

令和 6 年度
習志野市健康意識調査
報告書

令和 7 年 3 月
習志野市

目 次

第1章 調査の概要	1
1. 調査実施の目的	3
2. 調査の種類・対象者	3
3. 調査方法と回収状況	3
4. 調査項目	4
5. 報告書の見方	4
第2章 調査結果の詳細	7
一 般	9
1. 回答者について	11
（1）性別・年齢	11
（2）職業	12
（3）加入している医療保険	12
（4）居住地区	13
（5）家族構成	14
（6）世帯人数	14
（7）世帯年収	15
（8）現在の暮らし向き	16
（9）最終学歴	16
2. からだの健康に関する意識について	17
（1）身長・体重・BMI	17
（2）体重についての認識	19
（3）日常生活に影響のある健康上の問題の有無	19
（4）日常生活に影響があるもの	20
（5）現在の健康状態	20
（6）健診等の受診状況	21
（7）受診している健康診断	21
（8）健診等の受診状況	22
（9）健診等を受けていない理由	23
（10）健診等を受ける条件	24
（11）がん検診の受診状況・受診した機会	25
（12）がん検診の受診状況・受診した機会（女性のみ）	26
（13）かかりつけ医の有無	27
（14）かかりつけ薬局の有無	27
（15）CKD（慢性腎臓病）の認知度	28
（16）メタボリックシンドロームの認知度	28
（17）健康に関する行動	29
（18）日頃の身体活動	31
（19）身体活動の内容	34
（20）身体活動ができる条件	35
（21）睡眠による休養状況	36
（22）1日の平均睡眠時間	37

(23) ロコモティブシンドロームの理解度	38
(24) 「てんとうむし（転倒無視）体操」の認知度	39
(25) 食育の関心度	39
(26) 外食や食品購入時における「栄養成分表示」の参考状況	40
(27) 朝食の摂取状況	40
(28) バランスのとれた食事の1日2回以上の摂取状況	41
(29) 健康維持に必要な野菜の摂取状況	44
(30) 減塩の取り組み状況	44
(31) 受動喫煙の頻度	45
(32) 喫煙経験	46
(33) 喫煙を始めた年齢	46
(34) 喫煙しているたばこの種類	47
(35) 1日の喫煙本数	47
(36) 禁煙意向	48
(37) COPDの認知度	51
(38) 受動喫煙の影響	51
(39) 分煙についての考え	52
(40) 分煙化の進行状況	52
(41) 飲酒頻度	53
(42) 1日の飲酒量	54
3. 歯の健康に関する意識について	55
(1) 現在の歯の本数	55
(2) この1年間での歯科医院受診の有無	56
(3) 受診目的	57
(4) 受診しなかった理由	57
(5) 咀嚼の状況	58
(6) 噛んで食べる早さ	58
(7) かかりつけ歯科医院の有無	59
(8) 歯間ブラシやデンタルフロスの使用頻度	59
4. 心の健康に関する意識について	60
(1) 日常生活の悩みやストレスの有無	60
(2) 悩みやストレスの対象	61
(3) ストレスの解消状況	62
(4) 生きがい・やりがいの有無	62
(5) 今まで死にたいと思いつめるほど悩んだことの有無	63
(6) 悩みやストレスを相談することに対するためらいの有無	63
(7) 悩みごとや困ったことがあったときの相談相手の有無	64
(8) 相談相手	64
(9) 1か月間のこころの状態	65
(10) うつ病は誰もががかかる可能性のある病気ということの認知状況	67
(11) うつ病とストレスとの関係の認知状況	67
(12) うつ病は薬の治療とともにゆっくり休養することが必要であることの認知状況	68
(13) うつ病に気づいた時の医療機関への相談の有無	68
(14) 相談場所	69
(15) 医療機関に相談しない理由	69
(16) 日本の自殺率の認知状況	70
(17) ゲートキーパーの認知状況	70
(18) 社会的な取組で自殺を防ぐことができるという意識の有無	71

(19) 市の自殺対策への取り組みの認知状況	71
(20) 市の生活に関する様々な相談窓口の認知状況	72
(21) 市の相談窓口の利用有無	72
(22) 利用した相談窓口	73
(23) 市の相談窓口を利用したことがない理由	73
5. 健康なまちづくりにつながる社会環境の整備について	74
(1) 「健康」についての考え方	74
(2) 「健康」に対して最も近い考え	75
(3) 「健康なまち習志野」の認知状況	76
(4) 様々な分野の施策が健康なまちづくりにも影響していることの認知状況	76
(5) 「健康格差」の認知状況	77
(6) 周辺地域の人たちとのつながり	77
(7) 周辺地域に関する現状の満足度	80
(8) 健康に関する情報入手先	82
6. その他	83
(1) 新型コロナウイルス感染症流行後の健康や意識の変化	83
親子	85
1. 妊娠・出産・産後について	87
(1) 健診を受けた子ども	87
(2) 妊娠中の定期的な健診受診の有無	87
(3) 妊婦健診時、医師や助産師などからの日常生活の指導を受けた経験の有無	88
(4) 妊娠中に特に気をつけたこと	89
(5) 妊娠中の朝食摂取状況	90
(6) 妊娠がわかったときの気持ち	90
(7) マタニティマークの利用状況	91
(8) 妊娠中の悩みや不安の有無	91
(9) 悩みや不安を相談する人や手段の有無	91
(10) 悩みや不安の相談先	92
(11) 子どもとはじめて対面したときの気持ち	93
(12) 今回の妊娠・出産についての満足度	93
(13) 産後1か月までの時期に協力してくれた人の有無	93
(14) 協力してくれた人	94
(15) 妊娠中から産後3か月間の気分の変化	95
(16) 気分の変化があった時期	95
(17) 母子健康手帳交付の有無	96
(18) 転入した時期	96
2. 事故防止について	97
(1) チャイルドシート使用の有無	97
(2) ヘルメット使用の有無	97
(3) 風呂場のドアを子どもが自分で開けることができないような工夫の有無	97
3. 育児に関することについて	98
(1) 育児についての相談相手の有無	98
(2) 相談する人や手段	99
(3) 配偶者やパートナーの家事や育児のかかわりかた	100

(4) 配偶者やパートナーの協力の仕方への満足度	101
(5) 現在の気持ち	102
4. 医療機関等について	104
(1) 小児科のかかりつけ医の有無	104
(2) かかりつけ医のいる医療機関の場所	104
(3) 悩みや不安の解消	105
(4) 小児科のかかりつけ医を持っていない理由	105
(5) かかりつけ薬局の有無	106
(6) 習志野市急病診療所の認知度	106
(7) 休日や夜間の受診経験の有無	107
(8) 休日や夜間に一番最近に受診した医療機関	107
5. 市のサービスについて	108
(1) 市のサービスの利用状況	108
(2) 市のサービスを利用しなかった理由	109
(3) 市のサービスについての情報入手先	110
(4) 市の保健師、栄養士、歯科衛生士等への個別相談ができることの認知度	110
6. 回答者について	111
(1) 子どもとの続柄	111
(2) 年齢	111
(3) 職業	111
(4) 居住地区	112
(5) 世帯人数	113
(6) 家族構成	113
(7) 現在の暮らし向き	113
(8) 世帯年収	114
(9) 現在の健康状態	115
(10) 食育の関心度	115
(11) 外食や食品購入時における「栄養成分表示」の参考状況	116
(12) 朝食の摂取状況	116
(13) バランスのとれた食事の1日2回以上の摂取状況	117
(14) 健康維持に必要な野菜の摂取状況	117
(15) 減塩の取り組み状況	118
(16) 日頃の身体活動	118
(17) 睡眠による休養状況	119
(18) 1日の平均睡眠時間	119
(19) 家庭内の喫煙状況	120
(20) この1年間での歯科医院受診の有無	120
(21) 受診目的	121
(22) 受診しなかった理由	121
(23) 咀嚼の状況	122
(24) 噛んで食べる早さ	122
(25) かかりつけ歯科医院の有無	123
(26) 歯間ブラシやデンタルフロスの使用頻度	123
(27) 健康に関する行動	124

7. 健康なまちづくりにつながる社会環境の整備について	126
(1) 「健康」についての考え方	126
(2) 「健康」に対して最も近い考え	127
(3) 「健康なまち習志野」の認知状況	128
(4) 様々な分野の施策が健康なまちづくりにも影響していることの認知状況	128
(5) 「健康格差」の認知状況	129
(6) 周辺地域の人たちとのつながり	129
(7) 趣味や楽しみにしていることの有無	130
(8) 周辺地域に関する現状の満足度	131
(9) 健康に関する情報入手先	133
事業者	135
1. 事業者について	137
(1) 業種	137
(2) 従業員の人数	137
(3) 従業員の平均年齢	138
(4) 最近1年間の業況	138
(5) 主な販売先	138
(6) 所在地	139
2. からだの健康に関する意識について	140
(1) 従業員の健康についての考え	140
(2) 従業員のからだの健康状態	143
(3) 従業員のからだの健康づくりを進めていく上での課題	144
3. 心の健康に関する意識について	145
(1) 従業員の心の健康についての考え	145
(2) 従業員の心の健康状態	148
(3) 従業員の心の健康づくりを進めていく上での課題	148
4. 健康づくりへの取組みについて	149
(1) 健康対策を行うスタッフ配置の有無	149
(2) 健康対策を行うスタッフの職種	149
(3) 従業員の健康づくりへの取組み状況	150
5. 健康なまちづくりの推進に関する地域社会との協働について	153
(1) 社是・社訓・経営理念の有無	153
(2) 社是・社訓・経営理念の経営への反映状況	153
(3) 社是・社訓・経営理念に含まれる項目	154
(4) 「企業の社会的責任（CSR）」の認知度	155
(5) 「企業の社会的責任（CSR）」に含まれると考えられる項目	156
(6) 地域社会への参画、発展のための取り組みの状況	157
(7) 地域社会への参画、発展のためにやっていること	158
(8) 地域社会への参画、発展のために取り組む目的	160
(9) 「地域社会への参画、発展のための取り組み」を行っていない理由	161
(10) 「地域社会への参画、発展のための取り組み」を推進する上での必要度	162
(11) 関係者との連携・協働の必要性と状況	164
(12) 事業者以外の関係者が健康なまちづくりに向けた取組みを希望した場合にできること	166
(13) 事業者が協力できる地域や市が実施する健康づくりのイベント	167

6. 健康づくりにつながる社会環境の整備について	168
(1) 「健康」についての考え方	168
(2) 「健康」に対して最も近い考え	169
(3) 「健康なまち習志野」の認知状況	170
(4) 様々な分野の施策が健康なまちづくりにも影響していることの認知状況	170
(5) 「健康格差」の認知状況	171
(6) 周辺地域に関する現状の満足度	172
7. これからの市の取組みについて	174
(1) 従業員の健康づくりの推進に関して知りたい情報	174
(2) 健康づくりに関する伝わりやすい情報提供の方法	175
(3) 健康なまちづくりへ取組みやすくなる市の支援	176
(4) 健康づくり推進に向けたポイント制度導入の協力意向	177
市民活動団体	179
1. 団体について	181
(1) 活動分野	181
(2) 会員数	182
(3) 最も多い年代	182
(4) 活動拠点	183
2. 健康づくりにつながる社会環境の整備について	184
(1) 「健康」についての考え方	184
(2) 「健康」に対して最も近い考え	185
(3) 「健康なまち習志野」の認知状況	186
(4) 様々な分野の施策が健康なまちづくりにも影響していることの認知状況	186
(5) 「健康格差」の認知状況	187
(6) 団体活動と自分の健康づくりとのつながり	187
(7) 団体参加者増加を目指した声掛けなどの頻度	188
(8) 活動を継続していく上での課題	189
(9) 周辺地域に関する現状の満足度	190
(10) 団体が協力できる地域や市が実施する健康づくりのイベント	192
(11) 会員の健康状態	193
3. これからの市の取組みについて	194
(1) 健康づくりの推進に関して知りたい情報	194
(2) 健康づくりに関する伝わりやすい情報提供の方法	195
(3) 健康づくり推進に向けたポイント制度実施による活動継続の動機付け	195
第3章 自由回答	197
1. 一般	199
2. 親子	204
3. 事業者	207
4. 市民活動団体	208

資料 調査票	209
1. 一般	211
2. 親子	227
3. 事業者	239
4. 市民活動団体	251

第1章 調査の概要

1. 調査実施の目的

本調査は、市民、市民活動団体、事業者の健康意識と健康づくりの実態を把握し、次期「健康なまちづくりの推進に関する基本的な計画」の基礎資料とすることを目的に実施しました。

2. 調査の種類・対象者

調査名	調査対象
1 一般調査	15 歳以上の市民から 2,000 名を無作為抽出
2 親子調査	1 歳 6 か月児健診と 3 歳児健診を受診する親子 297 名
3 事業者調査	習志野商工会議所の会員事業者から 500 社を無作為抽出
4 市民活動団体調査	市民活動団体等の中から 79 団体を無作為抽出

3. 調査方法と回収状況

調査地域：習志野市全域

調査方法：郵送配布－郵送回収

調査期間：令和 6 年 11 月 7 日（木）～11 月 27 日（水）

【回収状況】

調査名	発送数	回収数	回収率
1 一般調査	2,000 件	749 件	37.5%
2 親子調査	297 件	160 件	53.9%
3 事業者調査	500 件	187 件	37.4%
4 市民活動団体調査	79 件	62 件	78.5%

4. 調査項目

調査名	調査項目	
1 一般調査	①回答者属性 ②からだの健康に関する意識 ③歯の健康に関する意識 ④心の健康に関する意識 ⑤健康なまちづくりにつながる社会環境の整備	⑥新型コロナウイルス感染症流行後の健康や意識の変化 ⑦保健サービス等に関する意見や要望（自由記入）
2 親子調査	①妊娠・出産・産後 ②事故防止 ③育児に関すること ④医療機関等 ⑤市のサービス	⑥回答者属性 ⑦健康なまちづくりにつながる社会環境の整備 ⑧保健サービス等に関する意見や要望（自由記入）
3 事業者調査	①事業者について ②従業員のからだの健康に関する意識 ③従業員の心の健康に関する意識 ④健康づくりへの取り組み	⑤健康なまちづくりの推進に関する地域社会との協働 ⑥健康づくりにつながる社会環境の整備 ⑦これからの市の取組み ⑧保健サービス等に関する意見や要望（自由記入）
4 市民活動団体調査	①団体について ②健康づくりにつながる社会環境の整備	③これからの市の取組み ④保健サービス等に関する意見や要望（自由記入）

5. 報告書の見方

- (1) 回答は各質問の回答者数（n：number of case の略）を基数とした百分率（％）で示しています。また、小数点以下第2位を四捨五入しているため、内訳の合計が100.0%にならない場合があります。
- (2) 複数回答が可能な設問の場合、回答者が全体に対してどのくらいの比率であるかという見方になるため、回答比率の合計が100.0%を超える場合があります。
- (3) 本文や図表中の選択肢表記は、場合によって語句を短縮・簡略化している場合があります。
- (4) 100%積み上げ棒グラフ（帯グラフ）では、見やすさを優先して“0.0”を表示していません。
- (5) 過去の調査結果との比較や、分析の軸（＝表側）が対になっている項目の比較では、比率の差を中心に記述しています。その表現は“％”ではなく“ポイント”で表しています。
- (6) 統計数値を記述するにあたり、割での表記を用いている場合があります。その際の目安は、おおむね以下のとおりとしています。また、状況に応じて、〇割台、〇割以上、〇割前後などと表現することもあります。

【記載例】

割合幅	表現例
17.0～19.9%	約2割
20.0～20.9%	2割
21.0～22.9%	2割を超える
23.0～26.9%	2割台半ば
27.0～29.9%	約3割

【本アンケートにおける標本誤差】

アンケートにおいて、調査の該当者数に対して回答者数が少なくなるとき、その調査がどの程度の精度を持った回答結果であるのかを示す指標として「標本誤差」があります。

一般調査における標本誤差は、以下の表のとおりです。

(単位%)

回答比率 (p) 回答者数 (n)	10%または 90%	20%または 80%	30%または 70%	40%または 60%	50%
749	±2.15	±2.86	±3.28	±3.51	±3.58
600	±2.40	±3.20	±3.67	±3.92	±4.00
400	±2.94	±3.92	±4.49	±4.80	±4.90
200	±4.16	±5.54	±6.35	±6.79	±6.93
100	±5.88	±7.84	±8.98	±9.60	±9.80

この表の見方は、例えば調査において「ある設問中の回答者数が749人あり、その設問中の選択肢の回答比率が60%であった場合、その回答比率の誤差の範囲は最高でも±3.51%以内（56.49%～63.51%）である」となります。

標本誤差は以下の式により求められます

$$\text{標本誤差} = \pm 1.96 \sqrt{\frac{N-n}{N-1} \times \frac{p(1-p)}{n}} \div \pm 1.96 \sqrt{\frac{p(1-p)}{n}}$$

N:母集団(習志野市の15歳以上の人口)

n:比率算出の基数(回答者数)

p:回答の比率(%)

※なお誤差率は市の母集団（全人口）と回答との関係を示すものであることから、ここでは一般調査の数字を掲載しています。

第2章 調査結果の詳細

二 般

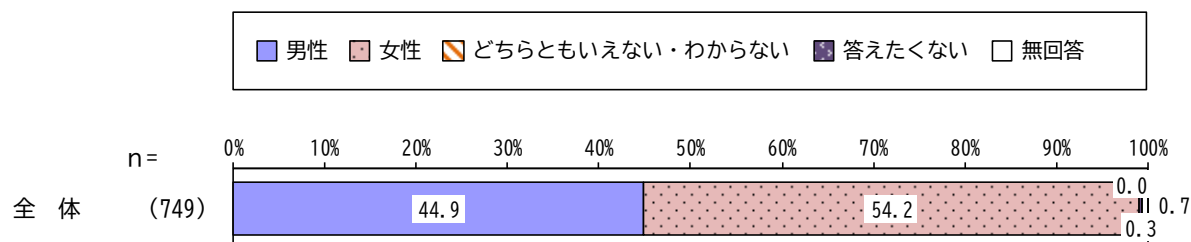
1. 回答者について

(1) 性別・年齢

問1. あなたの性別と年齢を教えてください。(1つだけ番号を○で囲んでください)

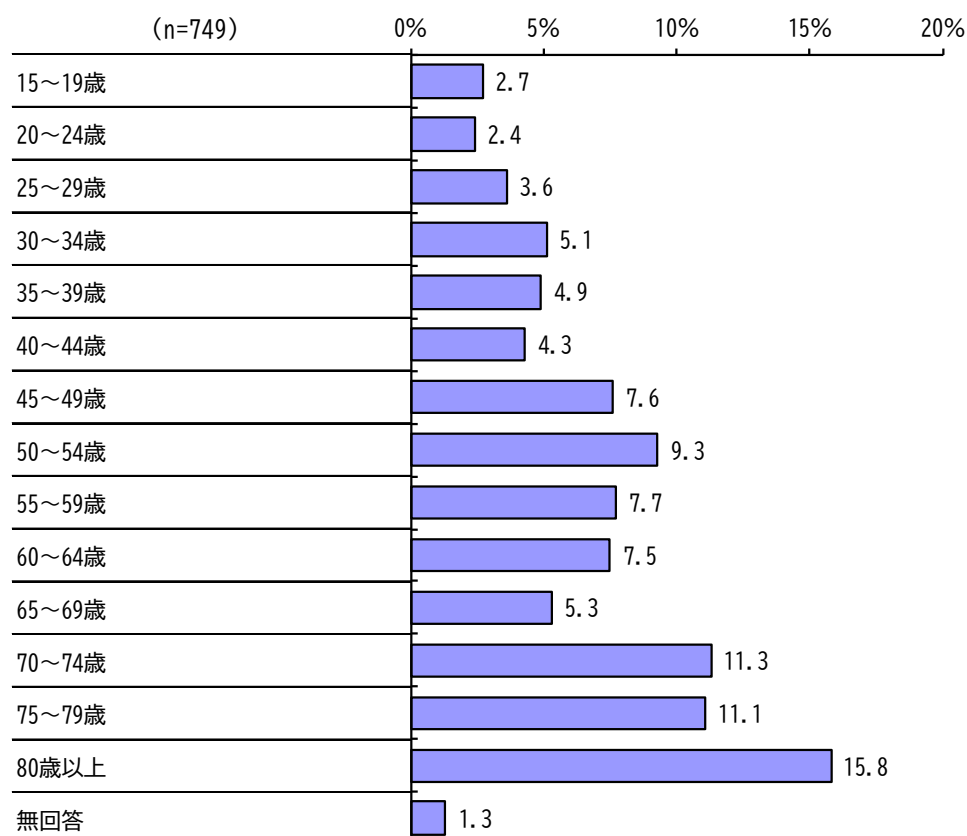
【性別】

性別は、「男性」が44.9%、「女性」が54.2%となっています。



【年齢】(単数回答)

年齢は、「80歳以上」が15.8%と最も高く、次いで「70～74歳」が11.3%、「75～79歳」が11.1%となっており、「65～69歳」(5.3%)、「70～74歳」、「75～79歳」、「80歳以上」を合わせると、「65歳以上」は43.5%で4割半ばとなっています。

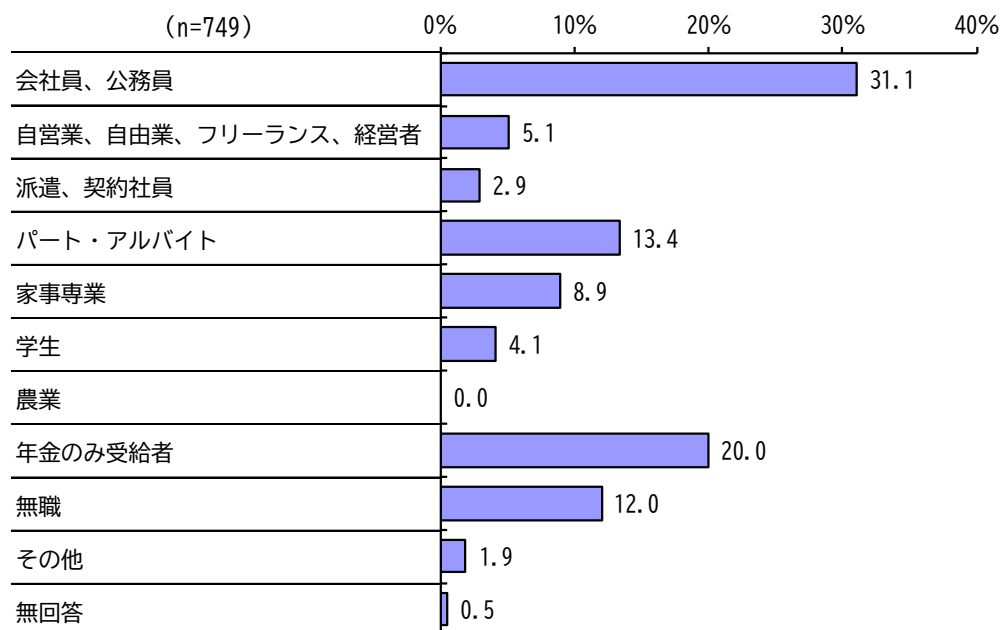


(2) 職業

問2. あなたの職業について、教えてください。(1つだけ番号を○で囲んでください)

職業は、「会社員、公務員」が31.1%と最も高く、次いで「年金のみ受給者」が20.0%、「パート・アルバイト」が13.4%、「無職」が12.0%と続いています。

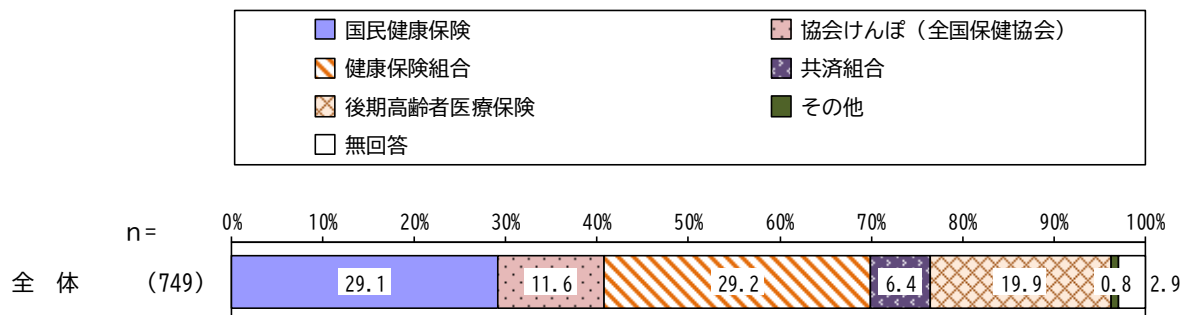
(単数回答)



(3) 加入している医療保険

問3. あなたが加入している医療保険について、あてはまるものをお選びください。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

加入している医療保険は、「健康保険組合」(29.2%)と「国民健康保険」(29.1%)がともに約3割で高く、次いで「後期高齢者医療保険」が19.9%、「協会けんぽ(全国保健協会)」が11.6%となっています。

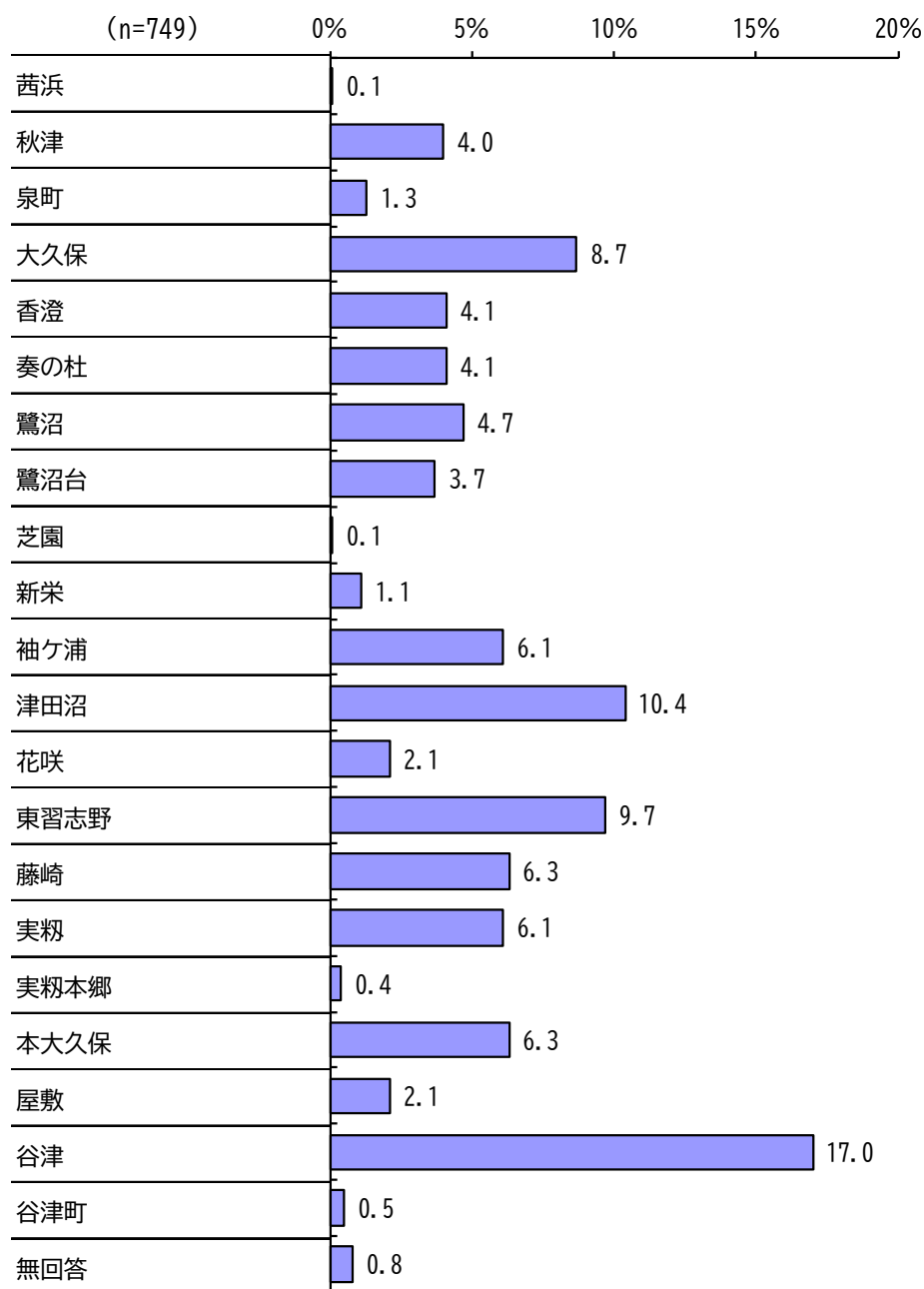


(4) 居住地区

問4. 現在お住まいの地区名を教えてください。(主な地域1つを○で囲んでください)

居住地区は、「谷津」が17.0%と最も高く、次いで「津田沼」が10.4%、「東習志野」が9.7%、「大久保」が8.7%と続いています。

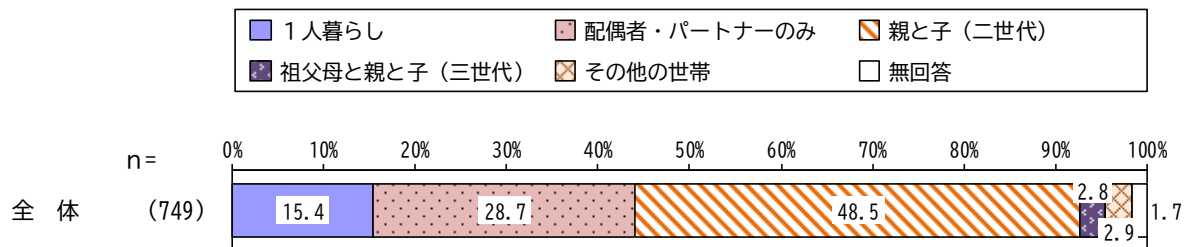
(単数回答)



(5) 家族構成

問5. 同居している構成を教えてください。(1つだけ番号を○で囲んでください)

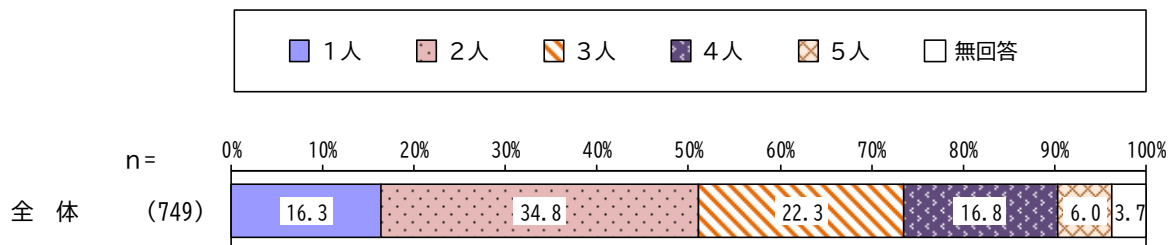
家族構成は、「親と子(二世代)」が48.5%と最も高く、次いで「配偶者・パートナーのみ」が28.7%、「1人暮らし」が15.4%と続いています。



(6) 世帯人数

問6. あなたと同居して生計を共にしている人数は、何人ですか。

世帯人数は、「2人」が34.8%と最も高く、次いで「3人」が22.3%、「4人」が16.8%と続いています。

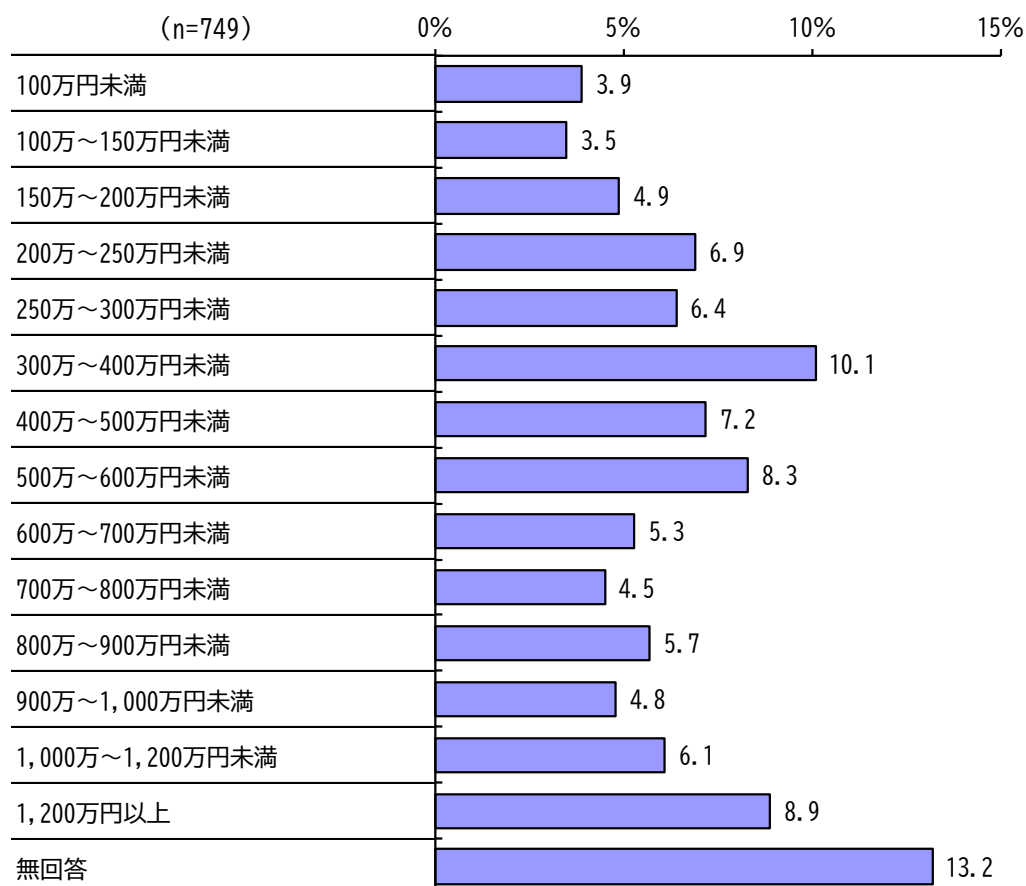


(7) 世帯年収

問 7. 問6の世帯全体の昨年1年間の税引前の合計収入額(年金・手当等を含みます)をお答えください。(1つだけ番号を○で囲んでください)

世帯年収は、「300万円～400万円未満」が10.1%と最も高く、次いで「1,200万円以上」が8.9%、「500万円～600万円未満」が8.3%、「400万円～500万円未満」が7.2%と続いています。

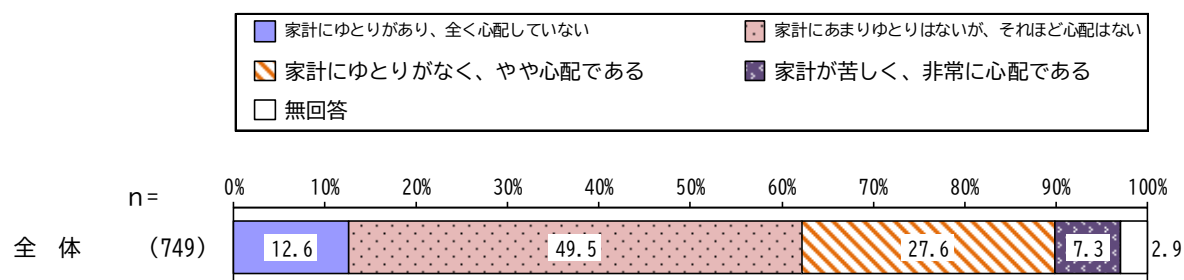
(単数回答)



(8) 現在の暮らし向き

問 8. 現在の暮らし向きについて、あてはまるものをお選びください。(1つだけ番号を○で囲んでください)

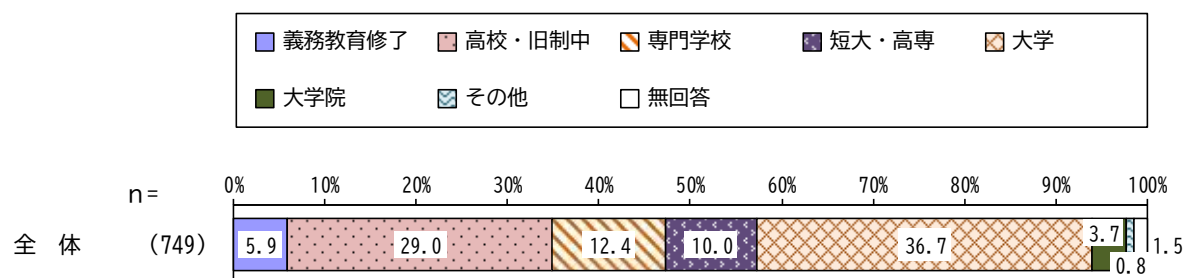
現在の暮らし向きは、「家計にあまりゆとりはないが、それほど心配はない」が49.5%と約5割で最も高く、次いで「家計にゆとりがなく、やや心配である」が27.6%と続いています。



(9) 最終学歴

問 9. あなたの最終卒業学校(中途退学の場合は、その前の学校)について、あてはまるものをお選びください。(1つだけ番号を○で囲んでください)

最終学歴は、「大学」が36.7%と最も高く、次いで「高校・旧制中」が29.0%と続いています。



2. からだの健康に関する意識について

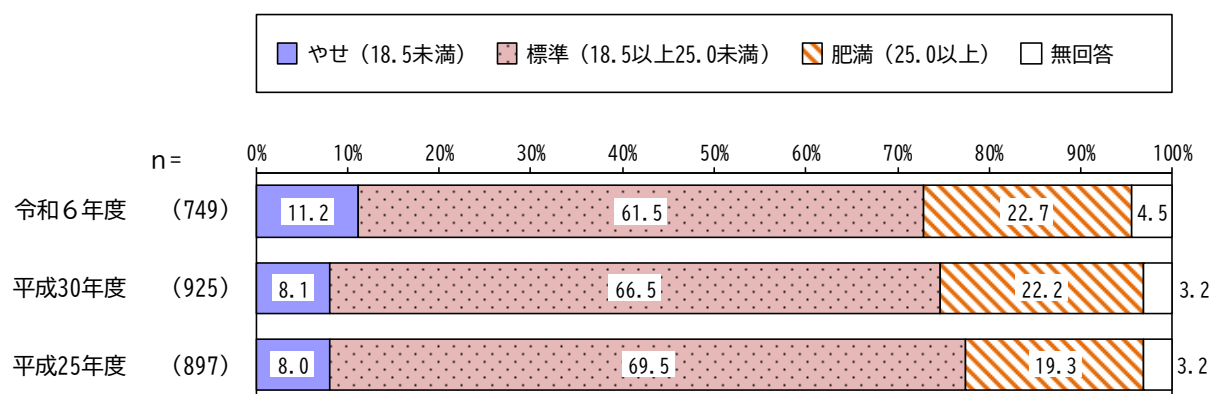
(1) 身長・体重・BMI

問 10. あなたの現在の身長・体重はどのくらいですか。(数字を記入してください)

【BMI】

身長と体重の結果をもとに算出したBMIは、「やせ（18.5未満）」が11.2%、「標準（18.5以上25.0未満）」が61.5%、「肥満（25.0以上）」が22.7%となっています。

過去の調査結果と比較すると、「標準（18.5以上25.0未満）」で減少傾向となっている一方、「やせ（18.5未満）」が平成30年度から3.1ポイント増加しています。



※「身長」・「体重」の回答はBMIを求めるためにたずねたものであり、個々の回答は非掲載としています。

健康日本 21（第三次）

【「適正体重を維持している者の増加、（肥満 BMI25 以上、やせ BMI18.5 未満の減少）」現状と目標】

本市の各年齢層の肥満ややせの割合は、国の令和元年度とあまりありません。

	習志野市		国の現状と目標		
	前回	今回	中間（第二次）	最終（第二次）	目標（第三次）
20～60 歳代男性の肥満者の割合	31.5% (平成 30 年度)	33.3% (令和 6 年度)	32.4% (平成 28 年度)	35.1% (令和元年度)	30%未満 (令和 14 年度)
40～60 歳代女性の肥満者の割合	19.3% (平成 30 年度)	21.1% (令和 6 年度)	21.6% (平成 28 年度)	22.5% (令和元年度)	15%未満 (令和 14 年度)
20 歳代女性のやせの者の割合	16.7% (平成 30 年度)	20.7% (令和 6 年度)	20.7% (平成 28 年度)	20.7% (令和元年度)	

※国の現状と目標の「中間（第二次）」と「最終（第二次）」は『「健康日本 21（第二次）」最終評価報告書』、「目標（第三次）」は『健康日本 21（第三次）の推進のための説明資料』。

【「低栄養傾向の高齢者の減少、(65歳以上、やせ BMI18.5 未満の減少)」現状と目標】

本市の 65 歳以上の BMI が 20 以下の割合は 23.0%で、国の令和元年度より高くなっています。

習志野市		国の現状と目標		
前回	今回	中間（第二次）	最終（第二次）	目標（第三次）
15.7% (平成 30 年度)	23.0% (令和 6 年度)	17.9% (平成 28 年度)	16.8% (令和元年度)	13%未満 (令和 14 年度)

※国の現状と目標の「中間（第二次）」と「最終（第二次）」は『「健康日本 21（第二次）」最終評価報告書』、「目標（第三次）」は『健康日本 21（第三次）の推進のための説明資料』。

【「若年女性のやせの減少、(20～30 歳代女性、やせ BMI18.5 未満の減少)」現状と目標】

本市の 20～30 歳代女性の BMI が 20 以下の割合は 19.5%となっています。

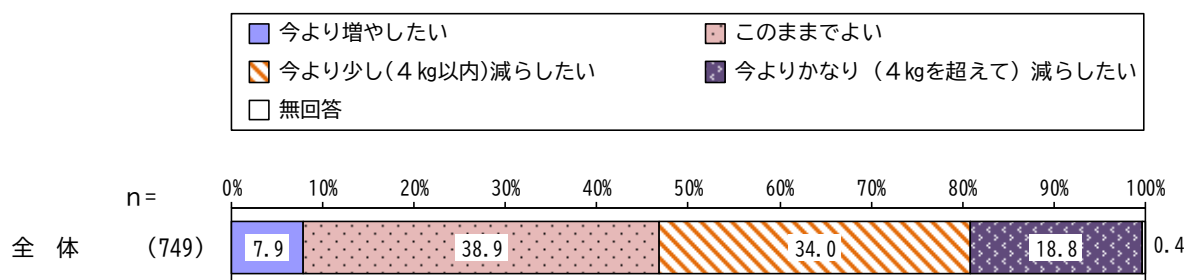
習志野市		国の目標		
前回	今回	中間（第二次）	最終（第二次）	目標（第三次）
	19.5% (令和 6 年度)			15%未満 (令和 14 年度)

※国の目標の「目標（第三次）」は『健康日本 21（第三次）の推進のための説明資料』。

(2) 体重についての認識

問 11. あなたの体重について、どのように考えていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

現在の体重についてどう考えているかたずねたところ、「このままでよい」が38.9%と最も高く、次いで「今より少し(4kg以内)減らしたい」が34.0%、「今よりかなり(4kgを超えて)減らしたい」が18.8%と続いており、「今より少し(4kg以内)減らしたい」と「今よりかなり(4kgを超えて)減らしたい」を合わせると、「今より減らしたい」は52.8%で5割を超えています。

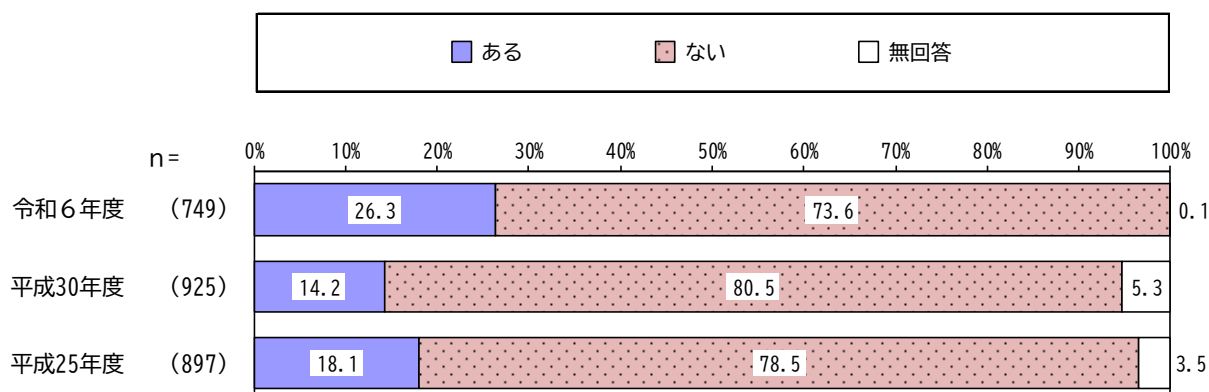


(3) 日常生活に影響のある健康上の問題の有無

問 12. 現在、健康上の問題で日常生活に何か影響がありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

健康上の問題で日常生活に何か影響があるかたずねたところ、「ある」が26.3%と2割台半ばで、「ない」が73.6%と高くなっています。

過去の調査結果と比較すると、「ある」が平成30年度から12.1ポイント増加しています。



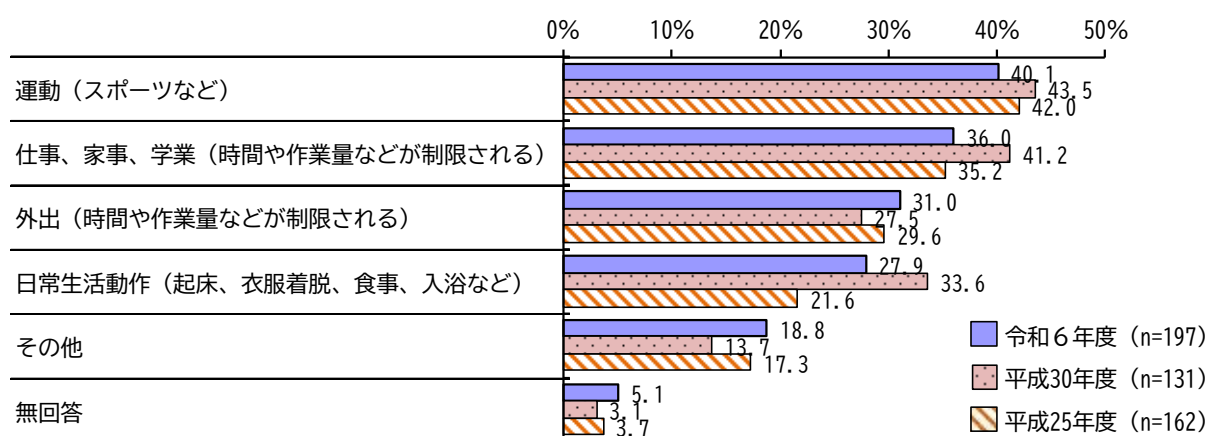
(4) 日常生活に影響があるもの

問 12-1. 問 12. で「1. ある」を選んだ方におきします。

影響があるものをお選びください。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

問 12 で健康上の問題で日常生活に何か影響が「ある」と回答した方に、影響があるものをたずねたところ、「運動（スポーツなど）」が 40.1%と最も高く、次いで「仕事、家事、学業（時間や作業量などが制限される）」が 36.0%となっています。

過去の調査結果と比較すると、平成 30 年度から「外出（時間や作業量などが制限される）」が 3.5 ポイント増加している一方、「仕事、家事、学業（時間や作業量などが制限される）」と「日常生活動作（起床、衣服着脱、食事、入浴など）」が 5 ポイント以上減少しています。

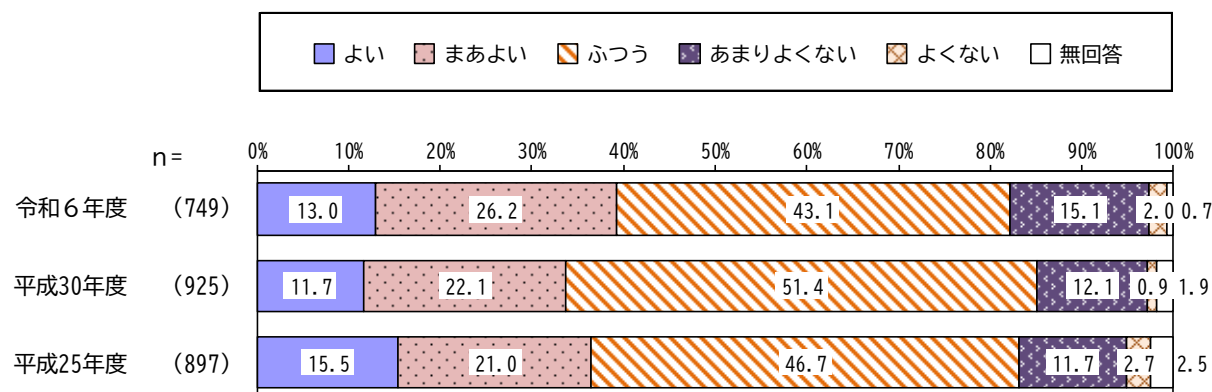


(5) 現在の健康状態

問 13. あなたの現在の健康状態はいかがですか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

現在の健康状態は、「よい」(13.0%)と「まあよい」(26.2%)を合わせて、《よい》が 39.2%で約 4 割となっています。「ふつう」が 43.1%と最も高く、「あまりよくない」(15.1%)と「よくない」(2.0%)を合わせた《よくない》は 17.1%となっています。

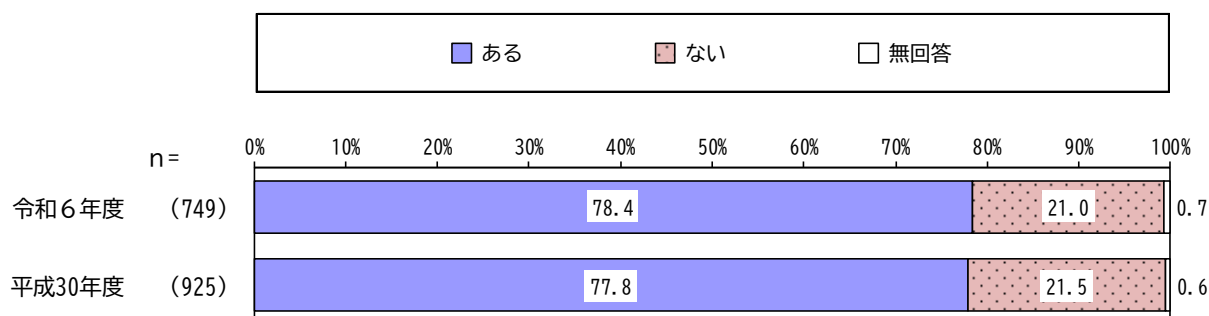
過去の調査結果と比較すると、《よい》が平成 30 年度から 5.4 ポイント増加しています。



(6) 健診等の受診状況

問 14. あなたは過去1年間に、健診等(健康診査、がん検診及び人間ドック)を受けたことがありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

健診等の受診状況は、「ある」が78.4%で、「ない」(21.0%) よりも高くなっています。
平成 30 年度の調査結果と比較すると、あまり変化はありません。



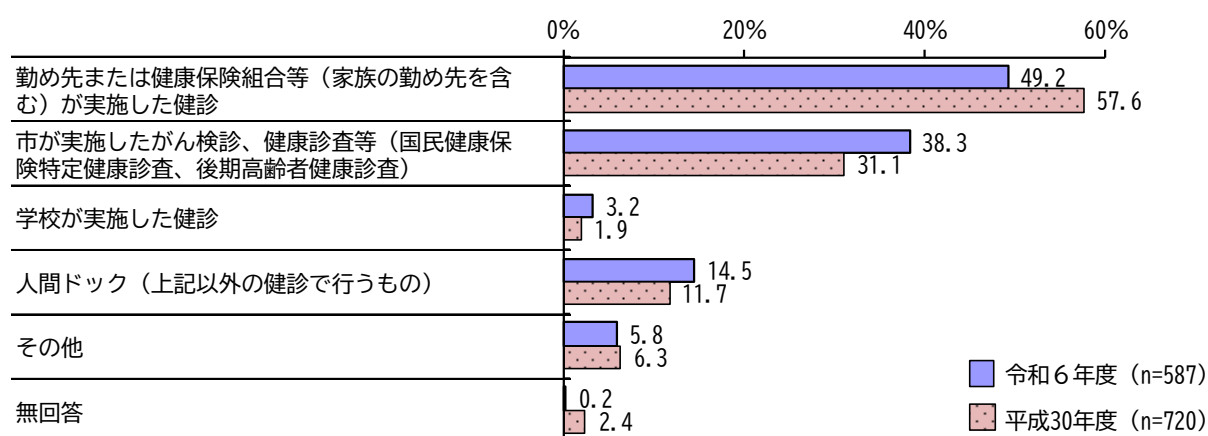
(7) 受診している健康診断

問 14-1. 問 14. で「1. ある」を選んだ方におききします。

どのような機会に健診等を受けましたか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

問 14 で健診等を受けたことが「ある」と回答した方に、受診した健康診断をたずねたところ、「勤め先または健康保険組合等(家族の勤め先を含む)が実施した健診」が 49.2%と最も高く、次いで「市が実施したがん検診、健康診査等(国民健康保険特定健康診査、後期高齢者健康診査)」が 38.3%となっています。

平成 30 年度の調査結果と比較すると、「市が実施したがん検診、健康診査等(国民健康保険特定健康診査、後期高齢者健康診査)」が 7.2 ポイント増加している一方、「勤め先または健康保険組合等(家族の勤め先を含む)が実施した健診」が 8.4 ポイント減少しています。



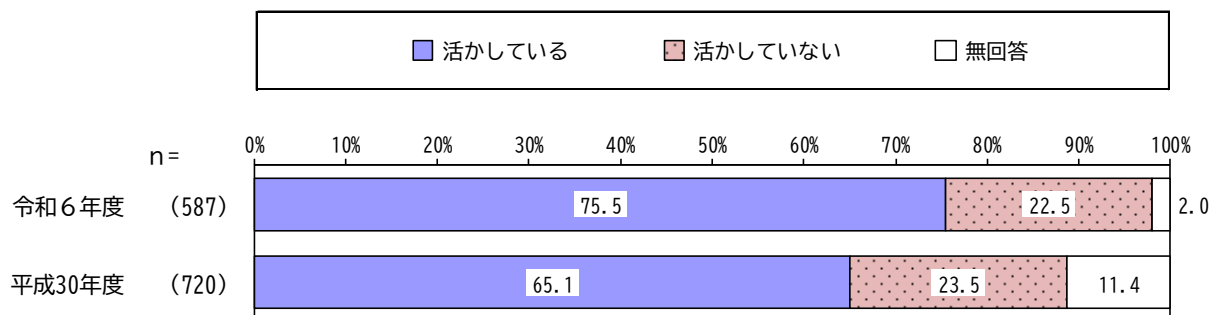
(8) 健診等の受診状況

問 14-2. 問 14. で「1. ある」を選んだ方におききます。

健診等の結果をその後の生活に活かしていますか。(例:食事に気を付ける・歩くようにする等)(1つだけ番号を○で囲んでください)

問 14 で健診等を受けたことが「ある」と回答した方に、その結果の活用状況をたずねたところ、「活かしている」が75.5%で、「活かしていない」(22.5%) よりも高くなっています。

平成 30 年度の調査結果と比較すると、「活かしている」が 10.4 ポイント増加していますが、「活かしていない」はあまり変化ありません。



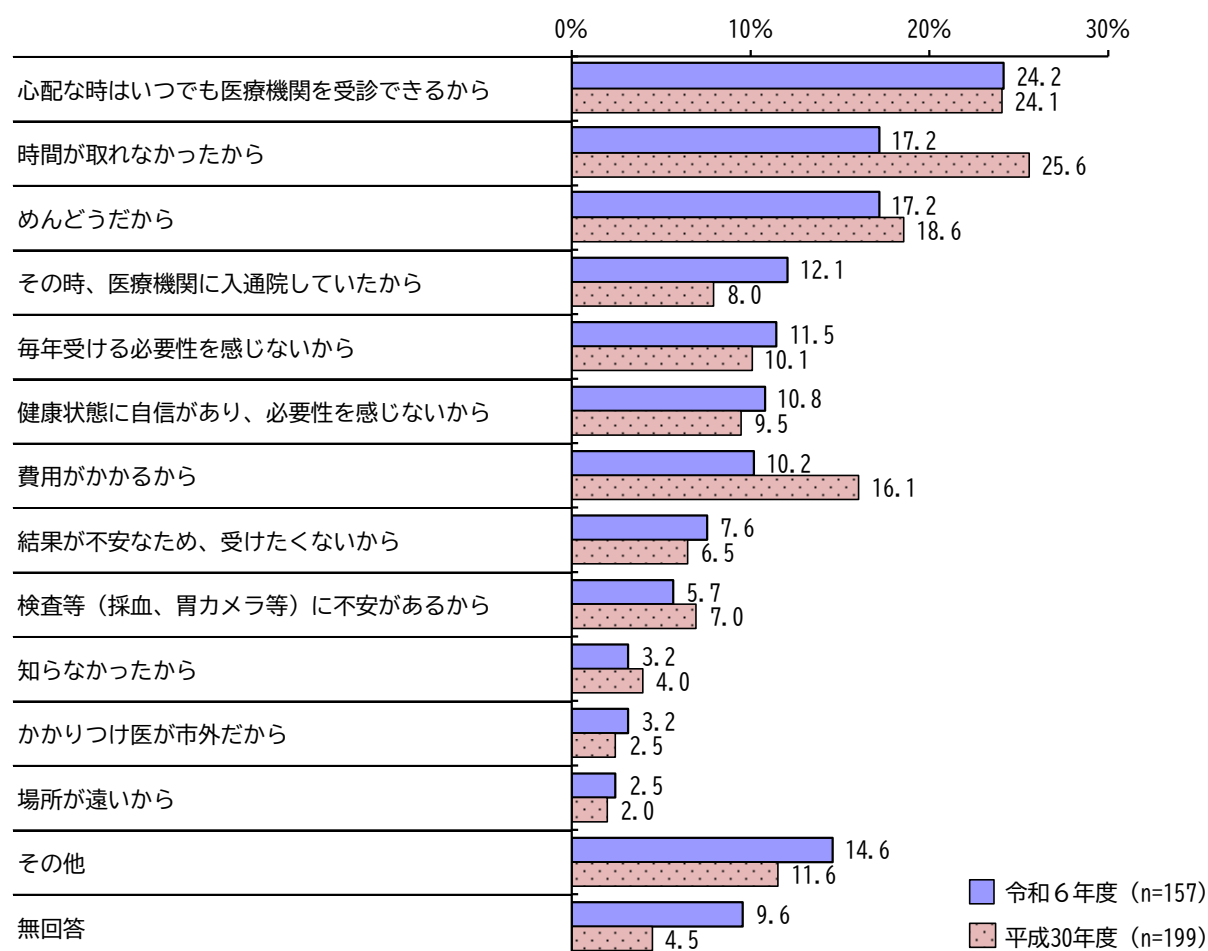
(9) 健診等を受けていない理由

問 14-3. 問 14. で「2. ない」を選んだ方におきします。

健診等を受けていない理由についてお選びください。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

問 14 で健診等を受けたことが「ない」と回答した方に、その理由をたずねたところ、「心配な時はいつでも医療機関を受診できるから」が 24.2%と最も高く、次いで「時間が取れなかったから」と「めんどうだから」がともに 17.2%、「その時、医療機関に入通院していたから」が 12.1%と続いています。

平成 30 年度の調査結果と比較すると、「その時、医療機関に入通院していたから」が 4.1 ポイント増加している一方、「時間が取れなかったから」が 8.4 ポイント、「費用がかかるから」が 5.9 ポイント減少しています。



(10) 健診等を受ける条件

問 14-4. 問 14. で「2. ない」を選んだ方におききます。

どのような条件がそろえばあなたは健診等を受けますか。(自由記入)

問 14 で健診等を受けたことが「ない」と回答した方に、どのような条件がそろえばあなたは健診等を受けるか、自由に記述いただいたところ、50 件の具体的な回答を以下のとおり分類しました。

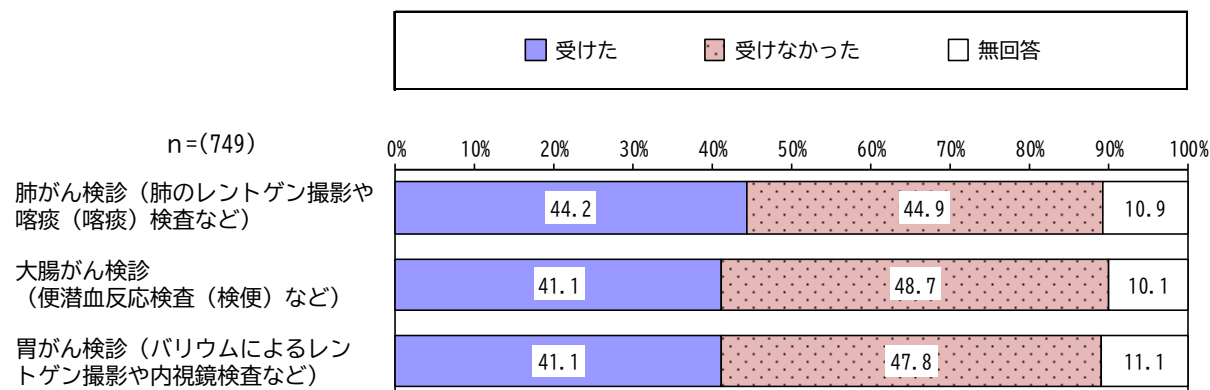
費用の負担や軽減化	11 件
自分自身の体調や心境に変化があったから	10 件
時間や曜日が合わない	3 件
近くの場所や病院を選ぶことが出来ればよい	3 件
健診等を受ける気はない	3 件
検査項目が多ければよい	2 件
事前の予約が取りにくい（仕事や家族の介護）のでいつでも予約が取れるなら	2 件
その他（健診を受ける場所や日を指定してもらえれば等）	16 件

(11) がん検診の受診状況・受診した機会

問 15. あなたは、下記のがん検診を受けましたか。それぞれの検診についてお答えください。また、検診を受けた方は、受診した検診ごとに、どのような機会に受診したのかお答えください。
(肺がん・大腸がんは過去1年間の受診状況、胃がんは過去2年間の受診状況)

【検診の受診状況】

がん検診の受診状況は、「受けた」が、“肺がん検診”で44.2%、“大腸がん検診”で41.1%、“胃がん検診”で41.1%と、いずれも4割台を占めています。



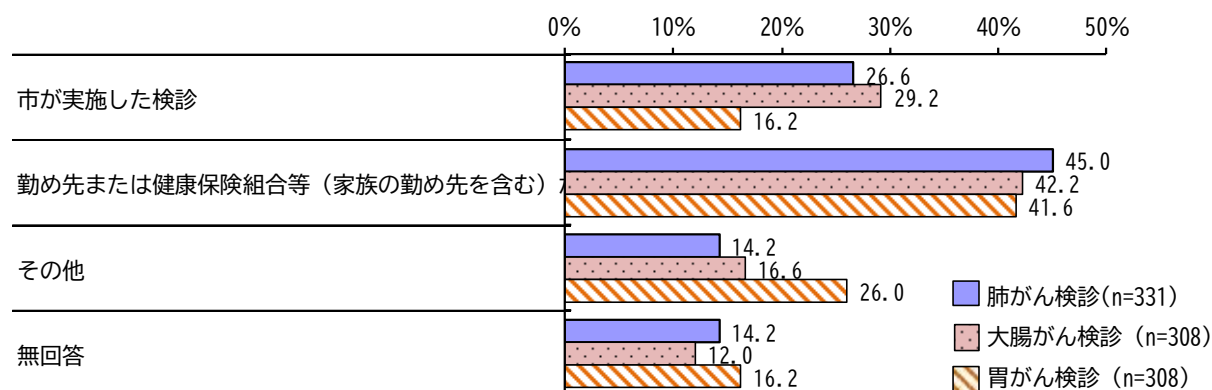
【受診した機会】 (単数回答)

各がん検診を「受けた」と回答した方に、受診した機会をたずねました。

“肺がん検診”を受診した機会は、「勤め先または健康保険組合等 (家族の勤め先を含む) が実施した検診」が45.0%と最も高く、次いで「市が実施した検診」が26.6%となっています。

“大腸がん検診”を受診した機会は、「勤め先または健康保険組合等 (家族の勤め先を含む) が実施した検診」が42.2%と最も高く、次いで「市が実施した検診」が29.2%となっています。

“胃がん検診”を受診した機会は、「勤め先または健康保険組合等 (家族の勤め先を含む) が実施した検診」が41.6%と最も高く、次いで「その他」が26.0%となっています。

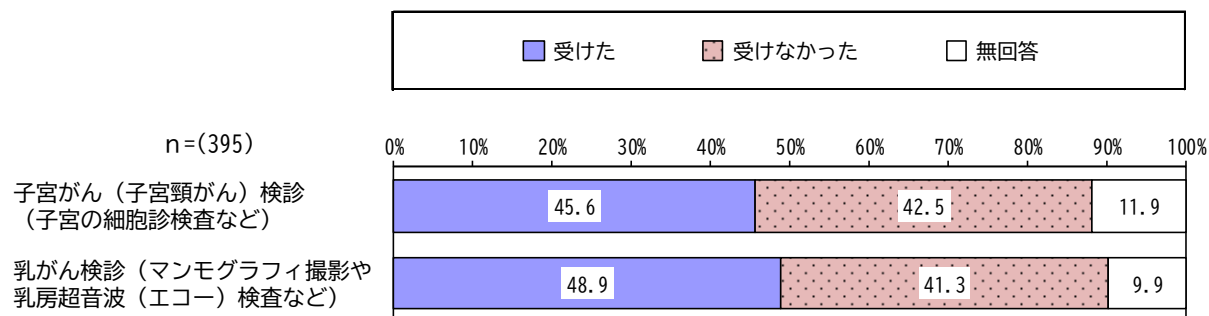


(12) がん検診の受診状況・受診した機会（女性のみ）

問 15. あなたは、下記のがん検診を受けましたか。それぞれの検診についてお答えください。また、検診を受けた方は、受診した検診ごとに、どのような機会に受診したのかお答えください。
（20 歳以上の女性のみ、過去2年間の受診状況）

【検診の受診状況】

女性にたずねた、“子宮がん（子宮頸がん）検診”と“乳がん検診”の受診状況は、「受けた」が、“子宮がん検診”で45.6%、“乳がん検診”で48.9%と、いずれも4割台半ばを超えています。

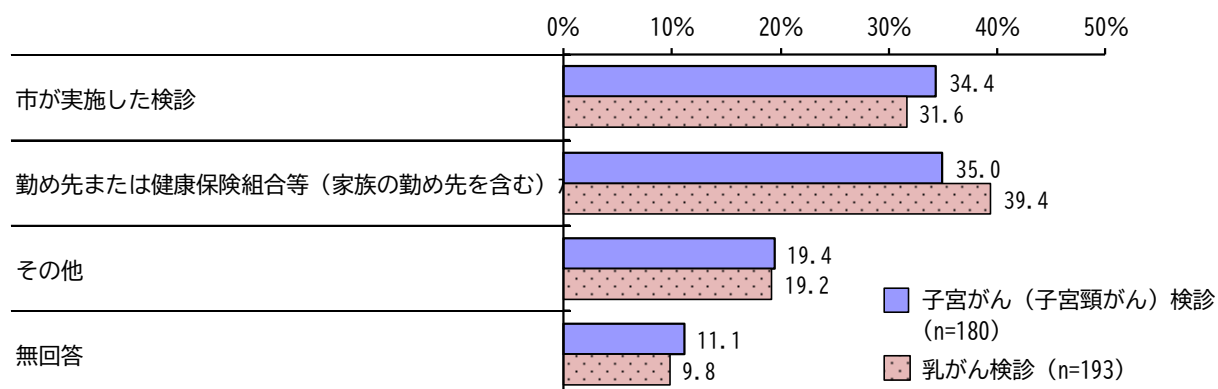


【受診した機会】（単数回答）

各がん検診を「受けた」と回答した方に、受診した機会をたずねました。

“子宮がん（子宮頸がん）検診”を受診した機会は、「勤め先または健康保険組合等（家族の勤め先を含む）が実施した検診」が35.0%で、「市が実施した検診」が34.4%と僅差で続いています。

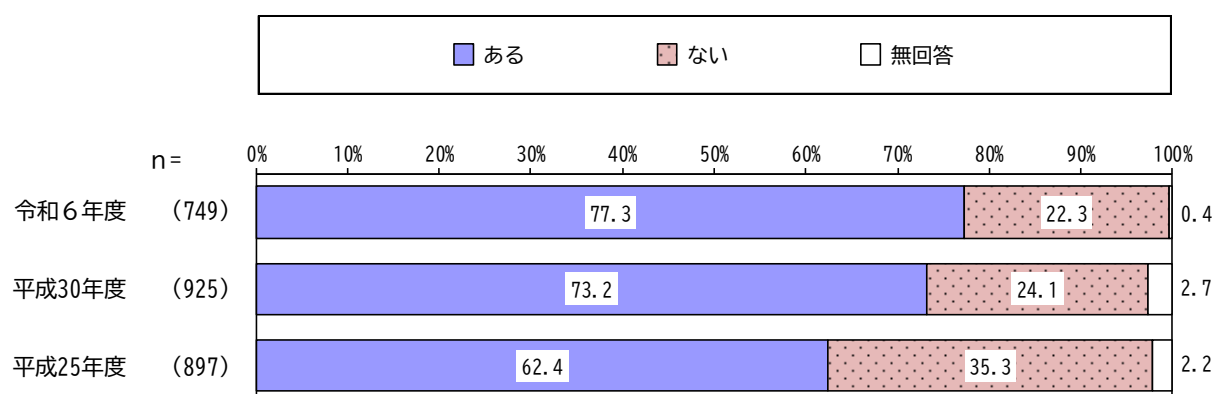
“乳がん検診”を受診した機会は、「勤め先または健康保険組合等（家族の勤め先を含む）が実施した検診」が39.4%で、「市が実施した検診」が31.6%となっています。



(13) かかりつけ医の有無

問 16. 体調が悪い時、通える距離に受診・相談ができる、かかりつけ医がありますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

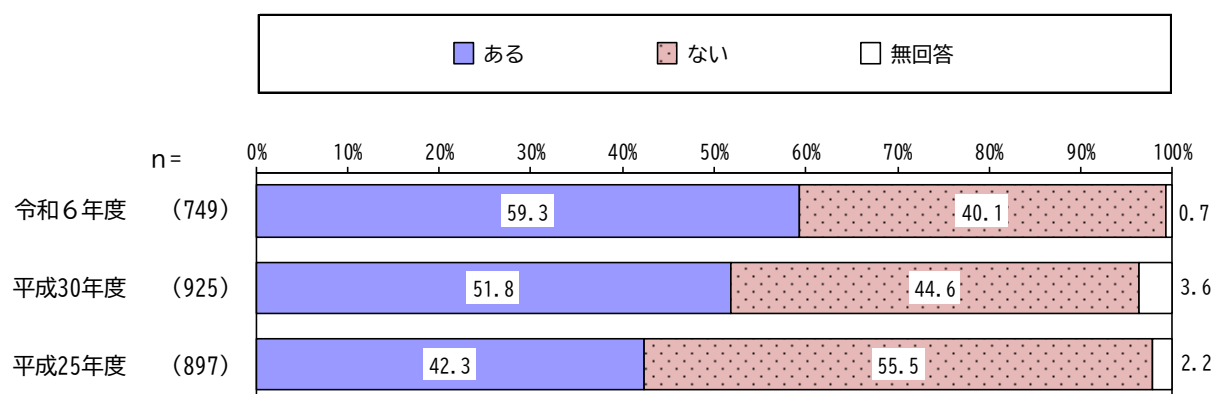
かかりつけ医の有無は、「ある」が77.3%で、「ない」(22.3%)よりも高くなっています。
過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「ある」が4.1ポイント増加し、「ない」が1.8ポイント減少しており、調査ごとにかかりつけ医が「ある」割合が増加傾向となっています。



(14) かかりつけ薬局の有無

問 17. 薬に関する相談ができる、かかりつけ薬局がありますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

かかりつけ薬局の有無は、「ある」が59.3%で、「ない」(40.1%)よりも高くなっています。
過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「ある」が7.5ポイント増加し、「ない」が4.5ポイント減少しており、調査ごとにかかりつけ薬局が「ある」割合が増加傾向となっています。



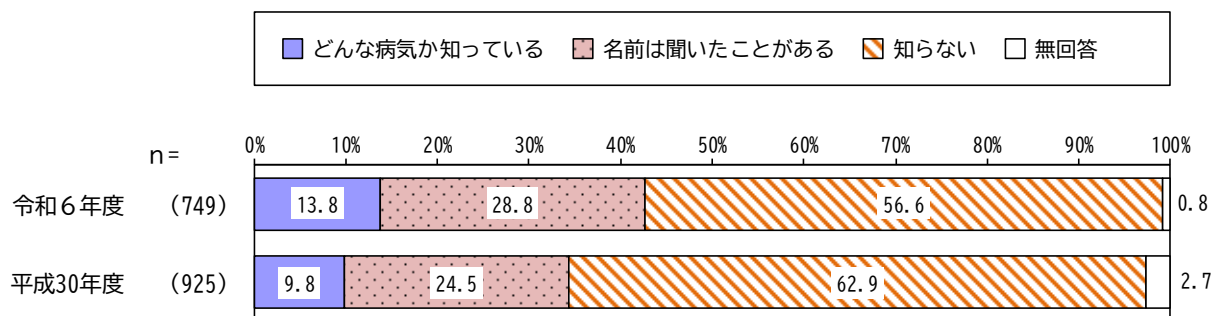
(15) CKD（慢性腎臓病）の認知度

問 18. CKD(慢性腎臓病)※という病気を知っていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

※CKD（慢性腎臓病）とは、慢性的に経過する腎臓の病気のことをいいます。腎炎、糖尿病性腎症、慢性糸球体腎炎、腎硬化症などが含まれます。

CKD（慢性腎臓病）の認知度は、「知らない」が56.6%と最も高くなっています。

平成30年度の調査結果と比較すると、「どんな病気か知っている」が4.0ポイント、「名前は聞いたことがある」が4.3ポイント増加しており、CKD（慢性腎臓病）の認知度は増加傾向となっています。



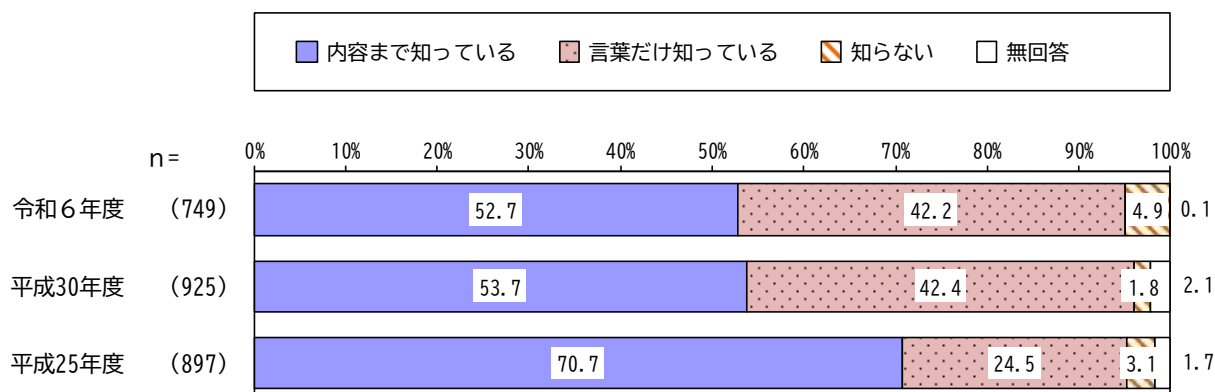
(16) メタボリックシンドロームの認知度

問 19. メタボリックシンドローム※を知っていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

※メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪型肥満に加えて、高血圧、血中脂質異常、高血糖の2つ以上が該当する状態です。

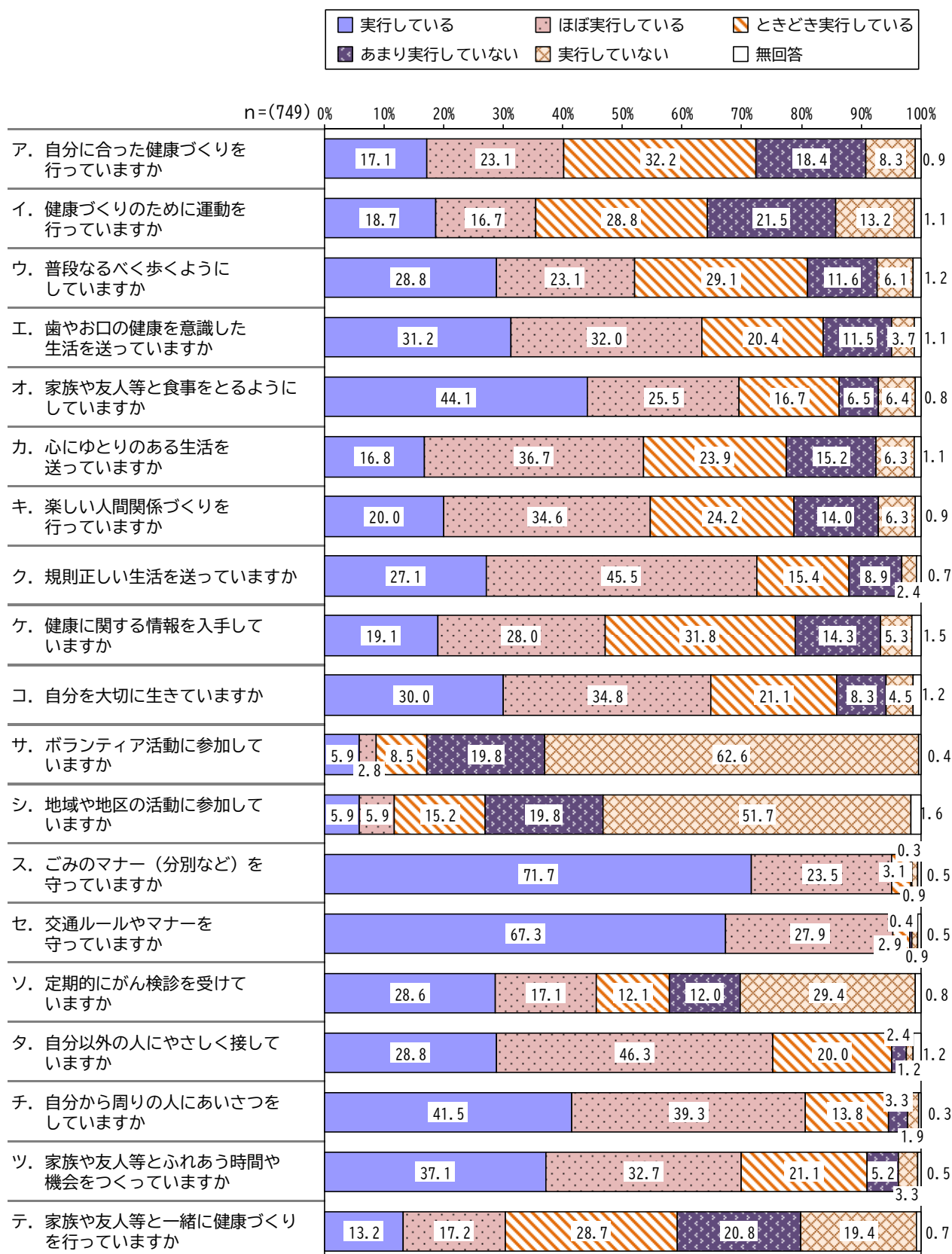
メタボリックシンドロームの認知度は、「内容まで知っている」が52.7%と最も高く、次いで「言葉だけ知っている」が42.2%となっている。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「内容まで知っている」や「言葉だけ知っている」といった認知度はあまり変化がありません。



(17) 健康に関する行動

問 20. 普段のあなたの健康に関する行動について、次のア～テの項目であてはまるものをお答えください。(すべての項目に1つの番号を○で囲んでください)



第2章 調査結果の詳細

健康に関する行動について、「実行している」、「ほぼ実行している」、「ときどき実行している」を合わせた《実行している》、「あまり実行していない」と「実行していない」を合わせた《実行していない》のそれぞれ上位5項目を整理すると、次のようになっています。

《実行している》

① ス. ごみのマナー（分別など）を守っていますか	98.3%
② セ. 交通ルールやマナーを守っていますか	98.1%
③ タ. 自分以外の人にやさしく接していますか	95.1%
④ チ. 自分から周りの人にあいさつをしていますか	94.6%
⑤ ツ. 家族や友人等とふれあう時間や機会をつくっていますか	90.9%

《実行していない》

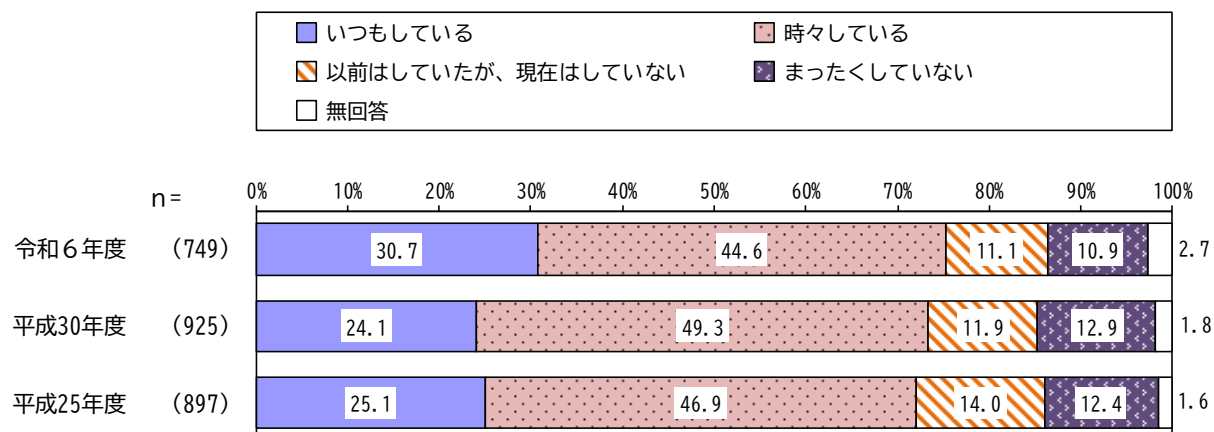
① サ. ボランティア活動に参加していますか	82.4%
② シ. 地域や地区の活動に参加していますか	71.5%
③ ソ. 定期的ながん検診を受けていますか	41.4%
④ テ. 家族や友人等と一緒に健康づくりを行っていますか	40.2%
⑤ イ. 健康づくりのために運動を行っていますか	34.7%

(18) 日頃の身体活動

問 21. 日頃から日常生活の中で、健康の維持・増進のために、意識的に身体を動かしていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

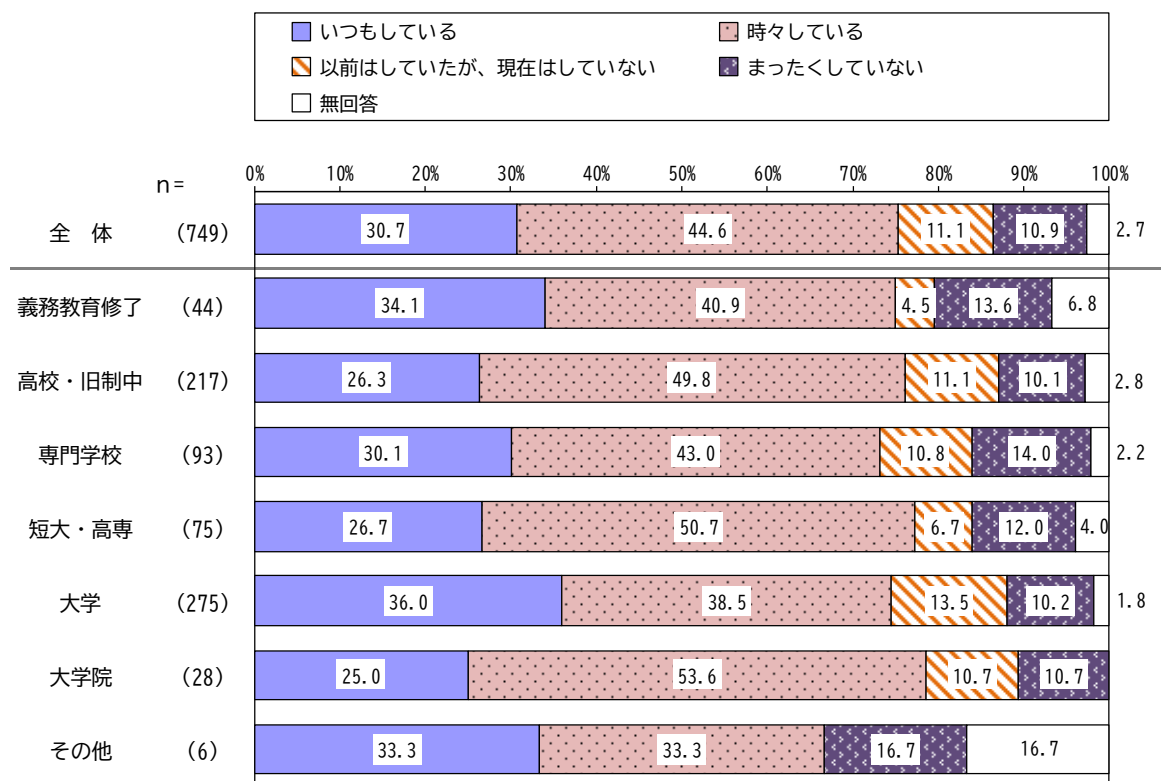
日頃の身体活動は、「いつもしている」(30.7%)と「時々している」(44.6%)を合わせた《している》が75.3%となっています。一方、「以前はしていたが、現在はしていない」(11.1%)と「まったくしていない」(10.9%)を合わせた《していない》は22.0%となっています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「いつもしている」が6.6ポイント増加しており、調査ごとに《している》割合が増加傾向となっています。



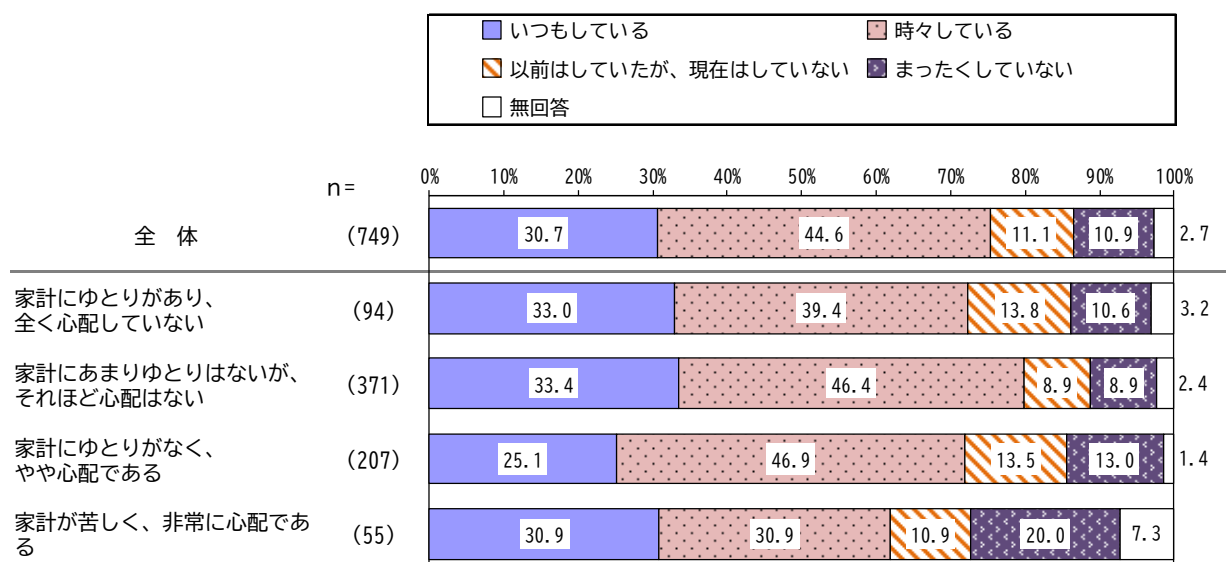
【最終学歴別】

最終学歴別でみると、『している』は〔その他〕以外いずれも7割台となっています。一方、『していない』は〔専門学校〕で24.8%と最も高くなっています。



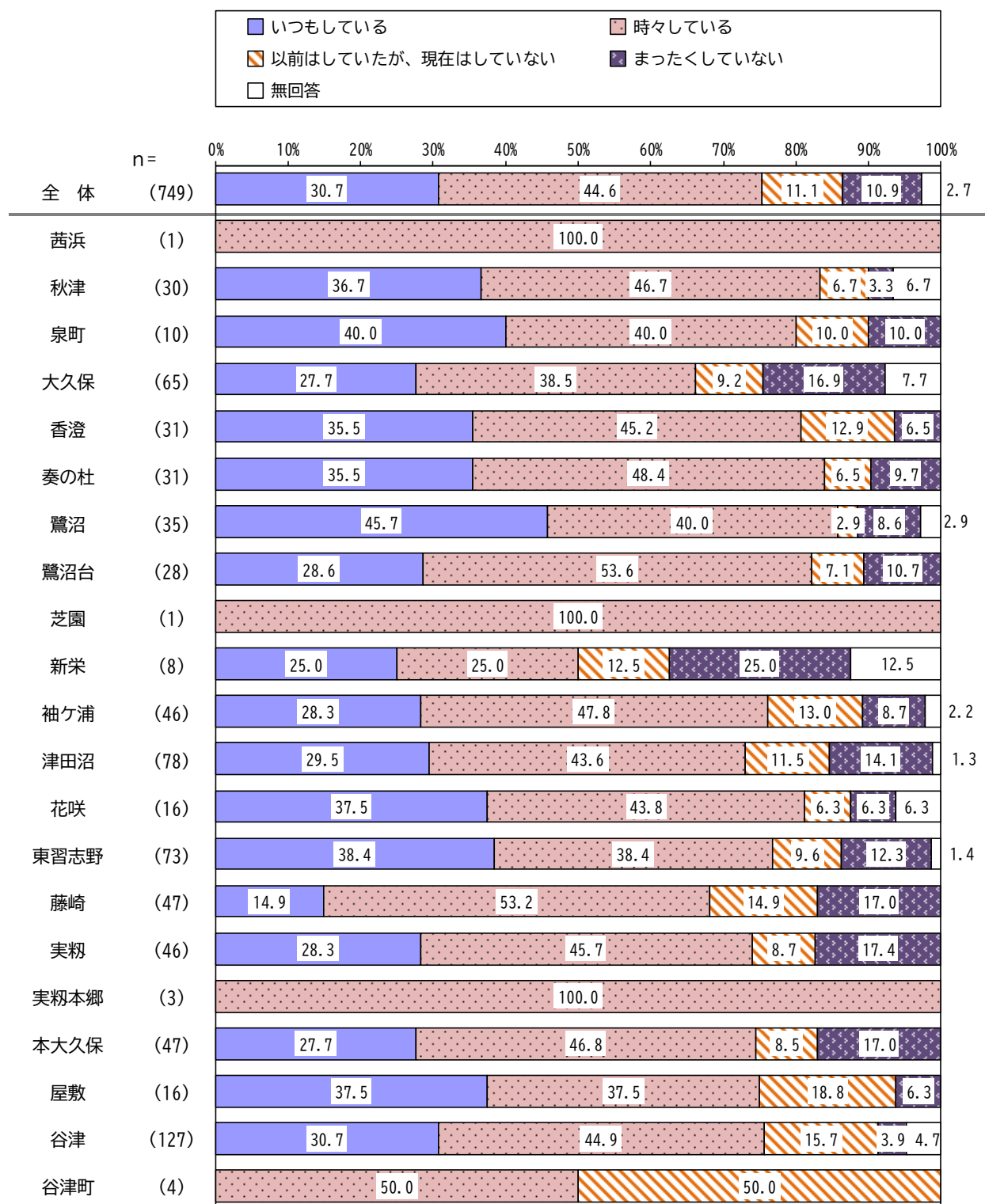
【現在の暮らし向き別】

現在の暮らし向き別でみると、『している』は〔家計にあまりゆとりはないが、それほど心配はない〕で79.8%と8割を占めて最も高くなっています。一方、『していない』は〔家計が苦しく、非常に心配である〕で30.9%と3割を占めて最も高くなっています。



【居住地区別】

居住地区別でみると、《している》は〔鷺沼〕で85.7%と最も高く、次いで〔奏の杜〕(83.9%)、〔秋津〕(83.4%)が続いています。一方、《していない》は〔藤崎〕で31.9%と3割を超えて最も高く、次いで〔大久保〕と〔実籾〕(それぞれ26.1%)が続いています。



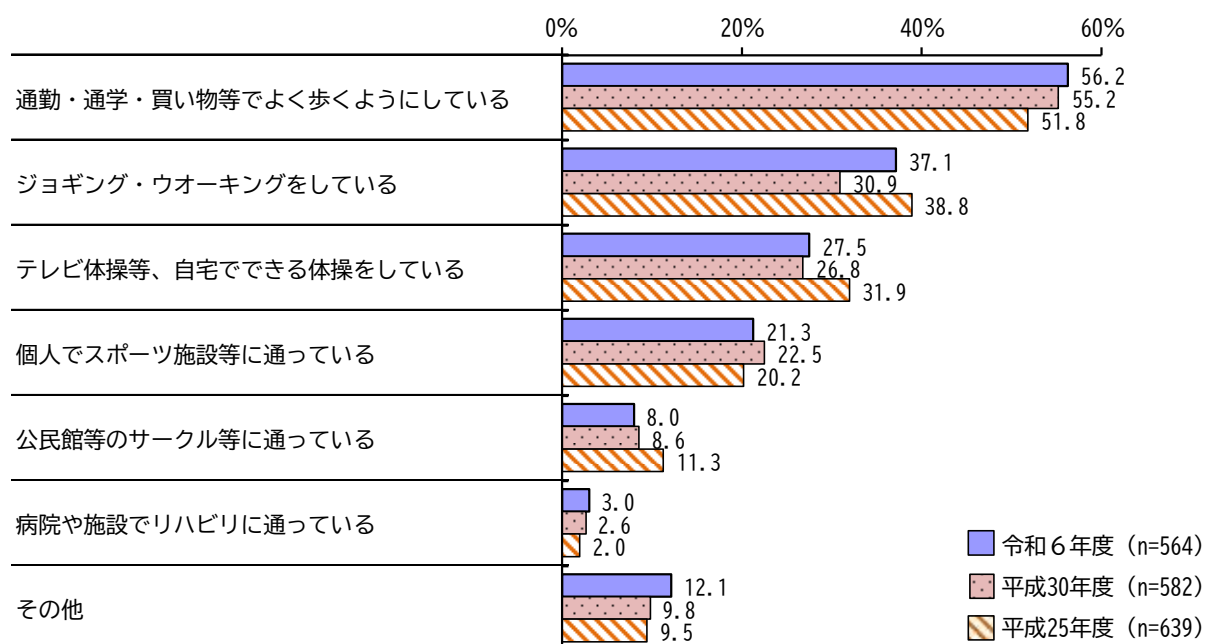
※nが25人未満の層は、人数が少ないので参考として図示し、文中では触れていません。

(19) 身体活動の内容

問 21-1. 問 21 で「1. いつもしている」または「2. 時々している」を選んだ方におきします。
どのように身体を動かしていますか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

問 21 で日頃の身体活動を《している》と回答した方に、その内容をたずねたところ、「通勤・通学・買い物等でよく歩くようにしている」が 56.2%と最も高く、次いで「ジョギング・ウォーキングをしている」が 37.1%、「テレビ体操等、自宅でできる体操をしている」が 27.5%、「個人でスポーツ施設等に通っている」が 21.3%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、平成 30 年度から「ジョギング・ウォーキングをしている」が 6.2 ポイント増加していますが、それ以外の項目はあまり変化がありません。また、「通勤・通学・買い物等でよく歩くようにしている」は平成 25 年度から増加傾向となっています。



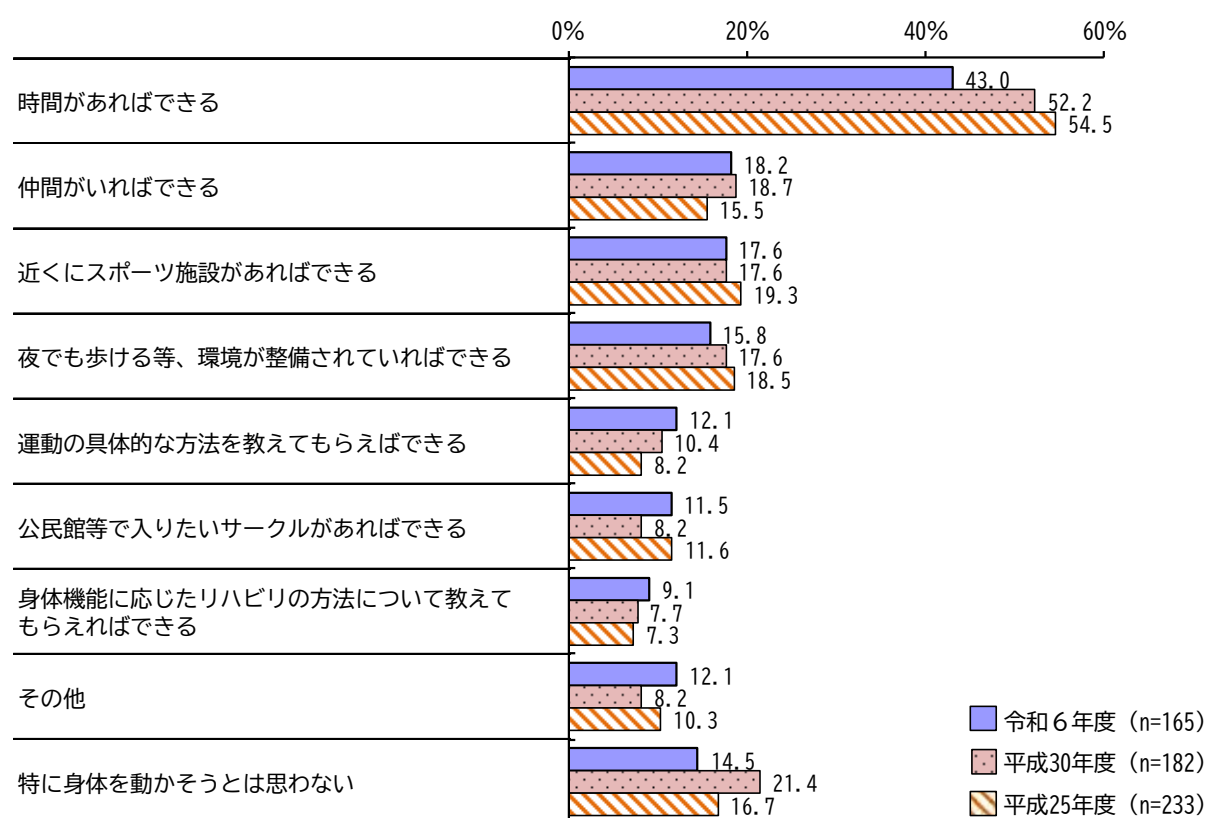
※この設問は無回答の人数を除いて算出しています。

(20) 身体活動ができる条件

問 21-2. 問 21 で「3. 以前はしていたが、現在はしていない」または「4. まったくしていない」を選んだ方におききます。
身体を動かすことができる条件をお選びください。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

問 21 で日頃の身体活動を《していない》と回答した方に、身体活動ができる条件をたずねたところ、「時間があればできる」が 43.0%と最も高くなっています。次いで「仲間がいればできる」が 18.2%、「近くにスポーツ施設があればできる」が 17.6%、「夜でも歩ける等、環境が整備されていればできる」が 15.8%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、平成 30 年度から「時間があればできる」が 9.2 ポイント、「特に身体を動かそうとは思わない」が 6.9 ポイント減少しており、「時間があればできる」と「夜でも歩ける等、環境が整備されていればできる」は平成 25 年度から減少傾向となっています。一方、「運動の具体的な方法を教えてもらえばできる」と「身体機能に応じたりハビリの方法について教えてもらえばできる」は平成 25 年度から増加傾向となっています。

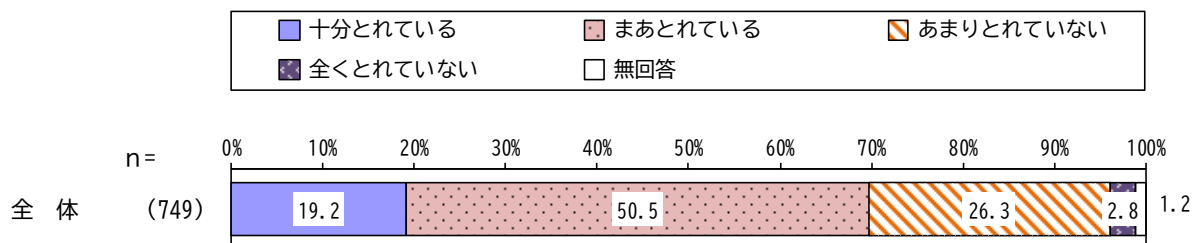


※この設問は無回答の人数を除いて算出しています。

(21) 睡眠による休養状況

問22. あなたは、毎日睡眠で休養が十分とれていると思いますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

毎日睡眠で休養が十分とれているかたずねたところ、「十分とれている」(19.2%)と「まあとれている」(50.5%)を合わせた《とれている》が69.7%と約7割を占めています。一方、「あまりとれていない」(26.3%)と「全くとれていない」(2.8%)を合わせた《とれていない》は29.1%となっています。



健康日本 21（第三次）

【「睡眠による休養を十分とれている者の増加」現状と目標】

《とれている》は、本市は69.7%と国の令和5年度を下回っています。

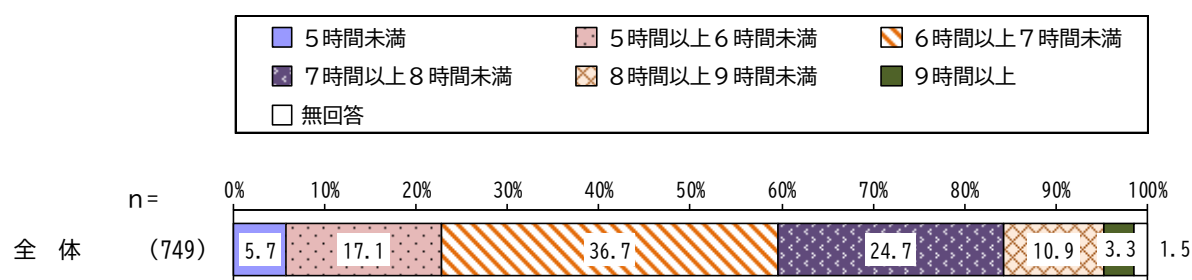
習志野市		国の現状と目標		
前回	今回	中間（第二次）	直近	目標（第三次）
	69.7% (令和6年度)	80.4% (平成28年度)	74.9% (令和5年度)	80% (令和14年度)

※国の現状と目標の「中間（第二次）」と「直近」は『厚生労働省「国民健康・栄養調査」』、
「目標（第三次）」は『健康日本21（第三次）の推進のための説明資料』。

(22) 1日の平均睡眠時間

問23. 1日の睡眠時間はどのくらいですか。(数字を記入してください)

1日の平均睡眠時間をたずねたところ、「6時間以上7時間未満」が36.7%と最も高く、次いで「7時間以上8時間未満」(24.7%)、「5時間以上6時間未満」(17.1%)が続いています。また、「6時間以上7時間未満」から「8時間以上9時間未満」を合わせた《6時間以上9時間未満》で72.3%となっています。



健康日本 21 (第三次)

【「睡眠時間が十分に確保できている者の増加、(睡眠時間が6～9時間)」現状と目標】

睡眠時間が《6時間以上9時間未満》は、本市は72.3%と国の令和元年度を上回っています。

習志野市		国の現状と目標		
前回	今回	中間 (第二次)	直近	目標 (第三次)
	72.3% (令和6年度)		58.8% (令和元年度)	60% (令和14年度)

※国の現状と目標の「直近」は『厚生労働省「国民健康・栄養調査」』、
「目標 (第三次)」は『健康日本 21 (第三次) の推進のための説明資料』。

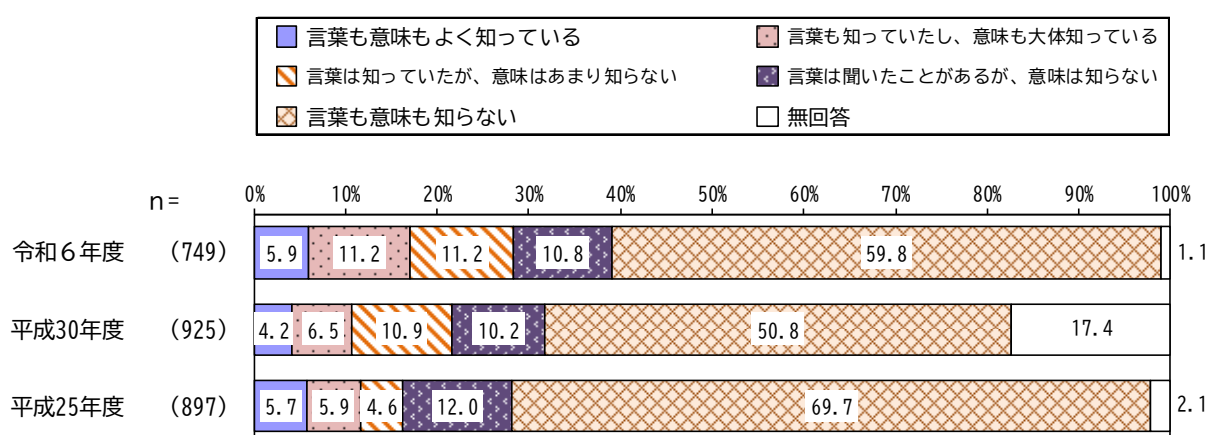
(23) ロコモティブシンドロームの理解度

問 24. ロコモティブシンドローム※という言葉と、その意味を知っていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

※ロコモティブシンドロームとは、運動器の障害による要介護の状態や要介護リスクの高い状態を表す言葉で、「運動器症候群」ともいいます。

ロコモティブシンドロームの理解度は、「言葉も意味もよく知っている」(5.9%)、「言葉も知っていたし、意味も大体知っている」(11.2%)、「言葉は知っていたが、意味はあまり知らない」(11.2%)、「言葉は聞いたことがあるが、意味は知らない」(10.8%)を合わせた《言葉を聞いたことがある》が39.1%と約4割を占めています。一方、「言葉も意味も知らない」が59.8%と最も高くなっています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から《言葉を聞いたことがある》が7.3ポイント増加しており、平成25年度から増加傾向となっています。



健康日本 21（第三次）

【「ロコモティブシンドロームを認知している国民の割合の増加」現状と目標】

ロコモティブシンドロームの《言葉を聞いたことがある》、つまり「認知度」は、本市は39.1%と国の令和元年度より低い値となっています。

習志野市		国の現状と目標		
前回	今回	中間（第二次）	最終（第二次）	目標（第三次）
31.8% (平成30年度)	39.1% (令和6年度)	46.8% (平成28年度)	44.8% (令和元年度)	

※国の現状と目標の「中間（第二次）」と「最終（第二次）」は『「健康日本21（第二次）」最終評価報告書』。

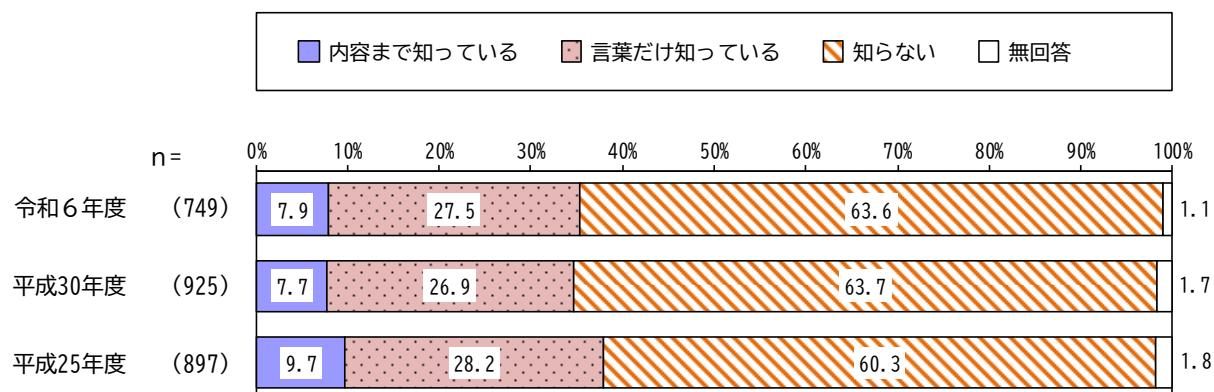
(24) 「てんとうむし（転倒無視）体操」の認知度

問 25. 習志野市オリジナルの「てんとうむし（転倒無視）体操」※を知っていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

※てんとうむし（転倒無視）体操とは、転びにくい身体づくりのために考案された、習志野市オリジナルの音楽付きの体操です。

「てんとうむし（転倒無視）体操」の認知度は、「内容まで知っている」が7.9%、「言葉だけ知っている」が27.5%で、「知らない」が63.6%と最も高くなっています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度からあまり変化はありません。



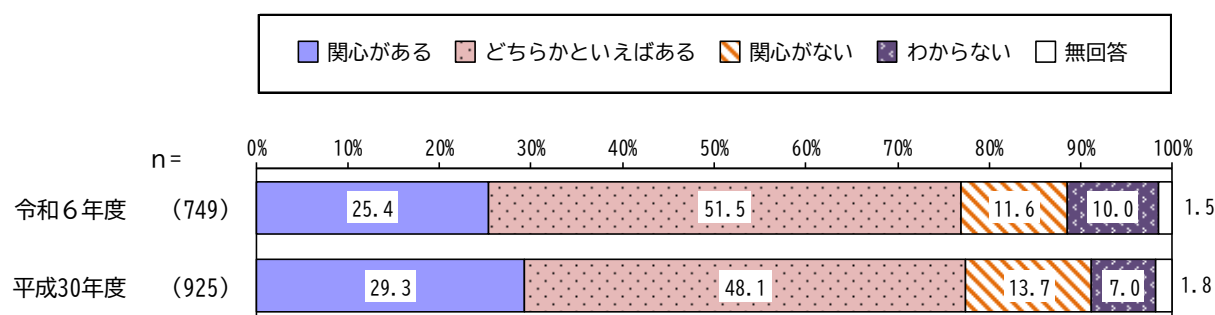
(25) 食育の関心度

問 26. あなたは食育※に関心がありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

※食育とは、心身の健康と豊かな人間形成のために食に関する知識や食を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。

食育の関心度は、「関心がある」(25.4%)と「どちらかといえばある」(51.5%)を合わせた《関心がある》が76.9%となっています。一方、「関心がない」は11.6%となっています。

平成30年度の調査結果と比較すると、《関心がある》はあまり変化はありません。



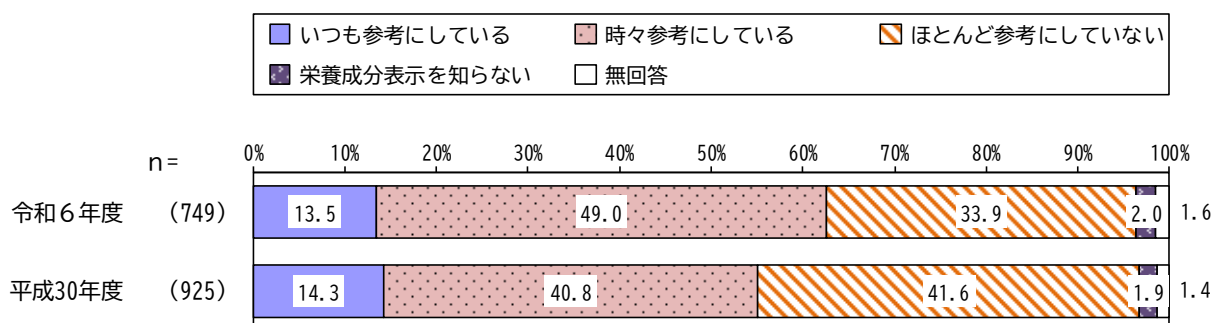
(26) 外食や食品購入時における「栄養成分表示」の参考状況

問 27. 外食や食品を購入する時に「栄養成分表示※」を参考にしていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

※栄養成分表示とは、エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量などの表示です。

「栄養成分表示」の参考程度は、「いつも参考にしている」(13.5%)と「ときどき参考にしている」(49.0%)を合わせた《参考にしている》が62.5%となっています。一方、「ほとんど参考にしていない」が33.9%となっています。

平成30年度の調査結果と比較すると、「ときどき参考にしている」は8.2ポイント増加しており、「ほとんど参考にしていない」は7.7ポイント減少しています。

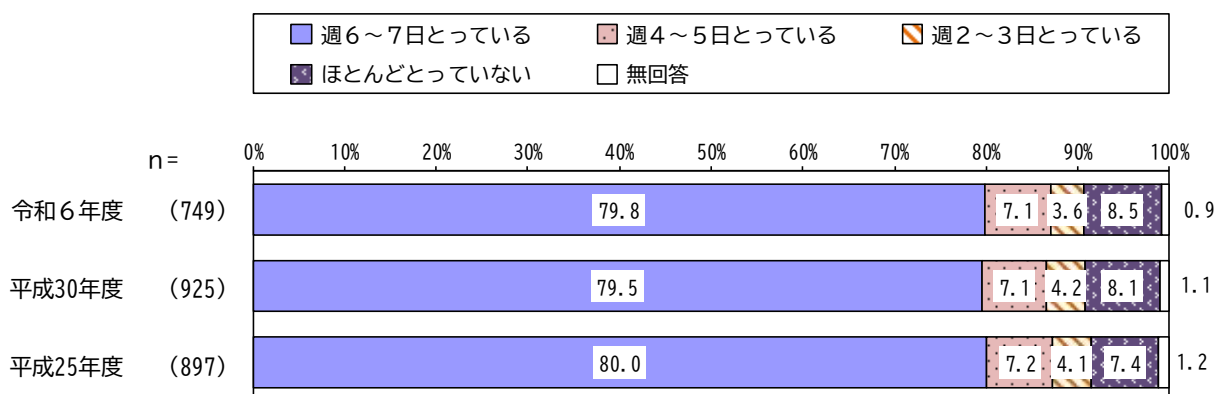


(27) 朝食の摂取状況

問 28. 普段朝食をとっていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

朝食の摂取状況は、「週6～7日とっている」が79.8%と最も高くなっています。一方、「ほとんどとっていない」が8.5%となっています。

過去の調査結果と比較すると、平成25年度からあまり変化はなく、「週6～7日とっている」が8割を占めています。

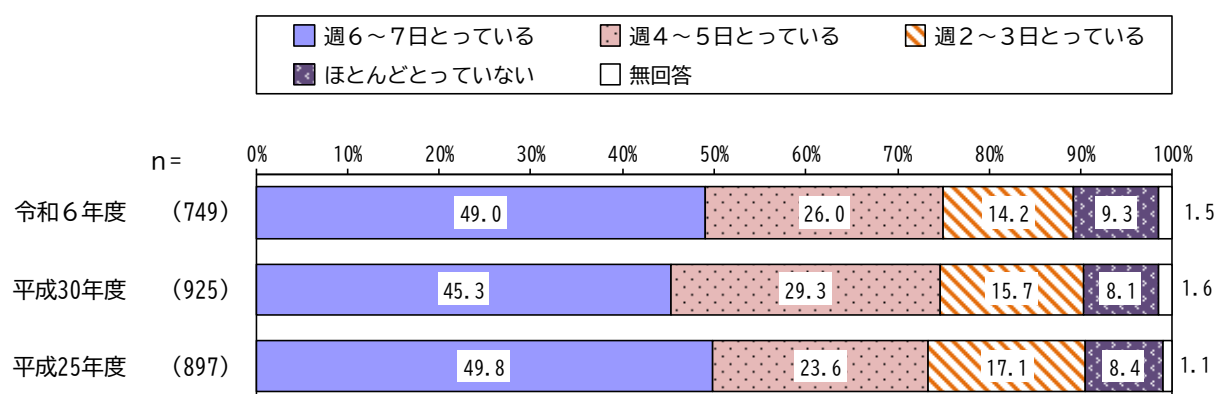


(28) バランスのとれた食事の1日2回以上の摂取状況

問 29. バランスのとれた食事(主食・主菜・副菜を組み合わせた食事)を、1日2回以上とっていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

バランスのとれた食事の1日2回以上の摂取状況は、「週6～7日とっている」が49.0%と最も高く、次いで「週4～5日とっている」が26.0%となっています。一方、「ほとんどとっていない」が9.3%となっています。

過去の調査結果と比較すると、「週6～7日とっている」は平成30年度から3.7ポイント増加しており、「週4～5日とっている」は3.3ポイント減少しています。「ほとんどとっていない」は平成25年度からあまり変化はありません。



健康日本21（第三次）

【「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合の増加」現状と目標】

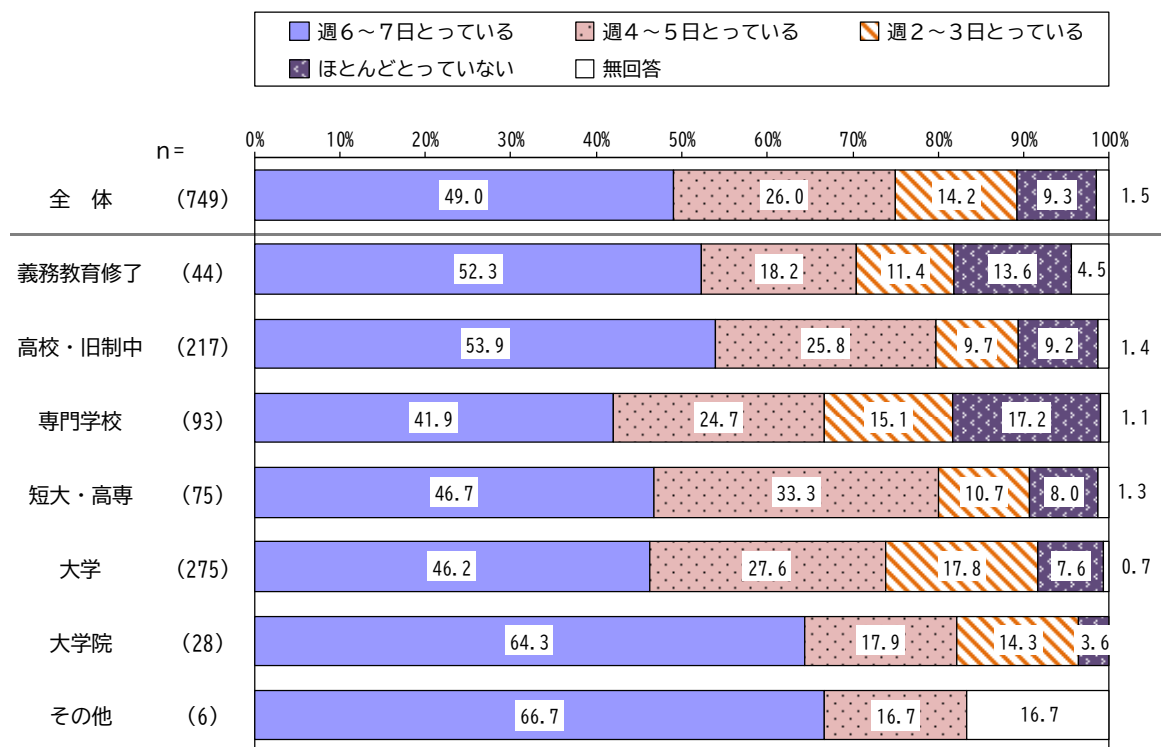
「週6～7日とっている」は、本市は49.0%と国の令和3年度を上回っています。

習志野市		国の現状と目標		
前回	今回	中間（第二次）	直近	目標（第三次）
45.3% （平成30年度）	49.0% （令和6年度）	59.7% （平成28年度）	37.7% （令和3年度）	50% （令和14年度）

※国の現状と目標の「中間（第二次）」と「直近」（令和2年度に調査方法が変更）は『「健康日本21（第二次）」最終評価報告書』、「目標（第三次）」は『健康日本21（第三次）の推進のための説明資料』。

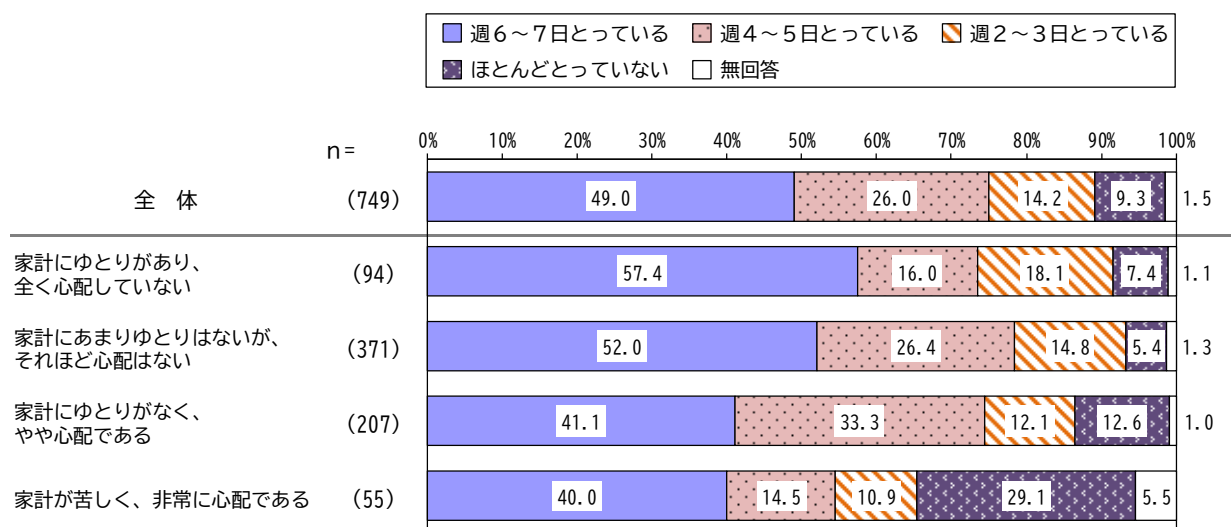
【最終学歴別】

最終学歴別でみると、「週6～7日とっている」は〔大学院〕で64.3%と最も高くなっており、〔高校・旧制中〕(53.9%)と〔義務教育修了〕(52.3%)でも5割を超えています。一方、「ほとんどとっていない」は〔専門学校〕で17.2%と最も高くなっています。



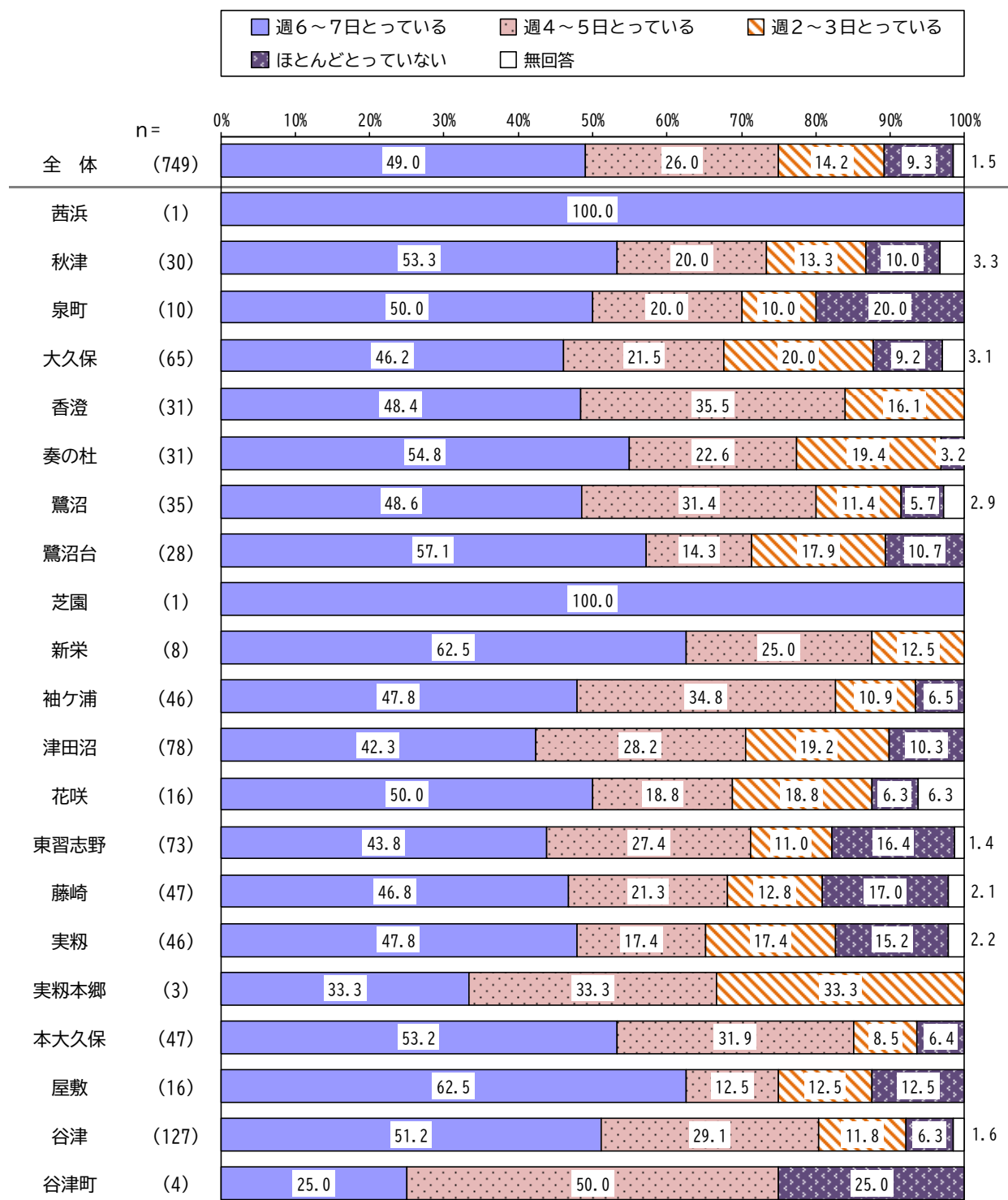
【現在の暮らし向き別】

現在の暮らし向き別でみると、「週6～7日とっている」は〔家計にゆとりがあり、全く心配していない〕(57.4%)と〔家計にあまりゆとりはないが、それほど心配はない〕(52.0%)でそれぞれ5割を超え高くなっています。一方、「ほとんどとっていない」は〔家計が苦しく、非常に心配である〕で29.1%と最も高くなっています。



【居住地区別】

居住地区別でみると、「週6～7日とっている」は〔鷺沼台〕が57.1%と最も高く、次いで〔奏の杜〕、〔秋津〕、〔本大久保〕、〔谷津〕が5割台となっています。一方、「ほとんどとっていない」は〔藤崎〕が17.0%と最も高く、次いで〔東習志野〕、〔実籾〕が1割半ばを超えて続いています。



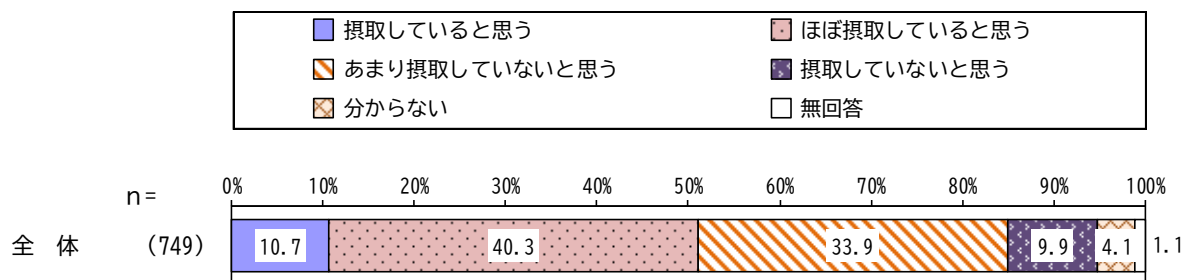
※nが25人未満の層は、人数が少ないので参考として図示し、文中では触れていません。

(29) 健康維持に必要な野菜の摂取状況

問 30. 健康維持に必要な野菜量(350g以上／日)*を摂取していると思いますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

※片手に山盛りにした生野菜の量が 120 g です。

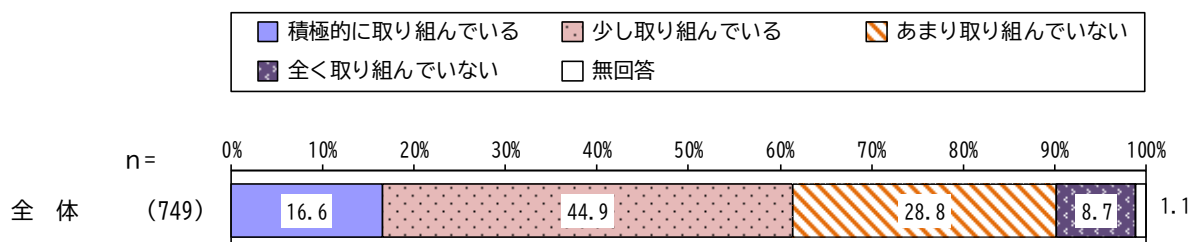
健康維持に必要な1日の野菜の摂取状況は、「摂取していると思う」(10.7%)と「ほぼ摂取していると思う」(40.3%)を合わせた《摂取している》が51.0%と5割を超えています。一方、「あまり摂取していないと思う」(33.9%)と「摂取していないと思う」(9.9%)を合わせた《摂取していない》は43.8%となっています。



(30) 減塩の取り組み状況

問 31. 普段の食事において、減塩に取り組んでいますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

普段の食事での減塩の取り組み状況は、「積極的に取り組んでいる」(16.6%)と「少し取り組んでいる」(44.9%)を合わせた《取り組んでいる》が61.5%と6割を超えています。一方、「あまり取り組んでいない」(28.8%)と「全く取り組んでいない」(8.7%)を合わせた《取り組んでいない》は37.5%となっています。

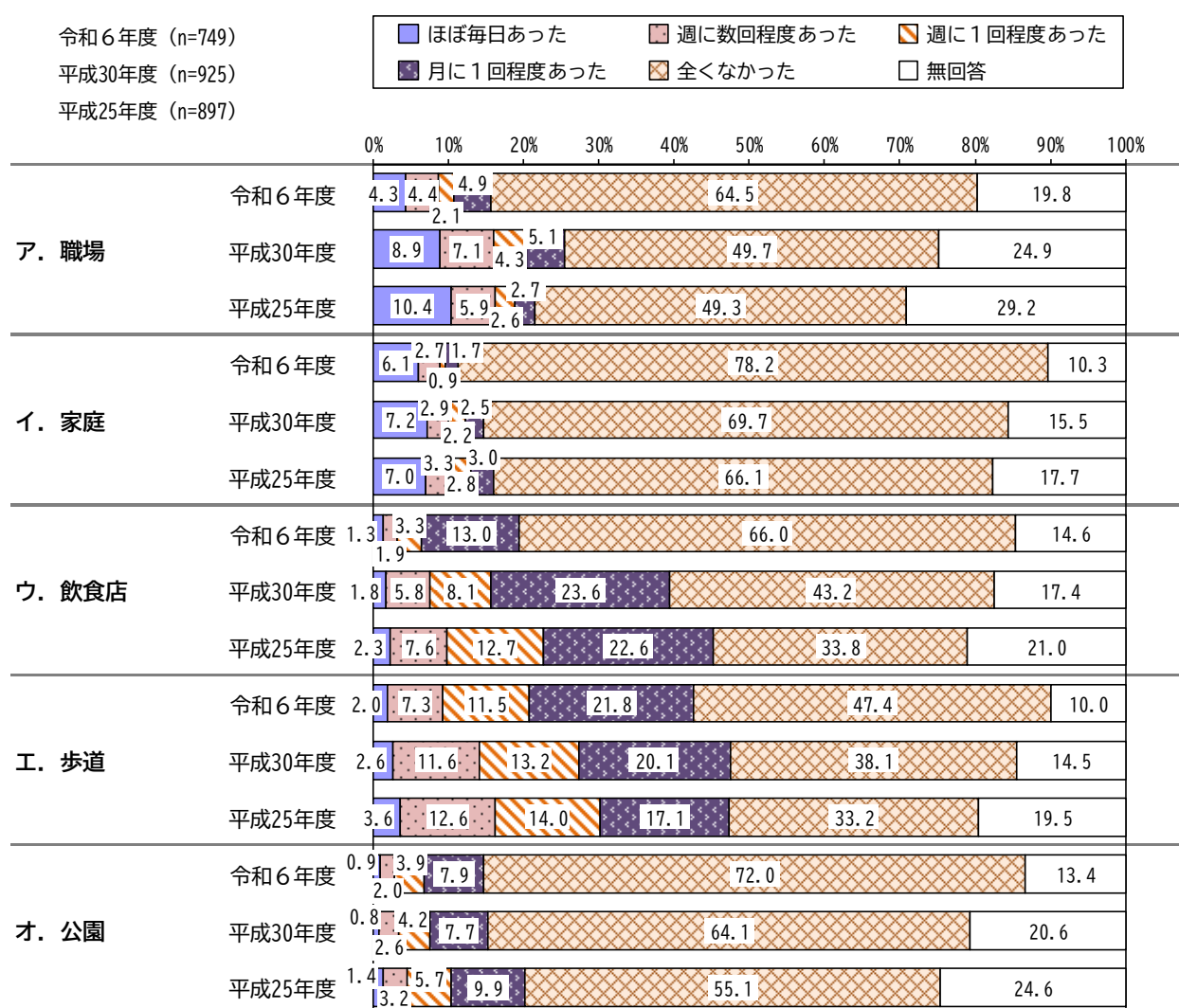


(31) 受動喫煙の頻度

問32. この1か月間に自分以外の人が吸っていたたばこの煙に接した経験(受動喫煙)がありましたか。次のア～オの場所について、あてはまるものをお答えください。
(すべての項目に1つの番号を○で囲んでください)

受動喫煙の頻度としては、「ほぼ毎日あった」は、〔イ. 家庭〕(6.1%)と〔ア. 職場〕(4.3%)が5%前後となっています。「週に1回程度あった」は〔エ. 歩道〕(11.5%)で1割を超えています。また、「月に1回程度あった」は、〔ウ. 飲食店〕(13.0%)で1割、〔エ. 歩道〕(21.8%)で2割を超えています。

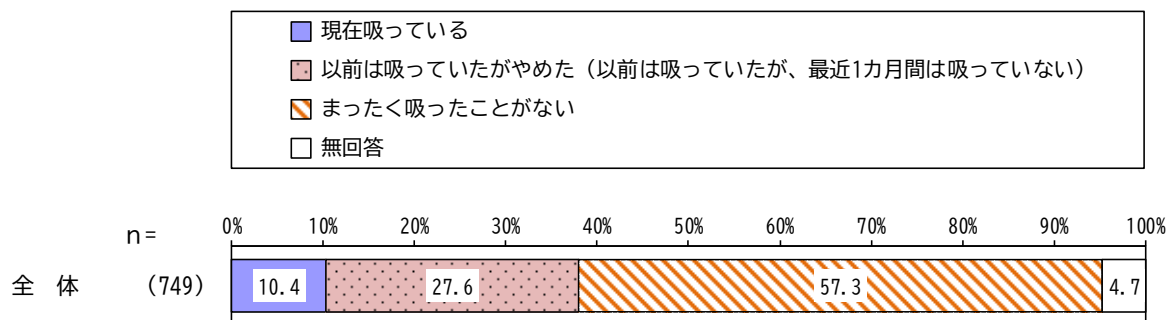
過去の調査結果と比較すると、いずれの場所でも「全くなかった」は増加しており、特に、〔ウ. 飲食店〕では22.8ポイント、〔ア. 職場〕では14.8ポイント増加しています。また、「ほぼ毎日あった」の割合は〔ア. 職場〕で平成30年度から半減しています。



(32) 喫煙経験

問 33. これまでにたばこを吸ったことがありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

喫煙の経験は、「現在吸っている」が10.4%と1割を占めており、「以前は吸っていたがやめた（以前は吸っていたが、最近1カ月間は吸っていない）」が27.6%、「まったく吸ったことがない」が57.3%となっています。



健康日本 21（第三次）

【「成人の喫煙率の減少（喫煙をやめたい者がやめる）」現状と目標】

「現在吸っている」は、本市は10.4%と国の令和元年度を下回っています。

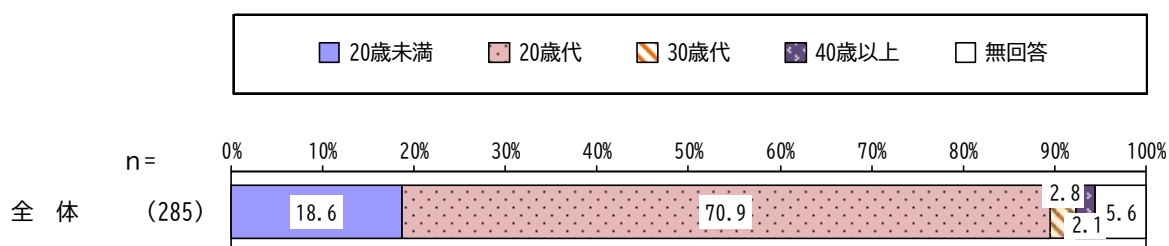
習志野市		国の現状と目標		
前回	今回	中間（第二次）	直近	目標（第三次）
12.6% （平成30年度）	10.4% （令和6年度）	18.3% （平成28年度）	16.7% （令和元年度）	12% （令和14年度）

※国の現状と目標の「中間（第二次）」と「直近」は『「健康日本21（第二次）」最終評価報告書』、「目標（第三次）」は『健康日本21（第三次）の推進のための説明資料』。

(33) 喫煙を始めた年齢

問 33-1. 問 33 で「1. 現在吸っている」または「2. 以前は吸っていたがやめた」を選んだ方におき
きします。
たばこを吸い始めたのは何歳ですか。

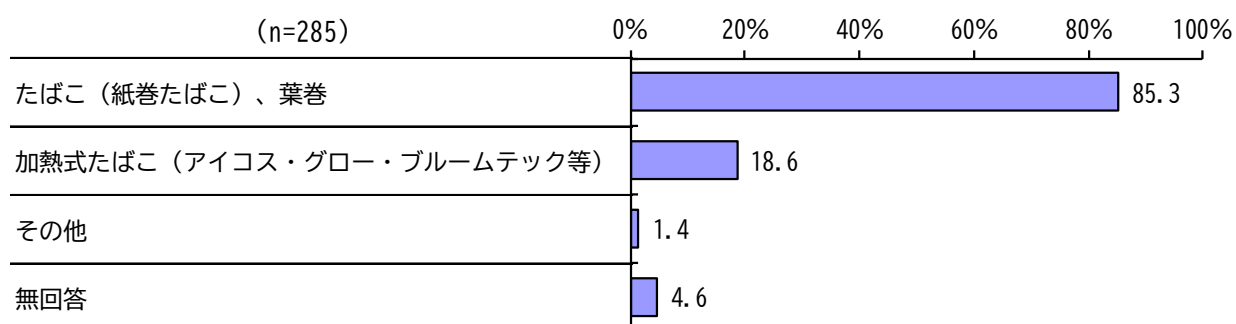
問 33 で「現在吸っている」または「以前は吸っていたがやめた」と回答した方に、たばこを吸い始めた年齢をたずねたところ、「20 歳代」が70.9%と7割を占めて最も高く、次いで「20 歳未満」が18.6%となっています。



(34) 喫煙しているたばこの種類

問 33-2. 問 33 で「1. 現在吸っている」または「2. 以前は吸っていたがやめた」を選んだ方におき
 きます。
 吸っているまたは吸っていたたばこの種類は何ですか。(あてはまるものすべてを○で囲
 んでください)

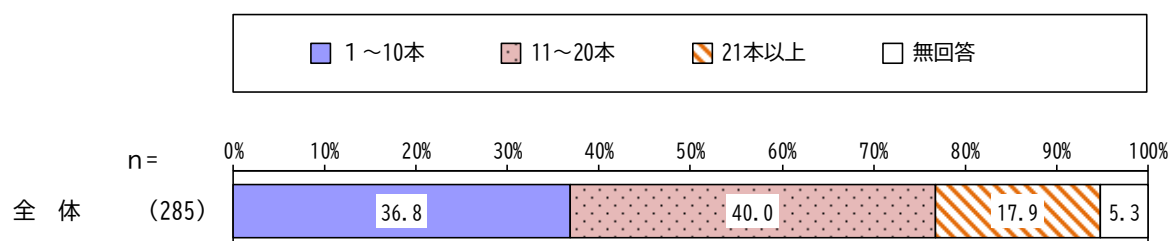
問 33 で「現在吸っている」または「以前は吸っていたがやめた」と回答した方に、喫煙している
 たばこの種類をたずねたところ、「たばこ（紙巻たばこ）、葉巻」が 85.3%と 8 割台半ばで、「加熱式
 たばこ（アイコス・グロー・ブルームテック等）」が 18.6%となっています。



(35) 1 日の喫煙本数

問 33-3. 問 33 で「1. 現在吸っている」または「2. 以前は吸っていたがやめた」を選んだ方におき
 きます。
 1日に何本吸っていますか、または吸っていましたか。(1つだけ番号を○で囲んでくださ
 い)

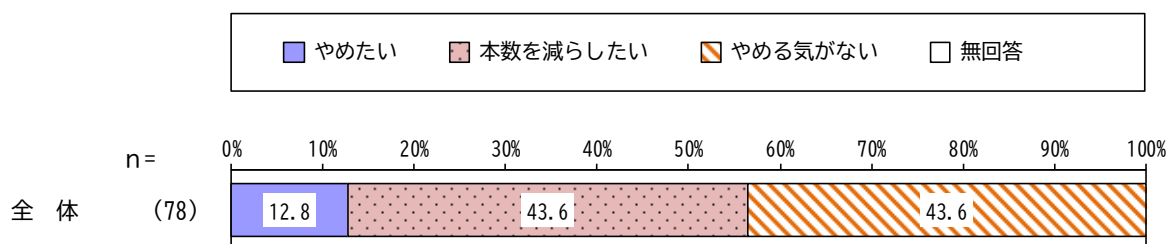
問 33 で「現在吸っている」または「以前は吸っていたがやめた」と回答した方に、1 日に喫煙す
 るたばこの本数をたずねたところ、「11～20 本」が 40.0%と 4 割を占めて最も高く、次いで「1～10
 本」が 36.8%、「21 本以上」が 17.9%となっています。



(36) 禁煙意向

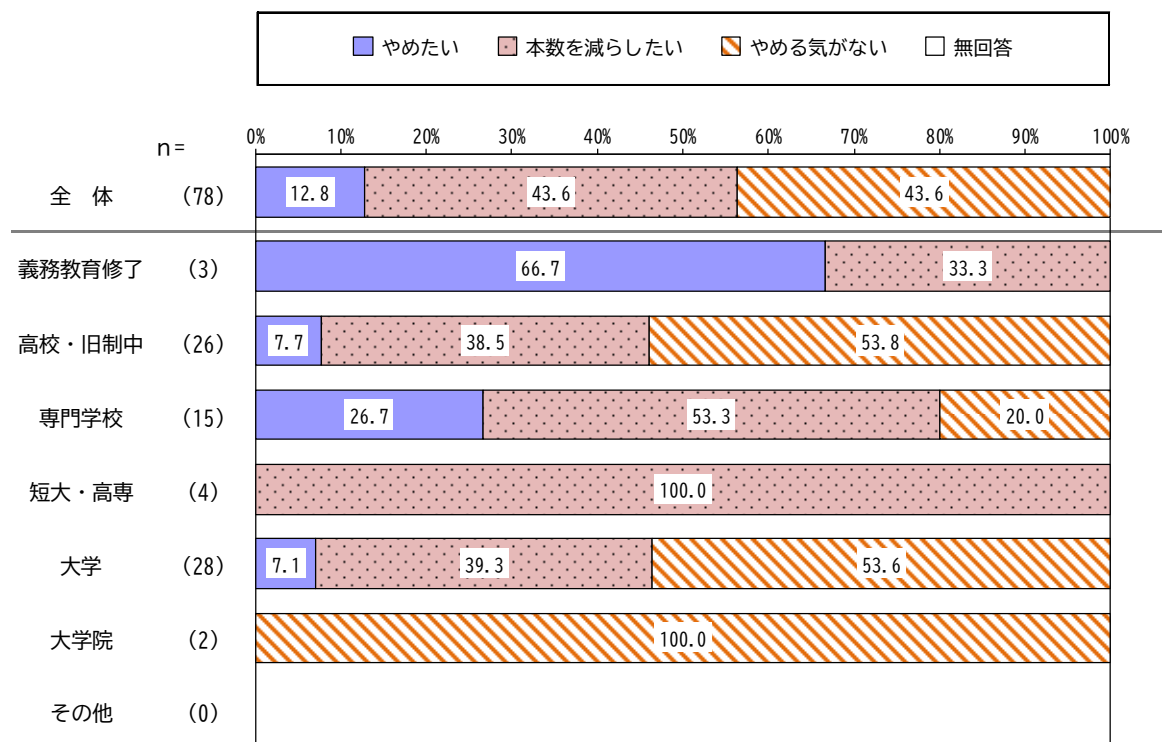
問 33-4. 問 33 で「1. 現在吸っている」を選んだ方におききます。
喫煙することについてどう思いますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

問 33 で「現在吸っている」と回答した方に、喫煙することについてどう思うかたずねたところ、「本数を減らしたい」と「やめる気がない」がそれぞれ 43.6%と 4 割台半ばで高くなっています。一方、「やめたい」は 12.8%となっています。



【最終学歴別】

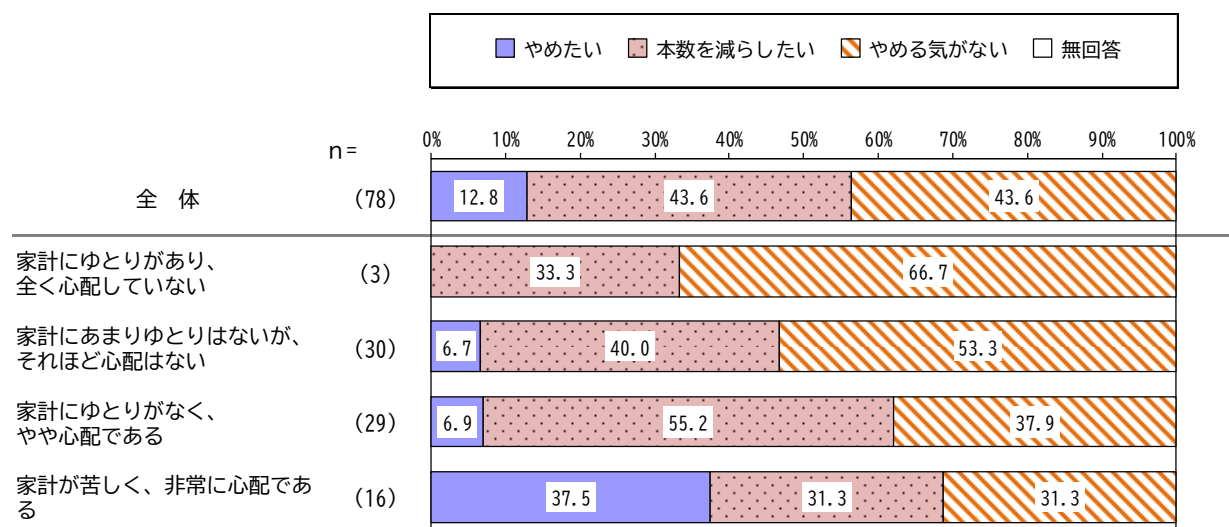
最終学歴別でみると、「やめる気がない」は〔高校・旧制中〕で 53.8%、〔大学〕で 53.6%と、ともに 2 割台半ばで最も高くなっています。



※ n が 25 人未満の層は、人数が少ないので参考として図示し、文中では触れていません。

【現在の暮らし向き別】

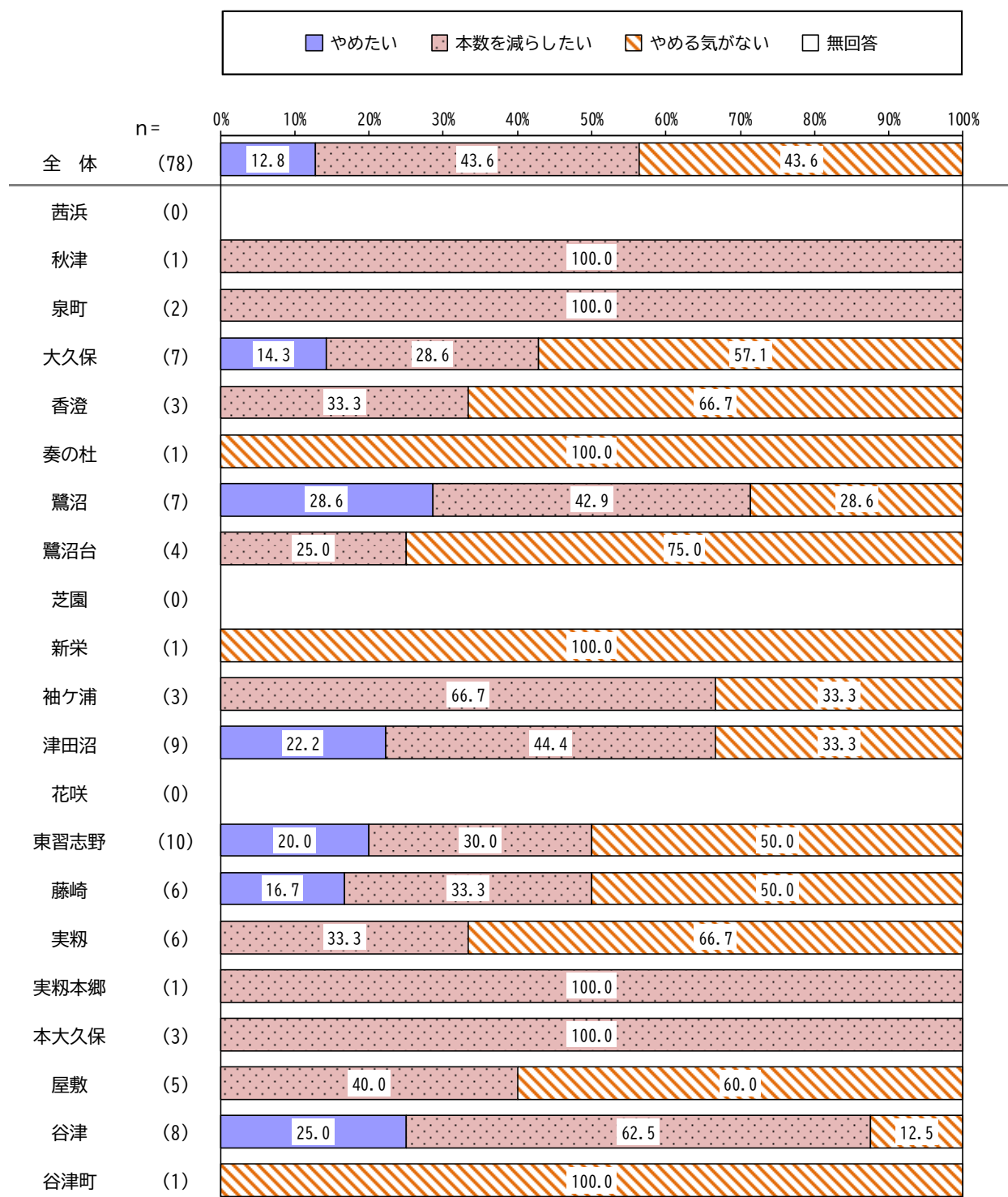
現在の暮らし向き別でみると、「家計にあまりゆとりはないが、それほど心配はない」で「やめる気がない」が53.3%、「家計にゆとりがなく、やや心配である」で「本数を減らしたい」が55.2%と5割台半ばで最も高くなっています。



※nが25人未満の層は、人数が少ないので参考として図示し、文中では触れていません。

【居住地区別】

居住地区別は、いずれの地区でも回答数（n）が10以下のため、グラフを参考に掲載するにとどめます。



※nが25人未満の層は、人数が少ないので参考として図示し、文中では触れていません。

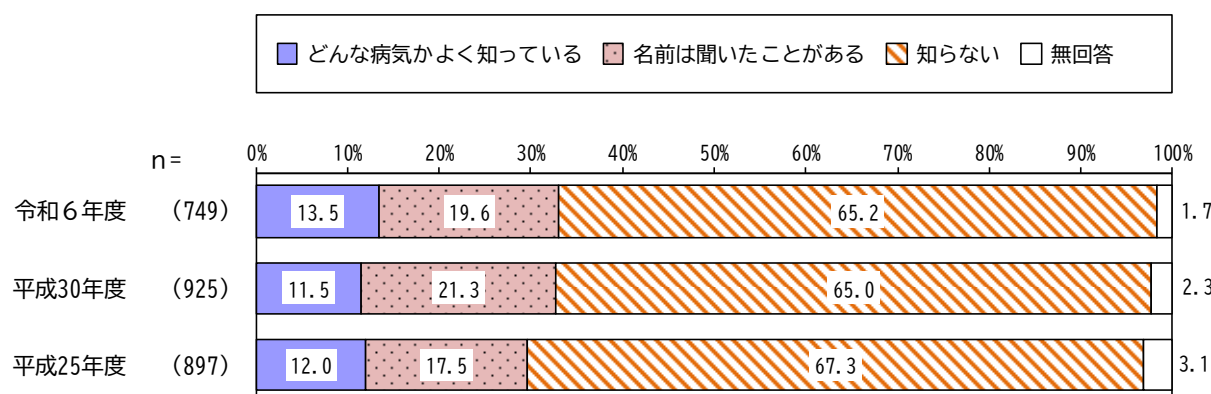
(37) COPDの認知度

問 34. COPD(シー・オー・ピー・ディー)※という病気を知っていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

※COPD とは、咳や痰、息切れが主な症状で、「慢性気管支炎」と「肺気腫」のどちらか、または両方によって肺への空気の流れが悪くなる病気で、慢性閉塞性肺疾患ともいいます。

COPDの認知度は、「どんな病気かよく知っている」(13.5%)と「名前は聞いたことがある」(19.6%)を合わせた《聞いたことがある》は33.1%となっています。一方、「知らない」は65.2%と6割半ばを占めて最も高くなっています。

過去の調査結果と比較すると、《聞いたことがある》、「知らない」とともに平成30年度からあまり変化はありません。

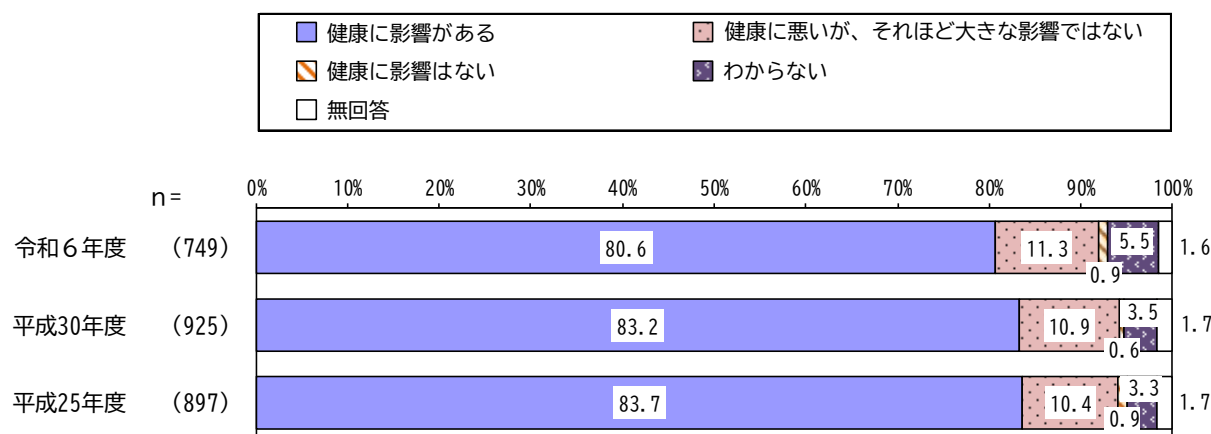


(38) 受動喫煙の影響

問 35. 他人の吸うたばこの煙が、たばこを吸わない人の身体に与える影響についてどう思いますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

受動喫煙の影響は、「健康に影響がある」が80.6%と8割を占めて最も高くなっています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「健康に影響がある」が2.6ポイント減少し、「わからない」が2.0ポイント増加しています。



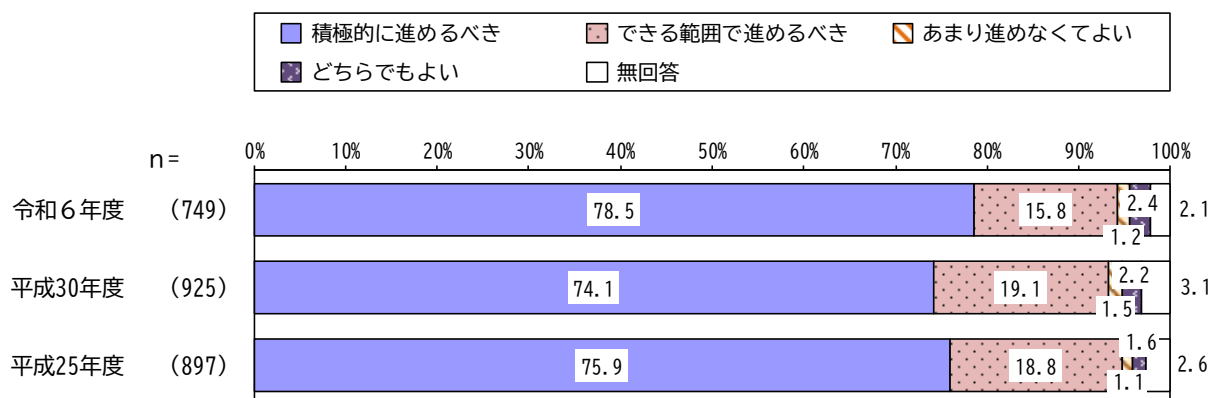
(39) 分煙についての考え

問 36. 分煙※について、どう思いますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

※分煙とは、たばこを吸う場所をしっかりと分け、たばこを吸わない人が煙を吸い込むことがないようにすることです。

分煙についての考えは、「積極的に進めるべき」が78.5%と最も高く、次いで「できる範囲で進めるべき」が15.8%と、2つを合わせた《進めるべき》(94.3%)は9割台半ばを占めています。

過去の調査結果と比較すると、《進めるべき》はあまり変化はありませんが、「積極的に進めるべき」は平成30年度からが4.4ポイント増加しています。

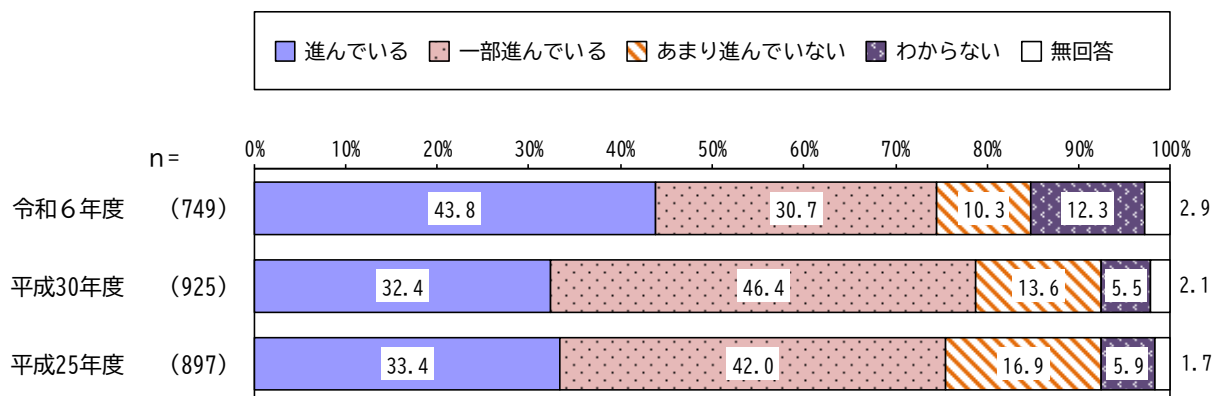


(40) 分煙化の進行状況

問 37. あなたの周囲では分煙が進んでいると思いますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

分煙化の進行状況は、「進んでいる」が43.8%と最も高く、「一部進んでいる」(30.7%)と合わせた《進んでいる》は74.5%となっています。一方、「あまり進んでいない」は10.3%となっています。

過去の調査結果と比較すると、「進んでいる」は平成30年度から11.4ポイント増加しています。

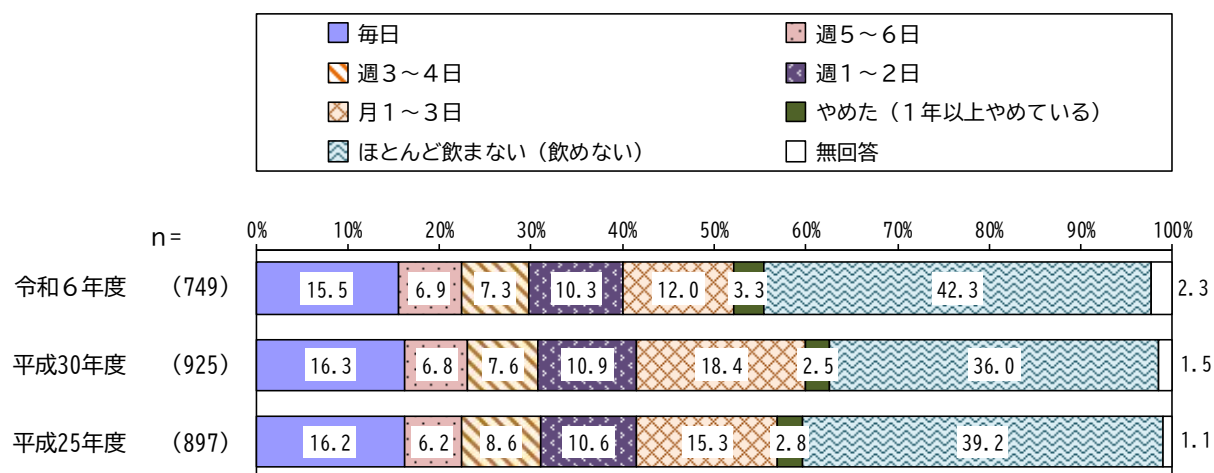


(41) 飲酒頻度

問 38. あなたは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。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

飲酒頻度は、「毎日」(15.5%)、「週5～6日」(6.9%)、「週3～4日」(7.3%)を合わせた《週に3日以上》が29.7%と約3割を占めています。一方、「ほとんど飲まない(飲めない)」が42.3%と4割を超えて最も高くなっています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「月1～3日」が6.4ポイント減少し、「ほとんど飲まない(飲めない)」が6.3ポイント増加しています。



(42) 1日の飲酒量

問 38-1. 問 38 で「1」から「5」を選んだ方(飲酒をしている方)におきします。

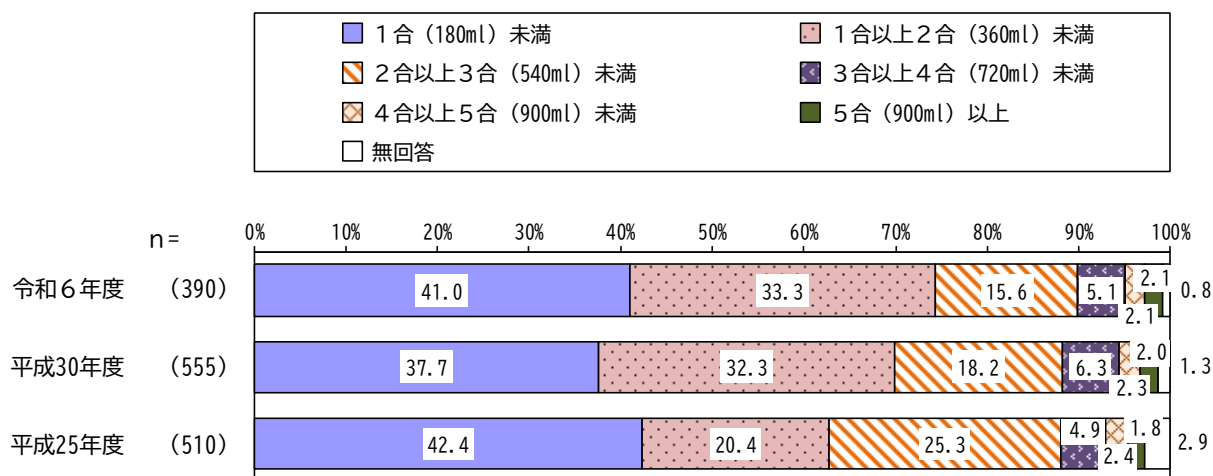
お酒を飲む時は1日あたり、清酒に換算※してどれくらいの量を飲みますか。

(1つだけ番号を○で囲んでください)

※清酒 1 合 (アルコール 15 度・180ml) は、次の量にほぼ相当します。ビール・発泡酒 (同 5 度・約 500ml)、焼酎 (同 25 度・110ml)、缶チューハイ (同 5 度・500 ml、同 7 度・350ml)、ウイスキー (同 43 度・60ml)、ワイン (同 14 度・約 180ml)。

問 38 で「毎日」から「月 1～3 日」までのいずれかを回答した方に、1 日の飲酒量をたずねたところ、「1 合 (180ml) 未満」が 41.0%と最も高く、次いで「1 合以上 2 合 (360ml) 未満」が 33.3%、「2 合以上 3 合 (540ml) 未満」が 15.6%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、「2 合以上 3 合 (540ml) 未満」が減少傾向にあり、平成 30 年度から 2.6 ポイント減少しています。



健康日本 21 (第三次)

【生活習慣病 (NCDs) のリスクを高める量を飲酒している者の減少」現状と目標】

本市の生活習慣病 (NCDs) のリスクを高める量を飲酒している者の割合は、男性では国の令和元年度を下回っていますが、女性ではあまり差はありません。

	習志野市		国の現状と目標		
	前回	今回	中間 (第二次)	最終 (第二次)	目標 (第三次)
1 日当たりの純アルコール摂取量が 40g 以上男性の割合		12.5% (令和 6 年度)	14.6% (平成 28 年度)	14.9% (令和元年度)	13.0% (令和 14 年度)
1 日当たりの純アルコール摂取量が 20g 以上女性の割合		9.6% (令和 6 年度)	9.1% (平成 28 年度)	9.1% (令和元年度)	6.4% (令和 14 年度)

※国の現状と目標の「中間 (第二次)」と「最終 (第二次)」は『健康日本 21 (第二次)』最終評価報告書、

「目標 (第三次)」は『健康日本 21 (第三次) の推進のための説明資料』。

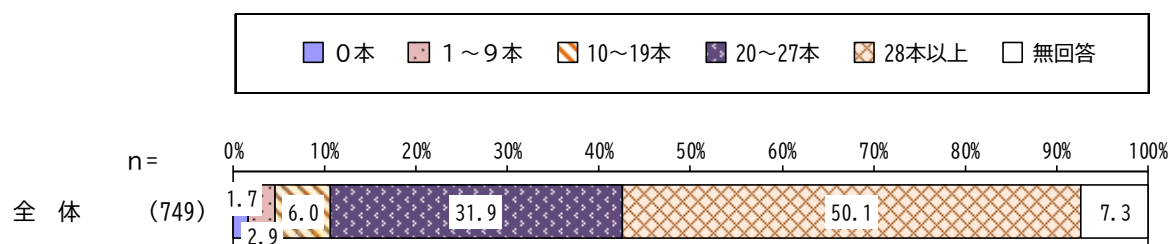
※男性 40 g 以上: 「毎日×2 合以上」+ 「週 5～6 日×2 合以上」+ 「週 3～4 日×3 合以上」+ 「週 1～2 日×5 合以上」+ 「月 1～3 日×5 合以上」、女性 20 g 以上: 「毎日×1 合以上」+ 「週 5～6 日×1 合以上」+ 「週 3～4 日×1 合以上」+ 「週 1～2 日×3 合以上」+ 「月 1～3 日×5 合以上」を集計

3. 歯の健康に関する意識について

(1) 現在の歯の本数

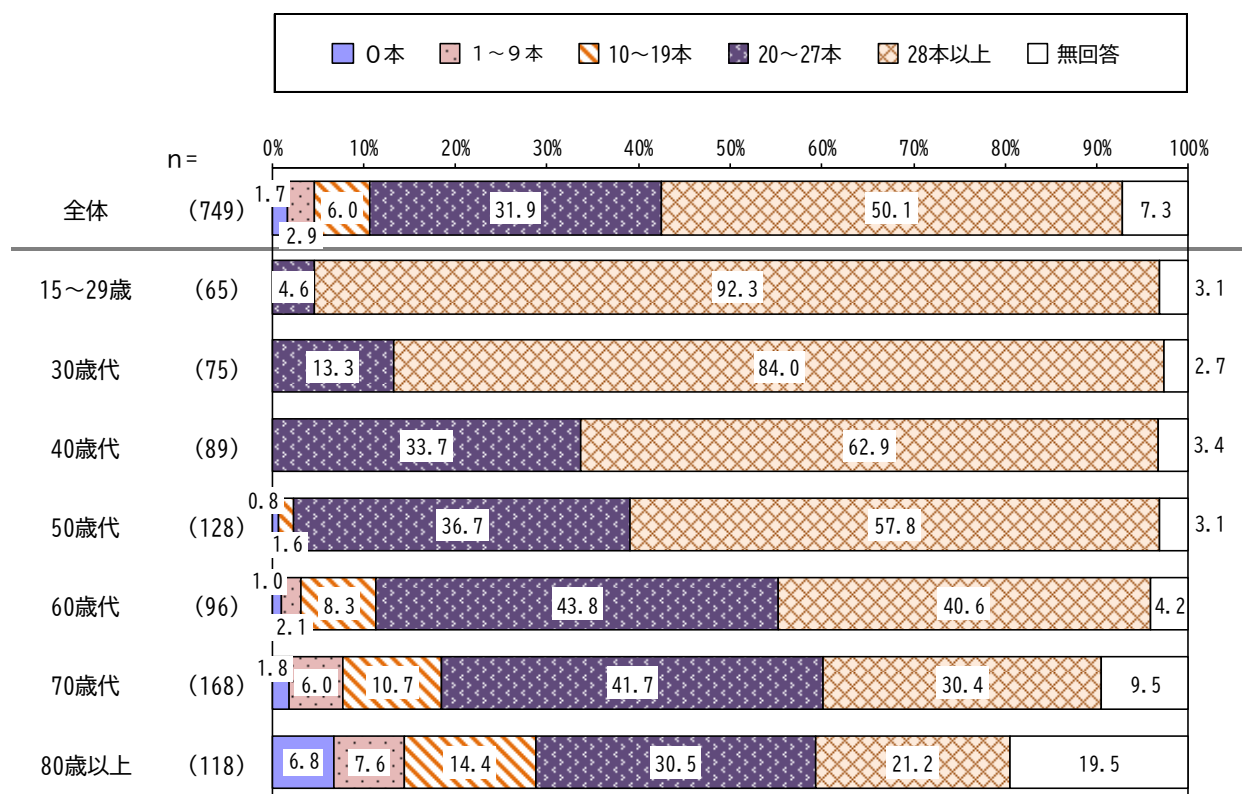
問 39. 現在、あなたの歯は何本ありますか(親知らず、さし歯を含めて全て)(インプラント除く)。
永久歯は 28 本です。(親知らずが4本ある場合は 32 本です。)

現在の歯の本数は、「28 本以上」が 50.1%と最も高く、「20～27 本」(31.9%) と合わせた《20 本以上》は 82.0%となっています。



【年齢別】

年齢別でみると、《20 本以上》は 60 歳代以下では 8 割を超えていますが、〔70 歳代〕で 72.1%、〔80 歳以上〕で 51.7%となっています。

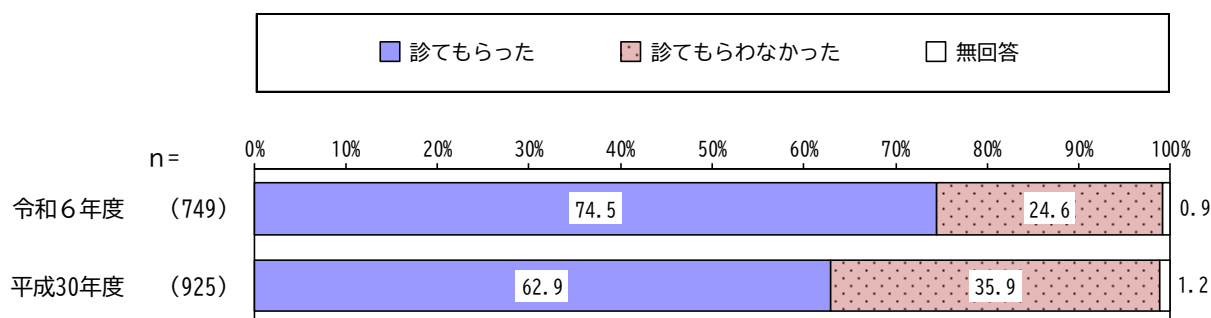


(2) この1年間での歯科医院受診の有無

問 40. 過去1年間に歯科医院等で、歯科医に診てもらったことはありますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

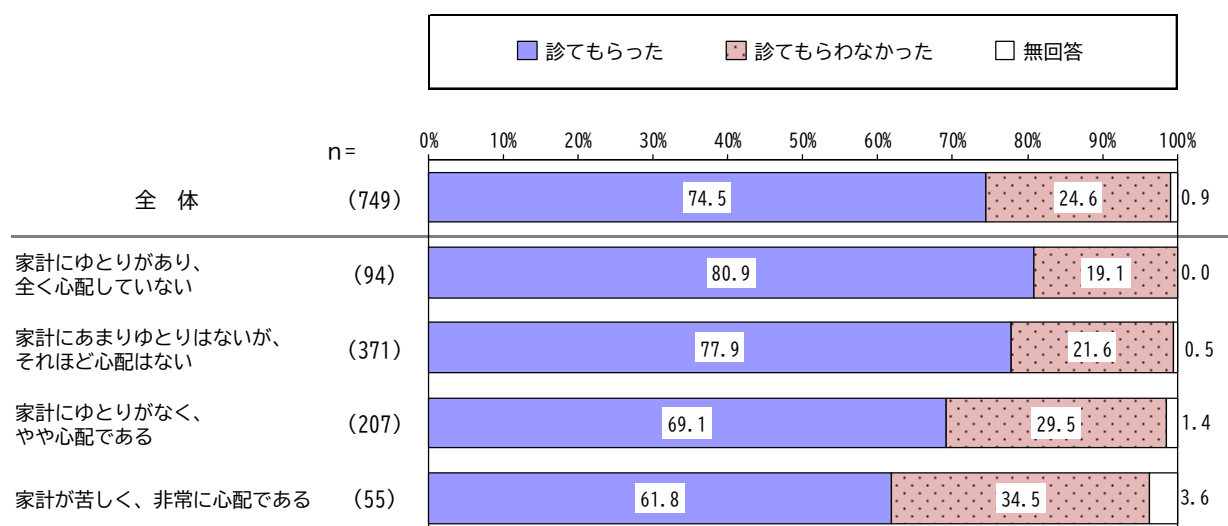
この1年間での歯科医院受診の有無は、「診てもらった」が74.5%で、「診てもらわなかった」(24.6%)よりも高くなっています。

平成30年度の調査結果と比較すると、「診てもらった」が11.6ポイント増加しています。



【現在の暮らし向き別】

現在の暮らし向き別でみると、「診てもらった」は家計にゆとりがあるほど高くなる傾向にあり、「家計が苦しく、非常に心配である」は「診てもらわなかった」が34.5%と3割台半ばを占めています。



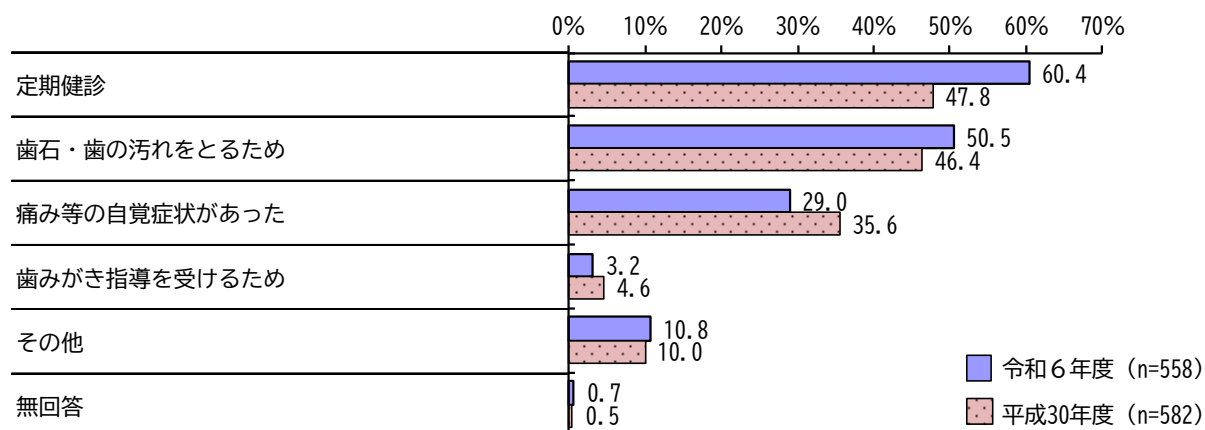
(3) 受診目的

問 40-1. 問 40 で「1. 診てもらった」を選んだ方におきします。

診てもらった目的は何ですか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

問 40 で歯科医に「診てもらった」と回答した方に、受診した目的をたずねたところ、「定期健診」が 60.4%と 6 割に達し最も高く、次いで「歯石・歯の汚れをとるため」が 50.5%、「痛み等の自覚症状があった」が 29.0%となっています。

平成 30 年度の調査結果と比較すると、「定期健診」が 12.6 ポイント、「歯石・歯の汚れをとるため」が 4.1 ポイント増加している一方、「痛み等の自覚症状があった」が 6.6 ポイント減少しています。



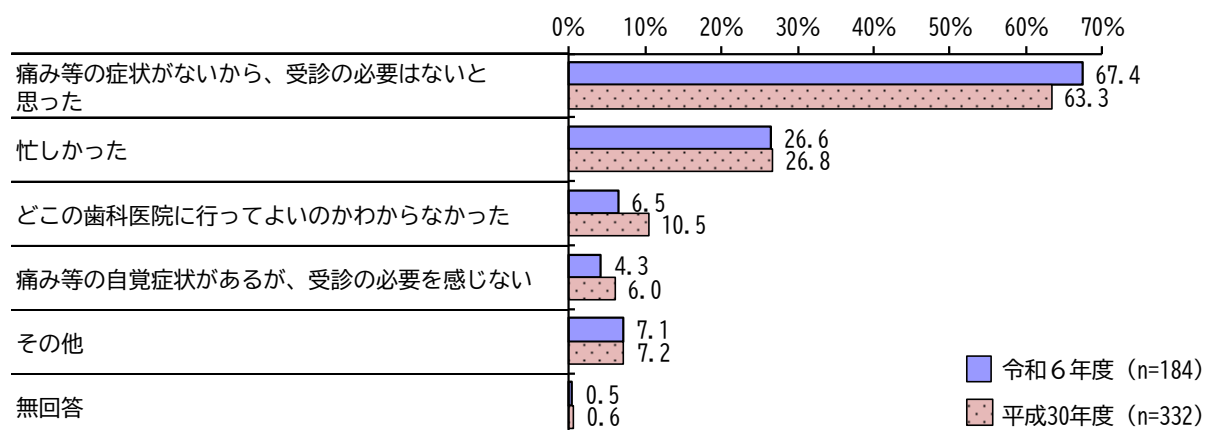
(4) 受診しなかった理由

問 40-2. 問 40 で「2. 診てもらわなかった」を選んだ方におきします。

診てもらわなかった理由は何ですか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

問 40 で歯科医に「診てもらわなかった」と回答した方に、受診しなかった理由をたずねたところ、「痛み等の症状がないから、受診の必要はないと思った」が 67.4%と最も高く、次いで「忙しかった」が 26.6%となっています。

平成 30 年度の調査結果と比較すると、「痛み等の症状がないから、受診の必要はないと思った」が 4.1 ポイント増加している一方、「どこの歯科医院に行ってもよいのかわからなかった」が 4.0 ポイント減少しています。

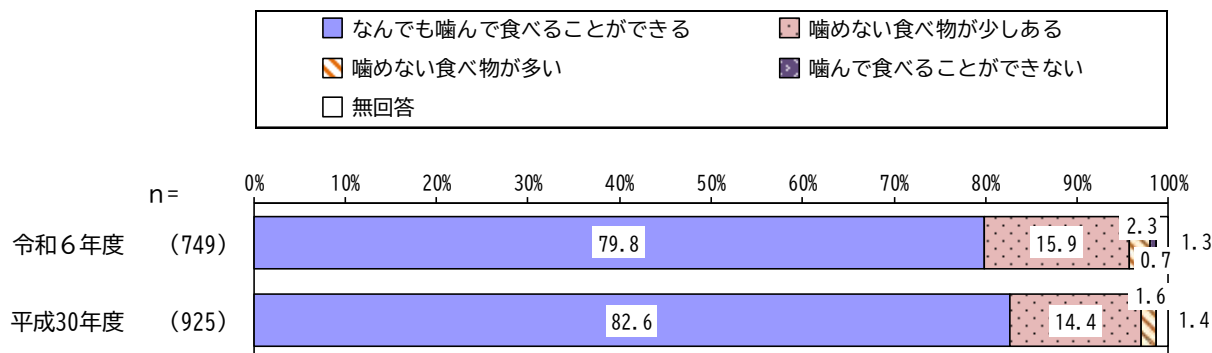


(5) 咀嚼の状況

問 41. あなたは、ものを噛んで食べる時、どのような状態ですか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

咀嚼の状況は、「なんでも噛んで食べることができる」が79.8%と約8割で最も高く、次いで「噛めない食べ物が少しある」(15.9%)が続いています。

平成30年度の調査結果と比較すると、「なんでも噛んで食べることができる」が2.8ポイント減少しています。

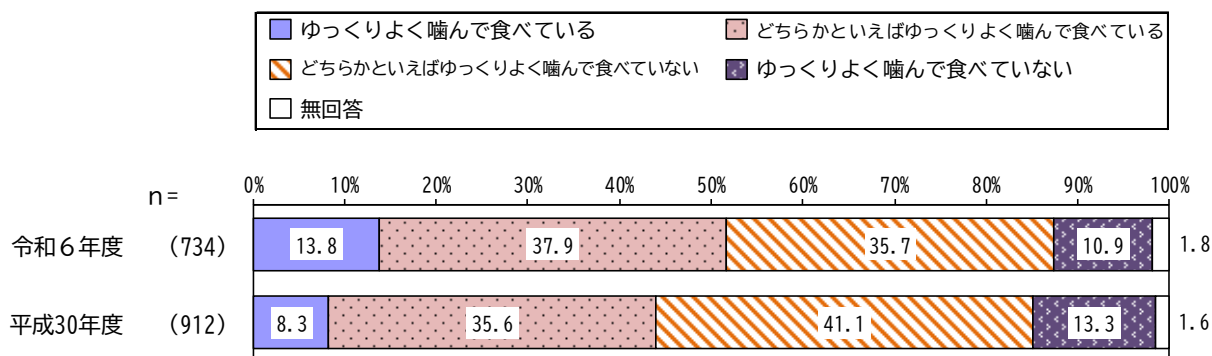


(6) 噛んで食べる早さ

問 41-1. 問 41 で「1」から「3」を選んだ方におききます。
あなたは、ふだんゆっくりよく噛んで食べていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

問 41 で「噛んで食べることができない」以外を回答した方に、噛んで食べる早さをたずねたところ、「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」が37.9%と最も高く、次いで「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない」が35.7%となっています。

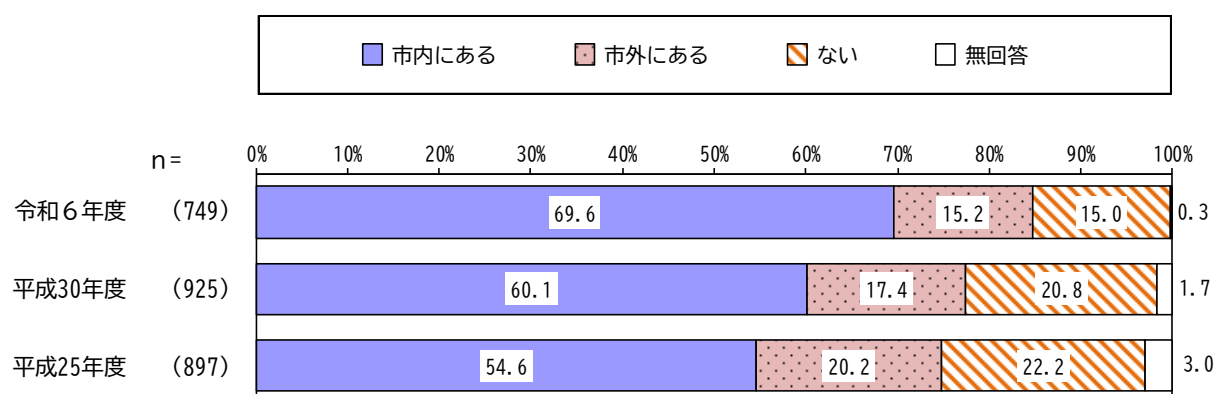
平成30年度の調査結果と比較すると、「ゆっくりよく噛んで食べている」が5.5ポイント増加し、「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない」が5.4ポイント減少しています。



(7) かかりつけ歯科医院の有無

問 42. かかりつけの歯科医院がありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

かかりつけ歯科医院の有無は、「市内にある」が69.6%と約7割を占めて最も高く、「市外にある」(15.2%)と合わせると《ある》は84.8%となっています。一方、「ない」が15.0%となっています。過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「市内にある」が9.5ポイント増加しており、平成25年度から増加傾向にあります。

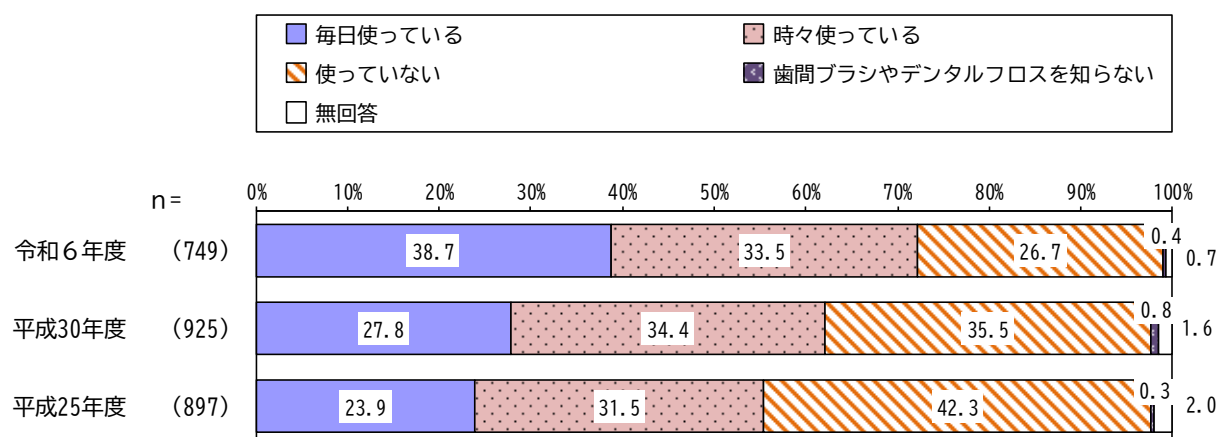


(8) 歯間ブラシやデンタルフロスの使用頻度

問 43. 歯ブラシ以外に、歯間ブラシやデンタルフロス(糸ようじ)を使っていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

歯間ブラシやデンタルフロスの使用頻度は、「毎日使っている」が38.7%と最も高く、「時々使っている」(33.5%)と合わせた《使っている》は72.2%となっています。一方、「使っていない」は26.7%となっています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「毎日使っている」が10.9ポイント増加しており、平成25年度から増加傾向にあります。



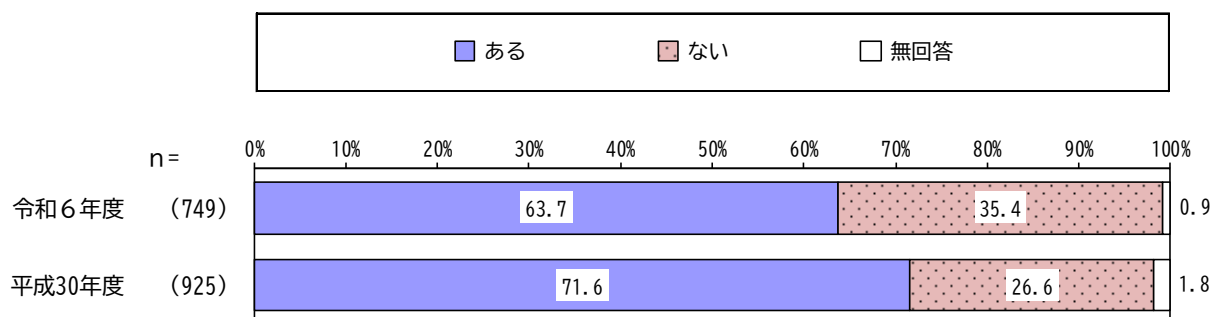
4. 心の健康に関する意識について

(1) 日常生活の悩みやストレスの有無

問 44. 日常生活の悩みやストレスはありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

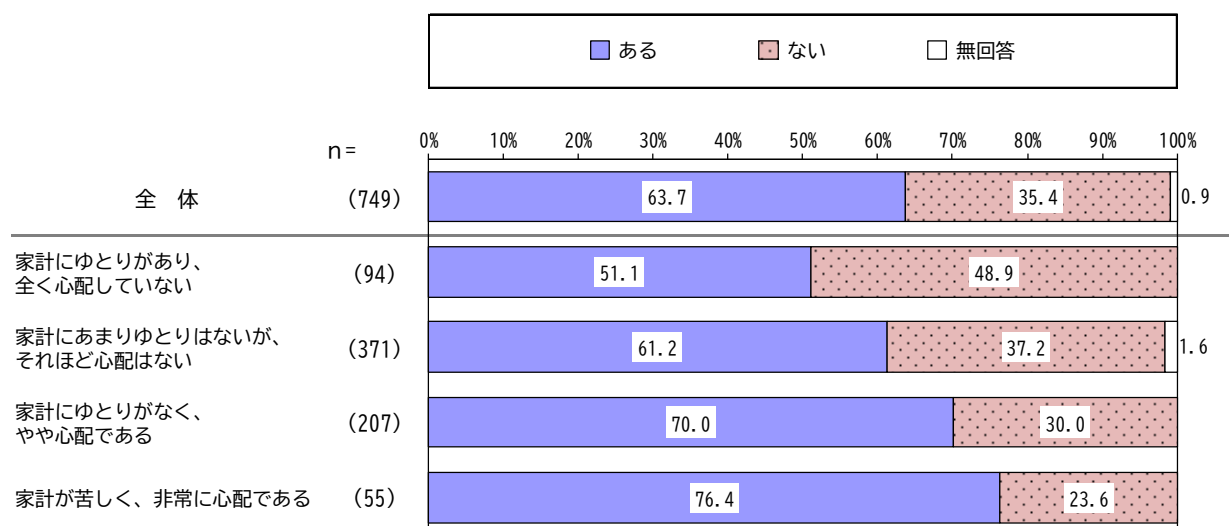
日常生活の悩みやストレスの有無は、「ある」が63.7%で、「ない」(35.4%)よりも高くなっています。

平成30年度の調査結果と比較すると、「ある」が7.9ポイント減少しています。



【現在の暮らし向き別】

現在の暮らし向き別でみると、「ある」は家計にゆとりがないほど高くなる傾向にあり、「家計が苦しく、非常に心配である」で76.4%、「家計にゆとりがなく、やや心配である」で70.0%と7割台になっています。



(2) 悩みやストレスの対象

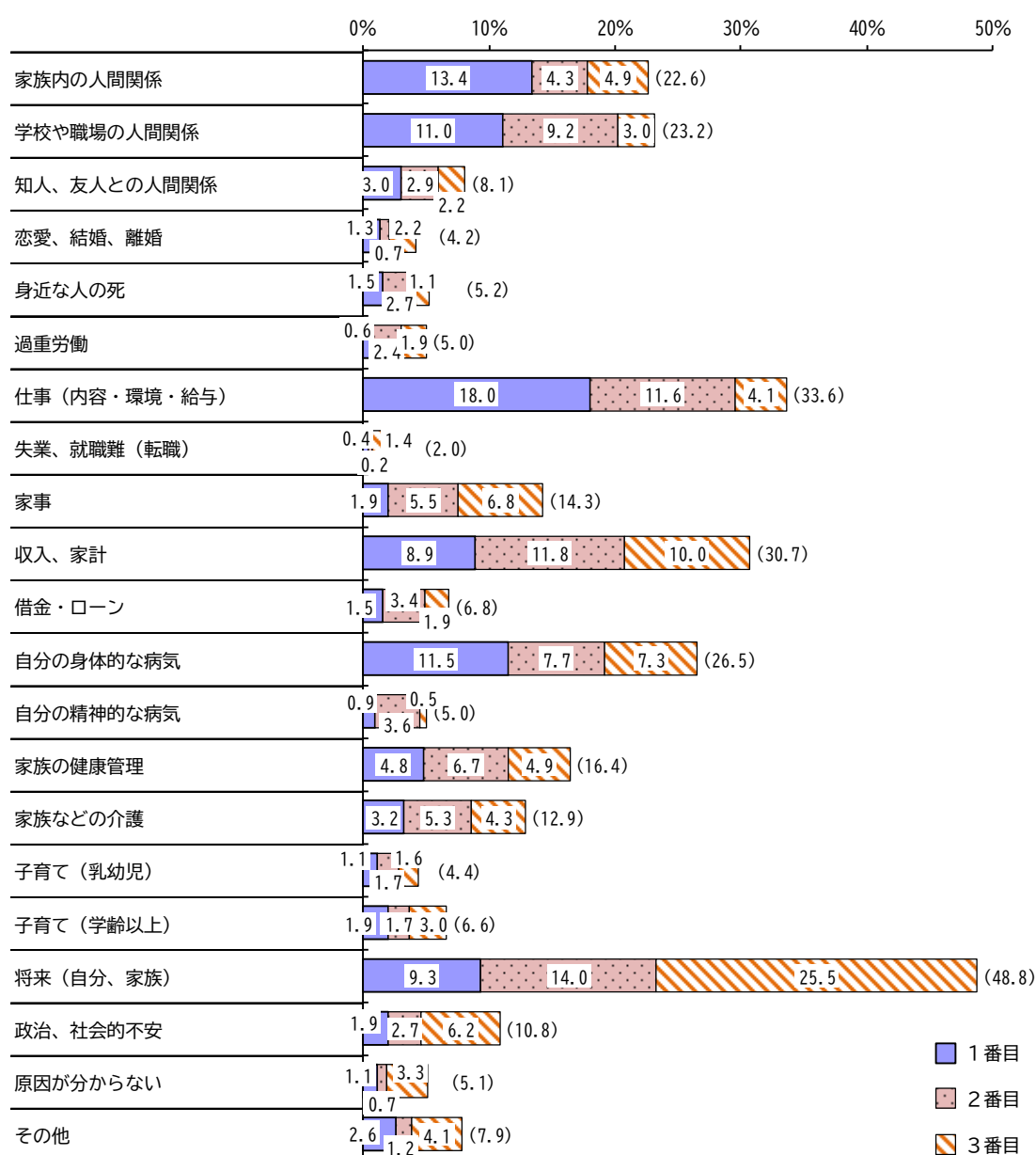
問 44-1. 問 44 で「1. ある」を選んだ方におききます。

悩みやストレスの対象となるものを下の中から3つ以内で選んで、A、B、C欄に番号を記入してください。(ストレスを感じる順に3つ、A、B、C欄に番号を記入)

問 44 で悩みやストレスが「ある」と回答した方に、悩みやストレスの対象となるものを、「A. 最もストレスを感じるもの」、「B. 2 番目にストレスを感じるもの」、「C. 3 番目にストレスを感じるもの」の3つの視点でたずねました。

まず、「A.」、「B.」、「C.」の合計割合でみると、「将来（自分、家族）」が 48.8%と最も高く、次いで「仕事（内容・環境・給与）」が 33.6%、「収入、家計」が 30.7%で続いています。

次に、「A. 最もストレスを感じるもの」に着目すると、「仕事（内容・環境・給与）」が 18.0%と最も高く、次いで「家族内の人間関係」が 13.4%、「自分の身体的な病気」が 11.5%、「学校や職場の人間関係」が 11.0%と続いています。



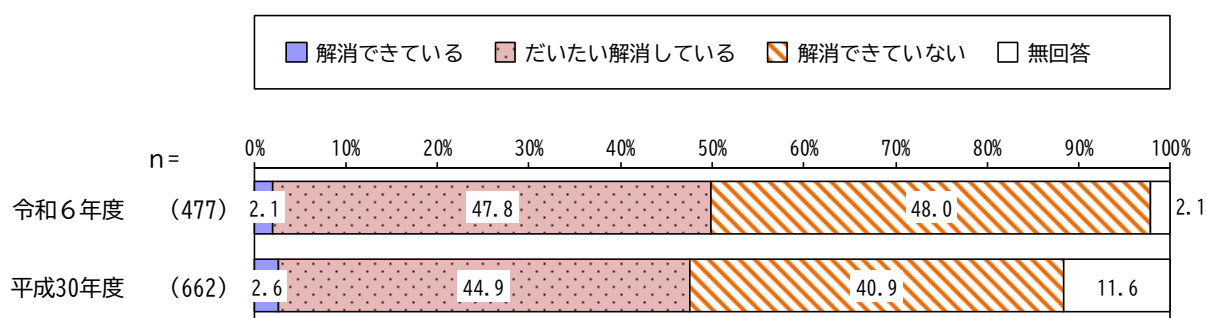
※この設問は無回答の人数を除いて算出しています。

(3) ストレスの解消状況

問 44-2. 問 44 で「1. ある」を選んだ方におきします。
 ストレスは十分解消できていると感じていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

問 44 で悩みやストレスが「ある」と回答した方に、ストレスの解消状況をたずねたところ、「解消できている」(2.1%)と「だいたい解消している」(47.8%)を合わせた《解消できている》は49.9%と約5割を占めています。一方、「解消できていない」は48.0%となっており、ストレスが解消できている割合とできていない割合にあまり差はありません。

平成 30 年度の調査結果と比較すると、《解消できている》が2.4ポイント増加していますが、「解消できていない」も7.1ポイント増加しています。

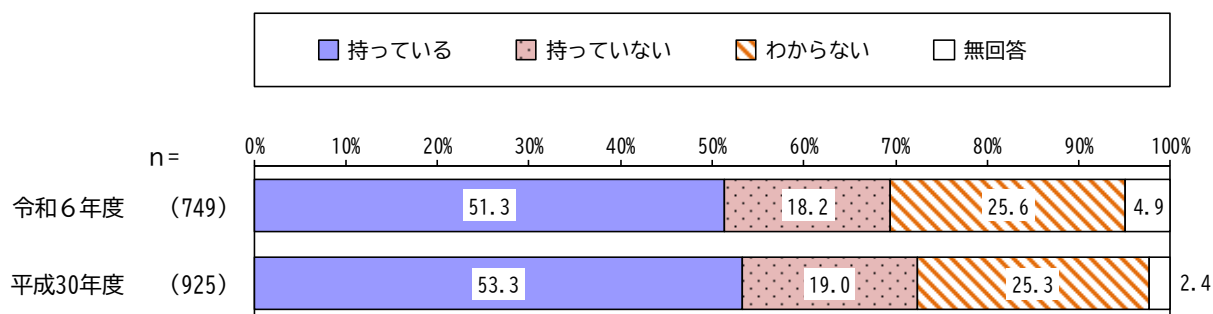


(4) 生きがい・やりがいの有無

問 45. 生きがい・やりがいを持っていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

生きがい・やりがいを、「持っている」が51.3%で、「持っていない」(18.2%)よりも高くなっています。

平成 30 年度の調査結果と比較すると、「持っている」が2.0ポイント減少していますが、あまり変化はありません。

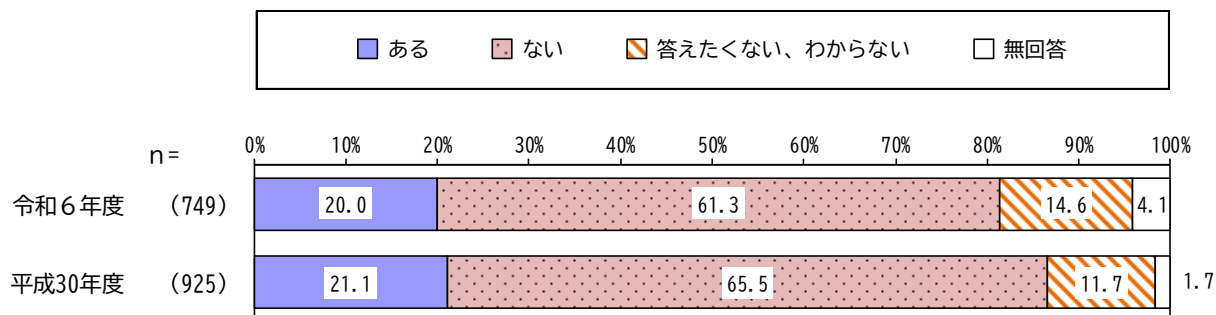


(5) 今まで死にたいと思いつめるほど悩んだことの有無

問 46. 今までに死にたいと思いつめるほど悩んだことがありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

今まで死にたいと思いつめるほど悩んだことが、「ある」が20.0%と2割を占めています。「ない」は61.3%と6割を超えており、「答えたくない、わからない」が14.6%となっています。

平成30年度の調査結果と比較すると、「ない」が4.2ポイント減少していますが、一方で「答えたくない、わからない」が2.9ポイント増加しています。

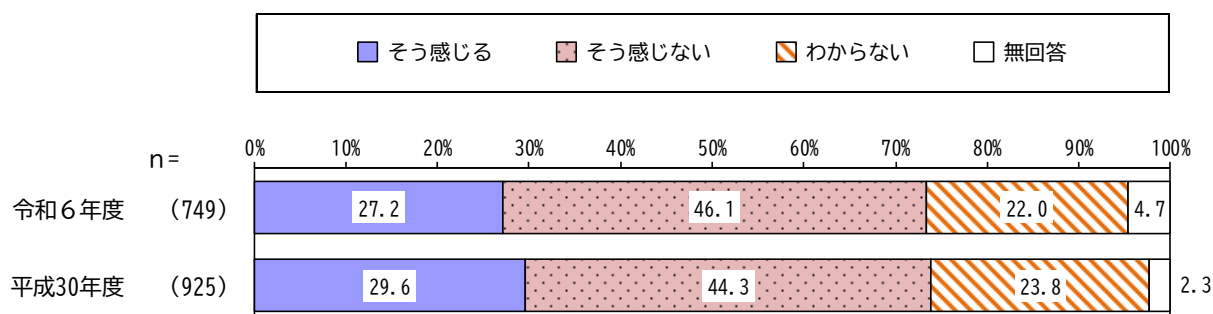


(6) 悩みやストレスを相談することに対するためらいの有無

問 47. 悩みを抱えたときやストレスを感じたときに誰かに相談したり、助けを求めたりすることに対するためらいを感じますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

悩みやストレスを相談することに対するためらいを感じるかたずねたところ、「そう感じる」が27.2%、「そう感じない」が46.1%となっています。一方、「わからない」は22.0%となっています。

平成30年度の調査結果と比較すると、「そう感じる」が2.4ポイント減少し、「そう感じない」が1.8ポイント増加しています。

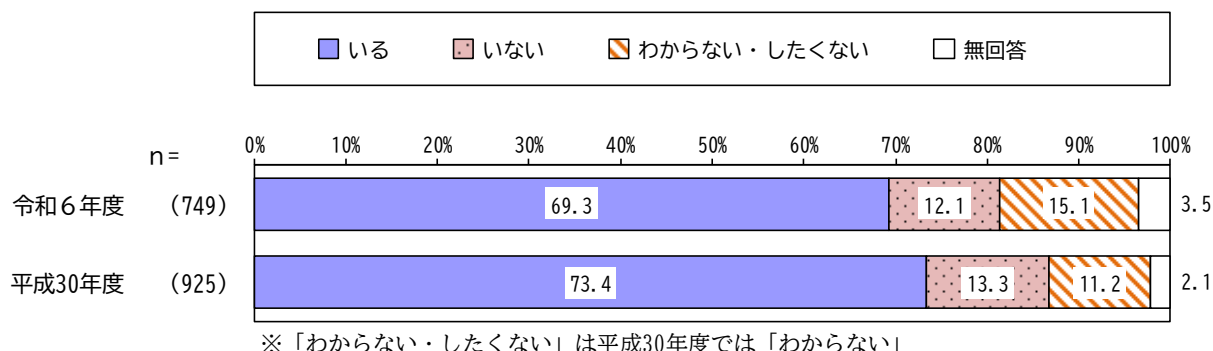


(7) 悩みごとや困ったことがあったときの相談相手の有無

問 48. 悩みごとや困ったことがあったとき相談する人がいますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

悩みごとや困ったことがあったときの相談相手の有無は、「いる」が69.3%、「いない」が12.1%となっています。一方、「わからない・したくない」は15.1%となっています。

平成30年度の調査結果と比較すると、「いる」が4.1ポイント減少し、「わからない・したくない」が3.9ポイント増加しています。

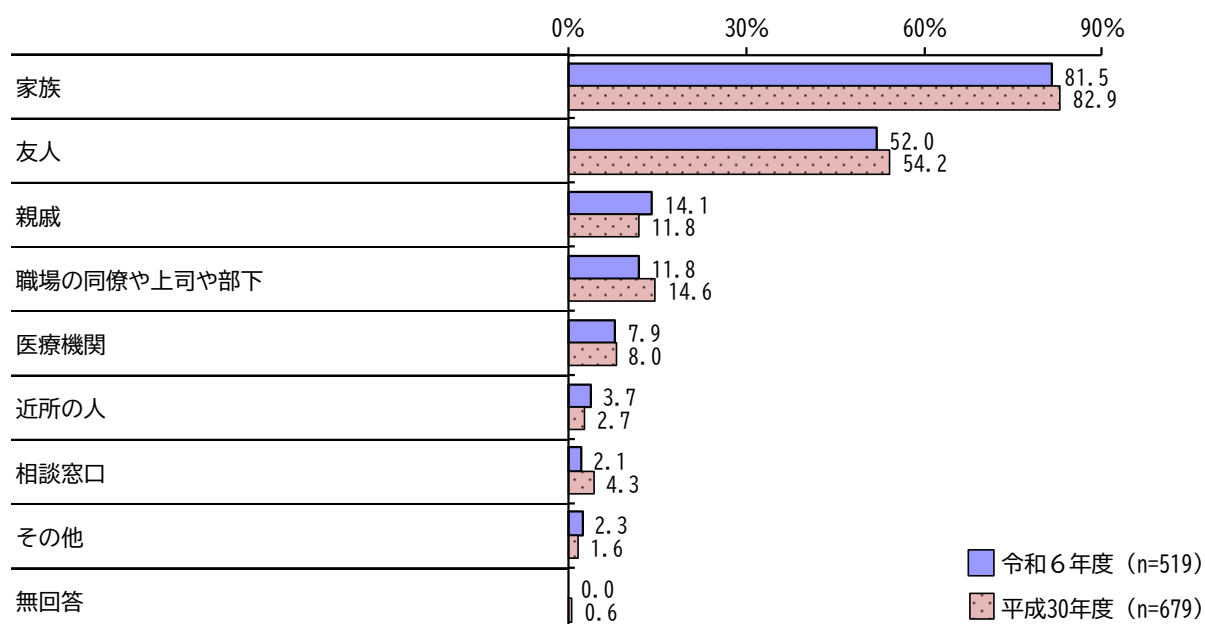


(8) 相談相手

問 48-1. 問 48 で「1. いる」を選んだ方におききします。
どなたに相談しますか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

問 48 で悩みごとや困ったことがあったときの相談相手が「いる」と回答した方に、その相談相手をたずねたところ、「家族」が81.5%と8割を超えて最も高く、次いで「友人」(52.0%)、「親戚」(14.1%)、「職場の同僚や上司や部下」(11.8%)が続いています。

平成30年度の調査結果と比較すると、あまり変化はありません。



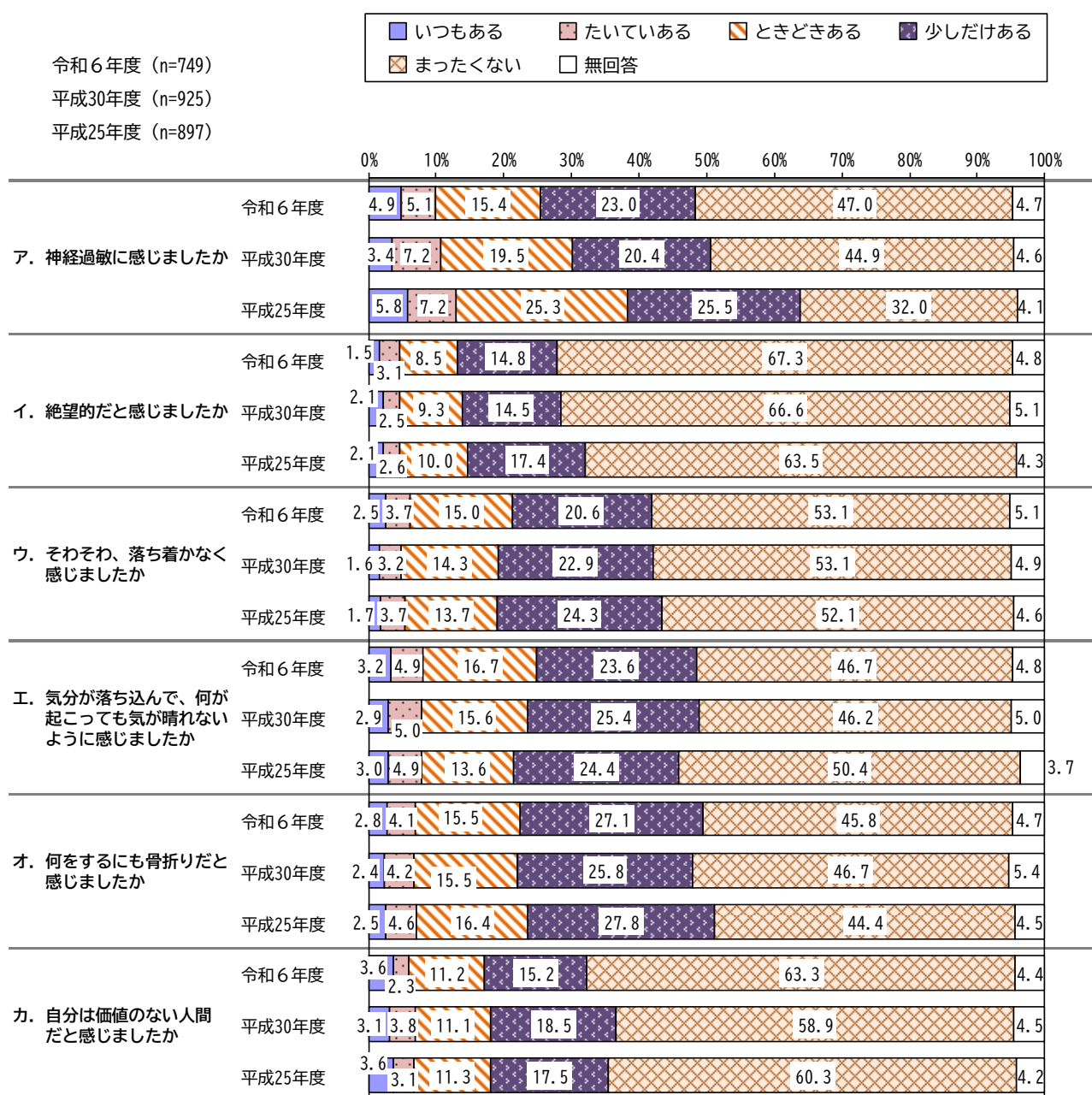
※「医療機関」は平成30年度では「病院」

(9) 1 か月間のこころの状態

問 49. この1か月に、次のア～カの項目についてどのように感じましたか。
(すべての項目に1つの番号を○で囲んでください)

過去1か月間のこころの状態については、すべての項目で「まったくない」が最も高く、次いで「少しだけある」が続いています。また、「いつもある」、「たいていある」、「ときどきある」、「少しだけある」を合わせた《ある》は、〔オ. 何をするにも骨折りだと感じましたか〕で「まったくない」を3.7ポイント上回っています。

過去の調査結果と比較すると、〔ア. 神経過敏に感じましたか〕、〔イ. 絶望的だと感じましたか〕、〔ウ. そわそわ、落ち着かなく感じましたか〕で《ある》が平成25年度から減少傾向となっています。



【こころの状態の点数階級】

こころの状態の設問には、「K6」という尺度を用いています。「K6」は、うつ病・不安障害などの精神疾患をスクリーニングすることを目的として開発され、一般住民を対象とした調査で心理的ストレスを含む何らかの精神的な問題の程度を表す指標として広く利用されています。

具体的には、前述している（ア）から（カ）の6つの質問について、5段階（「全くない」（0点）、「少しだけ」（1点）、「ときどき」（2点）、「たいてい」（3点）、「いつも」（4点））で点数化し、回答者個々人における合計点数を算出して評価します。

合計点数が高いほど、精神的な問題がより重い可能性があるとしており、「健康日本21（第三次）」では、10点以上を《心理的苦痛を感じている》とし、その割合の減少を指標として設定しています。

回答者個々人の合計点数を算出し、点数階級に分類した結果、《心理的苦痛を感じている》（10点以上）は16.3%となっています。

(単位：%)

	n	0～4点	5～9点	10～12点	13点以上
全体	701	61.9	21.8	7.3	9.0
性別					
男性	317	66.9	18.9	7.3	6.9
女性	379	57.8	24.5	7.4	10.3
年齢					
15～19歳	18	61.1	11.1	0.0	27.8
20～29歳	45	48.9	11.1	13.3	26.7
30～39歳	74	48.6	24.3	9.5	17.6
40～49歳	88	59.1	21.6	10.2	9.1
50～59歳	123	51.2	27.6	9.8	11.4
60～69歳	91	63.7	23.1	8.8	4.4
70～79歳	149	75.2	18.1	4.0	2.7
80歳以上	104	72.1	23.1	1.9	2.9

※ 「いつも」4点、「たいてい」3点、「ときどき」2点、「少しだけ」1点、「まったくない」0点とし、合計得点は質問すべてに回答がある場合のみ算出しました。

※ 10点以上の者の割合を《心理的苦痛を感じている者の割合》の現状値とします。

※ 性別、年齢それぞれの合計が全体の数と異なるのは、性別、年齢の無回答等があるため。

健康日本21（第三次）

【「心理的苦痛を感じている者の減少」現状と目標】

《心理的苦痛を感じている》は16.3%で、本市は国の令和元年度よりも高くなっています。

習志野市		国の現状と目標		
前回	今回	中間（第二次）	最終（第二次）	目標（第三次）
16.4% （平成30年度）	16.3% （令和6年度）	10.5% （平成28年度）	10.3% （令和元年度）	9.4% （令和14年度）

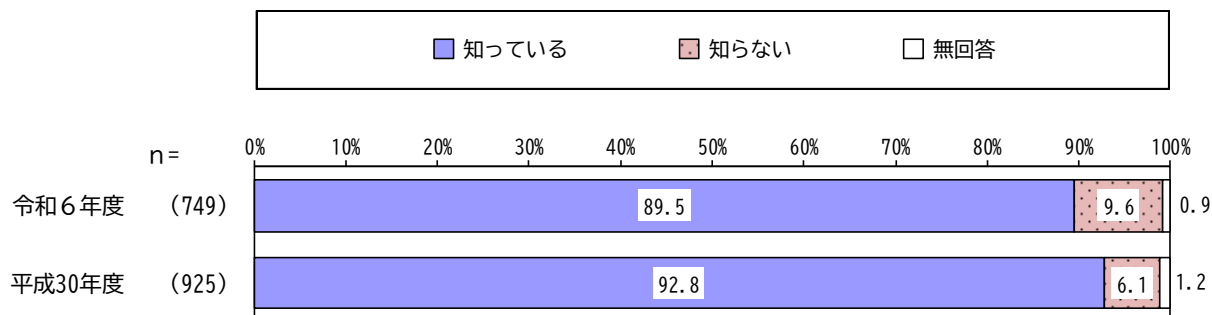
※ 国の現状と目標の「中間（第二次）」と「最終（第二次）」は『「健康日本21（第二次）」最終評価報告書』、「目標（第三次）」は『健康日本21（第三次）の推進のための説明資料』。

(10) うつ病は誰もがかかる可能性のある病気ということの認知状況

問 50. うつ病は誰もがかかる可能性のある病気であることを知っていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

うつ病は誰もがかかる可能性のある病気ということの認知状況は、「知っている」が89.5%で、「知らない」(9.6%) よりも高くなっています。

平成 30 年度の調査結果と比較すると、「知っている」が3.3 ポイント減少している一方、「知らない」が3.5 ポイント増加しています。

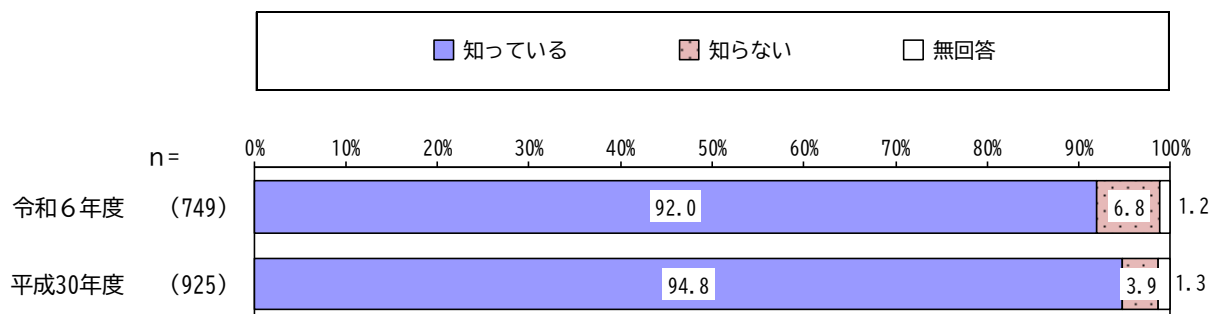


(11) うつ病とストレスとの関係の認知状況

問 51. うつ病は、生活苦や失業、人間関係、病気など、様々なストレスと関係あることを知っていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

うつ病は、生活苦や失業、人間関係、病気など、様々なストレスと関係あることの認知状況は、「知っている」が92.0%で、「知らない」(6.8%) よりも高くなっています。

平成 30 年度の調査結果と比較すると、「知っている」が2.8 ポイント減少している一方、「知らない」が2.9 ポイント増加しています。

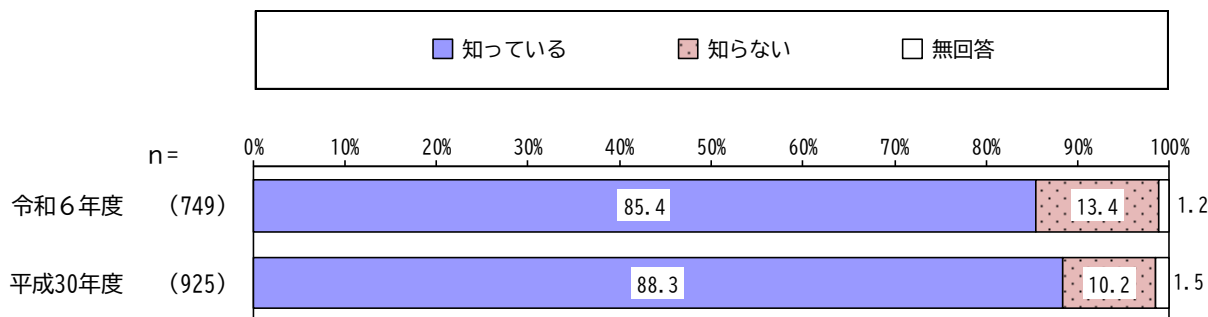


(12) うつ病は薬の治療とともにゆっくり休養することが必要であることの認知状況

問 52. うつ病は、薬の治療とともに、ゆっくり休養することが必要であることを知っていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

うつ病は薬の治療とともにゆっくり休養することが必要であることの認知状況は、「知っている」が85.4%で、「知らない」(13.4%) よりも高くなっています。

平成30年度の調査結果と比較すると、「知っている」が2.9ポイント減少している一方、「知らない」が3.2ポイント増加しています。

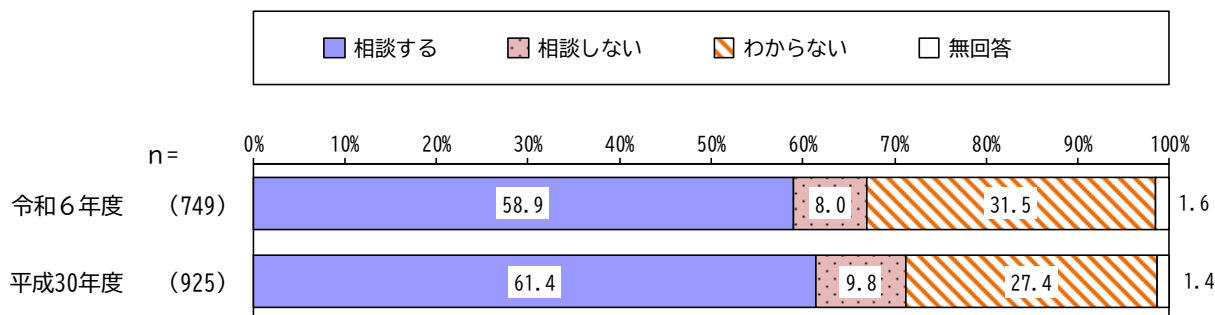


(13) うつ病に気づいた時の医療機関への相談の有無

問 53. もし仮に、あなた自身の「うつ病のサイン」に気がついたとき、医療機関等へ相談しようと思いますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

自分がうつ病のサインに気づいた時の医療機関への相談の有無は、「相談する」が58.9%で、「相談しない」(8.0%) よりも高くなっています。一方で、「わからない」が31.5%となっています。

平成30年度の調査結果と比較すると、「相談する(行く)」、「相談しない(行かない)」がともに減少しており、「わからない」が4.1ポイント増加しています。

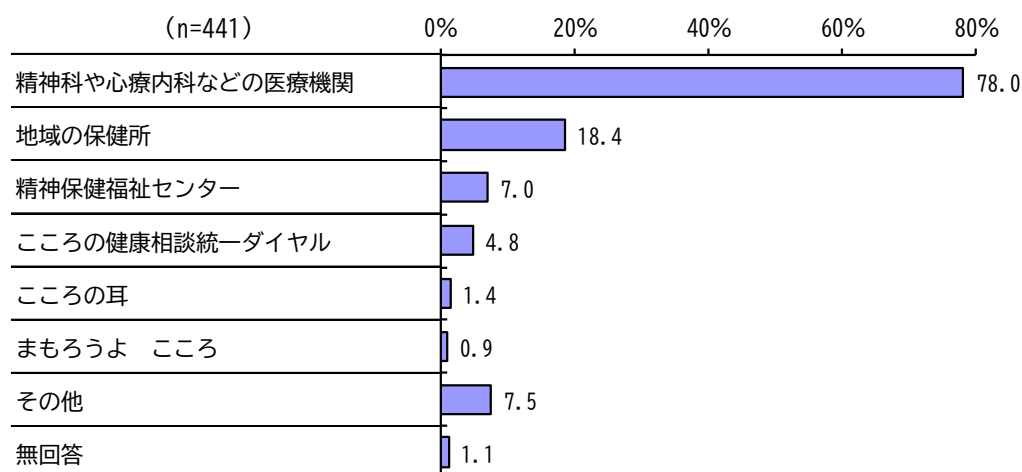


※「相談する」「相談しない」は平成30年度では「行く」「行かない」

(14) 相談場所

問 53-1. 問 53 で「1. 相談する」を選んだ方におききます。
どなたに相談しますか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

問 53 で、自分がうつ病のサインに気づいた時に医療機関に「相談する」と回答した方に、どこに相談するかをたずねたところ、「精神科や心療内科などの医療機関」が 78.0%と約 3 割と最も高く、次いで「地域の保健所」が 18.4%、「精神保健福祉センター」が 7.0%と続いています。

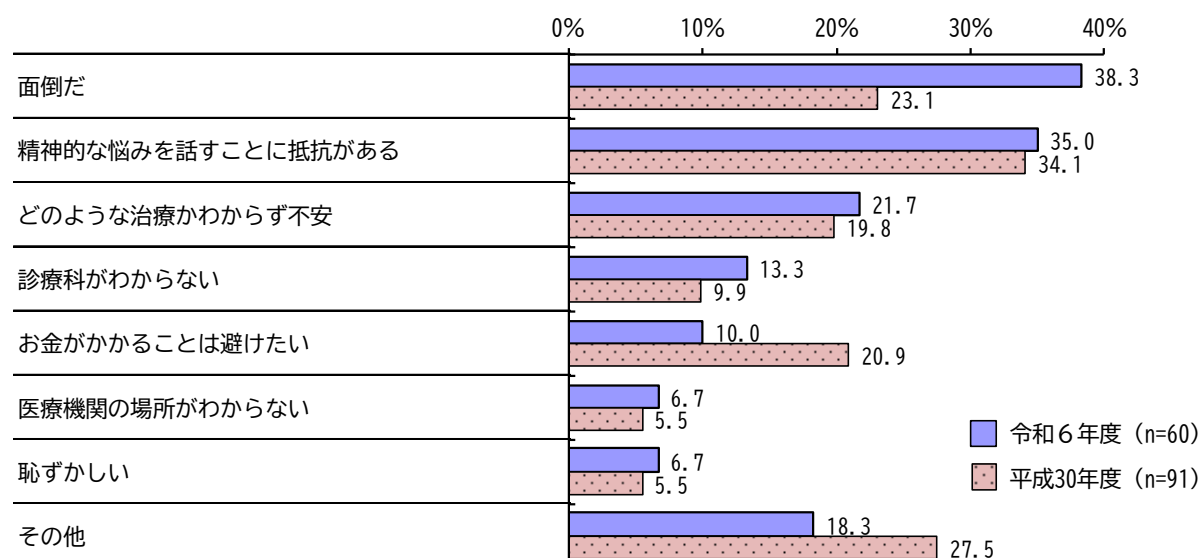


(15) 医療機関に相談しない理由

問 53-2. 問 53 で「2. 相談しない」を選んだ方におききます。
その理由は何ですか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

問 53 で、自分がうつ病のサインに気づいた時に医療機関に「相談しない」と回答した方に、相談しない理由をたずねたところ、「面倒だ」が 38.3%と最も高く、次いで「精神的な悩みを話すことに抵抗がある」が 35.0%、「どのような治療かわからず不安」が 21.7%と続いています。

平成 30 年度の調査結果と比較すると、「面倒だ」が 15.2 ポイント増加している一方、「お金がかかることは避けたい」が 10.9 ポイント減少しています。

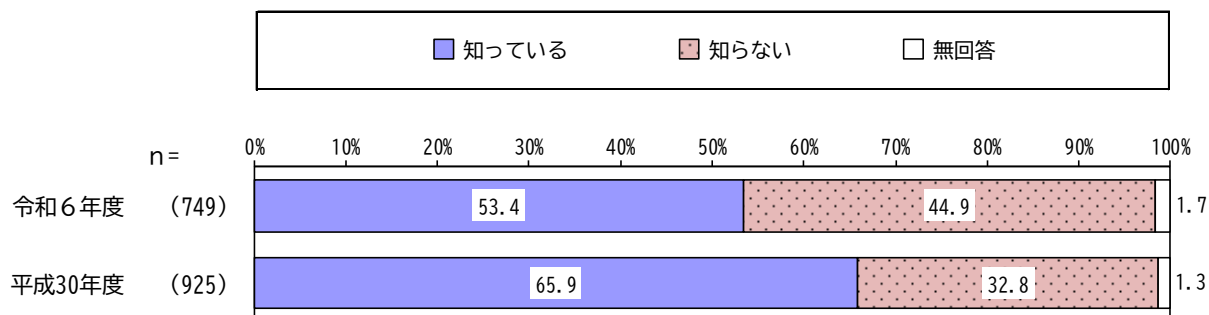


(16) 日本の自殺率の認知状況

問 54. わが国の自殺者数は令和元年に約2万人にまで減少しましたが、近年緩やかに増加しており、令和5年度は約2万2千人で、先進国の中では今なお、自殺率が高い状況が続いていることを知っていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

日本の自殺率が高い状況が続いていることの認知度は、「知っている」が53.4%で、「知らない」(44.9%) よりも高くなっています。

平成30年度の調査結果と比較すると、「知っている」が12.5ポイント減少している一方、「知らない」が12.1ポイント増加しています。



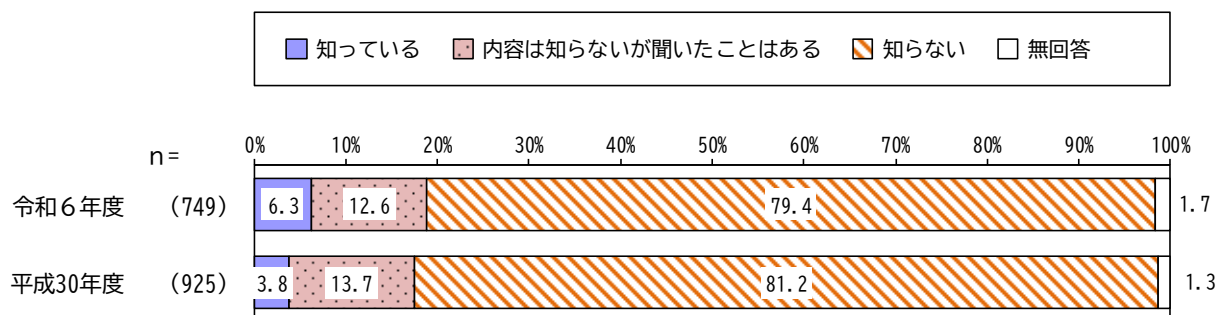
(17) ゲートキーパーの認知状況

問 55. 自殺のサインに気づき、適切な対応をとれる人のことをゲートキーパー※と呼んでいます。知っていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

※悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守ることができる人。

ゲートキーパーの認知状況は、「知っている」が6.3%、「内容は知らないが聞いたことはある」が12.6%で、「知らない」が79.4%と高くなっています。

平成30年度の調査結果と比較すると、「知っている」が2.5ポイント増加しています。

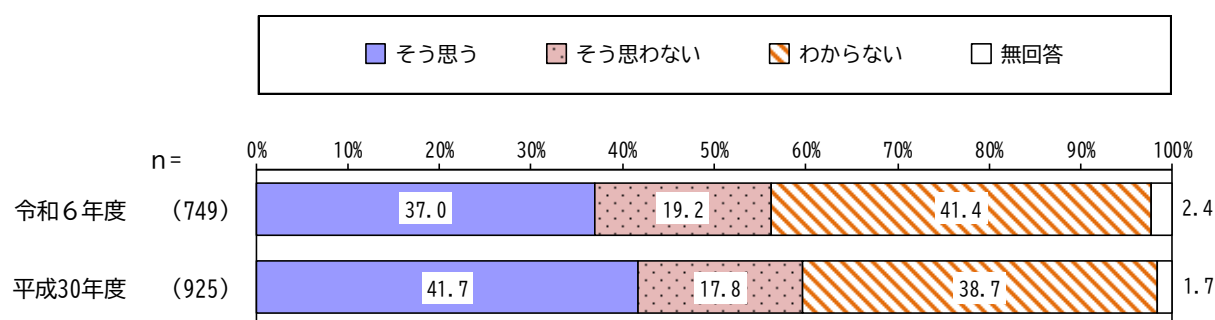


(18) 社会的な取組で自殺を防ぐことができるという意識の有無

問 56. 自殺は社会的な取組で防ぐことができますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

社会的な取組で自殺を防ぐことができるという意識の有無は、「そう思う」が37.0%で、「そう思わない」(19.2%)よりも高くなっている。一方で、「わからない」が41.4%となっています。

平成30年度の調査結果と比較すると、「そう思う」が4.7ポイント減少しています。

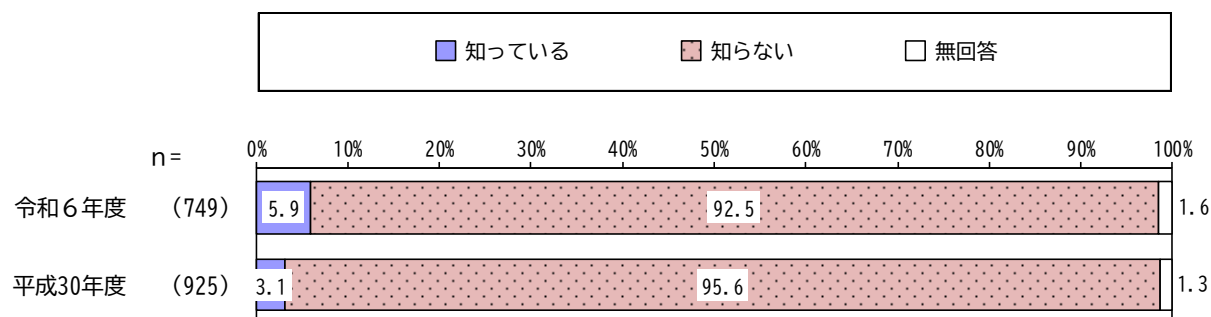


(19) 市の自殺対策への取り組みの認知状況

問 57. 習志野市が自殺対策に取り組んでいることを知っていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

習志野市の自殺対策への取り組みの認知状況は、「知っている」が5.9%となっており、「知らない」が92.5%と高くなっています。

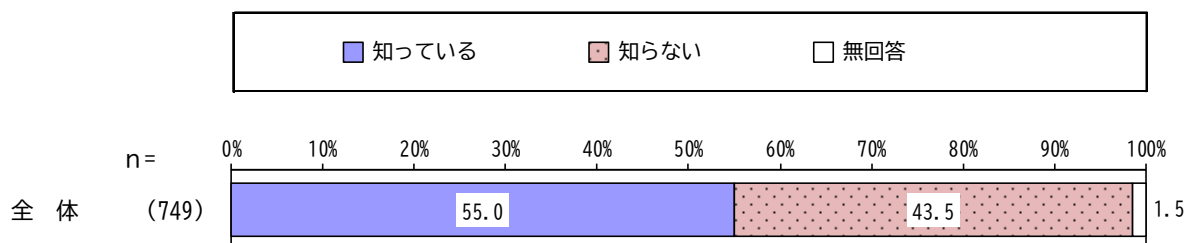
平成30年度の調査結果と比較すると、「知っている」が2.8ポイント増加しています。



(20) 市の生活に関する様々な相談窓口の認知状況

問 58. 市に生活(健康、家庭、法律、くらし等)に関する様々な相談窓口があることを知っていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

市に生活に関する様々な相談窓口があることの認知状況は、「知っている」が 55.0%で、「知らない」(43.5%) よりも高くなっています。

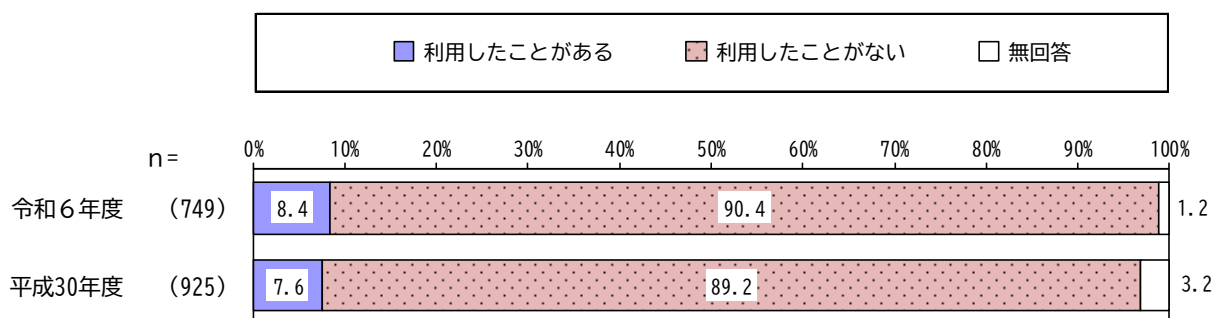


(21) 市の相談窓口の利用有無

問 59. 市の相談窓口を利用したことがありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

市の相談窓口の利用有無は、「利用したことがある」が 8.4%で、「利用したことがない」が 90.4%と高くなっています。

平成 30 年度の調査結果と比較すると、あまり変化はありません。



(22) 利用した相談窓口

問 59-1. 問 59 で「1. 利用したことがある」を選んだ方におききます。
それはどこですか。(自由記入)

問 59 で「利用したことがある」と回答した方に、利用した窓口をたずねました。具体的な窓口名ではなく、相談した内容での回答も多いため、以下のとおりにとまとめました。

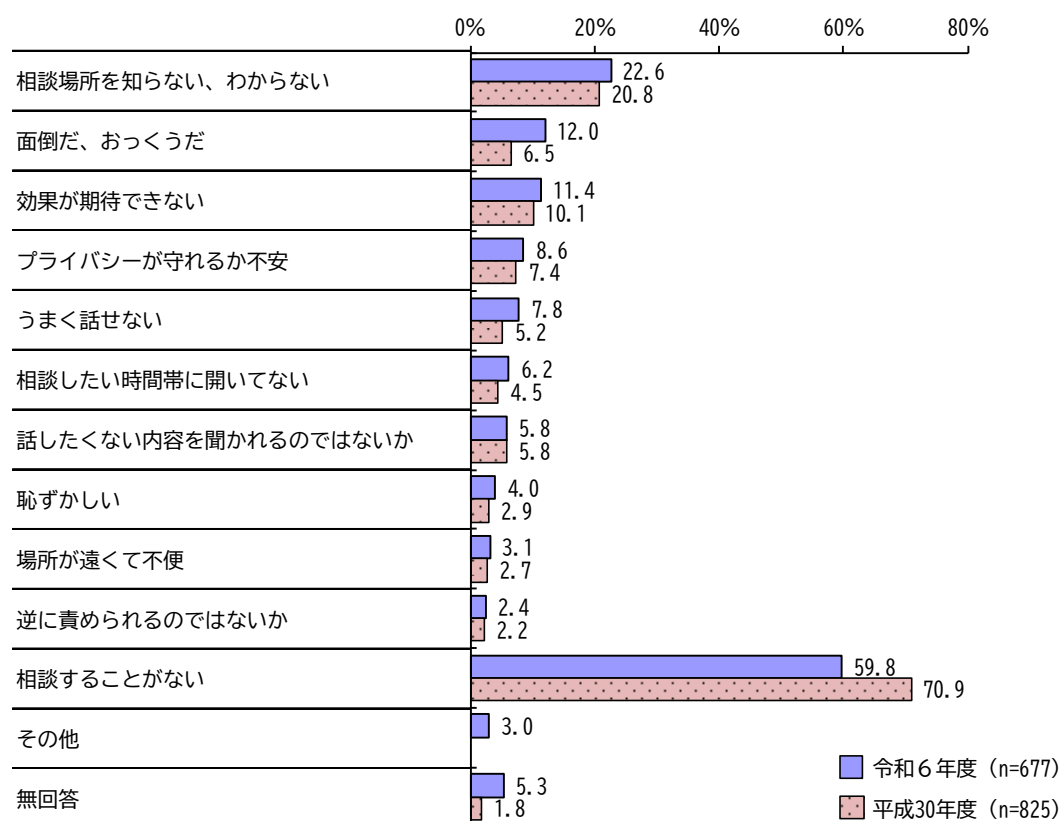
・京成津田沼駅ビル市分庁舎	3 件
・法律相談	3 件
・市役所（市役所または課名の回答があったもの）	2 件
・生活保護相談	2 件
・ひまわり発達相談センター	1 件
・保健所	1 件
・さくら相談室	1 件
・高齢者相談センター	1 件
・心配ごと相談所	1 件
・年金について	1 件

(23) 市の相談窓口を利用したことがない理由

問 59-1. 問 59 で「2. 利用したことがない」を選んだ方におききます。
それはなぜですか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

問 59 で市の相談窓口を「利用したことがない」と回答した方に、その理由をたずねたところ、「相談することがない」が 59.8%と最も高く、次いで「相談場所を知らない、わからない」が 22.6%、「面倒だ、おっくうだ」が 12.0%と続いています。

平成 30 年度の調査結果と比較すると、「相談することがない」が 11.1 ポイント減少しており、それ以外の項目が全体的に増加しています。



※「その他」は令和6年度の新規追加項目

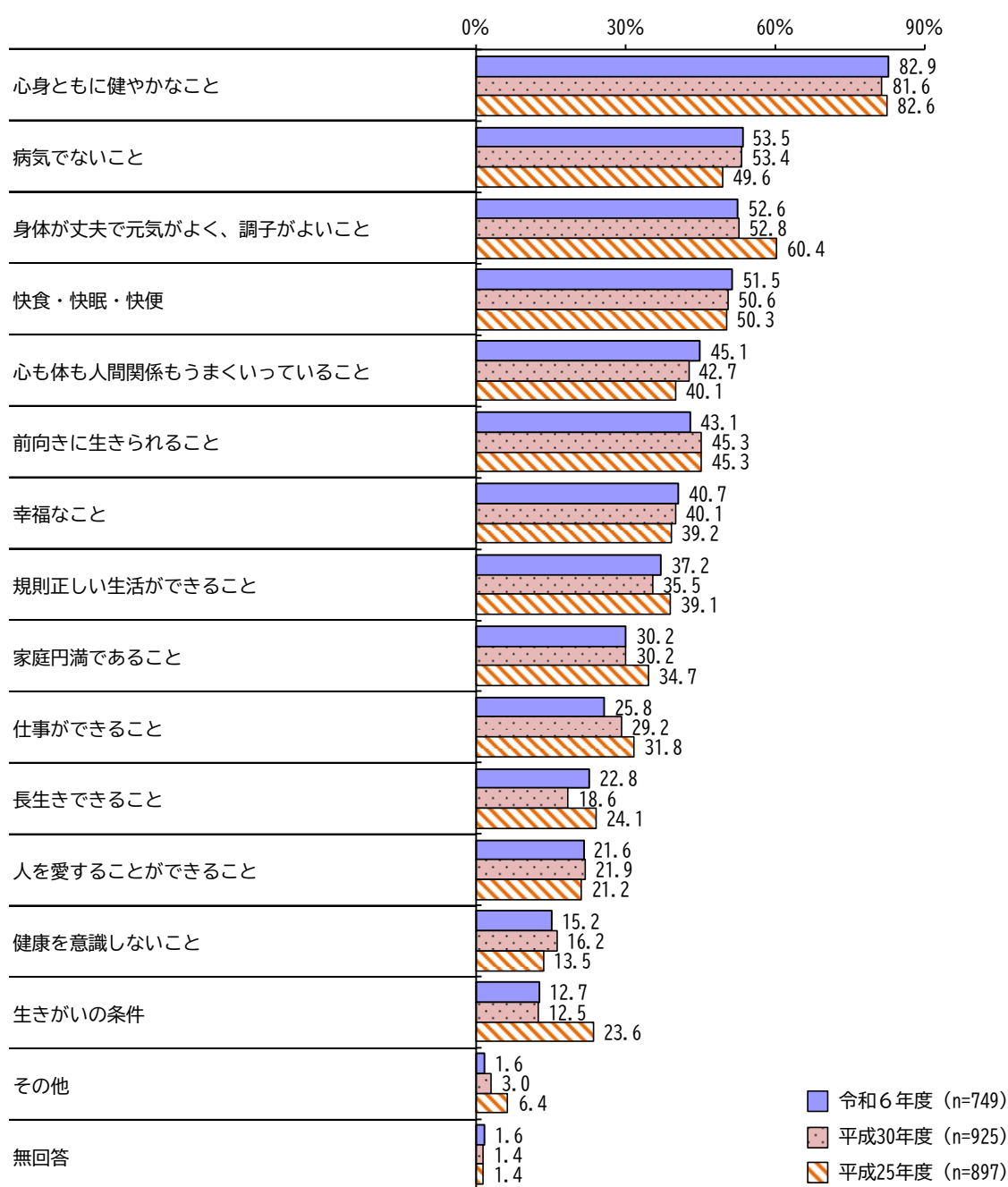
5. 健康なまちづくりにつながる社会環境の整備について

(1) 「健康」についての考え方

問 60. あなたは「健康とは何か」と聞かれたら、どのように答えますか。あなたの考えにあうものを、すべてお選びください。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

「健康」についての考え方は、「心身ともに健やかなこと」が82.9%と8割を超えて最も高く、次いで「病気でないこと」が53.5%、「身体が丈夫で元気がよく、調子がよいこと」が52.6%、「快食・快眠・快便」が51.5%となっています。

過去の調査結果と比較すると、「心身ともに健やかなこと」はいずれの年度も8割を超えて最も高くなっています。「病気でないこと」、「身体が丈夫で元気がよく、調子がよいこと」、「快食・快眠・快便」は平成30年度から引き続き5割を超えています。「仕事ができること」は平成25年度から毎回減少しています。



(2)「健康」に対して最も近い考え

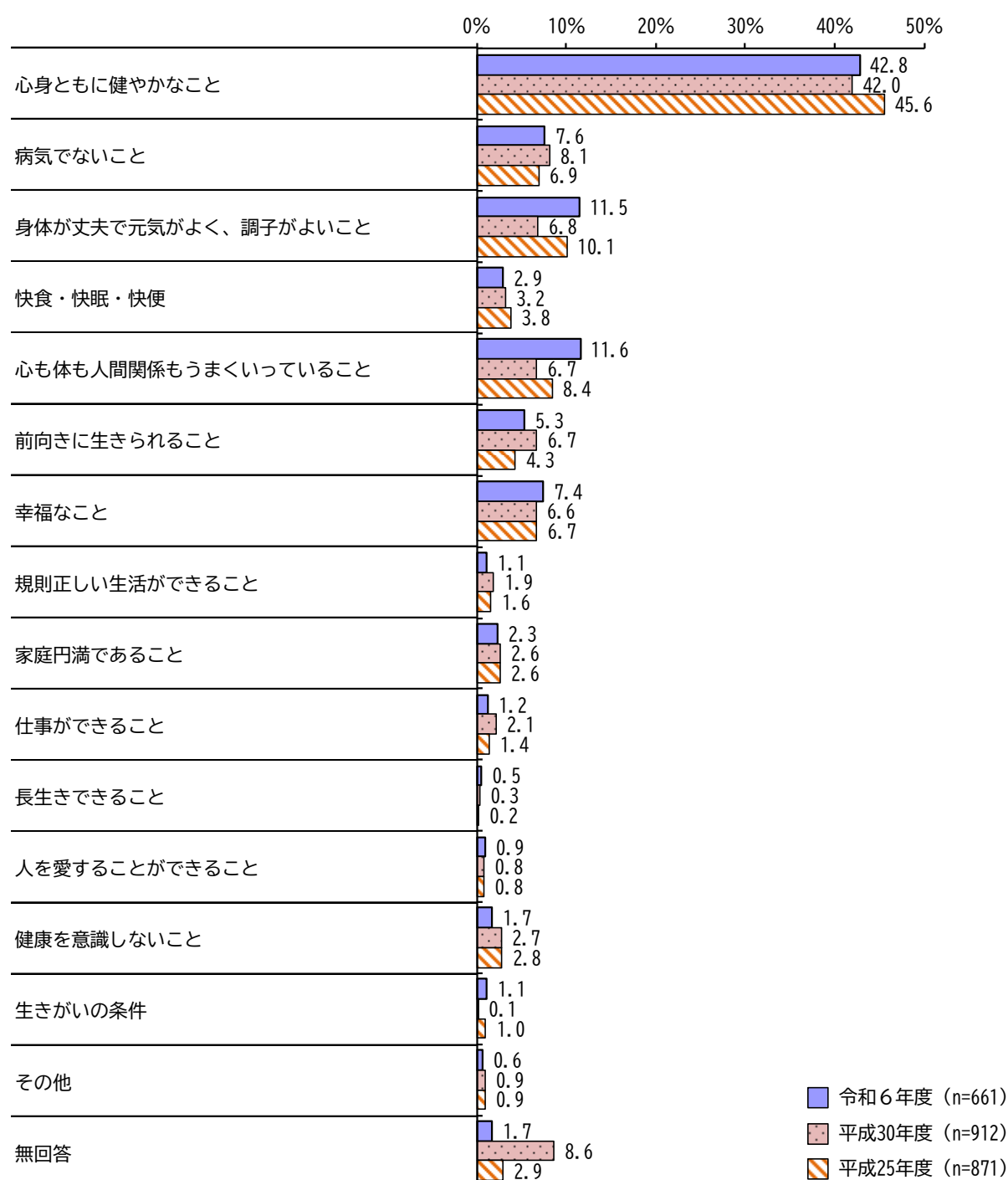
問 60-1. 問 60 で番号を複数選んだ方におきします。

その中で、あなたの考えに最も近い番号を1つ選んで記入してください。

問 60 で「健康」についての考え方を複数選んだ方に、考えに最も近いものを1つ選んでもらったところ、「心身ともに健やかなこと」が42.8%と4割を超えて最も高くなっています。

過去の調査結果と比較すると、「心身ともに健やかなこと」はいずれの年度でも4割を超えて最も高くなっています。「病気でないこと」と「快食・快眠・快便」は複数回答での割合は高いものの、最も近い考えでは、割合が低くなっています。

(単数回答)

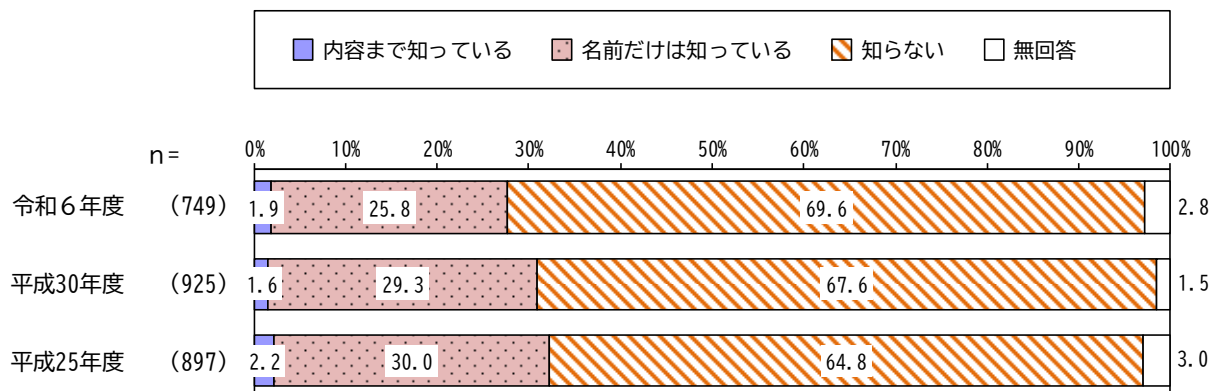


(3)「健康なまち習志野」の認知状況

問 61. 健康づくりの総合計画「健康なまち習志野」をご存じでしたか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

「健康なまち習志野」の認知状況は、「内容も知っている」が1.9%、「名前だけは知っている」が25.8%で、「知らない」が69.6%と約7割を占めて高くなっています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「名前だけは知っている」が3.5ポイント減少している一方、「知らない」が2.0ポイント増加しています。



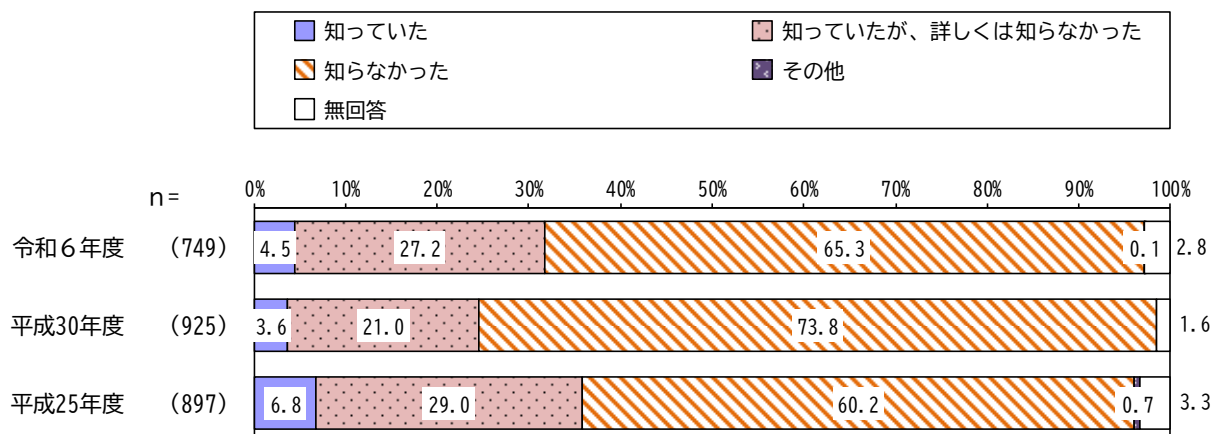
(4) 様々な分野の施策が健康なまちづくりにも影響していることの認知状況

問 62. これからの健康なまちづくりには、保健や福祉など健康に直接関係する分野の他にも、様々な分野の施策が健康なまちづくりにも影響しているという視点*が重要であるとされています。あなたは、このような考え方をご存知でしたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

※例えば、都市整備分野が歩きやすい道路の整備をすることで、市民の外出する機会が増加し、適度な運動につながることや、雇用が安定することで、精神・身体的健康が高まることなど。

様々な分野の施策が健康なまちづくりにも影響していることを、「知っていた」が4.5%、「知っていたが、詳しくは知らなかった」が27.2%で、「知らなかった」が65.3%と高くなっています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「知っていたが、詳しくは知らなかった」が6.2ポイント増加しており、「知らなかった」が8.5ポイント減少しています。

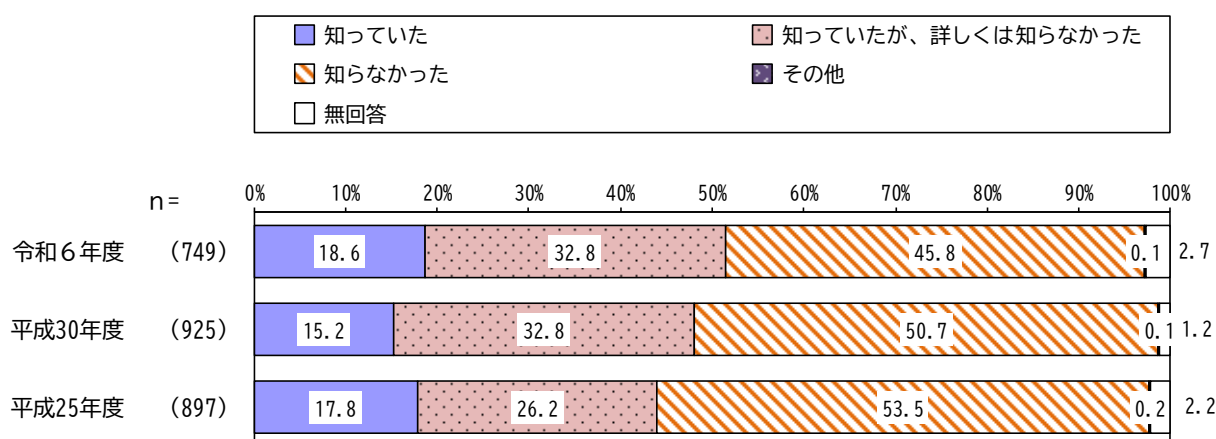


（５）「健康格差」の認知状況

問 63. 所得や雇用形態、居住形態などを原因として、個人の健康状態に差が生じること、いわゆる「健康格差」という言葉をご存知でしたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

「健康格差」の認知状況は、「知っていた」が18.6%、「知っていたが、詳しくは知らなかった」が32.8%で、「知らなかった」が45.8%と高くなっています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「知っていた」が3.4ポイント増加しています。

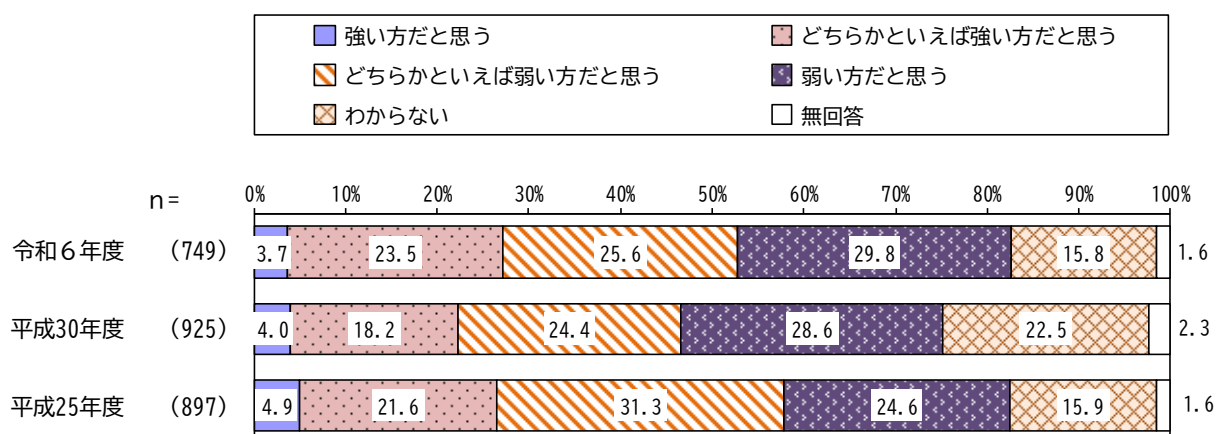


（６）周辺地域の人たちとのつながり

問 64. あなたとあなたがお住まいの地域の人たちとのつながりは、強い方だと思いますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

周辺地域の人たちとのつながりは、「強い方だと思う」(3.7%)と「どちらかといえば強い方だと思う」(23.5%)を合わせた《強い方だと思う》は27.2%となっています。一方、「どちらかといえば弱い方だと思う」(25.6%)と「弱い方だと思う」(29.8%)を合わせた《弱い方だと思う》は55.4%と高くなっています。また、「わからない」が15.8%となっています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から《強い方だと思う》、《弱い方だと思う》ともに増加しており、「わからない」が6.7ポイント減少しています。



健康日本 21（第三次）

【「地域の人々とのつながりが強いと思う者の増加」現状と目標】

周辺地域の人たちとのつながりが《強い方だと思う》は 27.2%で、本市は国の令和5年度よりも低くなっています。

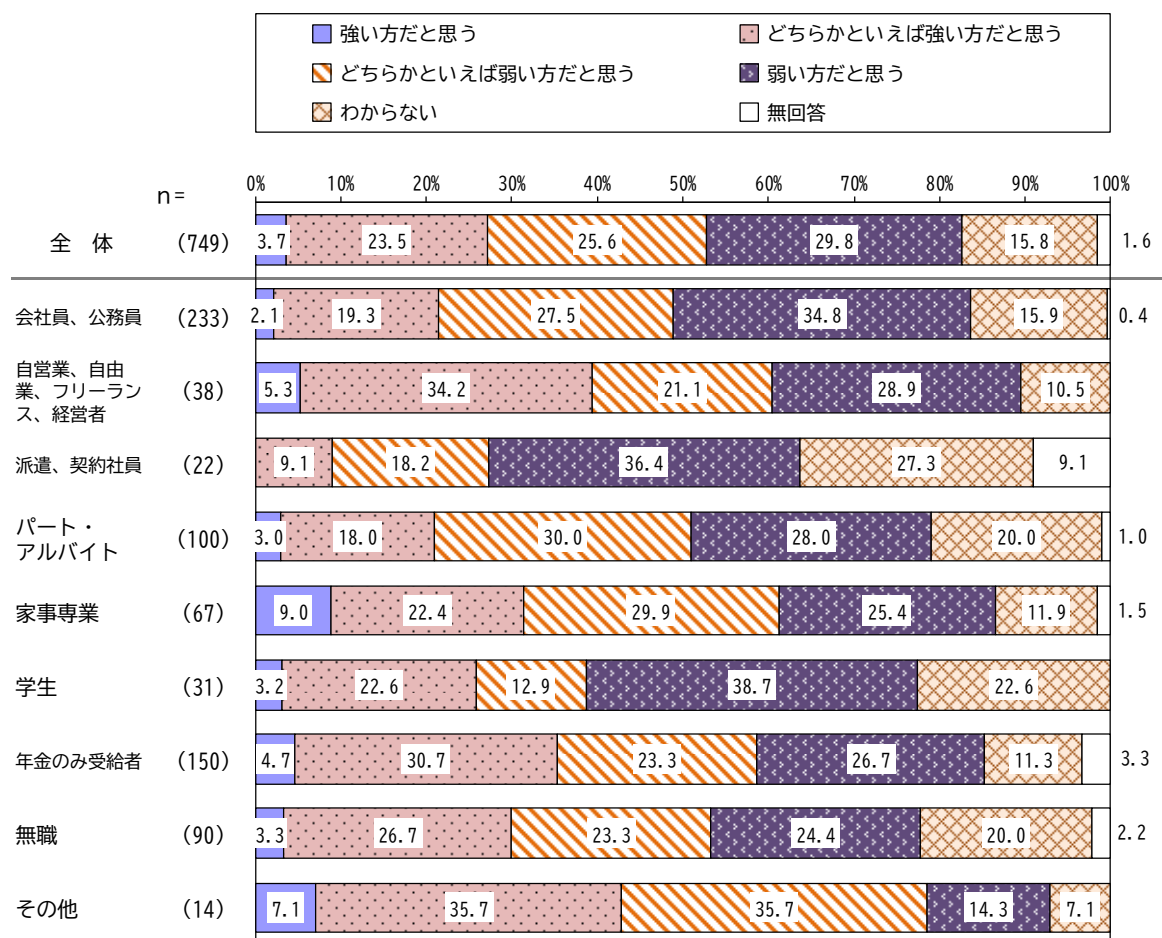
習志野市		国の現状と目標		
前回	今回	中間（第二次）	直近	目標（第三次）
22.2% （平成30年度）	27.2% （令和6年度）		31.6% （令和5年度）	45% （令和14年度）

※国の現状と目標の「直近」は『国民健康・栄養調査』、「目標（第三次）」は『健康日本21（第三次）の推進のための説明資料』。

※国の値は、「あなたのお住まいの地域の人々は、お互いに助け合っている」という設問に対して、「強くそう思う」、「どちらかといえばそう思う」、「どちらともいえない」、「どちらかといえばそう思わない」、「全くそう思わない」と選択肢が設定されているものからの引用です。

【職業別】

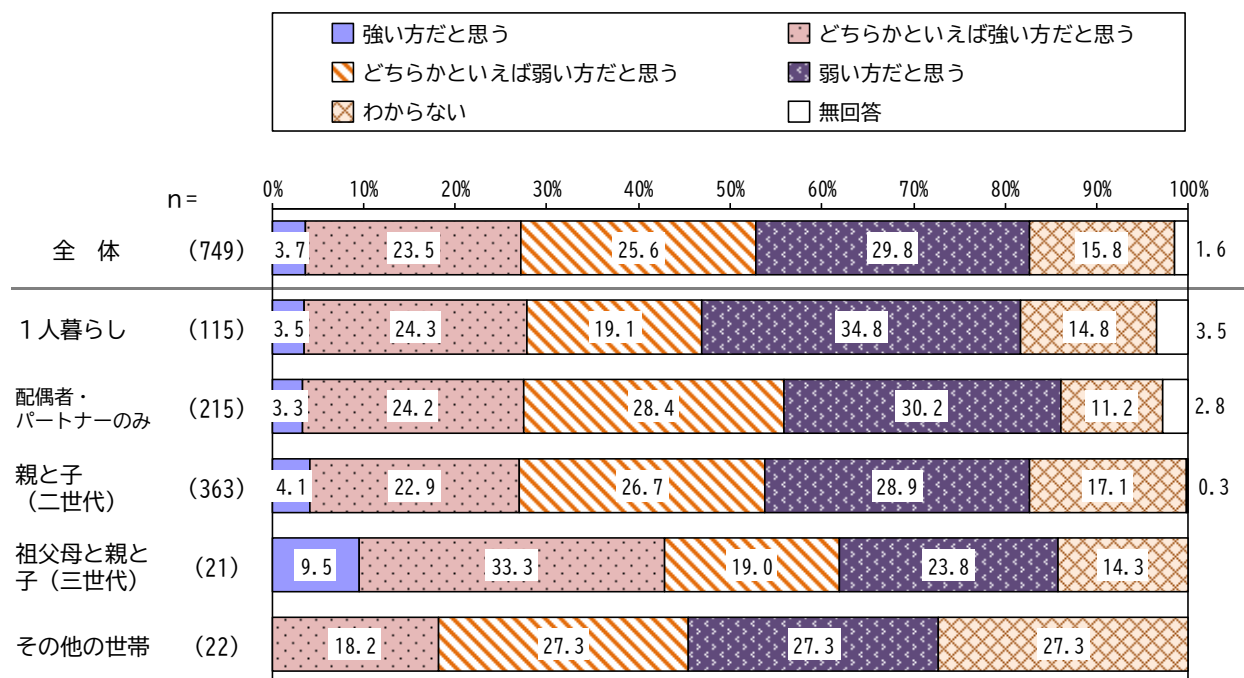
職業別でみると、《強い方だと思う》は〔自営業、自由業、フリーランス、経営者〕で 39.5%と最も高く、次いで〔年金のみ受給者〕で 35.4%となっています。一方、《弱い方だと思う》は〔会社員、公務員〕で 62.3%と最も高くなっています。



※nが25人未満の層は、人数が少ないので参考として図示し、文中では触れていません。

【家族構成別】

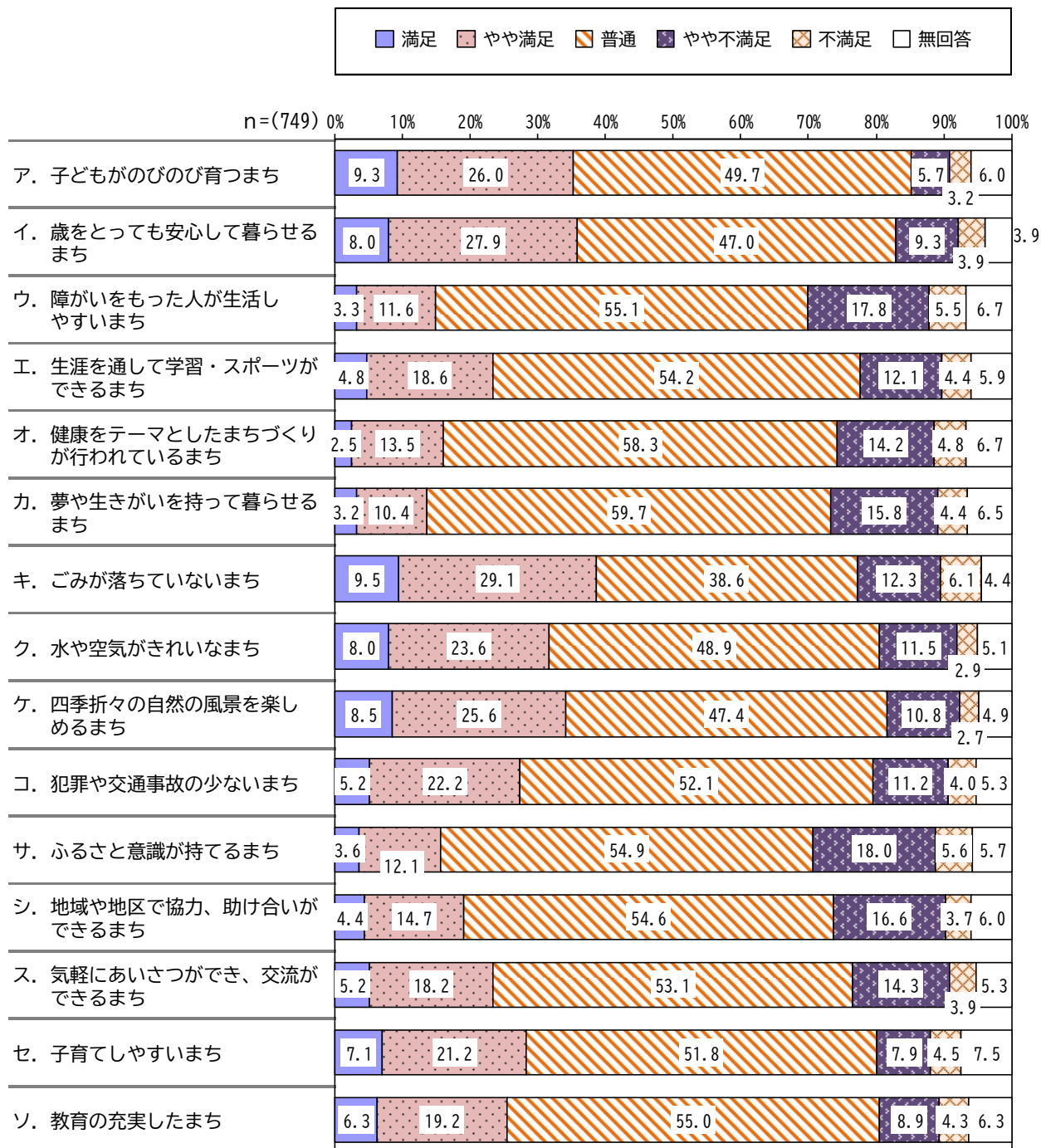
家族構成別でみると、《強い方だと思う》は〔1人暮らし〕、〔配偶者・パートナーのみ〕、〔親と子（二世代）〕で約3割とほぼ近い割合になっています。一方、《弱い方だと思う》は、〔配偶者・パートナーのみ〕で58.6%と最も高くなっています。



※nが25人未満の層は、人数が少ないので参考として図示し、文中では触れていません。

(7) 周辺地域に関する現状の満足度

問 65. お住まいの地域周辺に関する現状の満足度について、あなたのお考えに近いものをお答えください。(すべての項目に1つの番号を○で囲んでください)



周辺地域に関する現状の満足度は、いずれの項目でも「普通」が最も高くなっており、〔キ. ごみが落ちていないまち〕以外の項目で4割半ばを超えています。「満足」と「やや満足」を合わせた《満足》、「やや不満足」と「不満足」を合わせた《不満足》のそれぞれ上位5項目を整理すると、次のようになっています。

《満足》

① キ. ごみが落ちていないまち	38.6%
② イ. 歳をとっても安心して暮らせるまち	35.9%
③ ア. 子どもがのびのび育つまち	35.3%
④ ケ. 四季折々の自然の風景を楽しめるまち	34.1%
⑤ ク. 水や空気がきれいなまち	31.6%

《不満足》

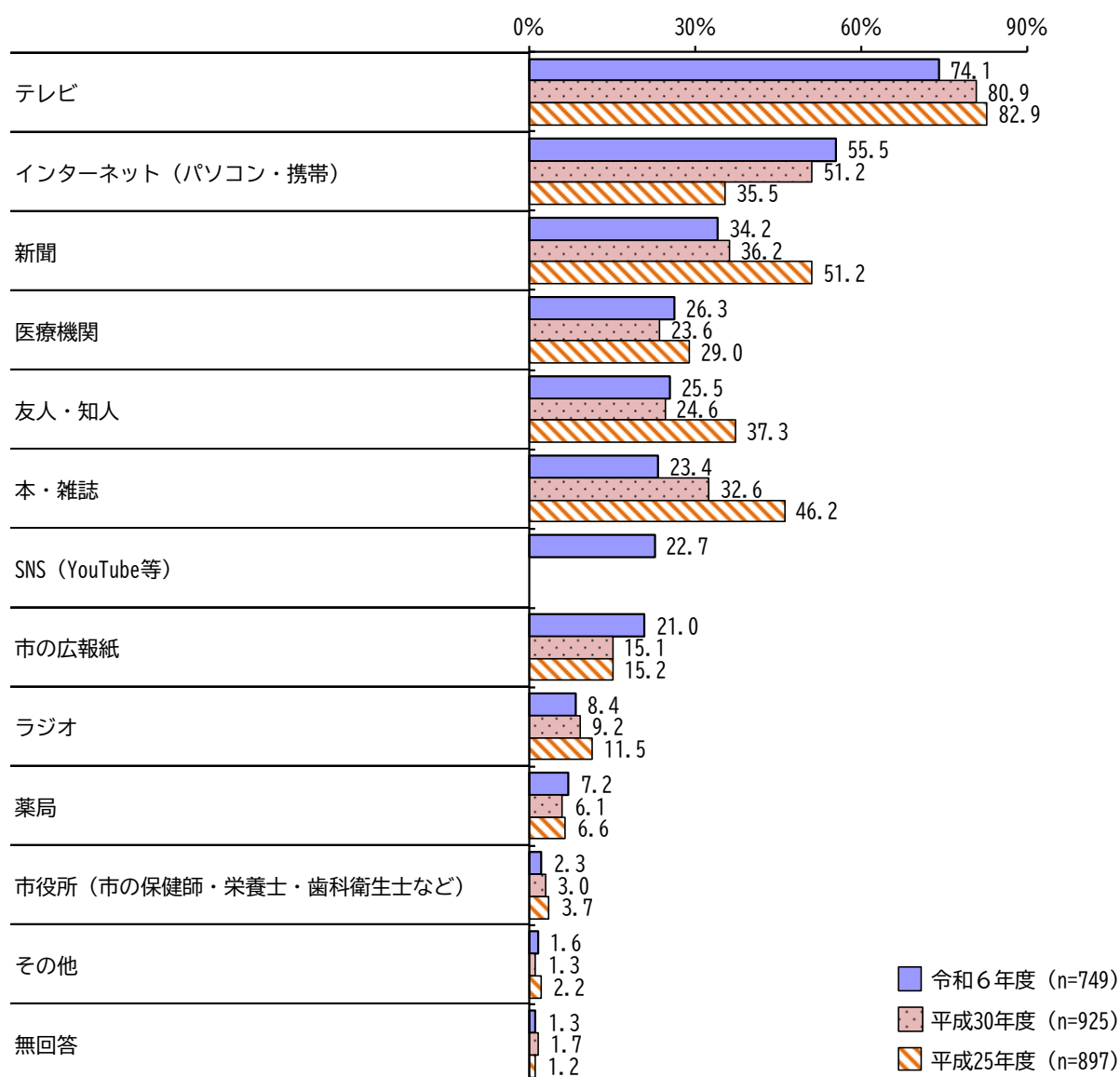
① サ. ふるさと意識が持てるまち	23.6%
② ウ. 障がいをもった人が生活しやすいまち	23.3%
③ シ. 地域や地区で協力、助け合いができるまち	20.3%
④ カ. 夢や生きがいを持って暮らせるまち	20.2%
⑤ オ. 健康をテーマとしたまちづくりが行われているまち	19.0%

(8) 健康に関する情報入手先

問 66. 日頃、健康に関する情報を何から得ていますか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

健康に関する情報の入手先は、「テレビ」が74.1%と最も高く、次いで「インターネット（パソコン・携帯）」が55.5%、「新聞」が34.2%、「医療機関」が26.3%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「本・雑誌」が9.2ポイント、「テレビ」が6.8ポイント減少しており、「テレビ」、「新聞」、「本・雑誌」、「ラジオ」といったメディアが平成25年度から減少傾向にあります。一方で、「市の広報紙」が5.9ポイント、「インターネット（パソコン・携帯）」が4.3ポイント増加しています。



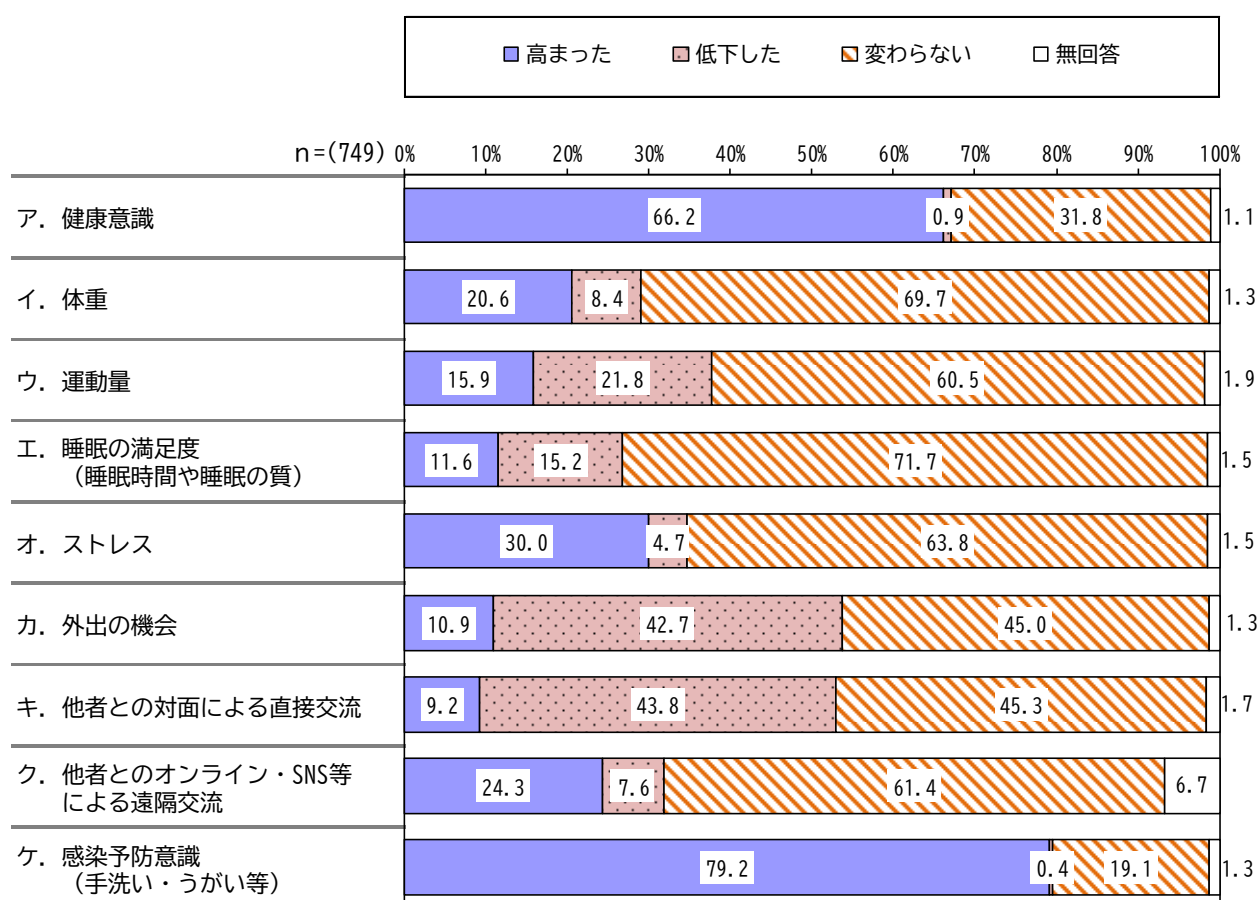
※「SNS（YouTube等）」は令和6年度の新規追加項目

6. その他

(1) 新型コロナウイルス感染症流行後の健康や意識の変化

問 67. 新型コロナウイルス感染症の流行を経て、あなたの健康や意識に変化はありましたか。
(すべての項目に1つの番号を○で囲んでください)

新型コロナウイルス感染症の流行を経た健康や意識の変化について、「高まった」は〔ケ. 感染予防意識（手洗い・うがい等）〕が79.2%と最も高く、次いで〔ア. 健康意識〕（66.2%）、〔オ. ストレス〕（30.0%）、〔ク. 他者とのオンライン・SNS等による遠隔交流〕（24.3%）が続いています。一方、「低下した」は〔キ. 他者との対面による直接交流〕（43.8%）と〔カ. 外出の機会〕（42.7%）が4割台で高くなっています。



親子

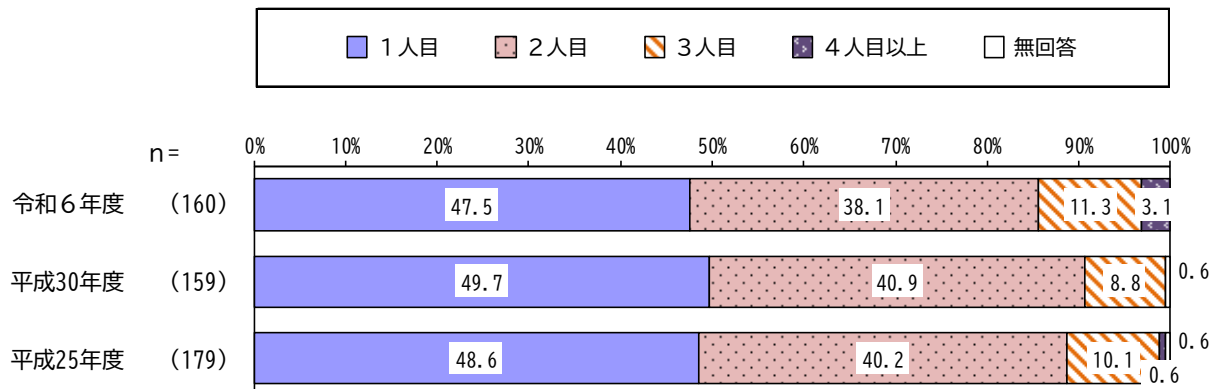
1. 妊娠・出産・産後について

(1) 健診を受けた子ども

問1. お子さんは何人目ですか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

健診を受けた子どもは、「1人目」が47.5%と最も高く、次いで「2人目」が38.1%、「3人目」が11.3%、「4人目以上」が3.1%となっています。

過去の調査結果と比較すると、あまり変化はありませんが、「4人目以上」が平成25年度から最も高くなっています。

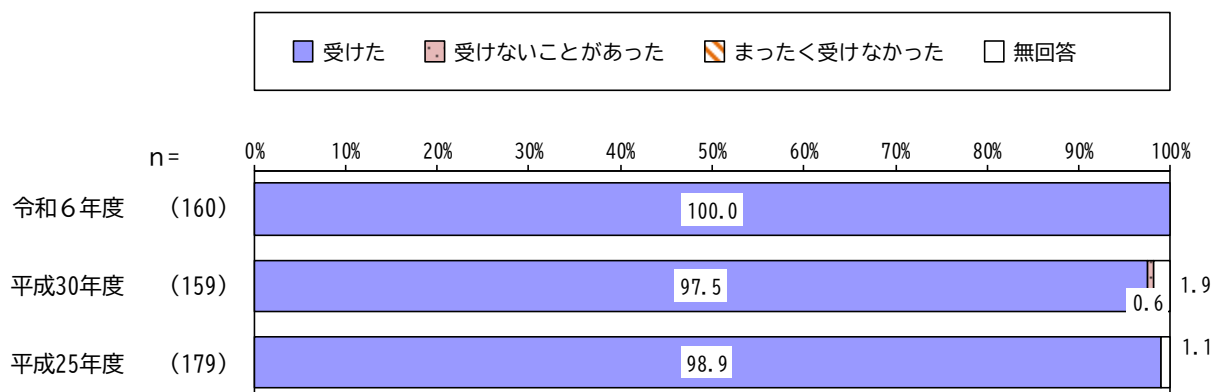


(2) 妊娠中の定期的な健診受診の有無

問2. 妊娠中、定期的に妊婦健診を受けましたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

妊娠中の定期的な健診について、すべての回答者が「受けた」と答えています。

過去の調査結果と比較すると、あまり変化はなく、ほぼすべての回答者が「受けた」と答えています。

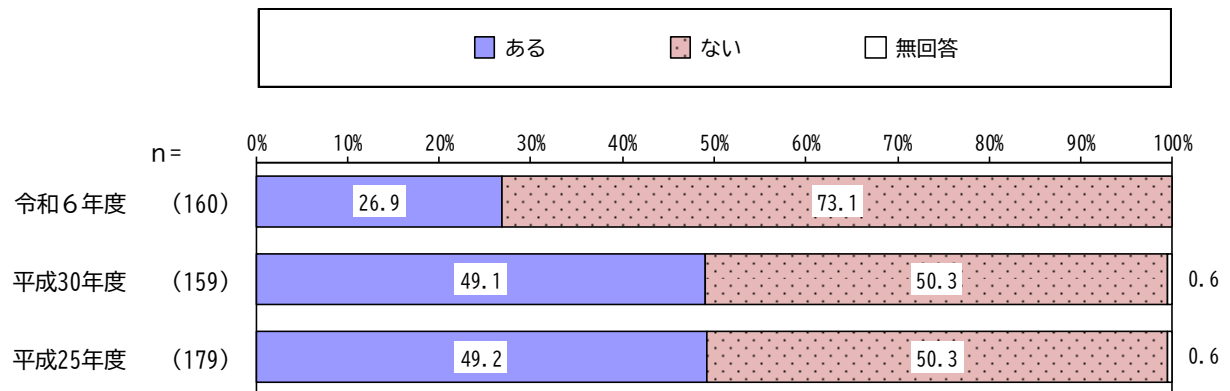


(3) 妊婦健診時、医師や助産師などからの日常生活の指導を受けた経験の有無

問3. 妊婦健診時、医師や助産師などから日常生活の指導を受けたことがありますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

妊婦健診時に、医師や助産師などからの日常生活の指導を受けた経験の有無は、「ある」が26.9%となっており、「ない」が73.1%と高くなっています。

過去の調査結果と比較すると、「ある」が平成30年度から22.2ポイント減少しています。

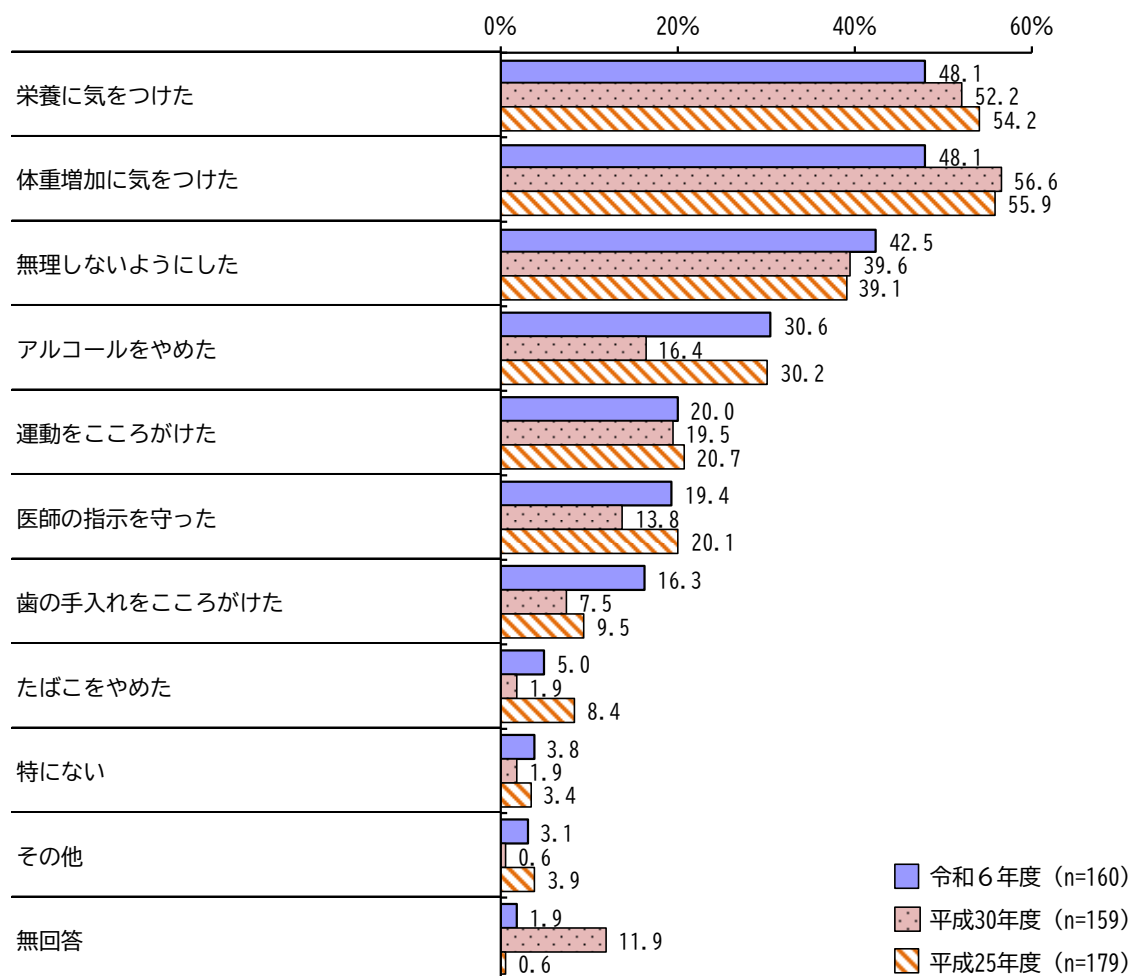


(4) 妊娠中に特に気をつけたこと

問4. 妊娠中、特に気をつけたことは何ですか。(あてはまるもの3つまで○で囲んでください)

妊娠中に特に気をつけたことは、「栄養に気をつけた」と「体重増加に気をつけた」がそれぞれ48.1%と最も高く、次いで「無理しないようにした」が42.5%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「体重増加に気をつけた」が8.5ポイント、「栄養に気をつけた」が4.1ポイント減少していますが、「歯の手入れをこころがけた」は過去2回の調査と比較して大幅に増加しています。

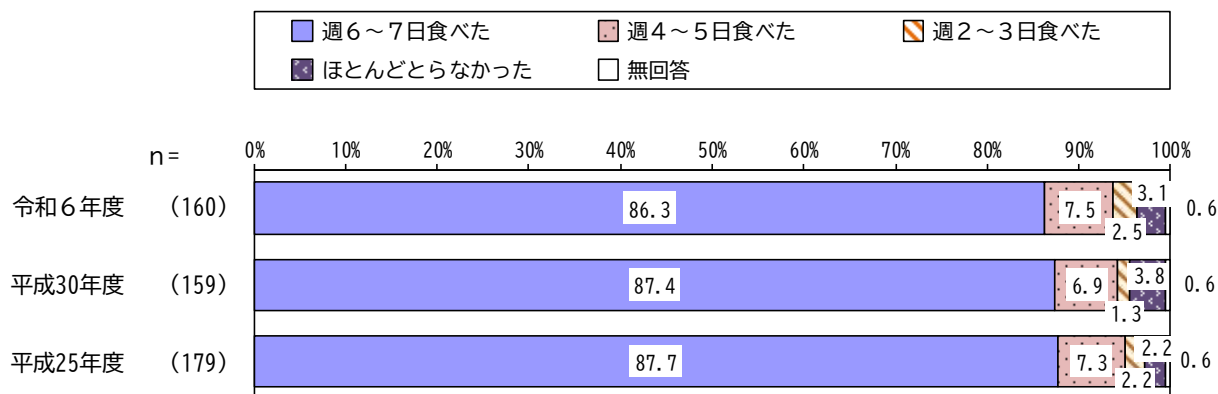


(5) 妊娠中の朝食摂取状況

問5. 妊娠中は朝食を食べていましたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

妊娠中の朝食摂取状況は、「週6～7日食べた」が86.3%と最も高くなっています。一方、「ほとんど食べなかった」は3.1%となっています。

過去の調査結果と比較すると、あまり変化はありません。

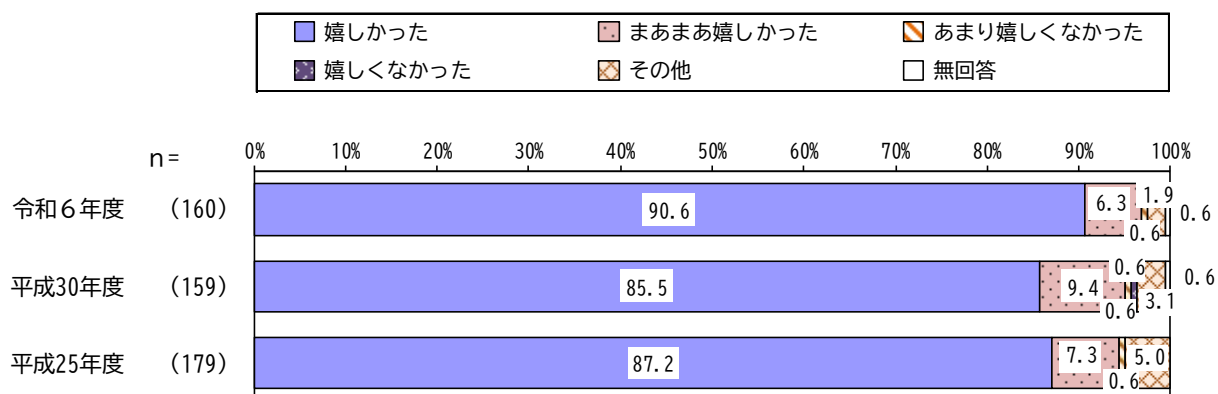


(6) 妊娠がわかったときの気持ち

問6. 妊娠していることがわかったときの気持ちで、最もあてはまるものをお答えください。(1つだけ番号を○で囲んでください)

妊娠がわかったときの気持ちは、「嬉しかった」が90.6%と9割を占めて最も高く、「まあまあ嬉しかった」(6.3%)と合わせた《嬉しかった》は96.9%となっています。

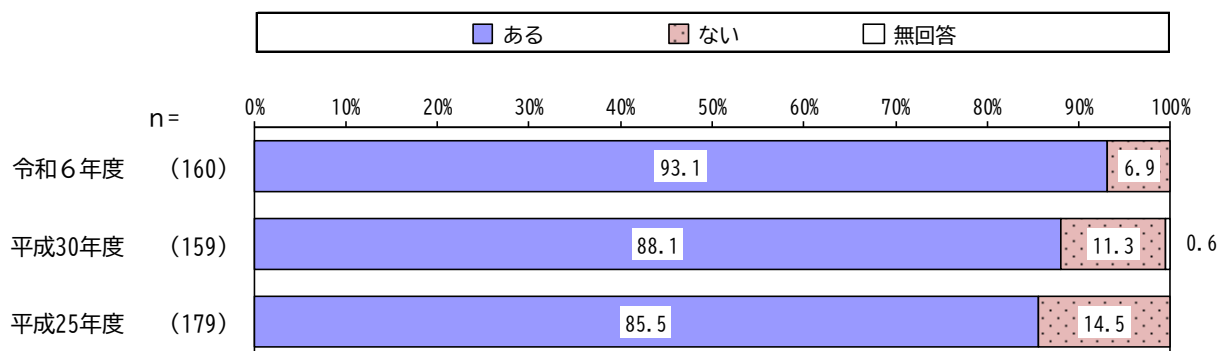
過去の調査結果と比較すると、「嬉しかった」は平成30年度から5.1ポイント増加しています。



(7) マタニティマークの利用状況

問7. マタニティマークを利用したことがありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

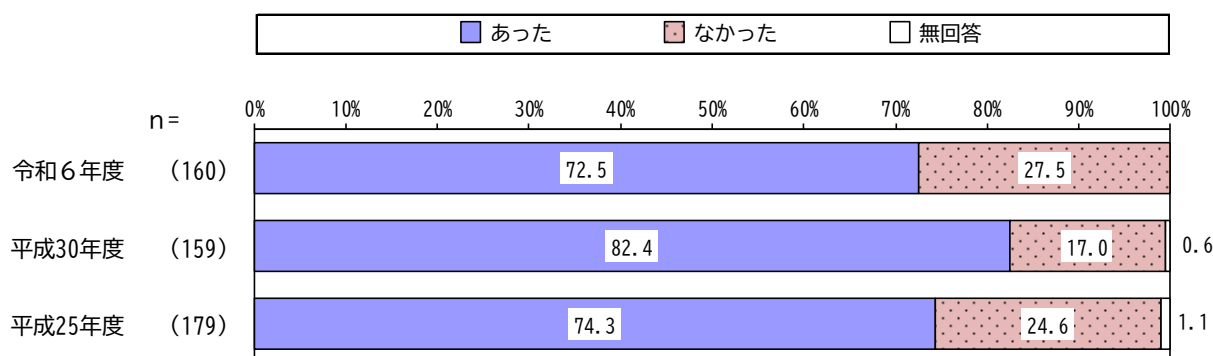
マタニティマークを利用したことが「ある」が93.1%と高くなっています。
過去の調査結果と比較すると、「ある」は平成25年度から増加傾向にあります。



(8) 妊娠中の悩みや不安の有無

問8. 妊娠中に悩みや不安がありましたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

妊娠中の悩みや不安は、「あった」が72.5%となっています。
過去の調査結果と比較すると、「あった」は平成30年度から9.9ポイント減少しています。

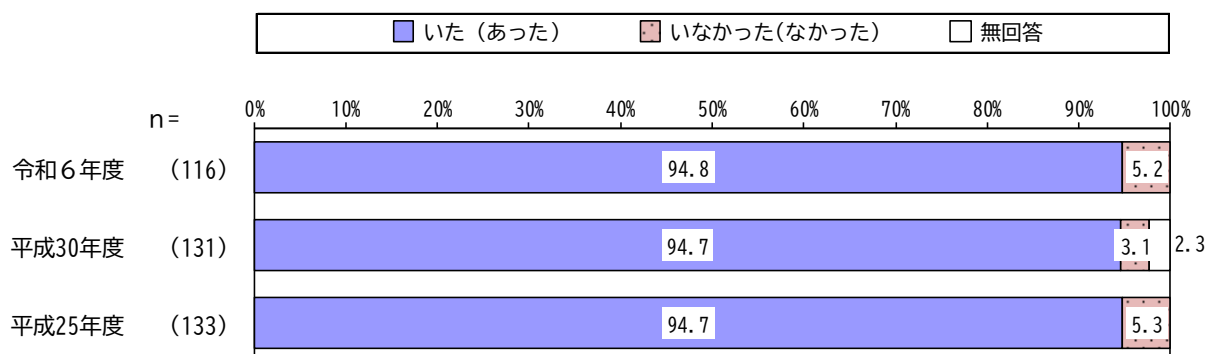


(9) 悩みや不安を相談する人や手段の有無

問8-1. 問8で「1. あった」を選んだ方におききます。妊娠中に、悩みや不安を相談する人や手段がありましたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

問8で妊娠中の悩みや不安が「あった」と回答した方に、悩みや不安を相談する人や手段があったかたずねたところ、「いた(あった)」が94.8%となっています。

過去の調査結果と比較すると、あまり変化はありません。



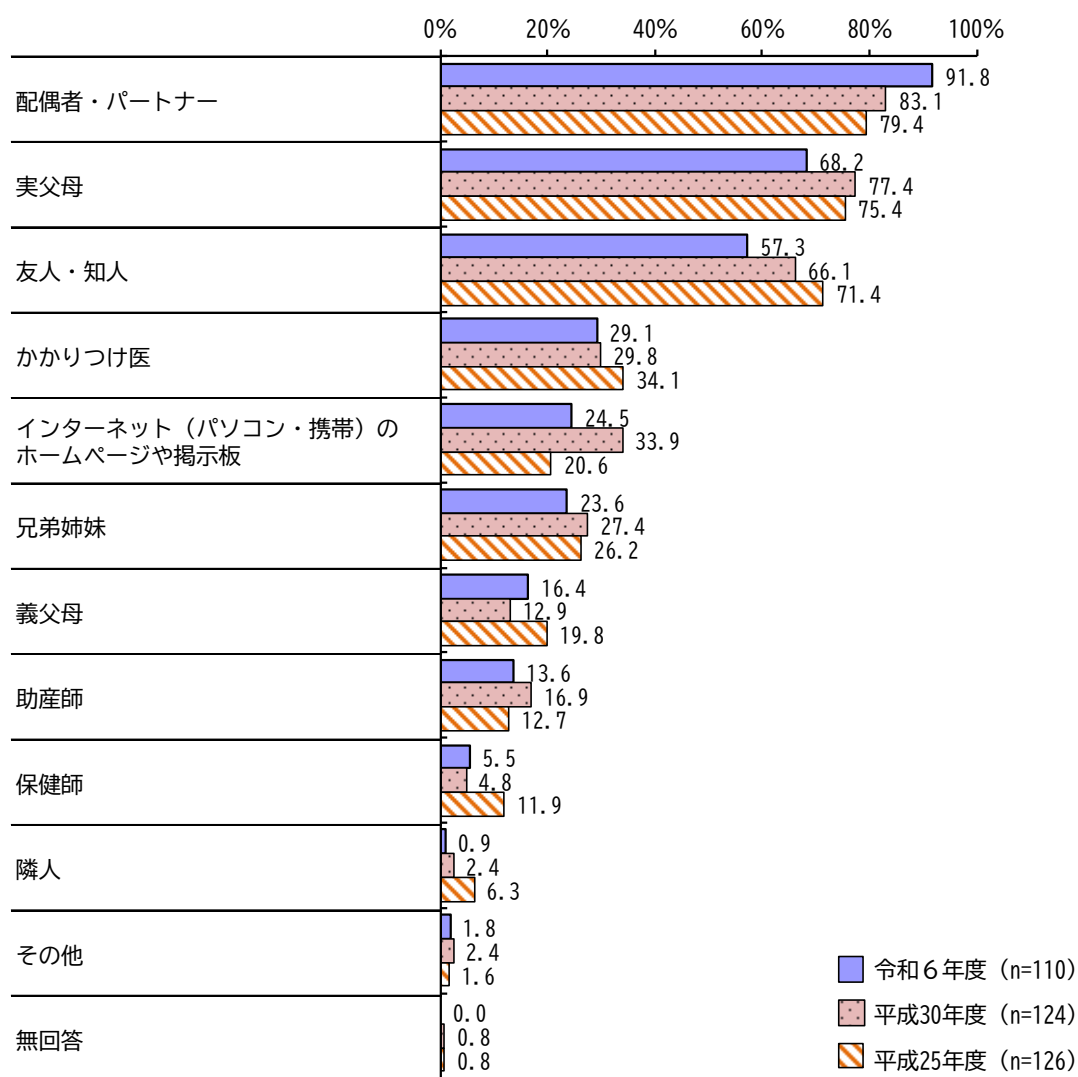
(10) 悩みや不安の相談先

問8-2. 問8-1で「1. いた(あった)」を選んだ方におきします。

相談相手や手段として、あてはまるものをお選びください。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

問8-1で妊娠中の悩みや不安を相談する人や手段が「いた(あった)」と回答した方に、その相談先をたずねたところ、「配偶者・パートナー」が91.8%と9割を超えて最も高く、次いで「実父母」が68.2%、「友人・知人」が57.3%、「かかりつけ医」が29.1%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、上位3位の順番は同じですが、割合は「配偶者・パートナー」が大きく伸びているのに対し、「実父母」、「友人・知人」は減少または減少傾向となっています。



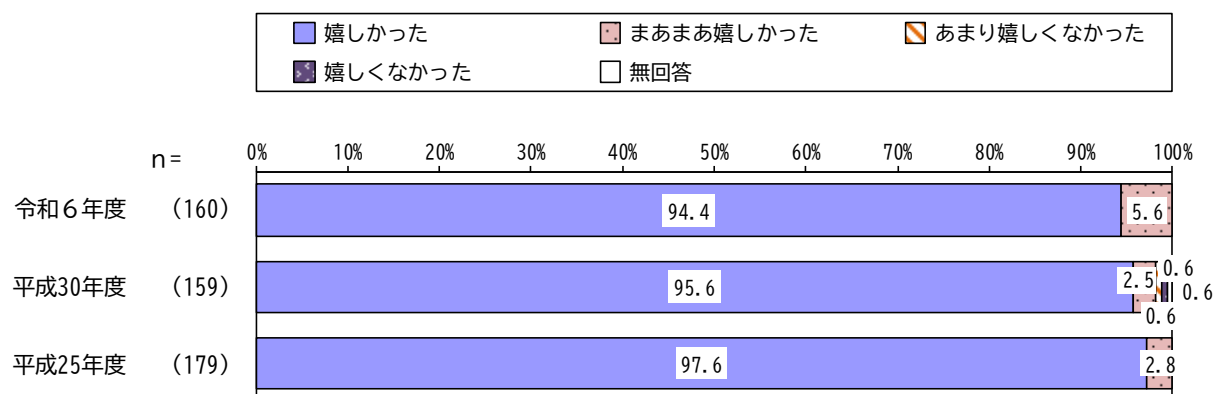
※「配偶者・パートナー」は平成30年度以前は「夫・パートナー」

(11) 子どもとはじめて対面したときの気持ち

問9. はじめて、お子さんと対面したときの気持ちで、最もあてはまるものをお答えください。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

子どもとはじめて対面したときの気持ちは、「嬉しかった」が94.4%と最も高く、「まあまあ嬉しかった」(5.6%)と合わせると、すべての回答者が《嬉しかった》と答えています。

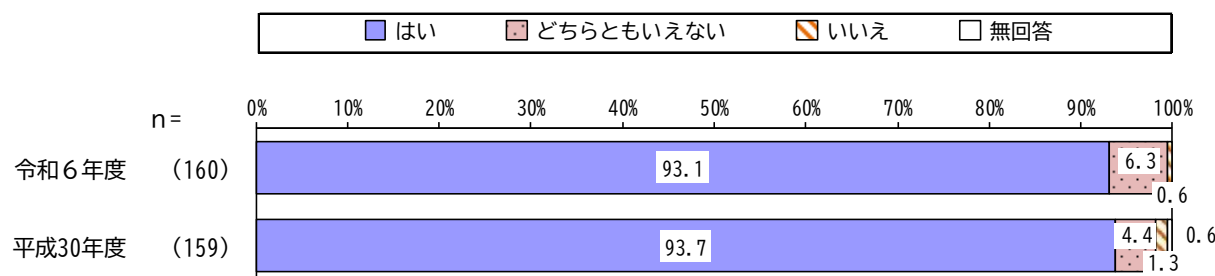
過去の調査結果と比較すると、あまり変化はありません。



(12) 今回の妊娠・出産についての満足度

問10. 今回の妊娠・出産について満足していますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

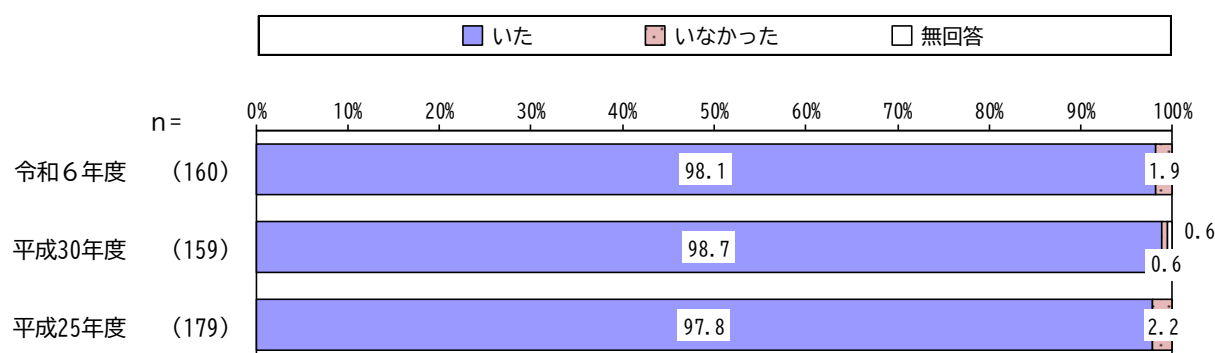
今回の妊娠・出産について満足しているかたずねたところ、「はい」が93.1%となっています。過去の調査結果と比較すると、あまり変化はありません。



(13) 産後1か月までの時期に協力してくれた人の有無

問11. 産後1か月までの時期に協力してくれた人はいましたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

産後1か月までの時期に協力してくれた人がいたかについて、「いた」が98.1%となっています。過去の調査結果と比較すると、あまり変化はありません。



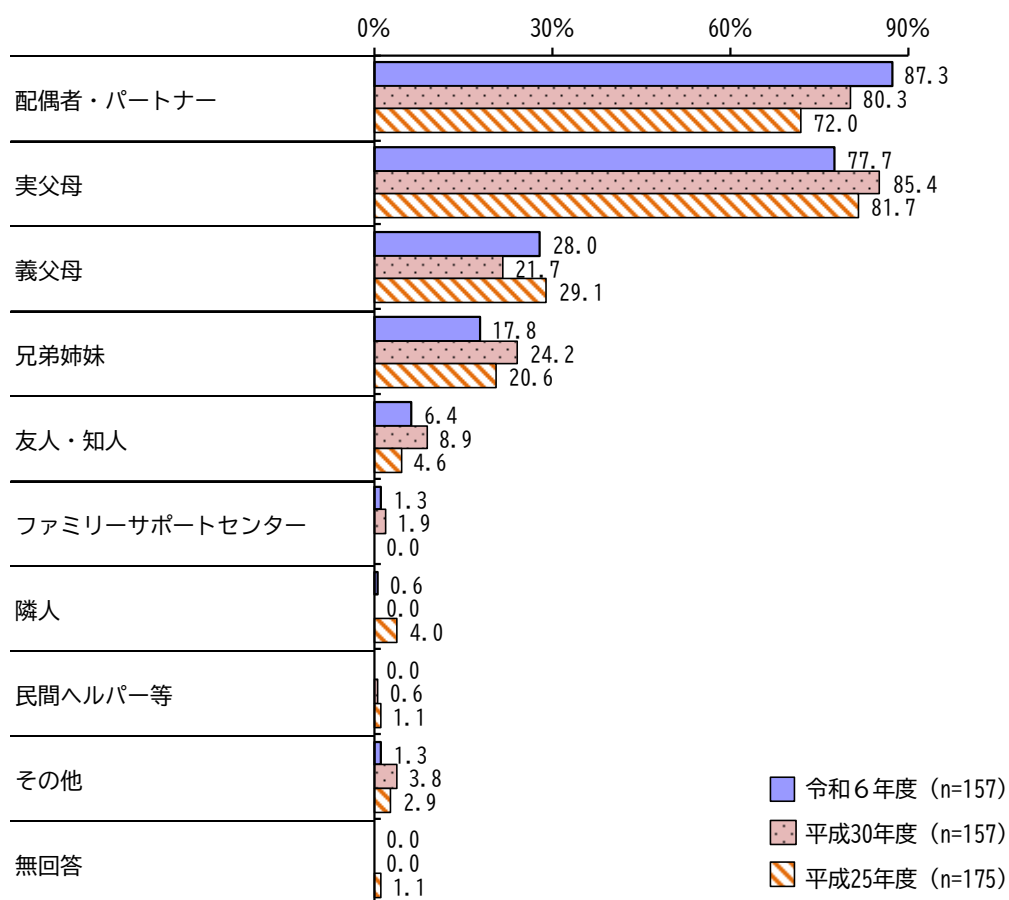
(14) 協力してくれた人

問 11-1. 問 11 で「1. いた」を選んだ方におきします。

協力してくれた人をお選びください。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

問 11 で産後 1 か月までの時期に協力してくれた人が「いた」と回答した方に、その協力者をたずねたところ、「配偶者・パートナー」が 87.3%と最も高く、次いで「実父母」が 77.7%、「義父母」が 28.0%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、平成 30 年度から「配偶者・パートナー」が 7.0 ポイント、「義父母」が 6.3 ポイント増加している一方で、「実父母」が 7.7 ポイント、「兄弟姉妹」が 6.4 ポイント減少しています。「配偶者・パートナー」は平成 25 年度と比較すると 15.3 ポイント増加しています。



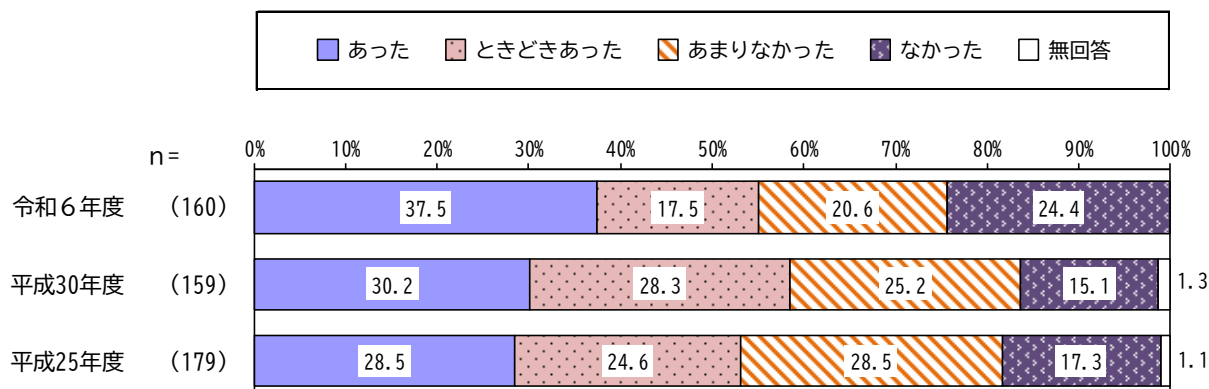
※「配偶者・パートナー」は平成30年度以前は「夫・パートナー」

(15) 妊娠中から産後3か月間の気分の変化

問 12. 妊娠中から産後3か月くらいの間に、気分が沈んだり、涙もろくなったり、何もする気になれないということがありましたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

妊娠中から産後3か月間の気分の変化は、「あった」が37.5%と最も高く、「ときどきあった」(17.5%)と合わせた《あった》は55.0%となっています。一方、「あまりなかった」(20.6%)と「なかった」(24.4%)を合わせた《なかった》は45.0%となっています。

過去の調査結果と比較すると、「あった」は平成30年度から7.3ポイント増加していますが、「ときどきあった」は10.8ポイント減少しており、《あった》全体では3.5ポイント減少しています。

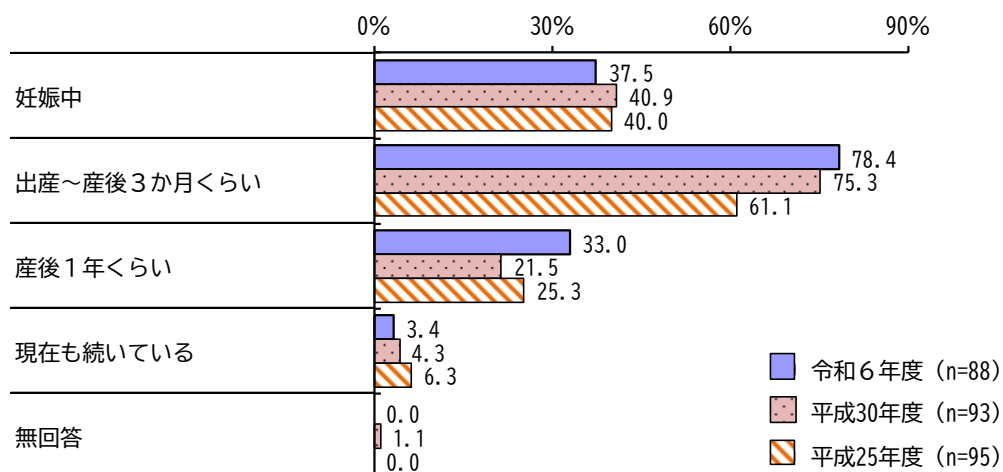


(16) 気分の変化があった時期

問 12-1. 問 12 で「1. あった」または「2. とくどきあった」を選んだ方におききします。
あてはまる時期を全てお選びください。(あてはまる時期すべてを○で囲んでください)

問 12 で妊娠中から産後3か月間の気分の変化が《あった》と回答した方に、その時期をたずねたところ、「出産～産後3か月くらい」が78.4%と最も高く、次いで「妊娠中」が37.5%、「産後1年くらい」が33.0%となっています。また、「現在も続いている」は3.4%となっています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「産後1年くらい」が11.5ポイント増加しています。また、「出産～産後3か月くらい」が平成25年度から増加傾向にある一方、「現在も続いている」は減少傾向にあります。

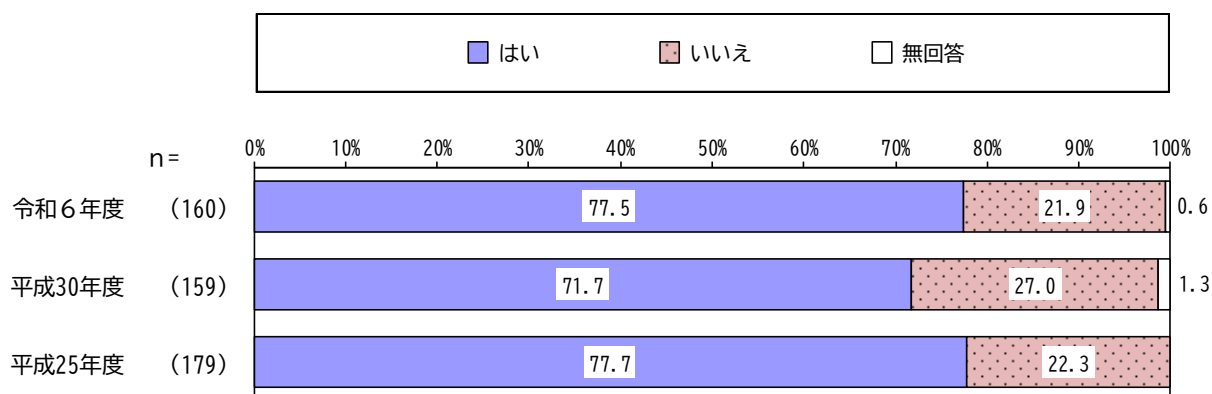


(17) 母子健康手帳交付の有無

問 13. 今回の健診対象のお子さんは、習志野市で母子健康手帳をもらいましたか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

習志野市から母子健康手帳をもらったかたずねたところ、「はい」が77.5%と高く、「いいえ」が21.9%となっています。

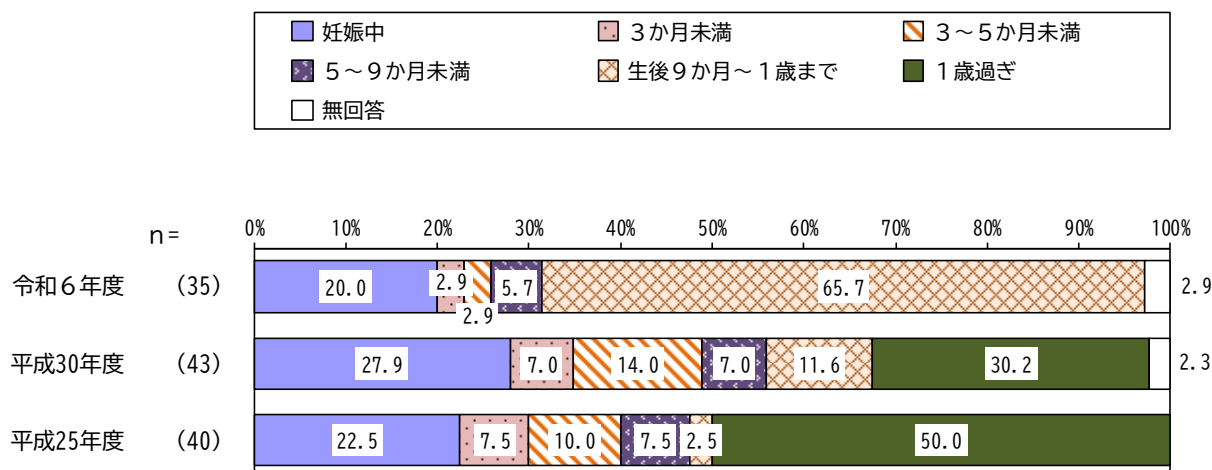
過去の調査結果と比較すると、「はい」は平成30年度から5.8ポイント増加しています。



(18) 転入した時期

問 13-1. 問 13 で「2. いいえ」を選んだ方におききます。
転入された時期をお答えください。(1つだけ番号を○で囲んでください)
(2. を選んだ方は、()に数字をご記入ください)

問13で他自治体から母子健康手帳をもらったと回答した方に、市への転入時期をたずねたところ、「生後9か月～1歳まで」が65.7%と最も高く、次いで「妊娠中」が20.0%となっています。
過去の調査結果と比較すると、回答者数(n)が少ないため、各項目の増減が大きくなっていますが、「生後9か月～1歳まで」が平成30年度から54.1ポイント増加しています。

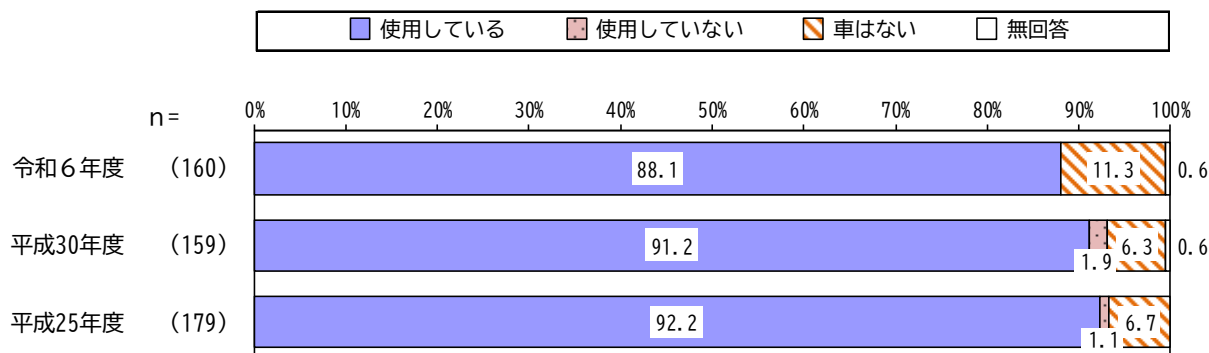


2. 事故防止について

(1) チャイルドシート使用の有無

問 14. 子どもを車に乗せる時に、チャイルドシートを使用していますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

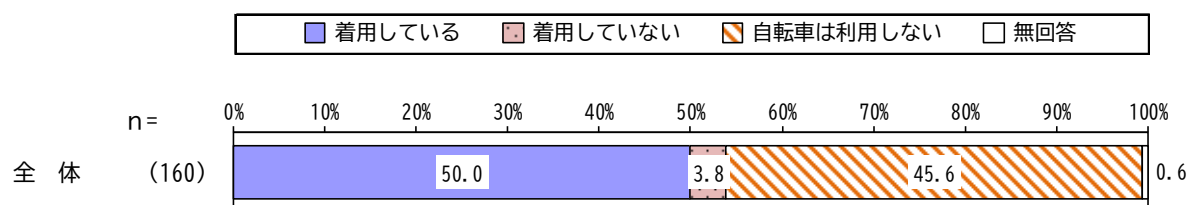
チャイルドシートを「使用している」が88.1%と高く、「車はない」が11.3%となっています。過去の調査結果と比較すると、「車はない」が平成30年度から5.0ポイント増加しています。



(2) ヘルメット使用の有無

問 15. 子どもと自転車に乗るときにヘルメットを着用していますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

ヘルメットを「着用している」が50.0%、「自転車は利用しない」が45.6%と高くなっており、「着用していない」が3.8%となっています。

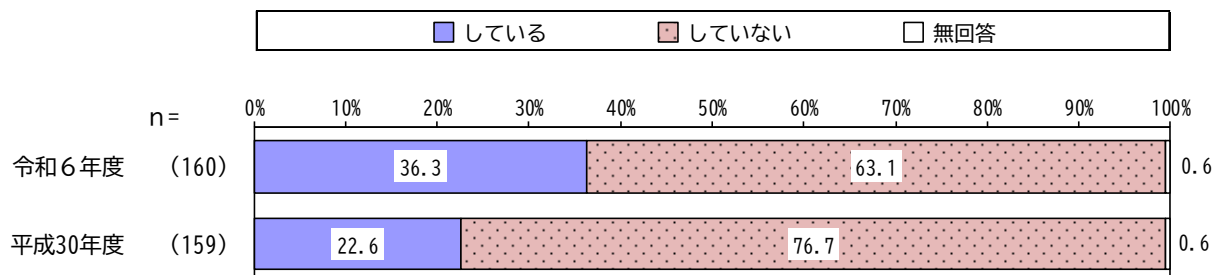


(3) 風呂場のドアを子どもが自分で開けることができないような工夫の有無

問 16. 風呂場のドアを子どもが自分で開けることができないよう工夫をしていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

風呂場のドアを子どもが自分で開けることができないよう工夫を、「している」が36.3%で、「していない」が63.1%と高くなっています。

平成30年度の調査結果と比較すると、「している」が13.7ポイント増加しています。



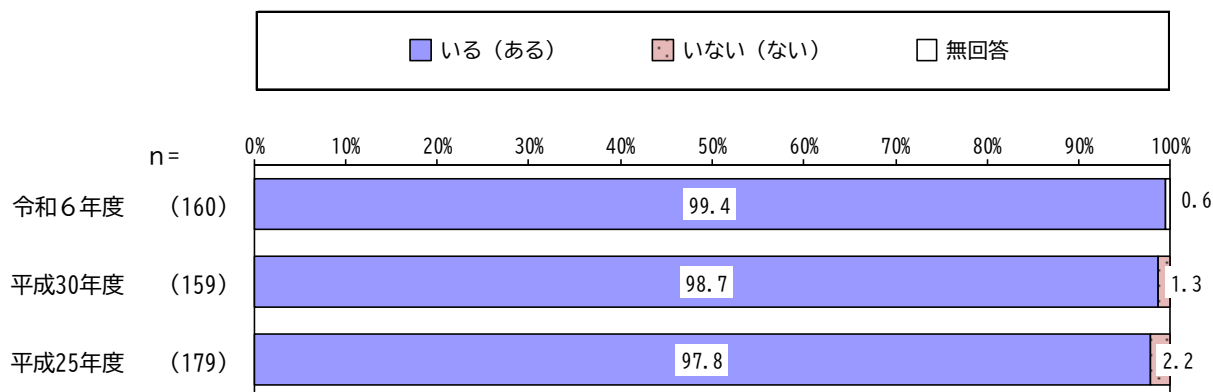
3. 育児に関することについて

(1) 育児についての相談相手の有無

問 17. 育児について相談する人や手段はありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

育児についての相談相手の有無や手段があるかたずねたところ、「いる（ある）」が 99.4%となっており、「いない（ない）」という回答はありませんでした。

過去の調査結果と比較すると、あまり変化はありませんが、「いない（ない）」が平成 25 年度から減少傾向となっています。



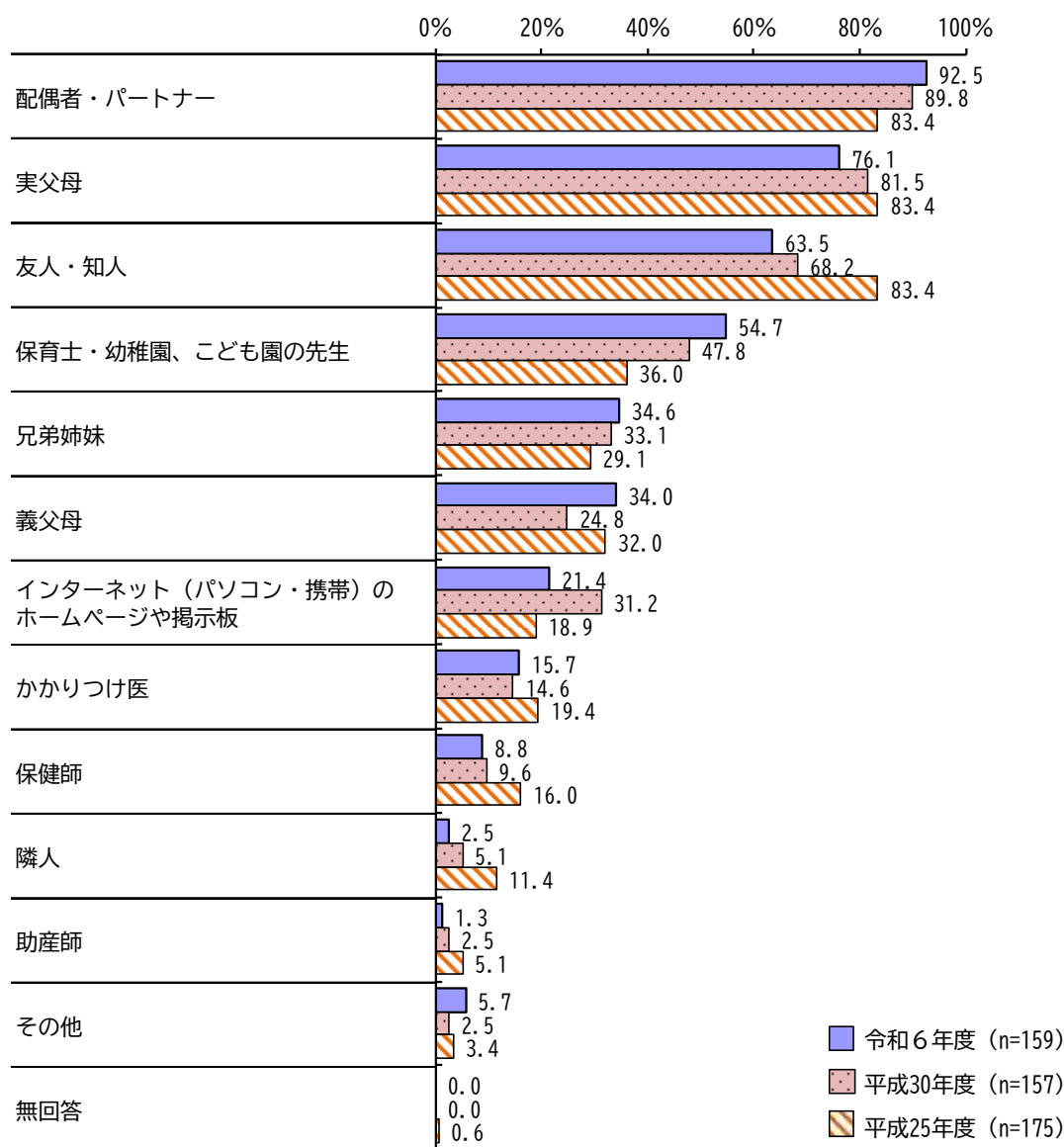
(2) 相談する人や手段

問 17-1. 問 17 で「1. いる(ある)」を選んだ方におきします。
 相談する人や手段としてあてはまるものをお選びください。
 (あてはまるものすべてを○で囲んでください)

問 17 で育児についての相談相手の有無や手段が「いる(ある)」と回答した方に、その相談先をたずねたところ、「配偶者・パートナー」が 92.5%と最も高く、次いで「実父母」が 76.1%、「友人・知人」が 63.5%、「保育士・幼稚園、こども園の先生」が 54.7%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、平成 30 年度から「義父母」が 9.2 ポイント、「保育士・幼稚園、こども園の先生」が 6.9 ポイント増加している一方で、「インターネット(パソコン・携帯)のホームページや掲示板」が 9.8 ポイント、「実父母」が 5.4 ポイント、「友人・知人」が 4.7 ポイント減少しています。

「配偶者・パートナー」、「保育士・幼稚園、こども園の先生」、「兄弟姉妹」の 3 項目が平成 25 年度から増加傾向にあります。一方で「実父母」、「友人・知人」、「保健師」、「隣人」、「助産師」の 5 項目が減少傾向にあります。



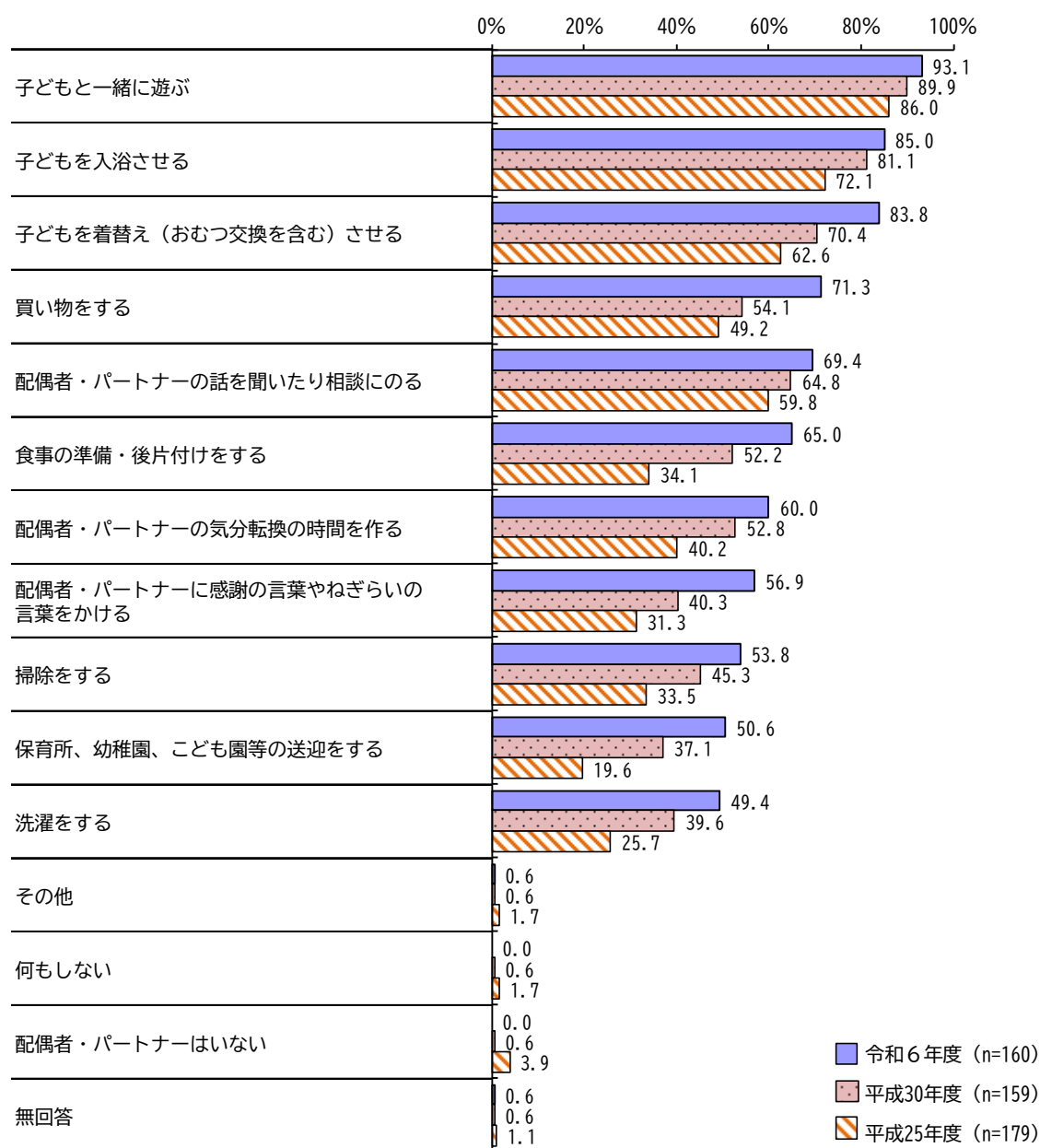
※「配偶者・パートナー」は平成30年度以前は「夫・パートナー」

(3) 配偶者やパートナーの家事や育児のかかわりかた

問 18. あなたからみて配偶者やパートナーは、家事や育児にどのような形でかかわっていますか。
(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

配偶者やパートナーの家事や育児のかかわりかたは、「子どもと一緒に遊ぶ」が93.1%と最も高く、次いで「子どもを入浴させる」が85.0%、「子どもを着替え（おむつ交換を含む）させる」が83.8%、「買い物をする」が71.3%、「配偶者・パートナーの話を聞いたり相談にのる」が69.4%と続いており、14項目中10項目が5割を超えています。

過去の調査結果と比較すると、「その他」、「何もしない」「配偶者・パートナーはいない」以外のすべての項目で平成25年度から増加傾向となっており、特に「子どもを着替え（おむつ交換を含む）させる」、「買い物をする」、「食事の準備・後片付けをする」、「配偶者・パートナーに感謝の言葉やねぎらいの言葉をかける」、「保育所、幼稚園、こども園等の送迎をする」の5項目で平成30年度から10ポイント以上増加しています。



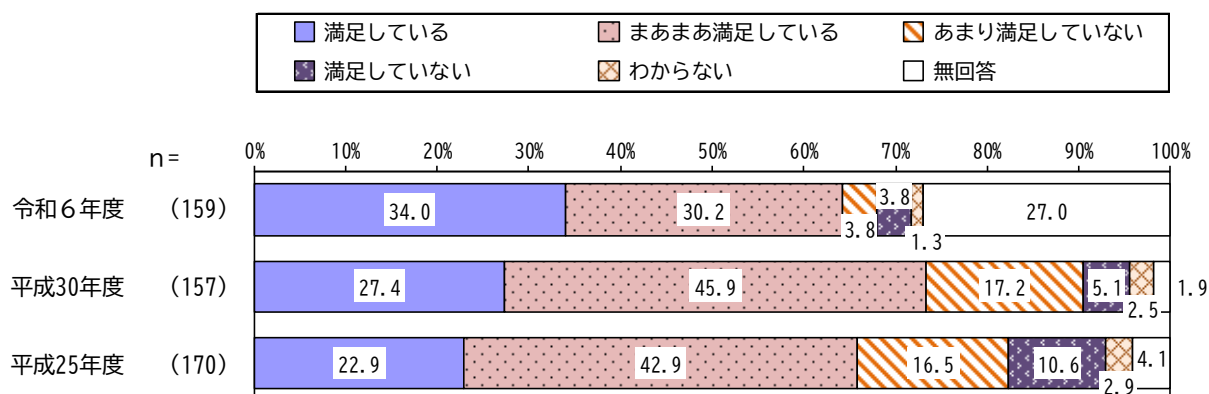
※選択肢中の「配偶者」は平成30年度以前は「夫」もしくは「妻」

(4) 配偶者やパートナーの協力の仕方への満足度

問 18-1. 問 18 で「14. 配偶者・パートナーはいない」以外を選んだ方におきします。
 配偶者・パートナーの協力の仕方について満足していますか。
 (1つだけ番号を○で囲んでください)

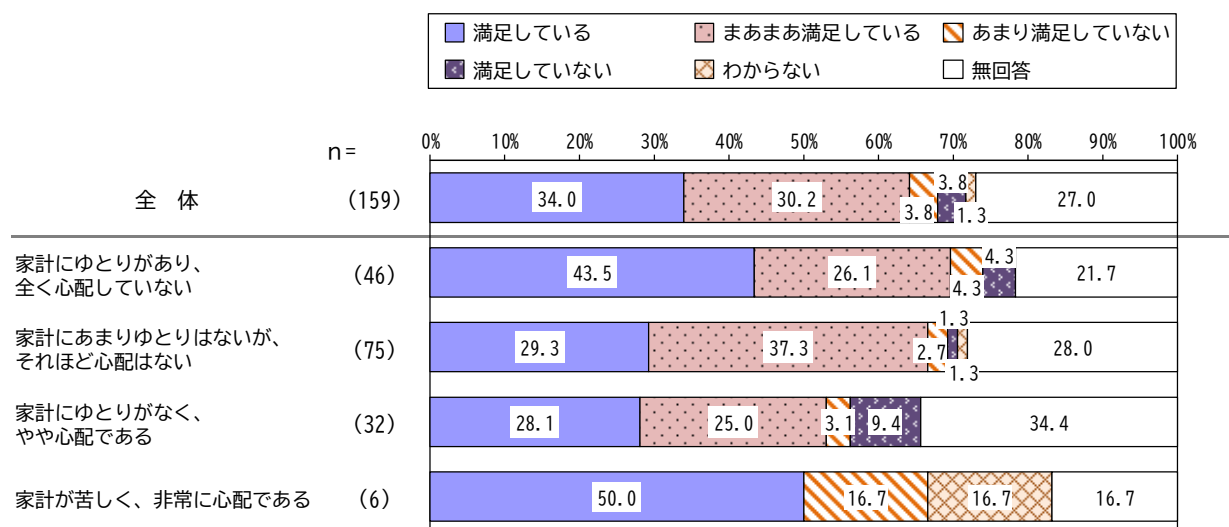
問 18 で「配偶者・パートナーはいない」以外を回答した方に、配偶者やパートナーの協力の仕方への満足度をたずねたところ、「満足している」が34.0%と最も高く、「まあまあ満足している」(30.2%)と合わせた《満足している》は64.2%となっています。一方、「あまり満足していない」(3.8%)と「満足していない」(3.8%)を合わせた《満足していない》は7.6%となっています。

過去の調査結果と比較すると、「満足している」は平成 25 年度から増加傾向にあります。今回の調査では「無回答」が多く、《満足している》、《満足していない》ともに平成 30 年度から減少しています。



【現在の暮らし向き別】

現在の暮らし向き別でみると、《満足している》は家計にゆとりがあるほど高くなる傾向にあります。



(5) 現在の気持ち

問 19. 今のあなたの気持ちについて、あてはまるものをそれぞれお選びください。
(すべての項目に1つの番号を○で囲んでください。)

現在の気持ちについて、各項目を「はい」か「いいえ」でたずねましたが、〔ア. 子どもがかわい
いと感じる〕、〔イ. 育児は楽しいと感じる〕、〔カ. 子どもと一緒に自分も成長していると感じる〕、
〔ケ. 子育てはいろいろな人とコミュニケーションが大切であると感じる〕の4項目は、「はい」と
いう回答が肯定感を表します。一方、〔ウ. 子育てに自信がもてない〕、〔エ. 普段の生活の中でイラ
イラする〕、〔オ. 「子どもを虐待してしまった」と感じるときがある〕、〔キ. 自分の自由な時間が欲
しい〕、〔ク. 家計のやりくりが大変である〕の5項目は、「いいえ」という回答が肯定感を表します。
これらの回答の割合を整理すると、次のようになります。

《「はい」が肯定感を表す項目》

① ア. 子どもがかわいと感じる	98.8%
② ケ. 子育てはいろいろな人とコミュニケーションが大切であると感じる	85.6%
③ イ. 育児は楽しいと感じる	77.5%
④ カ. 子どもと一緒に自分も成長していると感じる	76.9%

《「いいえ」が肯定感を表す項目》

① オ. 「子どもを虐待してしまった」と感じるときがある	67.5%
② ク. 家計のやりくりが大変である	37.5%
③ ウ. 子育てに自信がもてない	30.6%
④ エ. 普段の生活の中でイライラする	20.6%
⑤ キ. 自分の自由な時間が欲しい	7.5%

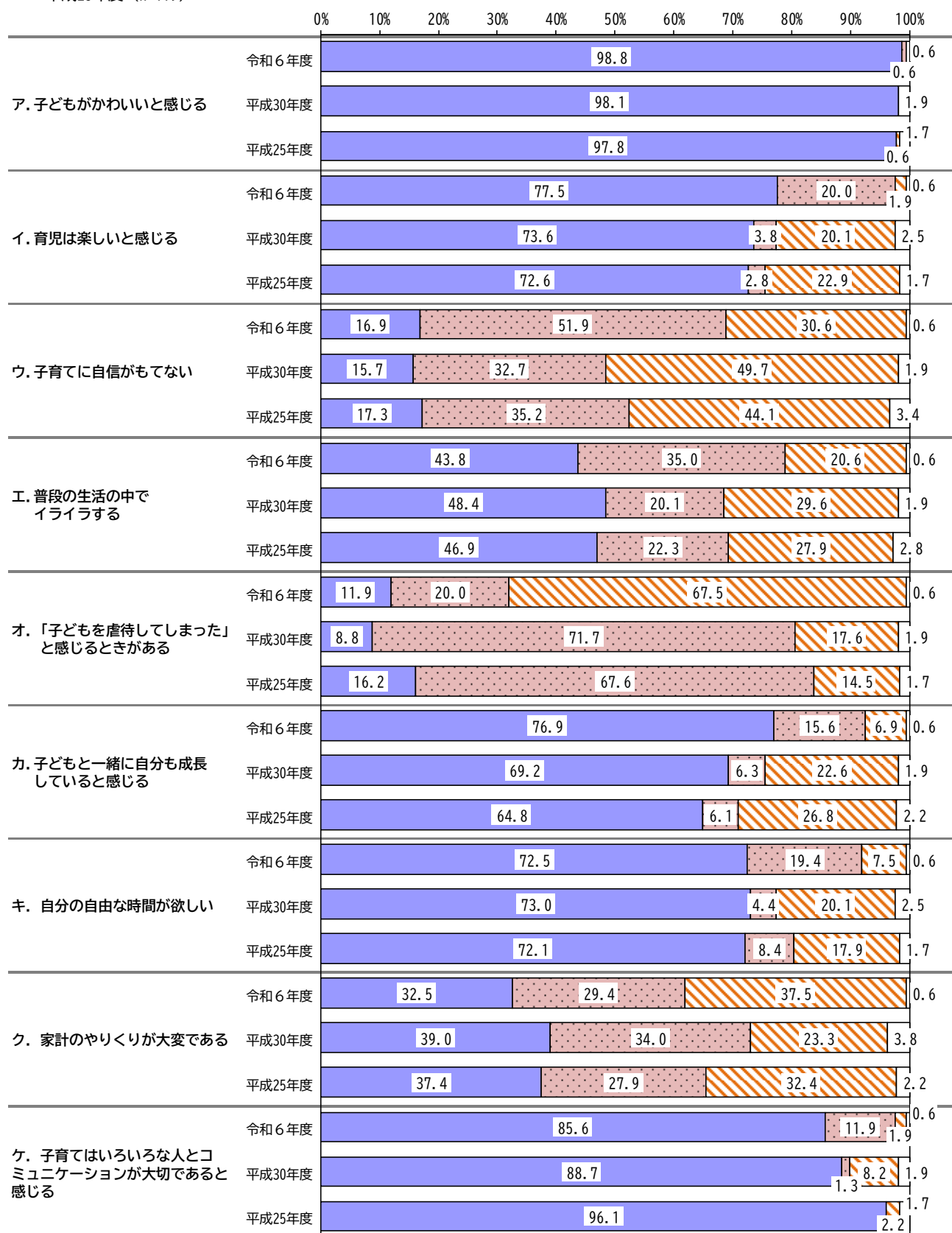
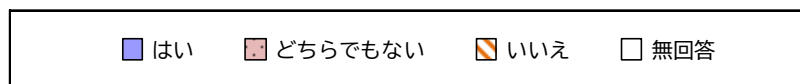
過去の調査結果と比較すると、「はい」が肯定感を表す項目では、「はい」の割合が〔カ. 子どもと
一緒に自分も成長していると感じる〕で平成 30 年度から 7.7 ポイント、〔イ. 育児は楽しいと感じ
る〕で 3.9 ポイント増加しています。一方で、〔ケ. 子育てはいろいろな人とコミュニケーションが
大切であると感じる〕で平成 30 年度から 3.1 ポイント減少しており、平成 25 年度から減少傾向に
あります。

「いいえ」が肯定感を表す項目では、「いいえ」の割合が、平成 30 年度から〔オ. 「子どもを虐待
してしまった」と感じるときがある〕で 49.9 ポイント、〔ク. 家計のやりくりが大変である〕で 14.2
ポイント増加しており、〔ウ. 子育てに自信がもてない〕で 19.1 ポイント、〔キ. 自分の自由な時間
が欲しい〕で 12.6 ポイント、〔エ. 普段の生活の中でイライラする〕で 9.0 ポイント減少していま
す。

令和6年度 (n=160)

平成30年度 (n=159)

平成25年度 (n=179)

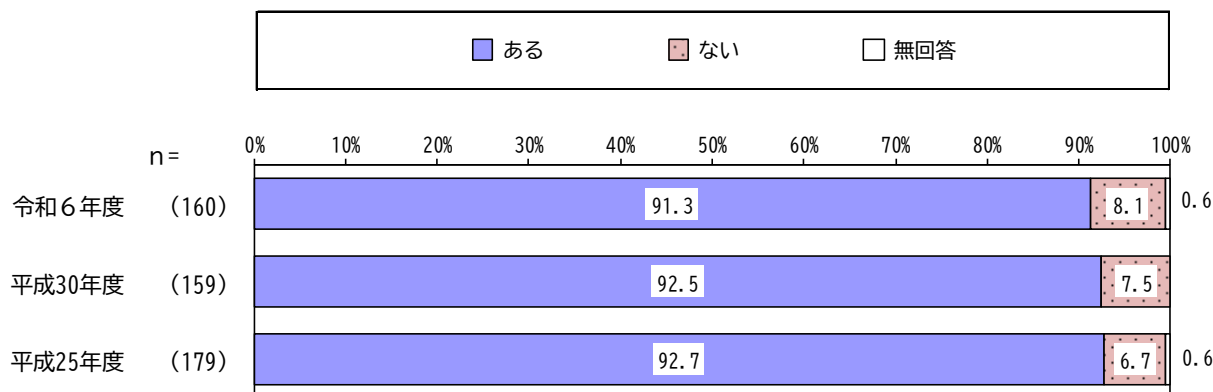


4. 医療機関等について

(1) 小児科のかかりつけ医の有無

問 20. かかりつけ医がありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

小児科のかかりつけ医は「ある」が91.3%と9割を超えて高くなっています。
過去の調査結果と比較すると、あまり変化はありません。



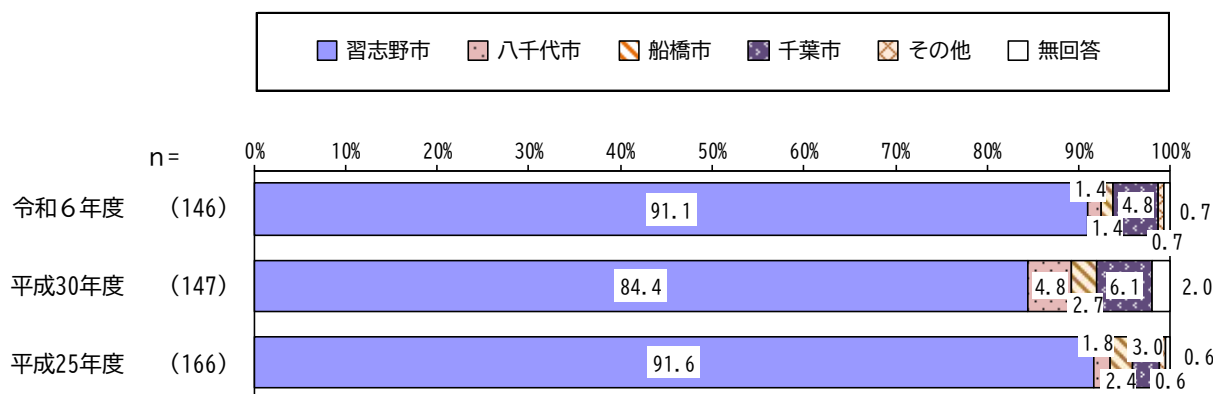
(2) かかりつけ医のいる医療機関の場所

問 20-1. 問 20 で「1. ある」を選んだ方におききします。

かかりつけ医のいる医療機関はどこにありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

問 20 で小児科のかかりつけ医が「ある」と回答した方に、医療機関の場所をたずねたところ、「習志野市」が91.1%と最も高く、次いで「千葉市」が4.8%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「習志野市」が6.7ポイント増加しており、平成25年度と同じ割合に戻っています。



(3) 悩みや不安の解消

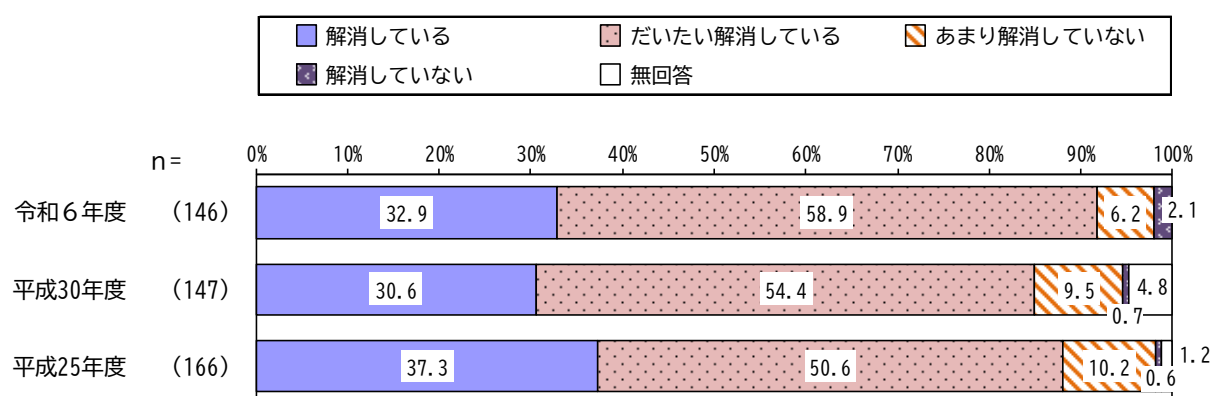
問 20-2. 問 20 で「1. ある」を選んだ方におきします。

かかりつけ医を受診することで悩みや不安は解消していますか。

(1つだけ番号を○で囲んでください)

問 20 で小児科のかかりつけ医が「ある」と回答した方に、かかりつけ医を受診することで悩みや不安の解消状況をたずねところ、「解消している」(32.9%)と「だいたい解消している」(58.9%)を合わせた《解消している》は91.8%となっています。一方、「あまり解消していない」(6.2%)と「解消していない」(2.1%)を合わせた《解消していない》は8.3%となっています。

過去の調査結果と比較すると、《解消している》は平成 30 年度から 6.8 ポイント増加しています。



(4) 小児科のかかりつけ医を持っていない理由

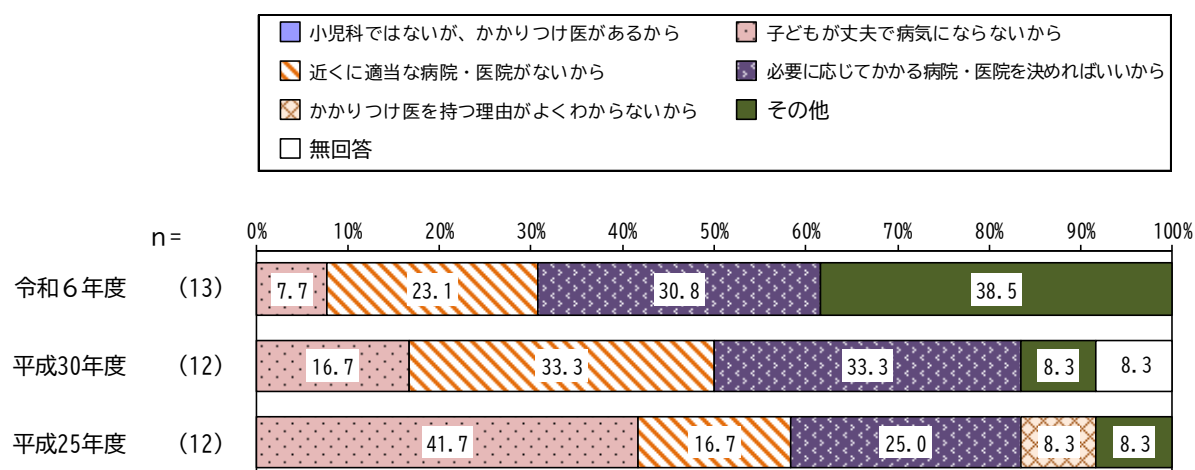
問 20-3. 問 20 で「2. ない」を選んだ方におきします。

かかりつけ医を持っていない理由で、最もあてはまるものをお選びください。

(1つだけ番号を○で囲んでください)

問 20 で小児科のかかりつけ医が「ない」と回答した方に、その理由をたずねたところ、「その他」が38.5%、「必要に応じてかかる病院・医院を決めればいから」が30.8%と高くなっています。

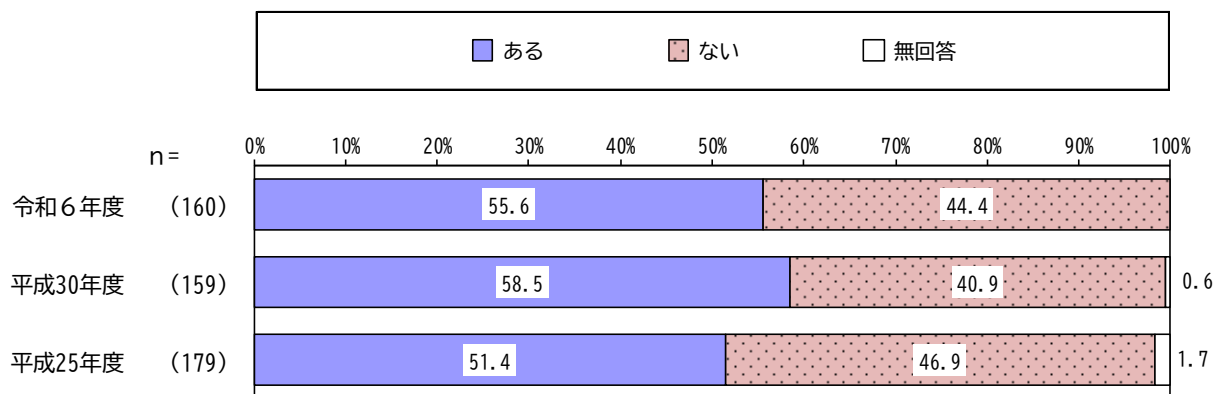
過去の調査結果と比較は、回答者数 (n) が少ないため参考として図の掲載にとどめます。



(5) かかりつけ薬局の有無

問 21. 薬に関する相談ができる、かかりつけ薬局がありますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

かかりつけ薬局の有無は、「ある」が55.6%で、「ない」(44.4%) よりも高くなっています。
過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「ある」が2.9ポイント減少しています。

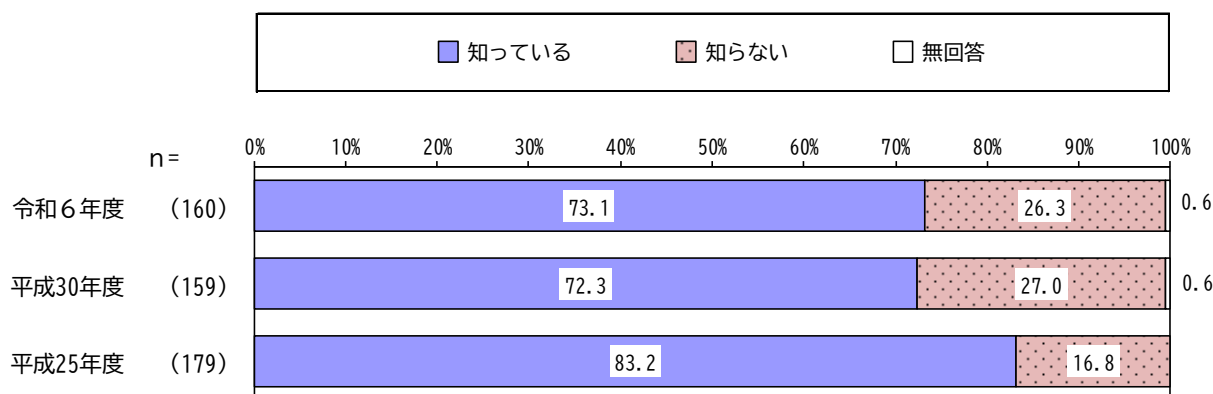


(6) 習志野市急病診療所の認知度

問 22. 習志野市急病診療所(診療時間:毎日 20 時~23 時)を知っていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

習志野市急病診療所の認知度は、「知っている」が73.1%で、「知らない」(26.3%) よりも高くなっています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度からあまり変化はありません。

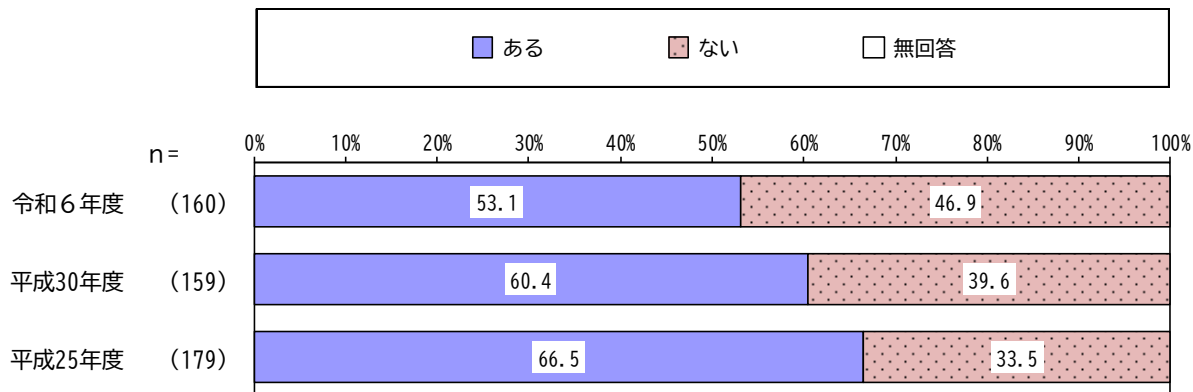


(7) 休日や夜間の受診経験の有無

問 23. お子さんが、休日や夜間に医療機関を受診したことがありますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

休日や夜間に医療機関を受診したことが「ある」は 53.1%で、「ない」(46.9%) よりも高くなっています。

過去の調査結果と比較すると、平成 30 年度から「ある」が 7.3 ポイント減少しており、平成 25 年度から減少傾向にあります。

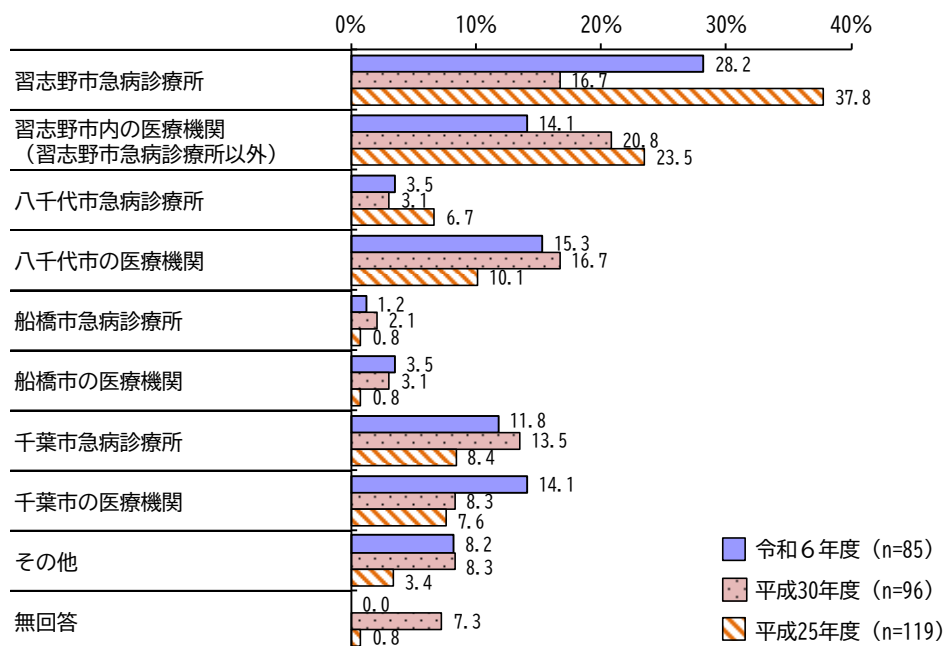


(8) 休日や夜間に一番最近に受診した医療機関

問 23-1. 問 23 で「1. ある」を選んだ方におきさします。
休日や夜間に一番最近に受診した医療機関をお選びください。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

問 23 で休日や夜間に医療機関を受診したことが「ある」と回答した方に、一番最近に受診した医療機関をたずねたところ、「習志野市急病診療所」が 28.2%と最も高くなっています。次いで「八千代市の医療機関」が 15.3%、「習志野市内の医療機関（習志野市急病診療所以外）」と「千葉市の医療機関」がそれぞれ 14.1%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、「習志野市急病診療所」が 11.5 ポイント、「千葉市の医療機関」が 5.8 ポイント平成 30 年度から増加している一方で、「習志野市内の医療機関（習志野市急病診療所以外）」が 6.7 ポイント減少しています。

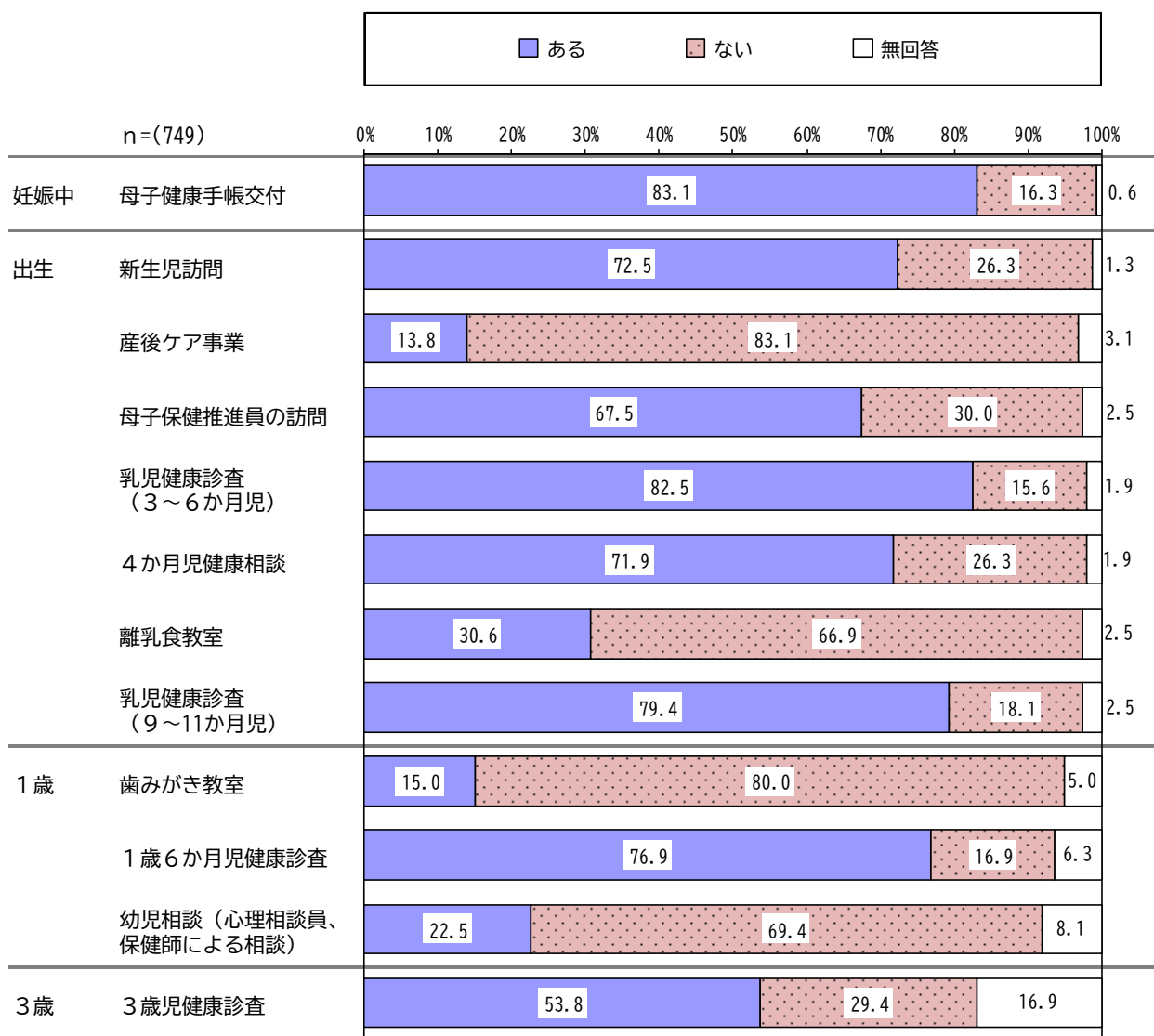


5. 市のサービスについて

(1) 市のサービスの利用状況

問 24. ① 次の事業を利用したことがありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

市のサービスの利用状況について、「ある」は、「母子健康手帳交付」が83.1%、「乳児健康診査（3～6か月児）」が82.5%と8割を超えて高く、「乳児健康診査（9～11か月児）」（79.4%）、「1歳6か月児健康診査」（76.9%）、「新生児訪問」（72.5%）、「4か月児健康相談」（71.9%）が7割台で続いています。一方で、「ない」は、「産後ケア事業」が83.1%、「歯みがき教室」が80.0%と8割以上を占めており、「幼児相談（心理相談員、保健師による相談）」（69.4%）と「離乳食教室」（66.9%）も6割台で高くなっています。

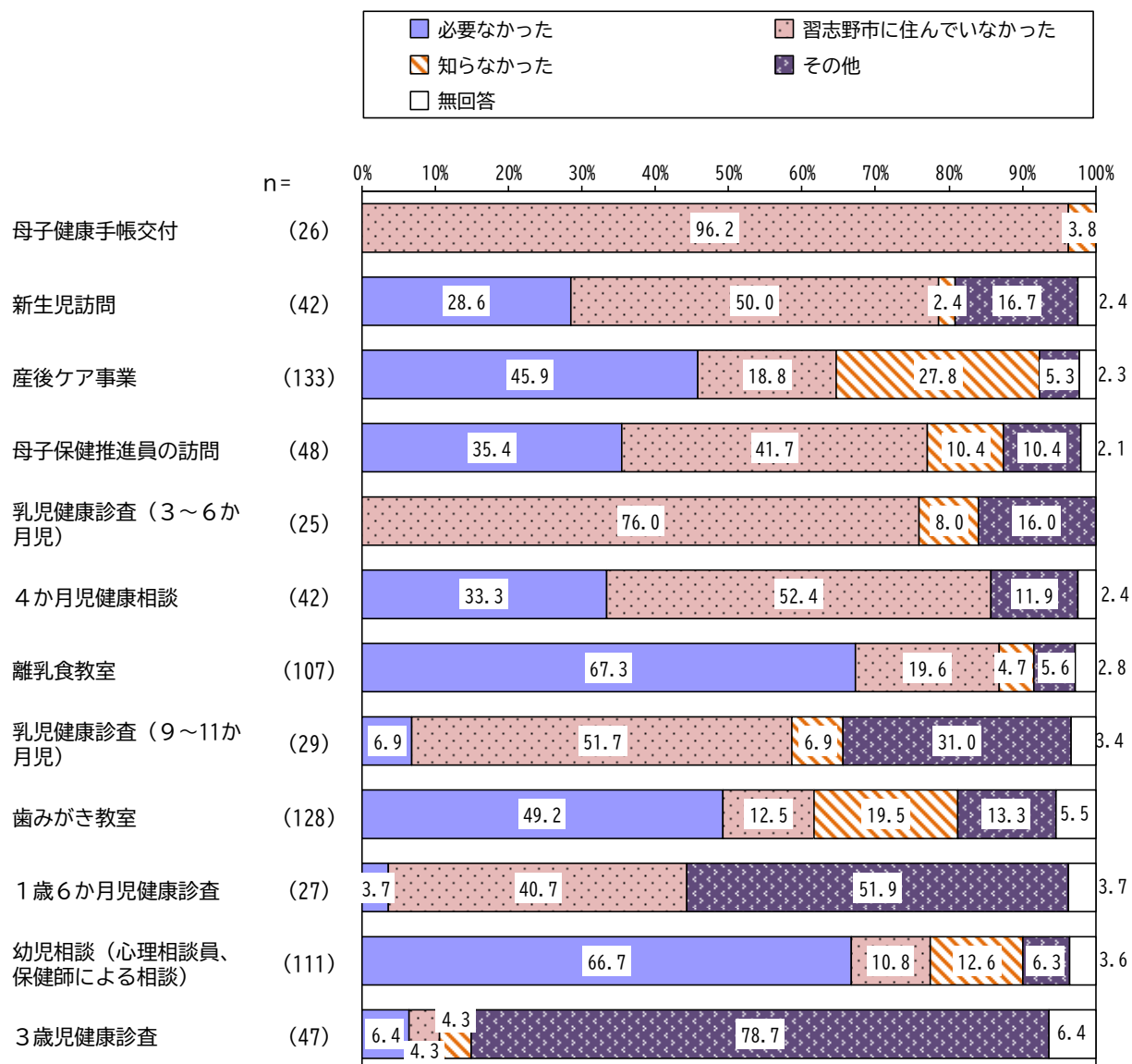


(2) 市のサービスを利用しなかった理由

問 24. ② ①で「2. ない」を選んだ方におききます。

利用しなかった理由をお選びください。(1つだけ番号を○で囲んでください)

問 24①で市のサービスを利用したことが「ない」と回答した方に、その理由をたずねました。サービスによっては、回答者数（n）が少ないものもありますが、参考までに言及しておく、回答者数（n）が100人を超えている〔離乳食教室〕（67.3%）、〔幼児相談（心理相談員、保健師による相談）〕（66.7%）、〔歯みがき教室〕（49.2%）、〔産後ケア事業〕（45.9%）の4項目はいずれも「必要なかった」が最も高くなっています。

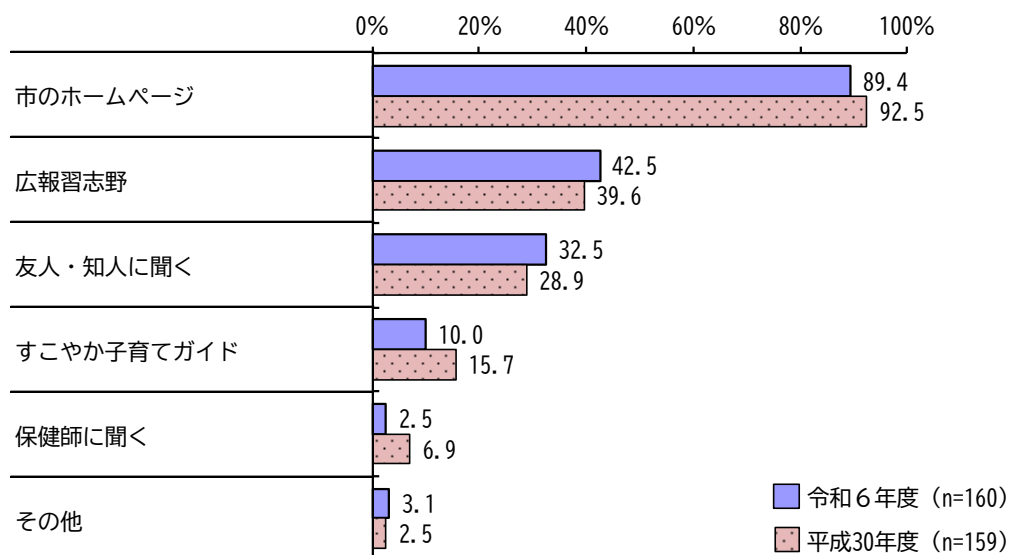


(3) 市のサービスについての情報入手先

問 25. 市のサービスについての情報を知りたいとき、どこで調べますか。
(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

市のサービスについての情報入手先は、「市のホームページ」が89.4%と最も高く、次いで「広報習志野」が42.5%、「友人・知人に聞く」が32.5%と続いています。

平成30年度の調査結果と比較すると、全体の傾向に変化はありません。「広報習志野」と「友人・知人に聞く」は増加していますが、それ以外の項目はいずれも減少しています。

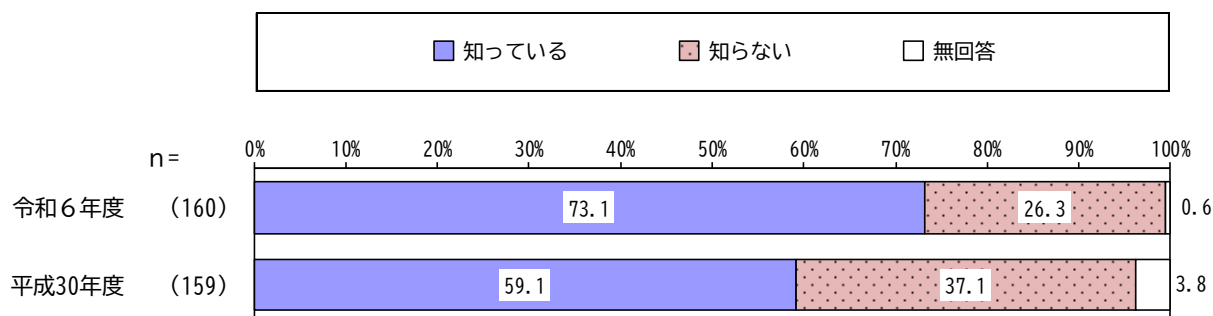


(4) 市の保健師、栄養士、歯科衛生士等への個別相談ができることの認知度

問 26. 市の保健師、管理栄養士、歯科衛生士等に、個別で健康や育児の相談ができることを知っていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

市の保健師、栄養士、歯科衛生士等への個別相談ができることを「知っている」が73.1%で、「知らない」(26.3%)よりも高くなっています。

平成30年度の調査結果と比較すると、「知っている」は14.0ポイント増加しています。

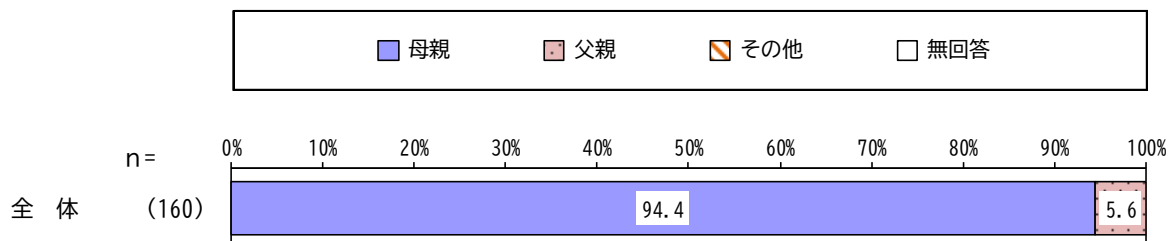


6. 回答者について

(1) 子どもとの続柄

問 27. 今回健診の対象となっているお子さんから見た、あなたの続柄をお答えください。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

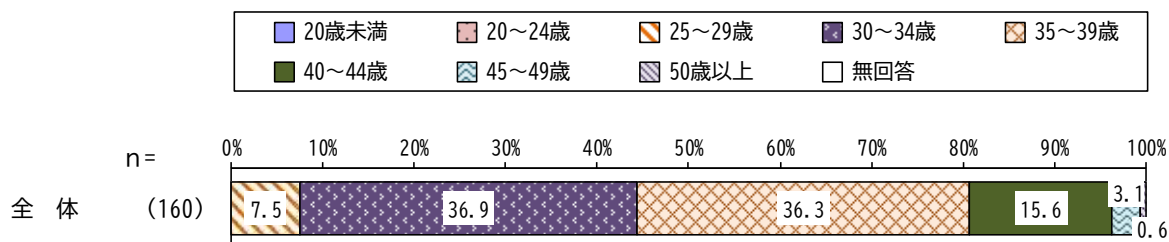
健診の対象となっているお子さんから見た回答者の続柄は、「母親」が94.4%、「父親」が5.6%となっています。



(2) 年齢

問 28. あなたの年齢をおきかせください。(1つだけ番号を○で囲んでください)

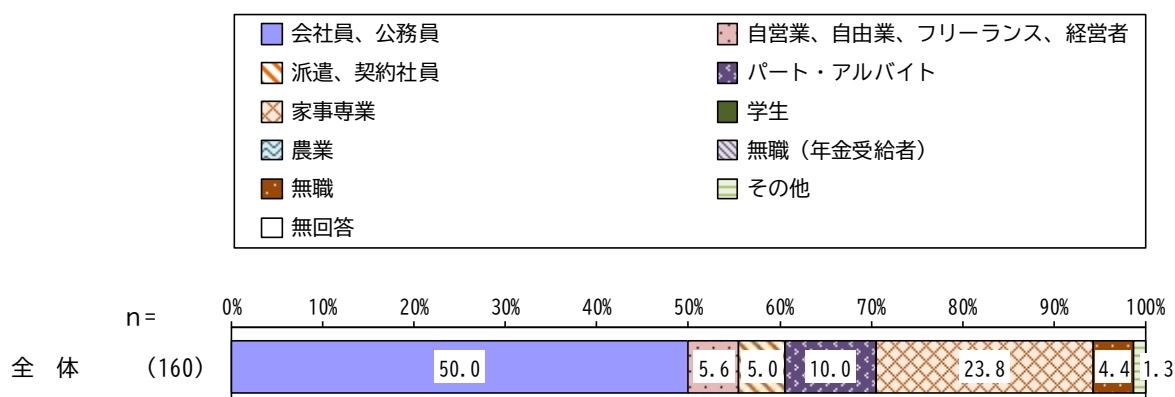
回答者の年齢は、「30～34 歳」が36.9%、「35～39 歳」が36.3%となっており、二つを合わせた《30 歳代》が73.2%と7割を超えています。



(3) 職業

問 29. あなたの職業について、お答えください。(1つだけ番号を○で囲んでください)

回答者の職業は、「会社員、公務員」が50.0%と最も高く、次いで「家事専業」が23.8%、「パート・アルバイト」が10.0%と続いています。

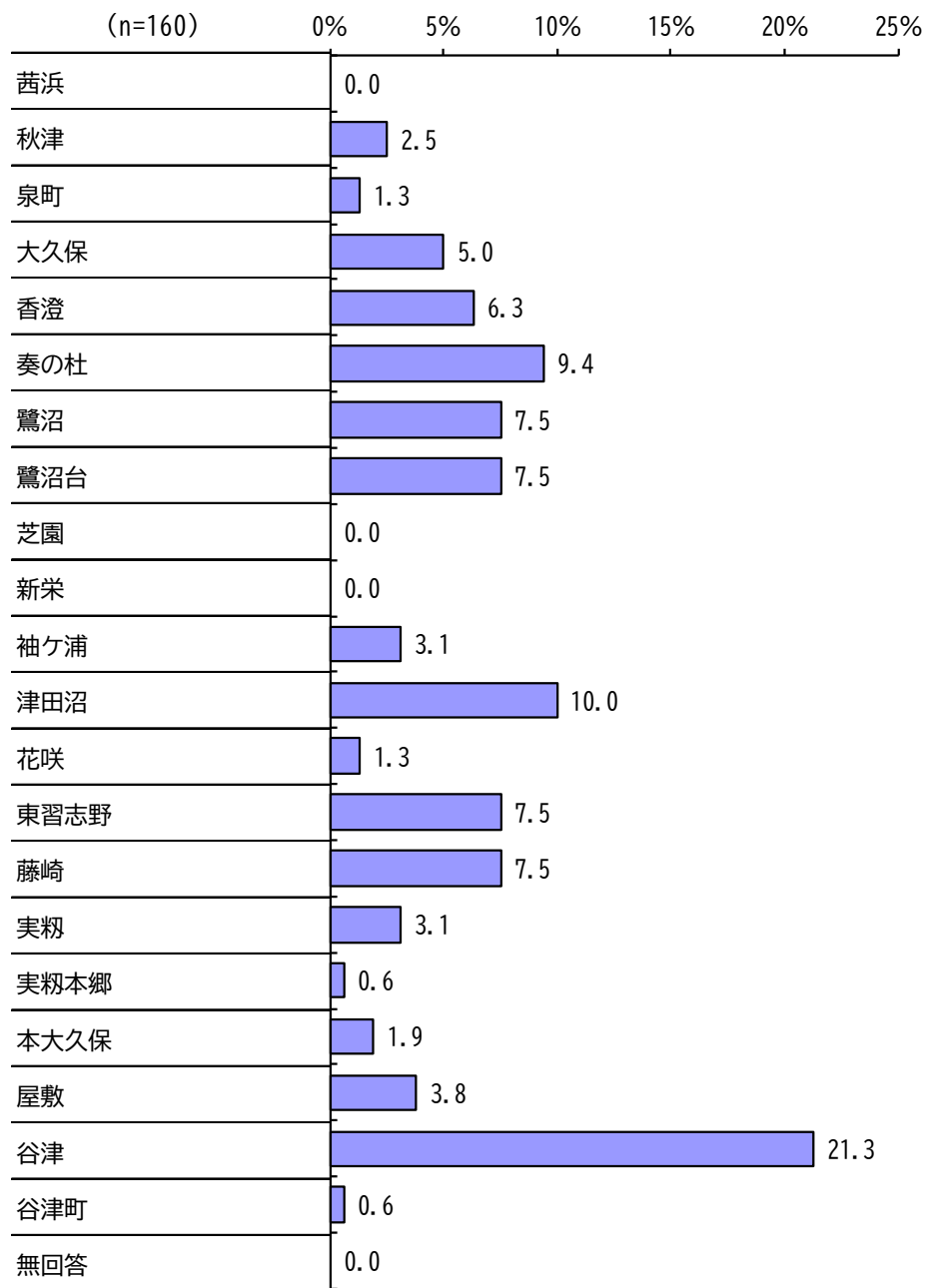


(4) 居住地区

問 30. 現在お住まいの地区名について、あてはまるものをお答えください。
(主な地域1つを○で囲んでください)

居住地区は、「谷津」が21.3%と最も高く、次いで「津田沼」が10.0%、「奏の杜」が9.4%と続いています。

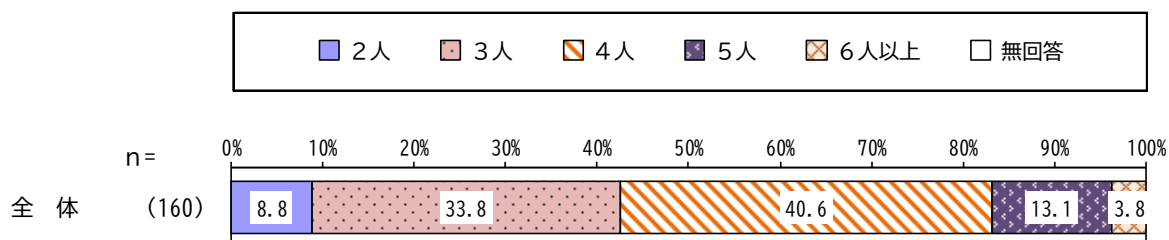
(単数回答)



(5) 世帯人数

問 31. あなたと同居して生計を共にしている人数は、何人ですか。

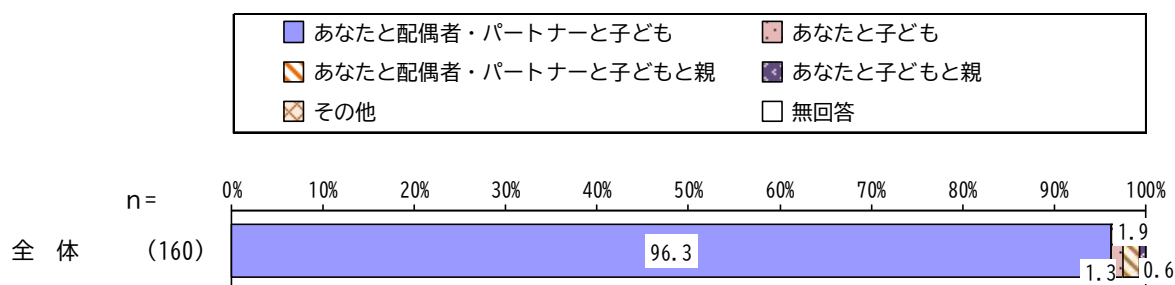
世帯人数は、「4人」が40.6%と最も高く、次いで「3人」が33.8%、「5人」が13.1%と続いています。



(6) 家族構成

問 32. あなたを中心として見た時、現在一緒に住んでいる(生活している)家族構成は、どのようになっていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

家族構成は、「あなたと配偶者・パートナーと子ども」が96.3%と9割台半ばを占めています。

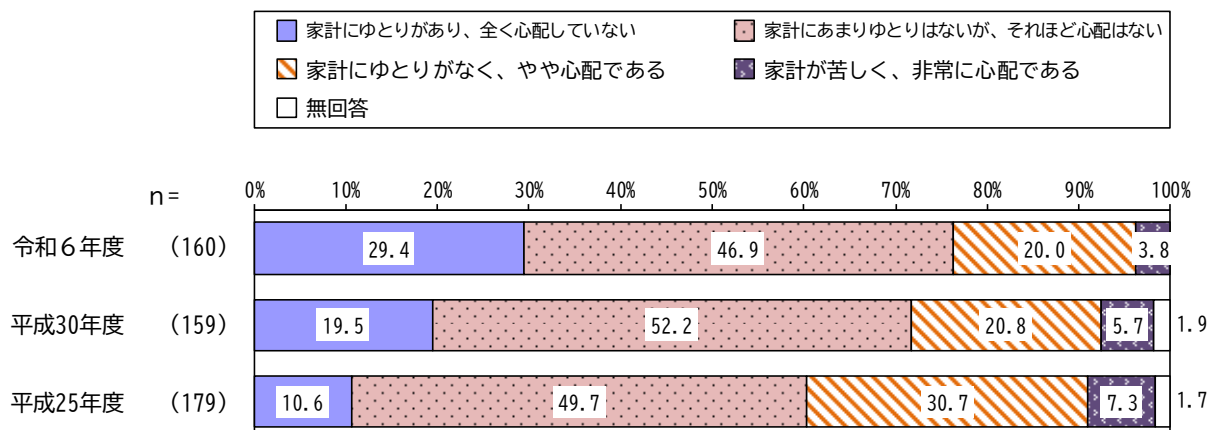


(7) 現在の暮らし向き

問 33. 現在の暮らし向きについて、あてはまるものをお選びください。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

現在の暮らし向きは、「家計にあまりゆとりはないが、それほど心配はない」が46.9%と最も高く、次いで「家計にゆとりがあり、全く心配していない」が29.4%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「家計にゆとりがあり、全く心配していない」が9.9ポイント増加しており、平成25年度から増加傾向にあります。

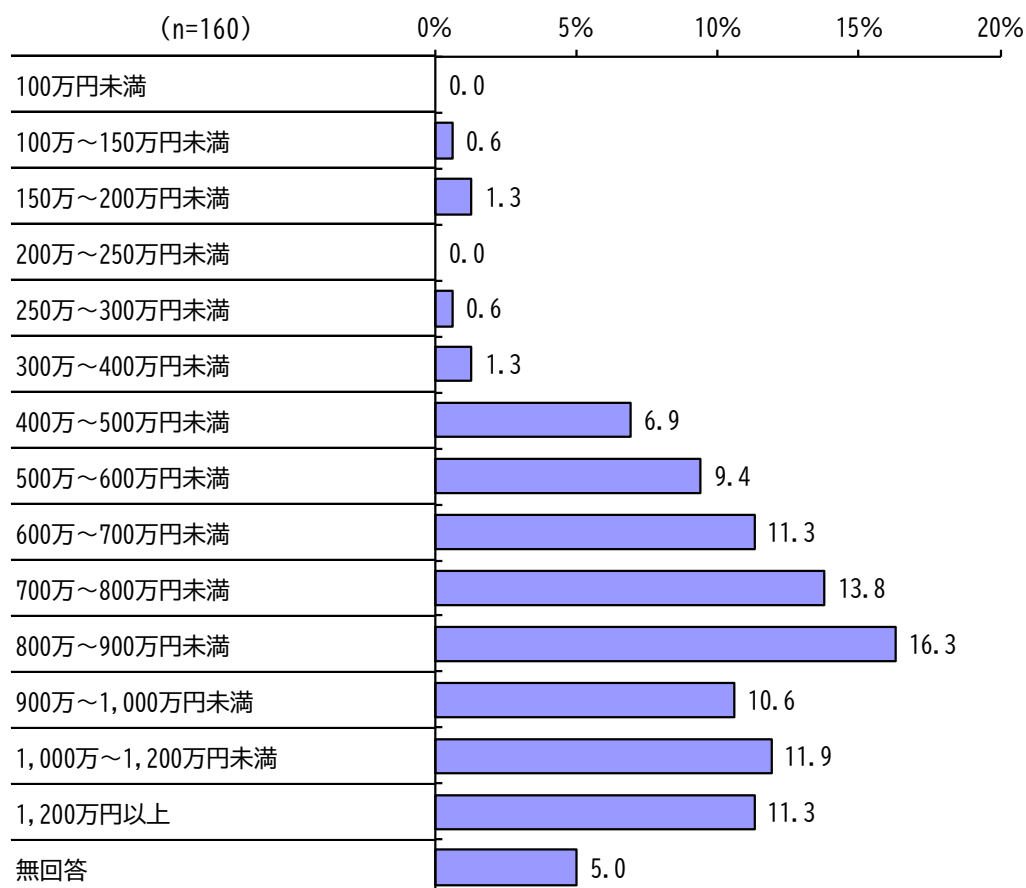


(8) 世帯年収

問 34. 問 31 の世帯全体の昨年1年間の税引前の合計収入額(年金・手当等を含みます)をお答えください。(1つだけ番号を○で囲んでください)

世帯年収は、「800 万～900 万円未満」が 16.3%と最も高く、次いで「700 万～800 万円未満」が 13.8%、「1,000 万～1,200 万円未満」が 11.9%、「600 万～700 万円未満」と「1,200 万円以上」が 11.3%と続いています。

(単数回答)

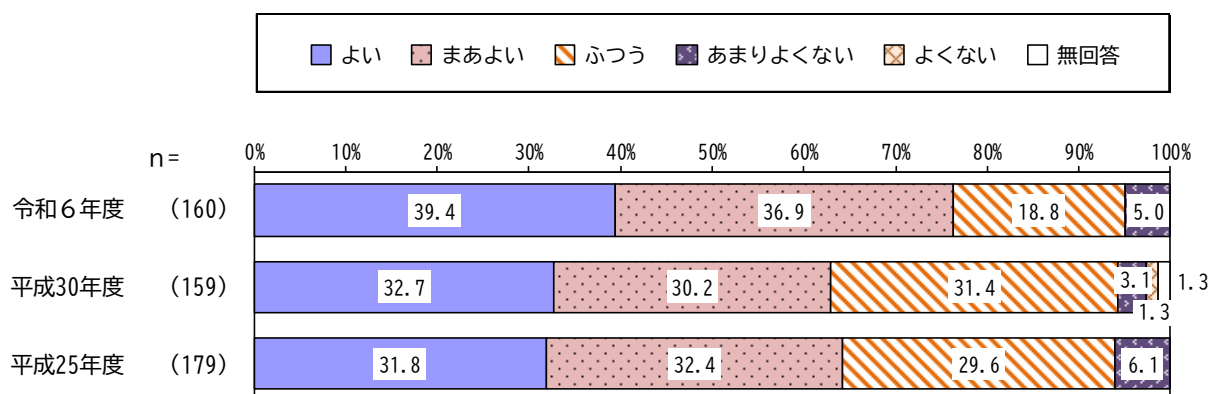


(9) 現在の健康状態

問 35. あなたの現在の健康状態はいかがですか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

現在の健康状態は、「よい」(39.4%)と「まあよい」(36.9%)を合わせた《よい》が76.3%と7割台半ばを占めています。「ふつう」は18.8%、「あまりよくない」は5.0%となっており、「よくない」との回答はありませんでした。

過去の調査結果と比較すると、《よい》が平成30年度から13.4ポイント増加しています。



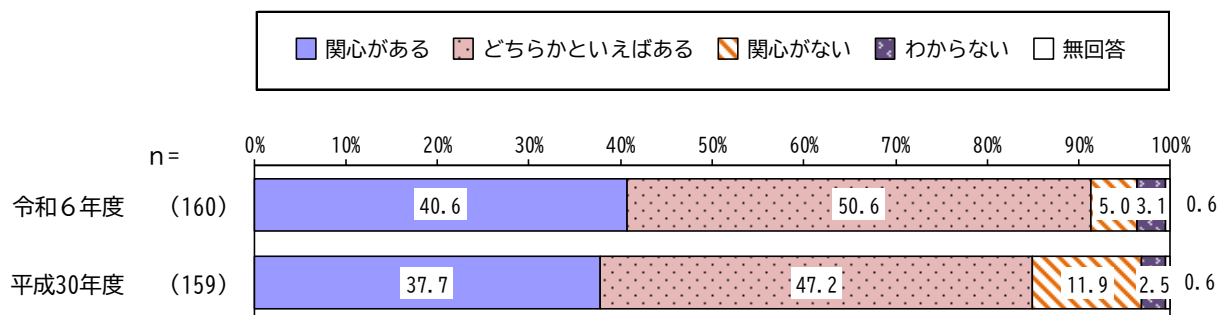
(10) 食育の関心度

問 36. あなたは食育※に関心がありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

※食育とは、心身の健康と豊かな人間形成のために食に関する知識や食を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。

食育の関心度は、「関心がある」(40.6%)と「どちらかといえばある」(50.6%)を合わせた《関心がある》が91.2%となっています。一方、「関心がない」は5.0%となっています。

平成30年度の調査結果と比較すると、《関心がある》は6.3ポイント増加しています。



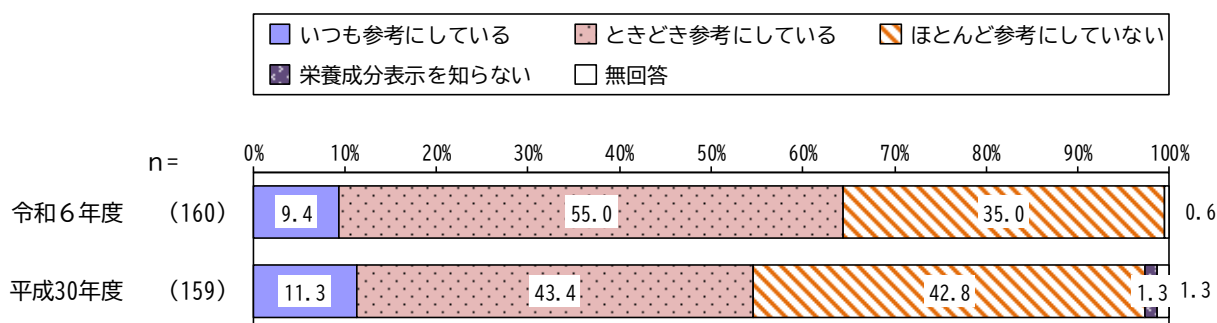
(11) 外食や食品購入時における「栄養成分表示」の参考状況

問 37. 外食や食品を購入する時に「栄養成分表示※」を参考にしていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

※栄養成分表示とは、エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量などの表示です。

「栄養成分表示」の参考程度は、「いつも参考にしている」(9.4%)と「ときどき参考にしている」(55.0%)を合わせた《参考にしている》が64.4%となっています。一方、「ほとんど参考にしていない」が35.0%となっています。

平成30年度の調査結果と比較すると、「ときどき参考にしている」は11.6ポイント増加しており、「ほとんど参考にしていない」は7.8ポイント減少しています。

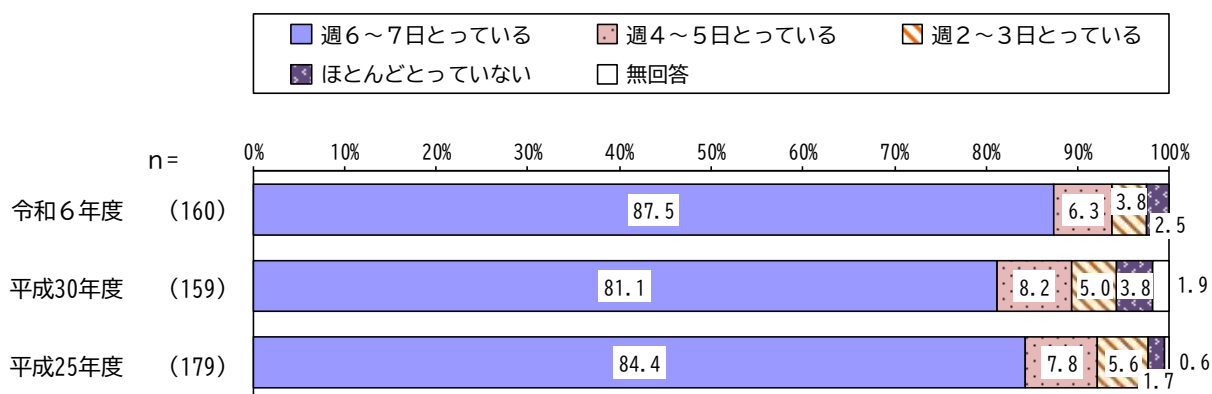


(12) 朝食の摂取状況

問 38. 普段、朝食をとっていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

朝食の摂取状況は、「週6～7日とっている」が87.5%と最も高くなっています。一方で、「ほとんどとっていない」が2.5%となっています。

過去の調査結果と比較すると、「週6～7日とっている」が平成30年度から6.4ポイント増加しています。

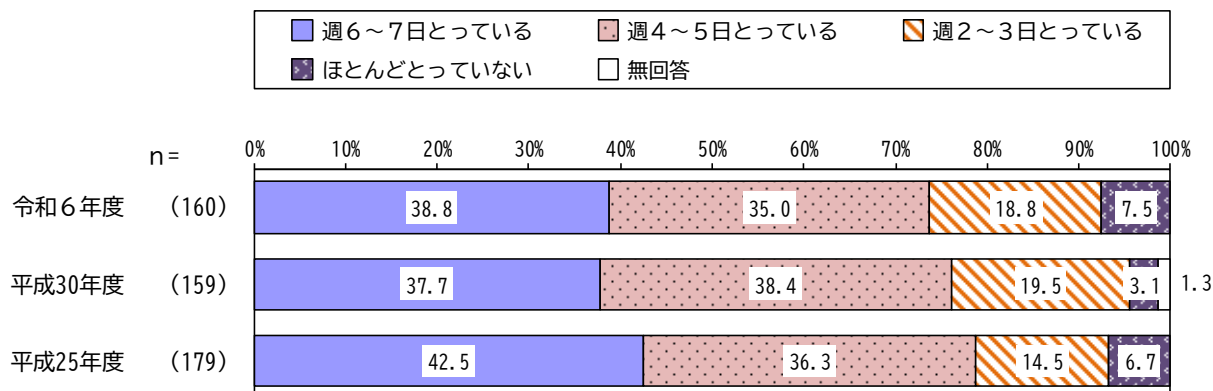


(13) バランスのとれた食事の1日2回以上の摂取状況

問 39. バランスのとれた食事(主食・主菜・副菜を組み合わせた食事)を、1日2回以上とっていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

バランスのとれた食事の1日2回以上の摂取状況は、「週6～7日とっている」が38.8%と最も高く、次いで「週4～5日とっている」が35.0%となっています。一方で、「ほとんどとっていない」が7.5%となっています。

過去の調査結果と比較すると、「週4～5日とっている」が平成30年度から3.4ポイント減少している一方、「ほとんどとっていない」が4.4ポイント増加しています。

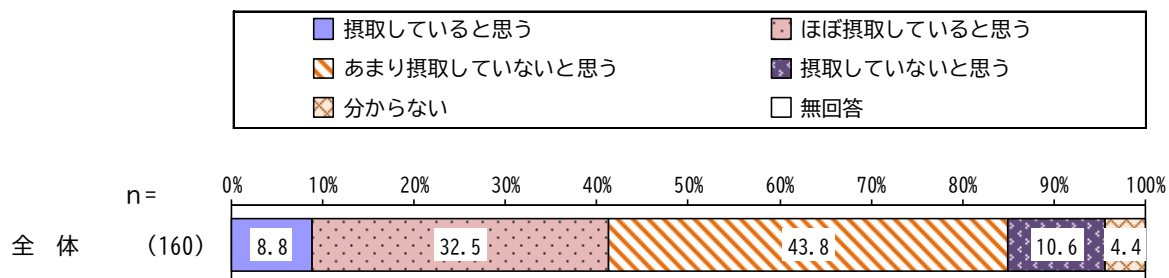


(14) 健康維持に必要な野菜の摂取状況

問 40. 健康維持に必要な野菜量(350g以上/日)*を摂取していると思いますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

*片手に山盛りにした生野菜の量が120gです。

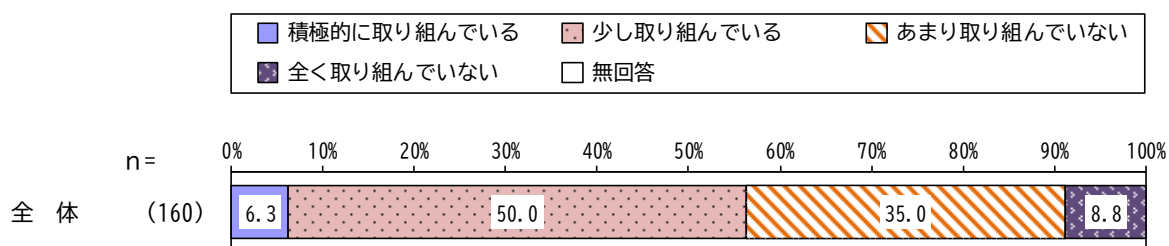
健康維持に必要な1日の野菜の摂取状況は、「摂取していると思う」(8.8%)と「ほぼ摂取していると思う」(32.5%)を合わせた《摂取している》が41.3%と4割を超えています。一方、「あまり摂取していないと思う」(43.8%)と「摂取していないと思う」(10.6%)を合わせた《摂取していない》は54.4%と、《摂取している》より高くなっています。



(15) 減塩の取り組み状況

問 41. 普段の食事において、減塩に取り組んでいますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

普段の食事での減塩の取り組み状況は、「積極的に取り組んでいる」(6.3%)と「少し取り組んでいる」(50.0%)を合わせた《取り組んでいる》が56.3%と5割台半ばを占めています。一方、「あまり取り組んでいない」(35.0%)と「全く取り組んでいない」(8.8%)を合わせた《取り組んでいない》は43.8%となっています。

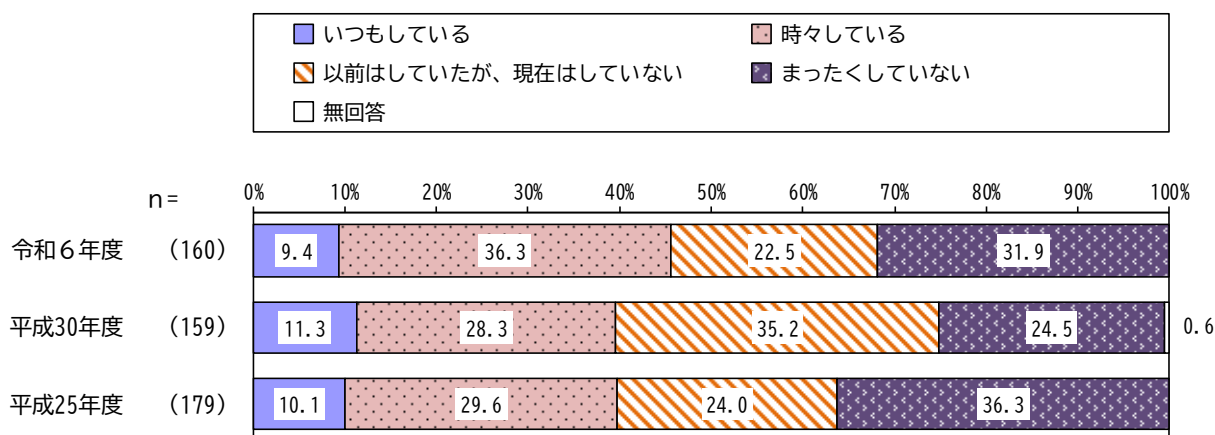


(16) 日頃の身体活動

問 42. 日頃から日常生活の中で、健康の維持・増進のために、意識的に身体を動かしていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

日頃の身体活動は、「いつもしている」(9.4%)と「時々している」(36.3%)を合わせた《している》が45.7%となっています。一方、「以前はしていたが、現在はしていない」(22.5%)と「まったくしていない」(31.9%)を合わせた《していない》は54.4%と、《している》より高くなっています。

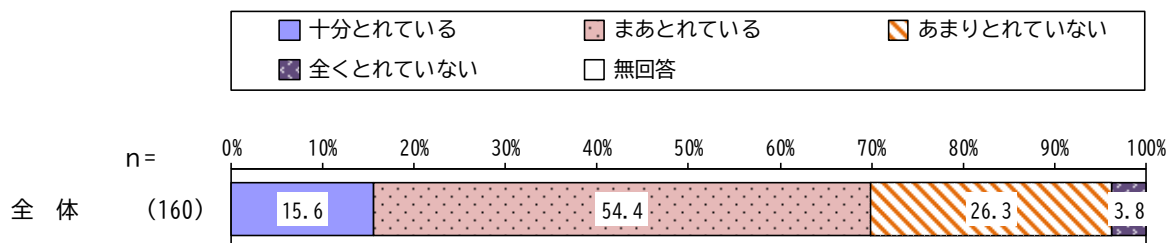
過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「時々している」が8.0ポイント増加していますが、「まったくしていない」も7.4ポイント増加しています。



(17) 睡眠による休養状況

問 43. あなたは、毎日睡眠で休養が十分とれていると思いますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

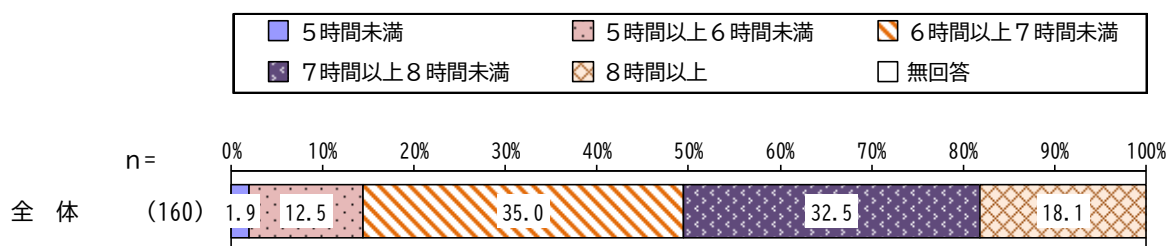
毎日睡眠で休養が十分とれているかたずねたところ、「十分とれている」(15.6%)と「まあとれている」(54.4%)を合わせた《とれている》が70.0%と7割を占めています。一方、「あまりとれていない」(26.3%)と「全くとれていない」(3.8%)を合わせた《とれていない》は30.1%となっています。



(18) 1日の平均睡眠時間

問 44. 睡眠時間はどのくらいですか。

1日の平均睡眠時間をたずねたところ、「6時間以上7時間未満」が35.0%と最も高く、次いで「7時間以上8時間未満」(32.5%)が続いており、二つを合わせた《6時間以上8時間未満》が67.5%となっています。

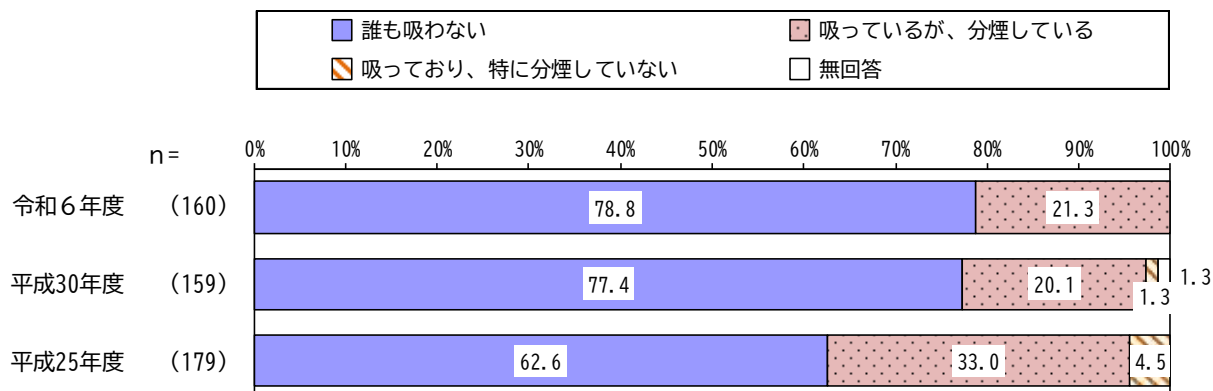


(19) 家庭内の喫煙状況

問 45. あなたのご家庭の喫煙の状況は、次のうちどれですか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

家庭内の喫煙状況は、「誰も吸わない」が78.8%と最も高く、次いで「吸っているが、分煙している」が21.3%となっています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度からあまり変化はありませんが、「吸っており、特に分煙していない」との回答はありませんでした。

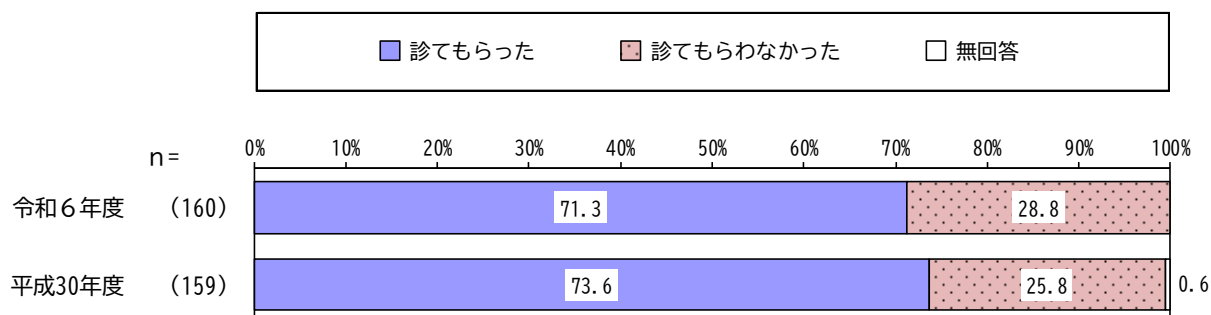


(20) この1年間での歯科医院受診の有無

問 46. 過去1年間に歯科医院等で、歯科医に診てもらったことはありますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

この1年間での歯科医院受診の有無は、「診てもらった」が71.3%で、「診てもらわなかった」(28.8%)よりも高くなっています。

平成30年度の調査結果と比較すると、「診てもらった」が2.3ポイント減少しています。



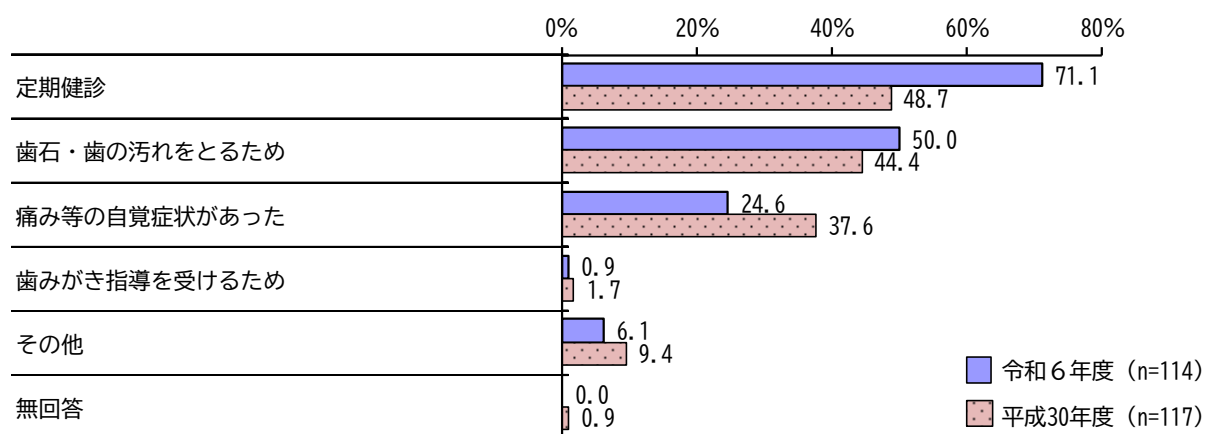
(21) 受診目的

問 46-1. 問 46 で「1. 診てもらった」を選んだ方におきします。

診てもらった目的は何ですか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

問 46 で歯科医に「診てもらった」と回答した方に、受診した目的をたずねたところ、「定期健診」が 71.1%と 7 割を超えて最も高く、次いで「歯石・歯の汚れをとるため」が 50.0%、「痛み等の自覚症状があった」が 24.6%となっています。

平成 30 年度の調査結果と比較すると、「定期健診」が 22.4 ポイント、「歯石・歯の汚れをとるため」が 5.6 ポイント増加している一方、「痛み等の自覚症状があった」が 13.0 ポイント減少しています。



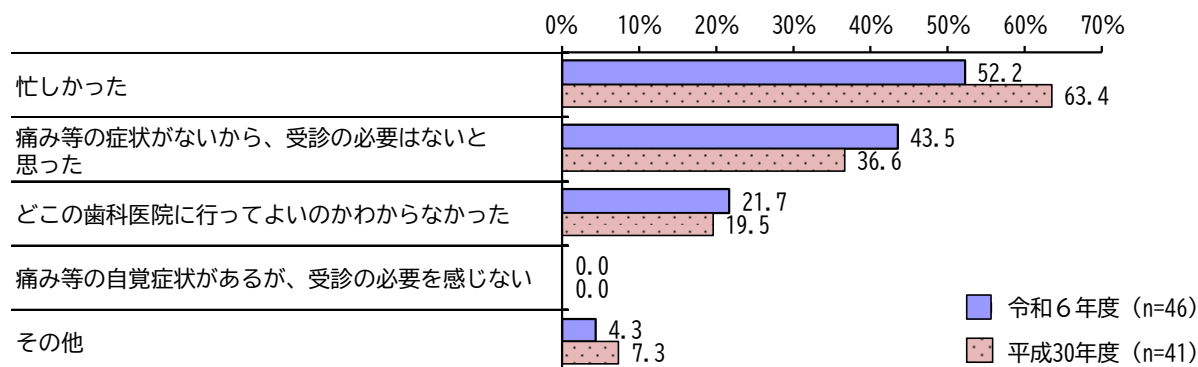
(22) 受診しなかった理由

問 46-2. 問 46 で「2. 診てもらわなかった」を選んだ方におきします。

診てもらわなかった理由は何ですか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

問 46 で歯科医に「診てもらわなかった」と回答した方に、受診しなかった理由をたずねたところ、「忙しかった」が 52.2%と最も高く、次いで「痛み等の症状がないから、受診の必要はないと思った」が 43.5%となっています。

平成 30 年度の調査結果と比較すると、「忙しかった」が 11.2 ポイント減少している一方、「痛み等の症状がないから、受診の必要はないと思った」が 6.9 ポイント増加しています。

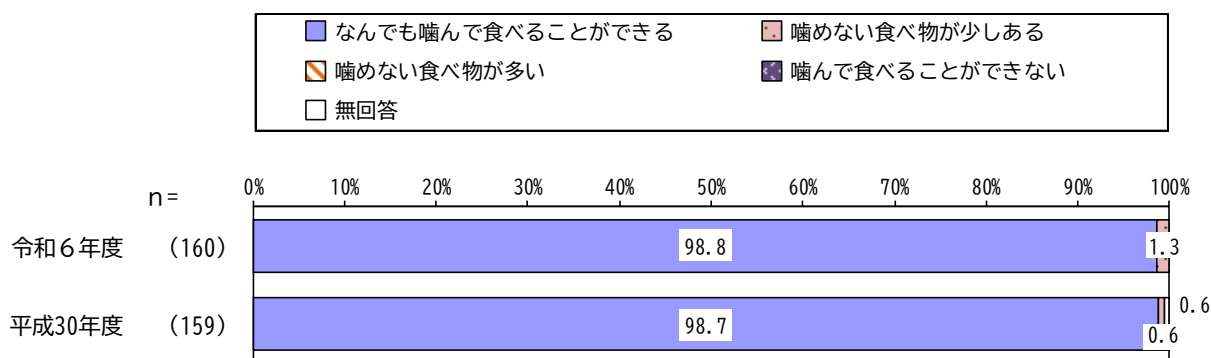


(23) 咀嚼の状況

問 47. あなたは、ものを噛んで食べるとき、どのような状態ですか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

咀嚼の状況は、「なんでも噛んで食べることができる」が 98.8%とほぼ全数で最も高く、「噛めない食べ物が少しある」が 1.3%となっています。

平成 30 年度の調査結果と比較すると、あまり変化はありません。

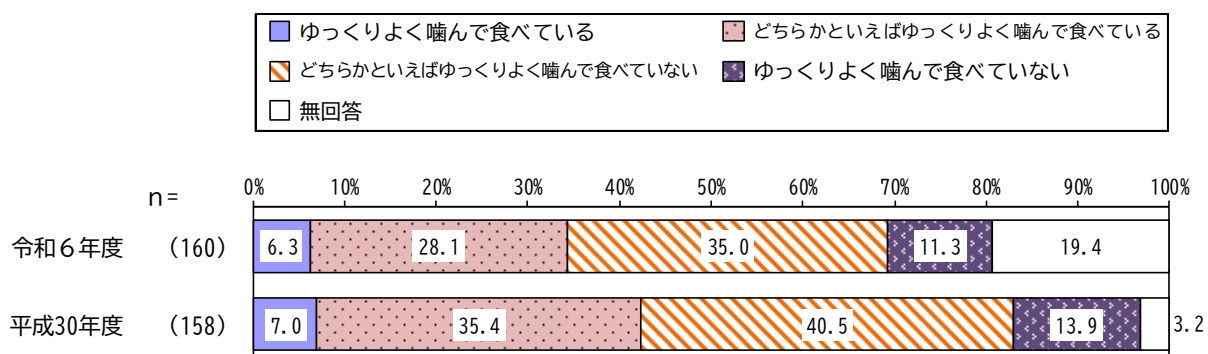


(24) 噛んで食べる早さ

問 47-1. 問 47 で「4. 噛んで食べることができない」以外を選んだ方におききます。
あなたは、ふだんゆっくりよく噛んで食べていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

問 47 で「噛んで食べることができない」以外を回答した方に、噛んで食べる早さをたずねたところ、「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない」が 35.0%と最も高く、次いで「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」が 28.1%となっています。

平成 30 年度の調査結果と比較すると、「無回答」が増加しており、「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」が 7.3 ポイント、「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない」が 5.5 ポイント減少しています。

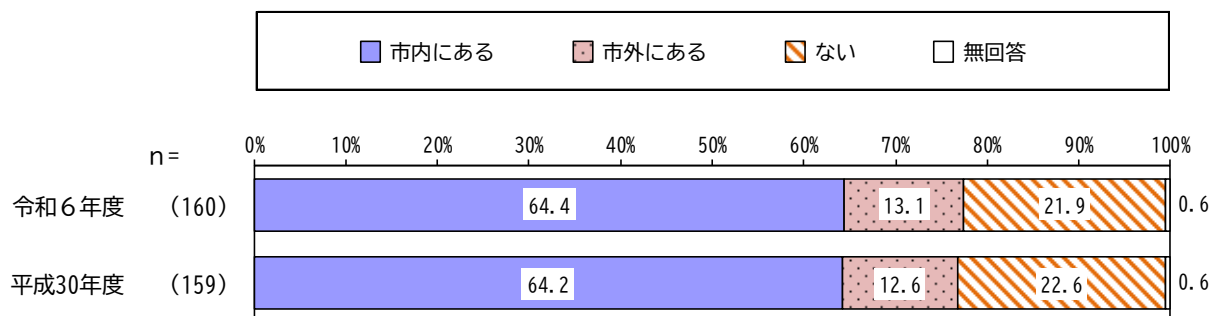


(25) かかりつけ歯科医院の有無

問 48. かかりつけの歯科医院がありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

かかりつけ歯科医院の有無は、「市内にある」が64.4%と最も高く、「市外にある」(13.1%)と合わせると《ある》は77.5%となっています。一方、「ない」が21.9%となっています。

平成30年度の調査結果と比較すると、あまり変化はありません。

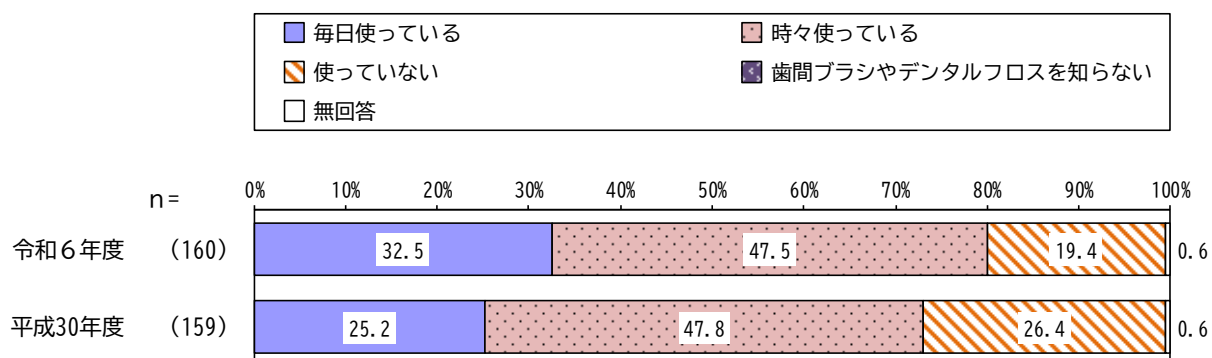


(26) 歯間ブラシやデンタルフロスの使用頻度

問 49. 歯ブラシ以外に、歯間ブラシやデンタルフロス(糸ようじ)を使っていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

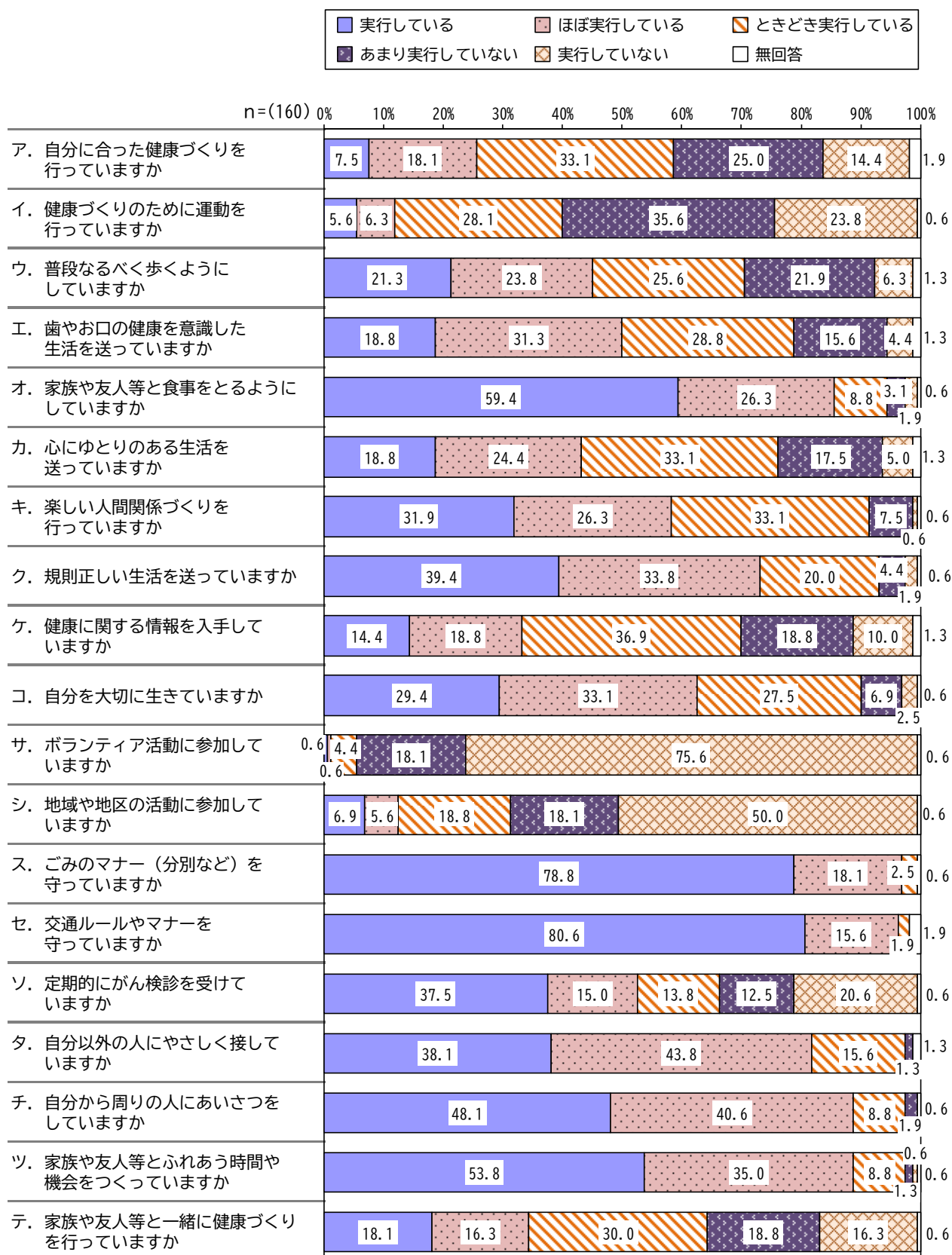
歯間ブラシやデンタルフロスの使用頻度は、「毎日使っている」(32.5%)と「時々使っている」(47.5%)を合わせた《使っている》が80.0%と8割を占めています。一方、「使っていない」は19.4%となっています。

平成30年度の調査結果と比較すると、「毎日使っている」が7.3ポイント増加しており、「使っていない」が7.0ポイント減少しています。



(27) 健康に関する行動

問 50. 普段のあなたの健康に関する行動について、次のア～テの項目であてはまるものをお答えください。(すべての項目に1つの番号を○で囲んでください)



健康に関する行動について、「実行している」、「ほぼ実行している」、「ときどき実行している」を合わせた《実行している》、「あまり実行していない」と「実行していない」を合わせた《実行していない》のそれぞれ上位5項目を整理すると、次のようになっています。

《実行している》

① ス. ごみのマナー（分別など）を守っていますか	99.4%
② セ. 交通ルールやマナーを守っていますか	98.1%
③ ツ. 家族や友人等とふれあう時間や機会をつくっていますか	97.6%
④ タ. 自分以外の人にやさしく接していますか	97.5%
④ チ. 自分から周りの人にあいさつをしていますか	97.5%

《実行していない》

① サ. ボランティア活動に参加していますか	93.7%
② シ. 地域や地区の活動に参加していますか	68.1%
③ イ. 健康づくりのために運動を行っていますか	59.4%
④ ア. 自分に合った健康づくりを行っていますか	39.4%
⑤ テ. 家族や友人等と一緒に健康づくりを行っていますか	35.1%

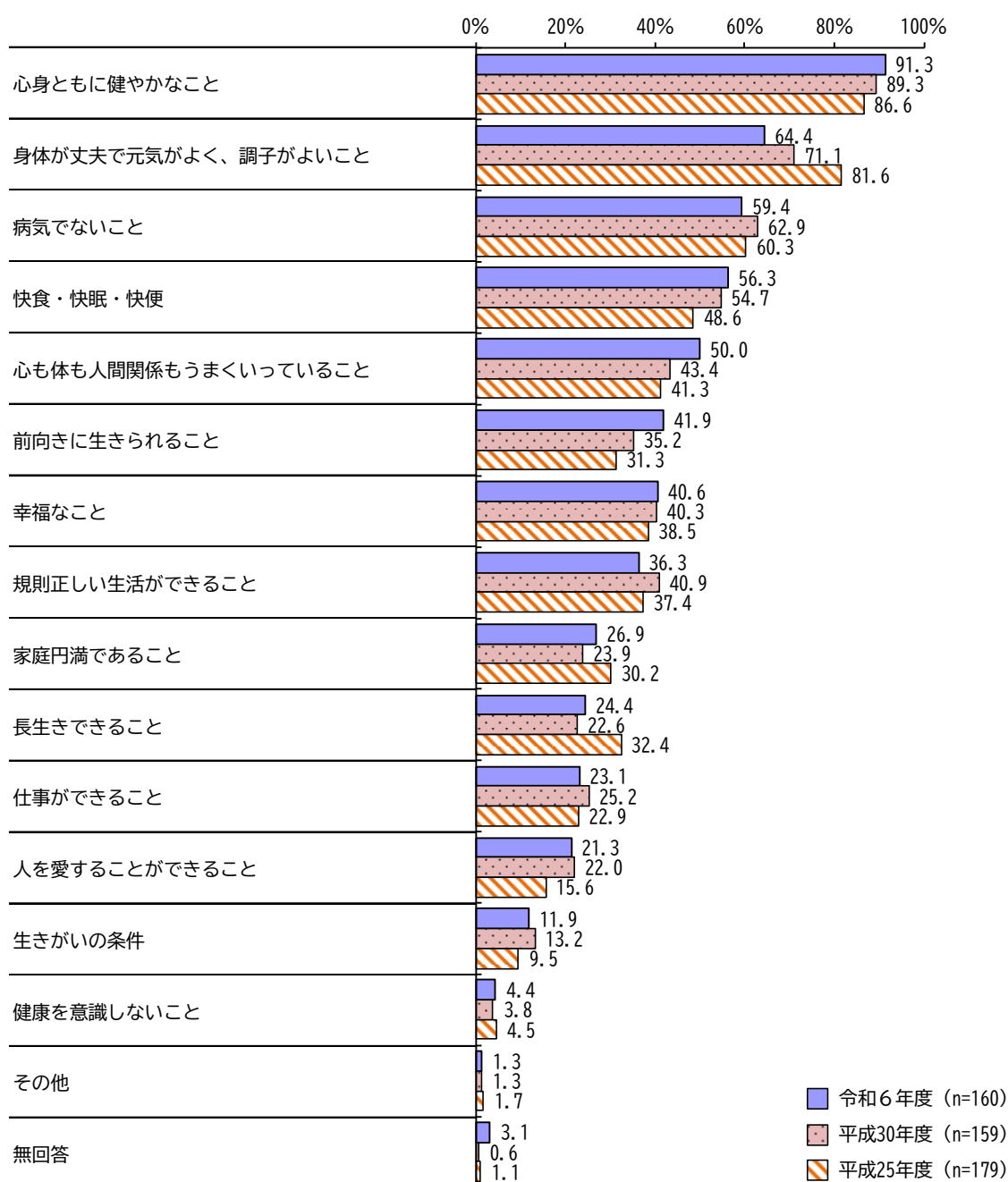
7. 健康なまちづくりにつながる社会環境の整備について

(1) 「健康」についての考え方

問 51. あなたは「健康とは何か」と聞かれたら、どのように答えますか。あなたの考えにあうものを、すべてお選びください。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

「健康」についての考え方は、「心身ともに健やかなこと」が91.3%と9割を超えて最も高く、次いで「身体が丈夫で元気がよく、調子がよいこと」が64.4%、「病気でないこと」が59.4%、「快食・快眠・快便」が56.3%となっています。

過去の調査結果と比較すると、「心身ともに健やかなこと」はいずれの年度も8割を超えて最も高く、平成25年度から増加傾向にあります。平成30年度から「前向きに生きられること」が6.7ポイント、「心も体も人間関係もうまくいっていること」が6.6ポイントと5ポイント以上増加しており、「身体が丈夫で元気がよく、調子がよいこと」が6.7ポイント減少しています。



(2)「健康」に対して最も近い考え

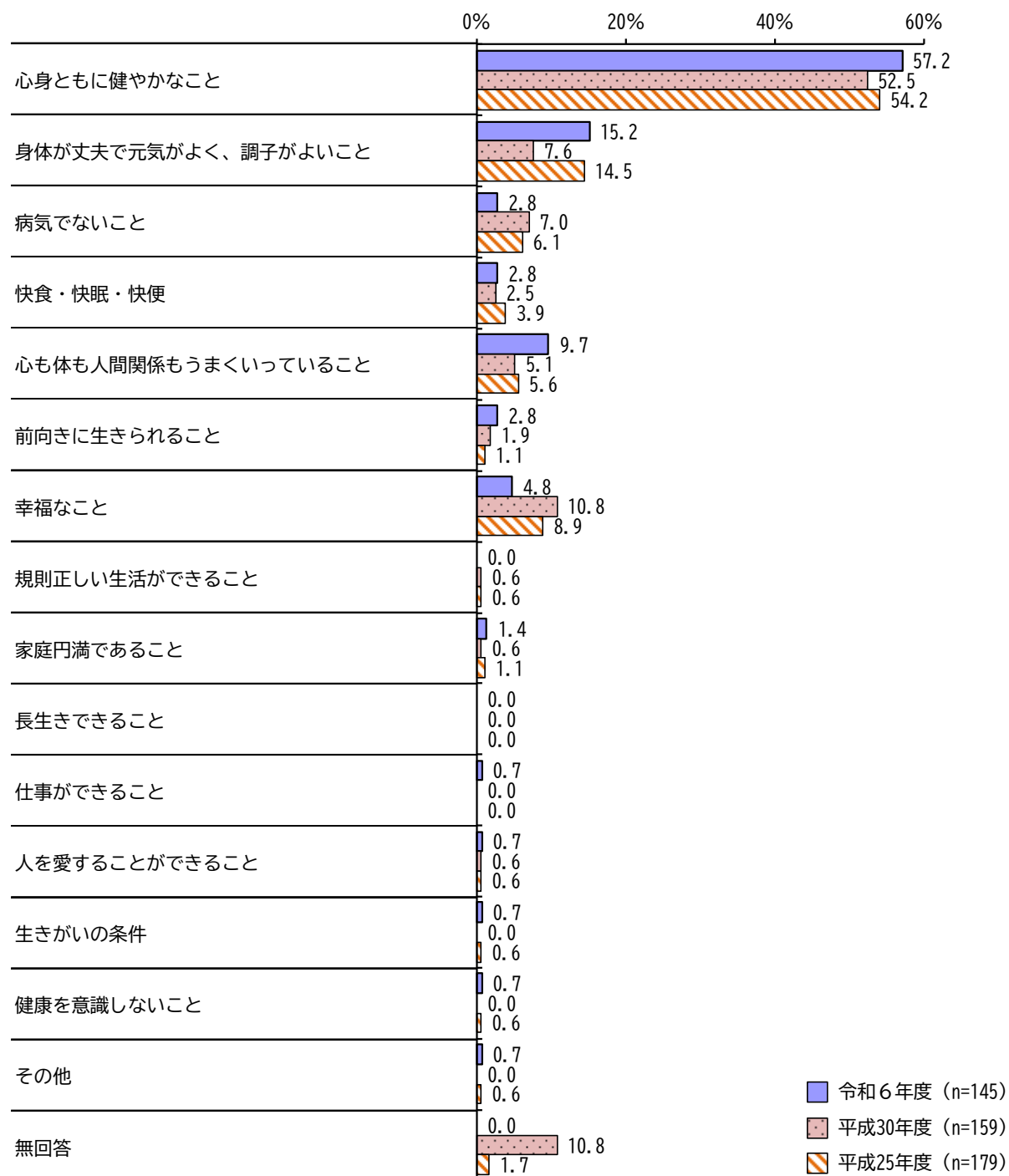
問 51-1. 問 51 で番号を複数選んだ方におききします。

その中で、あなたの考えに最も近い番号を1つ選んで記入してください。

問 51 で「健康」についての考え方を複数選んだ方に、考えに最も近いものを1つ選んでもらったところ、「心身ともに健やかなこと」が57.2%と最も高くなっています。

過去の調査結果と比較すると、「心身ともに健やかなこと」はいずれの年度でも5割を超えて高くなっています。

(単数回答)

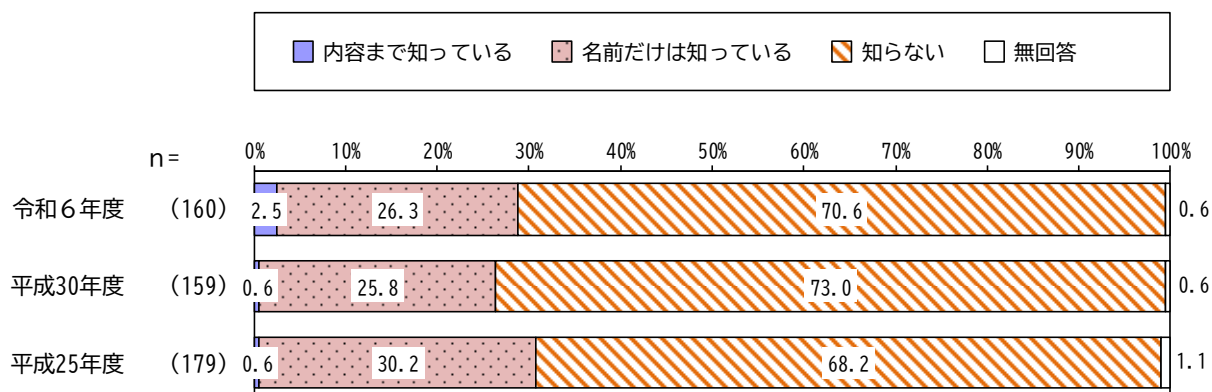


(3) 「健康なまち習志野」の認知状況

問 52. 健康づくりの総合計画「健康なまち習志野」をご存じでしたか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

「健康なまち習志野」の認知状況は、「内容も知っている」が2.5%、「名前だけは知っている」が26.3%で、「知らない」が70.6%と7割を占めています。

過去の調査結果と比較すると、あまり変化はありませんが、平成30年度から「内容まで知っている」が1.9ポイント増加し、「知らない」が2.4ポイント減少しています。



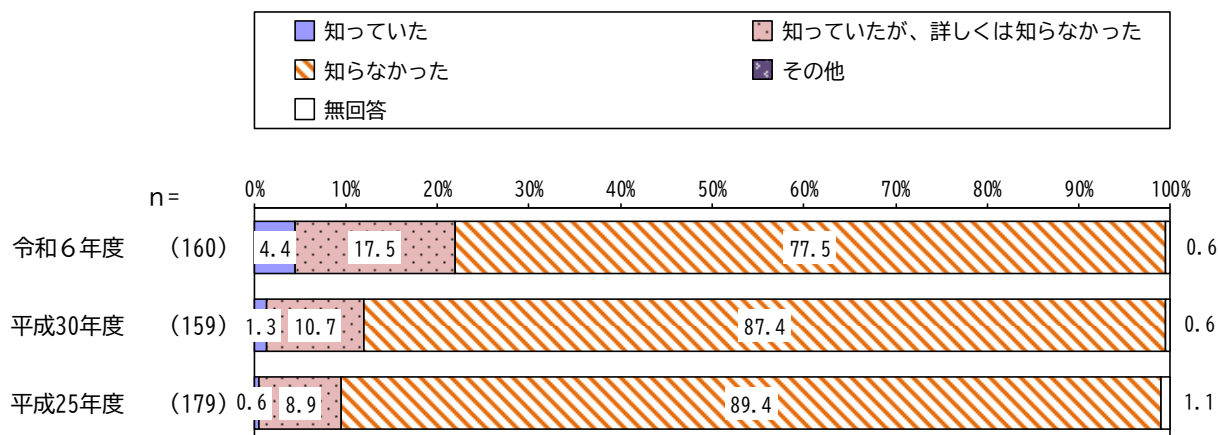
(4) 様々な分野の施策が健康なまちづくりにも影響していることの認知状況

問 53. これからの健康なまちづくりには、保健や福祉など健康に直接関係する分野の他にも、様々な分野の施策が健康なまちづくりにも影響しているという視点*が重要であるとされています。あなたは、このような考え方をご存知でしたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

※例えば、都市整備分野が歩きやすい道路の整備をすることで、市民の外出する機会が増加し、適度な運動につながることや、雇用が安定することで、精神・身体的健康が高まることなど。

様々な分野の施策が健康なまちづくりにも影響していることを、「知っていた」が4.4%、「知っていたが、詳しくは知らなかった」が17.5%で、「知らなかった」が77.5%と最も高くなっています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「知っていた」が3.1ポイント、「知っていたが、詳しくは知らなかった」が6.8ポイント増加しており、二つを合わせた《知っていた》は平成25年度から増加傾向にあります。

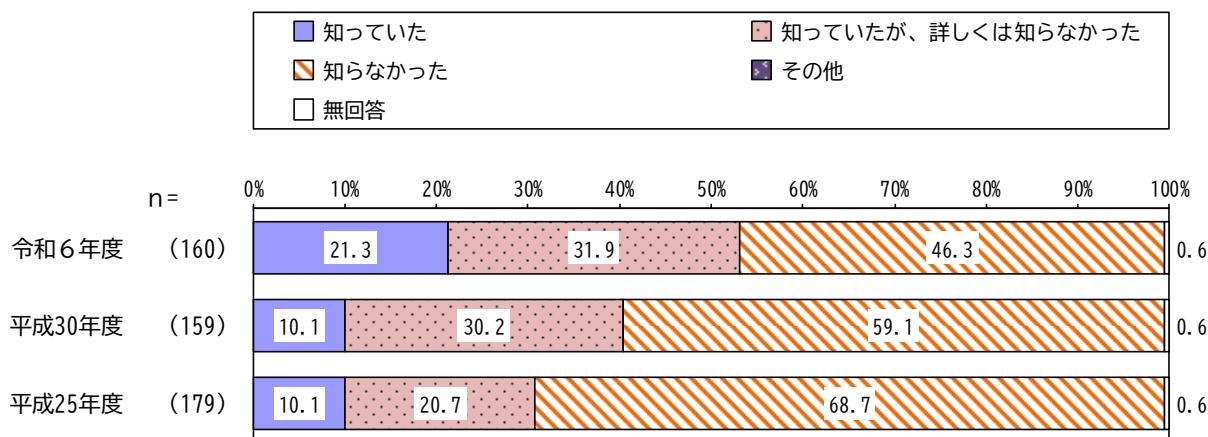


(5)「健康格差」の認知状況

問 54. 所得や雇用形態、居住形態などを原因として、個人の健康状態に差が生じること、いわゆる「健康格差」という言葉をご存知でしたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

「健康格差」の認知状況は、「知っていた」が21.3%、「知っていたが、詳しくは知らなかった」が31.9%で、「知らなかった」が46.3%と高くなっています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「知っていた」が11.2ポイント、「知っていたが、詳しくは知らなかった」が1.7ポイント増加しており、二つを合わせた《知っていた》は平成25年度から増加傾向にあります。

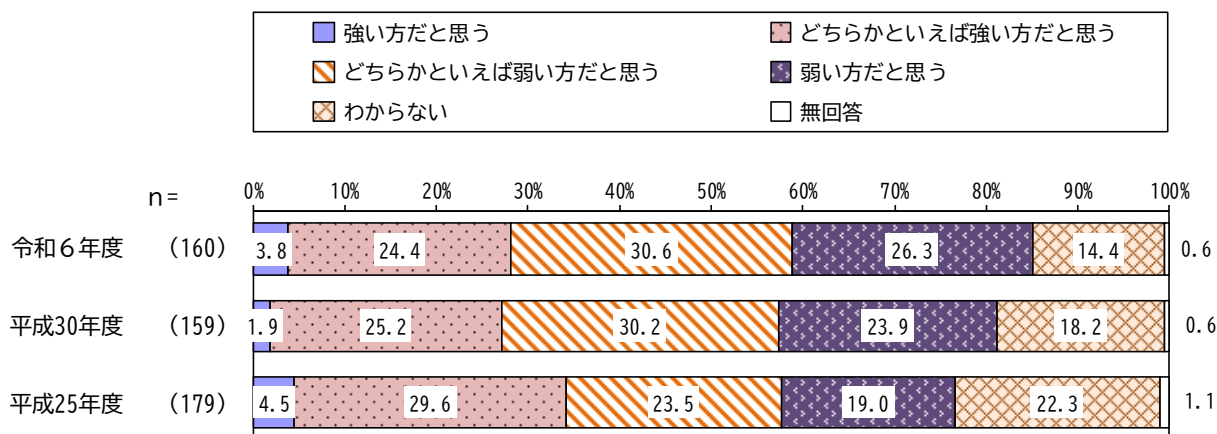


(6) 周辺地域の人たちとのつながり

問 55. あなたとあなたがお住まいの地域の人たちとのつながりは、強い方だと思いますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

周辺地域の人たちとのつながりは、「強い方だと思う」(3.8%)と「どちらかといえば強い方だと思う」(24.4%)を合わせた《強い方だと思う》は28.2%となっています。一方、「どちらかといえば弱い方だと思う」(30.6%)と「弱い方だと思う」(26.3%)を合わせた《弱い方だと思う》は56.9%と高くなっています。また、「わからない」が14.4%となっています。

過去の調査結果と比較すると、平成25年度から《弱い方だと思う》が増加傾向にあります。

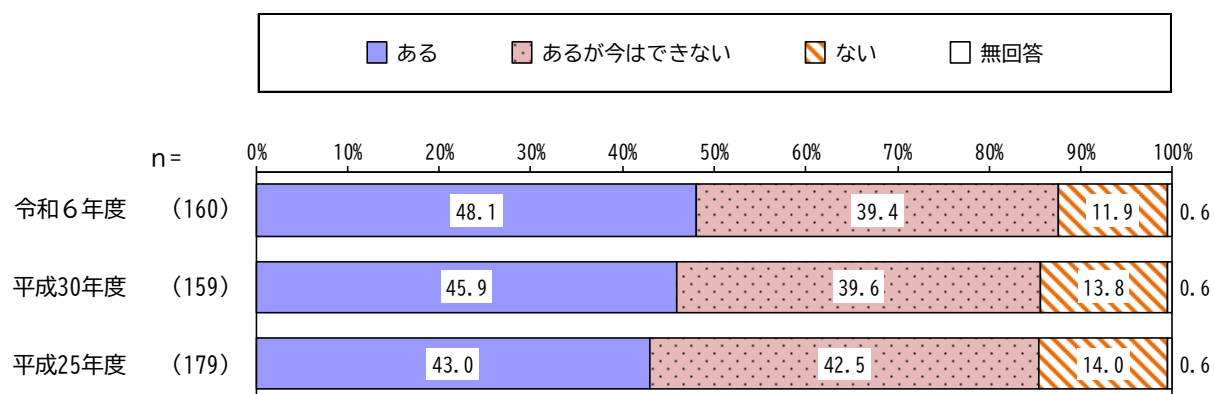


(7) 趣味や楽しみにしていることの有無

問 56. 趣味や楽しみにしていることがありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

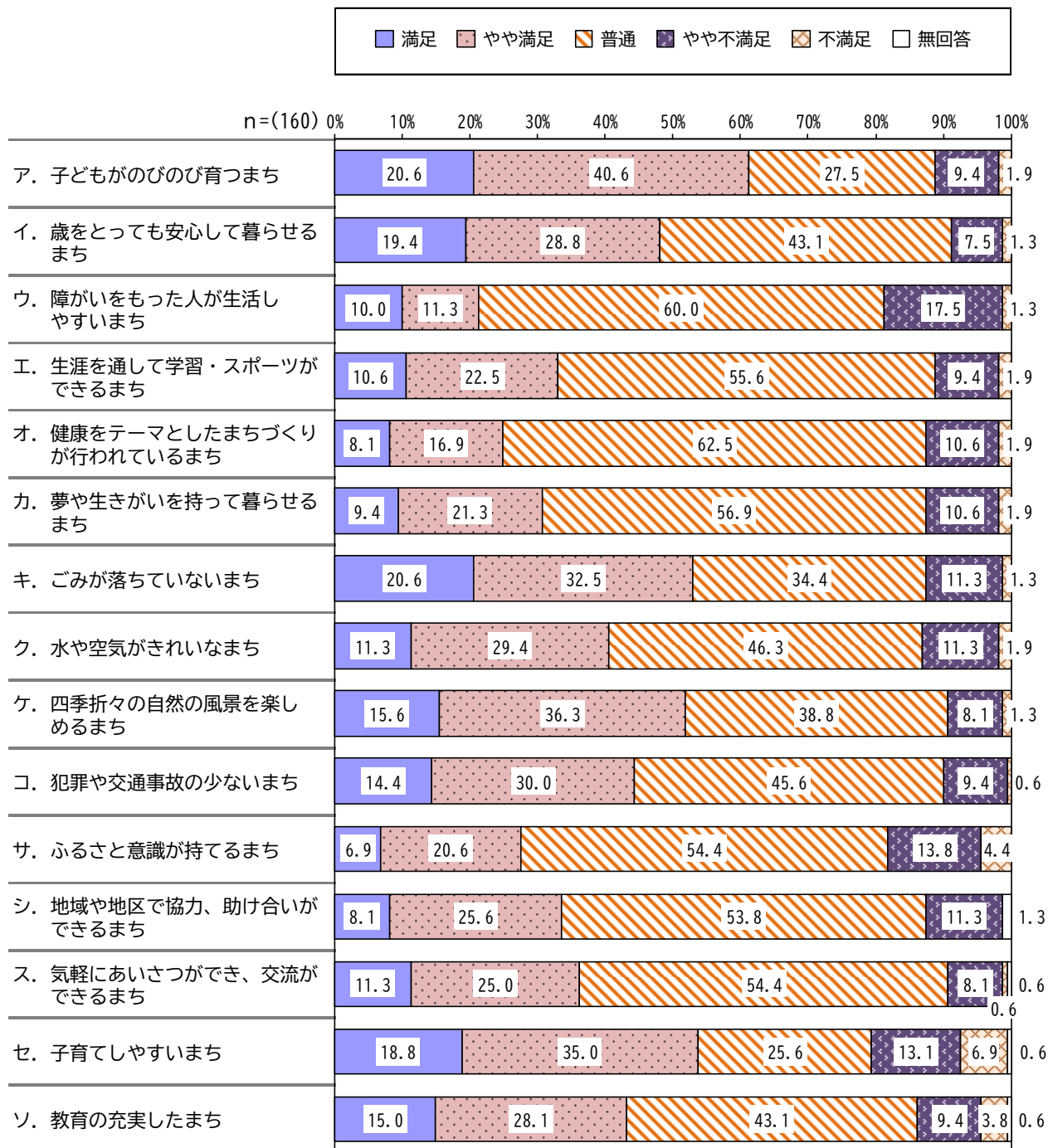
趣味や楽しみにしていることが「ある」が48.1%と最も高く、次いで「あるが今はできない」が39.4%、「ない」が11.9%となっています。

過去の調査結果と比較すると、あまり変化はありませんが、平成30年度から「ある」が2.2ポイント増加しており、平成25年度から増加傾向にあります。



(8) 周辺地域に関する現状の満足度

問 57. お住まいの地域周辺に関する現状の満足度について、お考えに近いものをお答えください。
(すべての項目に1つの番号を○で囲んでください)



周辺地域に関する現状の満足度は、「満足」と「やや満足」を合わせた《満足》、「やや不満足」と「不満足」を合わせた《不満足》のそれぞれ上位5項目を整理すると、次のようになっています。

《満足》

① ア. 子どもがのびのび育つまち	61.2%
② セ. 子育てしやすいまち	53.8%
③ キ. ごみが落ちていないまち	53.1%
④ ケ. 四季折々の自然の風景を楽しめるまち	51.9%
⑤ イ. 歳をとっても安心して暮らせるまち	48.2%

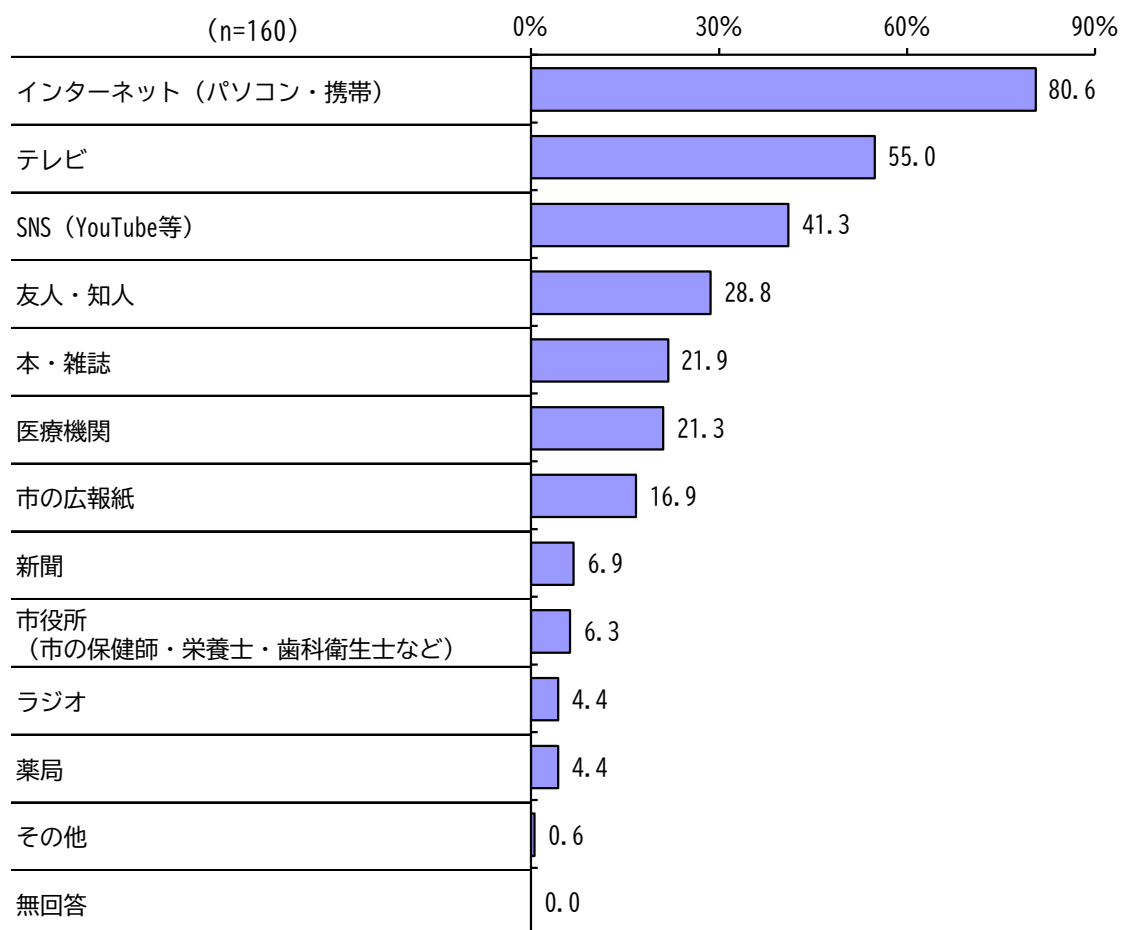
《不満足》

① セ. 子育てしやすいまち	20.0%
② ウ. 障がいをもった人が生活しやすいまち	18.8%
③ サ. ふるさと意識が持てるまち	18.2%
④ ク. 水や空気がきれいなまち	13.2%
④ ソ. 教育の充実したまち	13.2%

(9) 健康に関する情報入手先

問 58. 日頃、健康に関する情報を何から得ていますか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

健康に関する情報の入手先は、「インターネット（パソコン・携帯）」が 80.6%と 8割に達し最も高く、次いで「テレビ」が 55.0%、「SNS（YouTube 等）」が 41.3%、「友人・知人」が 28.8%と続いています。



事業 者

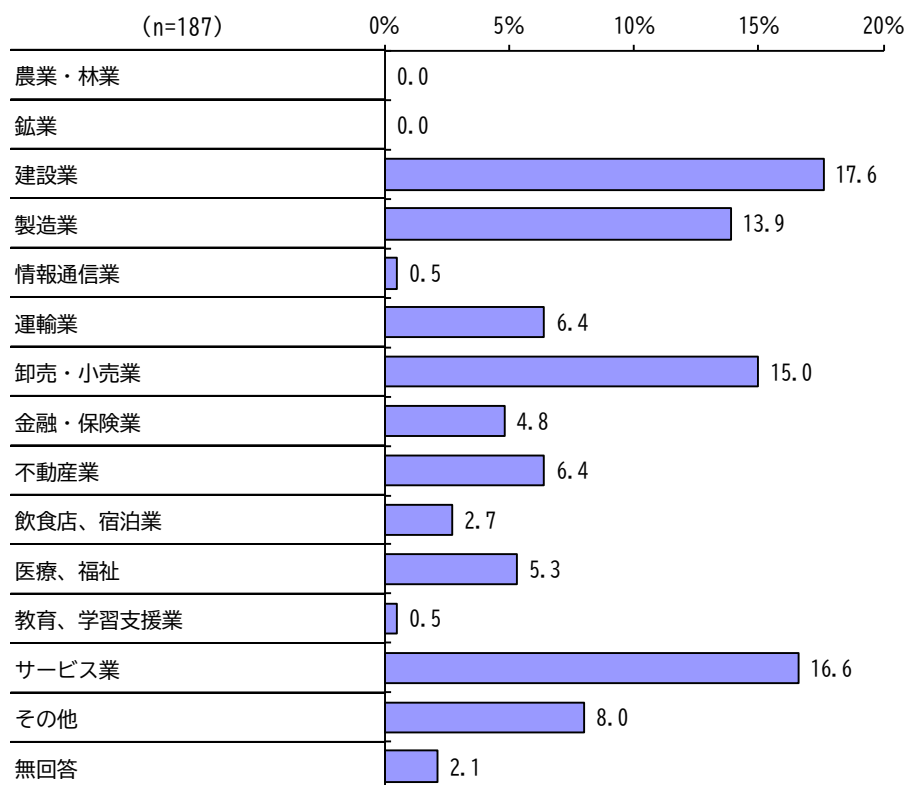
1. 事業者について

(1) 業種

問1. 貴事業者の主たる業種をお答えください。(主な業種1つだけ番号を○で囲んでください)

業種は、「建設業」が17.6%と最も高く、次いで「サービス業」が16.6%、「卸売・小売業」が15.0%、「製造業」が13.9%と1割を超えて続いています。

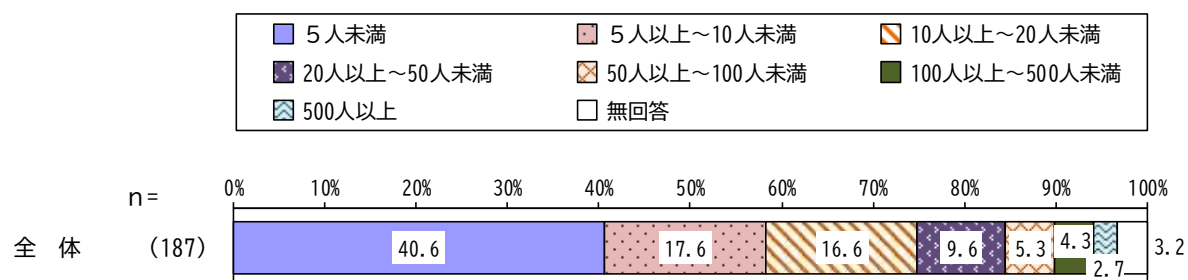
(単数回答)



(2) 従業員の人数

問2. 貴事業者の従業員(非正規含む全ての従業員)の人数をお答えください。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

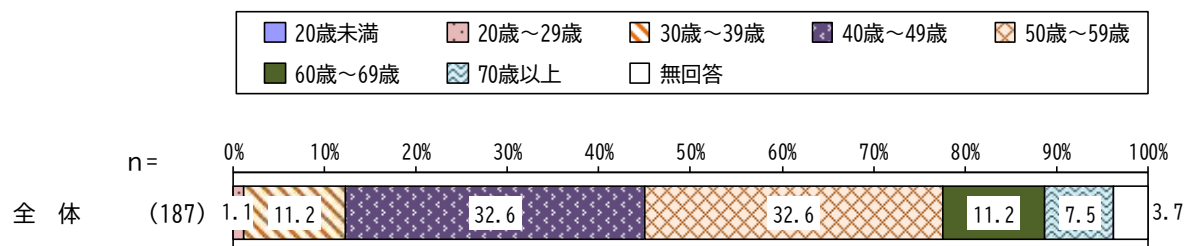
従業員の人数は、「5人未満」が40.6%と最も高く、次いで「5人以上～10人未満」が17.6%、「10人以上～20人未満」が16.6%と続いています。



(3) 従業員の平均年齢

問3. 貴事業者の従業員(非正規含む全ての従業員)の平均年齢をお答えください。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

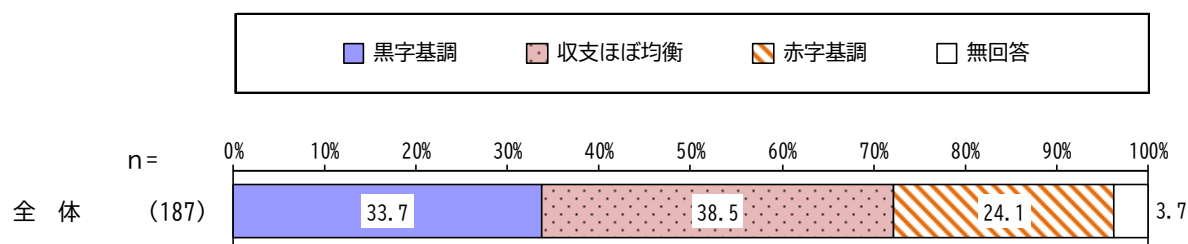
従業員の平均年齢は、「40歳～49歳」と「50歳～59歳」がそれぞれ32.6%と最も高くなっています。一方、「20歳未満」との回答はありませんでした。



(4) 最近1年間の業況

問4. 最近1年間の業況はいかがですか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

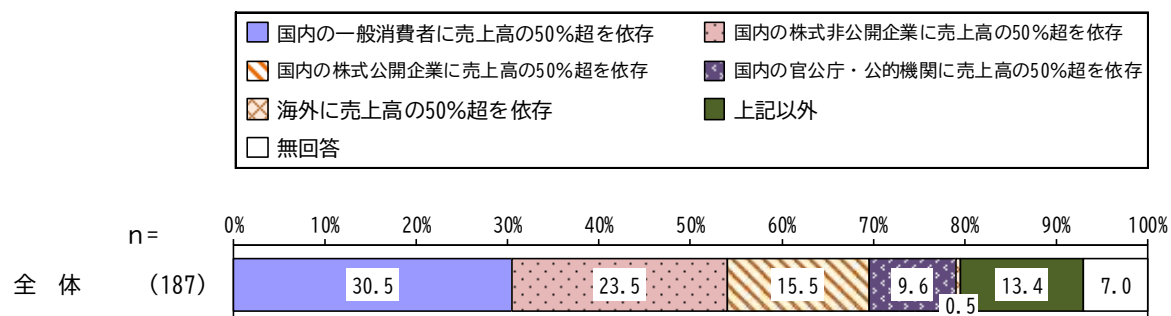
最近1年間の業況は、「収支ほぼ均衡」が38.5%と最も高く、次いで「黒字基調」が33.7%、「赤字基調」が24.1%となっています。



(5) 主な販売先

問5. 貴事業者の主な販売先をお答えください。(1つだけ番号を○で囲んでください)

主な販売先は、「国内の一般消費者に売上高の50%超を依存」が30.5%と最も高く、次いで「国内の株式非公開企業に売上高の50%超を依存」が23.5%となっています。

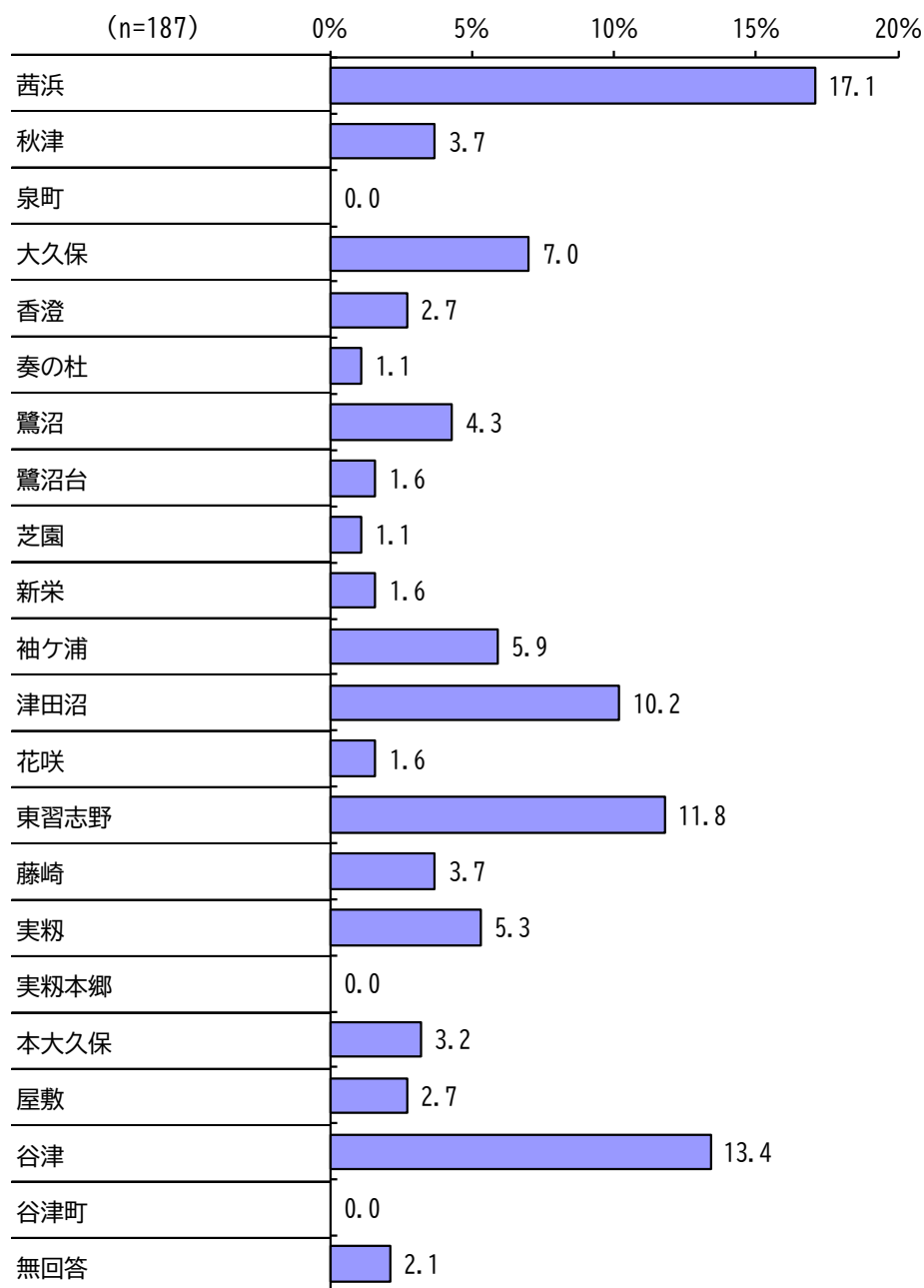


(6) 所在地

問6. 貴事業者の所在地について、あてはまる地区をお答えください。
(主な地域1つだけ番号を○で囲んでください)

所在地は、「茜浜」が17.1%と最も高く、次いで「谷津」が13.4%、「東習志野」が11.8%、「津田沼」が10.2%と続いています。

(単数回答)



2. からだの健康に関する意識について

(1) 従業員の健康についての考え

問7. 貴事業者では、従業員などのからだの健康について、どのような考えをお持ちですか。
(すべての項目に1つの番号を○で囲んでください。)

従業員の健康についての考えについて、「そう思う」と「どちらかといえばそう思う」を合わせて《そう思う》、「どちらかといえばそう思わない」と「そう思わない」を合わせて《そう思わない》とし、それぞれ上位5項目を整理すると、次のようになっています。

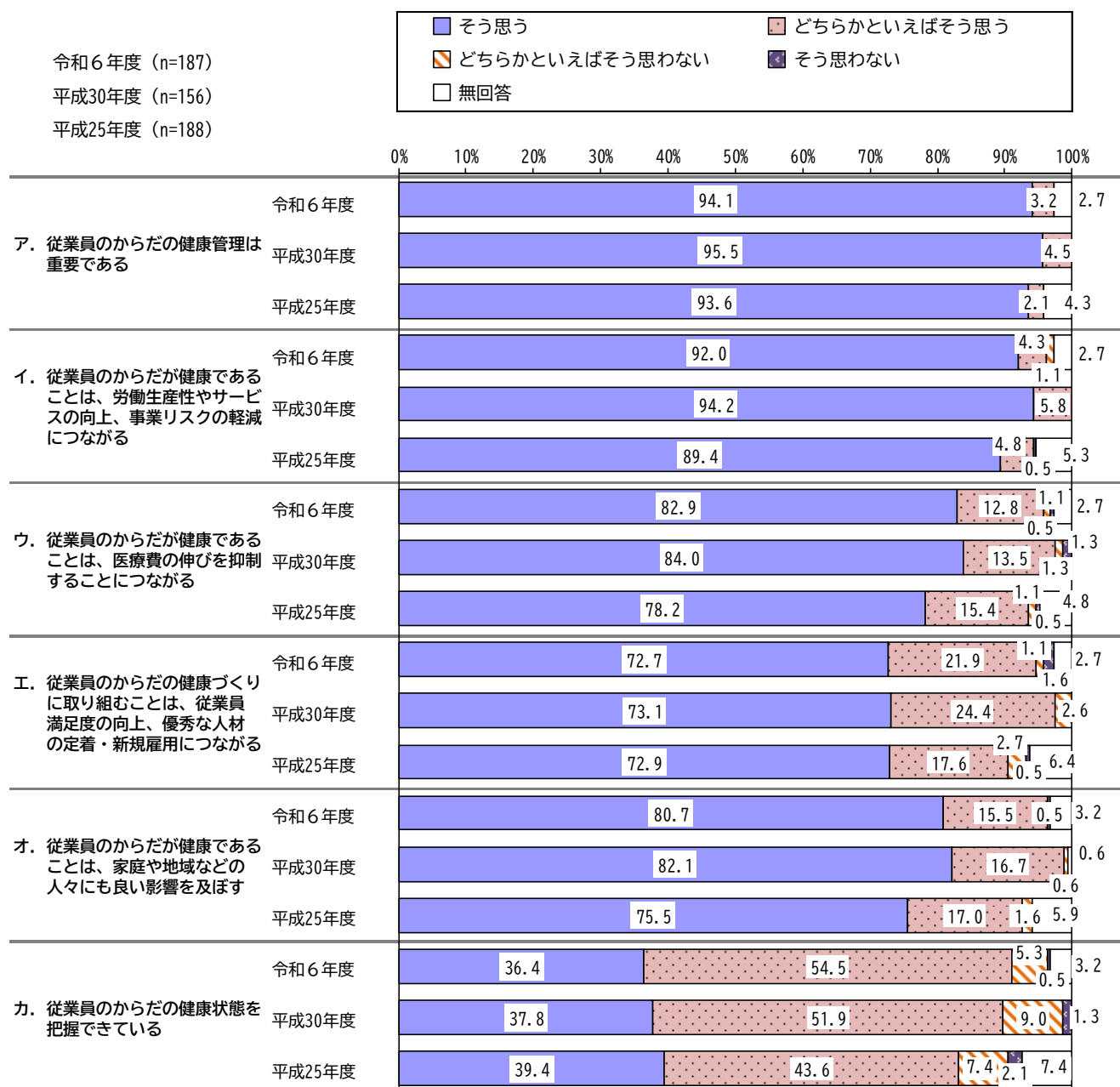
《そう思う》

- | | |
|--|-------|
| ① ア. 従業員のからだの健康管理は重要である | 97.3% |
| ② イ. 従業員のからだ健康であることは、労働生産性やサービスの向上、事業リスクの軽減につながる | 96.3% |
| ③ オ. 従業員のからだ健康であることは、家庭や地域などの人々にも良い影響を及ぼす | 96.2% |
| ③ キ. 従業員の家族のからだ健康であることは重要である | 96.2% |
| ⑤ ウ. 従業員のからだ健康であることは、医療費の伸びを抑制することにつながる | 95.7% |

《そう思わない》

- | | |
|--------------------------------------|-------|
| ① シ. 従業員のからだの健康づくりに関するノウハウがある | 52.4% |
| ② ク. 従業員の家族のからだの健康状態を把握できている | 41.2% |
| ② ケ. からだの健康が良好な従業員が年々多くなっている | 41.2% |
| ④ サ. 従業員のからだの健康づくりに積極的に取り組んでいる | 34.7% |
| ⑤ コ. 従業員のからだの健康づくりを、従業員個人の責任だけにしていない | 20.8% |

過去の調査結果と比較すると、《そう思う》は、平成30年度から〔ケ. からだの健康が良好な従業員が年々多くなっている〕で8.8ポイント、〔サ. 従業員のからだの健康づくりに積極的に取り組んでいる〕で8.2ポイント、〔コ. 従業員のからだの健康づくりを、従業員個人の責任だけにしていない〕で7.8ポイント、〔シ. 従業員のからだの健康づくりに関するノウハウがある〕で5.9ポイントと5ポイント以上減少しています。

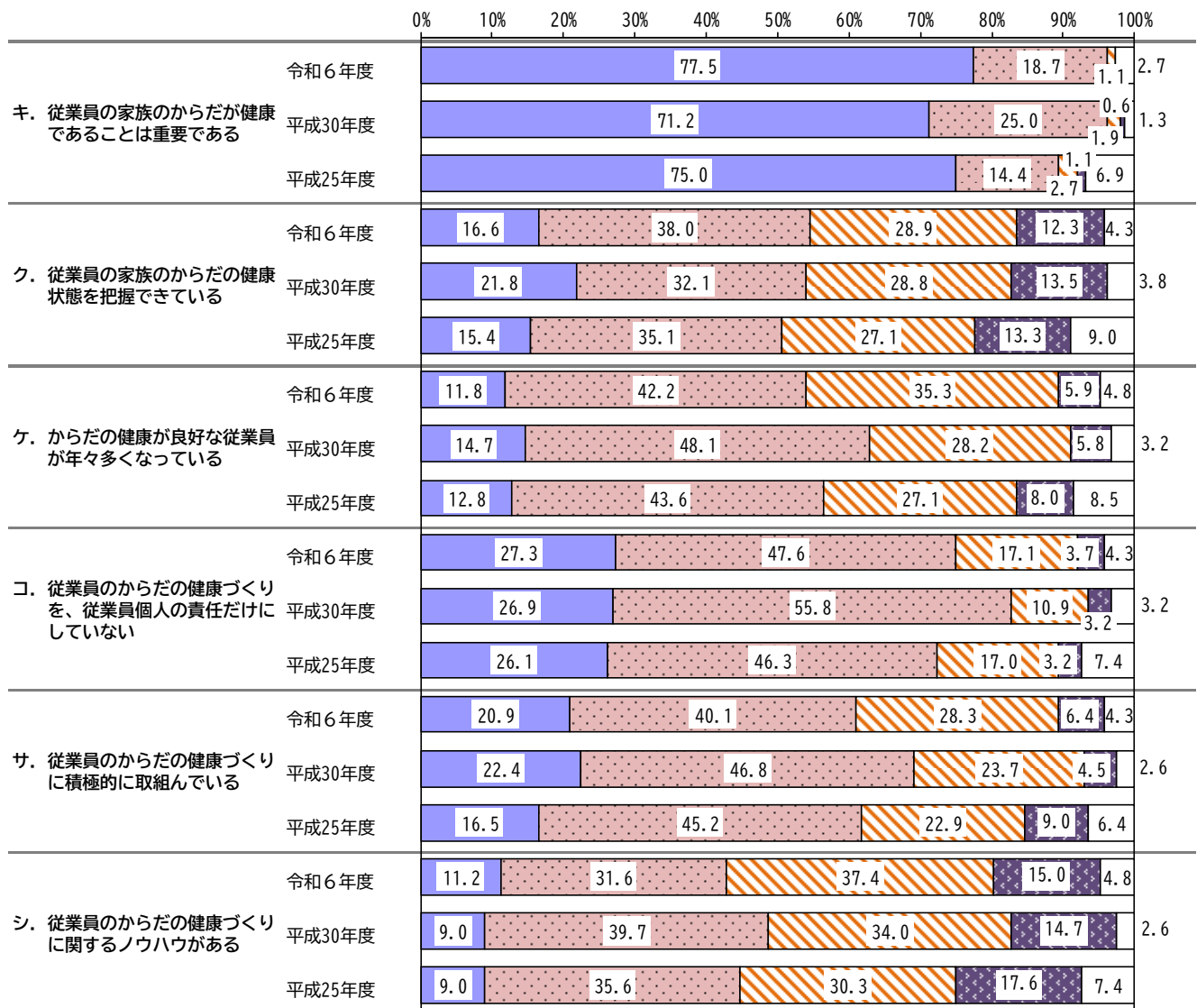
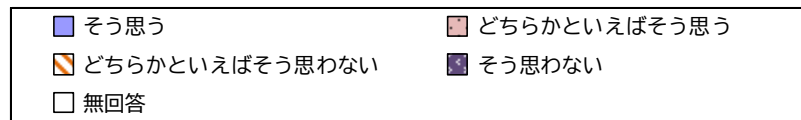


第2章 調査結果の詳細

令和6年度 (n=187)

平成30年度 (n=156)

平成25年度 (n=188)

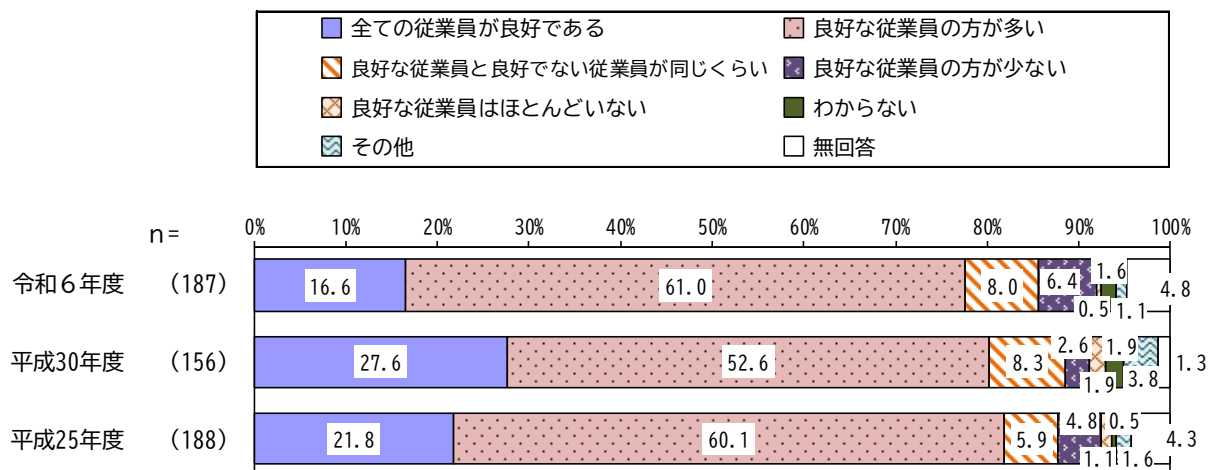


(2) 従業員のからだの健康状態

問8. 従業員のからだの健康状態について、総じてどのように感じていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

従業員のからだの健康状態は、「良好な従業員の方が多い」が61.0%と最も高く、次いで「全ての従業員が良好である」が16.6%となっています。

過去の調査結果と比較すると、「全ての従業員が良好である」は平成30年度から11.0ポイント減少しており、「良好な従業員の方が多い」が8.4ポイント、「良好な従業員の方が少ない」が3.8ポイント増加しています。

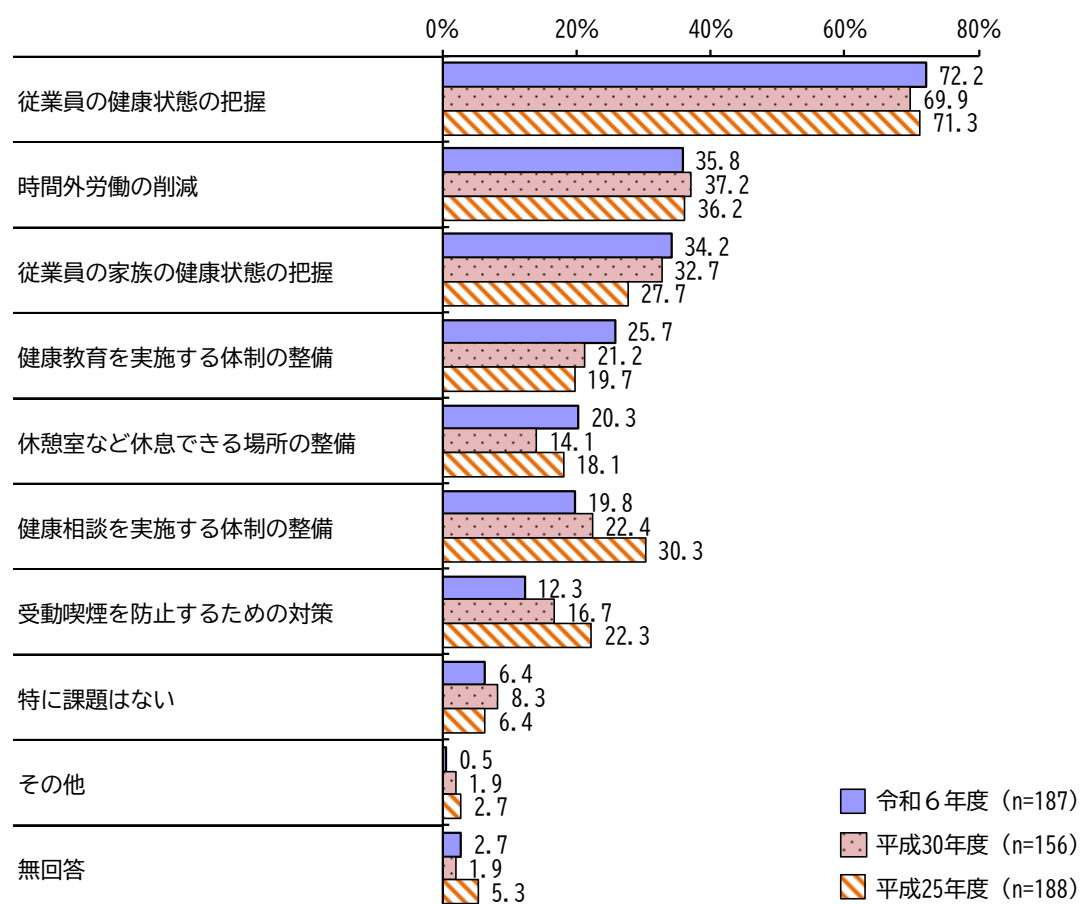


(3) 従業員のからだの健康づくりを進めていく上での課題

問9. 従業員のからだの健康づくりを貴事業者が進めていく上で、どのようなことが課題であると考えていますか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

従業員のからだの健康づくりを進めていく上での課題は、「従業員の健康状態の把握」が72.2%と最も高くなっており、次いで「時間外労働の削減」が35.8%、「従業員の家族の健康状態の把握」が34.2%、「健康教育を実施する体制の整備」が25.7%、「休憩室など休息できる場所の整備」が20.3%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「休憩室など休息できる場所の整備」が6.2ポイント、「健康教育を実施する体制の整備」が4.5ポイント増加しており、「受動喫煙を防止するための対策」が4.4ポイント減少しています。また、「健康相談を実施する体制の整備」と「受動喫煙を防止するための対策」は平成25年度から減少傾向にあります。



3. 心の健康に関する意識について

(1) 従業員の心の健康についての考え

問 10. 貴事業者では、従業員などの心の健康について、どのような考えをお持ちですか。
(すべての項目に1つの番号を○で囲んでください。)

従業員の心の健康についての考えについて、「そう思う」と「どちらかといえばそう思う」を合わせて《そう思う》、「どちらかといえばそう思わない」と「そう思わない」を合わせて《そう思わない》とし、それぞれ上位5項目を整理すると、次のようになっています。

《そう思う》

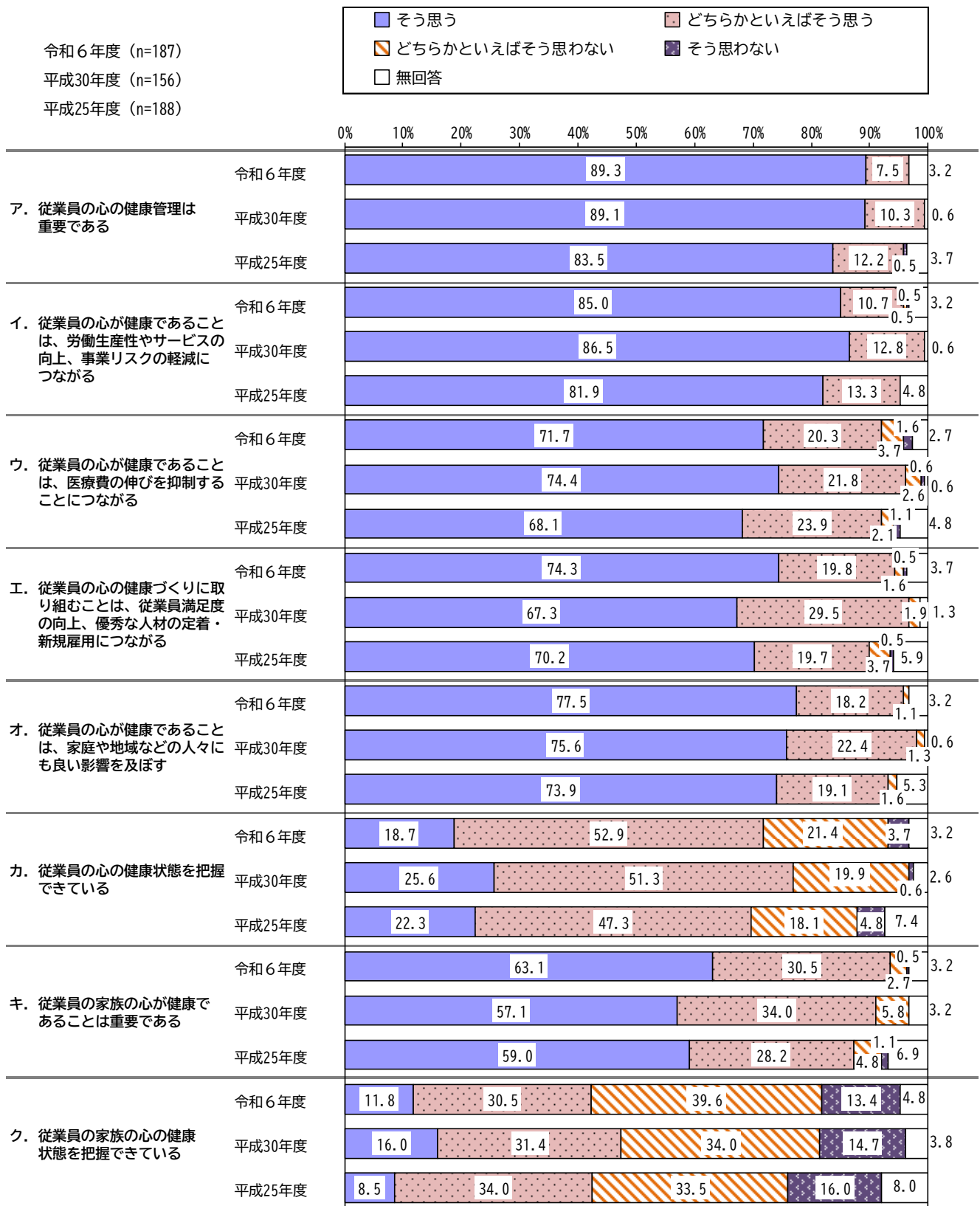
- | | |
|---|-------|
| ① ア. 従業員の心の健康管理は重要である | 96.8% |
| ② イ. 従業員の心が健康であることは、労働生産性やサービスの向上、事業リスクの軽減につながる | 95.7% |
| ② オ. 従業員の心が健康であることは、家庭や地域などの人々にも良い影響を及ぼす | 95.7% |
| ④ エ. 従業員の心の健康づくりに取り組むことは、従業員満足度の向上、優秀な人材の定着・新規雇用につながる | 94.1% |
| ⑤ キ. 従業員の家族の心が健康であることは重要である | 93.6% |

《そう思わない》

- | | |
|---|-------|
| ① タ. 従業員の心の健康づくりに関するノウハウがある | 57.2% |
| ② ク. 従業員の家族の心の健康状態を把握できている | 53.0% |
| ③ ソ. 従業員の心の健康づくりに積極的に取り組んでいる | 38.0% |
| ③ ケ. 心の健康が良好な従業員が年々多くなっている | 38.0% |
| ⑤ ス. 仕事上の裁量の自由と決定権（コントロール度）が高い従業員はストレスが低い | 30.5% |

過去の調査結果と比較すると、《そう思う》は、〔キ. 従業員の家族の心が健康であることは重要である〕、〔シ. 良好な職場環境の整備には、職場の人間関係の影響が大きい〕、〔セ. 仕事上の努力に見合った報酬（賃金、昇進、個人の尊重）は従業員のストレスを低くする〕以外の、16項目中13項目で平成30年度から減少しており、特に〔ソ. 従業員の心の健康づくりに積極的に取り組んでいる〕が10.2ポイント、〔タ. 従業員の心の健康づくりに関するノウハウがある〕が9.6ポイント、〔ケ. 心の健康が良好な従業員が年々多くなっている〕が8.7ポイントと、8ポイント以上減少しています。

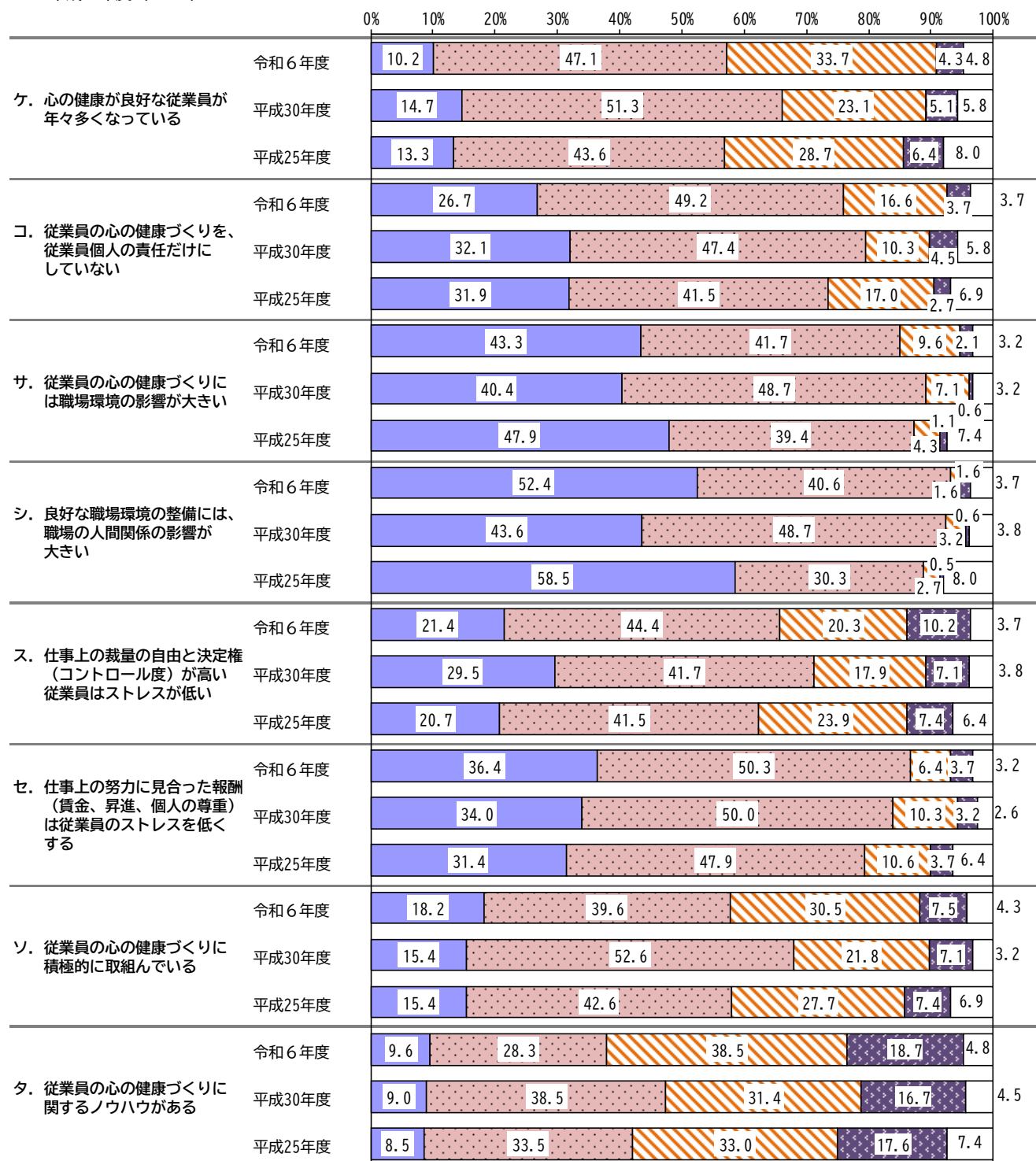
第2章 調査結果の詳細



令和6年度 (n=187)

平成30年度 (n=156)

平成25年度 (n=188)

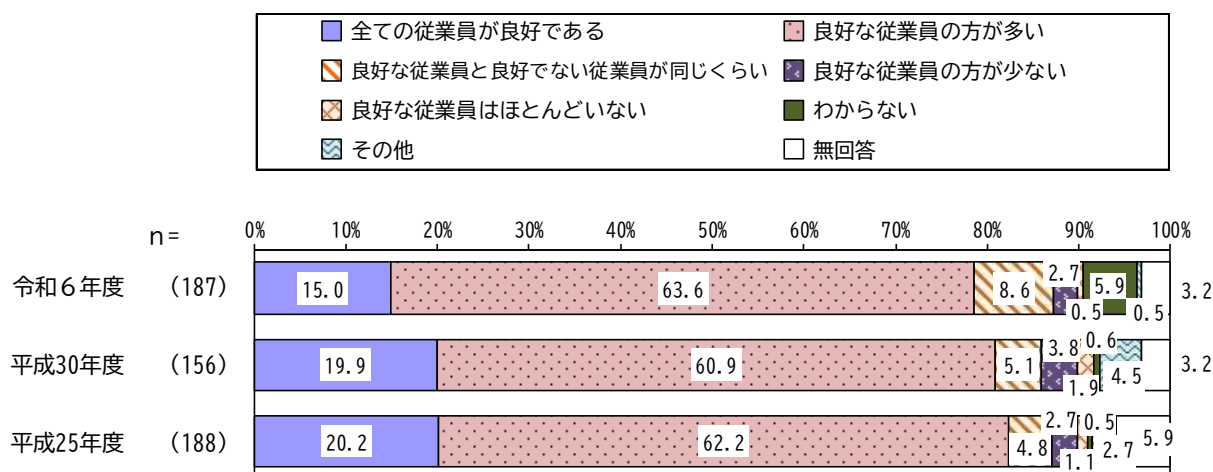


(2) 従業員の心の健康状態

問 11. 従業員の心の健康状態について、総じてどのように感じていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

従業員の心の健康状態は、「良好な従業員の方が多い」が63.6%と最も高く、次いで「全ての従業員が良好である」が15.0%となっています。

過去の調査結果と比較すると、「全ての従業員が良好である」は平成30年度から4.9ポイント減少しており、「良好な従業員と良好でない従業員が同じくらい」が3.5ポイント、「わからない」が5.3ポイント増加しています。

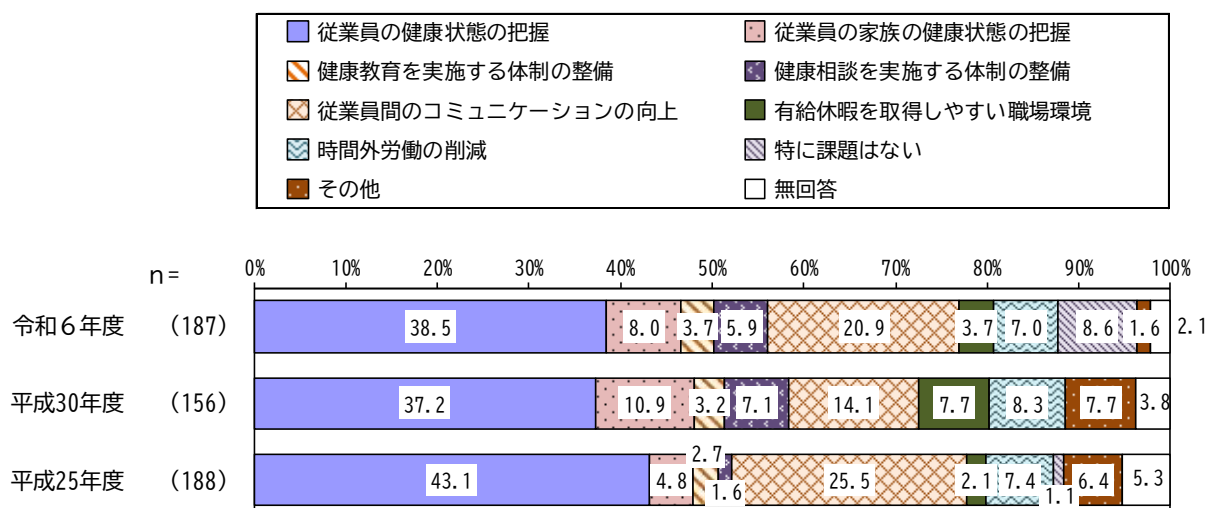


(3) 従業員の心の健康づくりを進めていく上での課題

問 12. 従業員の心の健康づくりを進めていく上で、どのようなことが課題であると考えていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

従業員の心の健康づくりを進めていく上での課題は、「従業員の健康状態の把握」が38.5%と最も高く、次いで「従業員間のコミュニケーションの向上」が20.9%となっています。

過去の調査結果と比較すると、「従業員間のコミュニケーションの向上」が平成30年度から6.8ポイント増加しており、「有給休暇を取得しやすい職場環境」が4.0ポイント、「従業員の家族の健康状態の把握」が2.9ポイント減少しています。



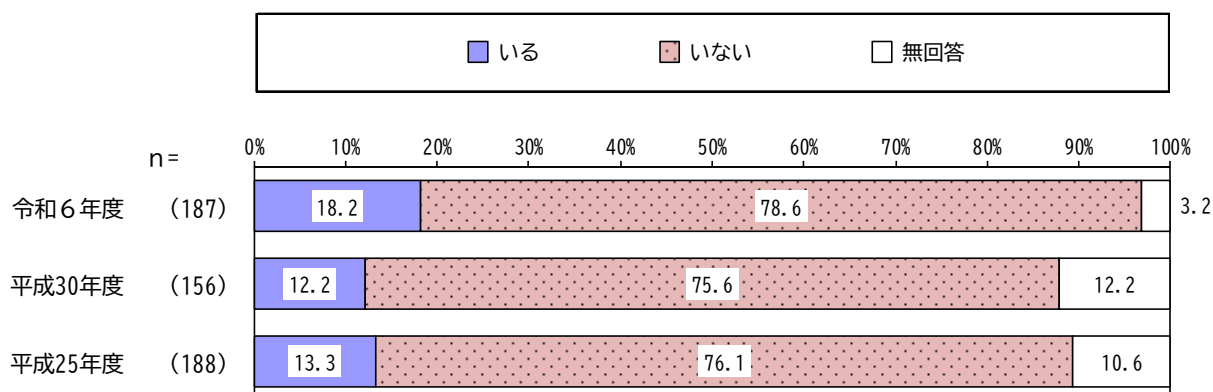
4. 健康づくりへの取組みについて

(1) 健康対策を行うスタッフ配置の有無

問 13. 健康対策を行うスタッフを、配置していますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

健康対策を行うスタッフを配置しているかについて、配置して「いる」が18.2%で、「いない」が78.6%と高くなっています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「いる」は6.0ポイント、「いない」は3.0ポイントそれぞれ増加しています。



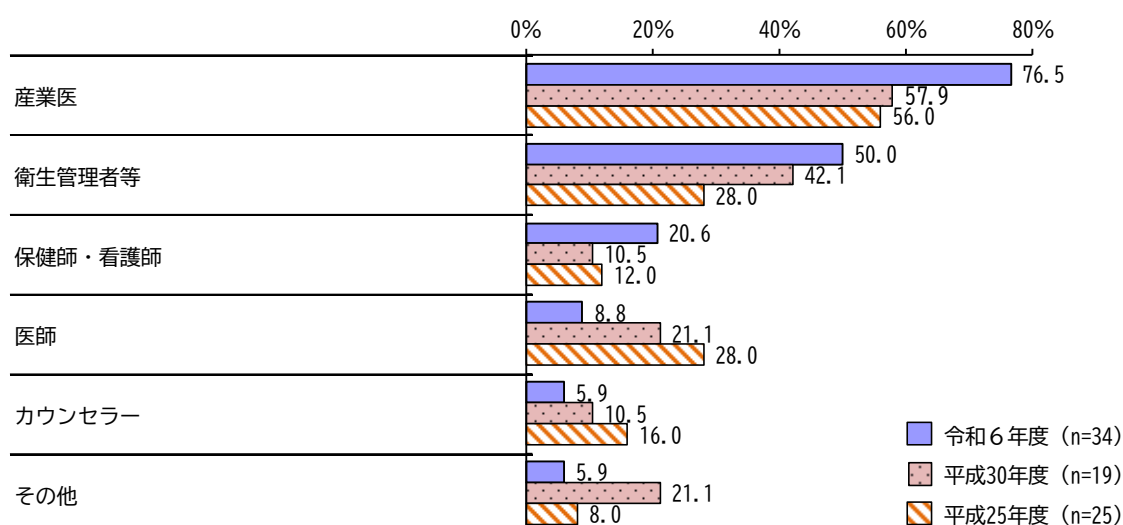
(2) 健康対策を行うスタッフの職種

問 13-1. 問 13 で「1. いる」を選んだ方におききます。

健康対策を行うスタッフの職種は、何ですか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

問 13 で健康対策を行うスタッフを配置して「いる」と回答した方に、スタッフの職種をたずねたところ、「産業医」が76.5%と最も高く、次いで「衛生管理者等」が50.0%、「保健師・看護師」が20.6%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、回答者数(n)が少ないため参考としますが、平成25年度から「産業医」と「衛生管理者等」が増加傾向にある一方、「医師」と「カウンセラー」は減少傾向にあります。



(3) 従業員の健康づくりへの取組み状況

問 14. 貴事業者が日常行っている、従業員の健康づくりへの取組み状況はいかがですか。
また、行っていない場合、今後は取組みたいと思いますか。
(すべての項目に1つの番号を○で囲んでください。)

従業員の健康づくりへの取組み状況について、「いつも」と「時々」を合わせて《実施している》、「今後したい」と「今後も難しい」を合わせて《実施していない》とし、それぞれ上位5項目を整理すると、次のようになっています。

《実施している》

① イ. 従業員の定期的な健康診断の実施	74.3%
② ウ. 従業員の定期的な健康診断受診状況の把握	71.7%
③ ケ. 年次有給休暇を取得しやすい職場環境の整備	62.6%
④ シ. 事業所内禁煙など、受動喫煙を防止するための対策	61.5%
⑤ コ. ノー残業デーの設定など、時間外労働の削減	61.0%

《実施していない》

① ク. 千葉産業保健推進連絡事務所等、産業保健の促進に関する相談、セミナー、情報提供を行う機関の活用	84.0%
② オ. 従業員の家族（被扶養者）の定期的な健康診断受診状況の把握	75.9%
③ カ. 従業員を対象とした研修や講演といった健康教育の実施	74.3%
④ エ. 従業員の家族（被扶養者）の定期的な健康診断の実施	69.5%
⑤ セ. 屋上や壁面の緑のカーテンなど、従業員の心の安らぎにつながる緑化活動	63.1%

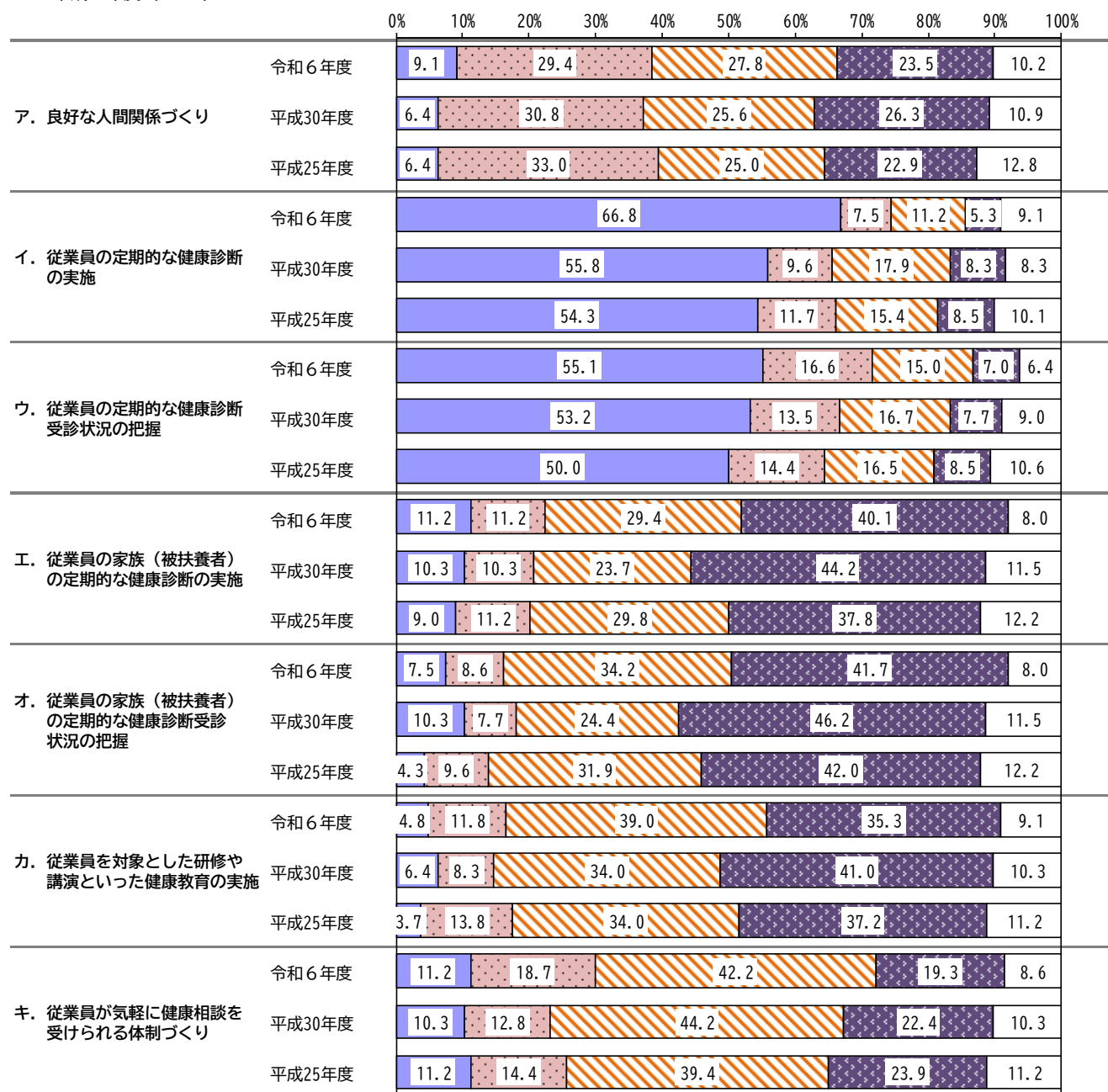
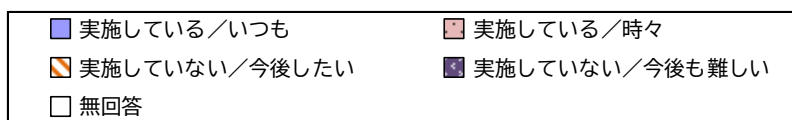
過去の調査結果と比較すると、《実施している》は、〔オ. 従業員の家族（被扶養者）の定期的な健康診断受診状況の把握〕、〔ク. 千葉産業保健推進連絡事務所等、産業保健の促進に関する相談、セミナー、情報提供を行う機関の活用〕、〔セ. 屋上や壁面の緑のカーテンなど、従業員の心の安らぎにつながる緑化活動〕以外の、14項目中11項目で平成30年度から増加しており、特に〔ケ. 年次有給休暇を取得しやすい職場環境の整備〕が22.9ポイント、〔コ. ノー残業デーの設定など、時間外労働の削減〕が20.0ポイント、〔シ. 事業所内禁煙など、受動喫煙を防止するための対策〕が17.9ポイントと、15ポイント以上増加しています。一方で、《実施していない》は、〔セ. 屋上や壁面の緑のカーテンなど、従業員の心の安らぎにつながる緑化活動〕が7.3ポイント、〔オ. 従業員の家族（被扶養者）の定期的な健康診断受診状況の把握〕が5.3ポイントと、平成30年度から5ポイント以上増加しています。

なお、〔エ. 従業員の家族（被扶養者）の定期的な健康診断の実施〕は、《実施している》と《実施していない》の両方で増加しており、事業所によって取組状況が分かれていると考えられます。

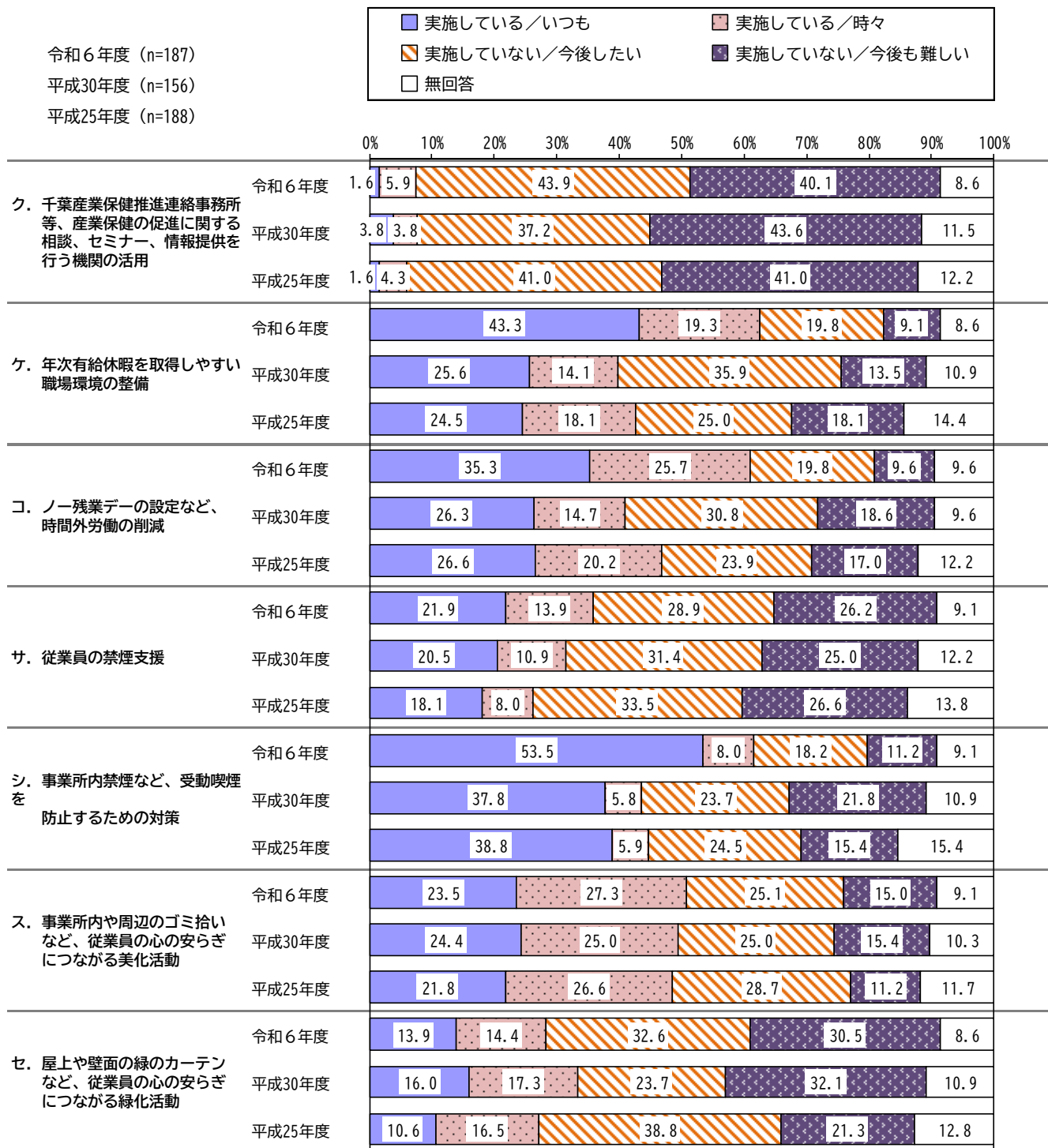
令和6年度 (n=187)

平成30年度 (n=156)

平成25年度 (n=188)



第2章 調査結果の詳細

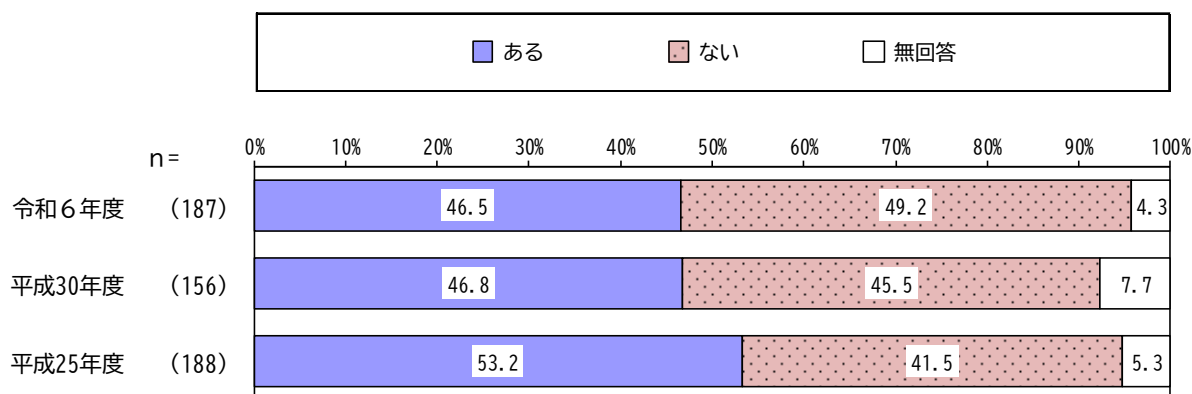


5. 健康なまちづくりの推進に関する地域社会との協働について

(1) 社是・社訓・経営理念の有無

問 15. 貴事業者には、社是・社訓・経営理念がありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

社是・社訓・経営理念が「ある」が46.5%で、「ない」が49.2%と高くなっています。
過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「ない」が3.7ポイント増加しています。



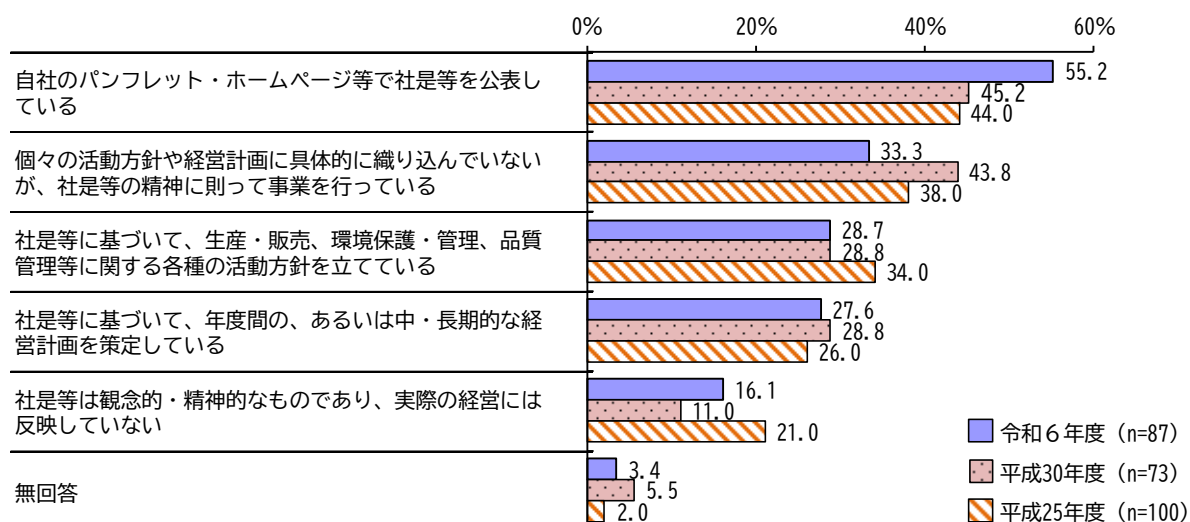
(2) 社是・社訓・経営理念の経営への反映状況

問 15-1. 問 15 で「1. ある」を選ばれた方におききします。

社是・社訓・経営理念を貴事業者の経営へ反映していますか。
(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

問 15 で社是・社訓・経営理念が「ある」と回答した方に、経営への反映状況をたずねたところ、「自社のパンフレット・ホームページ等で社是等を公表している」が55.2%と最も高く、次いで「個々の活動方針や経営計画に具体的に織り込んでいないが、社是等の精神に則って事業を行っている」が33.3%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「自社のパンフレット・ホームページ等で社是等を公表している」が10.0ポイント増加している一方、「個々の活動方針や経営計画に具体的に織り込んでいないが、社是等の精神に則って事業を行っている」が10.5ポイント減少しています。

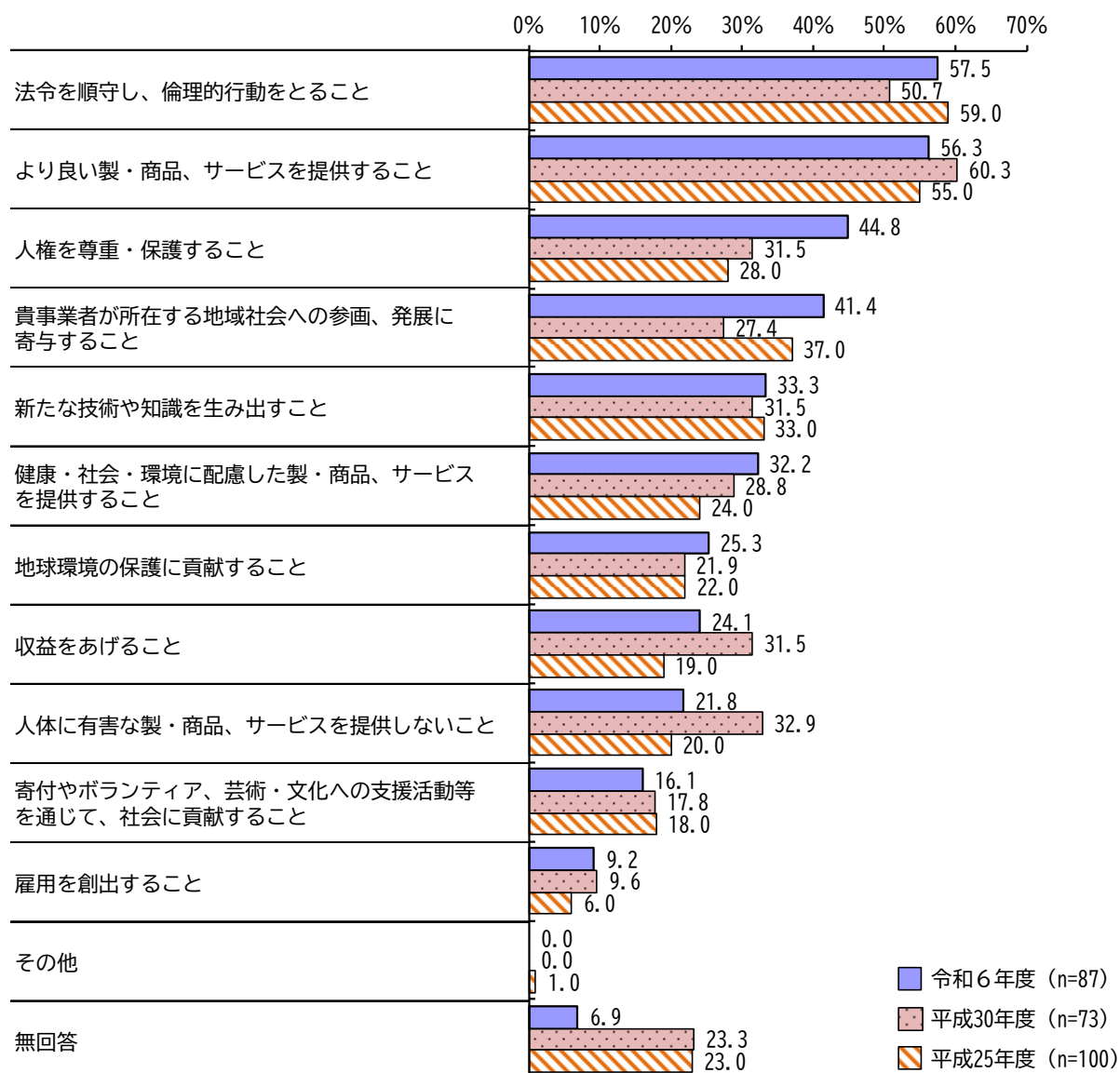


(3) 社是・社訓・経営理念に含まれる項目

問 15-2. 問 15 で「1. ある」を選ばれた方におききます。
 社是・社訓・経営理念に含まれる項目をお答えください。
 (あてはまるものすべてを○で囲んでください)

問 15 で社是・社訓・経営理念が「ある」と回答した方に、社是・社訓・経営理念に含まれる項目をたずねたところ、「法令を順守し、倫理的行動をとること」が 57.5%と最も高く、次いで「より良い製・商品、サービスを提供すること」が 56.3%、「人権を尊重・保護すること」が 44.8%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、平成 30 年度から「貴事業者が所在する地域社会への参画、発展に寄与すること」が 14.0 ポイント、「人権を尊重・保護すること」が 13.3 ポイント増加と、10 ポイント以上増加しており、特に「人権を尊重・保護すること」は平成 25 年度から増加傾向にあります。一方で、「人体に有害な製・商品、サービスを提供しないこと」は平成 30 年度から 11.1 ポイント減少しています。



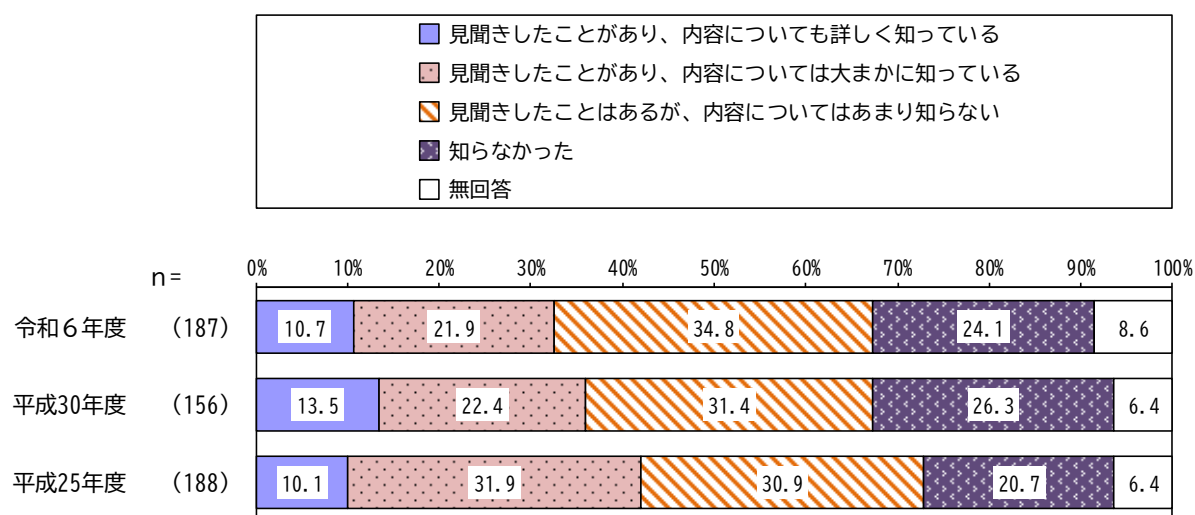
(4)「企業の社会的責任(CSR)」の認知度

問 16.「企業の社会的責任(CSR※)」という用語をご存知ですか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

※CSR（企業の社会的責任：Corporate Social Responsibilityの略）とは、法令順守に基づいた事業活動により収益を確保することにとどまらず、(地球)環境の保全や (地域)社会とそのメンバー（例：従業員）への貢献とのバランスにも配慮すること等も企業が負うべき責任であるとの考え、あるいはそうした考えに基づく活動・取り組み。

「企業の社会的責任(CSR)」という用語の認知度は、「見聞きしたことがあり、内容についても詳しく知っている」が10.7%、「見聞きしたことがあり、内容については大まかに知っている」が21.9%で、「見聞きしたことはあるが、内容についてはあまり知らない」が34.8%と最も高くなっています。一方、「知らなかった」が24.1%となっています。

過去の調査結果と比較すると、「見聞きしたことはあるが、内容についてはあまり知らない」は平成30年度から3.4ポイント増加しており、「見聞きしたことがあり、内容についても詳しく知っている」が2.8ポイント、「知らなかった」が2.2ポイント減少しています。

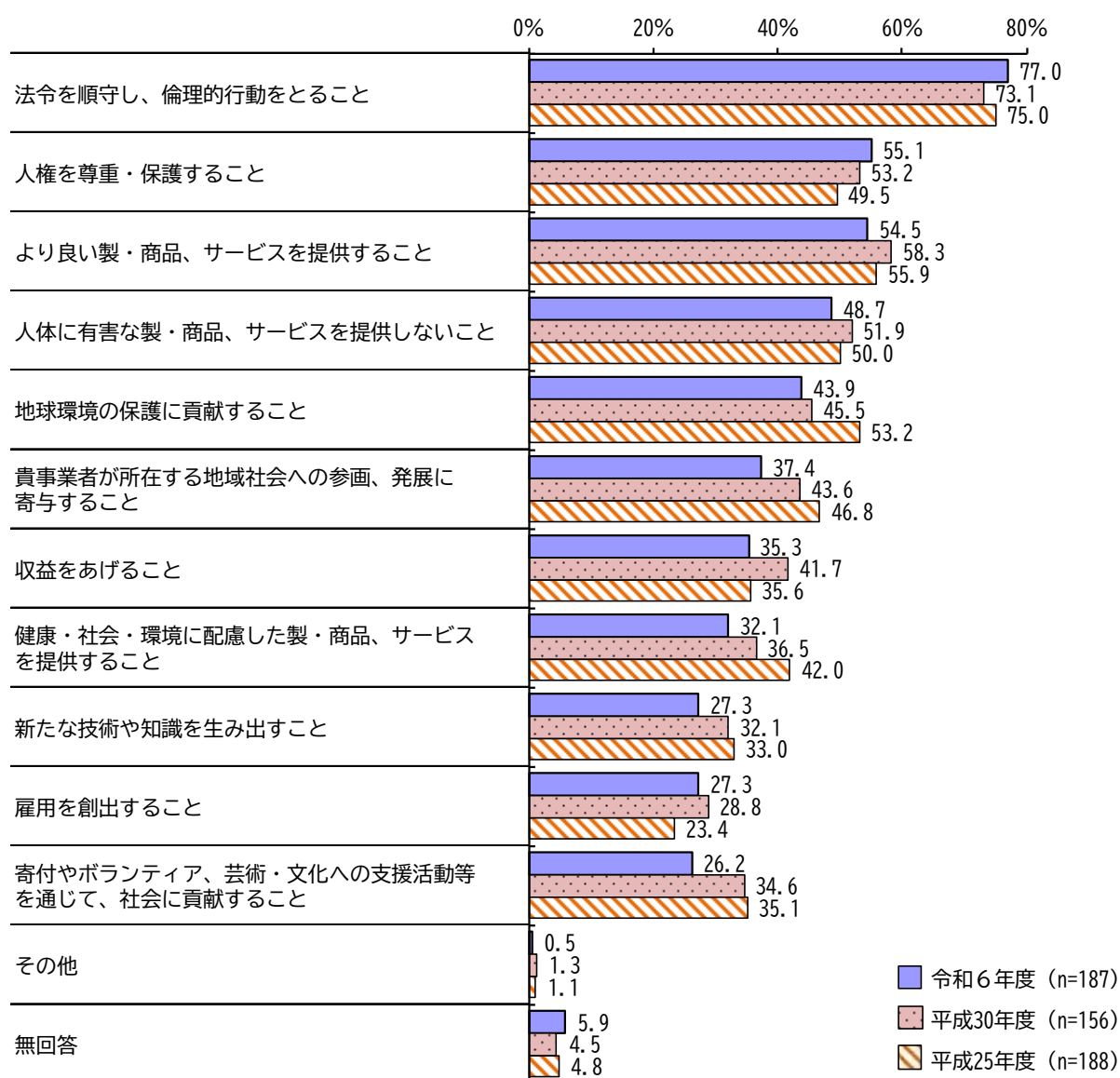


(5)「企業の社会的責任（CSR）」に含まれると考えられる項目

問 17. 貴事業者にとって、「企業の社会的責任(CSR)」に含まれると考えられる項目について、あてはまるものをお答えください。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

「企業の社会的責任（CSR）」に含まれると考えられる項目は、「法令を順守し、倫理的行動をとること」が77.0%と最も高く、次いで「人権を尊重・保護すること」が55.1%、「より良い製・商品、サービスを提供すること」が54.5%、「人体に有害な製・商品、サービスを提供しないこと」が48.7%となっています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「法令を順守し、倫理的行動をとること」が3.9ポイント、「人権を尊重・保護すること」が1.9ポイント増加していますが、それ以外の項目はいずれも平成30年度から減少しており、特に「寄付やボランティア、芸術・文化への支援活動等を通じて、社会に貢献すること」が8.4ポイント、「収益をあげること」が6.4ポイント、「貴事業者が所在する地域社会への参画、発展に寄与すること」が6.2ポイントと、5ポイント以上減少しています。

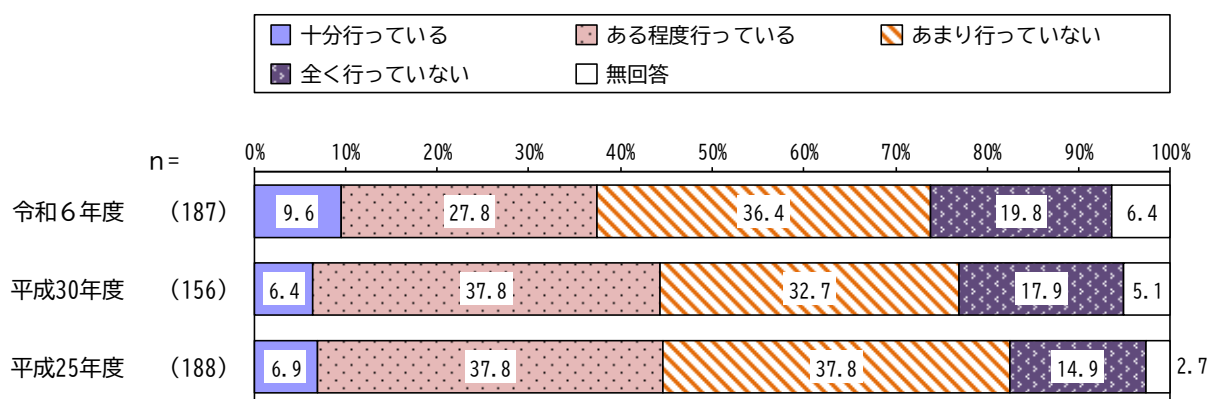


(6) 地域社会への参画、発展のための取り組みの状況

問 18. 貴事業者では本業に関連することも含め、地域社会への参画、発展のための取り組みを行っていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

地域社会への参画、発展のための取り組み状況は、「十分行っている」(9.6%)と「ある程度行っている」(27.8%)を合わせた《行っている》は37.4%となっています。一方、「あまり行っていない」(36.4%)と「全く行っていない」(19.8%)を合わせた《行っていない》は56.2%となっています。

過去の調査結果と比較すると、「十分行っている」は平成30年度から3.2ポイント増加し、「ある程度行っている」は10.0ポイント減少しています。また、《行っていない》は5.6ポイント増加しています。



(7) 地域社会への参画、発展のために行っていること

問 18-1. 問 18 で「1. 十分行っている」または「2. ある程度行っている」を選ばれた方におききします。
貴事業者が地域社会への参画、発展のために行っていることについて、自由にご記入ください。

問 18 で「十分行っている」または「ある程度行っている」と回答した方に、具体的な内容を自由に記入いただきました。その内容は以下の通りです。

■ イベントの開催・参加について (25 件)

- ・地域の活性化につながる活動を展開している
- ・地域のイベントに参加している（健康講座）
- ・学会協会のセミナーへの参加や商工会議所のセミナーに積極的に参加します
- ・市役所さんが主催されている行政書士による無料相談会を担当したり、会員相互が合同にて習志野市消費生活パネル展に参加しております
- ・地域の祭りなどへの参加
- ・地域のイベント参加、協賛活動
- ・地域の各種協会への参画
- ・商店会に加入
- ・イベント開催、園庭の開放
- ・地域イベントのキッズルーム発表会の参画
- ・自治会への加入
- ・不用品の回収、バザーやマルシェの開催
- ・ボランティア企画への参加、イベントへの参加
- ・行政、市、地域における各行事への参加
- ・まつり、イルミネーション、ハロウィンイベントへの参画、合同クリーン活動への参加
- ・法人会活動、商工会議所活動
- ・地域で行われているイベントへの参加
- ・同市内で社員の懇親会や忘年会等、市内が活性化するように取り組んでいる。またコミュニケーションをとることで防犯対策につながればと思っています。
- ・青少年健全育成、消防団、災害ボランティア
- ・食を通じて地域のお客様にも心身の健康づくりのサポートにつとめて、地域の祭事では駐車場の無料貸出や、飲料、食品の無料配布を行っている。また事業場の一部を提供して、演奏会や催し物を実施している。
- ・スポーツインストラクターを講座に派遣
- ・まちづくり会議へ参加し協力している
- ・地元企業（異業種も含む）との交流のため、イベント参加やビジネスマッチング等。町会祭りでの休憩所提供。
- ・地域祭りなどの準備や片付け
- ・商店街のイベントへの参加

■清掃活動・環境等について（10件）

- ・習志野市及び地域社会の環境整備、不用品からの再資化
- ・SDGsの推進
- ・会社周辺の道路近くのゴミや雑草など気になる時は清掃を実施したり、不法投棄されている場合は市役所に問い合わせを片付けてもらう。周辺の美化に協力している。
- ・ビーチクリーン活動への参画等
- ・事業活動を通じてインフラの整備に貢献している。清掃活動など、ボランティア活動にも参加している。
- ・地域美化活動の取組（ゴミ拾いDAYを設ける等）
- ・ハミングロードの清掃活動等に参加
- ・地元神社等の清掃
- ・清掃活動
- ・合同クリーン活動への参加

■寄付・募金の協力（7件）

- ・千葉のバスケットボールチームの千葉ジェッツふなばしへの協賛。地元企業（異業種も含む）との交流のため、イベント参加やビジネスマッチング等。町会祭りでの休憩所提供。
- ・ヘアドネーション、自然にかえるシャンプー
- ・寄付、協賛、ボランティア活動
- ・地域の祭事への寄付、プロスポーツ球団へのスポンサード、地元飲食店の積極的活用
- ・寄付、寄贈の検討
- ・地域行事の経費協賛
- ・協賛活動

■高齢者・障がい者・学生等の支援について（4件）

- ・地域の介護連携会議など様々に協力している
- ・小学校への出前授業、技術者の継続教育等
- ・地域の独居の高齢者、子どもへの昼食支援を月1回大人400円、子ども100円で提供しています。認知症カフェを行い高齢の方々へのコミュニティ作りにつとめています。
- ・市との包括協定による地域貢献を実施。学校等への出前授業

■その他（9件）

- ・建築業を通じて安全と安心の提供
- ・地域貢献施策の実施
- ・歓談の場を安価で提供している
- ・金融経済教育セミナー等
- ・地域の方々とコミュニケーションをしっかりとる
- ・良い運動はすべて参加したい
- ・お互いに助けることを自然に数十年行っている。市内で要望する人がゼロに近い
- ・収益をあげて納税している。より良い製品を提供。雇用を創出している。
- ・地元業者を優先して取引する

(8) 地域社会への参画、発展のために取り組む目的

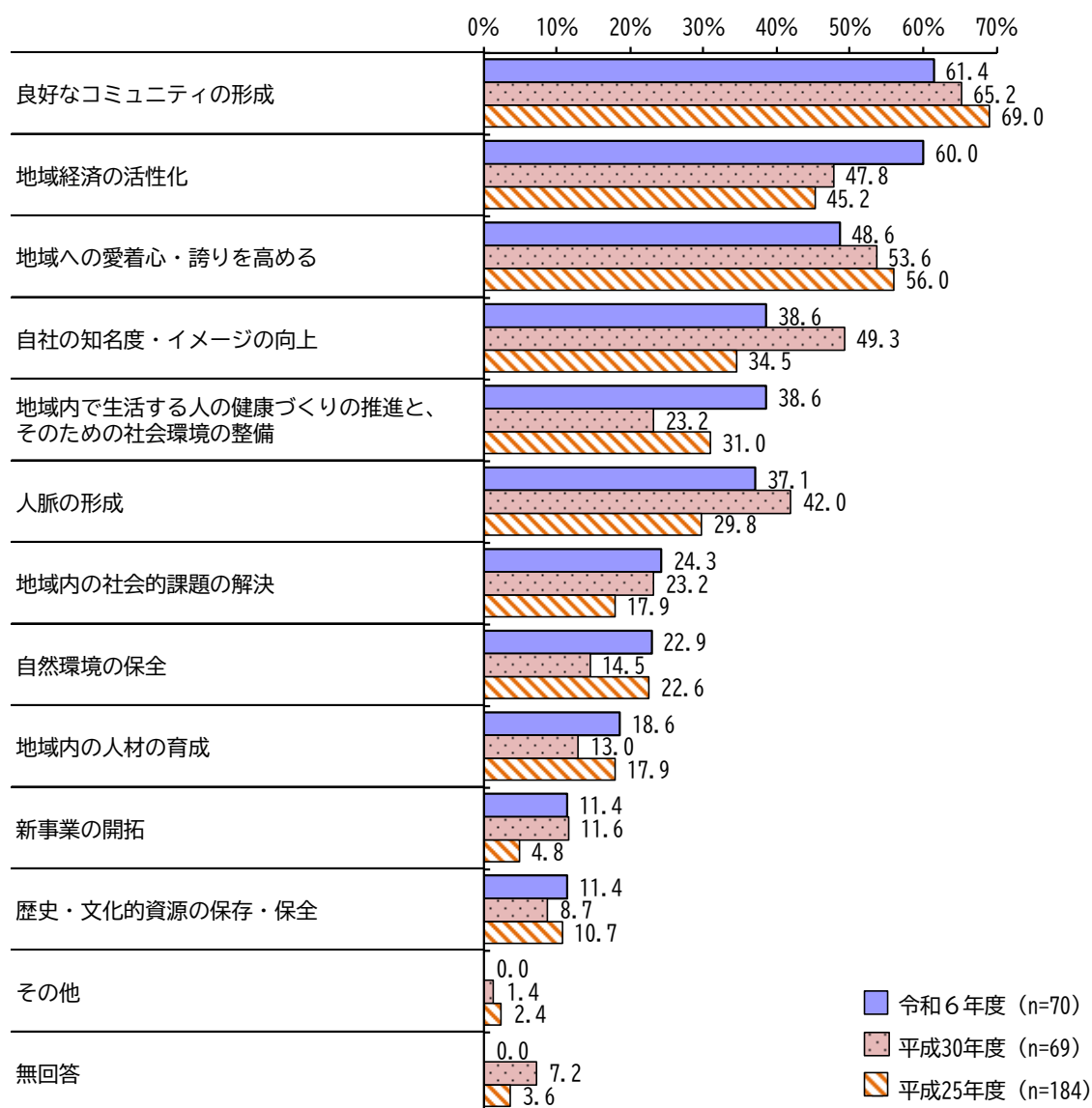
問 18-2. 問 18 で「1. 十分行っている」または「2. ある程度行っている」を選ばれた方におきします。

貴事業者が地域社会への参画、発展のために取り組む目的は何ですか。

(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

問 18 で「十分行っている」または「ある程度行っている」と回答した方に、その取り組む目的をたずねたところ、「良好なコミュニティの形成」が 61.4%と最も高く、次いで「地域経済の活性化」が 60.0%、「地域への愛着心・誇りを高める」が 48.6%、「自社の知名度・イメージの向上」が 38.6%、「地域内で生活する人の健康づくりの推進と、そのための社会環境の整備」が 38.6%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、平成 30 年度から「地域内で生活する人の健康づくりの推進と、そのための社会環境の整備」が 15.4 ポイント、「地域経済の活性化」が 12.2 ポイント増加と、10 ポイント以上増加している一方で、「自社の知名度・イメージの向上」は 10.7 ポイント減少しています。また、「地域経済の活性化」と「地域内の社会的課題の解決」は平成 25 年度から増加傾向にありますが、一方で「良好なコミュニティの形成」と「地域への愛着心・誇りを高める」は減少傾向となっています。



(9)「地域社会への参画、発展のための取り組み」を行っていない理由

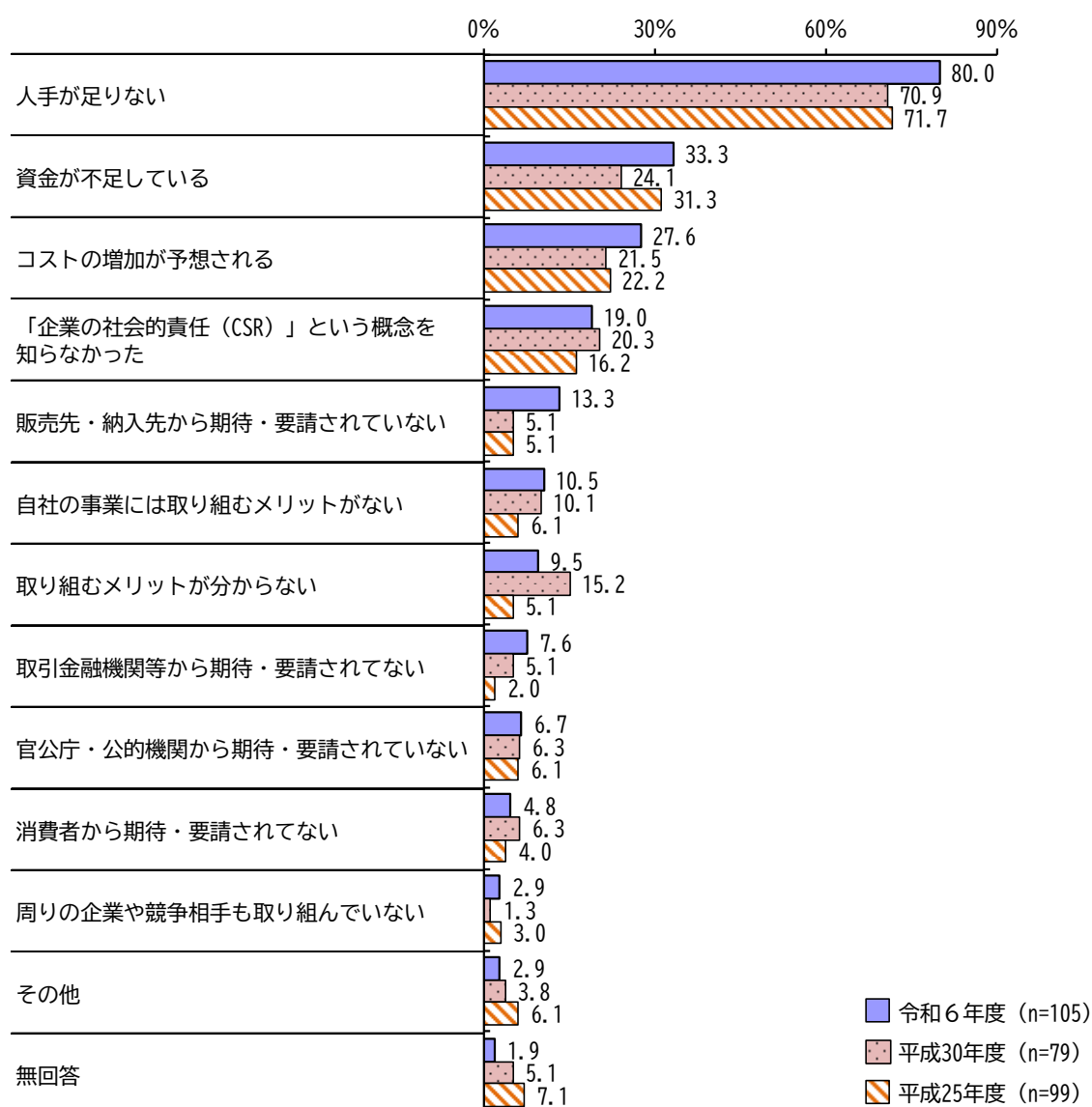
問 18-3. 問 18 で「3. あまり行っていない」または「4. 全く行っていない」を選ばれた方におききます。

「地域社会への参画、発展のための取り組み」を行っていない理由は何ですか。

(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

問 18 で「あまり行っていない」または「全く行っていない」と回答した方に、その理由をたずねたところ、「人手が足りない」が 80.0%と最も高く、次いで「資金が不足している」が 33.3%「コストの増加が予想される」が 27.6%、「『企業の社会的責任（CSR）』という概念を知らなかった」が 19.0%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、12 項目中 8 項目が平成 30 年度から増加しており、特に「資金が不足している」が 9.2 ポイント、「人手が足りない」が 9.1 ポイント、「販売先・納入先から期待・要請されていない」が 8.2 ポイント、「コストの増加が予想される」が 6.1 ポイント増加と、5 ポイント以上増加しています。一方で、「取り組むメリットが分からない」は平成 30 年度から 5.7 ポイント減少しています。



(10)「地域社会への参画、発展のための取り組み」を推進する上での必要度

問 19. 次にあげる支援策は、「地域社会への参画、発展のための取り組み」を推進する上でどの程度必要ですか。(すべての項目に1つ番号を○で囲んでください)

「地域社会への参画、発展のための取り組み」を推進する上での必要度について、「必要」と「やや必要」を合わせて《必要である》、「あまり必要ではない」と「必要ではない」を合わせて《必要ではない》とし、それぞれ上位3項目を整理すると、次のようになっています。

《必要である》

- | | |
|--|-------|
| ① ウ. 官公庁・公的機関、経済団体等からの情報提供
(取り組み方やそのヒント等) | 75.9% |
| ② イ. 様々な取り組みに対する補助金 | 71.7% |
| ③ ア. 様々な取り組みを行うと利用できる減税措置 | 70.1% |

《必要ではない》

- | | |
|--|-------|
| ① エ. 官公庁・公的機関、経済団体等による表彰制度と表彰を通じた企業のPR | 39.1% |
| ② キ. 「企業の社会的責任(CSR)」についての「第三者認証」 | 33.2% |
| ③ カ. 販売先から価格面等、取引上の優遇を受けられること | 31.6% |

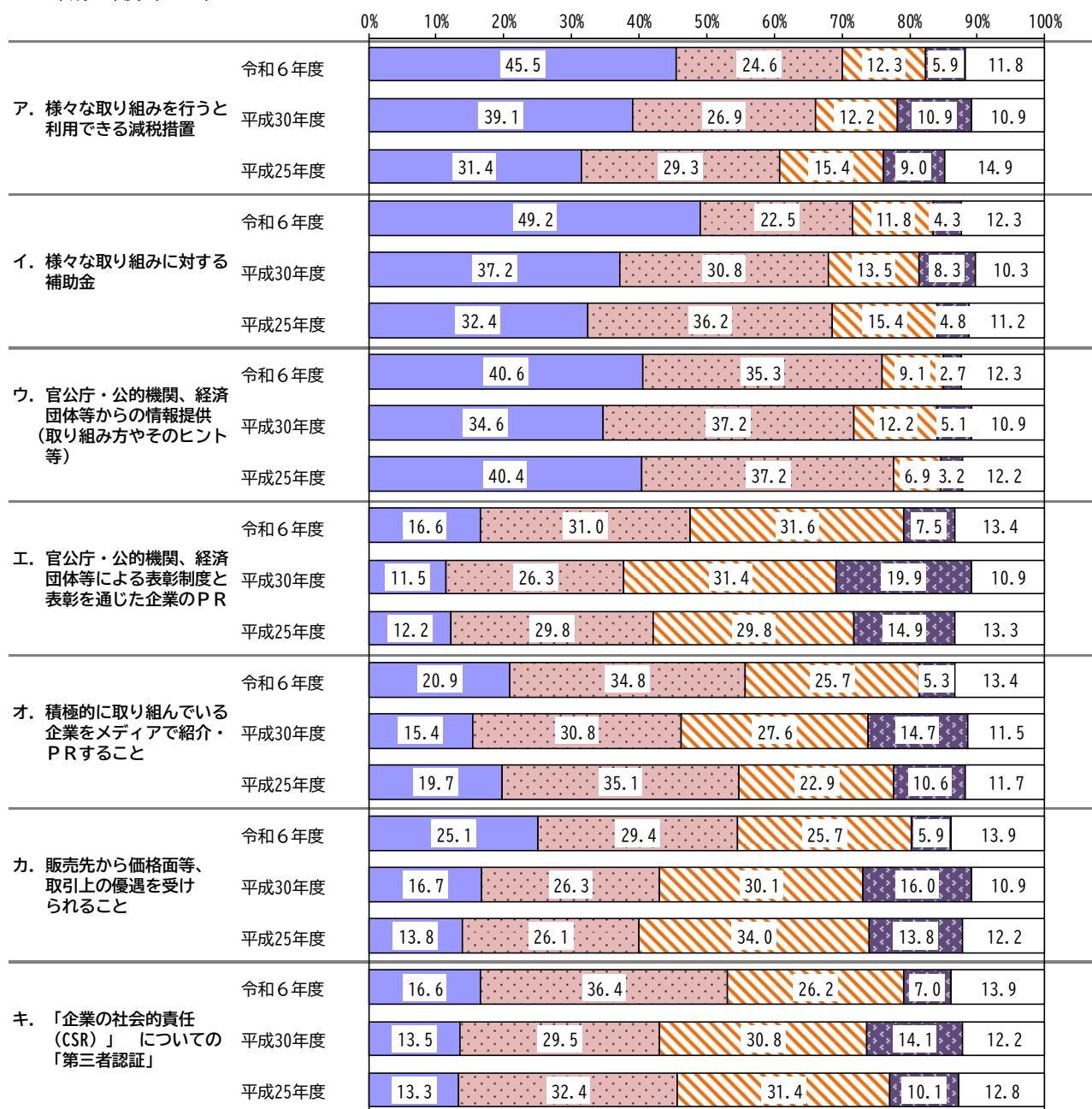
過去の調査結果と比較すると、すべての項目で平成30年度から《必要である》が増加しており、特に「カ. 販売先から価格面等、取引上の優遇を受けられること」が11.5ポイント、「キ. 「企業の社会的責任(CSR)」についての「第三者認証」」が10.0ポイント、「エ. 官公庁・公的機関、経済団体等による表彰制度と表彰を通じた企業のPR」が9.8ポイント、「オ. 積極的に取り組んでいる企業をメディアで紹介・PRすること」が9.5ポイントと、9ポイント以上増加しています。一方で、《必要ではない》はすべての項目で平成30年度から減少しています。

令和6年度 (n=187)

平成30年度 (n=156)

平成25年度 (n=188)

■ 必要 ■ やや必要 ■ あまり必要ではない ■ 必要ではない □ 無回答



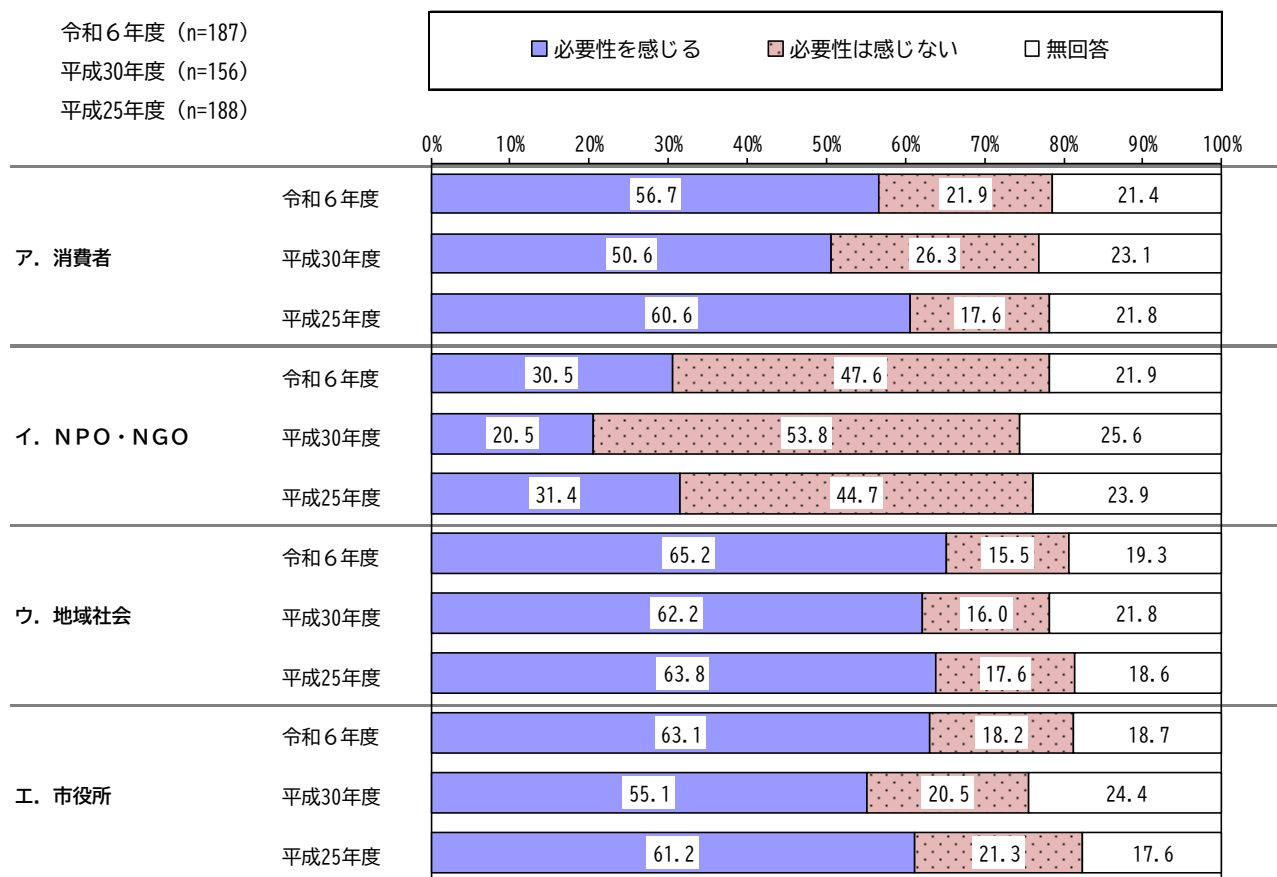
(11) 関係者との連携・協働の必要性と状況

問 20. 貴事業者の事業や CSR において、次の関係者との連携・協働の状況はいかがですか。
(ア～エの①必要性・②協働状況それぞれ1つに○で囲んでください)

【連携・協働の必要性】

連携・協働の「必要性を感じる」は、〔ウ. 地域社会〕が 65.2%と最も高く、次いで〔エ. 市役所〕が 63.1%、〔ア. 消費者〕が 56.7%、〔イ. NPO・NGO〕が 30.5%と続いています。

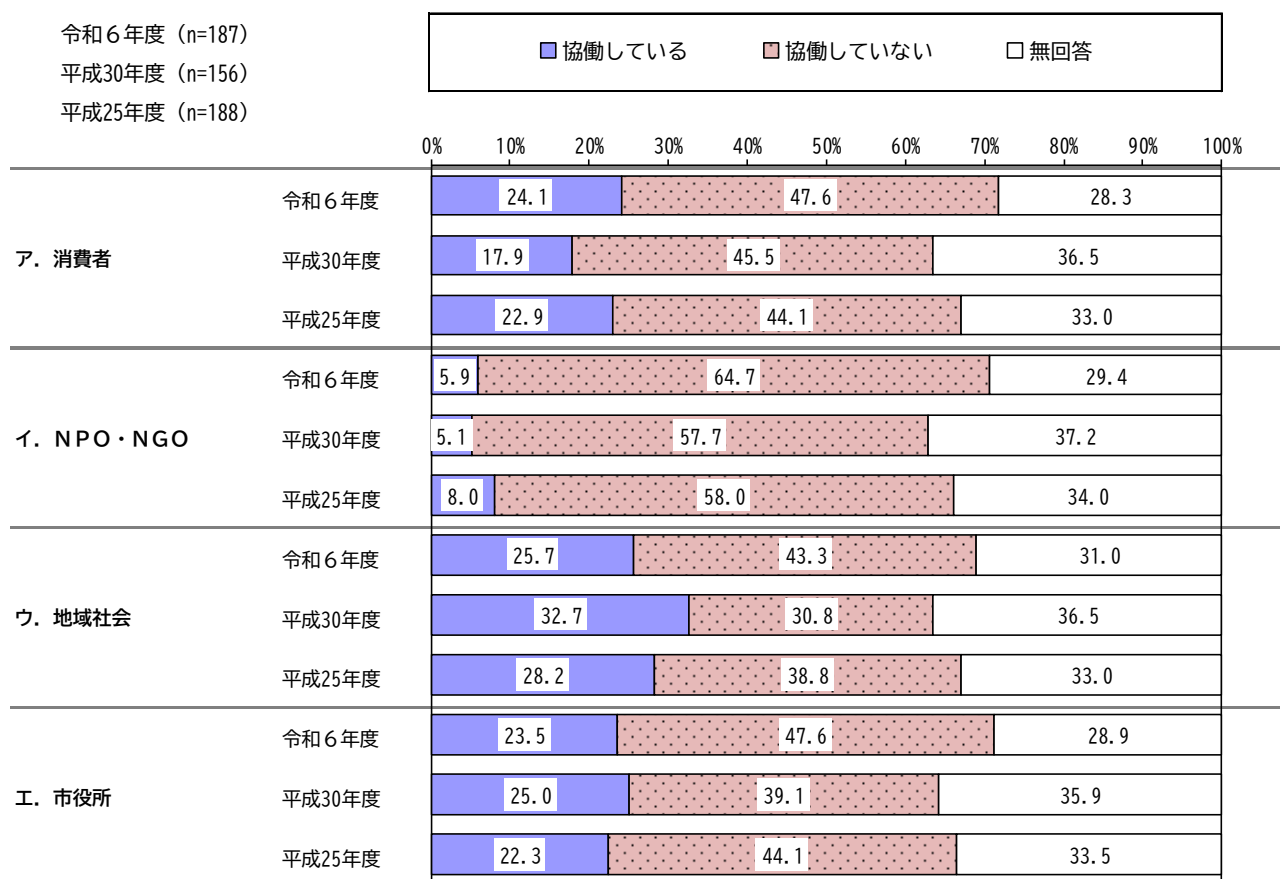
過去の調査結果と比較すると、すべての項目で、「必要性を感じる」が平成 30 年度から増加しており、特に〔イ. NPO・NGO〕が 10.0 ポイント増加しています。



【連携・協働の状況】

「協働している」は、〔ウ．地域社会〕が 25.7%と最も高く、次いで〔ア．消費者〕が 24.1%、〔エ．市役所〕が 23.5%と 2 割台が続いていますが、〔イ．NPO・NGO〕が 5.9%と最も低くなっています。

過去の調査結果と比較すると、「協働している」は、平成 30 年度から〔ア．消費者〕が 6.2 ポイント増加している一方で、〔ウ．地域社会〕が 7.0 ポイント減少しています。

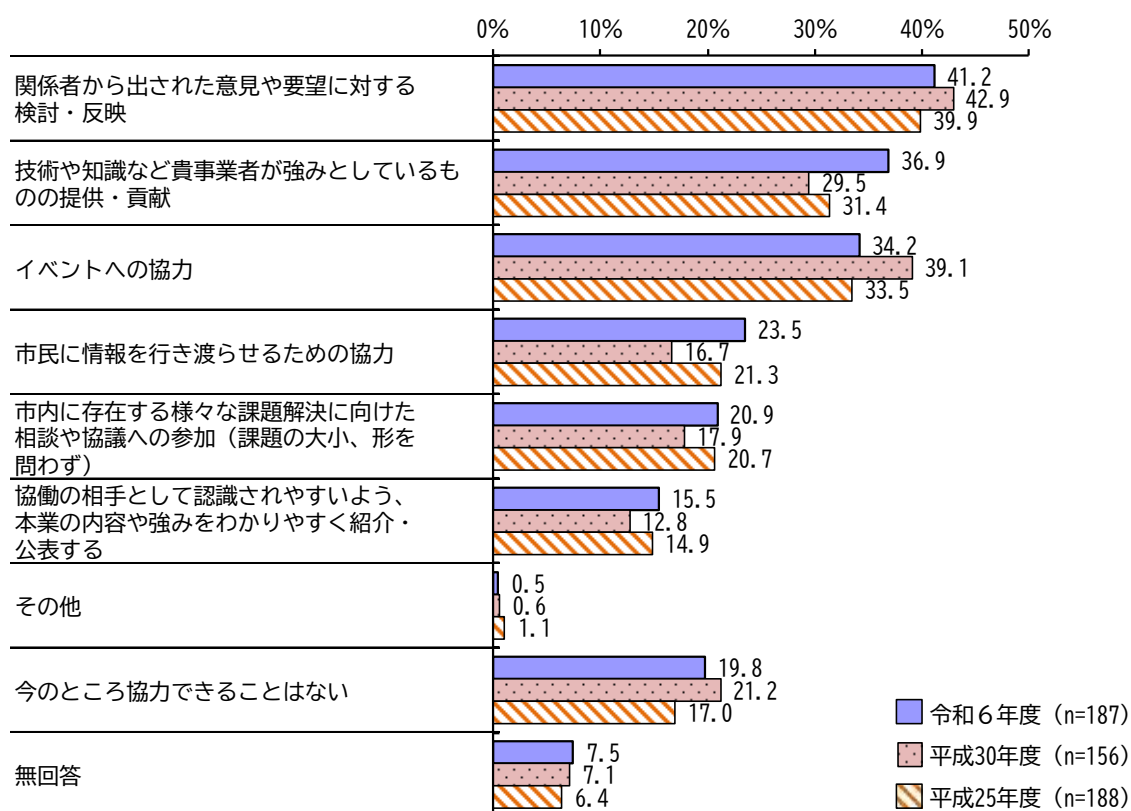


(12) 事業者以外の関係者が健康なまちづくりに向けた取組みを希望した場合にできること

問 21. 貴事業者以外の関係者が、健康なまちづくりに向けた取組みを協働して行いたいと希望した場合、貴事業者ではどのようなことができますか。
(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

事業者以外の関係者が、健康なまちづくりに向けた取組みを希望した場合にできることは、「関係者から出された意見や要望に対する検討・反映」が41.2%と最も高く、次いで「技術や知識など貴事業者が強みとしているものの提供・貢献」が36.9%、「イベントへの協力」が34.2%となっています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「技術や知識など貴事業者が強みとしているものの提供・貢献」が7.4ポイント、「市民に情報を行き渡らせるための協力」が6.8ポイント増加している一方で、「イベントへの協力」が4.9ポイント減少しています。

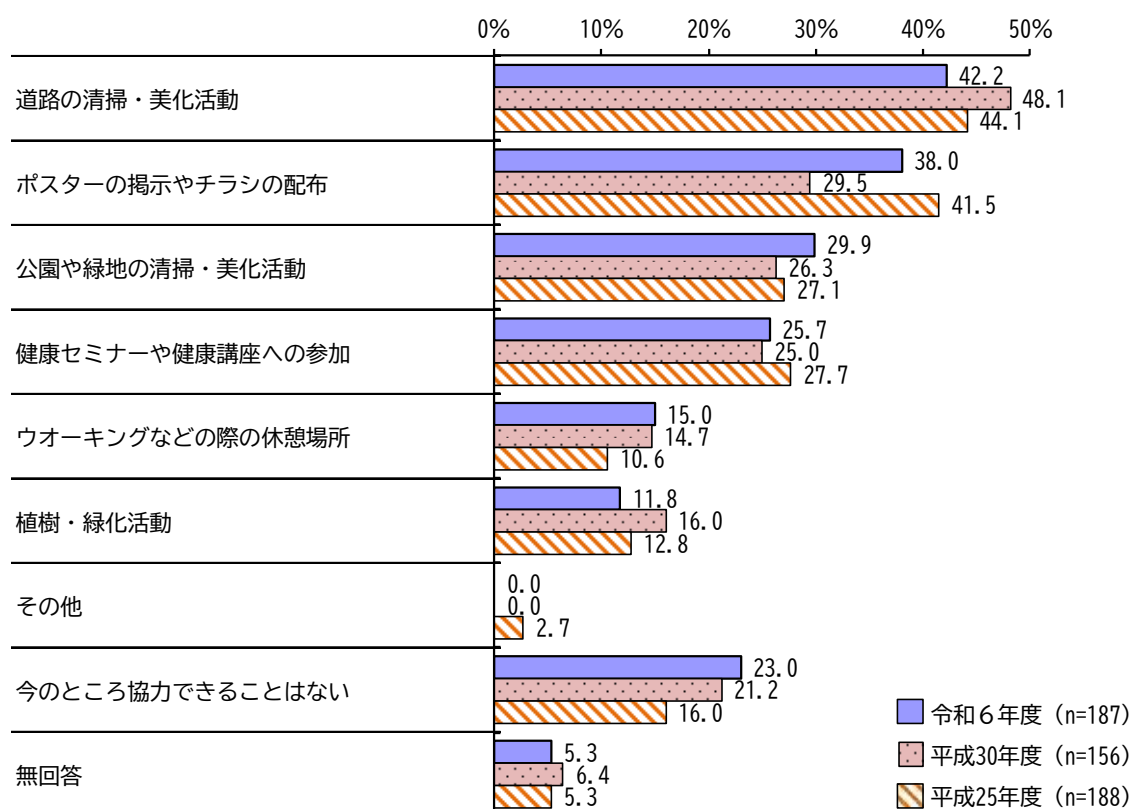


(13) 事業者が協力できる地域や市が実施する健康づくりのイベント

問 22. 地域や市が実施する健康づくりのイベントで、貴事業者が協力できるものとして、どのようなものがありますか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

地域や市が実施する健康づくりのイベントで、事業者が協力できるものは、「道路の清掃・美化活動」が 42.2%と最も高く、次いで「ポスターの掲示やチラシの配布」が 38.0%、「公園や緑地の清掃・美化活動」が 29.9%、「健康セミナーや健康講座への参加」が 25.7%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、平成 30 年度から「ポスターの掲示やチラシの配布」が 8.5 ポイント、「公園や緑地の清掃・美化活動」が 3.6 ポイント増加しており、「道路の清掃・美化活動」は 5.9 ポイント、「植樹・緑化活動」は 4.2 ポイント減少しています。



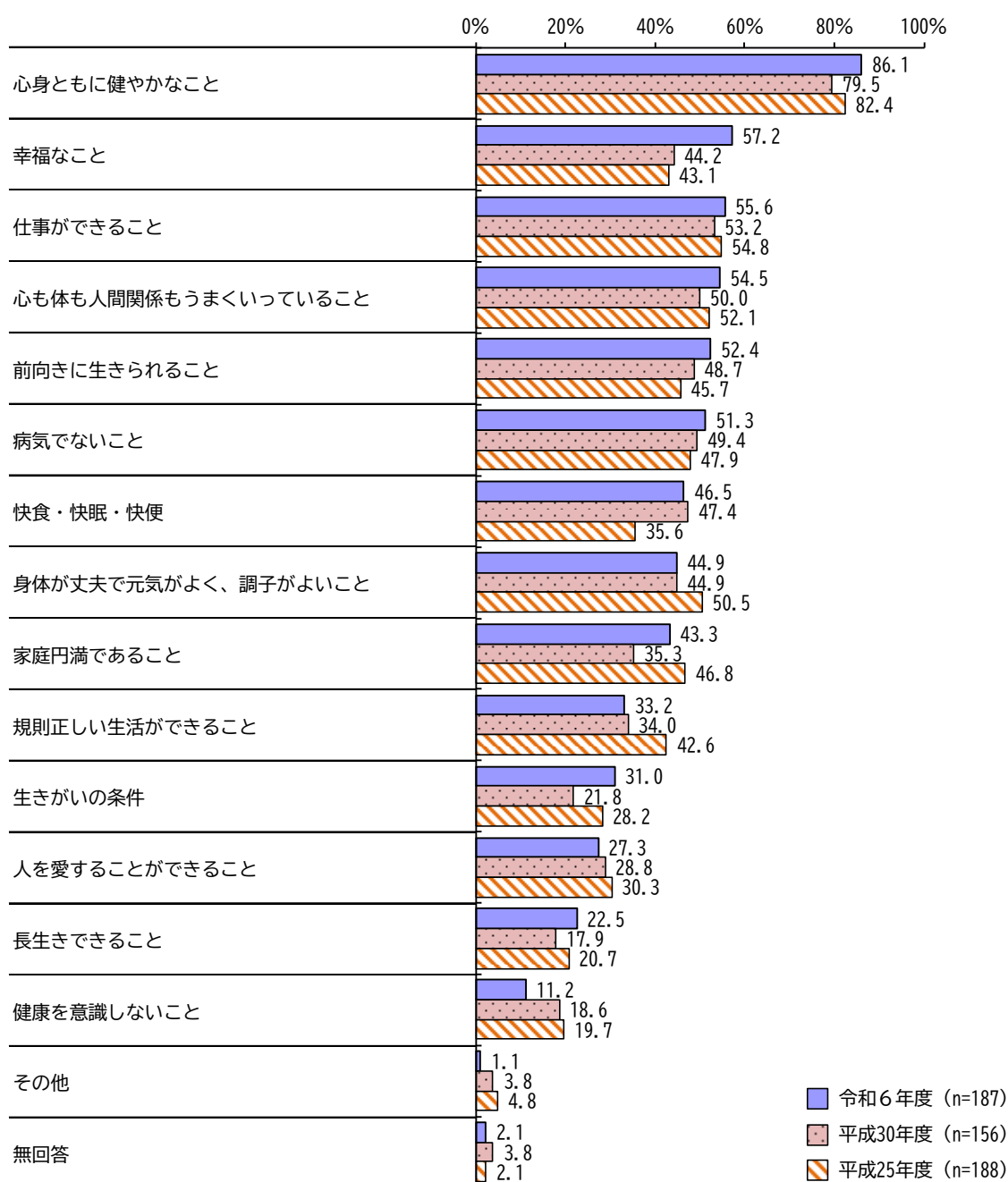
6. 健康づくりにつながる社会環境の整備について

(1) 「健康」についての考え方

問 23. 貴事業者は「健康とは何か」と聞かれたら、どのように答えますか。貴事業者の考えにあうものをお選びください。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

「健康」についての考え方は、「心身ともに健やかなこと」が86.1%と最も高く、次いで「幸福なこと」が57.2%、「仕事ができること」が55.6%、「心も体も人間関係もうまくいっていること」が54.5%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「幸福なこと」が13.0ポイント、「生きがいの条件」が9.2ポイント、「家庭円満であること」が8.0ポイント、「心身ともに健やかなこと」が6.6ポイントと、5ポイント以上増加しています。一方で、「健康を意識しないこと」が平成30年度から7.4ポイント減少しています。



(2)「健康」に対して最も近い考え

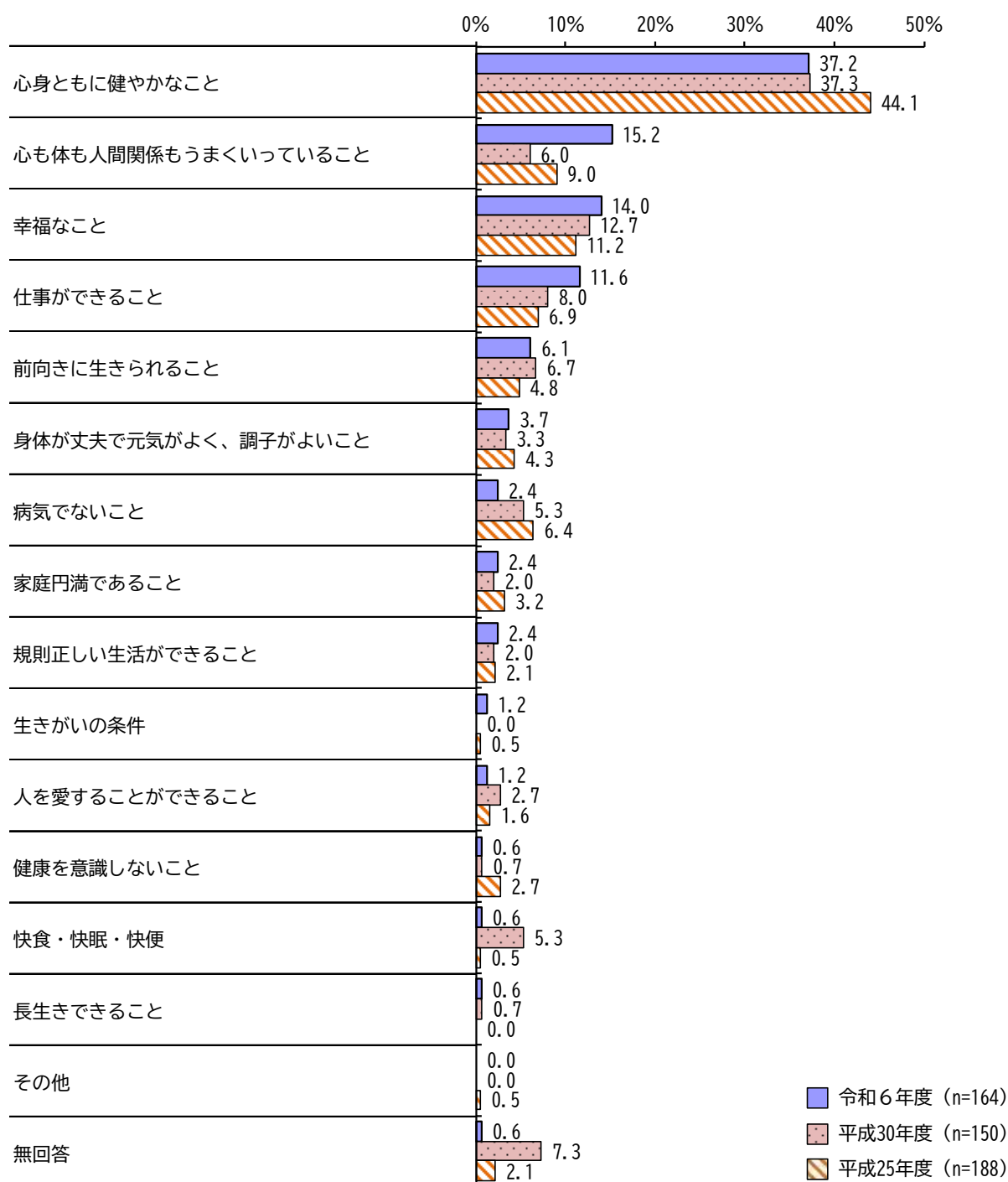
問 23-1. 問 23 で番号を複数選んだ方におききます。

その中で、貴事業者の考えに最も近い番号を1つ選んで記入してください。

問 23 で「健康」についての考え方を複数選んだ方に、考えに最も近いものを1つ選んでもらったところ、「心身ともに健やかなこと」が37.2%と最も高くなっています。

過去の調査結果と比較すると、「心身ともに健やかなこと」はいずれの年度でも最も高く、平成30年度から変化はありません。また、「心も体も人間関係もうまくいっていること」は平成30年度から9.2ポイント増加しています。

(単数回答)

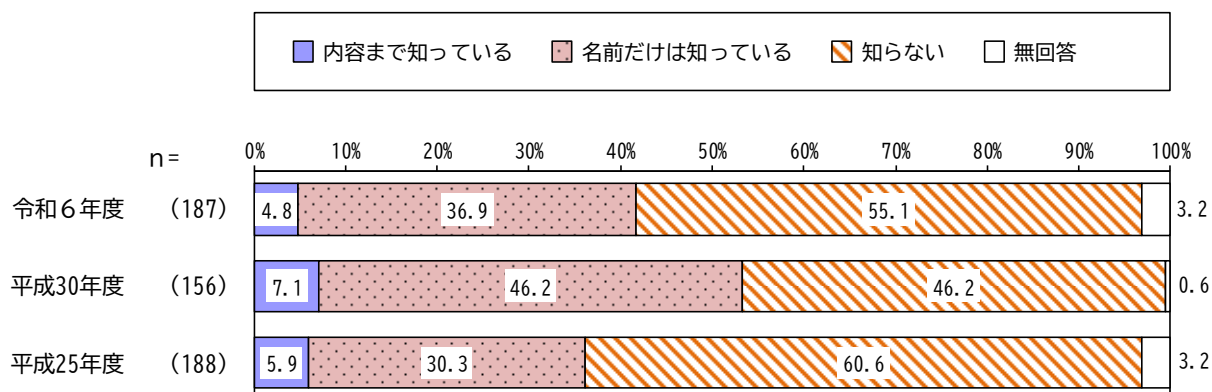


(3) 「健康なまち習志野」の認知状況

問 24. 健康づくりの総合計画「健康なまち習志野」をご存じでしたか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

「健康なまち習志野」の認知状況は、「内容も知っている」が4.8%、「名前だけは知っている」が36.9%で、「知らない」が55.1%と5割台半ばを占めています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「知らない」が8.9ポイント増加しており、「名前だけは知っている」が9.3ポイント、「内容まで知っている」が2.3ポイント減少しています。



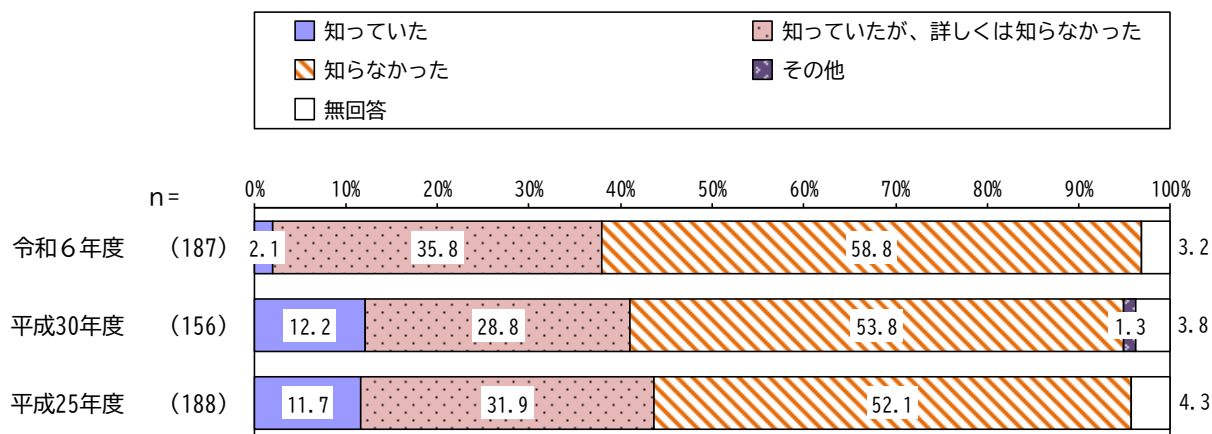
(4) 様々な分野の施策が健康なまちづくりにも影響していることの認知状況

問 25. これからの健康なまちづくりには、保健や福祉など健康に直接関係する分野の他にも、様々な分野の施策が健康なまちづくりにも影響しているという視点*が重要であるとされています。貴事業者は、このような考え方をご存知でしたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

※例えば、都市整備分野が歩きやすい道路の整備をすることで、市民の外出する機会が増加し、適度な運動につながることや、雇用が安定することで、精神・身体的健康が高まることなど。

様々な分野の施策が健康なまちづくりにも影響していることを、「知っていた」が2.1%、「知っていたが、詳しくは知らなかった」が35.8%で、「知らなかった」が58.8%と高くなっています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「知っていた」が10.1ポイント減少しており、「知っていたが、詳しくは知らなかった」が7.0ポイント、「知らなかった」が5.0ポイント増加しています。

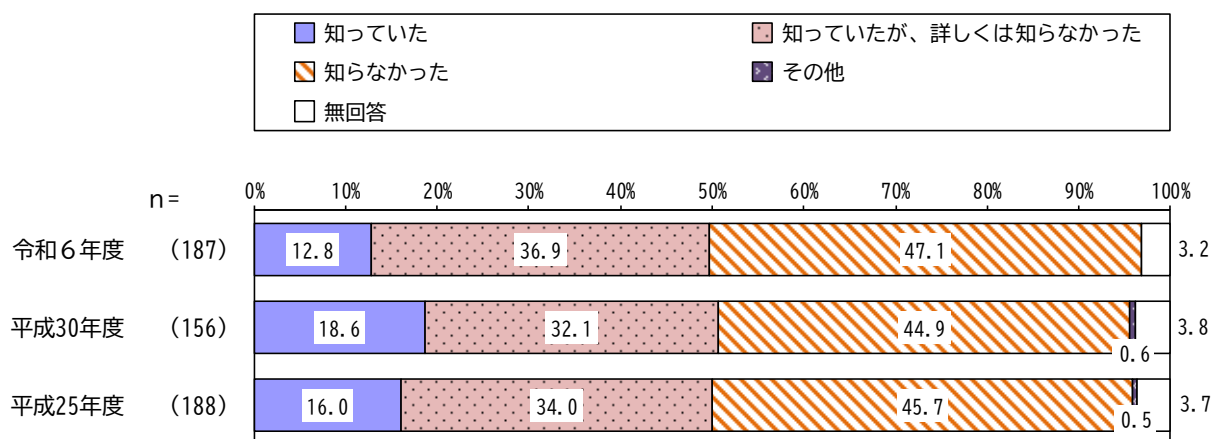


(5)「健康格差」の認知状況

問 26. 所得や雇用形態、居住形態などを原因として、個人の健康状態に差が生じること、いわゆる「健康格差」という言葉をご存知でしたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

「健康格差」の認知状況は、「知っていた」が12.8%、「知っていたが、詳しくは知らなかった」が36.9%で、「知らなかった」が47.1%と高くなっています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「知っていた」が5.8ポイント減少しています。



(6) 周辺地域に関する現状の満足度

問 27. 貴事業者の地域周辺に関する現状の満足度について、お考えに近いものお選びください。
(すべての項目に1つの番号を○で囲んでください)

周辺地域に関する現状の満足度は、いずれの項目でも「普通」が最も高くなっており、〔キ. ごみが落ちていないまち〕以外の項目で4割半ばを超えています。「満足」と「やや満足」を合わせた《満足》、「やや不満足」と「不満足」を合わせた《不満足》のそれぞれ上位5項目を整理すると、次のようになっています。

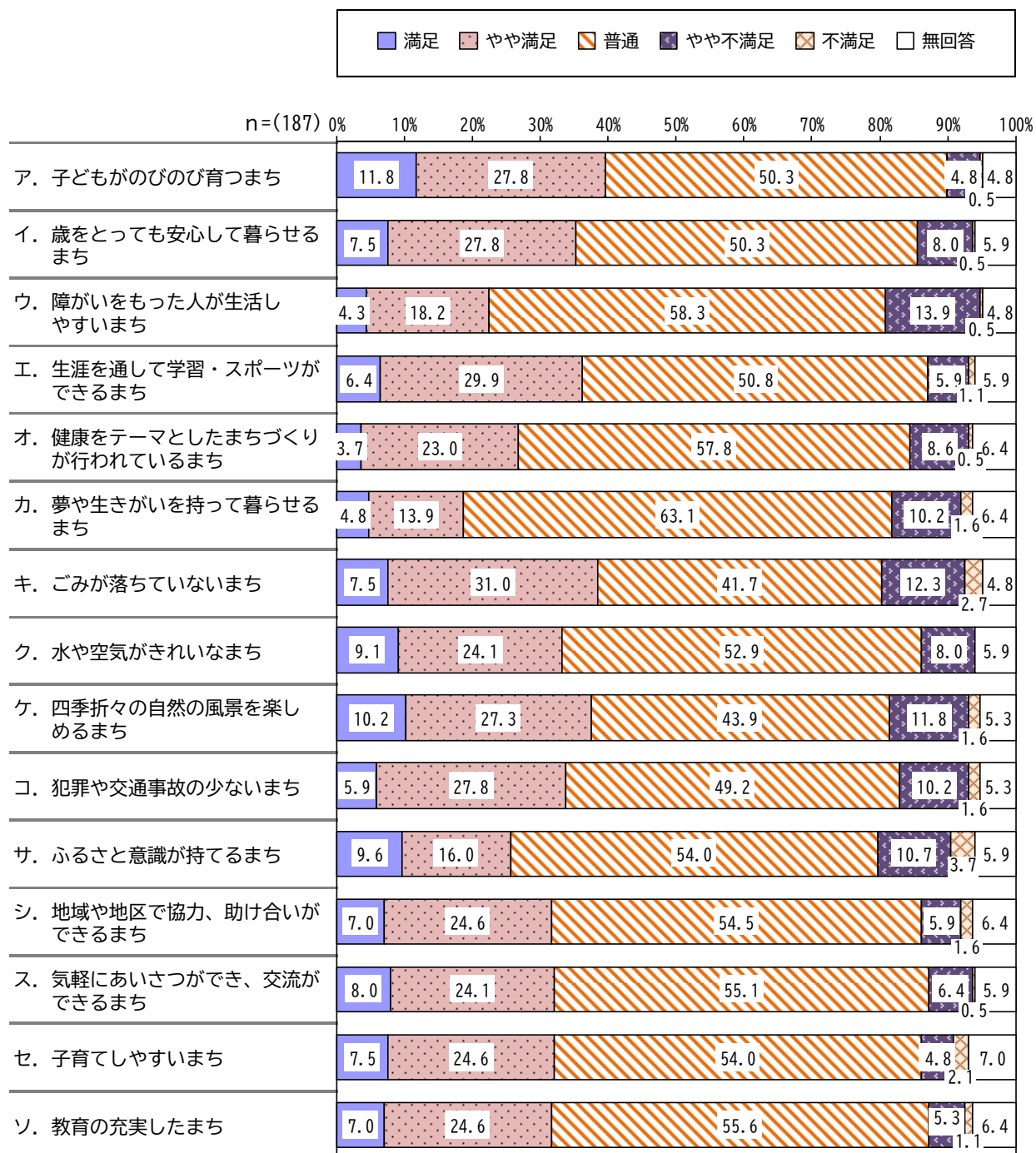
〔キ. ごみが落ちていないまち〕と〔ケ. 四季折々の自然の風景を楽しめるまち〕は《満足》・《不満足》ともに上位5項目に入っており、他の項目に比べて意見が分かれている傾向にあります。

《満足》

① ア. 子どもがのびのび育つまち	39.6%
② キ. ごみが落ちていないまち	38.5%
③ ケ. 四季折々の自然の風景を楽しめるまち	37.5%
④ エ. 生涯を通して学習・スポーツができるまち	36.3%
⑤ イ. 歳をとっても安心して暮らせるまち	35.3%

《不満足》

① キ. ごみが落ちていないまち	15.0%
② ウ. 障がいをもった人が生活しやすいまち	14.4%
③ サ. ふるさと意識が持てるまち	14.4%
④ ケ. 四季折々の自然の風景を楽しめるまち	13.4%
⑤ カ. 夢や生きがいを持って暮らせるまち	11.8%
⑤ コ. 犯罪や交通事故の少ないまち	11.8%



7. これからの市の取組みについて

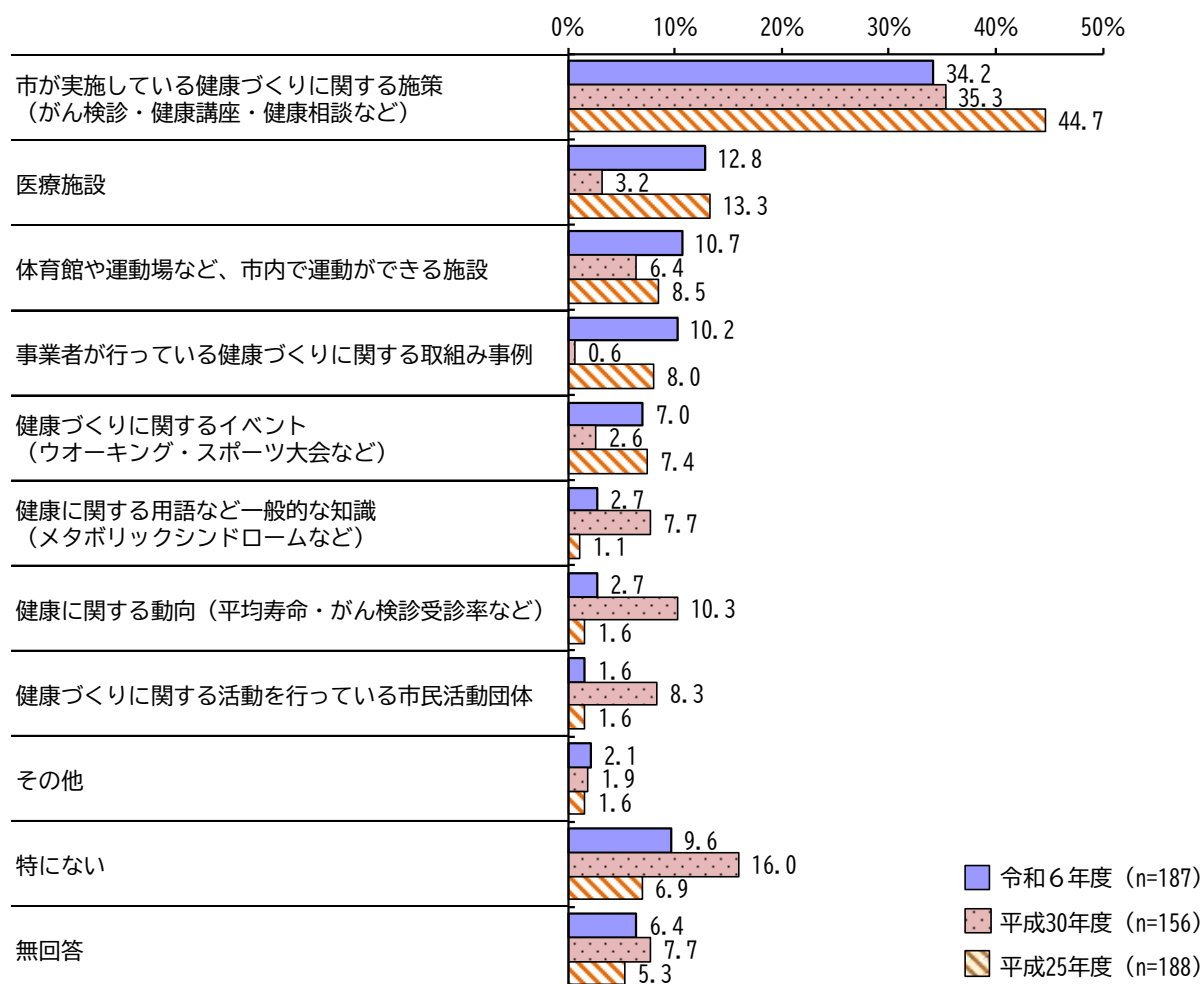
(1) 従業員の健康づくりの推進に関して知りたい情報

問 28. 従業員の健康づくりの推進に関する情報として、どのような情報をお知りになりたいですか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

従業員の健康づくりの推進に関して知りたい情報は、「市が実施している健康づくりに関する施策（がん検診・健康講座・健康相談など）」が34.2%と最も高く、次いで「医療施設」が12.8%、「体育館や運動場など、市内で運動ができる施設」が10.7%、「事業者が行っている健康づくりに関する取組み事例」が10.2%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「医療施設」と「事業者が行っている健康づくりに関する取組み事例」がそれぞれ9.6ポイント増加している一方で、「健康に関する動向（平均寿命・がん検診受診率など）」が7.6ポイント、「健康づくりに関する活動を行っている市民活動団体」が6.7ポイント、「健康に関する用語など一般的な知識（メタボリックシンドロームなど）」が5.0ポイント減少しています。

(単数回答)



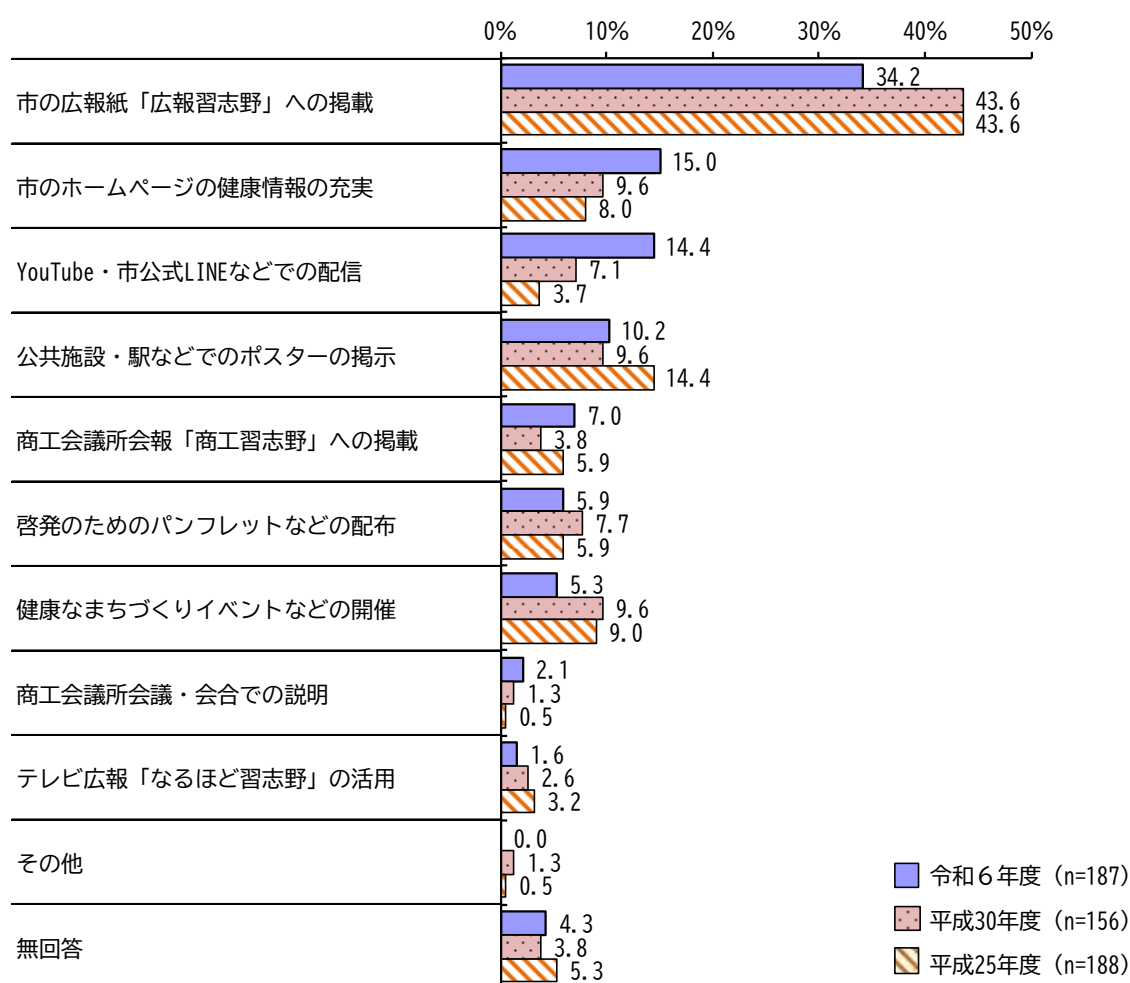
(2) 健康づくりに関する伝わりやすい情報提供の方法

問 29. 健康づくりに関する PR・啓発について、どのような情報提供の方法であれば、伝わりやすいと思いますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

健康なまちづくりに関する PR・啓発について、伝わりやすい情報提供の方法は、「市の広報紙「広報習志野」への掲載」が 34.2%と最も高く、次いで「市のホームページの健康情報の充実」が 15.0%、「YouTube・市公式 LINE などでの配信」が 14.4%、「公共施設・駅などでのポスターの掲示」が 10.2%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、平成 30 年度から「YouTube・市公式 LINE などでの配信」が 7.3 ポイント、「市のホームページの健康情報の充実」が 5.4 ポイントと、5 ポイント以上増加しており、ともに平成 25 年度から増加傾向にあります。一方で、「市の広報紙「広報習志野」への掲載」は 9.4 ポイント減少しています。

(単数回答)

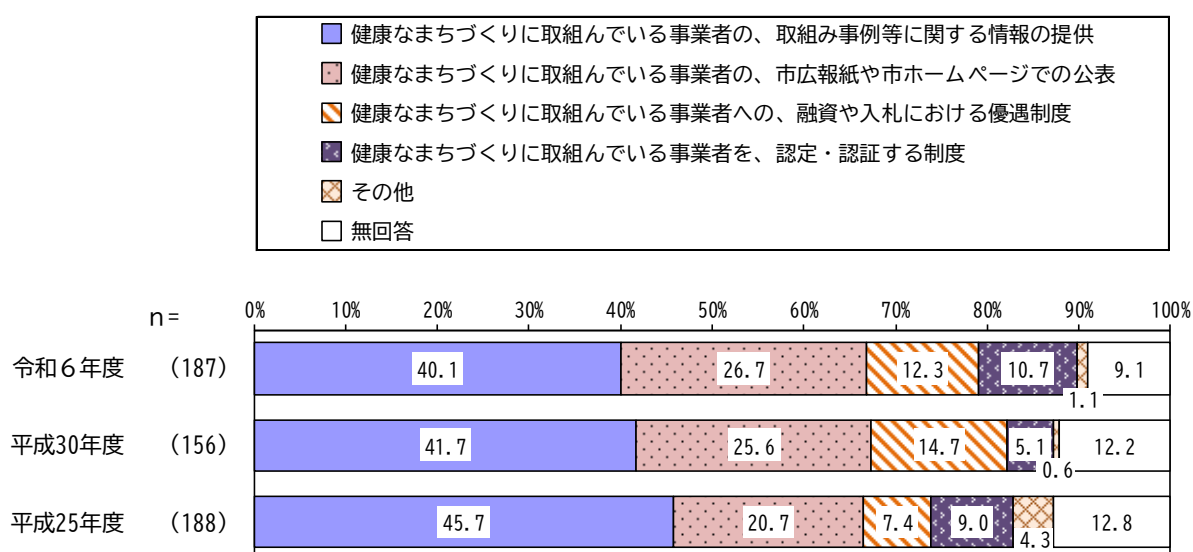


(3) 健康なまちづくりへ取り組みやすくなる市の支援

問 30. より多くの事業者に健康なまちづくりに関する取組みを推進していただくため、貴事業者では、どのような市の支援があれば取り組みやすいと思いますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

健康なまちづくりへ取り組みやすくなる市の支援は、「健康なまちづくりに取り組んでいる事業者の、取組み事例等に関する情報の提供」が40.1%と最も高く、次いで「健康なまちづくりに取り組んでいる事業者の、市広報紙や市ホームページでの公表」が26.7%となっています。

過去の調査結果と比較すると、「健康なまちづくりに取り組んでいる事業者の、取組み事例等に関する情報の提供」が平成25年度から減少傾向にある一方で、「健康なまちづくりに取り組んでいる事業者の、市広報紙や市ホームページでの公表」が増加傾向となっています。また、「健康なまちづくりに取り組んでいる事業者を、認定・認証する制度」が平成30年度から5.6ポイント増加しています。



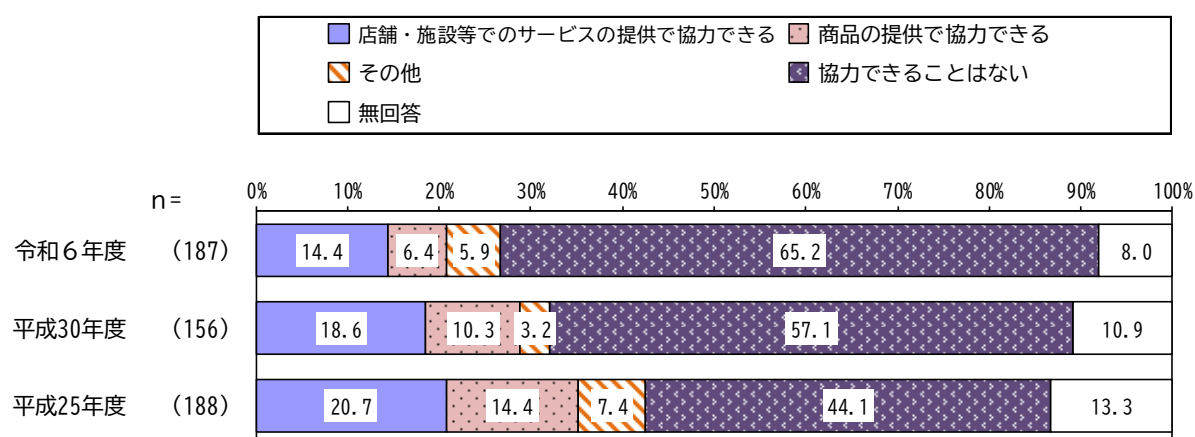
(4) 健康づくり推進に向けたポイント制度導入の協力意向

問 31. 本市では、健康づくりを推進するための取組みとして、健康づくりに取組んだ※市民にポイントを付与し、ポイントに応じて店舗や施設でサービスを受けられたり、健康に関する商品と引き換えたりすることができる制度を実施しています。この制度にご協力いただけますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

※健康づくりの取り組み例：日々の運動や食事などの生活改善、健康講座やスポーツ教室への参加

健康づくり推進に向けたポイント制度導入の協力意向は、「店舗・施設等でのサービスの提供で協力できる」が14.4%、「商品の提供で協力できる」が6.4%となっていますが、「協力できることはない」が65.2%と最も高くなっています。

過去の調査結果と比較すると、「店舗・施設等でのサービスの提供で協力できる」と「商品の提供で協力できる」が平成25年度から減少傾向にある一方で、「協力できることはない」が増加傾向となっており、平成30年度から8.1ポイント増加しています。



市民活動団体

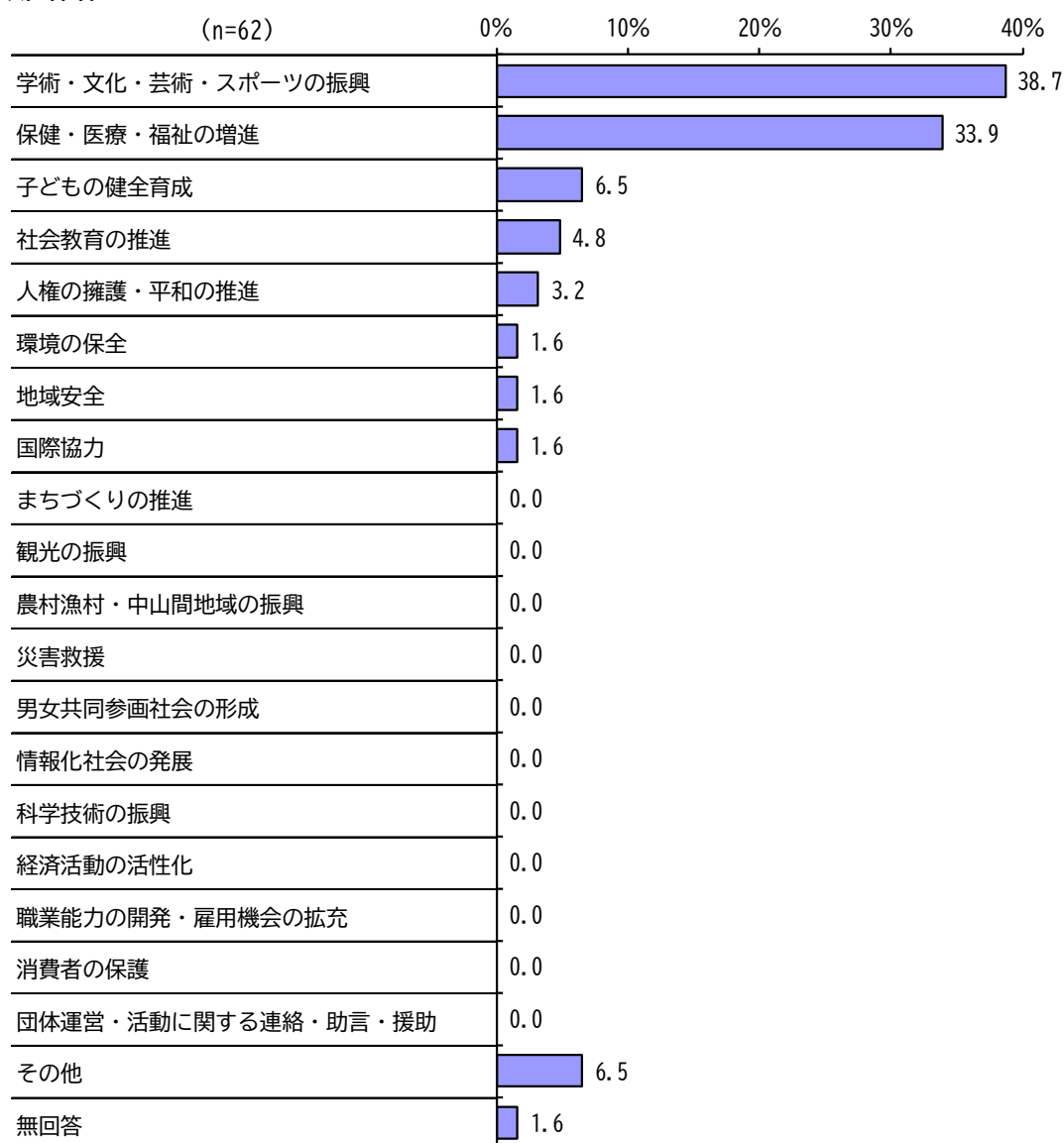
1. 団体について

(1) 活動分野

問1. 貴団体の主たる活動分野をお答えください。(主な活動1つだけ番号を○で囲んでください)

団体の主たる活動分は、「学術・文化・芸術・スポーツの振興」(38.7%)と「保健・医療・福祉の増進」(33.9%)が3割台で高く、次いで「子どもの健全育成」が6.5%、「社会教育の推進」が4.8%と続いています。

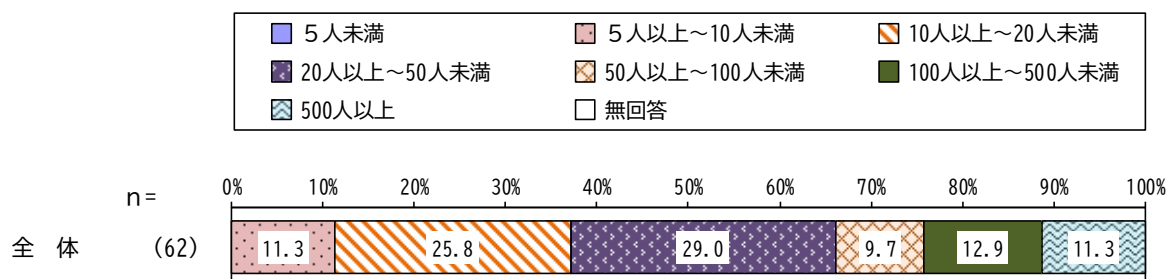
(単数回答)



(2) 会員数

問2. 貴団体に所属している会員の人数をお答えください。(1つだけ番号を○で囲んでください)

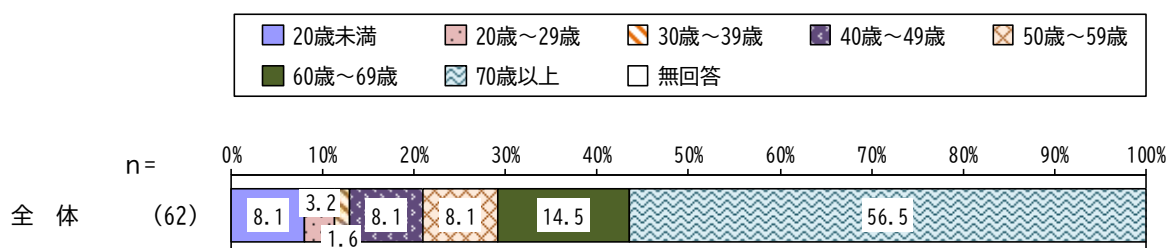
団体の会員数は、「20人以上～50人未満」が29.0%と最も高く、次いで「10人以上～20人未満」が25.8%、「100人以上～500人未満」が12.9%と続いています。



(3) 最も多い年代

問3. 貴団体に所属している会員で一番多い年齢は、いくつ位の方ですか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

団体に所属している会員で最も多い年代は、「70歳以上」が56.5%と最も高く、次いで「60歳～69歳」が14.5%となっており、二つを合わせた《60歳以上》(71.0%)で7割を超えています。

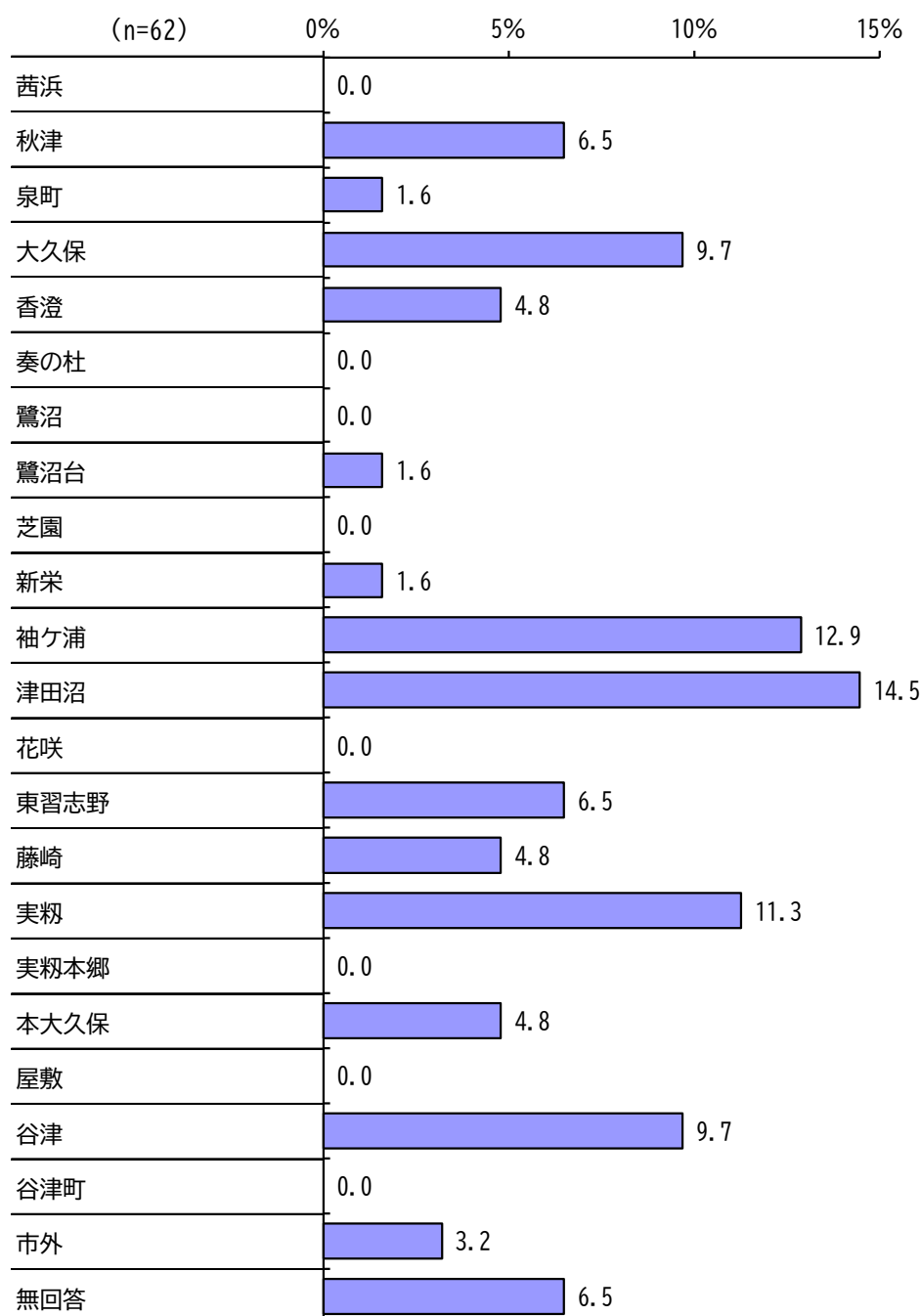


(4) 活動拠点

問4. 貴団体の活動拠点について、主たる地域をお答えください。
(主な地域1つだけ番号を○で囲んでください)

団体の活動拠点は、「津田沼」が14.5%と最も高く、次いで「袖ヶ浦」が12.9%、「実籾」が11.3%、「大久保」と「谷津」がそれぞれ9.7%と続いています。

(単数回答)



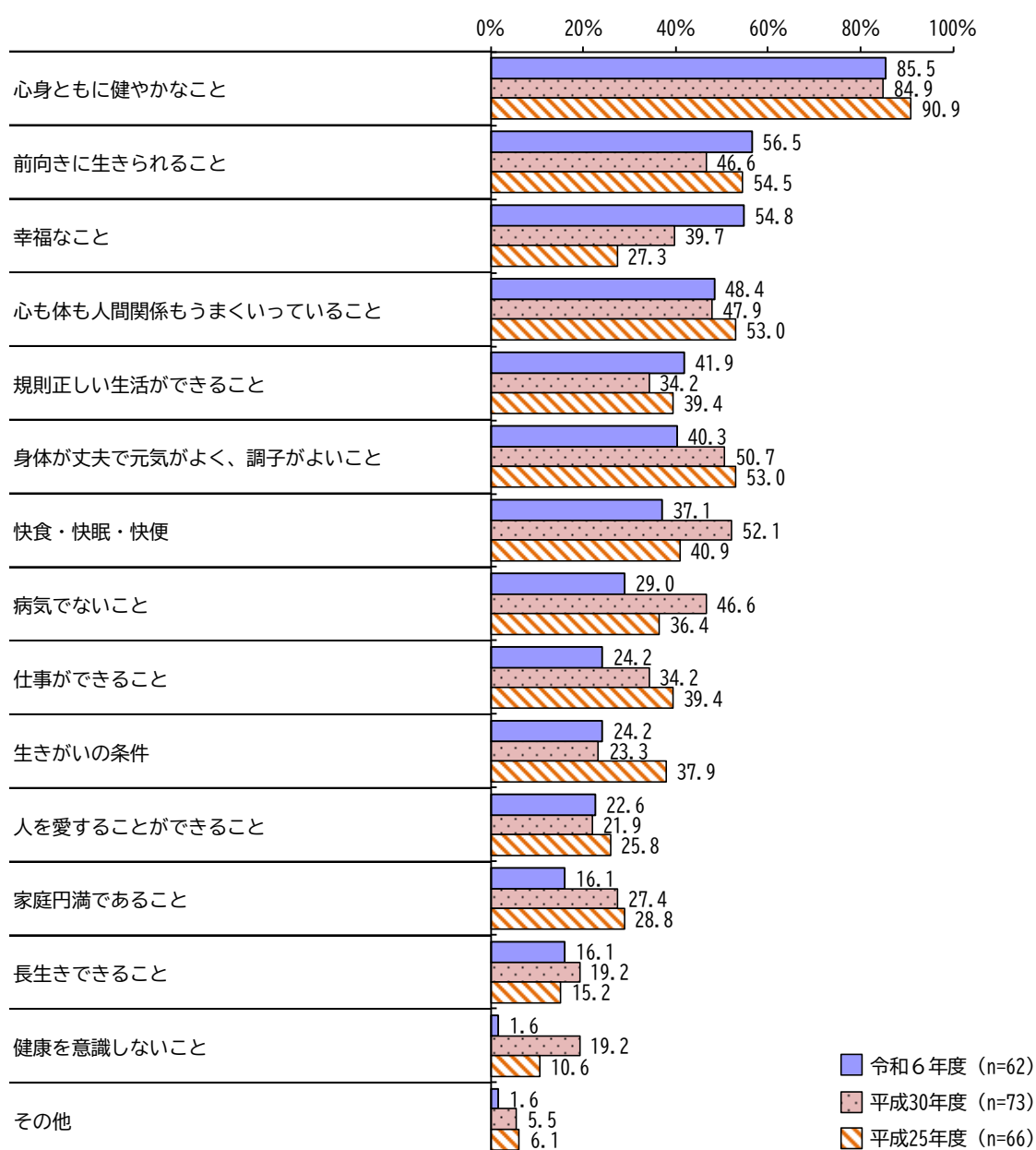
2. 健康づくりにつながる社会環境の整備について

(1) 「健康」についての考え方

問5. あなたは「健康とは何か」と聞かれたら、どのように答えますか。あなたの考えにあうものを選びください。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

「健康」についての考え方は、「心身ともに健やかなこと」が85.5%と8割台半ばで最も高く、次いで「前向きに生きられること」が56.5%、「幸福なこと」が54.8%、「心も体も人間関係もうまくいっていること」が48.4%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、「心身ともに健やかなこと」はいずれの年度も8割を超えて最も高くなっています。平成30年度から「幸福なこと」が15.1ポイント増加し、「病気でないこと」、「健康を意識しないこと」、「快食・快眠・快便」、「家庭円満であること」、「身体が丈夫で元気がよく、調子がよいこと」「仕事ができること」の6項目が10ポイント以上減少しています。



(2)「健康」に対して最も近い考え

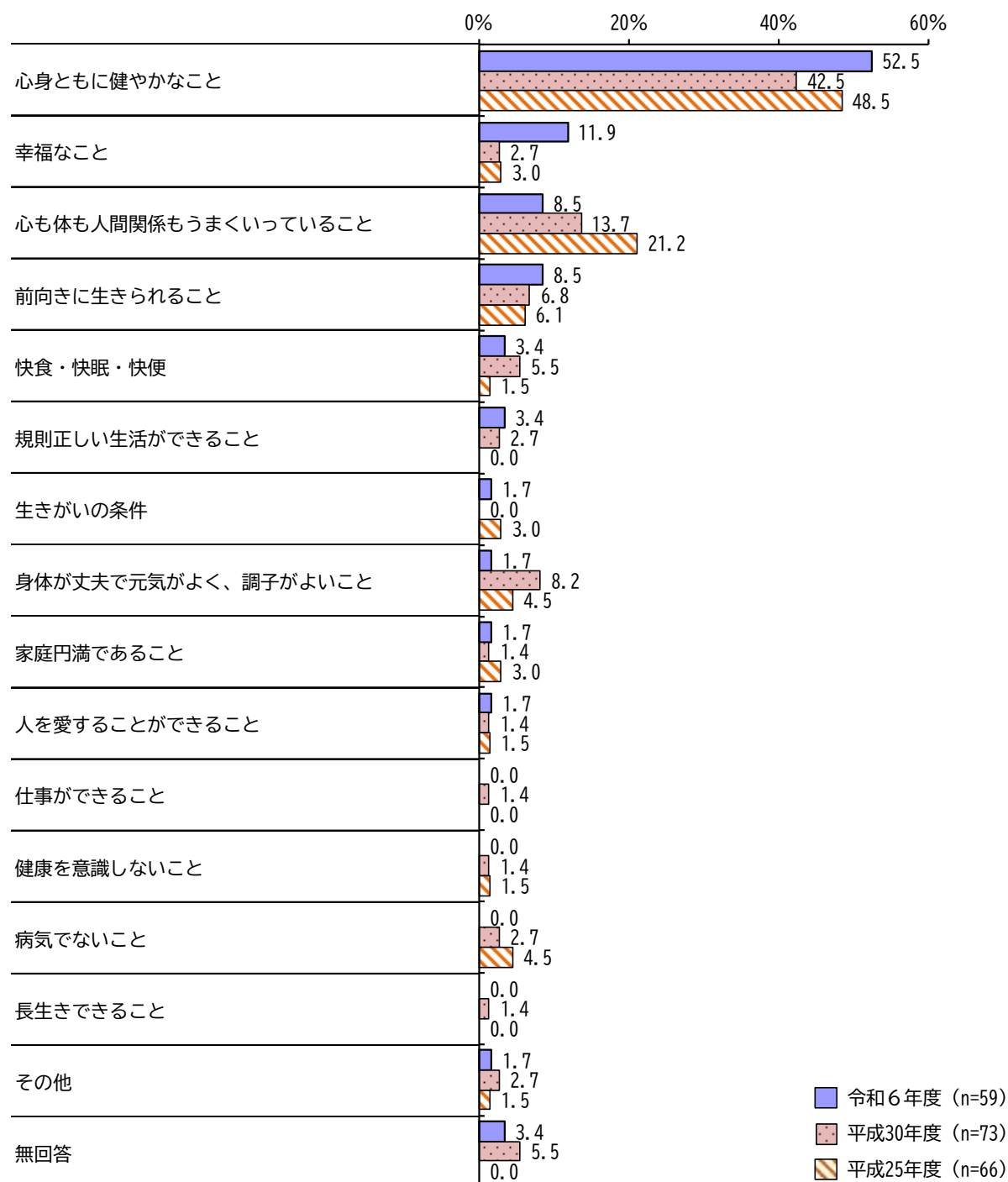
問5-1. 問5で番号を複数選んだ方におきします。

その中で、あなたの考えに最も近い番号を1つ選んで記入してください。

問5で「健康」についての考え方を複数選んだ方に、考えに最も近いものを1つ選んでもらったところ、「心身ともに健やかなこと」が52.5%と5割を超えて最も高くなっています。

過去の調査結果と比較すると、「心身ともに健やかなこと」はいずれの年度でも最も高くなっていますが、平成30年度からさらに10.0ポイント増加しており、「幸福なこと」も9.2ポイント増加しています。一方で、「身体が丈夫で元気がよく、調子がよいこと」は平成30年度から6.5ポイント、「心も体も人間関係もうまくいっていること」は5.2ポイントと、5ポイント以上減少しています。

(単数回答)

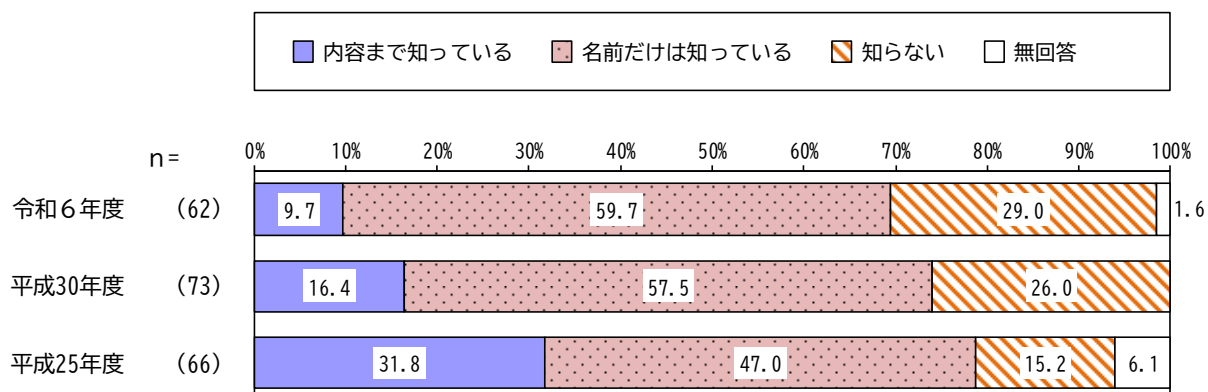


(3) 「健康なまち習志野」の認知状況

問6. 健康づくりの総合計画「健康なまち習志野」をご存じでしたか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

「健康なまち習志野」の認知状況は、「内容まで知っている」が9.7%、「名前だけは知っている」が59.7%と最も高く、「知らない」が29.0%となっています。

過去の調査結果と比較すると、「内容まで知っている」は平成25年度から減少傾向となっており、平成30年度から6.7ポイント減少しています。



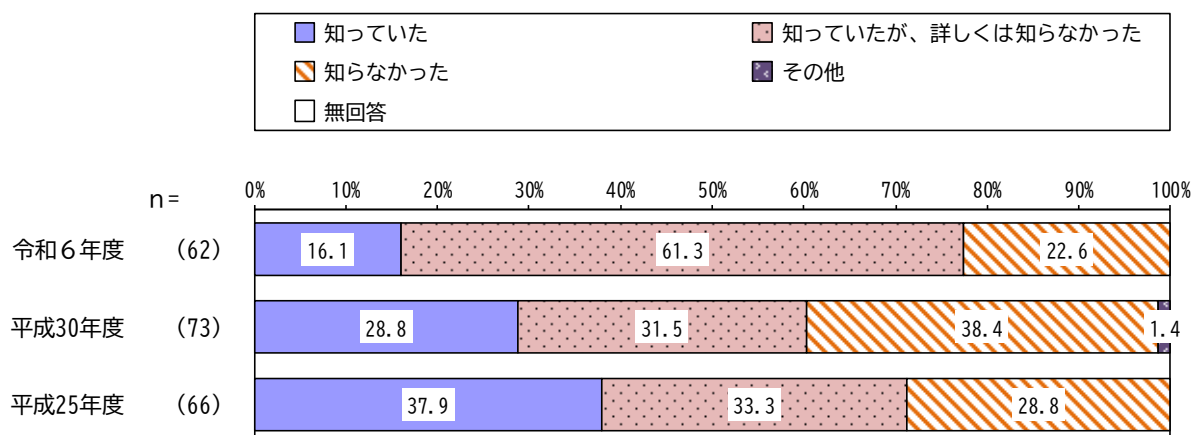
(4) 様々な分野の施策が健康なまちづくりにも影響していることの認知状況

問7. これからの健康なまちづくりには、保健や福祉など健康に直接関係する分野の他にも、様々な分野の施策が健康なまちづくりにも影響しているという視点※が重要であるとされています。あなたは、このような考え方をご存知でしたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

※例えば、都市整備分野が歩きやすい道路の整備をすることで、市民の外出する機会が増加し、適度な運動につながることや、雇用が安定することで、精神・身体的健康が高まることなど。

様々な分野の施策が健康なまちづくりにも影響していることを、「知っていた」が16.1%、「知っていたが、詳しくは知らなかった」が61.3%と最も高く、「知らなかった」が22.6%となっています。

過去の調査結果と比較すると、「知っていた」は平成25年度から減少傾向となっており、平成30年度から12.7ポイント減少しています。一方で、「知っていたが、詳しくは知らなかった」は平成30年度から29.8ポイント大きく増加しています。

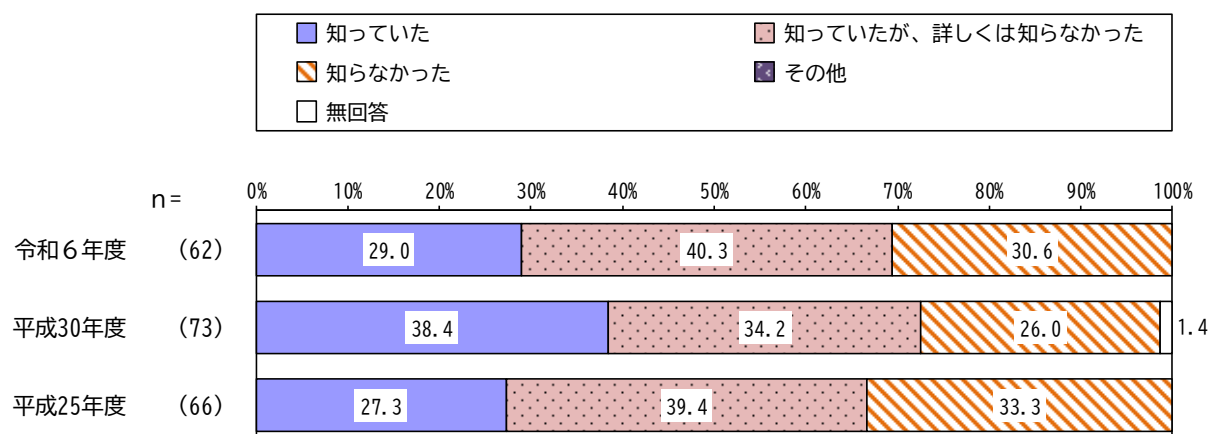


(5) 「健康格差」の認知状況

問8. 所得や雇用形態、居住形態などを原因として、個人の健康状態に差が生じること、いわゆる「健康格差」という言葉をご存知でしたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

「健康格差」の認知状況は、「知っていた」が29.0%、「知っていたが、詳しくは知らなかった」が40.3%と最も高く、「知らなかった」が30.6%となっています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「知っていた」が9.4ポイント減少しています。一方で、「知っていたが、詳しくは知らなかった」が6.1ポイント、「知らなかった」が4.6ポイント増加しています。



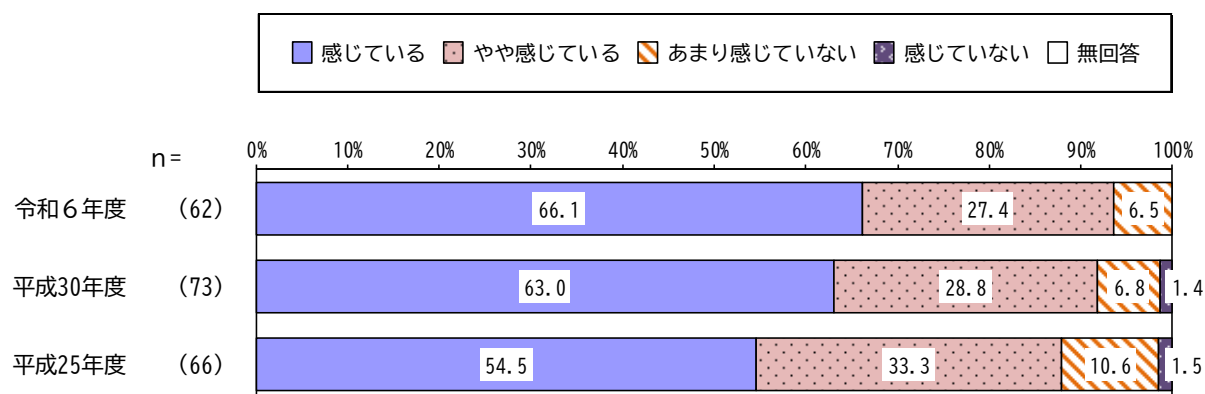
(6) 団体活動と自分の健康づくりとのつながり

問9. 市民活動団体で活動することは、自己効力感※を高めたり、人と人とのつながりが生まれ、良好な人間関係の形成へと発展し、健康づくりにも効果的であることが期待されます。市民活動団体で活動していて、ご自身の健康づくりにつながっていると感じますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

※自己効力感とは、自己に対する信頼感や有能感のことです。

団体活動と自分の健康づくりとのつながりを、「感じている」が66.1%と最も高く、「やや感じている」(27.4%)と合わせると、「《感じている》」は93.5%となっています。一方、「あまり感じていない」が6.5%で、「感じていない」の回答はありませんでした。

過去の調査結果と比較すると、「感じている」は平成25年度から増加傾向にあり、平成30年度から3.1ポイント増加しています。

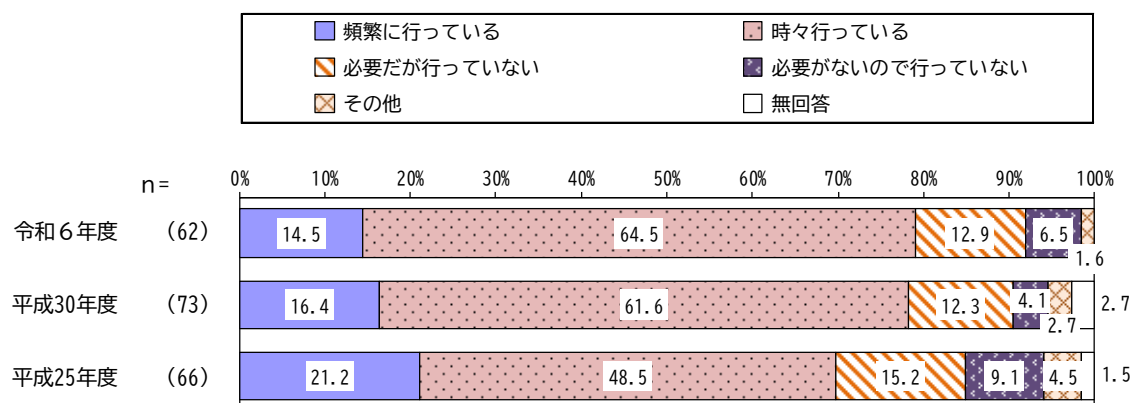


(7) 団体参加者増加を目指した声掛けなどの頻度

問 10. 貴団体への参加者の増加を目指し、地域の方々に参加の声掛けなどを行ったりしていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

団体参加者増加を目指した声掛けなどを、「頻繁に行っている」(14.5%)と「時々行っている」(64.5%)とを合わせた《行っている》は79.0%となっています。一方、「必要だが行っていない」(12.9%)と「必要がないので行っていない」(6.5%)を合わせた《行っていない》は19.4%となっています。

過去の調査結果と比較すると、「頻繁に行っている」は平成25年度から減少傾向にあります。一方、《行っている》は平成30年度からあまり変化がありません。

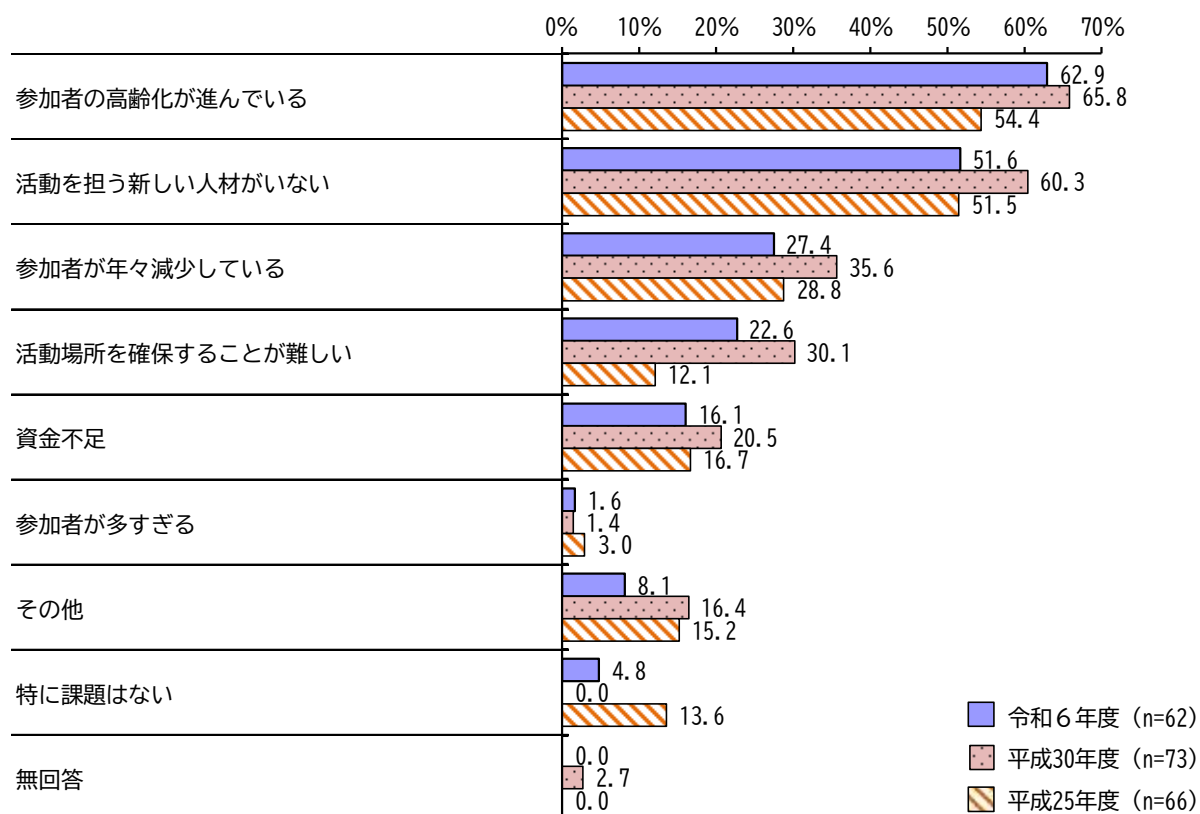


(8) 活動を継続していく上での課題

問 11. 貴団体の活動を継続していく上で、課題となっていることはどのようなことですか。
(あてはまるもの3つまで選び○で囲んでください)

活動を継続していく上での課題は、「参加者の高齢化が進んでいる」が62.9%と最も高く、次いで「活動を担う新しい人材がいない」が51.6%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、「参加者が多すぎる」と「特に課題はない」以外のすべての項目で平成30年度から減少しています。



(9) 周辺地域に関する現状の満足度

問 12. 問4でご回答いただいた、貴団体の活動拠点がある主たる地域周辺に関する現状の満足度について、お考えに近いものお選びください。
(すべての項目に1つ番号を○で囲んでください)

周辺地域に関する現状の満足度は、「満足」と「やや満足」を合わせた《満足》、「やや不満足」と「不満足」を合わせた《不満足》のそれぞれ上位5項目を整理すると、次のようになっています。

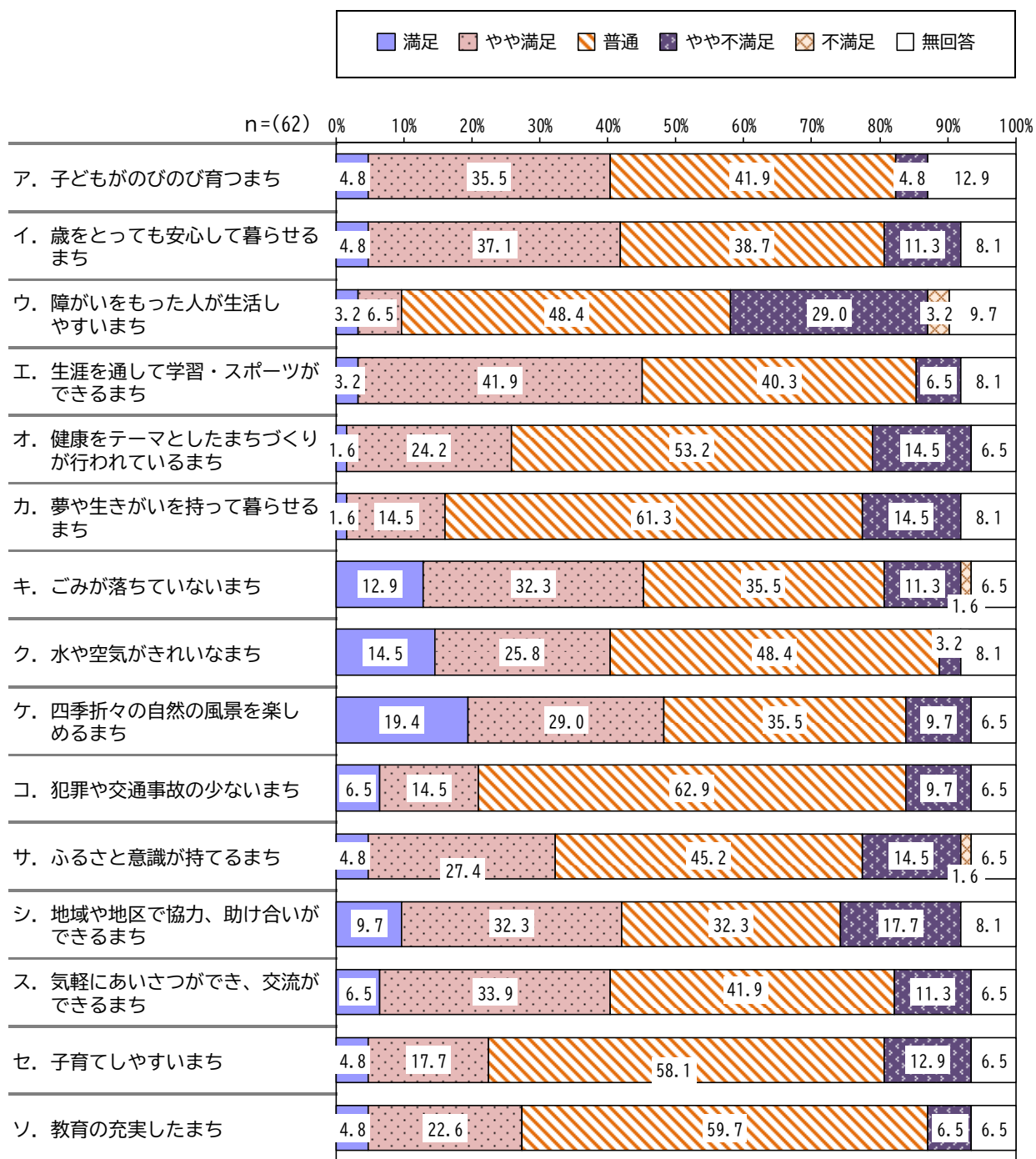
〔シ. 地域や地区で協力、助け合いができるまち〕は《満足》・《不満足》ともに上位5項目に入っており、他の項目に比べて意見が分かれている傾向にあります。

《満足》

- | | |
|--------------------------|-------|
| ① ケ. 四季折々の自然の風景を楽しめるまち | 48.4% |
| ② キ. ごみが落ちていないまち | 45.2% |
| ③ エ. 生涯を通して学習・スポーツができるまち | 45.1% |
| ④ シ. 地域や地区で協力、助け合いができるまち | 42.0% |
| ⑤ イ. 歳をとっても安心して暮らせるまち | 41.9% |

《不満足》

- | | |
|------------------------------|-------|
| ① ウ. 障がいをもった人が生活しやすいまち | 32.2% |
| ② シ. 地域や地区で協力、助け合いができるまち | 17.7% |
| ③ サ. ふるさと意識が持てるまち | 16.1% |
| ④ オ. 健康をテーマとしたまちづくりが行われているまち | 14.5% |
| ④ カ. 夢や生きがいを持って暮らせるまち | 14.5% |

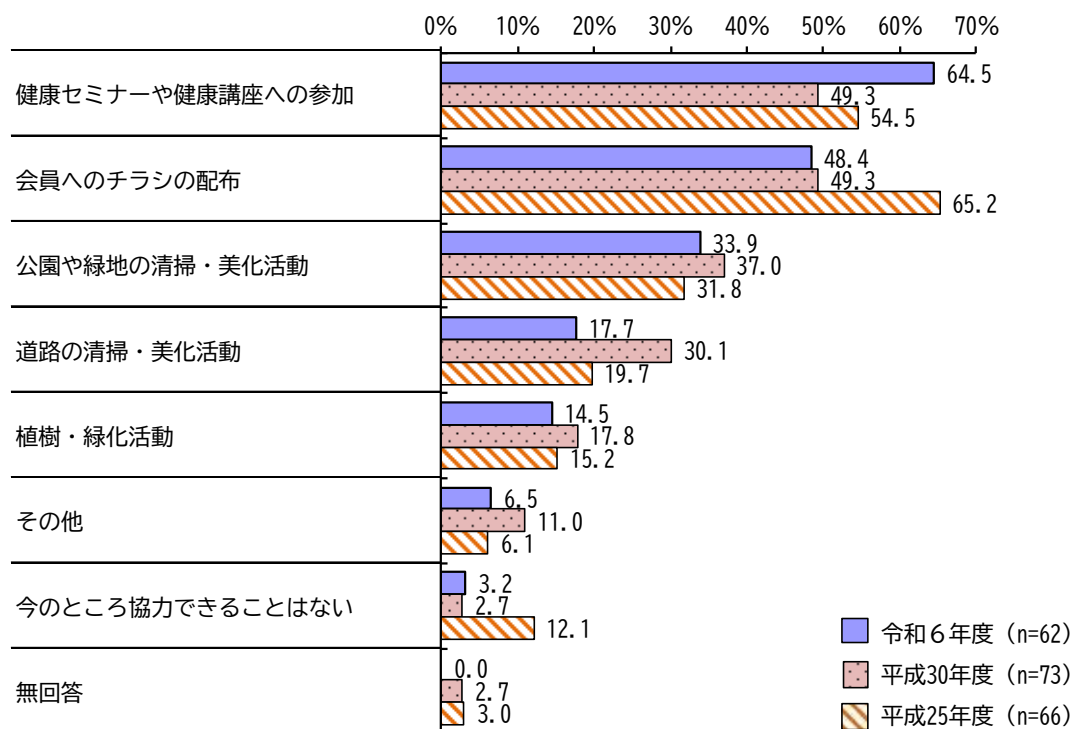


(10) 団体が協力できる地域や市が実施する健康づくりのイベント

問 13. 地域や市が実施する健康なまちづくりのイベントで、貴団体が協力できるものとして、どのようなものがありますか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

地域や市が実施する健康づくりのイベントで、団体が協力できるものは、「健康セミナーや健康講座への参加」が 64.5%と最も高く、次いで「会員へのチラシの配布」が 48.4%、「公園や緑地の清掃・美化活動」が 33.9%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、平成 30 年度から「健康セミナーや健康講座への参加」が 15.2 ポイント増加し、「道路の清掃・美化活動」が 12.4 ポイント減少しています。

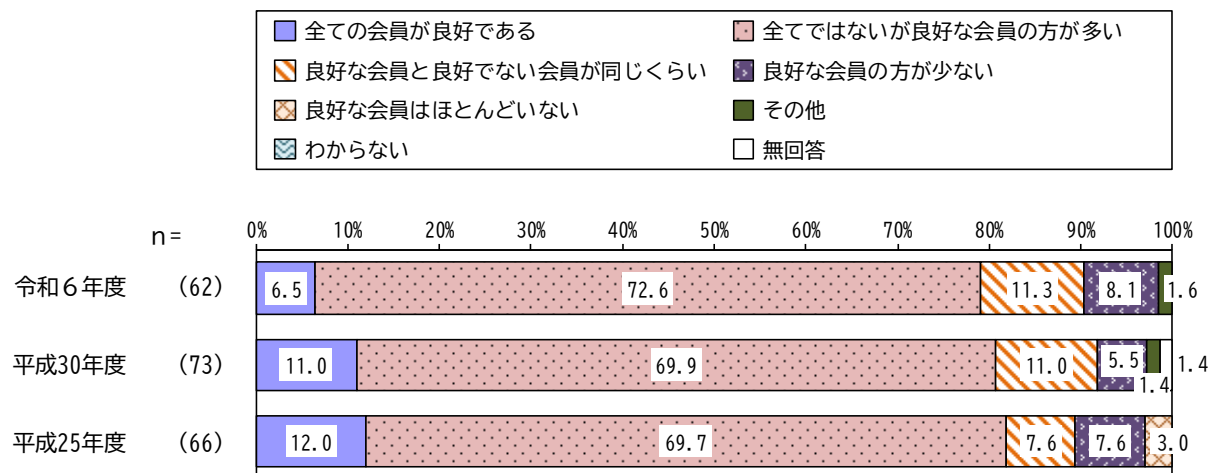


(11) 会員の健康状態

問 14. 貴団体の会員の健康状態について、総じてどのように感じていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

会員の健康状態は、「全てではないが良好な会員の方が多い」が72.6%と最も高く、次いで「良好な会員と良好でない会員が同じくらい」が11.3%となっています。

過去の調査結果と比較すると、「全てではないが良好な会員の方が多い」は平成30年度から2.7ポイント増加していますが、「全ての会員が良好である」は4.5ポイント減少しています。



3. これからの市の取組みについて

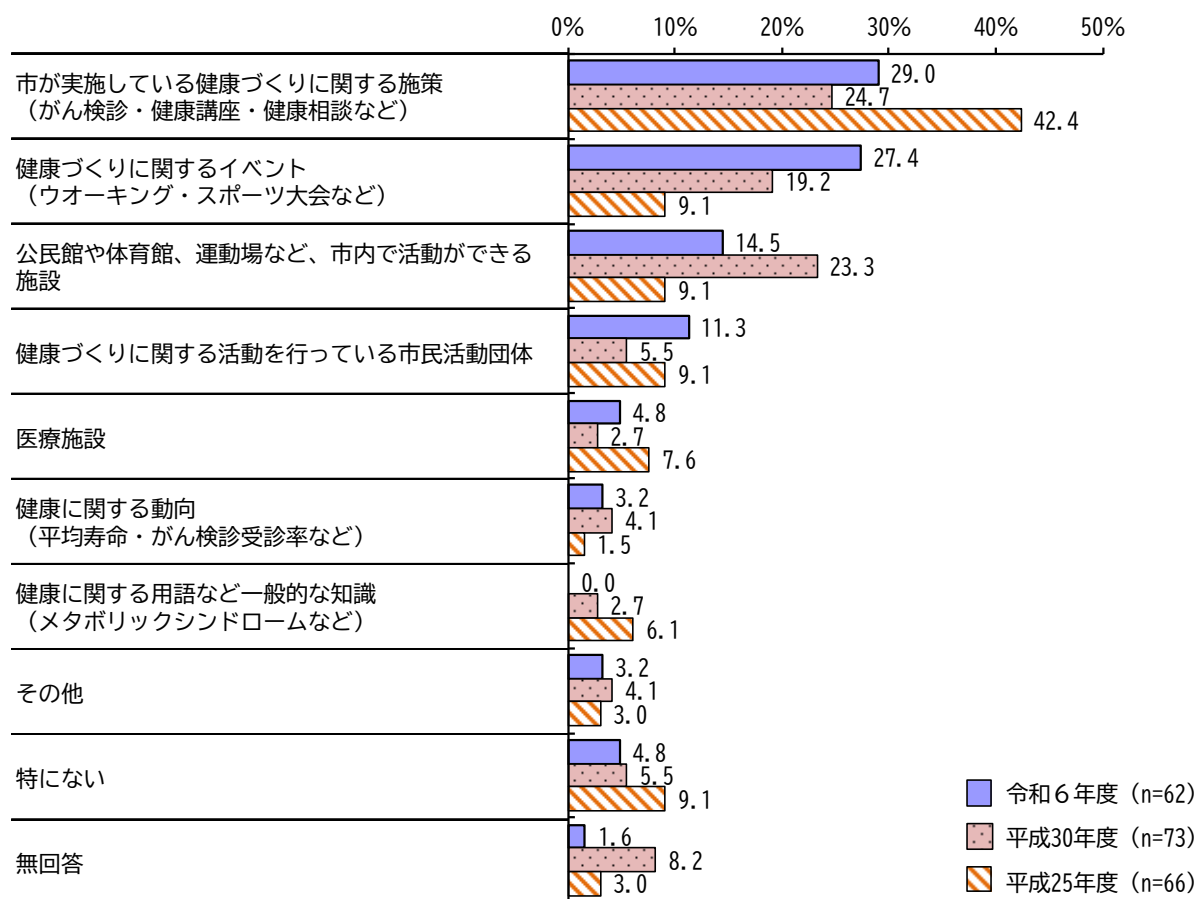
(1) 健康づくりの推進に関して知りたい情報

問 15. 健康づくりの推進に関する情報として、どのような情報をお知りになりたいですか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

健康づくりの推進に関して知りたい情報は、「市が実施している健康づくりに関する施策（がん検診・健康講座・健康相談など）」が29.0%と最も高く、次いで「健康づくりに関するイベント（ウォーキング・スポーツ大会など）」が27.4%、「公民館や体育館、運動場など、市内で活動ができる施設」が14.5%、「健康づくりに関する活動を行っている市民活動団体」が11.3%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、平成30年度から「健康づくりに関するイベント（ウォーキング・スポーツ大会など）」が8.2ポイント、「健康づくりに関する活動を行っている市民活動団体」が5.8ポイント、「市が実施している健康づくりに関する施策（がん検診・健康講座・健康相談など）」が4.3ポイント増加しており、「健康づくりに関するイベント（ウォーキング・スポーツ大会など）」は平成25年度から増加傾向にあります。一方で、「公民館や体育館、運動場など、市内で活動ができる施設」は平成30年度から8.8ポイント減少しています。

(単数回答)

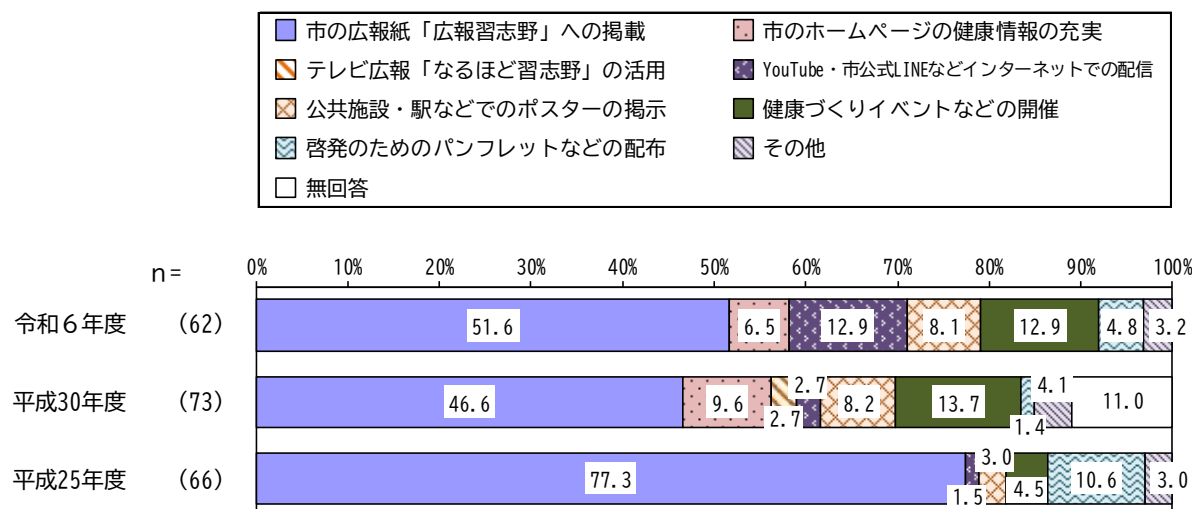


(2) 健康づくりに関する伝わりやすい情報提供の方法

問 16. 健康づくりに関する PR・啓発について、どのような情報提供の方法であれば、伝わりやすいと思いますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

健康なまちづくりに関する PR・啓発について、伝わりやすい情報提供の方法は、「市の広報紙「広報習志野」への掲載」が 51.6%と最も高く、次いで「YouTube・市公式 LINE などインターネットでの配信」と「健康づくりイベントなどの開催」がそれぞれ 12.9%と続いています。

過去の調査結果と比較すると、平成 30 年度から「YouTube・市公式 LINE などインターネットでの配信」が 10.2 ポイント、「市の広報紙「広報習志野」への掲載」が 5.0 ポイント、「啓発のためのパンフレットなどの配布」が 3.4 ポイントと増加しており、それ以外の項目はいずれも減少しています。



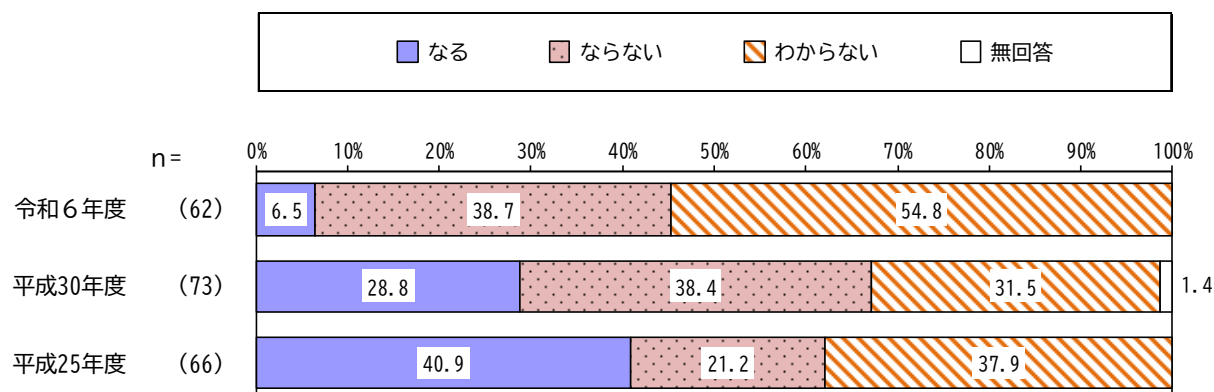
(3) 健康づくり推進に向けたポイント制度実施による活動継続の動機付け

問 17. 本市では健康づくりを推進するための取組み※として、健康づくりに取組んだ市民にポイントを付与し、ポイントに応じて店舗や施設でサービスを受けられたり、健康に関する商品と引き換えたりすることができる制度を実施しています。
この制度は、貴団体が活動を継続する動機付けになっていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

※健康づくりの取組み例：日々の運動や食事などの生活改善、健康講座やスポーツ教室への参加

健康づくり推進に向けたポイント制度実施による活動継続の動機付けに、「なる」が 6.5%、「ならない」が 38.7%となっており、「わからない」が 54.8%と最も高くなっています。

過去の調査結果と比較すると、「なる」が平成 30 年度から 22.3 ポイント減少している一方で、「わからない」が 23.3 ポイント増加しています。



第3章 自由回答

記入内容は、明らかな誤字・脱字等と思われる個所を修正し、基本的にアンケートの自由記入欄への記入内容をそのまま再現しています。

1. 一般

○習志野市の保健サービス等に関するご意見やご要望などがございましたら、ご記入ください。

■相談機関・情報の提供について（17件）

- ・本当に保健サービスがほしいという人に届いているのか気になります。インターネットで情報を知ったり、気軽に回答できる仕組みを希望します。
- ・さくらの家に行く機会が何度かあり、その時に相談にのっていただき、てんとうむし体操を知りました。今は車が使えますが、使えなくなったらそのような施設への参加ができるように、SNS などでお知らせをしていただければ。もちろん広報にも出ていると思いますが。
- ・市の相談窓口を積極的に活用してもらうよう、常に市側が市民に対して色々な機会を利用して、身近にすることをもっと伝えてほしいです。
- ・情報収集の手段が手軽ではない。
- ・てんとうむし体操ときらっとサンバを YouTube などの動画サイトに投稿していただきたいです。オンラインで見ても練習できますし、いつでも都合のいい時に体操ができるので、体作りになってありがたいです。ご検討ください。
- ・問 25 のてんとうむし体操の動画等があれば見たいので広報などで YouTube のリンクを出してもらえると嬉しいです。すでに出していたらすみません。広報を意識して見るようにします。
- ・これからも広報で発信してください。頼りにしています。
- ・広報習志野を丁寧に読んでいます。保健サービスの記事をもう少し充実させていただければと思います。
- ・習志野で流行している病気（インフルエンザ、コロナ、マイコプラズマ）を知りたい。小学校、中学校などで流行があれば学校メール等で教えてほしい。
- ・どのような状況ならどのサービスや相談を受けられるのか、詳しく書かれた冊子のようなものがほしい。情報があちこち散らばっていてわかりにくいので、一つにまとめてゆっくり読めるものがあるとありがたいです。
- ・市の発信する情報が市民一人一人まで届くように工夫してほしい。
- ・市の活動を SNS や YouTube で発信。
- ・健診は全く異常ありませんが、整形外科は都内に通っています。今度かかりつけ医制度になるとのことですが、決め方等詳細を知りたいです。
- ・市のツイッターなどでももっと保健サービスの発信をすればわかりやすいかも。
- ・個別に相談できる機会がほしいと思います。
- ・市の広報紙に健康相談の窓口を明記してもらいたい。アンケート結果を広報にて発表してもらいたい。
- ・今後は広報ちゃんと目を通そうと思いました。

■健康診査・各種検診について（13件）

- ・コロナ、インフルエンザ等の予防接種が他の地域より安く接種出来て大変ありがたい。
- ・コロナ収束後も発熱外来を維持し、風邪症状があると限られた時間にしか受け入れてもらえない病院が多く困っています。
- ・新型コロナウイルス感染症予防接種のワクチンの種類を明示してほしい。
- ・働いている人向けにがん検診等、市のサービスを土日にできる日をつくってほしい。

第3章 自由回答

- ・毎年市の健康診断を受けていますが、今回はアルブミン値が3.9ということで、タンパク質の量が足りていないことに気づきました。カルシウムは意識してとるようにしていますが、お肉も毎日食べていますが、量として足りていなかったのでしょうか。市からフレイルについてお知らせをもらい、改めて食事の内容、摂り方に気をつけることが大切だと思いました。
- ・子どもの子宮頸がんの予約が中々取れずに困っている。
- ・がん検診を受けて、10年前に手術をして今日に至りました。感謝しております。
- ・70歳を過ぎてインフルエンザ、コロナ接種などお世話になっています。必ず受けています。元気で自分のことができています。
- ・病院とは病気の方が行くところなので、もう少し待ち時間がないようにしてもらいたい。
- ・子どものインフルエンザ予防接種の助成をお願いしたいです。子育て世帯の負担軽減、共働き世帯の親の有給は子どもの病気とPTA活動で足りません。学級閉鎖の日数を減少させることも明らかになっています。ぜひインフルエンザワクチン接種率向上のための施策を検討してください。また学校等での皆勤賞をやめていただきたいです。熱や風邪症状あるのに皆勤賞ほしさに無理な登校をして、感染症を拡大させている家庭があります。風邪をひいたり体調が悪い時に休養をとるのは当然のことです。自分のことだけを考えて周囲への影響を考慮することができない人は想像力が欠如しているとは思えません。きちんと予防行動をとっている人の努力を踏みにじることのない教育をあわせてお願いしたいところです。
- ・以前にも窓口で申しあげたが、回答を受けられずに困りました。かかりつけ医でしかワクチンを受けられないのはいかがなものでしょうか。かかりつけ医が津田沼中央総合病院しかない私にとって今年もコロナワクチンが受けられないので困っています。
- ・検診等をわかりやすくしてほしい。
- ・人間ドックの補助金の高齢者減額をしないでももらいたい。ワクチンの補助金の種類を増やしてほしい（带状疱疹、肺炎球菌など）。

■医療について（10件）

- ・今まで仕事の関係で色々な地域に住みましたが、習志野市ではコロナになっても高熱が出ても病院はどこもいっぱい、熱はお断りなのか受診できません。この先不安でしかありません。こんな市は初めてです。どうかしてほしいです。他の環境や教育は全て満足しております。
- ・子どもの医療費ゼロをお願いします。
- ・コロナワクチンを3回打ったあとにコロナに2回かかり、今現在は原因不明の体調不良により会社を体調が回復するまで休職している。病院へ行っても良くならず本当に苦しんでいる。
- ・医療機関の評価、ランキングを公正に評価して発表してほしい。歯科は自由健診が多いのであやしい医院が多く感じる。健康保険料が高い。外人・失業保険の厳格運用。
- ・大学生まで医療費無料または300円。
- ・もう少し病院を増やしてくれると嬉しいです。
- ・市の人口に比較して総合病院が4院もあるのは全国的に見ても珍しく、習志野市民は幸せです。また市の健康や介護に対する取組や施策も素晴らしいと思います。
- ・一部の医療機関が混みすぎていて、体調の悪い時にみてもらえない状況があるので改善してほしい。
- ・夜間の医療対応が少し不安。
- ・休日診療を一般内科担当の病院と小児科担当の病院とでわけてほしい。訪問診療を全世帯対象としてほしい。22歳まで医療費補助をしてほしい。

■障がい者・高齢者・子育ての支援について（10件）

- ・介護認定を受けていない高齢者が体調不良（生理学的には異常がなく精神面で）になった時、共働きで世話をすることは非常に困難です。介護認定を受けていなくても利用できるサービスがあるということです。
- ・高齢者に適した健康手帳を作成してほしい。
- ・独居老人への対応の充実を切に願います。
- ・保健サービスは良好だと思う。
- ・お年寄りの方にもっとしてあげるべき。

- ・身障者手帳をいただいて生活しています。色々お世話になりありがとうございます。
- ・要介護5で居宅サービスを十分に受けています。支援事業者の働きに助かっています。満足しています。
- ・時々ご連絡をいただくと嬉しいです。
- ・子ども3人目の保育料をタダ等、東京都と同じ様に保育料に対して優遇してほしいです。給食費、教材費不要等。少子高齢化のためにもぜひ変えていただきたいです。
- ・東京在住時に発症した難病治療を、習志野市に越してきてからも引き続き支援していただいて感謝している。予算も減らされていると思うけど、負担の上限があることは本当に安心。やめないでいただきたいと切に願っている。

■アンケートについて（7件）

- ・時間に追われている毎日の中で、このアンケートは負担です。もう少し質問を減らしてほしい。
- ・WEBでアンケートをとった方が、集計タスクがかなり減るし、ペーパーレスなのでおすすめです。
- ・WEBにしてください。
- ・このアンケートについて、そもそも健康な人相手のアンケートなので、すでに病気にかかっている身には答えづらい。
- ・この度のような健康意識調査は日頃の健康意識向上の上でとても役に立ちました。今後も続けてほしいと思いました。
- ・このアンケートを通じて健康について市の取り組みにほぼ通じていなかったことを自覚しました。もう少し広報を隅々まで読もうと反省しました。ありがとうございます。
- ・参考になればと思い送らせていただきます。

■分煙・禁煙・歩きたばこ等について（6件）

- ・喫煙エリア、歩行禁煙エリアの周知をもっとすべき。
- ・歩きたばこを禁止している道路や区間があるが、歩きたばこをしている人は減っていない。路上で吐いている人やゴミを置きっぱなしにしている人がいて、道が汚いのでどうにかしてほしい。自転車に乗っている人のマナーが悪く、歩行者が歩いているにも関わらず歩道で凄いスピードで追い抜く人や、特に高校生は平気で信号や横断歩道の無い道を急に渡ってきたり本当に危ない。歩行者と自転車専用道路をわけてほしいです。交通ルールについても各教育機関でもっとしっかり教えてほしいです。
- ・歩きたばこが多い。
- ・子どもに対する受動喫煙の危険性について、子どもがいるか、これから出産予定の人に指導をしてほしい。
- ・住んでいる地域の自転車を乗りながら、歩きながらの喫煙者が気になります。道も広くないのもあり分煙にならないよなど。人口が多いのもあり自転車のマナーが良くない印象もあります。事故やケガに繋がりそうだなとも思います。
- ・歩きたばこを規制してほしい。自転車のマナーが悪すぎます。歩道でスピードを出している。信号の変わり目で信号無視をする車が多すぎるので、安心して歩けないことが多い。

■まちづくり・公園の整備等について（5件）

- ・保健所は市役所の近くにあった方がいいと思う。
- ・なるべく遠くまで歩いたり、買い物も徒歩で行った方が健康のためにいいかなと思うのですが、途中で疲れて戻るのが大変になるかなとか、荷物が重くて帰り道が大変かなとか躊躇してしまうので、道の所々に座って休憩したり、荷物を少し置いて休めるようなベンチがあったらいいなと思います。設置場所的に難しいと思いますが、ご近所の高齢の方は出先から帰宅をするのに所々ブロックに腰を掛けて休み休み帰っていると言っていました。
- ・私の住んでいる町では、皆健康に留意して暮らしているように思います。これからさらに健康に生活できる町として行政に力を入れていただきたいと思います。
- ・健康なまちづくりができますように。明るい社会、皆の幸せづくりが実現しますように願っています。

第3章 自由回答

- ・保健のサービスではないが、道路の整備や家がたくさん建つのはいいことですが、自然が少なくなっているのが残念です。マラソン道路など散歩や運動がしやすい環境も大事にしてほしいです。空き家や畑がそのままになっている場所を使って、子どもから大人が利用できる場所にしたら、心の健康にもいいのではないのでしょうか。

■計画について（5件）

- ・手広くやりすぎないで、困っている人にサービスが行き届くよう、ある程度対象を絞って重点的にやってほしいと思います。例えば、5歳児健診はいらないと思います。
- ・自殺対策や健康なまちづくりについては、コンセプトこそ誰も反対しないだろうが、費用対効果が非常にあいまいであり、相応の税負担を投下して果たしてペイするのか疑問。自治体行政として優先順位は高いのだろうか。
- ・まちづくりに関しては健康面や地域ボランティア面はとてもいいでしょう。ですが、教育系に関しては厳しいですがもう少し意識を高めた方がいいです。図書館は少し質を上げる必要があるかと。地域のことは地元じゃないのかもしれませんが交流も低いと思いました。
- ・医療技術等の進歩により、寿命がのびて高齢者人口が増える一方で、若年人口の減少、出生率の低下による更なる若年人口率の低下、結果として更に高齢者比率が高くなるという問題をどのように解決していくのか。子育て支援ではなく、子育て以前の支援、例えば非正規雇用脱却支援等が必要ではないか。
- ・生涯スポーツ政策活動に期待したい。

■歩道の整備等について（3件）

- ・街灯や歩道の整備。
- ・道が狭い。特に鷺沼のファミマから幕張方面に行く道がかなり狭く、自転車ユーザーからすると結構怖い。
- ・健康のためジョギングをしたいと思いますが、以前住んでいた都内と比べて、街全体の街灯が暗く、安全面から抵抗を感じ断念しています。特に第一中学校周辺と谷津小から中野木交差点の間は、畑が真っ暗で小中学生の通学路としても明るさに問題があると感じます。また日産化学津田沼寮から中野木周辺の歩道は交通量が多いにも関わらず、道が細すぎて歩いていてすれ違うのも困難です。足の不自由な方はもちろん、ベビーカーや子どもが安全に歩くことのできる道として整備されるべきだと思います。

■サークル・イベント等について（4件）

- ・高齢者、児童、親子の健康、コミュニケーションの場やイベントは多いが、独身者や一般成人のためのコミュニケーションの場がとても少なく感じます。参加の場がない。
- ・あしこし元気塾の存在を初めて知りました。是非参加したいと思います。
- ・市主催のテニス教室があれば定期的に利用したい。地域は実稲です。子どもも利用できるようにしてほしい。
- ・高齢者が気軽に参加できるサークル等を広く知らせてほしい。

■スポーツ施設・体育館等について（4件）

- ・習志野市に住んで2年ほどですが、住みやすい場所だと感じております。大きな商業施設が無くなっていくのは寂しいですが、買い物へ行く事が外出する理由になり、運動かわりになっていたのが楽しみが減ってしまいました。ウォーキングできてお金を落とせるようなところがあればいいなと思っています。
- ・スポーツの街「習志野市」というが、習志野市にはスポーツの原点となる「陸上競技場」が無いのが欠点だ。高齢者でもグランドゴルフの大きな大会ができるのに。早急に設置してほしい。
- ・マラソン道路などに韓国のあちらこちらにあるような健康器具があったらいいなと思います。誰でも自由に使えて自然に筋肉も付き、健康につながるのではと思います。

- ・仕事も今はしていますが、仕事が終わりましたら公民館、コミュニティセンターを利用したいと思います。広報も必ず拝読しています。健康第一です。地域でいつまでも生きていきたいと思っています。

■交通手段・移動手段について（3件）

- ・東習志野8丁目から地域包括支援センター等の公共施設に行く足がないため、外出する頻度が減少している。これから高齢者が増加するので、この点の充実をお願いしたい。
- ・藤崎に住んでいますが、担当が保健会館内でとても不便です。私は歩けますが、親の世代は車が無ければ行く事が出来ません。市役所も同じです。ハッピーバスもバス停までが遠いので厳しいです。
- ・地域バスのルートを増やしてもらいたい。

■ごみ・環境等について（1件）

- ・外国人居住者に自分の住んでいる場所ではいつ、どこの集積場所にゴミを持って行かなければならないのか周知をさせる必要がありますね。

■その他（11件）

- ・今後機会がありましたら利用させていただきます。
- ・60歳くらいまでに足腰の大切さ（背筋、腹筋、歩き方等）が意識できると、その後の老化人生が違ってくると思います。
- ・引っ越してきて6年ですが、良い市だと思います。おばあさんの一人暮らし、これからもお世話になります。
- ・習志野市に期待するものは何も無い。自分の体は金を使って医者にみてもらう。自分の体は自分で守る。
- ・難病を患っているものですが、習志野市の施策等には日頃から感謝しております。
- ・良いと思っています。
- ・現状はいいと思っています。維持をしていただければ幸いです。
- ・健康は自分でつくるもの。
- ・家内の方が詳しいので自分でも市の保健サービスを知っていくようにつとめたい。
- ・どんなサービスがあるのか知らないことが多かった。周知を待つのではなく、自ら調べることも必要だと思った。
- ・知らなかった面も多々あったが、高齢者でもあり市の恩恵を受けていきたいと思う。

2. 親子

○習志野市の保健サービス等に関するご意見やご要望などがございましたら、ご記入ください。

■医療について（8件）

- ・実靱、東習志野地区に小児科を誘致してほしい。
- ・こども医療費の自己負担を300円から無料にできないでしょうか。不妊治療の自己負担ももう少し減らせないでしょうか。市全体としては落ち着いて暮らしやすいですが、子育て世代にやさしいかという点、どうでしょうか。他市と比べるともう少しやさしい市になってくれるといいなと思います。
- ・小児科の予約が本当に取りにくいです。かかりつけを3つ持つ様にしていますが、熱があるのにネットで予約開始から5分でも予約が取れません。今後のことを考えると常に不安です。
- ・高校生までは医療費完全無料、大人でも高額で実質医療費負担が減少するような給付制度。妊娠中の医療費を完全に無料。補助金があっても自己負担が多すぎました。小児科専門の医療機関を増やしてほしい。特に内科と皮膚科。ネット予約でいつもの薬をもらいに来る年配者で1時間以上並ぶこともある。具合の悪い子連れにはかなりきつい無理です。
- ・香澄地域に対応の良い小児科が出来ると大変嬉しいです。対応が良さそうなどところだと、津田沼あたりまで行く必要があり、運転できない私は少し不便に感じ、すぐ子どもを連れて行きたい時も不安に思うからです。
- ・夜間救急は電話が繋がらず対応時間も短いため全く役に立ちません。子どもが生まれてから墨田区、台東区、習志野市と転居しましたが、習志野市は本当にひどく、子育てをするなど言っているようなものです。
- ・夜間小児科医が不在なところが多く、いつもたらい回しにされて不便でならない。不在でもいいが、せめて他の地域と連携をとっておくなどできることはあると思う。特に子どもが小さい時は誰も助けてくれないという気持ちがあり、子育てに対してネガティブになった。
- ・第一子を出産した鈴鹿市では、妊婦健診は自己負担ゼロでした。習志野市での妊婦健診の負担が毎回とても多かったので大変でした。子どもの医療費の300円負担はありがたい話ではありますが、無料の自治体がほとんどで、鈴鹿市も無料だったため残念に感じる。

■相談機関・情報の提供について（6件）

- ・広報を毎回見ております。有益な情報をありがとうございます。
- ・産後ケア事業は存在を知らず4か月が過ぎてしまった。もっと妊娠時期に周知した方がよい。
- ・ここに書かれたことが十分に市民に伝わる方法をもっと工夫して周知したらよい。新たな伝達方法を考えるとよい。
- ・母子手帳をいただく時に、保健師さんと面談があったのですが、たくさんの不安を聞いていただいて嬉しかったのもつかの間、その後のアドバイスや市の取り組みの話はなく、これから考えてくださいね、と一言言われて突き落とされた感覚でした。結局市役所だって助けてくれない。周りにそう言っているママが複数いましたが、こういうことかと実感しました。一人で苦しむママを少しでも助けるようなサービスやその案内があればいいと思います。
- ・二人目の産後、授乳に悩んだ時は保健師さんに電話で相談にのっていただき直接の解決にはならずとも精神的に助けられました。ありがとうございます。二人目以降も希望者は保健師さんの訪問が気軽に受けられたらよかったなと思います。お願いするほどでもないかと我慢してしまったので。
- ・相談出来るサービスがもう少し気軽に必要な時にできるように充実してほしい。

■子育て支援について（4件）

- ・子どもの習い事の送迎をファミサポでお願いしたかったが、交通手段や着替えの関係で実際は難しかった。
- ・子どもを預けられるサービスに空きがない。
- ・秋津小の放課後こども教室はありがたいです。
- ・津田沼駅や京成津田沼駅周辺に子育て世代の集まるコミュニティのスペースがない。せめて既存のコミュニティセンターに車で行けるようにしてほしい。

■保育所・幼稚園について（3件）

- ・習志野市は高収入世帯の保育料が他の市より高くて不満です。1人目どころか2人目の保育料も有料。正直引越したいです。
- ・保育園で働いていて思うのは、検便は通年1か月に1回でいいと思います。市川市など他市はそうなのですが。夏場のキッチンスタッフは月2回なのはわかりますが、保育者は他市と同じ頻度でいいのではないのでしょうか。負担に感じます。
- ・保育園にも空きがなく、入園にかなり苦労しました。子育て支援があまり手厚くない印象です。

■公園・広場について（3件）

- ・公園の設備が古く、新しくないことが不満です。周辺の市に比べて明らかにしょぼいです。
- ・気軽に遊べる公園を増やしてほしいです。
- ・中央公園の芝生はボール遊びが禁止されていますが、ネットで囲われているところは中高生がサッカーやキャッチボールをしています。幼児が遊べる場所がありません。

■健康診査・予防接種について（3件）

- ・1歳半健診の時間が午後でした。ちょうど子どもが昼寝をしている時間で当日は眠そうでした。午前中に集団健診だったらよかったなと思いました。
- ・0歳からの予防接種の受診票を生まれてすぐ一冊で渡すのをやめてほしい。引越等し等で無くしそうになったり、受診を忘れてしまう。インターネットで登録できるのは知っているが、市から個別に受診票と共にその都度お知らせが届くか、せめて1年ごとにまとめて受診票を送るなどにしてほしい。このことを他府県の友人に話したら驚かれた。それでは忘れるに決まっているし、1人目ならまだしも2人目以降はだいぶきついです。改善願います。
- ・インフルエンザワクチンの助成がほしい。高齢者だけはおかしい。

■スポーツ施設・体育館等について（2件）

- ・市民が利用できるプールがほしいです。1回毎に数百円で利用できるとありがたいです。
- ・東部体育館のジムは一見さんにも使いやすくしてほしい。

■アンケートについて（2件）

- ・ネットでの回答ができないときちゃんと集計できなさそうです。
- ・調査はWEBフォームを使ってほしい。

■歩道の整備等について（1件）

- ・保健とは異なることも含めて書かせていただきます。歩道が狭い、自転車がゆとりを持って通れないため、現在自転車を使用していない。また同様の理由からベビーカーも危なくて家の周辺では使っていない。

■イベント等について（1件）

- ・親子で楽しめるわらべうたや、人形劇などの取組が大変すてきですが、いつも谷津図書館ばかりの開催な気がします。中央図書館でも親子で楽しめる何かイベントの開催があると嬉しいです。

■その他（1件）

- ・マンションや建物が増えていく中で十分な日当たりが確保できず、健康面での不安があります。

3. 事業者

○その他、健康なまちづくりに関するご意見・ご要望、貴事業者で実施されている取組みなどがありましたらご記入ください。

- ・市民の健康を本気で考えるのであれば、健康診断をすすめるのではなく、安全な食品を全体に知らせる取組が必要だと思う。人間の身体は食べ物でできていることを原点に、食べないことを進める添加物、農薬まみれの野菜等の情報発信が一番なのではないでしょうか。今の世の中添加物まみれの食品があふれて、それを食べて心身共に不調になり、医者に通って薬づけの生活をしてどんどん悪くなっていく人たちがばかりです。今一度健康になる身体づくりを考え直していただきたいです。
- ・健康なまちづくりはとても重要であります。人々の生活や仕事の良さと関連しています。ぜひこのような活動をみなさんに宣伝してください。弊社にはこのようなことがあれば協力させていただきます。よろしくお願いします。
- ・働く事が一番の健康維持手段であるように思います。
- ・あまり見かけませんが、誰も住んでいない古い建物は解体してほしい。火事やねずみ等を防ぐために。ゴミ屋敷等協調できない方には退去してもらいたい。習志野市は小さい市でもきれいな市で誇れる環境にしてほしい。
- ・お年寄りや障がいのある方にとって道の段差を減らすことは健康な方にとっても住みやすい市、町になると思います。弱者にとっても親切で優しい習志野市となってほしいです。市役所の皆様、日頃の取組をありがとうございます。
- ・とにかく無駄なことはやりたくないです。市民がしっかり周知できるように。
- ・設問が多すぎ。
- ・町会同士のスポーツなど対抗試合。
- ・センターの特徴を活かして、介護予防、高齢者の健康づくりとして体操中心の講座、食事を大切にした講座を実施しています。
- ・あじさい老人会の寄付を求められて協賛しました。老人会が一団体と聞きました。昔はたくさんあったように聞いていますが残念です。
- ・従業員が一人のため本来の質問に答えられず役員個人の考え方で。
- ・健康優良企業認定証（銀）取得。健康経営優良法人 2024 大規模法人部門取得
- ・高齢者が増えて車イスや杖などで狭い道を歩いたりするのですが、車がその横でスピードを出して走っていることがよくあります。見た目をきれいにするより前の段階かと。年配の方々や外に出にくい環境の方が気軽に集まれるような市のイベントが週1回あると元気が出る人もいると思います。お茶会みたいなもの。

4. 市民活動団体

○その他、健康なまちづくりに関するご意見・ご要望、貴団体で実施されている取組みなどがありましたらご記入ください。

- ・健康なまちづくり習志野の内容を見ますと、今の時代核家族と単独世帯が増えてきています。孤独、孤立社会が問題とも言われています。障がいのある方もない方も優しさと幸せを感じる社会を目指していただきたいと思います。誰かと繋がっていることが大切とも思います。いつもありがとうございます。
- ・歯科検診は70歳を過ぎたら毎年行えるといいと思いました。競歩をしたくなるような公園の整備や梅林公園で梅祭りなど楽しい企画を希望します。
- ・公園や史跡の見学など
- ・運動への参加促進、コミュニケーションの活性化。集まる、話す、話題の共有化、情報共有など。出前講座による会員への注意喚起。
- ・健康づくりは、全ての活動の原点であると思っている。自分が健康であれば色々な活動に参加できると考える。
- ・市営の弓道場があれば毎日活動することができます。習志野高校の弓道場を借りているため、活動が制限されてしまう。市民弓道場の実現を期待しております。
- ・各イベント、スポーツに関して、指導者が不足している。指導者は基本的にボランティアだが、有償ボランティア制度をつくり、広く指導者を育てたい。
- ・外来人間が多いし、今もなお増加する。町会とは違った市民カレッジ創設当時の市民交流、親睦組織が必要。レベルが類似した人間の集まり。遊びを中心とした人間群をつくる。
- ・顔をあわせて話合いができるような場所、会場がほしい。特に高齢者には大事なことだと思う。
- ・月2回の朗読の練習により、声を出すことと作品を読むことにより、新しい発見がある。年1回の発表会で目的を持つ喜びを感じております。
- ・市民一人一人にもっとわかりやすい施策を考えてほしい。特にまちづくり会議の具体的な活用、チラシ配布のみでは市民は動かない。あじさいクラブに対して、各イベントでのメリットがある企画と物資配布等、もっと踏み込んで施策を検討してほしい。
- ・みんなが集まって活動できる船橋アリーナくらいのもの。
- ・市民ポイントはあまり活用できていないのではないかと思います。必要かどうか再検討してはどうか。
- ・健康で体操できることに喜びと感謝です。
- ・多種多様な多くの対応がないと動かない人を引っ張り出せないと思う。身近にアピール宣伝を繰り返す。
- ・犯罪のないまちづくりも健康なまちとは言えず。心に闇はあっても犯罪には走らない、健全な思考。見える障がいのある人も、見えない障がいのある人も、皆が社会の中で健やかに安心して生活できる、そんな習志野であってほしいと願います。
- ・小中学生の部活以外でのイベント協力、シニア世代のイベント提供
- ・聴覚障がい者なので遠慮してしまう。仲間で出前講座を申し込んで学習している。
- ・健康なまちづくりの視点に、障がい児者の視点を入れたまちづくりをしていただけるようお願いします。

資料 調査票



習志野市 健康なまちづくりのための 健康意識調査（一般）

ご協力をお願い

皆様には、日頃から市政にご理解、ご協力いただきありがとうございます。

本市では、全ての市民が生涯にわたっていきいきと安心して幸せな生活ができる健康なまちづくりを目標とした「健康なまち習志野計画」を策定し、各種施策を推進しています。

本調査は、令和8年度からの新たな計画の策定における基礎資料とすることを目的に市民の皆様の健康に関するご意見等をお伺いするものです

本調査をお届けした方は、住民基本台帳から無作為に抽出させていただいた15歳以上の2,000人の市民です。

お忙しいところ大変恐縮ですが、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力いただきますようお願い申し上げます

日常のご支援にじから感謝申し上げます。

令和6年11月 習志野市長

宮本泰介

回答方法 本調査票を同封の返信用封筒に入れて郵便ポストにご投函ください。

（切手は不要です）

回答期限 令和6年11月27日（水）までにご投函ください。

【ご回答にあたってのお願い】

- ・「あて名のご本人による回答」が原則ですが、「ご家族の方がご本人の代わりに回答すること」や「ご家族とご相談のうえ回答することも」可能です。
- ・質問は全部で67問あります。（所要時間25分程度）
- ・回答したくない質問には、ご回答いただく必要はございません。
- ・調査は無記名で行いますので、個人が特定されることはありません。（お名前を書かれたとしても調査には一切反映しません。）
- ・回答いただいた調査票は鍵のかかる場所で保管し、一定の保管期間を経た後、焼却処理します。

かなで
演奏よう未来へ70th

習志野市は令和6年8月1日に市制施行70周年を迎えました。

【問い合わせ先】習志野市 健康福祉部 健康支援課 企画・管理係

電話:047-451-1151（内線406）FAX:047-454-2030

1. あなた（回答者）ご自身について

問1. あなたの性別と年齢を教えてください。(1つだけ番号を○で囲んでください)

○性別	1. 男性	2. 女性	
	3. どちらともいえない・わからない	4. 答えたくない	
○年齢 (11月30日現在)	1. 15～19 歳	2. 20～24 歳	3. 25～29 歳
	4. 30～34 歳	5. 35～39 歳	6. 40～44 歳
	7. 45～49 歳	8. 50～54 歳	9. 55～59 歳
	10. 60～64 歳	11. 65～69 歳	12. 70～74 歳
	13. 75～79 歳	14. 80 歳以上	

問2. あなたの職業について、教えてください。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 会社員、公務員	2. 自営業、自由業、フリーランス、経営者	3. 派遣、契約社員
4. パート・アルバイト	5. 家事専業	6. 学生
7. 農業	8. 年金のみ受給者	9. 無職
10. その他()		

問3. あなたが加入している医療保険について、あてはまるものをお選びください。

(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 国民健康保険	2. 協会けんぽ(全国保健協会)	3. 健康保険組合
4. 共済組合	5. 後期高齢者医療保険	6. その他()

問4. 現在お住まいの地区名を教えてください。(主な地域1つを○で囲んでください)

1. 茜浜	2. 秋津	3. 泉町	4. 大久保	5. 香澄	6. 奏の杜	7. 鷺沼
8. 鷺沼台	9. 芝園	10. 新栄	11. 袖ヶ浦	12. 津田沼	13. 花咲	14. 東習志野
15. 藤崎	16. 実籾	17. 実籾本郷	18. 本大久保	19. 屋敷	20. 谷津	21. 谷津町

問5. 同居している構成を教えてください。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 1人暮らし	2. 配偶者・パートナーのみ	3. 親と子(二世帯)
4. 祖父母と親と子(三世帯)	5. その他の世帯()	

問6. あなたと同居して生計を共にしている人数は、何人ですか。

あなた含めて

人

問7. 問6の世帯全体の昨年1年間の税引前の合計収入額(年金・手当等を含みます)をお答えください。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 100 万円未満	2. 100 万～150 万円未満	3. 150 万～200 万円未満
4. 200 万～250 万円未満	5. 250 万～300 万円未満	6. 300 万～400 万円未満
7. 400 万～500 万円未満	8. 500 万～600 万円未満	9. 600 万～700 万円未満
10. 700 万～800 万円未満	11. 800 万～900 万円未満	12. 900 万～1,000 万円未満
13. 1,000 万～1,200 万円未満	14. 1,200 万円以上	

問 8. 現在の暮らし向きについて、あてはまるものをお選びください。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|------------------------|----------------------------|
| 1. 家計にゆとりがあり、全く心配していない | 2. 家計にあまりゆとりはないが、それほど心配はない |
| 3. 家計にゆとりがなく、やや心配である | 4. 家計が苦しく、非常に心配である |

問 9. あなたの最終卒業学校(中途退学の場合は、その前の学校)について、あてはまるものをお選びください。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | | |
|-----------|-----------|-----------|----------|
| 1. 義務教育修了 | 2. 高校・旧制中 | 3. 専門学校 | 4. 短大・高専 |
| 5. 大学 | 6. 大学院 | 7. その他() | |

2. からだの健康に関する意識について

問 10. あなたの現在の身長・体重はどのくらいですか。(数字を記入してください)

- ①身長 . cm くらい ②体重 . kg くらい

問 11. あなたの体重について、どのように考えていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|----------------------|-------------------------|
| 1. 今より増やしたい | 2. このままでよい |
| 3. 今より少し(4kg以内)減らしたい | 4. 今よりかなり(4kgを超えて)減らしたい |

問 12. 現在、健康上の問題で日常生活に何か影響がありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|-------|-------|
| 1. ある | 2. ない |
|-------|-------|

問 12-1. 問 12. で「1. ある」を選んだ方におききます。

影響があるものをお選びください。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

- | | |
|-----------------------------|-----------------------|
| 1. 日常生活動作(起床、衣服着脱、食事、入浴など) | 2. 外出(時間や作業量などが制限される) |
| 3. 仕事、家事、学業(時間や作業量などが制限される) | 4. 運動(スポーツなど) |
| 5. その他() | |

問 13. あなたの現在の健康状態はいかがですか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | | | |
|-------|---------|--------|------------|---------|
| 1. よい | 2. まあよい | 3. ふつう | 4. あまりよくない | 5. よくない |
|-------|---------|--------|------------|---------|

問 14. あなたは過去1年間に、健診等(健康診査、がん検診及び人間ドック)を受けたことがありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|-------------------------|-------------------------|
| 1. ある ⇒ 問 14-1、問 14-2 へ | 2. ない ⇒ 問 14-3、問 14-4 へ |
|-------------------------|-------------------------|

問 14-1. 問 14. で「1. ある」を選んだ方におききます。

どのような機会に健診等を受けましたか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

- | |
|---|
| 1. 市が実施したがん検診、健康診査等(国民健康保険特定健康診査、後期高齢者健康診査) |
| 2. 勤め先または健康保険組合等(家族の勤め先を含む)が実施した健診 |
| 3. 学校が実施した健診 |
| 4. 人間ドック(上記1～3以外の健診で行うもの) |
| 5. その他() |

問 14-2. 問 14. で「1. ある」を選んだ方におききします。健診等の結果をその後の生活に活かしていますか。(例:食事に気を付ける・歩くようにする等)(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|-----------|------------|
| 1. 活かしている | 2. 活かしていない |
|-----------|------------|

問 14-3. 問 14. で「2. ない」を選んだ方におききします。

健診等を受けていない理由についてお選びください。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| 1. 知らなかったから | 2. 時間が取れなかったから |
| 3. 場所が遠いから | 4. 費用がかかるから |
| 5. 検査等(採血、胃カメラ等)に不安があるから | 6. その時、医療機関に入通院していたから |
| 7. 毎年受ける必要性を感じないから | 8. 健康状態に自信があり、必要性を感じないから |
| 9. 心配な時はいつでも医療機関を受診できるから | 10. 結果が不安なため、受けたくないから |
| 11. めんどうだから | 12. かかりつけ医が市外だから |
| 13. その他() | |

問 14-4. 問 14. で「2. ない」を選んだ方におききします。

どのような条件がそろえばあなたは健診等を受けますか。(自由記入)

--

問 15. あなたは、下記のがん検診を受けましたか。それぞれの検診についてお答えください。また、検診を受けた方は、受診した検診ごとに、どのような機会に受診したのかお答えください。

(それぞれ1つずつ番号を○で囲んでください)

設 問 項 目	①検診の受診		②検診を受けた機会		
	1 受け な か っ た	2 受 け た	1 市 が 実 施 し た 検 診	2 勤 め 先 ま た は 健 康 保 険 組 合 等 (家 族 の 勤 め 先 を 含 む) が 実 施 し た 検 診	3 そ の 他

過去1年間の受診状況についてお答えください。

(1) 肺がん検診 (肺のレントゲン撮影や喀痰(喀痰)検査など)	1	2	1	2	3
(2) 大腸がん検診(便潜血反応検査(検便)など)	1	2	1	2	3

過去2年間の受診状況についてお答えください。((4) と (5) は 20 歳以上の女性の方のみお答えください)

(3) 胃がん検診 (バリウムによるレントゲン撮影や内視鏡検査など)	1	2	1	2	3
(4) 子宮がん(子宮頸がん)検診(子宮の細胞診検査など) 【20歳以上の女性のみ】	1	2	1	2	3
(5) 乳がん検診(マンモグラフィ撮影や乳房超音波(エコー)検査など) 【20歳以上の女性のみ】	1	2	1	2	3

問 16. 体調が悪い時、通える距離に受診・相談ができる、かかりつけ医がありますか。

(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. ある	2. ない
-------	-------

問 17. 薬に関する相談ができる、かかりつけ薬局がありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. ある	2. ない
-------	-------

問 18. CKD(慢性腎臓病)*という病気を知っていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

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

※CKD(慢性腎臓病)とは、慢性的に経過する腎臓の病気のことをいいます。腎炎、糖尿病性腎症、慢性糸球体腎炎、腎硬化症などが含まれます。

問 19. メタボリックシンドローム*を知っていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 内容まで知っている	2. 言葉だけ知っている	3. 知らない
--------------	--------------	---------

※メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪型肥満に加えて、高血圧、血中脂質異常、高血糖の2つ以上が該当する状態です。

問 20. 普段のあなたの健康に関する行動について、次のア～テの項目であてはまるものをお答えください。(すべての項目に1つの番号を○で囲んでください)

項目	1 実行している	2 ほぼ実行している	3 ときどき 実行している	4 あまり 実行していない	5 実行していない
ア. 自分に合った健康づくりを行っていますか	1	2	3	4	5
イ. 健康づくりのために運動を行っていますか	1	2	3	4	5
ウ. 普段なるべく歩くようにしていますか	1	2	3	4	5
エ. 歯やお口の健康を意識した生活を送っていますか	1	2	3	4	5
オ. 家族や友人等と食事をするようにしていますか	1	2	3	4	5
カ. 心にゆとりのある生活を送っていますか	1	2	3	4	5
キ. 楽しい人間関係づくりを行っていますか	1	2	3	4	5
ク. 規則正しい生活を送っていますか	1	2	3	4	5
ケ. 健康に関する情報を入手していますか	1	2	3	4	5
コ. 自分を大切に生きていますか	1	2	3	4	5
サ. ボランティア活動に参加していますか	1	2	3	4	5
シ. 地域や地区の活動に参加していますか	1	2	3	4	5
ス. ごみのマナー(分別など)を守っていますか	1	2	3	4	5
セ. 交通ルールやマナーを守っていますか	1	2	3	4	5
ソ. 定期的ながん検診を受けていますか	1	2	3	4	5
タ. 自分以外の人にやさしく接していますか	1	2	3	4	5
チ. 自分から周りの人にあいさつをしていますか	1	2	3	4	5
ツ. 家族や友人等とふれあう時間や機会をつくっていますか	1	2	3	4	5
テ. 家族や友人等と一緒に健康づくりを行っていますか	1	2	3	4	5

問 21. 日頃から日常生活の中で、健康の維持・増進のために、意識的に身体を動かしていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. いつもしている	} 問 21-1 へ	3. 以前はしていたが、現在はしていない	} 問 21-2 へ
2. 時々している		4. まったくしていない	

問 21-1. 問 21 で「1. いつもしている」または「2. 時々している」を選んだ方におききます。
どのように身体を動かしていますか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

1. 通勤・通学・買い物等でよく歩くようにしている	2. 公民館等のサークル等に通っている
3. 個人でスポーツ施設等に通っている	4. テレビ体操等、自宅でできる体操をしている
5. ジョギング・ウォーキングをしている	6. 病院や施設でリハビリに通っている
7. その他()	

問 21-2. 問 21 で「3. 以前はしていたが、現在はしていない」または「4. まったくしていない」を選んだ方におききます。
身体を動かすことができる条件をお選びください。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

1. 時間があればできる
2. 公民館等で入りたいサークルがあればできる
3. 近くにスポーツ施設があればできる
4. 夜でも歩ける等、環境が整備されていればできる
5. 仲間がいればできる
6. 運動の具体的な方法を教えてもらえばできる
7. 身体機能に応じたリハビリの方法について教えてもらえばできる
8. その他()
9. 特に身体を動かそうとは思わない

問 22. あなたは、毎日睡眠で休養が十分とれていると思いますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 十分とれている	2. まあとれている	3. あまりとれていない	4. 全くとれていない
------------	------------	--------------	-------------

問 23. 1日の睡眠時間はどのくらいですか。(数字を記入してください)

平均()時間/日

問 24. ロコモティブシンドローム※という言葉と、その意味を知っていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

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

※ロコモティブシンドロームとは、運動器の障害による要介護の状態や要介護リスクの高い状態を表す言葉で、「運動器症候群」ともいいます。

問 25. 習志野市オリジナルの「てんとうむし(転倒無視)体操」※を知っていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | |
|--------------|--------------|---------|
| 1. 内容まで知っている | 2. 言葉だけ知っている | 3. 知らない |
|--------------|--------------|---------|

※てんとうむし(転倒無視)体操とは、転びにくい身体づくりのために考案された、習志野市オリジナルの音楽付きの体操です。

問 26. あなたは食育※に関心がありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

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

※食育とは、心身の健康と豊かな人間形成のために食に関する知識や食を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。

問 27. 外食や食品を購入する時に「栄養成分表示※」を参考にしていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|-----------------|----------------|
| 1. いつも参考にしている | 2. 時々参考にしている |
| 3. ほとんど参考にしていない | 4. 栄養成分表示を知らない |

※栄養成分表示とは、エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量などの表示です。

問 28. 普段朝食をとっていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|---------------|---------------|
| 1. 週6～7日とっている | 2. 週4～5日とっている |
| 3. 週2～3日とっている | 4. ほとんどとっていない |

問 29. バランスのとれた食事(主食・主菜・副菜を組み合わせた食事)を、1日2回以上とっていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|---------------|---------------|
| 1. 週6～7日とっている | 2. 週4～5日とっている |
| 3. 週2～3日とっている | 4. ほとんどとっていない |



問 30. 健康維持に必要な野菜量(350g以上/日)※を摂取していると思いますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | |
|---------------|----------------|------------------|
| 1. 摂取していると思う | 2. ほぼ摂取していると思う | 3. あまり摂取していないと思う |
| 4. 摂取していないと思う | 5. 分からない | |

※片手に山盛りにした生野菜の量が120gです。

問 31. 普段の食事において、減塩に取り組んでいますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|----------------|---------------|
| 1. 積極的に取り組んでいる | 2. 少し取り組んでいる |
| 3. あまり取り組んでいない | 4. 全く取り組んでいない |

問 34. COPD(シー・オー・ピー・ディー)*という病気を知っていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

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

※COPD とは、咳や痰、息切れが主な症状で、「慢性気管支炎」と「肺気腫」のどちらか、または両方によって肺への空気の流れが悪くなる病気で、慢性閉塞性肺疾患ともいいます。

問 35. 他人の吸うたばこの煙が、たばこを吸わない人の身体に与える影響についてどう思いますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 健康に影響がある 2. 健康に悪いが、それほど大きな影響ではない
3. 健康に影響はない 4. わからない

問 36. 分煙*について、どう思いますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 積極的に進めるべき 2. できる範囲で進めるべき
3. あまり進めなくてよい 4. どちらでもよい

※分煙とは、たばこを吸う場所をしっかりと分け、たばこを吸わない人が煙を吸い込むことがないようにすることです。

問 37. あなたの周囲では分煙が進んでいると思いますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 進んでいる 2. 一部進んでいる 3. あまり進んでいない 4. わからない

問 38. あなたは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。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | |
|-------------------|---|----------|
| 1. 毎日 | } | 問 38-1 へ |
| 2. 週5～6日 | | |
| 3. 週3～4日 | | |
| 4. 週1～2日 | | |
| 5. 月1～3日 | } | 問 39 へ |
| 6. やめた(1年以上やめている) | | |
| 7. ほとんど飲まない(飲めない) | | |

問 38-1. 問 38 で「1」から「5」を選んだ方(飲酒をしている方)におききます。

お酒を飲む時は1日あたり、清酒に換算*してどれくらいの量を飲みますか。

(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|---------------------|---------------------|
| 1. 1合(180ml) 未満 | 2. 1合以上2合(360ml) 未満 |
| 3. 2合以上3合(540ml) 未満 | 4. 3合以上4合(720ml) 未満 |
| 5. 4合以上5合(900ml) 未満 | 6. 5合(900ml) 以上 |

※清酒 1 合(アルコール 15 度・180ml) は、次の量にほぼ相当します。ビール・発泡酒(同 5 度・約 500ml)、焼酎(同 25 度・110ml)、缶チューハイ(同 5 度・500 ml、同 7 度・350ml)、ウイスキー(同 43 度・60ml)、ワイン(同 14 度・約 180ml)

3. 歯の健康に関する意識について

問 39. 現在、あなたの歯は何本ありますか(親知らず、さし歯を含めて全て)(インプラント除く)。
永久歯は 28 本です。(親知らずが4本ある場合は 32 本です。)

_____ 本(数を記入)

問 40. 過去1年間に歯科医院等で、歯科医に診てもらったことはありますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 診てもらった ⇒ 問 40-1 へ	2. 診てもらわなかった ⇒ 問 40-2 へ
----------------------	-------------------------

問 40-1. 問 40 で「1. 診てもらった」を選ばれた方におききします。

診てもらった目的は何ですか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

1. 定期健診	2. 歯石・歯の汚れをとるため	3. 痛み等の自覚症状があった
4. 歯みがき指導を受けるため	5. その他()	

問 40-2. 問 40 で「2. 診てもらわなかった」を選ばれた方におききします。

診てもらわなかった理由は何ですか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

1. 忙しかった
2. どの歯科医院に行ってもよいのかわからなかった
3. 痛み等の症状がないから、受診の必要はないと思った
4. 痛み等の自覚症状があるが、受診の必要を感じない
5. その他()

問 41. あなたは、ものを噛んで食べるとき、どのような状態ですか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. なんでも噛んで食べることができる	} 問 41-1 へ
2. 噛めない食べ物が少しある	
3. 噛めない食べ物が多い	
4. 噛んで食べることができない	

⇒ 問 42 へ

問 41-1. 問 41 で「1」から「3」を選んだ方におききします。

あなたは、ふだんゆっくりよく噛んで食べていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. ゆっくりよく噛んで食べている
2. どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている
3. どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない
4. ゆっくりよく噛んで食べていない

問 42. かかりつけの歯科医院がありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 市内にある	2. 市外にある	3. ない
----------	----------	-------

問 43. 歯ブラシ以外に、歯間ブラシやデンタルフロス(糸ようじ)を使っていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 毎日使っている	2. 時々使っている
3. 使っていない	4. 歯間ブラシやデンタルフロスを知らない

4. 心の健康に関する意識について

問 44. 日常生活の悩みやストレスはありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. ある ⇒ 問 44-1、問 44-2 へ 2. ない ⇒ 問 45 へ

問 44-1. 問 44 で「1. ある」を選んだ方におききます。悩みやストレスの対象となるものを下の中から3つ以内で選んで、A、B、C欄に番号を記入してください。

A. 最もストレスを感じるもの	B. 2番目にストレスを感じるもの	C. 3番目にストレスを感じるもの
-----------------	-------------------	-------------------



(ストレスを感じる順に3つ、A、B、C欄に番号を記入)

1. 家族内の人間関係	2. 学校や職場の人間関係	3. 知人、友人との人間関係
4. 恋愛、結婚、離婚	5. 身近な人の死	6. 過重労働
7. 仕事(内容・環境・給与)	8. 失業、就職難(転職)	9. 家事
10. 収入、家計	11. 借金・ローン	12. 自分の身体的な病気
13. 自分の精神的な病気	14. 家族の健康管理	15. 家族などの介護
16. 子育て(乳幼児)	17. 子育て(学齢以上)	18. 将来(自分、家族)
19. 政治、社会的不安	20. 原因が分からない	21. その他

問 44-2. 問 44 で「1. ある」を選んだ方におききます。

ストレスは十分解消できていると感じていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 解消できている 2. だいたい解消している 3. 解消できていない

問 45. 生きがい・やりがいを持っていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 持っている 2. 持っていない 3. わからない

問 46. 今までに死にたいと思いつめるほど悩んだことがありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. ある 2. ない 3. 答えたくない、わからない

問 47. 悩みを抱えたときやストレスを感じたときに誰かに相談したり、助けを求めたりすることのためにめらいを感じますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. そう感じる 2. そう感じない 3. わからない

問 48. 悩みごとや困ったことがあったとき相談する人がいますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. いる ⇒ 問 48-1 へ 2. いない ⇒ 問 49 へ 3. わからない・したくない ⇒ 問 49 へ

問 48-1. 問 48 で「1. いる」を選んだ方におききます。

どなたに相談しますか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

1. 家族	2. 親戚	3. 友人	4. 近所の人
5. 職場の同僚や上司や部下	6. 医療機関	7. 相談窓口	8. その他()

問 49. この1か月に、次のア～カの項目についてどのように感じましたか。

(すべての項目に1つの番号を○で囲んでください)

項目	1 いつも ある	2 たいてい ある	3 ときどき ある	4 少しだけ ある	5 まったく ない
ア. 神経過敏に感じましたか	1	2	3	4	5
イ. 絶望的だと感じましたか	1	2	3	4	5
ウ. そわそわ、落ち着かなく感じましたか	1	2	3	4	5
エ. 気分が落ち込んで、何が起ころうとも気が晴れないように感じましたか	1	2	3	4	5
オ. 何をするにも骨折りだと感じましたか	1	2	3	4	5
カ. 自分は価値のない人間だと感じましたか	1	2	3	4	5

問 50. うつ病は誰もがかかる可能性のある病気であることを知っていますか。

(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 知っている 2. 知らない

問 51. うつ病は、生活苦や失業、人間関係、病気など、様々なストレスと関係あることを知っていますか。

(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 知っている 2. 知らない

問 52. うつ病は、薬の治療とともに、ゆっくり休養することが必要であることを知っていますか。

(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 知っている 2. 知らない

次の症状を「うつ病のサイン」といいます。

【自分で感じる症状】 憂うつ、気分が重い、何をしても楽しくない、何にも興味がわかない、疲れているのに眠れない、一日中ねむい、いつもよりかなり早く目覚める、イライラして何かにせき立てられるように落ち着かない、悪いことをしたように感じて自分を責める、自分には価値がないと感じる、思考力が落ちる、死にたくなる

【周囲からみてわかる症状】 表情が暗い、涙もろくなった、反応が遅い、落ち着かない、飲酒量が増える

【体に出る症状】 食欲がない、体がだるい、疲れやすい、性欲がない、頭痛や肩こり、動悸、胃の不快感、便秘がち

問 53. もし仮に、あなた自身の「うつ病のサイン」に気がついたとき、医療機関等へ相談しようと思いませんか。

(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 相談する ⇒ 問 53-1 へ 2. 相談しない ⇒ 問 53-2 へ 3. わからない ⇒ 問 54 へ

問 53-1. 問 53 で「1. 相談する」を選んだ方にお聞きします。

どなたに相談しますか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

- | | |
|--------------------|---|
| 1. 地域の保健所 | ※医師や保健師、精神保健福祉士などの専門家に個別の相談ができます。 |
| 2. 精神保健福祉センター | ※こころの健康や依存症、ひきこもりの電話相談ができます。 |
| 3. 精神科や心療内科などの医療機関 | ※医師による診察やカウンセリング、必要に応じた薬物療法などが行われます。 |
| 4. こころの耳 | ※厚生労働省が委託運営する電話やメール、SNSを通じて心の悩みに対応する相談サービスです。 |
| 5. まもろうよ こころ | ※厚生労働省が運営する電話や SNS 相談の窓口を紹介するサイトです。 |
| 6. こころの健康相談統一ダイヤル | ※精神疾患に関する相談や情報提供を全国どこからでも受けられる電話相談サービスです。 |
| 7. その他(|) |

問 53-2. 問 53 で「2. 相談しない」を選んだ方にお聞きします。

その理由は何ですか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

- | | |
|-------------------|----------------------|
| 1. お金がかかることは避けたい | 2. 精神的な悩みを話すことに抵抗がある |
| 3. 診療科がわからない | 4. 医療機関の場所がわからない |
| 5. どのような治療かわからず不安 | 6. 恥ずかしい |
| 7. 面倒だ | 8. その他(|
| |) |

問 54. わが国の自殺者数は令和元年に約2万人にまで減少しましたが、近年緩やかに増加しており、令和5年度は約2万2千人で、先進国の中では今なお、自殺率が高い状況が続いていることを知っていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|----------|---------|
| 1. 知っている | 2. 知らない |
|----------|---------|

問 55. 自殺のサインに気づき、適切な対応をとれる人※のことをゲートキーパーと呼んでいます、知っていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | |
|----------|---------------------|---------|
| 1. 知っている | 2. 内容は知らないが聞いたことはある | 3. 知らない |
|----------|---------------------|---------|

※悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守ることができる人。

問 56. 自殺は社会的な取組で防ぐことができると思いますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | |
|---------|-----------|----------|
| 1. そう思う | 2. そう思わない | 3. わからない |
|---------|-----------|----------|

問 57. 習志野市が自殺対策に取り組んでいることを知っていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|----------|---------|
| 1. 知っている | 2. 知らない |
|----------|---------|

問 58. 市に生活(健康、家庭、法律、くらし等)に関する様々な相談窓口があることを知っていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|----------|---------|
| 1. 知っている | 2. 知らない |
|----------|---------|

問 59. 市の相談窓口を利用したことがありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|-------------------------|-------------------------|
| 1. 利用したことがある ⇒ 問 59-1 へ | 2. 利用したことがない ⇒ 問 59-2 へ |
|-------------------------|-------------------------|

問 59-1. 問 59 で「1. 利用したことがある」を選んだ方におききます。

それはどこですか。(自由記入)

--

問 59-2. 問 59 で「2. 利用したことがない」を選んだ方におききます。

それはなぜですか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

1. プライバシーが守れるか不安	2. 話したくない内容を聞かれるのではないかな
3. うまく話せない	4. 逆に責められるのではないかな
5. 場所が遠くて不便	6. 相談したい時間帯に開いてない
7. 面倒だ、おっくうだ	8. 恥ずかしい
9. 効果が期待できない	10. 相談場所を知らない、わからない
11. 相談することがない	12. その他()

5. 健康なまちづくりにつながる社会環境の整備について

問 60. あなたは「健康とは何か」と聞かれたら、どのように答えますか。あなたの考えにあうものを、すべてお選びください。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

1. 幸福なこと	2. 心身ともに健やかなこと
3. 仕事ができること	4. 生きがいの条件
5. 健康を意識しないこと	6. 病気でないこと
7. 快食・快眠・快便	8. 身体が丈夫で元気がよく、調子がよいこと
9. 心も体も人間関係もうまくいっていること	10. 家庭円満であること
11. 規則正しい生活ができること	12. 長生きできること
13. 人を愛することができること	14. 前向きに生きられること
15. その他()	



問 60-1 へ

問 60-1. 問 60 で番号を複数選んだ方におききます。

その中で、あなたの考えに最も近い番号を1つ選んで記入してください。

あなたの考えに最も近い番号 番

問 61. 健康づくりの総合計画「健康なまち習志野」をご存じでしたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 内容まで知っている	2. 名前だけは知っている	3. 知らない
--------------	---------------	---------

問 62. これからの健康なまちづくりには、保健や福祉など健康に直接関係する分野以外にも、様々な分野の施策が健康なまちづくりにも影響しているという視点※が重要であるとされています。あなたは、このような考え方をご存知でしたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 知っていた	2. 知っていたが、詳しくは知らなかった
3. 知らなかった	4. その他()

※例えば、都市整備分野が歩きやすい道路の整備をすることで、市民の外出する機会が増加し、適度な運動につながることや、雇用が安定することで、精神・身体的健康が高まることなど。

問 63. 所得や雇用形態、居住形態などを原因として、個人の健康状態に差が生じること、いわゆる「健康格差」という言葉をご存知でしたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 知っていた	2. 知っていたが、詳しくは知らなかった
3. 知らなかった	4. その他()

問 64. あなたとあなたがお住まいの地域の人たちとのつながりは、強い方だと思いますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 強い方だと思う	2. どちらかといえば強い方だと思う	
3. どちらかといえば弱い方だと思う	4. 弱い方だと思う	5. わからない

問 65. お住まいの地域周辺に関する現状の満足度について、あなたのお考えに近いものをお答えください。
(すべての項目に1つの番号を○で囲んでください)

項目	1 満足している	2 どちらかといえば満足	3 普通	4 どちらかといえば満足していない	5 満足していない
ア. 子どもがのびのび育つまち	1	2	3	4	5
イ. 歳をとっても安心して暮らせるまち	1	2	3	4	5
ウ. 障がいをもった人が生活しやすいまち	1	2	3	4	5
エ. 生涯を通して学習・スポーツができるまち	1	2	3	4	5
オ. 健康をテーマとしたまちづくりが行われているまち	1	2	3	4	5
カ. 夢や生きがいを持って暮らせるまち	1	2	3	4	5
キ. ごみが落ちていないまち	1	2	3	4	5
ク. 水や空気がきれいなまち	1	2	3	4	5
ケ. 四季折々の自然の風景を楽しめるまち	1	2	3	4	5
コ. 犯罪や交通事故の少ないまち	1	2	3	4	5
サ. ふるさと意識が持てるまち	1	2	3	4	5
シ. 地域や地区で協力、助け合いができるまち	1	2	3	4	5
ス. 気軽にあいさつができ、交流ができるまち	1	2	3	4	5
セ. 子育てしやすいまち	1	2	3	4	5
ソ. 教育の充実したまち	1	2	3	4	5

問 66. 日頃、健康に関する情報を何から得ていますか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

1. テレビ	2. 本・雑誌
3. 新聞	4. 市の広報紙
5. ラジオ	6. インターネット(パソコン・携帯)
7. 友人・知人	8. 医療機関
9. 薬局	10. 市役所(市の保健師・栄養士・歯科衛生士など)
11. SNS(YouTube 等)	12. その他()

6. その他

問 67. 新型コロナウイルス感染症の流行を経て、あなたの健康や意識に変化はありましたか。

(すべての項目に1つの番号を○で囲んでください)

ア. 健康意識	1. 高まった	2. 低下した	3. 変わらない
イ. 体重	1. 高まった	2. 低下した	3. 変わらない
ウ. 運動量	1. 高まった	2. 低下した	3. 変わらない
エ. 睡眠の満足度(睡眠時間や睡眠の質)	1. 高まった	2. 低下した	3. 変わらない
オ. ストレス	1. 高まった	2. 低下した	3. 変わらない
カ. 外出の機会	1. 高まった	2. 低下した	3. 変わらない
キ. 他者との対面による直接交流	1. 高まった	2. 低下した	3. 変わらない
ク. 他者とのオンライン・SNS 等による遠隔交流	1. 高まった	2. 低下した	3. 変わらない
ケ. 感染予防意識(手洗い・うがい等)	1. 高まった	2. 低下した	3. 変わらない

7. 保健サービス等に関するご意見やご要望について

○習志野市の保健サービス等に関するご意見やご要望などがございましたら、ご記入ください。

ご協力ありがとうございました。

同封の返信用封筒に入れて 11月27日(水) までにご投函ください。



習志野市 健康なまちづくりのための 健康意識調査（親子）

ご協力をお願い

皆様には、日頃から市政にご理解、ご協力いただきありがとうございます。

本市では、全ての市民が生涯にわたっていきいきと安心して幸せな生活ができる健康なまちづくりを目標とした「健康なまち習志野計画」を策定し、各種施策を推進しています。

本調査は、令和8年度からの新たな計画の策定における基礎資料とすることを目的に市民の皆様の健康に関するご意見等をお伺いするものです

本調査をお届けした方は、令和6年度に1歳6か月児健康診査並びに3歳児健康診査を受診する（した）お子さんの保護者から無作為に抽出させていただいた市民 300 人です。

お忙しいところ大変恐縮ですが、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力いただきますようお願い申し上げます。

日常のご支援にじから感謝申し上げます。

令和6年11月 習志野市長

宮本泰介

回答方法 本調査票を同封の返信用封筒に入れて郵便ポストにご投函ください。

（切手は不要です）

回答期限 令和6年11月27日（水）までにご投函ください。

【ご回答にあたってのお願い】

- ・「あて名のご本人による回答」が原則ですが、「ご家族の方がご本人の代わりに回答すること」や「ご家族とご相談のうえ回答することも」可能です。
- ・質問は全部で58問あります。（所要時間20分程度）
- ・回答したくない質問には、ご回答いただく必要はありません。
- ・調査は無記名で行いますので、個人が特定されることはありません。（お名前を書かれたとしても調査には一切反映しません。）
- ・回答いただいた調査票は鍵のかかる場所で保管し、一定の保管期間を経た後、焼却処理します。

かなで
演奏よう未来へ 70th

習志野市は令和6年8月1日に市制施行70周年を迎えました。

【問い合わせ先】習志野市 健康福祉部 健康支援課 企画・管理係

電話:047-451-1151（内線406）FAX:047-454-2030

ご記入にあたって【設問への回答・回答者・対象となるお子さんについて】

●この調査票は、今回健診の対象になっているお子さんの保護者がご記入ください。

- ・問1 ～問13までは、今回健診の対象になっているお子さんと、そのお母さんについて回答してください。
- ・問14～問23までは、すべてのお子さんについて回答してください。
- ・問25～問58までは、保護者ご自身の状況、お考えを回答してください。

※問1～問13までは、今回健診の対象になっているお子さんと、そのお母さんについてお答えください。

1. 妊娠・出産・産後について

問1. お子さんは何人目ですか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | | |
|--------|--------|--------|----------|
| 1. 1人目 | 2. 2人目 | 3. 3人目 | 4. 4人目以上 |
|--------|--------|--------|----------|

問2. 妊娠中、定期的に妊婦健診を受けましたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | |
|-------------|-----------------|---------|
| 1. 受けた ⇒問3へ | 2. 受けなかったことがあった | } 問2-1へ |
| | 3. まったく受けなかった | |

問2-1. 問2で「2. 受けなかったことがあった」または「3. まったく受けなかった」を選んだ方におききます。
妊婦健診を受けなかった理由は何ですか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

- | | |
|--------------------|-------------------------|
| 1. 必要ないと思ったから | 2. 産婦人科が身近なところになかったから |
| 3. 忙しくて行けなかったから | 4. 体調が悪く、すでに病院にかかっていたから |
| 5. 経済的な理由で行けなかったから | 6. 出産をためらっていたから |
| 7. その他() | |

問3. 妊婦健診時、医師や助産師などから日常生活の指導を受けたことがありますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|-------|-------|
| 1. ある | 2. ない |
|-------|-------|

問4. 妊娠中、特に気をつけたことは何ですか。(あてはまるもの3つまで○で囲んでください)

- | | | |
|-----------------|---------------|--------------|
| 1. 栄養に気をつけた | 2. 運動をこころがけた | 3. 医師の指示を守った |
| 4. 体重増加に気をつけた | 5. たばこをやめた | 6. アルコールをやめた |
| 7. 歯の手入れをこころがけた | 8. 無理しないようにした | 9. 特にない |
| 10. その他() | | |

問5. 妊娠中は朝食を食べていましたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | | |
|-------------|-------------|-------------|---------------|
| 1. 週6～7日食べた | 2. 週4～5日食べた | 3. 週2～3日食べた | 4. ほとんどとらなかった |
|-------------|-------------|-------------|---------------|

問6. 妊娠していることがわかったときの気持ちで、最もあてはまるものをお答えください。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | |
|------------|--------------|---------------|
| 1. 嬉しかった | 2. まあまあ嬉しかった | 3. あまり嬉しくなかった |
| 4. 嬉しくなかった | 5. その他() | |

問7. マタニティマークを利用したことがありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- 1.ある 2.ない

「マタニティマーク」



問8. 妊娠中に悩みや不安がありましたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. あった ⇒ 問8へ 2. なかった ⇒ 問9へ

問8-1. 問8で「1. あった」を選んだ方におききします。

妊娠中に、悩みや不安を相談する人や手段がありましたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. いた(あった) ⇒ 問8-2へ 2. いなかった(なかった) ⇒ 問9へ

問8-2. 問8-1で「1. いた(あった)」を選んだ方におききします。

相談相手や手段として、あてはまるものをお選びください。

(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

- | | | | | |
|---------------------------------|-----------|--------|------------|----------|
| 1. 配偶者・パートナー | 2. 実父母 | 3. 義父母 | 4. 兄弟姉妹 | 5. 友人・知人 |
| 6. 隣人 | 7. かかりつけ医 | 8. 保健師 | 9. 助産師 | |
| 10. インターネット(パソコン・携帯)のホームページや掲示板 | | | 11. その他() | |

問9. はじめて、お子さんと対面したときの気持ちで、最もあてはまるものをお答えください。

(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 嬉しかった 2. まあまあ嬉しかった 3. あまり嬉しくなかった 4. 嬉しくなかった

問 10. 今回の妊娠・出産について満足していますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. はい 2. どちらともいえない 3. いいえ

問 11. 産後1か月までの時期に協力してくれた人はいましたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. いた ⇒ 問 | 1 - | へ 2. いなかった ⇒ 問 | 2 へ

問 11-1. 問 11 で「1. いた」を選んだ方におききます。

協力してくれた人を選びください。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

- | | | |
|------------------|------------|-----------|
| 1. 配偶者・パートナー | 2. 実父母 | 3. 義父母 |
| 4. 兄弟姉妹 | 5. 友人・知人 | 6. 隣人 |
| 7. ファミリーサポートセンター | 8. 民間ヘルパー等 | 9. その他() |

問 12. 妊娠中から産後3か月くらいの間に、気分が沈んだり、涙もろくなったり、何もする気になれないということがありましたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | | |
|------------|------------|------------|----------|
| 1. あった | } 問 12-1 へ | 3. あまりなかった | } 問 13 へ |
| 2. ときどきあった | | 4. なかった | |

問 12-1. 問 12 で「1. あった」または「2. ときどきあった」を選んだ方におききます。

あてはまる時期を全てお選びください。(あてはまる時期すべてを○で囲んでください)

1. 妊娠中 2. 出産～産後 3 か月くらい 3. 産後 1 年くらい 4. 現在も続いている

問 13. 今回の健診対象のお子さんは、習志野市で母子健康手帳をもらいましたか。

(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. はい ⇒ 問 | 4へ 2. いいえ ⇒ 問 | 3- | へ

問 13-1. 問 13 で「2. いいえ」を選んだ方におききます。

転入された時期をお答えください。

(1つだけ番号を○で囲んでください)(2.を選んだ方は、()に数字をご記入ください)

- | | | |
|--------|---------------|---------|
| 1. 妊娠中 | 2. 生後 () か月頃 | 3. 1歳過ぎ |
|--------|---------------|---------|

※問 14～問 23 は、ご家庭のすべてのお子さんの育児についてお答えください。

2. 事故防止について

問 14. 子どもを車に乗せる時に、チャイルドシートを使用していますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | |
|-----------|------------|---------|
| 1. 使用している | 2. 使用していない | 3. 車はない |
|-----------|------------|---------|

問 15. 子どもと自転車に乗るときにヘルメットを着用していますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | |
|-----------|------------|--------------|
| 1. 着用している | 2. 着用していない | 3. 自転車は利用しない |
|-----------|------------|--------------|

問 16. 風呂場のドアを子どもが自分で開けることができないよう工夫をしていますか。

(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|---------|----------|
| 1. している | 2. していない |
|---------|----------|

3. 育児に関することについて

問 17. 育児について相談する人や手段はありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|----------------------|---------------------|
| 1. いる(ある) ⇒ 問 17-1 へ | 2. いない(ない) ⇒ 問 18 へ |
|----------------------|---------------------|

問 17-1. 問 17 で「1. いる(ある)」を選んだ方におききます。

相談する人や手段としてあてはまるものをお選びください。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

- | | | | | |
|---------------------|---------------------------------|--------|---------|----------|
| 1. 配偶者・パートナー | 2. 実父母 | 3. 義父母 | 4. 兄弟姉妹 | 5. 友人・知人 |
| 6. 隣人 | 7. かかりつけ医 | 8. 保健師 | 9. 助産師 | |
| 10. 保育所・幼稚園、こども園の先生 | 11. インターネット(パソコン・携帯)のホームページや掲示板 | | | |
| 12. その他() | | | | |

問 18. あなたからみて配偶者やパートナーは、家事や育児にどのような形でかかわっていますか。

(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

- | | |
|--|----------|
| 1. 子どもを入浴させる
2. 子どもを着替え(おむつ交換を含む)させる
3. 子どもと一緒に遊ぶ
4. 保育所、幼稚園、こども園等の送迎をする
5. 洗濯をする
6. 食事の準備・後片付けをする
7. 買い物をする
8. 掃除をする
9. 配偶者・パートナーの話を聞いたり相談にのる
10. 配偶者・パートナーに感謝の言葉やねぎらいの言葉をかける
11. 配偶者・パートナーの気分転換の時間を作る
12. その他()
13. 何もしない
14. 配偶者・パートナーはいない ⇒ 問 19 へ | 問 18-1 へ |
|--|----------|

問 18-1. 問 18 で「14. 配偶者・パートナーはいない」以外を選んだ方におききます。

配偶者・パートナーの協力の仕方に満足していますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | |
|------------|---------------|---------------|
| 1. 満足している | 2. まあまあ満足している | 3. あまり満足していない |
| 4. 満足していない | 5. わからない | |

問 19. 今のあなたの気持ちについて、あてはまるものをそれぞれお選びください。

(すべての項目に1つの番号を○で囲んでください。)

項目	1 はい	2 どちらでもない	3 いいえ
ア. 子どもがかわいいと感じる	1	2	3
イ. 育児は楽しいと感じる	1	2	3
ウ. 子育てに自信がもてない	1	2	3
エ. 普段の生活の中でイライラする	1	2	3
オ. 「子どもを虐待してしまった」と感じるときがある	1	2	3
カ. 子どもと一緒に自分も成長していると感じる	1	2	3
キ. 自分の自由な時間が欲しい	1	2	3
ク. 家計のやりくりが大変である	1	2	3
ケ. 子育てはいろいろな人とコミュニケーションが大切であると感じる	1	2	3

4. 医療機関等について

問 20. かかりつけ医がありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|-------------------------|------------------|
| 1. ある ⇒ 問 20-1、問 20-2 へ | 2. ない ⇒ 問 20-3 へ |
|-------------------------|------------------|

問 20-1. 問 20 で「1. ある」を選んだ方におききます。

かかりつけ医のいる医療機関はどこにありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | | | |
|---------|---------|--------|--------|-----------|
| 1. 習志野市 | 2. 八千代市 | 3. 船橋市 | 4. 千葉市 | 5. その他() |
|---------|---------|--------|--------|-----------|

問 20-2. 問 20 で「1. ある」を選んだ方におききます。

かかりつけ医を受診することで悩みや不安は解消していますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | | |
|-----------|---------------|---------------|------------|
| 1. 解消している | 2. だいたい解消している | 3. あまり解消していない | 4. 解消していない |
|-----------|---------------|---------------|------------|

問 20-3. 問 20 で「2. ない」を選んだ方におききます

かかりつけ医を持っていない理由で、最もあてはまるものをお選びください。

(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|--------------------------|----------------------------|
| 1. 小児科ではないが、かかりつけ医があるから | 2. 子どもが丈夫で病気にならないから |
| 3. 近くに適当な病院・医院がないから | 4. 必要に応じてかかる病院・医院を決めればよいから |
| 5. かかりつけ医を持つ理由がよくわからないから | 6. その他() |

※問 25～問 58 までは、保護者ご自身の状況、お考えを回答してください。

問 25. 市のサービスについての情報を知りたいとき、どこで調べますか。

(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

- | | | |
|-------------|-------------|---------------|
| 1. 広報習志野 | 2. 市のホームページ | 3. すこやか子育てガイド |
| 4. 友人・知人に聞く | 5. 保健師に聞く | 6. その他() |

問 26. 市の保健師、管理栄養士、歯科衛生士等に、個別で健康や育児の相談ができることを知っていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|----------|---------|
| 1. 知っている | 2. 知らない |
|----------|---------|

6. あなた(回答者)ご自身について

問 27. 今回健診の対象となっているお子さんから見た、あなたの続柄をお答えください。

(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | |
|-------|-------|-----------|
| 1. 母親 | 2. 父親 | 3. その他() |
|-------|-------|-----------|

問 28. あなたの年齢をおきかせください。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | | |
|------------|------------|------------|------------|
| 1. 20 歳未満 | 2. 20～24 歳 | 3. 25～29 歳 | 4. 30～34 歳 |
| 5. 35～39 歳 | 6. 40～44 歳 | 7. 45～49 歳 | 8. 50 歳以上 |

問 29. あなたの職業について、お答えください。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | |
|--------------|-----------------------|------------|
| 1. 会社員、公務員 | 2. 自営業、自由業、フリーランス、経営者 | 3. 派遣、契約社員 |
| 4. パート・アルバイト | 5. 家事専業 | 6. 学生 |
| 7. 農業 | 8. 無職(年金受給者) | 9. 無職 |
| 10. その他() | | |

問 30. 現在お住まいの地区名について、あてはまるものをお答えください。

(主な地域1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | | | | | |
|--------|--------|----------|----------|---------|--------|----------|
| 1. 茜浜 | 2. 秋津 | 3. 泉町 | 4. 大久保 | 5. 香澄 | 6. 奏の杜 | 7. 鷺沼 |
| 8. 鷺沼台 | 9. 芝園 | 10. 新栄 | 11. 袖ヶ浦 | 12. 津田沼 | 13. 花咲 | 14. 東習志野 |
| 15. 藤崎 | 16. 実籾 | 17. 実籾本郷 | 18. 本大久保 | 19. 屋敷 | 20. 谷津 | 21. 谷津町 |

問 31. あなたと同居して生計を共にしている人数は、何人ですか。

あなた含めて 人

問 32. あなたを中心として見た時、現在一緒に住んでいる(生活している)家族構成は、どのようになっていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | |
|----------------------|------------|------------------------|
| 1. あなたと配偶者・パートナーと子ども | 2. あなたと子ども | 3. あなたと配偶者・パートナーと子どもと親 |
| 4. あなたと子どもと親 | 5. その他() | |

問 33. 現在の暮らし向きについて、あてはまるものをお選びください。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|------------------------|----------------------------|
| 1. 家計にゆとりがあり、全く心配していない | 2. 家計にあまりゆとりはないが、それほど心配はない |
| 3. 家計にゆとりがなく、やや心配である | 4. 家計が苦しく、非常に心配である |

問 34. 問 31 の世帯全体の昨年1年間の税引前の合計収入額(年金・手当等を含みます)をお答えください。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 100 万円未満	2. 100 万～150 万円未満	3. 150 万～200 万円未満
4. 200 万～250 万円未満	5. 250 万～300 万円未満	6. 300 万～400 万円未満
7. 400 万～500 万円未満	8. 500 万～600 万円未満	9. 600 万～700 万円未満
10. 700 万～800 万円未満	11. 800 万～900 万円未満	12. 900 万～1,000 万円未満
13. 1,000 万～1,200 万円未満	14. 1,200 万円以上	

問 35. あなたの現在の健康状態はいかがですか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. よい	2. まあよい	3. ふつう	4. あまりよくない	5. よくない
-------	---------	--------	------------	---------

問 36. あなたは食育※に関心がありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

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

※食育とは、心身の健康と豊かな人間形成のために食に関する知識や食を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。

問 37. 外食や食品を購入する時に「栄養成分表示※」を参考にしていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. いつも参考にしている	2. 時々参考にしている
3. ほとんど参考にしていない	4. 栄養成分表示を知らない

※栄養成分表示とは、エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量などの表示です。

問 38. 普段、朝食をとっていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 週6～7日とっている	2. 週4～5日とっている	3. 週2～3日とっている	4. ほとんどとっていない
---------------	---------------	---------------	---------------

問 39. バランスのとれた食事(主食・主菜・副菜を組み合わせた食事)を、1日2回以上とっていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 週6～7日とっている	2. 週4～5日とっている
3. 週2～3日とっている	4. ほとんどとっていない



問 40. 健康維持に必要な野菜量(350g以上/日)を摂取していると思いますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 摂取していると思う	2. ほぼ摂取していると思う	3. あまり摂取していないと思う
4. 摂取していないと思う	5. 分からない	

※片手に山盛りにした生野菜の量が120gです。

問 41. 普段の食事において、減塩に取り組んでいますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 積極的に取り組んでいる	2. 少し取り組んでいる
3. あまり取り組んでいない	4. 全く取り組んでいない

問 42. 日頃から日常生活の中で、健康の維持・増進のために、意識的に身体を動かしていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. いつもしている	2. 時々している
3. 以前はしていたが、現在はしていない	4. まったくしていない

問 43. あなたは、毎日睡眠で休養が十分とれていると思いますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|--------------|-------------|
| 1. 十分とれている | 2. まあとれている |
| 3. あまりとれていない | 4. 全くとれていない |

問 44. 睡眠時間はどのくらいですか。

平均()時間/日

問 45. あなたのご家庭の喫煙の状況は、次のうちどれですか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | |
|-----------|------------------|--------------------|
| 1. 誰も吸わない | 2. 吸っているが、分煙している | 3. 吸っており、特に分煙していない |
|-----------|------------------|--------------------|

※分煙とは、たばこを吸う場所をしっかりと分け、たばこを吸わない人が煙を吸い込むことがないようにすることです。

問 46. 過去1年間に歯科医院等で、歯科医に診てもらったことはありますか。

(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|---------------------|------------------------|
| 1. 診てもらった ⇒問 46-1 へ | 2. 診てもらわなかった ⇒問 46-2 へ |
|---------------------|------------------------|

問 46-1. 問 46 で「1. 診てもらった」を選ばれた方におききします。

診てもらった目的は何ですか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

- | | | |
|-----------------|-----------------|-----------------|
| 1. 定期健診 | 2. 歯石・歯の汚れをとるため | 3. 痛み等の自覚症状があった |
| 4. 歯みがき指導を受けるため | 5. その他() | |

問 46-2. 問 46 で「2. 診てもらわなかった」を選ばれた方におききします。

診てもらわなかった理由は何ですか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

- | |
|-----------------------------|
| 1. 忙しかった |
| 2. どこの歯科医院に行ってもよいのかわからなかった |
| 3. 痛み等の症状がないから、受診の必要はないと思った |
| 4. 痛み等の自覚症状があるが、受診の必要を感じない |
| 5. その他() |

問 47. あなたは、ものを噛んで食べるとき、どのような状態ですか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|---------------------|--------------------|
| 1. なんでも噛んで食べることができる | 4. 噛んで食べることができない |
| 2. 噛めない食べ物が少しある | } 問 47-1 へ ⇒問 48 へ |
| 3. 噛めない食べ物が多い | |

問 47-1. 問 47 で「4. 噛んで食べることができない」以外を選んだ方におききします。

あなたは、ふだんゆっくりよく噛んで食べていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | |
|----------------------------|
| 1. ゆっくりよく噛んで食べている |
| 2. どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている |
| 3. どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない |
| 4. ゆっくりよく噛んで食べていない |

問 48. かかりつけの歯科医院がありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 市内にある	2. 市外にある	3. ない
----------	----------	-------

問 49. 歯ブラシ以外に、歯間ブラシやデンタルフロス(糸ようじ)を使っていますか。

(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 毎日使っている	2. 時々使っている
3. 使っていない	4. 歯間ブラシやデンタルフロスを知らない

問 50. 普段のあなたの健康に関する行動について、次のア～テの項目であてはまるものをお答えください。

(すべての項目に1つ番号を○で囲んでください)

項目	1 実行している	2 ほぼ実行している	3 ときどき実行している	4 あまり実行していない	5 実行していない
ア. 自分に合った健康づくりを行っていますか	1	2	3	4	5
イ. 健康づくりのために運動を行っていますか	1	2	3	4	5
ウ. 普段なるべく歩くようにしていますか	1	2	3	4	5
エ. 歯やお口の健康を意識した生活を送っていますか	1	2	3	4	5
オ. 家族や友人等と食事をとるようにしていますか	1	2	3	4	5
カ. 心にゆとりのある生活を送っていますか	1	2	3	4	5
キ. 楽しい人間関係づくりを行っていますか	1	2	3	4	5
ク. 規則正しい生活を送っていますか	1	2	3	4	5
ケ. 健康に関する情報を入手していますか	1	2	3	4	5
コ. 自分を大切に生きていますか	1	2	3	4	5
サ. ボランティア活動に参加していますか	1	2	3	4	5
シ. 地域や地区の活動に参加していますか	1	2	3	4	5
ス. ごみのマナー（分別など）を守っていますか	1	2	3	4	5
セ. 交通ルールやマナーを守っていますか	1	2	3	4	5
ソ. 定期的ながん検診を受けていますか	1	2	3	4	5
タ. 自分以外の人にやさしく接していますか	1	2	3	4	5
チ. 自分から周りの人にあいさつをしていますか	1	2	3	4	5
ツ. 家族や友人等とふれあう時間や機会をつくっていますか	1	2	3	4	5
テ. 家族や友人等と一緒に健康づくりを行っていますか	1	2	3	4	5

7. 健康なまちづくりにつながる社会環境の整備について

問 51. あなたは「健康とは何か」と聞かれたら、どのように答えますか。あなたの考えにあうものを、すべてお選びください。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

1. 幸福なこと	2. 心身ともに健やかなこと
3. 仕事ができること	4. 生きがいの条件
5. 健康を意識しないこと	6. 病気でないこと
7. 快食・快眠・快便	8. 身体が丈夫で元気がよく、調子がよいこと
9. 心も体も人間関係もうまくいっていること	10. 家庭円満であること
11. 規則正しい生活ができること	12. 長生きできること
13. 人を愛することができること	14. 前向きに生きられること
15. その他()	



問 51-1 へ

問 51-1. 問 51 で番号を複数選んだ方におききます。

その中で、あなたの考えに最も近い番号を1つ選んで記入してください。

あなたの考えに最も近い番号 番

問 52. 健康づくりの総合計画「健康なまち習志野」をご存じでしたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 内容まで知っている	2. 名前だけは知っている	3. 知らない
--------------	---------------	---------

問 53. これからの健康なまちづくりには、保健や福祉など健康に直接関係する分野の他にも、様々な分野の施策が健康なまちづくりにも影響しているという視点※が重要であるとされています。あなたは、このような考え方をご存知でしたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 知っていた	2. 知っていたが、詳しくは知らなかった
3. 知らなかった	4. その他()

※例えば、都市整備分野が歩きやすい道路の整備をすることで、市民の外出する機会が増加し、適度な運動につながることや、雇用が安定することで、精神・身体的健康が高まることなど。

問 54. 所得や雇用形態、居住形態などを原因として、個人の健康状態に差が生じること、いわゆる「健康格差」という言葉をご存知でしたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 知っていた	2. 知っていたが、詳しくは知らなかった
3. 知らなかった	4. その他()

問 55. あなたとあなたがお住まいの地域の人たちとのつながりは、強い方だと思いますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 強い方だと思う	2. どちらかといえば強い方だと思う
3. どちらかといえば弱い方だと思う	4. 弱い方だと思う
5. わからない	

問 56. 趣味や楽しみにしていることがありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. ある	2. あるが今はできない	3. ない
-------	--------------	-------

問 57. お住まいの地域周辺に関する現状の満足度について、お考えに近いものをお答えください。
(すべての項目に1つ番号を○で囲んでください)

項目	1 満足	2 やや満足	3 普通	4 やや不満足	5 不満足
ア. 子どもがのびのび育つまち	1	2	3	4	5
イ. 歳をとっても安心して暮らせるまち	1	2	3	4	5
ウ. 障がいをもった人が生活しやすいまち	1	2	3	4	5
エ. 生涯を通して学習・スポーツができるまち	1	2	3	4	5
オ. 健康をテーマとしたまちづくりが行われているまち	1	2	3	4	5
カ. 夢や生きがいを持って暮らせるまち	1	2	3	4	5
キ. ごみが落ちていないまち	1	2	3	4	5
ク. 水や空気がきれいなまち	1	2	3	4	5
ケ. 四季折々の自然の風景を楽しめるまち	1	2	3	4	5
コ. 犯罪や交通事故の少ないまち	1	2	3	4	5
サ. ふるさと意識が持てるまち	1	2	3	4	5
シ. 地域や地区で協力、助け合いができるまち	1	2	3	4	5
ス. 気軽にあいさつができ、交流ができるまち	1	2	3	4	5
セ. 子育てしやすいまち	1	2	3	4	5
ソ. 教育の充実したまち	1	2	3	4	5

問 58. 日頃、健康に関する情報を何から得ていますか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

1. テレビ	2. 本・雑誌
3. 新聞	4. 市の広報紙
5. ラジオ	6. インターネット(パソコン・携帯)
7. 友人・知人	8. 医療機関
9. 薬局	10. 市役所(市の保健師・栄養士・歯科衛生士など)
11. SNS(YouTube 等)	12. その他()

8. 保健サービス等に関するご意見やご要望について

○習志野市の保健サービス等に関するご意見やご要望などがございましたら、ご記入ください。

ご協力ありがとうございました。

同封の返信用封筒に入れて 11月27日(水) までにご投函ください。

～事業者の皆さまへ～ 健康意識調査へのご協力をお願い



事業者の皆様には、日頃より市政にご理解、ご協力をいただき、ありがとうございます。

本市では、全ての市民が生涯にわたっていきいきと安心して幸せな生活ができる健康なまちづくりを目標とした「健康なまち習志野計画」を策定し、各種施策を推進しています。

本調査は、令和8年度からの新たな計画の策定における基礎資料とすることを目的に事業者の皆様のご健康に関するご意見等をお伺いするものです

お忙しいところ大変恐縮ですが、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力いただきますようお願い申し上げます。

日常のご支援にじから感謝申し上げます。

令和6年11月 習志野市

宮本泰介

回答方法 本調査票を同封の返信用封筒に入れて郵便ポストにご投函ください。
(切手は不要です)

回答期限 令和6年11月27日(水)までにご投函ください。

【ご回答にあたってのお願い】

- ・あて名の事業所の代表様かご担当者様にご回答ください。
- ・質問は全部で31問あります。(所要時間15分程度)
- ・回答したくない質問には、ご回答いただく必要はございません。
- ・調査は無記名で行いますので、個人が特定されることはありません。
(お名前を書かれたとしても調査には一切反映しません。)
- ・回答いただいた調査票は鍵のかかる場所で保管し、一定の保管期間を経た後、焼却処理します。

かなで
演奏よう未来へ 70th

習志野市は令和6年8月1日に市制施行70周年を迎えました。

【問い合わせ先】習志野市 健康福祉部 健康支援課 企画・管理係

電話:047-451-1151(内線406) FAX:047-454-2030

1. 貴事業者について

問1. 貴事業者の主たる業種をお答えください。(主な業種1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | | |
|-----------|-------------|-----------|--------------|
| 1. 農業・林業 | 2. 鉱業 | 3. 建設業 | 4. 製造業 |
| 5. 情報通信業 | 6. 運輸業 | 7. 卸売・小売業 | 8. 金融・保険業 |
| 9. 不動産業 | 10. 飲食店、宿泊業 | 11. 医療、福祉 | 12. 教育、学習支援業 |
| 13. サービス業 | 14. その他() | | |

問2. 貴事業者の従業員(非正規含む全ての従業員)の人数をお答えください。

(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | |
|----------------|-----------------|------------------|
| 1. 5人未満 | 2. 5人以上～10人未満 | 3. 10人以上～20人未満 |
| 4. 20人以上～50人未満 | 5. 50人以上～100人未満 | 6. 100人以上～500人未満 |
| 7. 500人以上 | | |

問3. 貴事業者の従業員(非正規含む全ての従業員)の平均年齢をお答えください。

(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | | |
|------------|------------|------------|------------|
| 1. 20歳未満 | 2. 20歳～29歳 | 3. 30歳～39歳 | 4. 40歳～49歳 |
| 5. 50歳～59歳 | 6. 60歳～69歳 | 7. 70歳以上 | |

問4. 最近1年間の業況はいかがですか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | |
|---------|-----------|---------|
| 1. 黒字基調 | 2. 収支ほぼ均衡 | 3. 赤字基調 |
|---------|-----------|---------|

問5. 貴事業者の主な販売先をお答えください。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | |
|----------------------------|
| 1. 国内の一般消費者に売上高の50%超を依存 |
| 2. 国内の株式非公開企業に売上高の50%超を依存 |
| 3. 国内の株式公開企業に売上高の50%超を依存 |
| 4. 国内の官公庁・公的機関に売上高の50%超を依存 |
| 5. 海外に売上高の50%超を依存 |
| 6. 上記の1～5以外 |

問6. 貴事業者の所在地について、あてはまる地区をお答えください。

(主な地域1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | | | | | |
|--------|--------|----------|----------|---------|--------|----------|
| 1. 茜浜 | 2. 秋津 | 3. 泉町 | 4. 大久保 | 5. 香澄 | 6. 奏の杜 | 7. 鷺沼 |
| 8. 鷺沼台 | 9. 芝園 | 10. 新栄 | 11. 袖ヶ浦 | 12. 津田沼 | 13. 花咲 | 14. 東習志野 |
| 15. 藤崎 | 16. 実籾 | 17. 実籾本郷 | 18. 本大久保 | 19. 屋敷 | 20. 谷津 | 21. 谷津町 |

2. からだの健康に関する意識について

問7. 貴事業者では、従業員などのからだの健康について、どのような考えをお持ちですか。

(すべての項目に1つ番号を○で囲んでください)

項目	1 そう 思う	2 どちら かとい え ば	3 どちら かとい え ば	4 そう 思わ ない
ア. 従業員のからだの健康管理は重要である	1	2	3	4
イ. 従業員のからだ健康であることは、労働生産性やサービスの向上、事業リスクの軽減につながる	1	2	3	4
ウ. 従業員のからだ健康であることは、医療費の伸びを抑制することにつながる	1	2	3	4
エ. 従業員のからだ健康づくりに取り組むことは、従業員満足度の向上、優秀な人材の定着・新規雇用につながる	1	2	3	4
オ. 従業員のからだ健康であることは、家庭や地域などの人々にも良い影響を及ぼす	1	2	3	4
カ. 従業員のからだ健康状態を把握できている	1	2	3	4
キ. 従業員の家族のからだ健康であることは重要である	1	2	3	4
ク. 従業員の家族のからだ健康状態を把握できている	1	2	3	4
ケ. からだの健康が良好な従業員が年々多くなっている	1	2	3	4
コ. 従業員のからだ健康づくりを、従業員個人の責任だけにしていない	1	2	3	4
サ. 従業員のからだ健康づくりに積極的に取り組んでいる	1	2	3	4
シ. 従業員のからだ健康づくりに関するノウハウがある	1	2	3	4

問8. 従業員のからだ健康状態について、総じてどのように感じていますか。

(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 全ての従業員が良好である	2. 良好な従業員の方が多い
3. 良好な従業員と良好でない従業員が同じくらい	4. 良好な従業員の方が少ない
5. 良好な従業員はほとんどいない	6. わからない
7. その他()	

問9. 従業員のからだ健康づくりを貴事業者が進めていく上で、どのようなことが課題であると考えていますか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

1. 従業員の健康状態の把握	2. 従業員の家族の健康状態の把握
3. 健康教育を実施する体制の整備	4. 健康相談を実施する体制の整備
5. 休憩室など休息できる場所の整備	6. 受動喫煙を防止するための対策
7. 時間外労働の削減	8. 特に課題はない
9. その他()	

3. 心の健康に関する意識について

問 10. 貴事業者では、従業員などの心の健康について、どのような考えをお持ちですか。

(すべての項目に1つ番号を○で囲んでください)

項目	1 そう 思う	2 ど ち ら か と い え ば	3 ど ち ら か と い え ば	4 そ う 思 わ な い
ア. 従業員の心の健康管理は重要である	1	2	3	4
イ. 従業員の心が健康であることは、労働生産性やサービスの向上、事業リスクの軽減につながる	1	2	3	4
ウ. 従業員の心が健康であることは、医療費の伸びを抑制することにつながる	1	2	3	4
エ. 従業員の心の健康づくりに取り組むことは、従業員満足度の向上、優秀な人材の定着・新規雇用につながる	1	2	3	4
オ. 従業員の心が健康であることは、家庭や地域などの人々にも良い影響を及ぼす	1	2	3	4
カ. 従業員の心の健康状態を把握できている	1	2	3	4
キ. 従業員の家族の心が健康であることは重要である	1	2	3	4
ク. 従業員の家族の心の健康状態を把握できている	1	2	3	4
ケ. 心の健康が良好な従業員が年々多くなっている	1	2	3	4
コ. 従業員の心の健康づくりを、従業員個人の責任だけにしていない	1	2	3	4
サ. 従業員の心の健康づくりには職場環境の影響が大きい	1	2	3	4
シ. 良好な職場環境の整備には、職場の人間関係の影響が大きい	1	2	3	4
ス. 仕事上の裁量の自由と決定権（コントロール度）が高い従業員はストレスが低い	1	2	3	4
セ. 仕事上の努力に見合った報酬（賃金、昇進、個人の尊重）は従業員のストレスを低くする	1	2	3	4
ソ. 従業員の心の健康づくりに積極的に取り組んでいる	1	2	3	4
タ. 従業員の心の健康づくりに関するノウハウがある	1	2	3	4

問 11. 従業員の心の健康状態について、総じてどのように感じていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|--------------------------|-----------------|
| 1. 全ての従業員が良好である | 2. 良好な従業員の方が多い |
| 3. 良好な従業員と良好でない従業員が同じくらい | 4. 良好な従業員の方が少ない |
| 5. 良好な従業員はほとんどいない | 6. わからない |
| 7. その他() | |

問 12. 従業員の心の健康づくりを進めていく上で、どのようなことが課題であると考えていますか。

(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|----------------------|--------------------|
| 1. 従業員の健康状態の把握 | 2. 従業員の家族の健康状態の把握 |
| 3. 健康教育を実施する体制の整備 | 4. 健康相談を実施する体制の整備 |
| 5. 従業員間のコミュニケーションの向上 | 6. 有給休暇を取得しやすい職場環境 |
| 7. 時間外労働の削減 | 8. 特に課題はない |
| 9. その他() | |

4. 健康づくりへの取組みについて

問 13. 健康対策を行うスタッフを、配置していますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. いる ⇒ 問 13-1 へ 2. いない ⇒ 問 14 へ

問 13-1. 問 13 で「1. いる」を選ばれた方におききます。

健康対策を行うスタッフの職種は、何ですか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

1. 産業医 2. 医師 3. 衛生管理者等
4. 保健師・看護師 5. カウンセラー 6. その他()

問 14. 貴事業者が日常行っている、従業員の健康づくりへの取組み状況はいかがですか。また、行っていない場合、今後は取組みたいと思いますか。(すべての項目に1つ番号を○で囲んでください)

項目	実施 している		実施 していない	
	1 いつも	2 時々	3 今後 したい	4 今後 も 難 しい
ア. 良好な人間関係づくり（例：従業員の親睦を図るための懇親会やスポーツ大会、従業員が相互に感謝の気持ちを示しあう「ありがとうカード」の導入など）	1	2	3	4
イ. 従業員の定期的な健康診断の実施	1	2	3	4
ウ. 従業員の定期的な健康診断受診状況の把握	1	2	3	4
エ. 従業員の家族（被扶養者）の定期的な健康診断の実施	1	2	3	4
オ. 従業員の家族（被扶養者）の定期的な健康診断受診状況の把握	1	2	3	4
カ. 従業員を対象とした研修や講演といった健康教育の実施	1	2	3	4
キ. 従業員が気軽に健康相談を受けられる体制づくり	1	2	3	4
ク. 千葉産業保健推進連絡事務所等、産業保健の促進に関する相談、セミナー、情報提供を行う機関の活用	1	2	3	4
ケ. 年次有給休暇を取得しやすい職場環境の整備	1	2	3	4
コ. ノー残業デーの設定など、時間外労働の削減	1	2	3	4
サ. 従業員の禁煙支援	1	2	3	4
シ. 事業所内禁煙など、受動喫煙を防止するための対策	1	2	3	4
ス. 事業所内や周辺のゴミ拾いなど、従業員の心の安らぎにつながる美化活動	1	2	3	4
セ. 屋上や壁面の緑のカーテンなど、従業員の心の安らぎにつながる緑化活動	1	2	3	4

5. 健康なまちづくりの推進に関する地域社会との協働について

問 15. 貴事業者には、社是・社訓・経営理念がありますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. ある ⇒ 問 15-1、問 15-2 へ 2. ない ⇒ 問 16 へ

問 15-1. 問 15 で「1. ある」を選ばれた方におききします。

社是・社訓・経営理念を貴事業者の経営へ反映していますか。

(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

1. 社是等は観念的・精神的なものであり、実際の経営には反映していない
2. 自社のパンフレット・ホームページ等で社是等を公表している
3. 個々の活動方針や経営計画に具体的に織り込んでいないが、社是等の精神に則って事業を行っている
4. 社是等に基づいて、生産・販売、環境保護・管理、品質管理等に関する各種の活動方針を立てている
5. 社是等に基づいて、年度間の、あるいは中・長期的な経営計画を策定している

問 15-2. 問 15 で「1. ある」を選ばれた方におききします。

社是・社訓・経営理念に含まれる項目をお答えください。

(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

1. 法令を順守し、倫理的行動をとること
2. 人体に有害な製・商品、サービスを提供しないこと
3. 収益をあげること
4. 新たな技術や知識を生み出すこと
5. 地球環境の保護に貢献すること
6. 人権を尊重・保護すること
7. 貴事業者が所在する地域社会への参画、発展に寄与すること
8. 寄付やボランティア、芸術・文化への支援活動等を通じて、社会に貢献すること
9. 雇用を創出すること
10. より良い製・商品、サービスを提供すること
11. 健康・社会・環境に配慮した製・商品、サービスを提供すること
12. その他()

問 16. 「企業の社会的責任(CSR※)」という用語をご存知ですか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 見聞きしたことがあり、内容についても詳しく知っている
2. 見聞きしたことがあり、内容については大まかに知っている
3. 見聞きしたことはあるが、内容についてはあまり知らない
4. 知らなかった

※CSR（企業の社会的責任：Corporate Social Responsibility の略）とは、法令順守に基づいた事業活動により収益を確保することにとどまらず、(地球)環境の保全や (地域)社会とそのメンバー（例：従業員）への貢献とのバランスにも配慮すること等も企業が負うべき責任であるとの考え、あるいはそうした考えに基づく活動・取り組み

問 17. 貴事業者にとって、「企業の社会的責任(CSR)」に含まれると考えられる項目について、あてはまるものをお答えください。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

1. 法令を順守し、倫理的行動をとること
2. 人体に有害な製・商品、サービスを提供しないこと
3. 収益をあげること
4. 新たな技術や知識を生み出すこと
5. 地球環境の保護に貢献すること
6. 人権を尊重・保護すること
7. 貴事業者が所在する地域社会への参画、発展に寄与すること
8. 寄付やボランティア、芸術・文化への支援活動等を通じて、社会に貢献すること
9. 雇用を創出すること
10. より良い製・商品、サービスを提供すること
11. 健康・社会・環境に配慮した製・商品、サービスを提供すること
12. その他()

問 18. 貴事業者では本業に関連することも含め、地域社会への参画、発展のための取り組みを行っていますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | | |
|--------------|-------------------|--------------|------------|
| 1. 十分行っている | } 問 18-1、問 18-2 へ | 3. あまり行っていない | } 問 18-3 へ |
| 2. ある程度行っている | | 4. 全く行っていない | |

問 18-1. 問 18 で、「1. 十分行っている」または「2. ある程度行っている」を選ばれた方におききます。貴事業者が地域社会への参画、発展のために行っていることについて、自由にご記入ください。

.....
.....

問 18-2. 問 18 で、「1. 十分行っている」または「2. ある程度行っている」を選ばれた方におききます。貴事業者が地域社会への参画、発展のために取り組む目的は何ですか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

- | | |
|--------------------|-------------------------------------|
| 1. 自社の知名度・イメージの向上 | 2. 地域経済の活性化 |
| 3. 良好なコミュニティの形成 | 4. 地域への愛着心・誇りを高める |
| 5. 人脈の形成 | 6. 地域内で生活する人の健康づくりの推進と、そのための社会環境の整備 |
| 7. 自然環境の保全 | 8. 地域内の人材の育成 |
| 9. 新事業の開拓 | 10. 地域内の社会的課題の解決 |
| 11. 歴史・文化的資源の保存・保全 | 12. その他() |

問 18-3. 問 18 で、「3. あまり行っていない」または「4. 全く行っていない」を選ばれた方におきします。
「地域社会への参画、発展のための取り組み」を行っていない理由は何ですか。
(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

1. 人手が足りない
2. コストの増加が予想される
3. 「企業の社会的責任 (CSR)」という概念を知らなかった
4. 資金が不足している
5. 自社の事業には取り組むメリットがない
6. 周りの企業や競争相手も取り組んでいない
7. 取り組むメリットが分からない
8. 販売先・納入先から期待・要請されていない
9. 官公庁・公的機関から期待・要請されていない
10. 消費者から期待・要請されてない
11. 取引金融機関等から期待・要請されてない
12. その他()

問 19. 次にあげる支援策は、「地域社会への参画、発展のための取り組み」を推進する上でどの程度必要ですか。

(すべての項目に1つ番号を○で囲んでください)

項目	1 必要	2 やや必要	3 あまり必要ではない	4 必要ではない
ア. 様々な取り組みを行うと利用できる減税措置	1	2	3	4
イ. 様々な取り組みに対する補助金	1	2	3	4
ウ. 官公庁・公的機関、経済団体等からの情報提供 (取り組み方やそのヒント等)	1	2	3	4
エ. 官公庁・公的機関、経済団体等による表彰制度と表彰を通じた企業のPR	1	2	3	4
オ. 積極的に取り組んでいる企業をメディアで紹介・PRすること	1	2	3	4
カ. 販売先から価格面等、取引上の優遇を受けられること	1	2	3	4
キ. 「企業の社会的責任 (CSR)」についての「第三者認証」	1	2	3	4

問 20. 貴事業者の事業や CSR において、次の関係者との連携・協働の状況はいかがですか。
(ア～エの①必要性・②協働状況それぞれ1つに○で囲んでください)

項目	①必要性		②協働状況	
	1 必要性を感じる	2 必要性は感じない	1 協働している	2 協働していない
ア. 消費者	1	2	1	2
イ. NPO・NGO	1	2	1	2
ウ. 地域社会	1	2	1	2
エ. 市役所	1	2	1	2

問 21. 貴事業者以外の関係者が、健康なまちづくりに向けた取組みを協働して行いたいと希望した場合、貴事業者ではどのようなことができますか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

1. 関係者から出された意見や要望に対する検討・反映
2. 技術や知識など貴事業者が強みとしているものの提供・貢献
3. 市内に存在する様々な課題解決に向けた相談や協議への参加(課題の大小、形を問わず)
4. 市民に情報を行き渡らせるための協力
5. 協働の相手として認識されやすいよう、本業の内容や強みをわかりやすく紹介・公表する
6. イベントへの協力
7. その他()
8. 今のところ協力できることはない

問 22. 地域や市が実施する健康づくりのイベントで、貴事業者が協力できるものとして、どのようなものがありますか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 1. ウォーキングなどの際の休憩場所 | 2. 公園や緑地の清掃・美化活動 |
| 3. 道路の清掃・美化活動 | 4. 植樹・緑化活動 |
| 5. 健康セミナーや健康講座への参加 | 6. ポスターの掲示やチラシの配布 |
| 7. その他() | 8. 今のところ協力できることはない |

6. 健康づくりにつながる社会環境の整備について

問 23. 貴事業者は「健康とは何か」と聞かれたら、どのように答えますか。貴事業者の考えにあうものをお選びください。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

1. 幸福なこと	2. 心身ともに健やかなこと
3. 仕事ができること	4. 生きがいの条件
5. 健康を意識しないこと	6. 病気でないこと
7. 快食・快眠・快便	8. 身体が丈夫で元気がよく、調子がよいこと
9. 心も体も人間関係もうまくいっていること	10. 家庭円満であること
11. 規則正しい生活ができること	12. 長生きできること
13. 人を愛することができること	14. 前向きに生きられること
15. その他()	



問 23-1 へ

問 23-1. 問 23 で番号を複数選んだ方におききます。

その中で、貴事業者の考えに最も近い番号を1つ選んで記入してください。

貴事業者の考えに最も近い番号 番

問 24. 健康づくりの総合計画「健康なまち習志野」をご存じでしたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 内容まで知っている	2. 名前だけは知っている	3. 知らない
--------------	---------------	---------

問 25. これからの健康なまちづくりには、保健や福祉など健康に直接関係する分野以外にも、様々な分野の施策が健康なまちづくりにも影響しているという視点※が重要であるとされています。貴事業者は、このような考え方をご存知でしたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 知っていた	2. 知っていたが、詳しくは知らなかった
3. 知らなかった	4. その他()

※例えば、都市整備分野が歩きやすい道路の整備をすることで、市民の外出する機会が増加し、適度な運動につながることや、雇用が安定することで、精神・身体的健康が高まることなど。

問 26. 所得や雇用形態、居住形態などを原因として、個人の健康状態に差が生じること、いわゆる「健康格差」という言葉をご存知でしたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 知っていた	2. 知っていたが、詳しくは知らなかった
3. 知らなかった	4. その他()

問 27. 貴事業者の地域周辺に関する現状の満足度について、お考えに近いものお選びください。
(すべての項目に1つ番号を○で囲んでください)

項目	1 満足	2 やや満足	3 普通	4 やや不満足	5 不満足
ア. 子どもがのびのび育つまち	1	2	3	4	5
イ. 歳をとっても安心して暮らせるまち	1	2	3	4	5
ウ. 障がいをもった人が生活しやすいまち	1	2	3	4	5
エ. 生涯を通して学習・スポーツができるまち	1	2	3	4	5
オ. 健康をテーマとしたまちづくりが行われているまち	1	2	3	4	5
カ. 夢や生きがいを持って暮らせるまち	1	2	3	4	5
キ. ごみが落ちていないまち	1	2	3	4	5
ク. 水や空気がきれいなまち	1	2	3	4	5
ケ. 四季折々の自然の風景を楽しめるまち	1	2	3	4	5
コ. 犯罪や交通事故の少ないまち	1	2	3	4	5
サ. ふるさと意識が持てるまち	1	2	3	4	5
シ. 地域や地区で協力、助け合いができるまち	1	2	3	4	5
ス. 気軽にあいさつができ、交流ができるまち	1	2	3	4	5
セ. 子育てしやすいまち	1	2	3	4	5
ソ. 教育の充実したまち	1	2	3	4	5

7. これからの市の取組みについて

問 28. 従業員の健康づくりの推進に関する情報として、どのような情報をお知りになりたいですか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 市が実施している健康づくりに関する施策(がん検診・健康講座・健康相談など)
2. 健康に関する用語など一般的な知識(メタボリックシンドロームなど)
3. 健康に関する動向(平均寿命・がん検診受診率など)
4. 健康づくりに関するイベント(ウォーキング・スポーツ大会など)
5. 健康づくりに関する活動を行っている市民活動団体
6. 体育館や運動場など、市内で運動ができる施設
7. 事業者が行っている健康づくりに関する取組み事例
8. 医療施設
9. その他()
10. 特にない

問 29. 健康づくりに関する PR・啓発について、どのような情報提供の方法であれば、伝わりやすいと思いますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|----------------------|----------------------------|
| 1. 市の広報紙「広報習志野」への掲載 | 2. 市のホームページの健康情報の充実 |
| 3. テレビ広報「なるほど習志野」の活用 | 4. YouTube・市公式 LINE などでの配信 |
| 5. 公共施設・駅などでのポスターの掲示 | 6. 商工会議所会報「商工習志野」への掲載 |
| 7. 商工会議所会議・会合での説明 | 8. 健康なまちづくりイベントなどの開催 |
| 9. 啓発のためのパンフレットなどの配布 | 10. その他() |

問 30. より多くの事業者健康なまちづくりに関する取組みを推進していただくため、貴事業者では、どのような市の支援があれば取組みやすいと思いますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | |
|---|
| 1. 健康なまちづくりに取組んでいる事業者の、取組み事例等に関する情報の提供 |
| 2. 健康なまちづくりに取組んでいる事業者の、市広報紙や市ホームページでの公表 |
| 3. 健康なまちづくりに取組んでいる事業者への、融資や入札における優遇制度 |
| 4. 健康なまちづくりに取組んでいる事業者を、認定・認証する制度 |
| 5. その他() |

問 31. 本市では、健康づくりを推進するための取組みとして、健康づくりに取組んだ市民にポイントを付与し、ポイントに応じて店舗や施設でサービスを受けられたり、健康に関する商品と引き換えたりすることができる制度を実施しています。この制度にご協力いただけますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|--------------------------|----------------|
| 1. 店舗・施設等でのサービスの提供で協力できる | 2. 商品の提供で協力できる |
| 3. その他() | 4. 協力できることはない |

例：健康づくりの取り組み例：日々の運動や食事などの生活改善、健康講座やスポーツ教室への参加

8. ご意見・ご要望など

○その他、健康なまちづくりに関するご意見・ご要望、貴事業者で実施されている取組みなどがありましたらご記入ください。

ご協力ありがとうございました。
同封の返信用封筒に入れて 11月27日(水) までにご投函ください。



～市民活動団体の皆さまへ～ 健康意識調査へのご協力のお願い

市民活動団体の皆様には、日頃から市政にご理解、ご協力いただきありがとうございます。

本市では、全ての市民が生涯にわたっていきいきと安心して幸せな生活ができる健康なまちづくりを目標とした「健康なまち習志野計画」を策定し、各種施策を推進しています。

本調査は、令和8年度からの新たな計画の策定における基礎資料とすることを目的に市民活動団体の皆様の健康に関するご意見等をお伺いするものです

お忙しいところ大変恐縮ですが、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力いただきますようお願い申し上げます。

日常のご支援にじから感謝申し上げます。

令和6年11月 習志野市

宮本泰介

回答方法 本調査票を同封の返信用封筒に入れて郵便ポストにご投函ください。
(切手は不要です)

回答期限 令和6年11月27日(水)までにご投函ください。

【ご回答にあたってのお願い】

- ・質問は全部で17問あります。(所要時間10分程度)
- ・回答したくない質問には、ご回答いただく必要はありません。
- ・調査は無記名で行いますので、個人が特定されることはありません。
(お名前を書かれたとしても調査には一切反映しません。)
- ・回答いただいた調査票は鍵のかかる場所で保管し、一定の保管期間を経た後、焼却処理します。

かなで
演奏よう未来へ70th

習志野市は令和6年8月1日に市制施行70周年を迎えました。

【問い合わせ先】習志野市 健康福祉部 健康支援課 企画・管理係

電話:047-451-1151(内線406) FAX:047-454-2030

1. 貴団体について

問1. 貴団体の主たる活動分野をお答えください。(主な活動1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|-------------------------|---------------------|
| 1. 保健・医療・福祉の増進 | 2. 社会教育の推進 |
| 3. まちづくりの推進 | 4. 観光の振興 |
| 5. 農村漁村・中山間地域の振興 | 6. 学術・文化・芸術・スポーツの振興 |
| 7. 環境の保全 | 8. 災害救援 |
| 9. 地域安全 | 10. 人権の擁護・平和の推進 |
| 11. 国際協力 | 12. 男女共同参画社会の形成 |
| 13. 子どもの健全育成 | 14. 情報化社会の発展 |
| 15. 科学技術の振興 | 16. 経済活動の活性化 |
| 17. 職業能力の開発・雇用機会の拡充 | 18. 消費者の保護 |
| 19. 団体運営・活動に関する連絡・助言・援助 | 20. その他() |

問2. 貴団体に所属している会員の人数をお答えください。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | |
|----------------|-----------------|------------------|
| 1. 5人未満 | 2. 5人以上～10人未満 | 3. 10人以上～20人未満 |
| 4. 20人以上～50人未満 | 5. 50人以上～100人未満 | 6. 100人以上～500人未満 |
| 7. 500人以上 | | |

問3. 貴団体に所属している会員で一番多い年齢は、いくつ位の方ですか。

(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | | |
|------------|------------|------------|------------|
| 1. 20歳未満 | 2. 20歳～29歳 | 3. 30歳～39歳 | 4. 40歳～49歳 |
| 5. 50歳～59歳 | 6. 60歳～69歳 | 7. 70歳以上 | |

問4. 貴団体の活動拠点について、主たる地域をお答えください。

(主な地域1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | | | | | | |
|--------|--------|----------|----------|---------|--------|----------|
| 1. 茜浜 | 2. 秋津 | 3. 泉町 | 4. 大久保 | 5. 香澄 | 6. 奏の杜 | 7. 鷺沼 |
| 8. 鷺沼台 | 9. 芝園 | 10. 新栄 | 11. 袖ヶ浦 | 12. 津田沼 | 13. 花咲 | 14. 東習志野 |
| 15. 藤崎 | 16. 実籾 | 17. 実籾本郷 | 18. 本大久保 | 19. 屋敷 | 20. 谷津 | 21. 谷津町 |
| 22. 市外 | | | | | | |

2. 健康づくりにつながる社会環境の整備について

問5. あなたは「健康とは何か」と聞かれたら、どのように答えますか。あなたの考えにあうものをお選びください。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

1. 幸福なこと	2. 心身ともに健やかなこと
3. 仕事ができること	4. 生きがいの条件
5. 健康を意識しないこと	6. 病気でないこと
7. 快食・快眠・快便	8. 身体が丈夫で元気がよく、調子がよいこと
9. 心も体も人間関係もうまくいっていること	10. 家庭円満であること
11. 規則正しい生活ができること	12. 長生きできること
13. 人を愛することができること	14. 前向きに生きられること
15. その他()	



問5-1 へ

問5-1. 問5で番号を複数選んだ方におききます。

その中で、あなたの考えに最も近い番号を1つ選んで記入してください。

あなたの考えに最も近い番号 番

問6. 健康づくりの総合計画「健康なまち習志野」をご存じでしたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 内容まで知っている	2. 名前だけは知っている	3. 知らない
--------------	---------------	---------

問7. これからの健康なまちづくりには、保健や福祉など健康に直接関係する分野の他にも、様々な分野の施策が健康なまちづくりにも影響しているという視点※が重要であるとされています。あなたは、このような考え方をご存知でしたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 知っていた	2. 知っていたが、詳しくは知らなかった
3. 知らなかった	4. その他()

※例えば、都市整備分野が歩きやすい道路の整備をすることで、市民の外出する機会が増加し、適度な運動につながることや、雇用が安定することで、精神・身体的健康が高まることなど。

問8. 所得や雇用形態、居住形態などを原因として、個人の健康状態に差が生じること、いわゆる「健康格差」という言葉をご存知でしたか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 知っていた	2. 知っていたが、詳しくは知らなかった
3. 知らなかった	4. その他()

問9. 市民活動団体で活動することは、自己効力感※を高めたり、人と人とのつながりが生まれ、良好な人間関係の形成へと発展し、健康づくりにも効果的であることが期待されます。市民活動団体で活動して、ご自身の健康づくりにつながっていると感じますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 感じている	2. やや感じている	3. あまり感じていない	4. 感じていない
----------	------------	--------------	-----------

※自己効力感とは、自己に対する信頼感や有能感のことです。

問 10. 貴団体への参加者の増加を目指し、地域の方々に参加の声掛けなどを行ったりしていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. 頻繁に行っている	2. 時々行っている	3. 必要だが行っていない
4. 必要がないので行っていない	5. その他()	

問 11. 貴団体の活動を継続していく上で、課題となっていることはどういったことですか。
(あてはまるもの3つまで選び○で囲んでください)

1. 参加者が多すぎる	2. 参加者が年々減少している
3. 参加者の高齢化が進んでいる	4. 活動を担う新しい人材がいない
5. 活動場所を確保することが難しい	6. 資金不足
7. その他()	8. 特に課題はない

問 12. 問4でご回答いただいた、貴団体の活動拠点がある主たる地域周辺に関する現状の満足度について、お考えに近いものお選びください。(すべての項目に1つ番号を○で囲んでください)

項目	1 満足	2 やや満足	3 普通	4 やや不満足	5 不満足
ア. 子どもがのびのび育つまち	1	2	3	4	5
イ. 歳をとっても安心して暮らせるまち	1	2	3	4	5
ウ. 障がいをもった人が生活しやすいまち	1	2	3	4	5
エ. 生涯を通して学習・スポーツができるまち	1	2	3	4	5
オ. 健康をテーマとしたまちづくりが行われているまち	1	2	3	4	5
カ. 夢や生きがいを持って暮らせるまち	1	2	3	4	5
キ. ごみが落ちていないまち	1	2	3	4	5
ク. 水や空気がきれいなまち	1	2	3	4	5
ケ. 四季折々の自然の風景を楽しめるまち	1	2	3	4	5
コ. 犯罪や交通事故の少ないまち	1	2	3	4	5
サ. ふるさと意識が持てるまち	1	2	3	4	5
シ. 地域や地区で協力、助け合いができるまち	1	2	3	4	5
ス. 気軽にあいさつができ、交流ができるまち	1	2	3	4	5
セ. 子育てしやすいまち	1	2	3	4	5
ソ. 教育の充実したまち	1	2	3	4	5

問 13. 地域や市が実施する健康なまちづくりのイベントで、貴団体が協力できるものとして、どのようなものがありますか。(あてはまるものすべてを○で囲んでください)

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 1. 公園や緑地の清掃・美化活動 | 2. 道路の清掃・美化活動 |
| 3. 植樹・緑化活動 | 4. 健康セミナーや健康講座への参加 |
| 5. 会員へのチラシの配布 | 6. その他() |
| 7. 今のところ協力できることはない | |

問 14. 貴団体の会員の健康状態について、総じてどのように感じていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|------------------------|----------------------|
| 1. 全ての会員が良好である | 2. 全てではないが良好な会員の方が多い |
| 3. 良好な会員と良好でない会員が同じくらい | 4. 良好な会員の方が少ない |
| 5. 良好な会員はほとんどいない | 6. その他() |
| 7. わからない | |

3. これからの市の取組みについて

問 15. 健康づくりの推進に関する情報として、どのような情報をお知りになりたいですか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | |
|--|
| 1. 市が実施している健康づくりに関する施策(がん検診・健康講座・健康相談など) |
| 2. 健康に関する用語など一般的な知識(メタボリックシンドロームなど) |
| 3. 健康に関する動向(平均寿命・がん検診受診率など) |
| 4. 健康づくりに関するイベント(ウォーキング・スポーツ大会など) |
| 5. 健康づくりに関する活動を行っている市民活動団体 |
| 6. 公民館や体育館、運動場など、市内で活動ができる施設 |
| 7. 医療施設 |
| 8. その他() |
| 9. 特にない |

問 16. 健康づくりに関する PR・啓発について、どのような情報提供の方法であれば、伝わりやすいと思いますか。(1つだけ番号を○で囲んでください)

- | | |
|----------------------|-----------------------------------|
| 1. 市の広報紙「広報習志野」への掲載 | 2. 市のホームページの健康情報の充実 |
| 3. テレビ広報「なるほど習志野」の活用 | 4. YouTube・市公式 LINE などインターネットでの配信 |
| 5. 公共施設・駅などでのポスターの掲示 | 6. 健康づくりイベントなどの開催 |
| 7. 啓発のためのパンフレットなどの配布 | 8. その他() |

問 17. 本市では健康づくりを推進するための取組みとして、健康づくりに取組んだ市民にポイントを付与し、ポイントに応じて店舗や施設でサービスを受けられたり、健康に関する商品と引き換えたりすることができる制度を実施しています。
この制度は、貴団体が活動を継続する動機付けになっていますか。
(1つだけ番号を○で囲んでください)

1. なる	2. ならない	3. わからない
-------	---------	----------

例：健康づくりの取り組み例：日々の運動や食事などの生活改善、健康講座やスポーツ教室への参加

4. ご意見・ご要望など

○その他、健康なまちづくりに関するご意見・ご要望、貴団体で実施されている取組みなどがありましたらご記入ください。

ご協力ありがとうございました。

同封の返信用封筒に入れて11月27日（水）までにご投函ください。

令和6年度習志野市健康意識調査
報告書

発行：令和7年3月

編集：習志野市役所 健康福祉部 健康支援課 企画・管理係

〒275-8601 千葉県習志野市鷺沼2-1-1

TEL：047-453-2961

FAX：047-454-2030

E-mail：kenkosien@city.narashino.lg.jp