

和泉市健康づくり・食育推進に関するアンケート調査 結果報告書

**令和6年9月
和泉市**

<目 次>

1 調査の概要.....	4
(1) 調査の目的	4
(2) 調査の設計	4
(3) 回収状況	4
(4) 調査結果の表示方法	5
(5) 市民調査の集計方法	5
2 市民調査	6
(1) 基本情報	6
(2) 運動習慣	11
(3) 栄養・食生活	13
(4) 食育	16
(5) こころの健康.....	22
(6) たばこ	23
(7) アルコール.....	24
(8) 歯と口腔の健康.....	25
(9) 健康管理	27
(10) 地域や社会との関わり	32
3 小・中学生調査	40
(1) 基本属性	40
(2) 健康に関する調査項目	40
(3) 食育に関する調査項目	48
4 保護者調査	63
(1) 基本情報	63
(2) 生活習慣	68
(3) 食育	74
5 市民調査（クロス集計）	81
(1) 基本情報	81
(2) 運動習慣	112
(3) 栄養・食生活	115
(4) 食育	117
(5) こころの健康.....	130
(6) たばこ	132
(7) アルコール.....	133
(8) 歯と口腔の健康.....	134
(9) 健康管理	138
(10) 地域や社会との関わり	144

6 小・中学生調査（クロス集計）	154
(1) 健康に関する調査項目	154
(2) 食育に関する調査項目	169
7 保護者調査（クロス集計）	175
(1) 基本情報	175
(2) 生活習慣	187
(3) 食育	189
8 とりまとめ・考察.....	190
(1) 健康づくりへの関心、健康状態	190
(2) 睡眠、ストレス.....	191
(3) 身体活動・運動、健康づくりへの関心	192
(4) 栄養・食生活	193
(5) 健康チェック.....	194
(6) 歯と口腔の健康.....	195
(7) たばこ	196
(8) アルコール.....	196
(9) こどものスマートフォン等の使用.....	196
(10) 食育の認知度、意識・実践	197
(11) 食文化の継承、食の安心・安全に関する知識の習得	199
(12) 地域における活動の状況、情報入手の方法	200
(13) 幸福度と各項目との関係.....	201
(14) 健康状態と各項目との関係	203

1 調査の概要

(1) 調査の目的

令和7年度からの「第4次健康都市いずみ21・食育推進計画」の策定にあたり、市民や子ども、幼児の保護者の、健康づくりや食育推進に関する意識や意見等を伺い、本市における健康づくり活動や食育の推進に活かし、計画に反映させるため、アンケート調査を実施した。

(2) 調査の設計

	対象	配布方法	調査期間
①市民調査	16歳以上の市民から無作為抽出	郵送配布 郵送回収またはWeb回答	令和6年7月
②小中学生調査	市内7小学校、5中学校の 小学5年生、中学2年生全クラス	各学校においてWeb回答	令和6年7～8月
③保護者調査	(1) 保育所、認定こども園、幼稚園（5歳児）の保護者 (2) 健診受診者の保護者	(1) 園を通して配布・回収またはWeb回答 (2) 健診案内に調査票を同封・Web回収または健診当日に紙での回答・回収	令和6年7～8月

(3) 回収状況

	送付数	有効回収数	有効回収率
①市民調査	3,483件	912件	26.2%
②小中学生調査	小学生 556件 中学生 892件 合計 1,448件	小学生 402件 中学生 680件 合計 1,082件	小学生 72.3% 中学生 76.2% 合計 74.7%
③保護者調査	(1) 園保護者 346件 (2) 健診保護者 322件 合計 668件	(1) 園保護者 172件 (2) 健診保護者 120件 合計 292件	(1) 園保護者 49.7% (2) 健診保護者 37.3% 合計 43.7%

(4) 調査結果の表示方法

- 設問ごとの集計母数は表、グラフ中に（n = ○○）と表記。
- 集計結果の百分率（%）は、小数点第2位を四捨五入した値を表記している。このため、回答設問の選択肢ごとの構成比の見かけ上の合計が100.0%にならない場合がある。
- 複数回答設問では、当該設問に回答すべき回答者数を母数として選択肢ごとにそれぞれ構成比を求めている。そのため、構成比率の合計は通常100.0%とならない。

(5) 市民調査の集計方法

- サンプルングによる調査のため、回答者の属性ごとの回収割合は母集団の人口構成と異なることから、回答者の属性ごとの回収割合を母集団の人口の地域別・年代別の構成比となるよう重みづけをして集計した。

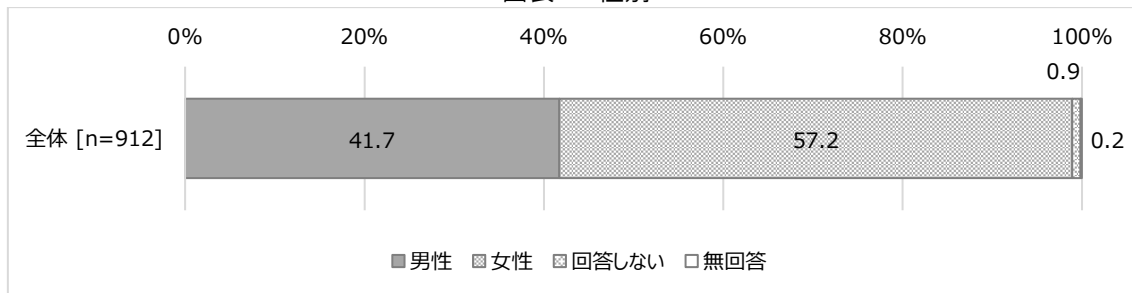
2 市民調査

(1) 基本情報

① 性別

性別は、「男性」が41.7%、「女性」が57.2%、「回答しない」が0.9%となっている。

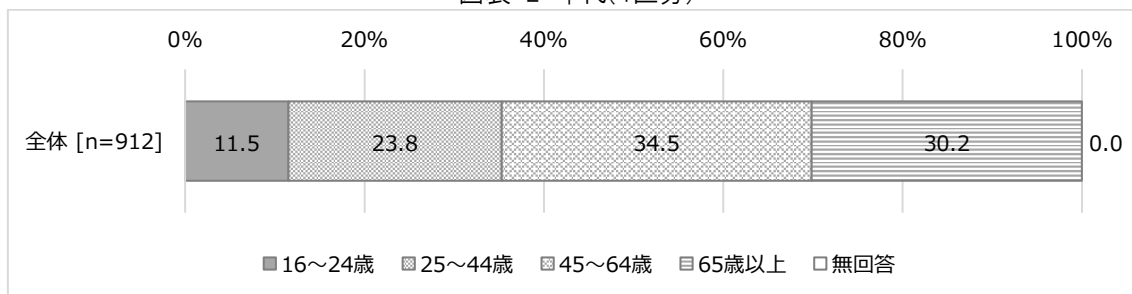
図表 1 性別



② 年代(4区分)

年代(4区分)は、「45～64歳」が34.5%、「65歳以上」が30.2%、「25～44歳」が23.8%となっている。

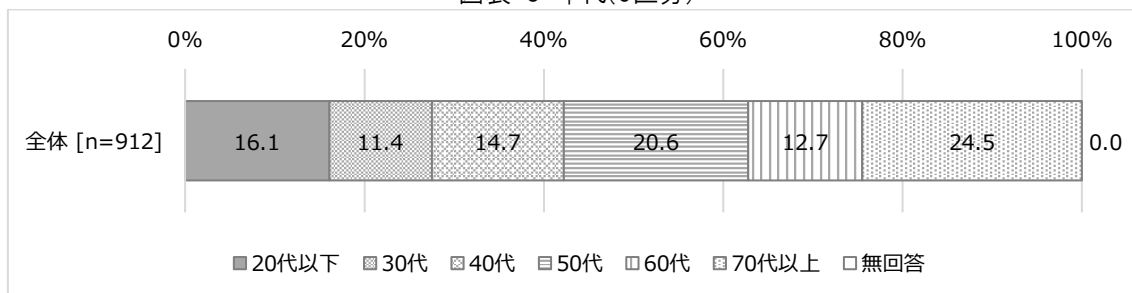
図表 2 年代(4区分)



③ 年代(6区分)

年代(6区分)は、「70代以上」が24.5%、「50代」が20.6%、「20代以下」が16.1%となっている。

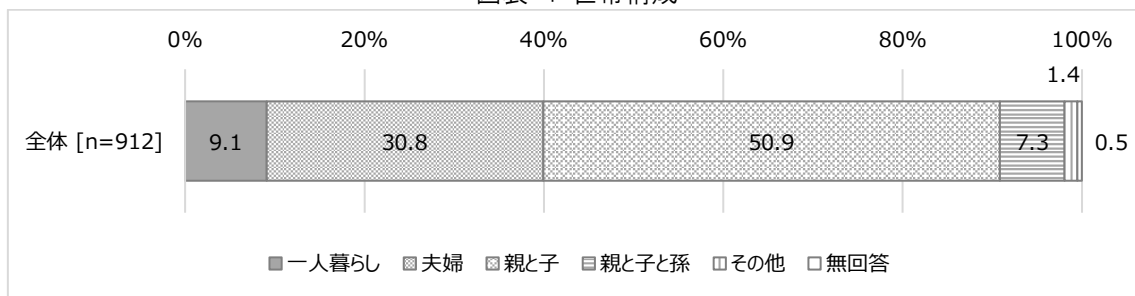
図表 3 年代(6区分)



④ 世帯構成

世帯構成は、「親と子」が50.9%、「夫婦」が30.8%、「一人暮らし」が9.1%となっている。

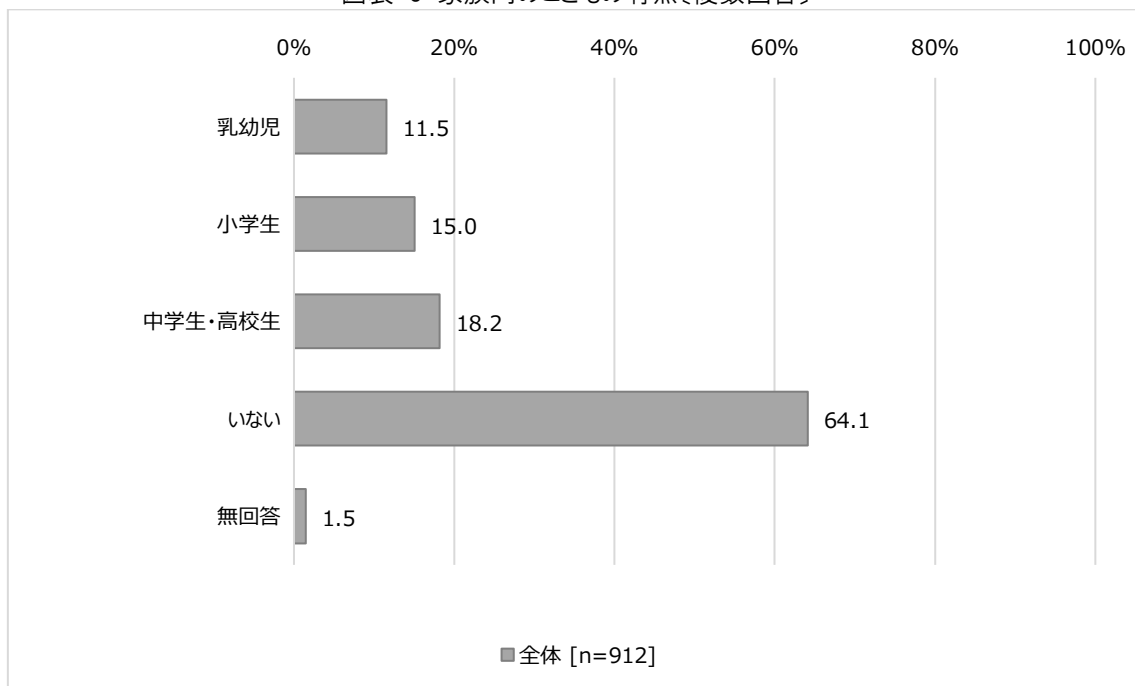
図表 4 世帯構成



⑤ 家族内のこどもの有無

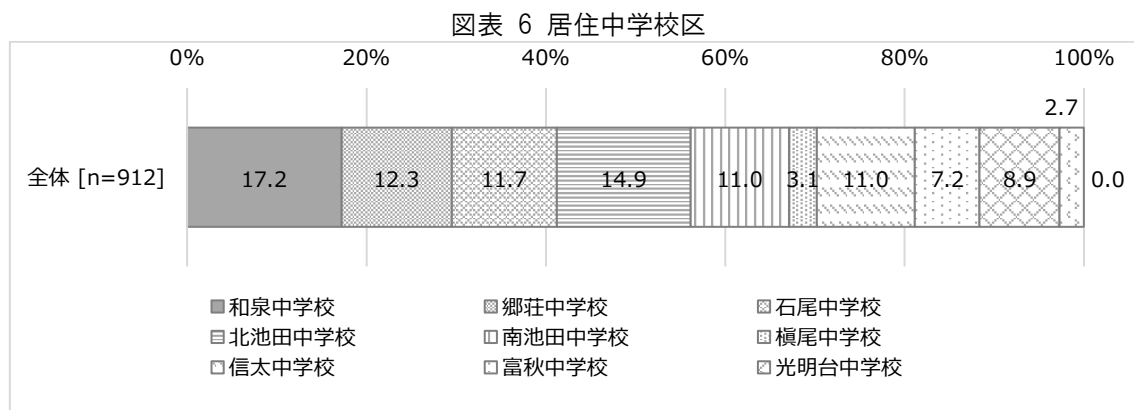
家族内のこどもの有無は、「いない」が64.1%、「中学生・高校生」が18.2%、「小学生」が15.0%となっている。

図表 5 家族内のこどもの有無〔複数回答〕



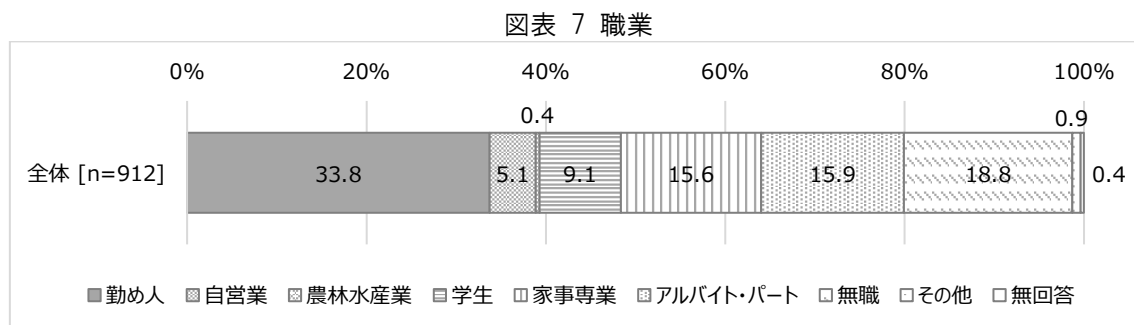
⑥ 居住中学校区

居住中学校区は、「和泉中学校」が17.2%、「北池田中学校」が14.9%、「郷荘中学校」が12.3%となっている。



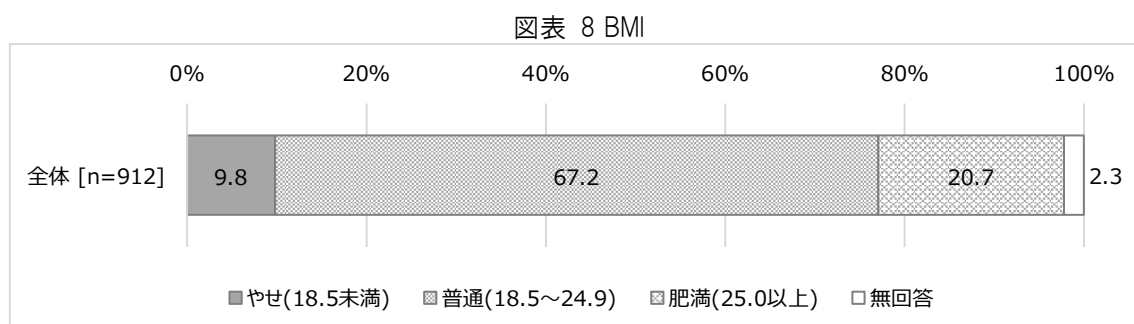
⑦ 職業

職業は、「勤め人」が33.8%、「無職」が18.8%、「アルバイト・パート」が15.9%となっている。



⑧ BMI

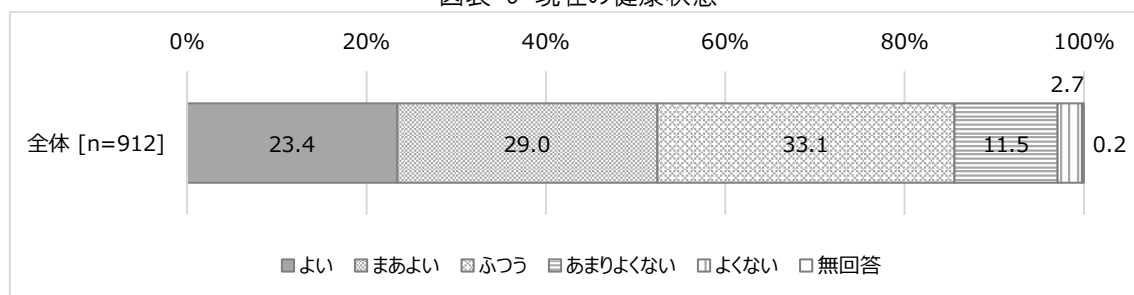
BMIは、「普通(18.5～24.9)」が67.2%、「肥満(25.0以上)」が20.7%、「やせ(18.5未満)」が9.8%となっている。



⑨ 現在の健康状態

現在の健康状態は、「ふつう」が33.1%、「まあよい」が29.0%、「よい」が23.4%となっている。

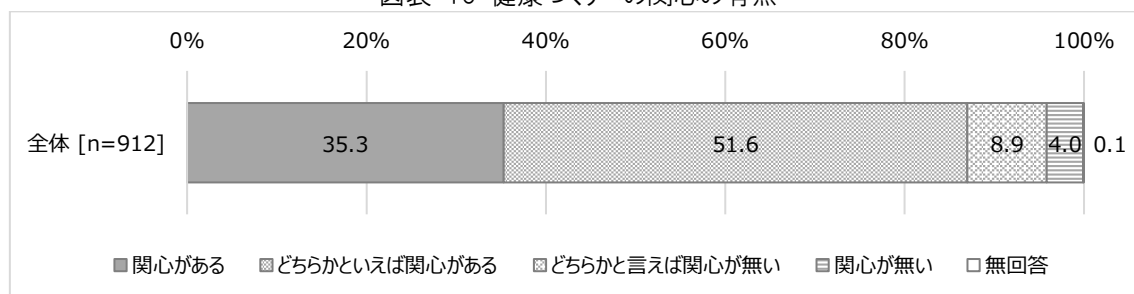
図表 9 現在の健康状態



⑩ 健康づくりへの関心の有無

健康づくりへの関心の有無は、「どちらかといえば関心がある」が51.6%、「関心がある」が35.3%、「どちらかといえば関心が無い」が8.9%となっており、合わせて「関心あり」の回答が86.9%となる。

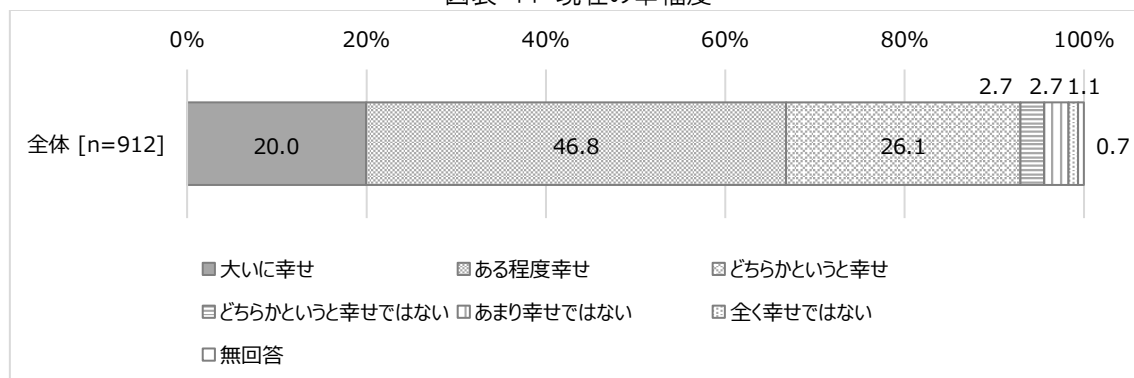
図表 10 健康づくりへの関心の有無



⑪ 現在の幸福度

現在の幸福度は、「ある程度幸せ」が46.8%、「どちらかという幸せ」が26.1%、「大いに幸せ」が20.0%となっており、合わせて「幸せ」の回答が92.9%であった。

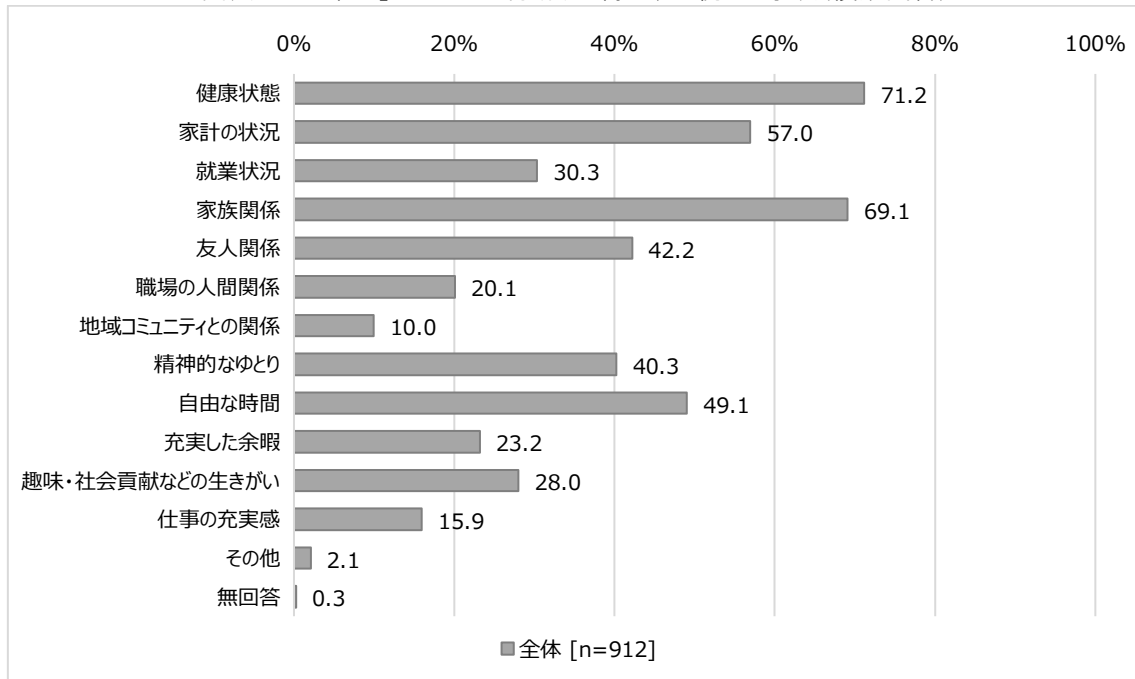
図表 11 現在の幸福度



⑫ 「幸せ」かどうかを判断する際に、重視した事項

「幸せ」かどうかを判断する際に、重視した事項は「健康状態」が71.2%、「家族関係」が69.1%、「家計の状況」が57.0%となっている。

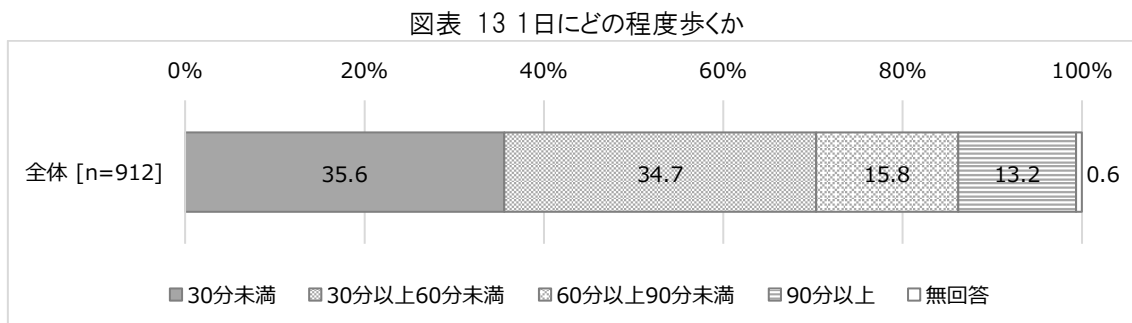
図表 12 「幸せ」かどうかを判断する際に、重視した事項〔複数回答〕



(2) 運動習慣

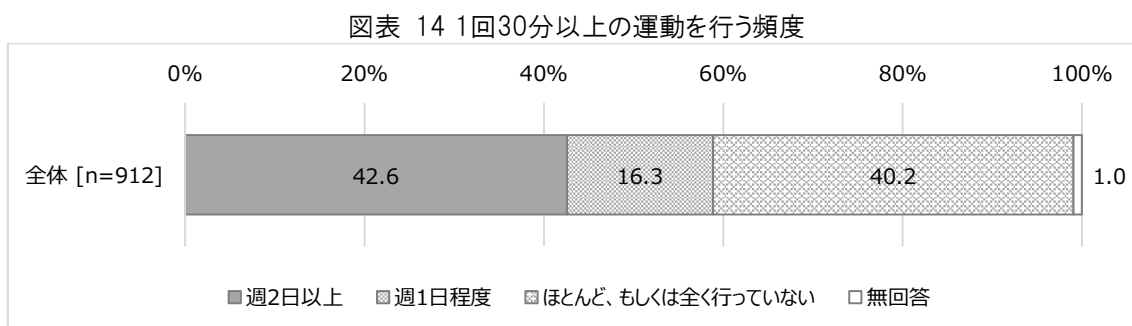
① 1日にどの程度歩くか

1日にどの程度歩くかは、「30分未満」が35.6%、「30分以上60分未満」が34.7%、「60分以上90分未満」が15.8%となっている。



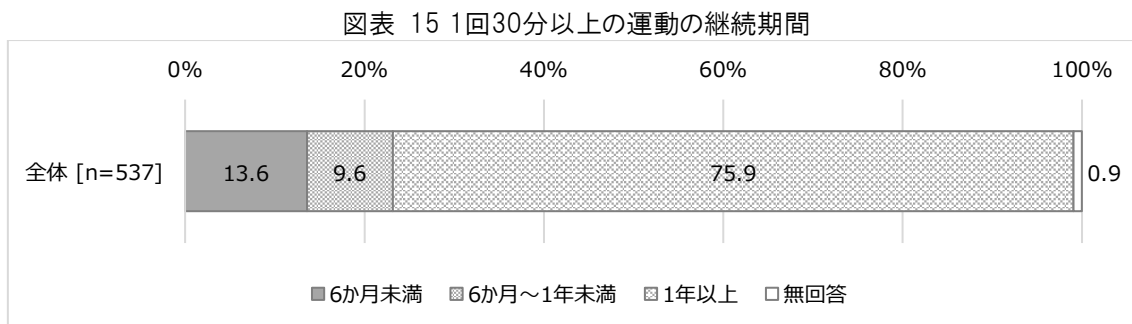
② 1回30分以上の運動を行う頻度

1回30分以上の運動を行う頻度は、「週2日以上」が42.6%、「ほとんど、もしくは全く行っていない」が40.2%、「週1日程度」が16.3%となっている。



③ 1回30分以上の運動の継続期間

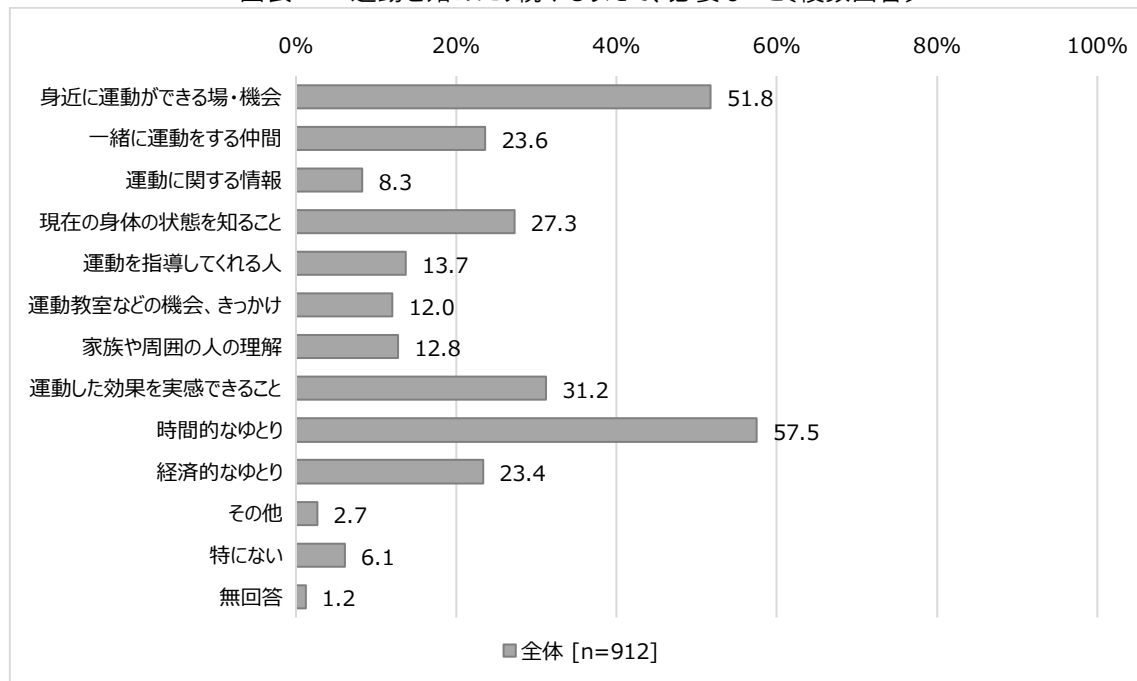
1回30分以上の運動を「週2日以上」または「週1日程度」行っていると回答した人に、1回30分以上の運動の継続期間を聞いたところ、「1年以上」が75.9%、「6か月未満」が13.6%、「6か月～1年未満」が9.6%となっている。



④ 運動を始めたり続けるうえで、必要なこと

運動を始めたり続けるうえで、必要なことは「時間的なゆとり」が57.5%、「身近に運動ができる場・機会」が51.8%、「運動した効果を実感できること」が31.2%となっている。

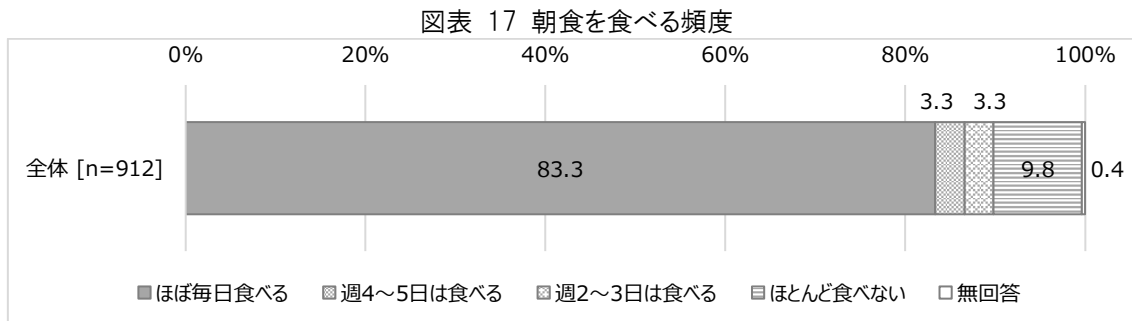
図表 16 運動を始めたり続けるうえで、必要なこと〔複数回答〕



(3) 栄養・食生活

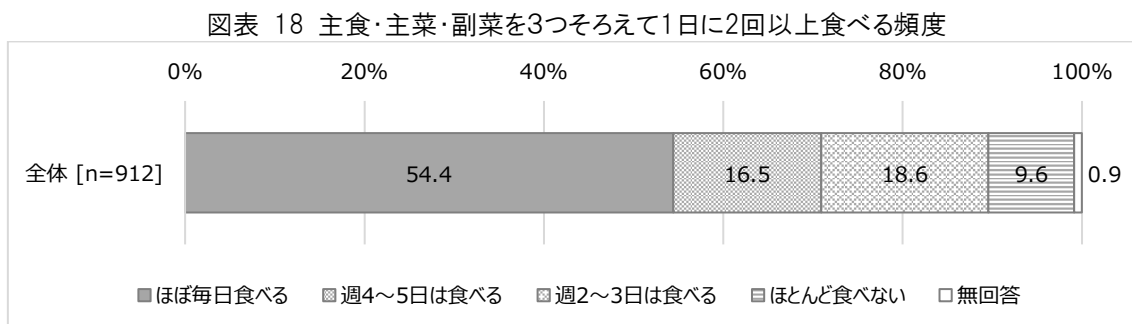
① 朝食を食べる頻度

朝食を食べる頻度は、「ほぼ毎日食べる」が83.3%、「ほとんど食べない」が9.8%、「週4～5日は食べる」「週2～3日は食べる」がいずれも3.3%となっている。



② 主食・主菜・副菜を3つそろえて1日に2回以上食べる頻度

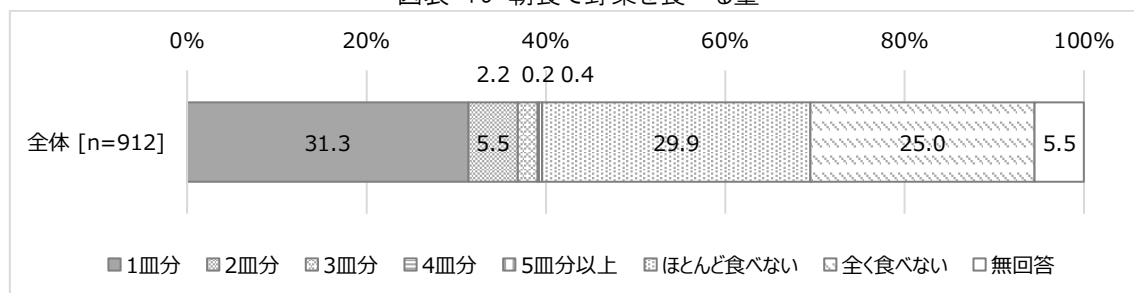
主食・主菜・副菜を3つそろえて1日に2回以上食べる頻度は、「ほぼ毎日食べる」が54.4%、「週2～3日は食べる」が18.6%、「週4～5日は食べる」が16.5%となっている。



③ 朝食で野菜を食べる量

朝食で野菜を食べる量は、「1皿分」が31.3%、「ほとんど食べない」が29.9%、「全く食べない」が25.0%となっている。

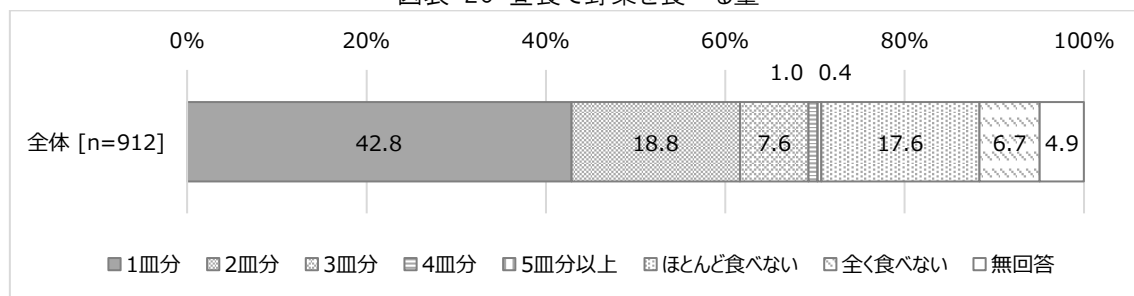
図表 19 朝食で野菜を食べる量



④ 昼食で野菜を食べる量

昼食で野菜を食べる量は、「1皿分」が42.8%、「2皿分」が18.8%、「ほとんど食べない」が17.6%となっている。

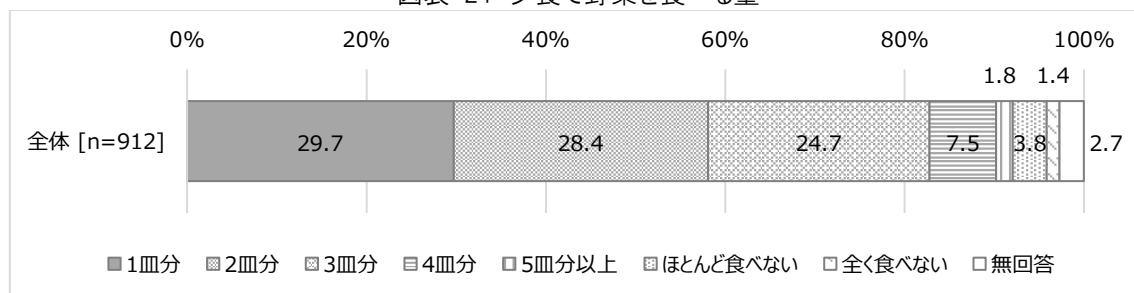
図表 20 昼食で野菜を食べる量



⑤ 夕食で野菜を食べる量

夕食で野菜を食べる量は、「1皿分」が29.7%、「2皿分」が28.4%、「3皿分」が24.7%となっている。

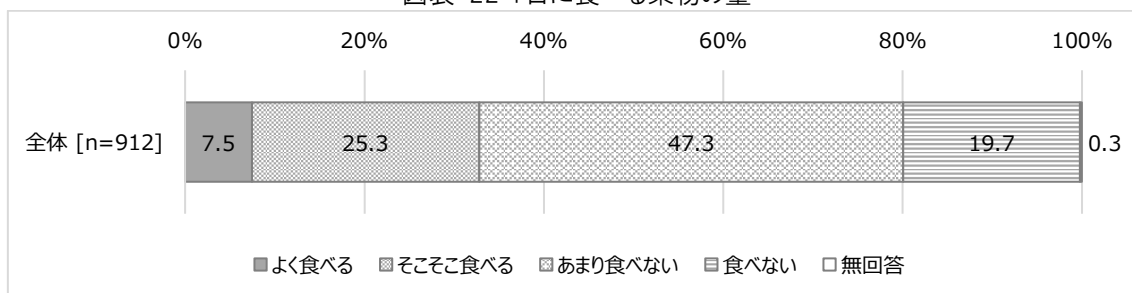
図表 21 夕食で野菜を食べる量



⑥ 1日に食べる果物の量

1日に食べる果物の量は、「あまり食べない」が47.3%、「そこそこ食べる」が25.3%、「食べない」が19.7%となっている。

図表 22 1日に食べる果物の量

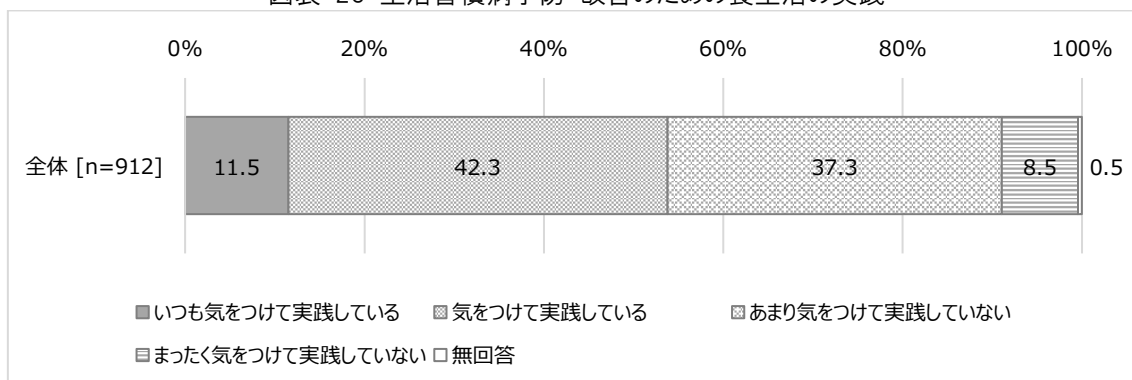


※1つ分の目安は100g程度（みかん1個、りんご半分など）。よく食べる（1日に2つ分以上）、そこそこ食べる（1日に1つ分以上2つ分未満）、あまり食べない（1日に1つ分未満）として回答。

⑦ 生活習慣病予防・改善のための食生活の実践

生活習慣病の予防や改善のために、日常的に適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活をしているか聞いたところ、「気をつけて実践している」が42.3%、「あまり気をつけて実践していない」が37.3%、「いつも気をつけて実践している」が11.5%となり、「気をつけている」との回答が半数を超えている。

図表 23 生活習慣病予防・改善のための食生活の実践

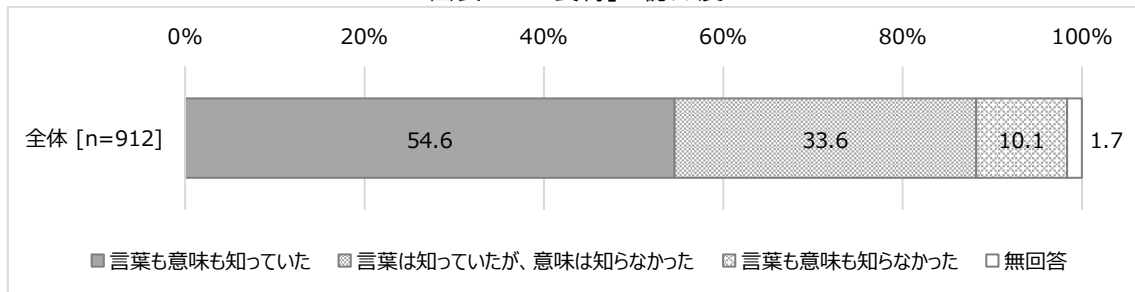


(4) 食育

① 「食育」の認知度

「食育」の認知度は、「言葉も意味も知っていた」が54.6%、「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」が33.6%、「言葉も意味も知らなかった」が10.1%となっている。

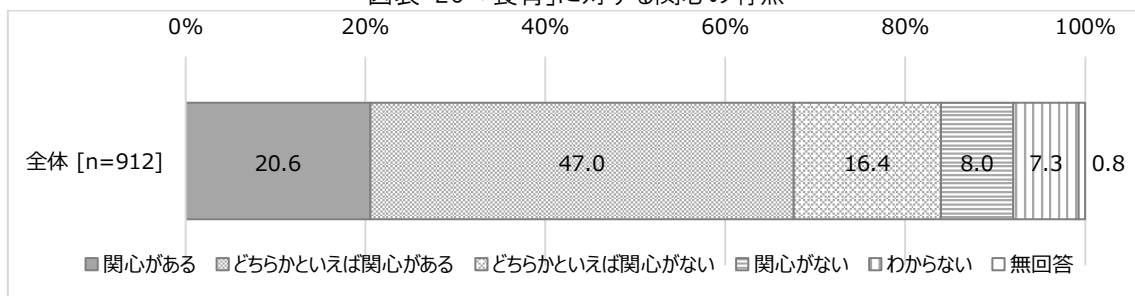
図表 24 「食育」の認知度



② 「食育」に対する関心の有無

「食育」に対する関心の有無は、「どちらかといえば関心がある」が47.0%、「関心がある」が20.6%、「どちらかといえば関心がない」が16.4%となっており、合わせて「関心あり」が67.6%となる。

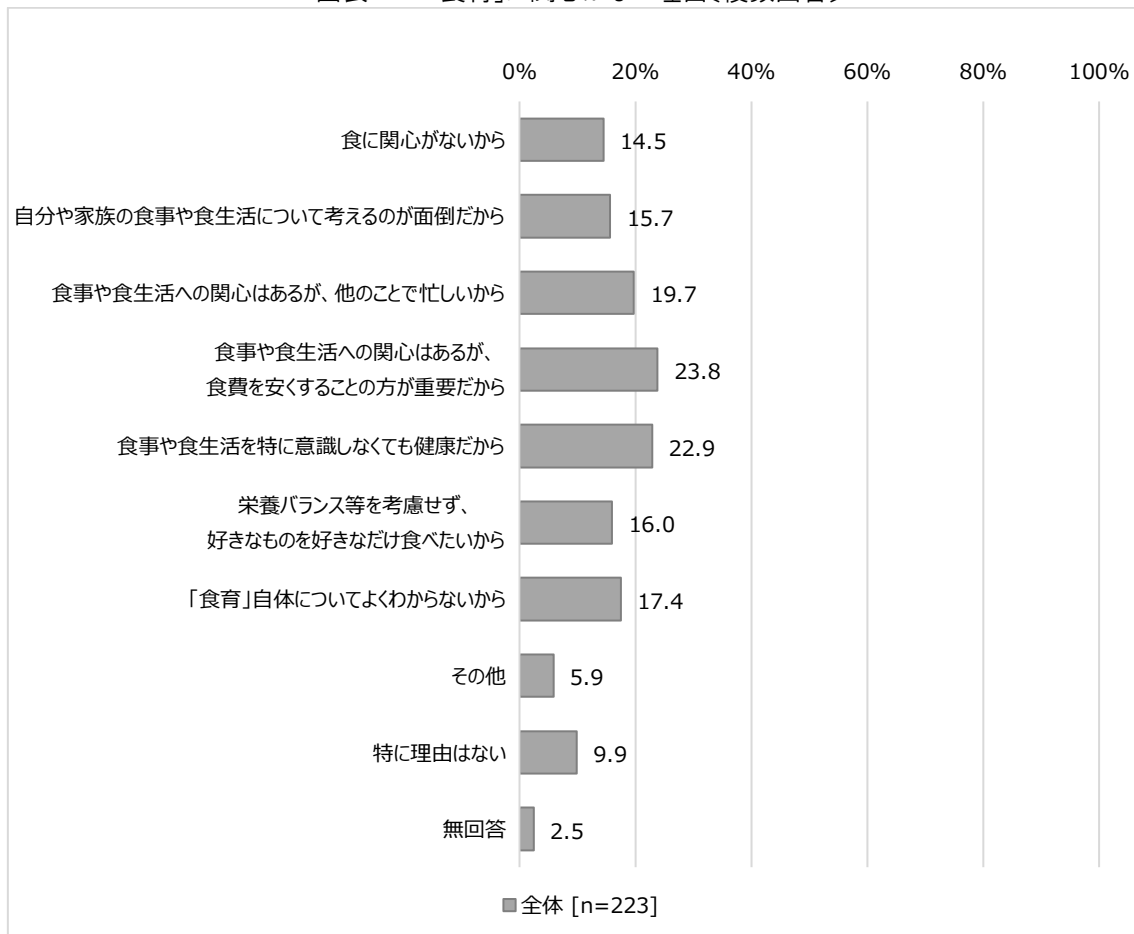
図表 25 「食育」に対する関心の有無



③ 「食育」に関心がない理由

「食育」に関心がないと回答した人にその理由を聞いたところ、「食事や食生活への関心はあるが、食費を安くすることの方が重要だから」が23.8%、「食事や食生活を特に意識しなくても健康だから」が22.9%、「食事や食生活への関心はあるが、他のことで忙しいから」が19.7%となっている。

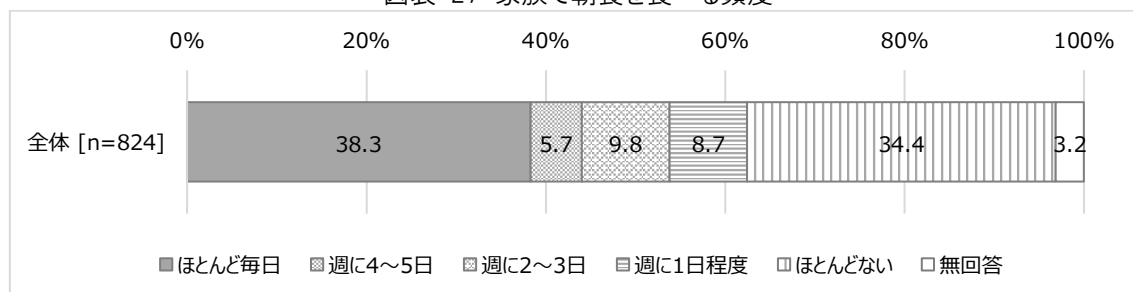
図表 26 「食育」に関心がない理由〔複数回答〕



④ 家族で朝食を食べる頻度

家族と同居していると回答した人に、家族で朝食を食べる頻度を聞いたところ、「ほとんど毎日」が38.3%、「ほとんどない」が34.4%、「週に2～3日」が9.8%となっている。

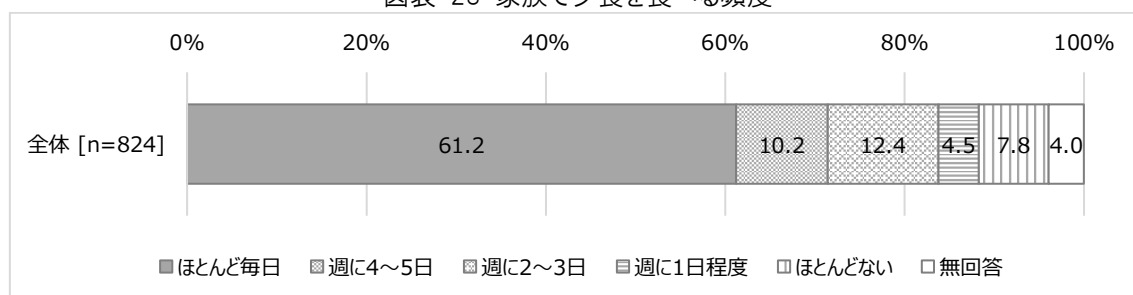
図表 27 家族で朝食を食べる頻度



⑤ 家族で夕食を食べる頻度

家族と同居していると回答した人に、家族で夕食を食べる頻度を聞いたところ、「ほとんど毎日」が61.2%、「週に2～3日」が12.4%、「週に4～5日」が10.2%となっている。

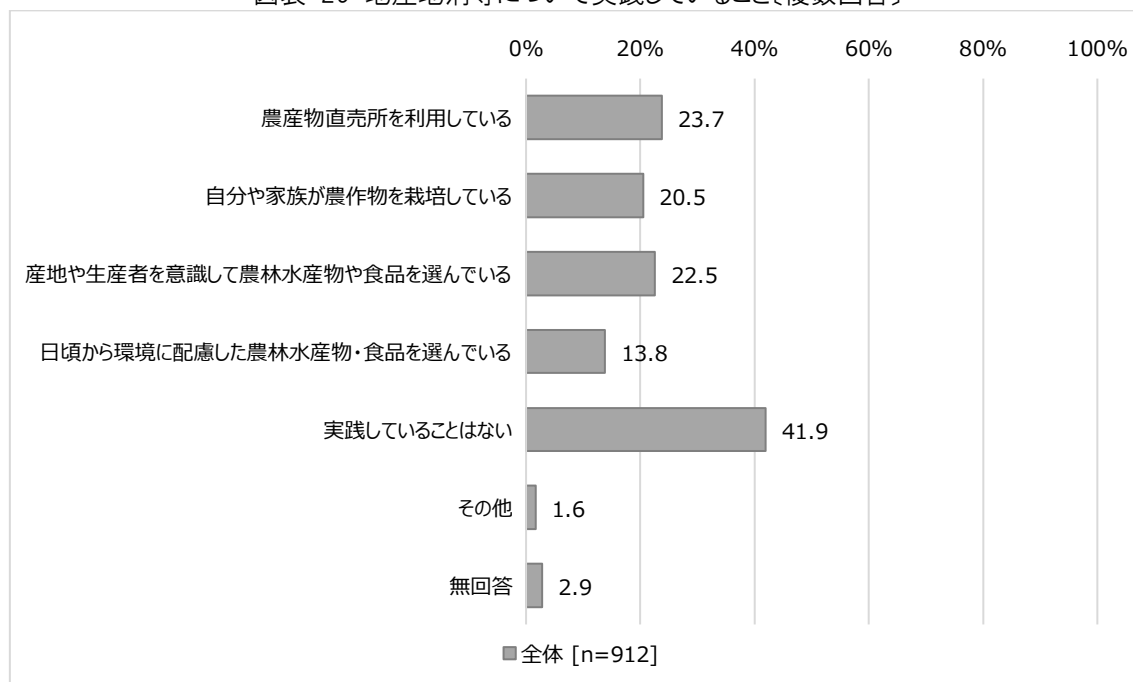
図表 28 家族で夕食を食べる頻度



⑥ 地産地消等について実践していること

地産地消等について実践していることは、「実践していることはない」が41.9%、「農産物直売所を利用している」が23.7%、「産地や生産者を意識して農林水産物や食品を選んでいる」が22.5%となっている。

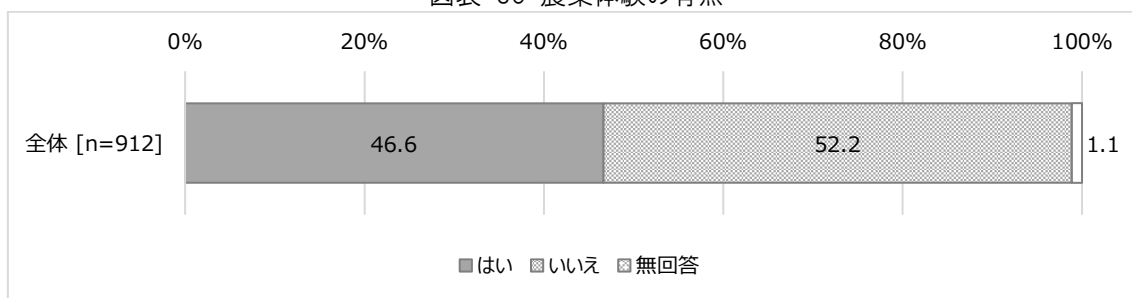
図表 29 地産地消等について実践していること〔複数回答〕



⑦ 農業体験の有無

農業体験の有無は、「はい」が46.6%、「いいえ」が52.2%となっている。

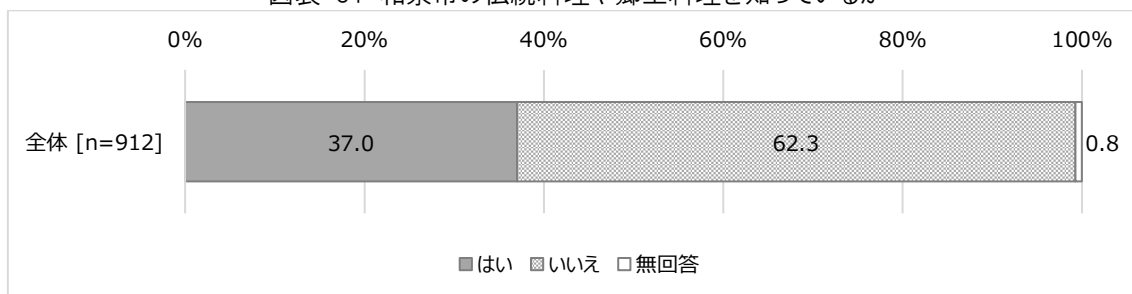
図表 30 農業体験の有無



⑧ 和泉市の伝統料理や郷土料理を知っているか

和泉市の伝統料理や郷土料理を知っているかは、「はい」が37.0%、「いいえ」が62.3%となっている。

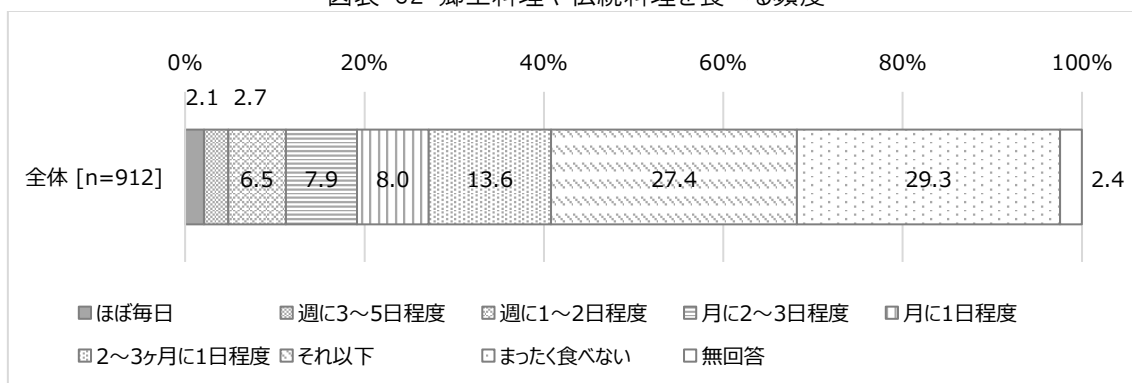
図表 31 和泉市の伝統料理や郷土料理を知っているか



⑨ 郷土料理や伝統料理を食べる頻度

郷土料理や伝統料理を食べる頻度は、「まったく食べない」が29.3%、「それ（2～3ヶ月に1日程度）以下」が27.4%、「2～3ヶ月に1日程度」が13.6%となっている。

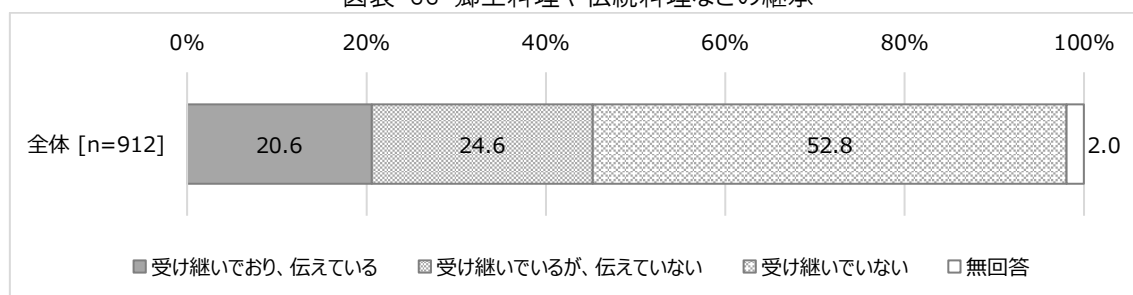
図表 32 郷土料理や伝統料理を食べる頻度



⑩ 郷土料理や伝統料理などの継承

郷土料理や伝統料理などの継承は、「受け継いでいない」が52.8%、「受け継いでいるが、伝えていない」が24.6%、「受け継いでおり、伝えている」が20.6%となっている。

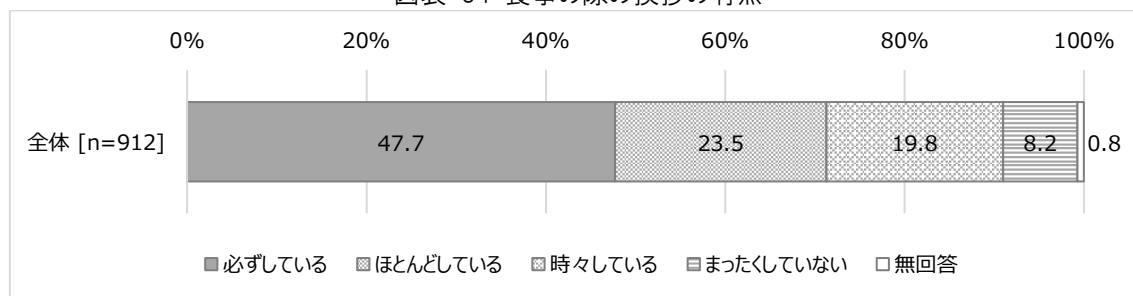
図表 33 郷土料理や伝統料理などの継承



⑪ 食事の際の挨拶の有無

食事の際の挨拶の有無は、「必ずしている」が47.7%、「ほとんどしている」が23.5%、「時々している」が19.8%となっている。

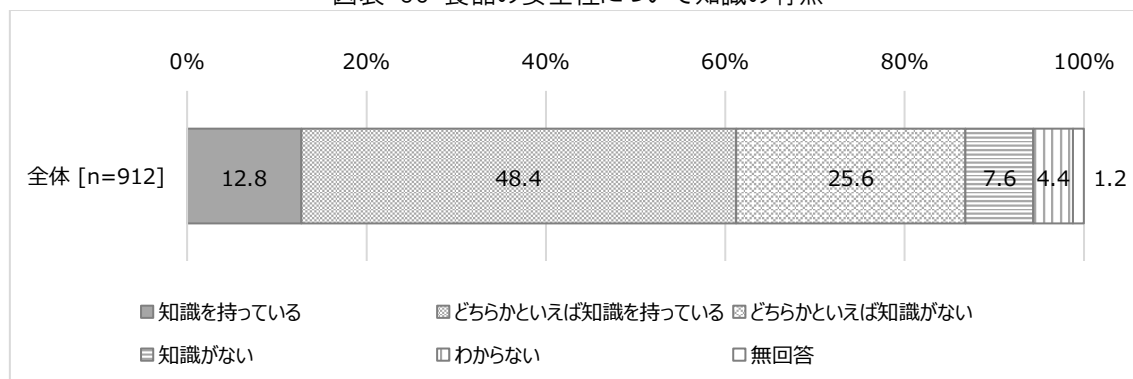
図表 34 食事の際の挨拶の有無



⑫ 食品の安全性について知識の有無

食品の安全性について知識の有無は、「どちらかといえば知識を持っている」が48.4%、「どちらかといえば知識がない」が25.6%、「知識を持っている」が12.8%となっており、合わせて「知識あり」の回答が61.2%であった。

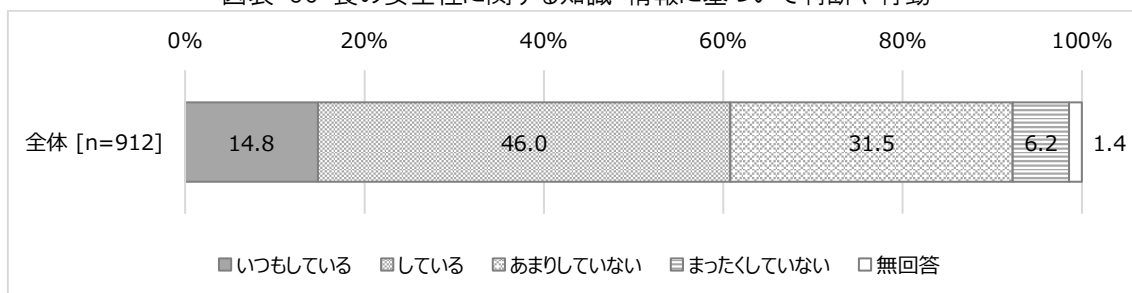
図表 35 食品の安全性について知識の有無



⑬ 食の安全性に関する知識・情報に基づいて判断や行動

食の安全性に関する知識・情報に基づいて判断や行動を「している」が46.0%、「あまりしていない」が31.5%、「いつもしている」が14.8%となっており、合わせて「している」の回答が60.8%であった。

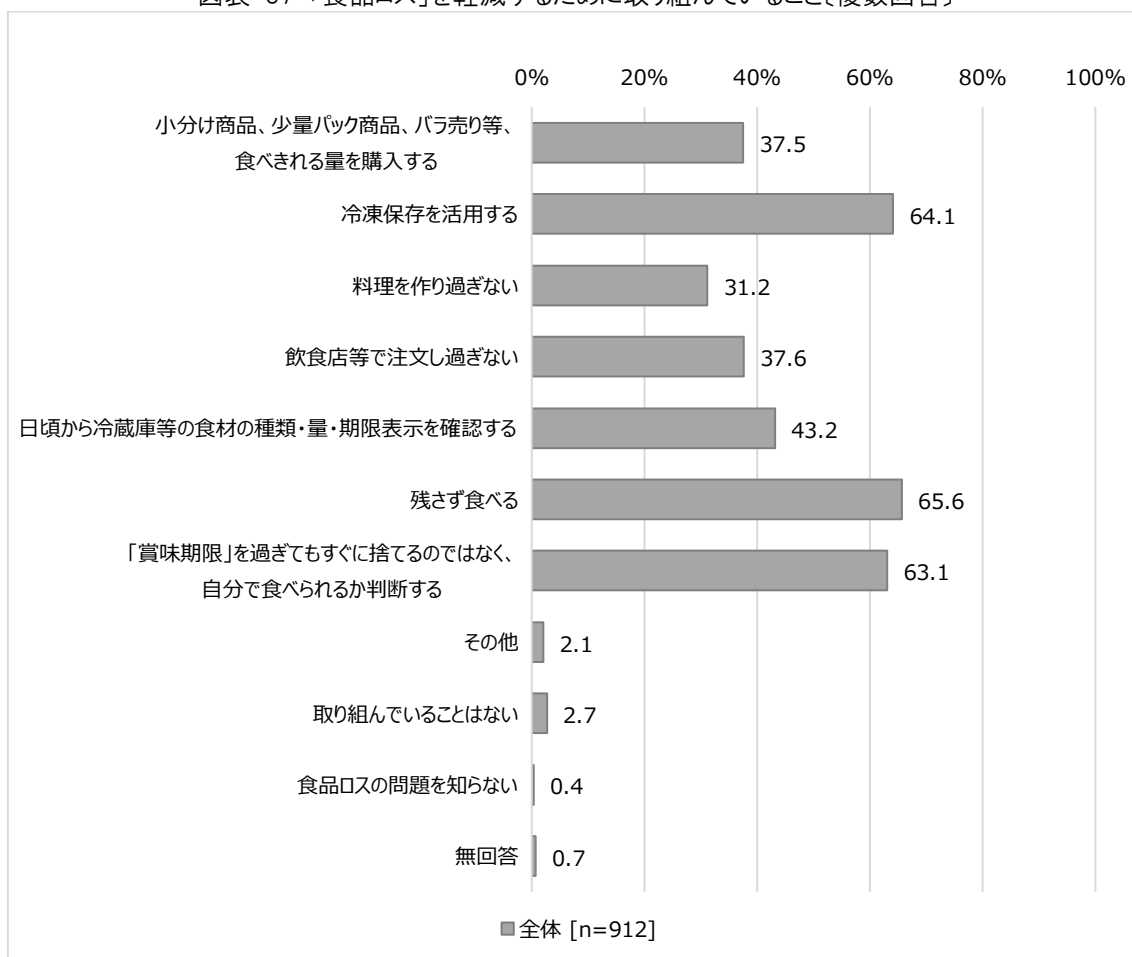
図表 36 食の安全性に関する知識・情報に基づいて判断や行動



⑭ 「食品ロス」を軽減するために取り組んでいること

「食品ロス」を軽減するために取り組んでいることは、「残さず食べる」が65.6%、「冷凍保存を活用する」が64.1%、「賞味期限」を過ぎてもすぐに捨てるのではなく、自分で食べられるか判断する」が63.1%となっている。

図表 37 「食品ロス」を軽減するために取り組んでいること〔複数回答〕

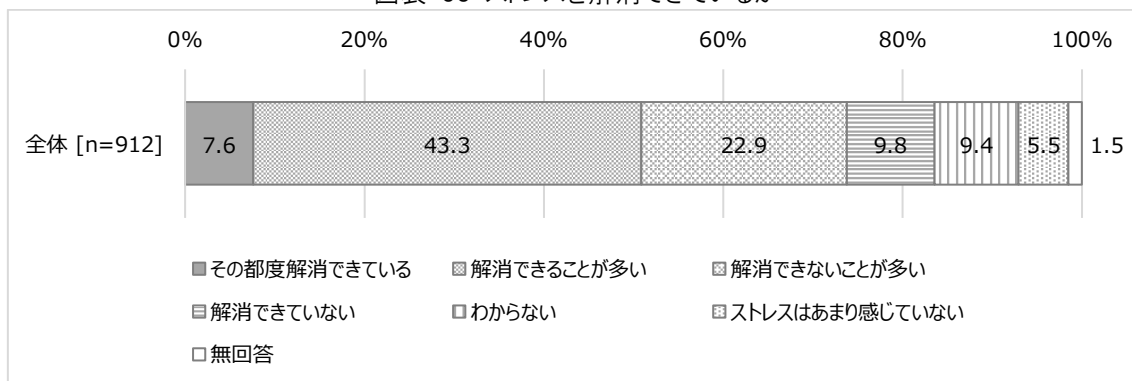


(5) こころの健康

① ストレスを解消できているか

ストレスを解消できているか聞いたところ、「解消できることが多い」が43.3%、「解消できないことが多い」が22.9%、「解消できていない」が9.8%となっている。

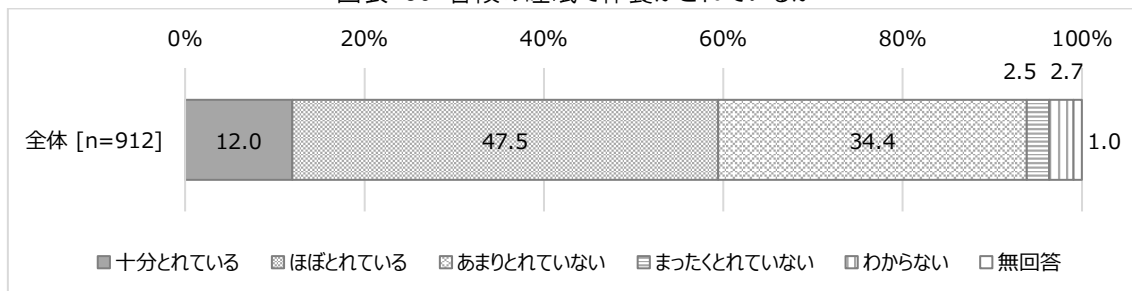
図表 38 ストレスを解消できているか



② 普段の睡眠で休養がとれているか

普段の睡眠で休養がとれているか聞いたところ、「ほぼとれている」が47.5%、「あまりとれていない」が34.4%、「十分とれている」が12.0%となっており、合わせて「とれている」の回答が59.5%であった。

図表 39 普段の睡眠で休養がとれているか

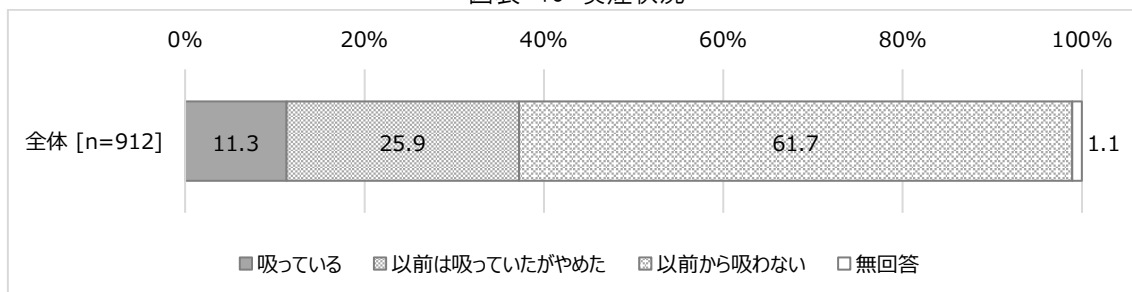


(6) たばこ

① 喫煙状況

喫煙状況は、「以前から吸わない」が61.7%、「以前は吸っていたがやめた」が25.9%、「吸っている」が11.3%となっている。

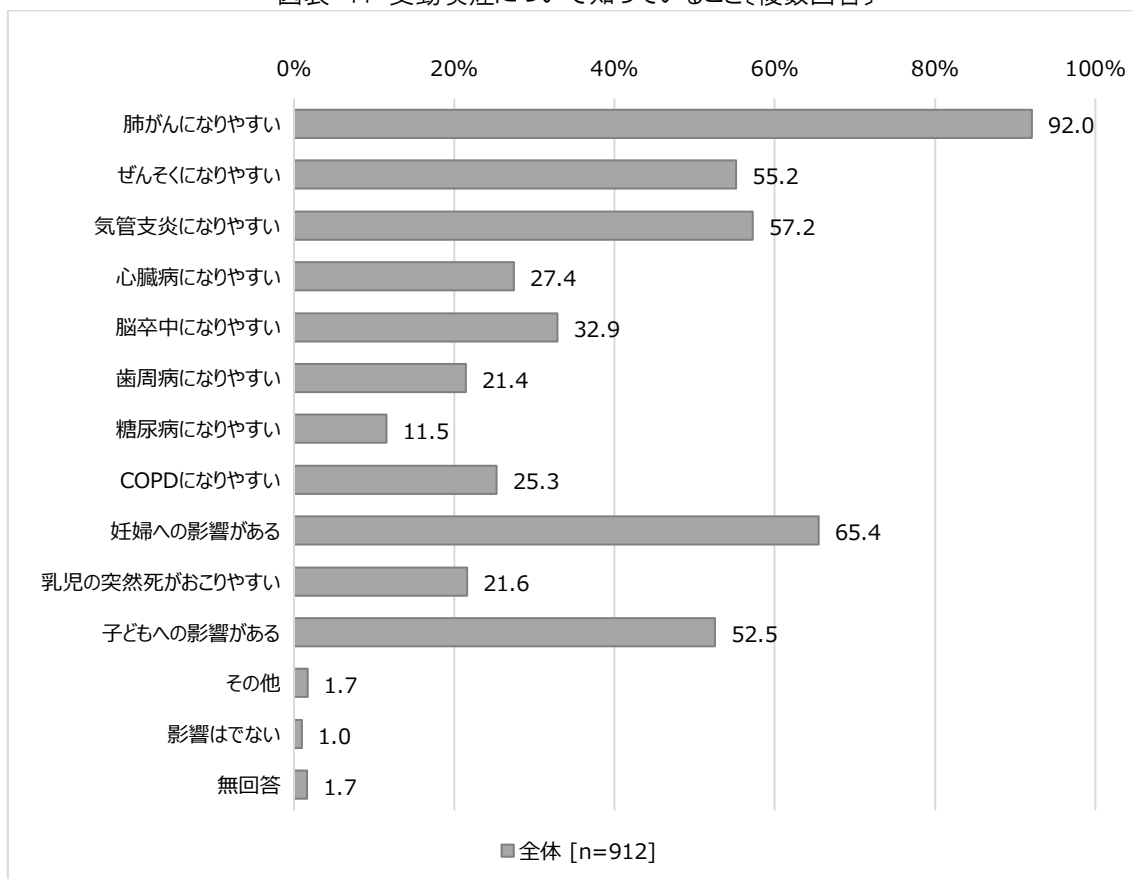
図表 40 喫煙状況



② 受動喫煙について知っていること

受動喫煙について知っていることは、「肺がんになりやすい」が92.0%、「妊婦への影響がある」が65.4%、「気管支炎になりやすい」が57.2%となっている。

図表 41 受動喫煙について知っていること〔複数回答〕

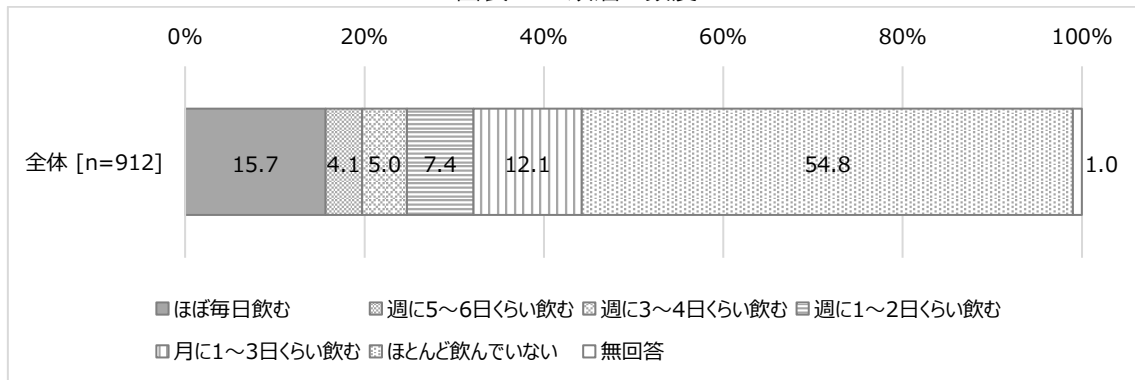


(7) アルコール

① 飲酒の頻度

飲酒の頻度は、「ほとんど飲んでいない」が54.8%、「ほぼ毎日飲む」が15.7%、「月に1～3日くらい飲む」が12.1%となっている。

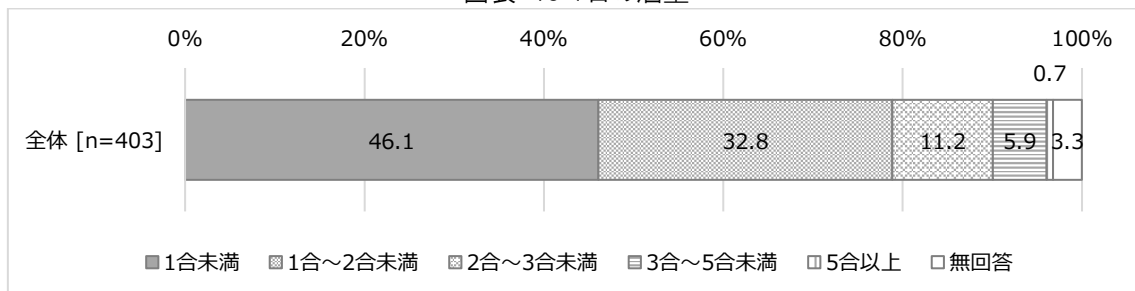
図表 42 飲酒の頻度



② 1日の酒量

1日の酒量は、「1合未満」が46.1%、「1合～2合未満」が32.8%、「2合～3合未満」が11.2%となっている。

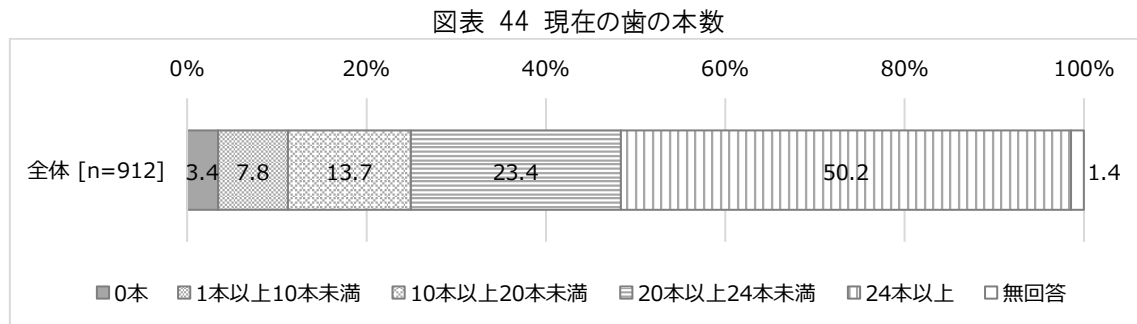
図表 43 1日の酒量



(8) 歯と口腔の健康

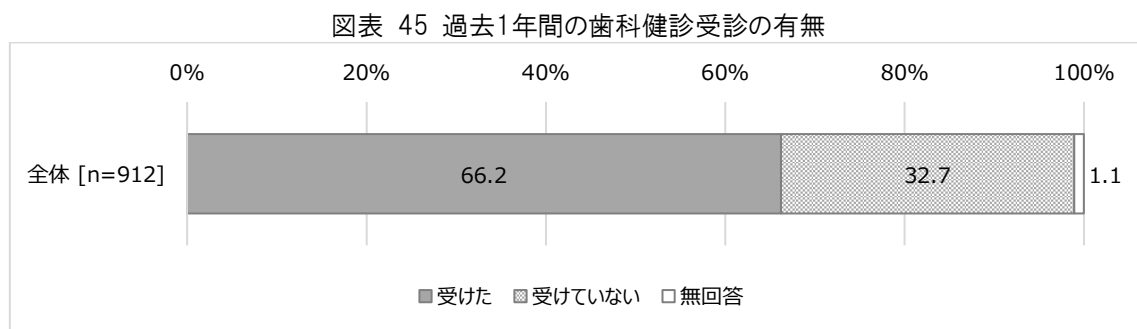
① 現在の歯の本数

現在の歯の本数は、「24本以上」が50.2%、「20本以上24本未満」が23.4%、「10本以上20本未満」が13.7%となっている。



② 過去1年間の歯科健診受診の有無

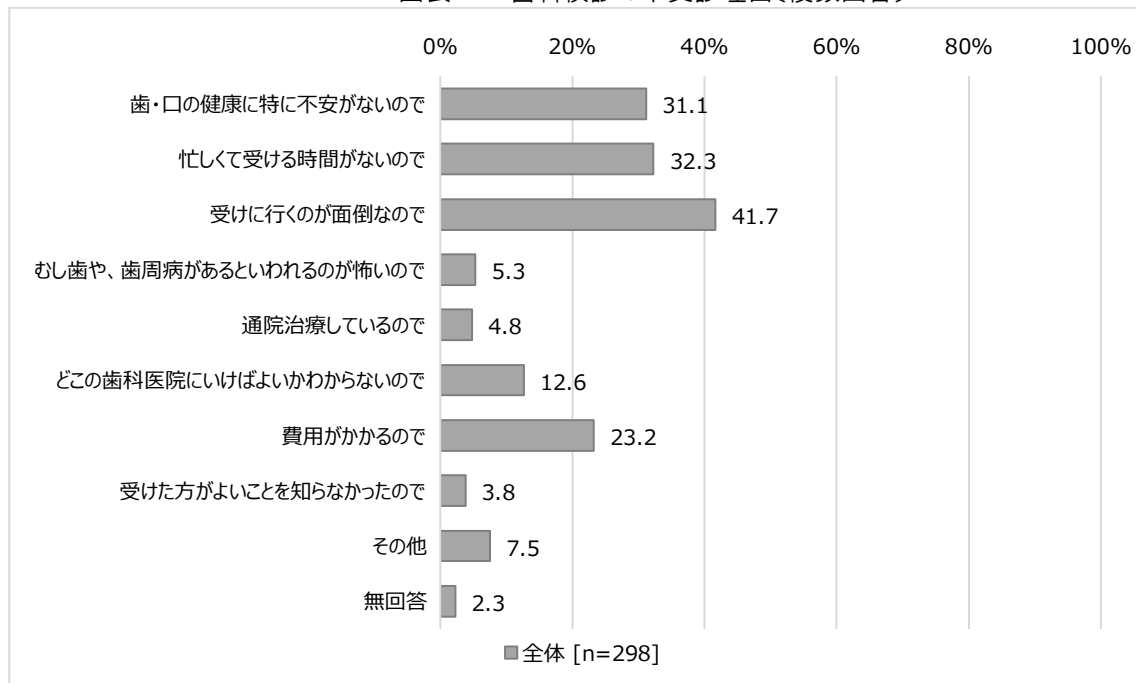
過去1年間の歯科健診受診の有無は、「受けた」が66.2%、「受けていない」が32.7%となっている。



③ 歯科検診の未受診理由

過去1年間に歯科健診を受診していないと回答した人にその理由を聞いたところ、「受けに行くのが面倒なので」が41.7%、「忙しくて受ける時間がないので」が32.3%、「歯・口の健康に特に不安がないので」が31.1%となっている。

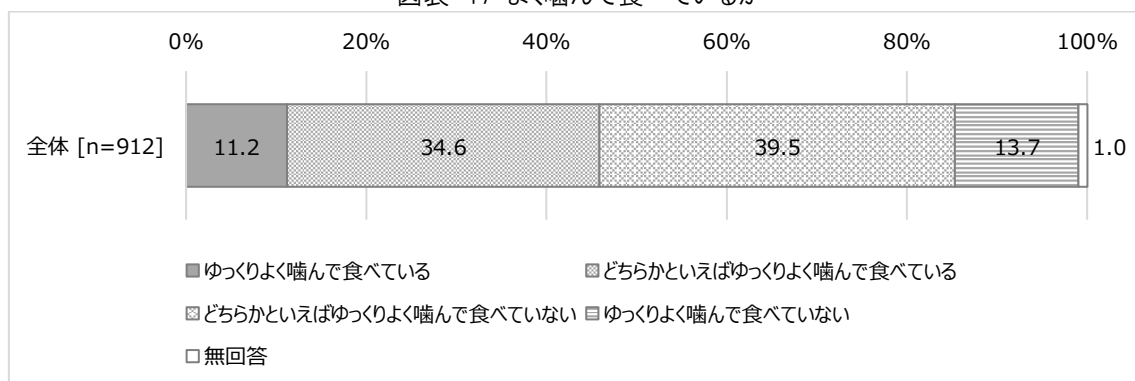
図表 46 歯科検診の未受診理由〔複数回答〕



④ よく噛んで食べているか

よく噛んで食べているか聞いたところ、「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない」が39.5%、「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」が34.6%、「ゆっくりよく噛んで食べていない」が13.7%となっている。

図表 47 よく噛んで食べているか

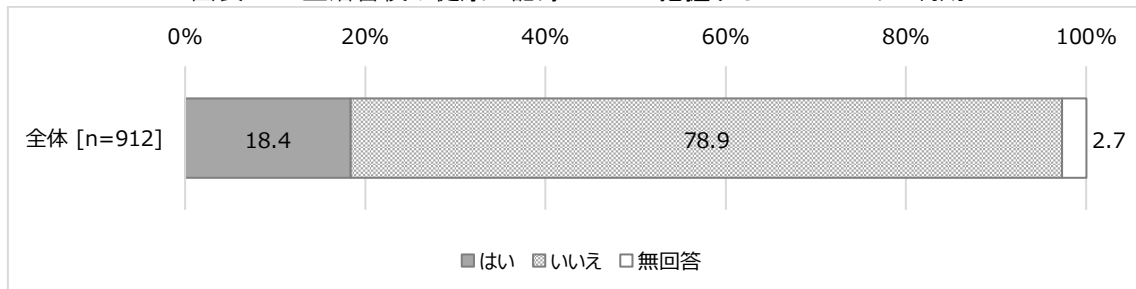


(9) 健康管理

① 生活習慣や健康の記録について把握するためのアプリの利用

生活習慣や健康の記録について把握するためにアプリを利用しているか聞いたところ、「はい」が18.4%、「いいえ」が78.9%となっている。

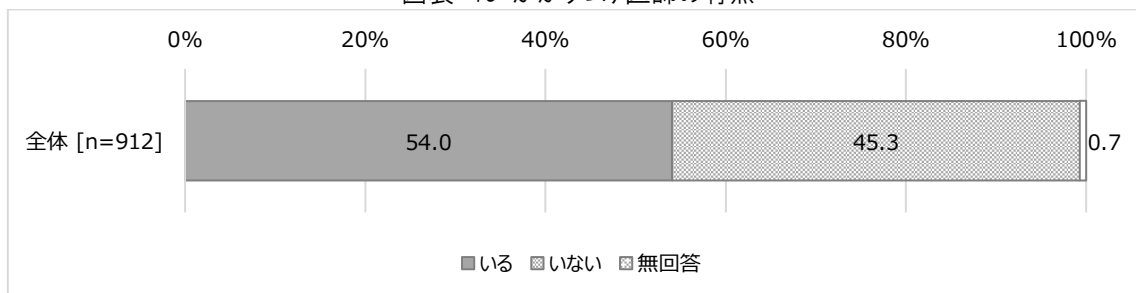
図表 48 生活習慣や健康の記録について把握するためのアプリの利用



② かかりつけ医師の有無

かかりつけ医師の有無は、「いる」が54.0%、「いない」が45.3%となっている。

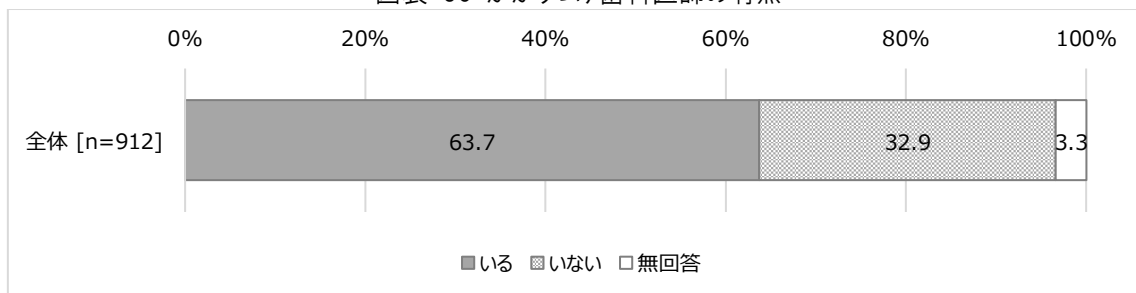
図表 49 かかりつけ医師の有無



③ かかりつけ歯科医師の有無

かかりつけ歯科医師の有無は、「いる」が63.7%、「いない」が32.9%となっている。

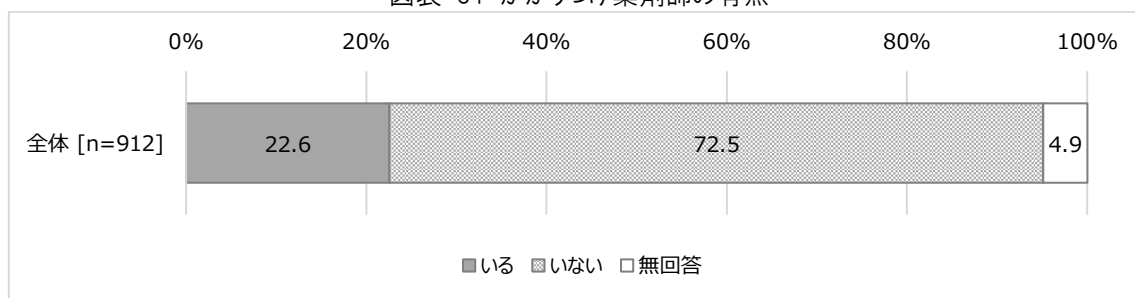
図表 50 かかりつけ歯科医師の有無



④ かかりつけ薬剤師の有無

かかりつけ薬剤師の有無は、「いる」が22.6%、「いない」が72.5%となっている。

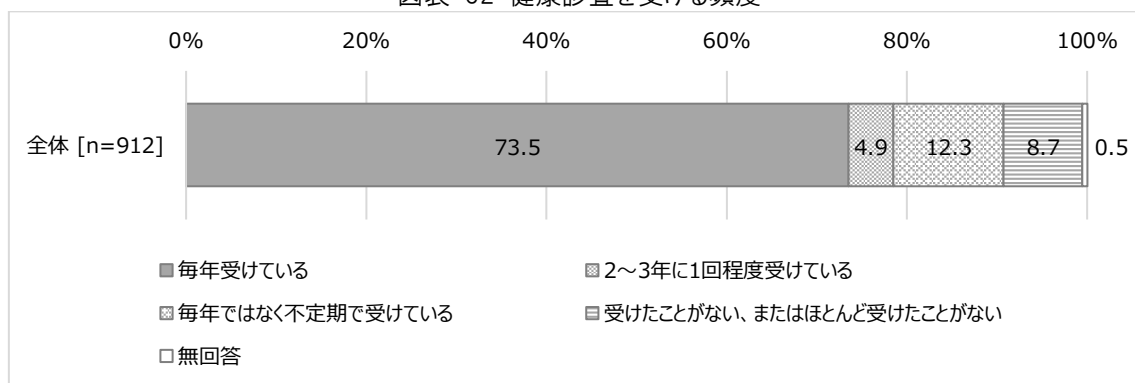
図表 51 かかりつけ薬剤師の有無



⑤ 健康診査を受ける頻度

健康診査を受ける頻度は、「毎年受けている」が73.5%、「毎年ではなく不定期で受けている」が12.3%、「受けたことがない、またはほとんど受けたことがない」が8.7%となっている。

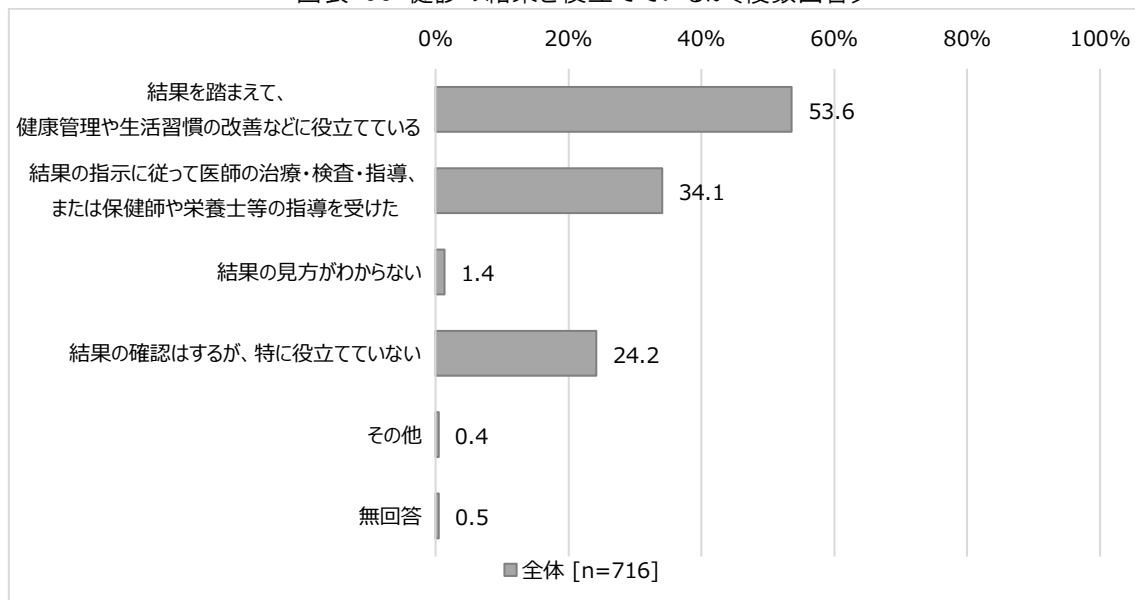
図表 52 健康診査を受ける頻度



⑥ 健診の結果を役立てているか

健康診査を「毎年受けている」「2～3年に1回程度受けている」と回答した人に、健診の結果を役立てているか聞いたところ、「結果を踏まえて、健康管理や生活習慣の改善などに役立てている」が53.6%、「結果の指示に従って医師の治療・検査・指導、または保健師や栄養士等の指導を受けた」が34.1%、「結果の確認はするが、特に役立てていない」が24.2%となっている。

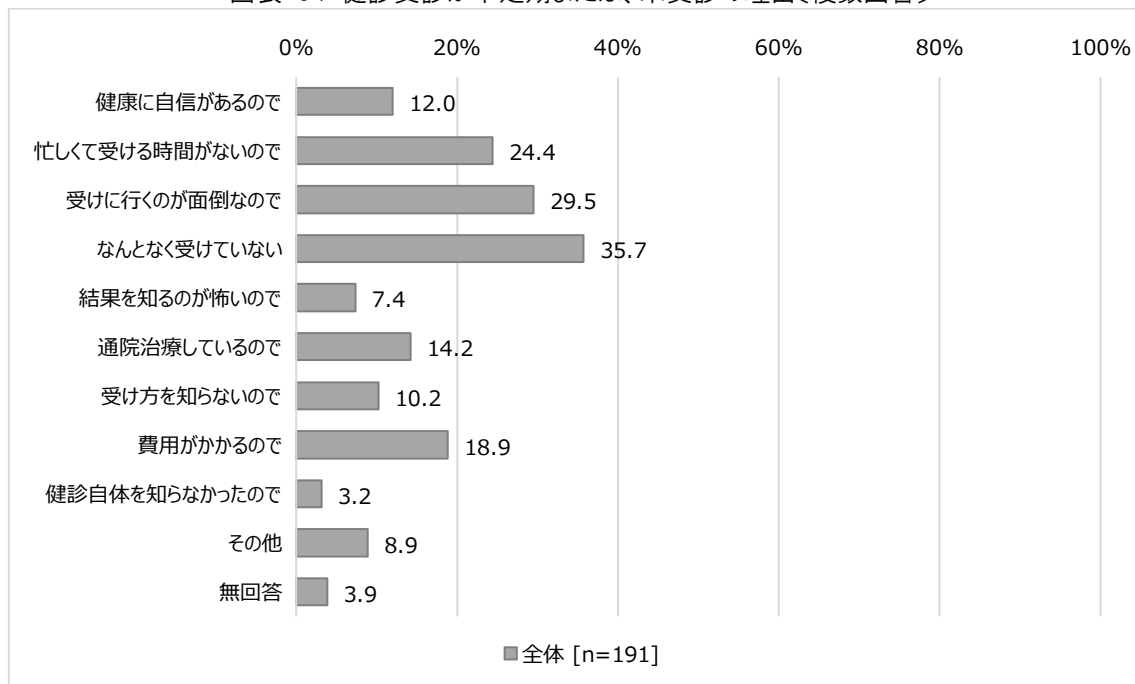
図表 53 健診の結果を役立てているか〔複数回答〕



⑦ 健診受診が不定期または、未受診の理由

健康診査を「毎年ではなく不定期で受けている」「受けたことがない、またはほとんど受けたことがない」と回答した人にその理由を聞いたところ、「なんとなく受けていない」が35.7%、「受けに行くのが面倒なので」が29.5%、「忙しくて受ける時間がないので」が24.4%となっている。

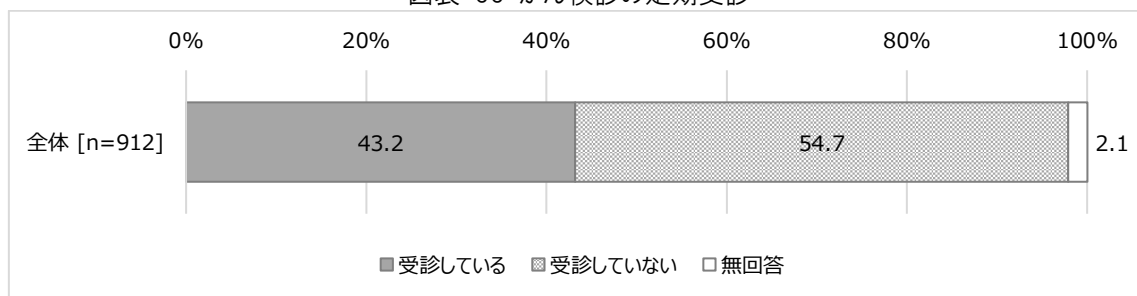
図表 54 健診受診が不定期または、未受診の理由〔複数回答〕



⑧ がん検診の定期受診

がん検診を定期的に受診しているか聞いたところ、「受診している」が43.2%、「受診していない」が54.7%となっている。

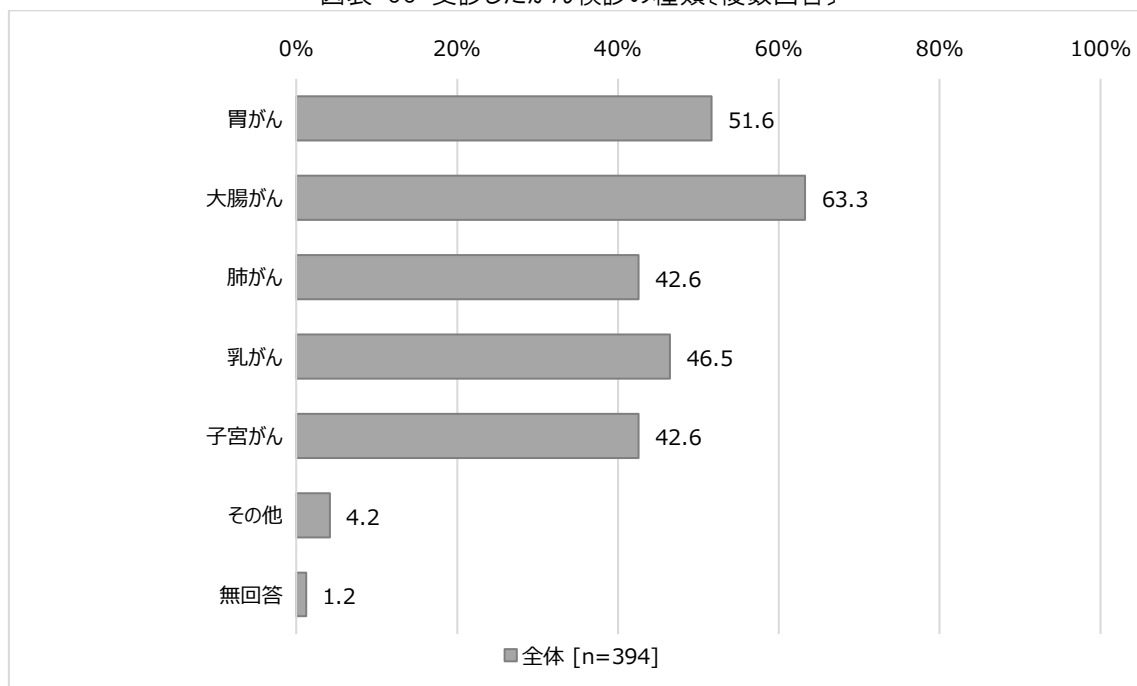
図表 55 がん検診の定期受診



⑨ 受診したがん検診の種類

がん検診を定期的に受診していると回答した人に、受診したがん検診の種類を聞いたところ、「大腸がん」が63.3%、「胃がん」が51.6%、「乳がん」が46.5%となっている。

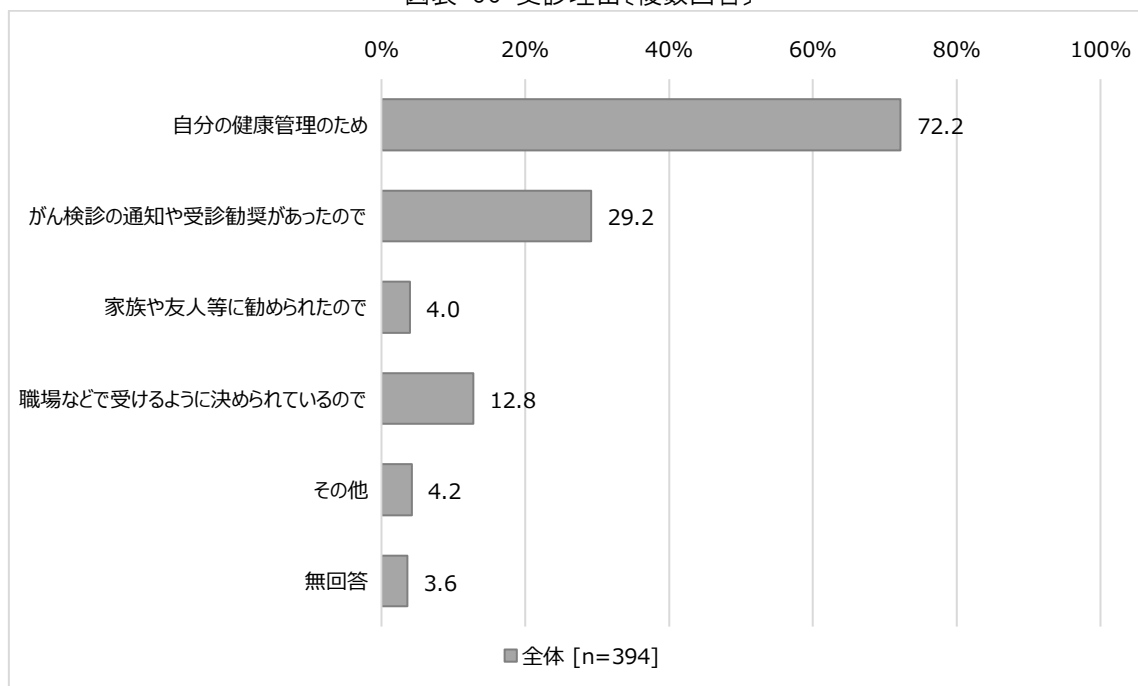
図表 55 受診したがん検診の種類〔複数回答〕



⑩ 受診理由

がん検診を定期的に受診していると回答した人に、受診理由は、「自分の健康管理のため」が72.2%、「がん検診の通知や受診勧奨があったので」が29.2%、「職場などで受けるように決められているので」が12.8%となっている。

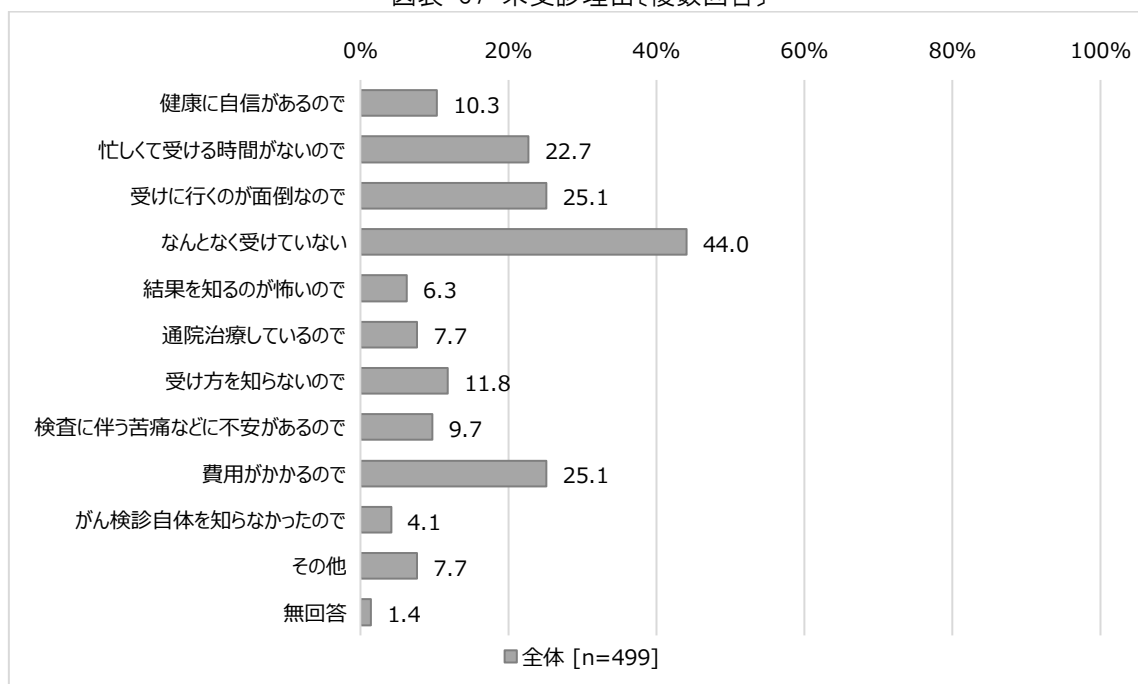
図表 56 受診理由〔複数回答〕



⑪ 未受診理由

がん検診を定期的に受診していないと回答した人にその理由を聞いたところ、「なんとなく受けていない」が44.0%、「受けに行くのが面倒なので」「費用がかかるので」がいずれも25.1%、「忙しくて受ける時間がないので」が22.7%となっている。

図表 57 未受診理由〔複数回答〕

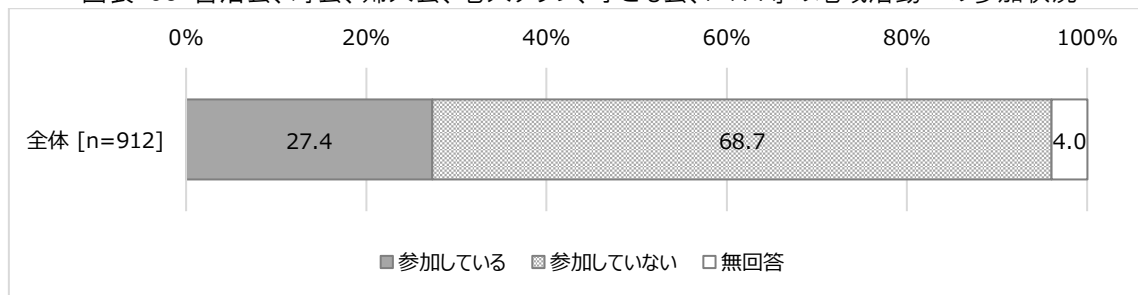


(10) 地域や社会との関わり

① 自治会、町会、婦人会、老人クラブ、子ども会、PTA等の地域活動への参加状況

自治会、町会、婦人会、老人クラブ、子ども会、PTA等の地域活動への参加状況は、「参加している」が27.4%、「参加していない」が68.7%となっている。

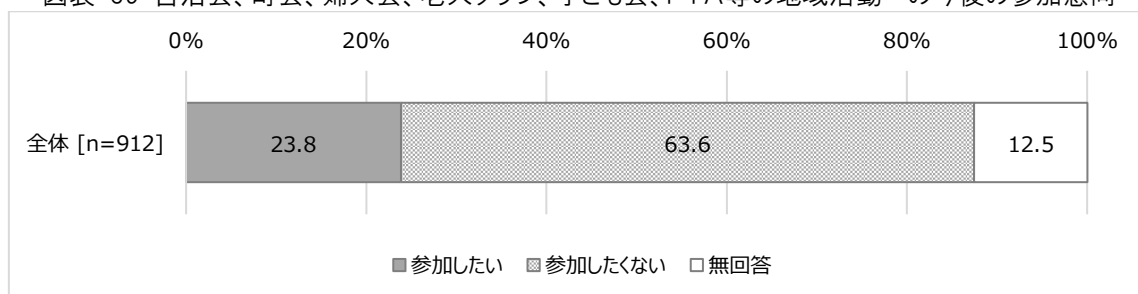
図表 58 自治会、町会、婦人会、老人クラブ、子ども会、PTA等の地域活動への参加状況



② 自治会、町会、婦人会、老人クラブ、子ども会、PTA等の地域活動への今後の参加意向

自治会、町会、婦人会、老人クラブ、子ども会、PTA等の地域活動への今後の参加意向は、「参加したい」が23.8%、「参加したくない」が63.6%となっている。

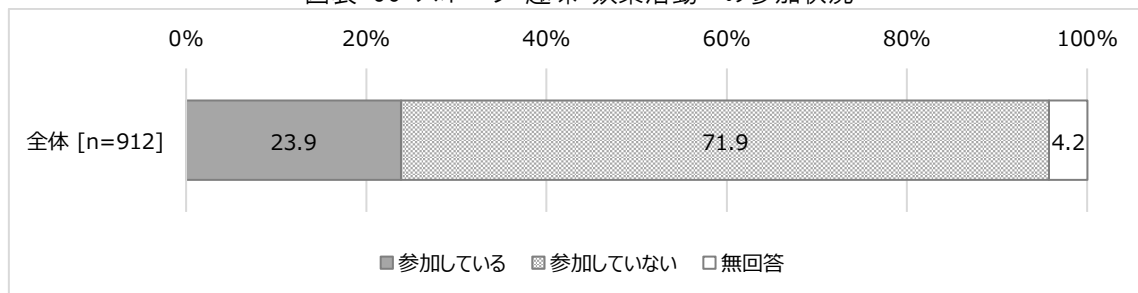
図表 59 自治会、町会、婦人会、老人クラブ、子ども会、PTA等の地域活動への今後の参加意向



③ スポーツ・趣味・娯楽活動への参加状況

スポーツ・趣味・娯楽活動への参加状況は、「参加している」が23.9%、「参加していない」が71.9%となっている。

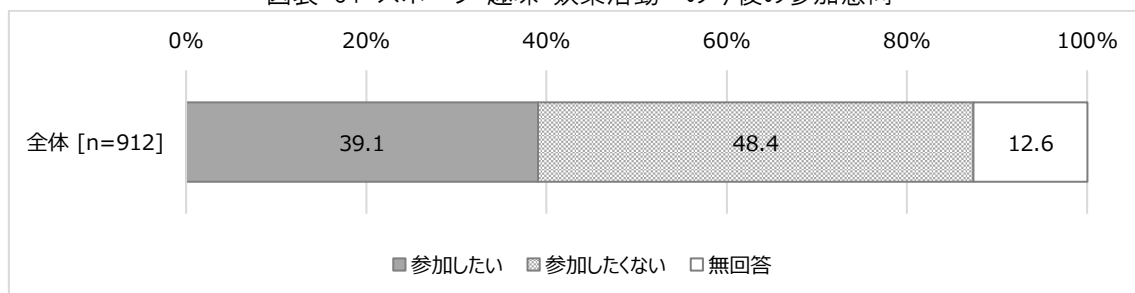
図表 60 スポーツ・趣味・娯楽活動への参加状況



④ スポーツ・趣味・娯楽活動への今後の参加意向

スポーツ・趣味・娯楽活動への今後の参加意向は、「参加したい」が39.1%、「参加したくない」が48.4%となっている。

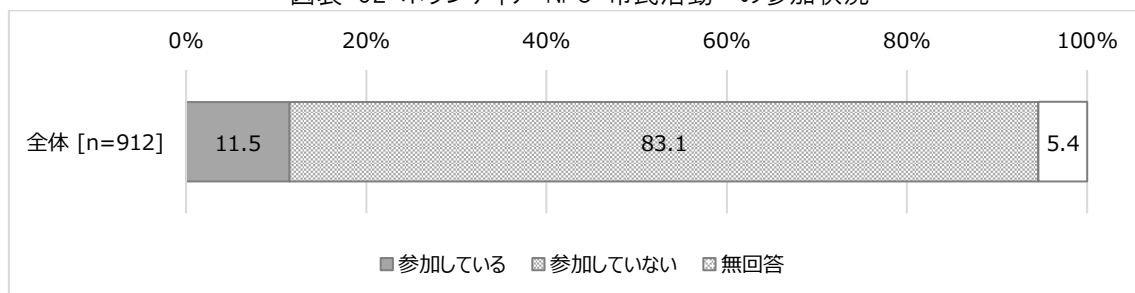
図表 61 スポーツ・趣味・娯楽活動への今後の参加意向



⑤ ボランティア・NPO・市民活動への参加状況

ボランティア・NPO・市民活動への参加状況は、「参加している」が11.5%、「参加していない」が83.1%となっている。

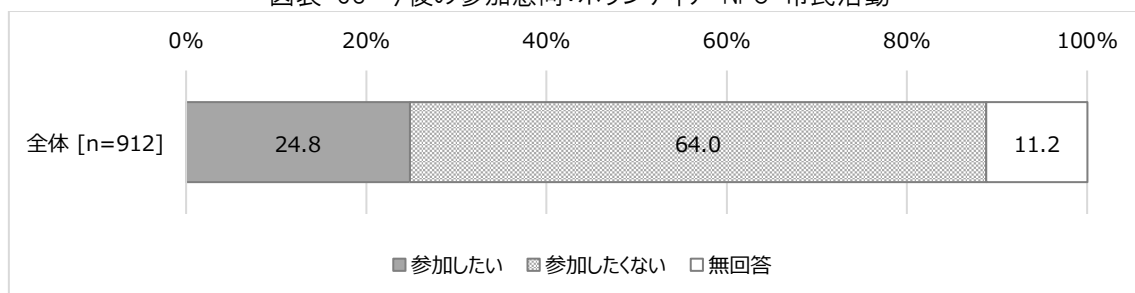
図表 62 ボランティア・NPO・市民活動への参加状況



⑥ ボランティア・NPO・市民活動への今後の参加意向

ボランティア・NPO・市民活動への今後の参加意向は、「参加したい」が24.8%、「参加したくない」が64.0%となっている。

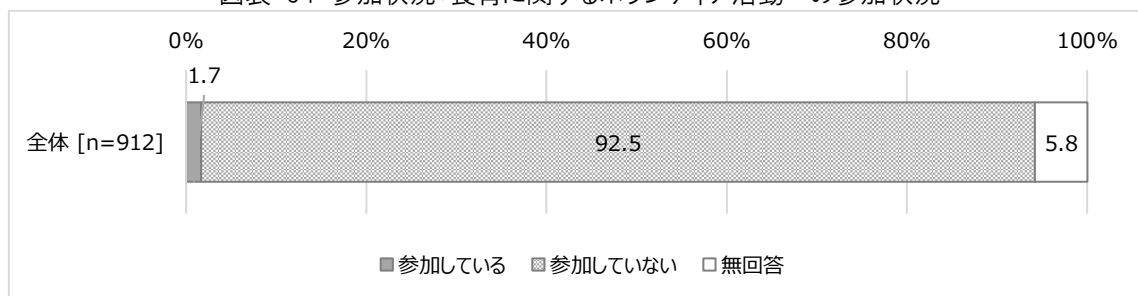
図表 63 今後の参加意向：ボランティア・NPO・市民活動



⑦ 食育に関するボランティア活動への参加状況

食育に関するボランティア活動への参加状況は、「参加している」が1.7%、「参加していない」が92.5%となっている。

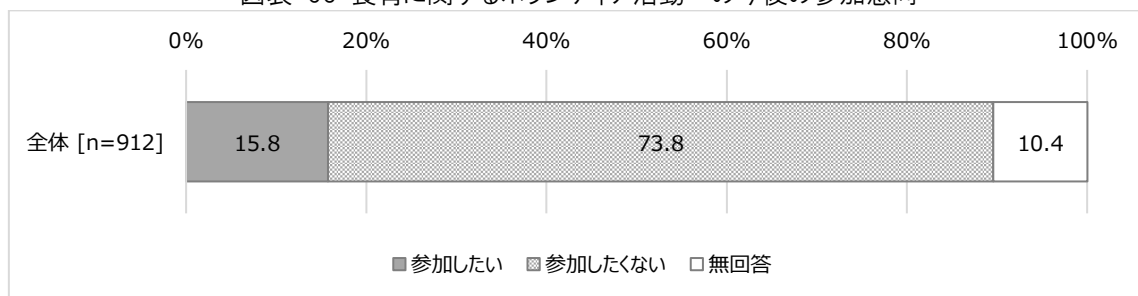
図表 64 参加状況：食育に関するボランティア活動への参加状況



⑧ 食育に関するボランティア活動への今後の参加意向

食育に関するボランティア活動への今後の参加意向は、「参加したい」が15.8%、「参加したくない」が73.8%となっている。

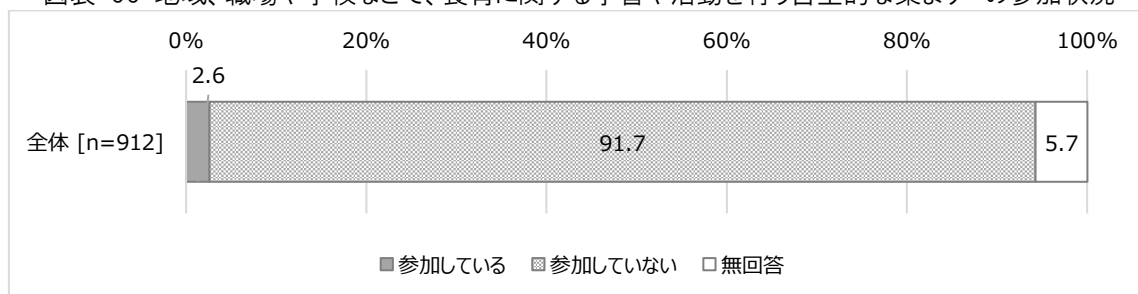
図表 65 食育に関するボランティア活動への今後の参加意向



⑨ 地域、職場や学校などで、食育に関する学習や活動を行う自主的な集まりへの参加状況

地域、職場や学校などで、食育に関する学習や活動を行う自主的な集まりへの参加状況は、「参加している」が2.6%、「参加していない」が91.7%となっている。

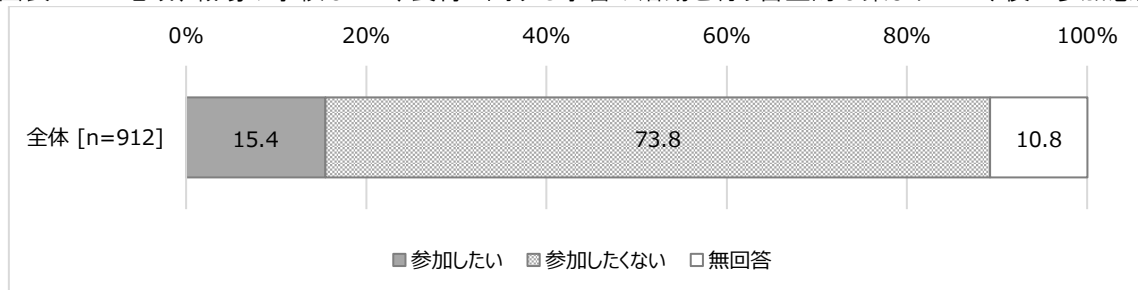
図表 66 地域、職場や学校などで、食育に関する学習や活動を行う自主的な集まりへの参加状況



⑩ 地域、職場や学校などで、食育に関する学習や活動を行う自主的な集まりへの今後の参加意向

地域、職場や学校などで、食育に関する学習や活動を行う自主的な集まりへの今後の参加意向は、「参加したい」が15.4%、「参加したくない」が73.8%となっている。

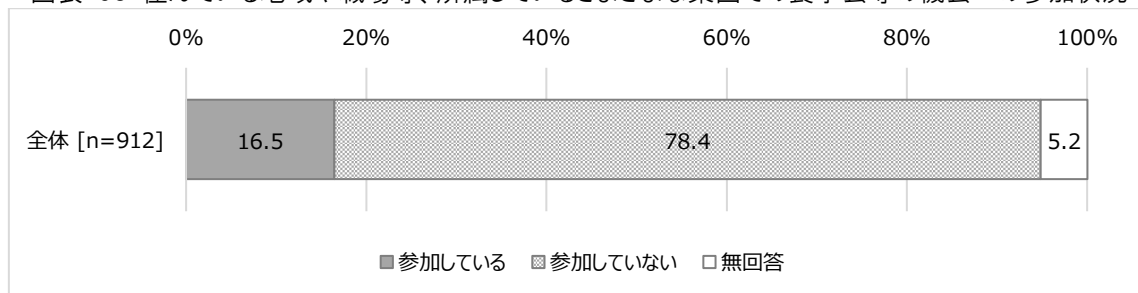
図表 67 地域、職場や学校などで、食育に関する学習や活動を行う自主的な集まりへの今後の参加意向



⑪ 住んでいる地域や職場等、所属しているさまざまな集団での食事会等の機会への参加状況

住んでいる地域や職場等、所属しているさまざまな集団での食事会等の機会への参加状況は、「参加している」が16.5%、「参加していない」が78.4%となっている。

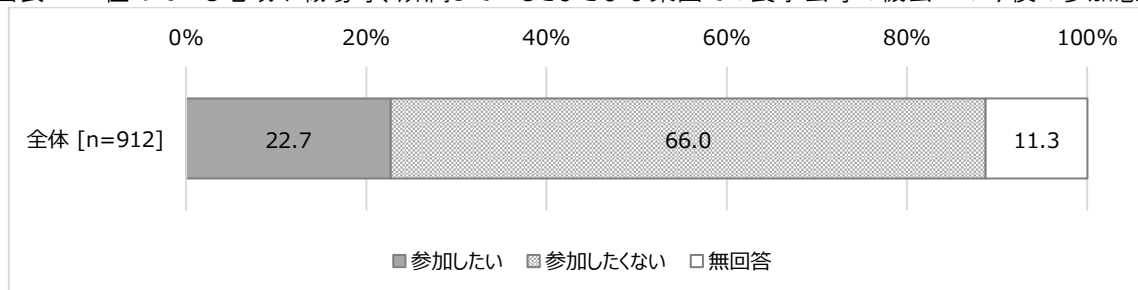
図表 68 住んでいる地域や職場等、所属しているさまざまな集団での食事会等の機会への参加状況



⑫ 住んでいる地域や職場等、所属しているさまざまな集団での食事会等の機会への今後の参加意向

住んでいる地域や職場等、所属しているさまざまな集団での食事会等の機会への今後の参加意向は、「参加したい」が22.7%、「参加したくない」が66.0%となっている。

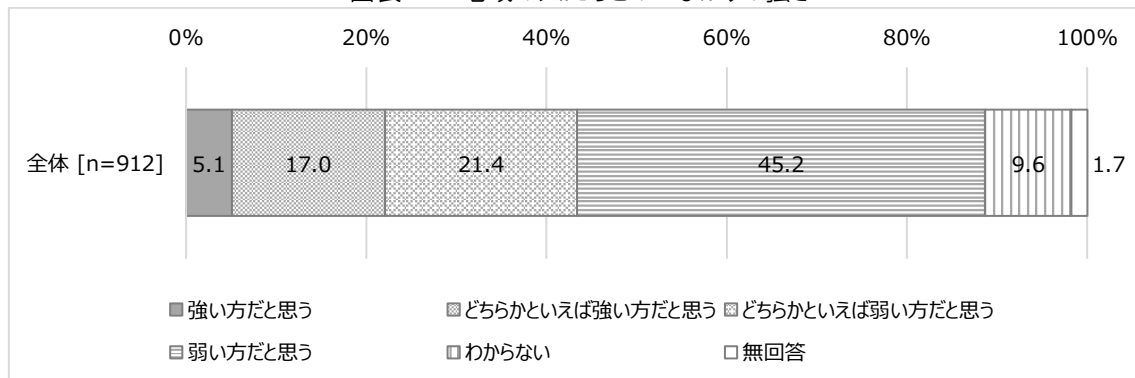
図表 69 住んでいる地域や職場等、所属しているさまざまな集団での食事会等の機会への今後の参加意向



⑬ 地域の人たちとのつながりの強さ

地域の人たちとのつながりの強さは、「弱い方だと思う」が45.2%、「どちらかといえば弱い方だと思う」が21.4%、「どちらかといえば強い方だと思う」が17.0%となっており、合わせて「弱い方だと思う」の回答が66.6%であった。

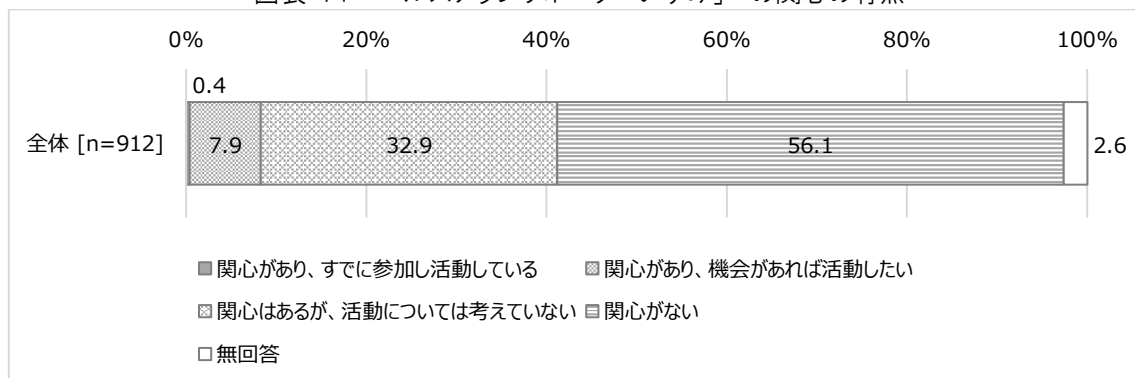
図表 70 地域の人たちとのつながりの強さ



⑭ 「ヘルスアップサポーターいずみ」への関心の有無

「ヘルスアップサポーターいずみ」への関心の有無は、「関心がない」が56.1%、「関心はあるが、活動については考えていない」が32.9%、「関心があり、機会があれば活動したい」が7.9%となっている。

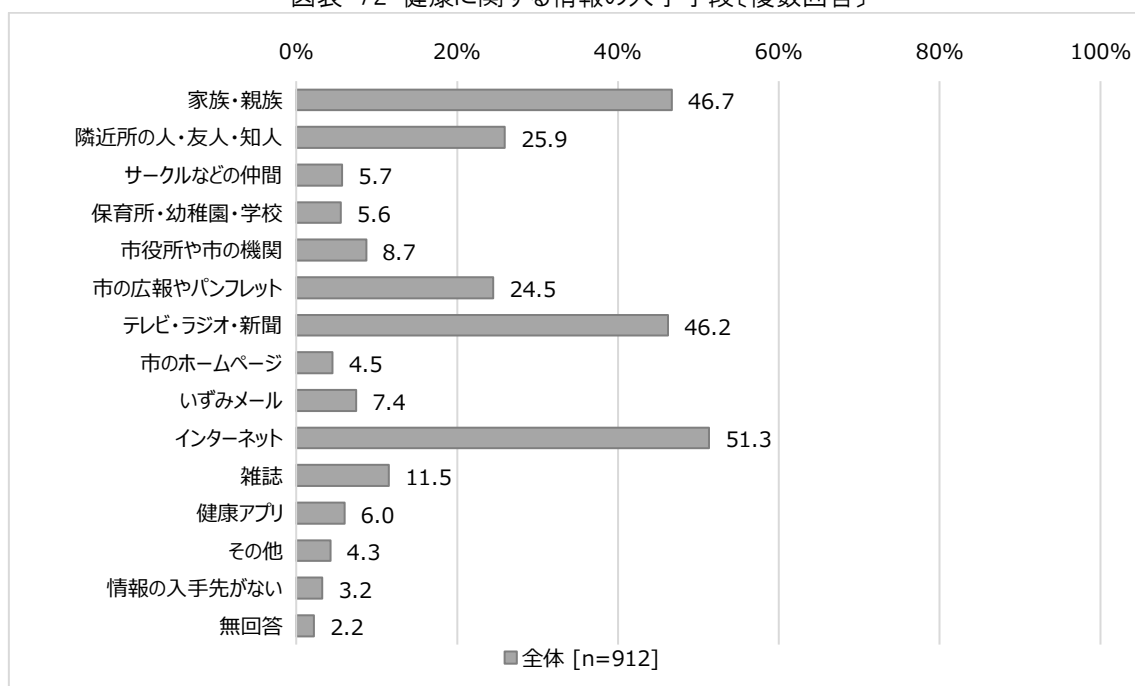
図表 71 「ヘルスアップサポーターいずみ」への関心の有無



⑮ 健康に関する情報の入手手段

健康に関する情報の入手手段は、「インターネット」が51.3%、「家族・親族」が46.7%、「テレビ・ラジオ・新聞」が46.2%となっている。

図表 72 健康に関する情報の入手手段〔複数回答〕



⑯ 健康づくりや食育推進についての意見。要望

健康づくりや食育推進についての主な意見・要望は、以下のとおりであった。

図表 73 健康づくりや食育推進についての主な意見・要望〔自由記述〕

イベントの開催について

- 食育に関する催しを広く皆さんに参加し易いかたちで行なう事が良いと思います。
- みんなで参加できる和泉市内歩く会や、ラジオ体操の会など
- 家に籠りがちな高齢の方々の健康づくりの為に、まず一歩家から外に出てもらうことが大切だと思います。高齢の方々が、これならちょっと参加してみようかな、と思えるようなイベントがあれば良いのではないかと思います。
- 和泉市には豊かな食文化があり、それを体験することで市民の健康意識が高まると考えます。地元の食材を使った料理教室や食文化イベントを開催することで、食に対する関心を深めてほしいです。
- 親子で参加できるクッキングクラスや農業体験など、家族で楽しみながら健康的な食生活を学べる機会があれば、子どもたちの食育にも繋がります。
- 学校等でイベントをして、市内で生産される農作物の消費の拡大や地産地消の考えを広げる活動。
- 地域の中で「食」をきっかけとした子ども達と地域の繋がりができるような環境の整備、またイベントを行う。主体はあくまでも地域で、地域の中で企画運営を行えるように市は補助を行ってほしい！
- 和泉市の店舗と共同開発した食育メニュー（弁当など）を販売するイベントを広場やホールで開催できれば、多くの世代が参加しやすい食育の機会になるのではないかと思います。

情報発信の充実、重要性について

- 食育や運動に関するイベントに参加してみたいのですが、情報が全くないので、情報を知る機会が

あればと思います。

- もう少し市民に分かるように、市の広報やパンフレット等で伝えてほしいです。
- 和泉市のインスタやLINEなどで情報やイベント紹介等があれば、興味のあるものに参加しやすいかなと思います。
- 食育推進活動をやっていることを知らない人が多いと思います。広く知ってもらうには、各地域にある公共施設、福祉会館、リージョンセンター等々を利用されている人が多いところに定期的に出向いて、時間の合間や終了後に立ち寄り、興味を持ってもらうことが良いのではと思います。
- ヘルスアップサポーターいすみのボランティア活動があることを初めて知りました。今後も、活動状況を色々な広報媒体を活用して、ご紹介いただければ参加に向けたきっかけにさせて貰いたいです。

健康増進施設等の充実について

- 仕事を終えた後、遅くまで開いている市が運営するスポーツジムなどがあればよい。ダンスやヨガなど、無償で提供いただけたら健康増進につながると思う。
- 一年中使える室内市民プールを作って欲しい
- 体育館や施設でスポーツジムのような新しい健康器具が使えるようにする。女の人も行きやすくしてほしい。
- 自転車道の整備
- 雨降りでも濡れずに歩ける場所が欲しい。
- 気軽にウォーキングや運動が出来る公園、施設を増やす事
- 大人になってからの行動変容は難しいので、ウォーキングコースの整備など、生活の中に取り入れやすい環境があると嬉しい
- 運動器具が充実した公園をたくさん作るべきだ。

地産地消、食品ロス削減

- 地産地消の推進、地元の食材、新鮮な食材が売っているスーパーがもう少し増えればと思う。
- 食材、食品の多様化のなか、地元の産物の大切さをこども達に伝えていく。
- 農産物直売所のような、地の野菜が買える機会を増やしていただきたいです。
- 食品ロスをなくすため、期限間近やレストランやスーパーなどの余剰食品を安価でアプリで予約し購入できるシステムを構築
- コンビニやスーパーの売れ残りの品を集めて割安の提供、または、無料引き渡しの場所ができれば嬉しいです。

食事、食事の場の提供

- 給食のようにサブスクで配食するサービスなどあれば良いと思いました。
- ご飯が食べられない人達に、食事を無料で提供出来る施設があるといい
- 高齢者が栄養失調で倒れないように、また孤独で生きていかにないように料理をできない人のところには職員を派遣して栄養バランスの取れた料理を配達し、料理できる人に対しては栄養バランスの良い食事をお伝えするのが良いと思います。
- 独り住まいの高齢者については、地域内で気軽に集まって食事ができる場所の提供が必要である。働き盛りの女性については、職場の近く、居住地の近くで立ち寄れる食堂で必要な栄養がとれるような場所が必要と考える。

健康・食育に関する教育について

- 小学校や中学校で健康・食育について特別授業を行う。
- 食育は学校に生産者さんを招いて、発表したり一緒に給食を食べたりするなど、継続的な取り組みが必要だと思う。
- 小中学生のうちにまずしっかりと学ぶ機会をつくること。給食の時に主菜、副菜などの必要性を教える。

各種活動支援について

- ヘルスサポーターがどんどん活動できるよう、市が積極的に支援してあげて欲しい。ただし、「食」のみではなく「歯科」も含めたトータルサポーター育成事業を行って欲しい。堺市では既に実施しています。（8020メイト、歯っぴー栄養クラブ等）
- 日々の空き時間で農業を始めたいと思うので、最初は狭いスペースでよいのでそのバックアップをしてもらいたい
- 一世帯に無償で貸し出せる畑
- ジムに通う時の補助があれば嬉しいです。
- 子どもがもっと農業や食について知る機会が増えるように、体験型の学習を増やしてほしい。自治会の農園があったが、担い手がいなくなり廃止されてしまい、収穫体験などができなくなった。地域でそのような活動が続けることを支援すべきだと思う。
- 地域の中で「食」をきっかけとした子ども達と地域の繋がりができるような環境の整備、またイベントを行う。主体はあくまでも地域で、地域の中で企画運営を行えるように市は補助を行ってほしい！（再掲）
- 和泉市の農家の皆さんの利益が出るように、美味しい農産物を継続して生産していただけるように、高騰している燃料費などの補助をしていただきたいです

医療サービスの充実について

- 和泉市民病院を気軽に受診できるよう希望します。
- 健診の料金が高くなってくると、受診しにくくなるので、高齢者に費用負担を少なく願います。郵便などで健診の情報を知らせることも大切だと思う。
- 歯科や眼科の定期健診の推進と補助金
- 無料で年齢にしばられない検診の受診が可能にしてほしい。その際子どもと一緒につれて行ける施設環境を作してほしい。
- 無料で受けられる検診(健診)を増やして、病気の早期発見をしやすくして欲しい。また、その無料検診の対象年齢を35歳以上も可能など、働き盛りの年代にも適用させて欲しい。
- ちょっとした症状の時に電話相談できるようなサービス（24H）。的確な病院の紹介など。

ポイントプログラムの導入について

- ウォーキングした分、市民税がポイント分安くなるなど。頑張って歩くようになるかも。
- マイルのような歩数に応じて、ポイントを付与しそのポイントに応じて、景品等と交換ができるシステム。
- 運動をしたらポイントがもらえるアプリがあれば嬉しい

その他

- 学校給食の充実。給食費が上がっても大丈夫なのであと1品増えればありがたいです。
- 小学生の頃給食が嫌いだったので、給食が楽しくなるような取り組みがあればいいと思った
- 和泉市の農業、伝統など、子どもに伝えていける環境（既に活動されていますが）を益々増やし、伝え続けることが大切。
- 休耕田の多い和泉市の特徴を生かして、市が中心となり家庭菜園出来る場所を開発し、市民に開放しては？地域とのつながり、野菜の確保、新しい人間関係が構築されていると思う。
- 子供については、農業との触れ合いのなかで、野菜、コメなどの理解と食事の大切さを学ぶ仕掛けが必要である。そのためには、農作放棄地などを積極的に活用した、市民農園を多く作る必要がある。そこで高齢者が農業をし、交流することで健康増進にもつながると考える。
- 高齢者向けの健康サークルを作って欲しい。

3 小・中学生調査

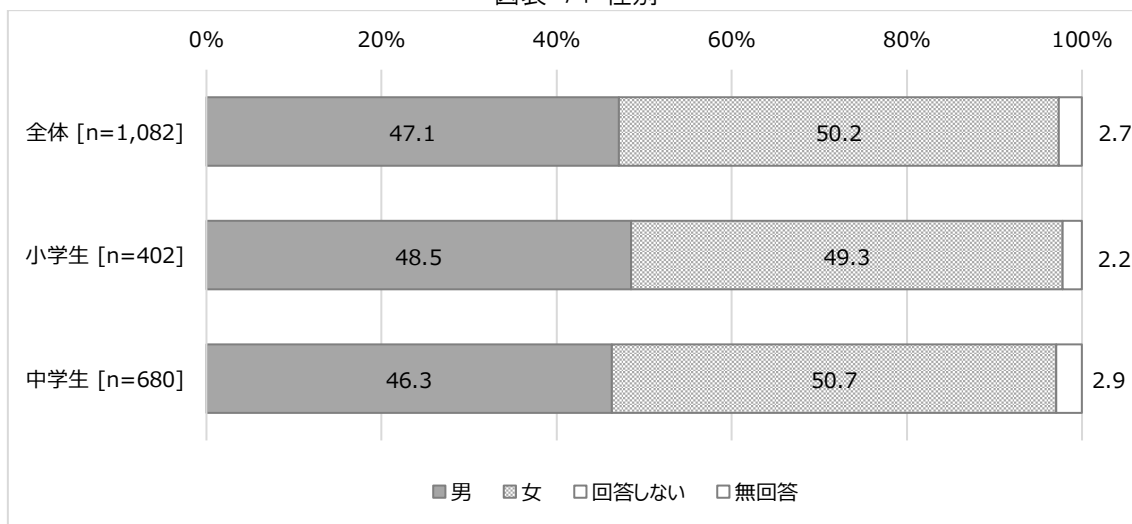
(1) 基本属性

① 性別

性別は、「男」が47.1%、「女」が50.2%、「回答しない」が2.7%となっている。

小学生・中学生での差異はみられない。

図表 74 性別



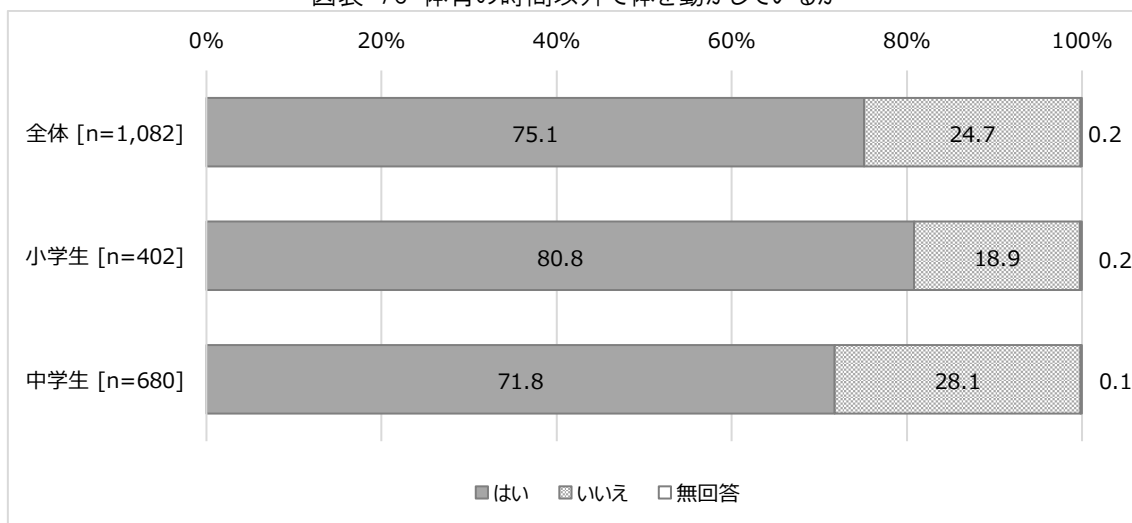
(2) 健康に関する調査項目

① 体育の時間以外で体を動かしているか

体育の時間以外で体を動かしているかを聞いたところ、「はい」が75.1%、「いいえ」が24.7%となっている。

「中学生」と比べて「小学生」では「はい」の割合が高い。

図表 75 体育の時間以外で体を動かしているか

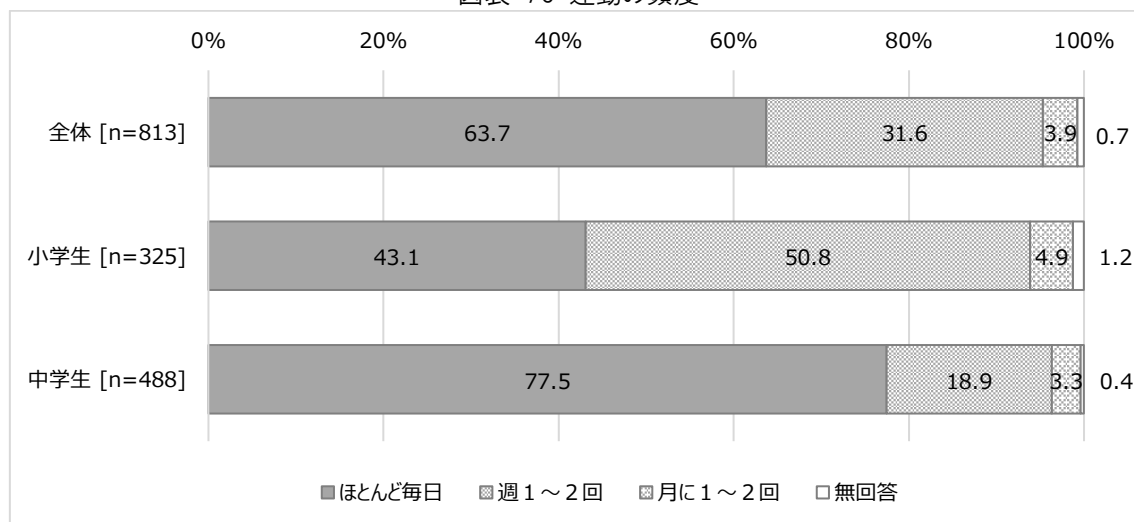


② 運動の頻度

体育の時間以外で体を動かしていると回答した人に運動の頻度を聞いたところ、「ほとんど毎日」が63.7%、「週1～2回」が31.6%、「月に1～2回」が3.9%となっている。

「中学生」では「小学生」と比べて「ほとんど毎日」の割合が高い。

図表 76 運動の頻度

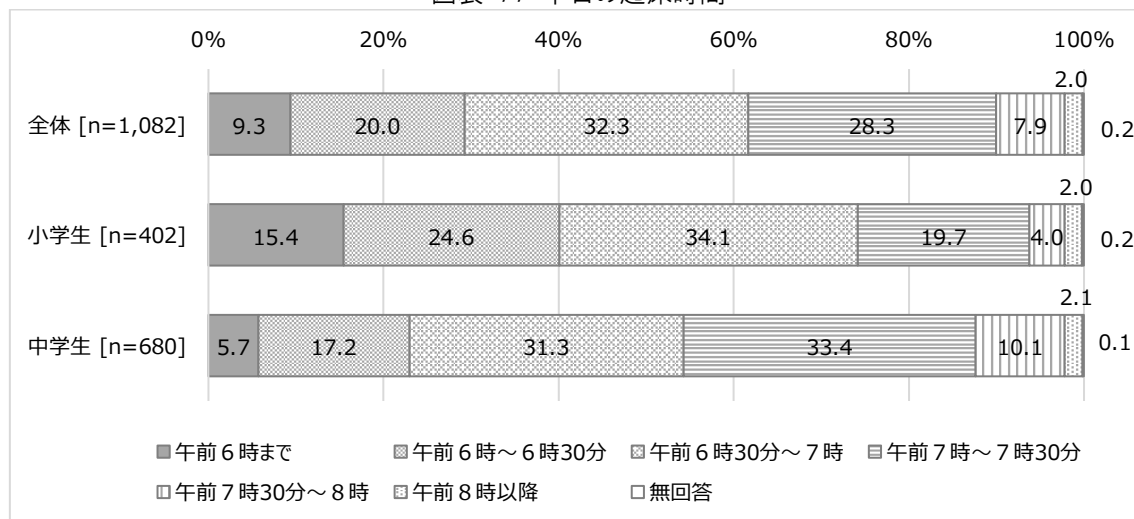


③ 平日の起床時間

平日の起床時間は、「午前6時30分～7時」が32.3%、「午前7時～7時30分」が28.3%、「午前6時～6時30分」が20.0%などとなっている。

「小学生」では「中学生」と比べて「午前6時まで」「午前6時～6時30分」「午前6時30分～7時」の割合が高く、「中学生」では「小学生」と比べて「午前7時～7時30分」の割合が高い。

図表 77 平日の起床時間

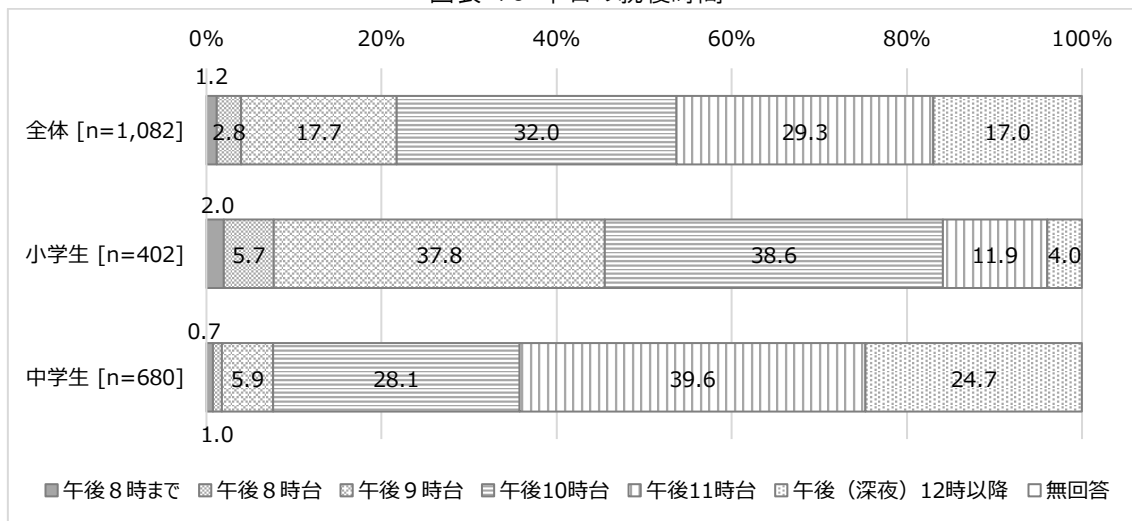


④ 平日の就寝時間

平日の就寝時間は、「午後10時台」が32.0%、「午後11時台」が29.3%、「午後9時台」が17.7%などとなっている。

「小学生」では「中学生」と比べて「午後9時台」「午後10時台」の割合が高く、「中学生」では「小学生」と比べて「午後11時台」「午後（深夜）12時以降」の割合が高い。

図表 78 平日の就寝時間

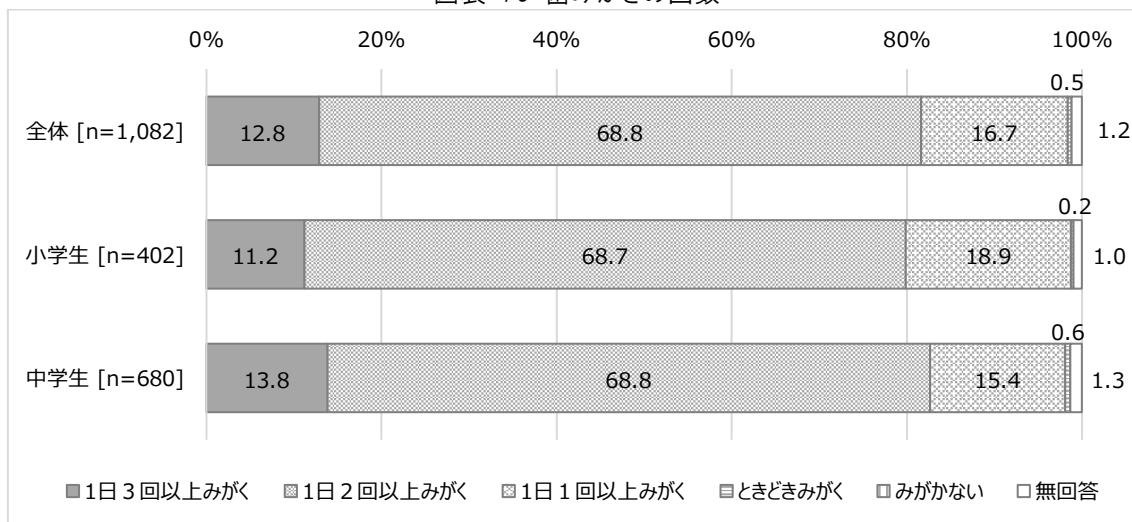


⑤ 歯みがきの回数

歯みがきの回数は、「1日2回以上みがく」が68.8%、「1日1回以上みがく」が16.7%、「1日3回以上みがく」が12.8%などとなっている。

小学生・中学生での差異はみられない。

図表 79 歯みがきの回数

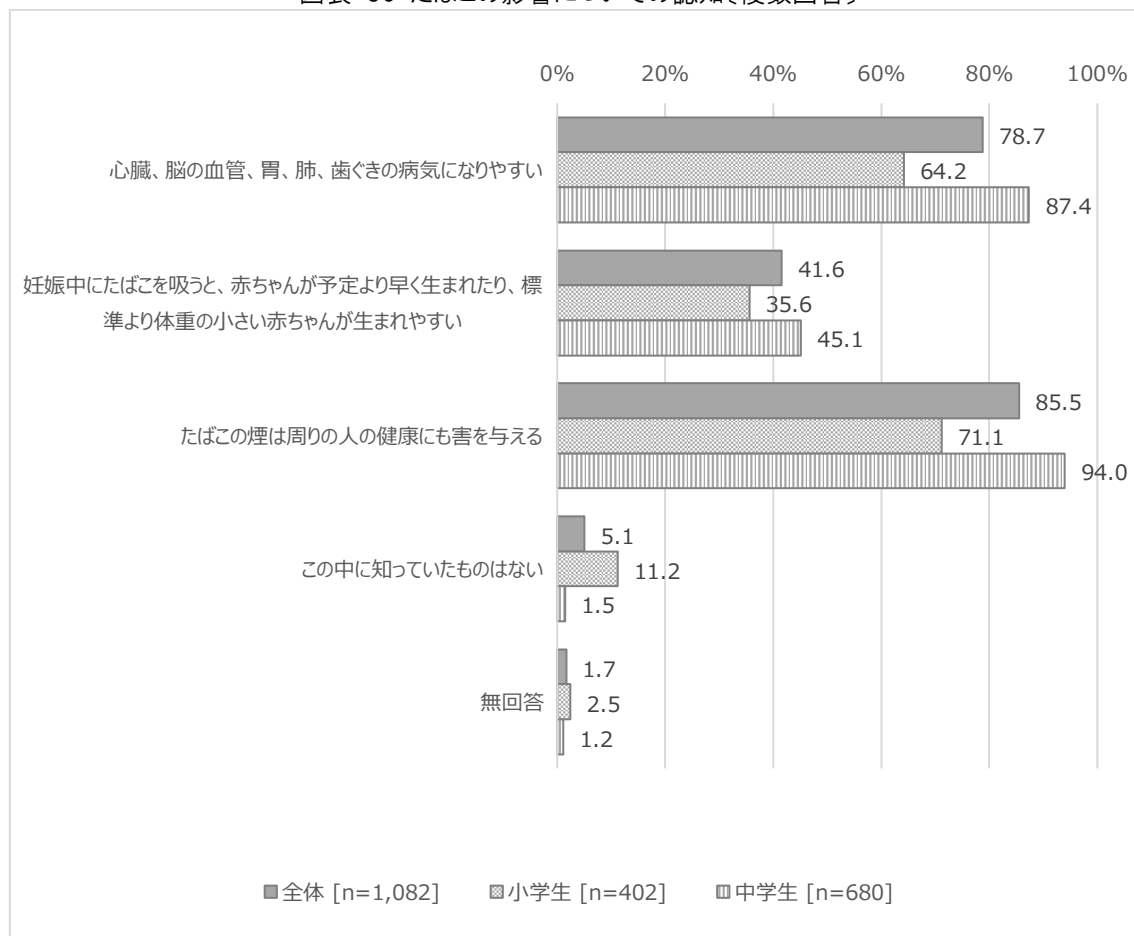


⑥ たばこの影響についての認知

たばこの影響についての認知は、「たばこの煙は周りの人の健康にも害を与える」が85.5%、「心臓、脳の血管、胃、肺、歯ぐきの病気になりやすい」が78.7%、「妊娠中にたばこを吸うと、赤ちゃんが予定より早く生まれたり、標準より体重の小さい赤ちゃんが生まれやすい」が41.6%などとなっている。

「中学生」では「小学生」と比べて「心臓、脳の血管、胃、肺、歯ぐきの病気になりやすい」「妊娠中にたばこを吸うと、赤ちゃんが予定より早く生まれたり、標準より体重の小さい赤ちゃんが生まれやすい」「たばこの煙は周りの人の健康にも害を与える」の割合が高い。「小学生」では「中学生」と比べて「この中に知っていたものはない」の割合が高い。

図表 80 たばこの影響についての認知〔複数回答〕

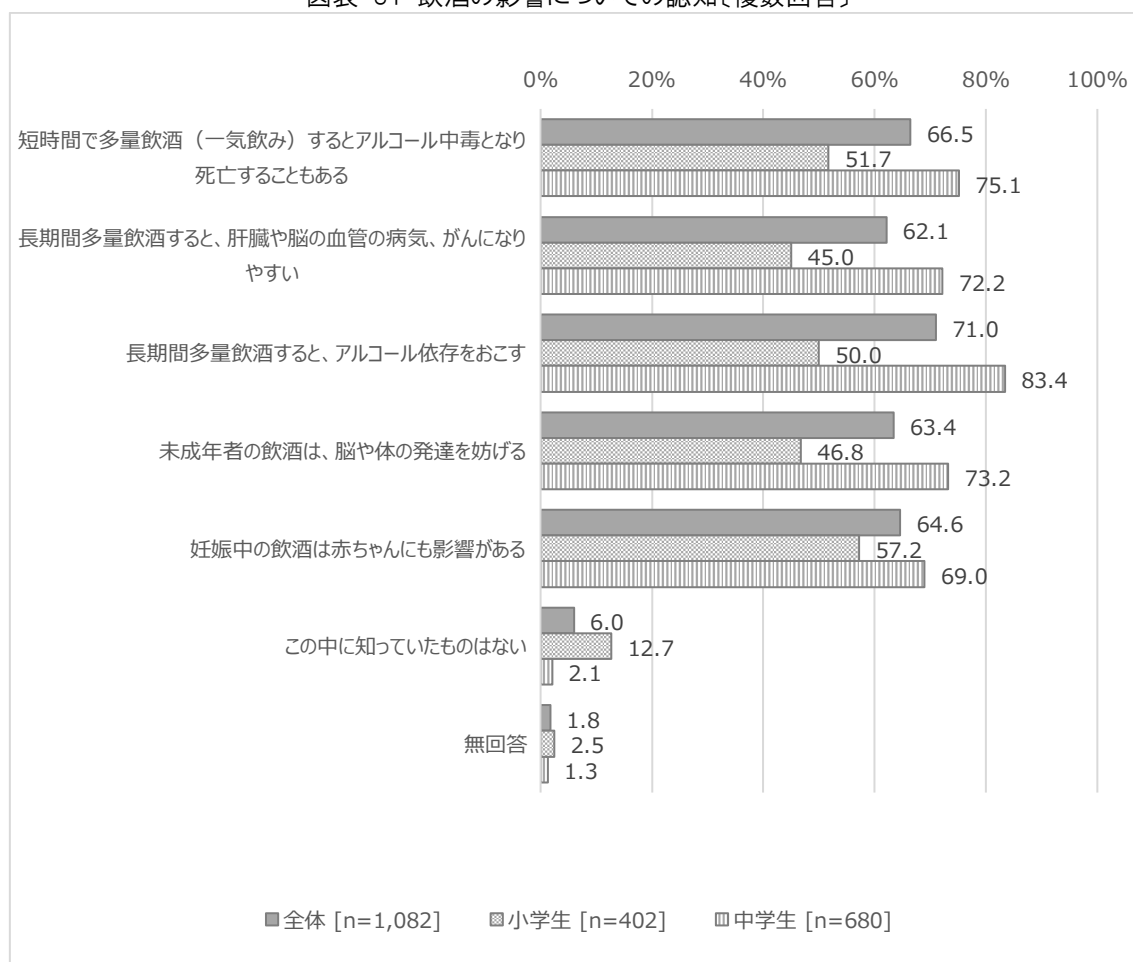


⑦ 飲酒の影響についての認知

飲酒の影響についての認知は、「長期間多量飲酒すると、アルコール依存をおこす」が71.0%、「短時間で多量飲酒（一気飲み）するとアルコール中毒となり死亡することもある」が66.5%、「妊娠中の飲酒は赤ちゃんにも影響がある」が64.6%などとなっている。

「中学生」では「小学生」と比べて「短時間で多量飲酒（一気飲み）するとアルコール中毒となり死亡することもある」「長期間多量飲酒すると、肝臓や脳の血管の病気、がんになりやすい」「長期間多量飲酒すると、アルコール依存をおこす」「未成年者の飲酒は、脳や体の発達を妨げる」「妊娠中の飲酒は赤ちゃんにも影響がある」の割合が高い。「小学生」では「中学生」と比べて「この中に知っていたものはない」の割合が高い。

図表 81 飲酒の影響についての認知〔複数回答〕

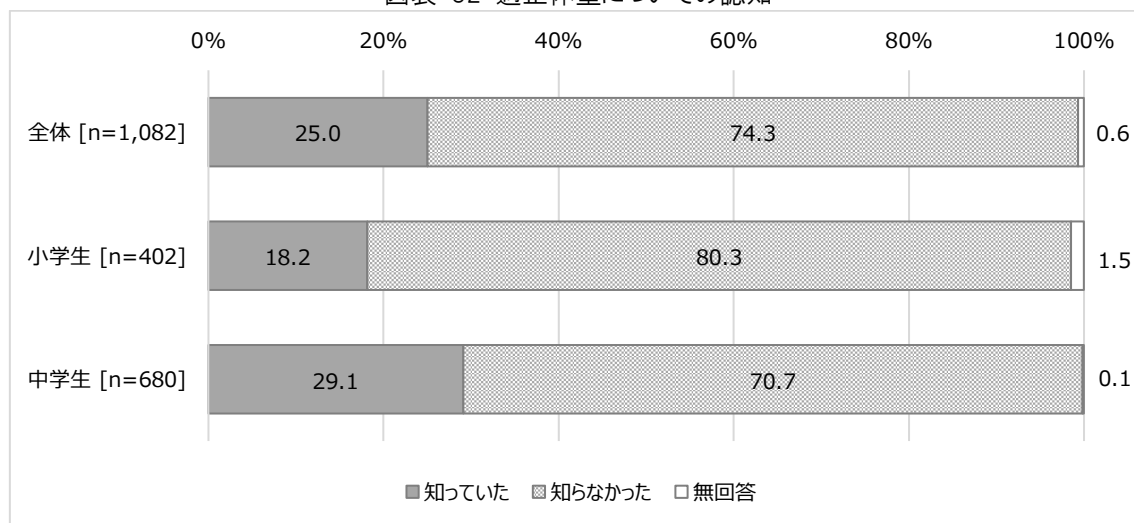


⑧ 適正体重についての認知

適正体重についての認知は、「知っていた」が25.0%、「知らなかった」が74.3%となっている。

「中学生」では「小学生」と比べて「知っていた」の割合が高い。

図表 82 適正体重についての認知

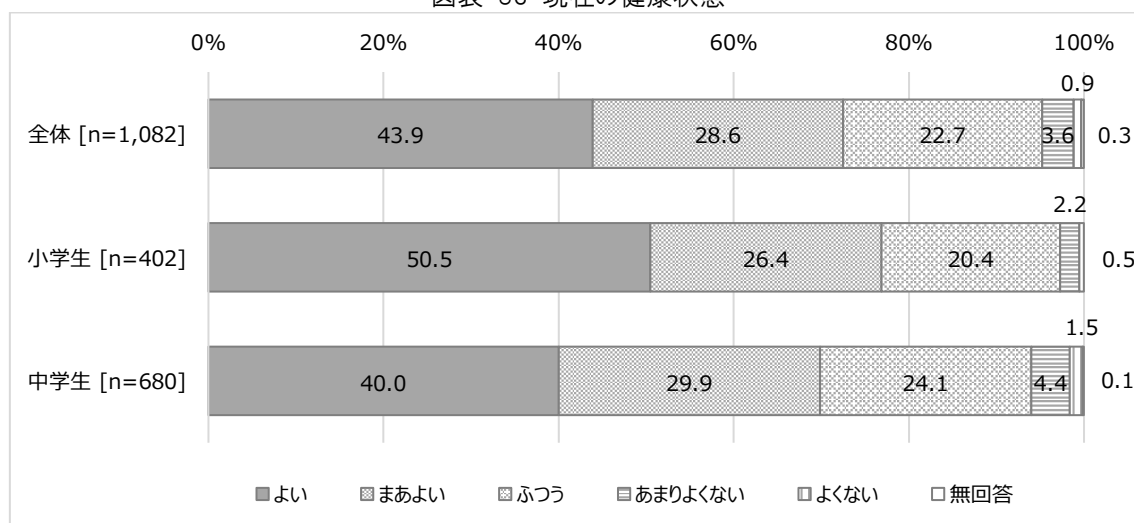


⑨ 現在の健康状態

現在の健康状態は、「よい」が43.9%、「まあよい」が28.6%、「ふつう」が22.7%となっている。

「小学生」では「中学生」と比べて「よい」の割合が高い。

図表 83 現在の健康状態



現在の健康状態を「あまりよくない」「よくない」と思う理由についての主な意見は以下のとおり。

図表 84 現在の健康状態を「あまりよくない」「よくない」と思う理由〔自由記述〕

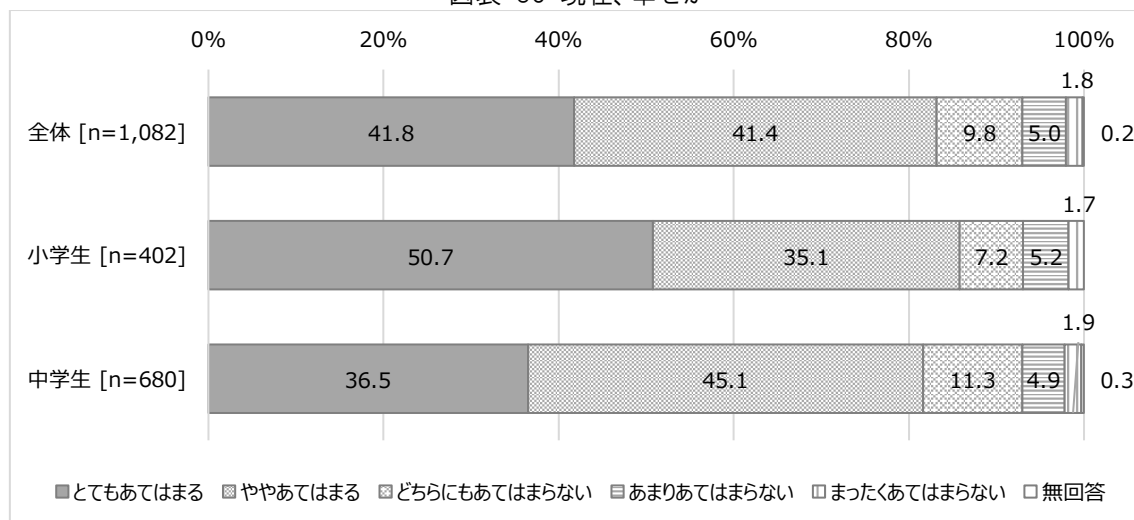
- 風邪をひいているから
- 咳と熱と鼻水が出ているから
- 鼻炎
- 毎日、必ずお腹が痛くなる。食欲もあまりない。
- 一日中体がだるく、ふらつく。めまい、立ち眩み、頭痛、腹痛などがあるから。
- ストレス、家に帰りたくない、お腹壊してる
- 気持ちが辛いままで体調が悪くなったりする
- もともと、入院していてまだ完治してないから体調はまだ微妙。
- 絶好調の時と比べて少し体調が悪い気がするから。
- 睡眠不足

⑩ 現在、幸せか

現在、幸せかは聞いたところ、「とてもあてはまる」が41.8%、「ややあてはまる」が41.4%、「どちらにもあてはまらない」が9.8%などとなっている。

「小学生」では「中学生」と比べて「とてもあてはまる」の割合が高い。

図表 85 現在、幸せか

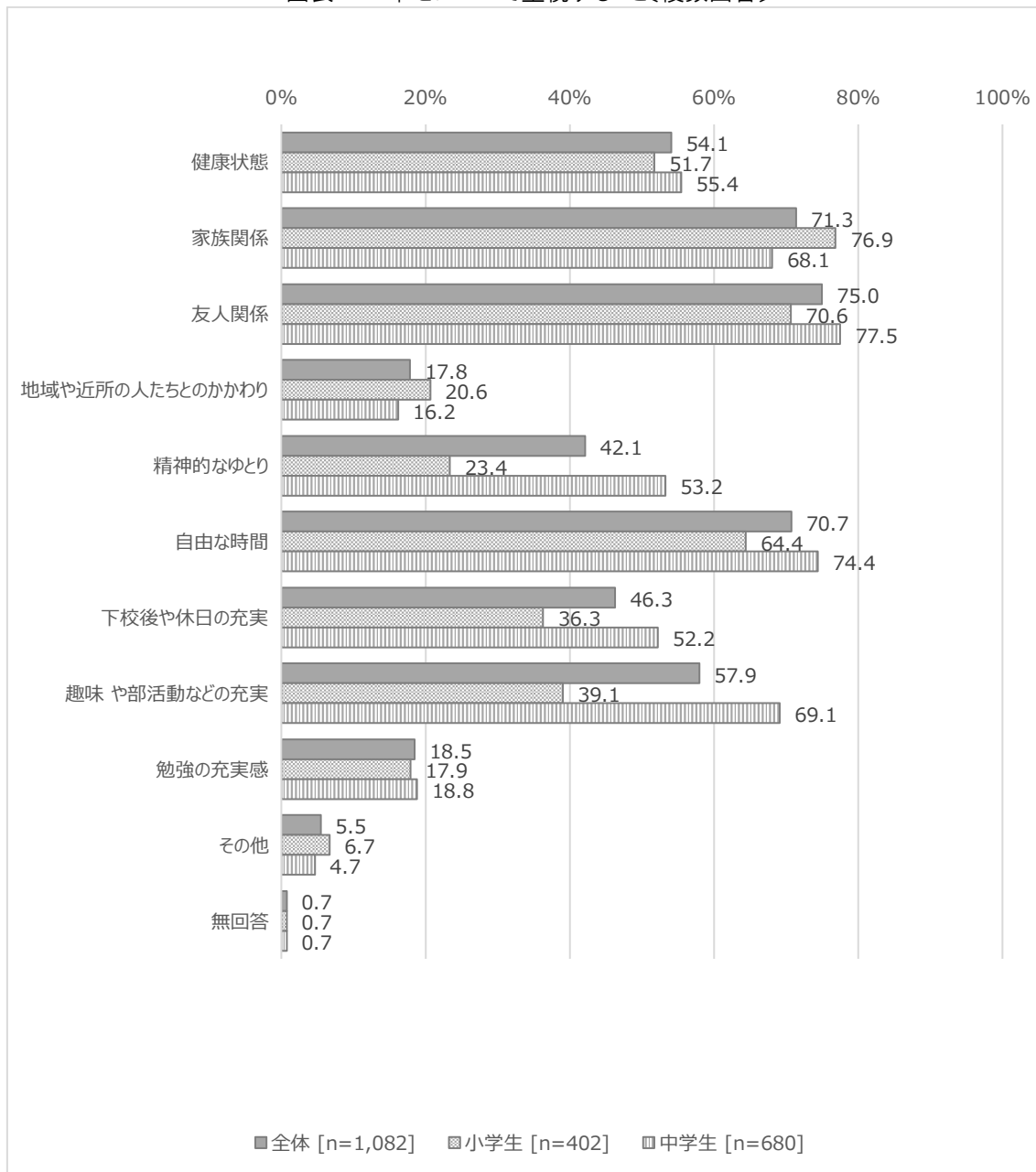


⑪ 幸せについて重視すること

幸せについて重視することは、「友人関係」が75.0%、「家族関係」が71.3%、「自由な時間」が70.7%などとなっている。

「小学生」では「中学生」と比べて「家族関係」「地域や近所の人たちとのかかわり」の割合が高い。「中学生」では「小学生」と比べて「友人関係」「精神的なゆとり」「自由な時間」「下校後や休日の充実」「趣味 や部活動などの充実」の割合が高い。

図表 86 幸せについて重視すること〔複数回答〕

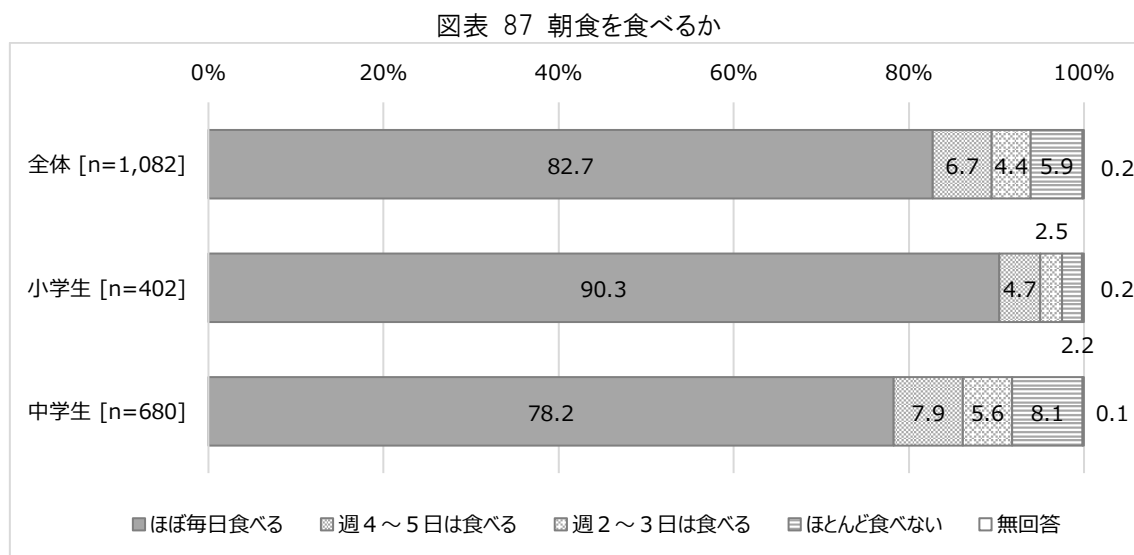


(3) 食育に関する調査項目

① 朝食を食べるか

ふだん朝食を食べるか聞いたところ、「ほぼ毎日食べる」が82.7%、「週4～5日は食べる」が6.7%、「ほとんど食べない」が5.9%などとなっている。

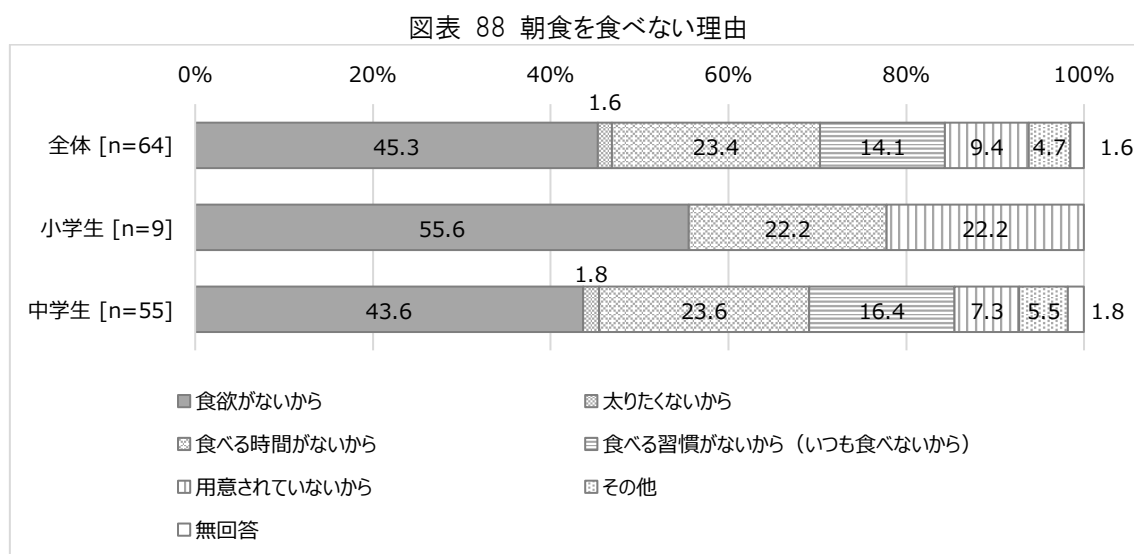
「中学生」と比べて「小学生」では「ほぼ毎日食べる」の割合が高い。「小学生」と比べて「中学生」では「ほとんど食べない」の割合が高い。



② 朝食を食べない理由

朝食をほとんど食べない理由を聞いたところ、「食欲がないから」が45.3%、「食べる時間がないから」が23.4%、「食べる習慣がないから（いつも食べないから）」が14.1%などとなっている。

「中学生」と比べて「小学生」では「食欲がないから」「用意されていないから」の割合が高い。「小学生」と比べて「中学生」では「食べる習慣がないから（いつも食べないから）」の割合が高い。

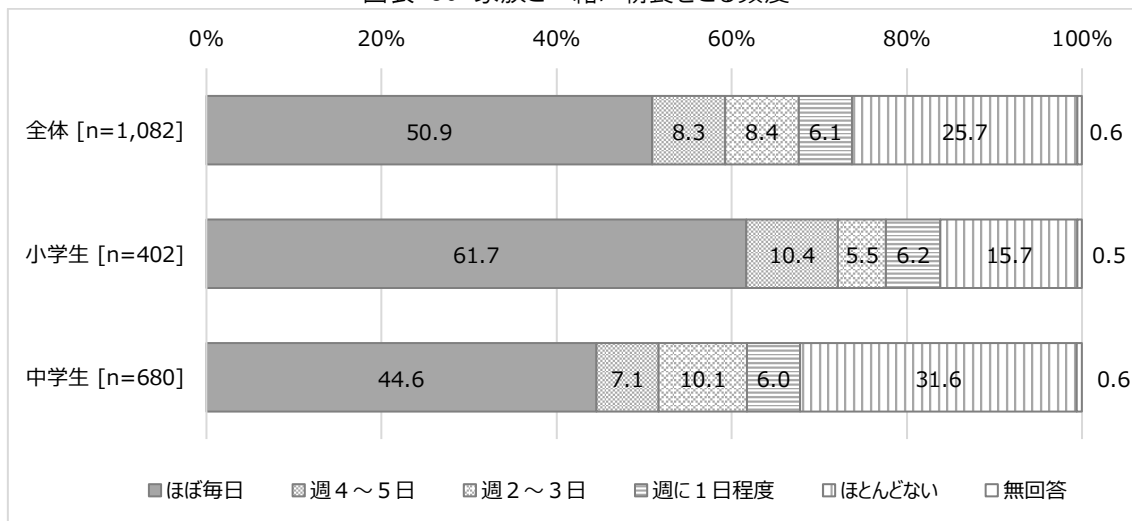


③ 家族と一緒に朝食をとる頻度

家族と一緒に朝食をとる頻度は、「ほぼ毎日」が50.9%、「ほとんどない」が25.7%、「週2～3日」が8.4%などとなっている。

「中学生」と比べて「小学生」では「ほぼ毎日」の割合が高い。「小学生」と比べて「中学生」では「ほとんどない」の割合が高い。

図表 89 家族と一緒に朝食をとる頻度

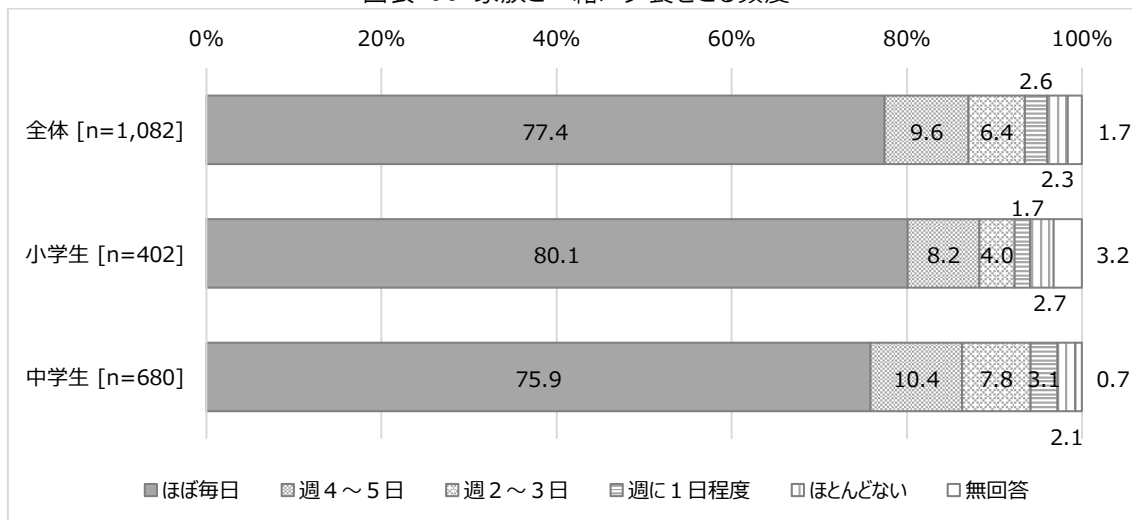


④ 家族と一緒に夕食をとる頻度

家族と一緒に夕食をとる頻度は、「ほぼ毎日」が77.4%、「週4～5日」が9.6%、「週2～3日」が6.4%などとなっている。

「中学生」と比べて「小学生」では「ほぼ毎日」の割合がやや高い。「小学生」と比べて「中学生」では「週4～5日」「週2～3日」の割合がやや高い。

図表 90 家族と一緒に夕食をとる頻度

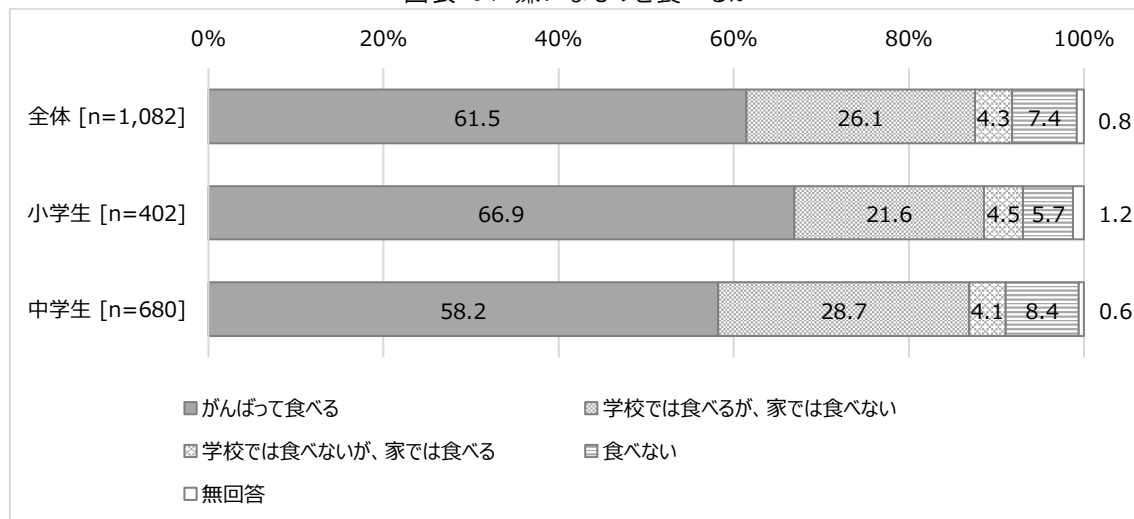


⑤ 嫌いなものを食べるか

嫌いなものを食べるか聞いたところ、「がんばって食べる」が61.5%、「学校では食べるが、家では食べない」が26.1%、「食べない」が7.4%などとなっている。

「中学生」と比べて「小学生」では「がんばって食べる」の割合が高い。「小学生」と比べて「中学生」では「学校では食べるが、家では食べない」「食べない」の割合が高い。

図表 91 嫌いなものを食べるか

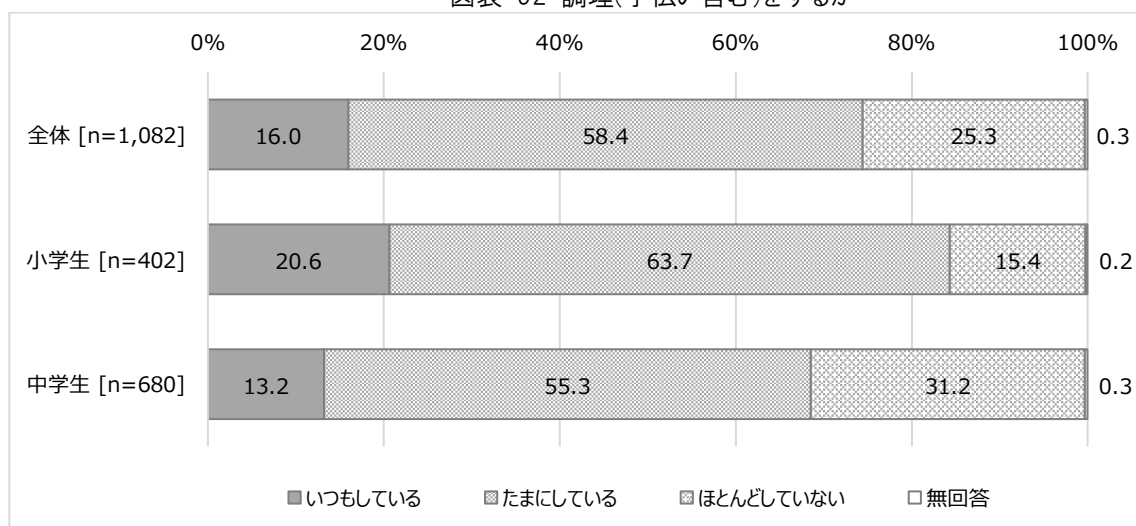


⑥ 調理(手伝い含む)をするか

調理(手伝い含む)をするか聞いたところ、「たまにしている」が58.4%、「ほとんどしていない」が25.3%、「いつもしている」が16.0%となっている。

「中学生」と比べて「小学生」では「いつもしている」「たまにしている」の割合が高い。「小学生」と比べて「中学生」では「ほとんどしていない」の割合が高い。

図表 92 調理(手伝い含む)をするか

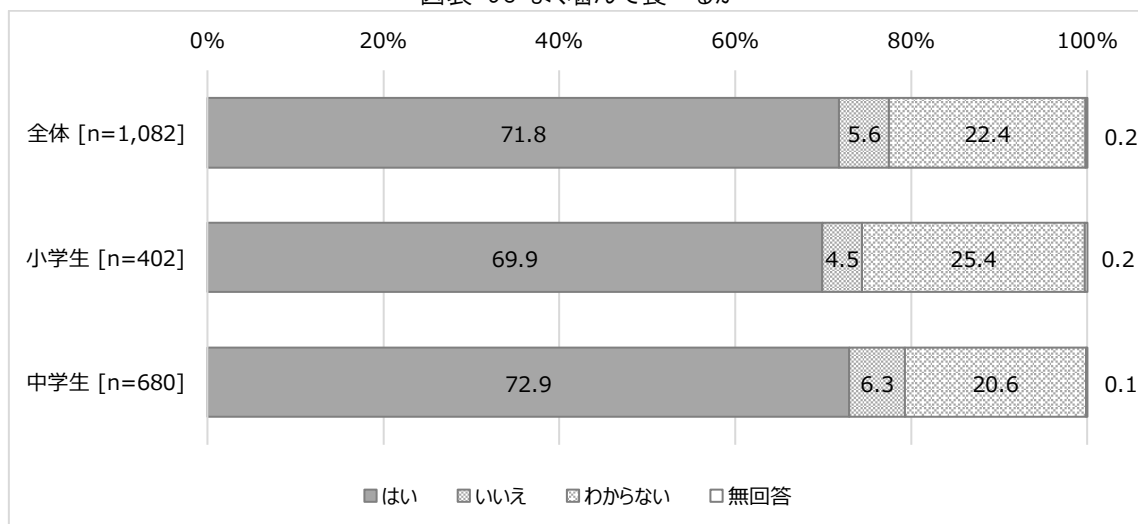


⑦ よく噛んで食べるか

よく噛んで食べるか聞いたところ、「はい」が71.8%、「わからない」が22.4%、「いいえ」が5.6%となっている。

「中学生」と比べて「小学生」では「わからない」の割合が高い。

図表 93 よく噛んで食べるか

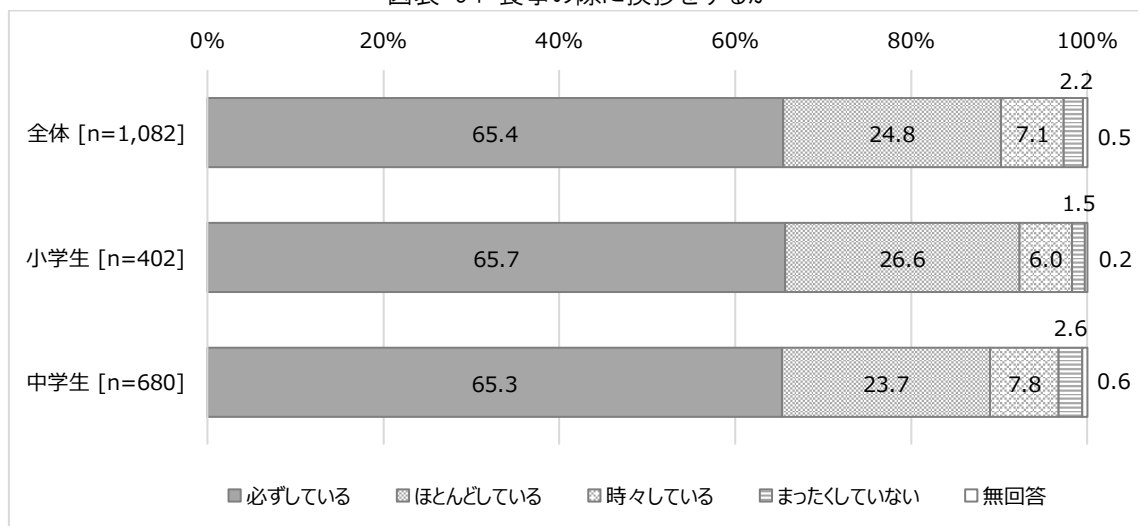


⑧ 食事の際に挨拶をするか

食事の際に「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をするか聞いたところ、「必ずしている」が65.4%、「ほとんどしている」が24.8%、「時々している」が7.1%となっている。

小学生・中学生での差異はみられない。

図表 94 食事の際に挨拶をするか

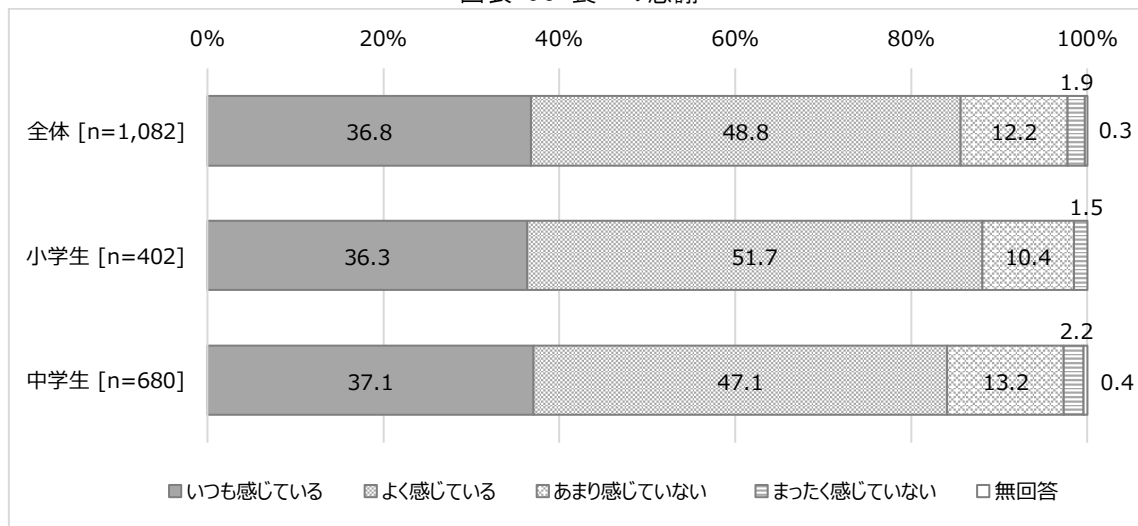


⑨ 食への感謝

食について、動植物の命をいただくことや、食材に関わった人・調理をしてくれた人などに対する感謝の気持ちを感じるか聞いたところ、「よく感じている」が48.8%、「いつも感じている」が36.8%、「あまり感じている」が12.2%となっている。

小学生・中学生での差異はみられない。

図表 95 食への感謝

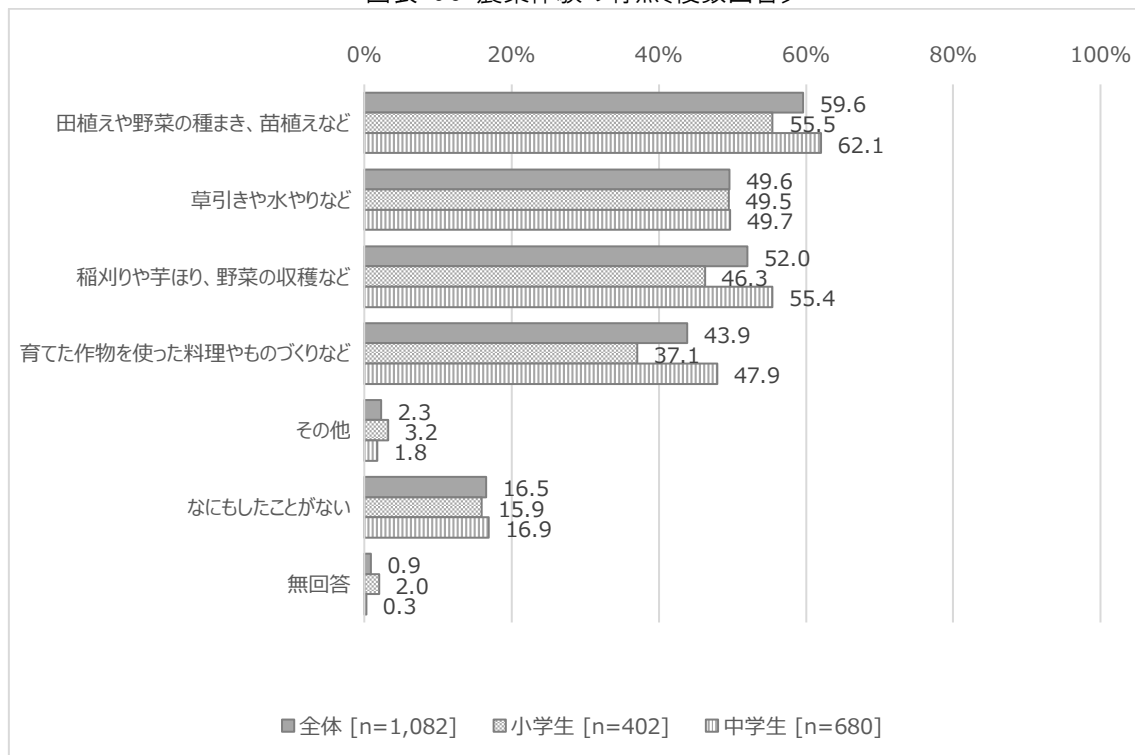


⑩ 農業体験の有無

農業体験の有無は、「田植えや野菜の種まき、苗植えなど」が59.6%、「稲刈りや芋ほり、野菜の収穫など」が52.0%、「草引きや水やりなど」が49.6%などとなっている。

「小学生」と比べて「中学生」では「田植えや野菜の種まき、苗植えなど」「稲刈りや芋ほり、野菜の収穫など」「育てた作物を使った料理やものづくりなど」の割合が高い。

図表 96 農業体験の有無〔複数回答〕

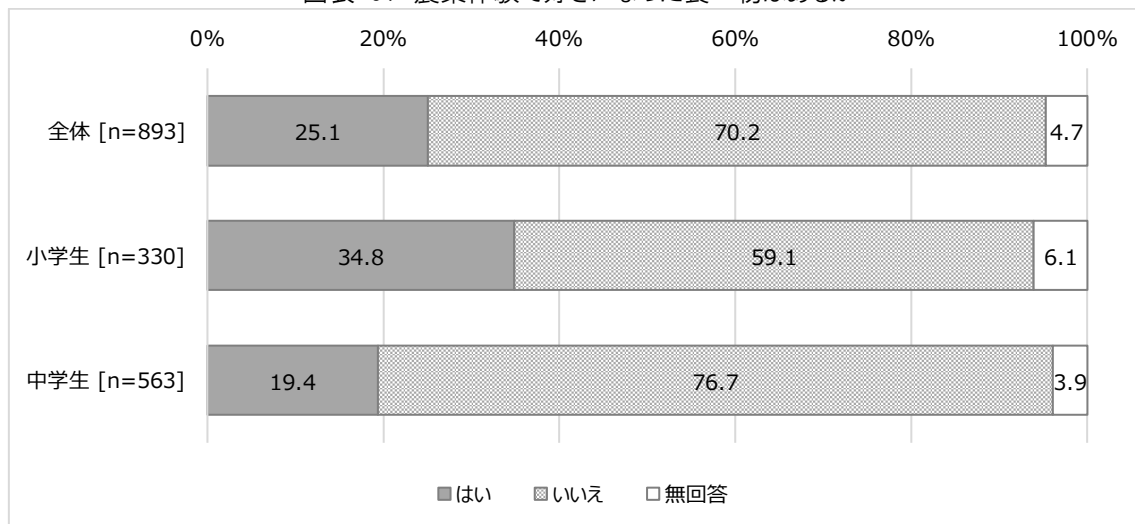


⑪ 農業体験で好きになった食べ物はあるか

農業体験で好きになった食べ物はあるか聞いたところ、「はい」が25.1%、「いいえ」が70.2%となっている。

「中学生」と比べて「小学生」では「はい」の割合が高い。

図表 97 農業体験で好きになった食べ物はあるか



農業体験で好きになった食べ物、好きになった理由について、主な意見は以下のとおり。

図表 98 農業体験で好きになった食べ物、好きになった理由〔自由記述〕

好きになった食べ物について

- ☐ イモ（サツマイモ・ジャガイモ）
- ☐ トマト
- ☐ お米
- ☐ きゅうり
- ☐ ナス
- ☐ ピーマン
- ☐ みかん
- ☐ オクラ
- ☐ いちご
- ☐ キャベツ
- ☐ ゴーヤ

好きになった理由について

- ☐ 収穫した後食べてみたら、いつもよりもとてもおいしく感じたから。
- ☐ 食わず嫌いしていたものを育てて食べたらおいしかったから
- ☐ きゅうりが好きになりました。おばあちゃんの畑を手伝っていたときゅうりを収穫して食べた時おいしかったからです。
- ☐ サツマイモがより好きになりました。理由は、買ったものより自分で収穫したほうが達成感があったからです。
- ☐ 成長するのを見るのが楽しかった。おいしかった
- ☐ 小さい苗が大きくなっていくのがおもしろいから
- ☐ 自分が育てて、愛情を込めたから。

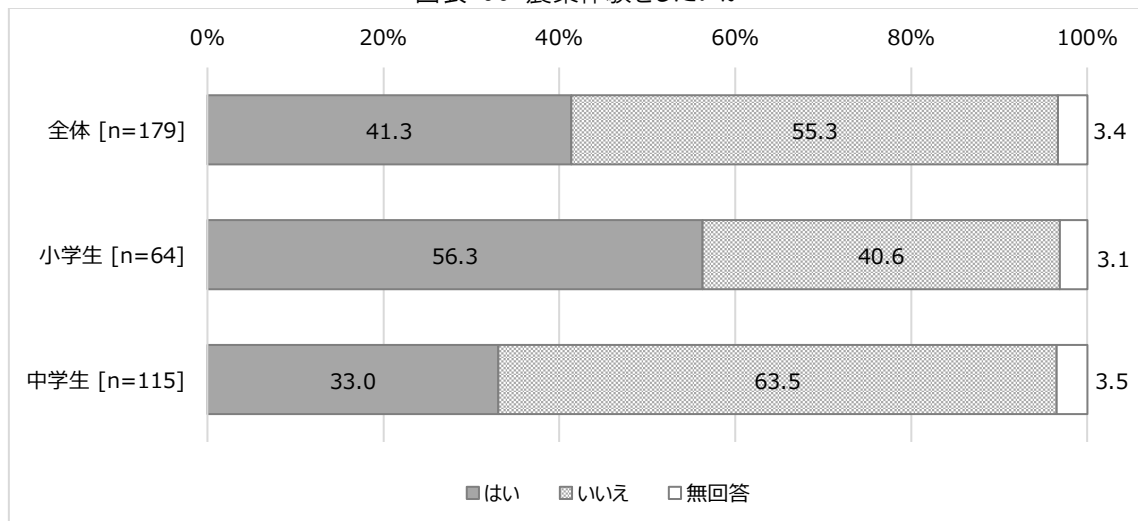
- 自分で育てたものはとてもおいしく感じたからトマトです。理由は、自分で作ると、作る過程の大変さとか、ただ食べているだけじゃ知らなかったことまで知れて、そんな好き嫌いで食べる食べないを決めるのは、作った人にも、食べ物にも失礼だなと思ったからです。
- みかん農業を体験して作る大変さが、分かって好きになった
- 自分で作って初めて何かを作る大変さを知ったから
- 野菜が苦勞して育てられたことを知り、さらに好きになった。
- 農業の大変さを知り、奥深さを感じたから。
- 色々な人を通して、作られていると知ったから

⑫ 農業体験をしたいか

農業体験のない人に農業体験をしたいか聞いたところ、「はい」が41.3%、「いいえ」が55.3%となっている。

「中学生」と比べて「小学生」では「はい」の割合が高い。

図表 99 農業体験をしたいか

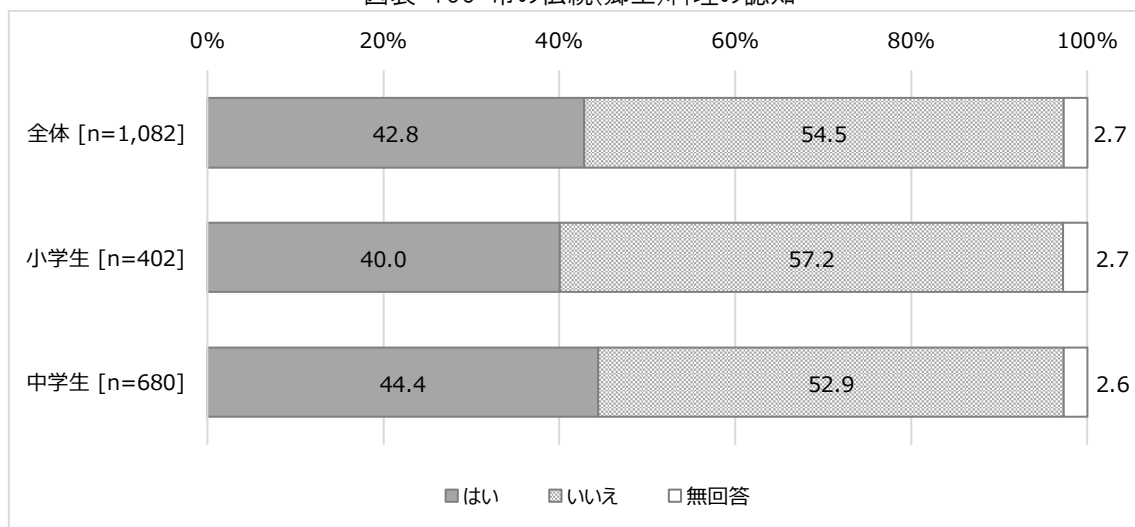


⑬ 市の伝統(郷土)料理の認知

市の伝統(郷土)料理の認知は、「はい」が42.8%、「いいえ」が54.5%となっている。

「小学生」と比べて「中学生」では「はい」の割合が高い。

図表 100 市の伝統(郷土)料理の認知

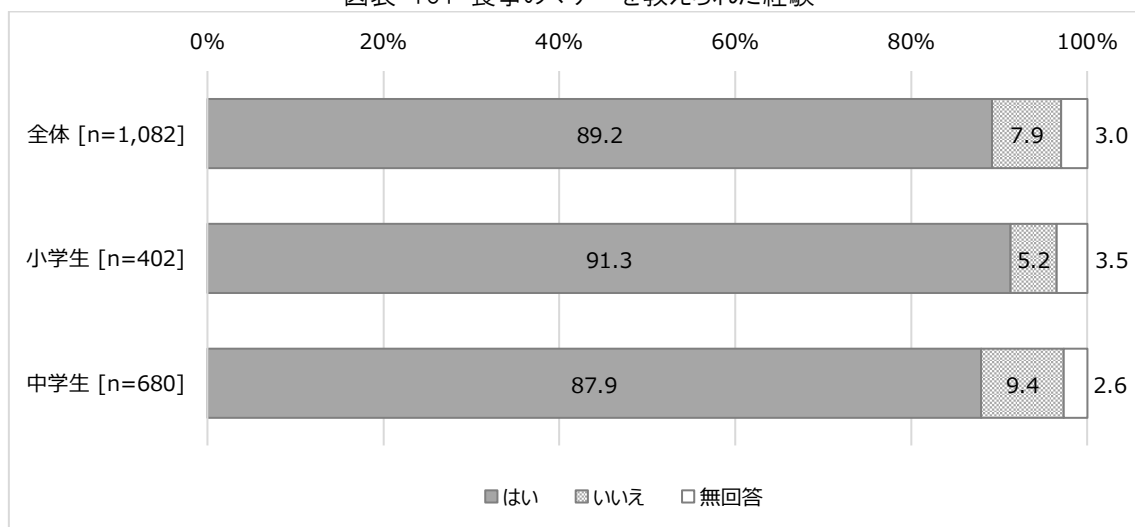


⑭ 食事のマナーを教えられた経験

食事のマナーを教えられた経験は、「はい」が89.2%、「いいえ」が7.9%となっている。

「中学生」と比べて「小学生」では「はい」の割合がやや高い。

図表 101 食事のマナーを教えられた経験

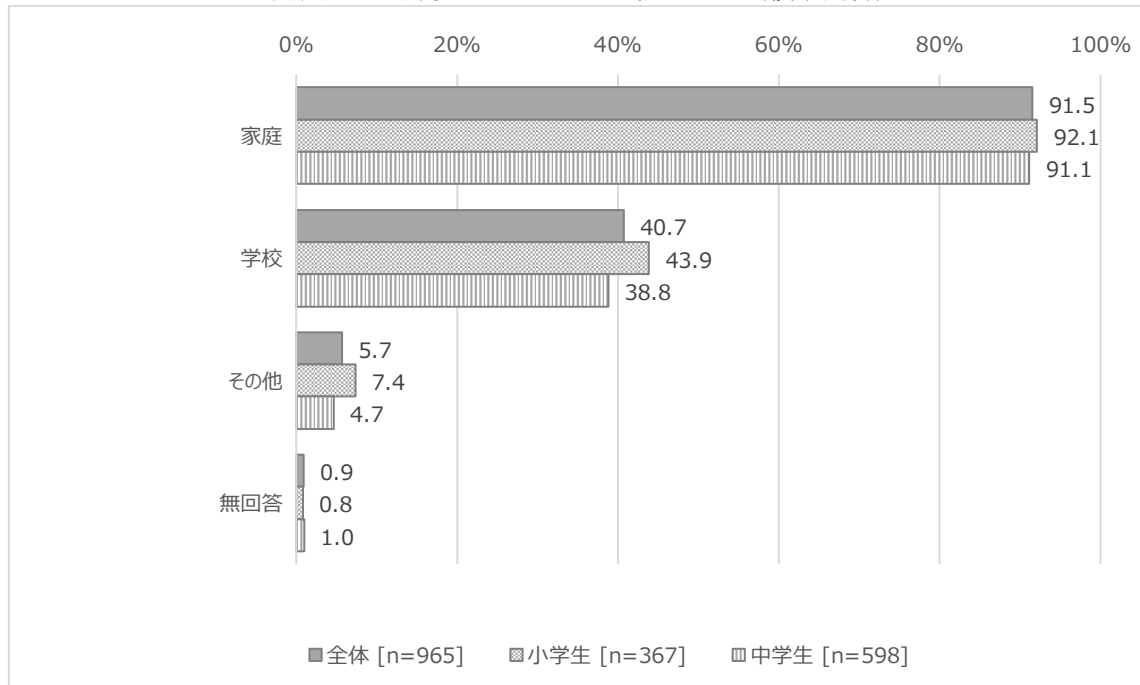


⑮ 食事のマナーをどこで教わったか

食事のマナーを教わった経験のある人に食事のマナーをどこで教わったか聞いたところ、「家庭」が91.5%、「学校」が40.7%、「その他」が5.7%となっている。

「中学生」と比べて「小学生」では「学校」の割合がやや高い。

図表 102 食事のマナーをどこで教わったか〔複数回答〕

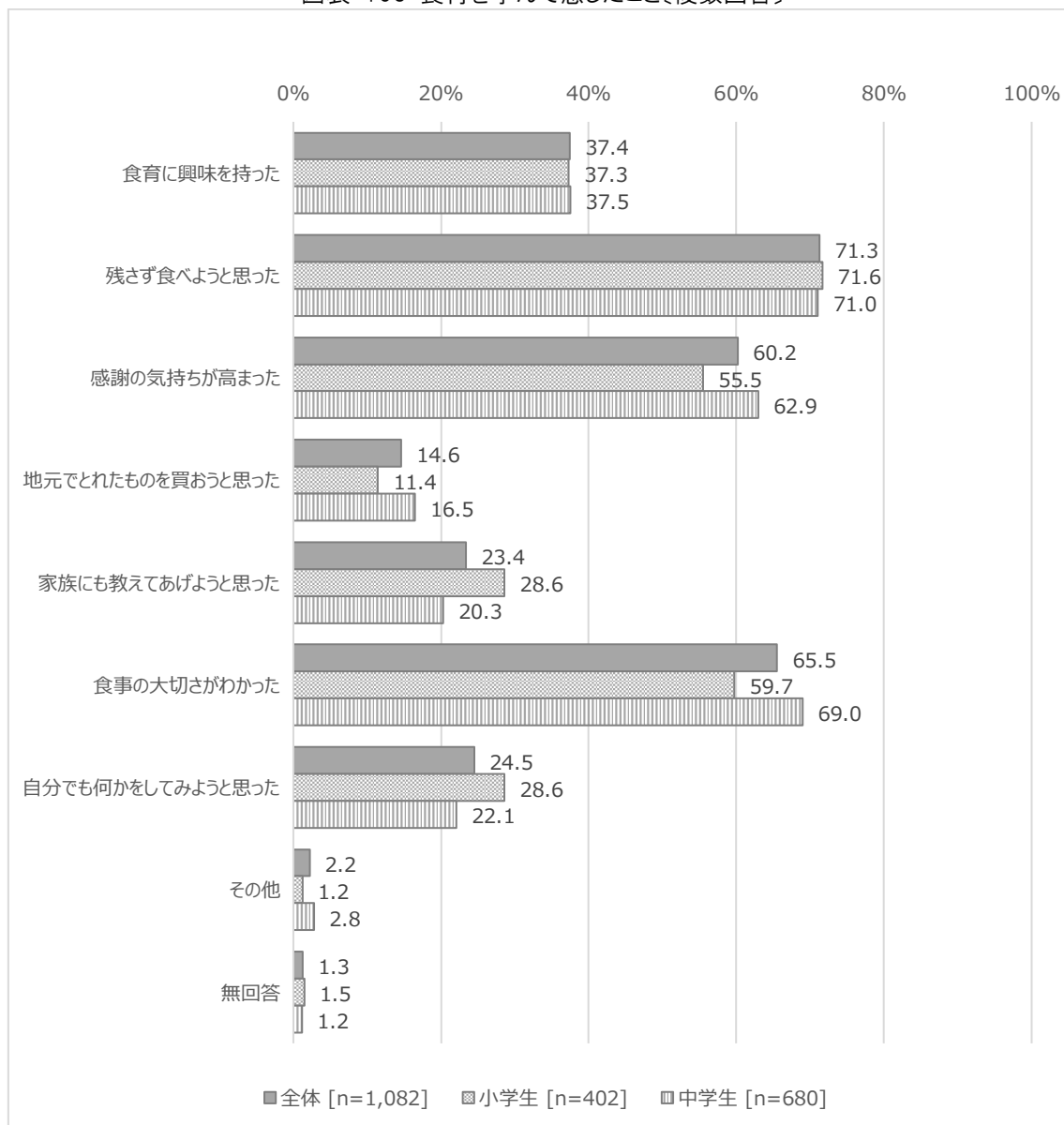


⑩ 食育を学んで感じたこと

食育を学んで感じたことは、「残さず食べようと思った」が71.3%、「食事の大切さがわかった」が65.5%、「感謝の気持ちが高まった」が60.2%などとなっている。

「中学生」と比べて「小学生」では「家族にも教えてあげようと思った」「自分でも何かをしてみようと思った」の割合が高い。「小学生」と比べて「中学生」では「感謝の気持ちが高まった」「食事の大切さがわかった」の割合が高い。

図表 103 食育を学んで感じたこと〔複数回答〕

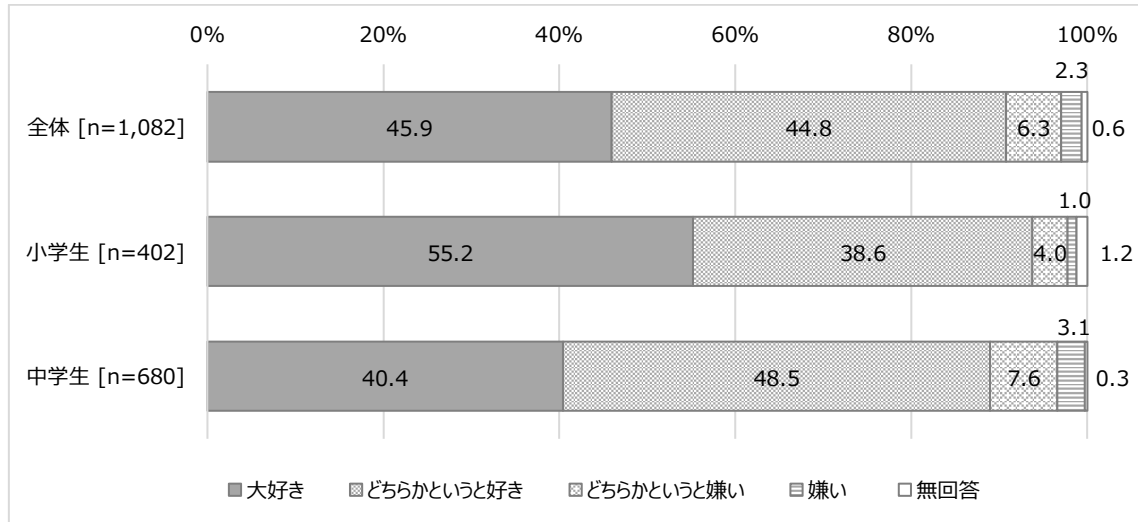


⑰ 給食が好きか

給食が好きか聞いたところ、「大好き」が45.9%、「どちらかという好き」が44.8%、「どちらかという嫌い」が6.3%となっている。

「中学生」と比べて「小学生」では「大好き」の割合が高い。「小学生」と比べて「中学生」では「どちらかという嫌い」「嫌い」の割合がやや高い。

図表 104 給食が好きか



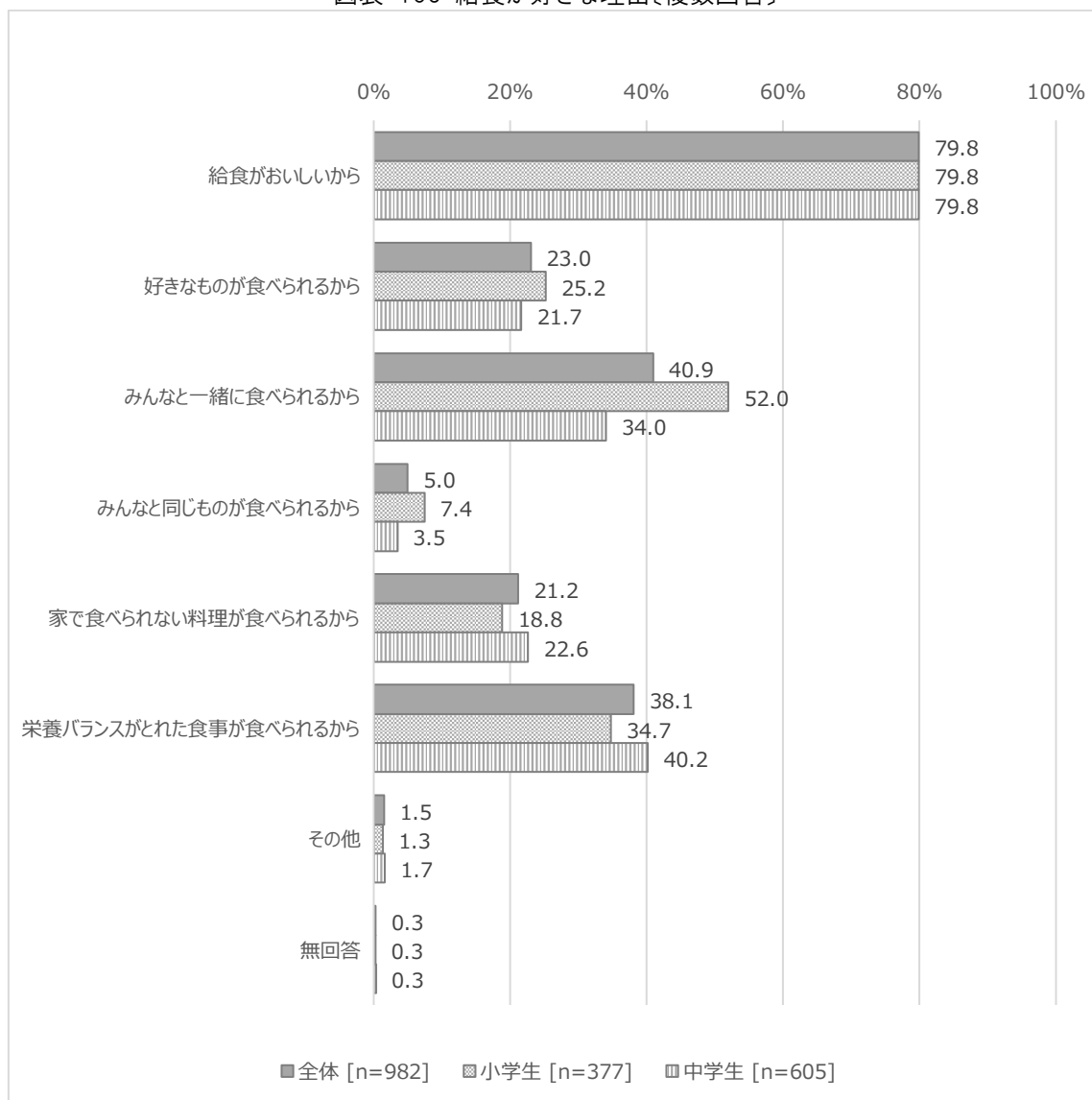
⑱ 給食が好きな理由

給食が好きな理由を聞いたところ、「給食がおいしいから」が79.8%、「みんなと一緒に食べられるから」が40.9%、「栄養バランスがとれた食事が食べられるから」が38.1%などとなっている。

「中学生」と比べて「小学生」では「好きなものが食べられるから」「みんなと一緒に食べられるから」「みんなと同じものが食べられるから」の割合が高い。

「小学生」と比べて「中学生」では「家で食べられない料理が食べられるから」「栄養バランスがとれた食事が食べられるから」の割合が高い。

図表 105 給食が好きな理由〔複数回答〕



⑱ 給食に市の農産物が使われていることの認知

給食に市の農産物が使われていることを知っているか聞いたところ、「はい」が82.3%、「いいえ」が17.4%となっている。

「小学生」と比べて「中学生」では「はい」の割合が高い。

図表 106 給食に市の農産物が使われていることの認知



⑳ 健康づくりや食育の推進についての意見

健康づくりや食育の推進のために必要だと思うことを聞いたところ、主な意見は以下のとおり。

図表 107 健康づくりや食育の推進についての主な意見〔自由記述〕

食事の摂り方について（健康づくり）

- 1日3食しっかり食べる。
- 朝昼晩、しっかり食事する。
- 毎日ちゃんと朝ご飯を食べる
- 毎朝ご飯を食べたり、しっかりとしたご飯を食べてエネルギーを付ける
- よくかむ
- いっぱい食べる
- 運動して、お腹を空かせてバランスの良い食事をする。
- 偏った食事をしない、栄養バランスが整った食事をする
- バランスよく栄養があるものをたくさん食べる。
- 様々な栄養素をしっかりと摂取して、おいしくたべること
- 5大栄養素が必要
- 好き嫌いしない
- 苦手なものも食べる
- 残さず、出されたものは、しっかり食べる。
- 嫌いなものも、食べないのではなく何かを工夫して調理する。
- 野菜を食べる
- 毎日適量の食事をする
- 食べすぎず、食べなさすぎないこと。
- 食品の質や旬の食材を使い体の健康を保てるような食材を使うこと。

日々の生活習慣について（健康づくり）

- 健康に気を付ける

- 体調管理を大切に
- 早寝早起きをする
- 適度な休養、睡眠
- 適度な運動
- 運動と睡眠
- いっぱい寝ていっぱい食べていっぱい運動することが大事だと思いました。
- 栄養バランスよく食事をとり、適度な運動、十分な睡眠
- 運動・食事・睡眠をしっかりとる
- 毎日体育がないときでも家や学校で運動をする習慣をつける

健康や食について知る（健康づくり・食育）

- 健康の大切さを知ること。
- 栄養や健康に良いものを1人1人が知る。
- 五大栄養素を知る
- 食事の大切さを知る
- 食べることのメリットを知る
- 地域でとれたものを知る
- どうやってここまで育ったのかを知って、農業で働いている人の大変さを知る。

農業体験・調理体験をする（食育）

- 自分で作った野菜を、自分で、調理し、食事を作る大変さを知ること。
- 栄養バランスを考えて、献立を実際に作ってみる時間をとる。
- 自分達でも野菜作りなどを教わったり実際に作って料理などをしてみたらもっと食事に興味を持つことが出来る。
- 動物とか農業の人に感謝して少しでも手伝ったり、協力する。

生産者、動植物への感謝の気持ちを持つ（食育）

- もっと命に感謝して心をこめて食べる
- 何でもおいしく食べること。感謝の気持ちを忘れないこと。
- いただきますとごちそうさまでした、をちゃんと言う
- 学校で鶏とかの動物を飼って食べる
- 食事への感謝
- 動物とか農業の人に感謝して少しでも手伝ったり、協力する。（再掲）
- 農家さんたちの大変さを知り感謝して食べること
- 農業の体験をしたり、生産者さんに感謝の気持ちを持つこと。

その他

- 食品ロスをしない。
- 皆に食育を進めるよう呼びかける。

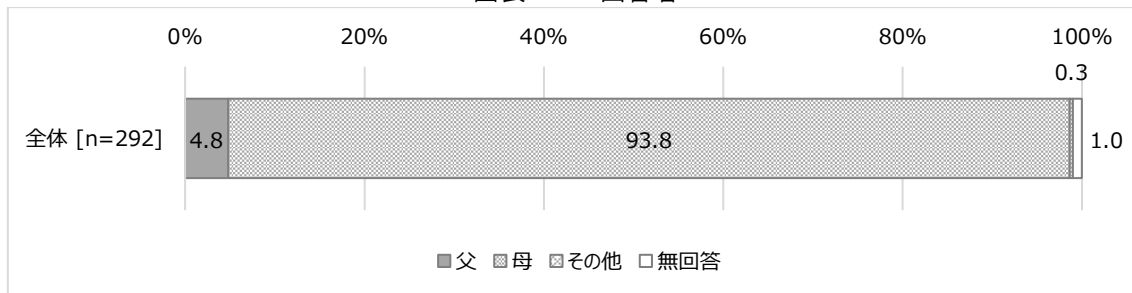
4 保護者調査

(1) 基本情報

① 回答者

回答者は、「母」が93.8%、「父」が4.8%となっている。

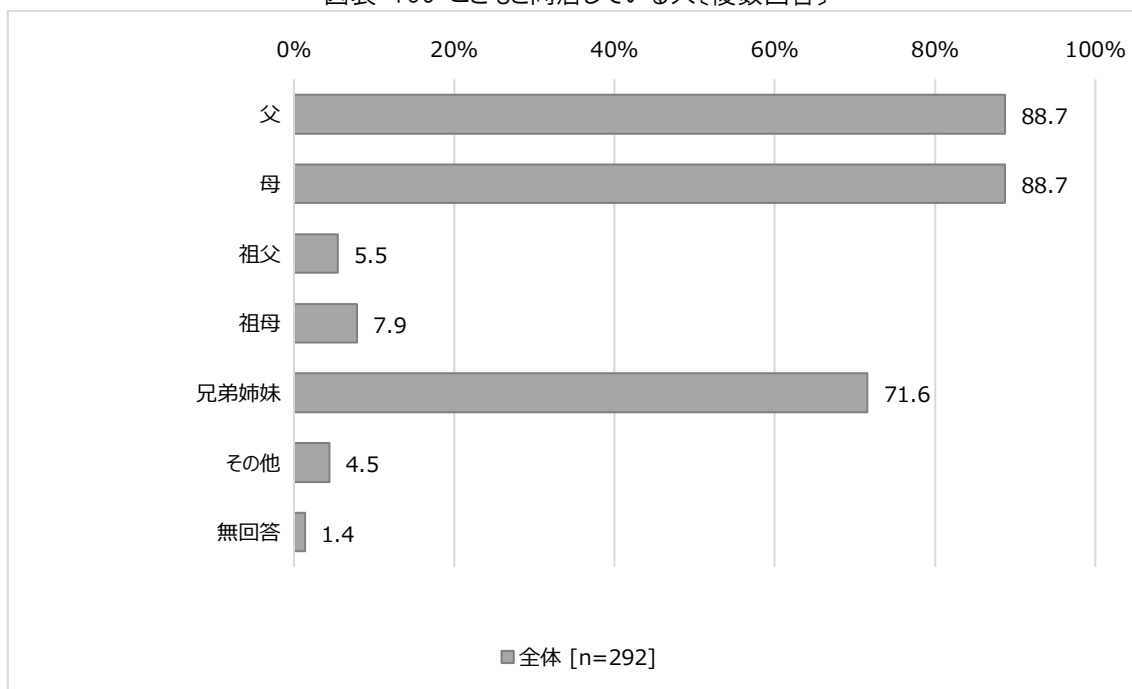
図表 108 回答者



② こどもと同居している人

こどもと同居している人は、「父」「母」がいずれも88.7%、「兄弟姉妹」が71.6%、「祖母」が7.9%となっている。

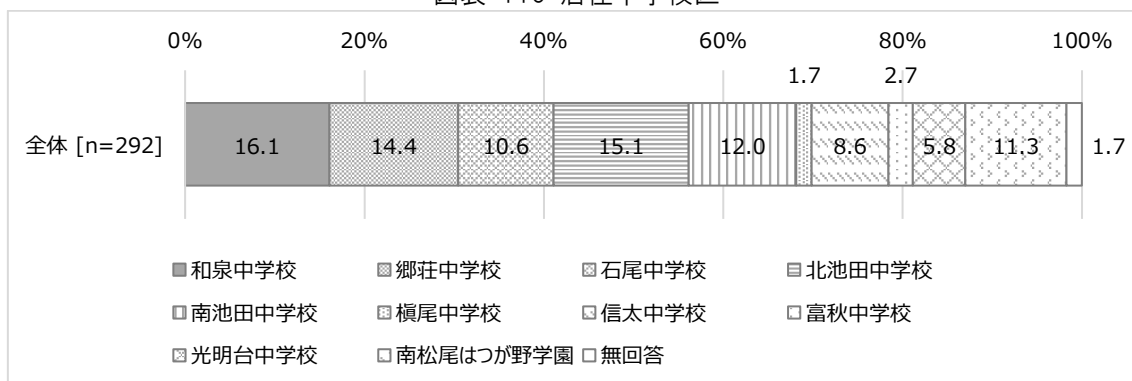
図表 109 こどもと同居している人〔複数回答〕



③ 居住中学校区

居住中学校区は、「和泉中学校」が16.1%、「北池田中学校」が15.1%、「郷荘中学校」が14.4%となっている。

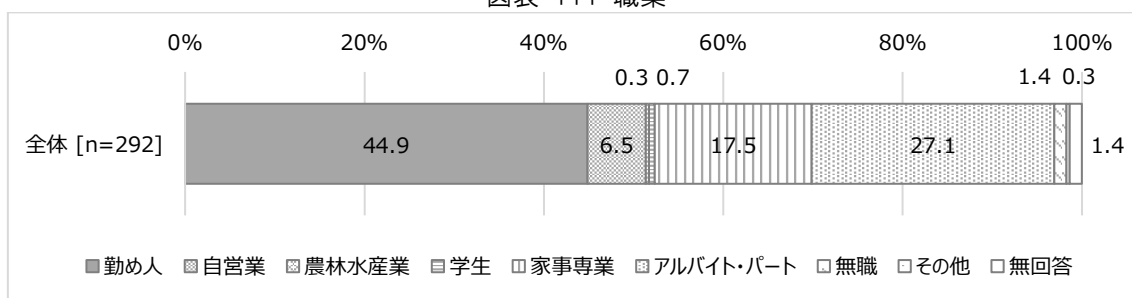
図表 110 居住中学校区



④ 職業

職業は、「勤め人」が44.9%、「アルバイト・パート」が27.1%、「家事専業」が17.5%となっている。

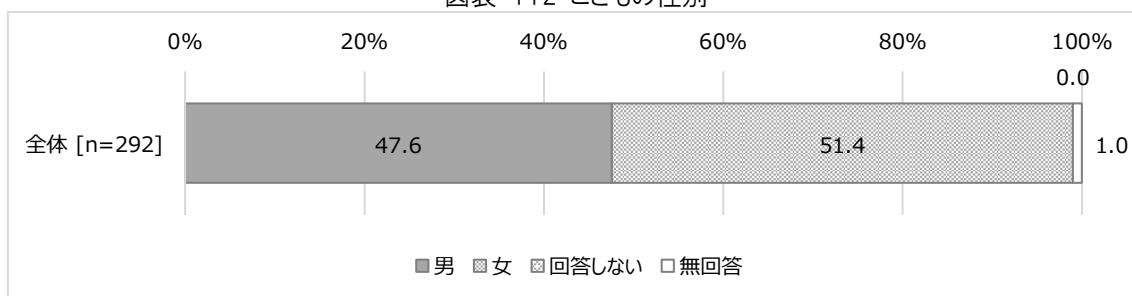
図表 111 職業



⑤ こどもの性別

こどもの性別は、「女」が51.4%、「男」が47.6%となっている。

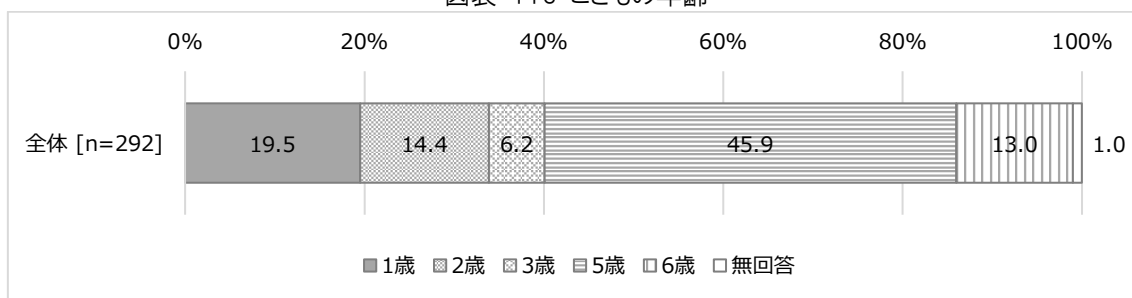
図表 112 こどもの性別



⑥ こどもの年齢

こどもの年齢は、「5歳」が45.9%、「1歳」が19.5%、「2歳」が14.4%となっている。

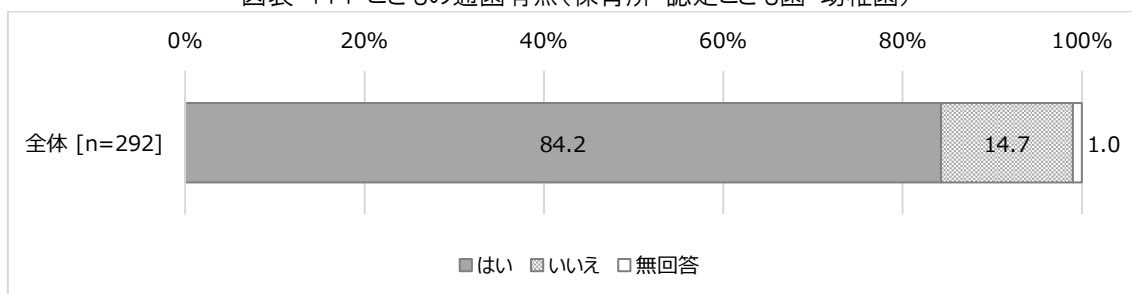
図表 113 こどもの年齢



⑦ こどもの通園有無（保育所・認定こども園・幼稚園）

こどもの通園有無（保育所・認定こども園・幼稚園）は、「はい」が84.2%、「いいえ」が14.7%となっている。

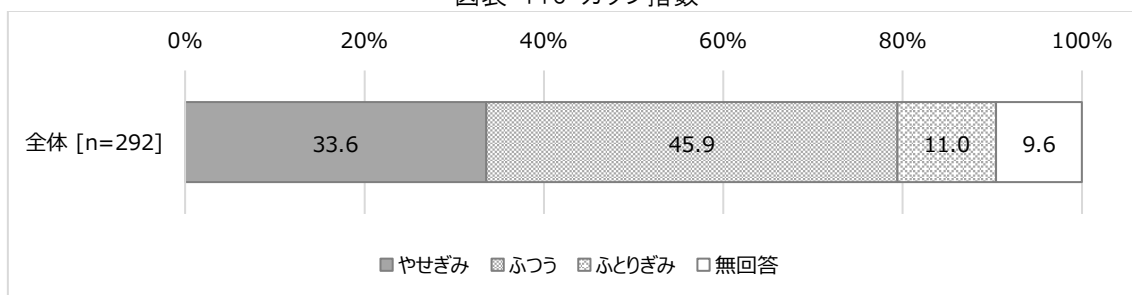
図表 114 こどもの通園有無（保育所・認定こども園・幼稚園）



⑧ カウプ指数

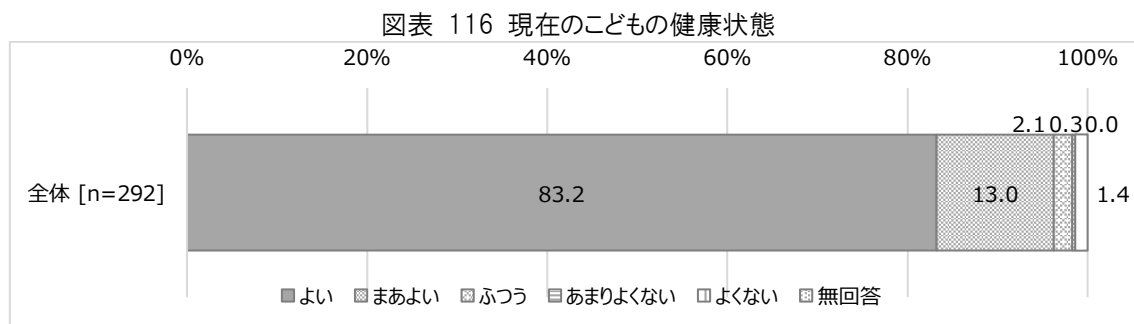
カウプ指数は、「ふつつ」が45.9%、「やせぎみ」が33.6%、「ふとりぎみ」が11.0%となっている。

図表 115 カウプ指数



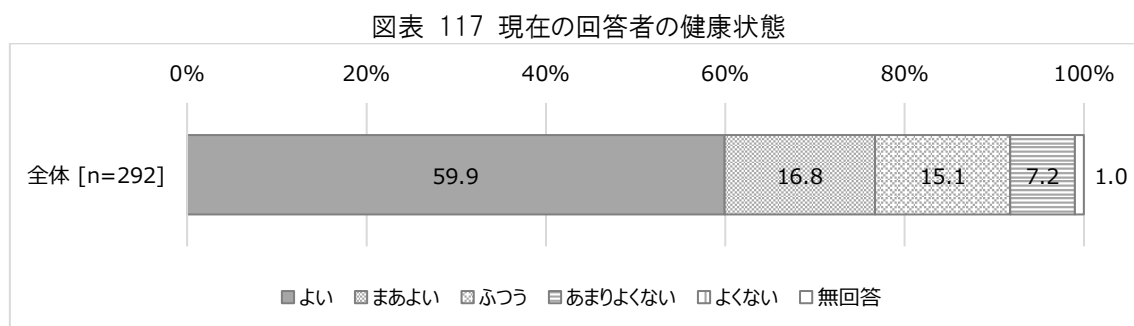
⑨ 現在のこどもの健康状態

現在のこどもの健康状態は、「よい」が83.2%、「まあよい」が13.0%、「ふつう」が2.1%となっている。



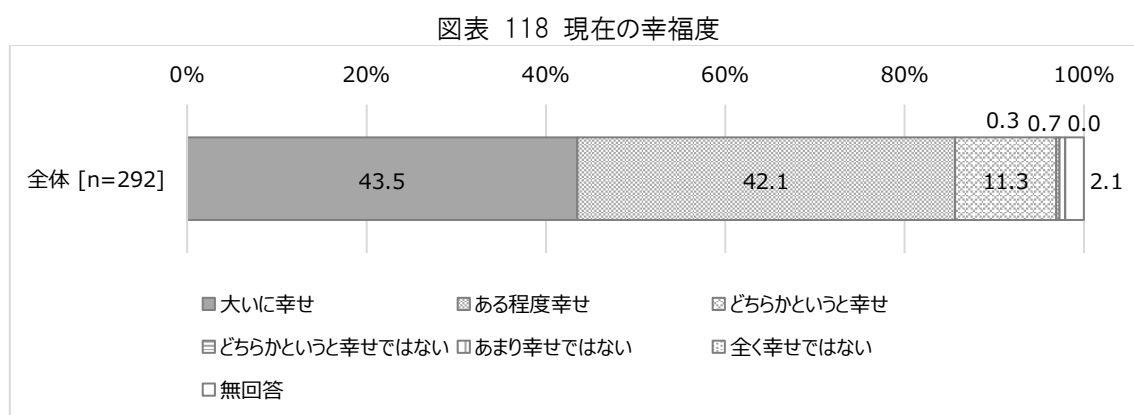
⑩ 現在の回答者の健康状態

現在の回答者の健康状態は、「よい」が59.9%、「まあよい」が16.8%、「ふつう」が15.1%となっている。



⑪ 現在の幸福度

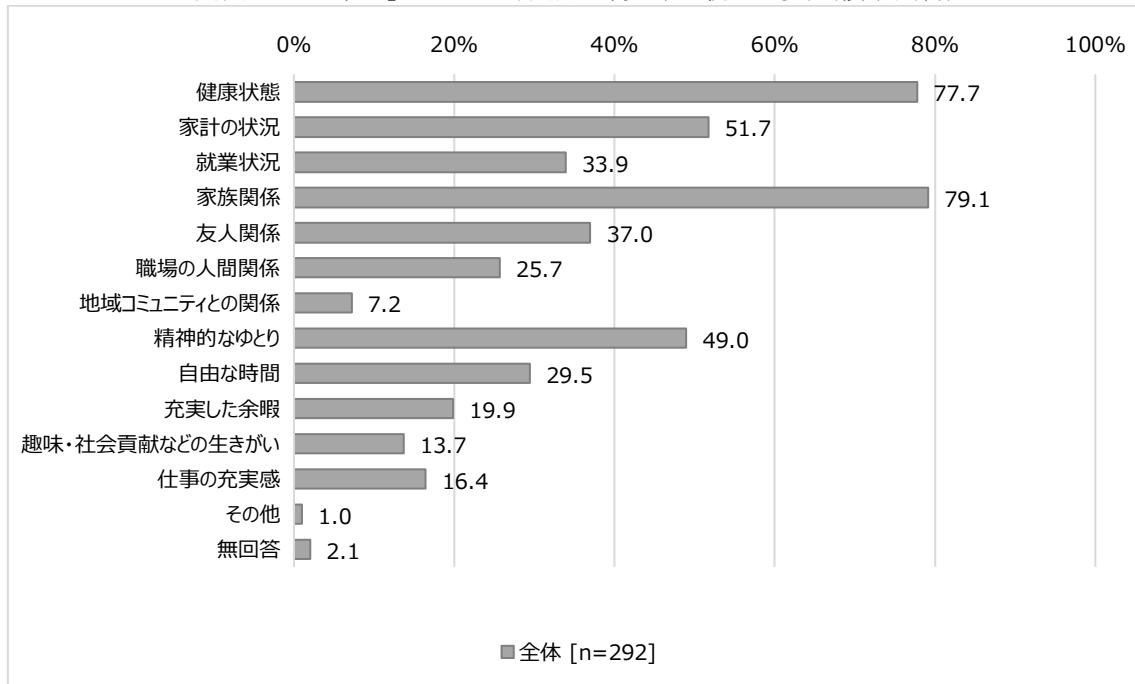
現在の幸福度は、「大いに幸せ」が43.5%、「ある程度幸せ」が42.1%、「どちらかという幸せ」が11.3%となっている。



⑫ 「幸せ」かどうかを判断する際に、重視した事項

「幸せ」かどうかを判断する際に、重視した事項は、「家族関係」が79.1%、「健康状態」が77.7%、「家計の状況」が51.7%となっている。

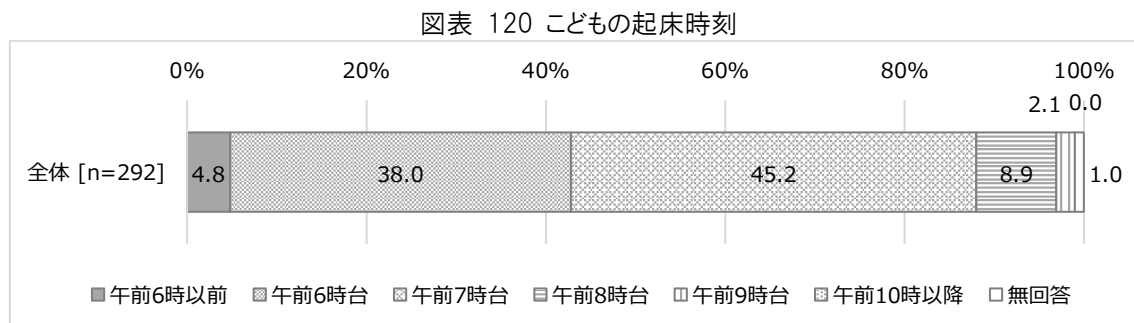
図表 119 「幸せ」かどうかを判断する際に、重視した事項〔複数回答〕



(2) 生活習慣

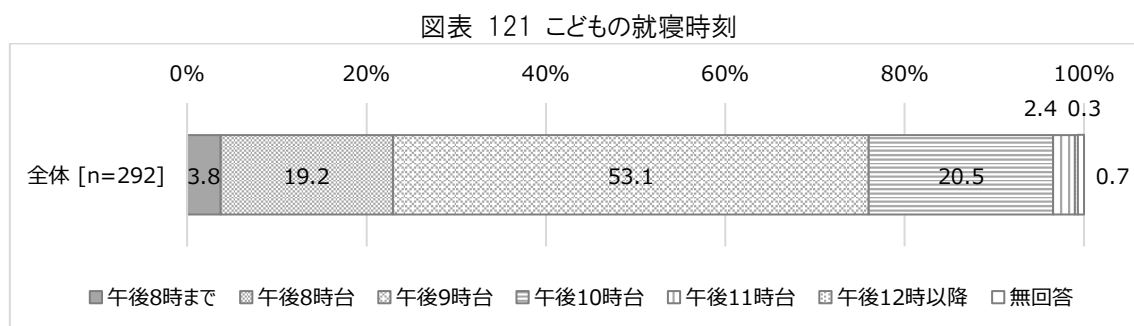
① こどもの起床時刻

こどもの起床時刻は、「午前7時台」が45.2%、「午前6時台」が38.0%、「午前8時台」が8.9%となっている。



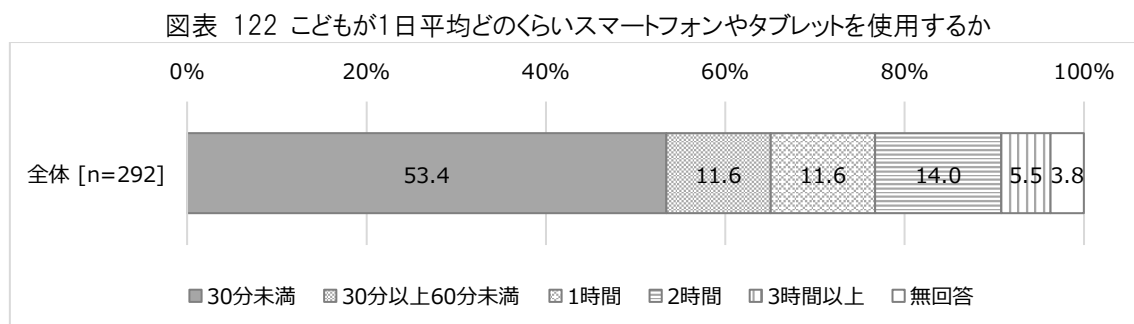
② こどもの就寝時刻

こどもの就寝時刻は、「午後9時台」が53.1%、「午後10時台」が20.5%、「午後8時台」が19.2%となっている。



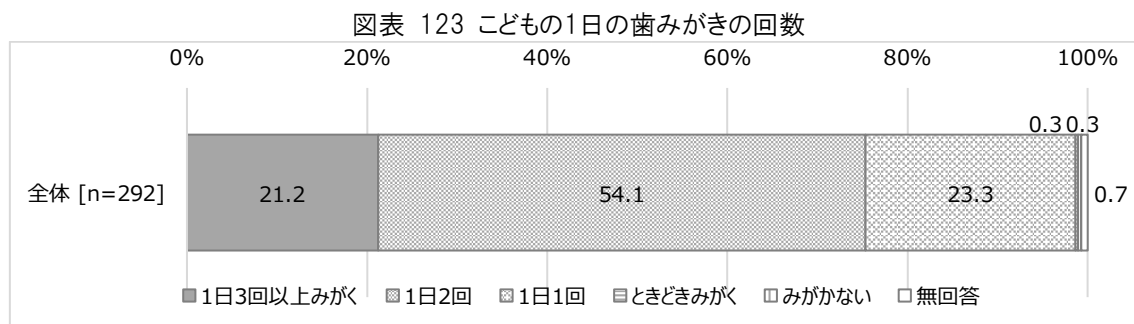
③ こどもが1日平均どのくらいスマートフォンやタブレットを使用するか

こどもが1日平均どのくらいスマートフォンやタブレットを使用するか聞いたところ、「30分未満」が53.4%、「2時間」が14.0%、「30分以上60分未満」「1時間」がいずれも11.6%となっている。



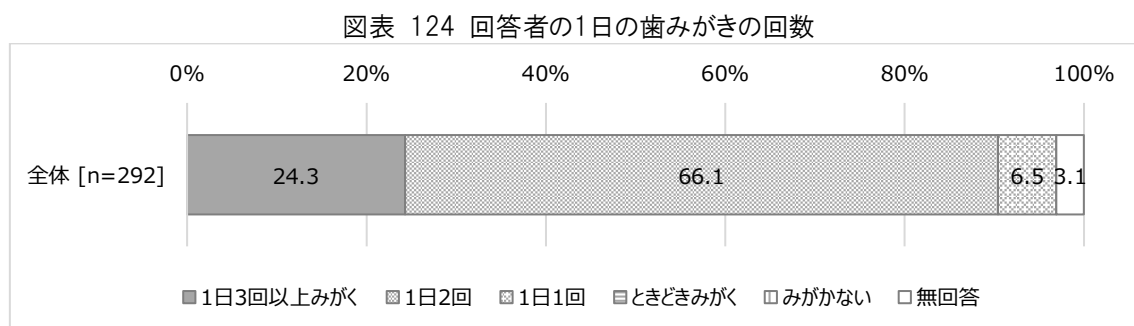
④ こどもの1日の歯みがきの回数

こどもの1日の歯みがきの回数は、「1日2回」が54.1%、「1日1回」が23.3%、「1日3回以上みがく」が21.2%となっている。



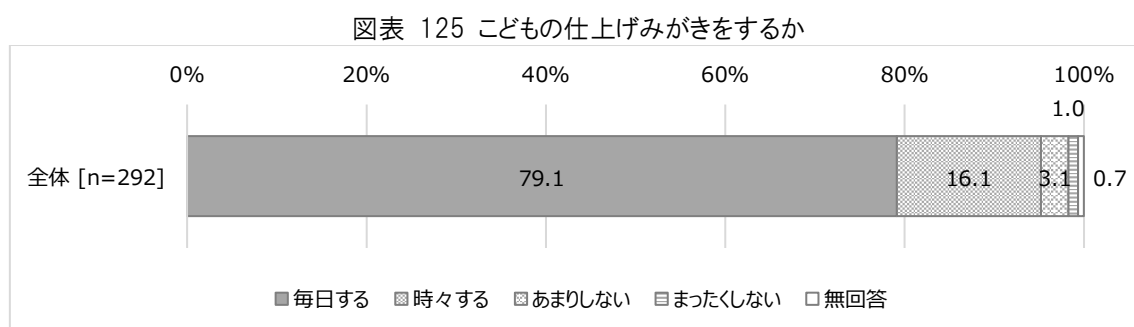
⑤ 回答者の1日の歯みがきの回数

回答者の1日の歯みがきの回数は、「1日2回」が66.1%、「1日3回以上みがく」が24.3%、「1日1回」が6.5%となっている。



⑥ こどもの仕上げみがきをするか

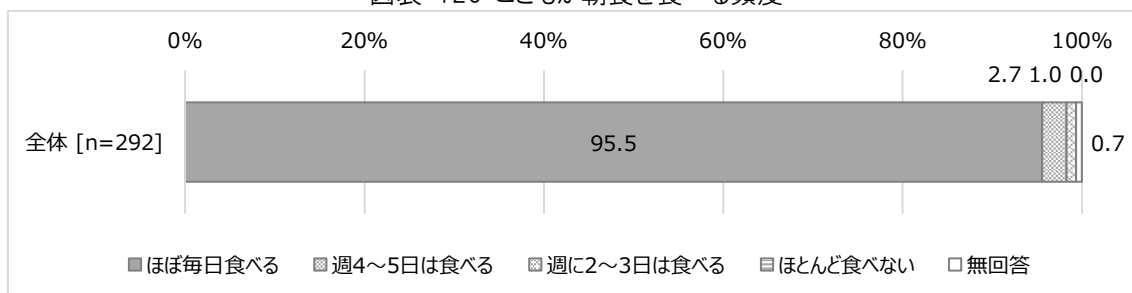
こどもの仕上げみがきをするか聞いたところ、「毎日する」が79.1%、「時々する」が16.1%、「あまりしない」が3.1%となっている。



⑦ こどもが朝食を食べる頻度

こどもが朝食を食べる頻度は、「ほぼ毎日食べる」が95.5%、「週4～5日は食べる」が2.7%、「週に2～3日は食べる」が1.0%となっている。

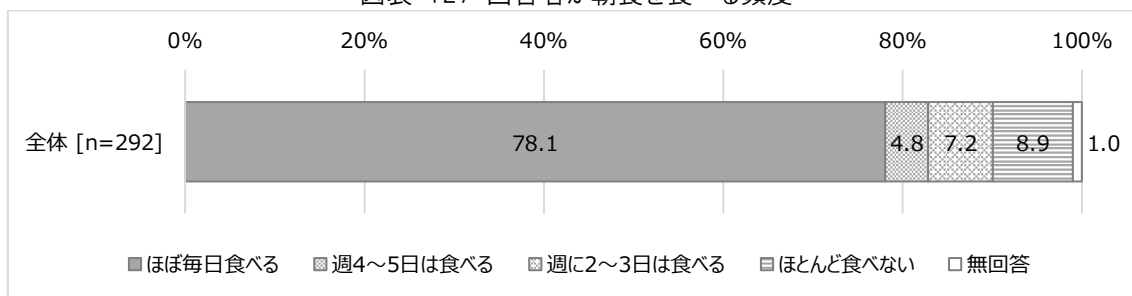
図表 126 こどもが朝食を食べる頻度



⑧ 回答者が朝食を食べる頻度

回答者が朝食を食べる頻度は、「ほぼ毎日食べる」が78.1%、「ほとんど食べない」が8.9%、「週に2～3日は食べる」が7.2%となっている。

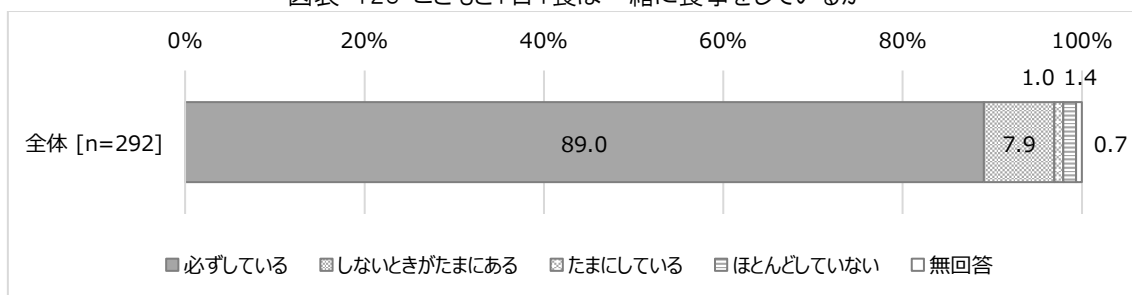
図表 127 回答者が朝食を食べる頻度



⑨ こどもと1日1食は一緒に食事をしているか

こどもと1日1食は一緒に食事をしているか聞いたところ、「必ずしている」が89.0%、「しないときがたまにある」が7.9%、「ほとんどしていない」が1.4%となっている。

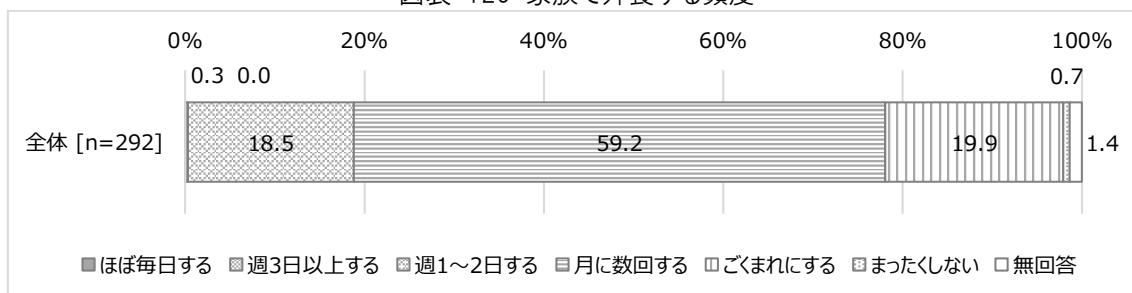
図表 128 こどもと1日1食は一緒に食事をしているか



⑩ 家族で外食する頻度

家族で外食する頻度は、「月に数回する」が59.2%、「ごくまれにする」が19.9%、「週1～2日する」が18.5%となっている。

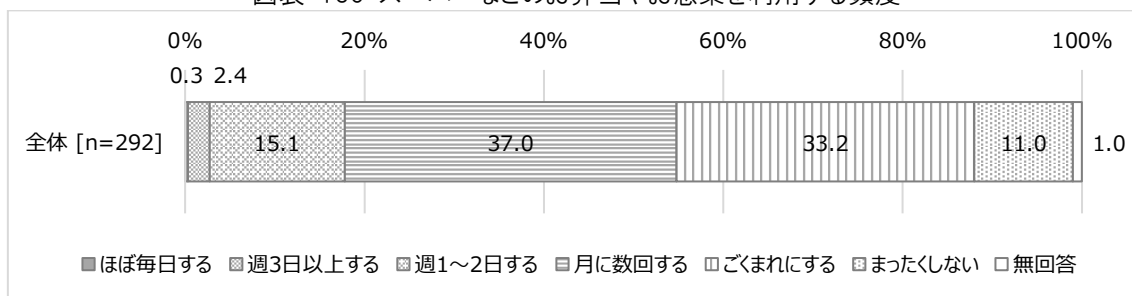
図表 129 家族で外食する頻度



⑪ スーパーなどのお弁当やお惣菜を利用する頻度

スーパーなどのお弁当やお惣菜を利用する頻度は、「月に数回する」が37.0%、「ごくまれにする」が33.2%、「週1～2日する」が15.1%となっている。

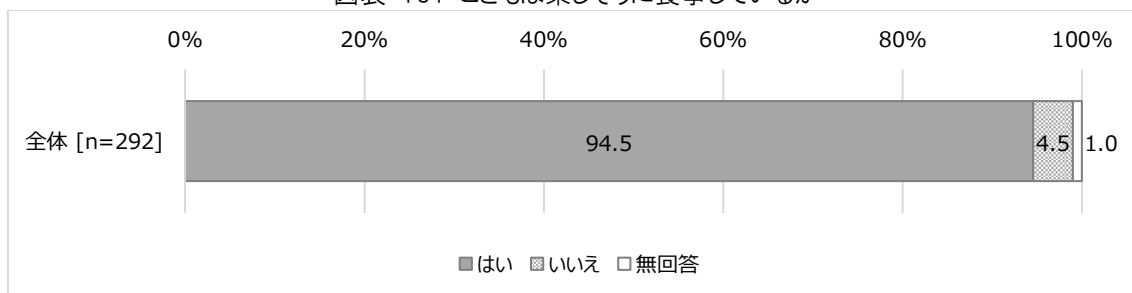
図表 130 スーパーなどのお弁当やお惣菜を利用する頻度



⑫ こどもは楽しそうに食事しているか

こどもは楽しそうに食事しているか聞いたところ、「はい」が94.5%、「いいえ」が4.5%となっている。

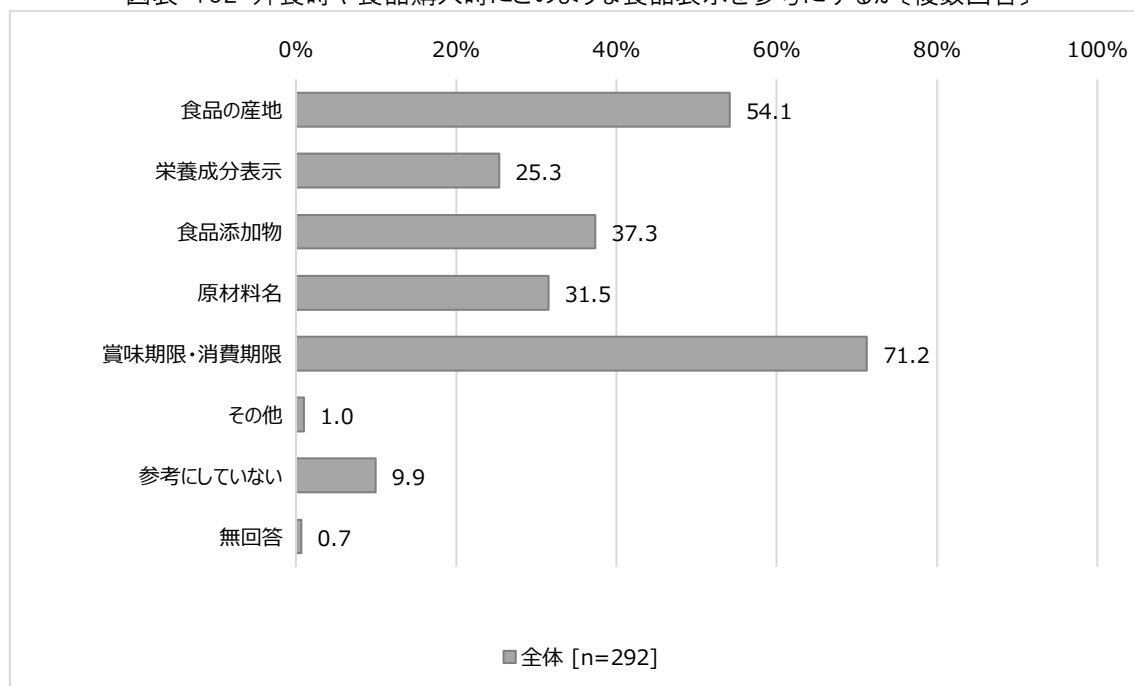
図表 131 こどもは楽しそうに食事しているか



⑬ 外食時や食品購入時にどのような食品表示を参考にするか

外食時や食品購入時にどのような食品表示を参考にするか聞いたところ、「賞味期限・消費期限」が71.2%、「食品の産地」が54.1%、「食品添加物」が37.3%となっている。

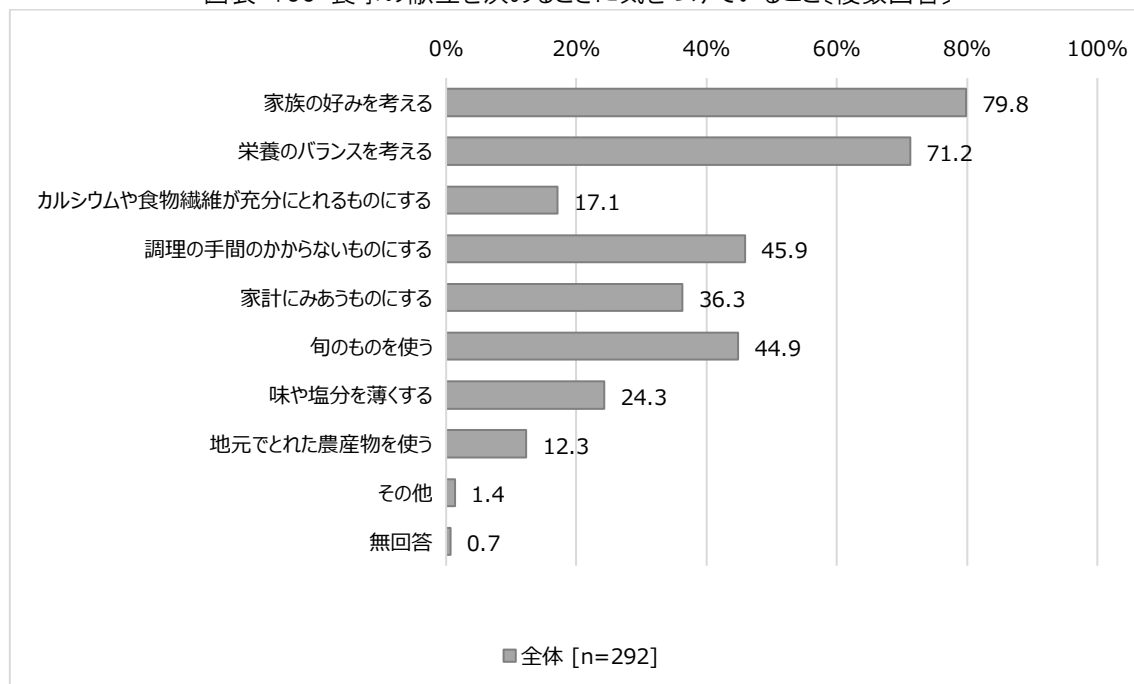
図表 132 外食時や食品購入時にどのような食品表示を参考にするか〔複数回答〕



⑭ 食事の献立を決めるときに気をつけていること

食事の献立を決めるときに気をつけていることは、「家族の好みを考える」が79.8%、「栄養のバランスを考える」が71.2%、「調理の手間のかからないものにする」が45.9%となっている。

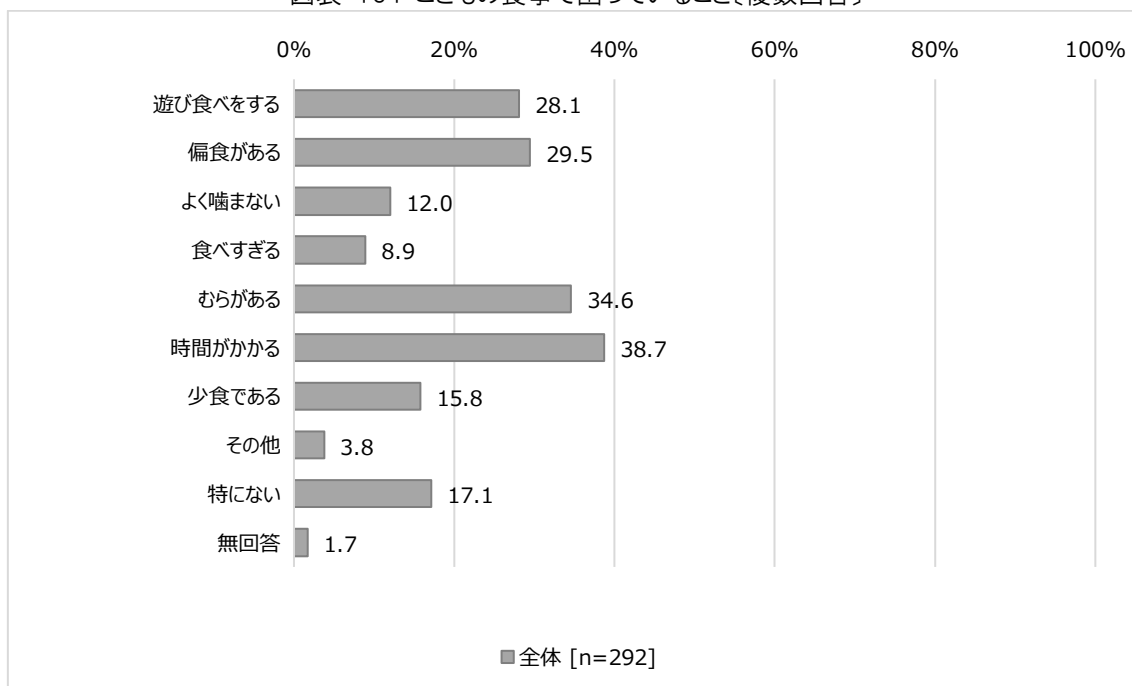
図表 133 食事の献立を決めるときに気をつけていること〔複数回答〕



⑮ こどもの食事で困っていること

こどもの食事で困っていることは、「時間がかかる」が38.7%、「むらがある」が34.6%、「偏食がある」が29.5%となっている。

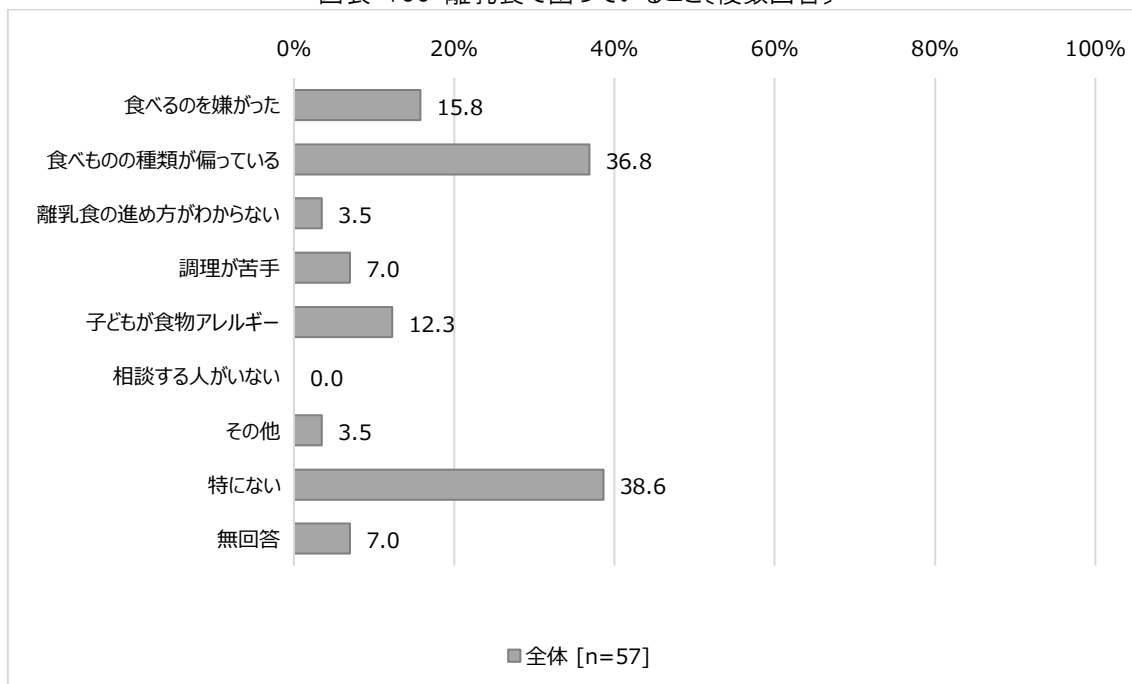
図表 134 こどもの食事で困っていること〔複数回答〕



⑯ 離乳食で困っていること

こどもの年齢が1歳と回答した方に離乳食で困っていることについて聞いたところ、「特にない」が38.6%、「食べものの種類が偏っている」が36.8%、「食べるのを嫌がった」が15.8%となっている。

図表 135 離乳食で困っていること〔複数回答〕

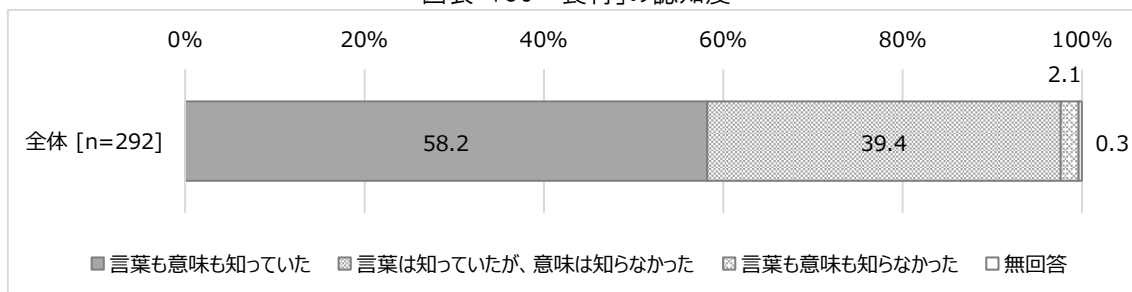


(3) 食育

① 「食育」の認知度

「食育」の認知度は、「言葉も意味も知っていた」が58.2%、「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」が39.4%、「言葉も意味も知らなかった」が2.1%となっている。

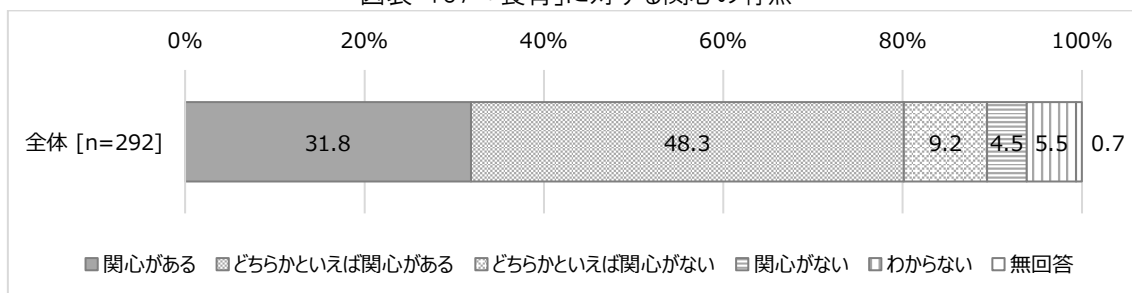
図表 136 「食育」の認知度



② 「食育」に対する関心の有無

「食育」に対する関心の有無は、「どちらかといえば関心がある」が48.3%、「関心がある」が31.8%、「どちらかといえば関心がない」が9.2%となっている。

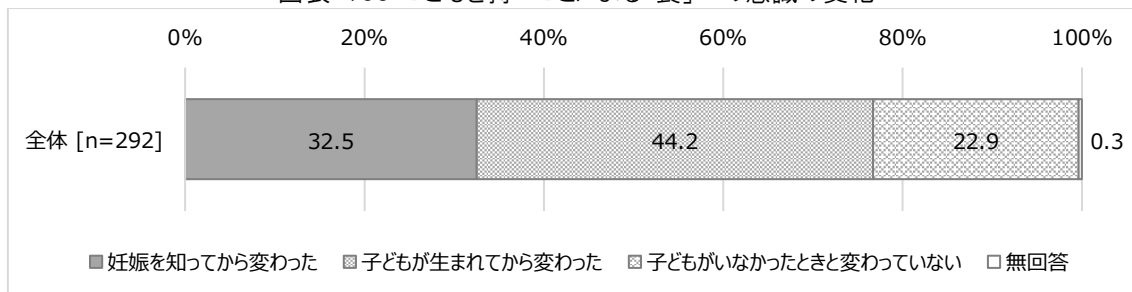
図表 137 「食育」に対する関心の有無



③ こどもを持つことによる「食」への意識の変化

こどもを持つことによる「食」への意識の変化は、「子どもが生まれてから変わった」が44.2%、「妊娠を知ってから変わった」が32.5%、「子どもがいなかったときと変わっていない」が22.9%となっている。

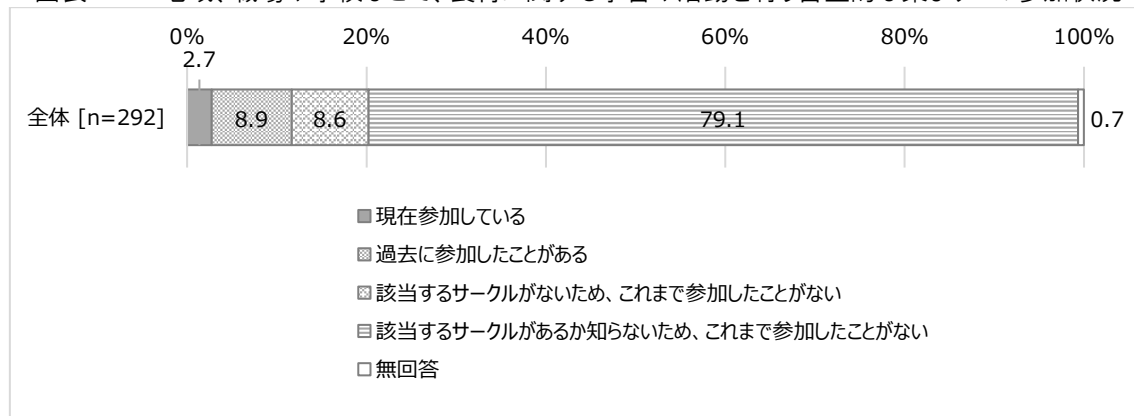
図表 138 こどもを持つことによる「食」への意識の変化



④ 地域、職場や学校などで、食育に関する学習や活動を行う自主的な集まりへの参加状況

地域、職場や学校などで、食育に関する学習や活動を行う自主的な集まりへの参加状況は、「該当するサークルがあるか知らないため、これまで参加したことがない」が79.1%、「過去に参加したことがある」が8.9%、「該当するサークルがないため、これまで参加したことがない」が8.6%となっている。

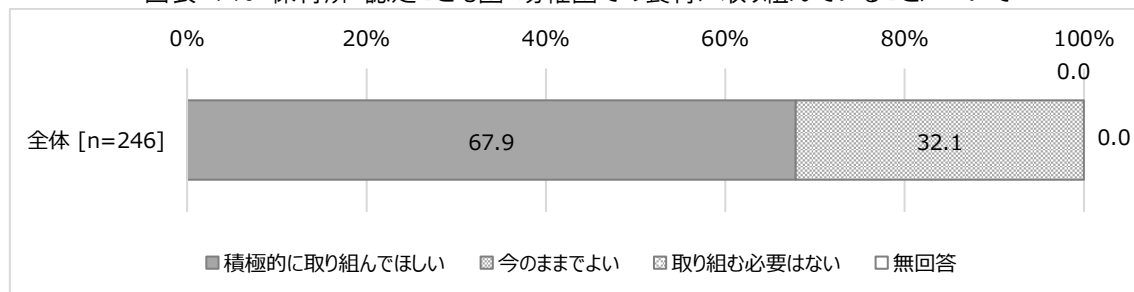
図表 139 地域、職場や学校などで、食育に関する学習や活動を行う自主的な集まりへの参加状況



⑤ 保育所・認定こども園・幼稚園での食育に取り組んでいることについて

保育所・認定こども園・幼稚園に通っていると回答した人に、保育所・認定こども園・幼稚園での食育に取り組んでいることについて聞いたところ、「積極的に取り組んでほしい」が67.9%、「今のままでよい」が32.1%となっている。

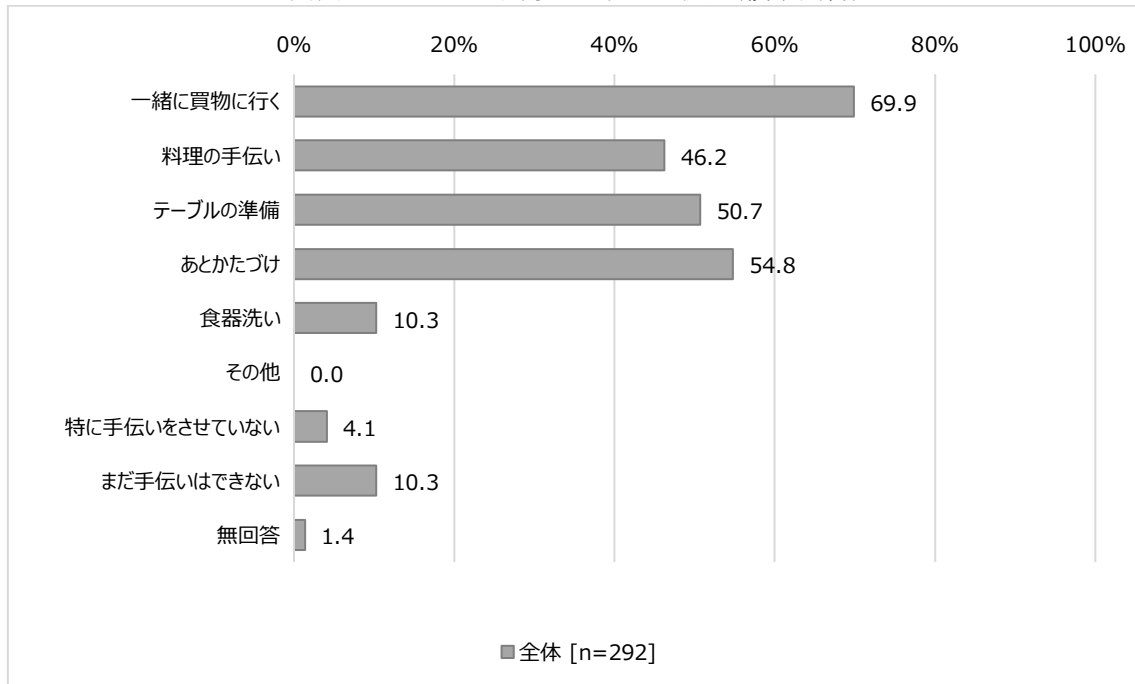
図表 140 保育所・認定こども園・幼稚園での食育に取り組んでいることについて



⑥ こどもの食事の手伝いの状況

こどもの食事の手伝いの状況は、「一緒に買物に行く」が69.9%、「あとかたづけ」が54.8%、「テーブルの準備」が50.7%となっている。

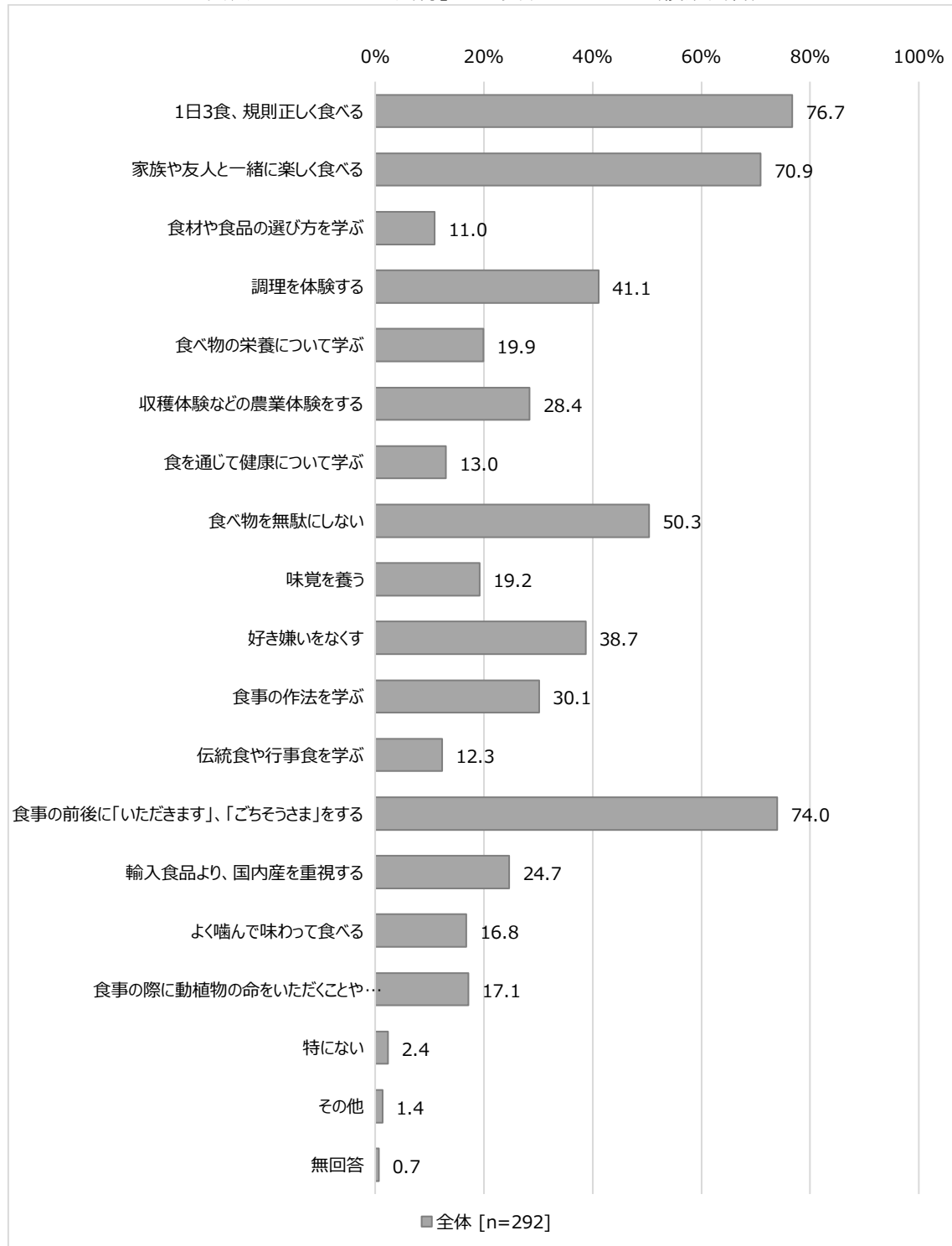
図表 141 こどもの食事の手伝いの状況〔複数回答〕



⑦ こどもの「食育」として実践していること

こどもの「食育」として実践していることは、「1日3食、規則正しく食べる」が76.7%、「食事の前後に「いただきます」、「ごちそうさま」をする」が74.0%、「家族や友人と一緒に楽しく食べる」が70.9%となっている。

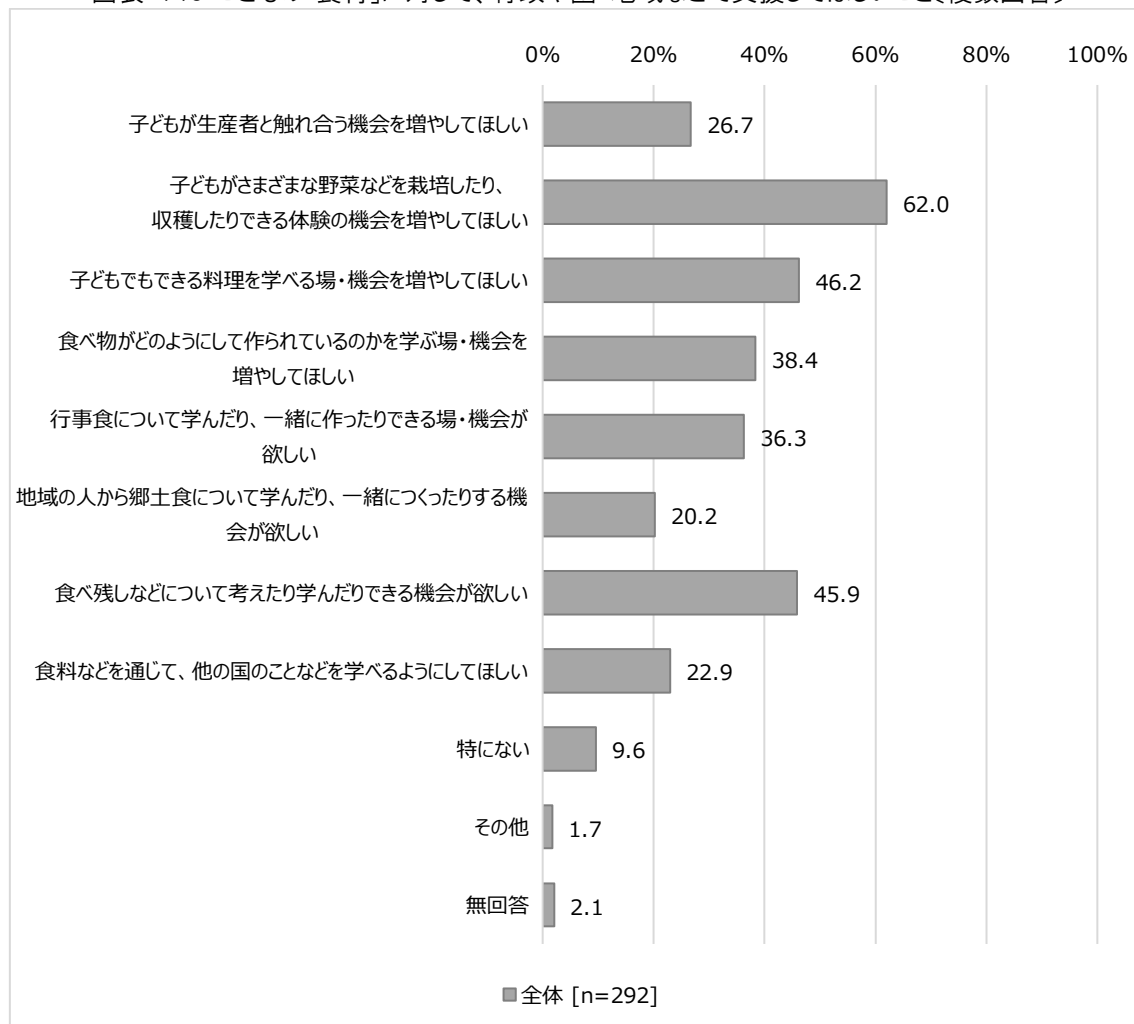
図表 142 こどもの「食育」として実践していること〔複数回答〕



⑧ こどもの「食育」に対して、行政や園・地域などで支援してほしいこと

こどもの「食育」に対して、行政や園・地域などで支援してほしいことは、「子どもがさまざまな野菜などを栽培したり、収穫したりできる体験の機会を増やしてほしい」が62.0%、「子どもでもできる料理を学べる場・機会を増やしてほしい」が46.2%、「食べ残しなどについて考えたり学んだりできる機会が欲しい」が45.9%となっている。

図表 143 こどもの「食育」に対して、行政や園・地域などで支援してほしいこと〔複数回答〕



⑨ 健康づくりや食育に関する意見

健康づくりや食育の推進のために必要だと思うことを聞いたところ、主な意見は以下のとおり。

図表 144 健康づくりや食育の推進についての主な意見〔自由記述〕

イベント・取組に対する希望

- お米作り、お味噌づくり、古来から伝わる伝統をもっともっと学べる場を増やしてほしい。自然豊かな和泉に住んでいるんだから…。もっと土に、植物に触れてほしいです！自然の大切さを学んでほしい。そしてオーガニック給食を実現してください。
- 飽食の時代で、かつ、「食べられないものはたべなくていいよ」という声かけも多いので、こどもたちが食べ物を捨てる、残す、大切にしないことが普通になっているように思います。もちろん、無理に食べることではないです。食べ物の大切さを学べる（体感する）機会を増やしてほしいです。
- 園は食育の取組が多くてすばらしいと感じます。他園や小学校にも取り入れていただきたいです。
- 添加物が増え、食材も選ばないといけな時代です。こどもの時からそういったことを学ぶ機会が教育の場でもあれば嬉しいです。
- いつもありがとうございます。保育園給食、いつもおいしくいただいているみたいです。来年度から小学校に上がります。難しいかもしれませんが、有機・減農薬野菜などの給食など、もっと積極的な取り組みを希望します。
- 健康のために国産のものや無添加のものを買いたいが値段が高く手を出しにくい。旬の野菜や魚などの美味しい食べ方を一緒に学ぶと嫌いな食べ物にも少しは興味をもつような催しがあれば嬉しい。
- 土日祝以外にも平日の活動もあればいいなと思います。
- 親子で参加できるものがあれば行ってみたいです。できれば無料、土日などで。

園の取組に感謝

- 保育園の給食や取組等我が子ども楽しみにしており、親としても毎回感謝でいっぱいです。ありがとうございます。
- 現在通っているこども園では、食育をしっかりしてくださっているのがありがたいと思っています。
- 園では、野菜の栽培、収穫、クッキング…ありとあらゆる取組で、息子は日々五感で大切なことを学ばせていただいております、感謝の気持ちでいっぱいです。他の園にも広がってほしいです。
- 今の保育園では食育をととても積極的にしてくれていてとてもよいと思います。しかも、地域の人がとても協力してくれているので、嬉しい。

アレルギーや添加物に配慮を希望

- カレーはおそらく他の方の家でもよく作るので（手軽）園では出さなくてもいいと思います。パスタ、うどん、パン等の小麦を給食ではもう少し控えてほしい。食品添加物にも気を付けてほしい。
- いろいろなアレルギーが増えている中、牛乳を給食で飲むのはやめられないのか…と思います。牛乳は、牛乳アレルギーではなくても他のアレルギーを強めてしまうという研究結果も出ていると勉強しました。私が実際にそうでした。白ごはんの日に、牛乳も本当に合わず、こどものころから白米と牛乳の組み合わせが嫌だったのを覚えています。しっかりと健康のことを考えていただきたいし、学んでいただきたいと思います。
- 食育にもつながると思いますし、生産者の方を守ることにものなると思うが、是非国産にこだわってもらいたいです。アレルギーは問われることがありますが、添加物については問われないので、もう少し意識してもらいたいです。本当に問題はないのでしょうか。もっと口に入れることに向き合ってほしいです。

好き嫌いに対する対応を知りたい

- 最近は好き嫌いや偏食が多く、おかずをあまり食べてくれません。そのせいか、風邪をひくと治りがよくない気がします。食が体づくりに大切だし、わかりやすく教える方法が知りたいです。
- 嫌なもの、食べたくないと思ったらすぐに残す癖があるので、残すもったいないよと話したりしますが、なかなか伝わることはありません。子供に伝わって欲しいと思うのですが、なかなかどう話せばと言うのがわからず、諦めてます。いい方法はないでしょうか

その他

- このアンケートで、食育について考えるきっかけになりました。ありがとうございました。
- 地域に飲食店がとても少ない。ファーストフード等の軽食の店を誘致してほしい。
- 今のところ、ほとんど好き嫌いなく食べてくれていて、そのおかげか体調を崩すことも少ないです。食と健康は大切なつながりですね。
- 幼稚園の給食、とても美味しかったです。小学校の給食も、きょうだいから「おいしかった」と聞いています。が、中学校は「まずい」という日が多いです…。安心できるものをおいしく食べさせてあげてほしいです。
- 野菜や肉類、調味料といった物価が高く安価な物を選ばざるをえない現代ですが工夫をして安くても健康的なメニューが広報などに掲載してもらえればと思います。
- 地元のものを地元で消費できるようにしてほしい

5 市民調査（クロス集計）

(1) 基本情報

① BMI

性別では、全体と比べて「男性」では「肥満」が高く、「女性」で「普通」が高くなっており、「男性」で「普通」、「女性」で肥満が低くなっている。

図表 145 BMI(性別)

	合計 (n=)	やせ (18.5未 満)	普通 (18.5～ 24.9)	肥満 (25.0以 上)	無回答
全体	912	9.8	67.2	20.7	2.3
男性	381	8.0	60.3	31.0	0.7
女性	522	11.1	72.3	13.2	3.4

※性別の「全体」には「回答しない」や「無回答」も含まれる。以下同様。

年代4区分別では、全体と比べて「16～24歳」で「やせ」、「45～64歳」で「肥満」が高くなっており、「16～24歳」で「肥満」が特に低く、「45～64歳」で「普通」が低くなっている。

図表 146 BMI(年代4区分別)

	合計 (n=)	やせ (18.5未 満)	普通 (18.5～ 24.9)	肥満 (25.0以 上)	無回答
全体	912	9.8	67.2	20.7	2.3
16～24歳	105	19.1	71.3	9.2	0.4
25～44歳	217	9.3	69.8	18.7	2.2
45～64歳	315	8.5	61.7	27.2	2.6
65歳以上	275	8.1	69.9	19.3	2.7

② 現在の健康状態

性別では、全体と比べて大きな差はみられない。

図表 147 現在の健康状態(性別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
男性	381	26.2	25.9	33.0	13.0	2.0	0.0
女性	522	21.5	31.4	32.7	10.6	3.4	0.4
回答しない	8	21.2	25.2	53.6	0.0	0.0	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「16～24歳」で「よい」が高くなっている。

図表 148 健康状態(年代4区分別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
16～24歳	105	51.1	24.7	18.1	4.4	1.6	0.0
25～44歳	217	26.6	31.0	28.4	11.8	2.2	0.0
45～64歳	315	20.2	31.9	35.5	9.7	2.0	0.6
65歳以上	275	14.0	25.7	39.8	16.0	4.4	0.0

世帯構成別では、全体と比べて「親と子と孫」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっており、「一人暮らし」で低くなっている。

図表 149 現在の健康状態(世帯構成別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
一人暮らし	83	24.5	12.8	41.2	15.5	6.0	0.0
夫婦	281	19.7	32.1	36.4	8.9	2.3	0.7
親と子	464	24.3	30.8	30.0	12.2	2.8	0.0
親と子と孫	66	32.0	27.3	28.8	10.6	1.3	0.0
その他	13	11.9	22.0	39.1	27.0	0.0	0.0

家族内のこどもの有無別では、全体と比べて「乳幼児」「小学生」「中学生・高校生」で全体よりも「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 150 現在の健康状態(家族内のこどもの有無別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
乳幼児	105	26.8	41.2	26.5	4.4	1.0	0.0
小学生	137	28.8	38.6	24.7	7.0	0.8	0.0
中学生・高校生	166	25.6	37.4	25.8	8.3	3.0	0.0
いない	584	21.6	24.1	37.0	13.8	3.2	0.3

職業別では、全体と比べて「」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 151 現在の健康状態(職業別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
勤め人	308	26.3	29.8	35.3	7.5	1.1	0.0
自営業	46	27.8	29.6	31.9	8.8	2.0	0.0
農林水産業	4	13.8	51.2	10.0	25.1	0.0	0.0
学生	83	47.3	27.3	17.5	5.9	2.1	0.0
家事専業	143	15.8	25.3	37.5	16.9	3.2	1.4
アルバイト・パート	145	24.1	39.8	25.6	8.7	1.7	0.0
無職	171	12.2	23.6	39.1	18.0	7.0	0.0
その他	8	17.3	0.0	58.0	24.6	0.0	0.0

BMI別では、「普通」で「やせ」「肥満」と比べて「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 152 現在の健康状態(BMI別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
やせ(18.5未満)	89	21.4	26.9	30.9	14.3	4.3	2.2
普通(18.5~24.9)	613	26.3	30.4	32.5	8.2	2.7	0.0
肥満(25.0以上)	189	16.5	26.8	34.8	19.8	2.0	0.0

健康づくりへの関心の有無別では、全体と比べて「関心がある」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 153 現在の健康状態(健康づくりへの関心の有無別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
関心がある	322	35.4	29.3	23.2	8.4	3.2	0.6
どちらかといえば関心がある	471	14.6	32.3	37.6	13.3	2.2	0.0
どちらかと言えば関心が無い	81	21.6	18.2	43.1	14.6	2.5	0.0
関心が無い	37	37.0	8.1	41.2	7.1	6.6	0.0

現在の幸福度別では、全体と比べて「大いに幸せ」で「よい」が高くなっている。

図表 154 現在の健康状態(現在の幸福度別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
大いに幸せ	182	49.4	28.7	17.7	4.2	0.0	0.0
ある程度幸せ	427	22.5	37.1	30.8	6.9	2.7	0.0
どちらかという幸せ	238	11.0	20.6	49.2	19.2	0.0	0.0
どちらかという幸せではない	24	3.7	8.8	32.7	39.8	14.9	0.0
あまり幸せではない	24	0.0	5.9	31.7	33.2	29.2	0.0
全く幸せではない	10	0.0	0.0	27.5	45.4	27.0	0.0

「幸せ」かどうかを判断する際に、重視した事項別では、全体と比べて「仕事の充実感」「充実した余暇」「就業状況」「友人関係」「職場の人間関係」「趣味・社会貢献」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 155 現在の健康状態(「幸せ」かどうかを判断する際に、重視した事項別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
健康状態	649	27.7	31.5	30.8	7.5	2.2	0.3
家計の状況	519	23.3	32.3	30.3	10.9	2.8	0.4
就業状況	277	27.7	33.6	27.6	9.4	1.6	0.0
家族関係	630	24.4	30.6	31.8	10.9	2.0	0.3
友人関係	385	29.2	32.0	30.5	7.4	0.9	0.0
職場の人間関係	183	29.6	30.6	28.8	7.5	3.5	0.0
地域コミュニティとの関係	91	24.4	34.1	31.4	7.8	2.4	0.0
精神的なゆとり	367	25.1	32.3	29.2	11.6	1.3	0.5
自由な時間	447	27.0	30.6	30.3	10.7	0.9	0.4
充実した余暇	211	32.7	30.3	25.3	9.1	1.6	0.9
趣味・社会貢献などの生きがい	255	30.7	29.5	29.2	8.8	1.8	0.0
仕事の充実感	145	30.8	32.3	27.6	7.3	2.0	0.0
その他	19	6.7	29.3	33.5	30.5	0.0	0.0

1日にどの程度歩くか別では、全体と比べて「60分以上90分未満」「90分以上」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 156 現在の健康状態(1日にどの程度歩くか別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
30分未満	325	15.2	24.7	36.6	17.7	5.8	0.0
30分以上60分未満	317	24.6	30.6	32.7	10.5	1.0	0.6
60分以上90分未満	144	27.6	38.0	29.0	5.4	0.0	0.0
90分以上	120	38.1	27.1	28.5	4.7	1.7	0.0

1回30分以上の運動を行う頻度別では、全体と比べて「ほとんど、もしくは全く行っていない」で「あまりよくない」と「よくない」の合計が高くなっている。

図表 157 現在の健康状態(1回30分以上の運動を行う頻度別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
週2日以上	388	27.6	29.6	31.2	9.2	1.8	0.5
週1日程度	149	20.2	41.1	24.7	11.8	2.2	0.0
ほとんど、もしくは全く行っていない	366	19.8	24.1	38.1	13.9	4.0	0.0

1回30分以上の運動の継続期間別では、全体と比べて「1年以上」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 158 現在の健康状態(1回30分以上の運動の継続期間別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
6か月未満	73	20.2	32.8	28.9	12.0	6.2	0.0
6か月～1年未満	51	17.7	33.9	32.0	16.4	0.0	0.0
1年以上	407	27.9	32.9	28.8	8.6	1.4	0.5

朝食を食べる頻度別では、「よい」と「まあよい」の合計は全体と比べて大きな差は見られない。

図表 159 現在の健康状態(朝食を食べる頻度別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
ほぼ毎日食べる	760	22.8	31.0	32.3	11.3	2.4	0.3
週4～5日は食べる	30	16.9	8.3	50.0	21.9	2.9	0.0
週2～3日は食べる	30	28.4	22.9	27.5	14.5	6.7	0.0
ほとんど食べない	89	30.3	22.1	33.5	9.6	4.6	0.0

主食・主菜・副菜を3つそろえて1日に2回以上食べる頻度別では、全体と比べて「ほぼ毎日食べる」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 160 現在の健康状態(主食・主菜・副菜を3つそろえて1日に2回以上食べる頻度別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
ほぼ毎日食べる	496	28.3	31.0	28.6	9.6	2.1	0.4
週4～5日は食べる	151	19.0	30.1	38.5	8.5	3.9	0.0
週2～3日は食べる	170	12.4	25.3	44.6	16.0	1.6	0.0
ほとんど食べない	87	26.6	25.3	26.5	14.7	6.8	0.0

1日に食べる果物の量別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 161 現在の健康状態(1日に食べる果物の量別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
よく食べる	68	21.3	31.1	39.7	5.1	2.9	0.0
そこそこ食べる	231	23.5	28.8	35.5	10.3	1.9	0.0
あまり食べない	431	25.9	27.6	32.5	11.7	1.9	0.4
食べない	179	18.4	32.1	28.2	15.4	5.9	0.0

生活習慣病予防・改善のための食生活の実践別では、全体と比べて「いつも気をつけて実践している」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 162 現在の健康状態(生活習慣病予防・改善のための食生活の実践別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
いつも気をつけて実践している	105	35.0	28.7	25.1	8.7	2.5	0.0
気をつけて実践している	385	20.2	33.4	32.2	10.8	2.9	0.5
あまり気をつけて実践していない	340	22.1	27.5	36.3	13.0	1.1	0.0
まったく気をつけて実践していない	77	30.1	15.7	33.4	11.4	9.4	0.0

「食育」の認知度別では、全体と比べて「言葉も意味も知っていた」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 163 現在の健康状態(「食育」の認知度別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
言葉も意味も知っていた	498	25.4	32.5	29.5	10.2	2.0	0.4
言葉は知っていたが、意味は知らなかった	307	21.2	24.8	39.2	11.8	3.0	0.0
言葉も意味も知らなかった	92	22.5	26.8	27.9	16.4	6.4	0.0

「食育」に対する関心の有無別では、全体と比べて「関心がある」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 164 現在の健康状態(「食育」に対する関心の有無別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
関心がある	187	33.4	27.9	25.6	9.4	2.7	1.0
どちらかといえば関心がある	429	20.2	37.0	29.8	11.7	1.3	0.0
どちらかといえば関心がない	150	23.4	17.9	44.9	11.7	2.1	0.0
関心がない	73	20.0	15.3	40.2	14.8	9.7	0.0
わからない	66	21.3	21.1	38.6	13.5	5.5	0.0

家族で朝食を食べる頻度別では、全体と比べて「ほとんど毎日」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 165 現在の健康状態(家族で朝食を食べる頻度別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよくない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
ほとんど毎日	316	22.8	34.7	30.5	10.6	0.7	0.6
週に4～5日	47	25.1	38.0	31.8	2.7	2.3	0.0
週に2～3日	81	19.2	36.7	27.4	12.0	4.8	0.0
週に1日程度	71	10.0	41.3	39.1	9.6	0.0	0.0
ほとんどない	283	27.4	22.8	33.1	12.7	4.0	0.0

家族で夕食を食べる頻度別では、全体と比べて「ほとんどない」で「あまりよくない」と「よくない」の合計が高くなっている。

図表 166 現在の健康状態(家族で夕食を食べる頻度別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよくない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
ほとんど毎日	504	23.1	34.3	30.3	10.4	1.5	0.4
週に4～5日	84	19.4	25.6	43.5	6.5	4.9	0.0
週に2～3日	102	22.1	35.1	32.8	7.9	2.1	0.0
週に1日程度	37	22.8	36.6	24.6	12.3	3.7	0.0
ほとんどない	64	28.6	8.7	34.2	23.2	5.3	0.0

地産地消等について実践していること別では、全体と比べて「農産物直売所を利用している」「日頃から環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいる」で「実践していることはない」よりも「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 167 現在の健康状態(地産地消等について実践していること別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよくない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
農産物直売所を利用している	216	23.9	41.3	23.9	7.9	2.1	0.9
自分や家族が農作物を栽培している	187	30.5	25.6	30.1	13.2	0.5	0.0
産地や生産者を意識して農林水産物や食品を選んでいる	206	20.4	35.9	31.8	7.7	3.3	0.9
日頃から環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいる	126	30.8	31.1	25.8	9.4	2.9	0.0
実践していることはない	382	22.0	24.8	38.6	11.7	2.9	0.0
その他	15	38.1	20.1	24.8	16.9	0.0	0.0

郷土料理や伝統料理を食べる頻度別では、全体と比べて「まったく食べない」で「よい」と「まあよい」の合計が低くなっている。

図表 168 現在の健康状態(郷土料理や伝統料理を食べる頻度別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
ほぼ毎日	19	19.4	5.7	39.6	25.2	0.0	10.1
週に3～5日程度	24	13.9	29.8	38.0	18.3	0.0	0.0
週に1～2日程度	59	22.3	38.7	28.9	7.5	2.6	0.0
月に2～3日程度	72	24.3	31.8	31.5	11.2	1.2	0.0
月に1日程度	73	25.4	41.6	21.8	9.4	1.7	0.0
2～3ヶ月に1日程度	124	20.8	36.4	35.6	6.4	0.7	0.0
それ以下	250	25.1	30.2	32.3	10.0	2.4	0.0
まったく食べない	267	25.6	20.9	34.6	13.7	5.2	0.0

郷土料理や伝統料理などの継承別では、全体と比べて「受け継いでいない」で「よい」と「まあよい」の合計が低くなっている。

図表 169 現在の健康状態(郷土料理や伝統料理などの継承別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
受け継いでおり、伝えている	188	32.4	31.4	28.5	5.0	1.7	1.0
受け継いでいるが、伝えていない	225	25.8	31.6	29.6	10.4	2.5	0.0
受け継いでいない	481	19.3	27.5	36.1	14.1	3.0	0.0

食事の際の挨拶の有無別では、全体と比べて「まったくしていない」で「よい」と「まあよい」の合計が低くなっている。

図表 170 現在の健康状態(食事の際の挨拶の有無別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
必ずしている	435	24.3	30.1	31.3	11.0	2.8	0.4
ほとんどしている	214	27.7	35.0	22.9	11.5	2.9	0.0
時々している	180	19.9	24.2	42.6	12.2	1.1	0.0
まったくしていない	75	16.4	18.3	47.1	12.0	6.3	0.0

食品の安全性について知識の有無別では、全体と比べて「知識を持っている」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 171 現在の健康状態(食品の安全性について知識の有無別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
知識を持っている	116	32.7	24.9	30.3	7.5	4.6	0.0
どちらかといえば知識を持っている	442	20.1	34.5	28.7	13.7	2.6	0.4
どちらかといえば知識がない	233	20.2	28.2	37.9	10.9	2.9	0.0
知識がない	69	38.4	15.3	40.8	4.7	0.9	0.0
わからない	40	32.8	12.6	38.5	14.0	2.1	0.0

食の安全性に関する知識・情報に基づいて判断や行動別では、全体と比べて「いつもしている」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 172 現在の健康状態(食の安全性に関する知識・情報に基づいて判断や行動別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
いつもしている	135	39.7	25.1	23.8	5.6	5.8	0.0
している	419	18.5	35.1	31.0	13.8	1.2	0.5
あまりしていない	287	22.8	24.6	38.9	11.5	2.2	0.0
まったくしていない	57	27.2	20.6	32.8	9.2	10.2	0.0

「食品ロス」を軽減するために取り組んでいること別では、全体と比べて「飲食店等で注文し過ぎない」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 173 現在の健康状態(「食品ロス」を軽減するために取り組んでいること別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう
全体	912	23.4	29.0	33.1
小分け商品、少量パック商品、バラ売り等、食べきれる量を購入する	342	24.5	29.7	31.7
冷凍保存を活用する	585	21.9	31.3	34.1
料理を作り過ぎない	284	18.1	33.2	34.1
飲食店等で注文し過ぎない	343	24.0	34.0	30.6
日頃から冷蔵庫等の食材の種類・量・期限表示を確認する	394	23.1	29.7	32.6
残さず食べる	598	26.4	28.9	31.5
「賞味期限」を過ぎてみずぐに捨てるのではなく、自分で食べられるか判断する	575	22.2	29.3	33.2
その他	19	32.0	12.2	28.2
取り組んでいることはない	24	26.0	24.2	33.2
食品ロスの問題を知らない	3	35.1	64.9	0.0

ストレスを解消できているか別では、全体と比べて「その都度解消できている」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 174 現在の健康状態(ストレスを解消できているか別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
その都度解消できている	69	47.0	28.0	21.5	2.5	1.0	0.0
解消できることが多い	394	29.7	37.1	25.5	6.5	0.7	0.5
解消できないことが多い	209	11.2	24.4	37.0	24.2	3.1	0.0
解消できていない	89	5.7	13.9	53.4	16.7	10.3	0.0
わからない	86	14.0	29.5	41.7	9.5	5.2	0.0
ストレスはあまり感じていない	50	39.6	17.1	37.3	6.1	0.0	0.0

普段の睡眠で休養がとれているか別では、全体と比べて「十分とれている」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 175 現在の健康状態(普段の睡眠で休養がとれているか別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
十分とれている	109	44.3	21.1	24.5	7.0	1.3	1.8
ほぼとれている	433	24.8	34.2	30.7	9.1	1.2	0.0
あまりとれていない	314	17.4	28.3	36.1	14.3	4.0	0.0
まったくとれていない	23	4.4	0.0	44.1	39.5	12.0	0.0
わからない	25	4.1	12.4	61.7	13.4	8.4	0.0

喫煙状況別では、全体と比べて「以前から吸わない」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 176 現在の健康状態(喫煙状況別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
吸っている	103	20.9	26.5	40.4	10.1	2.0	0.0
以前は吸っていたがやめた	236	22.7	29.1	33.0	12.2	2.9	0.0
以前から吸わない	563	24.5	29.5	31.3	11.7	2.6	0.3

飲酒の頻度別では、全体と比べて「月に1～3日くらい飲む」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 177 現在の健康状態(飲酒の頻度別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
ほぼ毎日飲む	143	24.0	31.6	31.0	13.2	0.3	0.0
週に5～6日くらい飲む	37	26.6	23.8	40.9	3.7	4.9	0.0
週に3～4日くらい飲む	46	25.8	38.5	31.1	4.7	0.0	0.0
週に1～2日くらい飲む	67	24.1	21.7	32.0	14.5	4.8	2.9
月に1～3日くらい飲む	110	27.0	32.6	28.0	11.5	0.8	0.0
ほとんど飲んでいない	500	21.8	28.3	34.4	12.0	3.5	0.0

過去1年間の歯科健診受診の有無別では、「受けていない」と比べて「受けた」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 178 現在の健康状態(過去1年間の歯科健診受診の有無別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
受けた	604	23.2	31.3	33.9	9.9	1.7	0.0
受けていない	298	23.6	24.7	31.8	15.0	4.3	0.7

よく噛んで食べているか別では、全体と比べて「ゆっくりよく噛んで食べている」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 179 現在の健康状態(よく噛んで食べているか別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
ゆっくりよく噛んで食べている	102	34.8	24.3	30.0	6.2	2.8	1.9
どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている	316	26.0	29.2	29.7	13.5	1.6	0.0
どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない	360	18.7	33.3	34.0	12.0	2.0	0.0
ゆっくりよく噛んで食べていない	125	22.8	20.3	41.6	9.7	5.6	0.0

生活習慣や健康の記録について把握するためのアプリの利用別では、全体と比べて「はい」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 180 現在の健康状態(生活習慣や健康の記録について把握するためのアプリの利用別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
はい	168	28.2	33.1	24.8	13.1	0.8	0.0
いいえ	720	22.9	28.4	34.4	11.1	2.9	0.3

かかりつけ医師の有無別では、全体と比べて「いない」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 181 現在の健康状態(かかりつけ歯科医師の有無別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
いる	493	17.0	26.7	37.8	14.2	3.8	0.4
いない	413	31.0	32.2	27.3	8.2	1.3	0.0

かかりつけ薬剤師の有無別では、全体と比べて「いない」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 182 現在の健康状態(かかりつけ薬剤師の有無別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
いる	206	12.9	26.8	37.2	18.9	4.2	0.0
いない	661	27.2	31.0	30.3	9.1	2.1	0.3

健康診査を受ける頻度別では、全体と比べて「受けたことがない、またはほとんど受けたことがない」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 183 現在の健康状態(健康診査を受ける頻度別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
毎年受けている	671	21.5	29.8	35.5	10.3	2.7	0.3
2～3年に1回程度受けている	45	22.7	46.0	29.1	2.1	0.0	0.0
毎年ではなく不定期で受けている	112	24.3	26.8	26.6	18.8	3.6	0.0
受けたことがない、またはほとんど受けたことがない	80	40.3	17.4	21.6	17.8	2.8	0.0

健診の結果を役立てているか別では、全体と比べて「結果の指示に従って医師の治療・検査・指導、または保健師や栄養士等の指導を受けた」で「よい」と「まあよい」の合計が低くなっている。

図表 184 現在の健康状態(健診の結果を役立てているか別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう
全体	912	23.4	29.0	33.1
結果を踏まえて、健康管理や生活習慣の改善などに役立てている	383	24.4	33.4	31.5
結果の指示に従って医師の治療・検査・指導、または保健師や栄養士等の指導を受けた	244	14.1	29.7	37.8
結果の見方がわからない	10	60.8	18.8	11.1
結果の確認はするが、特に役立てていない	173	22.9	30.5	39.2
その他	3	64.3	18.7	17.0
	合計 (n=)	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	11.5	2.7	0.2
結果を踏まえて、健康管理や生活習慣の改善などに役立てている	383	7.3	2.9	0.5
結果の指示に従って医師の治療・検査・指導、または保健師や栄養士等の指導を受けた	244	15.2	2.5	0.8
結果の見方がわからない	10	9.4	0.0	0.0
結果の確認はするが、特に役立てていない	173	6.8	0.7	0.0
その他	3	0.0	0.0	0.0

がん検診の定期受診別では、全体と比べて「受診していない」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 185 現在の健康状態(がん検診の定期受診別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
受診している	394	18.7	31.4	37.3	9.5	2.7	0.5
受診していない	499	27.6	27.8	29.6	12.9	2.1	0.0

自治会、町会、婦人会、老人クラブ、子ども会、PTA等の地域活動への参加状況別では、全体と比べて「参加している」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 186 現在の健康状態(自治会、町会、婦人会、老人クラブ、子ども会、PTA等の地域活動への参加状況別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
参加している	249	25.3	35.1	29.6	7.7	1.5	0.8
参加していない	626	23.3	27.0	34.0	12.6	3.0	0.0

スポーツ・趣味・娯楽活動への参加状況別では、全体と比べて「参加している」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 187 現在の健康状態(スポーツ・趣味・娯楽活動への参加状況別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
参加している	218	25.3	34.4	32.7	6.7	0.9	0.0
参加していない	656	23.5	27.8	32.7	12.6	3.1	0.3

ボランティア・NPO・市民活動への参加状況別では、全体と比べて「参加している」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 188 現在の健康状態(ボランティア・NPO・市民活動への参加状況別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
参加している	105	29.4	36.2	30.4	4.0	0.0	0.0
参加していない	758	23.3	28.7	33.3	11.6	3.0	0.3

住んでいる地域や職場等、所属しているさまざまな集団での食事会等の機会への参加状況別では、全体と比べて「参加している」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 189 現在の健康状態(住んでいる地域や職場等、所属しているさまざまな集団での食事会等の機会への参加状況別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
参加している	150	29.2	31.7	31.0	5.8	2.3	0.0
参加していない	715	22.6	28.8	33.3	12.2	2.7	0.3

地域の人たちとのつながりの強さ別では、全体と比べて「どちらかといえば強い方だと思う」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 190 現在の健康状態(地域の人たちとのつながりの強さ別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
強い方だと思う	46	49.9	24.7	23.2	2.2	0.0	0.0
どちらかといえば強い方だと思う	155	27.6	31.8	34.6	4.5	1.4	0.0
どちらかといえば弱い方だと思う	195	17.6	33.9	31.9	13.3	2.3	1.0
弱い方だと思う	412	19.0	29.1	33.4	14.2	4.3	0.0
わからない	88	38.1	19.8	32.1	10.1	0.0	0.0

健康に関する情報の入手手段別では、全体と比べて「」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 191 現在の健康状態(健康に関する情報の入手手段別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
家族・親族	426	26.0	29.8	33.2	8.7	1.8	0.5
隣近所の人・友人・知人	236	24.9	31.7	34.1	7.3	1.1	0.8
サークルなどの仲間	52	21.1	38.8	30.1	10.0	0.0	0.0
保育所・幼稚園・学校	51	31.0	31.7	31.6	5.7	0.0	0.0
市役所や市の機関	79	21.7	28.3	27.3	20.5	2.3	0.0
市の広報やパンフレット	223	18.2	28.7	37.6	13.6	1.0	0.9
テレビ・ラジオ・新聞	422	19.3	32.0	34.0	12.3	1.8	0.5
市のホームページ	41	12.0	34.7	31.3	21.1	0.9	0.0
いずみメール	68	24.1	32.9	26.8	11.2	4.9	0.0
インターネット	468	27.9	31.2	28.4	9.8	2.3	0.4
雑誌	105	22.6	32.4	30.2	13.0	1.8	0.0
健康アプリ	55	25.4	42.0	18.4	11.9	2.3	0.0
その他	39	22.3	16.0	37.5	17.9	6.3	0.0
情報の入手先がない	30	30.6	28.2	27.8	13.3	0.0	0.0

飲酒リスク別では、全体と比べて大きな差はない。

図表 192 現在の健康状態(飲酒リスク別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
リスクあり	119	24.3	30.5	28.6	13.0	2.0	1.6
リスクなし	771	22.8	29.1	34.0	11.4	2.8	0.0

運動習慣者別では、全体と比べて「運動習慣者である」で「よい」と「まあよい」の合計が高くなっている。

図表 193 現在の健康状態(運動習慣者別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	912	23.4	29.0	33.1	11.5	2.7	0.2
運動習慣者である	312	28.2	29.9	31.6	7.9	1.9	0.6
運動習慣者でない	586	20.8	29.1	33.4	13.4	3.3	0.0

③ 健康づくりへの関心の有無

性別では、全体と比べて大きな差はみられない。

図表 194 健康づくりへの関心の有無(性別)

	合計 (n=)	関心があ る	どちらか といえば 関心があ る	どちらか といえば 関心が無 い	関心が無 い	無回答
全体	912	35.3	51.6	8.9	4.0	0.1
男性	381	36.1	48.7	11.4	3.8	0.0
女性	522	35.0	54.1	6.8	4.0	0.2
回答しない	8	27.0	21.2	30.6	21.2	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「16～24歳」で「関心がない」が高く、「関心がある」「どちらかとい
えば関心がある」が低くなっている。

図表 195 健康づくりへの関心の有無(年代4区分別)

	合計 (n=)	関心があ る	どちらか といえば 関心があ る	どちらか といえば 関心が無 い	関心が無 い	無回答
全体	912	35.3	51.6	8.9	4.0	0.1
16～24歳	105	29.4	45.3	13.4	12.0	0.0
25～44歳	217	36.7	49.9	7.1	6.3	0.0
45～64歳	315	35.9	54.1	7.9	2.1	0.0
65歳以上	275	35.8	52.7	9.7	1.4	0.3

④ 現在の幸福度

性別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 196 現在の幸福度(性別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せでは ない	全く幸 せでは ない	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
男性	381	21.2	41.5	28.6	3.5	3.8	0.7	0.6
女性	522	19.0	51.1	24.3	1.7	1.9	1.4	0.7
回答しない	8	7.0	33.2	30.6	29.2	0.0	0.0	0.0

年代4区分別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 197 現在の幸福度(年代4区分別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸せ	どちらか という と幸せで はない	あまり幸 せではな い	全く幸せ ではない	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
16～24歳	105	22.9	44.5	25.3	1.7	4.5	0.8	0.4
25～44歳	217	29.8	48.5	17.1	0.5	3.5	0.6	0.0
45～64歳	315	16.4	46.3	29.7	3.6	1.9	1.2	1.0
65歳以上	275	15.2	47.1	29.4	3.6	2.3	1.5	0.9

家族内のこどもの有無別では、「乳幼児」で「幸せ」（「大いに幸せ」「ある程度幸せ」「どちらかという
と幸せ」の合計。以下同様）が高くなっている。

図表 198 現在の幸福度(家族内のこどもの有無別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸せ	どちらか という と幸せで はない	あまり幸 せではな い	全く幸せ ではない	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
乳幼児	105	39.3	46.7	13.4	0.3	0.2	0.0	0.0
小学生	137	26.9	51.9	17.5	2.4	0.9	0.0	0.3
中学生・高校生	166	23.7	47.3	20.3	1.9	3.0	3.6	0.2
いない	584	15.4	46.4	30.4	3.2	3.1	0.7	0.9

職業別では、全体と比べて大きな差は見られない。「無職」は「勤め人」よりも「幸せ」が低くなってい
る。

図表 199 現在の幸福度(職業別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸せ	どちらか という と幸せで はない	あまり幸 せではな い	全く幸せ ではない	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
勤め人	308	22.0	49.2	24.0	2.0	2.8	0.0	0.0
自営業	46	26.6	39.0	29.3	3.1	2.0	0.0	0.0
農林水産業	4	0.0	19.2	70.8	0.0	0.0	0.0	10.0
学生	83	23.3	44.1	23.7	2.1	5.1	1.0	0.5
家事専業	143	21.2	50.7	20.6	1.5	2.1	2.6	1.5
アルバイト・パート	145	18.6	50.2	25.9	2.4	1.2	0.9	0.8
無職	171	14.0	40.8	34.5	5.5	3.3	0.9	1.1
その他	8	17.8	42.0	25.1	0.0	0.0	15.1	0.0

BMI別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 200 現在の幸福度(BMI別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸 せではな い	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
やせ(18.5未満)	89	18.9	39.6	32.1	2.0	5.2	0.0	2.2
普通(18.5～24.9)	613	19.9	50.2	24.0	2.7	1.6	0.9	0.6
肥満(25.0以上)	189	22.5	40.5	27.7	3.0	4.8	1.4	0.0

現在の健康状態別では、全体と比べて「幸せ」が「よい」「まあよい」で高くなっている。

図表 201 現在の幸福度(現在の健康状態別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸 せではな い	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
よい	214	42.1	45.1	12.2	0.4	0.0	0.0	0.2
まあよい	264	19.8	59.9	18.5	0.8	0.5	0.0	0.4
ふつう	302	10.7	43.6	38.8	2.6	2.6	0.9	0.8
あまりよくない	105	7.3	27.9	43.6	9.2	7.7	4.3	0.0
よくない	25	0.0	46.3	0.0	14.5	28.4	10.8	0.0

健康づくりへの関心の有無別では、「関心がある」「どちらかといえば関心がある」で「幸せ」が「どちらかといえば関心が無い」よりも高くなっている。

図表 202 現在の幸福度(健康づくりへの関心の有無別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸 せではな い	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
関心がある	322	31.3	45.7	17.6	1.3	2.2	1.0	1.0
どちらかといえば関心がある	471	13.9	50.7	30.1	1.7	2.0	1.0	0.6
どちらかと言えは関心が無い	81	12.0	32.5	36.8	12.9	5.8	0.0	0.0
関心が無い	37	16.3	38.1	26.6	4.1	8.4	6.5	0.0

「幸せ」かどうかを判断する際に、重視した事項別では、全体と比べて「地域コミュニティとの関係」で「幸せ」が高くなっている。

図表 203 現在の幸福度(「幸せ」かどうかを判断する際に、重視した事項別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸 せではな い	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
健康状態	649	22.3	49.8	22.4	2.5	1.2	0.9	0.9
家計の状況	519	21.3	48.5	22.4	3.6	2.6	0.9	0.7
就業状況	277	22.9	52.3	21.5	0.8	2.1	0.3	0.0
家族関係	630	22.8	52.2	20.6	1.9	0.6	1.1	0.7
友人関係	385	24.7	53.6	18.9	0.6	1.7	0.2	0.3
職場の人間関係	183	26.1	51.9	15.6	3.3	1.6	1.5	0.0
地域コミュニティとの関係	91	29.1	54.1	15.5	0.2	0.0	0.9	0.2
精神的なゆとり	367	26.4	46.6	18.3	2.5	3.4	1.6	1.1
自由な時間	447	22.4	46.8	25.4	1.7	2.3	0.7	0.7
充実した余暇	211	26.5	43.5	22.5	2.8	2.3	0.9	1.5
趣味・社会貢献などの生きがい	255	29.6	49.0	14.9	2.7	2.3	1.1	0.4
仕事の充実感	145	31.2	45.9	17.5	2.9	1.8	0.6	0.0
その他	19	11.9	33.8	49.0	0.0	3.1	0.0	2.0

1日にどの程度歩くか別では、全体と比べて「30分未満」で「幸せではない」(「どちらかという幸せではない」「あまり幸せではない」「全く幸せではない」の合計。以下同様)が高くなっている。

図表 204 現在の幸福度(1日にどの程度歩くか別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸 せではな い	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
30分未満	325	13.5	45.2	29.2	4.7	4.7	2.3	0.4
30分以上60分未満	317	23.1	48.4	25.3	0.7	0.8	0.6	1.2
60分以上90分未満	144	20.6	53.1	21.4	3.0	1.5	0.0	0.4
90分以上	120	28.7	39.1	26.1	1.5	3.6	0.7	0.3

運動の継続期間別では、全体と比べて「1年以上」で「幸せ」が高くなっている。

図表 205 現在の幸福度(運動の継続期間別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸 せではな い	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
6か月未満	73	18.6	44.0	29.7	3.6	2.1	1.9	0.0
6か月～1年未満	51	18.3	43.6	29.5	4.6	3.9	0.0	0.0
1年以上	407	23.0	50.4	23.4	0.9	1.1	0.3	0.9

運動を始めたり続けるうえで、必要なこと別では、全体と比べて「運動に関する情報」「運動を指導してくれる人」「運動教室などの機会、きっかけ」で「幸せ」が高くなっている。

図表 206 現在の幸福度(運動を始めたり続けるうえで、必要なこと別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せで は な い	あまり幸 せでは ない	全く幸 せ では ない	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
身近に運動ができる場・機会	472	24.2	48.5	21.6	1.5	2.8	0.8	0.5
一緒に運動をする仲間	216	23.2	49.6	23.5	1.4	2.3	0.0	0.0
運動に関する情報	76	22.7	54.6	22.0	0.0	0.7	0.0	0.0
現在の身体の状態を知ること	249	19.2	44.0	29.1	2.9	4.1	0.5	0.2
運動を指導してくれる人	125	19.8	46.6	31.6	1.7	0.2	0.0	0.0
運動教室などの機会、きっかけ	110	25.4	54.0	19.5	0.8	0.4	0.0	0.0
家族や周囲の人の理解	116	36.8	35.1	21.5	6.1	0.5	0.0	0.0
運動した効果を実感できること	285	22.3	48.6	23.3	2.6	3.0	0.0	0.2
時間的なゆとり	524	23.7	49.2	21.7	1.9	2.3	0.8	0.5
経済的なゆとり	213	21.4	44.4	25.8	4.5	3.0	0.9	0.0
その他	24	0.0	46.0	43.7	1.6	7.1	0.0	1.6
特になし	56	10.0	30.9	41.7	6.4	2.6	5.1	3.3

朝食を食べる頻度別では、全体と比べて「ほとんど食べない」で、「幸せではない」が高くなっている。

図表 207 現在の幸福度(朝食を食べる頻度別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せで は な い	あまり幸 せでは ない	全く幸 せ では ない	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
ほぼ毎日食べる	760	19.5	47.5	26.7	2.7	2.0	1.0	0.6
週4～5日は食べる	30	18.0	58.9	18.1	5.0	0.0	0.0	0.0
週2～3日は食べる	30	26.5	37.2	27.3	2.4	6.6	0.0	0.0
ほとんど食べない	89	23.4	39.6	22.8	2.1	8.4	2.5	1.3

主食・主菜・副菜を3つそろえて1日に2回以上食べる頻度別では、全体と比べて「ほとんど食べない」で「幸せではない」が高くなっている。

図表 208 現在の幸福度(主食・主菜・副菜を3つそろえて1日に2回以上食べる頻度別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せで は な い	あまり幸 せでは ない	全く幸 せ では ない	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
ほぼ毎日食べる	496	20.6	48.9	25.7	1.6	2.0	0.3	0.9
週4～5日は食べる	151	21.3	47.2	25.0	2.6	2.7	0.0	1.2
週2～3日は食べる	170	17.9	42.8	28.3	4.7	3.6	2.6	0.0
ほとんど食べない	87	19.6	41.5	25.7	5.3	4.8	3.1	0.0

1日に食べる果物の量別では、全体と比べて「そこそこ食べる」で「幸せ」が高くなっている。また、「食べない」で「幸せではない」が高くなっている。

図表 209 現在の幸福度(1日に食べる果物の量別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と 幸せ	どちらか という と 幸せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸せ ではない	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
よく食べる	68	23.4	49.4	18.9	3.9	0.9	1.9	1.6
そこそこ食べる	231	21.4	51.1	26.8	0.3	0.0	0.0	0.4
あまり食べない	431	21.4	46.0	24.9	3.0	3.3	0.7	0.6
食べない	179	13.5	41.8	31.2	4.5	5.3	3.1	0.6

生活習慣病予防・改善のための食生活の実践別では、全体と比べて「まったく気をつけて実践していない」で「幸せ」が低くなっている。

図表 210 現在の幸福度(生活習慣病予防・改善のための食生活の実践別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と 幸せ	どちらか という と 幸せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸せ ではない	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
いつも気をつけて実践している	105	36.1	43.1	16.6	1.8	0.6	1.2	0.6
気をつけて実践している	385	19.3	51.1	25.0	1.6	1.0	1.0	1.0
あまり気をつけて実践していない	340	16.3	44.5	30.6	4.2	3.1	0.8	0.5
まったく気をつけて実践していない	77	18.5	39.2	24.6	2.5	12.1	3.1	0.0

「食育」の認知度別では、全体と比べて「言葉も意味も知らなかった」で「幸せ」が低くなっている。

図表 211 現在の幸福度(「食育」の認知度別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と 幸せ	どちらか という と 幸せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸せ ではない	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
言葉も意味も知っていた	498	23.2	48.5	24.4	1.2	1.0	0.8	0.9
言葉は知っていたが、意味は知らなかった	307	17.2	44.2	29.6	3.0	4.5	1.0	0.5
言葉も意味も知らなかった	92	13.6	46.8	20.6	9.9	6.1	3.0	0.0

「食育」に対する関心の有無別では、全体と比べて「関心がない」「わからない」で「幸せではない」が高くなっている。

図表 212 現在の幸福度(「食育」に対する関心の有無別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と 幸せ	どちらか という と 幸せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸せ ではない	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
関心がある	187	34.9	43.8	16.7	1.0	1.9	0.0	1.6
どちらかといえば関心がある	429	17.4	54.1	24.9	1.1	1.1	0.9	0.4
どちらかといえば関心がない	150	16.0	43.8	28.7	7.5	3.2	0.0	0.8
関心がない	73	21.6	21.7	36.7	5.5	9.8	4.8	0.0
わからない	66	3.4	39.7	44.0	2.8	5.7	4.3	0.0

家族で朝食を食べる頻度別では、全体と比べて「週に4～5」で「幸せ」が高くなっている。

図表 213 現在の幸福度(家族で朝食を食べる頻度別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸せ ではない	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
ほとんど毎日	316	24.0	48.3	23.2	1.6	1.2	0.6	1.0
週に4～5日	47	22.9	47.9	29.2	0.0	0.0	0.0	0.0
週に2～3日	81	19.2	48.3	25.4	3.7	1.1	1.7	0.6
週に1日程度	71	20.3	53.1	24.2	0.0	2.5	0.0	0.0
ほとんどない	283	17.6	46.5	23.5	5.0	4.7	1.9	0.8

家族で夕食を食べる頻度別では、全体と比べて「ほとんどない」で「幸せではない」が高くなっている。

図表 214 現在の幸福度(家族で夕食を食べる頻度別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸せ ではない	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
ほとんど毎日	504	22.1	50.1	22.5	1.8	1.8	0.7	1.0
週に4～5日	84	21.4	48.1	27.3	0.0	1.0	2.2	0.0
週に2～3日	102	16.1	53.0	22.6	1.6	4.5	1.3	1.0
週に1日程度	37	14.2	45.5	31.0	9.3	0.0	0.0	0.0
ほとんどない	64	20.3	30.4	27.6	12.4	5.9	3.4	0.0

地産地消等について実践していること別では、「自分や家族が農作物を栽培している」「産地や生産者を意識して農林水産物や食品を選んでいる」で「幸せ」が「実践していることはない」よりも高く成っている。

図表 215 現在の幸福度(地産地消等について実践していること別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸せ ではない	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
農産物直売所を利用している	216	23.4	51.9	19.0	2.1	1.1	1.5	1.0
自分や家族が農作物を栽培している	187	19.8	49.0	26.6	1.3	2.5	0.0	0.8
産地や生産者を意識して農林水産物や食品を選んでいる	206	21.2	54.4	19.7	0.8	2.0	0.6	1.3
日頃から環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいる	126	27.7	48.0	18.2	2.0	3.5	0.0	0.6
実践していることはない	382	18.4	42.3	30.0	4.3	3.8	1.0	0.3
その他	15	11.8	46.7	33.2	0.0	1.7	0.0	6.6

郷土料理や伝統料理を食べる頻度別では、全体と比べて「まったく食べない」で「幸せではない」が高くなっている。

図表 216 現在の幸福度(郷土料理や伝統料理を食べる頻度別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸 せではな い	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
ほぼ毎日	19	17.4	28.9	38.5	0.0	1.4	0.0	13.8
週に3～5日程度	24	20.5	39.0	39.9	0.0	0.0	0.0	0.6
週に1～2日程度	59	16.9	64.3	17.9	0.0	1.0	0.0	0.0
月に2～3日程度	72	20.6	47.8	29.4	0.2	1.2	0.0	0.8
月に1日程度	73	21.0	40.4	34.4	1.2	3.1	0.0	0.0
2～3ヶ月に1日程度	124	20.0	49.9	27.8	1.2	0.7	0.0	0.3
それ以下	250	22.3	50.5	20.8	3.6	2.0	0.3	0.5
まったく食べない	267	19.8	41.9	24.5	4.8	5.4	3.4	0.2

郷土料理や伝統料理などの継承別では、「受け継いでいない」で「受け継いでおり、伝えている」よりも「幸せではない」が高い。

図表 217 現在の幸福度(郷土料理や伝統料理などの継承別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸 せではな い	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
受け継いでおり、伝えている	188	31.8	46.5	17.4	1.4	0.5	0.5	2.0
受け継いでいるが、伝えていない	225	19.0	48.8	27.4	1.5	2.3	0.6	0.5
受け継いでいない	481	16.5	45.8	28.3	3.8	3.8	1.6	0.2

食事の際の挨拶の有無別では、全体と比べて「まったくしていない」で「幸せではない」が高くなっている。

図表 218 現在の幸福度(食事の際の挨拶の有無別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸 せではな い	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
必ずしている	435	27.5	41.9	24.5	2.0	2.5	0.9	0.7
ほとんどしている	214	16.8	56.9	21.2	2.4	0.4	1.5	0.8
時々している	180	12.3	50.5	28.9	4.5	2.5	0.8	0.5
まったくしていない	75	5.8	36.9	41.9	3.2	10.5	1.7	0.0

食の安全性に関する知識・情報に基づいて判断や行動別では、全体と比べて「まったくしていない」で「幸せではない」が高くなっている。

図表 219 現在の幸福度(食の安全性に関する知識・情報に基づいた判断や行動別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せで は な い	あまり幸 せでは な い	全く幸 せで は な い	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
いつもしている	135	39.9	36.1	16.2	3.5	2.8	0.9	0.5
している	419	17.2	55.0	22.8	2.3	1.8	0.4	0.5
あまりしていない	287	16.8	41.9	32.4	3.1	3.6	1.4	0.7
まったくしていない	57	10.6	38.9	38.8	1.6	5.1	5.0	0.0

ストレスを解消できているか別では、全体と比べて「解消できていない」で「幸せではない」が高くなっている。

図表 220 現在の幸福度(ストレスを解消できているか別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せで は な い	あまり幸 せでは な い	全く幸 せで は な い	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
その都度解消できている	69	46.8	39.7	8.9	1.9	0.0	1.8	0.9
解消できることが多い	394	28.5	54.1	15.9	0.5	0.0	0.0	0.9
解消できないことが多い	209	8.4	41.2	40.4	4.9	3.0	1.5	0.5
解消できていない	89	5.7	21.9	42.2	9.6	14.6	6.1	0.0
わからない	86	8.2	50.9	33.4	2.3	4.2	0.2	0.8
ストレスはあまり感じていない	50	12.0	57.5	30.5	0.0	0.0	0.0	0.0

普段の睡眠で休養がとれているか別では、「十分とれている」「ほぼとれている」が「あまりとれていない」と比べて「幸せ」が高くなっている。

図表 221 現在の幸福度(普段の睡眠で休養がとれているか別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せで は な い	あまり幸 せでは な い	全く幸 せで は な い	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
十分とれている	109	41.9	37.2	17.0	0.8	0.0	1.3	1.8
ほぼとれている	433	21.4	53.5	22.2	1.4	0.7	0.3	0.4
あまりとれていない	314	13.4	43.9	32.4	4.9	4.6	0.4	0.4
まったくとれていない	23	0.0	20.2	34.0	8.3	12.3	20.2	5.1
わからない	25	7.3	35.4	41.6	0.0	10.2	5.4	0.0

喫煙状況別では、「以前から吸わない」で「吸っている」よりも「幸せ」が高くなっている。

図表 222 現在の幸福度(喫煙状況別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸 せではな い	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
吸っている	103	21.4	32.2	34.3	4.5	2.6	2.5	2.4
以前は吸っていたがやめた	236	20.1	48.4	24.0	3.6	3.2	0.6	0.2
以前から吸わない	563	20.0	48.6	25.6	2.0	2.3	1.1	0.6

現在の歯の本数別では、「20本以上24本未満」「24本以上」で「1本以上10本未満」よりも「幸せ」が高くなっている。

図表 223 現在の幸福度(現在の歯の本数別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸 せではな い	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
0本	31	14.1	45.8	29.8	10.3	0.0	0.0	0.0
1本以上10本未満	71	6.3	37.0	42.0	5.1	3.4	3.7	2.4
10本以上20本未満	125	19.4	45.0	27.1	4.1	3.1	1.1	0.0
20本以上24本未満	214	21.9	43.0	29.3	1.9	1.0	1.5	1.4
24本以上	458	21.9	50.9	21.4	1.8	3.2	0.6	0.3

過去1年間の歯科健診受診の有無別では、「受けた」で「受けていない」よりも「幸せ」が高くなっている。

図表 224 現在の幸福度(過去1年間の歯科健診受診の有無別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸 せではな い	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
受けた	604	21.1	48.2	26.4	1.8	1.1	1.0	0.4
受けていない	298	17.5	44.4	25.6	4.6	5.6	1.4	1.0

よく噛んで食べているか別では「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」で「ゆっくりよく噛んで食べていない」よりも、「幸せ」が高くなっている。

図表 225 現在の幸福度(よく噛んで食べているか別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸 せではな い	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
ゆっくりよく噛んで食べている	102	32.3	47.4	12.7	2.8	1.6	1.2	1.9
どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている	316	19.9	48.7	27.3	2.1	0.9	0.5	0.6
どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない	360	16.5	48.2	26.9	2.7	3.9	1.3	0.5
ゆっくりよく噛んで食べていない	125	21.2	35.8	32.9	4.0	3.5	2.1	0.4

かかりつけ歯科医師の有無別では、「いる」で「いない」よりも「幸せ」が高くなっている。

図表 226 現在の幸福度(かかりつけ歯科医師の有無別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸 せではな い	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
いる	581	20.3	49.0	25.9	2.2	1.3	0.5	0.8
いない	300	21.3	43.1	25.0	3.3	5.6	1.6	0.1

健康診査を受ける頻度別では、全体と比べて「受けたことがない、またはほとんど受けたことがない」で「幸せではない」が高くなっている。

図表 227 現在の幸福度(健康診査を受ける頻度別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸 せではな い	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
毎年受けている	671	19.6	47.5	26.8	2.5	2.2	0.7	0.7
2～3年に1回程度受けている	45	31.7	42.9	22.9	0.8	0.0	0.0	1.6
毎年ではなく不定期で受けている	112	18.7	48.3	21.8	1.8	4.9	4.1	0.4
受けたことがない、またはほとんど受けたことがない	80	19.6	38.0	29.5	6.8	4.9	1.1	0.0

健診の結果を役立てているか別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 228 現在の幸福度(健診の結果を役立てているか別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せでは ない
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7
結果を踏まえて、健康管理や生活習慣の改善などに役立てている	383	26.0	50.2	20.3	1.0
結果の指示に従って医師の治療・検査・指導、または保健師や栄養士等の指導を受けた	244	12.0	48.5	30.9	4.0
結果の見方がわからない	10	28.0	27.8	44.2	0.0
結果の確認はするが、特に役立てていない	173	16.9	42.8	33.9	2.0
その他	3	8.3	63.5	11.2	4.8

	合計 (n=)	あまり幸 せではな い	全く幸 せではな い	無回答
全体	912	2.7	1.1	0.7
結果を踏まえて、健康管理や生活習慣の改善などに役立てている	383	0.9	0.9	0.7
結果の指示に従って医師の治療・検査・指導、または保健師や栄養士等の指導を受けた	244	2.8	0.0	1.9
結果の見方がわからない	10	0.0	0.0	0.0
結果の確認はするが、特に役立てていない	173	3.6	0.8	0.0
その他	3	0.0	0.0	12.3

ボランティア・NPO・市民活動への参加状況別では、「参加している」で「参加していない」よりも幸福度が高い。

図表 229 現在の幸福度(ボランティア・NPO・市民活動への参加状況別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸せ ではない	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
参加している	105	31.9	52.4	13.7	1.7	0.2	0.0	0.0
参加していない	758	19.4	46.4	26.8	2.7	3.0	1.1	0.6

住んでいる地域や職場等、所属しているさまざまな集団での食事会等の機会への参加状況別では、「参加している」で「参加していない」よりも幸福度が高い。

図表 230 現在の幸福度(住んでいる地域や職場等、所属しているさまざまな集団での食事会等の機会への参加状況別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸せ ではない	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
参加している	150	23.1	51.5	22.5	0.8	1.1	0.0	1.1
参加していない	715	20.3	46.1	25.9	3.1	3.0	1.2	0.4

地域の人たちとのつながりの強さ別では、全体と比べて大きな差は見られない／全体と比べて「」で「幸せ」が高くなっている。

図表 231 現在の幸福度(地域の人たちとのつながりの強さ別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と 幸 せ	どちらか という と 幸 せ で は な い	あまり幸 せではな い	全く幸 せではな い	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
強い方だと思う	46	52.6	32.6	12.0	0.0	0.0	2.8	0.0
どちらかといえば強い方だと思う	155	18.1	60.2	21.1	0.1	0.2	0.0	0.3
どちらかといえば弱い方だと思う	195	13.4	50.4	31.4	1.8	1.3	0.0	1.7
弱い方だと思う	412	20.6	41.3	26.3	5.0	4.4	2.1	0.4
わからない	88	19.3	49.3	27.3	0.0	4.0	0.2	0.0

運動習慣者別では、「運動習慣者である」が「運動習慣者ではない」よりも「幸せ」が高くなっている。

図表 232 現在の幸福度(運動習慣者別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と 幸 せ	どちらか という と 幸 せ で は な い	あまり幸 せではな い	全く幸 せではな い	無回答
全体	912	20.0	46.8	26.1	2.7	2.7	1.1	0.7
運動習慣者である	312	24.0	46.9	25.3	0.8	1.3	0.5	1.1
運動習慣者でない	586	18.0	46.8	26.5	3.7	3.1	1.5	0.4

⑤ 「幸せ」かどうかを判断する際に、重視した事項

性別では、全体と比べて「女性」で「友人関係」が高くなっている。

図表 233 「幸せ」かどうかを判断する際に、重視した事項(性別)

	合計 (n=)	健康状態	家計の状況	就業状況	家族関係	友人関係	職場の人間関係	地域コミュニティとの関係
全体	912	71.2	57.0	30.3	69.1	42.2	20.1	10.0
男性	381	69.7	55.3	30.4	64.3	31.9	18.5	9.8
女性	522	72.2	58.2	29.8	72.6	50.0	21.0	10.1
回答しない	8	66.4	48.2	49.6	64.6	35.0	19.0	12.0
	合計 (n=)	精神的なゆとり	自由な時間	充実した余暇	趣味・社会貢献などの生きがい	仕事の充実感	その他	無回答
全体	912	40.3	49.1	23.2	28.0	15.9	2.1	0.3
男性	381	37.1	46.3	25.8	28.9	19.5	0.9	0.6
女性	522	42.2	50.7	20.8	26.8	13.0	2.9	0.0
回答しない	8	50.8	60.2	37.6	47.8	19.0	0.0	0.0

年代4区分別では、「16～24歳」で全体と比べて「友人関係」が特に高く、「家計の状況」が特に低くなっている。「25～44歳」で全体と比べて「職場の人間関係」が特に高く、「地域コミュニティとの関係」が低くなっている。「45～64歳」で全体と比べて「就業状況」が特に高く、「友人関係」が低くなっている。「65歳以上」で全体と比べて「地域コミュニティとの関係」が高く、「就業状況」が特に低くなっている。

図表 234 「幸せ」かどうかを判断する際に、重視した事項(年代4区分別)

	合計 (n=)	健康状態	家計の状況	就業状況	家族関係	友人関係	職場の人間関係	地域コミュニティとの関係
全体	912	71.2	57.0	30.3	69.1	42.2	20.1	10.0
16～24歳	105	49.7	34.1	17.3	49.3	71.8	11.2	4.9
25～44歳	217	67.5	63.2	43.6	81.4	43.0	33.8	3.0
45～64歳	315	78.9	66.9	42.3	71.5	36.8	27.6	11.1
65歳以上	275	73.4	49.4	11.1	64.1	36.5	4.0	16.0
	合計 (n=)	精神的なゆとり	自由な時間	充実した余暇	趣味・社会貢献などの生きがい	仕事の充実感	その他	無回答
全体	912	40.3	49.1	23.2	28.0	15.9	2.1	0.3
16～24歳	105	37.6	65.7	30.5	31.9	11.5	2.9	0.0
25～44歳	217	52.3	47.7	27.0	23.8	20.5	1.5	1.1
45～64歳	315	40.8	47.0	24.6	30.3	23.1	3.3	0.0
65歳以上	275	31.1	46.2	15.7	27.2	5.8	0.9	0.0

(2) 運動習慣

① 運動を始めたり続けるうえで、必要なこと

性別では、全体と比べて大きな差はみられないものの、「現在の身体の状態を知ること」は、「男性」が「女性」よりも高く、「運動教室などの機会、きっかけ」「一緒に運動をする仲間」は、「女性」が「男性」よりも高くなっている。

図表 235 運動を始めたり続けるうえで、必要なこと(性別)

	合計 (n=)	身近に運動ができる場・機会	一緒に運動をする仲間	運動に関する情報	現在の身体の状態を知ること	運動を指導してくれる人	運動教室などの機会、きっかけ	家族や周囲の人の理解
全体	912	51.8	23.6	8.3	27.3	13.7	12.0	12.8
男性	381	50.9	20.2	7.7	31.5	8.9	7.2	10.4
女性	522	52.6	26.0	8.9	24.0	17.2	15.4	14.6
回答しない	8	27.0	37.6	0.0	22.6	16.4	22.6	10.6
	合計 (n=)	運動した効果を実感できること	時間的なゆとり	経済的なゆとり	その他	特になし	無回答	
全体	912	31.2	57.5	23.4	2.7	6.1	1.2	
男性	381	29.3	53.2	21.7	3.0	8.4	1.5	
女性	522	32.4	60.5	24.5	2.5	4.3	1.1	
回答しない	8	29.6	55.8	36.2	0.0	18.6	0.0	

年代4区分別では、「16～24歳」で全体と比べて「身近に運動できる場・機会」が高く、「現在の身体状況を知ること」が特に低くなっている。「25～44歳」で全体と比べて「時間的なゆとり」が特に高くなっている。「45～64歳」で全体と比べて「時間的なゆとり」が高く、「一緒に運動をする仲間」が低くなっている。「65歳以上」で全体と比べて「現在の身体状況を知ること」が高く、「時間的なゆとり」が特に低くなっている。

図表 236 運動を始めたり続けるうえで、必要なこと(年代4区分別)

	合計 (n=)	身近に運動ができる場・機会	一緒に運動をする仲間	運動に関する情報	現在の身体の状態を知ること	運動を指導してくれる人	運動教室などの機会、きっかけ	家族や周囲の人の理解
全体	912	51.8	23.6	8.3	27.3	13.7	12.0	12.8
16～24歳	105	57.5	35.6	7.5	12.6	17.4	6.1	15.6
25～44歳	217	56.0	23.0	5.7	25.8	9.3	9.0	13.6
45～64歳	315	48.4	17.7	10.8	26.9	11.4	14.2	11.7
65歳以上	275	50.1	26.3	7.8	34.4	18.4	14.1	12.2
	合計 (n=)	運動した効果を実感できること	時間的なゆとり	経済的なゆとり	その他	特にない	無回答	
全体	912	31.2	57.5	23.4	2.7	6.1	1.2	
16～24歳	105	29.5	51.6	16.7	0.4	8.8	0.0	
25～44歳	217	33.0	70.7	33.3	3.3	3.8	1.1	
45～64歳	315	37.3	64.2	30.9	2.7	3.8	0.0	
65歳以上	275	23.4	41.6	9.4	3.1	9.5	3.2	

② 運動習慣者（1回30分以上の運動を行う頻度が週2日以上で1年以上継続している人）

性別では、全体と比べて「男性」で「運動習慣者である」が高くなっている。

図表 237 運動習慣者(性別)

	合計 (n=)	運動習慣者である	運動習慣者でない	無回答
全体	912	34.2	64.3	1.5
男性	381	40.0	57.9	2.1
女性	522	30.5	68.4	1.1
回答しない	8	4.4	95.6	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「運動習慣者である」が「65歳以上」で高く、「25～44歳」で低くなっている。

図表 238 運動習慣者(年代4区分別)

	合計 (n=)	運動習慣 者である	運動習慣 者でない	無回答
全体	912	34.2	64.3	1.5
16～24歳	105	35.8	60.6	3.6
25～44歳	217	19.6	78.6	1.7
45～64歳	315	30.7	68.8	0.4
65歳以上	275	49.0	49.2	1.8

世帯構成別では、全体と比べて「一人暮らし」で「運動習慣者である」が高くなっている。

図表 239 運動習慣者(世帯構成別)

	合計 (n=)	運動習慣 者である	運動習慣 者でない	無回答
全体	912	34.2	64.3	1.5
一人暮らし	83	42.9	56.0	1.1
夫婦	281	35.7	63.6	0.7
親と子	464	30.9	66.9	2.2
親と子と孫	66	39.2	60.8	0.0
その他	13	35.6	64.4	0.0

職業別では、全体と比べて「運動習慣者である」が「無職」で高く、「アルバイト・パート」「勤め人」で低くなっている。

図表 240 運動習慣者(職業別)

	合計 (n=)	運動習慣 者である	運動習慣 者でない	無回答
全体	912	34.2	64.3	1.5
勤め人	308	28.5	71.5	0.0
自営業	46	30.5	66.6	2.9
農林水産業	4	59.6	19.2	21.2
学生	83	37.1	59.3	3.6
家事専業	143	34.0	64.3	1.7
アルバイト・パート	145	27.4	72.4	0.3
無職	171	46.7	49.9	3.5
その他	8	88.5	11.5	0.0

(3) 栄養・食生活

① 朝食を食べる頻度

性別では、「女性」が「男性」よりも「ほぼ毎日食べる」が高くなっている。また、「男性」で「ほとんど食べない」の割合が高くなっている。

図表 241 朝食を食べる頻度(性別)

	合計 (n=)	ほぼ毎日 食べる	週4～5日 は食べる	週2～3日 は食べる	ほとんど 食べない	無回答
全体	912	83.3	3.3	3.3	9.8	0.4
男性	381	79.7	3.1	3.6	13.0	0.6
女性	522	86.3	3.2	3.1	7.2	0.3
回答しない	8	78.8	18.6	0.0	2.6	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「ほぼ毎日食べる」が「65歳以上」で高く、「16～24歳」「25～44歳」で低くなっている。

図表 242 朝食を食べる頻度(年代4区分別)

	合計 (n=)	ほぼ毎日 食べる	週4～5日 は食べる	週2～3日 は食べる	ほとんど 食べない	無回答
全体	912	83.3	3.3	3.3	9.8	0.4
16～24歳	105	69.4	7.3	7.1	16.2	0.0
25～44歳	217	74.7	4.9	8.2	11.0	1.1
45～64歳	315	83.5	3.3	0.7	12.5	0.0
65歳以上	275	95.1	0.4	0.7	3.2	0.5

② 3食野菜を食べるか

性別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 243 3食で野菜を食べるか(性別)

	合計 (n=)	3食(毎 食)摂取	3食(毎 食)摂取 しない	無回答
全体	912	32.6	60.3	7.2
男性	381	31.2	61.3	7.5
女性	522	34.0	59.2	6.8
回答しない	8	12.0	71.2	16.8

年代4区分別では、全体と比べて「3食(毎食)摂取」が「65歳以上」で高く、「25～44歳」で低くなっている。

図表 244 3食で野菜を食べるか(年代4区分別)

	合計 (n=)	3食(毎 食)摂取	3食(毎 食)摂取 しない	無回答
全体	912	32.6	60.3	7.2
16～24歳	105	32.2	66.4	1.4
25～44歳	217	18.5	78.4	3.1
45～64歳	315	28.5	66.4	5.1
65歳以上	275	48.5	36.5	15.0

③ 生活習慣病予防・改善のための食生活の実践

性別では、全体と比べて大きな差は見られないものの、「女性」が「男性」よりも「気をつけて実践している」が高くなっている。

図表 245 生活習慣病予防・改善のための食生活の実践(性別)

	合計 (n=)	いつも気 をつけて 実践して いる	気をつけ て実践し ている	あまり気 をつけて 実践して いない	まったく 気をつけ て実践し ていない	無回答
全体	912	11.5	42.3	37.3	8.5	0.5
男性	381	11.6	38.6	39.2	9.9	0.7
女性	522	11.5	45.1	35.6	7.5	0.3
回答しない	8	12.0	19.4	64.2	4.4	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「いつも気をつけて実践している」「気をつけて実践している」が「65歳以上」で高く、「あまり気をつけて実践していない」「まったく気をつけて実践していない」が「16～24歳」で高い。

図表 246 生活習慣病予防・改善のための食生活の実践(年代4区分別)

	合計 (n=)	いつも気 をつけて 実践して いる	気をつけ て実践し ている	あまり気 をつけて 実践して いない	まったく 気をつけ て実践し ていない	無回答
全体	912	11.5	42.3	37.3	8.5	0.5
16～24歳	105	9.3	23.1	44.1	23.5	0.0
25～44歳	217	8.7	37.1	42.8	10.4	1.1
45～64歳	315	9.2	46.0	37.9	6.9	0.0
65歳以上	275	17.2	49.4	29.7	2.9	0.7

(4) 食育

① 「食育」の認知度

性別では、全体と比べて「女性」で「言葉も意味も知っていた」が高くなっている。また、「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」「言葉も意味も知らなかった」が「男性」で高くなっている。

図表 247 「食育」の認知度(性別)

	合計 (n=)	言葉も意 味も知っ ていた	言葉は 知ってい たが、意 味は知ら なかった	言葉も意 味も知ら なかった	無回答
全体	912	54.6	33.6	10.1	1.7
男性	381	40.6	41.7	16.1	1.6
女性	522	64.7	27.6	6.0	1.7
回答しない	8	50.8	49.2	0.0	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「45～64歳」で「言葉も意味も知っていた」が高くなっている。また、「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」が「16～24歳」で高くなっている。

図表 248 「食育」の認知度(年代4区分別)

	合計 (n=)	言葉も意 味も知っ ていた	言葉は 知ってい たが、意 味は知ら なかった	言葉も意 味も知ら なかった	無回答
全体	912	54.6	33.6	10.1	1.7
16～24歳	105	50.1	40.8	9.1	0.0
25～44歳	217	57.2	31.3	10.5	1.1
45～64歳	315	62.6	29.9	7.6	0.0
65歳以上	275	45.1	37.0	13.2	4.7

家庭内のこどもの有無別では、全体と比べて「言葉も意味も知っていた」が「乳幼児」「小学生」「中学生・高校生」で高くなっている。

図表 249 「食育」の認知度(家庭内のこどもの有無別)

	合計 (n=)	言葉も意 味も知っ ていた	言葉は 知ってい たが、意 味は知ら なかった	言葉も意 味も知ら なかった	無回答
全体	912	54.6	33.6	10.1	1.7
乳幼児	105	66.0	28.4	5.6	0.0
小学生	137	70.4	23.0	6.6	0.0
中学生・高校生	166	63.0	30.6	6.4	0.0
いない	584	49.3	35.4	12.7	2.6

圏域別では、全体と比べて「言葉も意味も知っていた」が「中部地域」で高くなっている。

図表 250 「食育」の認知度(圏域別)

	合計 (n=)	言葉も意 味も知っ ていた	言葉は 知ってい たが、意 味は知ら なかった	言葉も意 味も知ら なかった	無回答
全体	912	54.6	33.6	10.1	1.7
北部地域	166	47.5	37.9	13.0	1.6
北西部地域	269	49.7	33.0	13.8	3.5
中部地域	449	60.0	32.5	6.9	0.5
南部地域	28	56.8	31.4	9.0	2.8

② 「食育」に対する関心の有無

性別では、全体と比べて「女性」で「どちらかというに関心がある」が高くなっている

図表 251 「食育」に対する関心の有無(性別)

	合計 (n=)	関心があ る	どちらか といえば 関心があ る	どちらか といえば 関心がな い	関心がな い	わからな い	無回答
全体	912	20.6	47.0	16.4	8.0	7.3	0.8
男性	381	17.9	39.0	21.2	11.0	9.6	1.4
女性	522	22.6	53.0	12.7	5.9	5.4	0.3
回答しない	8	16.4	27.5	33.2	4.4	18.6	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「16～24歳」で「どちらかというに関心がある」が低く、「どちらかというに関心がない」が高くなっている

図表 252 「食育」に対する関心の有無(年代4区分別)

	合計 (n=)	関心があ る	どちらか といえば 関心があ る	どちらか といえば 関心がな い	関心がな い	わからな い	無回答
全体	912	20.6	47.0	16.4	8.0	7.3	0.8
16～24歳	105	14.9	36.2	28.3	15.0	5.6	0.0
25～44歳	217	23.1	48.7	13.4	8.4	5.4	1.1
45～64歳	315	22.6	48.7	15.2	6.9	6.6	0.0
65歳以上	275	18.4	47.7	15.7	6.4	10.1	1.7

家庭内のこどもの有無別では、全体と比べて「小学生」で「関心がある」が高くなっている。また、「乳幼児」で「どちらかといえば関心がある」が高くなっている。

図表 253 「食育」に対する関心の有無(家庭内のこどもの有無別)

	合計 (n=)	関心があ る	どちらか といえば 関心があ る	どちらか といえば 関心がな い	関心がな い	わからな い	無回答
全体	912	20.6	47.0	16.4	8.0	7.3	0.8
乳幼児	105	21.1	58.2	14.0	3.1	3.6	0.0
小学生	137	30.9	50.8	12.0	3.0	2.3	1.0
中学生・高校生	166	18.6	49.6	16.2	9.9	5.7	0.0
いない	584	19.8	44.2	17.4	9.0	8.5	0.9

③ 「食育」に関心がない理由

性別では、全体と比べて大きな差は見られないものの、「男性」が「女性」よりも「自分や家族の食事や食生活について考えるのが面倒だから」「栄養バランス等を考慮せず、好きなものを好きなだけ食べたいから」が高くなっている。

図表 254 「食育」に関心がない理由(性別)

	合計 (n=)	食に関心 がないか ら	自分や家 族の食事 や食生活 について 考えるの が面倒だ から	食事や食 生活への 関心はあ るが、他 のことで 忙しいか ら	食事や食 生活への 関心はあ るが、食 費を安く すること の方が重 要だから	食事や食 生活を特 に意識し なくても 健康だか ら
全体	223	14.5	15.7	19.7	23.8	22.9
男性	122	15.3	18.9	18.6	22.7	21.8
女性	97	13.5	10.5	20.2	24.4	24.7
回答しない	3	11.6	49.5	49.5	49.5	6.9
	合計 (n=)	栄養バラ ンス等を 考慮せ ず、好き なものを 好きなだ け食べた いから	「食育」 自体につ いてよく わからな いから	その他	特に理由 はない	無回答
全体	223	16.0	17.4	5.9	9.9	2.5
男性	122	18.7	18.5	3.0	7.8	3.3
女性	97	12.0	16.7	9.7	12.9	1.5
回答しない	3	31.9	0.0	0.0	0.0	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「65歳以上」で「自分や家族の食事や食生活について考えるのが面倒だから」が高く、「食に関心がないから」「食事や食生活への関心はあるが、他のことで忙しいから」が低い。また、「16～24歳」で「食事や食生活を特に意識しなくても健康だから」が高く（n=45であることに留意）、「45～64歳」で「食事や食生活への関心はあるが、食費を安くすることの方が重要だから」が高い。

図表 255 「食育」に関心がない理由（年代4区分別）

	合計 (n=)	食に関心 がないから	自分や家 族の食事 や食生活 について 考えるの が面倒だ から	食事や食 生活への 関心はあ るが、他 のことで 忙しいか ら	食事や食 生活への 関心はあ るが、食 費を安く すること の方が重 要だから	食事や食 生活を特 に意識し なくても 健康だか ら
全体	223	14.5	15.7	19.7	23.8	22.9
16～24歳	45	14.5	15.8	26.3	7.2	35.6
25～44歳	47	19.4	14.2	25.0	24.0	18.8
45～64歳	69	16.2	10.2	20.9	36.3	17.9
65歳以上	61	8.7	22.9	9.4	22.0	22.2
	合計 (n=)	栄養バラ ンス等を 考慮せ ず、好き なものを 好きなだ け食べた いから	「食育」 自体につ いてよく わからな いから	その他	特に理由 はない	無回答
全体	223	16.0	17.4	5.9	9.9	2.5
16～24歳	45	23.3	13.3	3.7	11.6	0.0
25～44歳	47	16.9	19.7	8.4	5.8	0.0
45～64歳	69	10.8	14.8	6.7	5.7	2.2
65歳以上	61	15.7	21.8	4.5	16.7	6.6

④ 家族で朝食を食べる頻度

年代4区分別では、全体と比べて「ほとんど毎日」が「65歳以上」で高く、「16～24歳」で低くなっている。

図表 256 家族で朝食を食べる頻度(年代4区分別)

	合計 (n=)	ほとんど 毎日	週に4～5 日	週に2～3 日	週に1日 程度	ほとんど ない	無回答
全体	824	38.3	5.7	9.8	8.7	34.4	3.2
16～24歳	93	22.1	3.8	11.9	7.1	51.7	3.4
25～44歳	211	38.4	7.8	12.3	10.1	29.4	2.0
45～64歳	291	29.7	5.4	10.5	10.6	42.7	1.0
65歳以上	229	55.8	4.9	5.7	5.5	21.4	6.8

⑤ 家族で夕食を食べる頻度

年代4区分別では、全体と比べて「ほとんど毎日」が「65歳以上」で高く、「16～24歳」「45～64歳」で低くなっている。

図表 257 家族で夕食を食べる頻度(年代4区分別)

	合計 (n=)	ほとんど 毎日	週に4～5 日	週に2～3 日	週に1日 程度	ほとんど ない	無回答
全体	824	61.2	10.2	12.4	4.5	7.8	4.0
16～24歳	93	53.4	15.6	16.5	6.3	5.9	2.3
25～44歳	211	62.6	13.3	10.9	1.5	9.2	2.5
45～64歳	291	55.2	11.2	13.9	7.3	9.2	3.2
65歳以上	229	70.7	3.9	10.1	2.8	5.6	6.9

⑥ 地産地消等について実践していること

性別では、全体と比べて「女性」で「農産物直売所を利用している」「産地や生産者を意識して農林水産物や食品を選んでいる」が高くなっている。一方「男性」では「実践していることはない」が高くなっている。

図表 258 地産地消等について実践していること(性別)

	合計 (n=)	農産物直 売所を利用 している	自分や家 族が農作 物を栽培 している	産地や生 産者を意 識して農 林水産物 や食品を 選んでいる	日頃から 環境に配 慮した農 林水産 物・食品 を選んでいる	実践して いること はない	その他	無回答
全体	912	23.7	20.5	22.5	13.8	41.9	1.6	2.9
男性	381	15.9	17.0	14.6	9.1	53.8	1.8	3.3
女性	522	29.4	23.2	28.7	17.3	32.9	1.5	2.6
回答しない	8	33.6	12.0	4.4	10.6	54.4	0.0	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「65歳以上」で「産地や生産者を意識して農林水産物や食品を選んでいる」が高くなっている。一方「16～24歳」では「実践していることはない」が高くなっている。

図表 259 地産地消等について実践していること(年代4区分別)

	合計 (n=)	農産物直 売所を利用 している	自分や家 族が農作 物を栽培 している	産地や生 産者を意 識して農 林水産物 や食品を 選んでいる	日頃から 環境に配 慮した農 林水産 物・食品 を選んでいる	実践して いること はない	その他	無回答
全体	912	23.7	20.5	22.5	13.8	41.9	1.6	2.9
16～24歳	105	10.3	16.6	9.3	7.4	65.4	2.2	2.3
25～44歳	217	26.4	23.2	18.0	10.5	42.8	0.8	1.1
45～64歳	315	28.5	20.7	25.2	13.1	40.0	1.1	1.2
65歳以上	275	21.2	19.6	28.2	19.7	34.4	2.7	6.4

家庭内のこどもの有無別では、全体と比べて「乳幼児」で「農産物直売所を利用している」が高くなっている。

図表 260 地産地消等について実践していること(家庭内のこどもの有無別)

	合計 (n=)	農産物直 売所を利用 している	自分や家 族が農作 物を栽培 している	産地や生 産者を意 識して農 林水産物 や食品を 選んでいる	日頃から 環境に配 慮した農 林水産 物・食品 を選んでいる	実践して いること はない	その他	無回答
全体	912	23.7	20.5	22.5	13.8	41.9	1.6	2.9
乳幼児	105	35.4	19.9	20.0	10.1	36.2	1.9	0.0
小学生	137	28.9	23.7	19.7	9.8	38.5	2.5	2.3
中学生・高校生	166	21.6	18.5	17.1	10.4	51.9	2.6	2.4
いない	584	22.7	20.6	24.0	15.1	41.4	1.4	2.9

農業体験の有無別では、全体と比べて「はい」で「自分や家族が農作物を栽培している」「産地や生産者を意識して農林水産物や食品を選んでいる」が高くなっている。

図表 261 地産地消等について実践していること(農業体験の有無別)

	合計 (n=)	農産物直 売所を利用 している	自分や家 族が農作 物を栽培 している	産地や生 産者を意 識して農 林水産物 や食品を 選んでいる	日頃から 環境に配 慮した農 林水産 物・食品 を選んでいる	実践して いること はない	その他	無回答
全体	912	23.7	20.5	22.5	13.8	41.9	1.6	2.9
はい	425	27.4	35.1	28.7	15.8	30.4	1.1	1.7
いいえ	476	21.0	7.6	17.4	12.4	52.8	2.2	2.6

⑦ 農業体験の有無

年代4区分別では、全体と比べて「16～24歳」で「はい」が高くなっている。/低くなっている。

図表 262 農業体験の有無(年代4区分別)

	合計 (n=)	はい	いいえ	無回答
全体	912	46.6	52.2	1.1
16～24歳	105	64.9	35.1	0.0
25～44歳	217	44.0	54.9	1.1
45～64歳	315	43.5	56.1	0.3
65歳以上	275	45.2	52.2	2.6

⑧ 和泉市の伝統料理や郷土料理を知っているか

年代4区分別では、全体と比べて「65歳以上」で「はい」が高くなっている。/低くなっている

図表 263 和泉市の伝統料理や郷土料理を知っているか(年代4区分別)

	合計 (n=)	はい	いいえ	無回答
全体	912	37.0	62.3	0.8
16～24歳	105	30.1	69.9	0.0
25～44歳	217	27.9	71.0	1.1
45～64歳	315	32.6	67.4	0.0
65歳以上	275	51.7	46.6	1.7

農業体験の有無別では、全体と比べて「はい（農業体験あり）」で「はい（伝統料理等を知っている）」が高くなっている。

図表 264 和泉市の伝統料理や郷土料理を知っているか（農業体験の有無別）

	合計 (n=)	はい	いいえ	無回答
全体	912	37.0	62.3	0.8
はい	425	45.0	55.0	0.0
いいえ	476	29.6	70.1	0.3

⑨ 郷土料理や伝統料理を食べる頻度

性別では、全体と比べて「男性」で「まったく食べない」が高くなっている。

図表 265 郷土料理や伝統料理を食べる頻度（性別）

	合計 (n=)	ほぼ毎日	週に3～5 日程度	週に1～2 日程度	月に2～3 日程度	月に1日 程度	2～3ヶ月 に1日程 度	それ以下	まったく 食べない	無回答
全体	912	2.1	2.7	6.5	7.9	8.0	13.6	27.4	29.3	2.4
男性	381	1.6	3.1	5.9	6.4	8.0	10.6	24.4	37.3	2.6
女性	522	2.5	2.4	7.0	9.2	8.0	15.4	29.7	23.6	2.3
回答しない	8	0.0	0.0	0.0	0.0	10.6	49.2	28.8	11.4	0.0

年代4区分では、全体と比べて「65歳以上」で「週に1～2日程度」が高くなっている。また、「16～24歳」「25～44歳」で「まったく食べない」が高くなっている。

図表 266 郷土料理や伝統料理を食べる頻度（年代4区分別）

	合計 (n=)	ほぼ毎日	週に3～5 日程度	週に1～2 日程度	月に2～3 日程度	月に1日 程度	2～3ヶ月 に1日程 度	それ以下	まったく 食べない	無回答
全体	912	2.1	2.7	6.5	7.9	8.0	13.6	27.4	29.3	2.4
16～24歳	105	0.1	0.0	3.3	6.9	7.0	12.3	31.5	39.0	0.0
25～44歳	217	0.1	0.1	5.3	8.7	5.8	12.4	30.8	35.7	1.1
45～64歳	315	2.3	2.1	3.5	8.7	8.7	18.6	30.6	25.5	0.0
65歳以上	275	4.3	6.4	12.0	6.9	9.3	9.5	19.5	25.0	7.3

⑩ 郷土料理や伝統料理などの継承

性別では、全体と比べて「女性」で「受け継いでおり、伝えている」が高くなっている。

図表 267 郷土料理や伝統料理などの継承(性別)

	合計 (n=)	受け継いで おり、 伝えている	受け継いで いる が、伝 えていない	受け継いで いない	無回答
全体	912	20.6	24.6	52.8	2.0
男性	381	11.3	22.1	64.5	2.1
女性	522	27.3	26.5	44.3	1.9
回答しない	8	12.0	29.2	58.8	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「16～24歳」「25～44歳」で「受け継いでいない」が高くなっている。

図表 268 郷土料理や伝統料理などの継承(年代4区分別)

	合計 (n=)	受け継いで おり、 伝えている	受け継いで いる が、伝 えていない	受け継いで いない	無回答
全体	912	20.6	24.6	52.8	2.0
16～24歳	105	9.5	29.5	61.0	0.0
25～44歳	217	19.5	19.9	59.4	1.2
45～64歳	315	23.1	22.7	54.2	0.0
65歳以上	275	22.7	28.8	42.9	5.6

⑪ 食事の際の挨拶の有無

年代4区分別では、全体と比べて「25～44歳」で「必ずしている」が高くなっている。一方、「65歳以上」では、「時々している」「まったくしていない」が高くなっている。

図表 269 食事の際の挨拶の有無(年代4区分別)

	合計 (n=)	必ずして いる	ほとんど している	時々して いる	まったく していな い	無回答
全体	912	47.7	23.5	19.8	8.2	0.8
16～24歳	105	51.8	25.6	13.8	8.8	0.1
25～44歳	217	59.4	24.5	12.1	2.8	1.2
45～64歳	315	47.7	24.9	21.0	6.3	0.0
65歳以上	275	37.0	20.4	26.6	14.5	1.6

⑫ 食品の安全性について知識の有無

性別では、全体と比べて「女性」で「どちらかといえば知識を持っている」が高くなっている。

図表 270 食品の安全性について知識の有無(性別)

	合計 (n=)	知識を 持っている	どちらか といえば 知識を 持っている	どちらか といえば 知識がな い	知識がな い	わからな い	無回答
全体	912	12.8	48.4	25.6	7.6	4.4	1.2
男性	381	12.9	40.3	29.8	11.5	4.3	1.1
女性	522	12.6	54.6	22.2	4.7	4.6	1.3
回答しない	8	22.6	23.0	47.4	7.0	0.0	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「どちらかといえば知識を持っている」が「65歳以上」で高く、「16～24歳」で低くなっている。

図表 271 食品の安全性について知識の有無(年代4区分別)

	合計 (n=)	知識を 持っている	どちらか といえば 知識を 持っている	どちらか といえば 知識がな い	知識がな い	わからな い	無回答
全体	912	12.8	48.4	25.6	7.6	4.4	1.2
16～24歳	105	12.8	37.4	27.5	11.8	10.6	0.0
25～44歳	217	10.6	43.9	26.9	13.2	4.4	1.1
45～64歳	315	13.3	50.4	28.0	6.2	2.1	0.0
65歳以上	275	13.9	54.0	21.0	3.2	4.8	3.2

⑬ 食の安全性に関する知識・情報に基づいて判断や行動

性別では、全体と比べて「女性」で「している」が高く、「男性」で「あまりしていない」が高くなっている。

図表 272 食の安全性に関する知識・情報に基づいて判断や行動(性別)

	合計 (n=)	いつもし ている	している	あまりし ていない	まったく していな い	無回答
全体	912	14.8	46.0	31.5	6.2	1.4
男性	381	14.2	37.5	37.8	9.0	1.6
女性	522	15.3	52.2	27.0	4.3	1.4
回答しない	8	22.6	35.0	38.0	4.4	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「16～24歳」で「あまりしていない」「まったくしていない」が高くなっている。

図表 273 食の安全性に関する知識・情報に基づいて判断や行動(年代4区分別)

	合計 (n=)	いつも している	している	あまりし ていない	まったく していな い	無回答
全体	912	14.8	46.0	31.5	6.2	1.4
16～24歳	105	16.0	31.8	37.1	15.1	0.0
25～44歳	217	14.0	48.4	28.3	8.2	1.1
45～64歳	315	15.1	45.9	34.1	4.6	0.4
65歳以上	275	14.8	49.5	29.0	3.2	3.6

⑭ 「食品ロス」を軽減するために取り組んでいること

性別では、全体と比べて「女性」で「小分け商品、少量パック商品、バラ売り等、食べきれの量を購入する」「冷凍保存を活用する」「料理を作り過ぎない」「日頃から冷蔵庫等の食材の種類・量・期限表示を確認する」が高くなっている。

図表 274 「食品ロス」を軽減するために取り組んでいること(性別)

	合計 (n=)	小分け商 品、少量 パック商 品、バラ 売り等、 食べきれ る量を購 入する	冷凍保存 を活用す る	料理を作 り過ぎな い	飲食店等 で注文し 過ぎない	日頃から 冷蔵庫等 の食材の 種類・ 量・期限 表示を確 認する	残さず食 べる
全体	912	37.5	64.1	31.2	37.6	43.2	65.6
男性	381	30.9	53.5	23.1	36.0	33.8	70.6
女性	522	42.6	71.7	36.8	38.0	49.9	61.7
回答しない	8	31.4	88.0	58.0	78.8	33.2	77.0
	合計 (n=)	「賞味期 限」を過 ぎてもす ぐに捨て るのでは なく、自 分で食べ られるか 判断する	その他	取り組ん でいるこ とはない	食品ロス の問題を 知らない	無回答	
全体	912	63.1	2.1	2.7	0.4	0.7	
男性	381	60.5	1.7	4.2	0.6	0.9	
女性	522	65.6	2.4	1.6	0.2	0.6	
回答しない	8	33.2	4.4	0.0	0.0	0.0	

年代4区分別では、全体と比べて「65歳以上」で「小分け商品、少量パック商品、バラ売り等、食べきれ
る量を購入する」「日頃から冷蔵庫等の食材の種類・量・期限表示を確認する」が高くなっている。

「16～24歳」で「小分け商品、少量パック商品、バラ売り等、食べきれる量を購入する」「冷凍保存を
活用する」「料理を作り過ぎない」「日頃から冷蔵庫等の食材の種類・量・期限表示を確認する」が低く、「残
さず食べる」が高くなっている。

図表 275 「食品ロス」を軽減するために取り組んでいること(年代4区分別)

	合計 (n=)	小分け商 品、少量 パック商 品、バラ 売り等、 食べきれ る量購入する	冷凍保存 を活用す る	料理を作 り過ぎな い	飲食店等 で注文し 過ぎない	日頃から 冷蔵庫等 の食材の 種類・ 量・期限 表示を確認する	残さず食 べる
全体	912	37.5	64.1	31.2	37.6	43.2	65.6
16～24歳	105	31.2	41.8	22.3	39.9	18.2	80.9
25～44歳	217	34.2	66.0	25.8	43.8	40.6	70.0
45～64歳	315	33.4	69.1	34.4	39.3	44.6	63.8
65歳以上	275	47.3	65.5	35.1	30.1	53.1	58.4
	合計 (n=)	「賞味期 限」を過 ぎてもす ぐに捨て るのでは なく、自 分で食べ られるか 判断する	その他	取り組ん でいるこ とはない	食品ロス の問題を 知らない	無回答	
全体	912	63.1	2.1	2.7	0.4	0.7	
16～24歳	105	47.3	1.4	2.6	2.0	0.1	
25～44歳	217	58.1	2.4	2.8	0.0	1.1	
45～64歳	315	68.1	1.8	3.4	0.4	0.0	
65歳以上	275	67.1	2.4	1.8	0.0	1.5	

(5) こころの健康

① ストレスを解消できているか

性別では、全体と比べて大きな差は見られないものの、「男性」が「女性」よりも「その都度解消できている」が高くなっている。

図表 276 ストレスを解消できているか(性別)

	合計 (n=)	その都度 解消でき ている	解消でき ることが 多い	解消でき ないこと が多い	解消でき ていない	わからな い	ストレス はあまり 感じてい ない	無回答
全体	912	7.6	43.3	22.9	9.8	9.4	5.5	1.5
男性	381	10.0	43.7	21.4	8.1	9.2	6.1	1.5
女性	522	6.0	43.2	23.9	10.7	9.4	5.2	1.6
回答しない	8	0.0	35.8	33.6	30.6	0.0	0.0	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「25～44歳」で「解消できることが多い」が高くなっている。「45～64歳」では「解消できないことが多い」が高くなっている。「65歳以上」では「ストレスはあまり感じていない」が高くなっている。

図表 277 ストレスを解消できているか(年代4区分別)

	合計 (n=)	その都度 解消でき ている	解消でき ることが 多い	解消でき ないこと が多い	解消でき ていない	わからな い	ストレス はあまり 感じてい ない	無回答
全体	912	7.6	43.3	22.9	9.8	9.4	5.5	1.5
16～24歳	105	7.5	38.0	25.2	8.3	14.9	6.2	0.0
25～44歳	217	7.1	48.6	21.0	8.7	12.0	1.5	1.1
45～64歳	315	7.0	42.4	29.4	12.8	5.4	2.7	0.4
65歳以上	275	8.8	42.0	16.0	7.8	9.8	11.8	3.8

運動習慣者別では、全体と比べて「運動習慣者である」で「解消できることが多い」が高くなっている。

図表 278 ストレスを解消できているか(運動習慣者別)

	合計 (n=)	その都度 解消でき ている	解消でき ることが 多い	解消でき ないこと が多い	解消でき ていない	わからな い	ストレス はあまり 感じてい ない	無回答
全体	912	7.6	43.3	22.9	9.8	9.4	5.5	1.5
運動習慣者である	312	9.1	48.4	19.2	7.0	7.3	7.2	1.8
運動習慣者でない	586	7.0	41.1	24.9	11.1	10.8	4.4	0.9

② 普段の睡眠で休養がとれているか

性別では、全体と比べて大きな差は見られないものの、「女性」が「男性」よりも「あまりとれていない」が高くなっている。

図表 279 普段の睡眠で休養がとれているか(性別)

	合計 (n=)	十分と れている	ほぼと れている	あまり とれて いない	まったく とれて いない	わから ない	無回 答
全体	912	12.0	47.5	34.4	2.5	2.7	1.0
男性	381	12.1	51.7	30.2	1.7	3.1	1.2
女性	522	11.8	44.6	37.5	2.8	2.5	0.8
回答しない	8	16.8	19.0	45.6	18.6	0.0	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「65歳以上」で「十分とれている」「ほぼとれている」が高くなっている。「16～24歳」「45～64歳」では「あまりとれていない」が高くなっている。

図表 280 普段の睡眠で休養がとれているか(年代4区分別)

	合計 (n=)	十分と れている	ほぼと れている	あまり とれて いない	まったく とれて いない	わから ない	無回 答
全体	912	12.0	47.5	34.4	2.5	2.7	1.0
16～24歳	105	9.6	39.7	46.5	1.6	2.7	0.0
25～44歳	217	11.1	46.3	36.6	1.9	3.1	1.1
45～64歳	315	7.8	44.3	40.3	4.8	2.5	0.4
65歳以上	275	18.3	55.0	21.4	0.6	2.6	1.9

BMI別では、全体と比べて「やせ(18.5未満)」で「ほぼとれている」が低くなっている。

図表 281 普段の睡眠で休養がとれているか(BMI別)

	合計 (n=)	十分と れている	ほぼと れている	あまり とれて いない	まったく とれて いない	わから ない	無回 答
全体	912	12.0	47.5	34.4	2.5	2.7	1.0
やせ(18.5未満)	89	14.6	32.9	40.6	6.0	2.3	3.6
普通(18.5～24.9)	613	12.4	49.6	32.9	1.8	2.5	0.8
肥満(25.0以上)	189	9.4	47.0	38.9	2.5	2.1	0.3

ストレスを解消できているか別では、全体と比べて「十分とれている」が「その都度解消できている」「ストレスはあまり感じていない」で高くなっている。また、「ほぼとれている」が「解消できることが多い」「ストレスはあまり感じていない」で高くなっている。

「あまりとれていない」は、「解消できないことが多い」「解消できていない」で高くなっている。

図表 282 普段の睡眠で休養がとれているか(ストレスを解消できているか別)

	合計 (n=)	十分と れている	ほとと れている	あまりと れていな い	まったく とれてい ない	わからな い	無回答
全体	912	12.0	47.5	34.4	2.5	2.7	1.0
その都度解消できている	69	42.3	38.1	17.0	2.7	0.0	0.0
解消できることが多い	394	11.4	62.0	24.9	0.1	1.4	0.2
解消できないことが多い	209	6.0	34.2	53.4	4.4	1.2	0.8
解消できていない	89	5.0	18.4	59.8	12.7	4.2	0.0
わからない	86	2.3	50.2	32.4	0.0	15.1	0.0
ストレスはあまり感じていない	50	28.7	53.0	18.3	0.0	0.0	0.0

(6) たばこ

① 喫煙状況

性別では、全体と比べて「男性」で「吸っている」「以前は吸っていたがやめた」が高くなっている。「女性」では「以前から吸わない」が高くなっている。

図表 283 喫煙状況(性別)

	合計 (n=)	吸って いる	以前は 吸って いたが やめた	以前から 吸わな い	無回答
全体	912	11.3	25.9	61.7	1.1
男性	381	17.3	40.8	40.2	1.7
女性	522	7.2	15.1	77.1	0.6
回答しない	8	0.0	23.0	77.0	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「65歳以上」で「以前は吸っていたがやめた」が高くなっている。「16～24歳」では「以前から吸わない」が高くなっている。

図表 284 喫煙状況(年代4区分別)

	合計 (n=)	吸って いる	以前は 吸って いたが やめた	以前から 吸わな い	無回答
全体	912	11.3	25.9	61.7	1.1
16～24歳	105	4.9	0.0	95.1	0.0
25～44歳	217	11.7	20.5	66.7	1.1
45～64歳	315	14.1	27.7	57.4	0.8
65歳以上	275	10.3	37.9	50.1	1.8

② 受動喫煙について知っていること

性別では、全体と比べて「男性」で「心臓病になりやすい」「脳卒中になりやすい」が高くなっている。「女性」は「男性」より「妊婦への影響がある」「子どもへの影響がある」が高くなっている。

図表 285 受動喫煙について知っていること(性別)

	合計 (n=)	肺がんになりやすい	ぜんそくになりやすい	気管支炎になりやすい	心臓病になりやすい	脳卒中になりやすい	歯周病になりやすい	糖尿病になりやすい
全体	912	92.0	55.2	57.2	27.4	32.9	21.4	11.5
男性	381	92.3	56.8	57.2	35.4	39.1	22.9	13.7
女性	522	91.7	54.3	57.0	21.8	28.3	20.2	9.8
回答しない	8	100.0	41.2	58.0	22.6	39.0	31.4	27.0
	合計 (n=)	COPDになりやすい	妊婦への影響がある	乳児の突然死が起こりやすい	子どもへの影響がある	その他	影響はでない	無回答
全体	912	25.3	65.4	21.6	52.5	1.7	1.0	1.7
男性	381	22.6	58.5	17.5	47.5	1.7	1.8	1.6
女性	522	27.3	70.1	24.6	56.5	1.8	0.3	1.7
回答しない	8	22.6	80.6	22.6	45.6	0.0	0.0	0.0

(7) アルコール

① 飲酒のリスク

性別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 286 飲酒のリスク(性別)

	合計 (n=)	リスクあり	リスクなし	無回答
全体	912	13.1	84.5	2.4
男性	381	12.2	84.8	3.0
女性	522	14.0	84.0	2.1
回答しない	8	0.0	100.0	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「リスクあり」が「45～64歳」で高く、「16～24歳」「65歳以上」で低くなっている。

図表 287 飲酒のリスク(年代4区分別)

	合計 (n=)	リスクあり	リスクなし	無回答
全体	912	13.1	84.5	2.4
16～24歳	105	4.1	92.4	3.4
25～44歳	217	15.8	82.4	1.8
45～64歳	315	20.7	78.1	1.1
65歳以上	275	5.6	90.4	4.0

(8) 歯と口腔の健康

① 現在の歯の本数

性別では、全体と比べて大きな差は見られないものの、「女性」は「男性」よりも「24本以上」が高くなっている。

図表 288 現在の歯の本数(性別)

	合計 (n=)	0本	1本以上 10本未満	10本以上 20本未満	20本以上 24本未満	24本以上	無回答
全体	912	3.4	7.8	13.7	23.4	50.2	1.4
男性	381	3.8	8.3	14.7	23.6	47.6	1.9
女性	522	3.2	7.6	13.2	22.9	52.0	1.1
回答しない	8	0.0	0.0	0.0	51.8	48.2	0.0

年代4区分別では、全体と比べて、「16～24歳」「25～44歳」で「24本以上」が高くなっている

図表 289 現在の歯の本数(年代4区分別)

	合計 (n=)	0本	1本以上 10本未満	10本以上 20本未満	20本以上 24本未満	24本以上	無回答
全体	912	3.4	7.8	13.7	23.4	50.2	1.4
16～24歳	105	1.8	1.7	0.0	13.8	82.3	0.4
25～44歳	217	1.2	2.6	4.7	24.1	67.4	0.0
45～64歳	315	0.8	4.2	14.6	26.6	53.8	0.0
65歳以上	275	8.8	18.5	25.0	22.9	20.2	4.6

② 過去1年間の歯科健診受診の有無

性別では、全体と比べて大きな差は見られないものの、「女性」は「男性」よりも「受けた」が高くなっている。

図表 290 過去1年間の歯科健診受診の有無(性別)

	合計 (n=)	受けた	受けていない	無回答
全体	912	66.2	32.7	1.1
男性	381	60.2	37.8	2.0
女性	522	70.9	28.6	0.5
回答しない	8	62.4	37.6	0.0

年代4区分別では、全体と比べて大きな差は見られないものの、「25～44歳」は「受けた」が低くなっている。

図表 291 過去1年間の歯科健診受診の有無(年代4区分別)

	合計 (n=)	受けた	受けていない	無回答
全体	912	66.2	32.7	1.1
16～24歳	105	71.3	28.1	0.6
25～44歳	217	61.6	36.8	1.6
45～64歳	315	66.1	33.9	0.0
65歳以上	275	68.1	29.7	2.2

③ 歯科検診の未受診理由

性別では、全体と比べて大きな差は見られないものの、「男性」は「女性」よりも「受けに行くのが面倒なので」が高くなっている。また、「女性」は「男性」よりも「どこの歯科医院にいけばよいかわからないので」が高くなっている。

図表 292 歯科検診の未受診理由(性別)

	合計 (n=)	歯・口の健康に特に不安がないので	忙しくて受ける時間がないので	受けに行くのが面倒なので	むし歯や、歯周病があるといわれるのが怖いので	通院治療している	どこの歯科医院にいけばよいかわからないので
全体	298	31.1	32.3	41.7	5.3	4.8	12.6
男性	144	30.9	33.4	43.1	5.9	6.1	9.3
女性	149	31.1	32.0	38.7	4.3	3.7	16.3
回答しない	3	0.0	11.6	88.4	31.9	0.0	0.0
	合計 (n=)	費用がかかるので	受けた方がよいことを知らなかった	その他	無回答		
全体	298	23.2	3.8	7.5	2.3		
男性	144	21.1	6.5	6.0	2.6		
女性	149	24.8	1.3	9.3	2.0		
回答しない	3	61.2	0.0	0.0	0.0		

年代4区分別では、全体と比べて「25～44歳」で「忙しくて受ける時間がないので」「受けに行くのが面倒なので」が、また、「45～64歳」で「忙しくて受ける時間がないので」が高くなっている。「65歳以上」で「通院治療しているのが怖いので」が高くなっている。

図表 293 歯科検診の未受診理由(年代4区分別)

	合計 (n=)	歯・口の健康に特に不安がないので	忙しくて受ける時間がないので	受けに行くのが面倒なので	むし歯や、歯周病があるといわれるのが怖いので	通院治療しているのが怖いので	どこの歯科医院にいかばよいかわからないので
全体	298	31.1	32.3	41.7	5.3	4.8	12.6
16～24歳	30	47.5	34.0	47.9	5.9	2.4	10.2
25～44歳	80	26.2	47.9	48.9	7.0	0.0	11.6
45～64歳	107	30.9	38.9	35.9	4.7	0.9	13.0
65歳以上	82	30.3	7.6	39.7	4.3	15.4	14.1
	合計 (n=)	費用がかかるので	受けた方がよいことを知らなかった	その他	無回答		
全体	298	23.2	3.8	7.5	2.3		
16～24歳	30	26.0	20.8	0.0	0.0		
25～44歳	80	26.3	3.6	4.4	0.0		
45～64歳	107	28.7	1.1	7.6	0.0		
65歳以上	82	12.1	1.5	13.3	8.4		

(9) 健康管理

① かかりつけ医師の有無

年代4区分別では、全体と比べて「65歳以上」で「いる」が高くなっている。

図表 294 かかりつけ医師の有無(年代(4区分)別)

	合計 (n=)	いる	いない	無回答
全体	912	54.0	45.3	0.7
16～24歳	105	31.7	68.3	0.0
25～44歳	217	32.4	67.6	0.0
45～64歳	315	49.6	50.0	0.4
65歳以上	275	84.6	13.4	1.9

② かかりつけ歯科医師の有無

年代4区分別では、全体と比べて「65歳以上」で「いる」が高くなっている。

図表 295 かかりつけ歯科医師の有無(年代(4区分)別)

	合計 (n=)	いる	いない	無回答
全体	912	63.7	32.9	3.3
16～24歳	105	62.7	37.3	0.0
25～44歳	217	52.2	47.8	0.0
45～64歳	315	64.0	35.9	0.1
65歳以上	275	72.9	16.2	11.0

③ かかりつけ薬剤師の有無

年代4区分別では、全体と比べて「65歳以上」で「いる」が高くなっている。

図表 296 かかりつけ薬剤師の有無(年代(4区分)別)

	合計 (n=)	いる	いない	無回答
全体	912	22.6	72.5	4.9
16～24歳	105	10.1	89.9	0.0
25～44歳	217	14.2	85.8	0.0
45～64歳	315	20.7	78.1	1.2
65歳以上	275	36.2	49.0	14.8

④ 健康診査を受ける頻度

性別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 297 健康診査を受ける頻度(性別)

	合計 (n=)	毎年受 けている	2～3年に 1回程度 受けてい る	毎年では なく不定 期で受け ている	受けたこ とがな い、また はほとん ど受けた ことがな い	無回答
全体	912	73.5	4.9	12.3	8.7	0.5
男性	381	77.7	5.4	7.8	7.8	1.2
女性	522	70.2	4.7	15.7	9.4	0.0
回答しない	8	85.0	0.0	4.4	10.6	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「16～24歳」で「受けたことがない、またはほとんど受けたことがない」が高くなっている。

図表 298 健康診査を受ける頻度(年代4区分別)

	合計 (n=)	毎年受 けている	2～3年に 1回程度 受けてい る	毎年では なく不定 期で受け ている	受けたこ とがな い、また はほとん ど受けた ことがな い	無回答
全体	912	73.5	4.9	12.3	8.7	0.5
16～24歳	105	54.2	1.6	13.1	31.1	0.0
25～44歳	217	67.9	7.9	11.7	11.4	1.1
45～64歳	315	78.8	5.3	11.3	4.2	0.5
65歳以上	275	79.3	3.5	13.5	3.2	0.4

かかりつけ医師の有無別では、全体と比べて「いない」で「毎年受けている」が低くなっている。

図表 299 健康診査を受ける頻度(かかりつけ医師の有無別)

	合計 (n=)	毎年受 けている	2～3年に 1回程度 受けてい る	毎年では なく不定 期で受け ている	受けたこ とがな い、また はほとん ど受けた ことがな い	無回答
全体	912	73.5	4.9	12.3	8.7	0.5
いる	493	81.2	4.2	9.5	4.6	0.5
いない	413	65.0	5.9	15.5	13.3	0.4

⑤ 健診の結果を役立てているか

年代4区分別では、全体と比べて「16～24歳」で「結果を踏まえて、健康管理や生活習慣の改善などに役立てている」「結果の指示に従って医師の治療・検査・指導、または保健師や栄養士等の指導を受けた」が低く、「結果の確認はするが、特に役立てていない」が高くなっている。また、「結果の指示に従って医師の治療・検査・指導、または保健師や栄養士等の指導を受けた」が「16～24歳」同様「25～44歳」で低く、「65歳以上」で高くなっている。

図表 300 健診の結果を役立てているか(年代4区分別)

	合計 (n=)	結果を踏 まえて、 健康管理 や生活習 慣の改善 などに役 立ててい る	結果の指 示に従っ て医師の 治療・検 査・指 導、また は保健師 や栄養士 等の指導 を受けた	結果の見 方がわか らない	結果の確 認はする が、特に 役立てて いない	その他	無回答
全体	716	53.6	34.1	1.4	24.2	0.4	0.5
16～24歳	59	36.5	14.0	3.7	50.0	1.4	0.0
25～44歳	164	53.2	18.6	1.6	33.5	0.2	0.1
45～64歳	265	57.2	31.7	1.4	22.9	0.1	0.1
65歳以上	228	54.1	53.3	0.6	12.4	0.8	1.3

かかりつけ医師の有無別では、全体と比べて「いる」で「結果の指示に従って医師の治療・検査・指導、または保健師や栄養士等の指導を受けた」が高くなっている。「いない」では「結果の確認はするが、特に役立てていない」が高くなっている。

図表 301 健診の結果を役立てているか(かかりつけ医師の有無別)

	合計 (n=)	結果を踏 まえて、 健康管理 や生活習 慣の改善 などに役 立ててい る	結果の指 示に従っ て医師の 治療・検 査・指 導、また は保健師 や栄養士 等の指導 を受けた	結果の見 方がわか らない	結果の確 認はする が、特に 役立てて いない	その他	無回答
全体	716	53.6	34.1	1.4	24.2	0.4	0.5
いる	421	57.7	47.8	0.8	13.3	0.3	0.5
いない	292	47.6	14.4	2.3	40.2	0.5	0.5

⑥ 健診受診が不定期または、未受診の理由

性別では、全体と比べて「男性」で「受けに行くのが面倒なので」が、「女性」で「忙しくて受ける時間がないので」高くなっている。

図表 302 健診受診が不定期または、未受診の理由(性別)

	合計 (n=)	健康に自信がある ので	忙しくて受ける時間がない ので	受けに行くのが面倒 なので	なんとなく受けていない	結果を知るのが怖い ので	通院治療 している ので
全体	191	12.0	24.4	29.5	35.7	7.4	14.2
男性	59	14.4	18.6	38.4	38.9	6.4	15.5
女性	131	11.0	26.6	25.1	34.0	7.9	13.8
回答しない	1	0.0	70.8	70.8	70.8	0.0	0.0

	合計 (n=)	受け方を知らない ので	費用がかかる ので	健診自体を知らな かったの で	その他	無回答
全体	191	10.2	18.9	3.2	8.9	3.9
男性	59	5.7	22.2	3.6	10.7	0.0
女性	131	11.7	16.6	3.0	8.2	5.7
回答しない	1	70.8	100.0	0.0	0.0	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「25～44歳」「45～64歳」で「忙しくて受ける時間がないので」「受けに行くのが面倒なので」「なんとなく受けていない」が高くなっている。「45～64歳」で「結果を知るのが怖いので」高く、「65歳以上」で「通院治療しているので」が高くなっている。

また、「16～24歳」「25～44歳」で「受け方を知らないので」「費用がかかるので」が高くなっている。

図表 303 健診受診が不定期または、未受診の理由(年代4区分別)

	合計 (n=)	健康に自信がある ので	忙しくて受ける時間がない ので	受けに行くのが面倒 なので	なんとなく受けていない	結果を知るのが怖い ので	通院治療 している ので
全体	191	12.0	24.4	29.5	35.7	7.4	14.2
16～24歳	46	14.6	18.1	25.2	25.9	0.0	0.0
25～44歳	50	7.3	37.7	35.8	40.8	2.7	6.3
45～64歳	49	13.4	31.7	37.9	45.4	21.5	5.6
65歳以上	46	13.1	8.7	18.2	30.0	5.0	46.4

	合計 (n=)	受け方を知らない ので	費用がかかる ので	健診自体を知らな かったの で	その他	無回答
全体	191	10.2	18.9	3.2	8.9	3.9
16～24歳	46	23.7	25.6	8.6	20.8	1.8
25～44歳	50	17.0	28.3	0.0	0.0	3.8
45～64歳	49	0.0	12.3	4.3	5.8	4.3
65歳以上	46	0.0	8.6	0.0	9.9	5.7

⑦ がん検診の定期受診

性別では、全体と比べて「女性」で「受診している」が高くなっている。

図表 55 がん検診の定期受診(性別)

	合計 (n=)	受診して いる	受診して いない	無回答
全体	912	43.2	54.7	2.1
男性	381	34.7	62.6	2.7
女性	522	49.2	49.2	1.6
回答しない	8	65.4	22.6	12.0

年代4区分別では、全体と比べて「45～64歳」「65歳以上」で「受診している」が高くなっている。

図表 55 がん検診の定期受診(年代4区分別)

	合計 (n=)	受診して いる	受診して いない	無回答
全体	912	43.2	54.7	2.1
16～24歳	105	1.8	98.2	0.0
25～44歳	217	28.5	69.4	2.1
45～64歳	315	54.2	45.5	0.3
65歳以上	275	58.0	36.9	5.1

⑧ 受診したがん検診の種類

年代4区分別では、全体と比べて「65歳以上」で「胃がん」「大腸がん」「肺がん」が高くなっている。

「25～44歳」「45～64歳」で「乳がん」「子宮がん」が高くなっている。

図表 304 受診したがん検診の種類(年代4区分別)

	合計 (n=)	胃がん	大腸がん	肺がん	乳がん	子宮がん	その他	無回答
全体	394	51.6	63.3	42.6	46.5	42.6	4.2	1.2
16～24歳	2	0.0	44.3	4.0	0.0	51.7	0.0	0.0
25～44歳	62	29.7	36.1	22.5	55.8	75.9	0.0	0.0
45～64歳	171	49.7	64.2	39.8	64.7	56.2	0.9	1.9
65歳以上	160	62.8	73.1	53.8	23.9	15.0	9.4	1.0

⑨ 受診理由

年代4区分別では、全体と比べて「65歳以上」で「自分の健康管理のため」が高く、「25～44歳」「45～64歳」で「がん検診の通知や受診勧奨があったので」が高くなっている。

また、「25～44歳」で「職場などで受けるように決められているので」が高くなっている。

図表 305 受診理由(年代4区分別)

	合計 (n=)	自分の健 康管理の ため	がん検診 の通知や 受診勧奨 があった	家族や友 人等に勧 められた ので	職場など で受ける ように決 められて	その他	無回答
全体	394	72.2	29.2	4.0	12.8	4.2	3.6
16～24歳	2	0.0	55.7	0.0	0.0	44.3	0.0
25～44歳	62	61.1	35.3	6.0	26.9	6.0	0.0
45～64歳	171	72.0	32.3	6.2	15.4	1.2	1.6
65歳以上	160	77.7	23.1	0.8	4.6	6.2	7.2

⑩ 未受診理由

年代4区分別では、全体と比べて「16～24歳」で「健康に自信があるので」「受け方を知らないの」「がん検診自体を知らなかったの」が高くなっている。「25～44歳」では「受け方を知らないの」が高くなっている。「25～44歳」「45～64歳」では「忙しくて受ける時間がないの」「費用がかかるの」が高くなっている。「45～64歳」では「結果を知るのが怖いので」が高く、「65歳以上」では「通院治療しているので」が高くなっている。

図表 306 未受診理由(年代4区分別)

	合計 (n=)	健康に自 信がある ので	忙しくて 受ける時 間がない ので	受けに行 くのが面 倒なので	なんとな く受けて いない	結果を知 るのが怖 いので	通院治療 している ので
全体	499	10.3	22.7	25.1	44.0	6.3	7.7
16～24歳	103	20.0	9.0	15.4	27.7	1.6	0.0
25～44歳	151	10.4	34.3	26.4	48.1	2.6	2.3
45～64歳	143	3.0	31.8	35.1	46.6	13.7	6.3
65歳以上	102	10.8	6.6	18.8	51.0	6.1	25.4
	合計 (n=)	受け方を 知らない ので	検査に伴 う苦痛な どに不安 があるの で	費用がか かるので	がん検診 自体を知 らなかった ので	その他	無回答
全体	499	11.8	9.7	25.1	4.1	7.7	1.4
16～24歳	103	18.9	6.1	12.1	12.7	16.0	2.4
25～44歳	151	18.2	7.4	36.1	2.1	0.7	0.0
45～64歳	143	7.0	12.6	31.8	2.4	9.1	1.4
65歳以上	102	1.9	12.8	12.5	0.9	7.5	2.7

(10) 地域や社会との関わり

① 自治会、町会、婦人会、老人クラブ、子ども会、PTA等の地域活動への参加状況

性別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 307 自治会、町会、婦人会、老人クラブ、子ども会、PTA等の地域活動への参加状況(性別)

	合計 (n=)	参加して いる	参加して いない	無回答
全体	912	27.4	68.7	4.0
男性	381	26.5	68.3	5.2
女性	522	28.0	68.8	3.2
回答しない	8	27.4	72.6	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「65歳以上」で「参加している」が高くなっている一方、「16～24歳」「25～44歳」で「参加していない」が高くなっている。

図表 308 自治会、町会、婦人会、老人クラブ、子ども会、PTA等の地域活動への参加状況(年代4区分別)

	合計 (n=)	参加して いる	参加して いない	無回答
全体	912	27.4	68.7	4.0
16～24歳	105	9.2	90.8	0.0
25～44歳	217	21.3	76.5	2.2
45～64歳	315	28.8	70.9	0.4
65歳以上	275	37.5	51.5	11.0

② 自治会、町会、婦人会、老人クラブ、子ども会、PTA等の地域活動への今後の参加意向

性別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 309 自治会、町会、婦人会、老人クラブ、子ども会、PTA等の地域活動への今後の参加意向(性別)

	合計 (n=)	参加した い	参加した くない	無回答
全体	912	23.8	63.6	12.5
男性	381	22.2	64.1	13.8
女性	522	25.2	62.9	11.9
回答しない	8	16.4	83.6	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「16～24歳」「25～44歳」で「参加したくない」が高くなっている。

図表 310 自治会、町会、婦人会、老人クラブ、子ども会、PTA等の地域活動への今後の参加意向(年代4区分別)

	合計 (n=)	参加した い	参加した くない	無回答
全体	912	23.8	63.6	12.5
16～24歳	105	16.8	82.3	0.9
25～44歳	217	27.0	69.5	3.5
45～64歳	315	26.3	68.3	5.3
65歳以上	275	21.1	46.5	32.4

③ スポーツ・趣味・娯楽活動への参加状況

性別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 311 スポーツ・趣味・娯楽活動への参加状況(性別)

	合計 (n=)	参加して いる	参加して いない	無回答
全体	912	23.9	71.9	4.2
男性	381	25.2	68.8	5.9
女性	522	22.5	74.5	3.0
回答しない	8	52.2	47.8	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「65歳以上」で「参加している」が高くなっている一方、「16～24歳」「25～44歳」「45～64歳」で「参加していない」が高くなっている。

図表 312 スポーツ・趣味・娯楽活動への参加状況(年代4区分別)

	合計 (n=)	参加して いる	参加して いない	無回答
全体	912	23.9	71.9	4.2
16～24歳	105	20.7	79.3	0.0
25～44歳	217	18.0	79.3	2.7
45～64歳	315	19.8	79.8	0.4
65歳以上	275	34.4	54.2	11.4

④ スポーツ・趣味・娯楽活動への今後の参加意向

性別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 313 スポーツ・趣味・娯楽活動への今後の参加意向(性別)

	合計 (n=)	参加した い	参加した くない	無回答
全体	912	39.1	48.4	12.6
男性	381	36.7	49.1	14.2
女性	522	40.8	47.6	11.7
回答しない	8	45.6	54.4	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「16～24歳」「25～44歳」で「参加したくない」が高くなっている。

図表 314 スポーツ・趣味・娯楽活動への今後の参加意向(年代4区分別)

	合計 (n=)	参加した い	参加した くない	無回答
全体	912	39.1	48.4	12.6
16～24歳	105	42.9	57.1	0.0
25～44歳	217	42.1	55.8	2.1
45～64歳	315	44.0	50.5	5.5
65歳以上	275	29.5	36.7	33.8

⑤ ボランティア・NPO・市民活動への参加状況

性別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 315 ボランティア・NPO・市民活動への参加状況(性別)

	合計 (n=)	参加して いる	参加して いない	無回答
全体	912	11.5	83.1	5.4
男性	381	11.6	81.5	6.9
女性	522	11.4	84.2	4.4
回答しない	8	16.8	83.2	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「16～24歳」「25～44歳」で「参加していない」が高くなっている。

図表 316 ボランティア・NPO・市民活動への参加状況(年代4区分別)

	合計 (n=)	参加して いる	参加して いない	無回答
全体	912	11.5	83.1	5.4
16～24歳	105	11.7	88.3	0.0
25～44歳	217	7.8	90.8	1.4
45～64歳	315	10.8	87.2	2.0
65歳以上	275	15.1	70.3	14.6

⑥ ボランティア・NPO・市民活動への今後の参加意向

性別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 317 今後の参加意向：ボランティア・NPO・市民活動(性別)

	合計 (n=)	参加した い	参加した くない	無回答
全体	912	24.8	64.0	11.2
男性	381	23.6	63.9	12.5
女性	522	25.9	63.7	10.4
回答しない	8	18.6	77.0	4.4

年代4区分別では、全体と比べて「16～24歳」「25～44歳」で「参加したくない」が高くなっている。

図表 318 今後の参加意向：ボランティア・NPO・市民活動(年代4区分別)

	合計 (n=)	参加した い	参加した くない	無回答
全体	912	24.8	64.0	11.2
16～24歳	105	30.0	69.2	0.9
25～44歳	217	25.0	72.1	2.8
45～64歳	315	28.0	67.6	4.4
65歳以上	275	19.1	51.3	29.6

⑦ 食育に関するボランティア活動への参加状況

性別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 319 参加状況：食育に関するボランティア活動への参加状況(性別)

	合計 (n=)	参加して いる	参加して いない	無回答
全体	912	1.7	92.5	5.8
男性	381	2.1	90.8	7.1
女性	522	1.4	93.7	4.9
回答しない	8	0.0	100.0	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「16～24歳」で「参加していない」が高くなっている。

図表 320 参加状況：食育に関するボランティア活動への参加状況(年代4区分別)

	合計 (n=)	参加して いる	参加して いない	無回答
全体	912	1.7	92.5	5.8
16～24歳	105	2.0	98.0	0.0
25～44歳	217	2.0	96.6	1.4
45～64歳	315	1.6	96.1	2.2
65歳以上	275	1.3	83.2	15.5

⑧ 食育に関するボランティア活動への今後の参加意向

性別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 321 食育に関するボランティア活動への今後の参加意向(性別)

	合計 (n=)	参加した い	参加した くない	無回答
全体	912	15.8	73.8	10.4
男性	381	16.8	72.1	11.1
女性	522	15.2	74.7	10.1
回答しない	8	4.4	95.6	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「16～24歳」「25～44歳」で「参加したくない」が高くなっている。

図表 322 食育に関するボランティア活動への今後の参加意向(年代4区分別)

	合計 (n=)	参加した い	参加した くない	無回答
全体	912	15.8	73.8	10.4
16～24歳	105	15.5	83.6	0.9
25～44歳	217	16.4	80.9	2.7
45～64歳	315	18.7	77.8	3.4
65歳以上	275	11.9	59.9	28.2

⑨ 地域、職場や学校などで、食育に関する学習や活動を行う自主的な集まりへの参加状況

性別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 323 地域、職場や学校などで、食育に関する学習や活動を行う自主的な集まりへの参加状況(性別)

	合計 (n=)	参加して いる	参加して いない	無回答
全体	912	2.6	91.7	5.7
男性	381	2.7	90.8	6.6
女性	522	2.6	92.2	5.2
回答しない	8	0.0	100.0	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「65歳以上」で「参加していない」が低くなっている。

図表 324 地域、職場や学校などで、食育に関する学習や活動を行う自主的な集まりへの参加状況(年代4区分別)

	合計 (n=)	参加して いる	参加して いない	無回答
全体	912	2.6	91.7	5.7
16～24歳	105	2.7	95.9	1.4
25～44歳	217	2.4	96.2	1.4
45～64歳	315	3.3	95.8	0.9
65歳以上	275	1.9	81.8	16.3

⑩ 地域、職場や学校などで、食育に関する学習や活動を行う自主的な集まりへの今後の参加意向

性別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 325 地域、職場や学校などで、食育に関する学習や活動を行う自主的な集まりへの今後の参加意向(性別)

	合計 (n=)	参加した い	参加した くない	無回答
全体	912	15.4	73.8	10.8
男性	381	16.7	71.4	11.9
女性	522	14.6	75.2	10.1
回答しない	8	12.0	88.0	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「16～24歳」「25～44歳」で「参加したくない」が高くなっている。

図表 326 地域、職場や学校などで、食育に関する学習や活動を行う自主的な集まりへの今後の参加意向(年代4区分別)

	合計 (n=)	参加した い	参加した くない	無回答
全体	912	15.4	73.8	10.8
16～24歳	105	15.5	83.9	0.6
25～44歳	217	17.0	80.4	2.7
45～64歳	315	18.9	77.6	3.4
65歳以上	275	10.2	60.4	29.4

⑪ 住んでいる地域や職場等、所属しているさまざまな集団での食事会等の機会への参加状況

性別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 327 住んでいる地域や職場等、所属しているさまざまな集団での食事会等の機会への参加状況(性別)

	合計 (n=)	参加して いる	参加して いない	無回答
全体	912	16.5	78.4	5.2
男性	381	15.8	78.1	6.1
女性	522	16.8	78.6	4.6
回答しない	8	30.6	69.4	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「65歳以上」で「参加している」が高くなっている一方、「16～24歳」「45～64歳」で「参加していない」が高くなっている。

図表 328 住んでいる地域や職場等、所属しているさまざまな集団での食事会等の機会への参加状況(年代4区分別)

	合計 (n=)	参加して いる	参加して いない	無回答
全体	912	16.5	78.4	5.2
16～24歳	105	7.4	92.6	0.0
25～44歳	217	16.1	82.0	1.9
45～64歳	315	14.2	84.9	0.8
65歳以上	275	22.8	62.6	14.6

⑫ 住んでいる地域や職場等、所属しているさまざまな集団での食事会等の機会への今後の参加意向

性別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 329 住んでいる地域や職場等、所属しているさまざまな集団での食事会等の機会への今後の参加意向(性別)

	合計 (n=)	参加した い	参加した くない	無回答
全体	912	22.7	66.0	11.3
男性	381	21.4	66.6	12.0
女性	522	23.9	65.1	11.0
回答しない	8	12.0	88.0	0.0

年代4区分別では、全体と比べて「16～24歳」「25～44歳」で「45～64歳」「参加したくない」が高くなっている。

図表 330 住んでいる地域や職場等、所属しているさまざまな集団での食事会等の機会への今後の参加意向(年代4区分別)

	合計 (n=)	参加した い	参加した くない	無回答
全体	912	22.7	66.0	11.3
16～24歳	105	15.8	83.3	0.9
25～44歳	217	25.5	71.9	2.7
45～64歳	315	24.8	71.3	3.9
65歳以上	275	20.8	48.6	30.6

⑬ 地域の人たちとのつながりの強さ

年代4区分別では、全体と比べて「65歳以上」で「どちらかといえば強い方だと思う」が高くなっている。「25～44歳」「45～64歳」で「弱い方だと思う」が高くなっている。

図表 331 地域の人たちとのつながりの強さ(年代4区分別)

	合計 (n=)	強い方だ と思う	どちらか といえ 強い方だ と思う	どちらか といえ 弱い方だ と思う	弱い方だ と思う	わからな い	無回答
全体	912	5.1	17.0	21.4	45.2	9.6	1.7
16～24歳	105	7.9	16.6	17.3	33.1	25.1	0.1
25～44歳	217	2.7	12.7	22.2	52.4	9.0	1.1
45～64歳	315	4.5	12.5	19.5	55.4	5.8	2.2
65歳以上	275	6.5	25.6	24.4	32.4	8.7	2.4

⑭ 「ヘルスアップサポーターいずみ」への関心の有無

年代4区分では、全体と比べて「65歳以上」で「関心はあるが、活動については考えていない」が高くなっている。「16～24歳」「25～44歳」では「関心がない」が高くなっている。

図表 332 「ヘルスアップサポーターいずみ」への関心の有無

	合計 (n=)	関心があ り、すで に参加し 活動して いる	関心があ り、機 会があれば 活動した い	関心はあ るが、活 動につい ては考え ていない	関心がない	無回答
全体	912	0.4	7.9	32.9	56.1	2.6
16～24歳	105	1.0	7.5	20.7	69.2	1.5
25～44歳	217	0.0	4.2	29.9	64.5	1.4
45～64歳	315	0.7	9.8	28.8	58.2	2.6
65歳以上	275	0.2	8.8	44.6	42.2	4.1

⑮ 健康に関する情報の入手手段

年代4区分別では、全体と比べて「16～24歳」「25～44歳」「45～64歳」で「インターネット」が高くなっている。「65歳以上」では「隣近所の人・友人・知人」「サークルなどの仲間」「市の広報やパンフレット」「テレビ・ラジオ・新聞」が高くなっている。

図表 333 健康に関する情報の入手手段(年代4区分別)

	合計 (n=)	家族・親 族	隣近所の 人・友人・知人	サークル などの仲 間	保育所・ 幼稚園・ 学校	市役所や 市の機関	市の広報 やパンフ レット	テレビ・ ラジオ・ 新聞
全体	912	46.7	25.9	5.7	5.6	8.7	24.5	46.2
16～24歳	105	59.9	15.6	4.8	18.5	1.2	8.0	25.1
25～44歳	217	52.7	24.9	1.5	10.2	3.5	17.2	35.7
45～64歳	315	37.9	22.2	2.9	1.7	11.0	26.7	46.4
65歳以上	275	46.9	34.9	12.6	1.3	13.0	34.0	62.4
	合計 (n=)	市のホー ムページ	いずみ メール	インター ネット	雑誌	健康アプ リ	その他	情報の入 手先がな い
全体	912	4.5	7.4	51.3	11.5	6.0	4.3	3.2
16～24歳	105	4.7	2.6	56.1	3.9	0.8	4.7	3.6
25～44歳	217	0.8	3.0	66.2	6.6	3.9	5.8	4.2
45～64歳	315	6.5	8.9	61.6	15.1	8.9	3.2	3.8
65歳以上	275	5.2	11.2	25.9	14.1	6.3	4.1	1.7

6 小・中学生調査（クロス集計）

(1) 健康に関する調査項目

① 体育の時間以外で体を動かしているか

性別では、全体と比べて「男子」で「はい」が高くなっている。

図表 334 体育の時間以外で体を動かしているか(性別)

	合計 (n=)	はい	いいえ	無回答
全体	1082	75.1	24.7	0.2
男	510	81.8	18.2	0.0
女	543	69.2	30.4	0.4
回答しない	29	69.0	31.0	0.0

② 運動の頻度

性別では、全体と比べて「男子」で「ほとんど毎日」が高く、「女子」で「週1～2回」が高くなっている。

図表 335 運動の頻度(性別)

	合計 (n=)	ほとんど 毎日	週1～2 回	月に1～ 2回	無回答
全体	813	63.7	31.6	3.9	0.7
男	417	73.6	23.0	2.9	0.5
女	376	53.5	40.4	5.1	1.1
回答しない	20	50.0	45.0	5.0	0.0

睡眠時間別では、全体と比べて「7時間以上8時間未満」で「ほとんど毎日」が高く、「9時間以上10時間未満」で「週1～2回」が高くなっている。

図表 336 運動の頻度(睡眠時間別)

	合計 (n=)	ほとんど 毎日	週1～2 回	月に1～ 2回	無回答
全体	813	63.7	31.6	3.9	0.7
6時間未満	9	77.8	22.2	0.0	0.0
6時間以上7時間未満	42	69.0	21.4	7.1	2.4
7時間以上8時間未満	198	72.2	24.7	2.5	0.5
8時間以上9時間未満	308	64.6	29.5	4.9	1.0
9時間以上10時間未満	201	53.2	43.3	3.5	0.0
10時間以上11時間未満	44	63.6	31.8	2.3	2.3
11時間以上	10	50.0	40.0	10.0	0.0

③ 睡眠時間

学校種別では、全体と比べて「小学生」で「9時間以上10時間未満」が高く、「中学生」で「7時間以上8時間未満」が高くなっている。

図表 337 睡眠時間(学校種別)

	合計 (n=)	6時間未 満	6時間以 上7時間 未満	7時間以 上8時間 未満	8時間以 上9時間 未満	9時間以 上10時間 未満	10時間以 上11時間 未満	11時間以 上	無回答
全体	1082	1.3	6.1	26.4	37.0	22.7	5.0	1.3	0.2
小学生	402	1.7	2.5	7.2	37.8	38.6	10.0	2.0	0.2
中学生	680	1.0	8.2	37.8	36.5	13.4	2.1	0.9	0.1

※睡眠時間は、起床時間・就寝時間の各選択肢の最も早い時間に起床・就寝したと仮定して便宜的に算出。

なお、「起床時間」の「午前6時まで」は5:30、就寝時間の「午後8時まで」は19:00にそれぞれ起床・就寝したものと仮定している。

④ 適正体重についての認知

性別では、全体と比べて大きな差は見られないものの、「女子」が「男子」よりも「知っていた」が高くなっている。

図表 338 適正体重についての認知(性別)

	合計 (n=)	知ってい た	知らな かった	無回答
全体	1082	25.0	74.3	0.6
男	510	20.6	79.0	0.4
女	543	28.9	70.2	0.9
回答しない	29	31.0	69.0	0.0

⑤ 現在の健康状態

性別では、「女」と比べて「男」で「よい」が高くなっている。

図表 339 現在の健康状態(性別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	1082	43.9	28.6	22.7	3.6	0.9	0.3
男	510	47.6	30.6	19.2	1.4	0.6	0.6
女	543	42.0	27.1	24.7	5.3	0.9	0.0
回答しない	29	13.8	20.7	48.3	10.3	6.9	0.0

体育の時間以外で体を動かしているか別では、全体と比べて「いいえ」で「よい」が低く、「普通」が高くなっている。

図表 340 現在の健康状態(体育の時間以外で体を動かしているか別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	1082	43.9	28.6	22.7	3.6	0.9	0.3
はい	813	48.0	28.0	19.9	3.1	0.7	0.2
いいえ	267	31.1	30.3	31.5	5.2	1.5	0.4

運動の頻度別では、全体と比べて大きな差はみられない。

図表 341 現在の健康状態(運動の頻度別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	1082	43.9	28.6	22.7	3.6	0.9	0.3
ほとんど毎日	518	48.6	28.0	19.1	3.3	0.8	0.2
週1～2回	257	47.9	27.6	21.8	2.3	0.0	0.4
月に1～2回	32	40.6	31.3	18.8	3.1	6.3	0.0

平日の起床時間別では、全体と比べて「午前6時まで」で「よい」が高くなっている。

図表 342 現在の健康状態(平日の起床時間別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	1082	43.9	28.6	22.7	3.6	0.9	0.3
午前6時まで	101	51.5	25.7	18.8	4.0	0.0	0.0
午前6時～6時30分	216	46.3	29.2	19.4	3.7	0.5	0.9
午前6時30分～7時	350	41.7	32.3	22.6	3.1	0.3	0.0
午前7時～7時30分	306	43.5	25.2	27.1	2.9	1.0	0.3
午前7時30分～8時	85	37.6	30.6	21.2	7.1	3.5	0.0
午前8時以降	22	45.5	18.2	22.7	4.5	9.1	0.0

平日の就寝時間別では、全体と比べて「午後9時台」で「よい」が高くなっている。また、「午後（深夜）12時以降」で「ふつう」が高くなっている。

図表 343 現在の健康状態(平日の就寝時間別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	1082	43.9	28.6	22.7	3.6	0.9	0.3
午後8時まで	13	53.8	15.4	30.8	0.0	0.0	0.0
午後8時台	30	63.3	20.0	13.3	3.3	0.0	0.0
午後9時台	192	56.3	28.1	14.1	1.6	0.0	0.0
午後10時台	346	48.0	28.0	19.9	2.6	0.6	0.9
午後11時台	317	39.4	30.6	25.2	3.8	0.9	0.0
午後（深夜）12時以降	184	27.2	28.8	33.7	7.6	2.7	0.0

睡眠時間別では、全体と比べて「9時間以上10時間未満」「10時間以上11時間未満」で「よい」が高くなっている。また、「6時間以上7時間未満」で「まあよい」が高く、「7時間以上8時間未満」で「ふつう」が高くなっている。

図表 344 現在の健康状態(睡眠時間別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	1082	43.9	28.6	22.7	3.6	0.9	0.3
6時間未満	14	14.3	42.9	35.7	7.1	0.0	0.0
6時間以上7時間未満	66	27.3	36.4	24.2	12.1	0.0	0.0
7時間以上8時間未満	286	34.3	28.7	32.2	3.5	1.4	0.0
8時間以上9時間未満	400	46.3	29.0	19.5	3.5	1.3	0.5
9時間以上10時間未満	246	54.1	26.0	17.1	2.0	0.4	0.4
10時間以上11時間未満	54	57.4	25.9	14.8	1.9	0.0	0.0
11時間以上	14	42.9	21.4	35.7	0.0	0.0	0.0

歯磨きの回数別では、全体と比べて「1日3回以上みがく」で「よい」が高くなっている。

図表 345 現在の健康状態(歯磨きの回数別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	1082	43.9	28.6	22.7	3.6	0.9	0.3
1日3回以上みがく	139	52.5	21.6	18.0	6.5	0.7	0.7
1日2回以上みがく	744	44.9	30.4	21.2	2.6	0.7	0.3
1日1回以上みがく	181	35.9	26.0	31.5	5.0	1.7	0.0
ときどきみがく	5	0.0	0.0	60.0	20.0	20.0	0.0
みがかない	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

適正体重についての認知別では、全体と比べて大きな差はみられない。

図表 346 現在の健康状態(適正体重についての認知別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	1082	43.9	28.6	22.7	3.6	0.9	0.3
知っていた	271	46.5	24.7	22.9	4.8	0.7	0.4
知らなかった	804	42.8	30.0	22.8	3.2	1.0	0.2

現在、幸せか別では、全体と比べて「とてもあてはまる」で「よい」が高くなっている。

図表 347 現在の健康状態(現在、幸せか別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	1082	43.9	28.6	22.7	3.6	0.9	0.3
とてもあてはまる	452	67.0	20.6	10.0	1.5	0.7	0.2
ややあてはまる	448	29.7	38.4	29.2	2.2	0.2	0.2
どちらにもあてはまらない	106	25.5	19.8	44.3	7.5	2.8	0.0
あまりあてはまらない	54	14.8	31.5	31.5	20.4	0.0	1.9
まったくあてはまらない	20	20.0	20.0	30.0	15.0	15.0	0.0

「幸せ」かどうかを判断する際に重視する事項別では、全体と比べて「地域や近所の人たちとのかかわり」「健康状態」で「よい」が高くなっている。

図表 348 現在の健康状態(「幸せ」かどうかを判断する際に重視する事項別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	1082	43.9	28.6	22.7	3.6	0.9	0.3
健康状態	585	52.3	28.4	15.9	2.9	0.5	0.0
家族関係	772	46.4	28.5	21.5	2.8	0.6	0.1
友人関係	811	45.0	28.9	21.3	3.8	0.9	0.1
地域や近所の人たちとのかかわり	193	53.9	27.5	14.0	4.7	0.0	0.0
精神的なゆとり	456	39.5	28.9	25.2	4.8	1.3	0.2
自由な時間	765	43.1	29.7	22.5	3.8	0.8	0.1
下校後や休日の充実	501	46.3	26.5	22.2	4.2	0.8	0.0
趣味 や部活動などの充実	627	43.9	29.3	22.0	3.8	1.0	0.0
勉強の充実感	200	48.0	27.0	21.0	4.0	0.0	0.0
その他	59	54.2	18.6	25.4	1.7	0.0	0.0

朝食を食べるか別では、全体と比べて「ほぼ毎日食べる」で「よい」が高くなっている。

図表 349 現在の健康状態(朝食を食べるか別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	1082	43.9	28.6	22.7	3.6	0.9	0.3
ほぼ毎日食べる	895	47.2	29.8	19.4	2.7	0.6	0.3
週4～5日は食べる	73	26.0	27.4	39.7	6.8	0.0	0.0
週2～3日は食べる	48	22.9	31.3	33.3	8.3	4.2	0.0
ほとんど食べない	64	34.4	9.4	42.2	9.4	4.7	0.0

家族と一緒に朝食をとる頻度別では、全体と比べて「ほぼ毎日」で「よい」が高くなっている。

図表 350 現在の健康状態(家族と一緒に朝食をとる頻度別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	1082	43.9	28.6	22.7	3.6	0.9	0.3
ほぼ毎日	551	51.0	26.9	18.3	2.9	0.5	0.4
週4～5日	90	35.6	34.4	26.7	3.3	0.0	0.0
週2～3日	91	30.8	33.0	30.8	4.4	1.1	0.0
週に1日程度	66	48.5	33.3	15.2	1.5	1.5	0.0
ほとんどない	278	35.3	28.1	29.5	5.4	1.8	0.0

家族と一緒に夕食をとる頻度別では、「週4～5日」や「週2～3日」と比べて「ほぼ毎日」で「よい」が高くなっている。

図表 351 現在の健康状態(家族と一緒に夕食をとる頻度別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	1082	43.9	28.6	22.7	3.6	0.9	0.3
ほぼ毎日	838	45.7	28.5	21.5	3.2	1.0	0.1
週4～5日	104	33.7	38.5	25.0	2.9	0.0	0.0
週2～3日	69	37.7	23.2	31.9	5.8	1.4	0.0
週に1日程度	28	42.9	14.3	32.1	7.1	3.6	0.0
ほとんどない	25	36.0	32.0	24.0	8.0	0.0	0.0

嫌いなものを食べるか別では、全体と比べて「がんばって食べる」で「よい」が高くなっている。

図表 352 現在の健康状態(嫌いなものを食べるか別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	1082	43.9	28.6	22.7	3.6	0.9	0.3
がんばって食べる	665	47.8	28.0	19.5	3.5	0.9	0.3
学校では食べるが、家では食べない	282	38.7	30.5	27.3	3.2	0.4	0.0
学校では食べないが、家では食べる	46	37.0	26.1	28.3	6.5	2.2	0.0
食べない	80	36.3	28.8	30.0	3.8	1.3	0.0

調理（手伝い含む）をするか別では、全体と比べて「いつもしている」で「よい」が高くなっている。

図表 353 現在の健康状態（調理（手伝い含む）をするか別）

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	1082	43.9	28.6	22.7	3.6	0.9	0.3
いつもしている	173	60.1	19.1	17.9	1.7	0.6	0.6
たまにしている	632	41.8	30.5	22.9	3.8	0.8	0.2
ほとんどしていない	274	38.7	29.6	25.5	4.4	1.5	0.4

よく噛んで食べるか別では、全体と比べて「はい」で「よい」が高くなっている。

図表 354 現在の健康状態（よく噛んで食べるか別）

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	1082	43.9	28.6	22.7	3.6	0.9	0.3
はい	777	50.1	27.2	19.0	2.6	0.8	0.4
いいえ	61	27.9	37.7	26.2	6.6	1.6	0.0
わからない	242	28.1	30.6	33.9	6.2	1.2	0.0

食事の際に挨拶をするか別では、全体と比べて「必ずしている」で「よい」が高くなっている。

図表 355 現在の健康状態（食事の際に挨拶をするか別）

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	1082	43.9	28.6	22.7	3.6	0.9	0.3
必ずしている	708	50.1	26.4	19.1	3.1	0.8	0.4
ほとんどしている	268	34.3	32.8	28.4	3.4	1.1	0.0
時々している	77	27.3	35.1	33.8	3.9	0.0	0.0
まったくしていない	24	29.2	25.0	25.0	20.8	0.0	0.0

食への感謝別では、全体と比べて「いつも感じている」で「よい」が高くなっている。

図表 356 現在の健康状態（食への感謝別）

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	1082	43.9	28.6	22.7	3.6	0.9	0.3
いつも感じている	398	54.5	25.6	15.6	2.8	1.3	0.3
よく感じている	528	40.7	29.7	25.2	3.6	0.6	0.2
あまり感じていない	132	27.3	32.6	34.1	5.3	0.8	0.0
まったく感じていない	21	33.3	28.6	23.8	9.5	0.0	4.8

市の伝統(郷土)料理の認知別では、全体と比べて「はい」で「よい」が高くなっている。

図表 357 現在の健康状態(市の伝統(郷土)料理の認知別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	1082	43.9	28.6	22.7	3.6	0.9	0.3
はい	463	48.4	28.1	19.7	2.8	0.9	0.2
いいえ	590	41.4	29.3	24.4	3.9	0.7	0.3

食事のマナーを教えられた経験別では、全体と比べて「はい」で「よい」が高くなっている。

図表 358 現在の健康状態(食事のマナーを教えられた経験別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	1082	43.9	28.6	22.7	3.6	0.9	0.3
はい	965	44.9	29.4	21.2	3.3	0.9	0.2
いいえ	85	32.9	23.5	37.6	4.7	0.0	1.2

給食が好きか別では、全体と比べて「大好き」で「よい」が高くなっている。

図表 359 現在の健康状態(給食が好きか別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	1082	43.9	28.6	22.7	3.6	0.9	0.3
大好き	497	54.9	25.8	15.7	2.6	0.8	0.2
どちらか	485	36.1	32.0	27.6	3.5	0.6	0.2
どちらか	68	27.9	25.0	35.3	10.3	0.0	1.5
嫌い	25	24.0	32.0	28.0	4.0	12.0	0.0

⑥ 現在、幸せか

性別では、全体と比べて大きな差はみられない。

図表 360 現在、幸せか(性別)

	合計 (n=)	とてもあ てはまる	ややあて はまる	どちらに もあては まらない	あまりあ てはまら ない	まったく あてはま らない	無回答
全体	1082	41.8	41.4	9.8	5.0	1.8	0.2
男	510	43.3	42.7	8.0	3.7	1.8	0.4
女	543	40.9	40.7	10.7	6.1	1.7	0.0
回答しない	29	31.0	31.0	24.1	6.9	6.9	0.0

体育の時間以外で体を動かしているか別では、全体と比べて「いいえ」で「とてもあてはまる」が低くなっている。

図表 361 現在、幸せか(体育の時間以外で体を動かしているか別)

	合計 (n=)	とてもあ てはまる	ややあて はまる	どちらに もあては まらない	あまりあ てはまら ない	まったく あてはま らない	無回答
全体	1082	41.8	41.4	9.8	5.0	1.8	0.2
はい	813	44.6	40.5	8.6	4.4	1.6	0.2
いいえ	267	33.0	44.2	13.5	6.7	2.6	0.0

運動の頻度別では、全体と比べて大きな差はみられない。

図表 362 現在、幸せか(運動の頻度別)

	合計 (n=)	とてもあ てはまる	ややあて はまる	どちらに もあては まらない	あまりあ てはまら ない	まったく あてはま らない	無回答
全体	1082	41.8	41.4	9.8	5.0	1.8	0.2
ほとんど毎日	518	45.8	40.3	8.5	3.9	1.2	0.4
週1～2回	257	44.0	41.2	8.2	5.1	1.6	0.0
月に1～2回	32	31.3	40.6	9.4	9.4	9.4	0.0

平日の起床時間別では、全体と比べて「午前7時30分～8時」で「あてはまる」が低くなっている。

図表 363 現在、幸せか(平日の起床時間別)

	合計 (n=)	とてもあ てはまる	ややあて はまる	どちらに もあては まらない	あまりあ てはまら ない	まったく あてはま らない	無回答
全体	1082	41.8	41.4	9.8	5.0	1.8	0.2
午前6時まで	101	43.6	36.6	9.9	6.9	3.0	0.0
午前6時～6時30分	216	46.3	40.7	7.9	3.7	0.9	0.5
午前6時30分～7時	350	39.4	44.0	10.3	4.0	2.0	0.3
午前7時～7時30分	306	40.2	42.8	9.2	5.9	2.0	0.0
午前7時30分～8時	85	38.8	38.8	14.1	7.1	1.2	0.0
午前8時以降	22	54.5	22.7	13.6	4.5	4.5	0.0

平日の就寝時間別では、全体と比べて「午後(深夜)12時以降」で「とてもあてはまる」が低くなっている。

図表 364 現在、幸せか(平日の就寝時間別)

	合計 (n=)	とてもあ てはまる	ややあて はまる	どちらに もあては まらない	あまりあ てはまら ない	まったく あてはま らない	無回答
全体	1082	41.8	41.4	9.8	5.0	1.8	0.2
午後8時まで	13	46.2	38.5	7.7	0.0	7.7	0.0
午後8時台	30	63.3	16.7	16.7	3.3	0.0	0.0
午後9時台	192	54.7	34.9	5.2	3.6	1.6	0.0
午後10時台	346	42.2	44.5	6.4	5.8	1.2	0.0
午後11時台	317	37.5	43.8	11.7	5.4	0.9	0.6
午後(深夜)12時以降	184	31.0	42.4	16.8	4.9	4.9	0.0

睡眠時間別では、全体と比べて「9時間以上10時間未満」「10時間以上11時間未満」で「とてもあてはまる」が高くなっている。また、「6時間以上7時間未満」で「どちらにもあてはまらない」が高く、「6時間未満」で「まったくあてはまらない」が高くなっている。

図表 365 現在、幸せか(睡眠時間別)

	合計 (n=)	とてもあ てはまる	ややあて はまる	どちらに もあては まらない	あまりあ てはまら ない	まったく あてはま らない	無回答
全体	1082	41.8	41.4	9.8	5.0	1.8	0.2
6時間未満	14	42.9	35.7	0.0	7.1	14.3	0.0
6時間以上7時間未満	66	24.2	45.5	19.7	7.6	3.0	0.0
7時間以上8時間未満	286	34.6	45.1	13.6	3.8	2.1	0.7
8時間以上9時間未満	400	40.5	44.0	8.3	5.5	1.8	0.0
9時間以上10時間未満	246	52.4	34.6	7.3	5.3	0.4	0.0
10時間以上11時間未満	54	59.3	31.5	3.7	3.7	1.9	0.0
11時間以上	14	42.9	42.9	7.1	0.0	7.1	0.0

歯磨きの回数別では、全体と比べて「1日1回以上みがく」で「とてもあてはまる」が低くなっている。

図表 366 現在、幸せか(歯磨きの回数別)

	合計 (n=)	とてもあ てはまる	ややあて はまる	どちらに もあては まらない	あまりあ てはまら ない	まったく あてはま らない	無回答
全体	1082	41.8	41.4	9.8	5.0	1.8	0.2
1日3回以上みがく	139	41.7	37.4	14.4	5.0	1.4	0.0
1日2回以上みがく	744	43.8	41.3	8.3	5.2	1.1	0.3
1日1回以上みがく	181	34.3	44.8	12.7	3.9	4.4	0.0
ときどきみがく	5	0.0	80.0	0.0	0.0	20.0	0.0
みがかない	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

現在の健康状態別では、全体と比べて「よい」で「とてもあてはまる」が高くなっている。

図表 367 現在、幸せか(現在の健康状態別)

	合計 (n=)	とてもあ てはまる	ややあて はまる	どちらに もあては まらない	あまりあ てはまら ない	まったく あてはま らない	無回答
全体	1082	41.8	41.4	9.8	5.0	1.8	0.2
よい	475	63.8	28.0	5.7	1.7	0.8	0.0
まあよい	309	30.1	55.7	6.8	5.5	1.3	0.6
ふつう	246	18.3	53.3	19.1	6.9	2.4	0.0
あまりよくない	39	17.9	25.6	20.5	28.2	7.7	0.0
よくない	10	30.0	10.0	30.0	0.0	30.0	0.0

幸せについて重視すること別では、全体と比べて「地域や近所の人たちとのかかわり」「健康状態」で「とてもあてはまる」が高くなっている。

図表 368 現在、幸せか(幸せについて重視すること別)

	合計 (n=)	とてもあ てはまる	ややあて はまる	どちらに もあては まらない	あまりあ てはまら ない	まったく あてはま らない	無回答
全体	1082	41.8	41.4	9.8	5.0	1.8	0.2
健康状態	585	51.5	38.8	6.3	1.7	1.7	0.0
家族関係	772	46.9	40.9	7.9	3.0	1.3	0.0
友人関係	811	44.8	41.6	8.4	3.8	1.5	0.0
地域や近所の人たちとのかかわり	193	60.1	31.6	3.6	2.1	2.6	0.0
精神的なゆとり	456	38.8	39.3	11.6	6.6	3.7	0.0
自由な時間	765	41.6	42.9	8.9	4.6	2.1	0.0
下校後や休日の充実	501	45.7	40.3	8.2	3.8	2.0	0.0
趣味 や部活動などの充実	627	43.4	42.1	8.6	3.8	2.1	0.0
勉強の充実感	200	49.5	37.0	7.0	3.5	3.0	0.0
その他	59	52.5	30.5	13.6	3.4	0.0	0.0

朝食を食べるか別では、全体と比べて「週4～5日は食べる」「ほとんど食べない」で「とてもあてはまる」が低く、「どちらにもあてはまらない」が高くなっている。「ほとんど食べない」で「まったくあてはまらない」が高くなっている。

図表 369 現在、幸せか(朝食を食べるか別)

	合計 (n=)	とてもあ てはまる	ややあて はまる	どちらに もあては まらない	あまりあ てはまら ない	まったく あてはま らない	無回答
全体	1082	41.8	41.4	9.8	5.0	1.8	0.2
ほぼ毎日食べる	895	43.9	42.6	7.6	4.4	1.3	0.2
週4～5日は食べる	73	32.9	37.0	17.8	8.2	4.1	0.0
週2～3日は食べる	48	25.0	47.9	18.8	8.3	0.0	0.0
ほとんど食べない	64	34.4	25.0	25.0	7.8	7.8	0.0

朝食を家族と食べる頻度別では、全体と比べて「ほぼ毎日」で「とてもあてはまる」が高く、「週4～5日は食べる」「週2～3日は食べる」で「ややあてはまる」が高くなっている。「週4～5日は食べる」で「あまりあてはまらない」が高くなっている。

図表 370 現在、幸せか(朝食を家族と食べる頻度別)

	合計 (n=)	とてもあ てはまる	ややあて はまる	どちらに もあては まらない	あまりあ てはまら ない	まったく あてはま らない	無回答
全体	1082	41.8	41.4	9.8	5.0	1.8	0.2
ほぼ毎日	551	47.7	38.1	8.9	3.3	1.8	0.2
週4～5日	90	36.7	47.8	5.6	10.0	0.0	0.0
週2～3日	91	36.3	48.4	9.9	4.4	1.1	0.0
週に1日程度	66	33.3	53.0	9.1	3.0	1.5	0.0
ほとんどない	278	34.5	41.4	13.3	7.6	2.9	0.4

家族と一緒に夕食をとる頻度別では、全体と比べて「週４～５」で「とてもあてはまる」が低くなっている。

図表 371 現在、幸せか(家族と一緒に夕食をとる頻度別)

	合計 (n=)	とてもあ てはまる	ややあて はまる	どちらに もあては まらない	あまりあ てはまら ない	まったく あてはま らない	無回答
全体	1082	41.8	41.4	9.8	5.0	1.8	0.2
ほぼ毎日	838	44.2	39.6	9.7	4.5	1.8	0.2
週４～５日	104	29.8	54.8	7.7	5.8	1.9	0.0
週２～３日	69	36.2	49.3	8.7	4.3	1.4	0.0
週に１日程度	28	32.1	42.9	17.9	7.1	0.0	0.0
ほとんどない	25	32.0	32.0	16.0	12.0	8.0	0.0

嫌いなものを食べるか別では、全体と比べて「食べない」で「とてもあてはまる」が低くなっている。

図表 372 現在、幸せか(嫌いなものを食べるか別)

	合計 (n=)	とてもあ てはまる	ややあて はまる	どちらに もあては まらない	あまりあ てはまら ない	まったく あてはま らない	無回答
全体	1082	41.8	41.4	9.8	5.0	1.8	0.2
がんばって食べる	665	45.1	41.5	7.4	4.7	1.4	0.0
学校では食べるが、家では食べない	282	40.4	42.9	11.0	4.6	1.1	0.0
学校では食べないが、家では食べる	46	23.9	52.2	17.4	4.3	2.2	0.0
食べない	80	32.5	31.3	20.0	7.5	6.3	2.5

調理(手伝い含む)をするか別では、全体と比べて「いつもしている」で「とてもあてはまる」が高くなっている。

図表 373 現在、幸せか(調理(手伝い含む)をするか別)

	合計 (n=)	とてもあ てはまる	ややあて はまる	どちらに もあては まらない	あまりあ てはまら ない	まったく あてはま らない	無回答
全体	1082	41.8	41.4	9.8	5.0	1.8	0.2
いつもしている	173	55.5	28.9	9.2	5.2	1.2	0.0
たまにしている	632	41.8	43.2	8.9	4.4	1.6	0.2
ほとんどしていない	274	32.8	45.6	12.4	5.8	2.9	0.4

よく噛んで食べるか別では、全体と比べて「はい」で「とてもあてはまる」が高くなっている。

図表 374 現在、幸せか(よく噛んで食べるか別)

	合計 (n=)	とてもあ てはまる	ややあて はまる	どちらに もあては まらない	あまりあ てはまら ない	まったく あてはま らない	無回答
全体	1082	41.8	41.4	9.8	5.0	1.8	0.2
はい	777	48.3	40.2	7.9	2.7	1.0	0.0
いいえ	61	21.3	49.2	11.5	11.5	4.9	1.6
わからない	242	25.6	43.8	15.7	10.7	3.7	0.4

食事の際に挨拶をするか別では、全体と比べて大きな差はみられない／全体と比べて「必ずしている」で「とてもあてはまる」が高くなっている。

図表 375 現在、幸せか(食事の際に挨拶をするか別)

	合計 (n=)	とてもあ てはまる	ややあて はまる	どちらに もあては まらない	あまりあ てはまら ない	まったく あてはま らない	無回答
全体	1082	41.8	41.4	9.8	5.0	1.8	0.2
必ずしている	708	48.9	36.3	8.6	4.4	1.8	0.0
ほとんどしている	268	31.3	51.1	10.8	5.2	1.1	0.4
時々している	77	20.8	54.5	15.6	5.2	2.6	1.3
まったくしていない	24	20.8	45.8	16.7	12.5	4.2	0.0

食への感謝別では、全体と比べて「いつも感じている」で「あてはまる」が高くなっている。

図表 376 現在、幸せか(食への感謝別)

	合計 (n=)	とてもあ てはまる	ややあて はまる	どちらに もあては まらない	あまりあ てはまら ない	まったく あてはま らない	無回答
全体	1082	41.8	41.4	9.8	5.0	1.8	0.2
いつも感じている	398	57.0	30.2	8.0	3.0	1.8	0.0
よく感じている	528	35.8	47.9	9.1	5.3	1.7	0.2
あまり感じていない	132	23.5	47.7	18.2	8.3	1.5	0.8
まったく感じていない	21	19.0	52.4	9.5	14.3	4.8	0.0

食事のマナーを教えられた経験別では、全体と比べて「はい」で「あてはまる」が高くなっている。

図表 377 現在、幸せか(食事のマナーを教えられた経験別)

	合計 (n=)	とてもあ てはまる	ややあて はまる	どちらに もあては まらない	あまりあ てはまら ない	まったく あてはま らない	無回答
全体	1082	41.8	41.4	9.8	5.0	1.8	0.2
はい	965	42.6	41.0	10.1	4.6	1.7	0.1
いいえ	85	31.8	44.7	9.4	9.4	3.5	1.2

給食が好きか別では、全体と比べて「大好き」で「とてもあてはまる」が高くなっている。

図表 378 現在、幸せか(給食が好きか別)

	合計 (n=)	とてもあ てはまる	ややあて はまる	どちらに もあては まらない	あまりあ てはまら ない	まったく あてはま らない	無回答
全体	1082	41.8	41.4	9.8	5.0	1.8	0.2
大好き	497	54.9	35.8	5.6	2.6	1.0	0.0
どちらかというとき	485	32.4	46.8	13.6	6.2	1.0	0.0
どちらかというとき嫌い	68	20.6	44.1	13.2	8.8	10.3	2.9
嫌い	25	24.0	40.0	8.0	16.0	12.0	0.0

(2) 食育に関する調査項目

① 朝食を食べるか

性別では、全体と比べて大きな差は見られないものの、「男子」が「女子」よりも「ほぼ毎日食べる」が高くなっている。

図表 379 朝食を食べるか(性別)

	合計 (n=)	ほぼ毎日 食べる	週4～5 日は食べる	週2～3 日は食べる	ほとんど 食べない	無回答
全体	1082	82.7	6.7	4.4	5.9	0.2
男	510	85.7	5.5	2.9	5.7	0.2
女	543	80.7	7.6	5.7	5.9	0.2
回答しない	29	69.0	13.8	6.9	10.3	0.0

平日の就寝時間別では、全体と比べて「午後9時台」「午後10時台」で「ほぼ毎日食べる」が高くなっている。

図表 380 朝食を食べるか(平日の就寝時間別)

	合計 (n=)	ほぼ毎日 食べる	週4～5 日は食べる	週2～3 日は食べる	ほとんど 食べない	無回答
全体	1082	82.7	6.7	4.4	5.9	0.2
午後8時まで	13	84.6	0.0	0.0	15.4	0.0
午後8時台	30	90.0	10.0	0.0	0.0	0.0
午後9時台	192	93.2	3.6	2.6	0.5	0.0
午後10時台	346	90.2	4.6	3.5	1.2	0.6
午後11時台	317	79.2	9.1	5.0	6.6	0.0
午後(深夜)12時以降	184	62.5	9.8	8.2	19.6	0.0

睡眠時間別では、全体と比べて「9時間以上10時間未満」「10時間以上11時間未満」で「ほぼ毎日食べる」が高くなっている。また、「6時間以上7時間未満」「11時間以上」で「ほとんど食べない」が高くなっている。

図表 381 朝食を食べるか(睡眠時間別)

	合計 (n=)	ほぼ毎日 食べる	週4～5 日は食べる	週2～3 日は食べる	ほとんど 食べない	無回答
全体	1082	82.7	6.7	4.4	5.9	0.2
6時間未満	14	57.1	14.3	14.3	14.3	0.0
6時間以上7時間未満	66	69.7	6.1	10.6	13.6	0.0
7時間以上8時間未満	286	75.5	10.1	4.2	10.1	0.0
8時間以上9時間未満	400	86.3	5.5	3.5	4.5	0.3
9時間以上10時間未満	246	88.6	4.9	4.5	1.6	0.4
10時間以上11時間未満	54	88.9	7.4	3.7	0.0	0.0
11時間以上	14	85.7	0.0	0.0	14.3	0.0

② 家族と一緒に朝食をとる頻度

性別では、全体と比べて「男子」で「ほぼ毎日」が高くなっている。

図表 382 家族と一緒に朝食をとる頻度(性別)

	合計 (n=)	ほぼ毎日	週4～5 日	週2～3 日	週に1日 程度	ほとんど ない	無回答
全体	1082	50.9	8.3	8.4	6.1	25.7	0.6
男	510	57.1	7.3	6.1	4.9	24.1	0.6
女	543	45.1	9.8	10.1	7.4	27.1	0.6
回答しない	29	51.7	0.0	17.2	3.4	27.6	0.0

朝食を食べるか（小学生）別では、全体と比べて「ほぼ毎日食べる」で「ほぼ毎日」が高くなっている。

図表 383 家族と一緒に朝食をとる頻度(朝食を食べるか(小学生)別)

	合計 (n=)	ほぼ毎日	週４～５ 日	週２～３ 日	週に１日 程度	ほとんど ない	無回答
全体	402	61.7	10.4	5.5	6.2	15.7	0.5
ほぼ毎日食べる	363	66.1	9.4	4.1	5.8	14.0	0.6
週４～５日は食べる	19	26.3	26.3	26.3	5.3	15.8	0.0
週２～３日は食べる	10	20.0	10.0	20.0	20.0	30.0	0.0
ほとんど食べない	9	0.0	22.2	0.0	11.1	66.7	0.0

朝食を食べるか（中学生）別では、全体と比べて「ほぼ毎日食べる」で「ほぼ毎日」が高くなっている。また、「週４～５日は食べる」で「週４～５日」が高くなっている。

図表 384 家族と一緒に朝食をとる頻度(朝食を食べるか(中学生)別)

	合計 (n=)	ほぼ毎日	週４～５ 日	週２～３ 日	週に１日 程度	ほとんど ない	無回答
全体	680	44.6	7.1	10.1	6.0	31.6	0.6
ほぼ毎日食べる	532	51.5	7.1	9.6	6.6	24.4	0.8
週４～５日は食べる	54	25.9	16.7	11.1	3.7	42.6	0.0
週２～３日は食べる	38	13.2	0.0	28.9	5.3	52.6	0.0
ほとんど食べない	55	16.4	1.8	1.8	3.6	76.4	0.0

③ 家族と一緒に夕食をとる頻度

性別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 385 家族と一緒に夕食をとる頻度(性別)

	合計 (n=)	ほぼ毎日	週４～５ 日	週２～３ 日	週に１日 程度	ほとんど ない	無回答
全体	1082	77.4	9.6	6.4	2.6	2.3	1.7
男	510	77.8	9.6	5.3	2.4	2.7	2.2
女	543	77.3	9.4	7.0	2.9	2.0	1.3
回答しない	29	72.4	13.8	13.8	0.0	0.0	0.0

④ 食育を学んで感じたこと

農業体験別では、全体と比べて「育てた作物を使った料理やものづくりなど」で「食育に興味を持った」が高くなっている。

「田植えや野菜の種まき、苗植えなど」「草引きや水やりなど」「稲刈りや芋ほり、野菜の収穫など」「育てた作物を使った料理やものづくりなど」で「感謝の気持ちが高まった」「食事の大切さがわかった」が高くなっている。

「草引きや水やりなど」「稲刈りや芋ほり、野菜の収穫など」「育てた作物を使った料理やものづくりなど」で「自分でも何かをしてみようと思った」が高くなっている。

「なにもしたことがない」では、「残さず食べようと思った」「感謝の気持ちが高まった」「地元でとれたものを買おうと思った」「家族にも教えてあげようと思った」「食事の大切さがわかった」が低くなっている。

図表 386 食育を学んで感じたこと（農業体験別）

	合計 (n=)	食育に興 味を持っ た	残さず食 べようと 思った	感謝の気 持ちが高 まった	地元でと れたもの を買おう と思った	家族にも 教えてあ げようと 思った	食事の大 切さがわ かった	自分でも 何かをし てみよう と思った
全体	1082	37.4	71.3	60.2	14.6	23.4	65.5	24.5
田植えや野菜の種まき、苗植えなど	645	40.0	74.3	67.3	19.7	26.4	71.0	27.4
草引きや水やりなど	537	40.4	73.0	69.3	19.7	27.9	72.1	30.4
稲刈りや芋ほり、野菜の収穫など	563	39.1	74.2	67.0	20.4	27.7	72.1	29.8
育てた作物を使った料理やものづくりなど	475	43.2	75.2	70.1	20.6	28.8	72.4	32.2
その他	25	52.0	68.0	56.0	24.0	32.0	64.0	28.0
なにもしたことがない	179	33.5	65.9	44.1	8.9	14.5	55.3	20.7

⑤ 調理をするか

性別では、全体と比べて大きな差は見られないものの、「男子」が「女子」よりも「ほとんどしていない」が高くなっている。

図表 387 調理をするか（性別）

	合計 (n=)	いつも している	たまに している	ほとん どしてい ない	無回答
全体	1082	16.0	58.4	25.3	0.3
男	510	15.3	56.9	27.8	0.0
女	543	17.1	60.4	21.9	0.6
回答しない	29	6.9	48.3	44.8	0.0

家族と一緒に朝食をとる頻度別では、全体と比べて「週2～3日」で「いつもしている」が低くなっている。「週4～5日」「週に1日程度」で「たまにしている」が高く、「ほとんどない」で「ほとんどしていない」が高くなっている。

図表 388 調理をするか（家族と一緒に朝食をとる頻度別）

	合計 (n=)	いつも している	たまに している	ほとん どしてい ない	無回答
全体	1082	16.0	58.4	25.3	0.3
ほぼ毎日	551	18.9	57.0	23.8	0.4
週4～5日	90	13.3	73.3	13.3	0.0
週2～3日	91	11.0	60.4	27.5	1.1
週に1日程度	66	15.2	66.7	18.2	0.0
ほとんどない	278	12.6	54.0	33.5	0.0

家族と一緒に夕食をとる頻度別では、全体と比べて「週2～3日」で「ほとんどしていない」が高くなっている。

図表 389 調理をするか（家族と一緒に夕食をとる頻度別）

	合計 (n=)	いつも している	たまに している	ほとん どしてい ない	無回答
全体	1082	16.0	58.4	25.3	0.3
ほぼ毎日	838	16.2	59.3	24.1	0.4
週4～5日	104	11.5	60.6	27.9	0.0
週2～3日	69	15.9	50.7	33.3	0.0
週に1日程度	28	17.9	50.0	32.1	0.0
ほとんどない	25	12.0	56.0	32.0	0.0

⑥ 食への感謝

嫌いなものを食べるか別では、全体と比べて「がんばって食べる」で「いつも感じている」が高くなっている。また、「学校では食べないが、家では食べる」で「よく感じている」が高くなっている。

図表 390 食への感謝(嫌いなものを食べるか別)

	合計 (n=)	いつも感 じている	よく感じ ている	あまり感 じていな い	まったく 感じてい ない	無回答
全体	1082	36.8	48.8	12.2	1.9	0.3
がんばって食べる	665	42.4	46.0	9.9	1.5	0.2
学校では食べるが、家では食べない	282	28.0	53.2	16.7	1.8	0.4
学校では食べないが、家では食べる	46	28.3	54.3	13.0	4.3	0.0
食べない	80	26.3	52.5	16.3	5.0	0.0

⑦ 嫌いなものを食べるか

給食が好きか別では、全体と比べて「大好き」で「がんばって食べる」が高いが、「学校では食べるが、家では食べない」が低くなっている。

また、「どちらかという嫌い」では「学校では食べないが、家では食べる」「食べない」が高くなっている。

図表 391 嫌いなものを食べるか(給食が好きか別)

	合計 (n=)	がんばっ て食べる	学校では 食べる が、家で は食べな い	学校では 食べない が、家で は食べる	食べない	無回答
全体	1082	61.5	26.1	4.3	7.4	0.8
大好き	497	72.0	21.1	2.6	3.8	0.4
どちらかというとき好き	485	56.1	30.7	4.3	8.0	0.8
どちらかというとき嫌い	68	30.9	30.9	14.7	22.1	1.5
嫌い	25	40.0	20.0	8.0	28.0	4.0

7 保護者調査（クロス集計）

(1) 基本情報

① カウプ指数

性別では、全体と比べて大きな差は見られないものの、「女子」が「男子」よりも「やせぎみ」が高くなっている。

図表 392 カウプ指数(こどもの性別)

	合計 (n=)	やせぎみ	ふつう	ふとりぎ み	無回答
全体	292	33.6	45.9	11.0	9.6
男	139	30.2	50.4	11.5	7.9
女	150	37.3	42.7	10.7	9.3
回答しない	0	0.0	0.0	0.0	0.0

② 現在の幸福度

こどもの年齢別では、全体と比べて「1～3歳」で「大いに幸せ」が高くなっている。

図表 393 現在の幸福度(こどもの年齢別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸 せではな い	無回答
全体	292	43.5	42.1	11.3	0.3	0.7	0.0	2.1
1～3歳	120	50.0	40.0	6.7	0.0	0.0	0.0	3.3
5～6歳	172	39.0	43.6	14.5	0.6	1.2	0.0	1.2

職業別では、全体と比べて「勤め人」で「大いに幸せ」が高くなっている。

図表 394 現在の幸福度(職業別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸 せではな い	無回答
全体	292	43.5	42.1	11.3	0.3	0.7	0.0	2.1
勤め人	131	48.9	35.1	13.7	0.8	0.0	0.0	1.5
自営業	19	31.6	63.2	5.3	0.0	0.0	0.0	0.0
農林水産業	1	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0
学生	2	50.0	50.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
家事専業	51	39.2	49.0	7.8	0.0	0.0	0.0	3.9
アルバイト・パート	79	43.0	45.6	11.4	0.0	0.0	0.0	0.0
無職	4	0.0	50.0	0.0	0.0	50.0	0.0	0.0
その他	1	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

現在の回答者の健康状態別では、全体と比べて「よい」で「大いに幸せ」が高くなっている。

図表 395 現在の幸福度(現在の回答者の健康状態別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸せ ではない	無回答
全体	292	43.5	42.1	11.3	0.3	0.7	0.0	2.1
よい	175	53.7	40.0	4.6	0.0	0.6	0.0	1.1
まあよい	49	32.7	55.1	10.2	0.0	0.0	0.0	2.0
ふつう	44	29.5	40.9	27.3	0.0	0.0	0.0	2.3
あまりよくない	21	14.3	38.1	38.1	4.8	4.8	0.0	0.0
よくない	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

「幸せ」かどうかを判断する際に、重視した事項別では、全体と比べて「友人関係」で「大いに幸せ」が高くなっている。

図表 396 現在の幸福度(「幸せ」かどうかを判断する際に、重視した事項別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸せ ではない	無回答
全体	292	43.5	42.1	11.3	0.3	0.7	0.0	2.1
健康状態	227	42.7	43.6	12.3	0.4	0.4	0.0	0.4
家計の状況	151	37.1	49.7	11.9	0.0	1.3	0.0	0.0
就業状況	99	45.5	40.4	13.1	0.0	1.0	0.0	0.0
家族関係	231	48.1	41.1	10.0	0.4	0.0	0.0	0.4
友人関係	108	53.7	37.0	9.3	0.0	0.0	0.0	0.0
職場の人間関係	75	48.0	42.7	9.3	0.0	0.0	0.0	0.0
地域コミュニティとの関係	21	52.4	47.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
精神的なゆとり	143	37.1	49.0	11.9	0.7	0.7	0.0	0.7
自由な時間	86	37.2	45.3	17.4	0.0	0.0	0.0	0.0
充実した余暇	58	44.8	37.9	17.2	0.0	0.0	0.0	0.0
趣味・社会貢献などの生きがい	40	42.5	45.0	12.5	0.0	0.0	0.0	0.0
仕事の充実感	48	58.3	31.3	10.4	0.0	0.0	0.0	0.0
その他	3	66.7	33.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

回答者の1日の歯みがきの回数別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 397 現在の幸福度(回答者の1日の歯みがきの回数別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸せ ではない	無回答
全体	292	43.5	42.1	11.3	0.3	0.7	0.0	2.1
1日3回以上みがく	71	42.3	46.5	9.9	0.0	1.4	0.0	0.0
1日2回	193	46.1	40.4	10.9	0.5	0.5	0.0	1.6
1日1回	19	21.1	52.6	26.3	0.0	0.0	0.0	0.0
ときどきみがく	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
みがかない	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

朝食を食べる頻度別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 398 現在の幸福度(朝食を食べる頻度別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸せ ではない	無回答
全体	292	43.5	42.1	11.3	0.3	0.7	0.0	2.1
ほぼ毎日食べる	228	43.0	43.9	10.5	0.4	0.4	0.0	1.8
週4～5日は食べる	14	57.1	35.7	7.1	0.0	0.0	0.0	0.0
週に2～3日は食べる	21	38.1	42.9	14.3	0.0	4.8	0.0	0.0
ほとんど食べない	26	50.0	30.8	19.2	0.0	0.0	0.0	0.0

家族で外食する頻度別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 399 現在の幸福度(家族で外食する頻度別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸せ ではない	無回答
全体	292	43.5	42.1	11.3	0.3	0.7	0.0	2.1
ほぼ毎日する	1	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
週3日以上する	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
週1～2日する	54	44.4	42.6	7.4	1.9	0.0	0.0	3.7
月に数回する	173	42.2	45.7	12.1	0.0	0.0	0.0	0.0
ごくまれにする	58	43.1	36.2	13.8	0.0	3.4	0.0	3.4
まったくしない	2	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

スーパーなどのお弁当やお惣菜を利用する頻度別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 400 現在の幸福度(スーパーなどのお弁当やお惣菜を利用する頻度別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸せ ではない	無回答
全体	292	43.5	42.1	11.3	0.3	0.7	0.0	2.1
ほぼ毎日する	1	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0
週3日以上する	7	42.9	28.6	28.6	0.0	0.0	0.0	0.0
週1～2日する	44	36.4	47.7	9.1	2.3	2.3	0.0	2.3
月に数回する	108	39.8	44.4	13.9	0.0	0.0	0.0	1.9
ごくまれにする	97	47.4	41.2	9.3	0.0	1.0	0.0	1.0
まったくしない	32	56.3	37.5	6.3	0.0	0.0	0.0	0.0

こどもの食事で困っていること別では、全体と比べて「時間がかかる」で「大いに幸せ」が低くなっている。

図表 401 現在の幸福度(こどもの食事で困っていること別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸 せではな い	無回答
全体	292	43.5	42.1	11.3	0.3	0.7	0.0	2.1
遊び食べをする	82	42.7	48.8	7.3	1.2	0.0	0.0	0.0
偏食がある	86	41.9	45.3	11.6	0.0	0.0	0.0	1.2
よく噛まない	35	40.0	34.3	22.9	0.0	0.0	0.0	2.9
食べすぎる	26	26.9	53.8	15.4	0.0	0.0	0.0	3.8
むらがある	101	39.6	43.6	15.8	1.0	0.0	0.0	0.0
時間がかかる	113	32.7	49.6	15.0	0.0	0.9	0.0	1.8
少食である	46	43.5	43.5	13.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他	11	27.3	63.6	9.1	0.0	0.0	0.0	0.0
特にな	50	62.0	30.0	6.0	0.0	2.0	0.0	0.0

「食育」の認知度別では、全体と比べて「言葉も意味も知っていた」で「大いに幸せ」が高くなっている。

図表 402 現在の幸福度(「食育」の認知度別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸 せではな い	無回答
全体	292	43.5	42.1	11.3	0.3	0.7	0.0	2.1
言葉も意味も知っていた	170	45.9	42.4	9.4	0.6	0.6	0.0	1.2
言葉は知っていたが、意味は知らなかった	115	40.0	43.5	13.9	0.0	0.9	0.0	1.7
言葉も意味も知らなかった	6	50.0	16.7	16.7	0.0	0.0	0.0	16.7

「食育」に対する関心の有無別では、全体と比べて「関心がある」で「大いに幸せ」が高くなっている。

図表 403 現在の幸福度(「食育」に対する関心の有無別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せでは ない	あまり幸 せではな い	全く幸 せではな い	無回答
全体	292	43.5	42.1	11.3	0.3	0.7	0.0	2.1
関心がある	93	52.7	35.5	8.6	0.0	2.2	0.0	1.1
どちらかといえば関心がある	141	38.3	46.8	12.1	0.7	0.0	0.0	2.1
どちらかといえば関心がない	27	29.6	48.1	22.2	0.0	0.0	0.0	0.0
関心がない	13	53.8	38.5	7.7	0.0	0.0	0.0	0.0
わからない	16	50.0	37.5	6.3	0.0	0.0	0.0	6.3

こどもの「食育」として実践していること別では、全体と比べて「食べ物の栄養について学ぶ」「輸入食品より、国内産を重視する」「食事の際に動植物の命をいただくことや食材に関わった人などに対する感謝の気持ちをもつ」で「大いに幸せ」が高くなっている。

図表 404 現在の幸福度(こどもの「食育」として実践していること別)

	合計 (n=)	大いに幸 せ	ある程度 幸せ	どちらか という と幸 せ	どちらか という と幸 せでは ない
全体	292	43.5	42.1	11.3	0.3
1日3食、規則正しく食べる	224	46.9	40.6	10.3	0.4
家族や友人と一緒に楽しく食べる	207	47.3	40.1	10.1	0.0
食材や食品の選び方を学ぶ	32	53.1	43.8	3.1	0.0
調理を体験する	120	45.0	42.5	10.8	0.0
食べ物の栄養について学ぶ	58	53.4	31.0	12.1	0.0
収穫体験などの農業体験をする	83	45.8	39.8	12.0	0.0
食を通じて健康について学ぶ	38	55.3	31.6	7.9	0.0
食べ物を無駄にしない	147	43.5	44.2	10.9	0.0
味覚を養う	56	44.6	39.3	16.1	0.0
好き嫌いをなくす	113	42.5	44.2	8.8	0.9
食事の作法を学ぶ	88	42.0	42.0	12.5	1.1
伝統食や行事食を学ぶ	36	58.3	33.3	5.6	0.0
食事の前後に「いただきます」、「ごちそうさま」をする	216	46.8	39.8	10.6	0.5
輸入食品より、国内産を重視する	72	52.8	33.3	11.1	0.0
よく噛んで味わって食べる	49	42.9	40.8	14.3	0.0
食事の際に動植物の命をいただくことや食材に関わった人などに対する感謝の気持ちをもつ	50	50.0	38.0	10.0	0.0
特にな	7	42.9	42.9	14.3	0.0
その他	4	25.0	75.0	0.0	0.0

	合計 (n=)	あまり幸 せではな い	全く幸 せではな い	無回答
全体	292	0.7	0.0	2.1
1日3食、規則正しく食べる	224	0.9	0.0	0.9
家族や友人と一緒に楽しく食べる	207	1.0	0.0	1.4
食材や食品の選び方を学ぶ	32	0.0	0.0	0.0
調理を体験する	120	0.8	0.0	0.8
食べ物の栄養について学ぶ	58	1.7	0.0	1.7
収穫体験などの農業体験をする	83	1.2	0.0	1.2
食を通じて健康について学ぶ	38	2.6	0.0	2.6
食べ物を無駄にしない	147	0.0	0.0	1.4
味覚を養う	56	0.0	0.0	0.0
好き嫌いをなくす	113	0.0	0.0	3.5
食事の作法を学ぶ	88	0.0	0.0	2.3
伝統食や行事食を学ぶ	36	2.8	0.0	0.0
食事の前後に「いただきます」、「ごちそうさま」をする	216	0.5	0.0	1.9
輸入食品より、国内産を重視する	72	0.0	0.0	2.8
よく噛んで味わって食べる	49	0.0	0.0	2.0
食事の際に動植物の命をいただくことや食材に関わった人などに対する感謝の気持ちをもつ	50	0.0	0.0	2.0
特にな	7	0.0	0.0	0.0
その他	4	0.0	0.0	0.0

③ こどもの健康状態

こどもの年齢別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 405 こどもの健康状態(こどもの年齢2区分別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	292	83.2	13.0	2.1	0.3	0.0	1.4
1～3歳	120	82.5	13.3	1.7	0.0	0.0	2.5
5～6歳	172	83.7	12.8	2.3	0.6	0.0	0.6

こどもの性別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 406 こどもの健康状態(こどもの性別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	292	83.2	13.0	2.1	0.3	0.0	1.4
男	139	84.2	14.4	1.4	0.0	0.0	0.0
女	150	84.0	12.0	2.7	0.7	0.0	0.7
回答しない	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

カウブ指数別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 407 こどもの健康状態(カウブ指数別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	292	83.2	13.0	2.1	0.3	0.0	1.4
やせぎみ	98	83.7	15.3	0.0	1.0	0.0	0.0
ふつう	134	85.1	11.9	2.2	0.0	0.0	0.7
ふとりぎみ	32	78.1	15.6	6.3	0.0	0.0	0.0

起床時間別では、「午前6時台」と全体と比べて「午前7時台」で「よい」が高くなっている。

図表 408 こどもの健康状態(起床時間別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	292	83.2	13.0	2.1	0.3	0.0	1.4
午前6時以前	14	78.6	14.3	7.1	0.0	0.0	0.0
午前6時台	111	78.4	18.9	1.8	0.0	0.0	0.9
午前7時台	132	87.1	9.1	2.3	0.0	0.0	1.5
午前8時台	26	84.6	11.5	0.0	3.8	0.0	0.0
午前9時台	6	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
午前10時以降	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

就寝時間別では、「午後10時台」と比べて「午後8時台」「午後9時台」で「よい」が高くなっている。

図表 409 こどもの健康状態(就寝時間別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	292	83.2	13.0	2.1	0.3	0.0	1.4
午後8時まで	11	81.8	18.2	0.0	0.0	0.0	0.0
午後8時台	56	85.7	12.5	1.8	0.0	0.0	0.0
午後9時台	155	84.5	13.5	0.6	0.6	0.0	0.6
午後10時台	60	80.0	11.7	6.7	0.0	0.0	1.7
午後11時台	7	71.4	14.3	0.0	0.0	0.0	14.3
午後12時以降	1	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

歯みがきの回数別では、全体と比べて「1日3回以上みがく」で「よい」が高くなっている。

図表 410 こどもの健康状態(歯みがきの回数別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	292	83.2	13.0	2.1	0.3	0.0	1.4
1日3回以上みがく	62	90.3	8.1	0.0	0.0	0.0	1.6
1日2回	158	81.0	16.5	1.9	0.0	0.0	0.6
1日1回	68	82.4	10.3	4.4	1.5	0.0	1.5
ときどきみがく	1	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
みがかない	1	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

仕上げみがき別では、全体と比べて「毎日する」で「よい」が高くなっている。

図表 411 こどもの健康状態(仕上げみがき別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	292	83.2	13.0	2.1	0.3	0.0	1.4
毎日する	231	85.7	11.7	0.9	0.4	0.0	1.3
時々する	47	74.5	19.1	6.4	0.0	0.0	0.0
あまりしない	9	77.8	11.1	11.1	0.0	0.0	0.0
まったくしない	3	66.7	33.3	0.0	0.0	0.0	0.0

スーパーやコンビニエンスストアのお弁当やお惣菜を利用するか別では、「月に数回する」と比べて「ごくまれにする」で「よい」が高くなっている。

図表 412 こどもの健康状態(スーパーやコンビニエンスストアのお弁当やお惣菜を利用するか別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	292	83.2	13.0	2.1	0.3	0.0	1.4
ほぼ毎日する	1	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0
週3日以上する	7	71.4	28.6	0.0	0.0	0.0	0.0
週1～2日する	44	86.4	9.1	2.3	2.3	0.0	0.0
月に数回する	108	79.6	17.6	0.9	0.0	0.0	1.9
ごくまれにする	97	86.6	11.3	2.1	0.0	0.0	0.0
まったくしない	32	87.5	6.3	3.1	0.0	0.0	3.1

食事の献立を決めるときに気をつけていること別では、「調理の手間のかからないものにする」と比べて「カルシウムや食物繊維が充分にとれるものにする」で「よい」が高くなっている。

図表 413 こどもの健康状態(食事の献立を決めるときに気をつけていること別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	292	83.2	13.0	2.1	0.3	0.0	1.4
家族の好みを考える	233	82.8	14.6	1.7	0.0	0.0	0.9
栄養のバランスを考える	208	84.6	13.0	1.0	0.0	0.0	1.4
カルシウムや食物繊維が充分にとれるものにする	50	88.0	10.0	2.0	0.0	0.0	0.0
調理の手間のかからないものにする	134	79.9	14.2	3.7	0.7	0.0	1.5
家計にみあうものにする	106	84.0	14.2	0.9	0.0	0.0	0.9
旬のものを使う	131	83.2	14.5	2.3	0.0	0.0	0.0
味や塩分を薄くする	71	83.1	11.3	4.2	0.0	0.0	1.4
地元でとれた農産物を使う	36	88.9	5.6	5.6	0.0	0.0	0.0
その他	4	75.0	25.0	0.0	0.0	0.0	0.0

こどもへの「食育」として実践しているもの別では、全体と比べて「食べ物の栄養について学ぶ」「好き嫌いをなくす」で「よい」が高くなっている。

図表 414 こどもの健康状態(こどもへの「食育」として実践しているもの別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	292	83.2	13.0	2.1	0.3	0.0	1.4
1日3食、規則正しく食べる	224	85.3	12.5	1.3	0.0	0.0	0.9
家族や友人と一緒に楽しく食べる	207	86.0	10.6	1.9	0.0	0.0	1.4
食材や食品の選び方を学ぶ	32	93.8	6.3	0.0	0.0	0.0	0.0
調理を体験する	120	82.5	15.0	2.5	0.0	0.0	0.0
食べ物の栄養について学ぶ	58	89.7	6.9	1.7	0.0	0.0	1.7
収穫体験などの農業体験をする	83	84.3	10.8	3.6	0.0	0.0	1.2
食を通じて健康について学ぶ	38	81.6	13.2	2.6	0.0	0.0	2.6
食べ物を無駄にしない	147	86.4	10.2	2.0	0.7	0.0	0.7
味覚を養う	56	83.9	14.3	1.8	0.0	0.0	0.0
好き嫌いをなくす	113	89.4	8.0	0.9	0.0	0.0	1.8
食事の作法を学ぶ	88	84.1	12.5	2.3	0.0	0.0	1.1
伝統食や行事食を学ぶ	36	86.1	8.3	5.6	0.0	0.0	0.0
食事の前後に「いただきます」、「ごちそうさま」をする	216	81.9	13.9	2.3	0.5	0.0	1.4
輸入食品より、国内産を重視する	72	75.0	20.8	2.8	0.0	0.0	1.4
よく噛んで味わって食べる	49	81.6	14.3	2.0	0.0	0.0	2.0
食事の際に動植物の命をいただくことや食材に関わった人などに対する感謝の気持ちをもつ	50	86.0	12.0	0.0	0.0	0.0	2.0
特になし	7	85.7	14.3	0.0	0.0	0.0	0.0
その他	4	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

④ 保護者の健康状態

保護者の健康状態について、こどもの年齢別では、「5～6歳」と比べて「1～3歳」で「よい」が高くなっている。

図表 415 保護者の健康状態(こどもの年齢2区分別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	292	59.9	16.8	15.1	7.2	0.0	1.0
1～3歳	120	63.3	15.8	13.3	5.0	0.0	2.5
5～6歳	172	57.6	17.4	16.3	8.7	0.0	0.0

職業別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 416 保護者の健康状態(職業別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	292	59.9	16.8	15.1	7.2	0.0	1.0
勤め人	131	61.1	16.0	12.2	10.7	0.0	0.0
自営業	19	73.7	0.0	21.1	5.3	0.0	0.0
農林水産業	1	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0
学生	2	50.0	0.0	50.0	0.0	0.0	0.0
家事専業	51	60.8	15.7	17.6	5.9	0.0	0.0
アルバイト・パート	79	60.8	21.5	15.2	2.5	0.0	0.0
無職	4	25.0	50.0	0.0	25.0	0.0	0.0
その他	1	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0

幸福度別では、全体と比べて「大いに幸せ」で「よい」が高くなっている。

図表 417 保護者の健康状態(幸福度別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	292	59.9	16.8	15.1	7.2	0.0	1.0
大いに幸せ	127	74.0	12.6	10.2	2.4	0.0	0.8
ある程度幸せ	123	56.9	22.0	14.6	6.5	0.0	0.0
どちらかという幸せ	33	24.2	15.2	36.4	24.2	0.0	0.0
どちらかという幸せではない	1	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
あまり幸せではない	2	50.0	0.0	0.0	50.0	0.0	0.0
全く幸せではない	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

「幸せ」かどうかを判断する際に、重視した事項別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 418 保護者の健康状態(「幸せ」かどうかを判断する際に、重視した事項別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	292	59.9	16.8	15.1	7.2	0.0	1.0
健康状態	227	59.5	17.2	16.3	6.6	0.0	0.4
家計の状況	151	61.6	17.2	12.6	8.6	0.0	0.0
就業状況	99	59.6	13.1	20.2	7.1	0.0	0.0
家族関係	231	62.8	16.9	13.9	5.6	0.0	0.9
友人関係	108	63.0	22.2	9.3	4.6	0.0	0.9
職場の人間関係	75	56.0	20.0	17.3	6.7	0.0	0.0
地域コミュニティとの関係	21	71.4	19.0	4.8	4.8	0.0	0.0
精神的なゆとり	143	56.6	16.8	16.8	9.1	0.0	0.7
自由な時間	86	52.3	18.6	17.4	11.6	0.0	0.0
充実した余暇	58	60.3	15.5	15.5	8.6	0.0	0.0
趣味・社会貢献などの生きがい	40	65.0	15.0	10.0	10.0	0.0	0.0
仕事の充実感	48	58.3	18.8	14.6	6.3	0.0	2.1
その他	3	33.3	0.0	66.7	0.0	0.0	0.0

歯みがきの回数別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 419 保護者の健康状態(歯みがきの回数別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	292	59.9	16.8	15.1	7.2	0.0	1.0
1日3回以上みがく	71	60.6	11.3	21.1	7.0	0.0	0.0
1日2回	193	61.7	19.7	11.4	6.2	0.0	1.0
1日1回	19	42.1	10.5	26.3	21.1	0.0	0.0
ときどきみがく	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
みがかない	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

外食頻度別では、全体と比べて「月に数回する」で「よい」が高くなっている。

図表 420 保護者の健康状態(外食頻度別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	292	59.9	16.8	15.1	7.2	0.0	1.0
ほぼ毎日する	1	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
週3日以上する	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
週1～2日する	54	55.6	13.0	18.5	9.3	0.0	3.7
月に数回する	173	62.4	17.9	13.3	6.4	0.0	0.0
ごくまれにする	58	55.2	17.2	19.0	8.6	0.0	0.0
まったくしない	2	50.0	50.0	0.0	0.0	0.0	0.0

どのような食品表示を参考にするか別では、全体と比べて「原材料名」「食品の産地」で「よい」と「まあよい」の合計が低くなっている。

図表 421 保護者の健康状態(どのような食品表示を参考にするか別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	292	59.9	16.8	15.1	7.2	0.0	1.0
食品の産地	158	54.4	16.5	17.7	11.4	0.0	0.0
栄養成分表示	74	52.7	23.0	14.9	8.1	0.0	1.4
食品添加物	109	55.0	16.5	15.6	12.8	0.0	0.0
原材料名	92	51.1	17.4	17.4	14.1	0.0	0.0
賞味期限・消費期限	208	60.1	17.8	13.9	7.7	0.0	0.5
その他	3	33.3	33.3	33.3	0.0	0.0	0.0
参考にしていない	29	58.6	13.8	17.2	6.9	0.0	3.4

食事の献立を決めるときに気をつけていること別では、全体と比べて大きな差は見られない。

図表 422 保護者の健康状態(食事の献立を決めるときに気をつけていること別)

	合計 (n=)	よい	まあよい	ふつう	あまりよ くない	よくない	無回答
全体	292	59.9	16.8	15.1	7.2	0.0	1.0
家族の好みを考える	233	61.4	17.2	15.9	5.2	0.0	0.4
栄養のバランスを考える	208	59.1	18.3	13.9	7.7	0.0	1.0
カルシウムや食物繊維が充分にとれるものにする	50	50.0	22.0	12.0	16.0	0.0	0.0
調理の手間のかからないものにする	134	59.0	15.7	17.2	7.5	0.0	0.7
家計にみあうものにする	106	56.6	24.5	8.5	10.4	0.0	0.0
旬のものを使う	131	54.2	16.0	17.6	12.2	0.0	0.0
味や塩分を薄くする	71	57.7	15.5	18.3	8.5	0.0	0.0
地元でとれた農産物を使う	36	52.8	11.1	16.7	19.4	0.0	0.0
その他	4	25.0	25.0	50.0	0.0	0.0	0.0

(2) 生活習慣

- ① こどもが1日平均どのくらいスマートフォンやタブレットを使用するか
性別では、全体と比べて「女子」で「30分未満」が高くなっている。

図表 423 こどもが1日平均どのくらいスマートフォンやタブレットを使用するか(こどもの性別)

	合計 (n=)	30分未満	30分以上 60分未満	1時間	2時間	3時間以上	無回答
全体	292	53.4	11.6	11.6	14.0	5.5	3.8
男	139	48.2	10.8	15.1	15.1	7.2	3.6
女	150	59.3	12.7	8.7	13.3	4.0	2.0
回答しない	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

こどもの年齢2区分別では、全体と比べて「1～3歳」で「30分未満」が高く、「5～6歳」で「2時間」が高くなっている。

図表 424 こどもが1日平均どのくらいスマートフォンやタブレットを使用するか(こどもの年齢2区分別)

	合計 (n=)	30分未満	30分以上 60分未満	1時間	2時間	3時間以上	無回答
全体	292	53.4	11.6	11.6	14.0	5.5	3.8
1～3歳	120	61.7	11.7	9.2	5.0	3.3	9.2
5～6歳	172	47.7	11.6	13.4	20.3	7.0	0.0

- ② こどもの仕上げみがきをするか

こどもの年齢2区分別では、全体と比べて「1～3歳」で「毎日する」が高くなっている。

図表 425 こどもの仕上げみがきをするか(こどもの年齢2区分別)

	合計 (n=)	毎日する	時々する	あまりしない	まったくしない	無回答
全体	292	79.1	16.1	3.1	1.0	0.7
1～3歳	120	87.5	9.2	1.7	0.0	1.7
5～6歳	172	73.3	20.9	4.1	1.7	0.0

③ こどもの食事で困っていること

性別では、全体と比べて「男子」で「遊び食べをする」が高くなっている。

図表 426 こどもの食事で困っていること(こどもの性別)

	合計 (n=)	遊び食べ をする	偏食があ る	よく噛ま ない	食べすぎ る	むらがあ る
全体	292	28.1	29.5	12.0	8.9	34.6
男	139	35.3	30.2	12.9	11.5	35.3
女	150	22.0	29.3	11.3	6.7	34.0
回答しない	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	合計 (n=)	時間がか かる	少食であ る	その他	特にな い	無回答
全体	292	38.7	15.8	3.8	17.1	1.7
男	139	36.0	12.2	2.9	18.7	0.7
女	150	42.0	19.3	4.7	16.0	1.3
回答しない	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

(3) 食育

① こどもの「食育」に対して、行政や園・地域などで支援してほしいこと

性別では、全体と比べて「男子」で「行事食について学んだり、一緒に作ったりできる場・機会が欲しい」が低くなっている。

図表 427 こどもの「食育」に対して、行政や園・地域などで支援してほしいこと(こどもの性別)

	合計 (n=)	子どもが 生産者と 触れ合う 機会を増 やしてほ しい	子どもが さまざまな野菜な どを栽培 したり、 収穫した りできる 体験の機 会を増や してほし い	子どもで もできる 料理を学 べる場・ 機会を増 やしてほ しい	食べ物が どのよう にして作 られてい るのかを 学ぶ場・ 機会を増 やしてほ しい	行事食に ついて学 んだり、 一緒に 作ったり できる 場・機会 が欲しい	地域の人 から郷土 食につい て学んだ り、一緒 につくっ たりする 機会が欲 しい
全体	292	26.7	62.0	46.2	38.4	36.3	20.2
男	139	27.3	66.9	46.0	39.6	30.2	18.7
女	150	26.7	58.7	47.3	38.0	42.0	21.3
回答しない	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	合計 (n=)	食べ残し などにつ いて考え たり学ん だりでき る機会が 欲しい	食料など を通じ て、他の 国のこと などを学 べるよう にしてほ しい	特にない	その他	無回答	
全体	292	45.9	22.9	9.6	1.7	2.1	
男	139	45.3	23.0	8.6	0.0	2.2	
女	150	46.7	23.3	10.7	3.3	1.3	
回答しない	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	

8 とりまとめ・考察

主に各調査のクロス集計結果から、傾向や課題を各項目について整理した。

(1) 健康づくりへの関心、健康状態

- 健康づくりへの関心を性別にみると、男性では「関心あり」（「関心がある」「どちらかといえば関心がある」の合計）が 84.8%、女性では 89.1%と、女性の方が高くなっている。健康状態が「よい」（「よい」「まあよい」の合計）割合は、男性では 52.1%、女性では 53.0%と大きな差はみられない。
- BMI を性別にみると「肥満」の割合は男性で 31.0%、女性で 13.2%と、男性が 20 ポイント近く高くなっている。
 - 健康づくりへの関心は女性の方が高く、肥満の割合は男性が高くなっている。
- 健康づくりへの関心を年代別にみると、16～24 歳では全体に比べて「関心がある」（「関心がある」「どちらかといえば関心がある」の合計）の割合が 74.6%と、全体（87.0%）と比べて 10 ポイント以上低い。健康状態が「よい」（「よい」「まあよい」の合計）割合は、年代が上がるごとに下がっており、65 歳以上では 39.8%となっている。
- BMI を年代別にみると、16～24 歳で「やせ」が 19.1%と、全体（9.8%）と比べて高くなっている。一方で、45～64 歳では、「肥満」が 27.2%と、全体（20.7%）よりも高くなっている。
 - 若い世代では健康づくりへの関心が低く、「やせ」も比較的多くなっている。若いうちから自らの適正体重を知り、健康管理を行うことができるよう意識醸成を図ることで、年代があがるにつれての健康状態の悪化を抑えられる可能性が高くなると考えられる。
- 「幸せ」（「大いに幸せ」「ある程度幸せ」「どちらかというと幸せ」の合計）と回答している人は、男女、各年代いずれも 90.0%を超えており、大きな差はみられない。
- 健康状態が「よい」「まあよい」と回答している人のうち、「幸せ」と回答している人は 98.0%以上であるのに対し、「あまりよくない」と回答している人では 78.8%、「よくない」と回答している人では 46.3%（n=25 とサンプルが少ないことに留意）と低い。
- 小中学生調査から、適正体重の認知度を性別にみると、男子では 20.6%、女子では 28.9%、全体で 25.0%となっている。
 - 適正体重の認知度は女子の方が高いものの、女性のやせは課題となっていることから、体重についても正しい理解の促進が必要となっている。
- 保護者調査から、カウプ指数をこどもの性別ごとにみると、男子では「やせぎみ」が 30.2%であるのに対し、女子では 37.3%と高くなっている。
 - 保護者が自分のこどもの体型について把握し、適切な食事をとれるよう支援していくことが必要である。

(2) 睡眠、ストレス

- 日頃のストレスの解消について、性別でみると、「解消できている」（「その都度解消できている」「解消できることが多い」の合計）は男性が 53.7%、女性が 49.2%と、男性の方が高くなっている。睡眠で休養がとれているかをみると、「とれていない」（「あまりとれていない」「まったくとれていない」の合計）は男性で 32.0%、女性で 40.2%となっている。
 - 女性の方が男性よりも、ストレスが解消されておらず、睡眠での休養もとれていない割合が高い。女性のメンタルヘルスに関する取り組みの強化が課題となっている。
- 日頃のストレスの解消について、年代別でみると、「解消できていない」（「解消できないことが多い」「解消できていない」の合計）は、全体（32.7%）と比べて 45～64 歳（42.2%）で高くなっている。睡眠で休養がとれているかをみると、「とれていない」（「あまりとれていない」「まったくとれていない」の合計）は全体（36.9%）よりも 16～24 歳（48.1%）、45～64 歳（45.1%）で高くなっている。
 - 45～64 歳の年代ではストレスの解消や睡眠での休養に課題を抱えている人が多くなっている。一方で、睡眠での休養は 16～24 歳においても課題となっており、規則正しい生活習慣の実践が必要となっている。
- 日頃のストレスの解消について、運動習慣者では「解消できている」（「その都度解消できている」「解消できることが多い」の合計）が 57.5%であるのに対し、運動習慣者でない人では 48.1%となっている。
 - 運動習慣がストレスの解消にも影響しているものと考えられる。
- 睡眠で休養がとれているかを BMI 別でみると、とれていない（「あまりとれていない」と「まったくとれていない」の合計）割合は、BMI が「普通」の人手は 34.6%なのに対し、「やせ」「肥満」の人手はそれぞれ 46.6%、41.3%と高い。
- ストレスの解消状況別に睡眠による休養がとれているかをみると、「解消できてない」と回答した人では、睡眠による休養が「とれていない」（「あまりとれていない」「まったくとれていない」の合計）という回答が 72.5%と、全体（36.9%）と比べて 40 ポイント近く高くなっている。
- 睡眠で休養がとれているかについて、「十分とれている」人では、幸福度が「大いに幸せ」である人が 41.9%なのに対し、「あまりとれていない」人では 13.4%と低い。
 - 良い睡眠が BMI、ストレス解消状況、幸福度にも関連しており、質・量ともに充実した睡眠をとれる市民が増えるよう取組が必要となっている。
- 小中学生調査から、平日の起床時間別に健康状態をみると、午前 7 時までには起床している人は健康状態が「よい」（「よい」「まあよい」の合計）と回答した割合が 74.0%以上となっている一方、午前 7 時以降では 68.6%以下となっている。平日の就寝時間別に健康状態をみると、「午後 9 時台」では「よい」が 84.4%となっており、「午後 10 時台」「午後 11 時台」では 70.0%台、「午後 12 時以降」では 56.0%となっている。
 - 起床時間・就寝時間は健康状態に影響しているものと考えられる。こどもの頃から早寝早起きによる規則正しい生活習慣を身につけることが重要である。

(3) 身体活動・運動、健康づくりへの関心

- 「運動習慣者」は性別でみると、男性で 40.0%、女性で 30.5%と、男性の方が 10 ポイント高い。
- 「運動を始めたり続けるうえで、必要なこと」を年代別でみると、男女ともに「時間的なゆとり」が最も高く（男性：53.2%、女性：60.5%）、次いで「身近に運動ができる場・機会」（男性：50.9%、女性：52.6%）となっている。男女差の大きいものでみると、「現在の身体の状態を知ること」（男性：31.5%、女性：24.0%）は男性の方が 7 ポイント程度高く、「運動教室などの機会、きっかけ」（男性：7.2%、女性：15.4%）や「一緒に運動をする仲間」（男性：20.2%、女性：26.0%）は女性の方が高くなっている。
 - 女性の運動習慣形成が課題となっている。身近で気軽に運動できる場所やきっかけづくりが重要であり、また、ひとりではなく一緒に運動をすることも運動の継続につながるものと考えられる。
- 年代別でみると、「16～24 歳」「45～64 歳」「65 歳以上」では運動習慣者が 30.0%を超えているのに対し、「25～44 歳」では 19.6%と低くなっている。
- 世帯構成別でみると、運動習慣者である割合は全体が 34.2%であるのに対し、「一人暮らし」で 42.9%と高くなっている。これは「一人暮らし」に占める年代の過半数が「65 歳以上」であることが理由と考えられる。
- 職業別でみると、運動習慣者である割合は全体が 34.2%であるのに対し、「勤め人」では 28.5%、「アルバイト・パート」では 27.4%と低くなっている。
- 「幸せ」と回答した人は、運動習慣者でもそうでない人でも 90.0%を超えているが、「幸せではない」（「どちらかという幸せではない」「あまり幸せではない」「全く幸せではない」の合計）人は、運動習慣者（2.6%）よりも運動習慣者でない人（8.2%）の方が高くなっている。
- 「運動を始めたり続けるうえで、必要なこと」を年代別でみると、「25～44 歳」では「時間的なゆとり」が 70.7%と最も高く、次いで「身近に運動ができる場・機会」が 56.0%となっている。
 - 25～44 歳の年代は仕事や子育て・家族のことなどを優先し、日常生活の中で運動をする習慣が持ちにくいものと推察される。気軽に運動を習慣づけられるためのきっかけづくりが必要であると考えられる。
- 小中学生調査から、性別に体育の時間以外で体を動かしている割合をみると、男子では 81.8%、女性では 69.2%と 10 ポイント程度の差がみられる。また、運動の頻度も「ほとんど毎日」と回答したのは男子で 73.6%、女性で 53.5%と、20 ポイントの差がある。
- 小中学生調査から、健康状態は、体育の時間以外で体を動かしている人では「よい」（「よい」「まあよい」の合計）と回答した人が 76.0%であるのに対し、体育の時間以外で体を動かしていない人では 61.4%となっている。また、現在幸せかについても、「あてはまる」（「とてもあてはまる」「ややあてはまる」の合計）の割合は、体育の時間以外で体を動かしている人では 85.1%であるのに対し、体育の時間以外で体を動かしていない人は 77.2%となっている。

- 体育の授業以外で運動をしているこどもは健康状態がよく、幸せだと認識している割合が高い傾向にあるが、運動習慣には性差が大きく、男女問わず気軽に楽しく体を動かすことを継続できるようきっかけづくりが重要であると考えられる。

(4) 栄養・食生活

- ふだん朝食を食べる頻度を性別でみると、「ほぼ毎日食べる」は女性では 86.3%であるのに対し、男性では 79.7%と低く、男性では「ほとんど食べない」の割合も高くなっている（男性：13.0%、女性：7.2%）。
- 適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活の実践状況を性別でみると、「実践している」（「いつも気をつけて実践している」「気をつけて実践している」の合計）は、男性で 50.2%、女性で 56.6%と、女性の方が高くなっている。
- 3食野菜を食べている割合は、男性で 31.2%、女性で 34.0%と、男女差はほぼみられない。
 - 女性の方が男性よりも健康に気をつけて食生活を送っており、男性の意識醸成が課題となっている。
- ふだん朝食を食べる頻度を年代別でみると、「ほぼ毎日食べる」の割合は年代が上がるごとに高くなっている。
- 適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活の実践状況を年代別でみると、「実践している」（「いつも気をつけて実践している」「気をつけて実践している」の合計）は、年代が上がるごとに高くなっている。
- 3食野菜を食べている割合は、全体（32.6%）に対して、25～44歳で 18.5%と低くなっている。45歳以降は年代が上がるごとに高くなっている。
 - 基本的には年代が上がるごとに健康的な食生活をする傾向にある。他の年代と比べて若い年代の健康的な食生活の実践割合が低くなっており、意識醸成が必要となっている。また、25～44歳では毎食野菜を食べている人が低く、栄養バランスの偏りがある可能性がある。
- 小中学生調査から、朝食をほぼ毎日食べるのは小学生で 90.3%、中学生で 78.2%となっている。朝食を食べない理由は、「食欲がないから」「食べる時間がないから」が高くなっている。
- 小中学生調査から、家族と一緒に朝食をほぼ毎日取る頻度を性別にみると、男子では 85.7%、女性では 80.7%となっている。また、家族と一緒に朝食をとる頻度は、「ほぼ毎日」は男子で 57.1%、女子で 45.1%となっている。一方で、「ほとんどない」も男女ともに 25.0%前後となっている。家族と一緒に夕食を「ほぼ毎日」取る頻度は男女ともに 77.0%程度となっており、「ほとんどない」は男女ともに 2.0%程度となっている。
- 小中学生調査から、朝食を食べる頻度別に家族と一緒に朝食をとる頻度をみると、一緒に小学生では毎日朝食を食べる人は、家族と一緒に朝食をとる頻度が「ほぼ毎日」が 66.1%と最も高く、中学生でも 51.5%と最も高い。

- 小中学生調査から、平日の就寝時間別に朝食をほぼ毎日食べるかをみると、「午後 10 時台」までは 90.0%を超えているのに対し、「午後 11 時台」では 79.2%、「午後 12 時以降」では 62.5%となっている。
- 小中学生調査から、朝食を食べる頻度別に健康状態をみると、「ほぼ毎日」では健康状態が「よい」（「よい」「まあよい」の合計）と回答した割合は 77.0%となっている一方、「ほとんど食べない」では 43.8%となっている。また、現在幸せかについても、「あてはまる」（「とてもあてはまる」「ややあてはまる」の合計）の割合は、朝食を毎日食べる人では 86.5%であるのに対し、朝食をほとんど食べない人では 59.4%となっている。
- 小中学生調査から、朝食を家族と食べる頻度別に現在幸せかについてみたところ、「あてはまる」（「とてもあてはまる」「ややあてはまる」の合計）の割合は、朝食を家族と週に 1 日以上食べる人では 85.0%程度であるのに対し、朝食を家族と食べることがほとんどない人では 75.9%となっている。
 - 朝食をほぼ毎日食べることは健康や幸福度につながっているものと考えられるが、一部、ほとんど食べないということもみえる。家族と一緒に朝食を食べたり、規則正しい生活習慣を身につけることで、毎日朝食を食べるこどもが増えるよう引き続き取り組む必要がある。
- 保護者調査から、こどもの性別ごとにこどもの食事で困っていることをみると、「遊び食べをする」（男子：35.3%、女子：22.0%）は男子で高く、「時間がかかる」（男子：36.0%、女子：42.0%）は女子で高くなっている。
- 保護者調査から、「食育」に対して、行政や園・地域などで支援してほしいことをこどもの性別ごとにみると、「子どもがさまざまな野菜などを栽培したり、収穫したりできる体験の機会を増やしてほしい」は全体で 62.0%と最も高くなっており、特に男子で高い（男子：66.9%、女子：58.7%）。一方、「行事食について学んだり、一緒に作ったりできる場・機会が欲しい」（男子：30.2%、女子：42.0%）は女子で高くなっている。
 - こどもの性別によって保護者の困りごとや求めているニーズが異なる部分もあり、保護者が自分のこどもの状況にあった知識を身につけられるよう周囲がサポートしていくことが重要であると考えられる。

(5) 健康チェック

- 過去 1 年間に歯科健診を受けた割合を性別でみると、男性で 60.2%、女性で 70.9%と、女性の方が男性よりも 10 ポイント高くなっている。受けていない理由をみると、「歯・口の健康に特に不安がないので」「忙しくて受ける時間がないので」「費用がかかるので」などは、男女差はないものの、「受けに行くのが面倒なので」（男性：43.1%、女性 38.7%）は男性が高く、「どこの歯科医院にいけばよいかわからないので」（男性：9.3%、女性：16.3%）は女性が高くなっている。
- 健康診査を受ける頻度について、毎年受けている人の割合は、男性は 77.7%。女性は 70.2%と高くなっている。健診を受ける頻度が不定期である理由、または受けていない理由については、「なんとなく受けていない」（男性：38.9%、女性：34.0%）は男女ともに高い一方、「受けに行くのが

面倒なので」（男性：38.4%、女性 25.1%）と男性が高くなっている。「忙しくて受ける時間がないので」（男性：18.6%、女性 26.6%）は女性の方が高くなっている。

- がん検診の定期受診をしている割合は、男性で 34.7%、女性で 49.2%と、女性の方が高くなっている。

男性の方が健診の受診を面倒に感じて消極的であるものの、勤め人の人が多いことから、会社等で健診の機会があるため、頻度は高くなっているものと考えられる。

- 過去 1 年間に歯科健診を受けた割合を年代別でみると、全体（66.2%）と比べて、25～44 歳では 61.6%と低くなっている。受けていない理由をみると、25～44 歳では「受けに行くのが面倒なので」「忙しくて受ける時間がないので」がいずれも 48.0%程度と高くなっている。
- 健康診査を受ける頻度について、「受けたことがない、またはほとんど受けたことがない」の割合は、全体では 8.7%であるのに対し、16～24 歳では 31.1%と 20 ポイント程度高くなっている。また、健診の結果を役に立てているかについて、「結果の確認はするが、特に役立てていない」の割合は 16～24 歳では 50%となっており、その後年代が上がるごとに減少している。
- がん検診の定期受診をしている割合は、45 歳以上で 50.0%を超えている。
 - 44 歳以下では、健診を受ける割合が 45 歳以上と比べて低くなっており、特に 16～24 歳では健診結果を役立てられていない割合が高い。若いうちから、自分の健康状態を確認・管理し、改善していく習慣を身に付けられるよう取組が必要と考えられる。
- かかりつけ医師の有無別でみると、健康診査を毎年受けている人の割合は、かかりつけ医師がいる人では 81.2%、いない人では 65.0%となっている。また、「結果を踏まえて、健康管理や生活習慣の改善などに役立てている」人の割合も、かかりつけ医師がいる人では 57.7%、いない人では 47.6%となっている。
 - かかりつけ医師がいることで、健診受診率や結果を踏まえた健康管理につながっていることがうかがえる。

（6） 歯と口腔の健康

- 歯の本数が 24 本以上の人の割合は、男性では 47.6%、女性では 52.0%となっており、女性の方が高くなっている。それ以外の選択肢では男女差はほぼみられない。
- 歯の本数を年代別でみると、24 本以上の人の割合は年代が上がるごとに減っていき、45～64 歳で 53.8%、65 歳以上で 20.2%となっている。
- 小中学生調査から、歯磨きについて、小中学生ともに 1 日 1 回以上みがく人が 98.0%程度となっている。
- 保護者調査から、こどもの仕上げみがきを「毎日する」人は 79.1%、「時々する」人は 16.1%となっている。こどもの年代別では、1～3 歳では 87.5%、5～6 歳では 73.3%が「毎日する」と回答している。

(7) たばこ

- 喫煙状況を性別で見ると、「吸っている」は男性で 17.3%、女性で 7.2%と、男性が 10 ポイント高くなっている。受動喫煙の健康への影響についての認知度を性別でみると、「心臓病になりやすい」「脳卒中になりやすい」は男性の方が女性よりも 10 ポイント程度認知度が高い一方、「妊婦への影響がある」「子どもへの影響がある」は女性の方が男性よりも 10 ポイント程度高くなっている。
 - 男性の方が喫煙者の割合が高く、心臓病や脳卒中の影響については男性の方が知識がある一方で、女性の方が子どもへの影響を認識している割合が高い。性別を問わず、たばこの健康への影響についての正しい理解を促進する必要がある。
- 喫煙状況を年代でみると、25 歳以上では「吸っている」と回答した人は 10%程度と、年代間で大きな差はない。
- 小中学生調査から、たばこの影響についての認知について、選択肢の中に知っていたものはないと回答した割合は小学生で 11.2%、中学生で 1.5%、全体で 5.1%となっている。
 - 小学生でたばこの影響について把握していない割合が 1 割程度おり、健康への影響についての正しい知識を、学校教育等を通して身につけていくことが課題となっている。

(8) アルコール

- 飲酒リスクは性別で大きな差はない。（男性：12.2%、女性：14.0%）
- 飲酒リスクを年代別にみると、全体（13.1%）と比べて、45～64 歳で 20.7%と高くなっている。
- 小中学生調査から、飲酒の影響について、選択肢の中に知っていたものはないと回答した割合は、小学生で 12.7%、中学生で 2.1%、全体で 6.0%となっている。
 - たばこ同様、飲酒の健康への影響を把握していない小学生が 1 割程度おり、正しい理解の促進が必要となっている。

(9) こどものスマートフォン等の使用

- 保護者調査から、こどもの年代別に、スマートフォン等の 1 日の平均利用時間をみると、「2 時間以上」は 1～3 歳で 8.3%、5～6 歳で 27.3%となっている。こどもの性別ごとにみると、男子では 22.3%、女子では 17.3%となっている。
 - こどもに長時間スマートフォン等を使用させている保護者も一定数おり、スマートフォン使用による健康への影響に関する正しい知識の周知が必要であると考えられる。

(10) 食育の認知度、意識・実践

- 「食育」の「言葉も意味も知っていた」のは、全体では 54.6%となっており、男性では 40.6%なのに対し、女性では 64.7%と差が大きくなっている。食育への関心についても、関心がある人（「関心がある」「どちらかといえば関心がある」の合計）の割合は女性の方が高くなっている（男性：56.9%、女性：75.6%）。
- 「食育」に関心がない理由は、「食事や食生活への関心はあるが、食費を安くすることの方が重要だから」「食事や食生活を特に意識しなくても健康だから」が男女ともに 20.0%を超えて他の項目よりも高くなっている一方、「自分や家族の食事や食生活について考えるのが面倒だから」（男性：18.9%、女性：10.5%）、「栄養バランス等を考慮せず、好きなものを好きなだけ食べたいから」（男性：18.7%、女性：12.0%）で男性が高くなっている。
- 「農産物直売所を利用している」「自分や家族が農作物を栽培している」「産地や生産者を意識して農林水産物や食品を選んでいる」「日頃から環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいる」については、いずれも女性の方が男性よりも高い。上記の中で「実践していることはない」（男性：53.8%、女性：32.9%）の割合は男性の方が高い。
 - 食育の認知度も関心も、女性の方が男性よりも高い状況にあり、男性の食育への意識醸成が課題となっている。男性は食事や栄養バランス等について考えることを面倒に考えることが女性に比べて高く、食育の重要性や、食生活を気にすることのメリットなど、納得感を持って、また、気軽に健康管理をできるよう訴求・サポートしていく必要があると考えられる。
- 「食育」の「言葉も意味も知っていた」割合は、年代別でみると、25～44 歳（57.2%）や 45～64 歳（62.6%）で全体（54.6%）よりも高くなっている。食育への関心については、関心がある人（「関心がある」「どちらかといえば関心がある」の合計）の割合は、全体（67.5%）に比べて、16～24 歳（51.1%）では 15 ポイント程度低くなっている。
- 「食育」に関心がない理由を年代別にみると、16～24 歳は「食事や食生活を特に意識しなくても健康だから」（35.6%）が最も高い一方、45～64 歳では「食事や食生活への関心はあるが、食費を安くすることの方が重要だから」（36.3%）が最も高くなっている。
- 「産地や生産者を意識して農林水産物や食品を選んでいる」「日頃から環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいる」については、年代が上がるごとに実践割合が高くなっており、「農産物直売所を利用している」は 45～64 歳（28.5%）、「自分や家族が農作物を栽培している」は 25～44 歳（23.2%）が最も高くなっている。一方で、以上の中で「実践していることはない」と回答した割合は 16～24 歳で 65.4%と、全体（41.9%）と比べて高くなっている。
 - 食育への関心や、食品を選ぶ際の意識などについては、特に若い世代で低くなっており、若い世代にわかりやすく、実践しようと思ってもらえる方法での情報発信が必要となっている。
- 家族にこどもがいるか別にみると、「食育」の「言葉も意味も知っていた」のは、全体（54.6%）と比べて、小学生がいる人（70.4%）、乳幼児がいる人（66.0%）、中学生・高校生がいる人（63.0%）で高くなっている。また、食育への関心は、全体（67.5%）と比べて、小学生がいる人（81.7%）、乳幼児がいる人（79.3%）で高くなっている。

- 家族に乳幼児がいる人では、「農産物直売所を利用している」割合が 35.4%と、全体（23.7%）と比べて 10 ポイント程度高くなっている。
 - 小さいこどものいる家庭では、食育への関心も高くなっており、保護者のニーズに沿った情報発信や、こどもを通じた家族への発信などの取組が重要であると考えられる。
- 「食育」の「言葉も意味も知っていた」割合は、圏域別にみると、全体（54.6%）と比べて「中部地域」（60.0%）で高い一方、北部地域（47.5%）で低くなっている。
 - 地域によって食育の認知度に差があり、各地域に根差した活動を通して周知を図ることが重要であると考えられる。
- 農業体験のある人では、ない人よりも「農産物直売所を利用している」「自分や家族が農作物を栽培している」「産地や生産者を意識して農林水産物や食品を選んでいる」の割合が高くなっている。また、和泉市の伝統料理や郷土料理の認知度も、農業体験のある人（45.0%）がない人（29.6%）よりも高くなっている。
- 小中学生調査から、農業体験で好きになった食べ物がある小学生は 34.8%、中学生は 19.4%となっている。農業体験の有無別に食育で感じたことをみると、農業体験をしたことがある人では「食育に興味を持った」の割合が 40.0%程度であるのに対し、農業体験をしたことがない人では 33.5%となっている。また、「感謝の気持ちが高まった」「家族にも教えてあげようと思った」「食事の大切さがわかった」についても、農業体験をしたことがある人の方がしたことのない人よりも 10 ポイント程度高くなっている。
 - 農業体験が、農産物の購入の際の意識などにつながっている可能性があり、市民の関心の向上のためにも重要な取組であると言える。
 - 農業体験はこどもの食への関心や感謝、食の大切さの認識につながっていると考えられる。
- 小中学生調査から、調理（手伝いを含む）をするかを性別にみると、「ほとんどしない」は男子で 27.8%、女子で 21.9%と、男子の方が 6 ポイント程度高くなっている。
- 小中学生調査から調理をするかを家族と一緒に朝食を摂る頻度別にみると、「ほとんどしていない」の割合はほぼ毎日家族と一緒に朝食を摂る人では 23.8%、家族と一緒に朝食をとることがほとんどない人では 33.5%となっている。また家族と一緒に夕食をとる頻度別でみると、ほぼ毎日家族と一緒に夕食をとる人では 24.1%、家族と一緒に夕食をとることがほとんどない人では 32.0%となっている。
 - 女子の方が男子よりも調理をする傾向にあり、家族と一緒に食事をしている人の方が家族と食事をしていない人よりも調理をする傾向にある。共食の機会を通して、男女問わず自身で調理を経験する機会を増やす取り組みが重要であると考えられる。
- 小中学生調査では、給食が好きな理由について、小学生では「みんなと一緒に食べられるから」が 52.0%と最も高く、中学生では「栄養バランスがとれた食事が食べられるから」が 40.2%と最も高くなっている。
- 小中学生調査では、食への感謝を「いつも感じている」人は 36.8%となっている。嫌いなものを食べるか別に「いつも感じている」割合をみると、「がんばって食べる」と回答した人は 42.4%、「食べない」と回答した人は 26.3%となっている。

- 小中学生調査から、嫌いなものを食べるかを給食が好きか別にみると、「大好き」では「がんばって食べる」が 72.0%であるのに対し、「どちらかという嫌い」「嫌い」はそれよりも 30 ポイント以上低くなっている。（「嫌い」は n=25 であることに留意）
 - 嫌いなものを頑張って食べる人は食への感謝をいつも感じている割合が高くなっており、食のありがたさをこどもが理解することができるよう、食育の推進が重要であると考えられる。
 - 給食が好きな理由として、小学生では共食ができること、中学生では栄養バランスが整っていることが挙げられており、各年代の関心事項に合わせて食事に関する知識を伝えていくことが重要であると考えられる。

(11) 食文化の継承、食の安心・安全に関する知識の習得

- 郷土料理や伝統料理を食べる頻度について、「まったく食べない」は男性が 37.3%、女性が 23.6%と、男性が 10 ポイント以上高くなっている。食文化の継承については、「受け継いでおり、伝えている」の割合は男性で 11.3%、女性で 27.3%となっており、男性が 10 ポイント以上低くなっている。
- 食品の安全性について知識は、「持っている」（「知識を持っている」「どちらかといえば知識をもっている」の合計）割合は、男性で 53.2%、女性で 67.1%となっている。また、食の安全性に関する知識・情報を踏まえて判断や行動をしているかについては、男性で 51.6%、女性で 67.4%となっている。いずれも、男性が 10 ポイント以上低くなっている。
 - 食文化の継承においても、食の安心・安全に関する知識についても、女性よりも男性の意識が低くなっており、男性の意識醸成が課題となっている。
- 和泉市の郷土料理や伝統料理の認知度について、65 歳以上では 51.7%となっており、それ以外の年代では 3 割程度となっている。郷土料理や伝統料理を食べる頻度について、年代別でみると「まったく食べない」は 16～24 歳で 39.0%、25～44 歳で 35.7%と、全体（29.3%）よりも高くなっている。また、食文化の継承については、「受け継いでいない」が 16～24 歳で 61.0%、25～44 歳で 59.4%となっており、「受け継いでおり、伝えている」割合は 45 歳以上でも 23.0%前後となっている。
- 食品の安全性について知識は、「持っている」（「知識を持っている」「どちらかといえば知識をもっている」の合計）割合は、年代が上がるごとに高くなっており、16～24 歳では 50.2%、65 歳以上では 67.9%となっている。また、食の安全性に関する知識・情報を踏まえて判断や行動をしているかについては、16～24 歳では 47.8%となっており、他の年代が 60.0%程度であるのと比べて低くなっている。
- 小中学生調査から、和泉市の伝統料理・郷土料理を知っている割合は小学生で 40.0%、中学生で 44.4%となっている。
 - 若い世代に食文化の継承がされている割合は低くなっており、また、45 歳以上でも受けついで伝えるところまでしている割合は 2 割程度にとどまっている。家庭や学校、地域など様々な場面を通じた食文化の継承が行われるような取組の推進が必要となっている。

- 食品の安全性についての知識や実践についても、若い年代での認知度・実践割合が低くなっており、学校などの様々な場面を通じて周知啓発が必要である。

(12) 地域における活動の状況、情報入手の方法

- 地域の人たちとのつながりの強さについて、年代別でみると、特に 25～44 歳、45～64 歳で「弱い方だと思う」が 50.0%を超えて高くなっている。
- 地域での活動（自治会等の地域活動、スポーツ・趣味活動、ボランティア等）への参加状況・意向については、男女で大きな差はみられない。
- 年代別でみると、参加状況は「自治会、町会、婦人会、老人クラブ、子ども会、PTA等の地域活動」は 65 歳以上では 37.5%と全体（27.4%）と高くなっている一方、16～24 歳では 9.2%と低くなっている。「スポーツ・趣味・娯楽活動」も、65 歳以上では 34.4%と全体（23.9%）よりも高く、それ以外の年代は 20.0%前後となっている。食育に関するボランティア活動や地域での集まりについては、どの年代でも 1～3%の参加率となっている。また、様々な集団での食事会等の機会への参加状況は 65 歳以上（22.8%）で全体（16.5%）よりも高くなっており、16～24 歳では 7.4%と低くなっている。
- 参加意向については、いずれの活動においても、25～64 歳では 65 歳以上よりも高い参加意向となっている。
 - 現状、地域活動への参加は高齢者が中心となっているが、それ以下の年代についても参加を希望する人は一定数いるため、気軽に参加できる活動のあり方や、きっかけづくり、周知などを強化していく必要がある。また、16～24 歳の若い年代は、他の年代と比べて地域活動への参加状況・意向が低くなっており、参加したいと思える活動内容は発信方法の工夫が必要となっている。
- 健康に関する情報入手方法は、全体でみるとインターネットが 51.3%と最も高く、次いで家族・親族が 46.7%、「テレビ・ラジオ・新聞」が 46.2%となっている。年代別にみると、年代があがるにつれテレビ・ラジオ・新聞が高くなっている一方、64 歳以下ではインターネットが 60.0%前後と高くなっている。
 - 若い年代だけでなく、高齢者以外の年代ではインターネットが主たる情報源となっており、年代ごとに必要な情報を、各年代がよく用いる媒体を通じて発信することが重要と考えられる。

(13) 幸福度と各項目との関係

① 市民調査

- 乳幼児が家族にいる市民は幸福度が高い。
- 「無職」の人は「勤め人」よりも幸福度が低い。
- 健康状態がよい人、健康づくりに関心のある人の方が幸福度が高い。
- 「幸せ」かどうかを判断する際に、「地域コミュニティとの関係」を重視する人は幸福度が高い。
- 1日に歩く時間が30分未満の人は幸福度が低い。
- 運動習慣者はそうでない人よりも幸福度が高い。
- 朝食を「ほぼ毎日食べる」人の方が「ほとんど食べない」人よりも幸福度が高い。
- 主食・主菜・副菜を3つそろえて1日に2回以上、「ほぼ毎日食べる」人は「ほとんど食べない」人よりも幸福度が高い。
- ふだん果物を「よく食べる」人は「食べない」人よりも幸福度が高い。
- 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活を「いつも気を付けて実践している」人は「まったく気を付けて実践していない」人よりも幸福度が高い。
- ストレスが解消できている人ほど幸福度が高い。
- 普段とっている睡眠で休養が十分とれている人は「あまりとれていない」人よりも幸福度が高い。
- たばこを以前から吸わない人の方が吸っている人よりも幸福度が高い。
- 歯の本数が多い人の方が少ない人よりも幸福度が高い。
- 過去1年間に歯科健診を受けた人の方が受けていない人よりも幸福度が高い。
- かかりつけ歯科医師がいる人の方がいない人よりも幸福度が高い。
- 健康診査を毎年受けている人の方が受けたことがない（またはほとんど受けたことがない）人よりも幸福度が高い。
- 食育の「言葉も意味も知っていた」人は、「言葉も意味も知らなかった」人よりも幸福度が高い。
- 食育に「関心がある」人は「関心がない」人よりも幸福度が高い。
- 家族で朝食を食べることが1週間に1日以上ある人は、ほとんどない人よりも幸福度が高い。
- 家族で夕食を食べることが1週間に1日以上ある人は、ほとんどない人よりも幸福度が高い。
- 「自分や家族が農作物を栽培している」人や「産地や生産者を意識して農林水産物や食品を選んでいる」人は「実践していることはない」人よりも幸福度が高い。
- 郷土料理や伝統料理を食べる人は「まったく食べない」人よりも幸福度が高い。
- 郷土料理や伝統料理などを受け継いでいる人は、受け継いでいない人よりも幸福度が高い。
- 食事の際にあいさつをしている人では、「まったくしていない」よりも幸福度が高い。
- 食の安全性に関する知識・情報に基づいて判断や行動をしている人は「まったくしていない」人よりも幸福度が高い。
- ボランティア・NPO・市民活動に参加している人の方が参加していない人よりも幸福度が高い。

- 住んでいる地域や職場等、所属しているさまざまな集団での食事会等の機会に参加している人の方が参加していない人よりも幸福度が高い。

② 小中学生調査

- 体育の時間以外で体を動かしている人は幸福度が高い。
- 起床時間が午前 7 時 30 分の人幸福度が全体と比べて低い。
- 就寝時間が午後（深夜）12 時以降の人幸福度が全体と比べて低い。
- 歯磨きを 1 日 1 回する人は、全体よりも幸福度が低い。
- 健康状態がよいほど幸福度が高い。
- 「幸せ」かどうかを判断する際に、「地域や近所の人たちとのかかわり」「健康状態」を重視する人は幸福度が高い。
- 朝食をほぼ毎日食べる人の方が、ほとんど食べない人よりも幸福度が高い。
- 朝食を家族と週に 1 日以上食べる人の方が、そのような機会がほとんどない人よりも幸福度が高い。
- 夕食を家族とほぼ毎日食べる人の方が、「週 4～5 日」や「週 2～3 日」の人よりも幸福度が高い。
- 嫌いなものを「がんばって食べる」人は「食べない」人よりも幸福度が高い。
- 調理（手伝いを含む）をいつもしている人は幸福度が高い。
- よく噛んで食べる人は幸福度が高い。
- 食事の際にあいさつをする人は幸福度が高い。
- 食への感謝をいつも感じている人は幸福度が高い。
- 食事のマナーを教えられた経験がある人は幸福度が高い。
- 給食が「大好き」な人は幸福度が高い。

③ 保護者調査（保護者の幸福度）

- 「勤め人」は、「アルバイト・パート」や「家事専業」よりも幸福度が高い。
- 健康状態のよい人は幸福度が高い。
- 「幸せ」かどうかを判断する際に、「友人関係」を重視する人は幸福度が高い。
- こどもの食事で困っていることで「時間がかかる」を挙げている人は幸福度が全体よりも低くなっている。
- 食育の言葉も意味も知っている人は、意味を知らない人よりも幸福度が高い。
- 食育に関心がある人は全体よりも幸福度が高い。
- 食育で「食べ物の栄養について学ぶ」「輸入食品より、国内産を重視する」「食事の際に動植物の命をいただくことや食材に関わった人などに対する感謝の気持ちをもつ」を実践している人は、全体と比べて幸福度が高い。

(14) 健康状態と各項目との関係

① 市民調査

- 年代が上がるにつれ、健康状態の良い割合が高い。
- 世帯構成が「親と子と孫」の人は健康状態のよい割合が高い一方、「一人暮らし」は健康状態がよい割合が高い。
- 家族に高校生以下のこどもがいる人はそれ以外の人よりも健康状態のよい割合が高い。
- BMI が「普通」の人は「やせ」「肥満」の人よりも健康状態のよい割合が高い。
- 健康づくりに関心がある人は全体よりも健康状態のよい割合が高い。
- 幸福度が高いほど健康状態のよい割合が高い。
- 「幸せ」かどうかを判断する際に、重視した事項が「仕事の充実感」「充実した余暇」「就業状況」「友人関係」「職場の人間関係」「趣味・社会貢献」の人は全体よりも健康状態がよい割合が高い。
- 1日に60分以上歩く人は全体よりも健康状態がよい割合が高い。
- 1回30分以上の運動を週1日以上行っている人は、ほとんど（もしくは全く）行っていない人よりも健康状態がよい割合が高い。
- 運動習慣者の方が運動習慣者でない人よりも健康状態がよい割合が高い。
- 主食・主菜・副菜を3つそろえて1日に2回以上、「ほぼ毎日食べる」人は全体よりも健康状態がよい割合が高い。
- 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活をも気を付けて実践している人ほど、健康状態がよい割合が高い。
- 「食育」の意味も言葉も知っている人は全体よりも健康状態がよい割合が高い。
- 食育に関心がある人ほど、健康状態がよい割合が高い。
- 家族と一緒に朝食をほとんど毎日食べる人や家族と一緒に夕食をほとんど毎日食べる人は全体よりも健康状態がよい割合が高い。一方、家族と一緒に夕食を食べることが「ほとんどない」人では、全体よりも健康状態がよい割合が高い。
- 「農産物直売所を利用している」人や「日頃から環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいる」人は、「実践していることはない」人よりも健康状態がよい割合が高い。
- 郷土料理や伝統料理を「まったく食べない」人は全体よりも健康状態がよい割合が高い。
- 郷土料理や伝統料理などを受け継いでいる人は、受け継いでいない人よりも健康状態がよい割合が高い。
- 食事の際にあいさつをまったくしていない人は、あいさつをしている人よりも健康状態がよい割合が高い。
- 食の安全性に関する知識・情報に基づいて判断や行動をしている人はしていない人よりも健康状態がよい割合が高い。
- 「飲食店等で注文し過ぎない」人は全体よりも健康状態がよい割合が高い。
- ストレスが解消できている人ほど健康状態がよい割合が高い。

- 睡眠で休養が十分とれている人は、あまりとれていない人よりも健康状態がよい割合が高い。
- たばこを以前から吸わない人は、吸っている人よりも健康状態がよい割合が高い。
- お酒を「月に1～3日くらい飲む」人は、全体よりも健康状態がよい割合が高い。
- 過去1年間に歯科健診を受けた人の方が受けていない人よりも健康状態がよい割合が高い。
- ふだんゆっくりよく噛んで食べている人ほど健康状態がよい割合が高い。
- アプリを利用して自身の生活習慣や健康の記録を把握している人の方が、そうでない人よりも健康状態がよい割合が高い。
- 地域活動やスポーツ、ボランティア、住んでいる地域や職場等、所属しているさまざまな集団での食事会等の機会に参加している人では、参加していない人よりも健康状態がよい割合が高い。
- 地域のつながりが強い人の方が健康状態がよい割合が高い。
- 保育所・幼稚園・学校や健康アプリから健康に関する情報入手をしている人は全体よりも健康状態がよい割合が高い。

② 小中学生調査

- 男子の方が健康状態がよい割合が高い。
- 午前6時までに起床している人は幸福度が高い。
- 午後9時台に就寝している人は幸福度が高い。
- 1日の歯磨きの回数が1回の人よりも3回以上の人の方が健康状態がよい割合が高い。
- 幸福度が高い人は健康状態がよい割合が高い。
- 「幸せ」かどうかを判断する際に、「地域や近所の人たちとのかかわり」「健康状態」を重視する人は健康状態がよい割合が高い。
- 朝食をほぼ毎日食べている人は健康状態がよい割合が高い。
- 朝食を家族とほぼ毎日食べている人は健康状態がよい割合が高い。
- 夕食を家族とほぼ毎日食べる人の方が、「週4～5日」や「週2～3日」の人よりも健康状態がよい割合が高い。
- 嫌いな食べ物を「がんばって食べる」人は「食べない」人よりも幸福度が高い。
- 調理（手伝いを含む）をいつもしている人は健康状態がよい割合が高い。
- よく噛んで食べる人は健康状態がよい割合が高い。
- 食事の際にあいさつをする人は健康状態がよい割合が高い。
- 食への感謝をいつも感じている人は健康状態がよい割合が高い。
- 市の伝統(郷土)料理を知っている人は健康状態がよい割合が高い。
- 食事のマナーを教えられた経験がある人は健康状態がよい割合が高い。
- 給食が「大好き」な人は健康状態がよい割合が高い。

③ 保護者調査

<こどもの健康状態>

- 起床時間が午前7時台のこどもの方が午前6時台のこどもよりも健康状態がよい割合が高い。

- 就寝時間が午後8～9時台のこどもの方が、午後10時台のこどもよりも健康状態がよい割合が高い。
- 1日3回以上歯を磨くこどもは健康状態がよい割合が高い。
- 仕上げ磨きを毎日してもらっているこどもは健康状態がよい割合が高い。
- スーパーやコンビニエンスストアのお弁当やお惣菜の利用が「ごくまれ」の方が、「月に数回」よりもこどもの健康状態がよい割合が高い。
- 食事の献立を決めるときに気をつけていることで、「カルシウムや食物繊維が充分にとれるものにする」人は、「調理の手間のかからないものにする」人よりもこどもの健康状態がよい割合が高い。
- こどもへの食育の実践で、「食べ物の栄養について学ぶ」「好き嫌いをなくす」をしている人はこどもの健康状態がよい割合が高い。

＜保護者の健康状態＞

- こどもの年齢が「5～6歳」よりも「1～3歳」の方が健康状態がよい割合が高い。
- 幸福度が高いほど健康状態がよい割合が高い。
- 外食の頻度が「月に数回」の人は、「週1～2回」や「ごくまれにする」人よりも健康状態がよい割合が高い。