

# 交野市健康増進計画・食育推進計画（第3期）

## にかかるアンケート調査結果 概要版

### 1 調査概要

◇調査対象者：交野市民

18歳以上（住民基本台帳より無作為抽出）、16～18歳（住民基本台帳より無作為抽出）、市立中学校に通う中学2年生、市立小学校に通う小学5年生、乳幼児の保護者

◇調査期間：令和6年2月上旬～2月下旬（3週間程度）

### 2 回収結果

| 調査対象               | 配布方法 | 配布数   | 有効回答数( )は回答手法・内訳      | 有効回収率 |
|--------------------|------|-------|-----------------------|-------|
| ① 18歳以上(成人)        | 郵送配布 | 2,100 | 730(郵送 627+WEB103)    | 34.8% |
| ② 16歳～18歳          | 郵送配布 | 1,500 | 383(郵送 245)+WEB 138)  | 25.5% |
| ③ 中学2年生<br>(市立中学校) | 直接配布 | 636   | 447(学校回収 275+WEB 172) | 70.3% |
| ④ 小学5年生<br>(市立小学校) | 直接配布 | 671   | 523(323 学校回収+WEB 200) | 77.9% |
| ⑤ 乳幼児の保護者          | 案内配布 | 384   | 81(WEB)               | 21.1% |
| 全体                 |      | 5,291 | 2,164                 | 40.9% |

### 3 アンケート結果の見方

◇回答結果の割合「%」は有効サンプル数に対して、それぞれの回答数の割合を小数点以下第2位で四捨五入したものです。そのため、単数回答（複数の選択肢から1つの選択肢を選ぶ方式）であっても合計値が100.0%にならない場合があります。このことは、本報告書内の分析文、グラフ、表においても反映しています。

◇複数回答（複数の選択肢から2つ以上の選択肢を選ぶ方式）の設問の場合、回答は選択肢ごとの有効回答数に対して、それぞれの割合を示しています。そのため、合計が100.0%を超える場合があります。

◇図表中において「不明・無回答」とあるものは、回答が示されていない、または回答の判別が困難なものです。

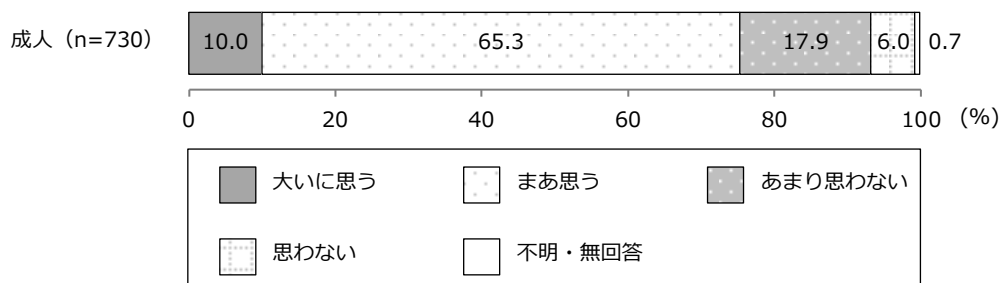
◇図表中の「n (number of case)」は、集計対象者総数（あるいは回答者限定設問の限定条件に該当する人）を表しています。

◇本文中の設問の選択肢は簡略化している場合があります。

# アンケート調査の結果

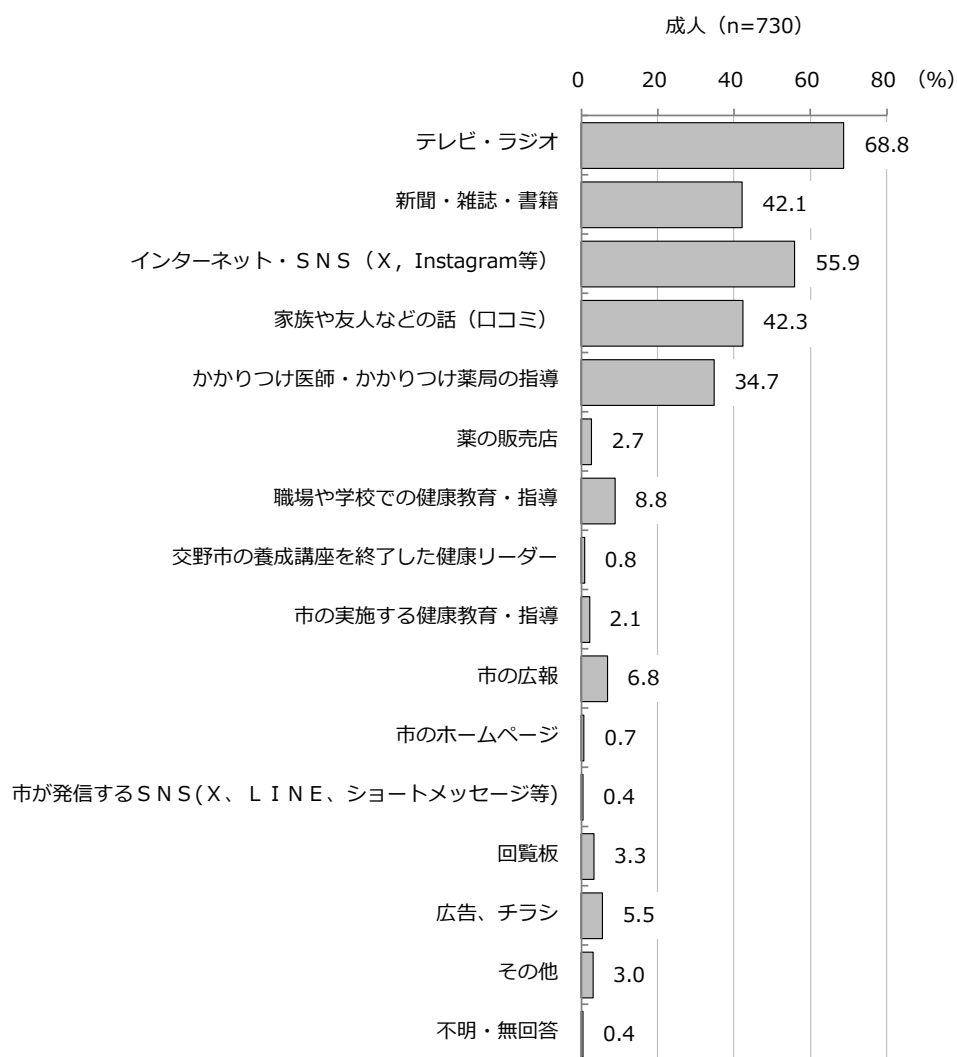
## 【成人質問 8】 自分は健康だと思いますか。(単数回答)

『健康』（「大いに思う」＋「まあ思う」）の割合は、7割台となっています。



## 【成人質問 9】 健康に関する知識や情報をどこから手に入れていますか。(複数回答)

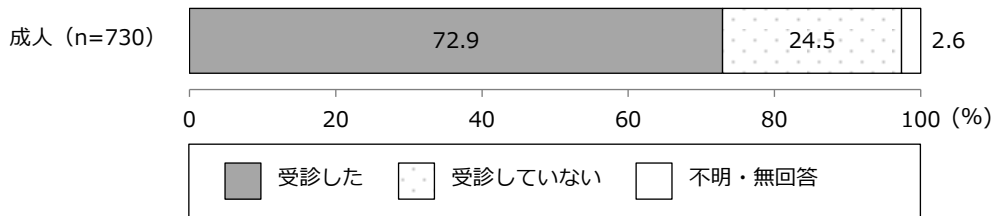
「テレビ・ラジオ」の割合が最も高くなっています。次いで割合が高いものをみると、「インターネット・SNS (X, Instagram 等)」、「家族や友人などの話 (口コミ)」、「新聞・雑誌・書籍」と続いています。



【成人質問 12】 過去 1 年間に「基本健診」や「がん検診」を受診しましたか。(単数回答)

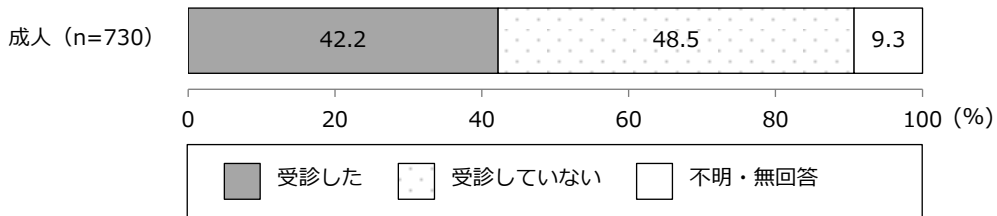
○基本健診

「受診した」の割合は、7割程度となっています。



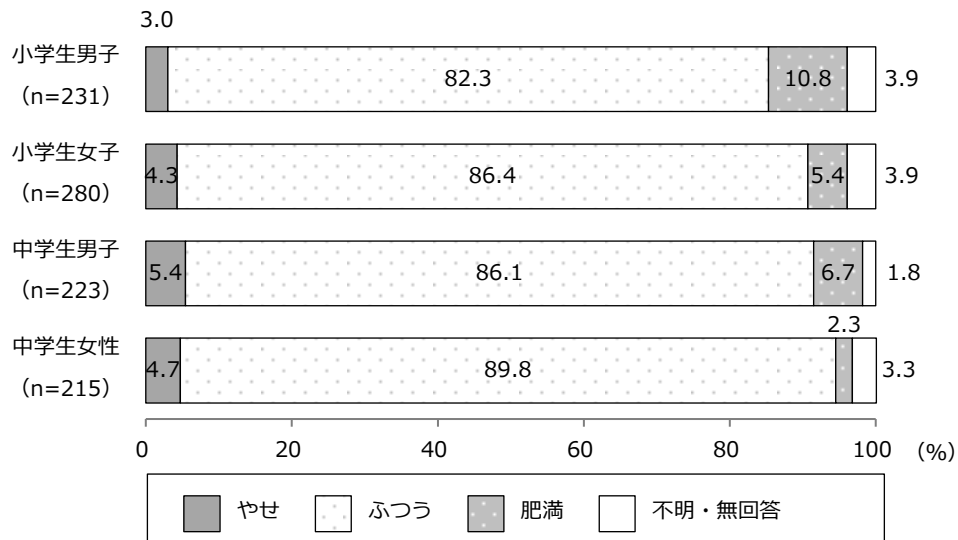
○がん検診

「受診した」の割合は、4割程度となっています。



肥満度 (子ども)

「肥満」の割合は、小学生男子で高くなっています。



肥満度 = [実測体重 (kg) - 身長別標準体重 (kg)] / 身長別標準体重 (kg) × 100 (%)

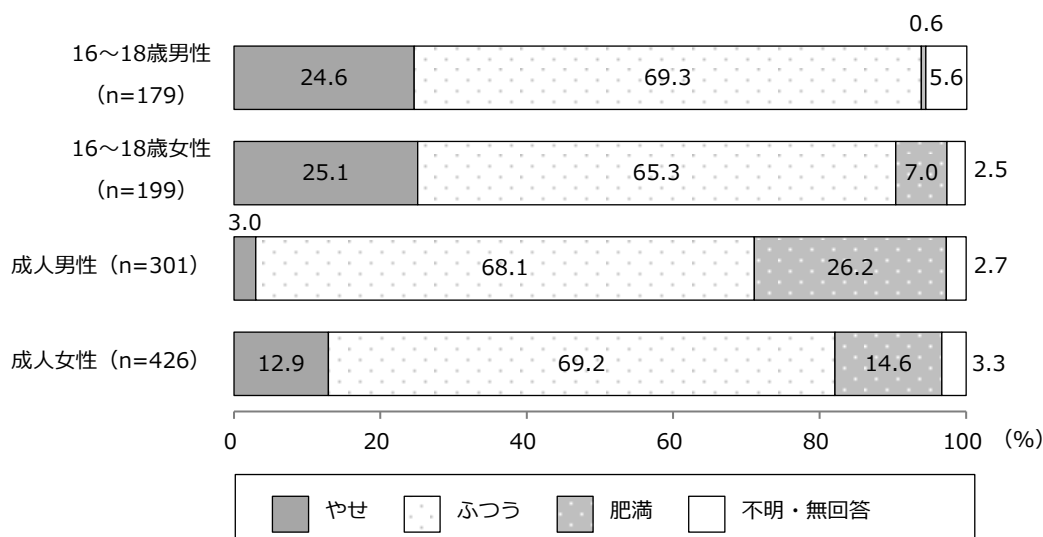
※肥満度 20%以上が肥満、-20%以下がやせ

## 肥満度（16～18歳・成人）

16～18歳の「やせ」の割合は、男女とも2割台と比較的高くなっています。

成人の「やせ」の割合は、女性で高い傾向がみられます。

成人の「肥満」の割合は、女性より男性の方が高い傾向にあり、男性では2割台となっています。



BMI = 体重 (kg) / [身長 (m) × 身長 (m)]

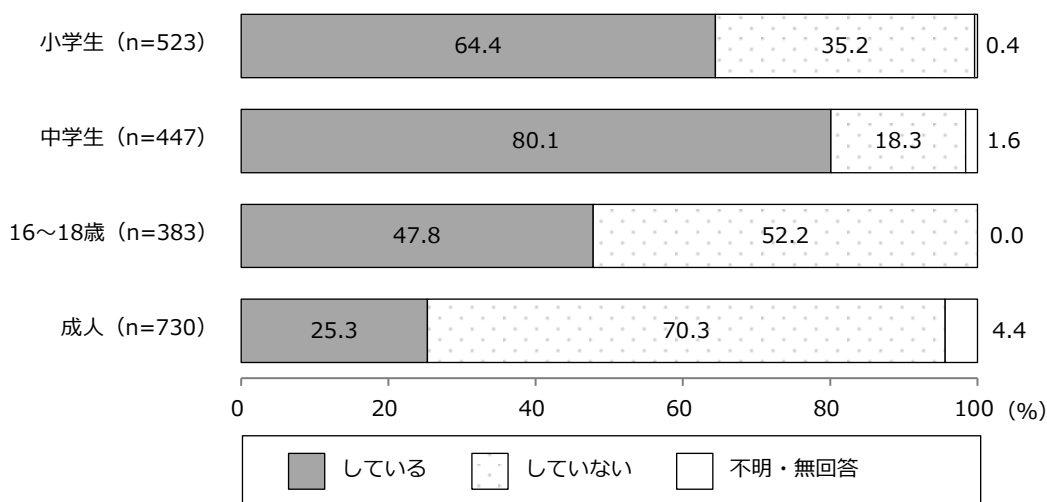
※BMI 18.5未満がやせ、18.5以上25.0未満がふつう、25.0以上が肥満

## 【小学生質問 11】【中学生質問 16】【16～18歳質問 7】【成人質問 19～20】

1日30分以上の運動を、週2回以上していますか。(単数回答)

「している」の割合は、小・中学生で高い傾向がみられます。

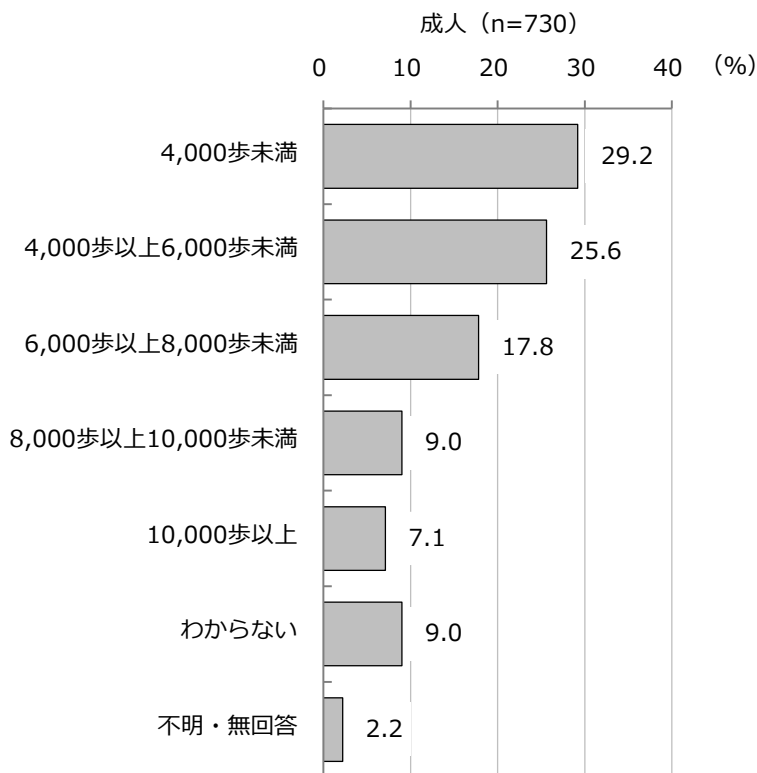
成人の「している」の割合は、小・中学生、16～18歳と比べて低くなる傾向がみられ、2割台にとどまっています。



※小学生・中学生は、「1回30分以上の運動を、週2回以上していますか。」

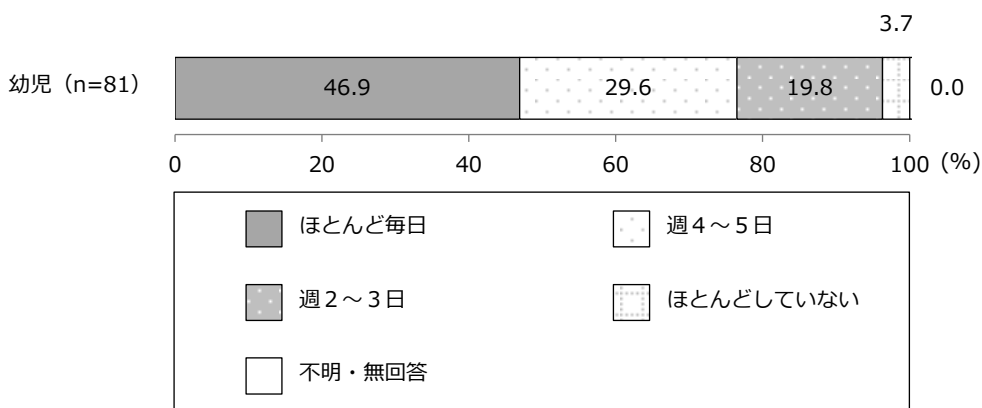
【成人質問 18】 1日の生活の中で、およその歩数を教えてください。(数量回答)

歩数が多いほど割合が低くなる傾向がみられ、「10,000歩以上」の割合は1割以下となっています。



【幼児質問 16】 お子さんは、身体を使って外で遊んだりすること（公園で走る、散歩、ボール遊びなど）をどの程度していますか。(単数回答)

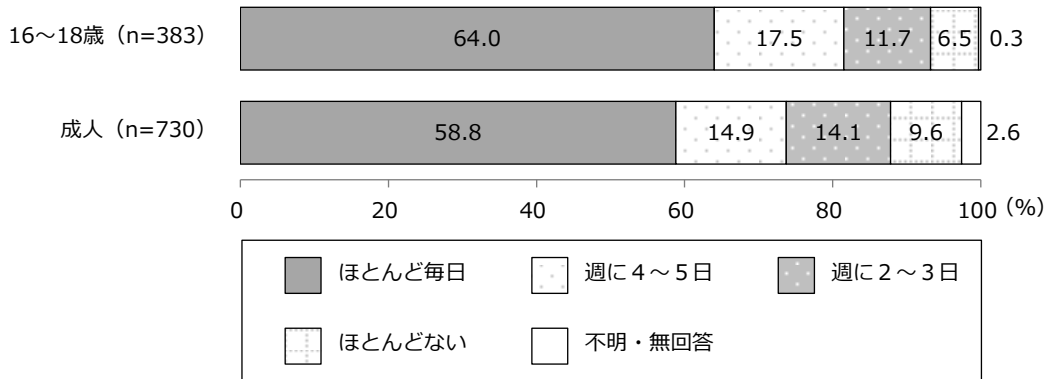
「ほとんど毎日」の割合が最も高くなっていますが、「ほとんどしていない」の割合も若干みられます。



【16～18歳質問10】【成人質問23】

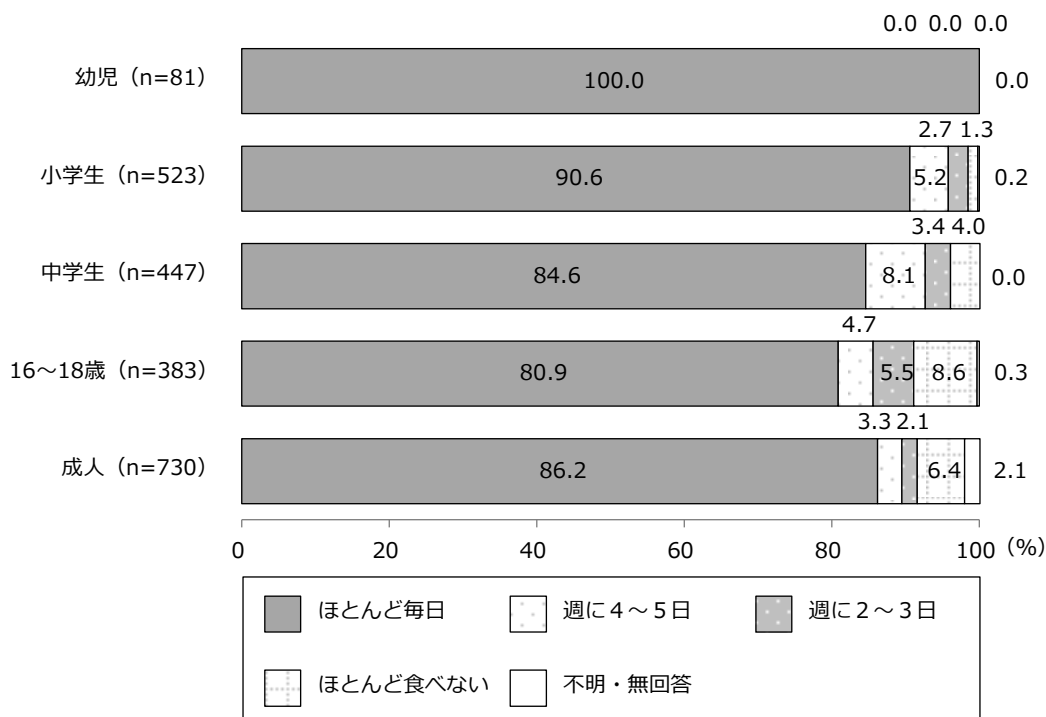
主食、主菜、副菜をそろえて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。  
(単数回答)

「ほとんど毎日」の割合は、16～18歳、成人ともに高い傾向がみられます。



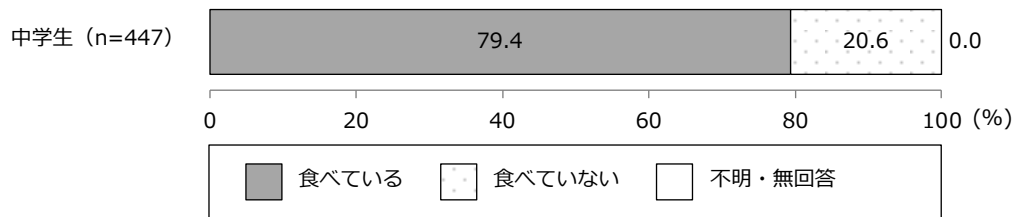
【乳幼児質問5】【小学生質問3】【中学生質問3】【16～18歳質問9】【成人質問22】  
朝食を食べていますか。(単数回答)

「ほとんど毎日」の割合は、すべての世代で8割以上となっています。



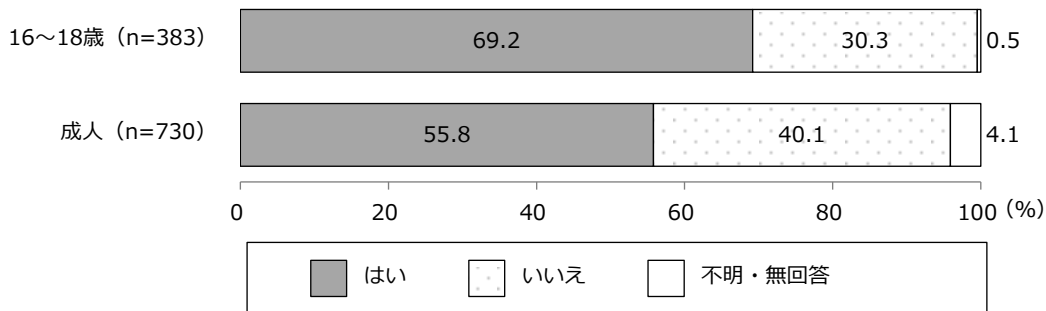
**【中学生質問5】 野菜を意識して食べていますか。(単数回答)**

「食べている」の割合は、中学生では8割程度となっています。



**【16～18歳質問12】【成人質問25】 緑黄色野菜を毎日食べますか。(単数回答)**

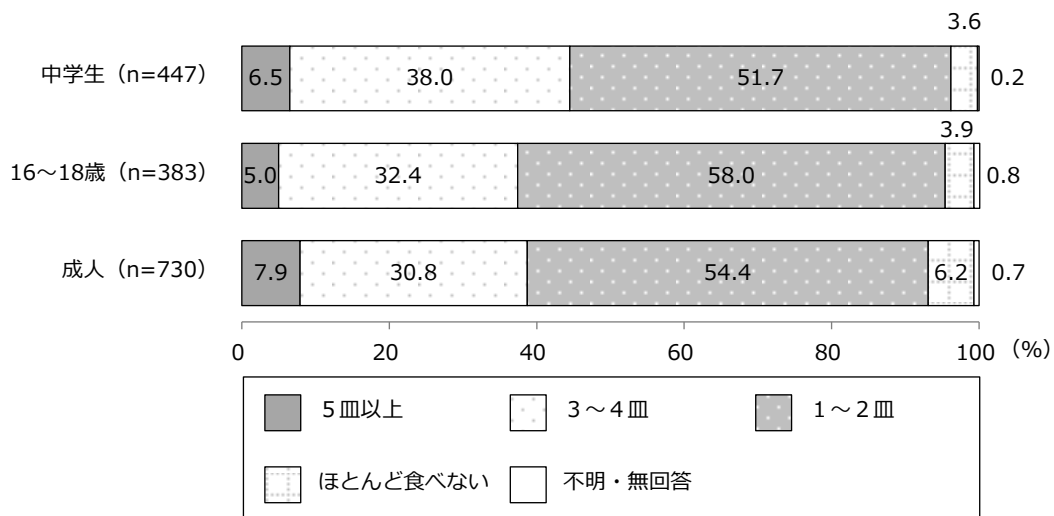
「食べている (はい)」の割合は、16～18歳で高い傾向がみられます。成人での「食べている」の割合は、5割台となっています。



**【中学生質問6】【16～18歳質問11】【成人質問24】**

**野菜を1日に、平均してどれくらい食べますか。(単数回答)**

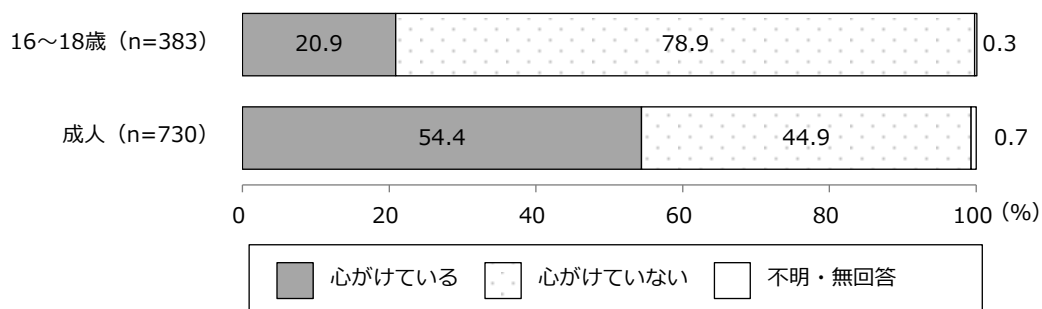
どの世代でも「1～2皿」の割合が最も高くなっています。「5皿以上」の割合は、どの世代でも1割以下となっています。



※中学生では「野菜を1日に、何皿くらい食べますか。」

**【16～18 歳質問 13】【成人質問 27】 減塩を心がけていますか。(単数回答)**

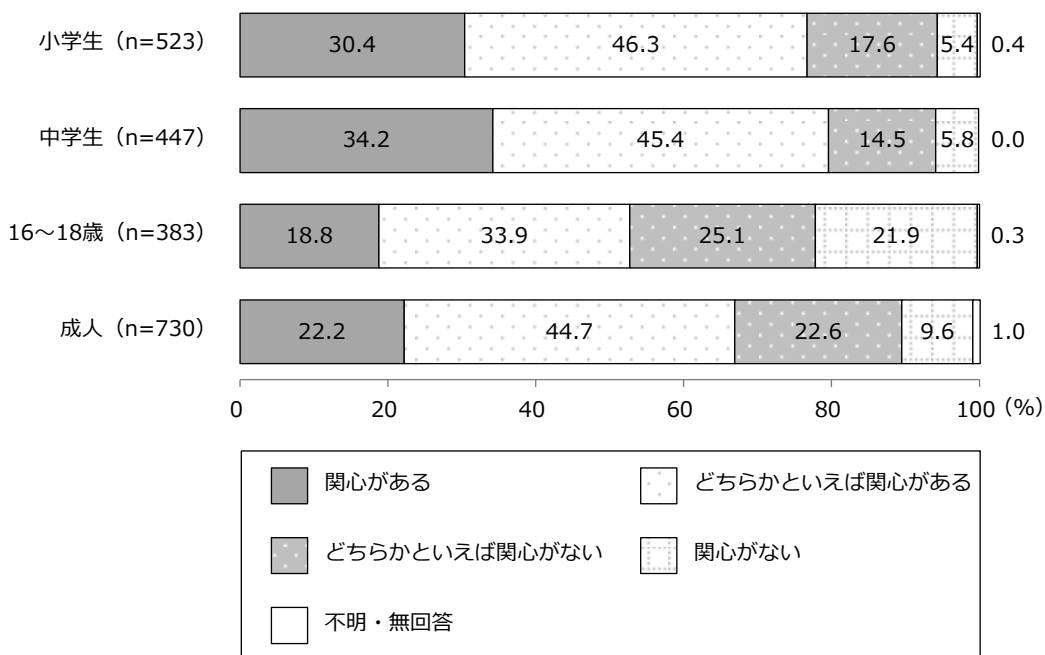
「心がけている」の割合は、成人では5割台ですが、16～18歳では2割程度にとどまっています。



**【小学生質問 10】【中学生質問 12】【16～18 歳質問 18】【成人質問 31】**

**「食育」に関心がありますか。(単数回答)**

『関心あり』(「関心がある」+「どちらかといえば関心がある」)の割合は、中学生で最も高く、16～18歳で最も低くなっています。成人での『関心あり』の割合は、6割台となっています。

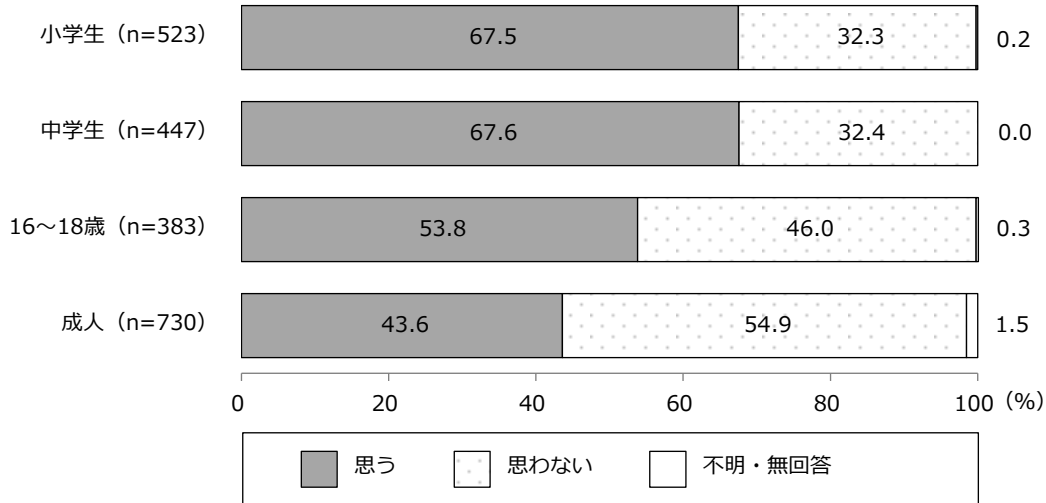




【小学生質問 8】【中学生質問 10】【16～18 歳質問 15】【成人質問 28】

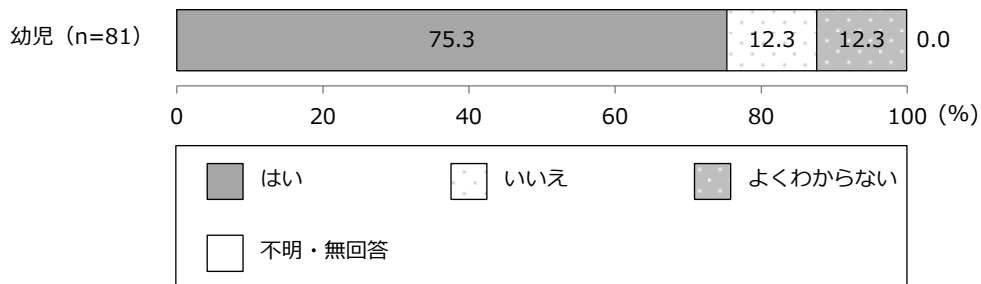
食べ物をゆっくりよくかんで食べていると思いますか。(単数回答)

小学生以降での「食べている (思う)」の割合は、小・中学生で高い傾向がみられます。成人での「食べている (思う)」の割合は、4 割台となっています。



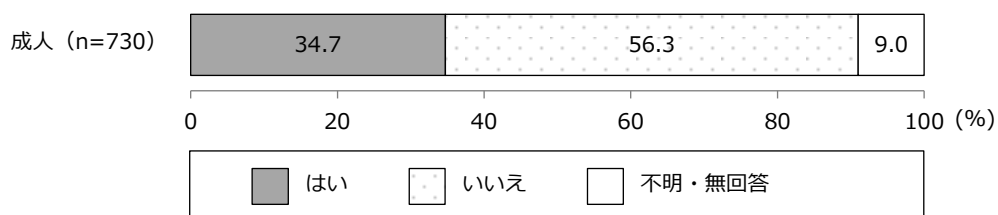
【乳幼児質問 8】 お子さんは、食事をゆっくりよくかんで食べていますか。(単数回答)

幼児については、「食べている (はい)」の割合は最も高くなっていますが、「食べていない (いいえ)」の割合も 1 割以上みられます。



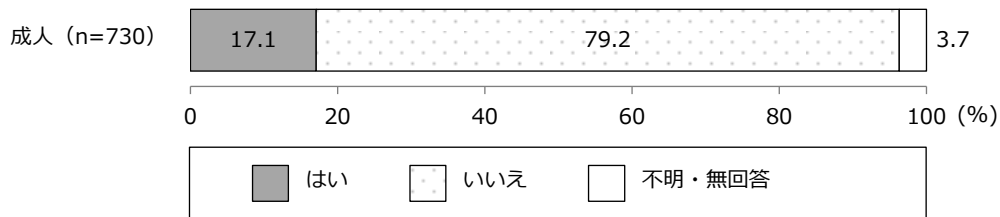
【成人質問 34】 外食をするときや食品を買うときに、栄養表示を参考にしていますか。(単数回答)

「参考にしている (はい)」の割合は、3 割台にとどまっています。



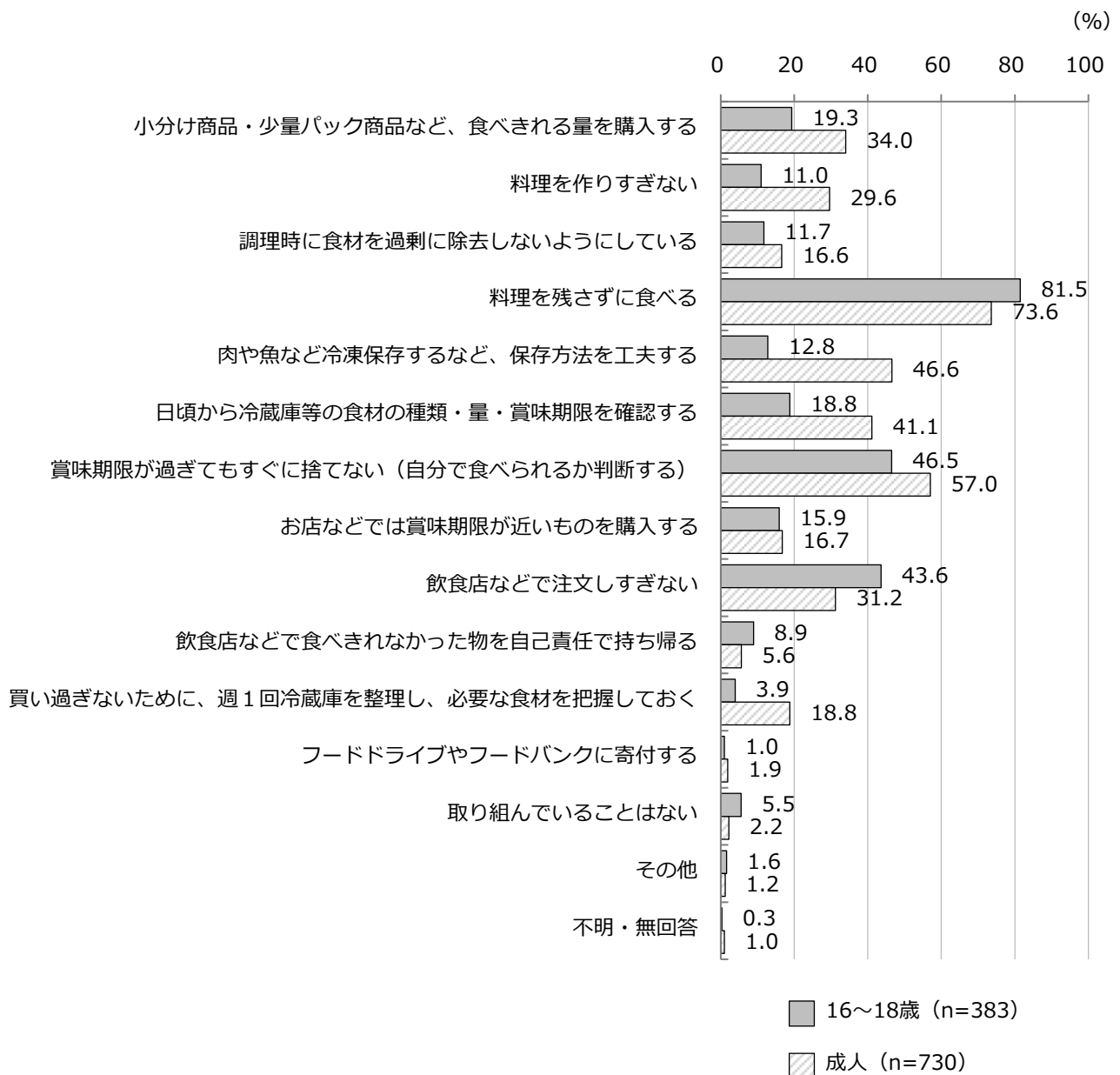
【成人質問 30】 交野市の農産物を意識して購入していますか。(単数回答)

「購入している (はい)」の割合は、1割台にとどまっています。



【16～18 歳質問 19】【成人質問 32】 食品ロスが問題になっていますが、食品をむだにしないためにあなたが取り組んでいることはどのようなことですか。(複数回答)

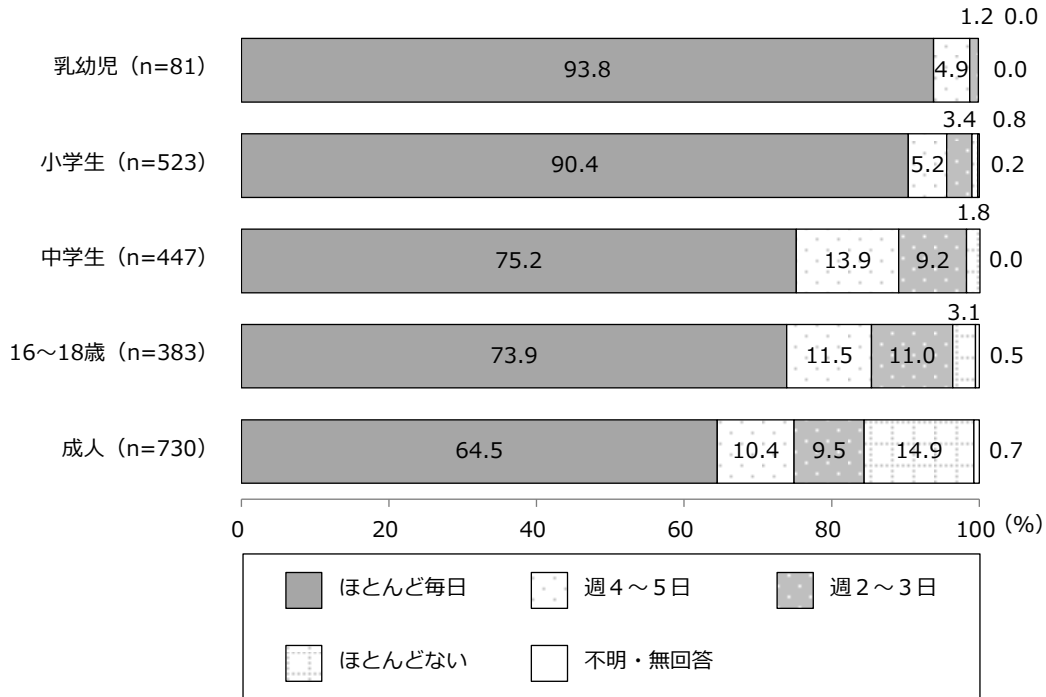
「料理を残さずに食べる」の割合が最も高く、次いで「賞味期限が過ぎてもすぐに捨てない (自分で食べられるか判断する)」の割合が高くなっています。



【乳幼児質問 7】【小学生質問 6】【中学生質問 4】【16～18 歳質問 17】【成人質問 29】

朝食または夕食を、家族など、誰かと一緒に食事をする日は週に何日ありますか。(単数回答)

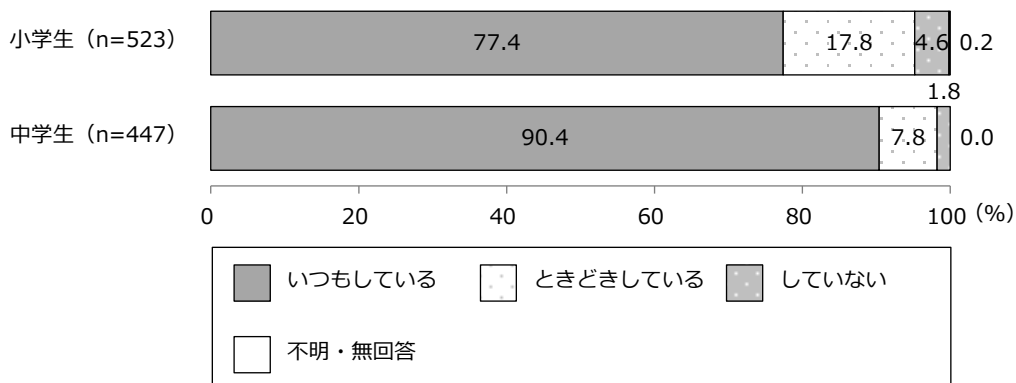
「ほとんど毎日」の割合は、乳幼児・小学生で高い傾向がみられます。成人での「ほとんど毎日」の割合は、6割台となっています。



【小学生質問 7】【中学生質問 9】

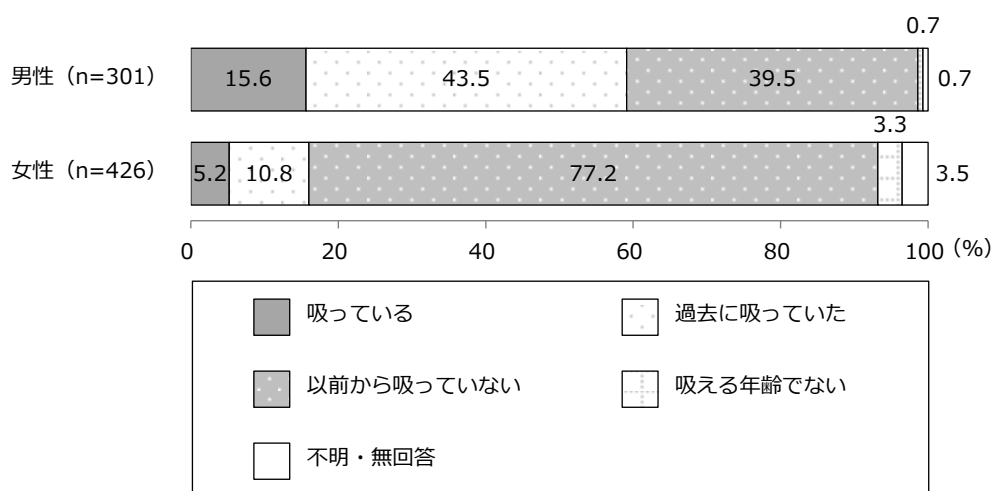
食事の前後に「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしていますか。(単数回答)

「いつもしている」の割合は中学生より小学生の方が低くなっています。



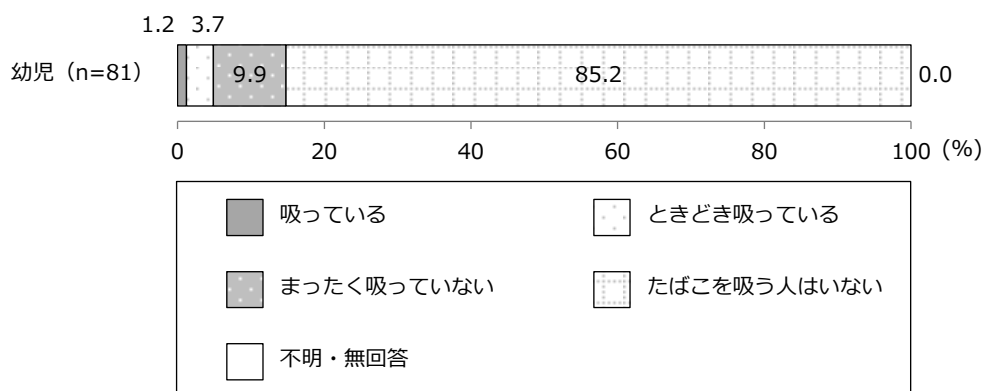
**【成人質問 38】 現在、タバコを吸っていますか。(単数回答)**

「吸っている」の割合は、女性より男性の方が高くなっています。



**【乳幼児質問 21】 ご家族は、お子さんの前でたばこを吸っていますか。(単数回答)**

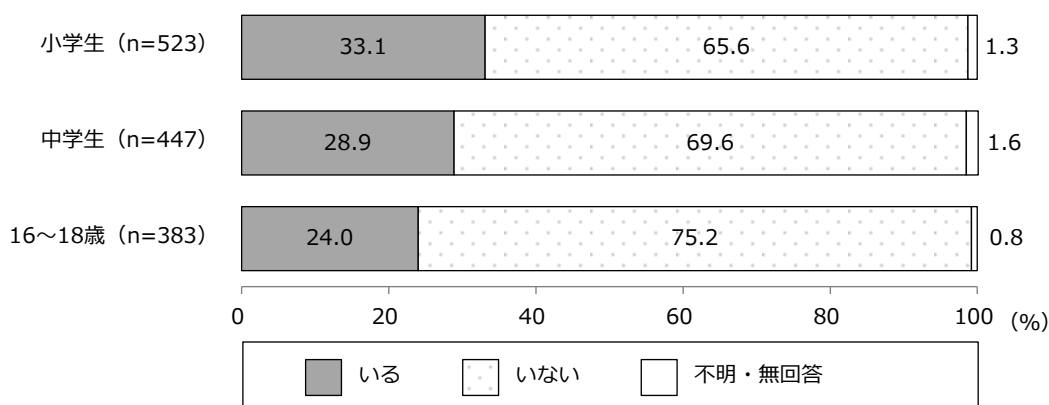
幼児の前で『吸う』(「吸っている」+「ときどき吸っている」)の割合は1割以下となっています。



**【小学生質問 21】【中学生質問 23】【16~18歳質問 22】**

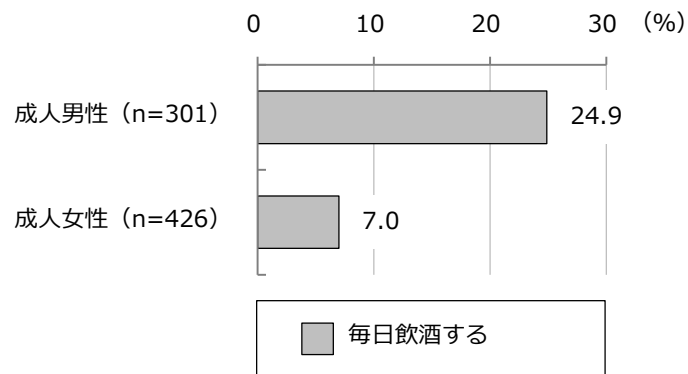
一緒に住んでいる人でたばこを吸う人はいますか。(単数回答)

同居者に喫煙者が「いる」割合は、小学生で3割台、中学生、16~18歳で2割台となっています。



【成人質問 36】 週に何日くらいお酒（ビール、焼酎、日本酒等）を飲みますか。（単数回答）

「毎日飲酒する」の割合は、女性より男性の方が高くなっています。

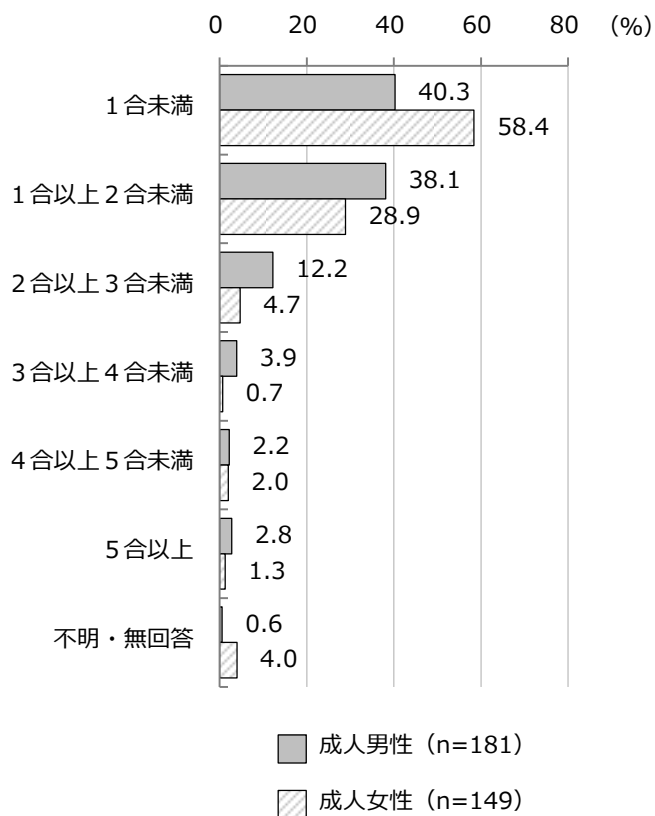


【成人質問 37】 お酒を飲む日は1日あたり清酒に換算してどれくらいの量を飲みますか。

（単数回答）

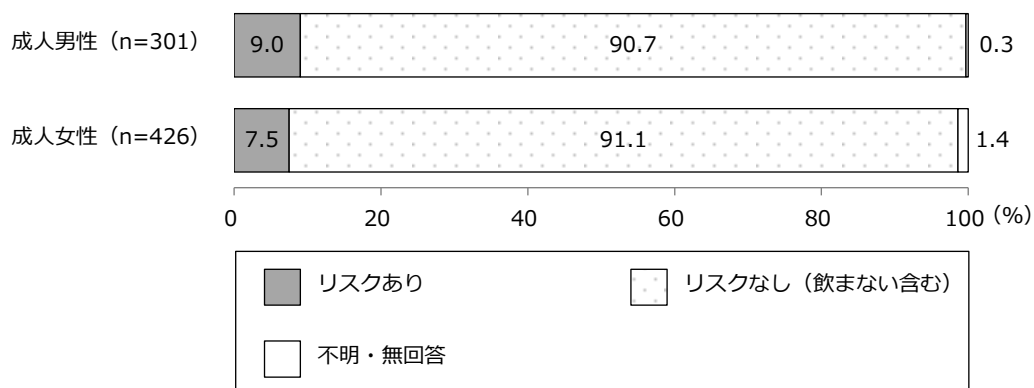
飲酒量は、女性より男性の方が高い傾向がみられます。

男性では『1合以上』の割合は5割以上、『2合以上』の割合は2割以上となっています。



## 生活習慣病のリスクを高める飲酒

「リスクあり」の割合は、男女ともに1割未満となっています。



(注) リスクありは以下の方法で算出 (清酒換算で計算)。

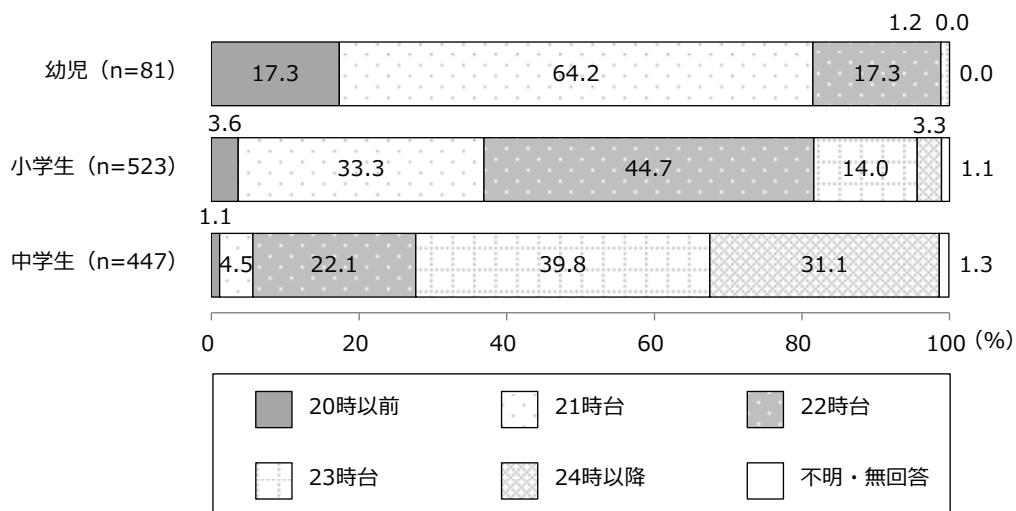
男性：「毎日×2合以上」＋「週5～6日×2合以上」＋「週3～4日×3合以上」＋「週1～2日×5合以上」＋「月1～3日×5合以上」

女性：「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」

## 【乳幼児質問 14】【小学生質問 13】【中学生質問 18】 平日は、何時ごろに寝ていますか。

(数量回答)

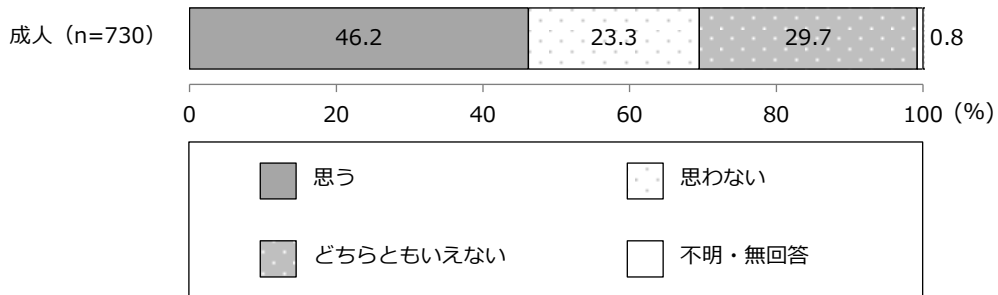
『22時までに就寝する』の割合は、世代が上がるほど低くなる傾向がみられ、中学生では1割以下となっています。



※幼児は「お子さんは、夜、何時頃に寝ていますか。」

**【成人質問 46】睡眠によって休養が十分にとれていると思いますか。(単数回答)**

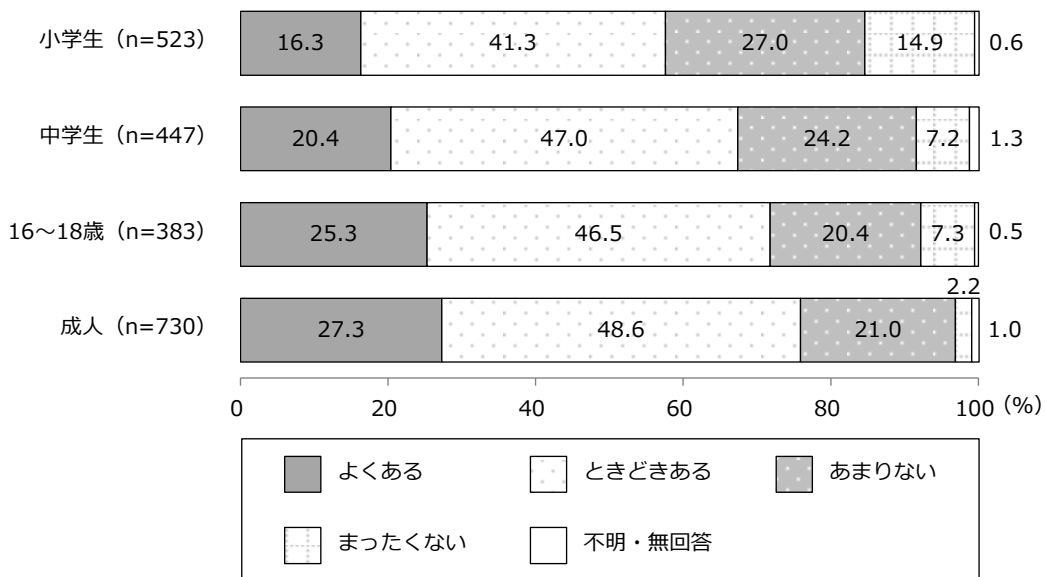
「とれている (思う)」の割合は、4割台となっています。



**【小学生質問 14】【中学生質問 19】【16~18歳質問 25】【成人質問 48】**

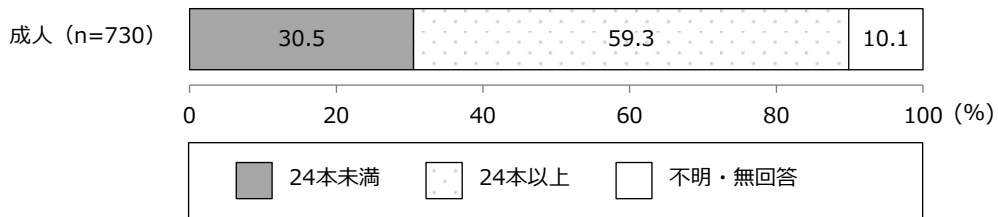
**学校や家庭などで、心配ごとや悩みごと、ストレスを感じることがありますか。(単数回答)**

『ストレスあり』(「よくある」+「ときどきある」)の割合は、世代が上がるほど増加する傾向がみられます。成人での『ストレスあり』の割合は、7割台後半となっています。



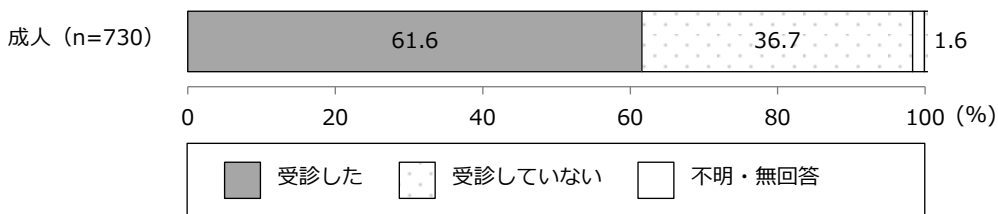
**【成人質問 50】 ご自分の歯（さし歯を含む）は、何本ありますか。（数量回答）**

自分の歯が「24本以上」の割合は6割程度となっています。



**【成人質問 56】 過去1年間に歯科健診を受診しましたか。（単数回答）**

「受診した」の割合は、6割程度となっています。



**【成人質問 55】 定期的に歯石除去や歯面清掃を受けていますか。（単数回答）**

『定期的に受けている』（年に2回以上+年に1回）の割合は、6割程度となっています。

