

第2次あま市健康づくり計画・
歯と口腔保健計画・食育推進計画
最終評価のためのアンケート調査報告書

令和8年3月
あま市

目次

I アンケート調査結果

1. 調査の概要	1
(1) 調査の目的	1
(2) 調査の概要	1
(3) 結果の見方	1
2. 成人調査の結果	2
(1) 回答者属性	2
(2) 健康状況やふだんの生活について	4
(3) 食習慣について	12
(4) 体を動かすことについて	18
(5) 睡眠、こころの健康について	23
(6) 喫煙、飲酒について	35
(7) 歯の健康について	45
(8) 健康管理について	49
(9) 市の健康づくり事業等について	53
(10) 健康づくりに取り組みやすい環境に対する意見（自由回答）	55
3. 小中学生調査の結果	62
(1) 回答者属性	62
(2) 食生活について	63
(3) 生活習慣等について	66
(4) 喫煙について	68
(5) 運動について	69
(6) 普段の生活、悩みについて	72
(7) 身長、体重について	73
(8) 健康なまちの実現に対する意見（自由回答）	75

II 目標達成状況

1. 全体評価	81
2. 分野別の評価	82
(1) 健康づくり計画	82
(2) 歯と口腔保健計画	86
(3) 食育推進計画	87

I アンケート調査結果

1. 調査の概要

(1) 調査の目的

平成 29 年度から令和 8 年度を計画期間とする「第 2 次あま市健康づくり計画・歯と口腔保健計画・食育推進計画」の最終評価として、計画で設定した目標の達成状況や市民の健康に関する意識及び健康づくりの状況を把握するため、本調査を実施しました。

(2) 調査の概要

①成人調査

調査対象者	20 歳以上 84 歳以下の市民（市内在住者）
抽出方法	無作為抽出
調査方法	郵送配布、郵送回収・Web 回答
調査期間	令和 7 年 7 月 10 日（木）～7 月 31 日（木）
配布数	3,000 件
有効回収率	34.0%（回収件数：1,019 件）

②小中学生調査

調査対象者	市内の小学校に通う小学 5 年生 市内の中学校に通う中学 2 年生
抽出方法	全数
調査方法	Web 調査
調査期間	令和 7 年 6 月 20 日（金）～7 月 8 日（火）
配布数	1,471 件
有効回収率	82.7%（回収件数：1,217 件）

(3) 結果の見方

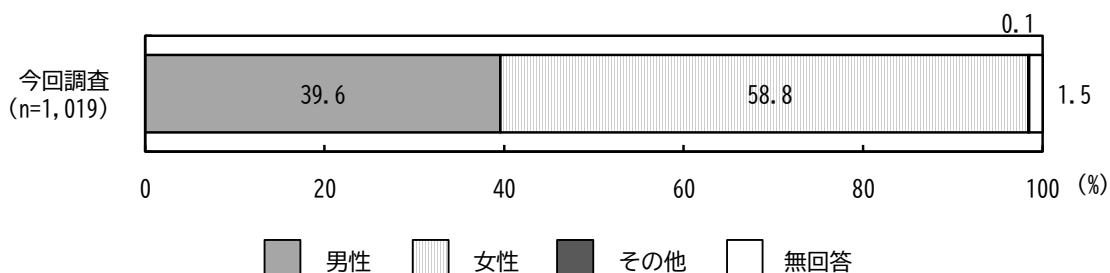
- 図表中の「n (number of case)」は、集計対象者数を表しています。
- 回答結果の割合「%」は有効サンプル数に対して、それぞれの回答数の割合を小数点以下第 2 位で四捨五入したものです。そのため、単数回答（複数の選択肢から 1 つの選択肢を選ぶ方式）であっても合計値が 100.0%にならない場合があります。
- 図表中の「無回答」とは、回答が示されていない、または回答の判別が困難なものです。
- 前回調査は令和 3 年度、前々回調査は平成 27 年度に実施しています。
- クロス集計表の網掛けについては以下の通りです（その他、無回答を除く順）。
最も割合の高いもの：網掛けと白抜き文字
2 番目に割合が高いもの：網掛け（1 位が同率の場合は 2 番目の網掛けはなし）

2. 成人調査の結果

(1) 回答者属性

問1 性別【単数回答】

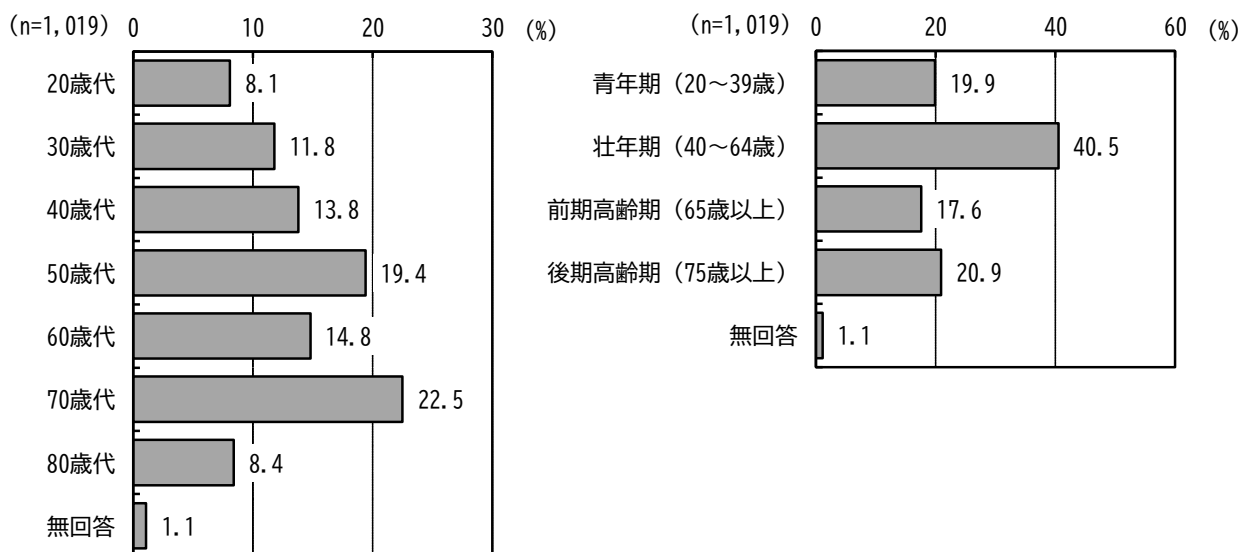
「男性」が39.6%、「女性」が58.8%となっています。



問2 年齢（令和7年6月1日時点）【単数回答】

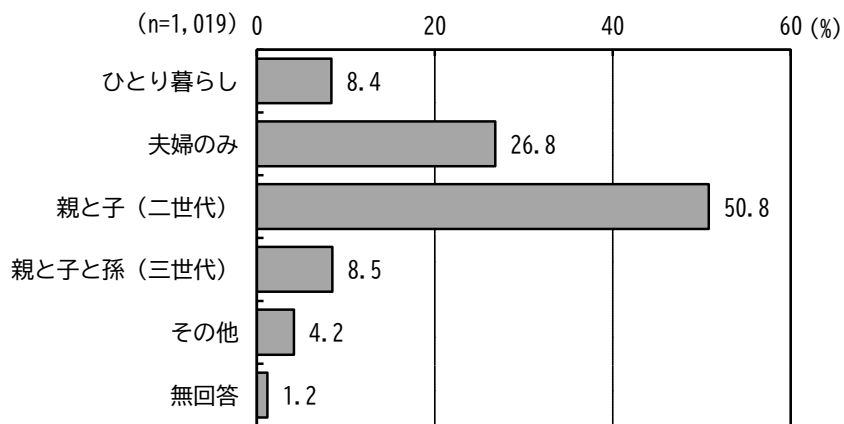
「70歳代」が最も高く、22.5%となっています。

ライフステージ別で割合をみると、「青年期（20～39歳）」が19.9%、「壮年期（40～64歳）」が40.5%、「前期高齢期（65歳以上）」が17.6%、「後期高齢期（75歳以上）」が20.9%となっています。



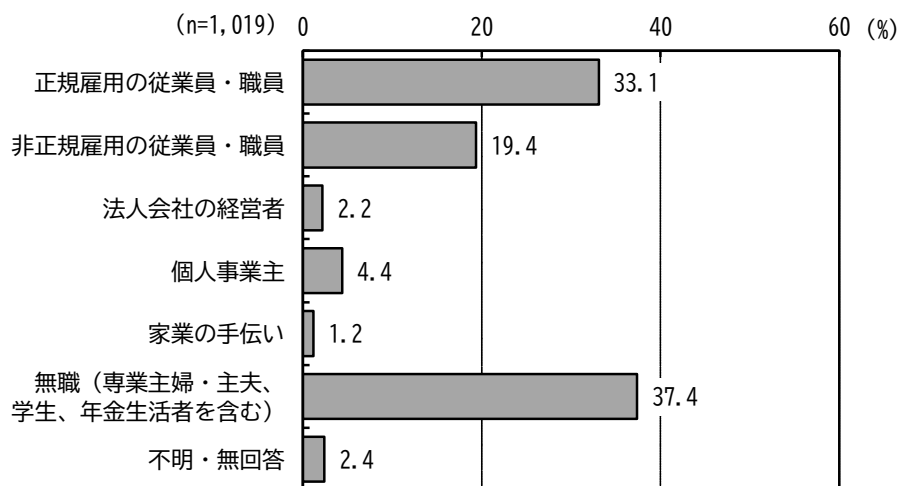
問3 家族構成【単数回答】

「親と子（二世代）」が50.8%と最も高く、次いで、「夫婦のみ」が26.8%となっています。



問4 職業【単数回答】

「無職（専業主婦・主夫、学生、年金生活者を含む）」が37.4%と最も高く、次いで、「正規雇用の従業員・職員」が33.1%となっています。

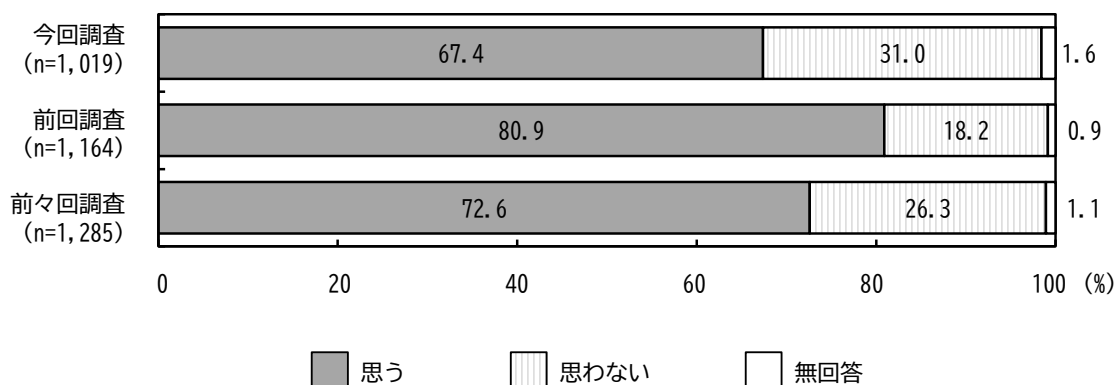


(2) 健康状況やふだんの生活について

問5 自分は健康だと思いますか。【単数回答】

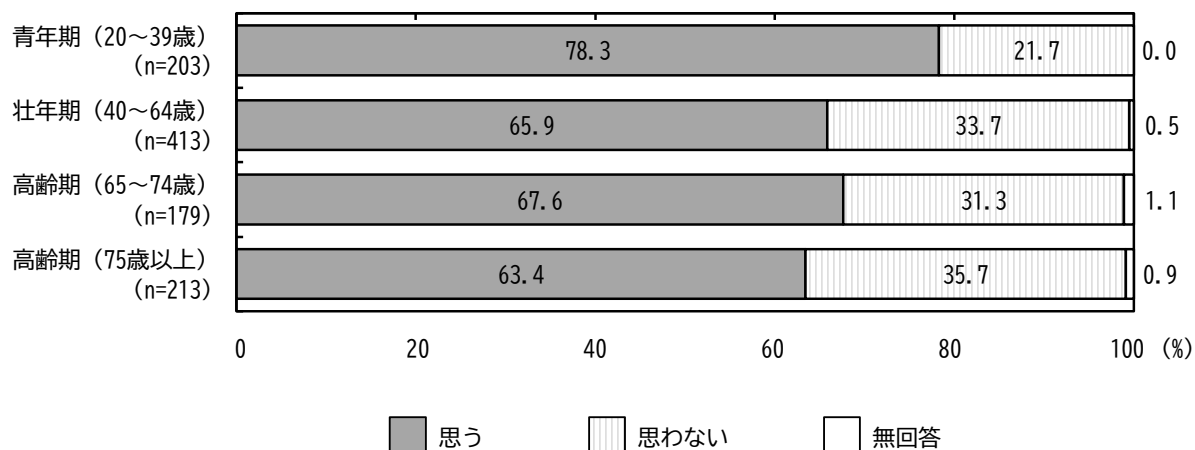
「思う」が67.4%、「思わない」が31.0%となっています。

「思う」の割合は前回調査から13.5ポイント減少し、ここ3回の調査の中で最も低くなっています。



【クロス集計 (ライフステージ別)】

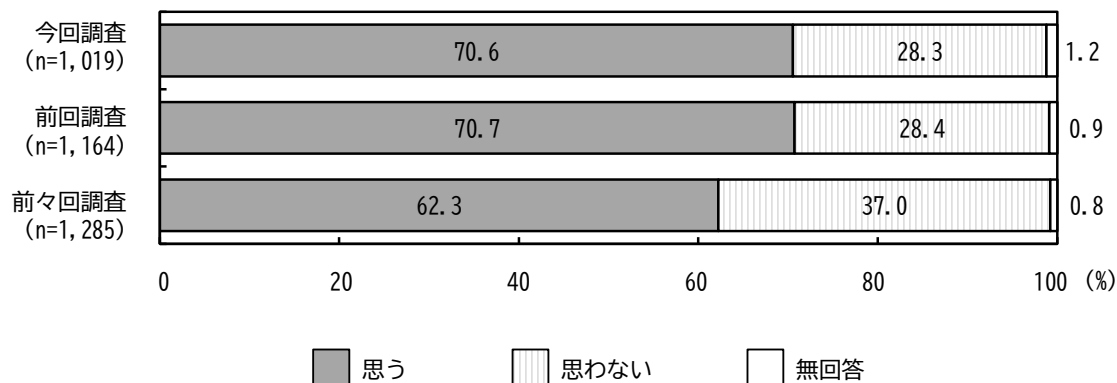
「思う」の割合をライフステージ別で見ると、《青年期 (20~39歳)》で最も高く、78.3%となっています。割合が最も低いのは《高齢期 (75歳以上)》で63.4%となっています。また、「思う」の割合は《青年期 (20~39歳)》から《壮年期 (40~64歳)》にかけて大きく低下しています。



問6 現在、健康的な生活を送っていると思いますか。【単数回答】

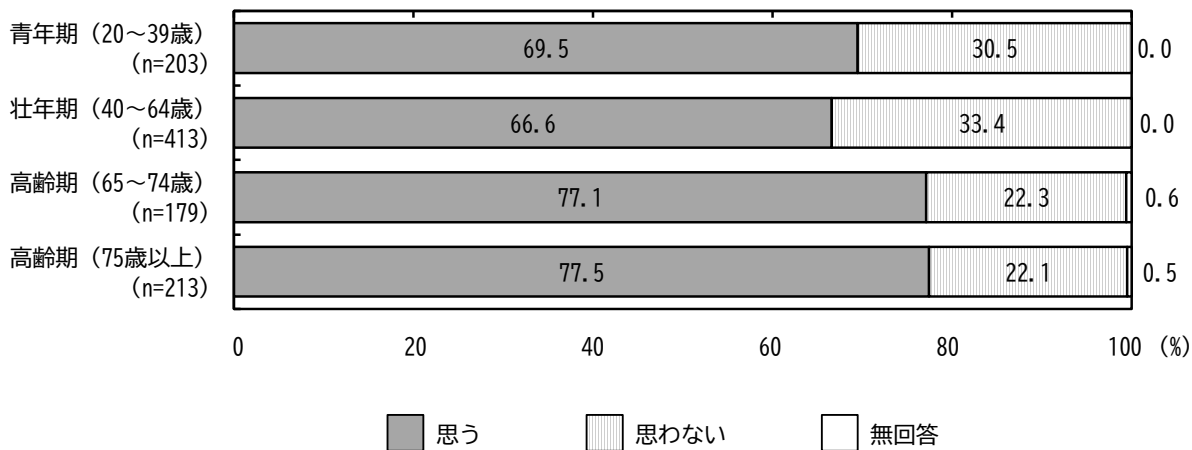
「思う」が70.6%、「思わない」が28.3%となっています。

「思う」の割合は前回調査から大きな変化はないものの、前々回調査からは 8.3 ポイント増加しています。



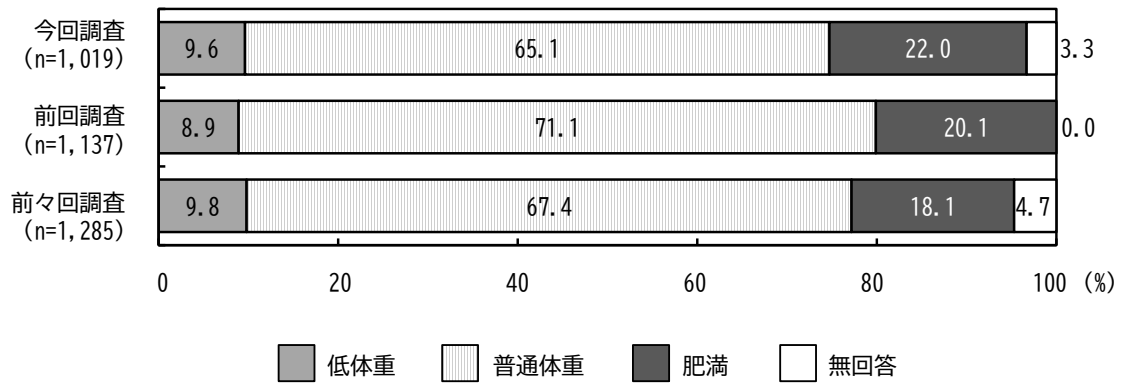
【クロス集計（ライフステージ別）】

「思う」の割合をライフステージ別で見ると、《高齢期（65～74歳）》、《高齢期（75歳以上）》での割合が高く、順に 77.1%、77.5%となっています。割合が最も低いのは《壮年期（40～64歳）》で 66.6%となっています。



問7 BMI【単数回答】

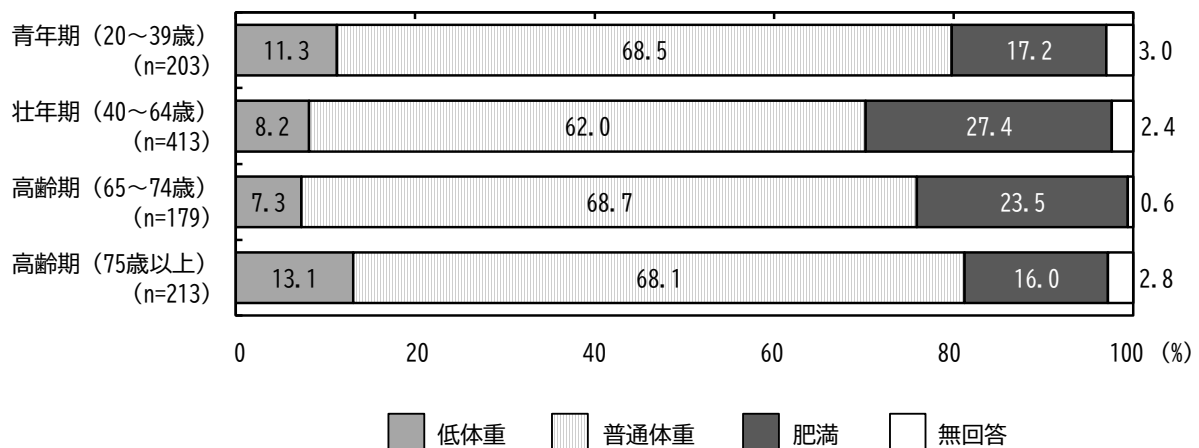
「低体重」が9.6%、「普通体重」が65.1%、「肥満」が22.0%となっています。
 「肥満」の割合は調査のたびに増加しており、前回調査から1.9ポイント増加しています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

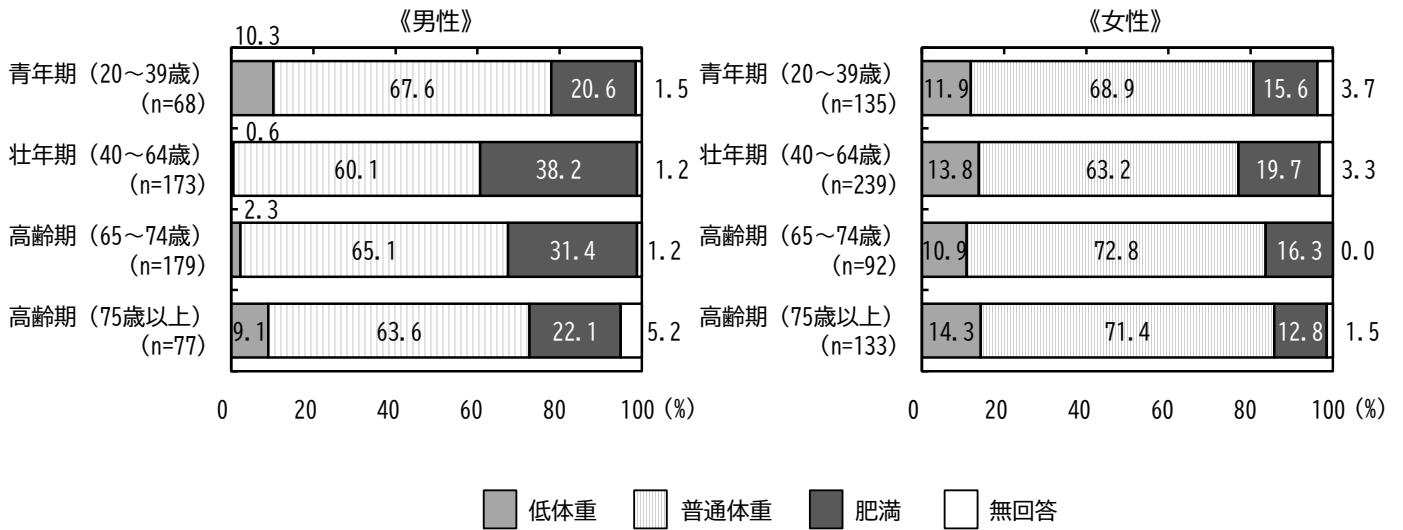
「肥満」の割合をライフステージ別で見ると、《壮年期（40～64歳）》、《高齢期（65～74歳）》での割合が高く、順に27.4%、23.5%となっています。割合が最も低いのは《高齢期（75歳以上）》で16.0%となっています。

また、《青年期（20～39歳）》、《高齢期（75歳以上）》では「低体重」の割合が他の世代に比べて高くなっています。



【クロス集計（性・ライフステージ別）】

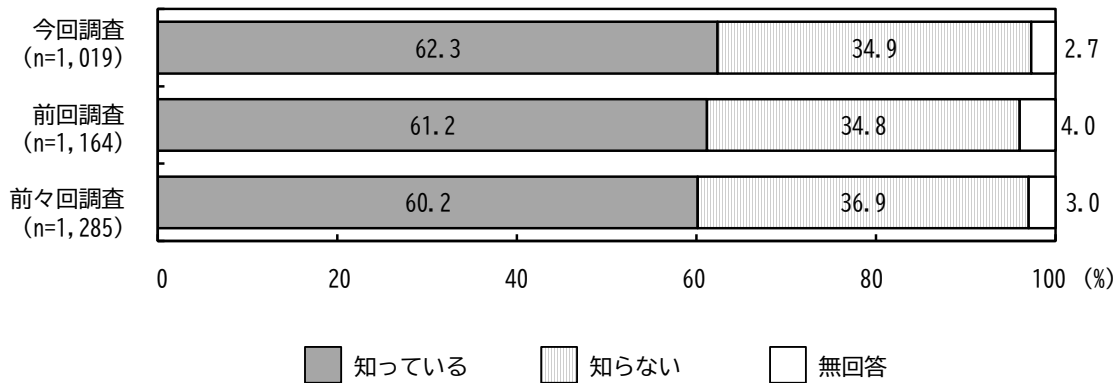
「肥満」の割合を性・ライフステージ別でみると、男性の《壮年期（40～64歳）》で最も高く、38.2%となっています。女性ではいずれの世代も10%台となっていますが、《壮年期（40～64歳）》での割合が最も高くなっています。また、「肥満」の割合はいずれの世代においても男性の方が高くなっています。



問8 自分の適正体重を知っていますか。【単数回答】

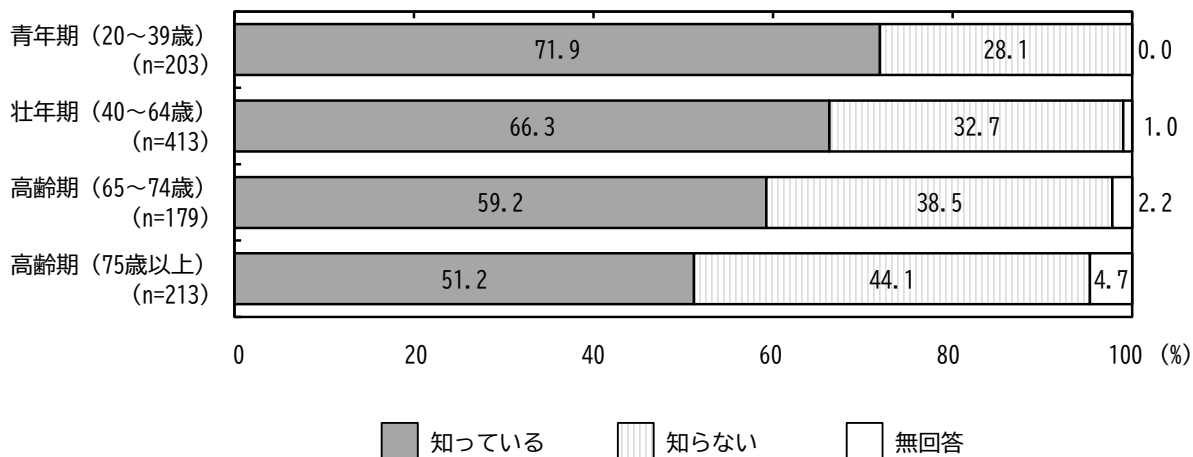
「知っている」が62.3%、「知らない」が34.9%となっています。

「知っている」の割合は調査のたびに増加しており、前回調査から1.1ポイント増加しています。



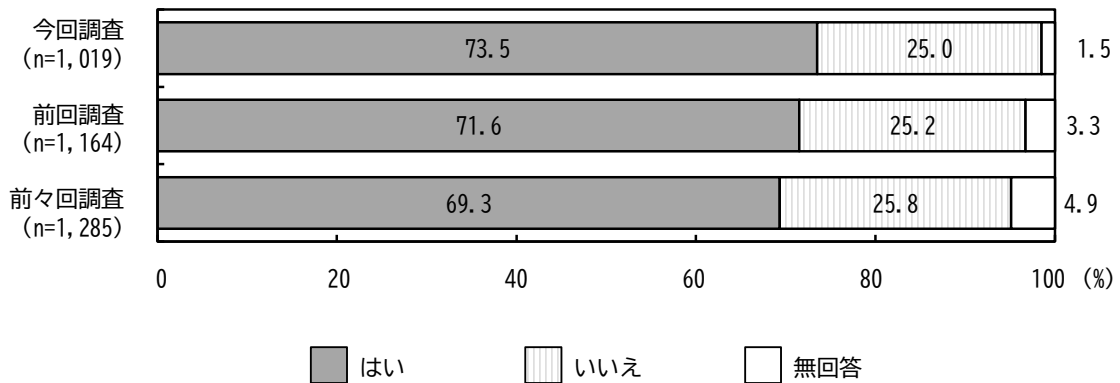
【クロス集計（ライフステージ別）】

「知っている」の割合をライフステージ別で見ると、世代が上がるほど低くなり、《青年期（20～39歳）》では71.9%、《高齢期（75歳以上）》では51.2%となっています。



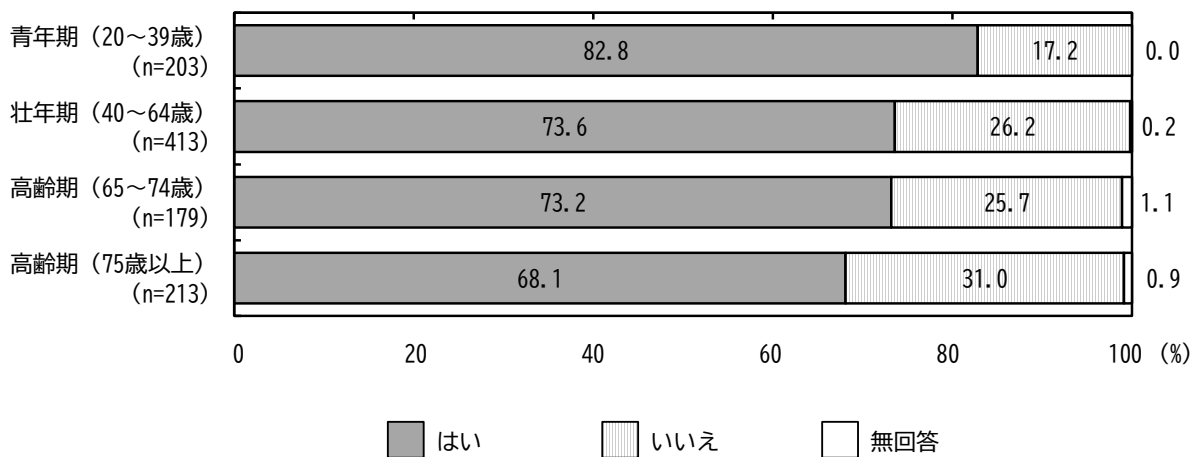
問9 趣味はありますか。【単数回答】

「はい」が73.5%、「いいえ」が25.0%となっています。
 「はい」の割合は調査のたびに増加し、前回調査から1.9ポイント増加しています。



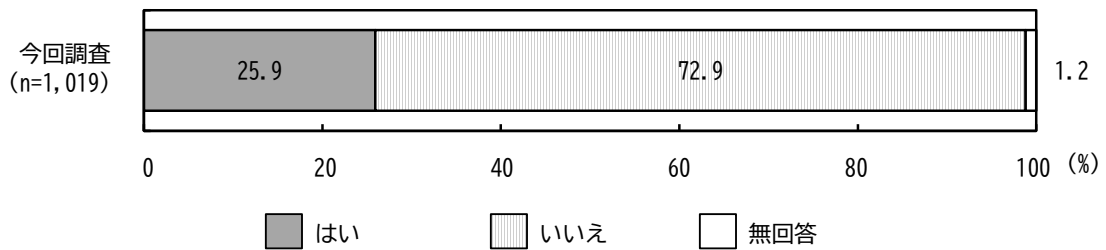
【クロス集計（ライフステージ別）】

「はい」の割合をライフステージ別で見ると、世代が上がるほど低くなり、《青年期（20～39歳）》では82.8%、《高齢期（75歳以上）》では68.1%となっています。



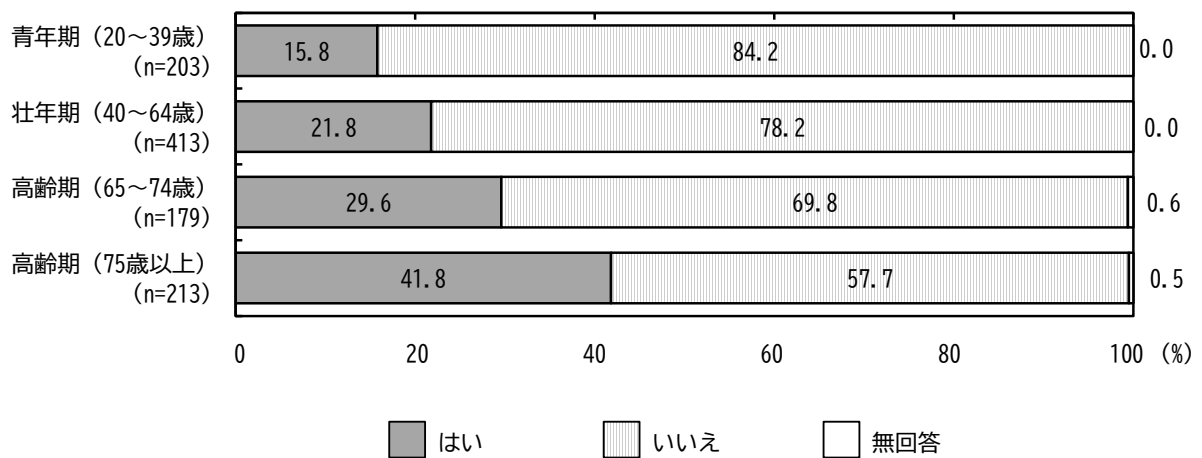
問10 あなたと地域の人たちとのつながりは強いと感じますか。【単数回答】

「はい」が25.9%、「いいえ」が72.9%となっています。



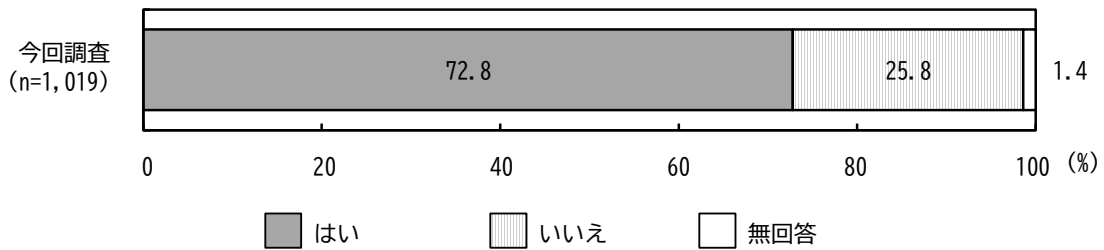
【クロス集計（ライフステージ別）】

「はい」の割合をライフステージ別でみると、世代が上がるほど高くなり、《青年期（20～39歳）》では15.8%、《高齢期（75歳以上）》では41.8%となっています。



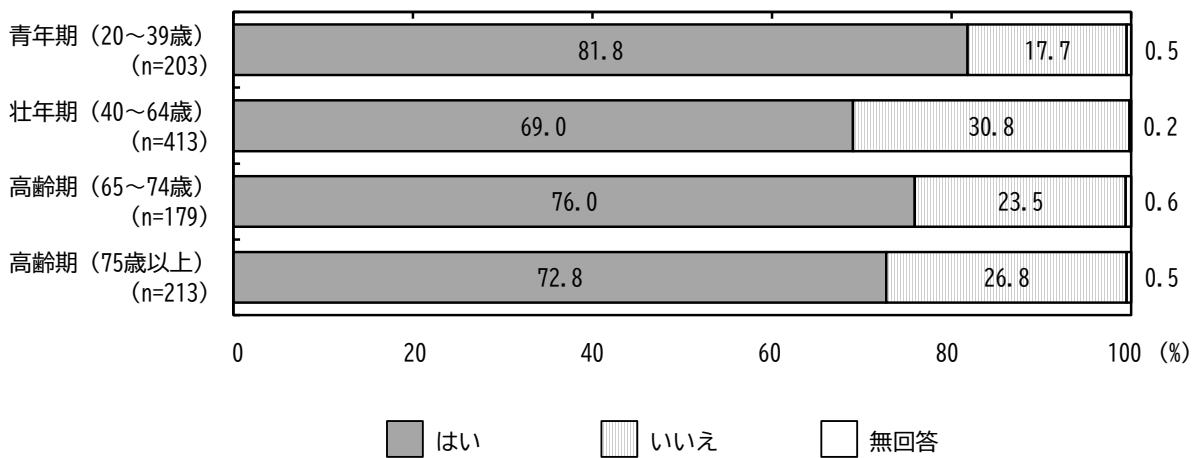
問11 自分の生活は充実していると思いますか。【単数回答】

「はい」が72.8%、「いいえ」が25.8%となっています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

「はい」の割合をライフステージ別で見ると、《青年期（20～39歳）》で最も高く、81.8%となっています。割合が最も低いのは《壮年期（40～64歳）》で69.0%となっています。

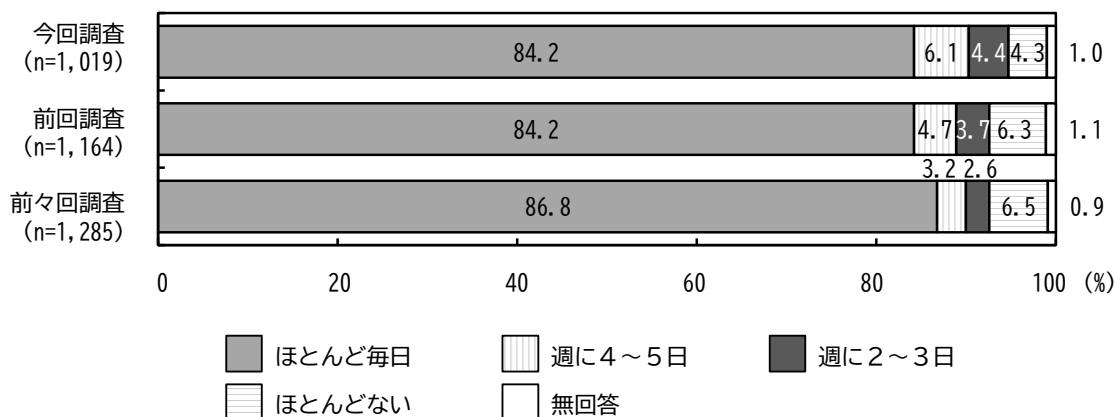


(3) 食習慣について

問12 週に何日、朝食を食べていますか。【単数回答】

「ほとんど毎日」が84.2%と大半を占めています。

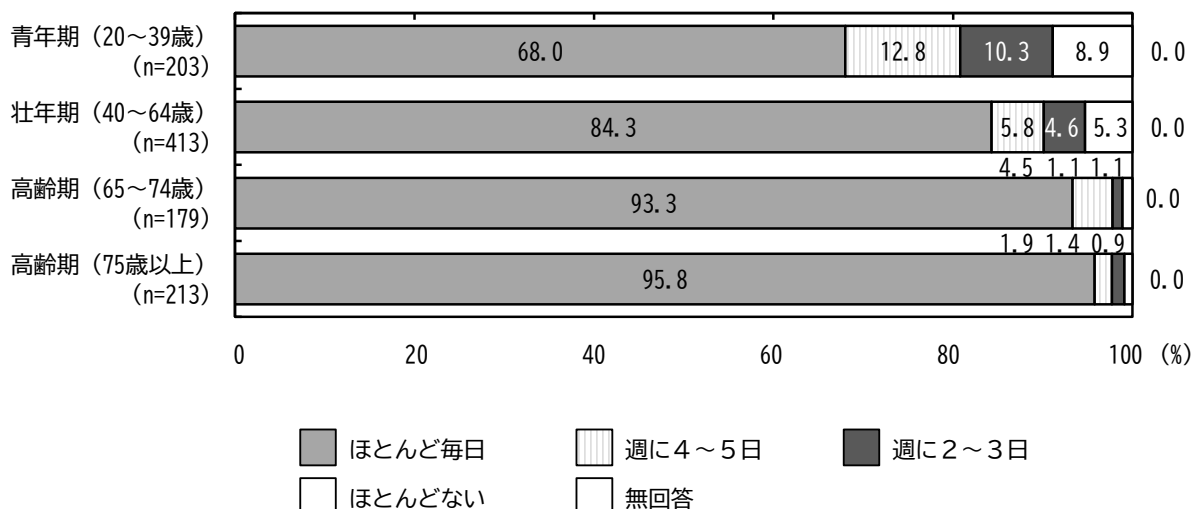
「ほとんど毎日」の割合は前回調査から変化していませんが、前々回調査から 2.6 ポイント減少しています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

「ほとんど毎日」の割合をライフステージ別でみると、世代が上がるほど高くなり、《青年期（20～39歳）》では68.0%、《高齢期（75歳以上）》では95.8%となっています。

また、「ほとんど毎日」の割合は《青年期（20～39歳）》から《壮年期（40～64歳）》にかけて大きく上昇しています。

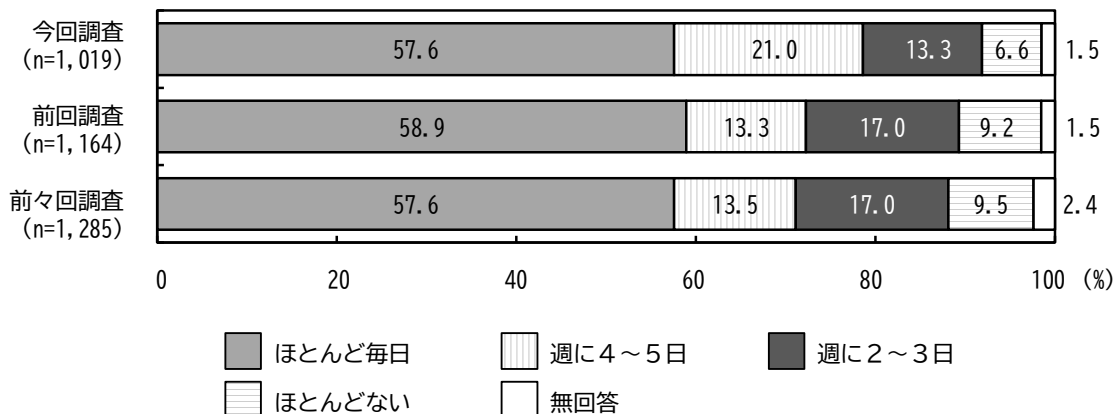


問13 主食・主菜・副菜の3つをそろえて食べることが週に何日ありますか。

【単数回答】

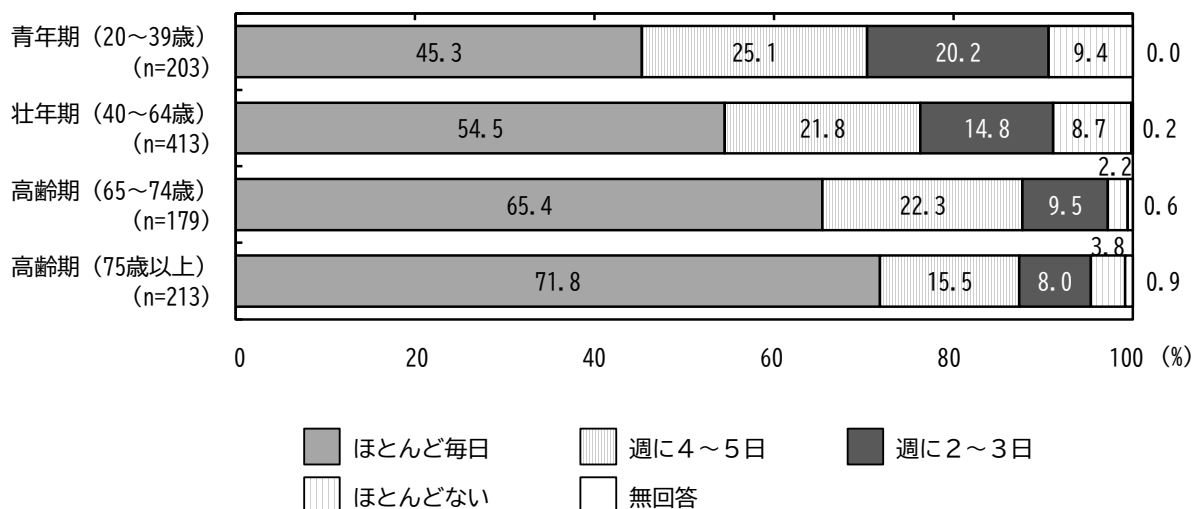
「ほとんど毎日」が57.6%と最も高く、次いで、「週に4～5日」が21.0%、「週に2～3日」が13.3%となっています。

「ほとんど毎日」の割合は前回調査から1.3ポイント減少し、前々回調査と同値となっています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

「ほとんど毎日」の割合をライフステージ別で見ると、世代が上がるほど高くなり、世代間の差も大きく、《青年期（20～39歳）》では45.3%、《高齢期（75歳以上）》では71.8%となっています。

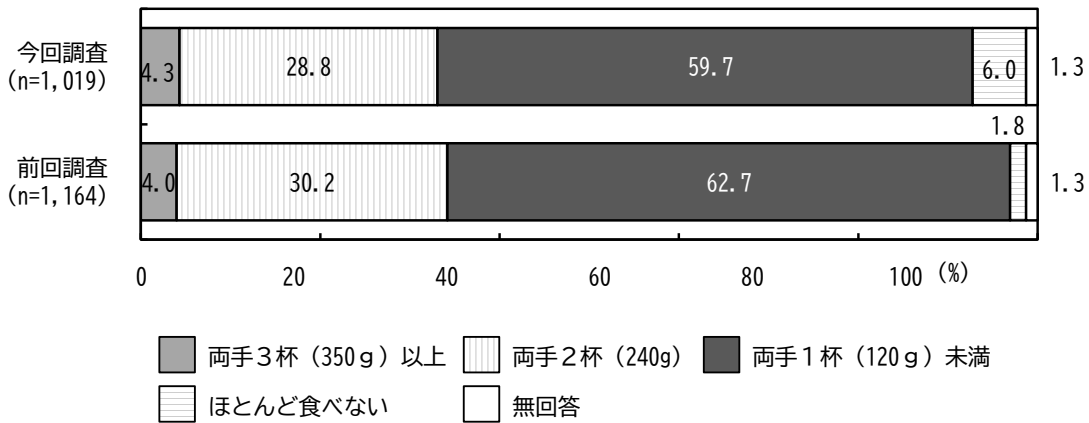


問14 野菜を1日どのくらい食べていますか。生野菜の量で考えてお答えください。

【単数回答】

「両手1杯（120g）未満」が59.7%と最も高く、次いで、「両手2杯（240g）」が28.8%となっています。

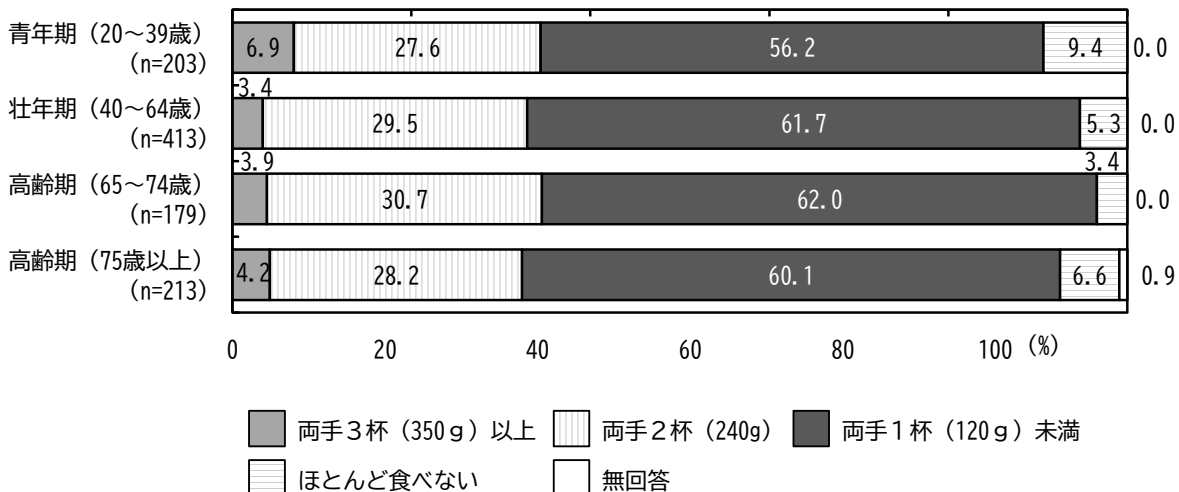
「両手3杯（350g）以上」の割合については前回調査から大きな変化はなく、4.3%となっていますが、「ほとんど食べない」の割合が前回調査から4.2ポイント増加しています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

「両手3杯（350g）以上」の割合をライフステージ別で見ると、いずれの世代も10%未満となっていますが、《青年期（20～39歳）》での割合が最も高く、6.9%となっています。

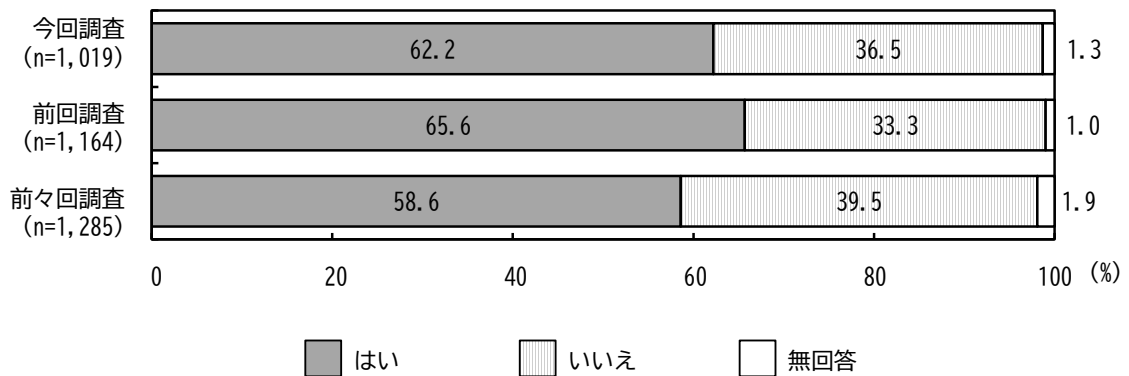
「ほとんど食べない」の割合についてもいずれの世代も10%未満となっていますが、《青年期（20～39歳）》での割合が最も高く、9.4%となっています。



問 15 1日のうち1食は、家族や友人と一緒に、30分以上かけて楽しく食事をとっていますか。【単数回答】

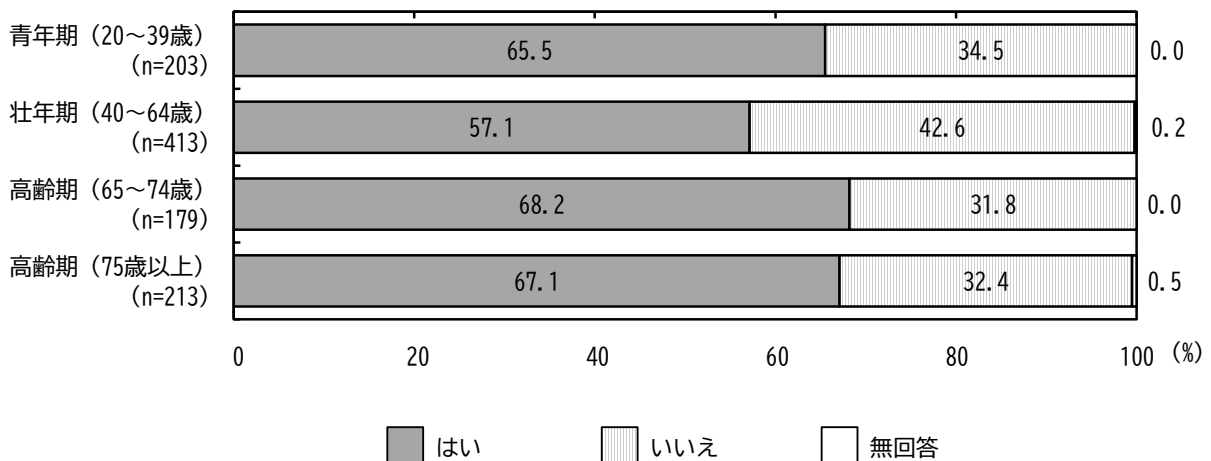
「はい」が62.2%、「いいえ」が36.5%となっています。

「はい」の割合は前回調査から3.4ポイント減少していますが、前々回調査からは3.6ポイント増加しています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

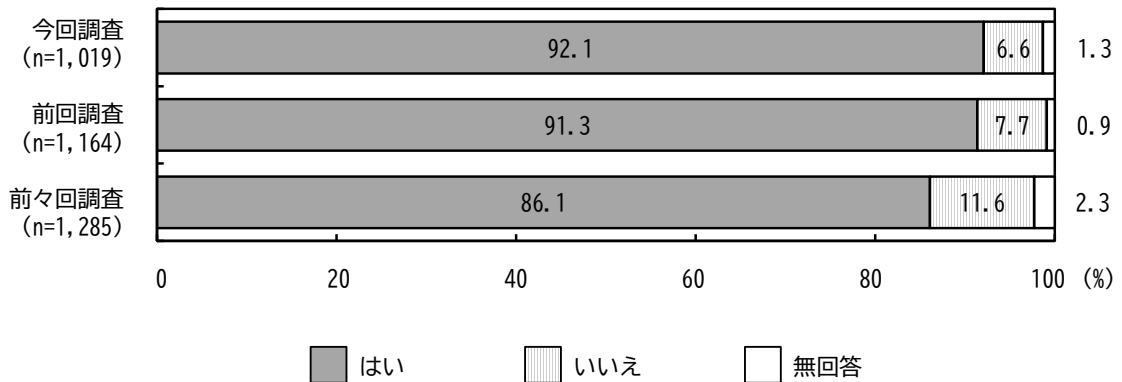
「はい」の割合をライフステージ別でみると、《高齢期（65～74歳）》で最も高く、68.2%となっています。割合が最も低いのは《壮年期（40～64歳）》で57.1%となっています。



問16 食材を無駄なく使い、食べ残しをしないように心がけていますか。【単数回答】

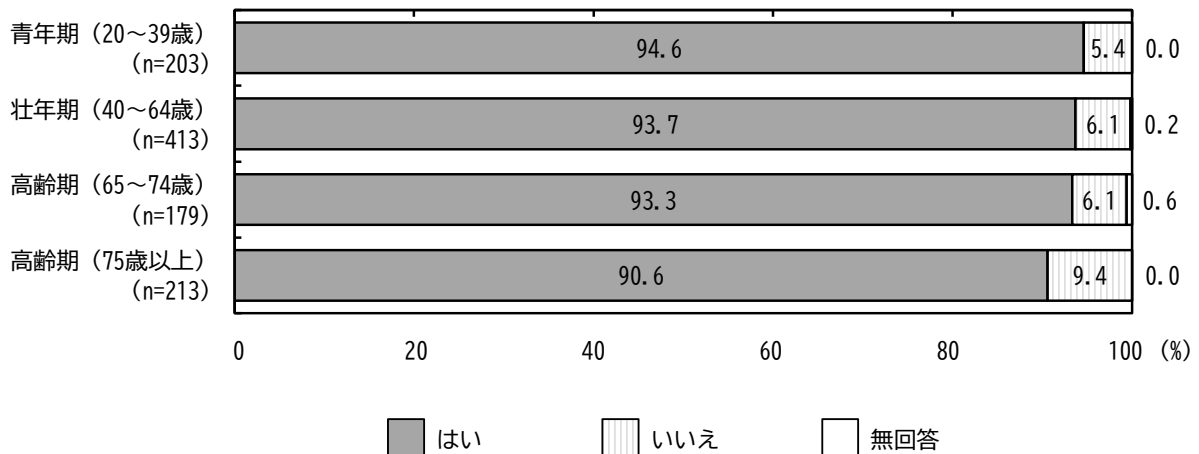
「はい」が92.1%と大半を占めています。

「はい」の割合は調査のたびに増加し、前回調査から0.8ポイント増加しています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

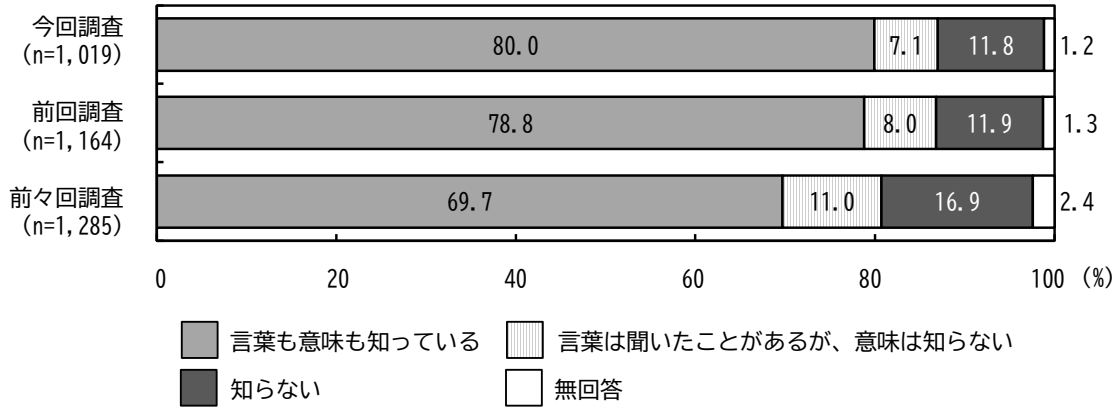
「はい」の割合をライフステージ別で見ると、どの世代も90%台と高くなっていますが、世代が上がるほど低くなり、《青年期（20～39歳）》では94.6%、《高齢期（75歳以上）》では90.6%となっています。



問 17 地産地消とは何か知っていますか。【単数回答】

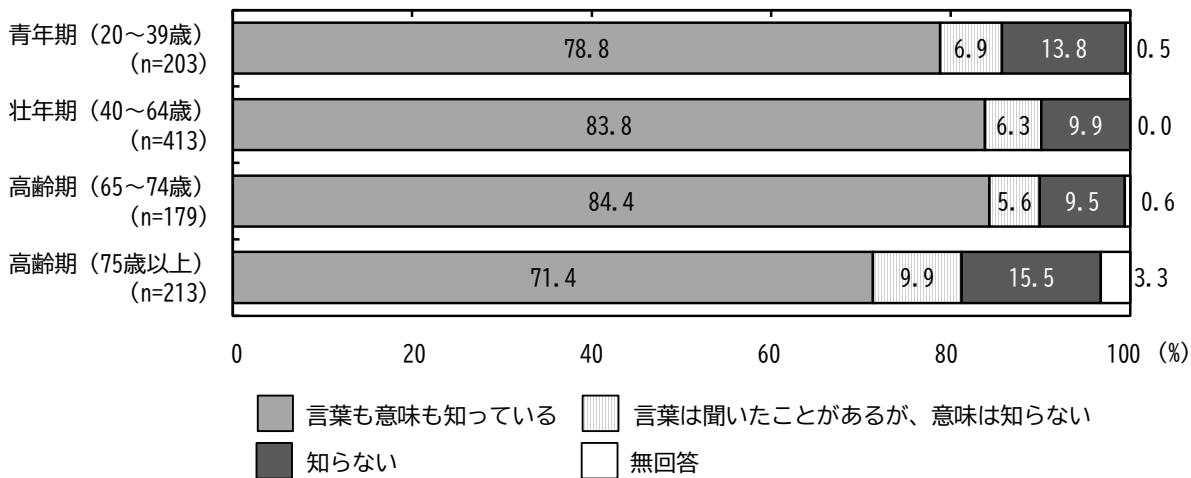
「言葉も意味も知っている」が 80.0%と最も高く、次いで、「知らない」が 11.8%、「言葉は聞いたことがあるが、意味は知らない」が 7.1%となっています。

「言葉も意味も知っている」の割合は調査のたびに増加し、前回調査から 1.2 ポイント増加しています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

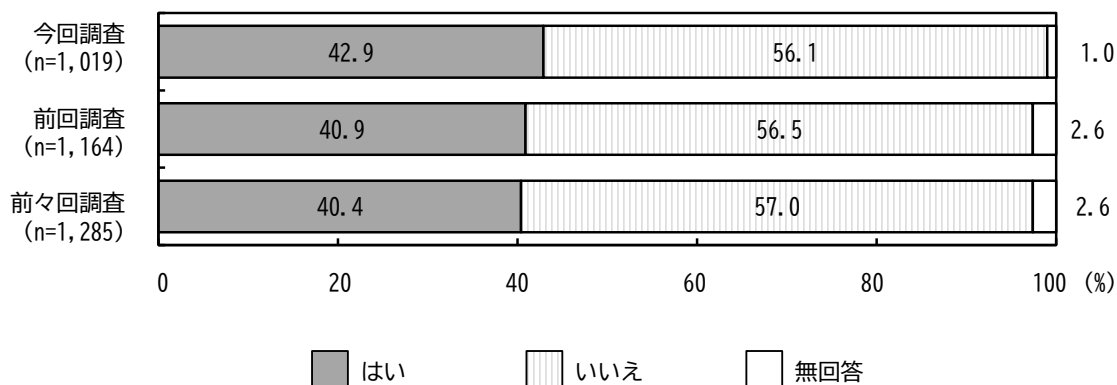
「言葉も意味も知っている」の割合をライフステージ別でみると、《壮年期（40～64 歳）》、《高齢期（65～74 歳）》での割合が高く、順に 83.8%、84.4%となっています。割合が最も低いのは《高齢期（75 歳以上）》で 71.4%となっています。



(4) 体を動かすことについて

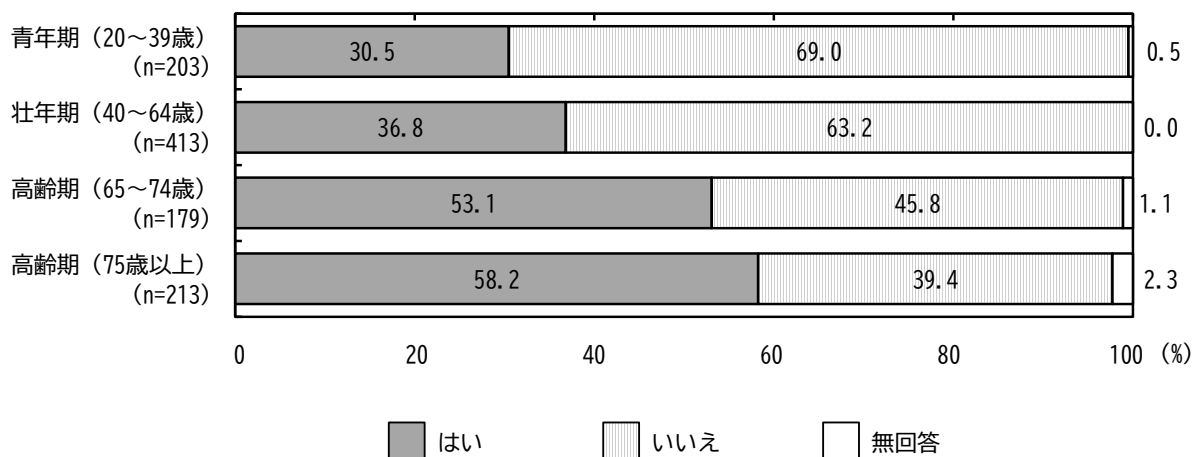
問 18 1回30分以上の運動を、週2回以上行っていますか。【単数回答】

「はい」が42.9%、「いいえ」が56.1%となっています。
 「はい」の割合は調査のたびに増加し、前回調査から2.0ポイント増加しています。



【クロス集計 (ライフステージ別)】

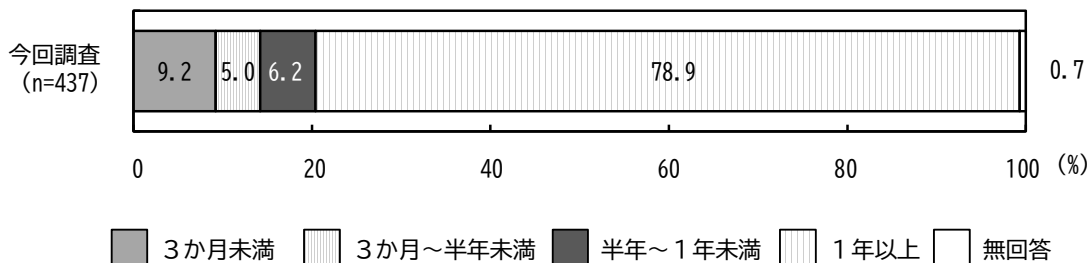
「はい」の割合をライフステージ別で見ると、世代が上がるほど高くなり、世代間の差も大きく、《青年期 (20~39歳)》では30.5%、《高齢期 (75歳以上)》では58.2%となっています。



【1回30分以上の運動を、週2回以上行っている人のみ】

問19 どのくらい継続していますか。【単数回答】

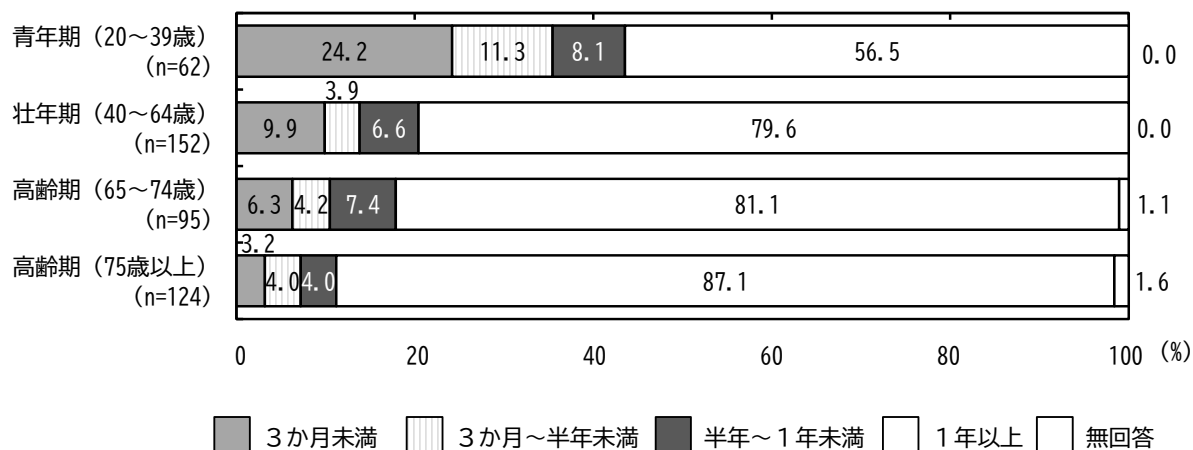
「1年以上」が78.9%と大半を占めています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

「1年以上」の割合をライフステージ別で見ると、世代が上がるほど高くなり、《青年期（20～39歳）》では56.5%、《高齢期（75歳以上）》では87.1%となっています。

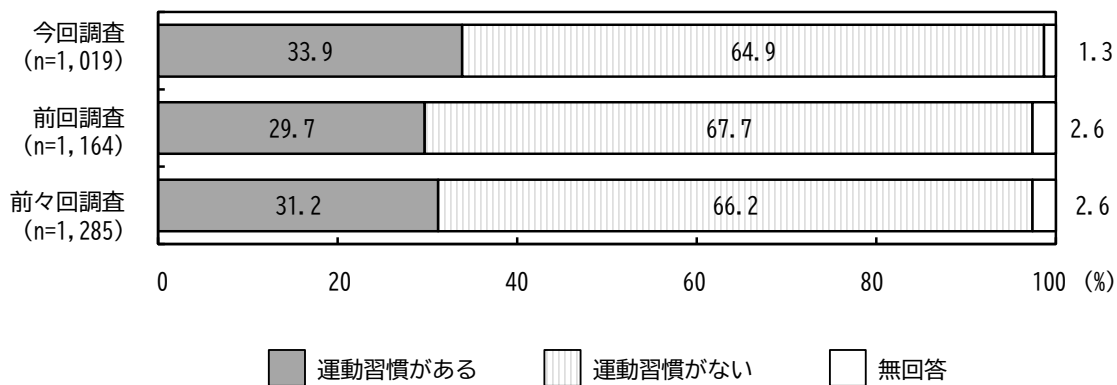
また、「1年以上」の割合は《青年期（20～39歳）》から《壮年期（40～64歳）》にかけて大きく上昇しています。



運動習慣者※（問 18・問 19 より算出）【単数回答】

「運動習慣がある」が 33.9%、「運動習慣がない」が 64.9%となっています。

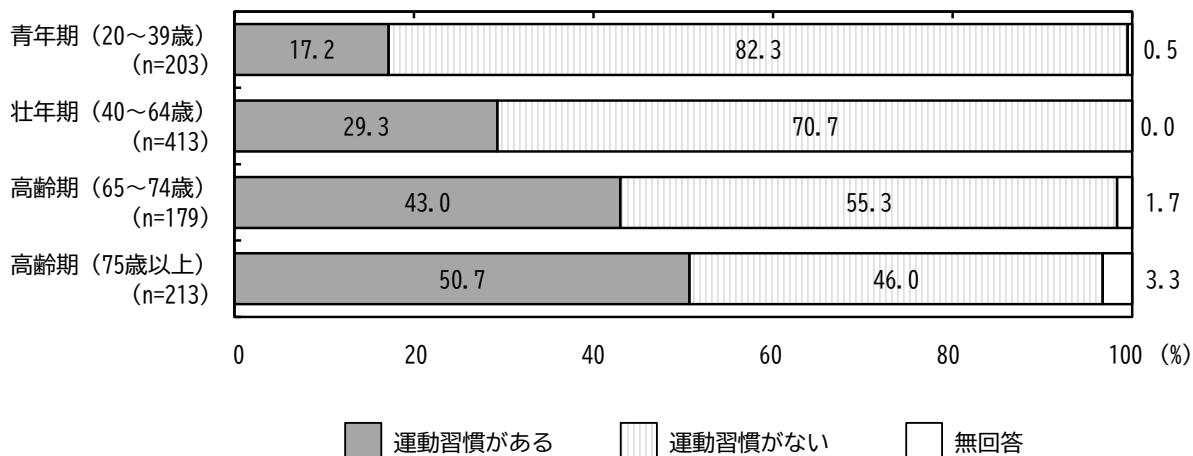
「運動習慣がある」の割合は前回調査から 4.2 ポイント増加し、ここ 3 回の調査の中で最も高くなっています。



※運動習慣者とは、1回30分以上の運動を週2回、1年以上継続している人を指す。

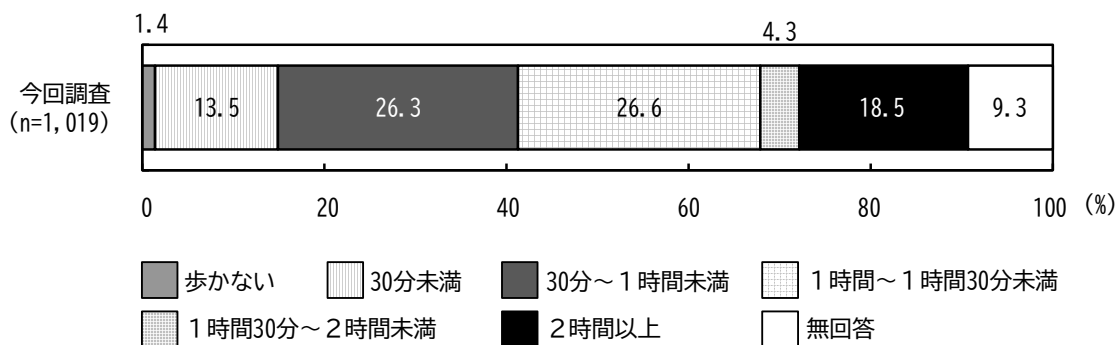
【クロス集計（ライフステージ別）】

「運動習慣がある」の割合をライフステージ別で見ると、世代が上がるほど高くなり、世代間の差も大きく、《青年期（20～39歳）》では17.2%、《高齢期（75歳以上）》では50.7%となっています。



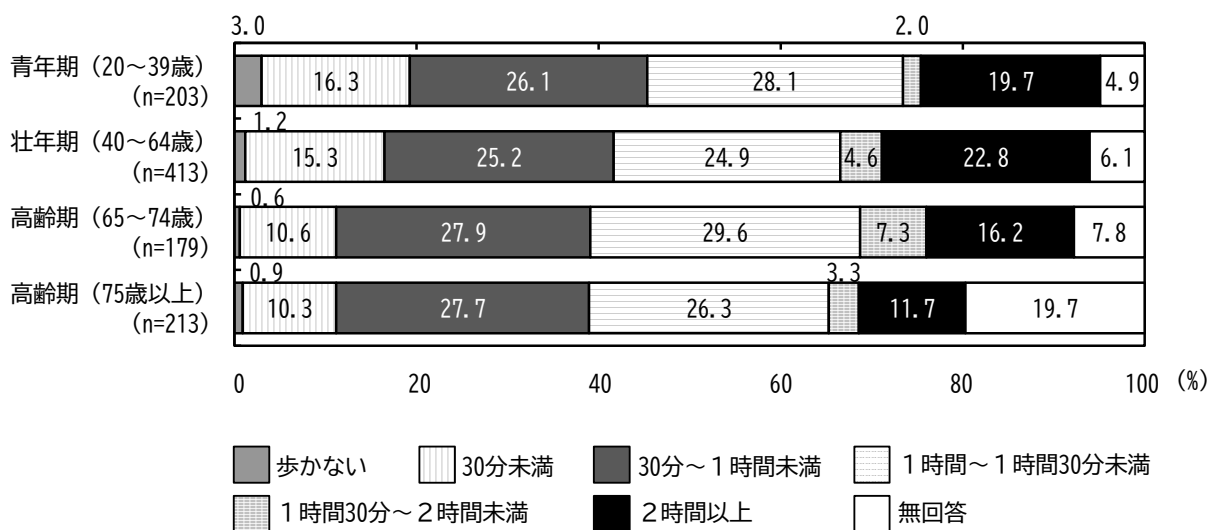
問 20 1日に歩く時間は平均してどのくらいですか。通勤・通学等を含みます。
【単数回答】

「1時間～1時間30分未満」が26.6%と最も高く、次いで、「30分～1時間未満」が26.3%、「2時間以上」が18.5%となっています。『1時間以上』の割合については49.4%となっています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

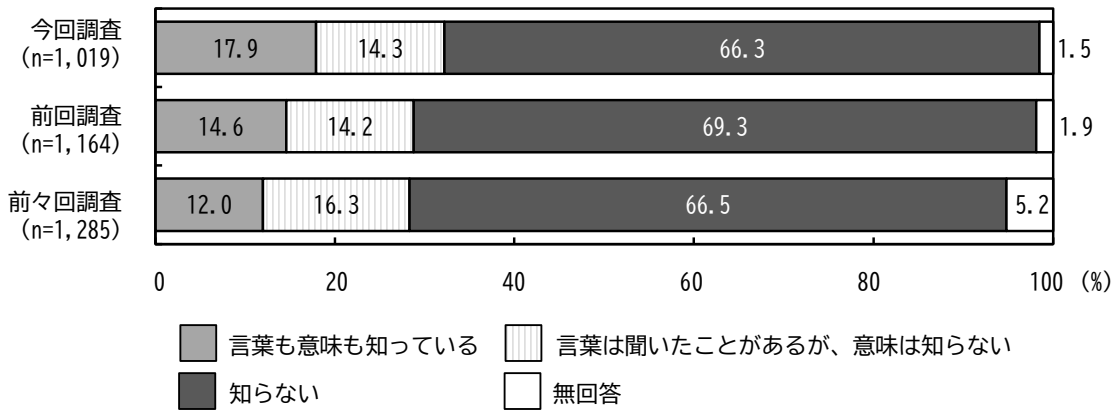
『1時間以上』の割合をライフステージ別で見ると、《青年期（20～39歳）》では49.8%、《壮年期（40～64歳）》では52.3%、《高齢期（65～74歳）》では53.1%、《高齢期（75歳以上）》では41.3%と、《壮年期（40～64歳）》、《高齢期（65～74歳）》での割合が高くなっています。



問 21 ロコモティブシンドロームとは何か知っていますか。【単数回答】

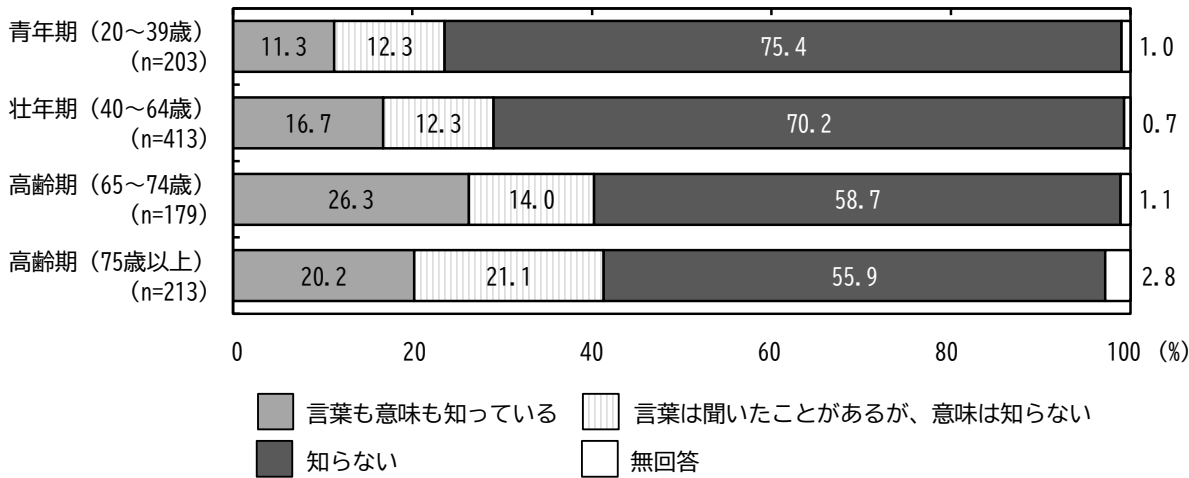
「知らない」が 66.3%と最も高く、次いで、「言葉も意味も知っている」が 17.9%、「言葉は聞いたことがあるが、意味は知らない」が 14.3%となっています。

「言葉も意味も知っている」の割合は調査のたびに増加し、前回調査から 3.3 ポイント増加しています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

「言葉も意味も知っている」の割合をライフステージ別で見ると、《高齢期（65～74 歳）》で最も高く、26.3%となっています。割合が最も低いのは《青年期（20～39 歳）》で 11.3%となっています。

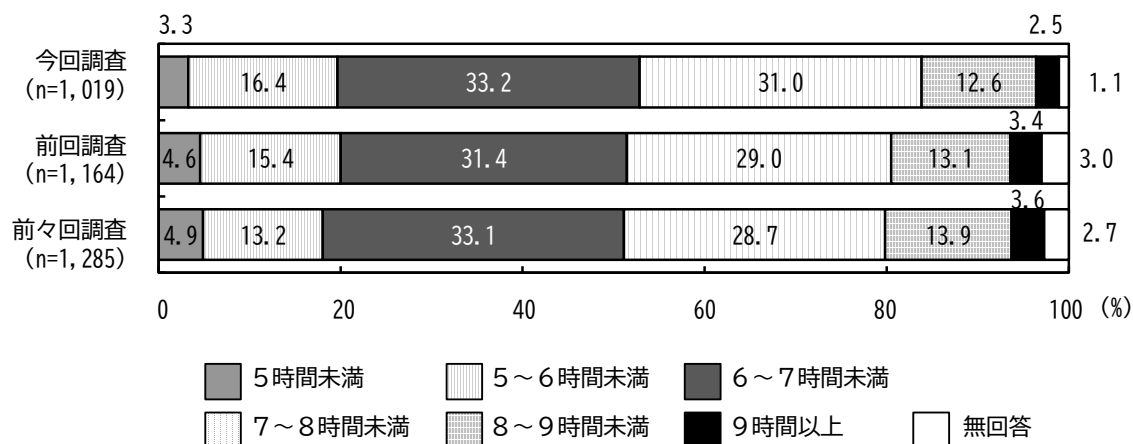


(5) 睡眠、こころの健康について

問 22 1日の睡眠時間は平均してどのくらいですか。【単数回答】

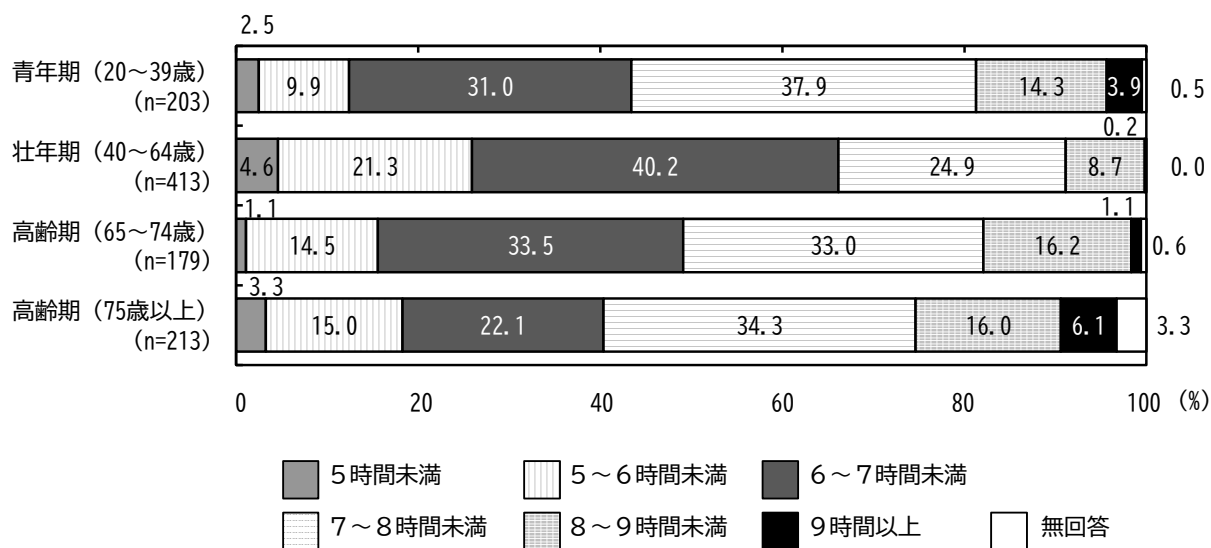
「6～7時間未満」が33.2%と最も高く、次いで、「7～8時間未満」が31.0%、「5～6時間未満」が16.4%となっており、『6時間以上9時間未満』については76.8%となっています。

『6時間以上9時間未満』の割合は前回調査から3.3ポイント増加し、ここ3回の調査の中で最も高くなっています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

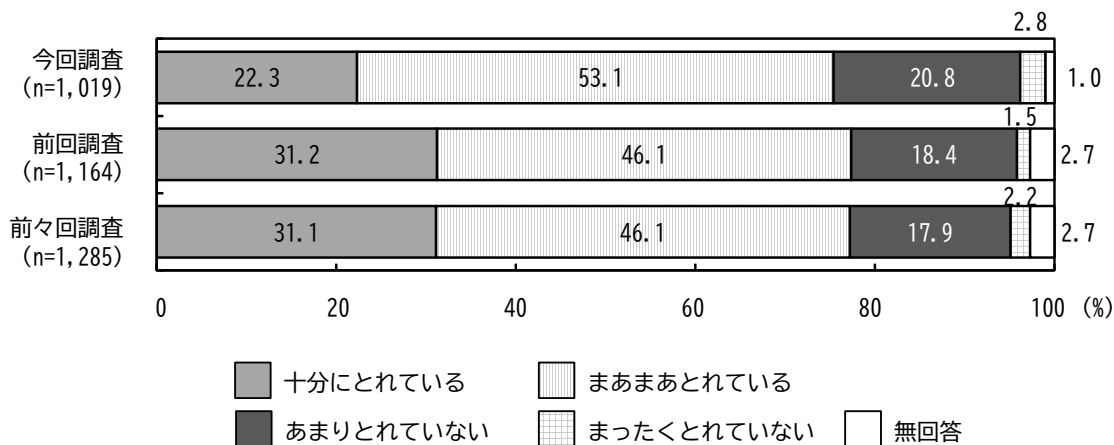
ライフステージ別でみると、《青年期（20～39歳）》、《高齢期（75歳以上）》では「7～8時間未満」が最も高く（順に37.9%、34.3%）、《壮年期（40～64歳）》、《高齢期（65～74歳）》では「6～7時間未満」が最も高くなっています（順に40.2%、33.5%）。



問23 この1か月の間、睡眠で休養が十分にとれていますか。【単数回答】

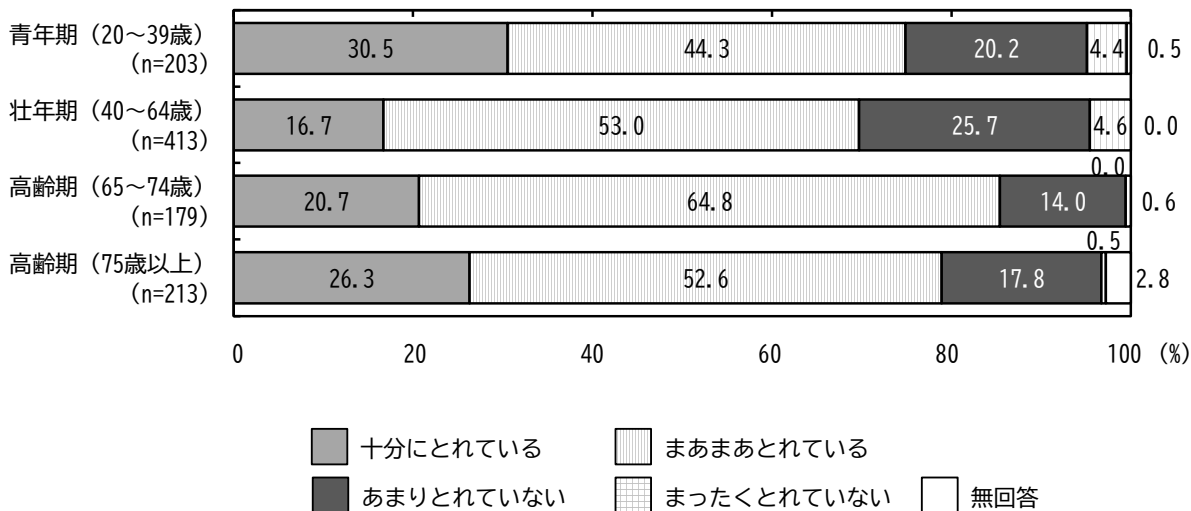
「まあまあとれている」が53.1%と最も高く、次いで、「十分にとれている」が22.3%、「あまりとれていない」が20.8%となっており、『とれている』（「十分にとれている」+「まあまあとれている」）については75.4%となっています。

『とれている』の割合は前回調査から1.9ポイント減少し、ここ3回の調査の中で最も低くなっています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

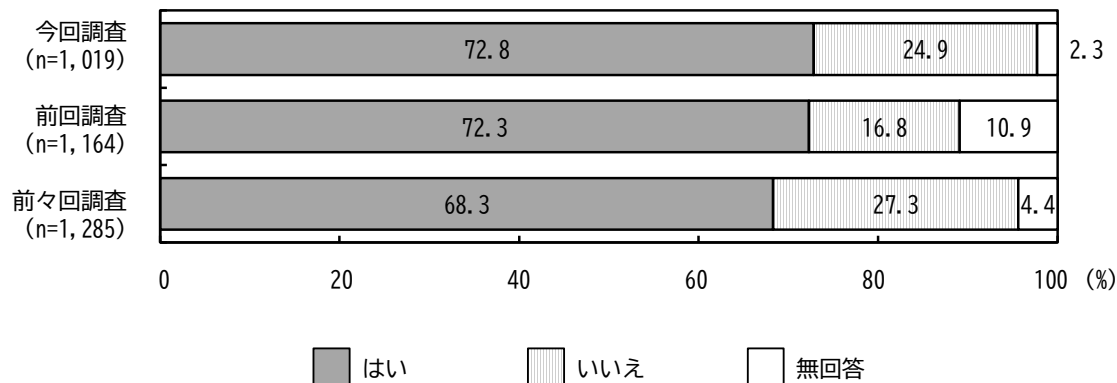
『とれている』の割合をライフステージ別で見ると、《青年期（20～39歳）》では74.8%、《壮年期（40～64歳）》では69.7%、《高齢期（65～74歳）》では85.5%、《高齢期（75歳以上）》では78.9%と、《高齢期（65～74歳）》での割合が最も高くなっています。



問 24 ストレス解消法はありますか。【単数回答】

「はい」が72.8%、「いいえ」が24.9%となっています。

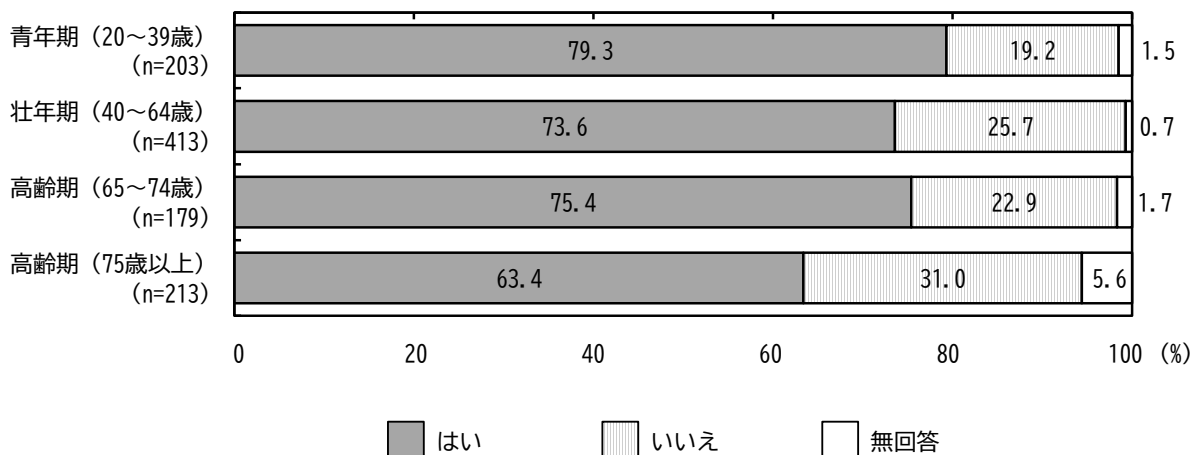
「はい」の割合は調査のたびに増加し、前回調査から大きな変化はないものの、前々回調査からは4.5ポイント増加しています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

「はい」の割合をライフステージ別で見ると、《青年期（20～39歳）》で最も高く、79.3%となっています。割合が最も低いのは《高齢期（75歳以上）》で63.4%となっています。

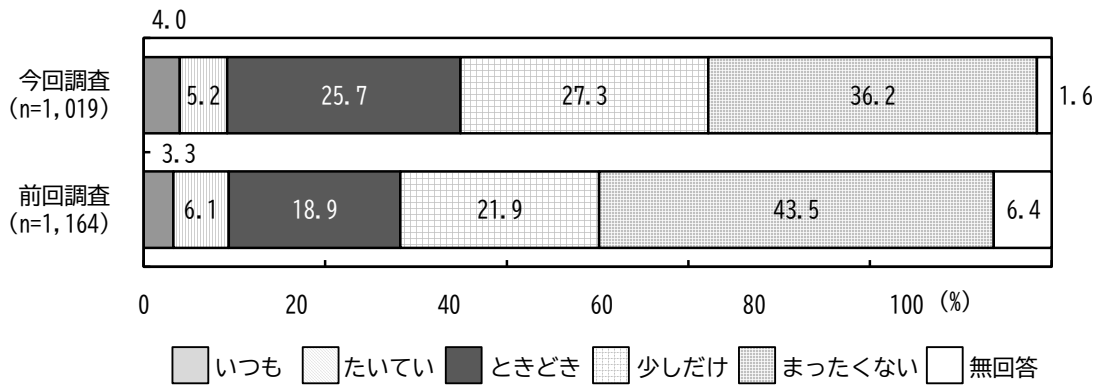
また、「はい」の割合は《高齢期（65～74歳）》から《高齢期（75歳以上）》にかけて大きく低下しています。



問 25 過去1か月の間、神経過敏に感じましたか。【単数回答】

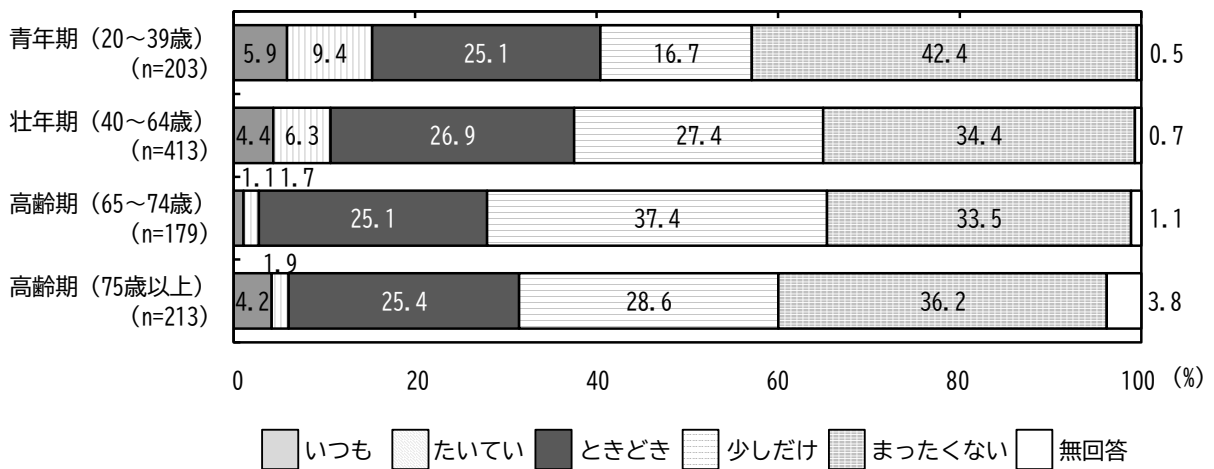
「いつも」の割合は4.0%と、前回調査から0.7ポイント増加していますが、「まったくない」の割合は前回調査から7.3ポイント減少しています。

『感じる』（「いつも」＋「たいてい」＋「ときどき」＋「少しだけ」）の割合については62.2%と、前回調査から12.0ポイント増加しています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

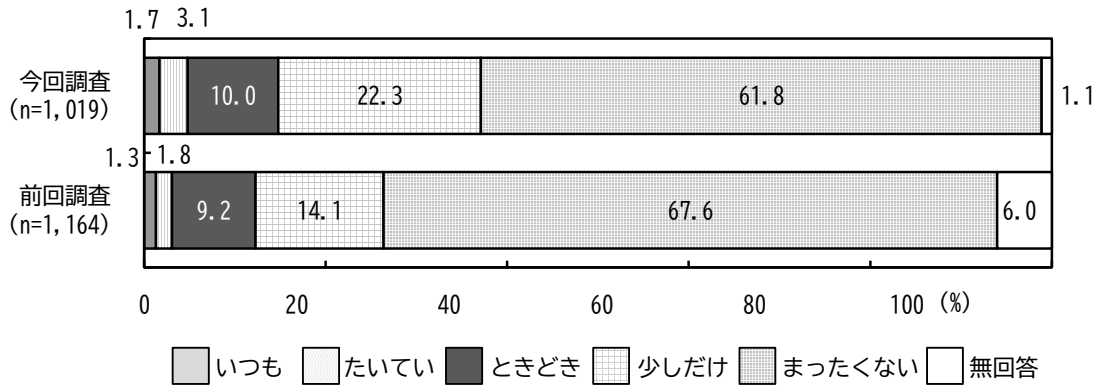
『感じる』の割合をライフステージ別で見ると、《青年期（20～39歳）》では57.1%、《壮年期（40～64歳）》では65.0%、《高齢期（65～74歳）》では65.3%、《高齢期（75歳以上）》では60.1%と、《高齢期（65～74歳）》での割合が最も高くなっています。



問 26 過去1か月の間、絶望的だと感じましたか。【単数回答】

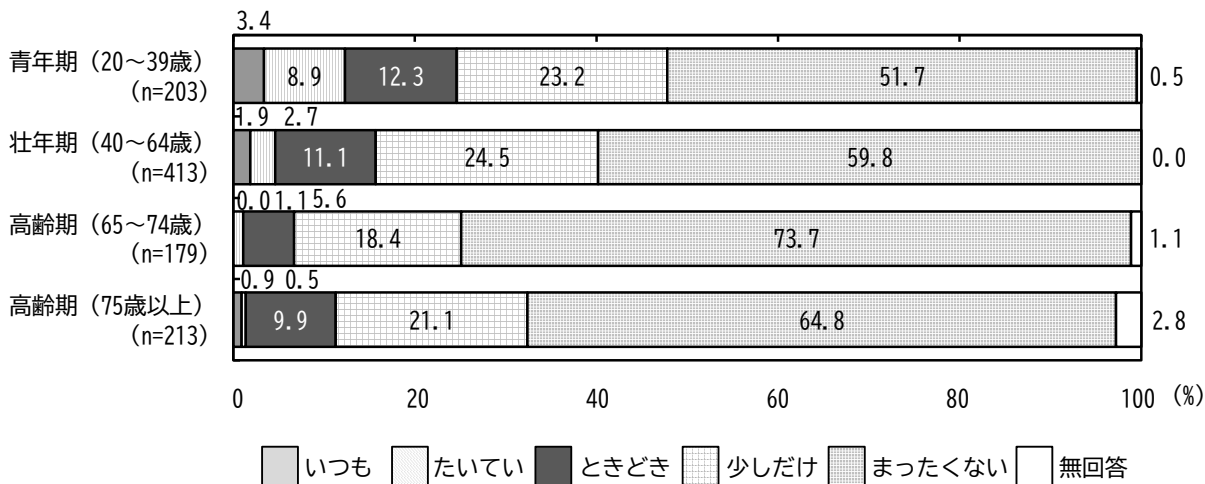
「いつも」の割合は1.7%と、前回調査から大きな変化はありませんが、「まったくない」の割合は前回調査から5.8ポイント減少しています。

『感じる』（「いつも」＋「たいてい」＋「ときどき」＋「少しだけ」）の割合については37.1%と、前回調査から10.7ポイント増加しています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

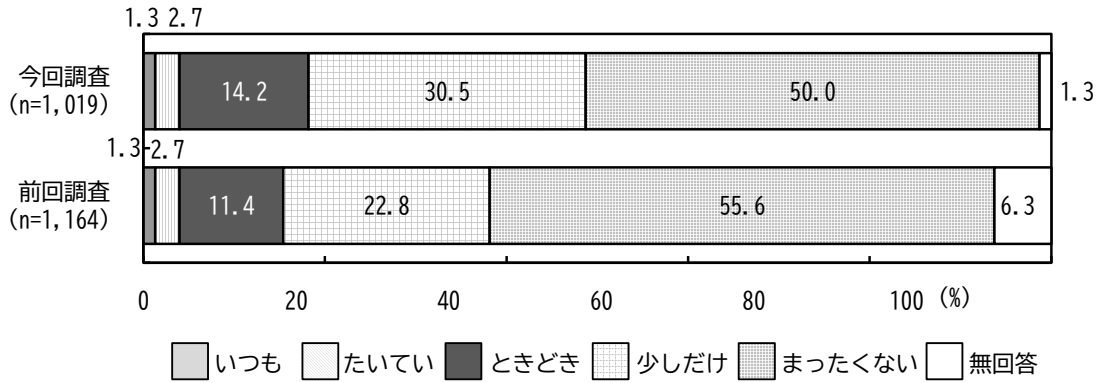
『感じる』の割合をライフステージ別でみると、《青年期（20～39歳）》では47.8%、《壮年期（40～64歳）》では40.2%、《高齢期（65～74歳）》では25.1%、《高齢期（75歳以上）》では32.4%と、《青年期（20～39歳）》での割合が最も高くなっています。



問 27 過去1か月の間、そわそわ、落ち着かなく感じましたか。【単数回答】

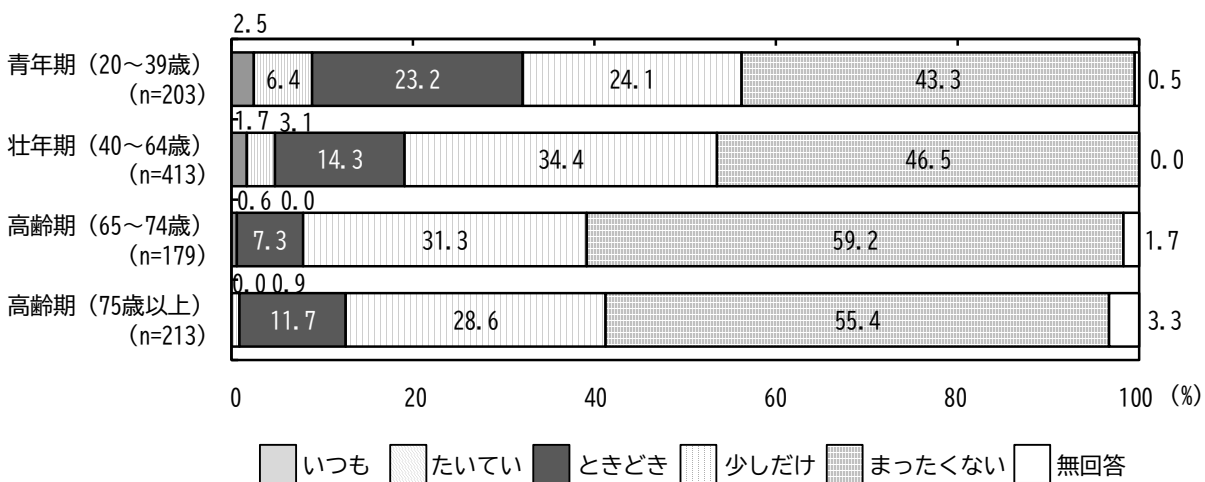
「いつも」の割合は1.3%と、前回調査と同値になっていますが、「まったくない」の割合は前回調査から5.6ポイント減少しています。

『感じる』（「いつも」＋「たいてい」＋「ときどき」＋「少しだけ」）の割合については48.7%と、前回調査から10.5ポイント増加しています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

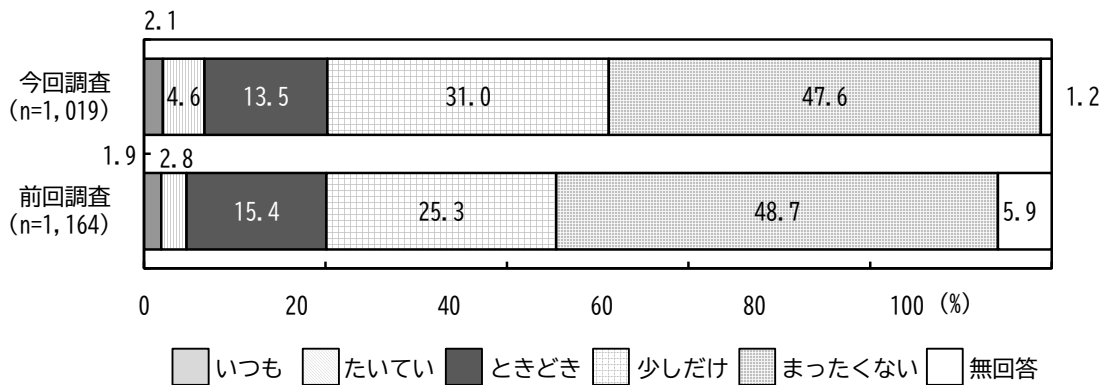
『感じる』の割合をライフステージ別でみると、《青年期（20～39歳）》では56.2%、《壮年期（40～64歳）》では53.5%、《高齢期（65～74歳）》では39.2%、《高齢期（75歳以上）》では41.2%と、《青年期（20～39歳）》での割合が最も高くなっています。



問28 過去1か月の間、気分が沈み込んで、何が起こっても気が晴れないように感じましたか。【単数回答】

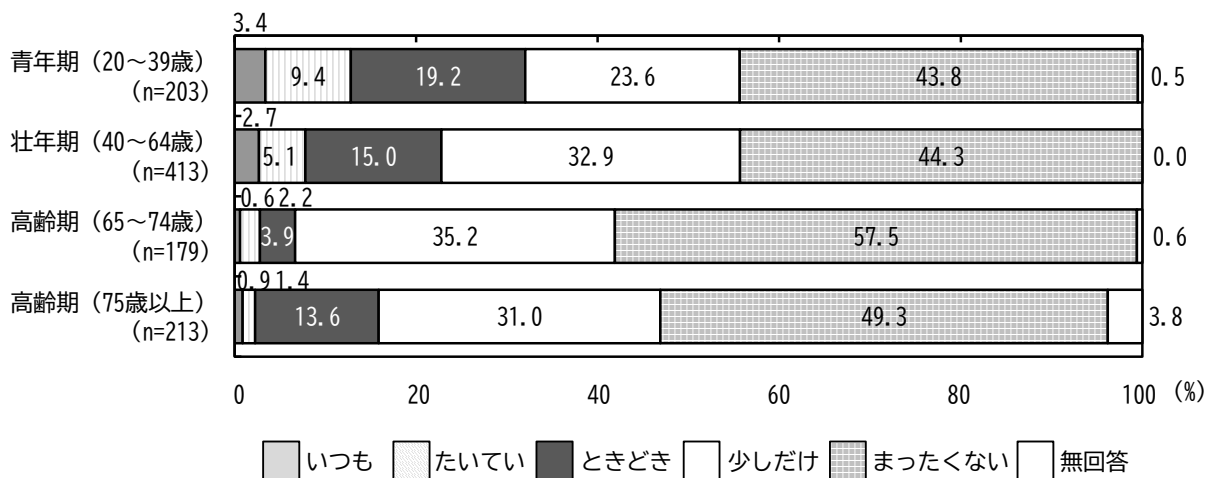
「いつも」の割合は2.1%と、前回調査から大きな変化はありませんが、「まったくない」の割合は前回調査から1.1ポイント減少しています。

『感じる』（「いつも」＋「たいてい」＋「ときどき」＋「少しだけ」）の割合については51.2%と、前回調査から5.8ポイント増加しています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

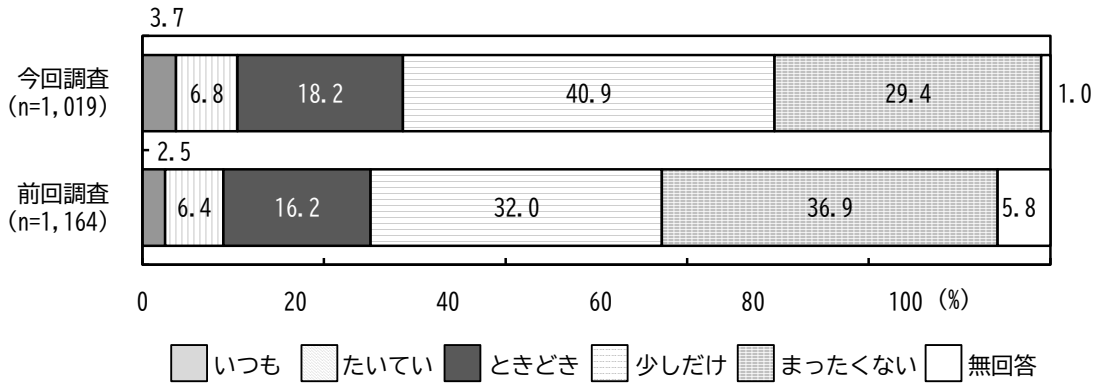
『感じる』の割合をライフステージ別でみると、《青年期（20～39歳）》では55.6%、《壮年期（40～64歳）》では55.7%、《高齢期（65～74歳）》では41.9%、《高齢期（75歳以上）》では46.9%と、《青年期（20～39歳）》、《壮年期（40～64歳）》での割合が高くなっています。



問29 過去1か月の間、何をするにも骨折り（面倒）だと感じましたか。【単数回答】

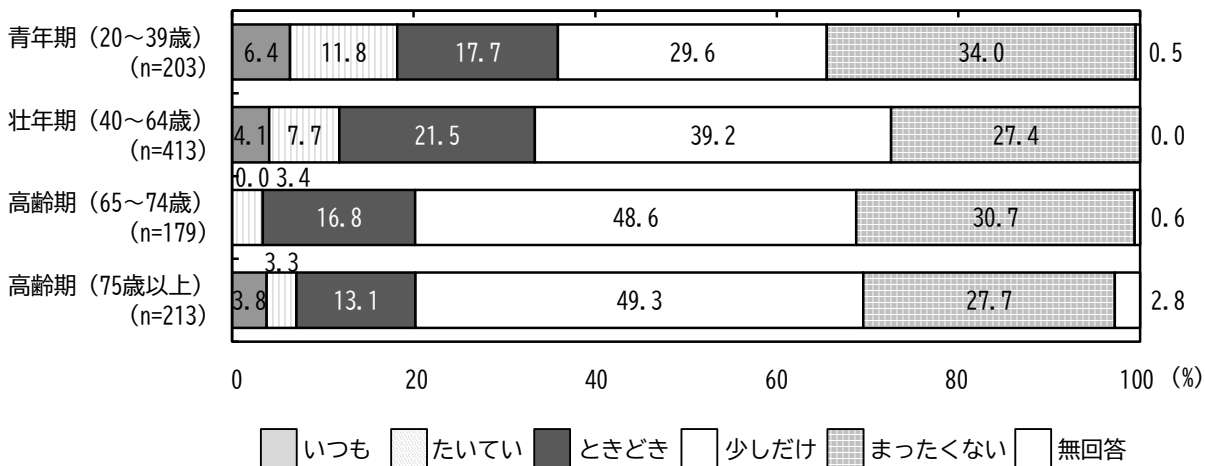
「いつも」の割合は3.7%と、前回調査から1.2ポイント増加し、「まったくない」の割合は前回調査から7.5ポイント減少しています。

『感じる』（「いつも」＋「たいてい」＋「ときどき」＋「少しだけ」）の割合については69.6%と、前回調査から12.5ポイント増加しています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

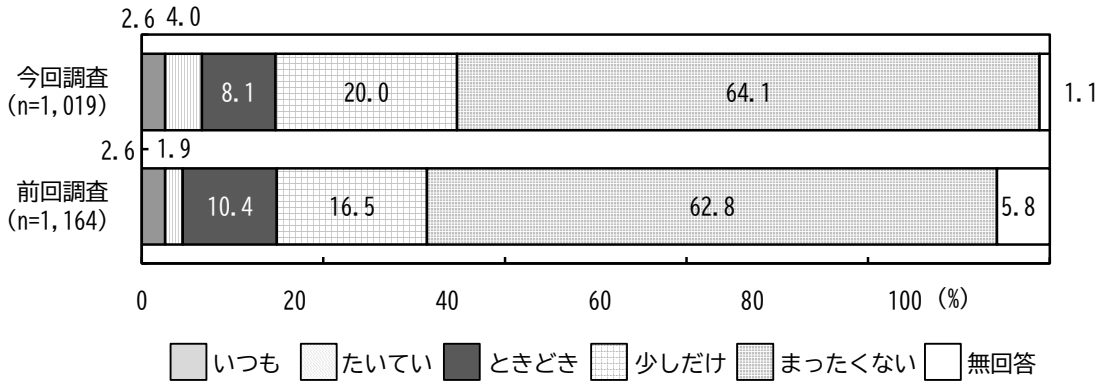
『感じる』の割合をライフステージ別でみると、《青年期（20～39歳）》では65.5%、《壮年期（40～64歳）》では72.5%、《高齢期（65～74歳）》では68.8%、《高齢期（75歳以上）》では69.5%と、《壮年期（40～64歳）》での割合が最も高くなっています。



問 30 過去1か月の間、自分は価値のない人間だと感じましたか。【単数回答】

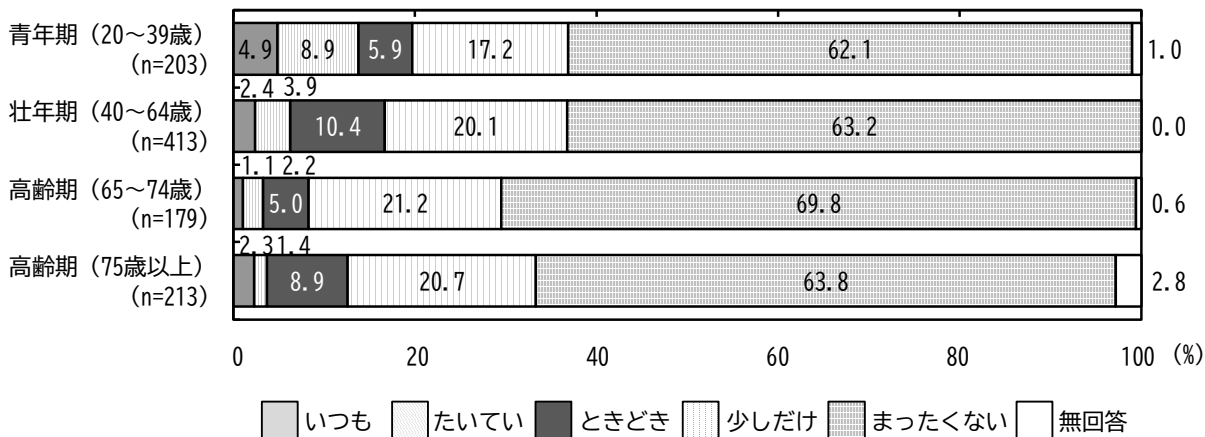
「いつも」の割合は2.6%と、前回調査と同値となっていますが、「まったくない」の割合は前回調査から1.3ポイント増加しています。

『感じる』（「いつも」＋「たいてい」＋「ときどき」＋「少しだけ」）の割合については34.7%と、前回調査から3.3ポイント増加しています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

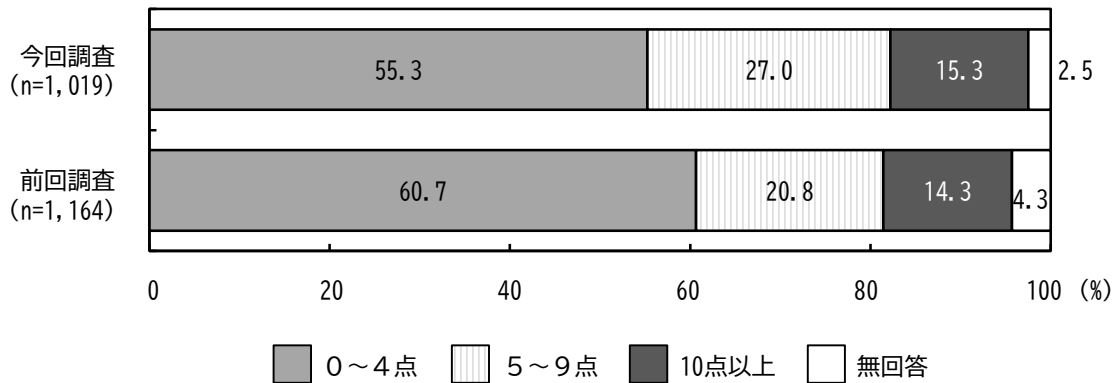
『感じる』の割合をライフステージ別でみると、《青年期（20～39歳）》では36.9%、《壮年期（40～64歳）》では36.8%、《高齢期（65～74歳）》では29.5%、《高齢期（75歳以上）》では33.3%と、《青年期（20～39歳）》、《壮年期（40～64歳）》での割合が高くなっています。



K 6※の点数（問 25～問 30 の合計点）

「0～4点」が55.3%と最も高く、次いで、「5～9点」が27.0%、「10点以上」が15.3%となっています。

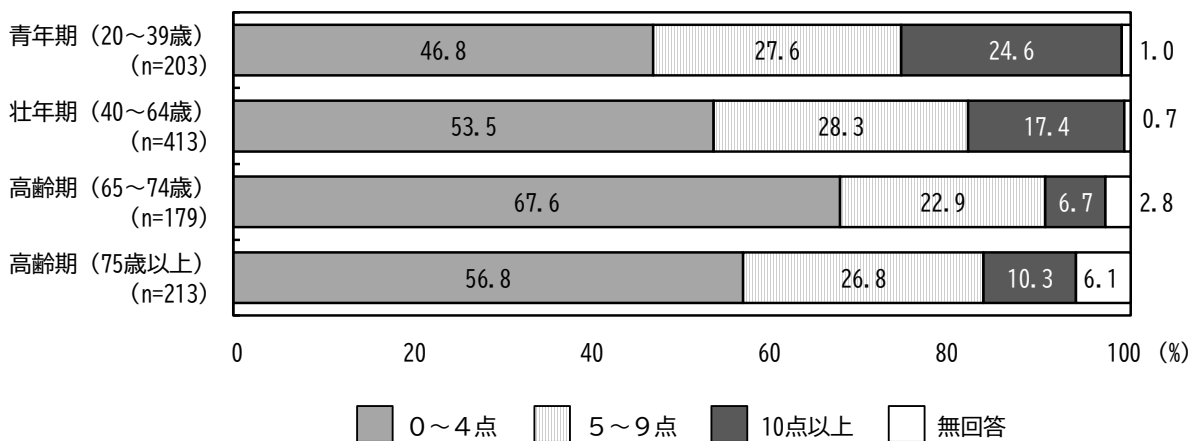
「10点以上」の割合は前回調査から1.0ポイント増加しています。



※K 6とはうつ病や不安障害などの精神疾患をスクリーニングするための調査手法。問 25～問 30 について「まったくな」= 0点、「少しだけ」= 1点、「ときどき」= 2点、「たいてい」= 3点、「いつも」= 4点として①から⑥合計点を算出。合計点が高いほど、精神的な問題がより重い可能性があると考えられる。

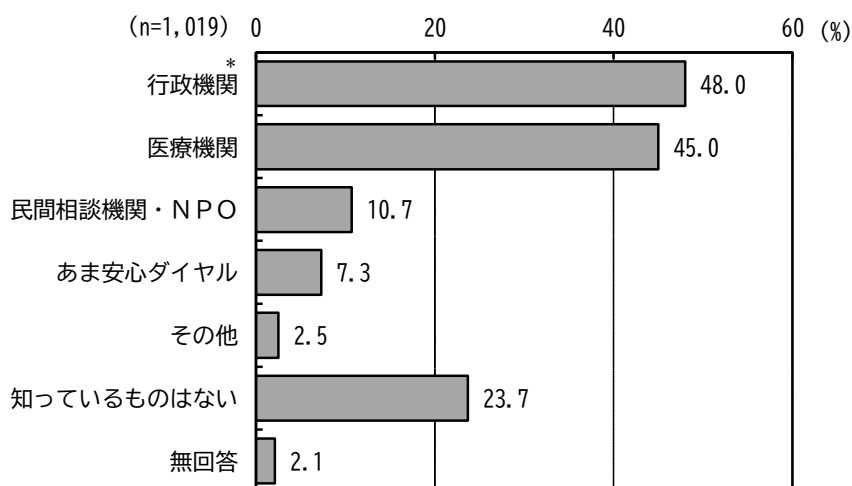
【クロス集計（ライフステージ別）】

「10点以上」の割合をライフステージ別で見ると、《青年期（20～39歳）》で最も高く、24.6%となっています。割合が最も低いのは《高齢期（65～74歳）》で6.7%となっています。



問 31 こころの悩みや病気に関する相談先について知っているものはありますか。
【複数回答】

「行政機関」が 48.0%と最も高く、次いで「医療機関」が 45.0%、「知っているものはない」が 23.7%となっています。



*市役所・保健センター・地域包括支援センター・保健所・精神保健福祉センター・あいちこころのサポート相談等

【クロス集計（ライフステージ別）】

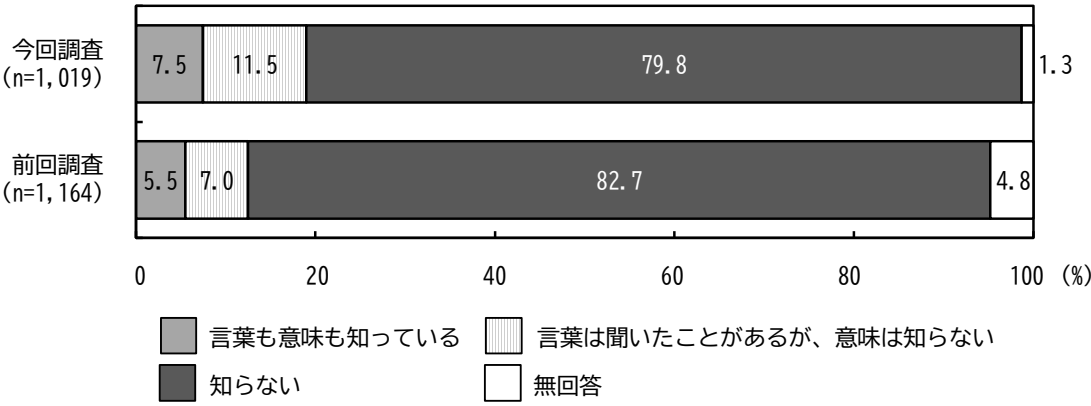
どの世代でも「行政機関」、「医療機関」が上位2位となっていますが、《青年期（20～39歳）》では「医療機関」が最も高く（48.8%）、《壮年期（40～64歳）》、《高齢期（65～74歳）》、《高齢期（75歳以上）》では「行政機関」が最も高くなっています（順に 50.6%、50.3%、45.5%）。

	行政機関	医療機関	民間相談機関・NPO	あま安心ダイヤル	その他	知っているものはない	無回答
青年期（20～39歳） （n=203）	44.3	48.8	16.7	5.4	1.5	28.6	0.5
壮年期（40～64歳） （n=413）	50.6	48.2	11.6	5.8	3.6	22.5	0.2
高齢期（65～74歳） （n=179）	50.3	43.0	5.6	11.7	1.7	24.0	1.7
高齢期（75歳以上） （n=213）	45.5	38.0	7.5	8.5	1.9	21.6	6.1

問 32 ゲートキーパーとは何か知っていますか。【単数回答】

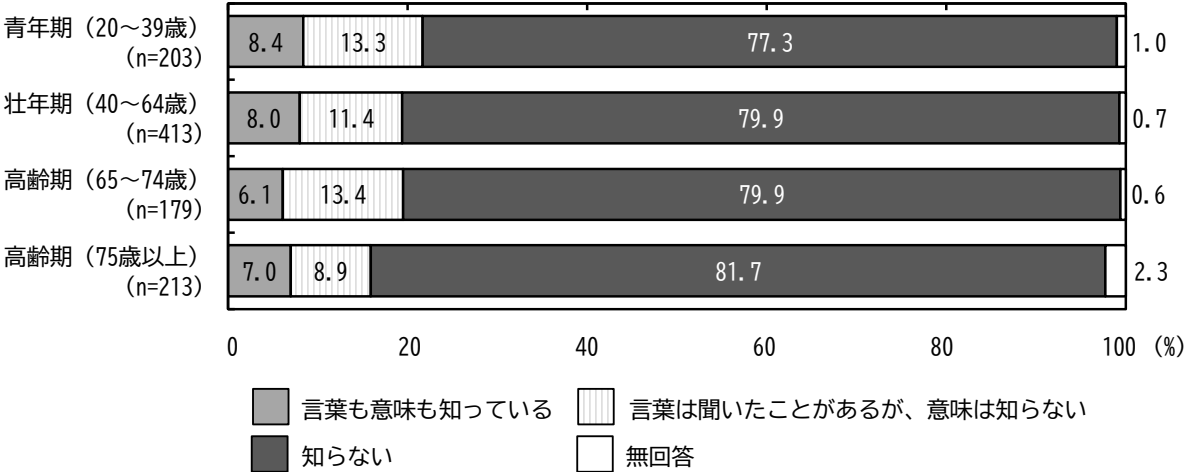
「知らない」が 79.8%と最も高く、次いで、「言葉は聞いたことがあるが、意味は知らない」が 11.5%、「言葉も意味も知っている」が 7.5%となっています。

「言葉も意味も知っている」の割合は前回調査から 2.0 ポイント増加しています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

「言葉も意味も知っている」の割合をライフステージ別で見ると、いずれの世代も 10%未満となっていますが、《青年期（20～39歳）》での割合が最も高く、8.4%となっています。

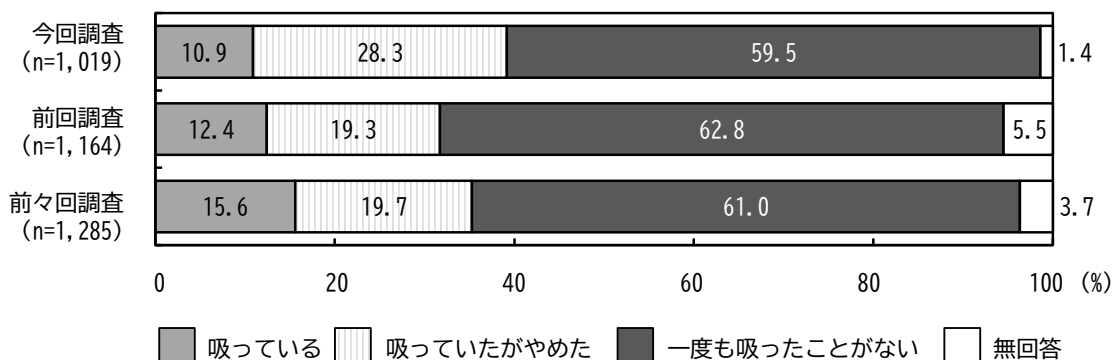


(6) 喫煙、飲酒について

問 33 現在、たばこを吸っていますか。【単数回答】

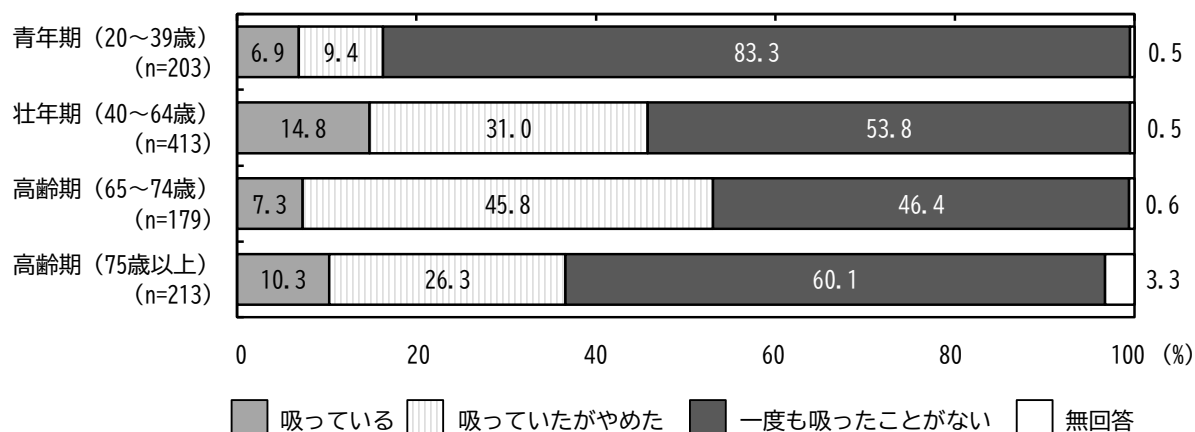
「一度も吸ったことがない」が 59.5%と最も高く、次いで、「吸っていたがやめた」が 28.3%、「吸っている」が 10.9%となっています。

「吸っている」の割合は調査のたびに減少し、前回調査から 1.5 ポイント減少しています。



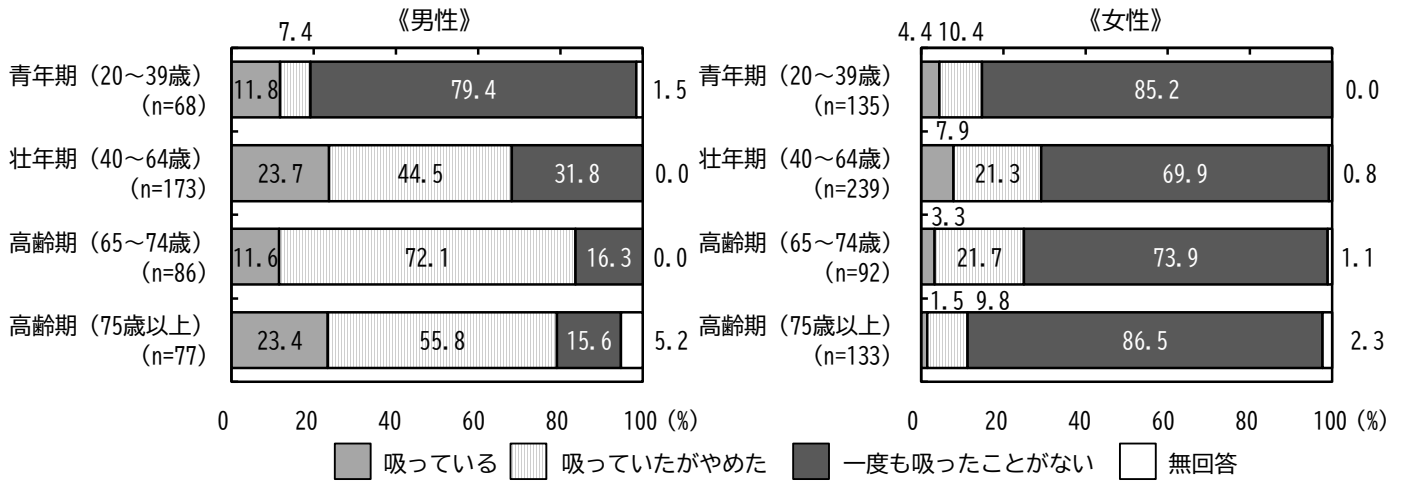
【クロス集計 (ライフステージ別)】

「吸っている」の割合をライフステージ別で見ると、《壮年期 (40~64 歳)》で最も高く、14.8%となっています。割合が最も低いのは《青年期 (20~39 歳)》で 6.9%となっています。



【クロス集計（性・ライフステージ別）】

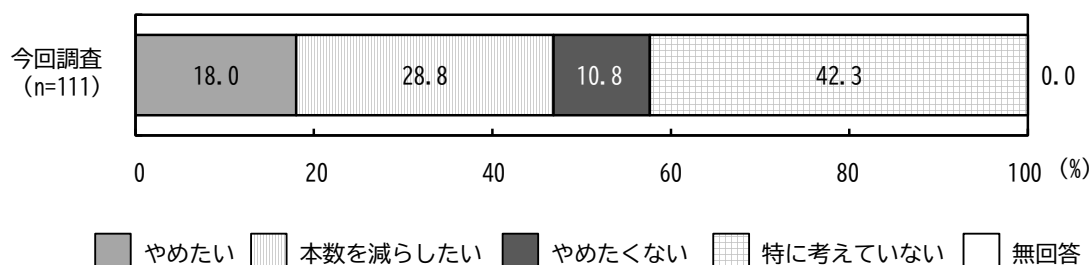
「吸っている」の割合を性・ライフステージ別で見ると、男性の《壮年期（40～64歳）》で最も高く、23.7%となっています。女性ではいずれの世代も10%未満となっています。また、「吸う」の割合はいずれの世代も男性の方が高く、女性の割合を大きく上回っています。



【たばこを吸う人のみ】

問 34 たばこをやめたいと思いますか。【単数回答】

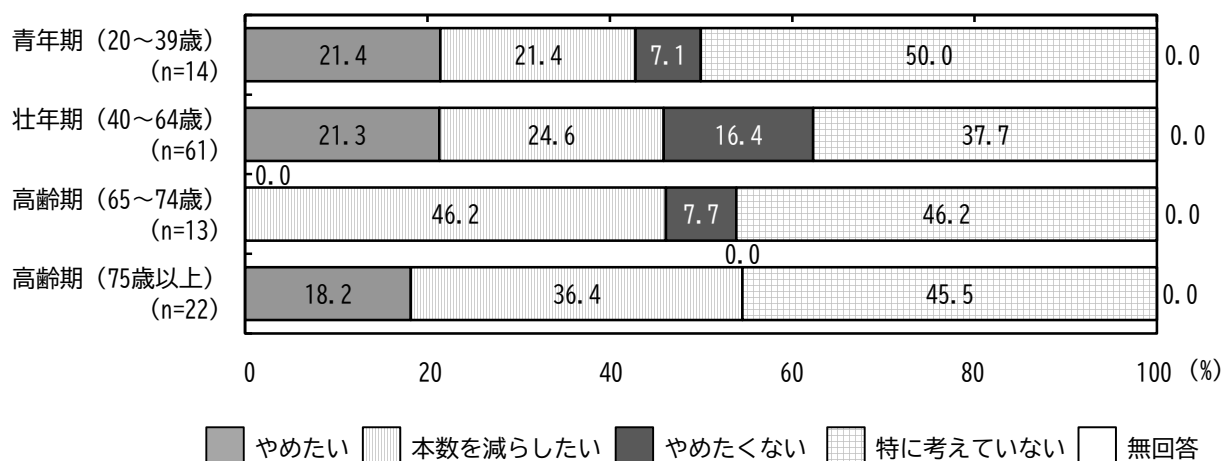
「特に考えていない」が42.3%と最も高く、次いで、「本数を減らしたい」が28.8%、「やめたい」が18.0%となっています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

どの世代でも「特に考えていない」の割合が最も高くなっていますが、《高齢期（65～74歳）》では「本数を減らしたい」と同値になっています。

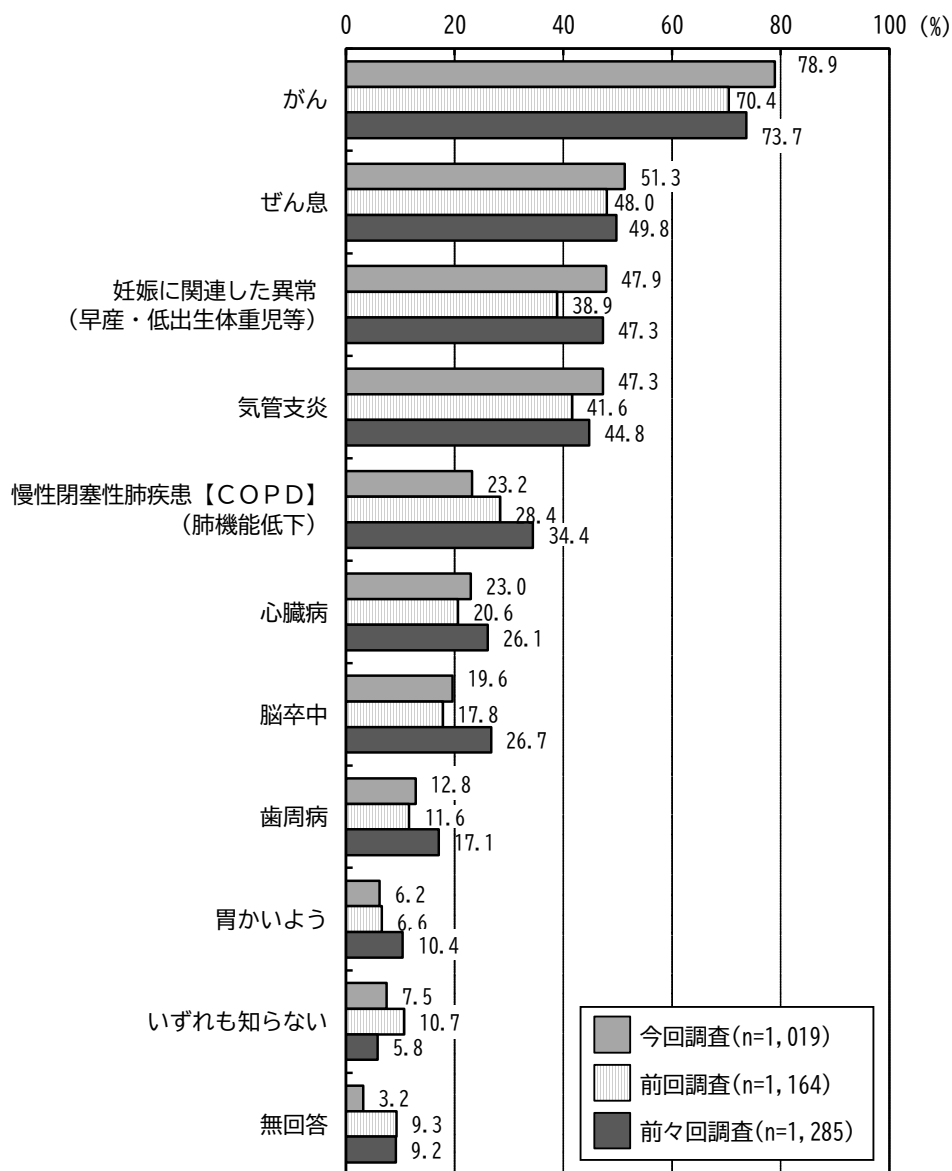
「やめたい」の割合をライフステージ別でみると、《青年期（20～39歳）》、《壮年期（40～64歳）》での割合が比較的高くなっています（順に21.4%、21.3%）。



問35 受動喫煙（他人の吸っているたばこの煙を吸ってしまうこと）によって影響を受ける病気のうち、知っているものはどれですか。【複数回答】

前回調査と同様に「がん」が最も高く、78.9%となっています。次いで、「ぜん息」が51.3%、「妊娠に関連した異常（早産・低出生体重児等）」が47.9%となっています。

「がん」、「ぜん息」、「妊娠に関連した異常（早産・低出生体重児等）」とも前回調査から増加しており、順に8.5ポイント、3.3ポイント、9.0ポイント増となっています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

どの世代でも「がん」が最も高くなっていますが（《青年期（20～39歳）》：87.2%、《壮年期（40～64歳）》：85.0%、《高齢期（65～74歳）》：74.9%、《高齢期（75歳以上）》：64.8%）、2番目に高いものをみると、《青年期（20～39歳）》、《壮年期（40～64歳）》では「妊娠に関連した異常（早産・低出生体重児等）」（順に68.5%、55.0%）、《高齢期（65～74歳）》、《高齢期（75歳以上）》では「ぜん息」となっています（順に59.2%、46.0%）。

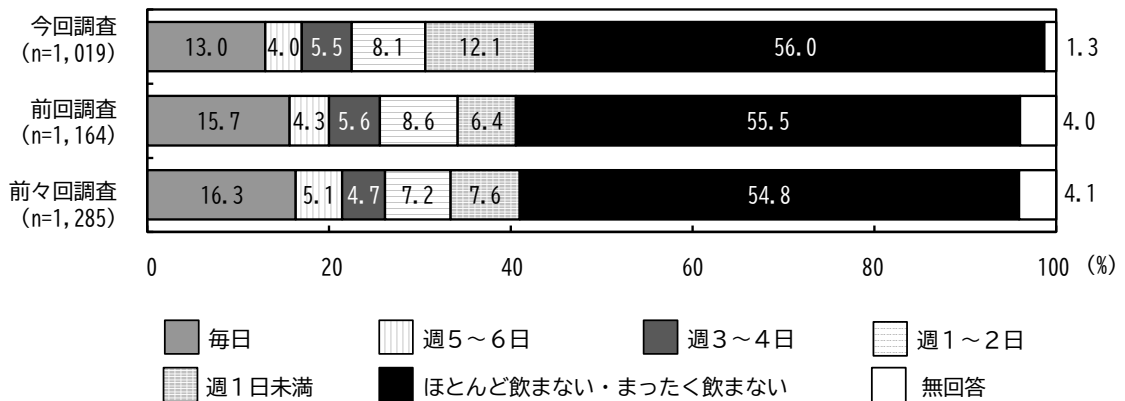
(%)

	がん	ぜん息	妊娠に関連した異常（早産・低出生体重児等）	気管支炎	慢性閉塞性肺疾患（COPD）	心臓病	脳卒中	歯周病	胃かいよう	いずれも知らない	無回答
青年期（20～39歳） （n=203）	87.2	55.7	68.5	49.8	19.2	29.1	26.1	24.6	10.3	5.4	0.0
壮年期（40～64歳） （n=413）	85.0	49.4	55.0	45.8	24.0	25.2	24.2	13.6	5.8	5.6	0.7
高齢期（65～74歳） （n=179）	74.9	59.2	39.7	56.4	25.7	20.7	17.3	4.5	5.6	8.4	3.4
高齢期（75歳以上） （n=213）	64.8	46.0	23.0	41.3	23.5	15.5	7.5	7.5	3.8	12.2	9.4

問36 お酒（洋酒・日本酒・ビール・焼酎・ワイン等）をどのくらいの頻度で飲みますか。【単数回答】

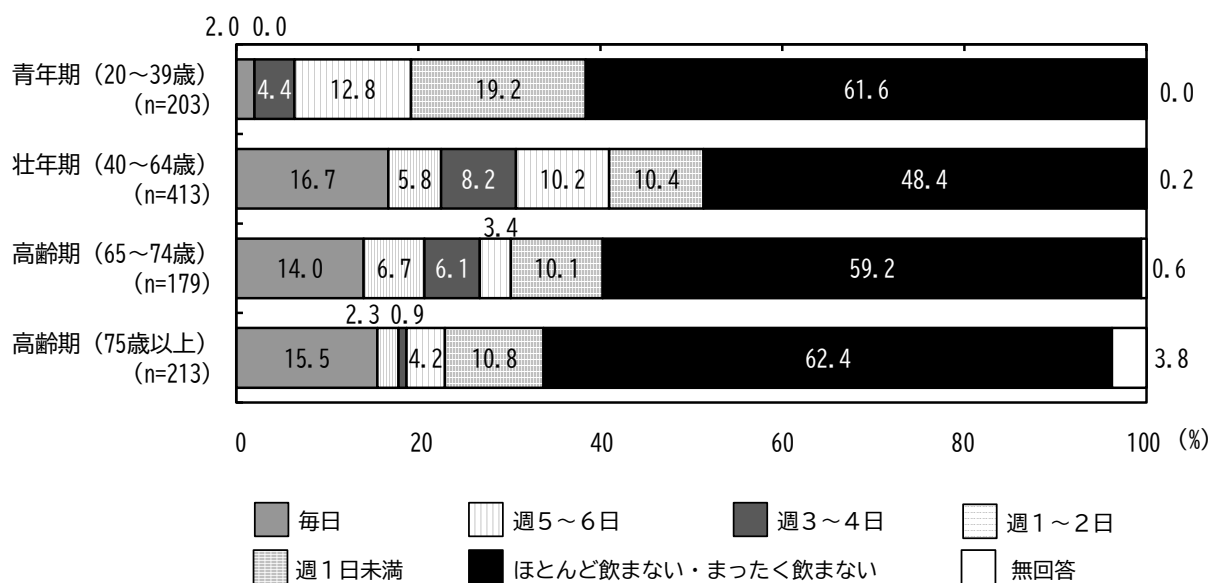
「ほとんど飲まない・まったく飲まない」が56.0%と最も高く、次いで、「毎日」が13.0%、「週1日未満」が12.1%となっています。

「毎日」の割合は調査のたびに減少し、前回調査から2.7ポイント減少しています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

「毎日」の割合をライフステージ別でみると、《壮年期（40~64歳）》で最も高く、16.7%となっています。割合が最も低いのは《青年期（20~39歳）》で2.0%となっています。

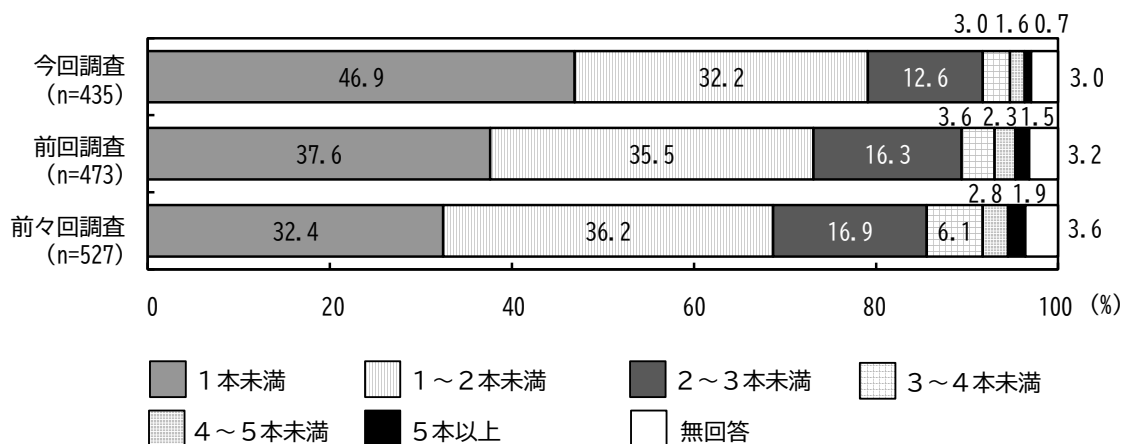


【お酒を飲む人のみ】

問 37 1日にどのくらい飲みますか（ビール中びんに換算して回答）。【単数回答】

「1本未満」が46.9%と最も高く、次いで、「1～2本未満」が32.2%、「2～3本未満」が12.6%となっており、『3本以上』については5.3%となっています。

「1本未満」の割合は調査のたびに増加し、前回調査から9.3ポイント増加しています。一方、『3本以上』の割合については調査のたびに減少し、前回調査から2.1ポイント減少しています。



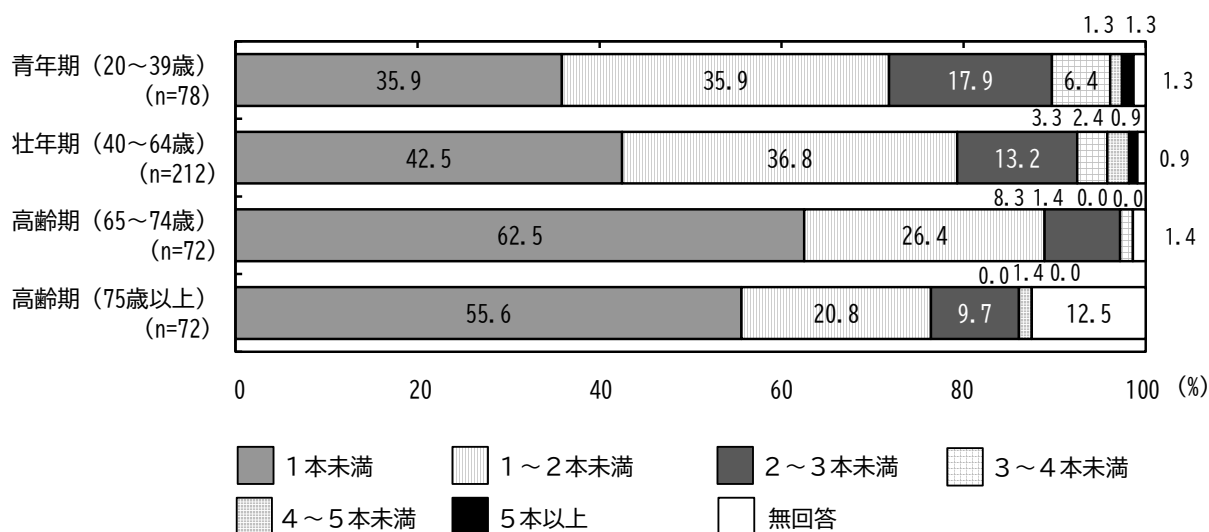
注：以下をビール（度数5%）中びん（500ml）に該当する量として回答。〈 〉内はアルコール度。

- ・清酒〈15%〉→1合（180ml）
- ・焼酎〈25%〉→0.5合程度（約110ml）
- ・ワイン〈12%〉→グラス1.5杯程度（約180ml）
- ・ウイスキーダブル〈40%〉→1杯（原酒で60ml）
- ・缶チューハイ〈7%〉→レギュラー缶1本（350ml）
- ・梅酒〈13%〉→1合（180ml）

【クロス集計（ライフステージ別）】

どの世代でも「1本未満」の割合が最も高くなっていますが（《青年期（20～39歳）》：35.9%、《壮年期（40～64歳）》：42.5%、《高齢期（65～74歳）》：62.5%、《高齢期（75歳以上）》：55.6%）、《青年期（20～39歳）》については「1～2本未満」と同値となっています。

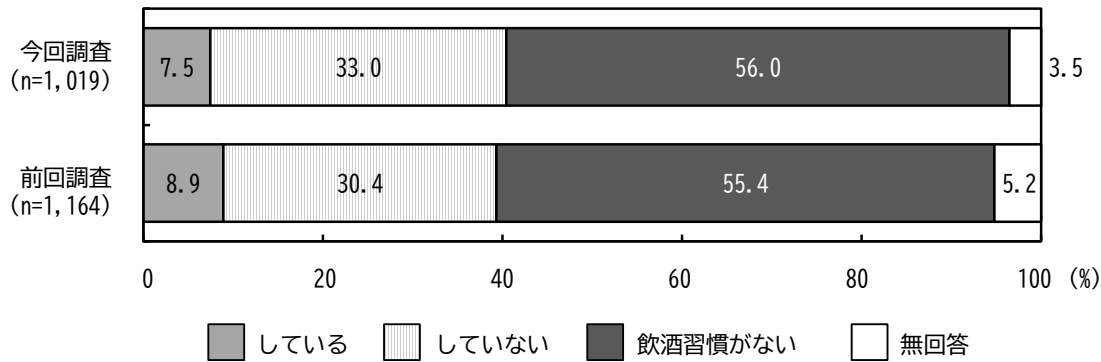
『3本以上』の割合をライフステージ別でみると、どの世代も10%未満となっていますが、《青年期（20～39歳）》での割合が最も高く、9.0%となっています。



生活習慣病※のリスクを高める飲酒の状況（問 36・問 37 より算出）【単数回答】

「飲酒習慣がない」が 56.0%となっていますが、「している」は 7.5%、「していない」は 33.0%となっています。

「している」の割合は前回調査から 1.4 ポイント減少しています。



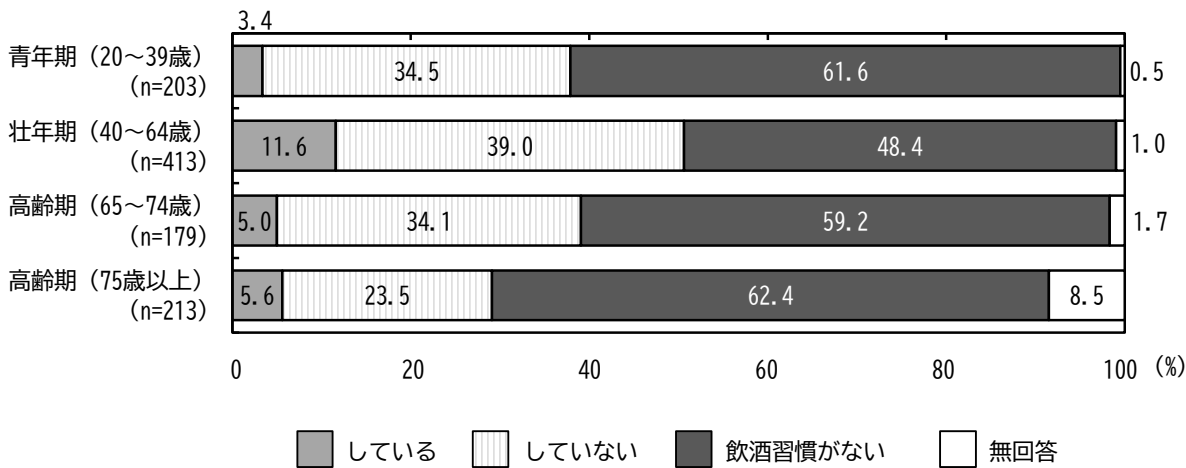
※生活習慣病のリスクを高める飲酒とは、男性は1日当たりの純アルコール量が40g以上、女性は1日当たりの純アルコール量が20g以上とされており、以下の計算で算出している。

男性：「ほぼ毎日×2本以上」＋「週3日以上×3本以上」＋「週1～2日×5本以上」＋「週1日未満×5本以上」

女性：「ほぼ毎日×1本以上」＋「週3日以上×1本以上」＋「週1～2日×3本以上」＋「週1日未満×5本以上」

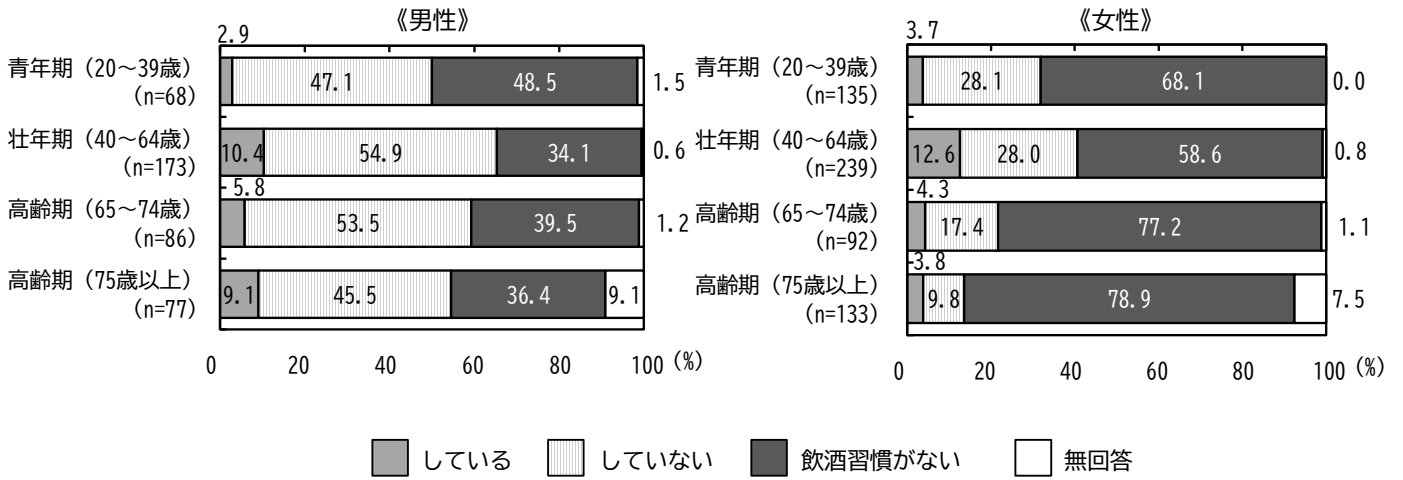
【クロス集計（ライフステージ別）】

「している」の割合をライフステージ別で見ると、《壮年期（40～64歳）》で最も高く、11.6%となっています。そのほかの世代は10%未満となっています。



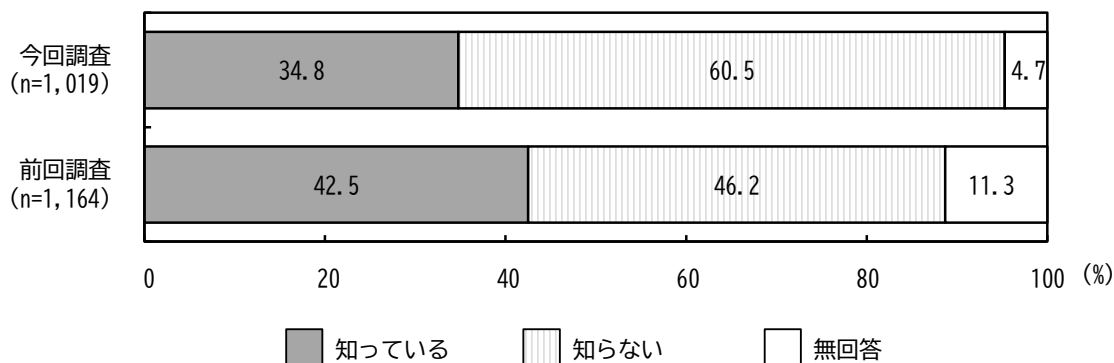
【クロス集計（性・ライフステージ別）】

「している」の割合を性・ライフステージ別で見ると、女性の《壮年期（40～64歳）》で最も高く、12.6%となっています。男性でも《壮年期（40～64歳）》の割合が最も高く、10.4%となっています。



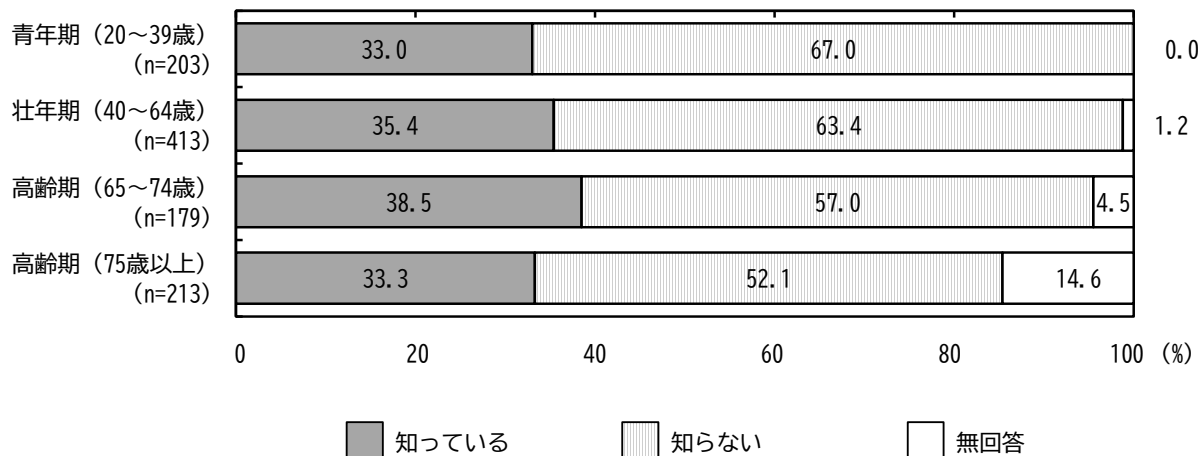
問 38 節度ある適度な飲酒は、ビール中びん1本以下（純アルコールで約 20g（女性の場合はその半分））に相当する量であることを知っていますか。【単数回答】

「知っている」が34.8%、「知らない」が60.5%となっています。
 「知っている」の割合は前回調査から7.7ポイント減少しています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

「知っている」の割合をライフステージ別で見ると、いずれの世代も30%台となっていますが、《高齢期（65～74歳）》での割合が最も高く、38.5%となっています。

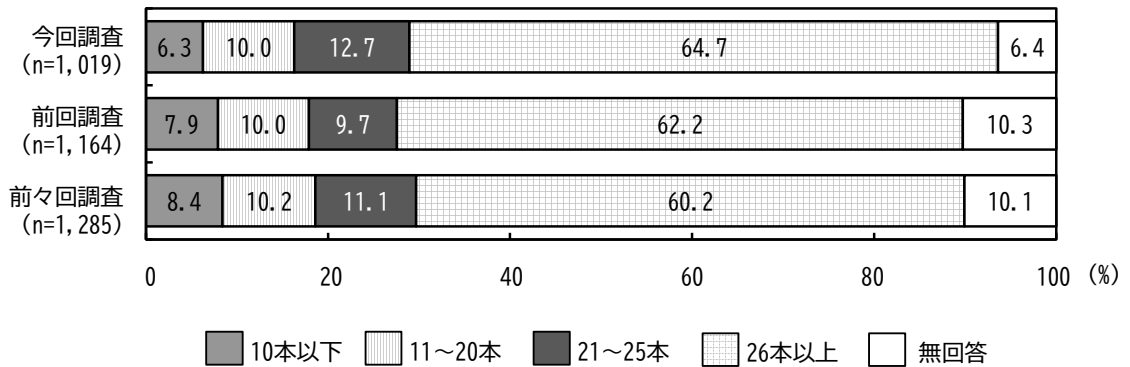


(7) 歯の健康について

問 39 あなたの歯は何本ありますか。【単数回答】

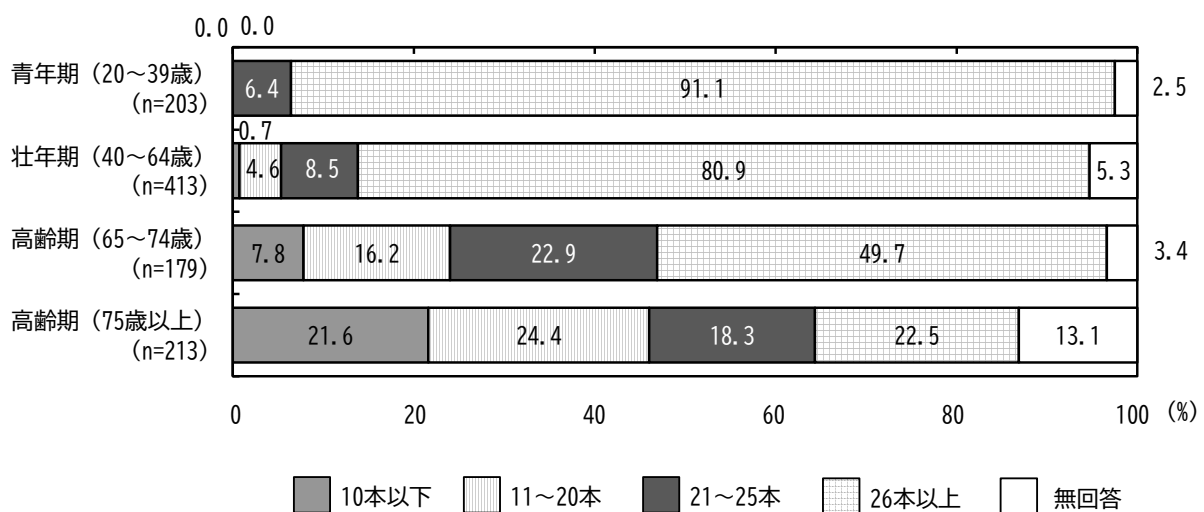
「26 本以上」が 64.7%と最も高く、次いで、「21～25 本」が 12.7%となっています。

「26 本以上」の割合は調査のたびに増加しており、前回調査から 2.5 ポイント増加しています。



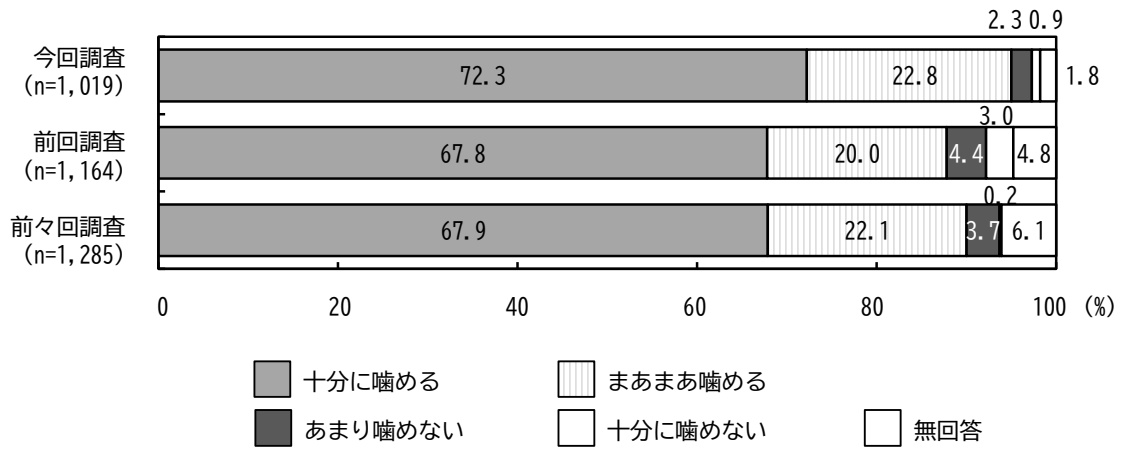
【クロス集計（ライフステージ別）】

「26 本以上」の割合をライフステージ別で見ると、《青年期（20～39 歳）》で最も高く、91.1%となっています。割合が最も低いのは《高齢期（75 歳以上）》で 22.5%となっています。また、「26 本以上」の割合は世代が上がるごとに大きく減少する傾向にあり、特に《壮年期（40～64 歳）》以降はその差が大きくなっています。



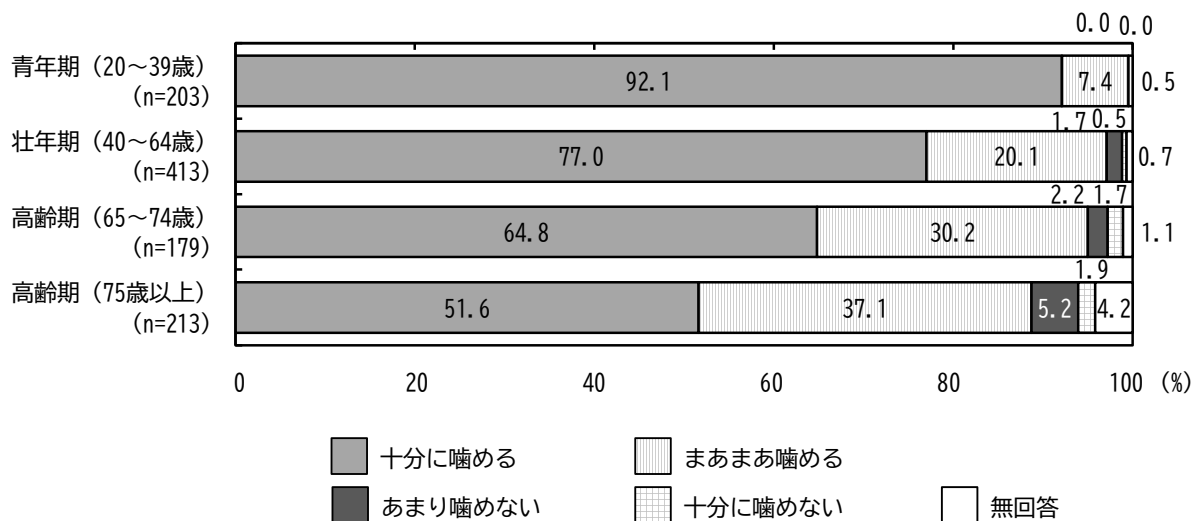
問 40 今の歯（入れ歯も含む）で噛んで食べることができますか。【単数回答】

「十分に噛める」が 72.3%と最も高く、次いで、「まあまあ噛める」が 22.8%となっています。
 「十分に噛める」の割合は前回調査から 4.5 ポイント増加しています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

「十分に噛める」の割合をライフステージ別で見ると、世代が上がるほど低下し、世代間の差も大きく、《青年期（20～39歳）》では 92.1%、《高齢期（75歳以上）》では 51.6%となっています。

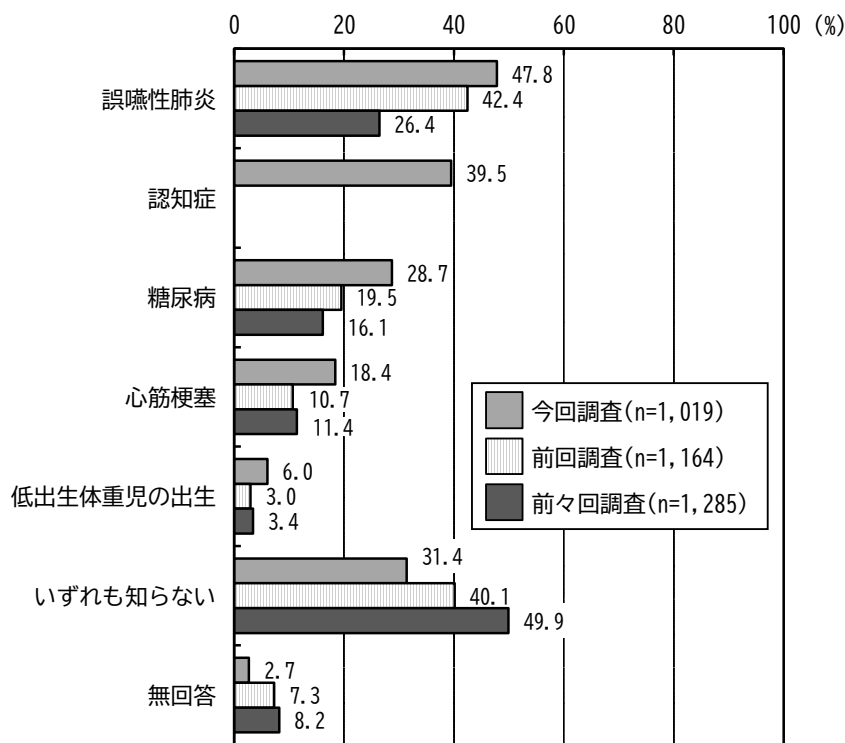


問 41 歯と口腔の健康と関連があるもののうち、知っているものはどれですか。
【複数回答】

「誤嚥性肺炎」が最も高く、47.8%となっています。次いで、「認知症」が 39.5%、「いずれも知らない」が 31.4%となっています。

また、「誤嚥性肺炎」、「糖尿病」の割合は調査のたびに増加しており、前回調査から順に 5.4 ポイント、9.2 ポイント増加しています。

一方で、「いずれも知らない」の割合は調査のたびに減少し、前回調査から 8.7 ポイント減少しています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

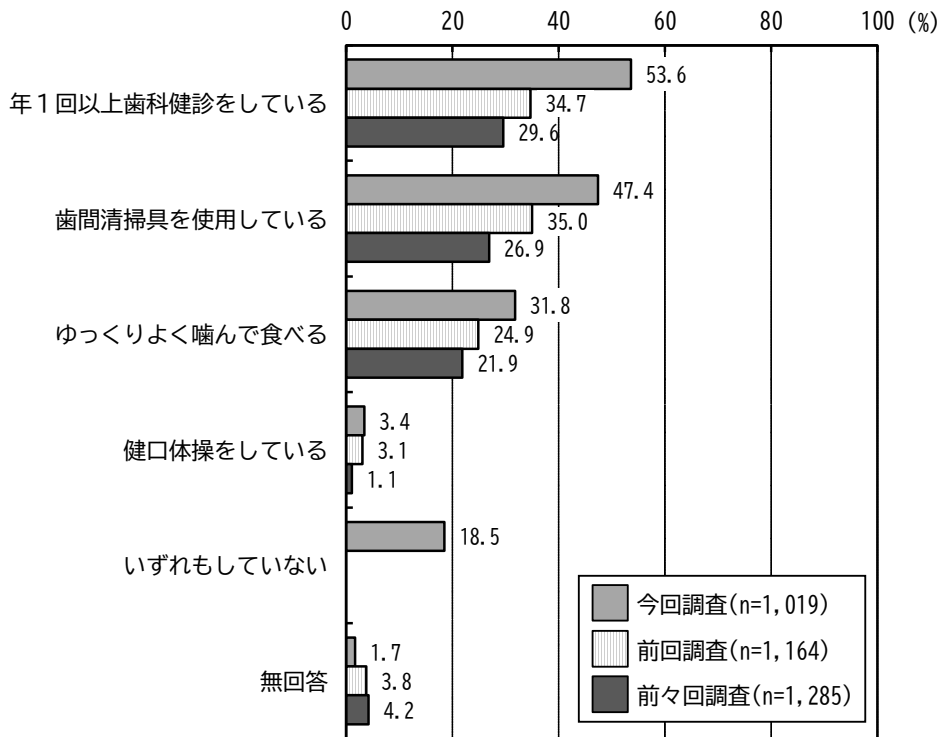
《青年期（20～39歳）》では「いずれも知らない」（41.4%）、「誤嚥性肺炎」（34.5%）の順、《壮年期（40～64歳）》、《高齢期（65～74歳）》、《高齢期（75歳以上）》では「誤嚥性肺炎」（順に 44.8%、58.1%、58.7%）、「認知症」（順に 42.4%、44.1%、36.6%）の順で高くなっています。

	誤嚥性肺炎	認知症	糖尿病	心筋梗塞	低出生体重児の出生	いずれも知らない	無回答
青年期（20～39歳） (n=203)	34.5	33.5	32.5	18.2	13.3	41.4	0.0
壮年期（40～64歳） (n=413)	44.8	42.4	28.8	21.8	6.1	32.0	1.0
高齢期（65～74歳） (n=179)	58.1	44.1	30.2	18.4	2.2	27.9	1.7
高齢期（75歳以上） (n=213)	58.7	36.6	23.9	12.7	1.9	23.9	8.5

問 42 歯と口腔の為に実践していることはありますか。【複数回答】

「年1回以上歯科健診をしている」が最も高く、53.6%となっています。次いで、「歯間清掃具を使用している」が47.4%、「ゆっくりよく噛んで食べる」が31.8%となっています。

「年1回以上歯科健診をしている」、「歯間清掃具を使用している」、「ゆっくりよく噛んで食べる」の割合はいずれも調査のたびに増加しており、前回調査から順に18.9ポイント、12.4ポイント、6.9ポイント増加しています。



※歯間清掃具：デンタルフロス、歯間ブラシ等

【クロス集計（ライフステージ別）】

どの世代でも「年1回以上歯科健診をしている」、「歯間清掃具を使用している」が上位2位となっていますが、《青年期（20～39歳）》では「歯間清掃具を使用している」が最も高く（46.8%）、《壮年期（40～64歳）》、《高齢期（65～74歳）》、《高齢期（75歳以上）》では「年1回以上歯科健診をしている」が最も高くなっています（順に57.1%、58.1%、53.1%）。

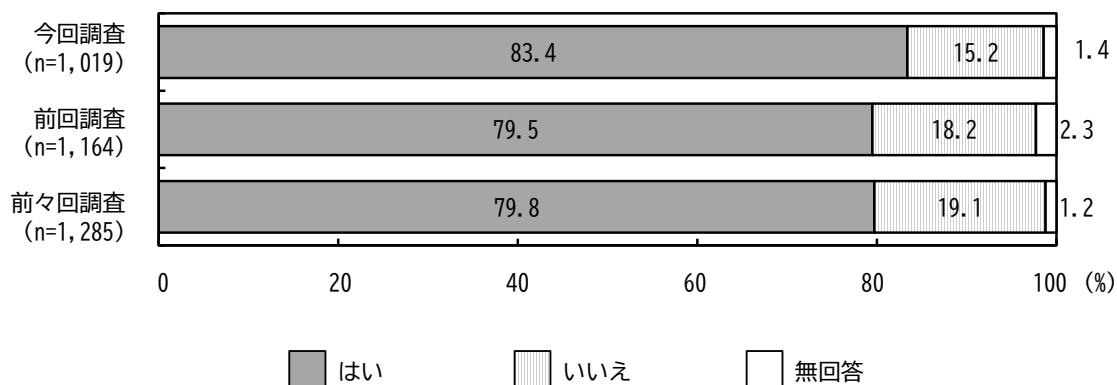
	年1回以上 歯科健診を している	歯間清掃具 を使用して いる	ゆっくりよ く噛んで食 べる	健口体操を している	いずれもし ていない	無回答
青年期 (20～39歳) (n=203)	43.3	46.8	39.4	1.5	22.2	0.0
壮年期 (40～64歳) (n=413)	57.1	49.2	24.2	1.5	20.1	0.5
高齢期 (65～74歳) (n=179)	58.1	49.2	31.8	4.5	15.1	0.6
高齢期 (75歳以上) (n=213)	53.1	44.1	39.9	8.0	16.0	5.6

(8) 健康管理について

問43 この1年の間に健診（血液検査、尿検査、心電図検査等）や人間ドックを受けましたか。【単数回答】

「はい」が83.4%、「いいえ」が15.2%となっています。

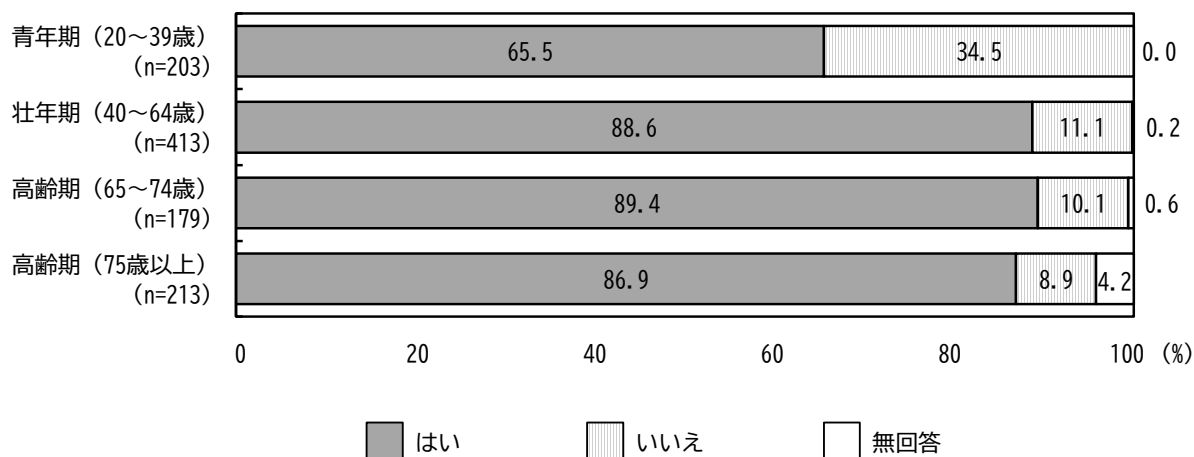
「はい」の割合は前回調査から3.9ポイント増加し、ここ3回の調査で最も高い値となっています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

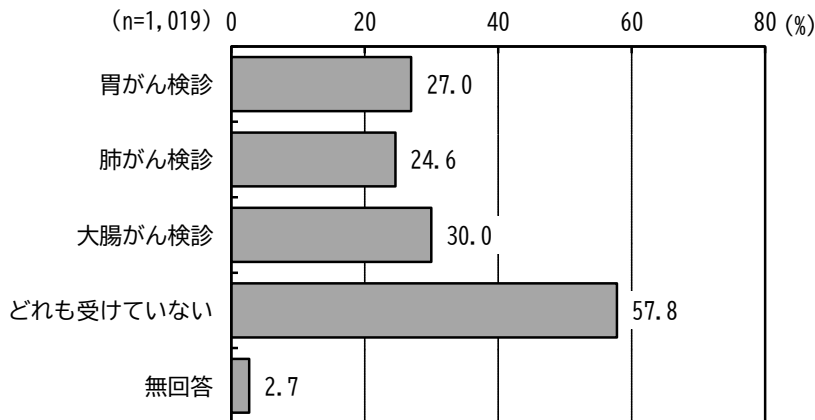
「はい」の割合をライフステージ別で見ると、《高齢期（65～74歳）》での割合が最も高く、89.4%となっています。割合が最も低いのは《青年期（20～39歳）》で65.5%となっています。

また、「はい」の割合は、《青年期（20～39歳）》から《壮年期（40～64歳）》にかけて大きく上昇しています。



問 44 この1年の間に受けたがん検診はどれですか。【複数回答】

「どれも受けていない」が57.8%と最も高くなっています。「胃がん検診」は27.0%、「肺がん検診」は24.6%、「大腸がん検診」は30.0%となっています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

「どれも受けていない」の割合をライフステージ別で見ると、世代が上がるほど低くなり、世代間の差も大きく、《青年期（20～39歳）》では90.6%、《高齢期（75歳以上）》では44.1%となっています。

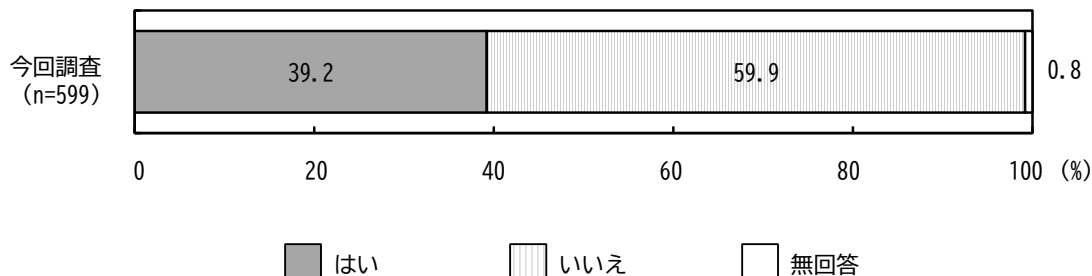
また、受診した検診については、いずれの世代においても「大腸がん検診」の割合が最も高くなっています。

	(%)				
	胃がん検診	肺がん検診	大腸がん検診	どれも受けていない	無回答
青年期（20～39歳） (n=203)	4.9	2.5	5.9	90.6	1.0
壮年期（40～64歳） (n=413)	32.2	25.9	35.1	55.0	1.2
高齢期（65～74歳） (n=179)	36.3	35.2	39.7	45.3	1.7
高齢期（75歳以上） (n=213)	31.0	34.3	35.2	44.1	7.0

【女性のみ】

問 45 この2年の間に子宮がん検診は受けましたか。【単数回答】

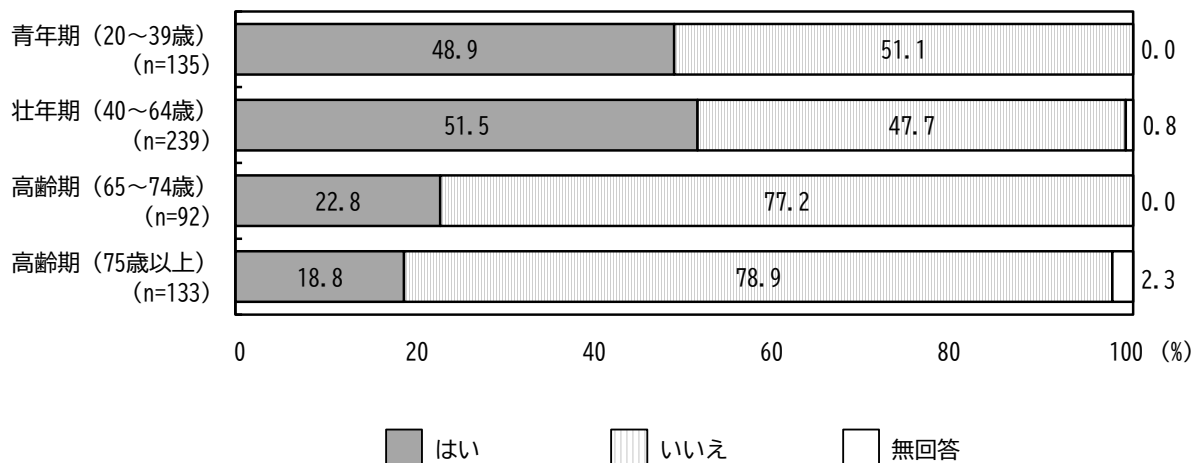
「はい」が39.2%、「いいえ」が59.9%となっています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

「はい」の割合をライフステージ別で見ると、《壮年期（40～64歳）》での割合が最も高く、51.5%となっています。割合が最も低いのは《高齢期（75歳以上）》で18.8%となっています。

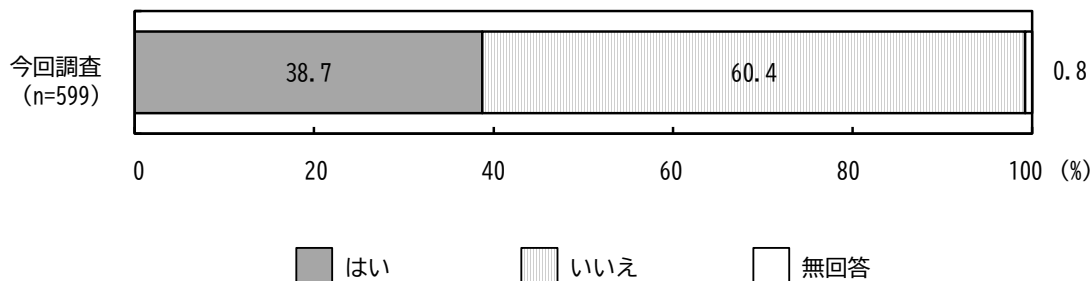
また、「はい」の割合は、《壮年期（40～64歳）》から《高齢期（65～74歳）》にかけて大きく低下しています。



【女性のみ】

問 46 この2年の間に乳がん検診は受けましたか。【単数回答】

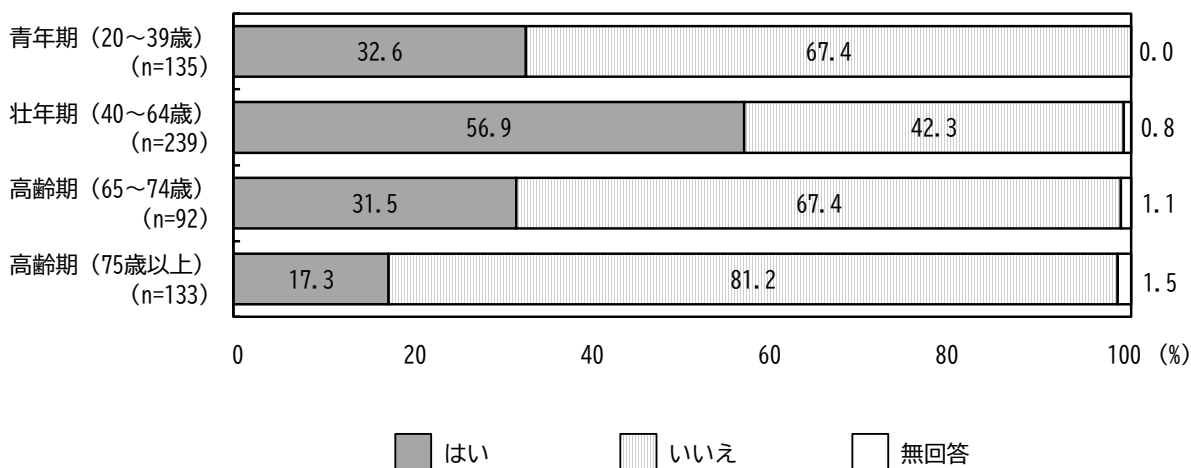
「はい」が38.7%、「いいえ」が60.4%となっています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

「はい」の割合をライフステージ別で見ると、《壮年期（40～64歳）》での割合が最も高く、56.9%となっています。割合が最も低いのは《高齢期（75歳以上）》で17.3%となっています。

また、「はい」の割合は、《青年期（20～39歳）》から《壮年期（40～64歳）》にかけて大きく上昇し、《壮年期（40～64歳）》から《高齢期（65～74歳）》にかけて大きく低下しています。

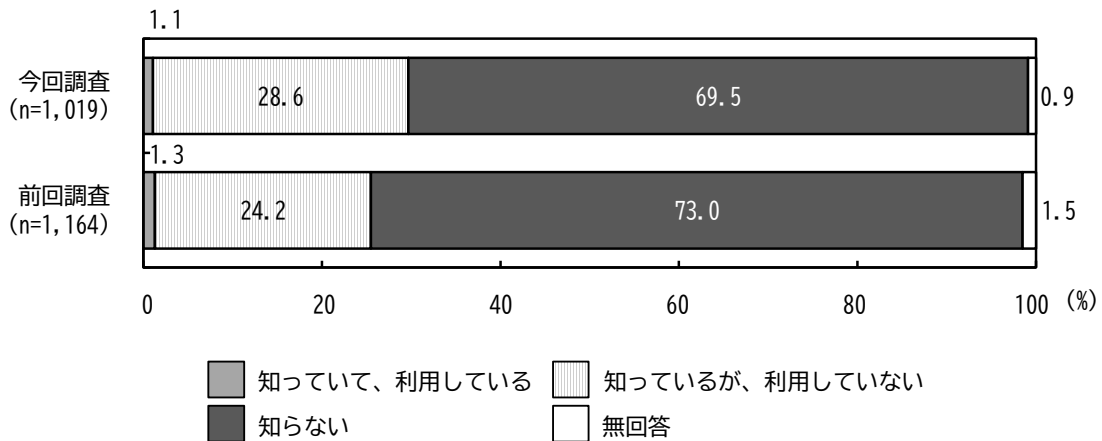


(9) 市の健康づくり事業等について

問 47 あま市健康ウォーキングマップを知っていますか。【単数回答】

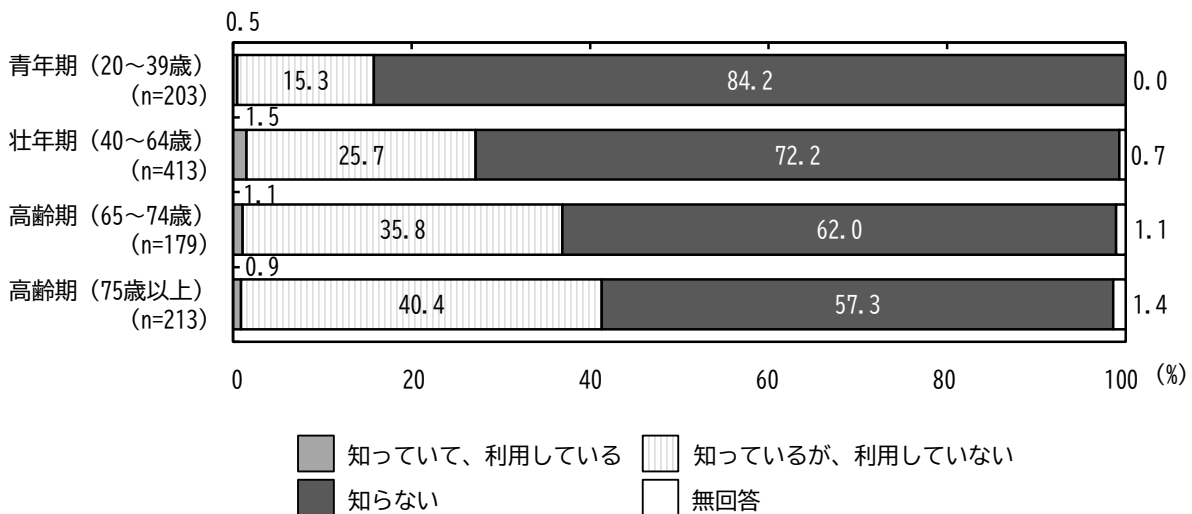
「知らない」が 69.5%と最も高く、次いで、「知っているが、利用していない」が 28.6%、「知っている、利用している」が 1.1%となっており、『知っている』（「知っている、利用している」+「知っているが、利用していない」）については 29.7%となっています。

『知っている』の割合は前回調査から 4.2 ポイント増加しています。



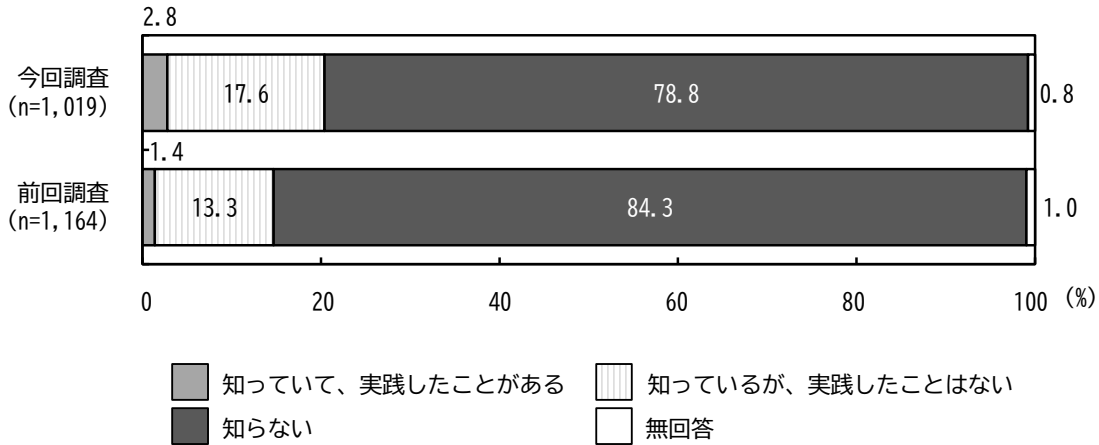
【クロス集計（ライフステージ別）】

『知っている』の割合をライフステージ別で見ると、世代が上がるほど高くなり、世代間の差も大きく、《青年期（20～39歳）》では 15.8%、《高齢期（75歳以上）》では 41.3%となっています。



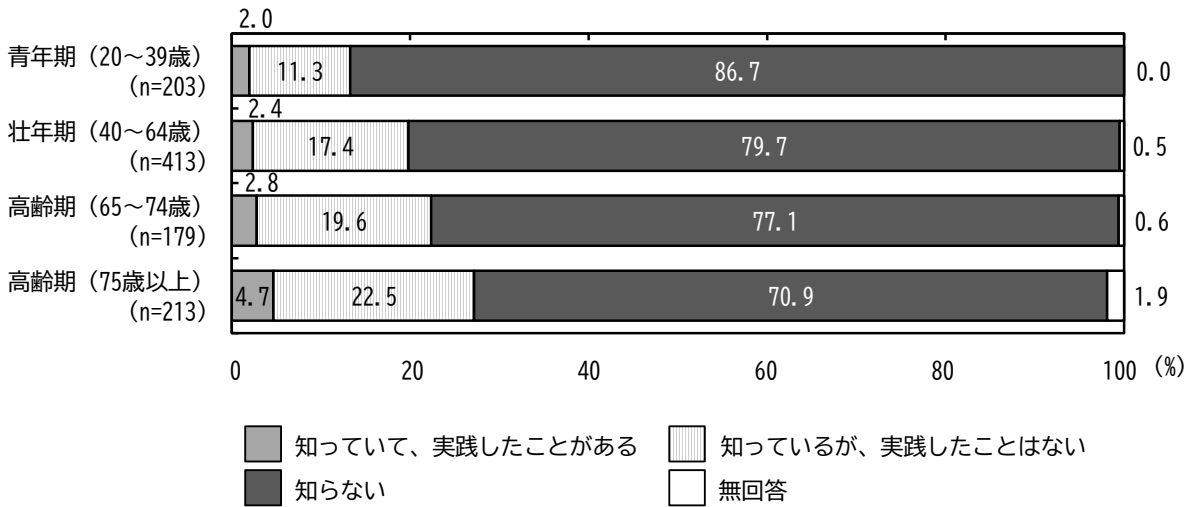
問 48 あま市の体操「ずっと We Love あま！体操」を知っていますか。【単数回答】

「知らない」が 78.8%と最も高く、次いで、「知っているが、実践したことはない」が 17.6%、「知っている、実践したことがある」が 2.8%となっており、『知っている』（「知っている、実践したことがある」+「知っているが、実践したことはない」）については 20.4%となっています。『知っている』の割合は前回調査から 5.7 ポイント増加しています。



【クロス集計（ライフステージ別）】

『知っている』の割合をライフステージ別で見ると、世代が上がるほど高くなり、《青年期（20～39歳）》では 13.3%、《高齢期（75歳以上）》では 27.2%となっています。



(10) 健康づくりに取り組みやすい環境に対する意見（自由回答）

【自由回答】

どのような環境があれば健康づくりに取り組めるか、市へのご提言があればご記入ください。

192 人の方から 232 件のご意見がありました。主な意見は下記のとおりです。

①公園、スポーツ施設の整備について（78 件）

《主な意見》

- ・整備が行きとどいた大きい公園があるとよい。
- ・自然豊かな広い公園があるとよい。
- ・遊歩道のある大きな公園がほしい。
- ・木陰のある公園をつくってほしい。
- ・ウォーキングできるような広い公園が整備されるとよい。
- ・運動できる広場や公園を増やしてほしい。
- ・地域ごとに運動ができるような公園があればいいと思う。
- ・市民は無料で利用でき、子どもも大人も楽しめる室内施設がほしい。
- ・ボール遊びやランニングなどが自由にできる公園がほしい。
- ・休日に市民が無料で利用できる、50ha 以上か同程度の緑地公園を整備してほしい。
- ・木々や緑が多く、ベンチがあるアスレチックフィールドがあるとよい。
- ・気軽に行けて運動できる施設を増やしてほしい。
- ・お風呂付き運動施設があるとよいと思う。
- ・涼しく、気軽に行ける運動空間。
- ・屋内の無料施設の開放、遊び場をつくる。
- ・ゆっくりと身体が動かせて、アクセスしやすい施設があればいいと思う。
- ・子どもと土日でも遊べる施設（できれば夏や雨の日でも）がほしい。
- ・子どもとボール遊びができる公園があったらいいと思う。
- ・体育館のエアコンや公園でボールを使用できる場所を確保してほしい。
- ・子どもたちがのびのび体を動かして遊ぶことができる安全で清潔な室内施設がほしい。
- ・子どもたちが使用する公園を安全で活気のあるようにしてほしい。
- ・誰でも使いやすい運動施設の整備をしてほしい。筋トレ器具の整備や高齢者、障害者に配慮したバリアフリー化の設計等が必要。
- ・公園に年齢関係なく気軽に体を動かすことができる遊具のようなものがあればよい。
- ・子どもから高齢者まで皆が使える公園の充実。広々とした公園がもっとあると、子どもと一緒に親世代も運動できると思うし、大人向けの遊具が充実すると高齢者も利用できると思う。
- ・近くの公園には手洗い場や日陰がなく、休憩できないので、行く気になれない。
- ・ベビーカーで散歩ができる公園や遊歩道がないので、そういった場所があると運動しやすいと思う。

- ・大治スポーツセンターのような筋トレや運動器具がある場所をつくってほしい。若い人でも仕事帰りに気軽に行けるような綺麗で充実したスポーツセンターがほしい。
- ・健康促進の遊具のようなものがアートビレッジに設置されると、集いの場としても利用できるのではないかな。
- ・今ある公園は、遊具やベンチが古いので新しくしてほしい
- ・市のスポーツ施設をつくり、それらをSNSで発信してほしい。市役所の敷地内で、ウォーキング、ランニングができるようなコースがあればよいと思う。
- ・気候、天候に関係なく、気軽に利用できる屋内の運動施設があるといいと思う。
- ・あま市が運営するジムやプールをつくってほしい。
- ・スポーツジムやサウナを気軽に利用できるようにしてほしい。
- ・無料のジムが近くにあれば健康づくりに取り組みやすい。
- ・市民が安価で利用できるスポーツ施設がほしい。
- ・有料のスポーツクラブ（フィットネス）のような設備のある場所を市で経営すれば安心して利用できる。
- ・市の施設としてトレーニングルームがあるが、機械が故障して使えなかったりするので、やる気が削がれてしまう。すぐに修理してほしい。
- ・テニスコートを増やしてほしい。
- ・屋内プールがあれば利用する。
- ・屋内、屋外のプールが利用できるようにしてほしい。
- ・室内プール、ヨガ、ジムなどの施設がほしい。またその案内をメールなどで周知する。
- ・近くに鉄棒のできるところがあるといい。
- ・年間を通じて無料（市民、年齢別）で利用できる施設（市民、年齢別）が旧3町にそれぞれあるとよい。高齢者は移動手段がないので近くになれば行かない。
- ・市民ならいつでも安価に利用できるスポーツ施設、ジムがあると嬉しい。
- ・近くにジム、または無料で運動ができる場所などがもっと増えてほしい。

②歩行空間の整備について（34件）

《主な意見》

- ・自然の中を歩けるような、ウォーキングコースがあるとよい。
- ・運動の促進を目的とするならば、歩道の整備が必要。
- ・安全で整備された歩道があれば散歩にも出かけやすい。
- ・出かけて歩きたくなるような公園や河川敷、堤防沿いの整備等を行ってほしい。
- ・ランニングコースが少ない。
- ・日陰の散歩道がほしい
- ・「平成プロムナード」のような車の心配もなく、安心して歩けるような場所が多くあればよいと思う。
- ・見渡しのよい広い場所でランニングや散歩、ウォーキングができるエリアがあると出かけたと思える。

- ・大きな公園でウォーキングできるところがほしい。子どもやペットなどの散歩、地域の憩いの場所がほしい。芝生が多い公園があると皆集まって身体を動かしたくなると思う。
- ・ウォーキングが好きだが、西今宿の用水が汚いから長続きしなかった。用水がきれいで、花壇などあれば、楽しめたと思う。
- ・健康ウォーキングマップと連携した散策マップを情報提供（四季を通じた花の開花状況）すると、市民の健康づくりに寄与すると思う。
- ・日頃から歩きたいと思うが車の往来が多く断念してしまう。旧町で1箇所でも散歩モデルコースがあれば歩きたいと思う。
- ・河川の脇道を整備すると、ウォーキングコースとして利用が増えると思う。
- ・歩道を広くして、ランニングしやすくしてほしい。夏はミストの場所をもっとつけてほしい。
- ・木田駅周辺の歩道が狭く、夜も街灯が少なくウォーキングが危険。
- ・近所の道に歩道がない。車がひっきりなしで通るのでウォーキングができない。
- ・屋内で歩ける施設の整備や車の少ないところで歩ける環境整備等が必要。
- ・夜に歩いていて、暗い道が多いので、街灯を増やしてほしい。

③健康に関するイベントや講座について（42件）

《主な意見》

- ・運動サークルの充実。
- ・最新の健康セミナーなどを実施する。
- ・毎日決まった時間にあま体操を流す。
- ・あま市内でのマラソン大会を行ってほしい。
- ・18時以降の体育館での教室、イベント、スクールを増やしてほしい。
- ・食事の指導をしてほしい。
- ・楽しく集まる場所があればと思う。
- ・様々なスポーツの無料体験（オリンピック選手を呼ぶなど）。
- ・ラジオ体操の会場が自宅から近い場所で開催されたら参加したい。
- ・近くのいこいの家公民館等で、健康づくりができるといいと思う。
- ・公園や学校のグラウンドを一定時間、地域住民に開放する。
- ・負担なく気軽に始められる機会があればよい。
- ・徒歩で行ける場所で基本の体操等をやるといいと思う。
- ・憩いの場は近いところで歩いて行けることが何より大事。
- ・気軽に友達を誘い出かけられる場所がほしい。
- ・誰もが自分に適した健康づくりに参加できるように平等な環境をつくってほしい。
- ・子どもと行ける無料のイベントなどがあれば参加したい。
- ・子どもと一緒にできるウォークラリーや簡単なスポーツ大会。
- ・子どもたちと一緒に利用できて、遊びながら体を動かせる場がほしい。
- ・働いている人が参加できる事業が少ない。
- ・仕事をしている人向けに、土日祝などにイベントがあると参加しやすいと思う。

- ・高齢になっても気軽に参加できる体操や、会話だけでもできる場がほしい。
- ・複数ヶ所で高齢者に向けた体操教室等が開かれれば、参加しやすいと思う。
- ・高齢になると人の輪に入る事がなかなかできず、特に、男性が知らない人の中に入って行く機会がなかなかないので、男性のみ参加の企画をもっと増やしてほしい。
- ・足腰が弱くて、コミュニティへ行けない。小グループでも集まれて、楽しめる「娯楽」の場があるとよい。
- ・歩いて行ける距離で健康づくりの会があれば参加しやすいと思う。認知症カフェやサロンを毎週参加できる健康講座につなげるようにしてほしい。
- ・高齢者でも参加できそうなプランを作成して広報してほしい。
- ・健康づくりは1人で継続することが難しいのでコミュニティ系でできるプログラムが夜にあるとうれしい。
- ・地域市民体育祭があったら、みんな健康づくりをしようと思う。誰もが運動ができるように、今までの役所のあとにナイターのグラウンドをつくってほしい。
- ・休日に小学校の体育館を借りて運動したいが、個人で利用するには敷居が高すぎる。個人でももっと気軽に利用できるようにしてほしい。
- ・身近に相談できて、同年代の人たちと関わりがもてる場所があるとよい。時々専門家の指導がある場所があると勉強にもなる。

④健診について（12件）

《主な意見》

- ・無料で受けられる健診などを増やす。
- ・ガン検診に対する補助金や医療施設の増加など手厚い対応があればよい。
- ・がん検診の補助券等があるとがん検診を疎かにせずに受けられると思う。
- ・年齢別で各項目の検診結果をグラフにする（市の検診）。
- ・子宮がん、乳がん検診は2年に1回のみしか利用できない。名古屋市はワンコイン（500円）なので、こういった利用しやすい金額で受診させてほしい。
- ・子宮頸がん検診、乳がん検診のクーポンを一年おきじゃなくて毎年にしてほしい。
- ・年に1回ぐらいの頻度で健康診断を無料で受けられるようにし、結果が優秀な成績だった人は、景品をプレゼントしてはどうか。
- ・市のがん検診が一年中予約できるとよい。
- ・予約をしてわざわざ健康診断に行く気がおきない。予約をしなくても当日に検査ができるならばいけるかもしれない。
- ・健康診断などを行う時、バス等で送迎したりしたら参加する人が増えると思う。
- ・がん検診などは、きっかけがないと実行しないので、DMでのよびかけがあるとよいと思う。

⑤情報発信（12件）

《主な意見》

- ・健康法や、意外な健康効果がある生活習慣を紹介する。
- ・あま市内のスーパーやコンビニに、あま市の取り組みを掲示すると目につくと思う。

- ・市内の施設について、メールなどで周知する。
- ・体育館の利用案内。どうやって使っていいのかわからない。
- ・高齢者にも少しでも歩いてほしいので、市から声をかけてほしい。
- ・広報を見ない人、家にあっても見ることができない人もいるので、告知方法を考えてほしい。
- ・動画配信が増えるとよいと思う。
- ・市で You Tube の健康チャンネルをつくって推進するとよいのではないかな。
- ・若者向けに Instagram などの SNS で情報をわかりやすく、おしゃれに、カジュアルに発信してほしい。
- ・広報は届くが、隅々までは読む余裕がないので、情報をスマホで確認できるとよい。
- ・ウォーキングコースだけでなく、健康器具やベンチの設置場所等をウォーキングマップで周知できるとよいと思う。
- ・あま市健康ウォーキングマップは聞いたことがあるけれどしっかり見たことがないので、広報とかに載せてほしい。

⑥その他の意見（54件）

《主な意見》

【健康づくりへのアクセス】

- ・働く世代向けに、医療機関・健康相談窓口を土日開設する、平日夜間または土日対応の「健康支援モデル」を構築する、会社員を対象にした「職場外健康サービス」といった工夫を求める。より多様な生活パターンに対応した取組が必要。
- ・若者や車を所有している中高年層は、身体を動かしたい場合、ジムなどに通うことができるが、車を持っていない高齢者は何もできない。
- ・高齢者の交通機関の無料化。そうしたらいろいろなところへ行って歩いて健康になれると思う。
- ・コミュニティバスがメイン通りにしか走っていないので、歩行に問題を抱えている人は、家にとじこもりがちになり、運動や活動が怠りがちになると思う。
- ・高齢になってもひとりで買物に行けるように、コミュニティバスの運行について情報がほしい。

【助成やポイント制度】

- ・運動施設が気軽に利用ができるように利用券や補助金などの制度を整えるとよい。
- ・ウォーキングの歩数でポイントが貰えて、あま市のグッズと交換してもらえる仕組みづくり。参加者の中で順位がでるとやる気ができるように思う。
- ・参加すると店で使えるポイントが付くような取組があると興味を持てるので参加してみようかと思える。健康診断の結果でポイントがつくと、健康を維持しようと思える。
- ・ポイントを稼げるような方策をつくってほしい。
- ・家族単位で検診結果が優良な家庭に何か優遇する。
- ・取り組み度合いに応じて PayPay ポイントがプレゼントされる仕組みづくり。
- ・歩数に応じたポイ活で電子マネー獲得を獲得できる制度。

- ・昨年と今年、あま健康マイレージに取り組んでいるが、育休中で余裕があるので参加ができる。景品ももらえるのでうれしい。

【健康に対する考え方】

- ・健康づくりのためのきっかけは用意されていると思うので、後は本人次第だと思う。参加したら住民税還付などの金銭的メリットを提供し、健康になることで医療費が減れば市としてもメリットになると思う。
- ・仕事が忙しくて、あまり健康づくりに取り組めない。一緒に運動したり、話をするような友人もいない。
- ・自分のためには億劫な健康づくりも、子どものためなら出かけられるので、子どもと一緒に出かけられる場所があるとよい。
- ・心の余裕、時間的余裕の持てる環境が必要。ストレスまみれで、何かをする時間も金もないと、健康などつくれるはずもない。
- ・心にゆとりがあれば健康にまで気にかけることができると思う。仕事していると、健康的な食事を考えたり、運動に費やす時間的余裕も、心の余裕もない。
- ・医療費が上がれば気をつける。
- ・健康な生活をするにはお金が必要。

【食育】

- ・野菜の収穫体験や獲った野菜でいろんな調理法を披露する（いも煮会みたいなイベントとか）。
- ・私たちの身体は食べ物でつくられていると思うので、よい食べ物を選んで食べていったら、健康づくりにつながっていくと思う。この機会に学校給食の献立、素材について見直しをお願いしたい。
- ・商工会と協調し、イベント開催時に地産物の販売や景品として配布する。また地産品だけでなく、販売店を紹介することで、実際に地産物を買う人が増えると思う。
- ・安い野菜を売る。
- ・地元で採れた産直野菜やオーガニック食品を取り扱う販売店や飲食店が増えるとよい。

【歯の健康づくり】

- ・小中学生に歯磨き指導。給食の後に歯磨き、フロス。
- ・歯科検診を年に1回受けると補助があると8020運動の推進につながると思う。
- ・歯の定期メンテナンスクーポンの配布。
- ・歯科検診の補助金や歩数計を配布して歩数に合わせたクーポンやギフトなどの意欲がわく取り組みをしてほしい。
- ・歯や口腔について広報をつくってほしい。
- ・歯科検診に行くための無料のチケットのようなものがあるといい
- ・予防歯科を積極的に推進してくれている歯科医院の情報を、地域の広報誌や市からのお知らせ等で入手できると嬉しい。
- ・口腔ケアについて、従来かかりつけ医での PMTC は保険診療の対象だったが実費化してしまった。歯の健康は肝要であると理解しているので、市として支援があると嬉しい。

【その他】

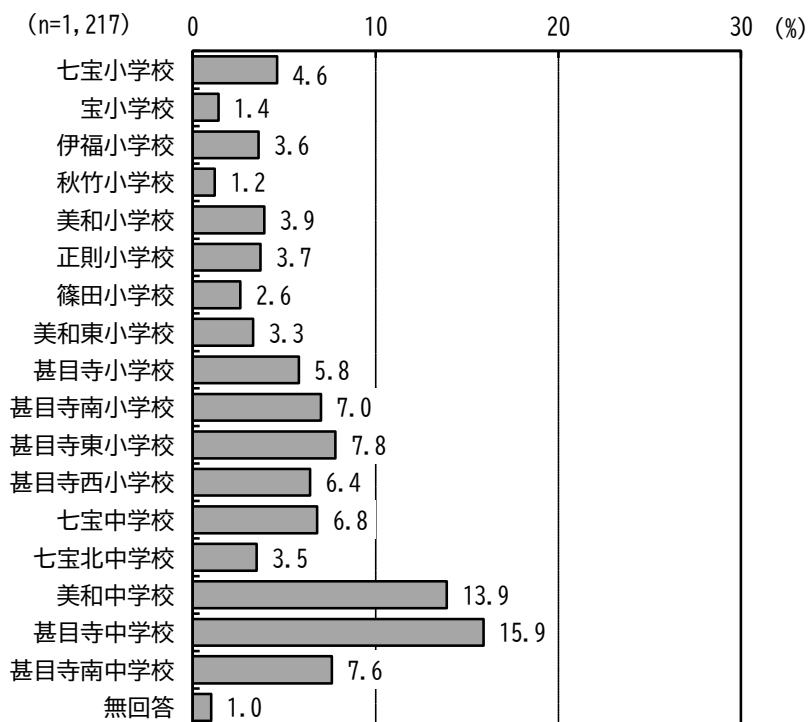
- ・毎日 40 分以上歩くことを心がける。
- ・行政と市民の信頼関係を築くことが大事。
- ・リングフィットが有効。
- ・高校生の医療費を無償にしてほしい。
- ・小学生のプールの授業を外部に委託してほしい。そうすれば、プールの授業時間が確実に確保され、健康にもつながると思う。
- ・年配者の運動奨励や運動する気が無い人への働きかけが必要。
- ・公共施設や飲食店などでの受動喫煙防止対策を強化してほしい。
- ・子育て支援センターでさまざまな人と話げたことで、産後の孤独感や困りごと心配事などを緩和でき、楽しく過ごせるようになった。
- ・高齢のため色々と心配があるが、相談先がわからないので紹介してほしい。
- ・七宝町の体育館をなくさないでほしい。
- ・地域包括センター（すみれの里）のヘルストロン電位治療器がなくなりがっかりしている。

3. 小中学生調査の結果

(1) 回答者属性

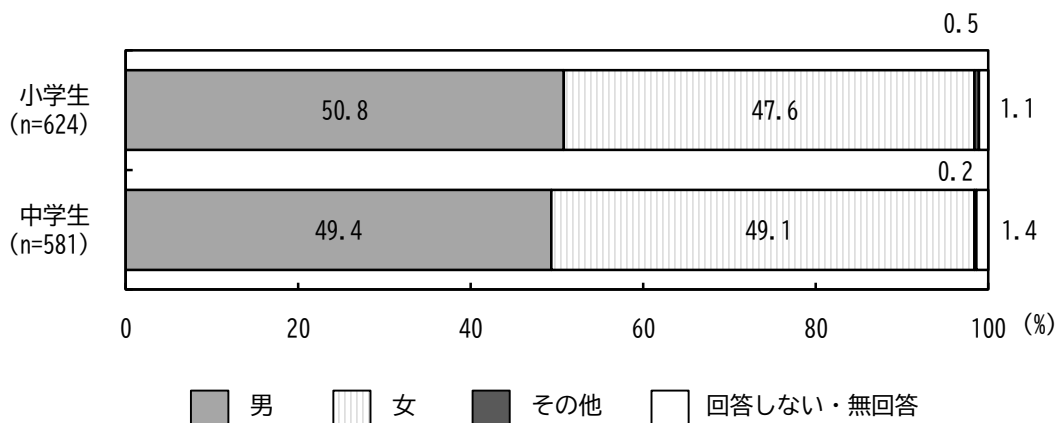
問1 学校【単数回答】

「甚目寺中学校」が最も高く、15.9%となっています。



問2 性別【単数回答】

小学生は、「男」が 50.8%、「女」が 47.6%となっています。中学生は、「男」が 49.4%、「女」が 49.1%となっています。

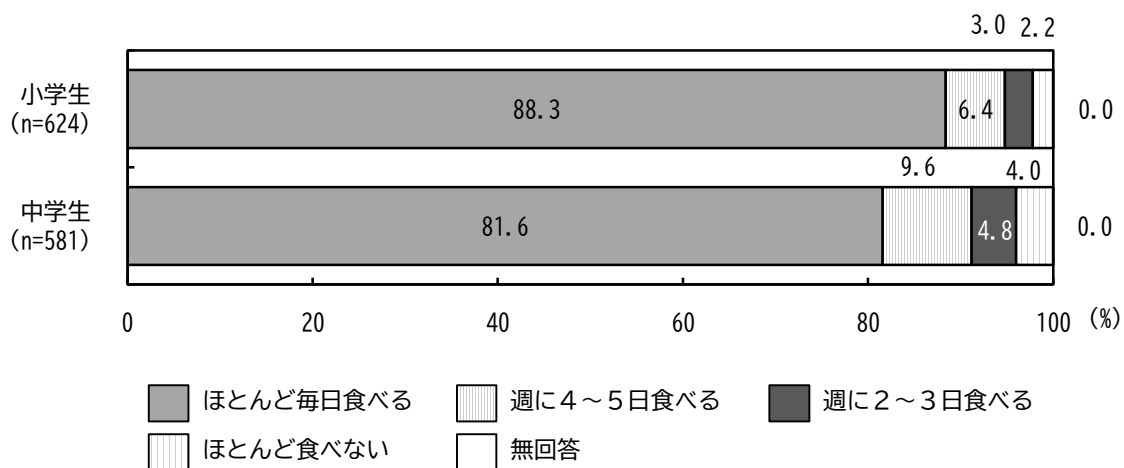


(2) 食生活について

問3 週に何日、朝ご飯を食べますか。【単数回答】

小学生、中学生ともに「ほとんど毎日食べる」が最も高くなっています。

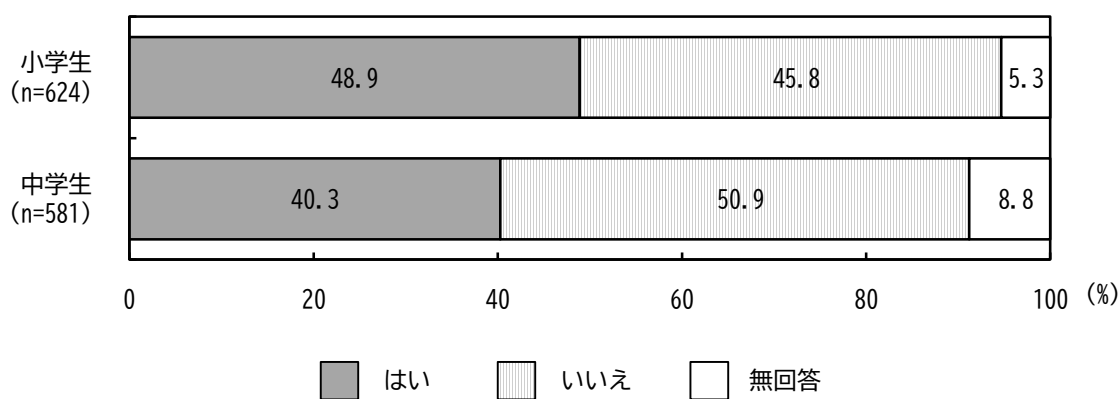
「ほとんど毎日食べる」の割合は、小学生で 88.3%、中学生で 81.6%と、小学生の方が高くなっています。



問4 朝ご飯に野菜を食べますか。【単数回答】

小学生は「はい」の方が高く、中学生は「いいえ」の方が高くなっています。

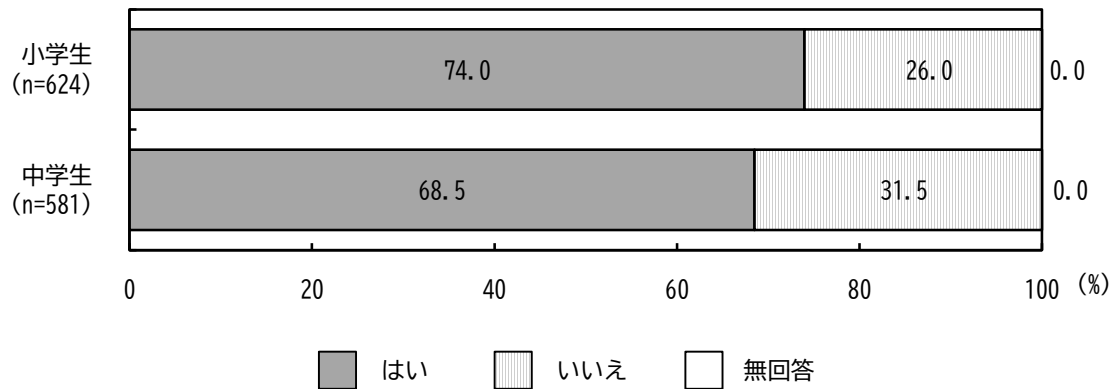
「はい」の割合は、小学生で 48.9%、中学生で 40.3%となっています。



問5 1日のうち1食は、家族といっしょに30分以上かけて楽しく食事をとっていますか。【単数回答】

小学生、中学生ともに「はい」の方が高くなっています。

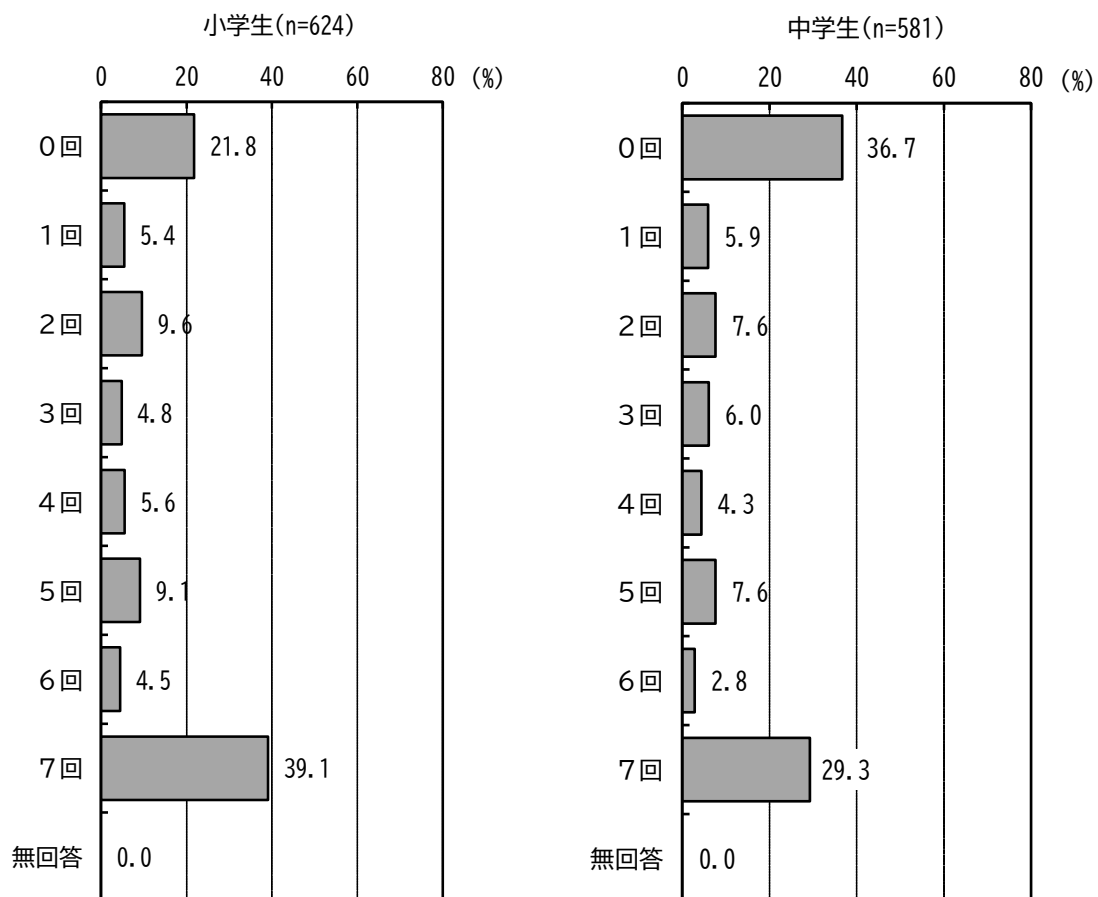
「はい」の割合は、小学生で74.0%、中学生で68.5%と、小学生の方が高くなっています。



問6 この1週間で朝食を家族といっしょに食べた回数は何回ありましたか。【単数回答】

小学生は「7回」、「0回」の順、中学生は「0回」、「7回」の順で高くなっています。

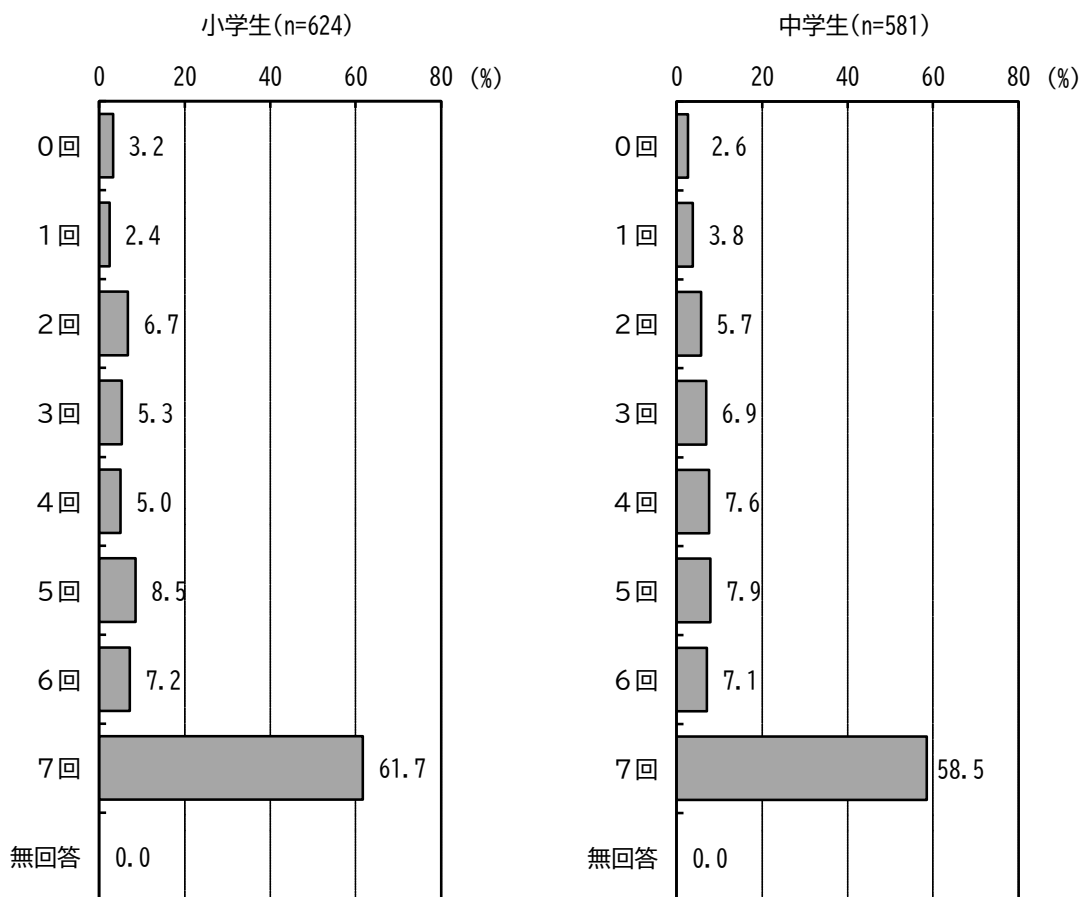
「7回」の割合は、小学生で39.1%、中学生で29.3%、「0回」の割合は、小学生で21.8%、中学生で36.7%となっています。



問7 この1週間で夕食を家族といっしょに食べた回数は週に何回ありましたか。【単数回答】

小学生、中学生ともに「7回」が最も高くなっています。

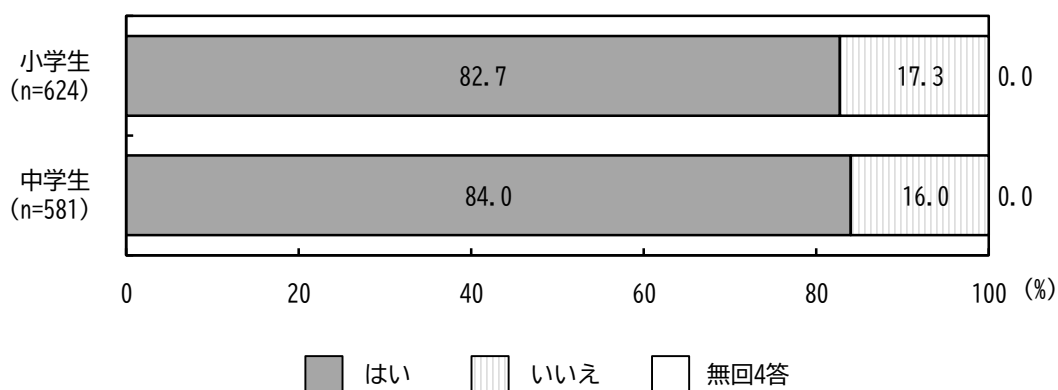
「7回」の割合は、小学生で61.7%、中学生で58.5%と、小学生の方が高くなっています。



問8 食事をゆっくりよくかんで食べますか。【単数回答】

小学生、中学生ともに、「はい」の方が高くなっています。

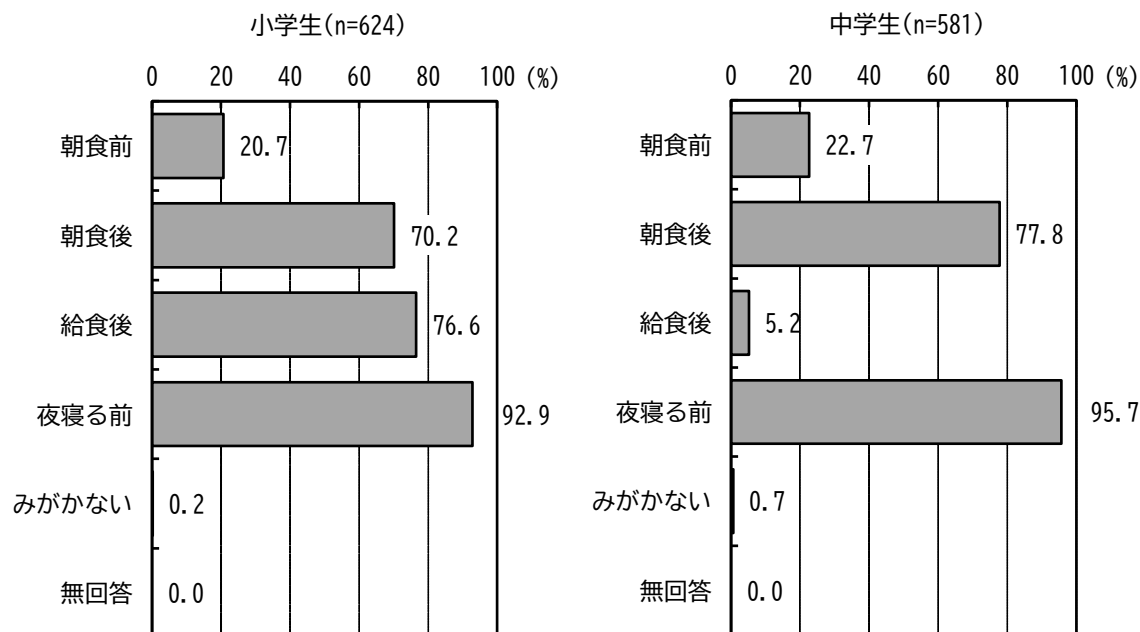
「はい」の割合は、小学生で82.7%、中学生で84.0%と、中学生の方が高くなっています。



(3) 生活習慣等について

問9 平日はいつ歯みがきをしますか。【複数回答】

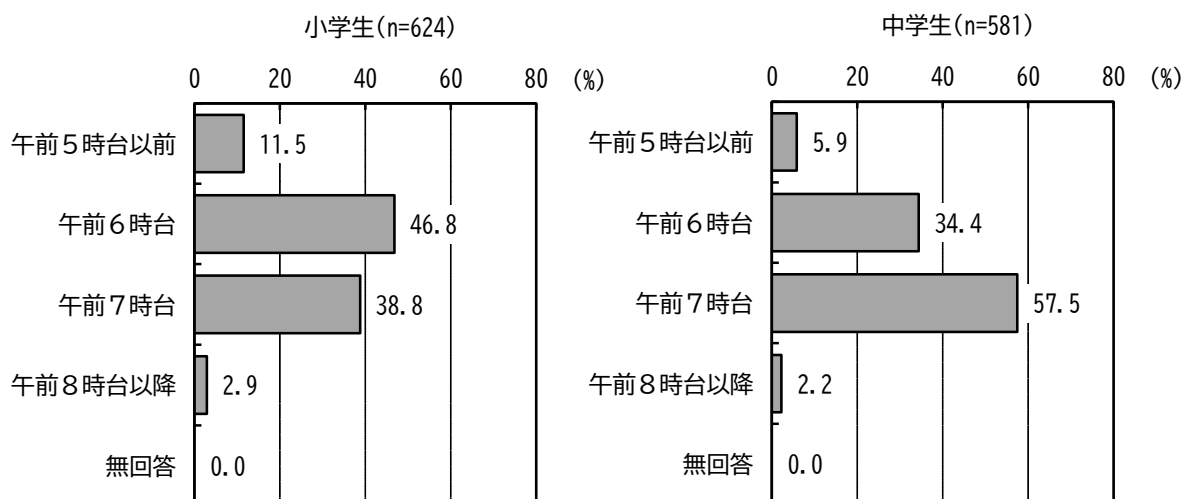
小学生は、「夜寝る前」、「給食後」、「朝食後」の順で高くなっています。中学生は、「夜寝る前」、「朝食後」の順で高くなっています。



問10 平日の朝起きる時間は何時ですか。【単数回答】

小学生は「午前6時台」、「午前7時台」の順で高く、中学生は「午前7時台」、「午前6時台」の順で高くなっています。

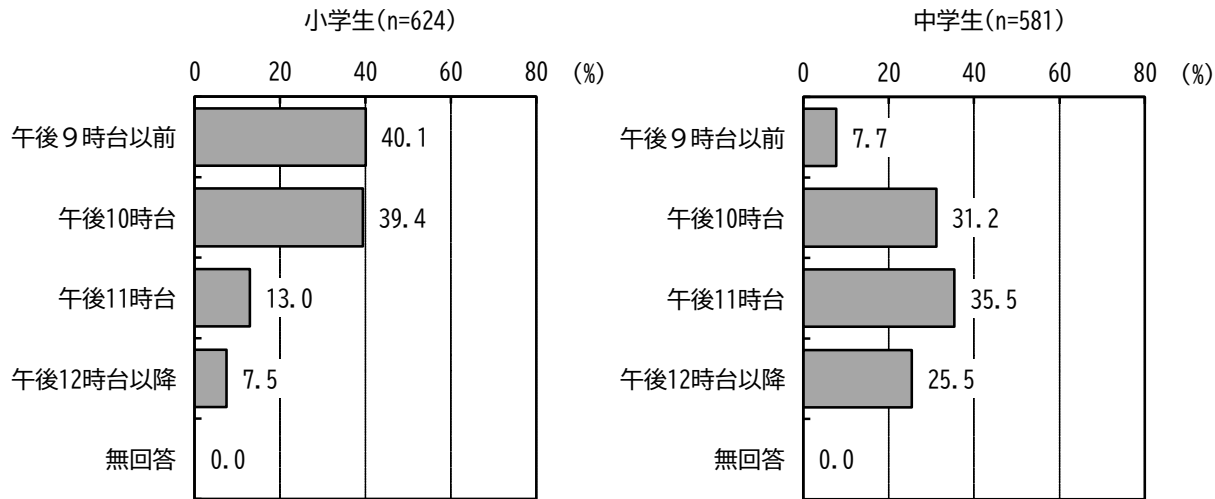
「午前6時台」の割合は、小学生で46.8%、中学生で34.4%、「午前7時台」の割合は、小学生で38.8%、中学生で57.5%となっています。



問11 平日の夜ねる時間は何時ですか。【単数回答】

小学生は「午後9時台以前」（40.1%）、「午後10時台」（39.4%）の順で高くなっていますが、その差は僅差となっています。

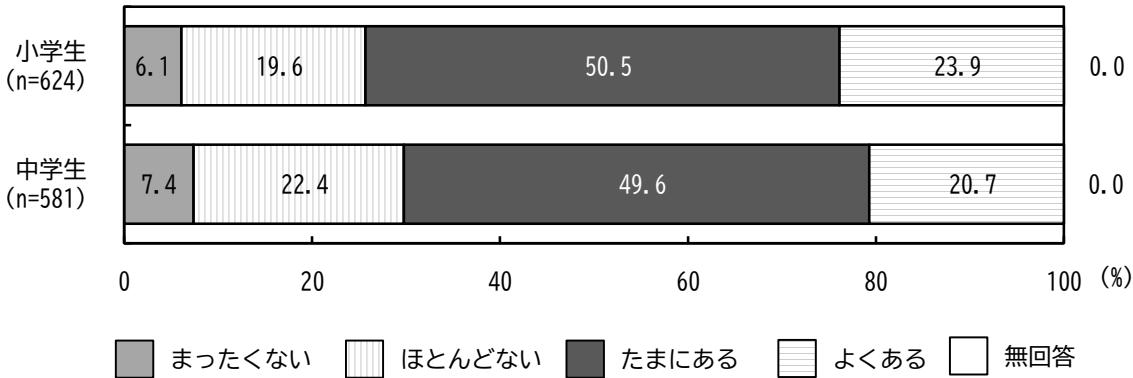
中学生は「午後11時台」（35.5%）、「午後10時台」（31.2%）、「午後12時台以降」（25.5%）の順で高くなっています。



問12 イライラすることがありますか。【単数回答】

小学生、中学生ともに「たまにある」（小学生：50.5%、中学生：49.6%）が最も高くなっています。

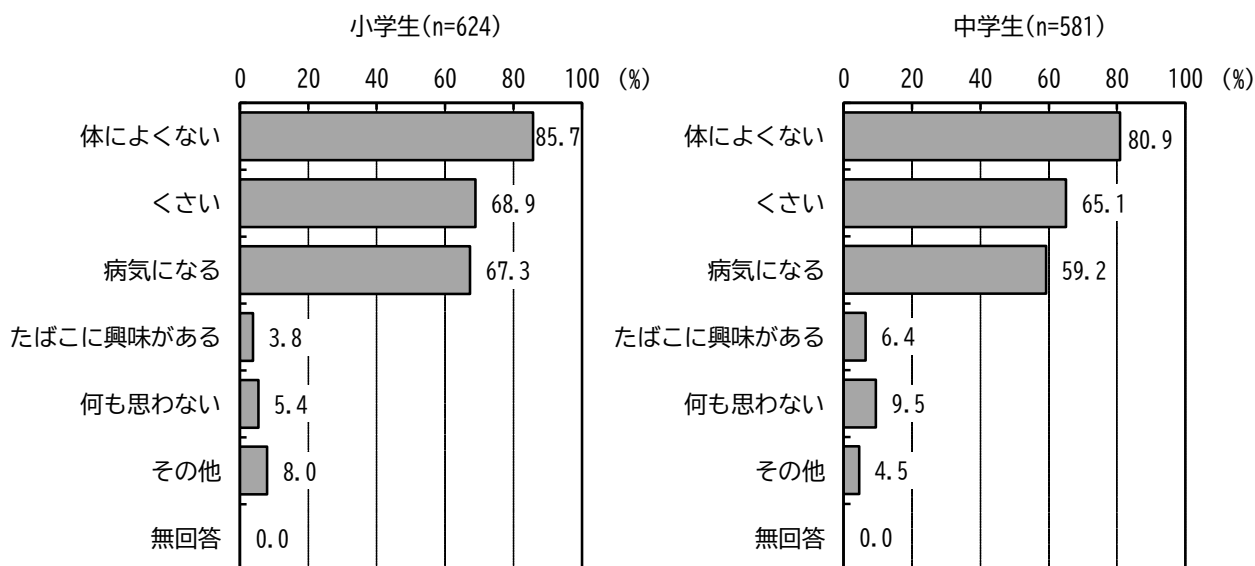
『ある』（「たまにある」＋「よくある」）の割合は、小学生で74.4%、中学生で70.3%と、小学生の方が高くなっています。



(4) 喫煙について

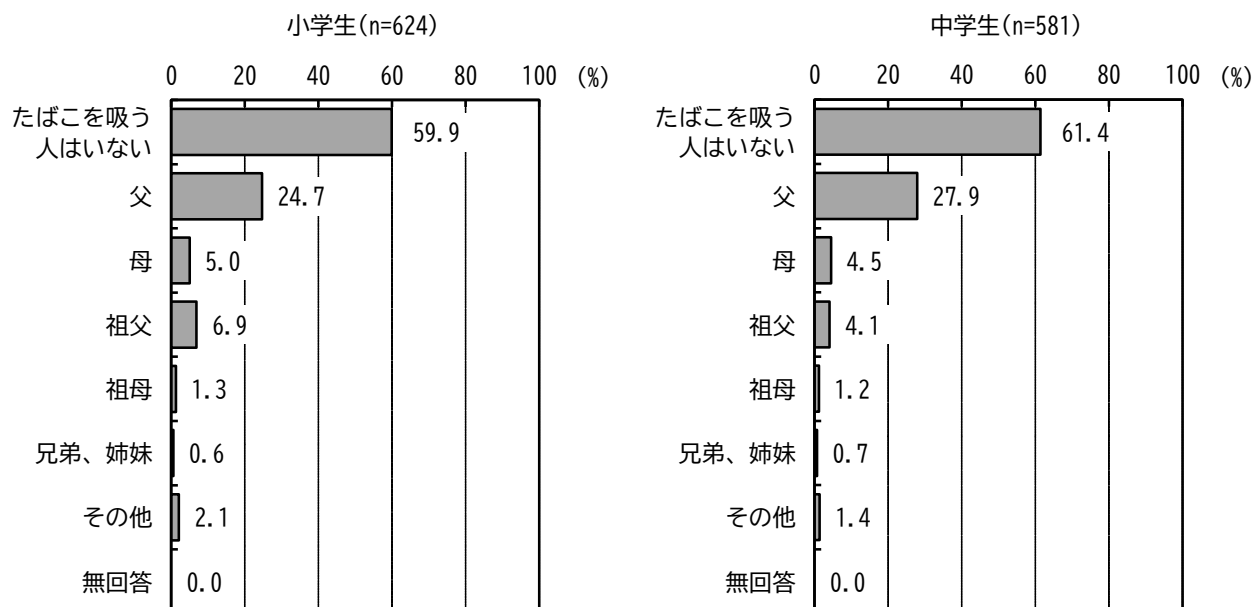
問 13 たばこ（電子タバコも含む）についてどう思いますか。【複数回答】

小学生、中学生ともに「体によくない」（小学生：85.7%、中学生：80.9%）、「くさい」（小学生：68.9%、中学生：65.1%）、「病気になる」（小学生：67.3%、中学生：59.2%）の順で高くなっています。



問 14 家の中でたばこを吸う人はいますか。【複数回答】

小学生、中学生ともに「たばこを吸う人はいない」（小学生：59.9%、中学生：61.4%）が最も高くなっています。吸う人としては、「父親」（小学生：24.7%、中学生：27.9%）が最も高くなっています。

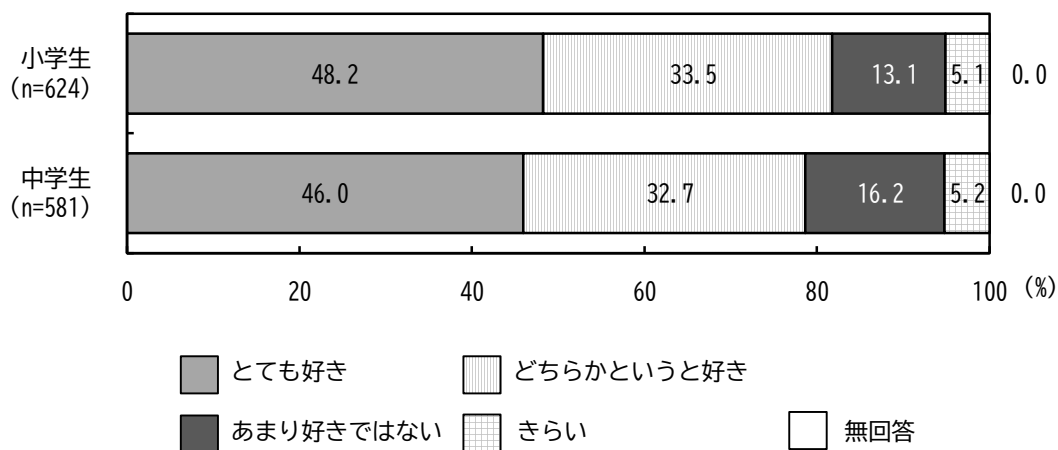


(5) 運動について

問15 体を動かすことは好きですか。【単数回答】

小学生、中学生ともに「とても好き」（小学生：48.2%、中学生：46.0%）が最も高くなっています。

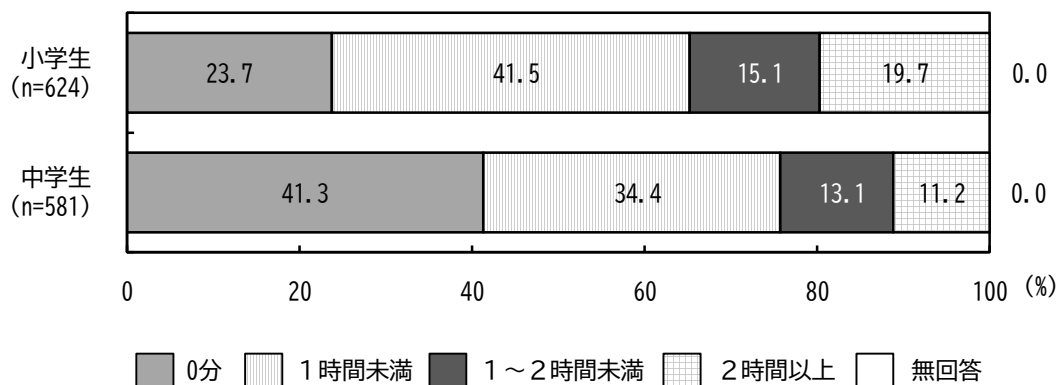
『好き』（「とても好き」＋「どちらかというとき好き」）の割合は、小学生で81.7%、中学生で78.7%と、小学生の方が高くなっています。



問16 学校の体育の授業以外で、運動やスポーツ、体を動かす遊びを1日およそどのくらいの時間していますか。【単数回答】

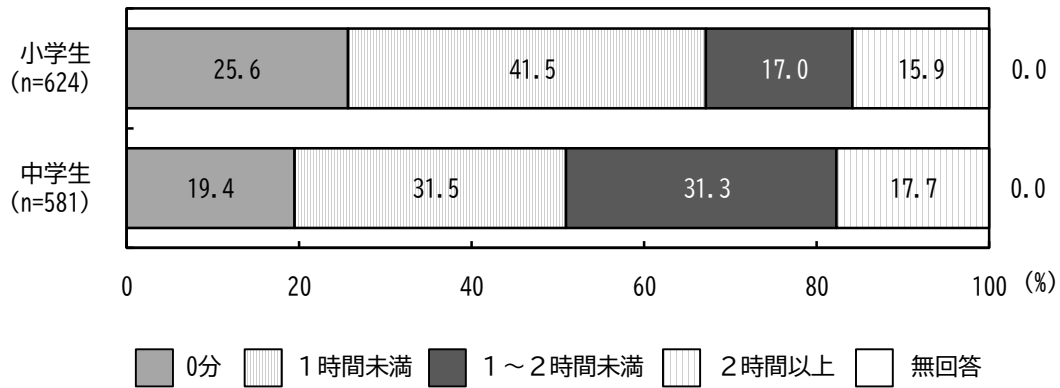
①月曜日

小学生は「1時間未満」、中学生は「0分」が最も高くなっています。



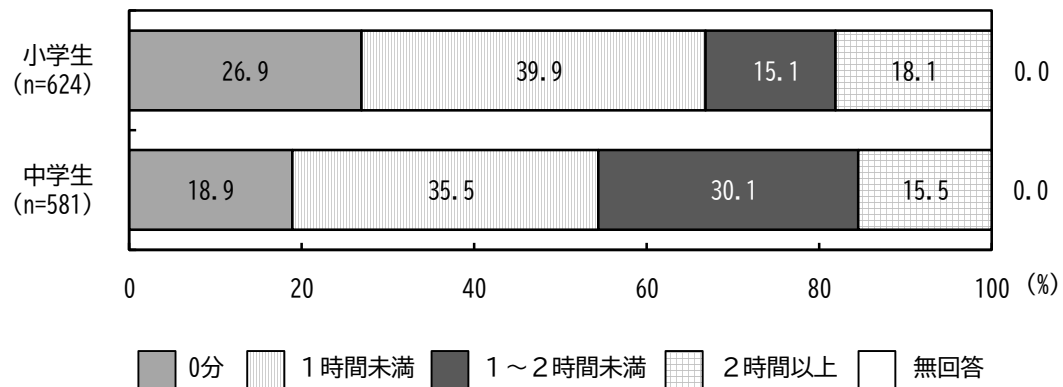
②火曜日

小学生、中学生ともに「1時間未満」が最も高くなっていますが、中学生では「1～2時間未満」の割合も高くなっています。



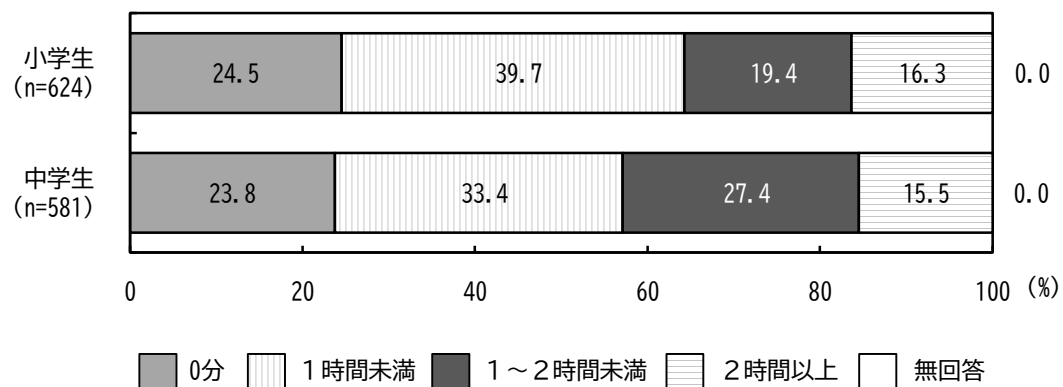
③水曜日

小学生、中学生ともに「1時間未満」が最も高くなっています。



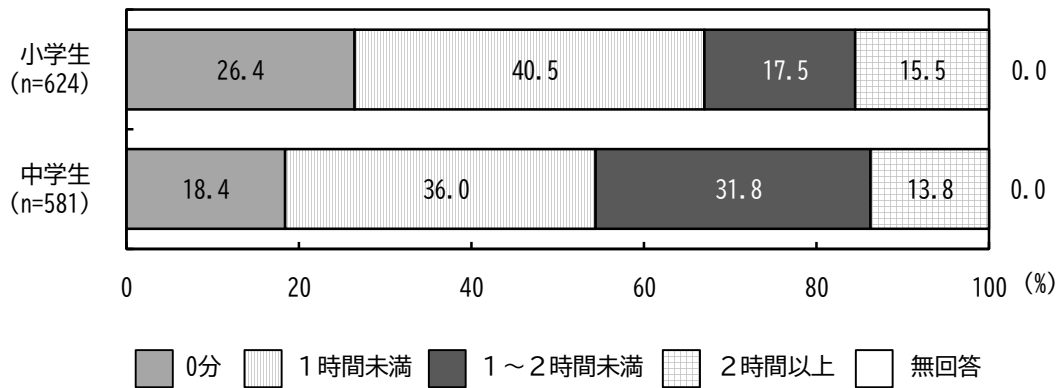
④木曜日

小学生、中学生ともに「1時間未満」が最も高くなっています。



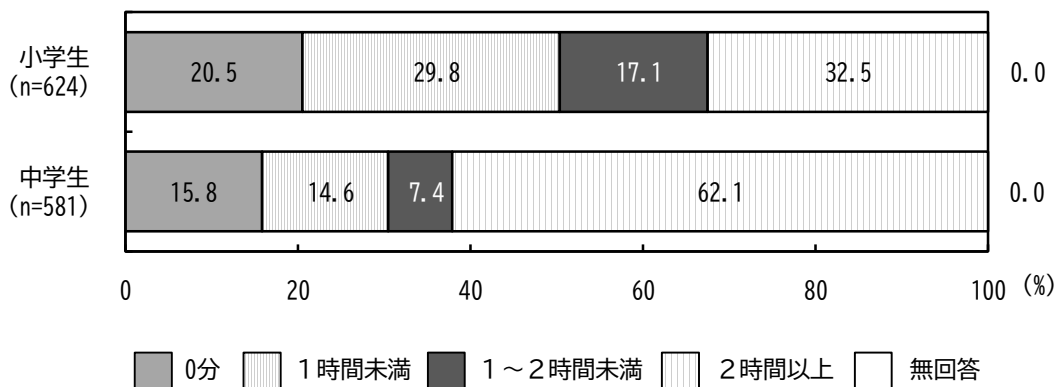
⑤金曜日

小学生、中学生ともに「1時間未満」が最も高くなっています。



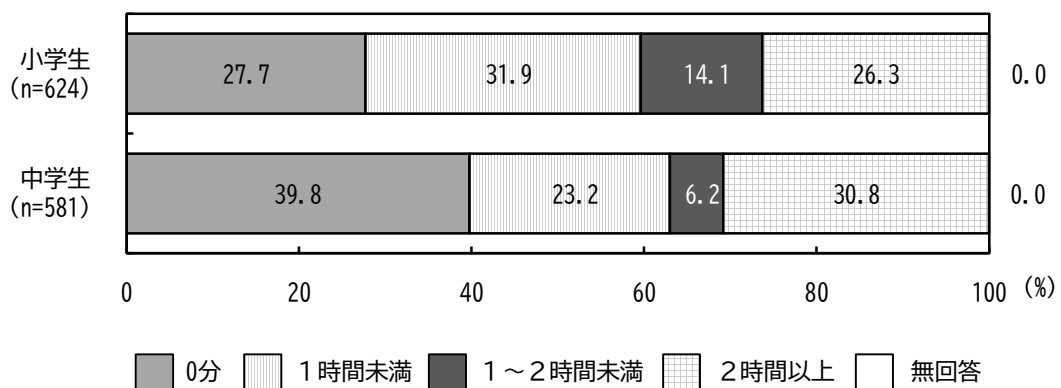
⑥土曜日

小学生、中学生とも「2時間以上」が最も高く、特に中学生での割合が高くなっています。



⑦日曜日

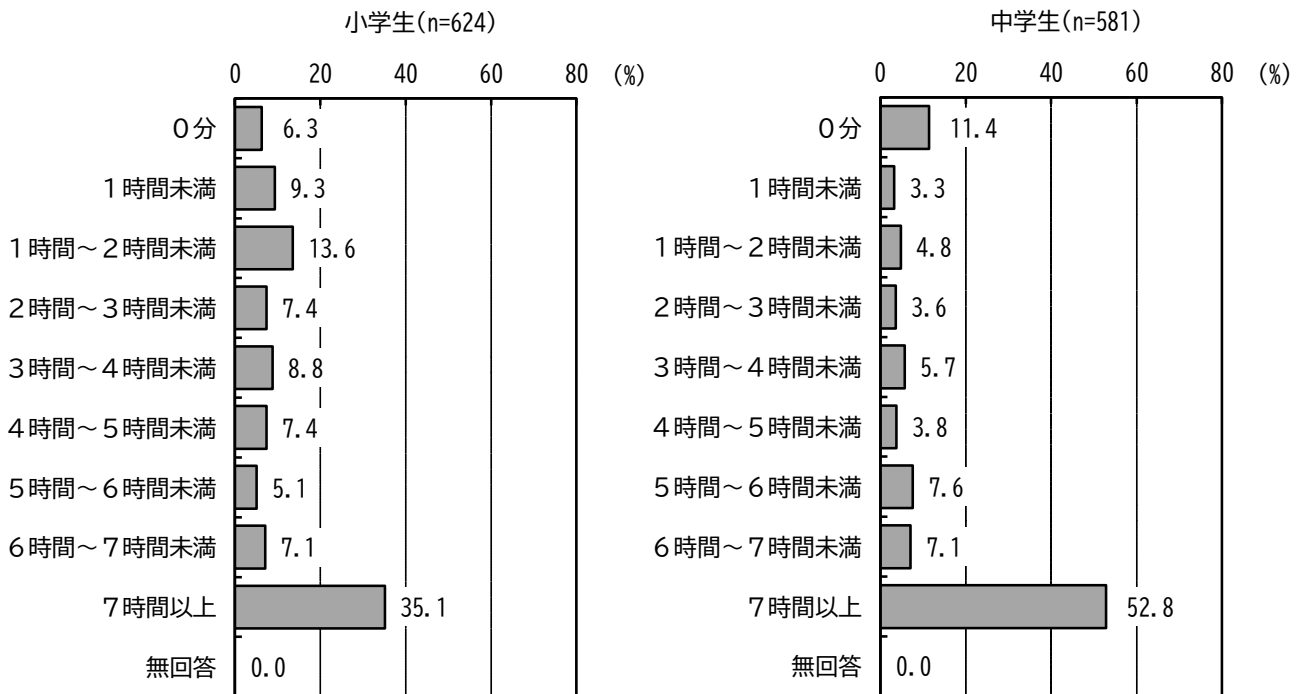
小学生は「1時間未満」、中学生は「0分」が最も高くなっています。



⑧ 1週間の合計

小学生、中学生ともに「7時間以上」が最も高くなっています。

「7時間以上」の割合は小学生で35.1%、中学生で52.8%と中学生の方が高く、割合の差も大きくなっています。

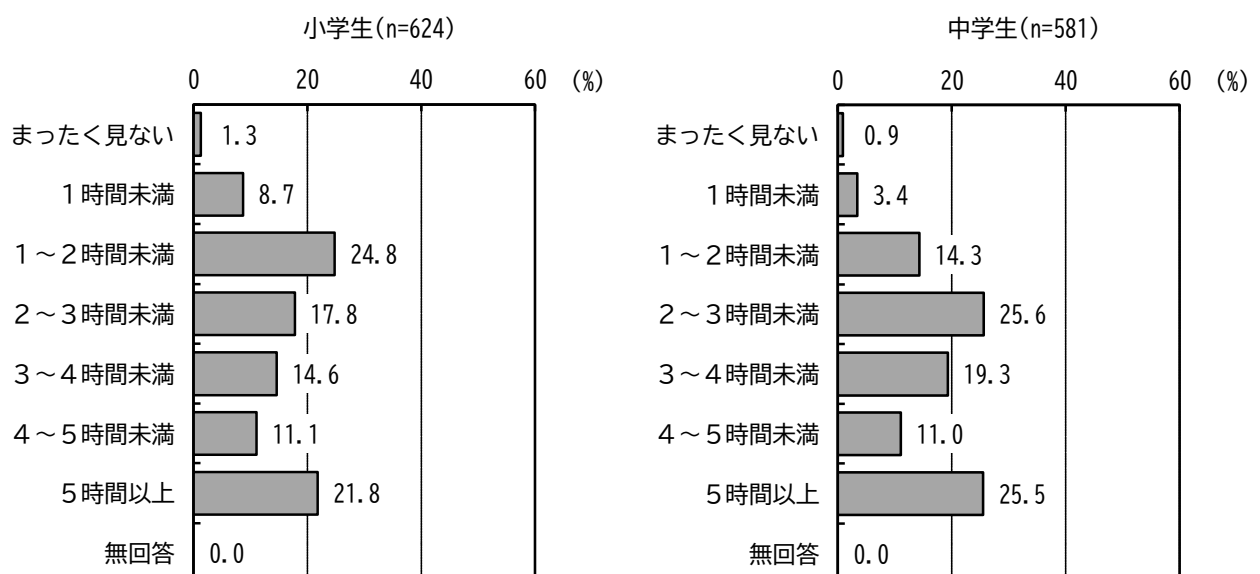


(6) 普段の生活、悩みについて

問17 平日に学習以外で1日に何時間テレビや動画、ゲーム、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。【単数回答】

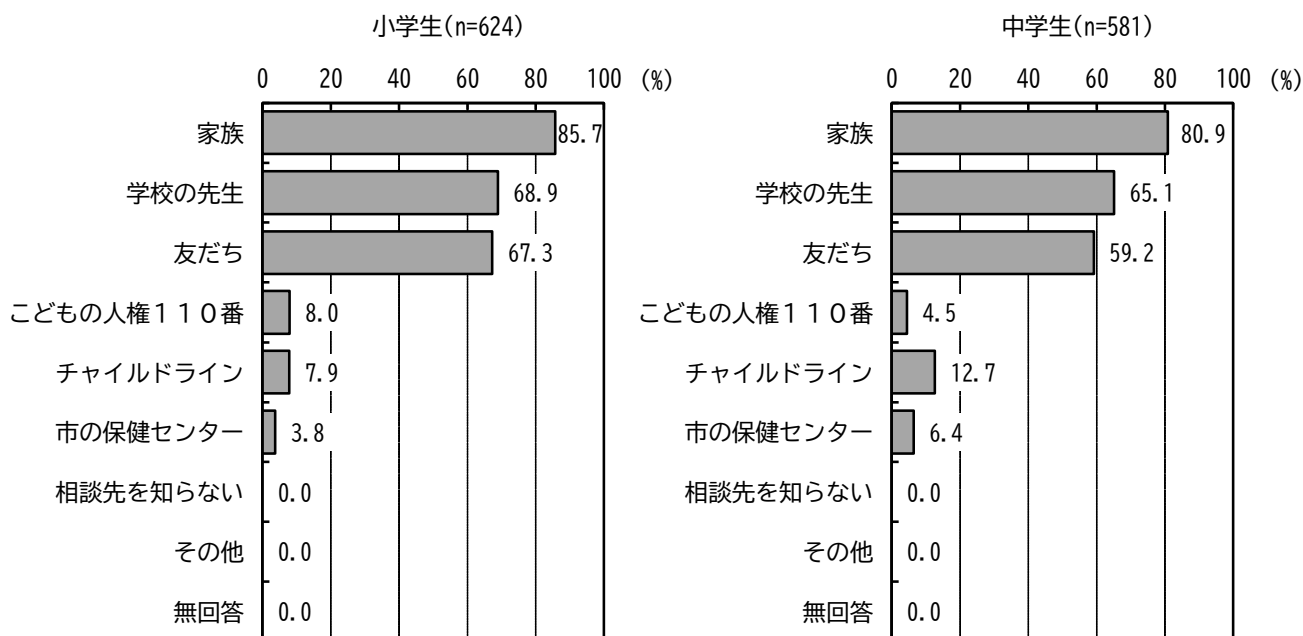
小学生は「1～2時間未満」(24.8%)、「5時間以上」(21.8%)の順、中学生は「2～3時間未満」(25.6%)、「5時間以上」(25.5%)の順で高くなっています。

「5時間以上」の割合は、中学生の方が高くなっています。



問18 気持ちが落ち着かなかったり、なやみがあるときに相談できる人・相談先はありますか。【複数回答】

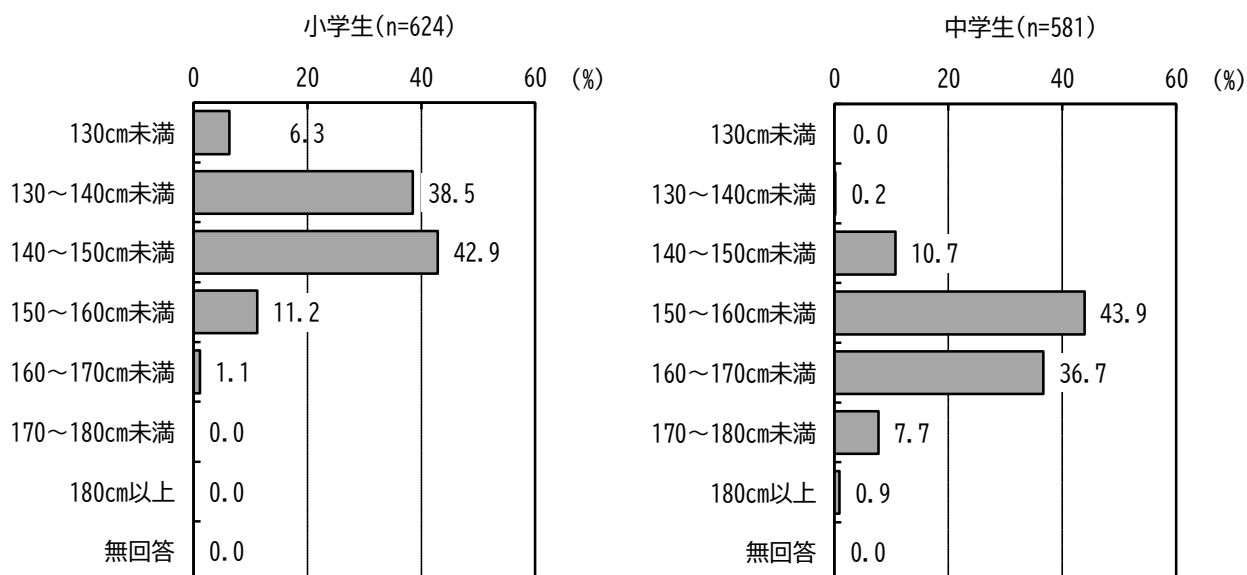
小学生、中学生ともに「家族」（小学生：85.7%、中学生：80.9%）、「学校の先生」（小学生：68.9%、中学生：65.1%）、「友だち」（小学生：67.3%、中学生：59.2%）の順で高くなっています。



(7) 身長、体重について

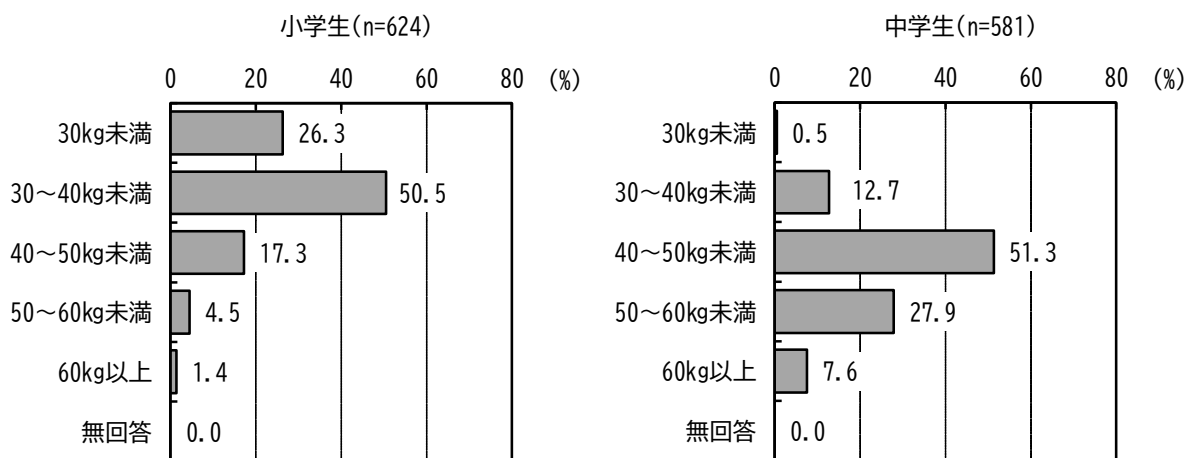
問19 今の身長を教えてください。【単数回答】

小学生は「140～150 cm未満」（42.9%）、中学生は「150～160 cm未満」（43.9%）が最も高くなっています。



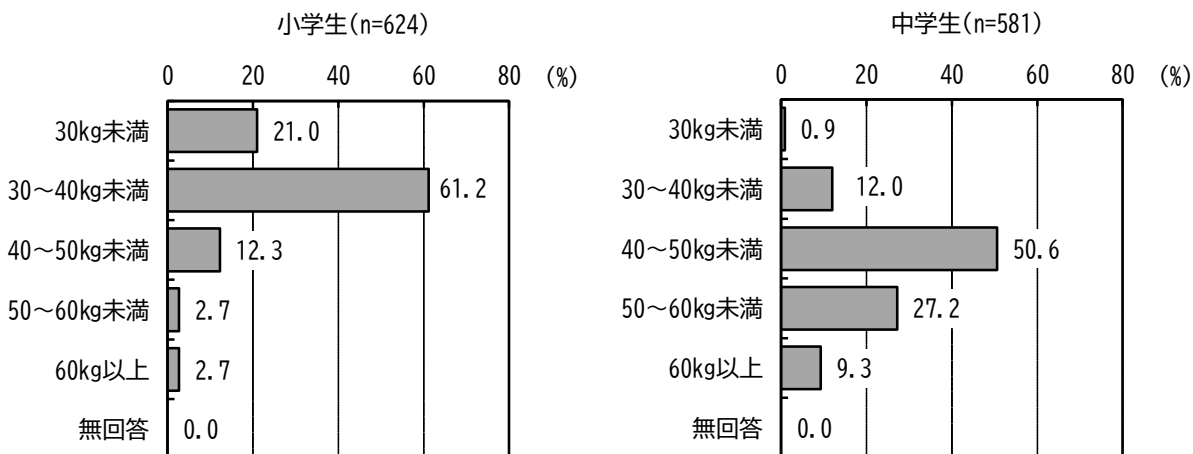
問20 今の体重を教えてください。【複数回答】

小学生は「30～40 kg未満」（50.5%）、中学生は「40～50 kg未満」（51.3%）が最も高くなっています。



問21 自分の考える理想の体重を教えてください。【単数回答】

小学生は「30～40 kg未満」（61.2%）が最も高く、中学生は「40～50 kg未満」（50.6%）が最も高くなっています。



(8) 健康なまちの実現に対する意見（自由回答）

【自由回答】

みんなが住む町をもっと健康で楽しい場所にするために、あなたはどんなことが必要だと思いますか。

919 人の方から 1,145 件のご意見がありました。主な意見は下記のとおりです。

①公園や遊び場、スポーツ施設等の整備

《主な意見》

内容	件数
みんなが安心して楽しく過ごせる公園や施設、遊べる場所	82
大きな公園、公園を増やす	80
ボールが使える公園	57
スポーツのできる公園や施設、身体を動かせる施設	34
バスケットゴール、バスケットボールコート	23
プール、市民プール	23
さまざまな遊具がある公園、施設	20
無料で利用できる公園、スポーツ施設等	18
アスレチックパーク	14
サッカーコート、サッカーができる場所	14
子どもが遊べる公園、場所、スペース	9
天候に関係なく利用できる施設や屋内施設	9
ジム	8
誰もが気軽に使える体育館、施設	8
日陰のある公園、涼める場所	7
家から近い広場、気軽に利用できる公園、施設	6
野球やソフトボールができる公園、グラウンド	6
体育館、総合体育館	5
ハンドボールコート、ハンドボールができる場所	5
自然豊かな公園、芝生のある公園	4
手入れが行き届いた公園	4
テニスの練習ができる公園、場所	4
エアコン設備のある体育館	3
安全に散歩やランニング等ができる道	3
E スポーツをすところ	2

内容	件数
安全対策を講じた公園	2
大きな舞台、ホール	2
バレーボールコート、バレーボールができる場所	2
プロスポーツ施設	2
屋内トランポリン、巨大トランポリン	2
キャンプ場	1
休憩スペースのある公園	1
健康的な公園	1
サイクリングができる公園	1
スケボーパーク	1
ペットと一緒に運動できる場所	1
ルールのある公園	1
剣道場	1
散歩コースがある公園	1
柔軟広場	1
親子で楽しく運動ができる場所	1
体力測定ができる場所	1
部活の練習ができる場所	1

②商業施設、娯楽施設等の整備

《主な意見》

内容	件数
商業施設やショッピングモール	72
遊園地、テーマパーク	52
ゲームセンター、ゲームが楽しめる場所	24
スポーツエンターテインメントスペース、アミューズメント施設	14
全国チェーンのカフェ、飲食店等	14
本屋、書籍・DVD等のリサイクル店	9
映画館	9
お菓子屋、駄菓子屋	8
スーパー、コンビニ等	8
その他	43

③イベントや交流の機会

《主な意見》

内容	件数
祭り	29
みんなが楽しめるイベント、定期的なイベント等	23
スポーツ大会、運動イベント等	18
地域交流の機会	14
ゴミ拾い大会、ゴミ拾い活動	13
ラジオ体操	5
健康イベント、健康講座等	4
お菓子配り、お菓子のパーティー	3
ゲーム大会	3
計算能力や知識を競う大会	3
花火大会	2
その他	13

④憩いの場づくり

《主な意見》

内容	件数
動物とふれあえる場所（動物園、動物カフェ等）	10
放課後に遊べる場所、勉強ができる場所	7
図書館	5
静かで落ち着いている場所	2
気軽にゆっくり過ごせる場所、ひとりで過ごせる場所	2
その他	3

⑤医療体制、健診等

《主な意見》

内容	件数
病院を増やす、近くで行ける病院、大きな病院をつくる	7
高校生までの医療無償化	2
健診や健康相談ができる施設	1
定期的な健康診断	1
医療費負担の抑制	1
歯の無料健康診断	1

⑥喫煙、受動喫煙

《主な意見》

内容	件数
禁煙・受動喫煙防止の推進	10
禁煙エリアの設置、増設	5
喫煙所の設置	3
タバコを販売しない	2
喫煙ルールを守る	1

⑦目指すまちの姿

《主な意見》

内容	件数
楽しくて明るいまち	13
平和で安全なまち	10
健康なまち	2
いじめのないまち	2
環境にやさしいまち	2
美しいまち	1
えがおのまち	1
気持ちよく過ごせるまち	1
災害の少ないまち	1
幸せなまち	1
トラブルがあっても解決できるまち	1
お金持ちのまち	1

⑧その他

《主な意見》

内容	件数
美化活動、ポイ捨ての禁止	35
助け合い、支え合いのこころ	15
治安の維持	13
あいさつ	11
Wi-Fi 環境の整備	7
健康的な食事	4
豊かな自然	4

内容	件数
ガードレールの整備	4
熱中症対策	3
ボランティア活動	3
児童館	3
登下校のバス通学、通学路の短縮	3
交通安全	3
給水所	3
その他	74

II 目標達成状況

1. 全体評価

各種統計データや市民アンケート調査により得られた結果をもとに、「第2次あま市健康づくり計画・歯と口腔保健計画・食育推進計画」で示した指標について最終評価を行いました。

評価にあたっては、中間評価時を基準値（令和3年度）と現状値（今回の調査等実績値）との比較、目標値との比較を行い、以下の基準で評価を行っています。

【評価基準】

- ◎ : 目標値を達成
- : 改善
- △ : 変化なし（策定時値と現状値の伸び率が ± 1.0%未満の場合）
- × : 悪化
- : 判定不可（現状値の把握ができていないもの）

【全体の評価】

上段：該当数、下段：各分野の合計に占める割合

分野		◎	○	△	×	-	合計
健康づくり計画	栄養・食生活	1 6.3%	4 25.0%	1 6.3%	10 62.5%	0 0.0%	16 100.0%
	身体活動と運動	2 28.6%	5 71.4%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	7 100.0%
	こころの健康づくり	0 0.0%	2 40.0%	2 40.0%	1 20.0%	0 0.0%	5 100.0%
	たばこ	2 13.3%	8 53.3%	2 13.3%	3 20.0%	0 0.0%	15 100.0%
	アルコール	1 20.0%	2 40.0%	0 0.0%	2 40.0%	0 0.0%	5 100.0%
	健康管理	1 12.5%	4 50.0%	2 25.0%	1 12.5%	0 0.0%	8 100.0%
歯と口腔保健計画		4 26.7%	4 26.7%	2 13.3%	4 26.7%	1 6.7%	15 100.0%
食育推進計画		1 7.1%	4 28.6%	2 14.3%	7 50.0%	0 0.0%	14 100.0%
合計		12 14.1%	33 38.8%	11 12.9%	28 32.9%	1 1.2%	85 100.0%

※食育推進計画における14の指標のうち、9指標は栄養・食生活の指標の再掲

【評価結果】

目標の達成状況を全体で見ると、85の指標のうち（うち9は再掲分）「◎（達成）」は14.1%、「○（改善）」は38.8%となっており、一定の成果がみられた項目の割合は52.9%となっています。

特に改善以上の割合が高い項目は、「身体活動と運動」、「たばこ」、「アルコール」、「健康管理」で、「身体活動と運動」についてはすべての項目が改善しています。

一方で、悪化の割合が高い項目は「栄養・食生活」となっています。

2. 分野別の評価

【評価基準】

- ◎ : 目標値を達成
- : 改善
- △ : 変化なし（策定時値と現状値の伸び率が ± 1.0%未満の場合）
- × : 悪化
- : 判定不可（現状値の把握ができていないもの）

(1) 健康づくり計画

① 栄養・食生活

指標	対象	基準値 (R3 年度)	現状値 (R7 年度)	目標値 (R8 年度)	評価
朝食を欠食する人の割合*	小学5年生	1.6%	2.2%	1%以下	×
	中学2年生	4.9%	4.0%	3%以下	○
	男性 20～29 歳	26.4%	48.5%	25%以下	×
	男性 30～39 歳	22.5%	45.7%	20%以下	×
	女性 20～29 歳	43.3%	36.0%	17%以下	○
朝食に野菜を食べている人の割合	小学5年生	53.6%	48.9%	65%以上	×
	中学2年生	45.6%	40.3%	50%以上	×
野菜の摂取量（1人1日当たり）	成人	164 g	158 g	350 g 以上	×
1日に2回以上主食・主菜・副菜を3つそろえて食べている人の割合	成人	58.9%	57.6%	70%以上	×
家族や友人と一緒に楽しく食事をする人の割合	小学5年生	73.8%	74.0%	75%以上	△
	中学2年生	62.8%	68.5%	75%以上	○
	成人	65.6%	62.2%	75%以上	×
適正体重を認識している人の割合	男性 成人	54.4%	59.7%	70%以上	○
	女性 成人	66.7%	65.3%	80%以上	×
女性のやせの者の割合 (BMI18.5未満)	女性 20～39 歳	19.9%	11.9%	15%以下	◎
低栄養傾向高齢者の割合 (BMI20以下)	65 歳以上	17.9%	24.7%	15%以下	×

※小学生5年生、中学2年生については、ほとんど食べないと回答した人の割合。成人については週5日以下と回答した人の割合。

【評価結果】

全体的に悪化傾向にある項目が多くなっています。目標を達成しているのは、「女性のやせの者の割合」のみとなっています。改善傾向にあるのは、中学2年生と女性 20～29 歳の「朝食を欠食する人の割合」、中学2年生の「家族や友人と一緒に楽しく食事をする人の割合」、男性成人の「適正体重を認識している人の割合」となっています。

② 身体活動と運動

指標	対象	基準値 (R3 年度)	現状値 (R7 年度)	目標値 (R8 年度)	評価
体を動かすことが好きな人の割合	小学5年生	79.4%	81.7%	85%以上	○
	中学2年生	75.6%	78.7%	80%以上	○
運動習慣者の割合※	男性 20～64 歳	26.2%	32.8%	29%以上	◎
	女性 20～64 歳	18.5%	20.3%	26%以上	○
	男性 65 歳以上	48.4%	50.9%	52%以上	○
	女性 65 歳以上	34.7%	44.4%	43%以上	◎
ロコモティブシンドロームの認知の割合	成人	14.6%	17.9%	50%以上	○

※1回30分以上の運動を週2回以上かつ1年以上継続している人の割合。

【評価結果】

すべての項目が改善しており、男性20～64歳、女性65歳以上の「運動習慣者の割合」は目標値に達しています。

③ こころの健康づくり

指標	対象	基準値 (R3 年度)	現状値 (R7 年度)	目標値 (R8 年度)	評価
イライラすることがよくある人の割合	小学5年生	27.1%	23.9%	20%以下	○
	中学2年生	20.8%	20.7%	20%以下	△
趣味を持つ人の割合	成人	71.6%	73.5%	80%以上	○
睡眠による休養が十分に取れていない人の割合	成人	19.9%	23.6%	18%以下	×
ストレス解消法を持っている人の割合	成人	72.3%	72.8%	73%以上	△

【評価結果】

小学5年生の「イライラすることがよくある人の割合」と成人の「趣味を持つ人の割合」が改善傾向にあります。一方、成人の「睡眠による休養が十分に取れていない人の割合」は悪化となっています。中学2年生の「イライラすることがよくある人の割合」と成人の「ストレス解消法を持っている人の割合」は変化なしの評価になっています。

④ 歯と口腔の健康づくり

「あま市歯と口腔の健康づくり推進条例」に基づく「歯と口腔保健計画」の中で指標を設定しています（報告書 P86 参照）。

⑤ たばこ

指標		対象	基準値 (R3年度)	現状値 (R7年度)	目標値 (R8年度)	評価
たばこについて、マイナスイメージを持つ人の割合	体に良くない	小学5年生	85.1%	85.7%	90%以上	△
		中学2年生	81.4%	80.9%	90%以上	△
	病気になる	小学5年生	62.4%	67.3%	80%以上	○
		中学2年生	61.1%	59.2%	80%以上	×
受動喫煙が及ぼす健康影響についての十分な知識を持っている人の割合	がん	成人	70.4%	78.9%	85%以上	○
	妊娠に関連した異常（早産・低体重児など）	成人	38.9%	47.9%	80%以上	○
	歯周病	成人	11.6%	12.8%	50%以上	○
	慢性閉塞性肺疾患（COPD）	成人	28.4%	23.2%	60%以上	×
喫煙者の割合	男性 成人		21.2%	19.1%	17%以下	○
	女性 成人		5.4%	5.0%	4%以下	○
	妊娠中		3.2%	1.4%	0%	○
育児期間中の喫煙率	父		35.7%	30.4%	30%以下	○
	母		5.8%	7.4%	4%以下	×
	保育園年長児の父		34.4%	29.2%	30%以下	◎
	保育園年長児の母		13.3%	7.3%	10%以下	◎

【評価結果】

改善傾向にあるものが多く、目標を達成しているのは、保育園年長児の父、保育園年長児の母の「育児期間中の喫煙率」となっています。

一方、悪化傾向にあるものは、中学2年生の「たばこについて、マイナスイメージを持つ人の割合（病気になる）」、成人の「受動喫煙が及ぼす健康影響についての十分な知識を持っている人の割合（慢性閉塞性肺疾患（COPD））」、母の「育児期間中の喫煙率」となっています。

⑥ アルコール

指標	対象	基準値 (R3 年度)	現状値 (R7 年度)	目標値 (R8 年度)	評価
節度ある適度な飲酒の知識を持つ人の割合	成人	42.5%	34.8%	55%以上	×
多量（1日3合）に飲酒する人の割合	男性 成人	4.9%	4.0%	3.6%以下	○
	女性 成人	1.6%	1.2%	1%以下	○
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※	男性 成人	11.5%	7.9%	10%以下	◎
	女性 成人	7.0%	7.3%	6%以下	×

※生活習慣病のリスクを高める飲酒とは、男性は1日当たりの純アルコール量が40g以上、女性は1日当たりの純アルコール量が20g以上とされており、以下の計算で算出している。

男性：「ほぼ毎日×2本以上」＋「週3日以上×3本以上」＋「週1～2日×5本以上」＋「週1日未満×5本以上」

女性：「ほぼ毎日×1本以上」＋「週3日以上×1本以上」＋「週1～2日×3本以上」＋「週1日未満×5本以上」

【評価結果】

目標を達成しているのは、男性成人の「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」のみとなっています。「多量（1日3合）に飲酒する人の割合」は男女ともに改善傾向にありますが、「節度ある適度な飲酒の知識を持つ人の割合」、女性成人の「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」は悪化しています。

⑦ 健康管理

指標	対象	基準値 (R3 年度)	現状値 (R7 年度)	目標値 (R8 年度)	評価	
健康的な生活習慣を送っている人の割合	成人	70.7%	70.6%	80%以上	△	
特定健康診査受診率	40歳以上	42.8% (R2 年度)	43.1%	60%以上	△	
特定保健指導実施率	40歳以上	5.8% (R2 年度)	17.4%	60%以上	○	
がん検診受診率	胃がん	40～69歳	31.0%	33.3%	40%以上	○
	肺がん	40～69歳	30.3%	27.6%	40%以上	×
	大腸がん	40～69歳	32.0%	35.9%	40%以上	○
	子宮がん	20～69歳	32.6%	48.3%	50%以上	○
	乳がん	40～69歳	34.4%	54.2%	50%以上	◎

【評価結果】

目標を達成しているのは「乳がん検診受診率」のみとなっています。「特定保健指導実施率」、「胃がん検診受診率」、「大腸がん検診受診率」、「子宮がん検診受診率」は改善傾向にありますが、「肺がん検診受診率」は悪化しています。

(2) 歯と口腔保健計画

指標	対象	基準値 (R3 年度)	現状値 (R7 年度)	目標値 (R8 年度)	評価
むし歯の無い人の割合	3 歳	91.8%	94.5%	95%以上	○
	年長児	80.7%	81.4%	95%以上	△
	小学3年生※ ¹	93.1%	96.6%	95%以上	◎
	中学1年生	84.8%	82.6%	95%以上	×
歯肉に炎症所見を有する人の割合	小学3年生	8.8%	2.8%	1%以下	○
	中学3年生	2.8%	6.0%	0.5%以下	×
給食後の歯みがきを実施している人の割合	小学5年生	44.5%	76.6%	90%以上	○
	中学2年生	44.5%	5.2%	75%以上	×
3歳児で不正咬合等が認められる者の割合	3 歳	12.1%	17.9%	10%以下	×
年1回以上歯の健診を受けている人の割合	30 歳代	35.7%	54.2%	45%以上	◎
歯間部清掃用器具を使用している人の割合	成人	35.0%	47.4%	45%以上	◎
歯みがきを1日2回以上している人の割合※ ²	成人	62.8%	-	75%以上	-
妊婦歯科健診を受ける人の割合	妊婦	5.2%	5.2%	20%以上	△
介護予防事業（健口体操）参加者（1年当たり）	65 歳以上	21人	203 人	900 人以上	○
80歳以上（75～84歳）の咀嚼良好者の割合の増加	75～84 歳	72.1%	88.7%	85%以上	◎

※1 6歳臼歯のむし歯なしの割合

※2 令和7年度はアンケート項目の設定がなかったため評価不能

【評価結果】

目標を達成しているのは、小学生の「むし歯の無い人の割合」、30歳代の「年1回以上歯の健診を受けている人の割合」、成人の「歯間部清掃用器具を使用している人の割合」、「80歳以上（75～84歳）の咀嚼良好者の割合」となっています。

一方、悪化傾向にあるものは、中学1年生の「むし歯の無い人の割合」、中学3年生の「歯肉に炎症所見を有する人の割合」、中学2年生の「給食後の歯みがきを実施している人の割合」、3歳の「3歳児で不正咬合等が認められる者の割合」となっています。

(3) 食育推進計画

① 食を通じて健康な体をつくる

指標	対象	基準値 (R3 年度)	現状値 (R7 年度)	目標値 (R8 年度)	評価
朝食を欠食する人の割合*	小学5年生	1.6%	2.2%	1%以下	×
	中学2年生	4.9%	4.0%	3%以下	○
	男性 20～29 歳	26.4%	48.5%	25%以下	×
	男性 30～39 歳	22.5%	45.7%	20%以下	×
	女性 20～29 歳	43.3%	36.0%	17%以下	○
朝食に野菜を食べている人の割合	小学5年生	53.6%	48.9%	65%以上	×
	中学2年生	45.6%	40.3%	50%以上	×
適正体重を認識している人の割合	男性 成人	54.4%	59.7%	70%以上	○
	女性 成人	66.7%	65.3%	80%以上	×

※小学生5年生、中学2年生については、ほとんど食べないと回答した人の割合。成人については週5日以下と回答した人の割合。

【評価結果】

全体的に悪化傾向にある項目が多くなっています。改善傾向にあるのは、中学2年生と女性20～29歳の「朝食を欠食する人の割合」、男性成人の「適正体重を認識している人の割合」となっています。

② 食を通じて豊かなこころを育む

指標	対象	基準値 (R3 年度)	現状値 (R7 年度)	目標値 (R8 年度)	評価
家族や友人と一緒に楽しく食事をする人の割合	小学5年生	73.8%	74.0%	75%以上	△
	中学2年生	62.8%	68.5%	75%以上	○
	成人	65.6%	62.2%	75%以上	×

【評価結果】

「家族や友人と一緒に楽しく食事をする人の割合」について、小学5年生は変化はみられませんが、中学2年生は改善傾向、成人は悪化傾向にあります。

③ 食を通じて環境に優しい暮らしを築く

指標	対象	基準値 (R3 年度)	現状値 (R7 年度)	目標値 (R8 年度)	評価
地産地消を知っている人の割合	成人	78.8%	80.0%	80%以上	◎
食材を無駄なく使い、食べ残しをしないように心がけている人の割合	成人	91.3%	92.1%	95%以上	△

【評価結果】

「地産地消を知っている人の割合」は目標値に達しています。「食材を無駄なく使い、食べ残しをしないように心がけている人の割合」は変化なしとなっています。

第2次あま市健康づくり計画・歯と口腔保健計画・食育推進計画
最終評価のためのアンケート調査報告書

発行：あま市

発行年月：令和8年3月

編集：あま市健康推進課

住所：〒490-1104 あま市西今宿馬洗46番地

TEL：052-443-0005
