

市民健康意識調査アンケート概要

1 調査目的

市民の健康に対する意識、生活習慣などを把握し、市民の健康づくり計画である「健康あきた市21」の最終評価および目標値（指標）達成状況を把握し、さらに今後の秋田市における健康づくり施策を推進するための基礎資料とする。

2 実施状況

(1) 調査期間

平成21年12月22日（火）～平成22年1月29日（金）

(2) 調査地域

秋田市全域（中央、東部、西部、南部、北部、河辺、雄和地域の7地域に区分）

(3) 調査対象

住民基本台帳に登録されている0歳以上の市民から、無作為抽出された4,500人（アンケートは15歳以下と16歳以上の2種類で実施。15歳以下は保護者が回答）

(4) 調査方法

郵送法

(5) 回答数・回答率

	調査対象者数	回答数	回答率
全 体	4,500人	2,169人	48.2%
内訳（再掲）			
15歳以下	614人	352人	57.3%
16歳以上	3,886人	1,817人	46.8%

3 調査内容

- (1) 健康状態と健康意識について
- (2) 栄養・食生活について
- (3) 運動の習慣について
- (4) 休養・こころの健康について
- (5) 喫煙の習慣について
- (6) 飲酒の習慣について
- (7) 歯の健康について
- (8) 生活習慣病（糖尿病・循環器病・がん）について

(9) 健康づくりに関する要望

4 集計にあたって

- (1) 本調査で集計分析の対象とした調査票総数は、15歳以下が352、16歳以上が1,817です。調査項目によって、有効回答数が異なることがあります。
- (2) 各項目の集計対象者数に対する比率（%）は、少数第2位を四捨五入しており、個々の比率の合計と全体を示す数値とは一致しないことがあります。
- (3) 複数回答の場合は、各設問の回答数の比率は集計対象者数に対するものであり、その合計は100%を超えることがあります。
- (4) 自由記述回答については、集計結果から省略しています。寄せられた意見については、今後、秋田市の健康づくり施策を検討するにあたって参考とさせていきます。

調査にご協力くださった市民の皆様、誠にありがとうございました。

担当 秋田市保健所保健総務課
総務企画担当 齋藤、阿部
直通 018-883-1170
FAX 018-883-1170

市民健康意識調査アンケート結果抜粋

1 栄養・食生活

(1) 朝食を欠食している子どもの割合 (15歳以下_問7)

「食べない日の方が多い」、「ほとんど食べない」と回答した割合の合計は2.0%で、中間調査（平成19年3月実施。以下同じ。）と同割合で、初回調査（平成14年9月実施。以下同じ。）の3.9%を1.9ポイント下回った。「朝食を毎日食べる」と回答した割合は90.6%で、中間調査の92.3%を1.7ポイント下回ったが、初回調査の84.2%を6.4ポイント上回った。

(2) 子どもの食事に気をつけている人の割合 (15歳以下_問6)

「はい」と回答した割合は86.4%で、中間調査の86.0%を0.4ポイント上回ったが、初回調査の84.3%を2.1ポイント上回った。

(3) 栄養バランスのとれている子どもの割合 (15歳以下_問8)

「とれていると思う」、「どちらかと言うととれている」と回答した割合の合計は81.3%で、中間調査の76.1%を5.2ポイント、初回調査の71.4%を9.9ポイント上回った。

(4) 牛乳・乳製品を毎日とっている子どもの割合 (15歳以下_問12)

「毎日とっている」と回答した割合は70.2%で、中間調査の69.5%を0.7ポイント上回ったが、初回調査の71.4%を1.2ポイント下回った。

(5) 朝食を欠食している人の割合 (16歳以上_問11)

「食べない日の方が多い」、「ほとんど食べない」と回答した割合の合計は10.3%で、中間評価の10.6%を0.3ポイント、初回調査の10.5%を0.2ポイント下回った。

(6) 栄養所要量を知っている人の割合 (16歳以上_問13)

「はい」と回答した割合は37.3%で、中間調査の32.9%を4.4ポイント、初回調査の28.3%を9.0ポイント上回った。男女別では、男性が30.8%、女性が42.0%で、中間調査をそれぞれ5.4、3.5ポイント、初回調査をそれぞれ7.4、9.4ポイント上回った。

(7) 食事量が適量と思っている人の割合 (16歳以上_問14)

最近3日間の食事の量を「ちょうどよい」と回答した割合は62.0%で中間調査の60.7%を1.3ポイント上回り、初回調査の65.8%を3.8ポイント下回った。「とりすぎている」と回答した割合は、23.7%で、中間調査の22.6%を

1.1ポイント、初回調査の16.8%を6.9ポイント上回った。

(8) 栄養成分表示を参考にしている人の割合（16歳以上_問16）

「いつもしている」、「まあまあしている」と回答した割合の合計は41.7%で、中間評価の47.1%を5.4ポイント下回ったが、初回調査の40.1%を1.6ポイント上回った。

(9) 食事に関する学習会などに参加したいと思わない人の割合（16歳以上_問18）

健康と食生活・栄養との関わりについての学習会・セミナーに、「参加したくない」と回答した割合は36.8%で、中間調査の62.9%を26.1ポイント、初回調査の64.9%を28.1ポイント下回った。

(10) 食生活に満足している人の割合（16歳以上_問19）

「満足している」、「だいたい満足している」と回答した割合の合計は89.6%で、中間調査の69.7%を19.9ポイント、初回調査の72.6%を17.0ポイント下回った。

2 身体活動

(1) 週3回以上体を動かす子どもの割合（15歳以下_問14）

「ほとんど毎日」、「週3、4回」体を動かすと回答した割合の合計は75.0%で、中間調査の72.0%を3.0ポイント上回ったが、初回調査の82.1%を7.1ポイント下回った。

(2) 運動している人の割合（16歳以上_問20）

1日20分以上の運動を1週間のうち平均「ほとんど毎日」、「週3、4回」、「週1、2回」していると回答した割合の合計は51.5%で、中間評価の51.2%を0.3ポイント、初回調査の49.8%を1.7ポイント上回った。

(3) 仲間がいないという理由から運動しない人の割合（16歳以上_問21）

「運動しない」、「運動できない」と回答した人のうち、その理由を「一緒にする仲間がいない」と回答した割合は13.4%で、中間調査の14.4%を1.0ポイント、初回調査の18.3%を4.9ポイント下回った。運動しない理由として最も多いのは、「時間がない」（43.3%）で、次が「体をうごかすのがおっくう」（30.2%）である。

3 こころの健康づくり

(1) いつもストレスを感じている人の割合（16歳以上_問40）

「いつもある」と回答した割合は16.2%で、中間調査の18.9%より2.7ポイント下回ったが、初回調査の15.1%を1.1ポイント上回った。

(2) 気分が沈んだり、ゆううつになることがよくある人の割合 (16歳以上_問34)

「あった」と回答した割合は37.4%で、中間調査の43.1%を5.7ポイント、初回調査の40.3%を2.9ポイント下回った。

(3) 子どもが睡眠不足だと感じている親の割合 (15歳以下_問31)

「感じている」と回答した割合は25.0%で、中間調査の27.1%を2.1ポイント下回ったが、初回調査の20.4%を4.6ポイント上回った。

(4) 睡眠を十分とれていない人の割合 (16歳以上_問31)

「あまりとれていない」、「まったくとれていない」と回答した割合の合計は20.1%で、中間調査の26.1%を6.0ポイント、初回調査の26.7%を6.6ポイント下回った。

(5) 睡眠を得るためにお酒を飲む人の割合 (16歳以上_問33)

眠れないとき、睡眠を得るために「お酒を飲む」と回答した割合は12.0%で、中間調査の12.8%を0.8ポイント、初回調査の18.1%を6.1ポイント下回った。

年齢階層別では、男性の「16歳～24歳」(25.0%)が最も多く、以下、男性の「25歳～44歳」(21.1%)、男性の「45歳～64歳」(20.1%)の順となっている。

(6) 睡眠薬等の薬を服用する人の割合 (16歳以上_問33)

眠れないとき、睡眠を得るために「睡眠薬などの薬を服用」とすると回答した割合は10.7%で、中間調査の10.4%を0.3ポイント、初回調査の9.1%を1.6ポイント上回った。

年齢階層別では、女性の「65歳以上」(14.8%)が最も多く、以下、女性の「25～44歳」(14.6%)、女性の「45～64歳」(13.6%)の順となっている。

4 たばこ

(1) たばこを吸うことによってかかりやすくなる病気を知っている人の割合 (16歳以上_問54)

「肺がん」が93.9%で最も多く、以下、「気管支炎」(61.7%)、「ぜんそく」(54.9%)、「心臓病」(43.2%)の順になっている。

当初調査を上回るものは、「脳卒中」(初回25.3%<最終37.4%)、「歯周病」(初回18.2%<最終26.7%)、「心臓病」(初回41.0%<最終43.2%)などで、下回るものは、「低体重児・未熟児等の出生」(初回52.4>最終42.8%)、「肺がん」(初回98.1%>最終93.9%)、「胃潰瘍」(初回23.1%>最終20.5%)な

どである。

(2) たばこを吸うときに周囲に気をつかわない人の割合 (16歳以上__問60)

「気をつかわない」と回答した人が5.3%で、中間調査の4.7%を0.6ポイント上回ったが、初回調査の6.8%を1.5ポイント下回った。

年齢階層別では、男性「16歳～24歳」(15.4%)が最も多い。

5 アルコール

(1) 未成年者の飲酒経験の割合 (15歳以下__問36)

アルコールの入った飲み物を「以前飲んだことがある」、「時々飲んでいる」、「よく飲んでいる」と回答した割合の合計は、24.6%で、中間調査の17.3%を7.3ポイント、初回調査の19.6%を5.0ポイント上回った。アルコールを飲んだ理由は「飲んでみたかった」(37.7%)、「知らずに飲んだ」(30.2%)などである。「よく飲んでいる」と回答した割合は、初回調査で0%、中間調査で0.3%であったが、最終調査では0%となっている。

6 歯の健康

(1) 自分の歯を20本以上有する人の割合 (16歳以上__問65)

「20～27本」、「28本以上」と回答した割合の合計は66.7%で、中間調査の66.2%を0.5ポイント、初回調査の63.9%を2.8ポイント上回った。

年齢階層別では、「65歳以上」の割合が41.2%で、中間調査の35.5%を5.7ポイント、初回調査の30.9%を10.3ポイント上回っている。

(2) 定期的に歯科健診を受けている人の割合 (16歳以上__問66)

「受けている」と回答した人が54.1%で、中間調査の49.9%を4.2ポイント、初回調査の48.9%を5.2ポイント上回った。

7 糖尿病・循環器病・がん

(1) 健康なので検診は必要ないと考えている人の割合 (16歳以上__問24)

過去1年間に健診やがん検診を「受けていない」と回答した人のうち、その理由を「健康なので必要ない」と回答した人は19.0%で、中間調査の23.8%を4.8ポイント、初回調査の30.0%を11.0ポイント下回った。