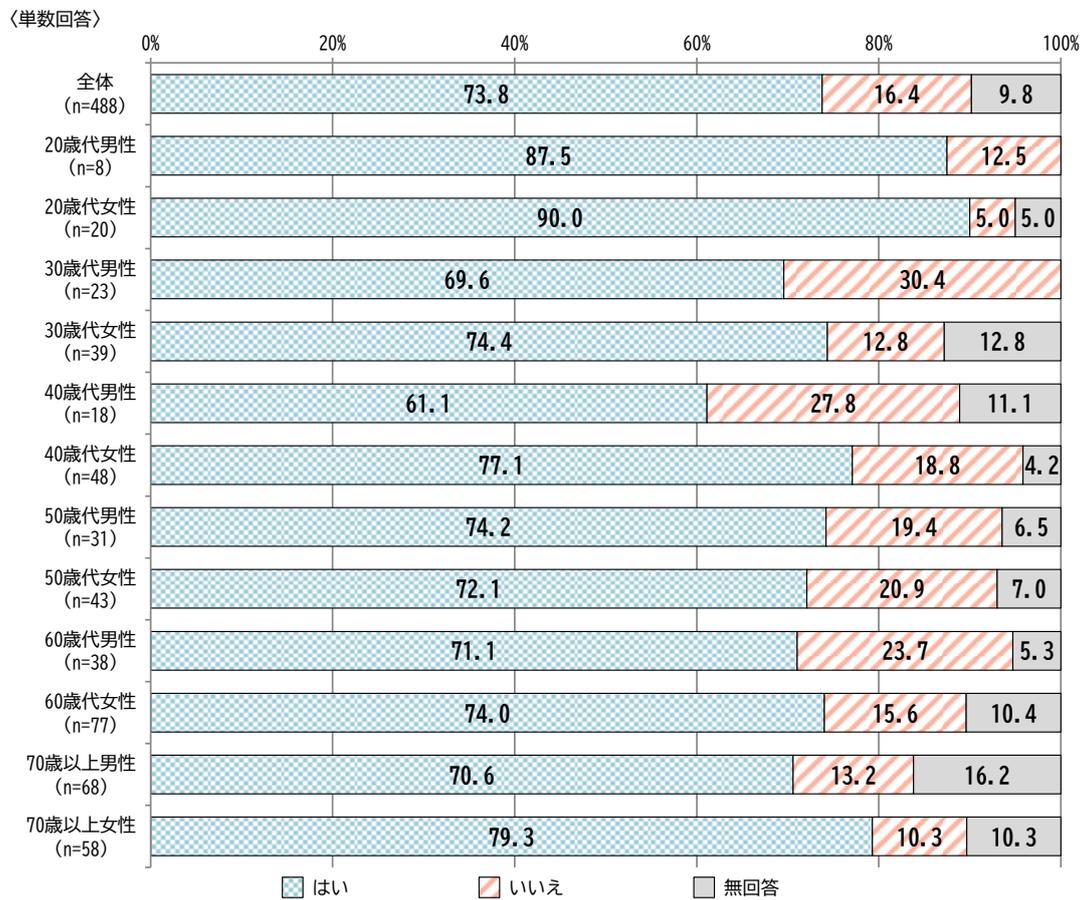
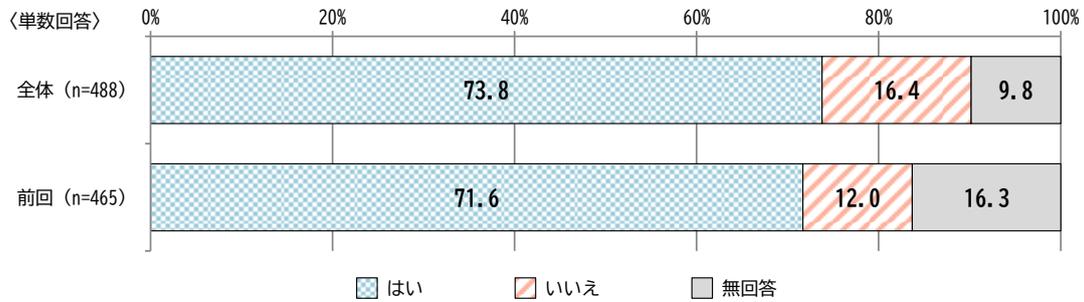
## ② 歯周病について

- ◇ 「はい」が57.2%、「いいえ」が27.9%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代と50歳代の女性では「はい」の割合が7割を超えている一方、20歳代男性では「いいえ」の割合が6割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が3.2ポイント増加しています。



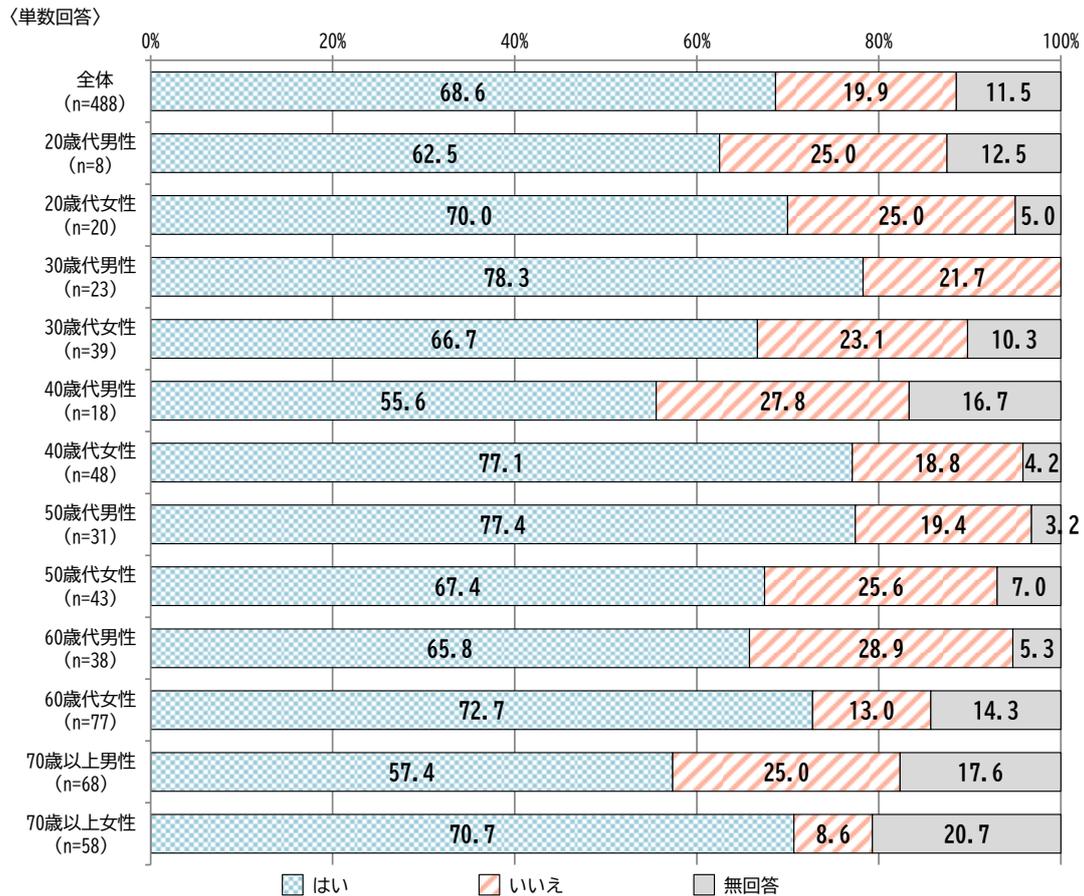
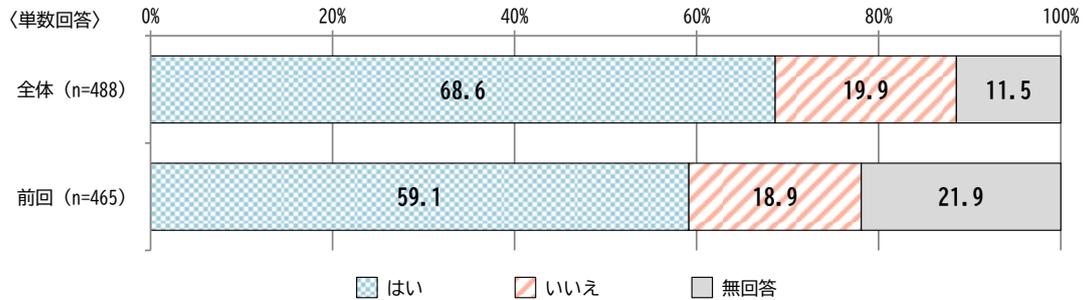
### ③ 歯磨き指導（入れ歯も含む）

- ◇ 「はい」が73.8%、「いいえ」が16.4%となっています。
- ◇ 性年齢別でみると、20歳代女性では「はい」の割合が9割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が2.2ポイント増加しています。



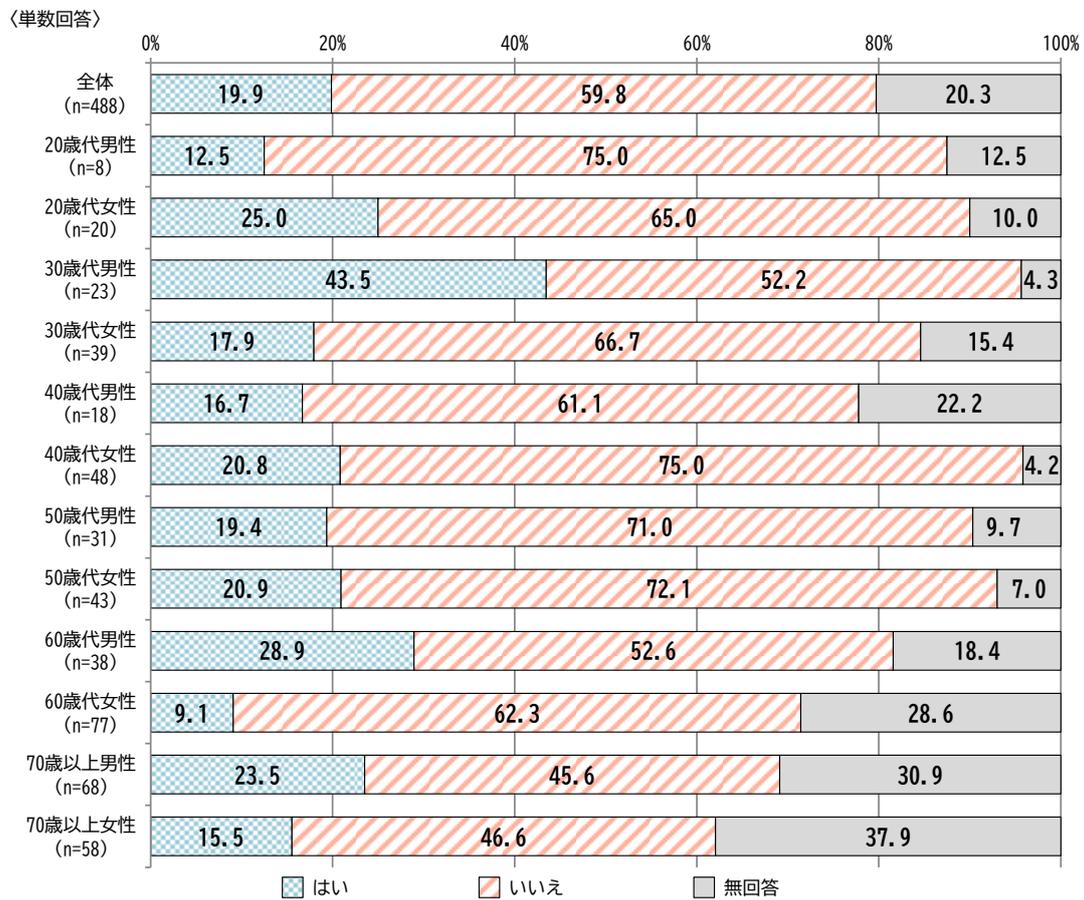
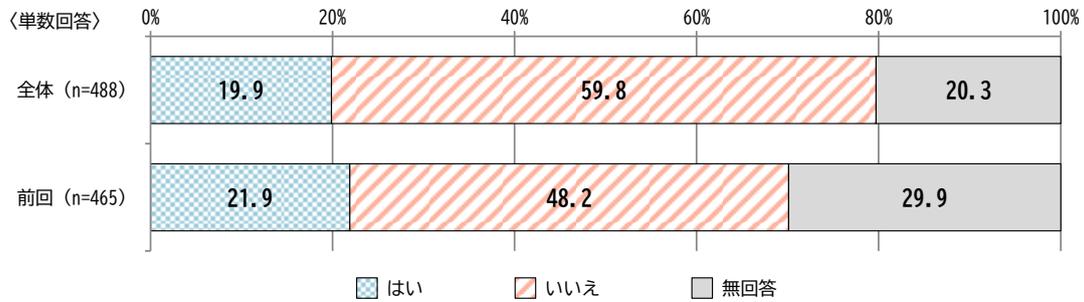
#### ④ 糸ようじや歯間ブラシの使い方

- ◇ 「はい」が68.6%、「いいえ」が19.9%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、40歳代と70歳以上の男性では「はい」の割合が5割台にとどまっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が9.5ポイント増加しています。



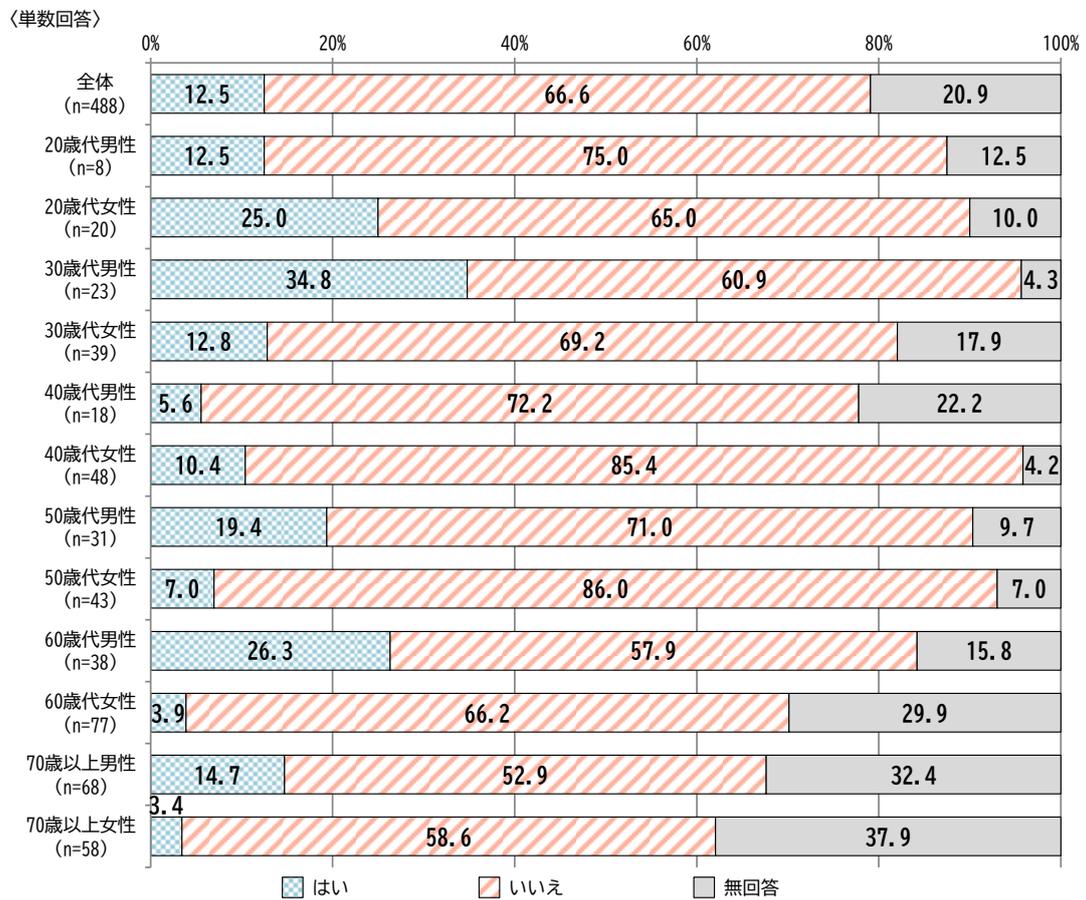
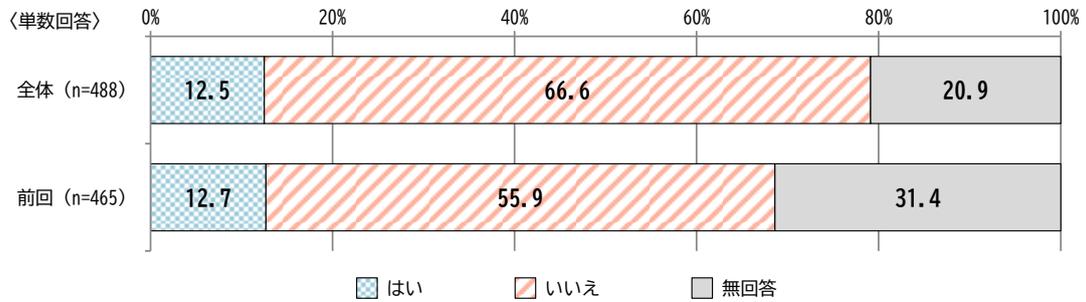
### ⑤ 食事、間食とむし歯の関係

- ◇ 「はい」が19.9%、「いいえ」が59.8%となっています。
- ◇ 性年齢別でみると、30歳代男性では「はい」の割合が4割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が2ポイント減少しています。



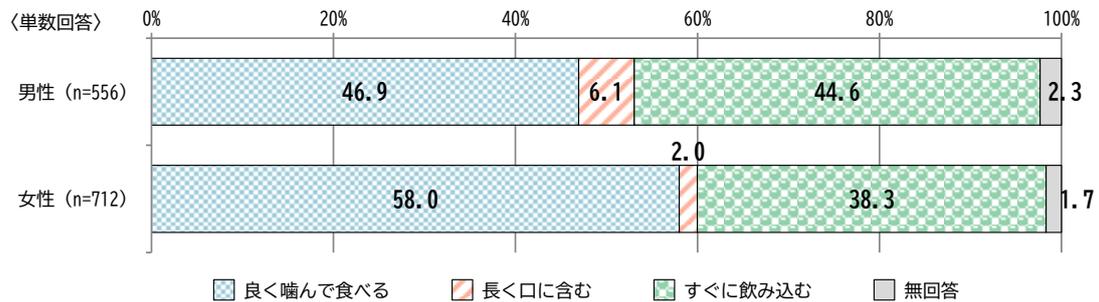
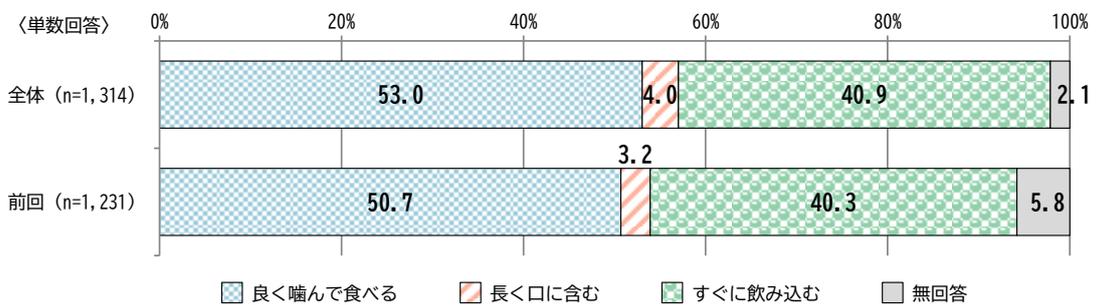
## ⑥ 喫煙と歯周病の関係

- ◇ 「はい」が4.9%、「いいえ」が25.3%となっています。
- ◇ 性年齢別でみると、30歳代男性では「はい」の割合が3割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が0.2ポイント減少しています。

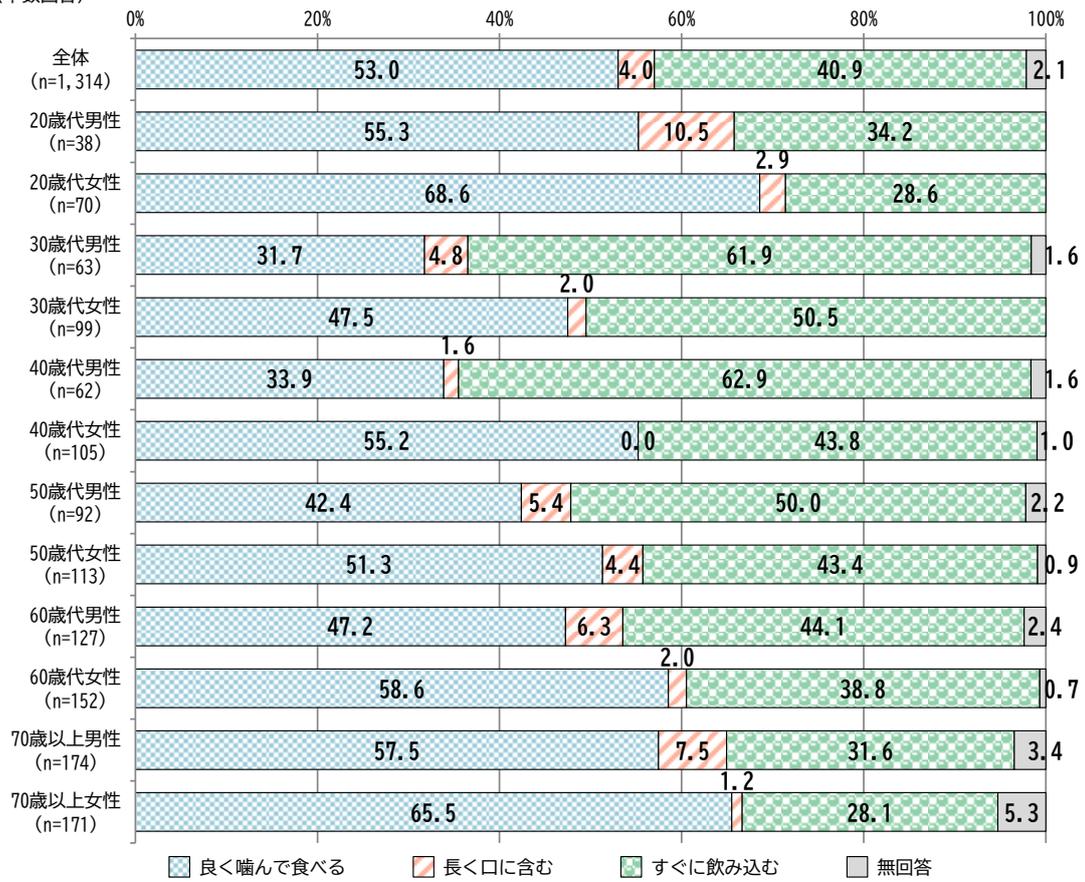


問 43 食事の食べ方はどうですか。(〇は1つ)

- ◇ 「良く噛んで食べる」が 53.0%、「長く口に含む」が 4.0%、「すぐに飲み込む」が 40.9%となっています。
- ◇ 性別で見ると、男性では「良く噛んで食べる」が 46.9%となっており、女性（58.0%）よりも 11.1 ポイント低くなっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20 歳代と 70 歳以上の女性では「良く噛んで食べる」が 6 割を超えており、他より高くなっています。また、30 歳代～40 歳代の男性では「すぐに飲み込む」が 6 割を超えており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「良く噛んで食べる」が 2.3 ポイント増加しています。

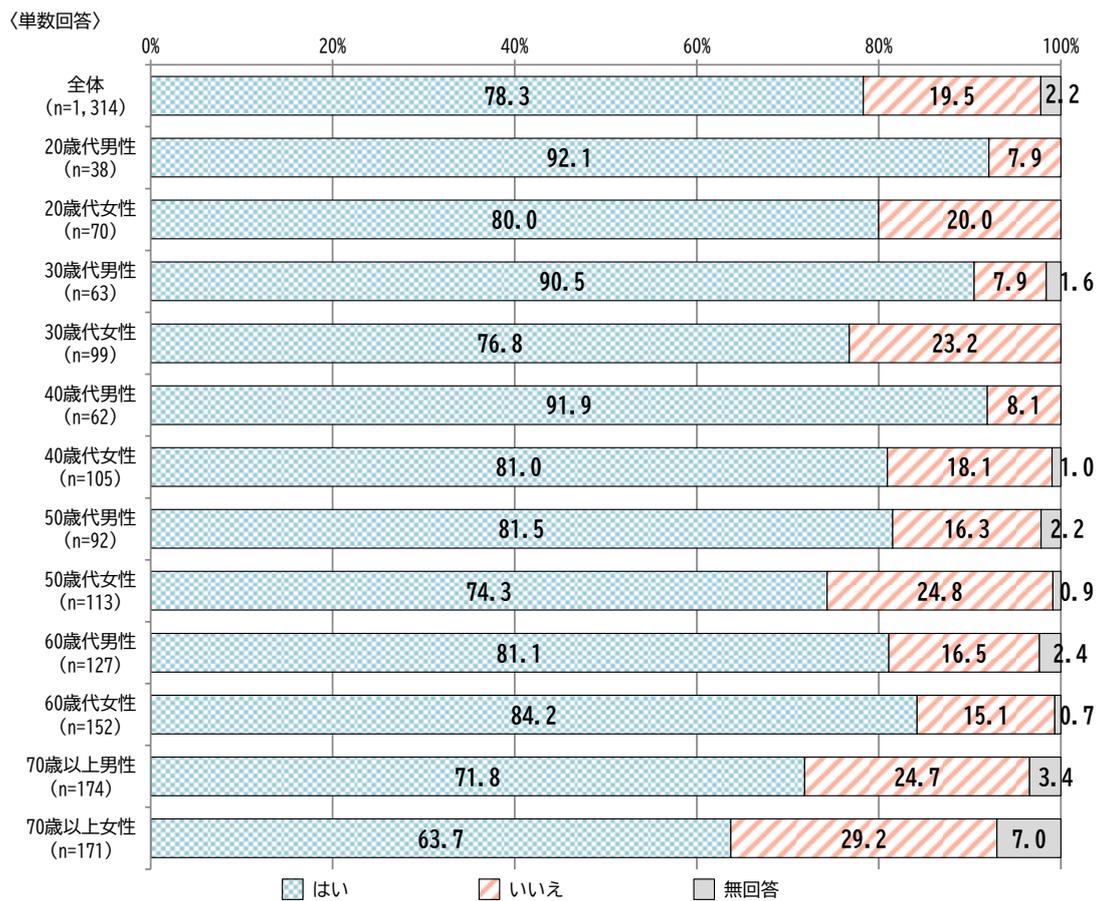
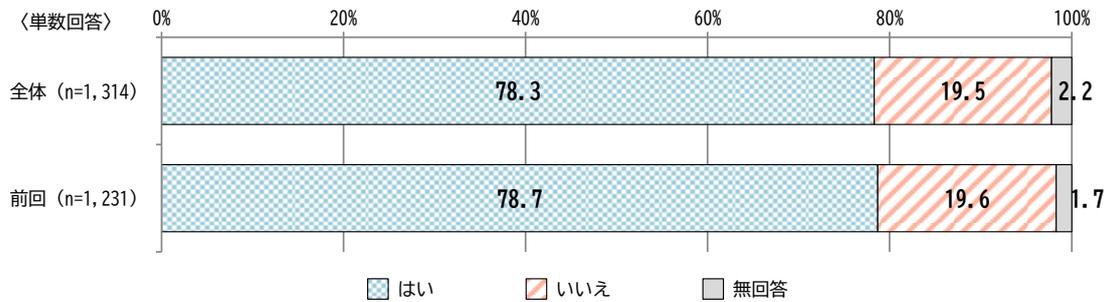


〈単数回答〉



#### 問 44 食事中に飲み物を飲みますか。(○はひとつ)

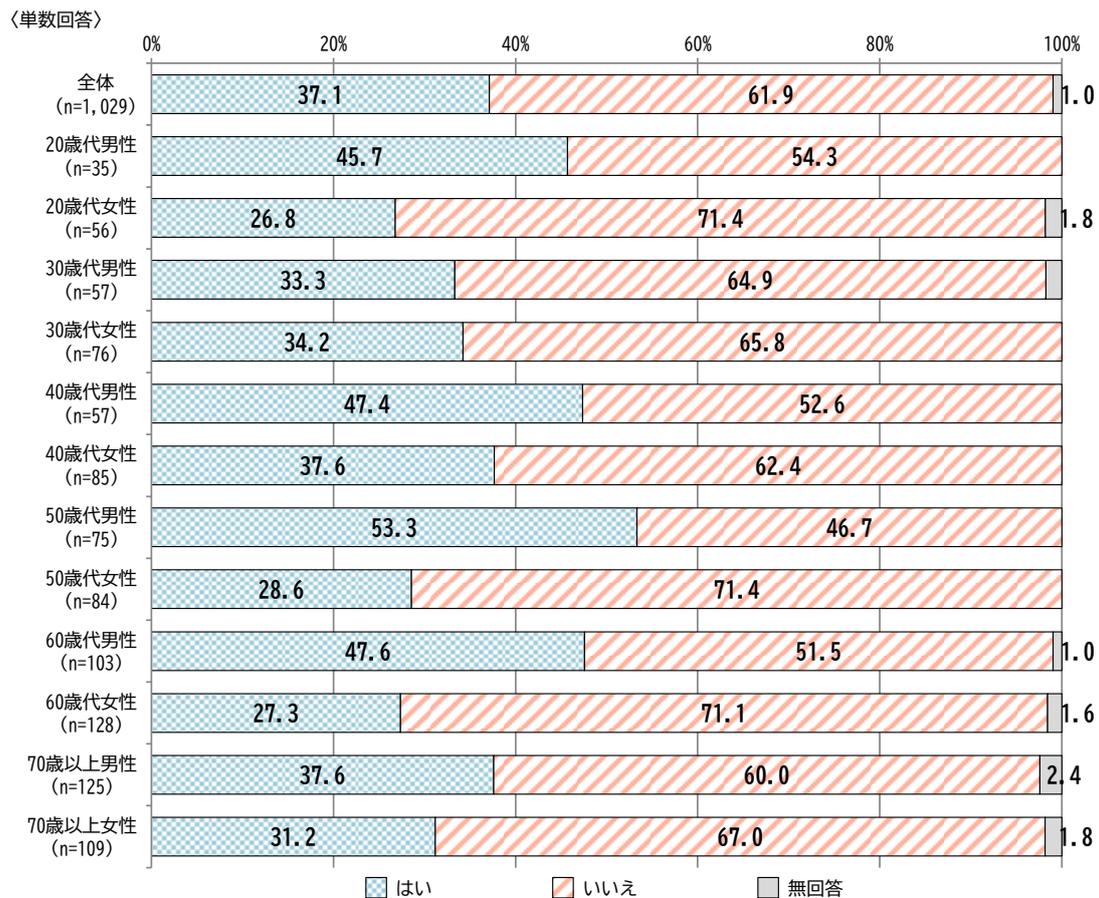
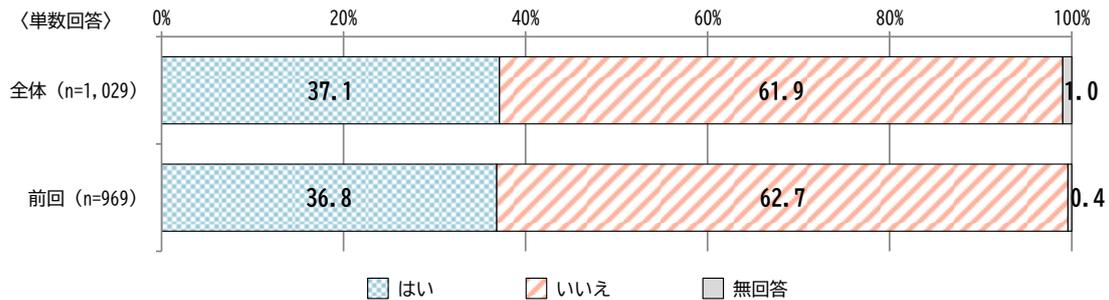
- ◇ 「はい」が78.3%、「いいえ」が19.5%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、30歳代~50歳代の男性では「はい」の割合が9割を超えており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が0.4ポイント減少しています。



問 44 で「1. はい」と回答された方におたずねします。

問 45 食べ物が入っている時に、飲み物を飲みますか。(○は1つ)

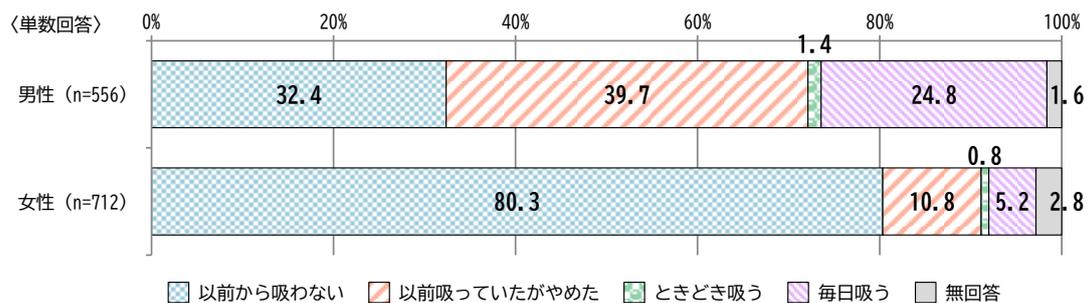
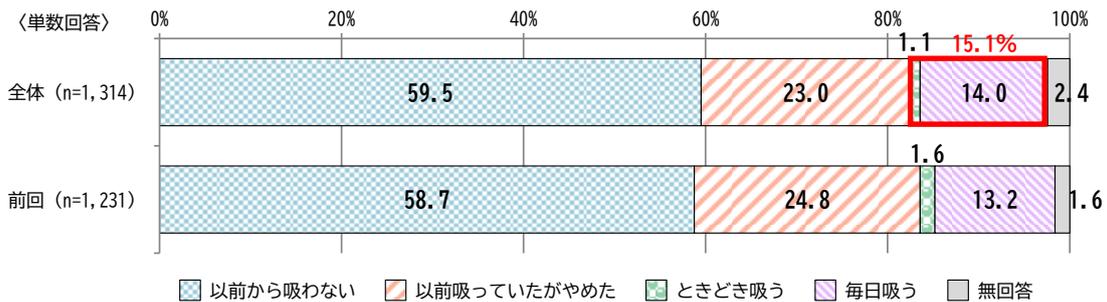
- ◇ 「はい」が37.1%、「いいえ」が61.9%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代と40歳代~60歳代の男性では「はい」の割合が5割前後となり、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が0.3ポイント増加しています。



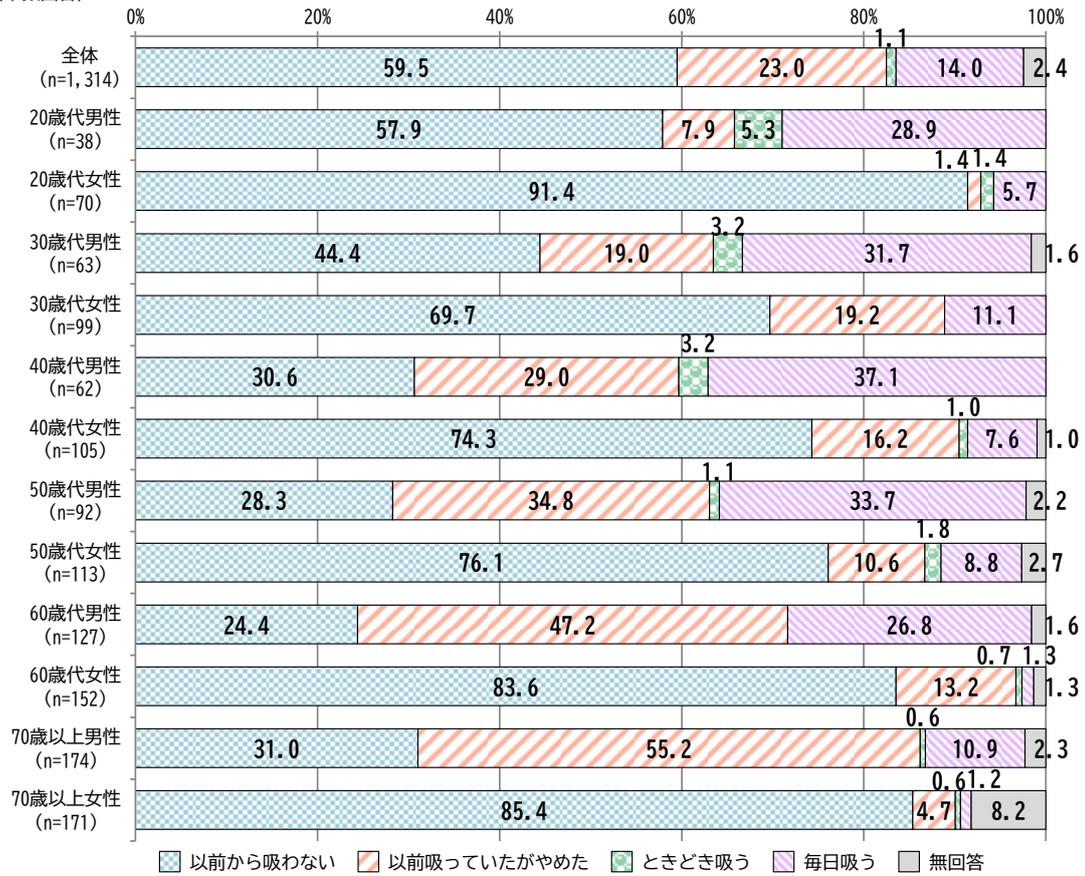
## VII たばこについて

### 問 46 あなたは、たばこを吸いますか。(〇はひとつ)

- ◇ 「以前から吸わない」が 59.5%と最も高く、次いで、「以前吸っていたがやめた」の 23.0%、「毎日吸う」の 14.0%の順となっており、『成人の喫煙者』（「ときどき吸う」と「毎日吸う」の合計）は 15.1%となっています。
- ◇ 性別でみると、男性では「以前吸っていたがやめた」の割合がおおよそ4割となっています。また、「毎日吸う」は、24.8%となっており、女性の 5.2%より高くなっています。
- ◇ 性年齢別でみると、50 歳以上の男性では「以前吸っていたがやめた」の割合が他より高くなっている一方、30 歳代～50 歳代の男性では「毎日吸う」の割合が3割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「以前は吸っていたがやめた」が 1.8 ポイント減少しています。



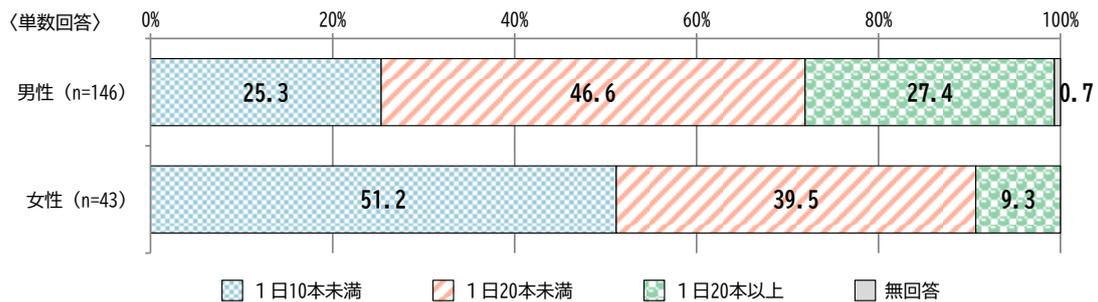
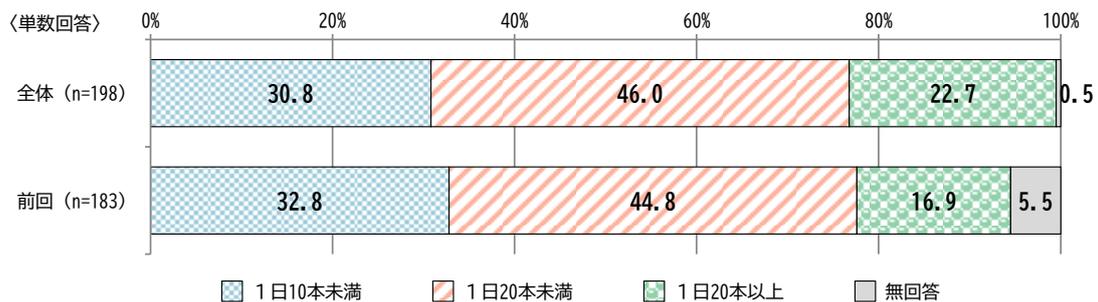
〈単数回答〉



問 46 で「3. ときどき吸う」「4. 毎日吸う」と回答された方におたずねします。

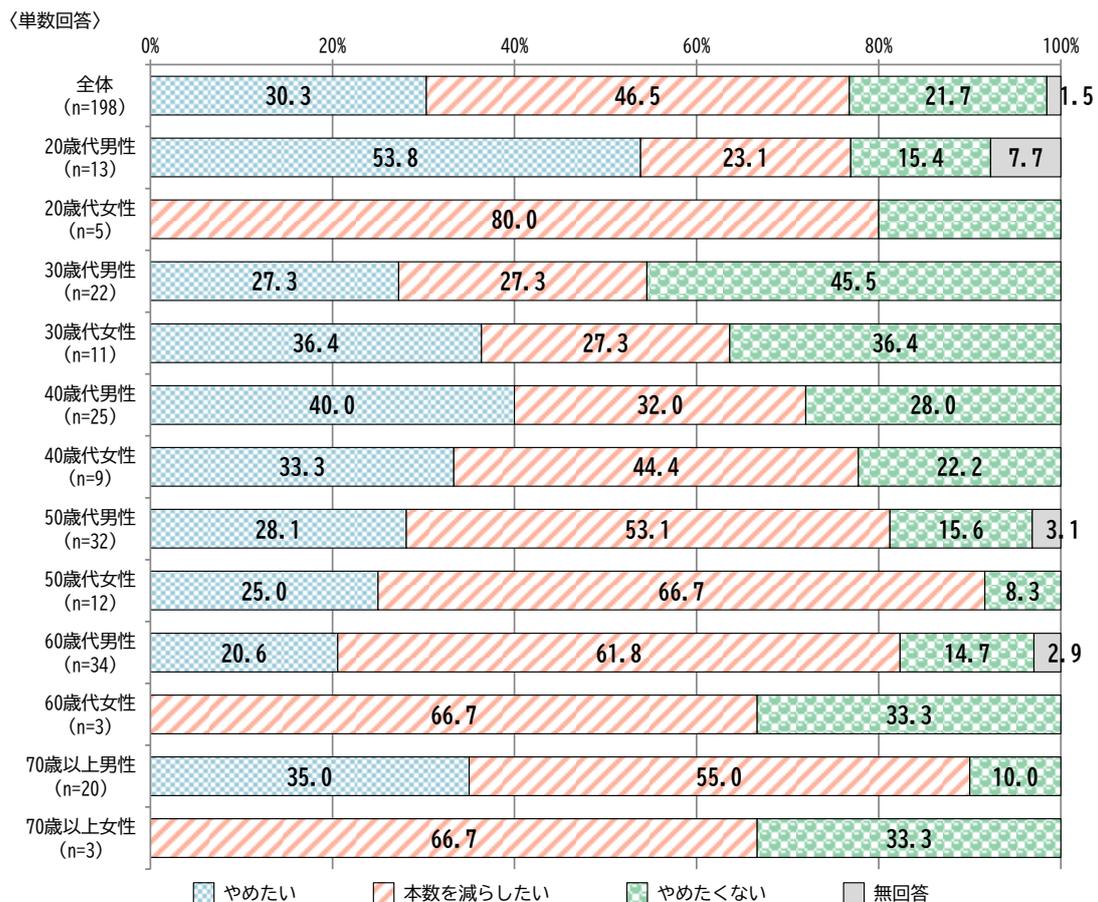
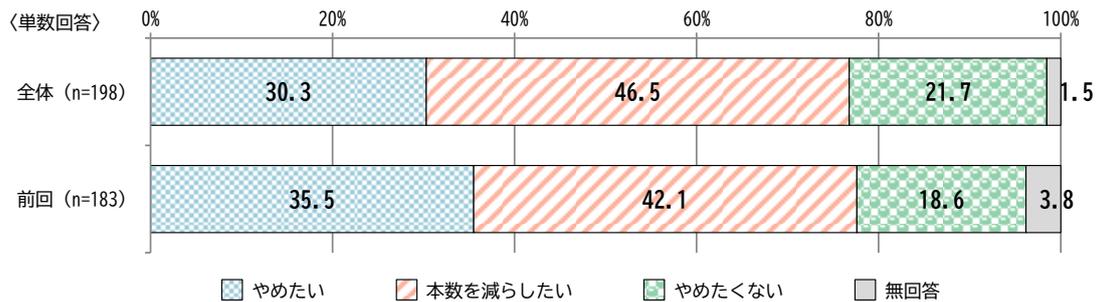
問 47 1日に何本くらい吸いますか。(○は1つ)

- ◇ 「1日 10 本未満」が 30.8%、「1日 20 本未満」が 46.0%、「1日 20 本以上」が 22.7%となっています。
- ◇ 性別で見ると、女性では「1日 10 本未満」が 51.2%と最も高くなっており、男性では「1日 20 本未満」が 46.6%と最も高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「1日 10 本未満」が 2.0 ポイント減少し、「1日 20 本以上」が 5.8 ポイント増加しています。



問 46 で「3. ときどき吸う」「4. 毎日吸う」と回答された方におたずねします。  
 問 48 たばこをやめたいと思いますか。(○は1つ)

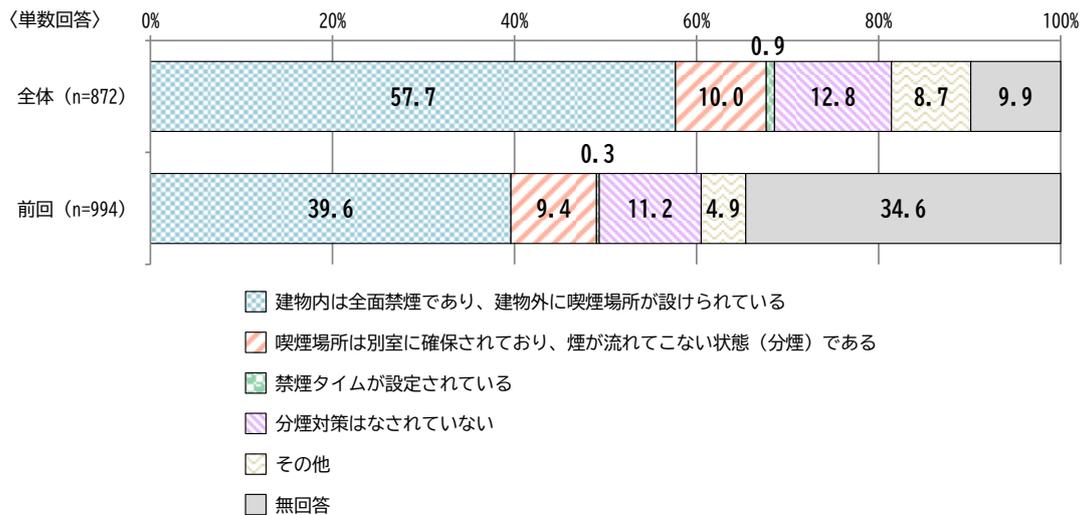
- ◇ 「やめたい」が30.3%、「本数を減らしたい」が46.5%、「やめたくない」が21.7%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代男性では「やめたい」の割合が5割を超えている一方、30歳代の男女では「やめたくない」が最も高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「やめたい」が5.2ポイント減少しています。



現在、仕事をされている方におたずねします。

問 49 あなたの職場では、喫煙場所を設ける等の分煙対策がなされていますか。  
(○は1つ)

- ◇ 「建物内は全面禁煙であり、建物外に喫煙場所が設けられている」が 57.7%と最も高く、次いで、「分煙対策はなされていない」の 12.8%、「喫煙場所は別室に確保されており、煙が流れてこない状態（分煙）である」の 10.0%の順となっています。
- ◇ 前回の調査と比較は不可となります。



◆ 「その他」の具体的内容

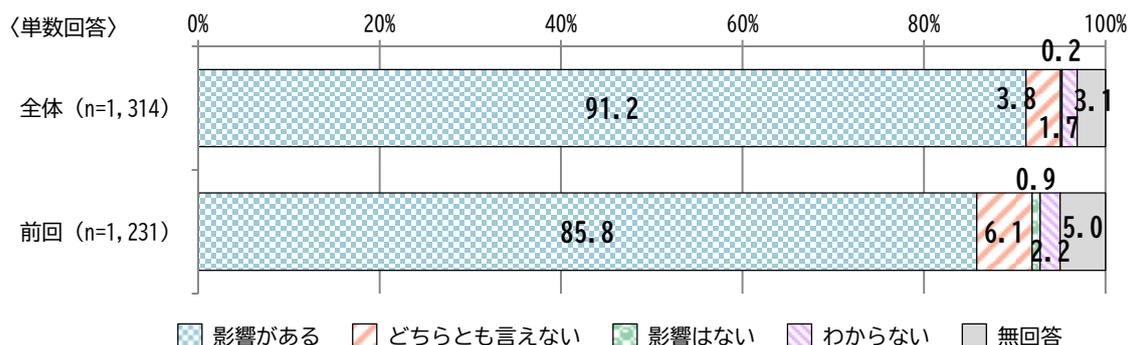
- ・ 喫煙者がいない
- ・ 敷地内全面禁煙
- ・ テレワーク
- ・ 不明、わからない

※ 前回は働いていない人も含めているため、無回答の割合が高い。

問 50 あなたは、たばこが健康に与える影響について、どう思いますか。  
(項目ごとに1～4のいずれかひとつに○)

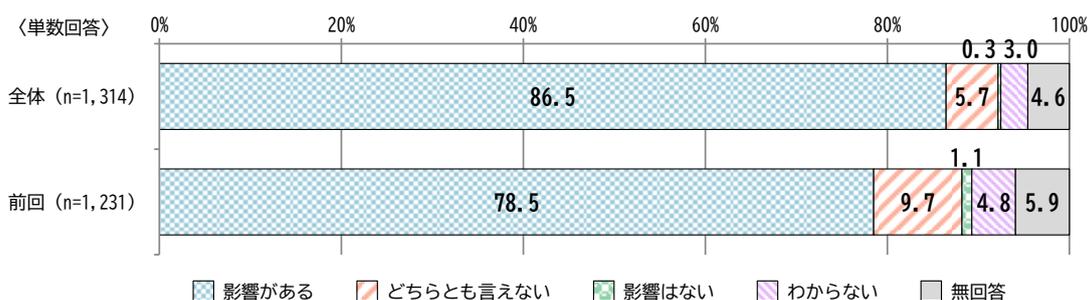
① 肺がん

- ◇ 「影響がある」が91.2%と最も高く、次いで、「どちらとも言えない」の3.8%、「わからない」の1.7%の順となっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「影響がある」が5.4ポイント増加しています。



② ぜんそく

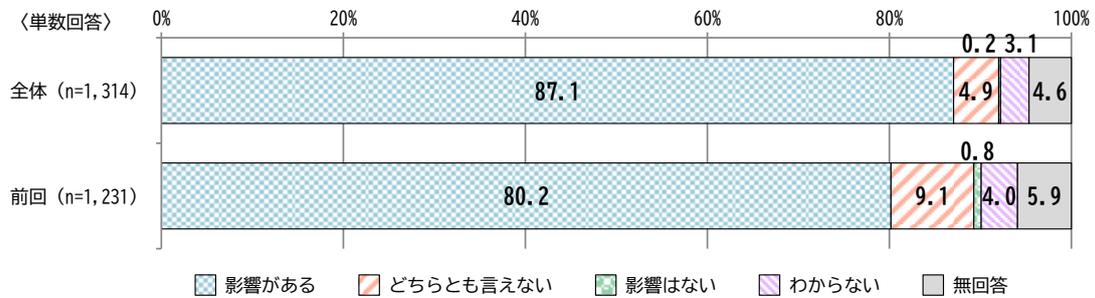
- ◇ 「影響がある」が86.5%と最も高く、次いで、「どちらとも言えない」の5.7%、「わからない」の3.0%の順となっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「影響がある」が8.0ポイント増加しています。



### ③ 気管支炎

◇ 「影響がある」が 87.1%と最も高く、次いで、「どちらとも言えない」の 4.9%、「わからない」の 3.1%の順となっています。

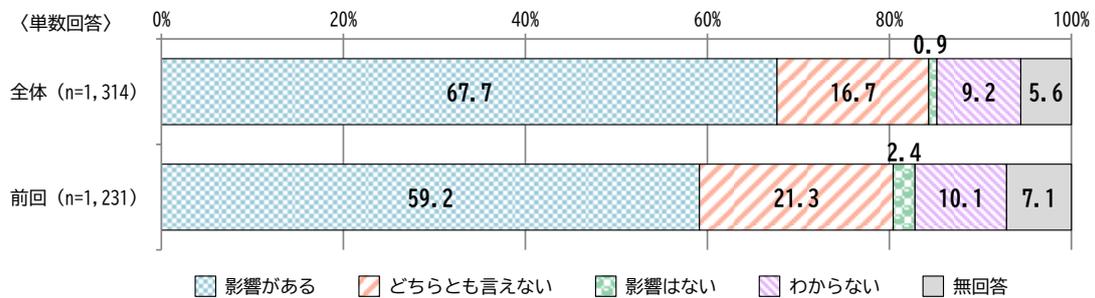
◇ 前回の調査と比較すると、「影響がある」が6.9ポイント増加しています。



### ④ 心臓病

◇ 「影響がある」が 67.7%と最も高く、次いで、「どちらとも言えない」の 16.7%、「わからない」の 9.2%の順となっています。

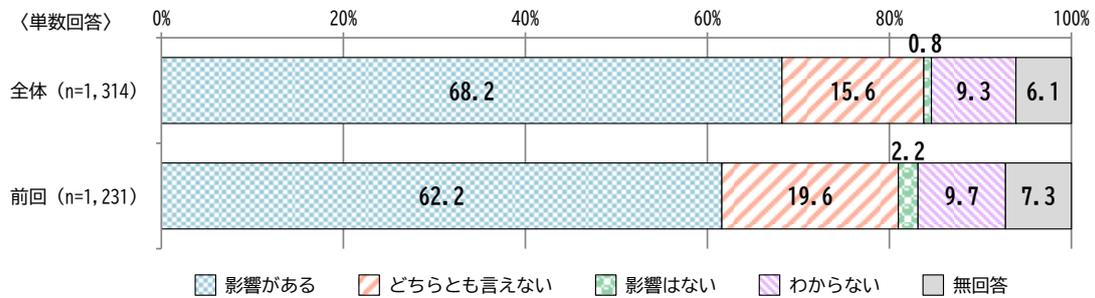
◇ 前回の調査と比較すると、「影響がある」が8.5ポイント増加しています。



⑤ 脳卒中

◇ 「影響がある」が 68.2%と最も高く、次いで、「どちらとも言えない」の 15.6%、「わからない」の 9.3%の順となっています。

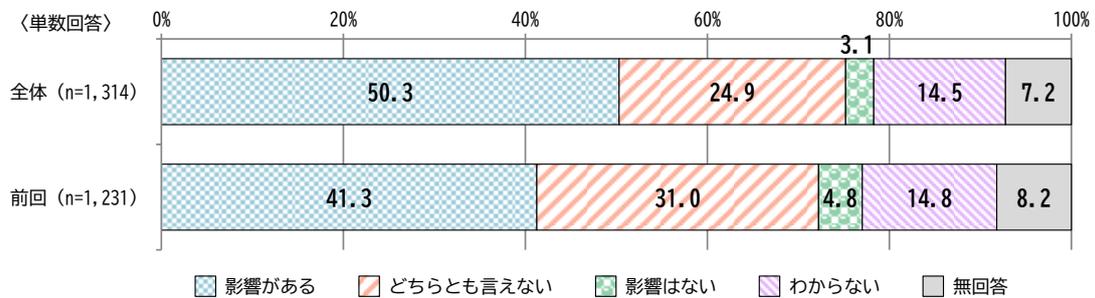
◇ 前回の調査と比較すると、「影響がある」が6.0ポイント増加しています。



⑥ 胃かいよう

◇ 「影響がある」が 50.3%と最も高く、次いで、「どちらとも言えない」の 24.9%、「わからない」の 14.5%の順となっています。

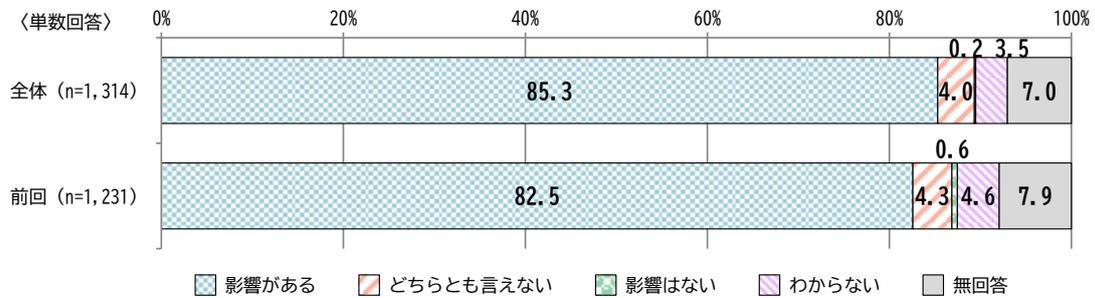
◇ 前回の調査と比較すると、9.0ポイント増加しています。



⑦ 妊娠への影響、未熟児など

◇ 「影響がある」が 85.3%と最も高く、次いで、「どちらとも言えない」の 4.0%、「わからない」の 3.5%の順となっています。

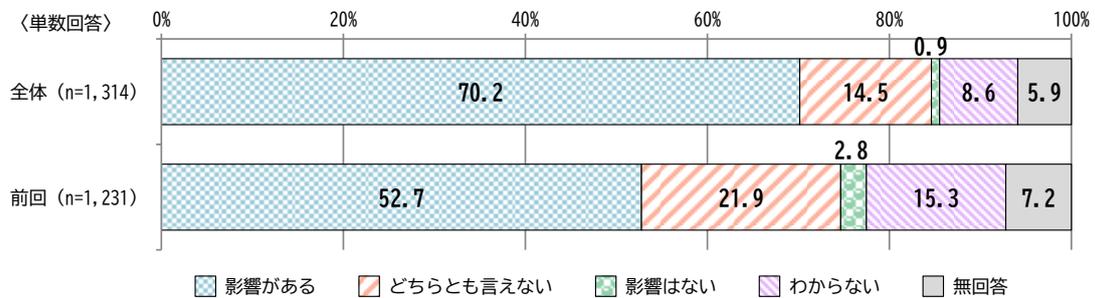
◇ 前回の調査と比較すると、「影響がある」が 2.8 ポイント増加しています。



⑧ 歯周病

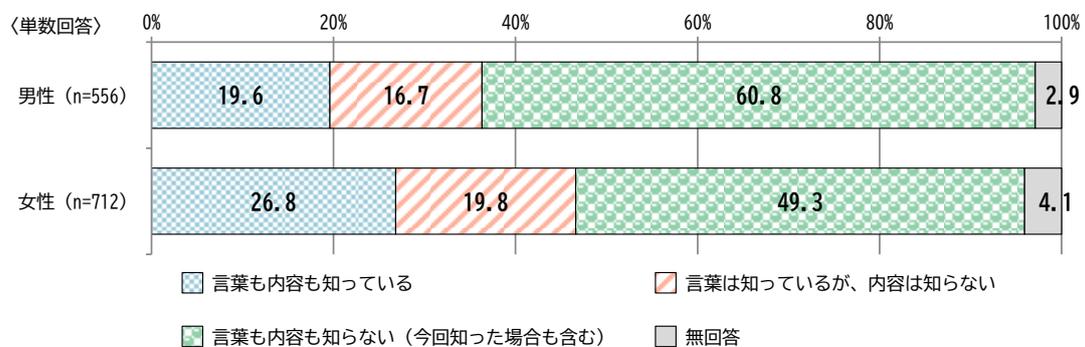
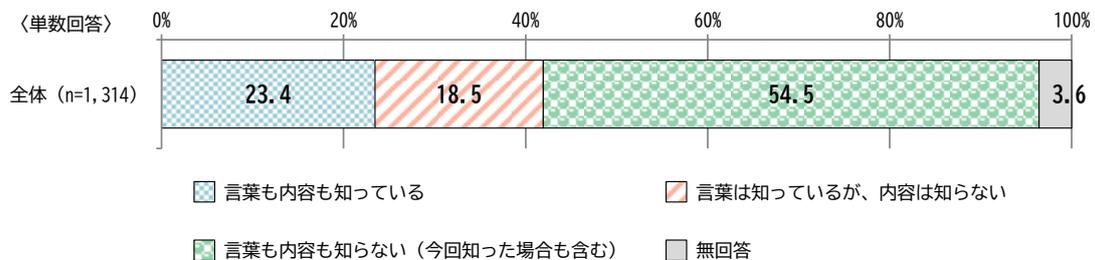
◇ 「影響がある」が 70.2%と最も高く、次いで、「どちらとも言えない」の 14.5%、「わからない」の 8.6%の順となっています。

◇ 前回の調査と比較すると、「影響がある」が 17.5 ポイント増加しています。

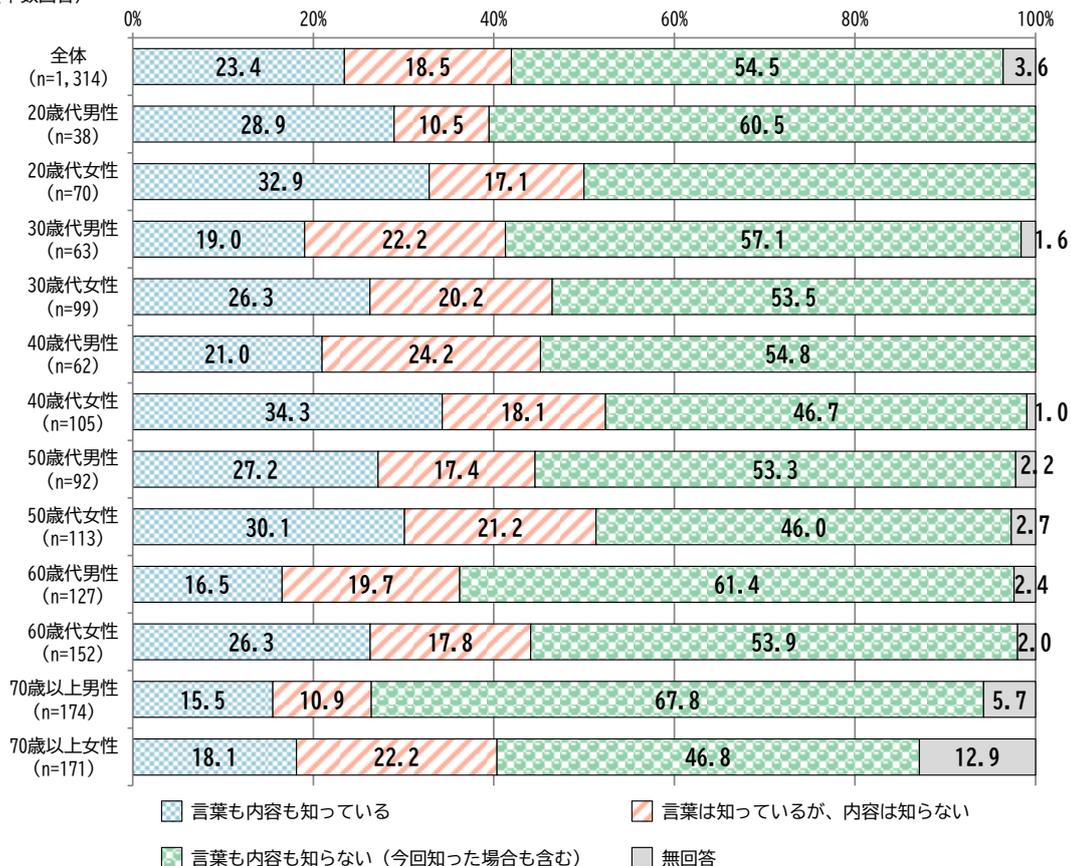


問 51 「COPD（慢性閉塞症肺疾患）」という言葉を知っていますか。  
 (○はひとつ)

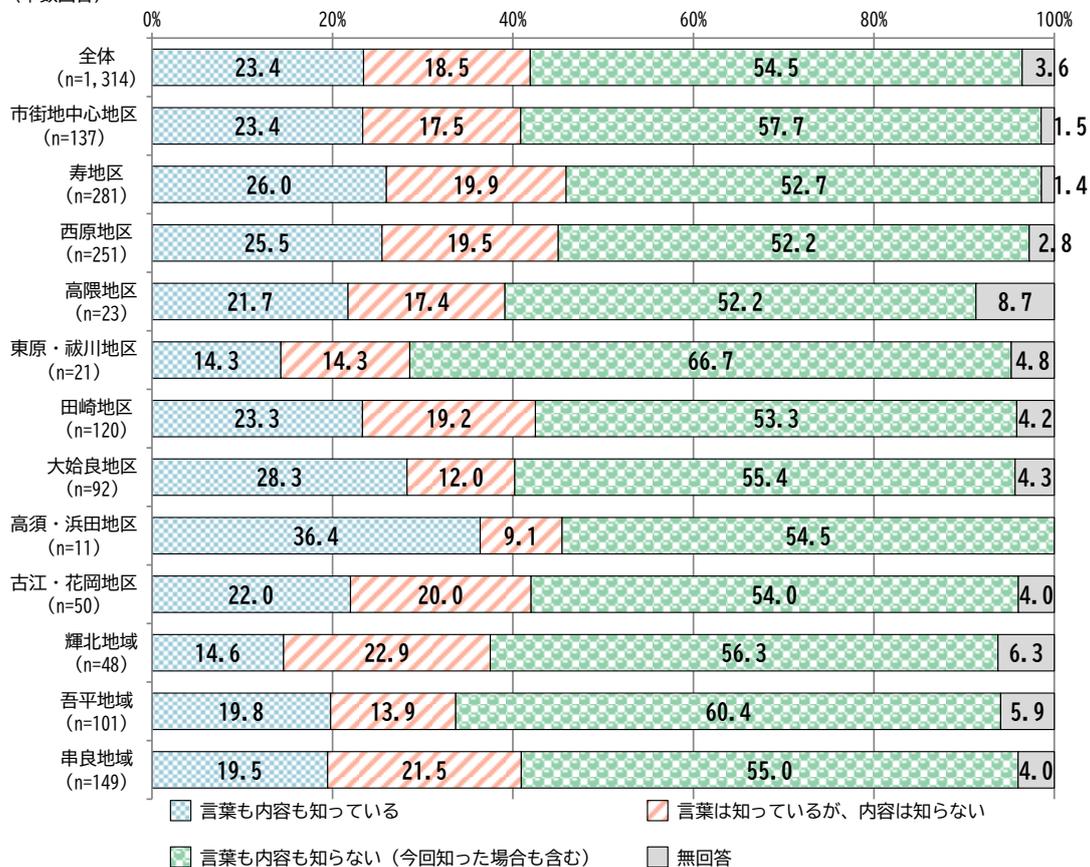
- ◇ 「言葉も内容も知っている」が 23.4%、「言葉は知っているが、内容は知らない」が 18.5%、「言葉も内容も知らない（今回知った場合も含む）」が 54.5%となっています。
- ◇ 性別でみると、男性では「言葉も内容も知らない（今回知った場合も含む）」が 60.8%となっており、女性（49.3%）よりも 11.5 ポイント高くなっています。
- ◇ 性年齢別でみると、40 歳代女性では「言葉も内容も知っている」の割合が3割を超えている一方、70 歳以上男性では「言葉も内容も知らない（今回知った場合も含む）」の割合が6割を超えています。
- ◇ 居住地区別でみると、東原・祓川地区と吾平地域では「言葉も内容も知らない（今回知った場合も含む）」の割合が6割を超えています。



〈単数回答〉



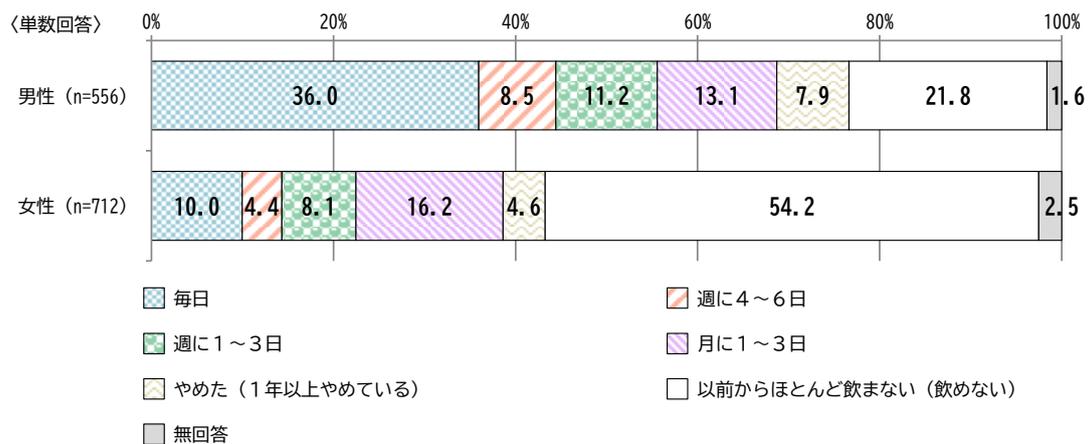
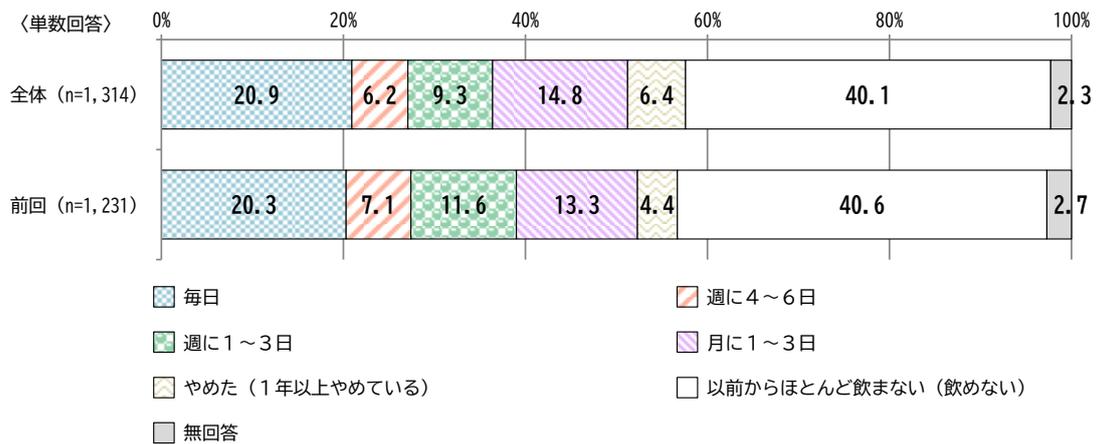
〈単数回答〉



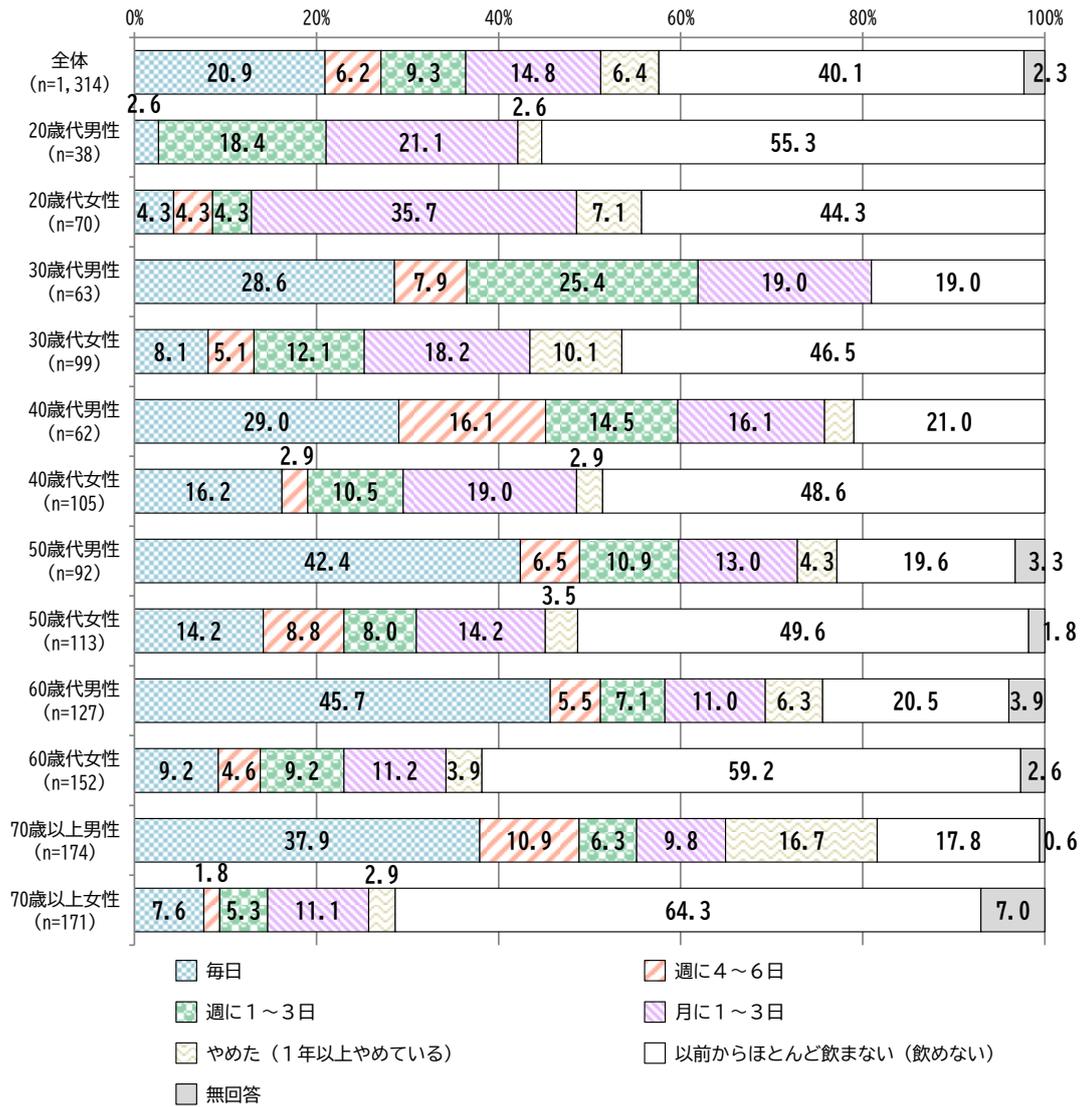
## VIII アルコールについて

問 52 お酒についてお伺いします。あなたはどのくらいの頻度でお酒（ビール・焼酎・日本酒など）を飲みますか。（○はひとつ）

- ◇ 「以前からほとんど飲まない（飲めない）」が 40.1%と最も高く、次いで、「毎日」の 20.9%、「月に1～3日」の 14.8%の順となっています。
- ◇ 性別で見ると、男性では「毎日」が 36.0%、女性では「以前からほとんど飲まない（飲めない）」が 54.2%とそれぞれ最も高くなっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、50 歳以上の男性では「毎日」の割合が4割前後となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「やめた（1年以上やめている）」が 2.0 ポイント増加しています。



〈単数回答〉

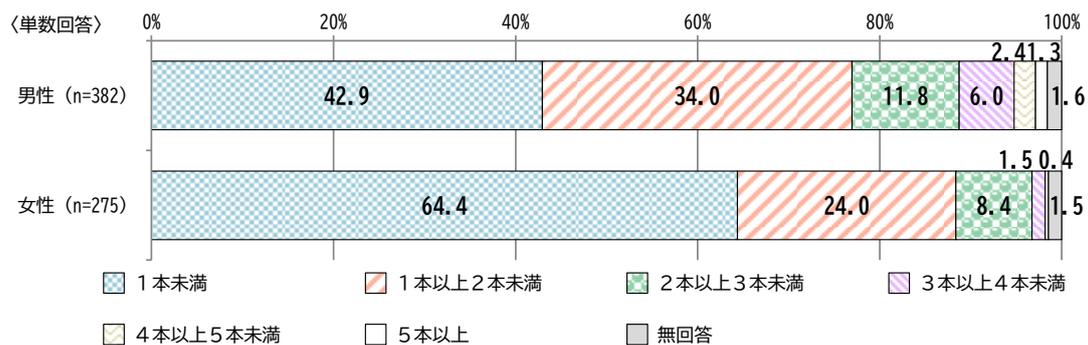
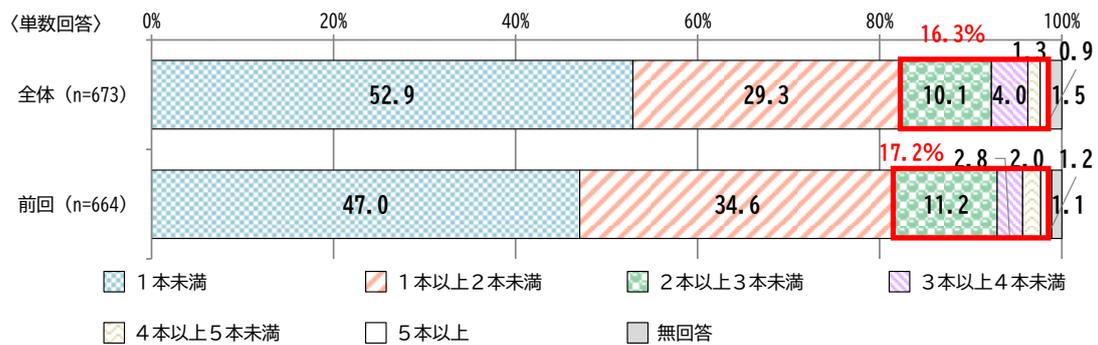


問 52 で「1. 毎日」「2. 週に4～6日」「3. 週に1～3日」「4. 月に1～3日」と回答された方におたずねします。

問 53 あなたが1日に飲むお酒の量は、ビール中瓶1本（500ml）に換算してどのくらいですか。（〇はひとつ）

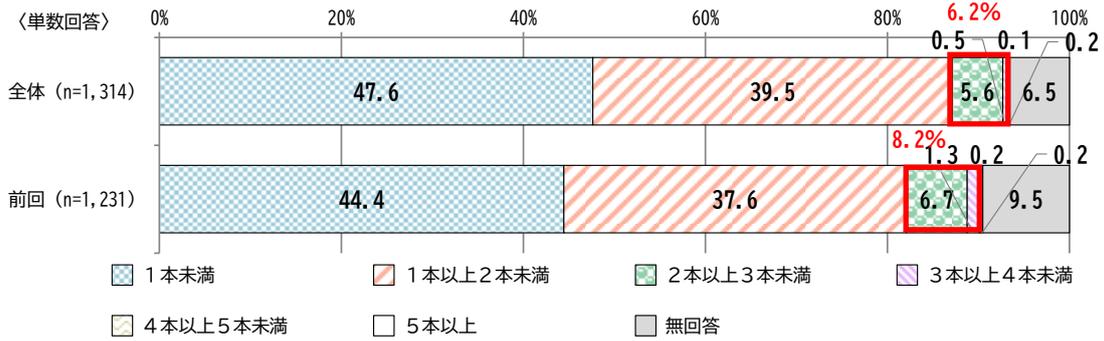
- ◇ 「1本未満」が52.9%と最も高く、次いで、「1本以上2本未満」の29.3%、「2本以上3本未満」の10.1%の順となっています。
- ◇ 性別で見ると、1本以上で男性が女性よりも高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、『2本以上』（「2本以上3本未満」と「3本以上4本未満」と「4本以上5本未満」と「5本以上」の合計）が0.9ポイント減少しています。
- ◇ 生活習慣病のリスクを高める量<sup>\*</sup>を飲酒している割合は、男性で21.5%、女性で34.3%となっています。

※ 生活習慣病のリスクを高める飲酒量は、男性でビール中瓶2本（純アルコール40g）、女性でビール中瓶1本（純アルコール20g）となっています。



問 54 成人の1日の飲酒の適量は、ビール瓶（中瓶、500ml）に換算してどれくらいだと思いますか。（〇はひとつ）

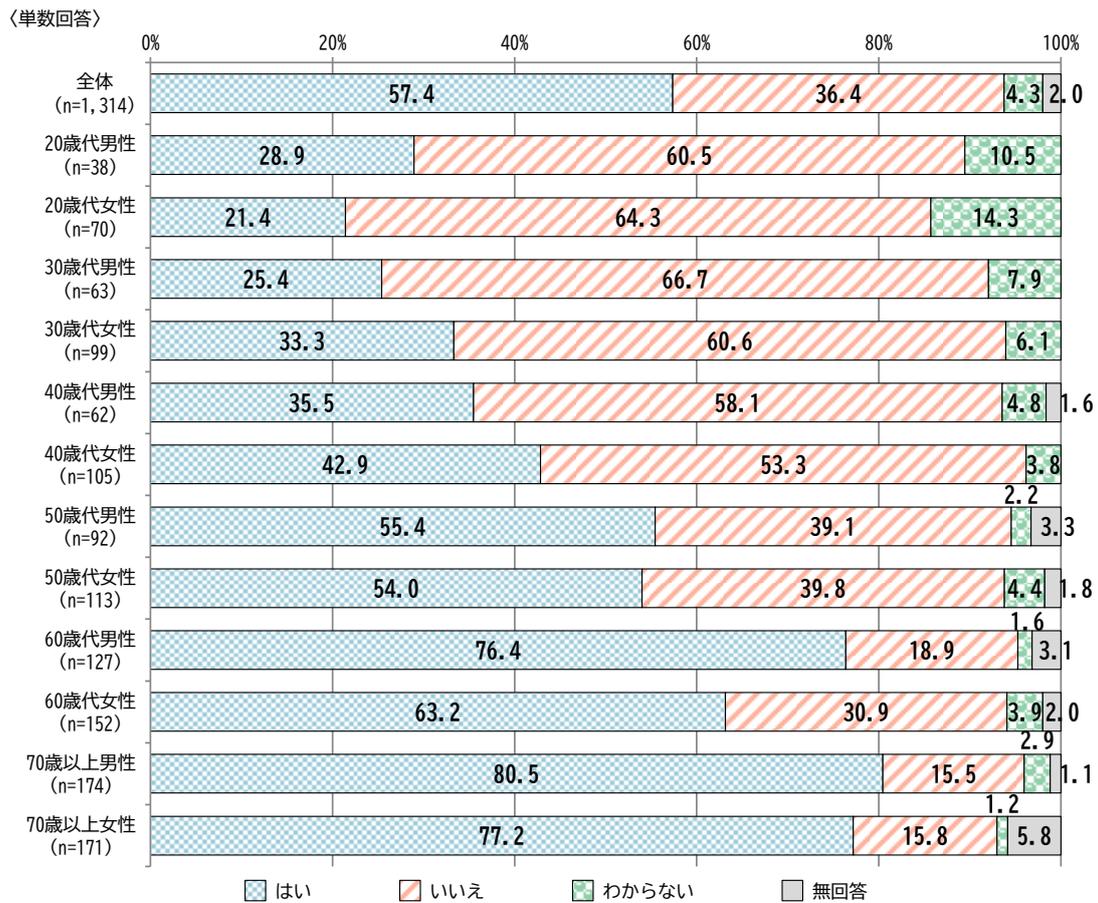
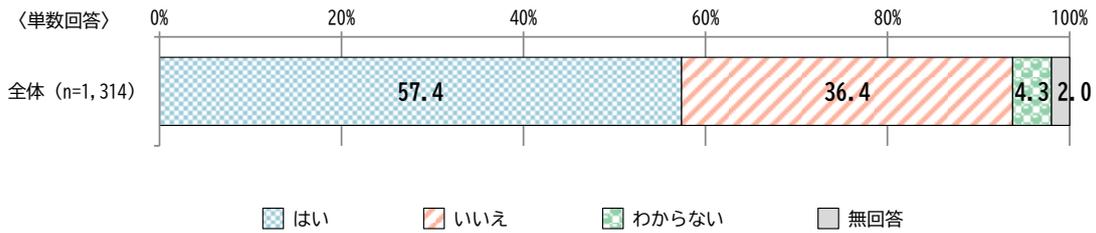
- ◇ 「1本未満」が47.6%と最も高く、次いで、「1本以上2本未満」の39.5%、「2本以上3本未満」の5.6%の順となっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、『2本以上』（「2本以上3本未満」と「3本以上4本未満」と「4本以上5本未満」と「5本以上」の合計）が2.0ポイント減少しています。

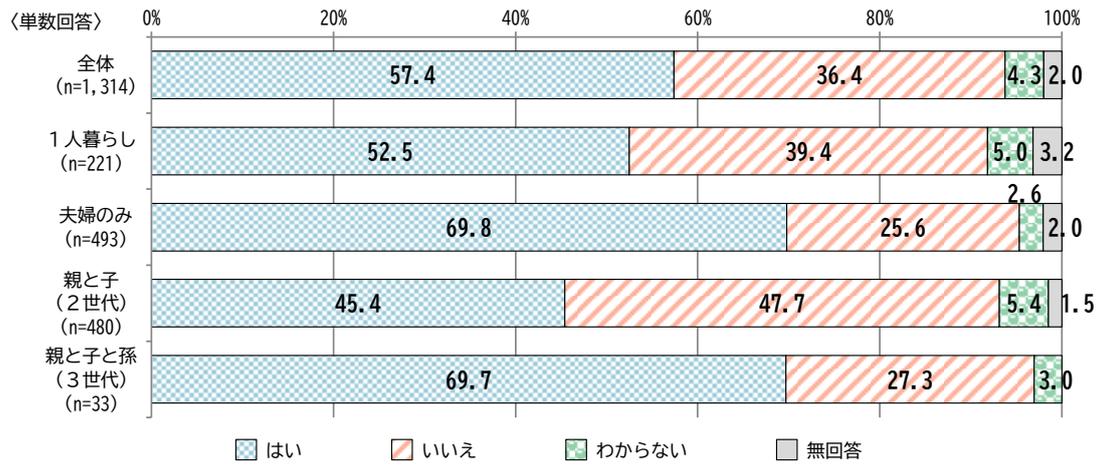


## IX 生活習慣病について

### 問 55 かかりつけ医はありますか。(〇はひとつ)

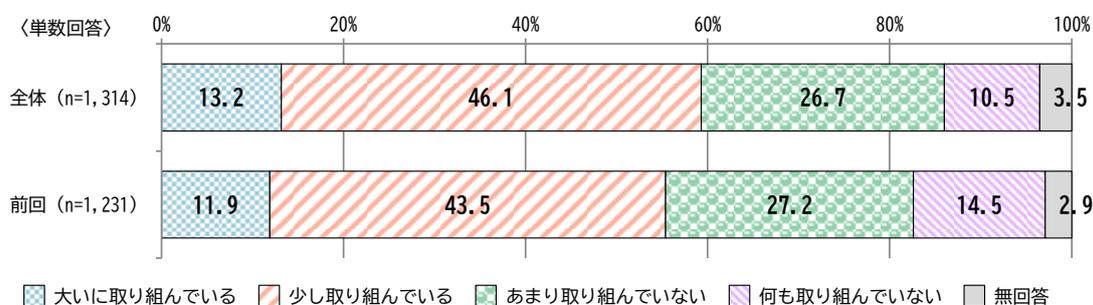
- ◇ 「はい」が57.4%、「いいえ」が36.4%、「わからない」が4.3%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、50歳未満の男女では「はい」の割合が5割を下回っています。
- ◇ 世帯構成別で見ると、夫婦のみと親と子と孫（3世代）では「はい」の割合がおおよそ7割となっています。



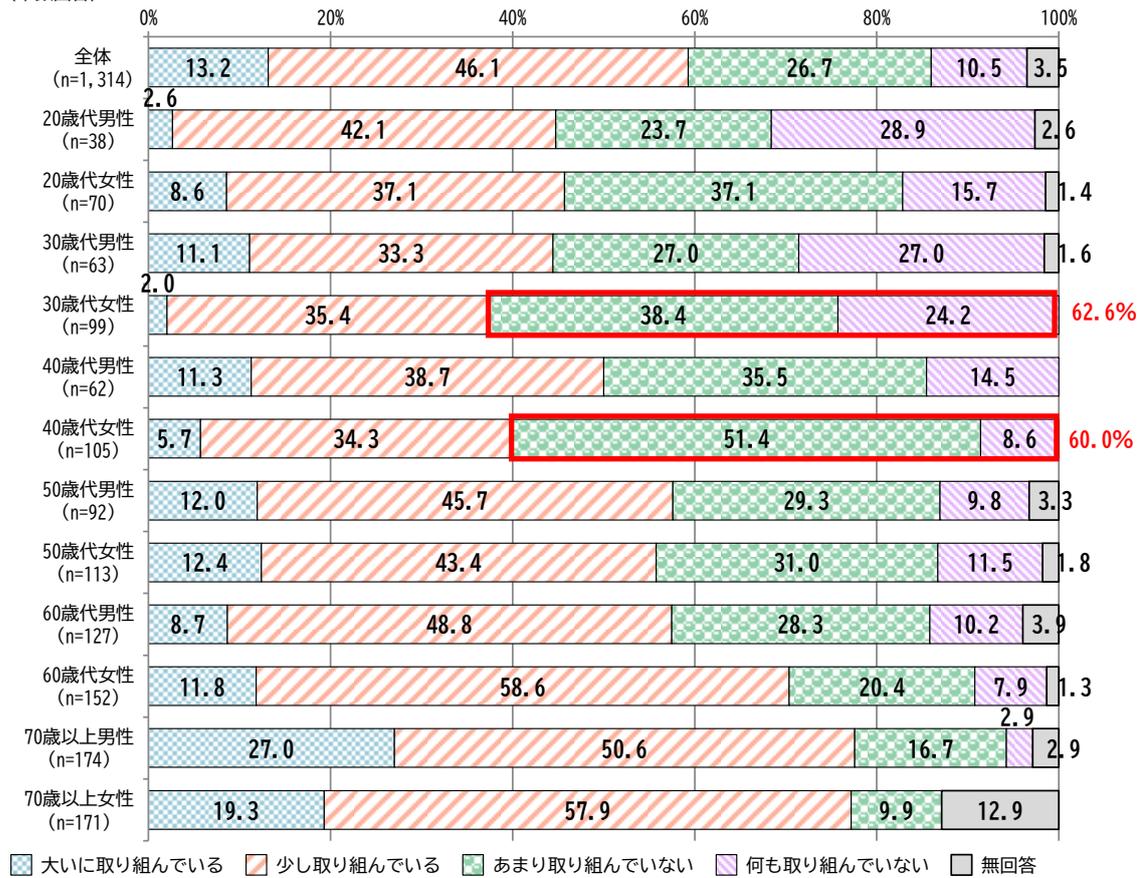


問 56 あなたは、日常生活で健康の維持・増進に取り組んでいますか。(○はひとつ)

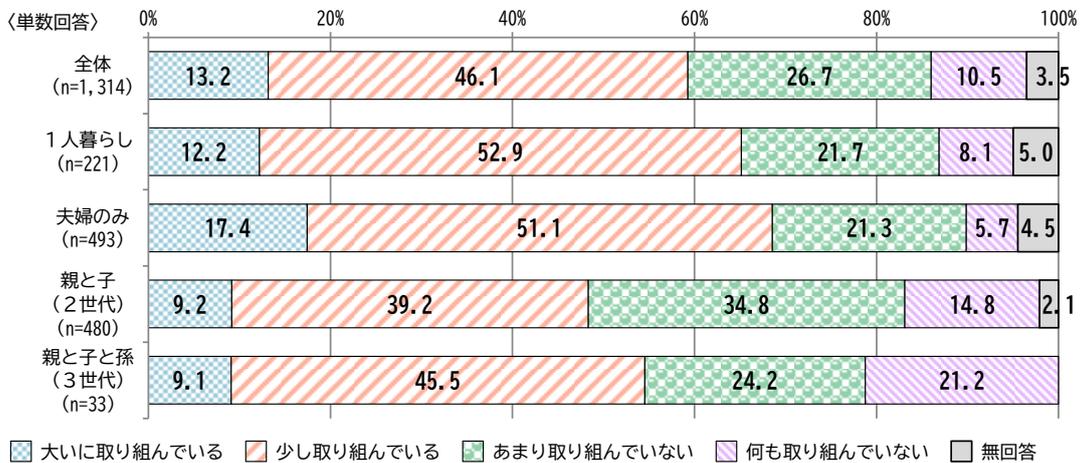
- ◇ 「少し取り組んでいる」が46.1%と最も高く、次いで、「あまり取り組んでいない」の26.7%、「大いに取り組んでいる」の13.2%の順となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、70歳以上男性では「大いに取り組んでいる」が27.0%となっており、他より高くなっています。また、30歳代～40歳の女性では『取り組んでいない』（「あまり取り組んでいない」と「何も取り組んでいない」の合計）の割合が6割を超えています。
- ◇ 世帯構成別で見ると、「親と子と孫（3世代）」では「何も取り組んでいない」が2割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「大いに取り組んでいる」が1.3ポイント増加し、「何も取り組んでいない」が4.0ポイント減少しています。



〈単数回答〉

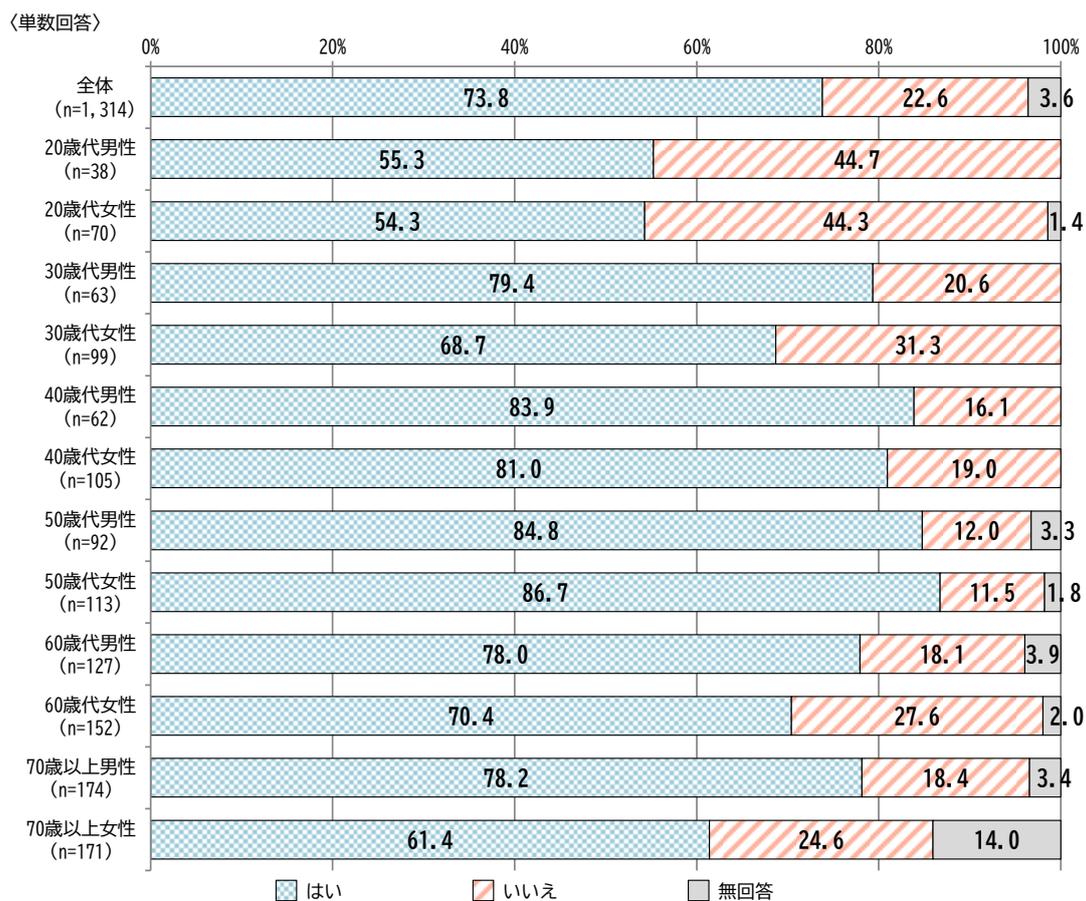
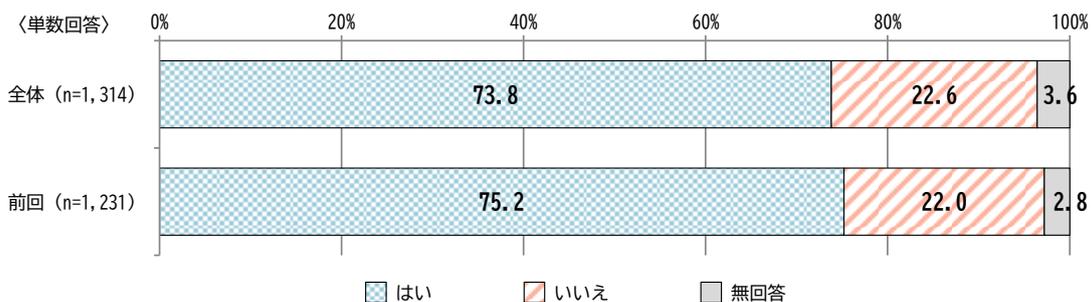


〈単数回答〉



問 57 あなたは、この1年間に健康診断（病気の診療を除く）を受けましたか。（女性の方は、妊産婦健康診断は除いてお答えください。）（○はひとつ）

- ◇ 「はい」が73.8%、「いいえ」が22.6%となっています。
- ◇ 性年齢別でみると、40歳代～50歳代の男女では「はい」の割合が8割を超えている一方、20歳代の男女では「はい」の割合が5割台にとどまっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が1.4ポイント減少しています。

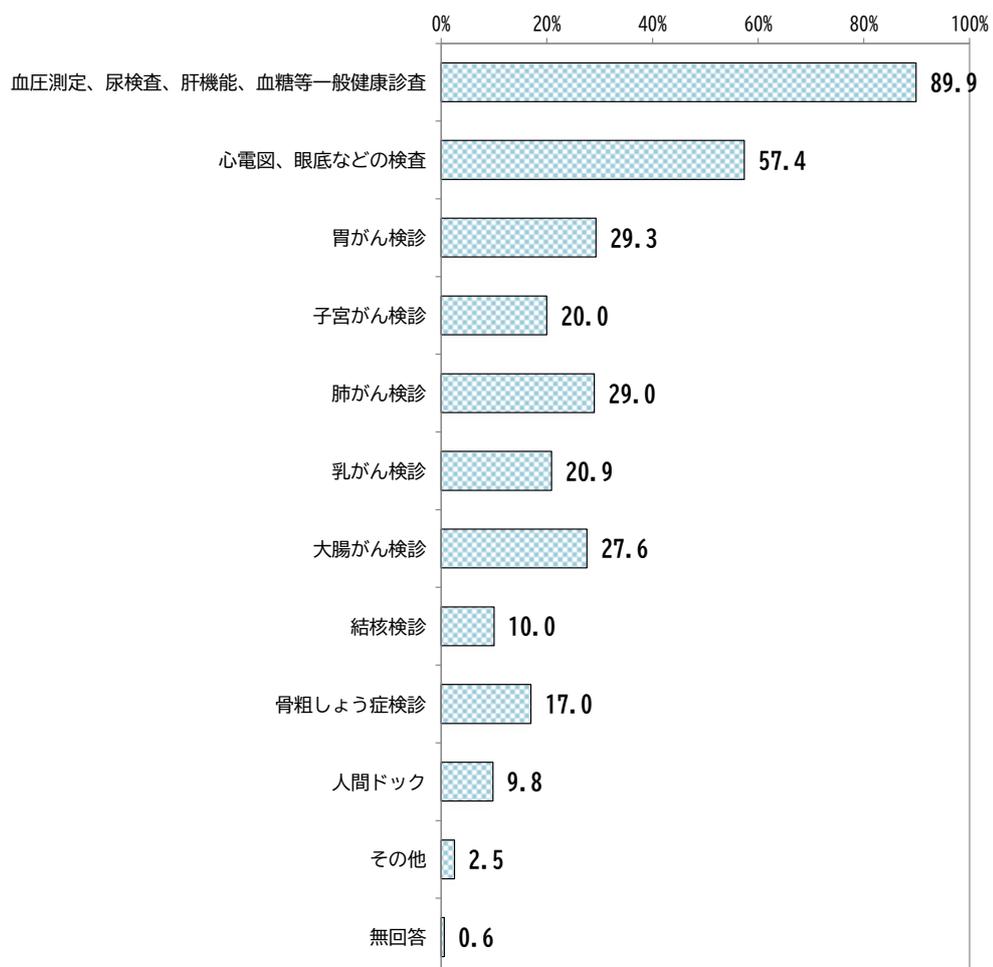


問 57 で「1. はい」と回答された方におたずねします。

問 58 それはどのような健康診断でしたか。(〇はいくつでも)

- ◇ 「血圧測定、尿検査、肝機能、血糖等一般健康診査」が 89.9%と最も高く、次いで、「心電図、眼底などの検査」の 57.4%、「胃がん検診」の 29.3%の順となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、70 歳以上の女性では「骨粗しょう症検診」の割合が4割、70 歳以上の男女では「大腸がん検診」の割合が4割を超えており、それぞれ他より高くなっています。また、40 歳以上の女性では「子宮がん検診」「乳がん検診」の割合が4～5割程度となっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「血圧測定、尿検査、肝機能、血糖等一般健康診査」が 3.1 ポイント増加し、「心電図、眼底などの検査」が 6.7 ポイント減少しています。

〈複数回答〉 n=970



◆ 「その他」の具体的内容

- ・ 前立腺検診
- ・ 腹部超音波検診
- ・ 脳検診
- ・ 甲状腺、膀胱検診
- ・ 生活習慣病予防健診

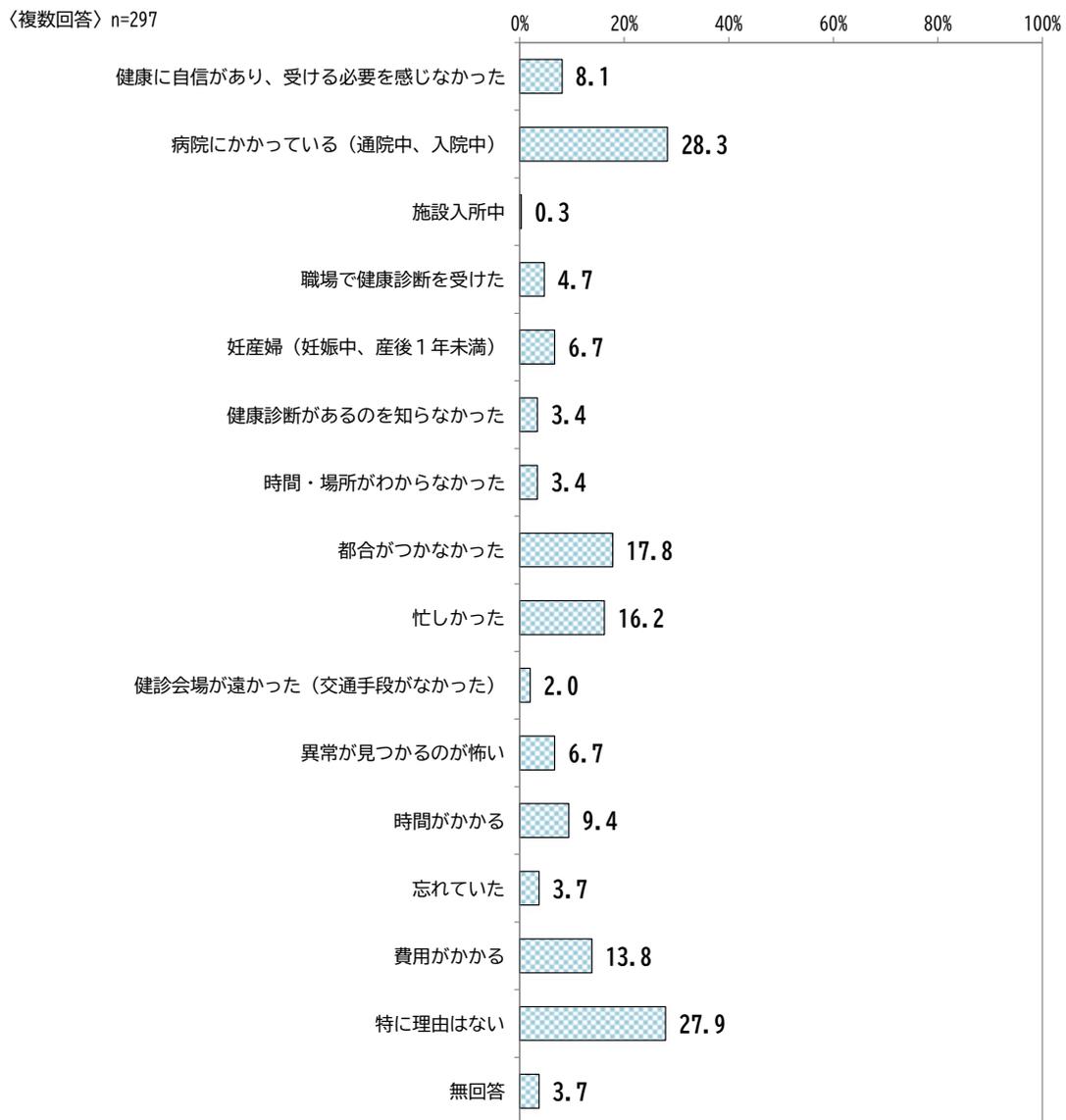
◇ 集計表

	単純集計 全体	性年齢別											
		20歳代 男性	20歳代 女性	30歳代 男性	30歳代 女性	40歳代 男性	40歳代 女性	50歳代 男性	50歳代 女性	60歳代 男性	60歳代 女性	70歳以上 男性	70歳以上 女性
サンプル数	970	21	38	50	68	52	85	78	98	99	107	136	105
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
血圧測定、尿検査、肝機能、血糖等一般健康診査	872	21	33	48	61	46	73	72	83	91	96	122	97
	89.9%	100.0%	86.8%	96.0%	89.7%	88.5%	85.9%	92.3%	84.7%	91.9%	89.7%	89.7%	92.4%
心電図、眼底などの検査	557	11	15	23	29	30	40	50	61	59	63	88	71
	57.4%	52.4%	39.5%	46.0%	42.6%	57.7%	47.1%	64.1%	62.2%	59.6%	58.9%	64.7%	67.6%
胃がん検診	284	1	0	3	1	20	24	30	25	37	34	63	40
	29.3%	4.8%	0.0%	6.0%	1.5%	38.5%	28.2%	38.5%	25.5%	37.4%	31.8%	46.3%	38.1%
子宮がん検診	194	0	7	0	16	1	37	0	42	0	46	0	36
	20.0%	0.0%	18.4%	0.0%	23.5%	1.9%	43.5%	0.0%	42.9%	0.0%	43.0%	0.0%	34.3%
肺がん検診	281	1	1	5	2	14	20	23	29	36	33	68	41
	29.0%	4.8%	2.6%	10.0%	2.9%	26.9%	23.5%	29.5%	29.6%	36.4%	30.8%	50.0%	39.0%
乳がん検診	203	0	2	0	11	0	38	0	49	0	53	1	41
	20.9%	0.0%	5.3%	0.0%	16.2%	0.0%	44.7%	0.0%	50.0%	0.0%	49.5%	0.7%	39.0%
大腸がん検診	268	1	0	1	3	17	20	30	20	35	37	57	43
	27.6%	4.8%	0.0%	2.0%	4.4%	32.7%	23.5%	38.5%	20.4%	35.4%	34.6%	41.9%	41.0%
結核検診	97	0	2	0	0	2	5	3	10	3	13	30	25
	10.0%	0.0%	5.3%	0.0%	0.0%	3.8%	5.9%	3.8%	10.2%	3.0%	12.1%	22.1%	23.8%
骨粗しょう症検診	165	0	0	1	1	2	8	4	18	11	28	38	48
	17.0%	0.0%	0.0%	2.0%	1.5%	3.8%	9.4%	5.1%	18.4%	11.1%	26.2%	27.9%	45.7%
人間ドック	95	0	0	1	5	11	14	13	13	15	8	10	0
	9.8%	0.0%	0.0%	2.0%	7.4%	21.2%	16.5%	16.7%	13.3%	15.2%	7.5%	7.4%	0.0%
その他	24	0	2	2	0	2	0	2	3	2	4	4	3
	2.5%	0.0%	5.3%	4.0%	0.0%	3.8%	0.0%	2.6%	3.1%	2.0%	3.7%	2.9%	2.9%
無回答	6	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	3
	0.6%	0.0%	2.6%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.0%	0.0%	0.0%	2.9%

問 57 で「2. いいえ」と回答された方におたずねします。

問 59 あなたが、この1年間に健康診断（人間ドックを除く）を受けなかった理由をあげてください。（○は3つまで）

- ◇ 「病院にかかっている（通院中、入院中）」が 28.3%と最も高く、次いで、「特に理由はない」の 27.9%、「都合がつかなかった」の 17.8%の順となっています。
- ◇ 性年齢別でみると、40 歳代男性では「時間がかかる」の割合が4割、40 歳代女性では「都合がつかなかった」の割合が5割となっており、それぞれ他より高くなっています。
- ◇ 世帯構成別でみると、一人暮らしでは「異常が見つかるのが怖い」の割合が2割となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「特に理由はない」が5.0ポイント増加しています。



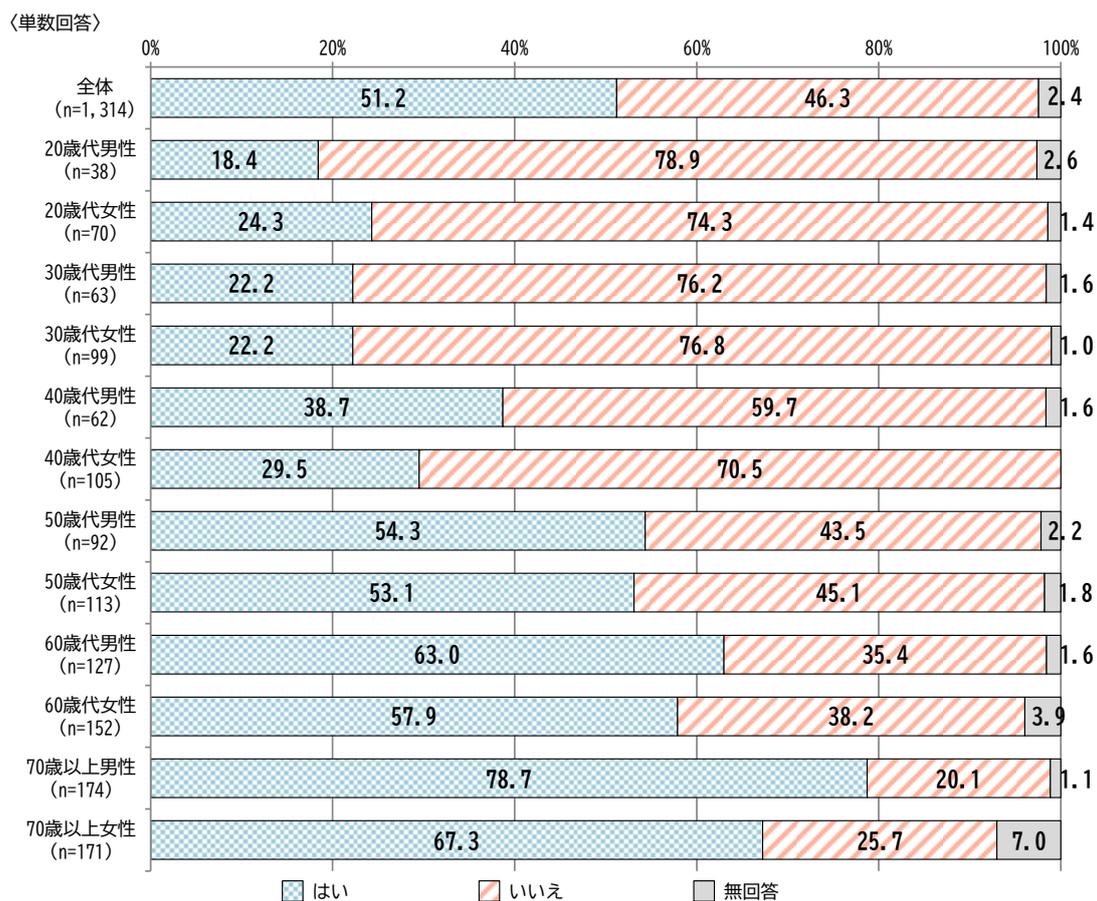
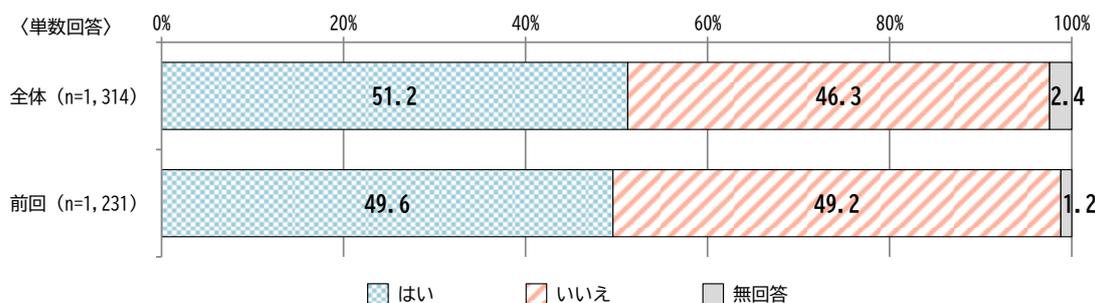
◇ 集計表

	単純集計 全体	性年齢別											
		20歳代 男性	20歳代 女性	30歳代 男性	30歳代 女性	40歳代 男性	40歳代 女性	50歳代 男性	50歳代 女性	60歳代 男性	60歳代 女性	70歳以上 男性	70歳以上 女性
サンプル数	297 100.0%	17 100.0%	31 100.0%	13 100.0%	31 100.0%	10 100.0%	20 100.0%	11 100.0%	13 100.0%	23 100.0%	42 100.0%	32 100.0%	42 100.0%
健康に自信があり、受ける必要を感じなかった	24 8.1%	5 29.4%	2 6.5%	1 7.7%	4 12.9%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	3 13.0%	3 7.1%	0 0.0%	3 7.1%
病院にかかっている（通院中、入院中）	84 28.3%	0 0.0%	3 9.7%	1 7.7%	1 3.2%	1 10.0%	3 15.0%	1 9.1%	3 23.1%	10 43.5%	15 35.7%	20 62.5%	20 47.6%
施設入所中	1 0.3%	0 0.0%	1 3.1%	0 0.0%									
職場で健康診断を受けた	14 4.7%	0 0.0%	2 6.5%	3 23.1%	2 6.5%	2 20.0%	1 5.0%	1 9.1%	1 7.7%	2 8.7%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
妊産婦（妊娠中、産後1年未満）	20 6.7%	0 0.0%	10 32.3%	0 0.0%	9 29.0%	0 0.0%	1 5.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
健康診断があるのを知らなかった	10 3.4%	1 5.9%	3 9.7%	2 15.4%	1 3.2%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	3 9.4%	0 0.0%
時間・場所がわからなかった	10 3.4%	2 11.8%	1 3.2%	2 15.4%	2 6.5%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 2.4%	0 0.0%	1 2.4%
都合がつかなかった	53 17.8%	3 17.6%	4 12.9%	3 23.1%	3 9.7%	2 20.0%	10 50.0%	2 18.2%	4 30.8%	7 30.4%	6 14.3%	4 12.5%	3 7.1%
忙しかった	48 16.2%	6 35.3%	1 3.2%	3 23.1%	9 29.0%	2 20.0%	3 15.0%	1 9.1%	5 38.5%	6 26.1%	7 16.7%	3 9.4%	0 0.0%
健診会場が遠かった（交通手段がなかった）	6 2.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 5.0%	2 18.2%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 3.1%	2 4.8%
異常が見つかるのが怖い	20 6.7%	0 0.0%	1 3.2%	0 0.0%	2 6.5%	0 0.0%	2 10.0%	1 9.1%	1 7.7%	1 4.3%	4 9.5%	2 6.3%	5 11.9%
時間がかかる	28 9.4%	1 5.9%	1 3.2%	2 15.4%	3 9.7%	4 40.0%	2 10.0%	3 27.3%	1 7.7%	5 21.7%	3 7.1%	1 3.1%	3 2.4%
忘れていた	11 3.7%	1 5.9%	2 6.5%	0 0.0%	1 3.2%	0 0.0%	1 5.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 4.3%	1 2.4%	1 3.1%	3 7.1%
費用がかかる	41 13.8%	3 17.6%	4 12.9%	2 15.4%	6 19.4%	3 30.0%	4 20.0%	2 18.2%	3 23.1%	2 8.7%	6 14.3%	2 6.3%	2 4.8%
特に理由はない	83 27.9%	6 35.3%	8 25.8%	6 46.2%	7 22.6%	3 30.0%	2 10.0%	4 36.4%	1 7.7%	6 26.1%	19 45.2%	7 21.9%	11 26.2%
無回答	11 3.7%	1 5.9%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	2 10.0%	1 9.1%	1 7.7%	1 4.3%	0 0.0%	0 0.0%	5 11.9%

	単純集計 全体	世帯構成別			
		1人暮らし	夫婦のみ	親と子 (2世代)	親と子と孫 (3世代)
サンプル数	297 100.0%	35 100.0%	96 100.0%	133 100.0%	6 100.0%
健康に自信があり、受ける必要を感じなかった	24 8.1%	2 5.7%	4 4.2%	12 9.0%	1 16.7%
病院にかかっている（通院中、入院中）	84 28.3%	13 37.1%	43 44.8%	17 12.8%	0 0.0%
施設入所中	1 0.3%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
職場で健康診断を受けた	14 4.7%	2 5.7%	2 2.1%	9 6.8%	1 16.7%
妊産婦（妊娠中、産後1年未満）	20 6.7%	0 0.0%	3 3.1%	17 12.8%	0 0.0%
健康診断があるのを知らなかった	10 3.4%	3 8.6%	3 3.1%	3 2.3%	0 0.0%
時間・場所がわからなかった	10 3.4%	3 8.6%	1 1.0%	5 3.8%	0 0.0%
都合がつかなかった	53 17.8%	4 11.4%	11 11.5%	28 21.1%	1 16.7%
忙しかった	48 16.2%	2 5.7%	11 11.5%	28 21.1%	1 16.7%
健診会場が遠かった（交通手段がなかった）	6 2.0%	1 2.9%	1 1.0%	3 2.3%	1 16.7%
異常が見つかるのが怖い	20 6.7%	7 20.0%	7 7.3%	4 3.0%	0 0.0%
時間がかかる	28 9.4%	3 8.6%	6 6.3%	17 12.8%	1 16.7%
忘れていた	11 3.7%	2 5.7%	3 3.1%	3 2.3%	1 16.7%
費用がかかる	41 13.8%	4 11.4%	11 11.5%	21 15.8%	1 16.7%
特に理由はない	83 27.9%	9 25.7%	28 29.2%	40 30.1%	2 33.3%
無回答	11 3.7%	2 5.7%	4 4.2%	4 3.0%	0 0.0%

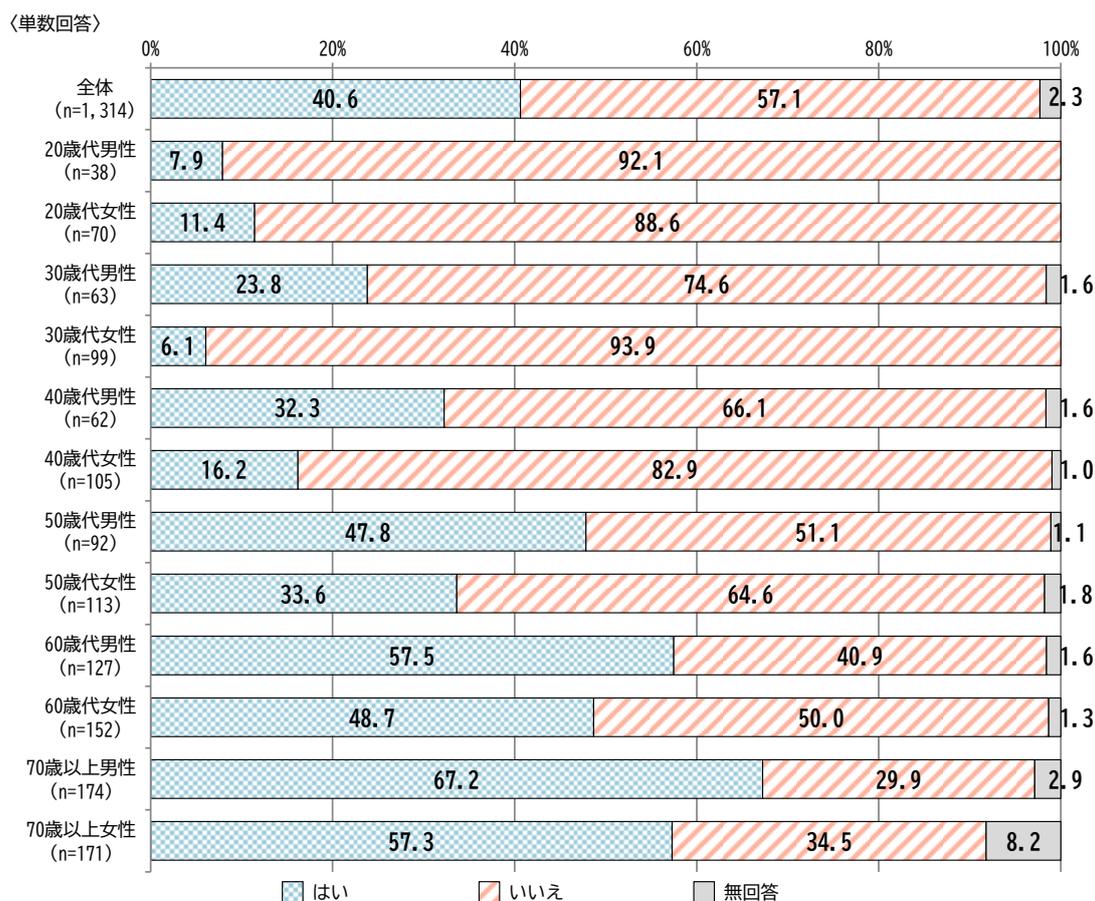
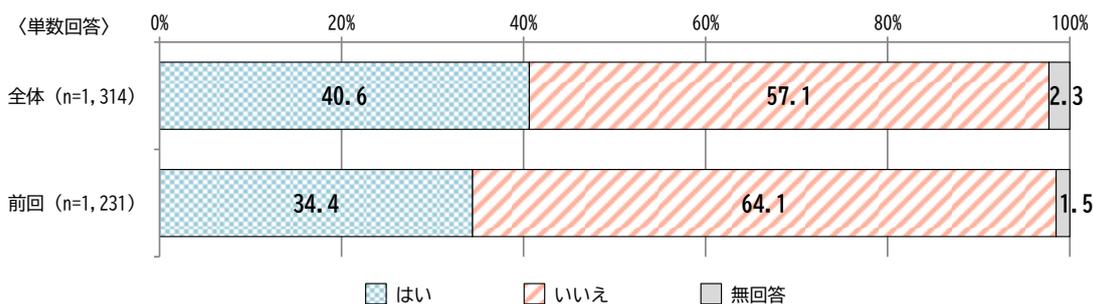
## 問 60 定期的に血圧測定をしていますか。(○はひとつ)

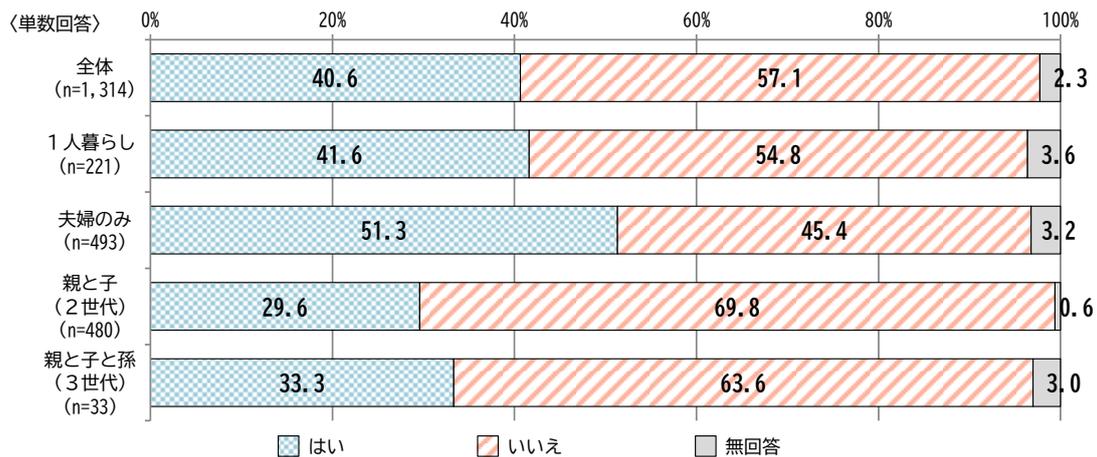
- ◇ 「はい」が51.2%、「いいえ」が46.3%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、70歳以上の男女では「はい」の割合が7割前後となっており、他より高くなっています。年齢が高くなるほど割合が高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が1.6ポイント増加しています。



問 61 あなたはこれまでに医療機関や健診で高血圧（血圧が高い）と言われたことがありますか。（○はひとつ）

- ◇ 「はい」が40.6%、「いいえ」が57.1%となっています。
- ◇ 性年齢別でみると、年齢が高くなるほど「はい」の割合が高くなっており、特に70歳以上の男性では「はい」の割合が高く、67.2%となっています。
- ◇ 世帯構成別でみると、夫婦のみでは「はい」の割合が5割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が6.2ポイント増加しています。

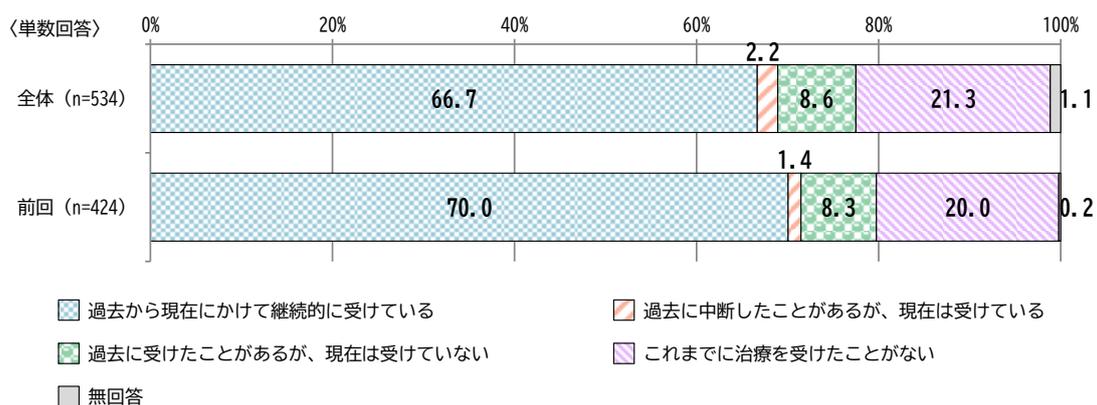




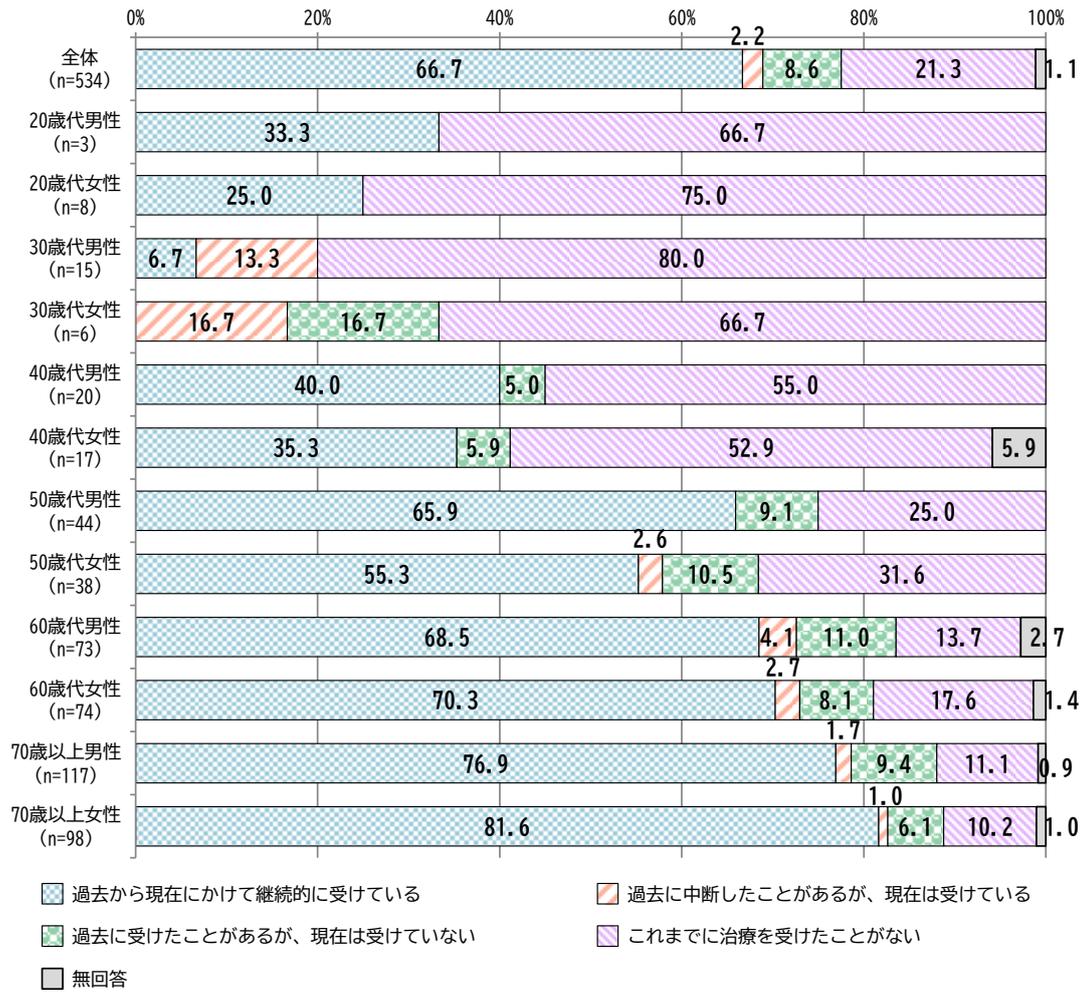
問 61 で「1. はい」と回答された方におたずねします。

問 62 高血圧の治療（通院による定期的な検査や生活習慣の改善指導を含む）を受けたことがありますか。（○はひとつ）

- ◇ 「過去から現在にかけて継続的に受けている」が 66.7%と最も高く、次いで、「これまでに治療を受けたことがない」の 21.3%、「過去に受けたことがあるが、現在は受けていない」の 8.6%の順となっています。
- ◇ 性年齢別でみると、50 歳以上の男女では「過去から現在にかけて継続的に受けている」の割合が 6～8 割程度となっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「過去から現在にかけて継続的に受けている」が 3.3 ポイント減少しています。

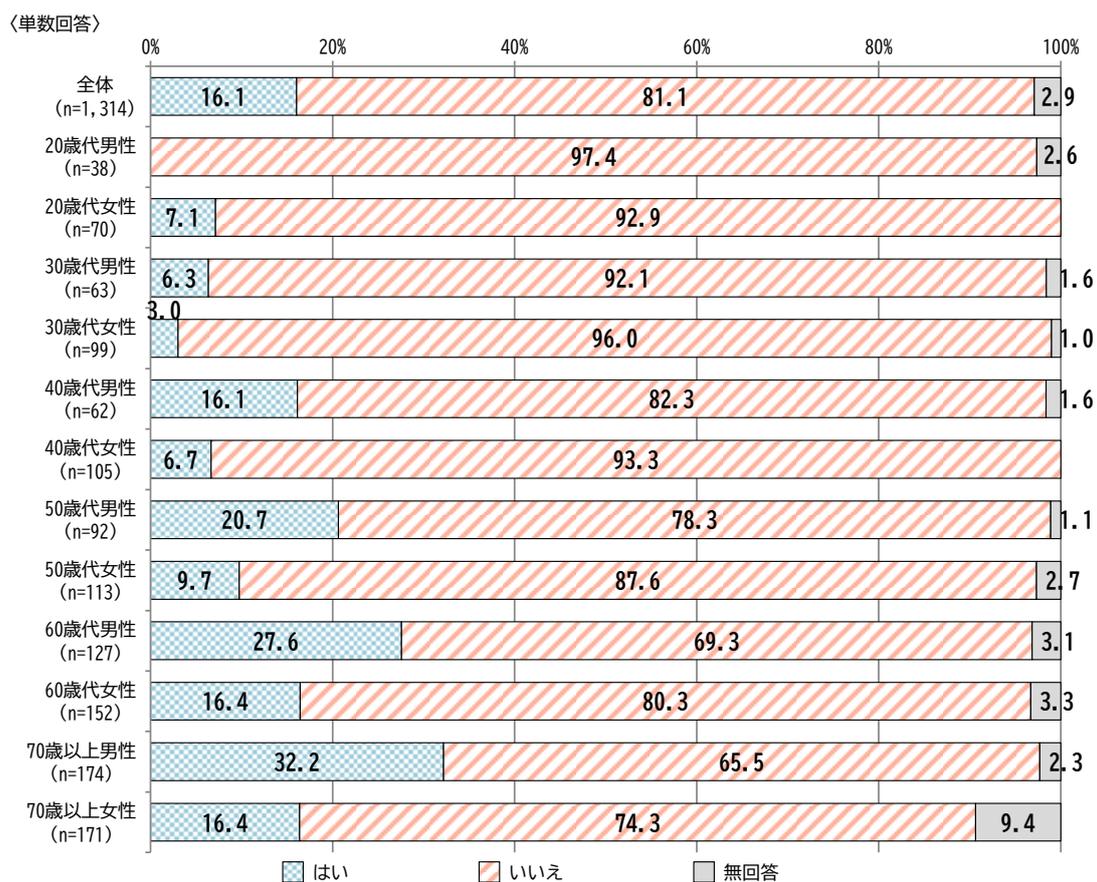
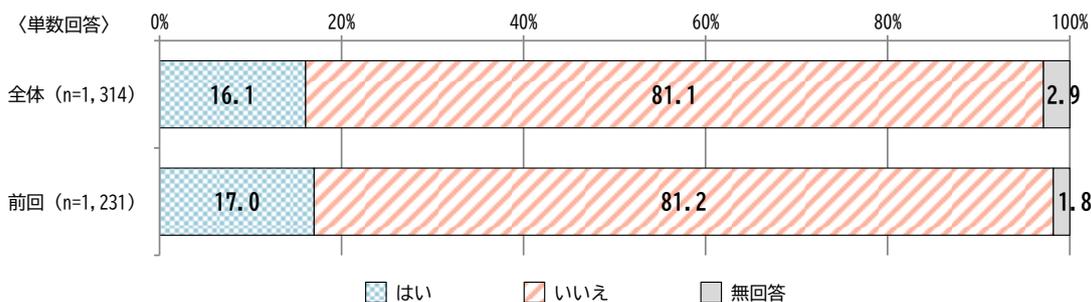


〈単数回答〉



問 63 あなたはこれまでに医療機関や健診で糖尿病（または「境界型である」「糖尿病の気がする」「糖尿病になりかけている」「血糖値が高い」と言われたことがありますか。（○はひとつ）

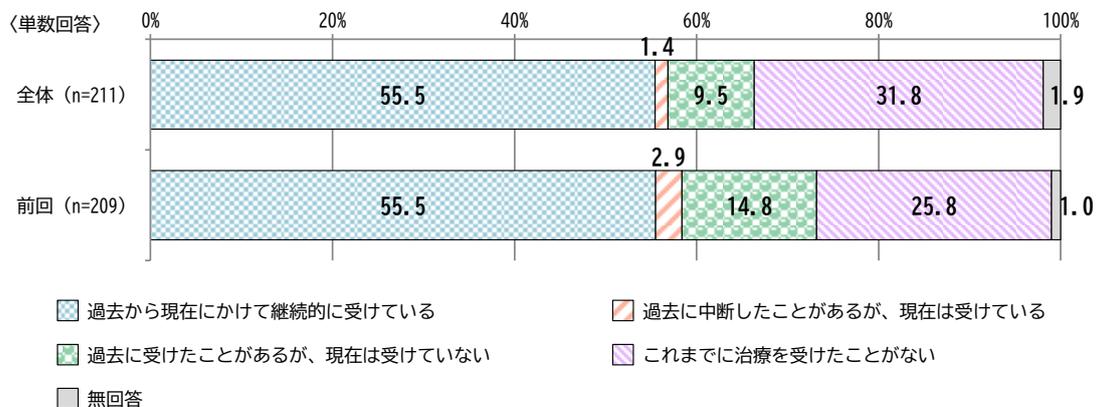
- ◇ 「はい」が16.1%、「いいえ」が81.1%となっています。
- ◇ 性年齢別でみると、50歳以上男性では「はい」の割合が2割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が0.9ポイント減少しています。



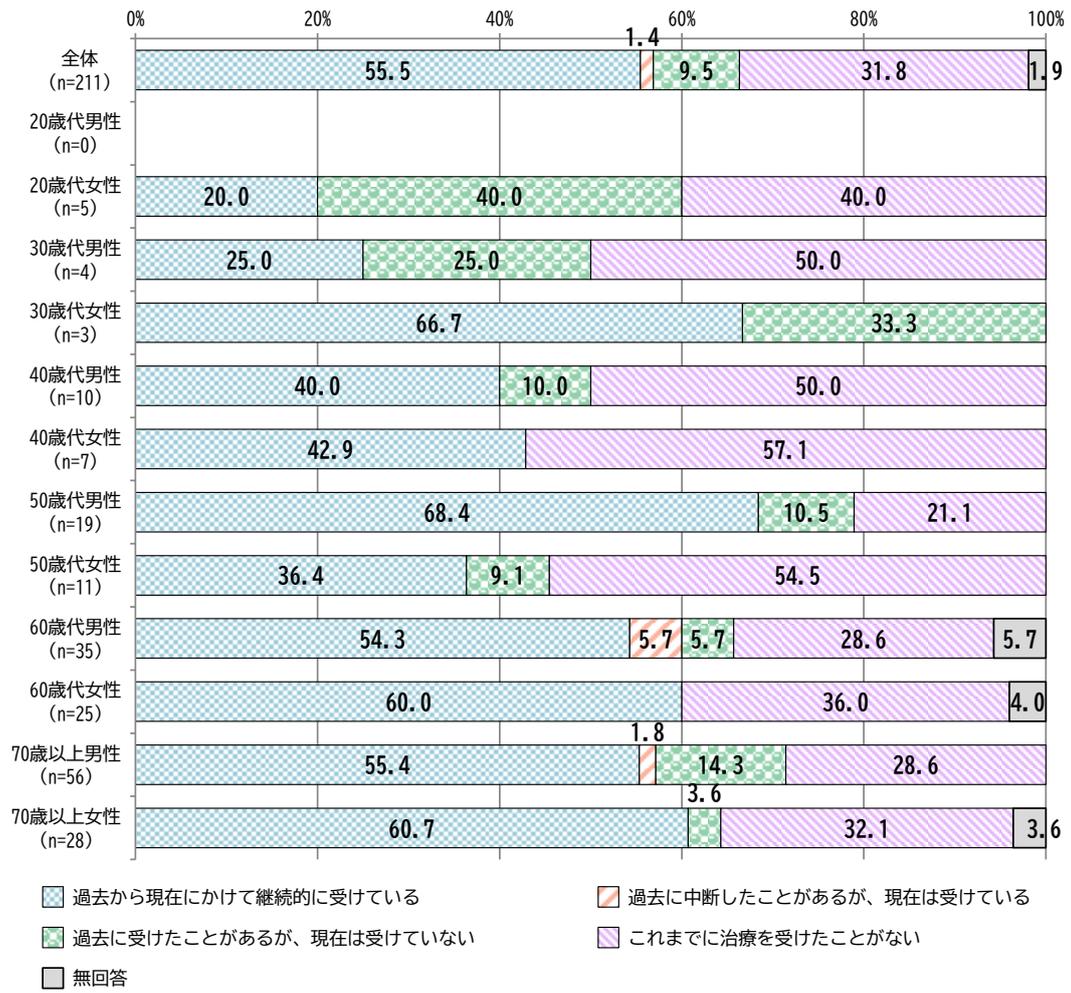
問 63 で「1. はい」と回答された方におたずねします。

問 64 糖尿病の治療（通院による定期的な検査や生活習慣の改善指導を含む）を受けたことがありますか。（○はひとつ）

- ◇ 「過去から現在にかけて継続的に受けている」が 55.5%と最も高く、次いで、「これまでに治療を受けたことがない」の 31.8%、「過去に受けたことがあるが、現在は受けていない」の 9.5%の順となっています。
- ◇ 性年齢別でみると、50 歳代男性では「過去から現在にかけて継続的に受けている」が 68.4%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「これまでに治療を受けたことがない」が 6.0 ポイント増加しています。

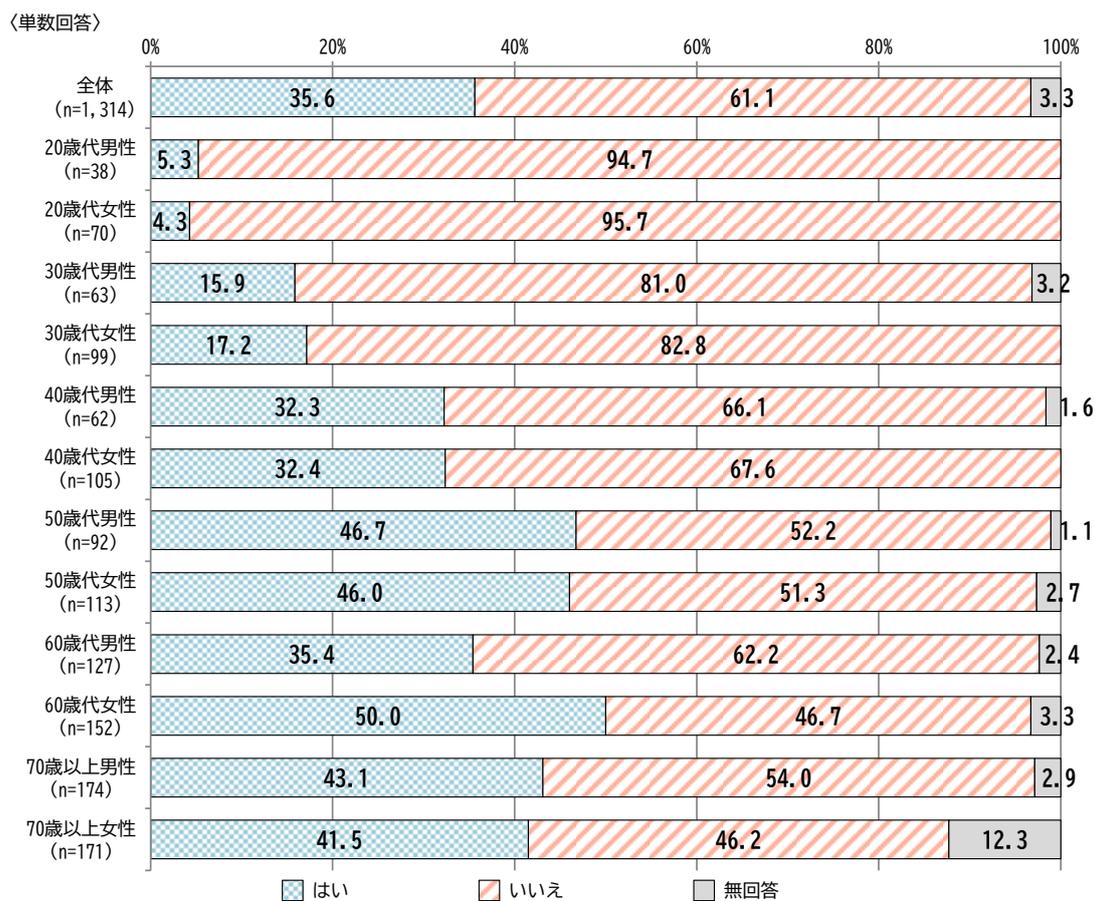
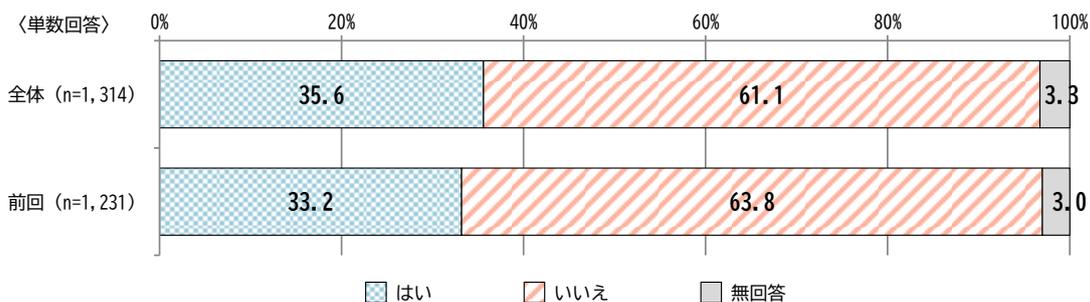


〈単数回答〉



問 65 あなたはこれまでに医療機関や健診で血中コレステロール（LDL（悪玉））が高いと言われたことがありますか。（○はひとつ）

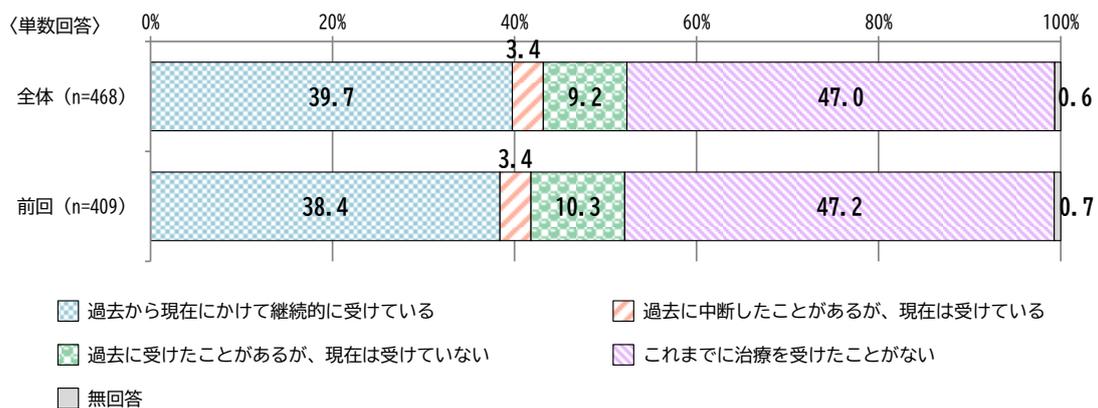
- ◇ 「はい」が35.6%、「いいえ」が61.1%となっています。
- ◇ 性年齢別でみると、50歳代の男女および60歳代女性では「はい」の割合が5割前後となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が2.4ポイント増加しています。



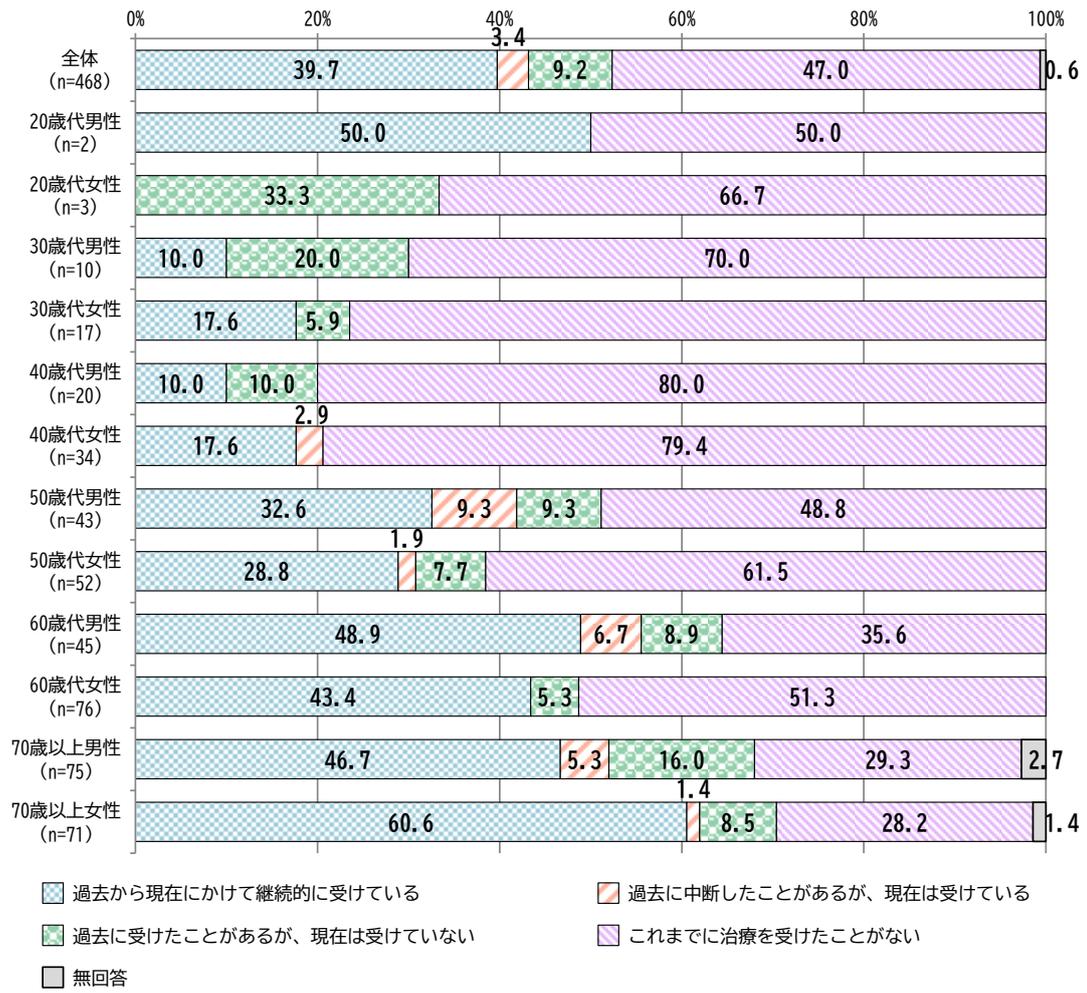
問 65 で「1. はい」と回答された方におたずねします。

問 66 血中コレステロールの治療（通院による定期的な検査や生活習慣の改善指導を含む）を受けたことがありますか。（○はひとつ）

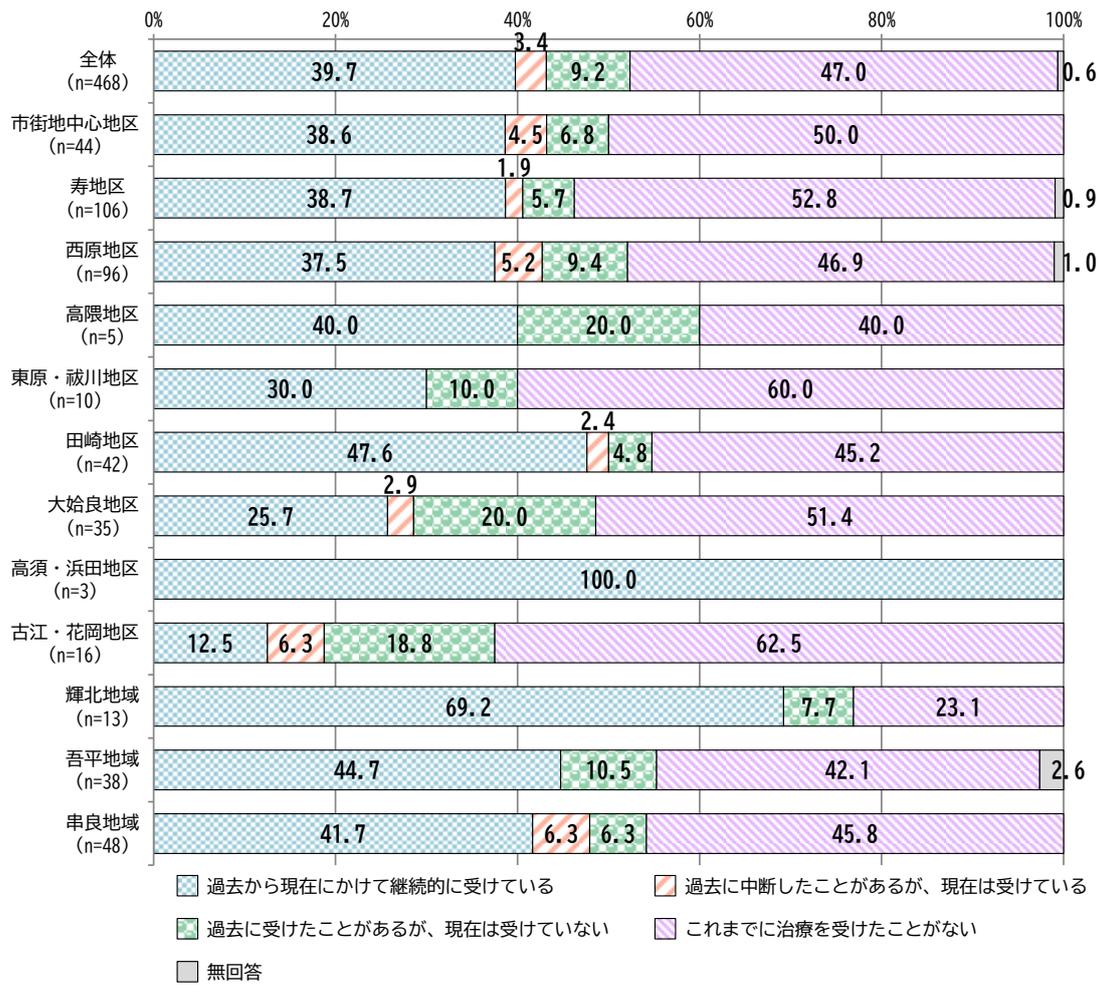
- ◇ 「これまでに治療を受けたことがない」が 47.0%と最も高く、次いで、「過去から現在にかけて継続的に受けている」の 39.7%、「過去に受けたことがあるが、現在は受けていない」の 9.2%の順となっています。
- ◇ 性年齢別でみると、60 歳以上の男女では「過去から現在にかけて継続的に受けている」の割合が他より高くなっており、特に 70 歳代女性では 6 割を超えています。
- ◇ 居住地区別でみると、輝北地域では「過去から現在にかけて継続的に受けている」が 69.2%となっており、他より高くなっていきます。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「過去から現在にかけて継続的に受けている」が 1.3 ポイント増加し、「過去に受けたことがあるが、現在は受けていない」が 1.1 ポイント減少しています。



〈単数回答〉

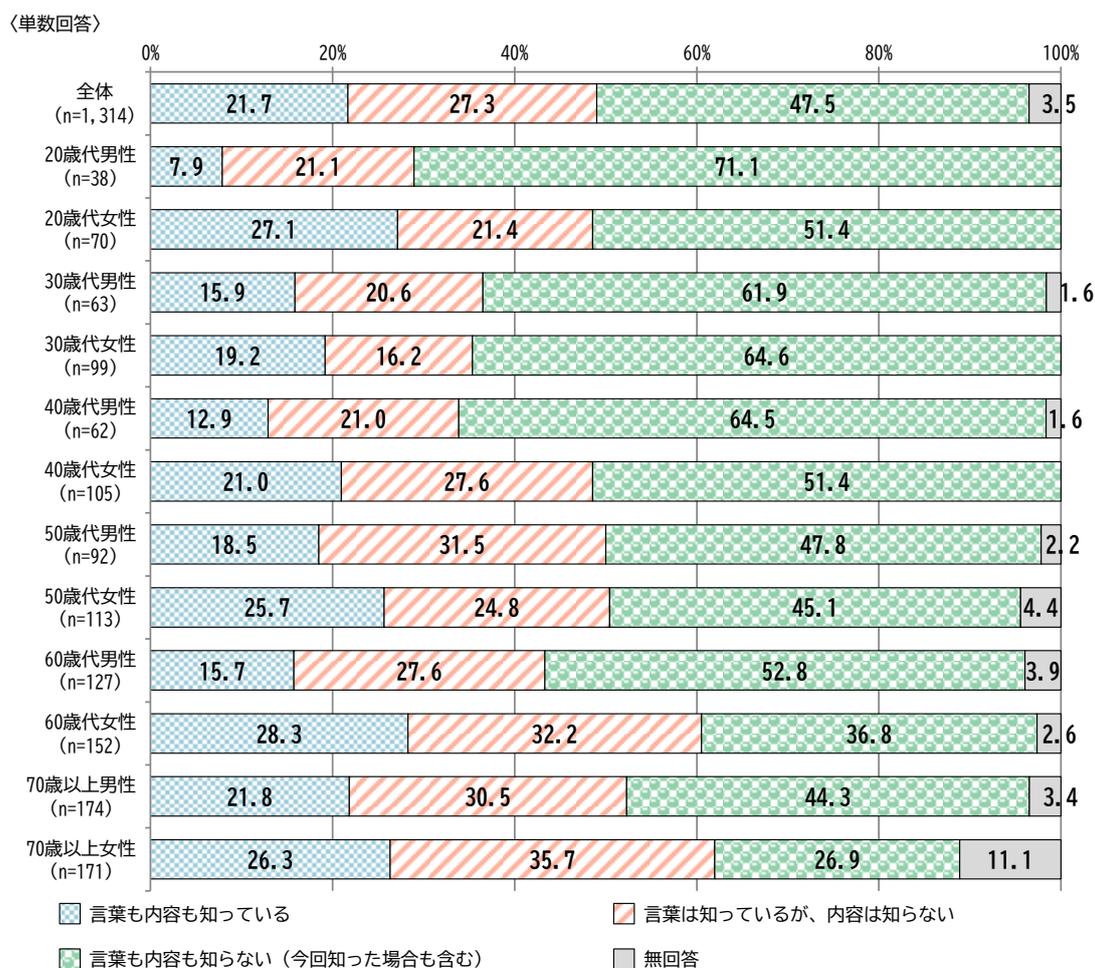
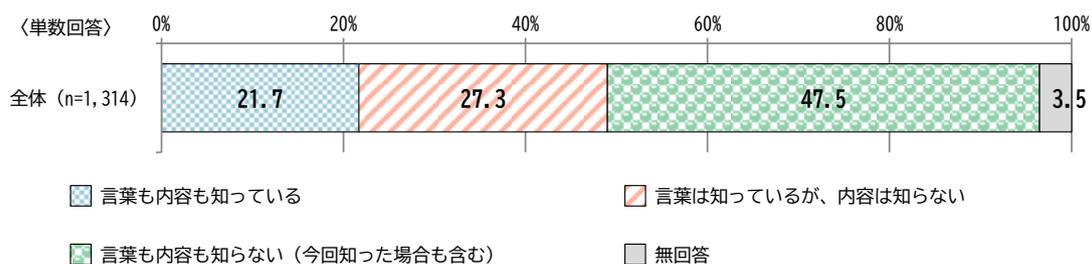


〈単数回答〉



## 問 67 「CKD（慢性腎臓病）」という言葉を知っていますか。（〇はひとつ）

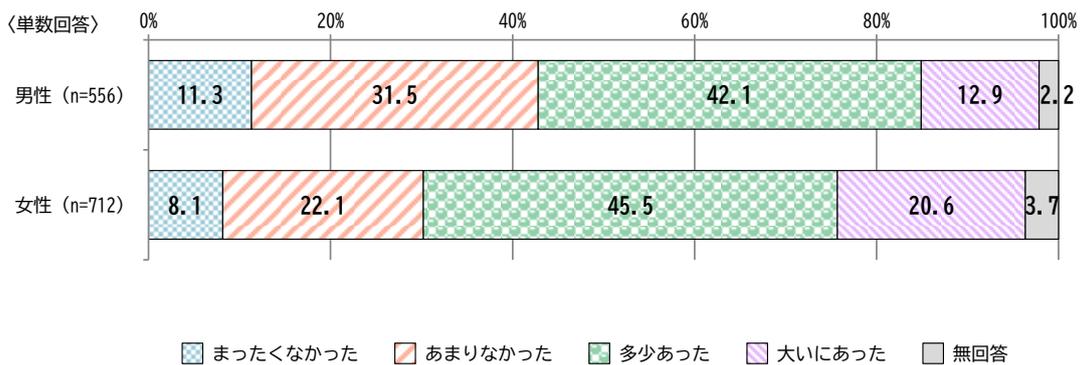
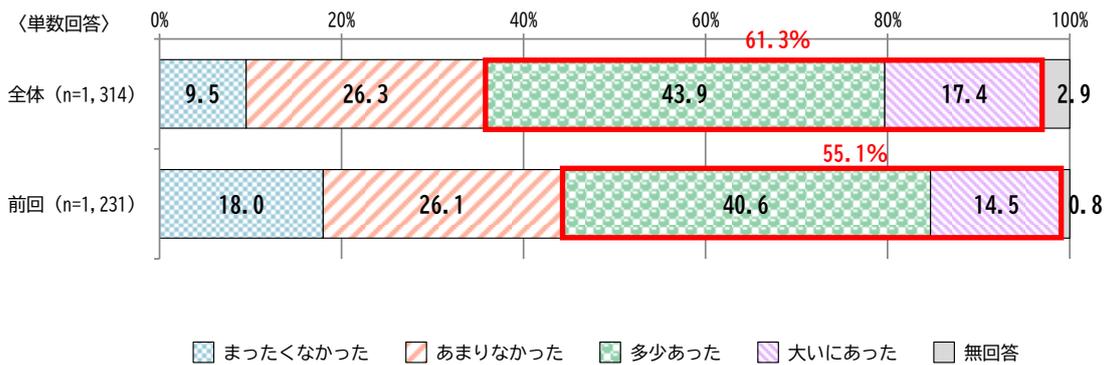
- ◇ 「言葉も内容も知っている」が 21.7%、「言葉は知っているが、内容は知らない」が 27.3%、「言葉も内容も知らない（今回知った場合も含む）」が 47.5%となっています。
- ◇ 性年齢別でみると、20 歳代～40 歳代の男性と 30 歳代女性では「言葉も内容も知らない（今回知った場合も含む）」の割合が6割を超えており、他より高くなっています。



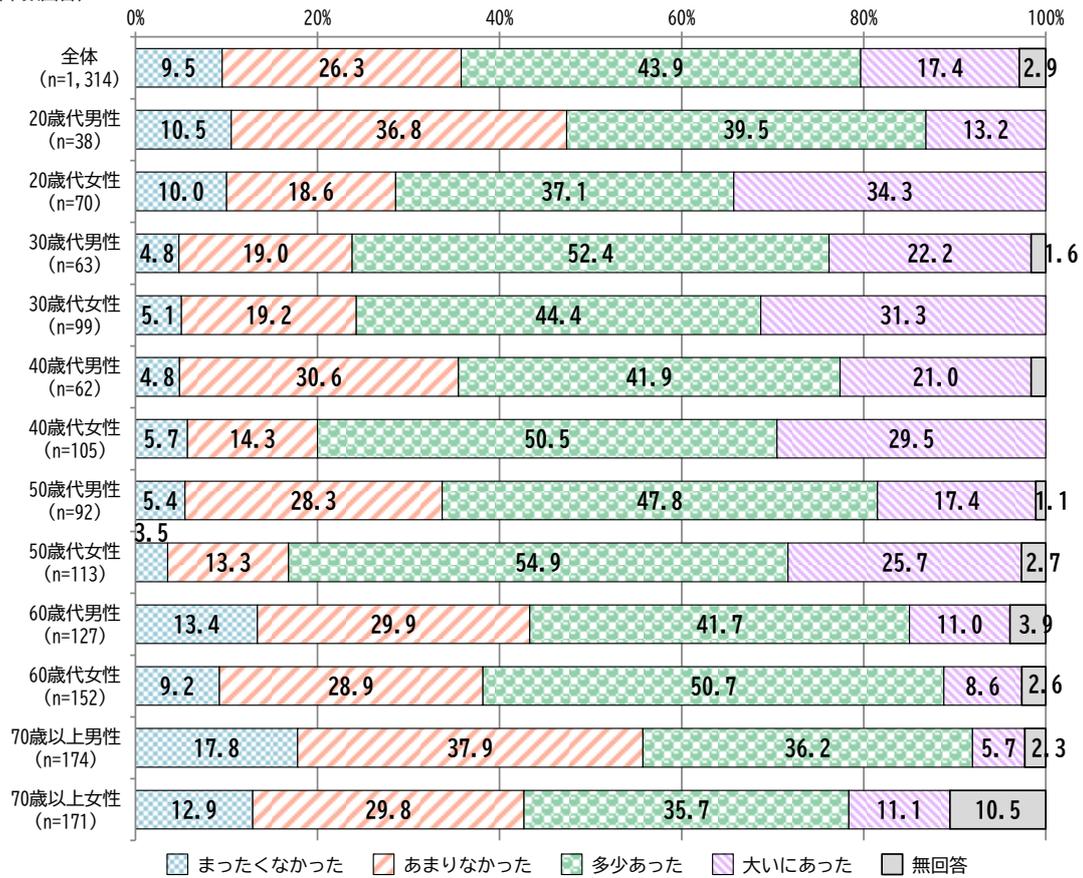
## X こころの健康について

問 68 この1か月に不安、悩み、苦労等によるストレスがありましたか  
(〇はひとつ)

- ◇ 「多少あった」が43.9%と最も高く、次いで、「あまりなかった」の26.3%、「大いにあった」の17.4%の順となっており、『最近1か月間にストレスを感じた人』の割合は61.3%となっています。
- ◇ 性別で見ると、女性では「大いにあった」が20.6%となっており、男性（12.9%）よりも7.7ポイント高くなっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代～40歳の女性では「大いにあった」の割合がおおよそ3割となっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、『あった』（「多少あった」と「大いにあった」の合計）が6.2ポイント増加しています。



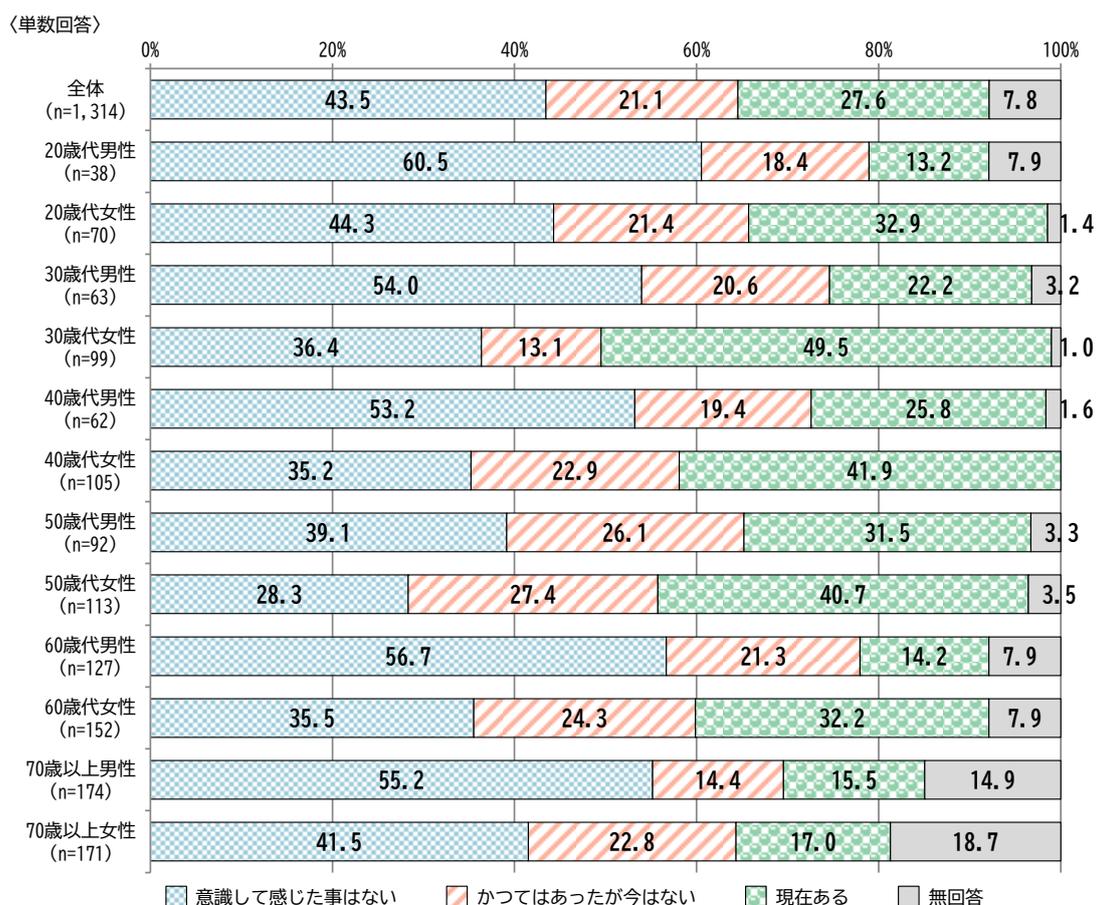
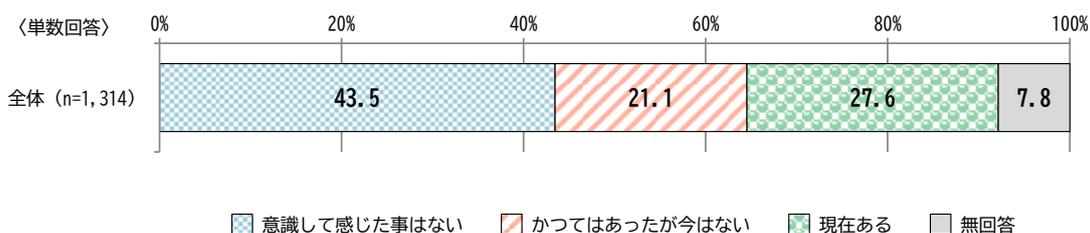
〈単数回答〉



問 69 あなたは日頃、どのような悩みや苦勞、ストレス、不満を感じることがありますか。(項目ごとに1～3のいずれかひとつに○)

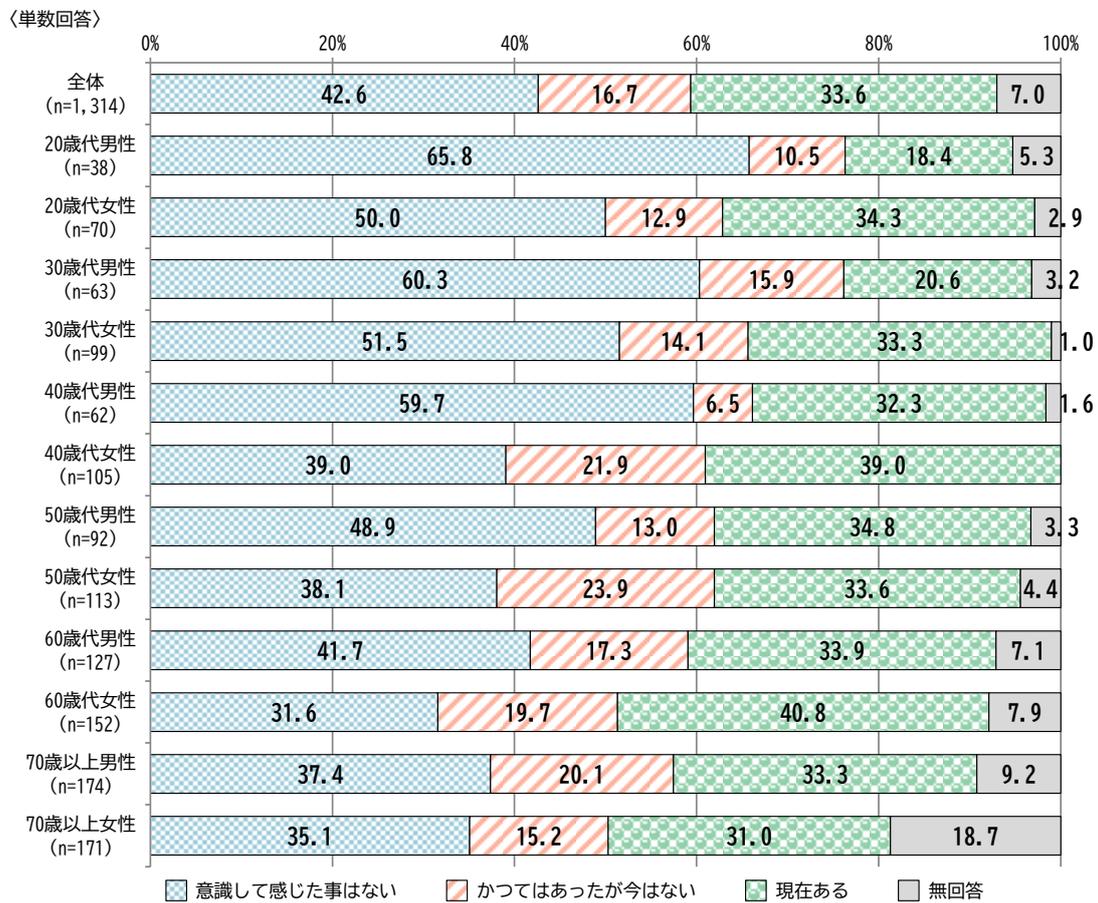
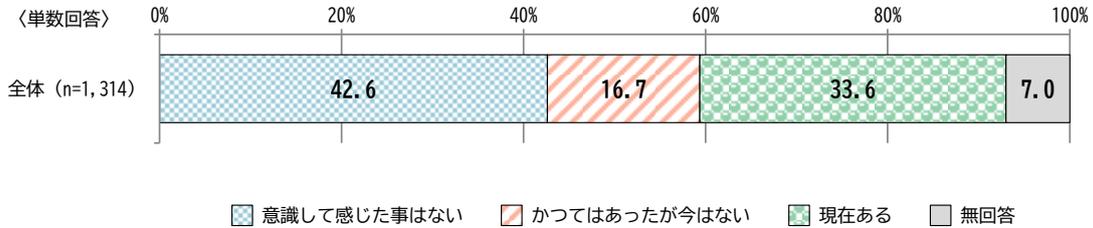
① 家庭の問題 (家庭関係の不和、子育て、家族の介護・看病 等)

- ◇ 「意識して感じた事はない」が43.5%、「かつてはあったが今はない」が21.1%、「現在ある」が27.6%となっています。
- ◇ 性年齢別でみると、30歳代～50歳代の女性では「現在ある」の割合が4割を超えており、他より高くなっています。



② 病気などの健康の問題（自分の病気の悩み、身体の悩み、心の悩み等）

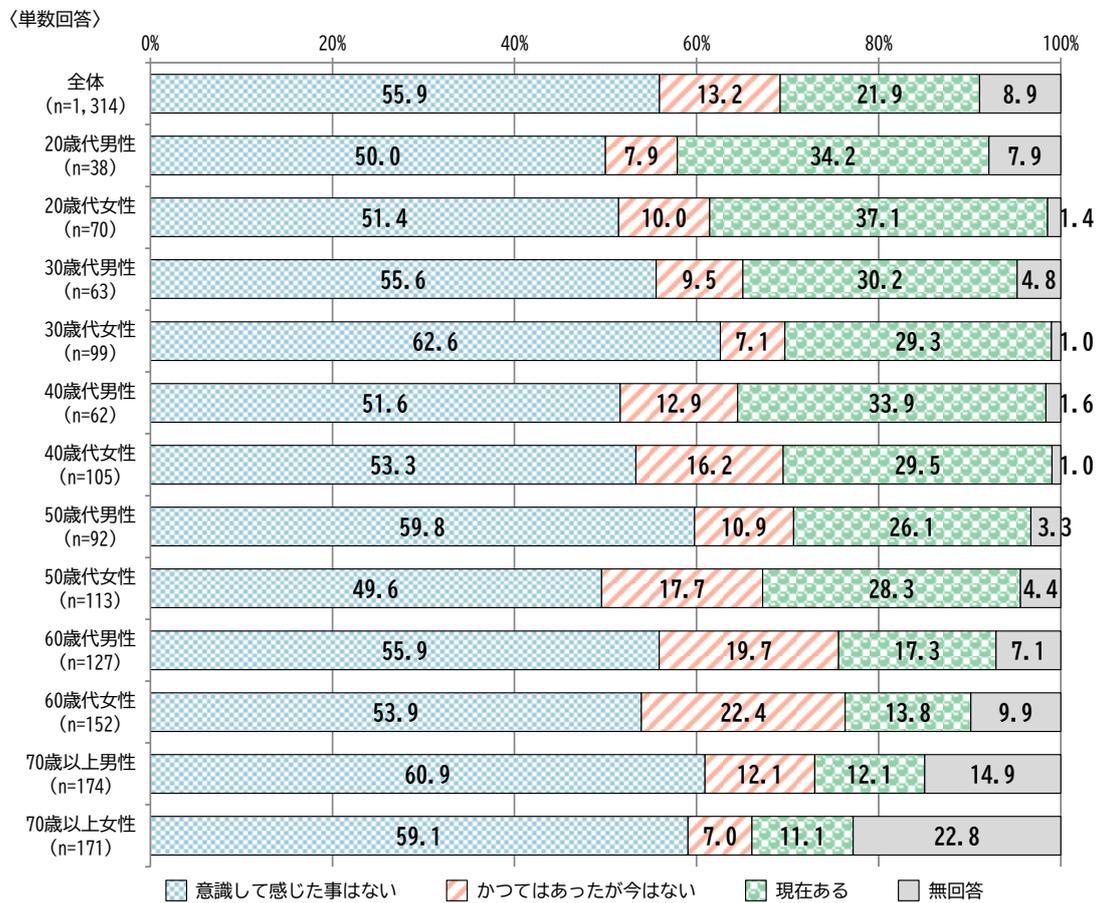
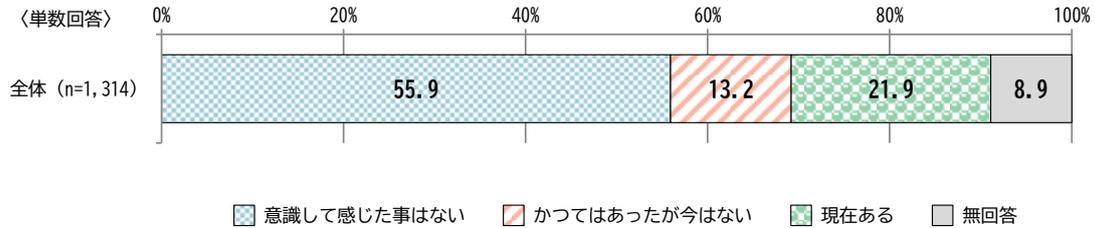
- ◇ 「意識して感じた事はない」が42.6%、「かつてはあったが今はない」が16.7%、「現在ある」が33.6%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代～30歳代の男性以外では「現在ある」の割合が3割前後となっています。特に60歳代女性では4割を超えており、他より高くなっています。



③ 経済的な問題（倒産、事業不振、借金、失業、生活困窮 等）

◇ 「意識して感じた事はない」が 55.9%、「かつてはあったが今はない」が 13.2%、「現在ある」が 21.9%となっています。

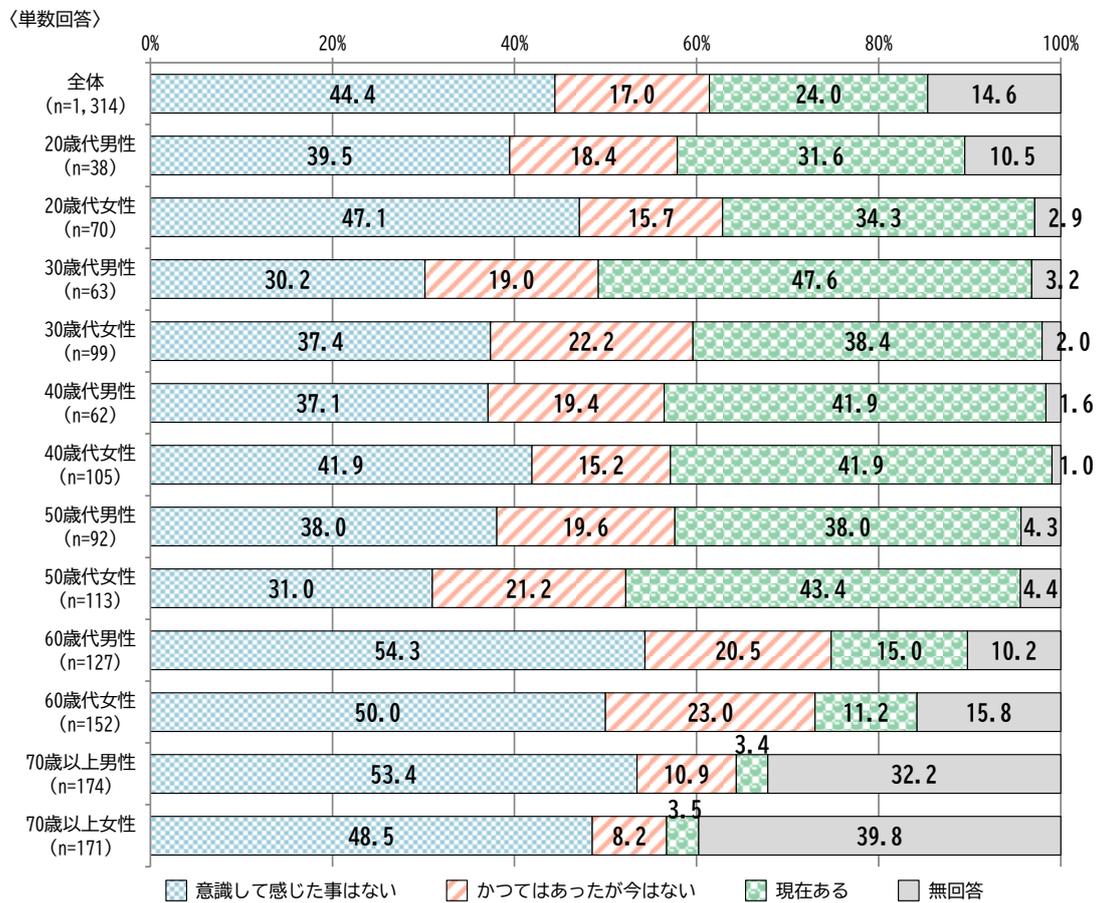
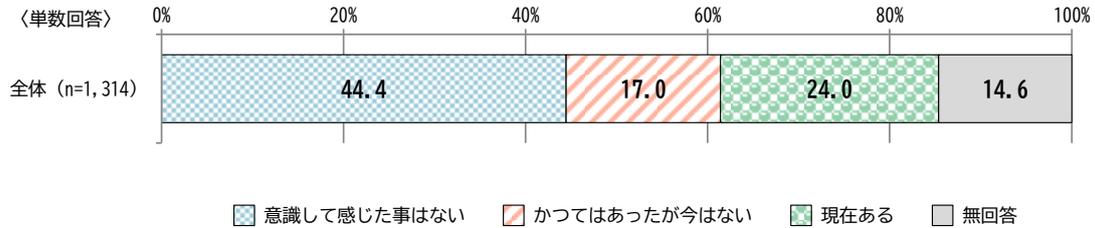
◇ 性年齢別で見ると、20 歳代～40 歳代の男性と 20 歳代女性では「現在ある」の割合が 3 割を超えており、他より高くなっています。



④ 勤務関係の問題（転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働 等）

◇ 「意識して感じた事はない」が 44.4%、「かつてはあったが今はない」が 17.0%、「現在ある」が 24.0%となっています。

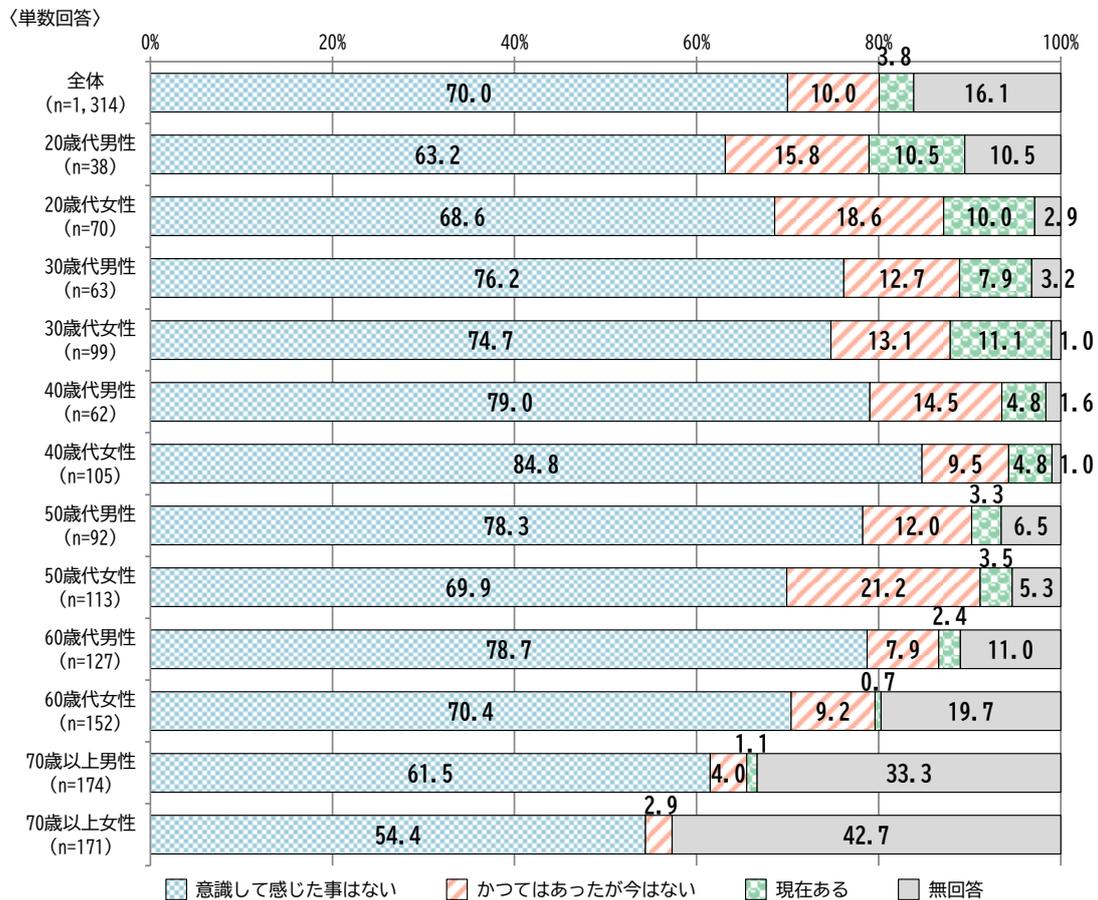
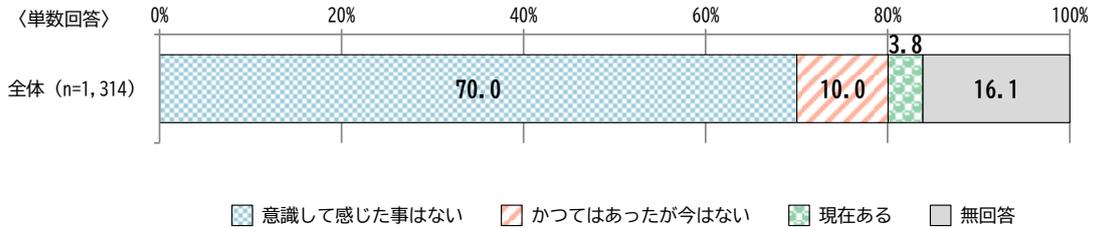
◇ 性年齢別でみると、20 歳代～50 歳代の男女では「現在ある」の割合が 4 割前後となっており、他より高くなっています。



⑤ 恋愛関係の問題（失恋、結婚を巡る悩み等）

◇ 「意識して感じた事はない」が70.0%、「かつてはあったが今はない」が10.0%、「現在ある」が3.8%となっています。

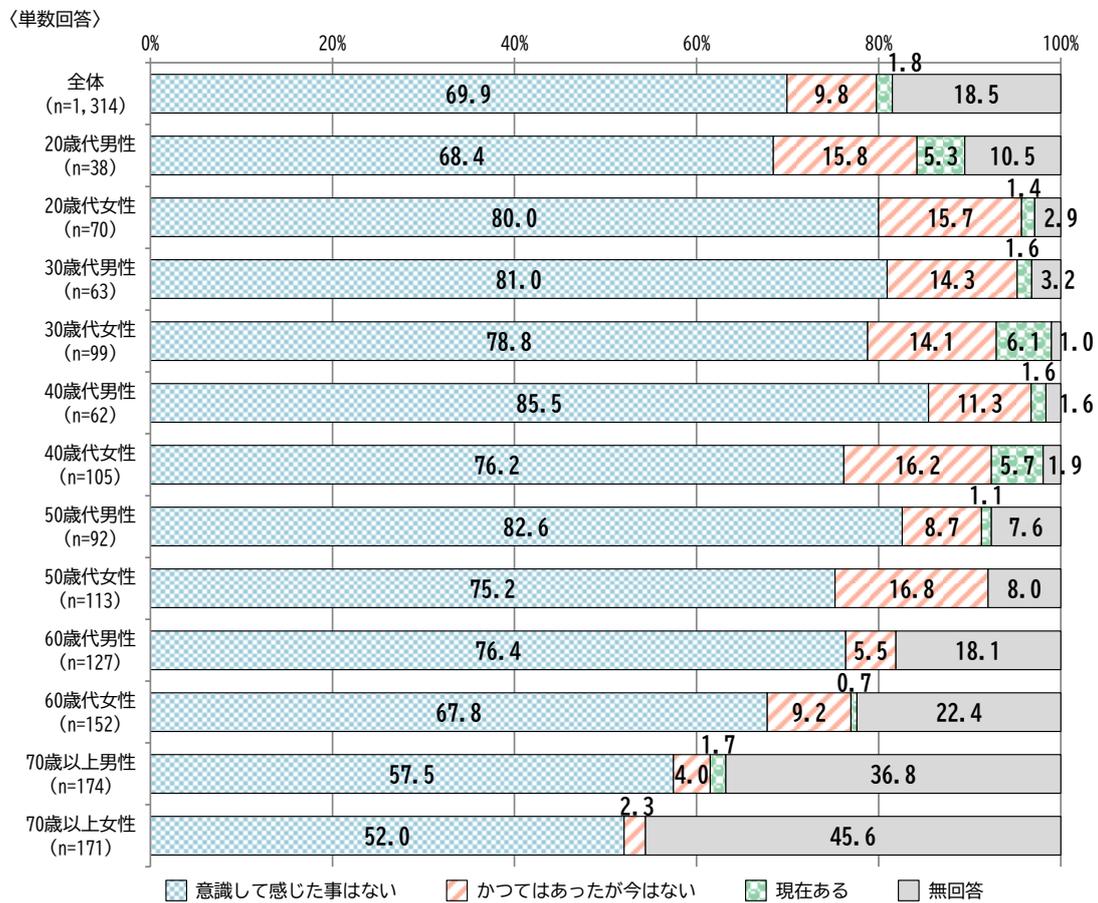
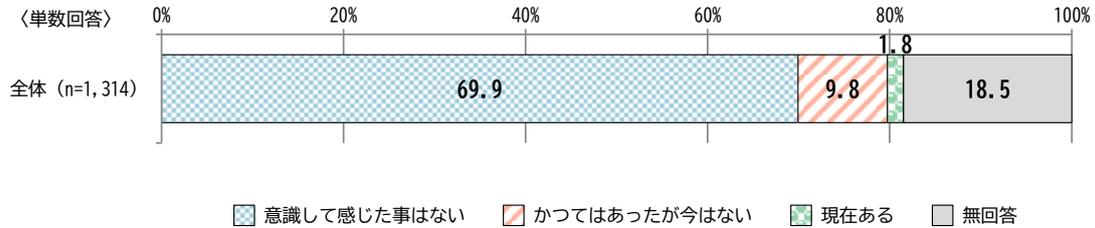
◇ 性年齢別で見ると、50歳代女性では「かつてはあったが今はない」が21.2%となっており、他より高くなっています。



⑥ 学校の問題（いじめ、学業不振、教師との人間関係 等）

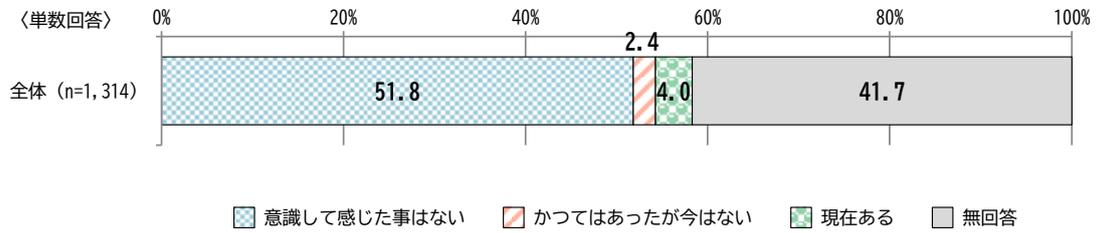
◇ 「意識して感じた事はない」が 69.9%、「かつてはあったが今はない」が 9.8%、「現在ある」が 1.8%となっています。

◇ 性年齢別で見ると、20 歳代女性と 30 歳代～50 歳代の男性では「意識して感じた事はない」の割合が 8割を超えています。



⑦ その他

◇ 「意識して感じた事はない」が 51.8%、「かつてはあったが今はない」が 2.4%、「現在ある」が 4.0%となっています。



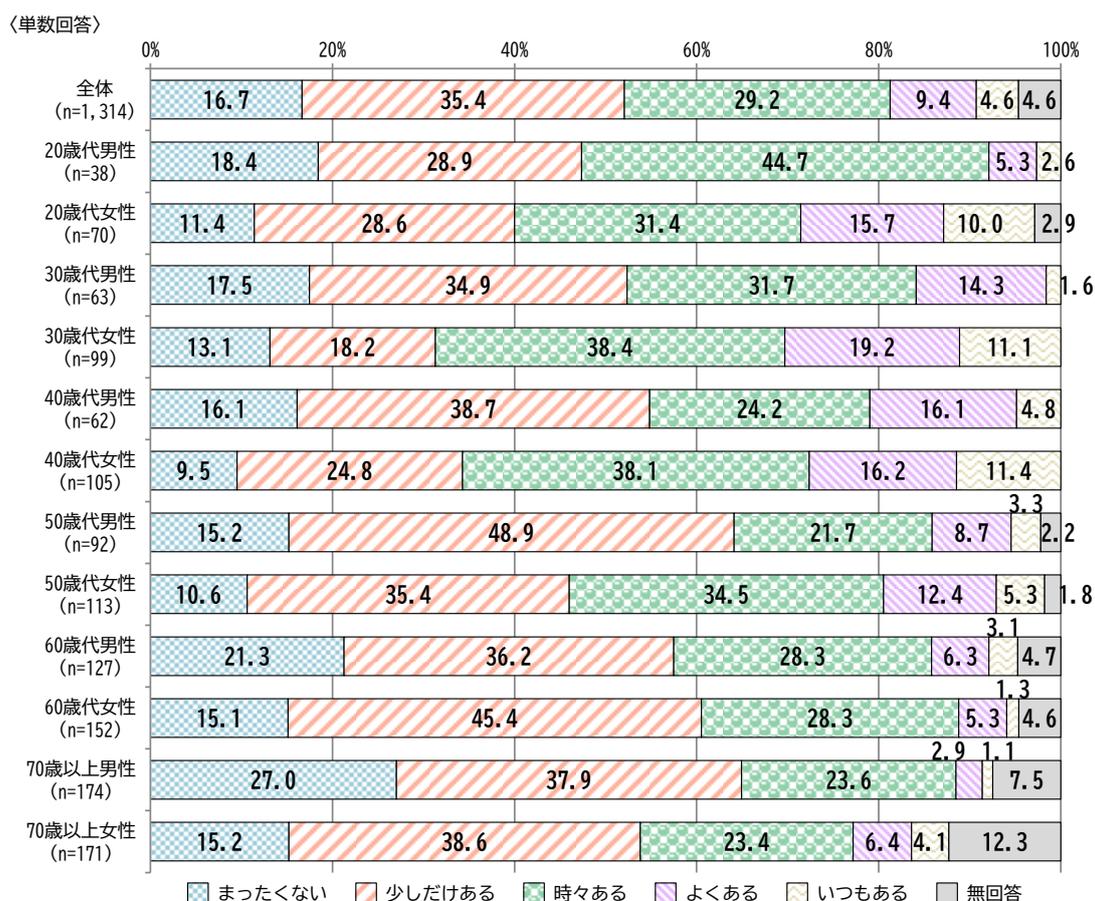
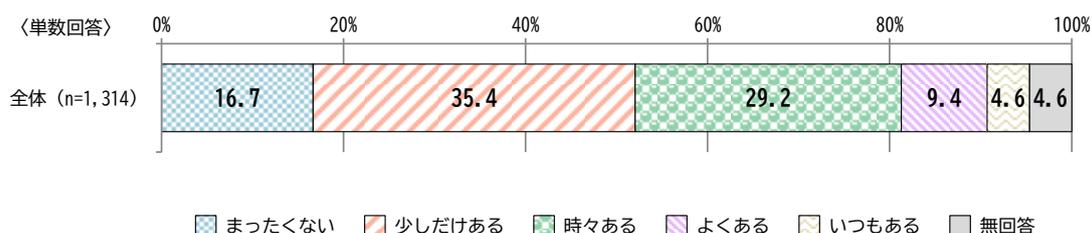
◆ 「その他」の具体的内容

- ・ 家族との死別
- ・ 将来への不安
- ・ 騒音問題
- ・ 町内会活動
- ・ 友人や近隣住民との人間関係
- ・ 子どもの保護者との人間関係

問 70 あなたは日々の生活の中で、次のように感じることはありませんか。  
 (項目ごとに1～5のいずれかひとつに○)

① ちょっとしたことイライラしたり不安に感じることもある

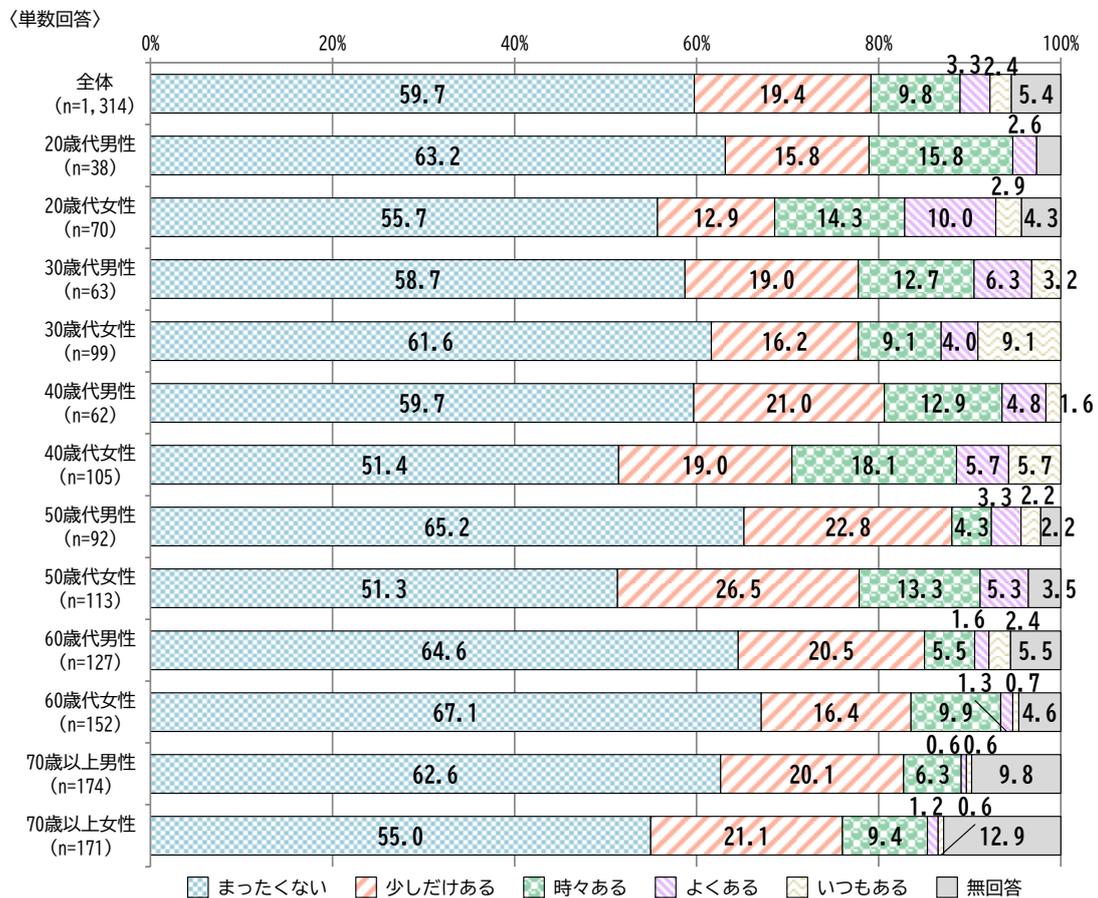
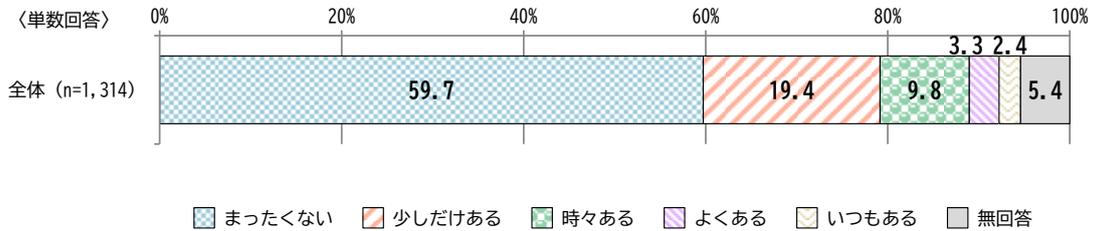
- ◇ 「少しだけある」が35.4%と最も高く、次いで、「時々ある」の29.2%、「まったくない」の16.7%の順となっています。
- ◇ 性年齢別でみると、20歳代～40歳代の女性では「いつもある」の割合が1割を超えています。



② 絶望的だと感じることがある

◇ 「まったくない」が59.7%と最も高く、次いで、「少しだけある」の19.4%、「時々ある」の9.8%の順となっています。

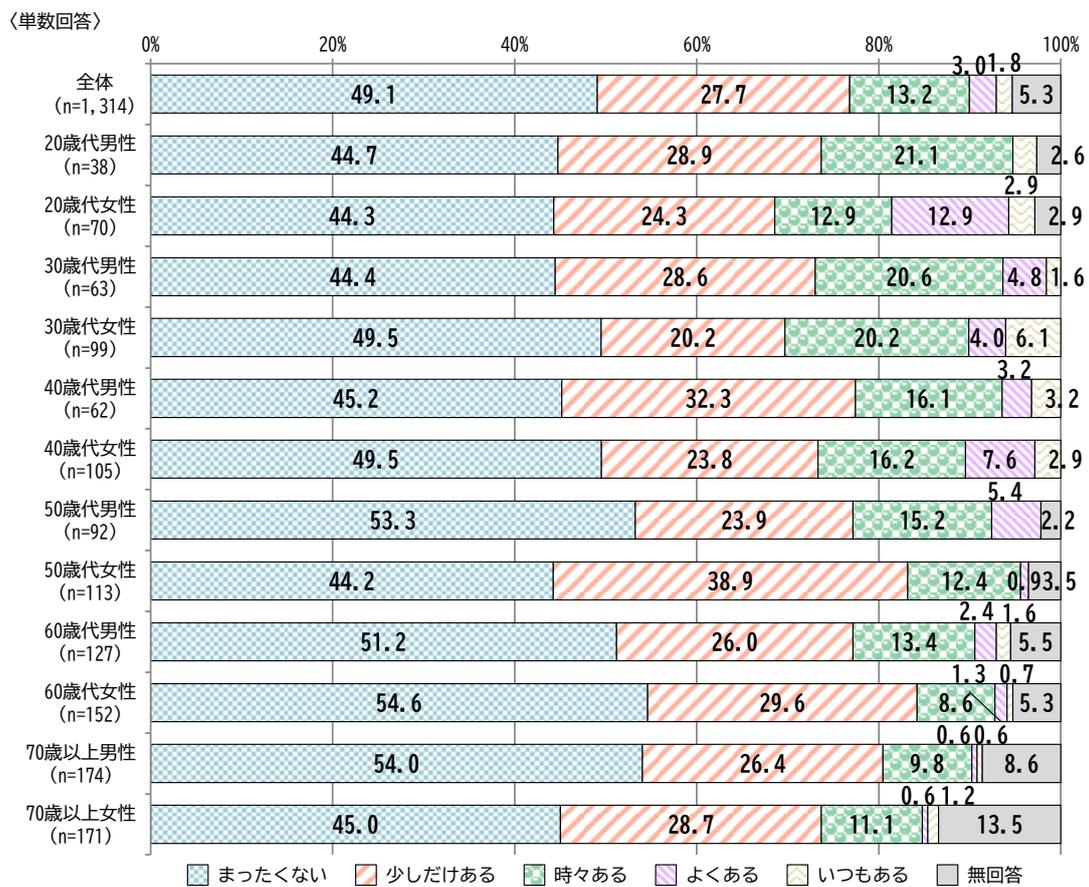
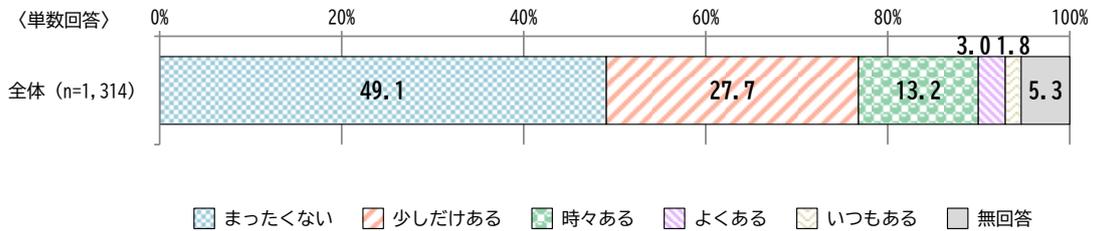
◇ 性年齢別でみると、30歳代女性では「よくある」が9.1%となっており、他より高くなっています。



③ そわそわ落ち着かなく感じることもある

◇ 「まったくない」が49.1%と最も高く、次いで、「少しだけある」の27.7%、「時々ある」の13.2%の順となっています。

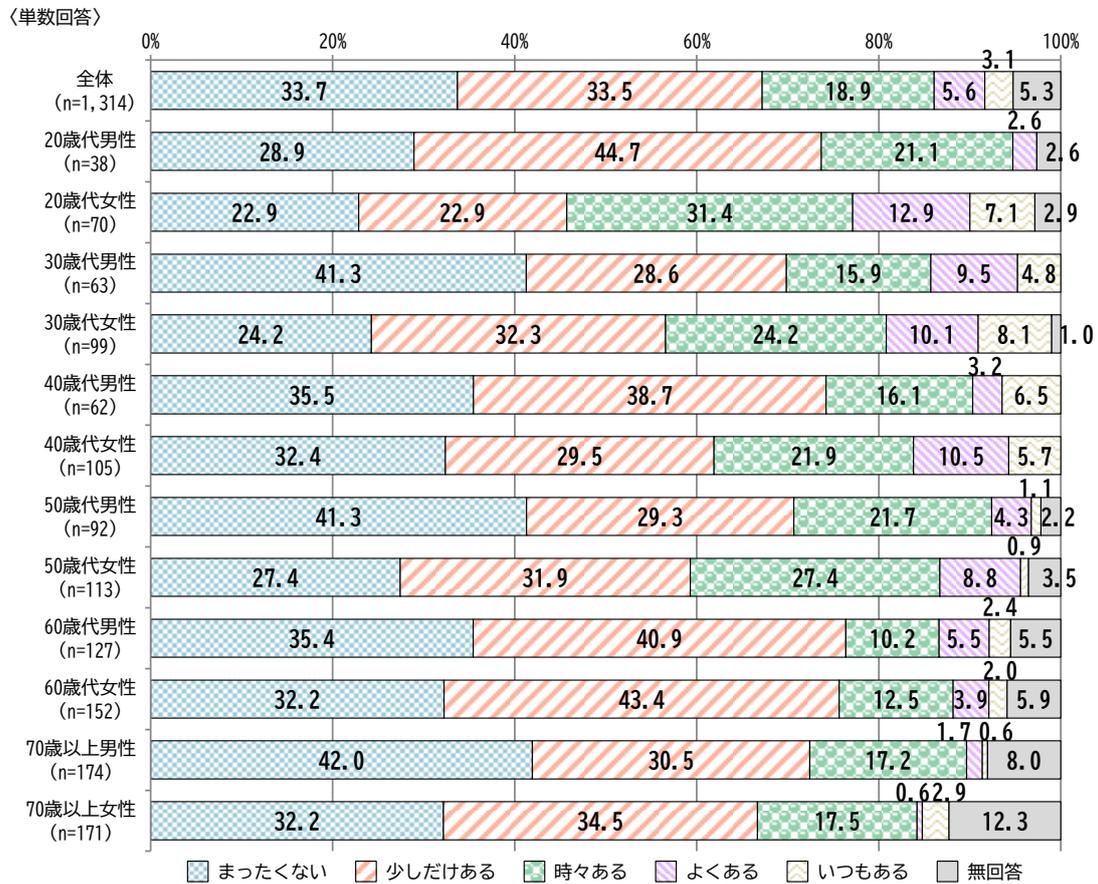
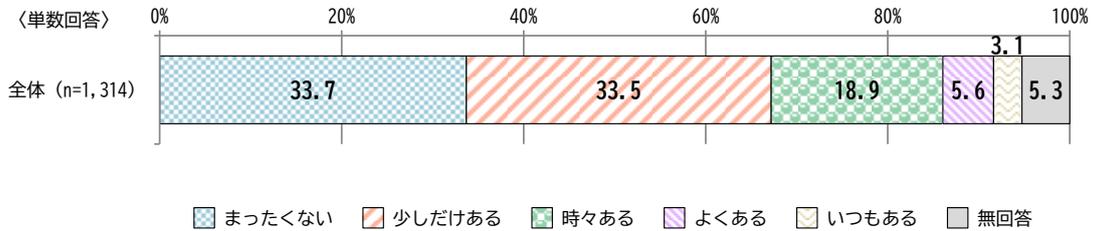
◇ 性年齢別でみると、20歳代女性では「よくある」の割合が1割を超えています。



④ 気分が沈み、気が晴れないように感じることもある

◇ 「まったくない」が33.7%と最も高く、次いで、「少しだけある」の33.5%、「時々ある」の18.9%の順となっています。

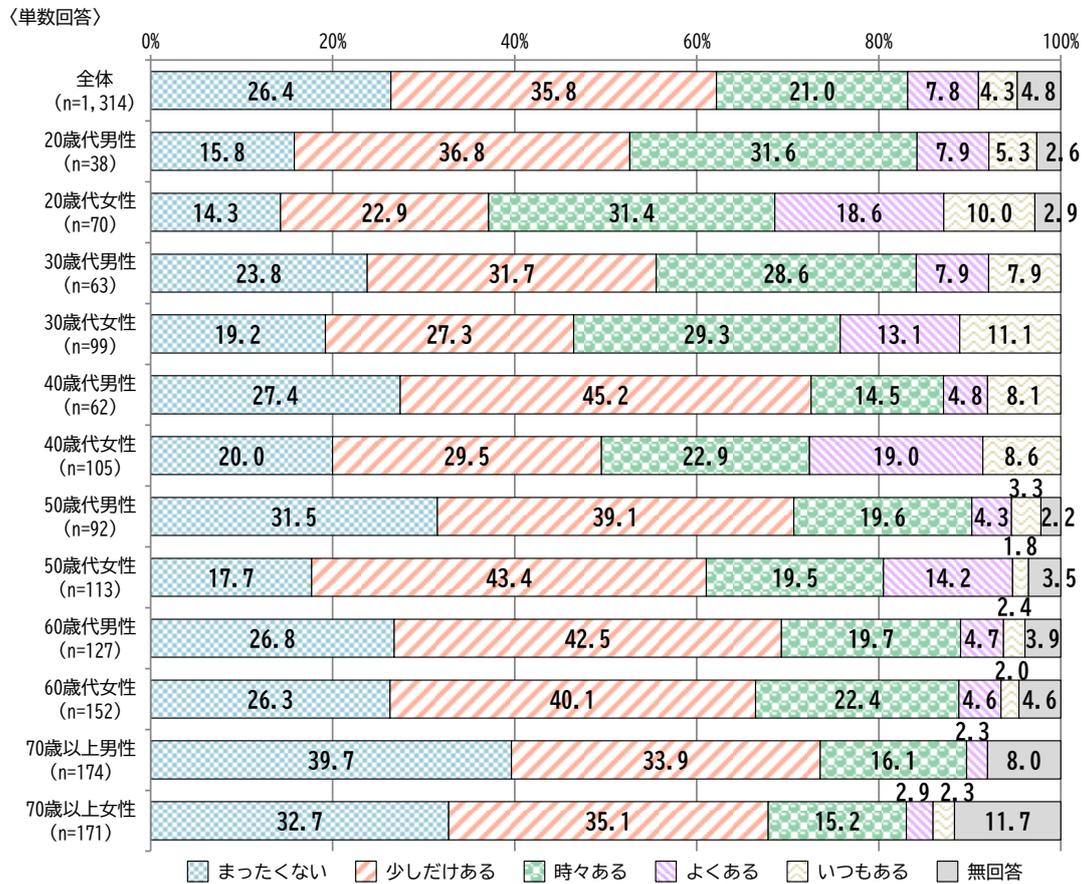
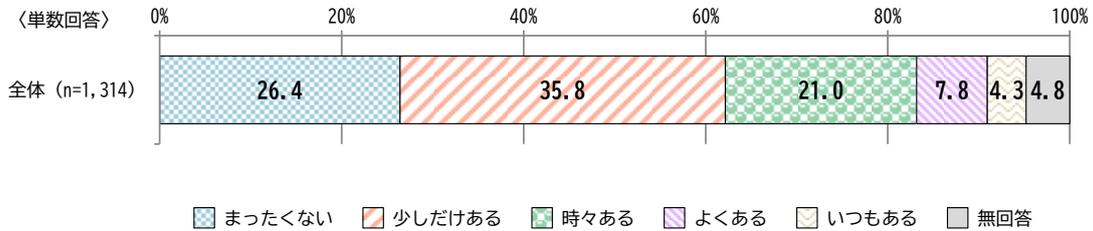
◇ 性年齢別で見ると、20歳代～40歳代の女性では「よくある」の割合が1割を超えています。



⑤ 何をするにも面倒だと感じることもある

◇ 「少しだけある」が35.8%と最も高く、次いで、「まったくない」の26.4%、「時々ある」の21.0%の順となっています。

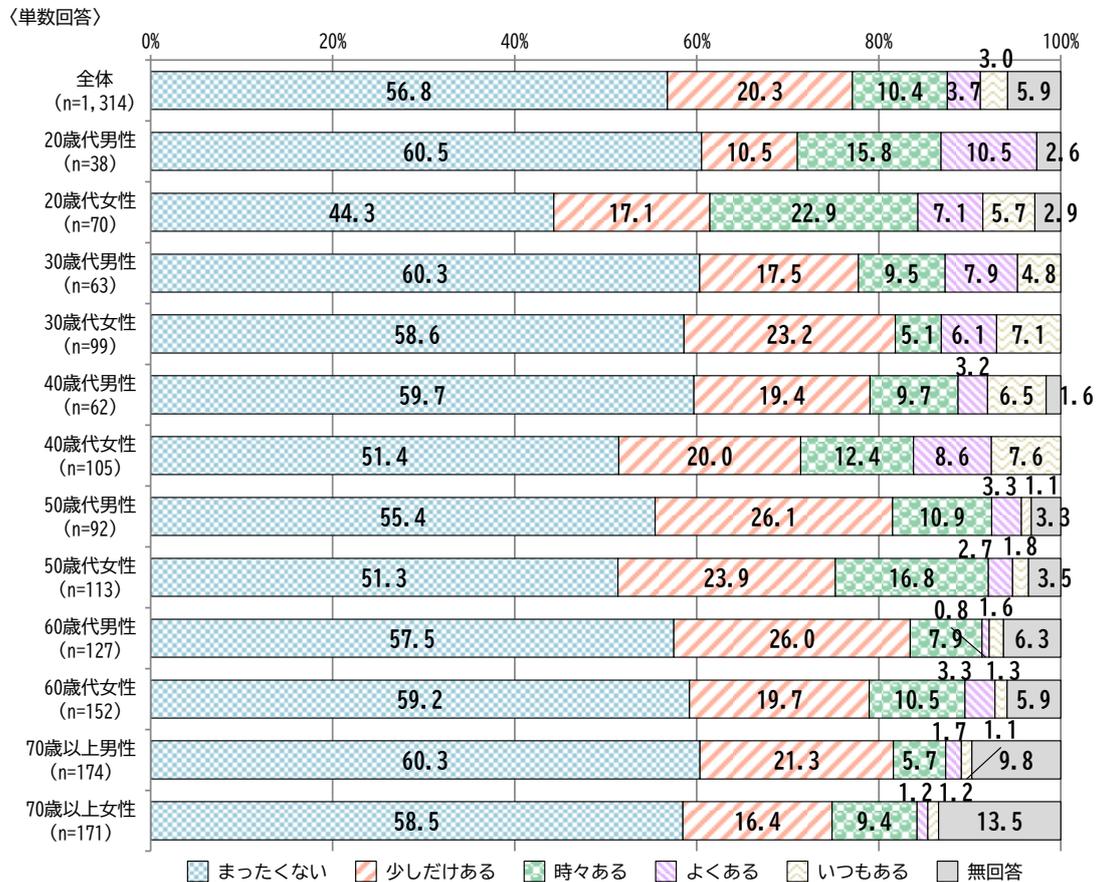
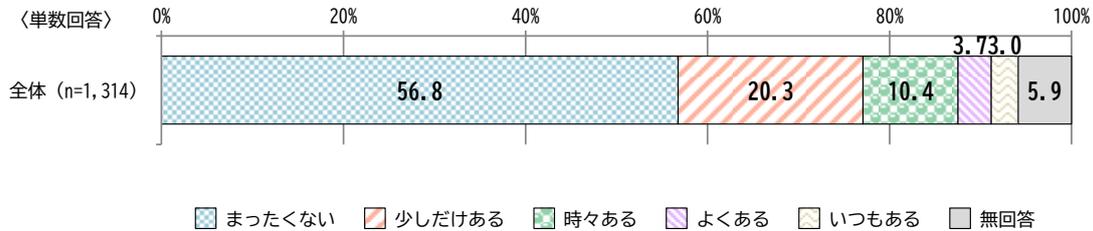
◇ 性年齢別で見ると、20歳代～30歳代の女性では「いつもある」の割合が1割を超えています。



⑥ 自分は価値のない人間だと感じることもある

◇ 「まったくない」が56.8%と最も高く、次いで、「少しだけある」の20.3%、「時々ある」の10.4%の順となっています。

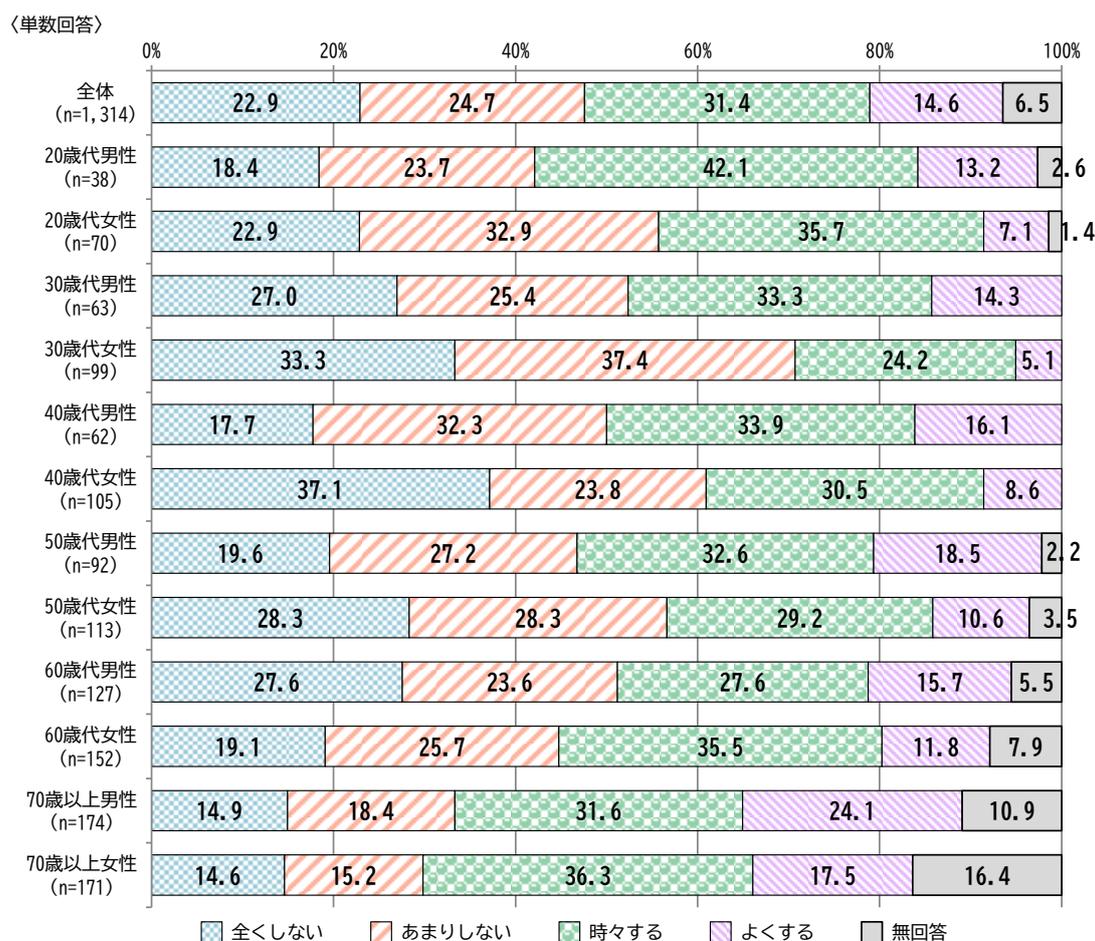
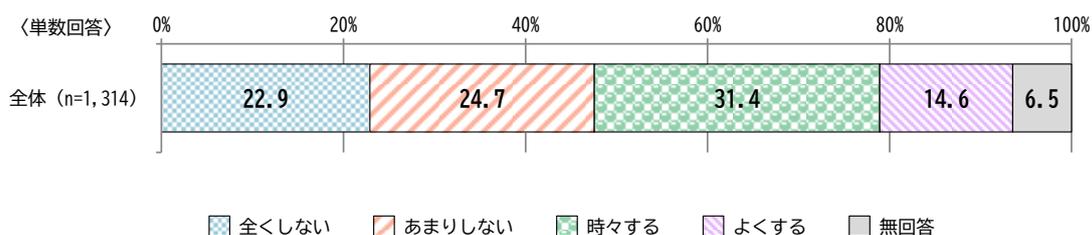
◇ 性年齢別で見ると、20歳代女性では「時々ある」が22.9%となっており、他より高くなっています。



問 71 あなたは日常生活の不満、悩み、苦勞、ストレスを解消するために、次のことをどのくらいしますか。(項目ごとに1～4のいずれかひとつに○)

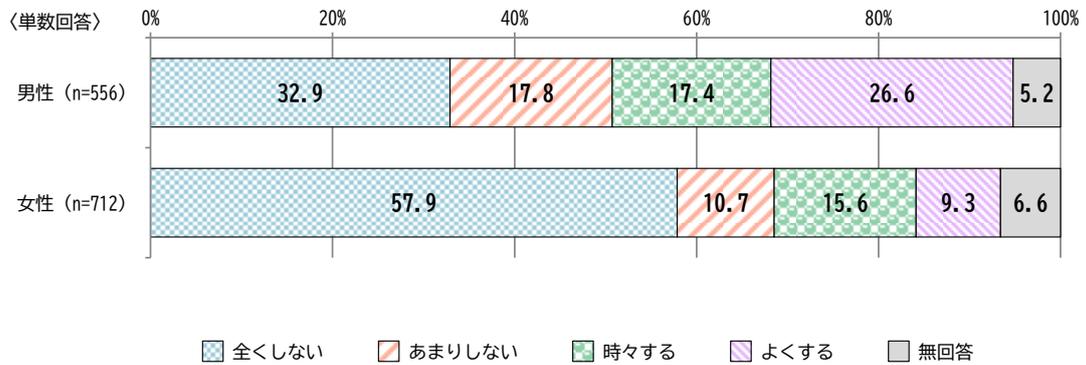
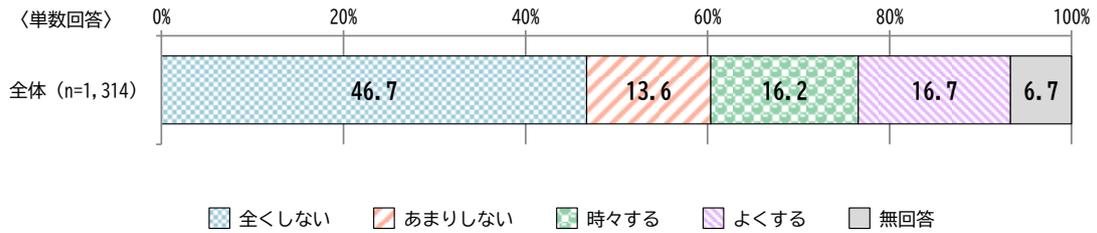
① 運動をする

- ◇ 「時々する」が31.4%と最も高く、次いで、「あまりしない」の24.7%、「全くしない」の22.9%の順となっています。
- ◇ 性年齢別でみると、30歳代～40歳代の女性では「全くしない」の割合が3割を超えており、他より高くなっています。

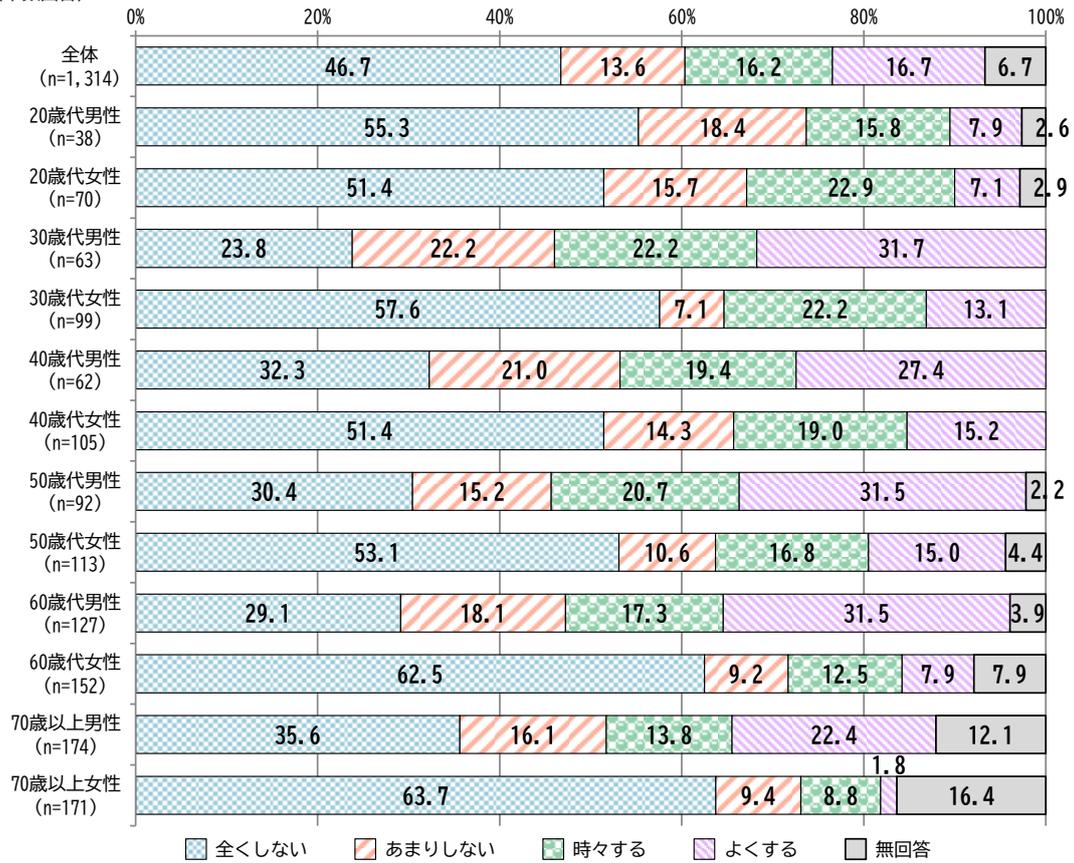


② お酒を飲む

- ◇ 「全くしない」が46.7%と最も高く、次いで、「よくする」の16.7%、「時々する」の16.2%の順となっています。
- ◇ 性別で見ると、女性では「全くしない」が57.9%となっており、男性（32.9%）よりも25.0ポイント高くなっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、30歳代～60歳の男性では「よくする」の割合がおおよそ3割となっており、他より高くなっています。



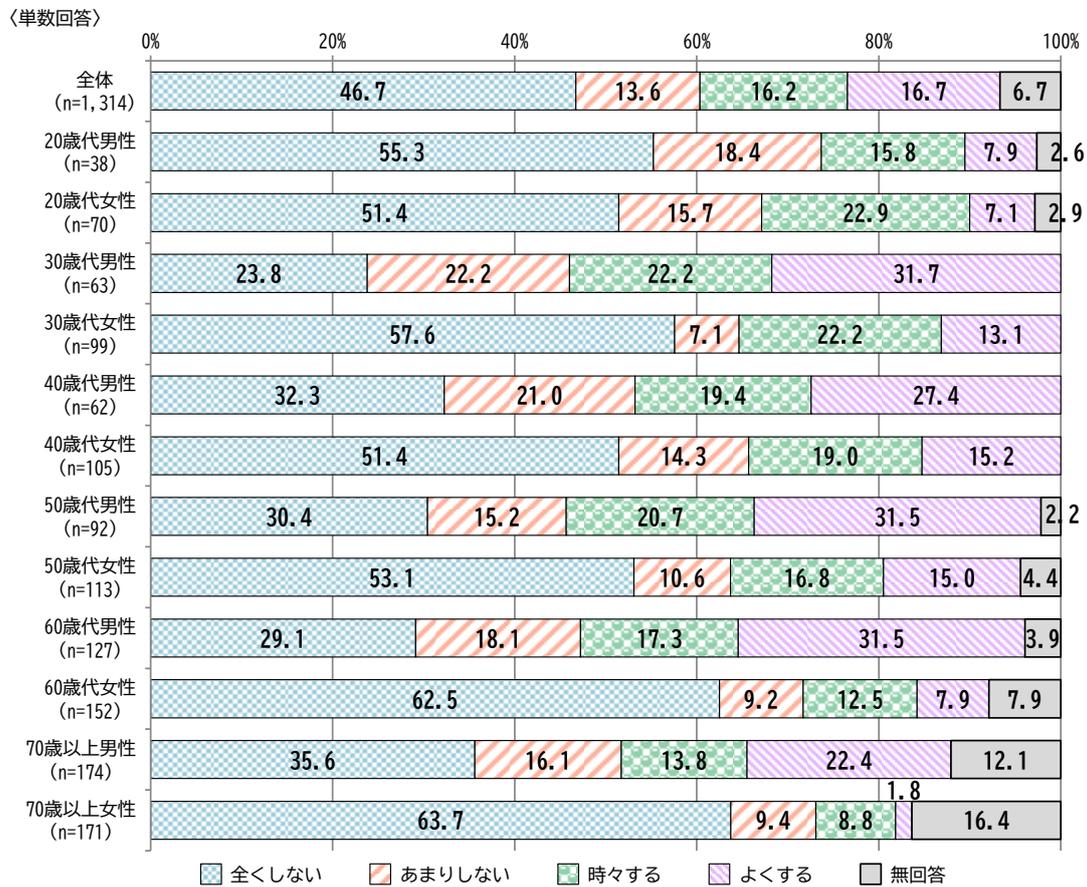
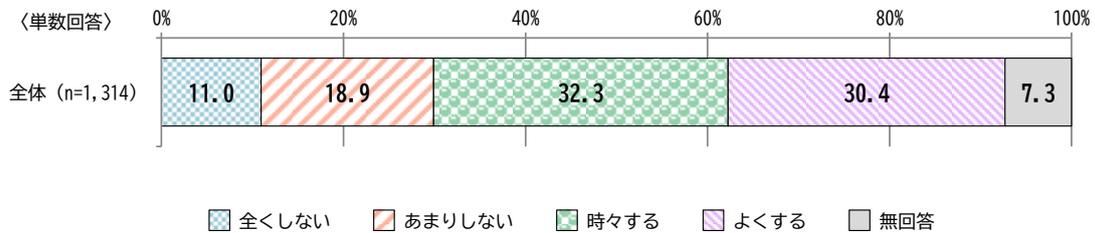
〈単数回答〉



### ③ 睡眠をとる

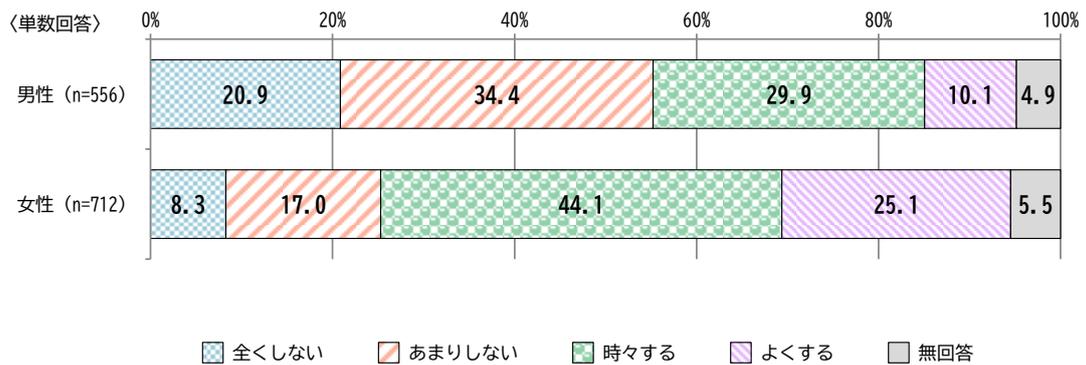
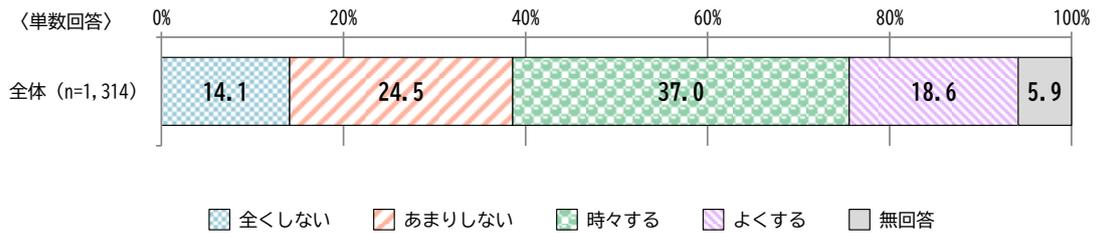
◇ 「時々する」が32.3%と最も高く、次いで、「よくする」の30.4%、「あまりしない」の18.9%の順となっています。

◇ 性年齢別で見ると、20歳代～40歳代の女性では「よくする」の割合が4割を超えており、他より高くなっています。

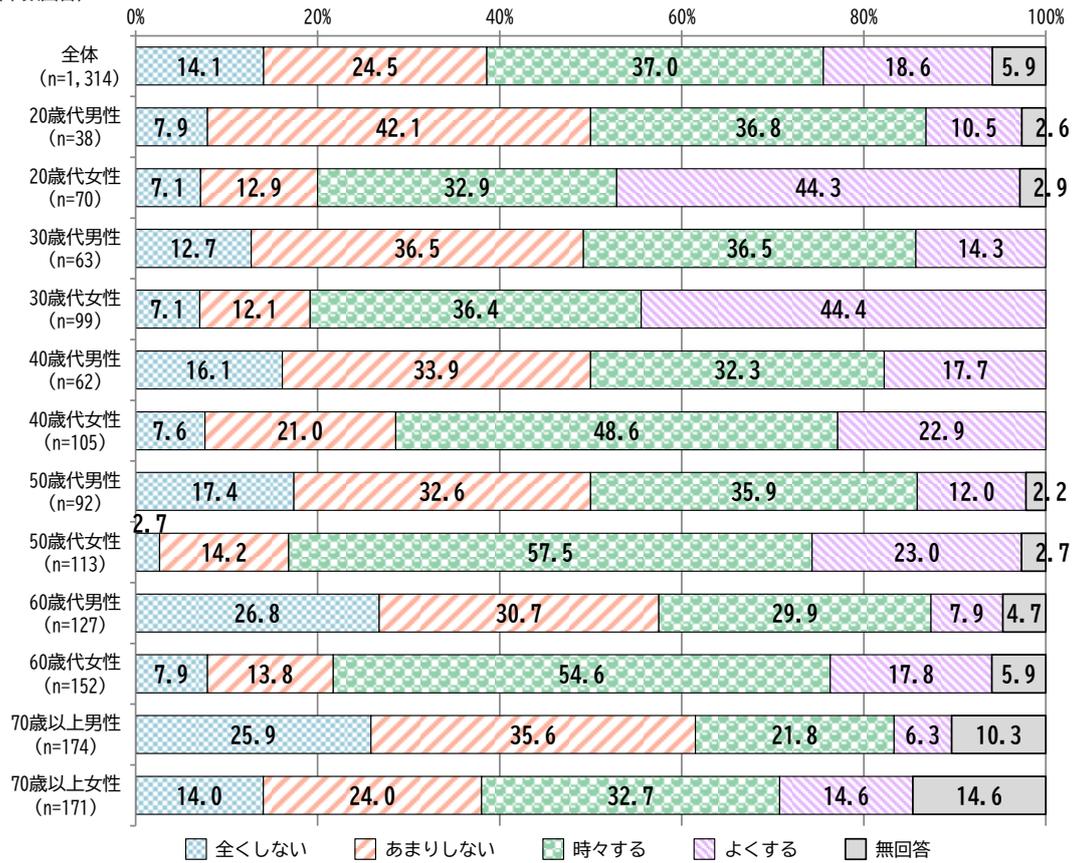


④ 人に話を聞いてもらう

- ◇ 「時々する」が37.0%と最も高く、次いで、「あまりしない」の24.5%、「よくする」の18.6%の順となっています。
- ◇ 性別で見ると、男性では「全くしない」が20.9%となっており、女性（8.3%）よりも12.6ポイント高くなっています。一方、女性では「よくする」が25.1%となっており、男性（10.1%）よりも15.0ポイント高くなっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代～30歳代の女性では「よくする」の割合が4割を超えており、他より高くなっています。

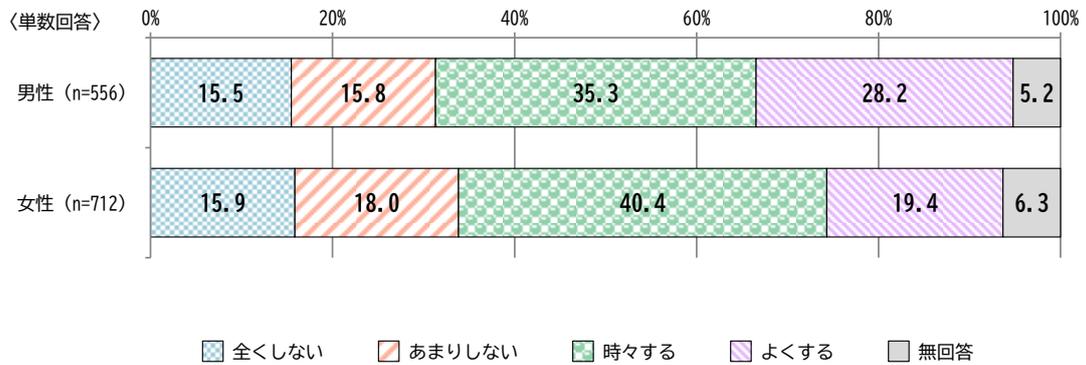
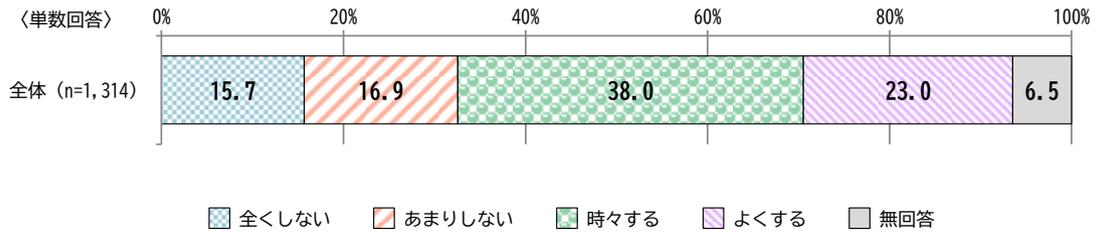


〈単数回答〉

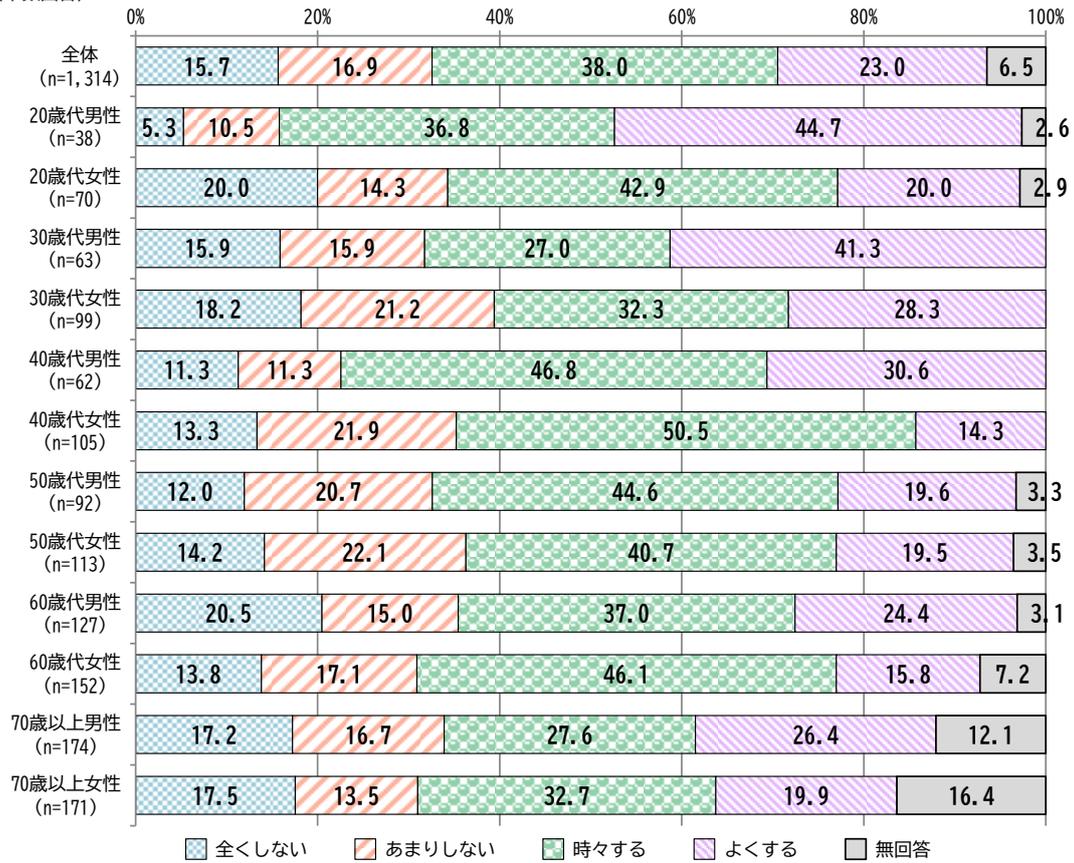


⑤ 趣味やレジャーをする

- ◇ 「時々する」が38.0%と最も高く、次いで、「よくする」の23.0%、「あまりしない」の16.9%の順となっています。
- ◇ 性別で見ると、男性では「よくする」が28.2%となっており、女性（19.4%）よりも8.8ポイント高くなっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代～30歳の男性では「よくする」の割合が4割を超えおり、他より高くなっています。



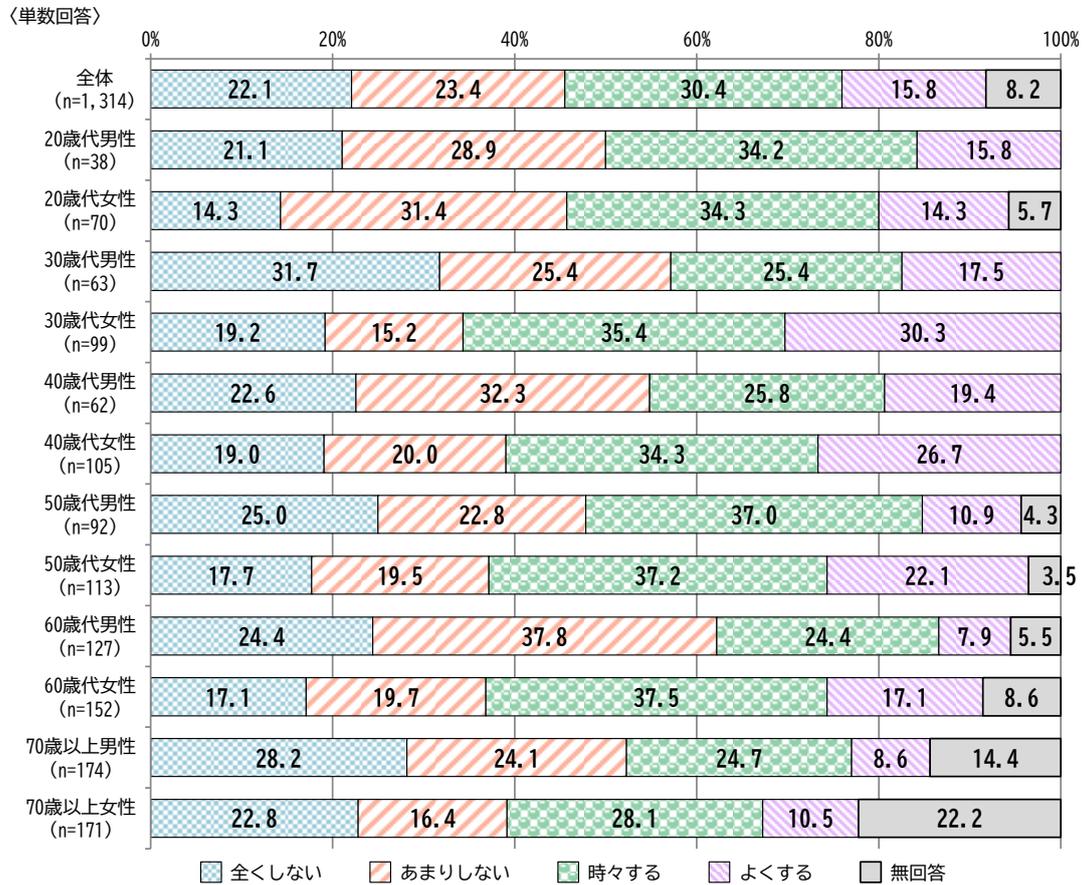
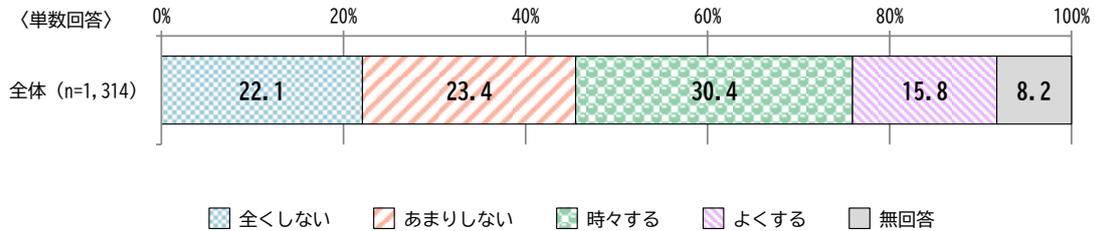
〈単数回答〉



⑥ 我慢して時間が経つのを待つ

◇ 「時々する」が30.4%と最も高く、次いで、「あまりしない」の23.4%、「全くしない」の22.1%の順となっています。

◇ 性年齢別で見ると、30歳代女性では「よくする」が30.3%となっており、他より高くなっています。



⑦ その他

◇ 「時々する 3.4%」の具体的内容

- ・音楽を聴く、歌う 3件
- ・食事を楽しむ 3件
- ・読書する 3件
- ・その他 14件
- ・娯楽 3件
- ・動画をみる 3件
- ・買い物 2件

◇ 「よくする 2.7%」の具体的内容

- ・食事を楽しむ 4件
- ・音楽を聴く 2件
- ・その他 9件
- ・何も考えない 3件
- ・ゲームする 2件

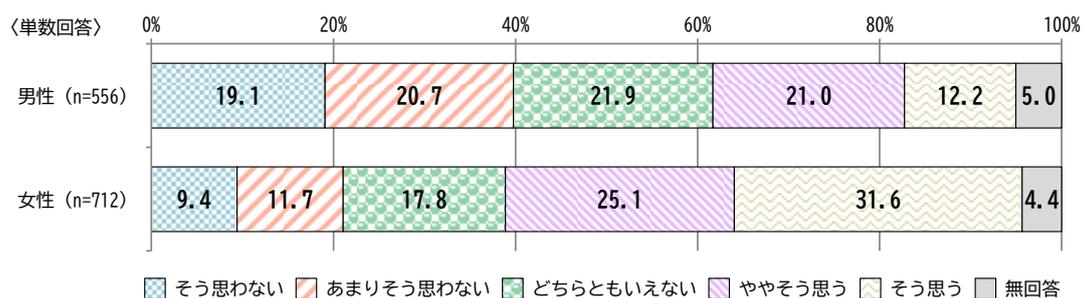
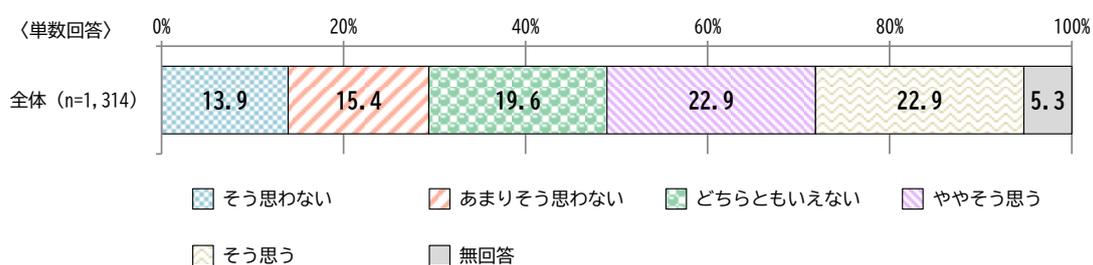
問 72 あなたは悩みやストレスを感じた時に、どう考えますか。  
 (項目ごとに1～5のいずれかひとつに○)

① 助けを求めたり、誰かに相談したいと思う

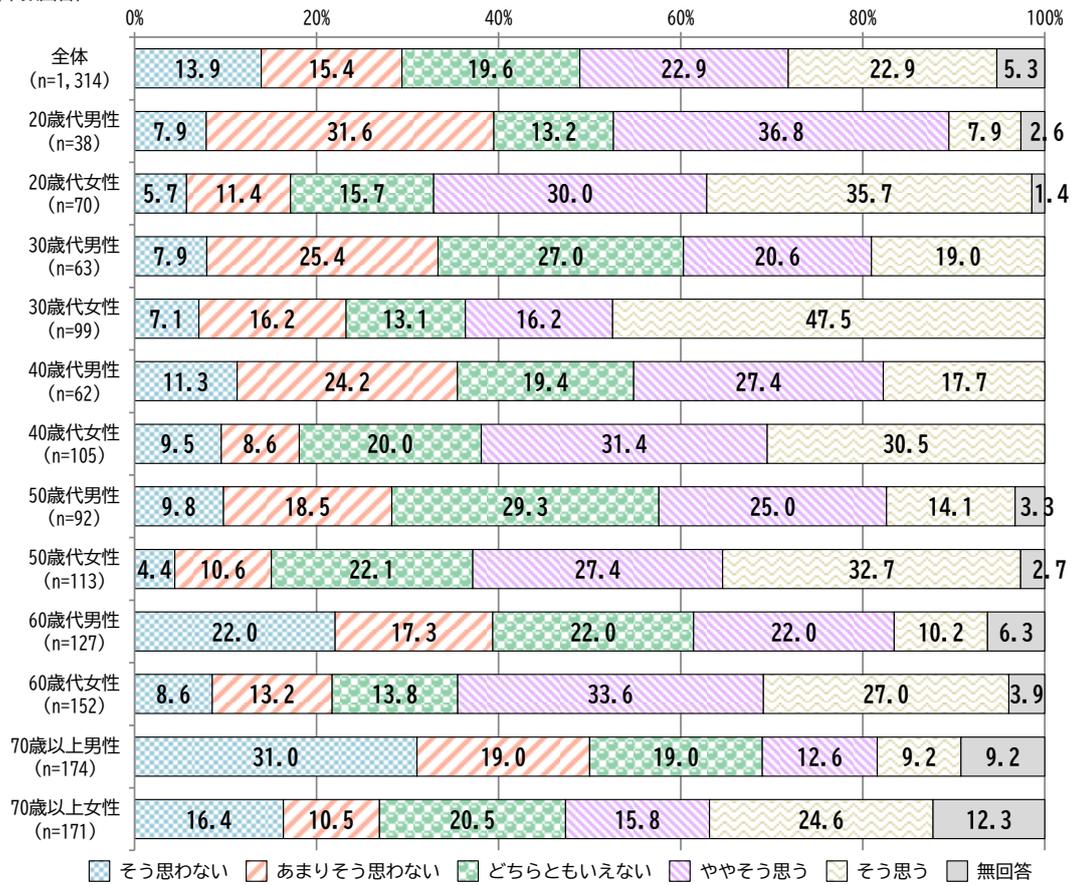
◇ 「ややそう思う」「そう思う」が 22.9%と最も高く、次いで、「どちらともいえない」の 19.6%、「あまりそう思わない」の 15.4%の順となっています。

◇ 性別で見ると、女性では「そう思う」が 31.6%となっており、男性（12.2%）よりも 19.4 ポイント高くなっています。

◇ 性年齢別で見ると、70 歳以上男性では「そう思わない」が 31.0%となっており、他より高くなっています。



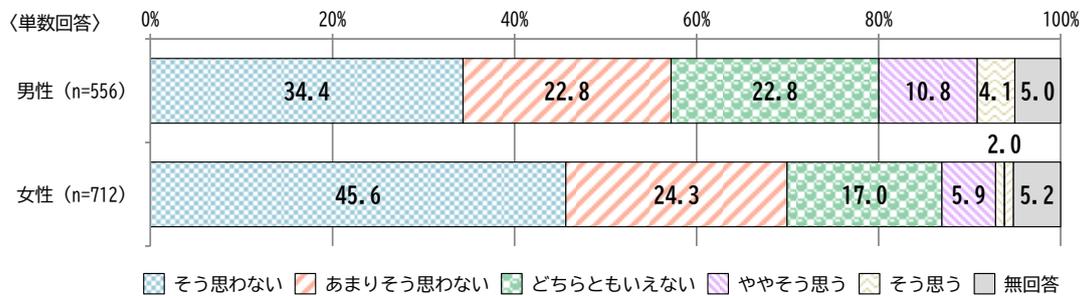
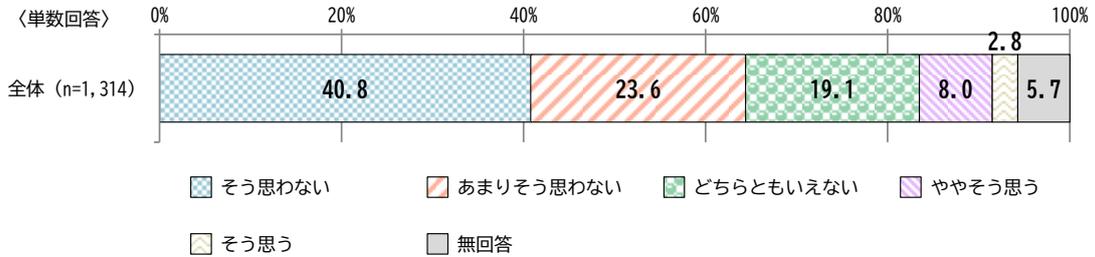
〈単数回答〉



② 誰かに相談したりすることは恥ずかしいことだと思う

◇ 「そう思わない」が40.8%と最も高く、次いで、「あまりそう思わない」の23.6%、「どちらともいえない」の19.1%の順となっています。

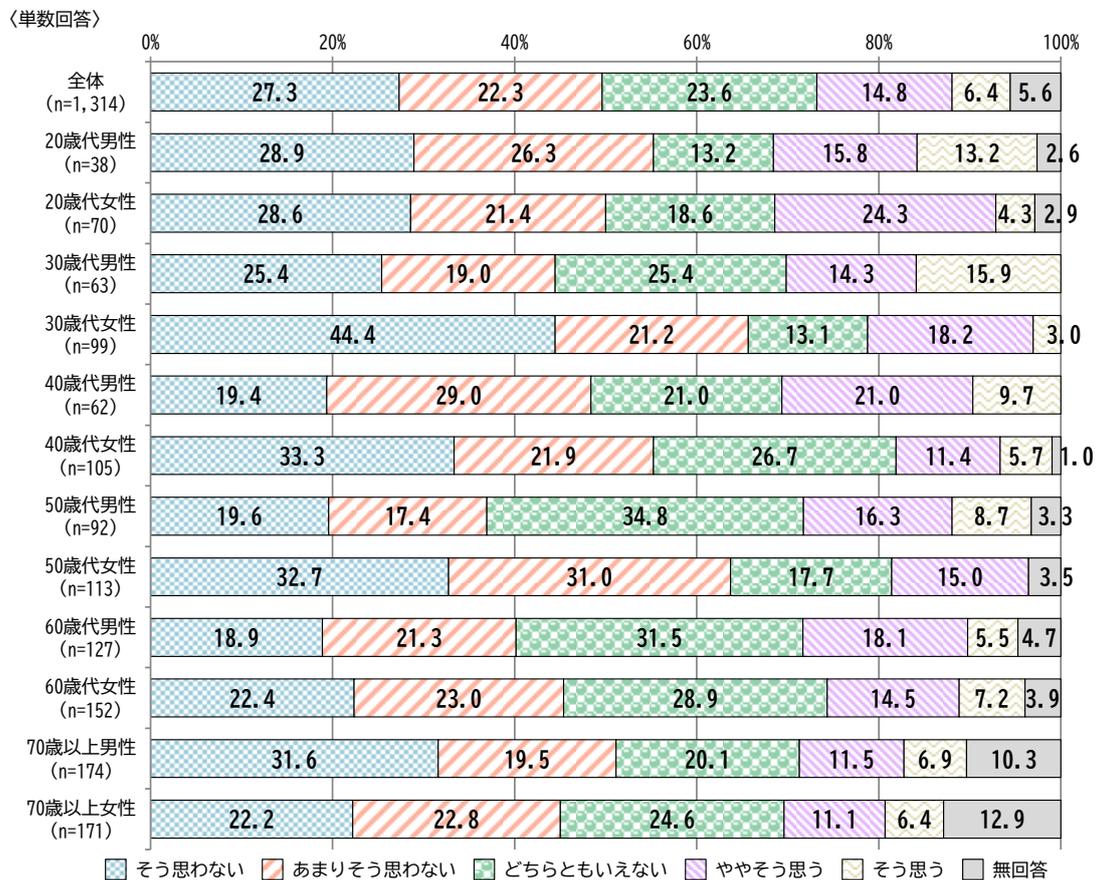
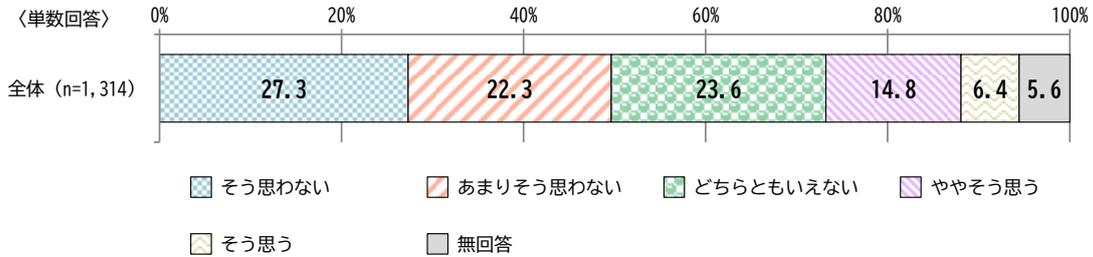
◇ 性別で見ると、男性では「そう思わない」が34.4%となっており、女性（45.6%）よりも11.2ポイント低くなっています。



③ 悩みやストレスを感じていること、他人に知られたくないと思う

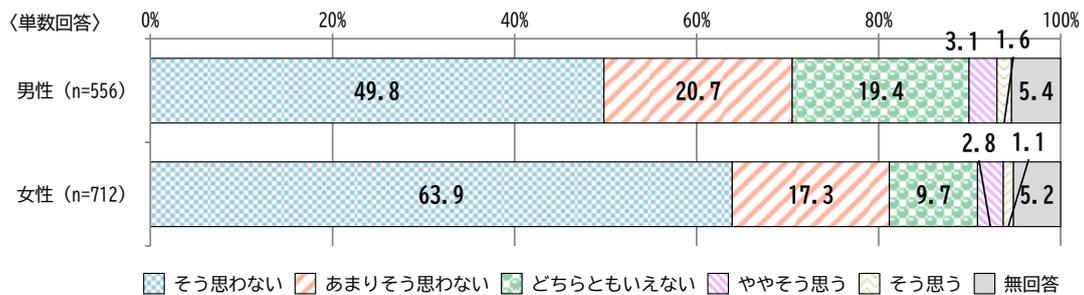
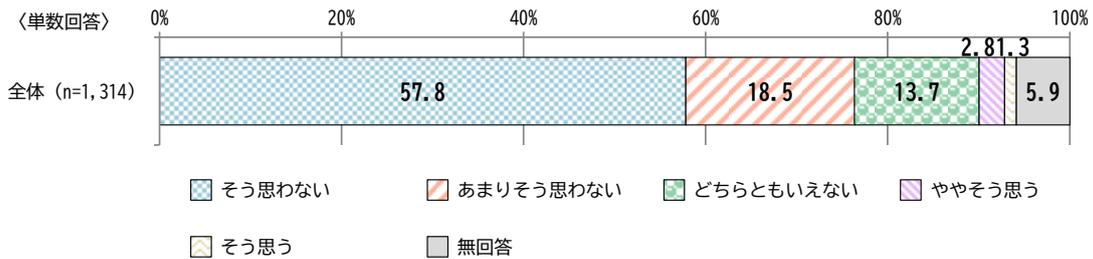
◇ 「そう思わない」が27.3%と最も高く、次いで、「どちらともいえない」の23.6%、「あまりそう思わない」の22.3%の順となっています。

◇ 性年齢別で見ると、30歳代女性では「そう思わない」が44.4%となっており、他より高くなっています。

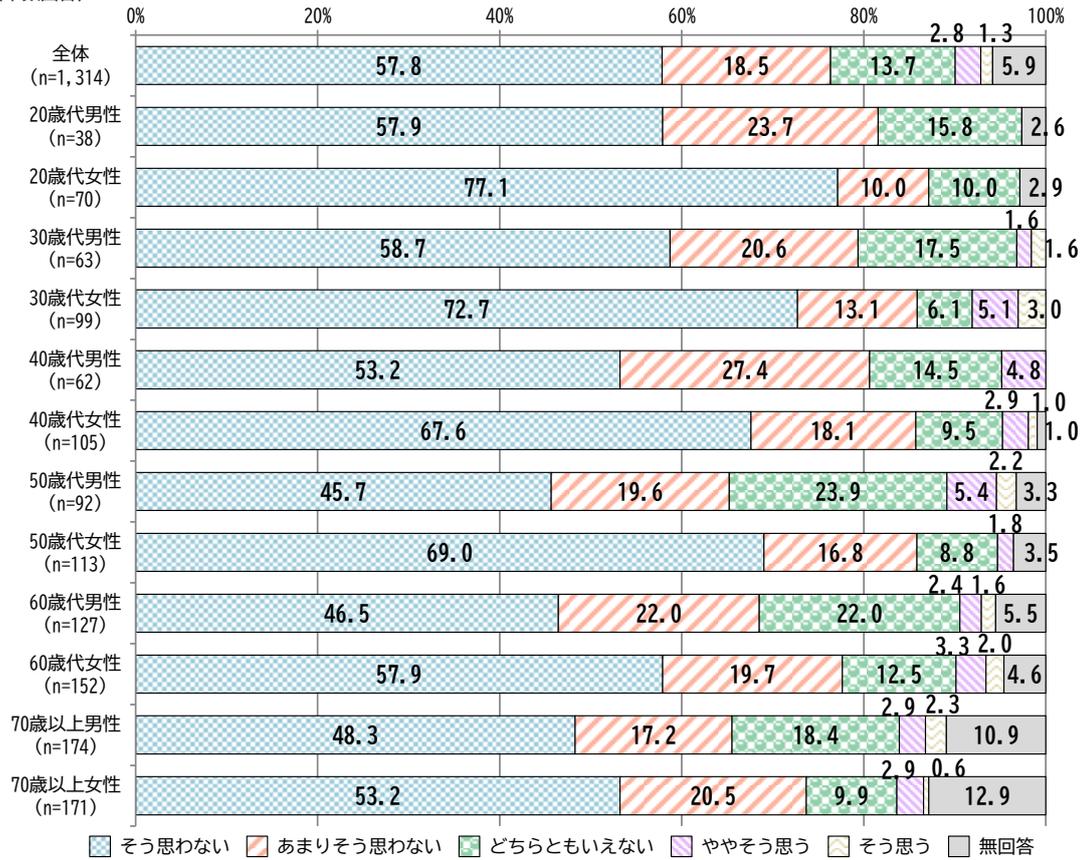


④ 誰かに悩みを相談することは、弱い人のすることだと思う

- ◇ 「そう思わない」が57.8%と最も高く、次いで、「あまりそう思わない」の18.5%、「どちらともいえない」の13.7%の順となっています。
- ◇ 性別で見ると、男性では「そう思わない」が49.8%となっており、女性（63.9%）よりも14.1ポイント低くなっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代～30歳の女性では「そう思わない」の割合が7割を超えています。

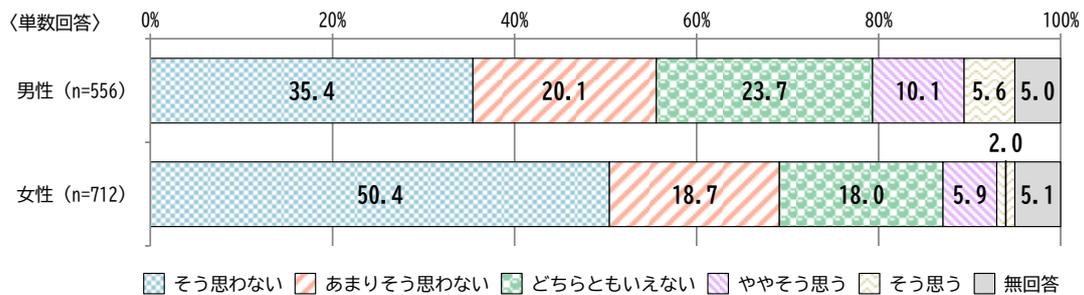
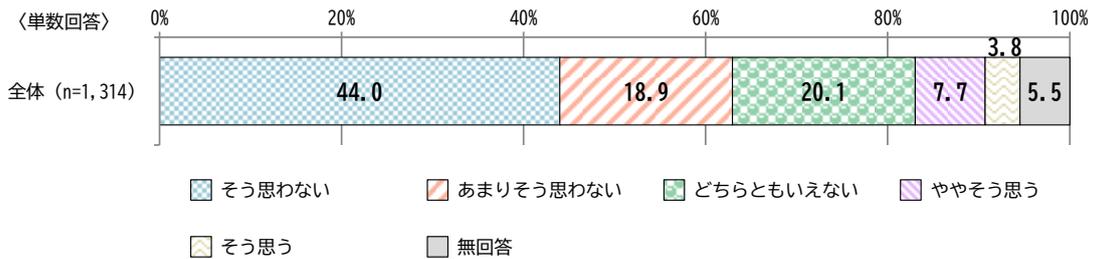


〈単数回答〉

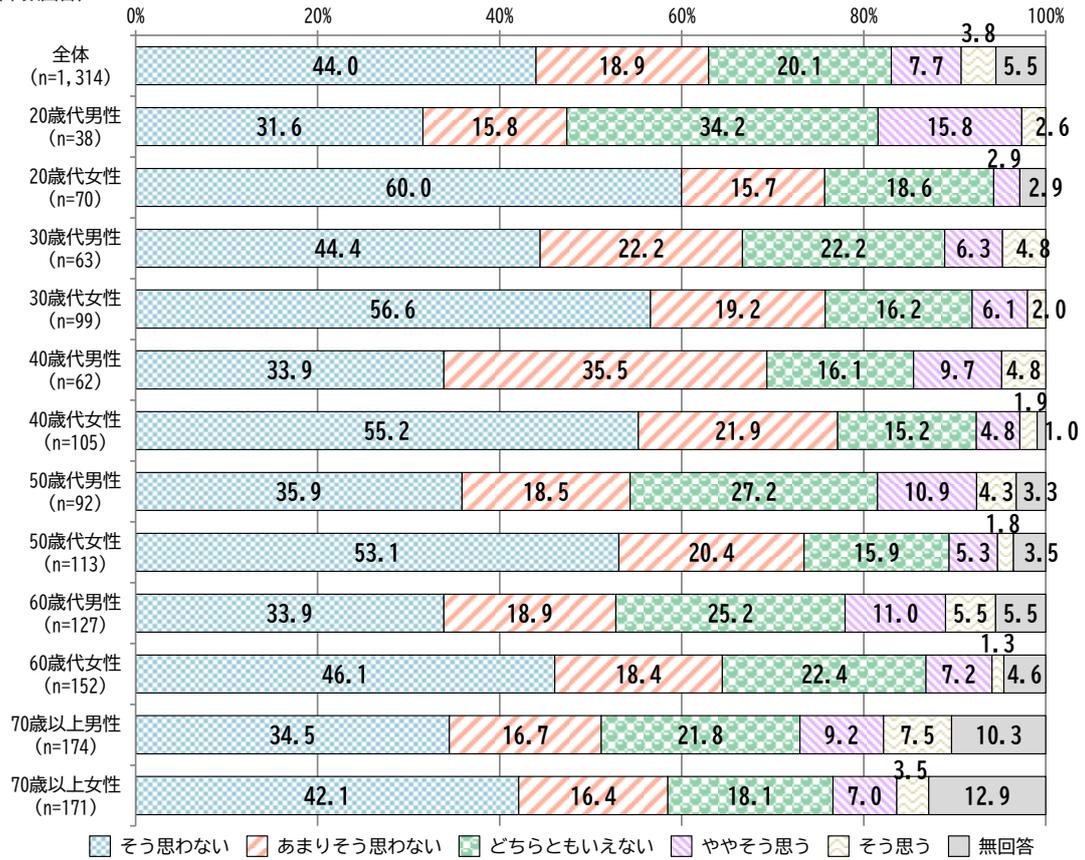


⑤ 悩みや問題は、自分ひとりで解決すべきだと思う

- ◇ 「そう思わない」が44.0%と最も高く、次いで、「どちらともいえない」の20.1%、「あまりそう思わない」の18.9%の順となっています。
- ◇ 性別で見ると、男性では「そう思わない」が35.4%となっており、女性（50.4%）よりも15.0ポイント低くなっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代女性では「そう思わない」が60.0%となっており、他より高くなっています。



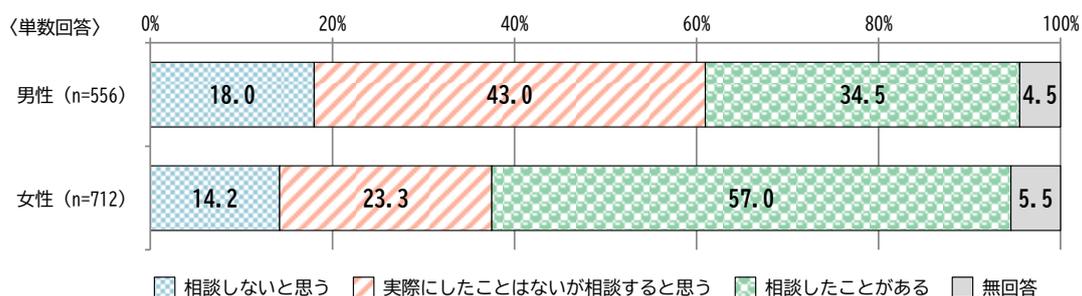
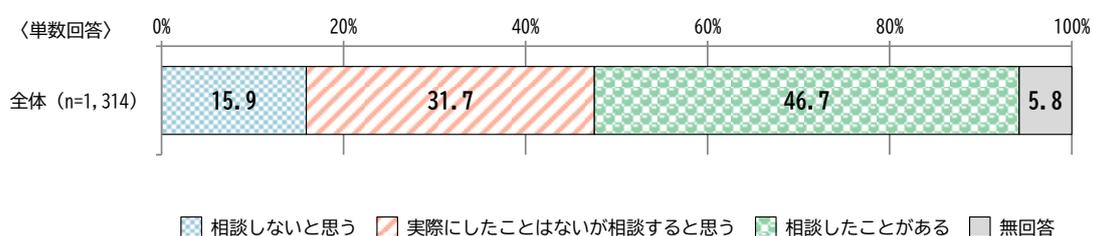
〈単数回答〉

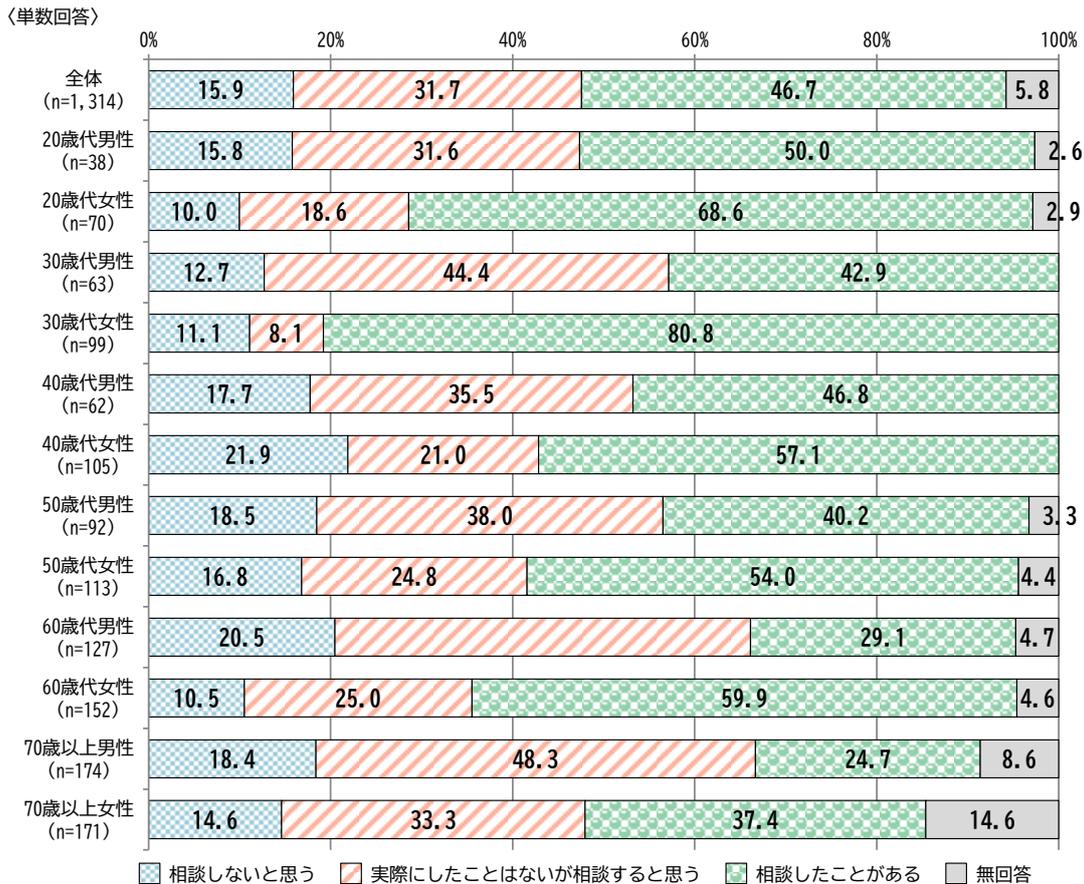


問 73 あなたは悩みやストレスを感じた時に、以下の人々に相談すると思いますか。  
 (項目ごとに1～3のいずれかひとつに○)

① 家族や親族

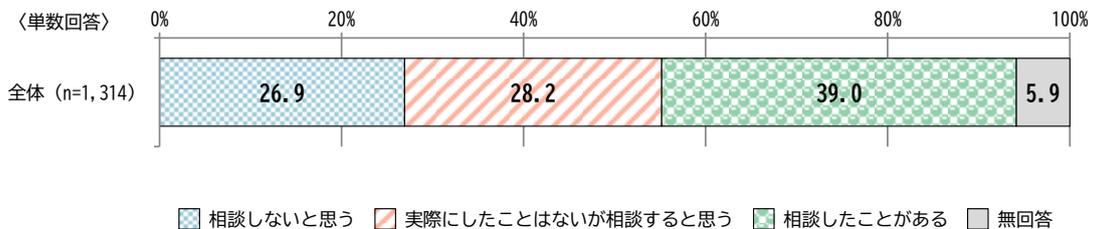
- ◇ 「相談しないと思う」が 15.9%、「実際にしたことはないが相談すると思う」が 31.7%、「相談したことがある」が 46.7%となっています。
- ◇ 性別で見ると、男性では「実際にしたことはないが相談すると思う」が 43.0%、女性では「相談したことがある」が 57.0%でそれぞれ最も高くなっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、30 歳代女性では「相談したことがある」が 80.8%となっており、他より高くなっています。

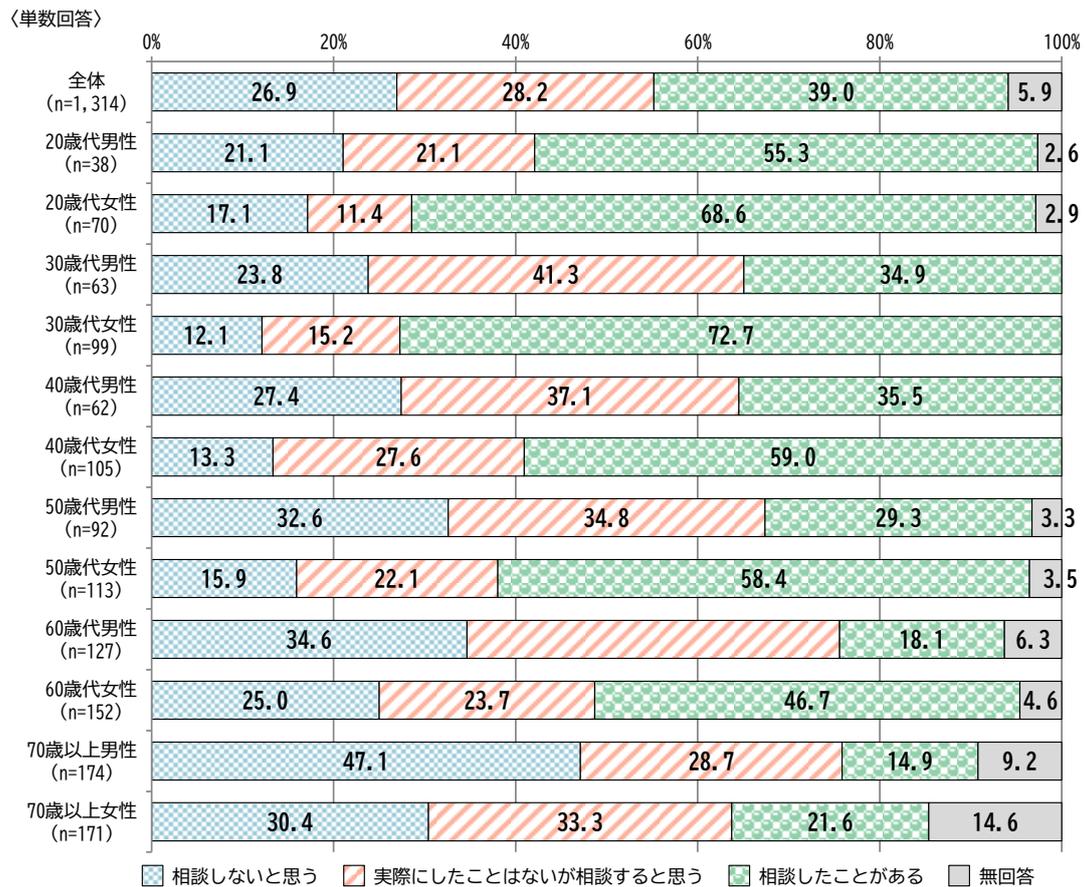
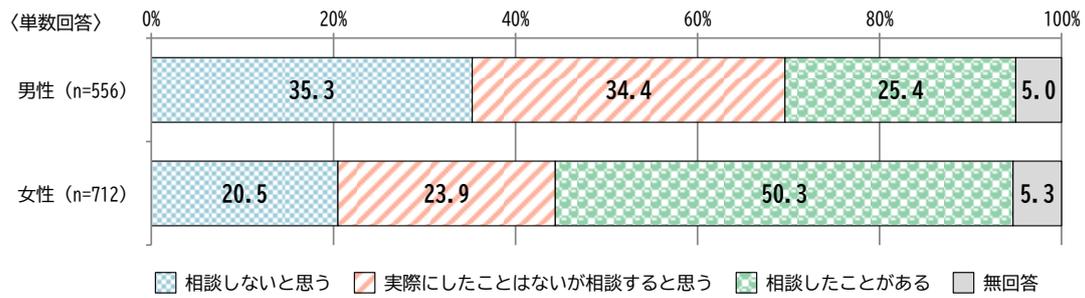




## ② 友人や同僚

- ◇ 「相談しないと思う」が 26.9%、「実際にしたことはないが相談すると思う」が 28.2%、「相談したことがある」が 39.0%となっています。
- ◇ 性別で見ると、女性では「相談したことがある」が 50.3%となっており、男性（25.4%）よりも 24.9 ポイント高くなっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、70 歳以上男性では「相談しないと思う」が 47.1%となっており、他より高くなっています。

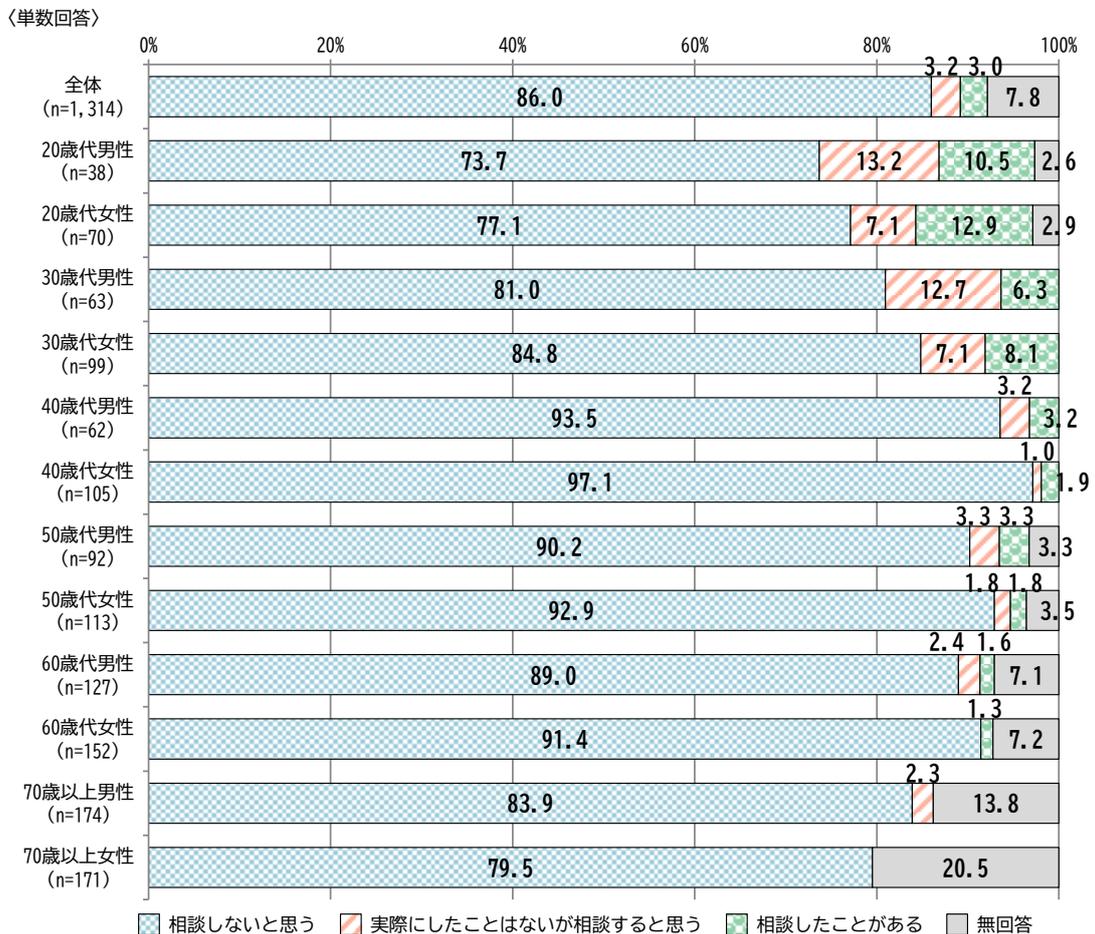
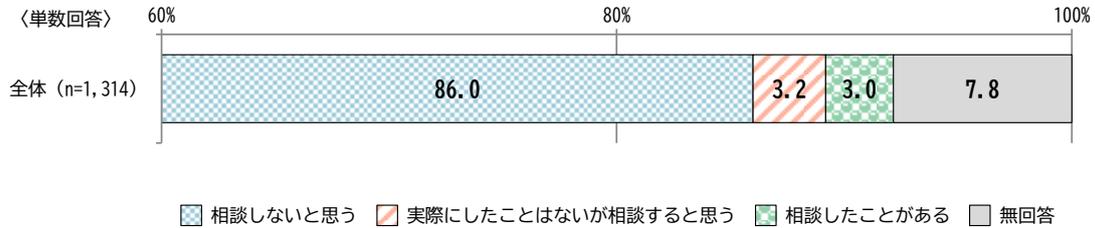




### ③ インターネット上だけのつながりの人

◇ 「相談しないと思う」が 86.0%、「実際にしたことはないが相談すると思う」が 3.2%、「相談したことがある」が 3.0%となっています。

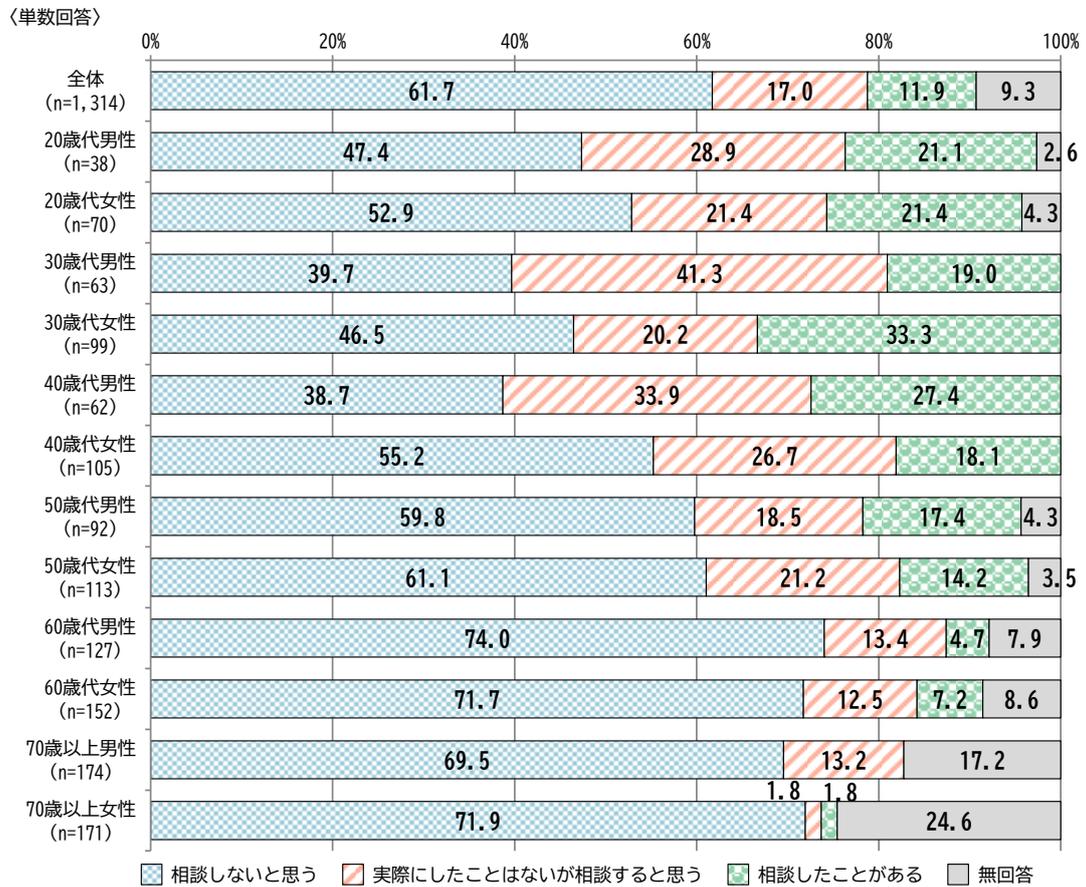
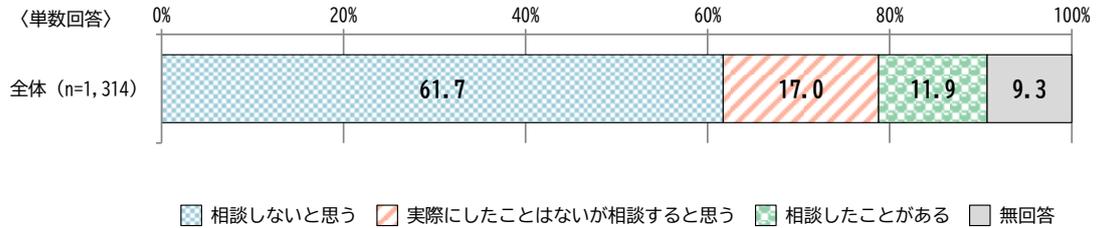
◇ 性年齢別で見ると、20 歳代の男女では「相談したことがある」の割合が 1 割を超えています。



#### ④ 先生や上司

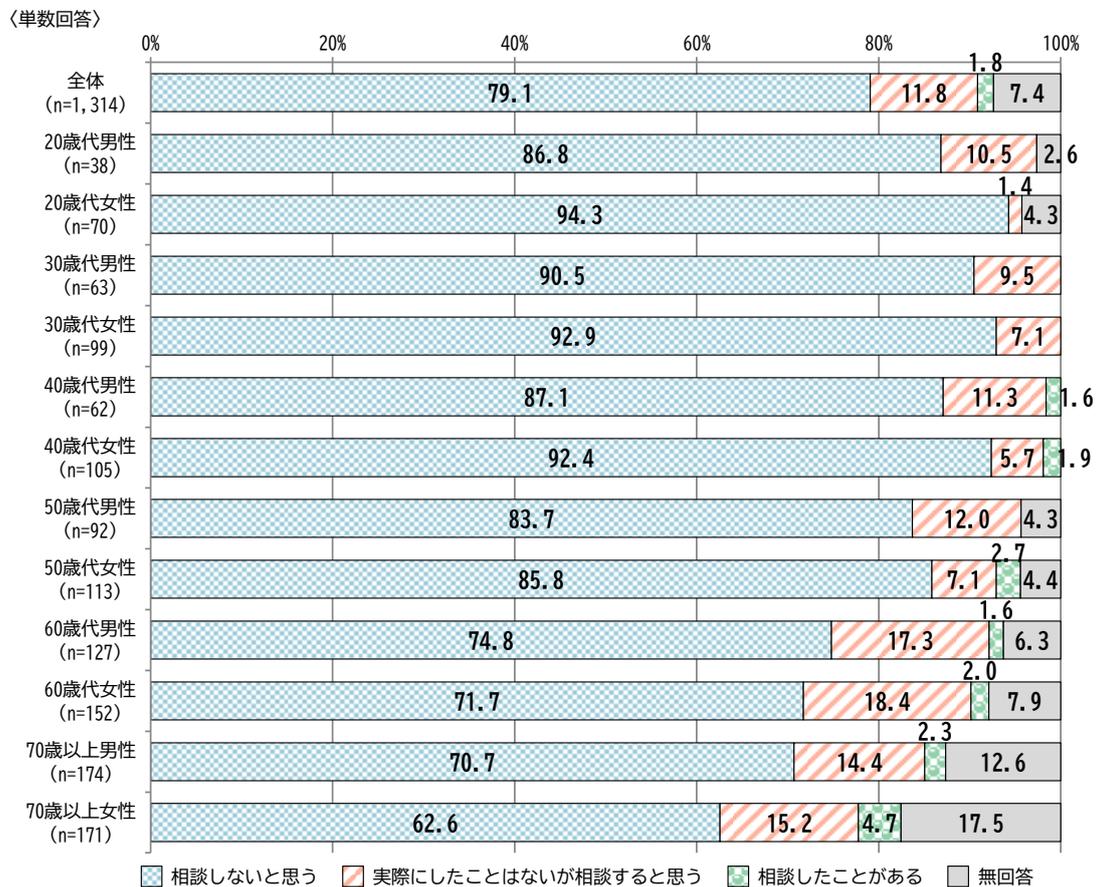
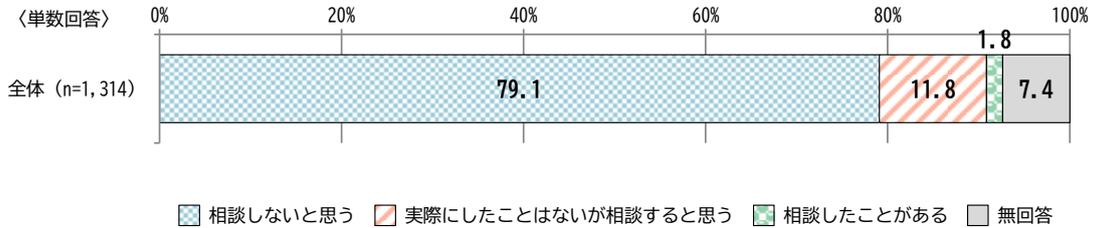
◇ 「相談しないと思う」が 61.7%、「実際にしたことはないが相談すると思う」が 17.0%、「相談したことがある」が 11.9%となっています。

◇ 性年齢別で見ると、60 歳以上の男女では「相談しないと思う」の割合がおおよそ 7割となっています。



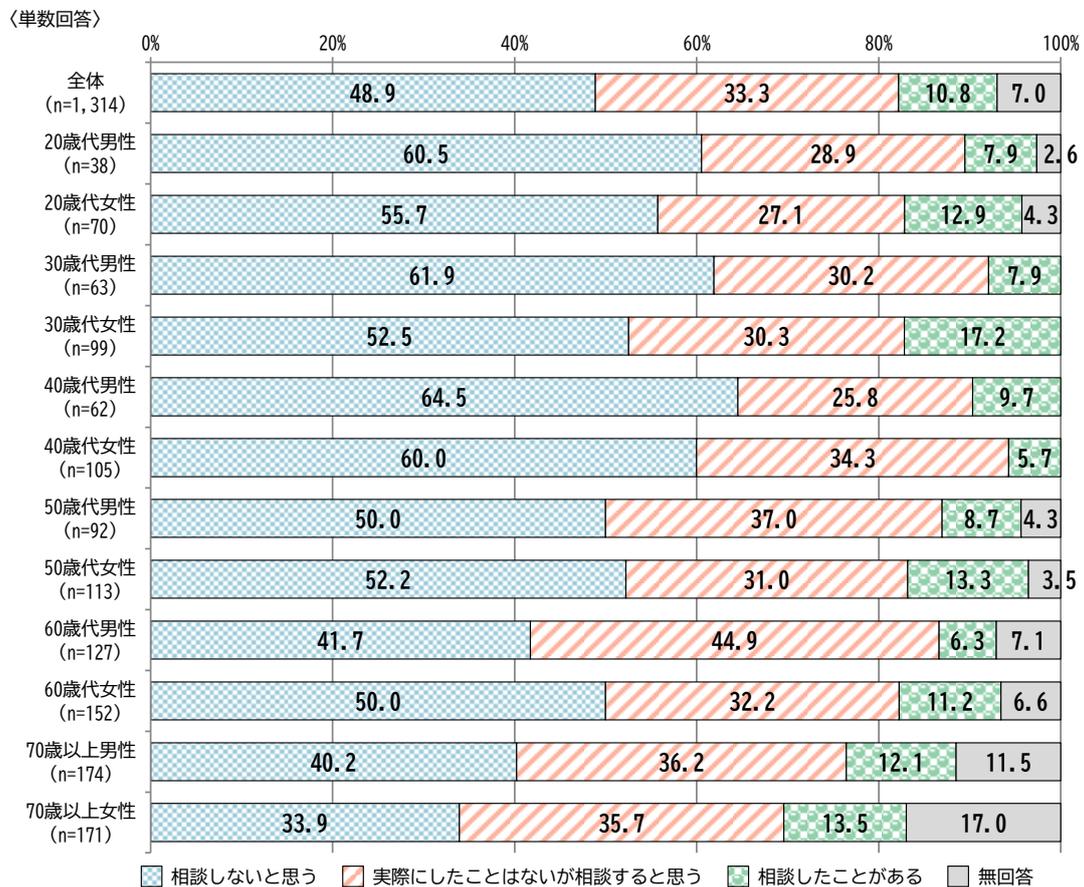
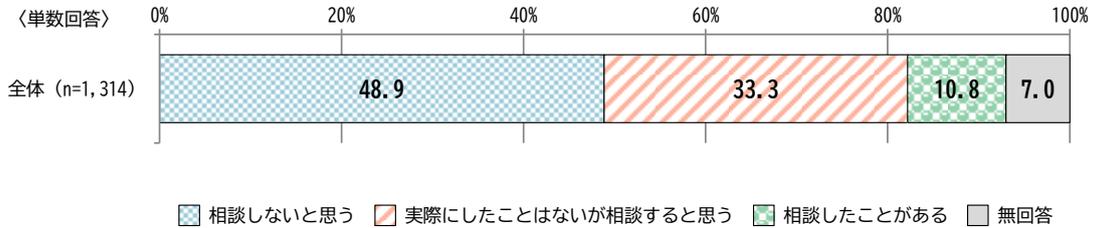
⑤ 近所の人（自治会の人、民生委員など）

- ◇ 「相談しないと思う」が 61.7%、「実際にしたことはないが相談すると思う」が 17.0%、「相談したことがある」が 11.9%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、30 歳代男性と 20 歳代～40 歳代の女性では「相談しないと思う」の割合が9割を超えています。



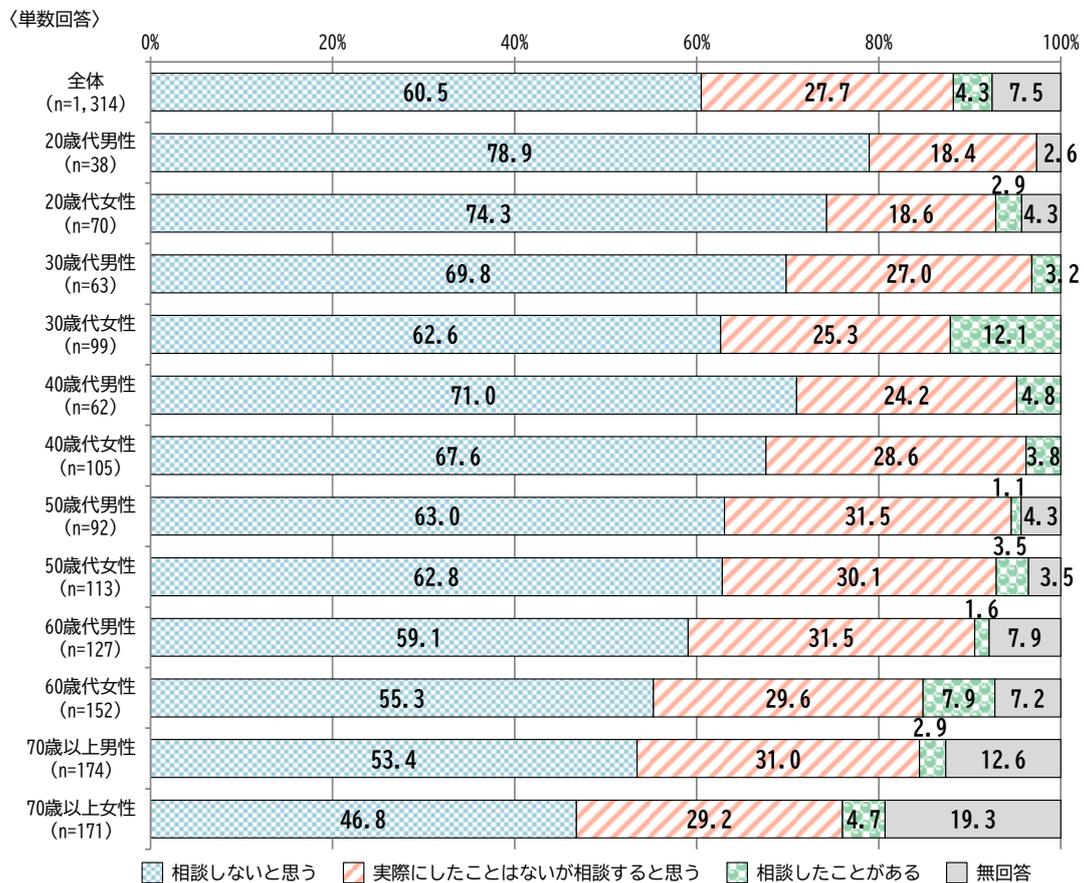
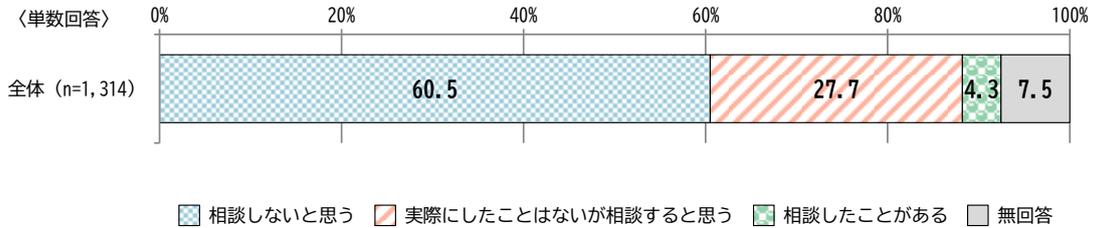
⑥ かかりつけの医療機関の職員（医師、看護師、薬剤師など）

- ◇ 「相談しないと思う」が48.9%、「実際にしたことはないが相談すると思う」が33.3%、「相談したことがある」が10.8%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代～40歳代の男性と40歳代女性では「相談しないと思う」の割合が6割を超えています。



⑦ 公的な相談機関（市役所、地域包括支援センター、保健所など）の職員など

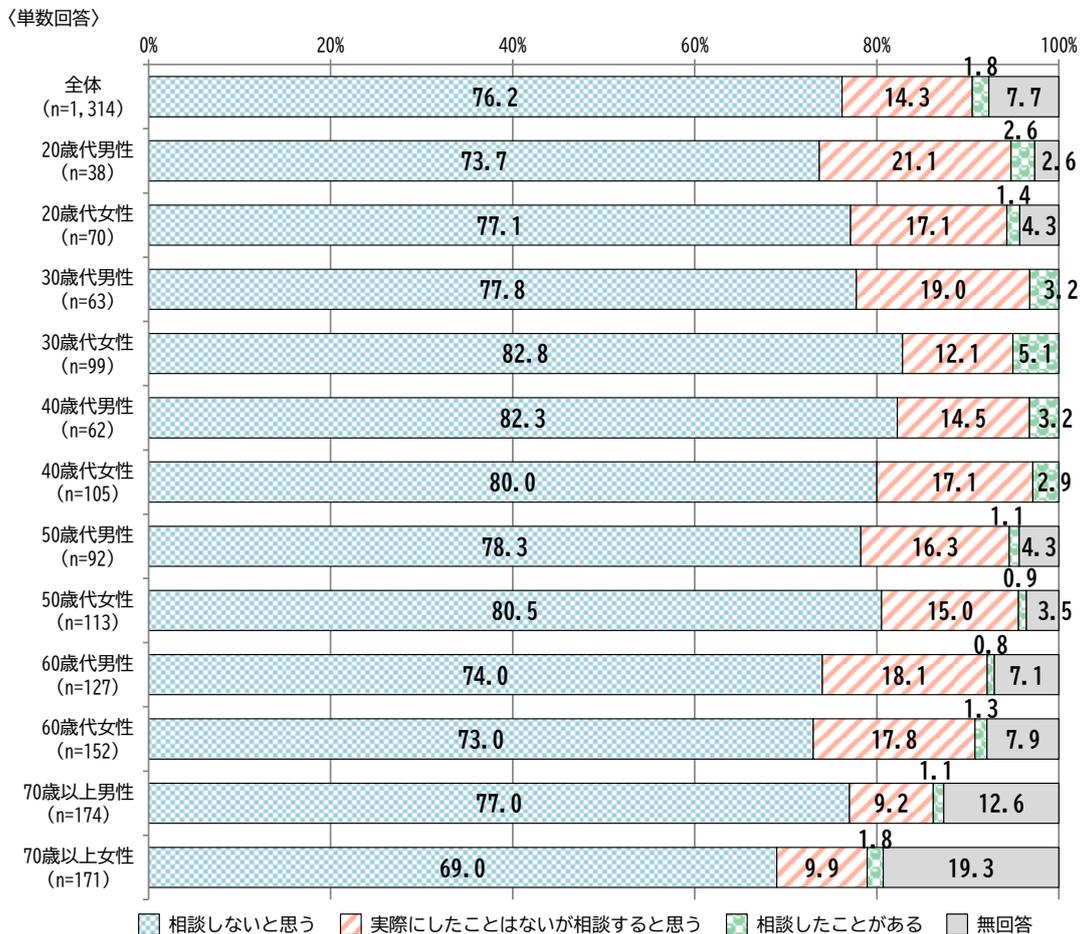
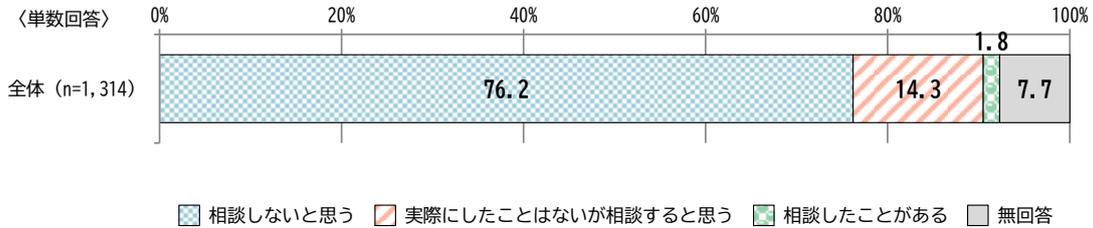
- ◇ 「相談しないと思う」が 60.5%、「実際にしたことはないが相談すると思う」が 27.7%、「相談したことがある」が 4.3%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代と40歳代の男性と20歳代女性では「相談しないと思う」の割合が7割を超えています。



⑧ 民間の相談機関（有料のカウンセリングなど）の相談員

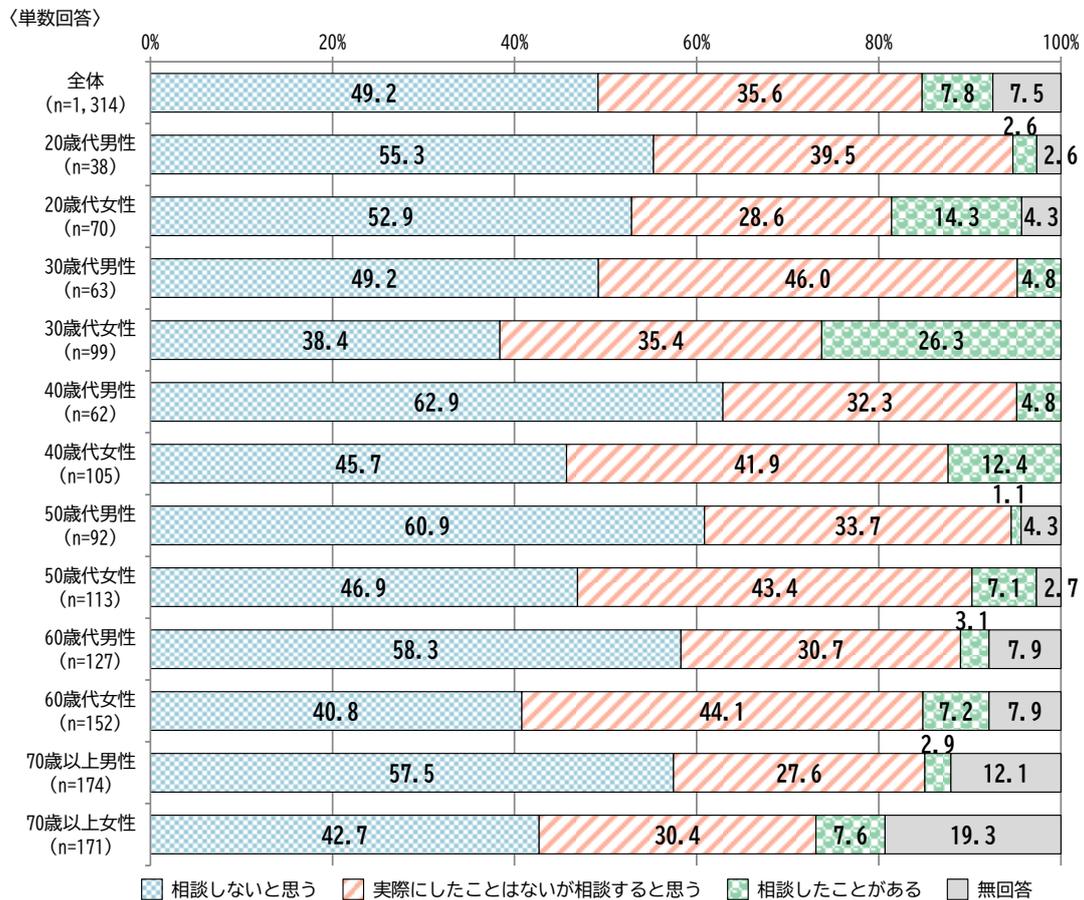
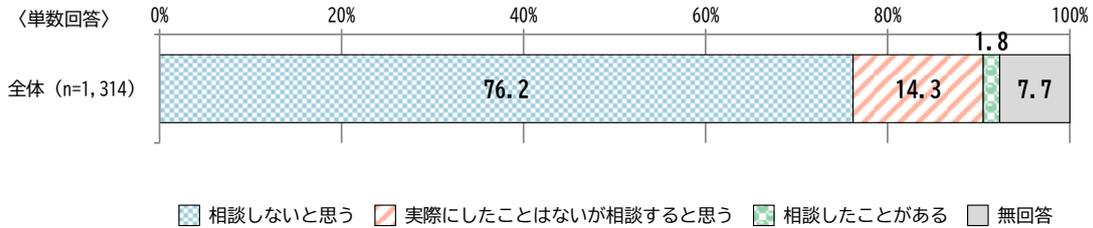
◇ 「相談しないと思う」が76.2%、「実際にしたことはないが相談すると思う」が14.3%、「相談したことがある」が1.8%となっています。

◇ 性年齢別で見ると、20歳代男性では「実際にしたことはないが相談すると思う」の割合が2割を超えています。



⑨ 同じ悩みを抱える人

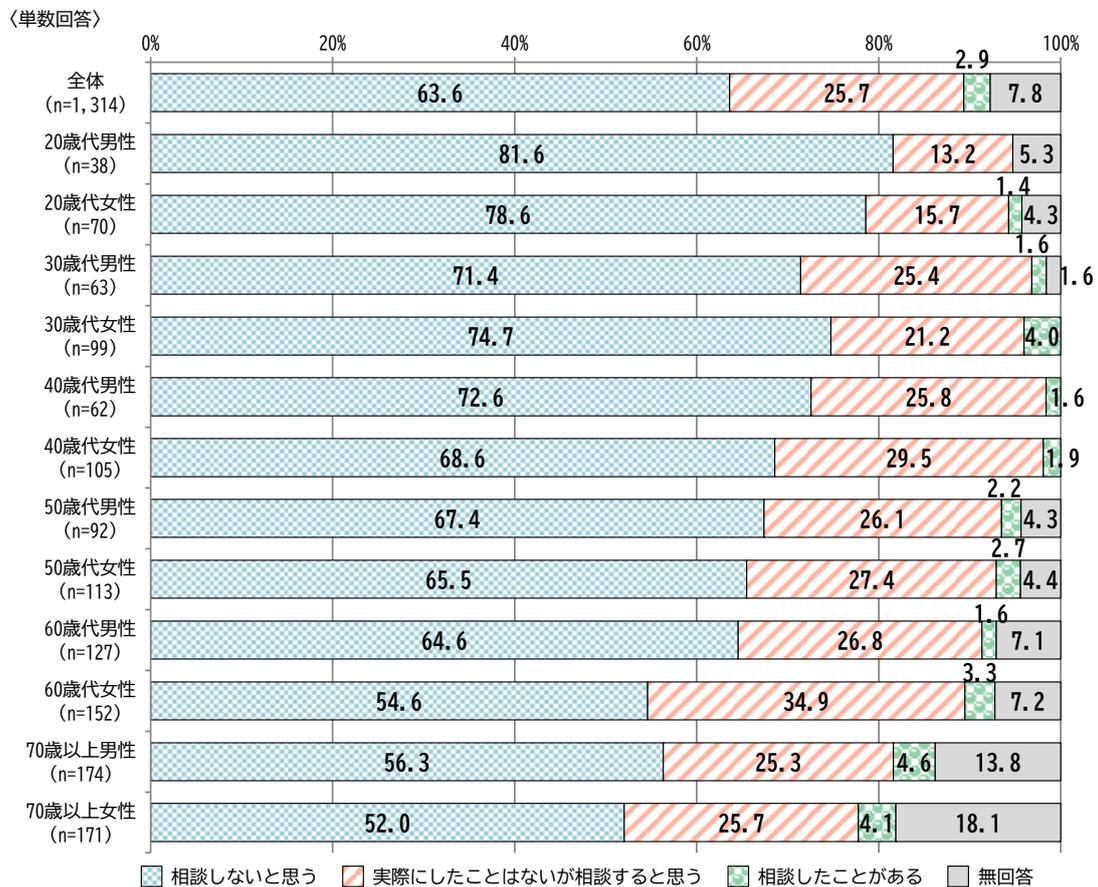
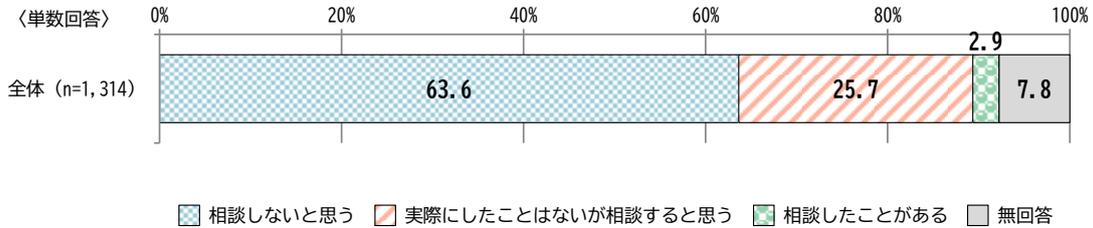
- ◇ 「相談しないと思う」が49.2%、「実際にしたことはないが相談すると思う」が35.6%、「相談したことがある」が7.8%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、30歳代女性では「相談したことがある」が26.3%となっており、他より高くなっています。



⑩ 社会福祉協議会等が開催する各種相談会（法律、税務などの相談）の専門家

◇ 「相談しないと思う」が 63.6%、「実際にしたことはないが相談すると思う」が 25.7%、「相談したことがある」が 2.9%となっています。

◇ 性年齢別で見ると、60歳代女性では「実際にしたことはないが相談すると思う」が 34.9%となっており、他より高くなっています。



① その他

◇ 「実際にしたことはないが相談すると思う 3.9%」の具体的内容

- ・家族 2件
- ・弁護士 1件
- ・その他 4件
- ・保育園、幼稚園の先生 1件
- ・海外の人々 1件

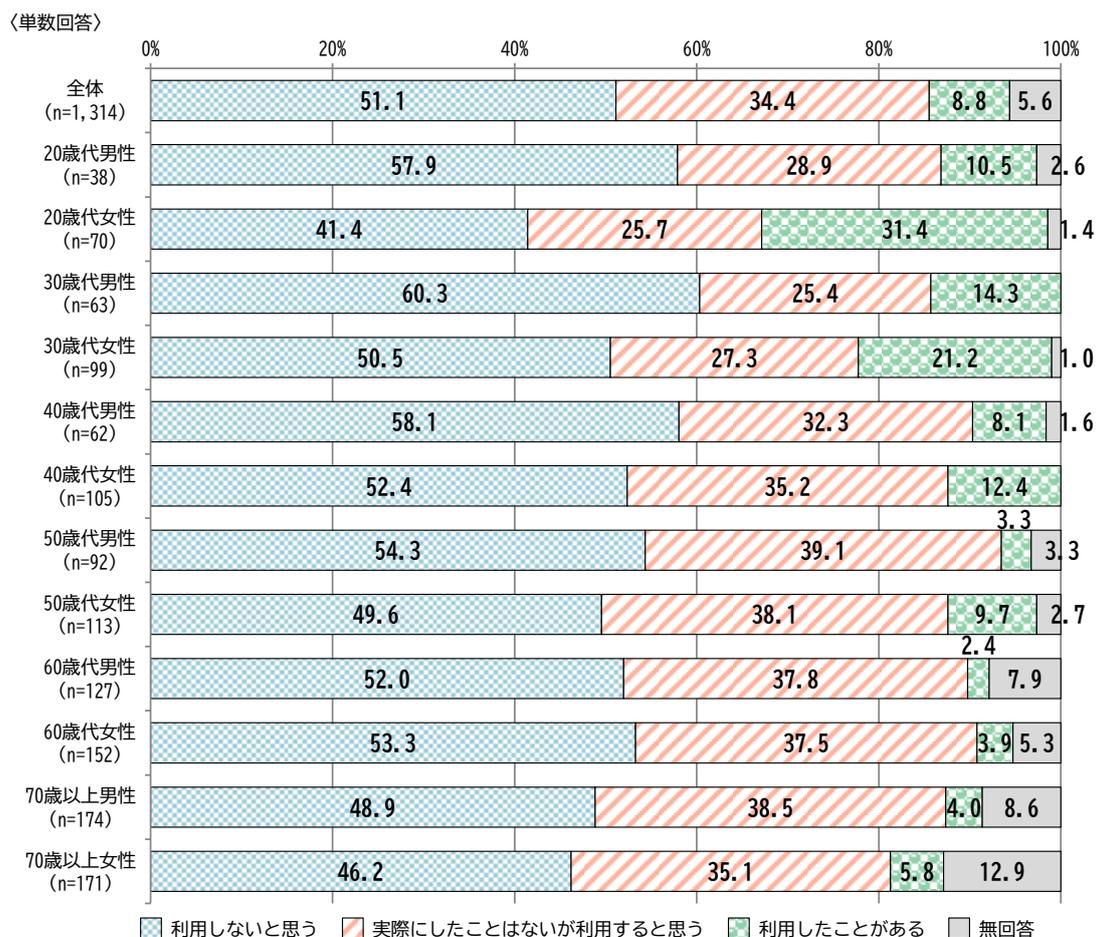
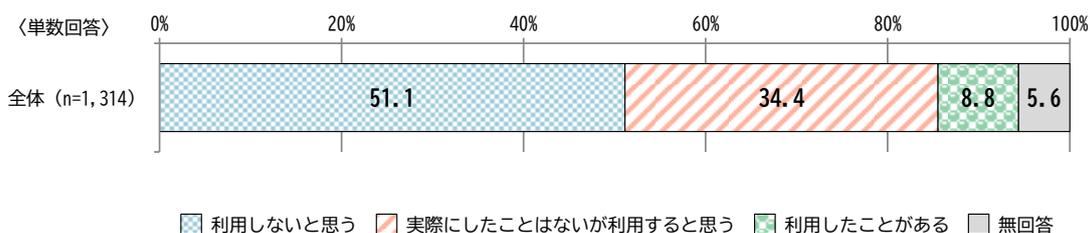
◇ 「相談したことがある 0.5%」の具体的内容

- ・職場の相談窓口 2件
- ・その他 2件
- ・
- ・

問 74 あなたは悩みやストレスを感じた時に、以下の方法を使って悩みを相談したいと思いますか。(項目ごとに1～3のいずれかひとつに○)

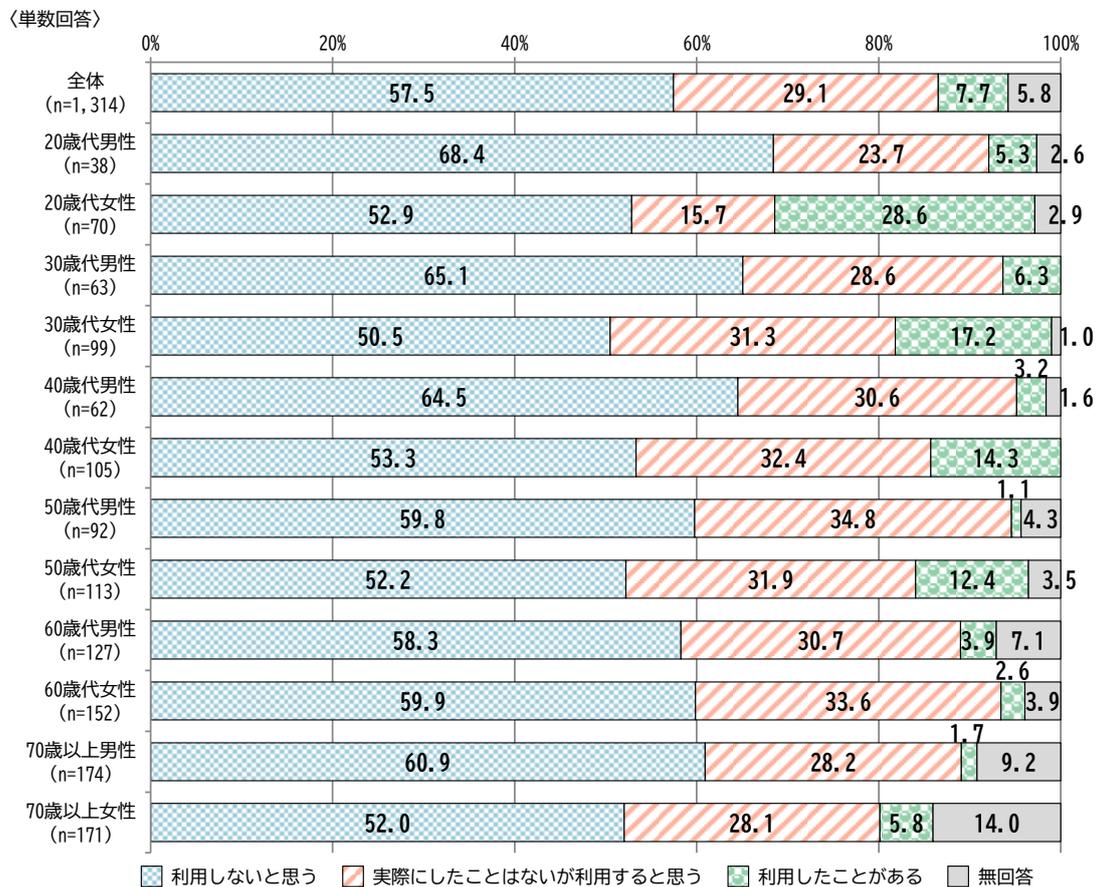
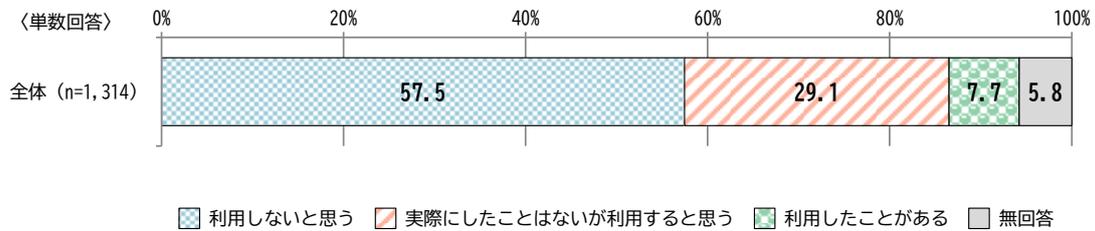
① 直接会って相談する（訪問相談を含む）

- ◇ 「利用しないと思う」が51.1%、「実際に利用したことはないが利用すると思う」が34.4%、「利用したことがある」が8.8%となっています。
- ◇ 性年齢別でみると、20歳代女性では「利用したことがある」が31.4%となっており、他より高くなっています。



## ② 電話を利用して相談する

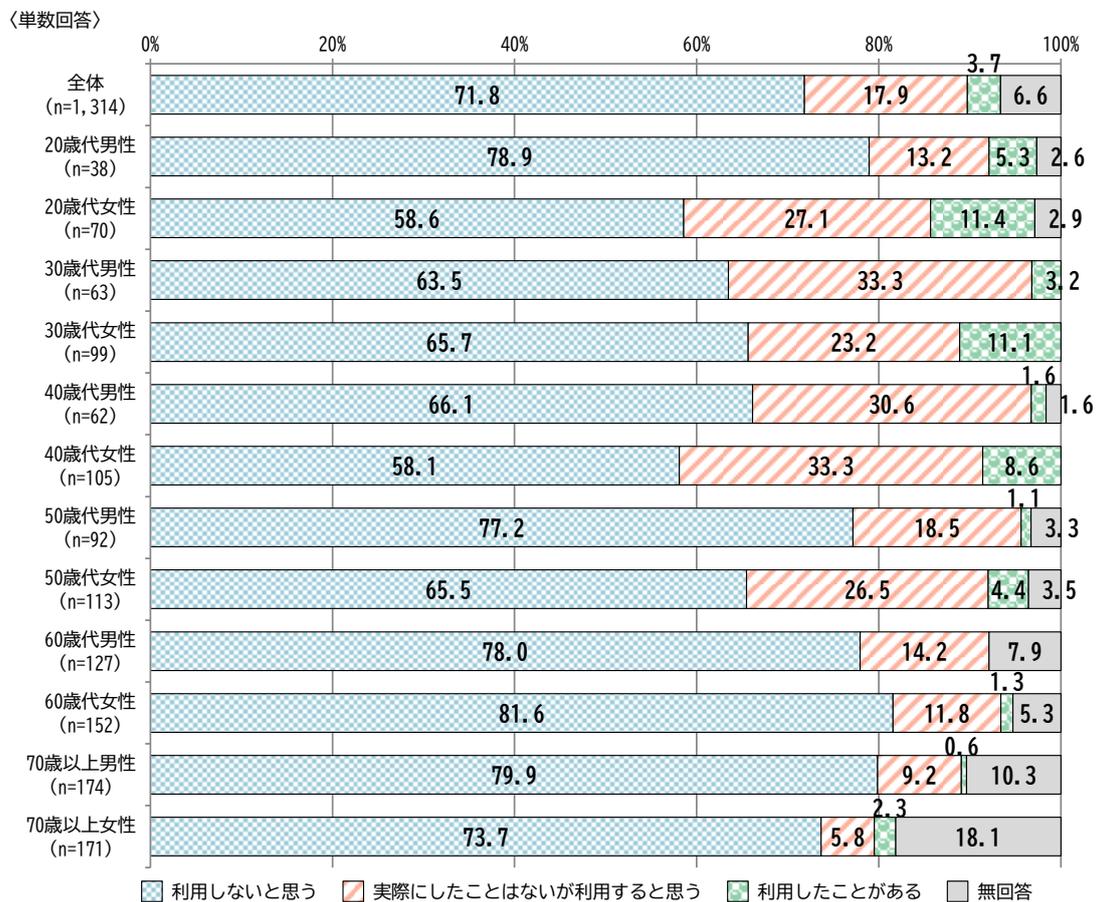
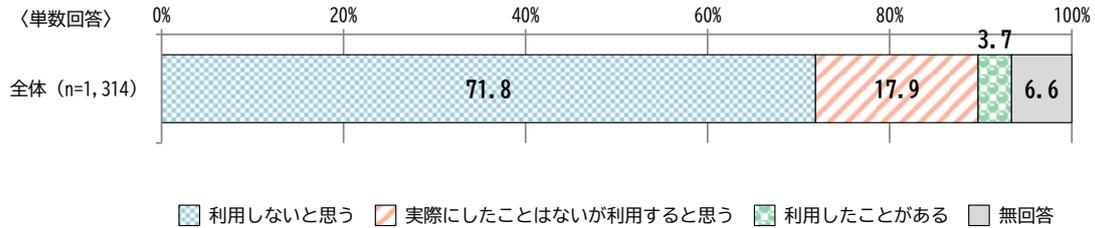
- ◇ 「利用しないと思う」が57.5%、「実際に利用したことはないが利用すると思う」が29.1%、「利用したことがある」が7.7%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代女性では「利用したことがある」が28.6%となっており、他より高くなっています。



### ③ メールを利用して相談する

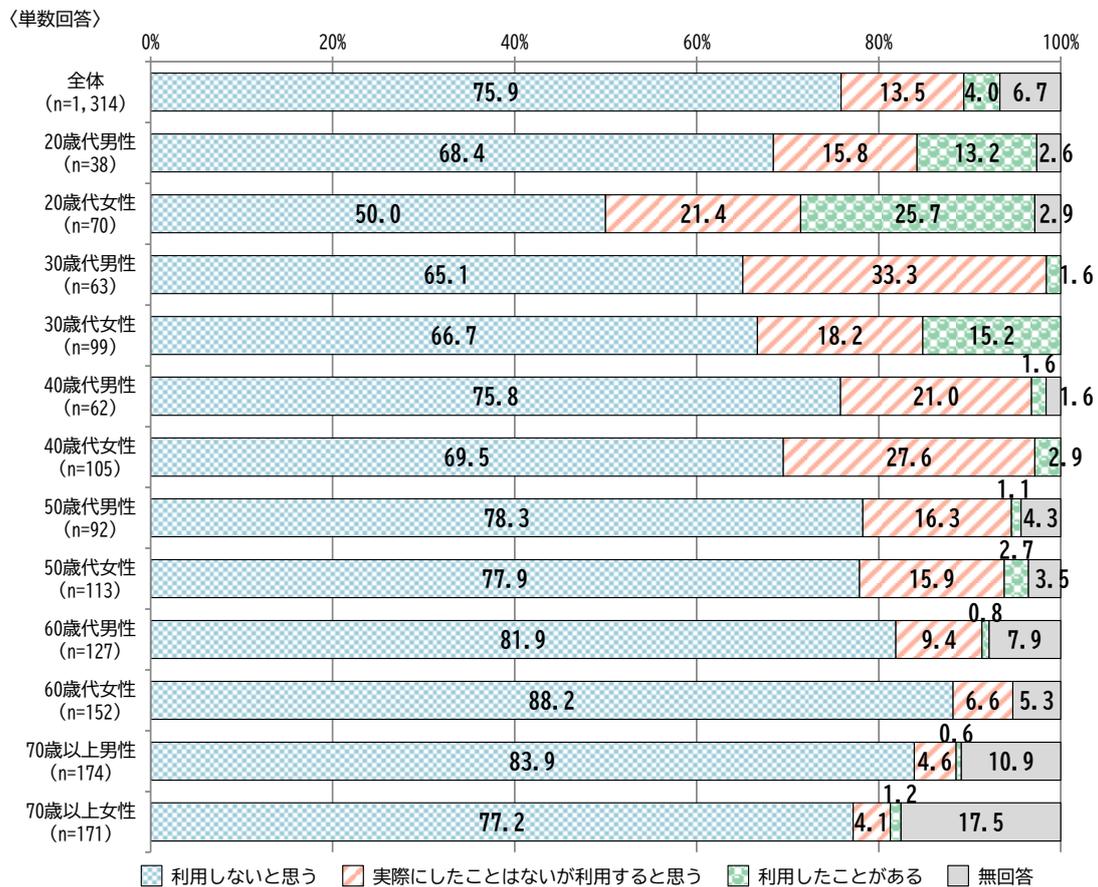
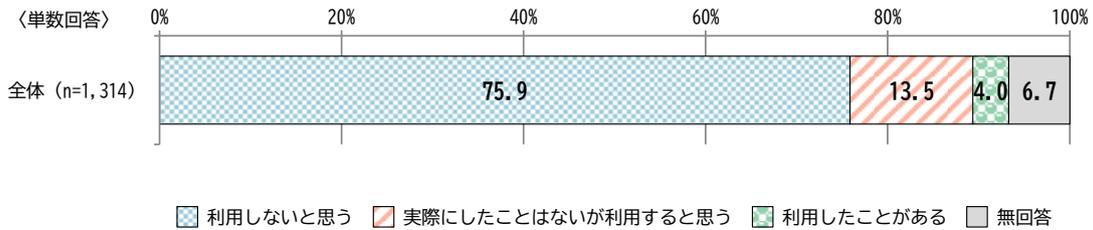
◇ 「利用しないと思う」が71.8%、「実際に利用したことはないが利用すると思う」が17.9%、「利用したことがある」が3.7%となっています。

◇ 性年齢別でみると、30歳代～40歳代の男性と40歳代女性では「実際にしたことはないが利用すると思う」の割合が3割を超えています。



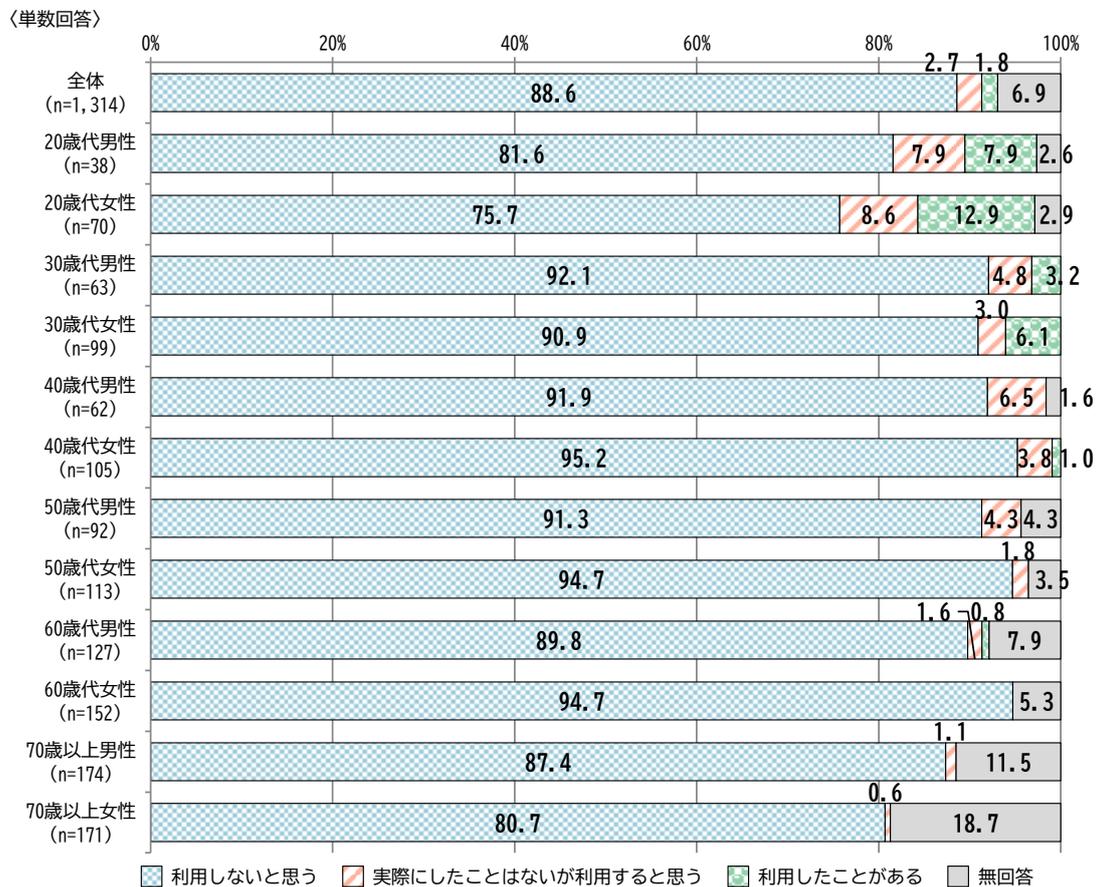
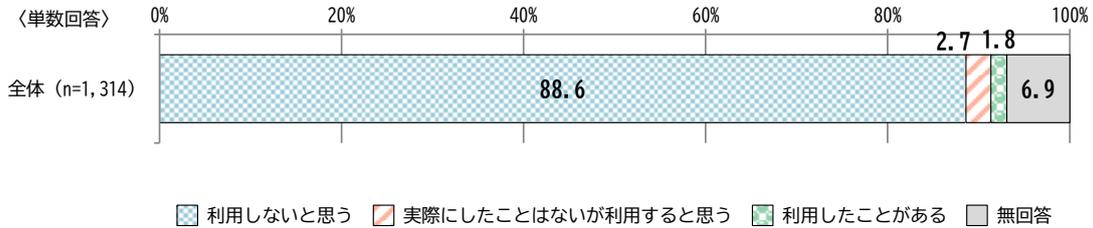
④ LINE や Facebook などの SNS（ソーシャル・ネットワーキング・サービス）を利用して相談する

- ◇ 「利用しないと思う」が 75.9%、「実際に利用したことはないが利用すると思う」が 13.5%、「利用したことがある」が 4.0%となっています。
- ◇ 性年齢別でみると、20 歳代女性では「利用したことがある」が 25.7%となっており、他より高くなっています。



⑤ Twitter 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

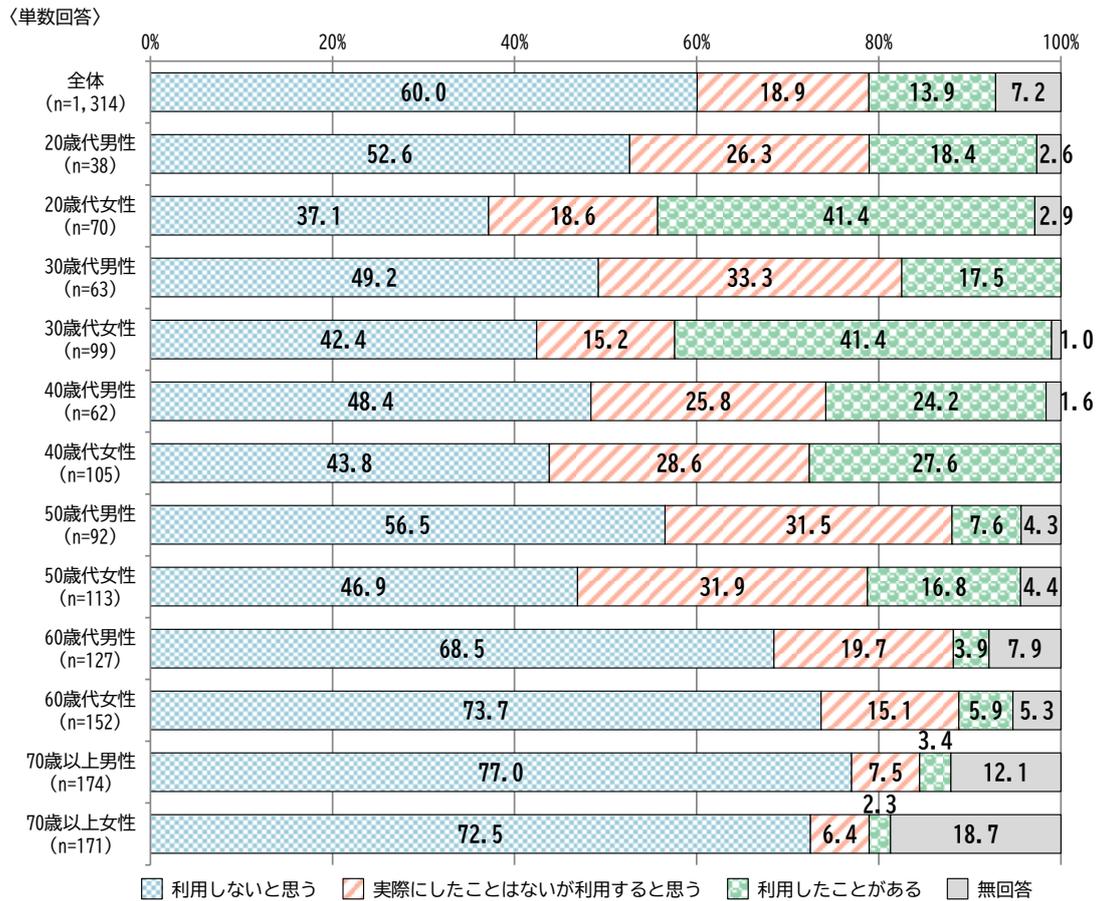
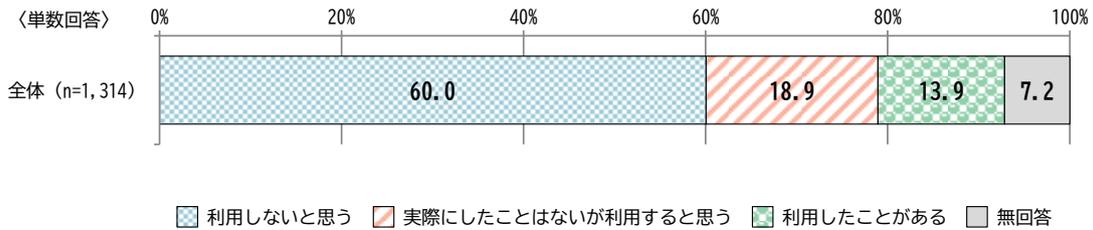
- ◇ 「利用しないと思う」が88.6%、「実際に利用したことはないが利用すると思う」が2.7%、「利用したことがある」が1.8%となっています。
- ◇ 性年齢別で見ると、20歳代女性では「利用したことがある」が12.9%となっており、他より高くなっています。



⑥ インターネットを利用して解決法を検索する

◇ 「利用しないと思う」が60.0%、「実際に利用したことはないが利用すると思う」が18.9%、「利用したことがある」が13.9%となっています。

◇ 性年齢別で見ると、20歳代～30歳代の女性では「利用したことがある」の割合が4割を超えています。また、30歳代と50歳代の男性および50歳代女性では「実際に利用したことはないが利用すると思う」の割合が3割を超えています。



⑦ その他

◇ 「実際にしたことはないが利用すると思う 1.8%」の具体的内容

- ・心やさしい寛容な人がいれば 1件
- ・自殺サイトに投稿する 1件
- ・その他 1件

◇ 「利用したことがある 0.5%」の具体的内容

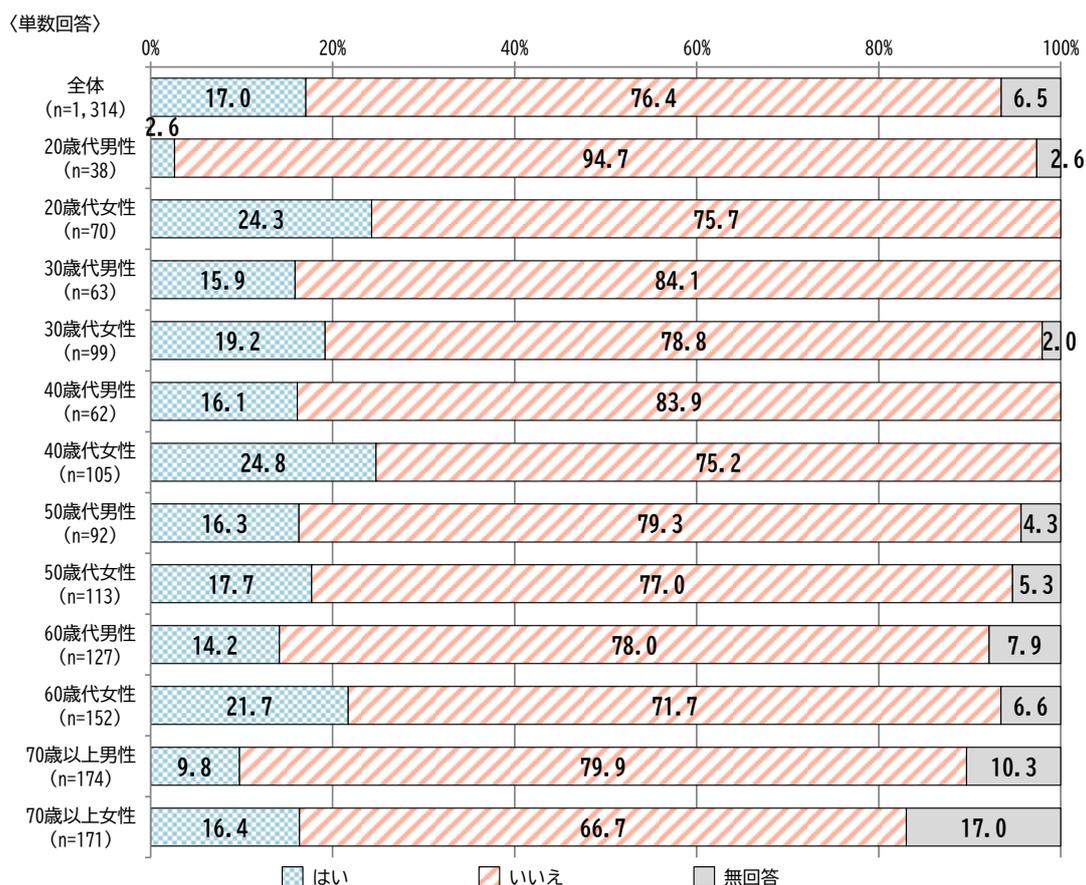
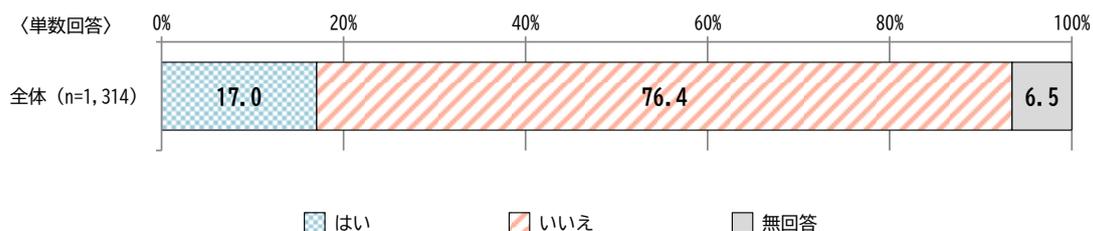
- ・もう一人の自分を作って本人と話してみる 1件
- ・友人に相談する

問 75 あなたは以下のところの相談窓口等を知っていますか。  
 (項目ごとに1または2のいずれかひとつに○)

① 鹿児島県精神保健福祉センター (099-218-4755)

◇ 「はい」が17.0%、「いいえ」が76.4%となっています。

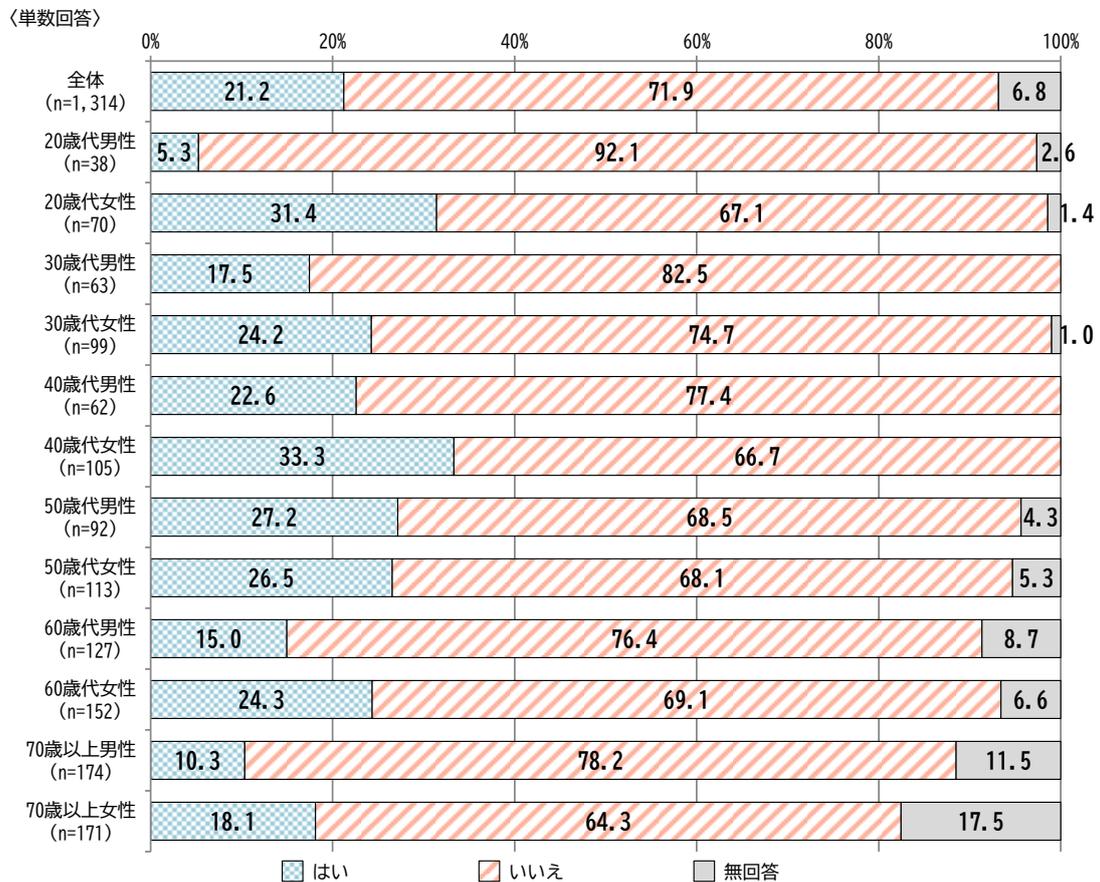
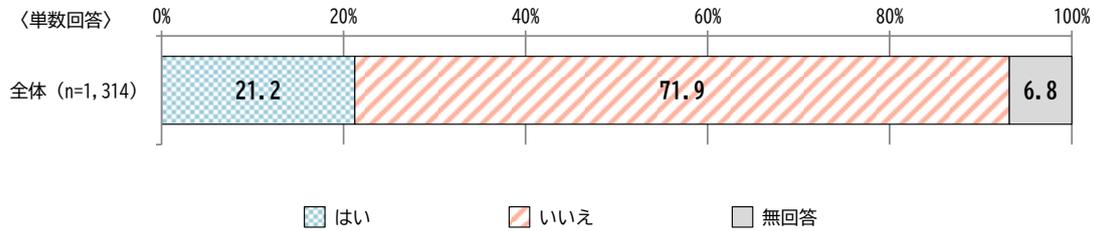
◇ 性年齢別でみると、20歳代男性では「いいえ」が94.7%となっており、他より高くなっています。



② 鹿児島県自殺予防情報センター（099-228-9558）

◇ 「はい」が21.2%、「いいえ」が71.9%となっています。

◇ 性年齢別で見ると、20歳代と40歳代の女性では「はい」の割合が3割を超えています。

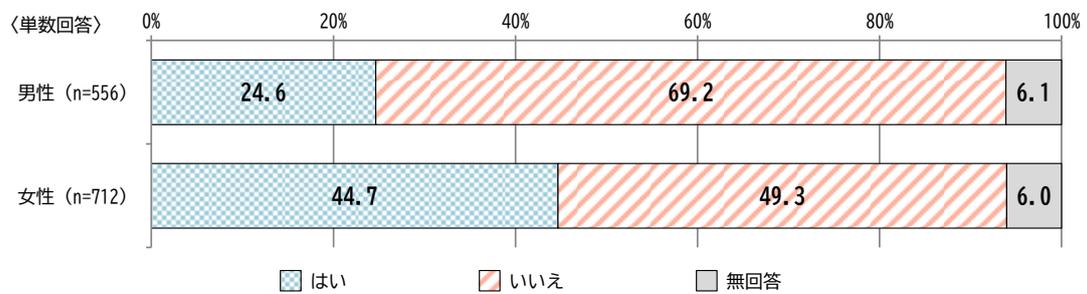
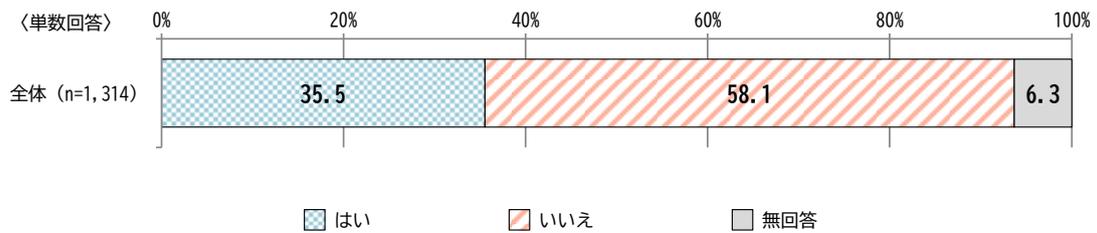


③ こころの電話 (099-228-9566/099-228-9597)

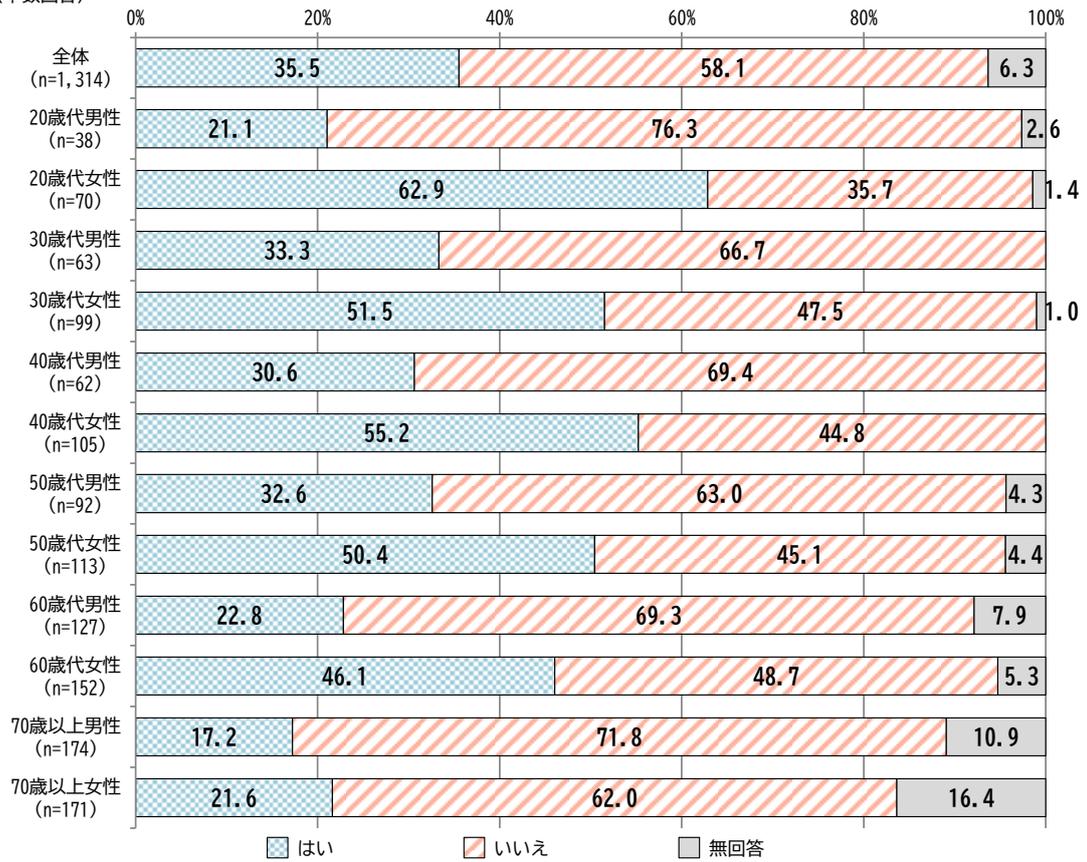
◇ 「はい」が35.5%、「いいえ」が58.1%となっています。

◇ 性別で見ると、男性では「いいえ」が69.2%となっており、女性(49.3%)より19.9ポイント高くなっています。

◇ 性年齢別で見ると、20歳代~50歳の女性では「はい」の割合が5割を超えています。



〈単数回答〉

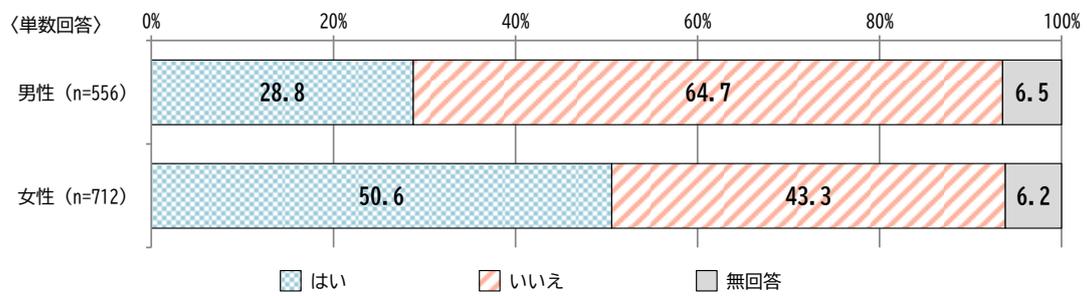
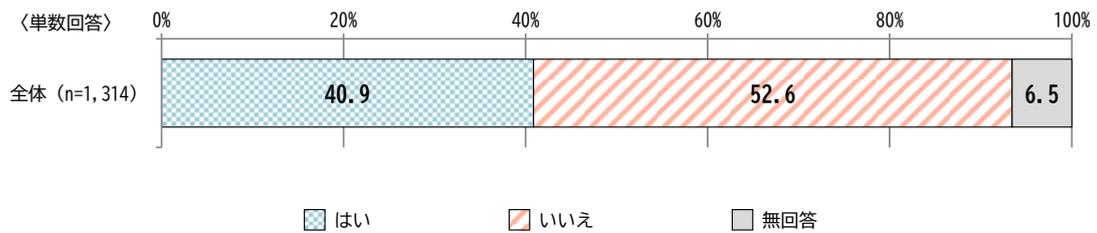


④ いのちの電話（099-250-7000）

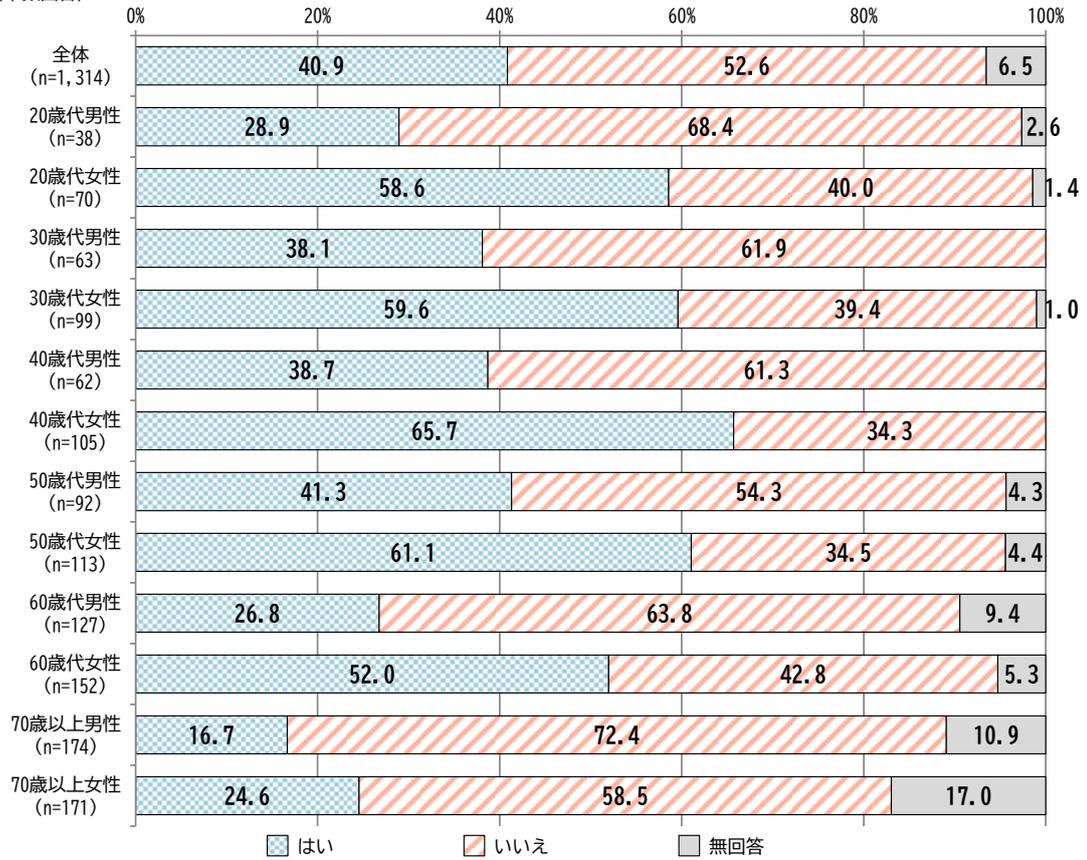
◇ 「はい」が40.9%、「いいえ」が52.6%となっています。

◇ 性別で見ると、男性では「いいえ」が64.7%となっており、女性（43.3%）よりも21.4ポイント高くなっています。

◇ 性年齢別で見ると、40歳代～50歳の女性では「はい」の割合が6割を超えています。



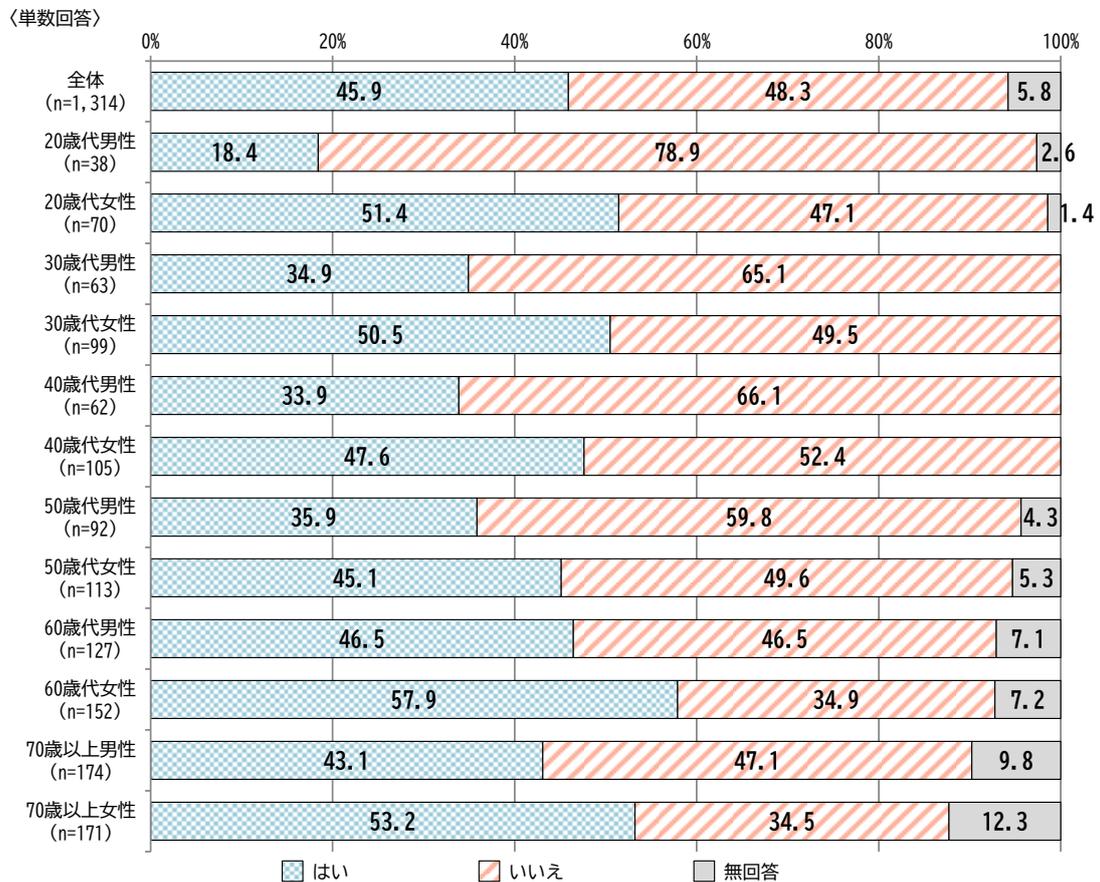
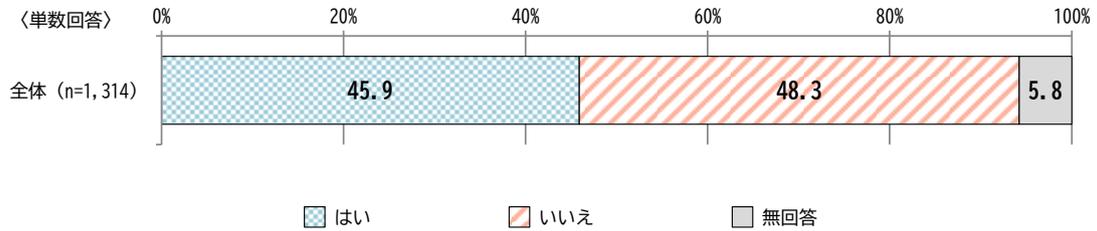
〈単数回答〉



⑤ 鹿屋市健康増進課（鹿屋市保健相談センター）（0994-41-2110）

◇ 「はい」が45.9%、「いいえ」が48.3%となっています。

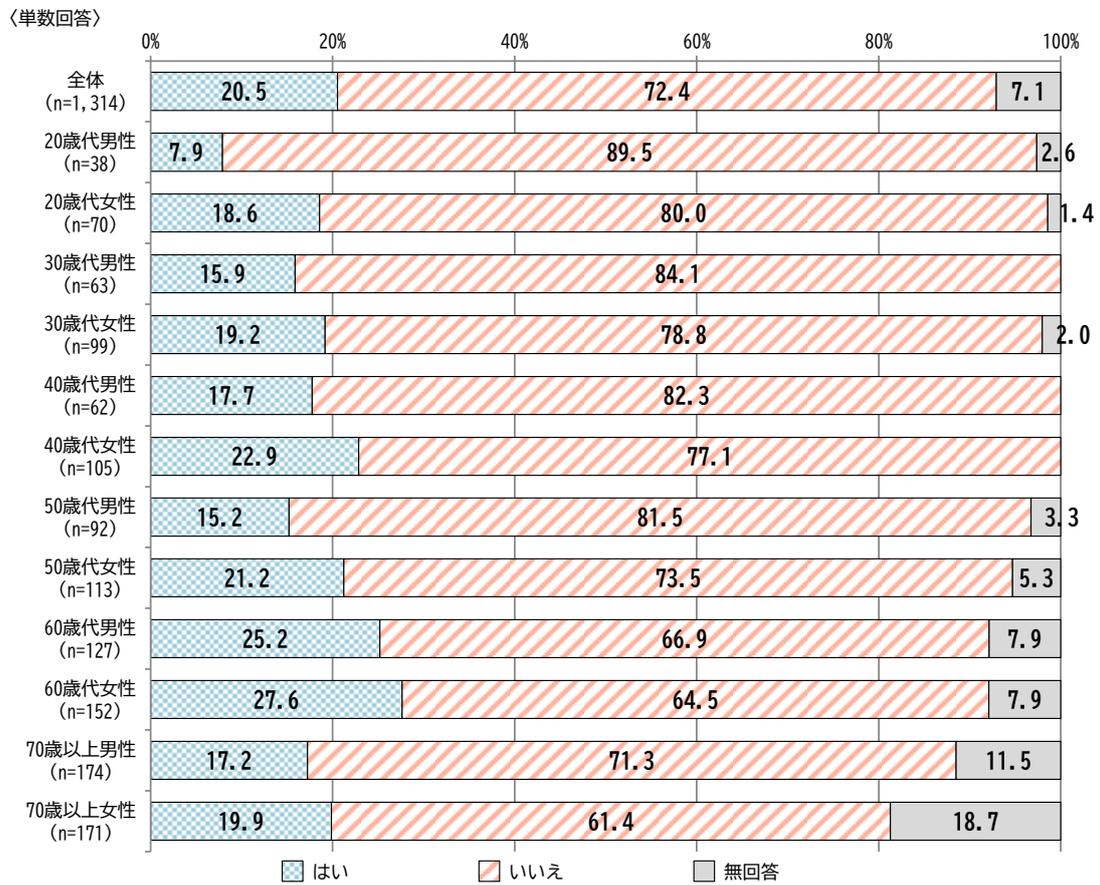
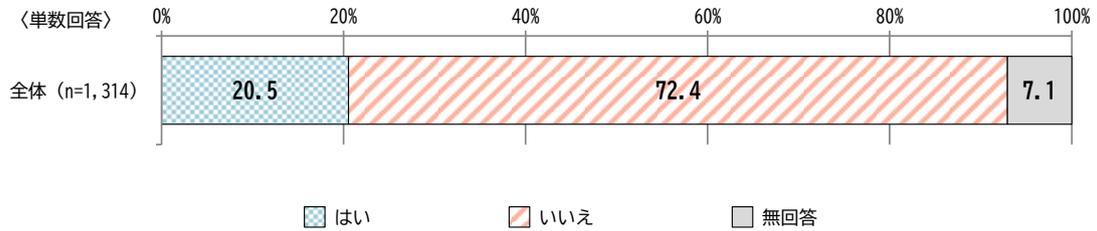
◇ 性年齢別で見ると、20歳代男性では「いいえ」が78.9%となっており、他より高くなっています。



⑥ 大隅地域振興局保健福祉環境部（鹿屋保健所地域保健福祉課）（0994-52-2124）

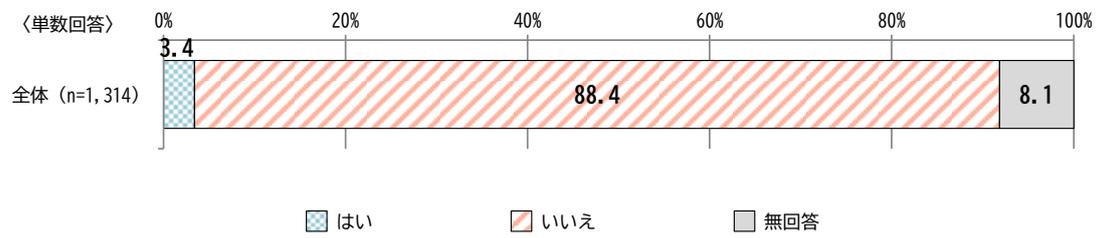
◇ 「はい」が20.5%、「いいえ」が72.4%となっています。

◇ 性年齢別でみると、20歳代～50歳代の男性と20歳代女性では「いいえ」の割合が8割を超えています。



⑦ こころの体温計

◇ 「はい」が3.4%、「いいえ」が88.4%となっています。



⑧ その他

◇ 「その他の相談窓口 1.5%」の具体的内容

- ・ヒューマン・ネットワーク 1件
- ・SNSなどの相談窓口 1件
- ・民生委員の方へまず相談したい 1件
- ・その他 2件

## XI 健康状況や健康づくりのご意見等について

問 76 あなたは、健康状況や健康づくりに関してどのようなお考えや要望をお持ちですか。下の欄にご自由に記入してください。

### ◇ 20 歳代：男性

1	動くこと。
2	親が気を付けている。顔色や熱がないか元気か？声掛けしている。
3	かかりつけ病院での定期検診。1日3度の食事等、しっかり実施する。趣味について定期的に実行し、対人関係を築く。対話する。
4	健康づくりに関しては、若いうちからしておくべきだと思います。
5	現状維持。
6	これらにもっと親しみを持っていきたいです。
7	スポーツをすることは好きであるが、初心者でも楽しめるサークルがない。スポーツジムに行こうと思ったこともあるが、会費が高いのが気になり、諦めた。夜にジョギングをしようかと思いましたが、外灯が少なく、1つ1つの道も狭いので、事故（交通）等が不安で、しないようにしている。
8	日々の食生活を考え、その量に応じた運動をするべきだと考えている。また、睡眠時間（寝る時間、起床時間）を一定にするなど、生活リズムを整える事も健康づくりにはすごく必要なことだと考える。
9	健康は大事だとは思ってはいるのですが普段仕事が終わって趣味をちょこっとしたら時間が無くなるので健康作りの時間が取れないです。
10	適度に食べて運動して寝れば良い

### ◇ 20 歳代：女性

1	色々なものが価格高騰になり、歯の治療に毎月お金をかけてられない。皮膚科など病院にも行きたいけど、子育て中でお金がかかるので、健康な体になりたくてもなれないのが現実。
2	健康について関心はあるが、小さい子どもがいては、時間があっても一緒に…というのは実際難しい話です。（運動の話です）できるとすれば、公園で歩けるようにすることや、食事から見直すという他ありませんが、できる所から今回のアンケートではじめてみようと思いました。
3	現在の身体の健康は問題なく過ごしています。ですが円安やロシアとウクライナの戦争等で物価が上昇し、加えて増税もあるので経済的に大きな不安・負担があるので精神的な健康はいまいちです。子育てに特にお金がかかるのでよりよい支援を国・自治体に希望します。ぜひよろしく願いいたします。

4	<p>現在、1歳と0歳の子どもを育児しています。コロナ禍で、仕方がない事ではあるのですが、子連れ受診ができない病院も多い状況です。首が座った後、特に問題がなければ一時預かりが利用できて大変助かるのですが、首が座らない時期の子どもがいると預け先が無いので、受診行動がとれず困ってしまう事があります。周りに身寄りがない方でも預かれる所がある、また、預かれるサービスがあるということが発信されると良いのかな…と思う事があります。欲かもしれませんが、健プラ内のジムやプールを子育て中でも利用したいな、と思う事があります。(施設利用時、託児可のサービス)子育て支援センター等での健康作りに関するイベントは親も気分転換になるのでとても良かったです。子どもをスタッフさんにみてもらえて安心です。一息つける時間がありがたかったです。</p>
5	<p>県民健康プラザに利用者登録して、ダンス教室に参加したが、女性高齢者の人間関係が嫌で続かなかった。若い人が参加しやすい場がほしい。健康的な食事が作れるようになりたく料理教室を探したが、あまりの数の少なさに驚いた。小学生対象のものがあるが、社会人が学べる教室が欲しい。11月にアプリを使ったウォーキングイベントが職場で流行った。運動する機会にもなり、歩数を他人に見られるというプレッシャーで頑張れた。職員同士の会話も増えた。子宮頸がん対象年齢であるが、特に案内もなく、思い出して検索してやっと受診できた。もっと知らせるツールが欲しい。周辺地域よりも病院が多い方だと思うが、引っ越ししたばかりで、かかりつけ医を決めようと検索したら、口コミの悪さが目立つ病院が多く、受診する気がなくなった。日常的にウォーキングもしてみたい気持ちもあるが、街灯が少なく夜道が暗すぎるため控えている。もう少し明るく安全な道が増えるよう整備してもらえるとありがたい。</p>
6	<p>若者は自分からすすんでしないと思うので、会社等に健康に関する人達が来て、検査したり相談する日とかを決めて実行する方が、行きやすいしやりやすくなると思う。ストレスを感じている人は自分では分からず、気付いたら追い詰められている人が多いと思うので、周りが気付く事が大事だと思う。小さい子どもがいるので、子どもと一緒に運動できる場所があるといいと思う。</p>
7	<p>ジムやプールなどが近くにほしい。また子どもも一緒に利用できる所があればいい。(0才～)気にはなっても生活や仕事、金額の問題で行動に出来ない事は多くある。無料の検診や人間ドックの補助など、もっと若い人にも適応してほしい。高年齢でなくても受けやすいようにしてほしい。精神的な相談場所がほしいが、相談員には当たりはずれが多い印象がある。相談員の方に一定のレベルが必要なのではないかとと思う。</p>
8	<p>女性が1人でも、気軽にウォーキングができたり、利用できるジムがほしい。</p>
9	<p>ずっと元気に生きていくためにも、日ごろの健康づくりはとても大事だと思っています。今はなかなか運動などできていませんが、健康な体になる為に少しずつでもしていきたいです。そして元気な子どもを産みたいと思います！！</p>
10	<p>ストレスや悩みが少なく生きられると良いなと思います。</p>

11	ほとんどの方は仕事時間が多く、する事ができない状態のため、各企業、会社の上の方々に推進していくと変わっていく（いい方に行く）と思います。
12	もう少し啓発してもいいと思う。職場のストレスチェックもあるが、原因は分かっても解決出来ず人が次々辞めていく環境ではあまり意味をなされていないと思う。
13	運動施設の増設や地域の方々が利用しやすい公園での運動器具の設置。
14	過食の傾向があり、血圧も高めであると自覚しているが、あまり見直す気持ちが起きない。自己評価は低いが、自己肯定感はとても高いのでストレスを感じてもあまり気にすることなく過ごしている。ウォーキングや筋力トレーニング等を始めたいと思った事もあるが、仕事が介護職で常に身体を動かしていたり時間外労働も多くあり疲れているので、仕事以外の時間で運動をする気になれない。
15	健康でいられるように心がけている
16	健康診断の料金がいくらでできるのか知りたい。
17	私の立場から言えることは、健康診断のようなものを学生でも多く目にできるようにしたらよいと思う。
18	心身ともに健康であること。
19	不安や悩みを考えすぎると気分が落ちるので、なるべくプラス思考に物事を考えるようにしている。天気の良い日は外出をするようにして自然を感じている。

◇ 30 歳代：男性

1	日本全体がフィットネスに対して意識が低いように感じます。もう少しサプリメントやフィットネスに知識を持ち、関心が持てればもっと良くなると思います。その初めの一步を進むのが鹿児島、鹿屋であってほしいです。
2	生きる時は生きるし、死ぬ時は死ぬ、いくら体が良くても心が壊れれば死と同じ。人として生きることがめんどくさい。
3	健康づくりをしなければならないという心的圧迫感が生じるためあまり気にせずに質素な生活を心がける様にしている。
4	子どもと一緒に運動できる環境づくり。鹿屋市は子どものための公園（遊具）が少ない。公園が増えることで、運動量が増え、健康になると思う。サイクリングロードを活用している（子どもと一緒に）が利用者が少ない。ロードマップづくりなどアピールをしたら利用者が増え、健康づくりになると思う。
5	仕事上休みの時間が不規則なため不定期に運動をするように心掛けている
6	自分自身で考えてすべきだと思う。
7	ストレスを溜めない
8	まずはワークライフバランスだと思う。一部の人に仕事のがのしかかる体制を変えなければならない。時間ができれば健康増進に使う時間も作れる。

9	去年の8月頃から筋トレと有酸素運動で 75kg→54kg まで体重を減らしました。やってみてわかったことは筋肉をつけると基礎代謝が上がりやすい体になることでそこに食事管理やPFCバランスの見直しをすれば誰でも簡単にすぐやせて健康になれるということ。実際 75kg の頃は気管支喘息が発症したがやせた今は一度も症状は出てない。
10	控除対象になる 24 時間個室予約制の運動施設があれば、積極的に利用する。
11	市民が気軽に利用できる公営のジムがあれば良いと思う。
12	自身は健康面の不安はあまり無いですが、それは就職までの心と身体作りなどの下地があればこそだと思います。若い内の学習や体力作りが大事だと思います。
13	鹿屋市には他都市にあるようなモール型商業施設（近隣ではイオンモール宮崎、都城駅前、イオンタウン始良のような店舗）がなく、買い物で歩くということをあまりしない環境があります。「歩かせる」構造の店舗がないわけではありませんが（ニシムタやトライアル、ドラッグコスモス）ウォーキング目的には適しません。（イオンの大型店舗はウォーキング目的を推奨しています）ショッピングセンターがなくなった 2022 年の今、鹿屋に必要なのは雨の日も歩ける無料の施設ではないでしょうか。
14	大隅半島は自然が豊かなので、それを活かした健康づくりをしていきたい。

#### ◇ 30 歳代：女性

1	以前は市民講座でヨガやダンスに参加していたが、子育て（幼児 2 歳と 4 歳）をしているため、なかなか参加しにくくなってしまいました。コロナで託児サービスも利用しにくくなり、運動の機会がめっきり減ってしまった。親子で参加できる運動教室、託児付き教室等（無料）があれば参加したい。
2	鹿屋市が行っている健康診断に参加しました。専業主婦で（勤務先などの）健康診断がないので、ありがたいなあと思いました。がん健診でも無料になったら嬉しいなあと思います。心のストレス不安を抱えた時に気軽に相談できるところが欲しいです。（料金の心配をすることのない）
3	身体、精神面でもっと気軽に相談できる場所があればいいと思う。いろんな窓口があるが、結局相談しても意味がない。質を上げるべき。
4	現在、1 歳 9 ヶ月の子どもが保育園等行っていないため、市の健診や市の運動教室など、子どもの預け先がなくて受けにくい状況があります。可能であれば託児などを設けて下されば気軽に参加できると感じています。
5	体の健康は現在自分でコントロールできる事が多いので、何とかしなければと思いますが、ストレスを抱えると、そこに気がまわりません。食べる事でしかストレス発散することができません。子どもに障害があり、自分以外の誰もこの子を育てる事ができないと思っていますが、将来の事を考えると暗い気持ちになります。親の為にもカウンセリング施設があるといいなと思います。
6	子供と一緒にできるのがあれば。

7	コロナ禍で人と会う機会が減り、より運動したり外出したりが減った。自宅でできる運動を工夫してする様になっているが、子育てと仕事で余裕がなく、ストレスをより感じる。食事内容も気をつけているつもりでも、考えることがしんどくなる。体調も良くない日がよくあるので、あまり目標を高く持たずに継続できる範囲で健康作りに取り組みたい。
8	市の助成で受けられる乳がん健診をもっと若い世代でも受けられるようにしてほしい。
9	月に4回程、トレーニングジムを利用したり、スポーツをしたりしています。ジムについては、回数＝金額なので、もっと利用したいと思いますが、家計にひびくので利用回数を考えがちです。一部補助金などがあると、利用する人も増えるのではと思います。子どもとサイクリングロードを以前使用しました。もう少し整備していただけたらともっといいのに…と思いました。地元鹿屋のために、よろしくお願いします。
10	できることをコツコツと。あまりお金はかからない方法で。サプリメントより食事・運動は意識的に。
11	どの時間帯に散歩しても明るく安全で何人もすれ違うことのできる幅の広い遊歩道が好きです。今あるのは所々暗かったり、狭かったりして怖くて仕事終わりに歩こうとは思えない。夏は日中熱中症になりそうなので、夜安全に歩けたらうれしいです。
12	日常生活における良い生活環境を毎日実行するために、日々気持ちを明るく向上心に満ちた状態をキープすることが不可欠。心を保つ方法を様々なアプローチから検討していくことが大切。お疲れ様です。頑張ってください。
13	必要以上に人と会わないこと。会わなすぎず、自分のちょうどいいペースを知る。自分で調べ、病院で健康状態を知り、無理しない程度に家事をする。
14	やりたいけど、時間が無く出来ないのでは出来る事が限られている
15	運動したい気持ちはあるがめんどくさい気持ちのほうが勝ってしまう。夜ご飯の前に運動をしたいが家族が帰ってくるまでに夜ご飯を作らなければならないので時間がない。献立を考えることにもものすごく時間がかかるので苦痛である。せっかく作ったのに食べてくれないと時間と手間をかけた努力も無駄になる。健康でありたいが時間に追われているため自分のことは後回しになってしまう。お金があれば家政婦さんやお手伝いさんを雇え、自分の時間が作れると思うがそんなお金もないので自分で時間を探して運動をしなければならない。
16	希望を失うことがないように幅広い視野を持つことが肝要
17	健康は基本的には自分でつくるものだが、周囲の環境や仕事など自分ではどうにもできない不可抗力な影響を受けざるを得ないこともある。一概に個人の意識や努力不足と評価されることに更にストレスを感じる。
18	子供も大人もすぐに病院や薬に頼るのではなく、民間療法や自然療法など自分で自分を守るすべを身につけるべきだと思う。東洋医学を取り入れると良いと思う。あらゆる予防接種をやめた方がいいと思う。

19	自分の考えや思いやトラウマを他人に話して分かってもらえるとも思っていないし、誰かに話して解決するとも思っていない。自殺願望は心の中にずっとある。それを家族に話そうとも思っていない。結局、本当に悩んでいる人には助けさえ求める勇気も行動力もない。人間が怖いのに人が集まるところに行きたいと思わない。お金もない、生きる意味も気力もない人間を誰が助けてくれるんですか。
20	心と身体健康は比例すると思う。
21	人間ドックは予約も取れないし値段も高いからやりたくてもできない。鹿屋市の乳がん検診は40代からなのが残念。子宮癌は、検診のハガキが届くので必ず行くようにしているが、乳がんハガキが来ないので、自己負担で行っていたが、診察料が高すぎて気軽に行けない。30代から変えて欲しい。
22	前リナシティにあったみたいなおジム（使いたい時に利用料金を払って利用する）などがあれば良いと思う。子どもがいるので、月額のおジムなどは利用がそんなに出来ないで…。
23	大事だと思います。

#### ◇ 40歳代：男性

1	「企業を助けるコロナ対策を！」はストレスでしかない。
2	健康づくりを頑張ると結果が出るとマイナポイントがもらえる等あれば取り組む人も増えるのではないのでしょうか。
3	仕事以外のところでウォーキングやストレッチなど定期的にするのがいいと思う。健康状態に関しては、体調に異常が見られた場合、我慢せずに病院に行った方がいいと思う。
4	自分の病気がなくなるといいな。
5	中国の公園みたいに健康器具のある場所が多くあればよいと思う。健プラの筋トレ施設はとても良い。もっと増やしてほしい。
6	なるべく歩くようにはしたいです。
7	早く楽になりたいです。
8	まず心が元気でなければ身体は元気にならないと思う。常に心身が健康であることを心掛けています。
9	労働時間が決まっている仕事じゃないと、健康作りは不可能だと思う。24時間いつでも連絡がくるかわからない今の仕事では、健康作りは不可能だと思う。
10	安全で気軽に利用できる場所が近くにあれば利用したいです。
11	胃カメラ検査をしたくないので健康診断を一部断る。バリウムでの検査をしたい。尿検査、犬が発見してくれる検査など市民が受けれるように鹿屋市がいち早く取り入れて欲しい。
12	気軽に検診を受けられる機会があり、大変有り難いです。
13	血圧を下げる食事。

14	日本人の寿命は世界でも上位である一方で、健康寿命は下位なので、住民に運動させようとするなら、今までのアプローチ方法では解決できず、将来的に少子化の影響を増大させる結果に陥るのは間違いないと思います。日本人の健康寿命が伸びない理由を分析し、対策を講じるべきです。極めて難しい課題であることは理解しますが、担当課のみな様の熱意とアイデアと努力に鹿屋市民として応援、期待しています。大声では言えませんが、マクドナルドやモスバーガーなどのファーストフード店の賑わいは、様々な県に住んで見てきた私の経験上、かなり多い印象であり、鹿屋市民の健康意識のレベルは、伸び代が大きいと感じる事が多いです。
15	健康であり、不安やストレスは少なく、話のできる家族、友人などおり、特に心配はしていない。
16	健康を意識していても、それを実行に移す時間がない。働き方を抜本的に見直してほしい。
17	健康維持、健康づくりは行政が、企業に働きかけて頂き会社を通してなら相談したり参加しやすいのかなと思います。というのも、病気になったら普通は病院に行って医師の診断を受けますが、健康に問題のない時はあまり考えないでお申し込みくださいだからです。
18	鹿屋市は心療内科やカウンセリング等の相談機関がほぼない、メンタルヘルス相談の新しい情報も得られないと知人が言っていたので充実させるべきと思う。
19	声に出せない人がいるので心配。
20	年齢、性別にある程度適した基本的な健康づくりは構築されているように思います。ただ、全て、その人、個人に適しているとは思っていません。実際、食であれば、私は、一日、ほぼ一食ですが、自分はとても健康です。人間ドックも全て良好でした。むしろ、自分の体質(胃腸等)に一日三食が向いていなかったように思っています。一日三食ということを経験からも教育者からも指導されたことが、自分で自分の健康、体調をコントロールすることの妨げになったように思っています。学校教育等では難しいと思いますが、個人的には、人それぞれ…自分の体は自分で把握しろ、自分に合ったものを選び、だとしたら、自分で自分の体に必要な知識を得る、という考えです。

◇ 40 歳代：女性

1	今、現在、うつになり職場を休養中ですが、以前は積極的に歩いたりしてました。仕事上でもほとんど立っていて、動いていて健康づくりを意識していました。ただ、今、心が不安定となり、あまり意欲は持てないけれど、心を強くするような健康づくりがあったらいいなです。子どもがいるのにうつになるなんて子どもが可哀想とか言われてしまいました。心を強くする＝うつにならない様な心強化、何言われても傷付かない環境等、どうすればよいか公共施設での相談窓口でもいいから方法を教えて下さい。
---	--

2	親子で楽しく体を動かせるようなイベントがあると嬉しいです。
3	鹿屋市は手厚く取り組んでいると思います。ありがとうございます。コロナ禍で大変だと思いますが、子ども達が給食で体によいおいしい物を食べて欲しいと思います。障害児・障害者も気兼ねなく行くことが出来る病院、遊べる所があるととても素敵な街になると思います。
4	鹿屋もスポーツジムが増えてきましたが、フルタイム仕事する主婦には通う時間・お金の余裕がありません。(子育てにお金がかかります)気軽に通える女性向け、そしてお金も安めのジムがあれば嬉しいです。
5	景色を見ながら安心して歩けるウォーキングコースを作ってほしい。
6	健康相談センターが吾平町にあれば良い。利用しやすい。仕事帰りに行けたらよいが遠い。
7	コロナや寒さ等で自宅で過ごす事が多くなっています。感染者も増え、不安、ストレスを抱えている方が多いと思います。少しでも楽しい気持ちを持てる様、地域(近所)等で、子どもからご年配の方達皆で集まり話をしたり、簡単で気軽にできるストレッチ・食事をしたりできる場所があればいいなと思います。こもりがちになると気分もふさぎ気味になるので、近所・自治体で声をかけあったりするのによいのでは?きっと心・体もあたたまって元気がでてくると思います。
8	仕事で忙しい中、このアンケートもストレス。催促の葉書も迷惑!
9	仕事と家事に追われ毎日疲れてるのに運動しようとはまでは考えられないです。
10	仕事や育児等、女性は自分の健康に対して二の次になりがちである。自分の時間を使うことを周りの理解やあたりまえとして捉えてくれる社会を作ることができないことには、なかなか難しいと考える。
11	市内に施設はあるが、活用しきれていないと思う。市民の声をもっときいて活用してもらえる様な場所を作ってほしい。
12	自分からは病院や健診など行かないので、市などから強制でお知らせが欲しい。
13	外はまだコロナ等があるので家の中で気軽にできる健康法を時々してます。家の中でできる運動があれば、市報等に載せてください。
14	体力測定ができる施設でその人にあった運動できる場所があったら…。医療機関での健康診断ではなく、気軽に出来る健康診断の場所。
15	体力づくりを自分で行おうとしてもなかなか長続きしない。仕事後に行こうと思う元気もないためなかなか健康づくりを行うことができていないが、今後少しずつでもやっていきたい気持ちはある。
16	年と共に身体が衰えてきているのを感じるが、時間がないし疲れることはあまりしたくない。また、何か始めても長続きしない。ストレスレスな生活を送ることが一番体にいいと思う。

17	わざわざ何かを利用してまでの運動はなかなかできない。犬を飼い始めたので、一緒に散歩するようになり、犬というより自分の為！と思って運動(歩く)ようにしている。
18	私はスポーツをすることが大好きです。スポーツをするとストレス発散になるので、よくします。みんなで楽しくスポーツができる場所があることがありがたいです。(いつも小学校等の体育館でバレーさせてもらってる) これからもできる限りずっとスポーツに汗を流したいです。
19	一度帰ってしまうとなかなか出るのが億劫になるので、気軽に歩けたり、運動出来る場所が増えたら仕事帰りにちょっと寄って帰れたりするのかなど。
20	みんな、忙しいと思うと遠慮してしまって、相談はしにくい。
21	健康診断や検診など、仕事を休んで行かないといけないため、行きたいが行けない。健康診断を義務化してもらい、日時も指定され必ず受けないといけないとしてくれば行きやすい。
22	高齢になっても自立して生活ができることを目標に、要介護や要支援になる前の日常的な運動などを市民が市のサポートの基で行うことが望ましいと思います。50代や60代からの継続したサポートがあるとよいのではないのでしょうか。
23	食事や運動をしなければならぬとは思いつつながら、日々の仕事や家事をするだけで目一杯になる。時間がある時でも運動するより、寝ていたりゴロゴロしたいと思う。食事も、ヘルシーな献立を考えることはあるが、実際作るとなると面倒になってしまい、ついつい簡単に出来るもの、パスタやカレーなどの炭水化物中心のものになってしまう。この状況からどうしたら抜け出せるのか？ヤル気を起こすにはどうしたら良いのか？みんなどうしてるのか？気になります。みんなの成功例とか見られる場があればいいと思います。
24	人間は自分の食べる物で作られているので、お弁当や毎日の食事は手作りを心掛けています。あまり運動する習慣はないのですが、エレベーターを使わず、階段を利用するとか近場には歩いて買い物に行くなど、自分の出来ることを毎日続けていく事が大事じゃないかと思っています。
25	相談窓口等あるのは知っているが、実際に相談するのはハードルが高く感じてしまう。また、どんな相談員がいて、どれだけ親身に聞いていただけるのか、どんなスキルをお持ちなのかなど、不安に思う。(悩んでいるときにきちんと対応してもらえなかったら余計落ち込んでしまいそうなので。)
26	体の健康は年齢と共に不安要素が多くなっていく。血圧や体重増加など若い頃とは違ってくる。抗わず、どうやって付き合うのかが課題。心の健康は、職場の同僚や行政に悩み相談しても、必ず誰かと誰かは繋がっていて、話が漏れて面白いネタとされてしまうのかと思うと、誰にも相談しようと思わない。信用、信頼できない。地域の民生委員や役所の方も地域密着だからこそ、知り合いが多すぎる。
27	夜間の教室があれば助かる。

◇ 50 歳代：男性

1	意識づけは性格（例えば血液型）に大いに左右されると！その個人に合った健康づくりの方向へ、誘導できればいいかな？と。年長者であれば、孫などに提案指導もありかな？
2	一日一汗。
3	ウォーキングができるような公園の整備。
4	県・市・町でのイベントを増やす事。
5	現在新型コロナが出ている状況ですが、収まったら地域（町内会を利用したスポーツ）をお願いしたいです。
6	コロナの下では何も考えられない。マスクは何とかならないか。二類である以上コロナは終わらない。PCR検査でイモヅル式、無症状で陽性で感染者とはおかし。いつまで新型なのか、何年経っても終わることはない。
7	最近友達が出来てやっと救われました。それまでは1人で解決してました。当然、自分1人で解決できることはわかっているのですが、地域の住民が凶暴な人たちと何でも救急を呼べるので、信用はなく孤立していました。やっと生きてるんだか、死んでいるんだかわからない状態です。やはり疲れてるわ～と思っているだけでなく、年金者が、やる気がありません。明日の破滅、今日の破滅、過去の破滅と日々それだけを数えています。私に幸せは訪れません。ただ無理して笑うだけです。鹿児島は退屈を味わう所です。私が東京で生活保護だったのを、最低と言った2人、母親は私の事を捨て子といった言葉、私は一生忘れないでしょう。明日はありません。ただ苦痛があるだけです。
8	自然と運動を融合させた施設が身近にあるとよい（鹿児島市健康の森、指宿市フラワーパークかごしま、宮崎市臨海公園一ツ葉）大隅は雄大な自然に囲まれているのに活かされていない。グランドゴルフだけでなく施設に力を入れてもらいたい。
9	自分の事は自分自身で！
10	自由に行ける場所がない。大隅半島を代表する市なので、もっともっと大きな施設も必要だと思います。市役所にも何かしらの健康づくりの場所の設置もあっていいかもしれません。
11	定期受診しているので、あまり心配はしていない。
12	定年退職し、金に余裕がなくなると補助券とか全員に配布されると情報収集力がなくても利用できるのがありがたい。
13	ほぼ毎日、ジョギングしており、体重計に乗ってベスト体重 62kg を維持しています。献血を年末2回行って、健康を測っています。
14	ほぼ毎日健康増進プラザの歩行コースを利用していますが、冬場照明の暗い所が多く不自由な思いをする事が有る。

15	問題（人生の中での事例）をあらかじめ教育の中で組み入れて、自分で解決できるようになればいいと思います。学校を出て、問題に直面して戸惑うより、具体的な指導が教育で受けられれば、その分の負担が減ることにつながると思います。
16	よく食べ動く。歩く。笑う。自分から行動する。
17	以前、東京に住んでいた時は近くに人工的に造られた小川に沿って数 Km の遊歩道があり、多くの人が朝夕利用していた。小川沿いには季節を感じられる様々な樹木や花があり、所々に公園もあることから、体操や休息等が出来たりしていた。鹿屋は近くに自然はあるものの整備や管理がなされていないので市民に身近な自然ではないことから、日々の生活に活かすことが出来ていない。できればもっと安全で気軽に利用できる遊歩道等を整備して頂きたい。
18	楽しく笑いながらみんなと健康づくりができればよい。
19	健康づくりのための大きなイベントをしてほしい。例えば 42.195km を歩くとか、高隈山登山とか、やはり歩くことが健康への近道だと思います。健康診査も大事だが、若いうちから体を動かす癖をつけることが大事だと思います。
20	健康維持のためにある程度の運動を続けなければとの意識はあるがなかなか実際の行動に結びつかない。交通上不便な所にいるため個人的な努力目標だけでは続かなく思う。公共の機関を容易に利用できる様になればもう少し運動とかに取り組むかも。
21	健康診断結果や普段の生活の中で体力の衰えを感じる場面など、健康の大切さや改善の必要性を感じるキッカケはあるものの、生活に支障がない場合は仕事や行楽を優先させて、通勤時に歩く程度の運動しか出来ていません。体力年齢や骨密度、認知度などの健康診断では測らないデータから、健康増進のキッカケになると思います。キッカケ作りと改善方法を支援して欲しいです。
22	仕事のことを相談しても他人には理解できないから、相談することはないですし、どこで人となり繋がるかもしれないと思うと怖くなるし、結局めんどくさい。
23	毎日の仕事と生活で、余裕がない
24	余暇を利用し、運動に心掛ける。
25	両腕が不自由の為歩く事しか出来ません。
26	自身の心身の健康状態をしっかりと把握し、自分ゴトとして腹落ちされることで日常生活に健康づくりの活動が反映されると考えております。地域、職域の健康管理情報と行政の健康福祉情報等がしっかりとリンク（人・財・事）する施策を、産官学一体で創り上げることで鹿屋市全体の健康度向上につながると思います。少子高齢化による生産年齢人口減少は地域衰退の大きな要因でもあります。鹿屋市内の事業所の方々がいつまでも健康で働けるよう職域の健康指導等に積極的に介入し、鹿屋市内の事業所における健康管理の課題解決を協働で取組む等の活動で健康度向上につながるのではないかと考えております。

◇ 50 歳代：女性

1	50 歳過ぎると悪玉、血圧、糖尿と続々と値が高くなって来ます。運動をと思って歩きを始めると膝を痛め、断念。整体通いになりました。運動出来る施設へと思って近くになくあきらめます。運動したい気持ちはありますがなかなかです。せめてなんでも着れるスタイルになりたいですね～それだけは努力が必要ですね。
2	家の近くに施設があったらいいなあ。体育大近いですが、もっといろいろなコースがあればいいですが。
3	生きる事。
4	命を粗末にしませんが生きる事に執着しません。
5	運動をする仲間がほしいですが、行っても年代、性別、さまざまでその中に入っていけないです。似たような体型の方々と同じ悩みのある方々と一緒なら取り組めるような気がします。
6	鹿屋市に転勤したばかりでありあまりよくわからない。
7	健康づくり計画はまったく知りませんでした。とても良い事ですが、情報が何もありません。市民にわかるようにして欲しいです。
8	健康で長生きできたらいいと思っているが、普段運動をほとんどしていないので、少しずつでも始めていけたらと思います。健診も毎年受けていきたいと思います。
9	健康は心と体が調和している状況なのかなと思っています。心が病むと体調も下がり気味で、体が痛むと心が落ち込みがちです。でもきっと元気になる！と信じて、楽しく生きて行こうと思えるような自分でありたいと考えます。ただ社会（今の日本）がいつの間にか薬や化学物質を人の体に入れているということに皆さんが気づいて、そこから脱却していくことが大事だと感じています。（摂取せざるおえない状況）
10	現在は夫婦でランニングやウォーキングをしています。スポーツタウン鹿屋（WALKER）を利用しています。イベント等あると頑張れます。
11	コロナの感染にて、医療機関なども大変な状況にあります。病棟→（病院がクリニックへ）（医院が病床をしない、休床する）など。健康づくりも大切です。医療体制も充実したらいいですね。鹿屋は入院できる病床が少なくなってます。今後どうなるのでしょうか？
12	仕事でさんざん動いて、重い物を持ったりしてへとへとになるので、仕事の後、運動するまでの体力がないです。疲れすぎてうたた寝をすることが多い。ほぼ毎日。休みの日は、できたらゆっくりしたいですね。
13	仕事を辞めたら何か運動をしたいと思っています。
14	自主活動での体操教室には限りがあると思います。（飽きる、主になる人の負担増 etc）サロンがあるのなら、そこに指導者派遣して頂けると、対面での体操はすごくありがたいし楽しいです。いろいろな運動・体操が飽きずに楽しめると思います。ついでに無料だとよりいいと思います。

15	自分から健康づくりに取り組む事に積極的になれていないので、直接声掛けなどがあると頑張れるような気がします。
16	自分の健康管理は親の介護と仕事でなかなかできないのが現状です。介護の件の相談などは、日頃から利用しています。今後、時間を見つけて自分自身のことも少しは健康について考えていこうかな?と思いました。今回、対象者に選んでくださり、ありがとうございました。
17	ストレスが原因で脱毛してしまいました。環境を変えれば身も心も少しは楽になるかと思いますが、現状は難しく、今まで何回も自殺を考えました。でも、そんな勇氣はなく、現状維持中です。一人でかかえこんでしまい、ストレスをためてしまいます。心も身体も楽になりたい、幸せな時間がほしいです。
18	全てにおいてストレスが原因と言われる。ストレスを持たないようにコントロールできるように今を楽しむ。
19	誰でも年をとって行くのであるから、先々心身ともに健康に過ごしていけるために、常日頃から健康維持を心掛けて生活するようにしている。ストレスが病の原因の1つだと思うので、ストレスを溜め込まないようにしているが、なかなか難しいです。
20	通院したいけど、どこの病院、どの科に言ったらいいのかわからないので、それを相談できる窓口があると嬉しいです。費用がどのくらいかかるか見当もつかないので、検査を受けたくても手持ちの現金が少ないと感じたら病院に行くのをためらってしまう。
21	歳を重ねるごとに、体重も増え、足腰に痛みも感じるようになってきました。将来、寝たきりになり、みんなに迷惑をかけないように心がけていきたいと思います。
22	必要性は感じていますが、日々の忙しさに追われ、運動の習慣化ができていません。歯磨きをする時に、かかとの上下運動、腰回しなどをしながら1~2分体を動かし程度のことにはしています。肩回し、背伸び、深呼吸は1日の中でできるタイミングで取り入れています。
23	無料で気軽にできる運動上の利用場所。
24	遊歩道が多くあると助かる。今の歩道施設は人の利用が多いので、使用を考えてしまう。犬の散歩の方にも気を遣ってしまう。
25	病気は、病院の先生、薬剤師さんを頼りにして今に至り、現在良好中です。義両親も年をとって大変なのはわかります。私にだけどうして嫌味を言うてくるのか。近くに娘もいるのに、病気になった“嫁”が憎いのか。近くにいる市議の奥様まで、嫌味を言うてくるというか圧をかけてくるのか。そういうストレスがなくなってほしいです。市議の方って、そういう私が先に死ぬか、義両親が先に死ぬのかの状態です。他にも私みたいな方、沢山いらっしやると思います。みなさんどうしていらっしやるのか聞きたいです。

26	<p>毎年の健康診断を受けていることで安心感を得ています。楽しみでもあります。実施頂いて助かっています。毎年続けていきたい健康づくりです。周囲の人達（かかりつけ医、家族、町内会の人達、友人）に支えられて現在健康でいられると感謝しています。運動が苦手ですが、散歩から始めてみるつもりでいます。TVの体操はしたりしています。</p>
27	<p>身近に健康づくりが出来るような公園・運動施設があればよいと思います。以前は小学校が近くにあったが統廃合され地域の人々がいっしょに運動する機会もなくなってしまった。高齢化もあり、参加人数も減り、活気がなくなっている。地域の人々が気軽に集えるような場所や活動があればと思います。ゴミ拾い、スマホで写真撮ったりしながらウォーキングでもいいのでは？ウォーキングやサイクリングの整備等、たくさんありそうです。</p>
28	<p>若い人は健康作りなど積極的に取り組めるとは思います、年がいった方はなかなかだと思ってしまうので、1人暮らしだったり、少し体の不自由な方の為に訪問して相談にのったりしてあげたらいいのではないのでしょうか？</p>
29	<p>介護保険が利用できない、閉じこもり高齢者の支援策が欲しい。C型サービスは、期間が切れたら終了で、その後の支援も無いので、結果、介護保険を利用するまで状態が落ちてしまう。送迎もあり、短時間でも人の中に行ける環境整備ができればと思います。</p>
30	<p>健康づくりをしないと将来自分が1人で生活していけない状態になるのではと心配だが、仕事も忙しく、かつ、運動が好きではないので進まない。時間が遅くても気軽に無理なく筋力アップできるような場所があると良いと思う。</p>
31	<p>自分が50代になり、ようやく、先輩方が話していた、自分の健康の大事さを身に染みて感じるようになった。そして、実は座りっぱなしや立ちっぱなしなど、日ごろの勤務状況での体に与える影響の大きさも実感するようになった。土木の会社などでよく見る朝のラジオ体操や15時の体操などの重要性も、なるほど！と理解できた。ただ、市役所でも15時に庁内で音楽がかかり、素晴らしいと思ったのだが、ほとんどの課において、誰もやっていないのでは？と気づいた。自分の職場でも、試験的に15時にラジオ体操を試みたが、業務がたてこむと自然とやらなくなってしまっている。やはり、業務をより効果的に進めるためにも、一日に一回はラジオ体操的な運動をすることが義務付けるくらいにする必要があると感じている。来年こそは、継続して実施したいと思う。</p>
32	<p>仕事が忙しい。状況をかえられない。小学校で働いているが、夜中まで次の日の準備があり、ゆっくりできない。体がきつくても、解消できない。</p>
33	<p>食生活を重視してるのと適度の運動（家でできるようなストレッチ）を心がけている。</p>

◇ 60 歳代：男性

1	「ストレス」が「健康状況」に対する「大きな原因の 1 つ」のような気がします。色々と「勉強」させて頂きました。（御多忙中の折、ありがとうございます。）「市民の健康増進」のため、色々と知ることができ、ありがとうございます。（今後とも何卒宜しくお願い申し上げます。）
2	今のところ、健康は自分の意志・努力で保てると考えています。
3	ウォーキング、自転車道
4	各地域において各管理者が従業員の勤務状況・環境を細部に至るまで把握する事が最も重要であると考えます。
5	家族がいるので問 75 については今のところ必要性を感じない。苦しんでいる人困っている人には必要な組織だと思うので、ぜひ周知してほしい。
6	鹿屋市の運動施設は老朽化が進み、大隅半島でも周辺市町村より見劣りがする。専用施設を作ってほしい。市内の公園の利用申請を一元化してほしい。西原陸上競技場は、大会でないと貸してもらえないと聞いている。サッカーの練習等に開放してほしい。
7	健康状態には気を付けている。何かあったらかかりつけの病院に行きたい。
8	健康で長生きするために地域の活動等に参加する。知り合いがいなくなかなか参加できないのが問題だと思う。このハードルを乗り越えるのは若くても大変だからいろんな活動を提供されても参加するのは難しい。
9	現在、闘病中にて主治医との考え・助言を大事にしています。
10	健診で指摘された病状を受診する病院等の紹介。
11	自身の消費カロリーの把握に努め、過剰なカロリー摂取に注意している。少ない運動量でも継続することに努めている。各地区に運動器具の設置を希望したい。
12	自分では運動もしたいのだが、クローン病に 40 年以上かかっているため、走っている間も下痢が恐ろしく、昨年末にレビー小体型パーキンソン病にかかったため走ることも難しくなり、医者から寿命はあと 8 年ですと言われたときは少しほっとしました。夜エレンタールを鼻から入れる事がストレスでしかない。普通の食事がしたい。健康診断を受けないのではなく、個人病院ではかかりつけ医でないと受けられなくなっており、健康診断だけがいつでもできる、また訪問看護も兼ね備えた健康増進センターを作ってほしい。
13	自分の健康の為に体力づくりは必要だと思う。又、色々な人と会い会話をする事が大事だと思う。
14	食事、運動、睡眠、1 日の流れで行う。
15	食生活や運動、頑張っているのですが、なかなかできないので、町内の回覧でなにかすぐできるような項目に絵を付けてチラシでもお願いします。
16	相談する場はあるので必要となった時に利用したい。
17	年配の方（70 才以上）が利用しやすい、利用したくなる様な施設や講習を増やすといいのでは。寝たきり防止、リハビリなど。

18	年齢に応じた食生活の見直しや適度な運動などの考え方をもち実践出来たらと思っています。
19	早く仕事を辞めたい。年金が早く欲しい。
20	病院の薬で安心しています。
21	病気だから仕方がない！
22	毎日を、楽しく！
23	無料（ジム）でもっと充実したスポーツセンター
24	医師に言われ体重維持のために毎日歩いている。もっと公園等歩ける場所が増えれば良いと思う。
25	全ての「健康」は健全な体、体を動かすことが苦痛でないことが必要条件である。体が動かすことができれば心の悩みなども希釈できるし解消することも可能だと感じるようになった。「病気は気から」は若いうち。年を重ねると体のいたるところに不具合が発生することはしょうがないが、痛みは気が萎える。

#### ◇ 60 歳代：女性

1	60 代半ばを過ぎて体力の衰えをととも感じています。特に脚（足）の衰えを強く感じています。もっと歩いたらいいとは思いますが、膝がより痛くなるのでは等の不安があり、一步を踏み出せないでいます。健プラに行って、指導を受けようかと考えています。
2	69 才ですが、今から先の生活状況が元気でやっつけられるか心配です。人口が少ない高齢者の多い地域に生活しているので不安です。
3	朝・夜、体温、血圧を計ること、歯磨きする事（80 歳まで 20 本）。添加物・着色料なるべく取らない事。適正体重保つこと。ありがとうございました。
4	いつでも気軽にウォーキングができるような運動公園などあれば良いと思う。市内の健康プラザまで行くことができないので。
5	今のところ健康ですが、今後のために運動はするように気を付けている。グランドゴルフも運動もかね気分転換によいと思うので週に 1 回している。
6	体を動かすことが心の健康にもつながると感じています。一人で何らかのグループに入るのも、性格にもよりますが、少し勇気が必要です。コロナ禍で人との距離が少し遠のきました。色んな人と話せたり、いっしょに体を動かしたり、いっしょに作業したりする場が大切だと思います。広報でも人との集まる場や健康づくりの場をどんどん情報を流してほしい。
7	気持ち的には運動もしないといけないし、定期検診も受けるべきだと思います。現実には日々の生活に追われ、特に体に痛みが続くかしないと病院にも行かない有様です。これからは少しでも自分自身の健康に気をつけていきたいと思っています。
8	近所に運動のできる場所が無い（ウォーキング等）、ウォーキングできる場所を提供していただけたら毎日でも歩きたい。

9	健康づくりのためにもイベントを増やしてほしい
10	健康づくりを実践する為に、公的な無料（施設）が欲しい。たとえば、屋内で夜間ウォーキングできる場所（時間に制限がある人の為に）スポーツマシーン等を設置して、いつでも無料で運動が出来る施設が欲しい。
11	健康的な生活習慣を出来るだけ心がける。年に1回は健康診査を受けて、自らの健康状態を把握し、個人の健康づくりを積極的に行う。地域において行われる健康診査のすすめ等行う。健康診査後の再検査など、病気に応じた専門病院への相談窓口、情報がもっと欲しい。
12	健康に過ごせる事はとても幸せと思います。常に前向きに考え、生活を楽しむ様にしています。季節を楽しみながら野菜を作り、それで料理をして楽しみ、友人達にあげたり送り物したり、友人達と一緒にスイカやピーナツを作り、保存食を作り、コロナ禍でおしゃべりも出来ないですが、畑でおしゃべりを楽しんでいます。
13	現在ではいろいろな機関が個々の健康に対して指導などをして下さり感謝しています。今、腰痛で悩んでいます、この年齢になり健康の大切さを痛感しています。
14	現在、特に病気もしないで日々元気に暮らしており、ありがたいなあと感謝しております。食生活と家族の健康、安全・安心な暮らしに努めています。
15	現在の生活習慣を維持しながら令和5年も健康で過ごしたいです。特に要望はありません。
16	現在のところ、自分では心身共にある程度健康を維持できている様に感じています。老後に向かって様々な情報を取り込みながら、この状況を保てる様にしたいと思います。
17	現在は心身ともにまあまあ元気で日々の生活を送れている事を感謝しております。出来る事ならその日が来るまでこの生活が出来たらいいなと思っている所です。
18	様々な健康診断を気兼ねなく無料で受けられると助かります。
19	市・県、ともにもっと協力していただきたい！健康プラザのリニューアル（内部）を！
20	時間が持てるようになったら健康づくりをしたいと思う。病院に月に1回は診断していただいているおかげで心身共に少々安心感を持てる。
21	仕事場や部落などで、ラジオ体操やストレッチなどグループであちこち行うようなことができたらいいいのでは！！
22	自宅の近くに運動施設があれば、歩いていけるのであれば利用すると思うので、なかなか大変な事ですね。
23	睡眠を十分にとる、食事は腹7分位、体をできるだけ動かす、くよくよしない
24	しっかり3食食べて、よく働き、ぐっすり眠ること。食べられる幸せ、動ける幸せ、眠れる幸せを感じます。太陽の下、野菜や果物を農薬を使わず栽培してその素材を生かした無添加の食べ物が元気な身体の証かと思います。

25	自分自身の身体の声聞く。欲する物を食べる。無理はしない。自分の限界を知る。毎日便通があるように朝バタバタしない。朝食は必ずとる。要望は特になし。鹿屋市の健康作りのための取組は充分だと思います。仕事のため利用出来ていませんが。
26	自分自身は基本的な生活習慣をきちんと守れるよう心がけています。睡眠、食事を規則正しくとること。栄養面では野菜をたくさんとることとたんぱく質をとり炭水化物（ごはん）を夜は食べないようにしています。
27	自分の体を健やかに保つためには、栄養・睡眠・運動に加え、ストレスを軽減できるようにすることが大切だと思います。趣味や友人と交流を楽しんだりすることがいいと思います。以前、友人とサンロードを歩いていましたが、草が茂っていたので整備をしていただけるとありがたいです。サンロードはとてもよい歩行コースなので、活用してほしいです。
28	自分の健康は自分にしか分からない事が多いので病気について病院の先生にいろいろ聞きながら自分なりに出来る事はするようにしています。食生活にも気を使っていますがなかなか思うようにいかないが毎日です。妹と二人暮らしですが、犬、ネコがいっしょにいますので、気が休まります。近所に妹夫婦がいますので心強いです。
29	市民のために健康づくりを尽力いただきありがとうございます。自分自身もアンケートを通して健康に留意することを気づかされました。ありがとうございました。
30	食後に家の中でスクワットなど 15~30 分やります。「かかとおとし」とか良いと思われるものを組み合わせて行っています。
31	食事面ではバランスの取れた食事を作るよう心がけている。夫婦2人の生活で互いに健康には気をつけながら働けるうちは仕事をしたいと思っています。
32	体育や運動といおイメージの街だが、そのような施設が少ないと感じる。例えば公園の少なさ。道路の不整備など。もっと余裕のある街づくりをしてほしい。
33	大病も手術もした事がなく、健康には無頓着だと思う。只、よく動くので、3食もよく食べて、食事は好き嫌いが多いが、サプリメントで補っている。本当は良くないのかもと思うが、夫や友人にも恵まれているので、幸せなのでしょう。趣味も多く、自分の人生は満たされていると考えている。
34	食べた食事の内容で体は維持されていますから、食事こそ健康の基礎だと思っています。
35	地域で、自宅で、元気に生活していくために、地域であるピンポン体操、サロンなど積極的に参加していきたい。毎日の体に良い食生活や散歩なども心掛けている。
36	近くに温泉と事務が一緒にできるところが欲しい。そこに相談室があったらなおいい。充実した健康ランドが欲しい。吾平町に。
37	なるべく近所の2~3km位は歩くように心がけてます。

38	知人よりかのやん体操を紹介され、気にいって通っていましたが予約がなかなかとれなくて今やめています。親の介護のため鹿屋に帰ってきましたが、コロナで人との交流もままならずただ家のことだけで終り、話す相手は親がほとんど。ときどき涙が流れてきます。だからひたすら掃除をしています。今やっと旅行や習い事、運動教室をやろうと思っているところです。今、食事している栄養バランスとかこれでいいのかなと思ってても誰にも聞けません。とにかくコロナで心身共に疲れますね。
39	日曜日に健康教室等があれば参加したいです。
40	年齢を重ねるたびに身体を鍛えようと思うが、なかなか前に進めずにいる。まずはウォーキングから始めようと歩いています。
41	バランスの取れた食材をとる。野菜を十分にとる。
42	膝や腰の痛みを抱えながらも出来る運動を見つけ、家の中で動いて和らげる方法等、周知して頂けると嬉しいです。地域の場には参加しづらい。(人間関係等に気を遣うのが苦)
43	日々のルーティーンをしっかりと決める。太陽にあたり、体を動かす。買い物、何かしらの用事を作り、外出する。自分を取り巻く物の引き算をする。ポジティブに自分にも人にも過ごす。
44	弁当、総菜の利用が多いので、減塩についてもそれを作る事業者との連携が必要であると感じています。個人の努力だけでなく環境作りがあればと思います。
45	ほぼ毎日、体を動かす仕事なので、それ自体が運動となっていると考えている。休養やストレスを取り除くことが重要だと考えている。
46	毎日の食事をおいしく食べれる事が一番だと思うし、そのためにも規則正しい生活と食事バランスガイドを活用した食事、健康体操を日々生活に取り入れて過ごせたら毎日がいきいきと過ごせると思う。
47	まんべんなく色々な食品をとるように心がける。ウォーキングをしばらくは続けていたがストップしてしまった。続けるようにしたい。朝のラジオ体操(テレビ体操)頑張っています。
48	私にとって仕事が健康づくりに役立っていると思います。保育士なので体力が必要ですし、たくさん笑う事もあるため、毎日楽しく生活できていると思います。
49	健康づくりは大切だと感じるが継続できない、自分自身の問題がある。意識を変えるにはどうしたら良いか?職場にジムの様な環境があると、使いやすいかも。
50	市での健康診断等半年毎に実施が出来たら良いのに~と思う、
51	通院中の医師にもっと気軽に相談出来たらと思う。
52	努めてウォーキングしたり、時々畑の仕事したり気が向いたら自分の趣味したりストレス溜めないようにしています。

◇ 70 歳以上：男性

1	自分は他の同年代の人よりも健康であると自信過剰にならないよう気を付ける。健康診断等の定期検診は必ず受診し自己管理を怠らない。体力の低下及び脚力の衰えを防ぐために極力車での移動を避ける。
2	1日1日を楽しく、物事を深く考えない。
3	1週間に3日中央公園テニスコートでクラブ員とソフトテニスをやっています。自らの健康は自分で守るという認識で主体的な健康づくりを実践しております。クラブ員は80代、70代、60代がほとんどで一日3時間ほどかけて活動しています。ただ、令和元年から施設利用料金が3倍に引き上げられ、高齢者にとっては負担が大きくなってきています。健康づくりに取り組む高齢者が積極的に施設を利用し、主体的健康づくりがさらに広がるためにも、高齢者の運動施設利用料金を無料にするとか考えたことはないのでしょうか。鹿屋市議会に陳情も致しましたが「趣旨採択」とかで、全く音沙汰なしで現在に至っております。ぜひとも「鹿屋市健康づくり」の中でご検討いただきたい。
4	40代後半からウォーキングを続けていて、好きな食物をとり毎日の晩酌をする事。定期的に病院で検査をする事。
5	生きてると色々な事、一人家に住んでいますが、何かあったら大変と思う。身近に来てくれる人、健康が一番と思っています。
6	いつまでも歩ける様にひざが一番大事。
7	いつまでもクヨクヨしない。自分の好きな事、楽しい事に集中する。
8	今、町内会でもいろいろな事をやっていますが、自分自身が行ってみようと思わない。
9	今の所ケガで入院中ですが、以前は会社で検診があり、ありがたいです。
10	色々言いたい事はあるが、なんですかね、どういう風に行けばわからない。楽しく皆で過ごせる場所・時間がほしい。
11	各地域において専門家等による健康に関する栄養医学その他講演会セミナーがあれば参加したいと思います。
12	鹿児島市に住みたいです。鹿児島市は老人の温泉入浴が、1回100円で毎日入浴できるそうです。毎日温泉で入浴して、風呂の中で友達ができて、老人同士病気のことや体調や、今までの人生や日々の生活のことを話し合っとても楽しい時間を過ごしておられるのを見て、一緒に鹿児島市の温泉に入って、とてもうらやましく思いました。バス、電車代、桜島フェリー代も片道60円だから、毎日温泉に出かけて歩くので、体の運動と、風呂で心の解放で話もできて充実した一日だそうです。うらやましいです。
13	鹿屋市の場合、自然がありスポーツ施設があり、病院もあり、よく整っていると思います。これからもさらなる充実を期待します。
14	ガンのため入退院中（科学療養中）

15	過去に家族が病気で介護を必要になりました。自分が健康で生きて、子ども、家族、みんなに迷惑をかけないようにすることが目標です。健康診断（継続約 30 年）を毎年行って、その結果に対してはすぐ対処するようにはしています。食事は、塩分を控え、貧血気味なので、レバー等食べるようにしています。運動は、以前ジョギングから、現在ウォーキングを 1 時間以上、朝のテレビ体操も、スクワット、腹筋、腕立て伏せなど、続けています。今、健康で歩けていられる事がありがたく思っています。自分の中では、今が一番若いと励ましながら続けます。
16	気軽にリラックスできる施設、高齢者への無料入浴・運動具、日陰の机・椅子、喫茶、カラオケで友達作り、毎朝の体操・太極拳 etc
17	規則正しい食事、自分に合った運動、継続
18	規則正しい生活を続ける。適度の運動を続ける。健康寿命を延ばす。ストレスを減らす。
19	客観的に見て、本当に相談してほしい人、助けが欲しい人が相談機関を訪れたり助けを求めることはないのが現実で、行政サービスの限界と感じております。自分は定年後、アル中になり 2 度ほど入院しました。山歩きに凝っていましたが、今はほとんど外出しません。今、10 センチほどのステップ台で毎食後ステップ運動を心がけています。私はこれで救われていると実感しています。近くに運動公園があるのですが、そこまで行く時間内でもステップ運動できるので効率的です。
20	健康寿命を延ばしたい。
21	健康診断結果の説明、その後の対策について親身になって具体的に相談にのって欲しい。
22	健康づくりは各人が自分自身の事として取り組まないといけないのではと思います。
23	健康でありたい。
24	健康は自分で管理できるので、出来るだけ食事や運動に気を付けて生活していきたいと思います。
25	公務員の方から比較すると低所得者の皆さんの受診・健康相談は意識が低めではと思います。市長が前面に出て活動を期待します。
26	高齢者のための公園を！人生 100 年時代、健康長寿を可能にする公園です。人の筋肉や骨など、様々な臓器も刺激や不可をかけ続けていないと、脳がその機能を必要がないと判断し、次第に機能を縮小し「萎縮」という現象が起きます。高齢者になればなるほど、苦痛を伴う様な過激な運動は周りから無理をしによう、避けるように促され、配慮された環境が提供されます。それは、身体能力の意志が難しい萎縮環境が作られます。アスリートが苦痛に耐えて、鍛え上げた身体能力もトレーニング中断すると、その能力は、短期間に失われます。健康長寿の維持には苦痛を伴う環境、生存を脅かす過激な環境が求められと同意に安全で安心して行える公園が求められます。次は我が身のことと思ってご検討をお願い申し上げます。世界で初めてのアンチエイジング公園と注目が集まります。

27	個人の健康づくりに関しては、毎日一定時間、身体を動かし、汗を流すことをモットーとしている。具体的には、天気によって左右されない限り、毎日 1 時間以上散歩すること、入浴時に体をもみほぐすこと。
28	このようなアンケートを通じて策定される次期計画が市民にとって有効に反映され、更には市民財政に寄与することにつながるよう期待します。
29	質問が多すぎて答えるのに苦労した。そしてストレスになった。
30	市内・市外を考えず、身近に出来るような取り組みは出来ないものかと思う時があります。
31	自分がしっかり実践する事。
32	自分好みの食事をしている。自分はわりと元気なほうなので、特に健康づくりにはあまり関心がない。
33	自分に合った運動を心がける。無理のないようにしている。
34	自分の健康は自分で、というのが原則で、これまで格別に健康を害する事はなかったので今まで通りの過ごし方でよいと思っている。ただ、高齢化による身体機能の低下は常に意識していなければ、と思う。
35	市民の健康を考える取り組みは大切だと思う。
36	親族の孤独死に接した人が居て、私も一人住まいでありそういう運命に直面していると不安です。自分が不安というより近所・関係者に迷惑をかけることが心配です。
37	僭越ながら健康とは心身の健やかさにあると。万人に与えられた大切なものと思います。明るく住みやすい生活環境づくりに日夜、心血をそそがれていられる職員の皆様に感謝しております。
38	それぞれ自分に合った動きで良いと思う。他人に合わせるのが辛い。
39	定期的な健康診断が大事だと思う。
40	できるだけ毎日継続して、無理のないように活動する。雨の日は休みとする。今は、朝起きると、「テレビ体操」、午前中民生委員として地域巡回(8,000 歩)、午後は近隣の散歩(10,000 歩)、買い物など近隣の 1 km以内のところは歩いていく。日常生活の中で運動する。男性料理教室も 6 年くらい通いました。
41	時々病院に行くだけでは、かかりつけの病院ではないと言われました。病院はしょっちゅう行く所ではないのでかかりつけとまでは言えません。かかりつけはどのようなものなのか、月 1 回位かからなくてはならないのか。時々行くだけではかかりつけの病院とは言えないのか。定義がほしいです。
42	日々を無理なく身体を動かす事です。(78 才先は短いから)
43	年金者の医療費について。(いくつもの病院に通い、いくつもの薬を処方してもらおう。何かと金が必要になる。病院通いが老人の仕事なのか)
44	年に 1 回程度健康検査を受診して結果しだいでは治療に専念した。身体の状態に応じた運動をこれからも続けて行きたい。
45	訪問が長(多)すぎる

46	暴飲暴食はない。適度な運動をする。人とコミュニケーションをする。食事は腹八分目にする。
47	身近に体力測定ができる器具や機会があれば、現状認識ができていいと思う。今の体力が年代としてどの位あるのか知りたい。
48	無料診断の項目充実。(市の実施する検診項目では、持病持ちの者は、追加で町医者の検診を受ける必要があるため、無料検診のメリットはない。)
49	迷惑をかけないようにしてほしい。
50	私の夫は4級の障害者です。杖を両手に持ちなんとか歩いています。最近足の調子が以前より悪くなりデイケアを週2回利用し、県プラに週3回～4回行き、プールを歩いて自分の体調を整えているようです。障害者の半額券を利用させて頂いています。プールへ送り迎えは家族がしています。本人の頑張りにも私も感心しています。鹿屋の商店に買物にも時々一緒に行きますが、どこの店も車椅子が用意しており、主人も買物は自分で選んで納得して買物ができています。このように体調はあまり良くないですが、買物は不自由する事なくさせて頂いています。これも鹿屋市からの指導があっての事かなと喜んでます。欲を言うならば要支援2でも車椅子のレンタルできれば、また毎日がいっそう楽しく過ごせるような気がします。(これは無理かな?)
51	私は健康管理には関心がありました。若い時から職場での教育、指導で身についています。去年の10月までは、妻と二人で仲良く楽しく暮らしていましたが、健康管理に無関心の妻が突然倒れて、介護が必要となりました。今迄の生活と一変して大変な状況となり、それ以来私も血圧が高くなり、体調不良となり、今迄の生活とは雲泥の差です。精神状態もおかしくなってきた自分がわかります。それで市の保健相談センターに予約して何か少しでも良い話が聞けたらと思って行ったのですが、ただ私の話に合いの手を打つだけで何一つ参考になるような話は聞けませんでした。時間のムダでした。建前だけの窓口だなと感じました。もう二度とそのような施設には行きません。自分で解決します。このアンケートの答えは妻が倒れる以前と後の答えです。相談窓口の担当者の方は、見識のある方、医療関係に従事した方、人間的に優れた方をお願い致します。担当者の方には嫌な文ですが、申し訳ないですが、私の率直な相談窓口に対する気持ちです。
52	現在、一日1万歩を目標に歩いています。趣味のゴルフを楽しむために、また、散歩はボケ防止になると聞いたのでできる限り続けたいと思います。
53	毎朝ラジオ体操。毎日、ウォーキング・ゴルフ・プール・盆栽の手入・庭掃除・野菜取り・草取り、いずれか1つするように心掛ける。
54	毎日の食事を摂って、体を動かすように心がけること、定期検査の結果が基準値を外れたら、治療に心がけている。

◇ 70 歳以上：女性

1	(時間的ゆとり・経済的ゆとり) ジム等に行きたいが両方ないと健康づくりと思ってもなかなか始められない。それで自宅で簡単にできる運動に取り組んでいきたいと思っています。それもやる気しだいかなと思っています。
2	50 後半の頃、県プラで3か月間コースの水泳やウォーキング、ジム、プール、温泉、食について勉強しましたが、今もその時の知識は役立っています。何もしないのではなく、やはり目的意識をもって行い結果を味わうと忘れないので、出来る限り努力しています。年に1度の健診は大切だと思っています。電話をくださったり親切に対応してくださったりですので、感謝しています。
3	5年前に乳がんの手術をして、あれから健康には十分注意しながらいろいろなことに挑戦して毎日楽しく過ごせるよう工夫しています。定期的な健康診断はもちろんの事、運動、食事等気を付けていますが、つついおやつが欲しくなり反省しきりです。健康づくりのいろいろな講座があるのはありがたく、いつも利用しています。これからも色々なイベントを開いてほしいです。(コロナに気を付けながら)
4	あまり深く考えないようにしている。過去にも現在でも病院にかかったことは単車の転倒で足を怪我したことと白内障の治療をしたことしかないので、入院するような病気をしたことがない。1日中部屋にいても退屈なので、国民健康プラザを大体4周から5周回って15,000歩~20,000歩弱、週5日続けています。今年健康診断で少し血圧が高かったので食事と運動で補っており、今は正常には戻りつつあります。
5	今、主人は介護施設にいます。私が健康でないと、子ども達が可哀想です。健康でいたいので、朝食後のウォーキング(5,000歩、6,000歩)、保健センターの体操教室で習った、ストレッチ体操脳を刺激する運動など、一日のうちの合間に取り組んでいます。
6	今のところ元気に過ごしているので、頑張っていこうと思っています。もし不安になったら、市役所の方でお世話になると思います。また、相談窓口を使うようにしたいと思います。週4回グランドゴルフ、週2回ママさんバレー(40年ぐらいしています)(コロナで練習が出来ないので残念です)
7	各自が毎日規制的にストレッチや散歩など体を動かす。(老人の場合)
8	身体を動かす事が良いことだと思い、グランドゴルフと(週2回)老人向けの体操をして集まって話をする事で楽しい時間を過ごしています。これからも続けていこうと思っています。
9	気軽に歩いていける距離に運動する場所や施設があれば高齢者でも多くの人達が参加できるのではないのでしょうか。
10	規則正しい生活をする事。
11	健康づくりは、体と心のバランスだと思います。
12	健康プラザが遠いので(札元)自宅の近い場所にも、このような場所があれば多めに利用したいです。

13	現在かのやん体操とダイエットマスターを行っています。今後も続行を希望します。(自宅でも運動しないといけないとわかってはいるが、つつい行わない弱い自分なので、市保健相談で行っている運動だけは継続して行いたいと思っている。)
14	県プラのプールを利用させてもらっています。細かいところに手の届くすばらしい施設です。もっと多くの人に知ってもらい利用してほしいと思います。
15	後期高齢者となり、体力、知力の衰えを痛感しています。40代から続けてきたダンスはまだ体力の続く限り楽しんでいきたいと思っています。他にも「健康くらぶ」等を利用して体力の維持にも努めています。又、新聞を読んだり、クイズを解いたりして頭の体操にも励みつつ、日々を穏やかに過ごせればと願っています。
16	公民館で週2回運動しています。とても楽しくて毎回みんなで笑ったりお茶したりしています。これからもずっと続けていけるよう願っています。
17	高齢になりましたので、自分の体力に合わせ、無理のない運動をして楽しく過ごしていけたら80歳代でも大丈夫でしょうか？
18	今年集団検診を受けて、精密検査を受けてきましたが、診察の結果、毎年の集団検診での様子見でいいとの事で一安心しました。集団検診を忘れず受けようと思います。
19	最後まで自分の足で歩いてなるべく他人の手を借りずに過ごせればと願っています。
20	自宅周辺を歩きたいと思うが、仕事をしていたりすると時間が遅くなり、ゆっくりした時間となればやや暗くなってからが多いが、自宅周囲県道があり、通学路になっているが、外灯がほとんどなく真っ暗闇であり、電球を持って歩くが怖く不安である。外灯があればいいのになーと思います。
21	自分で資格を取ってマスターしたら、公的機関で健康教育をしたり、地域の高齢者クラブに呼ばれたりして脳トレや笑いヨガ、レクリエーション、シルバーリハビリ体操を楽しくしています。皆さんが喜んでくださることで自分の生きがいにもつながり、元気のもとだと考えています。その為に毎日のウォーキングやストレッチなどして長く続けられるように努力していきたいです。
22	週1回でも2回でもスポーツジムに行く。以前はダンス(エアロ)のインストラクターがいたが、現在中級以上のインストラクターがいない。かかりつけ医に相談する。友人に電話で相談する。
23	食事→出来るだけ手作り、総菜揚げ物等買わない。素材を生かすよう心掛け淡味に自給自足を目指している。運動→畑仕事や台所にいる時間が多いので足腰も痛くない無理のない範囲で働いている。作ったものを友人知人にお分けして喜んでくださるのが何よりも生きがい、楽しみ。
24	ただいま71歳。まだお仕事に行っております。仕事して仲間とお話すること、いろいろ若い人達と(20歳代)(人間味)という会社。明るく元気で頑張っております。
25	楽しく暮らす事
26	町内会で月に1~2回ぐらいの程度で希望者だけの心の体操また体の体操があったらと思います。年寄りの考える事です。

27	なるべくストレスを溜めないために、前向きに適度に体を動かし、好きな料理をしたりお喋りしたり、若い時から働きっぱなしだったので、今を楽しむようにしています。
28	認知症にならないように日々努力しています。
29	日頃市民のために一生懸命発信されている事は、市民にとって安心して自分の事を見直すいい機会でもあり、感謝いたしております。年をとるにつれ、若い時にもっと気を付けていたらと今年になり気づく事も多く、これからの若い方々にも色々な所で又は学校（小・中・高）などでも情報を早くから取り組まれたら健康に関心を持っていくのではないかなと思います。たとえば小学生から目の健康で一日15分間だけでも耳のつぼ押しとか、実際前にやっている学校もあり、結果が良い方にてしています。一つずつ具体的に実行する事が大事かなと思います。
30	歩行が出来なくなる前に体を動かしておく。なるべく外出したい。
31	毎日ガーデニングすることで、草取り、花の手入れ、300坪の庭を走り回っております。足のストレッチになり、腰が痛いとか全然ありません。骨密度の検査は、毎年受診しており、135%あります。庭での仕事が私の健康法です。人それぞれやり方があるのではないのでしょうか。
32	毎日規則正しく生活をする事が、健康維持が出来ると思っています。
33	毎日血圧測定、食事改善、糖尿病にならないためにお菓子や果物をあまり食べないように制限している。口腔ケアをする。テレビ体操、散歩等をするようにする。最近は心のケア、歌を歌ったり、ゲームをしたりするといいと思います。
34	毎日体操をして元気で年をとりたいと思います
35	毎日の食事(朝昼夜)をしっかりとり、適当に運動し、1ヶ月に1回主治医に診てもらおう。市の検診も受ける。
36	毎日の食生活、運動習慣を考える。身近な場所で週1～2回、運動(ラジオ体操・ヨガ等)、集まりの場所があればと思います。
37	毎日を大切に、あまりイライラしたりしないようにしています。出来るだけ自分たちで作ったもので毎朝ジュースにして、飲んでゆっくり老後を過ごしたいです。
38	まだ病院にかかるような病気がないので、これからも出来る限り長く夫婦で健康な生活が出来るように食生活を考えているつもりです。運動量が足りないので何とかウォーキングを続けるようにしたいと思います。
39	申し訳ありませんでした。11月24日に背骨を骨折してしまいました健康づくり調査票提出が遅れてしまいました。ずいぶん気分が良くなりましたのでお願いします。
40	私は自営業であり、他人からの相談事を親しくなると聞くことが(一方的にね!)あります。助言する立場でもないから、その方を見守るしかありません。それが心苦しい。やはり、資金を持つ方が行動に移しますね。古老のお知恵拝借みたいなお人がいるといいなと思います。最終的に病になるのです。

◇ 30 歳代：どちらでもない

1	人それぞれじゃないですか？
---	---------------

◇ 60 歳代：どちらでもない

1	足・腰を鍛え、骨折等を予防し、寝た切りにならない様に心掛けたいです。
---	------------------------------------

◇ 40 歳代：性別不明

1	無料健診のおかげで自分の病気を発見することができたのもっと無料健診をやっていることを広めていったらいいと思います。知らない人も多いと思います。
---	---

◇ 50 歳代：性別不明

1	休息を大切にすること。仕事ばかりにならないようにすること。
---	-------------------------------

◇ 60 歳代：性別不明

1	超高齢化社会において自然に死は迎えるべきである。健康増進は必要だが、子どもを多く育てていくべきで延々と生きながらえるべきではない。
2	夜は歩く事はしないですが、外灯が少ないと思うので、もっと全体的に明るくして欲しいです！帰宅する学生さん達は暗い中歩いています！

◇ 70 歳以上：性別不明

1	健康づくりに関しては今まで通り、かのやん体操とか健康クラブ他、シニア、高齢者のために継続してもらいたいです。
---	--

◇ 年代不明：性別不明

1	田舎の人は親切なのかもしれませんが、人の心の中に、または声掛けをしすぎる傾向にあります。空き地等の利用を市でされ、広々と木々にあふれた場所を作っただけ、ゆっくりと自分の時間を過ごせる場所が欲しいです。（1か所に集中せず、所々にあることで歩いては休み、走っては休みできるところが欲しい）打馬には川辺に歩くところがありますが、立ちションをしたり犬のフンを放置したりと心無い人がいます。立て看板をお願いします。
2	運動しやすい大きい公園があればと思う。
3	簡単に運動できる場所、保健センターで行っている体操などできるところを増やしてほしい。
4	心のもちようで、いくらでも人間は変わってくるもの。くよくよせず、前を向いて歩いていけばおのずと道は開けるもの。どんな状況の人でも今生きているのだから。
5	自分の事は前もって気をつける。気をつけ、それがダメな時はお医者さんに。

---

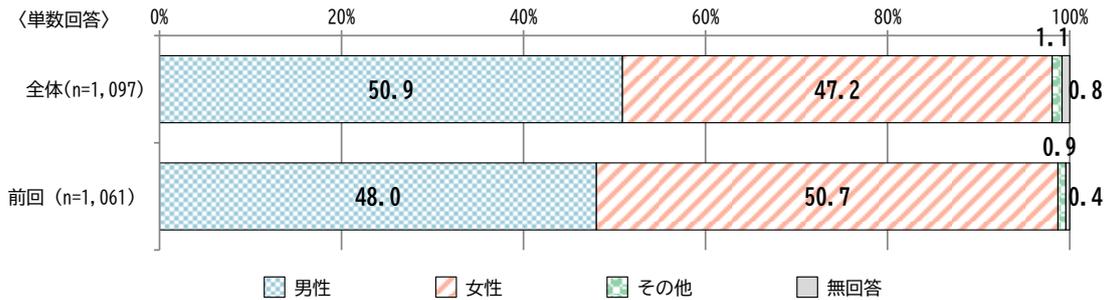
## 第4章 中高生調査結果

---

# I 回答者属性について

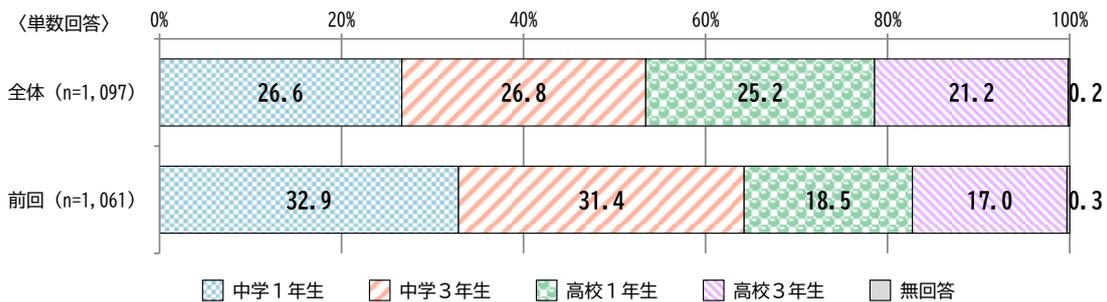
## 1 性別

- ◇ 「男性」が50.9%、「女性」が47.2%、「その他」が1.1%となっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「男性」が2.9ポイント増加し、「女性」が3.5ポイント減少しています。



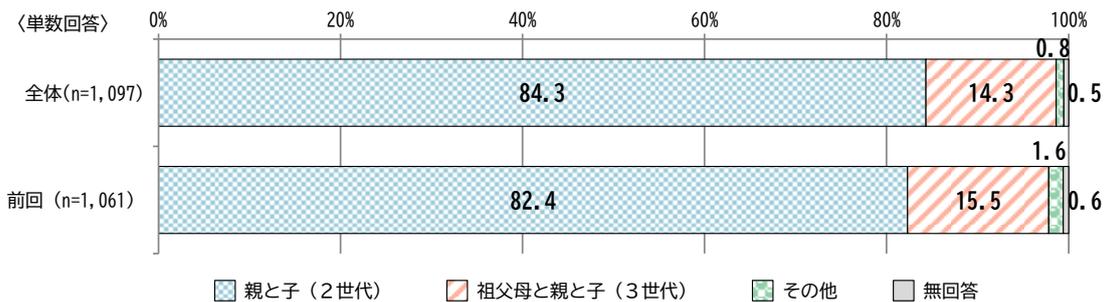
## 2 学年

- ◇ 「中学3年生」が26.8%と最も高く、次いで、「中学1年生」の26.6%、「高校1年生」の25.2%の順となっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「中学1年生」が6.3ポイント「中学3年生」が4.6ポイントそれぞれ減少し、「高校1年生」が6.7ポイント「高校3年生」が4.2ポイントそれぞれ増加しています。



### 3 世帯構成

- ◇ 「親と子（2世代）」が84.3%、「祖父母と親と子（3世代）」が14.3%、「その他」が0.8%となっています。
- ◇ 居住地域別で見ると、鹿屋地域では「祖父母と親と子（3世代）」が12.7%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「親と子（2世代）」が1.9ポイント増加し、「祖父母と親と子（3世代）」が1.2ポイント減少しています。



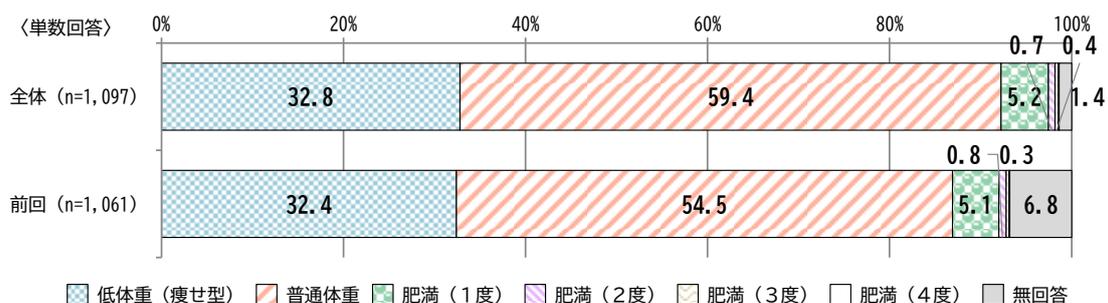
#### ◆ その他の回答

- ・ 寮
- ・ 祖父母と自分
- ・ おじ家族と同居
- ・ 4世代

	単純集計	居住地域別					
	全体	鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市以外	無回答
サンプル数	1,097	802	29	157	72	35	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
親と子（2世代）	925	689	23	126	57	29	1
	84.3%	85.9%	79.3%	80.3%	79.2%	82.9%	50.0%
祖父母と親と子（3世代）	157	102	6	30	15	4	0
	14.3%	12.7%	20.7%	19.1%	20.8%	11.4%	0.0%
その他	9	6	0	1	0	2	0
	0.8%	0.7%	0.0%	0.6%	0.0%	5.7%	0.0%
無回答	6	5	0	0	0	0	1
	0.5%	0.6%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	50.0%

## 4 身長・体重

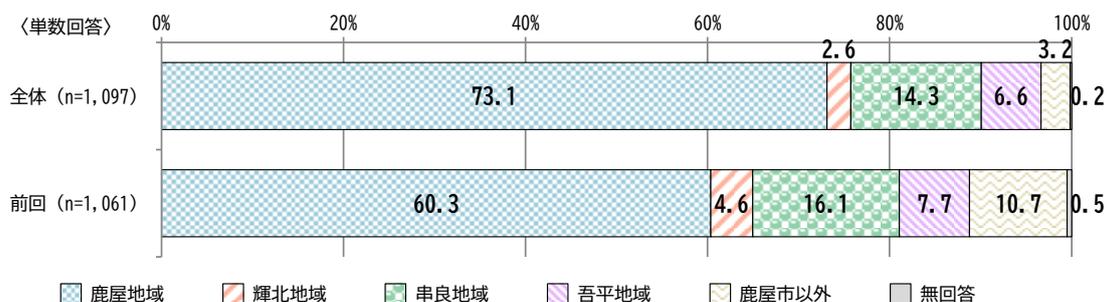
- ◇ 「普通体重」が59.4%と最も高く、次いで、「低体重（痩せ型）」の32.8%、「肥満（1度）」の5.2%の順となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、中学1年生の男女では「低体重（痩せ型）」の割合が5割を超えており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「普通体重」が4.9ポイント増加しています。



	単純集計	性別・学年別								無回答
		全体	中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
低体重 (痩せ型)	360	80	81	45	50	27	39	12	19	0
	32.8%	57.6%	54.0%	30.2%	36.0%	18.4%	31.0%	9.8%	18.6%	0.0%
普通体重	652	50	64	93	83	100	77	91	80	1
	59.4%	36.0%	42.7%	62.4%	59.7%	68.0%	61.1%	74.0%	78.4%	50.0%
肥満 (1度)	57	8	2	6	3	14	6	16	2	0
	5.2%	5.8%	1.3%	4.0%	2.2%	9.5%	4.8%	13.0%	2.0%	0.0%
肥満 (2度)	8	0	0	4	0	1	2	0	1	0
	0.7%	0.0%	0.0%	2.7%	0.0%	0.7%	1.6%	0.0%	1.0%	0.0%
肥満 (3度)	4	0	0	0	0	0	0	4	0	0
	0.4%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	3.3%	0.0%	0.0%
肥満 (4度)	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0
	0.1%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%
無回答	15	1	3	1	3	5	1	0	0	1
	1.4%	0.7%	2.0%	0.7%	2.2%	3.4%	0.8%	0.0%	0.0%	50.0%

## 5 住まいの地域

- ◇ 「鹿屋地域」が73.1%と最も高く、次いで、「串良地域」の14.3%、「吾平地域」の6.6%の順となっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「鹿屋地域」が12.8ポイント増加しています。

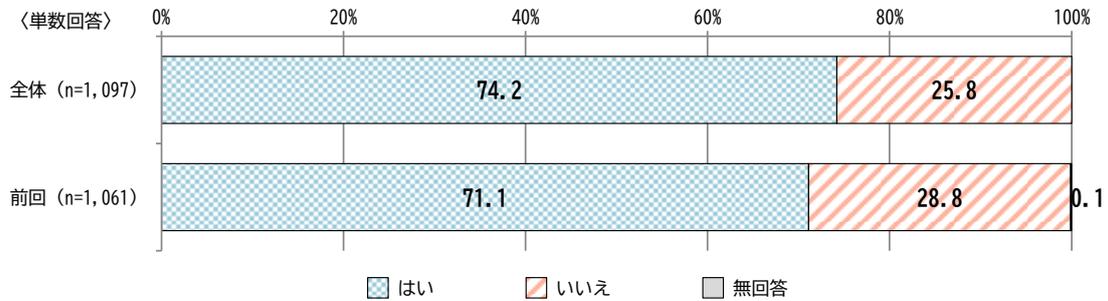


## Ⅱ 栄養・食生活について

問1 次のことについて、「はい」または「いいえ」のいずれかに○印をつけてください。(項目ごとに1か2のいずれかひとつに○)

① 緑黄色野菜（にんじん・トマト・ピーマンなど）をよく食べるほうである

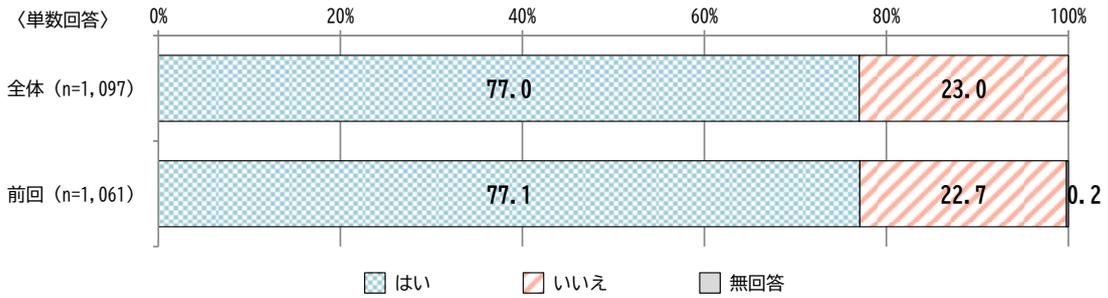
- ◇ 「はい」が74.2%、「いいえ」が25.8%となっています。
- ◇ 朝食の様子別で見ると、週2～3回では「はい」が65.5%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 家族との食事別で見ると、ほとんど食べないでは「はい」が62.7%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が3.1ポイント増加しています。



	単純集計 全体	朝食の様子					家族との食事				
		毎日食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど食べない	無回答	毎日食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど食べない	無回答
サンプル数	1,097	869	96	58	72	2	773	154	85	83	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	814	655	68	38	51	2	586	108	66	52	2
	74.2%	75.4%	70.8%	65.5%	70.8%	100.0%	75.8%	70.1%	77.6%	62.7%	100.0%
いいえ	283	214	28	20	21	0	187	46	19	31	0
	25.8%	24.6%	29.2%	34.5%	29.2%	0.0%	24.2%	29.9%	22.4%	37.3%	0.0%
無回答	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

② 果物類をよく食べるほうである

- ◇ 「はい」が77.0%、「いいえ」が23.0%となっています。
- ◇ 性別・学年別で見ると、男女ともに学年が上がるごとに「はい」の割合が下がっています。とくに高校3年生女子では「はい」が6割台となっており、他より低くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「いいえ」が0.3ポイント増加しています。



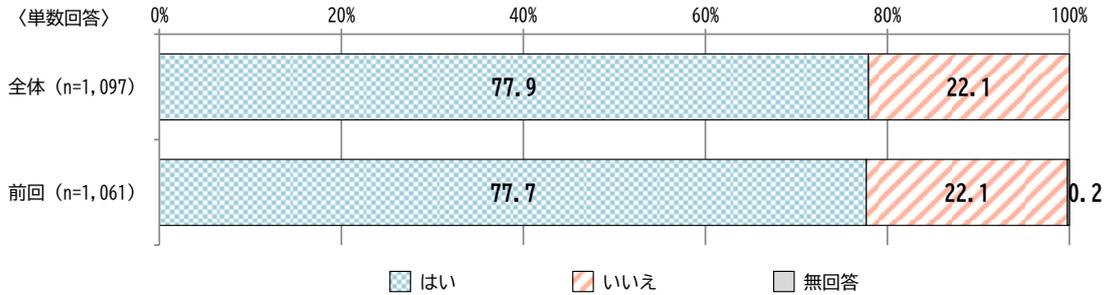
	単純集計	性別・学年別								
		全体	中学1年生男子	中学1年生女子	中学3年生男子	中学3年生女子	高校1年生男子	高校1年生女子	高校3年生男子	高校3年生女子
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	845	113	128	116	107	111	96	91	68	0
	77.0%	81.3%	85.3%	77.9%	77.0%	75.5%	76.2%	74.0%	66.7%	0.0%
いいえ	252	26	22	33	32	36	30	32	34	2
	23.0%	18.7%	14.7%	22.1%	23.0%	24.5%	23.8%	26.0%	33.3%	100.0%
無回答	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

③ 乳製品をよく食べるほうである

◇ 「はい」が77.9%、「いいえ」が22.1%となっています。

◇ 朝食の様子別でみると、ほとんど食べないでは「はい」が65.3%となっており、他より低くなっています。

◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が0.2ポイント増加しています。



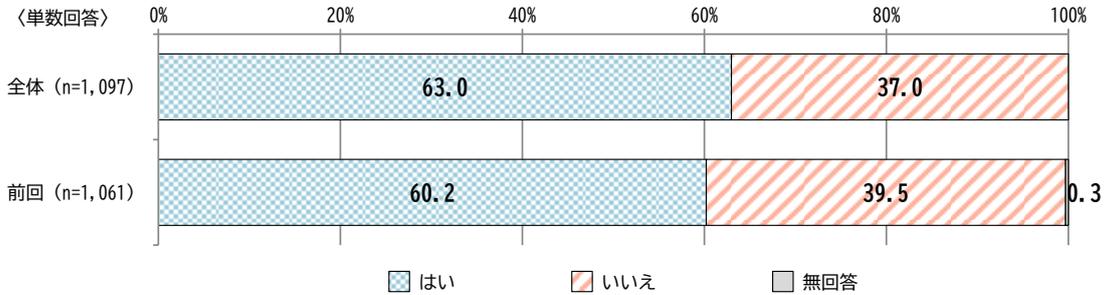
	単純集計 全体	朝食の様子				
		毎日 食べる	週4~5回	週2~3回	ほとんど 食べない	無回答
サンプル数	1,097	869	96	58	72	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	855	678	80	49	47	1
	77.9%	78.0%	83.3%	84.5%	65.3%	50.0%
いいえ	242	191	16	9	25	1
	22.1%	22.0%	16.7%	15.5%	34.7%	50.0%
無回答	0	0	0	0	0	0
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

④ 小魚類・海草類をよく食べるほうである

◇ 「はい」が63.0%、「いいえ」が37.0%となっています。

◇ 性別・学年別でみると、中学1年生男子では「はい」が76.3%となっており、他より高くなっています。

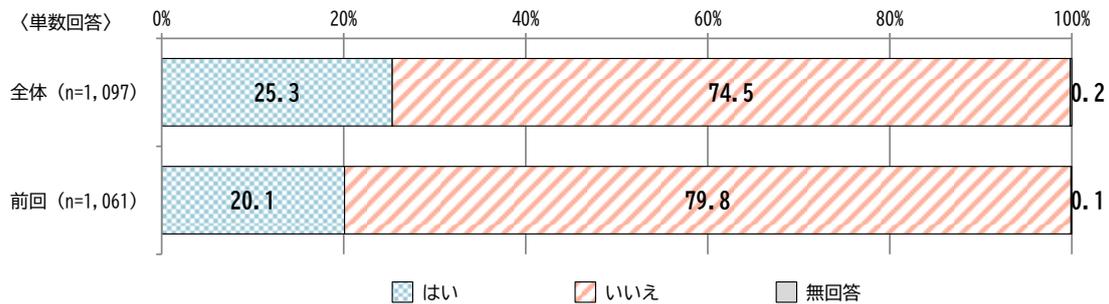
◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が2.8ポイント増加しています。



	単純集計	性別・学年別								
		全体	中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	691	106	87	92	80	97	71	77	64	2
	63.0%	76.3%	58.0%	61.7%	57.6%	66.0%	56.3%	62.6%	62.7%	100.0%
いいえ	406	33	63	57	59	50	55	46	38	0
	37.0%	23.7%	42.0%	38.3%	42.4%	34.0%	43.7%	37.4%	37.3%	0.0%
無回答	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

⑤ 食事を抑制し、ダイエットをしたことがある（している）

- ◇ 「はい」が25.3%、「いいえ」が74.5%となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、高校1年生女子と高校3年生女子では「はい」の割合が4割を超え、他より高くなっています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、週2～3回とほとんど食べないでは「はい」の割合が3割を超えています。
- ◇ 家族との食事別でみると、ほとんど食べないでは「はい」の割合が3割を超え、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が5.2ポイント増加しています。

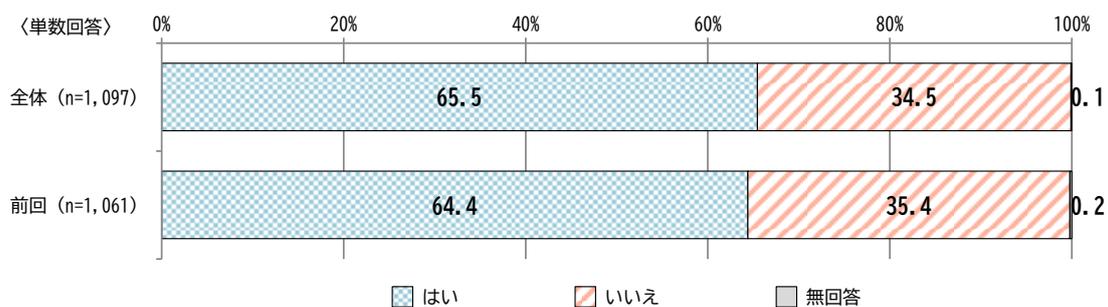


	単純集計 全体	性別・学年別								
		中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子	無回答
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	278	16	38	17	54	21	56	24	48	0
	25.3%	11.5%	25.3%	11.4%	38.8%	14.3%	44.4%	19.5%	47.1%	0.0%
いいえ	817	122	112	132	85	125	70	99	54	2
	74.5%	87.8%	74.7%	88.6%	61.2%	85.0%	55.6%	80.5%	52.9%	100.0%
無回答	2	1	0	0	0	1	0	0	0	0
	0.2%	0.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

	単純集計 全体	朝食の様子					家族との食事				
		毎日 食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど 食べない	無回答	毎日 食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど 食べない	無回答
サンプル数	1,097	869	96	58	72	2	773	154	85	83	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	278	215	21	19	22	1	188	41	19	29	1
	25.3%	24.7%	21.9%	32.8%	30.6%	50.0%	24.3%	26.6%	22.4%	34.9%	50.0%
いいえ	817	653	75	39	50	0	584	113	66	54	0
	74.5%	75.1%	78.1%	67.2%	69.4%	0.0%	75.5%	73.4%	77.6%	65.1%	0.0%
無回答	2	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1
	0.2%	0.1%	0.0%	0.0%	0.0%	50.0%	0.1%	0.0%	0.0%	0.0%	50.0%

⑥ 間食・おやつをよく食べている

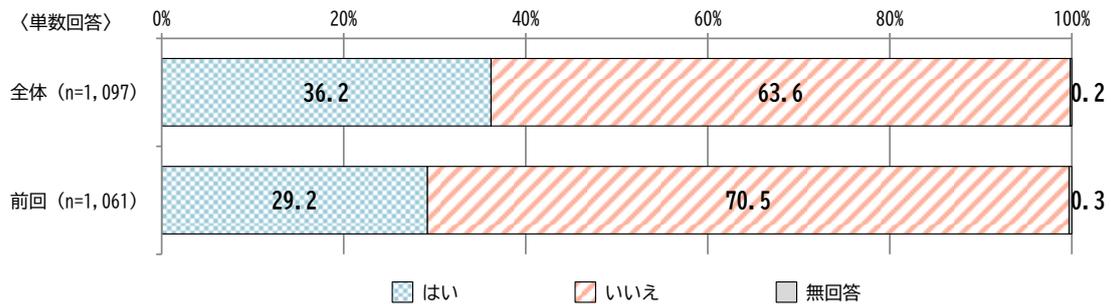
- ◇ 「はい」が65.5%、「いいえ」が34.5%となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、すべての学年において女子の方が「はい」の割合が高く、中学1年生女子と高校1年生女子では「はい」の割合がおおよそ8割となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が1.1ポイント増加しています。



	単純集計	性別・学年別								
	全体	中学1年生男子	中学1年生女子	中学3年生男子	中学3年生女子	高校1年生男子	高校1年生女子	高校3年生男子	高校3年生女子	無回答
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	718	88	117	88	86	90	100	64	67	2
	65.5%	63.3%	78.0%	59.1%	61.9%	61.2%	79.4%	52.0%	65.7%	100.0%
いいえ	378	51	33	61	53	56	26	59	35	0
	34.5%	36.7%	22.0%	40.9%	38.1%	38.1%	20.6%	48.0%	34.3%	0.0%
無回答	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	0.1%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

⑦ ファーストフードの店によく行く

- ◇ 「はい」が36.2%、「いいえ」が63.6%となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、中学3年生男子では「はい」が24.2%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、週2～3回とほとんど食べないでは「はい」の割合がおおよそ5割となっており、他より高くなっています。
- ◇ 家族との食事別でみると、ほとんど食べないでは「はい」が47.0%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が7.0ポイント高くなっています。

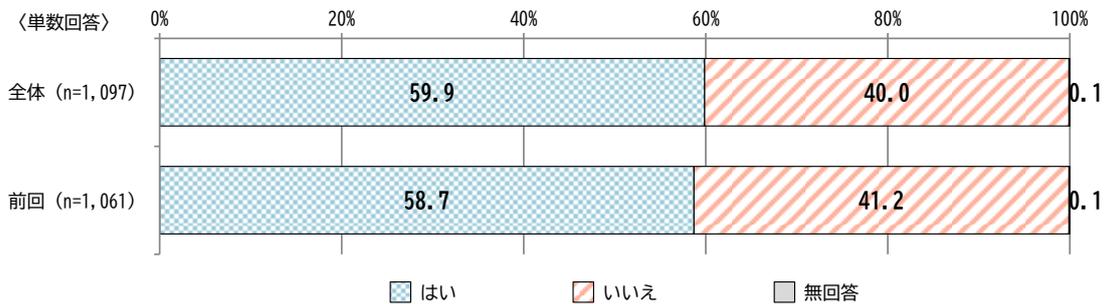


	単純集計	性別・学年別								
		全体	中学1年生男子	中学1年生女子	中学3年生男子	中学3年生女子	高校1年生男子	高校1年生女子	高校3年生男子	高校3年生女子
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	397	46	60	36	42	48	58	55	40	2
	36.2%	33.1%	40.0%	24.2%	30.2%	32.7%	46.0%	44.7%	39.2%	100.0%
いいえ	698	93	90	113	97	98	67	68	62	0
	63.6%	66.9%	60.0%	75.8%	69.8%	66.7%	53.2%	55.3%	60.8%	0.0%
無回答	2	0	0	0	0	1	1	0	0	0
	0.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.7%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%

	単純集計	朝食の様子					家族との食事				
		全体	毎日食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど食べない	無回答	毎日食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど食べない
サンプル数	1,097	869	96	58	72	2	773	154	85	83	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	397	298	35	28	35	1	266	62	29	39	1
	36.2%	34.3%	36.5%	48.3%	48.6%	50.0%	34.4%	40.3%	34.1%	47.0%	50.0%
いいえ	698	569	61	30	37	1	506	91	56	44	1
	63.6%	65.5%	63.5%	51.7%	51.4%	50.0%	65.5%	59.1%	65.9%	53.0%	50.0%
無回答	2	2	0	0	0	0	1	1	0	0	0
	0.2%	0.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.1%	0.6%	0.0%	0.0%	0.0%

⑧ 県の特産物（さつまいも、黒豚等）や身近で取れた地域の食材をよく食べる

- ◇ 「はい」が59.9%、「いいえ」が40.0%となっています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、ほとんど食べないでは「はい」が48.6%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 家族との食事別でみると、週2～3回では「はい」が47.1%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 居住地域別でみると、串良地域と吾平地域では「はい」の割合が6割を超えており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が1.2ポイント増加しています。

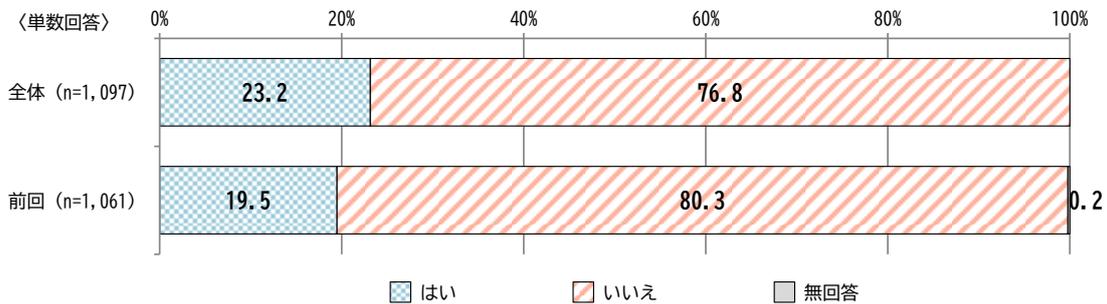


	単純集計 全体	朝食の様子					家族との食事				
		毎日食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど食べない	無回答	毎日食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど食べない	無回答
サンプル数	1,097	869	96	58	72	2	773	154	85	83	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	657	531	54	36	35	1	492	79	40	45	1
	59.9%	61.1%	56.3%	62.1%	48.6%	50.0%	63.6%	51.3%	47.1%	54.2%	50.0%
いいえ	439	338	42	22	36	1	280	75	45	38	1
	40.0%	38.9%	43.8%	37.9%	50.0%	50.0%	36.2%	48.7%	52.9%	45.8%	50.0%
無回答	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0
	0.1%	0.0%	0.0%	0.0%	1.4%	0.0%	0.1%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

	単純集計 全体	居住地域別					
		鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市以外	無回答
サンプル数	1,097	802	29	157	72	35	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	657	467	16	101	47	24	2
	59.9%	58.2%	55.2%	64.3%	65.3%	68.6%	100.0%
いいえ	439	334	13	56	25	11	0
	40.0%	41.6%	44.8%	35.7%	34.7%	31.4%	0.0%
無回答	1	1	0	0	0	0	0
	0.1%	0.1%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

⑨ 学校や塾の帰りにコンビニエンス・ストアなどでよく買い食いをする

- ◇ 「はい」が23.2%、「いいえ」が76.8%となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、高校1年生男子と高校3年生男子では「はい」の割合が4割を超えており、他より高くなっています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、ほとんど食べないでは「はい」が36.1%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 家族との食事別でみると、ほとんど食べないでは「はい」が45.8%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が3.7ポイント増加しています。

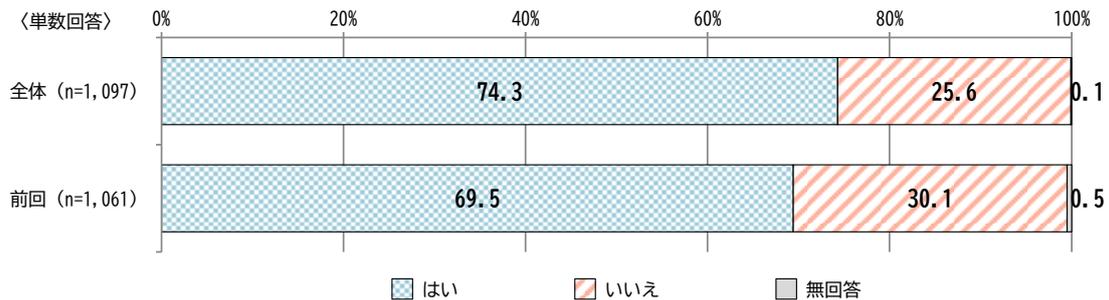


	単純集計 全体	性別・学年別								
		中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子	無回答
サンプル数	1,097 100.0%	139 100.0%	150 100.0%	149 100.0%	139 100.0%	147 100.0%	126 100.0%	123 100.0%	102 100.0%	2 100.0%
はい	254 23.2%	17 12.2%	13 8.7%	25 16.8%	16 11.5%	59 40.1%	46 36.5%	51 41.5%	20 19.6%	0 0.0%
いいえ	843 76.8%	122 87.8%	137 91.3%	124 83.2%	123 88.5%	88 59.9%	80 63.5%	72 58.5%	82 80.4%	2 100.0%
無回答	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%

	単純集計 全体	朝食の様子					家族との食事				
		毎日 食べる	週4~5回	週2~3回	ほとんど 食べない	無回答	毎日 食べる	週4~5回	週2~3回	ほとんど 食べない	無回答
サンプル数	1,097 100.0%	869 100.0%	96 100.0%	58 100.0%	72 100.0%	2 100.0%	773 100.0%	154 100.0%	85 100.0%	83 100.0%	2 100.0%
はい	254 23.2%	180 20.7%	27 28.1%	19 32.8%	26 36.1%	2 100.0%	143 18.5%	47 30.5%	24 28.2%	38 45.8%	2 100.0%
いいえ	843 76.8%	689 79.3%	69 71.9%	39 67.2%	46 63.9%	0 0.0%	630 81.5%	107 69.5%	61 71.8%	45 54.2%	0 0.0%
無回答	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%

⑩ 主食・主菜・副菜を基本に、栄養バランスのとれた食事をするようにしている

- ◇ 「はい」が74.3%、「いいえ」が25.6%となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、中学1年生男子では「はい」が84.2%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 家族との食事別でみると、ほとんど食べないでは「はい」が57.8%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 居住地域別でみると、鹿屋市以外では「はい」が62.9%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が4.8ポイント増加しています。

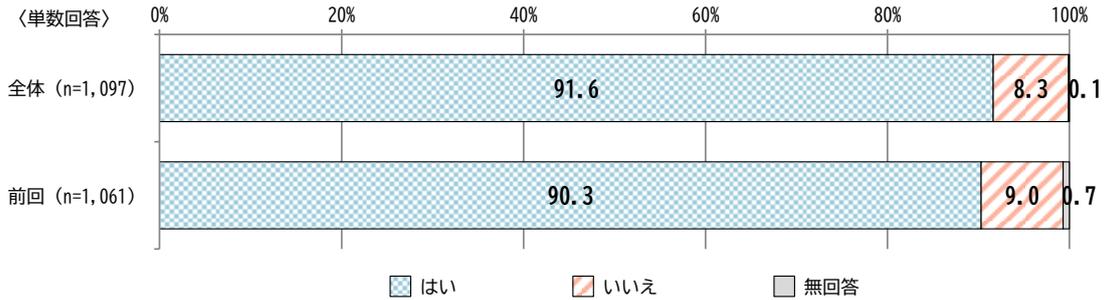


	単純集計 全体	性別・学年別								
		中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子	無回答
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	815	117	110	118	103	109	93	84	69	0
	74.3%	84.2%	73.3%	79.2%	74.1%	74.1%	73.8%	68.3%	67.6%	0.0%
いいえ	281	22	39	31	36	38	33	39	33	2
	25.6%	15.8%	26.0%	20.8%	25.9%	25.9%	26.2%	31.7%	32.4%	100.0%
無回答	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0
	0.1%	0.0%	0.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

	単純集計 全体	家族との食事					居住地域別					
		毎日 食べる	週4~5回	週2~3回	ほとんど 食べない	無回答	鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市 以外	無回答
サンプル数	1,097	773	154	85	83	2	802	29	157	72	35	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	815	602	106	57	48	2	599	24	113	56	22	1
	74.3%	77.9%	68.8%	67.1%	57.8%	100.0%	74.7%	82.8%	72.0%	77.8%	62.9%	50.0%
いいえ	281	170	48	28	35	0	202	5	44	16	13	1
	25.6%	22.0%	31.2%	32.9%	42.2%	0.0%	25.2%	17.2%	28.0%	22.2%	37.1%	50.0%
無回答	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0
	0.1%	0.1%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.1%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

⑪ ご飯など穀物をしっかりととるほうである

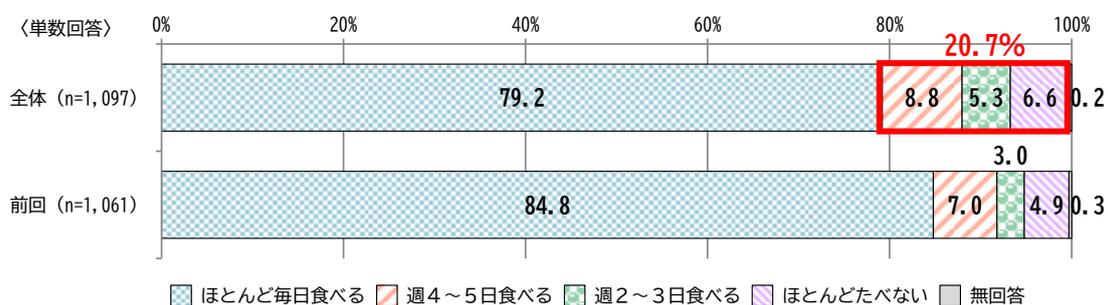
- ◇ 「はい」が91.6%、「いいえ」が8.3%となっています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、毎日食べるでは「はい」の割合が9割を超えており、他より高くなっています。
- ◇ 家族との食事別でみると、毎日食べるでは「はい」の割合が9割を超えており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、1.3ポイント増加しています。



	単純集計 全体	朝食の様子					家族との食事				
		毎日 食べる	週4~5回	週2~3回	ほとんど 食べない	無回答	毎日 食べる	週4~5回	週2~3回	ほとんど 食べない	無回答
サンプル数	1,097	869	96	58	72	2	773	154	85	83	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	1,005	809	85	50	60	1	727	129	75	73	1
	91.6%	93.1%	88.5%	86.2%	83.3%	50.0%	94.0%	83.8%	88.2%	88.0%	50.0%
いいえ	91	59	11	8	12	1	45	25	10	10	1
	8.3%	6.8%	11.5%	13.8%	16.7%	50.0%	5.8%	16.2%	11.8%	12.0%	50.0%
無回答	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	0.1%	0.1%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.1%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

## 問2 あなたはいつも、朝食を食べますか。(〇はひとつ)

- ◇ 「ほとんど毎日食べる」が79.2%と最も高く、次いで、「週4～5日食べる」の8.8%、「ほとんど食べない」の6.6%の順となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、高校3年生男子では「ほとんど毎日食べる」が69.9%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 家族との食事別でみると、ほとんど食べないでは「ほとんど毎日食べる」が54.2%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「ほとんど毎日食べる」が5.6ポイント減少しています。
- ◇ 朝食を欠食する人の割合は20.7%となっています。

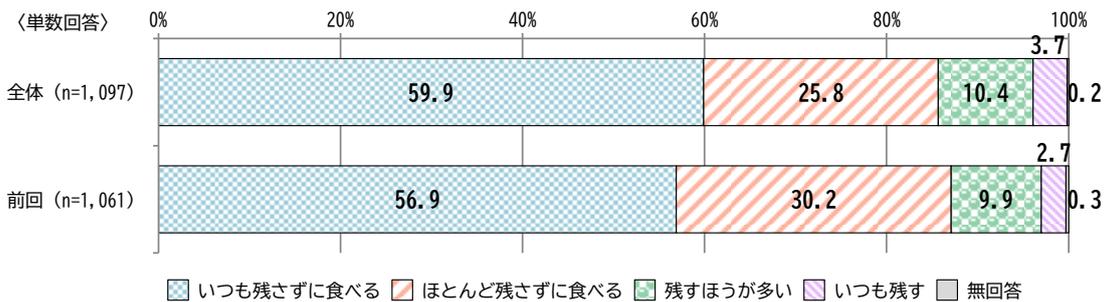


	単純集計 全体	性別・学年別								無回答
		中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子	
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
ほとんど毎日食べる	869	118	123	116	117	111	102	86	79	2
	79.2%	84.9%	82.0%	77.9%	84.2%	75.5%	81.0%	69.9%	77.5%	100.0%
週4～5日食べる	96	12	15	16	13	11	10	8	8	0
	8.8%	8.6%	10.0%	10.7%	9.4%	7.5%	7.9%	6.5%	7.8%	0.0%
週2～3日食べる	58	7	4	9	5	11	7	11	4	0
	5.3%	5.0%	2.7%	6.0%	3.6%	7.5%	5.6%	8.9%	3.9%	0.0%
ほとんど食べない	72	2	8	8	4	13	6	18	11	0
	6.6%	1.4%	5.3%	5.4%	2.9%	8.8%	4.8%	14.6%	10.8%	0.0%
無回答	2	0	0	0	0	1	1	0	0	0
	0.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.7%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%

	単純集計 全体	家族との食事				無回答
		毎日 食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど 食べない	
サンプル数	1,097	773	154	85	83	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
ほとんど毎日食べる	869	649	116	59	45	0
	79.2%	84.0%	75.3%	69.4%	54.2%	0.0%
週4～5日食べる	96	64	15	8	9	0
	8.8%	8.3%	9.7%	9.4%	10.8%	0.0%
週2～3日食べる	58	29	14	6	9	0
	5.3%	3.8%	9.1%	7.1%	10.8%	0.0%
ほとんど食べない	72	31	9	12	20	0
	6.6%	4.0%	5.8%	14.1%	24.1%	0.0%
無回答	2	0	0	0	0	2
	0.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%

### 問3 あなたは給食（弁当、学食を含む）を残さず食べますか。（○はひとつ）

- ◇ 「いつも残さず食べる」が59.9%と最も高く、次いで、「ほとんど残さず食べる」の25.8%、「残すほうが多い」の10.4%の順となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、高校1年生男子と高校3年生の男女では「いつも残さずに食べる」の割合が7割を超えている一方、中学3年生女子では「いつも残す」が15.1%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、週4～5回では「いつも残さずに食べる」が44.8%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 家族との食事別でみると、週4～5回では「いつも残さずに食べる」が49.4%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 学校別でみると、高校生では「いつも残さずに食べる」が74.7%となっており、中学生（47.1%）よりも27.6ポイント高くなっています。
- ◇ 居住地域別でみると、輝北地域では「いつも残さず食べる」の割合がおおよそ4割にとどまっており、他より低くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「いつも残さずに食べる」が3.0ポイント増加しています。



	単純集計 全体	性別・学年別								
		中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子	無回答
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
いつも残さず食べる	657	85	50	102	36	113	81	100	77	1
	59.9%	61.2%	33.3%	68.5%	25.9%	76.9%	64.3%	81.3%	75.5%	50.0%
ほとんど残さず食べる	283	40	51	34	44	29	41	20	20	1
	25.8%	28.8%	34.0%	22.8%	31.7%	19.7%	32.5%	16.3%	19.6%	50.0%
残すほうが多い	114	12	38	11	38	4	2	2	4	0
	10.4%	8.6%	25.3%	7.4%	27.3%	2.7%	1.6%	1.6%	3.9%	0.0%
いつも残す	41	2	11	2	21	0	2	0	1	0
	3.7%	1.4%	7.3%	1.3%	15.1%	0.0%	1.6%	0.0%	1.0%	0.0%
無回答	2	0	0	0	0	1	0	1	0	0
	0.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.7%	0.0%	0.8%	0.0%	0.0%

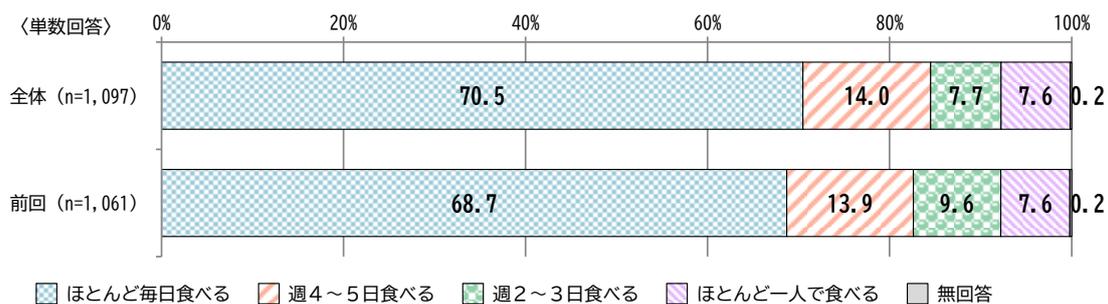
	単純集計 全体	朝食の様子					家族との食事				
		毎日 食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど 食べない	無回答	毎日 食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど 食べない	無回答
サンプル数	1,097	869	96	58	72	2	773	154	85	83	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
いつも残さず食べる	657	540	43	33	41	0	482	76	49	50	0
	59.9%	62.1%	44.8%	56.9%	56.9%	0.0%	62.4%	49.4%	57.6%	60.2%	0.0%
ほとんど残さず食べる	283	212	32	17	22	0	185	54	24	20	0
	25.8%	24.4%	33.3%	29.3%	30.6%	0.0%	23.9%	35.1%	28.2%	24.1%	0.0%
残すほうが多い	114	91	9	5	9	0	81	14	10	9	0
	10.4%	10.5%	9.4%	8.6%	12.5%	0.0%	10.5%	9.1%	11.8%	10.8%	0.0%
いつも残す	41	26	12	2	0	1	25	9	2	4	1
	3.7%	3.0%	12.5%	3.4%	0.0%	50.0%	3.2%	5.8%	2.4%	4.8%	50.0%
無回答	2	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1
	0.2%	0.0%	0.0%	1.7%	0.0%	50.0%	0.0%	0.6%	0.0%	0.0%	50.0%

	単純集計 全体	学校別・性別						無回答
		中学生	中学生 男子	中学生 女子	高校生	高校生 男子	高校生 女子	
サンプル数	1,097	586	288	289	509	270	228	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
いつも残さず食べる	657	276	187	86	380	213	158	1
	59.9%	47.1%	64.9%	29.8%	74.7%	78.9%	69.3%	50.0%
ほとんど残さず食べる	283	171	74	95	111	49	61	1
	25.8%	29.2%	25.7%	32.9%	21.8%	18.1%	26.8%	50.0%
残すほうが多い	114	101	23	76	13	6	6	0
	10.4%	17.2%	8.0%	26.3%	2.6%	2.2%	2.6%	0.0%
いつも残す	41	38	4	32	3	0	3	0
	3.7%	6.5%	1.4%	11.1%	0.6%	0.0%	1.3%	0.0%
無回答	2	0	0	0	2	2	0	0
	0.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.4%	0.7%	0.0%	0.0%

	単純集計 全体	居住地域別					無回答
		鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市 以外	
サンプル数	1,097	802	29	157	72	35	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
いつも残さず食べる	657	488	12	82	50	24	1
	59.9%	60.8%	41.4%	52.2%	69.4%	68.6%	50.0%
ほとんど残さず食べる	283	203	13	41	16	10	0
	25.8%	25.3%	44.8%	26.1%	22.2%	28.6%	0.0%
残すほうが多い	114	84	3	19	6	1	1
	10.4%	10.5%	10.3%	12.1%	8.3%	2.9%	50.0%
いつも残す	41	26	1	14	0	0	0
	3.7%	3.2%	3.4%	8.9%	0.0%	0.0%	0.0%
無回答	2	1	0	1	0	0	0
	0.2%	0.1%	0.0%	0.6%	0.0%	0.0%	0.0%

問4 あなたはいつも、ご家族と一緒に夕食（又は朝食）を食べますか。  
 (○はひとつ)

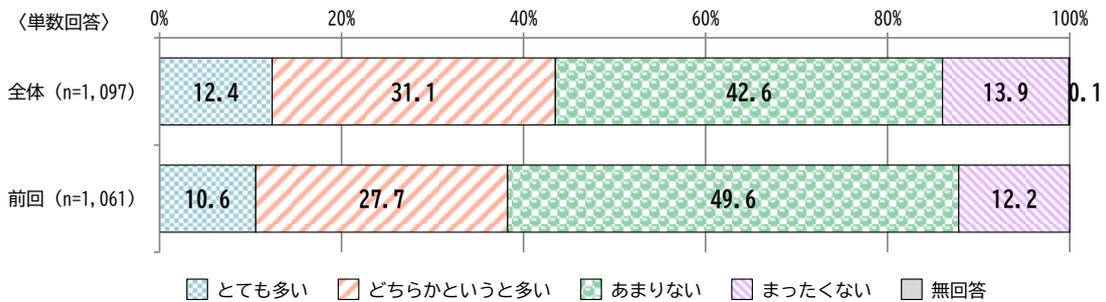
- ◇ 「ほとんど毎日一緒に食べる」が70.5%と最も高く、次いで、「週4～5日は一緒に食べる」の14.0%、「週2～3日には一緒に食べる」の7.7%の順となっています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、ほとんど食べないでは「ほとんど一人で食べる」が27.8%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「ほとんど毎日食べる」が1.8ポイント増加しています。



	単純集計		朝食の様子			
	全体	毎日食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど食べない	無回答
サンプル数	1,097	869	96	58	72	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
ほとんど毎日一緒に食べる	773	649	64	29	31	0
	70.5%	74.7%	66.7%	50.0%	43.1%	0.0%
週4～5日は一緒に食べる	154	116	15	14	9	0
	14.0%	13.3%	15.6%	24.1%	12.5%	0.0%
週2～3日には一緒に食べる	85	59	8	6	12	0
	7.7%	6.8%	8.3%	10.3%	16.7%	0.0%
ほとんど一人で食べる	83	45	9	9	20	0
	7.6%	5.2%	9.4%	15.5%	27.8%	0.0%
無回答	2	0	0	0	0	2
	0.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%

問5 あなたは嫌いな食べ物がありますか。(〇はひとつ)

- ◇ 「あまりない」が42.6%と最も高く、次いで、「どちらかという和多い」の31.1%、「まったくない」の13.9%の順となっています。
- ◇ 性別・学年別で見ると、中学1年生男子では「まったくない」が24.5%となっており、他より高くなっています。また、中学1年生女子では「どちらかという和多い」が45.3%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 家族との食事別で見ると、ほとんど食べないでは「とても多い」が22.9%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 居住地域別で見ると、鹿屋市以外では「とても多い」が22.9%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「とても多い」が1.8ポイント増加しています。

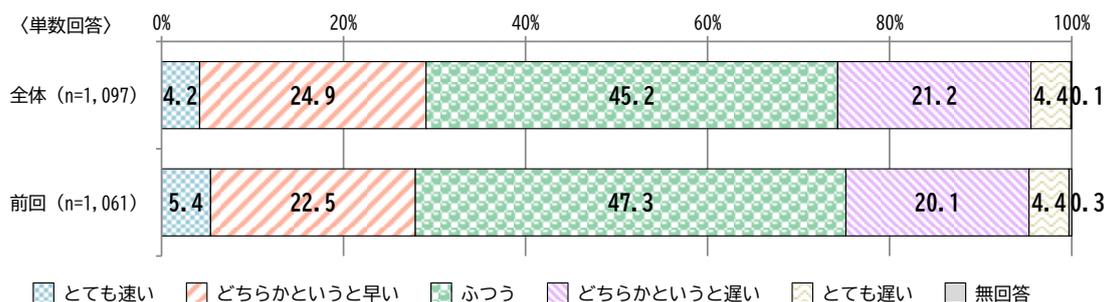


	単純集計 全体	性別・学年別								
		中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子	無回答
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
とても多い	136	8	22	15	18	15	20	19	13	2
	12.4%	5.8%	14.7%	10.1%	12.9%	10.2%	15.9%	15.4%	12.7%	100.0%
どちらかという和多い	341	34	65	40	48	44	48	28	29	0
	31.1%	24.5%	43.3%	26.8%	34.5%	29.9%	38.1%	22.8%	28.4%	0.0%
あまりない	467	62	56	70	59	62	51	51	47	0
	42.6%	44.6%	37.3%	47.0%	42.4%	42.2%	40.5%	41.5%	46.1%	0.0%
まったくない	152	34	7	24	14	26	7	25	13	0
	13.9%	24.5%	4.7%	16.1%	10.1%	17.7%	5.6%	20.3%	12.7%	0.0%
無回答	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0
	0.1%	0.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

	単純集計 全体	家族との食事					居住地域別					
		毎日 食べる	週4~5回	週2~3回	ほとんど 食べない	無回答	鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市 以外	無回答
サンプル数	1,097	773	154	85	83	2	802	29	157	72	35	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
とても多い	136	92	15	9	19	1	93	1	30	3	8	1
	12.4%	11.9%	9.7%	10.6%	22.9%	50.0%	11.6%	3.4%	19.1%	4.2%	22.9%	50.0%
どちらかという和多い	341	223	63	31	23	1	249	13	49	21	8	1
	31.1%	28.8%	40.9%	36.5%	27.7%	50.0%	31.0%	44.8%	31.2%	29.2%	22.9%	50.0%
あまりない	467	338	62	34	33	0	353	13	51	34	16	0
	42.6%	43.7%	40.3%	40.0%	39.8%	0.0%	44.0%	44.8%	32.5%	47.2%	45.7%	0.0%
まったくない	152	119	14	11	8	0	106	2	27	14	3	0
	13.9%	15.4%	9.1%	12.9%	9.6%	0.0%	13.2%	6.9%	17.2%	19.4%	8.6%	0.0%
無回答	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0
	0.1%	0.1%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.1%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

## 問6 あなたの食べる速さはどのくらいですか。(〇はひとつ)

- ◇ 「ふつう」が45.2%と最も高く、次いで、「どちらかという早い」の24.9%、「どちらかという遅い」の21.2%の順となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、中学1年生女子と中学3年生女子では「どちらかという遅い」の割合が3割を超えています。
- ◇ 家族との食事別でみると、ほとんど食べないでは「とても速い」の割合が1割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「ふつう」が2.1ポイント減少しています。

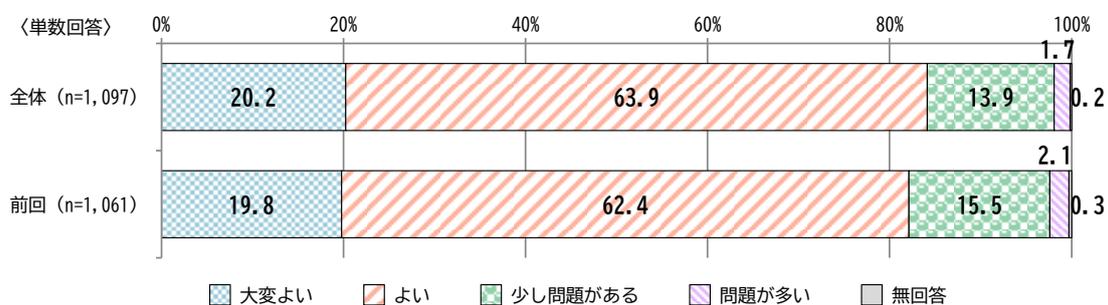


	単純集計 全体	性別・学年別								無回答
		中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子	
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
とても速い	4.2%	4.3%	0.7%	6.0%	1.4%	4.8%	3.2%	6.5%	4.9%	0.0%
どちらかという早い	24.9%	27.3%	14.7%	29.5%	11.5%	34.0%	26.2%	31.7%	27.5%	0.0%
ふつう	45.2%	46.0%	48.0%	51.7%	44.6%	42.2%	42.9%	48.0%	35.3%	100.0%
どちらかという遅い	21.2%	18.0%	31.3%	10.1%	34.5%	16.3%	23.8%	10.6%	26.5%	0.0%
とても遅い	4.4%	3.6%	5.3%	2.7%	7.9%	2.7%	4.0%	3.3%	5.9%	0.0%
無回答	0.1%	0.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

	単純集計 全体	家族との食事				無回答
		毎日 食べる	週4~5回	週2~3回	ほとんど 食べない	
サンプル数	1,097	773	154	85	83	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
とても速い	4.2%	3.8%	1.3%	7.1%	10.8%	0.0%
どちらかという早い	24.9%	25.0%	24.7%	25.9%	22.9%	50.0%
ふつう	45.2%	45.7%	46.8%	40.0%	43.4%	50.0%
どちらかという遅い	21.2%	21.2%	22.7%	22.4%	18.1%	0.0%
とても遅い	4.4%	4.3%	4.5%	4.7%	4.8%	0.0%
無回答	0.1%	0.1%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

## 問7 あなたは、現在の食生活をどのように思いますか。(〇はひとつ)

- ◇ 「よい」が63.9%と最も高く、次いで、「大変よい」の20.2%、「少し問題がある」の13.9%の順となっています。
- ◇ 学校別・性別でみると、中学生男子では「大変よい」が31.3%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、週2～3回とほとんど食べないでは「大変よい」の割合が1割を下回っており、他より低くなっています。
- ◇ 居住地域別でみると、吾平地区では『よい』（「大変よい」と「よい」の合計）の割合が9割を超えており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「よい」が1.5ポイント増加しています。



### ◆ 「少し問題がある」の具体的内容

- ・ バランスが悪い
- ・ お菓子ばかり食べている
- ・ 好き嫌が多い
- ・ 野菜が足りない
- ・ 量が多すぎる
- ・ 量が少なすぎる
- ・ 間食が多い
- ・ 朝ご飯を食べない
- ・ 食べ残しがある

### ◆ 「問題が多い」の具体的な内容

- ・ 食べすぎ
- ・ 好き嫌が多い
- ・ 野菜を食べない
- ・ 間食が多い
- ・ バランスが悪い

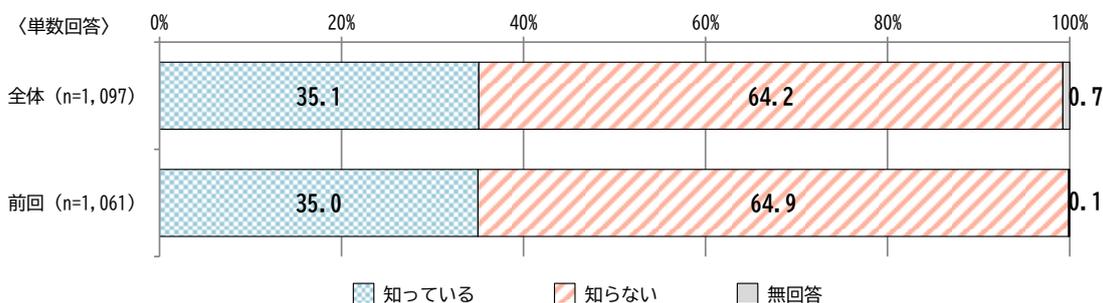
	単純集計 全体	学校別・性別						無回答
		中学生	中学生 男子	中学生 女子	高校生	高校生 男子	高校生 女子	
サンプル数	1,097	586	288	289	509	270	228	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
大変よい	222	142	90	51	80	47	30	0
	20.2%	24.2%	31.3%	17.6%	15.7%	17.4%	13.2%	0.0%
よい	701	360	168	187	341	183	151	0
	63.9%	61.4%	58.3%	64.7%	67.0%	67.8%	66.2%	0.0%
少し問題がある	153	73	27	45	79	36	43	1
	13.9%	12.5%	9.4%	15.6%	15.5%	13.3%	18.9%	50.0%
問題が多い	19	10	2	6	8	3	4	1
	1.7%	1.7%	0.7%	2.1%	1.6%	1.1%	1.8%	50.0%
無回答	2	1	1	0	1	1	0	0
	0.2%	0.2%	0.3%	0.0%	0.2%	0.4%	0.0%	0.0%

	単純集計 全体	朝食の様子					居住地域別					
		毎日 食べる	週4~5回	週2~3回	ほとんど 食べない	無回答	鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市 以外	無回答
サンプル数	1,097	869	96	58	72	2	802	29	157	72	35	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
大変よい	222	198	14	5	5	0	176	2	23	17	4	0
	20.2%	22.8%	14.6%	8.6%	6.9%	0.0%	21.9%	6.9%	14.6%	23.6%	11.4%	0.0%
よい	701	560	57	38	46	0	496	23	105	49	27	1
	63.9%	64.4%	59.4%	65.5%	63.9%	0.0%	61.8%	79.3%	66.9%	68.1%	77.1%	50.0%
少し問題がある	153	97	22	15	18	1	116	4	22	6	4	1
	13.9%	11.2%	22.9%	25.9%	25.0%	50.0%	14.5%	13.8%	14.0%	8.3%	11.4%	50.0%
問題が多い	19	13	3	0	3	0	13	0	6	0	0	0
	1.7%	1.5%	3.1%	0.0%	4.2%	0.0%	1.6%	0.0%	3.8%	0.0%	0.0%	0.0%
無回答	2	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0
	0.2%	0.1%	0.0%	0.0%	0.0%	50.0%	0.1%	0.0%	0.6%	0.0%	0.0%	0.0%

問8 あなたは、自分の適性体重がどのくらいであるか知っていますか。

(○はひとつ)

- ◇ 「知っている」が35.1%、「知らない」が64.2%となっています。
- ◇ 性別・学年別で見ると、高校3年生男子では「知っている」が48.0%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 学校別・性別で見ると、中学生男子では「知っている」が25.3%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 居住地域別で見ると、輝北地域では「知っている」が24.1%となっており、他より低くなっています。



	単純集計 全体	性別・学年別								無回答
		中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子	
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
知っている	385	34	49	39	48	50	56	59	38	1
	35.1%	24.5%	32.7%	26.2%	34.5%	34.0%	44.4%	48.0%	37.3%	50.0%
知らない	704	102	101	110	91	96	69	64	61	1
	64.2%	73.4%	67.3%	73.8%	65.5%	65.3%	54.8%	52.0%	59.8%	50.0%
無回答	8	3	0	0	0	1	1	0	3	0
	0.7%	2.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.7%	0.8%	0.0%	2.9%	0.0%

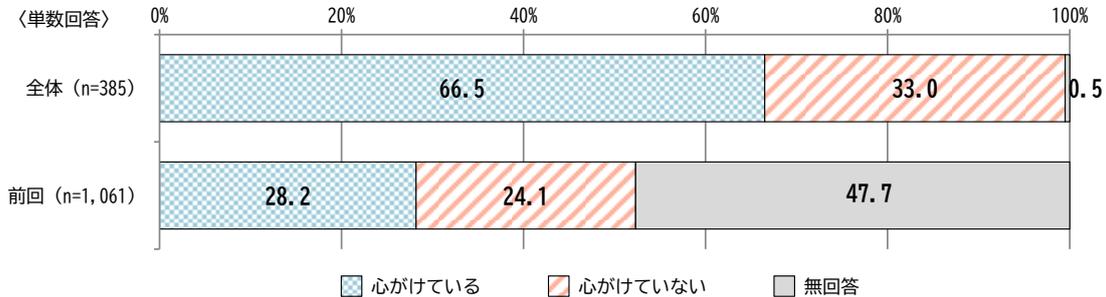
	単純集計 全体	学校別・性別					無回答	
		中学生 男子	中学生 女子	高校生 男子	高校生 女子			
サンプル数	1,097	586	288	289	509	270	228	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
知っている	385	173	73	97	211	109	94	1
	35.1%	29.5%	25.3%	33.6%	41.5%	40.4%	41.2%	50.0%
知らない	704	410	212	192	293	160	130	1
	64.2%	70.0%	73.6%	66.4%	57.6%	59.3%	57.0%	50.0%
無回答	8	3	3	0	5	1	4	0
	0.7%	0.5%	1.0%	0.0%	1.0%	0.4%	1.8%	0.0%

	単純集計	居住地域別					
	全体	鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市以外	無回答
サンプル数	1,097	802	29	157	72	35	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
知っている	385	276	7	59	27	15	1
	35.1%	34.4%	24.1%	37.6%	37.5%	42.9%	50.0%
知らない	704	520	22	97	44	20	1
	64.2%	64.8%	75.9%	61.8%	61.1%	57.1%	50.0%
無回答	8	6	0	1	1	0	0
	0.7%	0.7%	0.0%	0.6%	1.4%	0.0%	0.0%

問8で「1. 知っている」と回答された方におたずねします。

問9 あなたは、自分の体重を適正に保つよう心がけていますか。(○はひとつ)

- ◇ 「心がけている」が66.5%、「心がけていない」が33.0%となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、中学3年生女子では「心がけている」の割合が8割を超えている一方、高校1年生男子と高校3年生男子では「心がけていない」の割合が4割を超えています。
- ◇ 家族との食事別でみると、週2～3回では「心がけている」が55.2%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 居住地域別でみると、鹿屋市以外では「心がけている」が53.3%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 前回は全員を回答の対象としたため無回答が多く、比較不可となります。

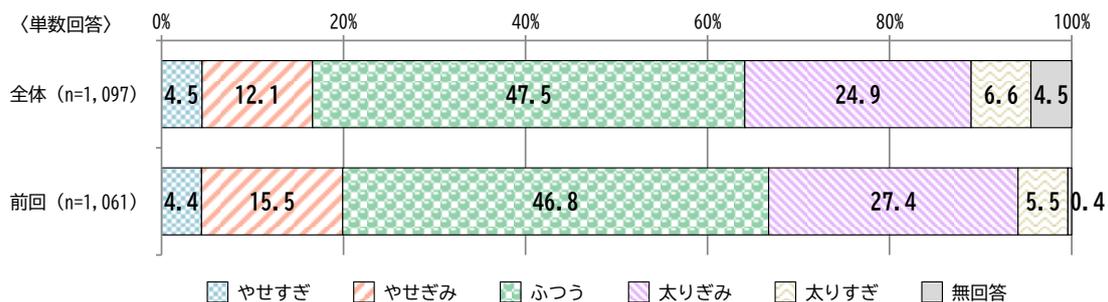


	単純集計	性別・学年別								
	全体	中学1年生男子	中学1年生女子	中学3年生男子	中学3年生女子	高校1年生男子	高校1年生女子	高校3年生男子	高校3年生女子	無回答
サンプル数	385	34	49	39	48	50	56	59	38	1
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
心がけている	256	22	36	28	41	27	40	34	23	0
	66.5%	64.7%	73.5%	71.8%	85.4%	54.0%	71.4%	57.6%	60.5%	0.0%
心がけていない	127	12	13	11	7	23	16	24	14	1
	33.0%	35.3%	26.5%	28.2%	14.6%	46.0%	28.6%	40.7%	36.8%	100.0%
無回答	2	0	0	0	0	0	0	1	1	0
	0.5%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.7%	2.6%	0.0%

	単純集計	家族との食事					居住地域別					
	全体	毎日食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど食べない	無回答	鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市以外	無回答
サンプル数	385	276	49	29	30	1	276	7	59	27	15	1
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
心がけている	256	191	30	16	18	1	180	5	43	20	8	0
	66.5%	69.2%	61.2%	55.2%	60.0%	100.0%	65.2%	71.4%	72.9%	74.1%	53.3%	0.0%
心がけていない	127	83	19	13	12	0	95	2	16	7	6	1
	33.0%	30.1%	38.8%	44.8%	40.0%	0.0%	34.4%	28.6%	27.1%	25.9%	40.0%	100.0%
無回答	2	2	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0
	0.5%	0.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.4%	0.0%	0.0%	0.0%	6.7%	0.0%

問10 あなたは、自分の体型について、どう思いますか。(〇はひとつ)

- ◇ 「ふつう」が47.5%と最も高く、次いで、「太りぎみ」の24.9%、「やせぎみ」の12.1%の順となっています。
- ◇ 性別・学年別で見ると、高校3年生女子では「太りぎみ」が40.2%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 居住地域別で見ると、鹿屋市以外では「太りぎみ」が37.1%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「太りすぎ」が1.1ポイント増加しています。



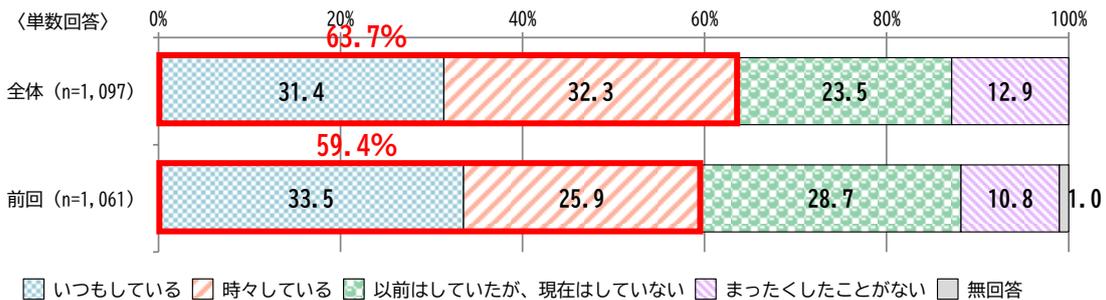
	単純集計 全体	性別・学年別								無回答
		中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子	
サンプル数	1,097 100.0%	139 100.0%	150 100.0%	149 100.0%	139 100.0%	147 100.0%	126 100.0%	123 100.0%	102 100.0%	2 100.0%
やせすぎ	4.5%	4.3%	2.7%	8.7%	0.0%	8.2%	0.0%	7.3%	3.9%	0.0%
やせぎみ	12.1%	15.8%	11.3%	19.5%	3.6%	17.0%	8.7%	10.6%	7.8%	0.0%
ふつう	47.5%	55.4%	46.7%	49.0%	56.1%	46.3%	42.1%	39.8%	44.1%	0.0%
太りぎみ	24.9%	15.8%	28.7%	17.4%	26.6%	17.0%	32.5%	26.0%	40.2%	50.0%
太りすぎ	6.6%	3.6%	7.3%	3.4%	11.5%	4.1%	11.1%	6.5%	2.9%	50.0%
無回答	4.5%	5.0%	3.3%	2.0%	2.2%	7.5%	5.6%	9.8%	1.0%	0.0%

	単純集計 全体	居住地域別					無回答
		鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市 以外	
サンプル数	1,097 100.0%	802 100.0%	29 100.0%	157 100.0%	72 100.0%	35 100.0%	2 100.0%
やせすぎ	4.5%	4.0%	3.4%	5.7%	8.3%	2.9%	0.0%
やせぎみ	12.1%	13.3%	13.8%	6.4%	11.1%	11.4%	0.0%
ふつう	47.5%	47.4%	51.7%	47.1%	51.4%	40.0%	50.0%
太りぎみ	24.9%	24.3%	17.2%	26.8%	23.6%	37.1%	50.0%
太りすぎ	6.6%	6.2%	3.4%	10.2%	4.2%	5.7%	0.0%
無回答	4.5%	4.7%	10.3%	3.8%	1.4%	2.9%	0.0%

### Ⅲ 運動状況について

問 11 あなたはいつも、学校の授業以外で何か運動やスポーツをしていますか。  
(○はひとつ)

- ◇ 「時々している」が32.3%と最も高く、次いで、「いつもしている」の31.4%、「以前はしていたが、現在はしていない」の23.5%の順となっています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、週2～3回では「まったくしたことがない」が25.9%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 学校別・性別でみると、中学生男子では「いつもしている」が45.8%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 居住地域別でみると、鹿屋市以外では「以前はしていたが、現在はしていない」が37.1%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、『している』（「いつもしている」と「時々している」の合計）が4.3ポイント増加しています。



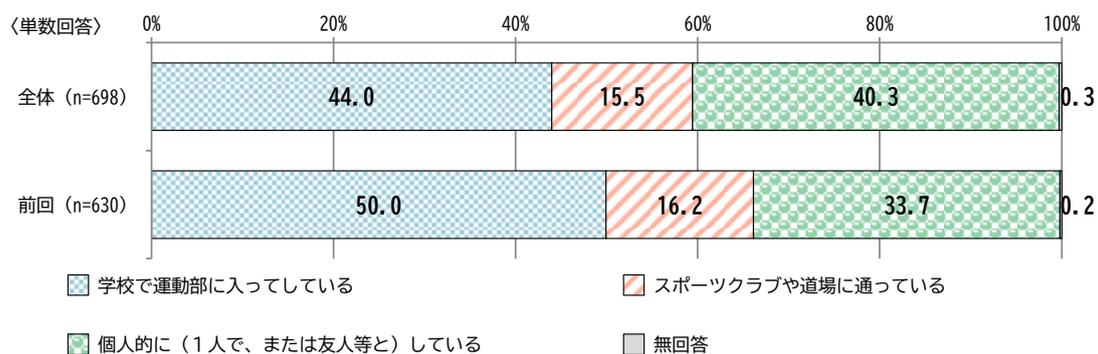
	単純集計 全体	朝食の様子					学校別・性別						
		毎日 食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど 食べない	無回答	中学生	中学生 男子	中学生 女子	高校生	高校生 男子	高校生 女子	無回答
サンプル数	1,097	869	96	58	72	2	586	288	289	509	270	228	2
いつもしている	344	285	27	14	17	1	214	132	80	130	89	38	0
時々している	354	282	33	17	21	1	203	106	95	151	86	60	0
以前はしていたが、現在はしていない	258	204	22	12	20	0	109	36	72	148	62	84	1
まったくしたことがない	141	98	14	15	14	0	60	14	42	80	33	46	1
無回答	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

	単純集計 全体	居住地域別					無回答
		鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市 以外	
サンプル数	1,097	802	29	157	72	35	2
いつもしている	344	263	7	41	25	8	0
時々している	354	246	14	69	15	9	1
以前はしていたが、現在はしていない	258	185	7	30	22	13	1
まったくしたことがない	141	108	1	17	10	5	0
無回答	0	0	0	0	0	0	0

問11で「1. いつもしている」「2. 時々している」と回答された方におたずねします。

問12 主にどんなかたちで運動やスポーツをしていますか。(○はひとつ)

- ◇ 「学校で運動部に入っている」が44.0%、「スポーツクラブや道場に通っている」が15.5%、「個人的に（1人で、または友人等と）している」が40.3%となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、中学3年生男子では「スポーツクラブや道場に通っている」が28.2%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、ほとんど食べないでは「個人的に（1人で、または友人等と）している」の割合が5割を超えています。
- ◇ 家族との食事別でみると、ほとんど食べないでは「個人的に（1人で、または友人等と）している」の割合が6割を超えています。
- ◇ 居住地域別でみると、串良地域では「学校で運動部に入っている」が28.2%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「学校で運動部に入っている」が6.0ポイント減少している一方、「個人的に（1人で、または友人等と）している」が6.6ポイント増加しています。



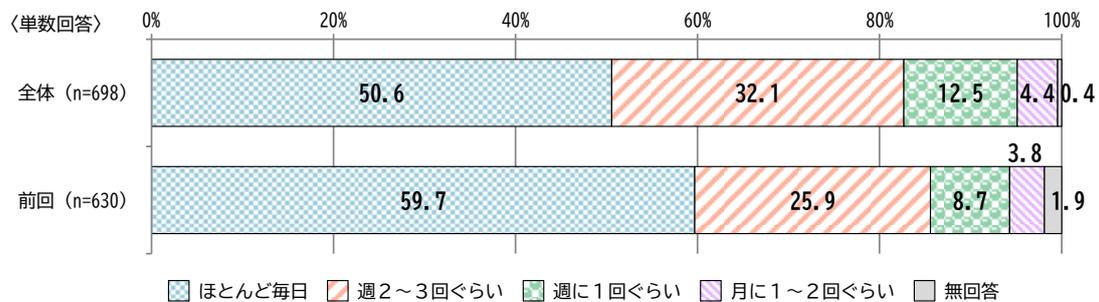
	単純集計	性別・学年別								
		全体	中学1年生男子	中学1年生女子	中学3年生男子	中学3年生女子	高校1年生男子	高校1年生女子	高校3年生男子	高校3年生女子
サンプル数	698	128	114	110	61	112	71	63	27	0
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	—
学校で運動部に入っている	307	87	65	5	3	77	50	15	1	0
	44.0%	68.0%	57.0%	4.5%	4.9%	68.8%	70.4%	23.8%	3.7%	—
スポーツクラブや道場に通っている	108	28	23	31	11	3	3	6	2	0
	15.5%	21.9%	20.2%	28.2%	18.0%	2.7%	4.2%	9.5%	7.4%	—
個人的に（1人で、または友人等と）している	281	13	26	73	47	32	18	42	23	0
	40.3%	10.2%	22.8%	66.4%	77.0%	28.6%	25.4%	66.7%	85.2%	—
無回答	2	0	0	1	0	0	0	0	1	0
	0.3%	0.0%	0.0%	0.9%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	3.7%	—

	単純集計	朝食の様子					家族との食事				
		全体	毎日食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど食べない	無回答	毎日食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど食べない
サンプル数	698	567	60	31	38	2	509	91	53	43	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
学校で運動部に入っている	307	259	25	11	11	1	235	37	18	16	1
	44.0%	45.7%	41.7%	35.5%	28.9%	50.0%	46.2%	40.7%	34.0%	37.2%	50.0%
スポーツクラブや道場に通っている	108	88	8	7	5	0	70	22	15	1	0
	15.5%	15.5%	13.3%	22.6%	13.2%	0.0%	13.8%	24.2%	28.3%	2.3%	0.0%
個人的に（1人で、または友人等と）している	281	218	27	13	22	1	202	32	20	26	1
	40.3%	38.4%	45.0%	41.9%	57.9%	50.0%	39.7%	35.2%	37.7%	60.5%	50.0%
無回答	2	2	0	0	0	0	2	0	0	0	0
	0.3%	0.4%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.4%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

	単純集計 全体	居住地域別					
		鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市 以外	無回答
サンプル数	698	509	21	110	40	17	1
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
学校で運動部に入っている	307	233	8	31	24	11	0
	44.0%	45.8%	38.1%	28.2%	60.0%	64.7%	0.0%
スポーツクラブや道場に通っている	108	75	2	25	5	1	0
	15.5%	14.7%	9.5%	22.7%	12.5%	5.9%	0.0%
個人的に（1人で、または友人等と） している	281	200	10	54	11	5	1
	40.3%	39.3%	47.6%	49.1%	27.5%	29.4%	100.0%
無回答	2	1	1	0	0	0	0
	0.3%	0.2%	4.8%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

問11で「1. いつもしている」「2. 時々している」と回答された方におたずねします。  
 問13 平均してどのくらい運動を行っていますか。(○はひとつ)

- ◇ 「ほとんど毎日」が50.6%と最も高く、次いで、「週2～3回ぐらい」の32.1%、「週に1回ぐらい」の12.5%の順となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、中学1年生の男女と高校1年生男子では「ほとんど毎日」の割合が7割前後である一方、中学3年生女子と高校3年生女子では「ほとんど毎日」の割合が1割台にとどまっています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、ほとんど食べないでは「週に1回ぐらい」が23.7%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 居住地域別でみると、吾平地域では「ほとんど毎日」が67.5%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「ほとんど毎日」が9.1ポイント増加しています。



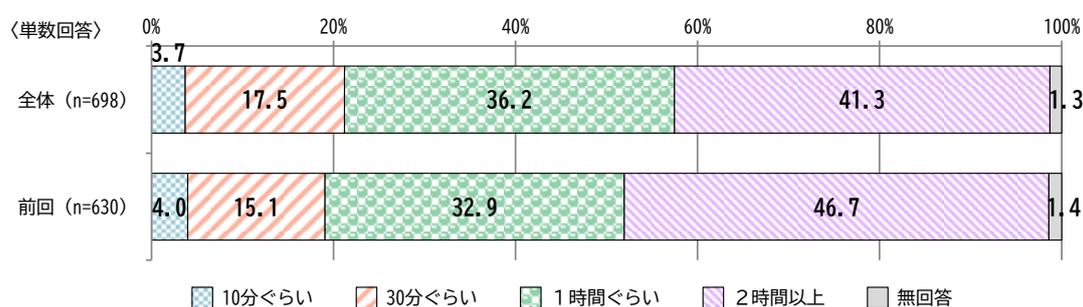
	単純集計	性別・学年別								
		全体	中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子
サンプル数	698	128	114	110	61	112	71	63	27	0
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	—
ほとんど毎日	353	92	75	34	10	78	40	14	5	0
	50.6%	71.9%	65.8%	30.9%	16.4%	69.6%	56.3%	22.2%	18.5%	—
週2～3回ぐらい	224	28	23	52	30	19	22	33	15	0
	32.1%	21.9%	20.2%	47.3%	49.2%	17.0%	31.0%	52.4%	55.6%	—
週に1回ぐらい	87	6	15	17	16	8	5	10	7	0
	12.5%	4.7%	13.2%	15.5%	26.2%	7.1%	7.0%	15.9%	25.9%	—
月に1～2回ぐらい	31	1	0	7	5	7	4	6	0	0
	4.4%	0.8%	0.0%	6.4%	8.2%	6.3%	5.6%	9.5%	0.0%	—
無回答	3	1	1	0	0	0	0	0	0	0
	0.4%	0.8%	0.9%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	—

	単純集計	朝食の様子					居住地域別					
		全体	毎日 食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど 食べない	無回答	鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市 以外
サンプル数	698	567	60	31	38	2	509	21	110	40	17	1
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
ほとんど毎日	353	295	28	14	15	1	262	8	46	27	10	0
	50.6%	52.0%	46.7%	45.2%	39.5%	50.0%	51.5%	38.1%	41.8%	67.5%	58.8%	0.0%
週2～3回ぐらい	224	177	22	11	14	0	165	6	38	10	5	0
	32.1%	31.2%	36.7%	35.5%	36.8%	0.0%	32.4%	28.6%	34.5%	25.0%	29.4%	0.0%
週に1回ぐらい	87	67	8	3	9	0	62	4	17	2	2	0
	12.5%	11.8%	13.3%	9.7%	23.7%	0.0%	12.2%	19.0%	15.5%	5.0%	11.8%	0.0%
月に1～2回ぐらい	31	25	2	3	0	1	17	3	9	1	0	1
	4.4%	4.4%	3.3%	9.7%	0.0%	50.0%	3.3%	14.3%	8.2%	2.5%	0.0%	100.0%
無回答	3	3	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0
	0.4%	0.5%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.6%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

問11で「1. いつもしている」「2. 時々している」と回答された方におたずねします。

問14 1回あたりの運動時間はどのくらいですか。(○はひとつ)

- ◇ 「2時間以上」が41.3%と最も高く、次いで、「1時間ぐらい」の36.2%、「30分ぐらい」の17.5%の順となっています。
- ◇ 性別・学年別で見ると、高校1年生の男女では「2時間以上」の割合が6割を超えています。
- ◇ 学校別で見ると、高校生では「2時間以上」が54.8%となっており、中学生(32.1%)よりも22.7ポイント高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「2時間以上」が5.4ポイント減少しています。



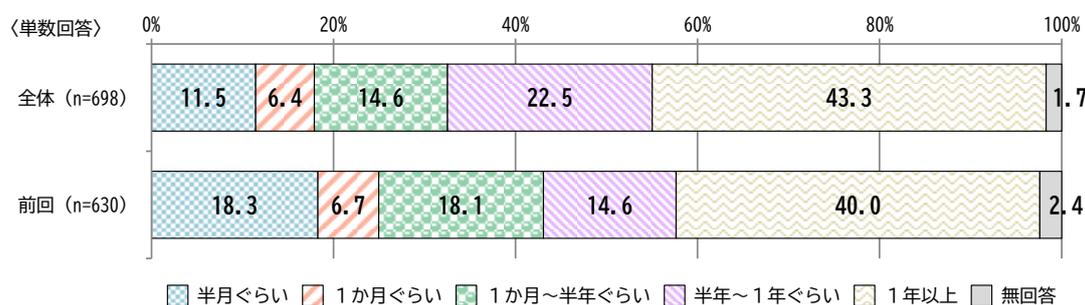
	単純集計 全体	性別・学年別								無回答
		中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子	
サンプル数	698	128	114	110	61	112	71	63	27	0
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	—
10分ぐらい	26	3	6	5	3	1	2	2	4	0
	3.7%	2.3%	5.3%	4.5%	4.9%	0.9%	2.8%	3.2%	14.8%	—
30分ぐらい	122	16	18	15	29	14	9	11	8	0
	17.5%	12.5%	15.8%	13.6%	47.5%	12.5%	12.7%	17.5%	29.6%	—
1時間ぐらい	253	56	58	49	19	19	17	20	12	0
	36.2%	43.8%	50.9%	44.5%	31.1%	17.0%	23.9%	31.7%	44.4%	—
2時間以上	288	52	31	39	10	76	43	29	3	0
	41.3%	40.6%	27.2%	35.5%	16.4%	67.9%	60.6%	46.0%	11.1%	—
無回答	9	1	1	2	0	2	0	1	0	0
	1.3%	0.8%	0.9%	1.8%	0.0%	1.8%	0.0%	1.6%	0.0%	—

	単純集計 全体	学校別・性別						無回答
		中学生	中学生 男子	中学生 女子	高校生	高校生 男子	高校生 女子	
サンプル数	698	417	238	175	281	175	98	0
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	—
10分ぐらい	26	17	8	9	9	3	6	0
	3.7%	4.1%	3.4%	5.1%	3.2%	1.7%	6.1%	—
30分ぐらい	122	79	31	47	43	25	17	0
	17.5%	18.9%	13.0%	26.9%	15.3%	14.3%	17.3%	—
1時間ぐらい	253	183	105	77	70	39	29	0
	36.2%	43.9%	44.1%	44.0%	24.9%	22.3%	29.6%	—
2時間以上	288	134	91	41	154	105	46	0
	41.3%	32.1%	38.2%	23.4%	54.8%	60.0%	46.9%	—
無回答	9	4	3	1	5	3	0	0
	1.3%	1.0%	1.3%	0.6%	1.8%	1.7%	0.0%	—

問11で「1. いつもしている」「2. 時々している」と回答された方におたずねします。

問15 その運動を続けて、どのくらいになりますか。(○はひとつ)

- ◇ 「1年以上」が43.3%と最も高く、次いで、「半年～1年ぐらい」の22.5%、「1か月～半年ぐらい」の14.6%の順となっています。
- ◇ 性別・学年別で見ると、中学3年生男子では「1年以上」が58.2%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 家族との食事別で見ると、週2～3回とほとんど食べないでは「1年以上」の割合が5割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「1年以上」が3.3ポイント増加しています。



	単純集計	性別・学年別								
	全体	中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子	無回答
サンプル数	698	128	114	110	61	112	71	63	27	0
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	—
半月ぐらい	80	16	14	11	6	11	8	7	7	0
	11.5%	12.5%	12.3%	10.0%	9.8%	9.8%	11.3%	11.1%	25.9%	—
1か月ぐらい	45	7	6	5	6	4	3	9	5	0
	6.4%	5.5%	5.3%	4.5%	9.8%	3.6%	4.2%	14.3%	18.5%	—
1か月～半年ぐらい	102	17	9	19	15	20	12	7	3	0
	14.6%	13.3%	7.9%	17.3%	24.6%	17.9%	16.9%	11.1%	11.1%	—
半年～1年ぐらい	157	29	40	9	9	37	27	4	2	0
	22.5%	22.7%	35.1%	8.2%	14.8%	33.0%	38.0%	6.3%	7.4%	—
1年以上	302	59	43	64	25	37	21	32	10	0
	43.3%	46.1%	37.7%	58.2%	41.0%	33.0%	29.6%	50.8%	37.0%	—
無回答	12	0	2	2	0	3	0	4	0	0
	1.7%	0.0%	1.8%	1.8%	0.0%	2.7%	0.0%	6.3%	0.0%	—

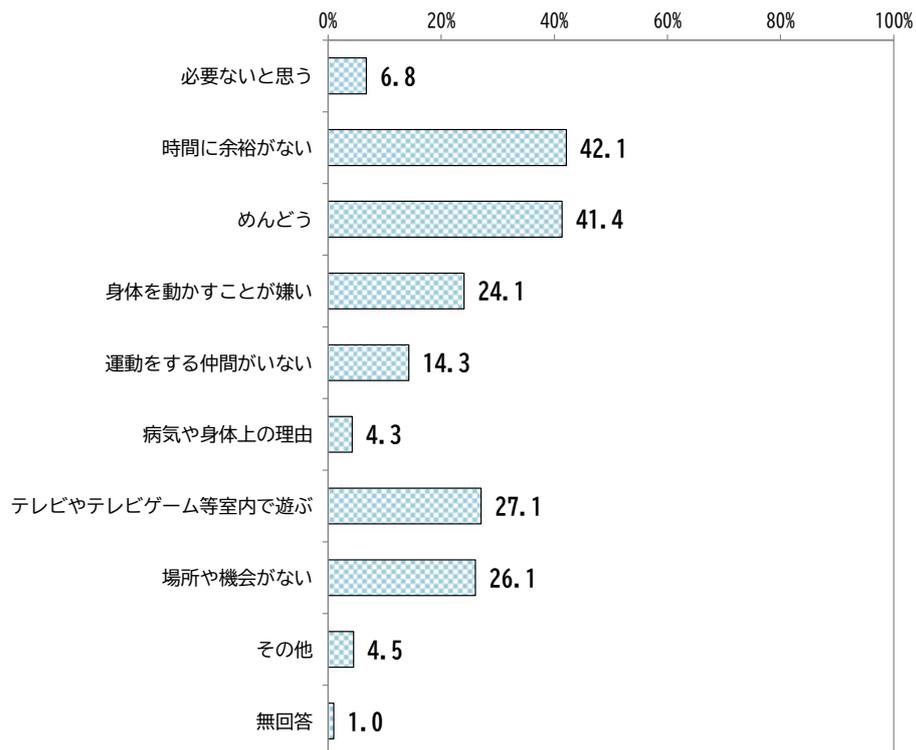
	単純集計	家族との食事				無回答
	全体	毎日 食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど 食べない	
サンプル数	698	509	91	53	43	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
半月ぐらい	80	63	9	6	2	0
	11.5%	12.4%	9.9%	11.3%	4.7%	0.0%
1か月ぐらい	45	30	7	3	4	1
	6.4%	5.9%	7.7%	5.7%	9.3%	50.0%
1か月～半年ぐらい	102	78	12	4	8	0
	14.6%	15.3%	13.2%	7.5%	18.6%	0.0%
半年～1年ぐらい	157	114	28	8	7	0
	22.5%	22.4%	30.8%	15.1%	16.3%	0.0%
1年以上	302	216	34	29	22	1
	43.3%	42.4%	37.4%	54.7%	51.2%	50.0%
無回答	12	8	1	3	0	0
	1.7%	1.6%	1.1%	5.7%	0.0%	0.0%

問 11 で「3. 以前はしていたが、現在していない」「4. まったくしたことがない」と回答された方におたずねします。

問 16 現在運動をしていない、または、まったくしたことがない理由はどうしてですか。(〇はいくつでも)

- ◇ 「時間に余裕がない」が 42.1%と最も高く、次いで、「めんどう」の 41.4%、「テレビやテレビゲーム等室内で遊ぶ」の 27.1%の順となっています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、週 2～3 回とほとんど食べないでは「めんどう」の割合がおおよそ 6 割となっています。
- ◇ 学校別・性別でみると、全体で「時間に余裕がない」「めんどう」の割合が高いなか、中学生男子では「テレビやテレビゲーム等室内で遊ぶ」が 42.0%、中学生女子では「身体を動かすことが嫌い」が 38.6%となっており、それぞれ他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「時間に余裕がない」が 10.8 ポイント減少しています。

〈複数回答〉 n=399



◆ 「その他」の具体的内容

- ・部活を引退したから
- ・勉強のため
- ・見つからない

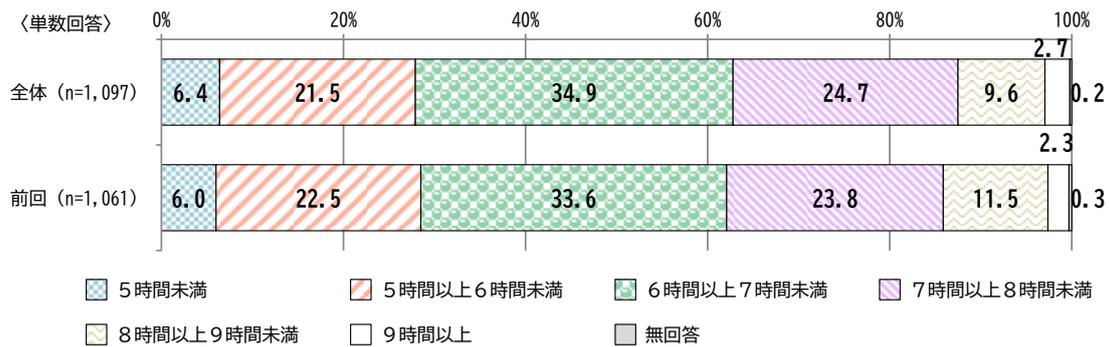
	単純集計		朝食の様子				
	全体	前回	毎日 食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど 食べない	無回答
サンプル数	399	420	302	36	27	34	0
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	—
必要ないと思う	27	30	20	1	1	5	0
	6.8%	7.1%	6.6%	2.8%	3.7%	14.7%	—
時間に余裕がない	168	222	137	14	6	11	0
	42.1%	52.9%	45.4%	38.9%	22.2%	32.4%	—
めんどう	165	155	113	16	16	20	0
	41.4%	36.9%	37.4%	44.4%	59.3%	58.8%	—
身体を動かすことが嫌い	96	70	72	11	3	10	0
	24.1%	16.7%	23.8%	30.6%	11.1%	29.4%	—
運動をする仲間がいない	57	77	46	5	1	5	0
	14.3%	18.3%	15.2%	13.9%	3.7%	14.7%	—
病気や身体上の理由	17	26	12	2	1	2	0
	4.3%	6.2%	4.0%	5.6%	3.7%	5.9%	—
テレビやテレビゲーム等室内で遊ぶ	108	88	76	15	6	11	0
	27.1%	21.0%	25.2%	41.7%	22.2%	32.4%	—
場所や機会がない	104	151	79	14	4	7	0
	26.1%	36.0%	26.2%	38.9%	14.8%	20.6%	—
その他	18	35	17	0	1	0	0
	4.5%	8.3%	5.6%	0.0%	3.7%	0.0%	—
無回答	4		2	0	2	0	0
	1.0%		0.7%	0.0%	7.4%	0.0%	—

	単純集計		学校別・性別					
	全体	中学生	中学生 男子	中学生 女子	高校生	高校生 男子	高校生 女子	無回答
サンプル数	399	169	50	114	228	95	130	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
必要ないと思う	27	15	6	9	12	6	5	0
	6.8%	8.9%	12.0%	7.9%	5.3%	6.3%	3.8%	0.0%
時間に余裕がない	168	70	17	52	98	36	60	0
	42.1%	41.4%	34.0%	45.6%	43.0%	37.9%	46.2%	0.0%
めんどう	165	76	21	52	88	43	43	1
	41.4%	45.0%	42.0%	45.6%	38.6%	45.3%	33.1%	50.0%
身体を動かすことが嫌い	96	52	6	44	43	13	29	1
	24.1%	30.8%	12.0%	38.6%	18.9%	13.7%	22.3%	50.0%
運動をする仲間がいない	57	33	10	22	24	6	16	0
	14.3%	19.5%	20.0%	19.3%	10.5%	6.3%	12.3%	0.0%
病気や身体上の理由	17	9	1	8	8	1	6	0
	4.3%	5.3%	2.0%	7.0%	3.5%	1.1%	4.6%	0.0%
テレビやテレビゲーム等室内で遊ぶ	108	58	21	34	49	23	25	1
	27.1%	34.3%	42.0%	29.8%	21.5%	24.2%	19.2%	50.0%
場所や機会がない	104	45	9	36	59	21	36	0
	26.1%	26.6%	18.0%	31.6%	25.9%	22.1%	27.7%	0.0%
その他	18	9	3	6	8	2	6	1
	4.5%	5.3%	6.0%	5.3%	3.5%	2.1%	4.6%	50.0%
無回答	4	1	0	1	3	2	1	0
	1.0%	0.6%	0.0%	0.9%	1.3%	2.1%	0.8%	0.0%

## IV 休養・こころの健康について

### 問 17 あなたの睡眠時間は、平均何時間ぐらいですか。(○はひとつ)

- ◇ 「6時間以上7時間未満」が34.9%と最も高く、次いで、「7時間以上8時間未満」の24.7%、「5時間以上6時間未満」の21.5%の順となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、高校3年生の男女では「5時間未満」の割合が1割を超えています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、週2～3回とほとんど食べないでは「5時間未満」の割合が1割を超えています。
- ◇ 家族との食事別でみると、ほとんど食べないでは「5時間未満」の割合が1割を超えています。
- ◇ 居住地域別でみると、鹿屋市以外では「5時間未満」が14.3%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「6時間以上7時間未満」が1.3ポイント増加しています。



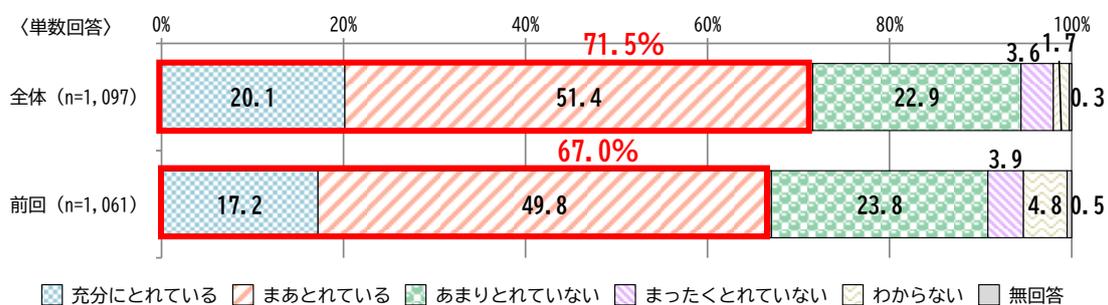
	単純集計	性別・学年別								
		全体	中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子
サンプル数	1,097 100.0%	139 100.0%	150 100.0%	149 100.0%	139 100.0%	147 100.0%	126 100.0%	123 100.0%	102 100.0%	2 100.0%
5時間未満	70 6.4%	6 4.3%	4 2.7%	4 2.7%	6 4.3%	12 8.2%	8 6.3%	13 10.6%	13 12.7%	0 0.0%
5時間以上6時間未満	236 21.5%	13 9.4%	23 15.3%	23 15.4%	37 26.6%	32 21.8%	33 26.2%	35 28.5%	32 31.4%	1 50.0%
6時間以上7時間未満	383 34.9%	40 28.8%	51 34.0%	49 32.9%	45 32.4%	57 38.8%	59 46.8%	39 31.7%	37 36.3%	0 0.0%
7時間以上8時間未満	271 24.7%	46 33.1%	47 31.3%	47 31.5%	35 25.2%	37 25.2%	17 13.5%	26 21.1%	14 13.7%	0 0.0%
8時間以上9時間未満	105 9.6%	27 19.4%	19 12.7%	23 15.4%	10 7.2%	8 5.4%	7 5.6%	6 4.9%	4 3.9%	1 50.0%
9時間以上	30 2.7%	7 5.0%	6 4.0%	3 2.0%	6 4.3%	1 0.7%	2 1.6%	2 1.6%	2 2.0%	0 0.0%
無回答	2 0.2%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	2 1.6%	0 0.0%	0 0.0%

	単純集計 全体	朝食の様子					家族との食事				
		毎日 食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど 食べない	無回答	毎日 食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど 食べない	無回答
サンプル数	1,097 100.0%	869 100.0%	96 100.0%	58 100.0%	72 100.0%	2 100.0%	773 100.0%	154 100.0%	85 100.0%	83 100.0%	2 100.0%
5時間未満	70 6.4%	45 5.2%	7 7.3%	8 13.8%	9 12.5%	1 50.0%	40 5.2%	15 9.7%	5 5.9%	9 10.8%	1 50.0%
5時間以上6時間未満	236 21.5%	169 19.4%	29 30.2%	15 25.9%	23 31.9%	0 0.0%	145 18.8%	36 23.4%	31 36.5%	24 28.9%	0 0.0%
6時間以上7時間未満	383 34.9%	313 36.0%	25 26.0%	19 32.8%	26 36.1%	0 0.0%	278 36.0%	57 37.0%	22 25.9%	26 31.3%	0 0.0%
7時間以上8時間未満	271 24.7%	225 25.9%	24 25.0%	9 15.5%	12 16.7%	1 50.0%	199 25.7%	36 23.4%	20 23.5%	15 18.1%	1 50.0%
8時間以上9時間未満	105 9.6%	89 10.2%	9 9.4%	6 10.3%	1 1.4%	0 0.0%	87 11.3%	8 5.2%	3 3.5%	7 8.4%	0 0.0%
9時間以上	30 2.7%	26 3.0%	2 2.1%	1 1.7%	1 1.4%	0 0.0%	22 2.8%	2 1.3%	4 4.7%	2 2.4%	0 0.0%
無回答	2 0.2%	2 0.2%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	2 0.3%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%

	単純集計 全体	居住地域別					
		鹿屋地域	輝北地域	申良地域	吾平地域	鹿屋市 以外	無回答
サンプル数	1,097 100.0%	802 100.0%	29 100.0%	157 100.0%	72 100.0%	35 100.0%	2 100.0%
5時間未満	70 6.4%	56 7.0%	1 3.4%	8 5.1%	0 0.0%	5 14.3%	0 0.0%
5時間以上6時間未満	236 21.5%	161 20.1%	5 17.2%	33 21.0%	19 26.4%	16 45.7%	2 100.0%
6時間以上7時間未満	383 34.9%	286 35.7%	10 34.5%	53 33.8%	25 34.7%	9 25.7%	0 0.0%
7時間以上8時間未満	271 24.7%	199 24.8%	6 20.7%	40 25.5%	23 31.9%	3 8.6%	0 0.0%
8時間以上9時間未満	105 9.6%	75 9.4%	6 20.7%	18 11.5%	5 6.9%	1 2.9%	0 0.0%
9時間以上	30 2.7%	23 2.9%	1 3.4%	5 3.2%	0 0.0%	1 2.9%	0 0.0%
無回答	2 0.2%	2 0.2%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%

問 18 あなたは、いつもとっている睡眠で休養が充分とれていると思いますか。  
(○はひとつ)

- ◇ 「まあとれている」が 51.4%と最も高く、次いで、「あまりとれていない」の 22.9%、「充分とれている」の 20.1%の順となっています。
- ◇ 性別・学年別で見ると、中学 1 年生男子では「充分にとれている」が 33.8%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 居住地域別で見ると、鹿屋市以外では「まったくとれていない」の割合が 1 割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、『とれている』（「充分にとれている」と「まあとれている」の合計）が 4.5 ポイント増加しています。

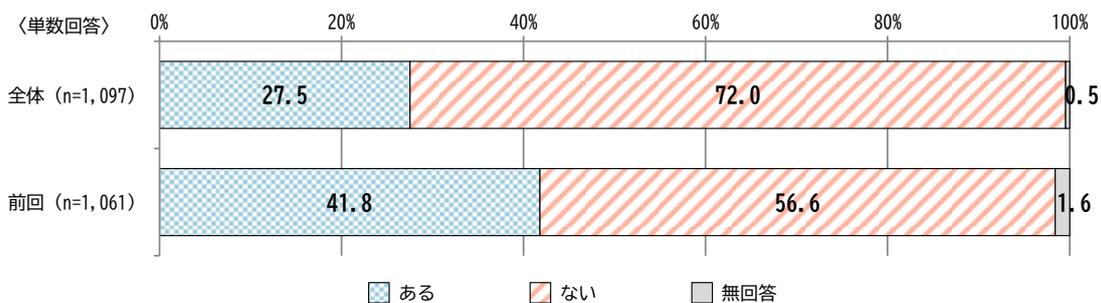


	単純集計 全体	性別・学年別								無回答
		中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子	
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
充分とれている	20.1%	33.8%	20.0%	22.8%	13.7%	17.0%	11.9%	21.1%	19.6%	50.0%
まあとれている	51.4%	50.4%	51.3%	49.0%	54.7%	53.7%	52.4%	52.0%	47.1%	50.0%
あまりとれていない	22.9%	13.7%	25.3%	23.5%	23.7%	23.8%	29.4%	18.7%	27.5%	0.0%
まったくとれていない	3.6%	2.2%	1.3%	3.4%	5.0%	4.1%	4.0%	3.3%	4.9%	0.0%
わからない	1.7%	0.0%	2.0%	1.3%	2.9%	0.7%	2.4%	3.3%	1.0%	0.0%
無回答	0.3%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.7%	0.0%	1.6%	0.0%	0.0%

	単純集計 全体	居住地域別					無回答
		鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市 以外	
サンプル数	1,097	802	29	157	72	35	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
充分とれている	20.1%	19.6%	20.7%	24.8%	18.1%	17.1%	0.0%
まあとれている	51.4%	51.5%	44.8%	49.0%	54.2%	57.1%	100.0%
あまりとれていない	22.9%	23.9%	34.5%	17.2%	23.6%	14.3%	0.0%
まったくとれていない	3.6%	3.2%	0.0%	4.5%	2.8%	11.4%	0.0%
わからない	1.7%	1.4%	0.0%	4.5%	1.4%	0.0%	0.0%
無回答	0.3%	0.4%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

問 19 あなたは今、心配ごとや悩んでいることが何かありますか。(○はひとつ)

- ◇ 「ある」が27.5%、「ない」が72.0%となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、中学3年生女子では「ある」が38.1%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「ある」が14.3ポイント減少しています。



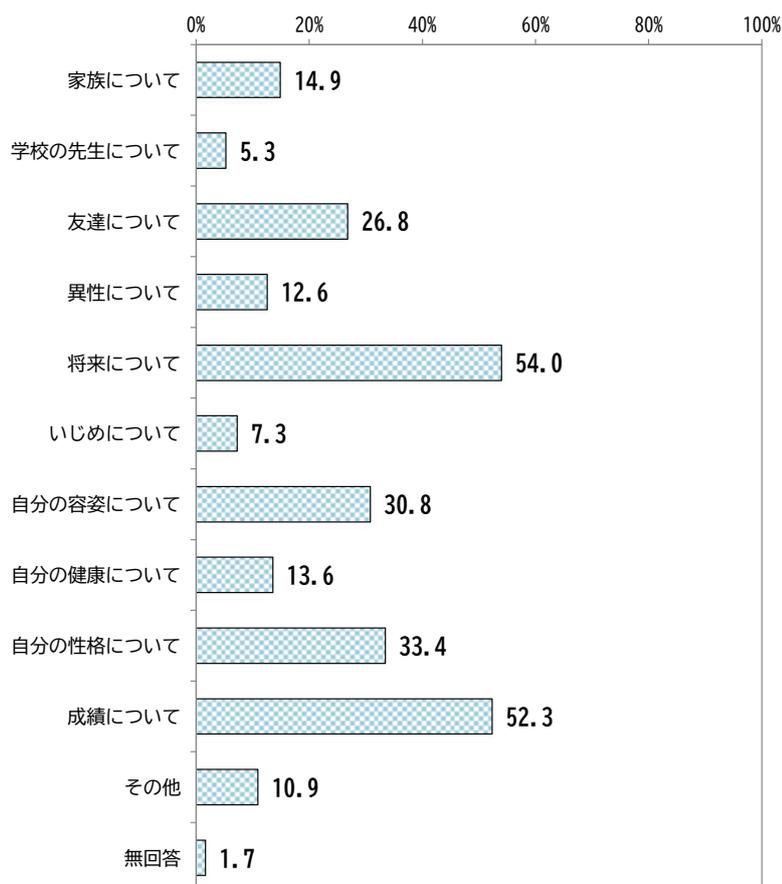
	単純集計	性別・学年別								無回答
		全体	中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
ある	302	29	51	32	53	27	37	30	32	2
	27.5%	20.9%	34.0%	21.5%	38.1%	18.4%	29.4%	24.4%	31.4%	100.0%
ない	790	109	97	117	86	120	89	91	70	0
	72.0%	78.4%	64.7%	78.5%	61.9%	81.6%	70.6%	74.0%	68.6%	0.0%
無回答	5	1	2	0	0	0	0	2	0	0
	0.5%	0.7%	1.3%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.6%	0.0%	0.0%

問19で「1. ある」と回答された方におたずねします。

問20 それは主にどのようなことですか。(〇はいくつでも)

- ◇ 「将来について」が54.0%と最も高く、次いで、「成績について」の52.3%、「自分の性格について」の33.4%の順となっています。
- ◇ 性別・学年別で見ると、中学3年生女子では「成績について」が71.7%となっており、他より高くなっています。また、中学3年生女子と高校1年生女子では「自分の容姿について」の割合が4割を超えています。
- ◇ 家族との食事別で見ると、ほとんど食べないでは「家族について」が25.0%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 居住地域別で見ると、串良地域では「自分の性格について」が50.0%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「自分の容姿について」が11.0ポイント増加しています。

〈複数回答〉n=302



◆ 「その他」の具体的内容

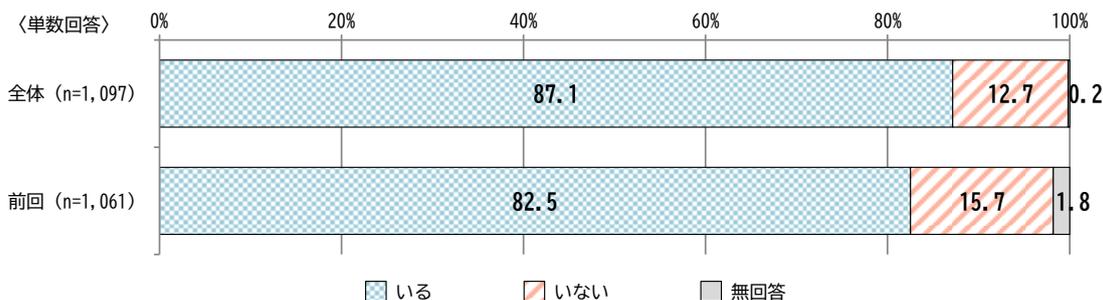
- ・ 恋愛について
- ・ 部活について
- ・ 人間関係について
- ・ 進路や受験について
- ・ 自分の性別について

	単純集計	前回	性別・学年別									
			全体	全体	中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子
サンプル数	302	444	29	51	32	53	27	37	30	32	2	
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	
家族について	45	77	3	6	1	11	4	6	3	5	0	
	14.9%	17.3%	10.3%	11.8%	3.1%	20.8%	14.8%	16.2%	10.0%	15.6%	0.0%	
学校の先生について	16	38	0	5	0	4	0	3	2	1	0	
	5.3%	8.6%	0.0%	9.8%	0.0%	7.5%	0.0%	8.1%	6.7%	3.1%	0.0%	
友達について	81	128	10	27	5	12	4	9	6	4	1	
	26.8%	28.8%	34.5%	52.9%	15.6%	22.6%	14.8%	24.3%	20.0%	12.5%	50.0%	
異性について	38	48	2	9	6	7	3	5	2	1	0	
	12.6%	10.8%	6.9%	17.6%	18.8%	13.2%	11.1%	13.5%	6.7%	3.1%	0.0%	
将来について	163	255	14	22	18	33	15	20	16	18	1	
	54.0%	57.4%	48.3%	43.1%	56.3%	62.3%	55.6%	54.1%	53.3%	56.3%	50.0%	
いじめについて	22	20	4	6	1	3	0	2	4	0	0	
	7.3%	4.5%	13.8%	11.8%	3.1%	5.7%	0.0%	5.4%	13.3%	0.0%	0.0%	
自分の容姿について	93	88	7	18	5	24	3	15	6	8	1	
	30.8%	19.8%	24.1%	35.3%	15.6%	45.3%	11.1%	40.5%	20.0%	25.0%	50.0%	
自分の健康について	41	56	7	9	4	7	5	3	2	1	1	
	13.6%	12.6%	24.1%	17.6%	12.5%	13.2%	18.5%	8.1%	6.7%	3.1%	50.0%	
自分の性格について	101	139	10	22	9	22	4	9	6	12	2	
	33.4%	31.3%	34.5%	43.1%	28.1%	41.5%	14.8%	24.3%	20.0%	37.5%	100.0%	
成績について	158	261	13	26	21	38	11	21	11	13	1	
	52.3%	58.8%	44.8%	51.0%	65.6%	71.7%	40.7%	56.8%	36.7%	40.6%	50.0%	
その他	33	20	4	8	3	1	4	4	3	3	0	
	10.9%	4.5%	13.8%	15.7%	9.4%	1.9%	14.8%	10.8%	10.0%	9.4%	0.0%	
無回答	5		0	0	0	1	1	1	1	0	0	
	1.7%		0.0%	0.0%	0.0%	1.9%	3.7%	2.7%	3.3%	0.0%	0.0%	

	単純集計	家族との食事					居住地域別					
		全体	毎日 食べる	週4~5回	週2~3回	ほとんど 食べない	無回答	鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市 以外
サンプル数	302	197	54	22	28	1	219	9	42	17	13	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
家族について	45	24	12	2	7	0	33	1	9	1	1	0
	14.9%	12.2%	22.2%	9.1%	25.0%	0.0%	15.1%	11.1%	21.4%	5.9%	7.7%	0.0%
学校の先生について	16	6	6	0	3	1	15	0	0	1	0	0
	5.3%	3.0%	11.1%	0.0%	10.7%	100.0%	6.8%	0.0%	0.0%	5.9%	0.0%	0.0%
友達について	81	55	19	1	5	1	58	2	12	4	4	1
	26.8%	27.9%	35.2%	4.5%	17.9%	100.0%	26.5%	22.2%	28.6%	23.5%	30.8%	50.0%
異性について	38	20	13	3	2	0	27	2	8	1	0	0
	12.6%	10.2%	24.1%	13.6%	7.1%	0.0%	12.3%	22.2%	19.0%	5.9%	0.0%	0.0%
将来について	163	106	30	13	13	1	127	4	17	9	5	1
	54.0%	53.8%	55.6%	59.1%	46.4%	100.0%	58.0%	44.4%	40.5%	52.9%	38.5%	50.0%
いじめについて	22	13	5	0	4	0	14	2	6	0	0	0
	7.3%	6.6%	9.3%	0.0%	14.3%	0.0%	6.4%	22.2%	14.3%	0.0%	0.0%	0.0%
自分の容姿について	93	57	21	4	10	1	72	3	14	2	2	0
	30.8%	28.9%	38.9%	18.2%	35.7%	100.0%	32.9%	33.3%	33.3%	11.8%	15.4%	0.0%
自分の健康について	41	26	10	2	2	1	31	0	7	2	0	1
	13.6%	13.2%	18.5%	9.1%	7.1%	100.0%	14.2%	0.0%	16.7%	11.8%	0.0%	50.0%
自分の性格について	101	64	22	6	8	1	69	2	21	6	2	1
	33.4%	32.5%	40.7%	27.3%	28.6%	100.0%	31.5%	22.2%	50.0%	35.3%	15.4%	50.0%
成績について	158	103	32	11	11	1	118	6	18	7	8	1
	52.3%	52.3%	59.3%	50.0%	39.3%	100.0%	53.9%	66.7%	42.9%	41.2%	61.5%	50.0%
その他	33	23	5	1	3	1	22	0	4	4	2	1
	10.9%	11.7%	9.3%	4.5%	10.7%	100.0%	10.0%	0.0%	9.5%	23.5%	15.4%	50.0%
無回答	5	3	0	0	2	0	3	0	0	0	2	0
	1.7%	1.5%	0.0%	0.0%	7.1%	0.0%	1.4%	0.0%	0.0%	0.0%	15.4%	0.0%

問 21 あなたは、いつも何か困ったことがある場合、気軽に相談できる人がいますか。(○はひとつ)

- ◇ 「いる」が87.1%、「いない」が12.7%となっています。
- ◇ 学校別・性別でみると、高校生女子では「いる」の割合が9割を超えています。
- ◇ 居住地域別でみると、串良地域では「いる」の割合が8割を下回っています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「いる」が4.6ポイント増加しています。



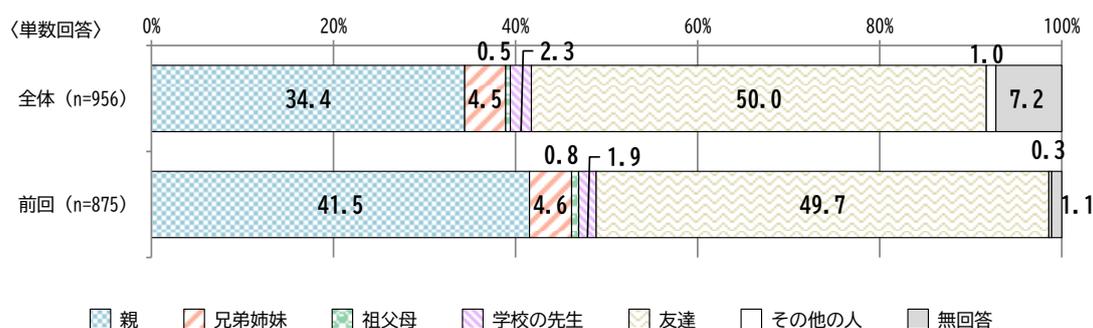
	単純集計	学校別・性別						
	全体	中学生	中学生男子	中学生女子	高校生	高校生男子	高校生女子	無回答
サンプル数	1,097 100.0%	586 100.0%	288 100.0%	289 100.0%	509 100.0%	270 100.0%	228 100.0%	2 100.0%
いる	956 87.1%	498 85.0%	241 83.7%	252 87.2%	457 89.8%	239 88.5%	209 91.7%	1 50.0%
いない	139 12.7%	88 15.0%	47 16.3%	37 12.8%	50 9.8%	30 11.1%	18 7.9%	1 50.0%
無回答	2 0.2%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	2 0.4%	1 0.4%	1 0.4%	0 0.0%

	単純集計	居住地域別					
	全体	鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市以外	無回答
サンプル数	1,097 100.0%	802 100.0%	29 100.0%	157 100.0%	72 100.0%	35 100.0%	2 100.0%
いる	956 87.1%	711 88.7%	25 86.2%	123 78.3%	63 87.5%	32 91.4%	2 100.0%
いない	139 12.7%	89 11.1%	4 13.8%	34 21.7%	9 12.5%	3 8.6%	0 0.0%
無回答	2 0.2%	2 0.2%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%

問 21 で「1. いる」と回答された方におたずねします。

問 22 それは主に誰ですか。(○はひとつ)

- ◇ 「友達」が 50.0%と最も高く、次いで、「親」の 34.4%、「兄弟姉妹」の 4.5%の順となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、中学 1 年生男子では「友達」の割合が 4 割を下回っています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、ほとんど食べないでは「友達」の割合が 7 割を超えています。
- ◇ 学校別・性別でみると、高校生女子では「兄弟姉妹」が 10.5%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 居住地域別でみると、輝北地域では「友達」が 72.0%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「親」が 7.1 ポイント減少しています。



	単純集計	性別・学年別								
	全体	中学 1 年生 男子	中学 1 年生 女子	中学 3 年生 男子	中学 3 年生 女子	高校 1 年生 男子	高校 1 年生 女子	高校 3 年生 男子	高校 3 年生 女子	無回答
サンプル数	956	112	128	129	124	129	115	110	94	1
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
親	329	47	50	42	41	47	33	37	31	0
	34.4%	42.0%	39.1%	32.6%	33.1%	36.4%	28.7%	33.6%	33.0%	0.0%
兄弟姉妹	43	6	6	0	6	1	11	2	11	0
	4.5%	5.4%	4.7%	0.0%	4.8%	0.8%	9.6%	1.8%	11.7%	0.0%
祖父祖母	5	2	0	0	1	0	1	0	1	0
	0.5%	1.8%	0.0%	0.0%	0.8%	0.0%	0.9%	0.0%	1.1%	0.0%
学校の先生	22	4	4	1	0	3	0	5	4	0
	2.3%	3.6%	3.1%	0.8%	0.0%	2.3%	0.0%	4.5%	4.3%	0.0%
友達	478	44	58	77	68	66	60	56	39	0
	50.0%	39.3%	45.3%	59.7%	54.8%	51.2%	52.2%	50.9%	41.5%	0.0%
その他の人	10	3	0	2	1	1	0	1	1	0
	1.0%	2.7%	0.0%	1.6%	0.8%	0.8%	0.0%	0.9%	1.1%	0.0%
無回答	69	6	10	7	7	11	10	9	7	1
	7.2%	5.4%	7.8%	5.4%	5.6%	8.5%	8.7%	8.2%	7.4%	100.0%

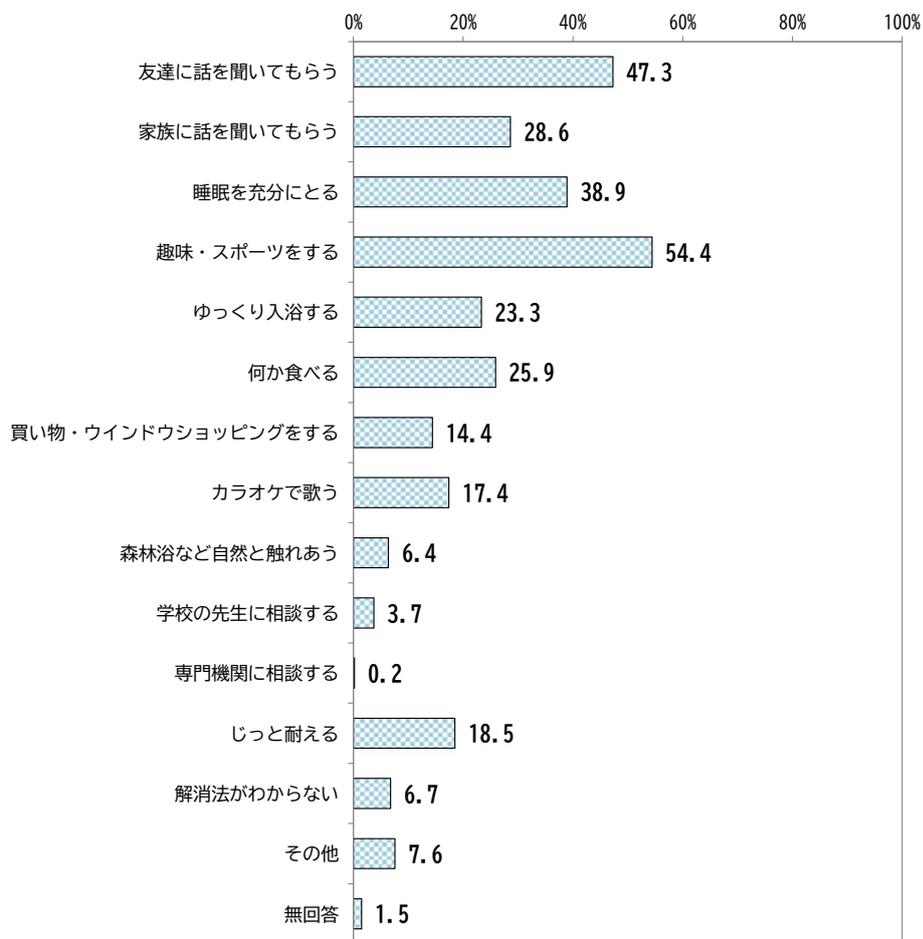
	単純集計 全体	朝食の様子					学校別・性別						
		毎日 食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど 食べない	無回答	中学生	中学生 男子	中学生 女子	高校生	高校生 男子	高校生 女子	無回答
サンプル数	956 100.0%	765 100.0%	81 100.0%	50 100.0%	58 100.0%	2 100.0%	498 100.0%	241 100.0%	252 100.0%	457 100.0%	239 100.0%	209 100.0%	1 100.0%
親	329 34.4%	280 36.6%	28 34.6%	9 18.0%	12 20.7%	0 0.0%	180 36.1%	89 36.9%	91 36.1%	149 32.6%	84 35.1%	64 30.6%	0 0.0%
兄弟姉妹	43 4.5%	38 5.0%	2 2.5%	2 4.0%	1 1.7%	0 0.0%	18 3.6%	6 2.5%	12 4.8%	25 5.5%	3 1.3%	22 10.5%	0 0.0%
祖父母	5 0.5%	4 0.5%	1 1.2%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	3 0.6%	2 0.8%	1 0.4%	2 0.4%	0 0.0%	2 1.0%	0 0.0%
学校の先生	22 2.3%	18 2.4%	2 2.5%	2 4.0%	0 0.0%	0 0.0%	10 2.0%	5 2.1%	4 1.6%	12 2.6%	8 3.3%	4 1.9%	0 0.0%
友達	478 50.0%	365 47.7%	40 49.4%	30 60.0%	41 70.7%	2 100.0%	251 50.4%	121 50.2%	126 50.0%	227 49.7%	122 51.0%	99 47.4%	0 0.0%
その他の人	10 1.0%	7 0.9%	1 1.2%	1 2.0%	1 1.7%	0 0.0%	6 1.2%	5 2.1%	1 0.4%	4 0.9%	2 0.8%	1 0.5%	0 0.0%
無回答	69 7.2%	53 6.9%	7 8.6%	6 12.0%	3 5.2%	0 0.0%	30 6.0%	13 5.4%	17 6.7%	38 8.3%	20 8.4%	17 8.1%	1 100.0%

	単純集計 全体	居住地域別					無回答
		鹿屋地域	輝北地域	申良地域	吾平地域	鹿屋市 以外	
サンプル数	956 100.0%	711 100.0%	25 100.0%	123 100.0%	63 100.0%	32 100.0%	2 100.0%
親	329 34.4%	253 35.6%	4 16.0%	40 32.5%	21 33.3%	10 31.3%	1 50.0%
兄弟姉妹	43 4.5%	35 4.9%	0 0.0%	1 0.8%	5 7.9%	2 6.3%	0 0.0%
祖父母	5 0.5%	3 0.4%	0 0.0%	2 1.6%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
学校の先生	22 2.3%	16 2.3%	0 0.0%	4 3.3%	2 3.2%	0 0.0%	0 0.0%
友達	478 50.0%	346 48.7%	18 72.0%	68 55.3%	33 52.4%	13 40.6%	0 0.0%
その他の人	10 1.0%	8 1.1%	0 0.0%	1 0.8%	0 0.0%	1 3.1%	0 0.0%
無回答	69 7.2%	50 7.0%	3 12.0%	7 5.7%	2 3.2%	6 18.8%	1 50.0%

問 23 いつも、不満、悩みやストレスはどうやって解消していますか。  
(〇はいくつでも)

- ◇ 「趣味・スポーツをする」が 54.4%と最も高く、次いで、「友達に話を聞いてもらう」の 47.3%、「睡眠を充分にとる」の 38.9%の順となっています。
- ◇ 家族との食事別で見ると、週 2～3 回では「家族に話を聞いてもらう」が 17.6%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 学校別・性別で見ると、中学生と高校生の男子では「趣味・スポーツをする」の割合が高くなっている一方、中学生と高校生の女子では「友達に話を聞いてもらう」の割合が高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「睡眠を充分にとる」が 8.8 ポイント増加しています。

〈複数回答〉 n=1,097



◆ 「その他」の具体的な内容

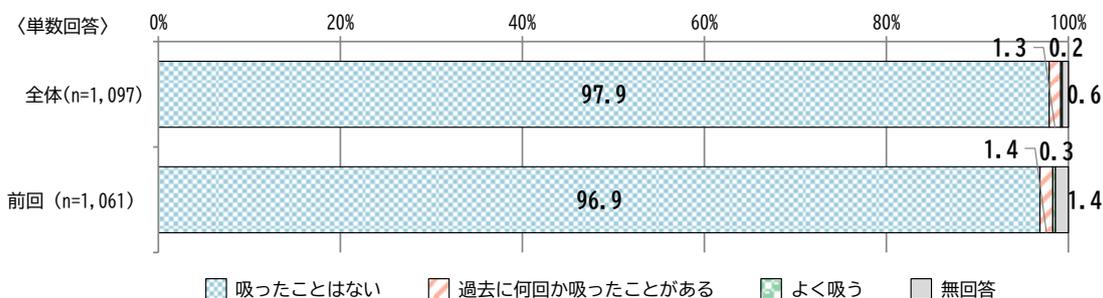
- ・ ゲーム
- ・ 音楽を聞く
- ・ 泣く
- ・ 物にあたる
- ・ 推しを見る
- ・ ひとりになる
- ・ 自傷
- ・ 忘れる

	単純集計	前回	家族との食事					学校別・性別						
	全体	全体	毎日 食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど 食べない	無回答	中学生	中学生 男子	中学生 女子	高校生	高校生 男子	高校生 女子	無回答
サンプル数	1,097	1,061	773	154	85	83	2	586	288	289	509	270	228	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
友達に話を聞いてもらう	519	495	372	68	38	41	0	269	114	154	249	112	130	1
	47.3%	46.7%	48.1%	44.2%	44.7%	49.4%	0.0%	45.9%	39.6%	53.3%	48.9%	41.5%	57.0%	50.0%
家族に話を聞いてもらう	314	298	239	43	15	17	0	168	61	107	145	51	93	1
	28.6%	28.1%	30.9%	27.9%	17.6%	20.5%	0.0%	28.7%	21.2%	37.0%	28.5%	18.9%	40.8%	50.0%
睡眠を充分にとる	427	319	304	61	29	33	0	216	102	112	211	93	115	0
	38.9%	30.1%	39.3%	39.6%	34.1%	39.8%	0.0%	36.9%	35.4%	38.8%	41.5%	34.4%	50.4%	0.0%
趣味・スポーツをする	597	557	426	82	48	40	1	330	177	150	266	154	108	1
	54.4%	52.5%	55.1%	53.2%	56.5%	48.2%	50.0%	56.3%	61.5%	51.9%	52.3%	57.0%	47.4%	50.0%
ゆっくり入浴する	256	231	180	32	22	22	0	142	78	64	114	53	60	0
	23.3%	21.8%	23.3%	20.8%	25.9%	26.5%	0.0%	24.2%	27.1%	22.1%	22.4%	19.6%	26.3%	0.0%
何か食べる	284	201	202	37	21	24	0	159	64	94	124	36	85	1
	25.9%	18.9%	26.1%	24.0%	24.7%	28.9%	0.0%	27.1%	22.2%	32.5%	24.4%	13.3%	37.3%	50.0%
買い物・ウインドウショッピングをする	158	157	110	20	16	12	0	86	19	64	72	17	55	0
	14.4%	14.8%	14.2%	13.0%	18.8%	14.5%	0.0%	14.7%	6.6%	22.1%	14.1%	6.3%	24.1%	0.0%
カラオケで歌う	191	158	123	32	16	20	0	83	37	44	108	37	68	0
	17.4%	14.9%	15.9%	20.8%	18.8%	24.1%	0.0%	14.2%	12.8%	15.2%	21.2%	13.7%	29.8%	0.0%
森林浴など自然と触れあう	70	47	56	8	2	4	0	46	25	20	23	11	12	1
	6.4%	4.4%	7.2%	5.2%	2.4%	4.8%	0.0%	7.8%	8.7%	6.9%	4.5%	4.1%	5.3%	50.0%
学校の先生に相談する	41	34	29	5	4	3	0	25	7	17	16	7	9	0
	3.7%	3.2%	3.8%	3.2%	4.7%	3.6%	0.0%	4.3%	2.4%	5.9%	3.1%	2.6%	3.9%	0.0%
専門機関に相談する	2	3	2	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0
	0.2%	0.3%	0.3%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.2%	0.3%	0.0%	0.2%	0.0%	0.4%	0.0%
じっと耐える	203	179	129	33	20	20	1	111	58	48	91	59	31	1
	18.5%	16.9%	16.7%	21.4%	23.5%	24.1%	50.0%	18.9%	20.1%	16.6%	17.9%	21.9%	13.6%	50.0%
解消法がわからない	74	93	45	15	7	6	1	54	17	34	20	10	10	0
	6.7%	8.8%	5.8%	9.7%	8.2%	7.2%	50.0%	9.2%	5.9%	11.8%	3.9%	3.7%	4.4%	0.0%
その他	83	59	60	11	7	4	1	61	27	32	22	9	11	0
	7.6%	5.6%	7.8%	7.1%	8.2%	4.8%	50.0%	10.4%	9.4%	11.1%	4.3%	3.3%	4.8%	0.0%
無回答	16		11	1	2	2	0	5	4	1	11	11	0	0
	1.5%		1.4%	0.6%	2.4%	2.4%	0.0%	0.9%	1.4%	0.3%	2.2%	4.1%	0.0%	0.0%

## V たばこについて

### 問 24 あなたは、たばこを吸ったことがありますか。(○はひとつ)

- ◇ 「吸ったことはない」が 97.9%、「過去に何回か吸ったことがある」が 1.3%、「よく吸う」が 0.2%となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、中学3年生の男女と高校3年生男子ではそれぞれ3人ずつが「過去に何回か吸ったことがある」と回答しています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「吸ったことはない」が1.0ポイント増加しています。
- ◇ 中学1年生男子と高校1年生女子ではそれぞれ1人ずつが「よく吸う」と回答しています。



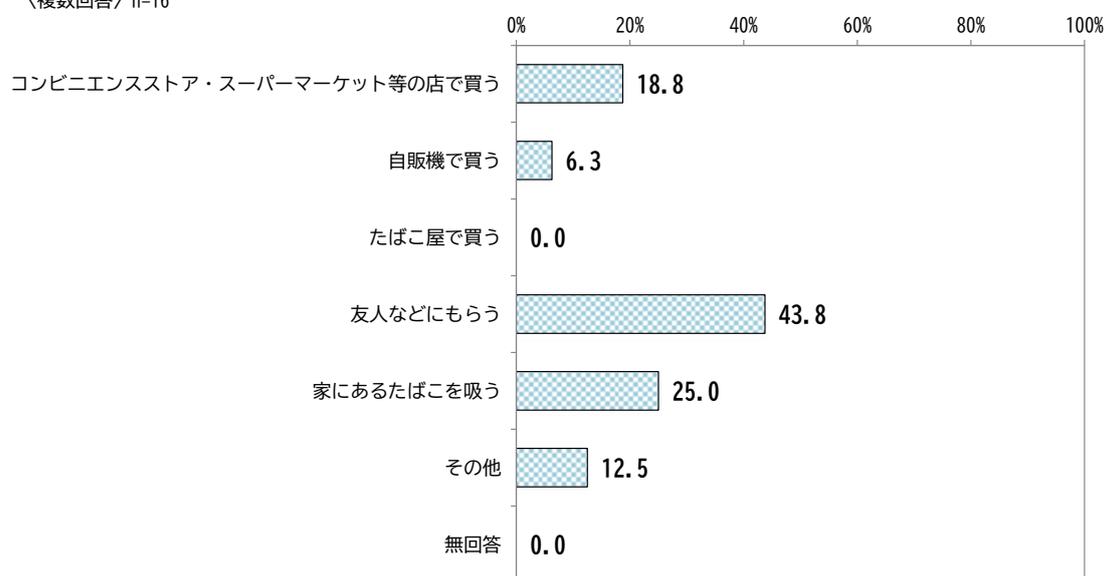
	単純集計		性別・学年別							無回答
	全体	中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子	
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
吸ったことはない	1,074	136	149	146	136	143	122	119	101	2
	97.9%	97.8%	99.3%	98.0%	97.8%	97.3%	96.8%	96.7%	99.0%	100.0%
過去に何回か吸ったことがある	14	1	0	3	3	2	2	3	0	0
	1.3%	0.7%	0.0%	2.0%	2.2%	1.4%	1.6%	2.4%	0.0%	0.0%
よく吸う	2	1	0	0	0	0	1	0	0	0
	0.2%	0.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%
無回答	7	1	1	0	0	2	1	1	1	0
	0.6%	0.7%	0.7%	0.0%	0.0%	1.4%	0.8%	0.8%	1.0%	0.0%

問 24 で「2. 過去に何回か吸ったことがある」「3. よく吸う」と回答された方におたずねします。

問 25 あなたは、たばこをどのようにして手にいれますか。(○はいくつでも)

- ◇ 「友人などにもらう」が 43.8%と最も高く、次いで、「家にあるたばこを吸う」の 25.0%、「コンビニエンスストア・スーパーマーケット等の店で買う」の 18.8%の順となっています。
- ◇ 学校別・性別でみると、中学生高校生ともに「友人などにもらう」が高くなっていますが、中学生では「家にあるたばこを吸う」の割合も高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「自販機で買う」が 10.4 ポイント減少し、「コンビニエンスストア・スーパーマーケット等の店で買う」が 13.2 ポイント増加しています。

〈複数回答〉n=16

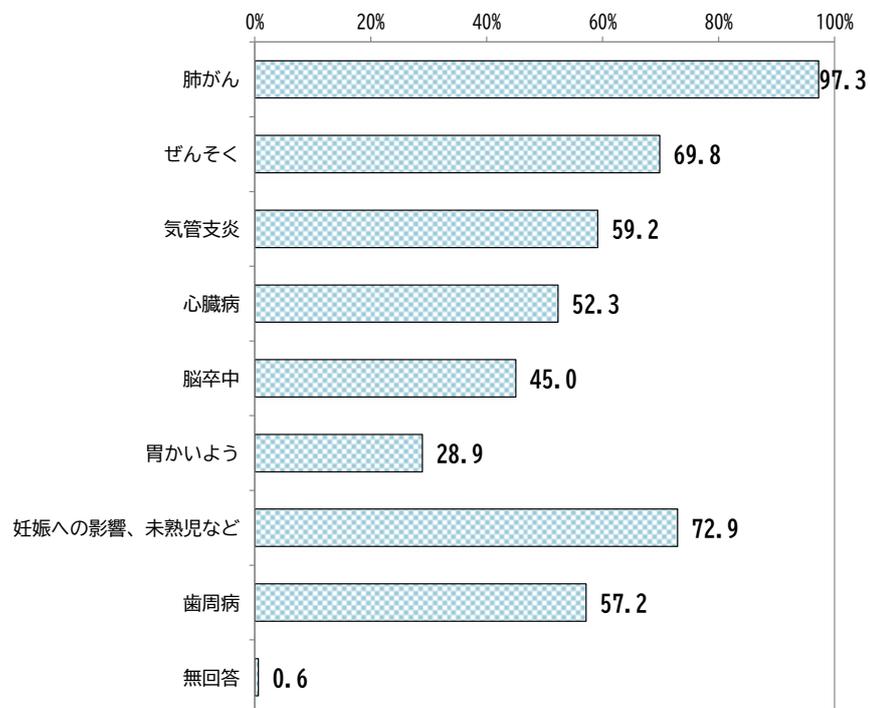


	単純集計		学校別・性別						
	全体	前回	中学生	中学生男子	中学生女子	高校生	高校生男子	高校生女子	無回答
サンプル数	16	18	8	5	3	8	5	3	0
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	—
コンビニエンスストア・スーパーマーケット等の店で買う	3	1	1	1	0	2	1	1	0
	18.8%	5.6%	12.5%	20.0%	0.0%	25.0%	20.0%	33.3%	—
自販機で買う	1	3	1	1	0	0	0	0	0
	6.3%	16.7%	12.5%	20.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	—
たばこ屋で買う	0	1	0	0	0	0	0	0	0
	0.0%	5.6%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	—
友人などにもらう	7	7	3	1	2	4	3	1	0
	43.8%	38.9%	37.5%	20.0%	66.7%	50.0%	60.0%	33.3%	—
家にあるたばこを吸う	4	6	3	2	1	1	0	1	0
	25.0%	33.3%	37.5%	40.0%	33.3%	12.5%	0.0%	33.3%	—
その他	2	2	1	1	0	1	1	0	0
	12.5%	11.1%	12.5%	20.0%	0.0%	12.5%	20.0%	0.0%	—
無回答	0	—	0	0	0	0	0	0	0
	0.0%	—	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	—

問 26 たばこが健康に与える影響についてうかがいます。たばこを吸うとかかりやすくなると思うものを選んでください。(〇はいくつでも)

- ◇ 「肺がん」が 97.3%と最も高く、次いで、「妊娠への影響、未熟児など」の 72.9%、「ぜんそく」の 69.8%の順となっています。
- ◇ 性別・学年別で見ると、中学1年生男子では「胃かいよう」が 46.0%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 学校別・性別で見ると、高校生男子では「歯周病」が 47.0%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 居住地域別で見ると、鹿屋市以外では「歯周病」が 71.4%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「ぜんそく」が 10.2 ポイント増加しています。

〈複数回答〉 n=1,097



	単純集計		性別・学年別								
	全体	前回	中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子	無回答
サンプル数	1,097	1,061	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
肺がん	1,067	1,000	132	147	147	139	141	121	117	101	2
	97.3%	94.3%	95.0%	98.0%	98.7%	100.0%	95.9%	96.0%	95.1%	99.0%	100.0%
ぜんそく	766	632	97	105	112	100	101	97	75	60	1
	69.8%	59.6%	69.8%	70.0%	75.2%	71.9%	68.7%	77.0%	61.0%	58.8%	50.0%
気管支炎	649	573	74	83	97	91	67	85	66	71	2
	59.2%	54.0%	53.2%	55.3%	65.1%	65.5%	45.6%	67.5%	53.7%	69.6%	100.0%
心臓病	574	531	86	100	85	68	68	63	56	37	1
	52.3%	50.0%	61.9%	66.7%	57.0%	48.9%	46.3%	50.0%	45.5%	36.3%	50.0%
脳卒中	494	383	79	81	70	64	47	54	51	36	1
	45.0%	36.1%	56.8%	54.0%	47.0%	46.0%	32.0%	42.9%	41.5%	35.3%	50.0%
胃かいよう	317	218	64	45	54	35	30	36	28	19	1
	28.9%	20.5%	46.0%	30.0%	36.2%	25.2%	20.4%	28.6%	22.8%	18.6%	50.0%
妊娠への影響、未熟児など	800	727	83	120	106	115	96	104	77	81	1
	72.9%	68.5%	59.7%	80.0%	71.1%	82.7%	65.3%	82.5%	62.6%	79.4%	50.0%
歯周病	627	552	73	91	83	95	71	84	56	57	2
	57.2%	52.0%	52.5%	60.7%	55.7%	68.3%	48.3%	66.7%	45.5%	55.9%	100.0%
無回答	7	—	0	1	0	0	2	2	2	0	0
	0.6%	—	0.0%	0.7%	0.0%	0.0%	1.4%	1.6%	1.6%	0.0%	0.0%

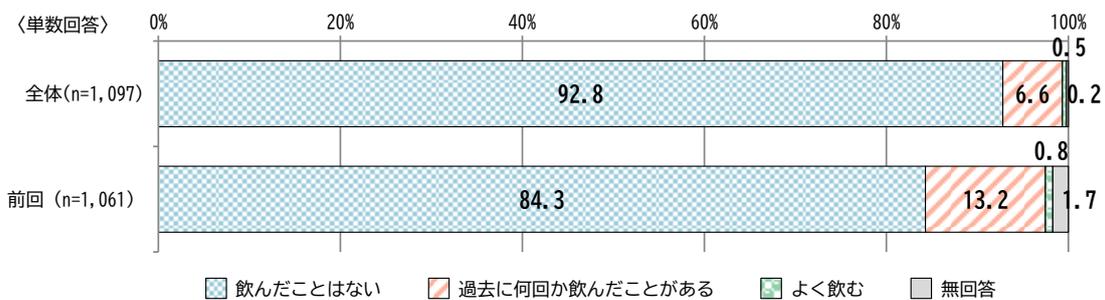
	単純集計		学校別・性別					無回答
	全体	中学生	中学生 男子	中学生 女子	高校生	高校生 男子	高校生 女子	
サンプル数	1,097	586	288	289	509	270	228	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
肺がん	1,067	574	279	286	491	258	222	2
	97.3%	98.0%	96.9%	99.0%	96.5%	95.6%	97.4%	100.0%
ぜんそく	766	423	209	205	342	176	157	1
	69.8%	72.2%	72.6%	70.9%	67.2%	65.2%	68.9%	50.0%
気管支炎	649	351	171	174	296	133	156	2
	59.2%	59.9%	59.4%	60.2%	58.2%	49.3%	68.4%	100.0%
心臓病	574	344	171	168	229	124	100	1
	52.3%	58.7%	59.4%	58.1%	45.0%	45.9%	43.9%	50.0%
脳卒中	494	298	149	145	195	98	90	1
	45.0%	50.9%	51.7%	50.2%	38.3%	36.3%	39.5%	50.0%
胃かいよう	317	200	118	80	116	58	55	1
	28.9%	34.1%	41.0%	27.7%	22.8%	21.5%	24.1%	50.0%
妊娠への影響、未熟児など	800	432	189	235	367	173	185	1
	72.9%	73.7%	65.6%	81.3%	72.1%	64.1%	81.1%	50.0%
歯周病	627	348	156	186	277	127	141	2
	57.2%	59.4%	54.2%	64.4%	54.4%	47.0%	61.8%	100.0%
無回答	7	1	0	1	6	4	2	0
	0.6%	0.2%	0.0%	0.3%	1.2%	1.5%	0.9%	0.0%

	単純集計		居住地域別				
	全体	鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市 以外	無回答
サンプル数	1,097	802	29	157	72	35	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
肺がん	1,067	777	28	154	71	35	2
	97.3%	96.9%	96.6%	98.1%	98.6%	100.0%	100.0%
ぜんそく	766	561	17	109	52	25	2
	69.8%	70.0%	58.6%	69.4%	72.2%	71.4%	100.0%
気管支炎	649	461	16	96	46	28	2
	59.2%	57.5%	55.2%	61.1%	63.9%	80.0%	100.0%
心臓病	574	421	12	84	39	18	0
	52.3%	52.5%	41.4%	53.5%	54.2%	51.4%	0.0%
脳卒中	494	357	10	75	35	16	1
	45.0%	44.5%	34.5%	47.8%	48.6%	45.7%	50.0%
胃かいよう	317	227	6	52	24	8	0
	28.9%	28.3%	20.7%	33.1%	33.3%	22.9%	0.0%
妊娠への影響、未熟児など	800	583	22	112	51	30	2
	72.9%	72.7%	75.9%	71.3%	70.8%	85.7%	100.0%
歯周病	627	462	9	89	40	25	2
	57.2%	57.6%	31.0%	56.7%	55.6%	71.4%	100.0%
無回答	7	3	1	2	1	0	0
	0.6%	0.4%	3.4%	1.3%	1.4%	0.0%	0.0%

## IV アルコールについて

問 27 あなたはお酒（チューハイ、カクテル、ビール、焼酎など）を飲んだことがありますか。（○はひとつだけ）

- ◇ 「飲んだことはない」が 92.8%、「過去に何回か飲んだことがある」が 6.6%、「よく飲む」が 0.5%となっています。
- ◇ 性別・学年別で見ると、高校 1 年生男子では「過去に何回か飲んだことがある」が 9.5%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 朝食の様子別で見ると、週 2～3 回では「過去に何回か飲んだことがある」が 24.1%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「飲んだことはない」が 8.5 ポイント増加しています。

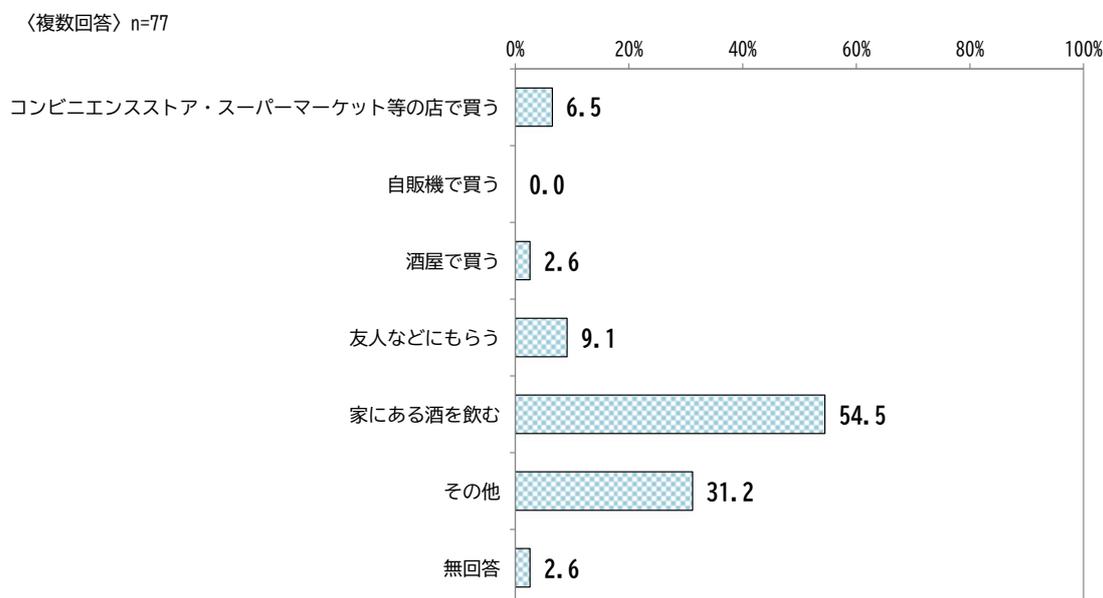


	単純集計	性別・学年別								無回答
	全体	中学1年生男子	中学1年生女子	中学3年生男子	中学3年生女子	高校1年生男子	高校1年生女子	高校3年生男子	高校3年生女子	
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
飲んだことはない	1,018	126	142	139	133	132	118	114	94	2
	92.8%	90.6%	94.7%	93.3%	95.7%	89.8%	93.7%	92.7%	92.2%	100.0%
過去に何回か飲んだことがある	72	10	8	10	6	14	6	8	8	0
	6.6%	7.2%	5.3%	6.7%	4.3%	9.5%	4.8%	6.5%	7.8%	0.0%
よく飲む	5	2	0	0	0	0	2	1	0	0
	0.5%	1.4%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.6%	0.8%	0.0%	0.0%
無回答	2	1	0	0	0	1	0	0	0	0
	0.2%	0.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

	単純集計	朝食の様子				無回答
	全体	毎日食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど食べない	
サンプル数	1,097	869	96	58	72	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
飲んだことはない	1,018	823	85	44	65	1
	92.8%	94.7%	88.5%	75.9%	90.3%	50.0%
過去に何回か飲んだことがある	72	39	11	14	7	1
	6.6%	4.5%	11.5%	24.1%	9.7%	50.0%
よく飲む	5	5	0	0	0	0
	0.5%	0.6%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
無回答	2	2	0	0	0	0
	0.2%	0.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

問 27 で「2. 過去に何回か飲んだことがある」「3. よく飲む」と回答された方におたずねします。  
 問 28 あなたはお酒をどのようにして手にいれますか。(〇はいくつでも)

- ◇ 「家にある酒を飲む」が 54.5%と最も高く、次いで、「その他」の 31.2%、「友人などにもらう」の 9.1%の順となっています。
- ◇ 性別・学年別で見ると、中学 3 年生女子と高校 3 年生の男女では「家にある酒を飲む」の割合が高くなっています。また、高校 3 年生男子では「コンビニエンスストア・スーパーマーケット等の店で買う」の割合も高くなっています。
- ◇ 学校別・性別で見ると、高校生女子では「家にある酒を飲む」と「友人などにもらう」の割合が高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「友人などにもらう」が 4.4 ポイント増加しています。



- ◆ 「その他」の具体的内容
  - ・間違えて飲んだ
  - ・親に飲まされた

	単純集計	前回	性別・学年別								無回答
			全体	全体	中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	
サンプル数	77	149	12	8	10	6	14	8	9	8	0
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	—
コンビニエンスストア・スーパーマーケット等の店で買う	5	7	1	1	0	0	1	0	2	0	0
	6.5%	4.7%	8.3%	12.5%	0.0%	0.0%	7.1%	0.0%	22.2%	0.0%	—
自動販売機で買う	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	—
酒屋で買う	2	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0
	2.6%	0.0%	0.0%	0.0%	10.0%	0.0%	0.0%	0.0%	11.1%	0.0%	—
友人などにもらう	7	7	0	0	0	1	1	1	1	3	0
	9.1%	4.7%	0.0%	0.0%	0.0%	16.7%	7.1%	12.5%	11.1%	37.5%	—
家にある酒を飲む	42	85	5	2	4	5	8	5	6	6	0
	54.5%	57.0%	41.7%	25.0%	40.0%	83.3%	57.1%	62.5%	66.7%	75.0%	—
その他	24	48	6	5	5	0	4	2	1	0	0
	31.2%	32.2%	50.0%	62.5%	50.0%	0.0%	28.6%	25.0%	11.1%	0.0%	—
無回答	2	—	0	0	0	0	1	0	0	1	0
	2.6%	—	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	7.1%	0.0%	0.0%	12.5%	—

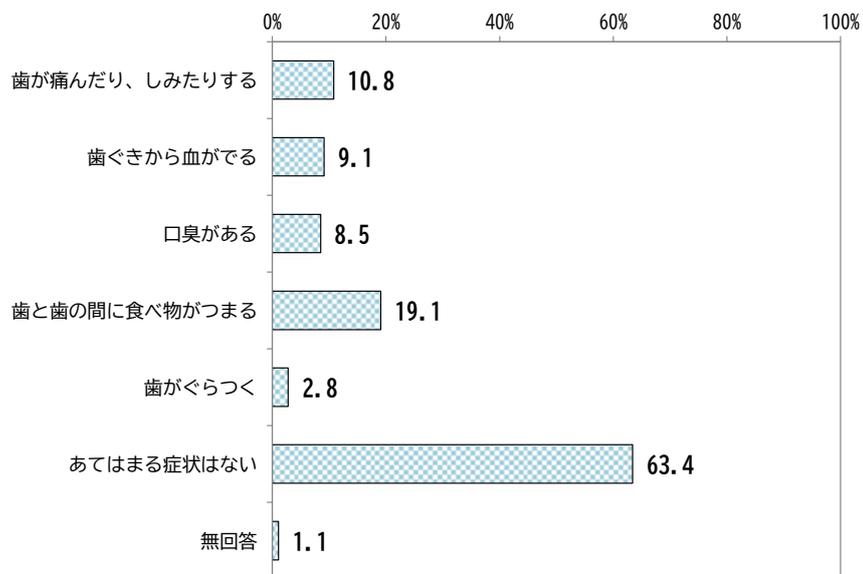
	単純集計	学校別・性別						無回答
		中学生	中学生 男子	中学生 女子	高校生	高校生 男子	高校生 女子	
サンプル数	77	36	22	14	41	23	16	0
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	—
コンビニエンスストア・スーパーマーケット等の店で買う	5	2	1	1	3	3	0	0
	6.5%	5.6%	4.5%	7.1%	7.3%	13.0%	0.0%	—
自動販売機で買う	0	0	0	0	0	0	0	0
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	—
酒屋で買う	2	1	1	0	1	1	0	0
	2.6%	2.8%	4.5%	0.0%	2.4%	4.3%	0.0%	—
友人などにもらう	7	1	0	1	6	2	4	0
	9.1%	2.8%	0.0%	7.1%	14.6%	8.7%	25.0%	—
家にある酒を飲む	42	16	9	7	26	14	11	0
	54.5%	44.4%	40.9%	50.0%	63.4%	60.9%	68.8%	—
その他	24	16	11	5	8	5	2	0
	31.2%	44.4%	50.0%	35.7%	19.5%	21.7%	12.5%	—
無回答	2	0	0	0	2	1	1	0
	2.6%	0.0%	0.0%	0.0%	4.9%	4.3%	6.3%	—

## VII 歯の健康について

### 問 29 現在、次のような症状がありますか。(○はいくつでも)

- ◇ 「あてはまる症状はない」が63.4%と最も高く、次いで、「歯と歯の間に食べ物がつまる」の19.1%、「歯が痛んだり、しみたりする」の10.8%の順となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、中学3年生女子では「あてはまる症状はない」の割合が7割を超えています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、週2～3回では「歯と歯の間に食べ物がつまる」、「歯が痛んだり、しみたりする」、「口臭がある」の割合がそれぞれ他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「歯と歯の間に食べ物がつまる」が14.3ポイント減少しています。

〈複数回答〉n=1,097

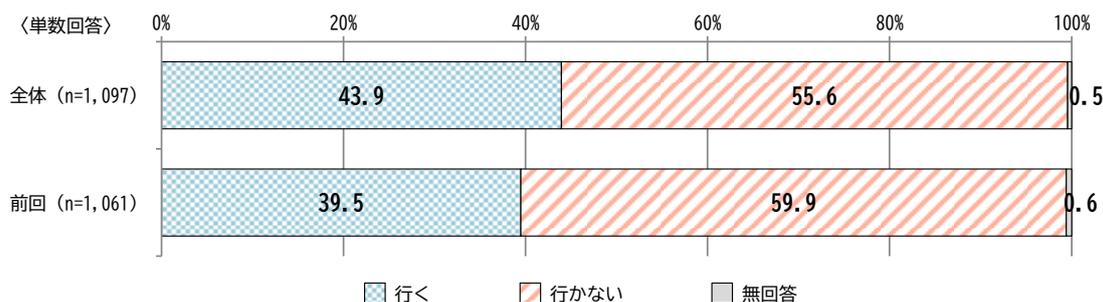


	単純集計	前回	性別・学年別								無回答
	全体		全体	中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	
サンプル数	1,097	1,061	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
歯が痛んだり、しみたりする	119	168	15	16	16	11	17	17	11	14	0
	10.8%	15.8%	10.8%	10.7%	10.7%	7.9%	11.6%	13.5%	8.9%	13.7%	0.0%
歯ぐきから血がでる	100	146	10	18	17	13	13	8	14	5	0
	9.1%	13.8%	7.2%	12.0%	11.4%	9.4%	8.8%	6.3%	11.4%	4.9%	0.0%
口臭がある	93	98	14	16	16	9	11	3	17	3	1
	8.5%	9.2%	10.1%	10.7%	10.7%	6.5%	7.5%	2.4%	13.8%	2.9%	50.0%
歯と歯の間に食べ物がつまる	210	354	33	25	22	23	33	19	32	17	1
	19.1%	33.4%	23.7%	16.7%	14.8%	16.5%	22.4%	15.1%	26.0%	16.7%	50.0%
歯がぐらつく	31	25	7	8	3	1	4	1	4	3	0
	2.8%	2.4%	5.0%	5.3%	2.0%	0.7%	2.7%	0.8%	3.3%	2.9%	0.0%
あてはまる症状はない	696	—	85	93	98	99	84	88	68	69	1
	63.4%	—	61.2%	62.0%	65.8%	71.2%	57.1%	69.8%	55.3%	67.6%	50.0%
無回答	12	—	0	2	0	0	9	0	0	0	0
	1.1%	—	0.0%	1.3%	0.0%	0.0%	6.1%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

	朝食の様子					
	全体	毎日食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど食べない	無回答
サンプル数	1,097	869	96	58	72	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
歯が痛んだり、しみたりする	119	91	9	11	8	0
	10.8%	10.5%	9.4%	19.0%	11.1%	0.0%
歯ぐきから血がでる	100	68	14	9	9	0
	9.1%	7.8%	14.6%	15.5%	12.5%	0.0%
口臭がある	93	68	8	11	6	0
	8.5%	7.8%	8.3%	19.0%	8.3%	0.0%
歯と歯の間に食べ物がつまる	210	155	20	17	18	0
	19.1%	17.8%	20.8%	29.3%	25.0%	0.0%
歯がぐらつく	31	23	2	3	3	0
	2.8%	2.6%	2.1%	5.2%	4.2%	0.0%
あてはまる症状はない	696	573	58	25	39	1
	63.4%	65.9%	60.4%	43.1%	54.2%	50.0%
無回答	12	9	1	0	1	1
	1.1%	1.0%	1.0%	0.0%	1.4%	50.0%

問 30 歯の治療をする以外に、歯科検診のために歯科医院に行きますか。  
(○はひとつ)

- ◇ 「行く」が43.9%、「行かない」が55.6%となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、高校1年生男子では「行く」が33.3%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、ほとんど食べないでは「行く」が34.7%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 学校別・性別でみると、高校生男子では「行く」が34.1%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 居住地域別でみると、吾平地域では「行く」が31.9%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「行く」が4.4ポイント増加しています。



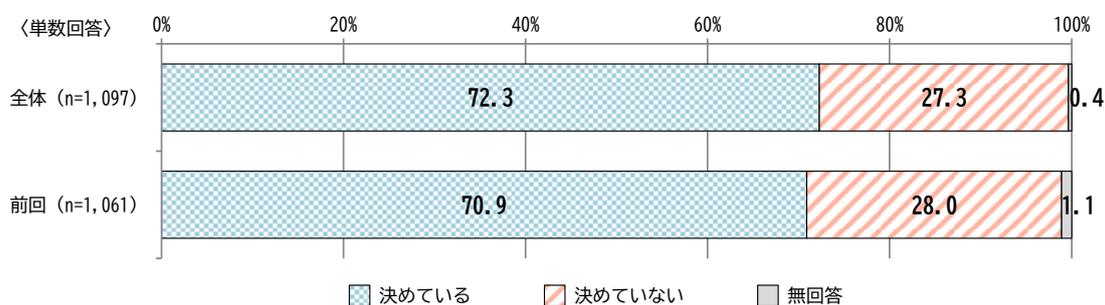
	性別・学年別									
	全体	中学1年生男子	中学1年生女子	中学3年生男子	中学3年生女子	高校1年生男子	高校1年生女子	高校3年生男子	高校3年生女子	無回答
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
行く	43.9%	53.2%	50.0%	40.3%	50.4%	33.3%	44.4%	35.0%	41.2%	50.0%
行かない	55.6%	46.8%	49.3%	59.7%	49.6%	64.6%	55.6%	64.2%	58.8%	50.0%
無回答	0.5%	0.0%	0.7%	0.0%	0.0%	2.0%	0.0%	0.8%	0.0%	0.0%

	単純集計	朝食の様子					学校別・性別						
	全体	毎日食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど食べない	無回答	中学生	中学生男子	中学生女子	高校生	高校生男子	高校生女子	無回答
サンプル数	1,097	869	96	58	72	2	586	288	289	509	270	228	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
行く	482	395	39	23	25	0	284	134	145	197	92	98	1
	43.9%	45.5%	40.6%	39.7%	34.7%	0.0%	48.5%	46.5%	50.2%	38.7%	34.1%	43.0%	50.0%
行かない	610	471	57	35	46	1	301	154	143	308	174	130	1
	55.6%	54.2%	59.4%	60.3%	63.9%	50.0%	51.4%	53.5%	49.5%	60.5%	64.4%	57.0%	50.0%
無回答	5	3	0	0	1	1	1	0	1	4	4	0	0
	0.5%	0.3%	0.0%	0.0%	1.4%	50.0%	0.2%	0.0%	0.3%	0.8%	1.5%	0.0%	0.0%

	単純集計	居住地域別					
	全体	鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市以外	無回答
サンプル数	1,097	802	29	157	72	35	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
行く	482	356	11	75	23	15	2
	43.9%	44.4%	37.9%	47.8%	31.9%	42.9%	100.0%
行かない	610	443	18	81	48	20	0
	55.6%	55.2%	62.1%	51.6%	66.7%	57.1%	0.0%
無回答	5	3	0	1	1	0	0
	0.5%	0.4%	0.0%	0.6%	1.4%	0.0%	0.0%

問 31 歯科検診や治療を受けるかかりつけの歯科医院を決めていますか。  
(○はひとつ)

- ◇ 「決めている」が72.3%、「決めていない」が27.3%となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、中学3年生女子では「決めている」が84.2%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 家族との食事別でみると、ほとんど食べないでは「決めている」が61.4%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 学校別・性別でみると、高校生男子では「決めている」が60.4%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 居住地域別でみると、輝北地域では「決めている」が58.6%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「決めている」が1.4ポイント増加しています。



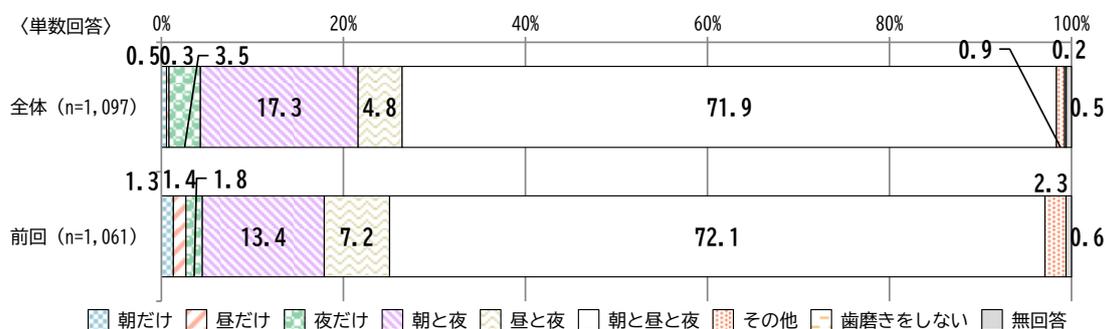
	単純集計 全体	性別・学年別								無回答
		中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子	
サンプル数	1,097 100.0%	139 100.0%	150 100.0%	149 100.0%	139 100.0%	147 100.0%	126 100.0%	123 100.0%	102 100.0%	2 100.0%
決めている	793 72.3%	96 69.1%	118 78.7%	105 70.5%	117 84.2%	91 61.9%	98 77.8%	72 58.5%	77 75.5%	1 50.0%
決めていない	300 27.3%	42 30.2%	31 20.7%	44 29.5%	22 15.8%	55 37.4%	28 22.2%	50 40.7%	25 24.5%	1 50.0%
無回答	4 0.4%	1 0.7%	1 0.7%	0 0.0%	0 0.0%	1 0.7%	0 0.0%	1 0.8%	0 0.0%	0 0.0%

	単純集計 全体	家族との食事					学校別・性別						
		毎日 食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど 食べない	無回答	中学生	中学生 男子	中学生 女子	高校生	高校生 男子	高校生 女子	無回答
サンプル数	1,097 100.0%	773 100.0%	154 100.0%	85 100.0%	83 100.0%	2 100.0%	586 100.0%	288 100.0%	289 100.0%	509 100.0%	270 100.0%	228 100.0%	2 100.0%
決めている	793 72.3%	574 74.3%	109 70.8%	59 69.4%	51 61.4%	0 0.0%	444 75.8%	201 69.8%	235 81.3%	348 68.4%	163 60.4%	175 76.8%	1 50.0%
決めていない	300 27.3%	197 25.5%	43 27.9%	26 30.6%	32 38.6%	2 100.0%	140 23.9%	86 29.9%	53 18.3%	159 31.2%	105 38.9%	53 23.2%	1 50.0%
無回答	4 0.4%	2 0.3%	2 1.3%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	2 0.3%	1 0.3%	1 0.3%	2 0.4%	2 0.7%	0 0.0%	0 0.0%

	単純集計 全体	居住地域別					無回答
		鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市 以外	
サンプル数	1,097 100.0%	802 100.0%	29 100.0%	157 100.0%	72 100.0%	35 100.0%	2 100.0%
決めている	793 72.3%	577 71.9%	17 58.6%	117 74.5%	55 76.4%	25 71.4%	2 100.0%
決めていない	300 27.3%	222 27.7%	12 41.4%	39 24.8%	17 23.6%	10 28.6%	0 0.0%
無回答	4 0.4%	3 0.4%	0 0.0%	1 0.6%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%

問 32 あなたは、歯磨きをいつしますか。(○はひとつ)

- ◇ 「朝と昼と夜」が 71.9%と最も高く、次いで、「朝と夜」の 17.3%、「昼と夜」の 4.8%の順となっています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、ほとんど食べないでは「朝と夜」が 30.6%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 学校別・性別でみると、中学生女子と高校生女子では「朝と昼と夜」の割合が8割を超えている一方、高校生男子では「朝と夜」の割合がおおよそ4割となっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「朝と夜」が 3.9 ポイント増加し、「昼と夜」が 2.4 ポイント減少しています。



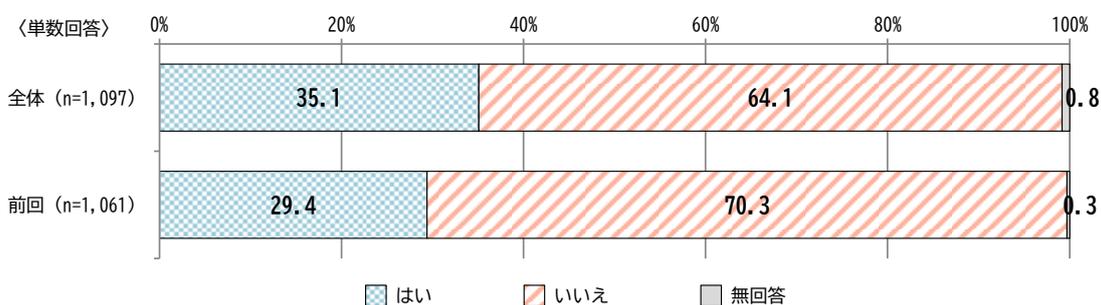
◆ 「その他」の具体的な内容

- ・ 朝と昼
- ・ 学校のみ
- ・ したりしなかったり
- ・ 気になったときに

	単純集計 全体	朝食の様子					学校別・性別						
		毎日 食べる	週4~5回	週2~3回	ほとんど 食べない	無回答	中学生	中学生 男子	中学生 女子	高校生	高校生 男子	高校生 女子	無回答
サンプル数	1,097	869	96	58	72	2	586	288	289	509	270	228	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
朝だけ	6	4	1	0	1	0	2	2	0	4	4	0	0
	0.5%	0.5%	1.0%	0.0%	1.4%	0.0%	0.3%	0.7%	0.0%	0.8%	1.5%	0.0%	0.0%
昼だけ	3	3	0	0	0	0	2	0	2	1	1	0	0
	0.3%	0.3%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.3%	0.0%	0.7%	0.2%	0.4%	0.0%	0.0%
夜だけ	38	21	9	7	1	0	20	14	6	18	17	1	0
	3.5%	2.4%	9.4%	12.1%	1.4%	0.0%	3.4%	4.9%	2.1%	3.5%	6.3%	0.4%	0.0%
朝と夜	190	132	20	14	22	2	67	50	14	122	107	14	1
	17.3%	15.2%	20.8%	24.1%	30.6%	100.0%	11.4%	17.4%	4.8%	24.0%	39.6%	6.1%	50.0%
昼と夜	53	29	9	8	7	0	35	18	15	18	6	11	0
	4.8%	3.3%	9.4%	13.8%	9.7%	0.0%	6.0%	6.3%	5.2%	3.5%	2.2%	4.8%	0.0%
朝と昼と夜	789	669	56	27	37	0	450	199	248	338	130	200	1
	71.9%	77.0%	58.3%	46.6%	51.4%	0.0%	76.8%	69.1%	85.8%	66.4%	48.1%	87.7%	50.0%
その他	10	6	1	1	2	0	8	4	3	2	1	1	0
	0.9%	0.7%	1.0%	1.7%	2.8%	0.0%	1.4%	1.4%	1.0%	0.4%	0.4%	0.4%	0.0%
歯磨きをしない	2	2	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0
	0.2%	0.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.2%	0.3%	0.0%	0.2%	0.4%	0.0%	0.0%
無回答	6	3	0	1	2	0	1	0	1	5	3	1	0
	0.5%	0.3%	0.0%	1.7%	2.8%	0.0%	0.2%	0.0%	0.3%	1.0%	1.1%	0.4%	0.0%

問 33 現在、歯間ブラシ、糸ようじ等を使用していますか。(○はひとつ)

- ◇ 「はい」が35.1%、「いいえ」が64.1%となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、中学1年生男子では「はい」が52.5%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 家族との食事別でみると、週2～3回では「はい」が23.5%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 居住地域別でみると、輝北地域では「はい」の割合が1割台となっており、他より低くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が5.7ポイント増加しています。

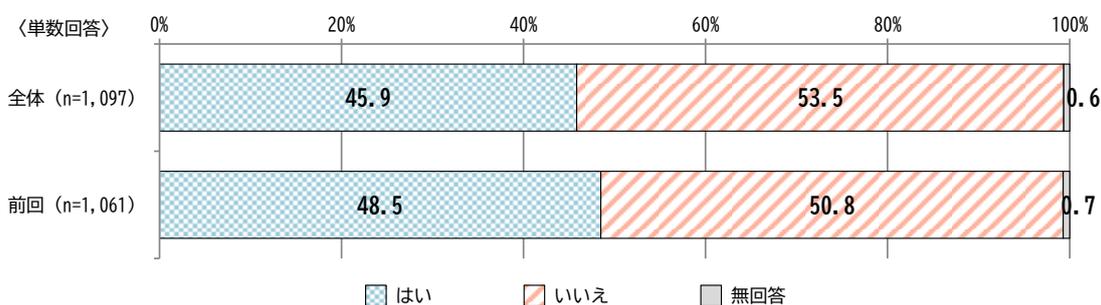


	単純集計	性別・学年別								
	全体	中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子	無回答
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	385	73	63	41	55	39	41	33	32	0
	35.1%	52.5%	42.0%	27.5%	39.6%	26.5%	32.5%	26.8%	31.4%	0.0%
いいえ	703	64	86	107	84	105	84	89	70	2
	64.1%	46.0%	57.3%	71.8%	60.4%	71.4%	66.7%	72.4%	68.6%	100.0%
無回答	9	2	1	1	0	3	1	1	0	0
	0.8%	1.4%	0.7%	0.7%	0.0%	2.0%	0.8%	0.8%	0.0%	0.0%

	単純集計	家族との食事					居住地域別					
	全体	毎日 食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど 食べない	無回答	鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市 以外	無回答
サンプル数	1,097	773	154	85	83	2	802	29	157	72	35	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	385	286	46	20	33	0	277	8	59	28	12	1
	35.1%	37.0%	29.9%	23.5%	39.8%	0.0%	34.5%	27.6%	37.6%	38.9%	34.3%	50.0%
いいえ	703	484	105	64	49	1	518	21	96	44	23	1
	64.1%	62.6%	68.2%	75.3%	59.0%	50.0%	64.6%	72.4%	61.1%	61.1%	65.7%	50.0%
無回答	9	3	3	1	1	1	7	0	2	0	0	0
	0.8%	0.4%	1.9%	1.2%	1.2%	50.0%	0.9%	0.0%	1.3%	0.0%	0.0%	0.0%

問 34 ここ1年間に歯に関する指導を受けたことがありますか。(○はひとつ)

- ◇ 「はい」が45.9%、「いいえ」が53.5%となっています。
- ◇ 性別・学年別で見ると、中学1年生男子では「はい」が57.6%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 家族との食事別で見ると、週2～3回では「はい」が23.5%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 居住地域別で見ると、輝北地域では「はい」が20.7%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が2.6ポイント減少しています。



	単純集計 全体	性別・学年別								
		中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子	無回答
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	503	80	75	58	52	71	54	54	45	1
	45.9%	57.6%	50.0%	38.9%	37.4%	48.3%	42.9%	43.9%	44.1%	50.0%
いいえ	587	59	73	91	87	73	71	69	56	1
	53.5%	42.4%	48.7%	61.1%	62.6%	49.7%	56.3%	56.1%	54.9%	50.0%
無回答	7	0	2	0	0	3	1	0	1	0
	0.6%	0.0%	1.3%	0.0%	0.0%	2.0%	0.8%	0.0%	1.0%	0.0%

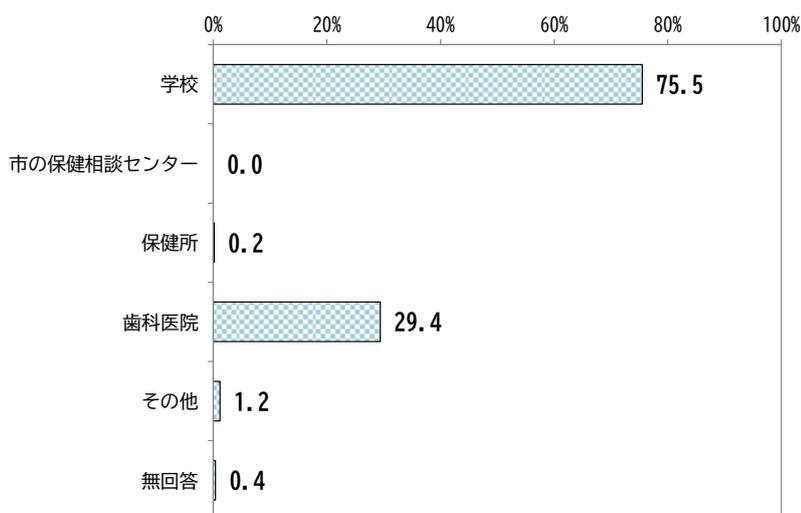
	単純集計 全体	家族との食事					居住地域別					
		毎日 食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど 食べない	無回答	鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市 以外	無回答
サンプル数	1,097	773	154	85	83	2	802	29	157	72	35	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	503	360	71	32	40	0	380	6	71	32	13	1
	45.9%	46.6%	46.1%	37.6%	48.2%	0.0%	47.4%	20.7%	45.2%	44.4%	37.1%	50.0%
いいえ	587	410	81	52	43	1	418	23	84	40	21	1
	53.5%	53.0%	52.6%	61.2%	51.8%	50.0%	52.1%	79.3%	53.5%	55.6%	60.0%	50.0%
無回答	7	3	2	1	0	1	4	0	2	0	1	0
	0.6%	0.4%	1.3%	1.2%	0.0%	50.0%	0.5%	0.0%	1.3%	0.0%	2.9%	0.0%

問 34 で「1. はい」と回答された方におたずねします。

問 35 どこで指導を受けましたか。(○はいくつでも)

- ◇ 「学校」が 75.5%と最も高く、次いで、「歯科医院」の 29.4%、「その他」の 1.2%の順となっています。
- ◇ 性別・学年別で見ると、高校1年生男子では「学校」が 88.7%となっており、他より高くなっている一方、中学3年生女子では「歯科医院」が 48.1%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 朝食の様子別で見ると、ほとんど食べないでは「学校」が 87.5%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 学校別・性別で見ると、高校生男子では「歯科医院」の割合が2割を下回っています。
- ◇ 居住地域別で見ると、輝北地域と吾平地域では「学校」の割合が8割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「学校」が5.7ポイント減少しています。

〈複数回答〉n=503



	単純集計	前回	性別・学年別								無回答
	全体	全体	中学1年生男子	中学1年生女子	中学3年生男子	中学3年生女子	高校1年生男子	高校1年生女子	高校3年生男子	高校3年生女子	
サンプル数	503	515	80	75	58	52	71	54	54	45	1
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
学校	380	418	60	60	38	34	63	39	43	35	1
	75.5%	81.2%	75.0%	80.0%	65.5%	65.4%	88.7%	72.2%	79.6%	77.8%	100.0%
市の保健相談センター	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	0.0%	0.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
保健所	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0
	0.2%	0.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.9%	0.0%	0.0%
歯科医院	148	163	19	24	19	25	10	20	14	11	0
	29.4%	31.7%	23.8%	32.0%	32.8%	48.1%	14.1%	37.0%	25.9%	24.4%	0.0%
その他	6	1	3	2	1	0	0	0	0	0	0
	1.2%	0.2%	3.8%	2.7%	1.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
無回答	2		0	0	1	0	0	1	0	0	0
	0.4%		0.0%	0.0%	1.7%	0.0%	0.0%	1.9%	0.0%	0.0%	0.0%

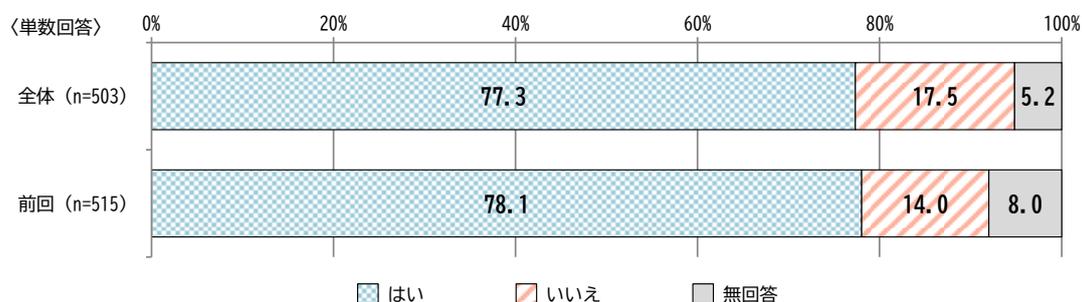
	単純集計 全体	朝食の様子					学校別・性別						
		毎日 食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど 食べない	無回答	中学生	中学生 男子	中学生 女子	高校生	高校生 男子	高校生 女子	無回答
サンプル数	503 100.0%	393 100.0%	53 100.0%	25 100.0%	32 100.0%	0 —	270 100.0%	138 100.0%	127 100.0%	232 100.0%	125 100.0%	99 100.0%	1 100.0%
学校	380 75.5%	292 74.3%	41 77.4%	19 76.0%	28 87.5%	0 —	194 71.9%	98 71.0%	94 74.0%	185 79.7%	106 84.8%	74 74.7%	1 100.0%
市の保健相談センター	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 —	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
保健所	1 0.2%	1 0.3%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 —	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 0.4%	1 0.8%	0 0.0%	0 0.0%
歯科医院	148 29.4%	122 31.0%	15 28.3%	7 28.0%	4 12.5%	0 —	90 33.3%	38 27.5%	49 38.6%	58 25.0%	24 19.2%	31 31.3%	0 0.0%
その他	6 1.2%	6 1.5%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 —	6 2.2%	4 2.9%	2 1.6%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
無回答	2 0.4%	1 0.3%	0 0.0%	0 0.0%	1 3.1%	0 —	1 0.4%	1 0.7%	0 0.0%	1 0.4%	0 0.0%	1 1.0%	0 0.0%

	単純集計 全体	居住地域別					
		鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市 以外	無回答
サンプル数	503 100.0%	380 100.0%	6 100.0%	71 100.0%	32 100.0%	13 100.0%	1 100.0%
学校	380 75.5%	289 76.1%	5 83.3%	49 69.0%	28 87.5%	9 69.2%	0 0.0%
市の保健相談センター	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
保健所	1 0.2%	1 0.3%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
歯科医院	148 29.4%	109 28.7%	2 33.3%	27 38.0%	5 15.6%	4 30.8%	1 100.0%
その他	6 1.2%	4 1.1%	0 0.0%	2 2.8%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
無回答	2 0.4%	2 0.5%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%

問 36 その時受けた指導を教えてください。  
(項目ごとに1か2のいずれかひとつに○)

① むし歯について

- ◇ 「はい」が77.3%、「いいえ」が17.5%となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、高校1年生女子と高校3年生女子では「はい」が6割台にとどまっています。
- ◇ 家族との食事別でみると、ほとんど食べないでは「はい」が87.5%となっている一方、週2～3回では「はい」が68.8%となっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「いいえ」が3.5ポイント増加しています。

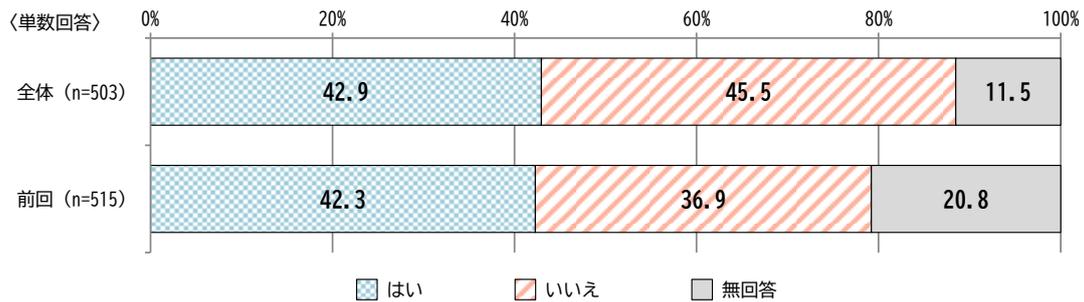


	単純集計	性別・学年別								
		全体	中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子
サンプル数	503	80	75	58	52	71	54	54	45	1
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	389	67	61	46	38	58	34	44	30	1
	77.3%	83.8%	81.3%	79.3%	73.1%	81.7%	63.0%	81.5%	66.7%	100.0%
いいえ	88	10	11	10	11	8	17	7	13	0
	17.5%	12.5%	14.7%	17.2%	21.2%	11.3%	31.5%	13.0%	28.9%	0.0%
無回答	26	3	3	2	3	5	3	3	2	0
	5.2%	3.8%	4.0%	3.4%	5.8%	7.0%	5.6%	5.6%	4.4%	0.0%

	単純集計	家族との食事				
		全体	毎日 食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど 食べない
サンプル数	503	360	71	32	40	0
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	—
はい	389	276	56	22	35	0
	77.3%	76.7%	78.9%	68.8%	87.5%	—
いいえ	88	62	14	10	2	0
	17.5%	17.2%	19.7%	31.3%	5.0%	—
無回答	26	22	1	0	3	0
	5.2%	6.1%	1.4%	0.0%	7.5%	—

② 歯周病について

- ◇ 「はい」が42.9%、「いいえ」が45.5%となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、中学1年生の男女では「はい」の割合が6割前後となっている一方、高校1年生女子では「いいえ」の割合が7割を超えています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、週2～3回では「いいえ」の割合が6割を超えています。
- ◇ 居住地域別でみると、串良地域と鹿屋市以外では「いいえ」の割合が6割前後となっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「いいえ」が8.6ポイント増加しています。

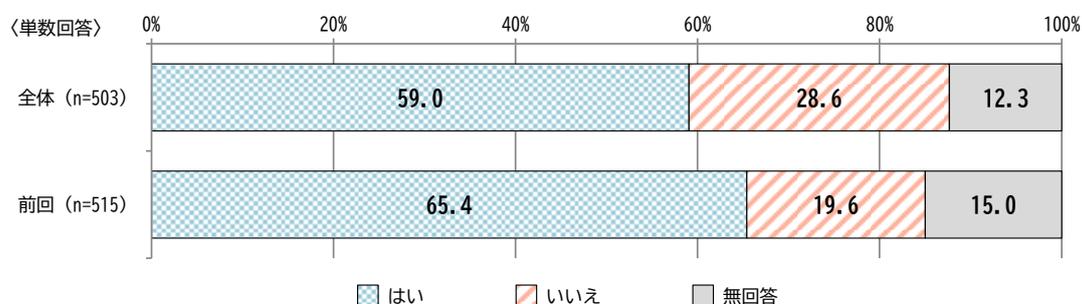


	単純集計 全体	性別・学年別								
		中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子	無回答
サンプル数	503	80	75	58	52	71	54	54	45	1
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	216	45	46	26	16	34	10	20	12	1
	42.9%	56.3%	61.3%	44.8%	30.8%	47.9%	18.5%	37.0%	26.7%	100.0%
いいえ	229	28	25	29	28	28	38	22	25	0
	45.5%	35.0%	33.3%	50.0%	53.8%	39.4%	70.4%	40.7%	55.6%	0.0%
無回答	58	7	4	3	8	9	6	12	8	0
	11.5%	8.8%	5.3%	5.2%	15.4%	12.7%	11.1%	22.2%	17.8%	0.0%

	単純集計 全体	朝食の様子					居住地域別					
		毎日 食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど 食べない	無回答	鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市 以外	無回答
サンプル数	503	393	53	25	32	0	380	6	71	32	13	1
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	—	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	216	173	25	5	13	0	172	3	22	15	3	1
	42.9%	44.0%	47.2%	20.0%	40.6%	—	45.3%	50.0%	31.0%	46.9%	23.1%	100.0%
いいえ	229	174	23	16	16	0	166	2	40	13	8	0
	45.5%	44.3%	43.4%	64.0%	50.0%	—	43.7%	33.3%	56.3%	40.6%	61.5%	0.0%
無回答	58	46	5	4	3	0	42	1	9	4	2	0
	11.5%	11.7%	9.4%	16.0%	9.4%	—	11.1%	16.7%	12.7%	12.5%	15.4%	0.0%

### ③ 歯磨き指導

- ◇ 「はい」が59.0%、「いいえ」が28.6%となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、中学1年生の男女では「はい」の割合が7割を超えている一方、高校1年生の男女と高校3年生女子では「いいえ」の割合が4割を超えています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、ほとんど食べないでは「いいえ」が46.9%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 家族との食事別でみると、ほとんど食べないでは「いいえ」が40.0%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 居住地域別でみると、吾平地域と鹿屋市以外では「いいえ」の割合が4割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が6.4ポイント減少しています。



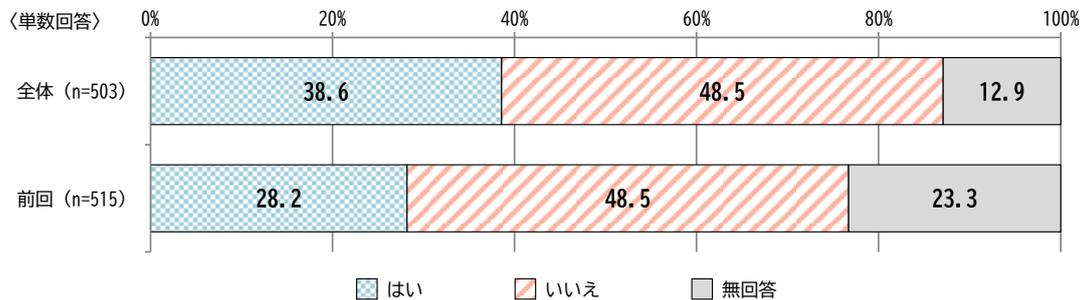
	単純集計 全体	性別・学年別								無回答
		中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子	
サンプル数	503	80	75	58	52	71	54	54	45	1
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	297	56	62	39	34	31	26	22	17	1
	59.0%	70.0%	82.7%	67.2%	65.4%	43.7%	48.1%	40.7%	37.8%	100.0%
いいえ	144	18	7	13	12	29	23	19	20	0
	28.6%	22.5%	9.3%	22.4%	23.1%	40.8%	42.6%	35.2%	44.4%	0.0%
無回答	62	6	6	6	6	11	5	13	8	0
	12.3%	7.5%	8.0%	10.3%	11.5%	15.5%	9.3%	24.1%	17.8%	0.0%

	単純集計 全体	朝食の様子					家族との食事				
		毎日 食べる	週4~5回	週2~3回	ほとんど 食べない	無回答	毎日 食べる	週4~5回	週2~3回	ほとんど 食べない	無回答
サンプル数	503	393	53	25	32	0	360	71	32	40	0
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	—	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	—
はい	297	240	32	13	12	0	225	36	19	17	0
	59.0%	61.1%	60.4%	52.0%	37.5%	—	62.5%	50.7%	59.4%	42.5%	—
いいえ	144	104	17	8	15	0	94	23	11	16	0
	28.6%	26.5%	32.1%	32.0%	46.9%	—	26.1%	32.4%	34.4%	40.0%	—
無回答	62	49	4	4	5	0	41	12	2	7	0
	12.3%	12.5%	7.5%	16.0%	15.6%	—	11.4%	16.9%	6.3%	17.5%	—

	単純集計 全体	居住地域別					無回答
		鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市 以外	
サンプル数	503	380	6	71	32	13	1
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	297	231	4	41	16	4	1
	59.0%	60.8%	66.7%	57.7%	50.0%	30.8%	100.0%
いいえ	144	99	1	24	13	7	0
	28.6%	26.1%	16.7%	33.8%	40.6%	53.8%	0.0%
無回答	62	50	1	6	3	2	0
	12.3%	13.2%	16.7%	8.5%	9.4%	15.4%	0.0%

#### ④ 糸ようじや歯間ブラシの使い方

- ◇ 「はい」が38.6%、「いいえ」が48.5%となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、中学1年生男女では「はい」の割合が5割前後となっています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、週4～5回と週2～3回では「いいえ」の割合が5割を超えています。
- ◇ 学校別でみると、中学生では「はい」が43.3%となっており、高校生（33.2%）よりも10.1ポイント高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が10.4ポイント増加しています。

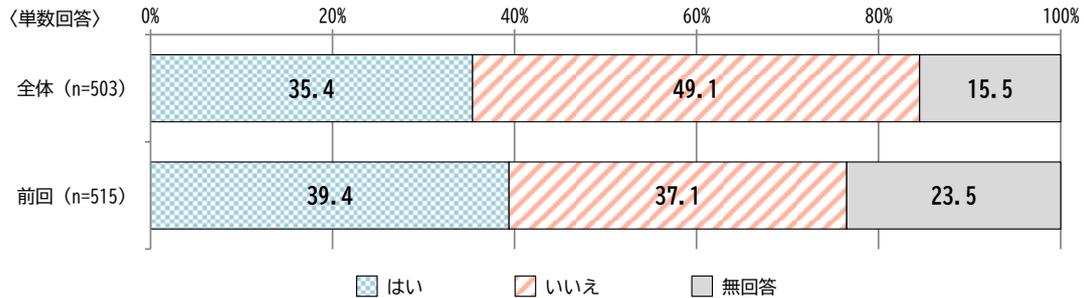


	単純集計	性別・学年別								
		全体	中学1年生男子	中学1年生女子	中学3年生男子	中学3年生女子	高校1年生男子	高校1年生女子	高校3年生男子	高校3年生女子
サンプル数	503	80	75	58	52	71	54	54	45	1
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	194	39	39	18	18	29	16	14	14	0
	38.6%	48.8%	52.0%	31.0%	34.6%	40.8%	29.6%	25.9%	31.1%	0.0%
いいえ	244	34	28	32	28	32	32	27	24	1
	48.5%	42.5%	37.3%	55.2%	53.8%	45.1%	59.3%	50.0%	53.3%	100.0%
無回答	65	7	8	8	6	10	6	13	7	0
	12.9%	8.8%	10.7%	13.8%	11.5%	14.1%	11.1%	24.1%	15.6%	0.0%

	単純集計	朝食の様子					学校別・性別						
		全体	毎日食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど食べない	無回答	中学生	中学生男子	中学生女子	高校生	高校生男子	高校生女子
サンプル数	503	393	53	25	32	0	270	138	127	232	125	99	1
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	—	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	194	152	20	8	14	0	117	57	57	77	43	30	0
	38.6%	38.7%	37.7%	32.0%	43.8%	—	43.3%	41.3%	44.9%	33.2%	34.4%	30.3%	0.0%
いいえ	244	188	28	13	15	0	124	66	56	119	59	56	1
	48.5%	47.8%	52.8%	52.0%	46.9%	—	45.9%	47.8%	44.1%	51.3%	47.2%	56.6%	100.0%
無回答	65	53	5	4	3	0	29	15	14	36	23	13	0
	12.9%	13.5%	9.4%	16.0%	9.4%	—	10.7%	10.9%	11.0%	15.5%	18.4%	13.1%	0.0%

⑤ 甘いものとむし歯の関係

- ◇ 「はい」が35.4%、「いいえ」が49.1%となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、中学1年生女子では「はい」が62.7%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、週2～3回とほとんど食べないでは「いいえ」が6割を超えており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「いいえ」が12.0ポイント増加しています。

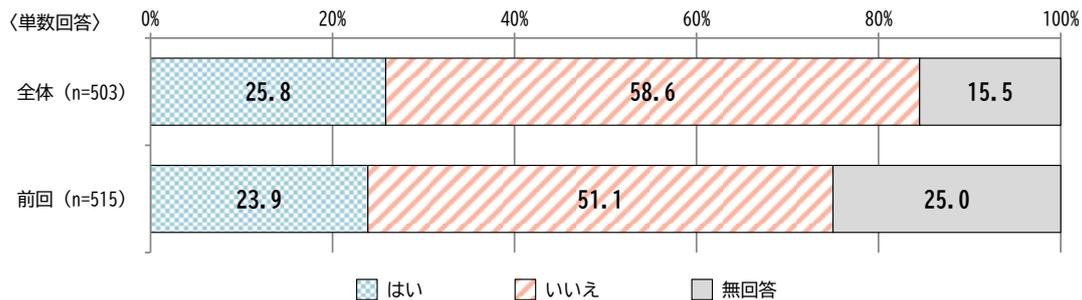


	単純集計	性別・学年別								
		全体	中学1年生男子	中学1年生女子	中学3年生男子	中学3年生女子	高校1年生男子	高校1年生女子	高校3年生男子	高校3年生女子
サンプル数	503	80	75	58	52	71	54	54	45	1
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	178	47	47	27	17	15	5	7	6	1
	35.4%	58.8%	62.7%	46.6%	32.7%	21.1%	9.3%	13.0%	13.3%	100.0%
いいえ	247	25	22	23	27	41	41	32	30	0
	49.1%	31.3%	29.3%	39.7%	51.9%	57.7%	75.9%	59.3%	66.7%	0.0%
無回答	78	8	6	8	8	15	8	15	9	0
	15.5%	10.0%	8.0%	13.8%	15.4%	21.1%	14.8%	27.8%	20.0%	0.0%

	単純集計	朝食の様子				
		全体	毎日食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど食べない
サンプル数	503	393	53	25	32	0
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	—
はい	178	147	21	4	6	0
	35.4%	37.4%	39.6%	16.0%	18.8%	—
いいえ	247	184	26	16	21	0
	49.1%	46.8%	49.1%	64.0%	65.6%	—
無回答	78	62	6	5	5	0
	15.5%	15.8%	11.3%	20.0%	15.6%	—

⑥ たばこと歯周病の関係

- ◇ 「はい」が25.8%、「いいえ」が58.6%となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、中学1年生女子では「はい」が44.0%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 学校別・性別でみると、高校生女子では「いいえ」の割合が7割を超えています。
- ◇ 居住地域別でみると、吾平地域と鹿屋市以外では「いいえ」の割合が7割前後となっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「いいえ」が7.5ポイント増加しています。



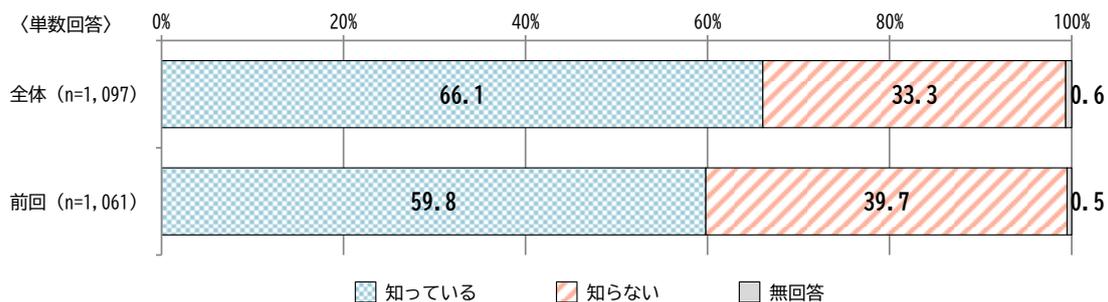
	単純集計	性別・学年別								
	全体	中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子	無回答
サンプル数	503	80	75	58	52	71	54	54	45	1
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	130	31	33	15	12	18	7	4	5	1
	25.8%	38.8%	44.0%	25.9%	23.1%	25.4%	13.0%	7.4%	11.1%	100.0%
いいえ	295	40	36	34	32	39	40	35	31	0
	58.6%	50.0%	48.0%	58.6%	61.5%	54.9%	74.1%	64.8%	68.9%	0.0%
無回答	78	9	6	9	8	14	7	15	9	0
	15.5%	11.3%	8.0%	15.5%	15.4%	19.7%	13.0%	27.8%	20.0%	0.0%

	単純集計	学校別・性別						
	全体	中学生	中学生 男子	中学生 女子	高校生	高校生 男子	高校生 女子	無回答
サンプル数	503	270	138	127	232	125	99	1
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	130	92	46	45	37	22	12	1
	25.8%	34.1%	33.3%	35.4%	15.9%	17.6%	12.1%	100.0%
いいえ	295	146	74	68	149	74	71	0
	58.6%	54.1%	53.6%	53.5%	64.2%	59.2%	71.7%	0.0%
無回答	78	32	18	14	46	29	16	0
	15.5%	11.9%	13.0%	11.0%	19.8%	23.2%	16.2%	0.0%

	単純集計	居住地域別					
	全体	鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市 以外	無回答
サンプル数	503	380	6	71	32	13	1
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
はい	130	102	2	19	5	2	0
	25.8%	26.8%	33.3%	26.8%	15.6%	15.4%	0.0%
いいえ	295	217	3	42	23	9	1
	58.6%	57.1%	50.0%	59.2%	71.9%	69.2%	100.0%
無回答	78	61	1	10	4	2	0
	15.5%	16.1%	16.7%	14.1%	12.5%	15.4%	0.0%

問 37 たばこを吸うことが、歯周病を進行させることを知っていますか。  
(○はひとつ)

- ◇ 「知っている」が66.1%、「知らない」が33.3%となっています。
- ◇ 学校別・性別でみると、高校生女子では「知っている」の割合が7割を超えています。
- ◇ 居住地域別でみると、輝北地域では「知っている」の割合が5割台にとどまっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「知っている」が6.3ポイント増加しています。

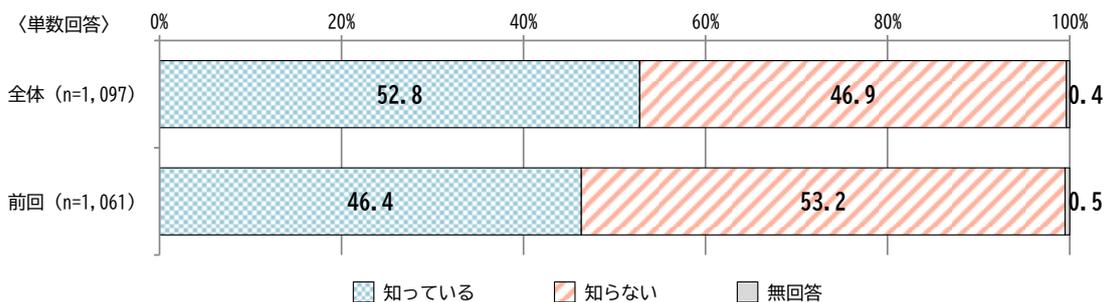


	単純集計	学校別・性別						
	全体	中学生	中学生 男子	中学生 女子	高校生	高校生 男子	高校生 女子	無回答
サンプル数	1,097	586	288	289	509	270	228	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
知っている	725	373	175	192	351	175	167	1
	66.1%	63.7%	60.8%	66.4%	69.0%	64.8%	73.2%	50.0%
知らない	365	211	111	97	153	92	59	1
	33.3%	36.0%	38.5%	33.6%	30.1%	34.1%	25.9%	50.0%
無回答	7	2	2	0	5	3	2	0
	0.6%	0.3%	0.7%	0.0%	1.0%	1.1%	0.9%	0.0%

	単純集計	居住地域別					無回答
	全体	鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市 以外	
サンプル数	1,097	802	29	157	72	35	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
知っている	725	535	15	100	50	23	2
	66.1%	66.7%	51.7%	63.7%	69.4%	65.7%	100.0%
知らない	365	260	14	57	22	12	0
	33.3%	32.4%	48.3%	36.3%	30.6%	34.3%	0.0%
無回答	7	7	0	0	0	0	0
	0.6%	0.9%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

問 38 あなたは、歯周病が糖尿病、心臓病や赤ちゃんが早く生まれるなどの様々な病気と関連があることを知っていますか。(〇はひとつ)

- ◇ 「知っている」が52.8%、「知らない」が46.9%となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、高校1年生女子では「知っている」が61.9%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、ほとんど食べないでは「知っている」の割合が6割を超えている一方、週2～3回では「知らない」の割合が6割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「知っている」が6.4ポイント増加しています。

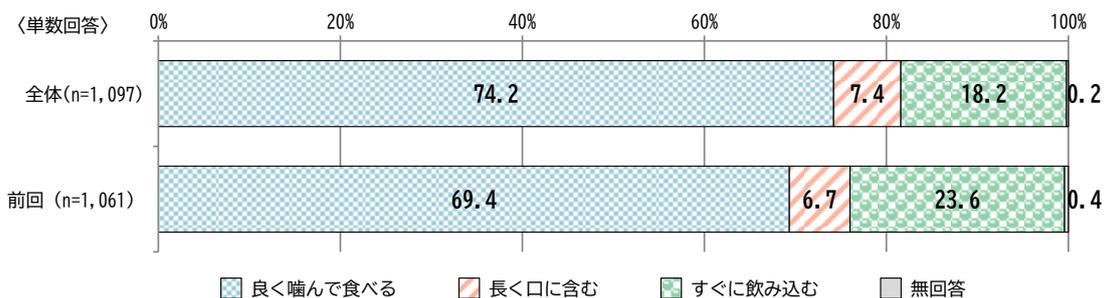


	単純集計	性別・学年別								
	全体	中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子	無回答
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
知っている	579	65	82	67	72	82	78	69	52	1
	52.8%	46.8%	54.7%	45.0%	51.8%	55.8%	61.9%	56.1%	51.0%	50.0%
知らない	514	74	68	82	67	64	46	53	50	1
	46.9%	53.2%	45.3%	55.0%	48.2%	43.5%	36.5%	43.1%	49.0%	50.0%
無回答	4	0	0	0	0	1	2	1	0	0
	0.4%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.7%	1.6%	0.8%	0.0%	0.0%

	単純集計	朝食の様子				
	全体	毎日 食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど 食べない	無回答
サンプル数	1,097	869	96	58	72	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
知っている	579	460	49	22	46	2
	52.8%	52.9%	51.0%	37.9%	63.9%	100.0%
知らない	514	406	47	36	25	0
	46.9%	46.7%	49.0%	62.1%	34.7%	0.0%
無回答	4	3	0	0	1	0
	0.4%	0.3%	0.0%	0.0%	1.4%	0.0%

### 問 39 食事の食べ方はどうですか。(○はひとつ)

- ◇ 「良く噛んで食べる」が 74.2%、「長く口に含む」が 7.4%、「すぐに飲み込む」が 18.2%となっています。
- ◇ 性別・学年別で見ると、高校1年生男子では「良く噛んで食べる」が 63.3%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 朝食の様子別で見ると、週2～3回では「すぐに飲み込む」が 31.0%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「良く噛んで食べる」が4.8ポイント増加しています。

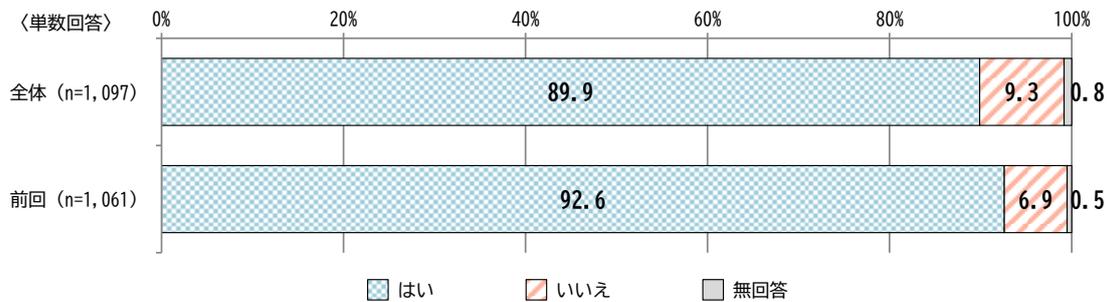


	単純集計	性別・学年別								
	全体	中学1年生男子	中学1年生女子	中学3年生男子	中学3年生女子	高校1年生男子	高校1年生女子	高校3年生男子	高校3年生女子	無回答
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
良く噛んで食べる	814	105	113	120	105	93	97	90	78	0
	74.2%	75.5%	75.3%	80.5%	75.5%	63.3%	77.0%	73.2%	76.5%	0.0%
長く口に含む	81	12	12	6	12	16	9	6	5	0
	7.4%	8.6%	8.0%	4.0%	8.6%	10.9%	7.1%	4.9%	4.9%	0.0%
すぐに飲み込む	200	22	25	23	22	37	19	27	19	2
	18.2%	15.8%	16.7%	15.4%	15.8%	25.2%	15.1%	22.0%	18.6%	100.0%
無回答	2	0	0	0	0	1	1	0	0	0
	0.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.7%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%

	単純集計	朝食の様子				
	全体	毎日食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど食べない	無回答
サンプル数	1,097	869	96	58	72	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
良く噛んで食べる	814	661	68	36	49	0
	74.2%	76.1%	70.8%	62.1%	68.1%	0.0%
長く口に含む	81	61	7	4	8	1
	7.4%	7.0%	7.3%	6.9%	11.1%	50.0%
すぐに飲み込む	200	146	21	18	14	1
	18.2%	16.8%	21.9%	31.0%	19.4%	50.0%
無回答	2	1	0	0	1	0
	0.2%	0.1%	0.0%	0.0%	1.4%	0.0%

## 問 40 食事中に飲み物を飲みますか。(○はひとつ)

- ◇ 「はい」が89.9%、「いいえ」が9.3%となっています。
- ◇ 学校別で見ると、中学生では「はい」が91.8%となっており、高校生（88.0%）よりも3.8ポイント高くなっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が2.7ポイント減少しています。

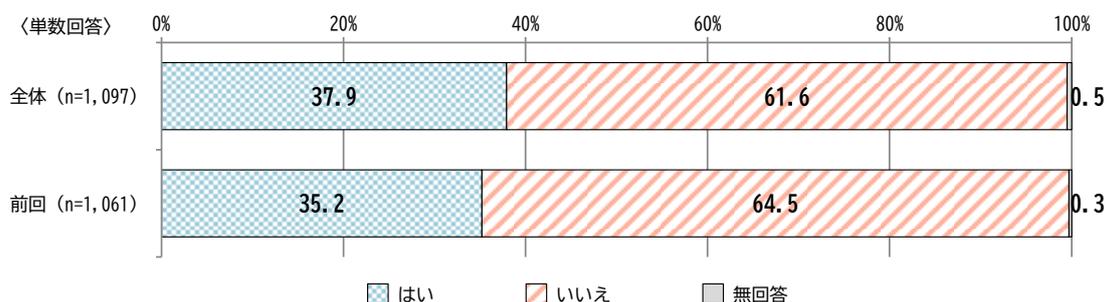


	単純集計	学校別・性別						
		全体	中学生	中学生 男子	中学生 女子	高校生	高校生 男子	高校生 女子
サンプル数	1,097 100.0%	586 100.0%	288 100.0%	289 100.0%	509 100.0%	270 100.0%	228 100.0%	2 100.0%
はい	986 89.9%	538 91.8%	272 94.4%	259 89.6%	448 88.0%	248 91.9%	191 83.8%	0 0.0%
いいえ	102 9.3%	44 7.5%	16 5.6%	26 9.0%	56 11.0%	19 7.0%	35 15.4%	2 100.0%
無回答	9 0.8%	4 0.7%	0 0.0%	4 1.4%	5 1.0%	3 1.1%	2 0.9%	0 0.0%

問 40 で「1. はい」と回答された方におたずねします。

問 41 食べ物が入っている時に、飲み物を飲みますか。(○はひとつ)

- ◇ 「はい」が37.9%、「いいえ」が61.6%となっています。
- ◇ 性別・学年別で見ると、高校1年生男子では「はい」が48.1%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 居住地域別で見ると、鹿屋市以外では「いいえ」の割合がおおよそ8割となっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「はい」が2.7ポイント増加しています。



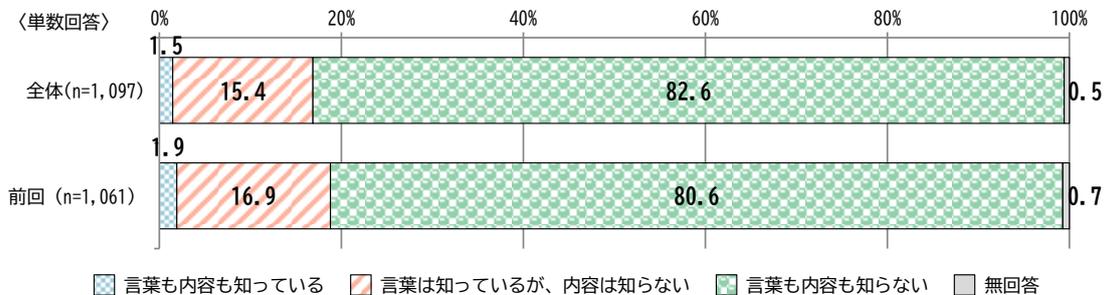
	単純集計	性別・学年別								
	全体	中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子	無回答
サンプル数	986	132	137	140	122	133	108	115	83	0
はい	374	43	61	57	42	64	35	45	20	0
	37.9%	32.6%	44.5%	40.7%	34.4%	48.1%	32.4%	39.1%	24.1%	—
いいえ	607	89	76	82	80	69	72	67	63	0
	61.6%	67.4%	55.5%	58.6%	65.6%	51.9%	66.7%	58.3%	75.9%	—
無回答	5	0	0	1	0	0	1	3	0	0
	0.5%	0.0%	0.0%	0.7%	0.0%	0.0%	0.9%	2.6%	0.0%	—

	単純集計	居住地域別					
	全体	鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市 以外	無回答
サンプル数	986	722	28	136	65	34	1
はい	374	281	12	51	23	7	0
	37.9%	38.9%	42.9%	37.5%	35.4%	20.6%	0.0%
いいえ	607	438	16	85	40	27	1
	61.6%	60.7%	57.1%	62.5%	61.5%	79.4%	100.0%
無回答	5	3	0	0	2	0	0
	0.5%	0.4%	0.0%	0.0%	3.1%	0.0%	0.0%

## Ⅷ 健康に対する考えについて

問 42 あなたは、鹿屋市健康づくり条例が施行（平成 28 年 4 月 1 日）されたことを知っていますか。（〇はひとつ）

- ◇ 「言葉も内容も知っている」が 1.5%、「言葉は知っているが、内容は知らない」が 15.4%、「言葉も内容も知らない」が 82.6%となっています。
- ◇ 性別・学年別で見ると、中学 1 年生男子では「言葉も内容も知らない」が 71.9%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 居住地域別で見ると、鹿屋市以外では「言葉も内容も知らない」が 100.0%となっています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「言葉も内容も知らない」が 2.0 ポイント増加しています。

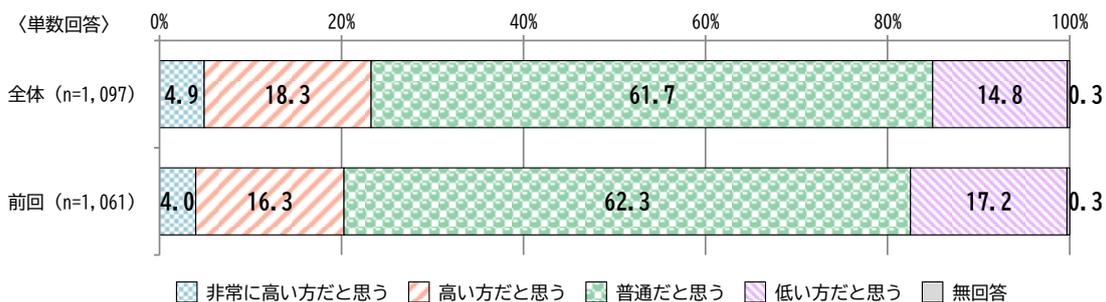


	単純集計 全体	性別・学年別								無回答
		中学 1 年生 男子	中学 1 年生 女子	中学 3 年生 男子	中学 3 年生 女子	高校 1 年生 男子	高校 1 年生 女子	高校 3 年生 男子	高校 3 年生 女子	
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
言葉も内容も知っている	16	4	1	2	2	3	0	2	1	0
	1.5%	2.9%	0.7%	1.3%	1.4%	2.0%	0.0%	1.6%	1.0%	0.0%
言葉は知っているが、内容は知らない	169	33	27	19	23	17	20	17	11	0
	15.4%	23.7%	18.0%	12.8%	16.5%	11.6%	15.9%	13.8%	10.8%	0.0%
言葉も内容も知らない	906	100	121	128	113	126	105	104	90	2
	82.6%	71.9%	80.7%	85.9%	81.3%	85.7%	83.3%	84.6%	88.2%	100.0%
無回答	6	2	1	0	1	1	1	0	0	0
	0.5%	1.4%	0.7%	0.0%	0.7%	0.7%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%

	単純集計 全体	居住地域別					無回答
		鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市 以外	
サンプル数	1,097	802	29	157	72	35	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
言葉も内容も知っている	16	14	0	0	2	0	0
	1.5%	1.7%	0.0%	0.0%	2.8%	0.0%	0.0%
言葉は知っているが、内容は知らない	169	127	3	26	13	0	0
	15.4%	15.8%	10.3%	16.6%	18.1%	0.0%	0.0%
言葉も内容も知らない	906	655	26	131	57	35	2
	82.6%	81.7%	89.7%	83.4%	79.2%	100.0%	100.0%
無回答	6	6	0	0	0	0	0
	0.5%	0.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

問 43 あなたは、健康について関心が高いと思いますか。(〇はひとつ)

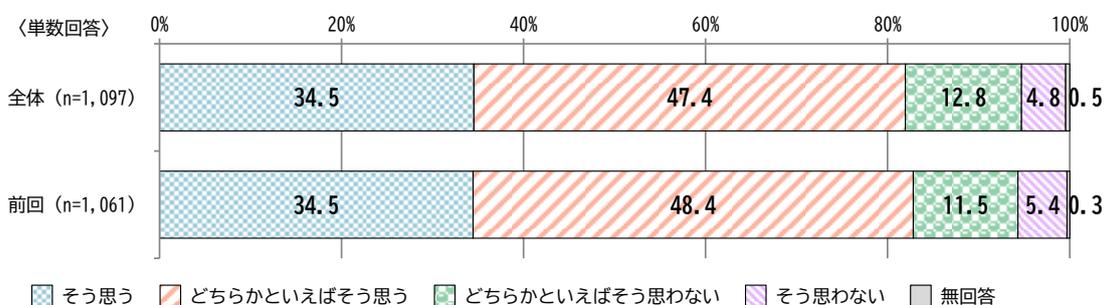
- ◇ 「普通だと思う」が 61.7%と最も高く、次いで、「高い方だと思う」の 18.3%、「低い方だと思う」の 14.8%の順となっています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、ほとんど食べないでは「低い方だと思う」が 25.0%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 居住地域別でみると、輝北地域と串良地域では「普通だと思う」の割合が7割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「低い方だと思う」が2.4ポイント減少しています。



	単純集計	朝食の様子					居住地域別					
	全体	毎日食べる	週4~5回	週2~3回	ほとんど食べない	無回答	鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市以外	無回答
サンプル数	1,097	869	96	58	72	2	802	29	157	72	35	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
非常に高い方だと思う	4.9%	5.3%	4.2%	1.7%	4.2%	0.0%	5.2%	6.9%	3.2%	6.9%	0.0%	0.0%
高い方だと思う	18.3%	19.7%	11.5%	15.5%	12.5%	50.0%	19.5%	6.9%	13.4%	20.8%	17.1%	50.0%
普通だと思う	61.7%	62.1%	64.6%	58.6%	56.9%	0.0%	59.7%	72.4%	70.1%	62.5%	62.9%	0.0%
低い方だと思う	14.8%	12.7%	19.8%	24.1%	25.0%	50.0%	15.2%	13.8%	13.4%	9.7%	20.0%	50.0%
無回答	0.3%	0.2%	0.0%	0.0%	1.4%	0.0%	0.4%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

問 44 あなたは、今、健康だと思いますか。(○はひとつ)

- ◇ 「どちらかといえばそう思う」が 47.4%と最も高く、次いで、「そう思う」の 34.5%、「どちらかといえばそう思わない」の 12.8%の順となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、中学 1 年生女子では「そう思う」の割合が 3 割を下回っており、他より低くなっています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、ほとんど食べないでは「どちらかといえばそう思わない」が 23.6%となっており、他より高くなっています。
- ◇ 家族との食事別でみると、ほとんど食べないでは「そう思わない」の割合が 1 割を超えています。
- ◇ 居住地域別でみると、鹿屋市以外では「そう思う」が 45.7%となっており、他より高くなっています。



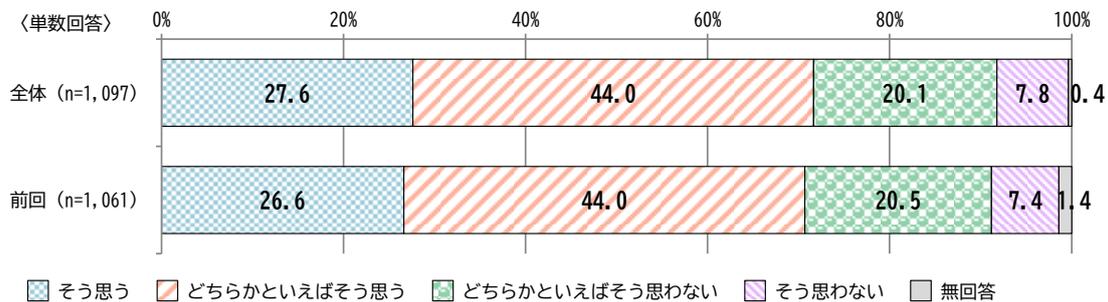
	単純集計 全体	性別・学年別								無回答
		中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子	
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
そう思う	379	61	42	62	43	54	39	42	31	0
	34.5%	43.9%	28.0%	41.6%	30.9%	36.7%	31.0%	34.1%	30.4%	0.0%
どちらかといえばそう思う	520	57	75	65	70	68	65	53	60	0
	47.4%	41.0%	50.0%	43.6%	50.4%	46.3%	51.6%	43.1%	58.8%	0.0%
どちらかといえばそう思わない	140	14	27	16	20	18	16	17	8	0
	12.8%	10.1%	18.0%	10.7%	14.4%	12.2%	12.7%	13.8%	7.8%	0.0%
そう思わない	53	6	5	6	6	5	5	11	3	2
	4.8%	4.3%	3.3%	4.0%	4.3%	3.4%	4.0%	8.9%	2.9%	100.0%
無回答	5	1	1	0	0	2	1	0	0	0
	0.5%	0.7%	0.7%	0.0%	0.0%	1.4%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%

	単純集計 全体	朝食の様子					家族との食事				
		毎日 食べる	週4~5回	週2~3回	ほとんど 食べない	無回答	毎日 食べる	週4~5回	週2~3回	ほとんど 食べない	無回答
サンプル数	1,097	869	96	58	72	2	773	154	85	83	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
そう思う	379	325	23	13	18	0	295	41	21	22	0
	34.5%	37.4%	24.0%	22.4%	25.0%	0.0%	38.2%	26.6%	24.7%	26.5%	0.0%
どちらかといえばそう思う	520	413	44	32	30	1	360	72	50	37	1
	47.4%	47.5%	45.8%	55.2%	41.7%	50.0%	46.6%	46.8%	58.8%	44.6%	50.0%
どちらかといえばそう思わない	140	90	21	11	17	1	86	28	10	15	1
	12.8%	10.4%	21.9%	19.0%	23.6%	50.0%	11.1%	18.2%	11.8%	18.1%	50.0%
そう思わない	53	37	8	2	6	0	30	10	4	9	0
	4.8%	4.3%	8.3%	3.4%	8.3%	0.0%	3.9%	6.5%	4.7%	10.8%	0.0%
無回答	5	4	0	0	1	0	2	3	0	0	0
	0.5%	0.5%	0.0%	0.0%	1.4%	0.0%	0.3%	1.9%	0.0%	0.0%	0.0%

	単純集計 全体	居住地域別					
		鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市以外	無回答
サンプル数	1,097	802	29	157	72	35	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
そう思う	379	287	12	39	25	16	0
	34.5%	35.8%	41.4%	24.8%	34.7%	45.7%	0.0%
どちらかといえばそう思う	520	368	12	87	38	15	0
	47.4%	45.9%	41.4%	55.4%	52.8%	42.9%	0.0%
どちらかといえばそう思わない	140	104	5	19	8	3	1
	12.8%	13.0%	17.2%	12.1%	11.1%	8.6%	50.0%
そう思わない	53	38	0	12	1	1	1
	4.8%	4.7%	0.0%	7.6%	1.4%	2.9%	50.0%
無回答	5	5	0	0	0	0	0
	0.5%	0.6%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

問 45 あなたは、食事、運動、睡眠などの現在の生活習慣を、健康的だと思いますか。(○はひとつ)

- ◇ 「どちらかといえばそう思う」が44.0%と最も高く、次いで、「そう思う」の27.6%、「どちらかといえばそう思わない」の20.1%の順となっています。
- ◇ 性別・学年別でみると、中学1年生男子では「そう思う」の割合が4割を超えています。
- ◇ 朝食の様子別でみると、週4～5回とほとんど食べないでは「そう思う」の割合が2割を下回っています。

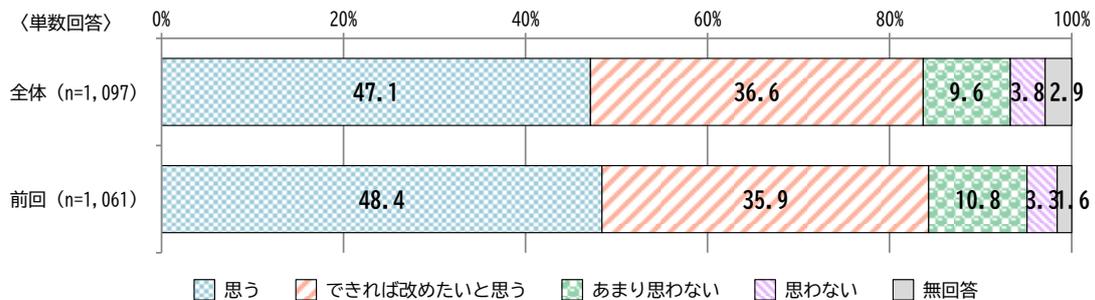


	単純集計 全体	性別・学年別								
		中学1年生男子	中学1年生女子	中学3年生男子	中学3年生女子	高校1年生男子	高校1年生女子	高校3年生男子	高校3年生女子	無回答
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
そう思う	303	57	36	43	37	45	27	35	19	0
	27.6%	41.0%	24.0%	28.9%	26.6%	30.6%	21.4%	28.5%	18.6%	0.0%
どちらかといえばそう思う	483	59	75	67	63	62	60	44	46	0
	44.0%	42.4%	50.0%	45.0%	45.3%	42.2%	47.6%	35.8%	45.1%	0.0%
どちらかといえばそう思わない	221	16	30	29	30	27	30	29	26	0
	20.1%	11.5%	20.0%	19.5%	21.6%	18.4%	23.8%	23.6%	25.5%	0.0%
そう思わない	86	7	7	10	9	12	8	15	11	2
	7.8%	5.0%	4.7%	6.7%	6.5%	8.2%	6.3%	12.2%	10.8%	100.0%
無回答	4	0	2	0	0	1	1	0	0	0
	0.4%	0.0%	1.3%	0.0%	0.0%	0.7%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%

	単純集計 全体	朝食の様子				
		毎日 食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど 食べない	無回答
サンプル数	1,097	869	96	58	72	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
そう思う	303	257	17	16	13	0
	27.6%	29.6%	17.7%	27.6%	18.1%	0.0%
どちらかといえばそう思う	483	401	38	18	25	1
	44.0%	46.1%	39.6%	31.0%	34.7%	50.0%
どちらかといえばそう思わない	221	154	30	15	21	1
	20.1%	17.7%	31.3%	25.9%	29.2%	50.0%
そう思わない	86	54	11	9	12	0
	7.8%	6.2%	11.5%	15.5%	16.7%	0.0%
無回答	4	3	0	0	1	0
	0.4%	0.3%	0.0%	0.0%	1.4%	0.0%

問 46 あなたは、食事、運動、睡眠などの現在の生活習慣を、健康的なものに改めたいと思いますか。(○はひとつ)

- ◇ 「思う」が47.1%と最も高く、次いで、「できれば改めたいと思う」の36.6%、「あまり思わない」の9.6%の順となっています。
- ◇ 性別・学年別で見ると、高校3年生男子では「思う」の割合が4割を下回っています。
- ◇ 朝食の様子別で見ると、週2～3回では「思う」が27.6%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 家族との食事別で見ると、週4～5回とほとんど食べないでは「思う」の割合が4割を下回っています。
- ◇ 居住地域別で見ると、串良地域では「思う」の割合が4割を下回っています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「思う」が1.3ポイント減少しています。



	単純集計 全体	性別・学年別								
		中学1年生 男子	中学1年生 女子	中学3年生 男子	中学3年生 女子	高校1年生 男子	高校1年生 女子	高校3年生 男子	高校3年生 女子	無回答
サンプル数	1,097	139	150	149	139	147	126	123	102	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
思う	517	68	83	68	72	62	62	47	46	2
	47.1%	48.9%	55.3%	45.6%	51.8%	42.2%	49.2%	38.2%	45.1%	100.0%
できれば改めたいと思う	401	44	53	51	49	55	52	42	44	0
	36.6%	31.7%	35.3%	34.2%	35.3%	37.4%	41.3%	34.1%	43.1%	0.0%
あまり思わない	105	15	12	15	12	20	7	14	10	0
	9.6%	10.8%	8.0%	10.1%	8.6%	13.6%	5.6%	11.4%	9.8%	0.0%
思わない	42	4	0	12	5	3	3	12	1	0
	3.8%	2.9%	0.0%	8.1%	3.6%	2.0%	2.4%	9.8%	1.0%	0.0%
無回答	32	8	2	3	1	7	2	8	1	0
	2.9%	5.8%	1.3%	2.0%	0.7%	4.8%	1.6%	6.5%	1.0%	0.0%

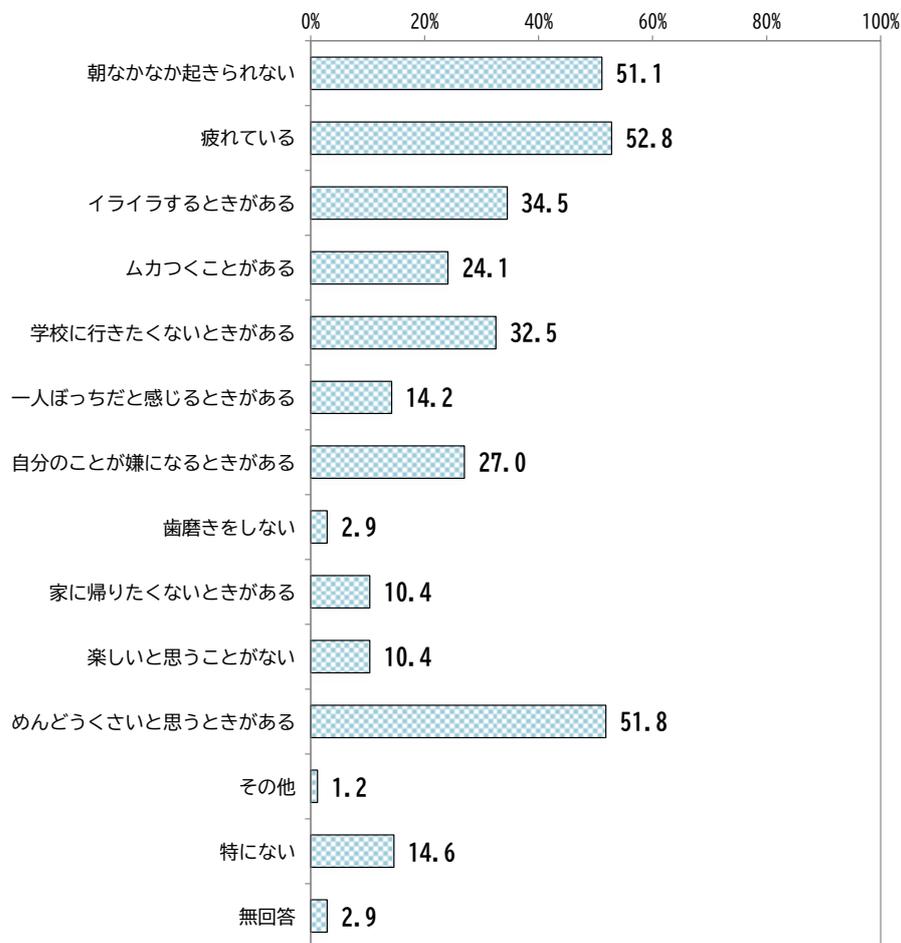
	単純集計 全体	朝食の様子					家族との食事				
		毎日 食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど 食べない	無回答	毎日 食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど 食べない	無回答
サンプル数	1,097	869	96	58	72	2	773	154	85	83	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
思う	517	434	38	16	28	1	392	58	34	32	1
	47.1%	49.9%	39.6%	27.6%	38.9%	50.0%	50.7%	37.7%	40.0%	38.6%	50.0%
できれば改めたいと思う	401	296	46	29	29	1	261	70	37	32	1
	36.6%	34.1%	47.9%	50.0%	40.3%	50.0%	33.8%	45.5%	43.5%	38.6%	50.0%
あまり思わない	105	79	7	7	12	0	72	14	9	10	0
	9.6%	9.1%	7.3%	12.1%	16.7%	0.0%	9.3%	9.1%	10.6%	12.0%	0.0%
思わない	42	34	4	3	1	0	27	4	4	7	0
	3.8%	3.9%	4.2%	5.2%	1.4%	0.0%	3.5%	2.6%	4.7%	8.4%	0.0%
無回答	32	26	1	3	2	0	21	8	1	2	0
	2.9%	3.0%	1.0%	5.2%	2.8%	0.0%	2.7%	5.2%	1.2%	2.4%	0.0%

	単純集計 全体	居住地域別					
		鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市 以外	無回答
サンプル数	1,097	802	29	157	72	35	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
思う	517	391	14	57	39	14	2
	47.1%	48.8%	48.3%	36.3%	54.2%	40.0%	100.0%
できれば改めたいと思う	401	286	11	67	22	15	0
	36.6%	35.7%	37.9%	42.7%	30.6%	42.9%	0.0%
あまり思わない	105	68	1	24	9	3	0
	9.6%	8.5%	3.4%	15.3%	12.5%	8.6%	0.0%
思わない	42	32	1	6	1	2	0
	3.8%	4.0%	3.4%	3.8%	1.4%	5.7%	0.0%
無回答	32	25	2	3	1	1	0
	2.9%	3.1%	6.9%	1.9%	1.4%	2.9%	0.0%

問 47 次のうち、この1か月ぐらいで、当てはまるものについてお答えください。  
(〇はいくつでも)

- ◇ 「疲れている」が52.8%と最も高く、次いで、「めんどくさいと思うときがある」の51.8%、「朝なかなか起きられない」の51.1%の順となっています。
- ◇ 朝食の様子別で見ると、ほとんど食べないでは「朝なかなか起きられない」「イライラするときがある」「ムカつくことがある」「学校に行きたくないときがある」「歯磨きをしない」「家に帰りたくないときがある」「めんどくさいと思うときがある」の割合が他より高くなっています。
- ◇ 学校別・性別で見ると、中学生女子では「イライラするときがある」「自分のことが嫌になるときがある」の割合が高くなっている一方、高校生男子では「自分のことが嫌になるときがある」の割合が15.9%となっており、他より低くなっています。
- ◇ 居住地域別で見ると、鹿屋市以外では「疲れている」「めんどくさいと思うときがある」の割合が6割を超えています。
- ◇ 前回の調査と比較すると、「ムカつくことがある」が11.3ポイント減少しています。

〈複数回答〉n=1,097



	単純集計	前回	朝食の様子					学校別・性別						
			全体	毎日食べる	週4～5回	週2～3回	ほとんど食べない	無回答	中学生	中学生男子	中学生女子	高校生	高校生男子	高校生女子
サンプル数	1,097	1,061	869	96	58	72	2	586	288	289	509	270	228	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
朝なかなか起きられない	561	489	427	57	29	46	2	320	150	164	241	117	116	0
	51.1%	46.1%	49.1%	59.4%	50.0%	63.9%	100.0%	54.6%	52.1%	56.7%	47.3%	43.3%	50.9%	0.0%
疲れている	579	656	450	66	25	37	1	303	128	169	275	128	141	1
	52.8%	61.8%	51.8%	68.8%	43.1%	51.4%	50.0%	51.7%	44.4%	58.5%	54.0%	47.4%	61.8%	50.0%
イライラするときがある	378	441	287	39	20	31	1	215	81	130	162	76	82	1
	34.5%	41.6%	33.0%	40.6%	34.5%	43.1%	50.0%	36.7%	28.1%	45.0%	31.8%	28.1%	36.0%	50.0%
ムカつくことがある	264	376	206	20	12	25	1	159	62	93	104	56	46	1
	24.1%	35.4%	23.7%	20.8%	20.7%	34.7%	50.0%	27.1%	21.5%	32.2%	20.4%	20.7%	20.2%	50.0%
学校に行きたくないときがある	356	341	251	41	26	36	2	193	73	115	162	69	87	1
	32.5%	32.1%	28.9%	42.7%	44.8%	50.0%	100.0%	32.9%	25.3%	39.8%	31.8%	25.6%	38.2%	50.0%
一人ぼっちだと感じる時がある	156	174	118	19	8	10	1	102	34	64	53	25	25	1
	14.2%	16.4%	13.6%	19.8%	13.8%	13.9%	50.0%	17.4%	11.8%	22.1%	10.4%	9.3%	11.0%	50.0%
自分のことが嫌になるときがある	296	361	225	34	16	20	1	177	57	116	117	43	70	2
	27.0%	34.0%	25.9%	35.4%	27.6%	27.8%	50.0%	30.2%	19.8%	40.1%	23.0%	15.9%	30.7%	100.0%
歯磨きをしない	32	—	22	4	1	5	0	20	11	8	11	8	3	1
	2.9%	—	2.5%	4.2%	1.7%	6.9%	0.0%	3.4%	3.8%	2.8%	2.2%	3.0%	1.3%	50.0%
家に帰りたくないときがある	114	155	81	14	3	15	1	59	19	34	55	21	31	0
	10.4%	14.6%	9.3%	14.6%	5.2%	20.8%	50.0%	10.1%	6.6%	11.8%	10.8%	7.8%	13.6%	0.0%
楽しいと思えない	114	122	79	14	10	11	0	65	26	37	49	29	19	0
	10.4%	11.5%	9.1%	14.6%	17.2%	15.3%	0.0%	11.1%	9.0%	12.8%	9.6%	10.7%	8.3%	0.0%
めんどくさいと思うときがある	568	628	430	59	31	47	1	309	139	163	258	126	128	1
	51.8%	59.2%	49.5%	61.5%	53.4%	65.3%	50.0%	52.7%	48.3%	56.4%	50.7%	46.7%	56.1%	50.0%
その他	13	21	10	0	2	0	1	8	2	5	5	3	2	0
	1.2%	2.0%	1.2%	0.0%	3.4%	0.0%	50.0%	1.4%	0.7%	1.7%	1.0%	1.1%	0.9%	0.0%
特になし	160	126	142	8	6	4	0	77	46	30	83	46	36	0
	14.6%	11.9%	16.3%	8.3%	10.3%	5.6%	0.0%	13.1%	16.0%	10.4%	16.3%	17.0%	15.8%	0.0%
無回答	32	—	28	0	2	2	0	13	10	3	19	17	2	0
	2.9%	—	3.2%	0.0%	3.4%	2.8%	0.0%	2.2%	3.5%	1.0%	3.7%	6.3%	0.9%	0.0%

	単純集計	居住地域別					
		全体	鹿屋地域	輝北地域	串良地域	吾平地域	鹿屋市以外
サンプル数	1,097	802	29	157	72	35	2
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
朝なかなか起きられない	561	407	15	81	38	19	1
	51.1%	50.7%	51.7%	51.6%	52.8%	54.3%	50.0%
疲れている	579	420	13	91	30	24	1
	52.8%	52.4%	44.8%	58.0%	41.7%	68.6%	50.0%
イライラするときがある	378	286	5	59	20	8	0
	34.5%	35.7%	17.2%	37.6%	27.8%	22.9%	0.0%
ムカつくことがある	264	195	6	43	14	6	0
	24.1%	24.3%	20.7%	27.4%	19.4%	17.1%	0.0%
学校に行きたくないときがある	356	267	8	51	18	12	0
	32.5%	33.3%	27.6%	32.5%	25.0%	34.3%	0.0%
一人ぼっちだと感じる時がある	156	116	5	21	8	5	1
	14.2%	14.5%	17.2%	13.4%	11.1%	14.3%	50.0%
自分のことが嫌になるときがある	296	218	6	45	15	10	2
	27.0%	27.2%	20.7%	28.7%	20.8%	28.6%	100.0%
歯磨きをしない	32	21	2	5	2	2	0
	2.9%	2.6%	6.9%	3.2%	2.8%	5.7%	0.0%
家に帰りたくないときがある	114	89	1	15	5	4	0
	10.4%	11.1%	3.4%	9.6%	6.9%	11.4%	0.0%
楽しいと思えない	114	89	3	18	3	1	0
	10.4%	11.1%	10.3%	11.5%	4.2%	2.9%	0.0%
めんどくさいと思うときがある	568	414	10	87	34	23	0
	51.8%	51.6%	34.5%	55.4%	47.2%	65.7%	0.0%
その他	13	9	0	2	1	1	0
	1.2%	1.1%	0.0%	1.3%	1.4%	2.9%	0.0%
特になし	160	120	7	18	12	3	0
	14.6%	15.0%	24.1%	11.5%	16.7%	8.6%	0.0%
無回答	32	27	1	2	1	1	0
	2.9%	3.4%	3.4%	1.3%	1.4%	2.9%	0.0%



---

## 第5章 関係団体・事業者調査結果

---

## I 関係団体アンケート調査

問1 貴団体（個人ボランティアの場合は個人）の概要についてお書きください。

### ① 県民健康プラザ健康増進センター

団体の名称	県民健康プラザ健康増進センター		
代表者名	桶谷 薫		
回答者名	小城 京子		
電話番号	0994-52-0052	F A X 番号	0994-40-2355
会員数	—	活動年数	—
主な活動地域	県内一円		
主な活動拠点	当センター 各地区の健康づくり指導者支援		

### ② 鹿屋市食生活改善推進連絡協議会

団体の名称	鹿屋市食生活改善推進連絡協議会		
代表者名	落合 三重子		
回答者名	落合 三重子		
電話番号	0994-44-2486	F A X 番号	0994-44-2486
会員数	56 人	活動年数	56 年
主な活動地域	鹿屋市全体		
主な活動拠点	保健相談センター調理室 吾平振興会館 西祓川町集落センター 泉ヶ丘公民館 2丁目公民館 輝北コミュニティーセンター 大始良地区学習センター		

③ 鹿児島県歯科衛生士会 鹿屋・肝付支部

団体の名称	鹿児島県歯科衛生士会 鹿屋・肝付支部		
代表者名	山之内 智子		
回答者名	-		
電話番号	080-1712-4803	F A X 番号	-
会員数	14 人	活動年数	約 45 年
主な活動地域	鹿屋市内外		
主な活動拠点	代表者宅		

④ 鹿屋体育大学中垣内研究室

団体の名称	鹿屋体育大学中垣内研究室		
代表者名	中垣内 真樹		
回答者名	中垣内 真樹		
電話番号	0994-46-4947	F A X 番号	0994-46-4947
会員数	5 人	活動年数	6 年
主な活動地域	概ね鹿児島県内～九州内		
主な活動拠点	鹿屋市白水 1 番地 鹿屋体育大学		

⑤ NPO 法人ウェルスポ鹿屋

団体の名称	NPO 法人ウェルスポ鹿屋		
代表者名	中垣内 真樹		
回答者名	中垣内 真樹		
電話番号	0994-46-4947	F A X 番号	0994-46-4947
会員数	11 人	活動年数	3 年
主な活動地域	鹿屋市内外		
主な活動拠点	鹿屋市内外の自治公民館		

⑥ かのや食育サポーター

団体の名称	かのや食育サポーター		
代表者名	上宮田 優子		
回答者名	長友 紗代子		
電話番号	0994-31-1173	F A X 番号	0994-43-2140
会員数	30 人	活動年数	15 年
主な活動地域	鹿屋市全体		
主な活動拠点	鹿屋市中央公民館		

⑦ 鹿屋市薬剤師会

団体の名称	鹿屋市薬剤師会		
代表者名	三浦 達朗		
回答者名	三浦 達朗		
電話番号	0994-40-4193	F A X 番号	0994-40-4195
会員数	150 人	活動年数	47 年
主な活動地域	鹿屋市全体		
主な活動拠点	薬局		

問2 健康づくりや食育推進に関してどのような取り組みを行っていますか。具体的な実績（開催回数、参加者数など）が分かる場合は記入してください。

県民健康プラザ健康増進センター
<ul style="list-style-type: none"> <li>1) 健康増進施設として運動施設の提供（年間 300 日超え）</li> <li>2) 健康づくり処方の実施（体力測定結果をもとに運動プログラム提供 週 5～8 回）</li> <li>3) 健康情報の提供（健康情報広報紙「ぞうしんまる」発行年 2 回 ほか）</li> <li>4) 健康相談（週 4 回、随時対応も可）</li> <li>5) 健康づくり栄養教室の開催（年 6 回）</li> <li>6) 生活習慣改善のための教室開催（3 か月チャレンジ教室 年に 2 回）</li> <li>7) 高齢者の運動教室開催（足腰元気会 月 2～3 回）</li> <li>8) 健康づくり指導者のための研修会開催</li> <li>9) 一般住民向けの健康づくり講話（依頼による）</li> <li>10) 特定保健指導の実施</li> <li>11) 調査研究の実施</li> </ul>
鹿屋市食生活改善推進連絡協議会
<ul style="list-style-type: none"> <li>・食改さんの料理教室を 9 地区で行っています。</li> <li>・コロナ禍で全地区活動できませんでしたが、西原地区 9 名、輝北地区 7 名、吾平地区 14 名、大始良地区 11 名、寿地区 15 名・2 回目 15 名、中央地区 32 名、輝北地区親子 14 名、田崎地区、鹿東地区</li> </ul>
鹿児島県歯科衛生士会 鹿屋・肝付支部
<ul style="list-style-type: none"> <li>・鹿屋市、鹿屋市歯科医師会共催で歯っぴイメモリアルの催しを行っている。障害者等施設の健診、口腔ケア指導を行っている。</li> </ul>
鹿屋体育大学中垣内研究室
<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康づくりのための運動に関する指導者の育成（年約 10 回、延約 150 名）健康づくり教室および講演会の実施（年約 100 回、延約 1500 名）</li> </ul>
NPO 法人ウェルスポ鹿屋
<ul style="list-style-type: none"> <li>・高齢者の運動サロンの育成、支援 花岡地区の健康づくり支援</li> </ul>
かのや食育サポーター
<ul style="list-style-type: none"> <li>・こども料理教室 4 回、食育教室 7 回、出前講座 6 回 令和 4 年度一月末時点</li> </ul>
鹿屋市薬剤師会
<ul style="list-style-type: none"> <li>・10 月の「薬と健康の週間」期間中の土曜日午後、お薬相談会を各薬局にて実施。健康全般についても相談に応じる。→ 4 薬局参加。8 名相談。</li> <li>・鹿屋市保健相談センターにて、健康相談日にスタッフとして参加。→ 4 名参加。</li> </ul>

問3 活動するにあたって、課題となっていることは何ですか。

<p>◆</p> <p>◆</p>
<p>県民健康プラザ健康増進センター</p> <p>1) コロナ禍の感染予防対策として事業の縮小を実施したことと、利用者の活動自粛による運動施設利用者の減少</p> <p>2) 当センター利用者の高齢化（若年層の利用を増やすことが必要）</p> <p>3) 施設の老朽化による修理費用の増大</p> <p>4) 光熱水道費等のランニングコストの増大</p>
<p>鹿屋市食生活改善推進連絡協議会</p> <p>・コロナ禍もあり、活動ができていない。参加される方々を集めるのが大変です。又、物価高になり予算内で納めること。</p>
<p>鹿児島県歯科衛生士会 鹿屋・肝付支部</p> <p>・コロナ禍で力を充分発揮したり、学習する機会が減ったこと。</p>
<p>鹿屋体育大学中垣内研究室</p> <p>・活動が多岐にわたることと本業が別にもあることから、活動内容やスケジュールの調整等が課題である。活動に必要な、もの、ひと、かね、は比較的充実できている。</p>
<p>NPO 法人ウェルスポ鹿屋</p> <p>・活動費の獲得が課題</p>
<p>かのや食育サポーター</p> <p>・サポーターメンバーの高齢化や、参加メンバーの固定化。</p>
<p>鹿屋市薬剤師会</p> <p>・少ない参加薬局</p>



問5 オンラインを活用した活動を展開すると想定した場合、不安や心配なことはありますか。また、オンラインでの活動に対するご意見がありましたらお教えください。

<p>◆ ◆</p>
<p>県民健康プラザ健康増進センター</p>
<p>1) オンラインを活用した活動については検討中。まずはSNSを活用した広報活動から開始予定。</p> <p>2) 研修会等への活用は職場のネット環境の改善が必要であり、また新たな機器も購入が必要と考えている。その際、オンライン活用のための指導者がいれば支援をお願いしたい。</p>
<p>鹿屋市食生活改善推進連絡協議会</p>
<p>・ネット環境が整っていないし、不慣れなので不安です。</p>
<p>鹿児島県歯科衛生士会 鹿屋・肝付支部</p>
<p>・ネット環境</p>
<p>鹿屋体育大学中垣内研究室</p>
<p>・このご時世、オンラインでの活動も必要だと感じています。ただ、健康づくりに関してはやはりリアルな活動がベースにあることが大事なような気がしています。働き世代・子育て世代の時間がない方に関してはオンライン（ICT）による活動は今後力をいれていくべきだとも思います。</p>
<p>NPO 法人ウェルスポ鹿屋</p>
<p>・今、花岡地区の高齢者にタブレットを配布し、運動支援を行っています。この成功事例が積み重なれば、オンラインでの支援の長短所がわかるかもしれません。</p>
<p>かのや食育サポーター</p>
<p>・設備の充実</p>
<p>鹿屋市薬剤師会</p>
<p>・オンライン活動可能</p>



その他、鹿屋市で健康づくりや食育を推進していくにあたっての効果的なアイデアやご意見・ご要望などがありましたら、ご記入ください。

鹿屋市食生活改善推進連絡協議会
・ イベントに参加し、PR 活動、幼稚園、小学校で食の大切さなどを伝える。
鹿児島県歯科衛生士会 鹿屋・肝付支部
・ 食育には、栄養、産地、作法、何でも食べられる口（健康な口）世界の食事情等の様々な要素があります。総合的に捉えて各界の専門家が情報の発信や教育の場を用意していく機会があれば良いと思います。
鹿屋体育大学中垣内研究室
・ いつも行政の皆さんには頭がさがります。ただ、もう少し行政内での連携、情報共有が必要なようにも思います。しかし、私もよく理解できますが、組織が大きいのなかなか難しいですね。また効果的な良いアイデアが今は浮かびません。申し訳ありません。
NPO 法人ウェルスポ鹿屋
・ 虚弱な方へのアプローチ方法（どこに尋ねれば必要な方への支援が可能か）の仕組みを明確化できるとよい。また、私たちの活動での支援では困難な方をどこに繋げていけば良いか、その情報のワンストップ化ができるとありがたい。
かのや食育サポーター
・ 全国視野での活動の情報共有
鹿屋市薬剤師会
・ 国体関連イベントとして、かのやカンパチロウ、池崎氏を交え幼児から高齢者まで参加の大運動会
・ 北部給食センター見学
・ 農業野菜収穫体験
・ みかん狩り体験
・ 門倉タニア氏の食育講演会

## Ⅱ 事業者アンケート調査

問1 本アンケートにご回答いただいている方はどなたですか。(○は1つ)

- ◇ 「代表者・役員以外」が 50.0%と最も高く、次いで、「代表者」の 36.4%、「役員（代表以外）」の 9.1%の順となっています。

選択肢	回答数	割合
代表者	8	36.4%
役員（代表以外）	2	9.1%
代表者・役員以外	11	50.0%
無回答	1	4.5%
サンプル数	22	100.0%

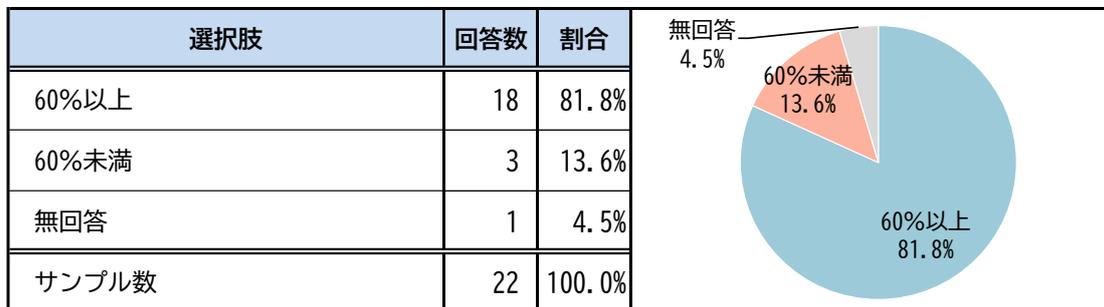
問2 従業員数 (○は1つ)

- ◇ 「1～4人」が 27.3%と最も高く、次いで、「10～19人」「50～99人」の 18.2%、「20～29人」の 13.6%の順となっています。

選択肢	回答数	割合
1～4人	6	27.3%
5～9人	2	9.1%
10～19人	4	18.2%
20～29人	3	13.6%
30～49人	2	9.1%
50～99人	4	18.2%
100人以上	1	4.5%
無回答	0	0.0%
サンプル数	22	100.0%

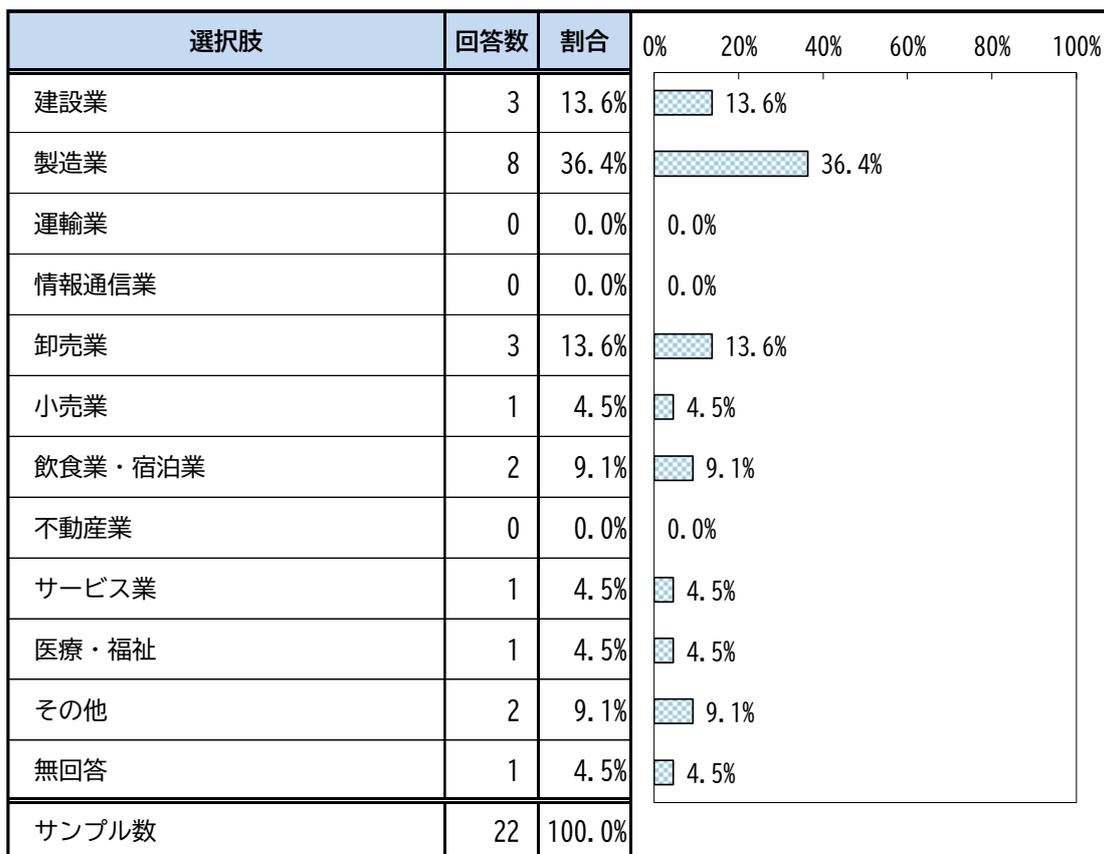
### 問3 40歳以上の従業員の割合（〇は1つ）

◇ 「60%以上」が81.8%、「60%未満」が13.6%となっています。



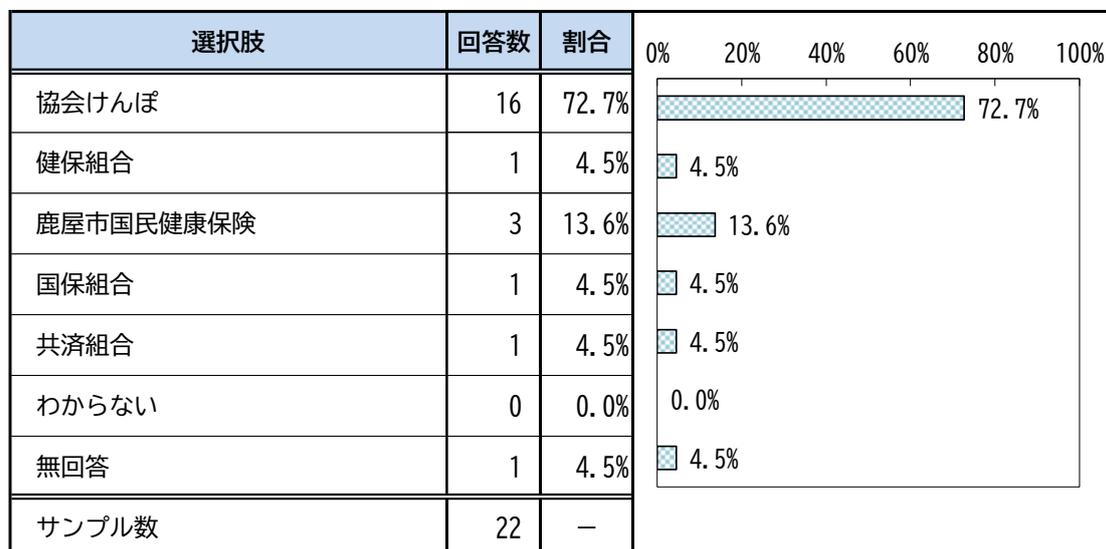
### 問4 業種（〇は1つ）

◇ 「製造業」が36.4%と最も高く、次いで、「建設業」「卸売業」の13.6%、「飲食業・宿泊業」「その他」の9.1%の順となっています。



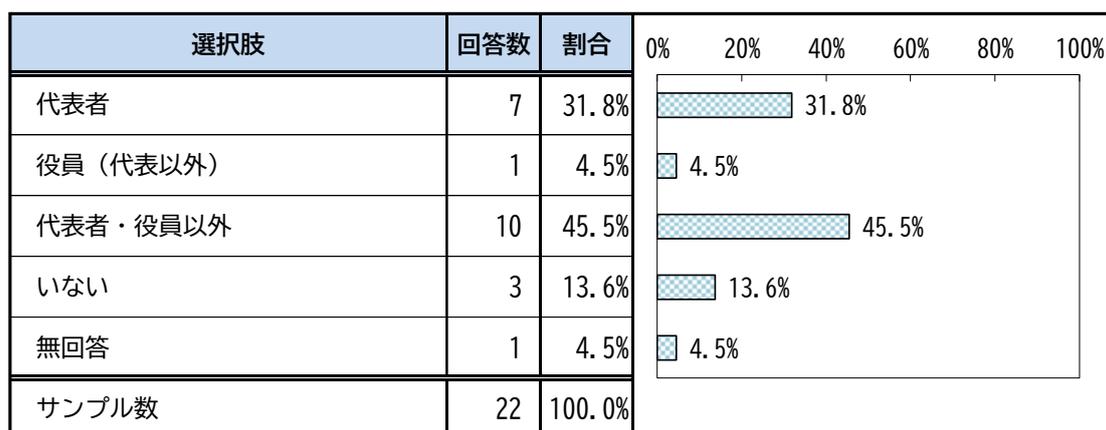
問5 加入している医療保険（あてはまるもの全てに○）

◇ 「協会けんぽ」が72.7%と最も高く、次いで、「鹿屋市国民健康保険」の13.6%の順となっています。



問6 定期健診等の従業員の健康づくりに関する業務を担当しているのはどなたですか。（○は1つ）

◇ 「代表者・役員以外」が45.5%と最も高く、次いで、「代表者」の31.8%、「いない」の13.6%の順となっています。



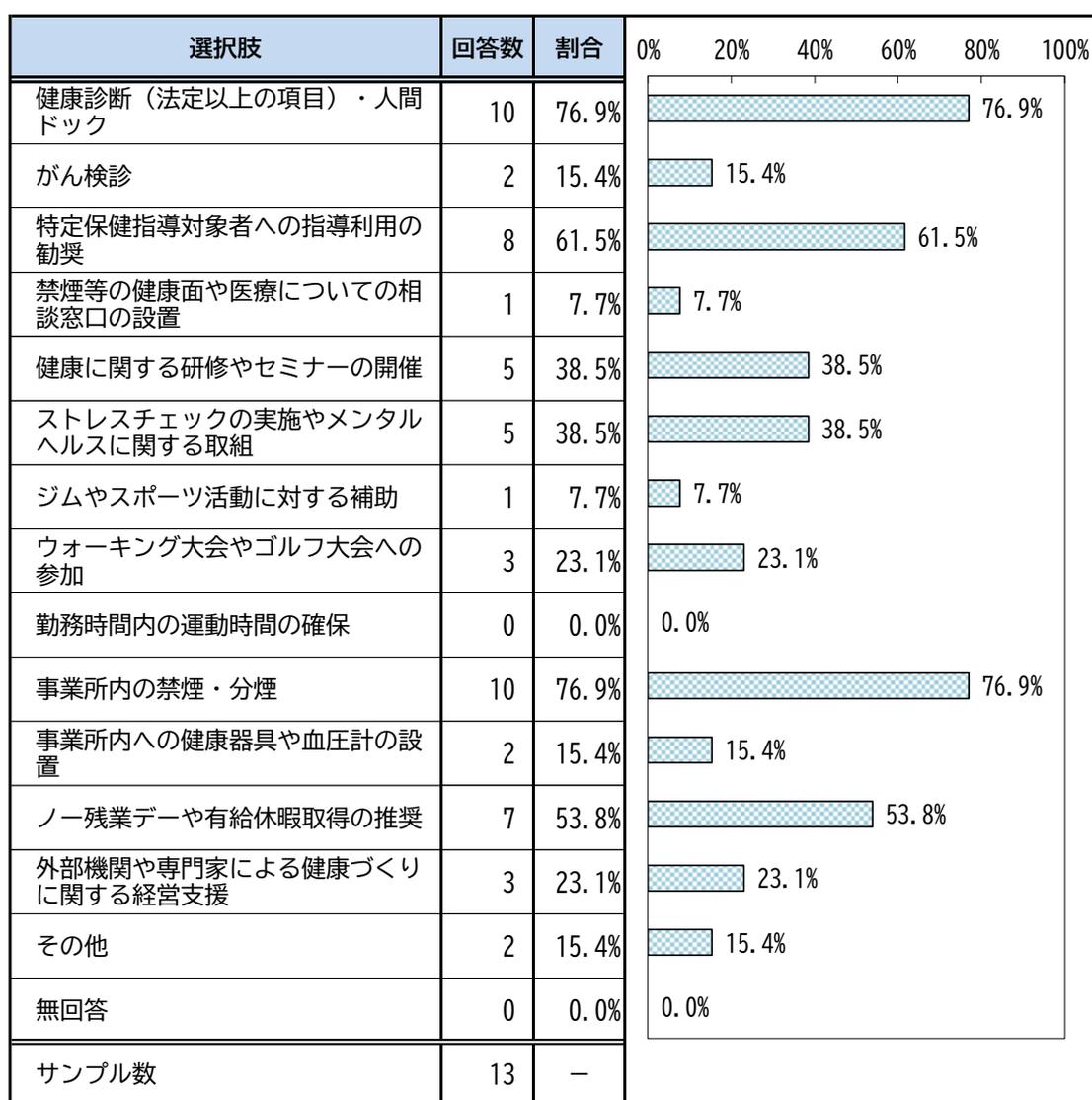
問7 定期健診以外に従業員の健康づくりに取り組んでいますか。(○は1つ)

- ◇ 「現在実施している」が 59.1%と最も高く、次いで、「いずれ実践したい」「必要だと思いが実践できない」の 13.6%、「現在実践していないが、近い将来具体的な実践の予定がある」の 9.1%の順となっています。

選択肢	回答数	割合
現在実施している	13	59.1%
現在実践していないが、近い将来具体的な実践の予定がある	2	9.1%
いずれ実践したい	3	13.6%
必要だと思いが実践できない	3	13.6%
必要だとは思わない	0	0.0%
無回答	1	4.5%
サンプル数	22	100.0%

問8 自社または医療保険の福利厚生等で従業員の健康づくりのために実践している取組は何ですか。(あてはまるもの全てに○)

◇ 「健康診断（法定以上の項目）・人間ドック」「事業所内の禁煙・分煙」が 76.9%と最も高く、次いで、「特定保健指導対象者への指導利用の勧奨」の 61.5%、「ノー残業デーや有給休暇取得の推奨」の 53.8%の順となっています。



◇ その他の具体的な内容

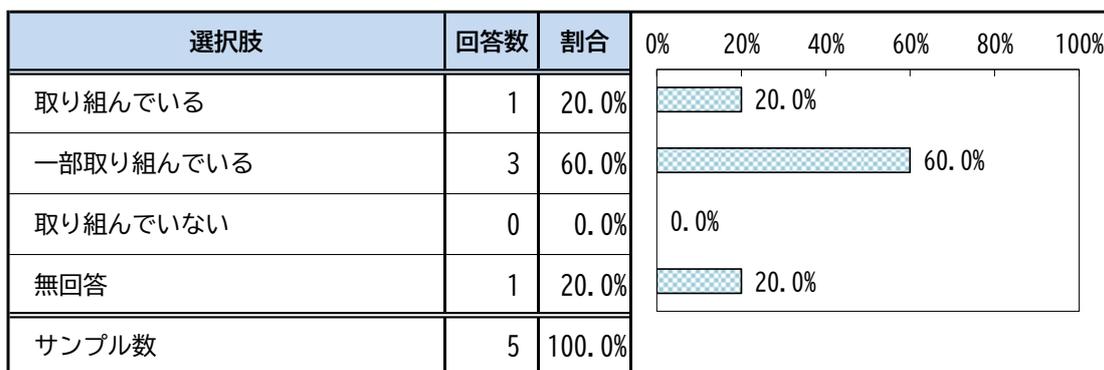
- ・健康に関する資料の回覧
- ・年1回N-NOSE検査

問9 メンタルヘルス対策の取組状況を教えてください。

(項目ごとに1～3のいずれかひとつに○)

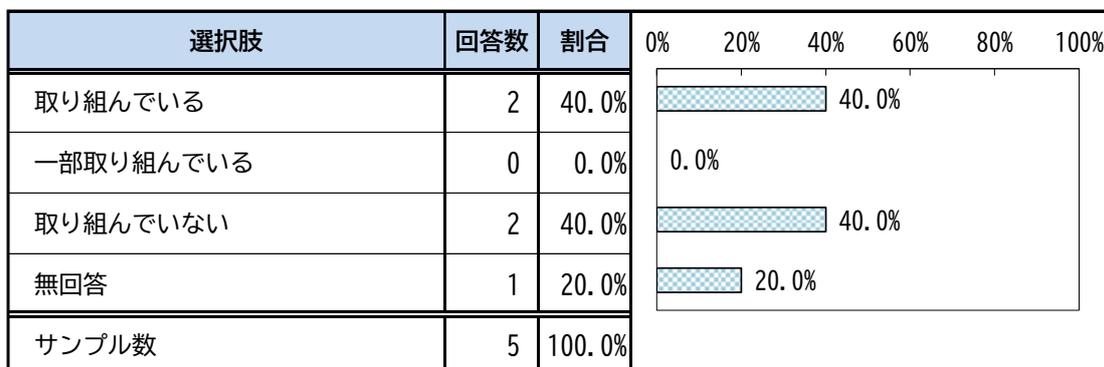
- ① 心の健康やストレスについての知識や情報を提供するようにしている  
(パンフレットや講習会等)

◇ 「取り組んでいる」が20.0%、「一部取り組んでいる」が60.0%となっています。



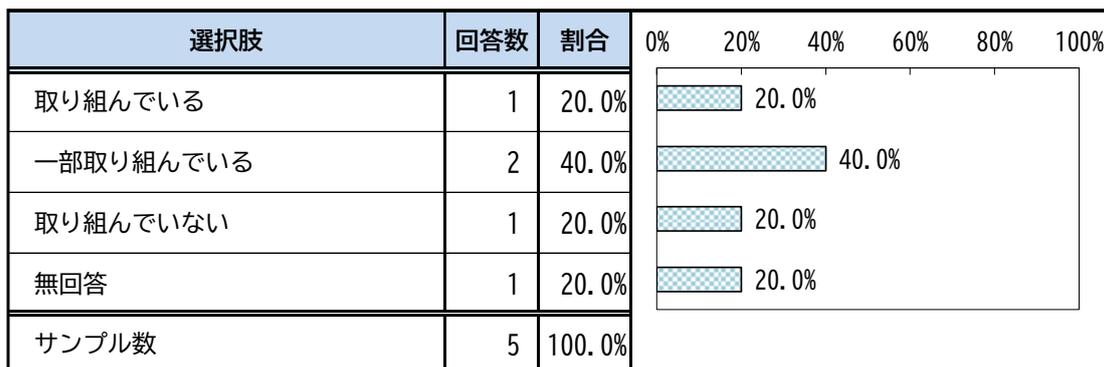
- ② 管理者が、心の問題を抱えている人に早めに気づき、仕事の負荷を調整している

◇ 「取り組んでいる」「取り組んでいない」が40.0%となっています。



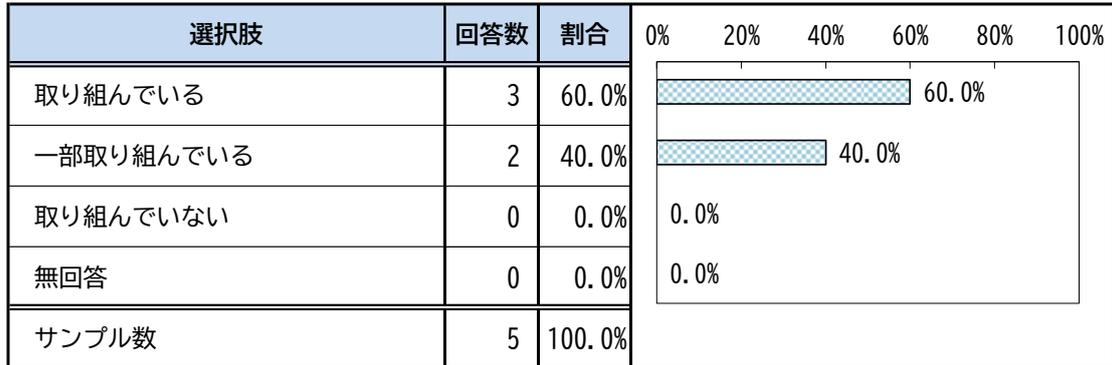
- ③ 従業員同士が、心の問題を抱えている人に早めに気づくようにしている

◇ 「取り組んでいる」が20.0%、「一部取り組んでいる」が40.0%、「取り組んでいない」が20.0%となっています。



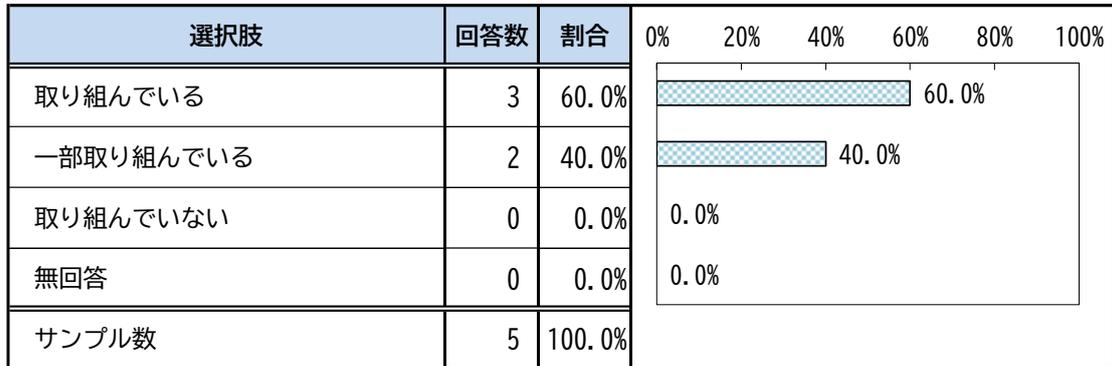
④ 気になることを誰かに相談できるような職場の雰囲気を作っている

◇ 「取り組んでいる」が60.0%、「一部取り組んでいる」が40.0%となっています。



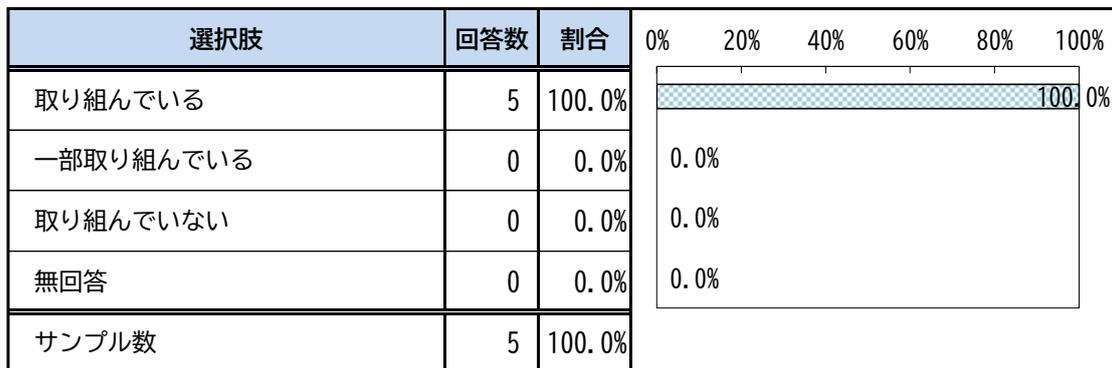
⑤ 従業員に心の健康問題が起きた場合に相談できる専門機関を把握している

◇ 「取り組んでいる」が60.0%、「一部取り組んでいる」が40.0%となっています。



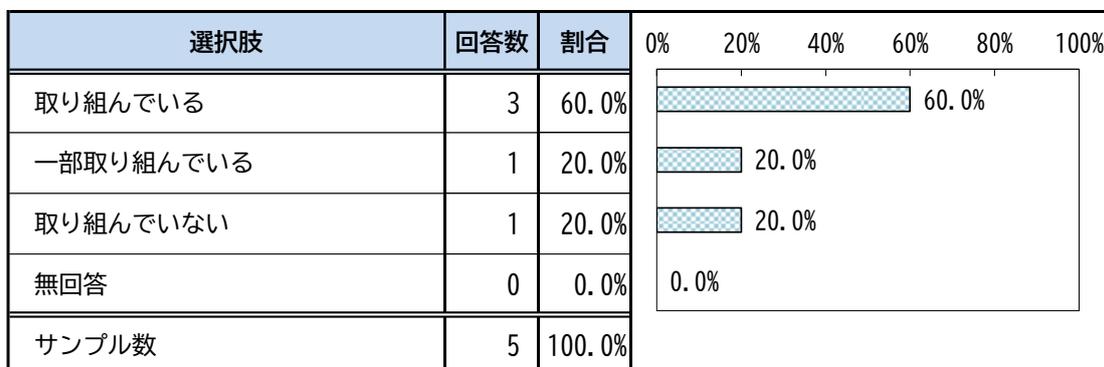
⑥ ストレスチェックを実施している

◇ 「取り組んでいる」が100.0%となっています。



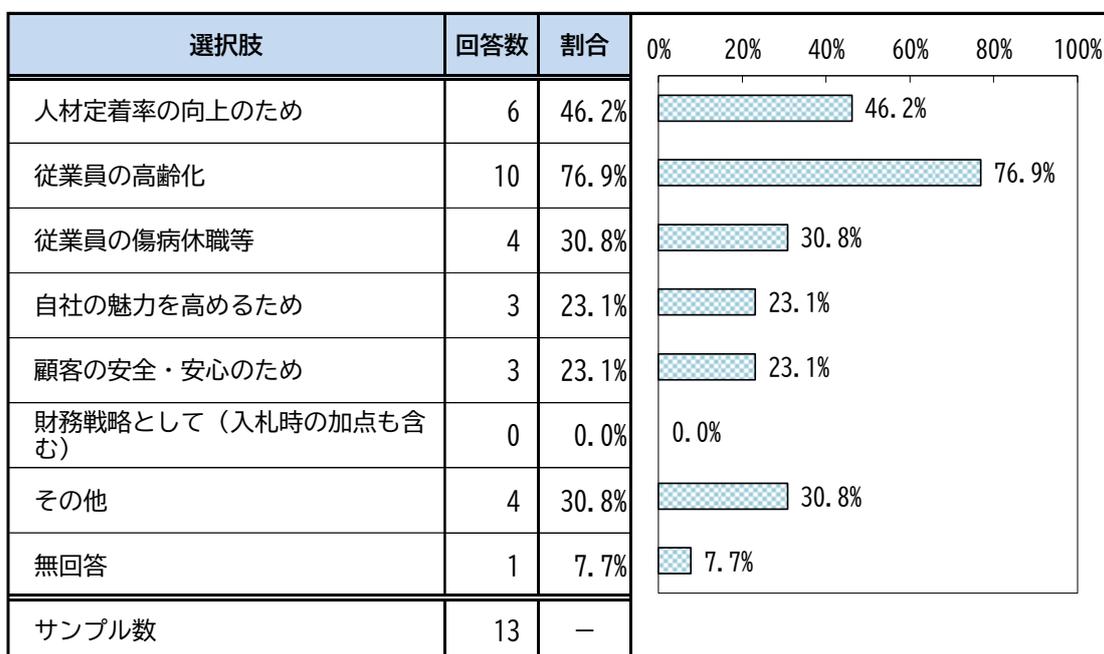
⑦ メンタルヘルスに関する相談窓口の設置をしている

◇ 「取り組んでいる」が60.0%、「一部取り組んでいる」が20.0%、「取り組んでいない」が20.0%となっています。



問10 従業員の健康づくりに取り組むきっかけとなったことは何ですか。  
(あてはまるもの全てに○)

◇ 「従業員の高齢化」が76.9%と最も高く、次いで、「人材定着率の向上のため」の46.2%、「従業員の傷病休職等」「その他」の30.8%の順となっています。

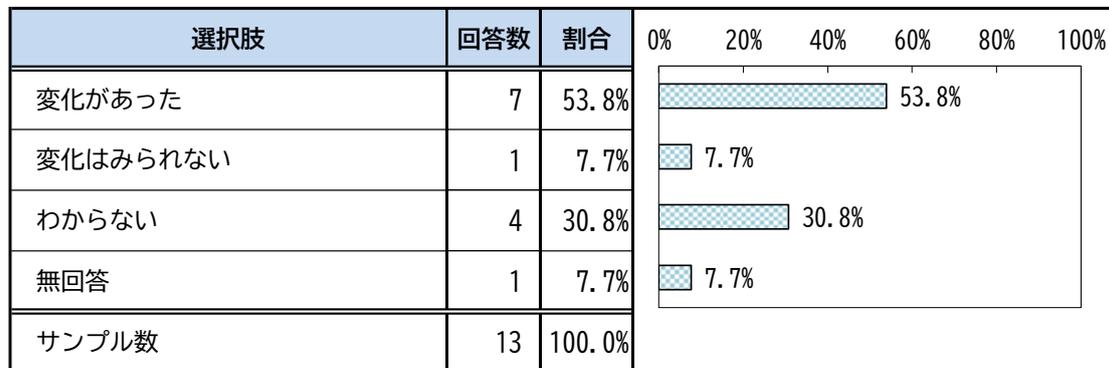


◇ その他の具体的な内容

- ・ ホワイト企業関連、認定取得のため（健康経営有料企業取得）
- ・ 法令の施行当による

問 11 健康づくりに関する取組を始めたことで、従業員の意識や行動に変化がありましたか。(○は1つ)

◇ 「変化があった」が 53.8%、「変化はみられない」が 7.7%、「わからない」が 30.8%となっています。

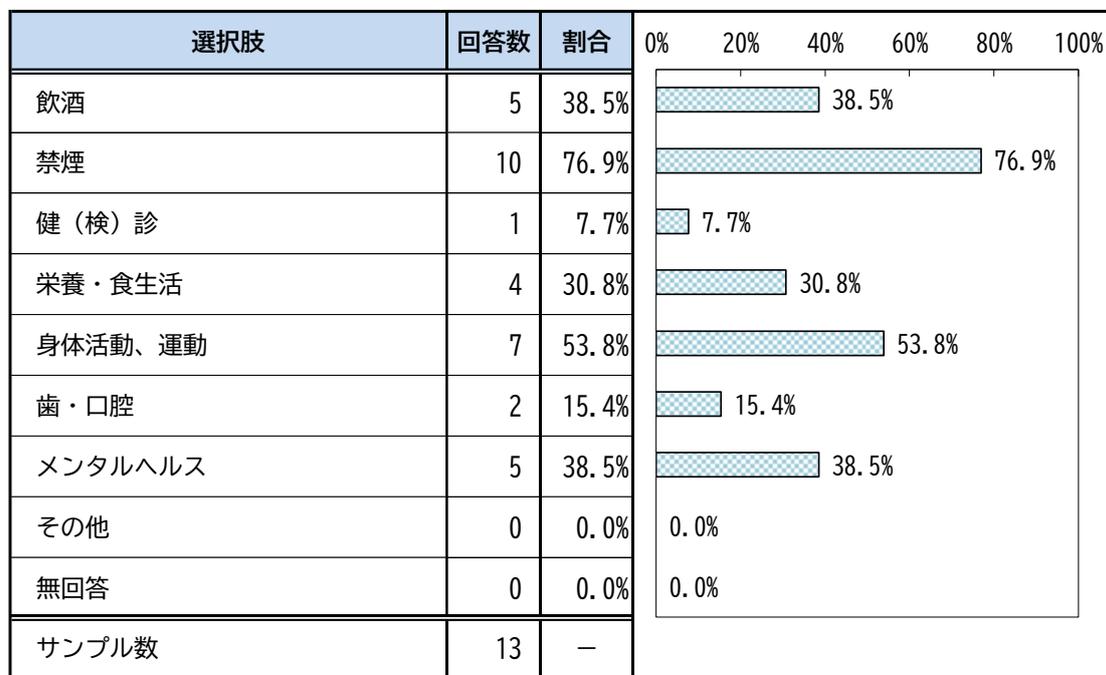


◇ 「変化があった」の具体的な内容

- ・ アンケートの結果、健康意識が向上した
- ・ ホワイト企業認定取得保健師指導による健康率のアップ。喫煙者の減少（若干名）
- ・ 禁煙2名できた
- ・ 食事、健康、運動について、雑談の中でも、前向きに取り組んでいることが話題にあがる
- ・ 分煙の徹底
- ・ 有休の取得が増えてきている

問12 健康づくりに取り組むにあたって、実践が難しいと思うことは何ですか。  
 (あてはまるもの全てに○)

◇ 「禁煙」が76.9%と最も高く、次いで、「身体活動・運動」の53.8%、「飲酒」「メンタルヘルス」の38.5%の順となっています。

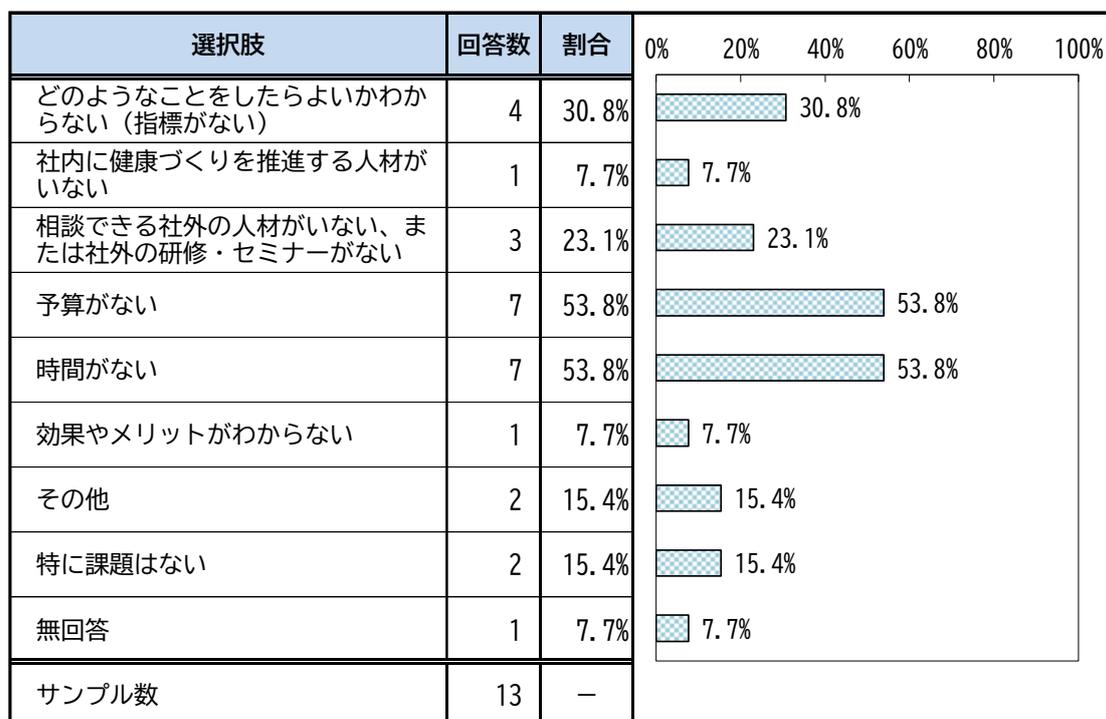


◇ 実践が難しいと思う具体的な理由

<b>飲酒</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>・ ストレス解消方法となると致し方ない</li><li>・ 健（検）診、メンタルヘルスについては法令の義務により実践しているが、その他については、最終的には個人の問題か？健診の結果、要精密・要治療者には医療機関宛「精密検査依頼書」（当法人様式）を渡して、受診勧奨しているが反応が鈍い。</li><li>・ 量の判断が難しい</li></ul>
<b>禁煙</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>・ 喫煙者は変わらない</li><li>・ 保健師指導により若干名の者が禁煙するようになったが、まだまだ全体的に現象までは厳しい現状</li><li>・ 量の判断が難しい。禁煙者は増えたが、喫煙者ゼロは目指さない方針。喫煙の健康へのリスクは伝えていく。</li></ul>
<b>栄養・食成生活</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>・ 独身者も多く、偏った食生活が見受けられる</li></ul>
<b>メンタルヘルス</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>・ 自分からは話さないので変化に気づきにくい</li><li>・ 専門家でも分からないことが多い</li></ul>

問 13 従業員の健康づくりに取り組むにあたり、課題になる（なっている）と思うのはどれですか。（あてはまるもの全てに○）

- ◇ 「予算がない」「時間がない」が 53.8%と最も高く、次いで、「どのようなことをしたらよいかわからない（指標がない）」の 30.8%、「相談できる社外の人材がない、または社外の研修・セミナーがない」の 23.1%の順となっています。



◇ その他の具体的な内容

- ・ コロナ感染の影響で特定保健指導がZOOMになりつつある。高齢者には難しい
- ・ 協会けんぽ等から冊子等送られて回覧するが、なかなか全員が見えているように思えない

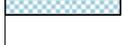
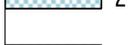
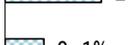
問 14 従業員の健康づくりに取り組むにあたり、その効果として期待するものはどれですか。(あてはまるもの全てに○)

- ◇ 「業務効率・生産性や企業業績向上」が 84.6%と最も高く、次いで、「従業員の病気休暇の減少」の 69.2%、「従業員の満足度やモチベーションの向上」「会社のイメージアップ（採用活動への影響など）」の 53.8%の順となっています。

選択肢	回答数	割合	0%	20%	40%	60%	80%	100%	
業務効率・生産性や企業業績の向上	11	84.6%							84.6%
従業員の病気休暇の減少	9	69.2%							69.2%
事故や不祥事の予防（リスクマネジメント）	6	46.2%							46.2%
従業員の満足度やモチベーションの向上	7	53.8%							53.8%
従業員の採用・定着率の向上	6	46.2%							46.2%
会社のイメージアップ（採用活動への影響など）	7	53.8%							53.8%
その他	0	0.0%							0.0%
無回答	0	0.0%							0.0%
サンプル数	13	—							

問 15 貴社が従業員に実施している健診・検診（以下「健診」という）は何ですか。  
（あてはまるもの全てに○）

- ◇ 「定期健康診断」が 81.8%と最も高く、次いで、「胃がん検診（内視鏡）」の 45.5%、「肺がん検診（胸部 X 線検査）」の 40.9%の順となっています。

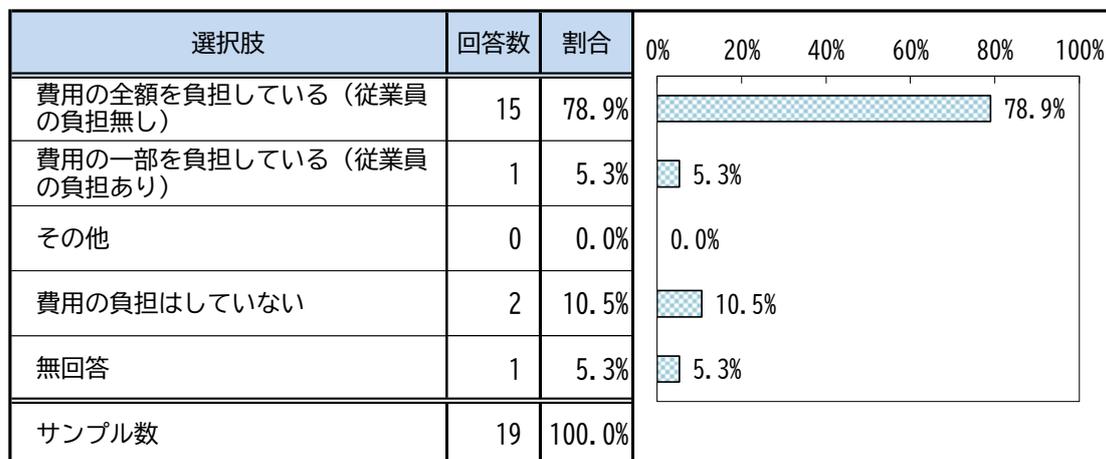
選択肢	回答数	割合	0% 20% 40% 60% 80% 100%
定期健康診断	18	81.8%	 81.8%
肺がん検診（胸部X線検査）	9	40.9%	 40.9%
胃がん検診（バリウム）	6	27.3%	 27.3%
胃がん検診（内視鏡）	10	45.5%	 45.5%
大腸がん検診	6	27.3%	 27.3%
乳がん検診（女性のみ）	5	22.7%	 22.7%
子宮がん検診（女性のみ）	5	22.7%	 22.7%
歯科健診	2	9.1%	 9.1%
その他	2	9.1%	 9.1%
実施していない	3	13.6%	 13.6%
無回答	3	13.6%	 13.6%
サンプル数	22	—	

- ◇ その他の具体的な内容

- ・ N－N O S E
- ・ 特定業務従事者 6 ヶ月検診

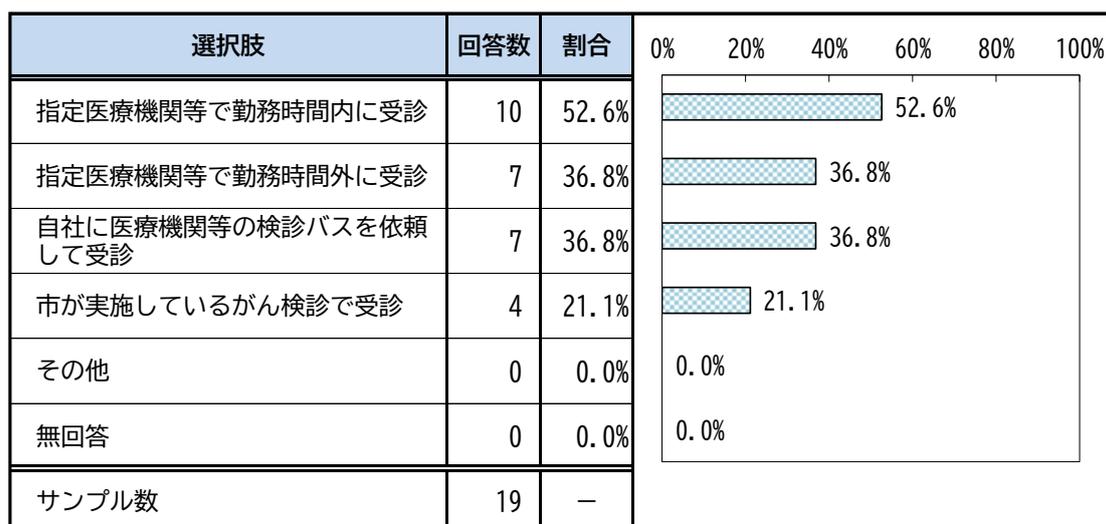
問 16 問 15 の健診について、自社で費用負担をしていますか。(○は1つ)

- ◇ 「費用の全額を負担している（従業員の負担無し）」が 78.9%と最も高く、次いで、「費用の負担はしていない」の 10.5%の順となっています。



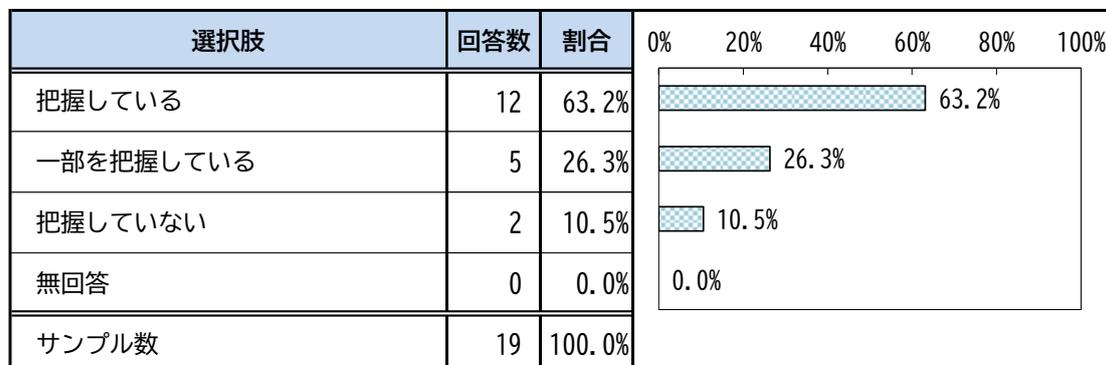
問 17 問 15 の健診について、従業員はどのような方法で受診していますか。  
(あてはまるもの全てに○)

- ◇ 「指定医療機関等で勤務時間内に受診」が 52.6%と最も高く、次いで、「指定医療機関等で勤務時間外に受診」「自社に医療機関等の検診バスを依頼して受診」の 36.8%、「市が実施しているがん検診で受診」の 21.1%の順となっています。



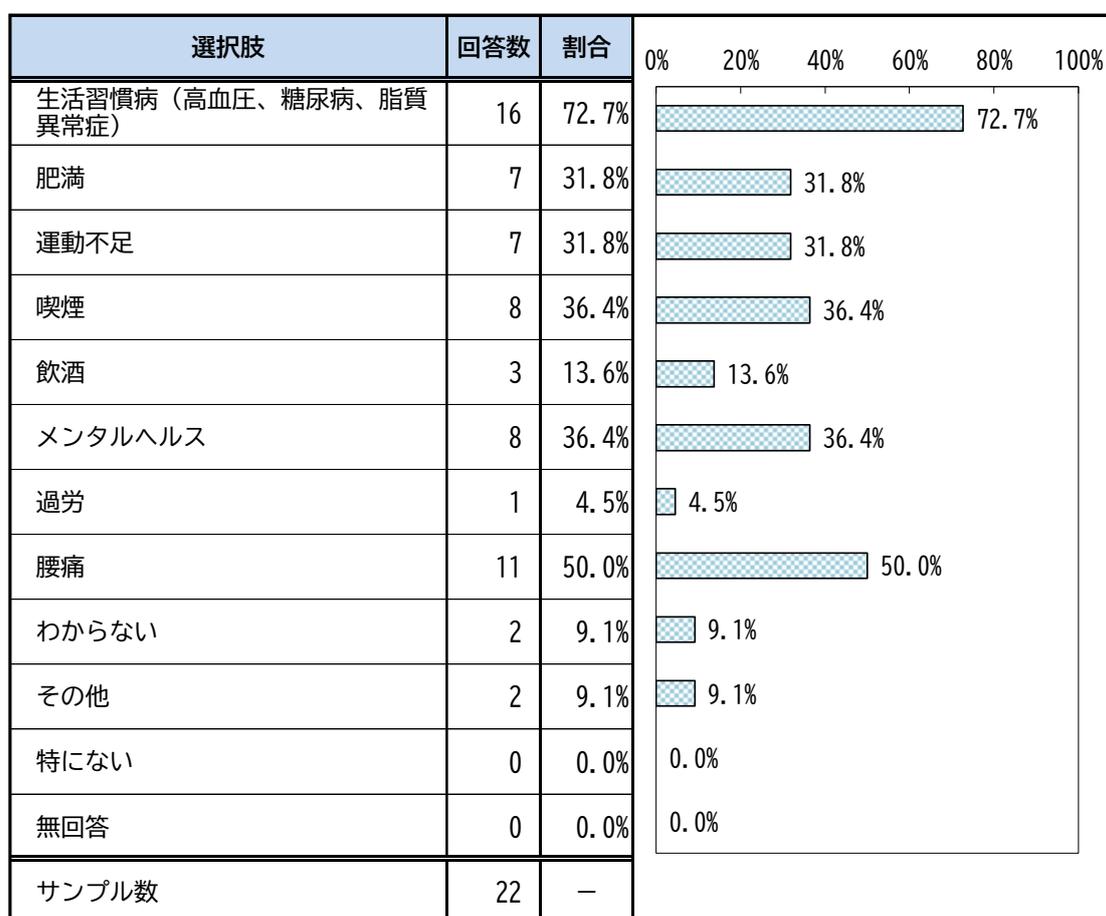
問 18 問 15 の定期健康診断、がん検診等の受診率を把握していますか。(○は1つ)

◇ 「把握している」が 63.2%、「一部を把握している」が 26.3%、「把握していない」が 10.5%となっています。



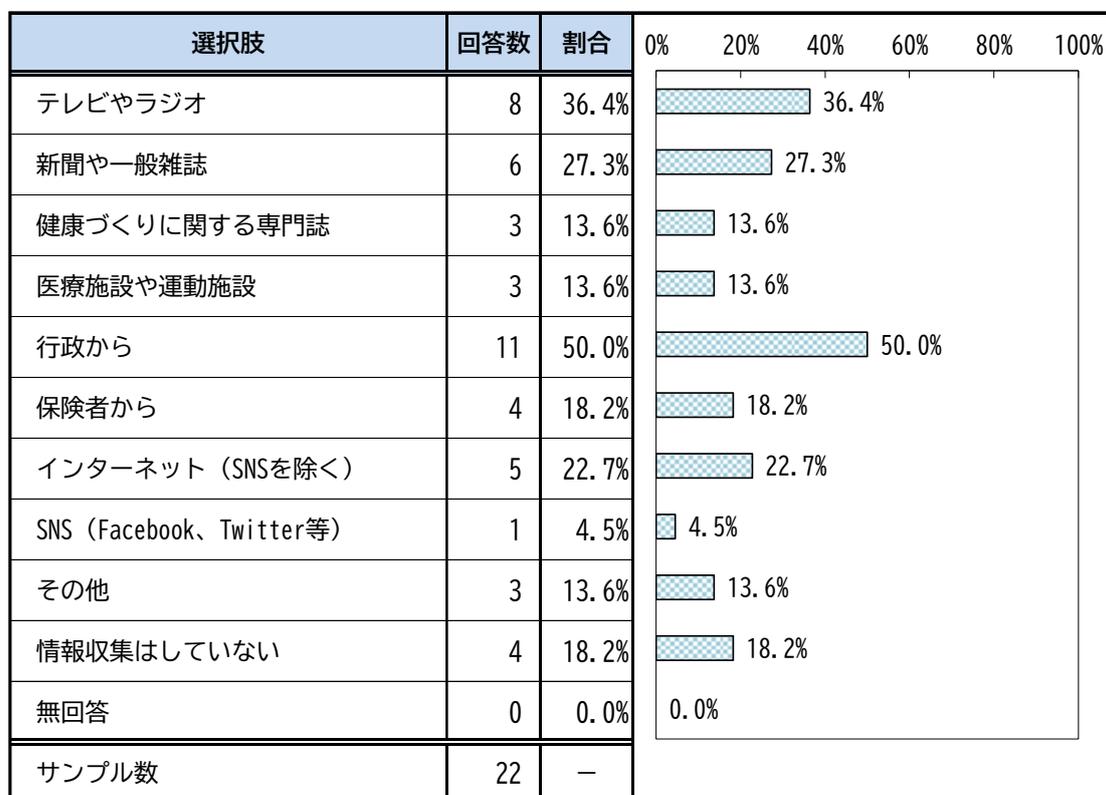
問 19 従業員の健康に関する問題は何ですか。(あてはまるもの全てに○)

◇ 「生活習慣病（高血圧、糖尿病、脂質異常症）」が 72.7%と最も高く、次いで、「腰痛」の 50.0%、「喫煙」「メンタルヘルス」の 36.4%の順となっています。



問 20 健康づくりに関する情報はどこから入手しますか。(あてはまるもの全てに○)

◇ 「行政から」が 50.0%と最も高く、次いで、「テレビやラジオ」の 36.4%、「新聞や一般雑誌」の 27.3%の順となっています。

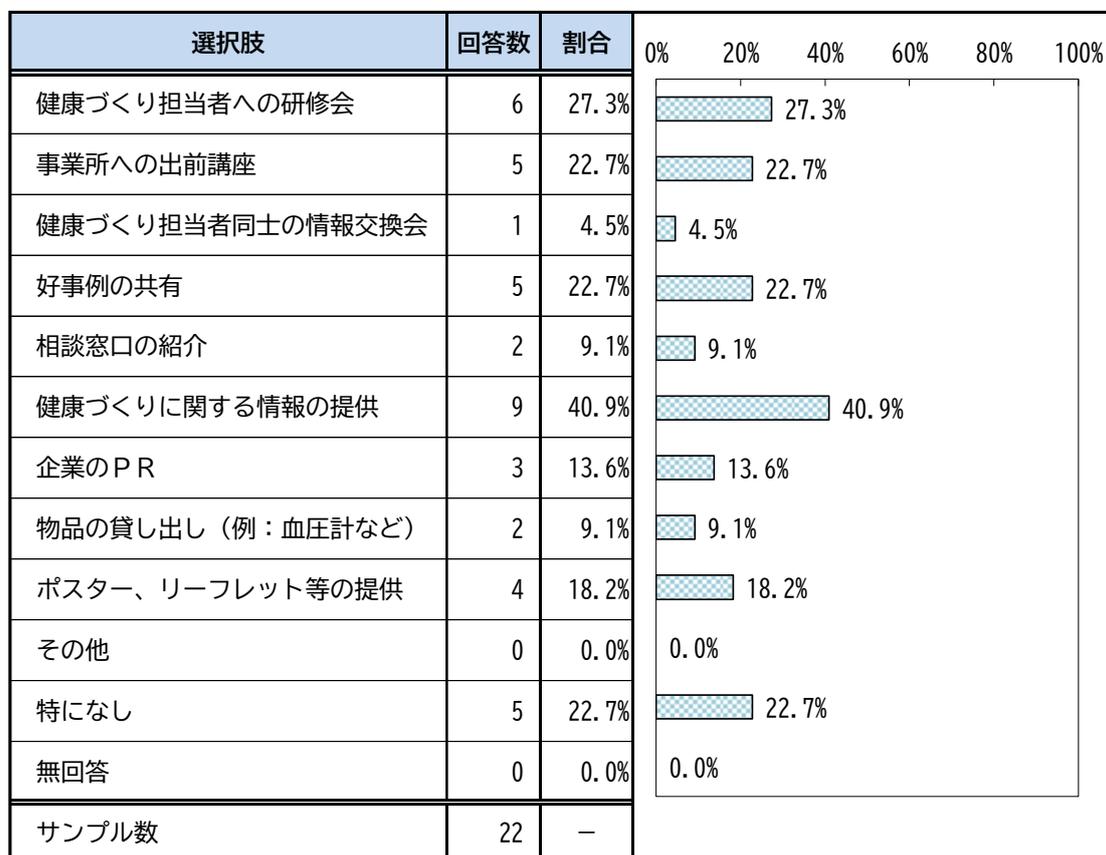


◇ その他の具体的な内容

- ・ コンサル
- ・ 協会
- ・ 専門科

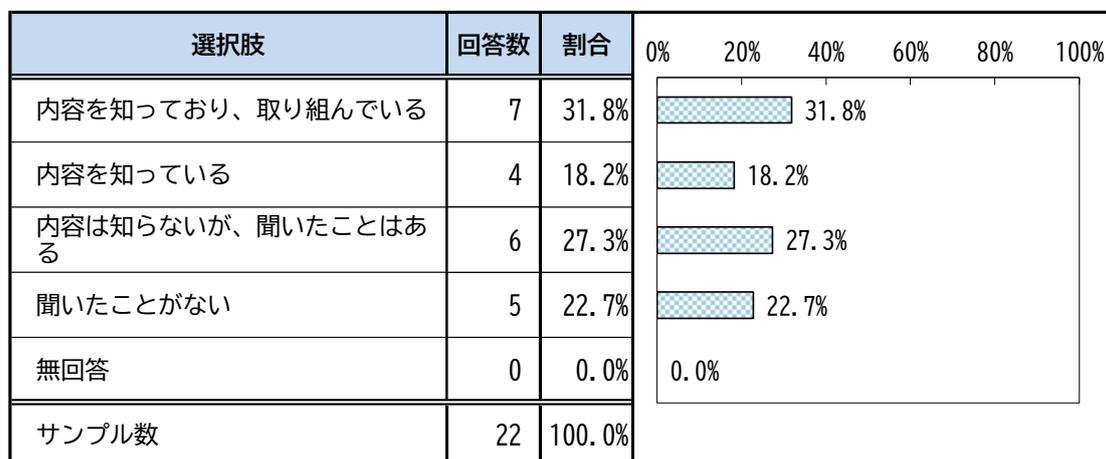
問 21 職場の健康づくり対策で希望する支援は何ですか。(あてはまるもの全てに○)

◇ 「健康づくりに関する情報の提供」が40.9%と最も高く、次いで、「健康づくり担当者への研修会」の27.3%、「事業所への出前講座」「好事例の共有」「特になし」の22.7%の順となっています。



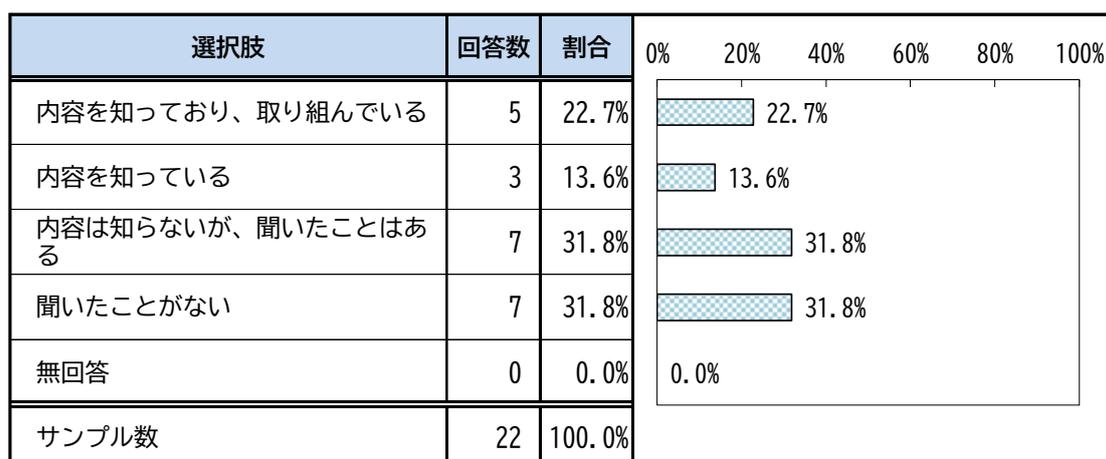
問 22 「健康経営」という言葉をご存じでしたか。(〇は1つ)

- ◇ 「内容を知っており、取り組んでいる」が 31.8%と最も高く、次いで、「内容は知らないが、聞いたことはある」の 27.3%、「聞いたことがない」の 22.7%の順となっています。



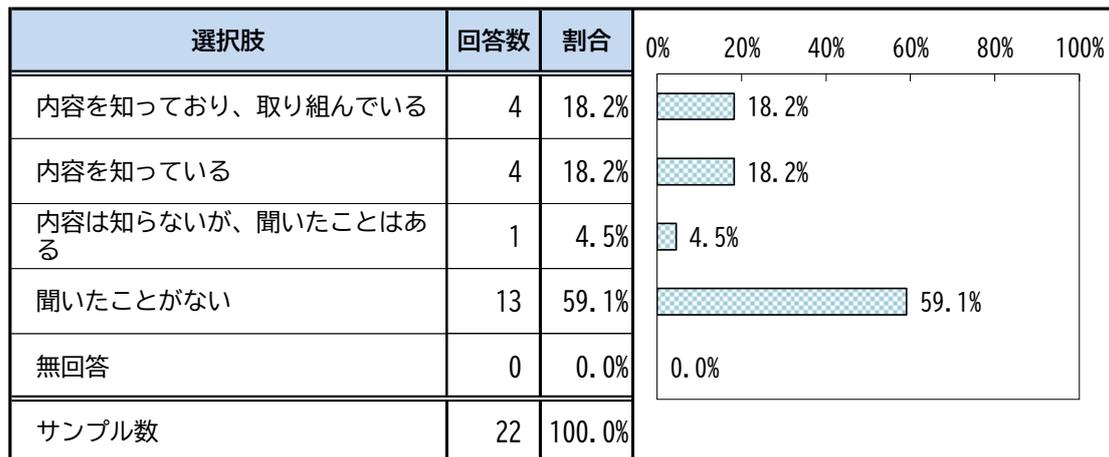
問 23 ウォーキングアプリ「スポーツタウン WALKER」を知っていますか。(〇は1つ)

- ◇ 「内容は知らないが、聞いたことはある」「聞いたことがない」が 31.8%と最も高く、次いで、「内容を知っており、取り組んでいる」の 22.7%、「内容を知っている」の 13.6%の順となっています。



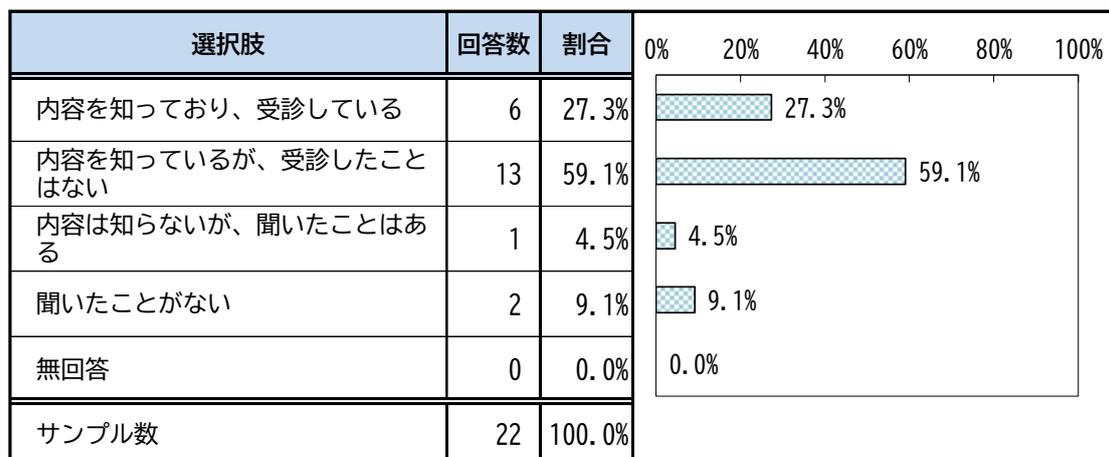
問 24 ウォーキングアプリ「スポーツタウン WALKER」を活用した企業対抗戦を知っていますか。(○は1つ)

- ◇ 「聞いたことがない」が59.1%と最も高く、次いで、「内容を知っており、取り組んでいる」「内容を知っている」の18.2%、「内容は知らないが、聞いたことはある」の4.5%の順となっています。



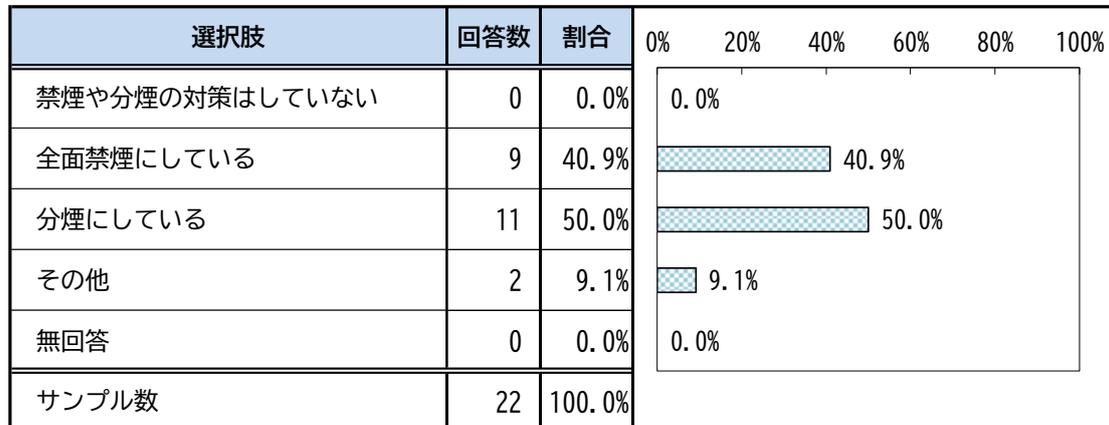
問 25 市が実施しているがん検診を知っていますか。(○は1つ)

- ◇ 「内容は知っているが、受診したことはない」が59.1%と最も高く、次いで、「内容を知っており、受診している」の27.3%、「聞いたことがない」の9.1%の順となっています。



問 26 あなたの職場の喫煙状況を教えてください。(○は1つ)

- ◇ 「分煙にしている」が 50.0%と最も高く、次いで、「全面禁煙にしている」の 40.9%、「その他」の 9.1%の順となっています。



- ◇ その他の具体的な内容

- ・喫煙者がいない
- ・室内禁煙

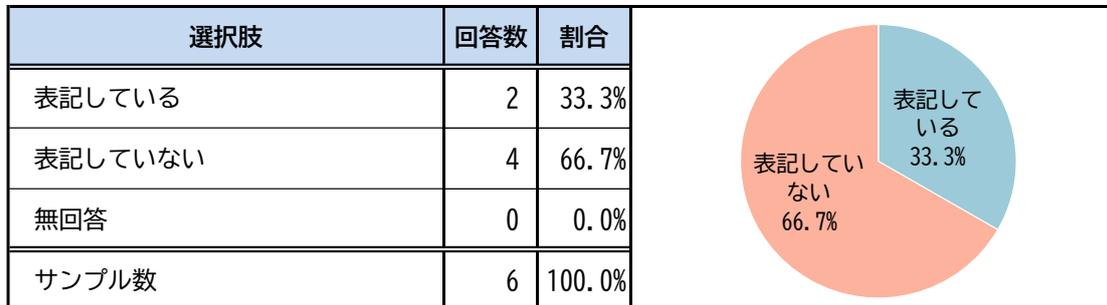
問 27 貴社ではお客様や従業員に対し飲食の提供がありますか。(飲食業を含む)  
(○は1つ)

- ◇ 「はい」が 27.3%、「いいえ」が 72.7%となっています。



問 28 提供する食品、製品に栄養成分を表記していますか。(〇は1つ)

◇ 「表記している」が33.3%、「表記していない」が66.7%となっています。



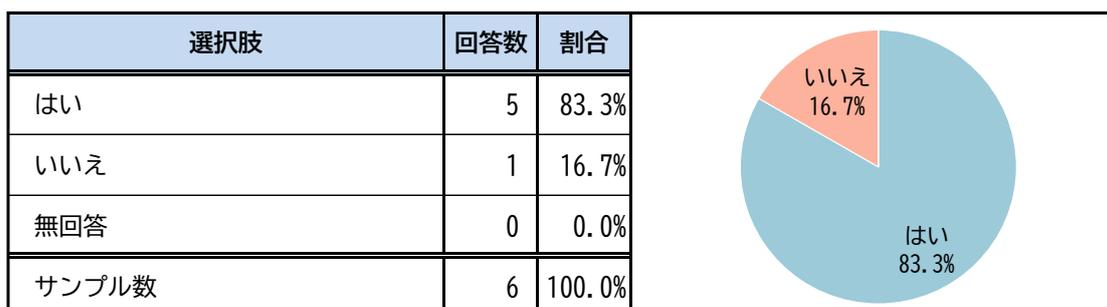
問 29 健康に配慮したメニューの提供をしていますか。(食塩ひかえめ、エネルギーひかえめ、野菜たっぷりなど)(〇は1つ)

◇ 「はい」「いいえ」とともに50.0%となっています。



問 30 食品ロス削減のための取組を行っていますか。(〇は1つ)

◇ 「はい」が83.3%、「いいえ」が16.7%となっています。



問 31 市の健康増進に関する取組について、ご提案があればご記入ください。

---

- ・スポーツタウン WALKER を利用して企業対抗戦に参加した。1回目、2回目とも同じ社員で登録して行った。2回目対抗戦が終了して数日過ぎてから参加者の中に鹿屋市以外の方が含まれているので、チームとして“失格”ですとの連絡がありとてもショックでした。鹿屋市に本、支社がある会社はエントリーできるようにしていただきたい。
- ・健康経営に取り組む企業への顕彰制度やインセンティブを設けて欲しい。



---

## 第6章 調査票

---

# I 一般市民調査

## 鹿屋市健康づくり市民意識調査（一般用）

### 調査へのご協力をお願い

皆様には、日頃から市政に対しご理解とご協力をいただき、厚くお礼申し上げます。

鹿屋市では、平成26年3月に、市民一人ひとりが、自らの健康は自分で守るという認識のもと、主体的な健康づくりの取り組みを総合的に推進するための「第2次鹿屋市健康づくり計画」を策定し、様々な事業を展開しています。このたび、令和5年度に計画期間が終了となることから、新たな計画の策定のため、アンケートを実施することになりました。

この調査は、市内にお住まいの満19歳以上の方から無作為に抽出した3,500人を対象に、健康づくりに関する意識や生活の状況、生活習慣などについてお伺いし、今後の市政に反映させていただくための基礎資料とするものです。

調査は無記名方式で個人が特定される心配はありません。また、調査結果は統計的に処理し、調査の目的以外には使用することはありません。

お忙しいところ誠に恐縮ですが、本調査の趣旨をご理解いただき、皆様の率直なご意見をお聞かせください。ご協力をよろしくお願いいたします。

令和4年12月

鹿屋市長 中西 茂

### 回答方法

- ・この調査のご記入は宛名のご本人がお答えいただくようお願いいたします。なお、事情によりご本人が回答できない場合は、受け取られたご家族の方が、代筆、代行にて調査へのご協力をお願いします。
- ・ご記入にあたっては、あてはまる番号を○で囲んでください。(例) 1 ② 3 4 5
- ・質問ごとに○をつける数が違いますので、ご注意ください。
- ・「その他」を答えに選んだ場合は、お手数ですがその内容を具体的に( )内にお書きください。

**回答期限：令和4年（2022年）12月26日（月）**

～回答方法は、以下のいずれかとなります～

#### ①本調査票で回答を行う場合

記入が終わったら同封の返信用封筒に入れて、郵便ポストに投函してください。

(切手を貼る必要はありません。)

#### ②インターネットで回答を行う場合

・下のURLもしくは右のQRコードからアクセスし、説明に従ってご回答ください。

<https://enquete.cc/q/kanoya2022kenko>

※インターネットで回答いただいた場合は、調査票の返信は不要です。



QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です

回答者No. 7951

※回答者Noは、インターネット回答と郵送回答の重複回答を確認するものです。

回答者Noはアンケート調査票にランダムに付与しており、個人を特定できないようにしています。

[問合せ先]

鹿屋市 保健福祉部 健康増進課健康管理係（鹿屋市保健相談センター）

〒893-0007 鹿屋市北田町1番6号 電話：0994-41-2110（担当：久富木）



**7** 1週間あたりの労働時間はどのくらいですか。(○はひとつ)

- |            |                  |
|------------|------------------|
| 1. 35 時間未満 | 2. 35 時間～60 時間未満 |
| 3. 60 時間以上 |                  |

**8** あなたの会社・勤め先では、従業員の健康づくりに取り組んでいますか。(○はひとつ)

- |                     |                    |
|---------------------|--------------------|
| 1. 積極的に取り組んでいる      | 2. どちらかというに取り組んでいる |
| 3. どちらかというに取り組んでいない | 4. 取り組んでいない        |
| 5. わからない            |                    |

**9** あなたのお勤め先の健康管理について(項目ごとに1～3のいずれかひとつに○)

		ある	ない	わからない
①	定期健康診断	1	2	3
②	人間ドック	1	2	3
③	産業医(常勤・非常勤問わず)の設置	1	2	3
④	心身の健康維持のための相談室の設置やカウンセリング	1	2	3
⑤	長時間労働、深夜労働の抑制	1	2	3

※ここからは、全員にお伺いします。

**10** ご家庭の家計の余裕はどの程度あるか教えてください。(○はひとつ)

- |              |             |              |
|--------------|-------------|--------------|
| 1. 全く余裕がない   | 2. あまり余裕がない | 3. どちらともいえない |
| 4. ある程度余裕がある | 5. かなり余裕がある |              |

11 現在のお住まいの地区・地域について教えてください。(〇はひとつ)

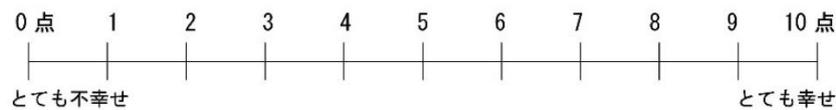
お住まいの地区・地域		お住まいの住所
1	市街地中心地区	古前城町、本町、新栄町、朝日町、向江町、共栄町、北田町、大手町、西大手町、曾田町、白崎町、王子町、打馬1～2丁目、下祓川町、西祓川町
2	寿地区	寿1～8丁目、新川町、旭原町、札元1～2丁目、笠之原町
3	西原地区	新生町、上谷町、西原1～4丁目、大浦町、郷之原町、今坂町、上野町、野里町
4	高隈地区	上高隈町、下高隈町
5	東原・祓川地区	東原町、上祓川町、祓川町
6	田崎地区	田崎町、川西町、川東町、永野田町、名貴町
7	大始良地区	飯隈町、池園町、萩塚町、星塚町、下堀町、田淵町、大始良町、獅子目町、南町、横山町
8	高須・浜田地区	高須町、浜田町、永小原町
9	古江・花岡地区	小野原町、天神町、船間町、古江町、古里町、白水町、海道町、花岡町、根木原町、花里町、有武町、小薄町、高牧町
10	輝北地域	上百引、下百引、平房、市成、諏訪原
11	吾平地域	上名、下名、麓
12	串良地域	細山田、有里、岡崎、下小原、上小原

## II 健康状況や健康づくり全般についてお伺いします。

**問1** ご自分の健康状態についてどう感じていますか。(○はひとつ)

- |            |           |
|------------|-----------|
| 1. よい      | 2. まあまあよい |
| 3. あまりよくない | 4. よくない   |

**問2** 現在、あなたはどの程度幸せですか。「とても不幸せ(0点)」から「とても幸せ(10点)」の間で表すと、何点だと思えますか。数字に○を付けてください。(○はひとつ)



**問3** あなたの身長・体重を教えてください。

- |              |              |
|--------------|--------------|
| 1. 身長 ( ) cm | 2. 体重 ( ) kg |
|--------------|--------------|

※小数点以下が分かる場合は記入してください。

**問4** あなたの歩く時間を教えてください。

- |                           |
|---------------------------|
| 1. 平日の1日平均 約 ( ) 時間 ( ) 分 |
|---------------------------|

※通勤・通学時、買物時等、日常生活の中の歩きをすべて合わせて記入してください。

**問5** 自分の適正体重を知っていますか。(○はひとつ)

- |                 |                |
|-----------------|----------------|
| 1. 知っている ⇒【問6へ】 | 2. 知らない ⇒【問7へ】 |
|-----------------|----------------|

※問5で「1」と回答した方にお伺いします。

**問6** 自分の体重を適切に保つように心がけていますか。(○はひとつ)

- |           |            |
|-----------|------------|
| 1. 心がけている | 2. 心がけていない |
|-----------|------------|

※ここからは、全員にお伺いします。

**問7** 健康づくりに関心はありますか。(○はひとつ)

- |                  |                  |
|------------------|------------------|
| 1. 関心がある         | 2. どちらかといえば関心がある |
| 3. どちらかといえば関心がない | 4. 関心がない         |
| 5. わからない         |                  |



### Ⅲ 栄養・食生活についてお伺いします。

問 11

次のことについて、「はい」または「いいえ」のいずれかに○印をつけてください。  
(項目ごとに1か2のいずれかひとつに○)

	項目	はい	いいえ
①	食事は1日3回決まった時間に食べている	1	2
②	1回の食事時間に30分以上かける	1	2
③	1日1食は、きちんとした食事を2人以上で楽しく食べている	1	2
④	自分にとって適切な食事の内容・量を知っている	1	2
⑤	地域や職場で健康や栄養に関する学習や活動を行うグループに参加したことがある	1	2
⑥	ご飯などの穀物をしっかりととるほうである	1	2
⑦	魚料理をよく食べるほうである	1	2
⑧	乳製品(牛乳・チーズ・ヨーグルト)をよく食べるほうである	1	2
⑨	小魚、海藻類をよく食べるほうである	1	2
⑩	大豆製品(豆腐や納豆、揚げなど)をよく食べるほうである	1	2
⑪	間食・夜食・おやつをよく食べるほうである	1	2
⑫	缶ジュース、缶コーヒーなどをよく飲んでいる	1	2
⑬	外食をよくする	1	2
⑭	調理や保存を上手にして無駄や廃棄を少なくするようにしている	1	2
⑮	朝食は、ほとんど毎日食べている	1	2
⑯	主食・主菜・副菜を基本に、栄養バランスのとれた食事をとるようにしている	1	2
⑰	塩味は濃いほうである	1	2
⑱	緑黄色野菜(にんじん、トマト、ピーマンなど)をよく食べるほうである	1	2
⑲	果物類をよく食べるほうである	1	2
⑳	コロナ禍で食生活に影響がありましたか	1	2

**問 12** あなたは、現在の食生活をどのように思いますか。(○はひとつ)

- |            |   |           |
|------------|---|-----------|
| 1. 大変よい    | } | ⇒【問 14 へ】 |
| 2. よい      |   |           |
| 3. 少し問題がある | } | ⇒【問 13 へ】 |
| 4. 問題が多い   |   |           |

※問 12 で「3」または「4」と回答した方にお伺いします。

**問 13** 自分の食生活について、今後どのようにしたいと思いますか。(○はひとつ)

1. 今よりよくしたい
2. 今のままでよい
3. 特に考えていない

※ここからは、全員にお伺いします。

**問 14** あなたは、日常の食事の中で鹿児島県の特産物(さつまいも、黒豚等)や身近でとれる地域の食材(きびなご、かんぱち、にがうり等)を意識して食べますか。(○はひとつ)

1. 大いに意識している
2. 少し意識している
3. あまり意識していない
4. ほとんど意識していない

**問 15** あなたは、いつも外食をする時や食品を購入する時に、栄養成分の表示を参考にしていますか。(○はひとつ)

1. いつもしている
2. 時々している
3. あまりしていない
4. ほとんどしていない

**問 16** 1日あたりの望ましい食塩摂取量※を知っていますか。(○はひとつ)

- |          |                        |
|----------|------------------------|
| 1. 知っている | 2. 知らない(今回初めて知った場合を含む) |
|----------|------------------------|

※1日あたりの望ましい食塩摂取量: 18歳以上の1日あたり食塩摂取量の目標値は、男性で7.5g未満、女性で6.5g未満。



※問 19 で「1」と回答した方にお伺いします。

**問 21** 1回あたりの運動時間はどのくらいですか。(○はひとつ)

- |           |           |
|-----------|-----------|
| 1. 10分ぐらい | 2. 30分ぐらい |
| 3. 1時間ぐらい | 4. 2時間以上  |

⇒【問 23 へ】

※問 19 で「2」と回答した方にお伺いします。

**問 22** 運動をしないのは主にどうしてですか。(○はいくつでも)

- |                                  |
|----------------------------------|
| 1. 場所がない                         |
| 2. 必要性がない                        |
| 3. 時間に余裕がない(仕事や育児、介護等で運動時間を取れない) |
| 4. 病気や身体上の理由                     |
| 5. 仕事で動いている                      |
| 6. 面倒くさい                         |
| 7. その他 ( )                       |

※ここからは、全員にお伺いします。

**問 23** 運動を始めたり、継続するためには、どのようなことを充実させる必要がありますか。(○は2つまで)

- |                               |
|-------------------------------|
| 1. 活動のための場所、施設づくり             |
| 2. 一緒に活動する仲間づくり(グループづくり)      |
| 3. 運動教室などの機会づくり               |
| 4. 指導員・リーダーの育成                |
| 5. 運動のための教材・器具の貸出             |
| 6. 様々な相談に応じる窓口                |
| 7. その他(〈例:夜でも安心して歩けるコースがほしい〉) |

**問 24** 日常生活における1日の歩数がわかりますか。(○はひとつ)

- |                 |                  |
|-----------------|------------------|
| 1. はい ⇒【問 25 へ】 | 2. いいえ ⇒【問 26 へ】 |
|-----------------|------------------|

※問 24 で「1」と回答した方にお伺いします。

**問 25** 歩数計などで、歩数を測定した1日の歩数をご記入ください。

1日平均 約 ( ) 歩

※歩数計機能がついた携帯電話、スマートフォン、腕時計などを利用しての歩数の測定でも可能です。

※ここからは、全員にお伺いします。

問 26

「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）※」という言葉を知っていますか。  
（○はひとつ）

- |                           |                      |
|---------------------------|----------------------|
| 1. 言葉も内容も知っている            | 2. 言葉は知っているが、内容は知らない |
| 3. 言葉も内容も知らない（今回知った場合も含む） |                      |

※ロコモティブシンドローム（運動器症候群）：運動器官（骨・関節・筋肉など）の働きが低下し、  
要介護状態、もしくは要介護リスクが高い状態のこと。

## V 休養についてお伺いします。

問 27

あなたは、いつもとっている睡眠で休養が充分とれていると思いますか。（○はひとつ）

- |              |               |
|--------------|---------------|
| 1. 充分にとれている  | 2. だいたいとれている  |
| 3. あまりとれていない | 4. まったくとれていない |

問 28

あなたの睡眠時間は、平均何時間ぐらいですか。（○はひとつ）

- |               |
|---------------|
| 1. 5時間未満      |
| 2. 5時間以上6時間未満 |
| 3. 6時間以上7時間未満 |
| 4. 7時間以上8時間未満 |
| 5. 8時間以上9時間未満 |
| 6. 9時間以上      |

問 29

あなたは、この1か月間に、寝床に入っても寝付きが悪い、途中で目が覚める、熟睡できない等、眠れないことがありましたか。（○はひとつ）

- |           |           |
|-----------|-----------|
| 1. まったくない | 2. めったにない |
| 3. ときどきある | 4. 頻繁にある  |

問 30

あなたは、眠りを助けるために睡眠剤や安定剤などの薬やアルコール飲料を使うことがありますか。（○はひとつ）

- |         |           |
|---------|-----------|
| 1. 全くない | 2. めったにない |
| 3. 時々ある | 4. しばしばある |
| 5. 常にある |           |



**問 37** 歯科健診や治療を受けるかかりつけの歯科医院を決めていますか。(○はひとつ)

1. はい 2. いいえ

【かかりつけ歯科医は、症状がある時だけでなく、歯の健康を保つため定期的な歯科健診等を受けるところです。】

**問 38** あなたは、歯磨きをいつしますか。(○はひとつ)

1. 朝と昼と夜 2. 朝と夜  
3. 昼と夜 4. 夜だけ  
5. 昼だけ 6. 朝だけ  
7. その他 ( ) 8. 歯磨きをしない

**問 39** 現在、歯間ブラシ、糸ようじ等を使用していますか。(○はひとつ)

1. はい 2. いいえ

**問 40** ここ1年間に歯に関する指導を受けたことがありますか。(○はひとつ)

1. はい ⇒【問 41～42 へ】 2. いいえ ⇒【問 43 へ】

※問 40 で「1」と回答した方にお伺いします。

**問 41** どこで指導を受けましたか。(○はいくつでも)

1. 学校 2. 市の保健相談センター  
3. 保健所 4. 歯科医院  
5. その他 ( )

※問 40 で「1」と回答した方にお伺いします。

**問 42** その時受けた指導を教えてください。(項目ごとに1か2のいずれかひとつに○)

		はい	いいえ
①	むし歯について	1	2
②	歯周病について	1	2
③	歯磨き指導(入れ歯も含む)	1	2
④	糸ようじや歯間ブラシの使い方	1	2
⑤	食事、間食とむし歯の関係	1	2
⑥	喫煙と歯周病の関係	1	2

※ここからは、全員にお伺いします。

**問 43** 食事の食べ方はどうですか。(○はひとつ)

- |             |           |
|-------------|-----------|
| 1. 良く噛んで食べる | 2. 長く口に含む |
| 3. すぐに飲み込む  |           |

**問 44** 食事中に飲み物を飲みますか。(○はひとつ)

- |                 |                  |
|-----------------|------------------|
| 1. はい ⇒【問 45 へ】 | 2. いいえ ⇒【問 46 へ】 |
|-----------------|------------------|

※問 44 で「1」と回答した方にお伺いします。

**問 45** 食べ物が口に入っている時に、飲み物を飲みますか。(○はひとつ)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

## VII たばこについてお伺いします。

※ここからは、全員にお伺いします。

**問 46** あなたは、たばこを吸いますか。(○はひとつ)

- |                |                |
|----------------|----------------|
| 1. 以前から吸わない    | } ⇒【問 49 へ】    |
| 2. 以前吸っていたがやめた |                |
| 3. ときどき吸う      | } ⇒【問 47~48 へ】 |
| 4. 毎日吸う        |                |

※問 46 で「3」または「4」と回答した方にお伺いします。

**問 47** 1日に何本くらい吸いますか。(○はひとつ)

- |             |             |             |
|-------------|-------------|-------------|
| 1. 1日 10本未満 | 2. 1日 20本未満 | 3. 1日 20本以上 |
|-------------|-------------|-------------|

※問 46 で「3」または「4」と回答した方にお伺いします。

**問 48** たばこをやめたいと思いますか。(○はひとつ)

- |         |             |           |
|---------|-------------|-----------|
| 1. やめたい | 2. 本数を減らしたい | 3. やめたくない |
|---------|-------------|-----------|

※現在、仕事をされている方にお尋ねします。

**問 49** あなたの職場では、喫煙場所を設ける等の分煙対策がなされていますか。(○はひとつ)

- |                                      |
|--------------------------------------|
| 1. 建物内は全面禁煙であり、建物外に喫煙場所が設けられている      |
| 2. 喫煙場所は別室に確保されており、煙が流れてこない状態（分煙）である |
| 3. 禁煙タイムが設定されている                     |
| 4. 分煙対策はなされていない                      |
| 5. その他 ( )                           |

## 分煙の種類について

エリア分煙	喫煙エリアと非喫煙エリアを、腰壁や植栽、エアカーテンなどにより区分する方法です。ファミリーレストランなどでよく導入されています。
個室による分煙	間仕切りなどを設置し、喫煙スペースを他のスペースと分けし、個室化する方法です。煙やニオイが喫煙スペースにこもったり、非喫煙スペースに漏れたりしないように、給気口や排気口など、一定の気流が確保できる換気設備の設置が必要となります。
フロア分煙	飲食店などで店舗が複数階に分かれている場合、階に応じて「喫煙フロア」と「非喫煙フロア」を設定する方法です。煙には上昇する性質があるため、基本的には上層階を「喫煙フロア」とします。
局所排気による分煙	喫煙席などの上部に排気設備を設置して、煙が周囲に広がる前に、屋外へ排気する方法です。十分な排気風量を確保できれば、喫煙者と非喫煙者の間に壁や仕切りを設けなくても両者の共存が可能になります。
時間分煙	喫煙や禁煙といったルールを時間帯によって変更する方法です。飲食店においては、短時間に人が集中する昼間は禁煙、夜間は喫煙可とするなど、お店の営業形態によって、柔軟に喫煙のルールを変えることができます。
店頭表示	店頭に「喫煙可」「分煙」「禁煙」の表示を掲示する方法です。飲食店などにおいて、お客さまが入店する前に店舗の喫煙環境をお知らせすることができ、お客さまはニーズに応じた店舗を自由に選ぶことができますようになります。
屋外喫煙スペース	屋外に喫煙スペースを設置する場合は、人の動線から離れた場所に設置する、喫煙可能なエリアを明確にするなど、周囲の環境に配慮する必要があります。

※ここからは、全員にお伺いします。

問 50

あなたは、たばこが健康に与える影響について、どう思いますか。  
(項目ごとに1～4のいずれかひとつに○)

		影響がある	どちらとも言えない	影響はない	わからない
①	肺がん	1	2	3	4
②	ぜんそく	1	2	3	4
③	気管支炎	1	2	3	4
④	心臓病	1	2	3	4
⑤	脳卒中	1	2	3	4
⑥	胃かいよう	1	2	3	4
⑦	妊娠への影響、未熟児など	1	2	3	4
⑧	歯周病	1	2	3	4

問 51

「COPD（慢性閉塞性肺疾患）※」という言葉を知っていますか。（○はひとつ）

- |                           |                      |
|---------------------------|----------------------|
| 1. 言葉も内容も知っている            | 2. 言葉は知っているが、内容は知らない |
| 3. 言葉も内容も知らない（今回知った場合も含む） |                      |

※COPD（慢性閉塞性肺疾患）：長期の喫煙習慣が主な原因となる病気であり、かつて肺気腫、慢性気管支炎と呼ばれていたものが含まれる。せき、たん、息切れなどから始まり、重症化すると呼吸障害などにより死に至ることがある。

## VIII アルコールについてお伺いします。

問 52

お酒についてお伺いします。あなたはどのくらいの頻度でお酒（ビール・焼酎・日本酒など）を飲みますか。（○はひとつだけ）

- |                       |   |           |
|-----------------------|---|-----------|
| 1. 毎日                 | } | ⇒【問 53 へ】 |
| 2. 週に4～6日             |   |           |
| 3. 週に1～3日             |   |           |
| 4. 月に1～3日             |   |           |
| 5. やめた（1年以上やめている）     | } | ⇒【問 54 へ】 |
| 6. 以前からほとんど飲まない（飲めない） |   |           |

※問 52 で「1」～「4」と回答した方にお伺いします。

問 53

あなたが1日に飲むお酒の量は、ビール中瓶1本（500ml）に換算してどのくらいですか。（○はひとつだけ）

- |             |             |
|-------------|-------------|
| 1. 1本未満     | 2. 1本以上2本未満 |
| 3. 2本以上3本未満 | 4. 3本以上4本未満 |
| 5. 4本以上5本未満 | 6. 5本以上     |

【参考：お酒の量の考え方】

ビール中瓶1本（500ml）は、次の量にほぼ相当します。

- ・清酒1合（180ml）・酎ハイ7度（350ml）・ハイボール7度（350ml）
- ・焼酎25度0.6合（110ml）・ウイスキーダブル1杯（60ml）
- ・焼酎35度0.4合（70ml）・ワイン2杯（240ml）

※ここからは、全員にお伺いします。

問 54

成人の1日の飲酒の適量は、ビール瓶（中瓶、500ml）に換算してどれくらいだと思いますか。（○はひとつだけ）

- |             |             |
|-------------|-------------|
| 1. 1本未満     | 2. 1本以上2本未満 |
| 3. 2本以上3本未満 | 4. 3本以上4本未満 |
| 5. 4本以上5本未満 | 6. 5本以上     |





※問 65 で「1」と回答した方にお伺いします。

問 66

血中コレステロールの治療（通院による定期的な検査や生活習慣の改善指導を含む）を受けたことがありますか。（○はひとつ）

1. 過去から現在にかけて継続的に受けている
2. 過去に中断したことがあるが、現在は受けている
3. 過去に受けたことがあるが、現在は受けていない
4. これまでに治療を受けたことがない

※ここからは、全員にお伺いします。

問 67

「CKD（慢性腎臓病）※」という言葉を知っていますか。（○はひとつ）

1. 言葉も内容も知っている
2. 言葉は知っているが、内容は知らない
3. 言葉も内容も知らない（今回知った場合も含む）

※CKD（慢性腎臓病）：腎臓の働き（GFR）が健康な人の60%以下に低下する（GFRが60ml/分/1.73㎡未満）か、あるいはタンパク尿が出るといった腎臓の異常が続く状態を言います。

## X 悩みやストレス等に関してお伺いします。

問 68

この1か月に不安、悩み、苦労等によるストレスがありましたか。（○はひとつ）

1. まったくなかった
2. あまりなかった
3. 多少あった
4. 大いにあった

問 69

あなたは日頃、どのような悩みや苦労、ストレス、不満を感じることがありますか。（項目ごとに1～3のいずれかひとつに○）

		意識して感じ た事はない	たかつてはあ ったが今はない	現在ある
①	家庭の問題（家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病等）	1	2	3
②	病気など健康の問題（自分の病気の悩み、身体の悩み、心の悩み等）	1	2	3
③	経済的な問題（倒産、事業不振、借金、失業、生活困窮等）	1	2	3
④	勤務関係の問題（転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働等）	1	2	3
⑤	恋愛関係の問題（失恋、結婚を巡る悩み等）	1	2	3
⑥	学校の問題（いじめ、学業不振、教師との人間関係等）	1	2	3
⑦	その他（具体的に )	1	2	3

問 70

あなたは日々の生活の中で、次のように感じることはありませんか。  
 (項目ごとに1～5のいずれかひとつに○)

		まったく ない	少しだけ ある	時々 ある	よく ある	いつも ある
①	ちょっとしたことでイライラしたり不安に感じることもある	1	2	3	4	5
②	絶望的だと感じることもある	1	2	3	4	5
③	そわそわ落ち着かなく感じることもある	1	2	3	4	5
④	気分が沈み、気が晴れないように感じることもある	1	2	3	4	5
⑤	何をするにも面倒だと感じることもある	1	2	3	4	5
⑥	自分は価値のない人間だと感じることもある	1	2	3	4	5

問 71

あなたは日常生活の不満、悩み、苦勞、ストレスを解消するために、次のことをどのくらいしますか。(項目ごとに1～4のいずれかひとつに○)

		全く しない	あまり しない	時々 する	よく する
①	運動する	1	2	3	4
②	お酒を飲む	1	2	3	4
③	睡眠をとる	1	2	3	4
④	人に話を聞いてもらう	1	2	3	4
⑤	趣味やレジャーをする	1	2	3	4
⑥	我慢して時間が経つのを待つ	1	2	3	4
⑦	その他(具体的に )	1	2	3	4

問 72

あなたは悩みやストレスを感じた時に、どう考えますか。  
(項目ごとに1～5のいずれかひとつに○)

	そう 思わない	あまり そう 思わない	どちら とも いえない	やや そう 思う	そう 思う
① 助けを求めたり、誰かに相談したいと思う	1	2	3	4	5
② 誰かに相談をしたりすることは恥ずかしいことだと思う	1	2	3	4	5
③ 悩みやストレスを感じていること、他人に知られたくないと思う	1	2	3	4	5
④ 誰かに悩みを相談することは、弱い人のすることだと思う	1	2	3	4	5
⑤ 悩みや問題は、自分ひとりで解決すべきだと思う	1	2	3	4	5

問 73

あなたは悩みやストレスを感じた時に、以下の人々に相談すると思いますか。  
(項目ごとに1～3のいずれかひとつに○)

	相談 しない と思う	実際 に 相談 した こと は な い が 相 談 す る と 思 う	相 談 し た こ と が あ る
① 家族や親族	1	2	3
② 友人や同僚	1	2	3
③ インターネット上だけのつながりの人	1	2	3
④ 先生や上司	1	2	3
⑤ 近所の人（自治会の人、民生委員など）	1	2	3
⑥ かかりつけの医療機関の職員（医師、看護師、薬剤師など）	1	2	3
⑦ 公的な相談機関（市役所、地域包括支援センター、保健所など）の職員など	1	2	3
⑧ 民間の相談機関（有料のカウンセリングなど）の相談員	1	2	3
⑨ 同じ悩みを抱える人	1	2	3
⑩ 社会福祉協議会等が開催する各種相談会（法律、税務などの相談）の専門家	1	2	3
⑪ その他（具体的に )	1	2	3

問 74

あなたは悩みやストレスを感じた時に、以下の方法を使って悩みを相談したいと思いませんか。(項目ごとに1～3のいずれかひとつに○)

		利用しないと思う	実際に利用するとは思わない	利用したことがある
①	直接会って相談する（訪問相談を含む）	1	2	3
②	電話を利用して相談する	1	2	3
③	メールを利用して相談する	1	2	3
④	LINE や Facebook 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	1	2	3
⑤	Twitter 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	1	2	3
⑥	インターネットを利用して解決法を検索する	1	2	3
⑦	その他（具体的に )	1	2	3

問 75

あなたは以下のこころの相談窓口等を知っていますか。(項目ごとに1または2のいずれかひとつに○)

		はい	いいえ
①	鹿児島県精神保健福祉センター (099-218-4755)	1	2
②	鹿児島県自殺予防情報センター (099-228-9558)	1	2
③	こころの電話 (099-228-9566) (099-228-9597)	1	2
④	いのちの電話 (099-250-7000)	1	2
⑤	鹿屋市健康増進課（鹿屋市保健相談センター） (0994-41-2110)	1	2
⑥	大隅地域振興局保健福祉環境部（鹿屋保健所地域保健福祉課） (0994-52-2124)	1	2
⑦	こころの体温計	1	2
⑧	その他（ )	1	2

問 76

あなたは、健康状況や健康づくりに関してどのようなお考えや要望をお持ちですか。  
下の欄にご自由に記入してください。

ご記入いただきありがとうございました。

同封の返信用封筒（切手は不要です）をご利用のうえ、12月26日（月）までにご投函くださいますようお願いいたします。

鹿屋市は地域で支えあう健やかで心のかようまちづくりを目指しています。



鹿屋市健康づくり計画  
シンボルマーク

このマークは、鹿屋市健康づくり計画のシンボルマークです。

鹿屋（KANOYA）、市民の健康（HEALTH）を向上させることと、健康づくり運動の重要な要素のひとつであるウォーキングを表しています。

## II 中高生調査

### 鹿屋市健康づくり市民意識調査（中高生用）

#### 調査へのご協力をお願い

鹿屋市では、市民一人ひとりが、自らの健康は自分で守るという認識のもと、主体的な健康づくりの取組みを目指しています。

この調査は市内にある中学・高校の在校生を対象に、日常生活の様子、健康に対する意識や生活習慣などについてお伺いし、今後の行政に反映させていただくための基礎資料とするものです。

**皆さんの回答が、誰かに知られることはありません（学校の先生も開封しません）。また、他の目的に使われることもありません。**

みなさんのご協力をよろしく申し上げます。

令和4年12月

鹿屋市長 中西 茂

#### ご記入に際してのお願い

- ・このアンケートはあなた自身が回答してください。
- ・回答方法は、選択肢の中から、あてはまる番号を選び、○で囲んでください。「その他」を選んだ場合は、（ ）の中に具体的に記入してください。
- ・一部の方だけにお答えいただく質問もありますが、その場合は説明にそって答えてください。
- ・アンケート用紙や封筒に、あなたのお名前やクラス名など、個人が特定されるような情報は記入しないようにしてください。

回答方法は、以下のいずれかとなります。選んだ方の口にチェックを入れてください。

- 調査票記入の場合…記入が終わったら封筒に入れて封をして、担任の先生に提出してください。
- インターネットの場合…下のURLもしくは右のQRコードから回答してください。

【URL】 <https://enquete.cc/q/kanoya2022st>



QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です

回答が終わったら、封筒に入れて、担当の先生に提出してください。

[問合せ先]

鹿屋市 保健福祉部 健康増進課 健康管理係（鹿屋市保健相談センター）  
〒893-0007 鹿屋市北田町1 1番6号 電話：0994-41-2110

## 1 はじめに、あなたのことについておたずねします

1

あなたの性別を教えてください。(○はひとつ)

※性別を選択することに違和感や抵抗感がある場合は、回答をいただかなくても結構です。

1. 男性
2. 女性
3. その他

2

あなたの学年を教えてください。(○はひとつ)

- |          |          |
|----------|----------|
| 1. 中学1年生 | 2. 中学3年生 |
| 3. 高校1年生 | 4. 高校3年生 |

3

あなたの世帯構成を教えてください。(○はひとつ)

- |             |                 |
|-------------|-----------------|
| 1. 親と子(2世代) | 2. 祖父母と親と子(3世代) |
| 3. その他( )   |                 |

4

あなたの身長・体重を教えてください。

- |             |             |
|-------------|-------------|
| 1. 身長( ) cm | 2. 体重( ) kg |
|-------------|-------------|

5

現在のお住まいの地域について教えてください。(○はひとつ)

- |          |         |
|----------|---------|
| 1. 鹿屋地域  | 2. 輝北地域 |
| 3. 串良地域  | 4. 吾平地域 |
| 5. 鹿屋市以外 |         |

## II あなたの食生活についてお伺いします

問1

次のことについて、「はい」または「いいえ」のいずれかに○印をつけてください。  
(項目ごとに1か2のいずれかひとつに○)

	はい	いいえ
① 緑黄色野菜（にんじん・トマト・ピーマンなど）をよく食べるほうである	1	2
② 果物類をよく食べるほうである	1	2
③ 乳製品をよく食べるほうである	1	2
④ 小魚類・海草類をよく食べるほうである	1	2
⑤ 食事を抑制し、ダイエットをしたことがある（している）	1	2
⑥ 間食・おやつをよく食べている	1	2
⑦ ファーストフードの店によく行く	1	2
⑧ 県の特産物（さつまいも、黒豚等）や身近で取れた地域の食材をよく食べる	1	2
⑨ 学校や塾の帰りにコンビニエンス・ストアなどでよく買い食いをする	1	2
⑩ 主食・主菜・副菜を基本に、栄養バランスのとれた食事をとるようにしている	1	2
⑪ ご飯などの穀物をしっかりととるほうである	1	2

問2

あなたはいつも、朝食を食べますか。(○はひとつ)

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

問3

あなたは給食（弁当、学食を含む）を残さず食べますか。(○はひとつ)

- |              |               |
|--------------|---------------|
| 1. いつも残さず食べる | 2. ほとんど残さず食べる |
| 3. 残すほうが多い   | 4. いつも残す      |

問4

あなたはいつも、ご家族と一緒に夕食（又は朝食）を食べますか。(○はひとつ)

- |                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| 1. ほとんど毎日一緒に食べる | 2. 週4～5日は一緒に食べる |
| 3. 週2～3日は一緒に食べる | 4. ほとんど一人で食べる   |

**問5** あなたは嫌いな食べ物がありますか。(○はひとつ)

- |          |               |
|----------|---------------|
| 1. とても多い | 2. どちらかという和多い |
| 3. あまりない | 4. まったくない     |

**問6** あなたの食べる速さはどのくらいですか。(○はひとつ)

- |          |              |
|----------|--------------|
| 1. とても速い | 2. どちらかという速い |
| 3. ふつう   | 4. どちらかという遅い |
| 5. とても遅い |              |

**問7** あなたは、現在の食生活をどのように思いますか。(○はひとつ)

- |                    |                  |
|--------------------|------------------|
| 1. 大変よい            | 2. よい            |
| 3. 少し問題がある(具体的に: ) | 4. 問題が多い(具体的に: ) |

**問8** あなたは、自分の適性体重がどのくらいであるか知っていますか。(○はひとつ)

- |                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| 1. 知っている ⇒【問9へ】 | 2. 知らない ⇒【問10へ】 |
|-----------------|-----------------|

※問8で1と回答した方にお伺いします。

**問9** あなたは、自分の体重を適正に保つよう心がけていますか。(○はひとつ)

- |           |            |
|-----------|------------|
| 1. 心がけている | 2. 心がけていない |
|-----------|------------|

※ここからは、全員にお伺いします。

**問10** あなたは、自分の体型について、どう思いますか。(○はひとつ)

- |         |         |
|---------|---------|
| 1. やせすぎ | 2. やせぎみ |
| 3. ふつう  | 4. 太りぎみ |
| 5. 太りすぎ |         |

### Ⅲ あなたの運動状況についてお伺いします

**問 11** あなたはいつも、学校の授業以外で何か運動やスポーツをしていますか。  
(○はひとつ)

- |                     |                |
|---------------------|----------------|
| 1. いつもしている          | } ⇒【問 12～15 へ】 |
| 2. 時々している           |                |
| 3. 以前はしていたが、現在していない | } ⇒【問 16 へ】    |
| 4. まったくしたことがない      |                |

※問 11 で 1 または 2 と回答した方にお伺いします。

**問 12** 主にどんなかたちで運動やスポーツをしていますか。(○はひとつ)

- |                          |
|--------------------------|
| 1. 学校で運動部に入っている          |
| 2. スポーツクラブや道場に通っている      |
| 3. 個人的に(1人で、または友人等と)している |

※問 11 で 1 または 2 と回答した方にお伺いします。

**問 13** 平均してどのくらい運動を行っていますか。(○はひとつ)

- |              |                |
|--------------|----------------|
| 1. ほとんど毎日    | 2. 週 2～3 回ぐらい  |
| 3. 週に 1 回ぐらい | 4. 月に 1～2 回ぐらい |

※問 11 で 1 または 2 と回答した方にお伺いします。

**問 14** 1 回あたりの運動時間はどのくらいですか。(○はひとつ)

- |            |            |
|------------|------------|
| 1. 10 分ぐらい | 2. 30 分ぐらい |
| 3. 1 時間ぐらい | 4. 2 時間以上  |

※問 11 で 1 または 2 と回答した方にお伺いします。

**問 15** その運動を続けて、どのくらいになりますか。(○はひとつ)

- |               |              |
|---------------|--------------|
| 1. 半月ぐらい      | 2. 1 か月ぐらい   |
| 3. 1 か月～半年ぐらい | 4. 半年～1 年ぐらい |
| 5. 1 年以上      |              |

【⇒問 17 へ】

※問 11 で3または4と回答した方にお伺いします。

**問 16**

**現在運動をしていない、または、まったくしたことがない理由はどうしてですか。  
(○はいくつでも)**

- |                     |                |
|---------------------|----------------|
| 1. 必要ないと思う          | 2. 時間に余裕がない    |
| 3. めんどく             | 4. 身体を動かすことが嫌い |
| 5. 運動をする仲間がない       | 6. 病気や身体上の理由   |
| 7. テレビやテレビゲーム等室内で遊ぶ | 8. 場所や機会がない    |
| 9. その他 ( )          |                |

#### IV あなたの休養やストレスの状況についてお伺いします

※ここからは、全員にお伺いします。

**問 17**

**あなたの睡眠時間は、平均何時間ぐらいですか。(○はひとつ)**

- |               |               |
|---------------|---------------|
| 1. 5時間未満      | 2. 5時間以上6時間未満 |
| 3. 6時間以上7時間未満 | 4. 7時間以上8時間未満 |
| 5. 8時間以上9時間未満 | 6. 9時間以上      |

**問 18**

**あなたは、いつもとっている睡眠で休養が充分とれていると思いますか。(○はひとつ)**

- |              |               |
|--------------|---------------|
| 1. 充分にとれている  | 2. まあとれている    |
| 3. あまりとれていない | 4. まったくとれていない |
| 5. わからない     |               |

**問 19**

**あなたは今、心配ごとや悩んでいることが何かありますか。(○はひとつ)**

- |                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| 1. ある ⇒【問 20 へ】 | 2. ない ⇒【問 21 へ】 |
|-----------------|-----------------|

※問 19 で 1 と回答した方にお伺いします。

**問 20** それは主にどのようなことですか。(○はいくつでも)

- |              |              |
|--------------|--------------|
| 1. 家族について    | 2. 学校の先生について |
| 3. 友達について    | 4. 異性について    |
| 5. 将来について    | 6. いじめについて   |
| 7. 自分の容姿について | 8. 自分の健康について |
| 9. 自分の性格について | 10. 成績について   |
| 11. その他 ( )  |              |

※ここからは、全員にお伺いします。

**問 21** あなたは、いつも何か困ったことがある場合、気軽に相談できる人がいますか。  
(○はひとつ)

- |                 |                  |
|-----------------|------------------|
| 1. いる ⇒【問 22 へ】 | 2. いない ⇒【問 23 へ】 |
|-----------------|------------------|

※問 21 で 1 と回答した方にお伺いします。

**問 22** それは主に誰ですか。(○はひとつ)

- |        |              |
|--------|--------------|
| 1. 親   | 2. 兄弟姉妹      |
| 3. 祖父母 | 4. 学校の先生     |
| 5. 友達  | 6. その他の人 ( ) |

※ここからは、全員にお伺いします。

**問 23** いつも、不満、悩みやストレスはどうやって解消していますか。(○はいくつでも)

- |                       |                |
|-----------------------|----------------|
| 1. 友達に話を聞いてもらう        | 2. 家族に話を聞いてもらう |
| 3. 睡眠を充分にとる           | 4. 趣味・スポーツをする  |
| 5. ゆっくり入浴する           | 6. 何か食べる       |
| 7. 買い物・ウインドウショッピングをする | 8. カラオケで歌う     |
| 9. 森林浴など自然と触れあう       | 10. 学校の先生に相談する |
| 11. 専門機関に相談する         | 12. じっと耐える     |
| 13. 解消法がわからない         | 14. その他 ( )    |

## V たばこについてお伺いします

**問 24** あなたは、たばこを吸ったことがありますか。(○はひとつ)

- |                   |             |
|-------------------|-------------|
| 1. 吸ったことはない       | ⇒【問 26 へ】   |
| 2. 過去に何回か吸ったことがある | } ⇒【問 25 へ】 |
| 3. よく吸う           |             |

※問 24 で 2 または 3 と回答した方にお伺いします。

**問 25** あなたは、たばこをどのようにして手にいれますか。(○はいくつでも)

- |                               |               |
|-------------------------------|---------------|
| 1. コンビニエンスストア・スーパーマーケット等の店で買う |               |
| 2. 自動販売機で買う                   | 3. たばこ屋で買う    |
| 4. 友人などにもらう                   | 5. 家にあるたばこを吸う |
| 6. その他 (                      | )             |

※ここからは、全員にお伺いします。

**問 26** たばこが健康に与える影響についてうかがいます。たばこを吸うとかかりやすくなると思うものを選んでください。(○はいくつでも)

- |                 |          |
|-----------------|----------|
| 1. 肺がん          | 2. ぜんそく  |
| 3. 気管支炎         | 4. 心臓病   |
| 5. 脳卒中          | 6. 胃かいよう |
| 7. 妊娠への影響、未熟児など | 8. 歯周病   |

【歯周病は、歯肉炎がひどくなり、歯を支えている骨が溶ける病気】

## VI 飲酒についてお伺いします

**問 27** あなたはお酒(チューハイ、カクテル、ビール、焼酎など)を飲んだことがありますか。(○はひとつだけ)

- |                   |             |
|-------------------|-------------|
| 1. 飲んだことはない       | ⇒【問 29 へ】   |
| 2. 過去に何回か飲んだことがある | } ⇒【問 28 へ】 |
| 3. よく飲む           |             |

※問 27 で 2 または 3 と回答した方にお伺いします。

**問 28** あなたはお酒をどのようにして手にいれますか。(○はいくつでも)

- |                               |             |
|-------------------------------|-------------|
| 1. コンビニエンスストア・スーパーマーケット等の店で買う |             |
| 2. 自動販売機で買う                   | 3. 酒屋で買う    |
| 4. 友人などにもらう                   | 5. 家にある酒を飲む |
| 6. その他 ( )                    |             |

## VII あなたの歯の健康についてお伺いします

※ここからは、全員にお伺いします。

**問 29** 現在、次のような症状がありますか。(○はいくつでも)

- |                  |                  |
|------------------|------------------|
| 1. 歯が痛んだり、しみたりする | 2. 歯ぐきから血がでる     |
| 3. 口臭がある         | 4. 歯と歯の間に食べ物がつまる |
| 5. 歯がぐらつく        | 6. あてはまる症状はない    |

**問 30** 歯の治療をする以外に、歯科検診のために歯科医院に行きますか。(○はひとつ)

- |       |         |
|-------|---------|
| 1. 行く | 2. 行かない |
|-------|---------|

**問 31** 歯科検診や治療を受けるかかりつけの歯科医院を決めていますか。(○はひとつ)

- |          |           |
|----------|-----------|
| 1. 決めている | 2. 決めていない |
|----------|-----------|

**問 32** あなたは、歯磨きをいつしますか。(○はひとつ)

- |            |            |
|------------|------------|
| 1. 朝だけ     | 2. 昼だけ     |
| 3. 夜だけ     | 4. 朝と夜     |
| 5. 昼と夜     | 6. 朝と昼と夜   |
| 7. その他 ( ) | 8. 歯磨きをしない |

**問 33** 現在、歯間ブラシ、糸ようじ等を使用していますか。(○はひとつ)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

**問 34** ここ 1 年間に歯に関する指導を受けたことがありますか。(○はひとつ)

1. はい ⇒【問 35~36 へ】 2. いいえ ⇒【問 37 へ】

※問 34 で 1 と回答した方にお伺いします。

**問 35** どこで指導を受けましたか。(○はいくつでも)

1. 学校 2. 市の保健相談センター  
3. 保健所 4. 歯科医院  
5. その他 ( )

※問 34 で 1 と回答した方にお伺いします。

**問 36** その時受けた指導を教えてください。(項目ごとに 1 か 2 のいずれかひとつに○)

		はい	いいえ
①	むし歯について	1	2
②	歯周病について	1	2
③	歯磨き指導	1	2
④	糸ようじや歯間ブラシの使い方	1	2
⑤	甘いものとむし歯の関係	1	2
⑥	たばこと歯周病の関係	1	2

※ここからは、全員にお伺いします。

**問 37** たばこを吸うことが、歯周病を進行させることを知っていますか。(○はひとつ)

1. 知っている 2. 知らない

**問 38** あなたは、歯周病が糖尿病、心臓病や赤ちゃんが早く生まれるなどの様々な病気と関連があることを知っていますか。(○はひとつ)

1. 知っている 2. 知らない

**問 39** 食事の食べ方はどうですか。(○はひとつ)

1. 良く噛んで食べる 2. 長く口に含む  
3. すぐに飲み込む



問 46

あなたは、食事、運動、睡眠などの現在の生活習慣を、健康的なものに改めたいと思いますか。(○はひとつ)

- |            |                |
|------------|----------------|
| 1. 思う      | 2. できれば改めたいと思う |
| 3. あまり思わない | 4. 思わない        |

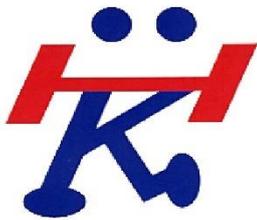
問 47

次のうち、この1か月ぐらいで、当てはまるものについてお答えください。(○はいくつでも)

- |                   |                   |
|-------------------|-------------------|
| 1. 朝なかなか起きられない    | 2. 疲れている          |
| 3. イライラするときがある    | 4. ムカつくことがある      |
| 5. 学校に行きたくないときがある | 6. 一人ぼっちだと感じる時がある |
| 7. 自分のことが嫌になる時がある | 8. 歯磨きをしない        |
| 9. 家に帰りたくない時がある   | 10. 楽しいと思うことがない   |
| 11. めんどくさいと思う時がある | 12. その他 ( )       |
| 13. 特にない          |                   |

**ご記入いただきありがとうございます。回答した後は、封筒に入れ、しっかり封をして、担任の先生まで提出してください。**

鹿屋市は地域で支えあう健やかで心のかようまちづくりを目指しています。



鹿屋市健康づくり計画  
シンボルマーク

このマークは、鹿屋市健康づくり計画のシンボルマークです。

鹿屋 (KANOYA)、市民の健康 (HEALTH) を向上させることと、健康づくり運動の重要な要素のひとつであるウォーキングを表しています。

### Ⅲ 関係団体調査

## 鹿屋市 健康づくりに関するアンケート調査【団体用】 ご協力をお願い

団体の皆様におかれましては、日頃より市政運営につきましてご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

鹿屋市では、平成 26 年 3 月に、市民の皆様が健康で心豊かに過ごせるよう、健康づくりに関する施策を総合的に推進するための「第 2 次鹿屋市健康づくり計画」を策定し、さまざまな事業を展開しておりますが、令和 5 年度に計画期間が終了となることから、現在、新たな計画の策定に向けて、取り組みを進めています。

そこで、地域で健康づくりや食育推進に関する活動を行っていらっしゃる方々のご意見を反映した計画策定ができるよう、貴団体の活動状況や地域の課題などを把握するため、アンケートを実施いたします。

お忙しいところ大変恐縮ですが、アンケートの趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

令和 5 年 1 月

鹿屋市長 中西 茂

#### 回答方法

**回答期限：令和 5 年 2 月 15 日（水）**

～回答方法は、以下のいずれかとなります～

**① 本調査票で回答を行う場合**

記入が終わったら同封の返信用封筒に入れて、郵便ポストに投函してください。  
(切手を貼る必要はありません。)

**② データ入力 (Word) で回答を行う場合**

データ入力ご希望の場合には、様式データを提供いたしますので、下記問い合わせ先までご連絡ください。

**③ インターネットで回答を行う場合**

・下の URL もしくは右の QR コードからアクセスし、説明に従ってご回答ください。

<https://questant.jp/q/kanoya2022kenkodan>

※インターネットで回答いただいた場合は、調査票の返信は不要です。



QR コードは(株)デンソーウェーブの登録商標です

**[問合せ先]**

鹿屋市 保健福祉部 健康増進課健康管理係 (鹿屋市保健相談センター)

〒893-0007 鹿屋市北田町 1 1 番 6 号 e-mail : kenkou@e-kanoya.net

TEL : 0994-41-2110 (内線 3062) / FAX : 0994-41-2117 (担当 : 久富木)

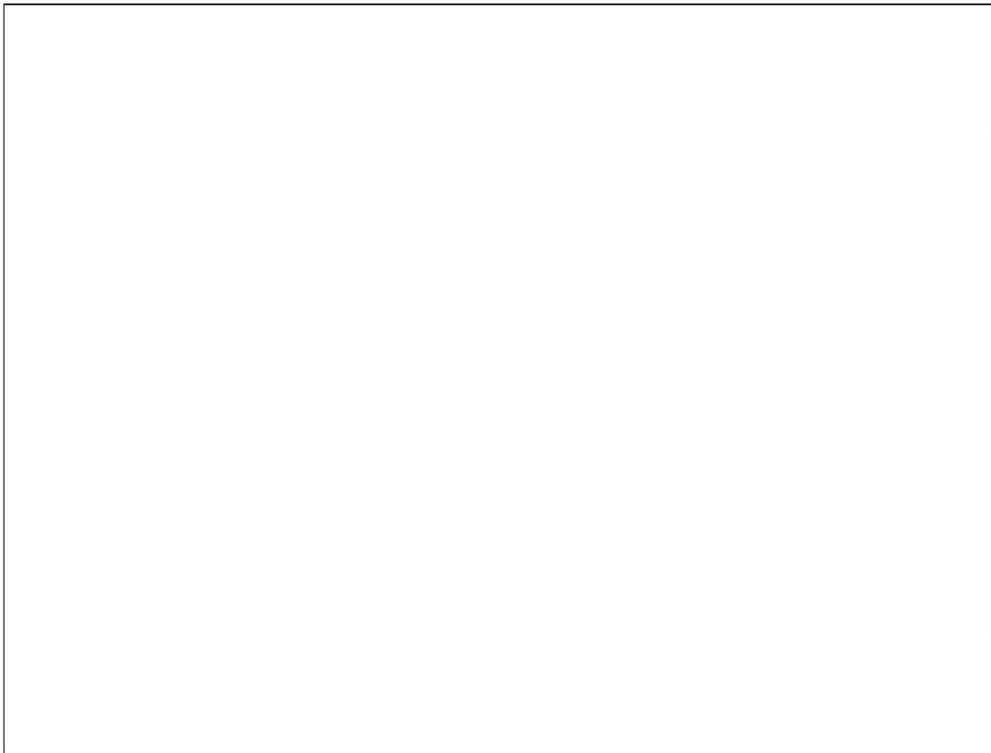


問3 活動するにあたって、課題となっていることは何ですか。



問4 健康づくりや食育推進に関して、今後取り組みたいことはありますか。

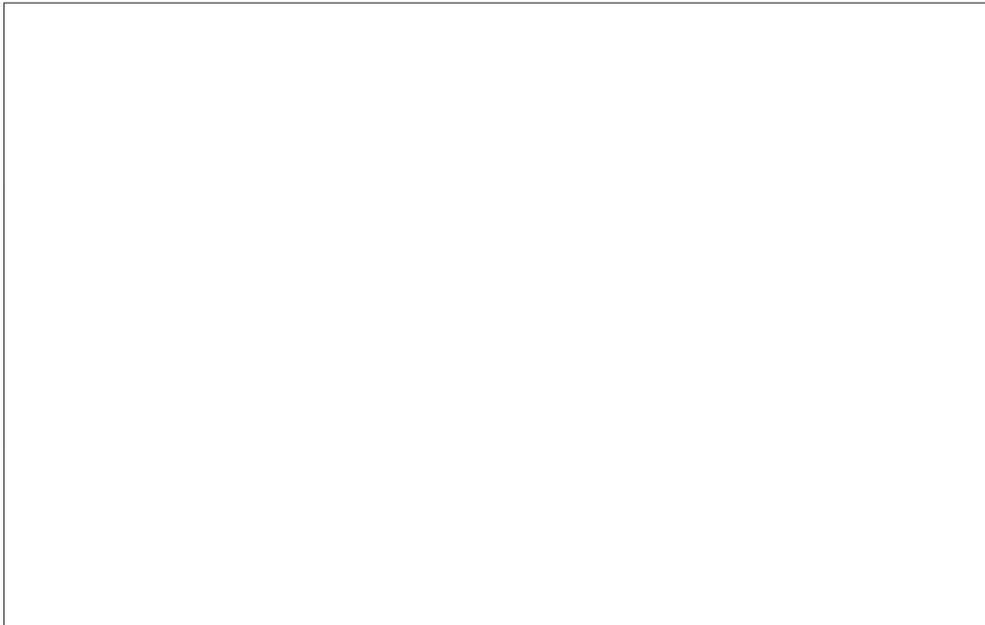
(関係機関や他団体との連携した活動も含めてお答えください)



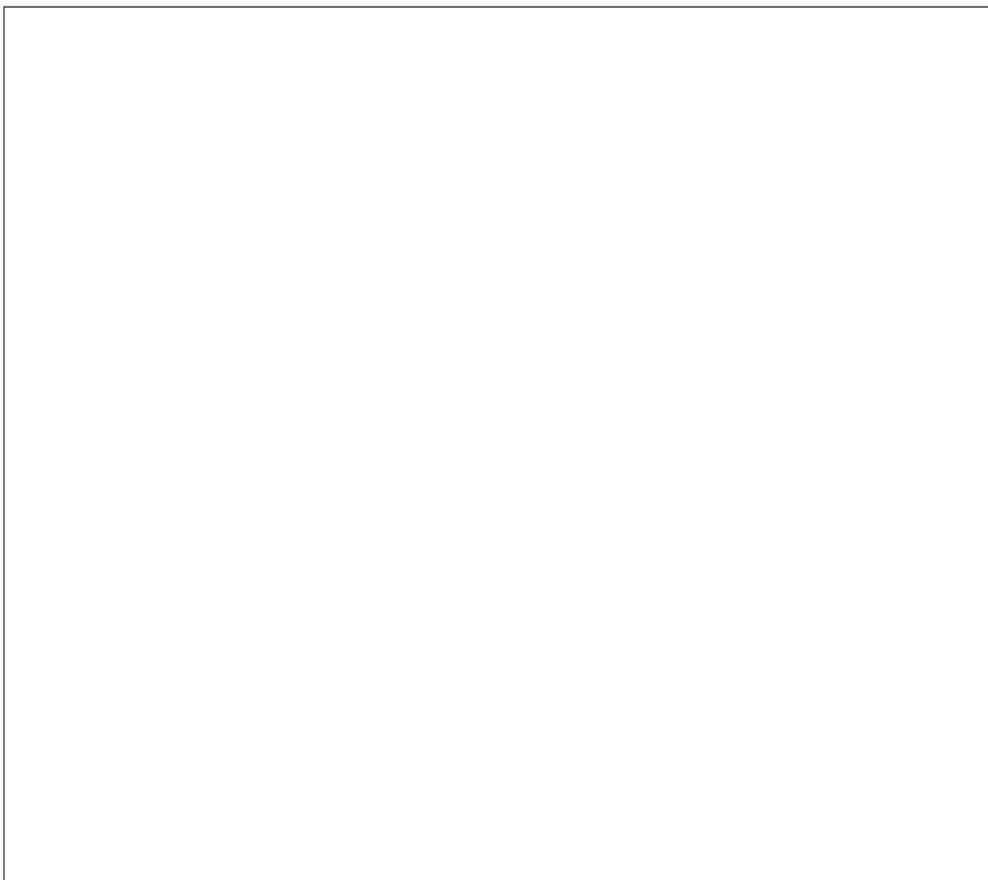
問5 オンラインを活用した活動を展開すると想定した場合、不安や心配なことはありますか。また、オンラインでの活動に対するご意見がありましたらお教えてください。



問6 より多くの市民に活動に参加してもらうために、どのようなことに取り組めばよいと思いますか。



その他、鹿屋市で健康づくりや食育を推進していくにあたっての効果的なアイデアや、ご意見・ご要望などがありましたら、ご記入ください。



アンケートは以上です。ご協力ありがとうございました。  
回答後の調査票は、2月15日(水)までに返信してください。



## IV 事業所調査

### 鹿屋市健康づくりに関するアンケート調査 《ご協力のお願ひ》

市内事業者の皆様におかれましては、日頃より市政運営につきましてご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

鹿屋市では、平成26年3月に、市民の皆様が健康で心豊かに過ごせるよう、健康づくりに関する施策を総合的に推進するための「第2次鹿屋市健康づくり計画」を策定し、さまざまな事業を展開しておりますが、令和5年度に計画期間が終了となることから、現在、新たな計画の策定に向けて、取組を進めています。

そこで、市内事業者における従業員に対する健康づくりの取組状況やニーズを把握するためアンケートを実施し、今後の事業を展開する上での基礎資料とさせていただきます。

この調査は、市内事業所のうち食育や健康づくりに取り組んでおられる事業者を対象にしています。調査は無記名式で行い、すべて統計的に処理を行いますので、個人が特定されることはございません。また、調査の目的以外に使用することは一切ございません。

お忙しいところ大変恐縮ですが、アンケートの趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

令和5年1月

鹿屋市長 中西 茂

#### 回答方法

**回答期限：令和5年2月15日（水）**

～回答方法は、以下のいずれかとなります～

##### ①本調査票で回答を行う場合

記入が終わったら同封の返信用封筒に入れて、郵便ポストに投函してください。

（切手を貼る必要はありません。）

##### ②インターネットで回答を行う場合

・下のURLもしくは右のQRコードからアクセスし、説明に従ってご回答ください。

<https://questant.jp/q/kanoya2022kenkojigyo>

※インターネットで回答いただいた場合は、調査票の返信は不要です。

【問合せ先】

鹿屋市 保健福祉部 健康増進課健康管理係（鹿屋市保健相談センター）

〒893-0007 鹿屋市北田町11番6号 電話：0994-41-2110（担当：久富木）



QRコードは(株)  
デンソーウェーブ  
の登録商標です

## 貴社のことについてお伺いします

問1 本アンケートにご回答いただいている方はどなたですか。(〇は1つ)

- |        |              |             |
|--------|--------------|-------------|
| 1. 代表者 | 2. 役員 (代表以外) | 3. 代表者・役員以外 |
|--------|--------------|-------------|

問2 従業員数 (〇は1つ)

- |           |           |           |           |
|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 1. 1~4人   | 2. 5~9人   | 3. 10~19人 | 4. 20~29人 |
| 5. 30~49人 | 6. 50~99人 | 7. 100人以上 |           |

問3 40歳以上の従業員の割合 (〇は1つ)

- |          |          |
|----------|----------|
| 1. 60%以上 | 2. 60%未満 |
|----------|----------|

問4 業種 (〇は1つ)

- |            |             |          |
|------------|-------------|----------|
| 1. 建設業     | 2. 製造業      | 3. 運輸業   |
| 4. 情報通信業   | 5. 卸売業      | 6. 小売業   |
| 7. 飲食業・宿泊業 | 8. 不動産業     | 9. サービス業 |
| 10. 医療・福祉  | 11. その他 ( ) |          |

問5 加入している医療保険 (あてはまるもの全てに〇)

- |              |          |
|--------------|----------|
| 1. 協会けんぽ     | 2. 健保組合  |
| 3. 鹿屋市国民健康保険 | 4. 国保組合  |
| 5. 共済組合      | 6. わからない |

問6 定期健診等の従業員の健康づくりに関する業務を担当しているのはどなたですか。  
(〇は1つ)

- |              |
|--------------|
| 1. 代表者       |
| 2. 役員 (代表以外) |
| 3. 代表者・役員以外  |
| 4. いない       |

## 従業員の健康づくりについてお伺いします

問7 定期健診以外に従業員の健康づくりに取り組んでいますか。(○は1つ)

- |                                |        |
|--------------------------------|--------|
| 1. 現在実践している                    | → 問8へ  |
| 2. 現在実践していないが、近い将来具体的な実践の予定がある | } 問15へ |
| 3. いずれ実践したい                    |        |
| 4. 必要だと思うが実践できない               |        |
| 5. 必要だとは思わない                   |        |

問8～問14の設問は、問7で「1. 現在実践している」と回答された方にお聞きします。(それ以外の方は問15へお進みください。)

問8 自社または医療保険の福利厚生等で従業員の健康づくりのために実践している取組は何ですか。(あてはまるもの全てに○)

- |                              |
|------------------------------|
| 1. 健康診断(法定以上の項目)・人間ドック       |
| 2. がん検診                      |
| 3. 特定保健指導対象者への指導利用の勧奨        |
| 4. 禁煙等の健康面や医療についての相談窓口の設置    |
| 5. 健康に関する研修やセミナーの開催          |
| 6. ストレスチェックの実施やメンタルヘルスに関する取組 |
| 7. ジムやスポーツ活動に対する補助           |
| 8. ウォーキング大会やゴルフ大会への参加        |
| 9. 勤務時間内の運動時間の確保             |
| 10. 事業所内の禁煙・分煙               |
| 11. 事業所内への健康器具や血圧計の設置        |
| 12. ノー残業デーや有給休暇取得の推奨         |
| 13. 外部機関や専門家による健康づくりに関する経営支援 |
| 14. その他 ( )                  |

問8で「6. ストレスチェックの実施やメンタルヘルスに関する取組」と回答された方にお聞きします。(それ以外の方は問9へお進みください。)

問9 メンタルヘルス対策の取組状況を教えてください。

(項目ごとに1～3のいずれかひとつに○)

		取り組んでいる	一部取り組んでいる	取り組んでいない
①	心の健康やストレスについての知識や情報を提供するようになっている(パンフレットや講習会等)	1	2	3
②	管理者が、心の問題を抱えている人に早めに気づき、仕事の負荷を調整している	1	2	3
③	従業員同士が、心の問題を抱えている人に早めに気づくようになっている	1	2	3
④	気になることを誰かに相談できるような職場の雰囲気を作っている	1	2	3
⑤	従業員に心の健康問題が起きた場合に相談できる専門機関を把握している	1	2	3
⑥	ストレスチェックを実施している	1		3
⑦	メンタルヘルスに関する相談窓口の設置をしている	1	2	3

問10 従業員の健康づくりに取り組むきっかけとなったことは何ですか。

(あてはまるもの全てに○)

1. 人材定着率の向上のため	2. 従業員の高年齢化
3. 従業員の傷病休職等	4. 自社の魅力を高めるため
5. 顧客の安全・安心のため	6. 財務戦略として(入札時の加点も含む)
7. その他( )	

問1 1 健康づくりに関する取組を始めたことで、従業員の意識や行動に変化がありましたか。(○は1つ)

また、「1. 変化があった」と回答された方は具体的な内容もお答えください。

1. 変化があった	)
具体的な 変化等 (	
2. 変化はみられない	
3. わからない	

問1 2 健康づくりに取り組むにあたって、実践が難しいと思うことは何ですか。

(あてはまるもの全てに○)

項目	実践が難しいと思う理由
1. 飲酒	)
2. 禁煙	
3. 健(検)診	
4. 栄養・食生活	
5. 身体活動、運動	
6. 歯・口腔	
7. メンタルヘルス	
8. その他 ( )	



## 健康診断の実施についてお伺いします

問15は、全員にお聞きします。

問15 貴社が従業員に実施している健診・検診（以下「健診」という）は何ですか。  
（あてはまるもの全てに○）

- |                                |                    |
|--------------------------------|--------------------|
| 1. 定期健康診断                      | 2. 肺がん検診（胸部 X 線検査） |
| 3. 胃がん検診（バリウム）                 | 4. 胃がん検診（内視鏡）      |
| 5. 大腸がん検診                      | 6. 乳がん検診（女性のみ）     |
| 7. 子宮がん検診（女性のみ）                | 8. 歯科健診            |
| 9. その他（                      ） | 10. 実施していない → 問19へ |

問16～問18は、問15で何らかの健診を実施している（1～9）と回答された方にお聞きします。（それ以外の方は問19へお進みください。）

問16 問15の健診について、自社で費用負担をしていますか。（○は1つ）

- |                                |
|--------------------------------|
| 1. 費用の全額を負担している（従業員の負担無し）      |
| 2. 費用の一部を負担している（従業員の負担あり）      |
| 3. その他（                      ） |
| 4. 費用の負担はしていない                 |

問17 問15の健診について、従業員はどのような方法で受診していますか。  
（あてはまるもの全てに○）

- |                                |
|--------------------------------|
| 1. 指定医療機関等で勤務時間内に受診            |
| 2. 指定医療機関等で勤務時間外に受診            |
| 3. 自社に医療機関等の検診バスを依頼して受診        |
| 4. 市が実施しているがん検診で受診             |
| 5. その他（                      ） |

問18 問15の定期健康診断、がん検診等の受診率を把握していますか。（○は1つ）

- |              |
|--------------|
| 1. 把握している    |
| 2. 一部を把握している |
| 3. 把握していない   |

ここからは、全員にお聞きします。

問19 従業員の健康に関する問題は何ですか。(あてはまるもの全てに○)

- |                             |             |
|-----------------------------|-------------|
| 1. 生活習慣病<br>(高血圧、糖尿病、脂質異常症) | 2. 肥満       |
| 3. 運動不足                     | 4. 喫煙       |
| 5. 飲酒                       | 6. メンタルヘルス  |
| 7. 過労                       | 8. 腰痛       |
| 9. わからない                    | 10. その他 ( ) |
| 11. 特になし                    |             |

### 健康づくりの施策推進についてお伺いします

問20 健康づくりに関する情報はどこから入手しますか。(あてはまるもの全てに○)

- |                      |                             |
|----------------------|-----------------------------|
| 1. テレビやラジオ           | 2. 新聞や一般雑誌                  |
| 3. 健康づくりに関する専門誌      | 4. 医療施設や運動施設                |
| 5. 行政から              | 6. 保険者から                    |
| 7. インターネット (SNS を除く) | 8. SNS (Facebook、Twitter 等) |
| 9. その他 ( )           | 10. 情報収集はしていない              |

問21 職場の健康づくり対策で希望する支援は何ですか。(あてはまるもの全てに○)

- |                     |                       |
|---------------------|-----------------------|
| 1. 健康づくり担当者への研修会    | 2. 事業所への出前講座          |
| 3. 健康づくり担当者同士の情報交換会 | 4. 好事例の共有             |
| 5. 相談窓口の紹介          | 6. 健康づくりに関する情報の提供     |
| 7. 企業のPR            | 8. 物品の貸し出し (例: 血圧計など) |
| 9. ポスター、リーフレット等の提供  | 10. その他 ( )           |
| 11. 特になし            |                       |

問22 「健康経営」という言葉をご存じでしたか。(○は1つ)

- |                      |             |
|----------------------|-------------|
| 1. 内容を知っており、取り組んでいる  | 2. 内容を知っている |
| 3. 内容は知らないが、聞いたことはある | 4. 聞いたことがない |

**問23 ウォーキングアプリ「スポーツタウン WALKER」を知っていますか。**

(○は1つ)

- |                      |             |
|----------------------|-------------|
| 1. 内容を知っており、取り組んでいる  | 2. 内容を知っている |
| 3. 内容は知らないが、聞いたことはある | 4. 聞いたことがない |

**問24 ウォーキングアプリ「スポーツタウン WALKER」を活用した企業対抗戦を知っていますか。(○は1つ)**

- |                      |             |
|----------------------|-------------|
| 1. 内容を知っており、取り組んでいる  | 2. 内容を知っている |
| 3. 内容は知らないが、聞いたことはある | 4. 聞いたことがない |

ウォーキングアプリ「スポーツタウン WALKER」とは

市民の健康増進を目的として、スマートフォンアプリを利用した事業です。アプリをインストールして歩くだけでポイントが貯まり、令和5年2月までに貯まったポイントに応じて還元品を受け取ることができます。

企業対抗戦：職場の仲間とチームを組んでウォーキングの平均歩数を競います。

表彰・賞金があります。(令和4年9月1日(木曜日)～10月7日(金曜日)開催済)

詳しくは→



**問25 市が実施しているがん検診を知っていますか。(○は1つ)**

- |                      |                        |
|----------------------|------------------------|
| 1. 内容を知っており、受診している   | 2. 内容を知っているが、受診したことはない |
| 3. 内容は知らないが、聞いたことはある | 4. 聞いたことがない            |

市が実施しているがん健診の種類

胃がん検診、大腸がん検診、肺がん検診、子宮頸がん検診、乳がん検診、前立腺がん検診、腹部超音波検診、肝炎ウイルス検診、骨粗しょう症検診を実施しています。

子宮頸がん検診は20歳以上、その他は40歳以上の市民の方が対象です。

料金は各項目で異なりますが、無料～3,100円です。

詳しくは→



問26 あなたの職場の喫煙状況を教えてください。(○は1つ)

- |                   |              |
|-------------------|--------------|
| 1. 禁煙や分煙の対策はしていない | 2. 全面禁煙にしている |
| 3. 分煙にしている        | 4. その他 ( )   |

問27 貴社ではお客様や従業員に対し飲食の提供がありますか。(飲食業を含む)  
(○は1つ)

- |              |               |
|--------------|---------------|
| 1. はい → 問28へ | 2. いいえ → 問31へ |
|--------------|---------------|

問28～問30は、問27で「1. はい」と回答された方にお聞きます。

問28 提供する食品、製品に栄養成分を表記していますか。(○は1つ)

- |           |            |
|-----------|------------|
| 1. 表記している | 2. 表記していない |
|-----------|------------|

問29 健康に配慮したメニューの提供をしていますか。(食塩ひかえめ、エネルギーひかえめ、野菜たっぷりなど)(○は1つ)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問30 食品ロス削減のための取組を行っていますか。(○は1つ)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|





---

第3次鹿屋市健康づくり計画策定にかかる  
アンケート調査結果報告書

---

令和5年3月  
発行 鹿屋市 保健福祉部 健康増進課  
〒893-0007 鹿児島県鹿屋市北田町11番6号  
鹿屋市保健相談センター  
TEL:0994-41-2110

---