

健康に関するアンケート調査結果報告書

令和5年7月

三田市

目次

I	調査概要	1
1	調査の目的	1
2	調査項目	1
3	調査の概要	1
4	報告書を見る際の注意事項	2
II	市民アンケート調査結果	3
1	回答者の属性	3
2	現在の健康状態などについて	8
3	運動習慣について	16
4	たばこについて	23
5	飲酒について	31
6	歯や口の健康について	34
7	休養・こころの健康・自殺予防について	40
8	健康診査などについて	56
9	新型コロナウイルス感染症による変化や地域との関わりについて	72
III	高校生アンケート調査結果	75
1	回答者の属性	75
2	現在の健康状態について	77
3	運動習慣について	82
4	歯の健康について	83
5	お酒（アルコール）やたばこについて	86
6	休養・こころの健康について	92
7	新型コロナウイルス感染症による変化について	101

I 調査概要

1 調査の目的

「第2次健康さんだ21計画」の見直し・推進に向けて、市民の健康づくりに関する意識とともに、健康課題に合わせた取り組むべき目標や指標の現状値を把握することを目的として実施した。

2 調査項目

(1) 市民アンケート調査

- 回答者の属性（性別、年齢、居住地、家族構成など）
- 現在の健康状態などについて
- 運動習慣について
- たばこについて
- 飲酒について
- 歯や口の健康について
- 休養・こころの健康・自殺予防について
- 健康診査などについて
- 新型コロナウイルス感染症による変化や地域との関わりについて

(2) 高校生アンケート調査

- 回答者の属性（性別、居住地、家族構成など）
- 現在の健康状態などについて
- 運動習慣について
- 歯の健康について
- お酒（アルコール）やたばこについて
- 休養・こころの健康について
- 新型コロナウイルス感染症による変化などについて

3 調査の概要

(1) 市民アンケート調査

- ・調査対象：市内にお住まいの18歳以上の男女 2,000人（無作為抽出）
- ・調査方法：郵送配布—郵送・WEB回収
- ・調査期間：令和4年12月1日（木）～令和4年12月28日（水）
- ・有効回収数：953人（有効回収率 47.7%）
（内訳）郵送回答：729人、インターネット回答：224人

(2) 高校生アンケート調査

- ・調査対象：市内の高校に通う高校2年生 760人
- ・調査方法：学校配布—学校・WEB回収
- ・調査期間：令和5年3月1日（水）～令和5年3月10日（金）
- ・有効回収数：343人（有効回収率 45.1%）
（内訳）学校回答：291人、インターネット回答：52人

4 報告書を見る際の注意事項

- 回答は各質問の回答者数（n）を基数とした百分率（%）で示してある。
- 百分率は小数点以下第2位を四捨五入して算出した。このため、百分率の合計が100%にならないことがある。
- 1つの質問に2つ以上答えられる“複数回答可能”の場合は、回答比率の合計が100%を超える場合がある。
- グラフ等の記載にあたっては、調査票の選択肢の文言を一部省略している場合がある。
- 性年代別等のクロス集計表については、無回答やその他を除いて、1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。なお、割合が同じ回答が複数ある場合は、3項目以上に網掛けをしている場合がある。

II 市民アンケート調査結果

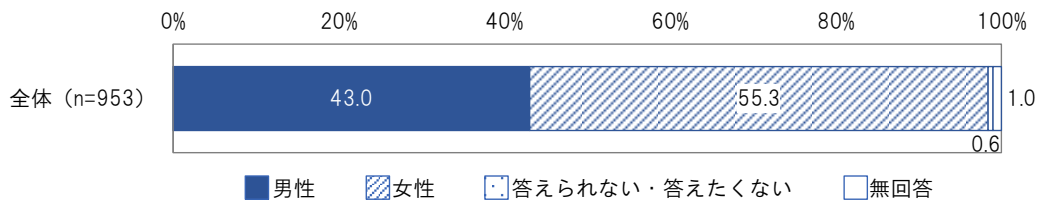
1 回答者の属性

(1) 性別

問 あなたの性別をお答えください。(○は1つだけ)

(注) 自身が思われる性別を記入してください。

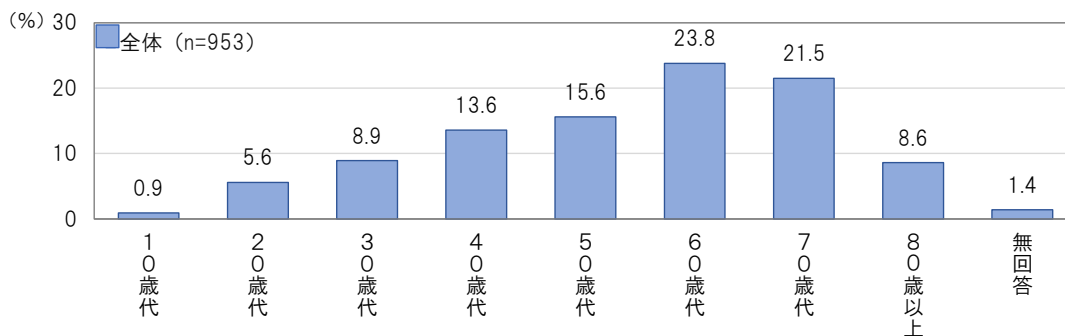
- 性別は、「男性」が43.0%、「女性」が55.3%となっている。



(2) 年齢

問 あなたの年齢は何歳ですか。※令和4年12月1日時点の年齢をご記入ください。

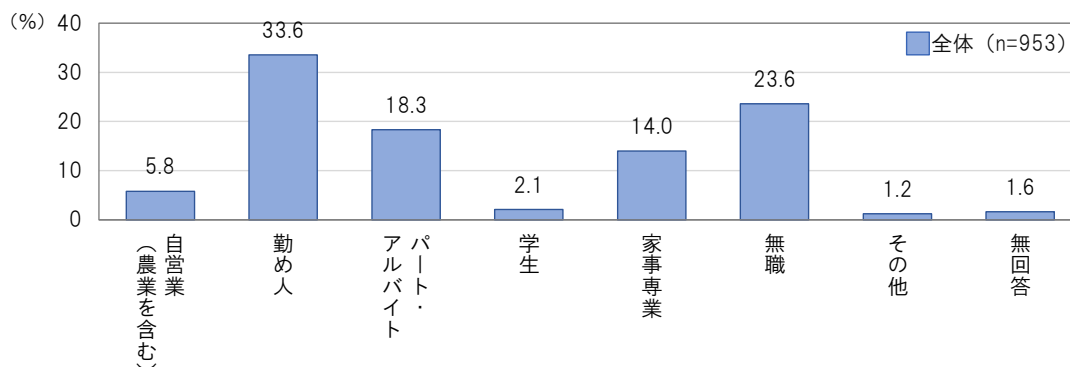
- 年齢は、「60歳代」が23.8%と最も高く、次いで「70歳代」(21.5%)、「50歳代」(15.6%)の順となっている。
- 『60歳以上』が半数以上を占めている。



(3) 職業

問 ご職業についてお答えください。(○は1つだけ)

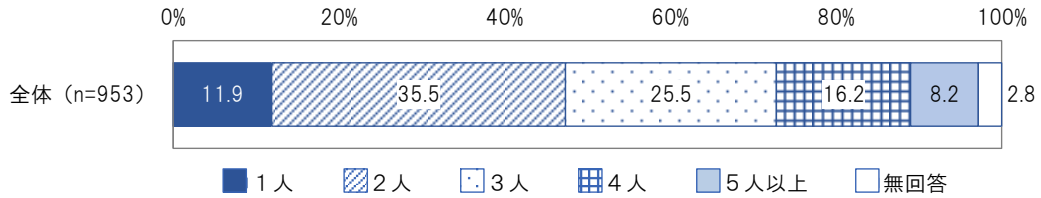
- 職業は、「勤め人」が33.6%と最も高く、次いで「無職」(23.6%)、「パート・アルバイト」(18.3%)、「家事専業」(14.0%)の順となっている。



(4) 同居家族人数

問 あなたを含めて、同居している家族の人数をお聞かせください。

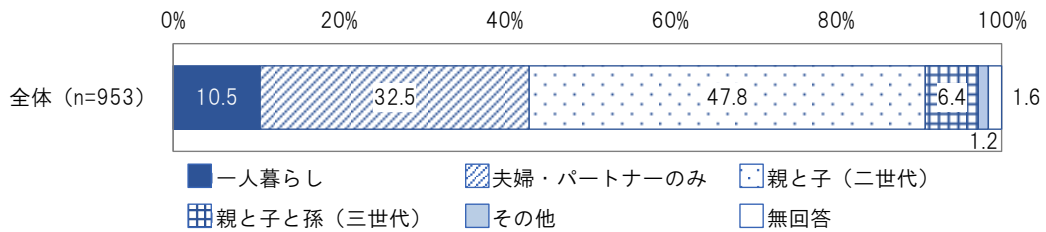
- 同居家族人数は、「2人」が35.5%と最も高く、次いで「3人」(25.5%)、「4人」(16.2%)、「1人」(11.9%)の順となっている。



(5) 世帯構成

問 世帯構成をおたずねします。(○は1つだけ)

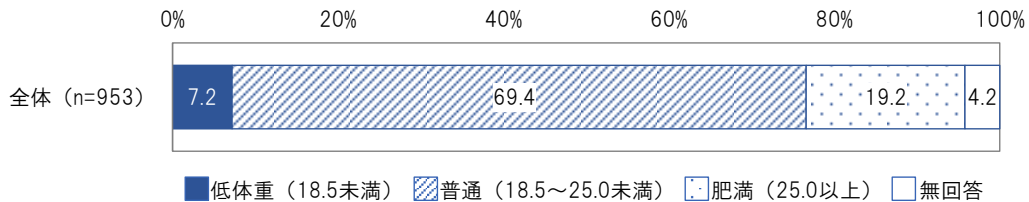
- 回答者の世帯の家族構成は、「親と子(二世代)」が47.8%と最も高く、次いで「夫婦・パートナーのみ」(32.5%)、「一人暮らし」(10.5%)の順となっている。



(6) 身長・体重 (BMI 算出)

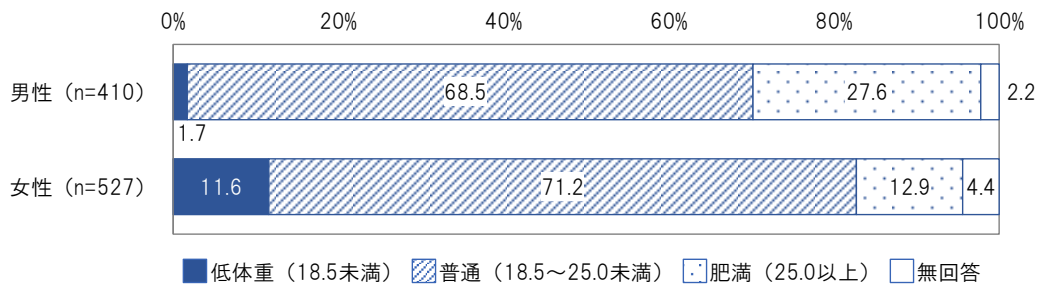
問 あなたの身長と体重を教えてください。※小数第1位までご記入ください。

- 身長・体重から算出した BMI では、「普通 (18.5~25.0 未満)」が 69.4% となっているものの、「肥満 (25.0 以上)」が約 2 割 (19.2%)、「低体重 (18.5 未満)」が 1 割近く (7.2%) となっている。



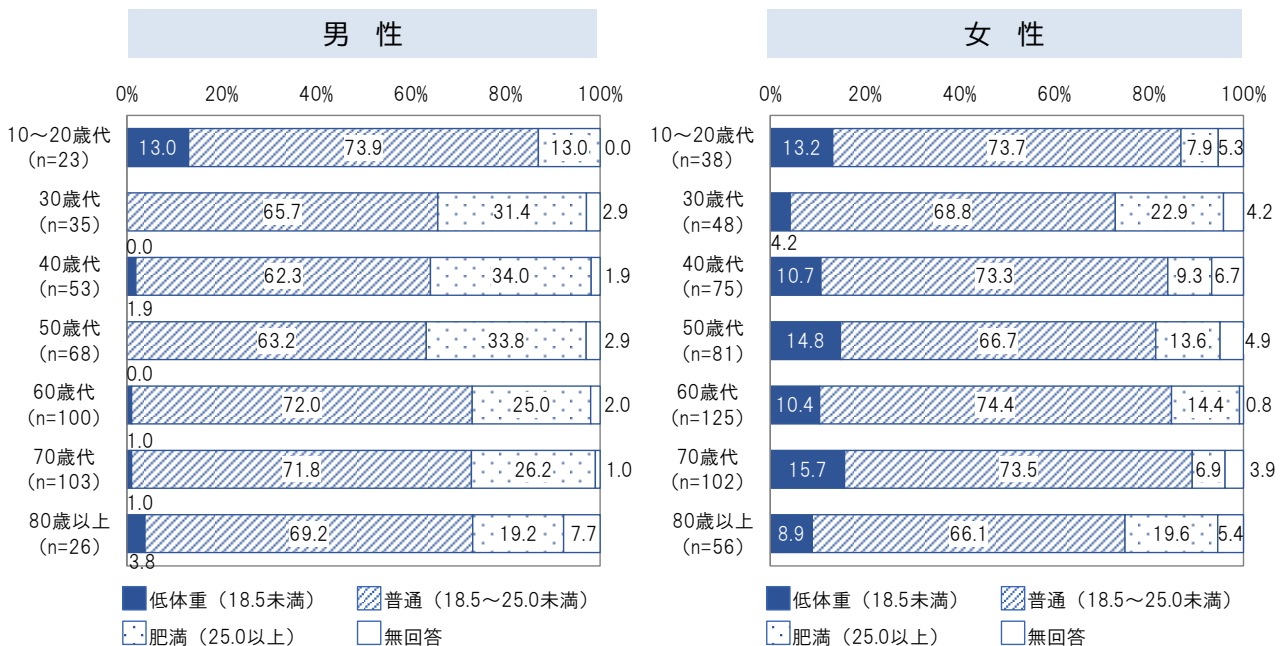
《性別》

- 性別にみると、男性では「肥満 (25.0 以上)」が 27.6% と女性 (12.9%) に比べて高く、女性では「低体重 (18.5 未満)」が 1 割を超えて男性に比べて高くなっている。



《性年代別》

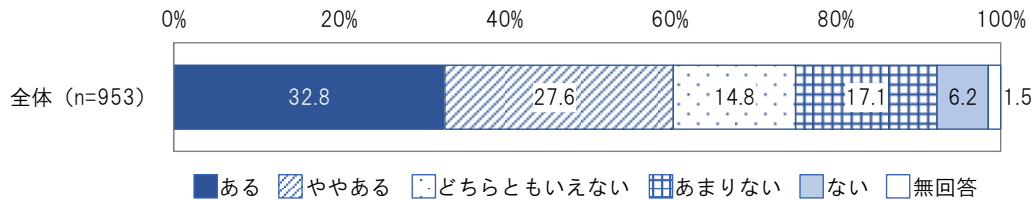
- 性年代別にみると、男性の 30~50 歳代で「肥満 (25.0 以上)」が 3 割を超えて高くなっている。
- 女性の 30 歳代では「肥満 (25.0 以上)」が 2 割を超えて高くなっており、30 歳代・80 歳以上を除く年代では「低体重 (18.5 未満)」が 1 割を超えて高くなっている。



(7) 時間的ゆとり

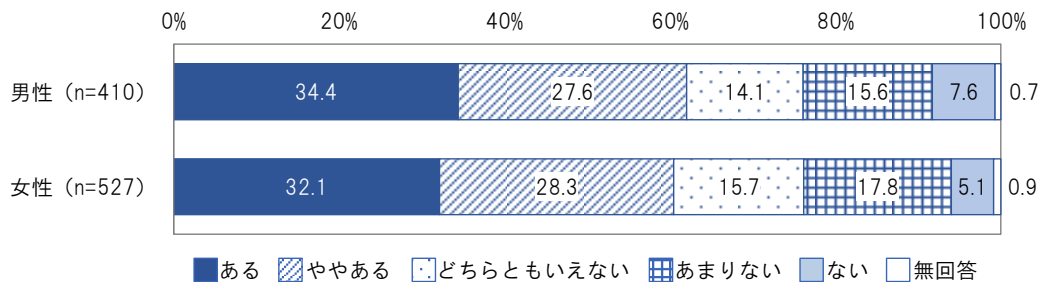
問 日々の生活にゆとりはありますか。(それぞれ〇は1つずつ) ①時間的ゆとり

- 時間的ゆとりについては、「ある」が 32.8%と、「ややある」(27.6%) と合わせると、『ある』人が約6割を占めている。
- 「あまりない」(17.1%) と「ない」(6.2%) を合わせた『ない』人は2割を超えている。



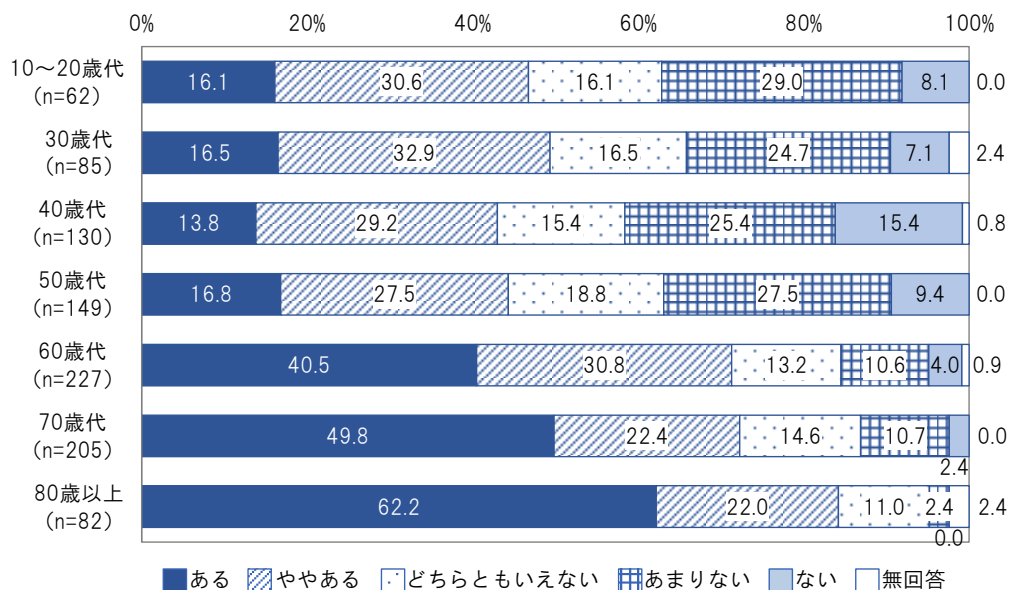
《性別》

- 性別にみると、男性で『ある』が女性に比べてやや高く、女性では「あまりない」が男性に比べてやや高くなっているものの、大きな差異はみられない。



《年代別》

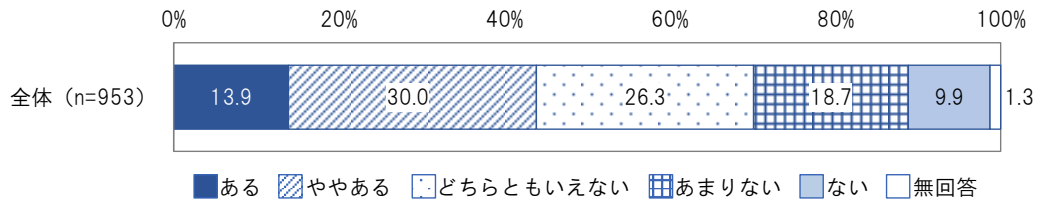
- 年代別にみると、概ね年代が上がるにつれて「ある」が高くなる傾向がみられ、80歳以上では6割以上を占めている。また、『ある』は60歳以上で7割を超えて高くなっている。
- 一方で、「あまりない」は概ね年代が下がるにつれて高くなる傾向がみられ、10~20歳代では約3割を占めている。また、『ない』は40歳代で約4割を占めて最も高くなっている。



(8) 経済的ゆとり

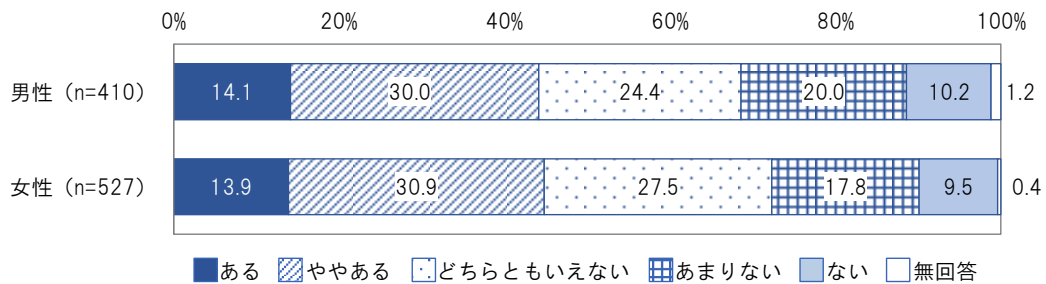
問 日々の生活にゆとりはありますか。(それぞれ〇は1つずつ) ②経済的ゆとり

- ・経済的ゆとりについては、「ややある」が30.0%と最も高く、「ある」(13.9%)と合わせると、『ある』人が4割を超えている。
- ・「あまりない」(18.7%)と「ない」(9.9%)を合わせた『ない』人は3割近くを占めている。



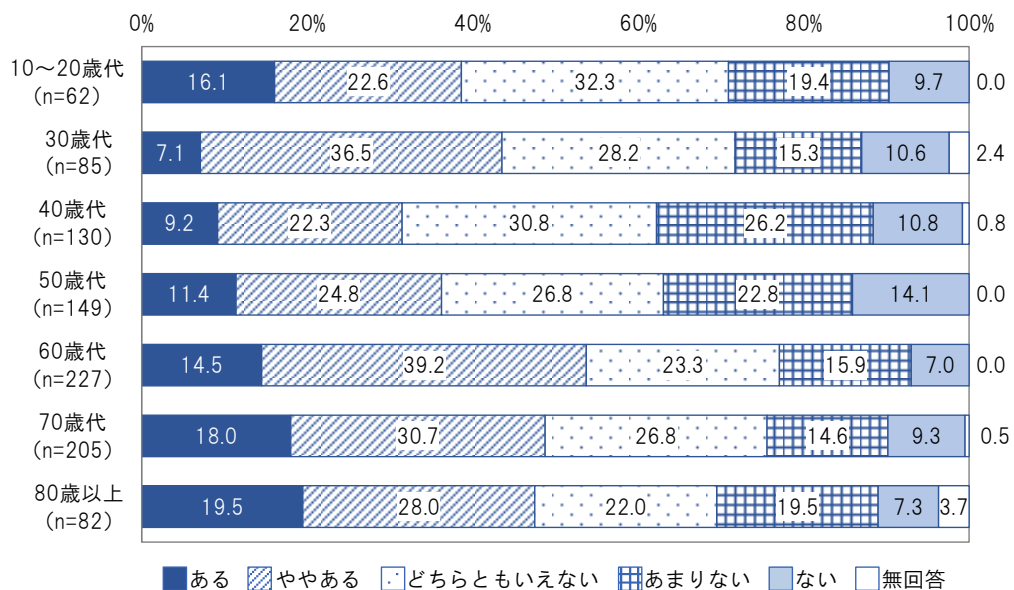
《性別》

- ・性別にみると、男性で『ない』が約3割と、女性に比べてやや高くなっているものの、大きな差異はみられない。



《年代別》

- ・年代別にみると、10~20歳代を除いて、年代が上がるにつれて「ある」が高くなる傾向がみられ、70歳以上では2割近くを占めている。また、『ある』は60歳代で半数を超えて高くなっている。
- ・一方で、『ない』は40~50歳代で3割を超え、その他の年代に比べて高くなっている。

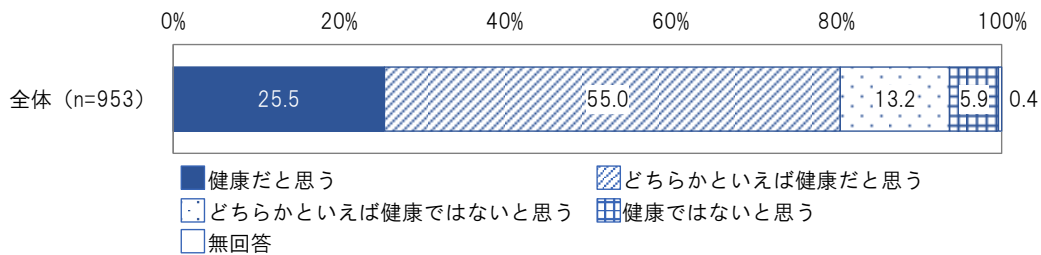


2 現在の健康状態などについて

(1) 健康観

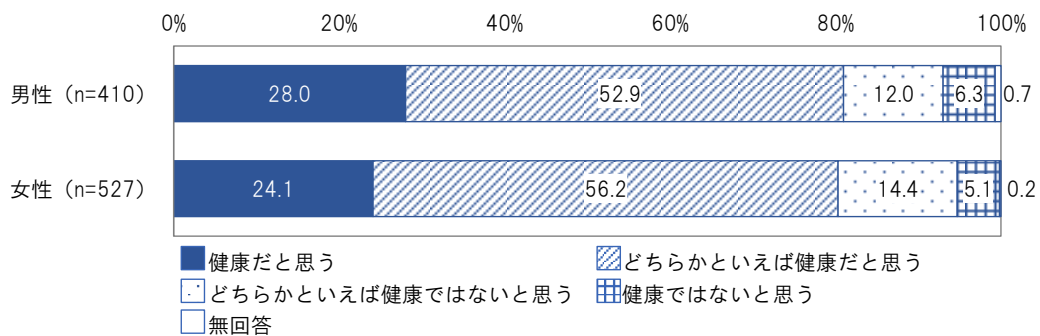
問1 あなたは、ご自分で健康だと思いますか。(○は1つだけ)

- 健康観については、「どちらかといえば健康だと思う」が55.0%と最も高く、「健康だと思う」(25.5%)と合わせると、『健康だと思う』人が約8割を占めている。
- 一方で、「どちらかといえば健康ではないと思う」(13.2%)と「健康ではないと思う」(5.9%)を合わせた『健康ではないと思う』人が約2割となっている。



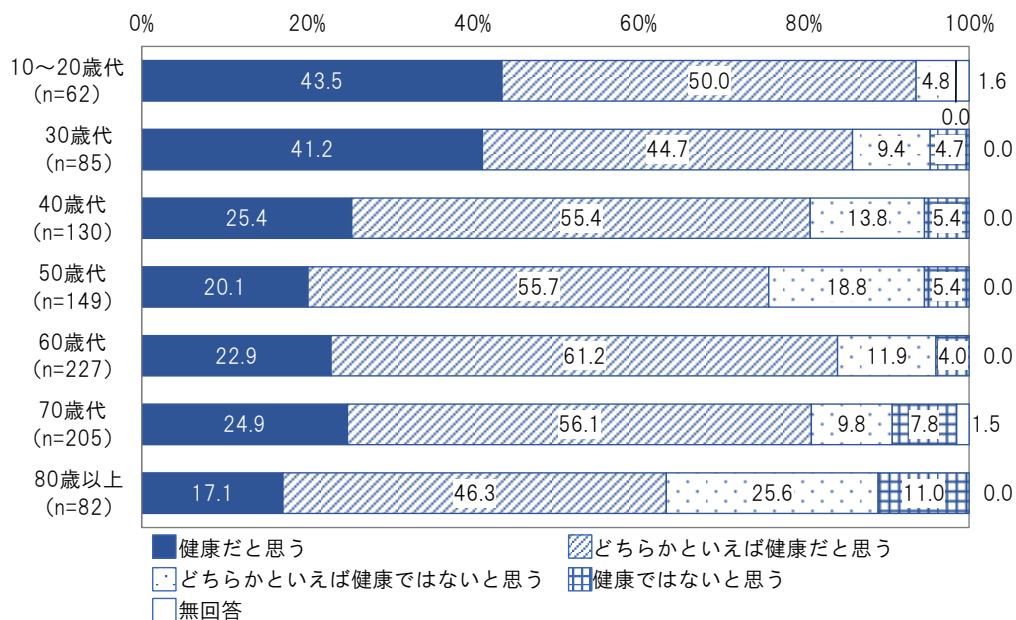
《性別》

- 性別にみると、女性に比べて男性で「健康だと思う」がやや高くなっている。



《年代別》

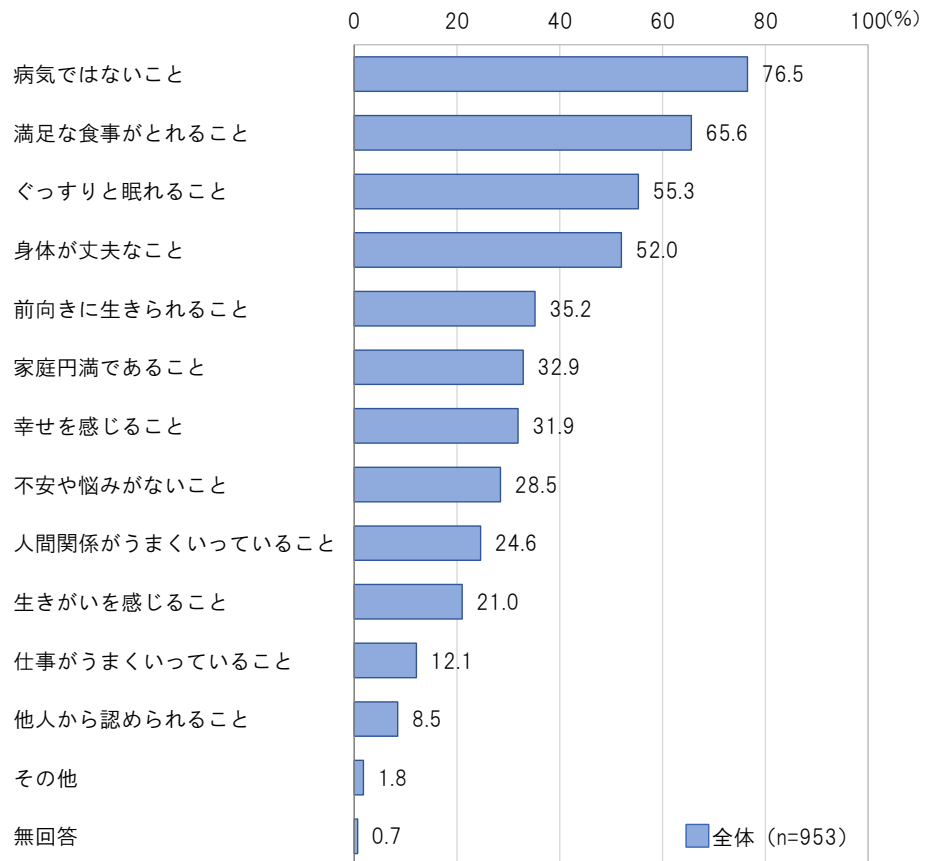
- 年代別にみると、概ね年代が下がるにつれて『健康だと思う』が高くなっており、10~20歳代では9割を超えている。
- 一方で、『健康ではないと思う』人の割合をみると、80歳以上で36.6%と最も高く、次いで50歳代で24.2%、40歳代で19.2%の順となっている。



(2) 健康を判断する際に重視したこと

問2 あなたが健康を判断する際に重視したものは何ですか。(〇はあてはまるものすべて)

- 健康を判断する際に重視したことについては、「病気ではないこと」が76.5%と最も高く、次いで「満足な食事がとれること」(65.6%)、「ぐっすりと眠れること」(55.3%)、「身体が丈夫なこと」(52.0%)の順となっている。



《性別・年代別》

- 性別にみると、男性では「ぐっすりと眠れること」や「身体が丈夫なこと」などで女性に比べて高く、女性では「前向きに生きられること」や「幸せを感じること」などで男性に比べて高くなっている。
- 年代別にみると、概ね年代が下がるにつれて「身体が丈夫なこと」の回答が高くなる傾向がみられ、年代が上がるにつれて「家庭円満であること」の回答が高くなる傾向がみられる。
- また、30歳代では「ぐっすりと眠れること」、40歳代では「仕事がうまくいっていること」、70歳以上では「前向きに生きられること」や「家庭円満であること」、80歳以上では「生きがいを感じること」などで、その他の年代に比べて高くなっている。

(%)

		回答者数(人)	病気ではないこと	十分な食事がとれること	ぐっすりと眠れること	身体が丈夫なこと	前向きに生きられること	家庭円満であること	幸せを感じること
性別	男性	410	76.8	63.9	57.3	56.8	31.2	35.1	29.0
	女性	527	77.0	67.4	54.8	48.8	38.0	31.1	34.9
年代別	10～20歳代	62	93.5	67.7	62.9	59.7	30.6	12.9	32.3
	30歳代	85	91.8	69.4	69.4	56.5	27.1	21.2	28.2
	40歳代	130	80.0	57.7	63.1	56.2	29.2	23.8	31.5
	50歳代	149	87.9	61.7	51.7	55.0	28.9	27.5	28.2
	60歳代	227	74.9	66.1	52.0	51.1	39.6	39.2	31.7
	70歳代	205	66.8	69.8	51.7	44.4	41.5	41.5	30.2
	80歳以上	82	53.7	70.7	52.4	50.0	40.2	45.1	51.2

		回答者数(人)	不安や悩みがないこと	人間関係がうまくいっていること	生きがいを感じること	仕事がうまくいっていること	他人から認められること	その他	無回答
(つづき)									
性別	男性	410	30.7	23.4	19.8	12.7	7.3	2.2	0.2
	女性	527	27.5	25.6	22.4	12.0	9.3	1.5	0.9
年代別	10～20歳代	62	25.8	19.4	16.1	9.7	9.7	-	-
	30歳代	85	25.9	22.4	16.5	15.3	7.1	-	-
	40歳代	130	23.1	16.9	18.5	20.0	6.2	2.3	-
	50歳代	149	26.8	21.5	18.1	16.1	8.7	0.7	-
	60歳代	227	31.3	25.6	16.7	14.1	7.0	1.3	0.9
	70歳代	205	32.2	25.9	26.8	6.3	9.3	2.9	1.5
	80歳以上	82	30.5	42.7	37.8	1.2	13.4	4.9	1.2

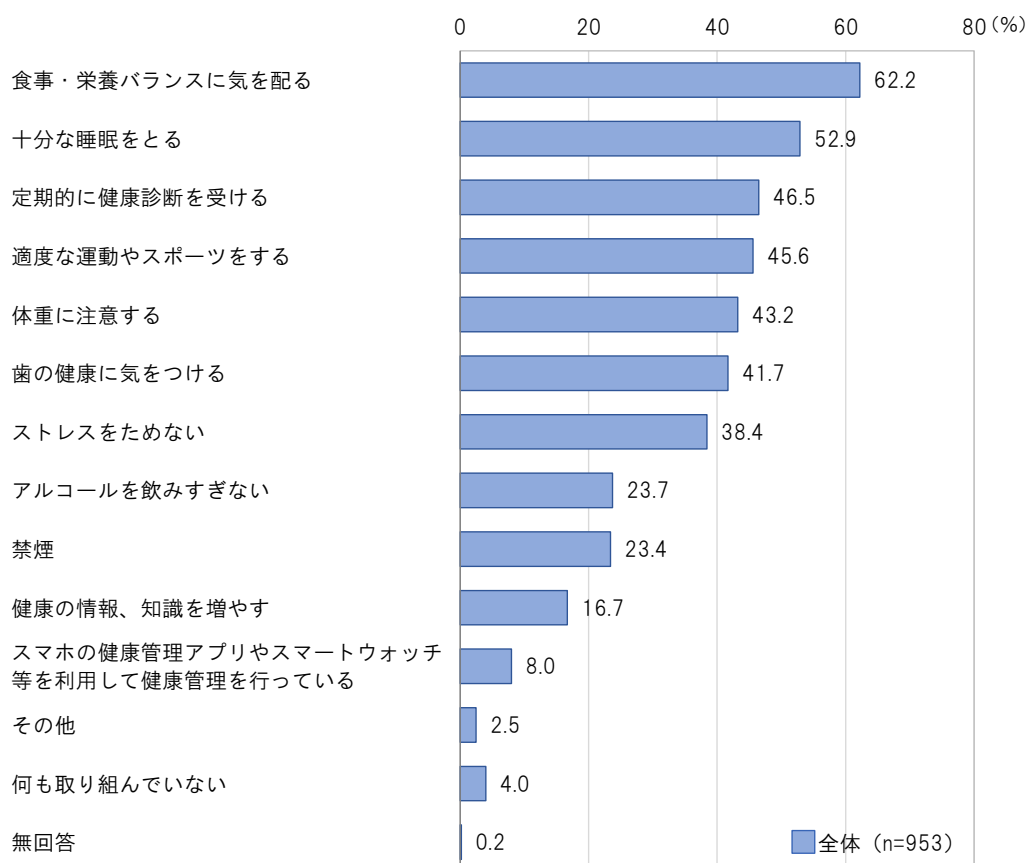
※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(3) 健康づくりについて取り組んでいること

問3 あなたは、健康づくりについて取り組んでいることはありますか。

(〇はあてはまるものすべて)

- 健康づくりについて取り組んでいることについては、「食事・栄養バランスに気を配る」が62.2%と最も高く、次いで「十分な睡眠をとる」(52.9%)、「定期的に健康診断を受ける」(46.5%)、「適度な運動やスポーツをする」(45.6%)の順となっている。
- また、「何も取り組んでいない」が4.0%となっており、ほとんどの人がなんらかの健康づくりを実践していることが分かる。



《性別・年代別》

- 性別にみると、男性では「適度な運動やスポーツをする」や「アルコールを飲みすぎない」、「禁煙」などで女性に比べて高く、女性では「食事・栄養バランスに気を配る」や「歯の健康に気をつける」、「健康の情報、知識を増やす」などで男性に比べて高くなっている。
- 年代別にみると、概ね年代が上がるにつれて「食事・栄養バランスに気を配る」や「定期的に健康診断を受ける」の回答が高くなる傾向がみられ、年代が下がるにつれて「十分な睡眠をとる」の回答が高くなる傾向がみられる。
- また、60歳以上では「食事・栄養バランスに気を配る」や「適度な運動やスポーツをする」、「ストレスをためない」などで、その他の年代に比べて高くなっている。その他、10～20歳代では「何も取り組んでいない」が約1割を占め、その他の年代に比べてやや高くなっている。

(%)

		回答者数(人)	食事・栄養バランスに気を配る	十分な睡眠をとる	定期的に健康診断を受ける	適度な運動やスポーツをする	体重に注意する	歯の健康に気をつける	ストレスをためない
性別	男性	410	53.2	50.7	46.8	51.2	43.4	34.6	40.5
	女性	527	69.6	54.6	46.7	42.1	43.8	47.1	37.0
年代別	10～20歳代	62	48.4	61.3	12.9	32.3	19.4	30.6	30.6
	30歳代	85	54.1	55.3	28.2	40.0	31.8	32.9	35.3
	40歳代	130	59.2	57.7	46.9	36.9	38.5	41.5	37.7
	50歳代	149	59.7	47.0	49.0	43.6	47.7	35.6	34.2
	60歳代	227	67.4	49.3	57.3	52.0	49.3	45.8	42.3
	70歳代	205	63.9	52.7	49.8	52.2	50.7	49.8	41.0
	80歳以上	82	70.7	56.1	51.2	46.3	41.5	39.0	42.7

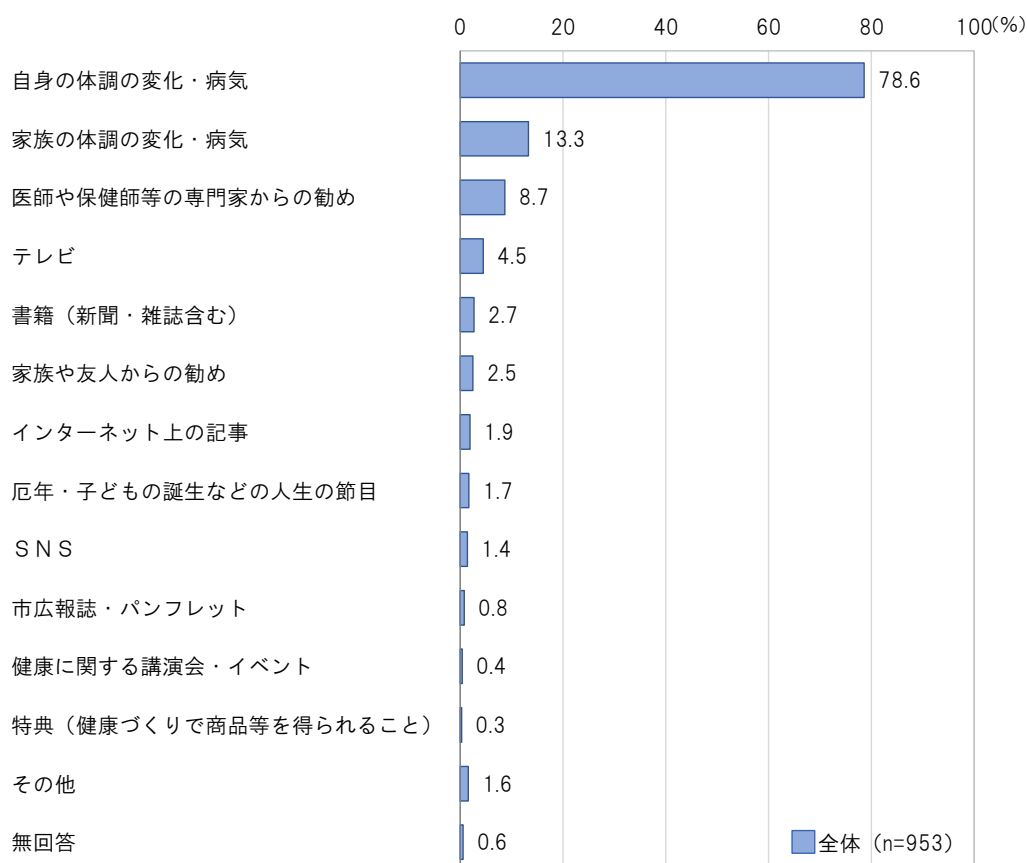
		回答者数(人)	アルコールを飲みすぎない	禁煙	健康の情報、知識を増やす	スマートフォンやタブレットの健康管理を行う	その他	何も取り組んでいない	無回答
(つづき)									
性別	男性	410	32.9	31.5	10.5	9.3	2.4	4.4	0.2
	女性	527	17.1	17.8	21.6	7.2	2.7	3.6	0.2
年代別	10～20歳代	62	19.4	24.2	9.7	8.1	1.6	9.7	-
	30歳代	85	27.1	25.9	10.6	9.4	3.5	5.9	-
	40歳代	130	20.8	24.6	10.8	6.9	-	3.1	-
	50歳代	149	16.1	20.1	16.1	9.4	0.7	5.4	-
	60歳代	227	27.8	23.3	15.9	12.3	1.8	2.6	-
	70歳代	205	27.3	24.4	19.5	4.4	3.9	3.4	0.5
	80歳以上	82	22.0	22.0	34.1	2.4	8.5	1.2	1.2

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(4) 健康づくりに取り組むきっかけとして最も影響力があること

問4 健康づくりに取り組むきっかけにおいて、最も影響力があると思われるものは何ですか。
(○は1つだけ)

- 健康づくりに取り組むきっかけとして最も影響力があることについては、「自身の体調の変化・病気」が78.6%と、その他の項目と比べても突出して高くなっている。
- 次いで「家族の体調の変化・病気」(13.3%)、「医師や保健師等の専門家からの勧め」(8.7%)、「テレビ」(4.5%)の順となっており、自身や家族の不調がきっかけとなっている人が多い結果となっている。



《性別・年代別》

- ・性別にみると、男性では「医師や保健師等の専門家からの勧め」で女性に比べて高く、女性では「家族の体調の変化・病気」で男性に比べて高くなっている。
- ・年代別にみると、概ね年代が上がるにつれて「医師や保健師等の専門家からの勧め」の回答が高くなる傾向がみられ、60歳以上では1割を超えている。
- ・また、30歳代では「厄年・子どもの誕生などの人生の節目」、10～20歳代では「SNS」で、その他の年代に比べてやや高くなっている。

(%)

		回答者数(人)	自身の体調の変化・病気	家族の体調の変化・病気	医師や保健師等の専門家からの勧め	テレビ	書籍(新聞・雑誌含む)	家族や友人からの勧め	インターネット上の記事
性別	男性	410	81.2	10.0	12.0	4.4	3.2	3.2	2.0
	女性	527	76.1	16.1	6.5	4.7	2.3	2.1	1.9
年代別	10～20歳代	62	82.3	9.7	4.8	3.2	-	-	-
	30歳代	85	81.2	14.1	3.5	2.4	-	2.4	2.4
	40歳代	130	76.2	15.4	5.4	1.5	1.5	2.3	3.8
	50歳代	149	79.9	16.8	6.7	4.7	-	1.3	2.7
	60歳代	227	83.3	14.5	11.0	4.4	2.6	2.2	2.2
	70歳代	205	77.6	12.2	11.2	5.9	6.8	4.4	1.0
	80歳以上	82	63.4	7.3	14.6	8.5	3.7	3.7	-

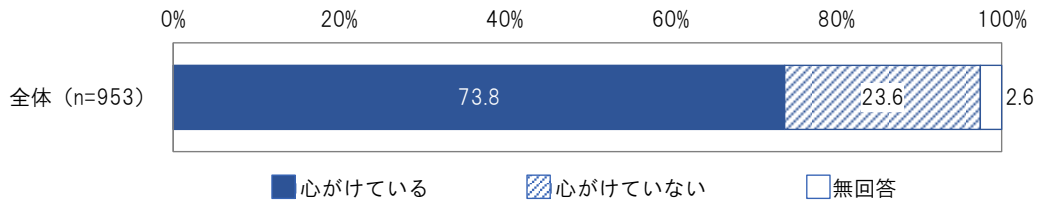
		回答者数(人)	厄年・子どもの誕生などの人生の節目	SNS	市広報誌・パンフレット	健康に関する講演会・イベント	特典(健康づくりで商品等を得られること)	その他	無回答
(つづき)									
性別	男性	410	1.0	1.2	0.5	0.2	0.5	2.0	-
	女性	527	2.3	1.5	1.1	0.6	0.2	1.3	0.9
年代別	10～20歳代	62	1.6	6.5	-	-	-	-	-
	30歳代	85	7.1	1.2	-	-	1.2	-	-
	40歳代	130	2.3	3.8	-	-	0.8	0.8	-
	50歳代	149	0.7	0.7	0.7	0.7	0.7	0.7	-
	60歳代	227	1.3	0.9	0.9	0.4	-	2.6	0.4
	70歳代	205	1.0	-	1.5	0.5	-	2.9	1.0
	80歳以上	82	-	-	2.4	1.2	-	1.2	2.4

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(5) 適正体重の維持に向けた心がけ

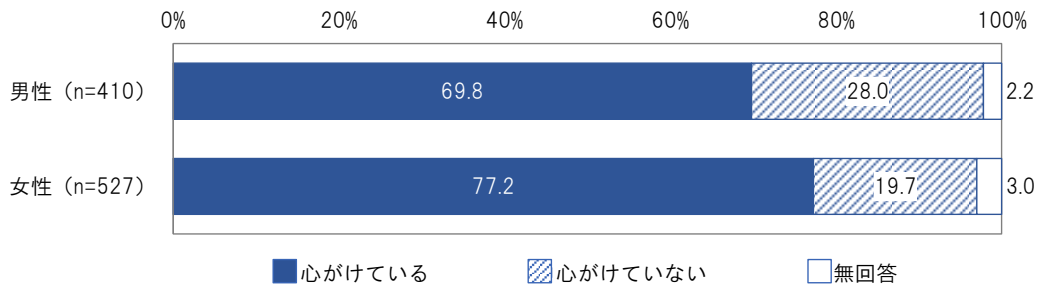
問5 あなたは、適正体重を保つよう心がけていますか。(○は1つだけ)

- 適正体重の維持に向けた心がけは、「心がけている」が73.8%、「心がけていない」は23.6%となっている。



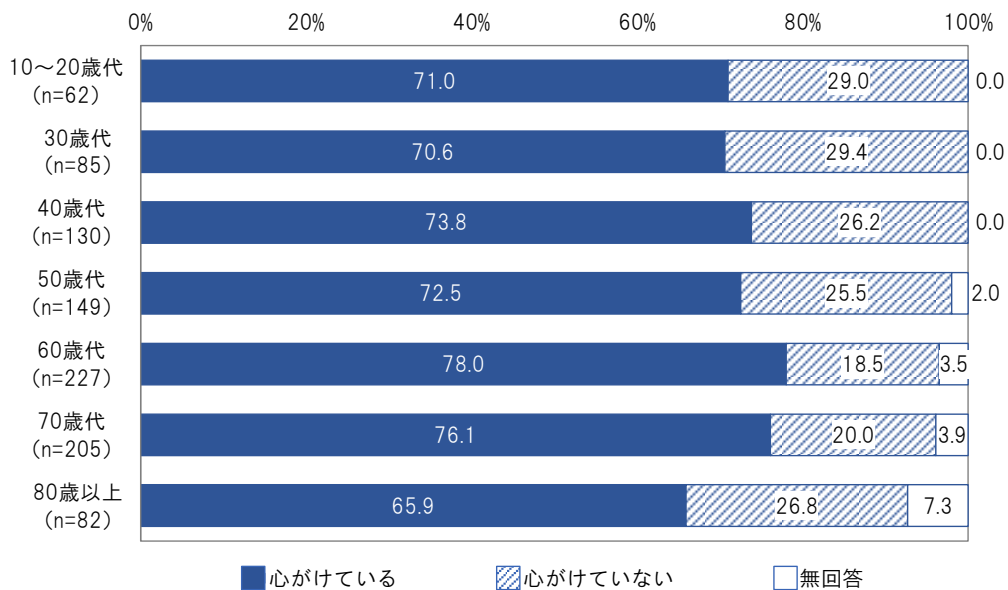
《性別》

- 性別にみると、男性に比べて女性で「心がけている」が高くなっている。



《年代別》

- 年代別にみると、「心がけている」が60歳代で78.0%と最も高くなっている。
- また、概ね年代が下がるにつれて「心がけていない」が高くなる傾向がみられ、10~30歳代では約3割程度となっている。

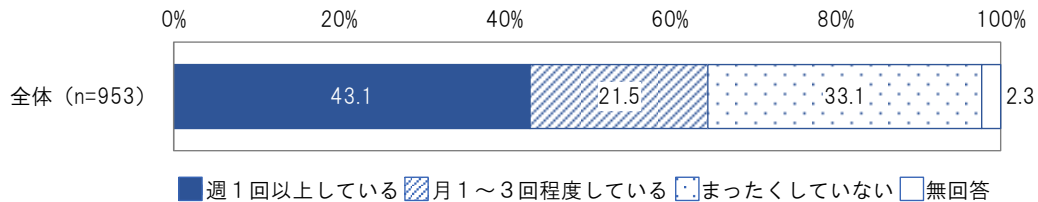


3 運動習慣について

(1) 運動・体力づくりの実施状況

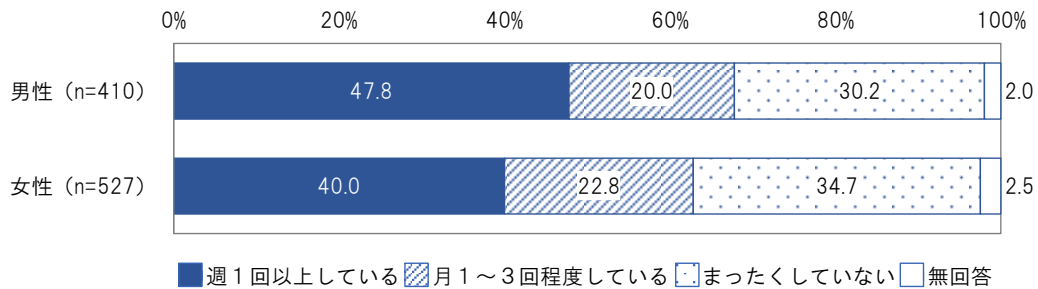
問6 日頃、意識的に運動や体力づくりをしていますか。(〇は1つだけ)

- ・運動・体力づくりの実施状況は、「週1回以上している」が43.1%と最も高く、「月1～3回程度している」(21.5%)と合わせると、『している』人が6割以上を占めている。
- ・一方で、「まったくしていない」が33.1%となっている。



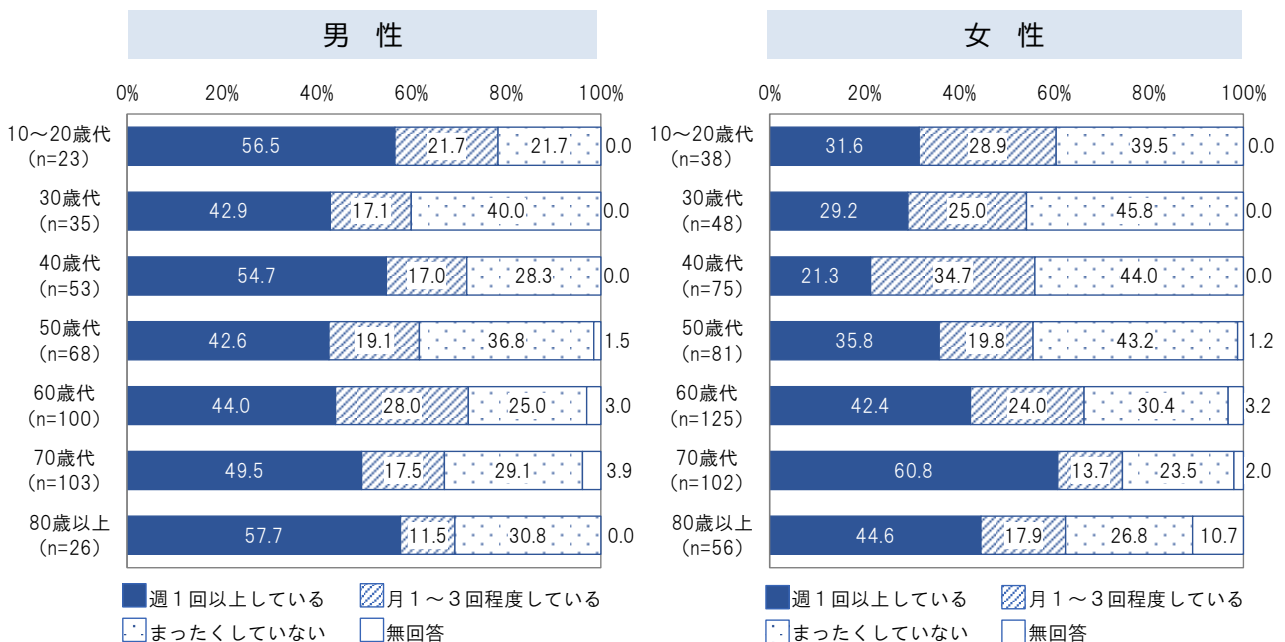
《性別》

- ・性別にみると、男性では「週1回以上している」が半数近くを占めて女性に比べて高く、女性では「まったくしていない」が男性に比べて高くなっている。



《性年代別》

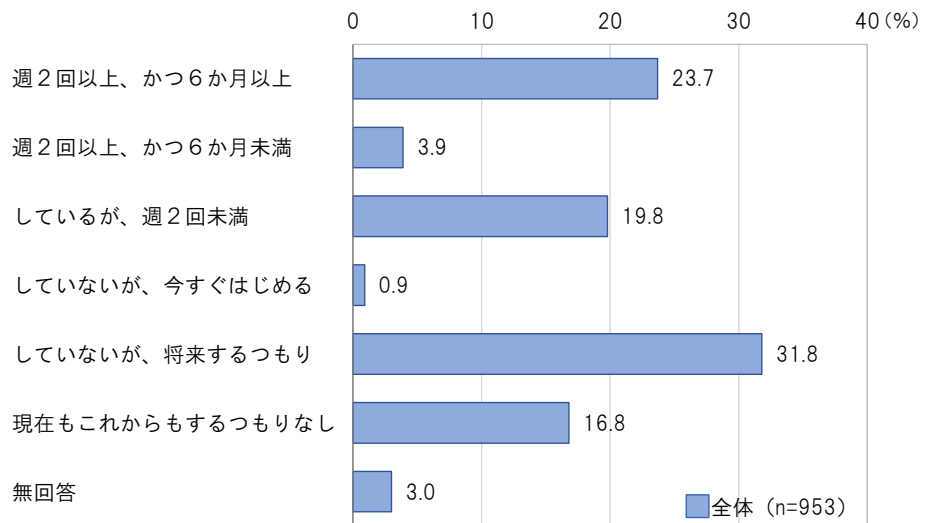
- ・性年代別にみると、「週1回以上している」では、男性は10～20歳代・40歳代・80歳以上、女性では70歳代で半数を超えて高くなっている。
- ・また、女性では30～50歳代では「まったくしていない」が4割を超えて高くなっている。



(2) 1回30分以上かつ週2回以上の運動の状況

問7 ジョギングやスポーツなど、健康づくりのために続けて1回30分以上、かつ週2回以上運動をしていますか。(○は1つだけ)

- 1回30分以上かつ週2回以上の運動については、「週2回以上かつ6か月以上(している)」(23.7%)と「しているが、週2回未満」(19.8%)、「週2回以上かつ6か月未満」(3.9%)を合わせた『運動をしている』人は半数未満となっている。
- また、「していないが、将来するつもり」が31.8%と、「していないが、今すぐは始める」(0.9%)を合わせると、今後の実施意向のある人は3割を超えている。



《性別・年代別》

- 性別にみると、男性では「週2回以上かつ6か月以上(している)」が最も高く、3割近くを占めている。
- 年代別にみると、概ね年代が上がるにつれて「週2回以上かつ6か月以上(している)」の回答が高くなる傾向がみられ、60歳代では約3割を占めている。
- また、10～20歳代・70歳以上では「現在もこれからもするつもりなし」が2割を超え、その他の年代に比べてやや高くなっている。

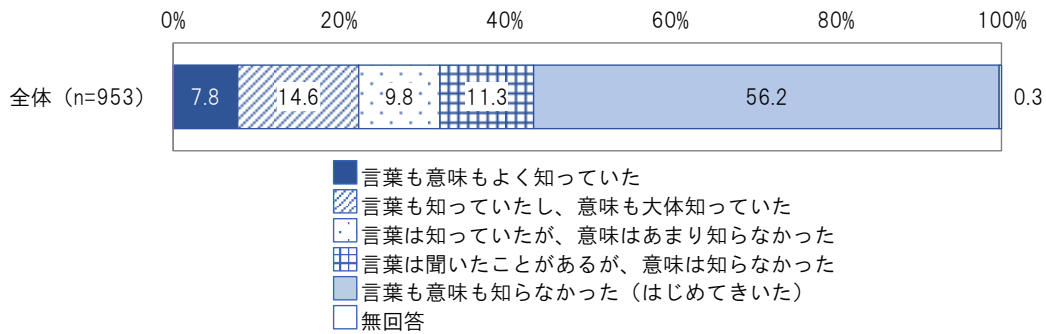
		(人)	週2回以上、かつ6か月以上	週2回以上、かつ6か月未満	しているが、週2回未満	していないが、今すぐは始める	していないが、将来するつもり	現在もこれからもするつもりなし	無回答
性別	男性	410	28.8	4.9	19.8	1.0	25.1	19.0	1.5
	女性	527	20.1	2.8	20.1	0.9	37.2	14.8	4.0
年代別	10～20歳代	62	9.7	6.5	17.7	3.2	41.9	21.0	-
	30歳代	85	12.9	5.9	18.8	-	42.4	17.6	2.4
	40歳代	130	16.2	3.1	24.6	1.5	39.2	14.6	0.8
	50歳代	149	20.8	2.7	14.8	-	45.0	15.4	1.3
	60歳代	227	29.5	3.5	22.5	0.9	30.0	11.0	2.6
	70歳代	205	20.0	16.6	1.5	19.0	4.4	33.2	5.4
	80歳以上	82	26.8	22.0	-	19.5	1.2	25.6	4.9

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(3) 運動器症候群（ロコモティブシンドローム）の認知度

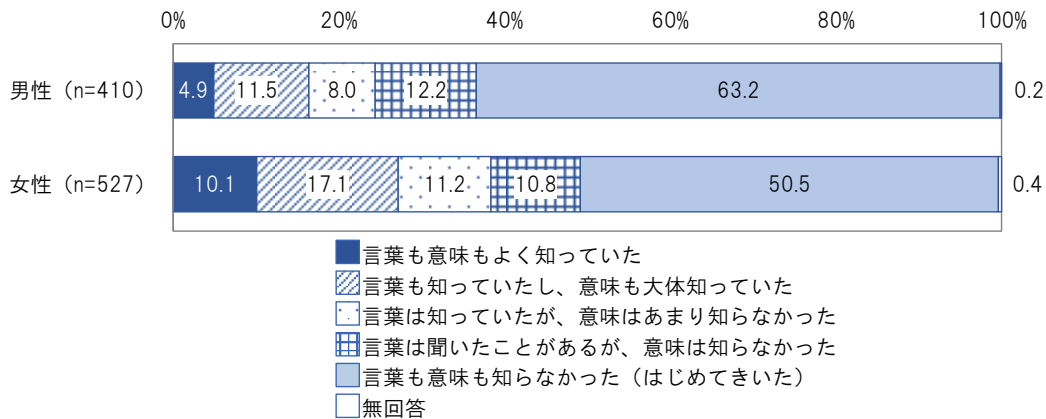
問8 あなたは、運動器症候群（ロコモティブシンドローム）を知っていますか。（○は1つだけ）

- 運動器症候群（ロコモティブシンドローム）の認知度は、「言葉も意味も知らなかった（はじめてきいた）」が56.2%と最も高くなっている。
- また、「言葉も意味もよく知っていた」は7.8%、「言葉も知っていたし、意味も大体知っていた」は14.6%となっている。



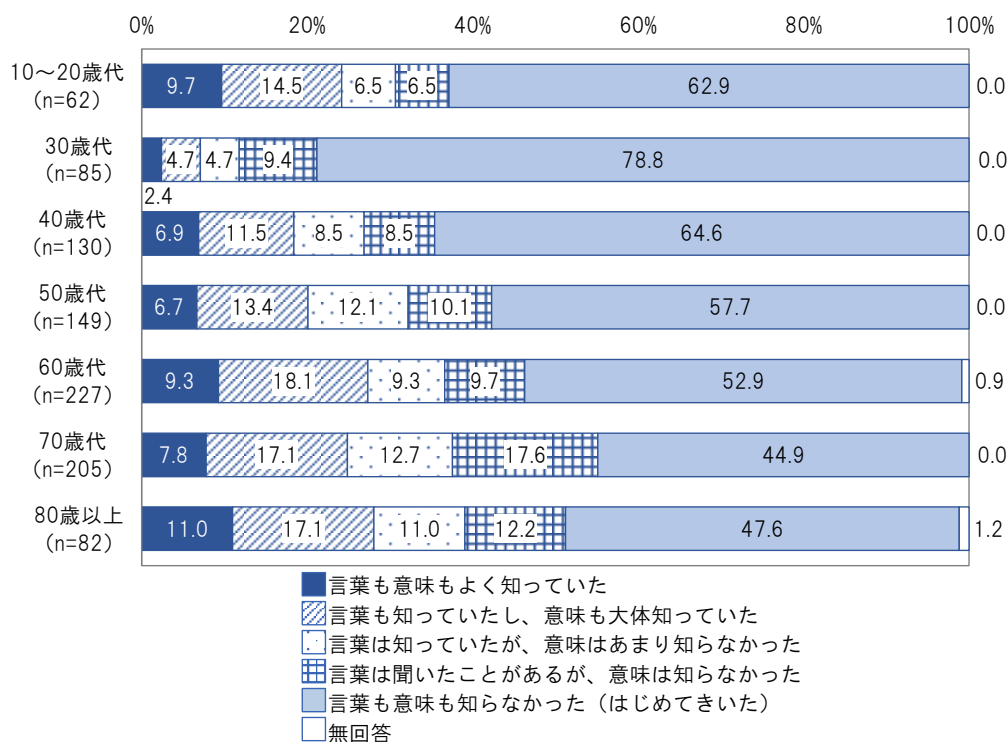
《性別》

- 性別にみると、「言葉も意味もよく知っていた」や「言葉も知っていたし、意味も大体知っていた」などで、女性が男性を上回っている。
- また、男性では「言葉も意味も知らなかった（はじめてきいた）」が63.2%と、女性（50.5%）を10ポイント以上上回っている。



《年代別》

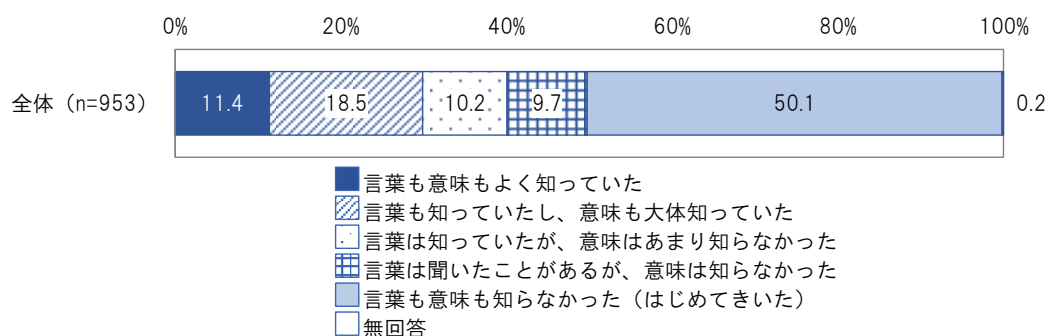
- 年代別にみると、「言葉も意味もよく知っていた」は80歳以上、「言葉も知っていたし、意味も大体知っていた」は60歳代で最も高くなっている。
- また、30歳以上では概ね年代が下がるにつれて「言葉も意味も知らなかった（はじめてきいた）」が高くなる傾向がみられ、30歳代では8割近くを占めている。



(4) フレイルの認知度

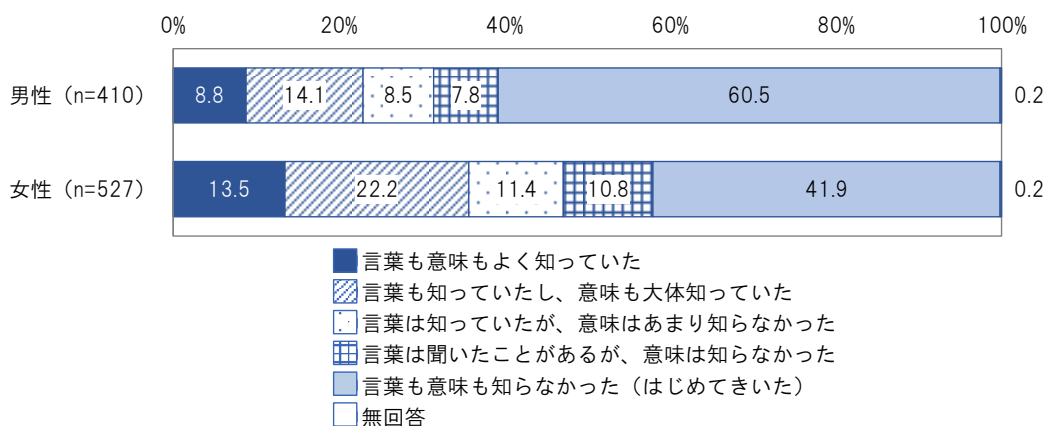
問9 あなたは、フレイルという言葉やその意味を知っていますか。(○は1つだけ)

- フレイルの認知度は、「言葉も意味も知らなかった（はじめてきいた）」が50.1%と最も高くなっている。
- また、「言葉も意味もよく知っていた」は11.4%、「言葉も知っていたし、意味も大体知っていた」は18.5%となっている。



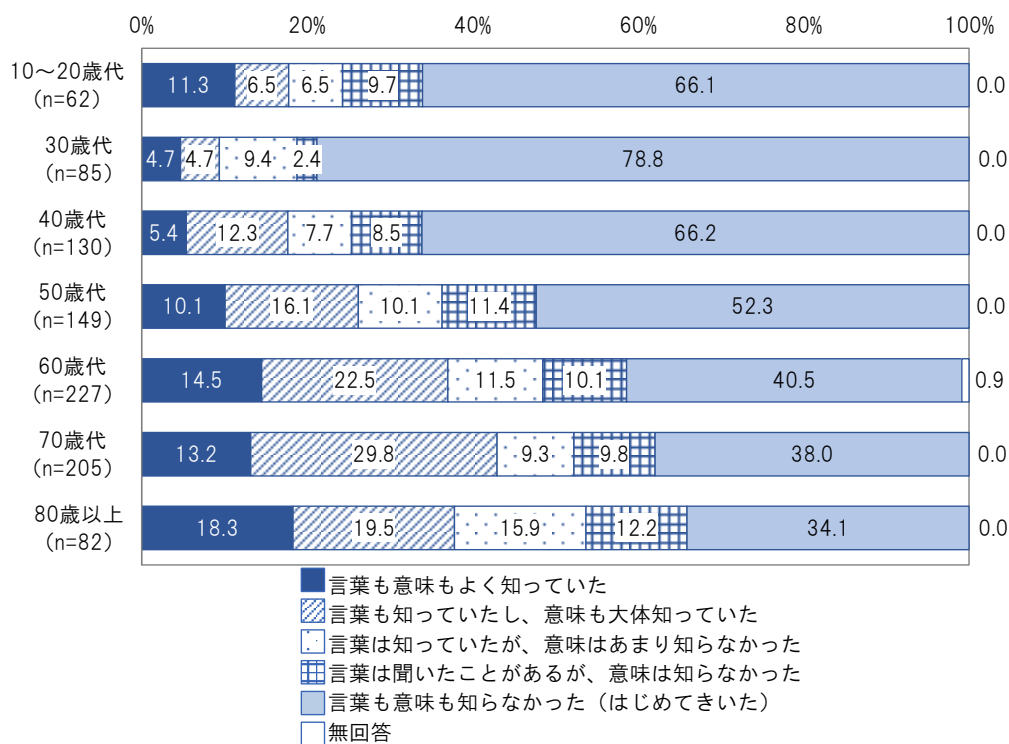
《性別》

- 性別にみると、「言葉も意味もよく知っていた」や「言葉も知っていたし、意味も大体知っていた」などで、女性が男性を上回っている。
- また、男性では「言葉も意味も知らなかった（はじめてきいた）」が60.5%と、女性（41.9%）を20ポイント近く上回っている。



《年代別》

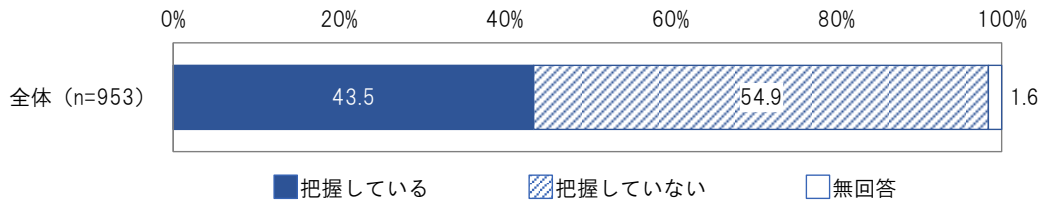
- 年代別にみると、30歳以上では概ね年代が上がるにつれて「言葉も知っていたし、意味も大体知っていた」が高くなっており、70歳代では約3割を占めている。
- また、30歳以上では概ね年代が下がるにつれて「言葉も意味も知らなかった（はじめてきいた）」が高くなる傾向がみられ、30歳代では8割近くを占めている。



(5) 1日あたりのおおよその歩数の把握

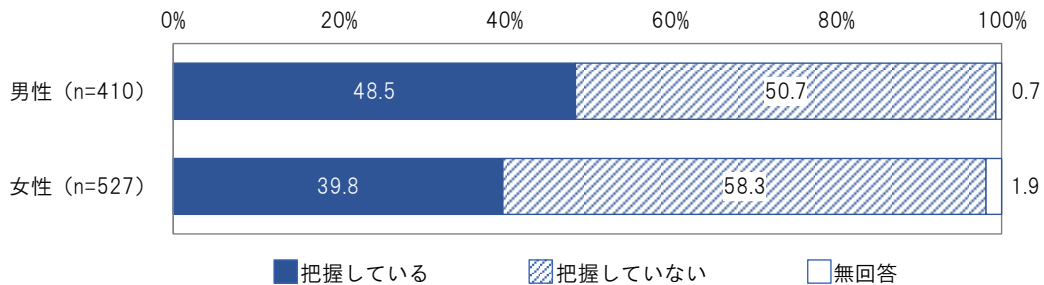
問10 あなたは、1日あたりのおおよその歩数を把握していますか。(○は1つだけ)

- 1日あたりのおおよその歩数の把握については、「把握していない」が54.9%、「把握している」は43.5%となっている。



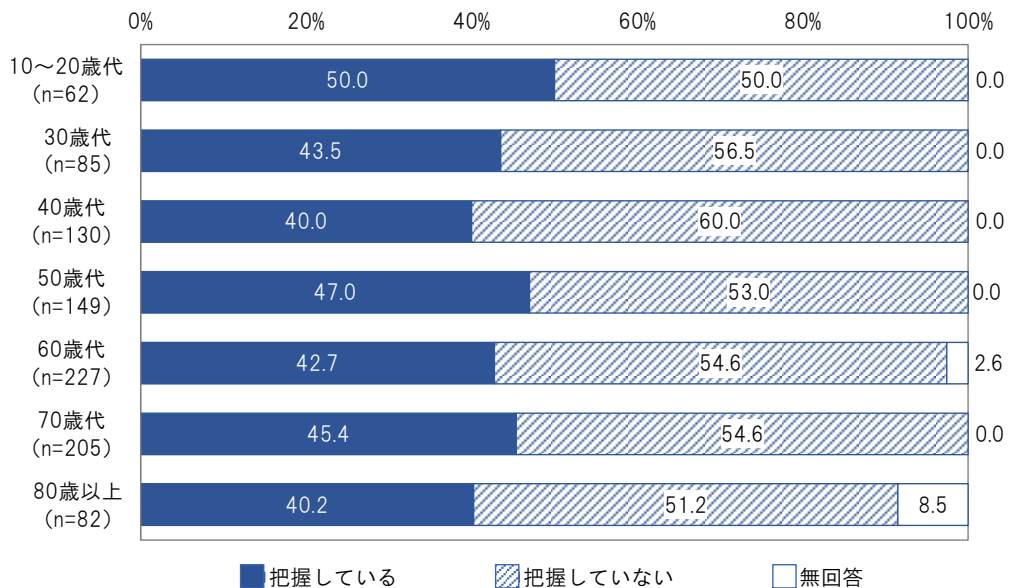
《性別》

- 性別にみると、女性に比べて男性で「把握している」が高くなっている。



《年代別》

- 年代別にみると、「把握している」が10~20歳代で50.0%と最も高く、次いで50歳代が47.0%となっている。
- 一方で、40歳代では「把握していない」が60.0%と、「把握している」は40.0%となっている。

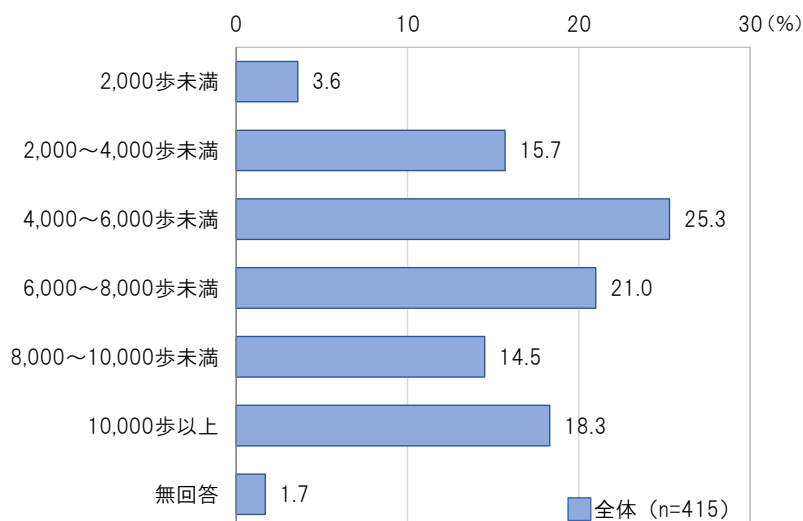


(5-1) 1日あたりのおおよその歩数

※(5)で「把握している」と回答した人のみ

問10 1日あたりのおおよその歩数を把握している方は、1日における平均的な歩数を記入してください。

- 歩数を把握している人の1日あたりのおおよその歩数は、「4,000～6,000歩未満」が25.3%と最も高く、次いで「6,000～8,000歩未満」(21.0%)となっており、平均歩数は6,416歩となっている。



《性別・年代別》

- 性別にみると、平均歩数は男性が7,147歩、女性が5,744歩となっている。
- 年代別にみると、30歳代・50歳代では7,000歩を超えた平均歩数となっているのに対し、80歳以上では約4,300歩と少なくなっている。

		回答者数(人)	2000歩未満	2400歩未満	2400歩未満	2600歩未満	2800歩未満	2800歩未満	10000歩以上	無回答	平均歩数(歩)
性別	男性	199	1.5	11.6	22.1	21.1	19.1	22.1	2.5		7,147
	女性	210	5.2	19.5	29.0	21.0	9.5	14.8	1.0		5,744
年代別	10～20歳代	31	6.5	6.5	35.5	16.1	9.7	25.8	-		6,669
	30歳代	37	2.7	10.8	24.3	18.9	13.5	29.7	-		7,013
	40歳代	52	1.9	11.5	32.7	19.2	11.5	21.2	1.9		6,506
	50歳代	70	1.4	21.4	11.4	20.0	20.0	22.9	2.9		7,058
	60歳代	97	3.1	15.5	19.6	25.8	17.5	17.5	1.0		6,465
	70歳代	93	2.2	14.0	33.3	23.7	12.9	10.8	3.2		6,196
	80歳以上	33	15.2	30.3	30.3	12.1	6.1	6.1	-		4,348

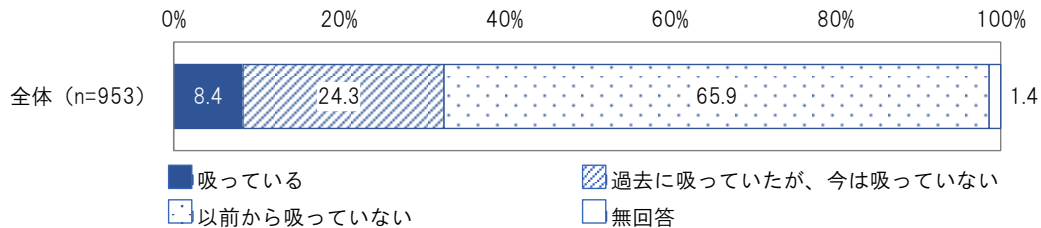
※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

4 たばこについて

(1) 喫煙状況

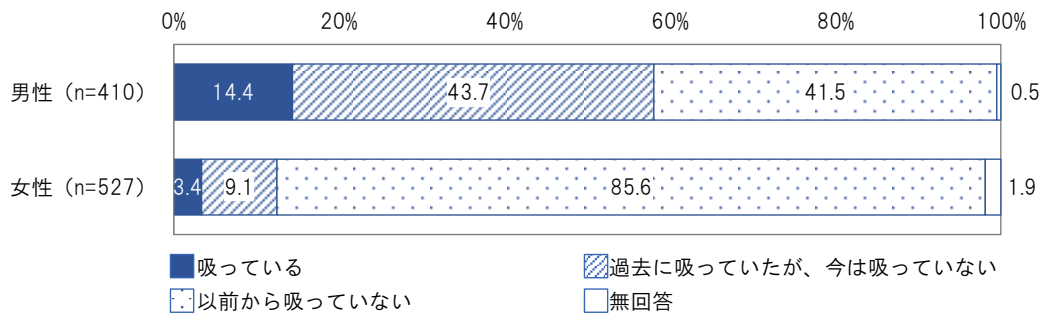
問 11 あなたは現在、たばこを吸っていますか。(＊たばこには加熱式たばこも含まれます) (○は1つだけ)

- ・喫煙状況は、「以前から吸っていない」が 65.9%と最も高く、「過去に吸っていたが、今は吸っていない」(24.3%) と合わせると、『吸っていない』人が約9割を占めている。
- ・一方で、「吸っている」が 8.4%となっている。



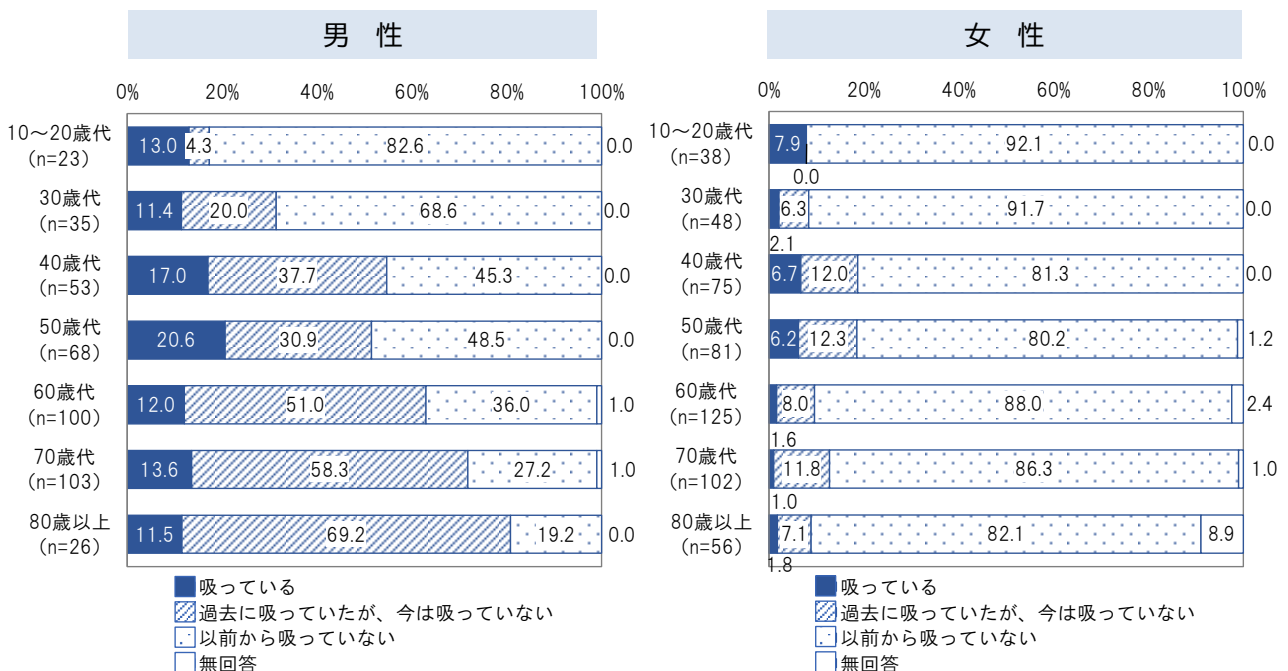
《性別》

- ・性別にみると、男性では「吸っている」が 14.4%と、女性 (3.4%) に比べて高くなっている。



《性年代別》

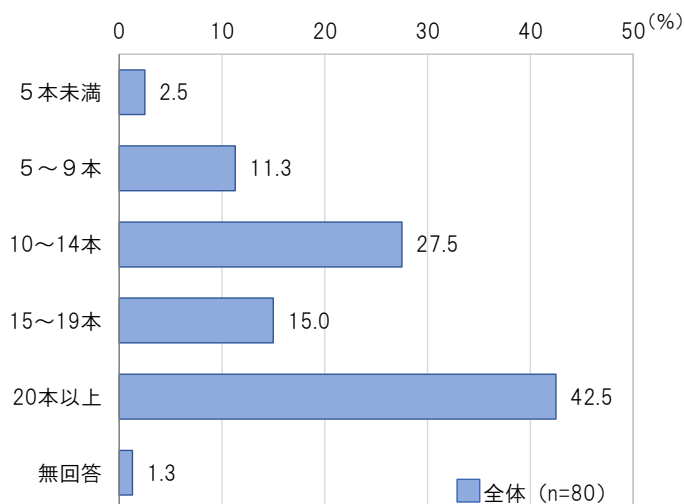
- ・性年代別にみると、男性では、「吸っている」が 50 歳代で 20.6%と最も高く、次いで 40 歳代が 17.0%、70 歳代が 13.6%、10~20 歳代が 13.0%となっている。
- ・また、女性では 10~20 歳代で「吸っている」が 7.9%と高くなっている。



(1-1) 1日あたりの喫煙本数

※ (1) で「吸っている」と回答した人のみ

- 喫煙している人の1日あたりの喫煙本数は、「20本以上」が42.5%と最も高く、次いで「10～14本」(27.5%)となっており、喫煙者全体の平均喫煙本数は15.1本となっている。



《性別》

- 性別にみると、1日あたりの平均喫煙本数は男性が16.1本、女性が12.5本となっている。

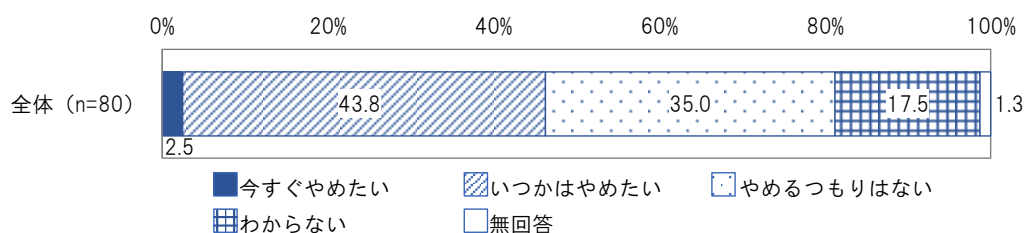
		回答者数 (人)	5本未満	5～9本	10～14本	15～19本	20本以上	無回答	平均本数 (本)
性別	男性	59	3.4	10.2	23.7	15.3	47.5	-	16.1
	女性	18	-	11.1	38.9	16.7	27.8	5.6	12.5

(1-2) 今後の禁煙意向

※ (1) で「吸っている」と回答した人のみ

問 11-1 喫煙について今後、どうしたいですか。(○は1つだけ)

- 喫煙している人の今後の禁煙意向は、「いつかはやめたい」が43.8%と最も高く、「今すぐやめたい」(2.5%)と合わせると『やめたい』人が46.3%となっている。

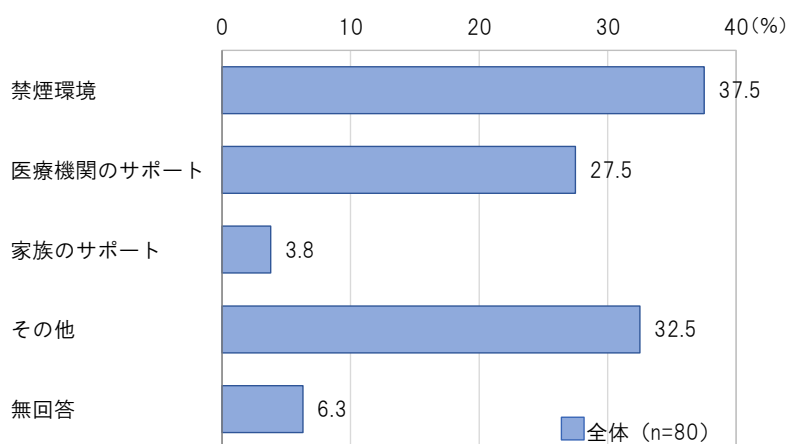


(1-3) 禁煙するために必要なこと

※ (1) で「吸っている」と回答した人のみ

問 11-2 何があれば禁煙できると思いますか。(〇はいくつでも)

- ・喫煙している人が禁煙するために必要なことは、「禁煙環境」が37.5%と最も高く、次いで「医療機関のサポート」(27.5%)となっている。
- ・その他の意見では、「病気・体調不良」や「強い意志」などの回答がみられた。

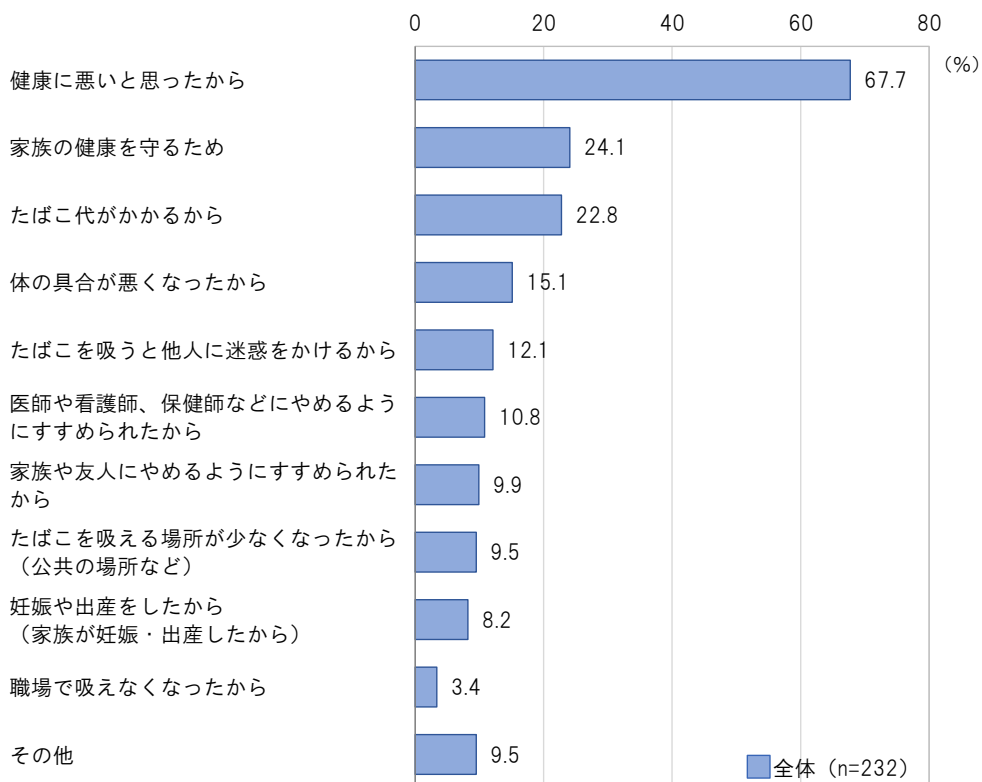


(1-4) たばこをやめた理由

※ (1) で「過去に吸っていたが、今は吸っていない」と回答した人のみ

問 11-3 やめた理由は何ですか。(〇はあてはまるものすべて)

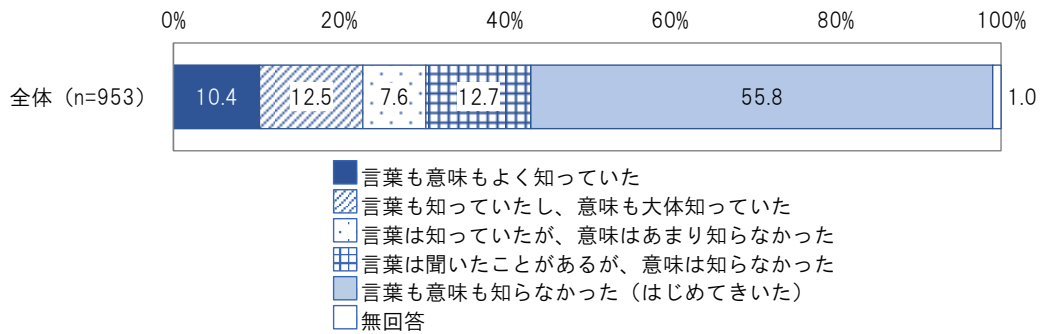
- ・たばこをやめた理由では、「健康に悪いと思ったから」が67.7%と最も高く、次いで「家族の健康を守るため」(24.1%)、「たばこ代がかかるから」(22.8%)の順となっている。



(2) COPD（慢性閉塞性肺疾患）の認知度

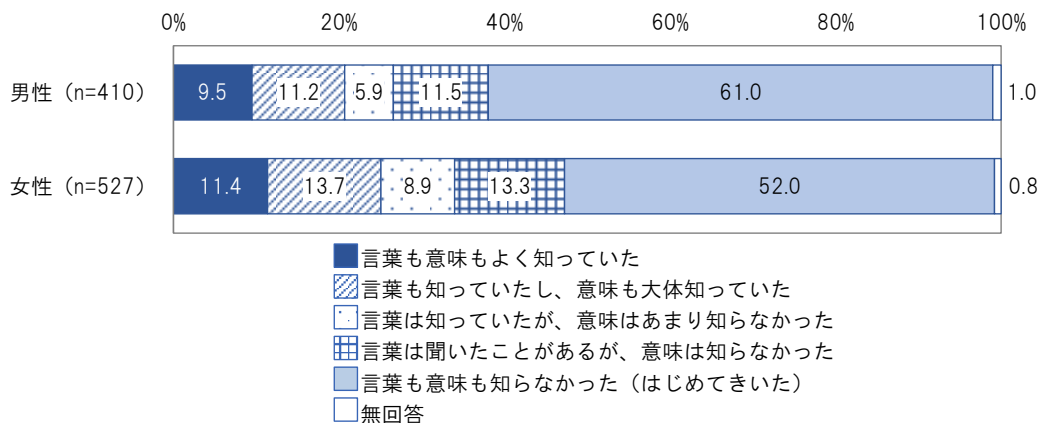
問 12 COPD（慢性閉塞性肺疾患）という病気を知っていますか。（○は1つだけ）

- COPD（慢性閉塞性肺疾患）の認知度は、「言葉も意味も知らなかった（はじめてきいた）」が 55.8%と最も高くなっている。
- また、「言葉も知っていたし、意味も大体知っていた」は 12.5%、「言葉も意味もよく知っていた」は 10.4%となっている。



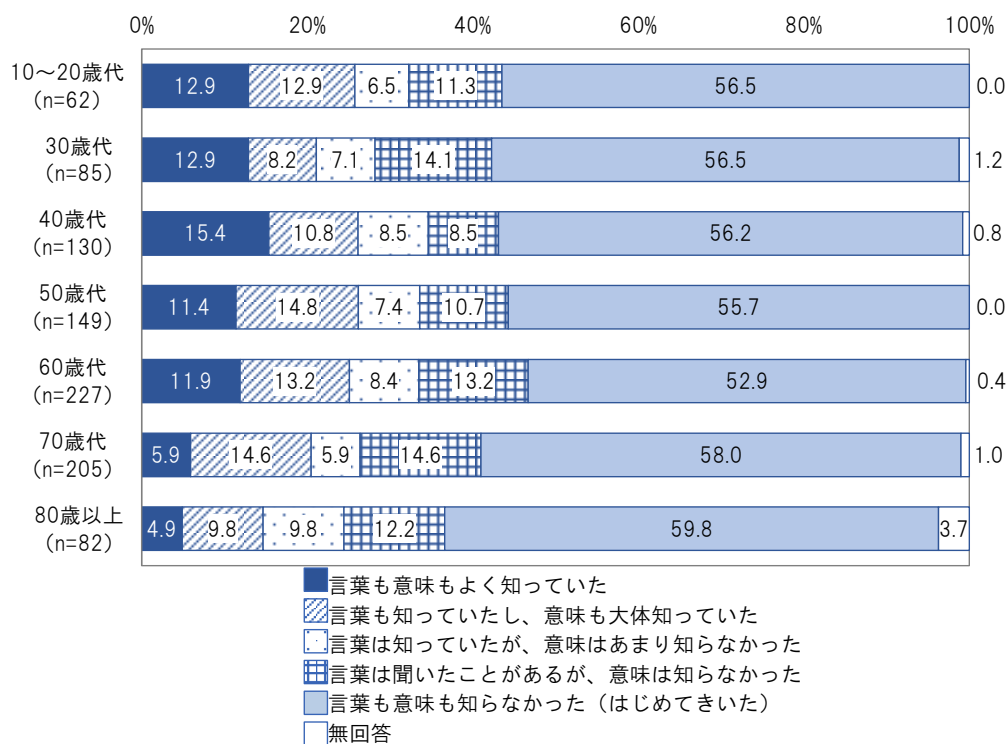
《性別》

- 性別にみると、「言葉も意味もよく知っていた」や「言葉も知っていたし、意味も大体知っていた」で、女性が男性をやや上回っている。
- また、男性では「言葉も意味も知らなかった（はじめてきいた）」が 61.0%と、女性（52.0%）を 10 ポイント近く上回っている。



《年代別》

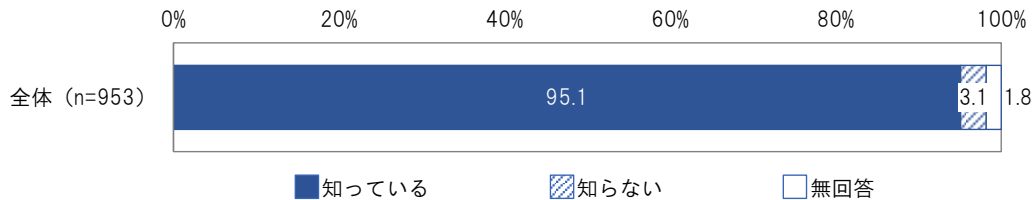
- 年代別にみると、「言葉も意味もよく知っていた」は40歳代で15.4%と最も高く、次いで10～30歳代が12.9%となっている。
- また、70歳以上では「言葉も意味も知らなかった（はじめてきいた）」が6割近くを占め、その他の年代に比べてやや高くなっている。



(3) 受動喫煙でも健康に悪影響があることの認知

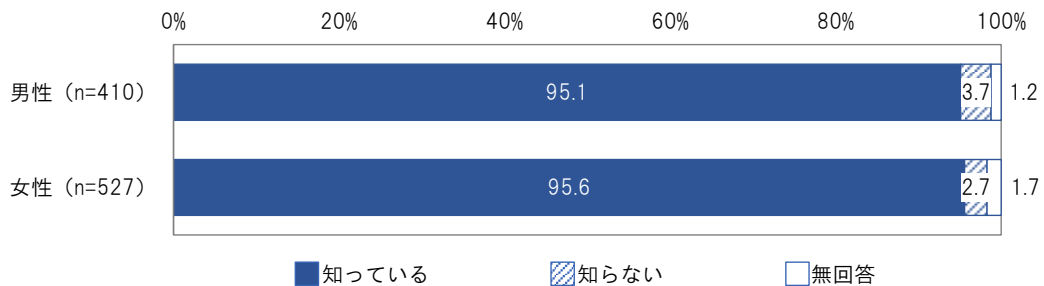
問13 喫煙者だけでなく、受動喫煙でも健康に悪影響が出ることを知っていますか。(○は1つだけ)

- 受動喫煙でも健康に悪影響があることの認知については、「知っている」が95.1%と大半を占めている。



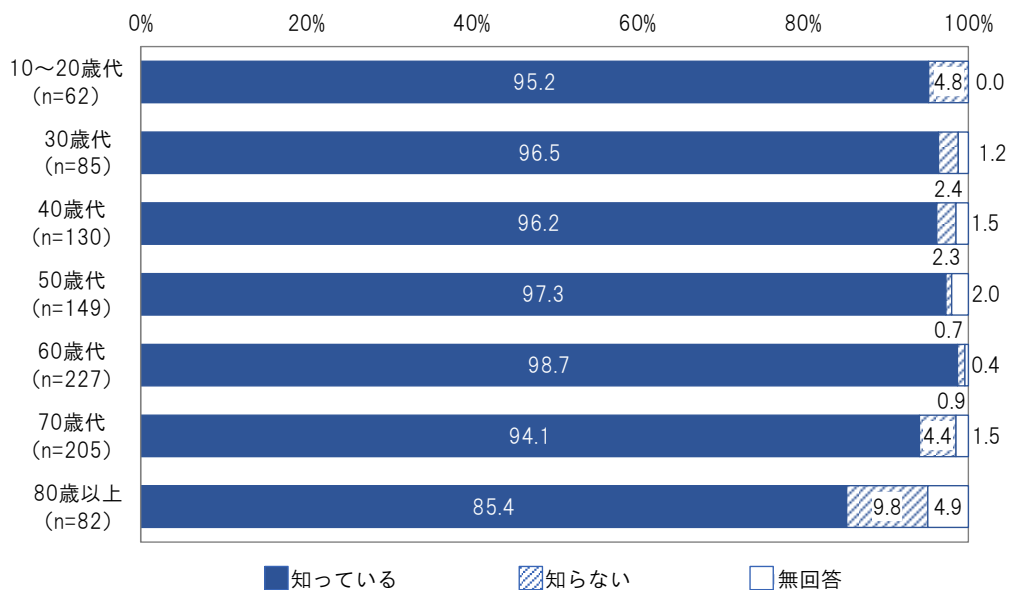
《性別》

- 性別にみると、男性・女性ともに「知っている」は95%以上となっており、大きな差異はみられない。



《年代別》

- 年代別にみると、70歳以上を除いて、概ね年代が上がるにつれて「知っている」が高くなる傾向がみられる。
- 一方で、80歳以上では「知らない」が約1割と、その他の年代に比べてやや高くなっている。

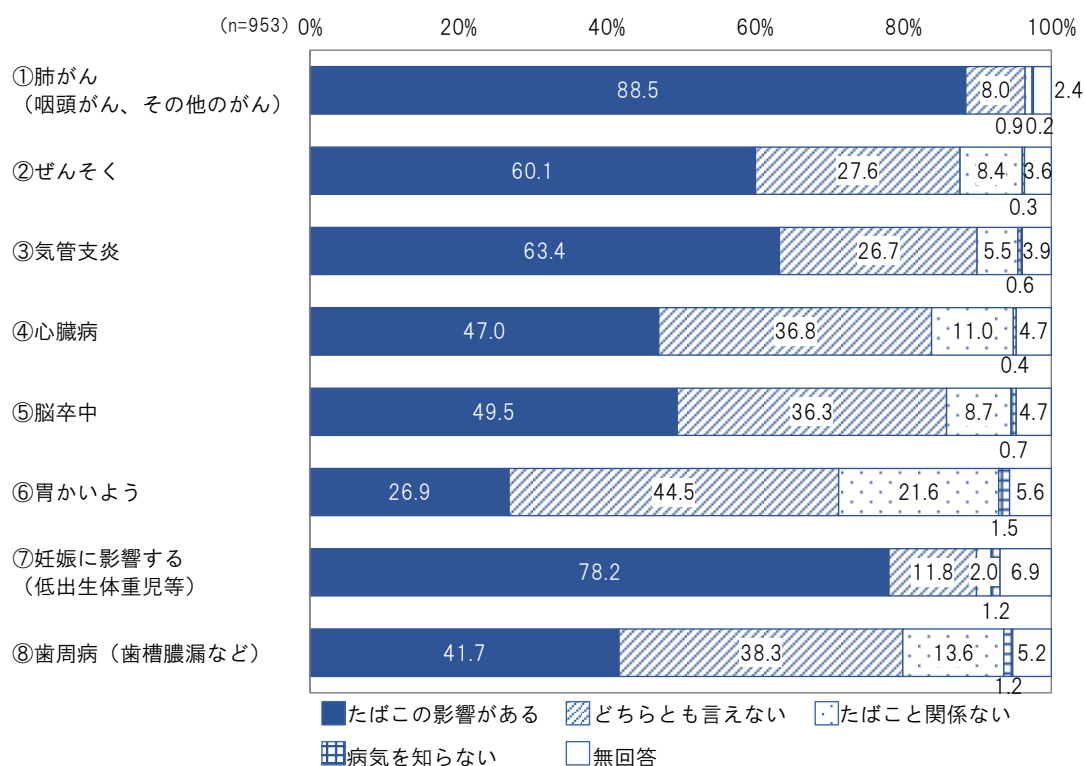


(4) たばこが健康に与える影響

問 14 たばこが健康に与える影響について、あなたの考えに近いものを選んでください。

(○はそれぞれ1つずつ)

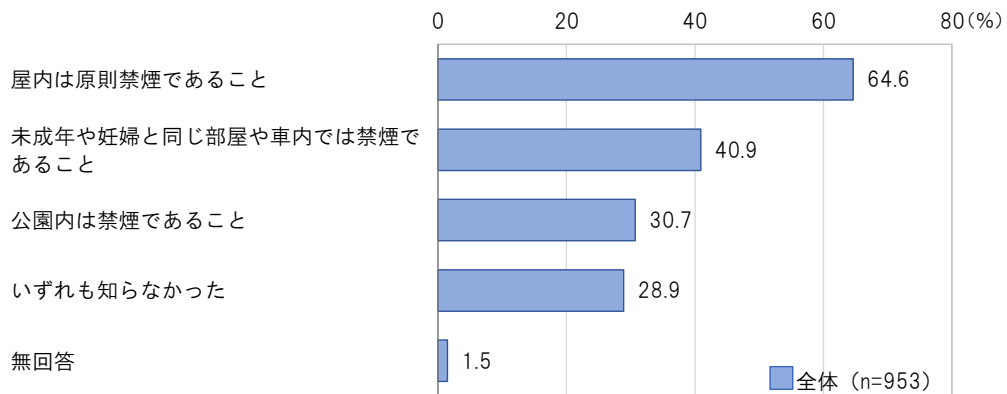
- たばこが健康に与える影響について、「たばこの影響がある」の割合では、“①肺がん（咽頭がん、その他のがん）”が88.5%と最も高く、次いで“⑦妊娠に影響する（低出生体重児等）”が78.2%、“③気管支炎”が63.4%、“②ぜんそく”が60.1%の順となっている。
- 「たばこ関係ない」の割合では、“⑥胃かいよう”が21.6%と最も高く、次いで“⑧歯周病（歯槽膿漏など）”が13.6%、“④心臓病”が11.0%の順となっている。



(5) 健康増進法の改正による受動喫煙防止の取組の認知度

問 15 健康増進法の改正により、2020 年 4 月から次の受動喫煙防止の取組が開始されていることを知っていましたか。(○はあてはまるものすべて)

- 健康増進法の改正による受動喫煙防止の取組の認知度は、「屋内は原則禁煙であること」が 64.6% と最も高く、次いで「未成年や妊婦と同じ部屋や車内では禁煙であること」(40.9%)、「公園内は禁煙であること」(30.7%) の順となっている。
- また、「いずれも知らなかった」が 28.9%となっている。



《性別・年代別》

- 性別にみると、男性では「公園内は禁煙であること」で女性に比べてやや高く、女性では「未成年や妊婦と同じ部屋や車内では禁煙であること」で男性に比べてやや高くなっている。
- 年代別にみると、30 歳代・70 歳以上では「公園内は禁煙であること」、60 歳代では「未成年や妊婦と同じ部屋や車内では禁煙であること」で、その他の年代に比べてやや高くなっている。
- また、40 歳代では「いずれも知らなかった」が 37.7%と、その他の年代に比べて高くなっている。

		回答者数 (人)	屋内は原則禁煙であること	未成年や妊婦と同じ部屋や車内では禁煙であること	公園内は禁煙であること	いずれも知らなかった	無回答
性別	男性	410	66.8	38.5	33.2	27.1	1.2
	女性	527	63.6	43.3	29.0	29.8	1.3
年代別	10~20歳代	62	69.4	30.6	33.9	30.6	-
	30歳代	85	62.4	40.0	43.5	29.4	2.4
	40歳代	130	59.2	25.4	32.3	37.7	0.8
	50歳代	149	67.8	29.5	28.2	26.8	0.7
	60歳代	227	64.3	48.5	32.6	29.5	0.9
	70歳代	205	68.3	25.9	49.8	24.4	1.0
	80歳以上	82	61.0	24.4	53.7	24.4	4.9

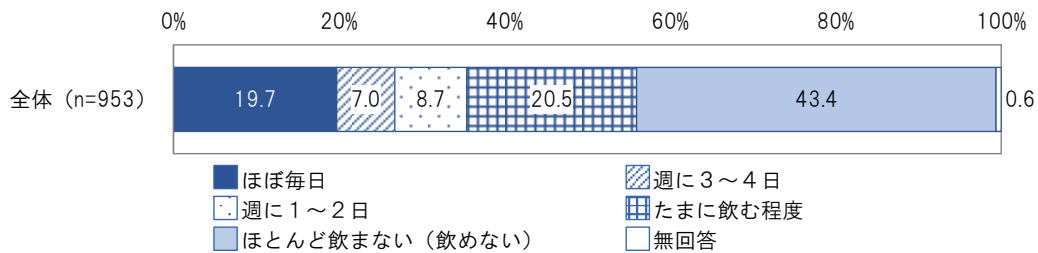
※1 番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2 番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

5 飲酒について

(1) 飲酒状況

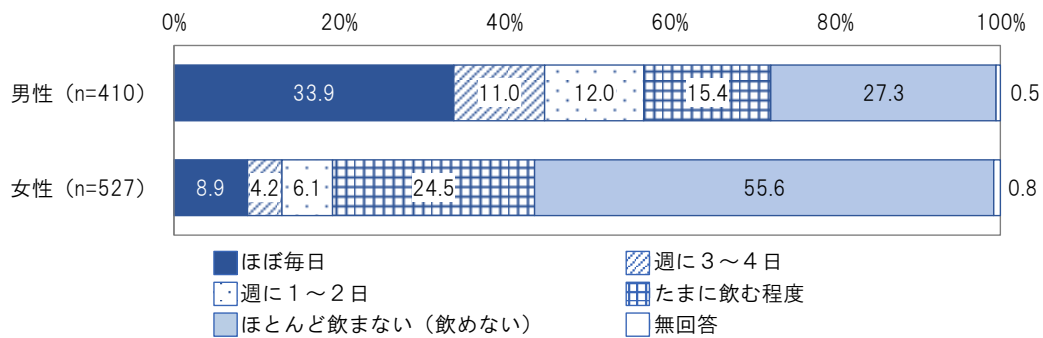
問 16 あなたは、お酒を飲みますか。(○は1つだけ)

- ・飲酒状況は、「ほとんど飲まない(飲めない)」が43.4%と最も高く、「たまに飲む程度」(20.5%)と合わせると、『あまり飲まない』人が6割以上を占めている。
- ・一方で、「ほぼ毎日」が19.7%を占め、「週に3～4日」(7.0%)、「週に1～2日」(8.7%)と合わせると、『週に1日以上』飲む人が3割以上を占めている。



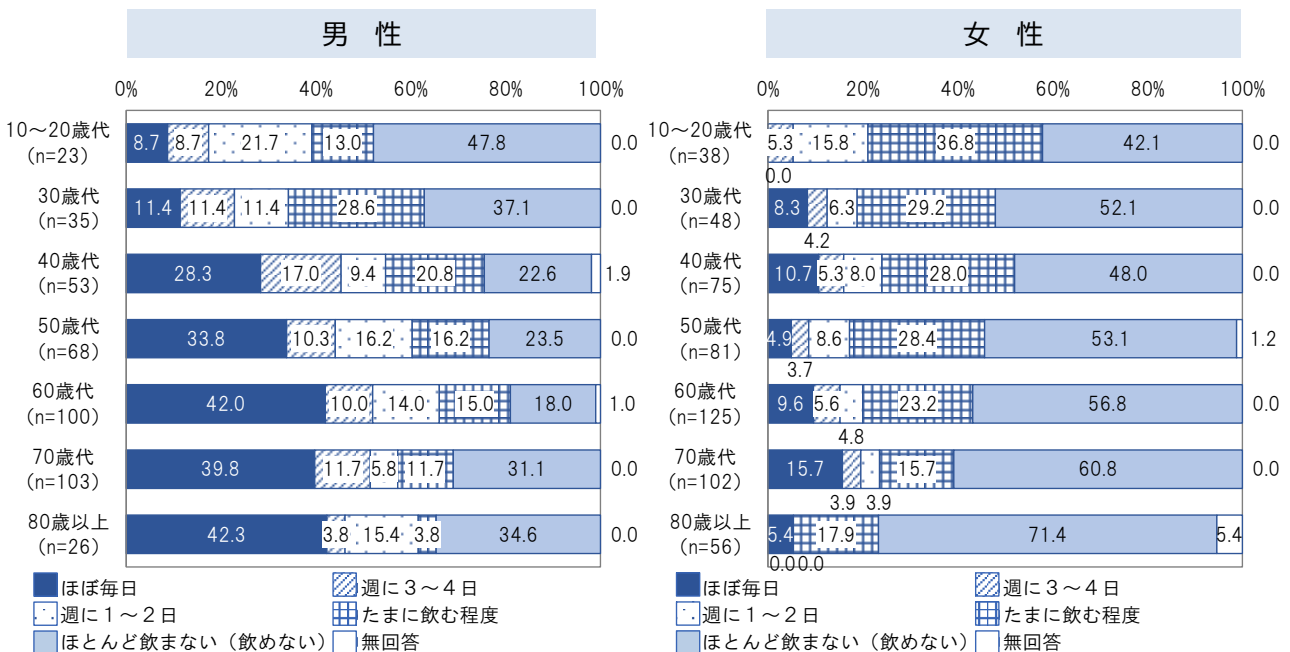
《性別》

- ・性別にみると、男性では「ほぼ毎日」が33.9%と3割を超え、女性(8.9%)に比べて高くなっている。



《性年代別》

- ・性年代別にみると、男性では、年代が上がるにつれて「ほぼ毎日」が高くなっており、特に60歳以上では4割程度を占めている。
- ・女性では、年代が上がるにつれて「ほとんど飲まない(飲めない)」が高くなる傾向がみられる。

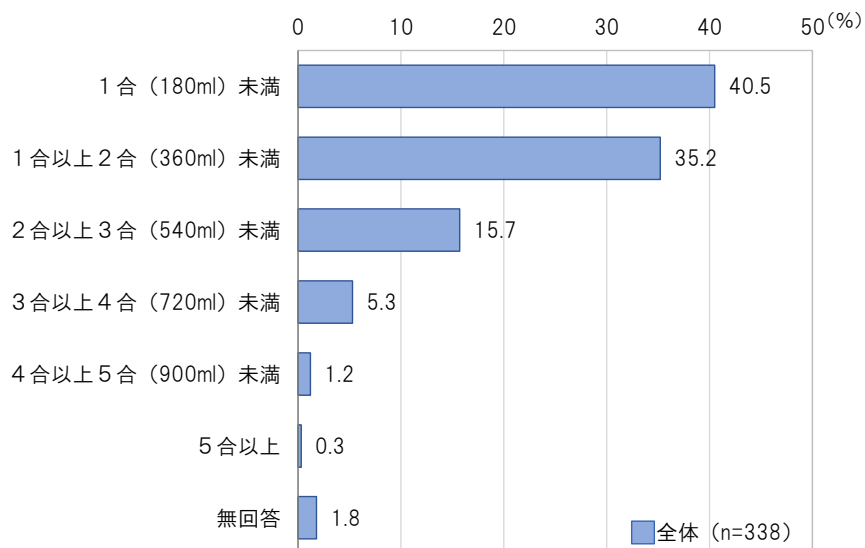


(1-1) 1日あたりの飲酒量

※(1)で「ほぼ毎日」「週に3~4日」「週に1~2日」のいずれかを回答した人のみ

問 16-1 お酒を飲む日は1日あたり、日本酒に換算して、どのくらいの量を飲みますか。

- ・飲酒している人の1日あたりの飲酒量は、「1合(180ml)未満」が40.5%と最も高く、次いで「1合以上2合(360ml)未満」(35.2%)、「2合以上3合(540ml)未満」(15.7%)の順となっている。



《性別・年代別》

- ・性別にみると、男性では「1合以上2合(360ml)未満」が最も高く、女性では「1合(180ml)未満」が最も高くなっている。
- ・年代別にみると、10~30歳代では「2合以上3合(540ml)未満」が2割を超えて高くなっている。

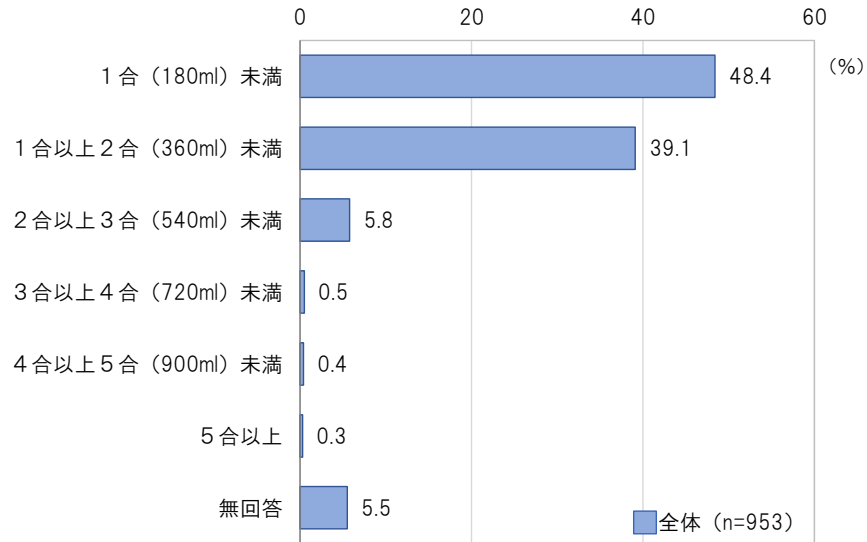
		回答者数(人)	1合(180ml)未満	2合以上1合以上(360ml)未満	3合以上2合以上(540ml)未満	4合以上3合以上(720ml)未満	5合以上4合以上(900ml)未満	5合以上	無回答
性別	男性	233	31.8	41.2	17.6	6.9	0.9	-	1.7
	女性	101	61.4	21.8	9.9	2.0	2.0	1.0	2.0
年代別	10~20歳代	18	33.3	33.3	22.2	5.6	5.6	-	-
	30歳代	21	23.8	38.1	28.6	9.5	-	-	-
	40歳代	47	38.3	34.0	17.0	6.4	4.3	-	-
	50歳代	55	23.6	45.5	16.4	9.1	1.8	1.8	1.8
	60歳代	93	46.2	31.2	15.1	6.5	-	-	1.1
	70歳代	83	50.6	33.7	12.0	1.2	-	-	2.4
	80歳以上	19	52.6	31.6	5.3	-	-	-	10.5

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(2) 1日あたりの適正飲酒量

問17 1日平均でどれくらいが節度のある適度な飲酒だと思いますか。(○は1つだけ)

- 1日あたりの適正飲酒量は、「1合(180ml)未滿」が48.4%と最も高く、次いで「1合以上2合(360ml)未滿」(39.1%)、「2合以上3合(540ml)未滿」(5.8%)の順となっており、国の示す適正飲酒量(1合(180ml)未滿)を知っている人は半数程度となっている。



《性別・年代別》

- 性別にみると、男性・女性ともに「1合(180ml)未滿」が最も高くなっているものの、男性では45.9%と半数未滿となっている。
- 年代別にみると、10~20歳代・50歳代では「1合以上2合(360ml)未滿」が最も高くなっている。国の示す適正飲酒量(1合(180ml)未滿)を知っている人は70歳以上で6割近くを占めて最も高くなっている。

		回答者数(人)	1合(180ml)未滿	2合以上(360ml)未滿	3合以上(540ml)未滿	4合以上(720ml)未滿	5合以上(900ml)未滿	5合以上	無回答
性別	男性	410	45.9	39.8	8.5	1.0	0.7	0.5	3.7
	女性	527	51.0	38.3	3.8	0.2	0.2	0.2	6.3
年代別	10~20歳代	62	35.5	46.8	6.5	1.6	1.6	1.6	6.5
	30歳代	85	51.8	38.8	7.1	-	-	-	2.4
	40歳代	130	47.7	42.3	6.2	0.8	-	0.8	2.3
	50歳代	149	36.9	47.0	8.7	-	0.7	-	6.7
	60歳代	227	48.0	41.9	5.3	0.9	0.9	-	3.1
	70歳代	205	57.1	32.2	4.9	0.5	-	0.5	4.9
	80歳以上	82	57.3	26.8	2.4	-	-	-	13.4

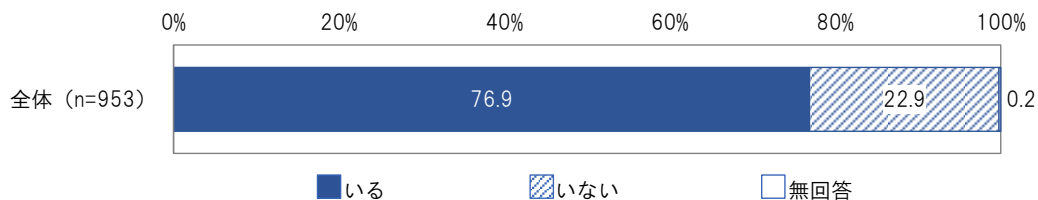
※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

6 歯や口の健康について

(1) かかりつけ歯科医の有無

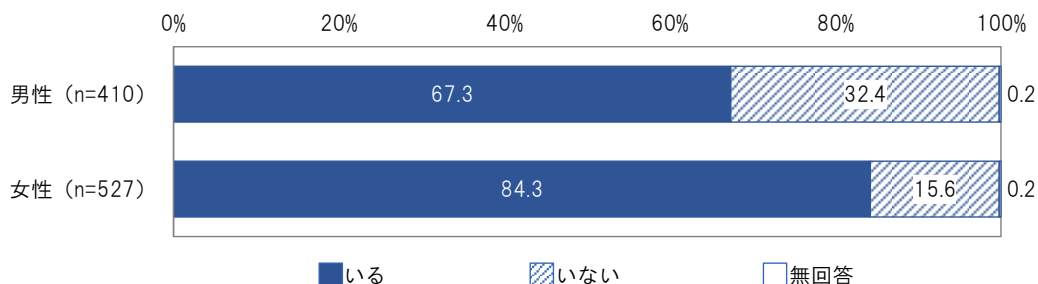
問 18 あなたは、かかりつけ歯科医がいますか。(○は1つだけ)

・かかりつけ歯科医については、「いる」が76.9%、「いない」は22.9%となっている。



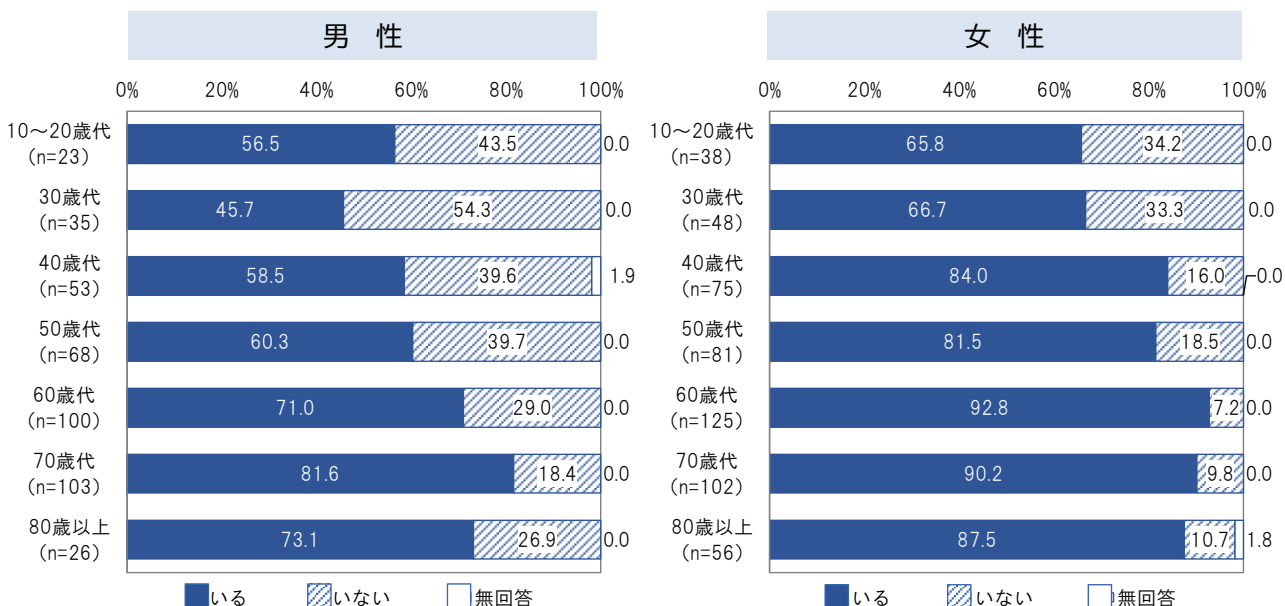
《性別》

・性別にみると、女性では「いる」が84.3%と8割を超え、男性（67.3%）を10ポイント以上上回っている。



《性年代別》

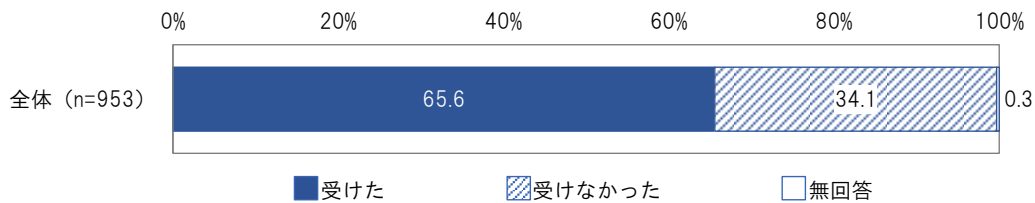
- ・性年代別にみると、「いる」の割合では、すべての年代で女性が男性を上回っている。
- ・男性では、30歳以上で概ね年代が上がるにつれて「いる」が高くなっており、70歳代では約8割を占めている。また、30歳代では「いない」が54.3%と、その他の年代に比べて高くなっている。
- ・女性では、「いる」が60歳以上で9割程度となっているのに対し、10～30歳代では7割未満となっている。



(2) 歯科健診の受診状況

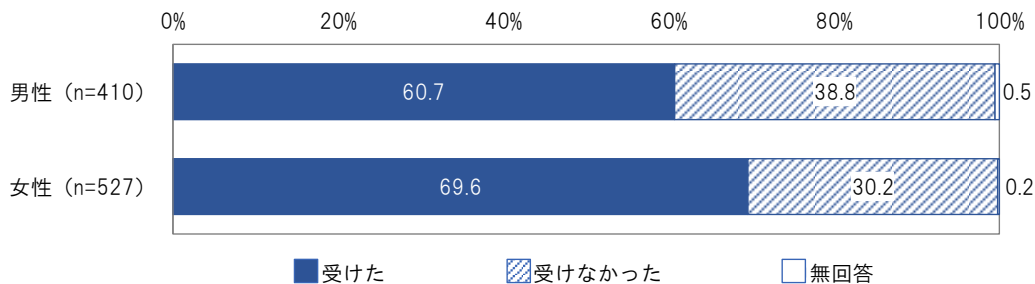
問 19 あなたは、過去1年間に歯科健診を受けましたか。(○は1つだけ)

- 過去1年間の歯科健診の受診状況については、「受けた」が65.6%、「受けなかった」は34.1%となっている。



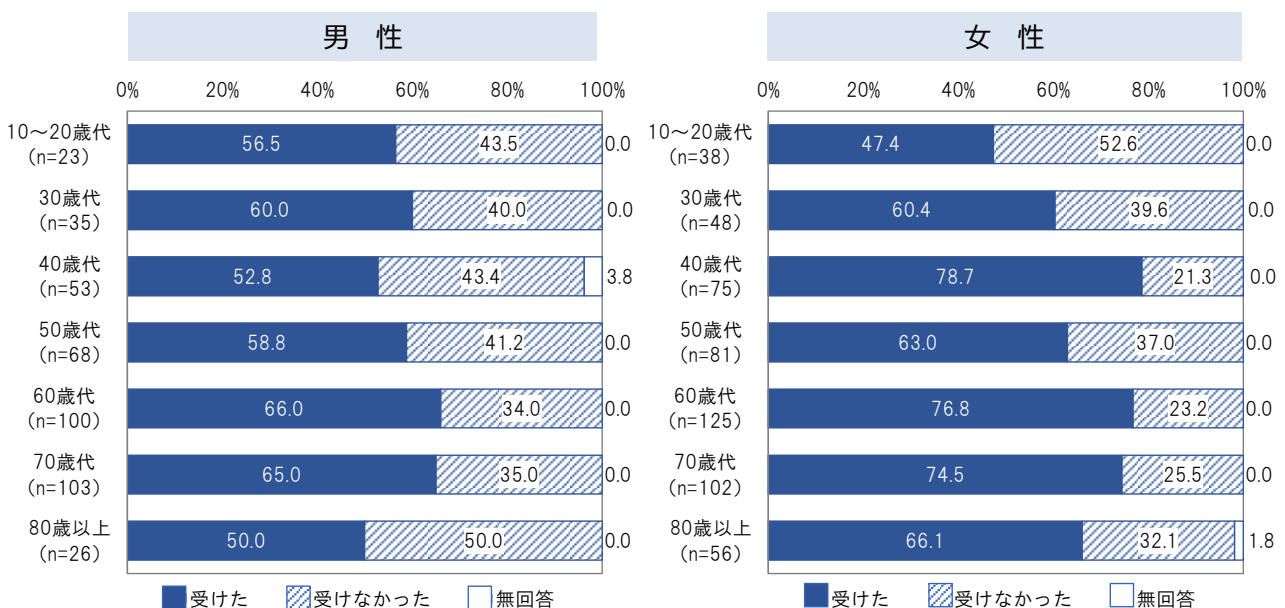
《性別》

- 性別にみると、女性では「受けた」が69.6%と、男性(60.7%)を10ポイント近く上回っている。



《性年代別》

- 性年代別にみると、男性では「受けた」がすべての年代で5~6割程度となっているのに対し、女性では、「受けた」が40歳代で78.7%と最も高くなっており、最も低い10~20歳代の47.4%と30ポイント程度の差がみられる。

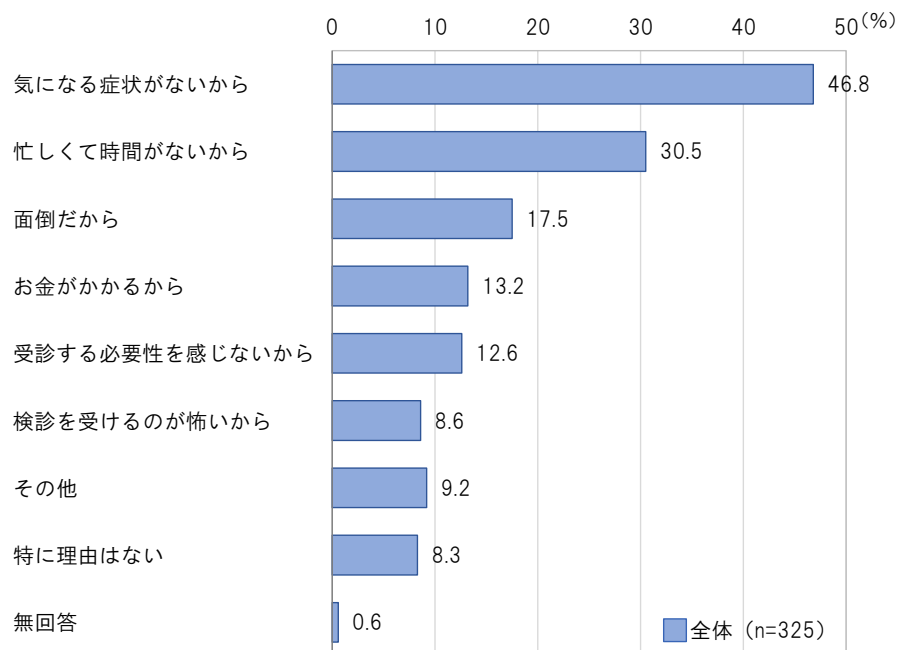


(2-1) 歯科健診を受けていない理由

※(2)で「受けなかった」と回答した人のみ

問 19-1 受けていない理由は何ですか。(〇はあてはまるものすべて)

- ・歯科健診を受けていない理由では、「気になる症状がないから」が46.8%と最も高く、次いで「忙しくて時間がないから」(30.5%)、「面倒だから」(17.5%)の順となっている。



《性別・年代別》

- ・性別にみると、男性では「面倒だから」や「受診する必要性を感じないから」で女性に比べて高く、女性では「忙しくて時間がないから」で男性に比べて高くなっている。
- ・年代別にみると、10～30歳代・50歳代では「忙しくて時間がないから」、その他の年代では「気になる症状がないから」が最も高くなっている。
- ・また、10～20歳代では「お金がかかるから」が、その他の年代に比べてやや高くなっている。

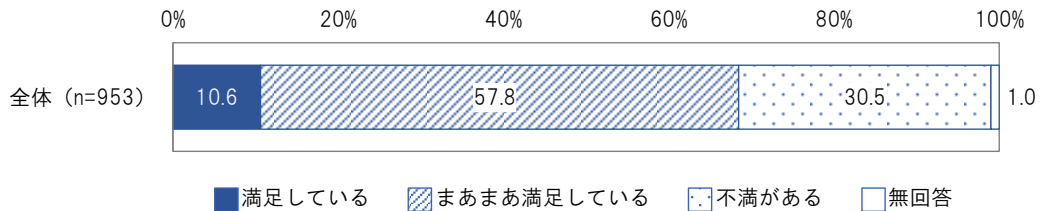
		回答者数(人)	気になる症状がないから	忙しくて時間がないから	面倒だから	お金がかかるから	受診する必要性を感じないから	検診を受けるのが怖いから	その他	特に理由はない	無回答
性別	男性	159	47.2	24.5	21.4	11.3	17.6	6.9	8.2	8.8	0.6
	女性	159	47.2	37.7	14.5	15.1	8.2	10.7	9.4	6.9	0.6
年代別	10～20歳代	30	43.3	50.0	23.3	30.0	16.7	13.3	3.3	3.3	-
	30歳代	34	35.3	47.1	11.8	11.8	11.8	-	14.7	8.8	-
	40歳代	39	48.7	46.2	15.4	12.8	12.8	7.7	5.1	5.1	-
	50歳代	58	37.9	46.6	22.4	22.4	6.9	8.6	8.6	5.2	1.7
	60歳代	64	51.6	21.9	20.3	6.3	10.9	14.1	4.7	7.8	-
	70歳代	62	51.6	11.3	16.1	6.5	16.1	8.1	14.5	9.7	-
	80歳以上	31	58.1	3.2	9.7	3.2	16.1	3.2	9.7	16.1	3.2

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(3) 口の状態の満足度

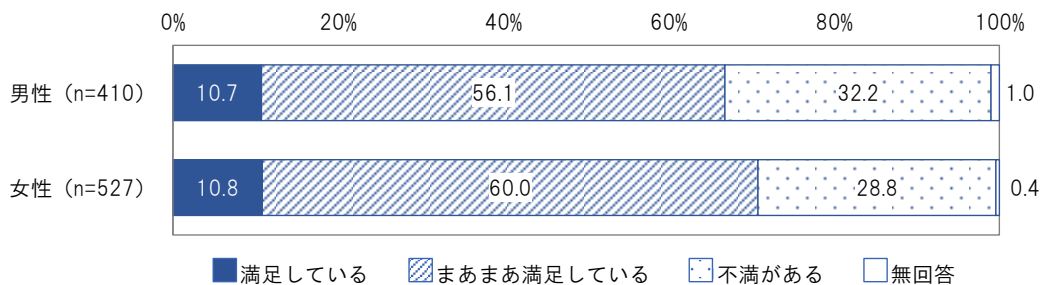
問 20 あなたは、現在のお口の状態に満足していますか。(○は1つだけ)

- 口の状態の満足度は、「まあまあ満足している」が57.8%と最も高く、「満足している」(10.6%)と合わせると、『満足している』人が7割近くを占めている。
- 一方で、「不満がある」が30.5%となっている。



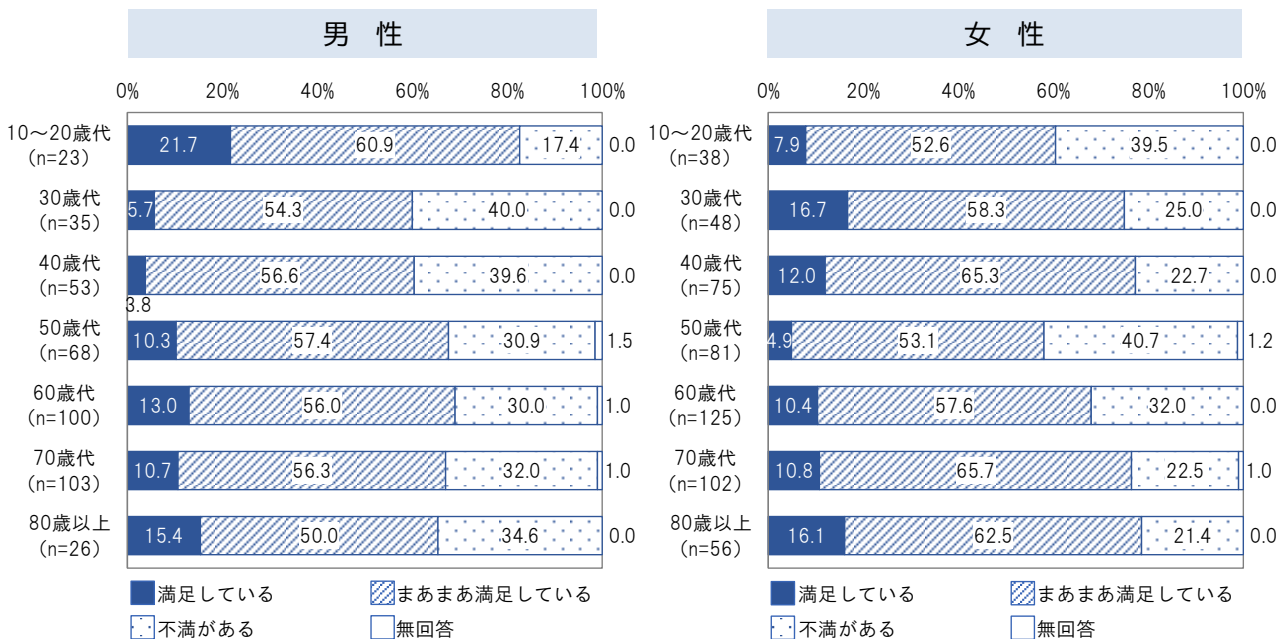
《性別》

- 性別にみると、女性では『満足している』が70.8%と、男性(66.8%)をやや上回っている。



《性年代別》

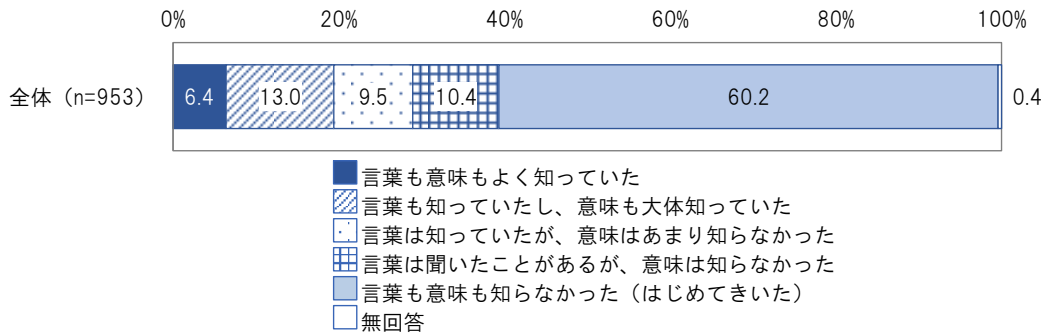
- 性年代別にみると、男性では『満足している』が10~20歳代で8割を超えて最も高くなっている。30~40歳代では、「不満がある」が約4割を占め、その他の年代に比べて高くなっている。
- 女性では、『満足している』は80歳以上で78.6%と最も高く、次いで40歳代が77.3%、70歳代が76.5%、30歳代が75.0%となっている。10~20歳代・50歳代では「不満がある」が約4割を占め、その他の年代に比べて高くなっている。



(4) オーラルフレイルの認知度

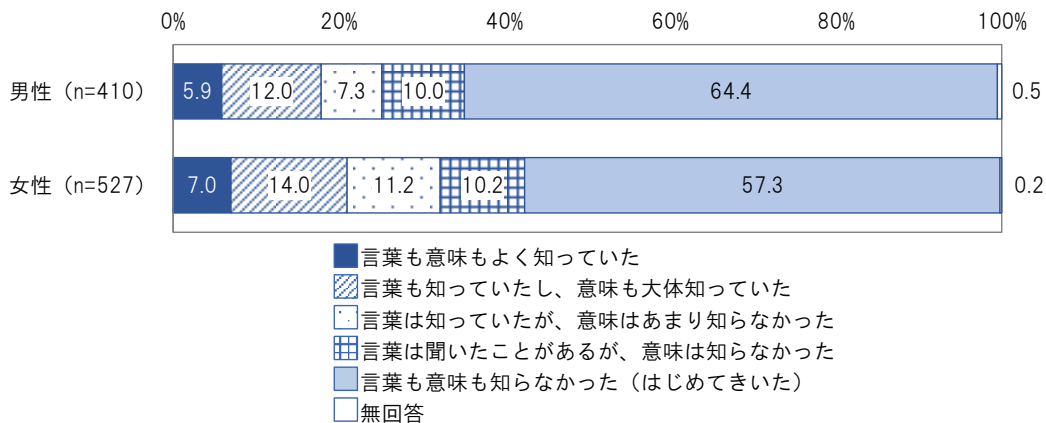
問 21 あなたは、オーラルフレイルという言葉や意味を知っていますか。(○は1つだけ)

- オーラルフレイルの認知度は、「言葉も意味も知らなかった（はじめてきいた）」が 60.2%と最も高くなっている。
- また、「言葉も意味もよく知っていた」は 6.4%、「言葉も知っていたし、意味も大体知っていた」は 13.0%となっている。



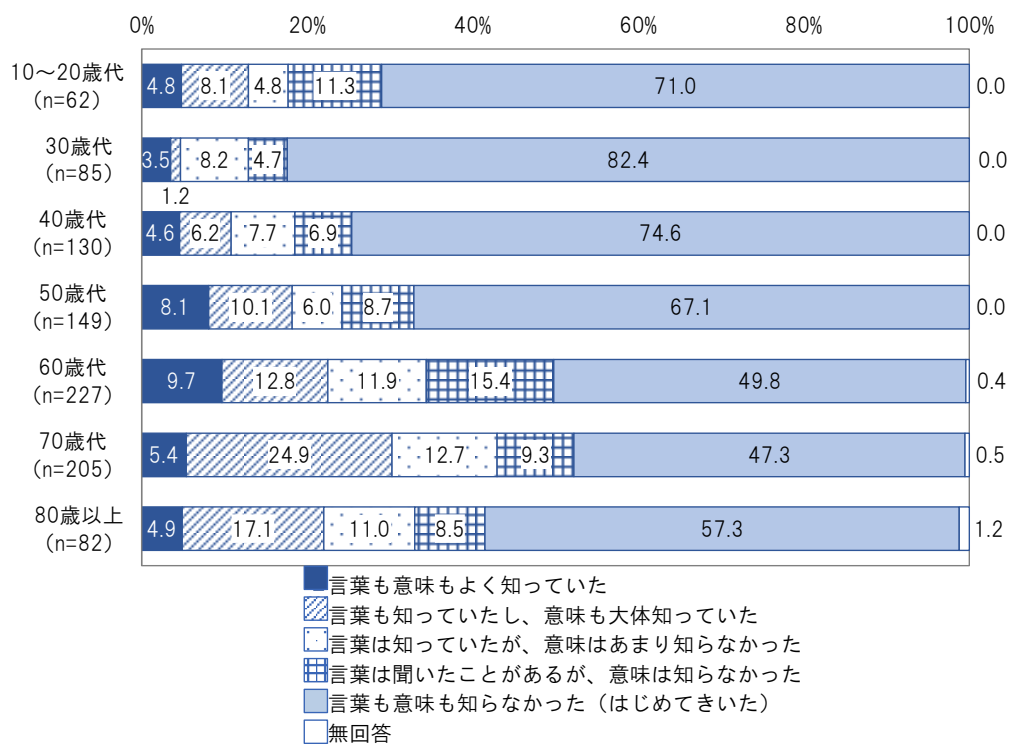
《性別》

- 性別にみると、「言葉も知っていたし、意味も大体知っていた」で、女性が男性をやや上回っている。
- また、男性では「言葉も意味も知らなかった（はじめてきいた）」が 64.4%と、女性（57.3%）を 5ポイント以上上回っている。



《年代別》

- 年代別にみると、30～70歳代で、年代が上がるにつれて「言葉も知っていたし、意味も大体知っていた」が高くなる傾向がみられ、70歳代では2割以上を占めている。
- また、30歳代では「言葉も意味も知らなかった（はじめてきいた）」が82.4%と、その他の年代に比べてやや高くなっている。

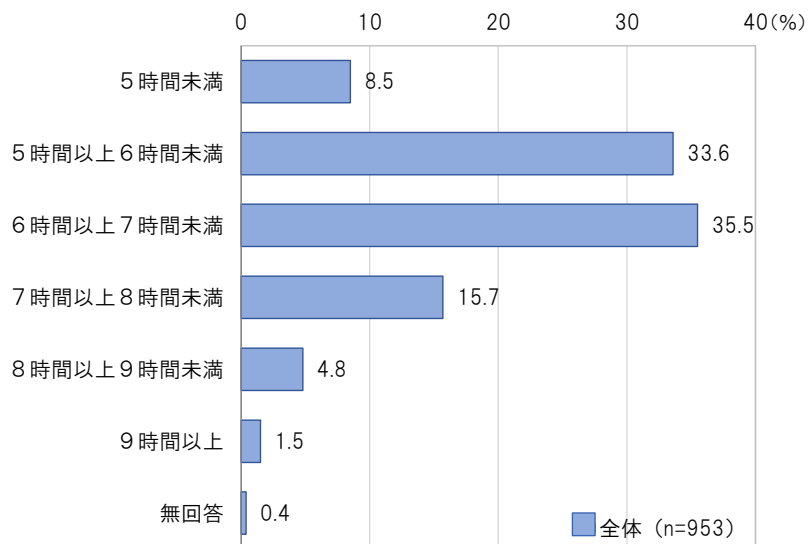


7 休養・こころの健康・自殺予防について

(1) 1日の平均睡眠時間

問 22 過去1か月間の1日の平均睡眠時間はどのくらいですか。(○は1つだけ)

- 過去1か月間の1日の平均睡眠時間は、「6時間以上7時間未満」が35.5%と最も高く、次いで「5時間以上6時間未満」(33.6%)、「7時間以上8時間未満」(15.7%)の順となっている。



《性別・性年代別》

- 性別による大きな差異はみられない。
- 性年代別にみると、男性の40～60歳代、女性の50歳代では「5時間以上6時間未満」、80歳以上では「7時間以上8時間未満」、その他の性年代では「6時間以上7時間未満」が最も高くなっている。また、男性の40～50歳代では「5時間未満」が1割を超え、その他の年代に比べて高くなっている。

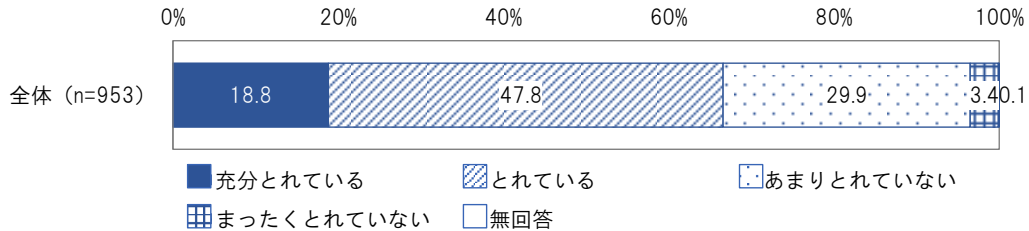
		(人)	5時間未満	6時間以上5時間未満	7時間以上6時間未満	8時間以上7時間未満	9時間以上8時間未満	9時間以上	無回答
性別	男性	410	8.0	33.2	35.4	15.9	5.6	1.7	0.2
	女性	527	8.5	34.0	36.1	15.7	3.8	1.3	0.6
男性	10～20歳代	23	4.3	30.4	43.5	8.7	8.7	4.3	-
	30歳代	35	2.9	22.9	57.1	11.4	5.7	-	-
	40歳代	53	15.1	41.5	28.3	11.3	1.9	-	1.9
	50歳代	68	14.7	50.0	29.4	4.4	-	1.5	-
	60歳代	100	8.0	37.0	36.0	15.0	4.0	-	-
	70歳代	103	3.9	20.4	36.9	25.2	10.7	2.9	-
	80歳以上	26	3.8	19.2	23.1	34.6	11.5	7.7	-
女性	10～20歳代	38	7.9	26.3	39.5	21.1	2.6	2.6	-
	30歳代	48	4.2	35.4	37.5	12.5	6.3	4.2	-
	40歳代	75	9.3	33.3	38.7	13.3	4.0	-	1.3
	50歳代	81	9.9	60.5	19.8	7.4	1.2	-	1.2
	60歳代	125	8.8	30.4	44.0	14.4	2.4	-	-
	70歳代	102	8.8	28.4	38.2	18.6	5.9	-	-
	80歳以上	56	8.9	19.6	28.6	28.6	5.4	7.1	1.8

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(2) 睡眠による休養の状況

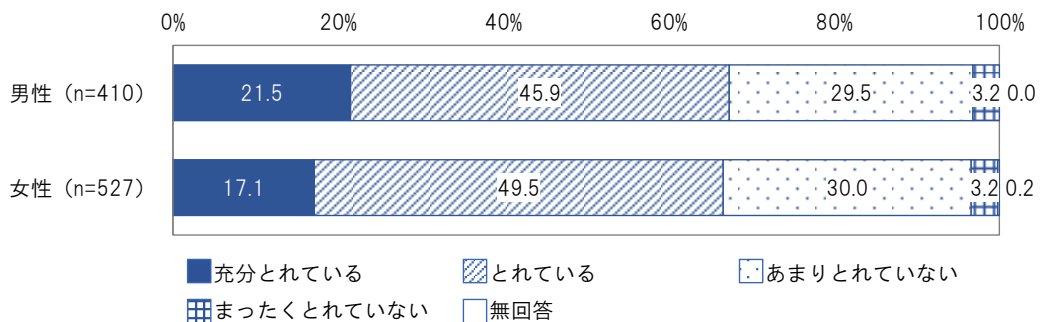
問 23 過去1か月、睡眠による休養が充分にとれていると思いますか。(○は1つだけ)

- 睡眠による休養の状況は、「とれている」が47.8%と最も高く、「充分にとれている」(18.8%)と合わせると、『とれている』人が6割以上を占めている。
- 一方で、「あまりとれていない」(29.9%)と「まったくとれていない」(3.4%)を合わせた『とれていない』人が3割を超えている。



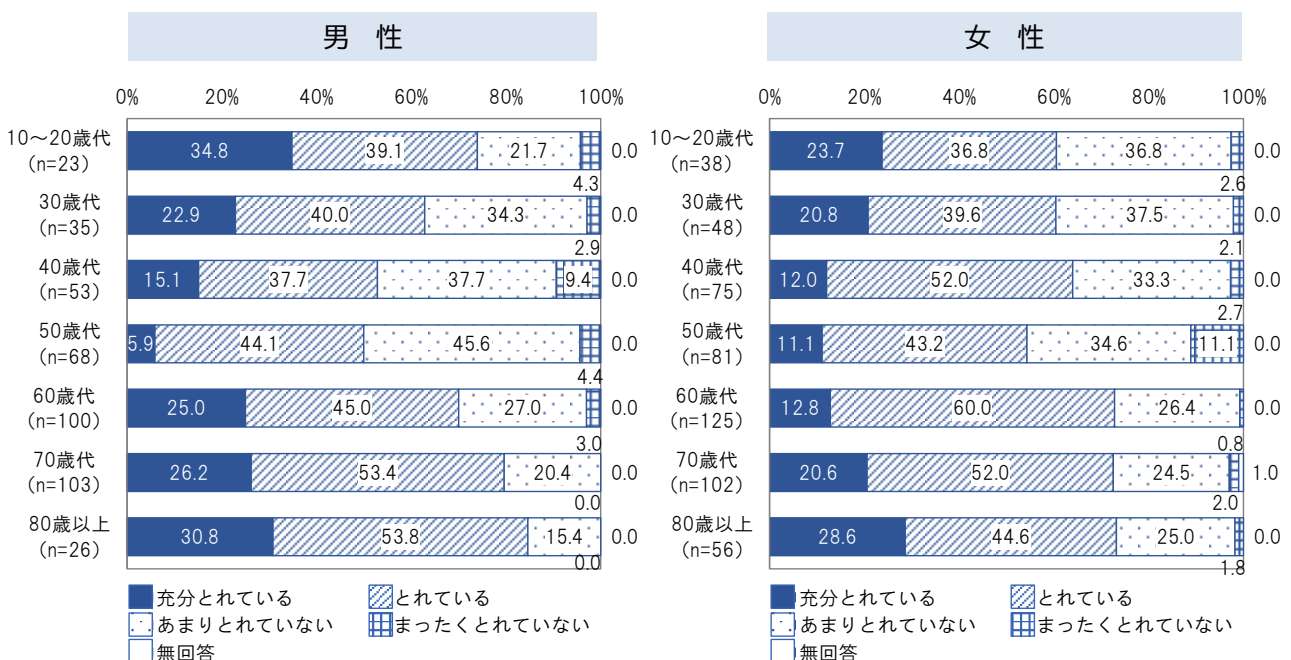
《性別》

- 性別にみると、男性では「充分にとれている」が女性に比べてやや高くなっているものの、大きな差異はみられない。



《性年代別》

- 性年代別にみると、男性では、『とれている』が80歳以上で84.6%と最も高く、最も低い50歳代の50.0%と30ポイント以上の差がみられる。女性では、60歳以上で『とれている』が7割を超えて高くなっており、男性と同様に50歳代で最も低くなっている。

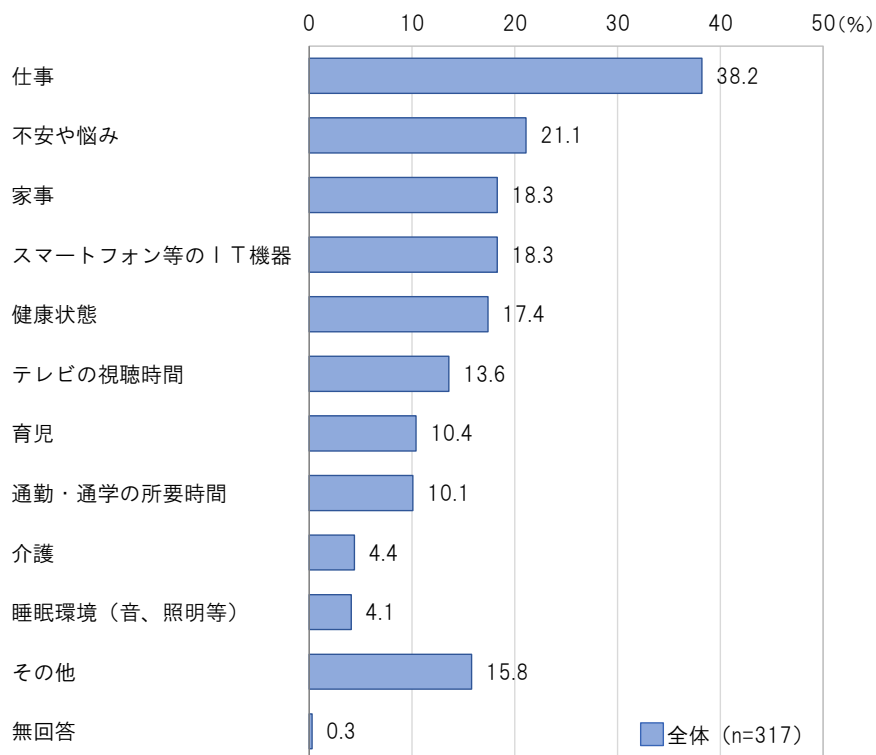


(2-1) 睡眠による休養を妨げているもの

※ (2) で「あまりとれていない」または「まったくとれていない」と回答した人のみ

問 23-1 睡眠による休養を妨げているものは何ですか。(○はあてはまるものすべて)

•睡眠による休養を妨げているものは、「仕事」が38.2%と最も高く、次いで「不安や悩み」(21.1%)、「家事」および「スマートフォン等のIT機器」(18.3%)の順となっている。



《性別・年代別》

- 性別にみると、男性では「仕事」や「通勤・通学の所要時間」で女性に比べて高く、女性では「不安や悩み」や「家事」、「スマートフォン等のIT機器」、「育児」で男性に比べて高くなっている。
- 年代別にみると、30歳代では「育児」、70歳以上では「健康状態」、その他の年代では「仕事」が最も高くなっている。
- また、概ね年代が上がるにつれて「健康状態」が高くなる傾向がみられる。その他、10～20歳代では「不安や悩み」や「スマートフォン等のIT機器」、「通勤・通学の所要時間」、30歳代では「家事」が、その他の年代に比べて高くなっている。

(%)

		回答者数 (人)	仕事	不安や悩み	家事	スマートフォン等のIT機器	健康状態	テレビの視聴時間
性別	男性	134	51.5	14.2	5.2	15.7	16.4	14.2
	女性	175	29.1	26.3	28.0	20.6	18.3	13.7
年代別	10～20歳代	22	59.1	50.0	13.6	40.9	9.1	4.5
	30歳代	34	47.1	14.7	41.2	29.4	8.8	5.9
	40歳代	52	51.9	23.1	17.3	13.5	13.5	5.8
	50歳代	71	56.3	18.3	19.7	23.9	15.5	21.1
	60歳代	65	26.2	13.8	15.4	13.8	20.0	13.8
	70歳代	48	14.6	20.8	8.3	10.4	22.9	18.8
	80歳以上	19	-	31.6	10.5	5.3	36.8	21.1

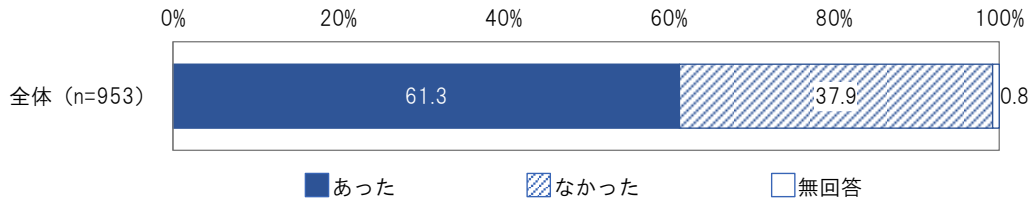
		回答者数 (人)	育児	通勤・通学の所要時間	介護	睡眠環境(音、照明等)	その他	無回答
(つづき)								
性別	男性	134	5.2	15.7	2.2	3.0	17.2	-
	女性	175	14.9	6.3	5.7	5.1	14.9	-
年代別	10～20歳代	22	-	31.8	4.5	4.5	9.1	-
	30歳代	34	52.9	17.6	-	5.9	5.9	-
	40歳代	52	19.2	11.5	1.9	5.8	17.3	-
	50歳代	71	4.2	14.1	8.5	5.6	8.5	-
	60歳代	65	-	4.6	6.2	3.1	23.1	-
	70歳代	48	2.1	-	2.1	2.1	22.9	-
	80歳以上	19	-	-	-	-	21.1	-

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(3) 不安や悩み、ストレスの有無

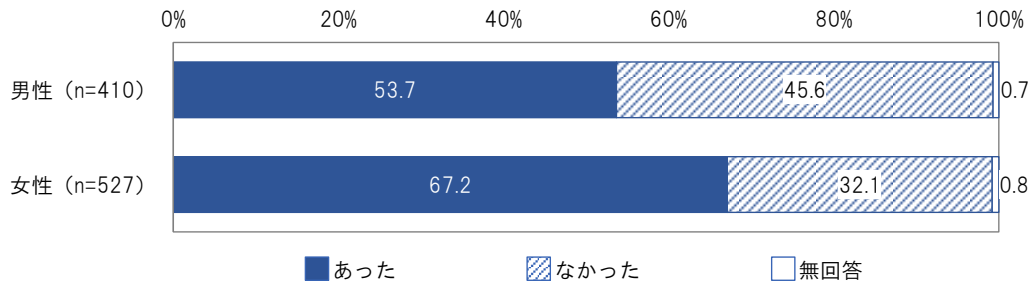
問 24 この1か月の間に、不満や悩み、ストレスがありましたか。(○は1つだけ)

・不安や悩み、ストレスの有無については、「あった」が61.3%、「なかった」は37.9%となっている。



《性別》

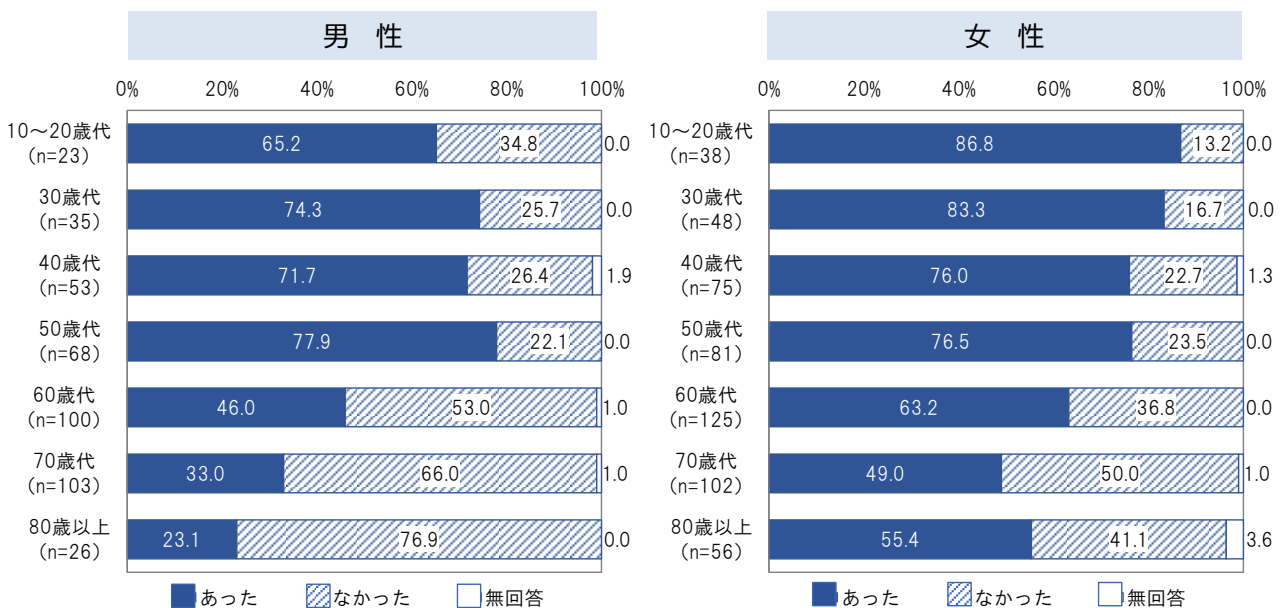
・性別にみると、女性では「あった」が67.2%と、男性(53.7%)を10ポイント以上上回っている。



《性年代別》

・性年代別にみると、男性では「あった」が50歳代で77.9%と最も高く、次いで30歳代が74.3%、40歳代が71.7%の順となっており、30~50歳代で高い割合となっている。また、60歳以上では「なかった」が「あった」を上回っている。

・女性では、概ね年代が下がるにつれて「あった」が高くなる傾向がみられ、10~30歳代では8割を超えている。また、70歳代を除いた年代で「あった」が「なかった」を上回っている。

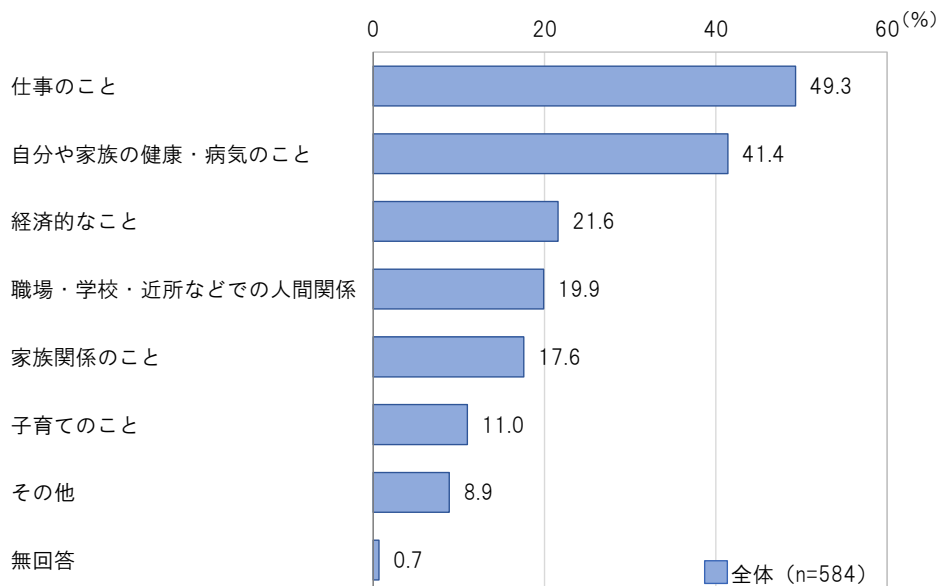


(3-1) 不安や悩み、ストレスの原因

※(3)で「あった」と回答した人のみ

問 24-1 その不安や悩み、ストレスは、何が原因だと思われますか。(〇はあてはまるものすべて)

- 不安や悩み、ストレスの原因は、「仕事のこと」が49.3%と最も高く、次いで「自分や家族の健康・病気のこと」(41.4%)、「経済的なこと」(21.6%)、「職場・学校・近所などでの人間関係」(19.9%)の順となっている。



《性別・年代別》

- 性別にみると、男性では「仕事のこと」、女性では「自分や家族の健康・病気のこと」が最も高くなっている。
- 年代別にみると、概ね年代が上がるにつれて「自分や家族の健康・病気のこと」、概ね年代が下がるにつれて「職場・学校・近所などでの人間関係」が高くなる傾向がみられる。
- その他、30~40歳代では「子育てのこと」が、その他の年代に比べて高くなっている。

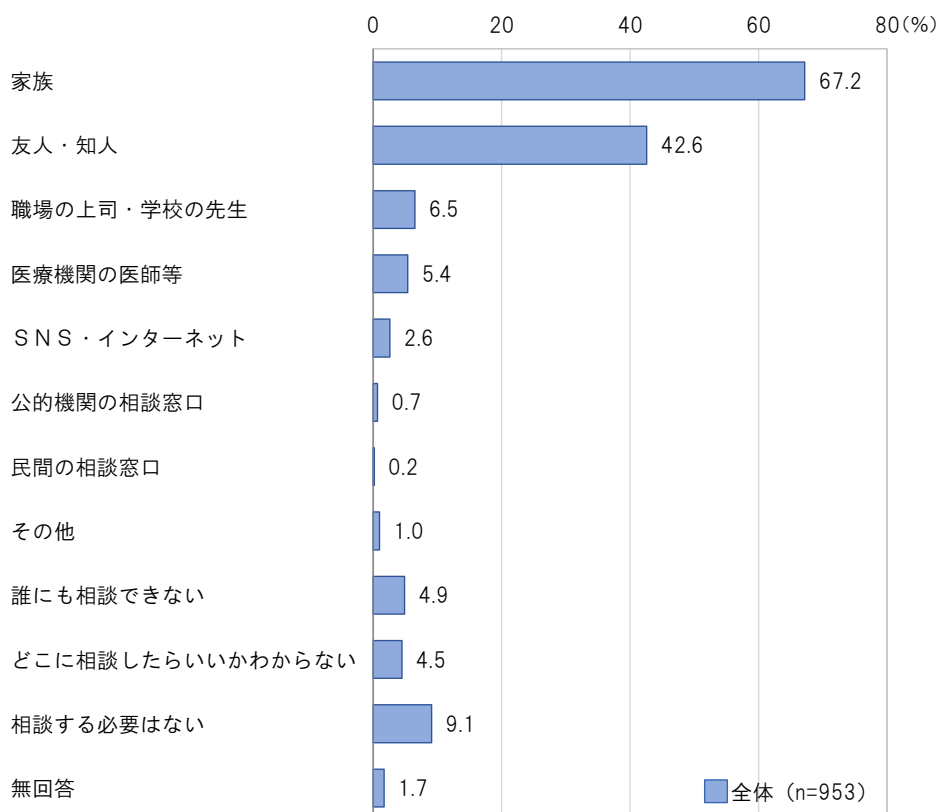
		回答者数(人)	仕事のこと	自分や家族の健康・病気のこと	経済的なこと	職場・学校・近所などでの人間関係	家族関係のこと	子育てのこと	その他	無回答
性別	男性	220	73.2	30.9	23.6	21.4	14.1	10.5	5.0	0.5
	女性	354	35.3	47.5	20.1	19.2	19.8	11.6	11.6	0.8
年代別	10~20歳代	49	67.3	14.3	20.4	40.8	12.2	4.1	12.2	-
	30歳代	68	61.8	26.5	19.1	32.4	5.9	29.4	4.4	1.5
	40歳代	95	65.3	36.8	21.1	25.3	18.9	30.5	6.3	1.1
	50歳代	115	62.6	35.7	24.3	20.9	23.5	7.8	8.7	-
	60歳代	127	42.5	48.8	17.3	11.8	18.9	1.6	10.2	-
	70歳代	84	27.4	60.7	26.2	11.9	20.2	2.4	8.3	-
	80歳以上	37	-	59.5	16.2	-	10.8	-	16.2	5.4

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(4) 悩みやストレスの相談相手

問 25 悩みやストレスの相談相手はどなたですか。(○はあてはまるものすべて)

- 悩みやストレスの相談相手は、「家族」が67.2%と最も高く、次いで「友人・知人」(42.6%)、「職場の上司・学校の先生」(6.5%)の順となっており、相談窓口などに相談する人は少ない結果となっている。
- また、「誰にも相談できない」が4.9%、「どこに相談したらいいかわからない」が4.5%となっており、相談したくてもできない人が1割近くを占めている。



《性別・年代別》

- ・性別にみると、女性では「家族」や「友人・知人」などで男性に比べて高くなっている。また、男性では「相談する必要はない」が1割を超えて高くなっている。
- ・年代別にみると、概ね年代が下がるにつれて「友人・知人」や「SNS・インターネット」が高くなる傾向がみられる。概ね年代が上がるにつれて「相談する必要はない」が高くなる傾向がみられる。

(%)

		回答者数 (人)	家族	友人・知人	職場の上司・学校の先生	医療機関の医師等	SNS・インターネット	公的機関の相談窓口
性別	男性	410	61.2	28.5	8.8	3.9	2.4	0.5
	女性	527	72.1	54.3	4.7	6.1	2.5	0.9
年代別	10～20歳代	62	67.7	59.7	11.3	3.2	9.7	-
	30歳代	85	71.8	56.5	14.1	4.7	3.5	-
	40歳代	130	76.9	45.4	13.1	1.5	3.8	0.8
	50歳代	149	59.1	42.3	10.7	4.0	4.0	1.3
	60歳代	227	74.9	44.9	4.0	5.3	1.3	0.9
	70歳代	205	61.0	37.1	0.5	7.3	0.5	0.5
	80歳以上	82	57.3	22.0	-	11.0	-	1.2

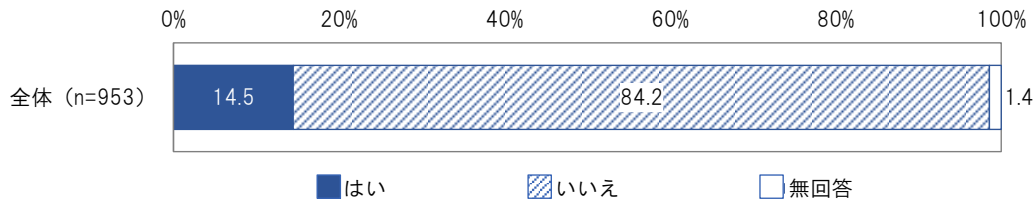
		回答者数 (人)	民間の相談窓口	その他	誰にも相談できない	どこに相談したらいいかわからない	相談する必要はない	無回答
(つづき)								
性別	男性	410	0.2	0.5	5.9	5.6	14.9	1.5
	女性	527	-	1.5	4.4	3.4	4.9	1.7
年代別	10～20歳代	62	-	1.6	3.2	6.5	6.5	-
	30歳代	85	-	-	1.2	5.9	4.7	1.2
	40歳代	130	-	-	3.8	4.6	2.3	0.8
	50歳代	149	-	0.7	8.7	6.0	9.4	1.3
	60歳代	227	-	1.3	3.5	1.8	9.3	0.9
	70歳代	205	0.5	1.5	6.8	2.9	14.6	2.4
	80歳以上	82	-	2.4	4.9	7.3	13.4	4.9

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(5) これまで本気で「死にたい」と考えたことの有無

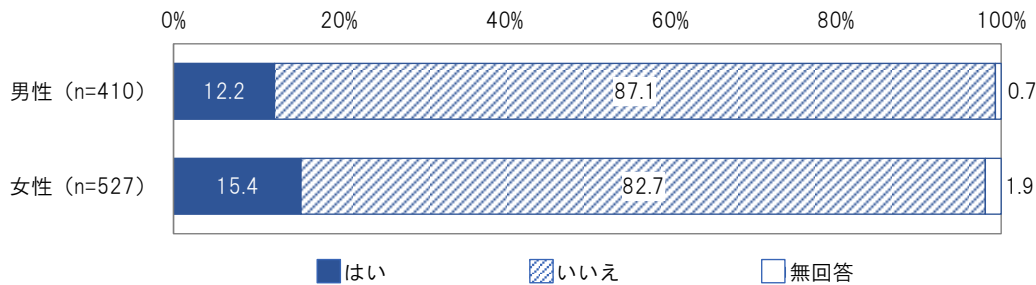
問 26 あなたは、これまで本気で「死にたい」と考えたことはありますか。(○は1つだけ)

- これまで本気で“死にたい”と考えたことの有無については、「いいえ (なかった)」が 84.2%、「はい (あった)」は 14.5%となっている。



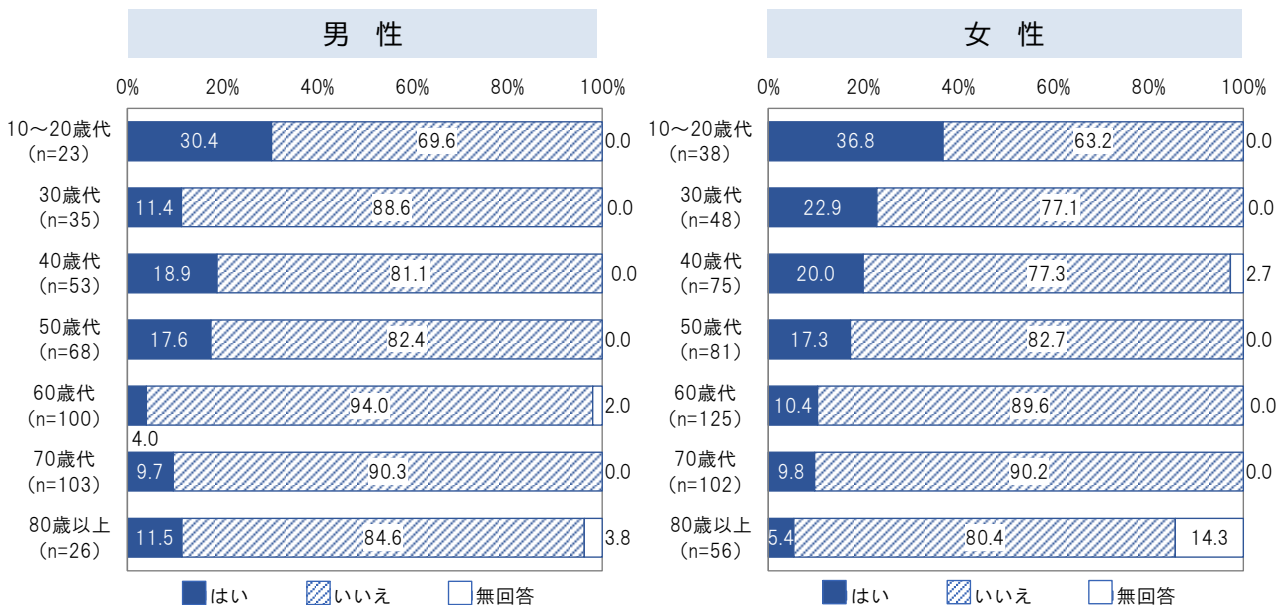
《性別》

- 性別にみると、女性では「はい (あった)」が 15.4%と、男性 (12.2%) をやや上回っている。



《性年代別》

- 性年代別にみると、男性では「はい (あった)」が 10~20 歳代で 30.4%と最も高く、次いで 40 歳代が 18.9%、50 歳代が 17.6%の順となっている。
- 女性では、概ね年代が下がるにつれて「はい (あった)」が高くなる傾向がみられ、10~20 歳代では3割を超えている。

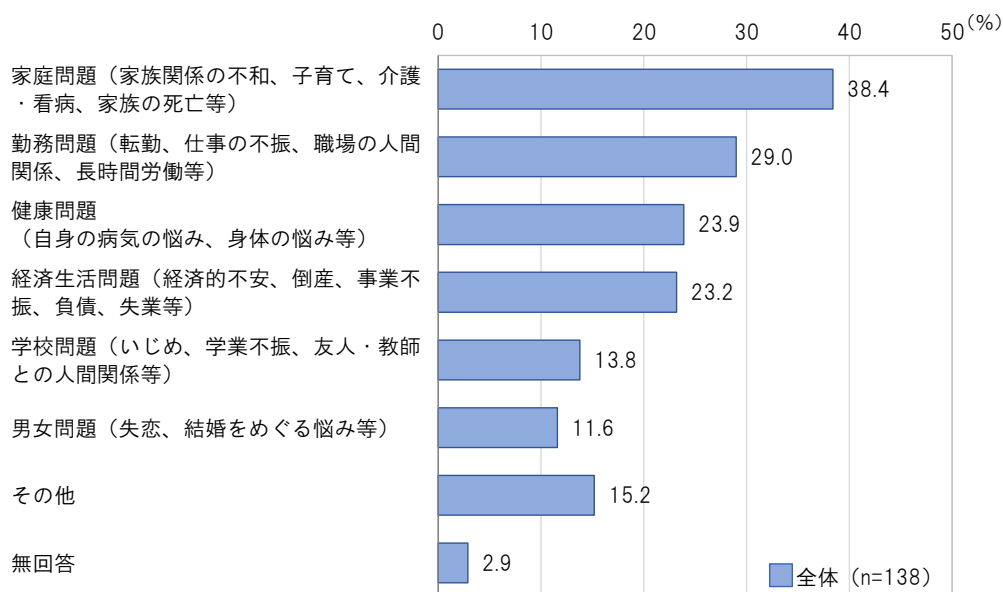


(5-1) 「死にたい」と考えた理由

※(5)で「はい(あった)」と回答した人のみ

問 26-1 「死にたい」と考えた理由は何ですか。
 また、それが新型コロナウイルス感染症の拡大(コロナ禍)によるものであれば、右の欄に○を付けてください。(それぞれ、○はあてはまるものすべて)

- “死にたい” と考えた理由は、「家庭問題(家族関係の不和、子育て、介護・看病、家族の死亡等)」が38.4%と最も高く、次いで「勤務問題(転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働等)」(29.0%)、「健康問題(自身の病気の悩み、身体の悩み等)」(23.9%)、「経済生活問題(経済的不安、倒産、事業不振、負債、失業等)」(23.2%)の順となっている。



《性別・年代別》 ※年代別は母数が小さいため参考値

- 性別にみると、男性では「勤務問題」や「経済生活問題」、女性では「家庭問題」や「学校問題」が高くなっている。

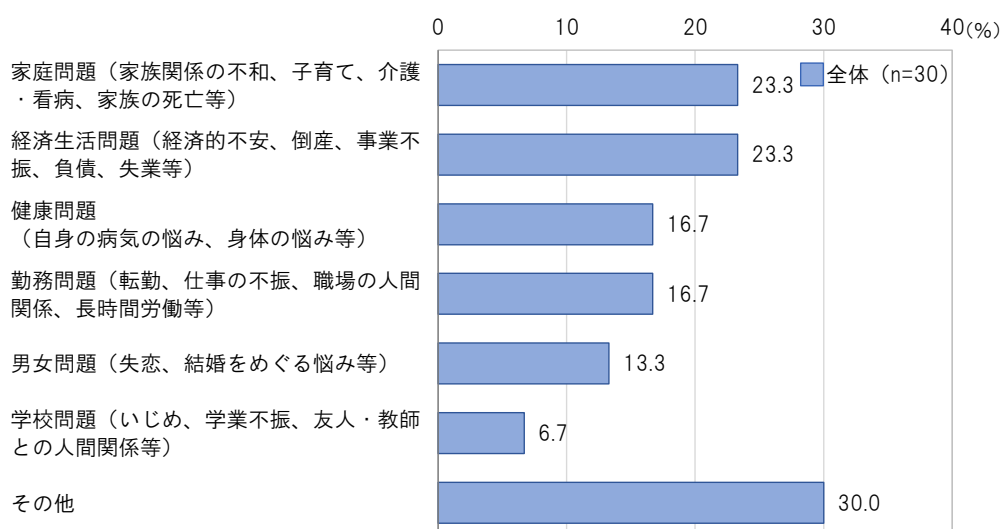
		回答者数(人)	家庭問題	勤務問題	健康問題	経済生活問題	学校問題	男女問題	その他	無回答
性別	男性	50	26.0	42.0	26.0	30.0	6.0	10.0	14.0	2.0
	女性	81	46.9	22.2	21.0	21.0	18.5	13.6	17.3	2.5
年代別	10~20歳代	22	36.4	22.7	22.7	18.2	40.9	22.7	9.1	-
	30歳代	16	31.3	31.3	37.5	25.0	25.0	25.0	12.5	-
	40歳代	27	48.1	48.1	22.2	25.9	14.8	18.5	22.2	-
	50歳代	26	46.2	30.8	11.5	19.2	3.8	7.7	19.2	-
	60歳代	17	29.4	29.4	17.6	23.5	-	-	17.6	5.9
	70歳代	20	35.0	20.0	20.0	35.0	5.0	-	15.0	5.0
	80歳以上	6	33.3	-	66.7	-	-	-	-	16.7

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(5-2) 「死にたい」と考えた理由のうち、コロナ禍によるもの

※ (5) で「はい (あった)」と回答した人のみ (無回答を除いた集計)

- “死にたい” と考えた理由のうち、コロナ禍による原因であると回答した人は 30 人となっている。
- コロナ禍による理由では、「家庭問題 (家族関係の不和、子育て、介護・看病、家族の死亡等)」と「経済生活問題 (経済的不安、倒産、事業不振、負債、失業等)」がともに 23.3%と高くなっている。
- その他の意見では、「生きていて良いのか」や「すべてのことが不安に思える」など、漠然とした将来への不安などの回答が見られた。



《性別・年代別》 ※年代別は母数が小さいため参考値

- 性別にみると、男性では「経済生活問題」が最も高くなっている。

		回答者数 (人)	家庭問題	経済生活問題	健康問題	勤務問題	男女問題	学校問題	その他
性別	男性	14	21.4	35.7	14.3	21.4	7.1	-	21.4
	女性	14	21.4	14.3	14.3	14.3	21.4	14.3	42.9
年代別	10~20歳代	3	-	66.7	-	-	-	-	33.3
	30歳代	4	25.0	50.0	25.0	25.0	25.0	25.0	25.0
	40歳代	9	33.3	-	11.1	22.2	11.1	11.1	44.4
	50歳代	10	20.0	20.0	10.0	20.0	20.0	-	30.0
	60歳代	-	-	-	-	-	-	-	-
	70歳代	3	33.3	33.3	33.3	-	-	-	-
	80歳以上	3	-	66.7	-	-	-	-	33.3

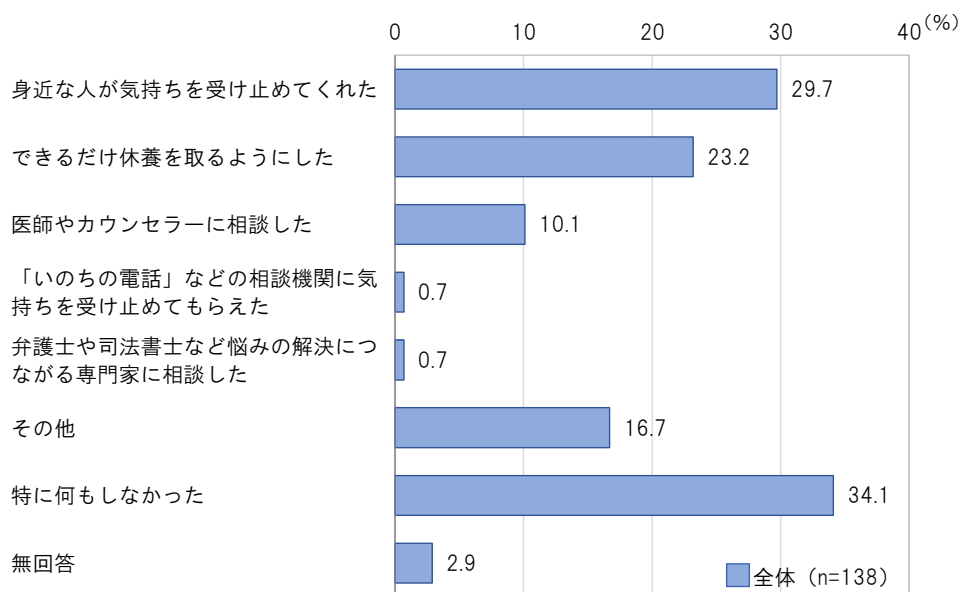
※ 1 番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2 番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(5-3) 「死にたい」気持ちを思いとどまった（とどまっている）要因

※ (5) で「はい (あった)」と回答した人のみ

問 26-2 「死にたい」気持ちを思いとどまった（とどまっている）要因は何ですか。
(○はあてはまるものすべて)

・「死にたい」気持ちを思いとどまった（とどまっている）要因は、「身近な人が気持ちを受け止めてくれた」が 29.7%と最も高く、次いで「できるだけ休養を取るようにした」(23.2%)、「医師やカウンセラーに相談した」(10.1%) の順となっている。



《性別・年代別》 ※年代別は母数が小さいため参考値

- ・性別にみると、男性では「特に何もしなかった」が半数近くを占めて最も高くなっている。
- ・女性では、「身近な人が気持ちを受け止めてくれた」や「できるだけ休養を取るようにした」、「医師やカウンセラーに相談した」などで男性に比べて高くなっている。

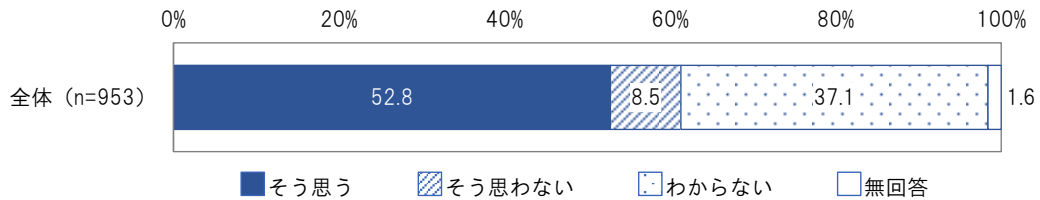
		回答者数 (人)	身近な人が気持ちを受け止めてくれた	できるだけ休養を取るようにした	医師やカウンセラーに相談した	「いのちの電話」などの相談機関に気持ちを受け止めてもらえた	「いのちの電話」などの相談機関に相談した	その他	特に何もしなかった	無回答
性別	男性	50	24.0	16.0	6.0	-	-	12.0	48.0	6.0
	女性	81	34.6	29.6	11.1	-	1.2	21.0	23.5	1.2
年代別	10～20歳代	22	31.8	45.5	4.5	-	-	-	36.4	-
	30歳代	16	31.3	37.5	18.8	6.3	-	25.0	12.5	-
	40歳代	27	33.3	25.9	11.1	-	-	14.8	29.6	3.7
	50歳代	26	34.6	11.5	3.8	-	-	19.2	42.3	-
	60歳代	17	29.4	5.9	11.8	-	-	35.3	41.2	-
	70歳代	20	25.0	20.0	15.0	-	5.0	10.0	30.0	15.0
	80歳以上	6	-	16.7	-	-	-	33.3	50.0	-

※ 1 番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2 番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(6) 「自殺は防ぐことができるものである」という考えについて

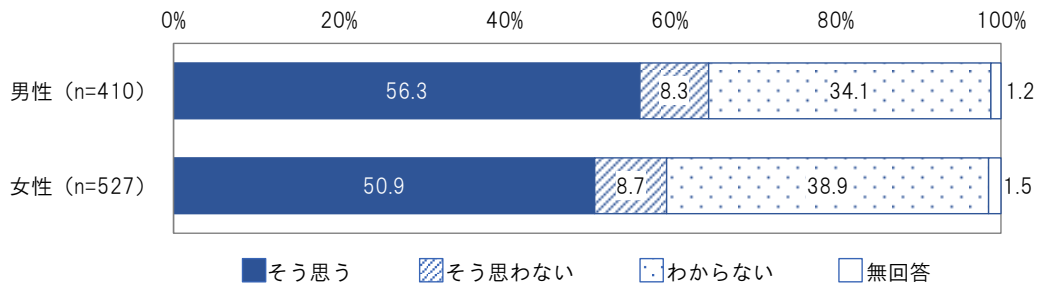
問 27 あなたは「自殺は防ぐことができるものである」と思いますか。(○は1つだけ)

・「自殺は防ぐことができるものである」という考えに対しては、「そう思う」が52.8%、「そう思わない」は8.5%となっている。



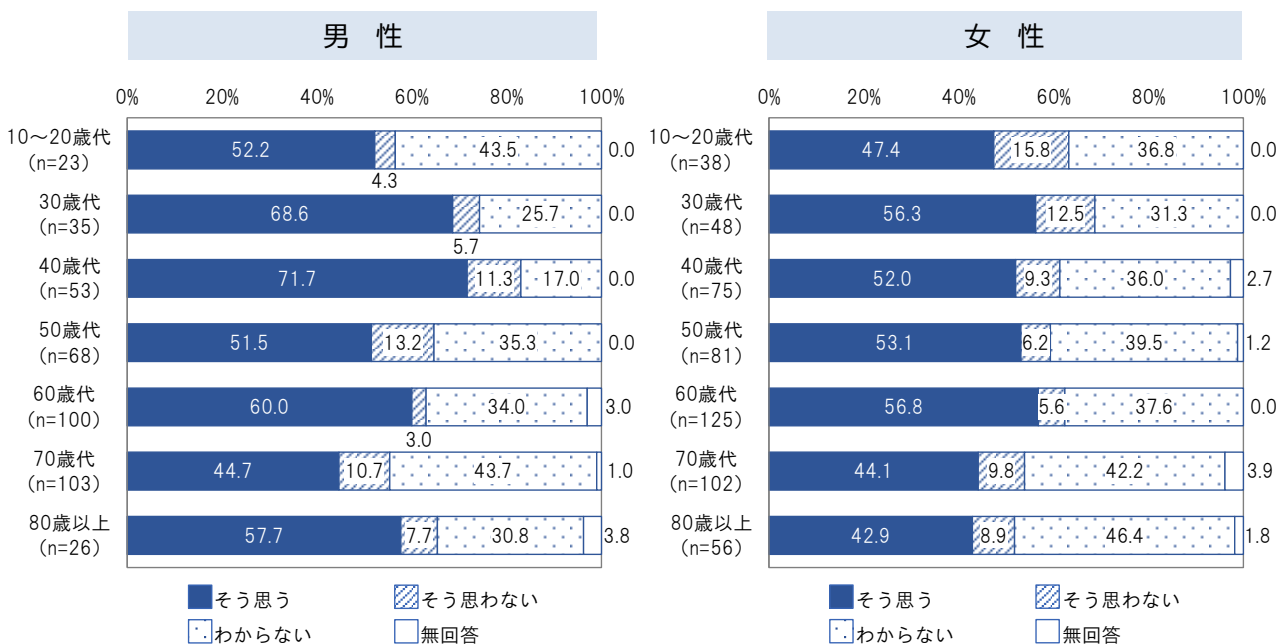
《性別》

・性別にみると、男性では「そう思う」が56.3%と、女性（50.9%）をやや上回っている。



《性年代別》

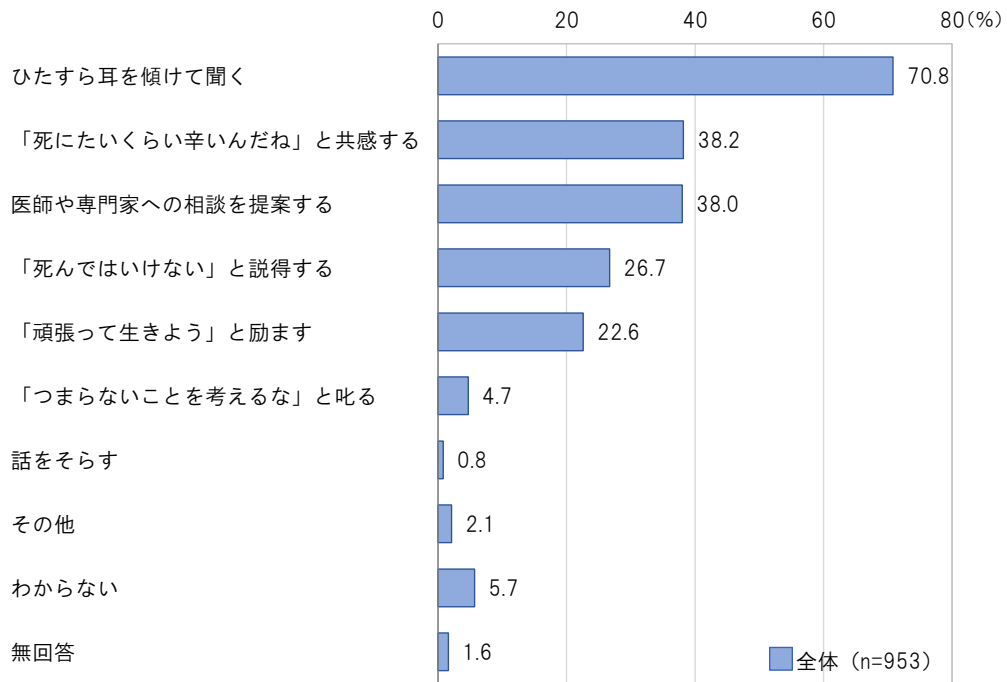
- ・性年代別にみると、男性では「そう思う」が40歳代で7割を超えて最も高くなっているもの、「そう思わない」も1割を超えて高くなっている。
- ・女性では、70歳以上を除いて、概ね年代が下がるにつれて「そう思わない」が高くなる傾向がみられ、10~30歳代では1割を超えている。



(7) 身近な人に死にたい気持ちを打ち明けられたときの対応

問 28 あなたは、身近な人に死にたい気持ちを打ち明けられたら、どうしますか。
(○はあてはまるものすべて)

- 身近な人に死にたい気持ちを打ち明けられたときの対応では、「ひたすら耳を傾けて聞く」が70.8%と最も高く、次いで「死にたいくらい辛いんだね」と共感する(38.2%)、「医師や専門家への相談を提案する」(38.0%)の順となっている。



《性別・年代別》

- 性別にみると、男性では「死んではいけない」と説得するや「頑張って生きよう」と励ます」が女性に比べて高く、女性では「ひたすら耳を傾けて聞く」や「死にたいくらい辛いんだね」と共感する、「医師や専門家への相談を提案する」などが高くなっている。
- 年代別にみると、年代が下がるにつれて「ひたすら耳を傾けて聞く」が高くなる傾向がみられる。

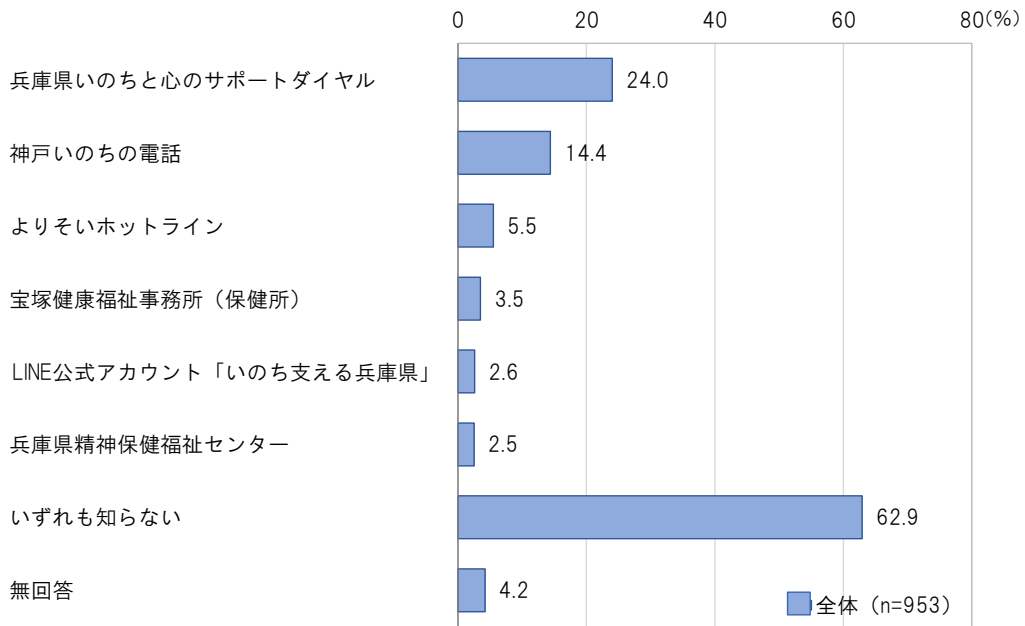
		回答者数 (人)	ひたすら耳を傾けて聞く	「死にたいくらい辛いんだね」と共感する	医師や専門家への相談を提案する	「死んではいけない」と説得する	「頑張って生きよう」と励ます	「つまらないことを考えるな」と叱る	話をそらす	その他	わからない	無回答
性別	男性	410	65.6	32.4	34.4	29.8	26.6	6.3	1.7	2.2	6.3	1.5
	女性	527	74.8	43.3	41.2	25.0	19.7	3.6	0.2	2.1	4.9	1.5
年代別	10～20歳代	62	85.5	51.6	40.3	16.1	14.5	-	1.6	1.6	4.8	-
	30歳代	85	80.0	35.3	48.2	15.3	9.4	-	-	2.4	5.9	-
	40歳代	130	80.0	38.5	37.7	20.8	14.6	0.8	1.5	3.1	4.6	1.5
	50歳代	149	73.8	44.3	37.6	31.5	19.5	3.4	2.0	2.7	4.7	-
	60歳代	227	73.6	41.0	37.9	27.3	25.1	2.2	0.4	2.2	4.0	1.3
	70歳代	205	64.4	32.7	36.1	32.7	27.3	8.8	-	1.5	9.3	2.4
	80歳以上	82	40.2	29.3	36.6	32.9	42.7	18.3	-	1.2	3.7	3.7

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(8) 「死にたい」と思うほどつらくなったときの相談窓口の認知度

問 29 あなたは、「死にたい」と思うほどつらくなったとき、相談できる窓口を知っていますか。
(○はあてはまるものすべて)

- “死にたい”と思うほどつらくなったときの相談窓口の認知度では、「いずれも知らない」が62.9%となっている。
- 知っている窓口では、「兵庫県のちと心のサポートダイヤル」が24.0%と高く、次いで「神戸いのちの電話」(14.4%)となっており、その他の窓口は1割未満となっている。



《性別・年代別》

- 性別にみると、男性・女性ともに「いずれも知らない」が最も高くなっているものの、その割合は、男性が71.0%と、女性(56.4%)を大きく上回っている。
- 年代別にみると、概ね年代が下がるにつれて、「兵庫県のちと心のサポートダイヤル」が高くなる傾向がみられる。また、10~20歳代では「神戸いのちの電話」や「よりそいホットライン」、「LINE公式アカウント「いのち支える兵庫県」」で、その他の年代に比べてやや高くなっている。

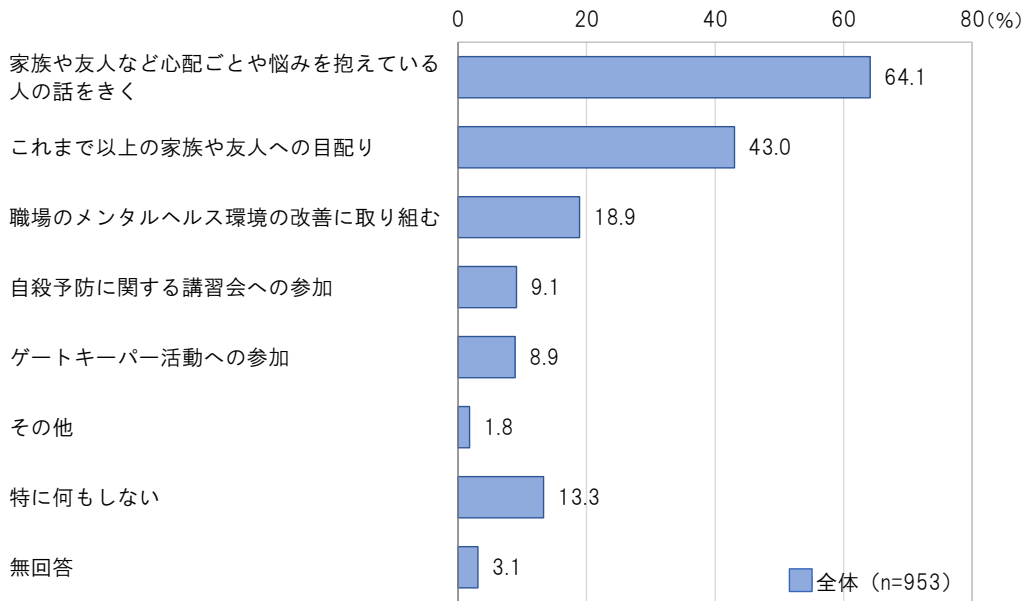
		回答者数 (人)	兵庫県のちと心のサポートダイヤル (%)	神戸いのちの電話 (%)	よりそいホットライン (%)	宝塚健康福祉事務所 (保健所) (%)	LINE公式アカウント「いのち支える兵庫県」 (%)	兵庫県精神保健福祉センター (%)	いづれも知らない (%)	無回答 (%)
性別	男性	410	18.8	11.2	2.9	3.7	1.5	2.7	71.0	3.2
	女性	527	28.8	17.1	7.4	3.4	3.6	2.5	56.4	4.6
年代別	10~20歳代	62	43.5	21.0	12.9	3.2	8.1	4.8	48.4	-
	30歳代	85	32.9	11.8	9.4	3.5	4.7	1.2	60.0	1.2
	40歳代	130	26.9	18.5	4.6	5.4	3.8	3.8	63.1	1.5
	50歳代	149	20.8	17.4	3.4	4.0	4.7	-	61.1	4.0
	60歳代	227	23.3	16.3	6.2	2.2	0.9	3.5	62.1	4.4
	70歳代	205	20.0	8.3	3.4	2.9	0.5	1.5	69.8	4.4
	80歳以上	82	14.6	11.0	4.9	4.9	1.2	4.9	65.9	11.0

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(9) 自殺予防のために取り組むことができると思うこと

問 30 あなたが自殺予防のために取り組むことができると思うことはどのようなものですか。
(○はあてはまるものすべて)

- ・自殺予防のために取り組むことができると思うことでは、「家族や友人など心配ごとや悩みを抱えている人の話をきく」が64.1%と最も高く、次いで「これまで以上の家族や友人への目配り」(43.0%)、「職場のメンタルヘルス環境の改善に取り組む」(18.9%)の順となっている。
- ・また、「特に何もしない」が13.3%となっている。



《性別・年代別》

- ・性別にみると、男性では「家族や友人など心配ごとや悩みを抱えている人の話をきく」や「職場のメンタルヘルス環境の改善に取り組む」が女性に比べて高くなっている。
- ・年代別にみると、概ね年代が下がるにつれて、「家族や友人など心配ごとや悩みを抱えている人の話をきく」や「これまで以上の家族や友人への目配り」、「職場のメンタルヘルス環境の改善に取り組む」などで高くなる傾向がみられる。

		回答者数 (人)	家族や友人など心配ごとや悩みを抱えている人の話をきく (%)	これまで以上の家族や友人への目配り (%)	職場のメンタルヘルス環境の改善に取り組む (%)	自殺予防に関する講習会への参加 (%)	ゲートキーパー活動への参加 (%)	その他 (%)	特に何もしない (%)	無回答 (%)
性別	男性	410	57.6	40.0	22.7	11.5	7.6	2.4	16.6	2.4
	女性	527	69.6	46.1	16.1	7.6	10.2	1.3	10.4	3.2
年代別	10～20歳代	62	72.6	58.1	33.9	8.1	8.1	-	16.1	-
	30歳代	85	70.6	45.9	35.3	2.4	9.4	2.4	7.1	-
	40歳代	130	72.3	45.4	28.5	7.7	10.8	2.3	5.4	1.5
	50歳代	149	65.8	45.0	29.5	6.0	9.4	2.0	13.4	-
	60歳代	227	67.0	44.9	16.7	13.2	9.3	1.8	12.3	2.2
	70歳代	205	59.0	35.1	2.9	11.2	7.3	1.0	16.1	6.8
	80歳以上	82	42.7	41.5	4.9	9.8	9.8	3.7	23.2	7.3

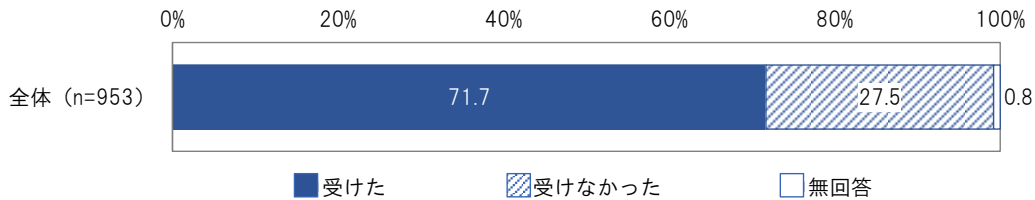
※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

8 健康診査などについて

(1) 健診等（がん検診を除く）の受診状況

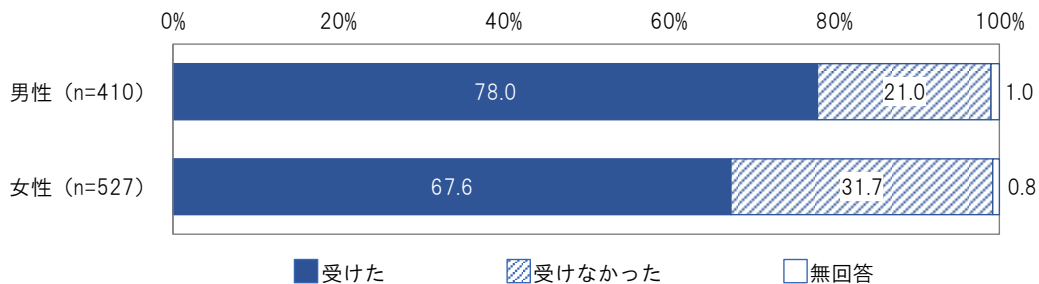
問 31 ①あなたは過去1年間に健診等（がん検診を除く）を受けましたか。（○は1つだけ）

- 過去1年間の健診等（がん検診を除く）の受診状況では、「受けた」が71.7%、「受けなかった」は27.5%となっている。



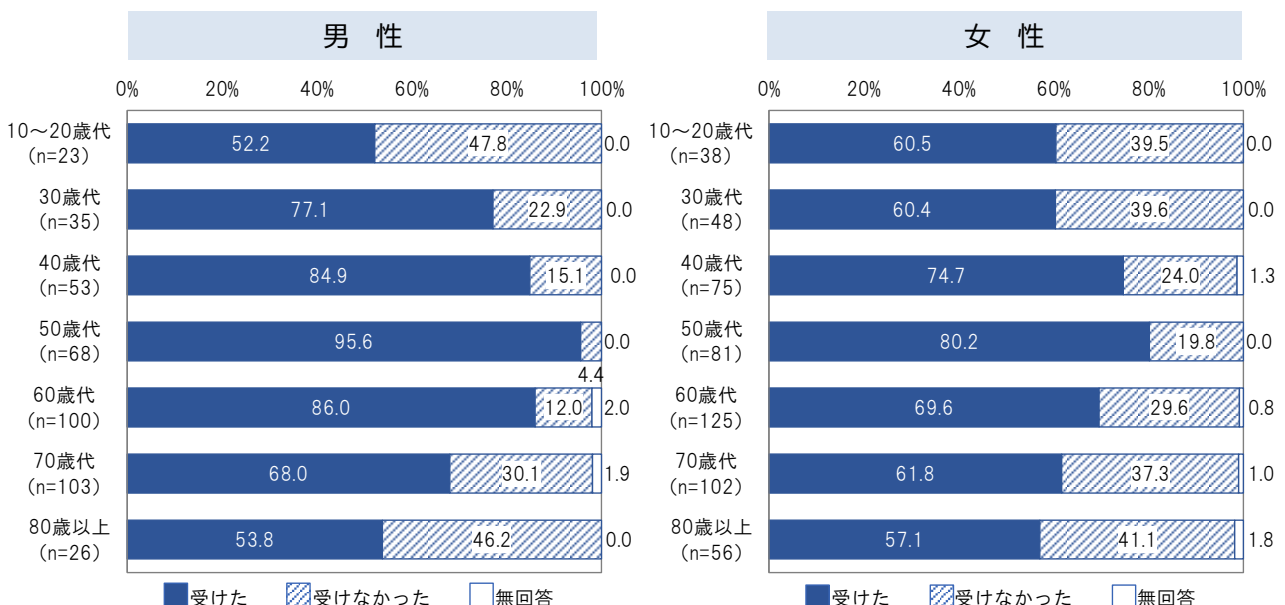
《性別》

- 性別にみると、男性では「受けた」が78.0%と、女性（67.6%）を10ポイント以上上回っている。



《性年代別》

- 性年代別にみると、「受けた」の割合では、30歳以上では男性が女性を上回っている。
- 男性では、「受けた」の割合は、50歳代で95.6%と最も高く、次いで60歳代（86.0%）、40歳代（84.9%）となっており、40～60歳代の受診率が高い結果となっている。一方で、10～20歳代では52.2%となっている。
- 女性では、「受けた」の割合は、50歳代で80.2%と最も高く、10～30歳代・70歳代では約6割となっている。

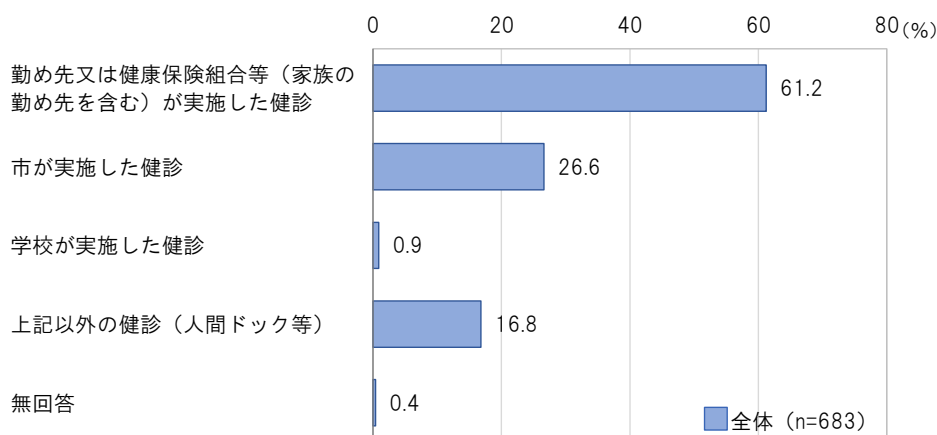


(1-1) 健診等（がん検診を除く）を受けた場所

※（1）で「受けた」と回答した人のみ

問 31 ②どのような機会に健診を受けましたか。（○はあてはまるものすべて）

- ・健診等（がん検診を除く）を受けた場所では、「勤め先又は健康保険組合等（家族の勤め先を含む）が実施した健診」が61.2%と最も高く、次いで「市が実施した健診」（26.6%）、「それ以外の健診（人間ドック等）」（16.8%）の順となっている。



《性別・年代別》

- ・性別にみると、男性・女性ともに「勤め先又は健康保険組合等（家族の勤め先を含む）が実施した健診」が最も高くなっているものの、その割合は、男性が66.9%と、女性（56.2%）を約 10 ポイント上回っている。また、女性では「市が実施した健診」が男性に比べて高くなっている。
- ・年代別にみると、概ね年代が上がるにつれて「市が実施した健診」や「それ以外の健診（人間ドック等）」が高くなる傾向がみられる。

		回答者数 (人)	勤め先又は健康保険組合等（家族の勤め先を含む）が実施した健診 (%)	市が実施した健診 (%)	学校が実施した健診 (%)	上記以外の健診（人間ドック等） (%)	無回答 (%)
性別	男性	320	66.9	22.2	1.3	14.7	0.6
	女性	356	56.2	30.9	0.6	18.3	0.3
年代別	10～20歳代	35	82.9	2.9	17.1	-	-
	30歳代	57	89.5	3.5	-	10.5	-
	40歳代	102	86.3	13.7	-	10.8	-
	50歳代	130	83.8	10.0	-	13.1	-
	60歳代	175	65.7	25.7	-	14.9	-
	70歳代	133	18.8	56.4	-	27.1	1.5
	80歳以上	46	2.2	63.0	-	37.0	2.2

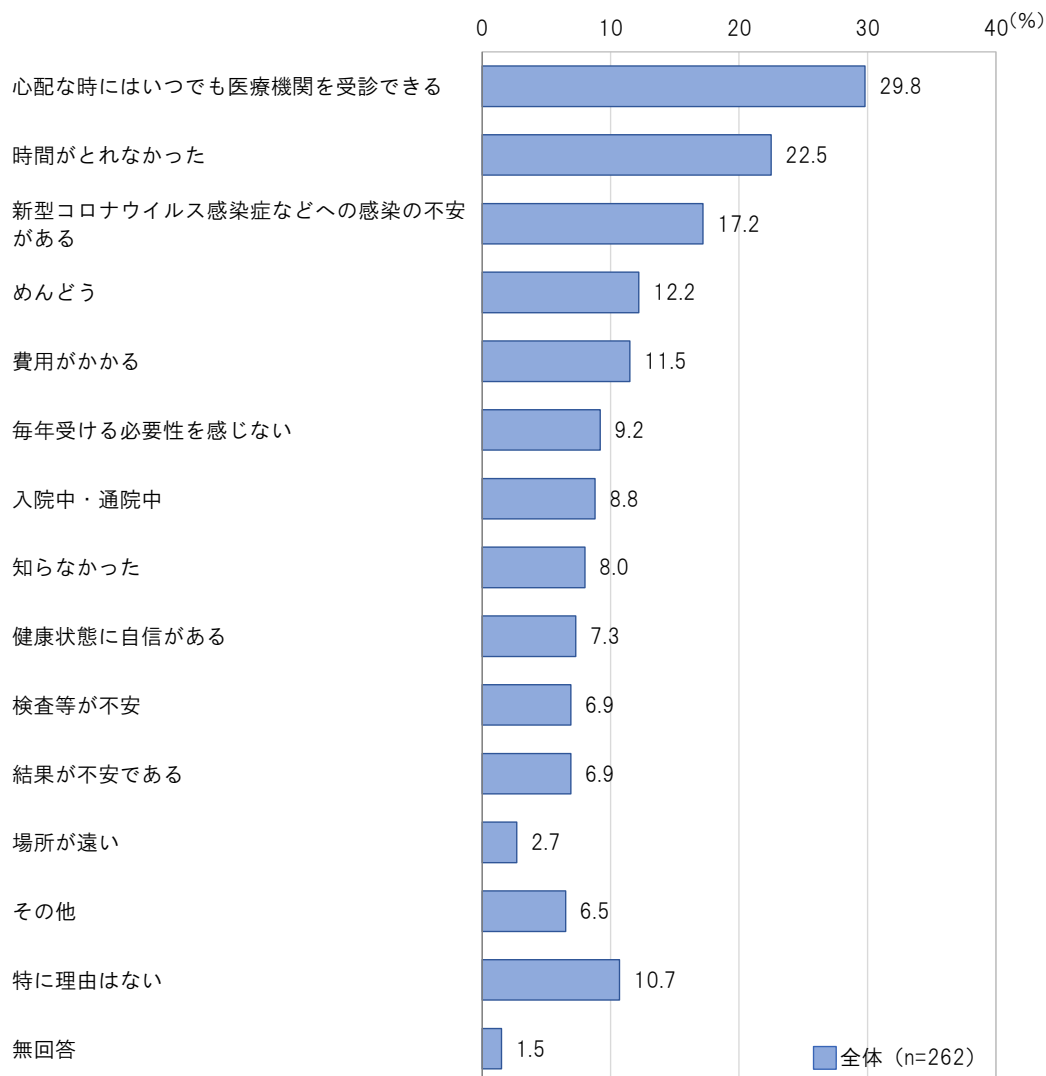
※1 番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2 番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(1-2) 健診等（がん検診を除く）を受けなかった理由

※ (1) で「受けなかった」と回答した人のみ

問 31-1 受けなかった理由は何ですか。(〇はあてはまるものすべて)

- 健診等（がん検診を除く）を受けなかった理由では、「心配な時にはいつでも医療機関を受診できる」が29.8%と約3割を占めて最も高く、次いで「時間がとれなかった」(22.5%)、「新型コロナウイルス感染症などへの感染の不安がある」(17.2%)の順となっている。



《性別・年代別》

- 性別にみると、男性では「めんどろ」や「費用がかかる」、「毎年受ける必要性を感じない」、「知らなかった」などで女性に比べて高く、女性では「心配な時にはいつでも医療機関を受診できる」や「時間がとれなかった」、「新型コロナウイルス感染症などへの感染の不安がある」などで男性に比べて高くなっている。
- 年代別にみると、10～20歳代では「知らなかった」、30歳代では「費用がかかる」、40～50歳代では「時間がとれなかった」、60歳以上では「心配な時にはいつでも医療機関を受診できる」が最も高くなっている。

(%)

		回答者数(人)	心配な時にはいつでも医療機関を受診できる	時間がとれなかった	新型コロナウイルス感染症などへの感染の不安がある	めんどろ	費用がかかる	毎年受ける必要性を感じない	入院中・通院中	知らなかった
性別	男性	86	23.3	17.4	11.6	15.1	15.1	12.8	8.1	14.0
	女性	167	33.5	25.7	21.0	10.8	10.2	6.6	9.6	4.8
年代別	10～20歳代	27	18.5	22.2	3.7	7.4	18.5	11.1	-	33.3
	30歳代	28	3.6	32.1	17.9	14.3	39.3	3.6	-	14.3
	40歳代	27	22.2	51.9	14.8	22.2	7.4	3.7	-	-
	50歳代	19	21.1	42.1	21.1	21.1	15.8	10.5	5.3	5.3
	60歳代	49	36.7	18.4	18.4	10.2	6.1	8.2	14.3	-
	70歳代	69	33.3	14.5	29.0	14.5	7.2	7.2	13.0	1.4
	80歳以上	35	57.1	2.9	5.7	-	2.9	17.1	17.1	14.3

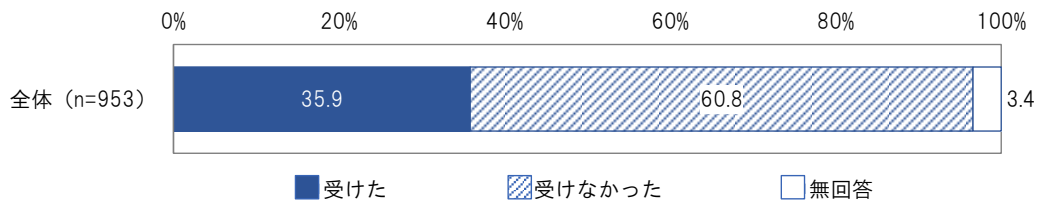
		回答者数(人)	健康状態に自信がある	検査等が不安	結果が不安である	場所が遠い	その他	特に理由はない	無回答
(つづき)									
性別	男性	86	8.1	7.0	4.7	1.2	8.1	11.6	-
	女性	167	7.2	7.2	7.8	3.0	6.0	10.8	1.8
年代別	10～20歳代	27	11.1	3.7	3.7	7.4	7.4	14.8	3.7
	30歳代	28	3.6	3.6	7.1	7.1	14.3	7.1	3.6
	40歳代	27	3.7	-	7.4	3.7	-	7.4	-
	50歳代	19	5.3	21.1	5.3	-	-	15.8	-
	60歳代	49	12.2	6.1	8.2	2.0	6.1	6.1	-
	70歳代	69	7.2	11.6	8.7	1.4	8.7	15.9	1.4
	80歳以上	35	5.7	-	-	-	5.7	8.6	-

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(2) 胃がん検診の受診状況

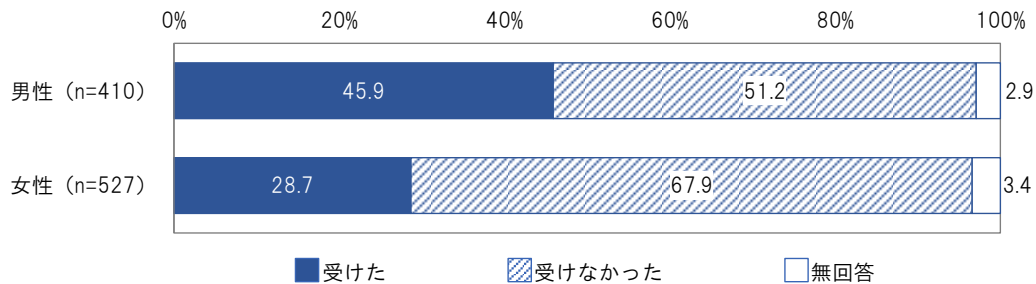
問 32 ①過去1年間に胃がん検診を受けましたか。(○は1つだけ)

- 胃がん検診の受診状況では、「受けなかった」が60.8%、「受けた」は35.9%となっている。



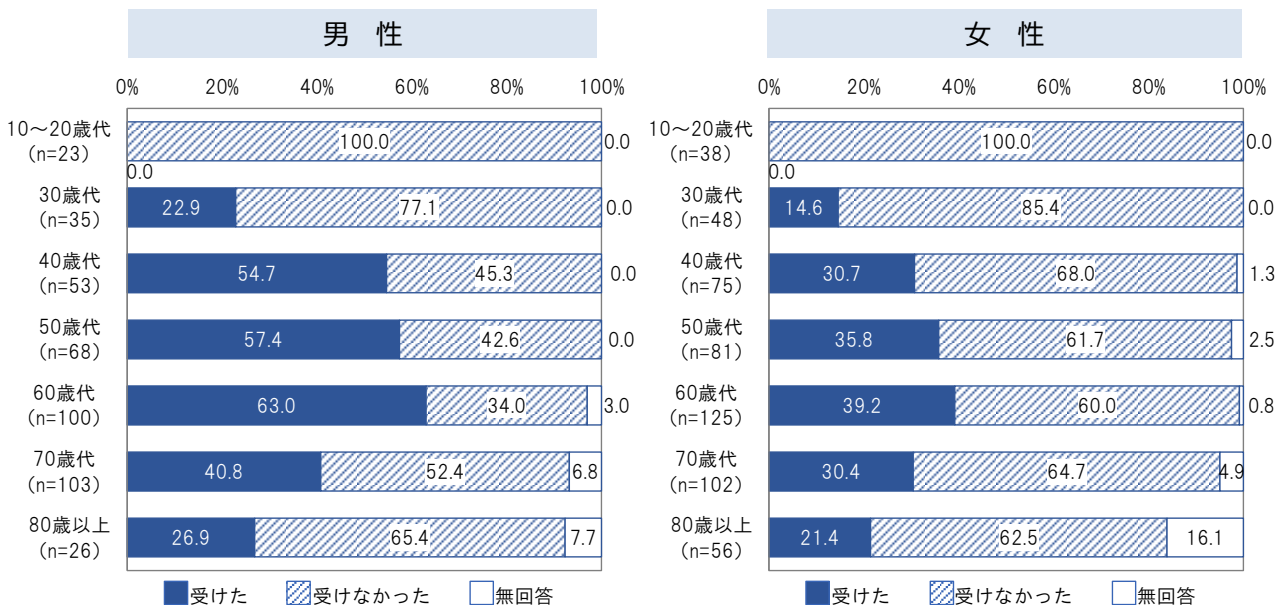
《性別》

- 性別にみると、男性・女性ともに「受けなかった」が「受けた」を上回っている。
- 男性では「受けた」が45.9%と、女性（28.7%）を大きく上回っている。



《性年代別》

- 性年代別にみると、「受けた」の割合では、30歳以上で男性が女性を上回っている。
- 10～20歳代では、男性・女性ともに、全員が「受けなかった」と回答している。
- 男性では、「受けた」の割合は、60歳代で63.0%と最も高く、次いで50歳代（57.4%）、40歳代（54.7%）となっており、40～60歳代の受診率が高い結果となっている。
- 女性では、「受けた」の割合は、60歳代で最も高くなっているものの約4割となっており、30歳代では1割程度と低くなっている。

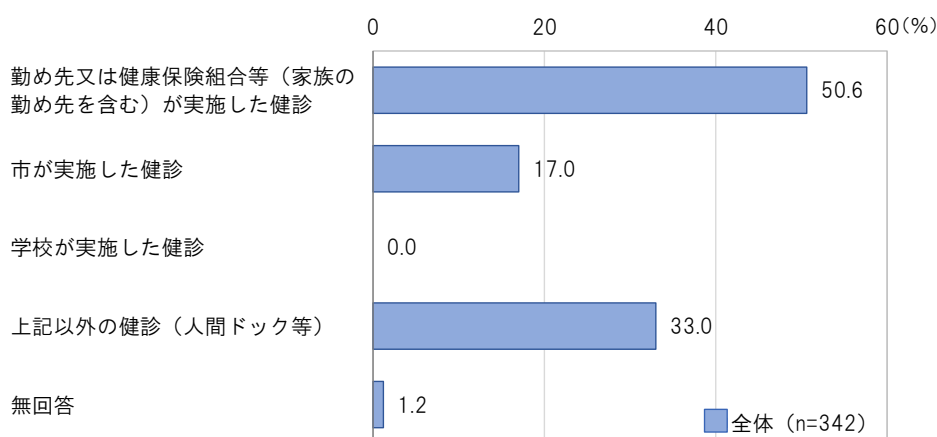


(2-1) 胃がん検診を受けた場所

※(2)で「受けた」と回答した人のみ

問 32 ②どのような機会に検診を受けましたか。(○はあてはまるものすべて)

- 胃がん検診を受けた場所では、「勤め先又は健康保険組合等（家族の勤め先を含む）が実施した健診」が50.6%と最も高く、次いで「それ以外の健診（人間ドック等）」（33.0%）、「市が実施した健診」（17.0%）の順となっている。



《性別・年代別》

- 性別にみると、男性・女性ともに「勤め先又は健康保険組合等（家族の勤め先を含む）が実施した健診」が最も高くなっているものの、その割合は、男性が58.0%と、女性（41.7%）を20ポイント近く上回っている。また、女性では「それ以外の健診（人間ドック等）」が男性に比べて高くなっている。
- 年代別にみると、概ね年代が上がるにつれて「市が実施した健診」が高くなる傾向がみられる。

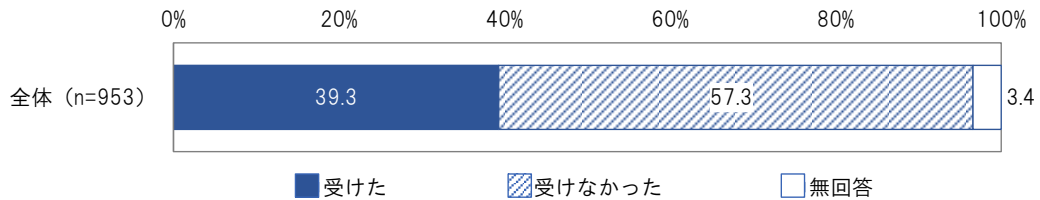
		回答者数 (人)	勤め先又は健康保険組合等（家族の勤め先を含む）が実施した健診 (%)	市が実施した健診 (%)	学校が実施した健診 (%)	上記以外の健診（人間ドック等） (%)	無回答 (%)
性別	男性	188	58.0	16.0	-	27.7	1.1
	女性	151	41.7	17.9	-	39.7	1.3
年代別	10～20歳代	-	-	-	-	-	-
	30歳代	16	75.0	-	-	25.0	-
	40歳代	52	73.1	5.8	-	17.3	3.8
	50歳代	68	69.1	2.9	-	27.9	-
	60歳代	112	58.9	14.3	-	29.5	-
	70歳代	73	13.7	35.6	-	53.4	-
	80歳以上	19	-	52.6	-	42.1	10.5

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(3) 大腸がん検診の受診状況

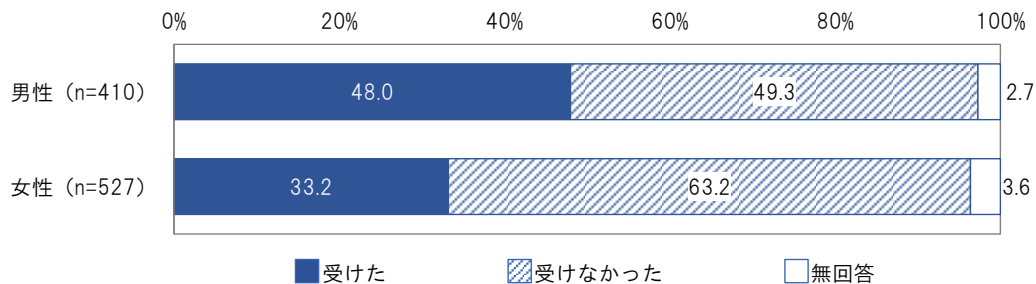
問 33 ①過去1年間に大腸がん検診を受けましたか。(○は1つだけ)

・大腸がん検診の受診状況では、「受けなかった」が57.3%を占めており、「受けた」は39.3%と約4割となっている。



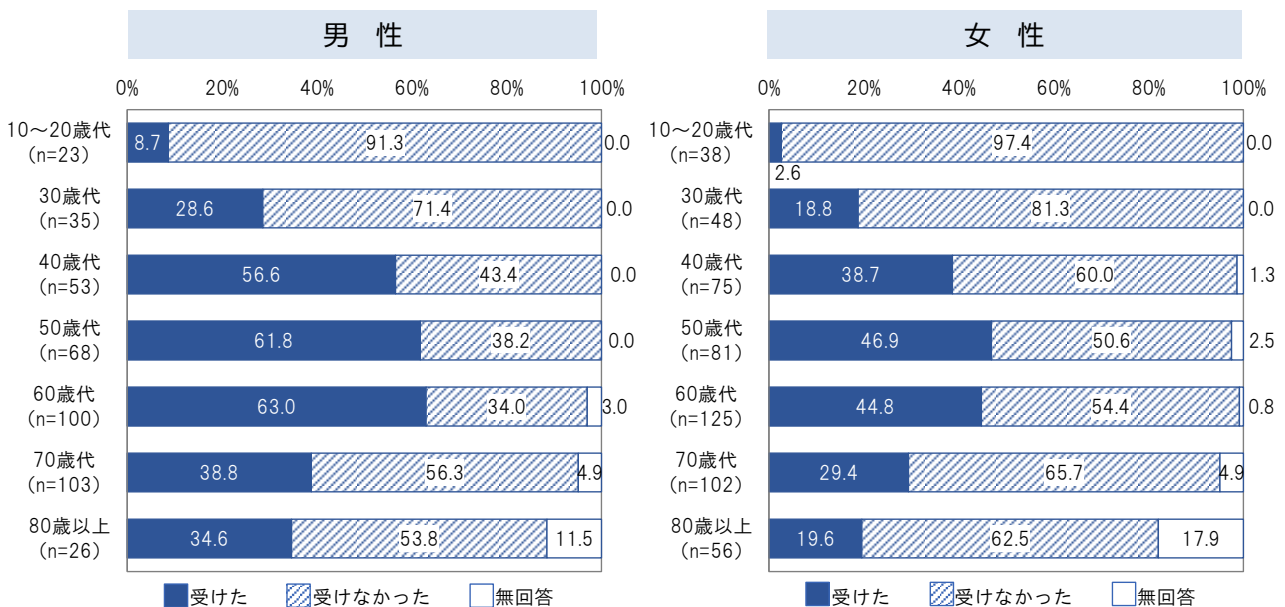
《性別》

・性別にみると、男性・女性ともに「受けなかった」が「受けた」を上回っている。
 ・男性では「受けた」が48.0%と、女性（33.2%）を大きく上回っている。



《性年代別》

・性年代別にみると、「受けた」の割合では、すべての年代で男性が女性を上回っている。
 ・男性では、「受けた」の割合は、60歳代で63.0%と最も高く、次いで50歳代（61.8%）、40歳代（56.6%）となっており、40～60歳代の受診率が高い結果となっている。
 ・女性では、「受けた」の割合は、50歳代で最も高くなっているものの半数未満となっており、30歳代・80歳以上では2割未満、10～20歳代では1割未満と低くなっている。

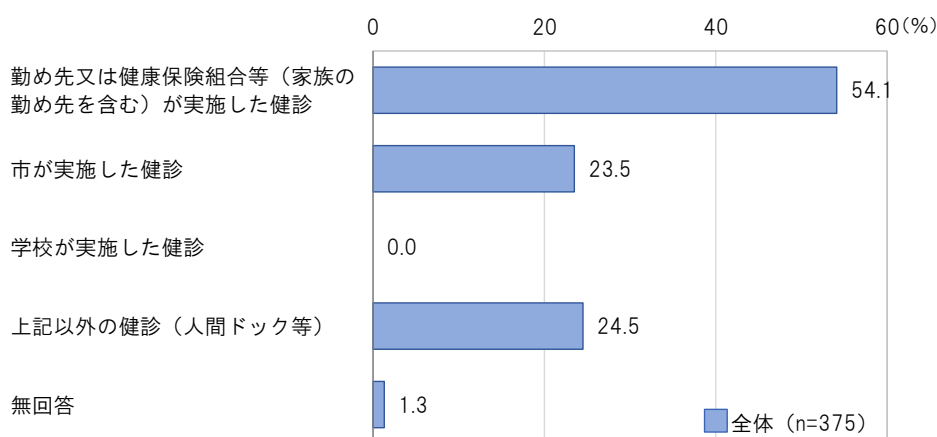


(3-1) 大腸がん検診を受けた場所

※(3)で「受けた」と回答した人のみ

問33 ②どのような機会に検診を受けましたか。(○はあてはまるものすべて)

- 大腸がん検診を受けた場所では、「勤め先又は健康保険組合等（家族の勤め先を含む）が実施した健診」が54.1%と最も高く、次いで「それ以外の健診（人間ドック等）」（24.5%）、「市が実施した健診」（23.5%）の順となっている。



《性別・年代別》

- 性別にみると、男性・女性ともに「勤め先又は健康保険組合等（家族の勤め先を含む）が実施した健診」が最も高くなっているものの、その割合は、男性が60.4%を占め、女性（48.0%）を10ポイント以上上回っている。また、女性では「市が実施した健診」や「それ以外の健診（人間ドック等）」が男性に比べて高くなっている。
- 年代別にみると、概ね年代が上がるにつれて「市が実施した健診」が高くなる傾向がみられ、70歳以上では半数を超えている。

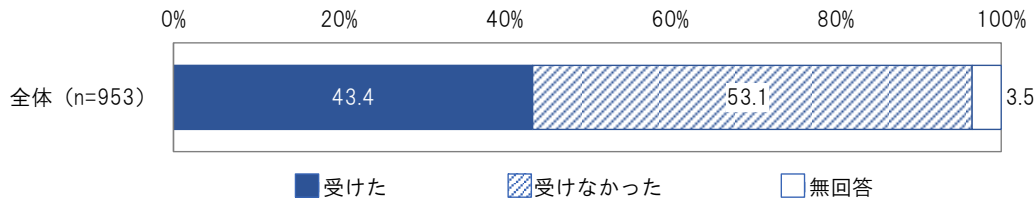
		回答者数（人）	勤め先又は健康保険組合等（家族の勤め先を含む）が実施した健診	市が実施した健診	学校が実施した健診	上記以外の健診（人間ドック等）」	無回答
性別	男性	197	60.4	20.3	-	21.3	2.0
	女性	175	48.0	26.9	-	27.4	0.6
年代別	10～20歳代	3	66.7	-	-	33.3	-
	30歳代	20	70.0	-	-	30.0	-
	40歳代	59	74.6	8.5	-	18.6	3.4
	50歳代	80	78.8	6.3	-	20.0	-
	60歳代	119	60.5	21.0	-	19.3	1.7
	70歳代	70	11.4	55.7	-	37.1	-
	80歳以上	20	-	65.0	-	30.0	5.0

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(4) 肺がん検診の受診状況

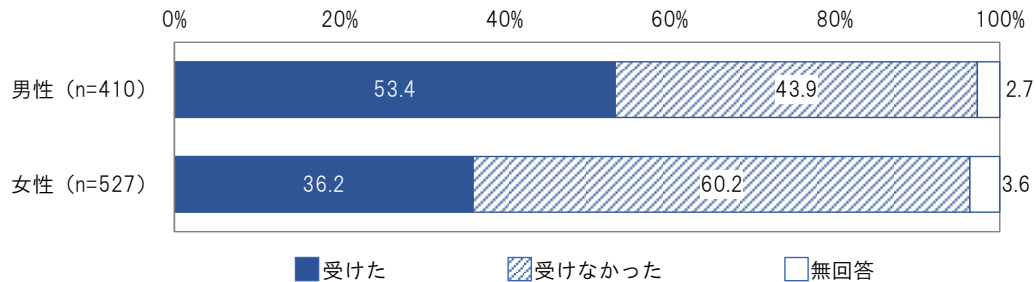
問 34 ①過去1年間に肺がん検診を受けましたか。(○は1つだけ)

・肺がん検診の受診状況では、「受けなかった」が53.1%を占めており、「受けた」は43.4%となっている。



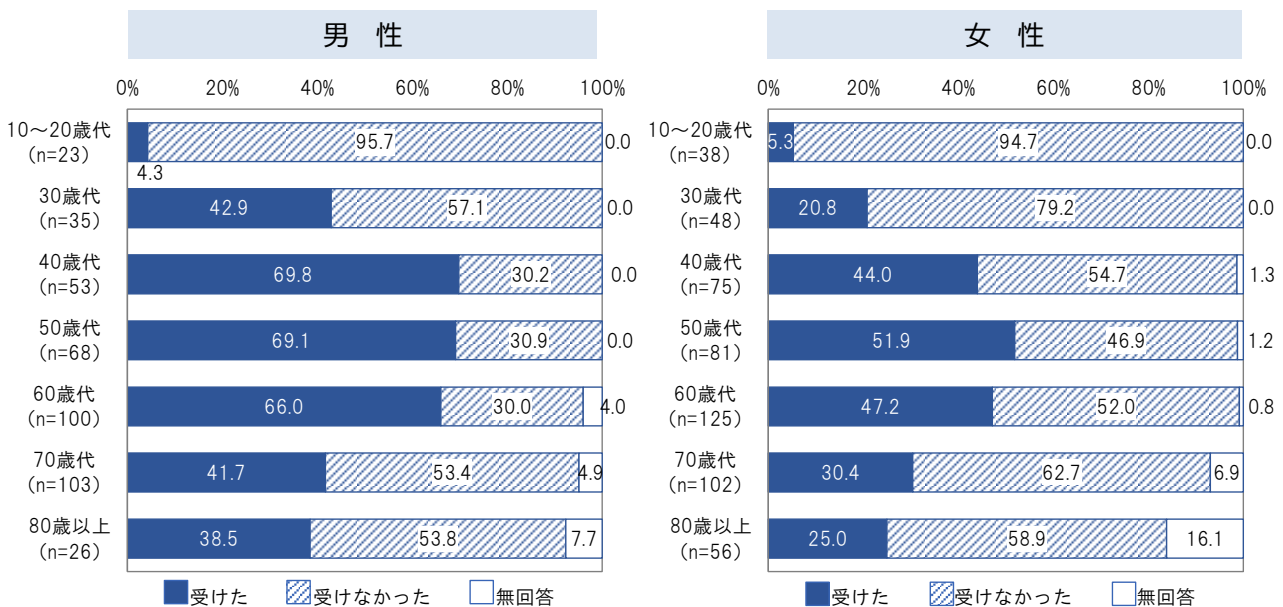
《性別》

・性別にみると、男性では「受けた」が53.4%となっており、「受けなかった」を上回っている。
 ・女性では、「受けた」が36.2%となっている。



《性年代別》

・性年代別にみると、「受けた」の割合では、30歳以上で男性が女性を上回っている。
 ・男性では、「受けた」の割合は、40歳代で69.8%と最も高く、次いで50歳代(69.1%)、60歳代(66.0%)となっており、40~60歳代の受診率が高い結果となっている。
 ・女性では、「受けた」の割合は、50歳代で最も高くなっているものの51.9%となっており、30歳代では約2割と低くなっている。

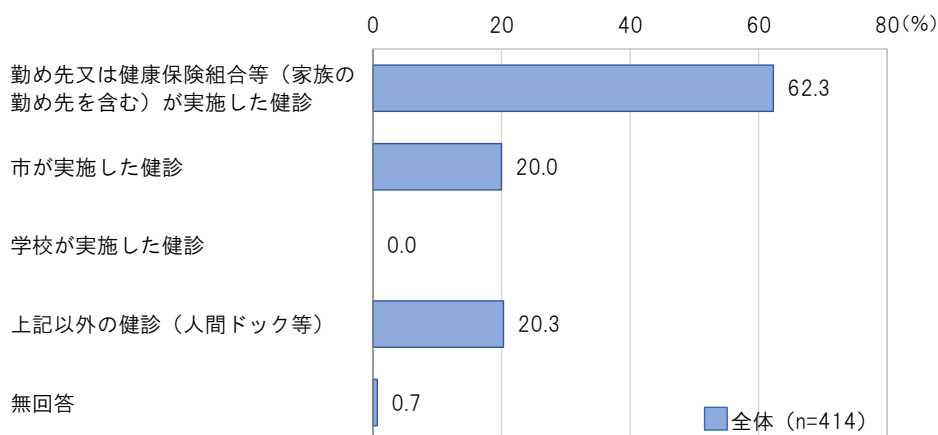


(4-1) 肺がん検診を受けた場所

※(4)で「受けた」と回答した人のみ

問 34 ②どのような機会に検診を受けましたか。(○はあてはまるものすべて)

- 肺がん検診を受けた場所では、「勤め先又は健康保険組合等（家族の勤め先を含む）が実施した健診」が62.3%と最も高く、次いで「それ以外の健診（人間ドック等）」（20.3%）、「市が実施した健診」（20.0%）の順となっている。



《性別・年代別》

- 性別にみると、男性・女性ともに「勤め先又は健康保険組合等（家族の勤め先を含む）が実施した健診」が最も高くなっているものの、その割合は、男性が66.2%を占め、女性（58.6%）を10ポイント近く上回っている。また、女性では「市が実施した健診」が男性に比べて高くなっている。
- 年代別にみると、概ね年代が上がるにつれて「市が実施した健診」が高くなる傾向がみられ、80歳以上では7割を超えている。

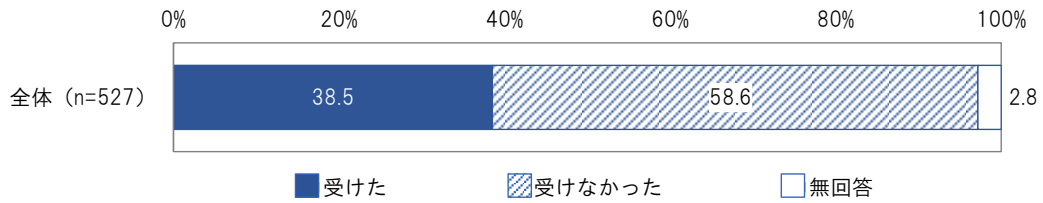
		回答者数（人）	勤め先又は健康保険組合等（家族の勤め先を含む）が実施した健診	市が実施した健診	学校が実施した健診	上記以外の健診（人間ドック等）」	無回答
性別	男性	219	66.2	16.9	-	20.1	0.9
	女性	191	58.6	23.6	-	19.9	0.5
年代別	10～20歳代	3	100.0	-	-	-	-
	30歳代	26	88.5	-	-	15.4	-
	40歳代	70	82.9	7.1	-	12.9	2.9
	50歳代	89	83.1	4.5	-	15.7	-
	60歳代	126	68.3	17.5	-	16.7	-
	70歳代	74	18.9	44.6	-	37.8	1.4
	80歳以上	24	-	75.0	-	29.2	-

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(5) 子宮頸がん検診の受診状況（女性のみ）

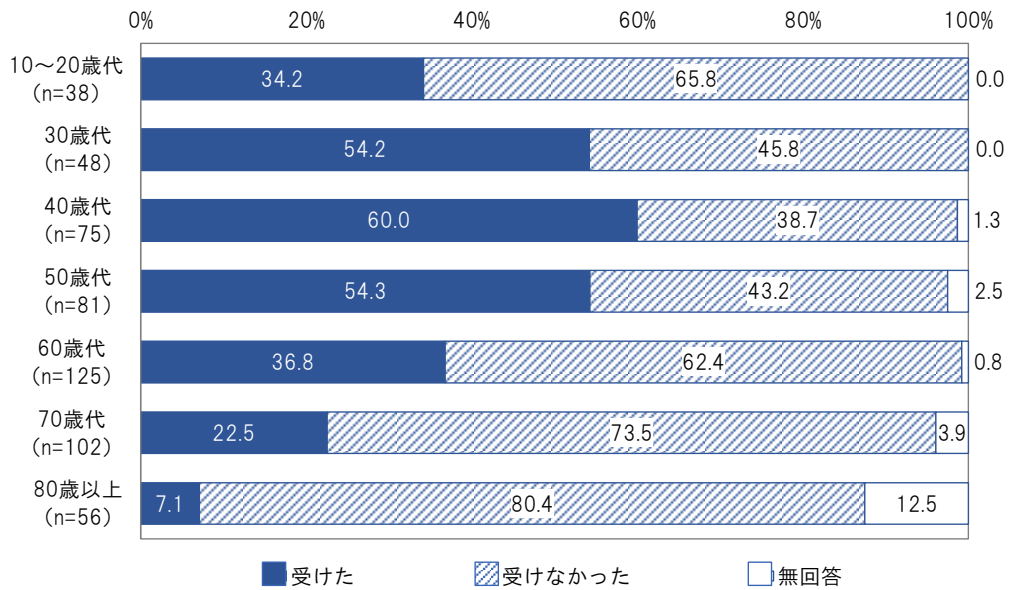
問 35 ①過去2年間に子宮頸がん検診を受けましたか。（○は1つだけ）

- 子宮頸がん検診の受診状況では、「受けなかった」が58.6%を占めており、「受けた」は38.5%となっている。



《年代別》

- 年代別にみると、「受けた」の割合は、40歳代で60.0%と最も高く、次いで50歳代(54.3%)、30歳代(54.2%)となっており、30~50歳代の受診率が高い結果となっている。それ以外の年代では4割未満の受診率となっている。

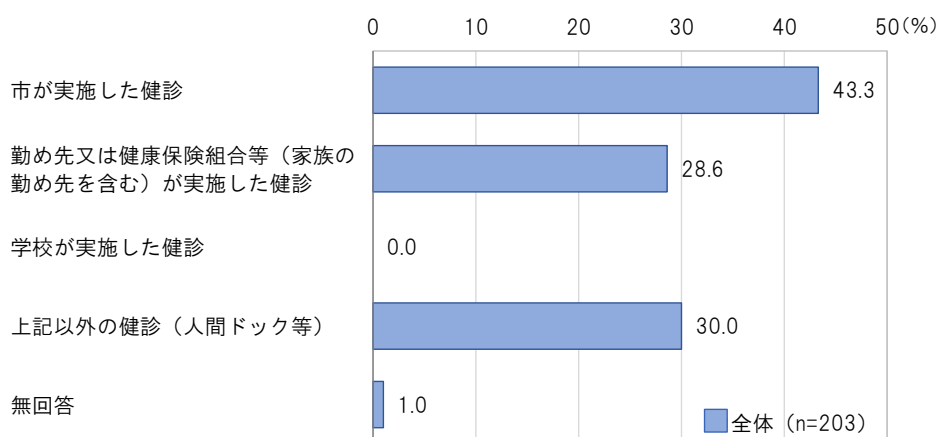


(5-1) 子宮頸がん検診を受けた場所

※(5)で「受けた」と回答した人のみ

問 35 ②どのような機会に検診を受けましたか。(○はあてはまるものすべて)

- 子宮頸がん検診を受けた場所では、「市が実施した健診」が43.3%と最も高く、次いで「それ以外の健診（人間ドック等）」(30.0%)、「勤め先又は健康保険組合等（家族の勤め先を含む）が実施した健診」(28.6%)の順となっている。



《年代別》

- 年代別にみると、10～30歳代では「それ以外の健診（人間ドック等）」、50歳代では「勤め先又は健康保険組合等（家族の勤め先を含む）が実施した健診」、それ以外の年代では「市が実施した健診」が最も高くなっている。

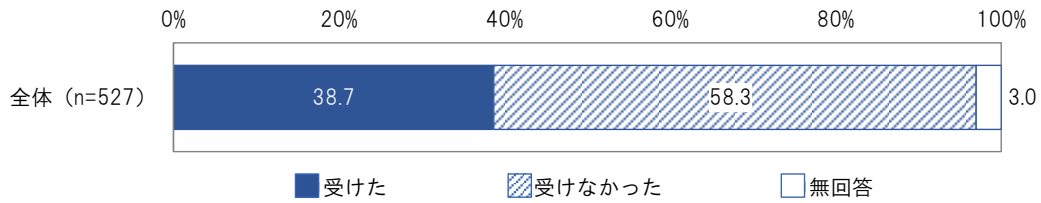
		回答者数 (人)	市が実施した健診	勤め先又は健康保険組合等（家族の勤め先を含む）が実施した健診	学校が実施した健診	上記以外の健診（人間ドック等）	無回答
年代別	10～20歳代	13	23.1	30.8	-	46.2	-
	30歳代	26	15.4	26.9	-	61.5	3.8
	40歳代	45	44.4	31.1	-	26.7	-
	50歳代	44	36.4	45.5	-	22.7	-
	60歳代	46	52.2	23.9	-	23.9	-
	70歳代	23	69.6	8.7	-	21.7	4.3
	80歳以上	4	75.0	-	-	25.0	-

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(6) 乳がん検診の受診状況 (女性のみ)

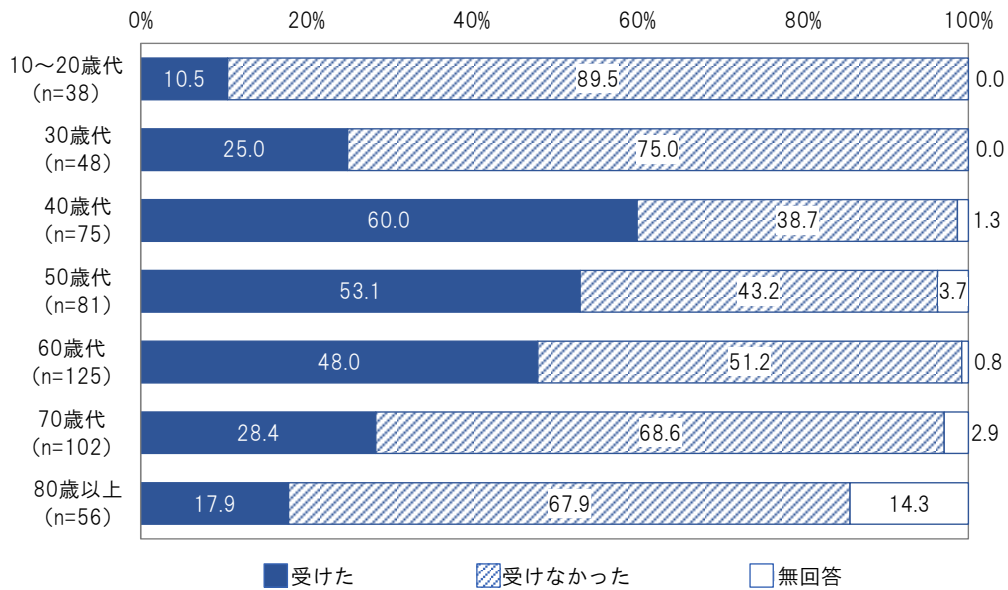
問 36 ①過去2年間に乳がん検診を受けましたか。(○は1つだけ)

・乳がん検診の受診状況では、「受けなかった」が58.3%を占め、「受けた」は38.7%となっている。



《年代別》

・年代別にみると、「受けた」の割合は、40歳代で60.0%と最も高く、次いで50歳代(53.1%)、60歳代(48.0%)となっており、40~60歳代の受診率が高い結果となっている。それ以外の年代では3割未満の受診率となっている。

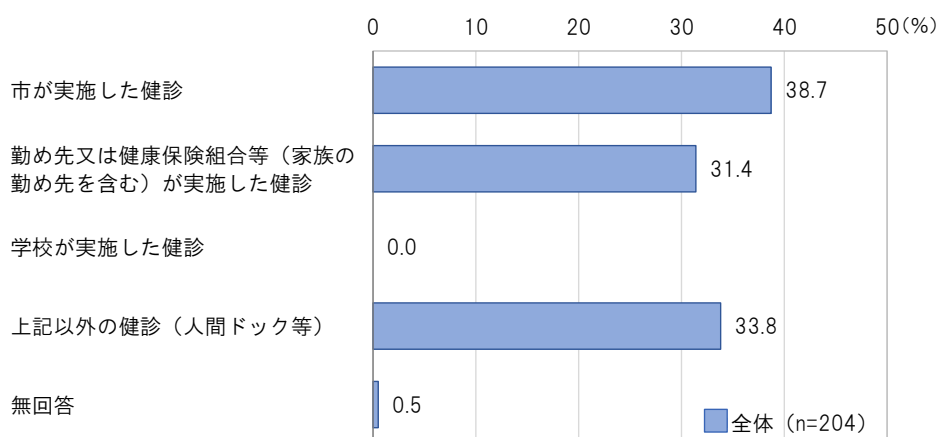


(6-1) 乳がん検診を受けた場所

※(6)で「受けた」と回答した人のみ

問 36 ②どのような機会に検診を受けましたか。(○はあてはまるものすべて)

- ・乳がん検診を受けた場所では、「市が実施した健診」が38.7%と最も高く、次いで「それ以外の健診(人間ドック等)」(33.8%)、「勤め先又は健康保険組合等(家族の勤め先を含む)が実施した健診」(31.4%)の順となっている。



《年代別》

- ・年代別にみると、10~50歳代では「勤め先又は健康保険組合等(家族の勤め先を含む)が実施した健診」、60歳以上では「市が実施した健診」が最も高くなっている。

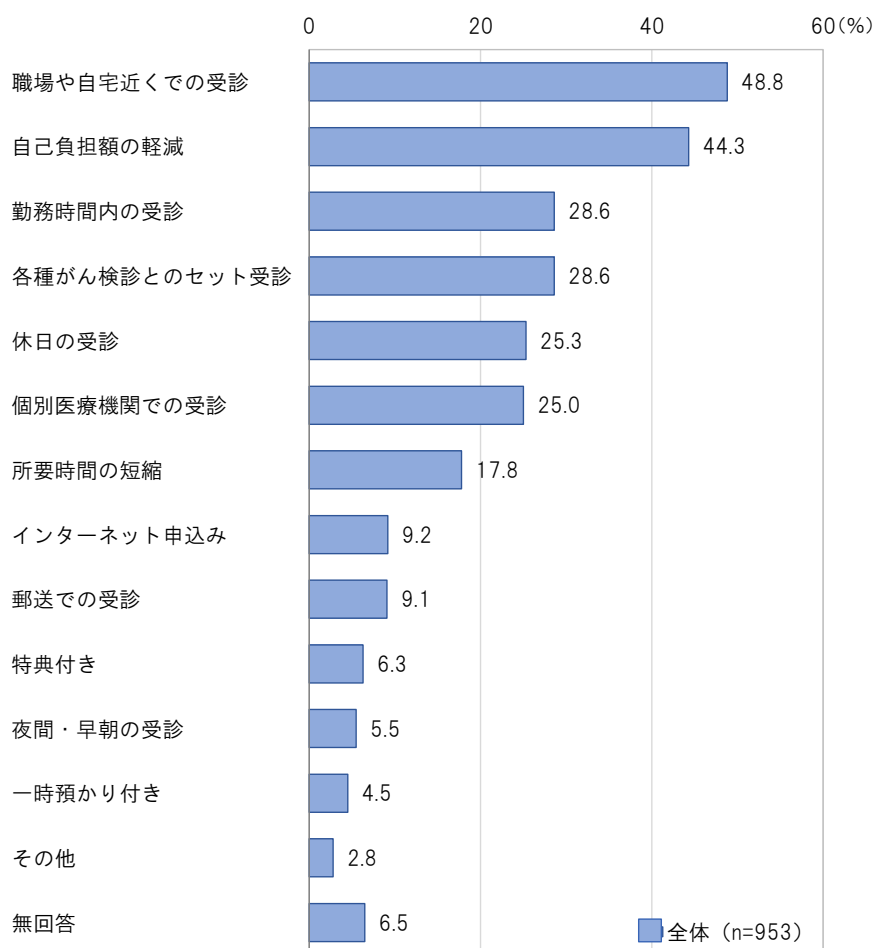
		回答者数(人)	市が実施した健診	勤め先又は健康保険組合等(家族の勤め先を含む)が実施した健診	学校が実施した健診	上記以外の健診(人間ドック等)	無回答
年代別	10~20歳代	4	25.0	50.0	-	25.0	-
	30歳代	12	8.3	58.3	-	41.7	8.3
	40歳代	45	31.1	44.4	-	31.1	-
	50歳代	43	34.9	39.5	-	30.2	-
	60歳代	60	38.3	26.7	-	36.7	-
	70歳代	29	58.6	6.9	-	37.9	-
	80歳以上	10	80.0	-	-	20.0	-

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(7) より受診しやすくなるために必要な環境

問 37 どのような環境であれば、より受診しやすいと思われますか。(〇はあてはまるものすべて)

・より受診しやすくなるために必要な環境では、「職場や自宅近くでの受診」が48.8%と最も高く、次いで「自己負担額の軽減」(44.3%)、「勤務時間内の受診」および「各種がん検診とのセット受診」(28.6%)、「休日の受診」(25.3%)、「個別医療機関での受診」(25.0%)の順となっている。



《性別・年代別》

- 性別にみると、男性では「勤務時間内の受診」で女性に比べて高く、女性では「自己負担額の軽減」や「各種がん検診とのセット受診」、「個別医療機関での受診」などで男性に比べて高くなっている。
- 年代別にみると、概ね年代が下がるにつれて「勤務時間内の受診」、概ね年代が上がるにつれて「個別医療機関での受診」が高くなる傾向がみられる。
- その他、10～20歳代では「所要時間の短縮」、30歳代では「休日の受診」、60歳代では「各種がん検診とのセット受診」などが、それぞれその他の年代に比べてやや高くなっている。

(%)

		回答者数 (人)	職場や自宅近くでの受診	自己負担額の軽減	勤務時間内の受診	各種がん検診とのセット受診	休日の受診	個別医療機関での受診	所要時間の短縮
性別	男性	410	49.3	40.2	37.3	22.9	26.8	20.0	15.4
	女性	527	48.4	48.2	22.0	33.4	24.3	29.0	20.3
年代別	10～20歳代	62	54.8	54.8	54.8	22.6	38.7	12.9	32.3
	30歳代	85	58.8	56.5	52.9	28.2	44.7	16.5	14.1
	40歳代	130	60.8	44.6	44.6	28.5	36.9	18.5	15.4
	50歳代	149	59.1	52.3	47.0	30.2	41.6	20.8	20.1
	60歳代	227	51.5	48.9	20.3	34.4	18.9	26.4	21.1
	70歳代	205	35.6	36.6	7.8	26.8	9.3	35.1	15.1
	80歳以上	82	25.6	19.5	2.4	22.0	8.5	32.9	9.8

		回答者数 (人)	インターネット申込み	郵送での受診	特典付き	夜間・早朝の受診	一時預かり付き	その他	無回答
(つづき)									
性別	男性	410	7.6	6.8	5.1	5.9	2.2	3.4	7.8
	女性	527	10.4	11.0	7.2	5.3	6.3	2.1	5.1
年代別	10～20歳代	62	19.4	11.3	11.3	11.3	6.5	3.2	1.6
	30歳代	85	16.5	11.8	10.6	8.2	18.8	1.2	3.5
	40歳代	130	15.4	8.5	12.3	10.0	6.9	3.1	3.1
	50歳代	149	18.1	14.8	9.4	8.7	4.7	0.7	0.7
	60歳代	227	6.2	7.9	4.4	3.5	1.3	1.3	5.3
	70歳代	205	0.5	5.4	2.0	1.5	1.5	4.4	12.7
	80歳以上	82	-	7.3	-	1.2	-	7.3	13.4

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

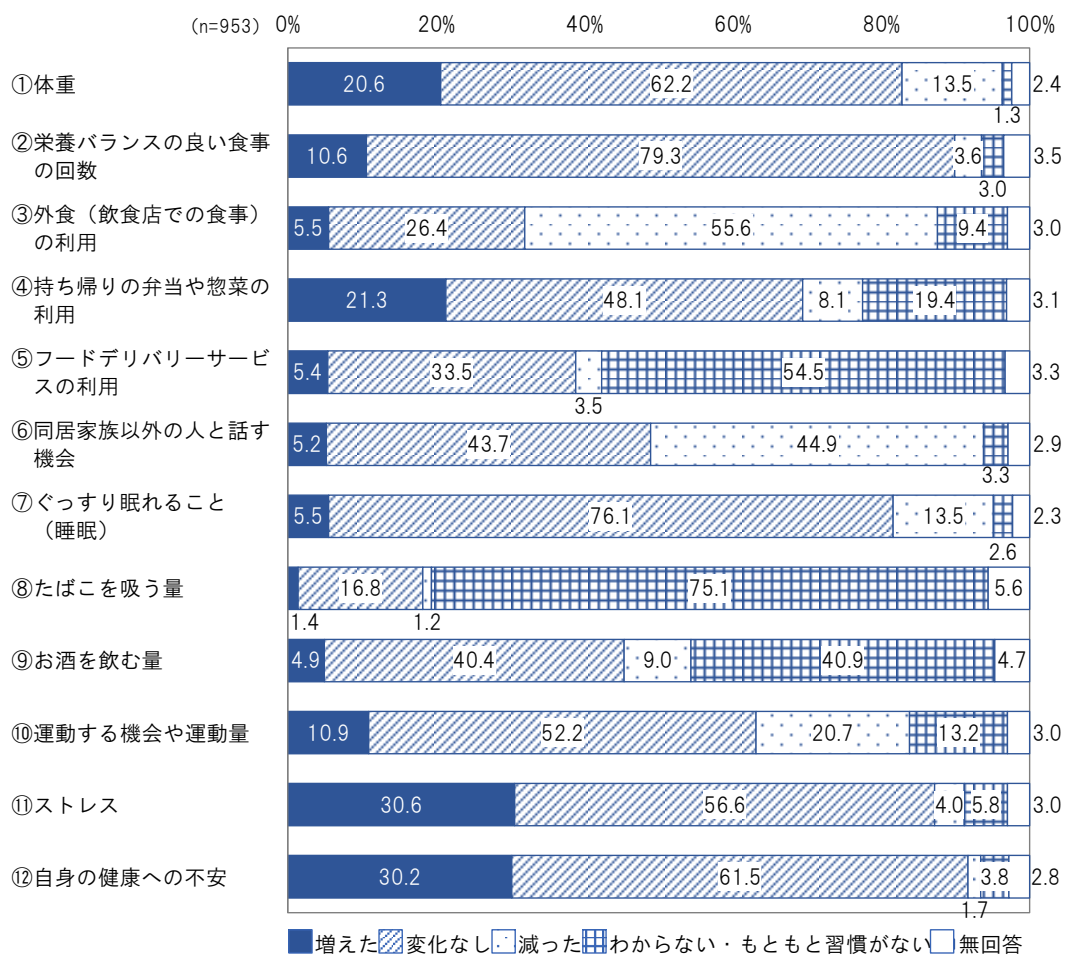
9 新型コロナウイルス感染症による変化や地域との関わりについて

(1) 新型コロナウイルス感染症による変化

問 38 新型コロナウイルス感染症が流行し始めたころ（2020年2月頃）と現在を比べて、あなたの生活や健康に関する行動や体調等に変化はありましたか。

（①～⑫の項目ごとに、○はそれぞれ1つずつ）

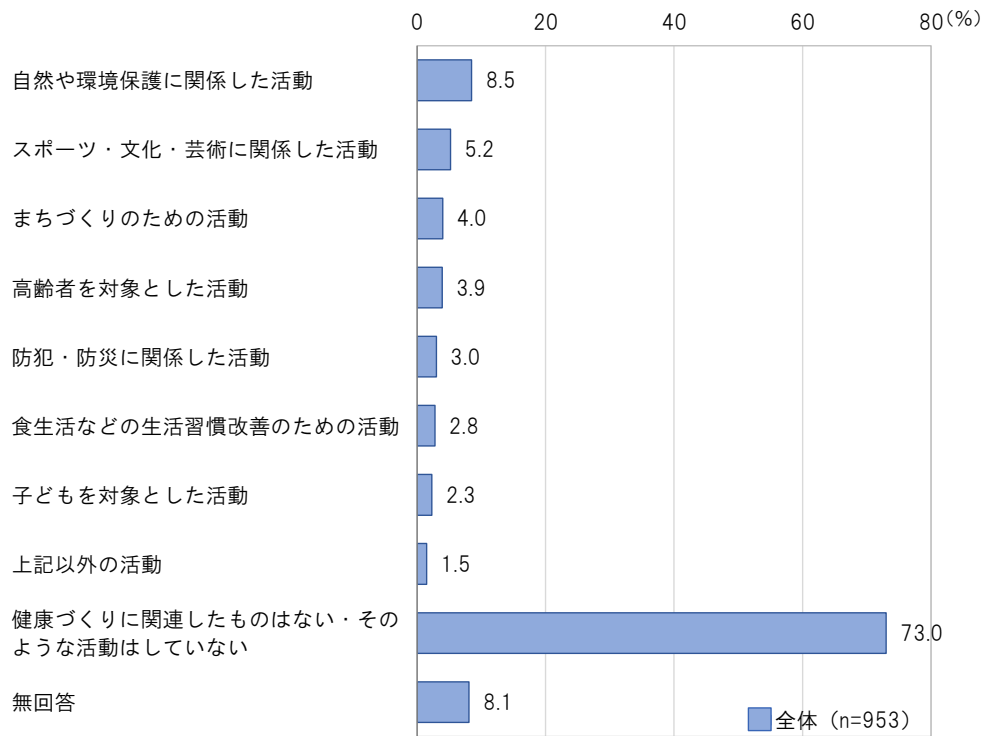
- 新型コロナウイルス感染症による変化について、「増えた」の割合では、“⑪ストレス”が30.6%と最も高く、次いで“⑫自身の健康への不安”（30.2%）、“④持ち帰りの弁当や惣菜の利用”（21.3%）、“①体重”（20.6%）の順となっている。
- 「減った」の割合では、“③外食（飲食店での食事）の利用”が55.6%と最も高く、次いで“⑥同居家族以外の人と話す機会”（44.9%）、“⑩運動する機会や運動量”（20.7%）、“①体重”および“⑦ぐっすり眠れること（睡眠）”（13.5%）の順となっている。



(2) 健康づくりに関係したボランティア活動の状況

問 39 健康づくりに関係したボランティア活動（近隣の人への手助け・支援を含む）を行っていますか。（※有償、無償には関わらず）（○はあてはまるものすべて）

- 健康づくりに関係したボランティア活動の状況では、「健康づくりに関連したものはない・そのような活動はしていない」が73.0%と、活動をしている人は2割未満となっている。
- 活動している人では、「自然や環境保護に関係した活動」が8.5%と高く、次いで「スポーツ・文化・芸術に関係した活動」（5.2%）、「まちづくりのための活動」（4.0%）、「高齢者を対象とした活動」（3.9%）の順となっており、すべての活動が1割未満の実施となっている。



《性別・年代別》

- 性別にみると、女性では「自然や環境保護に関係した活動」や「高齢者を対象とした活動」で男性に比べてやや高くなっている。
- 年代別にみると、すべての年代で「健康づくりに関連したものはない・そのような活動はしていない」が最も高く、特に年代が下がるにつれてその割合が高くなる傾向がみられる。
- その他、概ね年代が上がるにつれて「自然や環境保護に関係した活動」が高くなっており、60歳以上で1割を超えている。

(%)

		回答者数(人)	自然や環境保護に関係した活動	スポーツ・文化・芸術に関係した活動	まちづくりのための活動	高齢者を対象とした活動	防犯・防災に関係した活動	食生活などの生活習慣改善のための活動	子どもを対象とした活動	上記以外の活動	健康づくりに関連したものはない・そのような活動はしていない	無回答
性別	男性	410	7.6	5.4	4.6	2.2	3.4	2.2	2.0	2.0	75.6	6.1
	女性	527	9.5	5.3	3.6	5.1	2.8	3.2	2.7	1.1	71.5	8.7
年代別	10～20歳代	62	3.2	1.6	1.6	-	-	4.8	1.6	-	90.3	1.6
	30歳代	85	7.1	2.4	1.2	-	3.5	1.2	1.2	-	83.5	3.5
	40歳代	130	6.9	3.1	5.4	3.1	5.4	-	3.1	1.5	80.0	3.8
	50歳代	149	5.4	7.4	3.4	1.3	2.0	2.7	3.4	1.3	79.9	3.4
	60歳代	227	11.0	4.4	3.5	4.4	3.1	3.1	1.8	0.9	72.7	6.6
	70歳代	205	10.7	6.8	5.9	6.3	3.9	4.4	2.9	2.4	66.8	9.8
	80歳以上	82	11.0	9.8	4.9	8.5	1.2	2.4	1.2	3.7	48.8	24.4

Ⅲ 高校生アンケート調査結果

1 回答者の属性

(1) 性別

問 あなたの性別をお答えください。(○は1つだけ) (注) 自身が思われる性別を記入してください。

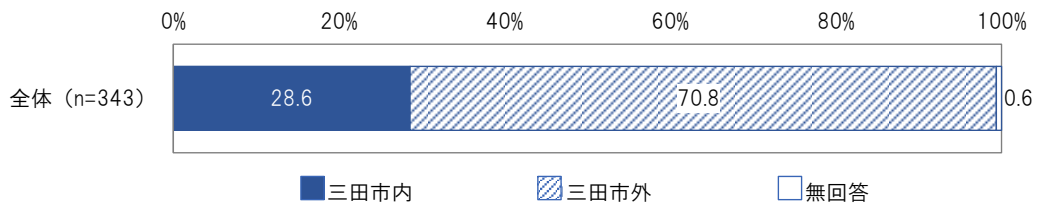
・性別は、「男性」が56.0%、「女性」が42.3%となっている。



(2) 居住地

問 あなたのお住まいの地域を教えてください。(○は1つだけ)

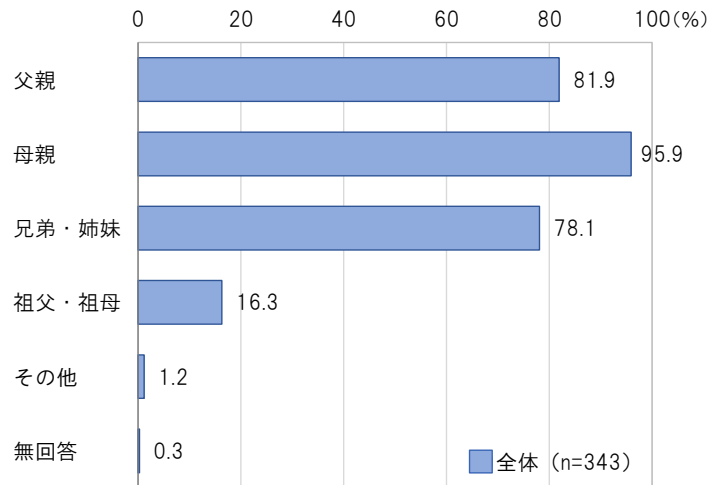
・居住地は、「三田市内」が28.6%、「三田市外」が70.8%となっている。



(3) 同居家族

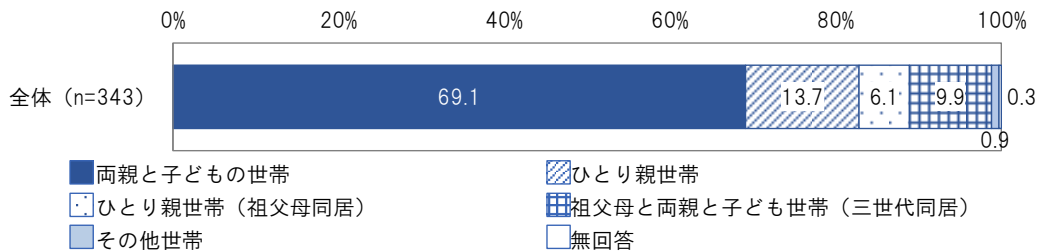
問 現在、だれと一緒に住んでいますか。(○はあてはまるものすべて)

- 同居家族は、「母親」が95.9%と最も高く、次いで「父親」(81.9%)、「兄弟・姉妹」(78.1%)、「祖父・祖母」(16.3%)の順となっている。



《世帯類型》

- 同居家族の状況から世帯類型を区分すると、「両親と子ども世帯」が69.1%と最も高く、次いで「ひとり親世帯」(13.7%)となっており、『三世代同居世帯』(「ひとり親世帯(祖父母同居)」+「祖父母と両親と子ども世帯」)は16.0%となっている。

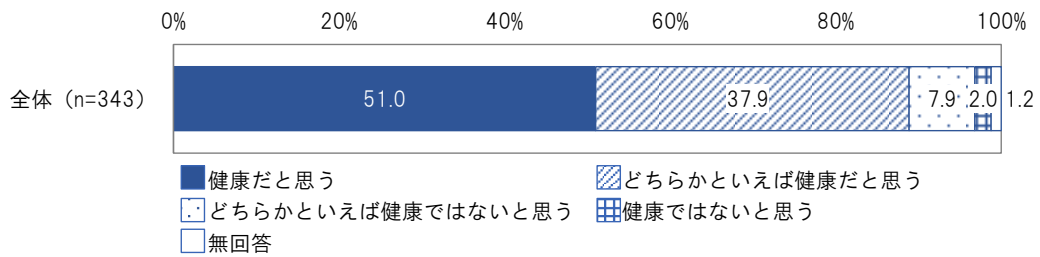


2 現在の健康状態について

(1) 健康観

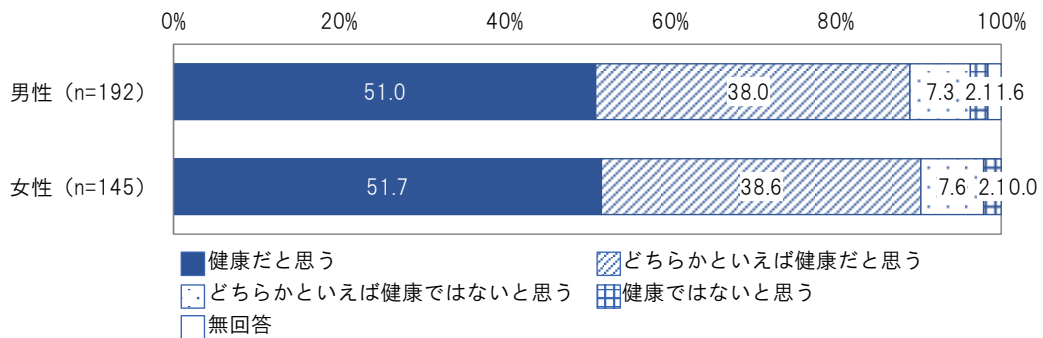
問1 自分は健康だと思いますか。(○は1つだけ)

- 健康観については、「健康だと思う」が 51.0%と最も高く、「どちらかといえば健康だと思う」(37.9%) と合わせると、『健康だと思う』人が9割近くを占めている。
- 一方で、「どちらかといえば健康ではないと思う」(7.9%) と「健康ではないと思う」(2.0%) を合わせた『健康ではないと思う』人が約1割となっている。



《性別》

- 性別には大きな差異はみられない。

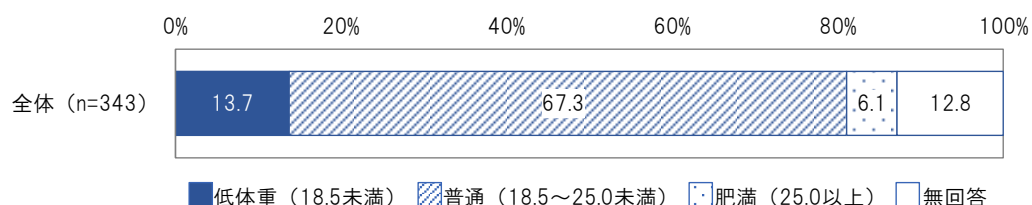


(2) 身長・体重 (BMI 算出)

問2 現在の身長・体重を教えてください。(最近測った数値で)

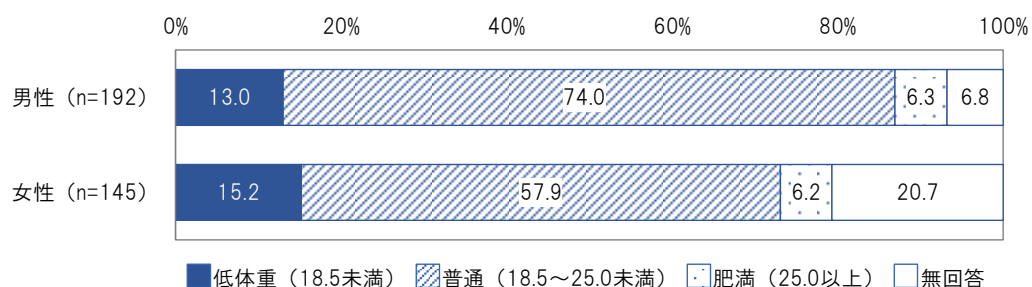
*分からない場合は記入されなくても結構です。

- ・身長・体重から算出した BMI では、「普通 (18.5~25.0 未満)」が 67.3%と最も高くなっているものの、「低体重 (18.5 未満)」が 1 割以上 (13.7%)、「肥満 (25.0 以上)」が 1 割近く (6.1%) となっている。



《性別》

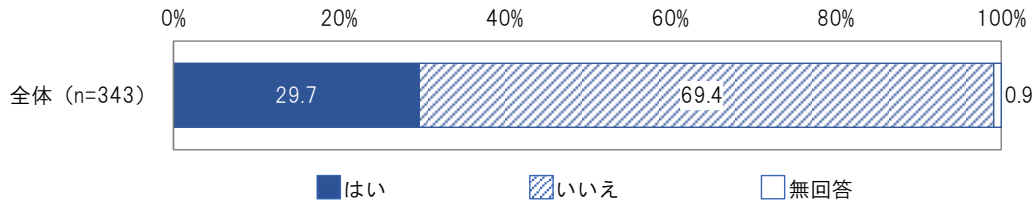
- ・性別にみると、男性・女性ともに「低体重 (18.5 未満)」が 1 割を超えており、特に女性では 15.2%と男性 (13.0%) に比べてやや高くなっている。



(3) ダイエットの経験

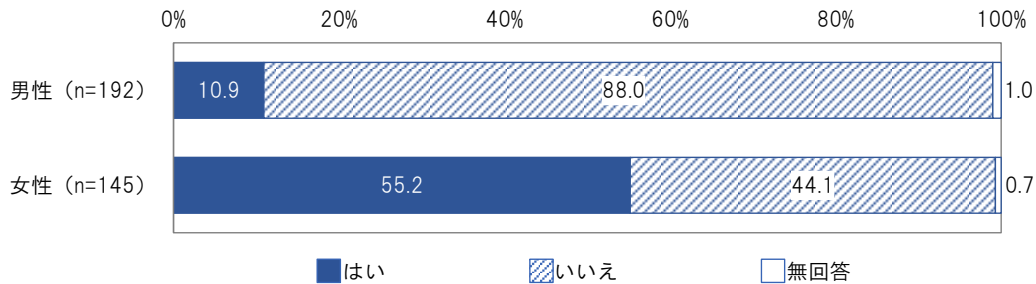
問3 ダイエットをしたことがありますか。(○は1つだけ)

・ダイエットの経験では、「いいえ(したことはない)」が69.4%を占め、「はい(したことがある)」は約3割(29.7%)となっている。



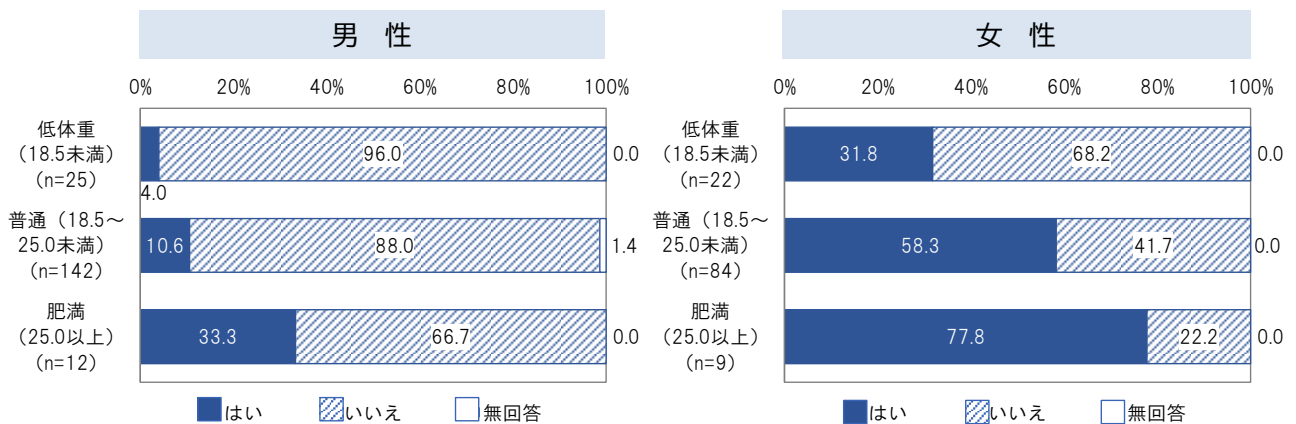
《性別》

・性別にみると、女性では「はい(したことがある)」が55.2%と、男性(10.9%)に比べて高くなっている。



《性×BMI別》

- ・性×BMI別にみると、男性・女性ともにBMIが高くなるにつれて、「はい(したことがある)」が高くなっており、特に女性ではその割合が高い。
- ・女性では、「はい(したことがある)」が“低体重(18.5未満)”で3割以上、“普通(18.5~25.0未満)”で6割近く、“肥満(25.0以上)”では8割近くとなっている。

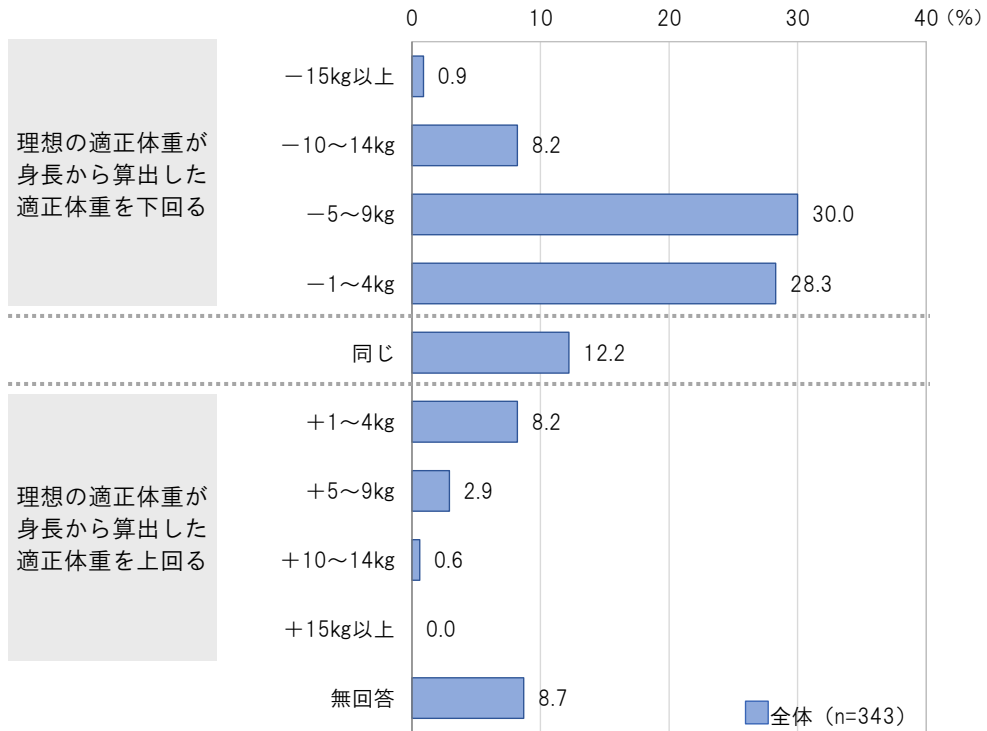


(4) 適正体重について

問4 自分の適正体重（適した体重）は何kgくらいだと思いますか。

① 自身が考える適正体重と実際の適正体重（身長から算出）との差

- 自身が考える適正体重と実際の適正体重（身長から算出）との差では、「-5~9kg」が30.0%と最も高く、次いで「-1~4kg」（28.3%）となっており、実際の適正体重より低い体重を適正と感じている人が多い結果となっている。
- 「同じ」は12.2%と1割程度となっている。



《性別》

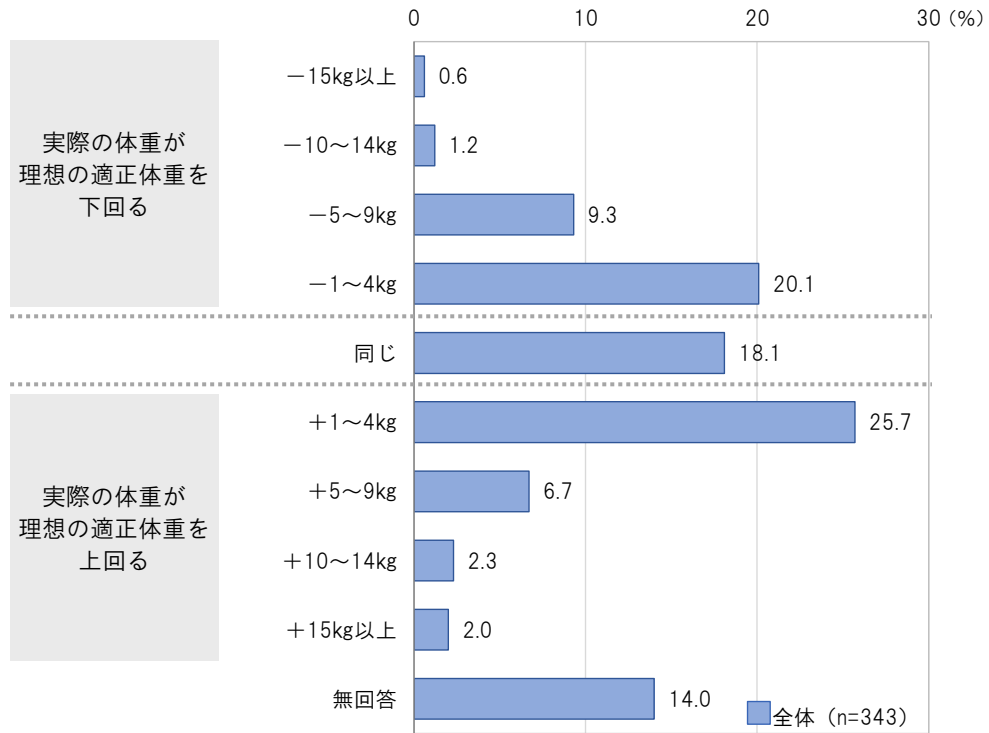
- 性別にみると、男性・女性ともに、実際の適正体重より低い体重を適正と感じている人が多く、特に女性では「-5~9kg」が4割近くを占めて最も高くなっている。

		回答者数 (人)	理想の適正体重が、身長から算出した適正体重を下回る				同じ	理想の適正体重が、身長から算出した適正体重を上回る				無回答
			マイナス15kg以上	マイナス10~14kg	マイナス5~9kg	マイナス1~4kg		プラス1~4kg	プラス5~9kg	プラス10~14kg	プラス15kg以上	
			0.5	5.2	24.5	33.3		13.5	10.4	4.7	1.0	
性別	男性	192	0.5	5.2	24.5	33.3	13.5	10.4	4.7	1.0	-	6.8
	女性	145	1.4	11.7	37.2	22.8	11.0	3.4	0.7	-	-	11.7

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

② 自身が考える適正体重と実際の体重との差

- 自身が考える適正体重と実際の体重との差では、「+1～4kg」が25.7%と最も高く、次いで「-1～4kg」(20.1%)となっており、理想の適正体重を超えていると感じている人がやや多い結果となっている。
- 「同じ」は18.1%と2割近くとなっている。



《性別》

- 性別にみると、男性では「-1～4kg」が最も高いのに対し、女性では「+1～4kg」が最も高く、男性ではやせていると感じている人が4割程度となっているのに対し、女性では太っていると感じている人が半数近くを占めている。

		回答者数 (人)	実際の体重が、理想の適正体重を下回る (やせていると感じている)				同じ	実際の体重が、理想の適正体重を上回る (太っていると感じている)				無回答
			マイナス15kg以上		マイナス10～14kg			プラス1～4kg		プラス5～9kg		
			マイナス15kg以上	マイナス10～14kg	プラス1～4kg	プラス5～9kg		プラス10～14kg	プラス15kg以上			
性別	男性	192	1.0	1.0	12.5	28.6	21.4	17.7	8.3	1.6	0.5	7.3
	女性	145	-	0.7	5.5	9.0	13.1	36.6	4.8	3.4	4.1	22.8

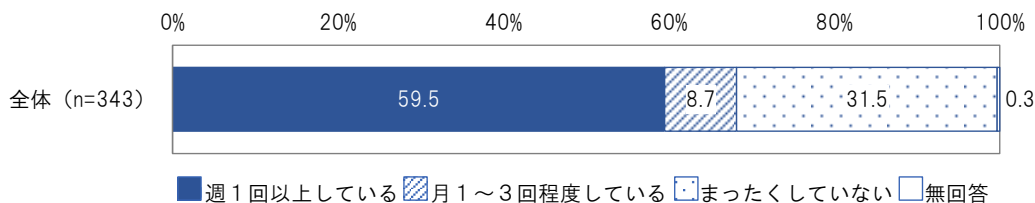
※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

3 運動習慣について

(1) 運動・スポーツ（1回30分以上）の実施状況

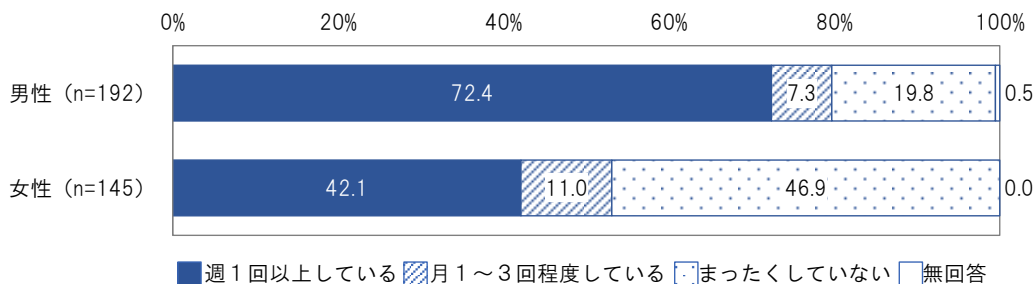
問5 体育の授業を除いて、何か運動やスポーツ（1回30分以上）をしていますか。（○は1つだけ）

- ・運動・スポーツ（1回30分以上）の実施状況は、「週1回以上している」が59.5%と最も高く、「月1～3回程度している」（8.7%）と合わせると、『している』人が7割近くを占めている。
- ・一方で、「まったくしていない」が31.5%と3割を超えている。



《性別》

- ・性別にみると、男性では「週1回以上している」が7割を超えて女性に比べて高く、女性では「まったくしていない」が4割を超えて男性に比べて高くなっている。

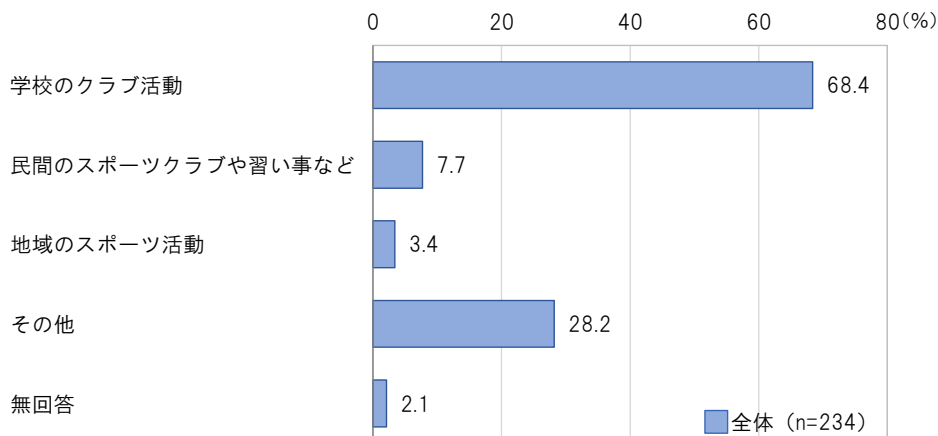


(1-1) 運動・スポーツの実施場所

※ (1) で「週1回以上している」または「月1～3回程度している」と回答した人のみ

問5-1 運動やスポーツをどこでしていますか。（○はあてはまるものすべて）

- ・運動・スポーツを実施している人の実施場所は、「学校のクラブ活動」が68.4%と最も高く、次いで「民間のスポーツクラブや習い事など」（7.7%）、「地域のスポーツ活動」（3.4%）の順となっている。
- ・その他の意見では、「自宅や自宅周辺（ストレッチ、筋トレ、ランニング）」や「公園」などの回答がみられた。

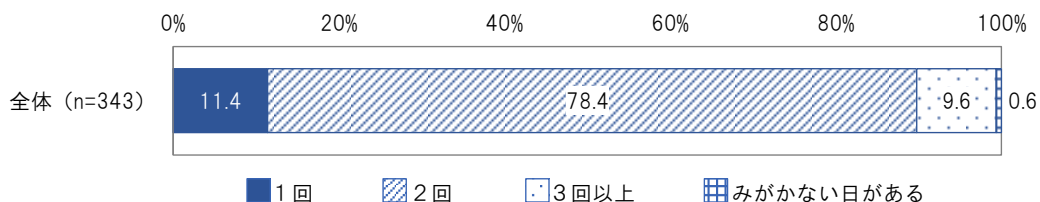


4 歯の健康について

(1) 1日の歯みがき回数

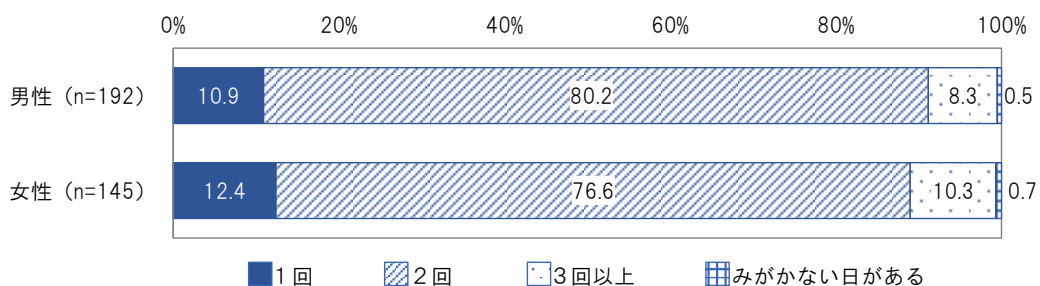
問6 1日に何回歯をみがきますか。(○は1つだけ)

- 1日の歯みがき回数は、「2回」が78.4%と最も高く、次いで「1回」(11.4%)、「3回以上」(9.6%)の順となっている。



《性別》

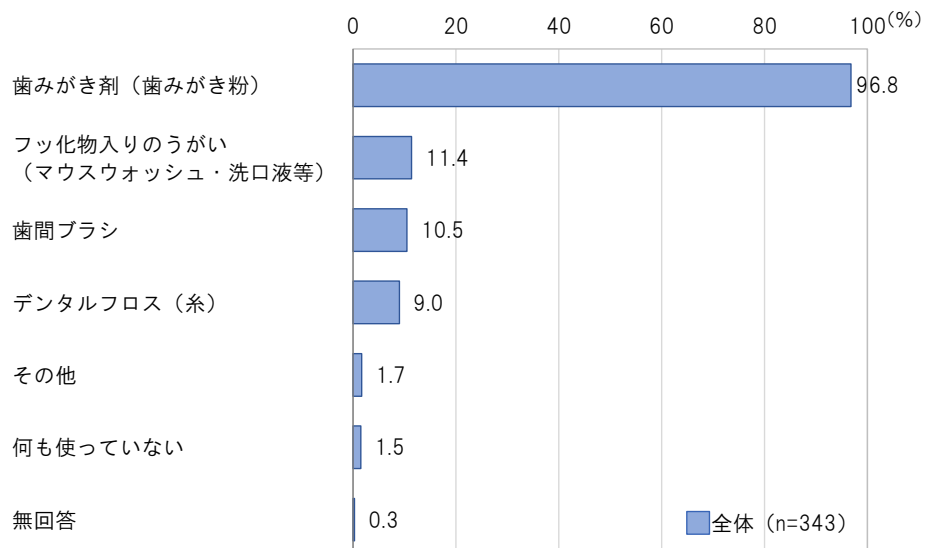
- 性別には大きな差異はみられない。



(2) むし歯予防のために使用しているもの

問7 むし歯予防のために、何を使用していますか。(○はあてはまるものすべて)

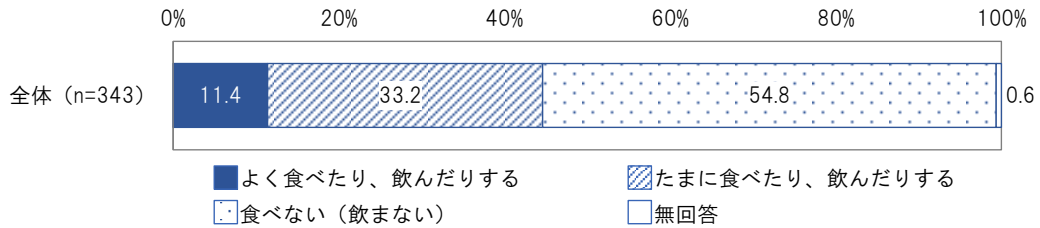
- むし歯予防のために使用しているものは、「歯みがき剤 (歯みがき粉)」が96.8%と最も高く、次いで「フッ化物入りのうがい (マウスウォッシュ・洗口液等)」(11.4%)、「歯間ブラシ」(10.5%)、「デンタルフロス (糸)」(9.0%)の順となっている。



(3) 歯を磨いてから寝るまでの間の飲食

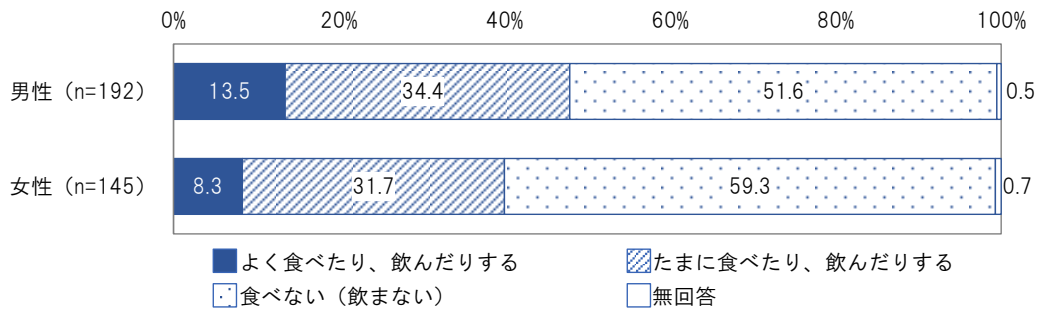
問8 夕食後、歯を磨いてから寝るまでの間で、お茶やお水以外に何か食べたり、飲んだりすることがありますか。(○は1つだけ)

- 歯を磨いてから寝るまでの間の飲食では、「食べない(飲まない)」が54.8%を占めているものの、次いで「たまに食べたり、飲んだりする」が3割以上(33.2%)となっており、「よく食べたり、飲んだりする」(11.4%)と合わせると、『食べたり、飲んだりする』が4割以上となっている。



《性別》

- 性別にみると、『食べたり、飲んだりする』が男性では47.9%と半数近くを占め、女性(40.0%)に比べて高くなっている。

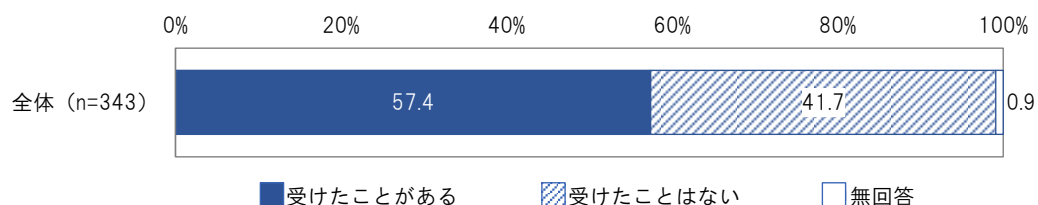


(4) 歯科健診や歯のみがき方などの指導の有無

問9 過去1年間に、歯科健診や歯のみがき方などの指導を受けたことがありますか。

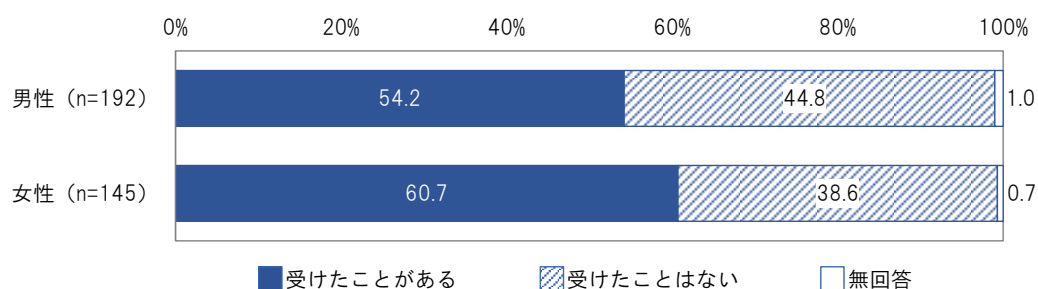
(○は1つだけ)

- 過去1年間の歯科健診や歯のみがき方などの指導については、「受けたことがある」が57.4%を占め、「受けたことはない」は4割程度（41.7%）となっている。



《性別》

- 性別にみると、女性では「受けたことがある」が60.7%と約6割を占めており、男性（54.2%）に比べて高くなっている。

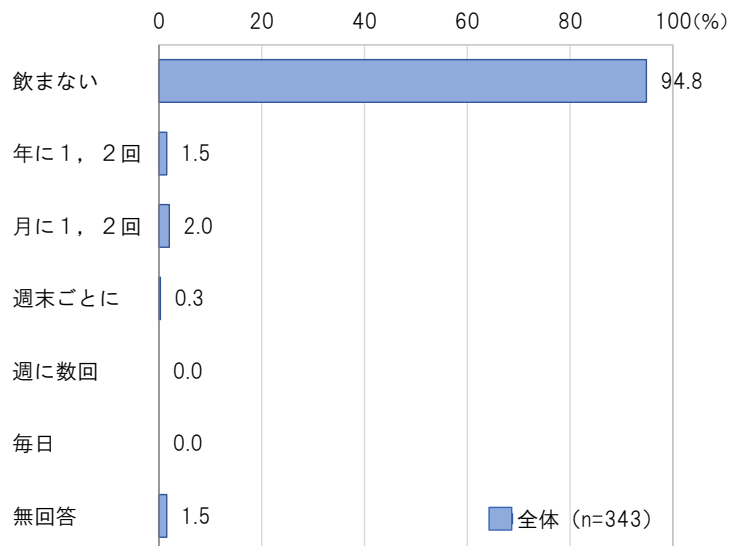


5 お酒（アルコール）やたばこについて

(1) 飲酒状況

問10 あなたは、お酒（ビール、チューハイ、ワインなど）を飲みますか。（○は1つだけ）

- ・飲酒状況については、「飲まない」が94.8%と9割を超えている。
- ・また、「年に1，2回」（1.5%）、「月に1，2回」（2.0%）、「週末ごとに」（0.3%）を合わせた『飲んでいる』人は3.8%となっている。



《性別》

- ・性別にみると、男性・女性ともに「飲まない」が9割を超えているものの、『飲んでいる』が、男性では5.2%、女性では2.1%となっている。
- ・男性では、「月に1，2回」が3.1%、「週末ごとに」が0.5%と、定期的に飲んでいる人が3.6%となっている。

		回答者数 (人)	飲まない	年に1, 2回	月に1, 2回	週末ごとに	週に数回	毎日	無回答	飲んでいる
性別	男性	192	92.7	1.6	3.1	0.5	-	-	2.1	5.2
	女性	145	97.2	1.4	0.7	-	-	-	0.7	2.1

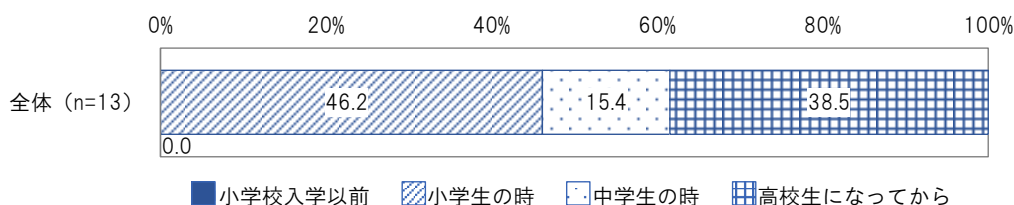
※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(1-1) 初めて飲酒した時期

※(1)で「年に1, 2回」「月に1, 2回」「週末ごとに」「週に数回」「毎日」のいずれかを回答した人のみ

問10-1 初めてお酒を飲んだのはいつ頃ですか。(○は1つだけ)

- ・飲酒している人の初めて飲酒した時期は、「小学生の時」が46.2%と最も高く、次いで「高校生になってから」(38.5%)、「中学生の時」(15.4%)の順となっている。

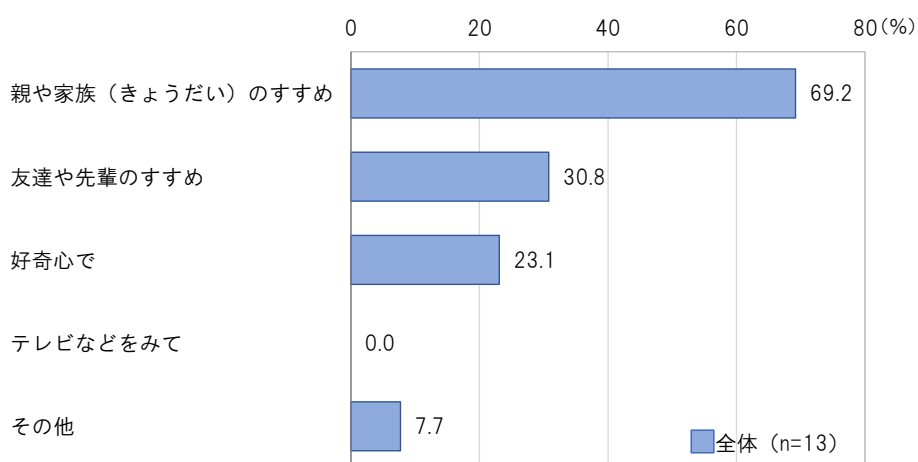


(1-2) 初めて飲酒したきっかけ

※(1)で「年に1, 2回」「月に1, 2回」「週末ごとに」「週に数回」「毎日」のいずれかを回答した人のみ

問10-2 初めてお酒を飲んだきっかけは何ですか。(○はあてはまるものすべて)

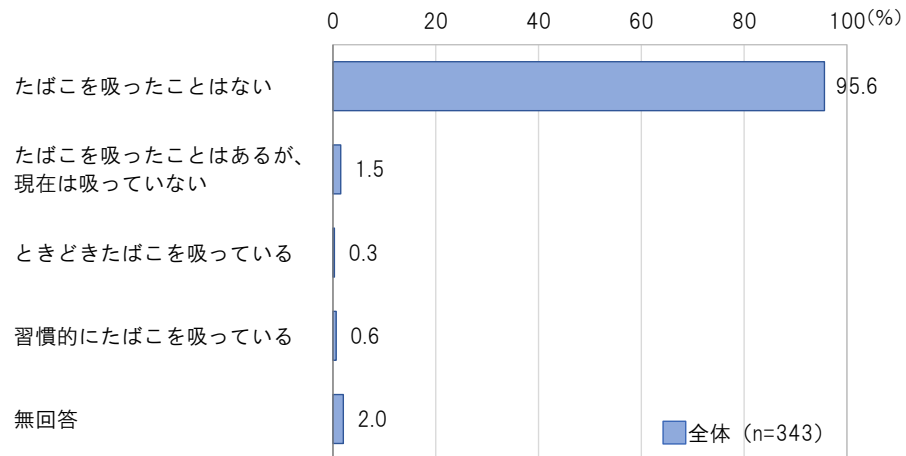
- ・飲酒している人の初めて飲酒したきっかけは、「親や家族(きょうだい)のすすめ」が69.2%と最も高く、次いで「友達や先輩のすすめ」(30.8%)、「好奇心で」(23.1%)の順となっている。



(2) 喫煙状況

問 11 たばこを吸いますか。(○は1つだけ)

- 喫煙状況については、「たばこを吸ったことはない」が95.6%と9割を超えている。
- また、「たばこを吸ったことはあるが、現在は吸っていない」(1.5%)、「ときどきたばこを吸っている」(0.3%)、「習慣的にたばこを吸っている」(0.6%)を合わせた『吸ったことがある』人は2.4%となっており、「ときどきたばこを吸っている」と「習慣的にたばこを吸っている」を合わせた『(今も)吸っている』人は0.9%となっている。



《性別》

- 性別にみると、男性・女性ともに「たばこを吸ったことはない」が9割を超えているものの、『吸ったことがある』が、男性では3.1%、女性では1.4%となっている。
- 男性では「習慣的にたばこを吸っている」が1.0%、女性では「ときどきたばこを吸っている」が0.7%と、『(今も)吸っている』人がともに1%程度となっている。

		回答者数 (人)	たばこを吸ったことはない	たばこを吸ったことはあるが、現在は吸っていない	ときどきたばこを吸っている	習慣的にたばこを吸っている	無回答	吸ったことがある	(今も)吸っている
性別	男性	192	94.3	2.1	-	1.0	2.6	3.1	1.0
	女性	145	97.2	0.7	0.7	-	1.4	1.4	0.7

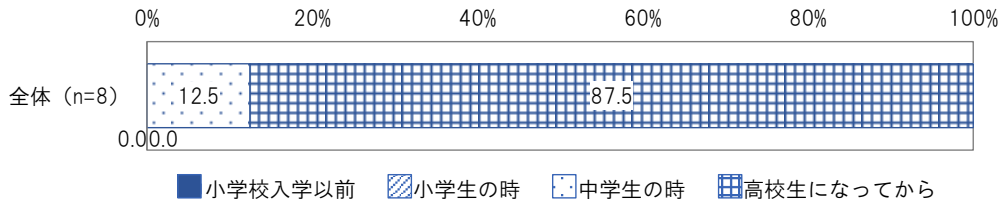
※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(2-1) 初めて喫煙した時期

※(2)で「たばこを吸ったことはあるが、現在は吸っていない」「ときどきたばこを吸っている」「習慣的にたばこを吸っている」のいずれかを回答した人のみ

問 11-1 初めてたばこを吸ったのはいつ頃ですか。(○は1つだけ)

- ・喫煙したことがある人の初めて喫煙した時期は、「高校生になってから」が87.5%を占め、次いで「中学生の時」(12.5%)となっている。

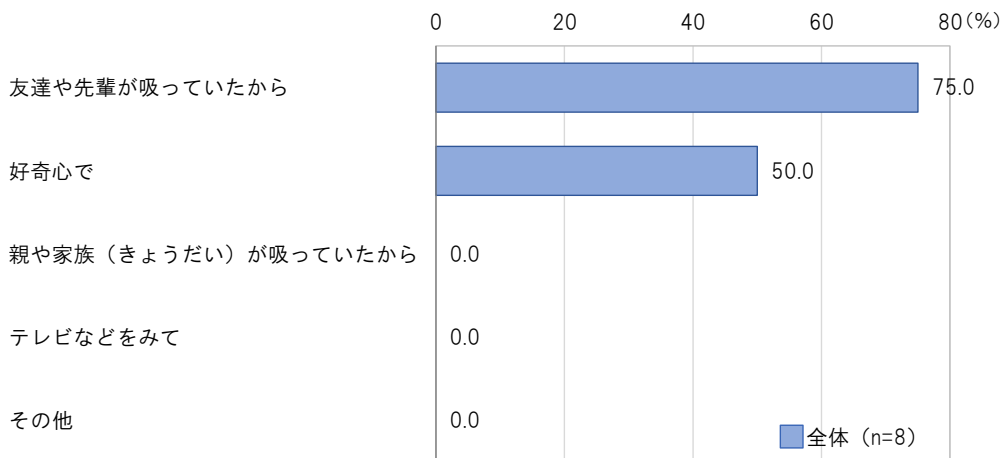


(2-2) 初めて喫煙したきっかけ

※(2)で「たばこを吸ったことはあるが、現在は吸っていない」「ときどきたばこを吸っている」「習慣的にたばこを吸っている」のいずれかを回答した人のみ

問 11-2 初めてたばこを吸ったきっかけは何ですか。(○はあてはまるものすべて)

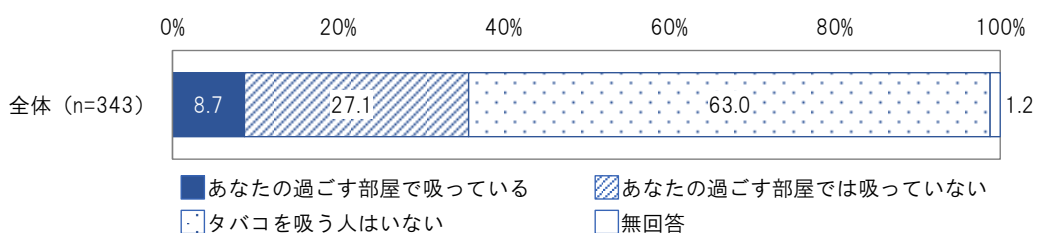
- ・喫煙したことがある人の初めて喫煙したきっかけは、「友達や先輩が吸っていたから」が75.0%と最も高く、次いで「好奇心で」(50.0%)の順となっている。



(3) 家族の喫煙状況

問 12 家族の人は、たばこを吸いますか。(○は1つだけ)

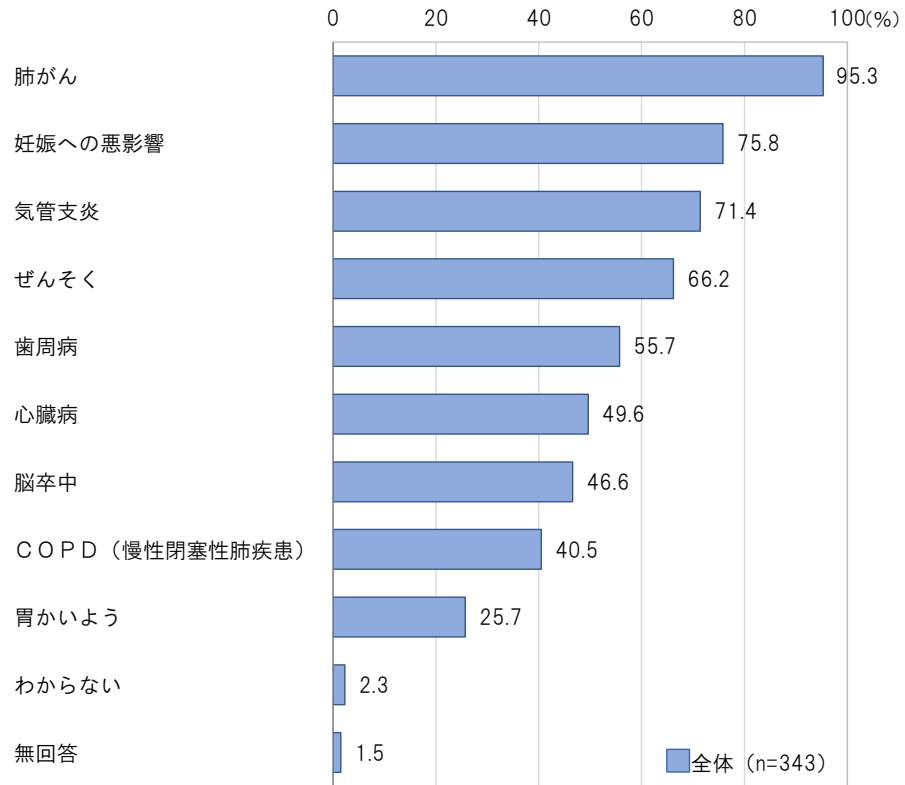
- ・家族の喫煙状況については、「タバコを吸う人はいない」が63.0%と6割を超えており、タバコを吸う家族がいる人は4割未満となっている。
- ・また、「あなたの過ごす部屋で吸っている」が8.7%と1割近くとなっている。



(4) たばこを吸うことで影響があると思うこと

問 13 たばこを吸うことで影響のあるものは何だと思えますか。(○はあてはまるものすべて)

- ・たばこを吸うことで影響があると思うことは、「肺がん」が95.3%と最も高く、次いで「妊娠への悪影響」(75.8%)、「気管支炎」(71.4%)、「ぜんそく」(66.2%)の順となっている。



《性別》

- ・性別にみると、男性・女性ともに「肺がん」が最も高くなっているものの、その割合は、女性が97.2%と、男性(93.8%)をやや上回っている。
- ・男性では「ぜんそく」や「脳卒中」などで女性に比べて高く、女性では「妊娠への悪影響」や「気管支炎」などで男性に比べて高くなっている。

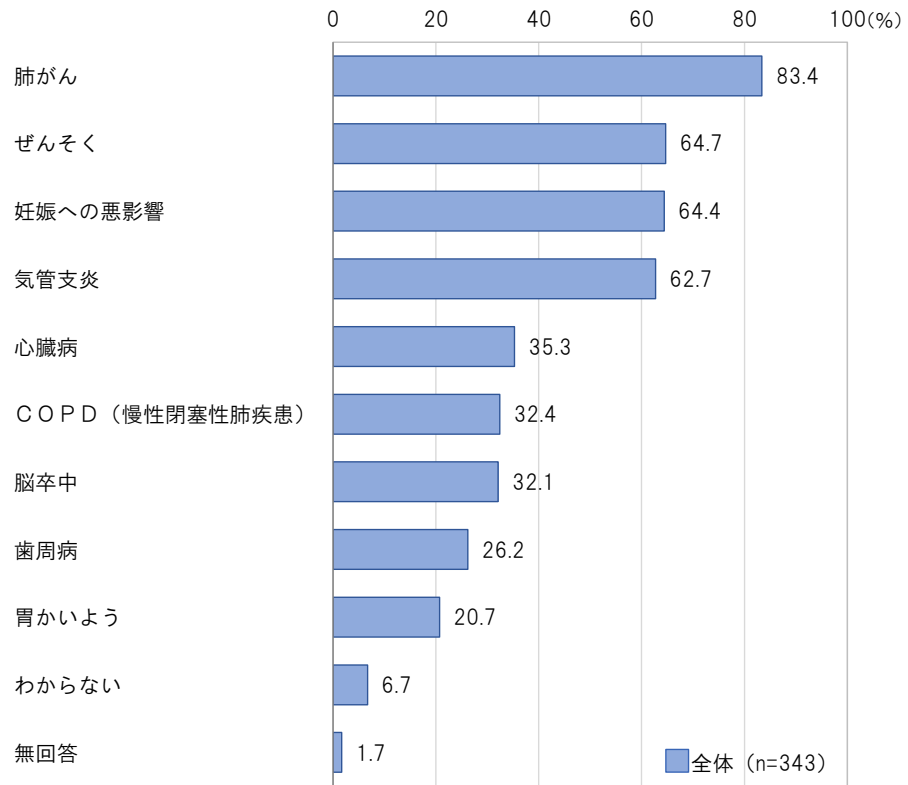
		回答者数 (人)	肺がん	妊娠への悪影響	気管支炎	ぜんそく	歯周病	心臓病	脳卒中	COPD (慢性閉塞性肺疾患)	胃かしよう	わからない	無回答
性別	男性	192	93.8	71.9	69.3	69.3	54.7	50.5	49.0	41.1	28.1	3.1	1.6
	女性	145	97.2	80.7	73.8	61.4	55.9	47.6	43.4	39.3	22.1	1.4	1.4

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(5) 他の方のたばこの煙を吸うことで影響があると思うこと

問 14 他の方のたばこの煙を吸うことで影響のあるものは何だと思ひますか。
(○はあてはまるものすべて)

- 他の方のたばこの煙を吸うことで影響があると思うことは、「肺がん」が83.4%と最も高く、次いで「ぜんそく」(64.7%)、「妊娠への悪影響」(64.4%)、「気管支炎」(62.7%)の順となっている。
- (4) と比べると、すべての項目で割合が低くなっている。



《性別》

- 性別にみると、男性・女性ともに「肺がん」が最も高くなっているものの、その割合は、女性が84.8%と、男性(81.8%)をやや上回っている。
- 男性では「ぜんそく」や「脳卒中」などで女性に比べて高く、女性では「妊娠への悪影響」で男性に比べて高くなっている。

		回答者数 (人)	肺がん	ぜんそく	妊娠への悪影響	気管支炎	心臓病	COPD (慢性閉塞性肺疾患)	脳卒中	歯周病	胃かしよう	わからない	無回答
性別	男性	192	81.8	68.2	59.9	62.5	41.1	33.9	38.0	29.7	26.0	9.9	2.1
	女性	145	84.8	60.0	70.3	62.1	28.3	29.7	24.1	21.4	13.8	2.8	1.4

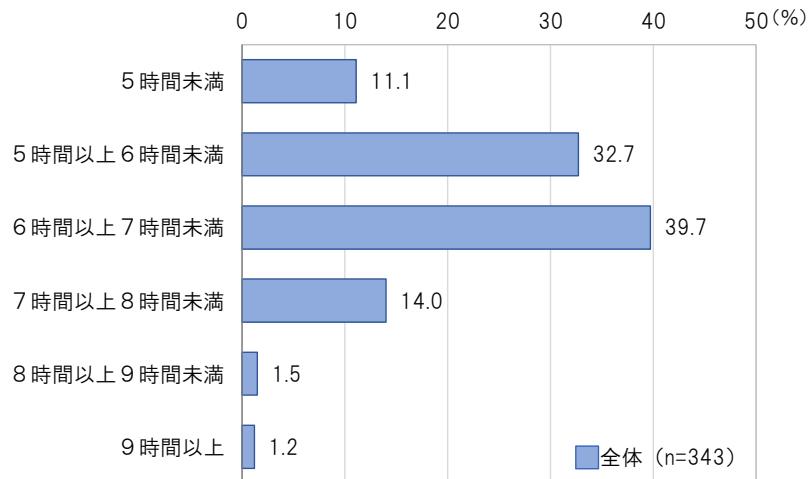
※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

6 休養・こころの健康について

(1) 1日の平均睡眠時間

問 15 過去1か月間の1日の平均睡眠時間はどのくらいですか。(○は1つだけ)

- 1日の平均睡眠時間は、「6時間以上7時間未満」が39.7%と最も高く、次いで「5時間以上6時間未満」(32.7%)、「7時間以上8時間未満」(14.0%)の順となっている。



《性別》

- 性別にみると、男性・女性ともに「6時間以上7時間未満」が最も高く、次いで「5時間以上6時間未満」となっている。
- 男性に比べて女性で、睡眠時間がやや短い傾向がみられる。

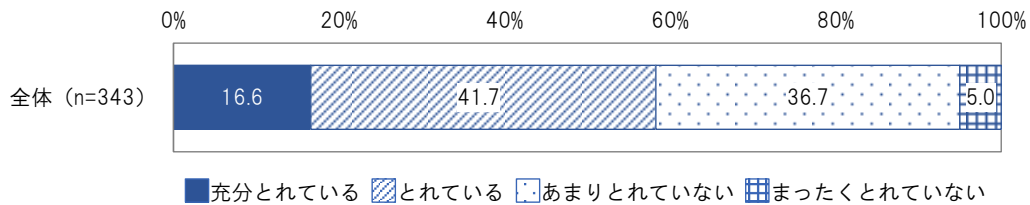
		回答者数 (人)	5時間未満	6時間以上5時間未満	7時間以上6時間未満	8時間以上7時間未満	9時間以上8時間未満	9時間以上	(%)
性別	男性	192	11.5	30.2	40.1	16.1	1.6	0.5	
	女性	145	11.0	35.9	37.9	11.7	1.4	2.1	

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(2) 睡眠による休養の状況

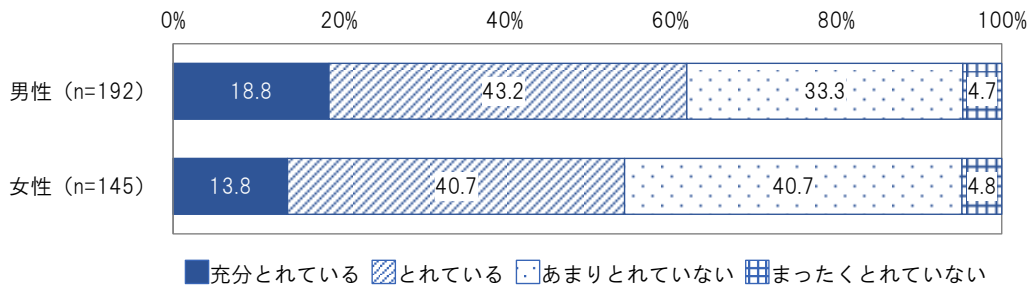
問 16 過去1か月、睡眠による休養が充分にとれていると思いますか。(○は1つだけ)

- 睡眠による休養の状況は、「とれている」が41.7%と最も高く、「充分にとれている」(16.6%)と合わせると、『とれている』人が6割近くを占めている。
- 一方で、「あまりとれていない」(36.7%)と「まったくとれていない」(5.0%)を合わせた『とれていない』人は4割程度となっている。



《性別》

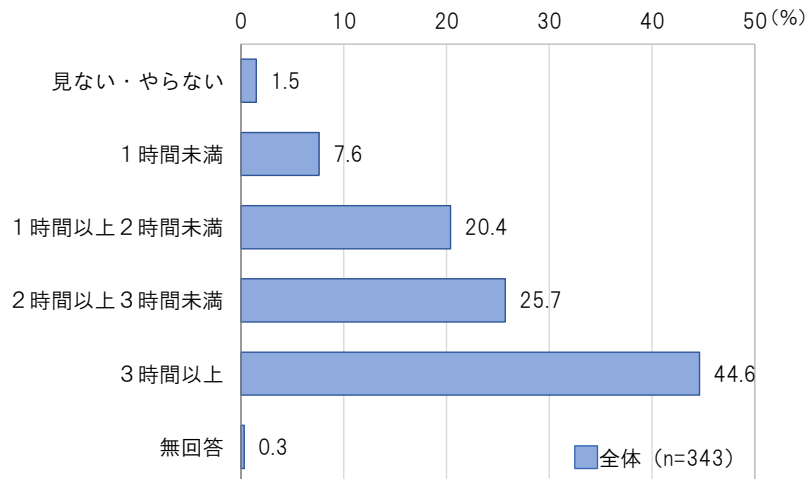
- 性別にみると、男性では『とれている』が62.0%と6割を超えており、女性(54.5%)を上回っている。
- 女性では『とれていない』が45.5%と4割を超えている。



(3) 1日あたりのテレビやゲーム、インターネットなどの時間

問17 1日のうちで、テレビ・DVDなどを見たり、ゲームやインターネット（SNSや動画配信など）をする時間はどれくらいですか。（○は1つだけ）

- 1日あたりのテレビやゲーム、インターネットなどの時間は、「3時間以上」が44.6%と最も高く、次いで「2時間以上3時間未満」（25.7%）、「1時間以上2時間未満」（20.4%）の順となっている。



《性別》

- 性別にみると、男性・女性ともに「3時間以上」が最も高く、次いで「2時間以上3時間未満」となっている。
- 男性に比べて女性で、1日あたりのテレビやゲーム、インターネットなどの時間がやや長い傾向がみられる。

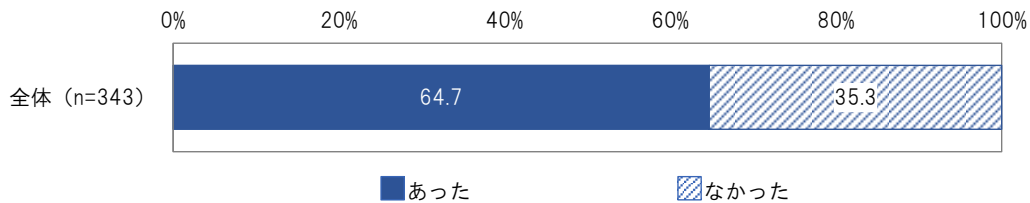
		回答者数 (人)	見ない・やらない	1時間未満	2時間未満	1時間以上	2時間以上	3時間以上	無回答
性別	男性	192	1.0	8.3	22.4	23.4	44.3	0.5	
	女性	145	2.1	6.9	16.6	29.7	44.8	-	

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(4) この1か月間での不安や悩み、ストレスの有無

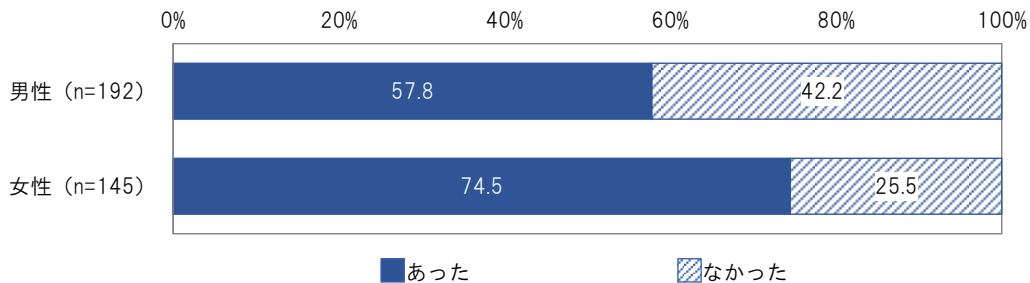
問 18 この1か月の間に、不安や悩み、ストレスがありましたか。(○は1つだけ)

- この1か月間での不安や悩み、ストレスの有無では、「あった」が64.7%、「なかった」が35.3%となっている。



《性別》

- 性別にみると、女性では「あった」が74.5%と、男性(57.8%)を大きく上回っている。

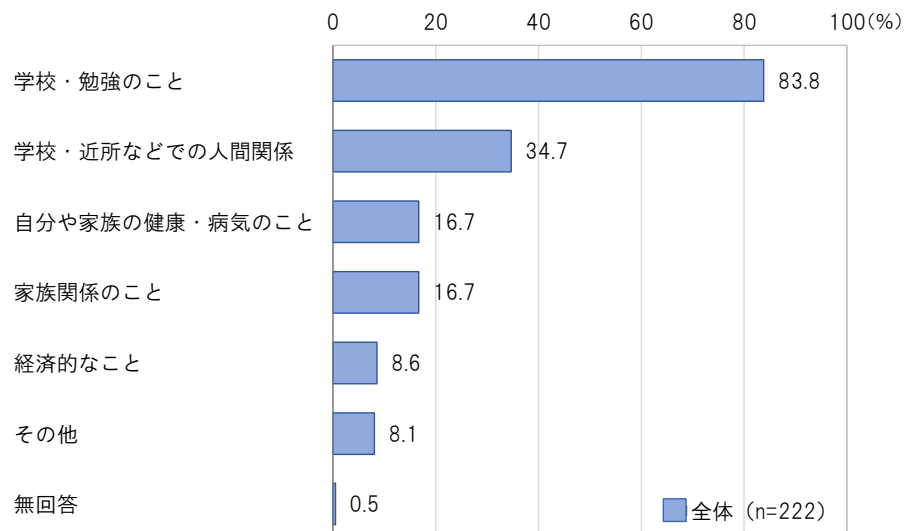


(4-1) 不安や悩み、ストレスの原因

※ (4) で「あった」と回答した人のみ

問 18-1 その不安や悩み、ストレスは、何が原因だと思いますか。(○はあてはまるものすべて)

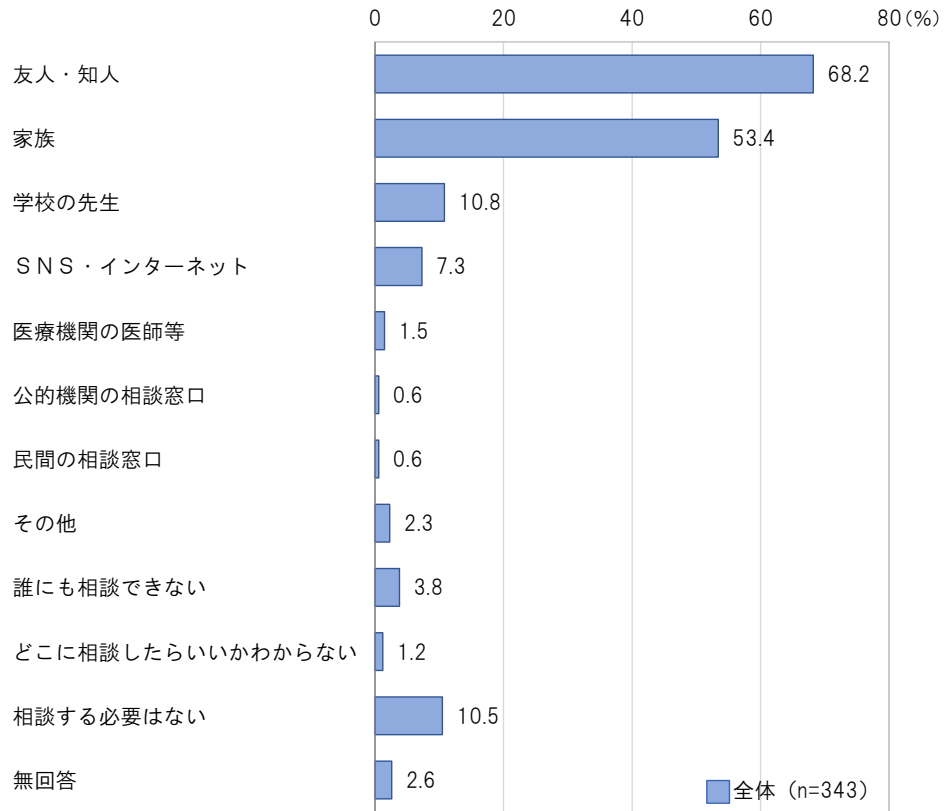
- 不安や悩み、ストレスの原因は、「学校・勉強のこと」が83.8%と最も高く、次いで「学校・近所などでの人間関係」(34.7%)、「自分や家族の健康・病気のこと」および「家族関係のこと」(16.7%)の順となっている。



(5) 悩みやストレスの相談相手

問 19 悩みやストレスの相談相手はどなたですか。(〇はあてはまるものすべて)

- ・悩みやストレスの相談相手は、「友人・知人」が68.2%と最も高く、次いで「家族」(53.4%)、「学校の先生」(10.8%)、「SNS・インターネット」(7.3%)の順となっている。



《性別》

- ・性別にみると、男性・女性ともに「友人・知人」が最も高く、次いで「家族」となっている。
- ・男性では「相談する必要はない」が16.7%と、女性(2.1%)に比べて高くなっている。

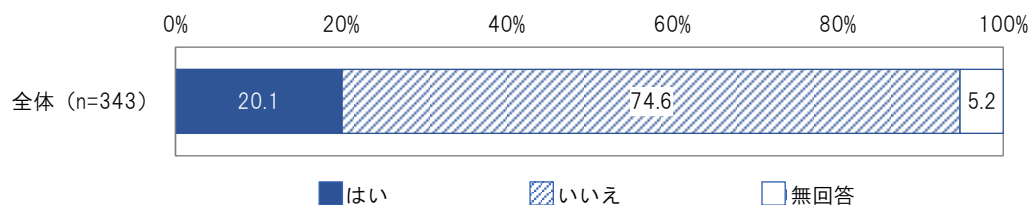
		回答者数(人)	友人・知人	家族	学校の先生	SNS・インターネット	医療機関の医師等	公的機関の相談窓口	民間の相談窓口	その他	誰にも相談できない	どこに相談したらいいかわからない	相談する必要はない	無回答
性別	男性	192	62.0	44.8	10.9	6.3	0.5	1.0	0.5	1.6	3.1	1.0	16.7	3.6
	女性	145	77.2	64.8	10.3	7.6	2.8	-	0.7	3.4	4.8	0.7	2.1	1.4

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(6) これまで本気で「死にたい」と考えたことの有無

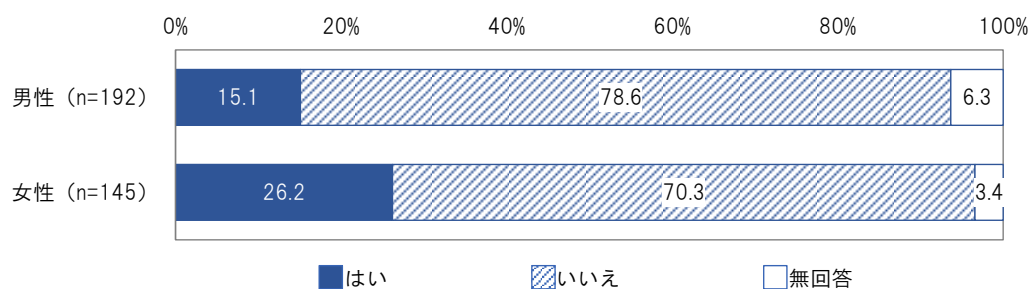
問 20 あなたは、これまでに、本気で「死にたい」と考えたことはありますか。(○は1つだけ)

- これまで本気で“死にたい”と考えたことの有無については、「いいえ（なかった）」が 74.6% となっているものの、「はい（あった）」が約2割（20.1%）となっている。



《性別》

- 性別にみると、女性では「はい（あった）」が 26.2%と、男性（15.1%）を 10 ポイント以上上回っている。



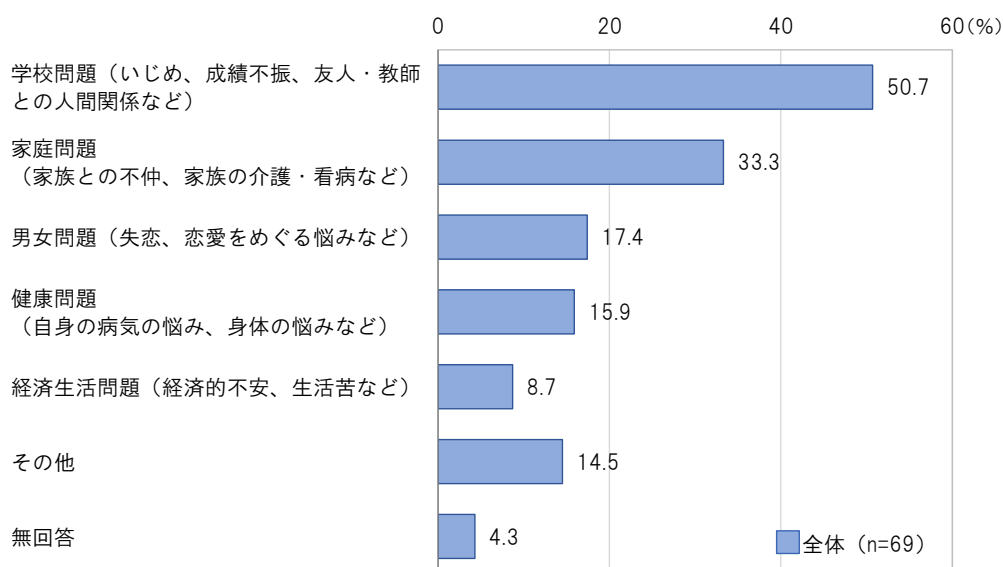
(6-1) 「死にたい」と考えた理由

※ (6) で「はい (あった)」と回答した人のみ

問 20-1 「死にたい」と考えた理由は何ですか。

また、それが新型コロナウイルス感染症の拡大 (コロナ禍) によるものであれば、右の欄に○を付けてください。(それぞれ、○はあてはまるものすべて)

- “死にたい” と考えた理由は、「学校問題 (いじめ、成績不振、友人・教師との人間関係など)」が 50.7% と最も高く、次いで「家庭問題 (家族との不仲、家族の介護・看病など)」(33.3%)、「男女問題 (失恋、恋愛をめぐる悩みなど)」(17.4%)、「健康問題 (自身の病気の悩み、身体の悩みなど)」(15.9%) の順となっている。
- その他の意見では、「進路」や「容姿」、「漠然とした不安」などの回答がみられた。



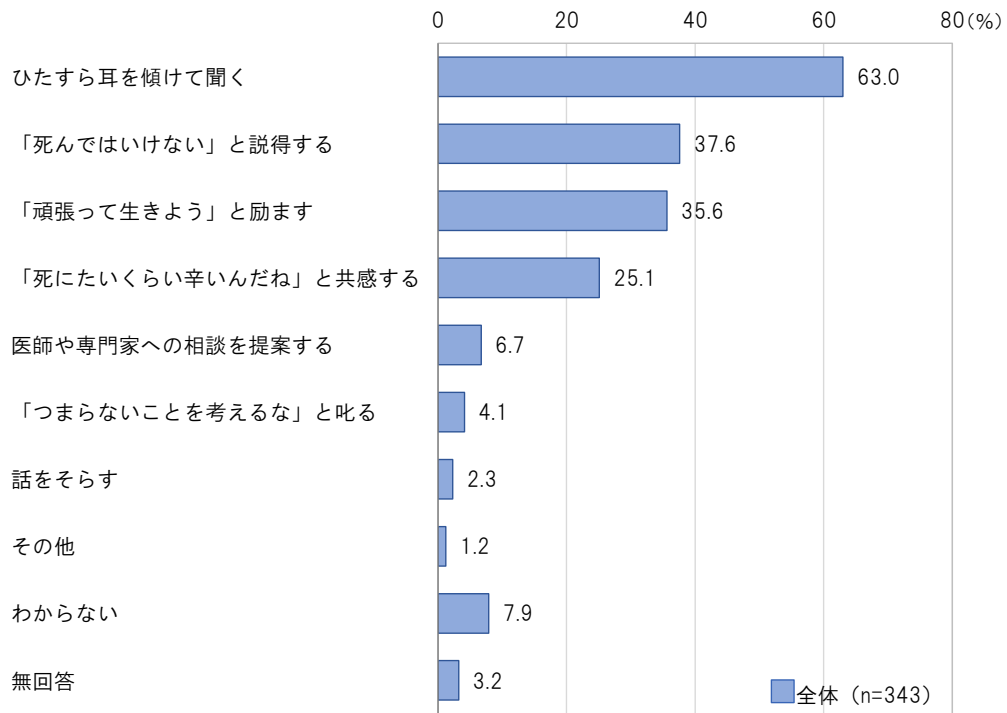
(6-2) 「死にたい」と考えた理由のうち、コロナ禍によるもの

- “死にたい” と考えた理由のうち、コロナ禍による原因であると回答した人は3人となっている。
- コロナ禍による理由では、「家庭問題 (家族との不仲、家族の介護・看病など)」、「健康問題 (自身の病気の悩み、身体の悩みなど)」、「経済生活問題 (経済的不安、生活苦など)」、「男女問題 (失恋、恋愛をめぐる悩みなど)」、「学校問題 (いじめ、成績不振、友人・教師との人間関係など)」の回答がみられた。

(7) 身近な人に死にたい気持ちを打ち明けられたときの対応

問 21 あなたは、身近な人に死にたい気持ちを打ち明けられたら、どうしますか。
(○はあてはまるものすべて)

- 身近な人に死にたい気持ちを打ち明けられたときの対応では、「ひたすら耳を傾けて聞く」が63.0%と最も高く、次いで「死んではいけない」と説得する(37.6%)、「頑張っ生きてよう」と励ます(35.6%)の順となっている。



《性別》

- 性別にみると、男性では「死んではいけない」と説得する」や「頑張っ生きてよう」と励ます」が女性に比べて高く、女性では「ひたすら耳を傾けて聞く」や「死にたいくらい辛いんだね」と共感する」、「医師や専門家への相談を提案する」などが高くなっている。

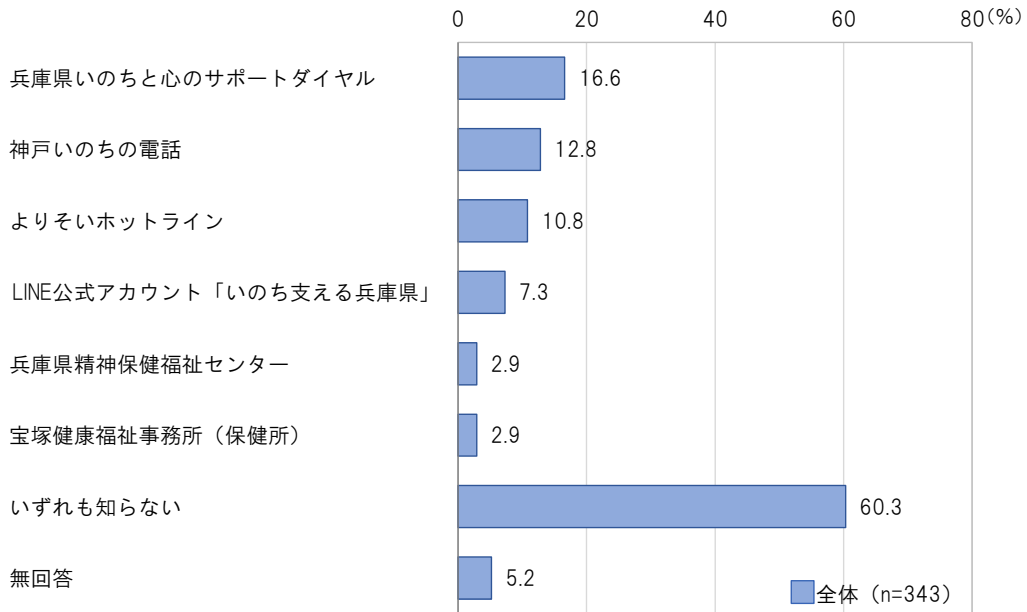
		回答者数 (人)	ひたすら耳を傾けて聞く	「死んではいけない」と説得する	「頑張っ生きてよう」と励ます	「死にたいくらい辛いんだね」と共感する	医師や専門家への相談を提案する	「つまらないことを考えるな」と叱る	話をそらす	その他	わからない	無回答
性別	男性	192	56.3	39.1	37.0	21.4	5.2	5.2	2.1	1.0	9.4	3.6
	女性	145	73.8	37.2	35.2	31.0	9.0	2.1	2.1	1.4	4.8	2.1

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

(8) 「死にたい」と思うほどつらくなったときの相談窓口の認知度

問 22 あなたは、「死にたい」と思うほどつらくなったとき、相談できる窓口を知っていますか。
 (○はあてはまるものすべて)

- “死にたい”と思うほどつらくなったときの相談窓口の認知度では、「いずれも知らない」が60.3%を占めている。
- 知っている窓口では、「兵庫県いのちと心のサポートダイヤル」が16.6%と高く、次いで「神戸いのちの電話」(12.8%)、「よりそいホットライン」(10.8%)となっており、その他の窓口は1割未満となっている。



《性別》

- 性別にみると、男性・女性ともに「いずれも知らない」が最も高くなっているものの、その割合は、男性が62.5%と女性(58.6%)をやや上回っている。
- また、女性では「よりそいホットライン」や「LINE公式アカウント「いのち支える兵庫県」」が男性に比べて高くなっている。

		回答者数(人)	兵庫県いのちと心のサポートダイヤル	神戸いのちの電話	よりそいホットライン	LINE公式アカウント「いのち支える兵庫県」	兵庫県精神保健福祉センター	宝塚健康福祉事務所(保健所)	いずれも知らない	無回答
性別	男性	192	17.2	12.0	6.8	3.6	3.1	3.1	62.5	4.7
	女性	145	16.6	12.4	15.9	11.0	2.8	2.1	58.6	5.5

※1番目に割合の高い回答を「太字+濃い網掛け」とし、2番目に割合の高い回答を「薄い網掛け」としている。

7 新型コロナウイルス感染症による変化について

(1) 新型コロナウイルス感染症による変化

問 23 新型コロナウイルス感染症が流行し始めたころ（2020年2月頃）と現在を比べて、あなたの生活や健康に関する行動や体調等に変化はありましたか。

（①～⑨の項目ごとに、○はそれぞれ1つずつ）

- 新型コロナウイルス感染症による変化について、「増えた」の割合では、“⑤インターネットやテレビ鑑賞”が48.4%と最も高く、次いで“①体重”（34.1%）、“⑧ストレス”（30.6%）の順となっている。
- 「減った」の割合では、“⑦運動する機会や運動量”が24.8%と最も高く、次いで“⑥ぐっすり眠れること（睡眠）”（16.0%）、“④同居家族以外の人と話す機会”（15.5%）の順となっている。

