

桂川町健康増進計画・食育推進計画策定に 関するアンケート調査結果

令和4年1月

桂 川 町

I.調査の概要.....	1
1. 調査目的	1
2. 調査対象	1
3. 調査方法	1
4. 回収結果	1
5. 調査期間	1
6. 調査結果の見方	2
II.児童・生徒の調査結果.....	3
A. 小学生・中学生・高校生共通設問.....	3
1. 回答者の属性	3
2. 栄養状態・食生活について	6
3. 生活習慣や健康状態について	16
B. 小学生のみ設問.....	28
1. 栄養状態・食生活について	28
2. 生活習慣や健康状態について	32
C. 小学生・中学生共通設問.....	34
1. 栄養状態・食生活について	34
D. 中学生・高校生共通設問.....	37
1. 栄養状態・食生活について	37
2. 生活習慣や健康状態について	40
E. 高校生のみ設問.....	44
1. 栄養状態・食生活について	44
III.成人の調査結果.....	45
1. 回答者の属性	45
2. 食生活について	48
3. 運動習慣について	60
4. 休養・こころの健康について	62
5. 飲酒習慣について	69
6. 喫煙習慣について	70
7. 歯や口のことについて	73
8. 健康づくりの取組みについて	77
IV. 自由回答.....	86
1. 小学生・中学生・高校生の自由回答	86
2. 成人の自由回答	94

I. 調査の概要

1. 調査目的

令和4年度からの「桂川町第2期健康増進計画・食育推進計画」の策定を行うため、町民の健康や食生活の実態や意識・ニーズを把握し、今後の計画の推進に反映することを目的に、アンケート調査を実施しました。

2. 調査対象

- | | | |
|-------|----------------------|--------|
| ① 小学生 | 2校（桂川小学校、桂川東小学校）の全学年 | 677人 |
| ② 中学生 | 1校（桂川中学校）の全学年 | 313人 |
| ③ 高校生 | 桂川町に住民票を有する満17歳 | 128人 |
| ④ 成人 | 桂川町に住民票を有する満20歳以上 | 1,000人 |

3. 調査方法

- ・小学生、中学生は直接配布、直接回収
- ・高校生、成人は、郵送配布、郵送回収

4. 回収結果

配布数・回収状況

対象者	配布数	回収数	有効回収数	有効回収率
① 小学生	677	511	511	75.5%
② 中学生	313	268	268	85.6%
③ 高校生	128	51	51	39.8%
④ 成人	1,000	421	411	41.4%
青年期（20-39歳）	230	-	55	23.9%
壮年期（40-64歳）	400	-	146	36.5%
前期高齢期（65-74歳）	240	-	131	54.6%
後期高齢期（75-85歳）	130	-	69	53.1%

5. 調査期間

- ・小学生・中学生 令和3年11月17日～11月30日
- ・高校生・成人 令和3年11月17日～12月3日

6. 調査結果の見方

- 図表中の N は回答者全員、n は限定された回答者の数（母数）であり、回答率（%）の分母となっています。
- 回答は、各質問の回答者数（計）を基数とした百分率（%）で示しています。小数点第2位を四捨五入しているため、比率の合計が 100%にならない場合があります。
- 複数回答の場合、その回答比率の合計は 100%を超えます。

Ⅱ. 児童・生徒の調査結果

A. 小学生・中学生・高校生共通設問

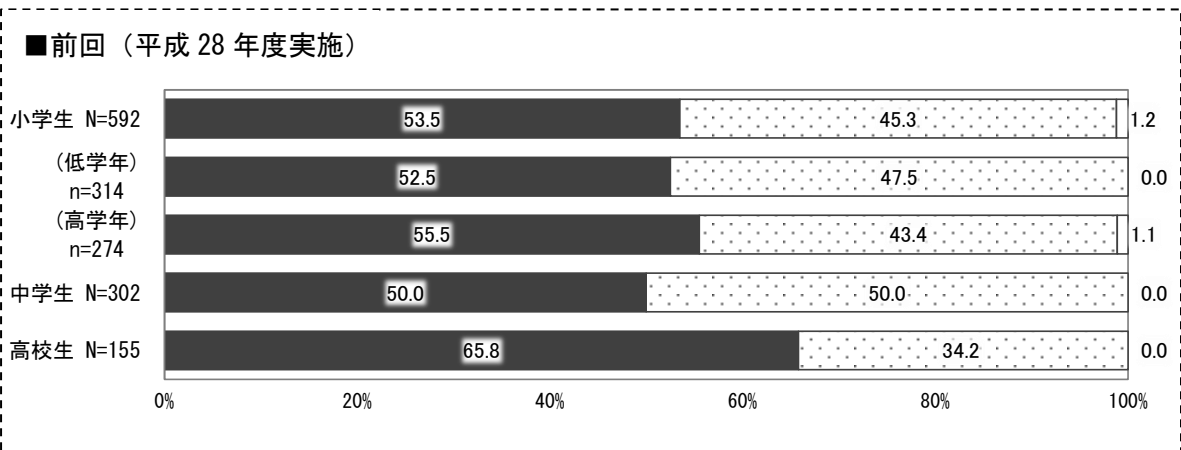
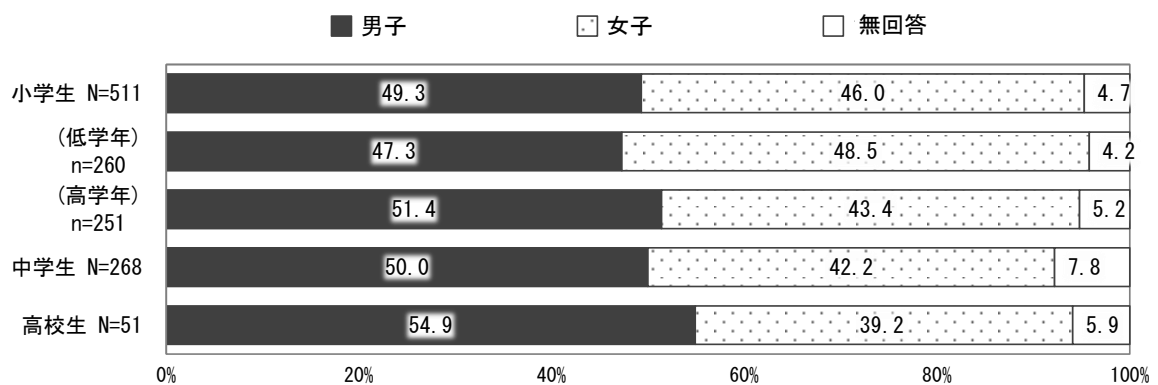
1. 回答者の属性

(1) 性別

【小学生】 「男子」が49.3%、「女子」が46.0%と「男子」の割合が高い。

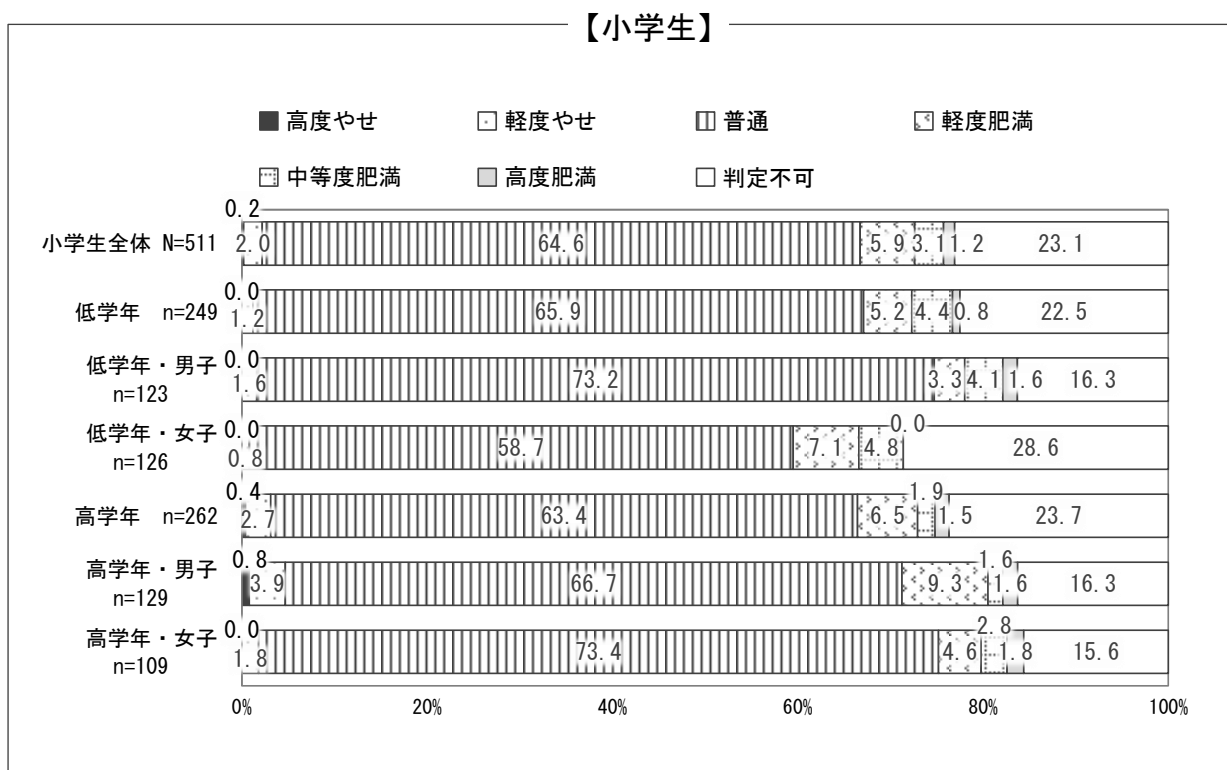
【中学生】 「男子」が50.0%、「女子」42.2%と「男子」の割合が高い。

【高校生】 「男子」が54.9%、「女子」が39.2%と「男子」の割合が高い。



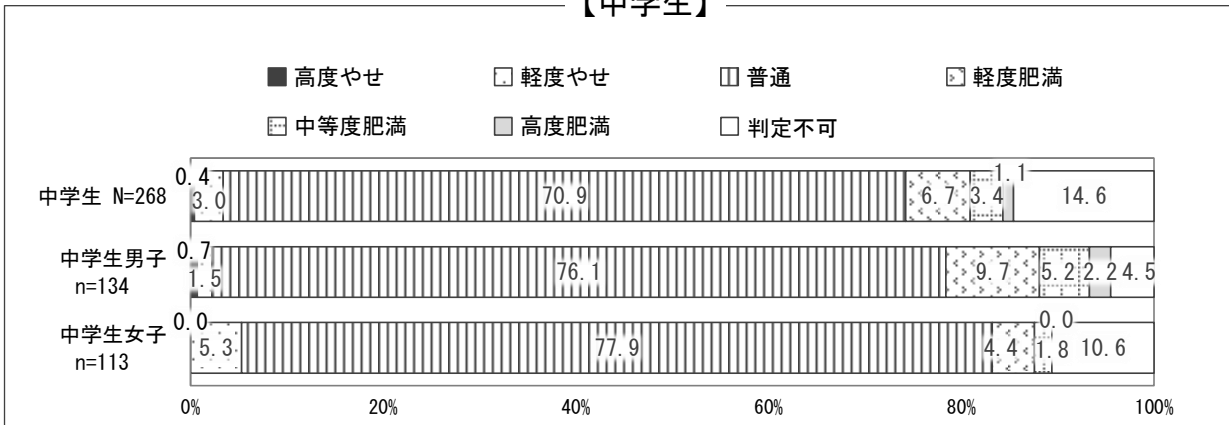
(2) 体型

- 【小学生】** 「普通」が64.6%と最も高くなっている。「肥満」（「軽度肥満」「中等度肥満」「高度肥満」を合計した割合）の割合は、10.2%となっている。低学年は、「普通」が65.9%と最も高く、「肥満」の割合は男子が9.0%、女子が11.9%となっている。高学年は、「ふつう」が63.4%と最も高くなっている。低学年に比べて「やせ」の割合が高い傾向となっている。
- 【中学生】** 中学生全体では「普通」が70.9%と最も高くなっている。「肥満」の割合は11.2%となっている。性別で見ると、男子では、「肥満」の割合は17.1%となっている。女子では「肥満」の割合は6.2%となっている。
- 【高校生】** 高校生全体では「標準」の割合が59.4%と最も高く、次いで「やせ」(18.1%)、「肥満」(9.0%)と続く。性別で見ると、「標準」の割合が男子では68.6%に対して、女子では41.5%と低い。

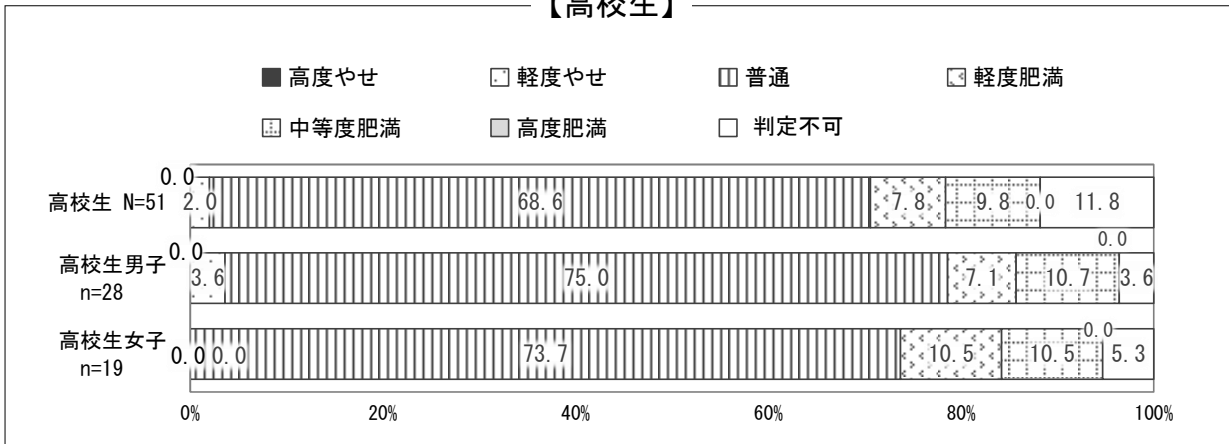


※判定不可の中には、性別及び身長・体重について無回答者が含まれる。

【中学生】



【高校生】



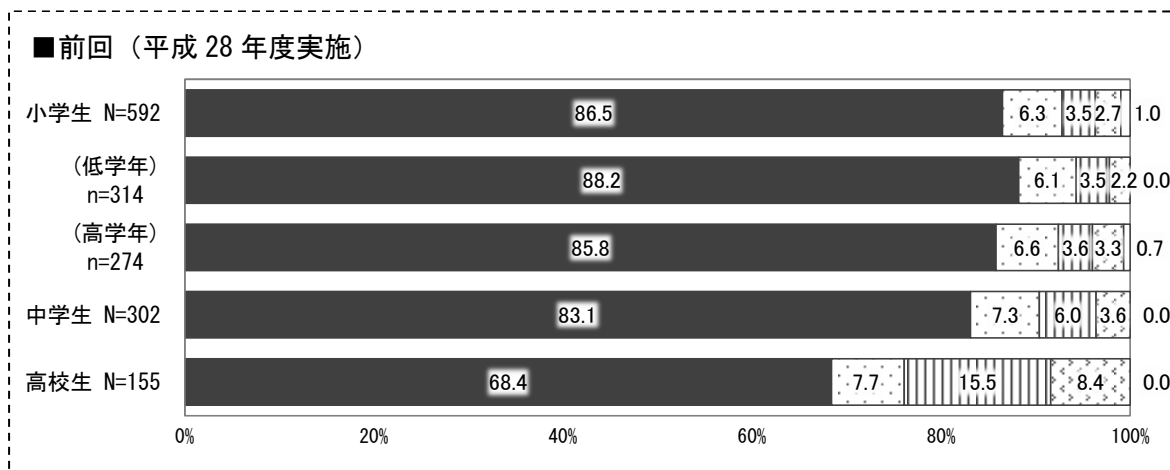
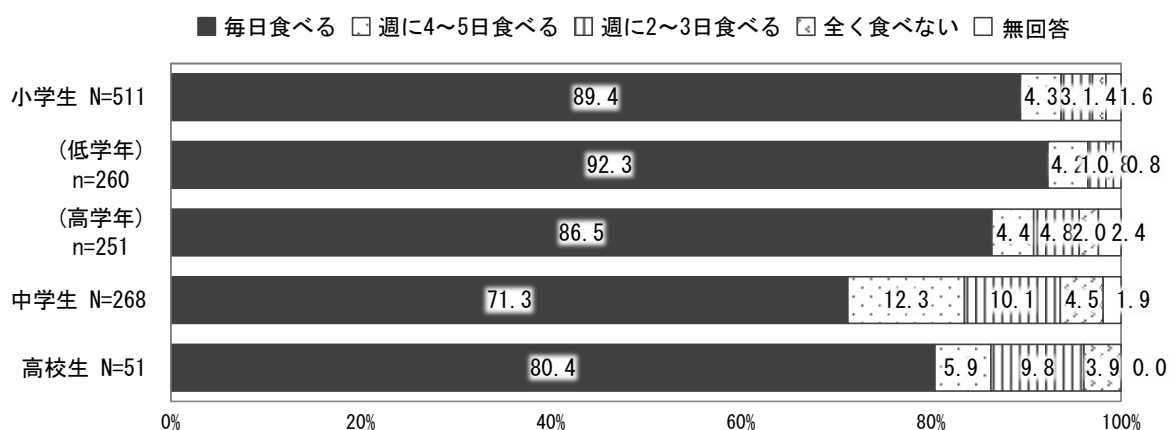
【学校保健統計調査方式による肥満度判定】

5歳から17歳までの児童・生徒の肥満度を判定する方法。肥満度は-30%未満で「高度やせ」、-30%超-20%以下で「軽度やせ」、-20%超~+20%未満で「普通」、20%以上30%未満で「軽度肥満」、30%以上50%未満で「中等度肥満」、50%以上で「高度肥満」と判定。

2. 栄養状態・食生活について

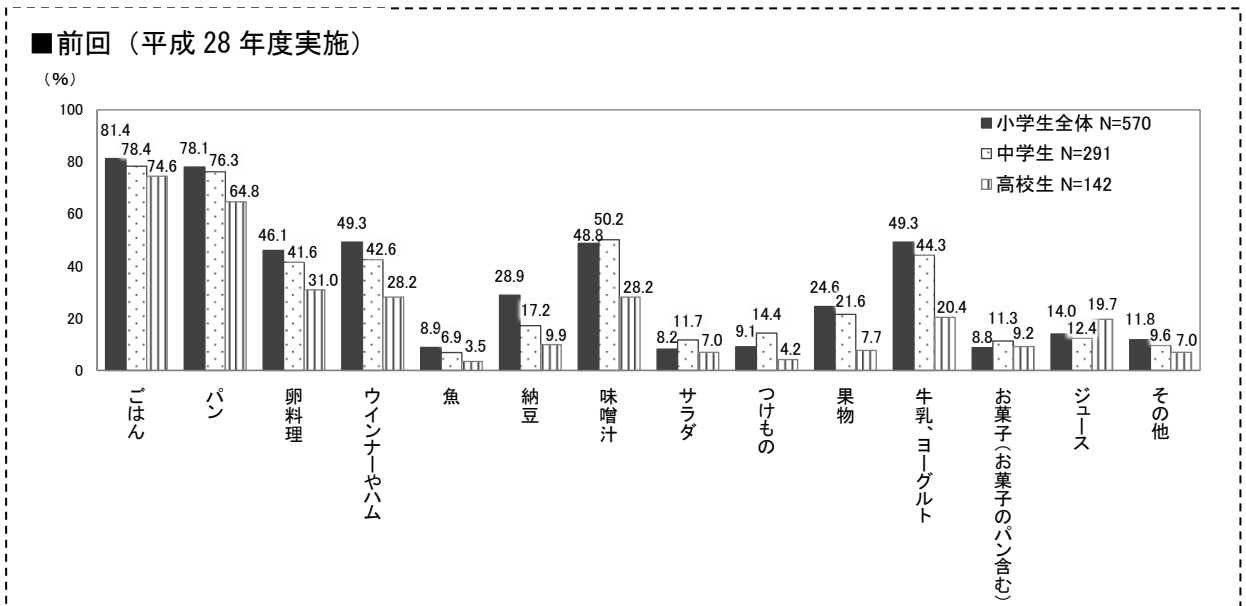
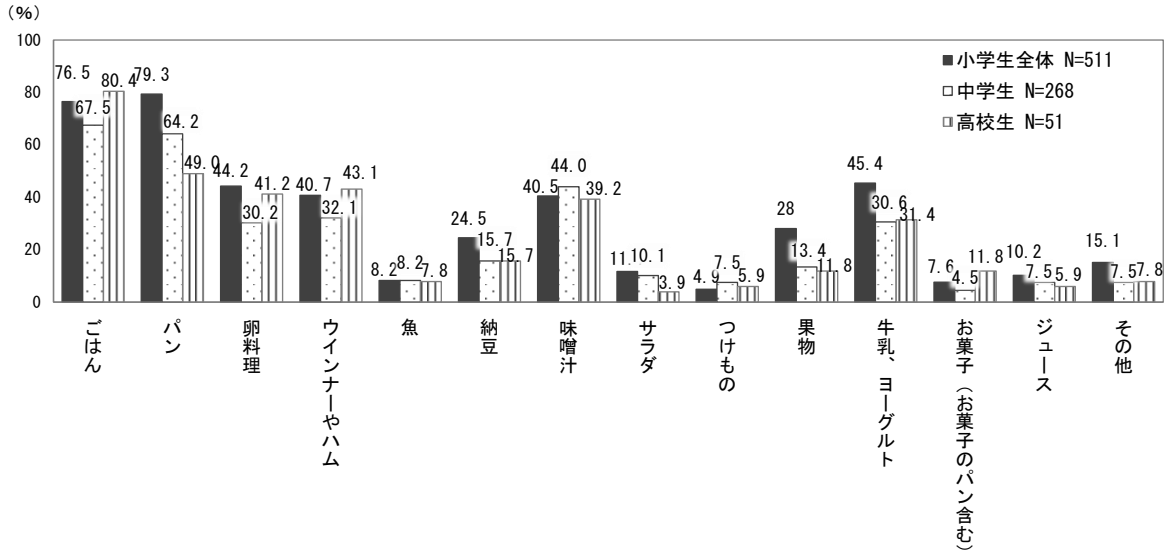
(1) 朝ごはんを食べていますか。

- 【小学生】 「毎日食べる」と回答した割合が 89.4%と最も高い。前回と比べ、やや高くなっている。また、高学年になると「毎日食べる」と回答した割合は 86.5%まで下がる。
- 【中学生】 「毎日食べる」と回答した割合が 71.3%と最も高い。欠食の割合（「週に4～5日食べる」「週に2～3日」「全く食べない」を合計した割合）は 26.9%となっており、前回（16.9%）より高くなっている。
- 【高校生】 「毎日食べる」と回答した割合が 80.4%と最も高い。欠食の割合は 19.6%となっており、前回（31.6%）より低くなっている。



(2) ふだん、どのような朝食を食べていますか。

- 【小学生】 「パン」と回答した割合が 79.3%と最も高く、次いで「ごはん」(76.5%)、「牛乳、ヨーグルト」(45.4%)、「卵料理」(44.2%)となっている。
- 【中学生】 「ごはん」と回答した割合が 67.5%と最も高く、次いで「パン」(64.2%)、「みそ汁」(44.0%)となっている。
- 【高校生】 「ごはん」と回答した割合が 80.4%と最も高く、次いで「パン」(49.0%)、「ウインナーやハム」(43.1%)となっている。

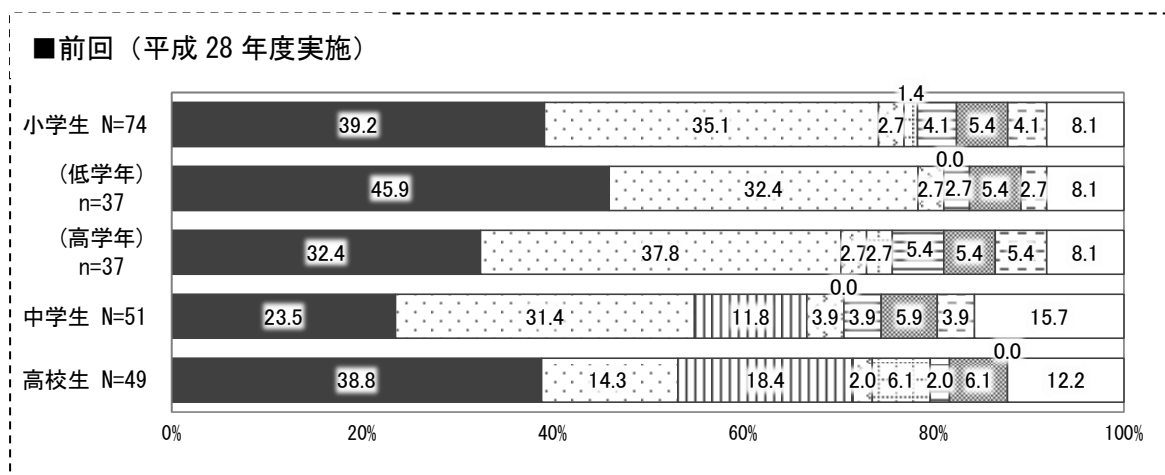
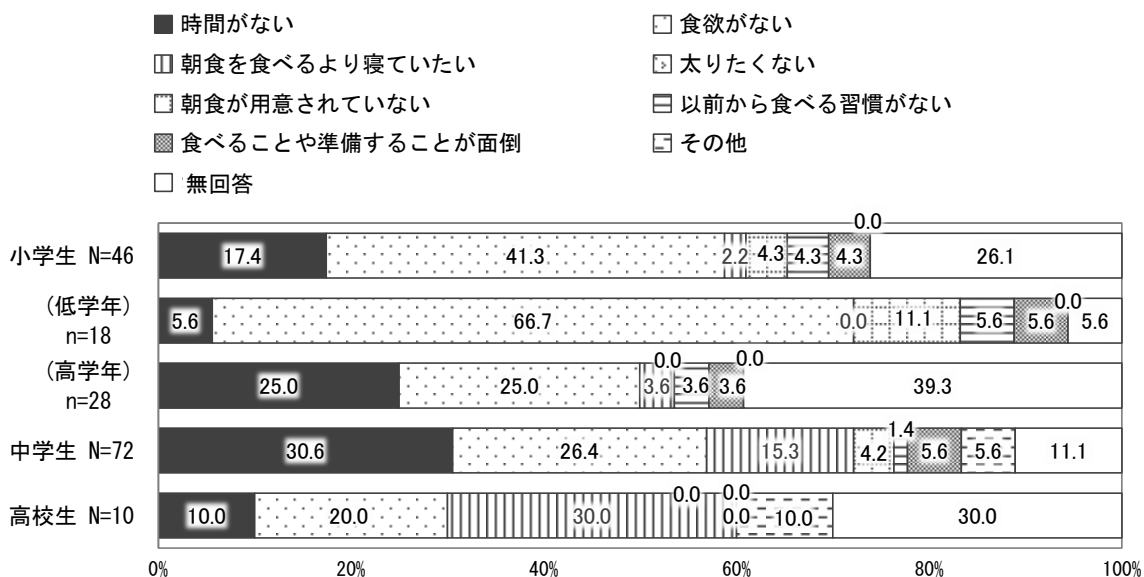


(3) 朝食を食べない一番大きな理由はなんですか。

【小学生】 「食欲がない」と回答した割合が41.3%と最も高く、前回(35.1%)より高くなっている。次いで「時間がない」(17.4%)となっている。特に、低学年では「食欲がない」と回答した割合が66.7%と高学年と比べて高い。

【中学生】 「時間がない」と回答した割合が30.6%と最も高く、次いで「食欲がない」(26.4%)となっている。

【高校生】 「朝食を食べるより寝ていたい」と回答した割合が30.0%と最も高く、次いで「食欲がない」(20.0%)となっている。

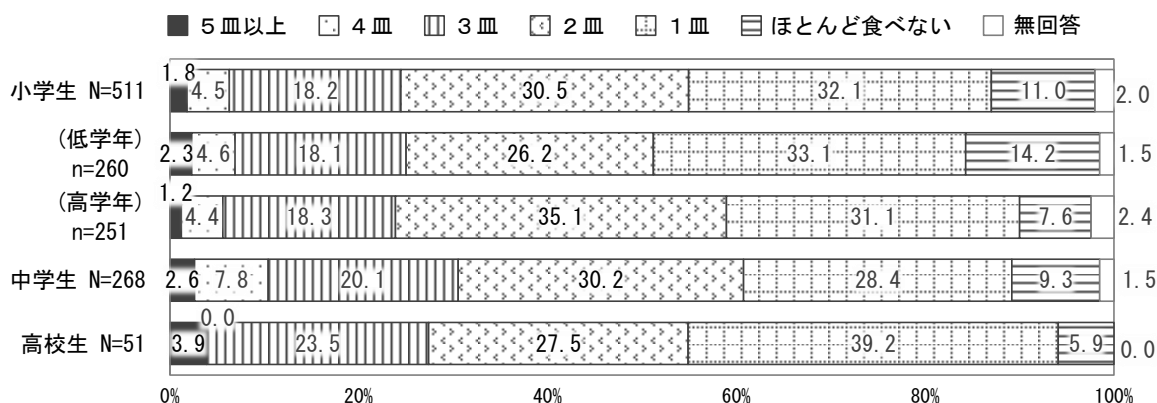


(4) 家庭の食事で1日に野菜を何皿くらい食べていますか。

【小学生】 「1皿」と回答した割合が32.1%と最も高く、次いで「2皿」(30.5%)となっている。「ほとんど食べない」と回答した割合も11.0%みられる。

【中学生】 「2皿」と回答した割合が30.2%と最も高く、次いで「1皿」(28.4%)となっている。「ほとんど食べない」と回答した割合も9.3%みられる。

【高校生】 「1皿」と回答した割合が39.2%と最も高く、次いで「2皿」(27.5%)となっている。「ほとんど食べない」と回答した割合も5.9%みられる。

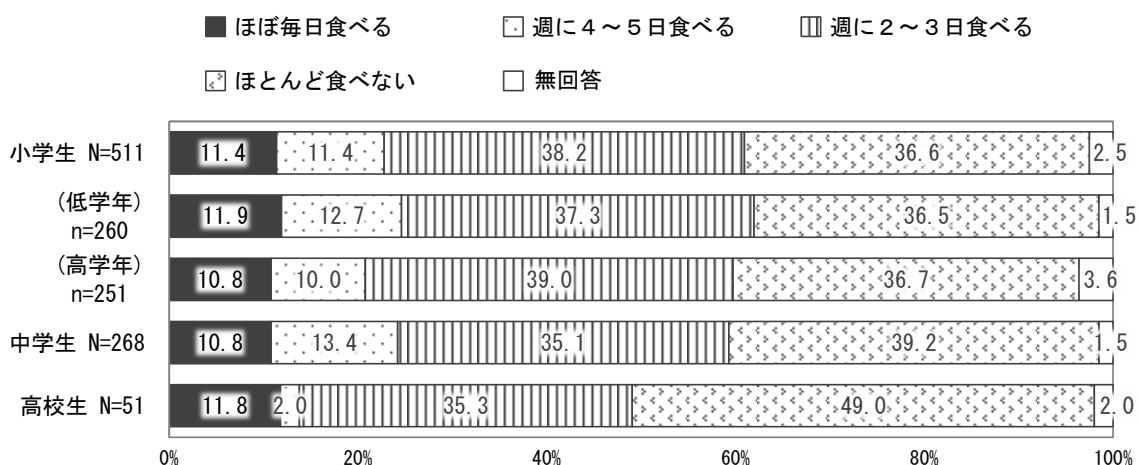


(5) 家庭の食事で果物を毎日食べていますか。

【小学生】 「週に2~3日食べる」と回答した割合が38.2%と最も高く、次いで「ほとんど食べない」(36.6%)となっている。

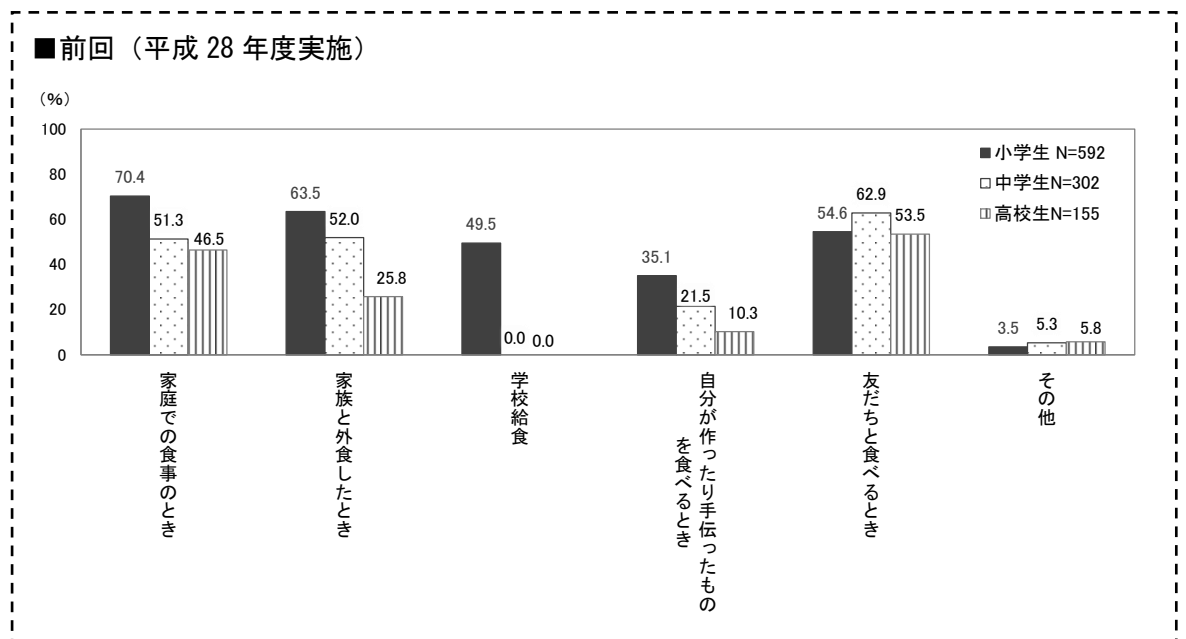
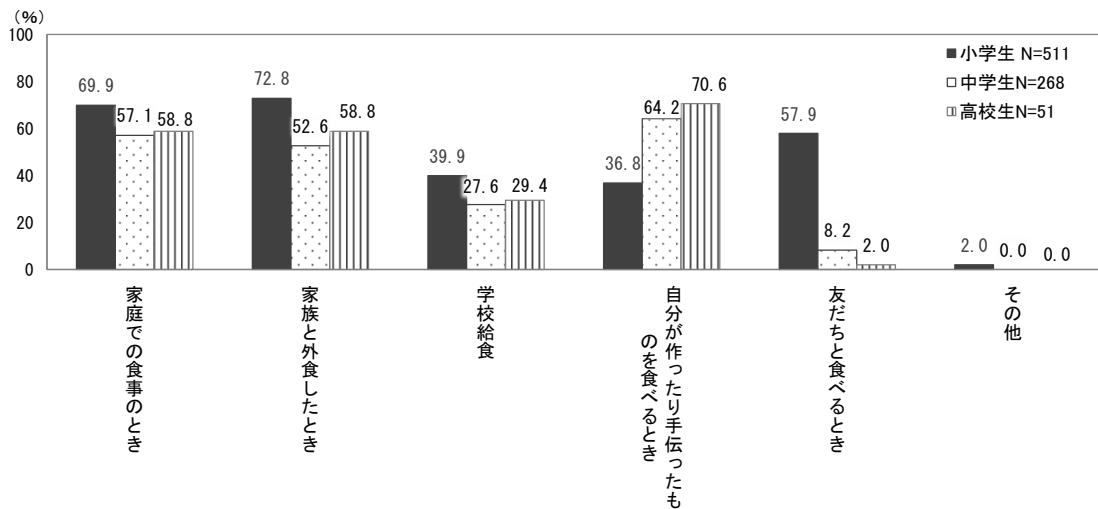
【中学生】 「ほとんど食べない」と回答した割合が39.2%と最も高く、次いで「週に2~3日食べる」(35.1%)となっている。

【高校生】 「ほとんど食べない」と回答した割合が49.0%と最も高く、次いで「週に2~3日食べる」(35.3%)となっている。



(6) どんな食事のときが楽しいですか。

- 【小学生】 「家族と外食したとき」と回答した割合が72.8%と最も高く、次いで「家庭での食事のとき」(69.9%)、「友だちと食べるとき」(57.9%)の順に続く。
- 【中学生】 「自分が作ったり手伝ったものを食べるとき」と回答した割合が64.2%と最も高く、前回(21.5%)より高くなっている。次いで「家庭での食事のとき」(57.1%)、「家族と外食したとき」(52.6%)の順に続く。
- 【高校生】 「自分が作ったり手伝ったものを食べるとき」と回答した割合が70.6%と最も高く、前回(10.3%)より高くなっている。次いで「家庭での食事のとき」(58.8%)、「家族と外食したとき」(58.8%)の順に続く。

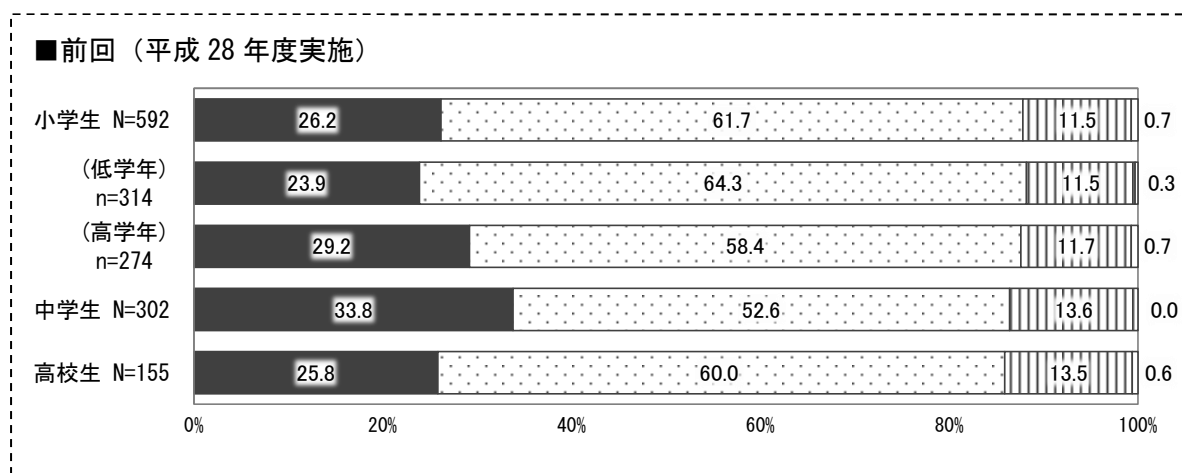
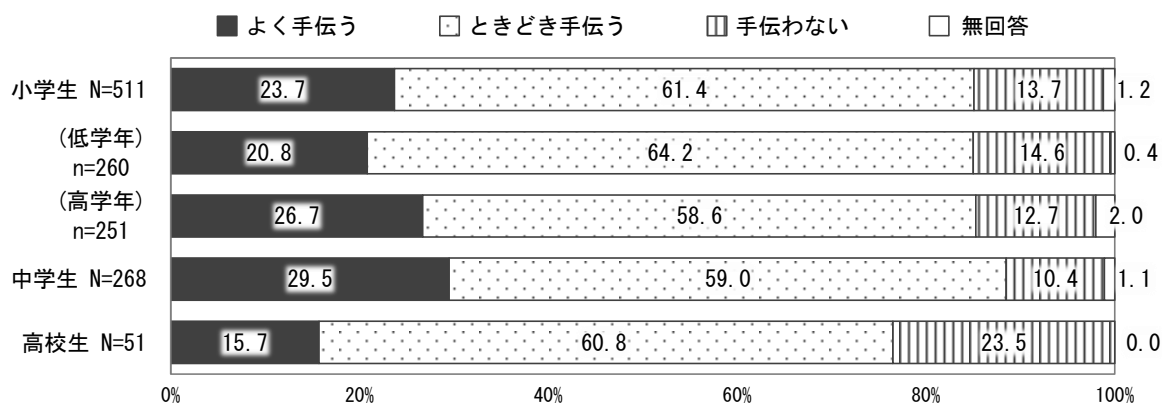


(7) 食事の準備や食事づくりを手伝っていますか。

【小学生】 「ときどき手伝う」と回答した割合が 61.4%と最も高い。「よく手伝う」と回答した割合は、低学年より高学年の方が高い。

【中学生】 「ときどき手伝う」と回答した割合が 59.0%と最も高い。小中高生の中で「よく手伝う」と回答した割合が 29.5%と最も高い。

【高校生】 「ときどき手伝う」と回答した割合が 60.8%と最も高い。

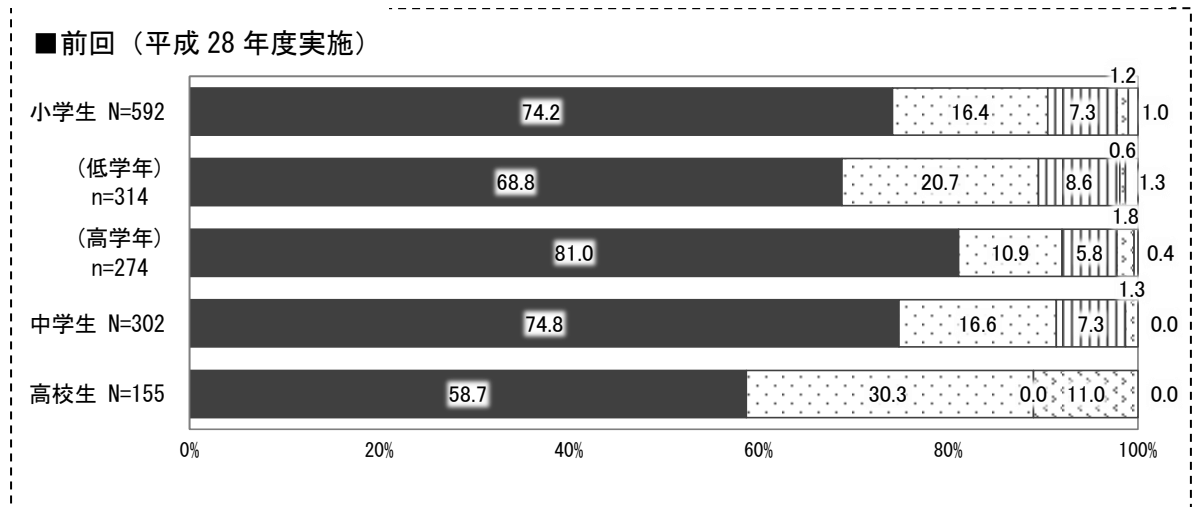
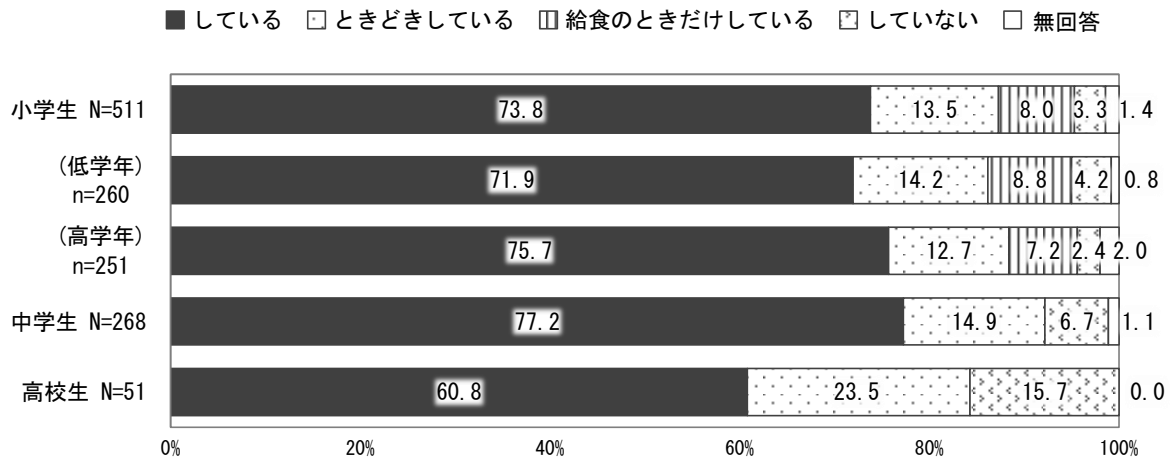


(8) 食事のときに「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしていますか。

【小学生】 「している」と回答した割合が73.8%と最も高い。「給食のときだけしている」と回答した児童も8.0%みられる。

【中学生】 「している」と回答した割合が77.2%と最も高い。

【高校生】 「している」と回答した割合が60.8%と最も高いが、「していない」と回答した生徒も15.7%みられる。



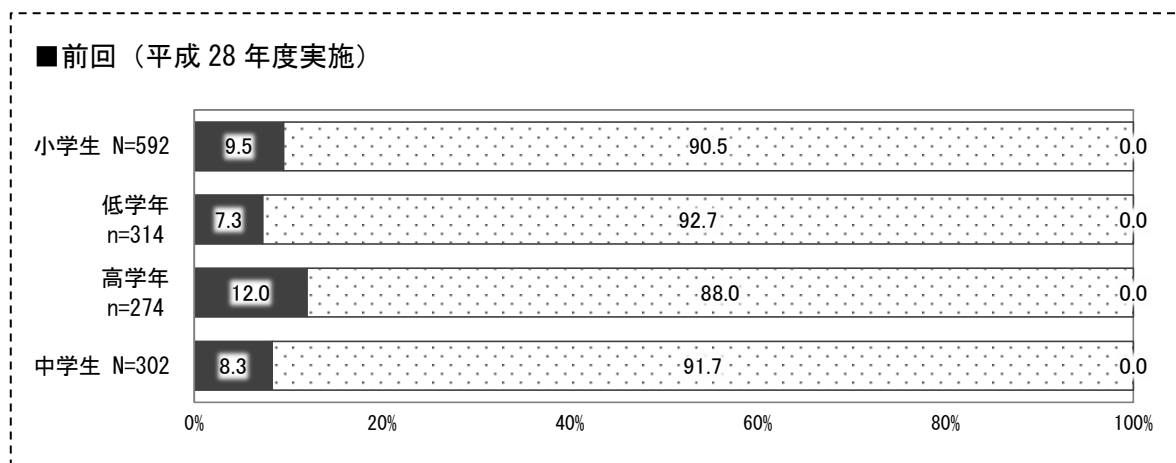
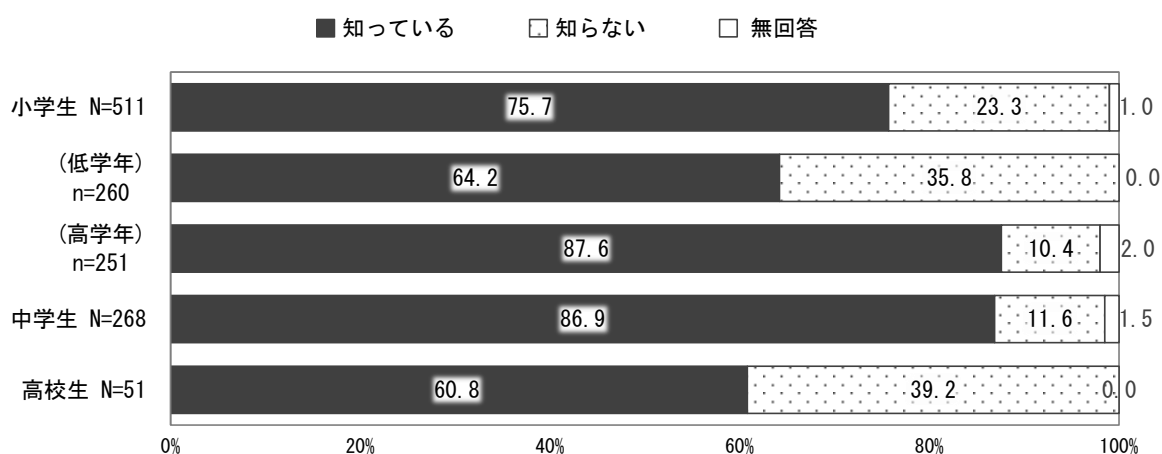
(9) 桂川町の郷土料理の認知状況

<九郎丸の地鶏館のおにぎり>

【小学生】 「知っている」と回答した割合が 75.7%となっており、前回 (9.5%) より圧倒的に高くなっている。

【中学生】 「知っている」と回答した割合が 86.9%となっており、前回 (8.3%) より圧倒的に高くなっている。

【高校生】 「知っている」と回答した割合が 60.8%となっている。小中学生に比べると低い。



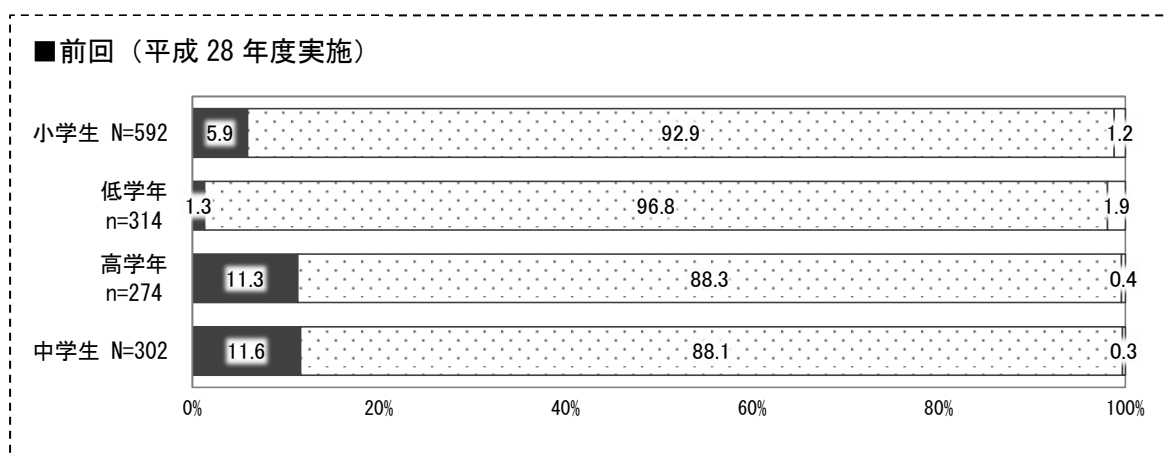
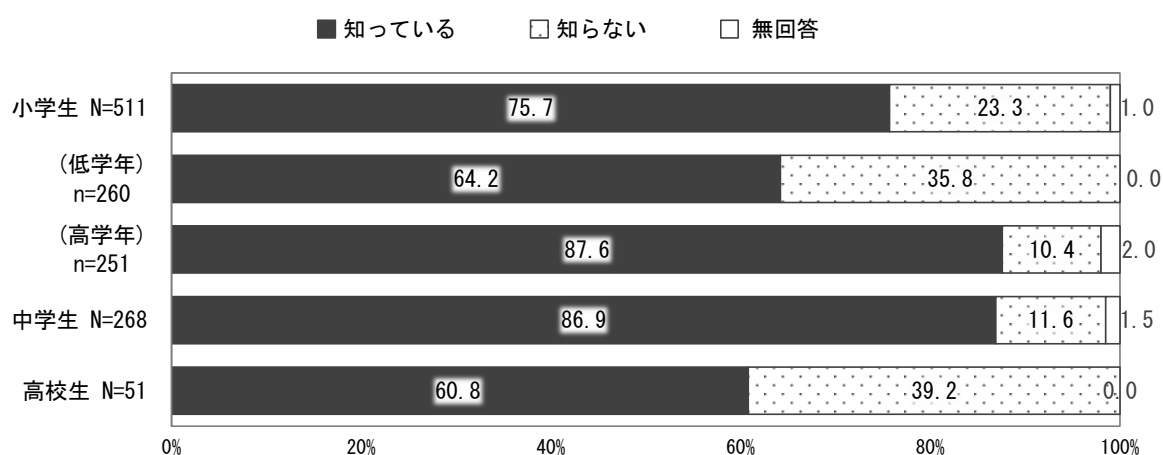
※高校生は前回の設問と内容が異なるため、比較できない。

<たぶ>

【小学生】 「知っている」と回答した割合が 79.8%となっており、前回（5.9%）より圧倒的に高くなっている。低学年では、約9割が「知っている」と回答している。

【中学生】 「知っている」と回答した割合が 91.0%となっており、前回（11.6%）より圧倒的に高くなっている。

【高校生】 「知っている」と回答した割合が 82.4%となっている。



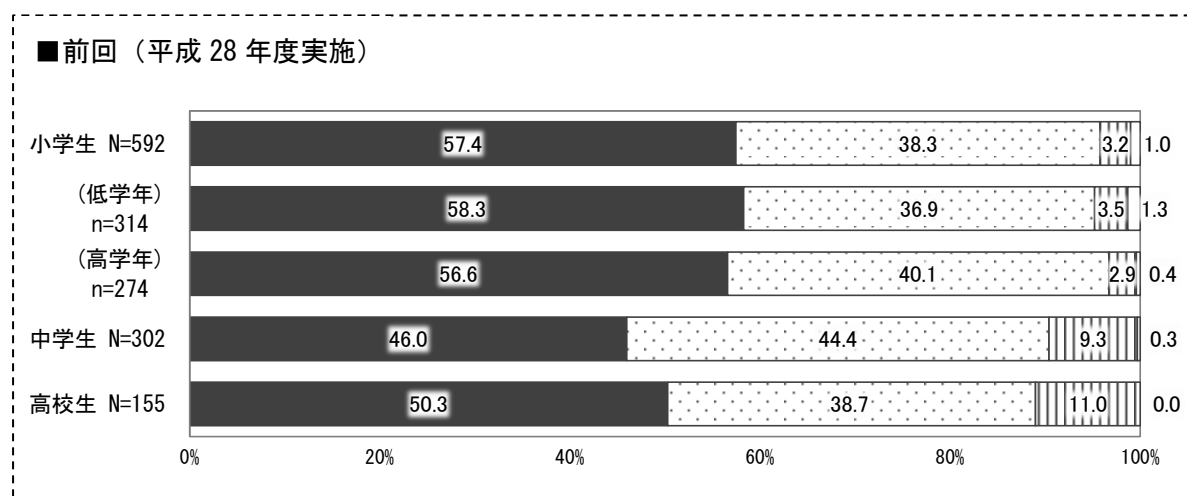
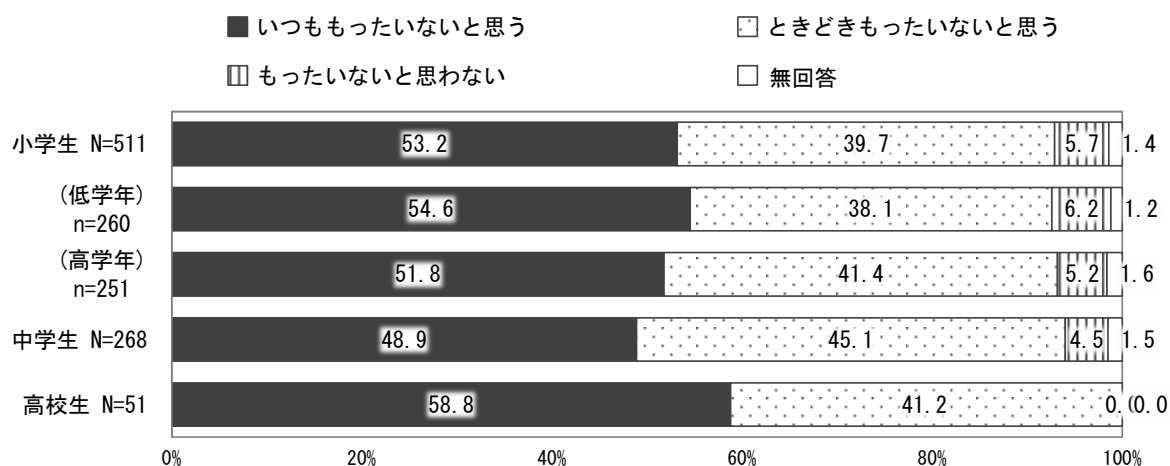
※高校生は前回の設問と内容が異なるため、比較できない。

(10) 食べ残しや食品が捨てられることに関して、ふだん「もったいない」と感じるがありますか。

【小学生】 「いつももったいないと思う」と回答した割合が 53.2%と最も高いが、前回 (57.4%) より低くなっている。

【中学生】 「いつももったいないと思う」と回答した割合が 48.9%と最も高く、前回 (46.0%) より高くなっている。

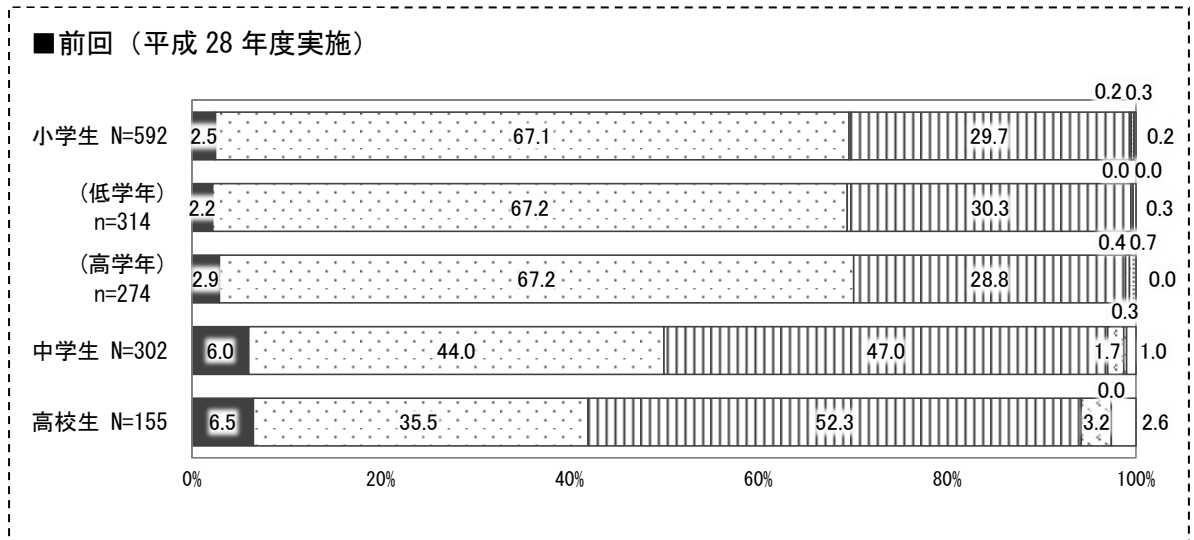
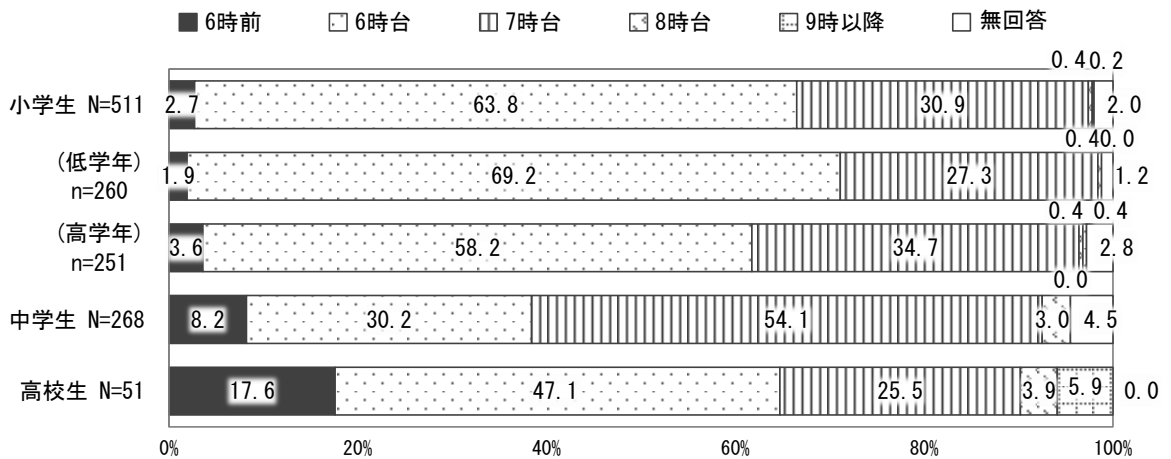
【高校生】 「いつももったいないと思う」と回答した割合が 58.8%と最も高く、前回 (50.3%) より高くなっている。



3. 生活習慣や健康状態について

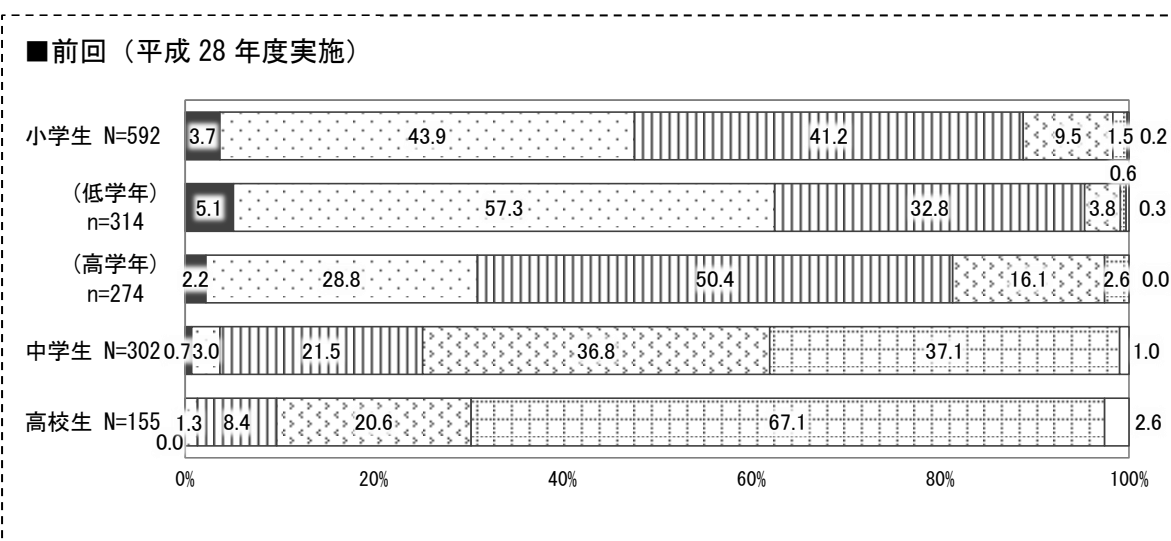
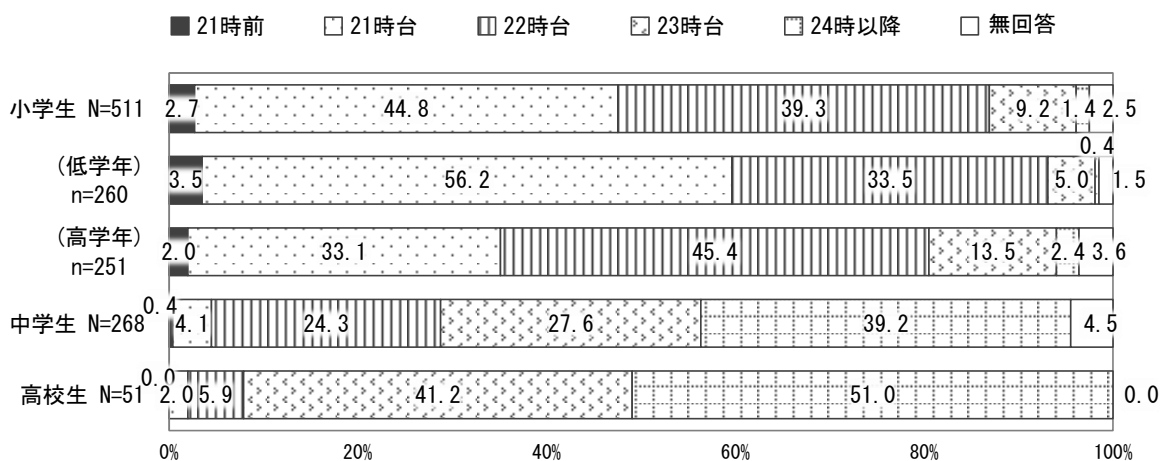
(1) ふだん、何時ごろ起きますか。

- 【小学生】 「6時台」と回答した割合が63.8%と最も高く、次いで「7時台」(30.9%)となっている。
- 【中学生】 「7時台」と回答した割合が54.1%と最も高く、次いで「6時台」(30.2%)となっている。
- 【高校生】 「6時台」と回答した割合が47.1%と最も高く、次いで「7時台」(25.5%)となっている。



(2) ふだん、何時ごろ寝ますか。

- 【小学生】 「21時台」と回答した割合が44.8%と最も高く、次いで「22時台」(39.3%)となっている。高学年では「23時台」と回答した児童が13.5%みられる。
- 【中学生】 「24時以降」と回答した割合が39.2%と最も高く、前回(37.1%)より高くなっている。次いで「23時台」(27.6%)となっている。
- 【高校生】 「24時以降」と回答した割合が51.0%と最も高いが、前回(67.1%)と比べると低くなってる。次いで「23時台」(41.2%)となっている。

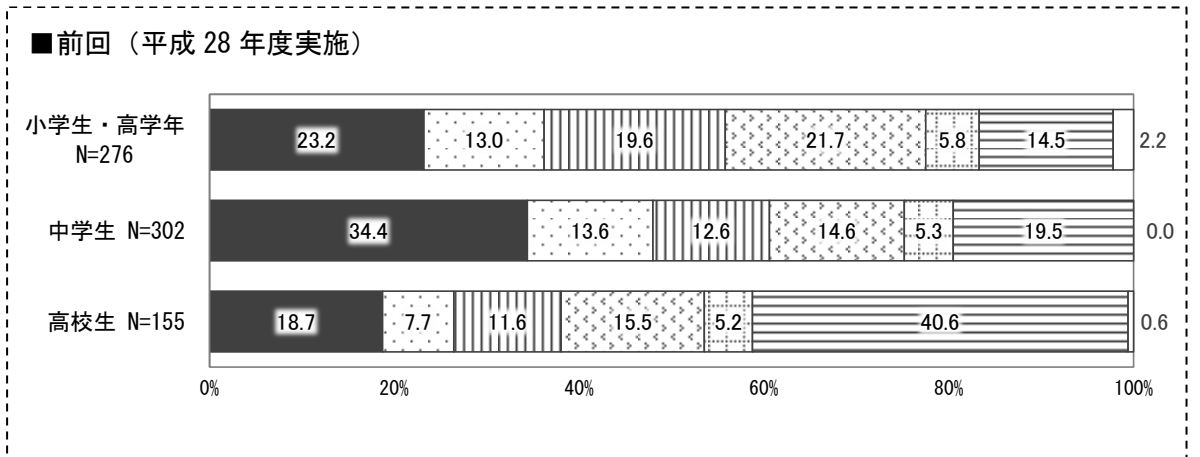
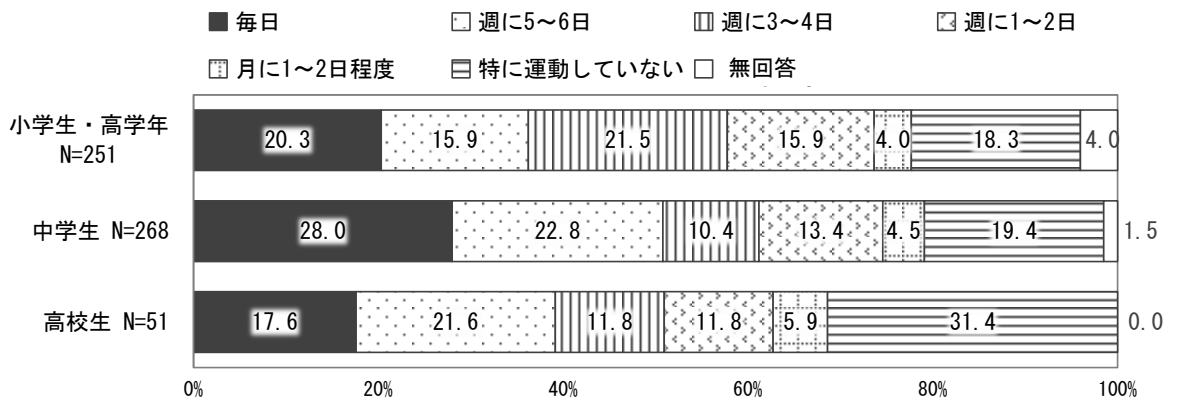


(3) 学校の体育以外に1日30分以上の運動習慣がありますか。

【小学生】 (高学年のみ) 「週に3～4日」と回答した割合が21.5%と最も高く、次いで「毎日」(20.3%)、「特に運動していない」(18.3%)と続く。“週3日以上運動している”割合(「毎日」「週に5～6日」「週に3～4日」を合計した割合)は、57.7%と半数を超え、前回(55.8%)より高くなっている。

【中学生】 「毎日」と回答した割合が28.0%と最も高く、次いで「週に5～6日」(22.8%)となっている。“週3日以上運動している”割合は、61.2%となっており、前回(60.6%)より高くなっている。

【高校生】 「特に運動していない」と回答した割合が31.4%と最も高い。“週3日以上運動している”割合は51.0%と小中学生よりも低い、前回(38.0%)より高くなっている。

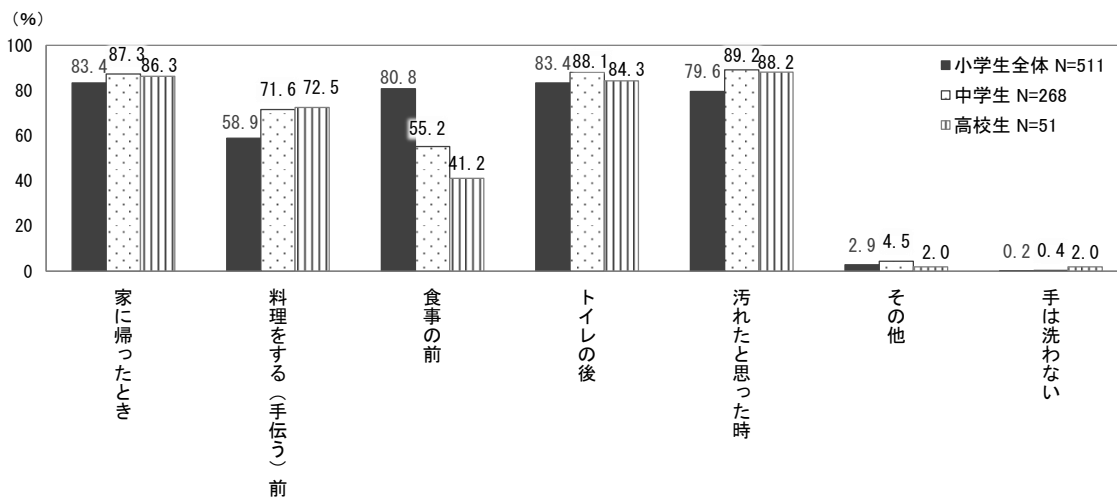


(4) いつ手を洗っていますか。

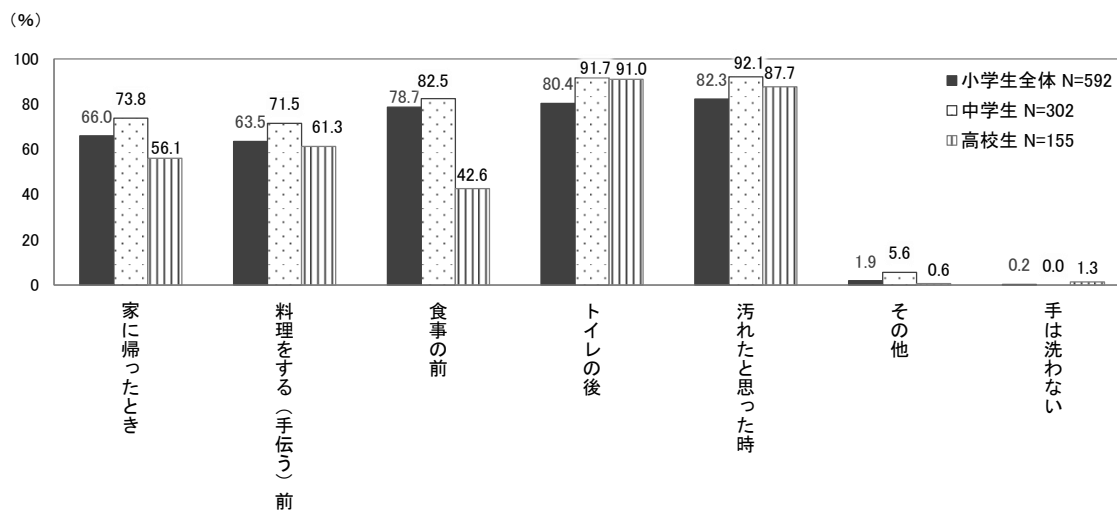
【小学生】 「家に帰ったとき」「トイレの後」と回答した割合が83.4%と最も高く、次いで「食事の前」（80.8%）となっている。

【中学生】 「汚れたと思った時」と回答した割合が89.2%と最も高く、次いで「トイレの後」（88.1%）、「家に帰ったとき」（87.3%）の順に続く。

【高校生】 「汚れたと思った時」と回答した割合が88.2%と最も高く、次いで「家に帰ったとき」（86.3%）、「トイレの後」（84.3%）の順に続く。「食事の前」と回答した割合が41.2%と小中学生と比べて低い。



■ 前回 (平成 28 年度実施)

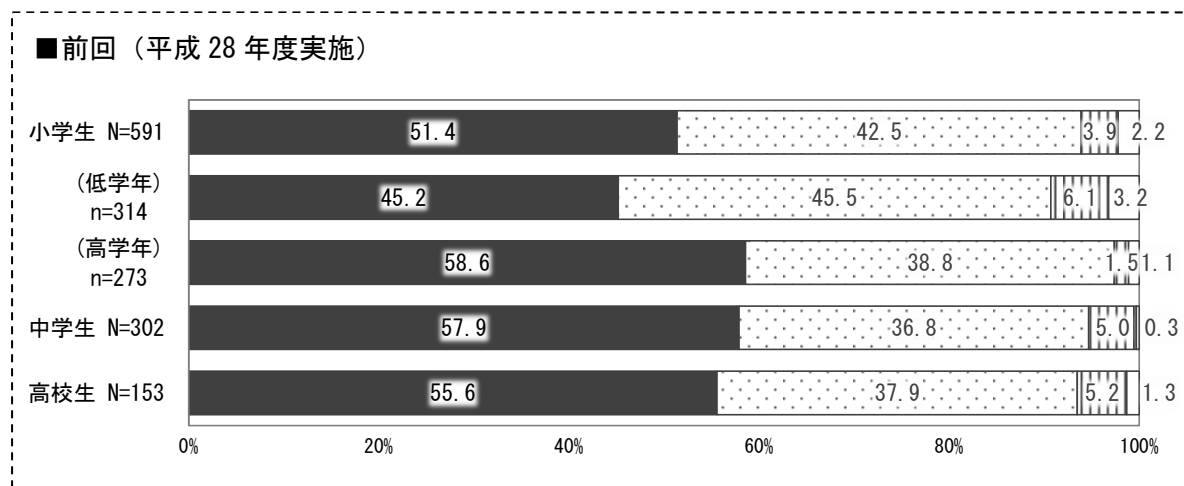
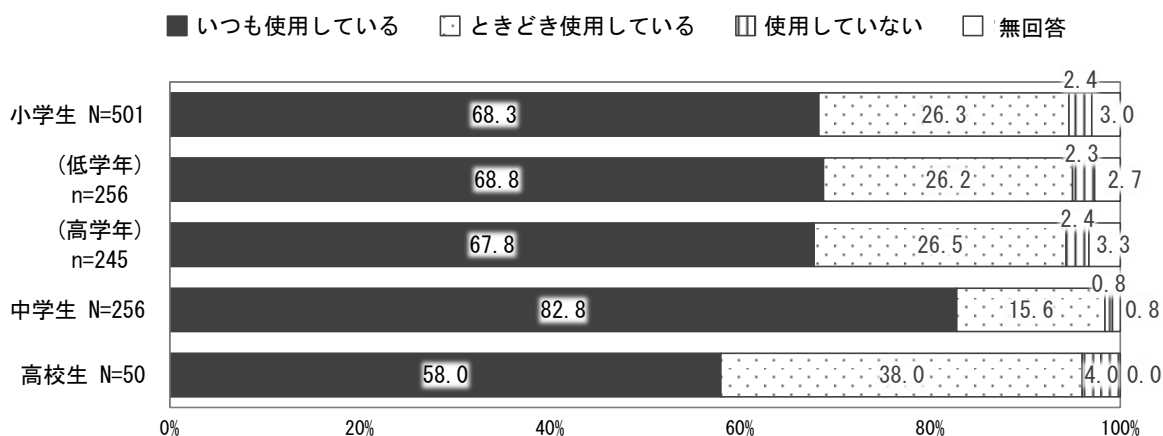


(5) 手を洗うとき石鹸やハンドソープを使用していますか。

【小学生】 「いつも使用している」と回答した割合が 68.3%と最も高く、前回 (51.4%) より高くなっている。特に、「いつも使用している」と回答した低学年の割合が前回 (45.2%) より高くなっている。

【中学生】 「いつも使用している」と回答した割合が 82.8%と最も高く、前回 (57.9%) より高くなっている。

【高校生】 「いつも使用している」と回答した割合が 58.0%と最も高く、前回 (55.6%) より高くなっている。

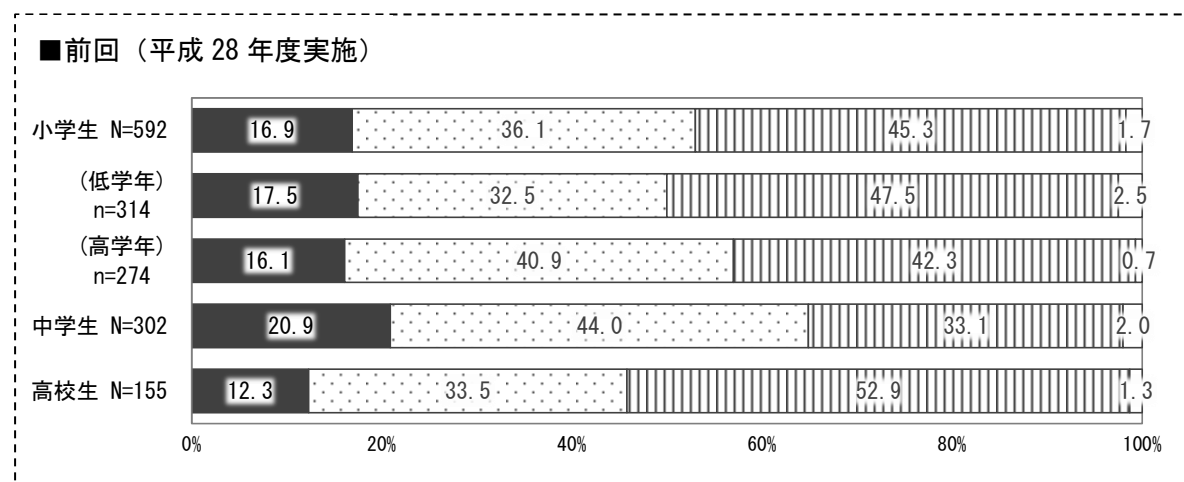
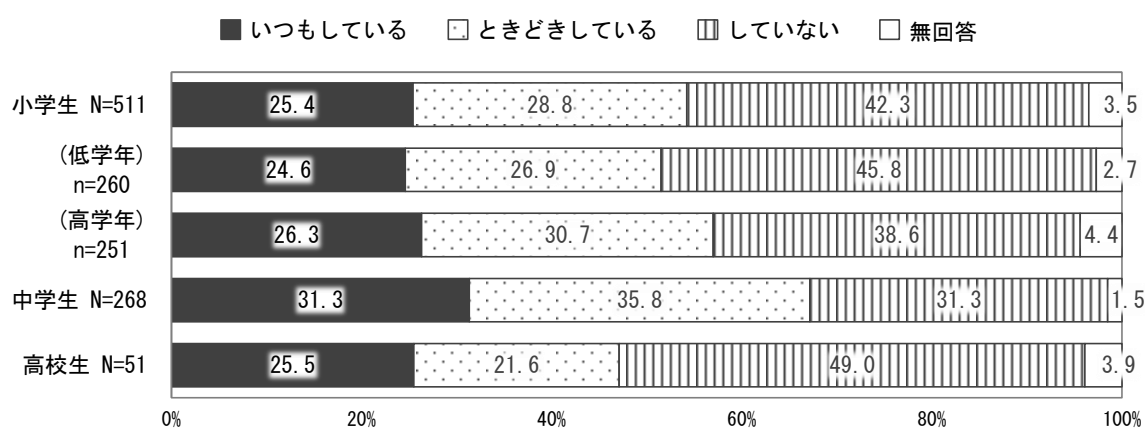


(6) 家に帰ってうがいをしていますか。

【小学生】 「していない」と回答した割合が42.3%と最も高く、特に低学年の割合が高学年に比べて高い。「いつもしている」と回答した割合は25.4%と、前回(16.9%)より高くなっている。

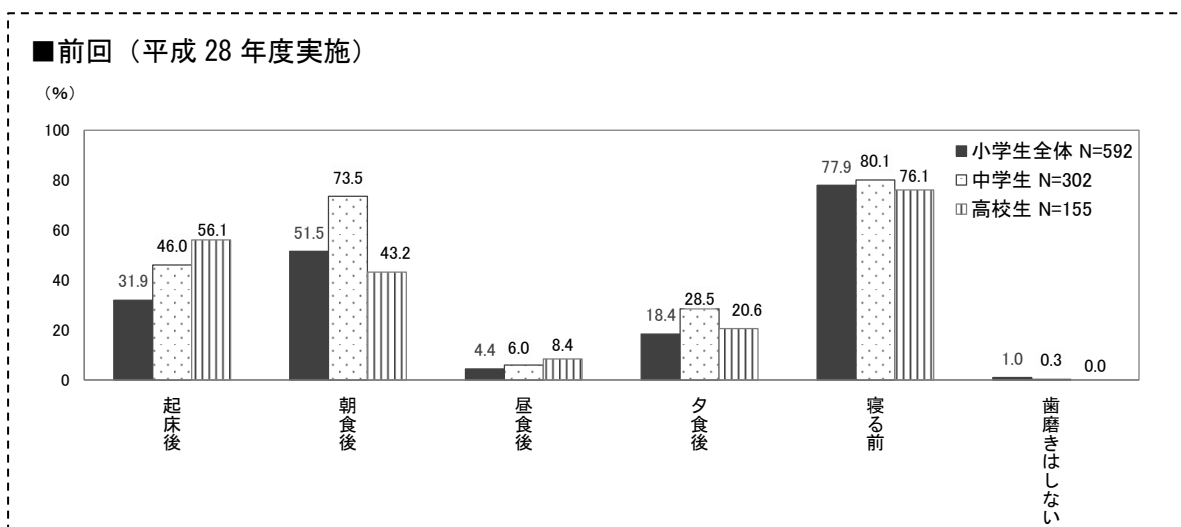
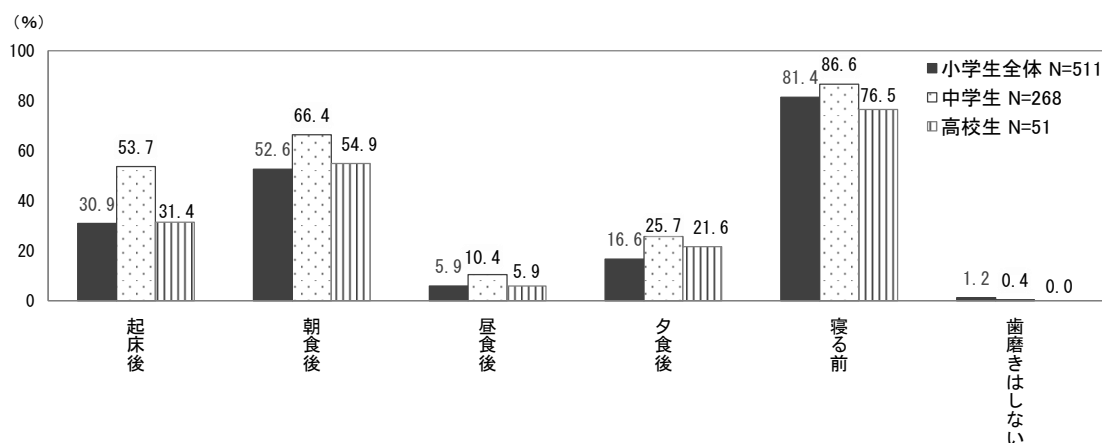
【中学生】 「ときどきしている」と回答した割合が35.8%と最も高い。「いつもしている」と回答した割合は、前回(20.9%)より高くなっている。

【高校生】 「していない」と回答した割合が49.0%と最も高い。「いつもしている」と回答した割合は、前回(12.3%)より高くなっている。



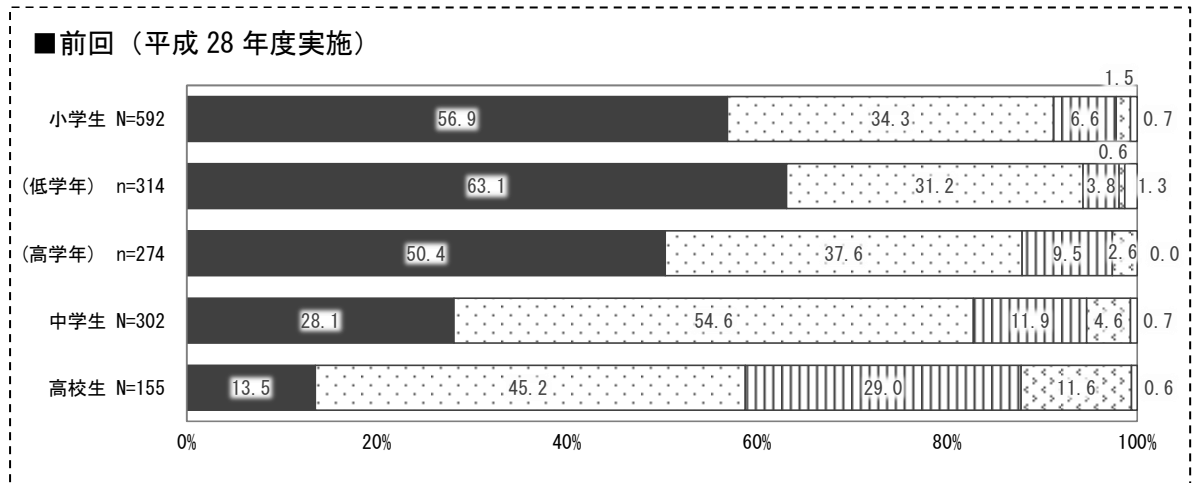
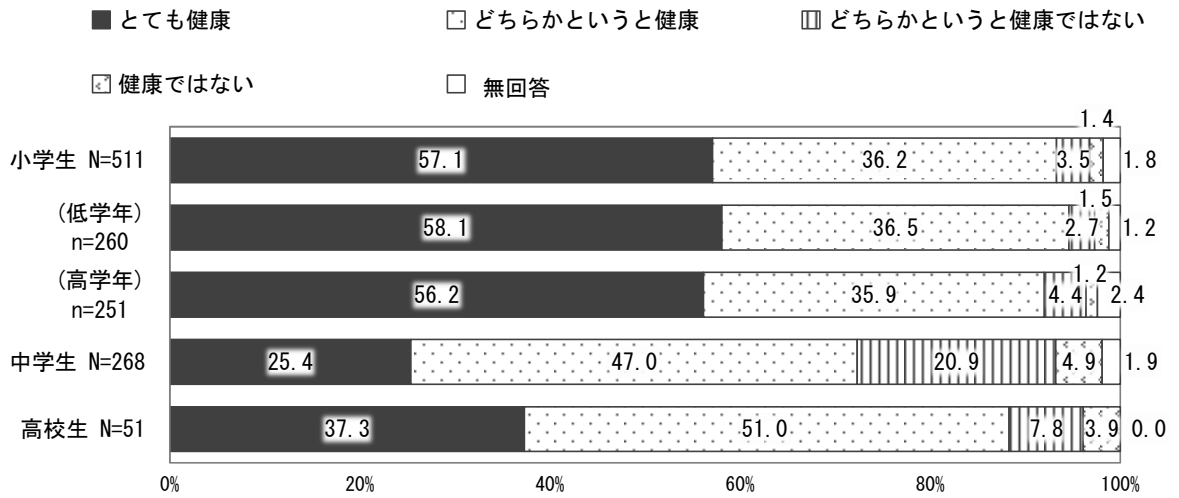
(7) いつ歯磨きをしますか。

- 【小学生】 「寝る前」と回答した割合が81.4%と最も高く、次いで「朝食後」(52.6%)となっている。
- 【中学生】 「寝る前」と回答した割合が86.6%と最も高く、次いで「朝食後」(66.4%)となっている。
- 【高校生】 「寝る前」と回答した割合が76.5%と最も高く、次いで「朝食後」(54.9%)となっている。



(8) 自分のことを健康だと思えますか。

- 【小学生】 「とても健康」と回答した割合が 57.1%と最も高く、「どちらかという健康」と合わせた 93.3%が“健康”と感じている。
- 【中学生】 「どちらかという健康」と回答した割合が 47.0%と最も高い。また、“健康ではない”（「どちらかという健康ではない」と「健康ではない」を合計した割合）と感じる生徒が 25.8%と高い。
- 【高校生】 「どちらかという健康」と回答した割合が 51.0%と最も高く、「とても健康」と回答した割合は 37.3%で、前回（13.5%）より高くなっている。88.3%が“健康”と感じている。

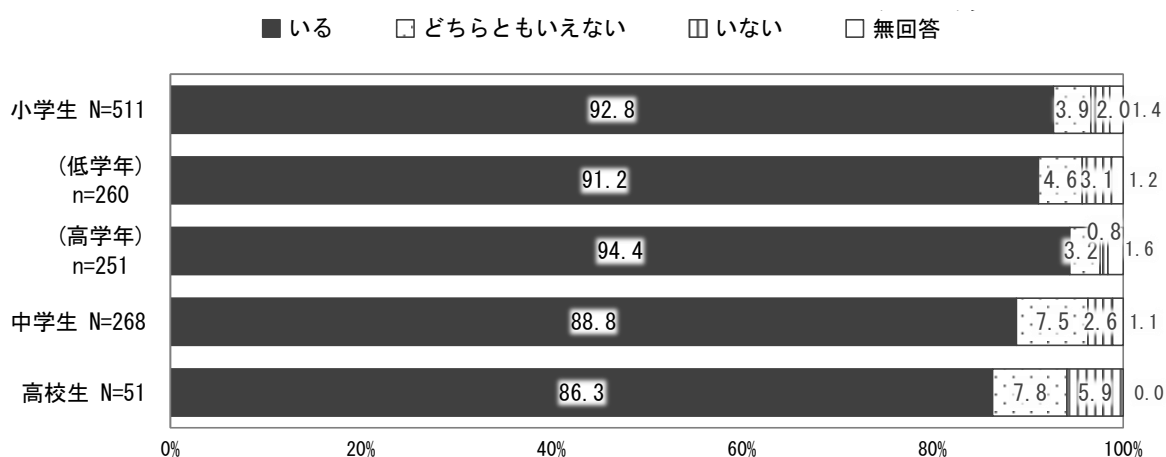


(9) 気軽に話せる友達がいますか。

【小学生】 「いる」と回答した割合が 92.8%と最も高い。

【中学生】 「いる」と回答した割合が 88.8%と最も高い。

【高校生】 「いる」と回答した割合が 86.3%と最も高い。

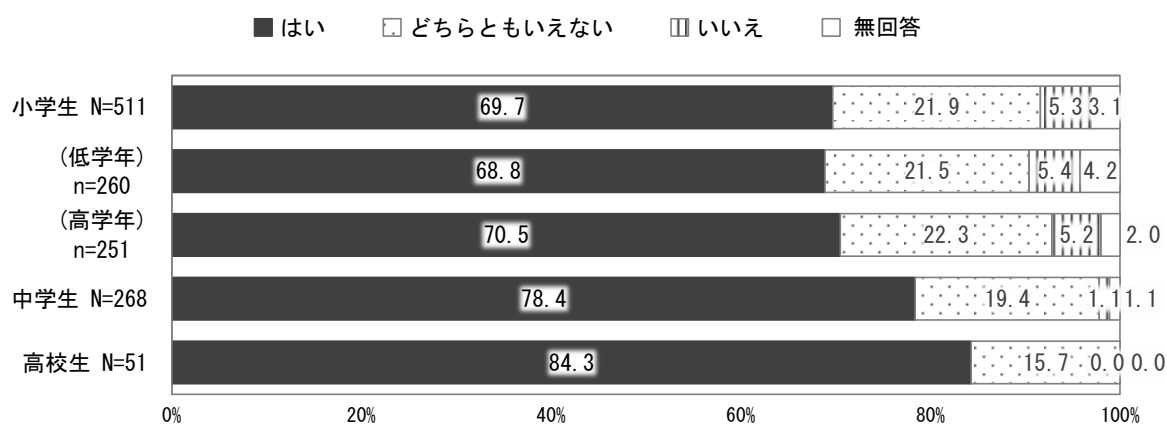


(10) 友達や周りの人が困っている時、一緒に考えますか。

【小学生】 「はい」と回答した割合が 69.7%と最も高い。

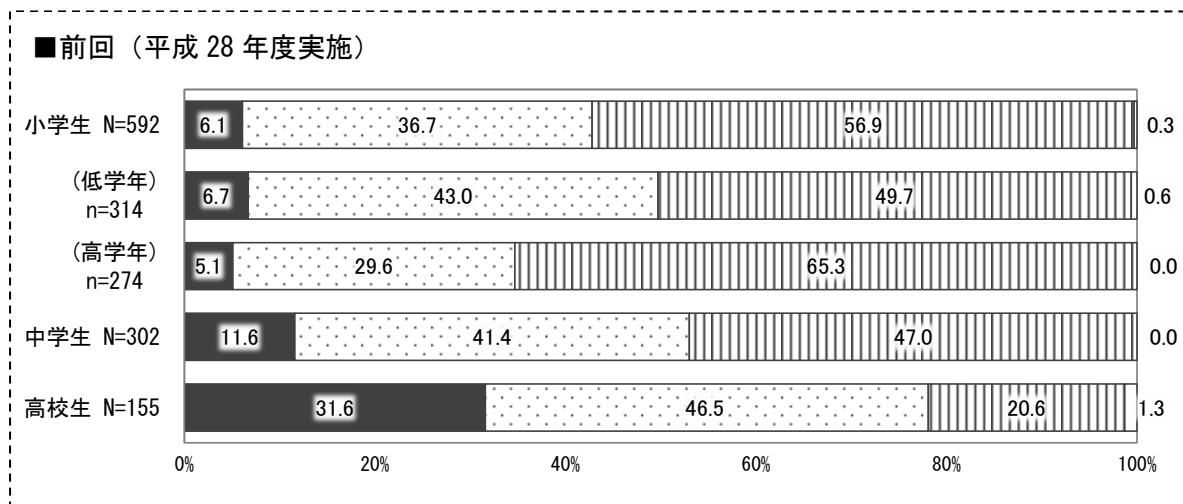
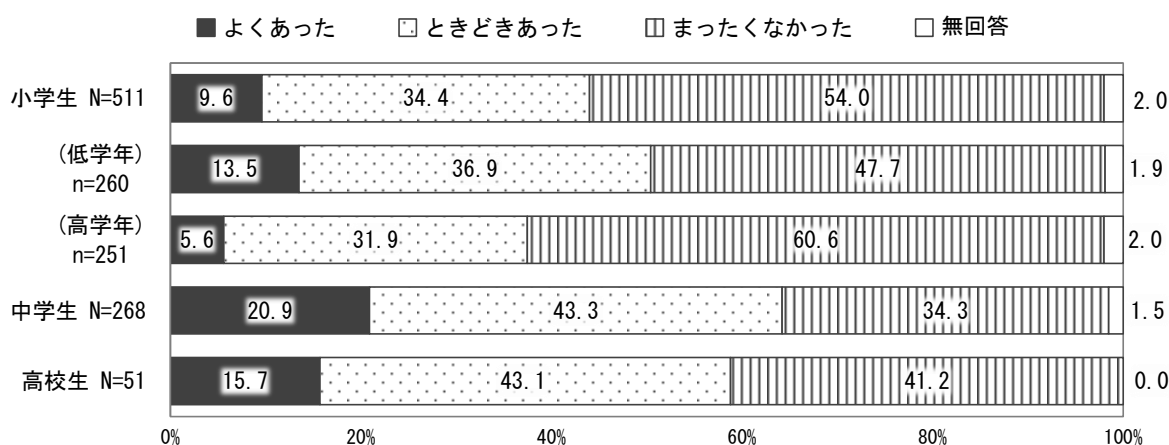
【中学生】 「はい」と回答した割合が 78.4%と最も高い。

【高校生】 「はい」と回答した割合が 84.3%と最も高い。



(11) 最近気分が落ち込んだり、ひどく不安になったり、興味や楽しみがもてなかったことがありますか。

- 【小学生】 「まったくなかった」と回答した割合が54.0%と最も高い。「よくあった」と回答した割合が9.6%と、前回(6.1%)より高くなっている。また、低学年では「ときどきあった」と回答した割合が36.9%と高学年に比べて高い。
- 【中学生】 「ときどきあった」と回答した割合が43.3%と最も高い。「よくあった」と「ときどきあった」を合わせた64.2%が気分の落ち込みを感じており、前回(53.0%)より高くなっている。
- 【高校生】 「ときどきあった」と回答した割合が43.1%と最も高く、「よくあった」を合わせると生徒の58.8%が気分の落ち込みを感じている。

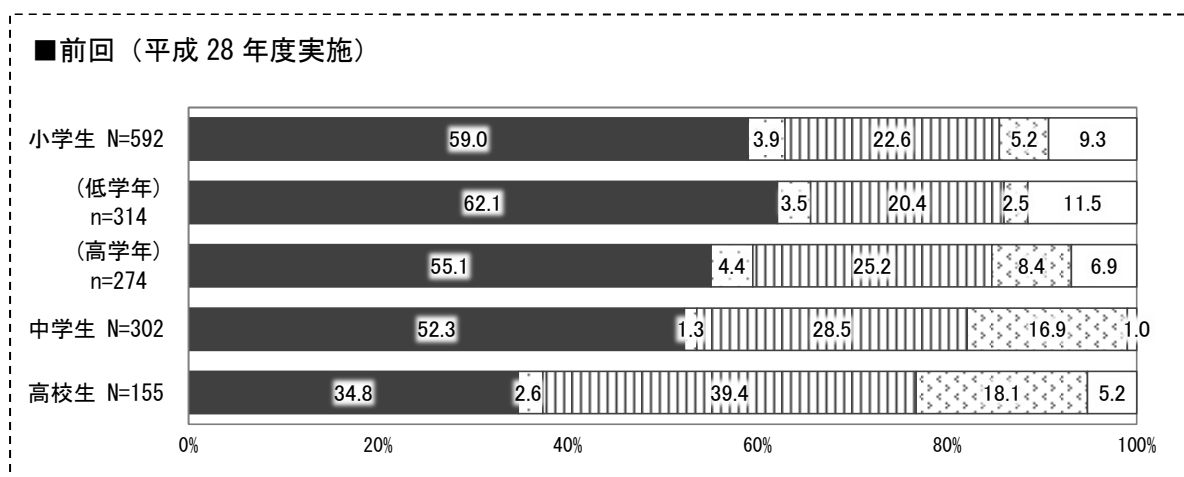
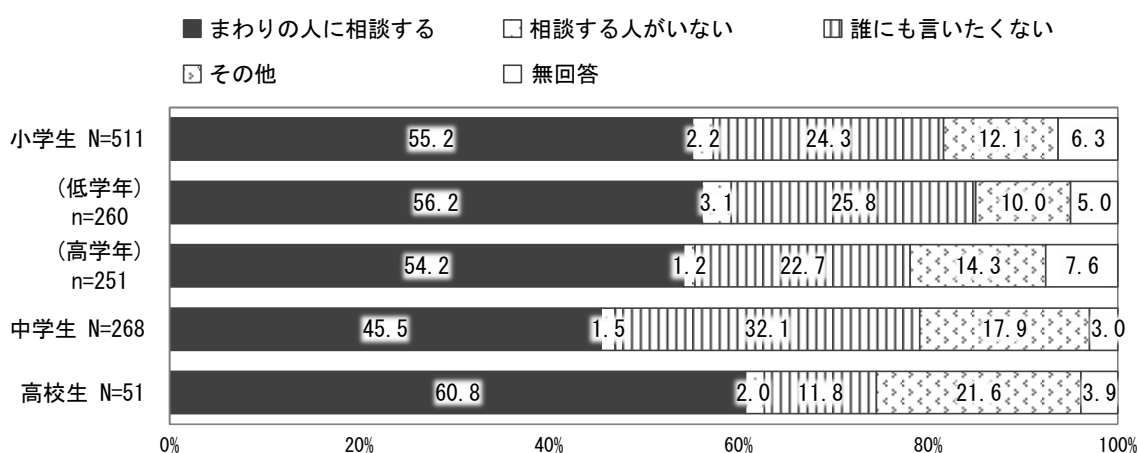


(12) 気分が落ち込んだ時に、どうしましたか。

【小学生】 「まわりの人に相談する」と回答した割合が 55.2%と最も高いが、前回 (59.0%) より低くなっている。高学年に比べて、低学年の方が「誰にも言いたくない」と回答した割合が高くなっている。

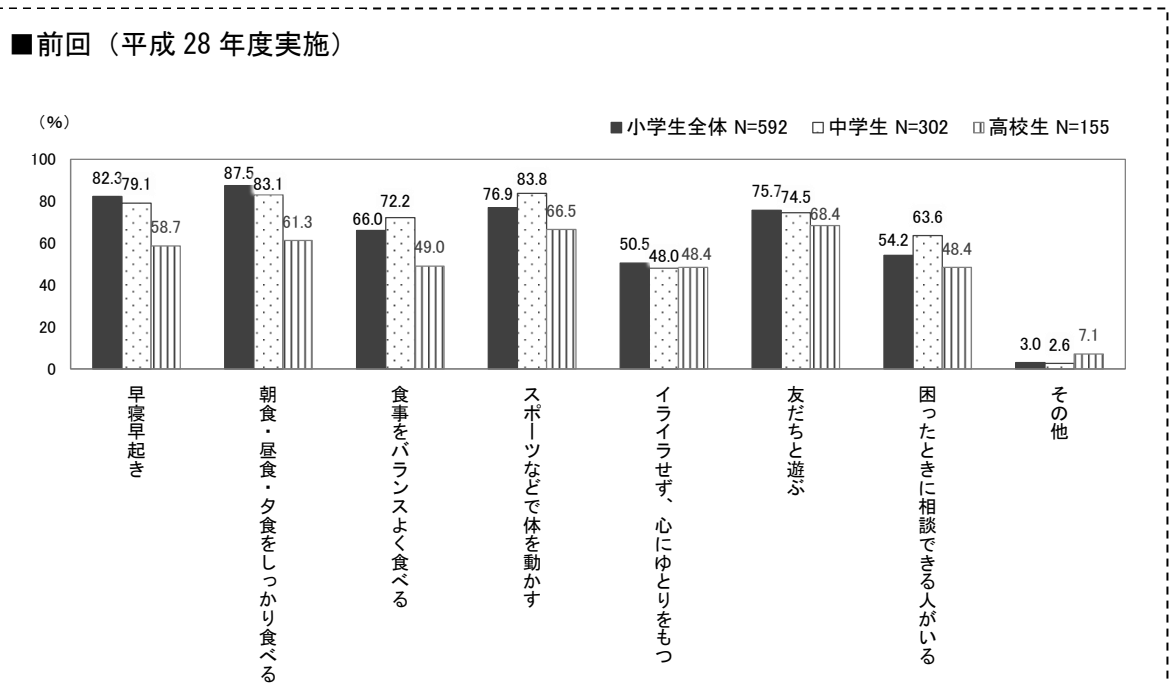
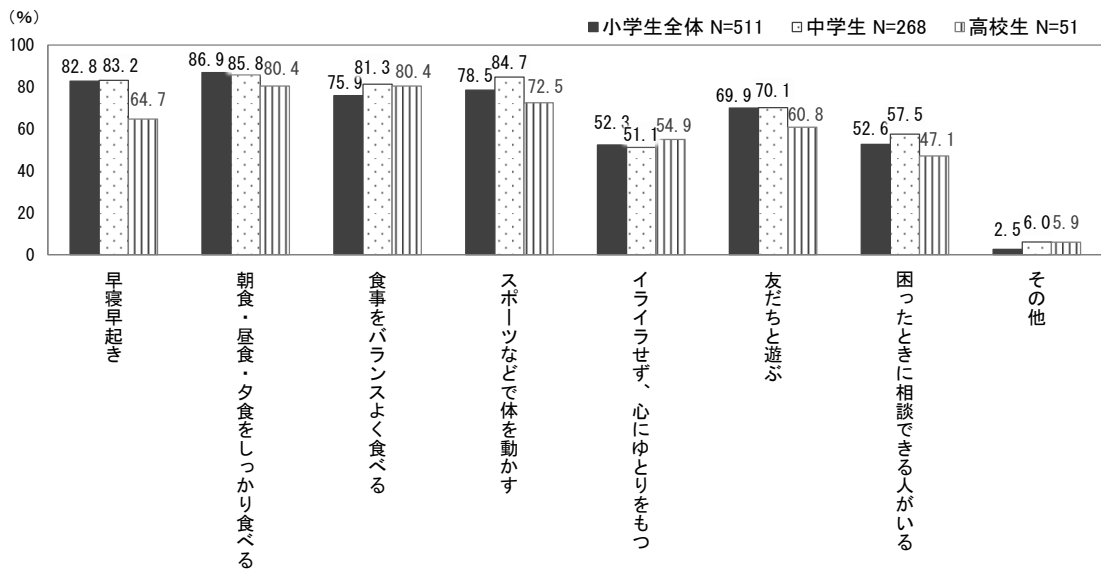
【中学生】 「まわりの人に相談する」と回答した割合が 45.5%と最も高いが、前回 (52.3%) より低くなっている。また、「誰にも言いたくない」と回答した割合が 32.1%と、前回 (28.5%) より高くなっている。

【高校生】 「まわりの人に相談する」と回答した割合が 60.8%と最も高く、前回 (34.8%) より高くなっている。また、「その他」と回答した割合は 21.6%となっており、「他のことで気を紛らわせた」「気分が上がるまで待つ」「寝る」等の意見が挙がっている。



(13) 元気に過ごすためには、何が必要だと思いますか。

- 【小学生】 「朝食・昼食・夕食をしっかりと食べる」と回答した割合が 86.9%と最も高く、次いで「早寝早起き」（82.8%）の順に続く。
- 【中学生】 「朝食・昼食・夕食をしっかりと食べる」と回答した割合が 85.8%と最も高く、次いで「スポーツなどで体を動かす」（84.7%）の順に続く。
- 【高校生】 「朝食・昼食・夕食をしっかりと食べる」「食事をバランスよく食べる」と回答した割合が 80.4%と最も高く、次いで「スポーツなどで体を動かす」（72.5%）となっている。

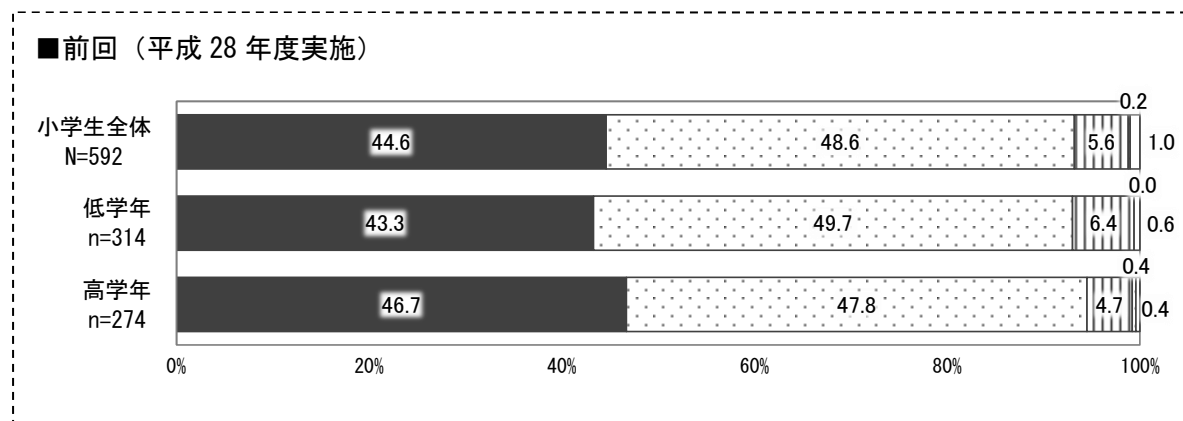
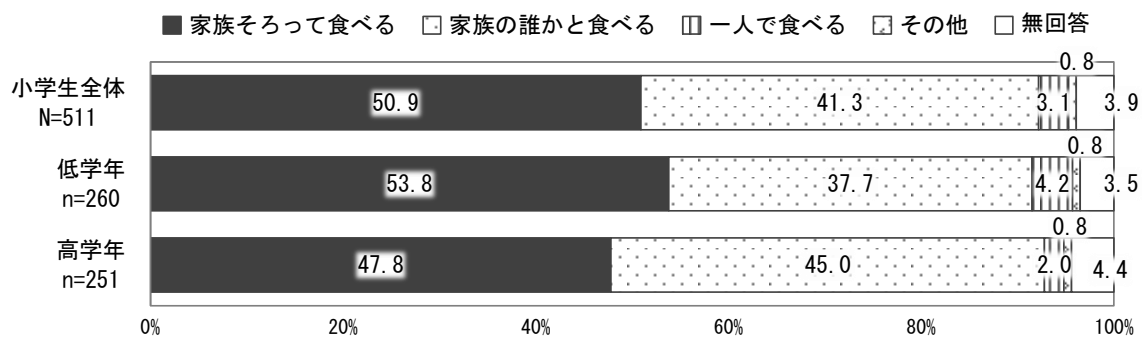


B. 小学生のみ設問

1. 栄養状態・食生活について

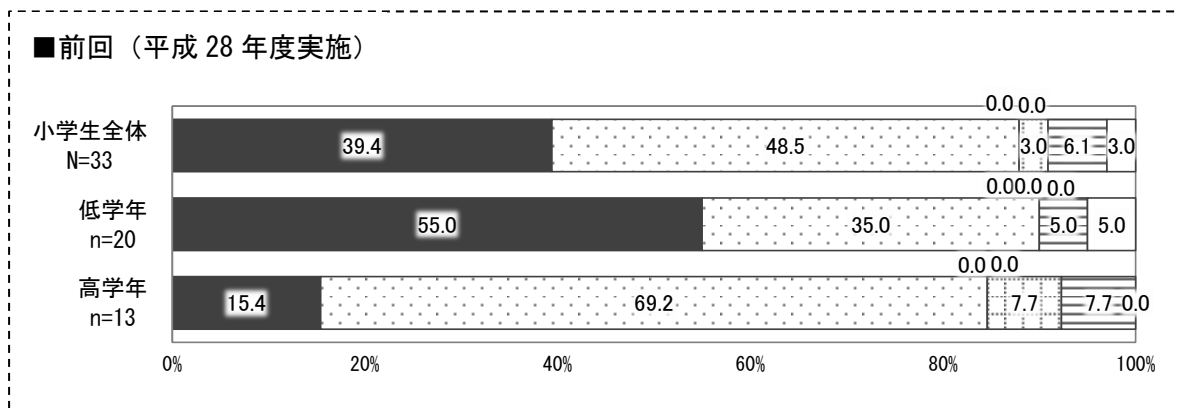
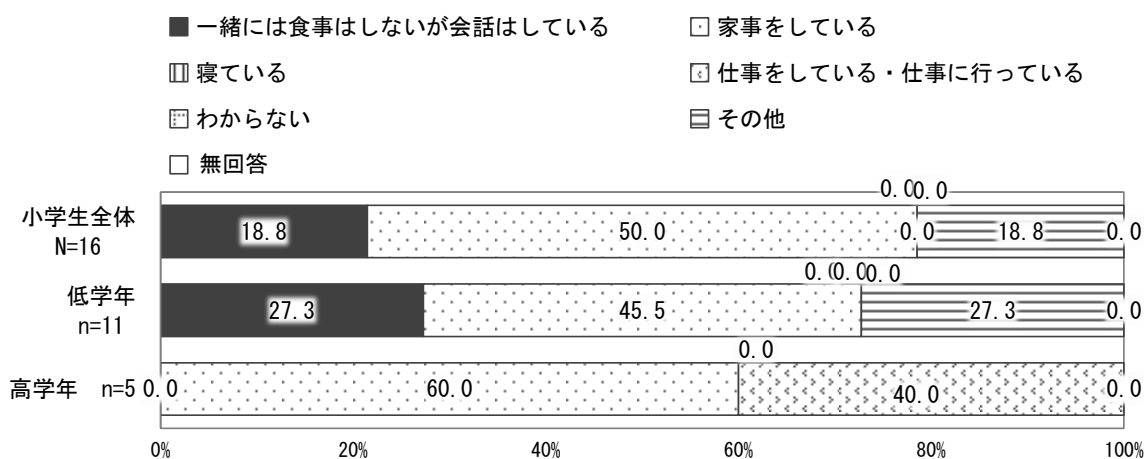
(1) 家庭の食事は、だれと食べることが多いですか。

低学年・高学年ともに「家族そろって食べる」と回答した割合が最も高く、前回(44.6%)より高くなっている。「一人で食べる」と回答した割合は3.1%と、前回(5.6%)より低くなっている。また「一人で食べる」と回答した割合は、低学年(4.2%)の方が高学年(2.0%)より高い。



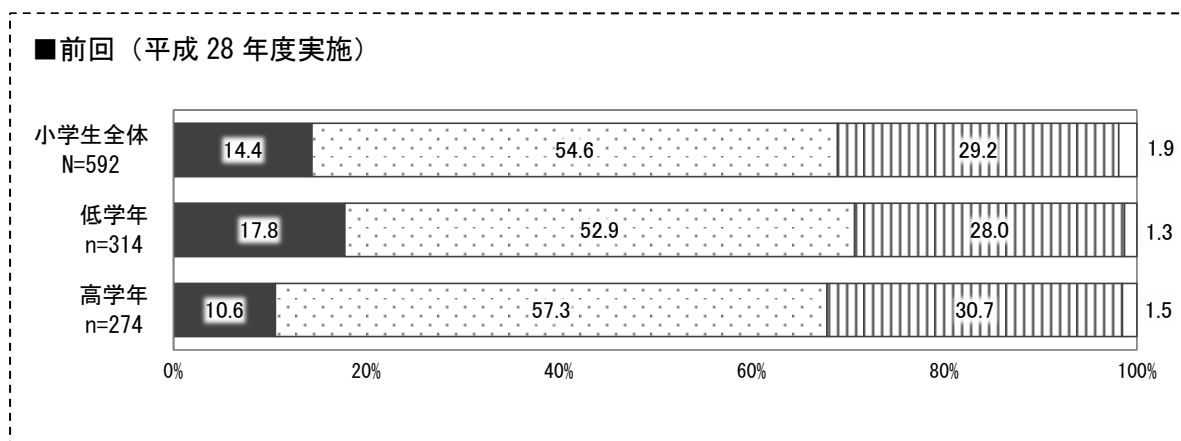
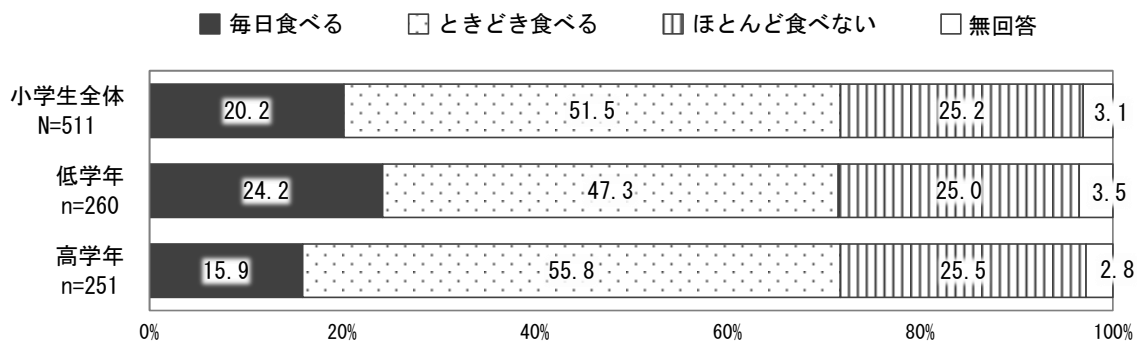
(2) 一人で食事をしているとき大人はどうしていますか。

「一人で食べる」と回答した児童のうち、食事をしているときの大人の様子について尋ねると、小学生全体では「家事をしている」と回答した割合が50.0%と最も高い。次いで「一緒に食事はないが会話はしている」及び「その他」（18.8%）と続く。「その他」として、「家族それぞれが準備している」という意見が挙がっている。「一緒に食事はないが会話はしている」と回答した割合は、前回（39.4%）より低くなっている。



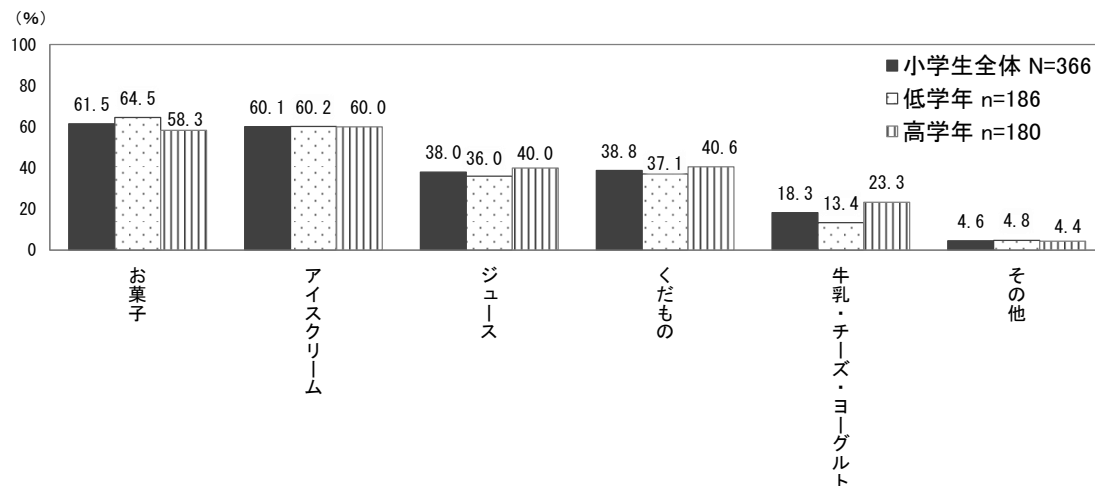
(3) ふだん夜ごはんのあとにおやつを食べたり飲んだりしていますか。

低学年・高学年ともに「ときどき食べる」と回答した割合が最も高く、次いで「ほとんど食べない」と続く。小学生全体では「毎日食べる」と回答した割合は20.2%と、前回(14.4%)より高くなっている。また、低学年(24.2%)の方が高学年(15.9%)に比べて高い。

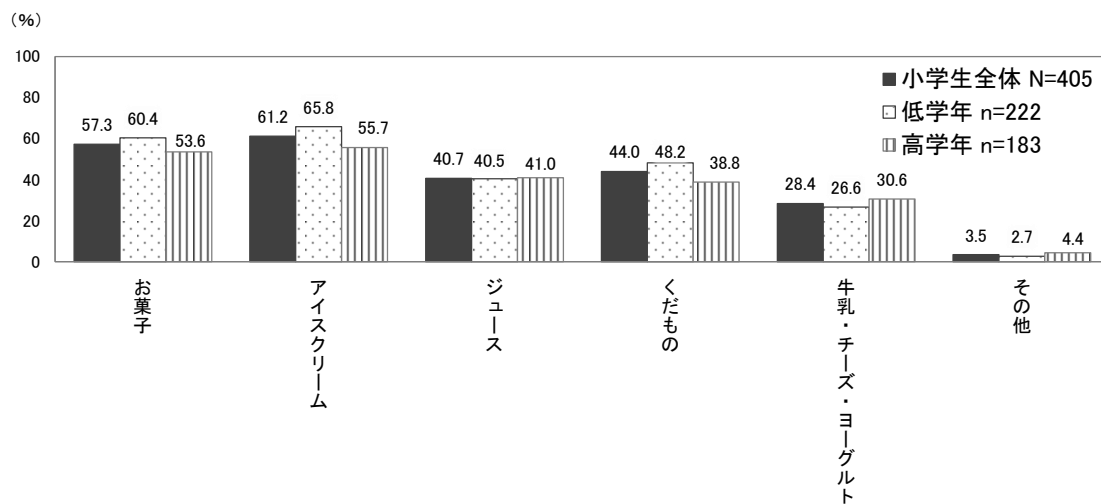


(4) 夜ごはんのあとによく食べたり飲んだりするものはなんですか。

夜ごはんのあとに、おやつを食べたり飲んだりする児童のうち、その内容について尋ねると、「お菓子」が61.5%と最も高く、次いで「アイスクリーム」(60.1%)、「くだもの」(38.8%)と続く。



■前回 (平成 28 年度実施)

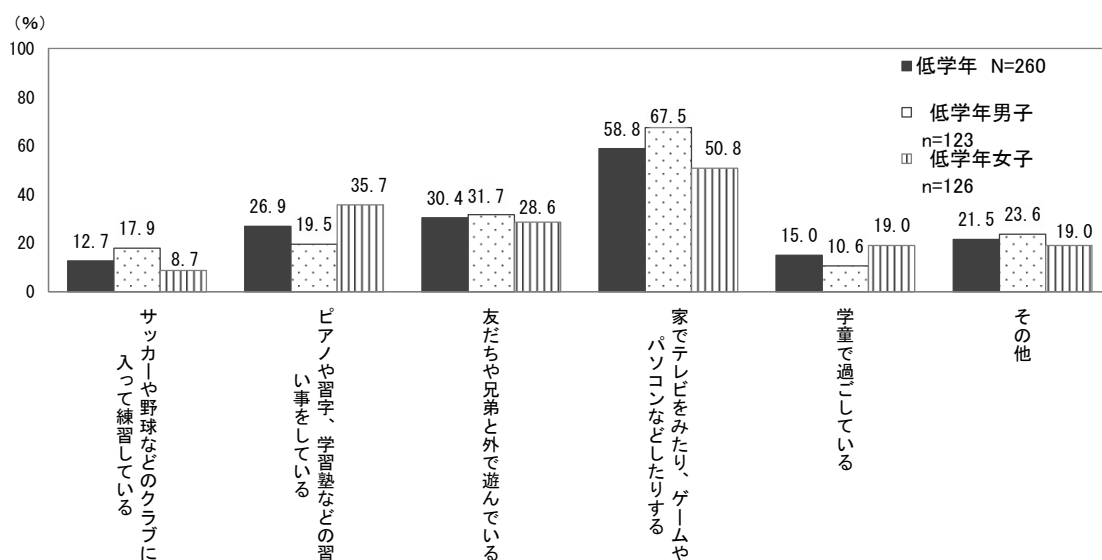


2. 生活習慣や健康状態について

(1) 学校がおわってから、どのように過ごすことが多いですか。(低学年のみ)

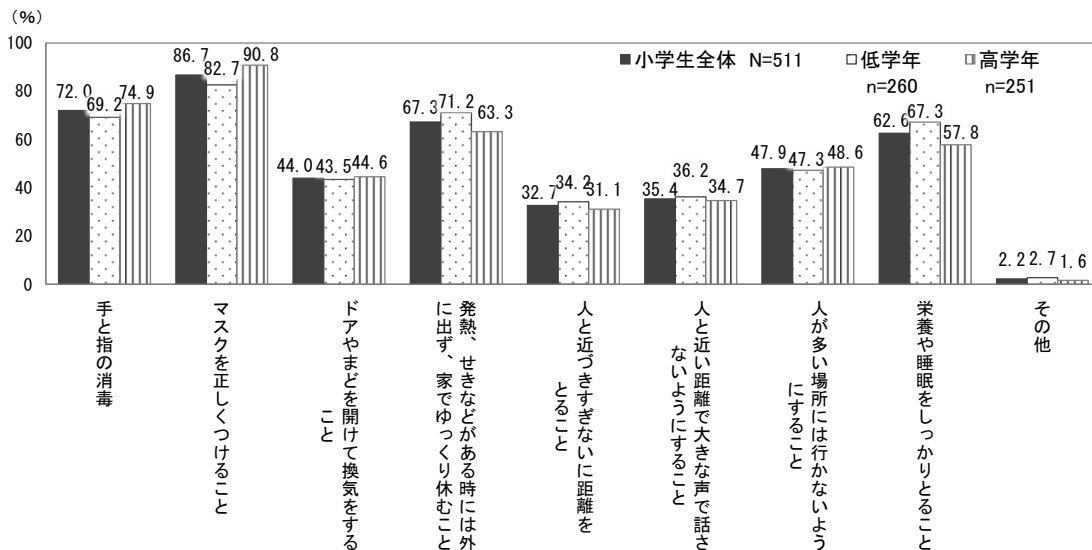
低学年児童の放課後の過ごし方は「家でテレビをみたり、ゲームやパソコンなどしたりする」と回答した割合が58.8%と最も高く、次いで「友だちや兄弟と外で遊んでいる」(30.4%)となっている。

性別でみると、男女ともに「家でテレビをみたり、ゲームやパソコンなどしたりする」と回答した割合が最も高く、次いで、男子では「友だちや兄弟と外で遊んでいる」(31.7%)、女子では「ピアノや習字、学習塾などの習い事をしている」(35.7%)となっている。日頃から体を動かしている児童の割合(「サッカーや野球などのクラブに入って練習している」と「友だちや兄弟と外で遊んでいる」を合計した割合)は、男子の49.6%に対して、女子では37.3%と差がみられる。



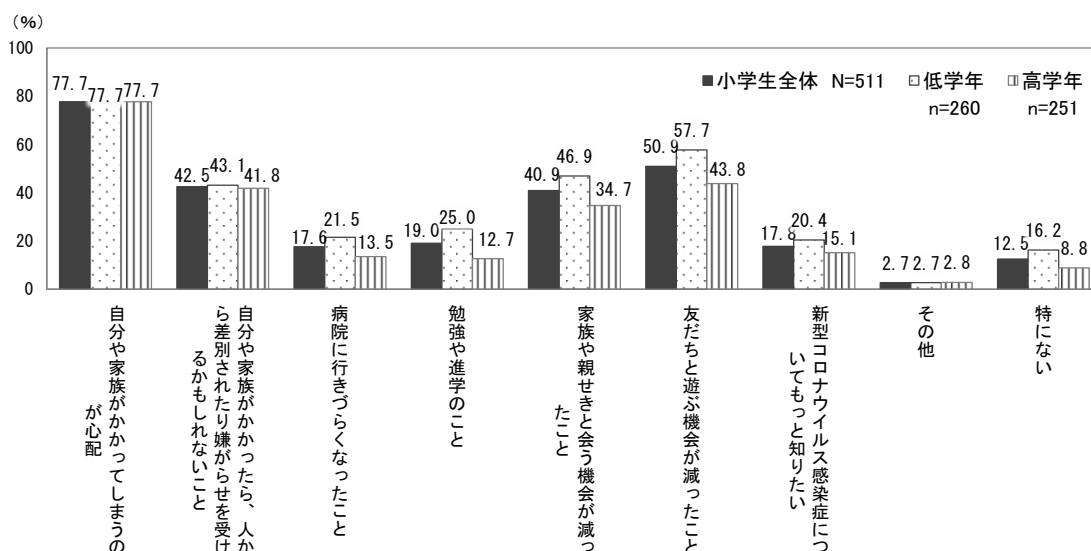
(2) 手洗いの他に感染症を予防するために実行していることはありますか。

「マスクを正しくつけること」と回答した割合が 86.7%と最も高く、次いで「手と指の消毒」(72.0%)「発熱・せきなどがあるときには外に出ず、家でゆっくり休むこと」(67.3%)と続く。



(3) 新型コロナウイルス感染症について困っていることや心配に感じていることがありますか。

「自分や家族がかかってしまうのが心配」と回答した割合が 77.7%と最も高く、次いで「友達と遊ぶ機会が減ったこと」(50.9%)「自分や家族がかかったら、人から差別されたり嫌がらせを受けるかもしれないこと」(42.5%)と続く。



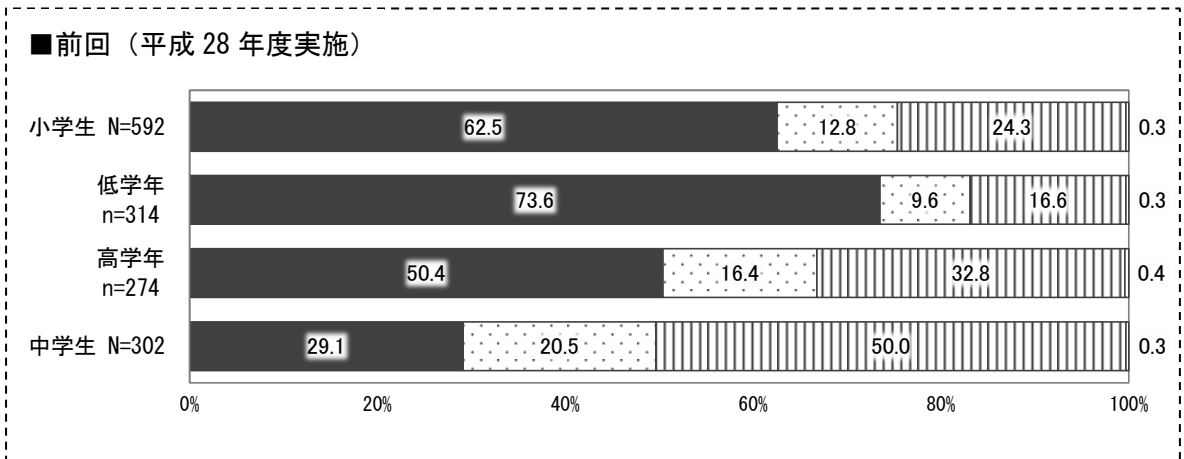
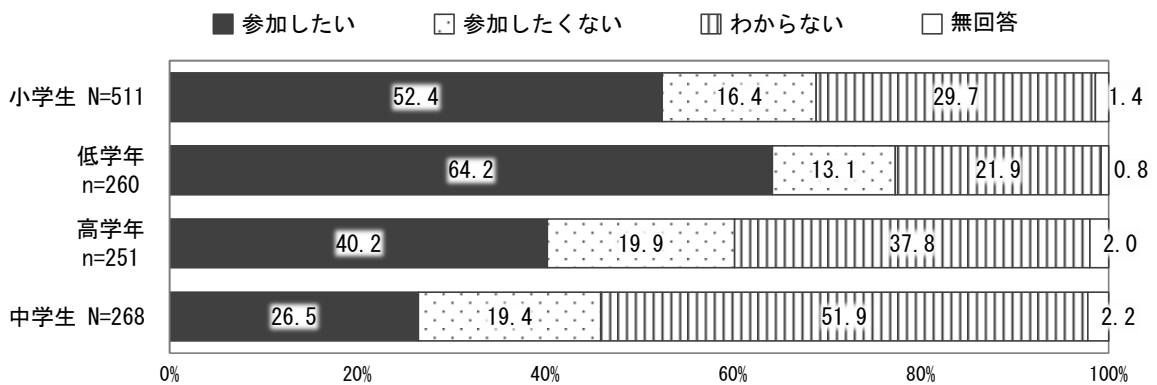
C. 小学生・中学生共通設問

1. 栄養状態・食生活について

(1) 学校や地域で農業体験を行う機会があれば参加してみたいと思いますか。

【小学生】 「参加したい」と回答した割合が52.4%と最も高いが、前回(62.5%)より低くなっている。また、低学年では64.2%が「参加したい」という回答割合に対して、高学年では40.2%と低い。

【中学生】 「わからない」と回答した割合が51.9%と最も高く、農業体験に関する情報や経験が少ないことがうかがえる。「参加したい」と回答した割合は26.5%となっており、前回(29.1%)より低くなっている。

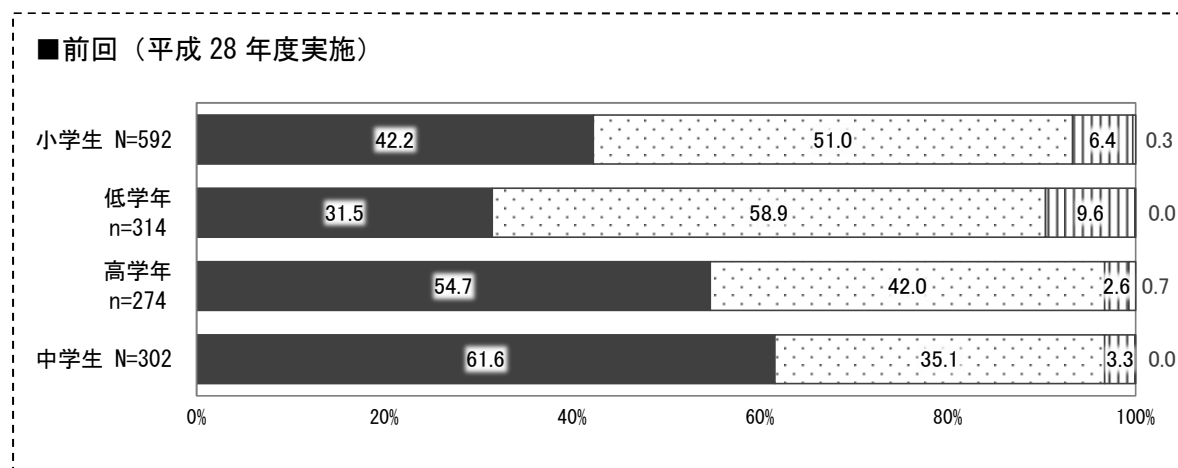
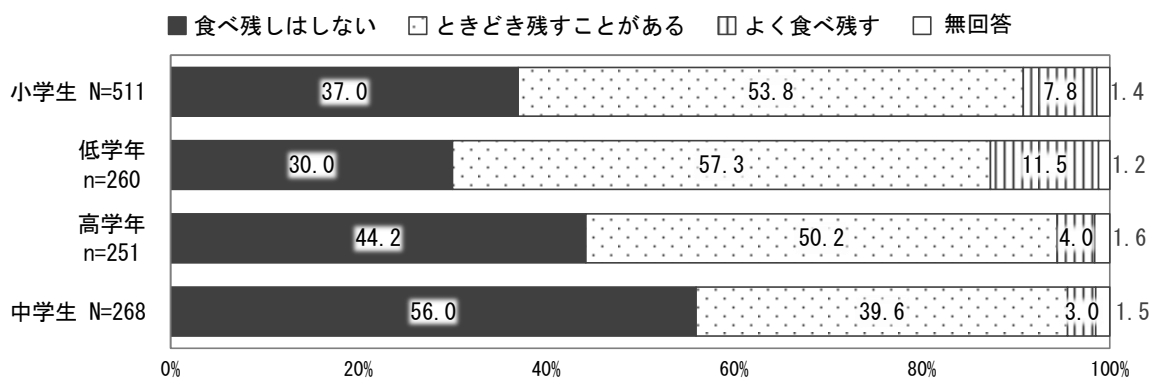


(2) 家庭や学校で食べ残しをすることがありますか。

<家庭>

【小学生】 「ときどき残すことがある」と回答した割合が 53.8%と最も高く、特に低学年の食べ残す割合が高い。「食べ残しはしない」と回答した割合は 37.0%と、前回 (42.2%) より低くなっている。

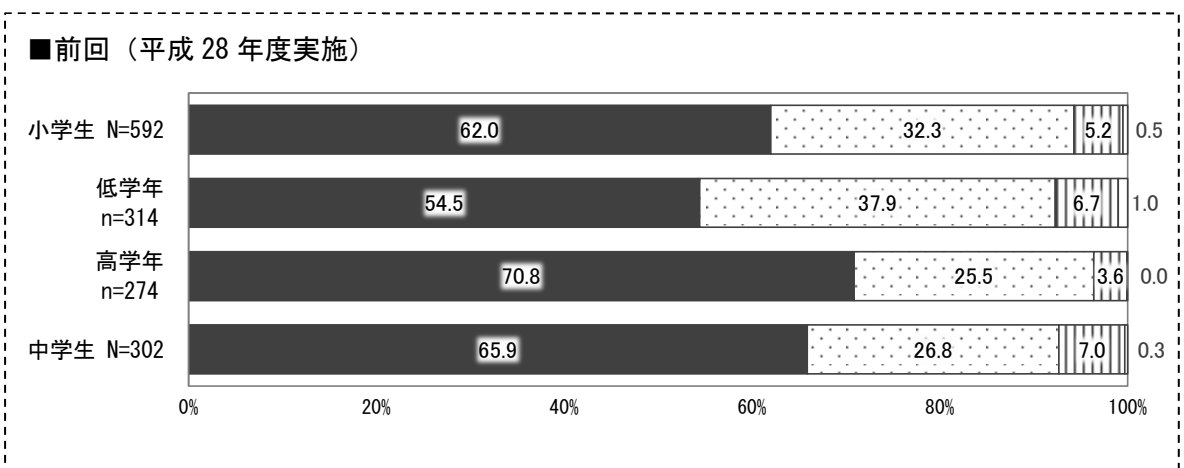
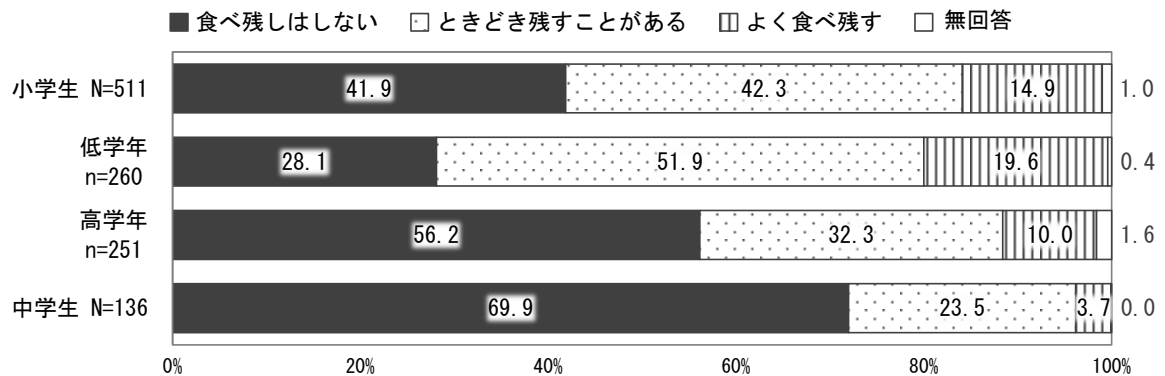
【中学生】 「食べ残しはしない」と回答した割合が 56.0%と最も高いが、前回 (61.6%) より低くなっている。



<学校>

【小学生】 「ときどき残すことがある」と回答した割合が 42.3%と最も高くなっている。また、「よく食べ残す」と回答した割合（14.9%）は、今回調査の家庭での割合（7.8%）と比べて高くなっている。

【中学生】 「食べ残しはしない」と回答した割合が 69.9%と最も高く、前回（65.9%）より高くなっている。



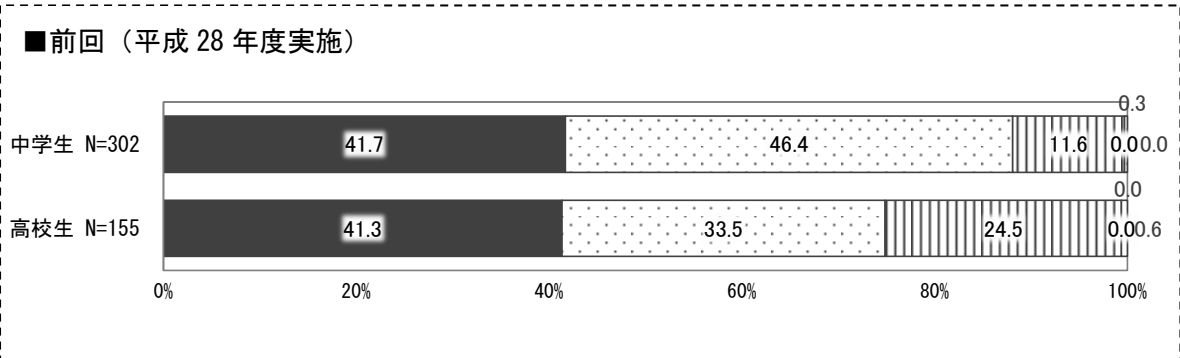
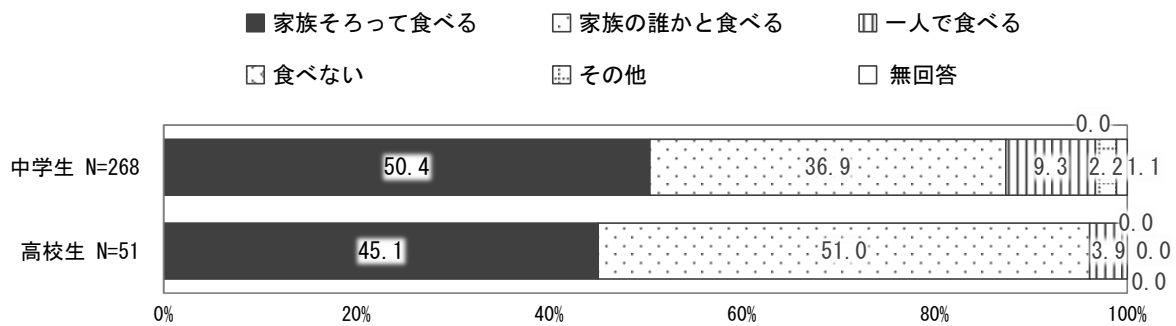
D. 中学生・高校生共通設問

1. 栄養状態・食生活について

(1) 家庭の食事は誰と食べることが多いですか。

【中学生】 「家族そろって食べる」と回答した割合が 50.4%と最も高く、前回 (41.7%) より高くなっている。次いで「家族の誰かと食べる」 (36.9%) となっている。また、9.3%の生徒が「一人で食べる」と回答している。

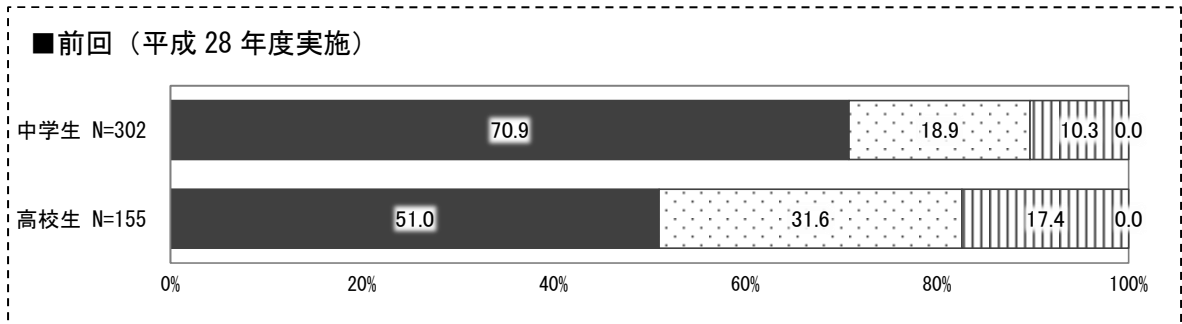
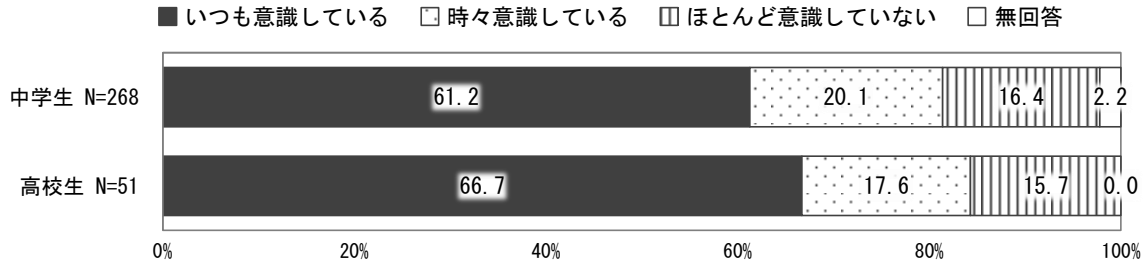
【高校生】 「家族の誰かと食べる」と回答した割合が 51.0%と最も高い。次いで「家族そろって食べる」 (45.1%) となっており、前回 (41.3%) より高くなっている。また、3.9%の生徒が「一人で食べる」と回答している。



(2) 朝・昼・夕の3食を食べるように意識していますか。

【中学生】 「いつも意識している」と回答した割合が 61.2%と最も高いが、前回 (70.9%) より低くなっている。

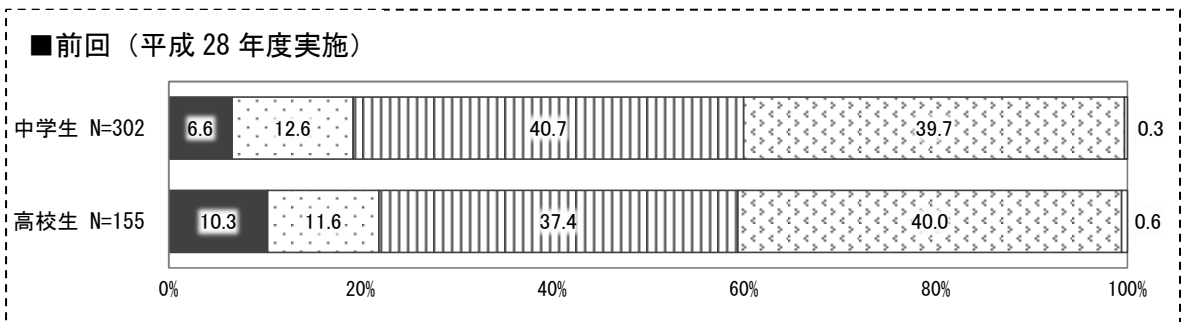
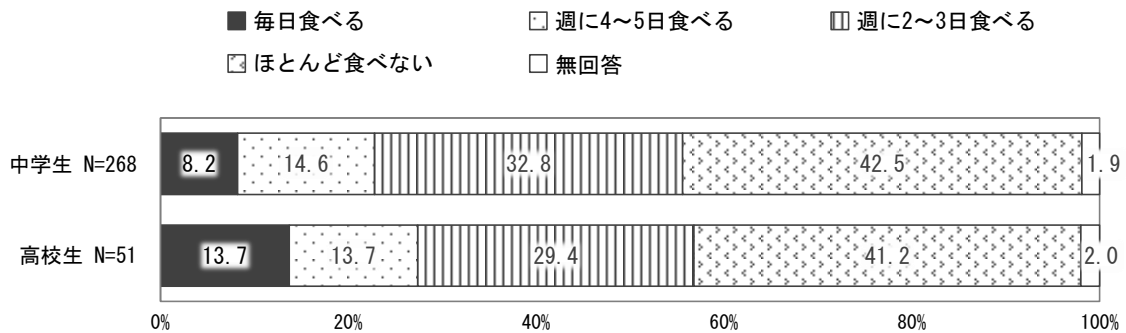
【高校生】 「いつも意識している」と回答した割合が 66.7%と最も高く、前回 (51.0%) より高くなっている。



(3) ふだん夜ごはんのあとにおやつを食べたり飲んだりしていますか。

【中学生】 「ほとんど食べない」と回答した割合が 42.5%と最も高い。また、“食べる”と回答した割合 (「毎日食べる」「週に4~5日食べる」「週に2~3日」を合計した割合) は 55.6%と、前回 (59.9%) より低くなっている。

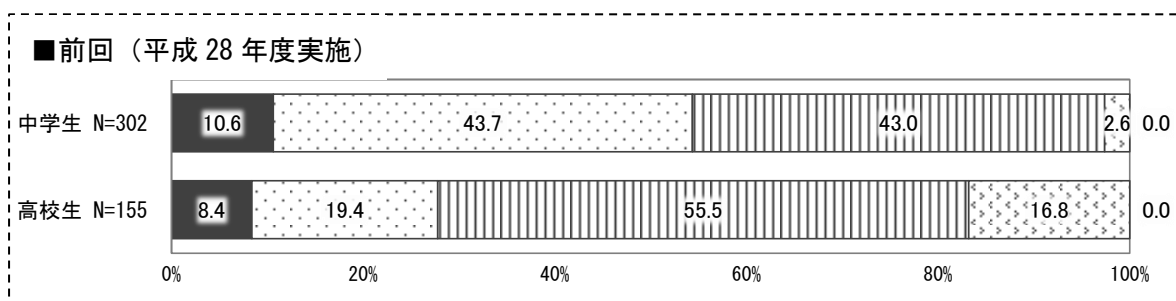
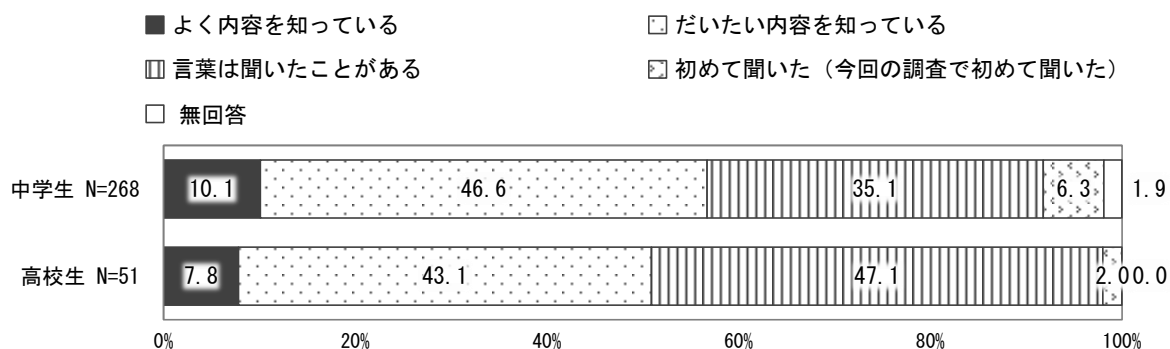
【高校生】 「ほとんど食べない」と回答した割合が 41.2%と最も高い。また、“食べる”と回答した割合は 56.8%と、前回 (59.3%) より低くなっている。



(4) 「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。

【中学生】 「だいたい内容を知っている」と回答した割合が46.6%と最も高い。

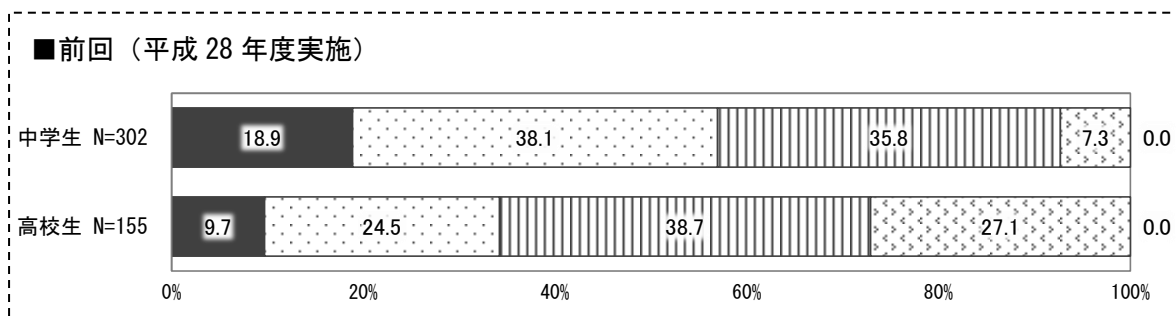
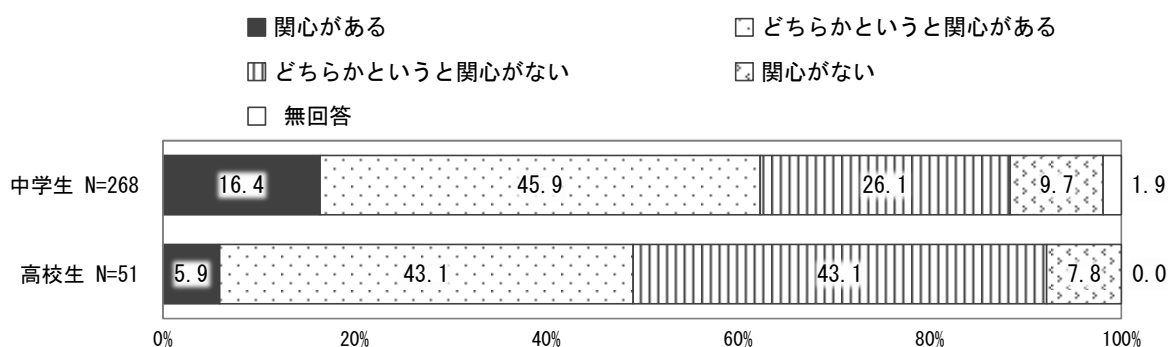
【高校生】 「言葉は聞いたことがある」と回答した割合が47.1%と最も高い。「よく内容を知っている」と「だいたい内容を知っている」を合わせると50.9%と、前回(27.8%)より高くなっている。



(5) 「食育」に関心がありますか。

【中学生】 “関心がある”と回答した割合(“関心がある”“どちらかというに関心がある”を合計した割合)は62.3%と、前回(57.0%)より高くなっている。

【高校生】 “関心がある”と回答した割合は49.0%と、前回(34.2%)より高くなっている。“関心がない”と回答した割合(“どちらかというに関心がない”“関心がない”を合計した割合)は50.9%となっている。

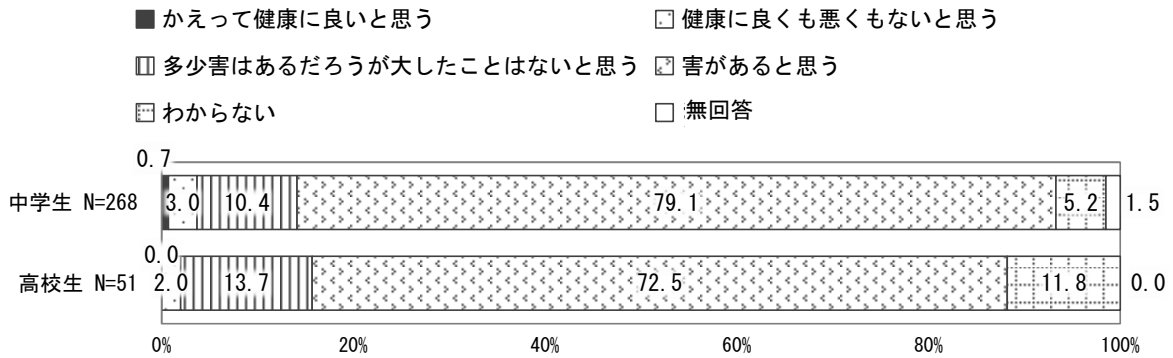


2. 生活習慣や健康状態について

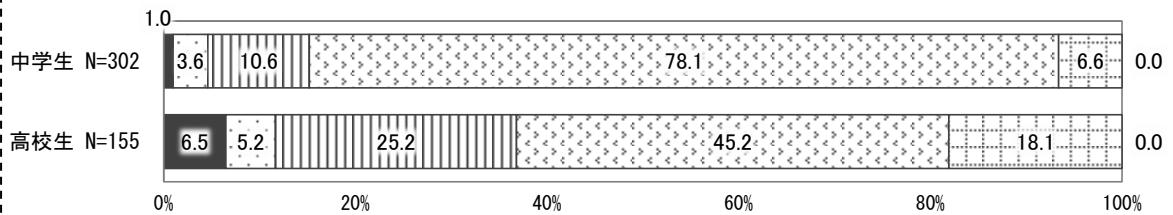
(1) 未成年がお酒を飲むと体に害があると思いますか。

【中学生】 「害があると思う」と回答した割合が 79.1%と最も高い。

【高校生】 「害があると思う」と回答した割合が 72.5%と最も高い。中学生に比べて「多少害はあるだろうが大したことはないと思う」と回答した割合が 13.7%とやや高い。



■ 前回 (平成 28 年度実施)

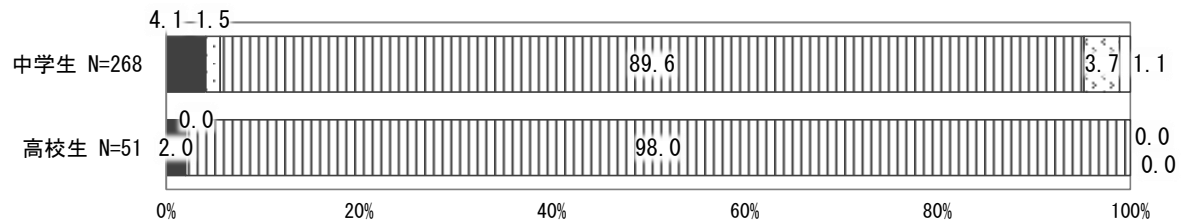


(2) たばこを吸うと体に害があると思いますか。

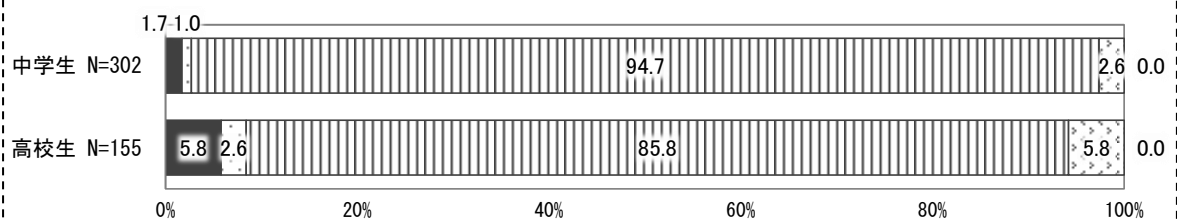
【中学生】 「害があると思う」と回答した割合が 89.6%と圧倒的に高い。

【高校生】 「害があると思う」と回答した割合が 98.0%と圧倒的に高い。

- 害があると思わない
- 害があると思う
- 無回答
- 多少害はあるだろうが大したことはないと思う
- わからない



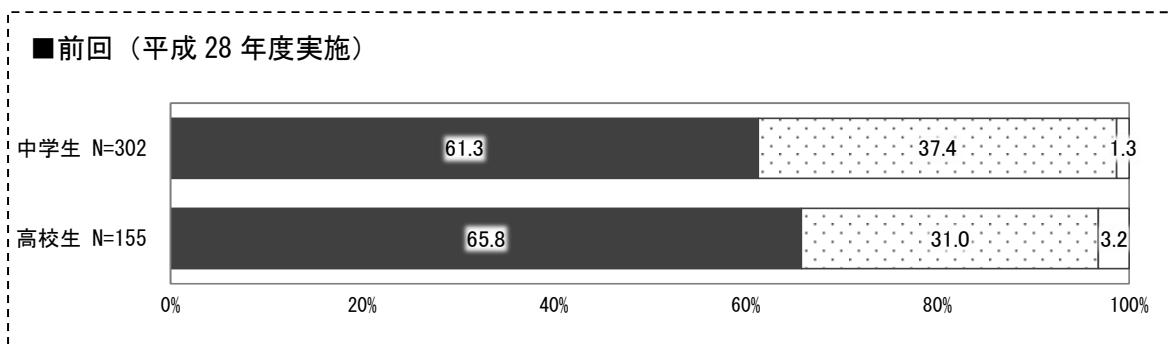
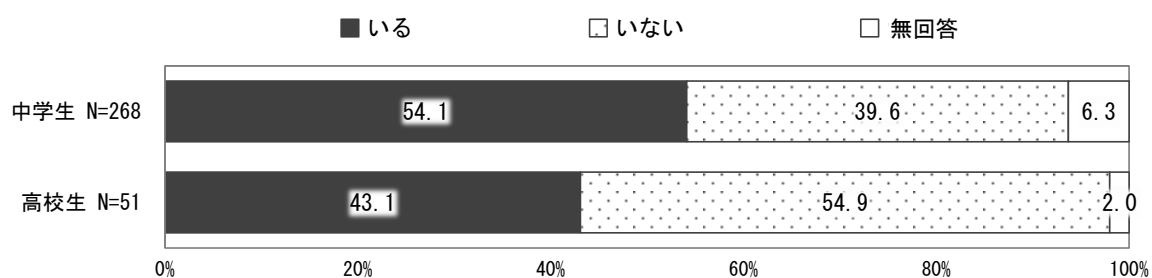
■ 前回 (平成 28 年度実施)



(3) 家では、たばこを吸っている人はいますか。

【中学生】 「いる」と回答した割合が 54.1%と、前回 (61.3%) より低くなっている。

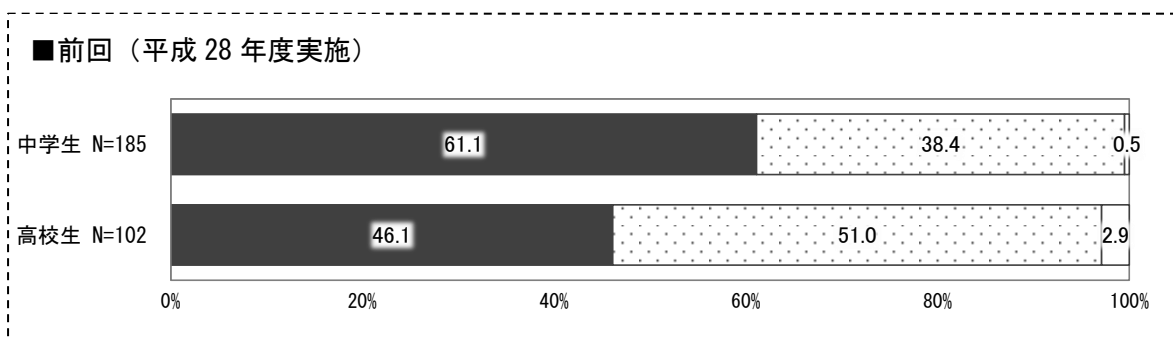
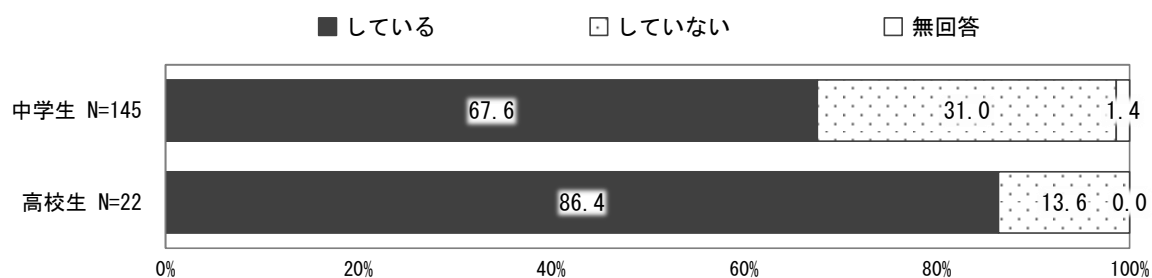
【高校生】 「いる」と回答した割合が 43.1%と、前回 (65.8%) より低くなっている。



(4) たばこを吸っているご家族の人は、家の中で、たばこを吸う場所や時間の工夫をしていますか。

【中学生】 「している」と回答した割合が 67.6%と高く、前回 (61.1%) より高くなっている。

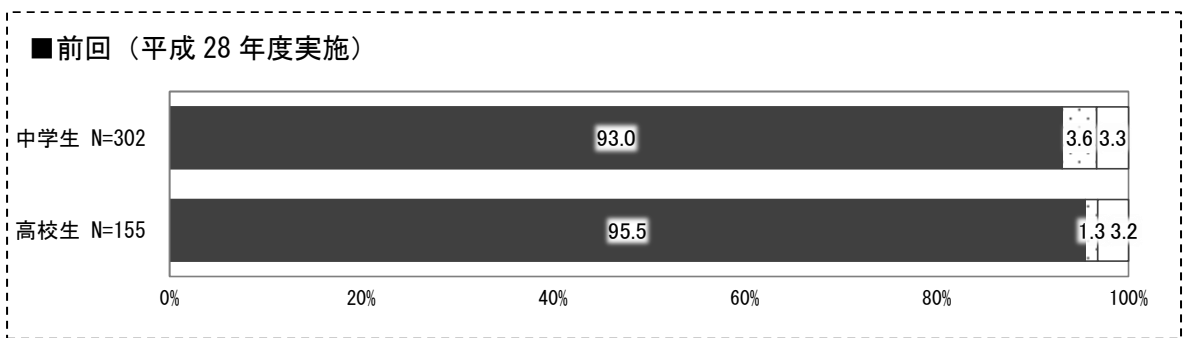
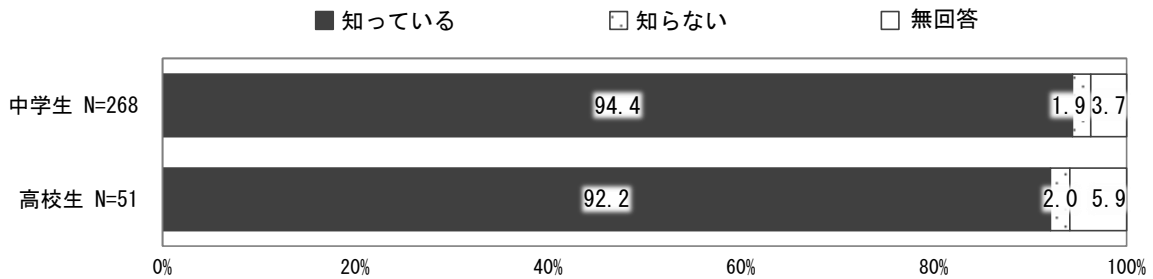
【高校生】 「している」と回答した割合が 86.4%と高く、前回 (46.1%) より高くなっている。



(5) 他人のたばこの煙が、まわりの人の健康に影響を及ぼすことを知っていますか。

【中学生】 「知っている」と回答した割合が 94.4%と圧倒的に高い。

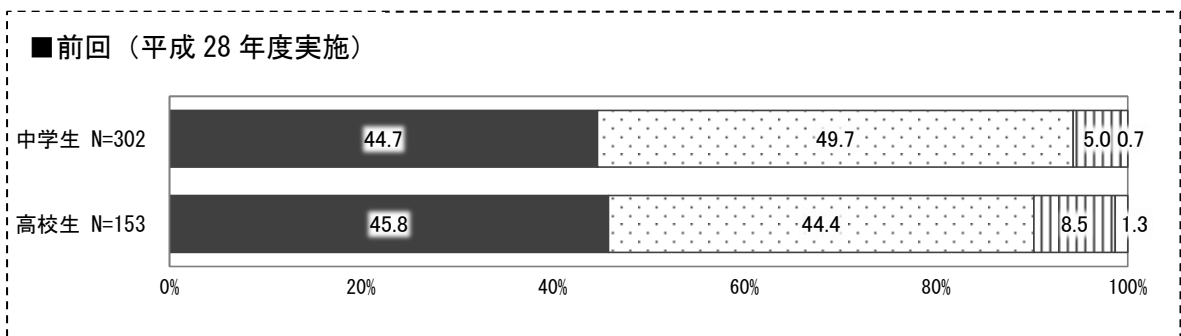
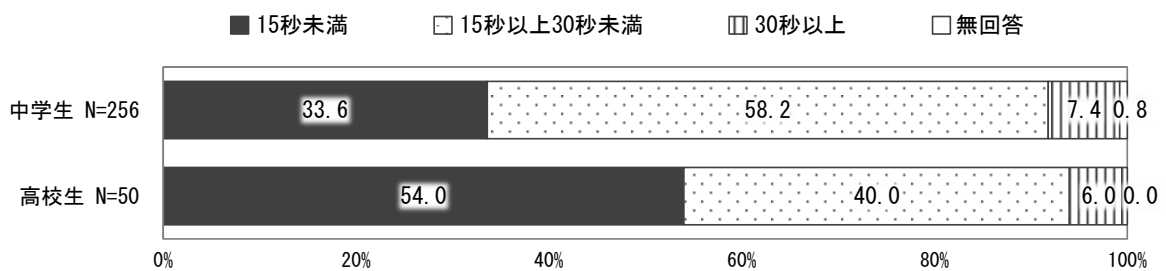
【高校生】 「知っている」と回答した割合が 92.2%と圧倒的に高い。



(6) 手を洗うとき、どれくらい洗いますか。

【中学生】 「15 秒以上 30 秒未満」と回答した割合が 58.2%と最も高く、前回 (49.7%) より高くなっている。

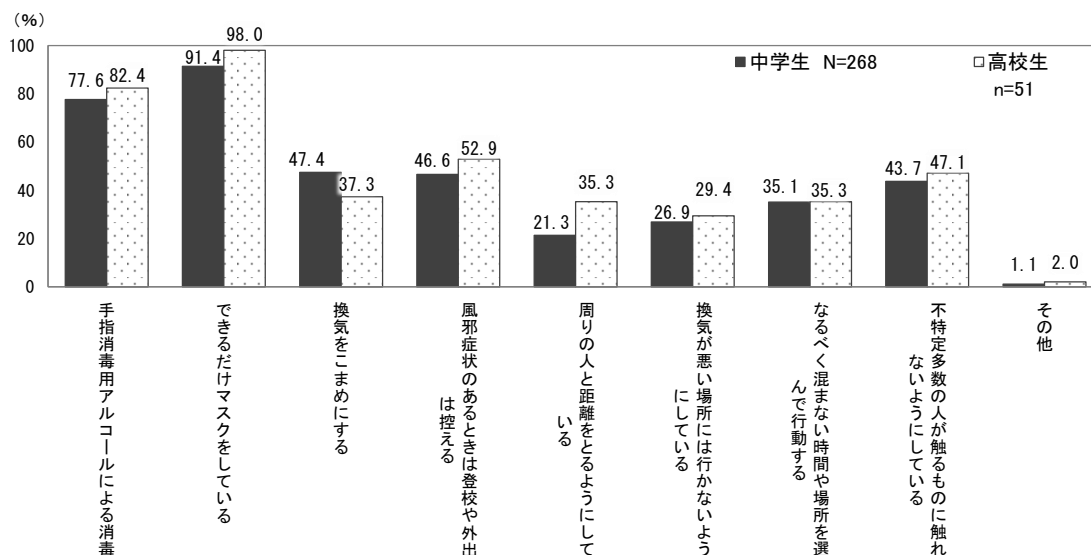
【高校生】 「15 秒未満」と回答した割合が 54.0%と最も高く、前回 (45.8%) より高くなっている。



(7) 手洗いの他に感染症を予防するために実行していることはありますか。

【中学生】 「できるだけマスクをしている」と回答した割合が 91.4%と最も高く、次いで「手指消毒用アルコールによる消毒」(77.6%)となっている。

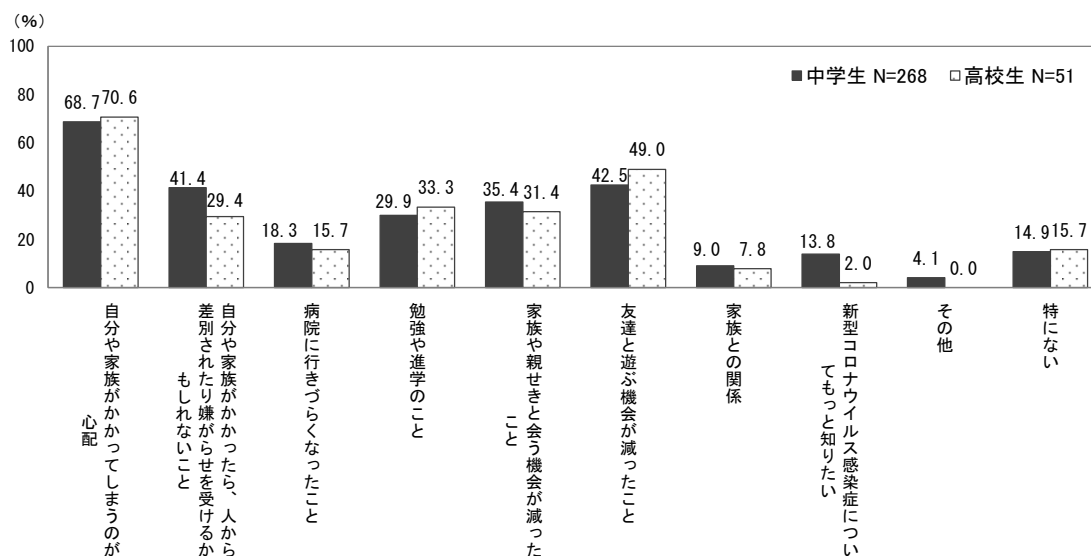
【高校生】 「できるだけマスクをしている」と回答した割合が 98.0%と最も高く、次いで「手指消毒用アルコールによる消毒」(82.4%)となっている。



(8) 新型コロナウイルス感染症について困っていることや心配に感じていることがありますか。

【中学生】 「自分や家族がかかってしまうのが心配」と回答した割合が 68.7%と最も高く、次いで「友達と遊ぶ機会が減ったこと」(42.5%)となっている。

【高校生】 「自分や家族がかかってしまうのが心配」と回答した割合が 70.6%と最も高く、次いで「友達と遊ぶ機会が減ったこと」(49.0%)となっている。

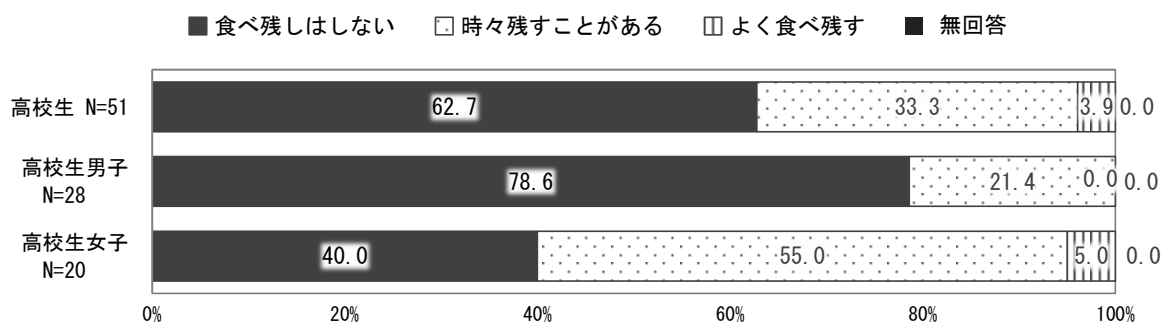


E. 高校生のみの設問

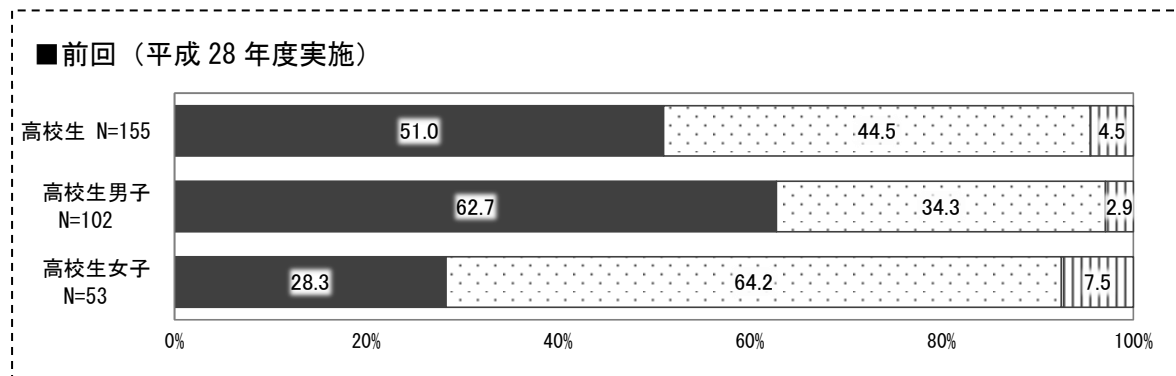
1. 栄養状態・食生活について

(1) 食べ残しをすることがありますか。

高校生全体では「食べ残しはしない」と回答した割合が 62.7%と最も高くなっており、前回 (51.0%) より高くなっている。性別で見ると、女子では「食べ残しはしない」と回答した割合が 40.0%と、前回 (28.3%) より高いが、男子 (78.6%) と比べて低い。



※性別の無回答が3人いるため、男子と女子の合計が異なる。

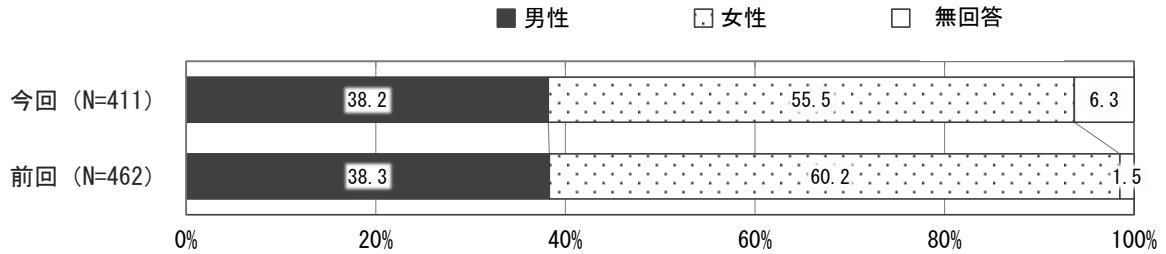


Ⅲ.成人の調査結果

1. 回答者の属性

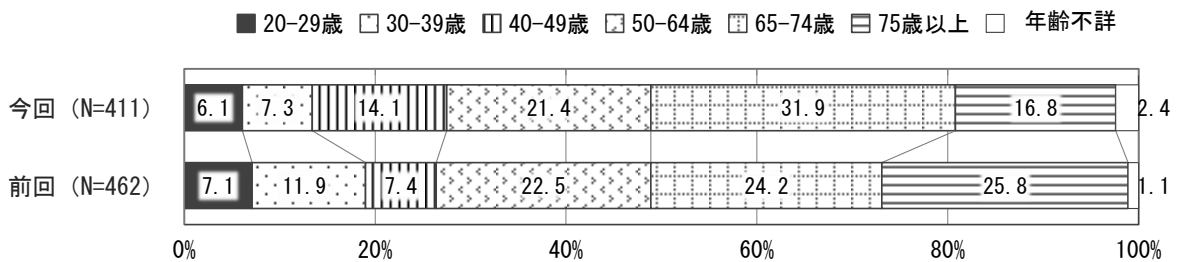
(1) 性別

・回答者は「男性」が38.2%、「女性」が55.5%と女性の割合が高くなっている。



(2) 年齢

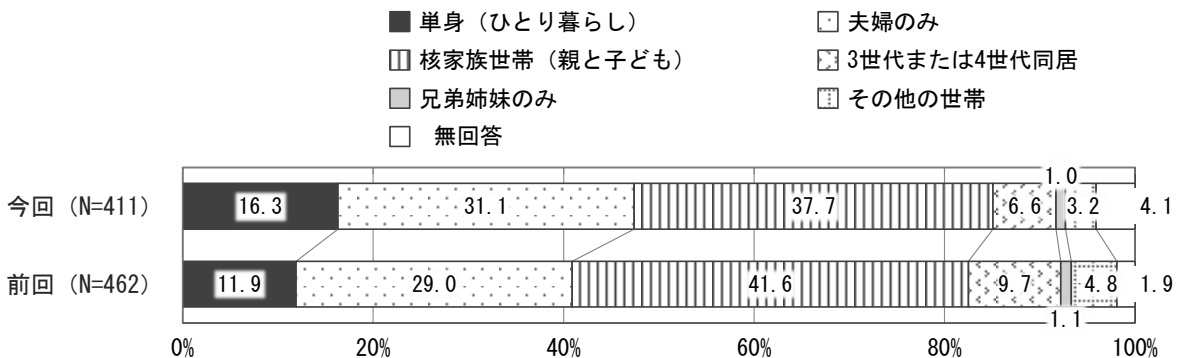
・回答者は「65-74歳」が31.9%と最も高く、次いで「50-64歳」(21.4%)、「75歳以上」(16.8%)となっており、65歳以上の高齢者が半数を占めている。「30-39歳」は7.3%と前回(11.9%)より低く、「40-49歳」は14.1%と前回(7.4%)より高くなっている。

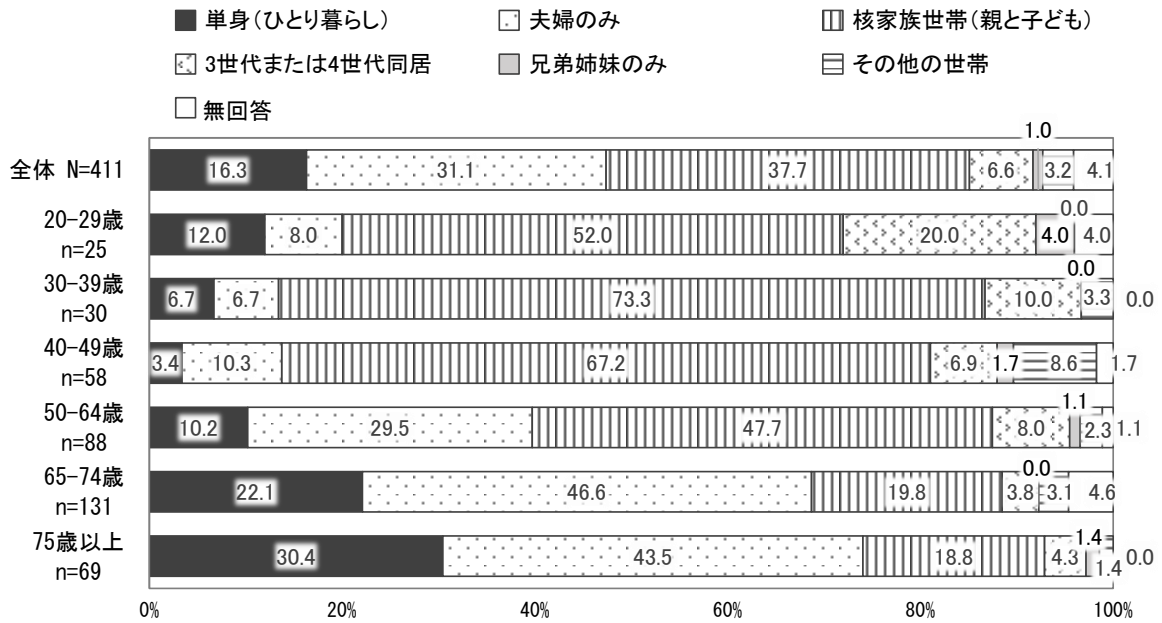


(3) 家族構成

・回答者の家族構成は「核家族世帯」が37.7%と最も高く、次いで「夫婦のみ」(31.1%)、「単身(ひとり暮らし)」(16.3%)となっている。「単身(ひとり暮らし)」は、前回(11.9%)より高くなっている。

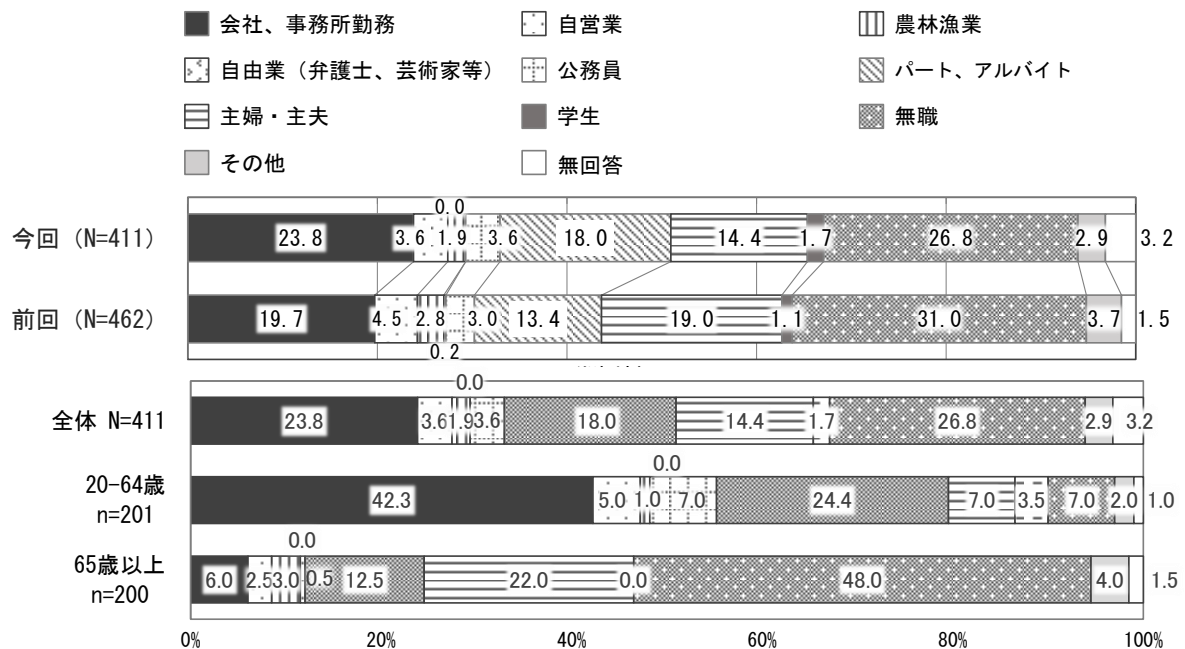
・「単身(ひとり暮らし)」と「夫婦のみ」を合計した割合は、65-74歳で68.7%、75歳以上で73.9%と高く、高齢者のみで暮らす世帯が多いことがうかがえる。





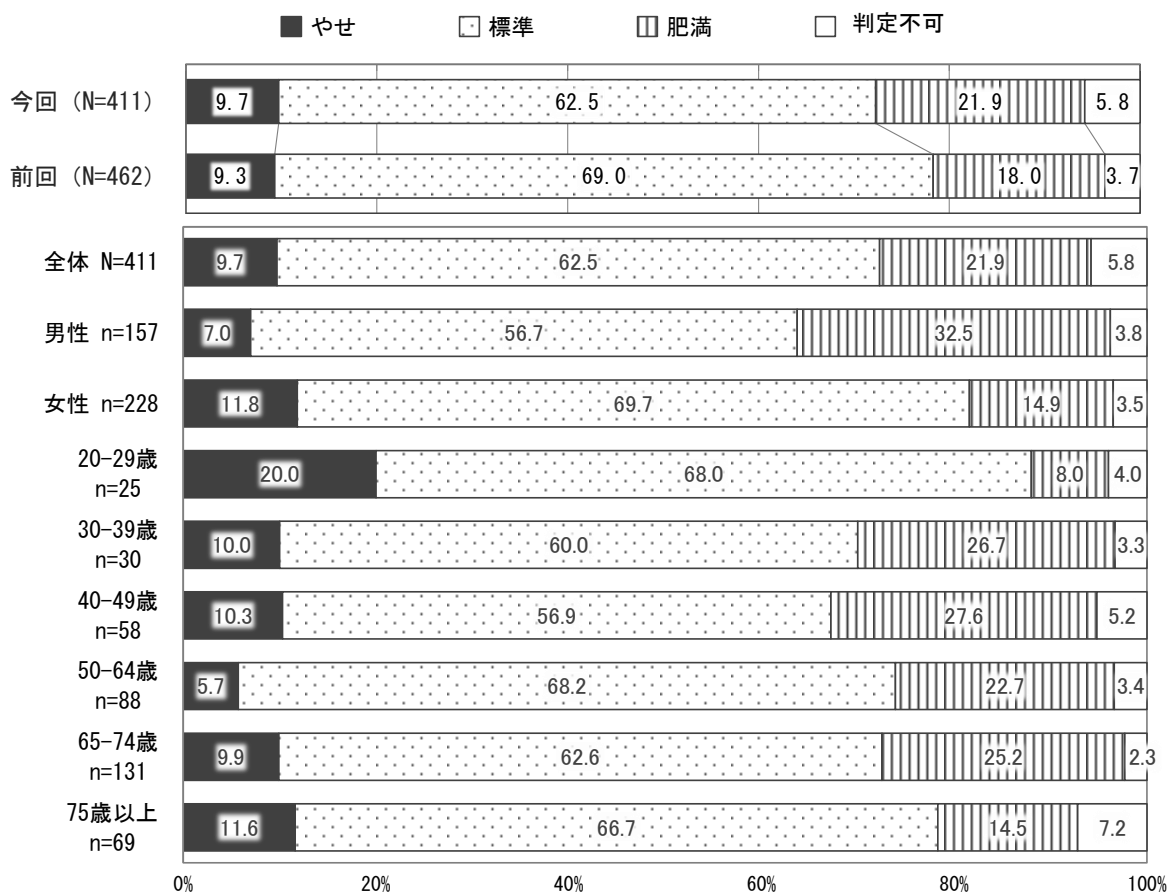
(4) 職業

・回答者の職業は「無職」が26.8%と最も高く、次いで「会社、事務所勤務」(23.8%)、「パート・アルバイト」(18.0%)と続く。「働いている」と回答した割合(「会社、事務所勤務」「自営業」「農林漁業」「自由業」「公務員」「パート、アルバイト」を合計した割合)は、50.9%となっている。65歳以上で働いている割合は24.5%となっている。



(5) 体型 (BMI)

- ・ BMI 判定によると、全体で「標準」が 62.5%と最も高く、次いで「肥満」(21.9%)、「やせ」(9.7%)と続く。「肥満」の割合は、前回(18.0%)より高くなっている。
- ・ 性別で見ると、「肥満」の割合は、男性で 32.5%、女性で 14.9%と男性の方が高い。
- ・ 年齢別で見ると、「肥満」の割合は、40-49 歳が 27.6%と最も高く、次いで 30-39 歳(26.7%)、65-74 歳(25.2%)と続く。「やせ」の割合は、20-29 歳が 20.0%と最も高く、次いで 75 歳以上(11.6%)、40-49 歳(10.3%)と続く。50-64 歳では「標準」の割合が高い。



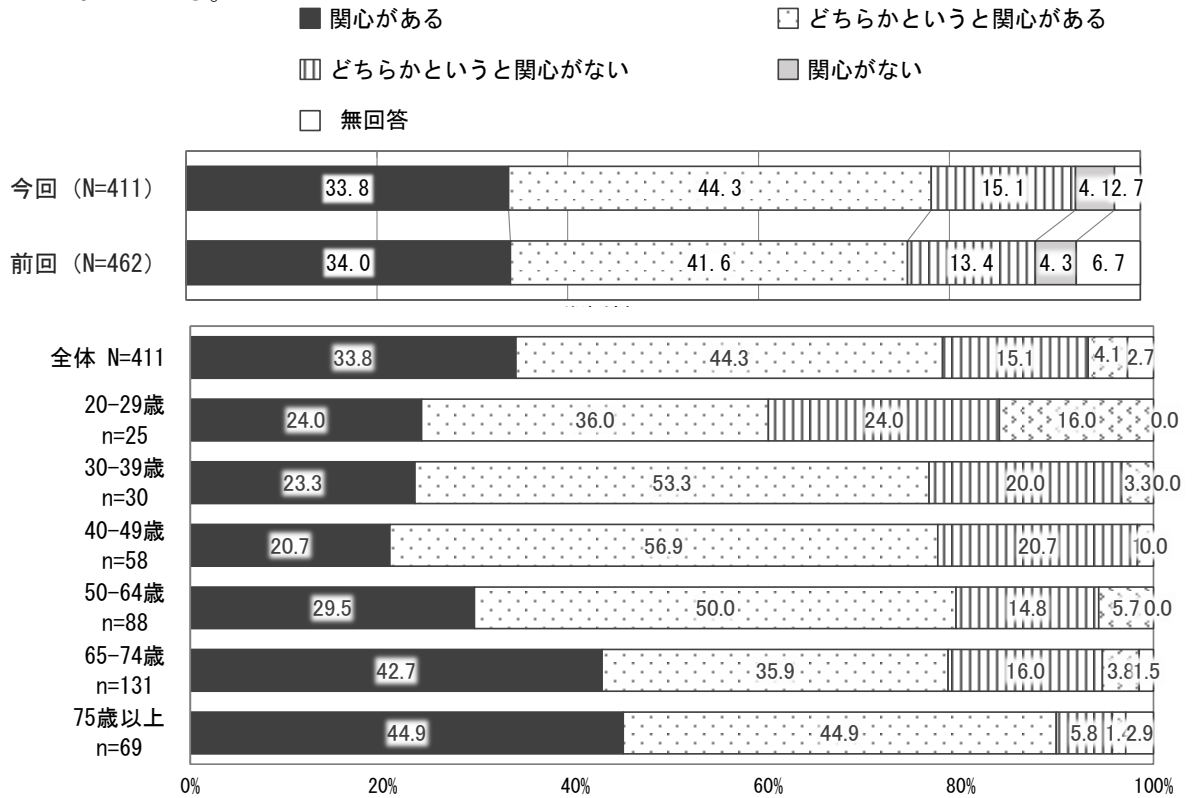
【BMI 判定】

- ・ 大人の体格の状況を示す指標。18.5 未満で「やせ」、18.5 以上 25.0 未満で「標準」、25.0 以上で「肥満」と判定。

2. 食生活について

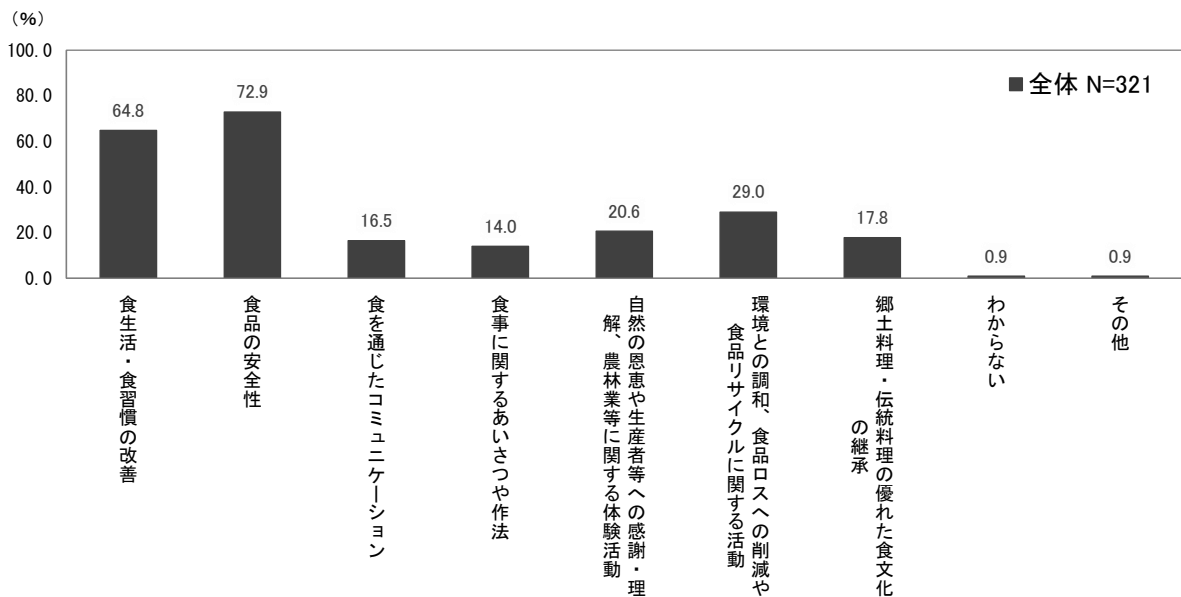
(1) 「食育」に関心がありますか。

- ・「食育」への関心について、「関心がある」及び「どちらかというに関心がある」と回答した割合を合わせた78.1%が“関心がある”と回答している。“関心がある”割合は前回(75.6%)より高くなっている。
- ・“関心がある”と回答した割合が高いのは、75歳以上で89.8%、次いで50-64歳(79.5%)となっている。



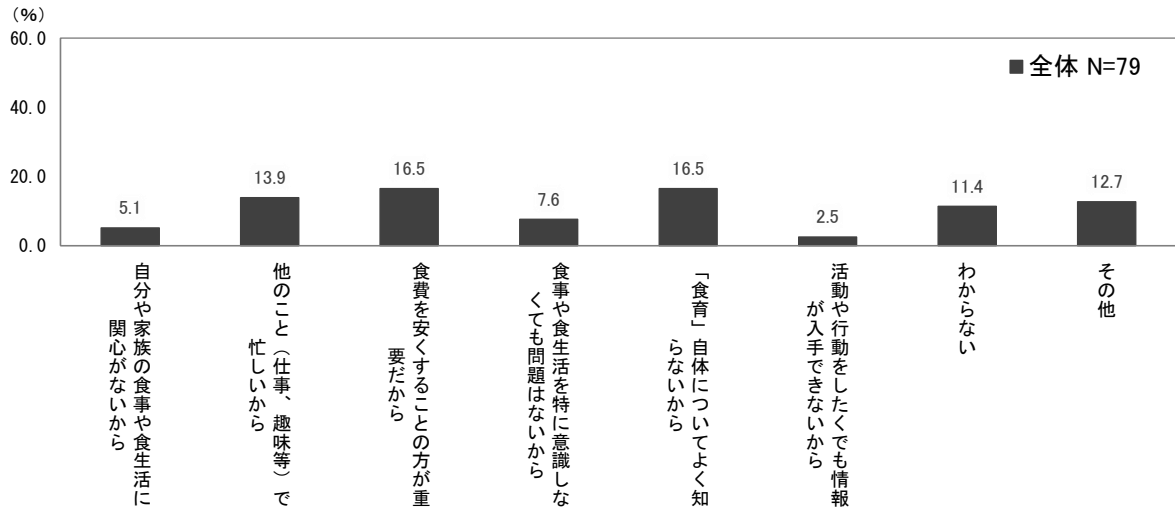
(1) - 1) 「食育」についてどのようなことに関心がありますか。

- ・「食育」に関心がある人のうち、その内容は「食品の安全性」(72.9%)と「食生活・食習慣の改善」(64.8%)が高くなっている。



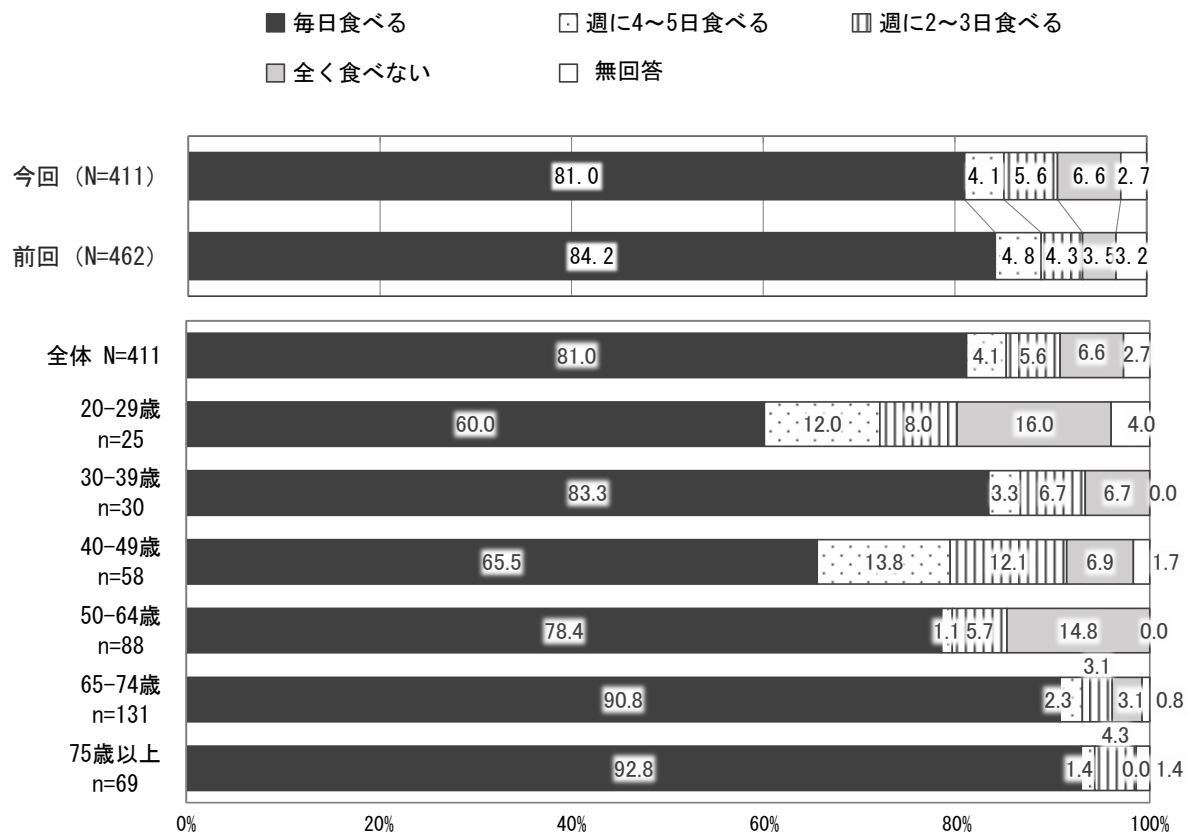
(1) - 2) 「食育」について関心がない理由は何ですか。

- ・「食育」に関心がない理由は、「食費を安くすることの方が重要だから」、「食育自体についてよく知らないから」と回答した割合が 16.5%と最も高く、次いで「他のこと(仕事、趣味等で忙しいから) (13.9%)と続く。



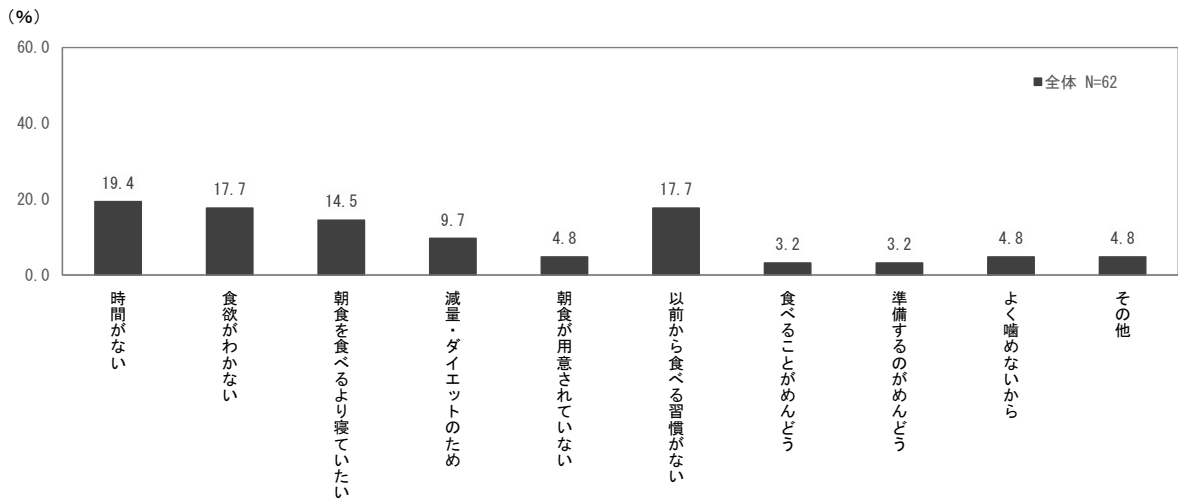
(2) ふだん朝食を食べますか。

- ・朝食を「毎日食べる」と回答した割合が 81.0%と最も高い。また、朝食の欠食割合(「週に4~5日食べる」「週に2~3日食べる」「全く食べない」を合計した割合)は、16.3%となっており、前回(12.6%)より高くなっている。
- ・20歳代と40歳代では欠食割合が約3割と高い傾向にある。



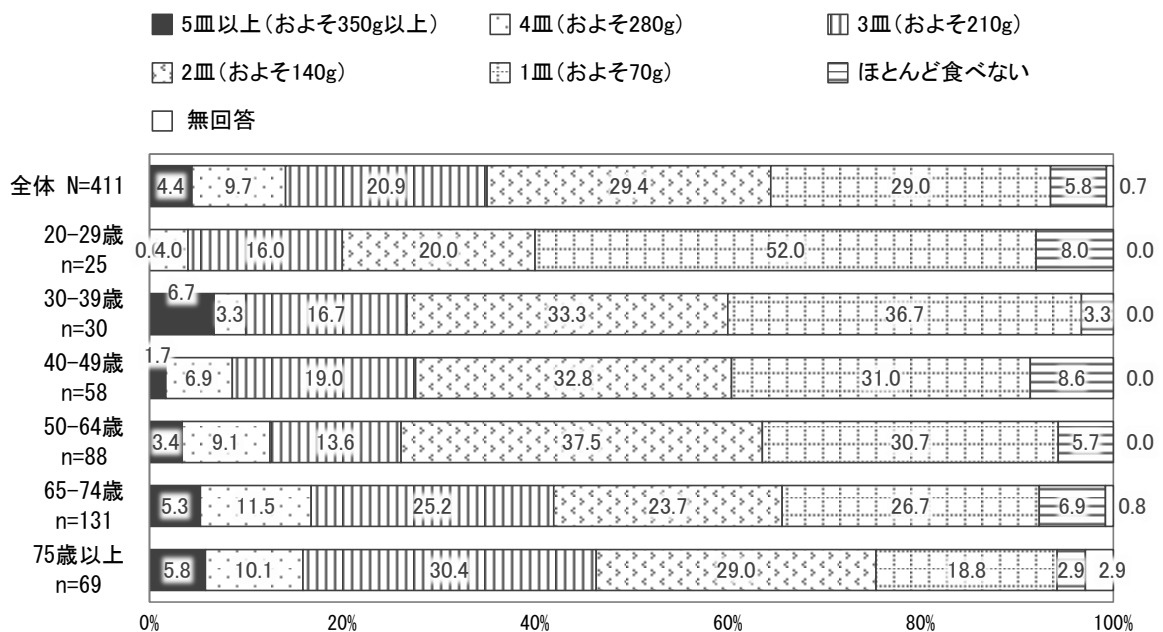
(2) - 1) 朝食を食べない理由は何ですか。

- ・朝食を欠食する人のうち、その理由は「時間がない」と回答した割合が19.4%と最も高く、次いで「食欲がわからない」、「以前から食べる習慣がない」(17.7%)と続く。



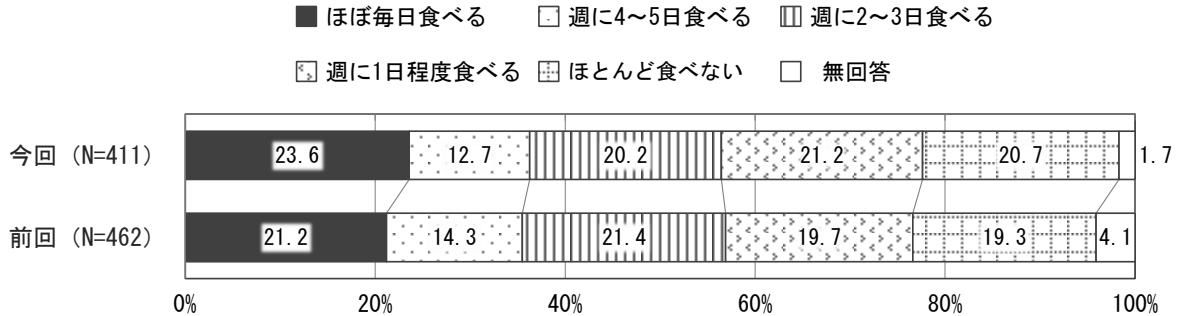
(3) ふだん野菜を1日に何皿くらい食べていますか。

- ・「2皿」と回答した割合が29.4%と最も高く、次いで「1皿」(29.0%)と続く。
- ・1皿を70gとした場合、野菜の平均摂取量は158.4gとなっている。

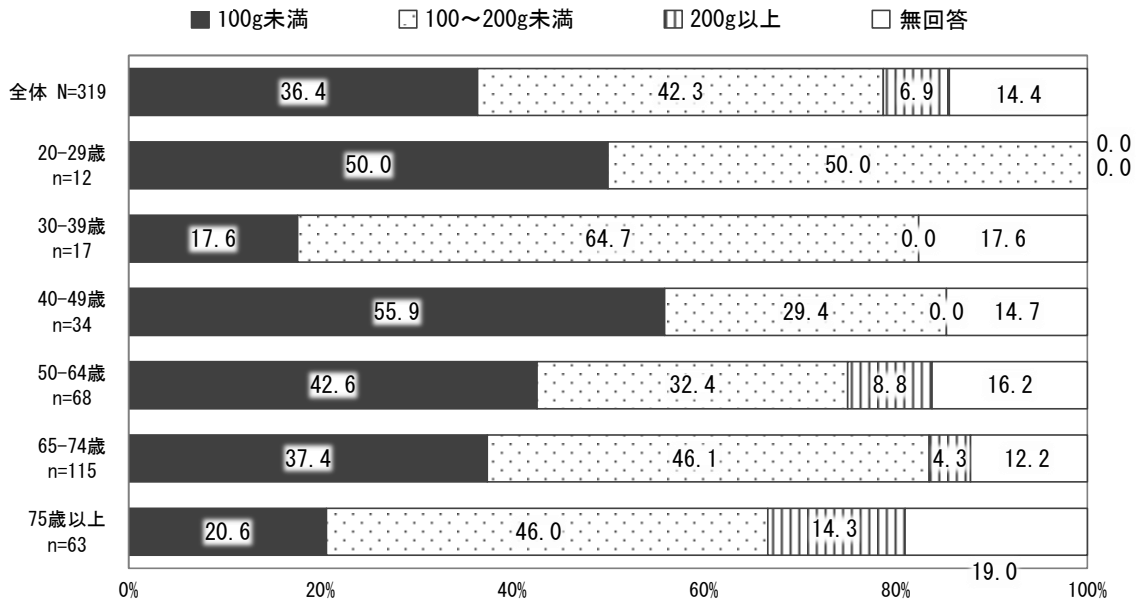


(4) ふだん果物を食べていますか。

- ・「ほぼ毎日食べる」と回答した割合が 23.6%と最も高く、次いで「週に1日程度食べる」(21.2%)と続く。
- ・1日の果物摂取量 100g 未満の割合は、36.4%となっている。

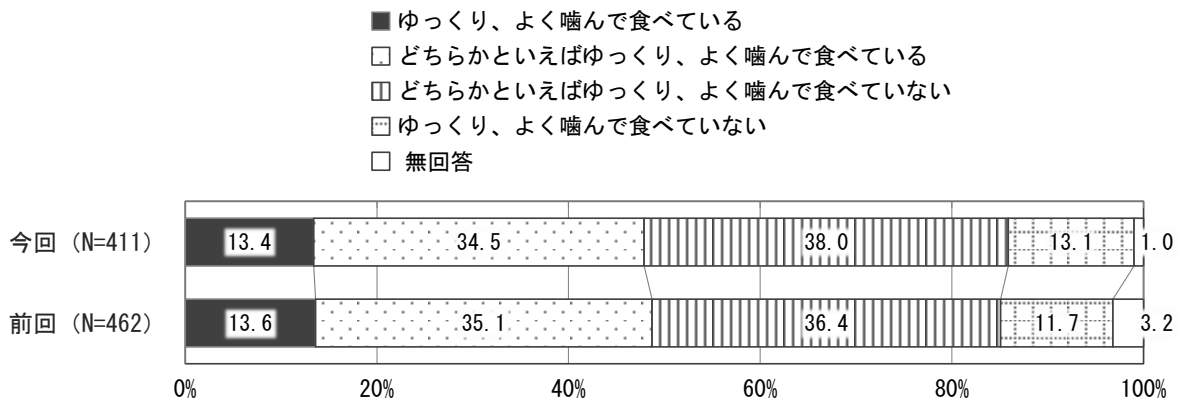


■果物摂取量



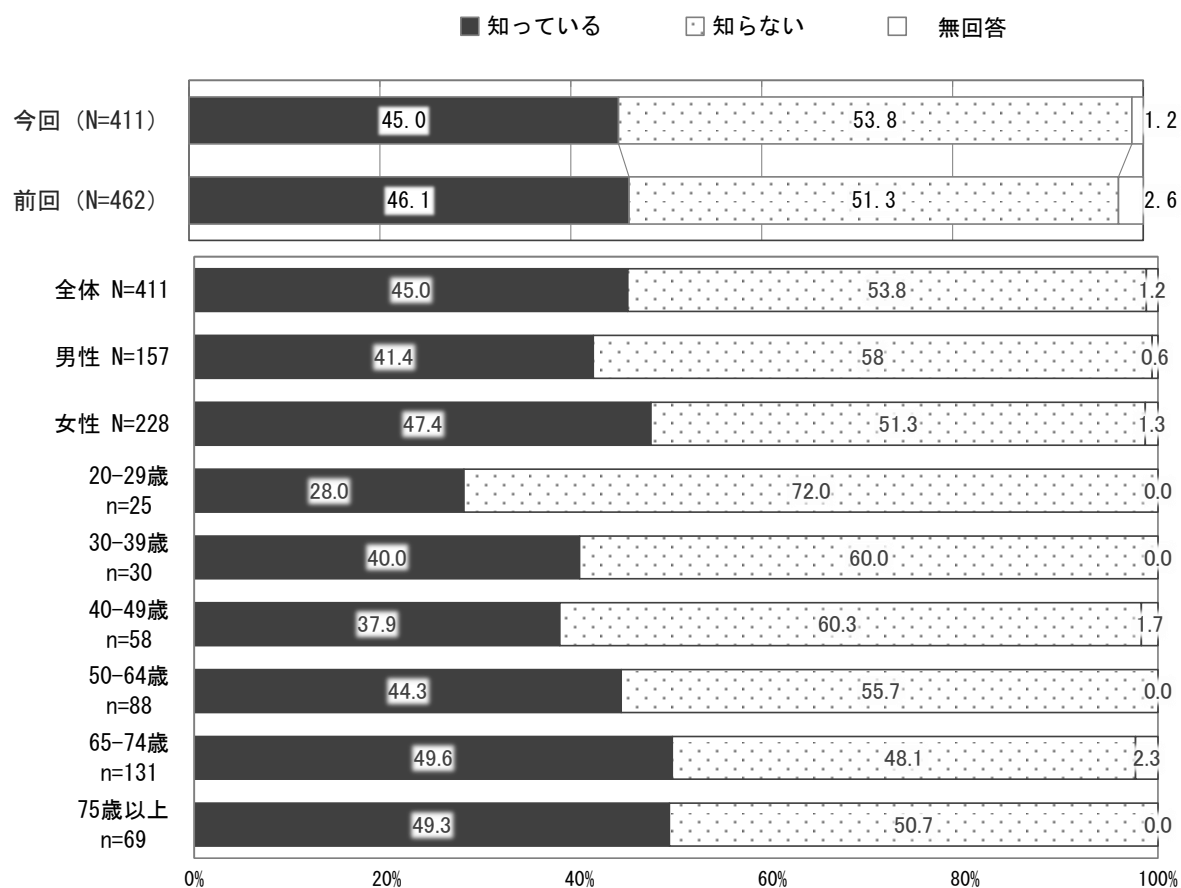
(5) 食事のとき、ゆっくり、よく噛んで食べますか。

- ・「どちらかといえばゆっくり、よく噛んでいない」と回答した割合が 38.0%と最も高い。「ゆっくり、よく噛んでいる」と「どちらかといえば、ゆっくりよく噛んでいる」を合わせると 47.9%となっている。



(6) 食塩摂取目標量が成人の場合、男性が7.5g未満、女性が6.5g未満であることを知っていますか。

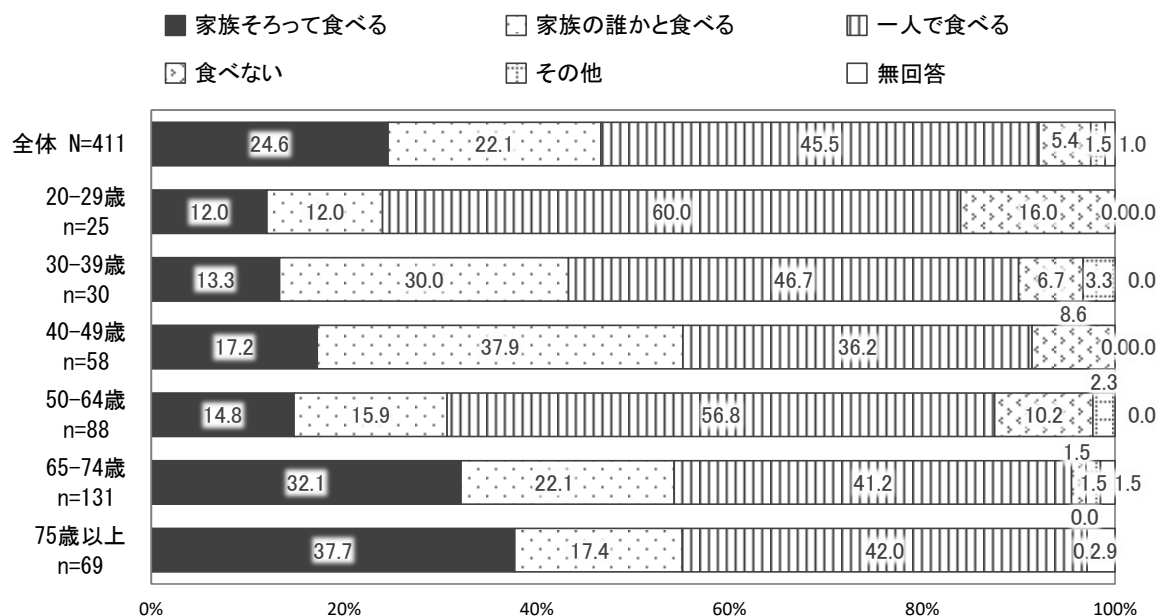
- ・全体で「知っている」と回答した割合は45.0%、「知らない」と回答した割合は53.8%となっている。
- ・「知っている」と回答した割合は、女性の方が男性よりも高い。また、65歳以上では、「知っている」と回答した割合が半数近い。



(7) ふだん誰と食事をとっていますか。

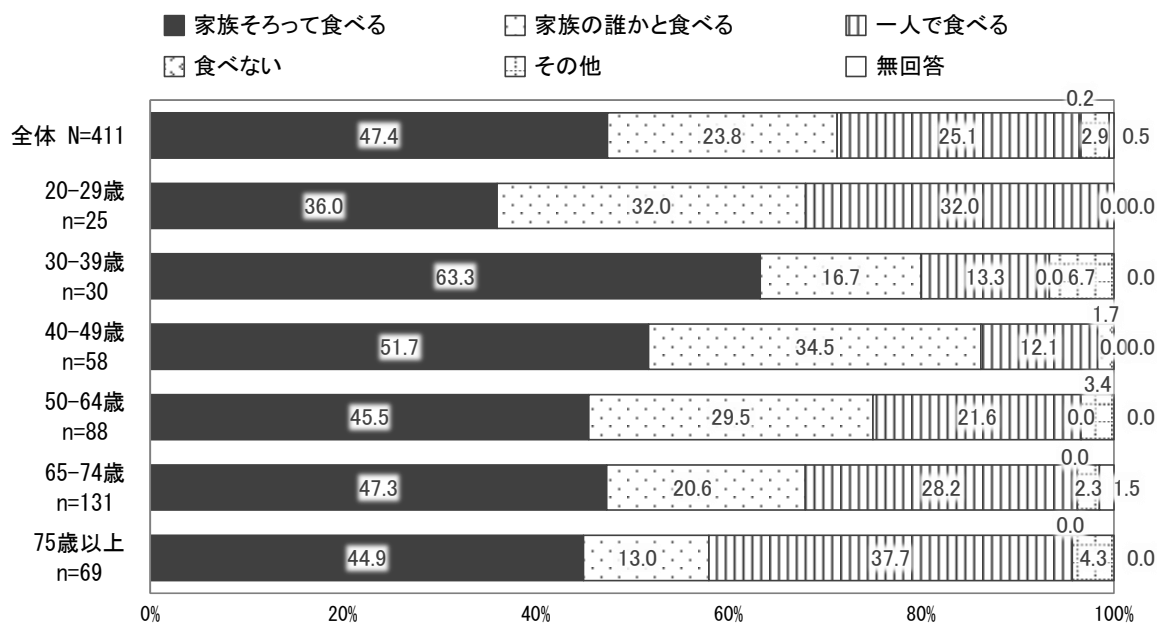
<朝食>

- ・朝食は、「一人で食べる」と回答した割合が45.5%と最も高く、次いで「家族そろって食べる」(24.6%)、「家族の誰かと食べる」(22.1%)と続く。
- ・年齢別でみると、「一人で食べる」と回答した割合が最も高いのは、20-29歳で60.0%、次いで50-64歳(56.8%)となっている。



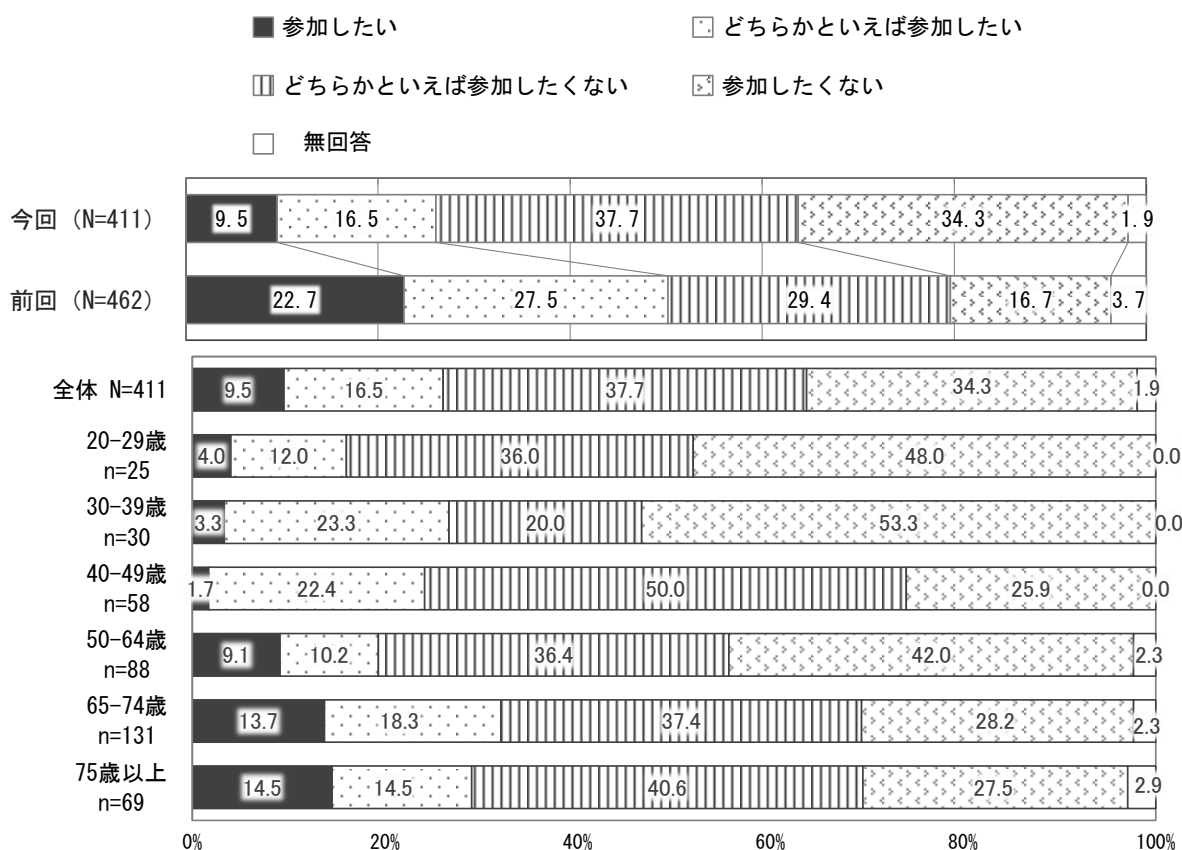
<夕食>

- ・夕食は、「家族そろって食べる」と回答した割合が47.4%と最も高く、次いで「一人で食べる」(25.1%)、「家族の誰かと食べる」(23.8%)と続く。
- ・年齢別でみると、「一人で食べる」と回答した割合が最も高いのは、75歳以上で37.7%、次いで20-29歳(32.0%)となっている。



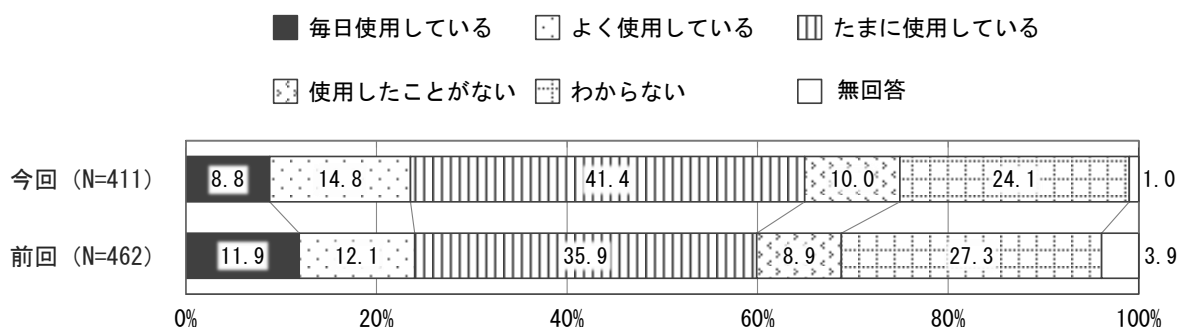
(8) 地域や所属コミュニティ（職場を含む）での食事会等の機会があれば参加したいと思いますか。

- ・地域等での共食に“参加したい”と回答した割合（「参加したい」と「どちらかといえば参加したい」を合計した割合）は、26.0%となっており、前回（50.2%）より減少している。
- ・年齢別でみると、地域等での共食に“参加したい”と回答した割合は、65-74歳が32.0%と最も高く、次いで75歳以上（29.0%）となっている。一方、“参加したくない”と回答した割合（「参加したくない」と「どちらかといえば参加したくない」を合計した割合）は、20-29歳が84.0%と最も高く、次いで50-64歳（78.4%）となっている。



(9) 家庭では、地元でとれた農畜産物を使用していますか。

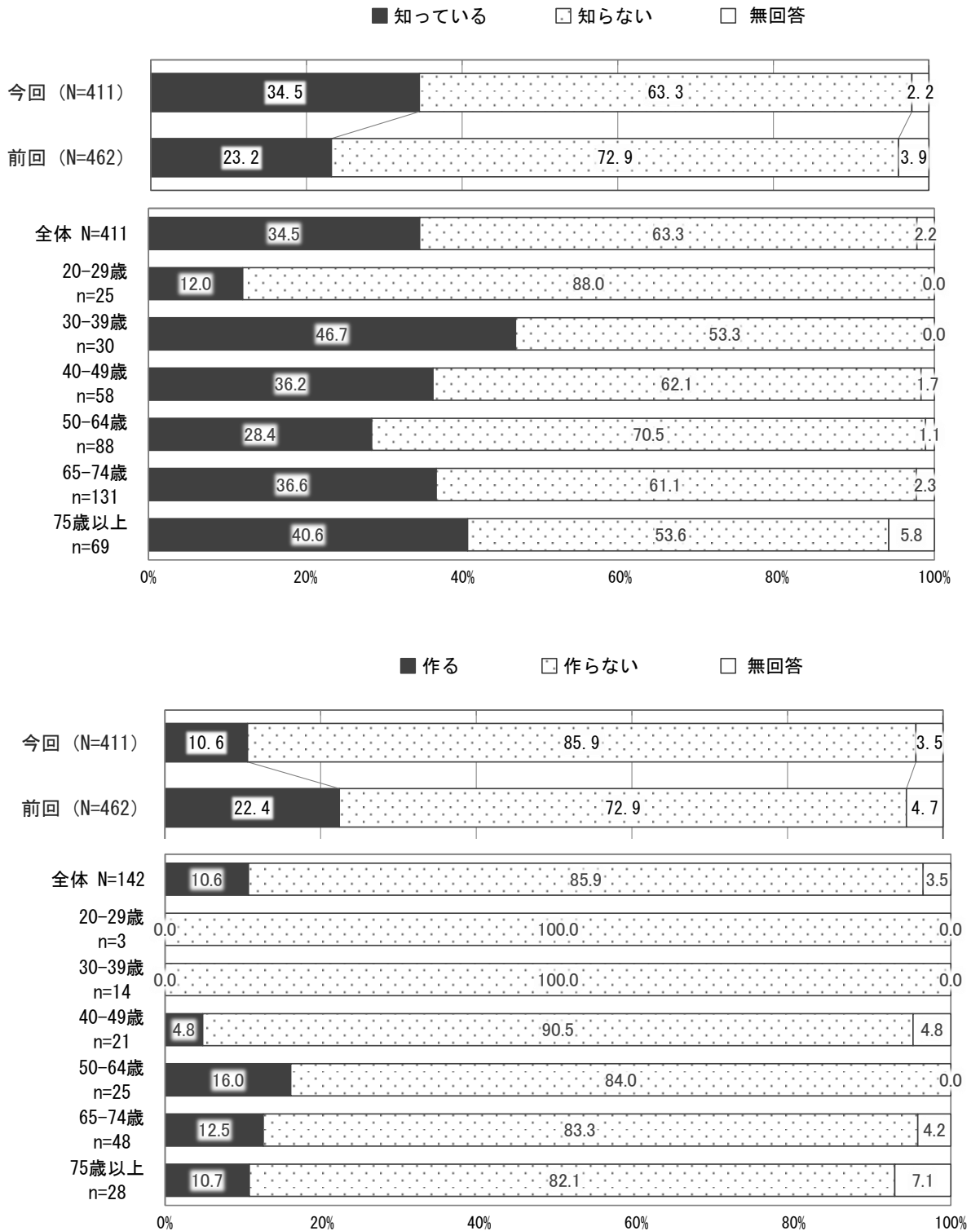
- ・「たまに使用している」と回答した割合が41.4%と最も高く、次いで「わからない」(24.1%)と続く。



(10) 地元の郷土料理を知っていますか。また、作りますか。

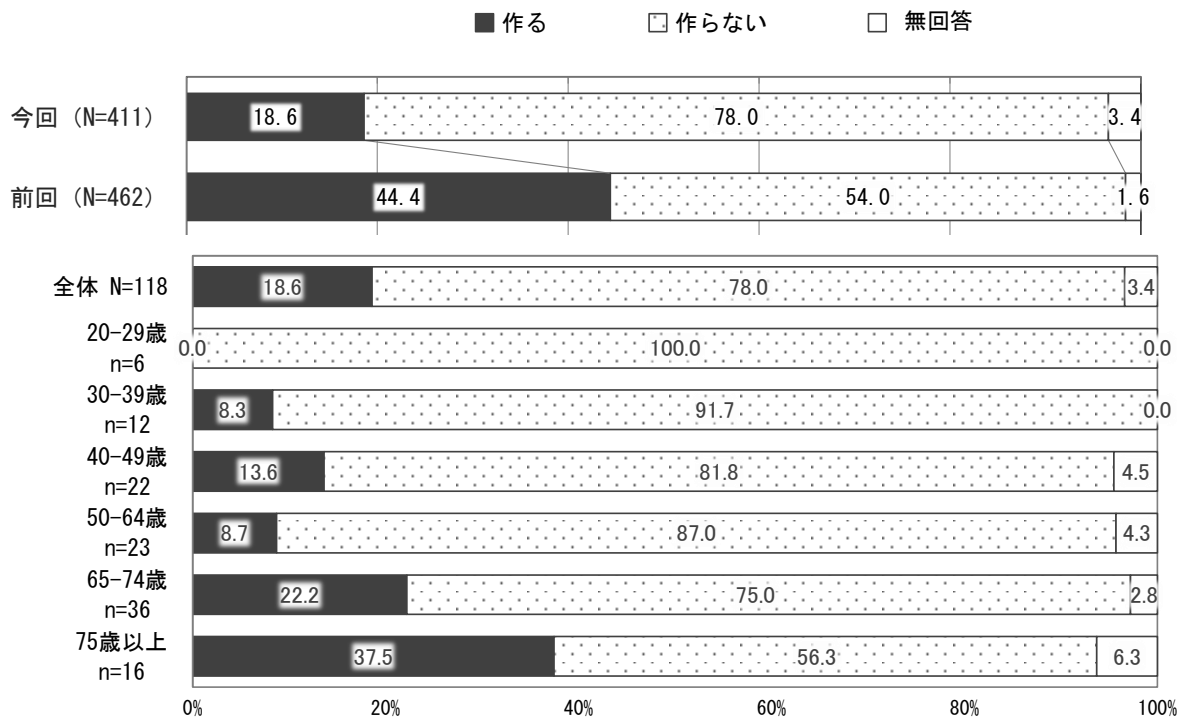
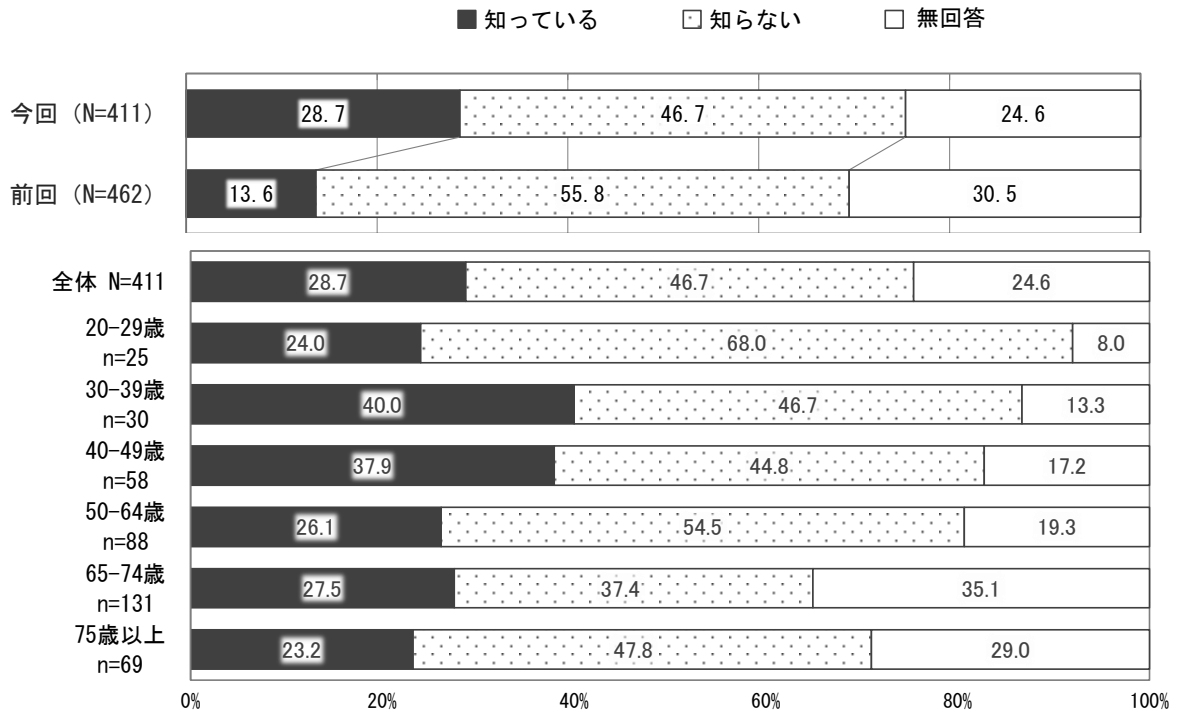
<九郎丸の地鶏館のおにぎりの認知度と料理の有無>

・「知っている」と回答した割合は34.5%となっており、前回(23.2%)より高くなっている。「作る」と回答した割合は10.6%と、前回(22.4%)より低く、30歳代では「知っている」と回答した割合は46.7%となっているが、知っていても作る人は0.0%となっている。



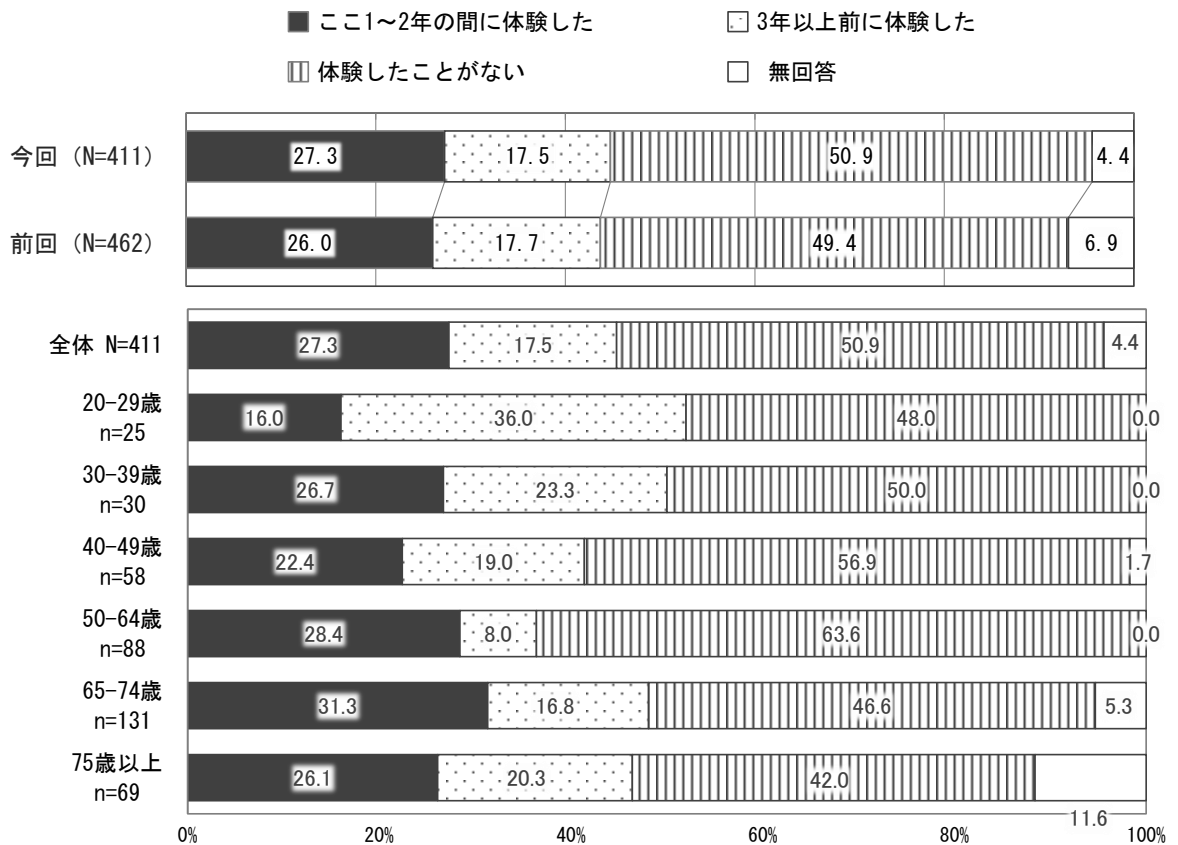
<だぶの認知度と料理の有無>

・「知っている」と回答した割合は28.7%となっており、前回（13.6%）より高くなっているが、「作る」と回答した割合は18.6%と前回（44.4%）より低くなっている。また、「作る」と回答した割合が最も高いのは、75歳以上で37.5%となっている。



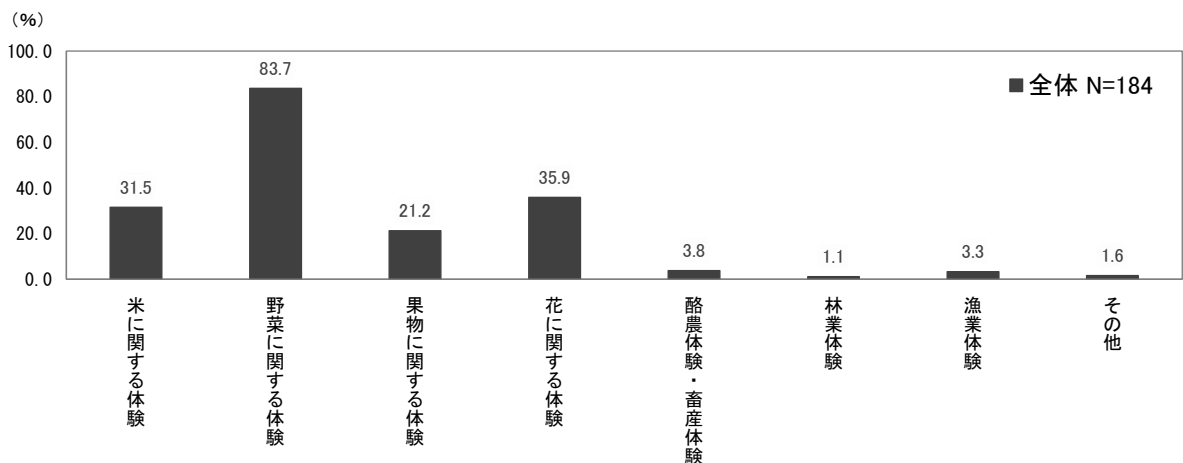
(11) 農林漁業体験（農業・家庭菜園を含む）をしたことがありますか。

- ・「体験したことがない」と回答した割合が 50.9%と最も高く、“体験したことがある”と回答した割合（「ここ 1～2 年の間に体験した」「3 年以上前に体験した」を合計した割合）は、44.8%となっている。
- ・年齢別でみると、“体験したことがある”と回答した割合が最も高いのは、20-29 歳で 52.0%、次いで 30-39 歳（50.0%）と続く。一方「体験したことがない」と回答した割合が最も高いのは、50-64 歳で 63.6%、次いで 40-49 歳（56.9%）と続く。



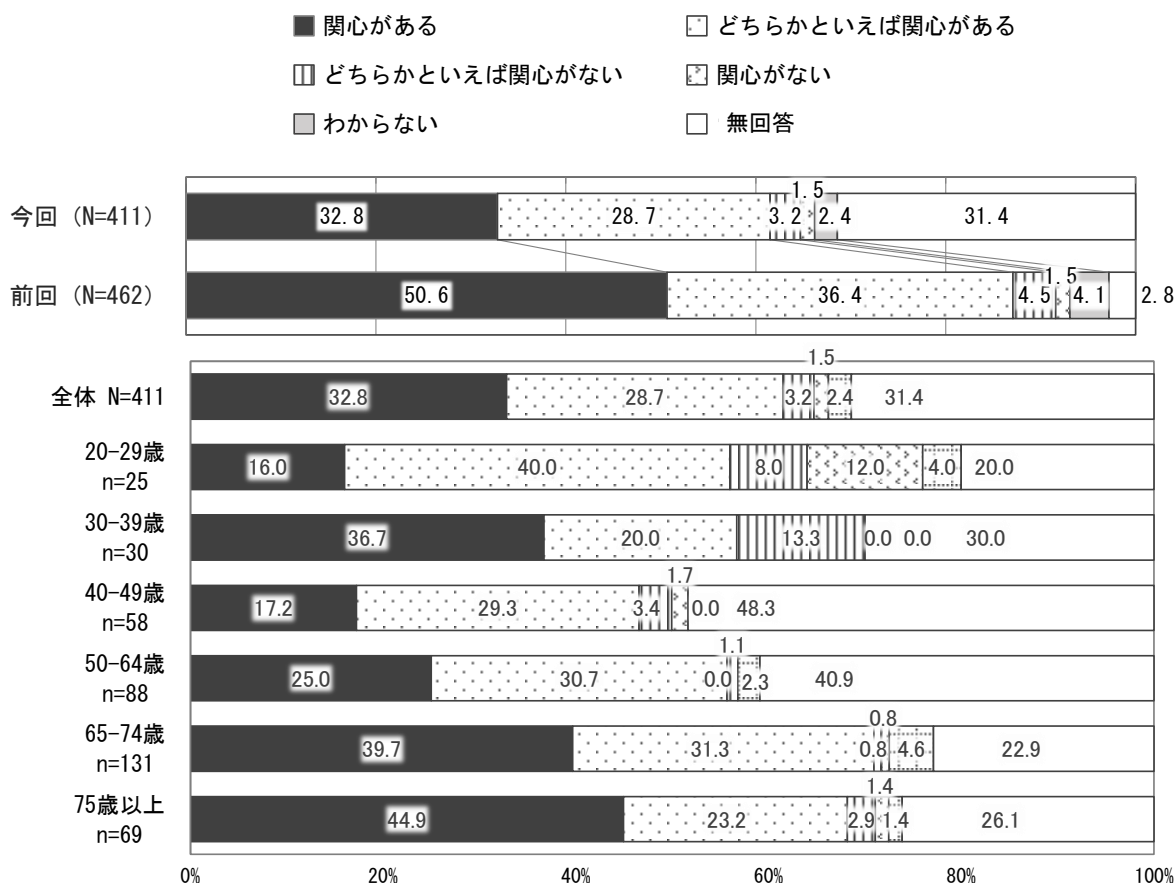
(11) - 1) どのようなことを体験しましたか。

- ・農林漁業体験をしたことがある人のうち、その内容は「野菜に関する体験」と回答した割合が 83.7%と突出して高い。次いで「花に関する体験」(35.9%)、「米に関する体験」(31.5%) と続く。



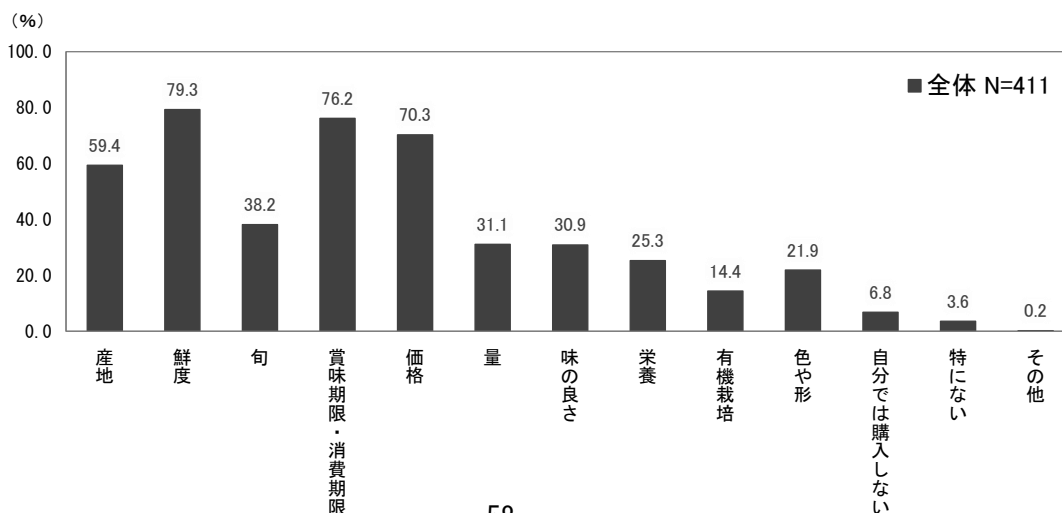
(12) 食の安全に関心がありますか。

- ・「関心がある」と回答した割合が 32.8%と最も高く、どちらかというに関心がある」を合わせると 61.5%が“関心がある”と回答している。“関心がある”割合は前回 (87.0%) より低くなっている。
- ・年齢別でみると、“関心がある”と回答した割合が最も高いのは、65-74 歳で 71.0%、次いで 75 歳以上 (68.1%)、30-39 歳 (56.7%) と続く。



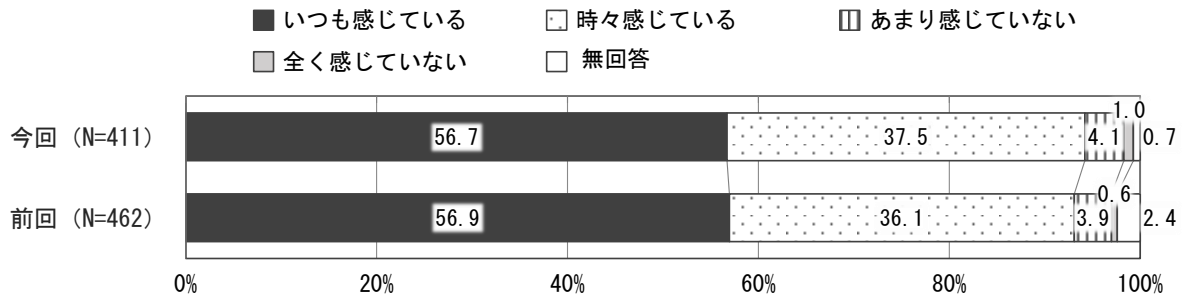
(13) 野菜や肉・魚などの食材を購入するときに気をつけていることはありますか。

- ・「鮮度」と回答した割合が 79.3%と最も高く、次いで「賞味期限・消費期限」(76.2%)、「価格」(70.3%)、「産地」(59.4%) と続く。



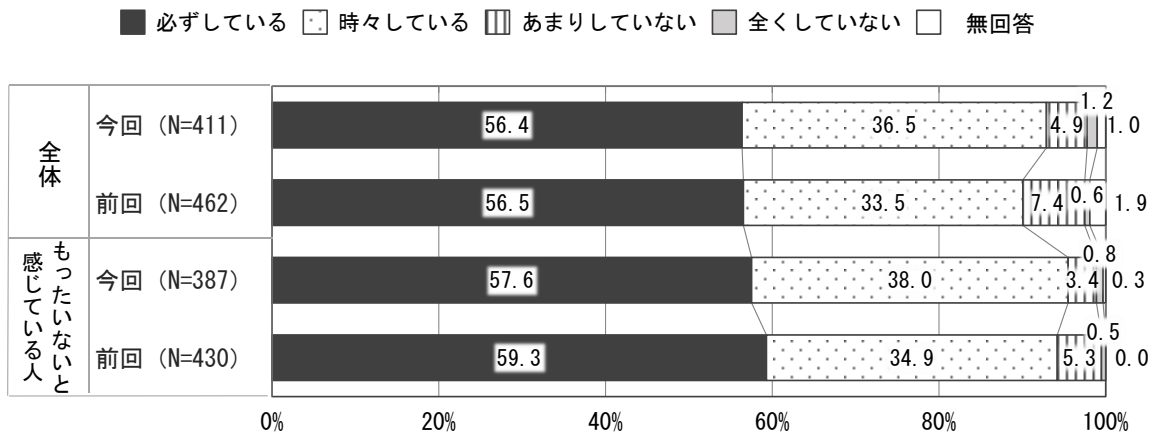
(14) 食品産業や家庭において食べ残しや食品の廃棄が発生していることに関して、日頃から「もったいない」と感じることがありますか。

・「いつも感じている」と回答した割合が56.7%と最も高く、「時々感じている」を合わせると94.2%の人が“もったいない”と感じている。



(16) 食べ残しを減らす努力をしていますか。

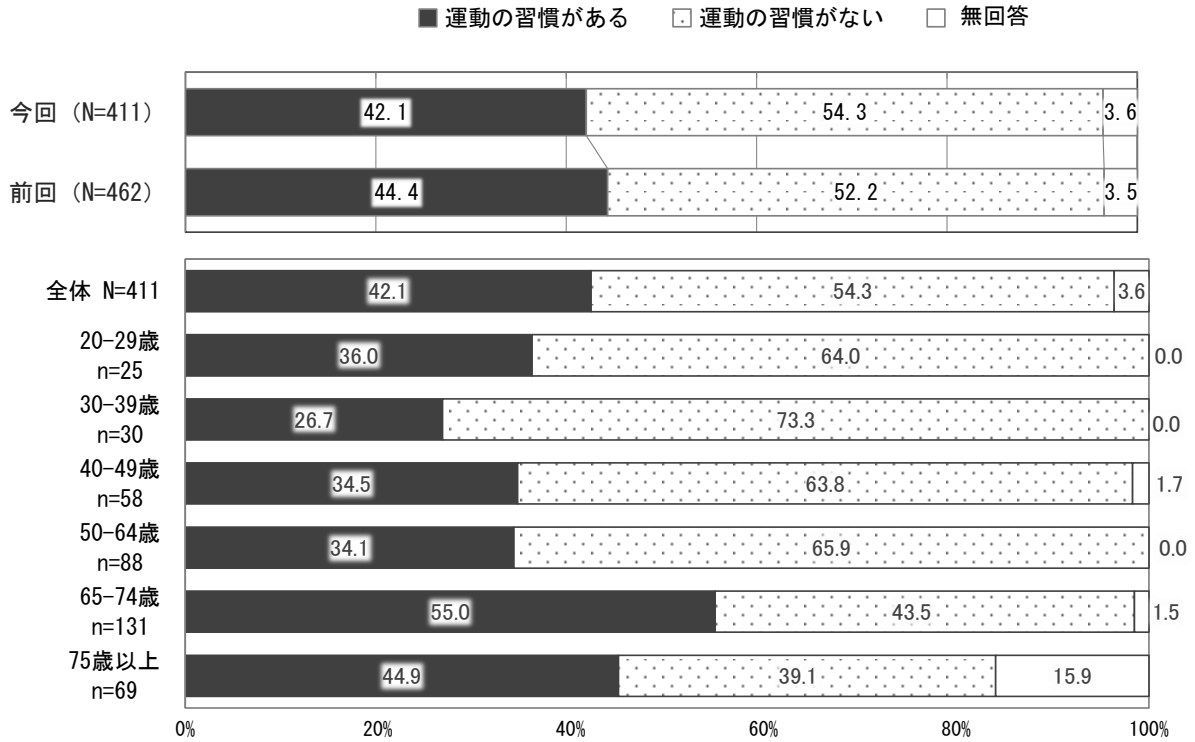
・「必ずしている」と回答した割合が56.4%と最も高く、次いで「時々している」(36.5%)と続く。また、もったいないと感じている人では、「必ずしている」と回答した割合が57.6%、「時々している」が38.0%とやや高く、食べ残しを減らすために日頃から取り組んでいることがうかがえる。



3. 運動習慣について

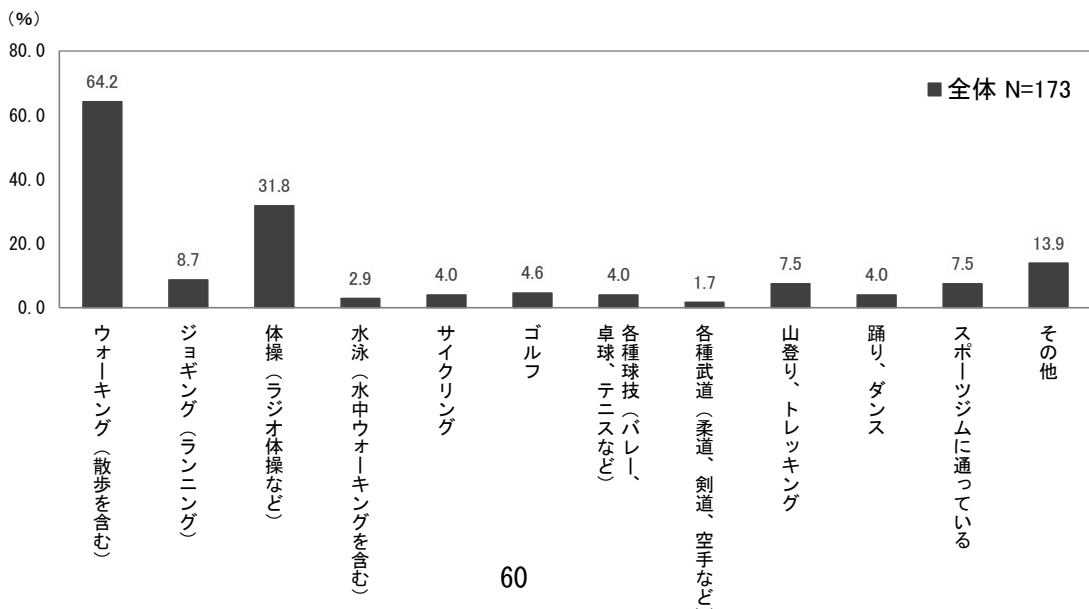
(1) 運動の習慣がありますか。

- ・「運動の習慣がある」と回答した割合は42.1%となっており、「運動の習慣がない」と回答した割合（54.3%）の方が高い。
- ・年齢別でみると、「運動の習慣がない」と回答した割合が最も高いのは、30-39歳で73.3%、次いで50-64歳（65.9%）、20-29歳（64.0%）と続く。65歳以上になると「運動の習慣がある」と回答した割合の方が高い。



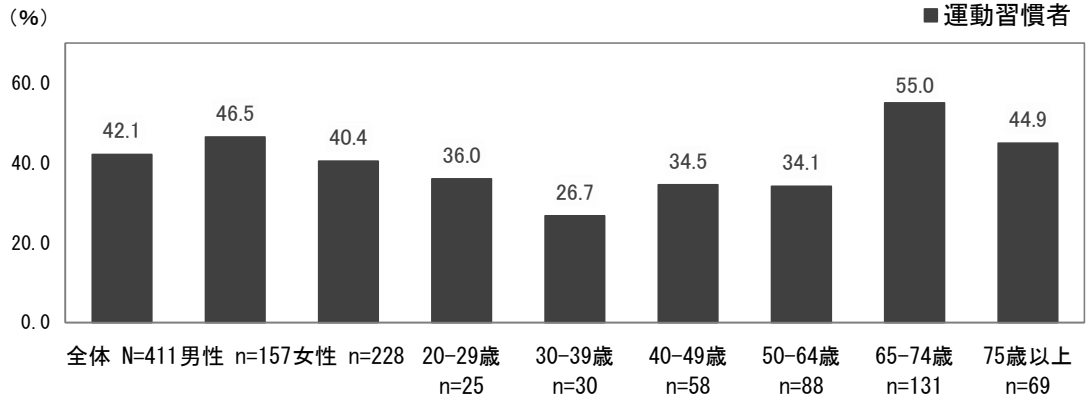
(1) - 1) どのような運動をしていますか。

- ・運動の習慣がある人のうち、運動内容は「ウォーキング（散歩を含む）」と回答した割合が64.2%と突出して高い。次いで「体操（ラジオ体操など）」（31.8%）、「その他」（13.9%）と続く。「その他」の意見として、「筋トレ」や「ヨガ」、「グランドゴルフ」などが挙げられる。



(2) 運動習慣者の割合

- ・運動習慣者の割合は、全体で42.1%となっており、男性では46.5%、女性では40.4%となっている。
- ・年齢別でみると、65-74歳が55.0%と最も高く、次いで75歳以上(44.9%)、20-29歳(36.0%)と続く。30歳代における運動習慣者の割合は低く、仕事や家事・育児によって、運動する時間や機会が減っていることがうかがえる。

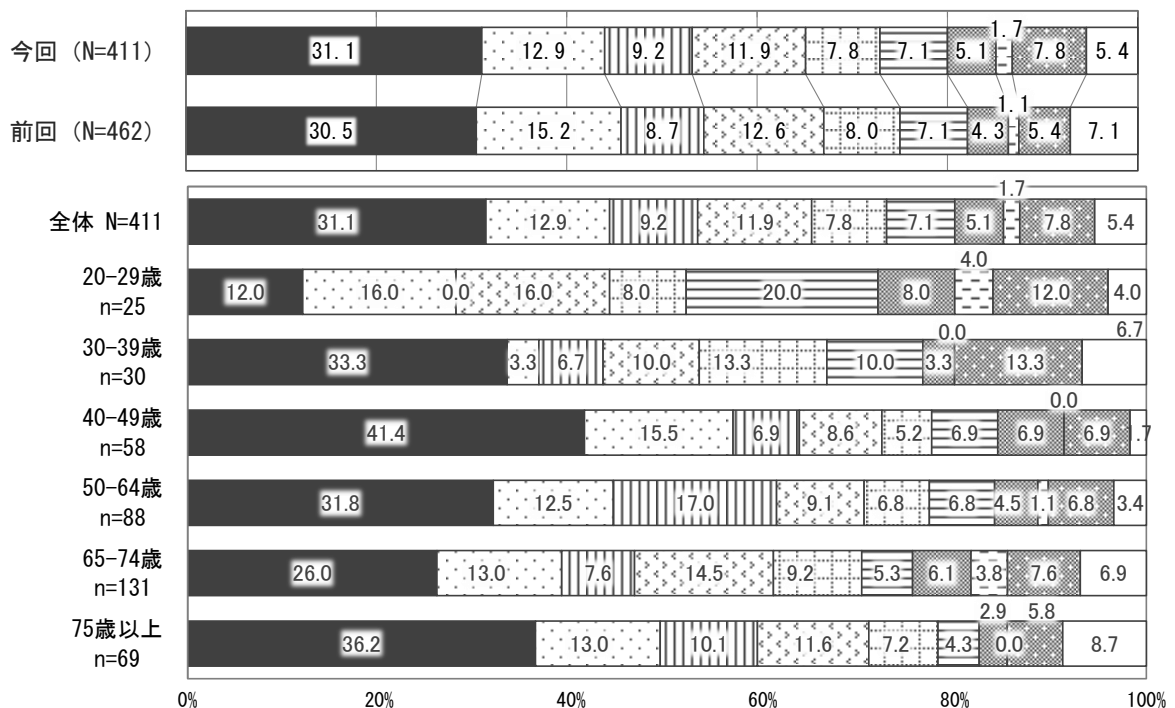


※運動習慣者＝週2日以上かつ、1回の運動時間が30分以上かつ、1年以上継続して運動している人

(3) 日常生活の中で1日何歩、歩いていると思いますか。

- ・1,000歩進むのに10分程度を目安とした場合、「3,000歩未満」と回答した割合が31.1%と最も高く、次いで「3,000歩台」(12.9%)、「5,000歩台」(11.9%)と続く。全体の歩数平均は4,649歩となっている。
- ・75歳以上では、「3,000歩未満」と回答した割合が36.2%と高い。また、歩数平均について、65-74歳では4,967歩に対して、75歳以上になると4,008歩まで減少する。

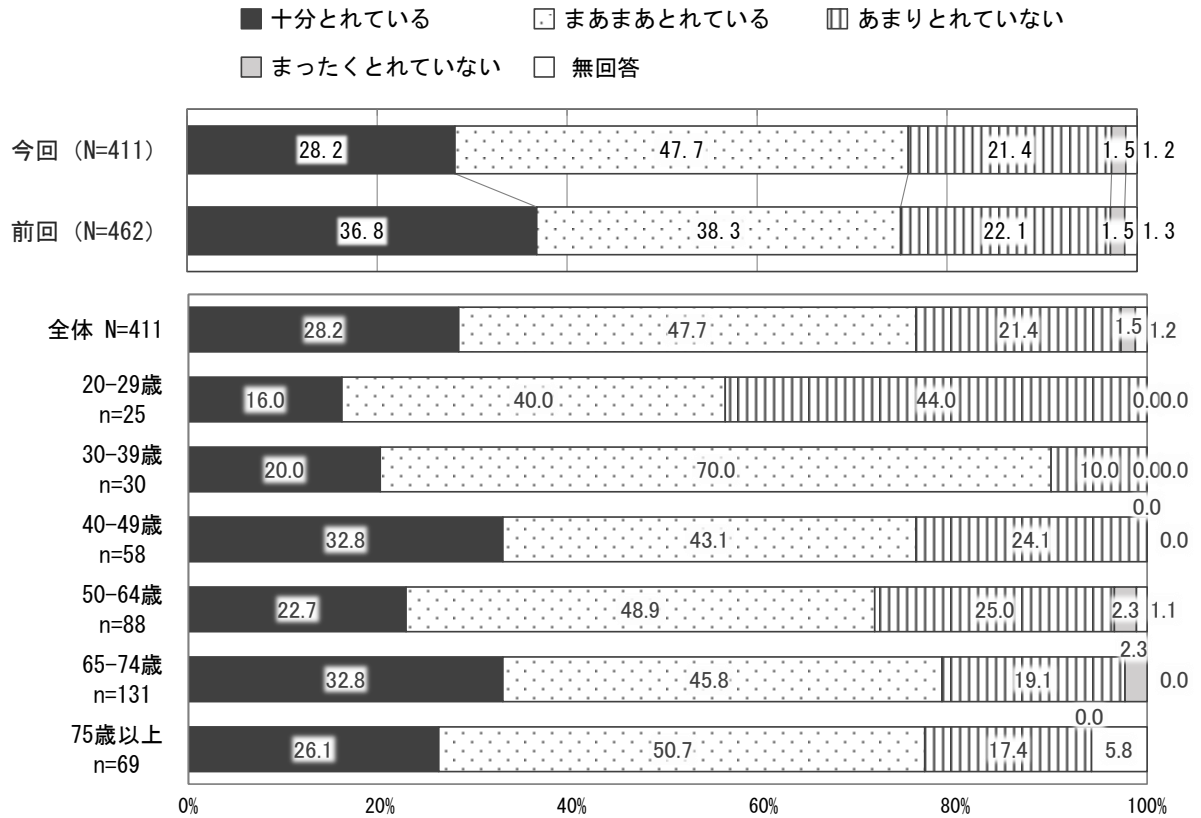
■ 3,000歩未満 □ 3,000歩台 □ 4,000歩台 □ 5,000歩台 □ 6,000歩台
 □ 7,000歩台 □ 8,000歩台 □ 9,000歩台 □ 10,000歩台 □ 無回答



4. 休養・こころの健康について

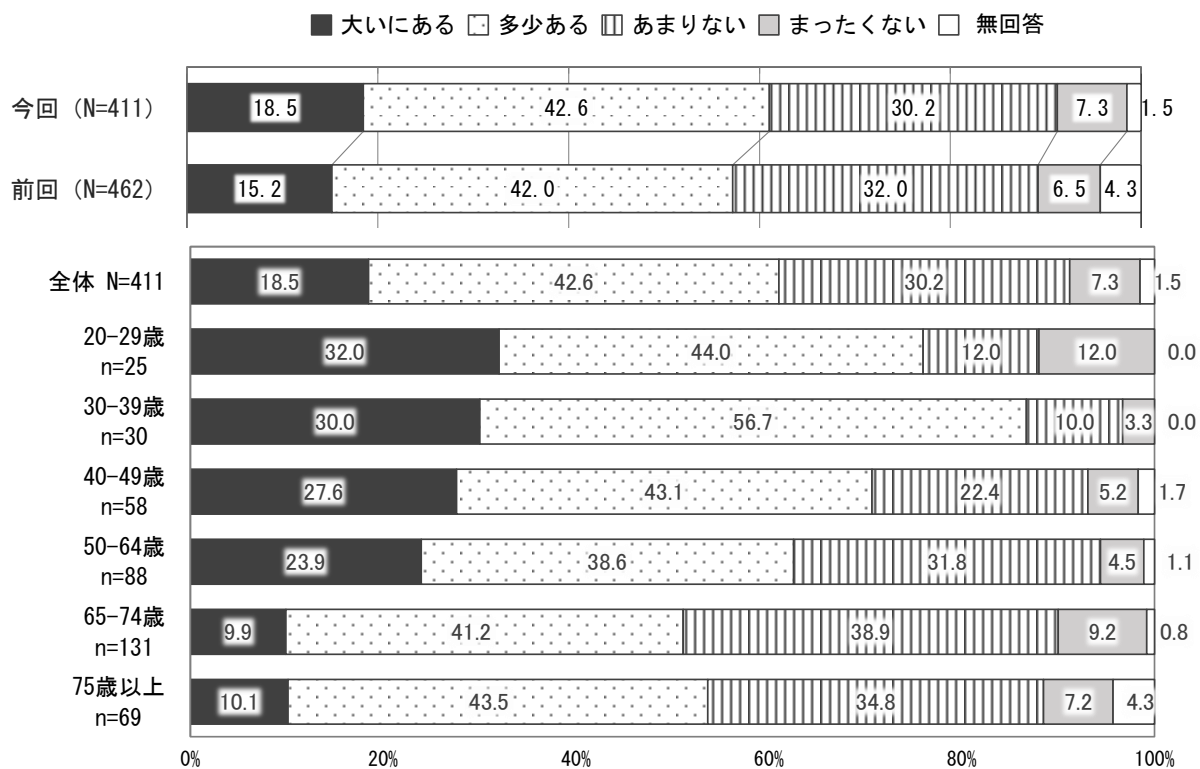
(1) この1ヶ月間に睡眠による休養が十分とれていますか。

- ・「まあまあとれている」と回答した割合が47.7%と最も高い。「十分とれている」と回答した割合は28.2%と、前回(36.8%)より低くなっている。また、「十分とれていない」と回答した割合(「あまりとれていない」「まったくとれていない」を合計した割合)は、22.9%となっている。
- ・年齢で見ると、「十分とれていない」と回答した割合が最も高いのは、20-29歳で44.0%と高く、次いで50-64歳(27.3%)、40-49歳(24.1%)と続く。



(2) この1ヶ月間に精神的疲れやストレスを感じることがありましたか。

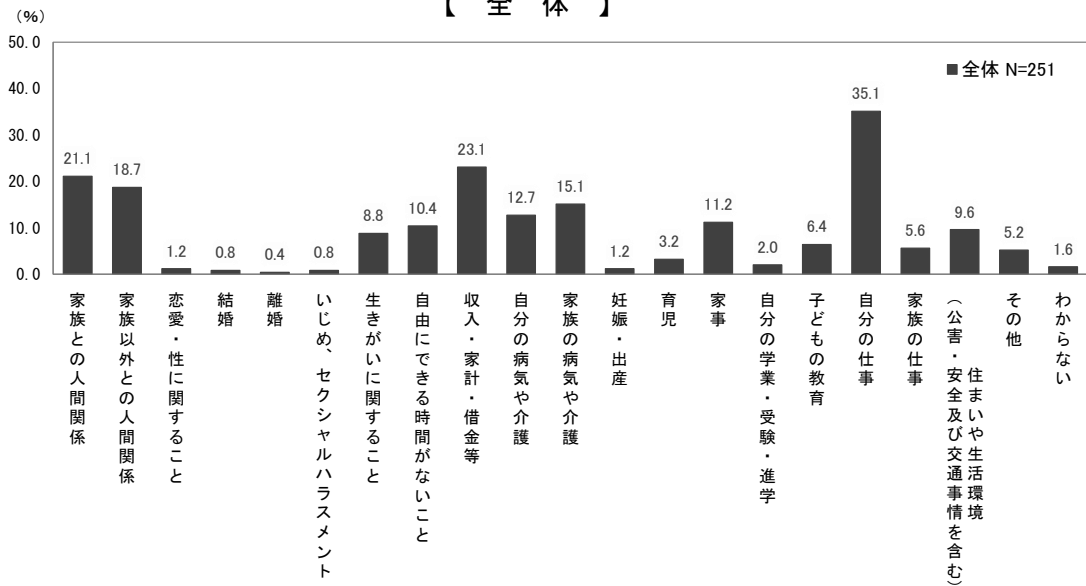
- ・「多少ある」と回答した割合が42.6%と最も高く、「大いにある」と合わせると“ストレスを感じる”割合は61.1%と、前回(57.2%)より高くなっている。
- ・年齢別で見ると、30-39歳で“ストレスがある”と回答した割合が86.7%と高い。



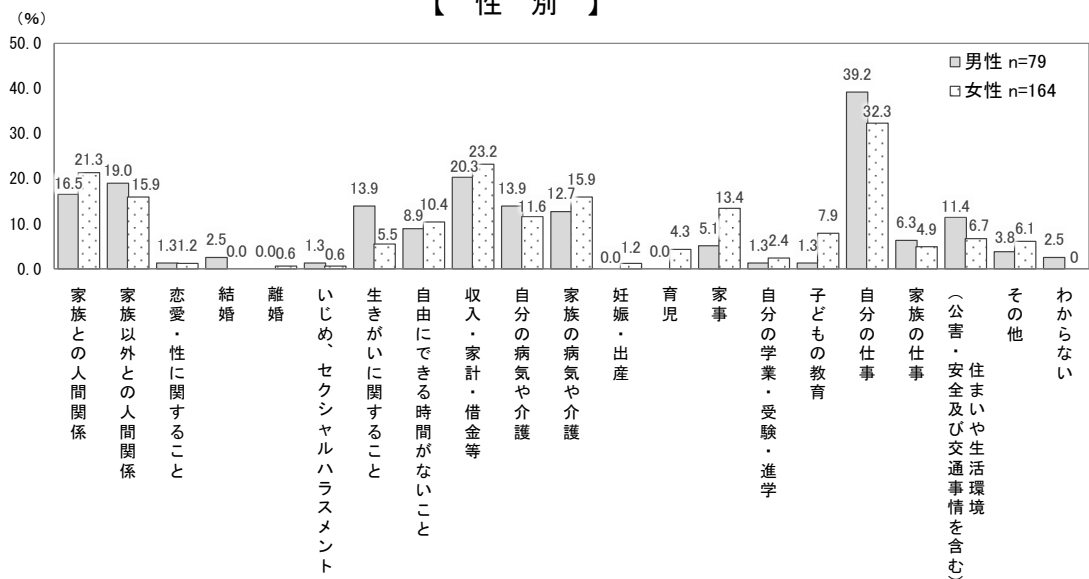
(2) - 1) どのようなことにストレスを感じていますか。

- ・ストレスを感じている人の主な原因は、「自分の仕事」と回答した割合が 35.1%と最も高く、次いで「収入・家計・借金等」(23.1%)、「家族との人間関係」(21.1%)、「家族以外との人間関係」(18.7%)と続く。
- ・男性では「自分の仕事」が 39.2%と突出して高くなっている。次いで「収入・家計・借金等」(20.3%)、「家族以外との人間関係」(19.0%)と続く。女性では「自分の仕事」と回答した割合が 32.3%と最も高く、次いで「収入・家計・借金等」(23.2%)、「家族との人間関係」(21.3%)と続く。
- ・20-39 歳、40-64 歳では「自分の仕事」と回答した割合が突出して高くなっている。65 歳以上では「自分の病気や介護」と回答した割合が 22.1%と最も高い。

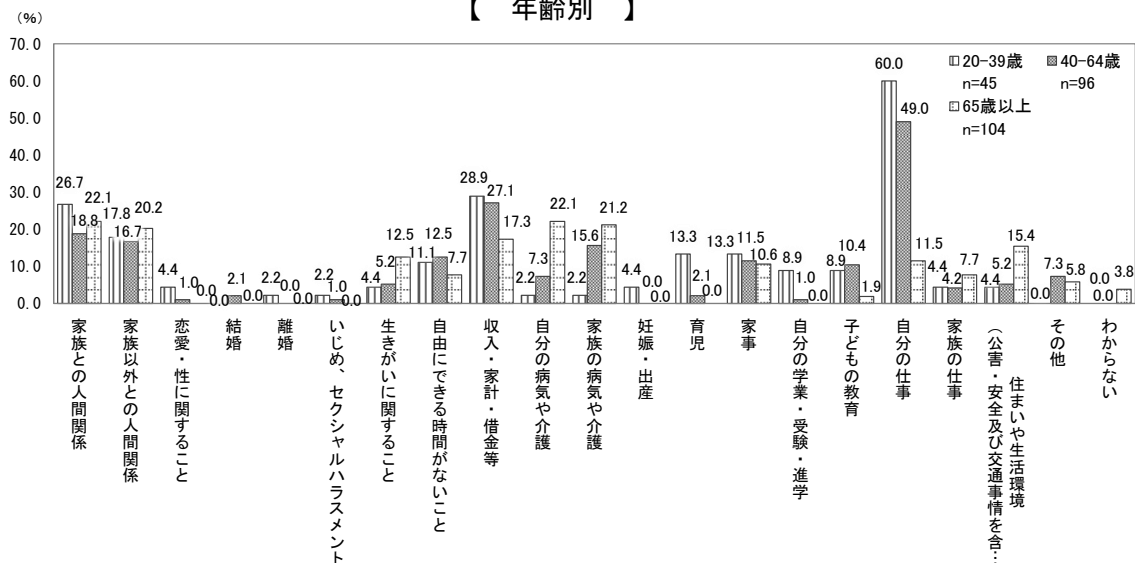
【 全 体 】



【 性 別 】



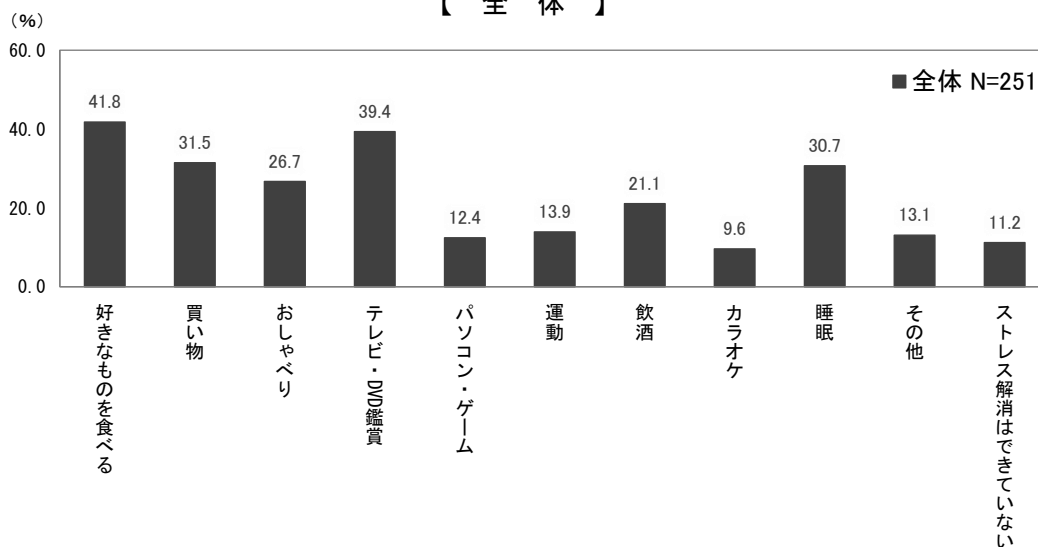
【 年齢別 】



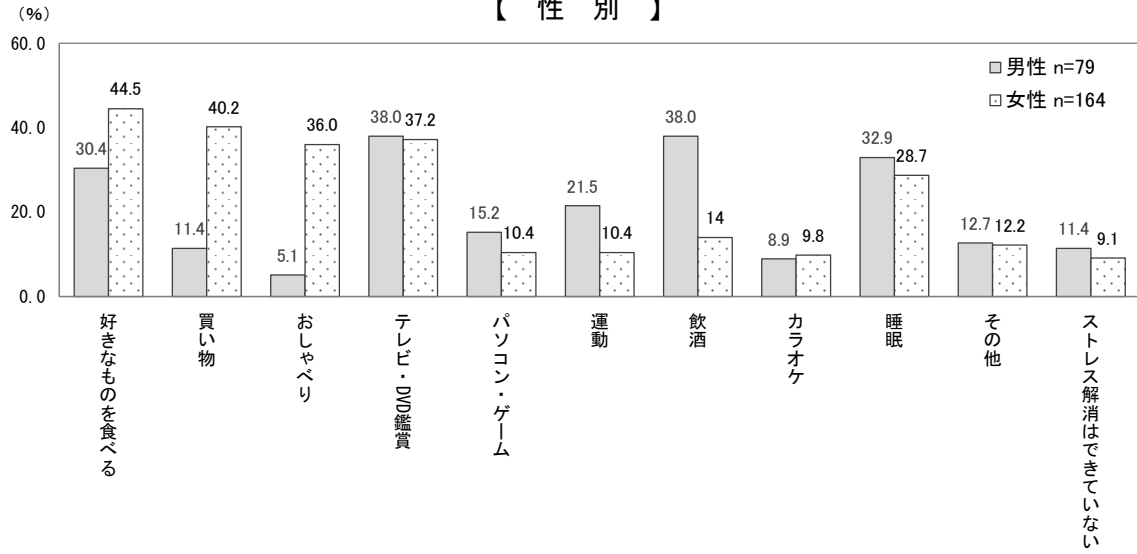
(2) -2) ストレス解消法は何ですか。

- ・ストレスを感じている人の主なストレス解消法は、「好きなものを食べる」と回答した割合が41.8%と最も高く、次いで「テレビ・DVD鑑賞」(39.4%)、「買い物」(31.5%)、「睡眠」(30.7%)と続く。
- ・男性では「テレビ・DVD鑑賞」、「飲酒」と回答した割合が38.0%と最も高く、次いで「睡眠」(32.9%)と続く。女性では「好きなものを食べる」と回答した割合が44.5%と最も高く、次いで「買い物」(40.2%)、「テレビ・DVD鑑賞」(37.2%)と続き、性別によってストレス解消法に違いがみられる。
- ・年齢別でみると、「ストレス解消はできていない」と回答した割合が最も高いのは40-64歳で11.5%、65歳以上で12.5%と高くなっている。

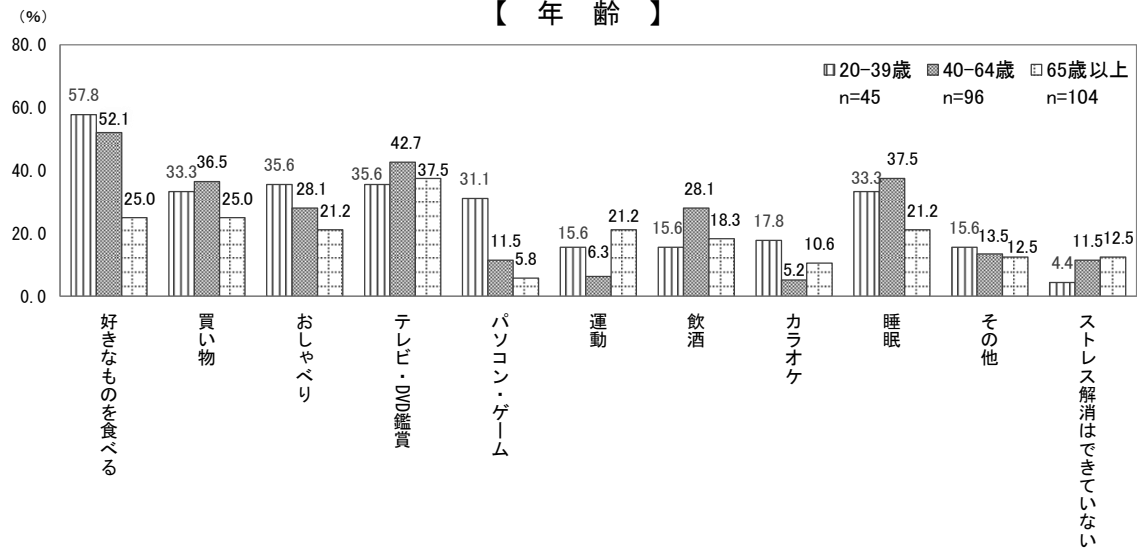
【 全体 】



【 性別 】

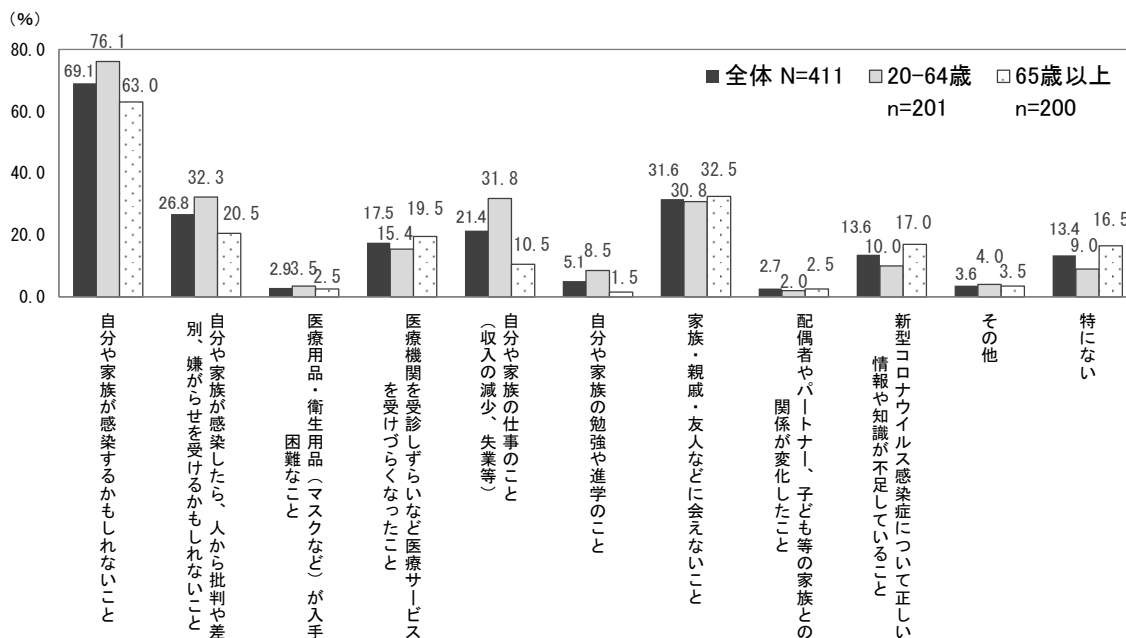


【 年齢 】



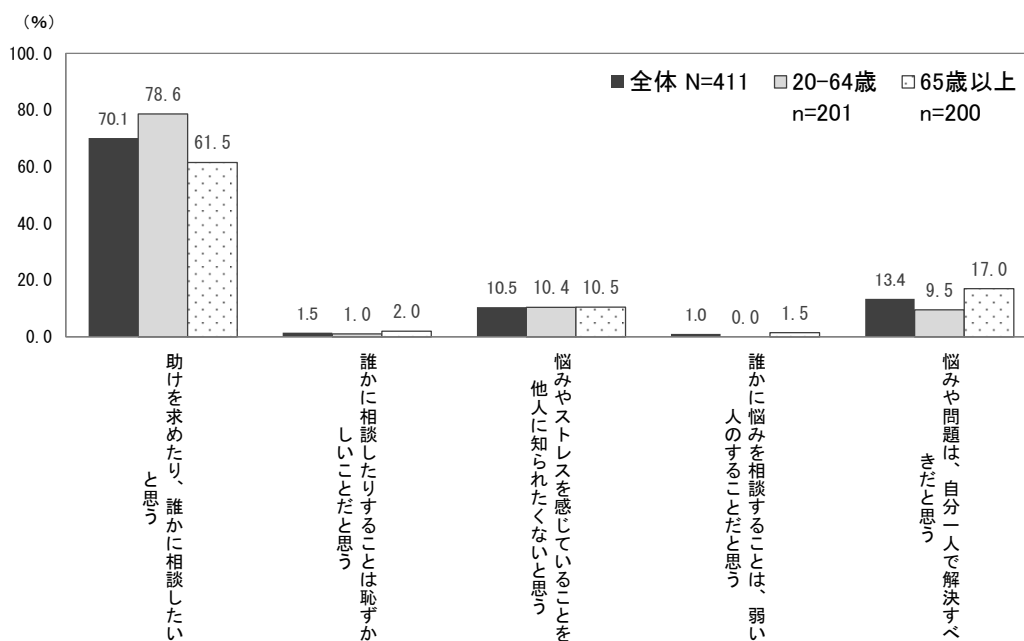
(3) 新型コロナウイルス感染症に関して困っていることや心配に感じていることがありますか。

- ・「自分や家族が感染するかもしれないこと」と回答した割合が 69.1%と最も高く、次いで「家族・親戚・友人などに会えないこと」(31.6%)、「自分や家族が感染したら、人から批判や差別、嫌がらせを受けるかもしれないこと」(26.8%)と続く。



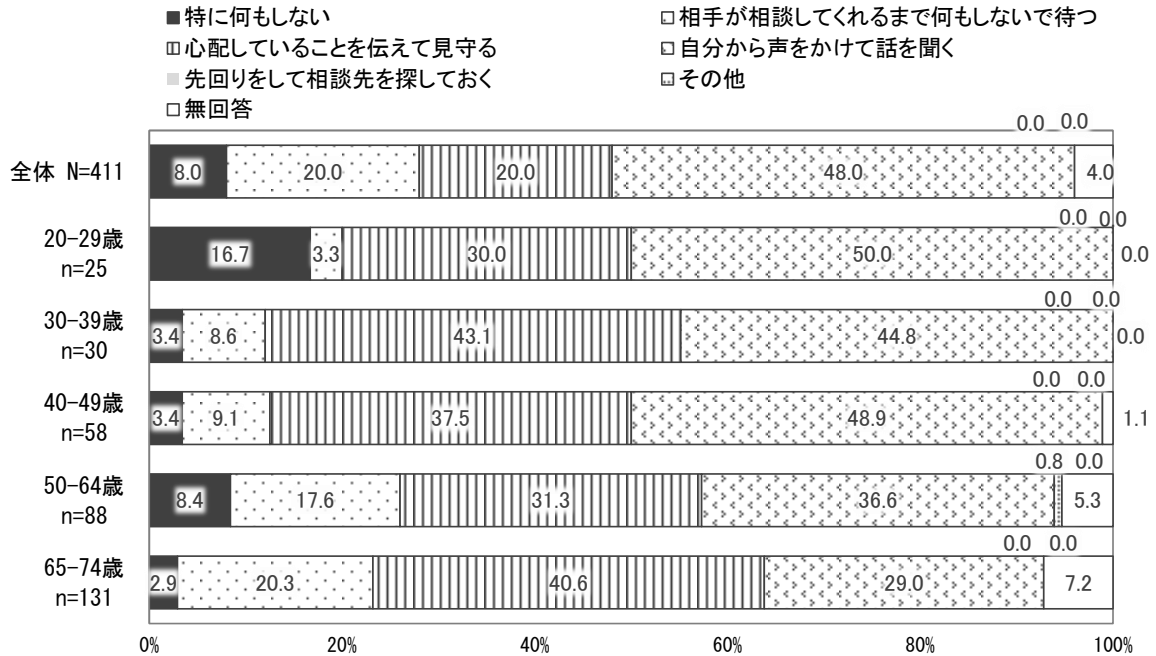
(4) 悩みやストレスを感じたときにどのように考えますか。

- ・「助けを求めたり、誰かに相談したいと思う」と回答した割合が 70.1%と最も高く、次いで「悩みや問題は、自分一人で解決すべきだと思う」(13.4%)、「悩みやストレスを感じていることを他人に知られたくないと思う」(10.5%)と続く。



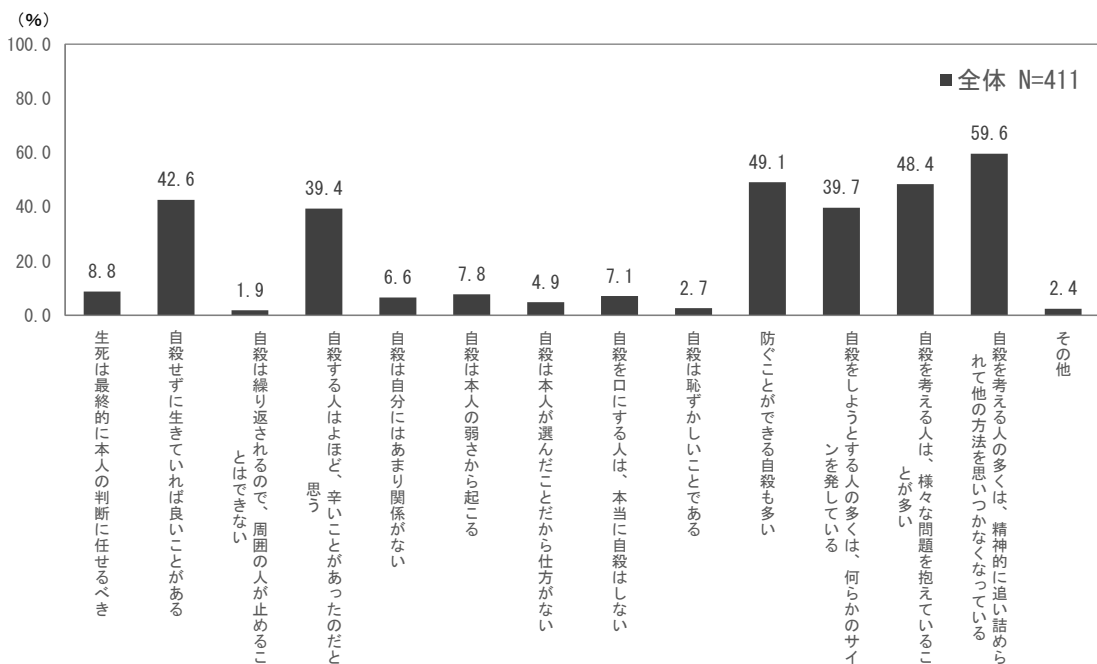
(5) 身近な人がつらそうに見えた時、どのように対応しますか。

・「自分から声をかけて話を聞く」と回答した割合が48.0%と最も高く、次いで「相手が相談してくれるまで何もしないで待つ」、「心配していることを伝えて見守る」(20.0%)と続く。



(6) 自殺についてどのように思いますか。

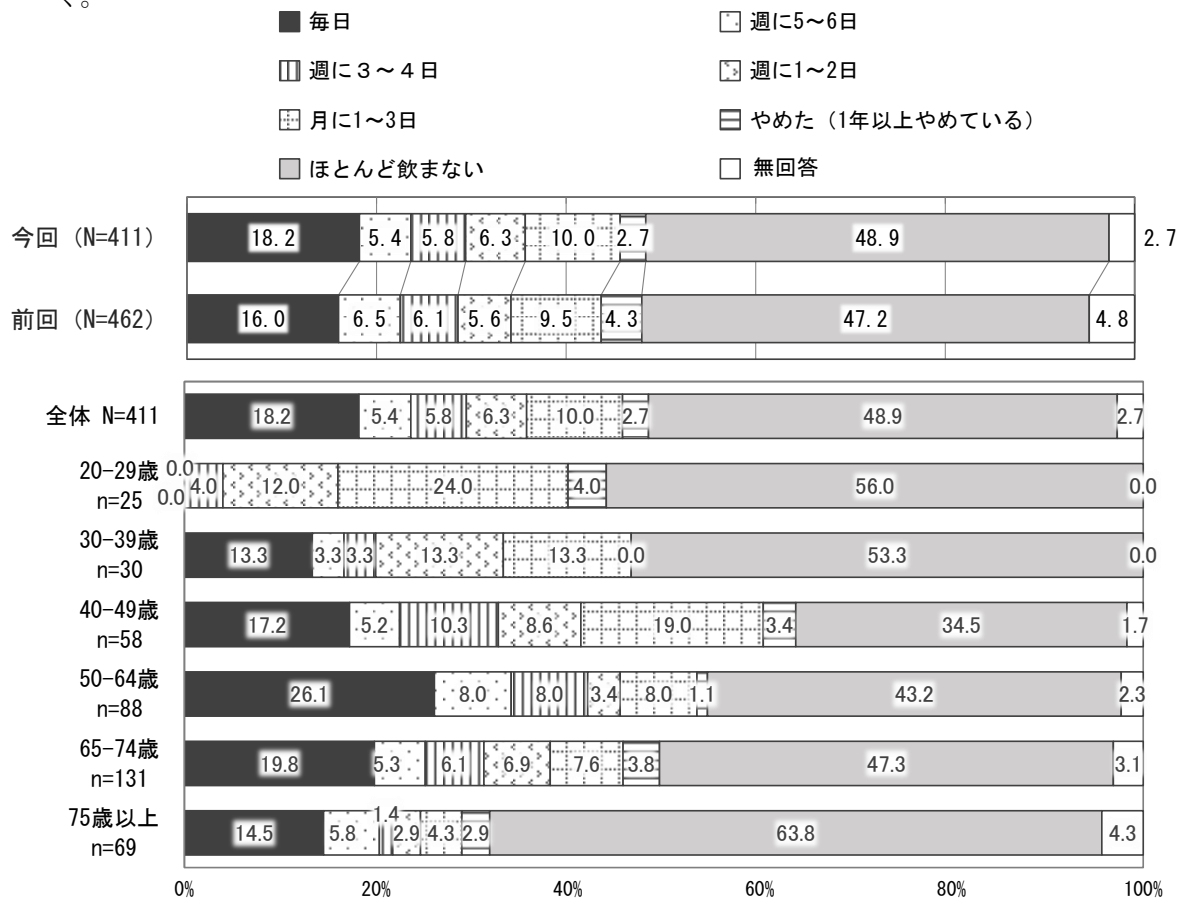
・「自殺を考える人の多くは、精神的に追い詰められて他の方法を思いつかなくなっている」と回答した割合が59.6%と最も高く、次いで「防ぐことのできる自殺も多い」(49.1%)、「自殺を考える人は、様々な問題を抱えていることが多い」(48.4%)と続く。



5. 飲酒習慣について

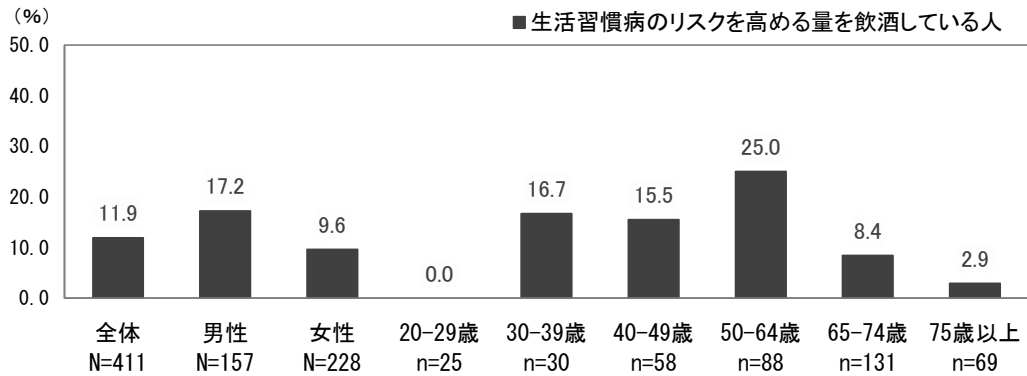
(1) どのくらいお酒を飲みますか。

- ・「ほとんど飲まない」と回答した割合が48.9%と最も高く、「やめた（1年以上やめている）」を合わせた51.6%が“飲酒の習慣はない”と回答している。“飲酒の習慣がある”と回答した割合（「毎日」「週に5～6日」「週に3～4日」「週に1～2日」「月に1～3日」を合計した割合）は、45.7%となっている。
- ・年齢別でみると、“飲酒の習慣がある”と回答した割合が最も高いのは50-64歳で53.5%、次いで40-49歳（60.3%）と続く。また、20-29歳の飲酒の習慣は比較的低い。「毎日飲む」と回答した割合が最も高いのは50-64歳で26.1%、次いで65-74歳（19.8%）と続く。



(1) - 1) 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合

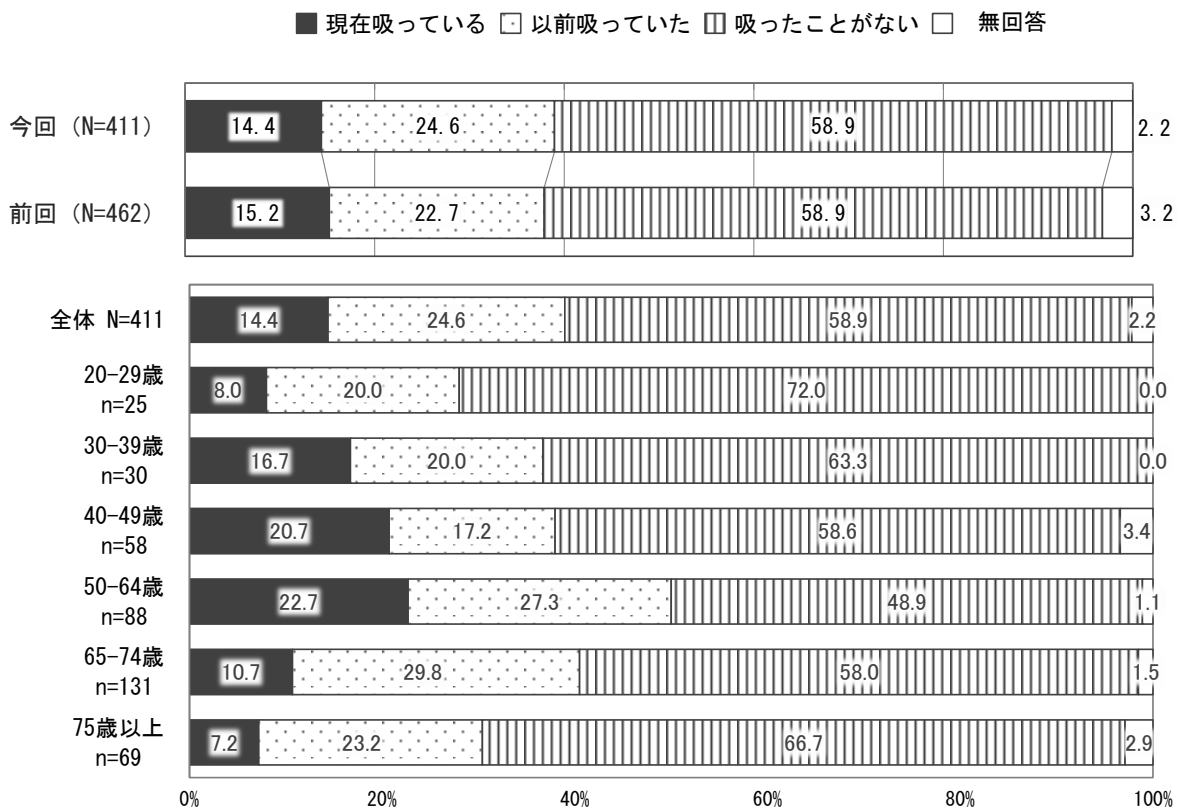
- 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合は、全体で 11.9%、男性では 17.2%、女性では 9.6%となっている。
- 年齢別で見ると、50-64 歳の割合が 25.0%と最も高く、次いで 30-39 歳 (16.7%)、40-49 歳 (15.5%) となっている。



6. 喫煙習慣について

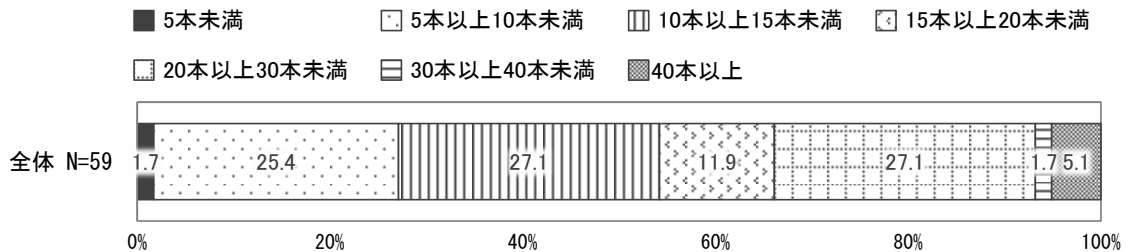
(1) 現在、たばこを吸っていますか。

- 「現在吸っている」と回答した割合は 14.4%と低く、喫煙者は比較的少ない。
- 年齢別で見ると、「現在吸っている」と回答した割合が最も高いのは、50-64 歳で 22.7%、次いで 40-49 歳 (20.7%)、30-39 歳 (16.7%) と続く。



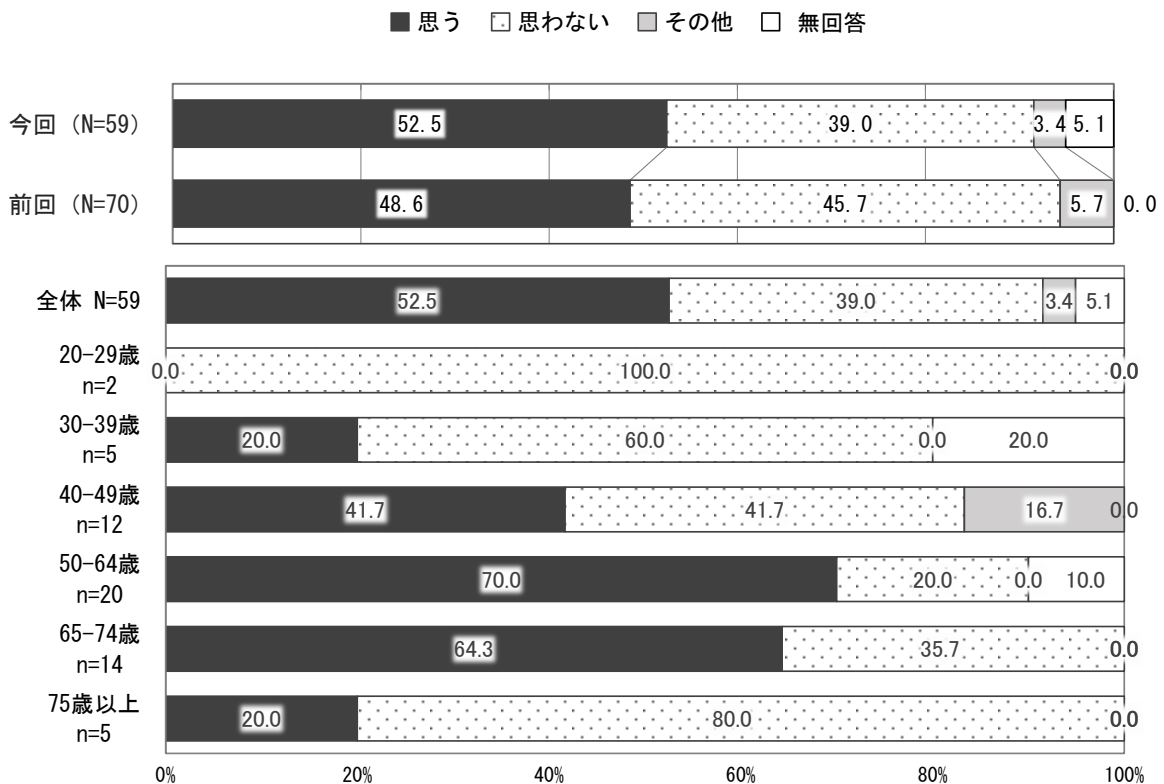
(1) - 1) 1日平均何本ぐらい吸いますか。

・現在たばこを吸っている人のうち、1日に吸うたばこの本数は「10本以上15本未満」、「20本以上30本未満」が27.1%と最も高い。また、「40本以上」と回答した割合も5.1%みられる。



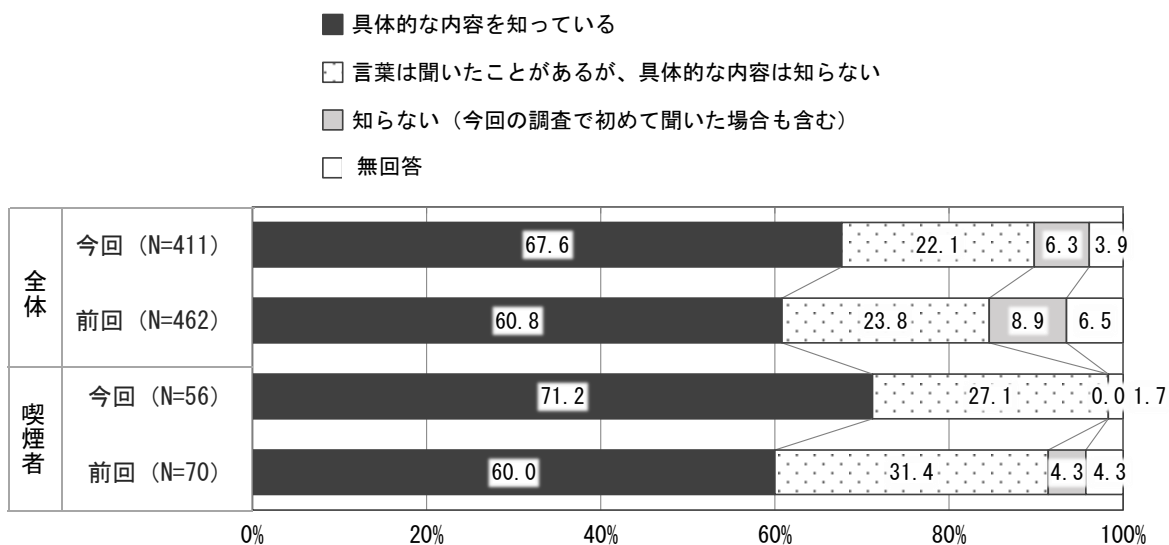
(1) - 2) たばこをやめようと思いますか。

・現在たばこを吸っている人のうち、喫煙をやめたいと思うか尋ねると、全体では「思う」と回答した割合が52.5%と、前回(48.6%)より高くなっている。
 ・年齢別で見ると、50-64歳代では「思う」が70.0%と最も高くなっている。また、「思わない」と回答した割合が最も高いのは、20-29歳(100.0%)、次いで75歳以上(80.0%)、30-39歳(60.0%)と続く。



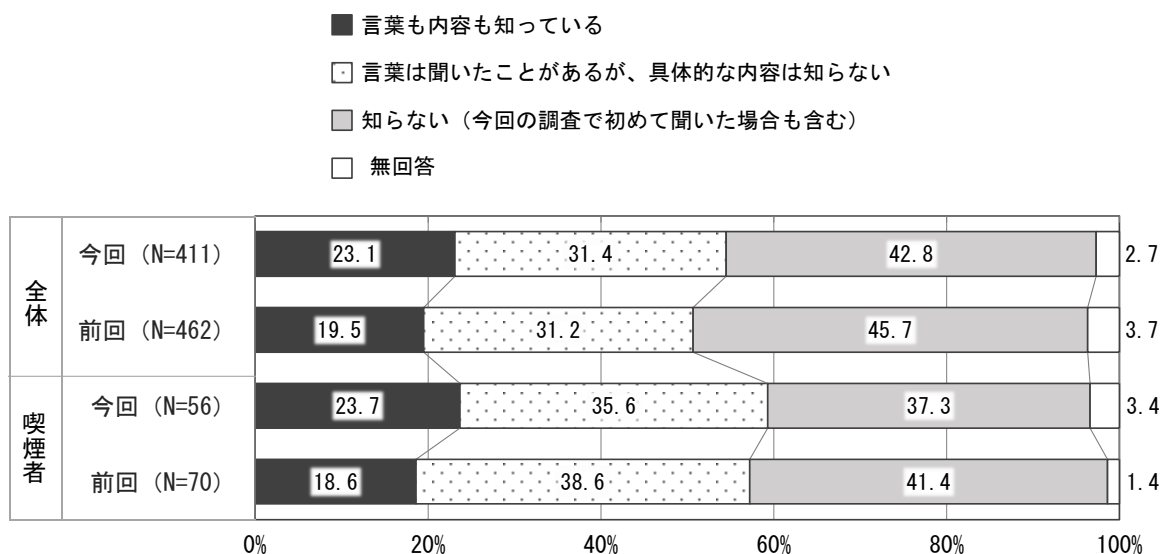
(2) 受動喫煙の害について知っていますか。

- ・全体、喫煙者ともに、「具体的な内容を知っている」と回答した割合が最も高く、前回より高くなっている。



(3) COPD（慢性閉塞性肺疾患）という言葉や内容について知っていますか。

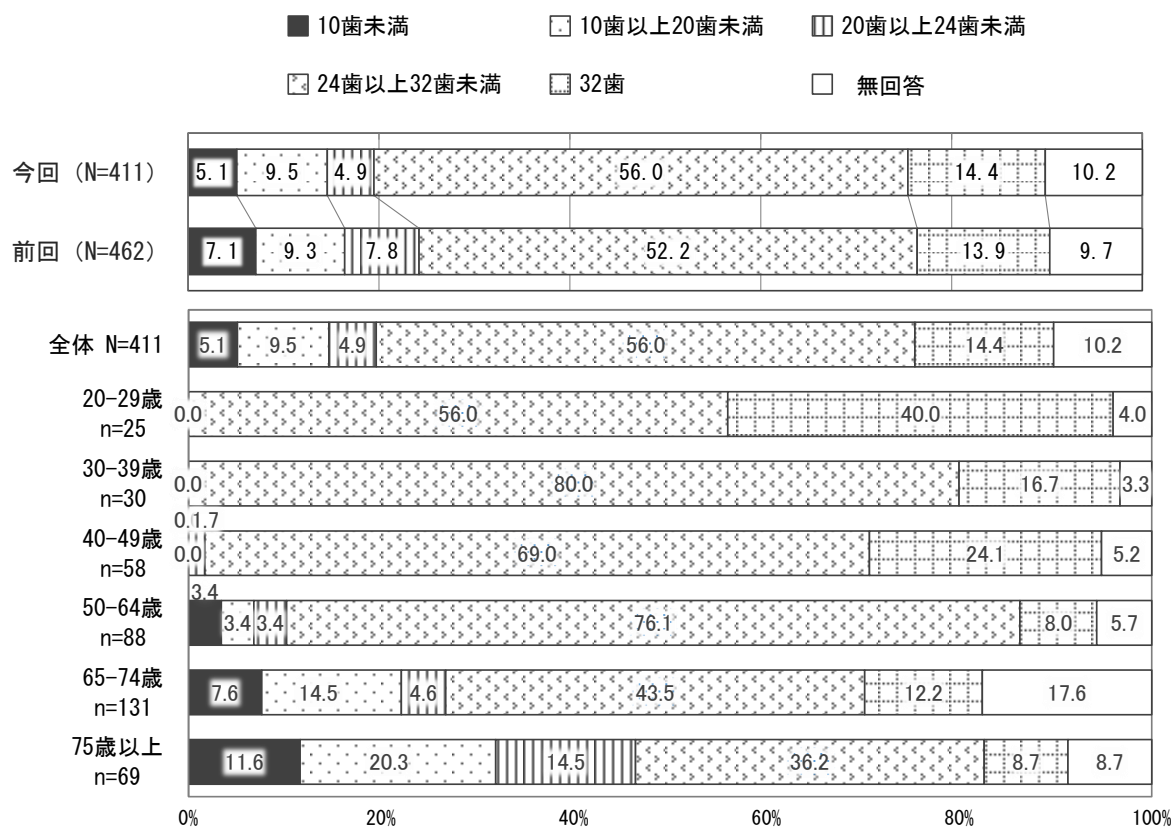
- ・全体では、「言葉も内容も知っている」と回答した割合が 23.1%となっており、「知らない（今回の調査で初めて聞いた場合も含む）」と回答した割合（42.8%）の方が高い。
- ・喫煙者では、「言葉も内容も知っている」と回答した割合が 23.7%となっており、前回（18.6%）より増加している。



7. 歯や口のことについて

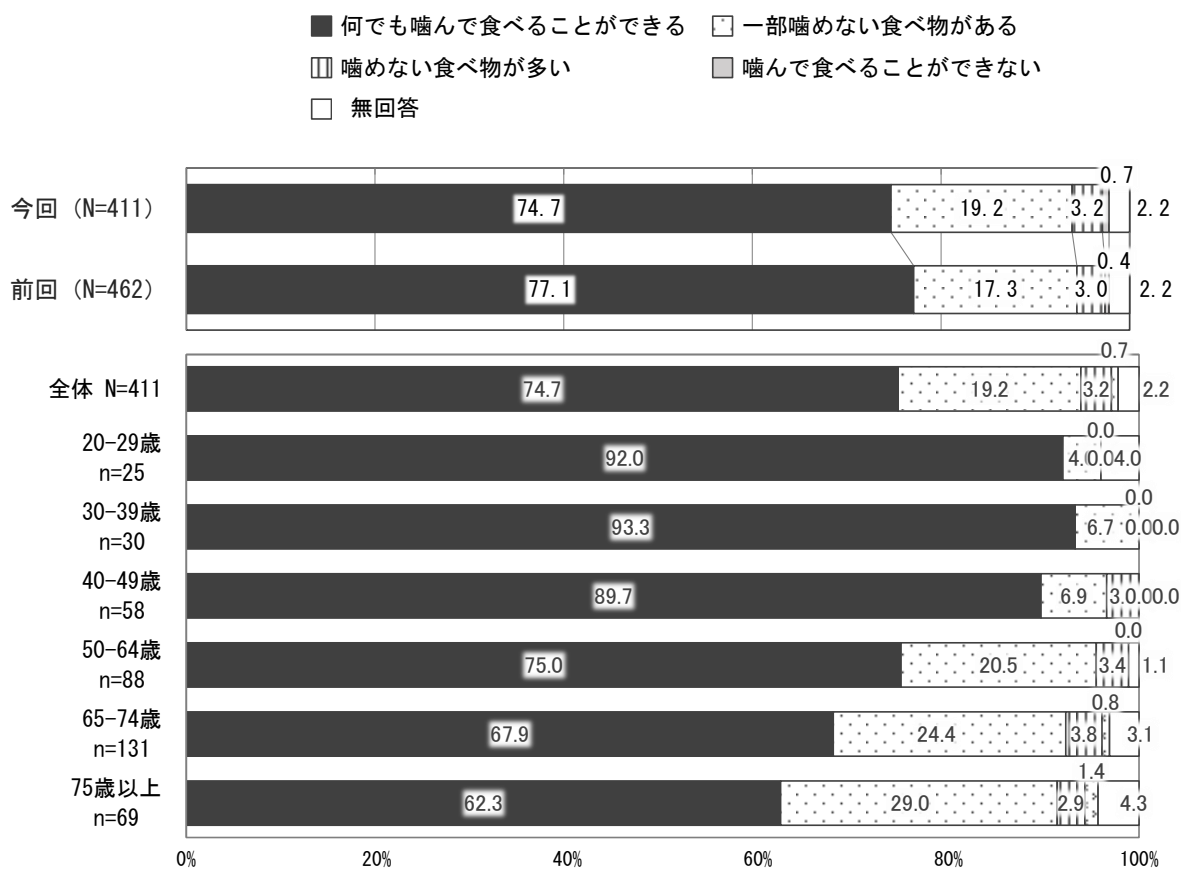
(1) 現在、歯は何本ありますか。

- 全体で「32 歯」ある割合は 14.4%となっており、「24 歯以上 32 歯未満」が 56.0%と最も高い。
- 年齢別でみると、50-64 歳で“24 歯以上”の割合（「24 歯以上 32 歯未満」「32 歯」を合計した割合）は 84.1%みられたが、65-74 歳になると 55.7%まで減少している。また、75 歳以上で“20 歯以上”の割合（「20 歯以上 24 歯未満」「24 歯以上 32 歯未満」「32 歯」を合計した割合）は、59.4%となっている。「10 歯未満」の割合も 11.6%みられる。



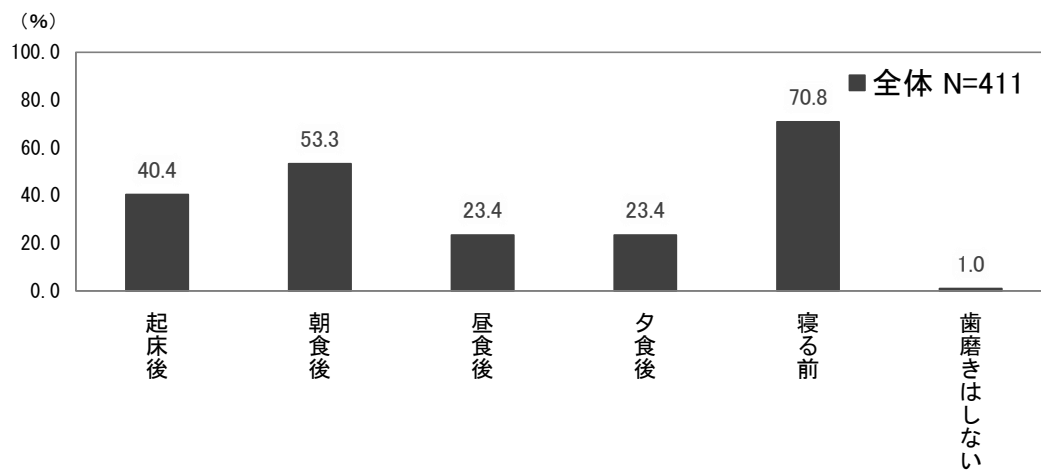
(2) 何でも噛んで食べることができますか。

・「何でも噛んで食べることができる」と回答した割合が74.7%と最も高く、年齢が上がるにつれて、その割合は低下していく。



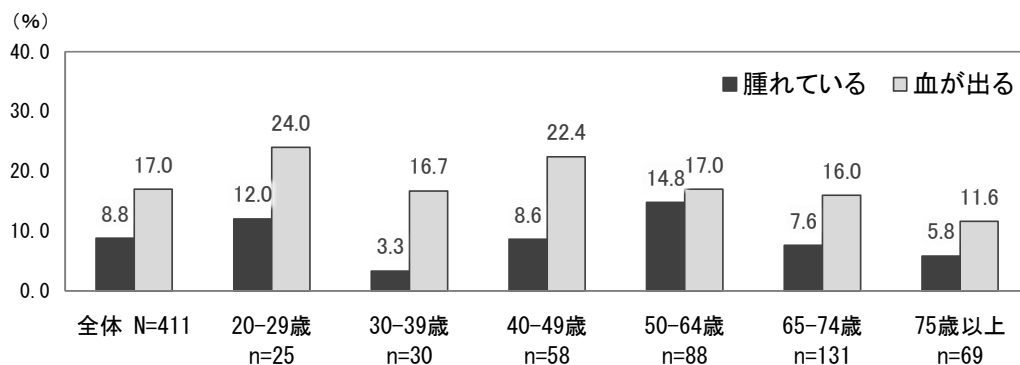
(3) いつ歯磨きをしますか。

・歯磨きをするタイミングは、「寝る前」と回答した割合が70.8%と最も高く、次いで「朝食後」(53.3%)、「起床後」(40.4%)と続く。

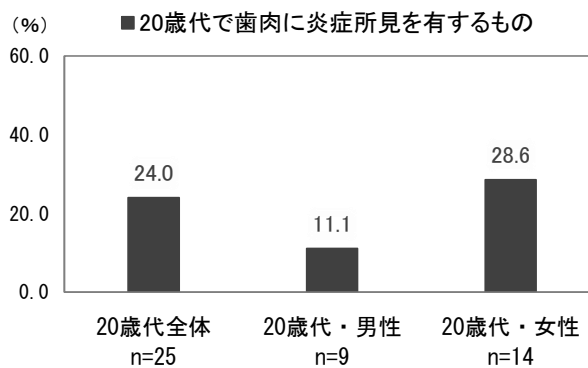


(4) 歯ぐきの状態について

- ・歯ぐきの状態について、「腫れている」と回答した割合は全体では8.8%となっており、その中でも50-64歳が14.8%と最も高い。
- ・「血が出る」と回答した割合は全体で17.0%となっており、特に20-29歳が24.0%と最も高い。

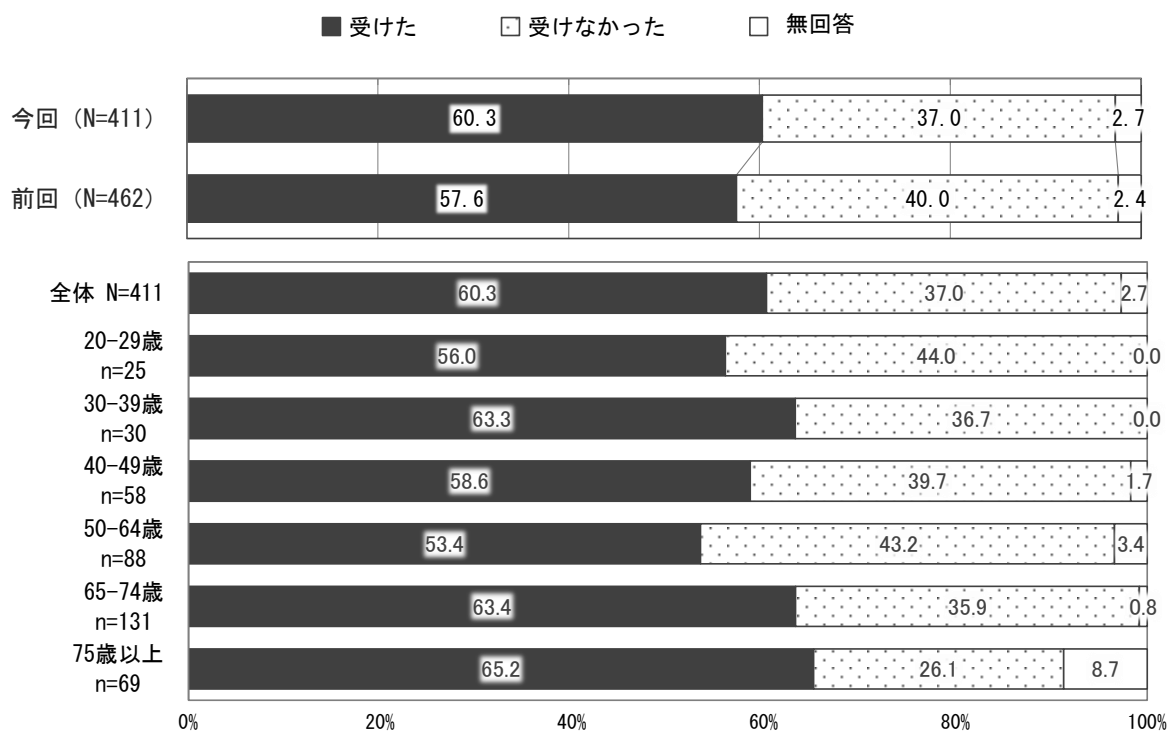


- ・20歳代で「腫れている」と「血が出る」のいずれかに回答した人は、「歯肉に炎症所見を有する者」とみなされ、その割合は24.0%となっている。特に、女性では28.6%と高く、適切な口腔管理が維持できていないことがうかがえる。



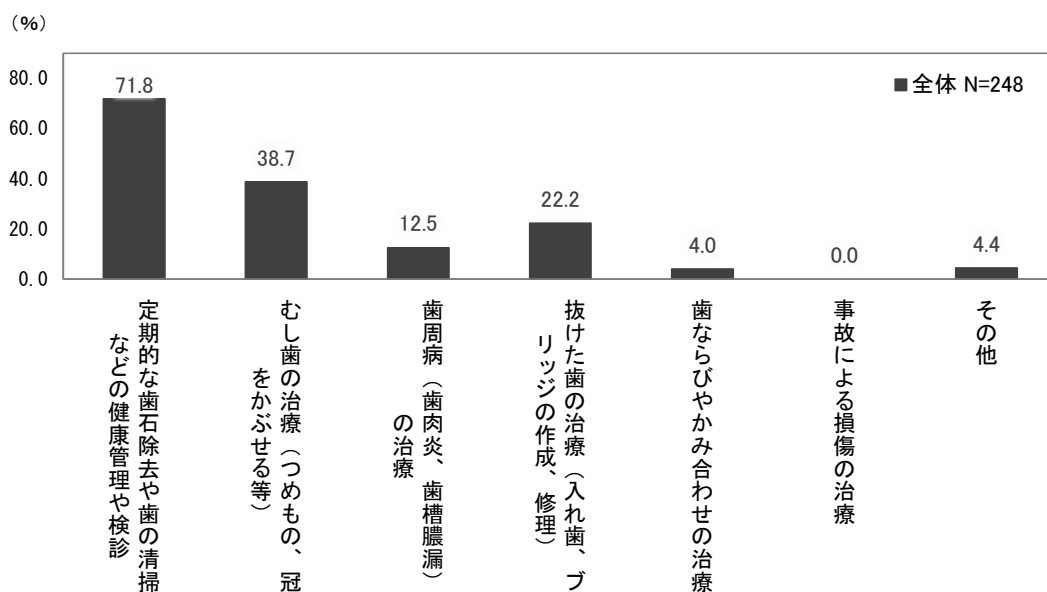
(5) この1年間に歯科診療所や病院の歯科診療科で診療（訪問診療を含む）または定期検診を受けましたか。

- ・「受けた」と回答した割合は 60.3%、「受けなかった」と回答した割合は 37.0%となっている。
- ・年齢別でみると、20-29歳で「受けなかった」と回答した割合が 44.0%と最も高い。



(5) - 1) 受けた診療内容

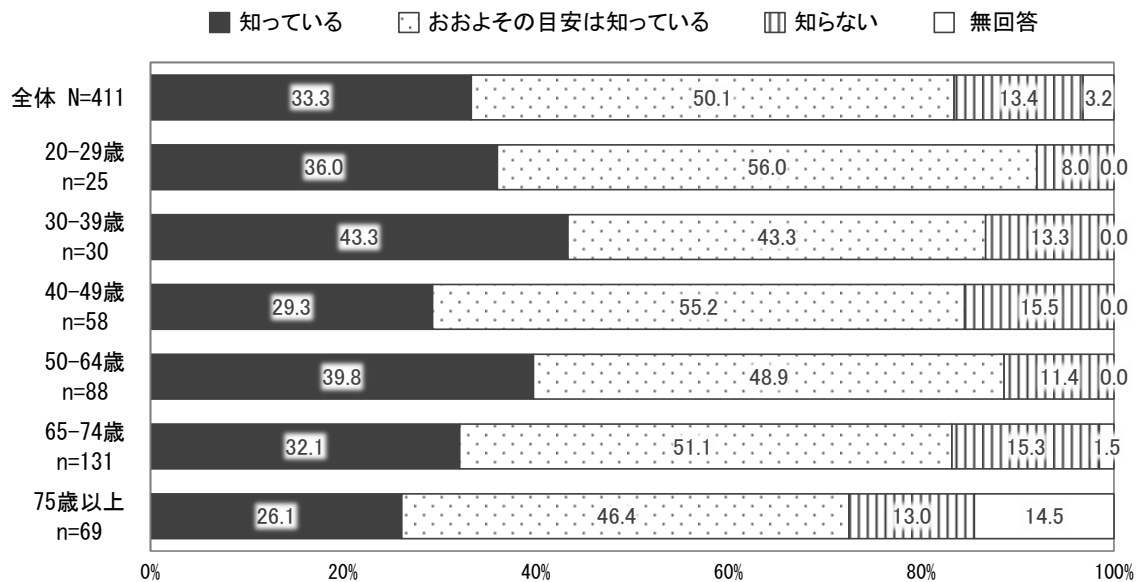
- ・診療を受けた人の診療内容は、「定期的な歯石除去や歯の清掃などの健康管理や検診」と回答した割合が 71.8%と最も高く、次いで「むし歯の治療（つめもの、冠をかぶせる等）」(38.7%)、「抜けた歯の治療（入れ歯、ブリッジの作成、修理）」(22.2%)と続く。



8. 健康づくりの取組みについて

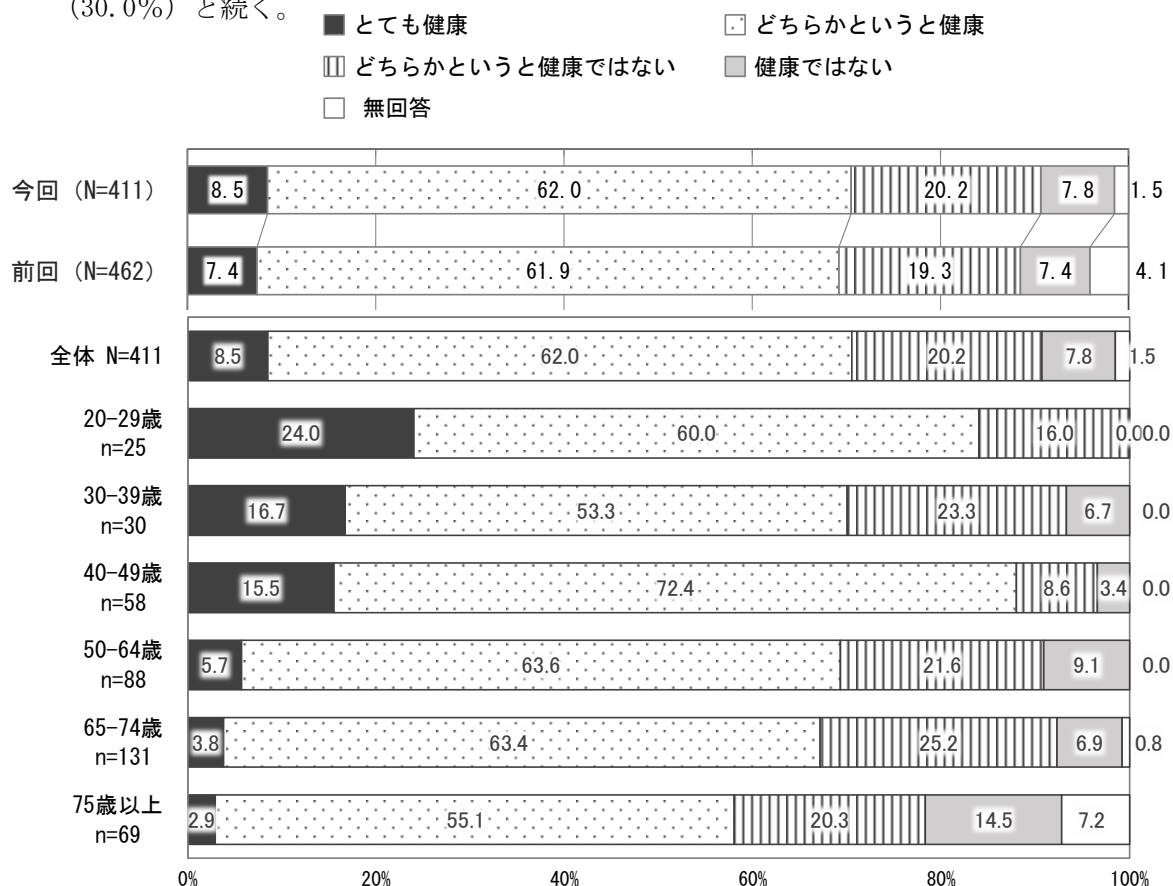
(1) 自分の適正体重を知っていますか。

・「おおよその目安は知っている」と回答した割合が 50.1%と最も高く、「知っている」を合わせた 83.4%の人が“知っている”と回答している。



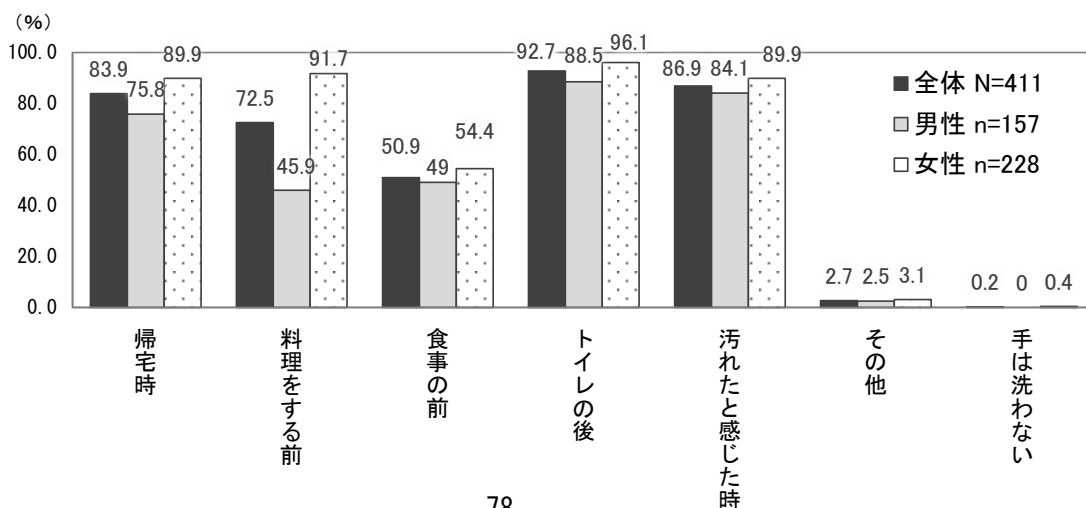
(2) ご自身は健康だと思いますか。

- ・「どちらかという健康」と回答した割合が 62.0%と最も高く、「とても健康」を合わせた 70.5%の人が「健康である」と回答している。
- ・「とても健康」と回答した割合は、年齢が上がるにつれて減少している。「健康ではない」と回答した割合（「どちらかという健康ではない」「健康ではない」を合計した割合）は、75 歳以上が最も高く 34.8%となっている。次いで 50-64 歳（30.7%）、30-39 歳（30.0%）と続く。



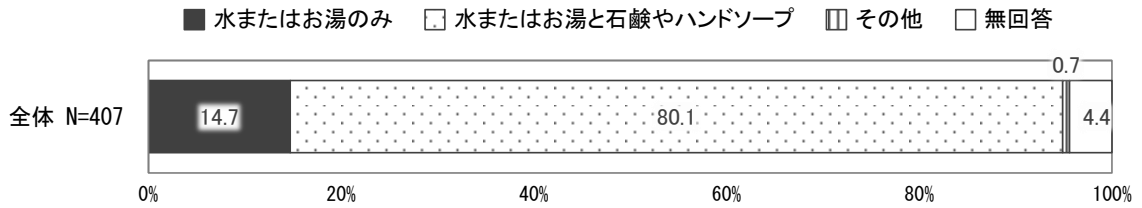
(3) いつ手洗いをしていますか。

- ・手を洗うタイミングは、「トイレの後」と回答した割合が 92.7%と最も高く、次いで「汚れたと感じた時」（86.9%）、「帰宅時」（83.9%）と続く。
- ・女性では「料理をする前」と回答した割合が 91.7%と男性に比べて非常に高くなっている。



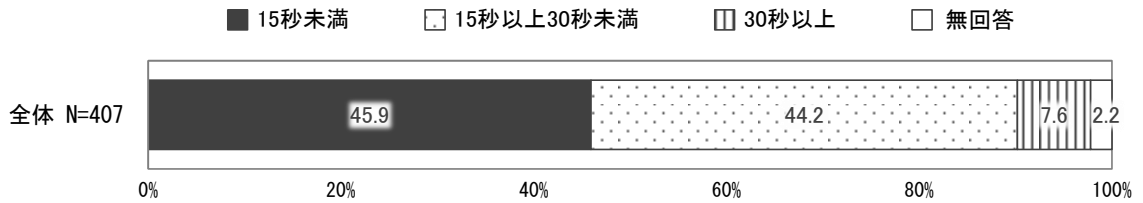
(3) - 1) 主にどんな方法で洗いますか。

・洗う方法は「水またはお湯と石鹸やハンドソープ」を使用して洗っている割合が 80.1%と最も高い。



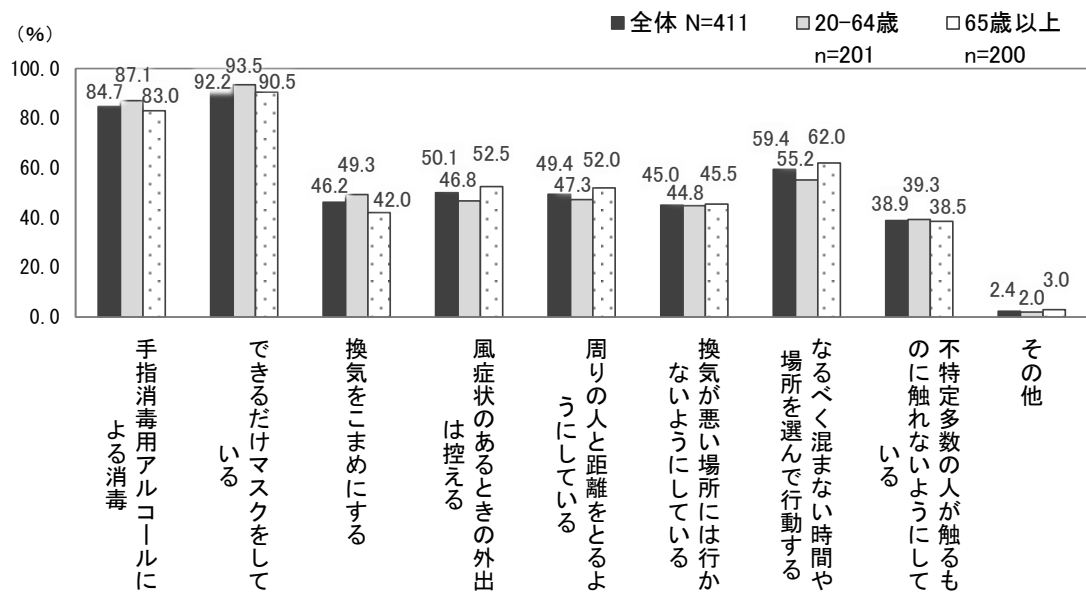
(3) - 2) どれくらい洗いますか。

・洗う時間は「15秒未満」と回答した割合が 45.9%と最も高く、次いで「15秒以上30秒未満」(44.2%)と続く。



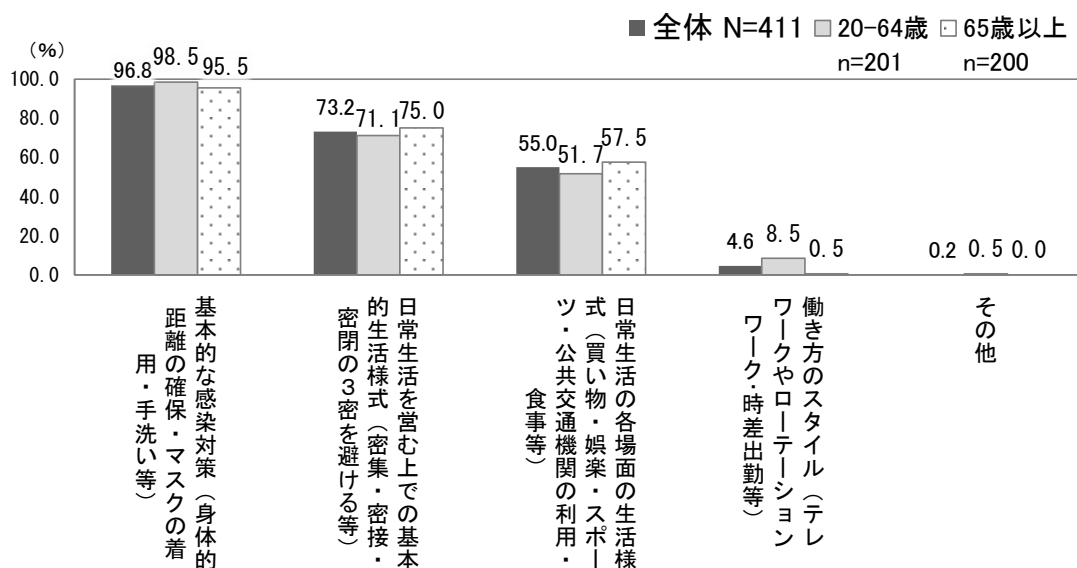
(4) 手洗いの他に感染症を予防するために実行していることがありますか。

・感染症を予防するために実行することは、「できるだけマスクをしている」と回答した割合が 92.2%と最も高く、次いで「手指消毒用アルコールによる消毒」(84.7%)、「なるべく混まない時間や場所を選んで行動する」(59.4%)と続く。



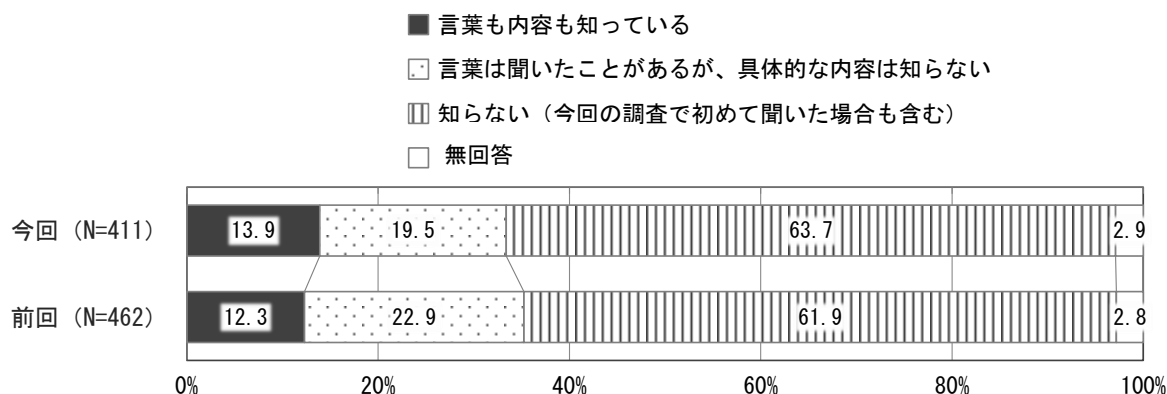
(5) 新型コロナウイルス感染症の発生後、「新しい生活様式」の中で気をつけていることはありますか。

・「基本的な感染対策（身体的距離の確保・マスクの着用・手洗い等）」と回答した割合が96.8%と最も高く、次いで「日常生活を営む上での基本的な生活様式（密集・密接・密閉の3密を避ける等）」(73.2%) となっている。



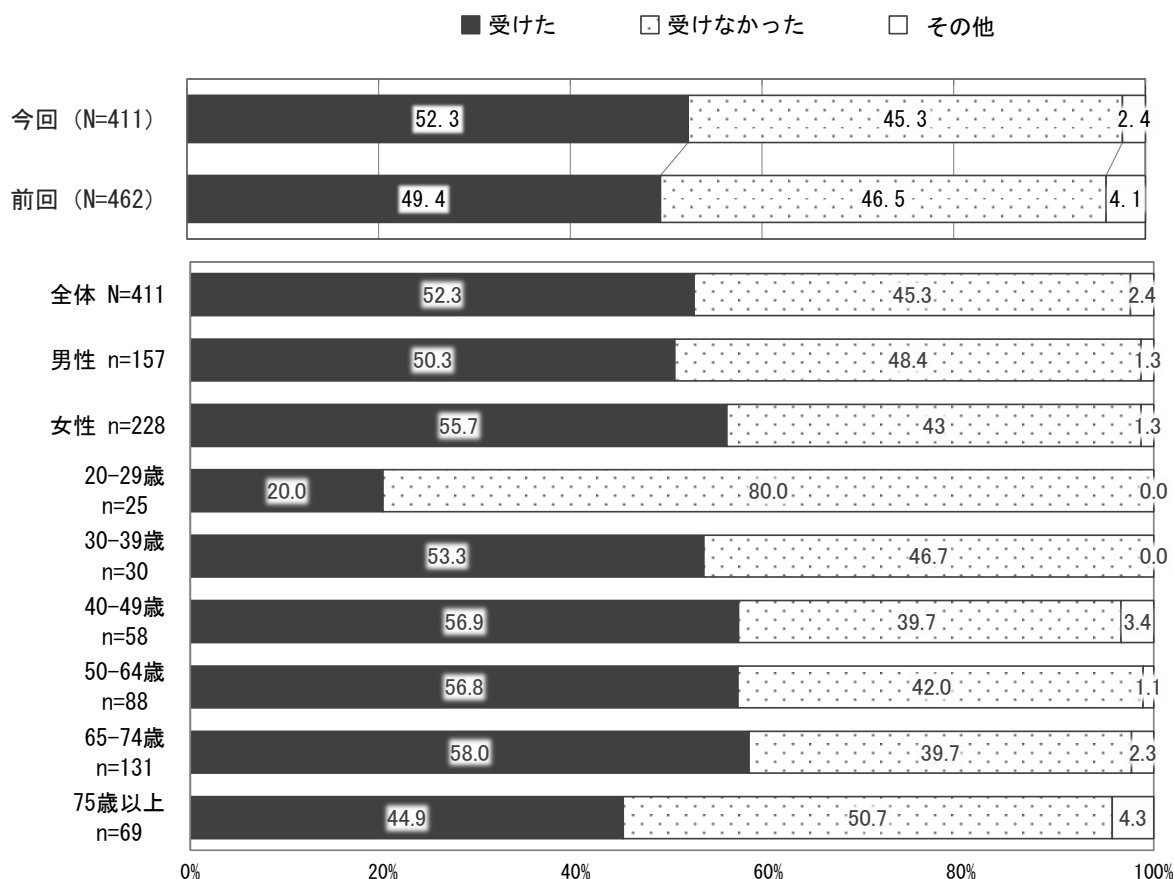
(6) ロコモティブシンドローム（運動器症候群）という言葉や内容について知っていますか。

・「知らない（今回の調査で初めて聞いた場合も含む）」と回答した割合が63.7%と最も高く、認知状況は低い。



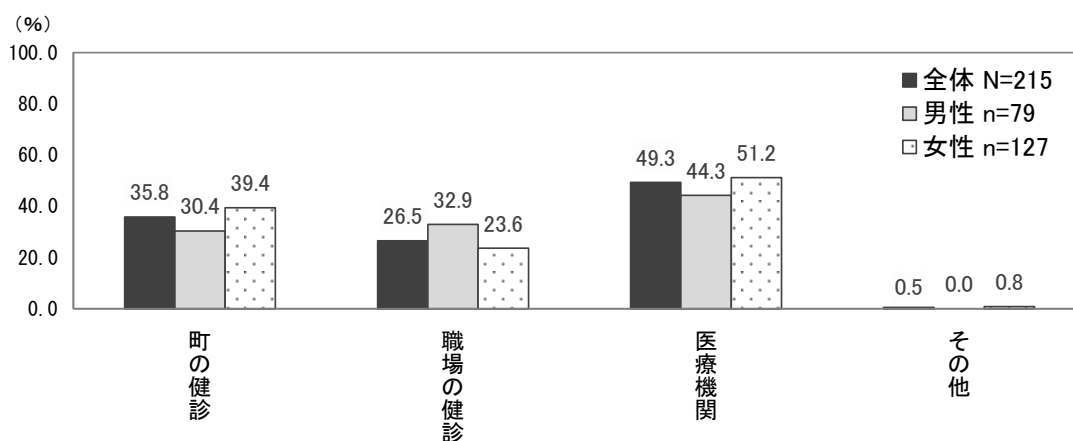
(7) この1年間に胃がん健診や大腸がん検診、子宮がん検診など何らかのがん検診を受けましたか。

- ・全体で「受けた」と回答した割合が52.3%となっており、前回(49.4%)より高くなっている。「受けた」と回答した割合は、女性の方が男性よりもやや高い。
- ・年齢別でみると、「受けた」と回答した割合が最も高いのは65-74歳で58.0%となっている。20-29歳では20.0%と低くなっている。



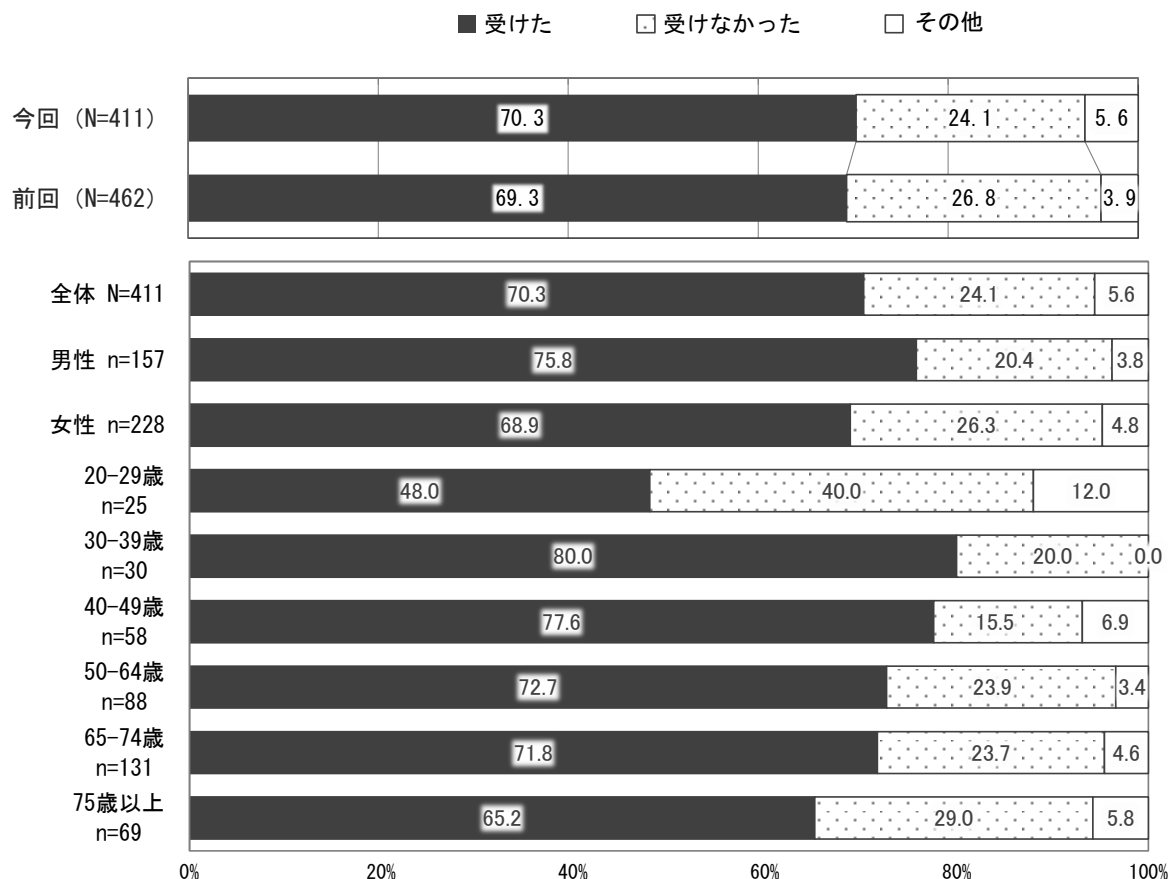
(7) - 1) がん検診をどこで受けましたか。

- ・がん検診を受けた人のうち、どこで受けたか尋ねると、「医療機関」が49.3%と最も高く、次いで「町の健診」(35.8%)と続く。男性では「職場の健診」と回答した割合が32.9%となっており、女性の割合23.6%よりも高い。一方女性では、「町の健診」と回答した割合が39.4%となっており、男性の割合(30.4%)よりも高い。



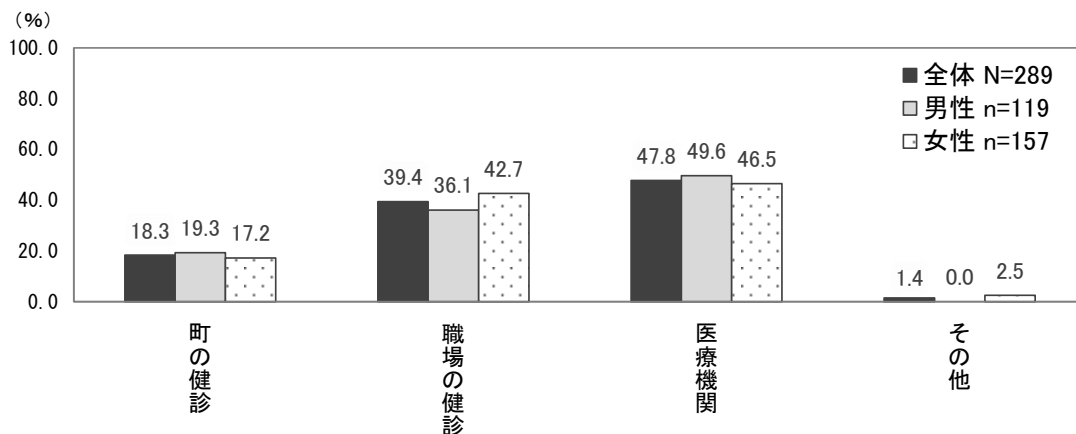
(8) 健康診断等（特定健診含む）をこの1年間に受けましたか。

- ・全体で「受けた」と回答した割合が70.3%、「受けなかった」と回答した割合が24.1%となっている。また、「受けた」と回答した割合は、男性の方が女性よりも高い。
- ・年齢別でみると、「受けた」と回答した割合が最も高いのは30-39歳で80.0%、次いで40-49歳（77.6%）、50-64歳（72.7%）と続く。



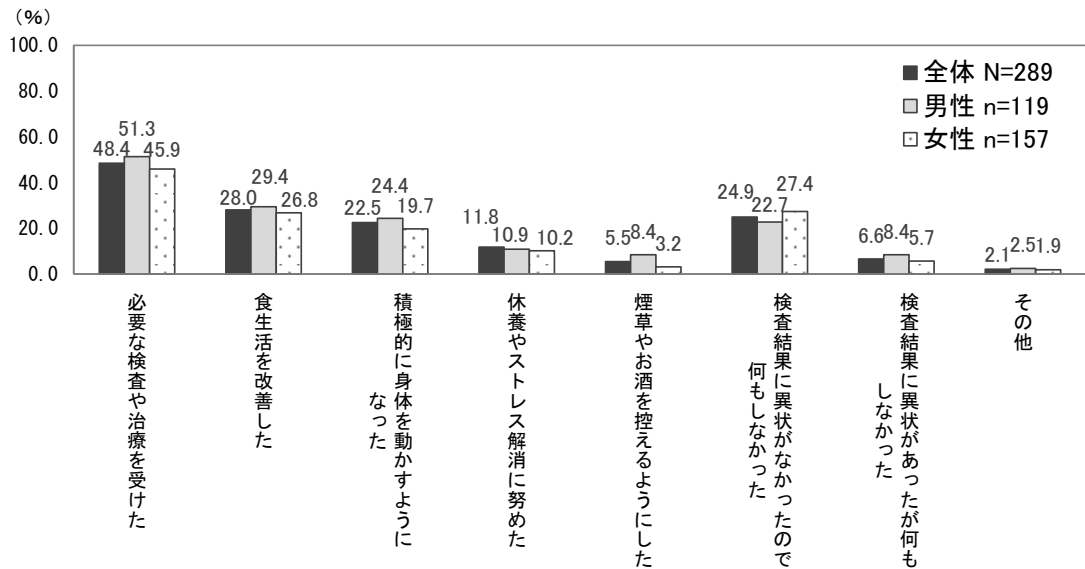
(8) - 1) 健康診断等（特定健診含む）をどこで受けましたか。

- ・健康診断等を受けた人のうち、どこで受けたか尋ねると、「医療機関」が47.8%と最も高く、次いで「職場の健診」(39.4%)と続く。男性では「医療機関」と回答した割合が49.6%となっており、女性の割合46.5%よりもやや高い。一方女性では、「職場の健診」と回答した割合が42.7%となっており、男性の割合(36.1%)と比べてやや高い。



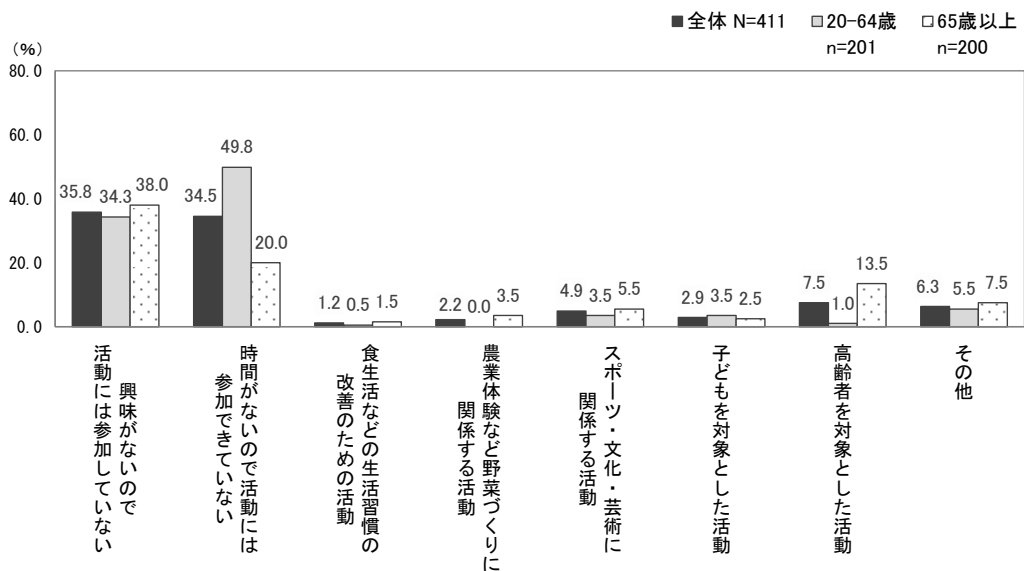
(8) -2) 健康診断等(特定健診含む)の結果を活用して健康づくりに取り組んだことがありますか。

- 健康診断等を受けた人のうち、結果を活用して健康づくりに取り組んだことがあるかを尋ねると、「必要な検査や治療を受けた」と回答した割合が48.4%と最も高く、次いで「食生活を改善した」(28.0%)と続く。



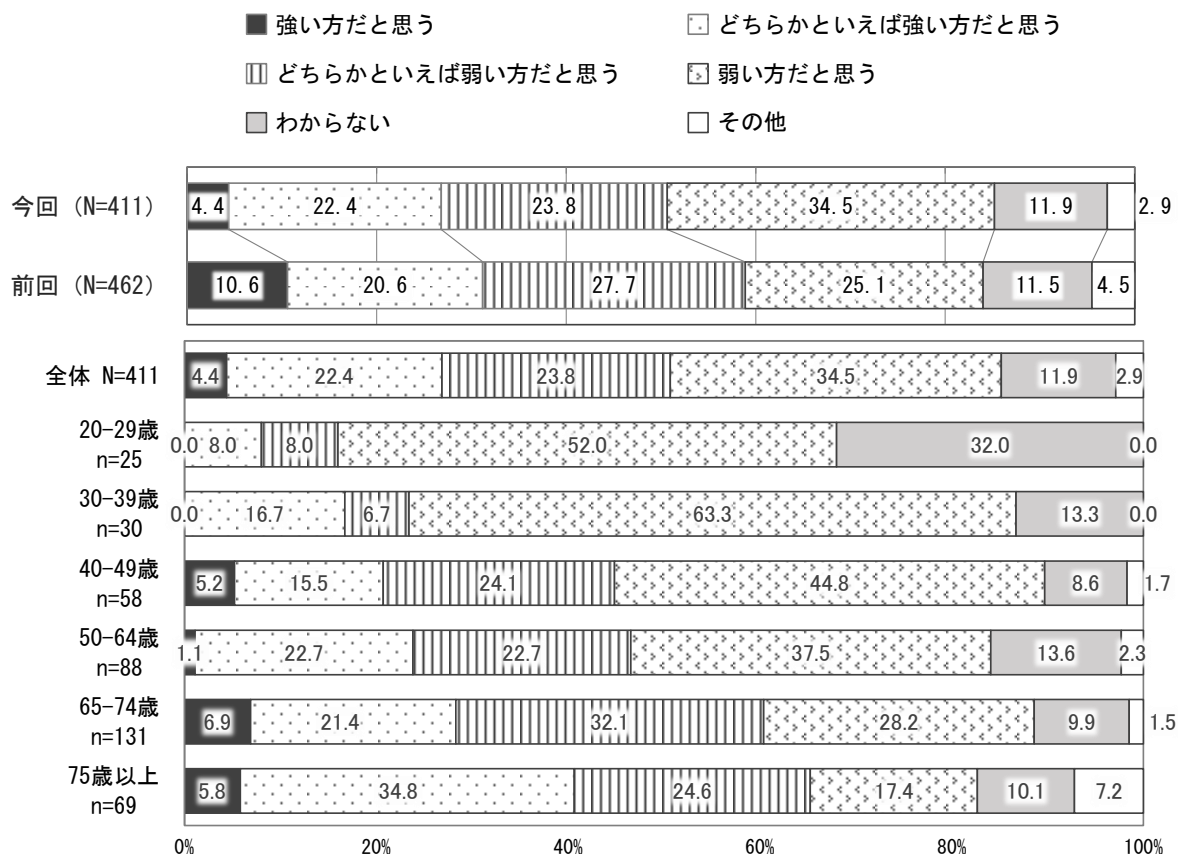
(9) この1年間に健康に関するボランティア活動、地域社会活動(コミュニティ活動・地域行事など)を行いましたか。

- 全体で「興味がないので活動には参加していない」と回答した割合が35.8%と最も高く、「時間がないので活動には参加できていない」(34.5%)を合わせると、約7割の人が“参加していない”という回答になっている。何らかの活動に参加している人では、「高齢者を対象とした活動」が7.5%と高く、次いで「スポーツ・文化・芸術に関する活動」(4.9%)と続く。
- 年齢別でみると、20-64歳では「時間がないので活動には参加できていない」と回答した割合が49.8%と突出して高い。



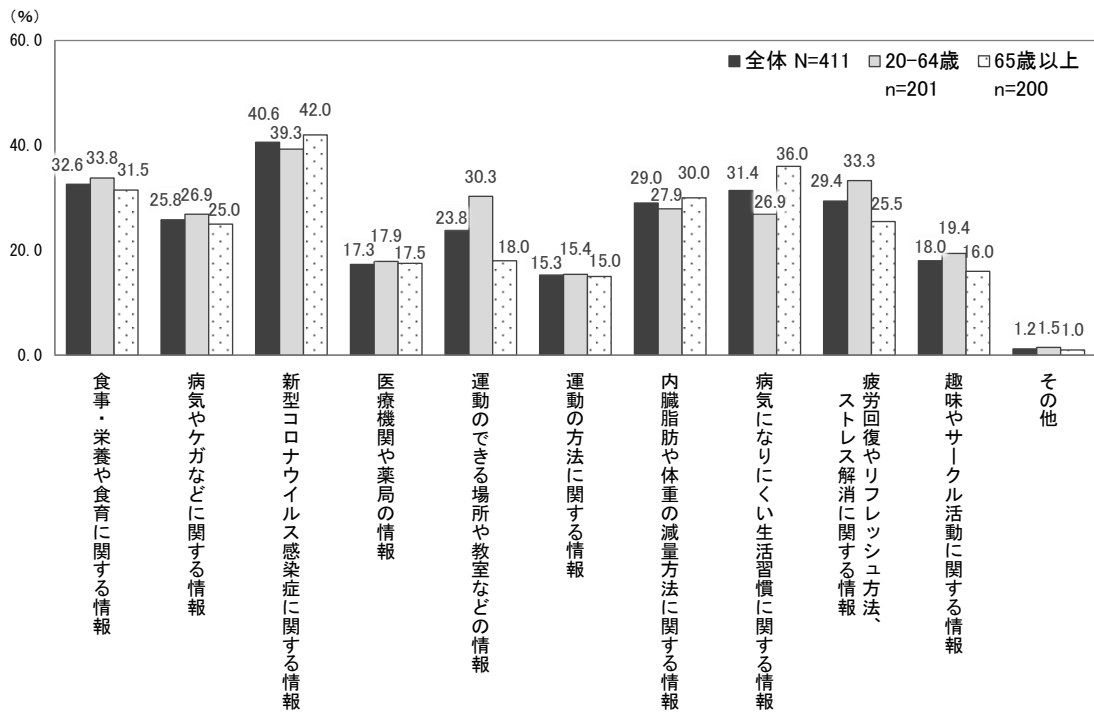
(9) 地域の人とのつながりは強い方だと思いますか。

- ・全体で「弱い方だと思う」と回答した割合が34.5%と最も高く、「どちらかといえば弱い方だと思う」と合わせた58.3%が“弱い”と感じている。また、「強い方だと思う」と回答した割合は4.4%と、前回(10.6%)より低くなっている。
- ・年齢別でみると、“弱い”と回答した割合が最も高いのは30-39歳で70.0%、次いで40-49歳(68.9%)と続く。65歳以上では「強い方だと思う」と回答した割合が他の年代に比べて高い。



(10) 健康に関する情報で、知りたいと思うものはどのようなものですか。

- 全体で「新型コロナウイルス感染症に関する情報」と回答した割合が 40.6%と最も高く、次いで「食事・栄養や食育に関する情報」(32.6%)、「病気になりにくい生活習慣に関する情報」(31.4%)と続く。
- 年齢別でみると、「新型コロナウイルス感染症に関する情報」が 20-64 歳で 39.3%、65 歳以上で 42.0%と最も高くなっている。次いで 20-64 歳では、「食事・栄養や食育に関する情報」(33.8%)、「疲労回復やリフレッシュ方法、ストレス解消方法に関する情報」(33.3%)、「運動のできる場所や教室などの情報」(30.3%)と続く。65 歳以上では「病気になりにくい生活習慣に関する情報」(36.0%)、「食事・栄養や食育に関する情報」(31.5%)、「内臓脂肪や体重の減量方法に関する情報」(30.0%)と続く。



IV. 自由回答

1. 小学生・中学生・高校生の自由回答

- 「健康」や「食べること」について、あなたが思ったことや希望すること、気になることを何でも自由に書いて下さい。

【小学生】

自由意見	性別	学年
困った時に相談することを健康のリストに入れます。	女子	1
早寝早起きやスポーツなどで身体を動かしたりする事。	男子	1
食べる事は幸せ。	女子	1
食事をしっかりとるようにする。	男子	1
バランスよく食べる。	男子	1
コロナにかかりたくない。	無回答	1
これから頑張って食べます。	女子	1
朝はきちんと食べる。	男子	1
いっぱい動き、いっぱい食べる事です。	男子	1
これからも早寝早起きとご飯をしっかりと食べます。	女子	1
バランスよく食べる。	男子	1
健康に気をつけて、自分や友達、家族とも気をつける。	無回答	1
元気になる時ご飯を残さず食べる。食べる時好き嫌いせずに食べる。	女子	1
学校で給食が出た時にたくさん食べる。	女子	1
ママ、パパを守りたい。お野菜をしっかりと食べる。	女子	1
書くのがちょっと面倒くさかったです。うどんも好きです。	女子	1
ママのご飯を毎日残さず食べること。お肉と野菜をたくさん食べる。	女子	1
ご飯を残さず食べて、早寝早起きをして元気に過ごす。	男子	1
おいしく食べる。	女子	1
健康でいる為には日頃から元気に運動をしたり、食生活を規則正しくしていくことだと思います。	女子	1
ご飯をしっかりと食べて、規則正しい生活をする。	男子	1
サラダをいっぱい食べることに気をつける。	女子	1
お家のご飯や給食をちゃんと食べる。	女子	1
注射は怖いけど頑張ろう。	男子	1
食事をとる。	男子	1
給食をもっとおいしくしたい。	男子	1
よく噛んで食べる事が良いと思う。	女子	1
死なないように。自分のために死なないようにやる。大切な人のため。家族のため。みんなのひとのため。	女子	1
いろいろ食べることが大切だと思いました。	男子	1
朝昼晩ご飯をしっかりと食べる。	女子	1
早寝早起きやスポーツなどで身体を動かしたりする事。	男子	2
たくさん食べる事。	女子	2
元気が一番。	女子	2
たくさんご飯を食べたり、たくさん友達と遊ぶと元気になる。	男子	2
これから気をつけたい。	男子	2
食べ残さない。健康な食糧を食べる。	女子	2
もっと食べられるようになりたい。	男子	2
マスクをする。	男子	2
健康になったらウイルスにうつらないから安心です。	男子	2
ご飯をこれからもしっかりと食べる。	男子	2

自由意見	性別	学年
ゆっくりよく噛んで食べる。	男子	2
食べているから生きていられる。苦手なものでもしっかり食べる。	男子	2
食べる事は自分の健康にもつながり、生活リズムも整えてくれると思うので、これからも続けていきたいです。	男子	2
頑張って野菜を食べて元気に過ごしたいです。いつか野菜を食べられるようになりたいです。頑張って明日からお肉と野菜と魚を食べます。	女子	2
ご飯の時は手を洗う。食事のバランスを良く食べる。	無回答	2
コロナになりたくないなと思った。	女子	2
バランスよく食べる。	女子	2
健康や食べる事は大切です。	男子	2
コロナウイルスに気をつける。	女子	2
健康でコロナを押さえてほしいです。健康のまま生きていきたいです。	男子	2
健康に気をつける。	女子	2
健康に食べて、健康に背を伸ばしていきたいです。	男子	2
早寝早起き朝ごはん。はみがきをしっかりとる。ご飯のバランスを取る。	女子	2
白ごはんを良く食べる。野菜を食べる。トマトやお菓子を良く食べる。	女子	2
今日から野菜を食べようかなと思いました。	女子	2
食べる事の健康は大事だと思いました。	男子	2
無理せずに食べる。	男子	2
良く寝て良く食べて良く遊ぶ。	男子	3
健康と食べる事を今アンケートをしてこれから健康にみんなで暮らしていこうと思っています。	女子	3
ご飯をいっぱい食べると寝ると健康だと思う。	男子	3
健康になるには早寝早起きや、ちゃんと食べる事が大切だと思いました。	女子	3
バランスよく食事をしたら健康になれる事がわかりました。	男子	3
健康になる為には野菜をいっぱい食べる。	男子	3
健康と食べる事のアンケートをとって健康と食べる事はすごく大切だと思いました。	女子	3
健康や食べる事はいいことだと初めて知りました。	女子	3
スポーツをあんまりやらないから、やって健康になりたいです。	女子	3
健康に生きるには早寝早起き、ご飯をしっかり食べる事が大切。	男子	3
いろんなことに挑戦し、バランスよく考えながら健康を知ることです。	女子	3
ご飯をあんまり食べてないから、たくさん食べてみたいです。	男子	3
毎日ご飯を食べているけど、これからも食べないことがないようにしたいです。帰ってきてうがいはしていないから、するようになりたいです。	男子	3
バランスよく食べる。	男子	3
赤、黄色、緑をそろえて食べること。	男子	3
食事のバランスや早寝早起きして健康を保つためになること。	女子	3
健康はみんなが元気で食べる事は、早食いをせずに味わって食べる。	男子	3
健康に過ごすためには手洗い、うがい、手指の消毒をする。	女子	3
何かを噛む時は30回噛むと良いと思いました。(食べる事)	女子	3
毎日元気で楽しく過ごすのが健康に一番いいと思いました。	女子	3
早寝早起きやバランスのいいご飯を食べて身体をたくさん動かすこと。	男子	3
健康にする。しっかり朝ごはん、夜ご飯、昼ご飯を食べる事。	女子	3
早寝早起きして、お昼ごはん、朝ごはんをいっぱい食べる。	女子	3
全部自分でできるから自分でもやる。	女子	3
寝る、バランスよく食事。	女子	3
僕は給食でエビフライが好きです。	男子	3
食べる事が出来るのに捨ててしまうことが飢餓の多い国に申し訳ないなと思いました。	男子	3
食べ物をきちんと食べる。	男子	3
食事は大事なんだなと思った。	女子	3
日頃から健康に過ごすことに係ることがあるなんて知りませんでした。これから健康に過ごしたいです。	男子	3
早寝早起きをしっかりと、朝ごはん、昼ごはん、夜ごはんをしっかりと食べると元気になると思いました。	女子	3
マスクをしっかりとつける。窓開け、換気をする。手洗いうがいをやる。	女子	3

自由意見	性別	学年
早寝早起き朝ごはん。ご飯は3食食べる。	女子	3
健康は、朝決まった時間に起きる。朝、昼、夜のご飯を全部食べる。早く寝る。	女子	3
健康にするにはご飯を残さず食べる事と思った。	女子	3
リズムのいい生活をした。	男子	3
赤、黄色、緑の3つの食品をバランスよく食べないといけないんだなと思いました。	女子	3
ゆっくり食べる事。	男子	3
健康は体にとって大切なんだなと思いました。食べるのは体にとって、骨や体を作るのに大切なんだなと思いました。	女子	3
健康に良い食べ方をしたりするのが良いと思った。	女子	3
好き嫌いをしない。	女子	3
三角食で食べて、ちょっと食べるのが早くなりました。	女子	3
バランスよく食事を続ける。	女子	3
食事はいつも食べる事。	女子	3
早寝早起き、朝ごはんを続けたりする。	女子	3
三角食をする。元気いっぱい外で遊ぶ。水やお茶をいっぱい飲む。睡眠を長くする。	女子	3
頑張って食べる。	男子	3
早寝早起き。バランスを取る。	男子	3
いっぱい運動していっぱい寝ます。	女子	3
朝も野菜をもっと食べないといけないなと思いました。運動を頑張ります。	女子	3
朝ごはんをしっかり食べる。	男子	3
バランスのいい食事をする。	男子	3
新型コロナウイルスのため食べる時は必ず消毒手を洗うことを忘れないようにする。	女子	3
何でも好き嫌いをせずにしっかり食べて、運動して、ゆっくり寝ます。その上嬉しいことがあったら心と体が元気になります。	女子	3
毎日給食がおいしかった。	女子	3
大変な事をして健康になると思いました。	男子	3
早寝早起き朝ごはんはしっかり食べる。	男子	3
日常生活にこのアンケートに書いてあることをする。コロナウイルスに感染しないように手洗い、うがいを意識する。大きくなるために好き嫌いせずにしっかり食べる。食事のバランスを取る。	男子	4
健康は誰にでもあって欲しいけど、ご飯の食べすぎや冷たい物の食べすぎに注意する。	女子	4
こうやって丸をつけていたら「自分が健康なんだ」と思えた。	男子	4
食べる事では朝、昼、夕のご飯はお腹いっぱい食べたら、学校の行きや帰りちょっと走る。	女子	4
運動をいっぱいする人は一杯ご飯を食べて、あまり運動をしない人はあまりご飯を食べないと良いと思う。	女子	4
早寝早起きを毎日してご飯をしっかり食べる。	女子	4
給食は健康で作られているけど、家では嫌いなものは残して好きな物で好きな物しか食べないけど学校の給食はバランスよく食べられるので健康で安心できるので私は給食の方がいい。	女子	4
しっかり食べてしっかり動く。	女子	4
毎日早寝早起きをしてたくさん友達と遊ぼうと思いました。	女子	4
よく噛んで食べる事が良いと思う。	男子	4
これからも健康に気をつけて好き嫌いせずに色々な食べ物を食べていきたいです。	男子	4
バランスよく食べる事。	男子	4
これからもご飯をいっぱい食べて、これからもずっと元気で生きたいと思いました。	男子	4
健康で過ごすために、早寝早起き朝ごはんを目標にしていきたいと思いました。	女子	4
健康で生活する事と思いました。	女子	4
みんなで楽しく食べたい。給食の時にしゃべらないで御飯をついだり、配ったりして欲しい。	女子	4
毎日ご飯を食べて健康になること。	男子	4
体のバランスを崩さずに頑張ろうと思いました。	女子	4
コロナウイルスがなくなったらいいと思いました。	女子	4
健康でいる為には日頃から元気で運動したり、食生活、早寝早起きを続けていくことだと思います。	男子	4
健康や食べる事は大切だと思った。	女子	4
健康という事に希望する。食べる事についてこれは健康に気をつけて食べる事かもしれない。	女子	4

自由意見	性別	学年
コロナがおさまったら楽しくみんなでご飯を食べに行きたい。	男子	4
私は食べるのが大好きです。これから大人になっていろいろな世界の料理などを食べたいです。	女子	4
健康や食べる事にはたくさん大切な事がある。	男子	4
食べたりして健康にいて暮らす。	男子	4
食べすぎに注意する。	男子	4
早寝早起きをしようと思いました。	男子	4
たくさん食べてもっと健康になりたいです。	女子	5
野菜やお肉のバランスをよく考え食べて健康を保つ。お母さんが作ってくれるご飯はとてもおいしいです。	女子	5
給食の時周りの人がお替りするのを遠慮しているのもっとお替りしてほしい。	男子	5
野菜を食べた方が良いと思います。	女子	5
健康についてはほとんどできたので良かったです。食べる事については最近食べ過ぎているので気をつけたいと思いました。	女子	5
食事は魚やご飯をしっかり食べて、体を動かして早く起きて寝ることがわかりました。でもそれを毎日やっているので必要な事は全部やれているんじゃないかと思いました。これからはしっかり取り組みたいです。	女子	5
好き嫌いをなくしたい。	男子	5
食べる事・朝食を食べなかつたりする人の理由が「時間がなかった」という人が意外と多いということ。 健康・特になし	女子	5
学校の給食などで食べ物の残り物が多かったのもったいないと思い、自分は残さないようにしたいと思いました。	男子	5
もっと健康に生きたい。ケガがないようにしたい。	男子	5
もうちょっと健康や食べる事を意識しようと思いました。	男子	5
健康な食べ物を教えてほしい。元気でいられるように。	女子	5
食べるとなぜ笑顔になったり嬉しくなるのか。	男子	5
食べたくない気分だとしても、しっかりとご飯を食べてほしい。	女子	5
食欲がない時は食べた方がいいのかどうか。マスクを外して友達と遊んで大丈夫なのか。外遊びで何をしたらいいか。	女子	5
気分が落ち込んだら黙ってなくてすぐに相談する。	男子	5
一週間にする運動日数を増やして、健康になる体に近づきたいと思いました。	男子	5
新型コロナウイルス感染症にかからないようにするために、栄養と睡眠に気をつけていたら他の病気にもかからなくなりました。改めてその2つの大切さに気付きました。	男子	5
健康はとても大事だと思った。食べる事も。	女子	5
いまコロナだから帰ったらまず手洗いうがいをちゃんとやって、コロナにならないようにする。	女子	5
世界にはご飯を食べられない人などがいるので、ご飯を残したりせずすべて食べたいと思いました。	男子	5
私はいつも土曜日とか9時くらいに起きて、ジュースとかお菓子とか食べていたから、そういうのをなくしたいと思います。食べる事は健康と繋がるんだなと思います。	女子	5
たくさん食べて沢山体を動かし、たくさん寝る事だと思います。	男子	5
いっぱい食べることをして、健康になれると思います。熱などもあまりならないと思いました。	女子	5
バランスの良い食事をすることで健康に過ごせる。	男子	5
野菜をもっと食べられるようになりたい。	女子	5
学校で朝ラジオ体操がしたいです。	女子	5
朝食、昼食、夕食をしっかり取ることが大切な事。健康に気をつけた食べ方をすること。睡眠をしっかり取ること。早寝早起き・朝ごはんを必ずすること。	女子	5
僕は食べる事が大好きで、いつも肉とかを食べていたけど、最近テレビで太っている人はコロナで重症になりやすいと聞いたので頑張って運動をしています。	男子	5
野菜は嫌いだけど健康に大事だから食べないといけない事がわかった。	女子	5
早くみんなで給食を食べたい。机をグループでくっつけて食べたい。	男子	5
日本はそれぞれ好きな食べ物とかあるのに、他の国の中で食べ物が食べられない国があるから日本は嫌いな食べ物とかあって贅沢だなと思いました。	女子	5
ちゃんとご飯を3食食べる。適度な運動。早寝早起きをする。手洗いうがいをやる。お菓子ばかり食べない。めん類ばかり食べない。	女子	5
一口食べたならマスクをつけたらいいと思う。	男子	5
野菜をたくさん食べる。早寝早起き。	男子	6
給食の量の目安。	男子	6
健康には食べる事が1番大事だなと思いました。	女子	6

自由意見	性別	学年
手洗いうがいを毎日しよう。イライラをなくそう。	女子	6
健康や食べる事について私が思ったことは、これからも健康であるためにバランスよく食べたりすることがめっちゃ大事なんだなと思いました。これからも健康でいたいです。	女子	6
朝、昼、夜ちゃんとしっかり食べて、自分の体を健康にしていきたいと思った。	女子	6
私は朝ごはんを時々食べるけど、朝必ず食べた方がいいです。理由は頭の回転が良くなるからです。	女子	6
健康に過ごすには、腹八分目が大切だと思う。食べる事については、動物や植物の命を貰って生きているから感謝して食べる事が大切。	男子	6
食べる事について、朝はあまりご飯を食べていなかったんで食べようと思いました。	男子	6
風邪をひいたり熱が出たりすると食欲がなくなっておいしくなくなるので、やっぱり健康は大事だなと思いました。健康じゃなかったら生きていけないので大切なんだなと思いました。	女子	6
いつも朝ごはんが違うからそれでもいいのかと思う。	男子	6
健康な事は幸せだと思います。	女子	6
給食を残している人が多いのもっと食べてもらうために何か工夫をした方がいいと思います。	男子	6
食べる事は健康だと思います。なぜならずっと何も食べずにいると人は死んでしまうからです。健康に過ごすにはまず食事をバランスよく食べたりするのが良いと思いました。	女子	6
給食で栄養のある茶わん蒸しを出してほしい。	女子	6
食べる事について・・・きのこという食べ物をあまり食事に出さない。	男子	6
いつも健康について考えながら食べていけるよう心掛ける。	男子	6
好き嫌いせず食べる。	男子	6
栄養バランスを取る。	男子	6
健康に気をつけて食事をする。	女子	6
生きるために大切な事。	男子	6
感染症にかからなくするためにどんな方法があるのか	男子	6
食事のバランスを考える。たまに運動などをする。食事は朝、昼、夜しっかりと食べる。早寝早起き朝ご飯をしっかり食べる	男子	6
ちゃんと食べる事。	女子	6
なぜコロナという時期なのに給食などをしているのか？わざわざコロナを増やす手伝いをしているのではないのかと思います	男子	6
食べる事は大切だと思った。	男子	6
給食がおいしくなくて食べられません。もっとおいしくればいいのに。	女子	6
毎日ご飯を食べる。	男子	6
朝にトラックで食べる動物を運んでほしくない。	女子	6
健康に食べる事は大切だと思います。	男子	6
桂川町に大きなレストランを建ててほしい。	男子	6
僕の好きな食べ物は、ラーメンとさしみとお菓子和肉です。だけど、そればかり食べると体に悪いからサッカーなど体を動かすのが大切だと思います。	男子	無回答
ご飯をしっかり食べようと思います。	男子	無回答
嫌いなものがあるけど頑張っていきます。	無回答	無回答
健康にいい食べ方をしたい。	無回答	無回答
野菜を食べる。	女子	無回答
もっと体を動かしたいです。食べ残しをしないようにしたいです。	男子	無回答
何で食べたものがうんこになって出て来るのか。食べ物の中で一番栄養豊富なのは何か。豆腐はカロリーがどれくらいあるのか。	女子	無回答
朝ごはんが大切だと思う。	無回答	無回答
友達で夜更かしてテレビを見ている子や朝早く起きてゲームをしている子がいるのが気になります。先生も「桂川町の子供たちは他よりもゲームなどの時間が多い」とおっしゃっていました。私は家にコンピューターゲーム機がないので、あまりわからないのですが、友達の話にもよくゲームが登場するようになり、私は「ゲームは体に悪い」とどこかで聞いた気がしますが何でなのか良くわかりません。	女子	無回答

【中学生】

自由意見	性別	学年
睡眠や食事をとらないと勉強やスポーツが出来なくなる。	男子	1
買うだけ買って食わずに捨ててしまう時にもったいないと思う。1-1で給食の残り物がないことはとても命を大切にしているなどと思う。家で期限がギリギリなものは早めに食べるようにしている。「いただきます」「ごちそうさま」は必ず言うように心掛けている。肉よりの牛など肉よりの豚などの命を貰っているのだからしっかり残さず食べる事が大切だと思う。健康を保つためにしっかり朝ごはん、昼ごはん、夜ごはんは食べるように心掛けている。運動をすることも、睡眠をとることも、友達との会話もすべて健康につながっていると思う。	女子	1
食事をすると気分も上がるし、バランスの良い食事をすると健康にも良いことがわかりました。1人1人が食べ物に関心を持つことで食事の大切さ(ありがたみ)、食品ロスをしないようにしよう!という心になると思いました。私も次からは無駄に食品を買わずに食べる時に買うなど意識を高めようと思いました。	女子	1
みんなが健康になる為に毎日3食食事をとり、週に4回は運動する事が必要だと思う。	女子	1
食べ残しなど食品ロスを減らしていきたいなと思いました。食べ物に感謝しながら生きていきたいです。	女子	1
あまり食べ残しをしないようにする。	女子	1
たばこを吸っている人はもう少し周りの事を考えて吸ってほしい。	男子	1
朝食、昼食、夕食はしっかり食べる事。野菜などもちゃんととること。	男子	1
健康よく生活していきたいと、このアンケートをして思いました。	男子	1
食事は健康に必要だと思う。	女子	1
誰もが健康に過ごすには食べ物を食べたり、睡眠も大切だと思った。	女子	1
コロナワクチンはまだ打っていないけど大丈夫なのか?	男子	1
早寝・早起きをする。	女子	1
今の食の技術はすごいと思う。健康が8:2でもギリギリ良い状態だと思う。	男子	1
朝、昼、晩のご飯は必ず食べた方が良くと思う。	男子	1
早寝早起きなどをして健康を保っていきたい。	男子	1
野菜は一日どのくらいの量を食べればいいのか。	男子	1
健康が一番良い。	男子	1
もっと健康的に生きようと思いました。	女子	1
食品ロスがすごくもったいないと思う。捨てるなら他国の食べられない子供たちにあげてほしい。	男子	1
小学校6年、中学校1年の時にコロナが流行って何もなくなったので本当に嫌だった。普段していた何気ないことまで制限されたり、家にずっといる時間が増えてストレスがたまった。	女子	1
食べ残しが多いと自分で感じているのでこれからは頑張るって食べようと思いました。	女子	1
私はいつも寝る時間が遅いので早く寝たいのですが宿題がなかなか終わらず、寝る時間が遅れています。やっぱり早めに宿題始めた方がいいですね・・	女子	1
お楽しみ給食やセレクト給食・デザートなどを増やしてほしい。	女子	1
未成年がお酒、たばこを吸うとどうなるのですか?また死に至ることはありますか。	女子	1
ずっと健康であるため食や生活に気をつけていく。	男子	1
1日にどのくらいの食事をとったらいいかが気になった。	男子	1
睡眠の質を上げたいです。	女子	2
死ぬまで病気もせず元気に過ごしたい。	女子	2
食事をバランスよくとって体を動かす。	男子	2
食事をバランスよく食べ、友達と遊んで身体を動かそうと思った。	男子	2
食べる事、運動する事が大切な事だと思います。	男子	2
食物アレルギーの人は年々増えています。私も生まれつきその一人です。なので桂川町にアレルギーの人の専門料理店や、アレルギーの人でも食べられるお菓子やアイス、料理などをもっと増やしてほしいです。増やすことで桂川町に色々なアレルギーの人などが来てくれるようになると思います。私も愛知県にあるアレルギー専門のパン屋さんがあるのでネットで愛知県から取り寄せています。桂川町もアレルギーに対する食品を増やすと桂川町に興味を持ってくれる人がどんどん増えます。絶対です。私は将来、桂川町などでアレルギーの人が食べられる飲食店を開きたいです。	女子	2
体づくりに大切な食材(体をもっとがっちりさせたい)	男子	2
給食の麺とご飯セットやめてください。	女子	2
給食の量を少なくしたほうが良いと思いました。理由は残した量も多いし、費用もあんまりかからないと思います。	女子	2
結局おいしいもの食べるのは体というより心の健康に良いと思う。給食で炭水化物のWパンチは本当にやめていただきたいです。野菜嫌いな人に美味しく食べさせる方法を教えてほしい	無回答	2

自由意見	性別	学年
スポーツが出来る所が欲しい。ラーメンとご飯はきついから別々にしてほしい。	女子	2
食べ物屋を作って欲しい。	女子	2
食育という言葉についてもっと知りたい。	女子	2
健康のためには「食」や「睡眠」「運動」が大切だなと思いました。	女子	2
朝食、昼食、夕食はしっかり食べる。	女子	2
好き嫌いがあるからなくしたいけどなかなか難しい。	男子	2
健康を維持するにはちゃんと規則正しい生活を行う。	男子	2
朝・昼・夜はきちんと食事をする。	女子	2
いつも早く寝て起きるようにする。	男子	2
食は毎日の楽しみになるから絶対に食べた方が良くと思う。	無回答	2
郷土料理をもっと知ってほしいと思いました。	女子	2
健康に気を遣っていきなさいと思いました。	女子	2
食は大切だと思うし、まず健康じゃないと友達と遊べないし、生活も面白くないから健康が大切。	女子	2
手洗い、うがいをする。	男子	2
世界のいろんな食べ物を食べてみたい。	男子	2
もっと食に関して知りたいです。	女子	2
食事は大切なことだし、健康にも良いから続ける。	女子	2
健康でいたい。	男子	2
健康や食を気にかけて生活する。	女子	2
健康に過ごすことには食や運動が大切なんだなと思った。	女子	2
健康に過ごしたい。	男子	2
朝食を食べないと脳が働かない。	女子	3
だれもが朝、昼、夕でしっかりご飯を食べ、しっかり睡眠を摂る。	男子	3
朝食・昼食・夕食をしっかりと食べることが大切	男子	3
健康って大切。	男子	3
三食食べて、好きな子つくる。	女子	3
毎日朝・昼・晩の食事を摂る。健康よく過ごしてほしいと思った。	女子	3
健康には食が関係している。	男子	3
食についてもっと知りたい。	男子	3
健康な人になるためには、食と寝ることが大切であることがわかった。	女子	3
健康を維持するためには、自分が我慢しないといけない時もあると思った。	女子	3
バランスよく食事する。	女子	3
「食」は健康のために必要である。	男子	3
いつでも元気であること。	男子	3
健康第一。	男子	3
死ぬまで健康でいたい。	男子	3
朝食は毎日しっかり食べようと思いました。	女子	3
食に気を使わず食べているので健康が心配です。	男子	3
野菜を食べる。	女子	3
健康でいるのは、まず「食」からだと思います。これからは健康でいるには栄養を考えて、嫌いなものを克服することが大切だと思いました。	女子	3
お菓子は食べ過ぎない。	男子	3
私は将来管理栄養士になりたいので、もっと知りたい。(栄養について)	女子	3
毎日できるだけ早く寝たいし、食も偏っていない食事。	男子	3
健康に過ごすには食事をしっかりし、早寝早起きをしようと思いました。	女子	3
野菜はどのくらい食べた方がいいのか。	男子	3
健康に良くてバランスのとれた食事をしていきたい。	男子	3
野菜や果物は一日どれくらい食べないといけないのか気になる。	女子	3
どのように気をつければ健康なままでいられるのか。	男子	3
健康や食は大事だと思った。	男子	3
自分自身健康を保つには必ず食が必要だと思いました。	男子	3

【高校生】

自由意見	性別
学校での運動量を増やしてほしい。(授業で)	男子
太らなければアイスをお腹いっぱい食べたい。	男子
出来るだけ早く寝たいと思っているが、最近はどうしても遅くなってしまふ。数か月前の健康診断でお医者さんに太りすぎだと言われたので、それからは入浴前に軽く運動している。ちなみにこれを書くための今日は寝るのが遅くなりそうです。	男子
「食」については「いただきます」「ごちそうさま」を忙しいと良く忘れます。ですが、生き物や調理してくださった方々のためにも感謝の心を表す挨拶はしっかりしていこうと思いました。また、郷土料理は学校給食の中で出てきたときに説明されていたのを記憶していました。なので、郷土料理を受け継いでいく為にも、こういう取り組みを続けてほしいと思いました。「健康」については高校生は勉強に部活に忙しく、生活習慣になかなか目を向けられない時期です。特にコロナ禍ということもあり、外出しづらい状況が続いています。私は運動部に入っていないので、運動不足だと日々感じています。ですので忙しくてもパッと出来るようなエクササイズを町から発信して頂ければと思いました。	女子
食べ残しをなくしてほしい。	女子
個室のジムが野菜を安く手に入るようにして野菜をたくさん食べる環境が欲しいです。	男子
あまり桂川の郷土料理を食べないので食べてみようと思います。ご飯を食べる事は、とても大切なので、しっかり毎日3食食べて元気に過ごします。	男子
健康でいる事は食べる事が大切だけど、色んな食材が値上がりして生活しにくい環境になってきていると思います。私たちが大人になって生活していく上で、過ごしやすい環境になってほしいです。	女子

2. 成人の自由回答

- 町民の健康づくりのために必要なことは何だと思えますか。自由に意見をご記入ください。

自由意見	性別	年齢
お話が自由にできる施設で大いに皆で笑うこと。	女性	76
散歩をしており、多くの町民の方もやっておられますが、歩道がなかったり、街灯がなかったり、町道の草が刈ってなかったり、特に犬のフンが多く、環境を整備してほしい。	男性	71
自宅周辺で畑に肥しを蒔いてものすごく臭く、嫌な思いを度々しています。部屋の窓も開ける事が出来ず換気が出来ない事。とても嫌な思いをしています。外でいろんなものを燃やし、煙が立ち上り、洗濯物も干せない時があります。健康上よくありません。役場の方、地域の住民の事を考えて注意していただきたいです。	女性	58
地域づくり、健康づくりのため（挨拶、礼儀が理解してない）オアシス運動を活発に奨励してほしい。ストレスが溜まる。	男性	78
町民個々の意識改革が第一と思うが、簡単な事ではないので困難でしょう。	男性	68
1人1人の意識の問題だと思う。他人に左右されるようだとダメだと思います。	女性	64
食の健康は大切な事と思うが、自然を感じて生活できる事も大切な事と思っている。換気中に草木を焼く「におい」や「けむり」により、のど、鼻に症状が出る。小さな子供さんや高齢な方々には、特にきれいな空気の中で生活でき、その上で食による健康に関心を持てるようになることが大切ではないかと思う。	男性	61
食と運動の関連性。	女性	72
月に1回病院に行っている。持病があるので検査もしている。	女性	67
食べ過ぎない事。歩く（車を使わない）事。	女性	38
スポーツサークルがたくさん増えればよいと思う。	女性	80
1人暮らしのご年配のご自宅への訪問や日頃の日常習慣の見直しなどのコミュニケーションをはかる。（75歳以上～）話し相手を作ること。学校に行けていない子供たちへの話し相手と教育をする場所を設ける。	女性	42
ラジオ体操を積極的にするようにする。	女性	36
町にはプールが無いので老人のために足や腰のためにプール一番だと思います。お願いします。健康体操教室に行っています。	女性	77
町の健康検診を受ける。少しでも多くの人に受けて病気を少なくしたい。	女性	75
ウォーキング出来る歩道の整備。	男性	55
高齢者向けの活動はよく行われているような気がしますが、20代～50代ぐらいの人達が積極的に参加できるようなイベントが少ないように思えます。親子で出来るようなものも必要だと思います。なかなか自分から動くというのは難しいので機会があればいいと考えている人も多いのではないかと思います。実際、運動嫌いな我が家でも卓球やバドミントンあたりなら出来そう・・・というか、したいのですが、体育館が閉まっていたりと場所で困っています。	女性	37
普段の健康づくりには、家の外に出る事が第一歩だと思う。散歩道、サイクリング道路、運動公園などの設定、整備。木陰、ベンチ、芝生などのある公園、空き地。体育館、集会所などでの活動情報。例えば時間のある時に行える清掃、雑草刈りなどのボランティア活動・・・などの創設。気軽に外に出る機会が増える事が必要だと考えます。	女性	68
新型コロナウイルスで家庭菜園や花植などの興味をもち、教えてくれる場を増やしてほしい。	女性	73
「健康づくり」とは違いますが、私事で意見を書きます。私は今の所身体に悪い所もなく「かかりつけ医院」がありません。今回インフルエンザの予防注射も「かかりつけではないので」と3医院から断られました。病気になるまいや、健康に気をつけて生活しているのに、おかしいと思います。「かかりつけ医院」のない人達が予防接種など受けられるような病院を指定してほしいです。	女性	73
地区での取り組みを更に活発にするべきだと思います。	女性	21
個人の意識。ウォーキングも可能な広い公園。設問が多いです。	無回答	43
車の運転をしている時としていない時で世界観や人格などが変わっていると思うので、運転する人達の交通のマナーを向上する事は日常の生活において必要だと思う。	男性	49
定期的に食や運動の講座の受講してみたい。月に1度山登会を開いてほしい。ケンコムのようなアプリで管理できるようにしてはどうか。（健康促進）	男性	24
交通の便を良くして、誰もが安心して参加できるようなプログラム。	男性	72
久山町の九大病院の長年の健康観察のような取り組みをうらやましく思います。桂川町でも何かできないでしょうか。	女性	64
街灯を増やしてほしい。夜、ウォーキングをするにしても暗くて怖くて歩けない。健康公園があれば（中心地に）運動を気軽にできるきっかけになると思う。	女性	41

自由意見	性別	年齢
自己管理。年齢や健康状態で必要な事は変わってくるので、町や公的機関での活動ではどこか一か所に偏って不公平感が出る。	女性	34
食育情報や活動に参加できる場所や道具の提供。行政・町民が一体となる情報活動。健康のために必要な運動時工具貸出や提供。	男性	74
近所、地域の人達と関わりを持つことで心の健康につながると思う。家に引き籠もらない。意識して歩くことを心掛ける。サークル活動などの情報があれば自分の趣味や興味にあったサークルに関わりを持ちやすい。	女性	38
高齢者には認知症予防や転倒防止などの運動を呼び掛けて、講師やトレーナーの先生などを地区の公民館に派遣するなどして欲しい。	女性	52
誰でも手軽にできる健康法と言えばウォーキングと思います。私も家内も時々歩いていますが、一番思うのは、年配者でも安全に安心して歩けるウォーキングコースがあればいいと思います。今は車が来れば避けて止まって待ったりしています。ぜひ安心して安全に歩けるウォーキングコースを作ってもらいたいです。	男性	69
子供たちの健康＝給食提供、テレビゲームでない遊び推進。育児＝育児の相談、指導、親子参加。食育＝広報での啓蒙、体験、参加。命＝大切さの教育、学校教育、道徳教育。地域地消＝環境にやさしい地元産アピール、結果的に安全・安心な食材が健康につながる。運動＝気軽に公園、運動場、全ての人が利用できる環境作り。	男性	47
個人の健康に対する意識は様々だと思いますが、ほとんどの人は健康には関心があると思います。病気にはなりたくないからね。参加型になると交通手段がなかったり、出掛けづらい方もいると思いますのでいろいろな情報を広報の中などで届けてもらえたらと思います。	女性	71
高齢者の軽い運動を無料でしてほしい。	女性	79
コロナ禍で公民館での活動が制約され、家の中に引き籠もり、体を動かさない毎日なので、これでは体が弱ってしまうので運動ができるようマスクをつけて田んぼ道を歩くことにしています。	男性	80
検診、健診、予防。	女性	46
町民が楽しく運動や食育、文化、芸術など集まれる行事や場所など、町民が意欲をそえられる企画などを期待したいものです。	女性	66
退職後、夜の卓球同好会に通いましたが、仲間と汗を流してスポーツをする楽しさを十分に味わいました。年齢と共に動きが鈍くなってからは「体スッキリ心いきいき体操」で年齢相応の運動をするのが楽しみです。このような健康づくり教室を今後とも応援していただけたら嬉しいと思います。	女性	85
若者向けのスポーツ施設などがあれば良いかなと思う。高齢の方には優しい町ではあるが、働き盛りの若者が対象になる施設がないように思える。総合体育館のような施設ではなく、専門施設。例えばトレーニングジム、屋内プールなど若い人が利用しやすい施設があれば町が活気づいて良いかもしれません。	男性	28
自分自身、家族が健康管理を行うこと。	女性	69
飯塚市でいう筑豊緑地のような大きな公園（バスケットボールやテニスができる）を設けてほしい。	女性	20
友人とのつながり。朝一の笑顔。	女性	74
運動・歩く、体操。食事・規則正しい食事をすること。	女性	80
飯塚市や嘉麻市にはウォーキングコースマップなどがあり、ウォーキングに適した景色や道路整備がされているが桂川町にはない。コンクリートは足、腰に負担がかかるし、グランド周囲は水捌けが悪く、ぬかるみも多い。町民の健康づくり促進のため至急に取り組んで頂きたい。フレイル、サルコペニアを防ぎ、高齢化に伴う医療費削減のためにも、また運転免許返納した高齢者のためにも町内に数か所、ウォーキングコース作成、整備を望みます。	女性	65
1人1人の意識づけ。	女性	63
行政がもっと健康の面で、皆が進んで参加できる場所を作ってもらいたい。	男性	76
栄養バランスの取れた食事(白米はやめ、玄米や雑穀米いりの主食へ帰る) ウォーキングなどの適度な運動。生きがいとなるような趣味を持つなどではないでしょうか。	女性	67
若い人たちを参加させ、ハードルを下げた情報発信をしてほしい。	女性	62
町民が自分自身の健康状態についてもっと良く知る必要があると思う。	女性	21
もう少しがん検診などの健康診断に行きやすくなれば良いと思う。回数が少ないので予定が合わせにくい。申し込みが面倒、スマホで出来たらいいと思う。	女性	44
65歳以上の人の気楽に出来るような運動の場所、方法の指導を提供などがあれば良いなあと思います。	男性	64
公園や歩道、外灯などの整備。	女性	63
やる気とサポートと情報。ランニングコース・サイクリングコースを作ってもらいたい。公園によくある運動の仕方の説明が書いてある器具の設置。	女性	46
天候など関係なく家族全員が体を動かせる場所。	女性	41
配食サービスの情報の提供、減塩、低糖質、カロリー表示のお弁当の配食。食や環境の見守りにもなると思うから。ウォーキングコースを作る。歩道の整備をする。街灯をつける。安全にウォーキングが出来る環境を作る。	女性	49

自由意見	性別	年齢
もう少し子供や女性も利用しやすいトレーニングジムなど作ってほしいです。ウォーキングしてて感じたのは、街灯の少なさと明るさです。冬場は特に暗くなるのが早く、まだ17時過ぎだというのに道路も暗く、大人の私でも怖いと感じました。もう少し街灯の数を増やしたり、一つ一つの街灯を明るめる物にしてほしい。	無回答	52
今はコロナで色々大変だと思いますが、体を動かす運動とか日常誰にでも出来るような料理など自分出来るような教室がほしい。高齢になると車が無いので福祉バスの時間に合わせてほしい。(お弁当、惣菜のものが多く、健康にも良くないと思います)	女性	84
町民が気軽に行けるような(年齢問わずに)ウォーキングコースや運動できる場所を作ってほしい。筑豊緑地のような子供も遊べる公園もあり、高齢な方も使えるような外で広々とした場所が近くにあれば運動する気になるような気がします。	女性	55
会社帰りに寄れるよう桂川駅周辺にスポーツジムのをぜひ作ってほしい。	男性	48
食生活が一番大事だと思う。「3食」運動もした方が良いと思う。	女性	44
桂川町住みよい生活環境。(公害、安全、思いやり願う)	女性	無回答
腰、膝痛など高齢者に多いのですが、医療機関などで簡単に高齢とか姿勢が悪いとかで済まされることが多い。	男性	81
夜間早朝にウォーキングしている人も多いと思う。そのため遊歩道の整備や街灯を設置してほしい。	男性	58
町民健康運動会。玉入れ、綱引きなど。	男性	66
このアンケートは健康づくりの意識向上のために大変良いと思いますが、届いた人の身を限定され、また届いていても開封しない人もおられる為なかなか意識向上にまでは結び付かないような気がします。	女性	58
予防接種。定期健診。	女性	32
私にとって食育とは親から子へ引き継がれていく料理・献立。今自分が作っている料理は親が作ってくれたものが多いです。小学生のころ手伝っていたのも楽しい思い出です。体育館トレーニングルームのトレーナーさんは、良く指導してくれて心強いです。他の体育館(いなつき穂波)のように居場所が固定されていないので、こちらもなんだか落ち着きません。なるべくいらっしやらない時間を選んで行っています。	女性	58
桂川町体育館にプールがあったら良いと思う。	男性	29
自分で意識を持つことが大事だと思いますが、地域とのつながり、桂川町に住んで良かったと思える気持ち、日々明るく生きていくために自治体、住民が共に協力し合う事が大切だと思います。	女性	75
気楽に運動できる施設、または場所(河川敷の散歩道など)	男性	63
桂川町役場から嘉徳総合高校のきれいな道は、昼夜問わずロードワークしている方が多いので、もう少し街灯を増やしてほしい。	女性	43
このようなアンケートがあったため健康づくりなどを意識するようになりました。ありがとうございました。	男性	63
運動できる時間、場所。	女性	69
自動車の運転が出来ません。何か行事があっても歩いていくしかなく、参加は見送ります。	女性	84
町民への情報提供がもっとわかりやすくあれば良いと思います。(スマホで情報が得られる。手続き出来るなど)	男性	48
コロナ終息しないと何もできないと思う。	男性	53
安全にウォーキング出来る専用道路や公園の整備。	女性	55
ウォーキングコースを作ってほしい。	女性	64
適度な運動。人との交流。趣味を持つ。	女性	25
高齢者に届く健康づくりの指導。	男性	72
生活習慣病の予防指導。運動できる場所や教室などの情報。	女性	66
温水プールを作ってほしいと思います。	男性	71
個人の健康は千差万別。個人個人が自分の健康に対して意識を持つことが大事で、そのための啓発活動が必要。	男性	71
3度の食事、特に朝食はしっかり食べてから1日の活動を始める。自分に言える事だが、腰、膝の痛みで動くことが少なくなり運動不足が積み重なってしまう。体調不良でも体を動かすことが大事と思う。難しいことですが美味しいと感じながら食事をする。心にも健康が大切。	女性	62
100の自覚より1の実践⇒反省のみ。	男性	72
特に思いつきませんが、食事と運動に心掛けています。	女性	59
あまり頑張り過ぎず、皆と楽しく運動などする。時々お茶会などする。	女性	79
様々な制度に関する情報→このような相談の場がある。このような制度がある。だからストレスの溜まる環境から逃げる事が出来る。それを知らない人が多い。	女性	25
子供達が遊べる場所や遊具を増やしてほしい。	女性	41
学校給食の米・野菜を地産・地消の取組を強化し、安全でおいしい給食にするために、(直中には無理にしても)有機米・有機野菜への改善を進めていただきたい。町長と町議会において「ローカルフード宣言」=「私(たち)は、桂川町産の米・野菜を食べます」を發されてはいかがでしょうか。	男性	74