

## 健康に関する実態調査の実施について

## 1. 目的

第2次計画の策定において、現行計画の取り組みや実績等に関する最終評価、計画策定の基礎資料とするために、現在の市民の健康に関する考えや行動、及び健康状態等に関する実態調査を行う。

## 2. 実施方法

調査対象	20歳以上の市民
標本数	3,000
抽出方法	住民基本台帳からの層化無作為抽出
調査のやり方	郵送配布、郵送回収（礼状兼督促ハガキ1回使用）

## 3. 調査票の構成

分類	項目	把握したい内容
属性	性別、年齢、職業、仕事の内容（身体活動）、家族構成、居住地（小学校区）	身体、健康状態以下のデータとクロス集計を行うための基礎データ（地域毎）
身体、健康状態	身長、体重、現在の健康状態	BMIの測定、体重の変動と意識、健康状態や日常生活への影響等
栄養・食生活	朝食の摂取状況、間食や外食の頻度、栄養バランスに対する意識、夕食開始時刻、共食（個食）の状況	規則的な食生活の状況、栄養バランスを意識した食生活、及び共食、食育の状況等
身体活動 （運動・生活活動）	運動及び生活活動の実施状況、運動に期待する効果、運動をしていない理由	30分以上の継続した運動や運動以外の日常生活における活動状況、運動の目的、及びしていない理由等
休養・こころ	睡眠の満足度、睡眠のための対応 ストレスの状況、ストレス解消法の有無	休養としての睡眠の満足度、ストレスの有無、解消法の有無等
喫煙	喫煙の有無、1日あたり本数等（指数）、禁煙の意思、喫煙に対する意識	喫煙率、受動喫煙の影響に関する理解等
飲酒	飲酒頻度、飲酒量	純アルコール摂取量
歯の健康	自歯の状況、口腔ケアの頻度、歯周病に対する理解	歯の現状、口腔ケア習慣、生活習慣病と歯周病の関係に対する理解等
健康診査、がん検診	受診の状況、健診の状況、	健（検）診の受診率、健（検）診の認知度、受診の有無に関する理由等
その他	健康くるめ21の認知、健康についての情報源、知りたい情報、市の健康づくり事業への評価	市健康づくり計画の認知度、健康づくりの情報源（保健師の認知度）、健康情報に対するニーズ、市が取組んでいる事業への評価等

## 4. 実施期間

平成24年8月～10月

## 5. 得られたデータの活用

属性と身体、健康状態のデータを基礎にクロス集計を行い、個人の意識と食生活や運動あるいは健（検）診の受診など、実際の行動との関係を明らかにするとともに、今後、取り組みを強化、あるいは見直す必要がある施策の参考とする。