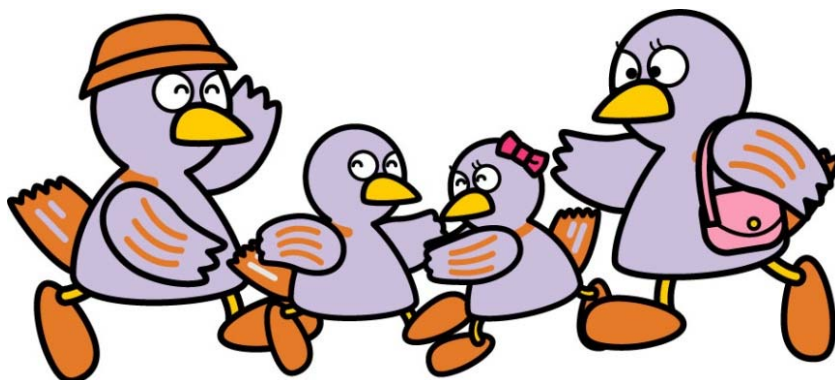




彩の国 埼玉県

「県民の健康に関するアンケート」結果

(平成26年11月実施)



埼玉県のマスコット コバトン

平成27年1月
埼玉県保健医療部健康長寿課

— 目 次 —

I 調査の概要	1
II 調査結果	2
III 指標	9
IV 集計表	14
V 調査票	19

I 調査の概要

1. 調査の目的

平成19年度より、経年的なデータを収集し、県民の健康増進にかかる施策の基礎資料とするため、「国民健康・栄養調査」にあわせて「県民の健康に関するアンケート」調査を実施している。

2. 調査対象

調査の対象は、平成26年11月に実施された「平成26年国民健康・栄養調査」と同じ11単位区の世帯の20歳以上の世帯員とした。
集計客体数は266人である。

3. 調査方法

留め置き法による自記式質問紙調査で、「国民健康・栄養調査」の調査票と同時に配布・回収した。

4. 調査票様式

県民の健康に関するアンケート（19ページ参照）

5. 留意事項

この調査結果に記載している数値は四捨五入のため、内訳合計が総数に合わないことがある。

グラフの（ ）内の数値は、回答者数を示す。

6. その他

本結果は衛生研究所で作成した。

Ⅱ 調査結果

問1 性別

問2 年齢

男性 132 人 (49.6%)、女性 134 人 (50.4%) で、ほぼ同数である。
 年代別では、男性は 30 歳代 40 歳代が多く、女性では 30 歳代が多い。男女とも 20 歳代が最も少ない。

表1 性年代別回答者数

	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上	総数
総数	25	61	57	42	42	39	266
男性	8	29	29	23	24	19	132
女性	17	32	28	19	18	20	134

(人)

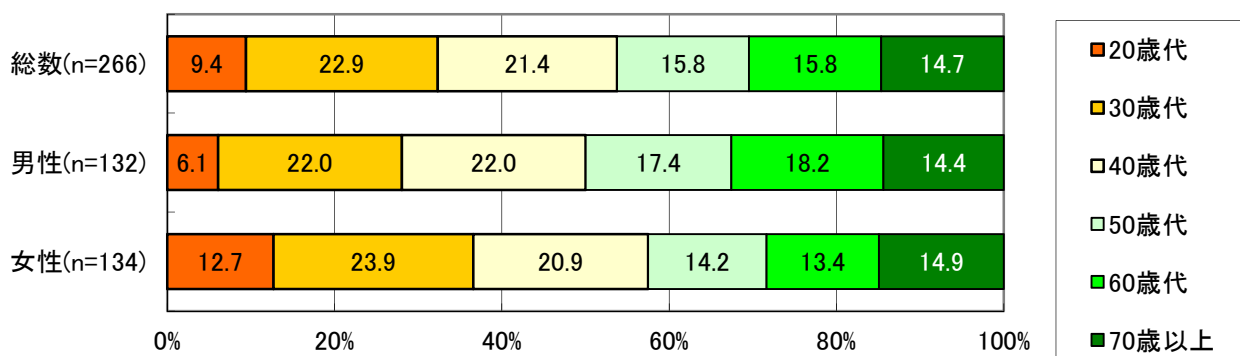


図1 性・年代別回答者割合

問3 同居している方はあなたを含めて何人ですか。

4 人が最も多く、単身世帯は 6.8% である。
 単身世帯の割合は、男性では 60 歳代、女性では 70 歳以上で高く、20% を超えている。

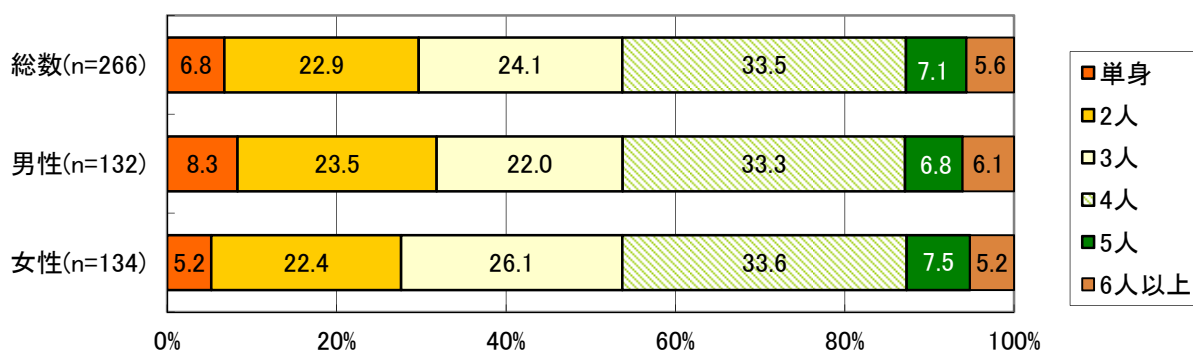


図2-1 同居人数

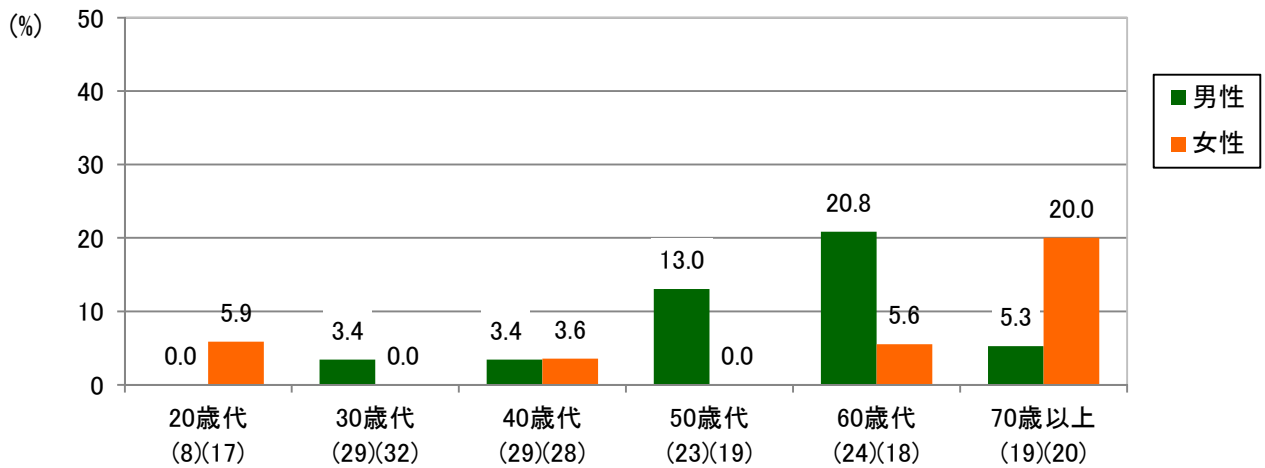


図2-2 単身世帯の割合(性年代別)

問4 朝食を家族と一緒に食べることはどのくらいありますか。(単身世帯を除く)

「ほとんど毎日」が男性 35.5%、女性 48.0%、「ほとんどない」が男性 26.4%、女性 20.5%である。

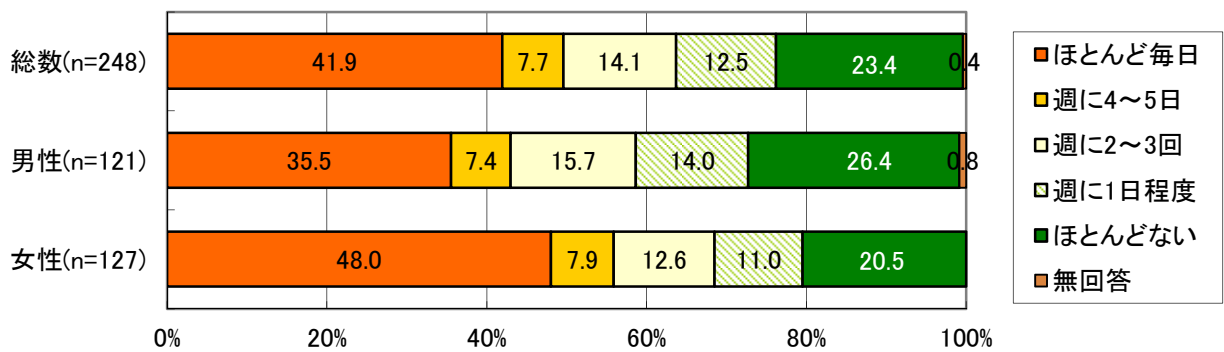


図3 朝食 共食

問5 夕食を家族と一緒に食べることはどのくらいありますか。(単身世帯を除く)

「ほとんど毎日」が男性 54.5%、女性 66.9%、「ほとんどない」が男性 7.4%、女性 3.1%で、朝食と比べ、一緒に食べる割合は高い。

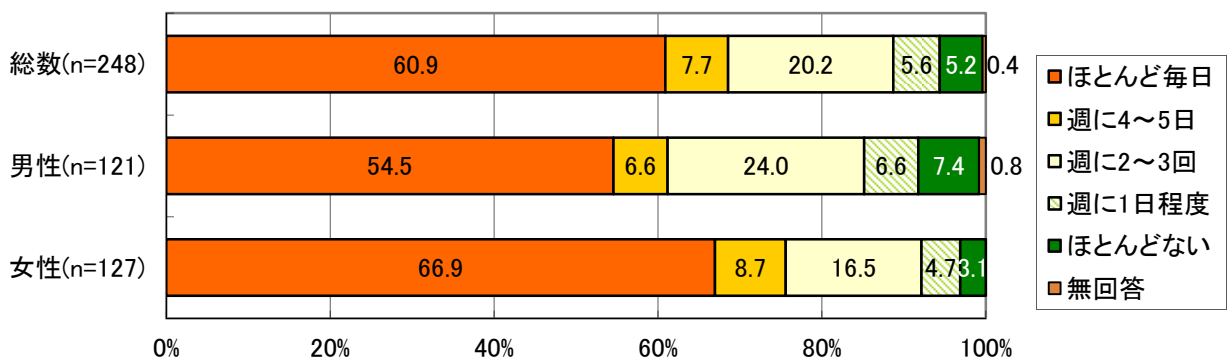


図4 夕食 共食

問6 ふだん朝食を食べますか。

「ほとんど毎日食べる」が男性 72.7%、女性 84.3%、「ほとんど食べない」が男性 15.2%、女性 5.2%である。年代別では、男女とも 70 歳以上は全員、毎日朝食を食べている。

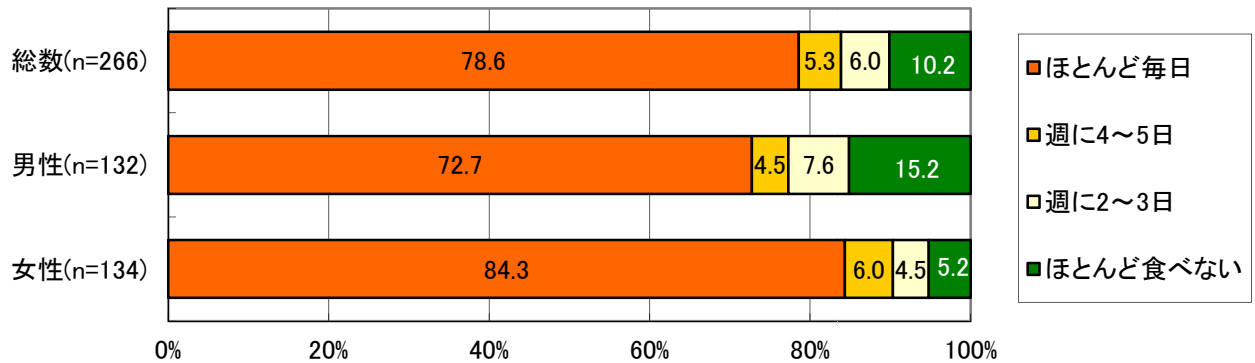


図5-1 朝食を食べますか

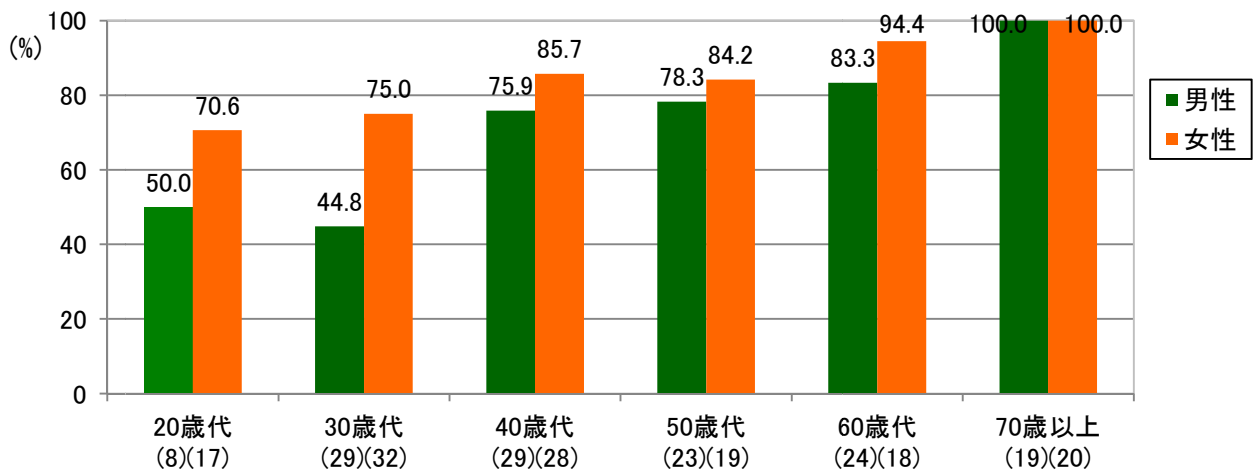


図5-2 朝食を「ほとんど毎日食べる」者の割合(性年代別)

問7 主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日2回以上あるのは、週に何回ありますか。

「ほとんど毎日」が男性 34.8%、女性 43.3%、「ほとんどない」が男性 11.4%、女性 7.5%である。

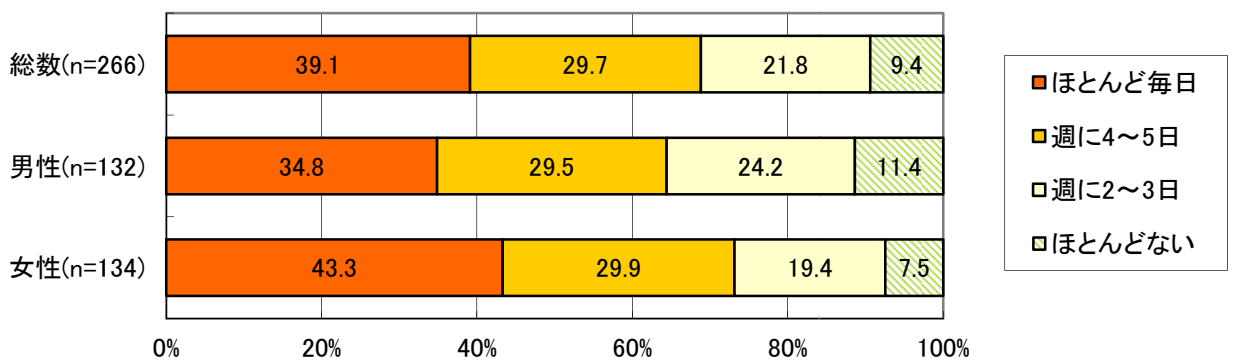


図6 主食・主菜・副菜

問 8 1日に野菜料理を皿数で考えると何皿食べていますか。

男性は「1～2皿」が半数を超えている。女性は「3～4皿」が最も多い。
5皿以上食べている者は、男女とも70歳以上が最も多い。

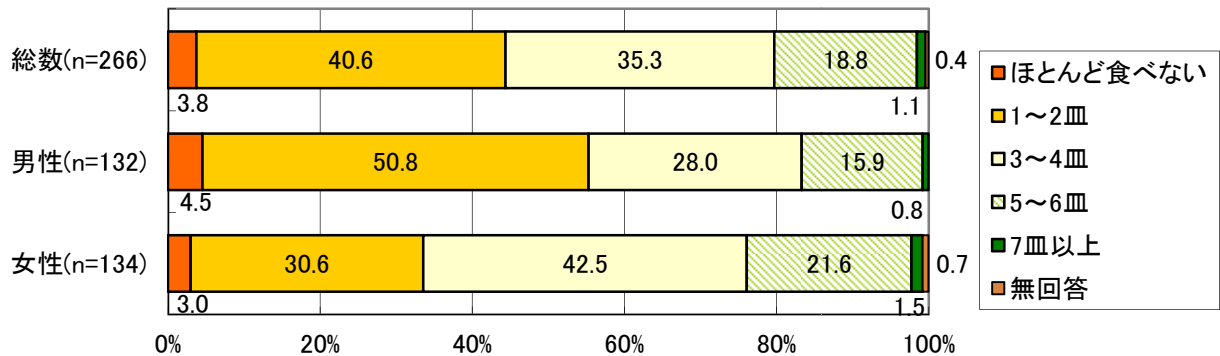


図7-1 野菜料理

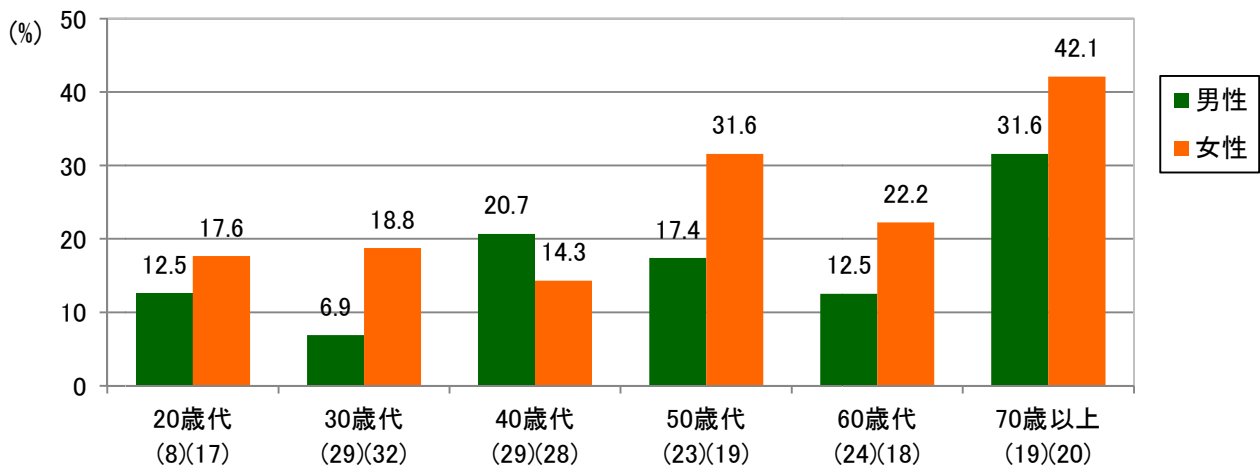


図7-2 野菜料理を「5皿以上」食べている者の割合(性年代別)

問 8-2 野菜料理を5皿以上食べることのステージ(行動変容段階)

5皿未満の者の行動変容ステージは、「関心がない」が男性 56.4%、女性 37.3%、「すぐに実行しようと思う」は男性 14.5%、女性 26.5%である。
5皿以上の者の行動変容ステージは、「6ヶ月以上継続している」が男性 95.5%、女性 93.5%である。

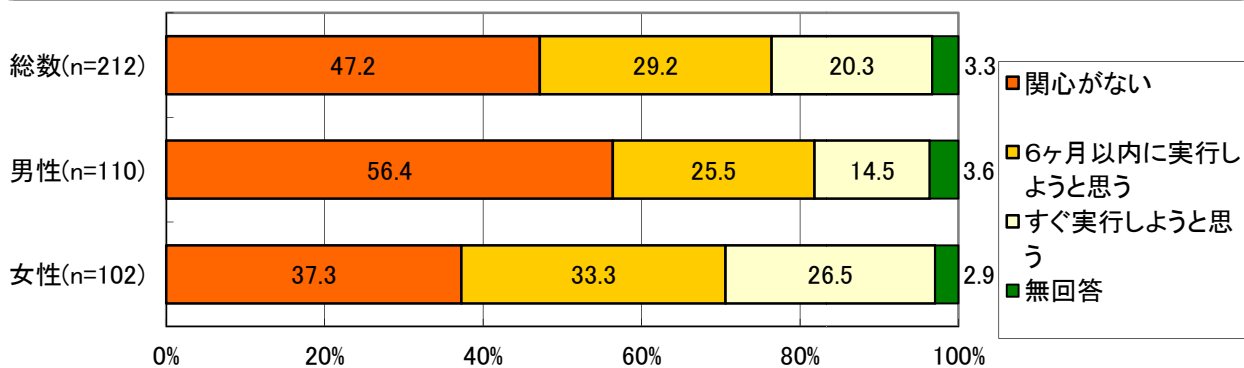


図8-1 行動変容ステージ(5皿未満)

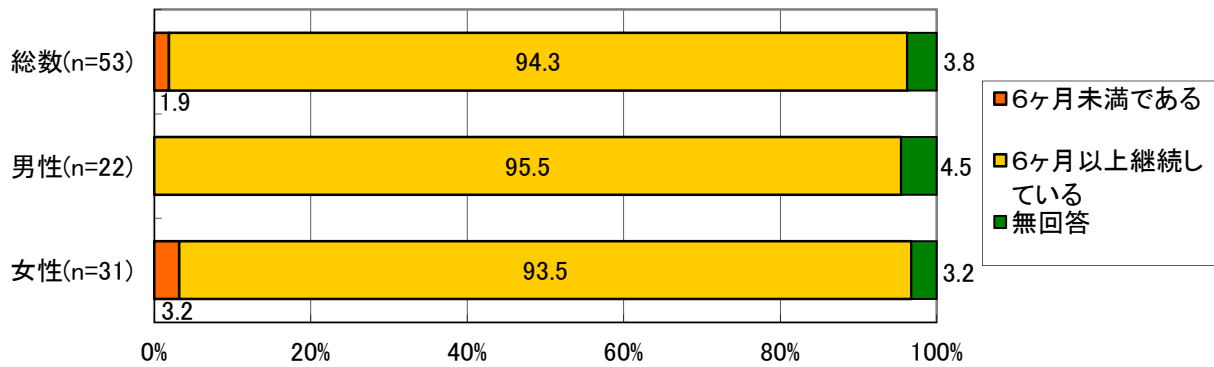


図8-2 行動変容ステージ(5皿以上)

問9 「食育」に関心がありますか。

「関心がある」が男性 21.2%、女性 29.9%、「どちらかといえば関心がある」が男性 40.9%、女性 51.5%であり、女性が男性に比べて高い。

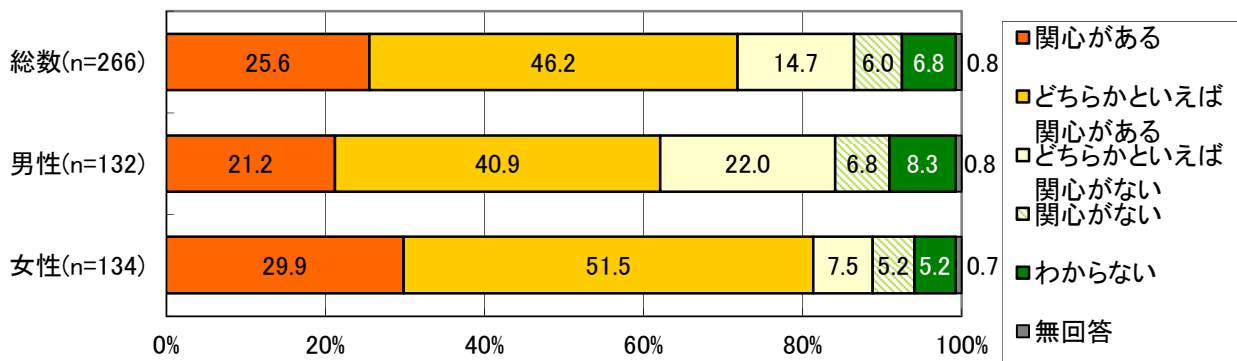


図9 食育への関心

問10 「食事バランスガイド」の内容を知っていますか。

理解している(「よく理解している」+「ある程度は理解している」)が男性 37.9%、女性 73.9%である。

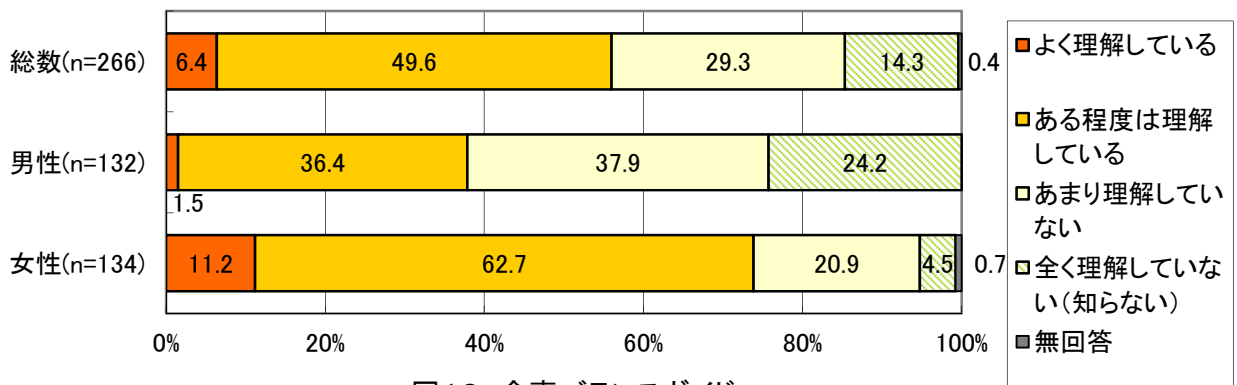


図10 食事バランスガイド

問11 この1年間に歯科検診を受けましたか。

「受けた」は男性 49.2%、女性 50.0%である。

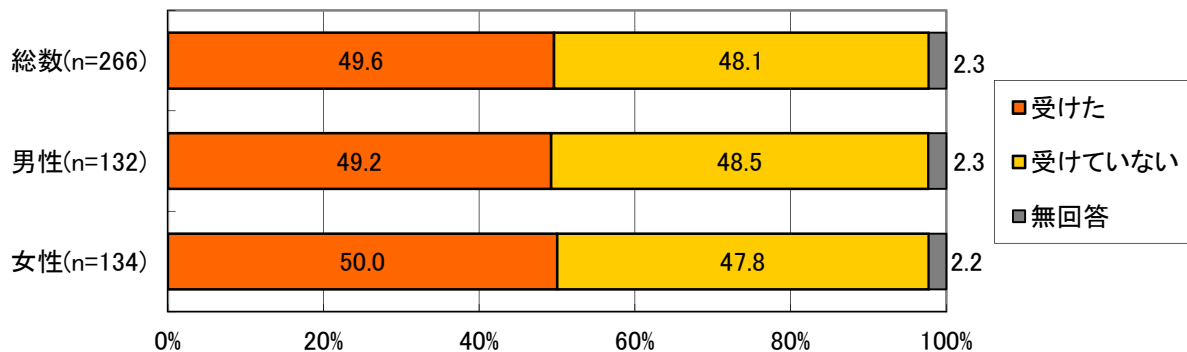


図11 歯科検診

問12 かみ方、味わい方といった食べ方に関心がありますか。

関心がある（「関心がある」+「どちらかといえば関心がある」）は男性 43.2%、女性 68.6%である。

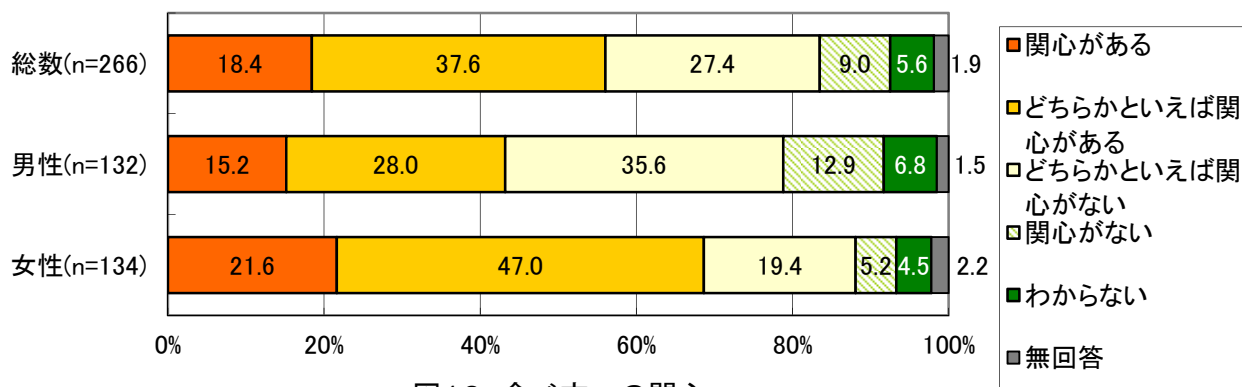


図12 食べ方への関心

問13 かんで食べる時の状態について、あてはまる番号を選んでください。

「何でもかんで食べることができる」は男性 79.9%、女性 76.5%である。
設問の選択肢の「かんで食べることはできない」と回答した者はいない。

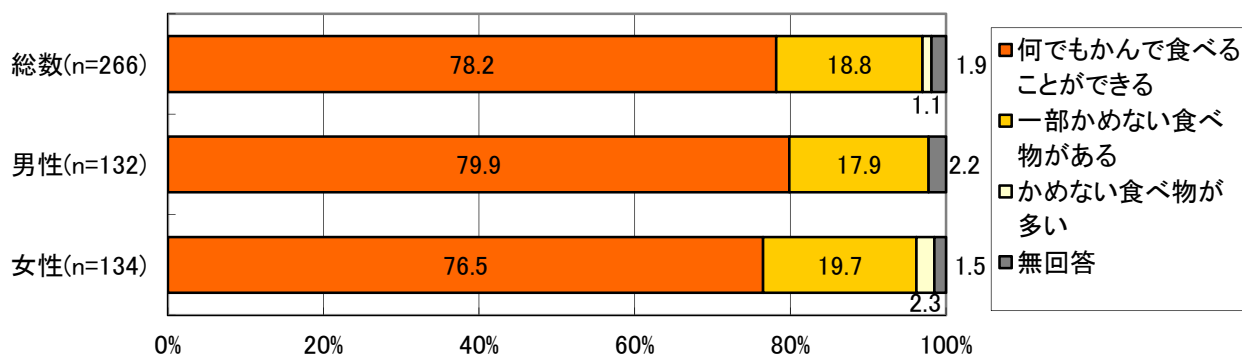


図13 咀嚼状況

問14 あなたは、ロコモティブシンドロームという言葉やその意味を知っていましたか。

ロコモティブシンドロームという言葉の「言葉も意味も知らなかった」は、男性 68.9%、女性 57.5%である。

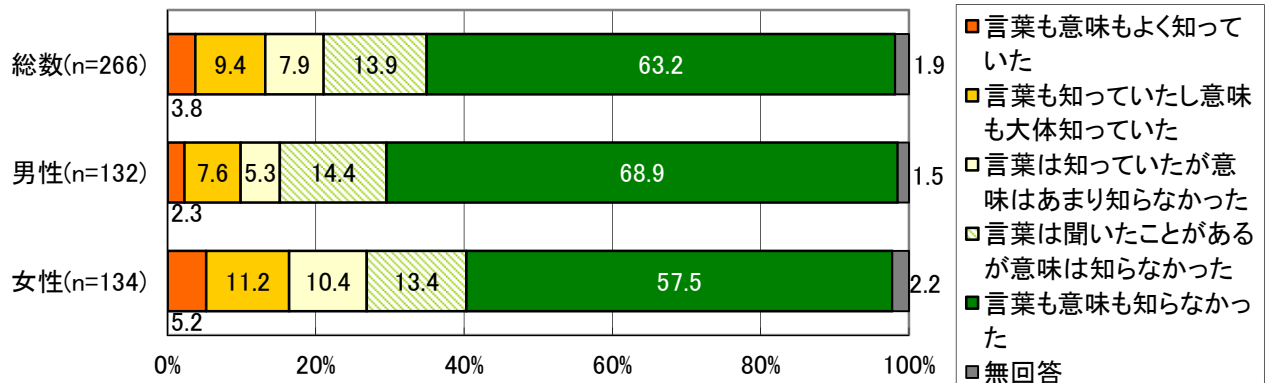


図14 ロコモティブシンドローム

問15 あなたは、COPDという病気を知っていますか。

COPDという病気を「知らない」は、男性 67.4%、女性 56.0%である。

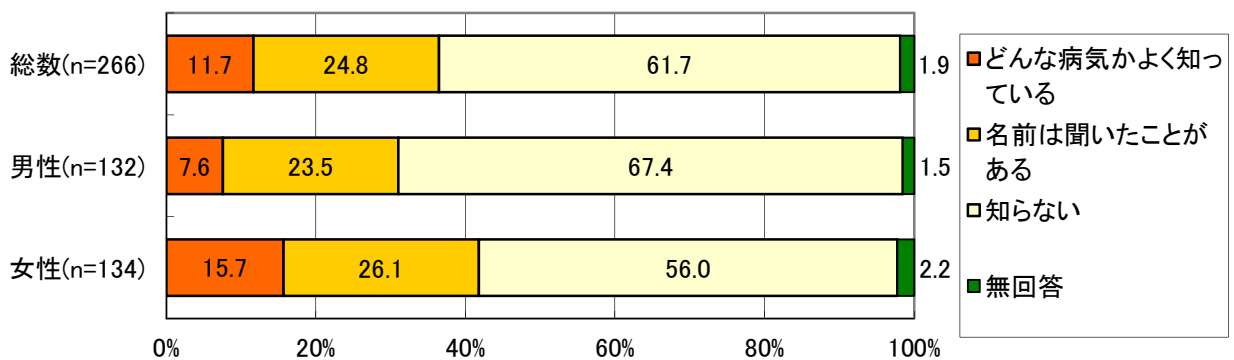


図15 COPD

Ⅲ 指 標

◆食育に関心を持っている県民の割合の増加

問9「食育」に関心がありますかに、「関心がある」または「どちらかといえば関心がある」と回答した者の割合 → 71.8%

表2 食育に関心をもっている県民の割合

	関心がある	どちらかといえば 関心がある	71.8%	総数
総数	68人	123人	71.8%	266人
男性	28人	54人	62.1%	132人
女性	40人	69人	81.3%	134人

男性は60歳代、女性は50歳代でその割合は最も高い。全ての年代で、男性は女性より低い。

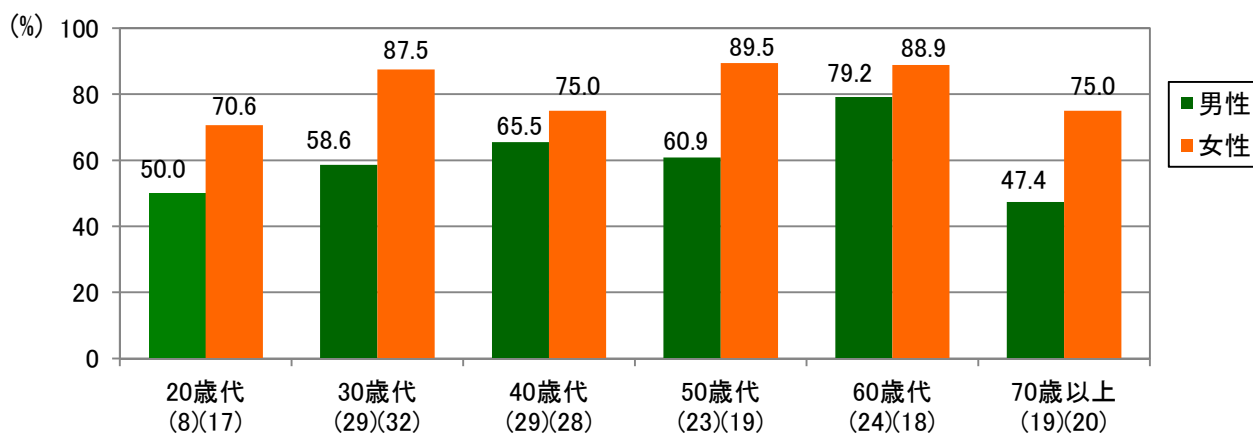


図16 「食育」に「関心がある」または「どちらかといえば関心がある」と回答した者の割合(性年代別)

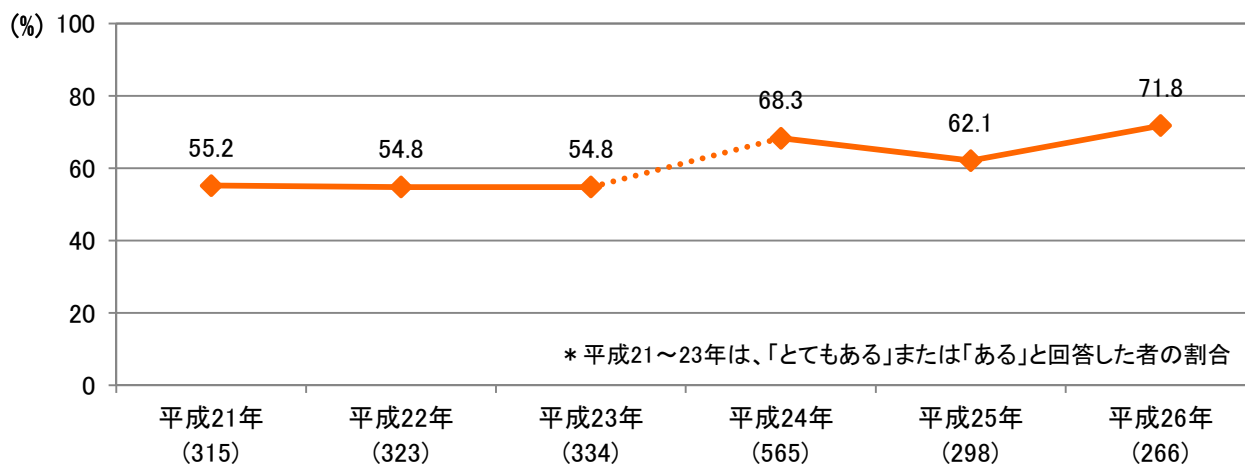


図17 「食育」に関心のある県民の割合の推移

◆栄養バランス等を参考にメニューを考えている県民の割合の増加

問7 主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのは、「ほとんど毎日」と回答した者の割合 → 39.1%

表3 主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日2回以上あるのは、「ほとんど毎日」である県民の割合

	ほとんど毎日		総数
総数	104人	39.1%	266人
男性	46人	34.8%	132人
女性	58人	43.3%	134人

男女とも50歳代でその割合が最も高い。男女とも30歳代から50歳代まで年代とともに割合が高くなっている。
平成24年以降、割合は低下している。

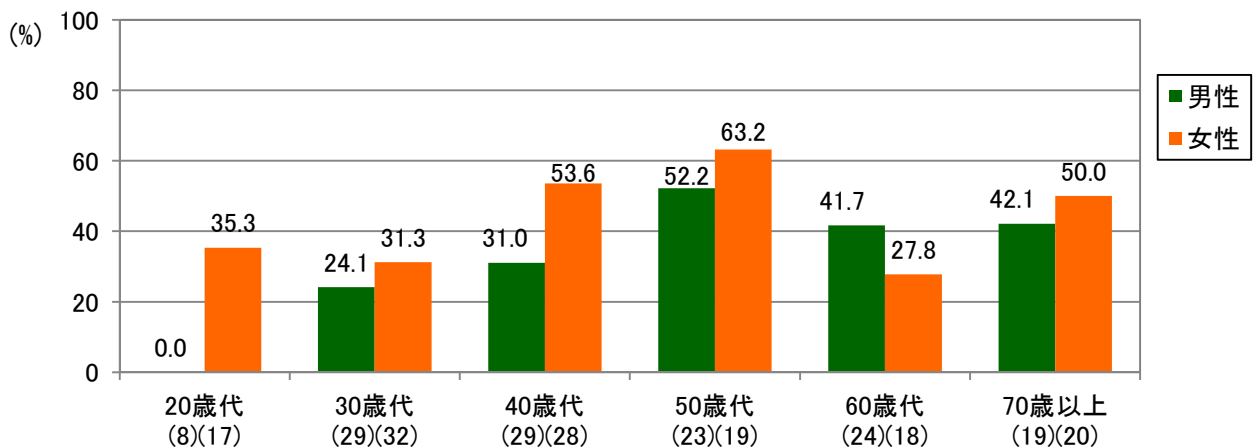


図18 主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日2回以上あるのは、「ほとんど毎日」と回答した者の割合(性年代別)

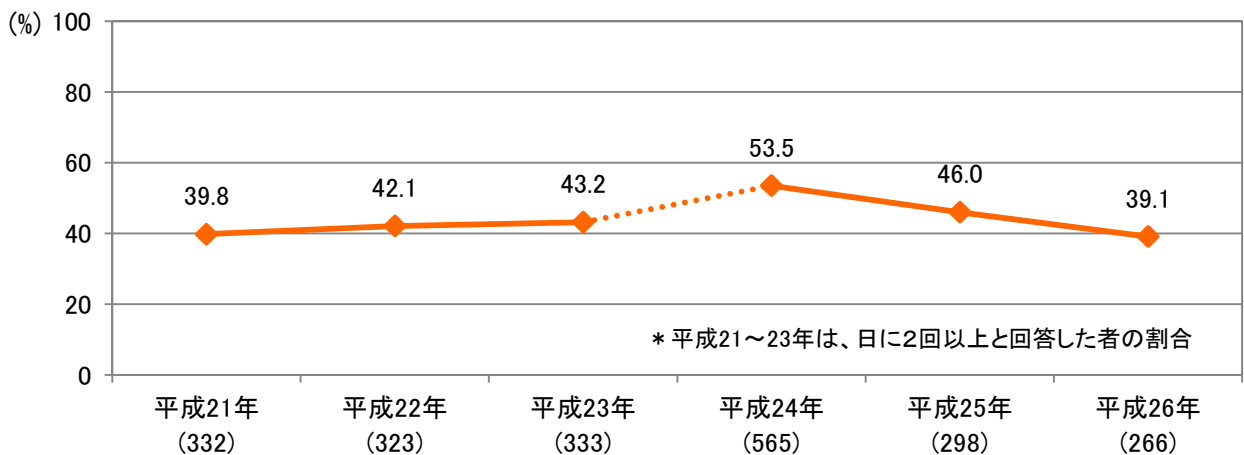


図19 「主食・主菜・副菜」をそろえて食べている県民の割合の推移

◆よく噛んで味わって食べるなどの食べ方に関心のある県民の割合の増加

問 12 かみ方、味わい方といった食べ方に関心がありますかに、「関心がある」または「どちらかといえば関心がある」と回答した者の割合 → 56.0%

表4 食べ方に関心をもっている県民の割合

	関心がある	どちらかといえば 関心がある		総数
総数	49人	100人	56.0%	266人
男性	20人	37人	43.2%	132人
女性	29人	63人	68.7%	134人

男女とも50歳代でその割合が最も高い。60歳代は他の年代と異なり、男性が女性より割合が高い。

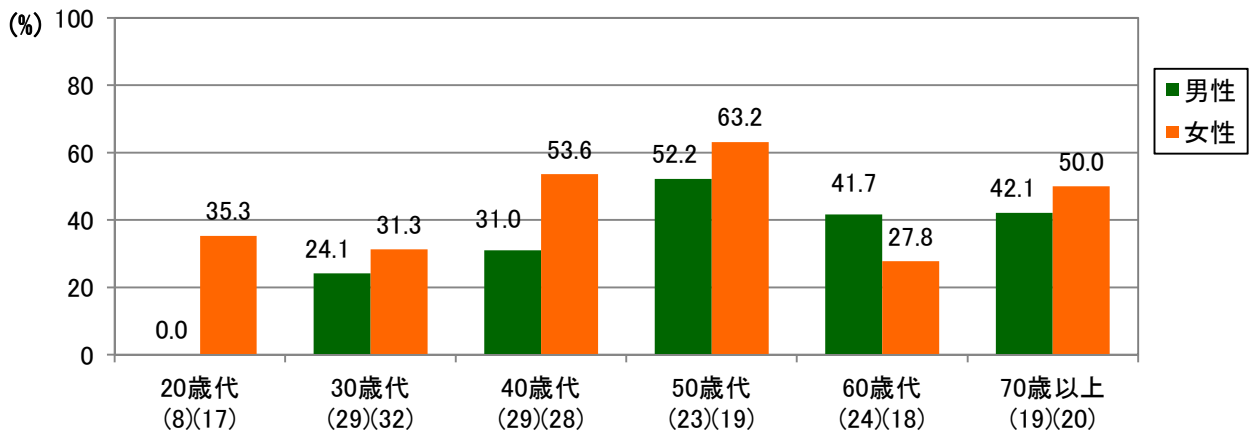


図20 「食べ方」に「関心がある」または「どちらかといえば関心がある」と回答した者の割合(性年代別)

◆朝食または夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数の増加

問4 朝食の共食頻度と問5 夕食の共食頻度から計算 → 9.0回
 (平成24年版 食育白書 11ページ)
 朝食： $(104 \times 7 + 19 \times 4.5 + 35 \times 2.5 + 31 \times 1) \div 248 = 3.8$
 夕食： $(151 \times 7 + 19 \times 4.5 + 50 \times 2.5 + 14 \times 1) \div 248 = 5.2$

表5 家族と一緒に食べる「共食」の回数

	ほとんど毎日	週4～5日	週2～3回	週に1日程度	ほとんどない	無回答	総数
朝食	104人	19人	35人	31人	58人	1人	248人
夕食	151人	19人	50人	14人	13人	1人	248人

朝食は、男性では30歳代、20歳代の順で少なく、女性では20歳代、50歳代の順で少ない。
 夕食は、男女とも20歳代が最も少ない。
 朝食、夕食ともに、30歳代で男女の差が大きい。

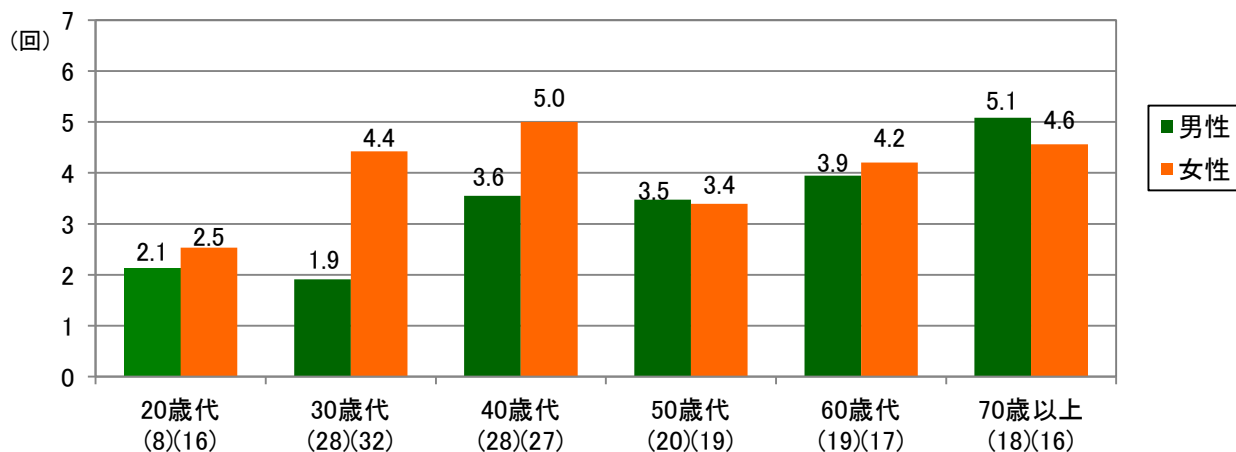


図21-1 朝食の共食頻度(性年代別)

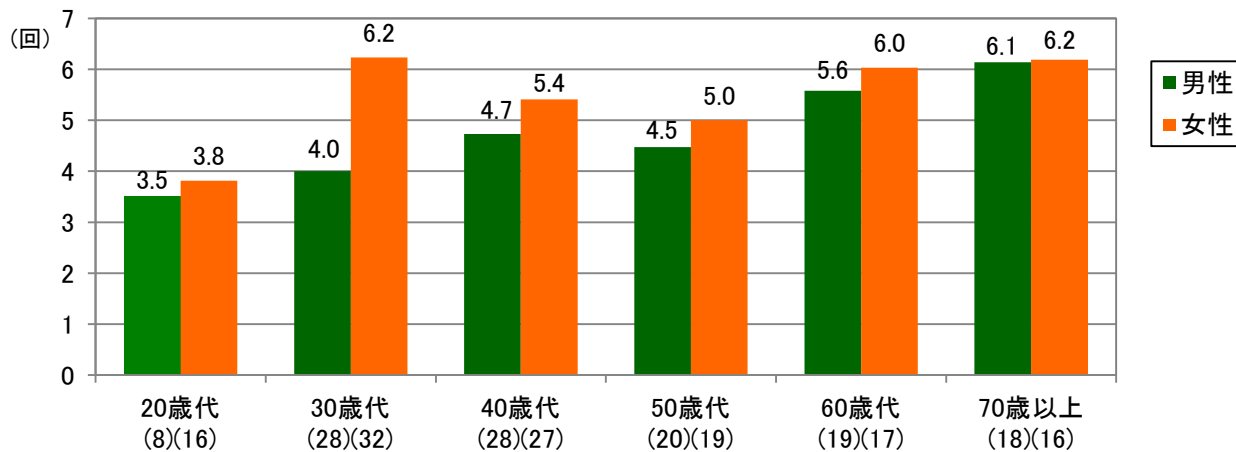


図21-2 夕食の共食頻度(性年代別)

◆過去1年間に歯科検診を受診した者の割合の増加

問11この1年間に歯科検診を受けたと回答した者の割合 → 49.6%

表6 この1年間に歯科検診を受けた県民の割合

	受けた		総数
総数	132人	49.6%	266人
男性	65人	49.2%	132人
女性	67人	50%	134人

男性は20歳代が最も低いが、年代とともに上昇している。女性は60歳代が最も低い。

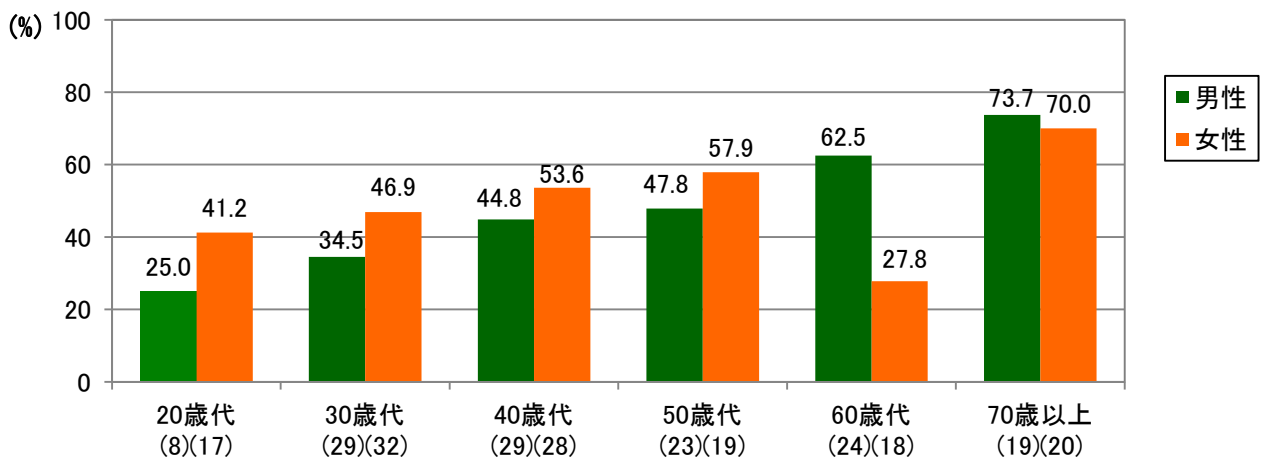


図22 この1年間に歯科検診を受けたと回答した者の割合(性年代別)

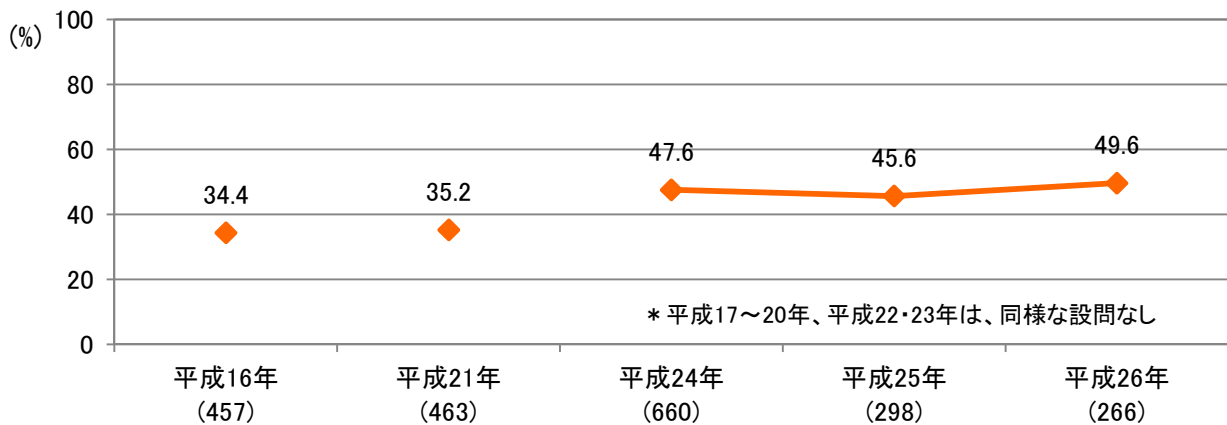


図23 歯科検診受診者の割合の推移

IV 集 計 表

V 調查票

平成26年10月

世帯主の方へ

埼玉県保健医療部健康長寿課

「県民の健康に関するアンケート」の実施についてお願い

埼玉県では、県民一人一人が主体的に健康づくりに取り組めるよう、様々な施策を推進しています。

この度、県民の健康増進にかかる施策の基礎資料とするため「県民の健康に関するアンケート」を実施します。

つきましては、国民健康・栄養調査にあわせて本アンケートに御回答くださるようお願いいたします。

なお、このアンケートは20歳以上の方のみ御回答ください。

回答後は、国民健康・栄養調査の調査票等と一緒に提出してください。

また、調査票に書かれたことは、目的以外に使うことは決してありません。

結果は統計的に処理し、個人が特定されることはありませんので、御協力くださいますようお願いいたします。

調査についての問い合わせ先

〒330-9301

さいたま市浦和区高砂3丁目15番1号

埼玉県保健医療部健康長寿課

健康増進・食育担当

Tel 048-830-3585

Fax 048-830-4804

【回答上の注意】

- 説明文の指示に従ってお答えください。
- 質問の中には、一部の方にだけお答えいただくものがあります。
- 回答は、選択肢から選び、番号「1. 2. 3. …」を○で囲んでいただく場合と、具体的に記入していただくものがあります。
- 回答後は、「国民健康・栄養調査」の調査票等と一緒に提出してください。

県民の健康に関するアンケート

20歳以上の方が記入してください。

地区番号	⋮	⋮	⋮	⋮	-	⋮	⋮
世帯番号							
世帯員番号							

【あなたのことについてお聞きします。】

1. あなたの性別はどちらですか。

1. 男性	2. 女性
-------	-------

2. あなたの年齢(平成26年11月1日現在の満年齢)は何歳ですか。 歳

3. あなたが同居している方はあなたを含めて何人ですか。 人

1人と答えた方 → 6.へ

2人以上と答えた方 → 4.へ

4～5. については家族と同居している方のみお答えください。

4. 朝食を家族と一緒に食べることはどのくらいありますか。(○は1つ)

1. ほとんど毎日	2. 週に4～5日	3. 週に2～3回	4. 週に1日程度	5. ほとんどない
-----------	-----------	-----------	-----------	-----------

5. 夕食を家族と一緒に食べることはどのくらいありますか。(○は1つ)

1. ほとんど毎日	2. 週に4～5日	3. 週に2～3回	4. 週に1日程度	5. ほとんどない
-----------	-----------	-----------	-----------	-----------

6. あなたは、ふだん朝食を食べますか。(○は1つ)

1. ほとんど毎日食べる	2. 週に4～5日食べる
3. 週に2～3日食べる	4. ほとんど食べない

7. 主食・主菜・副菜を3つそろえて食べるのが1日に2回以上あるのは、週に何回ありますか。(○は1つ)

<p>「主食」:米、パン、麺類などの穀類で主として糖質エネルギーの供給源となるものです。</p> <p>「主菜」:魚や肉、卵、大豆製品などを使った副食の中心となる料理で、主として良質たんぱく質や脂肪の供給源となるものです。</p> <p>「副菜」:野菜などを使った料理で、主食と主菜に不足するビタミン、ミネラル、食物繊維などを補う重要な役割を果たしています。</p>

1. ほとんど毎日	2. 週に4～5日	3. 週に2～3日	4. ほとんどない
-----------	-----------	-----------	-----------

8. あなたはふだん、1日に野菜料理(野菜を主な材料とした料理)を皿数で考えると何皿食べていますか。1皿は小鉢1コ分程度と考えてください。まず 1~5. の1つに○をつけてください。次にそれぞれの□の中の設問に答えてください。

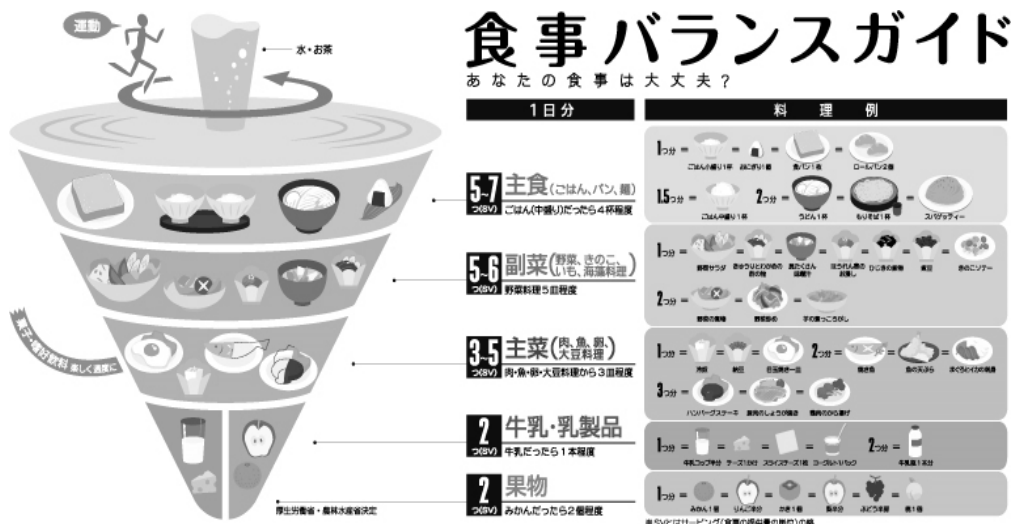
<p>1. ほとんど食べない</p> <p>2. 1~2皿</p> <p>3. 3~4皿</p> <p>4. 5~6皿</p> <p>5. 7皿以上</p>	<p>→</p>	<p>1~3. に○をつけた方にうかがいます。</p> <p>1日に野菜料理を5皿以上食べることにについて</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 関心がない(6ヶ月以内に実行する気がない) 2. 6ヶ月以内に実行しようと思う 3. すぐに実行しようと思う(1ヶ月以内)
	<p>→</p>	<p>4~5. に○をつけた方にうかがいます。</p> <p>いつごろから食べていますか。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 6ヶ月未満である 2. 6ヶ月以上継続している

9. あなたは、「食育」に関心がありますか、それとも関心がありませんか。(○は1つ)

<ol style="list-style-type: none"> 1. 関心がある 3. どちらかといえば関心がない 5. わからない 	<ol style="list-style-type: none"> 2. どちらかといえば関心がある 4. 関心がない
--	--

10. あなたは、下に示したコマ型の「食事バランスガイド」の内容を知っていますか。(○は1つ)

<ol style="list-style-type: none"> 1. よく理解している 3. あまり理解していない 	<ol style="list-style-type: none"> 2. ある程度は理解している 4. 全く理解していない(知らない)
--	--



11. あなたはこの1年間に、歯科検診を受けましたか。(○は1つ)

<ol style="list-style-type: none"> 1. 受けた 	<ol style="list-style-type: none"> 2. 受けていない
--	---

12. あなたは、かみ方、味わい方といった食べ方に関心がありますか、それとも関心がありませんか。(○は1つ)

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

13. かねて食べる時の状態について、あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- | | |
|--------------------|------------------|
| 1. 何でもかねて食べることができる | 2. 一部かめない食べ物がある |
| 3. かめない食べ物が多い | 4. かねて食べることはできない |

14. あなたはロコモティブシンドロームという言葉やその意味を知っていましたか。(○は1つ)

- | | |
|---------------------------|---------------------------|
| 1. 言葉も意味もよく知っていた | 2. 言葉も知っていたし、意味も大体知っていた |
| 3. 言葉は知っていたが、意味はあまり知らなかった | 4. 言葉は聞いたことがあるが、意味は知らなかった |
| 5. 言葉も意味も知らなかった | |

※ロコモティブシンドローム(運動器症候群)とは、骨、関節、筋肉などの運動器が弱ることで、介護が必要だったり、必要になりそうな状態をいいます。

15. あなたは^{シー・オー・ピー・ディー}COPDという病気を知っていますか。(○は1つ)

- | | | |
|------------------|----------------|---------|
| 1. どんな病気かよく知っている | 2. 名前は聞いたことがある | 3. 知らない |
|------------------|----------------|---------|

※COPD(慢性閉塞性肺疾患)とは、長期の喫煙などで生じる肺の炎症性疾患で、せき、たん、息切れが慢性的に続き、緩やかに悪化する病気です。対策には禁煙及び早期発見、早期治療が大切です。

以上で終了です。

お忙しいところ、ご協力ありがとうございました。



埼玉県のマスコット
コバトン

