

第3章 住民健康状況調査の概要

1 調査の概要

第2期計画においては新たに調査は行わず、第1期計画策定時の調査結果を活用することとした。

第1期計画においては、平成27年1～3月にかけて住民健康状況調査を実施した。対象群をライフステージ別に6つの年齢階層のグループに分け、それぞれの人口から必要回収数を計算した。また、やや低めに回収率を想定し、必要送付数を計算し、住民基本台帳から無作為抽出で対象者を選出した。乳幼児期のうち保育園児に

調査票回収状況

No.	対象群	対象年齢	人口	必要回収数	設定回収率	発送必要数	実発送数	回収数	回収率
1	乳幼児期	0～6歳	1,105	229	35%	655	646	492	76.2%
2	学童期	7～12歳	1,121	230	40%	575	1,046	893	85.4%
3	思春期	13～19歳	1,597	245	25%	980	985	442	44.9%
		中学生	13～15歳	694			559	322	57.6%
		その他	16～19歳	903			426	120	28.2%
4	青年期	20～39歳	4,381	271	20%	1,355	1,355	393	29.0%
5	壮年期	40～64歳	9,032	280	25%	1,120	1,120	442	39.5%
6	高齢期	65歳以上	9,096	280	30%	934	934	549	58.8%
	計		26,332	1,647		5,619	6,086	3,211	52.8%

ついては、保育園で配布、回収。学童期は小学校で配布、回収。思春期のうち中学生は中学校で配布、回収とした。その他の年代については、対象者に調査票を郵送し、記入した調査票を郵送で回収する郵送調査とした。

質問項目は、性別・年齢・就業状況等の「1. 属性」、健康状態、体型、健康法等の「2. 健康関心」、朝食摂食状況・野菜摂取・食材選択・塩分配慮等の「3. 食事」、食事の挨拶・食育

行動・食育意識等の「4. 食育」、運動有無・運動内容等の「5. 運動」、就寝時間・睡眠時間・目覚め等の「6. 睡眠」、ストレス有無・ストレス対策等の「7. 精神保健」、喫煙状況・禁煙意思等の「8. 喫煙」、飲酒状況・飲酒量等の「9. 飲酒」、薬物知識・薬物意識の「10. 薬物」、歯磨き

アンケート調査項目数

No.	領域	全体	1.乳幼児	2.学童期	3.思春期	4.青年期	5.壮年期	6.高齢期
1	属性	7	5	5	4	5	5	5
2	健康関心	24	16	10	10	14	14	14
3	食事	26	10	17	15	13	11	16
4	食育	10	2	4	4	5	5	1
5	運動	11	2	5	5	8	8	8
6	睡眠	8	3	6	6	4	4	4
7	精神保健	21	9	15	9	8	8	8
8	喫煙	13	2	3	4	9	9	9
9	飲酒	5	0	1	2	3	3	3
10	薬物	2	0	2	2	0	0	0
11	歯科保健	10	4	6	6	6	6	6
12	健康対策	25	4	0	7	11	11	3
13	町の事業	6	4	4	4	6	6	6
	合計	168	61	78	78	92	90	83

習慣・自歯本数等の「11. 歯科保健」、社会活動・外出状況等の「12. 健康対策」、本町の健康対策事業についての認識・参加意欲等の「13. 町の事業」の、計13

領域、延 168 問で構成した。なお、対象群によって状況や意識が異なるため、質問内容を調整した。また、乳幼児期については、回答する保護者の意識も併せて質問した。

2 調査結果の概要

調査結果については、ライフステージごとの単純集計、性・年齢別集計のほか、同じ質問項目については全年代を比較するなどの分析を行った。また、同様な調査を行った他市町村（清川村（平成 20 年末及び平成 24 年末）、中井町（平成 23 年夏）、葉山町（平成 24 年始）、松田町（平成 25 年始）、逗子市（平成 26 年春））とも比較し、本町の特徴を抽出した。

ここでは各ライフステージで特徴的な調査結果について、その概要を示す。

1) 全体の傾向

職業	専業主婦が少ない	職業については、他市町村と比べると、青年期、壮年期、高齢期とも「専業主婦」が少ない。
世帯	ひとり暮らしが多い	世帯については、他市町村と比べると、青年期、壮年期、高齢期とも「ひとり暮らし」が多い。
健康状態	年齢が上がるほど健康ではない	健康状態は、乳幼児期が最も健康で、年齢が上がるほど「とても健康」が低くなり、「あまり健康ではない」、「健康ではない」が上がる傾向を示している。
健康意識	年齢が上がるほど健康に気をつけている	健康に気をつけているかどうかでは、「以前から気をつけている」人は学童期で高く、思春期、青年期、壮年期で低く、その後年齢が上がると高くなる傾向を示している。一方、「以前から気をつけていない」人は、学童期で最も高く年齢が上がると低下する傾向を示す。学童期では、気をつけている人といない人に両極化している傾向がうかがえる。
メタボ知識	メタボは知らない	メタボについては、他市町村と比べると、学童期から高齢期で「テレビや家族の話を聞いてよく知っている」が少なくなっている。特に学童期では「聞いたことがない」が3分の2に近い。
体型	男性は太っていても気にしない	体型希望を BMI と比較すると、過体重、肥満なのにやせたいと思っていない人は男性に多い。
	女性はやせているのにもっとやせたい	現在やせているのに、更にやせたい人は学童期から壮年期までの女性に多く見られる。

健診不受 診理由	青年期はお金も つたないから	「受けたかったが、受ける機会がなかった、あるいは場所がわからなかった」、「お金もつたないなので受けなかった」が多い。
	壮年期は忙しかっ たから	「受ける予定にしていたが、忙しかった、あるいは都合がつかなかった」が多い。
	高齢期は医療機関 にかかっているの で必要ないから	「すでに医療機関で治療を受けているので必要ない」が多い。高齢期では、健診を受けたという人でも、「個人的に医療機関で受けた」という回答が多くなっており、医療機関での受療と健診受診とを混同して、結局健診を受けていない人が多いと考えられる。
がん検診 受診状況	受診者が少ない	全体的に受けていない人が多い。高齢者では「個人的に医療機関で受けた」という回答が多く、病気の「受診」との混同があると思われる。
健康情報 入手先	マスメディアが 1 位。青年期はイン ターネットが 2 位 壮年期、高齢期は医 療機関が 2 位	健康情報入手先を順位で見ると、どの年代もマスメディアが 1 位だが、青年期では 2 位にインターネットが上がっている。壮年期、高齢期ではかかりつけ医師または医療機関が 2 位になっている。
朝食	朝食を毎日食べる 人が少ない	朝食については、他市町村に比べ、全般的に朝食を毎日食べる人が少ない。
塩分	塩分で気をつけて いることが少ない	塩分についてどのようなことに気をつけているかについては、他市町村に比べ、全般的に気をつけていることが少ない。
	塩分を気にしない 人が多い	塩分を気にしていない、または塩やしょうゆをかける人の割合は、思春期、青年期で 5 割を超える。高齢期でさえ 3 割が無関心という結果になっている。
野菜	野菜をあまり食べ ない人が多い	野菜については、他市町村に比べ、全般的に「ほとんど毎食食べる」人が少なく、摂取頻度が少ない。「ほとんど食べない」人も多くなっていた。
好き嫌い	好き嫌いが多い	好き嫌いについては、他市町村に比べ、全体的に「好き嫌いが多い」や「少し好き嫌いあり」が多く、「何でも食べる」が少なくなっており、全ての年代で好き嫌いが多い傾向にある。
食品購入 の際の配 慮	若い年代は価格と おいしさ	食品購入の際の配慮の順位をみると、学童期では男女とも「おいしさ・味」が 1 位で、「自分で購入することがない」が 2 位だった。思春期男性では「おいしさ・味」、「価格」の順。思春期女性から壮年期男性では「価格」のほうが上位に。壮年期女性では「賞味期限」、「価格」の順。高齢期では男女とも「賞味期限」、「鮮度」の順となっていた。

電話・メール・インターネット時間	長時間している子が多い	電話・メール・インターネット時間については、他市町村と比べると、全体的に「1時間から2時間くらい」、「2時間より多い」が多く、「ほとんどしない」、「15分以上30分くらい」が少ない。
ストレス解消方法	ストレス解消法はお風呂に入る	ストレス対策については、他市町村と比べると、青年期では「お風呂に入る」、「ショッピング」、「映画を見に行く」が多く、「運動をする」が少ない。壮年期では、「お風呂に入る」、「喫煙」が多く、「運動をする」が少ない。高齢期では、「お風呂に入る」が多いなど、全年代で「お風呂に入る」が多くなっている。
家族の喫煙	母親の喫煙が多い	家族の喫煙については、他市町村と比べると、どの年代でも「母親」が多く、「誰も吸わない」が少ない。
喫煙状況	女性の喫煙者が多い	喫煙状況については、他市町村と比べると、特に女性で「はい」（現在喫煙している）が多く、「吸っていない」が少ない。
飲酒状況	女性の習慣飲酒者が多い	飲酒状況については、他市町村と比べると、壮年期の女性で「ほとんど毎日」が多く、「ほとんど飲まない」が少ないなど、女性の習慣飲酒者が多い傾向がうかがえる。
飲酒量	女性の飲酒量が多い	飲酒量については、他市町村と比べると、男性では、青年期で「3合以上」が多い。女性では、青年期と壮年期で「1合未満」が少ない。全体的に女性の飲酒量が多い傾向がうかがえる。
自歯本数	年齢が上がるほど歯がなくなる	自歯本数は、年齢が上がるほど28本以上が少なくなり、80歳以上では「自歯はない」人が3割以上いる。年齢が上がるにつれ歯を失っている状況がうかがえる。80歳で自歯を20本以上残すことを目標とする「8020運動」が達成できているのは2割程度しかいない。
町の情報入手手段	年代別に情報入手手段が異なる	青年期では、「ホームページ」、「その他」、「特にない」が多く、「広報ゆがわら」、「町民カレンダー」、「回覧板」、「地元紙」、「個人通知」が少ない。壮年期では、「広報ゆがわら」、「ホームページ」、「回覧板」、「個人通知」が多く、「特にない」が少ない。高齢期では、「広報ゆがわら」、「町民カレンダー」、「回覧板」、「地元紙」が多く、「ホームページ」、「その他」、「特にない」が少ない。年代にあわせた適切な広報手段が必要である。

2) 乳幼児期

おやつ 回数	おやつ の回数が多い	おやつ の回数は、他市町村に比べ、全般的に2回、3回が多くなっており、おやつ の与えすぎの傾向がうかがえる。
おやつ への配慮	おやつ にはあまり配慮していない	おやつ への配慮については、他市町村に比べ、「手作りのもの」、「成分」、「栄養」が少なく、「特になし」が多くなっており、あまり配慮していない傾向がうかがえる。
就寝 時間	就寝 時間が遅い	就寝 時間は、他市町村に比べ、「午後9時台」、「午後10時台」、「午後11時台」が多く、「午後8時より前」、「午後8時台」が少ない。
昼寝 時間	昼寝 時間が長い	昼寝 時間については、他市町村に比べ、全体的に長い傾向がうかがえる。特に、4歳以上では他市町村では「ほとんどしない」子が半数を超えるが、本町では1～2時間未満、あるいは2時間以上が多くなっている。昼寝が長い ため、就寝時間が遅くなる悪循環を起 こしている可能性がある。
育児 ストレス	育児 ストレスは仕事上の問題が多い	育児 ストレスで多いのは、「子どものしつけ」、「自分のための時間が持てない」の順となっていた。他市町村と比べると、「近所づきあい」が少なく、「仕事上の問題」が多くなっていた。本町では、専業主婦が少ないことから、仕事との兼ね合いが育児ストレスになっ ていることが推定される。
ストレス 処理	ストレス は十分処理できていない	ストレス 処理について他市町村と比べると、「十分処理できている」が少ない。
ストレス 解消方法	ストレス 解消に「お酒を飲む」人が多い	ストレス 解消方法では、他市町村に比べ、「自然を楽しむ」、「子どもを預かってもら う」が少なく、「お酒を飲む」が多くなっていた。
子育て 協力者	配偶者 の協力が少ない	子育て 協力者は、他市町村と比べると、「配偶者」、「自分の父」が低い傾向となっていた。
チャイル ドシート 使用状況	チャイル ドシートはあまり使用しない	チャイル ドシートの使用状況について他市町村と比べると、全般的に「短距離でもほ ぼ使用している」人が少ない。合計で見ると、「短距離でもほぼ使用して いる」人が少なく、「ときどき使用しないこともある」、「ほとんど使用して いない」人が多くなっている。乳幼児の安全への配慮が低い状況が指摘さ れる。

3)学童期

健康法	健康法が少ない	健康法について他市町村と比べると、「朝ごはんを毎日食べる」、「残さず食べるよう気をつける」、「汗をかいたらきちんと水分をとる」、「ジュースなど清涼飲料水を飲みすぎない」、「やせすぎない」、「運動やスポーツをする」、「けいたい電話やゲーム機で遊びすぎない」、「友だちと会う・遊ぶ」が少なくなっていた。全体的に健康法が少ない傾向がうかがえる。
ローレル指数	太りすぎが多い	ローレル指数（体型）について他市町村と比べると、「太りすぎ」が多く、「やせすぎ」が少ない。
朝食	朝食を食べない子が多い	朝食の摂食状況について他市町村と比べると、「1週間に1～3日食べないこともある」、「ほとんど食べない」が多く、「ほぼ毎日食べる」が少ない。
朝食欠食理由	朝食を食べる時間がない子が多い	朝食を食べない理由については、「食べる時間がない」が多くなっていた。これは、就寝時間が遅い、睡眠時間が短いことと関連している可能性がある。
食事は楽しいか	食事は楽しいと思わない	食事が楽しいかについては、男女とも「何とも思わない」が多く、「楽しい」が少ない。
運動楽しいか	男子は運動が楽しくない子が多い	運動が楽しいかについては、他市町村と比べると、男子では、「まったく楽しくない」が多く、「とても楽しい」が少なくなっている。女子では特に差はみられなかった。
運動の頻度	運動はあまりしない	運動の頻度については、他市町村と比べると、「していない」が多く、「週に5日以上」が少ない。
睡眠時間	睡眠時間が短い	睡眠時間については、他市町村と比べると、「4時間以下」、「4～5時間」、「5～6時間」、「6～7時間」、「7～8時間」が多く、「8～9時間」、「9時間以上」が少ない。
電話・メール・インターネット時間	長時間している子が多い	電話・メール・インターネット時間については、他市町村と比べると、全体的に「1時間から2時間くらい」、「2時間より多い」が多く、「ほとんどしない」、「15分以上30分くらい」が少ない。
放課後活動	放課後は一人で室内で過ごす子が多い	放課後の過ごし方については、他市町村と比べると、「ひとりで室内ですごす」のは、「よくする」が多く、「たまにする」が少ない。一方、「友だち・兄弟などと外で遊ぶ」、「学童保育や児童館へ行く」、「習い事」、「学習塾」などは「しない」が多く、全体的に放課後は外に出ない傾向がうかがえる。

喫煙意欲	将来タバコを吸いたい子が多い	将来たばこを吸いたいかという質問に対しては、他市町村と比べると、男子では、「吸いたい」が多く、女子では、「友だちにすすめられれば吸うかもしれない」が多く、全体的に喫煙意欲が高い。本町では、家族の喫煙率が高いことから、喫煙への興味が高くなっている可能性がある。
むし歯状況	むし歯を放置している子が多い	むし歯の状況については、他市町村と比べ、「治療中」、「むし歯があるが放置」が多く、「むし歯なし」が少ない。
歯や口の悩み	未処置のむし歯が気になっている子が多い	歯や口の悩みについては、他市町村と比べ、「未処置のむし歯が気になる」が多く、「嘔み合わせがわるい」が少ない。
歯の相談	歯の相談をしていない、しようと思わない	歯の相談については、他市町村と比べ、「相談している」が少なく、「相談していない」、「相談しようと思わない」が多い。
歯の健康維持	歯の健康維持は特にしていない	歯の健康維持については、他市町村と比べ、「定期的に歯科検診を受けている」、「歯ブラシの正しい使い方の指導を受けている」、「定期的に歯石をとっている」、「むし歯や歯ぐきの異常があったら早めに歯医者にかかる」、「歯の間をそうじする器具を使用している」、「フッ化物の歯みがき剤を使用している」が少なく、「特にない」が多い。

4) 思春期

外食先	外食をとる場所が多い	外食をどこでするかについては、他市町村と比べ、男女とも「ファストフード」が少なく、「ファミリーレストラン」、「ラーメン屋」、「回転ずし」、「牛丼屋」、「居酒屋」が多くなっている。
運動の頻度	運動の頻度が少ない	運動の頻度については、他市町村と比べ、「週に5日以上」が少ない。
睡眠時間	睡眠時間が短い	睡眠時間については、他市町村と比べ、「7～8時間」が少なく、「4～5時間」、「5～6時間」が多く、全体的に睡眠時間が短い傾向が見られる。
電話・メール・インターネット時間	長時間している人が多い	電話・メール・インターネットをする時間については、他市町村と比べ、中学生、高校生で「2時間より多い」が多く、社会人では「1時間から2時間くらい」が多くなっており、全体的に長い。

薬物知識	中学生は薬物についてあまり知らない	薬物知識については、他市町村と比べ、中学生で「あまり知らない」、「まったく知らない」が多く、「知っている」が少ない。高校生以上では、特に差は見られない。
歯の相談	歯の相談をしていない	歯の相談については、他市町村と比べ、「相談している」が少なく、「相談していない」が多い。
歯の健康維持	行っている歯の健康維持法が少ない	歯の健康維持については、他市町村と比べ、「定期的に歯科検診を受けている」、「むし歯や歯ぐきの異常があったら早めに歯医者にかかる」、「歯の間をそうじする器具を使用している」が少ない。

5) 青年期

外食先	外食をとる場所が多い	外食をどこでするかについては、他市町村と比べ、男女とも「ファストフード」が少なく、「ファミリーレストラン」、「ラーメン屋」、「回転ずし」、「牛丼屋」、「居酒屋」が多くなっていった。さまざまな場所で外食する傾向がうかがえる。
参加したい食育イベント	参加したいものは特にない	参加したい食育イベントについては、他市町村と比べ、「特にない」が多くなっていった。食育への興味はあまり高くないことがうかがえる。
食事バランスガイド知識	女性では知らない人が多い	食事バランスガイドについては、他市町村と比べ、女性で「聞いたことがない」人が多くなっている。
運動の頻度	運動の頻度が少ない	運動の頻度については、他市町村と比べ、「週1～2日」が少ない。
休日の外出	休日にはあまり出かけない	休日の外出については、他市町村と比べ、男性では「ほとんど出かける」が少ない。女性でも「ほとんど出かける」が少なく、「ほとんど出かけない」、「月2～3回出かける」が多く、あまり活動的ではない傾向がうかがえる。

6) 壮年期

健康法	健康法が少ない	健康法については、他市町村と比べ、「特にな い」が多く、「食べすぎないように気をつける」、 「きちんと水分をとる」、「運動やスポーツをす る」、「できるだけ歩いたり体を動かしたりす る」、「友だちや仲間と会う」、「地域活動、社会 活動などへの参加」が少ないなど、全般的に健 康法が少ない。
塩分	塩分はあまり気に していない	塩分については、他市町村と比べ、「味噌や醬 油は計量して薄味にしている」、「減塩醤油や減 塩のものを選んで使用している」、「麺類の汁は 飲まないようにしている」が少なく、全般的に あまり気にしない傾向がうかがえる。
食育知識	食育についてはよ く知らない	食育についての知識については、他市町村と比 べ、男性で「聞いたことはあるが内容は知らない」 が多く、女性で「言葉も内容も知っている」 が少ないなど、よく知らない人が多くなっ ている。
参加した い食育イ ベント	参加したいものは 特にな い	参加したい食育イベントについては、他市町村 と比べ、「特にな い」が多くなっていた。食育 への興味はあまり高くないことがうかがえる。
食事バラ ンスガイ ド知識	食事バランスガイ ドは知らない人が 多い	食事バランスガイドについては、他市町村と比 べ、男性では、「聞いたことがない」が多く、 「聞いたことはあるが内容は知らない」が少な い。女性では、「聞いたことがない」が多く、 「言葉も内容も知っている」が少ないなど、全 体的に知らない人が多くなっている。
運動仲間	女性はひとりで運 動する人が多い	運動仲間については、他市町村と比べ、男性で は「職場の人と」が多く、「家族と」が少な い。女性では、「ひとりで」が多く、「その他」 が少ない。
ストレス 処理	ストレスは処理で きていない人が多 い	ストレス処理については、他市町村と比べ、 「まったく処理できていない」が多く、「十分 処理できている」が少ない。
休日の外 出	女性は休日にはあ まり出かけない	休日の外出については、他市町村と比べ、女性 では「ほとんど出かける」が少なく、あまり活 動的ではない傾向がうかがえる。

7) 高齢期

健康法	健康法が少ない	健康法については、他市町村と比べ、「特にな い」が多く、本町では、「残さず食べるよう気 をつける」、「食べすぎないよう気をつける」、 「栄養のバランスを考えて食べる」、「きちんと 水分をとる」、「太りすぎない」、「健康診断を定 期的に受診する」、「地域活動、社会活動などへ の参加」、「習い事や各種講座・教室への参加」 が少ないなど、全般的に健康法が少ない。
塩分	塩分はあまり気に していない	塩分については、他市町村と比べ、「味噌や醬 油は計量して薄味にしている」、「香辛料などを 利用し塩分を控えている」、「練り製品・干物な ど塩分の多いものは控えている」が少なく、全 般的にあまり気にしない傾向がうかがえる。
惣菜購入 理由	自分では作らな いような料理がある から	惣菜購入理由について年代別の順位では、全 年代で「自分では作らないような料理があるか ら」が1位となっている。2位は60～70歳台 では「食事の品目を多くしたいから」、80歳 以上では「小パックで食べきりやすいから」と なっている。「火のつけ忘れがあり、調理が危 ないから」は、80歳以上で2%台挙げられてい る。
食生活の 課題	「問題を感じてい ない」ことが問題	食生活の課題を順位別にみると、男女とも「特 に課題はない」が1位となっており、問題を感じ ていないことから、改善の必要性も感じてい ないため、介入の難しさが想定される。
運動仲間	女性はひとりで運 動する人が多い	運動仲間については、他市町村と比べ、女性で は、「ひとりで」が多く、「サークルやクラブの 仲間と」が少ない。
社会活動 参加	社会活動への参加 が少ない	高齢期の社会活動参加については、他市町村と 比べ、全体的に「お祭り・行事」、「自治会の会 合・行事・活動」、「サークル・自主グルー プ」、「ボランティア活動」が少なく、「特にし ていない」が多くなっている。全体的に社会参 加が低い状況がうかがえる。