

健幸おおの21 アンケート調査結果の概要（まとめ）

資料2

1 調査の目的

現行の「第4次健幸おおの21」の評価を行い、令和8年度に次期計画としての『健幸おおの21』を策定するにあたり、令和7年9月、市内在住の20歳代から70歳代の男女を対象（地区別および年代別の人口構成比を考慮した抽出）に、今後の参考とすることを目的として調査を実施しました。

2 回収状況

配布数	回収数	回収率
1,000件	453件	45.3%

3 主な調査結果

①運動やスポーツについて

- ・運動やスポーツをどの程度行っているか【問1】について、「全くしていない」が最も高く、前回調査に比べ週1回以上運動している人の割合は減少し運動習慣の低下がみられます。
- ・どのような運動やスポーツの教室があれば参加してみたいと思うか【問3】について、「健康増進のためのもの」、「レクリエーション的な気楽（手軽）に参加できるもの」が高く、気軽に参加できる機会の提供が求められています。

②食事について

- ・食事のことで当てはまるものがあるか【問6】について、「洋菓子、菓子パン類（卵、バター、クリームを使ったもの）を週2回以上食べる」が最も高く、前回調査に比べ塩分を含む食品をとる割合が減少し意識の変化がみられます。
- ・朝食は毎日食べているか【問11】について、「ほぼ毎日食べる」が最も高い一方で、20歳代女性で「ときどき食べない日がある」が高く、若年層への食育啓発が求められています。

③たばこ・アルコールについて

- ・現在、たばこ（加熱式たばこを含む）を吸っているか【問13】について、「吸わない」が最も高く、吸っている人では前回調査に比べ「21本以上」の割合が増加し重度喫煙化の変化がみられます。
- ・お酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度はどれくらいか【問14】について、「毎日」が年齢とともに高く、正しい知識の普及など適切な啓発が求められています。

④睡眠・疲労などについて

- ・当てはまるものがあるか【問16】について、「この1ヶ月にストレスを感じたことがある」が最も高く、前回調査に比べ「横になりたいくらい疲れることが多い」、「朝起きたときでも疲れを感じるこ

が多い」が増加し疲労の蓄積がうかがわれます。

- ・心の悩みや仕事・家事・育児などのストレスについて、相談できる人や場所があるか【問 19】について、「いる（ある）」が高いものの男性 40 歳代で「いない（ない）」が高く、相談しやすい環境づくりが求められています。

⑤歯や歯ぐきについて

- ・デンタルフロス（糸ようじ）・歯間ブラシ等の清掃用具で、歯間部の清掃をしているか【問 26】について、「はい」は前回調査に比べ割合が増加し口腔ケア意識の向上の変化がみられます。
- ・この 1 年間に歯科健診を受けたか【問 27】について、「はい」が前回調査に比べ増加しているものの男性 20 歳代で「いいえ」が高く、若年層への受診勧奨など歯科保健対策が求められています。

⑥その他、健康感や健診等について

- ・どのような条件が整えば健康診断やがん検診等が受けやすいか【問 31】について、「自己負担金が低額になる」、「家庭や職場等で受診しやすくなるような環境が整備される」が高く、受診しやすい環境整備がうかがわれます。
- ・健康で過ごすために大切だと思うものは何か【問 35】について、「食生活」、「運動・身体活動」が高くなっています。