「西脇市健康増進計画」
中間評価にかかる
市民アンケート調査結果報告書

目　次

Ⅰ　調査の概要 1
１．調査の目的 2
２．調査方法 2
３．回収結果 2
４．報告書の見方について 2

Ⅱ　調査結果 3
１．栄養・食生活について 4
２．身体活動・心の健康づくりについて 20
３．たばこ・アルコールについて 29
４．歯の健康について 36
５．西脇市の健康施策について 39
６．あなた自身のことについて 43
７．地区別の状況について 45

Ⅰ　調査の概要

１．調査の目的

本調査は、「西脇市健康増進計画」の中間評価を行うに当たり、市民の健康に関する取組や考えを把握するため、20 歳以上の市民を対象に実施しました。

２．調査方法

■調査対象：西脇市にお住まいの 20 歳以上の市民 2,000 人から無作為で抽出
■調査方法：郵送による配布・回収
■調査期間：平成 30 年５月２日から平成 30 年５月 31 日

３．回収結果

配布数 （件）	回収数 （件）	回収率 （%）
2,000	913	45.7

４．報告書の見方について

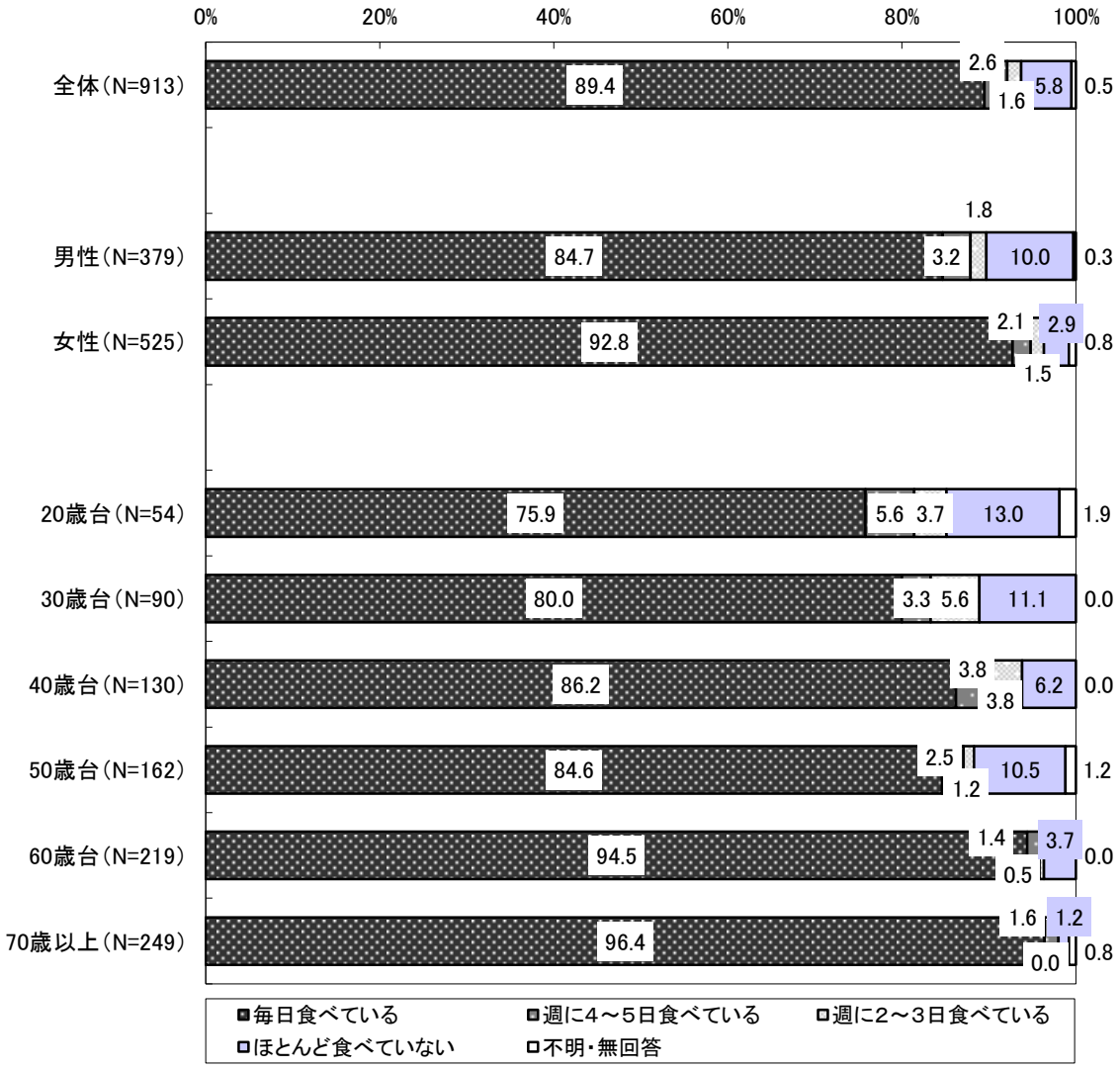
○回答結果は、各項目の不明を含む有効サンプル数に対する百分比（%）で示し、百分比は小数点第２位を四捨五入して小数点第１位までを表示しています。そのため、単数回答（複数の選択肢から１つの選択肢を選ぶ方式）であっても合計値が100.0%にならない場合があります。
○複数回答（複数の選択肢から２つ以上の選択肢を選ぶ方式）の設問の場合、回答は選択肢ごとの有効回答数に対して、それぞれの比率を示しています。そのため、合計が100.0%をこえる場合があります。
○図表中において「不明・無回答」とあるものは、回答が示されていない、または回答の判別が著しく困難なものであります。
○図表中の「N」は集計対象者総数（あるいは回答者限定設問の限定条件に該当する人）を示しています。

II　調査結果

1．栄養・食生活について

1）　朝食を食べていますか。（ひとつに○）【問１】

- 朝食を食べるかについては、「毎日食べている」が 89.4%、一方「朝食を食べないことがある（「毎日食べている」以外）」が 10.0%となっています。
- 性別でみると、男性は女性に比べ「朝食を食べないことがある」が 8.5 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、年齢が低い方が「朝食を食べないことがある」が多い傾向にあります。

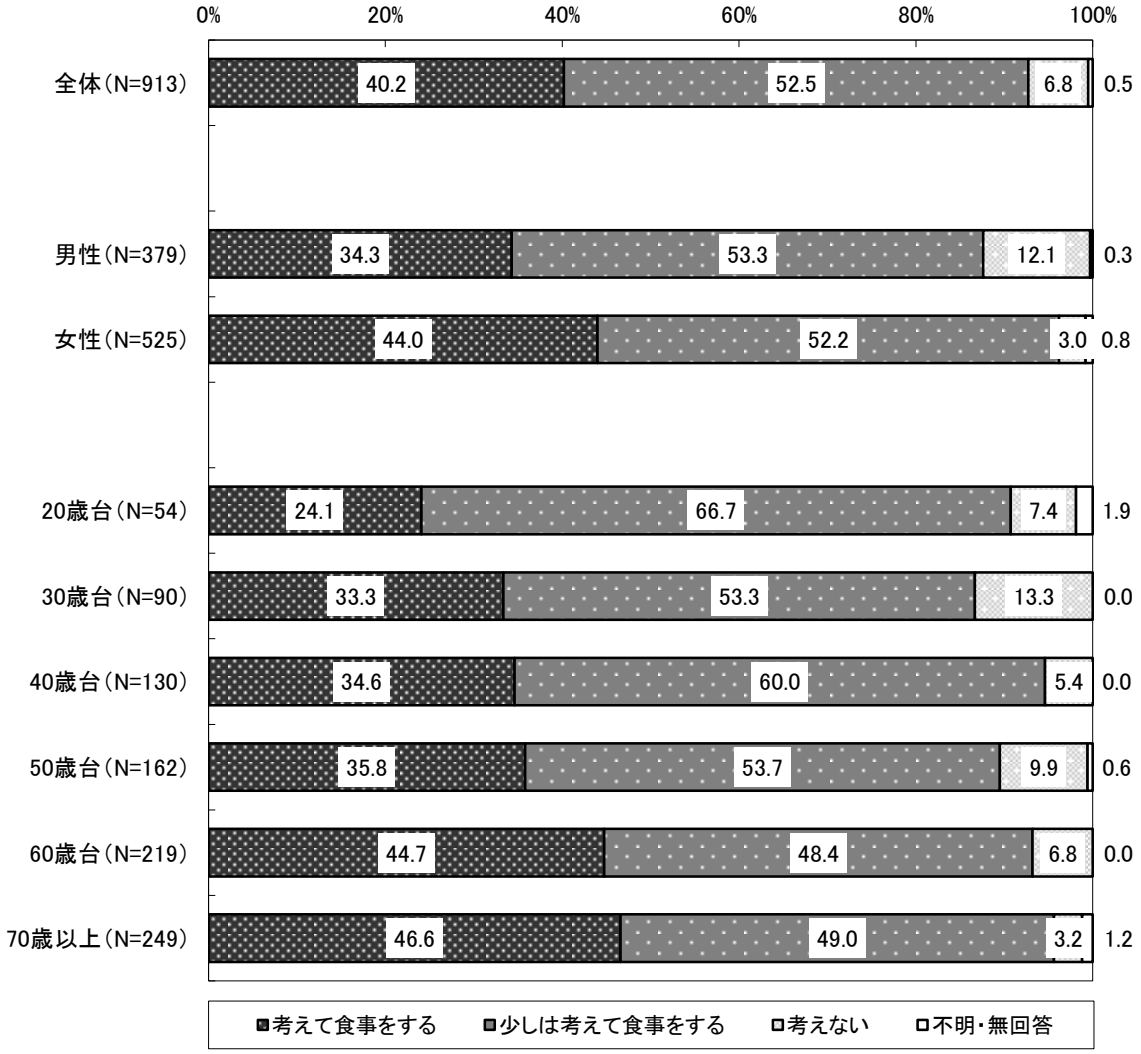


２）　１日１食は、家族や友人と食事をしていますか。（ひとつに○）【問２】

- １日１食は、家族や友人と食事をしているかについては、「ほとんど毎日一緒に食べる」が 75.6%、一方「ほとんど一緒に食べない」が 10.7%となっています。
- 性別でみると、女性は男性に比べ「ほとんど毎日一緒に食べる」が 11.8 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、70 歳以上は「ほとんど毎日一緒に食べない」が 16.1%と他の年代に比べ高くなっています。

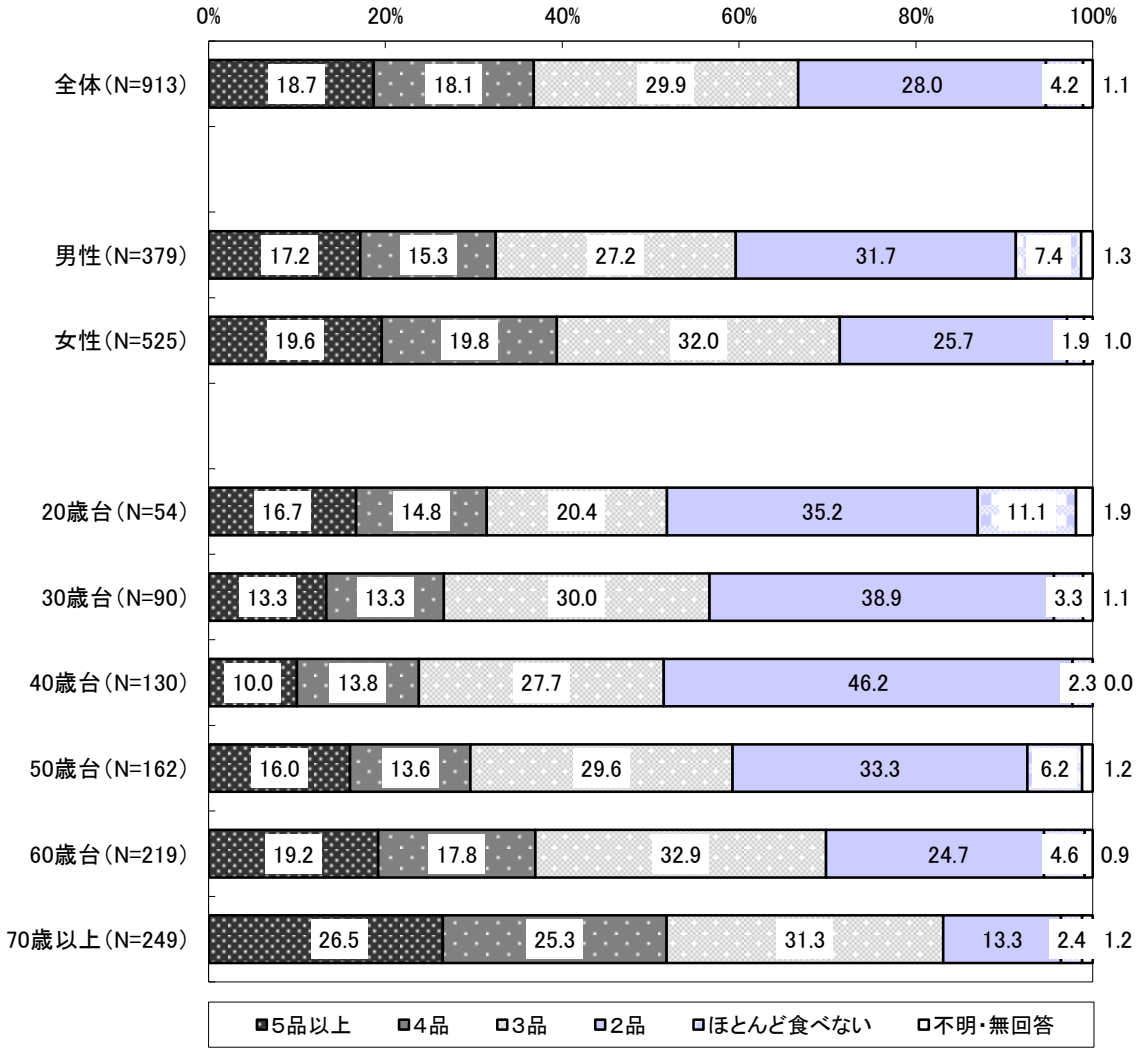
３）　栄養バランスを考えて食事をとりますか。（ひとつに〇）【問３】

- 栄養バランスを考えて食事をとっているかについては、「少しは考えて食事をする」が52.5%と最も高く、次いで「考えて食事をする」が40.2%、「考えない」人が6.8%となっています。
- 性別でみると、女性は男性に比べ「考えて食事をする」が9.7ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、30歳台は「考えない」が13.3%と他の年代に比べ高くなっています。



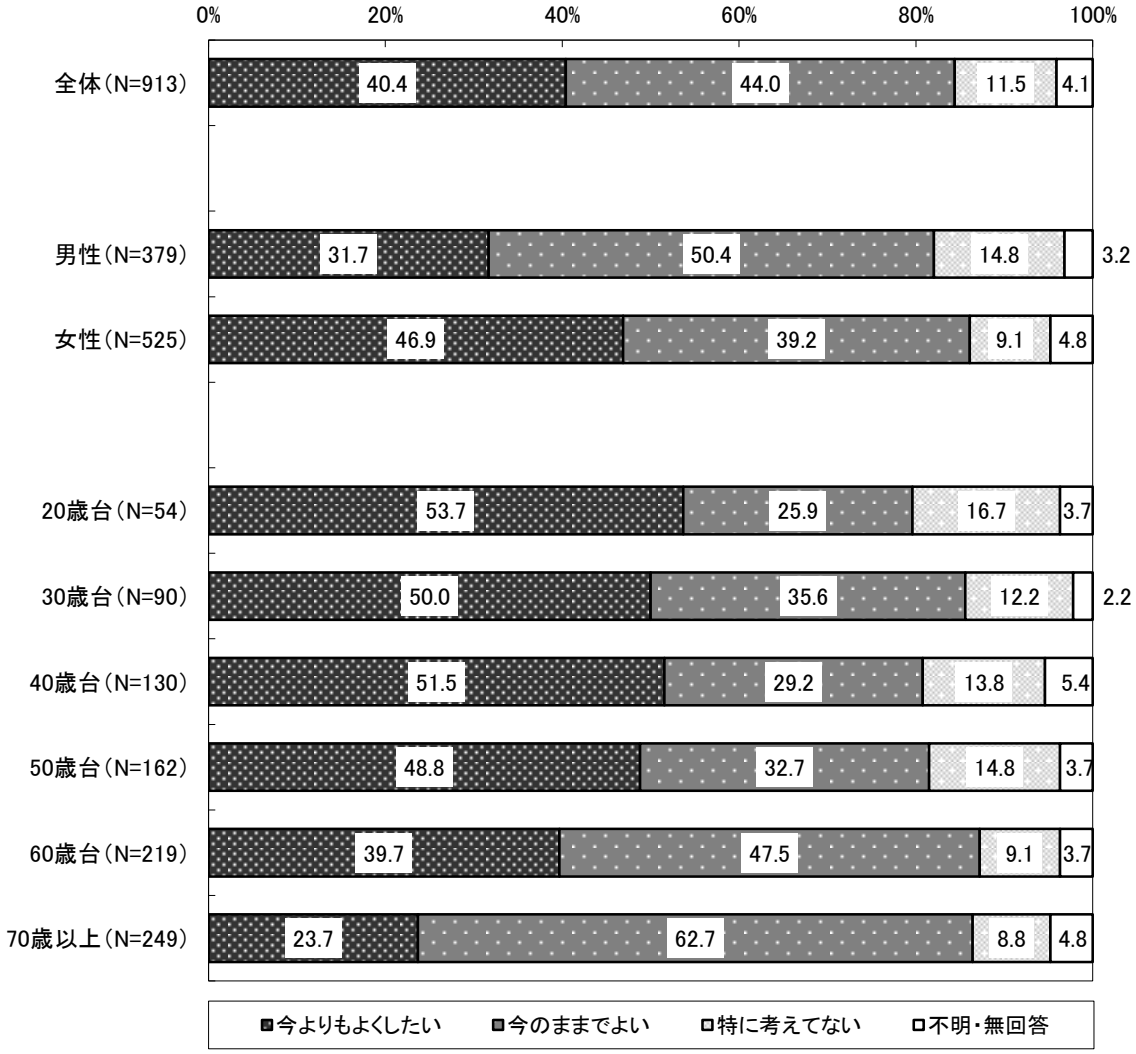
４）　野菜料理（和え物やサラダ、汁物など）を１日何品食べていますか。（ひとつに〇）【問４】

- 野菜料理を１日何品食べるかについては、「３品」が 29.9％と最も高く、次いで「２品」が 28.0％、「５品以上」が 18.7％となっています。
- 性別でみると、女性は男性に比べ『３品以上（「５品以上」と「４品」と「３品」の合計）』が 11.7 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、20 歳台は「ほとんど食べない」が 11.1％と他の年代に比べ高くなっています。



５）　自分の食生活について、今後どのようにしたいと思いますか。（ひとつに〇）【問５】

- 自分の食生活について、今後どのようにしたいかについては、「今のままでよい」が44.0%と最も高く、次いで「今よりもよくしたい」が 40.4%、「特に考えていない」が 11.5%となっています。
- 性別でみると、女性は男性に比べ「今よりもよくしたい」が 15.2 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、70 歳以上は「今のままでよい」が 62.7%と他の年代に比べ高くなっています。



次の問は、問５で「１」と回答した人がお答えください。

６）どのような点をよくしたいと思いますか。（あてはまるものすべてに〇）

【問５－１】

- 自分の食生活のどのような点をよくしたいかについては、「野菜の摂取量が少ないこと」「太った（やせた）こと」が全体で 40%を超えています。
- 性別でみると、男性が「野菜の摂取量が少ないこと」、女性が「太った（やせた）こと」が最も高くなっています。
- 年代別でみると、20 歳台は「栄養バランスが偏っていること」が他の年代に比べ高くなっています。また、70 歳以上は「牛乳・乳製品が少ないこと」が他の年代に比べ高くなっています。

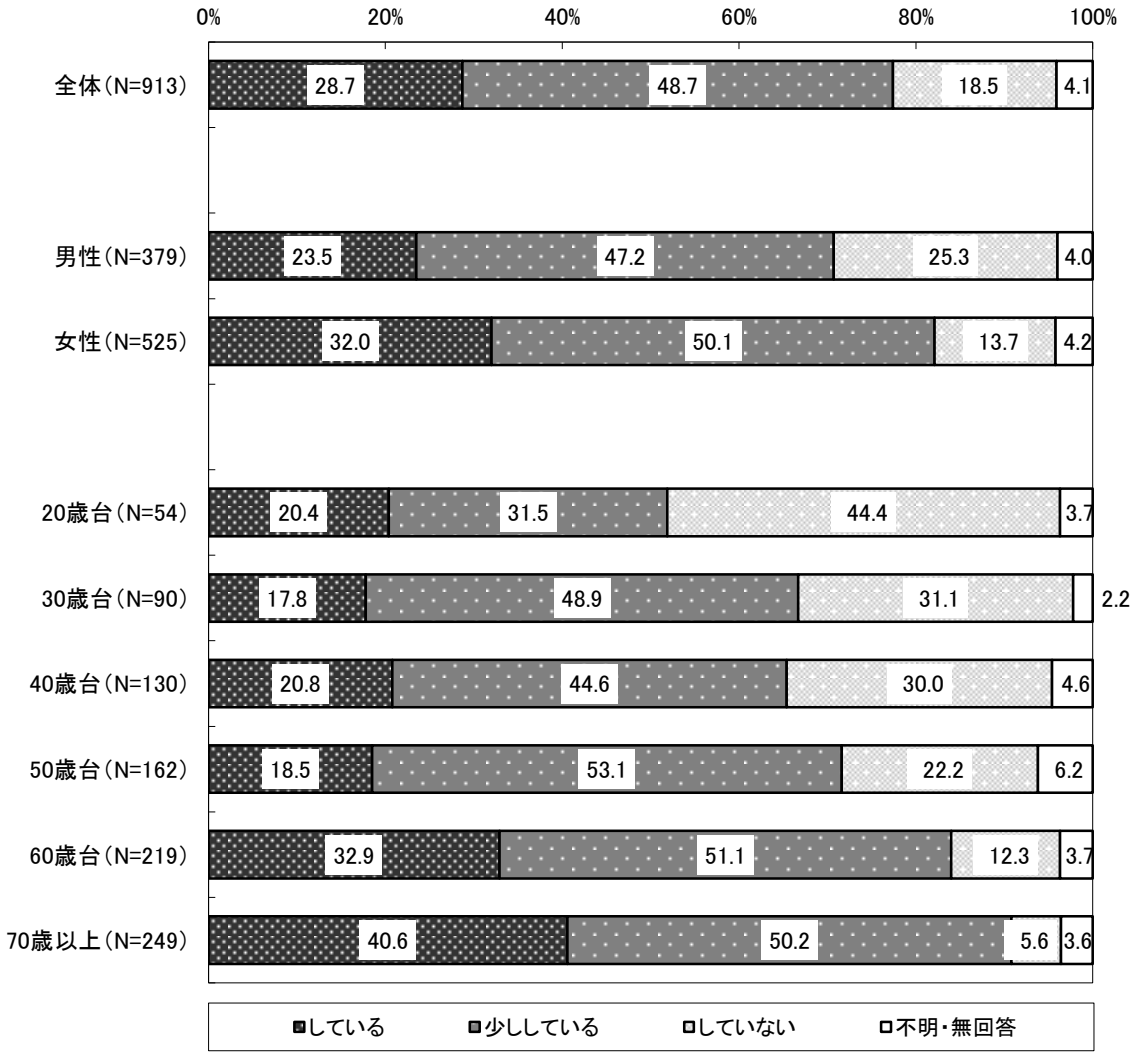
単位：%

		食事の時間が不規則なこと	欠食が多いこと	外食（市販の弁当等を含む）が多いこと	栄養バランスが偏っていること	味付けが濃いこと	野菜の摂取量が少ないこと	油ものをとりすぎていること
	全体（N=369）	18.2	3.5	11.7	34.4	25.2	42.3	24.9
性別	男性（N=120）	26.7	4.2	15.8	36.7	25.8	49.2	32.5
	女性（N=246）	14.2	3.3	9.8	33.7	25.2	39.4	21.5
年代別	20歳台（N=29）	37.9	6.9	20.7	44.8	13.8	41.4	17.2
	30歳台（N=45）	20.0	2.2	17.8	42.2	28.9	55.6	40.0
	40歳台（N=67）	19.4	7.5	9.0	41.8	17.9	44.8	22.4
	50歳台（N=79）	21.5	1.3	7.6	32.9	26.6	39.2	25.3
	60歳台（N=87）	13.8	3.4	12.6	27.6	26.4	46.0	24.1
	70歳以上（N=59）	8.5	1.7	10.2	28.8	33.9	30.5	22.0

		牛乳・乳製品が少ないこと	魚類または肉類が少ないこと	太った（やせた）こと	食べ過ぎていること	その他	不明・無回答
	全体（N=369）	19.0	18.7	40.1	36.9	4.6	0.0
性別	男性（N=120）	16.7	17.5	40.0	36.7	3.3	0.0
	女性（N=246）	20.3	19.1	39.8	37.0	5.3	0.0
年代別	20歳台（N=29）	17.2	10.3	34.5	41.4	6.9	0.0
	30歳台（N=45）	11.1	15.6	28.9	33.3	8.9	0.0
	40歳台（N=67）	7.5	20.9	44.8	41.8	3.0	0.0
	50歳台（N=79）	16.5	13.9	53.2	32.9	3.8	0.0
	60歳台（N=87）	21.8	18.4	43.7	43.7	3.4	0.0
	70歳以上（N=59）	39.0	28.8	22.0	27.1	5.1	0.0

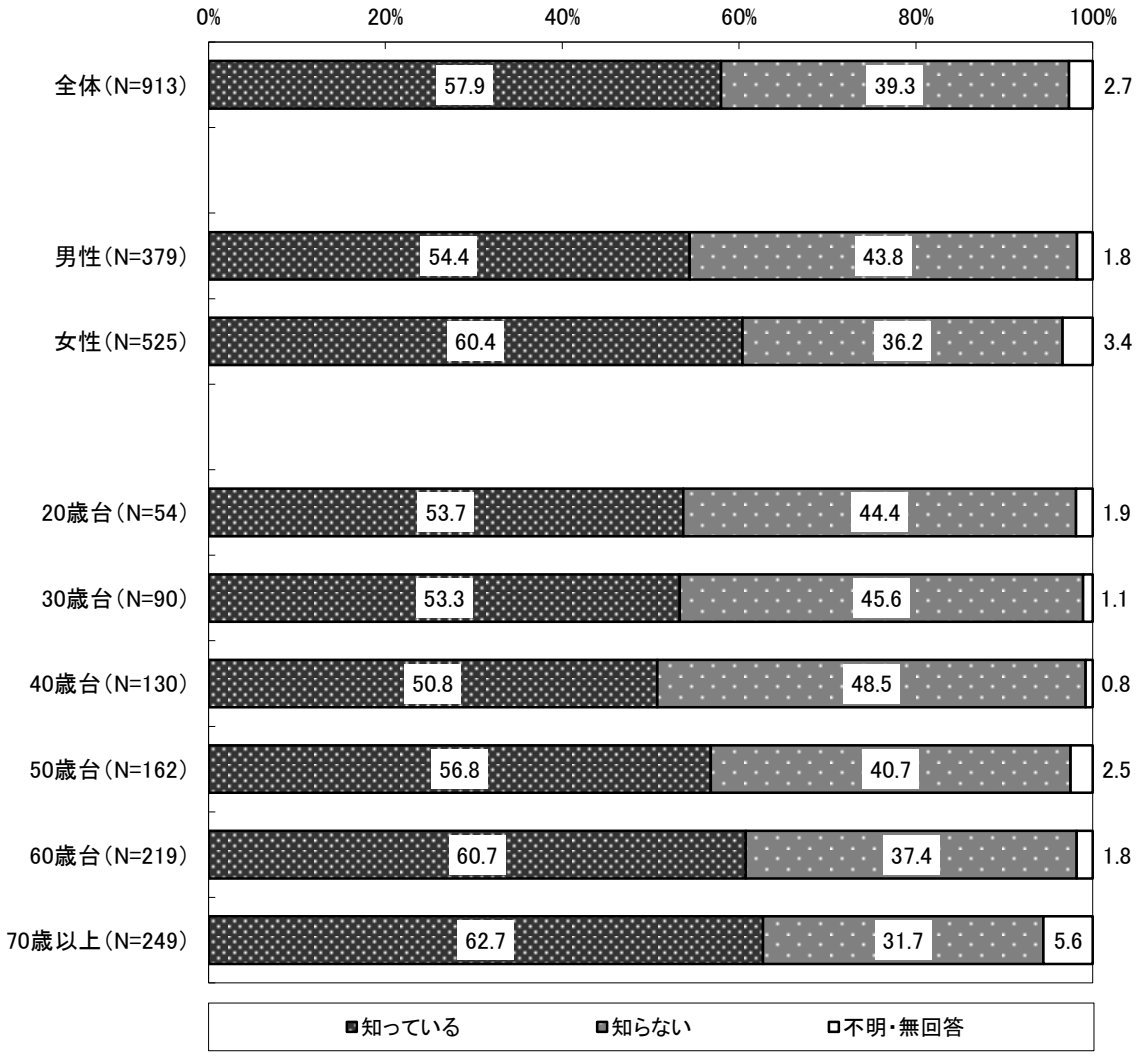
７）　食事をするとき、塩分控えめにしていますか。（調理をするときも含む）。（ひとつに〇）【問６】

- 食事をするとき、塩分控えめにしているかについては、「している（「している」と「少ししている」の合計）」が 77.4%、一方「していない」が 18.5%となっています。
- 性別でみると、男性は女性に比べ「していない」が 11.6 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、20 歳台は「していない」が 44.4%と他の年代に比べ高くなっています。



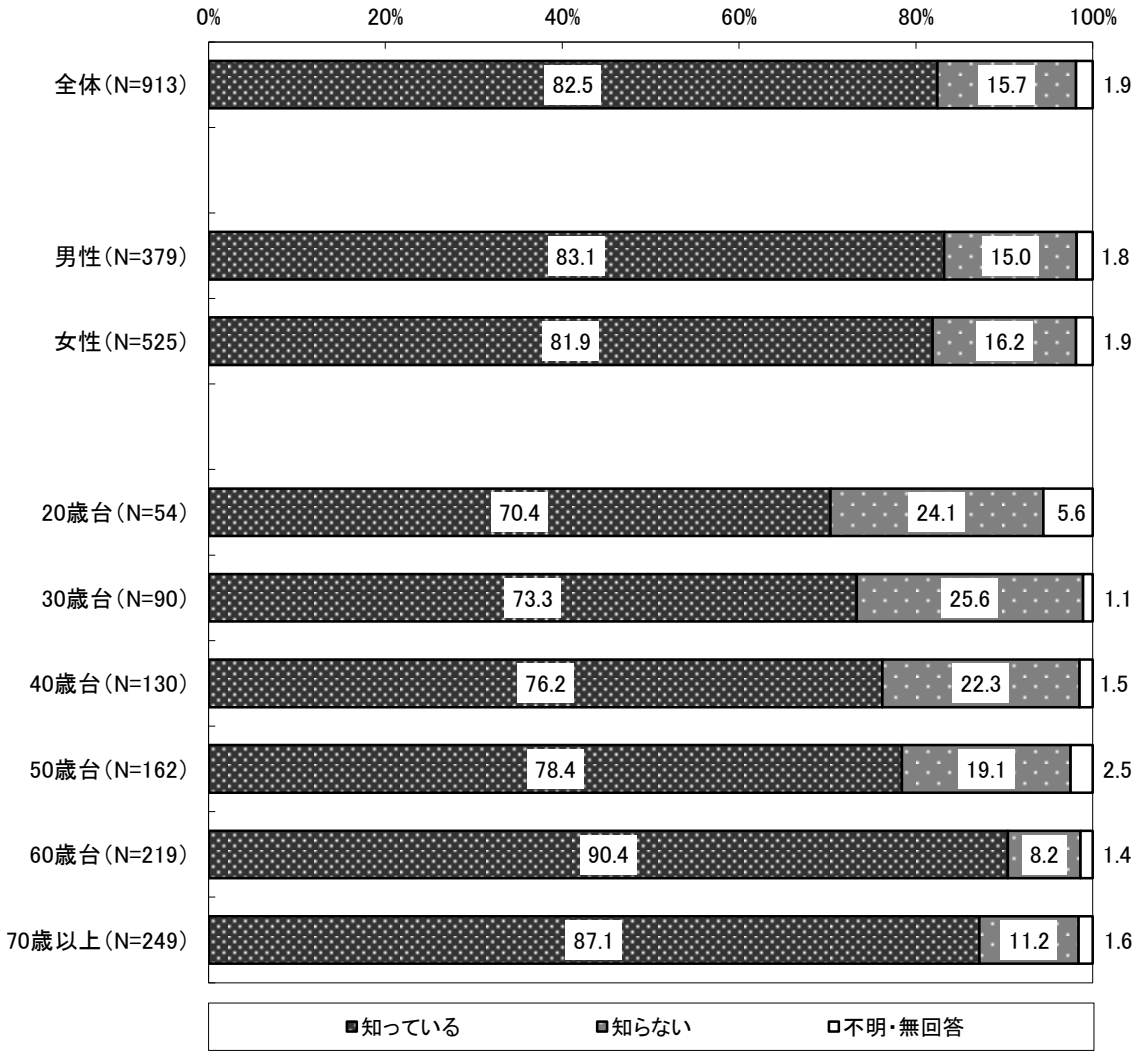
８）　自分に適した食事量はどれくらいか知っていますか。（どちらかに〇）【問７】

- 自分に適した食事量はどれくらいか知っているかについては、「知っている」が 57.9%、一方「知らない」が 39.3%となっています。
- 性別でみると、女性は男性に比べ「知っている」が 6.0 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、増減はあるものの、年齢が上がるにつれ「知っている」が増加しています。



９）　自分に適した体重を知っていますか。（どちらかに〇）【問８】

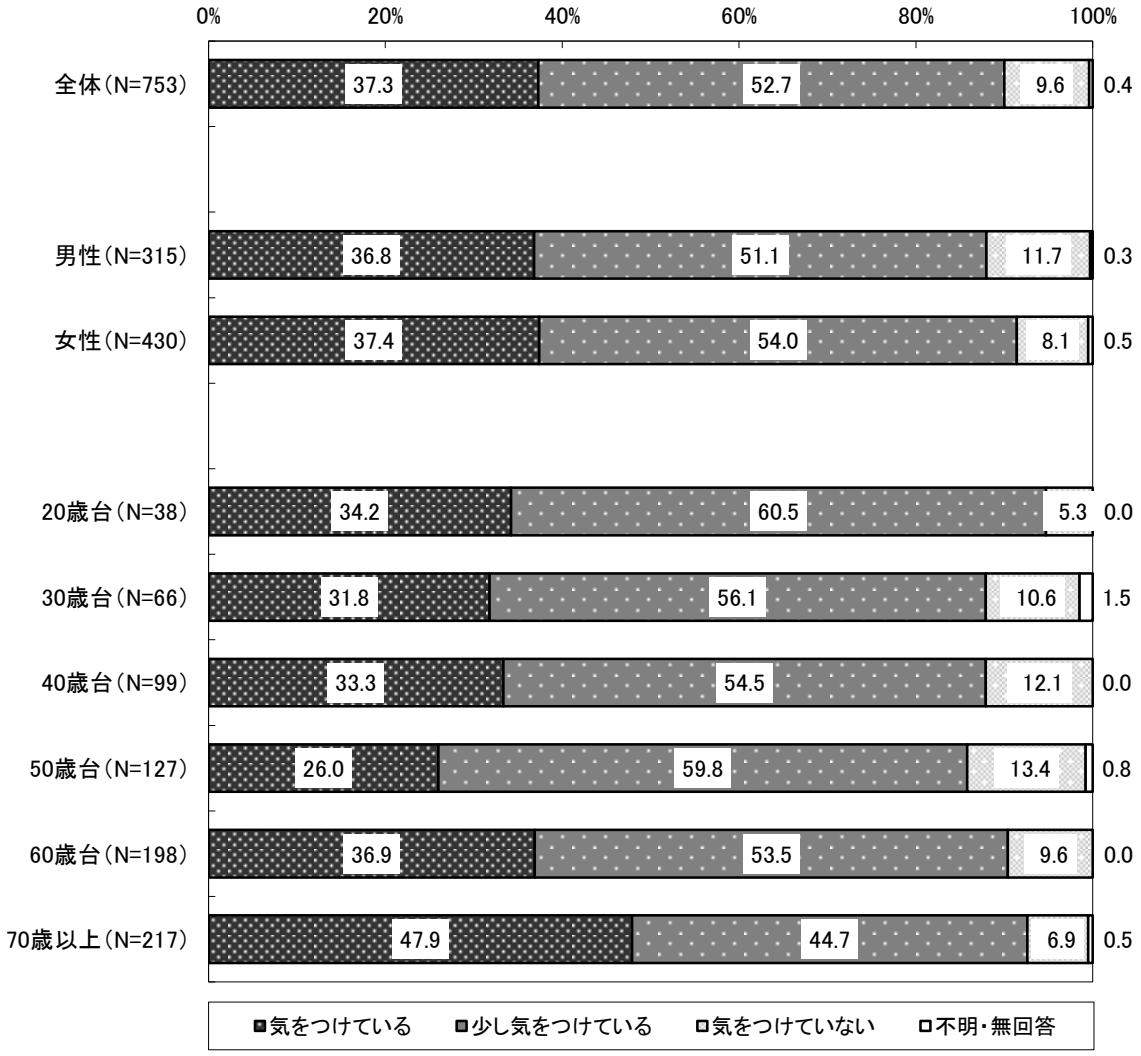
- 自分に適した体重を知っているかについては、「知っている」が 82.5%、一方「知らない」が 15.7%となっています。
- 性別でみると、男性は女性に比べ「知っている」が 1.2 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、60 歳台は「知っている」が 90%以上と、他の年代に比べ高くなっています。



次の問は、問８で「１」と回答した人がお答えください。

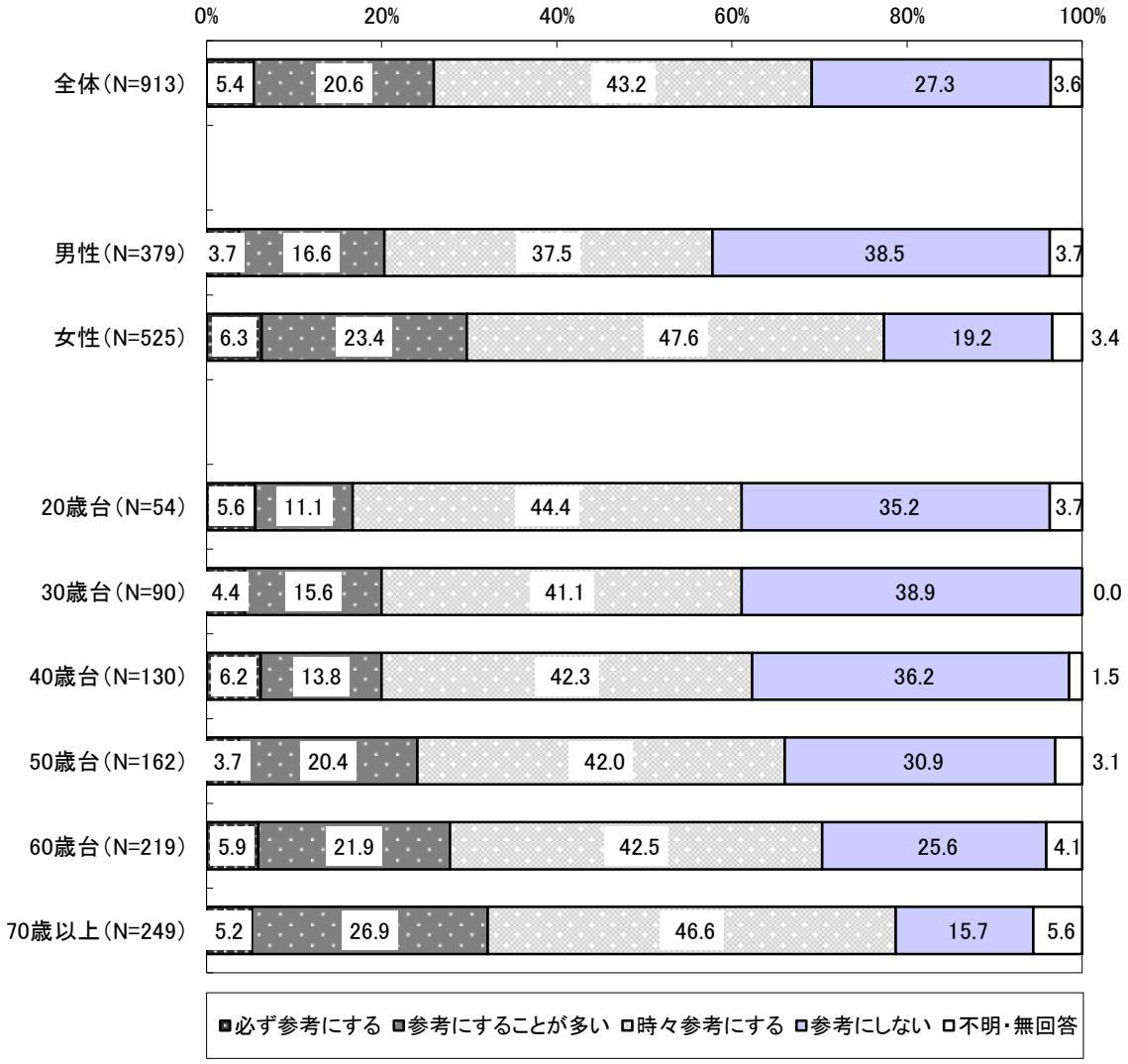
10)　自分の適正体重を認識して、体重管理に気をつけていますか。（ひとつに〇）【問８－１】

- 自分の適正体重を認識して、体重管理に気をつけているかについては、『気をつけている（「気をつけている」と「少し気をつけている」の合計）』が 90.0%、一方「気をつけていない」が 9.6%となっています。
- 性別でみると、男性は女性に比べ「気をつけていない」が 3.6 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、30 歳台から 50 歳台は「気をつけていない」が 10%を超えています。



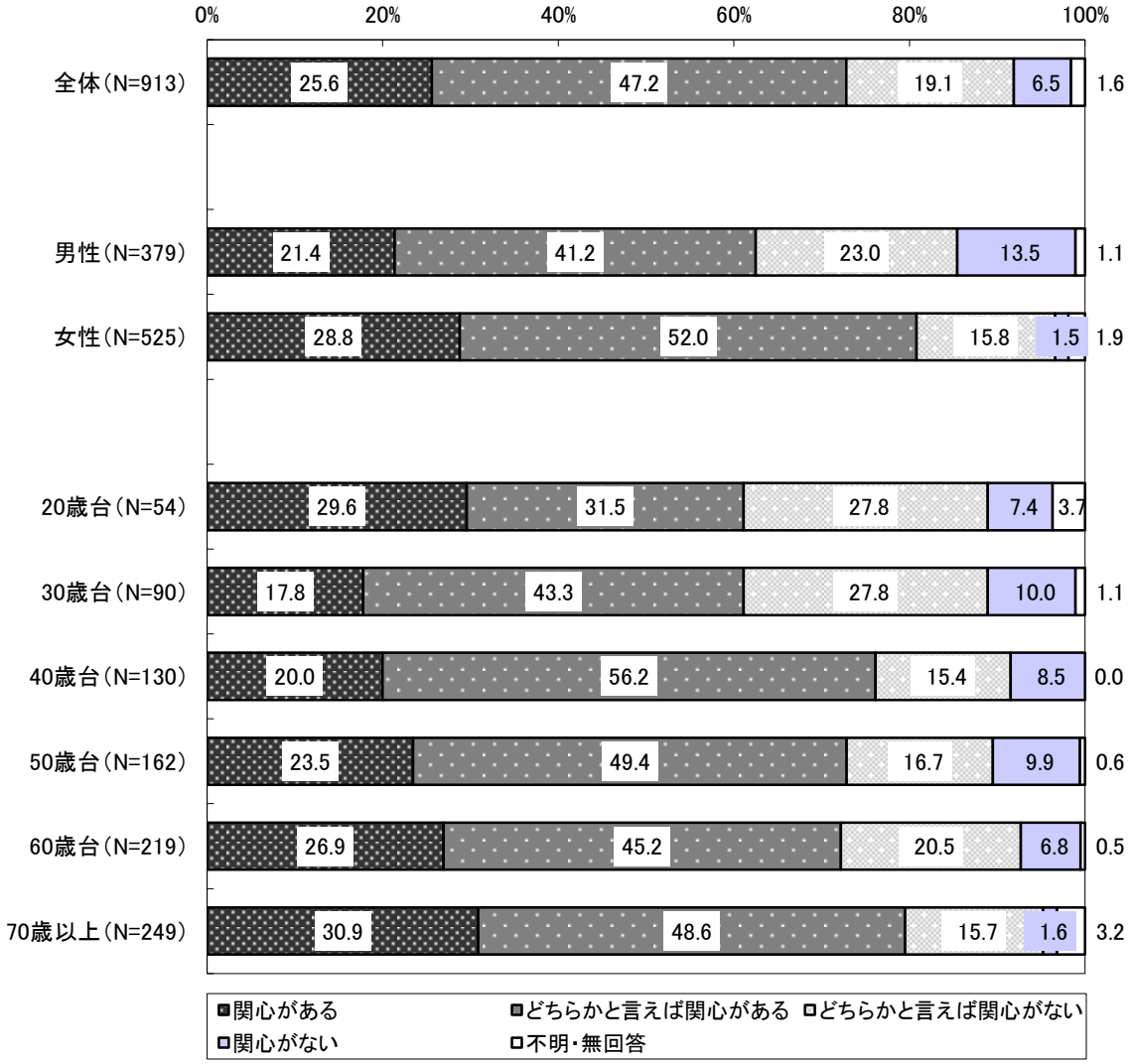
11)　食品を購入するときに、栄養成分表示を参考にしていますか。（ひとつに○）【問９】

- 食品を購入するときに、栄養成分表示を参考にしているかについては、『参考にする（「必ず参考にする」と「参考にすることが多い」と「時々参考にする」の合計）』が 69.2%、一方「参考にしない」が 27.3%となっています。
- 性別でみると、女性は男性に比べ『参考にする』が 19.5 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、増減はあるものの、年齢が上がるにつれ『参考にする』が増加しています。



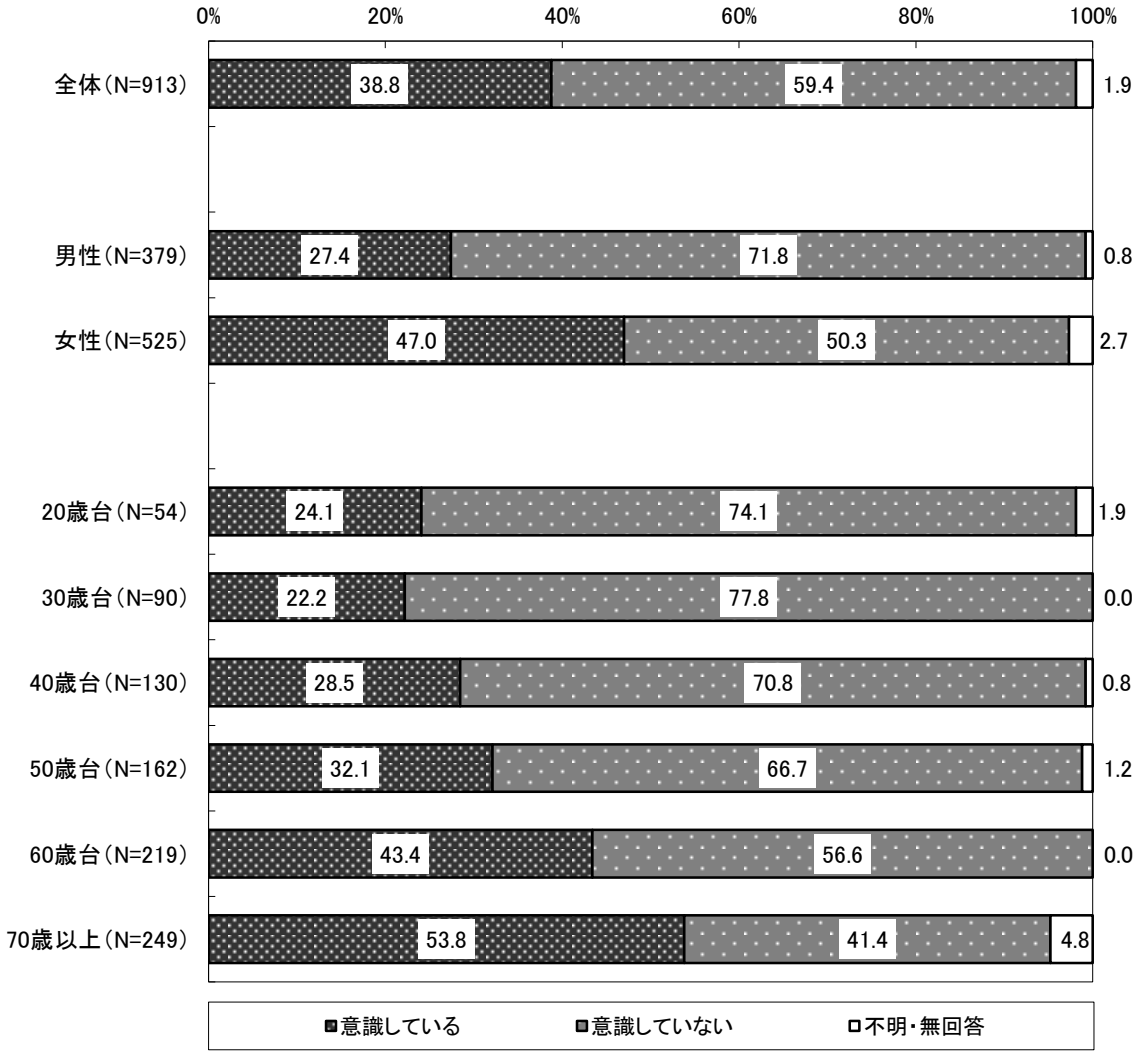
12)　食育について関心がありますか。（ひとつに○）【問 10】

- 食育について関心があるかについて、『関心がある（「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」の合計)』が 72.8%、一方『関心がない（「関心が無い」と「どちらかといえば関心が無い」の合計)』が 25.6%となっています。
- 性別でみると、女性は男性に比べ『関心がある』が 18.2 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、20 歳台から 30 歳台は『関心がない』が他の年代に比べ高くなっています。



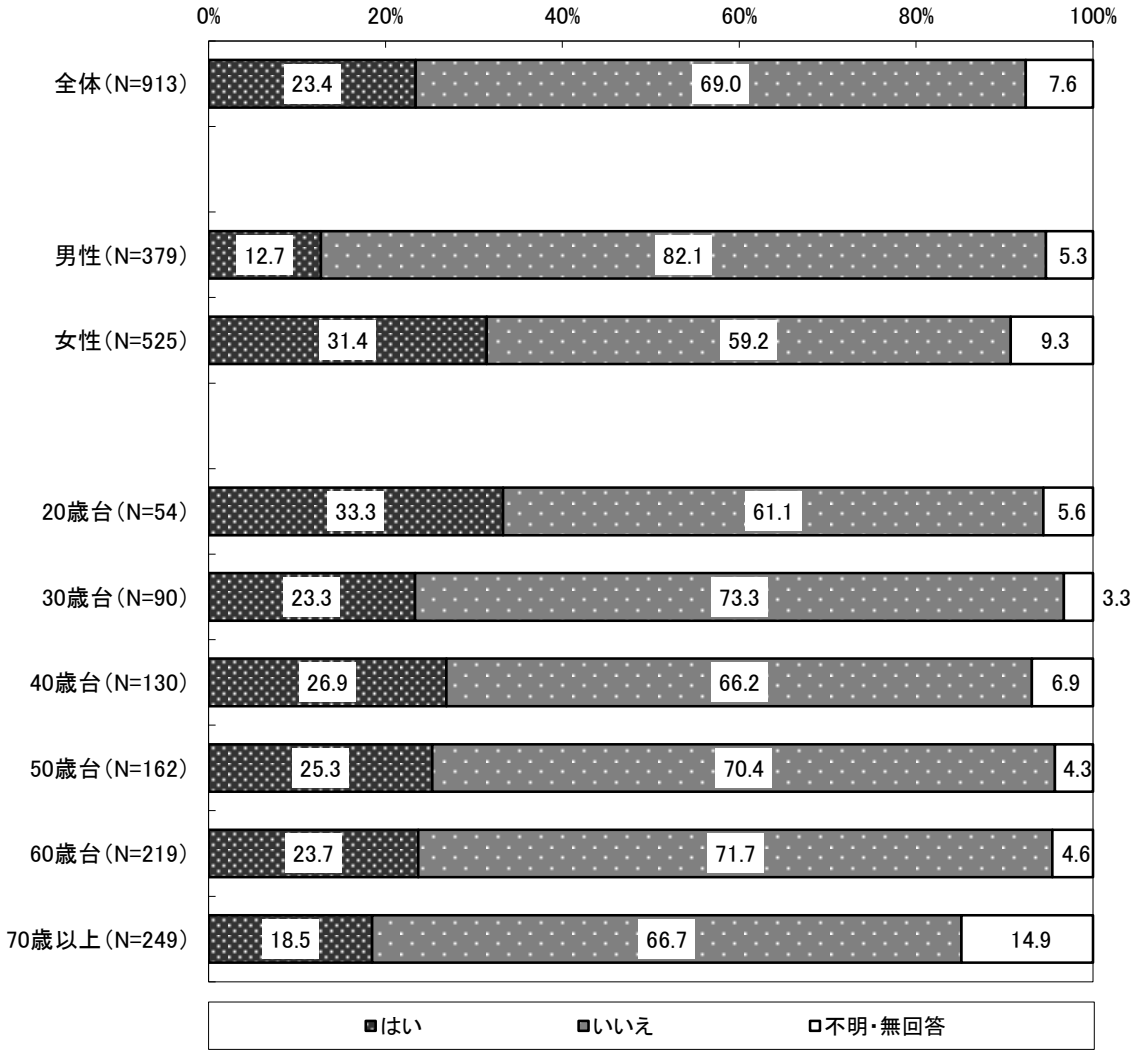
13） 西脇市を含む北播磨地域でとれた農産物・畜産物を意識して購入していますか。（ひとつに〇）【問 11】

- 西脇市を含む北播磨地域でとれた農産物・畜産物を意識して購入しているかについては、「意識していない」が 59.4%、一方「意識している」が 38.8%となっています。
- 性別でみると、男性は女性に比べて「意識していない」が 21.5 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、増減はあるものの、年齢が上がるにつれ「意識している」が増加しています。



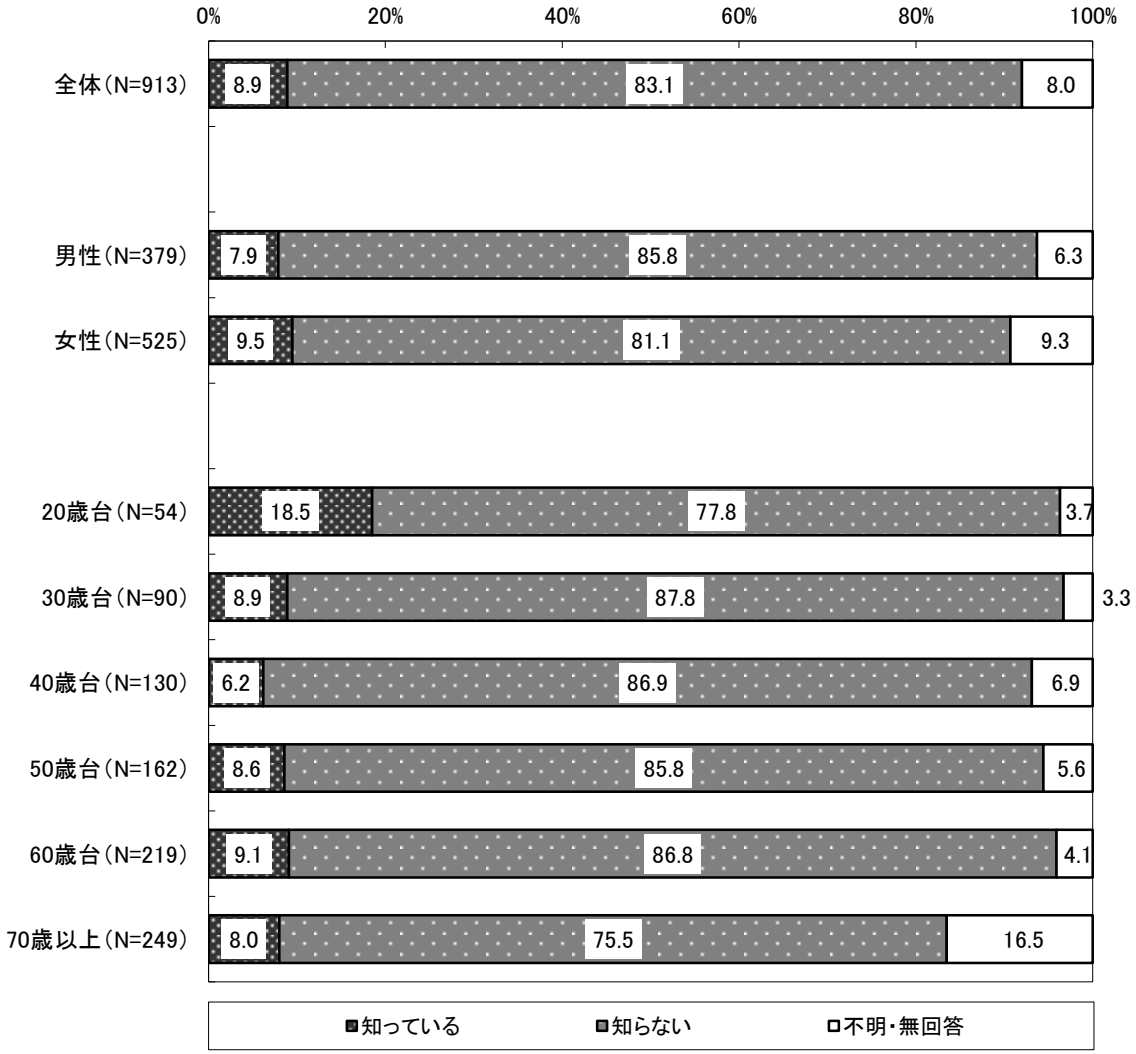
14)　行事食を知っていますか。（どちらかに○）【問 12】

- 行事食を知っているかについては、「いいえ」が 69.0%、一方「はい」が 23.4%となっています。
- 性別でみると、男性は女性に比べ「いいえ」が 22.9 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、20 歳台は「はい」が 33.3%と他の年代に比べ高くなっています。



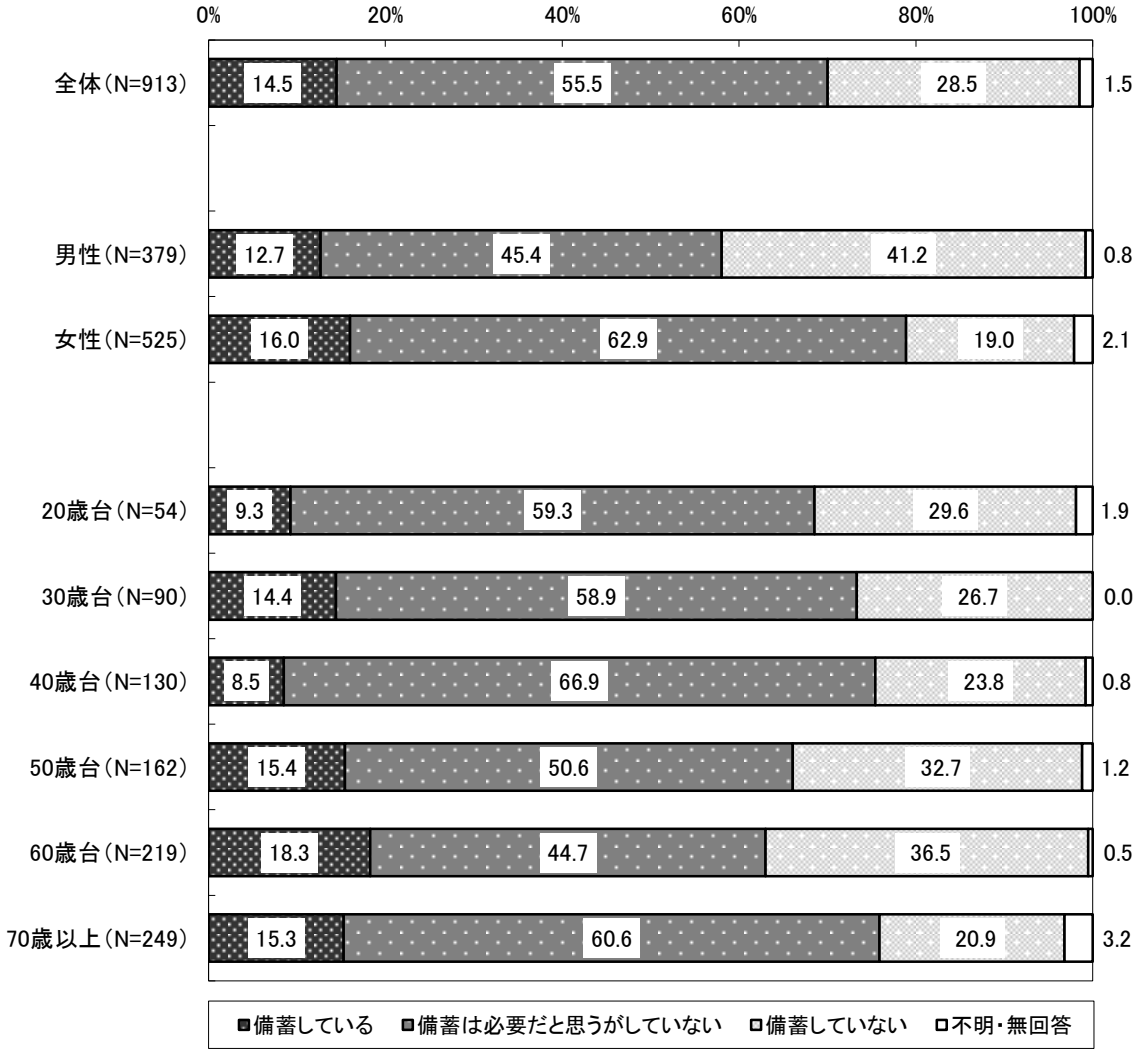
15)　西脇市の郷土料理を知っていますか。（どちらかに〇）【問 13】

- 西脇市の郷土料理を知っているかについては、「知らない」が 83.1%、一方「知っている」が 8.9%となっています。
- 性別でみると、男性は女性に比べ「知らない」が 4.7 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、20 歳台は「知っている」が 18.5%と他の年代に比べ高くなっています。



16)　災害時の非常用食料を備蓄していますか。（ひとつに〇）【問 14】

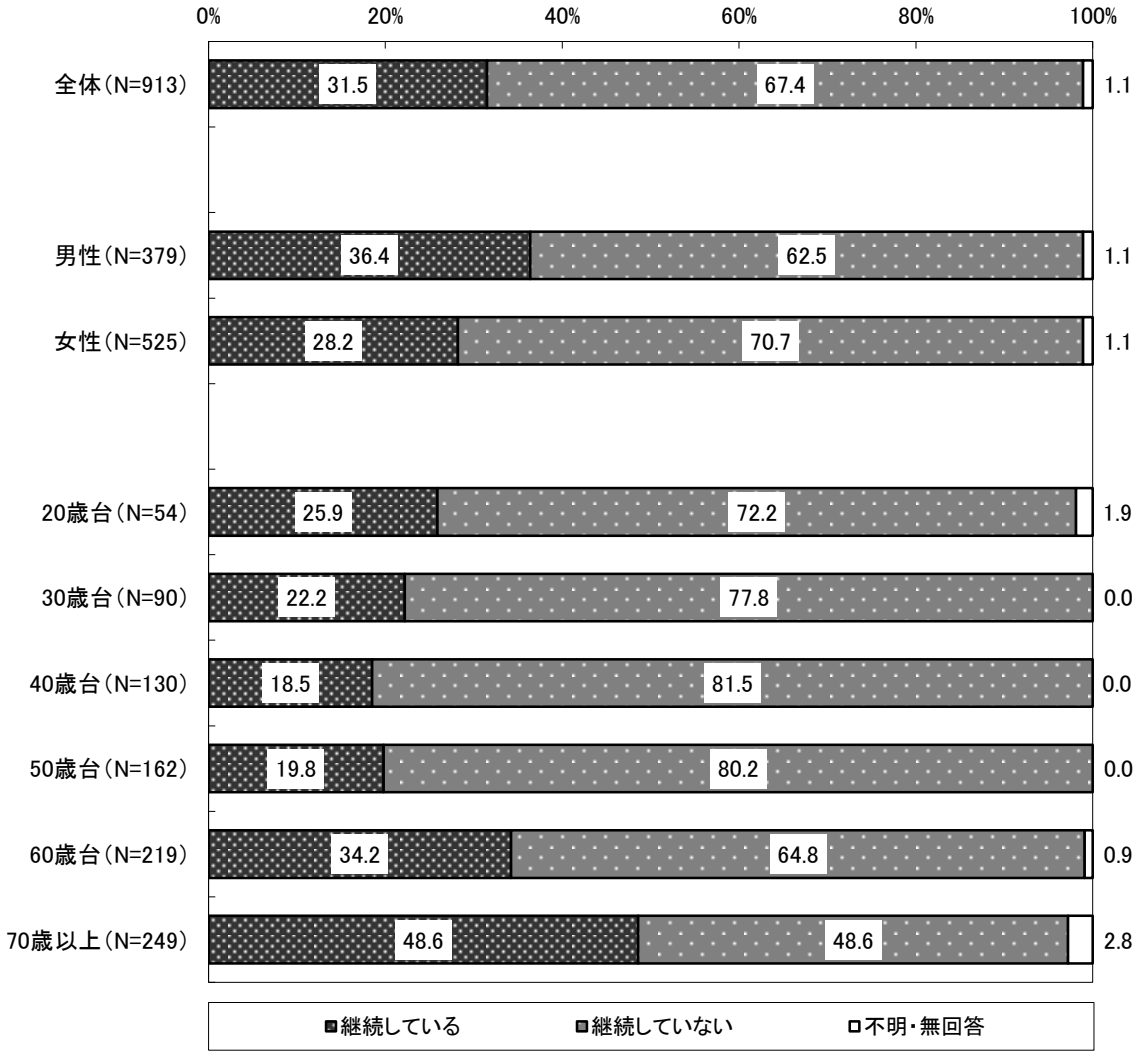
- 行事食を知っているかについては、「備蓄は必要だと思うがしていない」が 55.5%と最も高く、次いで「備蓄していない」が 28.5%、「備蓄している」が 14.5%となっています。
- 性別でみると、男性は女性に比べ「備蓄していない」が 22.2 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、50 歳台から 60 歳台は「備蓄していない」が 30%以上と他の年代に比べ高くなっています。



２．身体活動・心の健康づくりについて

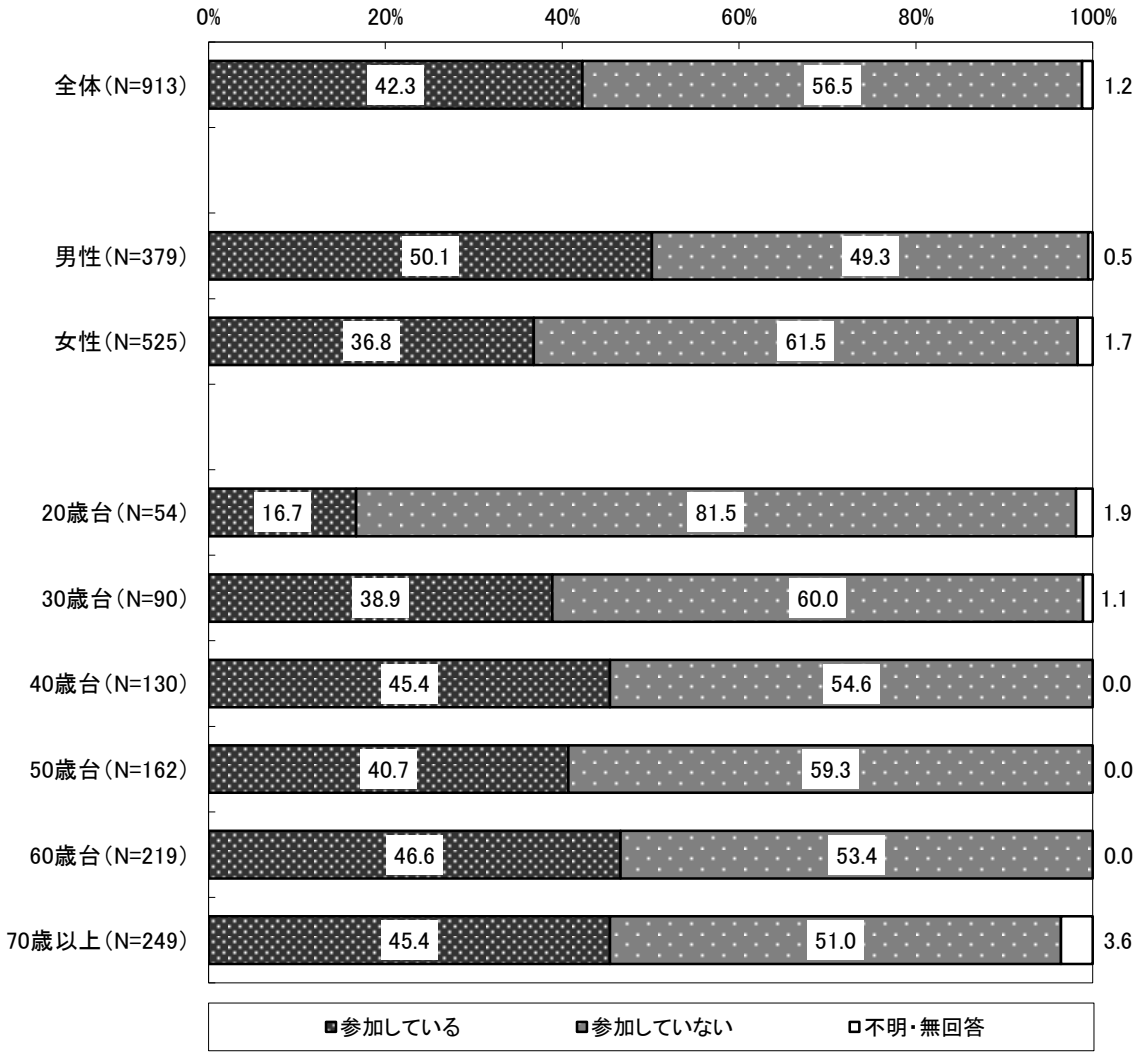
17)　１日に 30 分以上の運動を週２回以上、１年以上継続していますか。（どちらかに○）【問 15】

- １日に 30 分以上の運動を週２回以上、１年以上継続しているかについては、「継続していない」が 67.4%、一方「継続している」が 31.5%となっています。
- 性別でみると、男性は女性に比べ「継続している」が 8.2 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、40 歳台以降、年齢が上がるにつれ「継続している」が増加しています。



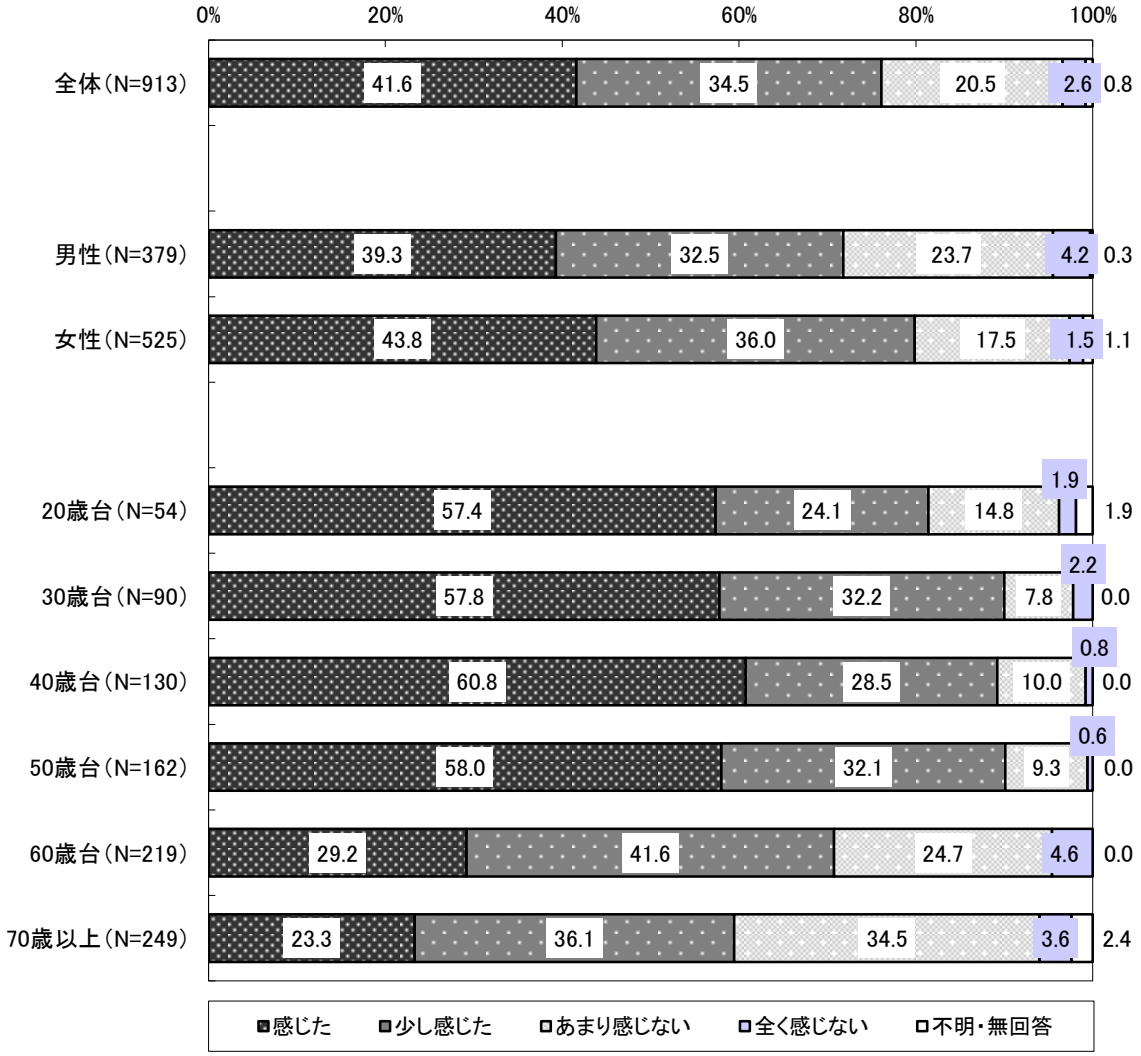
18)　地域活動に参加していますか　（どちらかに〇）【問 16】

- 地域活動に参加しているかについては、「参加していない」が 56.5%、一方「参加している」が 42.3%となっています。
- 性別でみると、男性は女性に比べ「参加している」が 13.3 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、20 歳台は「参加していない」81.5%と他の年代に比べ高くなっています。



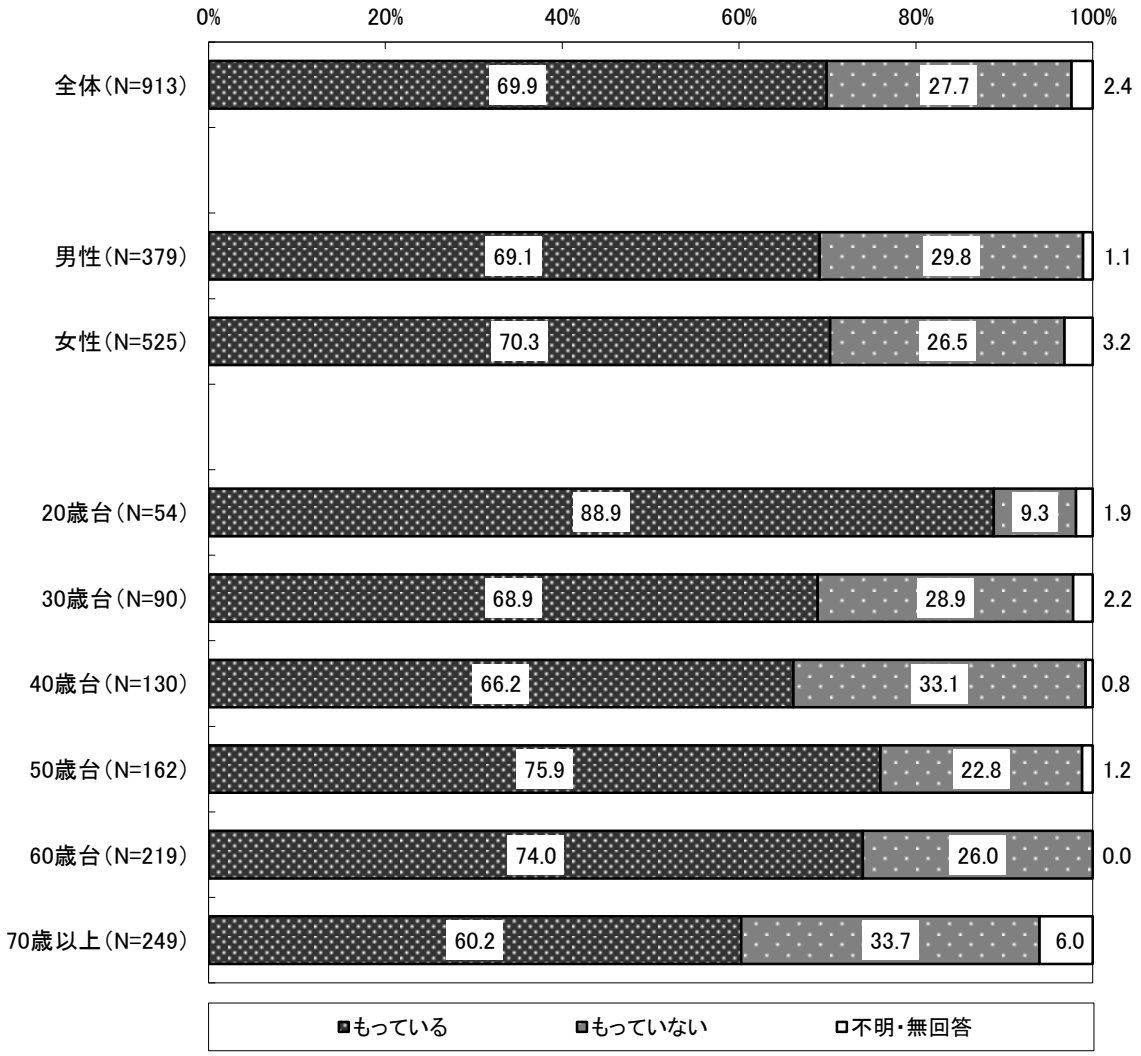
19)　最近１か月間にストレスを感じたことがありますか。（ひとつに○）【問 17】

- 最近１か月間にストレスを感じたことがあるかについては、『感じた（「感じた」と「少し感じた」の合計）』が 76.1%、一方『感じない（「全く感じない」と「あまり感じない」）』が 23.1%となっています。
- 性別でみると、女性は男性に比べ『感じた』が 8.0 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、60 歳台から 70 歳以上は『感じない』が他の年代に比べ高くなっています。



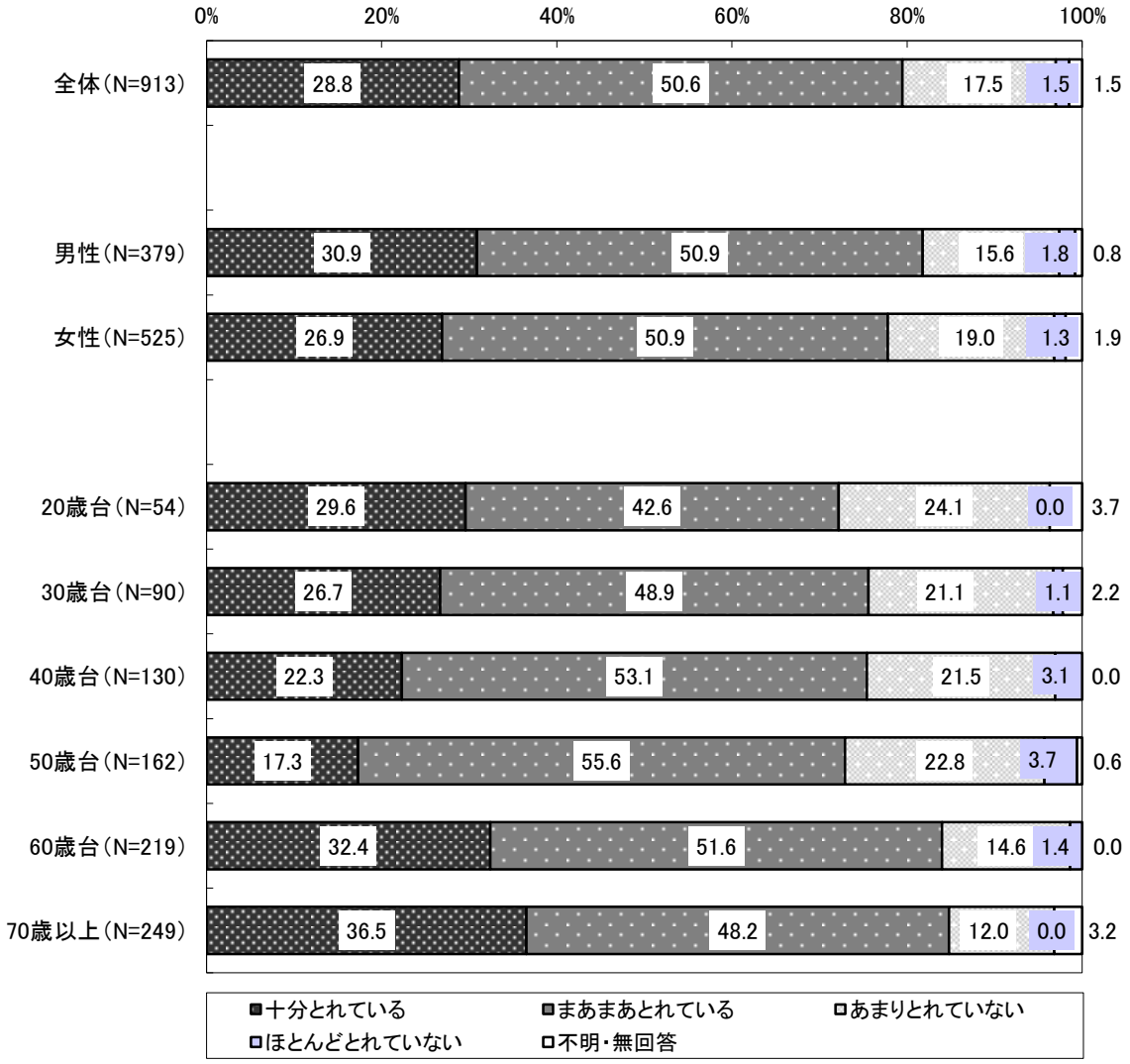
20)　自分なりのストレス解消方法を持っていますか。（どちらかに〇）【問 18】

- 自分なりのストレス解消方法を持っているかについては、「もっている」が 69.9%、一方「もっていない」が 27.7%となっています。
- 性別でみると、大差はありません。
- 年代別でみると、20 歳台は「もっている」が 88.9%と他の年代に比べて高くなっています。



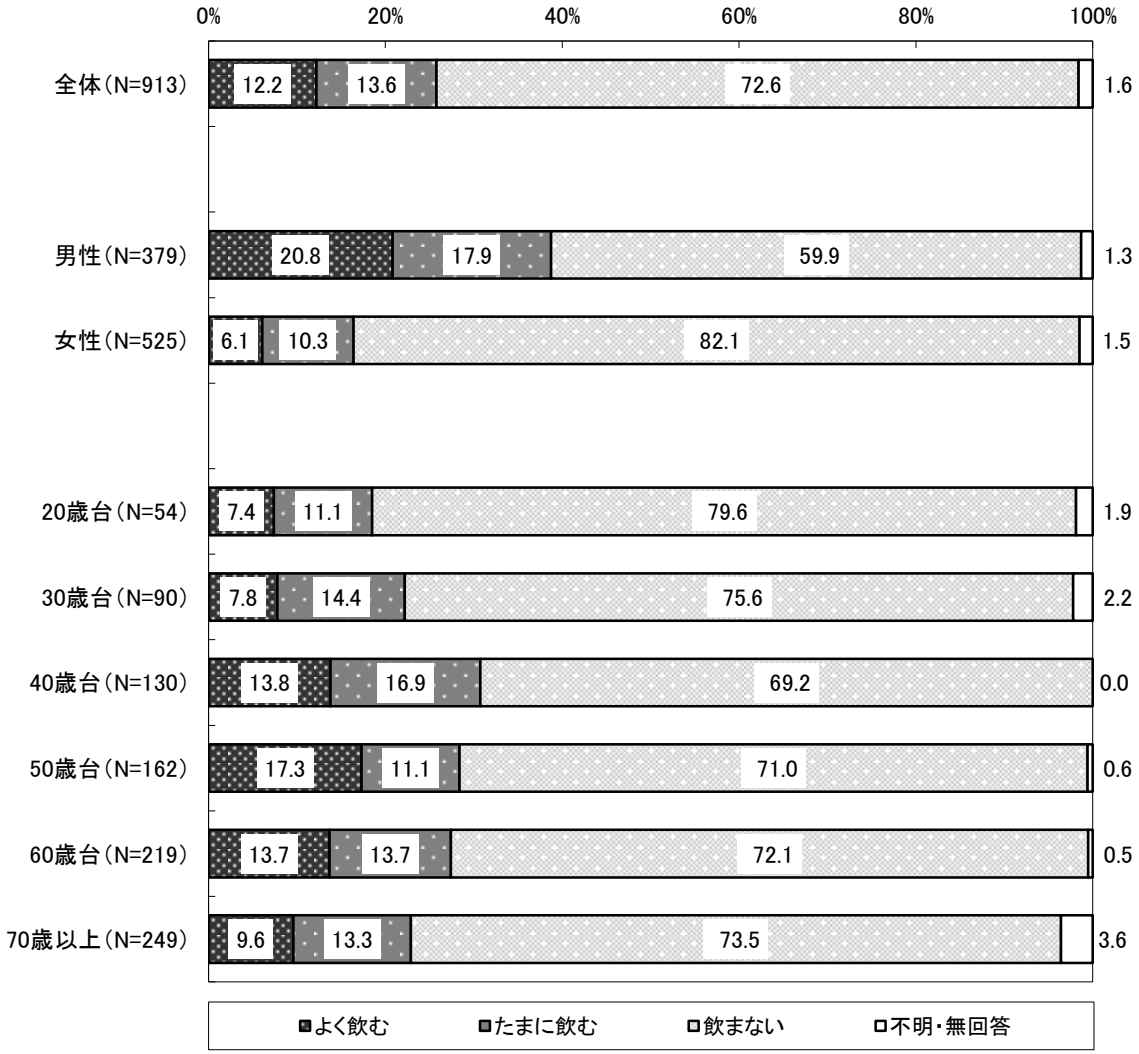
21）　睡眠は十分にとれていますか。（ひとつに○）【問 19】

- 睡眠が十分にとれているかについては、『とれている（「十分とれている」と「まあまあとれている」の合計）』が 79.4%、一方『とれていない（「あまりとれていない」と「ほとんどとれていない」の合計）』が 19.0%となっています。
- 性別でみると、男性は女性に比べ「十分にとれている」が 4.0 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、60 歳台から 70 歳以上は『とれている』が 80%以上と他の年代に比べ高くなっています。



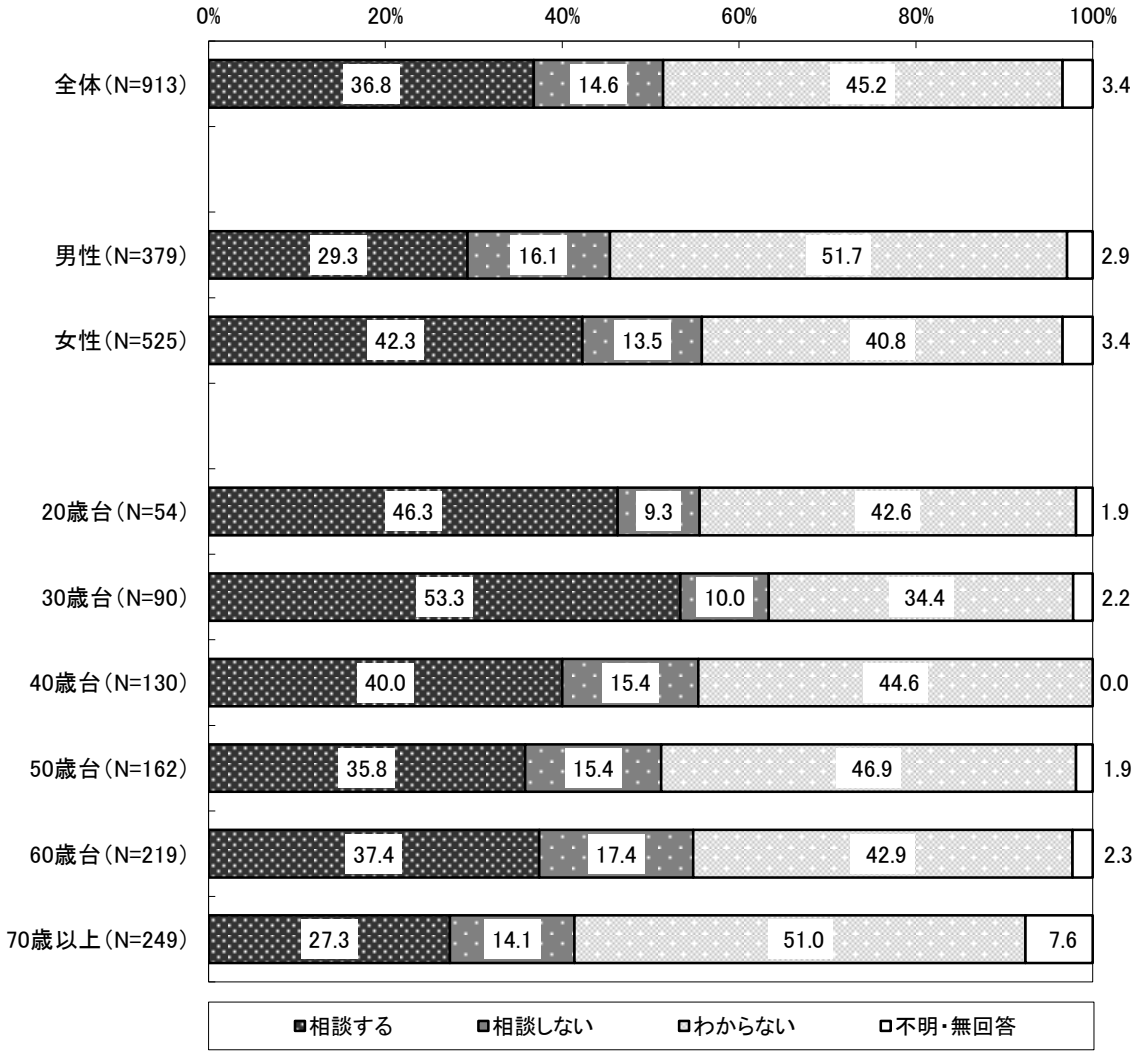
22)　眠るためにアルコールを飲みますか。（ひとつに〇）【問 20】

- 眠るためにアルコールを飲むかについては、「飲まない」が 72.6%、一方『飲む（「よく飲む」と「たまに飲む」の合計)』が 25.8%となっています。
- 性別でみると、男性は女性に比べ『飲む』が 22.3 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、40 歳台は『飲む』が 30%以上と他の年代に比べ高くなっています。



23)　「自殺したい」と思うほど悩みを抱えたときに、誰かに相談しますか。（ひとつに〇）【問 21】

- 「自殺したい」と思うほど悩みを抱えたときに、誰かに相談するかについては、「わからない」が 45.2%と最も高く、次いで「相談する」が 36.8%、「相談しない」が 14.6%となっています。
- 性別でみると、女性は男性に比べ「相談する」が 13.0 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、20 歳台から 40 歳台は「相談する」が 40%以上と他の年代に比べ高くなっています。



24)　身近な人に「死にたい」と相談されたらどうしますか。（あてはまるものすべてに○）【問 22】

- 身近な人に「死にたい」と相談されたらどうするかについては、「ひたすら耳を傾けて聞く」が 55.3%と最も高くなっています。
- 性別でみると、男性・女性ともに「ひたすら耳を傾けて聴く」が最も高くなっています。
- 年代別でみると、全ての年代において「ひたすら耳を傾けて聴く」が最も高くなっています。

単位：%

		ひたすら耳を傾けて聞く	「死んではいけない」と説得する	「死にたいくらいつらいんだね」と共感する	「医師や専門家に相談したほうが良い」と提案する	「頑張って生きよう」と励ます	「つまらないことを考えるな」と叱る	話をそらす	わからない	その他	不明・無回答
	全体(N=913)	55.3	29.7	28.7	27.7	26.7	11.4	1.5	11.1	2.1	3.1
性別	男性(N=379)	45.9	30.9	20.8	26.6	28.5	15.8	1.6	14.2	2.1	2.4
	女性(N=525)	62.5	29.0	34.7	28.6	25.9	8.0	1.5	9.0	2.1	3.2
年代	20歳台(N=54)	70.4	24.1	37.0	20.4	20.4	3.7	1.9	9.3	3.7	1.9
	30歳台(N=90)	65.6	27.8	33.3	32.2	17.8	6.7	1.1	12.2	1.1	2.2
	40歳台(N=130)	53.1	28.5	33.8	25.4	20.8	3.8	0.8	14.6	2.3	1.5
	50歳台(N=162)	60.5	28.4	35.2	19.8	19.1	8.0	1.9	9.9	2.5	0.6
	60歳台(N=219)	56.6	31.1	27.9	32.9	28.8	16.4	0.9	9.6	2.7	2.3
	70歳以上(N=242)	45.4	32.1	19.7	29.3	38.6	16.1	2.4	11.6	1.2	6.4

25)　自殺に関しての相談窓口をご存知ですか。(知っているものすべてに○)【問 23】

- 自殺に関しての相談窓口を知っているかについては、「不明・無回答」が最も高くなっています。
- 知っている割合が高いものとしては「いのちの電話（神戸・はりま)」が 16.3%と最も高く、次いで「健康福祉事務所（保健所)」が 15.2%となっています。
- 性別でみると、男性・女性ともに「不明・無回答」を除き、「いのちの電話（神戸・はりま)」が最も高くなっています。
- 年代別でみると、20 歳台と 30 歳台、50 歳台は「不明・無回答」を除き、「兵庫県いのちとこころのサポートダイヤル」が最も高くなっています。また 40 歳台は「不明・無回答」を除き、「兵庫県こころの健康電話相談」が最も高くなっています。

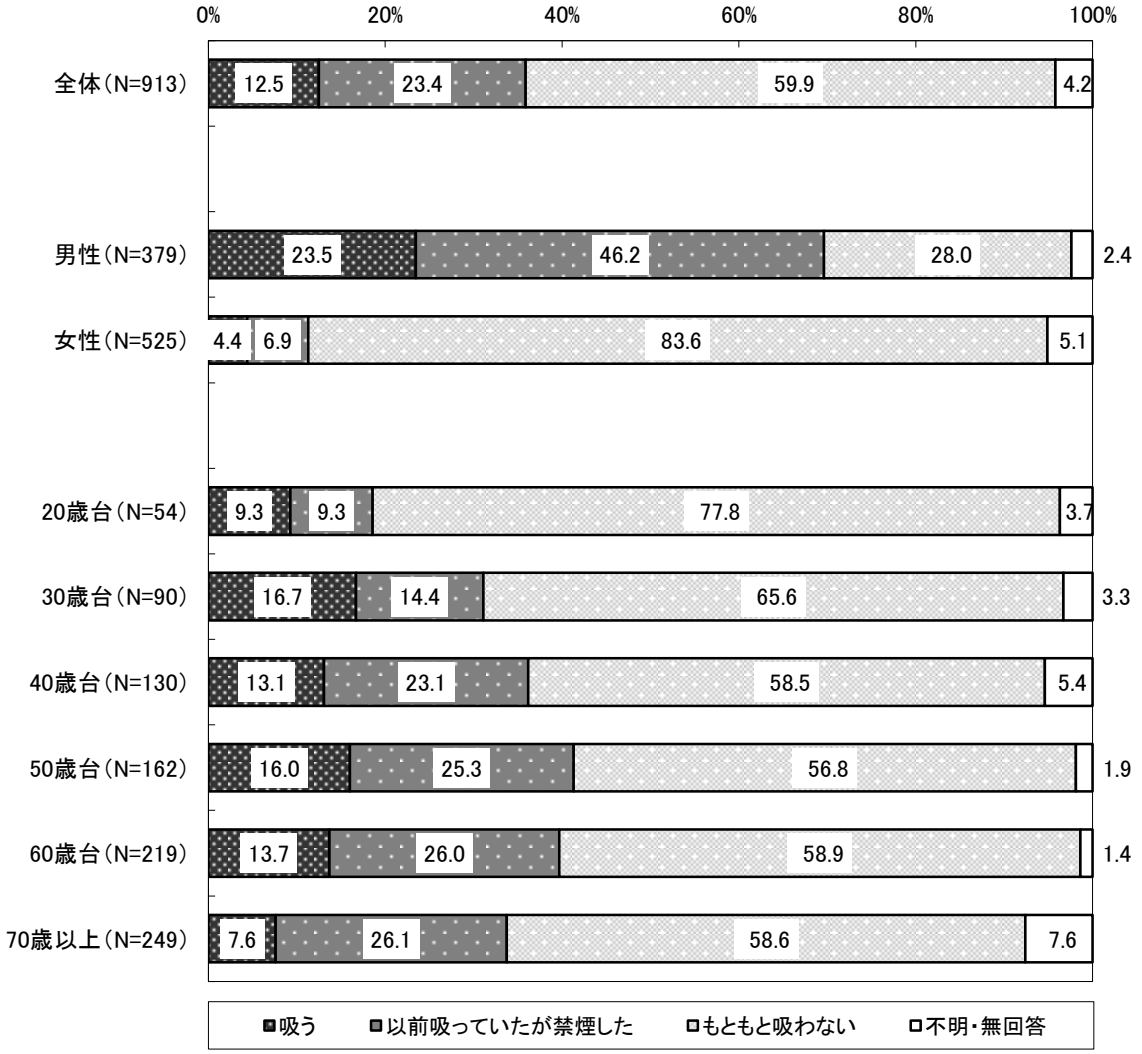
単位:%

		兵庫県いのちとこころのサポートダイヤル	兵庫県こころの健康電話相談	いのちの電話（神戸・はりま）	健康福祉事務所（保健所）	兵庫県精神保健福祉センター	夜間電話法律相談（兵庫県弁護士会）	よりそいホットライン	不明・無回答
	全体(N=913)	13.6	9.9	16.3	15.2	3.0	1.8	3.6	60.4
性別	男性(N=379)	11.1	8.4	13.5	13.2	2.9	1.3	2.4	65.4
	女性(N=525)	15.6	10.9	18.3	16.6	3.0	1.9	4.6	57.0
年代別	20歳台(N=54)	16.7	11.1	14.8	11.1	9.3	1.9	7.4	55.6
	30歳台(N=90)	16.7	5.6	10.0	6.7	1.1	1.1	2.2	68.9
	40歳台(N=130)	13.1	14.6	9.2	9.2	1.5	0.0	2.3	66.2
	50歳台(N=162)	21.0	14.2	21.0	11.7	2.5	3.1	4.3	58.0
	60歳台(N=219)	11.9	8.7	21.9	18.3	2.3	2.3	5.9	54.3
	70歳以上(N=242)	9.2	6.8	14.1	21.7	4.0	1.2	1.6	63.1

3．たばこ・アルコールについて

26）　たばこを吸いますか。（ひとつに○）【問 24】

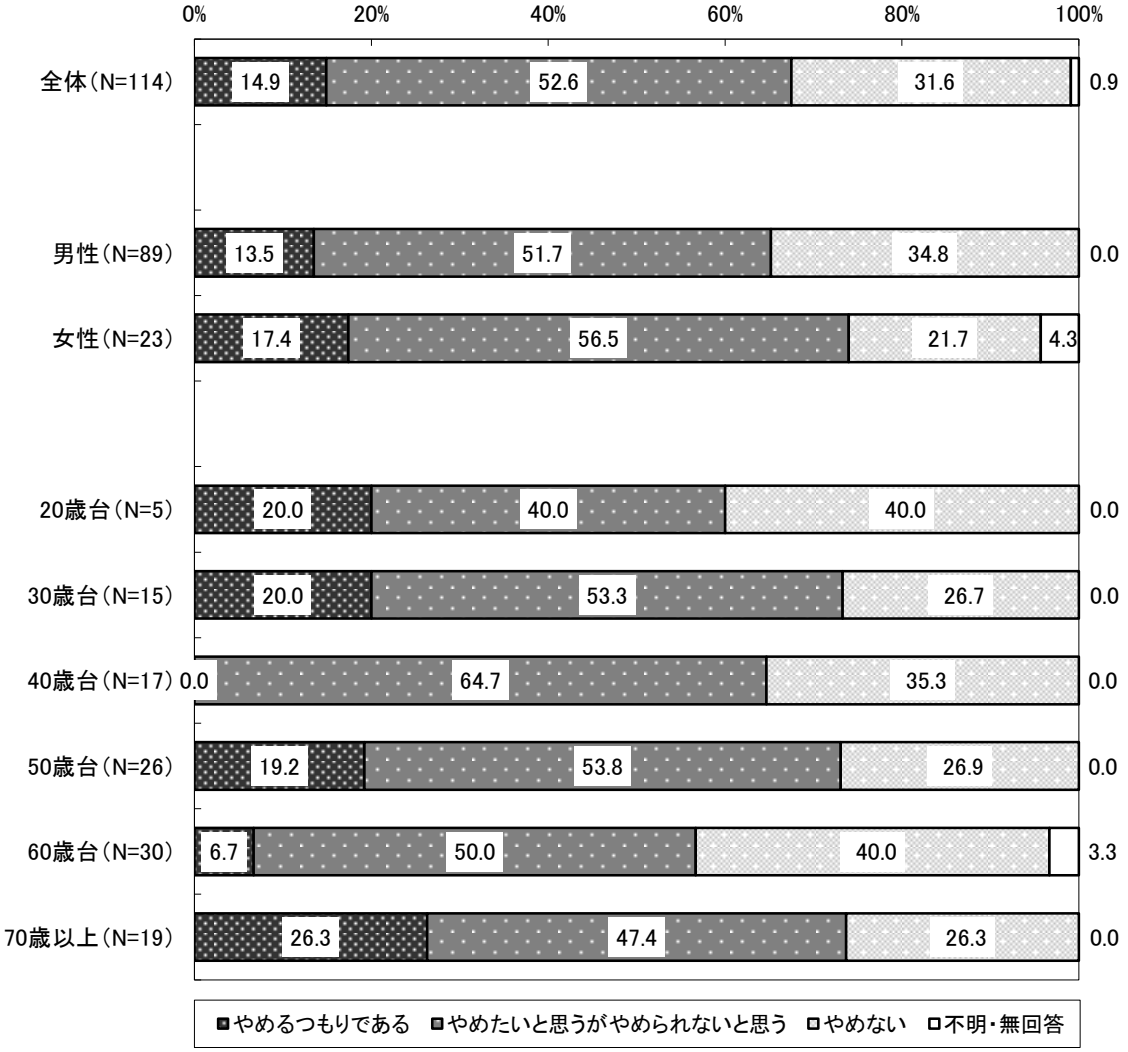
- たばこを吸うかについては、「吸わない」が 59.9%と最も高く、次いで「以前吸っていたが禁煙した」が 23.4%、「吸う」が 12.5%となっています。
- 性別でみると、男性は女性に比べ「吸う」が 19.1 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、20 歳台と 70 歳以上は「吸う」が 10%以下と他の年代に比べ低くなっています。



次の問は、問 24 で「１」と回答した人がお答えください。

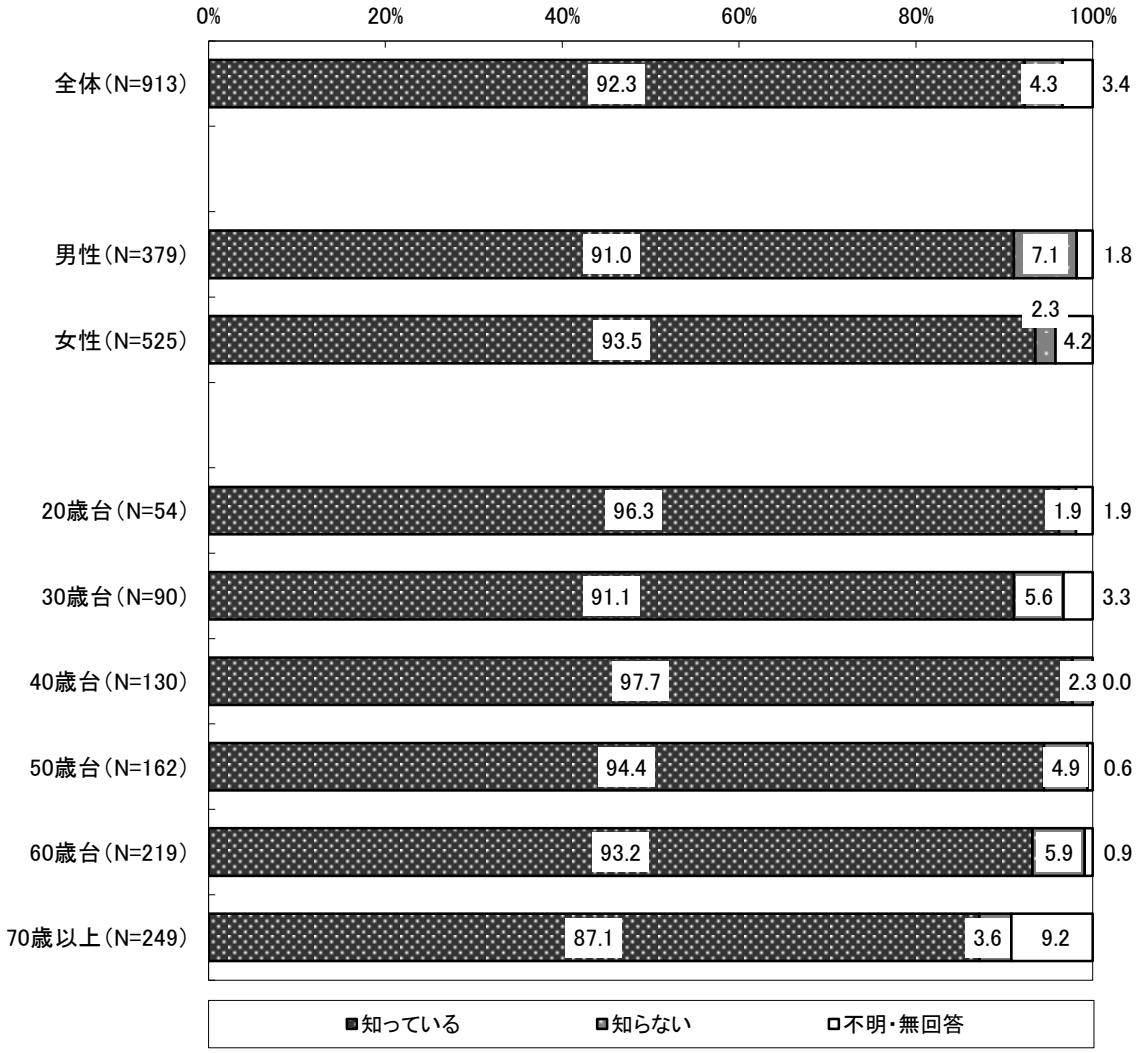
27)　今後たばこをやめますか。（ひとつに○）【問 24－１】

- 今後たばこをやめるかについては、「やめたいと思うがやめられないと思う」が 52.6%と最も高く、次いで「やめない」が 31.6%、「やめるつもりである」が 14.9%となっています。
- 性別でみると、男性は女性に比べ「やめない」が 13.1 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、20 歳台と 60 歳台は「やめない」が 40.0%と他の年代に比べ高くなっています。



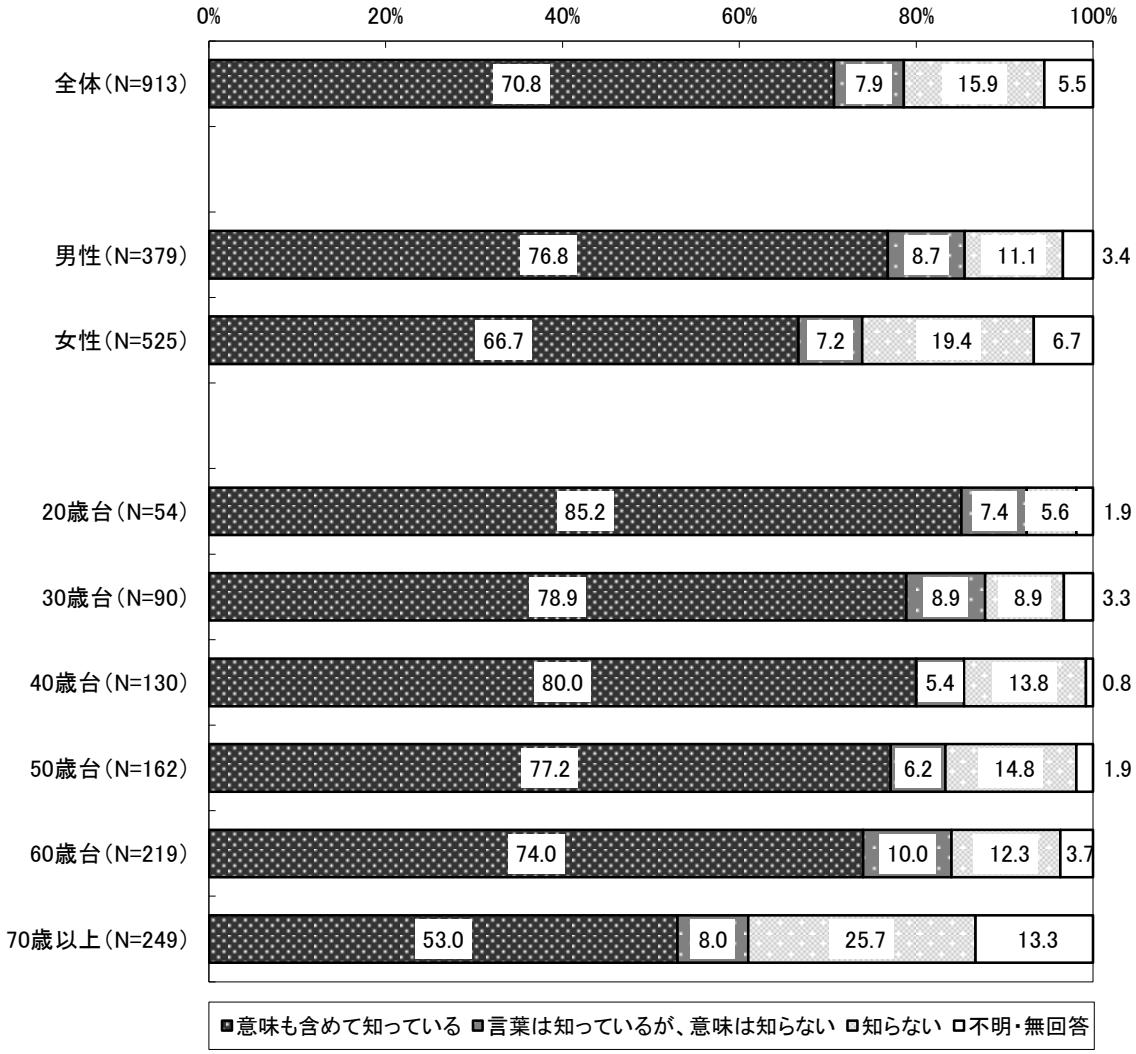
28)　喫煙は、体にどんな影響があるか知っていますか。（どちらかに○）【問 25】

- 喫煙は、体にどんな影響があるか知っているかについては、「知っている」が 92.3%、一方「知らない」が 4.3%となっています。
- 性別でみると、大差はありません。
- 年代別でみると、70 歳以上は「知っている」が 87.1%と唯一 90%を超えていません。



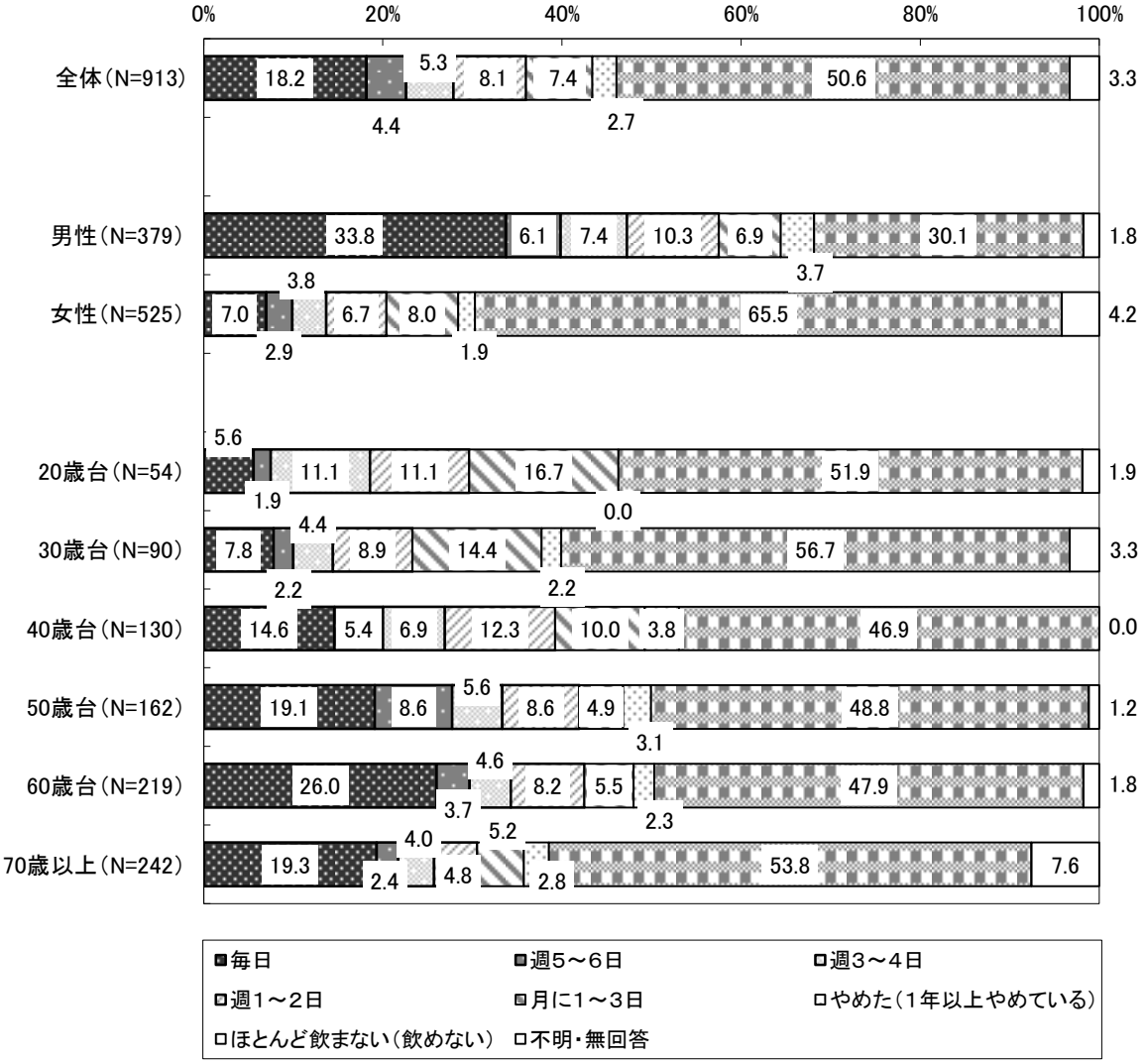
29)　受動喫煙という言葉を知っていますか。（ひとつに〇）【問 26】

- 受動喫煙という言葉を知っているかについては、「意味も含めて知っている」が 70.8%、次いで「知らない」が 15.9%、「言葉は知っているが、意味は知らない」が 7.9%となっています。
- 性別でみると、男性は女性に比べ「意味も含めて知っている」が 10.1 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、増減はあるものの、年齢が上がるにつれ「意味も含めて知っている」が減少しています。



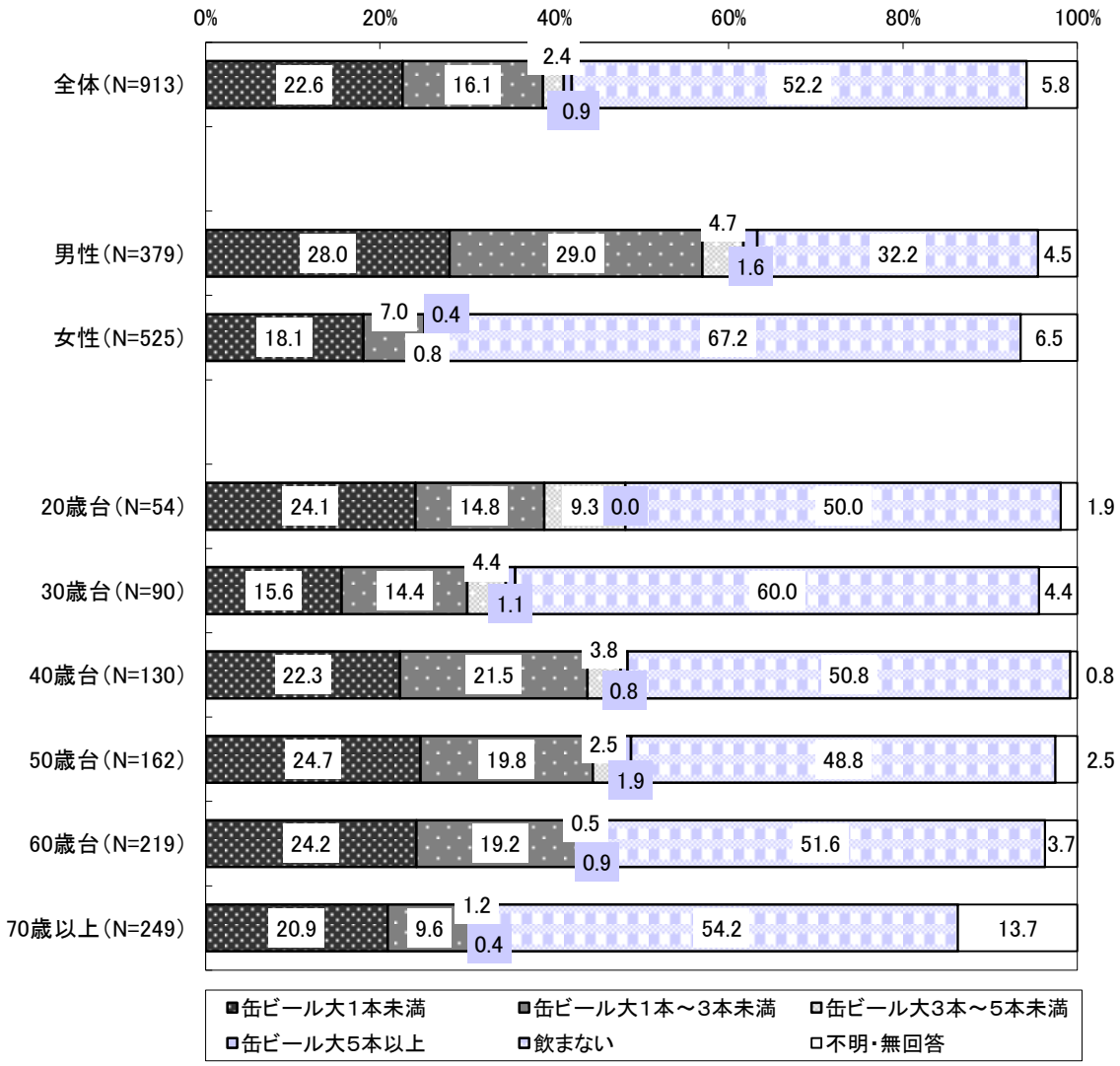
30)　週に何日くらいお酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲みますか。（ひとつに〇）【問 27】

- 週に何日くらいお酒を飲むかについては、「ほとんど飲まない（飲めない）」が 50.6%と最も高く、次いで「毎日」が 18.2%となっています。
- 性別でみると、男性は「毎日」が最も高く、女性は「ほとんど飲まない（飲めない）」が最も高くなっています。
- 年代別でみると、全ての年代で「ほとんど飲めない（飲まない）」が最も高くなっています。



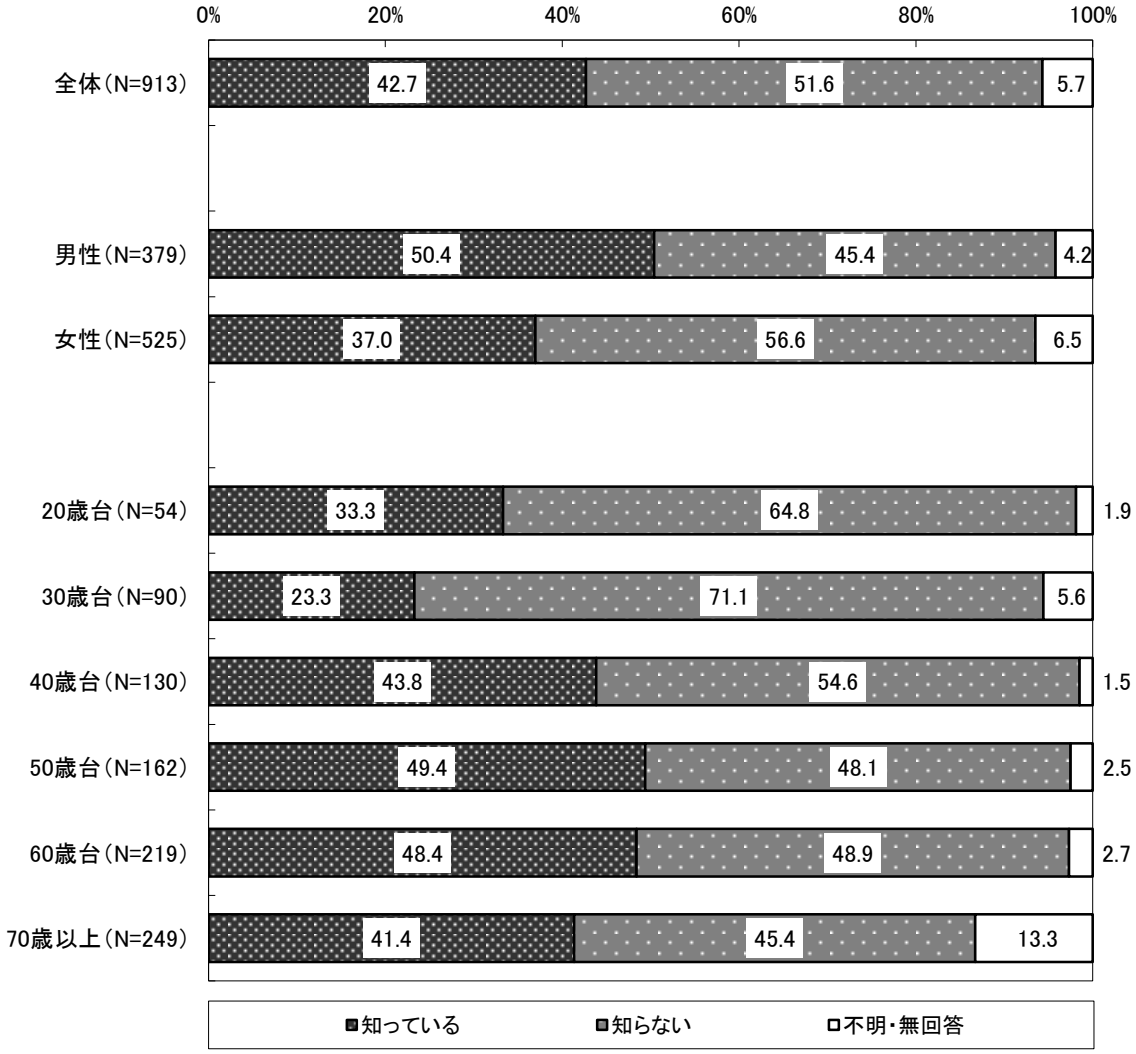
31)　１日に飲むアルコール量は平均どのくらいですか。（ひとつに○）【問 28】

- １日に飲むアルコール量の平均については、「飲まない」が 52.2%と最も高く、次いで「缶ビール大１本未満」が 22.6%となっています。
- 性別でみると、女性は男性に比べ「飲まない」は 35.0 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、30 歳台は「飲まない」が 60.0%と他の年代に比べ高くなっています。



32)　１日のアルコールの適量（缶ビールなら大１本まで）を知っていますか。（どちらかに〇）【問 29】

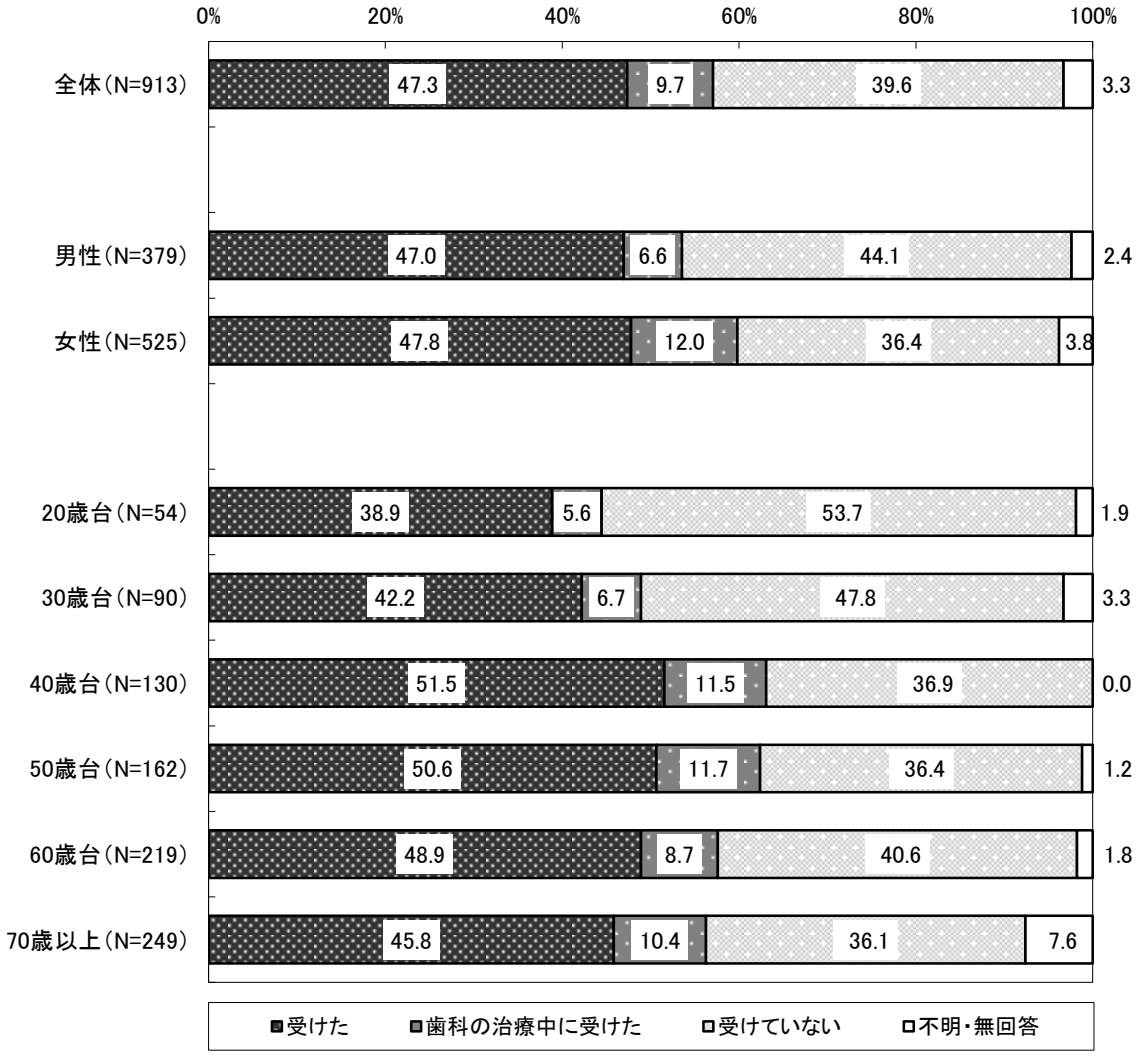
- １日のアルコールの適量（缶ビールなら大１本まで）を知っているかについては、「知らない」が 51.6%、一方「知っている」が 42.7%となっています。
- 性別でみると、女性は男性に比べ「知らない」が 11.2 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、20 歳台から 30 歳台は「知らない」が 60%以上と他の年代に比べ高くなっています。



４．歯の健康について

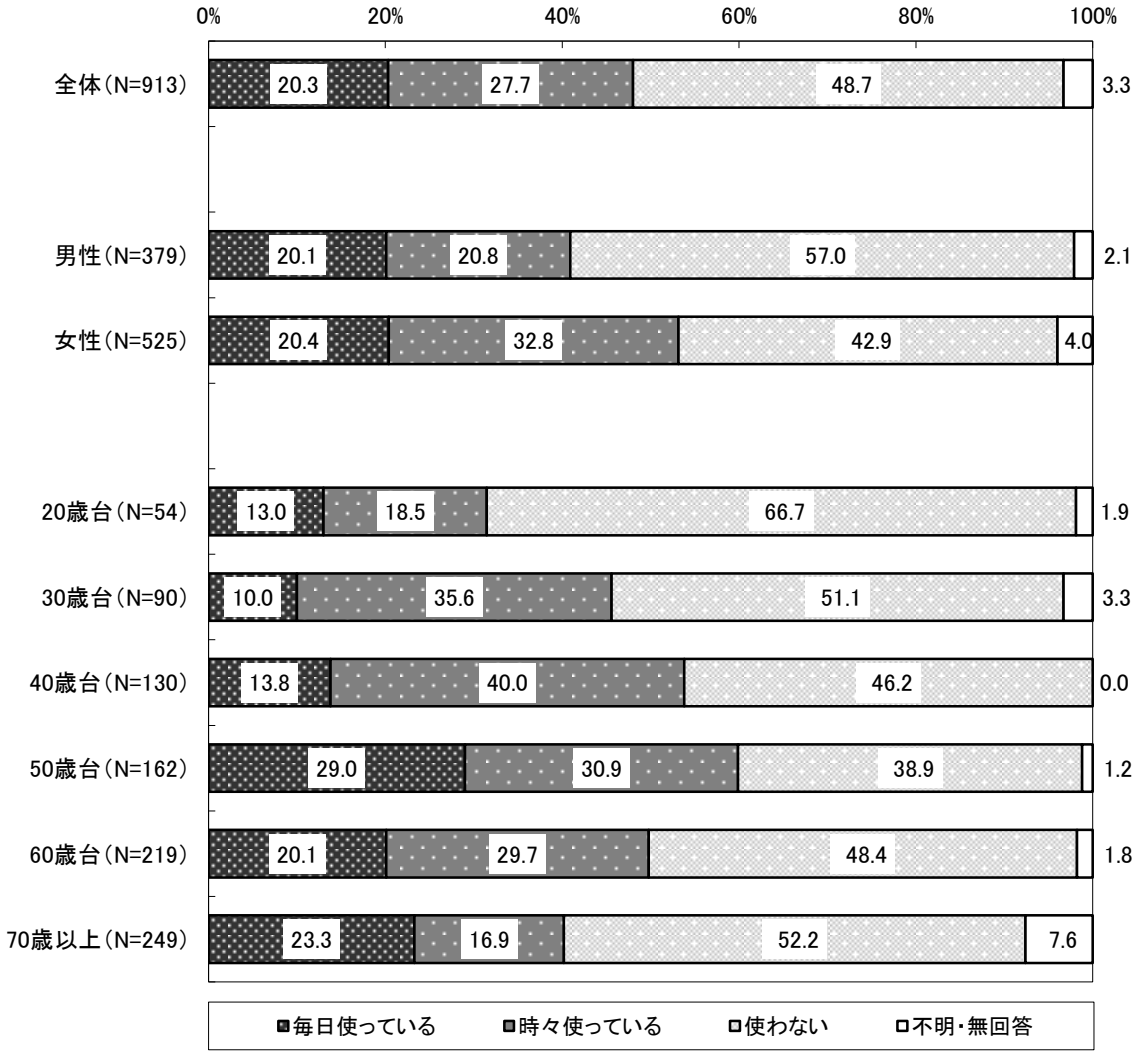
33）　過去１年間に歯科健診を受けましたか。（ひとつに○）【問 30】

- 過去１年間に歯科健診を受けたかについては、『受けた（「受けた」と「歯科の治療中に受けた」の合計)』が 57.0%、一方「受けていない」が 39.6%となっています。
- 性別でみると、男性は女性に比べ「受けていない」が 7.7 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、20 歳台は「受けていない」が 50%以上と、他の年代に比べ高くなっています。



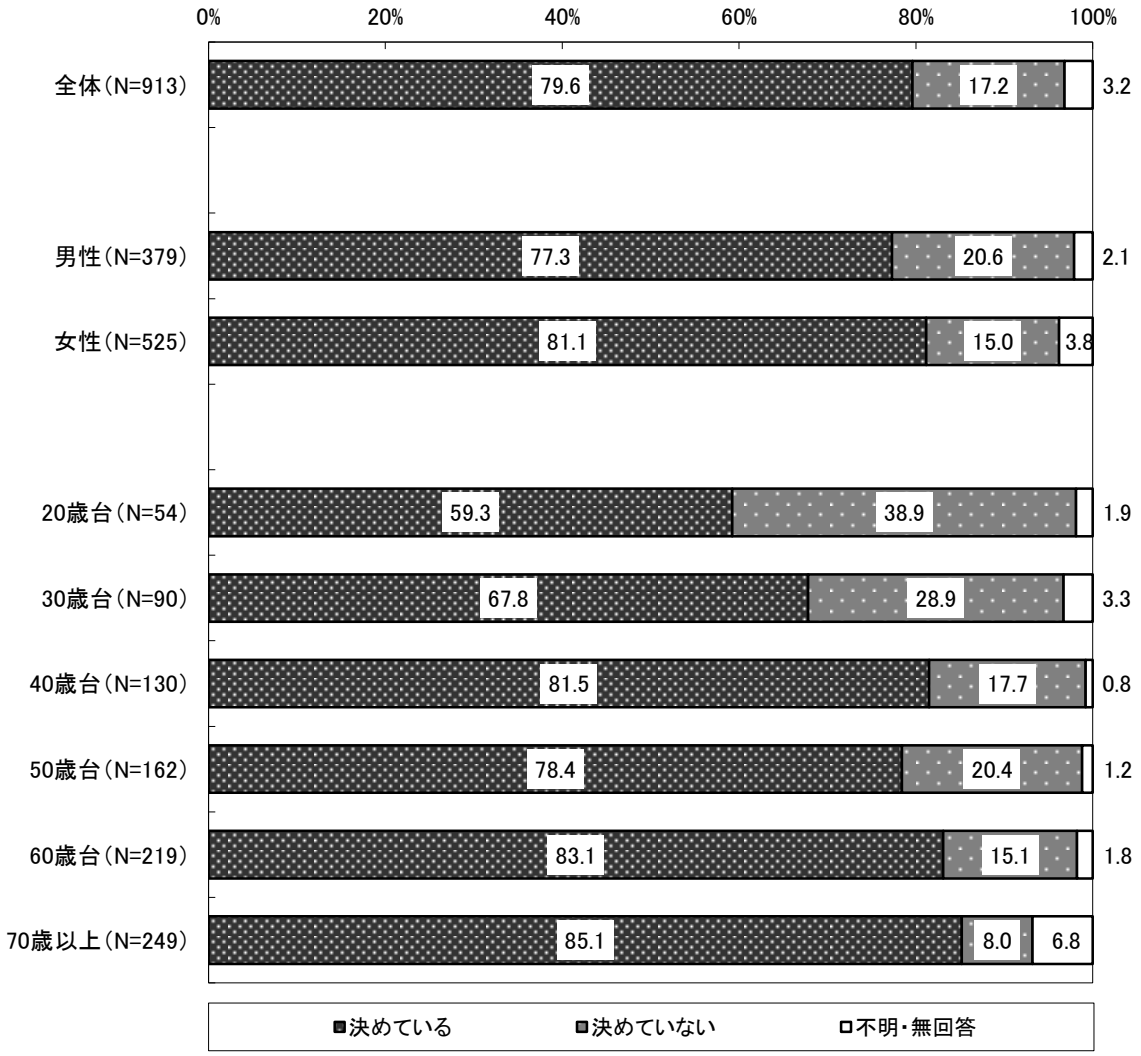
34)　歯ブラシ以外の歯間部清掃用具（デンタルフロス、歯間ブラシ等）を使っていますか。（ひとつに〇）【問 31】

- 歯ブラシ以外の歯間部清掃用具（デンタルフロス、歯間ブラシ等）を使っているかについては、「使わない」が 48.7%、一方『使っている（「毎日使っている」と「時々使っている」の合計)』が 48.0%となっています。
- 性別でみると、女性は男性に比べ『使っている』が 12.3 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、40 歳台から 50 歳台は『使っている』が 50%以上と他の年代に比べ高くなっています。



35)　かかりつけ歯科医院を決めていますか。（どちらかに○）【問 32】

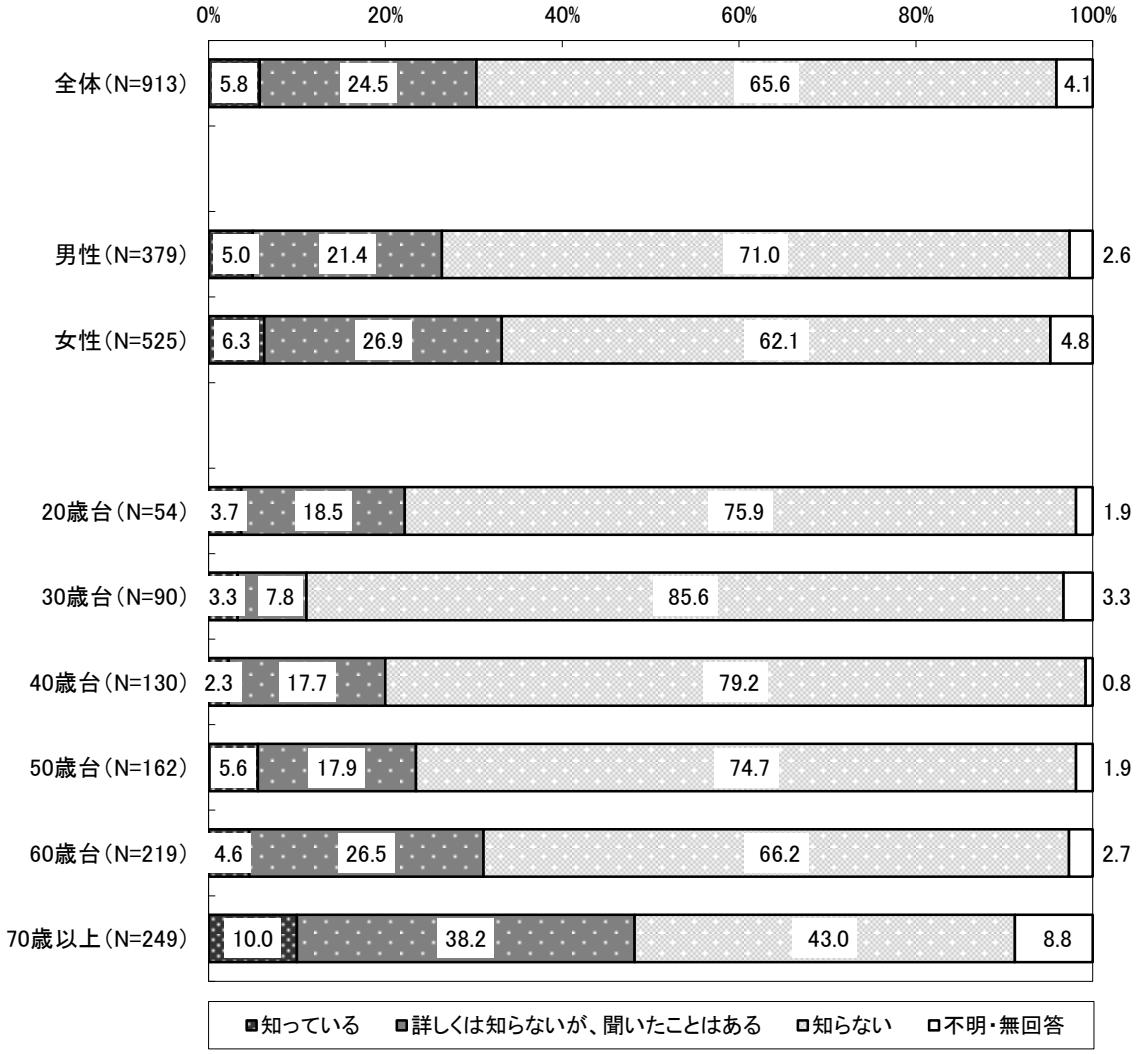
- かかりつけ歯科医院を決めているかについては、「決めている」が 79.6%、一方「決めていない」が 17.2%となっています。
- 性別でみると、男性は女性に比べ「決めていない」が 5.6 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、増減はあるものの、年齢が上がるにつれ「決めている」が増加しています。



5．西脇市の健康施策について

36）　あなたは、西脇市が平成 23 年 12 月に制定した「西脇市の地域医療を守る条例」を知っていますか。（ひとつに○）【問 33】

- 「西脇市の地域医療を守る条例」を知っているかについては、「知らない」が 65.6%と最も高く、次いで「詳しくは知らないが、聞いたことはある」が 24.5%、「知っている」が 5.8%となっています。
- 性別でみると、男性は女性に比べて「知らない」が 8.9 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、30 歳台は「知らない」が 85.6%と他の年代に比べ高くなっています。



37)　今後、健康づくり事業を充実させるために、西脇市はどのような分野に特に取り組んでいくべきだと思いますか。（あてはまるもの３つまでに〇）【問 34】

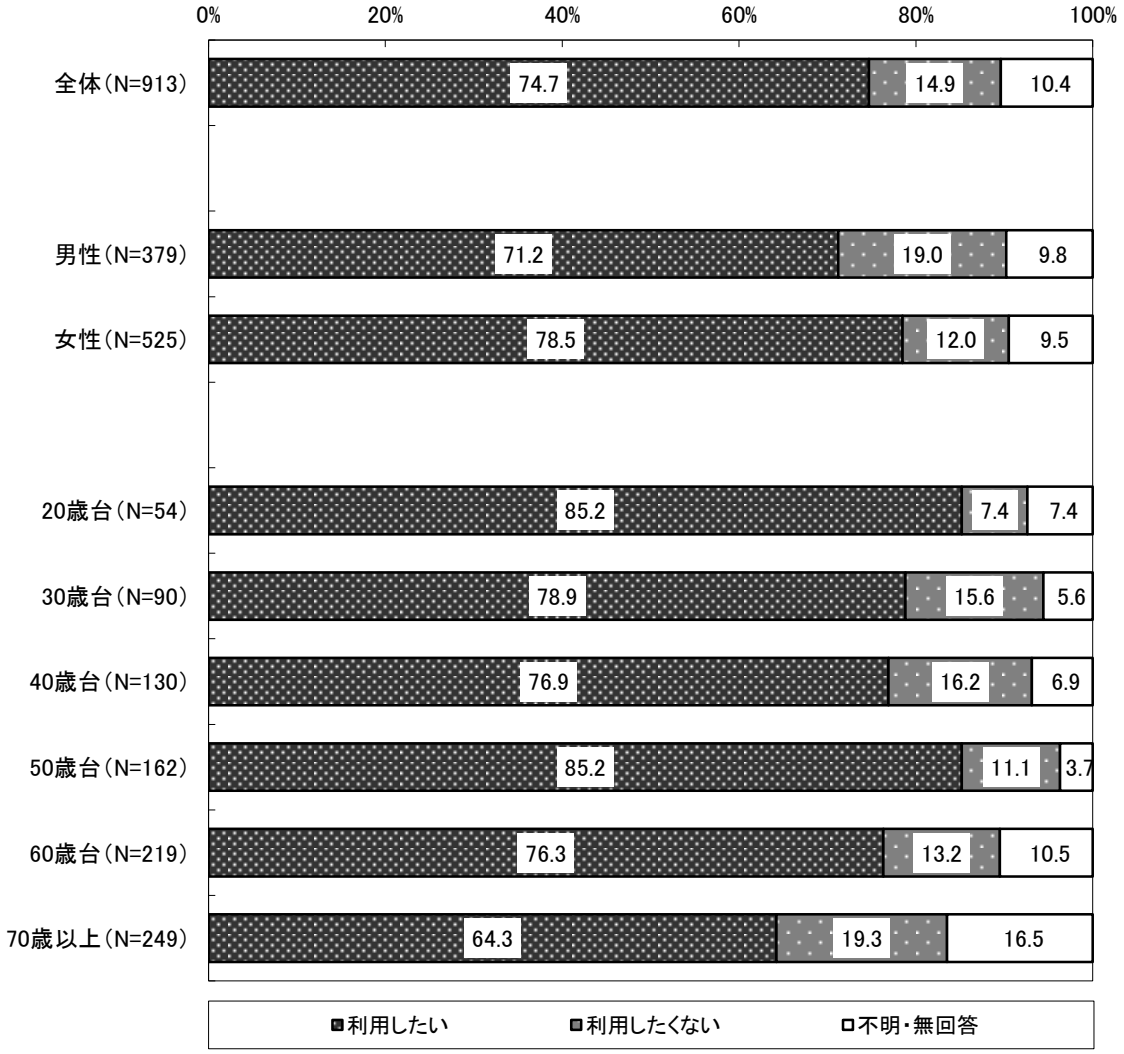
- 今後、健康づくり事業を充実させるために、西脇市はどのような分野に特に取り組んでいくべきだと思うかについては、「運動を継続できるような支援」が 46.8%と最も高く、次いで「健康な食生活を送るための支援」が 37.3%、「こころの健康を保つための支援」が 29.6%となっています。
- 性別でみると、大差はありません。
- 年代別でみると、大差はありません。

単位：%

		運動を継続できるような支援	健康な食生活を送るための支援	歯の健康を保つための支援	こころの健康を保つための支援	多量飲酒を防止するための支援	喫煙防止のための支援	その他	不明・無回答
	全体（N=913）	46.8	37.3	16.5	29.6	4.6	12.5	6.5	24.9
性別	男性（N=379）	49.3	37.7	15.3	27.2	4.7	11.3	6.9	24.0
	女性（N=525）	45.5	37.7	17.7	31.8	4.6	13.5	6.3	24.4
年代別	20歳台（N=54）	44.4	29.6	11.1	27.8	3.7	16.7	9.3	22.2
	30歳台（N=90）	52.2	37.8	24.4	23.3	6.7	22.2	6.7	21.1
	40歳台（N=130）	48.5	26.9	16.9	25.4	5.4	16.9	4.6	24.6
	50歳台（N=162）	51.2	43.8	19.8	35.8	7.4	11.1	7.4	16.7
	60歳台（N=219）	47.5	39.7	16.0	31.1	4.1	11.4	7.3	24.2
	70歳以上（N=242）	42.2	39.4	13.7	30.1	2.4	8.0	5.6	30.5

38） 今後、楽しく継続して、健康づくりに取り組める施設があれば利用してみたいですか。（どちらかに○）【問 35】

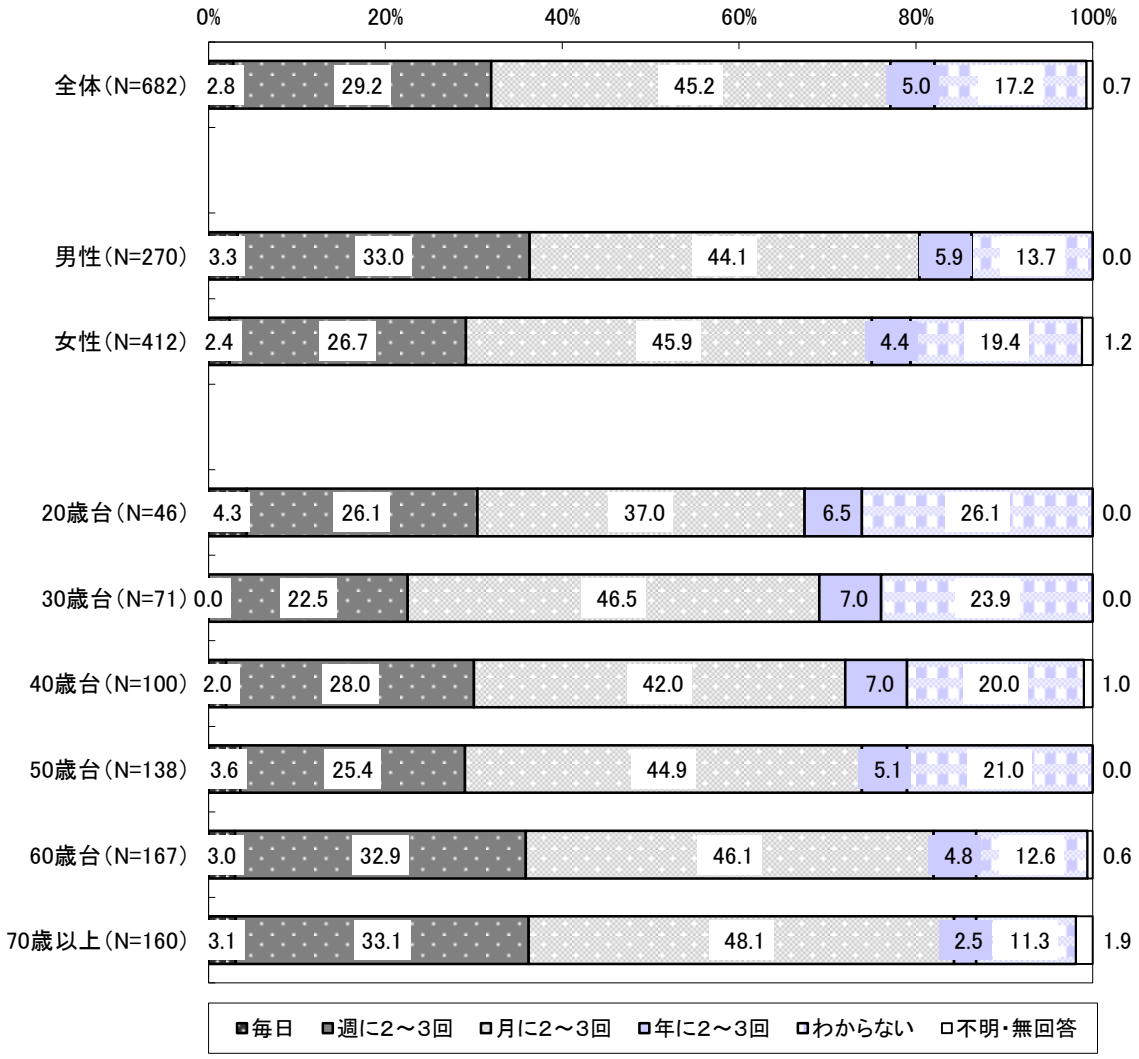
- 今後、楽しく継続して、健康づくりに取り組める施設があれば利用してみたいかについては、「利用したい」が 74.7%、一方「利用したくない」が 14.9%となっています。
- 性別でみると、女性は男性に比べ「利用したい」が 7.3 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、20 歳台と 50 歳台は「利用したい」が 80%以上と他の年代と比べて高くなっています。



次の問は、問 35 で「１」と回答した人がお答えください。

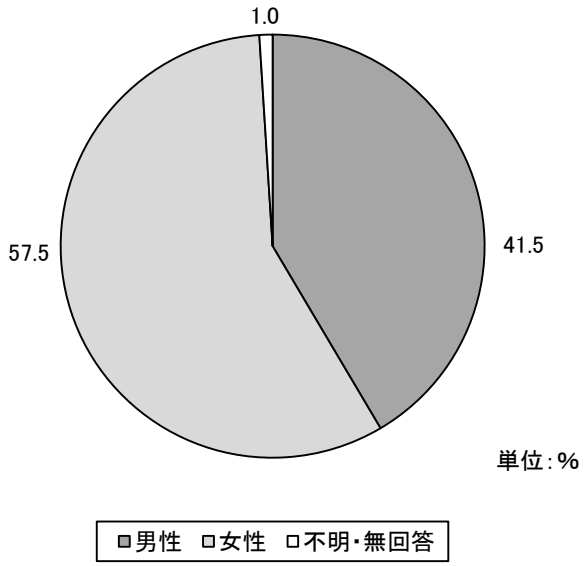
39)　利用したい頻度はどれくらいですか。（ひとつに○）【問 35－１】

- 利用したい頻度については、「月２～３回」が 45.2%と最も高く、次いで「週に２～３回」が 29.2%、「わからない」が 17.2%となっています。
- 性別でみると、男性は女性に比べ「週２～３回」が 6.3 ポイント高くなっています。
- 年代別でみると、年齢が上がるにつれ『月２～３回以上（「毎日」と「週２～３回」と「月２～３回」の合計）』が増加しています。

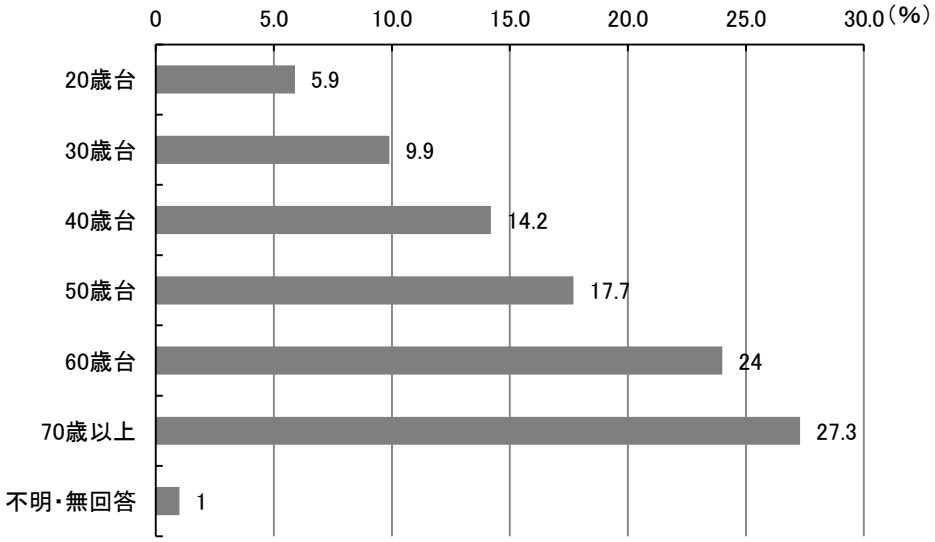


６．あなた自身のことについて

40）　性別はどちらですか。（どちらかに○）【問 37】

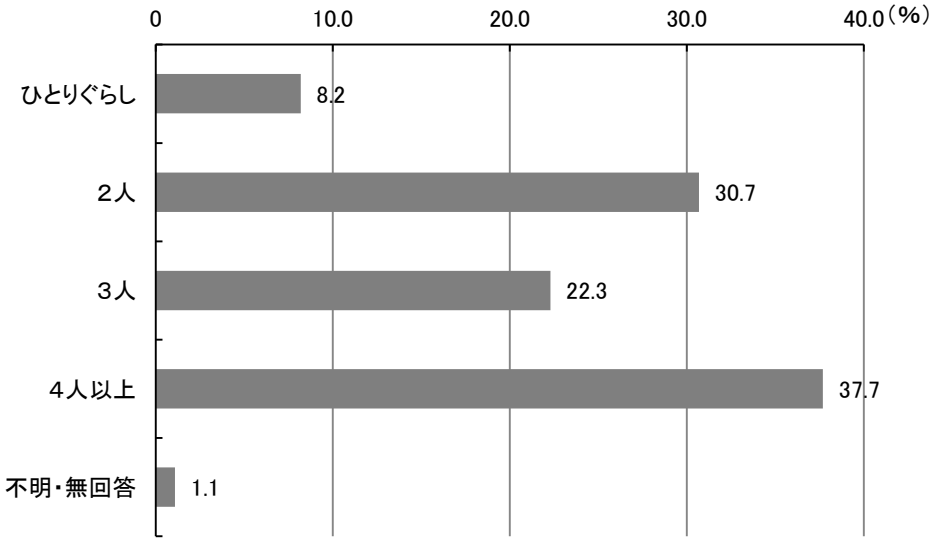


41）　年代はどれですか。（ひとつに○）【問 38】



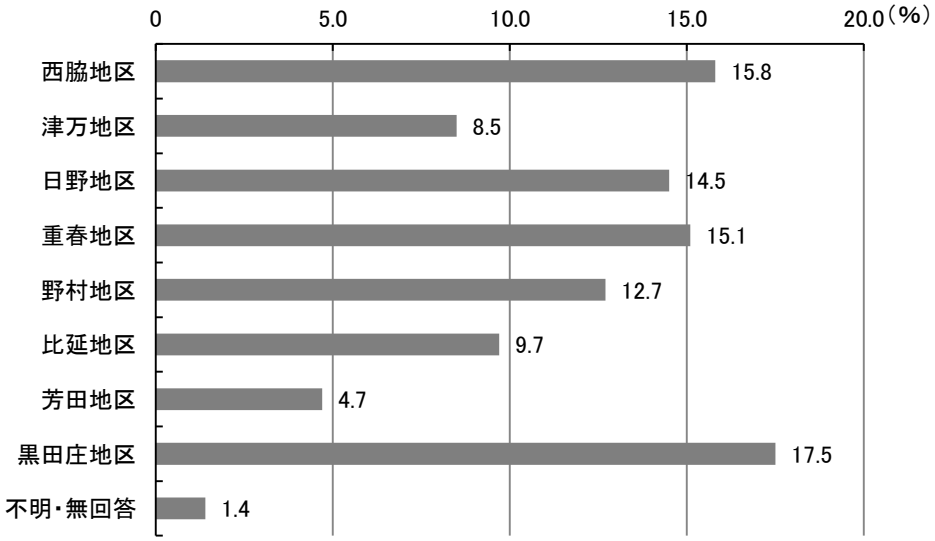
41)　自分を含めて家族の人数はどれですか。（ひとつに○）【問 39】

・ 家族構成については、「４人以上」が 37.7%と最も高く、次いで「２人」が 30.7%、「３人」が 22.3%となっています。



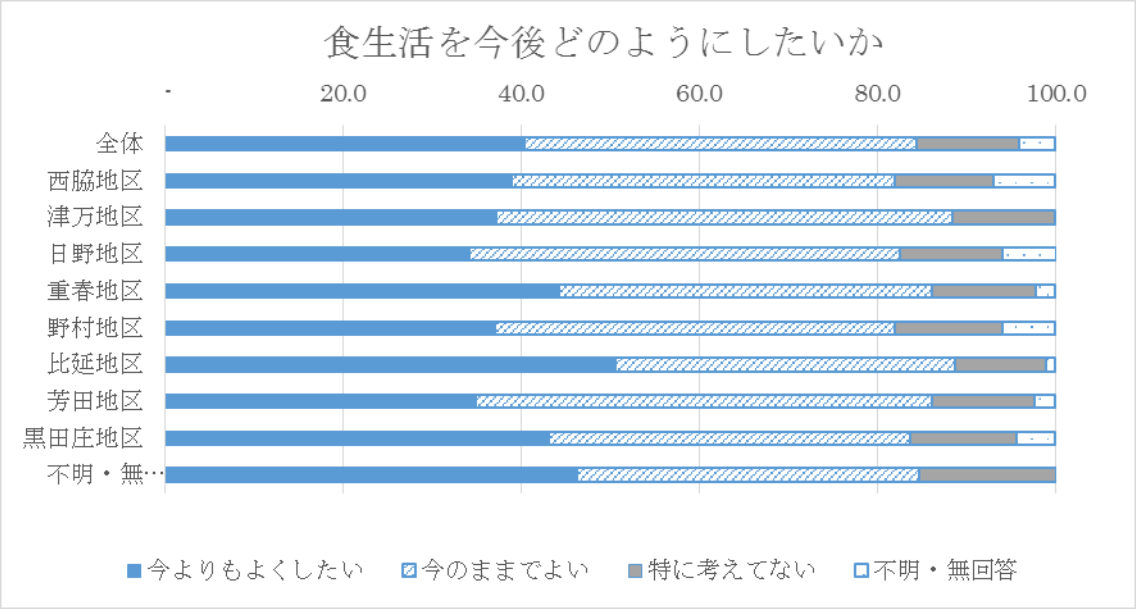
42)　住んでいる地区は次のどれですか。（ひとつに○）【問 40】

・ 住んでいる地区については、「黒田庄地区」が 17.5%と最も高く、次いで「西脇地区」が 15.8%、「重春地区」が 15.1%となっています。

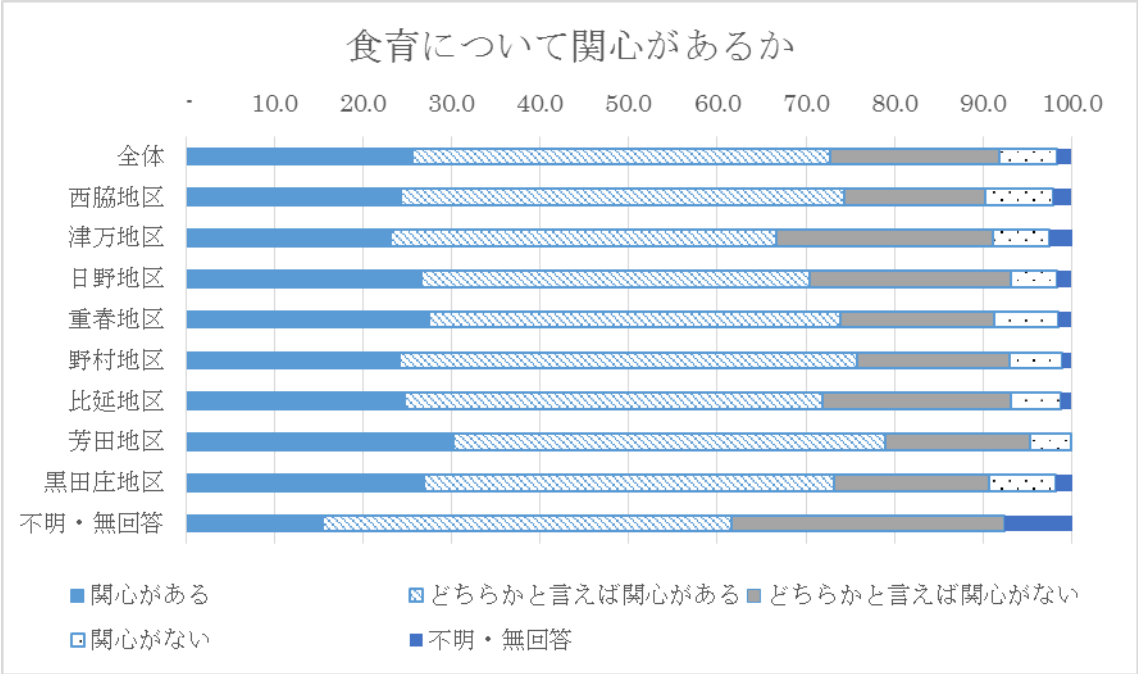


7　地区別の状況について

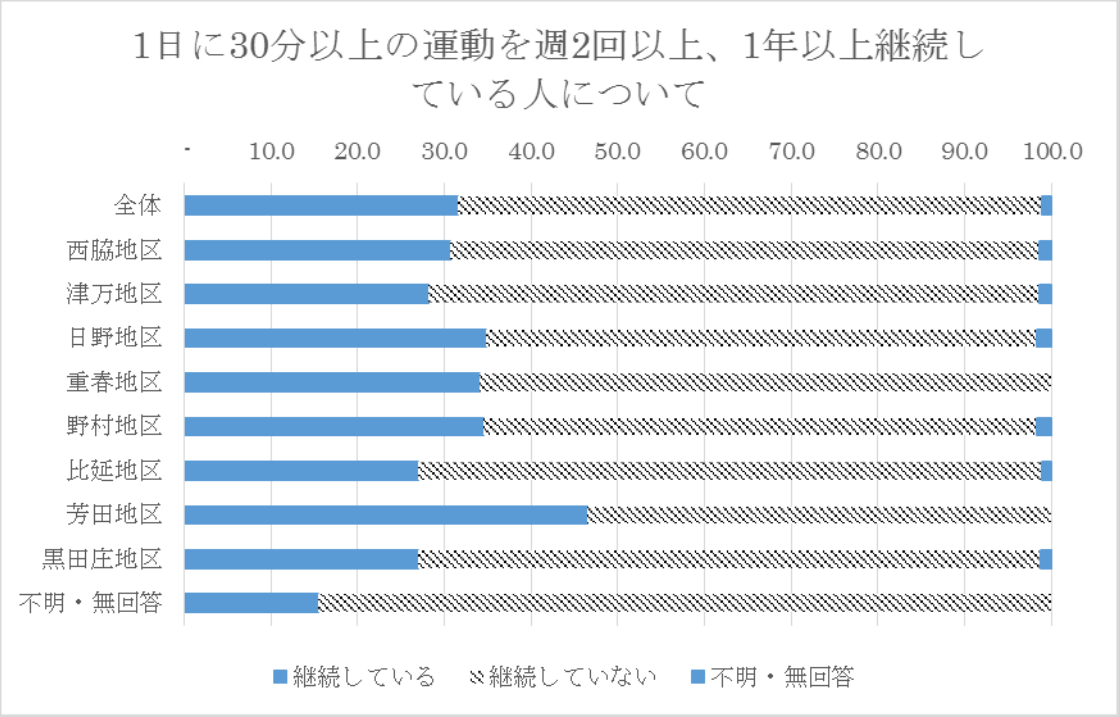
食生活を今よりよくしたいと思っている人の割合は、比延地区50.6%、重春地区44.2%、黒田庄地区43.1%の順に多くなっています。



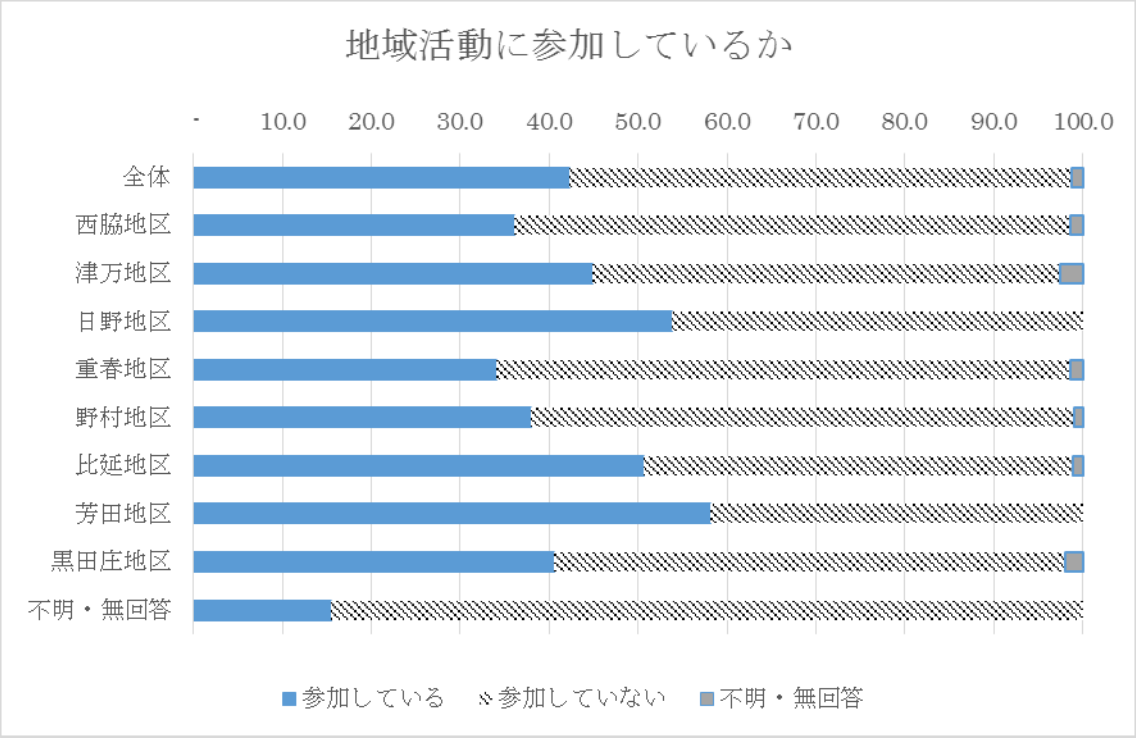
食育については、「関心がある」「どちらかといえば関心がある」と答えた人の割合が、芳田地区79.0%、野村地区75.8%、西脇地区74.3%となっています。



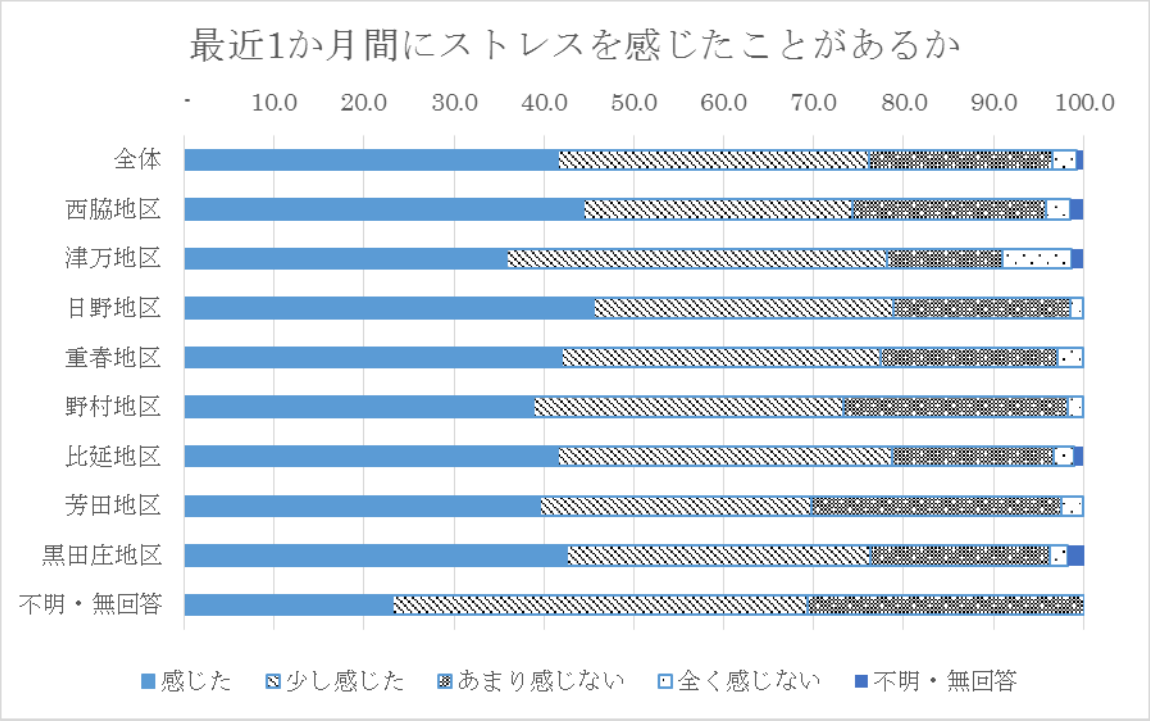
１日に30分以上の運動を週２回以上、１年以上継続している人の割合は、芳田地区46.5%と最も高く、ついで、重春地区34.8%、野村地区45.5%と続きます。



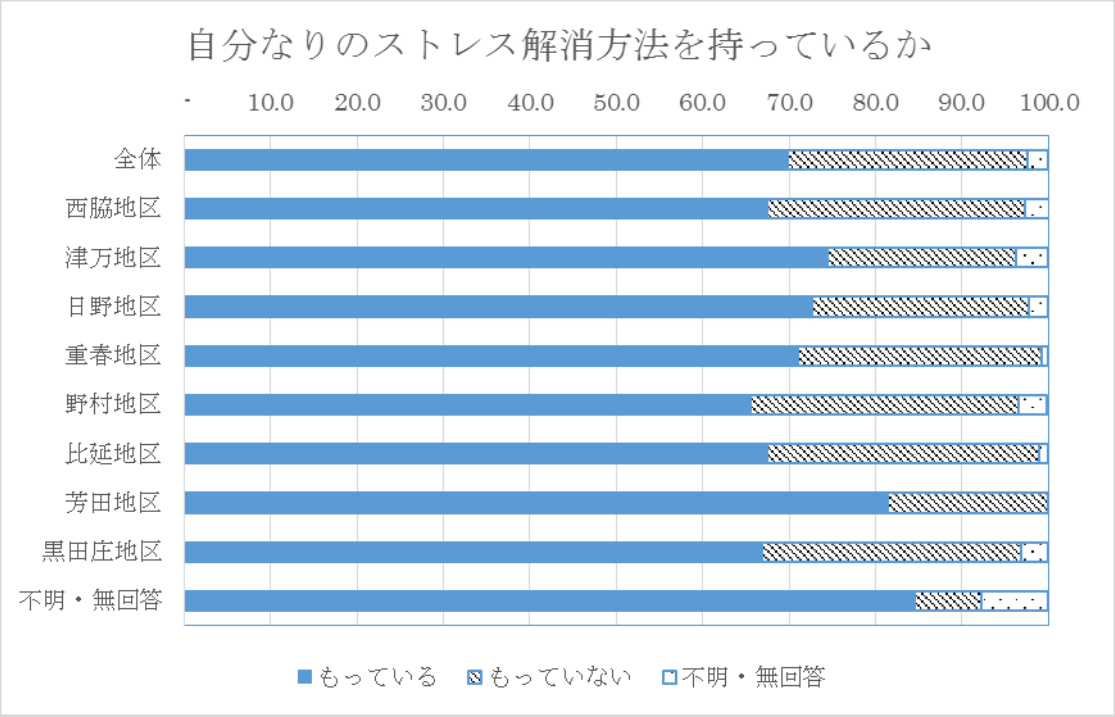
地域活動に参加している人の割合は、芳田地区581%、日野地区53.8%、比延地区50.6%となっています。



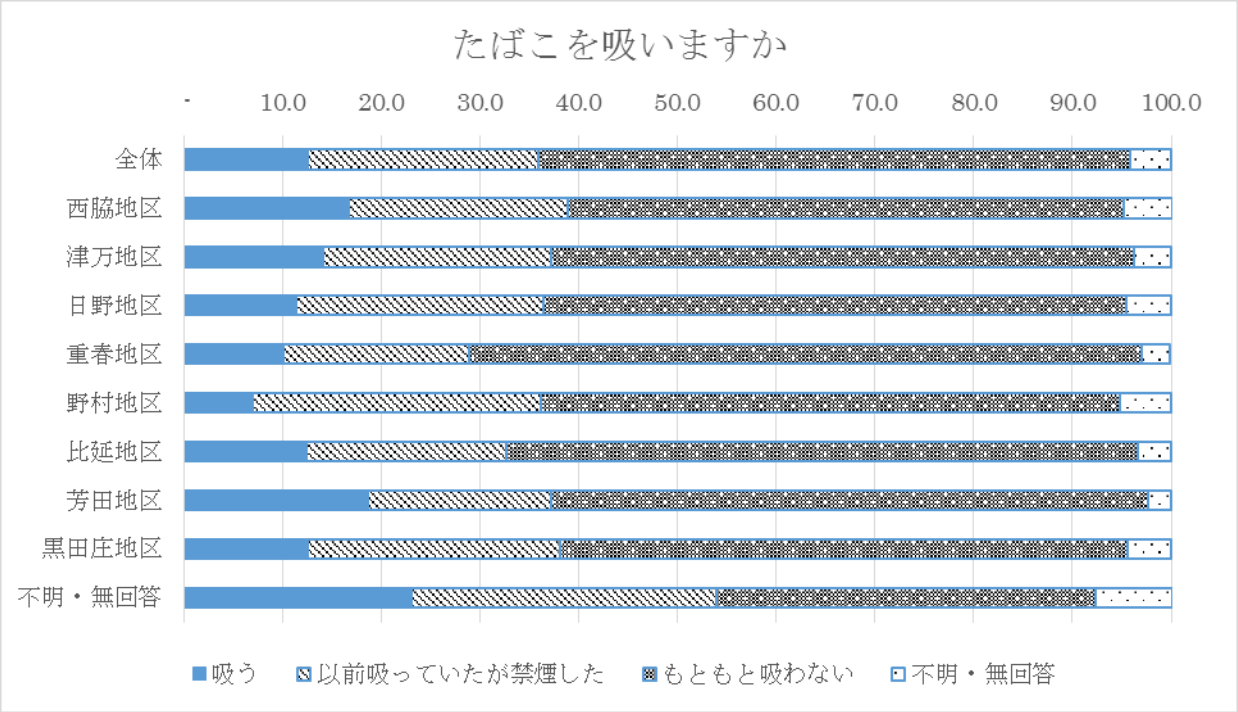
ストレスを感じている人の割合は、日野地区45.5%、西脇地区44.4%、黒田庄地区42.5%の順に多くなっています。



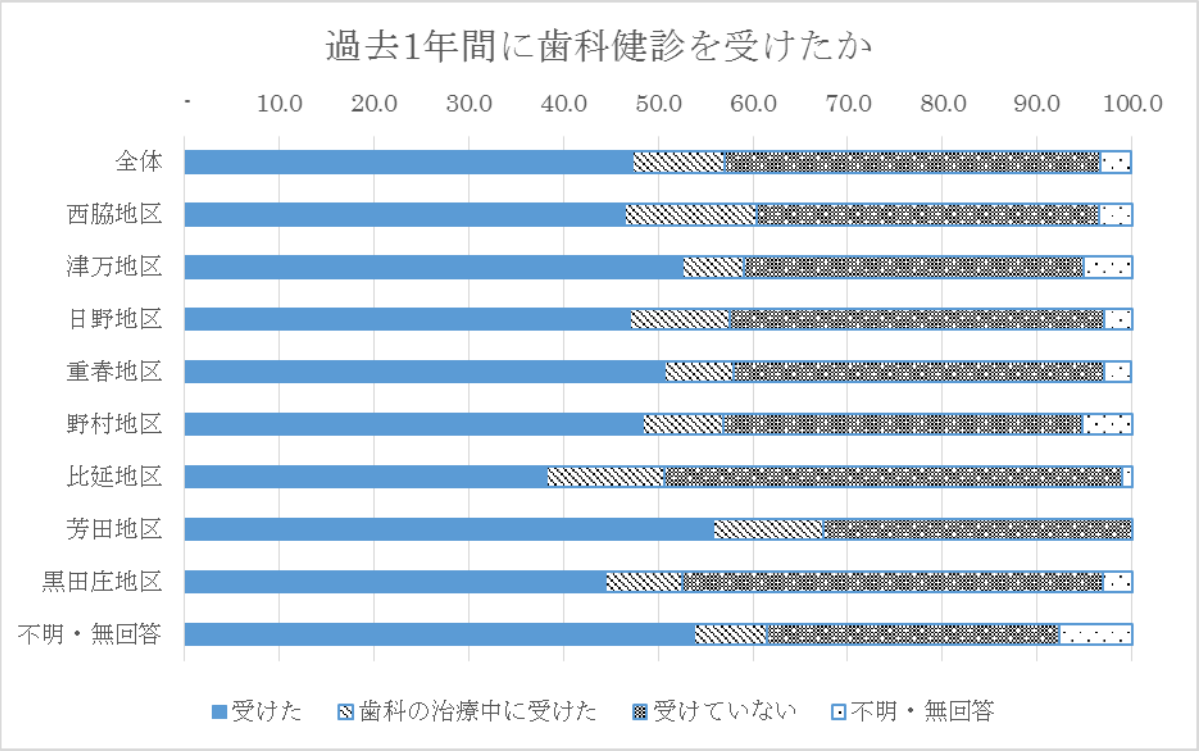
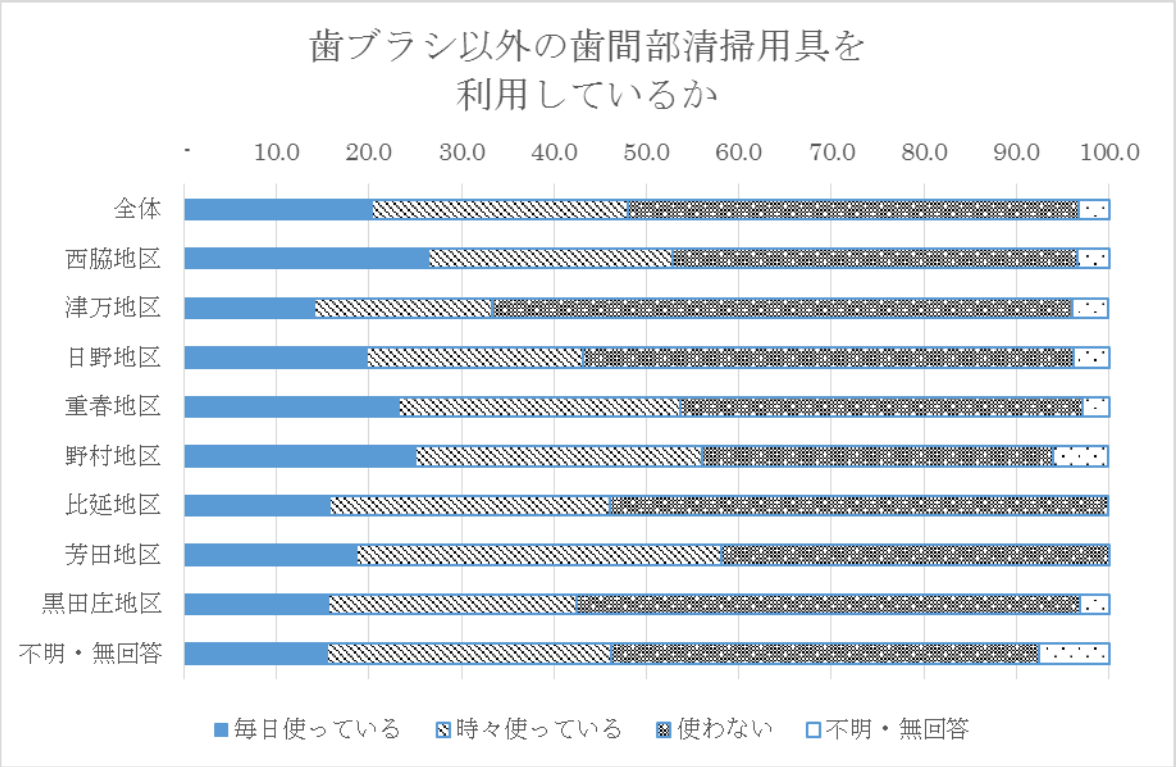
ストレス解消法をもっている人の割合は、芳田地区81.4%で最も多く、津万地区74.4%、日野地区72.7%の順になっています。



たばこを吸う人の割合は、芳田地区が最も多く 18.6%、西脇地区 16.7%、津万地区 14.1%の順に多くなっています。



過去 1 年間に歯科健診を受けた人の割合が多かったのは、芳田地区 55.8%、津万地区 52.6%、重春地区 50.7%の順になっています。



歯ブラシ以外の歯間部清掃用具を利用している人は、「毎日使っている」、「時々使っている」と答えた人の割合が、芳田地区 58.1%、野村地区 56.0%、西脇地区 52.8%の順になっています。