

参 考 資 料

●市民アンケート調査結果について

大野市では「健康おおの21」に掲げた目標値の達成状況や今後の保健事業の取り組みに対して、新たな目標値を設定するなどの基礎資料とするために、アンケート調査を実施しました。

1. 実施期間 令和2年11月中旬発送～令和2年12月21日
2. 対象者 市内在住の20歳～79歳までの男女（令和2年11月1日現在）
3. 対象数 2,000人
4. 抽出方法 無作為抽出
5. 調査方法 返信用封筒を同封した調査票を郵送し、回答を返送依頼し回収
6. 回答者 回答者数858人 回答率42.9%

7. 回答者数内訳

(人)

	回答者数	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代
男 性	387	29	50	60	67	81	100
女 性	471	44	71	84	86	87	99
合 計	858	73	121	144	153	168	199
割 合		8.5%	14.1%	16.8%	17.8%	19.6%	23.2%

1. BMIについて (肥満度)

BMI	18.5未満	18.5～24.9	25～29.9	30～34.9	35～39.9	未記入	計
	やせ	普通体重	肥満 (1度)	肥満 (2度)	肥満 (3度)		
男	18	253	97	13	3	3	387
割合	4.7%	65.4%	25.1%	3.4%	0.8%		
女	65	309	65	8	4	20	451
割合	13.8%	65.6%	13.8%	1.7%	0.8%		

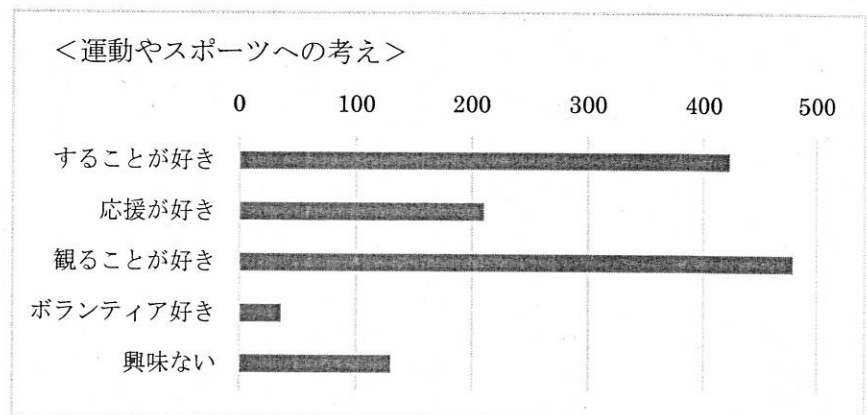
2. 運動やスポーツについて

※運動とは：主に健康の保持・増進のために行うもの

※スポーツとは：一定のルールのもとに記録や順位などを競うもの

(問1) 運動やスポーツに関し、どのようにお考えですか。(複数回答)

項目	回答数
することが好き	423
応援が好き	211
観ることが好き	479
ボランティア好き	36
興味ない	130



(問2) 運動やスポーツをどの程度行っていますか。

	ほぼ毎日	週4～5	週2～3	週1	月1～3	3か月に1～2回	年数日	全くしない	未記入	総計	(再掲)週1以上運動	(再掲)週1以上運動 (%)
男	28	13	63	58	52	18	35	120	0	387	162	41.9%
女	32	30	72	52	29	15	35	201	5	471	186	39.5%
計	60	43	135	110	81	33	70	321	5	858		

(問2-2) 運動やスポーツに取り組む時間は1日どれくらいですか。

1	30分未満	145
2	30分～1時間未満	212
3	1時間～2時間未満	111
4	2時間以上	51
5	未回答	13
計		532

(問2-3) 運動やスポーツはいつの時間帯に行うことが多いですか。(複数回答)

1	朝	82
2	日中	204
3	夕方(夜間)	158
4	決まっていない	99

(問2-4) 運動やスポーツは何曜日に行うことが多いですか。(複数回答)

1	月曜から金曜	171
2	土曜	53
3	日曜や祝祭日等	89
4	決まっていない	244

(問2-5) 運動やスポーツはどれくらいの期間続けていますか。

1	1年未満	122
2	1年以上3年未満	127
3	3年以上5年未満	46
4	5年以上	216
5	未回答	21
計		532

(問2-6) 運動やスポーツは誰と一緒にしますか。(複数回答)

1	一人で	279
2	家族と	99
3	友人・仲間(2～4人)	63
4	友人・仲間(5～9人)	29
5	友人・仲間(10人以上)	53
6	その他	18

(問2-7) 運動やスポーツは主にどこで行っていますか。(複数回答)

1	奥越ふれあい公園	83
2	真名川憩いの島	28
3	エキサイト	35
4	B&G	11
5	小中学校体育館・グラウンド	38
6	公園	41
7	その他	368

(問2-8) 運動やスポーツは何のため(目的)に行っていますか。(複数回答)

1	自己の記録・能力向上	33
2	健康づくり	346
3	運動不足の解消	294
4	趣味	101
5	気晴らし	191
6	美容・肥満解消	96
7	家族とのふれあい	45
8	友人・仲間との交流	102
9	その他	12

▼以下、問2で『全くしていない』と回答した人(321人)を対象とした設問

(問2-9) 運動やスポーツをしていないのはなぜですか。(複数回答)

1	病気やけがなど身体上または健康上の理由	71
2	医師から運動の制限あるいは禁止の指示	10
3	仕事等で時間がない	143
4	運動やスポーツが苦手	65
5	一緒にする仲間がいない	57
6	高齢のため	33
7	お金がかかる	18
8	指導者がいない	11
9	運動やスポーツが嫌い	40
10	その他	52

(問2-10) 自分自身に運動やスポーツの必要性を感じていますか。

1	とても感じている	49
2	感じている	105
3	少しは感じている	111
4	感じていない	41
5	未回答	15
計		321

(問2-12) 体験してみたい運動やスポーツはありますか。

1	ある	86
2	ない	190
3	未回答	45
計		321

(問3) 運動やスポーツに関するイベントや大会等で今後も継続が必要だと思うものはどれですか。(複数回答)

1	おおのヘルスウォーキングプログラム	144
2	健康・食守フェスタ	218
3	スポーツ・レクリエーション祭	164
4	越前大野名水マラソン	526
5	奥越ふれあい駅伝	194
6	市民総合体育大会	187
7	九頭竜スキー選手権大会	115
8	IZUMI クロスカントリースキー大会	99
9	特になし	181
10	その他	26

(問4) あなたの1日の平均歩数はどのくらいですか。

※注1) 回答数384人(入力誤りと思われる数値は除外)

※注2) 2,000~4,000など幅をもたせた回答は中間値に置き換えて集計

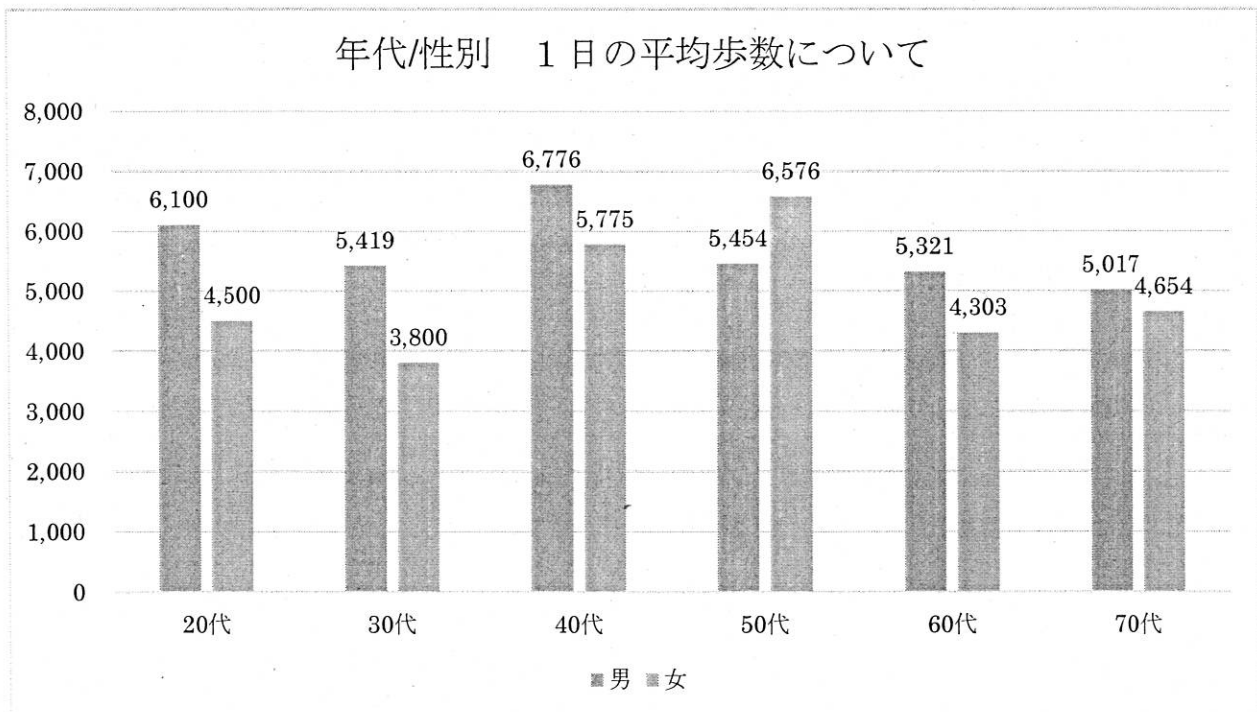
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	平均
男	6,100	5,419	6,776	5,454	5,321	5,017	5,584
女	4,500	3,800	5,775	6,576	4,303	4,654	4,935
平均	5,300	4,610	6,275	6,015	4,812	4,835	

(再掲) 地区別年代別平均歩数

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	計
下庄	4,500	3,800	5,775	6,576	4,303	4,654	4,935
乾側	500	—	4,000	8,000	5,000	7,667	5,033
阪谷	2,000	200	3,000	3,298	750	3,250	2,500
小山	—	4,500	8,000	7,333	4,250	5,563	5,929
上庄	5,667	3,400	5,922	7,200	7,200	3,291	5,447
大野	4,409	3,944	6,531	5,852	4,673	5,136	5,091
富田	8,000	9,375	5,000	5,600	6,800	3,938	6,452
和泉	6,700	—	10,000	12,000	2,000	—	7,675
平均	4,539	4,203	6,029	6,982	4,372	4,785	

(参考) 健康日本21(第二次) H34までの目標値とH29『国民健康・栄養調査の概要』平均歩数

	20~64歳	65歳以上	H29 平均歩数(国)
男	9,000歩	7,000歩	6,846歩
女	8,500歩	6,000歩	5,867歩



2. 食事について

(問5) 次の中で、あなたに当てはまるものがありますか。(複数回答)

1	味噌汁を1日2杯以上飲む	136
2	塩魚・たらこなどの塩蔵品を週3以上食べる	97
3	味がついたおかずにしょうゆなどをかける	108
4	煮物などの味付けが濃いほう	188
5	めん類の汁を全部飲む	199
6	漬物を1日2回以上食べる	146
7	砂糖入りのコーヒー、ジュースを毎日飲む	180
8	洋菓子、菓子パンを週2以上食べる	397
9	間食または夜食を毎日する	301
10	緑黄色野菜を毎日食べる	362
11	外食時等カロリー表示を参考にする	136
12	栄養バランスに配慮した食生活である	250

(問6) 朝食は毎日食べていますか。

1	ほぼ毎日食べる	709
2	ときどき食べない日がある	62
3	ほとんど食べない	70
4	未回答	17
計		858

3. たばこについて

(問7) 健康増進法が令和2年4月1日より全面施行され、施設や事業所は種類に応じて、原則敷地内禁煙又は屋内禁煙が義務付けられたことを知っていますか。

1	知っている	670
2	知らない	165
3	未回答	23
計		858

(問8) 現在、たばこ(加熱式たばこを含む)を吸っていますか。

1	吸わない	563
2	以前は吸っていたが現在は吸わない	145
3	吸っている	136
4	未回答	14
計		858

『たばこを吸う』と回答した人について

▼再掲1：喫煙者の年代別・性別内訳

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	計
男	4	15	25	22	23	16	105
女	3	3	10	9	3	3	31
計	7	18	35	31	26	19	136

▼再掲2：年代別喫煙率

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	計
男	13.8%	30.0%	41.7%	32.8%	28.4%	16.2%	27.1%
女	6.8%	4.2%	11.9%	10.5%	3.4%	3.1%	6.7%
平均	10.3%	17.1%	26.8%	21.7%	15.9%	9.6%	16.9%

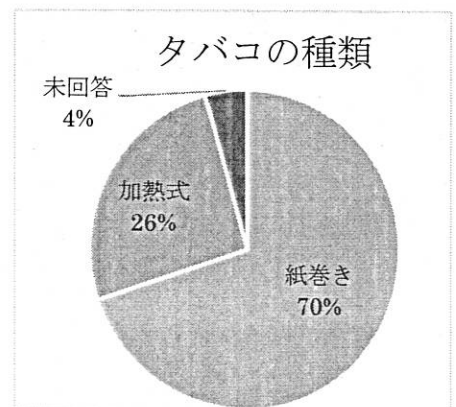
▼参考：国民栄養基礎調査 「現在習慣的に喫煙している人」令和元年度より

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	計
男	25.5%	33.2%	36.5%	31.8%	31.1%	15.1%	27.1%
女	7.6%	7.4%	10.3%	12.9%	8.6%	3.0%	7.6%
平均	16.6%	20.3%	23.4%	22.4%	19.9%	9.1%	17.4%

(問8-1) 吸っているたばこの種類は何ですか。

男	20代	30代	40代	50代	60代	70代	計
紙巻き	3	8	17	17	17	13	75
加熱式	1	6	8	3	6	1	25
未回答		1		2		2	5
計							105

女	20代	30代	40代	50代	60代	70代	計
紙巻き	1	1	7	7	2	2	20
加熱式	2	2	3	2	1		10
未回答						1	1
計							31



(問8-2) 1日に何本吸いますか。

男	20代	30代	40代	50代	60代	70代	計
10本以下	3	6	8	3	2	7	29
11～20本		8	14	12	15	9	58
21本以上	1		2	5	5		13
未回答		1	1	2	1		5
計	4	15	25	22	23	16	105

女	20代	30代	40代	50代	60代	70代	計
10本以下	2	2	4	2	2	1	13
11～20本	1	1	5	7	1	1	16
21本以上						1	1
未回答			1				1
計	3	3	10	9	3	3	31

(問8-3) 禁煙に関心がありますか。

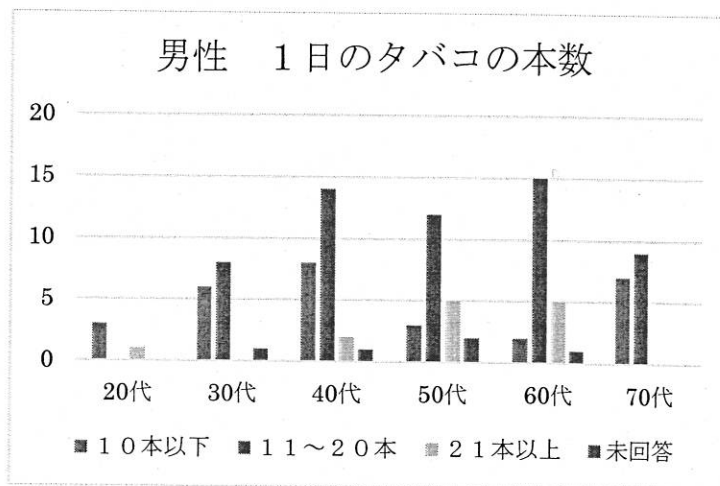
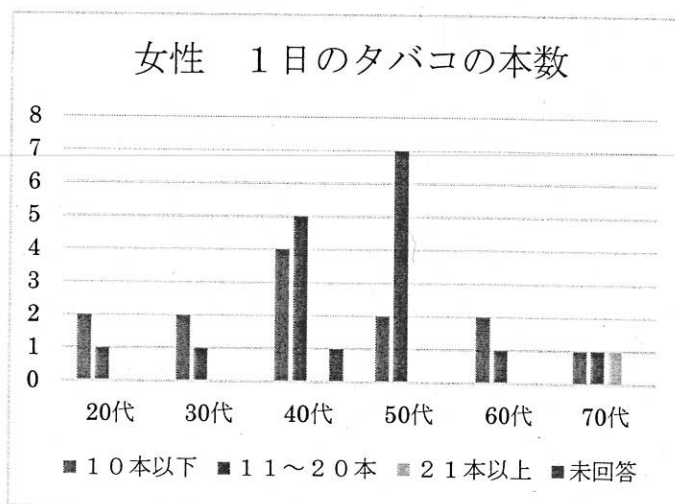
1	はい	79	58.10%
2	いいえ	51	37.50%
3	未回答	6	4.40%
計		136	

(問8-4) 禁煙について考えること

1	本数を減らす	49
2	今後禁煙しようと思う	29
3	未回答	1
計		79

(問8-5) 禁煙外来を知っていますか。

1	知っている	45	56.9%
2	知らない	18	22.8%
3	未回答	16	20.3%
計		79	



『現在たばこを吸わない』と回答した人について

(問8-6) たばこを吸わない人の思い

1	周りで分煙は進んでいると思う	294
2	周りでタバコを吸う人がいて気分を害したり体調をくずしたことがある	98
3	特に何も思わない	135
4	その他	26
5	未回答	10
計		563

『以前はたばこを吸っていたが現在は吸わない』人について

(問8-7) 禁煙のきっかけは何ですか。(複数回答)

1	健康のため	81
2	病気など体調不良のため	36
3	医師や健康診断での指摘や指導	13
4	健康増進法の全面施行のため	3
5	タバコの値上げ	17
6	その他	26

4. 睡眠・疲労などについて

(問9) 次の中であてはまるものがありますか。(複数回答)

1	仕事の疲れが取れない	218
2	くつろぐ時間(休養)が十分に取れない	176
3	横になりたいぐらい疲れることが多い	143
4	眠れない	108
5	この1ヶ月にストレスを感じたことがある	334
6	朝起きたときでも疲れを感じる人が多い	263
7	眠りを助けるために睡眠薬を使う	52

(問10) 周りで心の病気にかかっている人はいますか。

1	多くいる	27
2	いる	256
3	それほどいない	227
4	わからない	325
5	未回答	23
計		858

(問11) ストレスを感じたときに、解消する方法がありますか。

1	はい	612
2	いいえ	182

▼再掲：ストレス解消方法 【男性】

1位	趣味・スポーツ	141
2位	睡眠・休養	125
3位	お酒を飲む	121
4位	入浴	84
5位	旅行・外出	62
6位	家族との団らん	53
7位	人とおしゃべり	50
8位	食べる	49
9位	買い物	29

【女性】

1位	睡眠・休養	186
2位	人とおしゃべり	168
3位	買い物	143
4位	食べる	126
5位	趣味・スポーツ	117
6位	入浴	104
7位	旅行・外出	117
8位	家族との団らん	86
9位	お酒を飲む	50

(問12) あなたは、下記の相談機関(電話相談を含む)を知っていますか。(複数回答)

	相談機関	回答数
1	ストレス相談	64
2	専門医による心の健康相談	62
3	保健師による心の健康相談	71
4	こころの健康相談	89
5	こころの健康相談統一ダイヤル	39

5. 歯や歯ぐきについて

(問13) 自分の歯は何本ありますか。

	20代	30代	40代	50代	60代	70代
男	28.1	29.0	27.2	25.5	19.5	17.1
女	28.8	28.9	28.0	25.1	22.4	18.6
平均	28.4	28.9	27.6	25.3	21.0	17.9

(問14) 入れ歯を使用していますか。

1	使用していない	617
2	部分入れ歯	198
3	総入れ歯	30
4	未回答	13
	計	858

(問15) 何でも噛んで食べられますか。(入れ歯の使用も含む)

項目	回答数	割合
何でも噛んで食べることができる	703	81.9%
一部噛めないものがある	129	15.0%
噛めない食べ物が多い	14	1.6%
噛んで食べることができない	4	0.5%
未回答	8	0.9%
計	858	

(問16) 歯磨きをしていますか。

項目	回答数	割合
毎食後に磨く	207	24.1%
1日1回は磨く	233	27.2%
1日2回は磨く	392	45.7%
磨かない日がある	12	1.4%
磨かない	6	0.7%
未回答	8	0.9%
計	858	

(問17) 歯磨きにかかる時間はどれくらいですか。

項目	回答数	割合
3分未満	364	42.4%
3～5分	406	47.3%
6～10分	59	6.9%
11分以上	15	1.7%
未回答	14	1.6%
計	858	

(問18) 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ますか。

項目	回答数	割合
はい	175	20.4%
時々する	256	29.8%
いいえ	409	47.7%
未回答	18	2.1%
計	858	

(問19) 定期的に歯科検診や歯石除去をしていますか。

項目	回答数	割合
はい	258	30.1%
いいえ	578	67.4%
未回答	22	2.6%
計	858	

6. その他健康感や健診等について

(問20) お酒(清酒、焼酎、ビール、洋酒など)

を飲む頻度はどれくらいですか。

項目	回答数	割合
毎日	209	24.4%
ときどき	188	21.9%
ほとんど飲まない	455	53.0%
未回答	8	0.9%
計	860	

▼(再掲)『毎日』飲酒する人の1日あたりの飲酒量

	回答数	割合
0.5以下	17	8.1%
0.6~1合	1	0.5%
1~2合	101	48.3%
2~3合	64	30.6%
3~4号	22	10.5%
4合以上	4	1.9%
計	209	

(問21) 自分の健康状態をどのように感じていますか。

	人数	割合
よい	91	10.6%
まあよい	242	28.2%
ふつう	363	42.3%
あまりよくない	139	16.2%
よくない	18	2.1%
未回答	5	0.6%
計	858	

(問22) メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)について知っていますか。

	人数	割合
よく知っている	253	29.5%
だいたい知っている	410	47.8%
聞いたことはある	152	17.7%
知らない	34	4.0%
未回答	9	1.0%
計	858	

(問23) 1年以内に健康診断を受けましたか。

(※人間ドック、職場健診などを含む)

	人数	%
はい	637	74.2%
いいえ	211	24.6%
未回答	10	1.2%
計	858	



▼(再掲)健康診断を受けていない理由(複数回答)

健康に自信があるから	21
忙しくて時間がないから	45
異常ありと言われるのが怖いから	32
定期的に医療機関へ受診しているから	85
その他	49

(問24) かかりつけ医がいますか。

【男性】	20代	30代	40代	50代	60代	70代	計
市内	13	14	17	25	31	63	163
市外	4	8	6	15	24	16	73
市内+市外	1		1	1		3	6
いない	10	28	35	25	25	16	139
未回答	1		1	1	1	2	6
計	29	50	60	67	81	100	387

【女性】	20代	30代	40代	50代	60代	70代	計
市内	11	28	42	43	45	64	233
市外	9	11	11	21	18	19	89
市内+市外	1	2	2		4	2	11
いない	23	29	29	21	20	11	133
未回答		1		1		3	5
計	44	71	84	86	87	99	471

(問25) 健康で過ごすために大切だと思うものは何ですか。(複数回答)

食生活	783
運動・身体活動	603
こころの健康	476
歯・口腔機能の維持	394
禁煙	222
適度な飲酒	123
定期的な健康診断の受診	421
かかりつけ医をもつこと	181
インフルエンザなどの感染症予防のための予防接種	231
地域や職場など人とのコミュニケーション	275
その他	21