

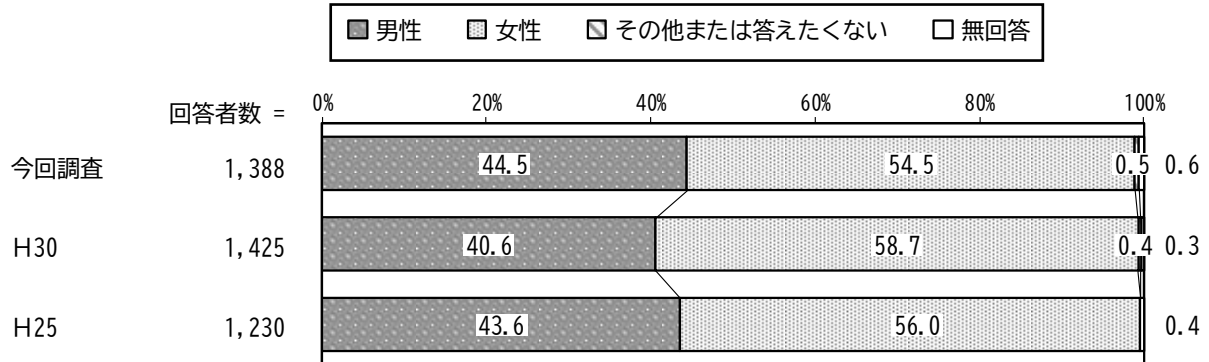
Ⅱ 成人を対象とした調査

4 成人調査結果

(1) 回答者属性

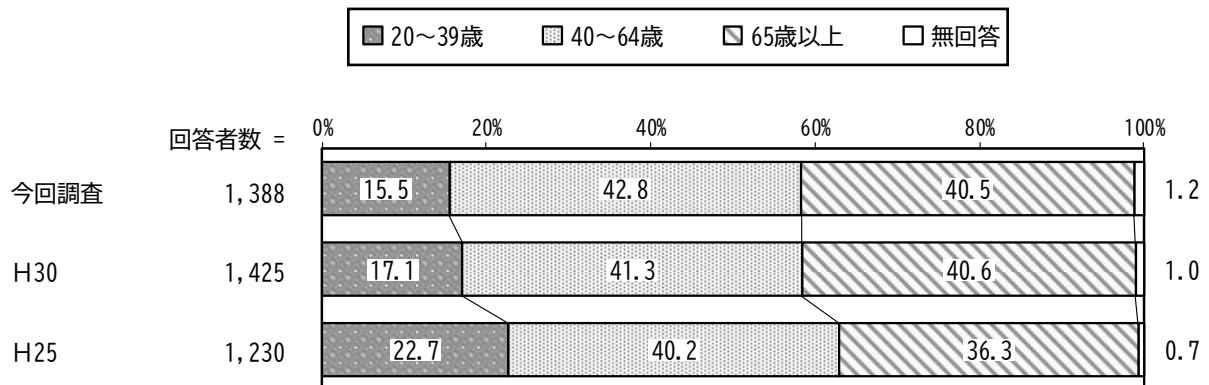
問1 あなたの性別を教えてください。

「男性」の割合が44.5%、「女性」の割合が54.5%となっています。



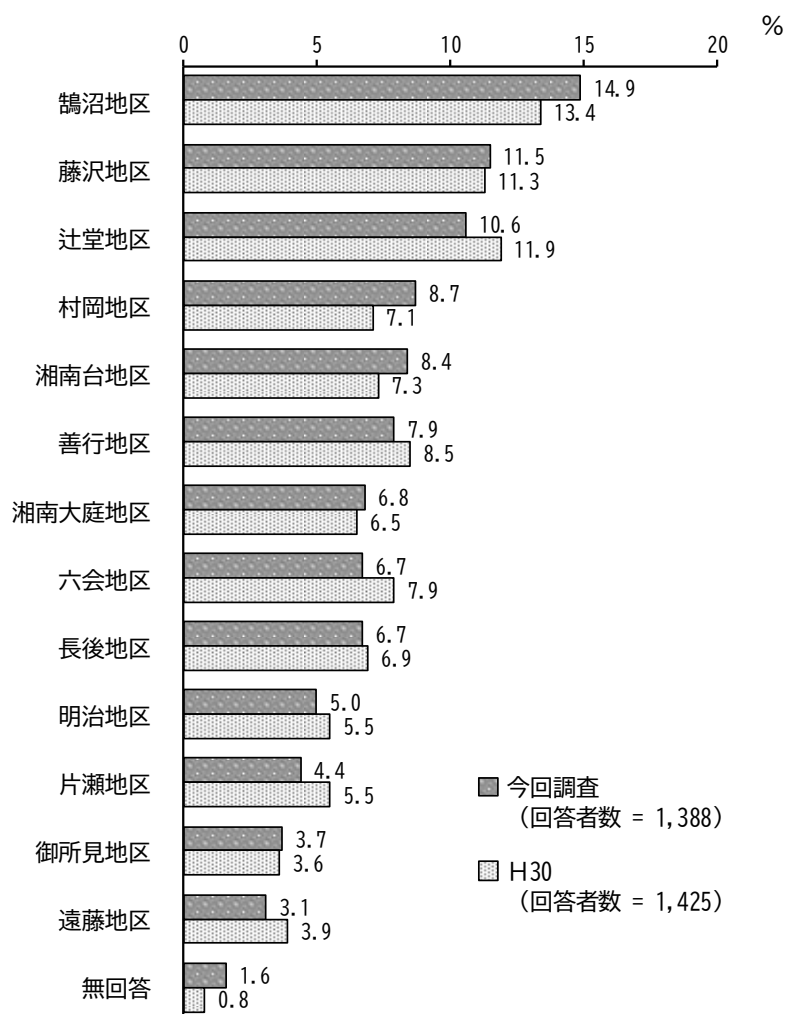
問2 あなたの年齢を教えてください。(令和5年8月1日現在でお答えください)

「40～64歳」の割合が42.8%と最も高く、次いで「65歳以上」の割合が40.5%、「20～39歳」の割合が15.5%となっています。



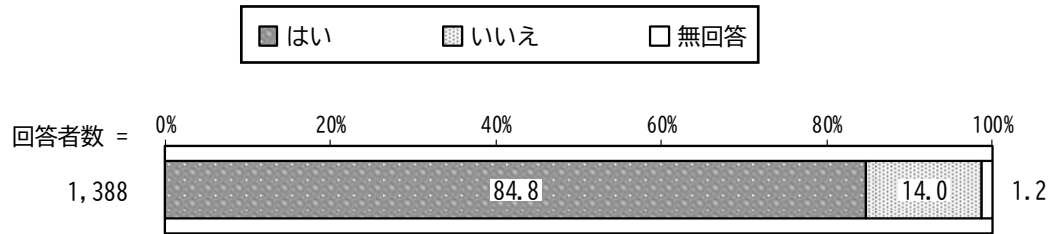
問3 あなたのお住まいの地区を教えてください。

「鵜沼地区」の割合が14.9%と最も高く、次いで「藤沢地区」の割合が11.5%、「辻堂地区」の割合が10.6%となっています。



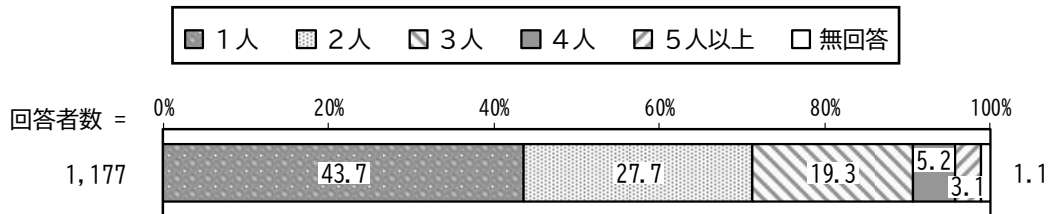
問4 現在同居している方はいますか。

「はい」の割合が84.8%、「いいえ」の割合が14.0%となっています。



自分以外に同居している人数

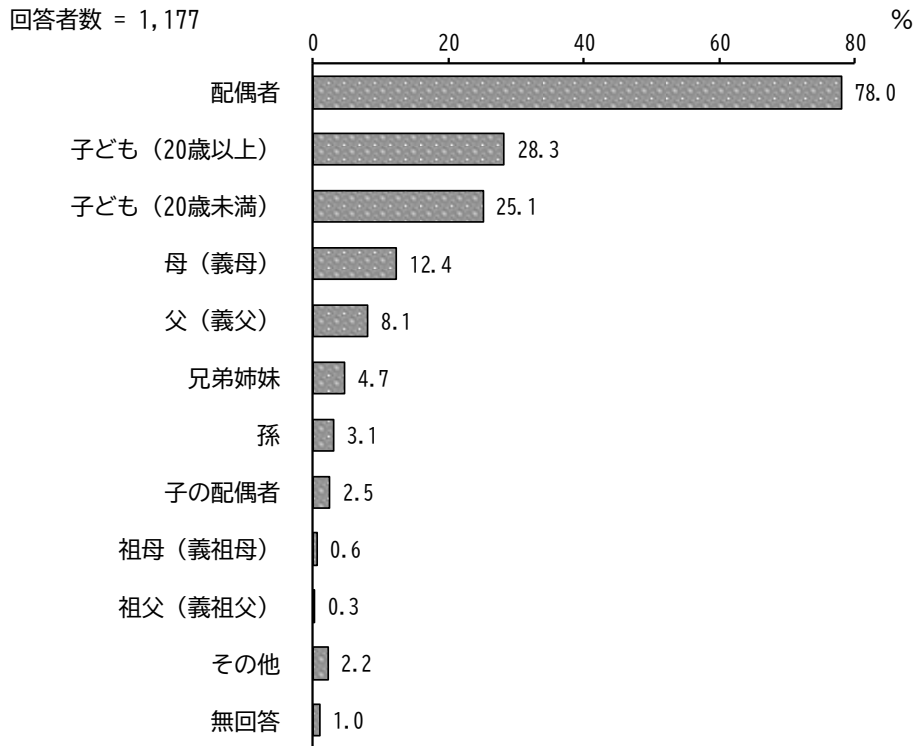
「1人」の割合が43.7%と最も高く、次いで「2人」の割合が27.7%、「3人」の割合が19.3%となっています。



【問4で「はい（同居している人がいる）」に○をつけた方にお聞きします】

問5 あなたのご家族構成について教えてください。あなたと一緒に暮らしている方に「○」印をつけてください。（あてはまるものすべてに○）

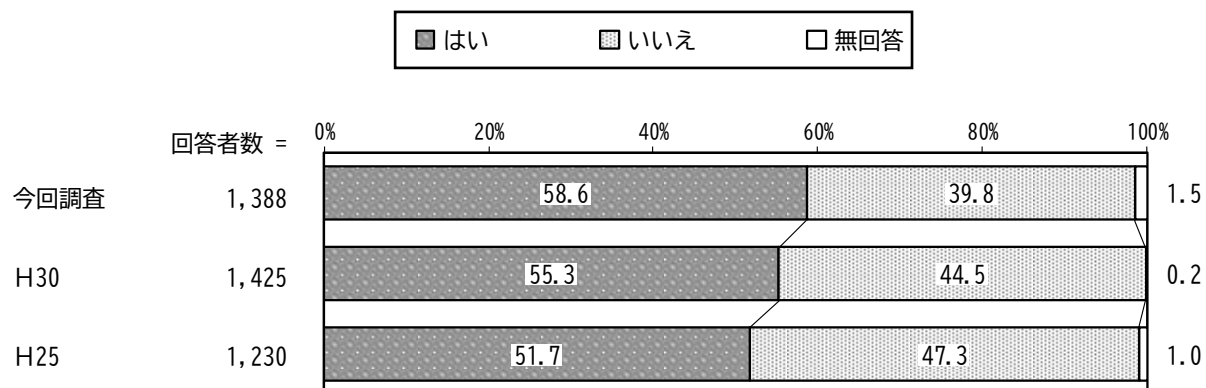
「配偶者」の割合が78.0%と最も高く、次いで「子ども（20歳以上）」の割合が28.3%、「子ども（20歳未満）」の割合が25.1%となっています。



問6 あなたは仕事をしていますか。

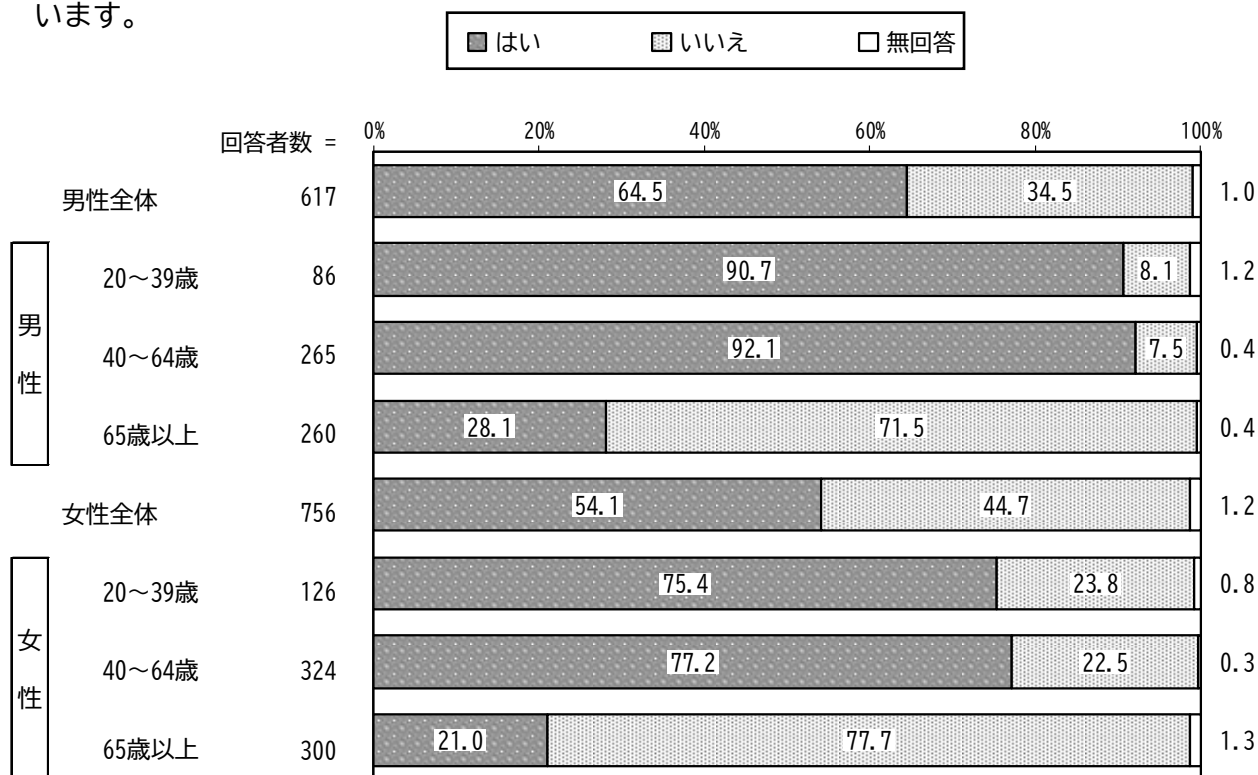
「はい」の割合が58.6%、「いいえ」の割合が39.8%となっています。

平成25年度調査、平成30年度調査と比較すると、「仕事をしている人」の割合が増加傾向となっています。



【性別・年齢別】

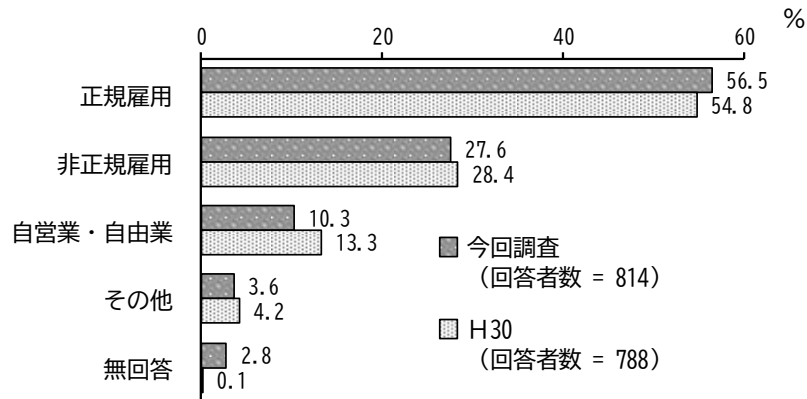
性別・年齢別にみると、男性、女性ともに65歳以上で「いいえ」の割合が高く、70%を超えています。



【問7. 8は、問6で「はい（仕事をしている）」に○をつけた方にお聞きします】

問7 現在のお仕事について教えてください。（あてはまるものすべてに○）

「正規雇用」の割合が56.5%と最も高く、次いで「非正規雇用」の割合が27.6%、「自営業・自由業」の割合が10.3%となっています。

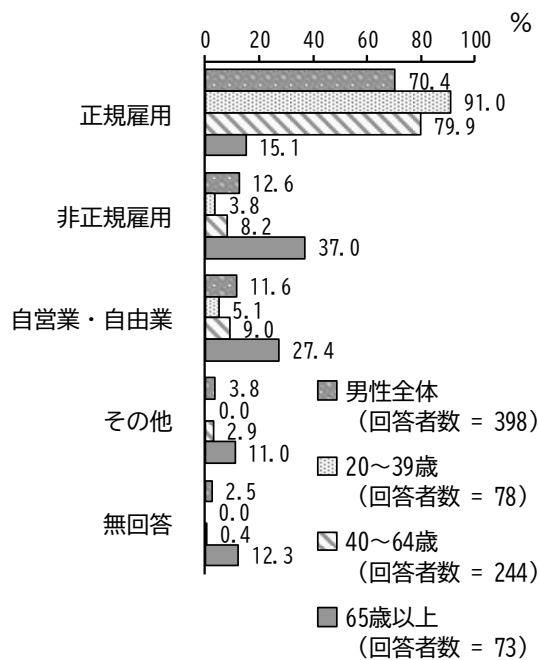


※平成30年度調査では「正規雇用」の選択肢は「フルタイム勤務」、「非正規雇用」の選択肢は「アルバイト・パートタイム勤務」となっていました。

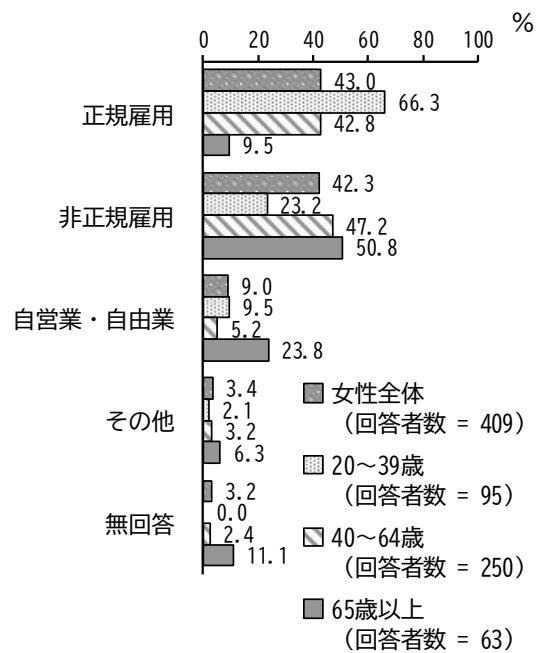
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男性20～39歳で「正規雇用」の割合が高くなっています。

【男性】



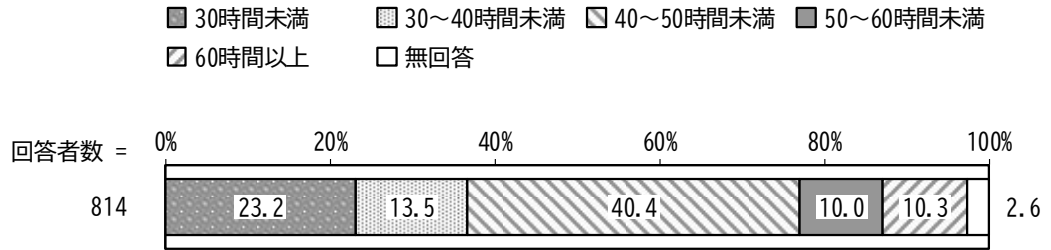
【女性】



問8 1週間あたりの平均的な労働時間は何時間ですか。(通勤時間は含まない)

総時間

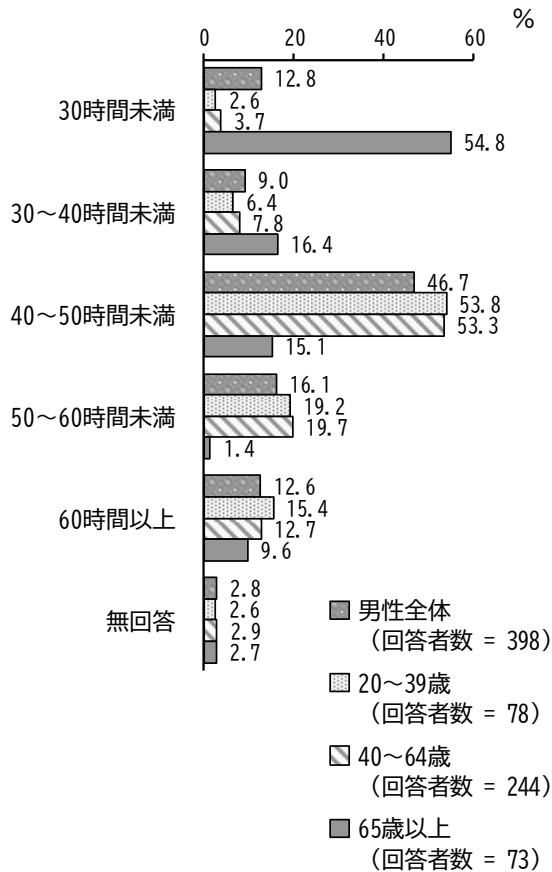
「40～50 時間未満」の割合が 40.4%と最も高く、次いで「30 時間未満」の割合が 23.2%、「30～40 時間未満」の割合が 13.5%となっています。



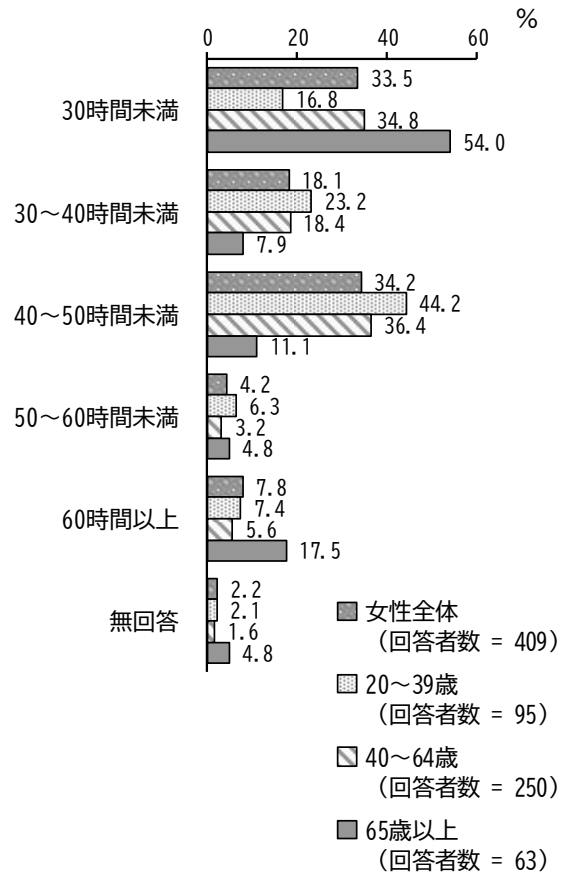
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男性 65 歳以上で「30 時間未満」の割合が高くなっています。

【男性】

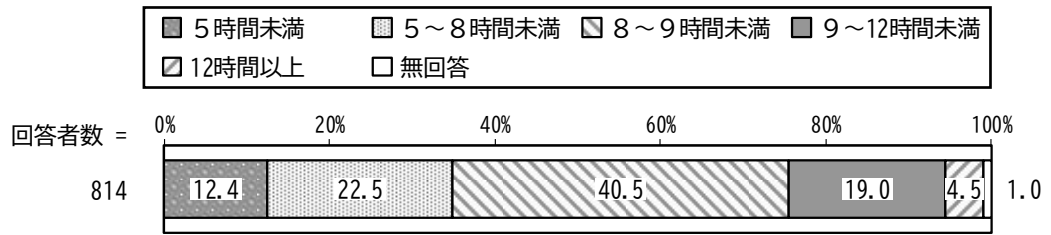


【女性】



1. 1日あたりの平均的な労働時間

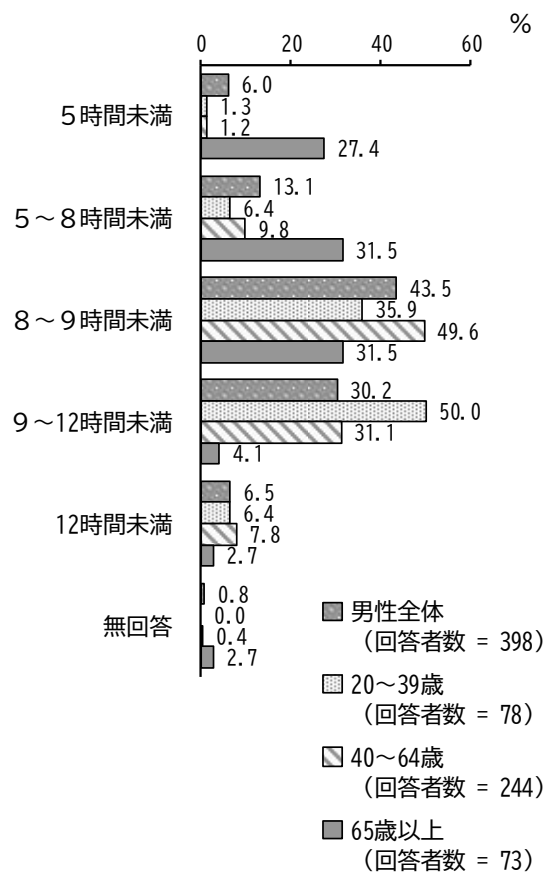
「8～9時間未満」の割合が40.5%と最も高く、次いで「5～8時間未満」の割合が22.5%、「9～12時間未満」の割合が19.0%となっています。



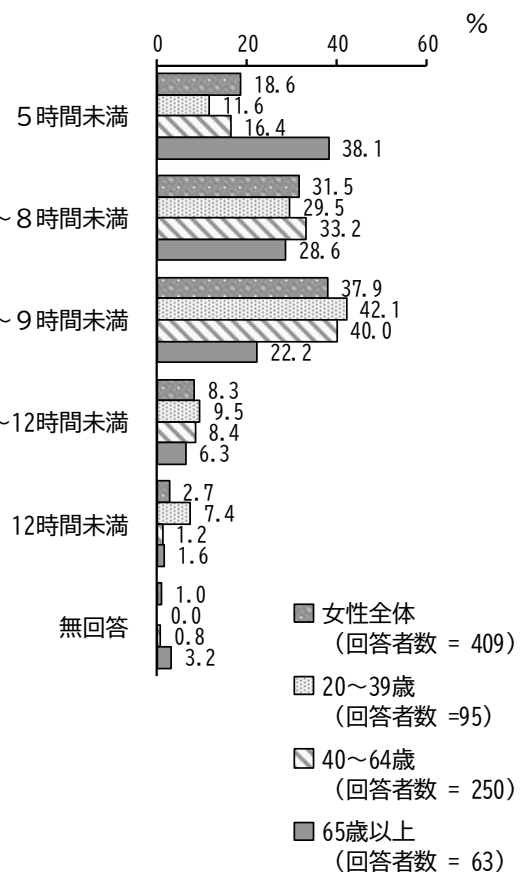
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男性20～39歳で「9～12時間未満」の割合が50.0%と最も高く、次いで男性40～64歳で「8～9時間未満」の割合が49.6%、女性20～39歳で「8～9時間未満」が42.1%となっています。

【男性】

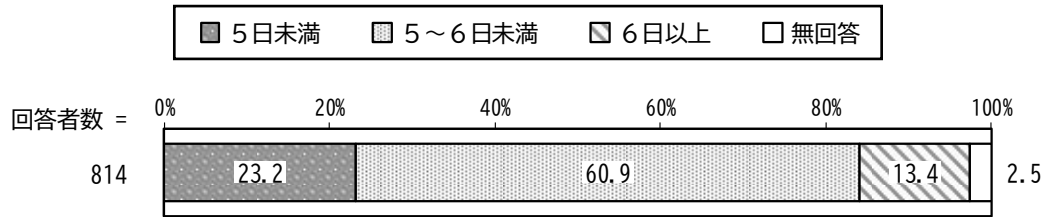


【女性】



2. 1週間あたりの平均的な労働日数

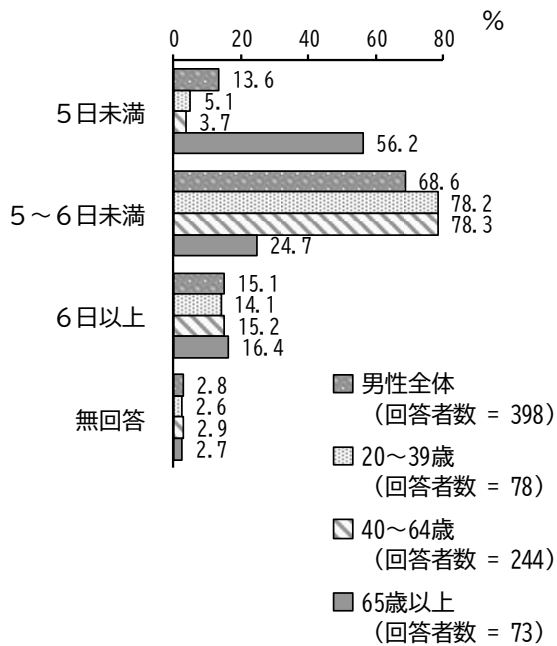
「5～6日未満」の割合が60.9%と最も高く、次いで「5日未満」の割合が23.2%、「6日以上」の割合が13.4%となっています。



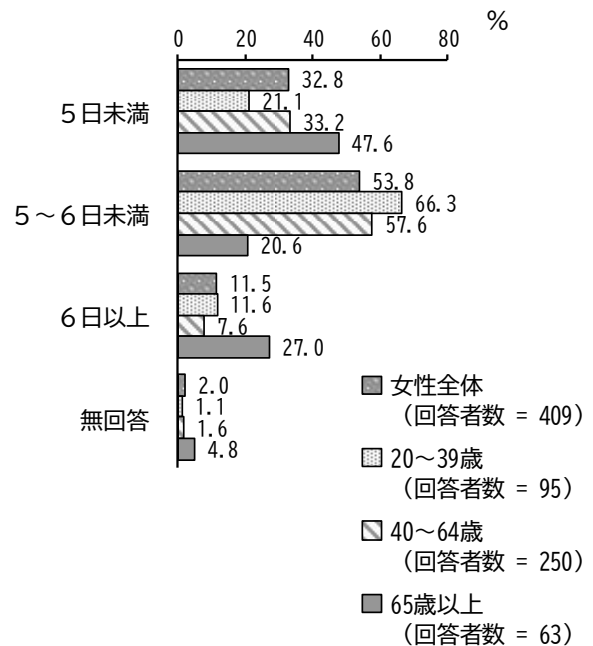
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男性65歳以上で「5日未満」の割合が高くなっています。また、男性20～39歳、男性40～64歳で「5～6日未満」の割合が、女性65歳以上で「6日以上」の割合が高くなっています。

【男性】

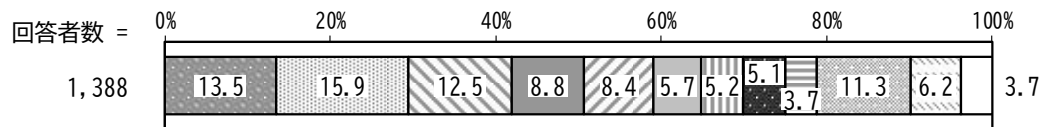
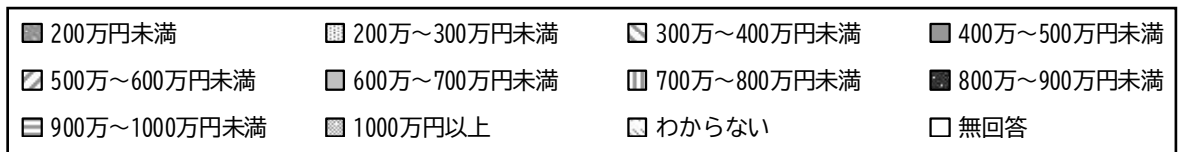


【女性】



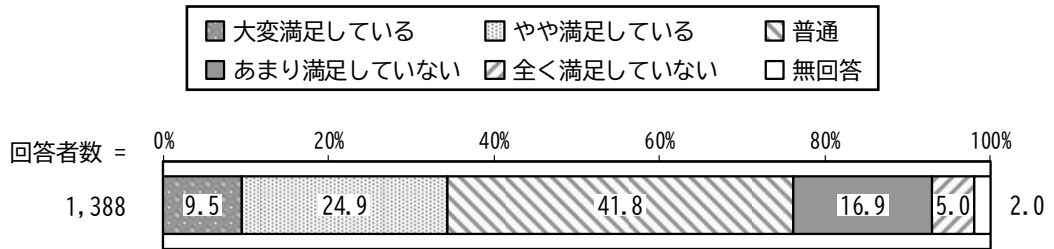
問9 あなたの世帯の過去1年間の年間収入（税込）はおよそどれくらいですか。

「200万～300万円未満」の割合が15.9%と最も高く、次いで「200万円未満」の割合が13.5%、「300万～400万円未満」の割合が12.5%となっています。



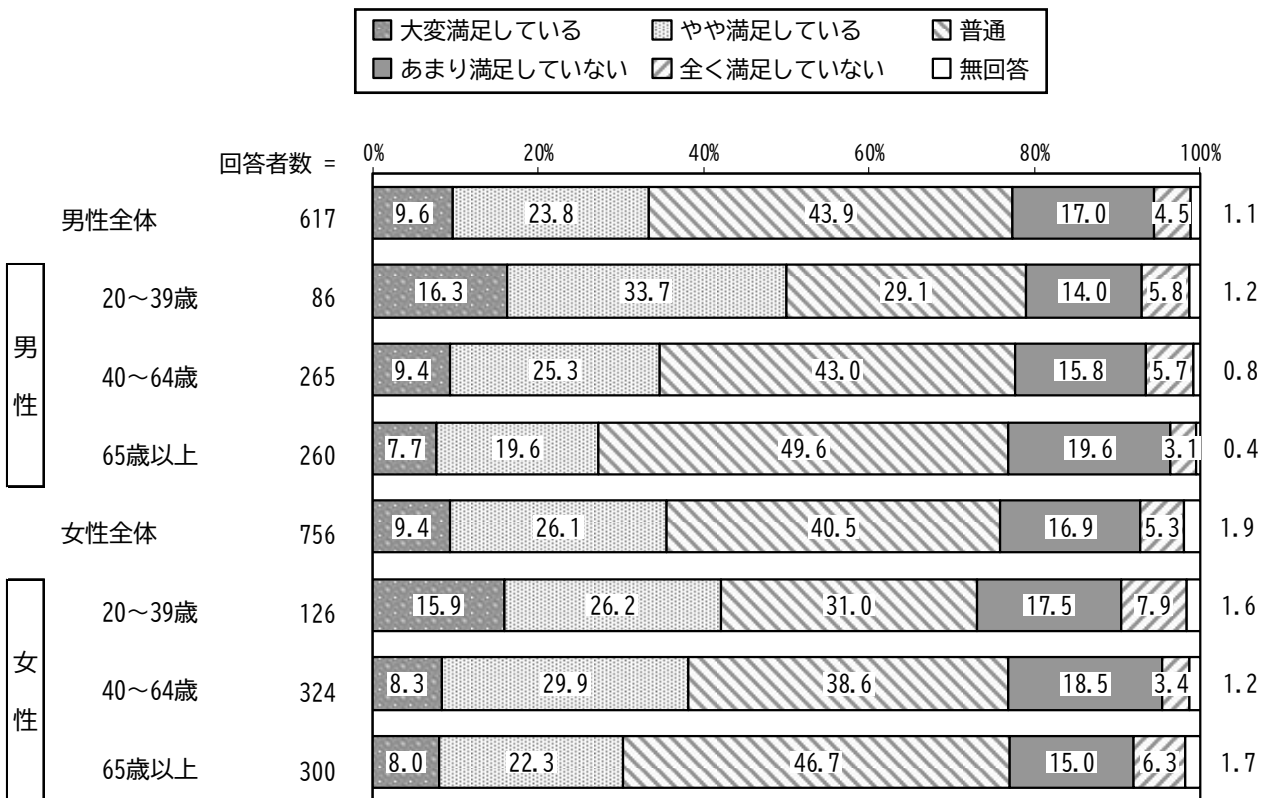
問10 あなたは現在の暮らしの状況を総合的にみて、どう感じていますか。

「普通」の割合が41.8%と最も高く、次いで「やや満足している」の割合が24.9%、「あまり満足していない」の割合が16.9%となっています。



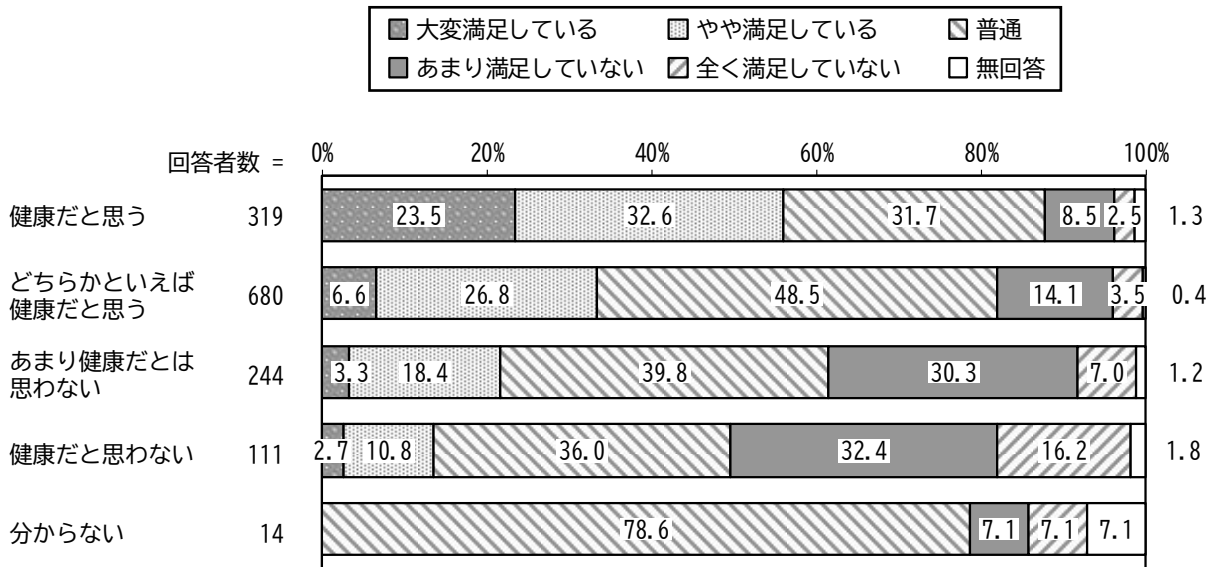
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男性65歳以上で「普通」の割合が49.6%と最も高く、次いで女性65歳以上で「普通」の割合が46.7%、男性40～64歳で「普通」が43.0%となっています。



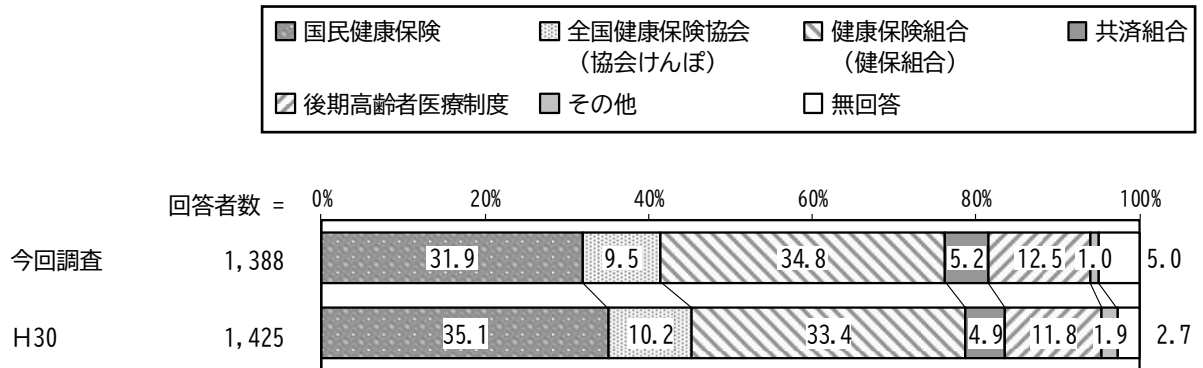
【健康状態別】

健康状態別にみると、分からないで「普通」の割合が高くなっています。



問 11 あなたが現在、加入している医療保険は何ですか。

「健康保険組合（健保組合）」の割合が 34.8%と最も高く、次いで「国民健康保険」の割合が 31.9%、「後期高齢者医療制度」の割合が 12.5%となっています。

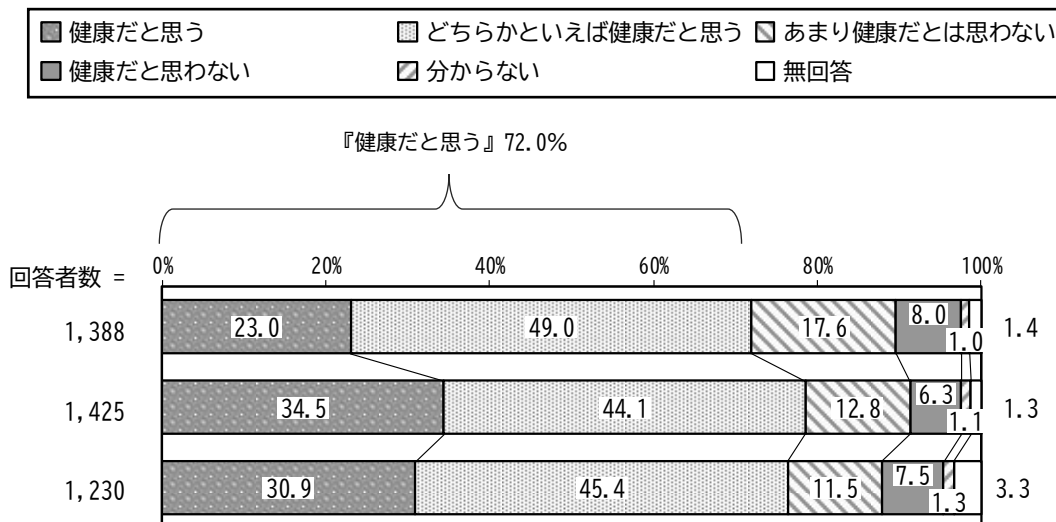


(2) 現在の健康状態について

問 12 あなたは現在のご自身について健康だと思いますか。

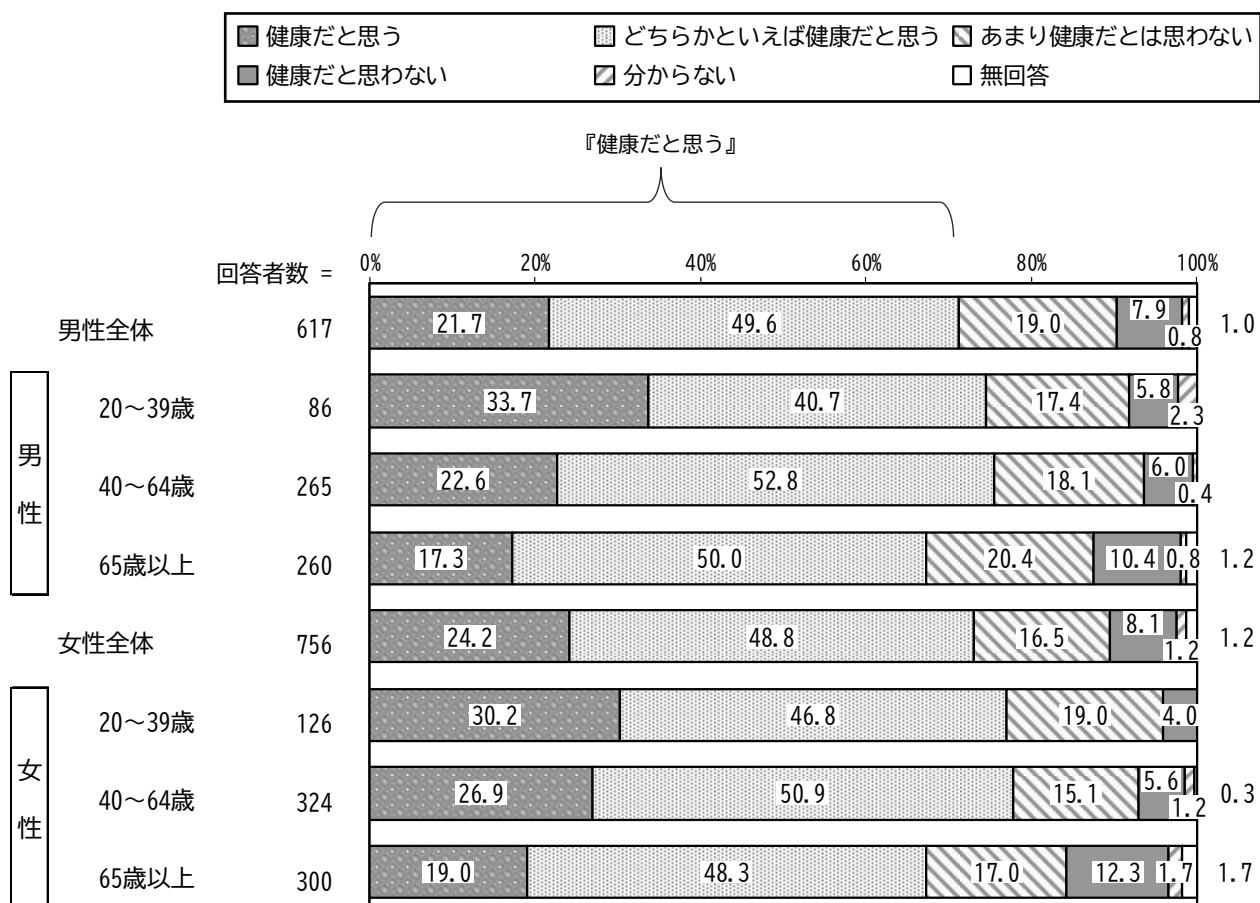
「どちらかといえば健康だと思う」の割合が49.0%と最も高く、次いで「健康だと思う」の割合が23.0%、「あまり健康だとは思わない」の割合が17.6%となっています。

平成30年度調査と比較すると、「健康だと思う」「どちらかといえば健康だと思う」をあわせた“健康だと思う”の割合が減少しています。

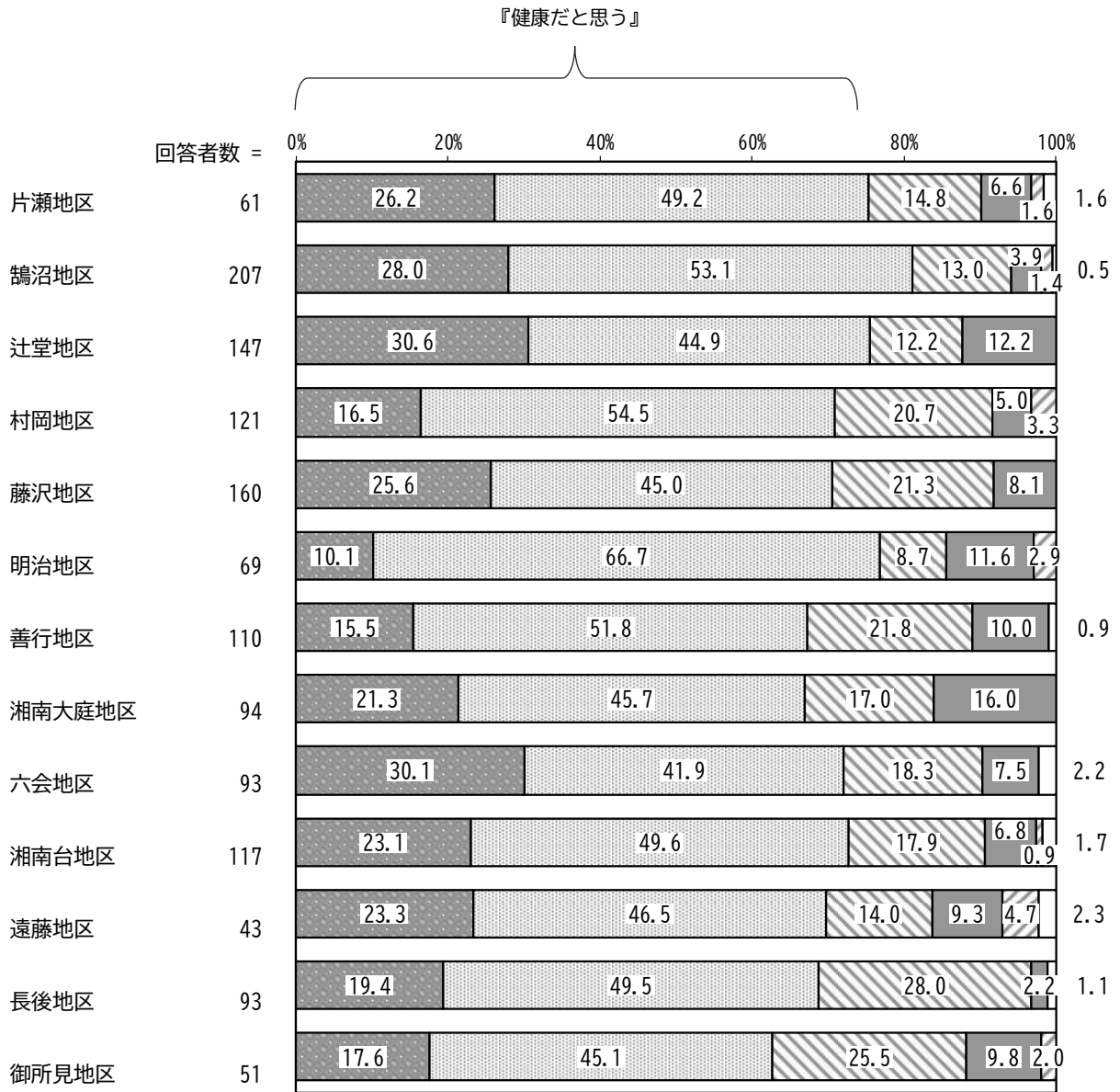
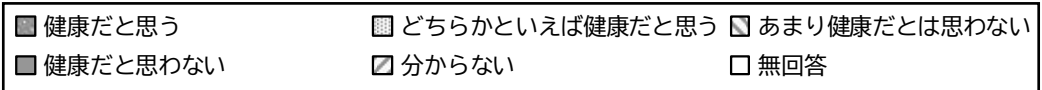


【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男性20～39歳で「健康だと思う」の割合が33.7%と高くなっています。また、女性65歳以上で「健康だと思わない」の割合が12.3%と高くなっています。

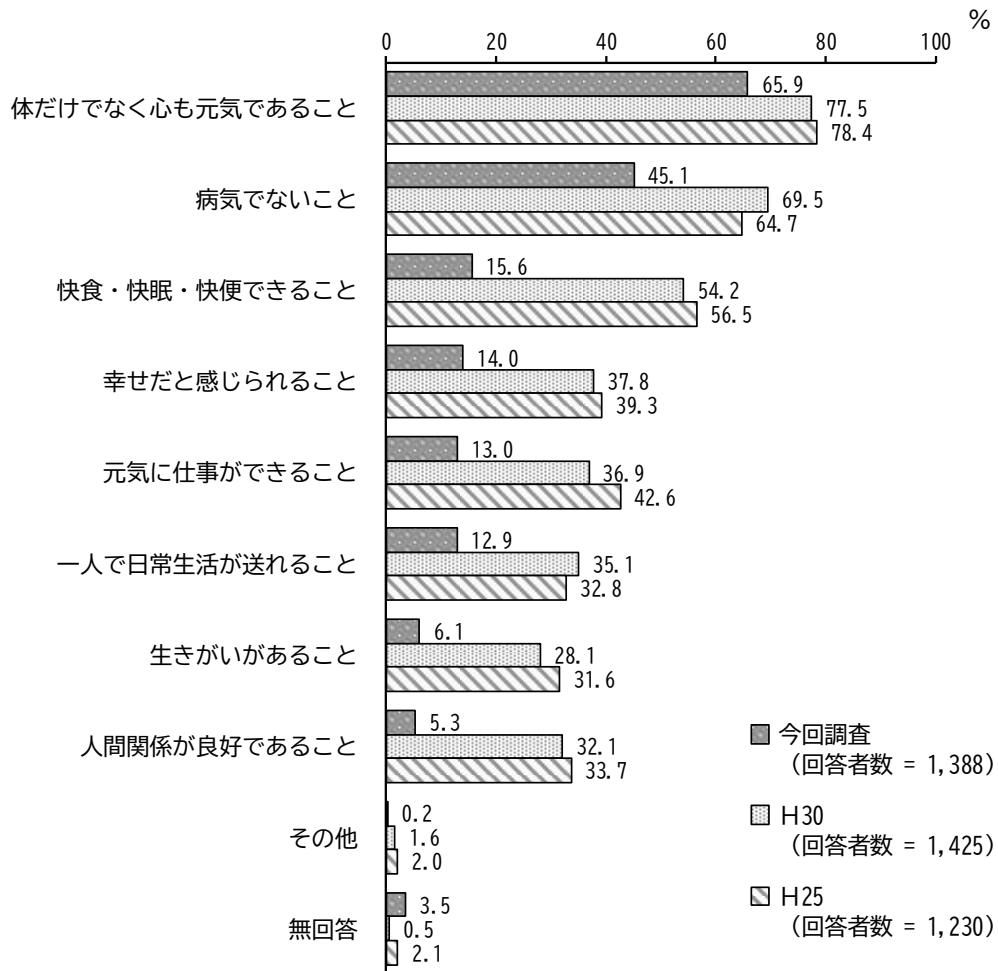


【地区別】



問13 あなたにとっての健康とはどのようなことだと思いますか。
(あてはまるもの2つまで○)

「体だけでなく心も元気であること」の割合が65.9%と最も高く、次いで「病気でないこと」の割合が45.1%、「快食・快眠・快便できること」の割合が15.6%となっています。
平成30年度調査との比較は、選択できる数が異なり比較できないため、参考とします。

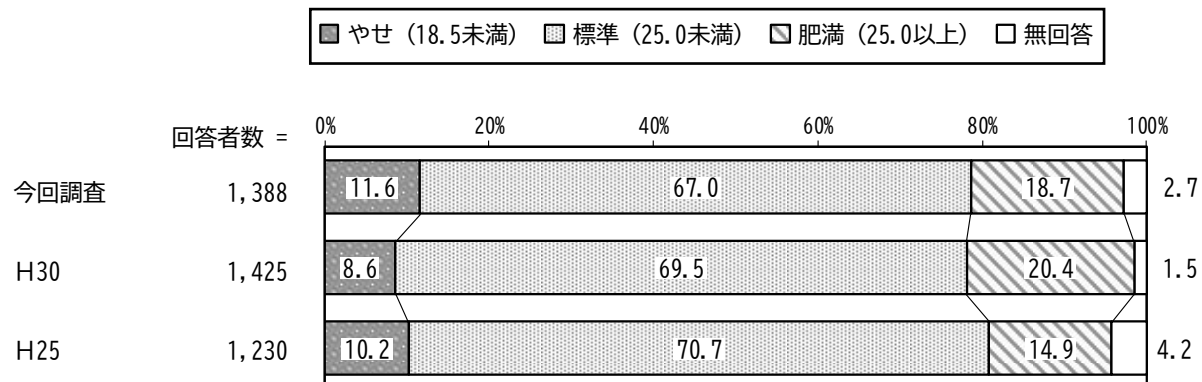


※平成30年度調査、平成25年度調査は「あてはまるものすべて」の選択となっています。

○問 14 あなたの身長・体重を教えてください。

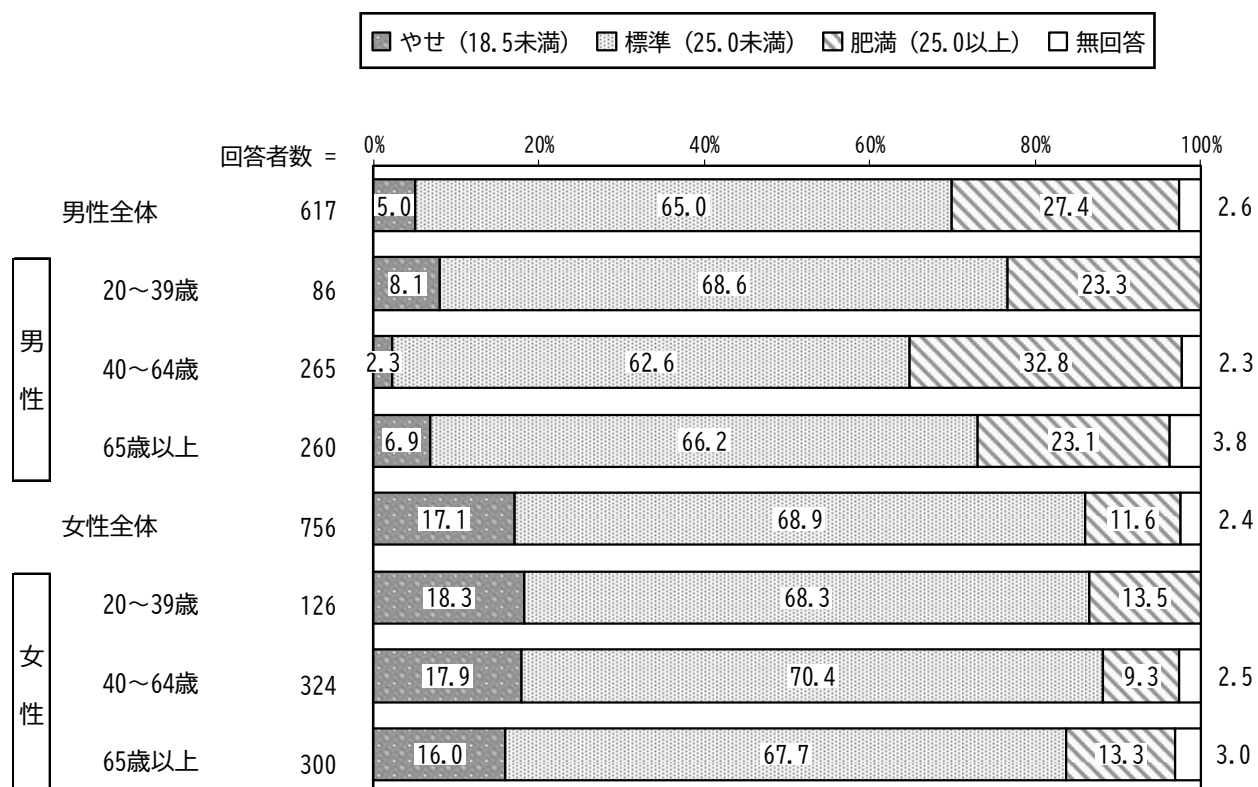
BMI

「標準 (25.0 未満)」の割合が 67.0%と最も高く、次いで「肥満 (25.0 以上)」の割合が 18.7%、「やせ (18.5 未満)」の割合が 11.6%となっています。

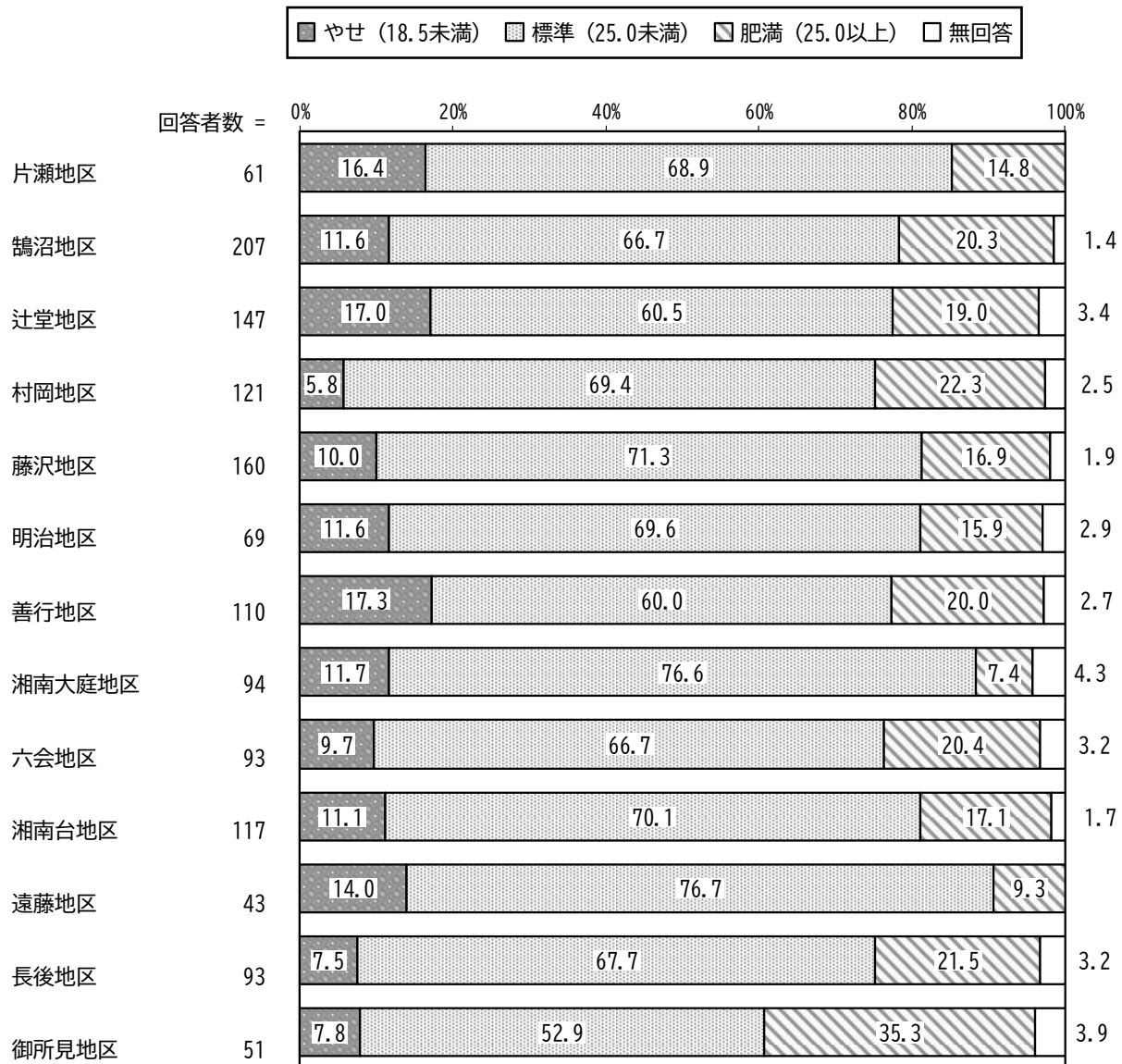


【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、「肥満」はいずれの年齢も男性が女性を上回り、特に 40～64 歳で 32.8%となっています。「やせ」はいずれの年齢も女性が男性を上回り、特に 20～39 歳で 18.3%となっています。

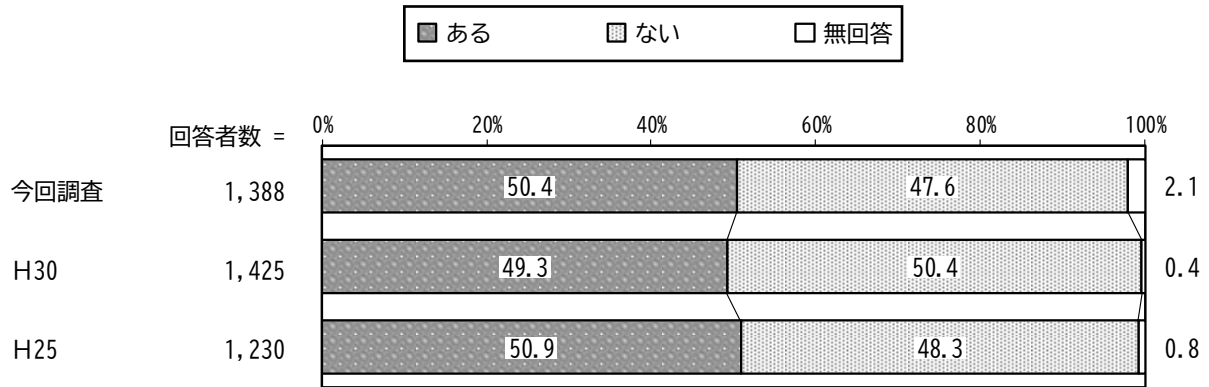


【地区別】



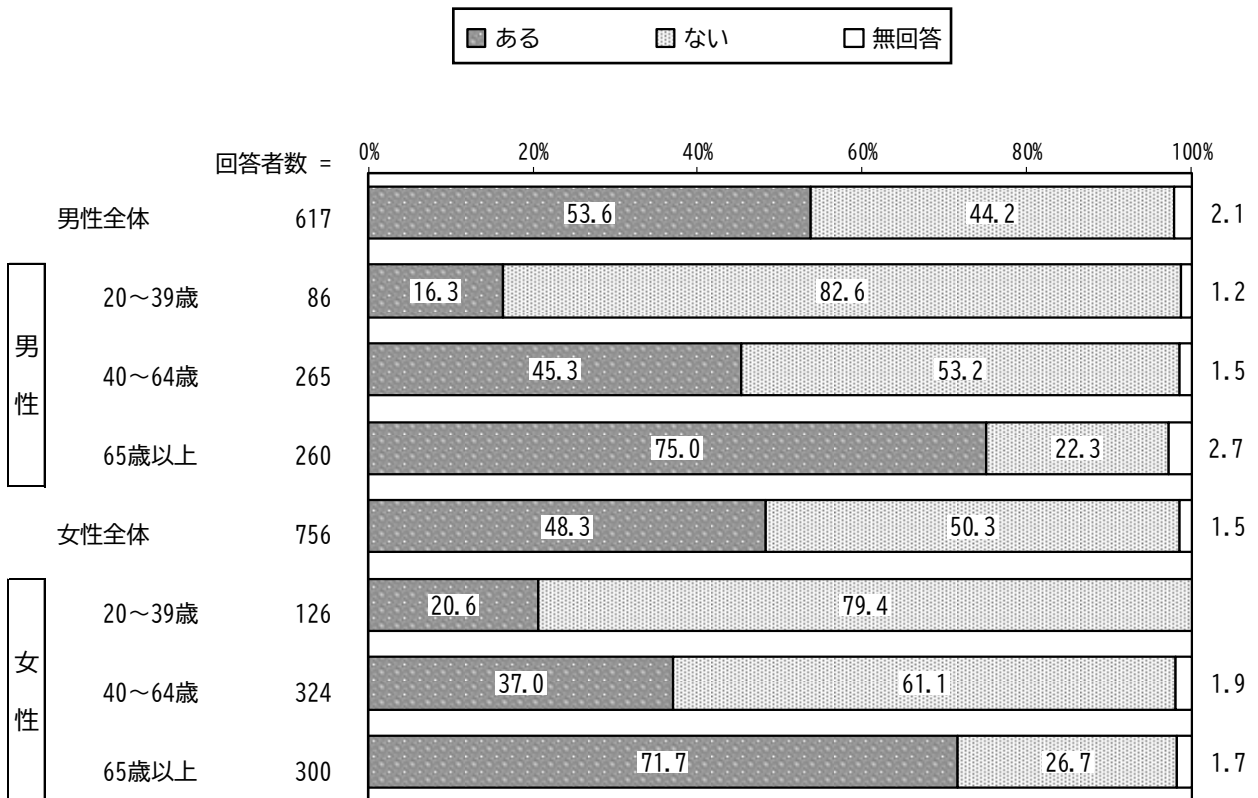
問 15 現在、治療中の病気がありますか。

「ある」の割合が 50.4%、「ない」の割合が 47.6%となっています。



【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男性 20～39 歳で「ない」の割合が 82.6%と最も高く、次いで女性 20～39 歳で「ない」の割合が 79.4%、男性 65 歳以上で「ある」が 75.0%となっています。

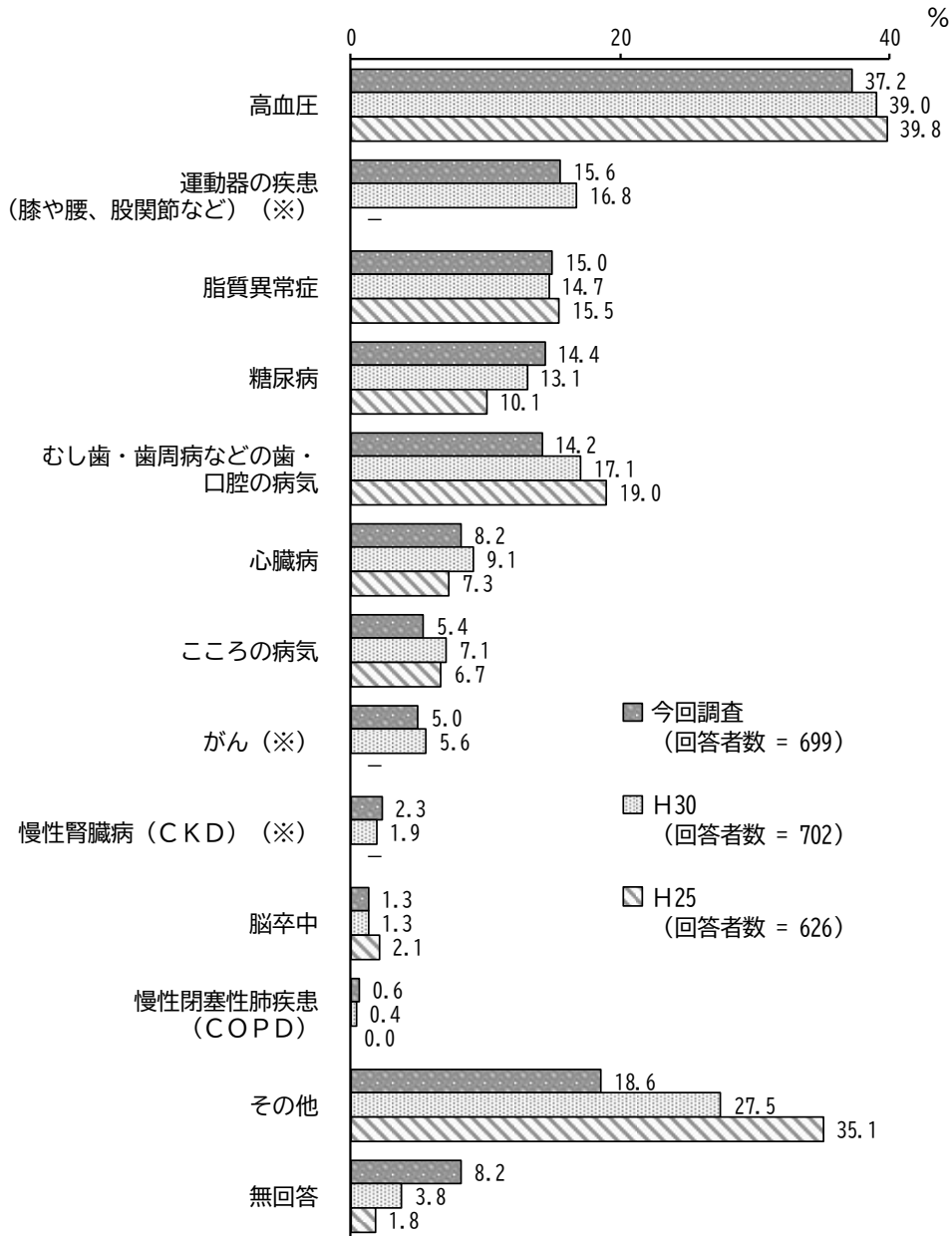


【問 15 で「ある」に○をつけた方にお聞きします】

問 16 治療中の病気で、次の病気はありますか。

「高血圧」の割合が 37.2%と最も高く、次いで「運動器の疾患（膝や腰、股関節など）」の割合が 15.6%、「脂質異常症」の割合が 15.0%となっています。

平成 30 年度調査と比較すると、「高血圧」「むし歯・歯周病などの歯・口腔の病気」は減少し、「糖尿病」は増加する傾向となっています。



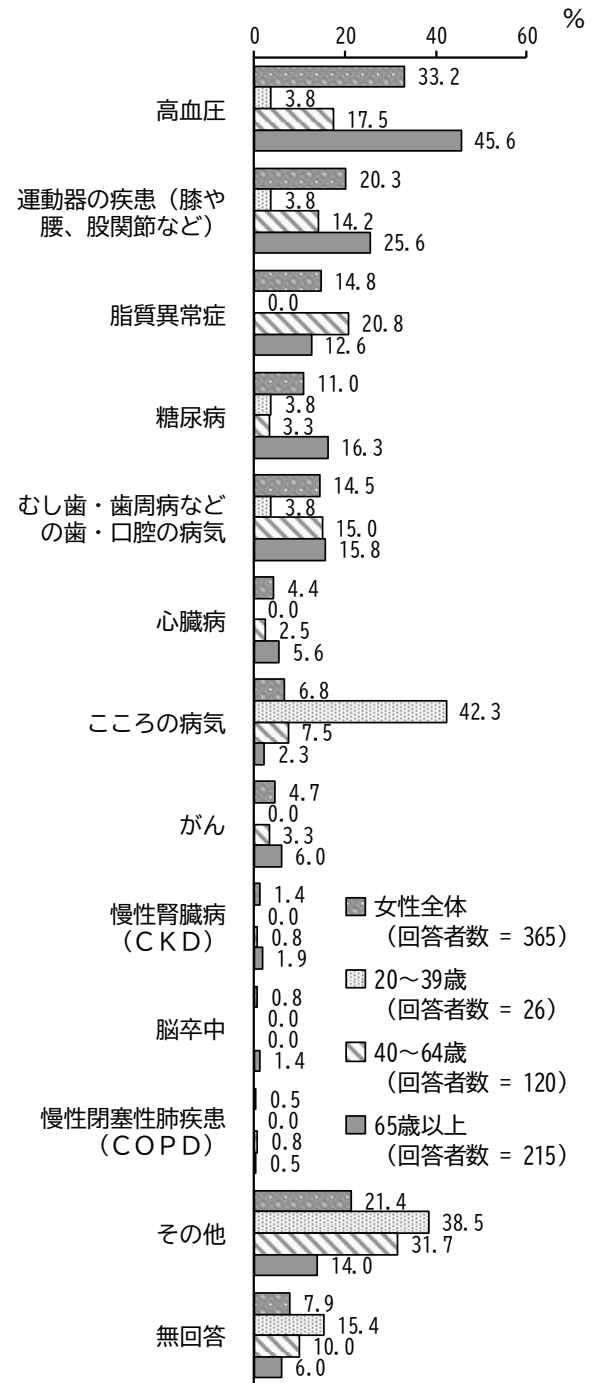
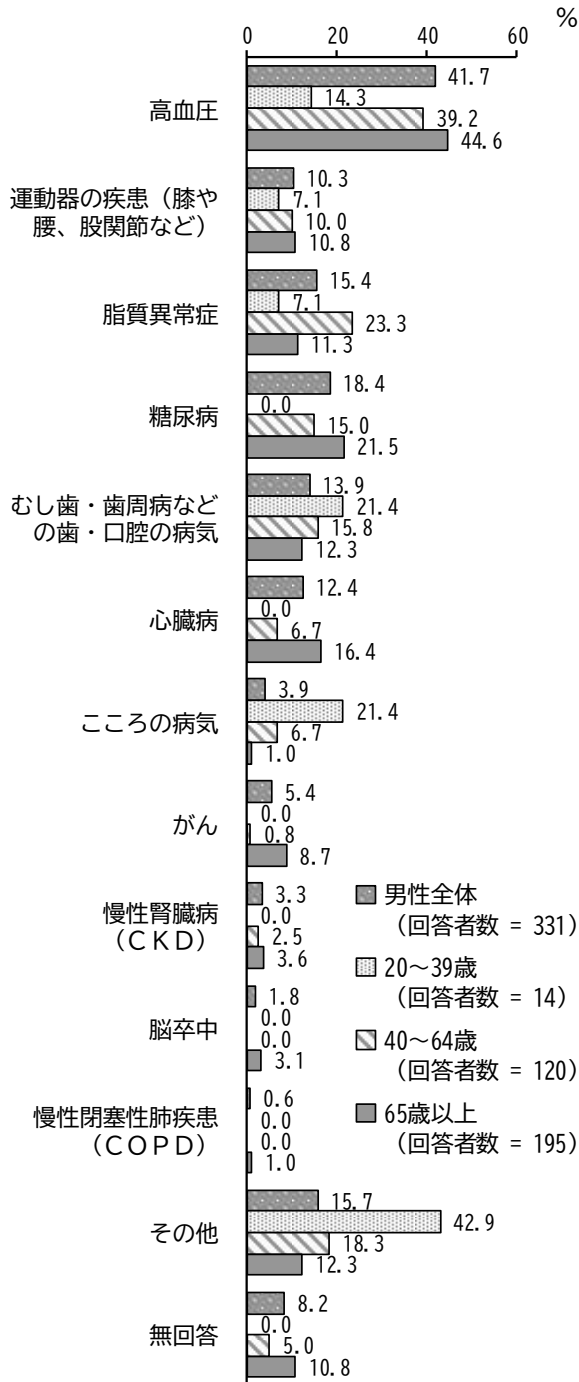
※平成 25 年度調査には「運動器の疾患（膝や腰、股関節など）」「がん」「慢性腎臓病（CKD）」の選択肢はありませんでした。

【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が高くなるにつれ「高血圧」の割合が高くなる傾向がみられ、男女とも65歳以上で4割半ばとなっています。また、男女とも20～39歳で「こころの病気」の割合が高くなっているほか、男性65歳以上で「糖尿病」「心臓病」の割合が高くなっています。

【男性】

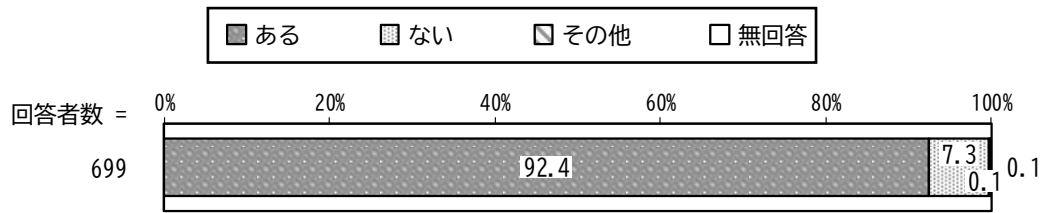
【女性】



【問 15 で「ある」に○をつけた方にお聞きします】

問 17 現在、処方されている薬はありますか。

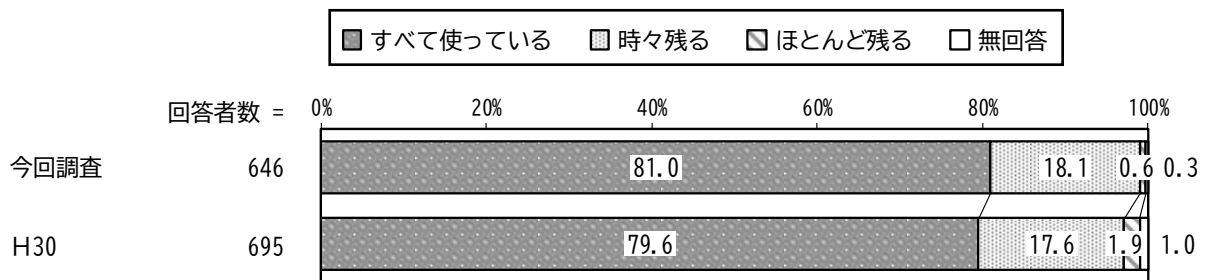
「ある」の割合が 92.4%、「ない」の割合が 7.3%となっています。



【問 17 で「ある」に○をつけた方にお聞きします】

問 18 処方されている薬の使用状況を教えてください。

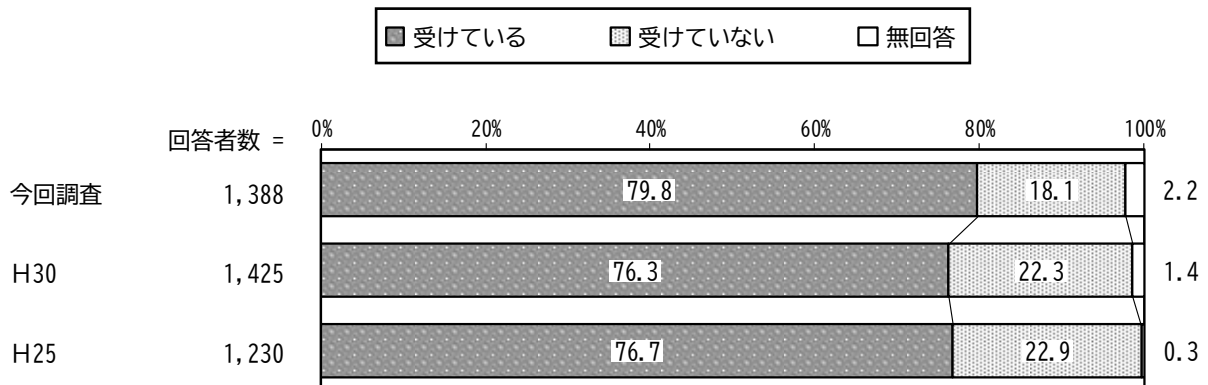
「すべて使っている」の割合が 81.0%で「時々残る」の割合が 18.1%となっています。



問 19 定期的に健康診断・がん検診を受けていますか。

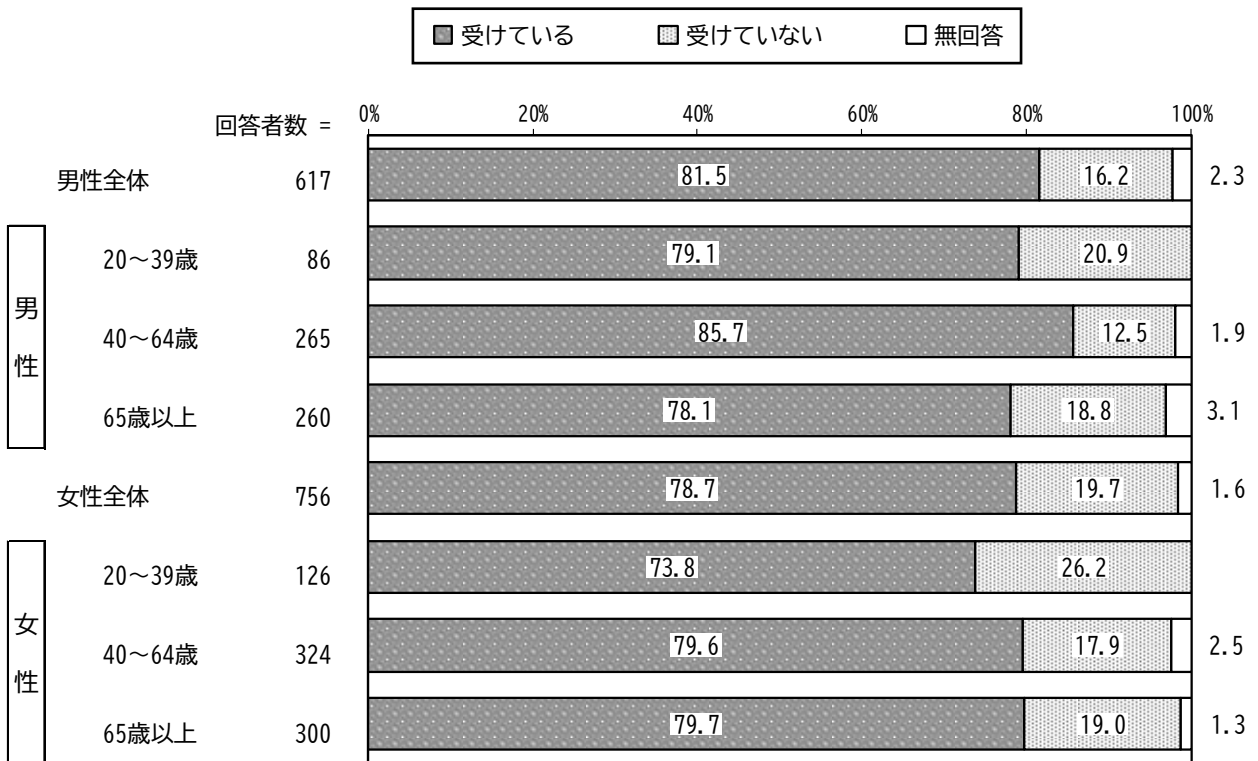
「受けている」の割合が 79.8%、「受けていない」の割合が 18.1%となっています。

平成 30 年度調査と比較すると、「受けている」の割合が 3.5 ポイント、平成 25 年度調査と比較すると、「受けている」の割合が 3.1 ポイント増加しています。



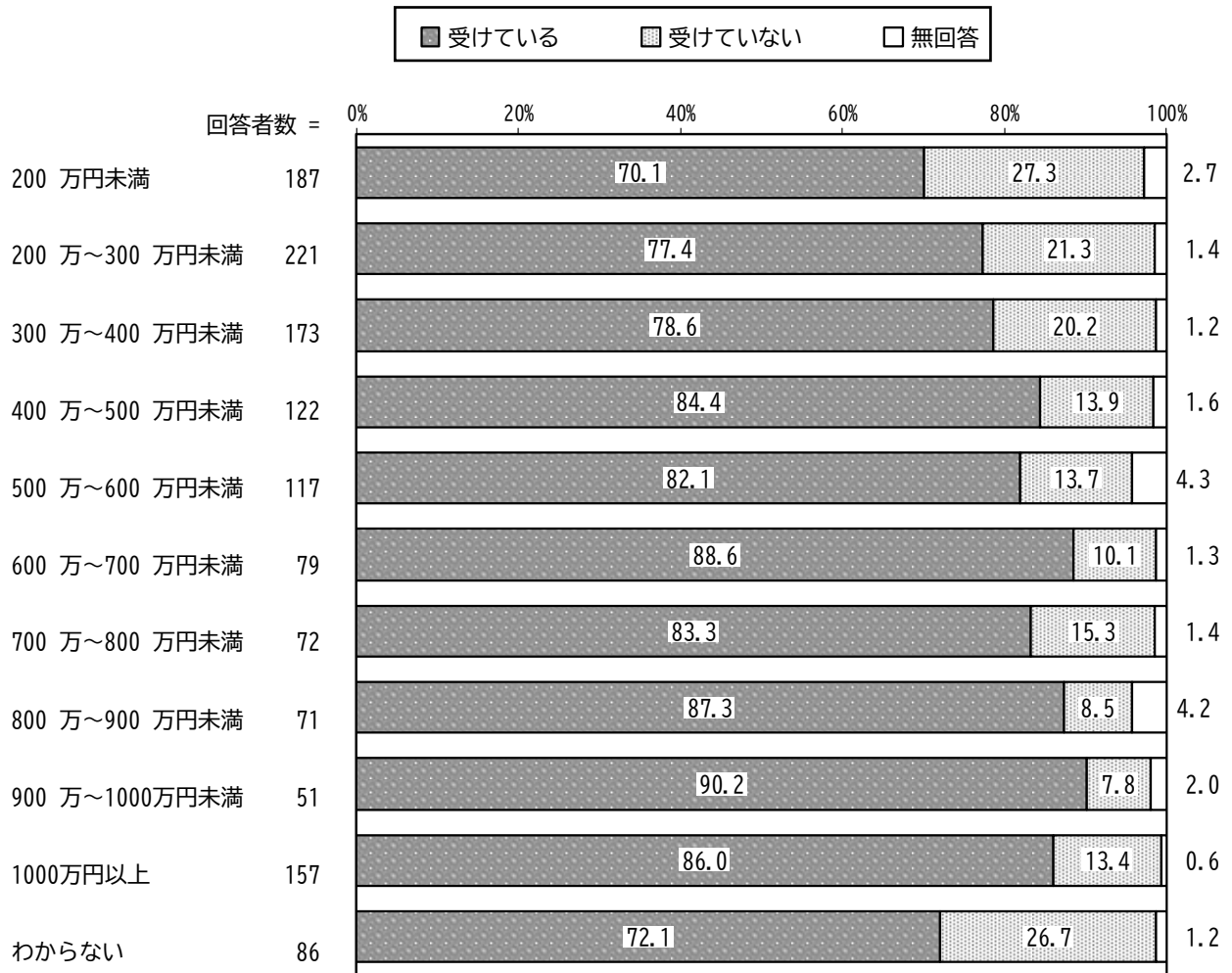
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男性 40～64 歳で「受けている」の割合が 85.7%と最も高く、次いで女性 65 歳以上で「受けている」の割合が 79.7%、女性 40～64 歳で「受けている」が 79.6%となっています。



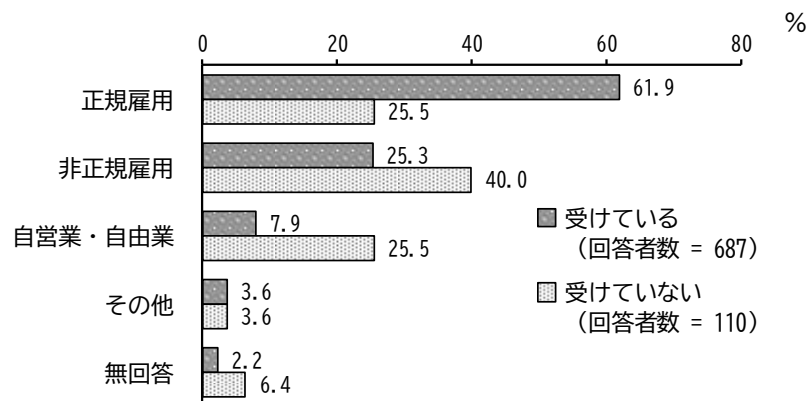
【世帯年収別】

世帯年収別にみると、900万～1000万円未満で「受けている」の割合が高くなっています。



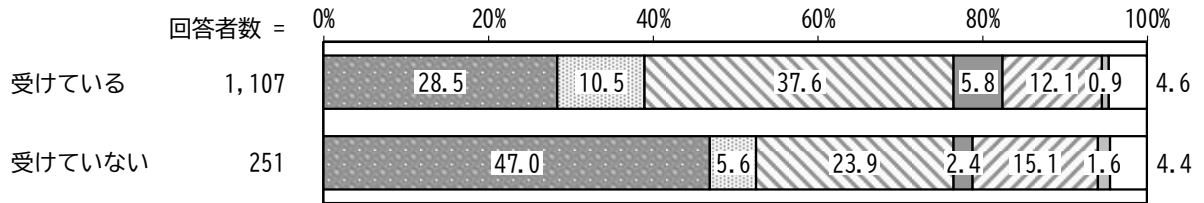
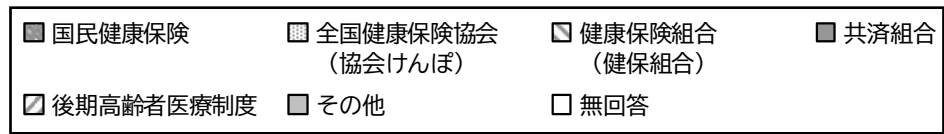
【健康診断・がん検診の受診別】

健康診断・がん検診の受診別にみると、受けているで「正規雇用」の割合が高く、受けていないで「非正規雇用」「自営業・自由業」の割合が高くなっています。



【健康診断・がん検診の受診別】

健康診断・がん検診の受診別にみると、受けていないで「国民健康保険」の割合が高くなっています。



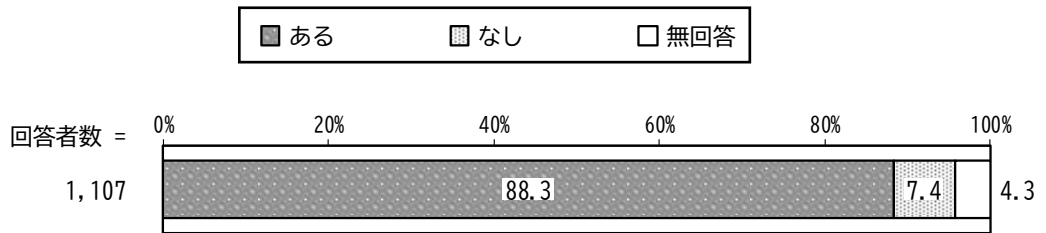
【問 19 で「(健康診断・がん検診を) 受けている」に○をつけた方にお聞きします】

問 20 受診している内容や頻度をお聞きします。
 (※人間ドックなどを受診している場合も、受診しているがん検診の種類毎に回答してください。)

1. 健康診断・人間ドック

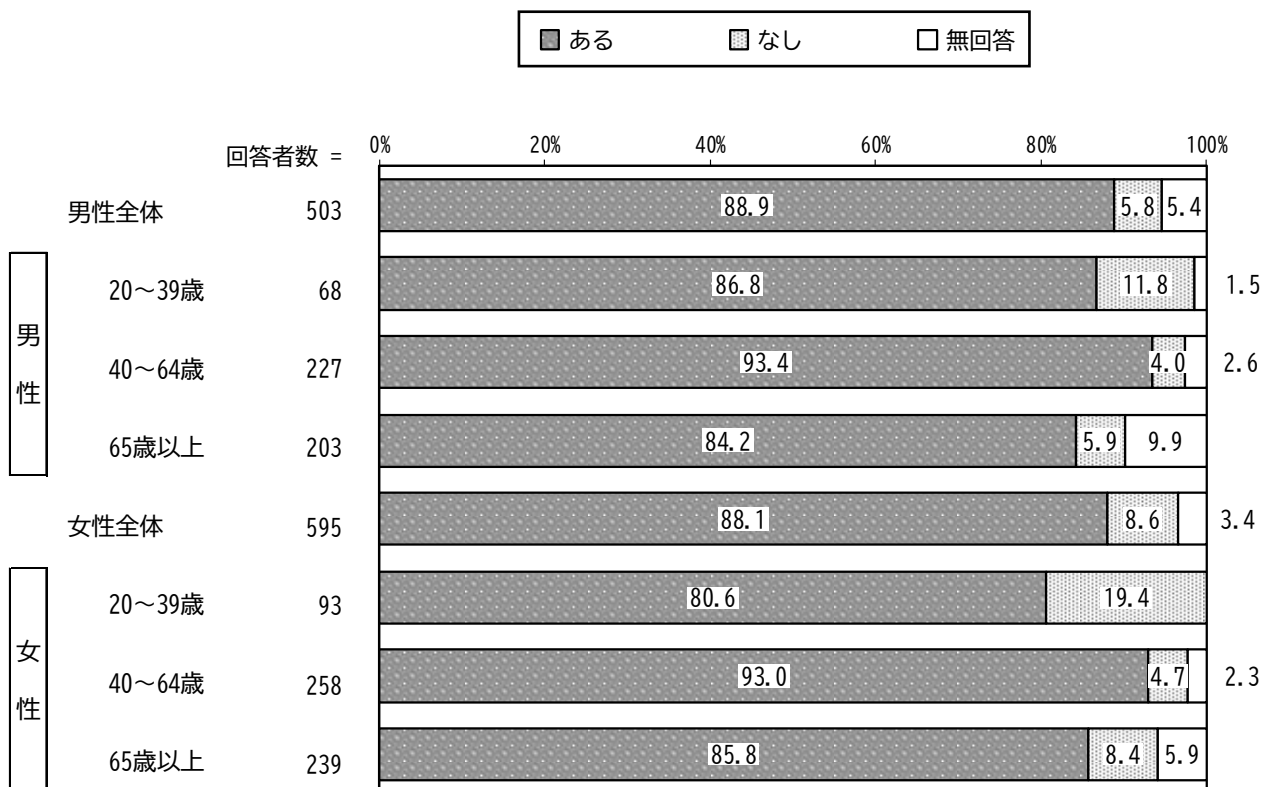
ア 過去2年間の受診

「ある」の割合が 88.3%、「なし」の割合が 7.4%となっています。



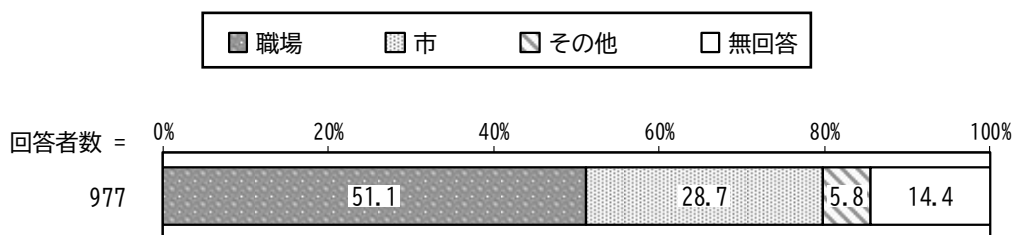
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも 40～64 歳で「ある」の割合が高くなっています。一方、女性 20～39 歳で「なし」の割合が高くなっています。



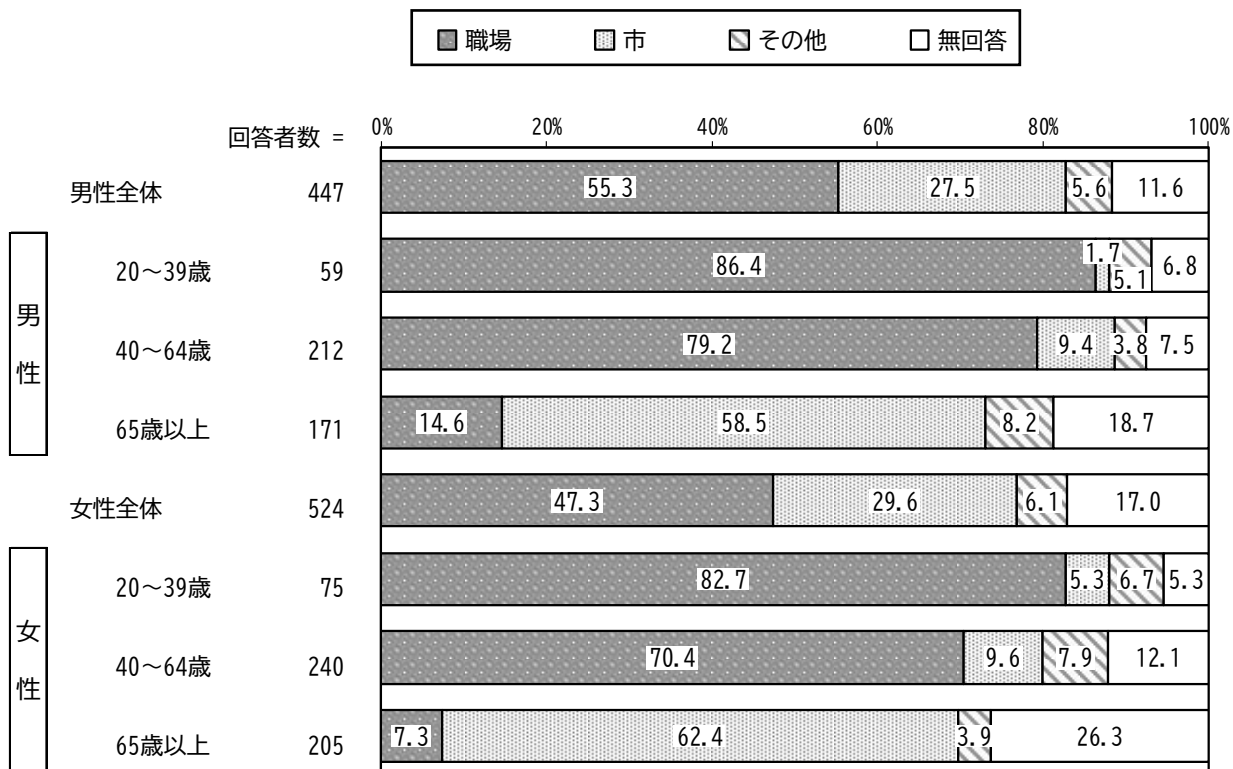
イ 受診場所

「職場」の割合が51.1%、「市」の割合が28.7%となっています。



【性別・年齢別】

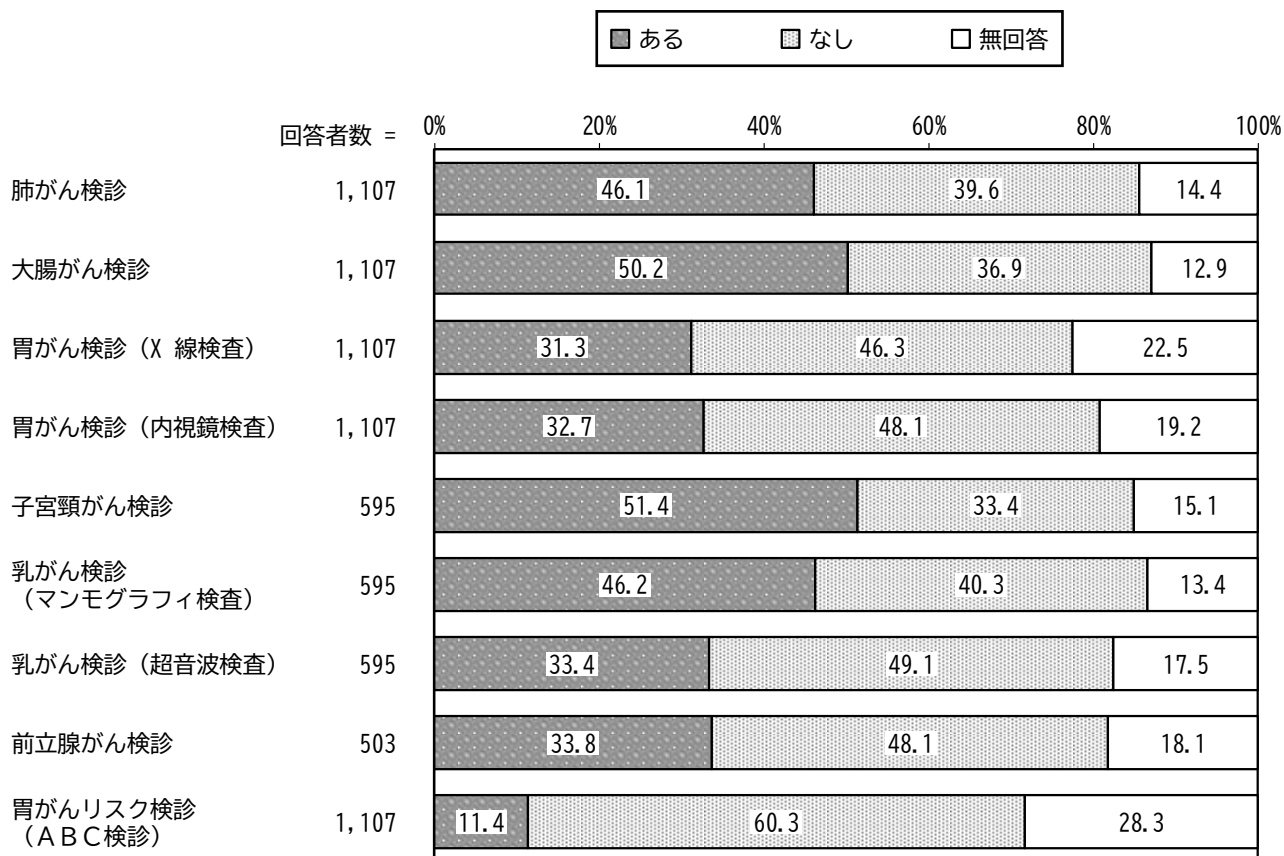
性別・年齢別にみると、男女とも年齢が低くなるにつれ「職場」の割合が高く、年齢が高くなるにつれ「市」の割合が高くなっています。



2. がん検診

ア 過去2年間の受診

「ある」の割合が肺がん検診で46.1%、大腸がん検診で50.2%、子宮頸がん検診で51.4%、乳がん検診（マンモグラフィ検査）で46.2%と高くなっています。一方、「なし」の割合が胃がん検診（X線検査）で46.3%、胃がん検診（内視鏡検査）で48.1%、乳がん検診（超音波検査）で49.1%、前立腺がん検診で48.1%、胃がんリスク検診（ABC検診）で60.3%と高くなっています。



【がん検診の受診について 受診内容 年齢別】

年齢別にみると、肺がん検診、大腸がん検診、胃がん検診（X線検査）は、20～39歳で「なし」が80%以上と最も多くなっています。

また、子宮頸がん検診は、20～39歳で「ある」が最も多くなっています。

【単位 上段：実数、下段：％】

【大腸がん検診】

		全体	ある	なし	無回答
全体		1107	556	408	143
		100.0	50.2	36.9	12.9
年齢別	20～39歳	164	15	143	6
		100.0	9.1	87.2	3.7
	40～64歳	489	231	194	64
	100.0	47.2	39.7	13.1	
	65歳以上	444	307	64	73
	100.0	69.1	14.4	16.4	

【胃がん検診（内視鏡検査）】

		全体	ある	なし	無回答
全体		1107	362	532	213
		100.0	32.7	48.1	19.2
年齢別	20～39歳	164	11	144	9
		100.0	6.7	87.8	5.5
	40～64歳	489	158	259	72
	100.0	32.3	53.0	14.7	
	65歳以上	444	189	123	132
	100.0	42.6	27.7	29.7	

【乳がん検診（マンモグラフィ検査）】

		全体	ある	なし	無回答
全体		595	275	240	80
		100.0	46.2	40.3	13.4
年齢別	20～39歳	93	18	73	2
		100.0	19.4	78.5	2.2
	40～64歳	258	170	73	15
	100.0	65.9	28.3	5.8	
	65歳以上	239	86	90	63
	100.0	36.0	37.7	26.4	

【前立腺がん検診】

		全体	ある	なし	無回答
全体		503	170	242	91
		100.0	33.8	48.1	18.1
年齢別	20～39歳	68	1	62	5
		100.0	1.5	91.2	7.4
	40～64歳	227	40	147	40
	100.0	17.6	64.8	17.6	
	65歳以上	203	126	31	46
	100.0	62.1	15.3	22.7	

【肺がん検診】

		全体	ある	なし	無回答
全体		1107	510	438	159
		100.0	46.1	39.6	14.4
年齢別	20～39歳	164	9	148	7
		100.0	5.5	90.2	4.3
	40～64歳	489	206	215	68
	100.0	42.1	44.0	13.9	
	65歳以上	444	291	69	84
	100.0	65.5	15.5	18.9	

【胃がん検診（X線検査）】

		全体	ある	なし	無回答
全体		1107	346	512	249
		100.0	31.3	46.3	22.5
年齢別	20～39歳	164	18	138	8
		100.0	11.0	84.1	4.9
	40～64歳	489	191	218	80
	100.0	39.1	44.6	16.4	
	65歳以上	444	133	150	161
	100.0	30.0	33.8	36.3	

【子宮頸がん検診】

		全体	ある	なし	無回答
全体		595	306	199	90
		100.0	51.4	33.4	15.1
年齢別	20～39歳	93	64	28	1
		100.0	68.8	30.1	1.1
	40～64歳	258	170	67	21
	100.0	65.9	26.0	8.1	
	65歳以上	239	70	101	68
	100.0	29.3	42.3	28.5	

【乳がん検診（超音波検査）】

		全体	ある	なし	無回答
全体		595	199	292	104
		100.0	33.4	49.1	17.5
年齢別	20～39歳	93	21	70	2
		100.0	22.6	75.3	2.2
	40～64歳	258	131	102	25
	100.0	50.8	39.5	9.7	
	65歳以上	239	47	116	76
	100.0	19.7	48.5	31.8	

【胃がんリスク検診（ABC検診）】

		全体	ある	なし	無回答
全体		1107	126	668	313
		100.0	11.4	60.3	28.3
年齢別	20～39歳	164	3	149	12
		100.0	1.8	90.9	7.3
	40～64歳	489	67	322	100
	100.0	13.7	65.8	20.4	
	65歳以上	444	54	190	200
	100.0	12.2	42.8	45.0	

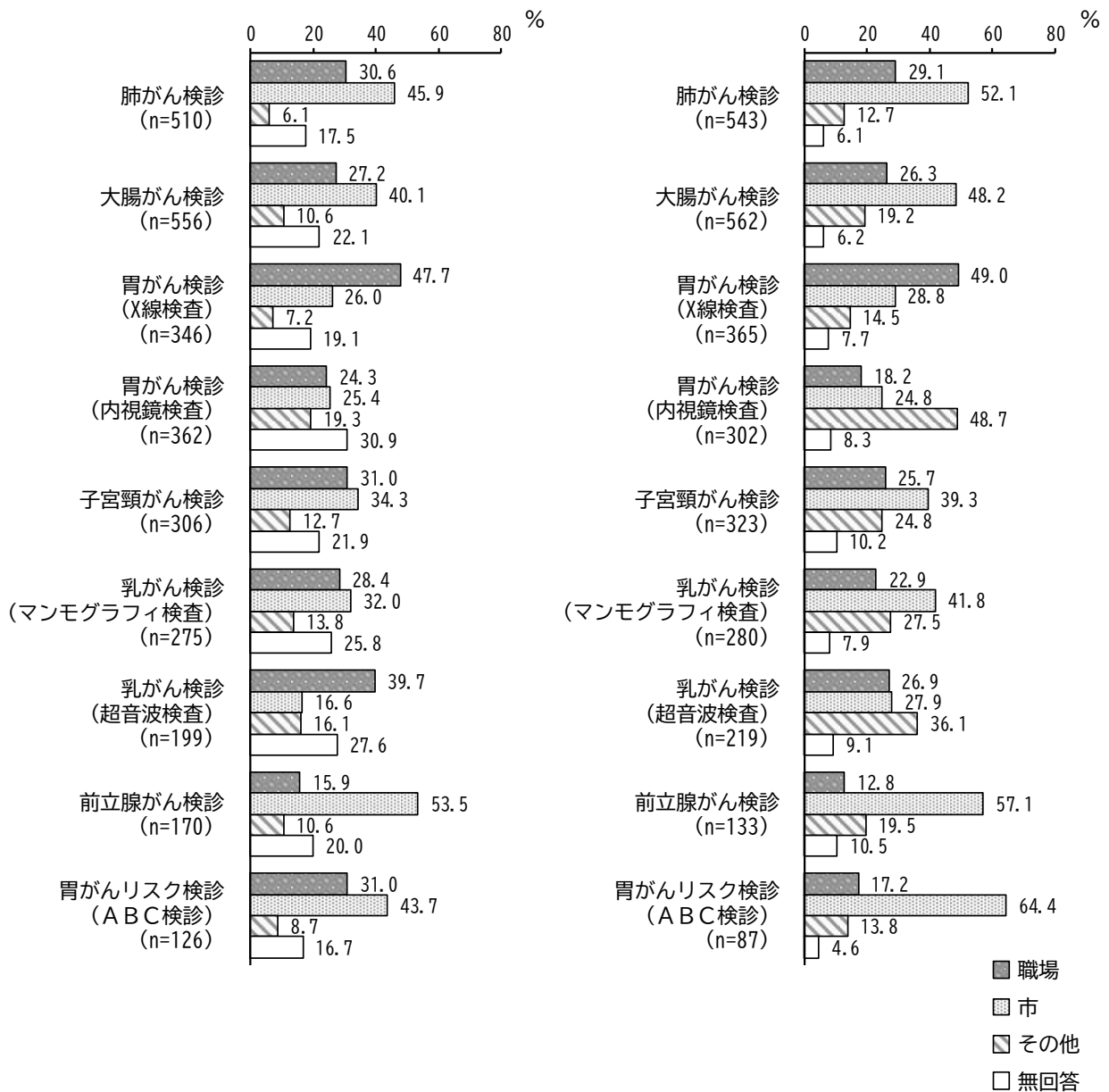
イ 受診場所 がん検診

「職場」の割合が胃がん検診（X線検査）で47.7%、乳がん検診（超音波検査）が39.7%と高くなっています。「市」の割合が肺がん検診で45.9%、大腸がん検診で40.1%、胃がん検診（内視鏡検査）で25.4%、子宮頸がん検診で34.3%、乳がん検診（マンモグラフィ検査）で32.0%、前立腺がん検診で53.5%、胃がんリスク検診（ABC検診）で43.7%と高くなっています。

平成30年度調査と比較すると、胃がん検診（内視鏡検査）、子宮頸がん検診、乳がん検診（マンモグラフィ検査）、乳がん検診（超音波検査）、胃がんリスク検診（ABC検診）で「職場」の割合が増加しています。一方、肺がん検診、大腸がん検診で「市」の割合が減少しています。

【今回調査】

【H30】



【がん検診の受診について 受診場所 年齢別】

年齢別にみると、大腸がん検診、胃がん検診（X線検査）、乳がん検診（超音波検査）は、20～39歳で「職場」が60%以上、肺がん検診は、40～64歳で60%以上と最も多くなっています。

また、65歳以上は子宮頸がん検診、胃がんリスク検診（ABC検診）は、「市」が最も多くなっています。

【単位 上段：実数、下段：％】

【大腸がん検診】

		全体	職場	市	その他	無回答
全体		556 100.0	151 27.2	223 40.1	59 10.6	123 22.1
年齢別	20～39歳	15 100.0	10 66.7	0 0.0	2 13.3	3 20.0
	40～64歳	231 100.0	125 54.1	43 18.6	30 13.0	33 14.3
	65歳以上	307 100.0	15 4.9	179 58.3	26 8.5	87 28.3

【胃がん検診（内視鏡検査）】

		全体	職場	市	その他	無回答
全体		362 100.0	88 24.3	92 25.4	70 19.3	112 30.9
年齢別	20～39歳	11 100.0	5 45.5	0 0.0	4 36.4	2 18.2
	40～64歳	158 100.0	73 46.2	23 14.6	32 20.3	30 19.0
	65歳以上	189 100.0	8 4.2	68 36.0	33 17.5	80 42.3

【乳がん検診（マンモグラフィ検査）】

		全体	職場	市	その他	無回答
全体		275 100.0	78 28.4	88 32.0	38 13.8	71 25.8
年齢別	20～39歳	18 100.0	10 55.6	3 16.7	3 16.7	2 11.1
	40～64歳	170 100.0	63 37.1	42 24.7	27 15.9	38 22.4
	65歳以上	86 100.0	4 4.7	43 50.0	8 9.3	31 36.0

【前立腺がん検診】

		全体	職場	市	その他	無回答
全体		170 100.0	27 15.9	91 53.5	18 10.6	34 20.0
年齢別	20～39歳	1 100.0	1 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	40～64歳	40 100.0	19 47.5	13 32.5	2 5.0	6 15.0
	65歳以上	126 100.0	7 5.6	76 60.3	15 11.9	28 22.2

【肺がん検診】

		全体	職場	市	その他	無回答
全体		510 100.0	156 30.6	234 45.9	31 6.1	89 17.5
年齢別	20～39歳	9 100.0	8 88.9	0 0.0	0 0.0	1 11.1
	40～64歳	206 100.0	127 61.7	45 21.8	16 7.8	18 8.7
	65歳以上	291 100.0	19 6.5	188 64.6	14 4.8	70 24.1

【胃がん検診（X線検査）】

		全体	職場	市	その他	無回答
全体		346 100.0	165 47.7	90 26.0	25 7.2	66 19.1
年齢別	20～39歳	18 100.0	16 88.9	1 5.6	1 5.6	0 0.0
	40～64歳	191 100.0	138 72.3	18 9.4	13 6.8	22 11.5
	65歳以上	133 100.0	9 6.8	70 52.6	10 7.5	44 33.1

【子宮頸がん検診】

		全体	職場	市	その他	無回答
全体		306 100.0	95 31.0	105 34.3	39 12.7	67 21.9
年齢別	20～39歳	64 100.0	23 35.9	27 42.2	7 10.9	7 10.9
	40～64歳	170 100.0	67 39.4	43 25.3	26 15.3	34 20.0
	65歳以上	70 100.0	4 5.7	35 50.0	6 8.6	25 35.7

【乳がん検診（超音波検査）】

		全体	職場	市	その他	無回答
全体		199 100.0	79 39.7	33 16.6	32 16.1	55 27.6
年齢別	20～39歳	21 100.0	16 76.2	2 9.5	2 9.5	1 4.8
	40～64歳	131 100.0	59 45.0	14 10.7	26 19.8	32 24.4
	65歳以上	47 100.0	4 8.5	17 36.2	4 8.5	22 46.8

【胃がんリスク検診（ABC検診）】

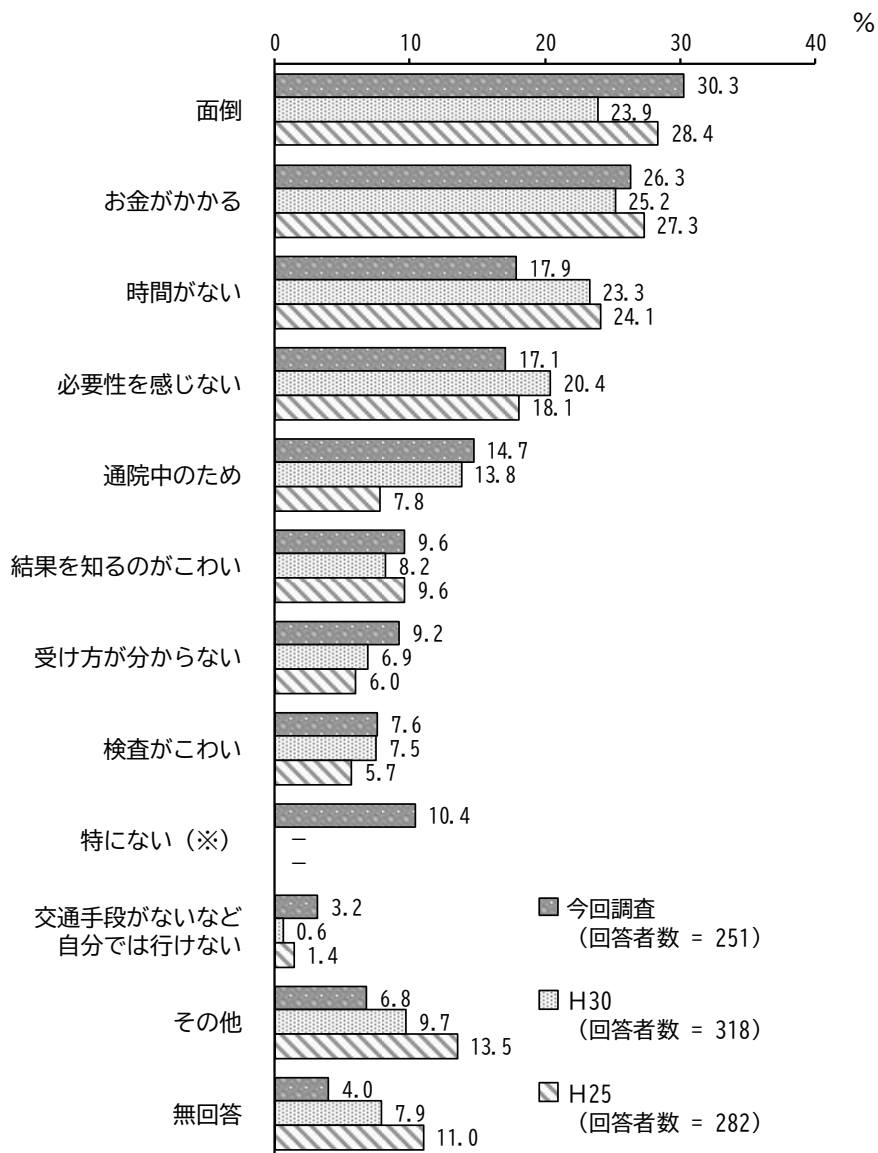
		全体	職場	市	その他	無回答
全体		126 100.0	39 31.0	55 43.7	11 8.7	21 16.7
年齢別	20～39歳	3 100.0	2 66.7	0 0.0	1 33.3	0 0.0
	40～64歳	67 100.0	32 47.8	17 25.4	7 10.4	11 16.4
	65歳以上	54 100.0	5 9.3	37 68.5	2 3.7	10 18.5

【問 19 で「受けていない」に○をつけた方にお聞きします】

問 21 健康診断・がん検診を受けない理由は次のうちどれですか。
 (あてはまるものすべてに○)

「面倒」の割合が 30.3%と最も高く、次いで「お金がかかる」の割合が 26.3%、「時間がない」の割合が 17.9%となっています。

平成 25 年度調査、平成 30 年度調査と比較すると、「通院中のため」「受け方が分からない」「検査がこわい」の割合が増加し、「時間がない」の割合が減少する傾向となっています。

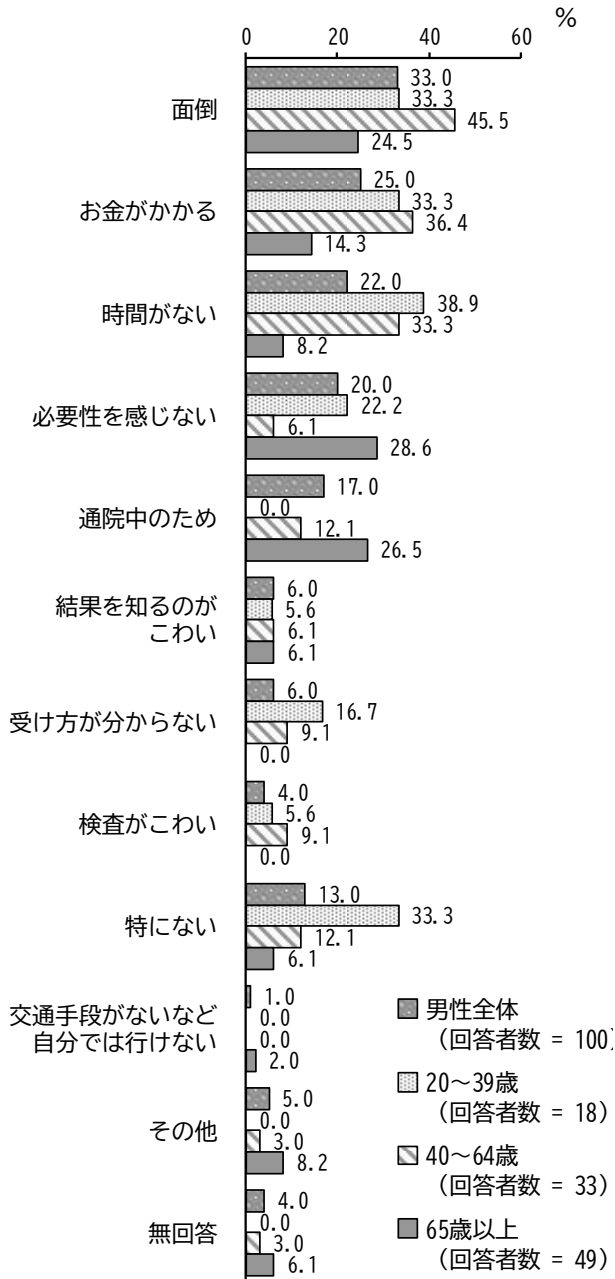


※平成 30 年度調査、平成 25 年度調査には「特にない」の選択肢はありませんでした。

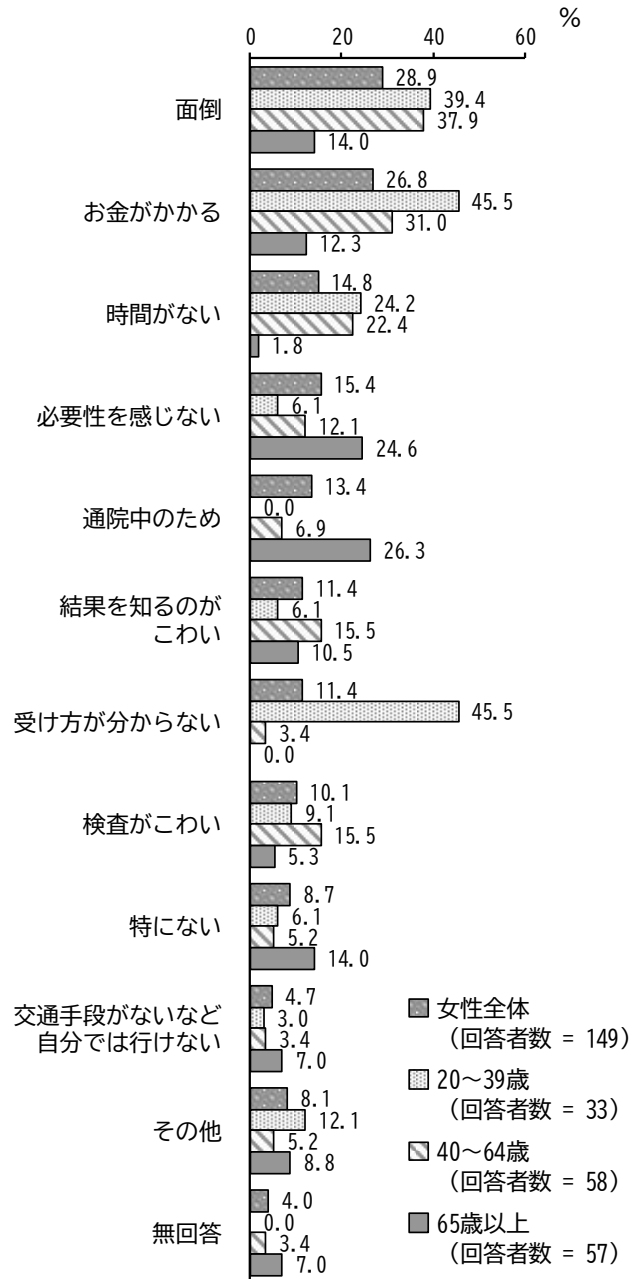
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男性 64 歳以下で「時間がない」の割合が、男性 65 歳以上で「必要性を感じない」の割合が高くなっています。また、女性 20～39 歳で「お金がかかる」「受け方が分からない」の割合が高くなっています。

【男性】

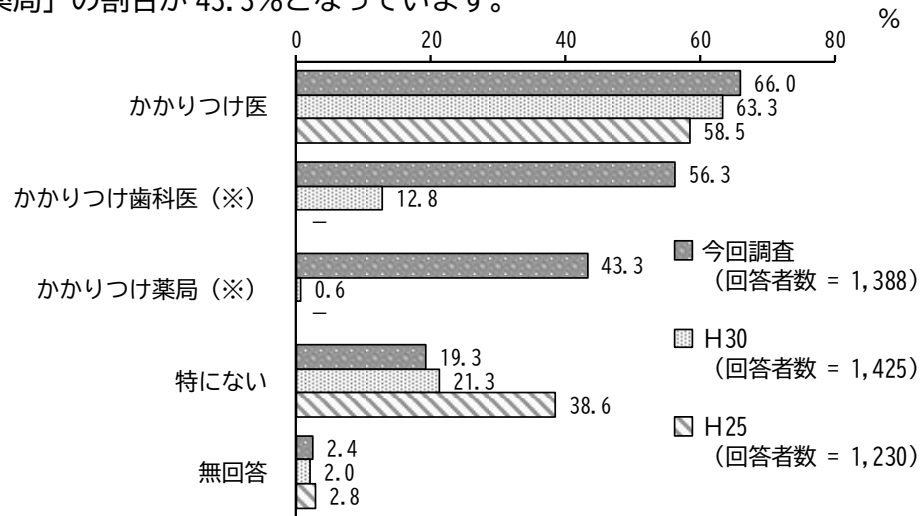


【女性】



問 22 かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局はありますか。
(あてはまるものすべてに○)

「かかりつけ医」の割合が 66.0%と最も高く、次いで「かかりつけ歯科医」の割合が 56.3%、「かかりつけ薬局」の割合が 43.3%となっています。

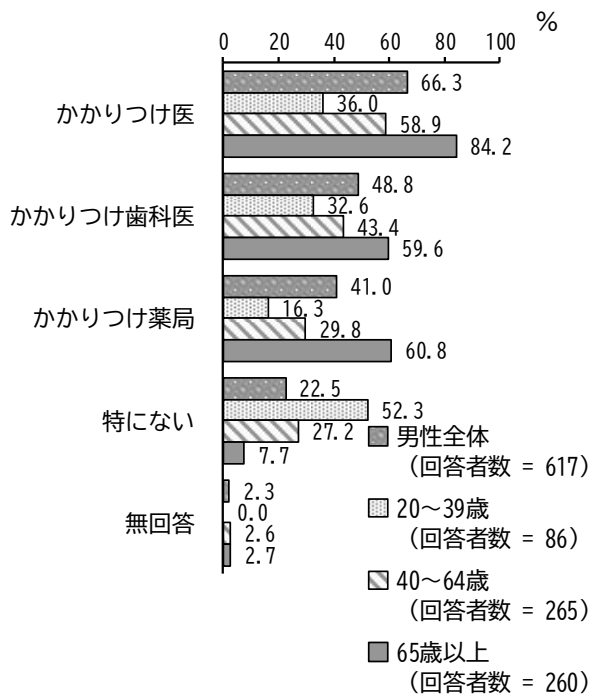


※平成 25 年度調査には「かかりつけ歯科医」「かかりつけ薬局」の選択肢はありませんでした。

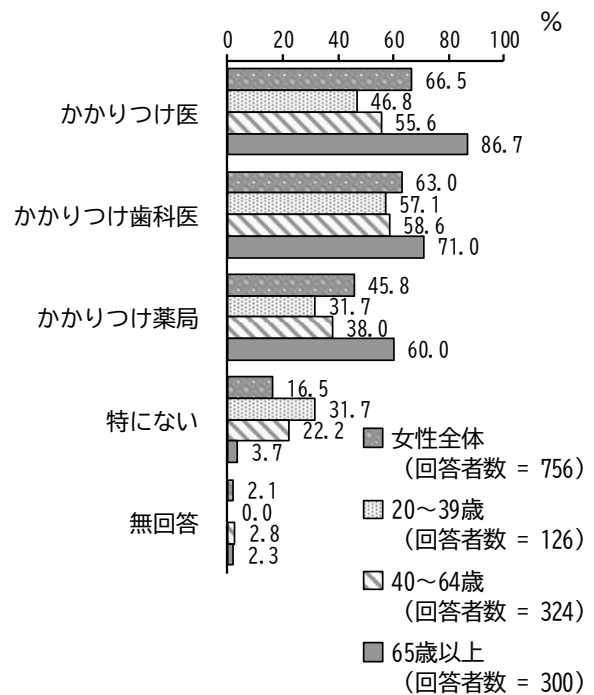
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が高くなるにつれ、「かかりつけ医」「かかりつけ歯科医」「かかりつけ薬局」を持つ人の割合が高くなる傾向がみられ、特に「かかりつけ医」は男女とも 65 歳以上で 8 割半ばとなっています。

【男性】



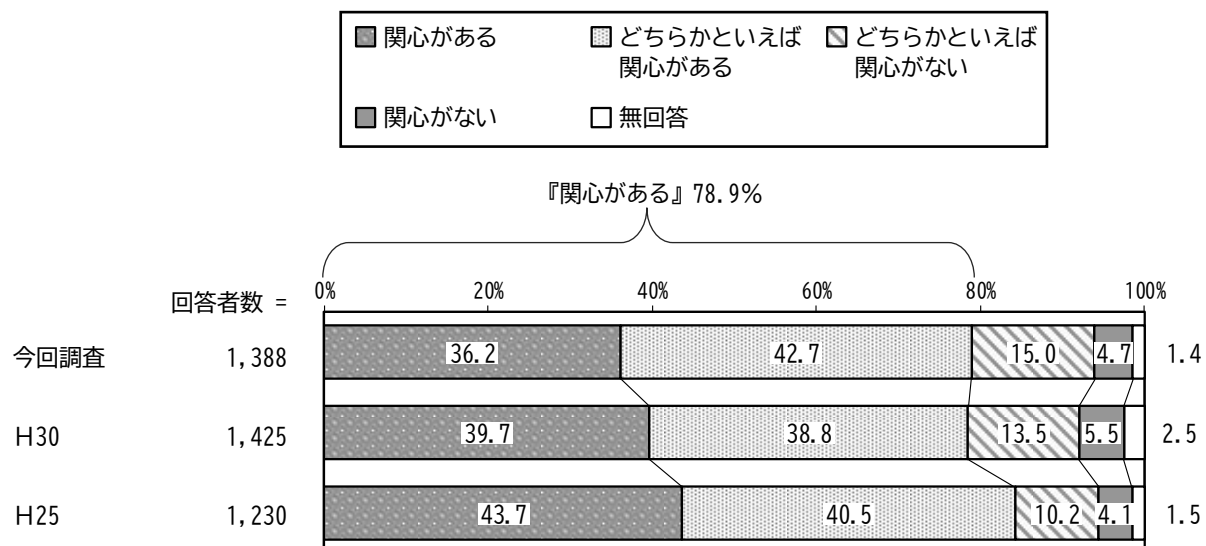
【女性】



(3) 食生活について

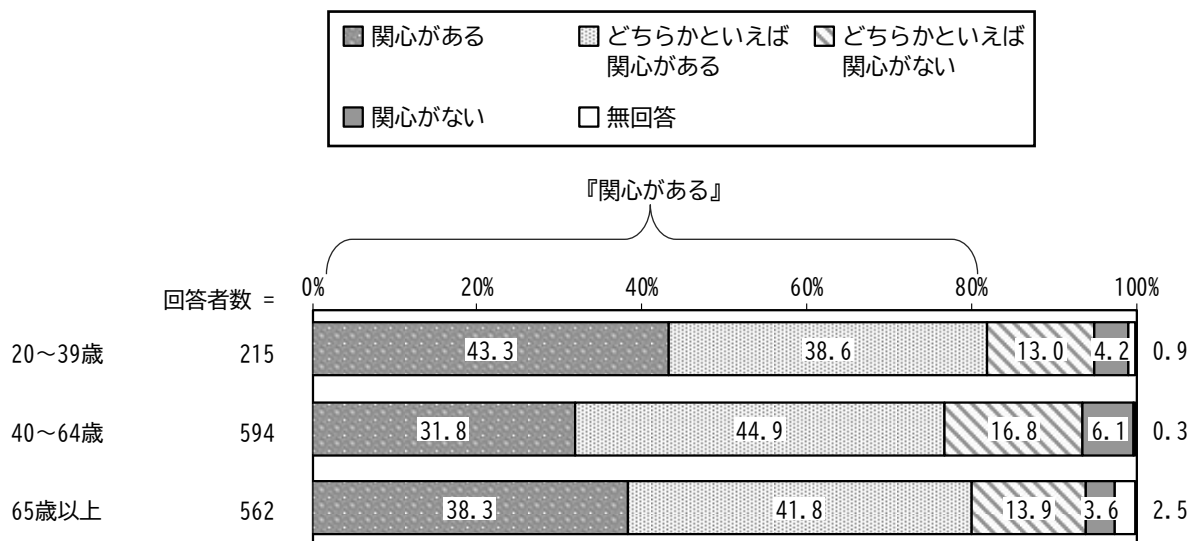
○問 23 食育に関心がありますか。

「どちらかといえば関心がある」の割合が42.7%と最も高く、次いで「関心がある」の割合が36.2%、「どちらかといえば関心がない」の割合が15.0%となっています。「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」をあわせた“関心がある”の割合は78.9%となっています。



【年齢別】

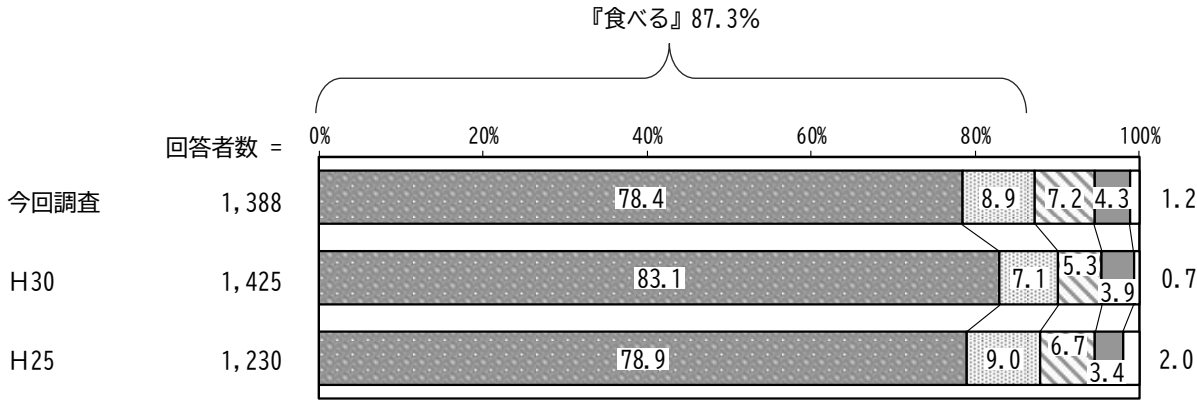
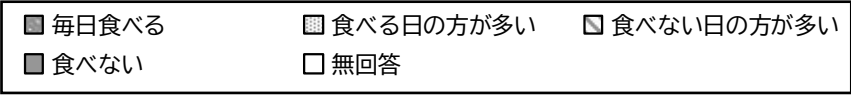
年齢別にみると、40～64歳で食育に“関心がある”人の割合が低くなっています。



○問 24 朝食を食べていますか。

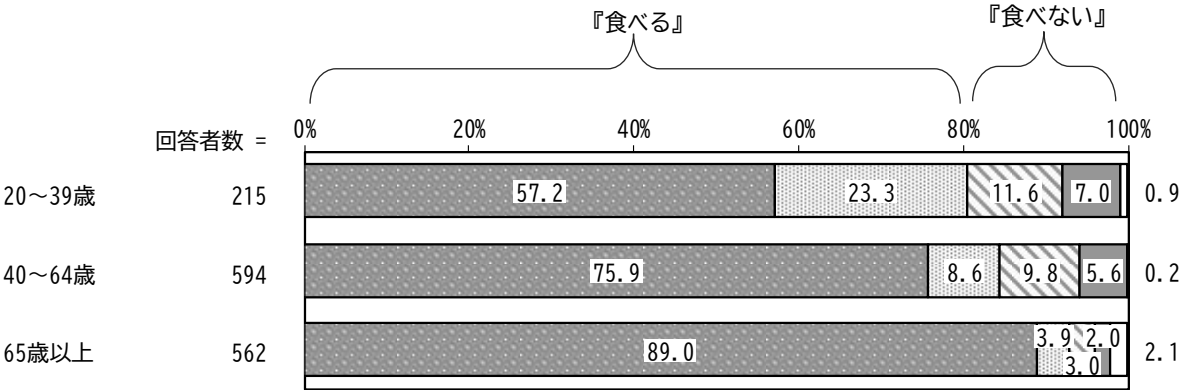
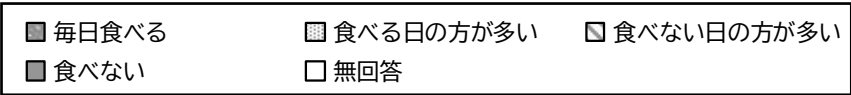
「毎日食べる」の割合が 78.4%と最も高くなっています。「毎日食べる」と「食べる日の方が多い」をあわせた“食べる”の割合は 87.3%となっています。

平成 30 年度調査と比較すると、“食べる”の割合が減少しています。



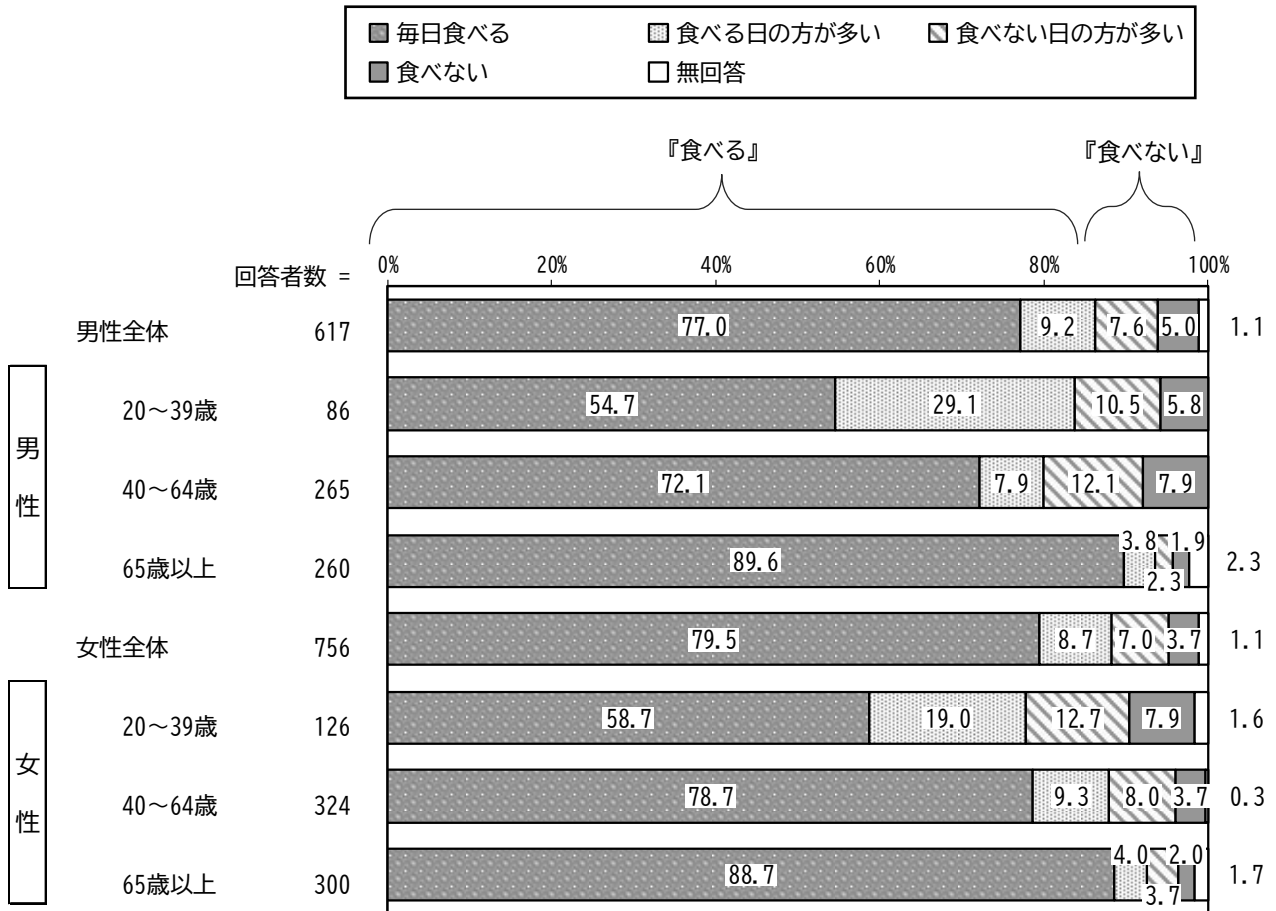
【年齢別】

年齢別にみると、年齢が低くなるにつれ、「食べない日の方が多い」「食べない」をあわせた、朝食を“食べない”人の割合が高くなる傾向がみられ、20～39 歳では約 2 割となっています。



【性別・年齢別】

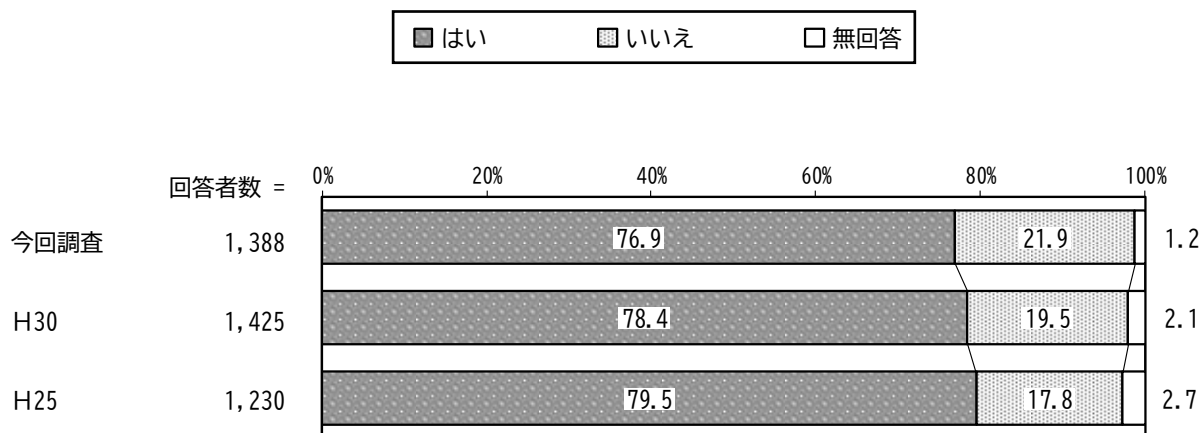
性別・年齢別にみると、男女とも年齢が高くなるにつれ、朝食を“食べる”人の割合が高くなる傾向がみられ、男女とも65歳以上で約9割となっています。一方、男性40～64歳、女性20～39歳で朝食を“食べない”の割合が高く、約2割となっています。



○問 25 1日2食以上、主食・主菜・副菜のそろった食事をしていますか。

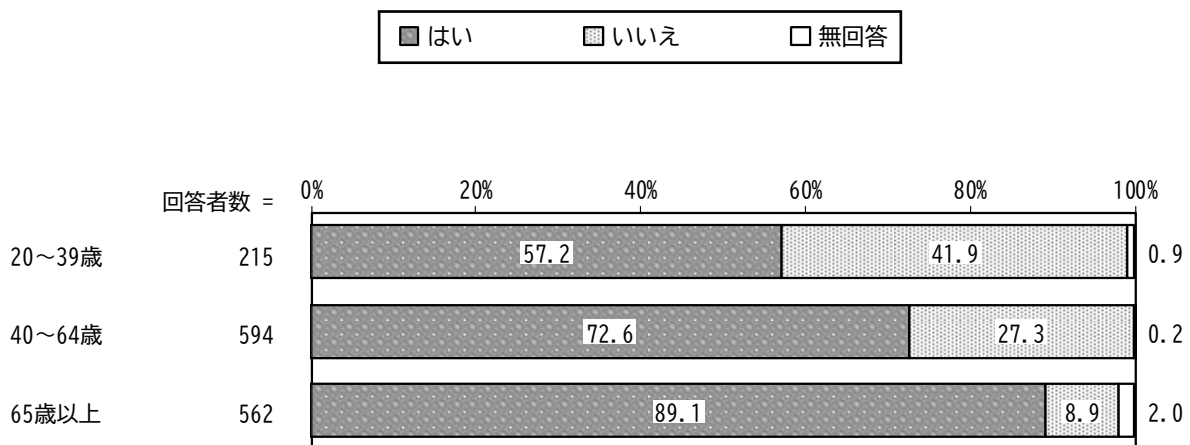
「はい」の割合が76.9%、「いいえ」の割合が21.9%となっています。

平成25年度調査、平成30年度調査と比較すると、わずかではあるものの「はい」の割合に減少傾向がみられます。



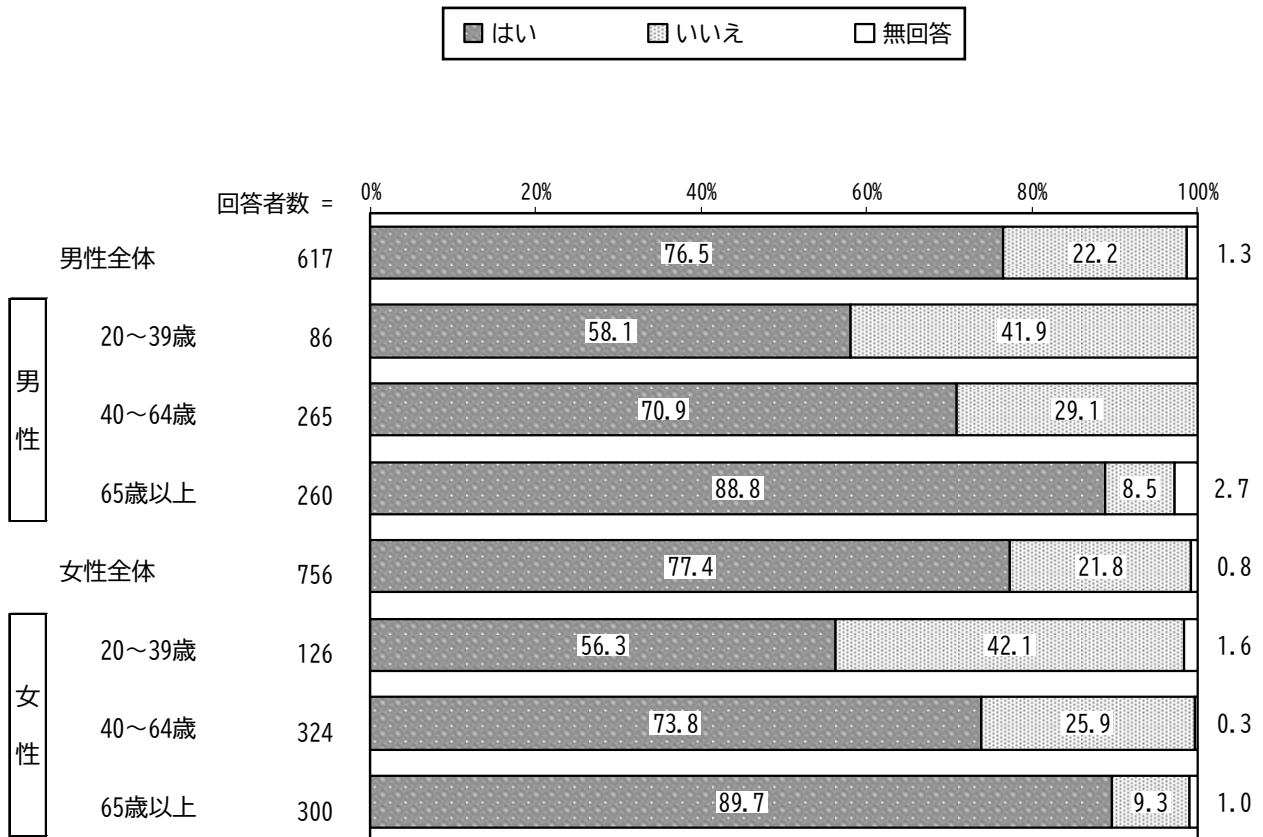
【年齢別】

年齢別にみると、年齢が高くなるにつれ「はい」の割合が高くなる傾向がみられ、65歳以上で約9割となっています。



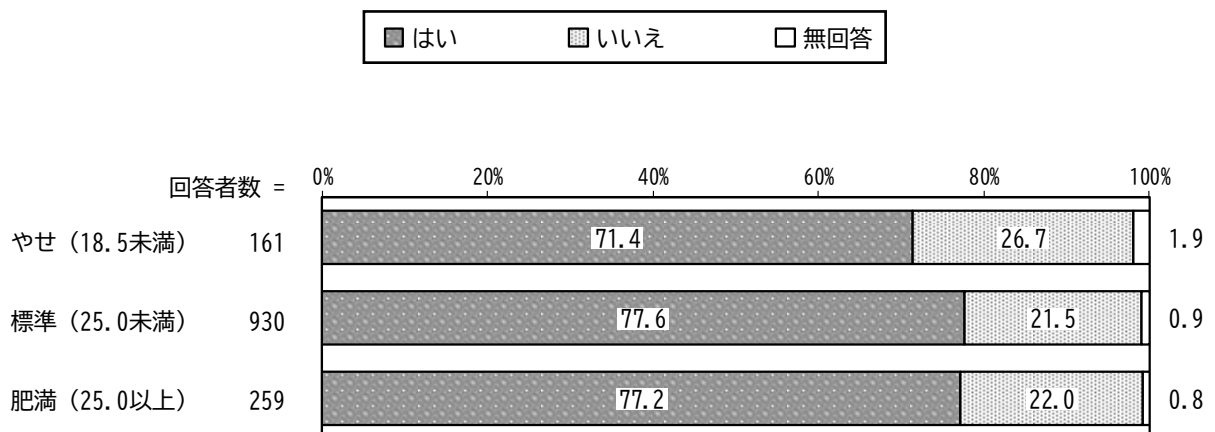
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が高くなるにつれ「はい」の割合が高くなる傾向がみられ、男女とも65歳以上で約9割となっています。



【BMI別】

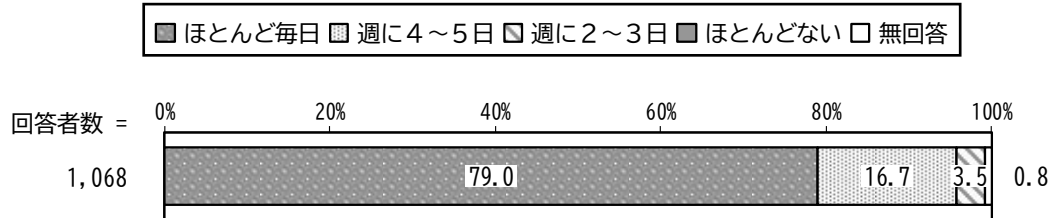
BMI別にみると、やせ（18.5未満）で「いいえ」の割合が高くなっています。



【問 25 で「はい（主食・主菜・副菜がそろっている）」に○をつけた方にお聞きします】

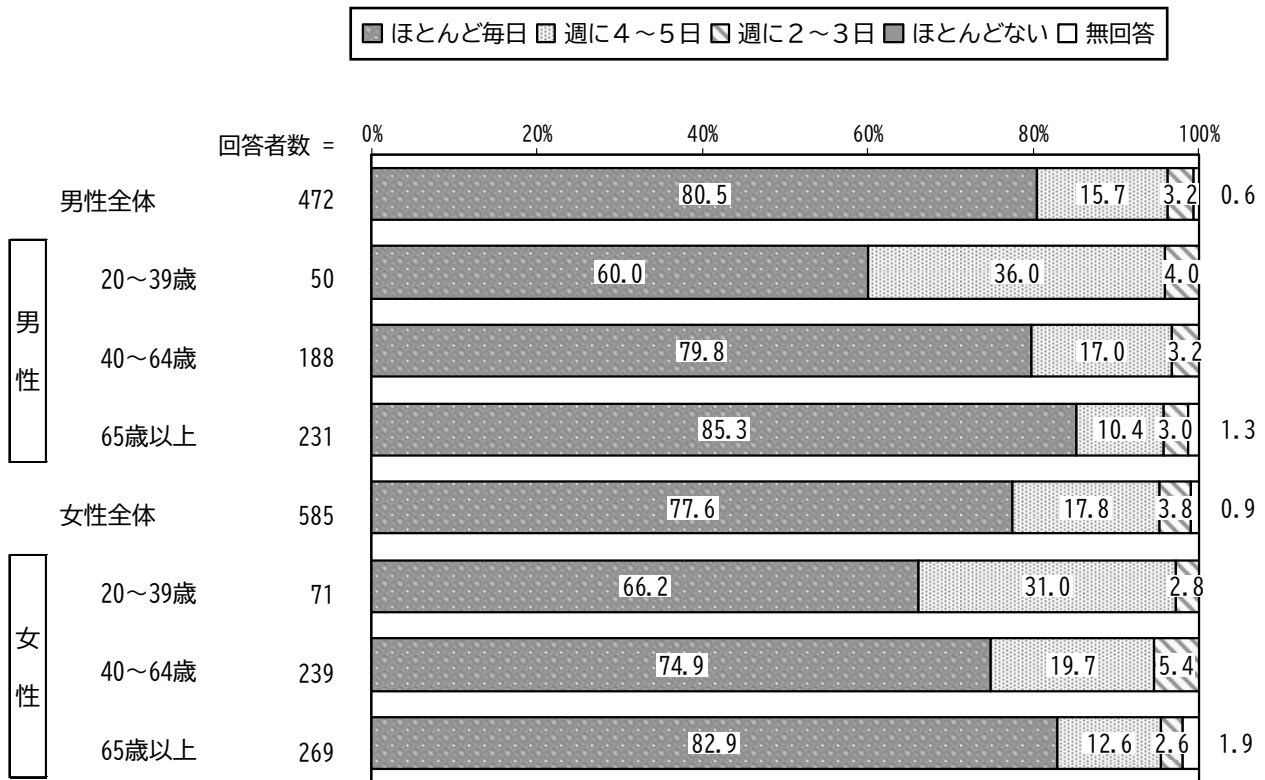
問 26 1 週間の頻度を教えてください。

「ほとんど毎日」の割合が 79.0%と最も高く、次いで「週に 4～5 日」の割合が 16.7%となっています。



【性別・年齢別】

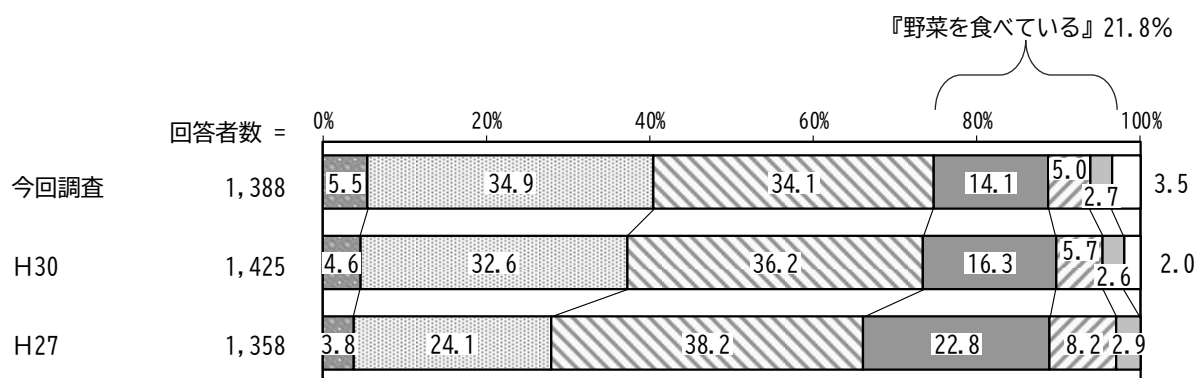
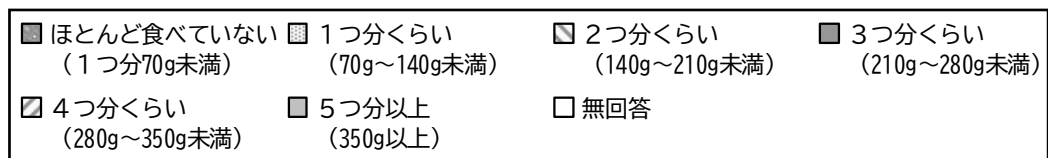
性別・年齢別にみると、男女とも年齢が高くなるにつれ「ほとんど毎日」の割合が高くなる傾向がみられ、男女とも 65 歳以上で 8 割を超えています。



○問 27 1日平均、野菜をどのくらい食べていますか。野菜の量は料理例を参考にして
お答えください。

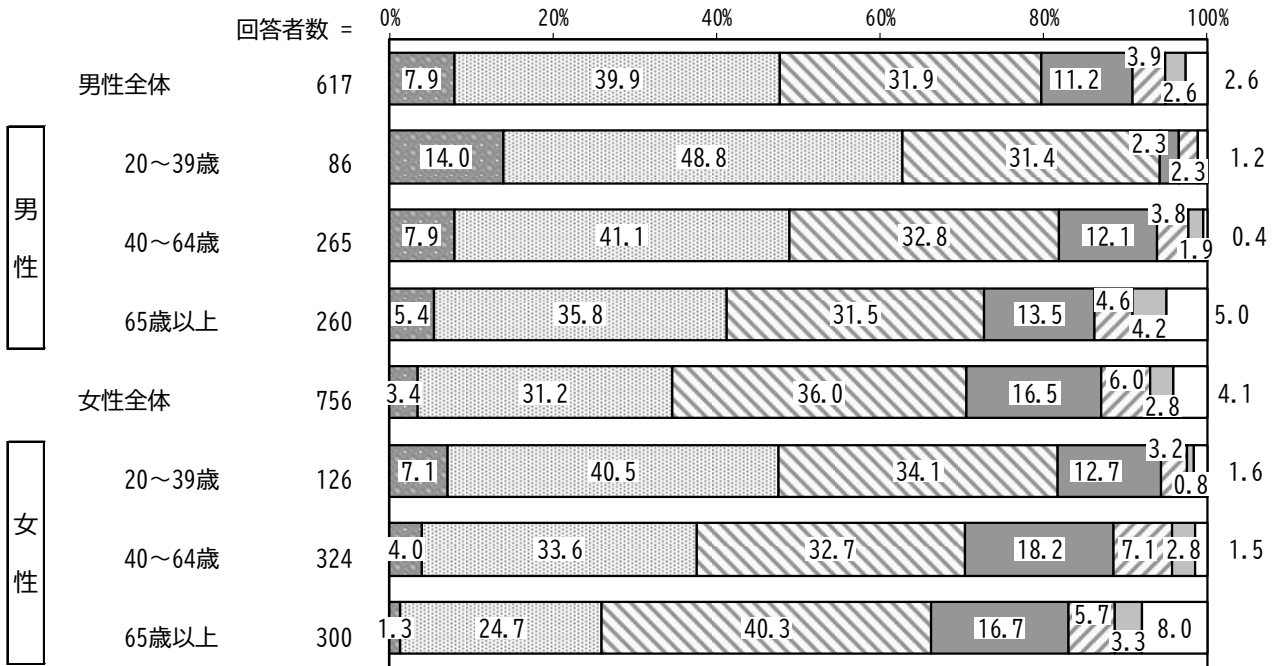
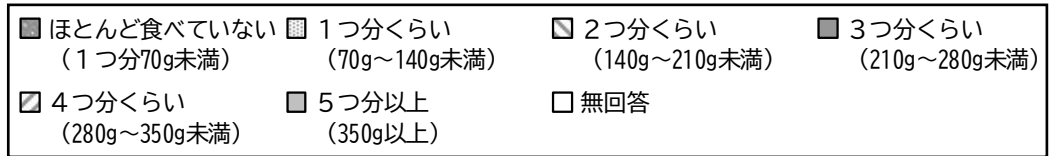
「1つ分くらい (70g~140g 未満)」の割合が 34.9%と最も高く、次いで「2つ分くらい (140g~210g 未満)」の割合が 34.1%、「3つ分くらい (210g~280g 未満)」の割合が 14.1%となっています。「3つ分くらい (210g~280g 未満)」「4つ分くらい (280g~350g 未満)」「5つ分以上 (350g 以上)」をあわせた「野菜を食べている」の割合は 21.8%となっています。

平成 30 年度調査と比較すると、「野菜を食べている」の割合が減少しています。



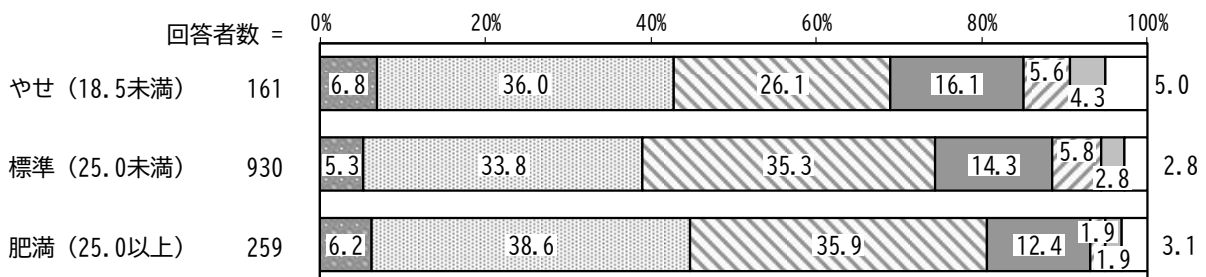
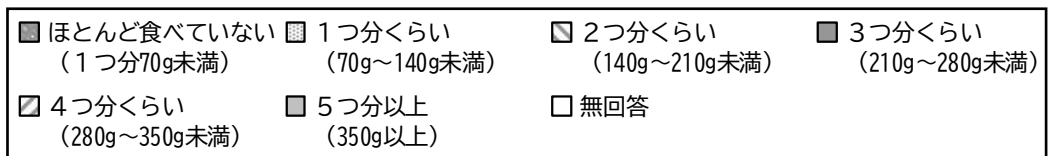
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男性 20～39 歳で「ほとんど食べていない（1つ分 70g 未満）」「1つ分くらい（70g～140g 未満）」の割合が高くなっています。また、女性 40～64 歳で「3つ分くらい（210g～280g 未満）」の割合が高くなっています。



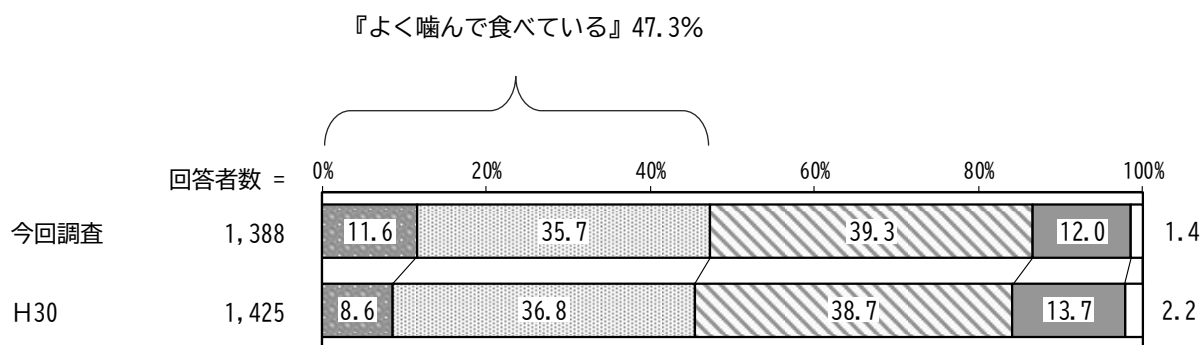
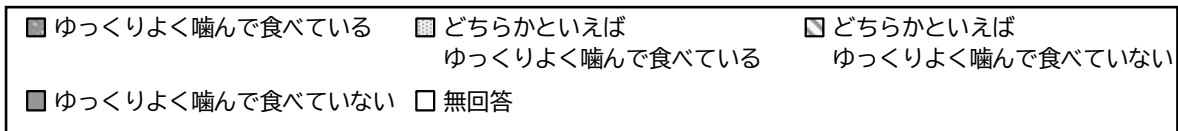
【BMI 別】

BMI 別にみると、やせ（18.5 未満）で「2つ分くらい（140g～210g 未満）」の割合が低くなっています。



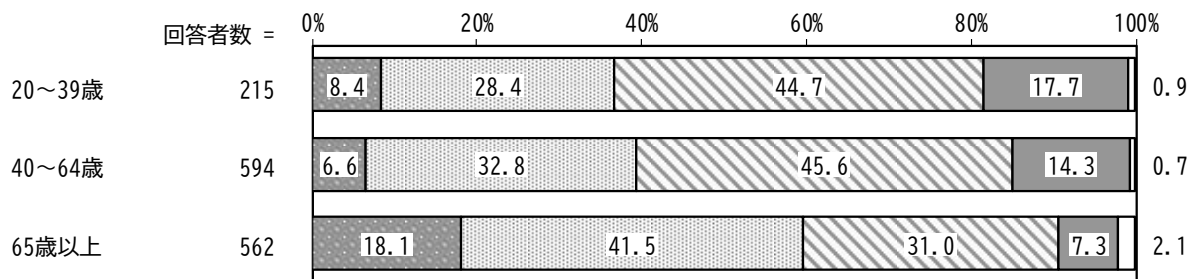
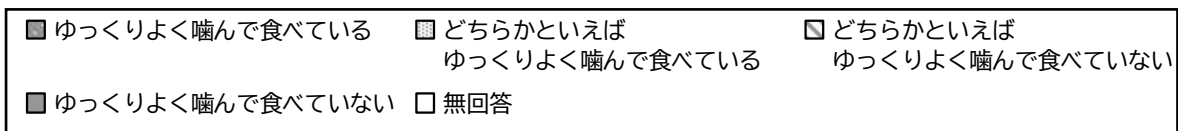
○問 28 あなたはふだんゆっくりよく噛んで食べていますか。

「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない」の割合が 39.3%と最も高く、次いで「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」の割合が 35.7%、「ゆっくりよく噛んで食べていない」の割合が 12.0%となっています。「ゆっくりよく噛んで食べている」と「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」をあわせた“よく噛んで食べている”の割合は 47.3%となっています。



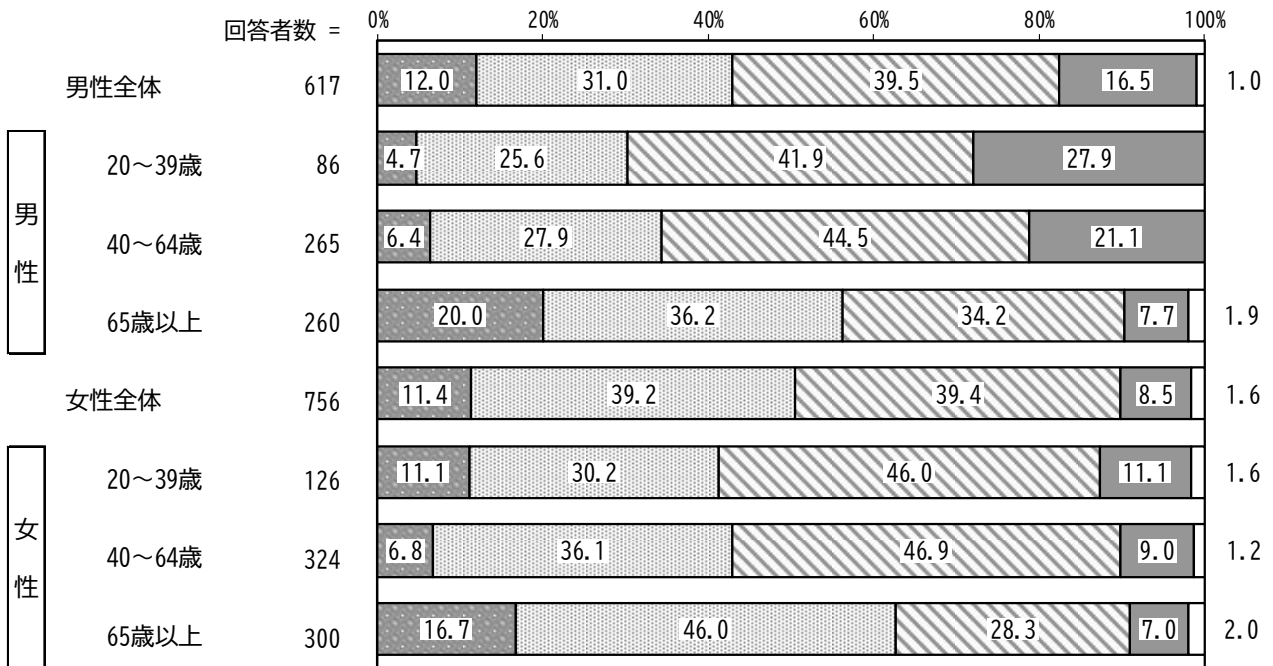
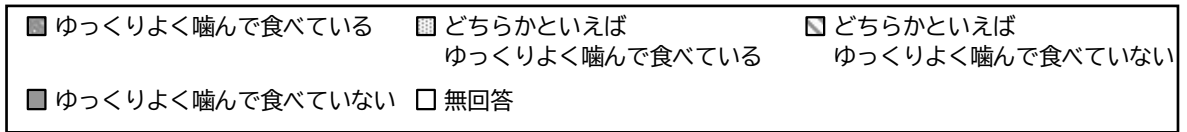
【年齢別】

年齢別にみると、年齢が高くなるにつれ“よく噛んで食べている”の割合が高くなる傾向がみられ、65歳以上で約6割となっています。



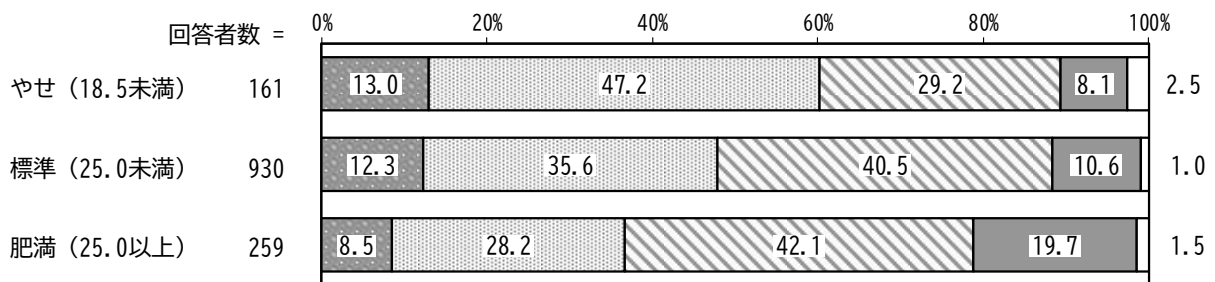
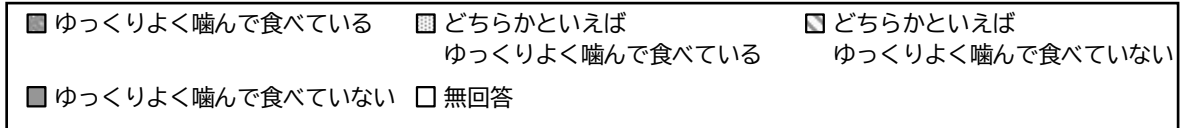
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が高くなるにつれ“よく噛んで食べている”の割合が高くなる傾向がみられ、特に女性65歳以上で約6割となっています。



【BMI別】

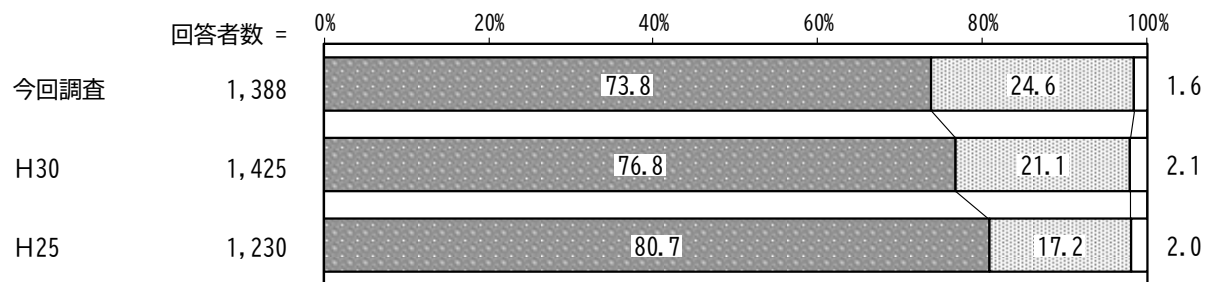
BMI別にみると、BMIが高くなるにつれ「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない」「ゆっくりよく噛んで食べていない」の割合が高くなる傾向がみられ、それらを合わせた“よく噛んで食べていない”の割合は、肥満（25.0以上）で6割を超えています。



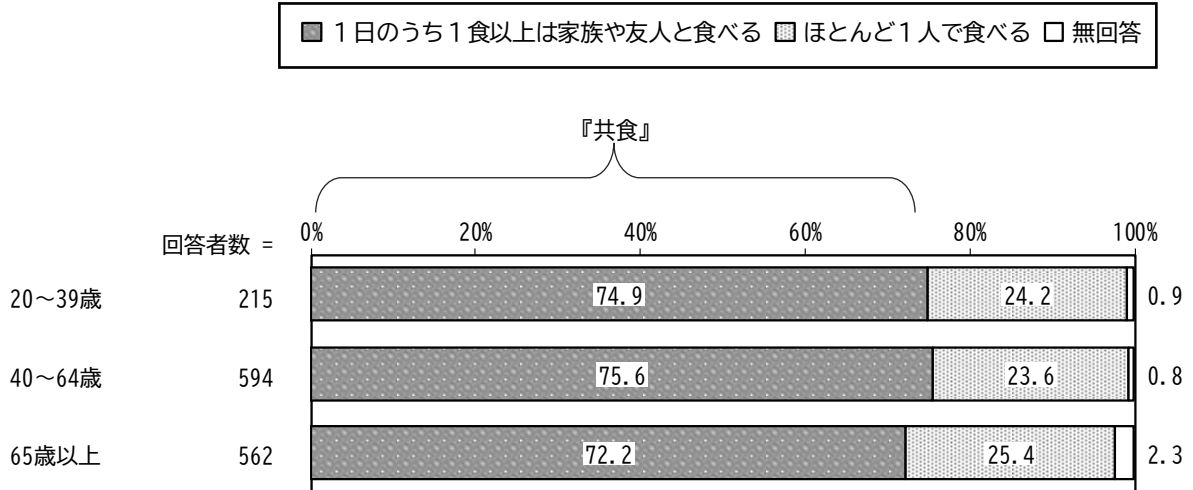
○問 29 普段、だれかと一緒に食事をしていますか。

「1日のうち1食以上は家族や友人と食べる」という“共食”の割合が73.8%、「ほとんど1人で食べる」の割合が24.6%となっています。

平成25年度調査、平成30年度調査と比較すると、「ほとんど1人で食べる」の割合が増加する傾向がみられます。

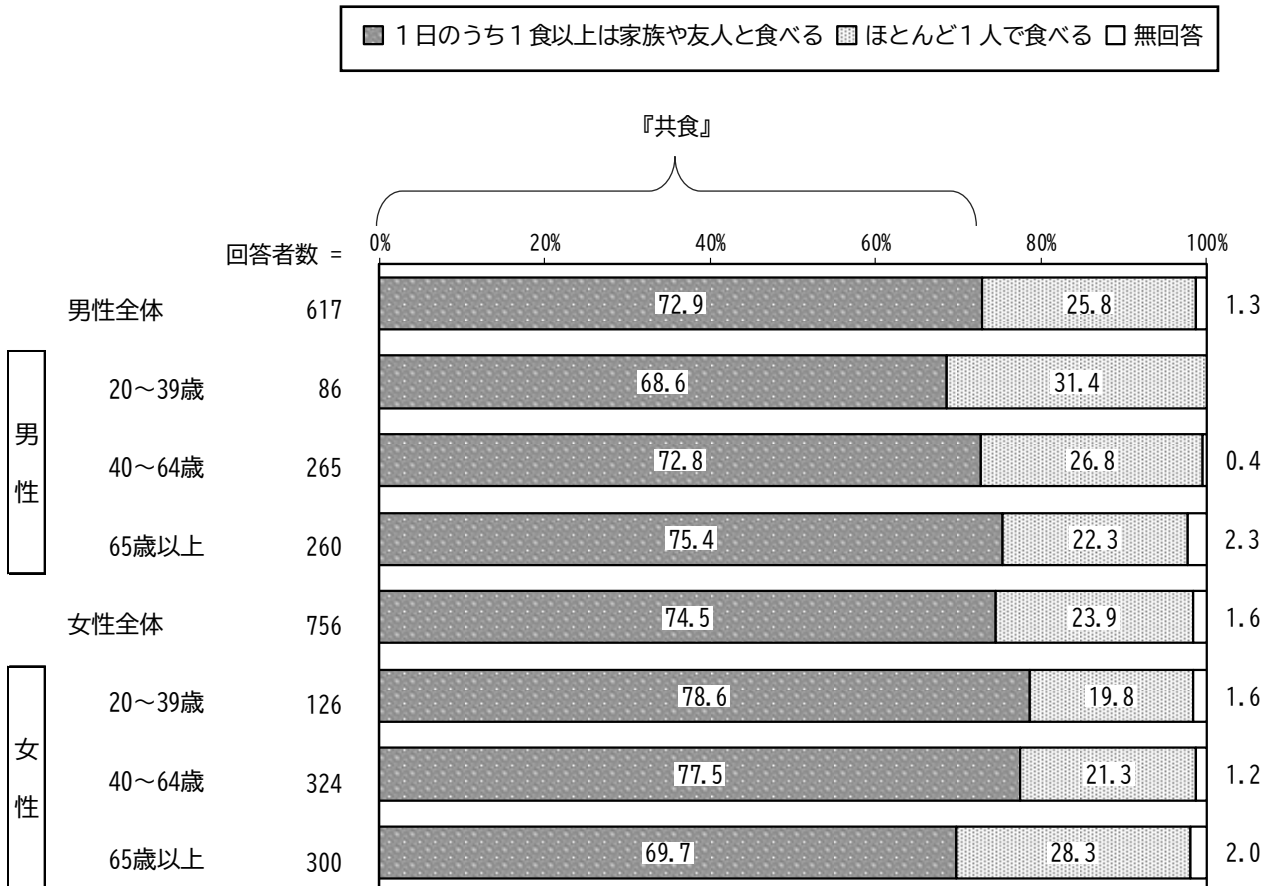


【年齢別】



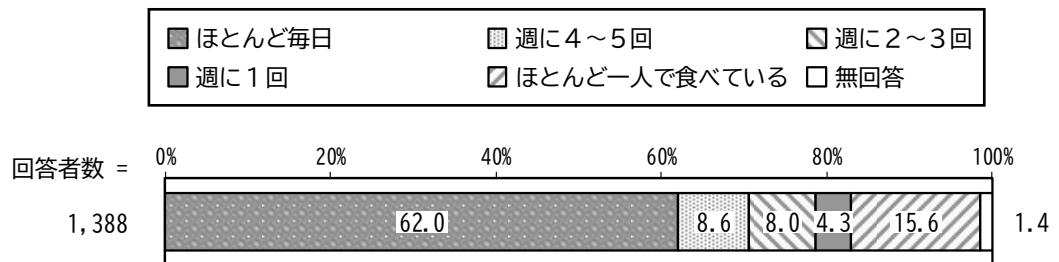
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男性では年齢が高くなるにつれ「1日のうち1食以上は家族や友人と食べる」の割合が高くなっている一方、女性では年齢が高くなるにつれ「1日のうち1食以上は家族や友人と食べる」の割合は低くなっています。また、男性20~39歳、女性65歳以上で「ほとんど1人で食べる」の割合が高くなっています。

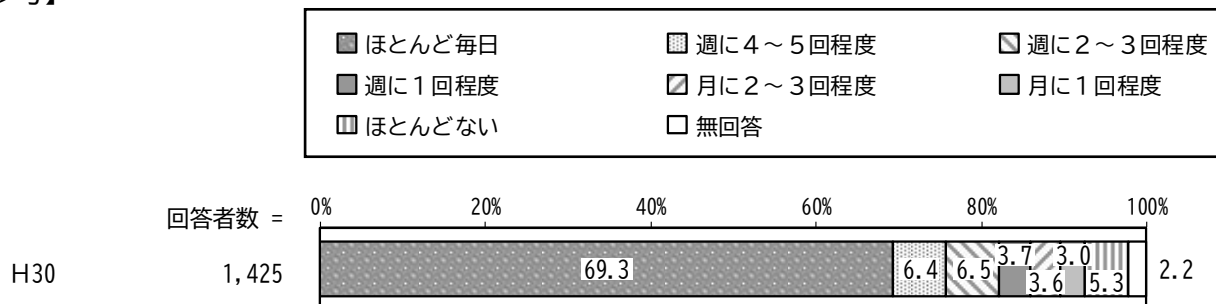


問 30 朝食または夕食を家族または友人など誰かと一緒に食べている回数を教えてください。

「ほとんど毎日」の割合が 62.0%と最も高く、次いで「ほとんど一人で食べている」の割合が 15.6%となっています。

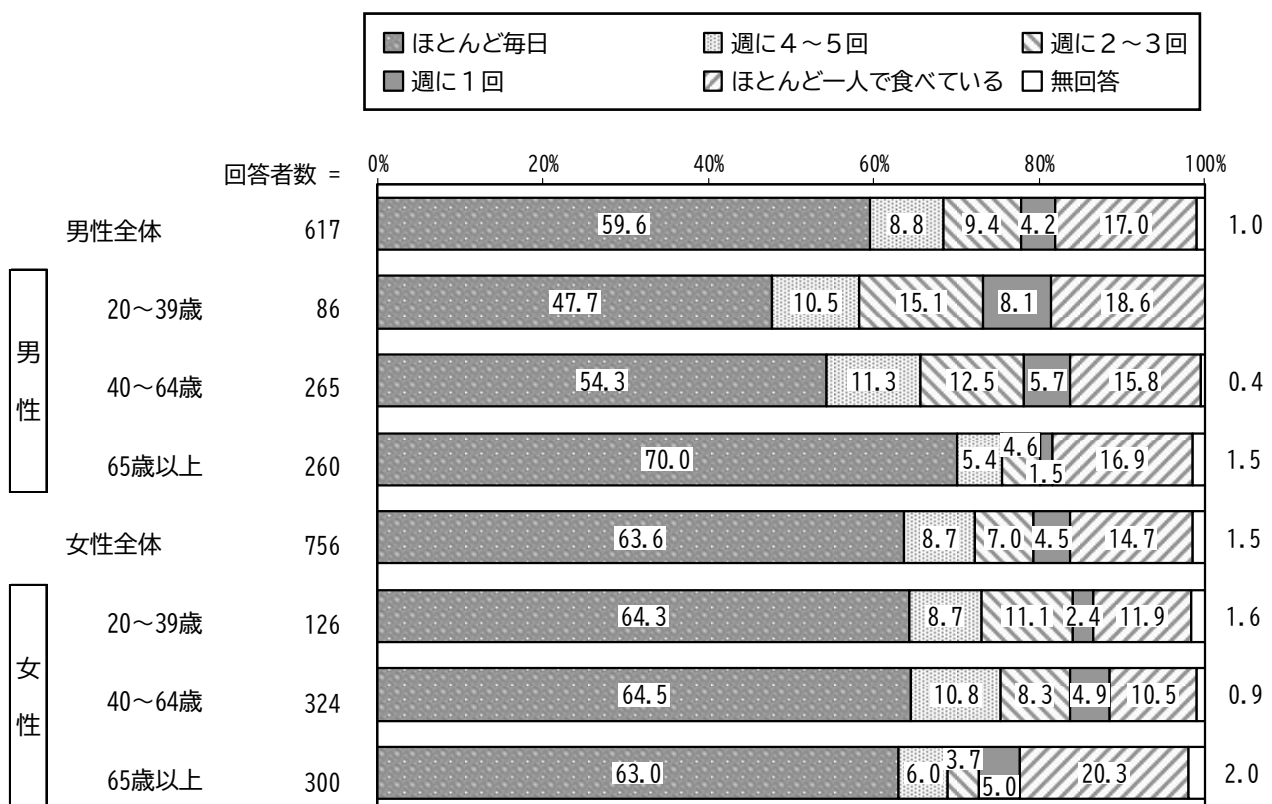


【参考】



【性別・年齢別】

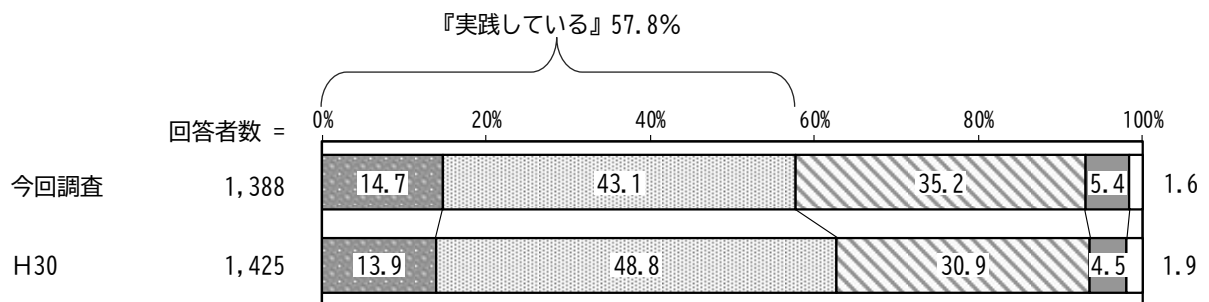
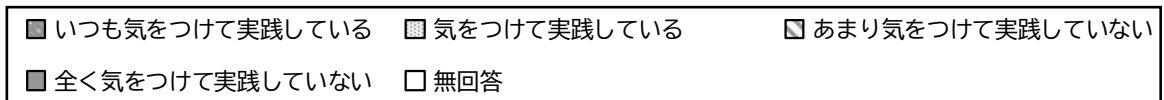
性別・年齢別にみると、男性では年齢が高くなるにつれ「ほとんど毎日」の割合が高くなる傾向がみられます。また、男性の64歳以下で「週に2~3回」の割合が、女性65歳以上で「ほとんど一人で食べている」の割合が高くなっています。



○問 31 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩などに気を付けた食生活を実践していますか。

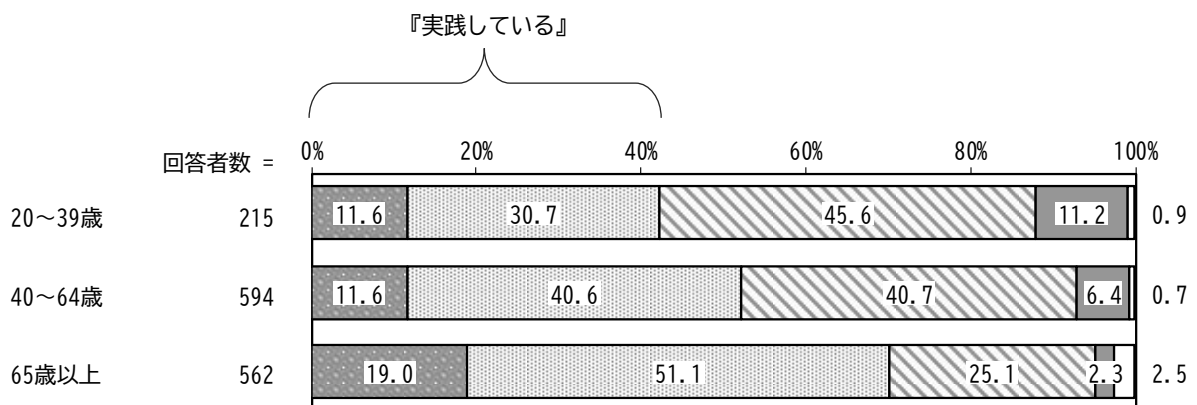
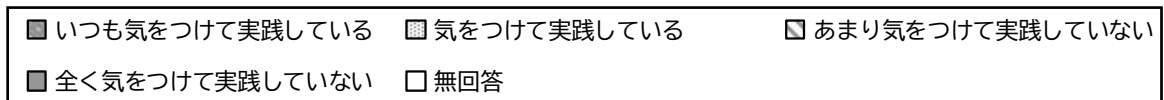
「気をつけて実践している」の割合が 43.1%と最も高く、次いで「あまり気をつけて実践していない」の割合が 35.2%、「いつも気をつけて実践している」の割合が 14.7%となっています。「いつも気をつけて実践している」と「気をつけて実践している」をあわせた“実践している”の割合は 57.8%となっています。

平成 30 年度調査と比較すると、「気をつけて実践している」の割合が減少しています。



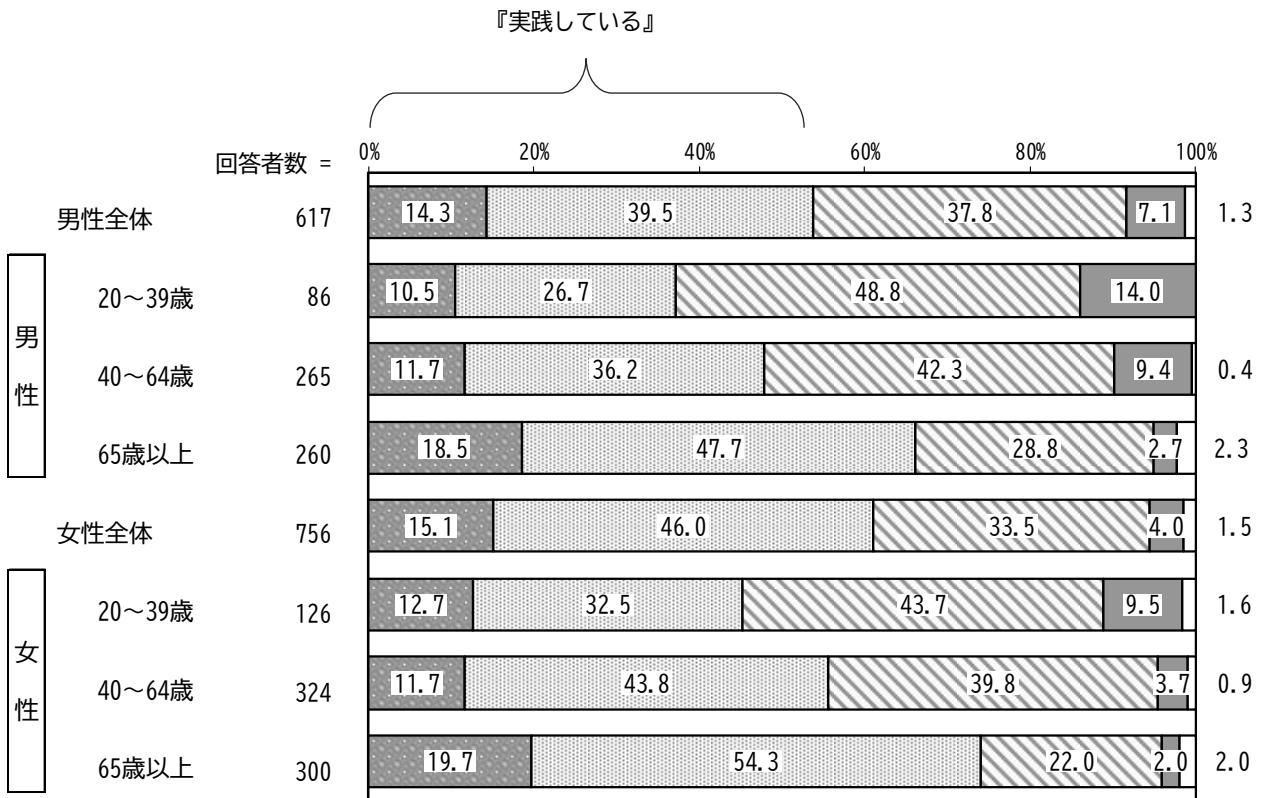
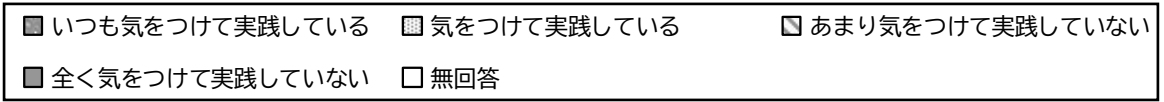
【年齢別】

年齢別にみると、年齢が高くなるにつれ“実践している”の割合が高くなっており、65歳以上で約7割となっています。



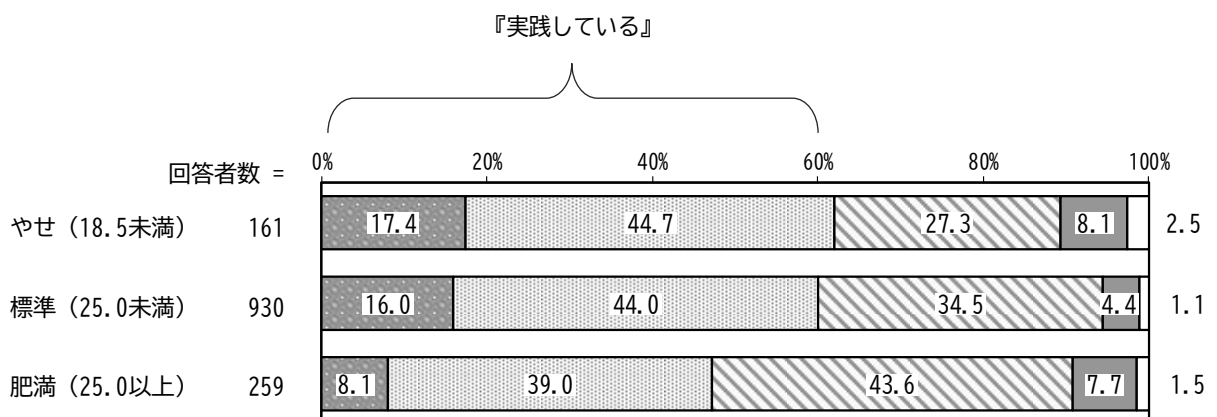
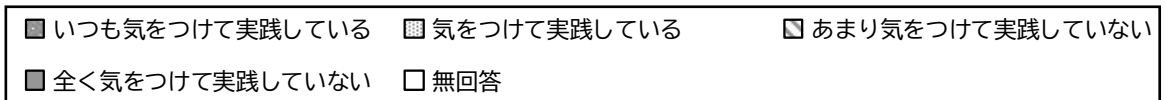
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が高くなるにつれ“実践している”の割合が高くなる傾向がみられ、特に女性 65 歳以上で 7 割半ばとなっています。



【BMI 別】

BMI 別にみると、BMI が低くなるにつれ“実践している”の割合が高くなる傾向がみられます。



【問31で「1」または「2」に○をつけた方にお聞きします】

問32 どのようなことを実践していますか。

1 食事内容について (155 件)

回答の内容	性別	年齢	居住地区
主食、主菜、副菜のバランス、特に副菜をやや多めに。	男性	88	鵜沼地区
いろいろな食品を少しずつでも食べるようにしている。食べすぎないようにしている。	女性	68	湘南台地区
食事の栄養バランスについて、栄養が偏らない様に、又、量についても、食べ過ぎないように、気を付けています。	女性	69	六会地区
主食には雑穀米を食べ、肉や魚の調理をする時にも塩は使いません。青菜などもかつお節(けづり節)をかける、みそ汁のみそも小1杯くらいで具沢山にしている。また海藻類を食べている。(海苔、若布、ひじき、もずく等)	女性	69	明治地区
コレステロールがたまりやすい食物は、なるべく少なめに摂取している。	男性	64	善行地区

2 うす味について (336 件)

回答の内容	性別	年齢	居住地区
うす味にするよう気を付ける。レモン等をかけて食べるようにしている。調味料を少な目にする。	女性	71	鵜沼地区
素材そのものの味を楽しむ。ドレッシング等手作りする。	女性	67	湘南台地区
みそ汁やラーメン等の汁は全部飲まない。	男性	75	六会地区
しょうゆ、みそを減塩にしたり、ラカントを使用したりしている。	男性	49	長後地区
減塩の商品が発売されているものは、減塩タイプを選んでいきます。	女性	43	藤沢地区

3 野菜の摂取について (95 件)

回答の内容	性別	年齢	居住地区
みそ汁に野菜を多く入れたり、生野菜は少し酢を入れる。	女性	42	湘南大庭地区
野菜の種類をなるべく多く、又季節の野菜を食べる様にしています。	女性	71	長後地区
必ず野菜または野菜ジュースを摂るようにしている。	男性	55	湘南台地区
野菜中心で料理をする。	女性	61	善行地区

4 栄養素について (37 件)

回答の内容	性別	年齢	居住地区
タンパク質をなるべく多く摂取するように意識している。	女性	21	鵜沼地区
カロリー、脂質など、食べる際に出来る限り計算するようにしている。	男性	50	鵜沼地区
食品等の「栄養成分表示」を参考にしている。	男性	72	湘南大庭地区
発酵食品や食物繊維を多く含む食品をなるべく食べるようにしている。	女性	54	村岡地区

5 間食について (30 件)

回答の内容	性別	年齢	居住地区
寝る前に食事又はお菓子などを食べないようにしている。	女性	71	湘南大庭地区
間食をとる回数を少なくしている。間食の種類をドライフルーツやナッツなどにしている。	女性	53	片瀬地区
間食は塩分の少ないものを選択する。	男性	72	長後地区

6 運動について (119 件)

回答の内容	性別	年齢	居住地区
週に3回筋トレに行っている。買い物など歩いて行くようにしている。	女性	58	辻堂地区
散歩は1時間以上、毎日行う。	男性	72	長後地区
週1回はジムに行って汗を流す運動を行う。エレベーター・エスカレーターを使用せず階段を利用する。筋肉維持を心がけている。	女性	67	辻堂地区
約30分朝に運動。ストレッチ、スクワット、腕立て、足腰。	男性	73	辻堂地区
運動などで身体を動かすことを意識している。	男性	54	鵜沼地区

7 体重について (105 件)

回答の内容	性別	年齢	居住地区
毎朝体重を測って食事量をコントロールしている。	男性	73	鵜沼地区
体重が適性体重より減ってしまうことがあるので、お腹が空いたと感じなくても、程よい量を必ず食べるようにしている。	女性	20	辻堂地区
毎朝体重を量ってカレンダーに記入している。(食事の内容によって体重が増えたり、減ったりがわかる。)	女性	69	六会地区
体重増加が見られた際には炭水化物をいつもより控えているのと、日常的に水分をなるべく摂るようにしています。	女性	32	辻堂地区

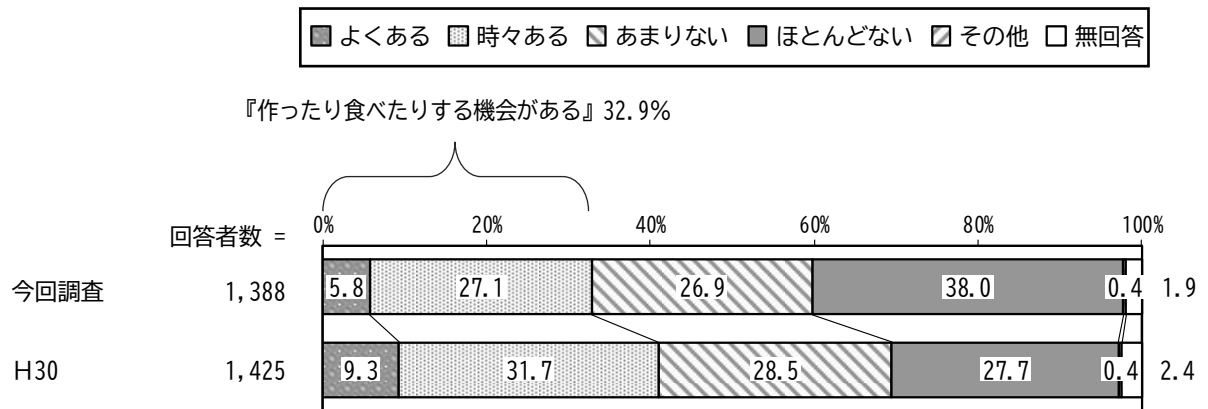
8 その他（48件）

回答の内容	性別	年齢	居住地区
就寝2時間前位までに食事を済ませるようにしている。	女性	49	藤沢地区
スマホの健康管理アプリを使って食事を管理している。	女性	53	鵜沼地区
血圧を毎日計っている。	男性	66	藤沢地区

○問 33 伝統的な料理や行事食を、地域や家庭等で作ったり食べたりする機会がありますか。

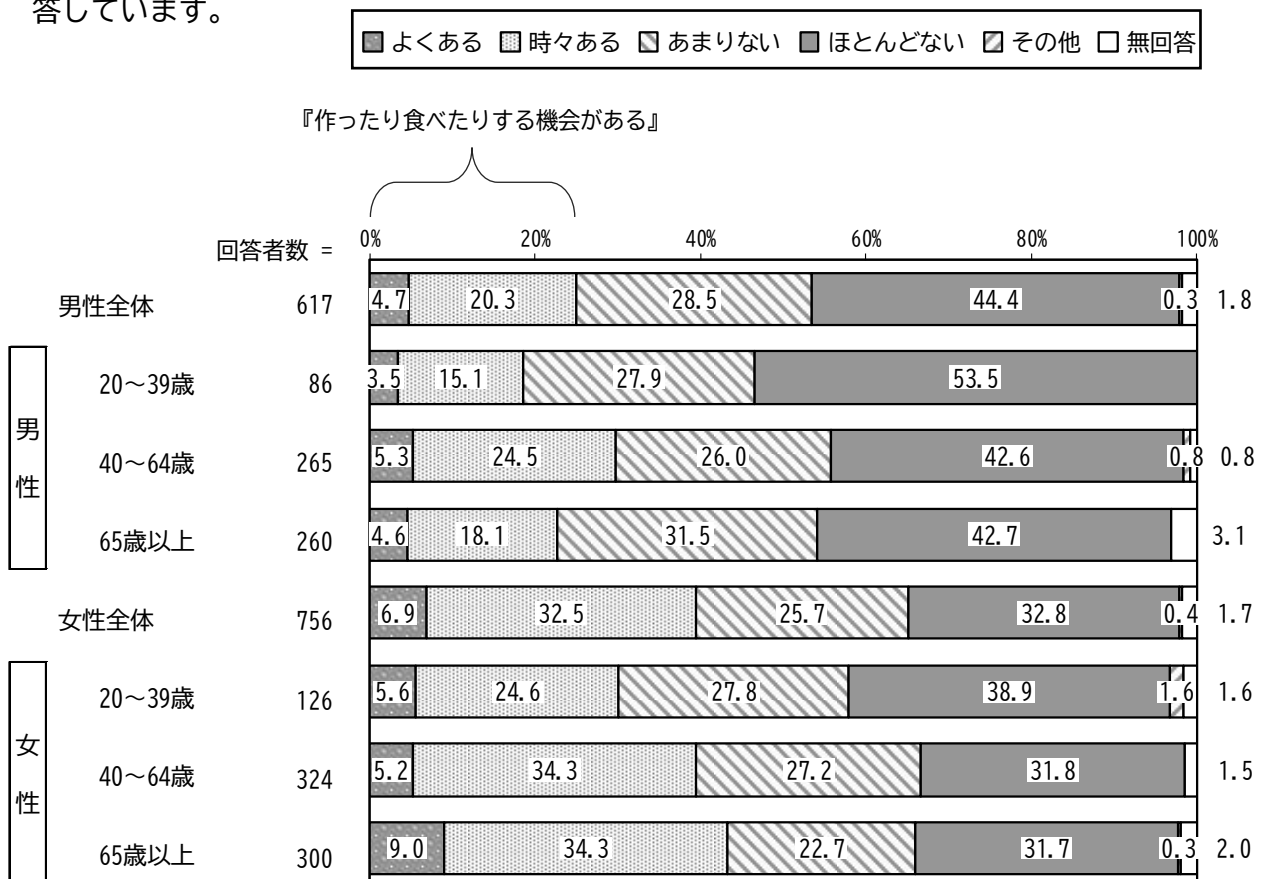
「ほとんどない」の割合が38.0%と最も高く、次いで「時々ある」の割合が27.1%、「あまりない」の割合が26.9%となっています。「よくある」と「時々ある」をあわせた“作ったり食べたりする機会がある”の割合は32.9%となっています。

平成30年度調査と比較すると、“作ったり食べたりする機会がある”の割合が減少しています。



【性別・年齢別】

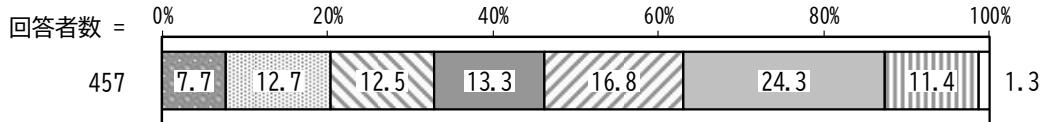
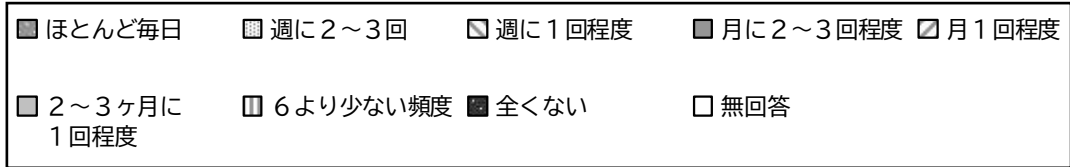
性別・年齢別にみると、女性では年齢が高くなるにつれ“作ったり食べたりする機会がある”の割合が高くなる傾向がみられます。また、男性20～39歳で「ほとんどない」の割合が高く、半数以上が、伝統的な料理や行事食を、地域や家庭等で“作ったり食べたりする機会がない”と回答しています。



【問33で「よくある」または「時々ある」に○をつけた方にお聞きします】

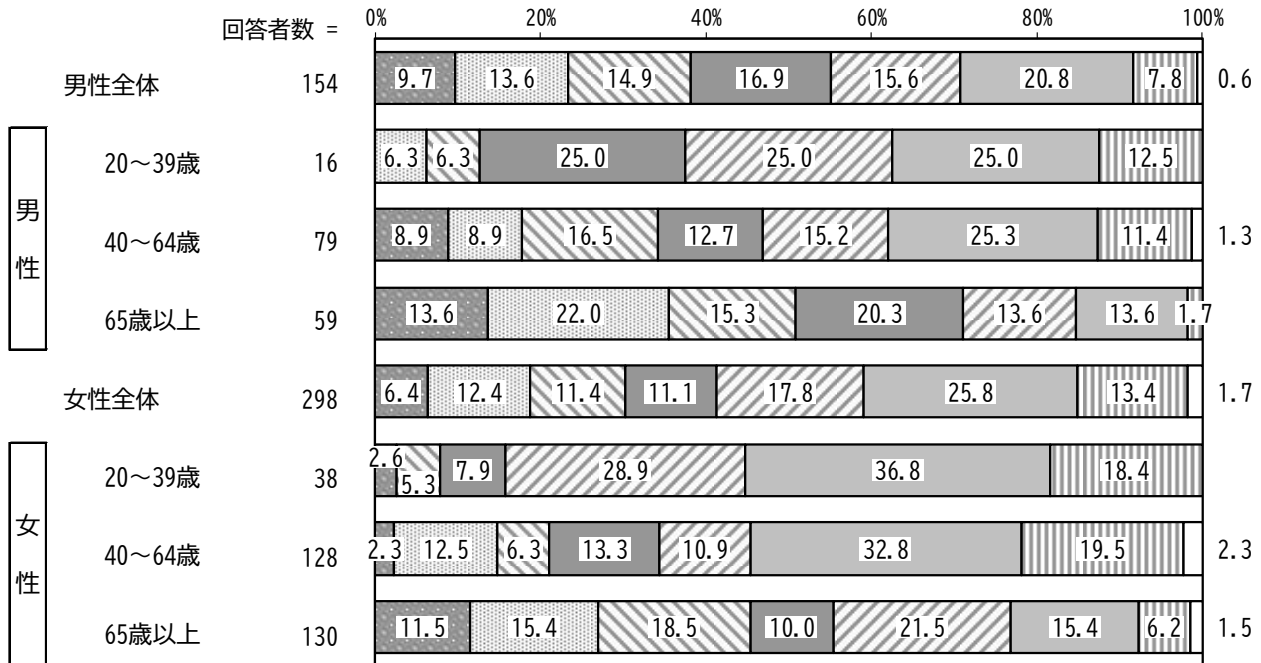
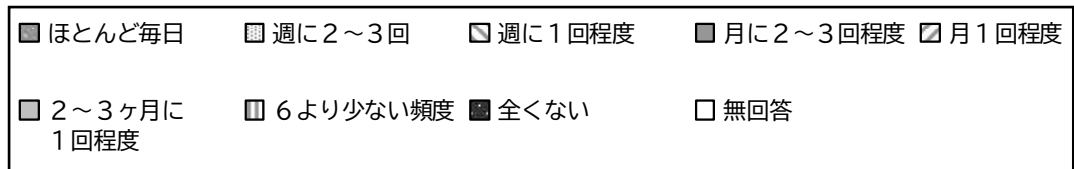
問34 食べる頻度を教えてください。

「2～3ヶ月に1回程度」の割合が24.3%と最も高く、次いで「月1回程度」の割合が16.8%、「月に2～3回程度」の割合が13.3%となっています。



【性別・年齢別】

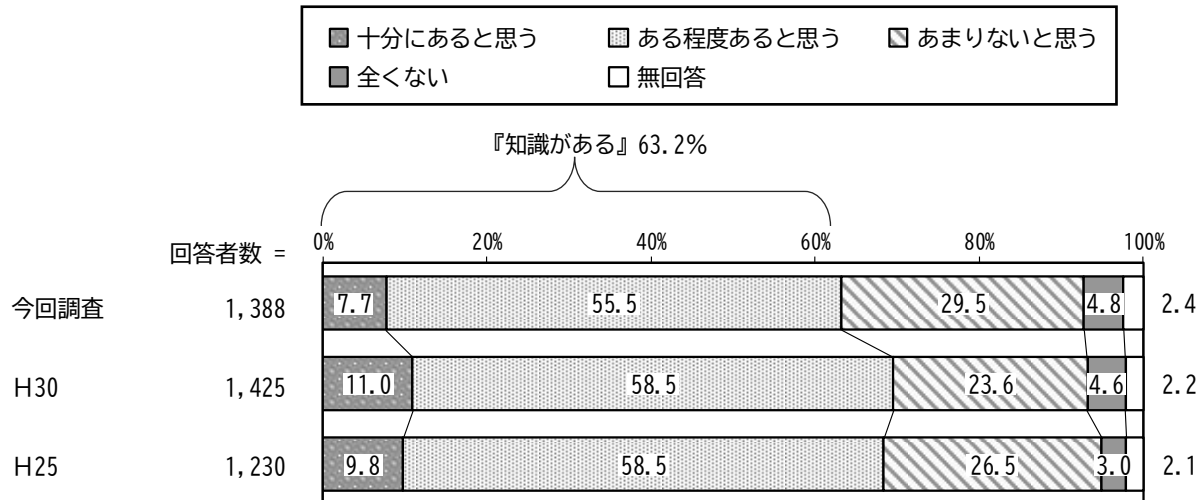
性別・年齢別にみると、女性40～64歳で「6より少ない頻度」の割合が高くなっています。また、男性65歳以上で「週に2～3回」の割合が高くなっています。



○問 35 食品の安全性に関する基礎的な知識があると思いますか。

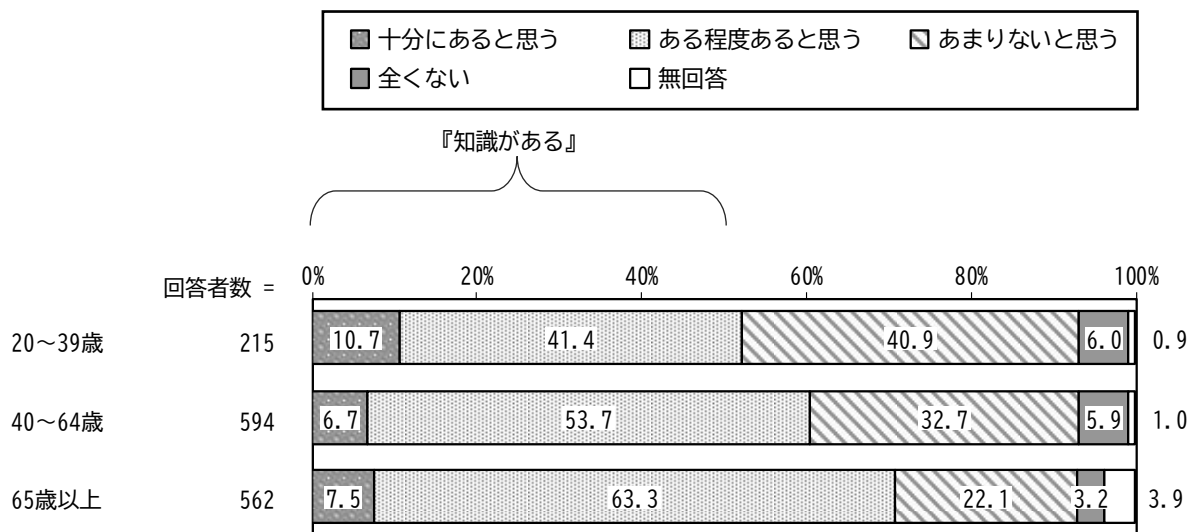
「ある程度あると思う」の割合が 55.5%と最も高く、次いで「あまりないと思う」の割合が 29.5%となっています。「十分にあると思う」と「ある程度あると思う」をあわせた“知識がある”の割合は 63.2%となっています。

平成 30 年度調査と比較すると、“知識がある”の割合が減少しています。



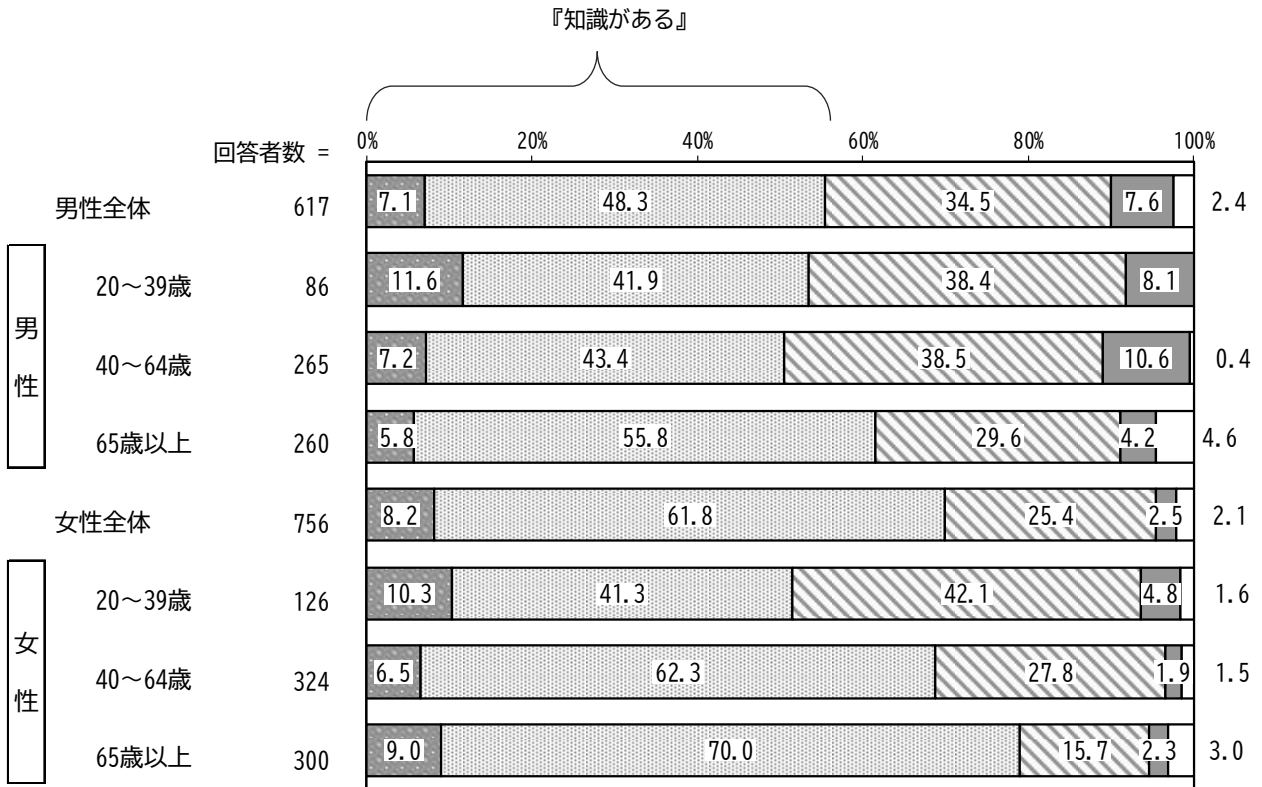
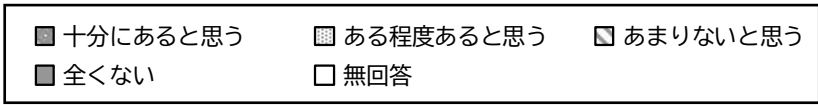
【年齢別】

年齢別にみると、年齢が高くなるにつれ“知識がある”の割合が高くなっています。



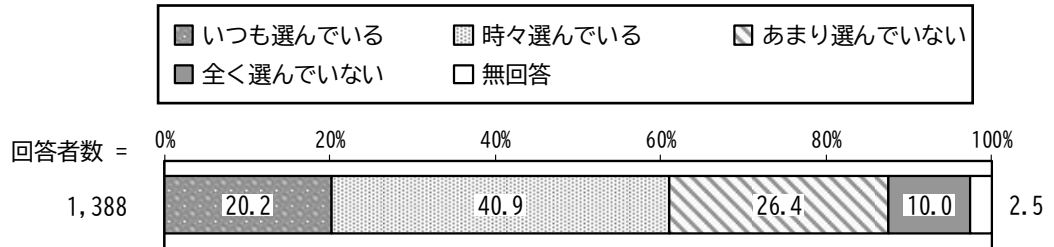
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、女性では年齢が高くなるにつれ“知識がある”の割合が高くなる傾向がみられます。また、男性 40～64 歳で「全くない」の割合が高くなっています。



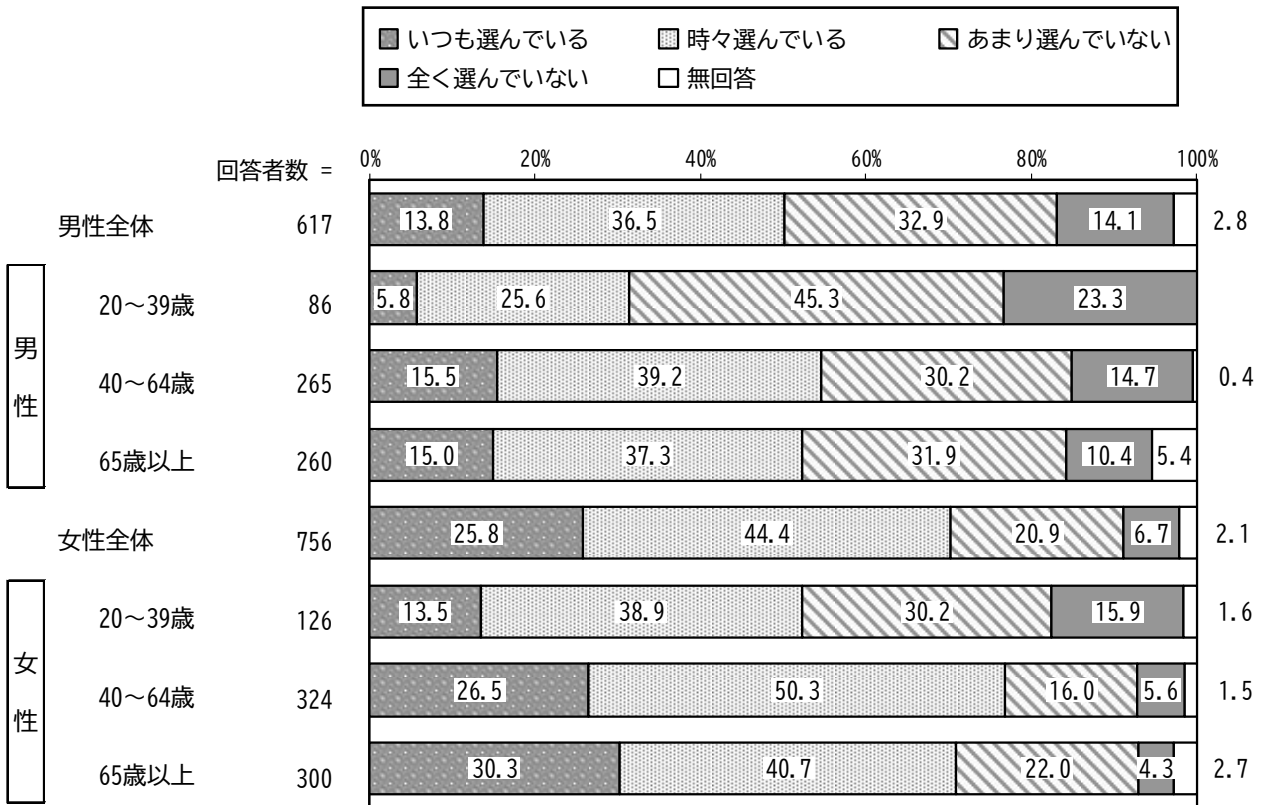
問 36 産地や生産者を意識して農林水産物、食品を選んでいきますか。

「時々選んでいる」の割合が40.9%と最も高く、次いで「あまり選んでいない」の割合が26.4%、「いつも選んでいる」の割合が20.2%となっています。「いつも選んでいる」と「時々選んでいる」をあわせた“選んでいる”の割合が61.1%となっています。



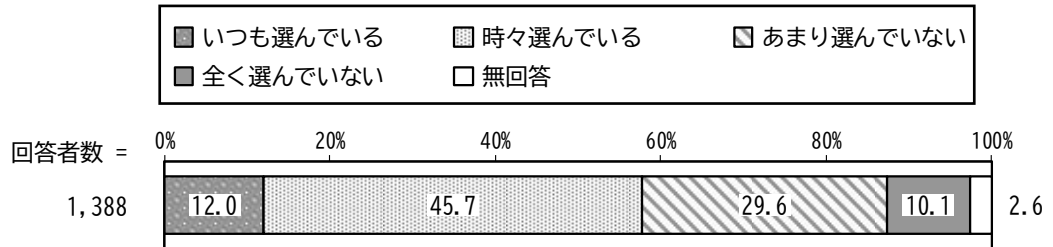
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、“選んでいる”の割合は、男性20～39歳で低く、女性40～64歳で高くなっています。



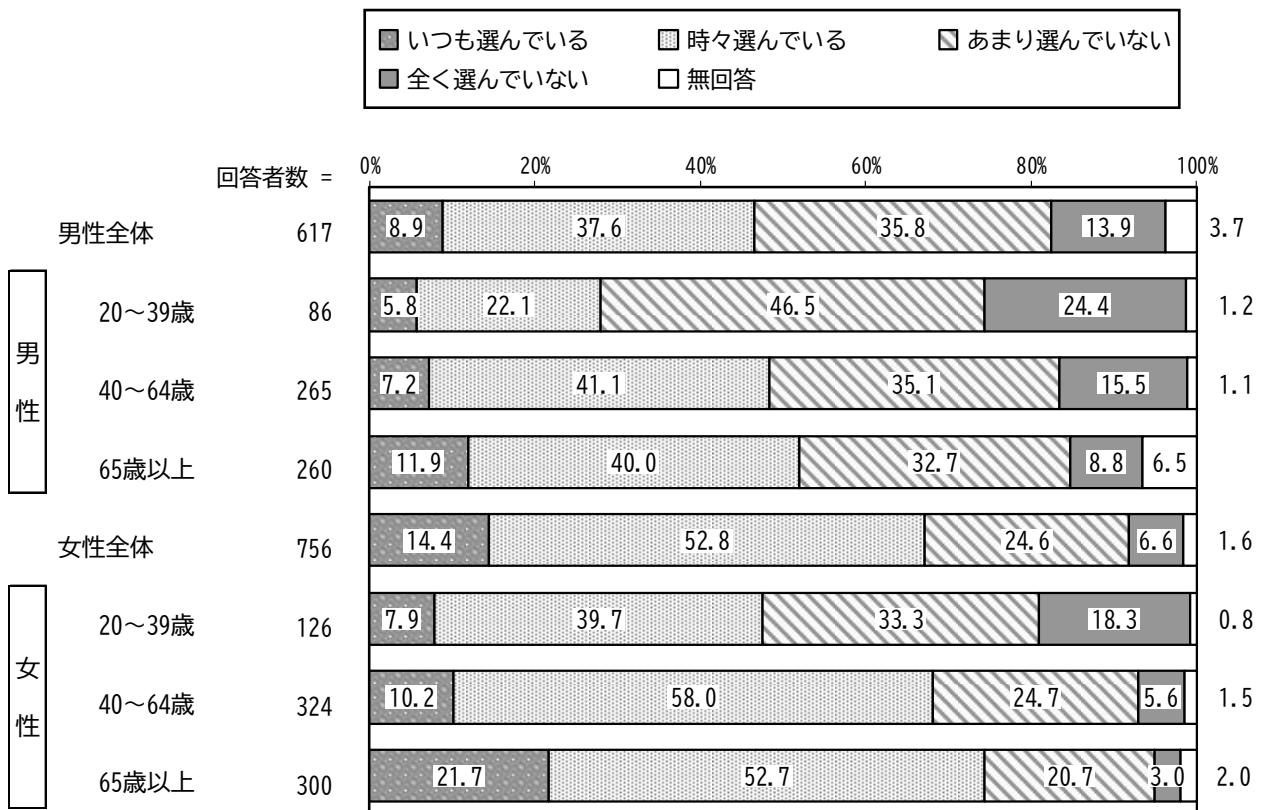
問 37 日頃から環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいきますか。

「時々選んでいる」の割合が45.7%と最も高く、次いで「あまり選んでいない」の割合が29.6%、「いつも選んでいる」の割合が12.0%となっています。「いつも選んでいる」と「時々選んでいる」をあわせた“選んでいる”の割合は57.7%となっています。



【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも20～39歳で「全く選んでいない」の割合が高く、特に男性20～39歳で「全く選んでいない」の割合が高くなっています。また、女性65歳以上で「いつも選んでいる」の割合が高くなっています。

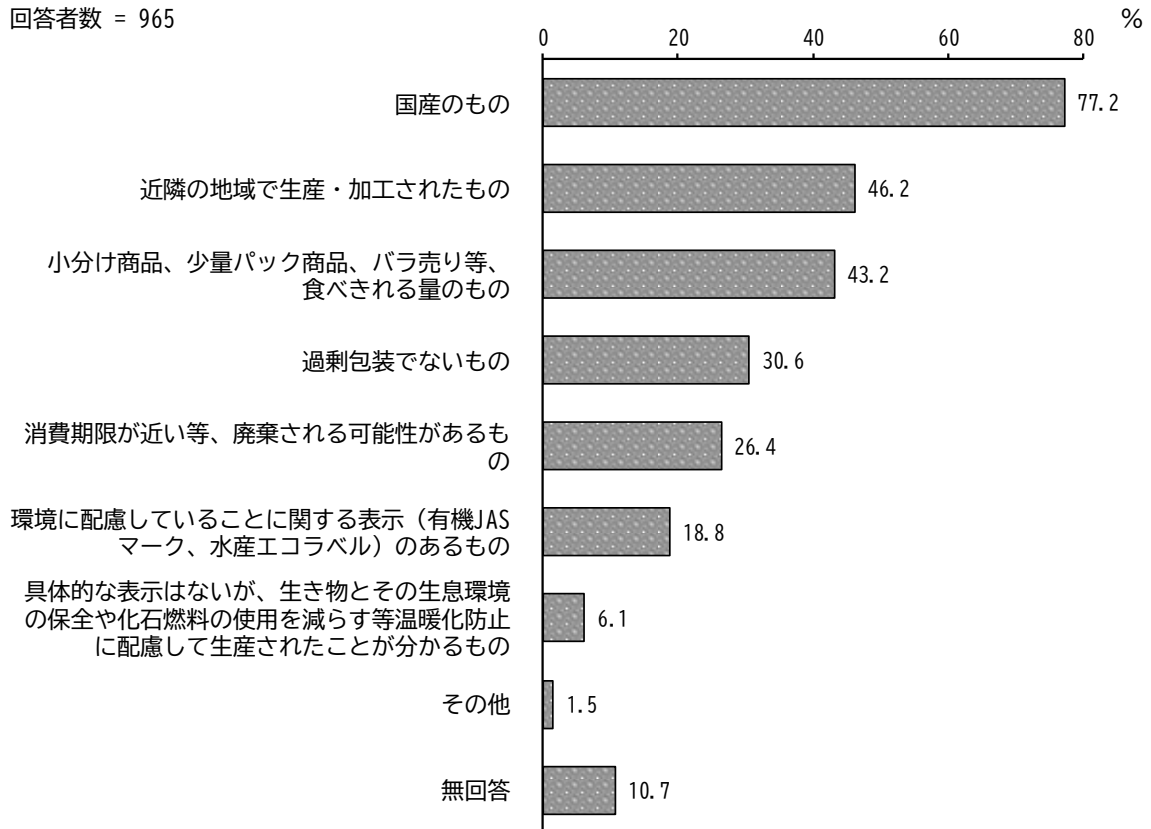


【問 36. 37 で「いつも選んでいる」または「時々選んでいる」に○をつけた方にお聞きします】

問 38 どのような食品を選んでいますか。(あてはまるものすべてに○)

「国産のもの」の割合が 77.2%と最も高く、次いで「近隣の地域で生産・加工されたもの」の割合が 46.2%、「小分け商品、少量パック商品、バラ売り等、食べきれない量のもの」の割合が 43.2%となっています。

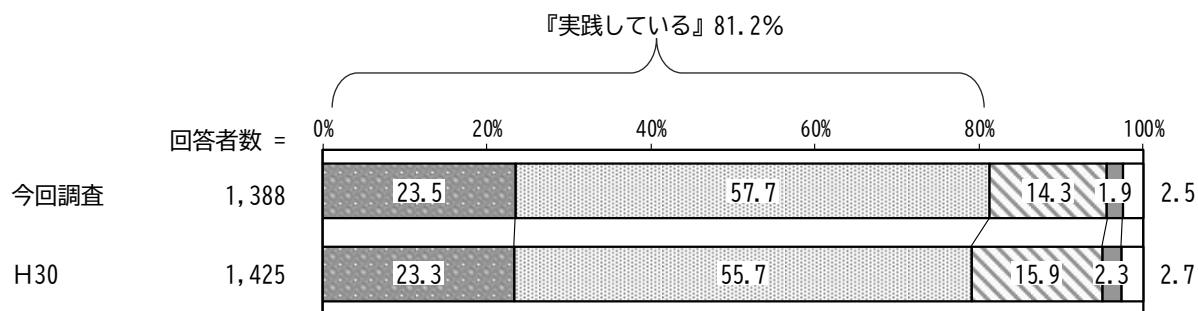
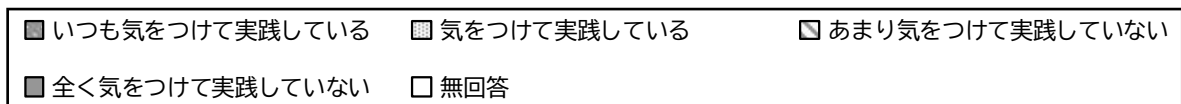
回答者数 = 965



○問 39 食品ロス削減のために、食べ物を無駄にしないような行動を実践していますか。

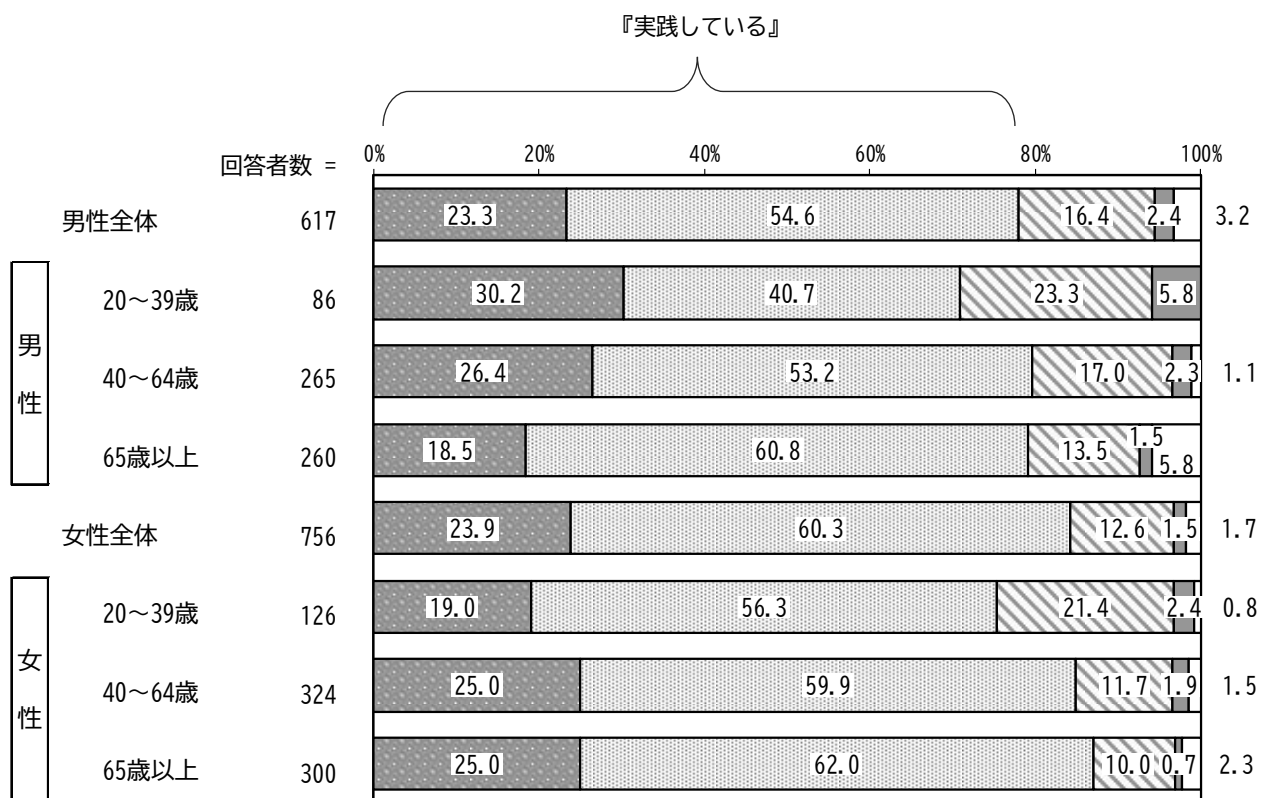
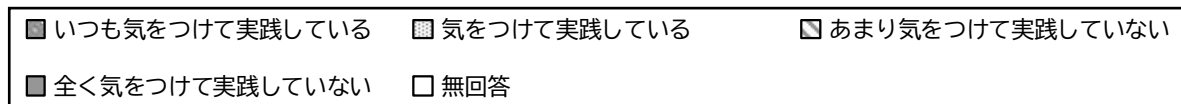
「気をつけて実践している」の割合が 57.7%と最も高く、次いで「いつも気をつけて実践している」の割合が 23.5%、「あまり気をつけて実践していない」の割合が 14.3%となっています。「いつも気をつけて実践している」と「気をつけて実践している」をあわせた“実践している”の割合は 81.2%となっています。

平成 30 年度調査と比較すると、“実践している”がわずかに増加しています。



【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、女性で年齢が高くなるにつれ“実践している”の割合が高くなる傾向がみられ、特に女性 65 歳以上で約 9 割となっています。

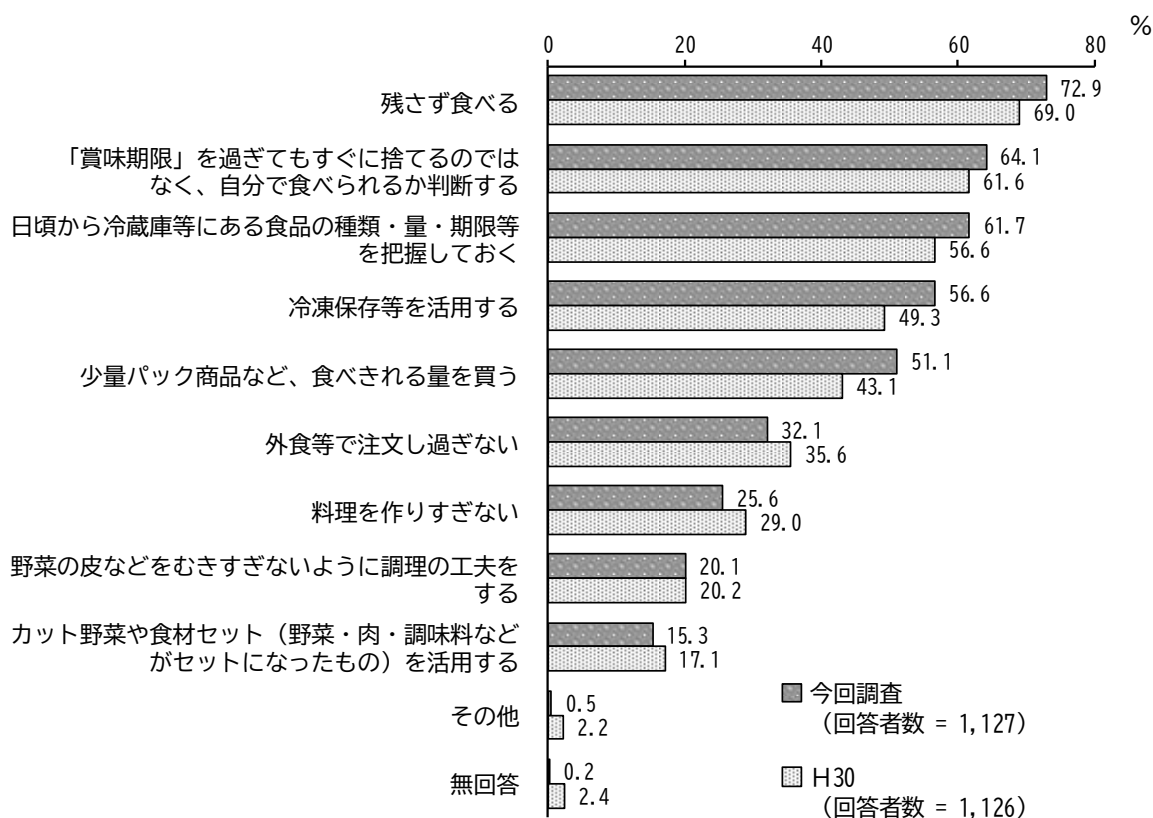


【問 39 で「いつも気をつけて実践している」または「気をつけて実践している」に○をつけた方にお聞きします】

問 40 食品ロスを減らすために取り組んでいることがあれば教えてください。
(あてはまるものすべてに○)

「残さず食べる」の割合が 72.9%と最も高く、次いで「賞味期限」を過ぎてもすぐに捨てるのではなく、自分で食べられるか判断する」の割合が 64.1%、「日頃から冷蔵庫等にある食品の種類・量・期限等を把握しておく」の割合が 61.7%となっています。

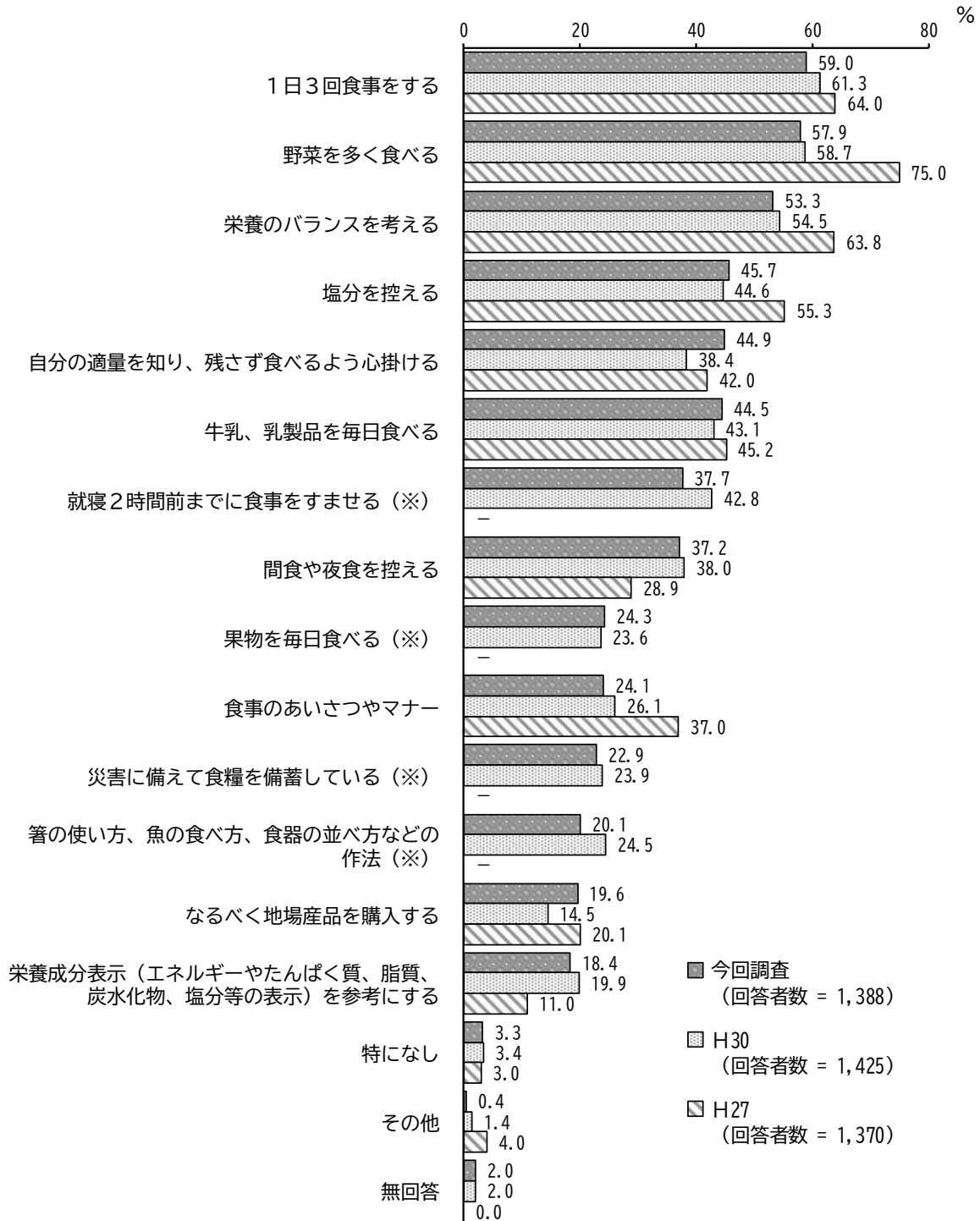
平成 30 年度調査と比較すると、「日頃から冷蔵庫等にある食品の種類・量・期限等を把握しておく」「少量パック商品など、食べきれぬ量を買う」「冷凍保存等を活用する」の割合が増加しています。



○問 41 食生活で普段から気をつけていることを教えてください。
(あてはまるものすべてに○)

「1日3回食事をする」の割合が59.0%と最も高く、次いで「野菜を多く食べる」の割合が57.9%、「栄養のバランスを考える」の割合が53.3%となっています。

平成27年度調査、平成30年度調査と比較すると、「1日3回食事をする」「野菜を多く食べる」「栄養のバランスを考える」「食事のあいさつやマナー」の割合が減少する傾向がみられます。

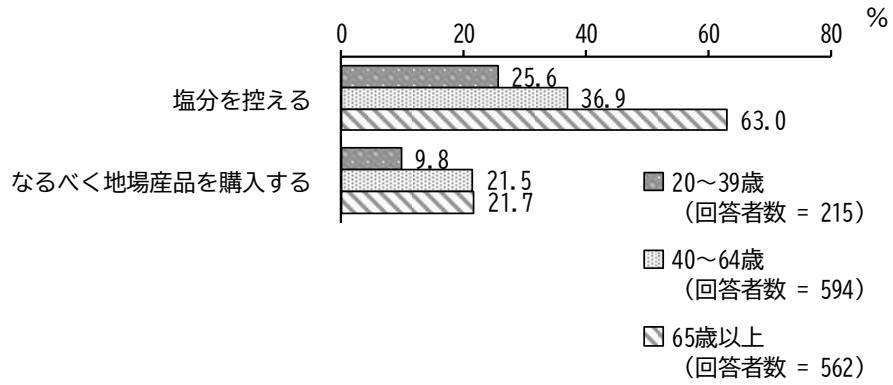


※平成27年度調査では「就寝2時間前までに食事をすませる」「果物を毎日食べる」「災害に備えて食糧を備蓄している」「箸の使い方、魚の食べ方、食器の並べ方などの作法」の選択肢はありませんでした

【年齢別】

指標項目となっている『塩分を控える』、『なるべく地場産品を購入する』について年代別にみると、『塩分を控える』では、年代が高くなるにつれ割合が高くなっており、65歳以上では6割を超えています。

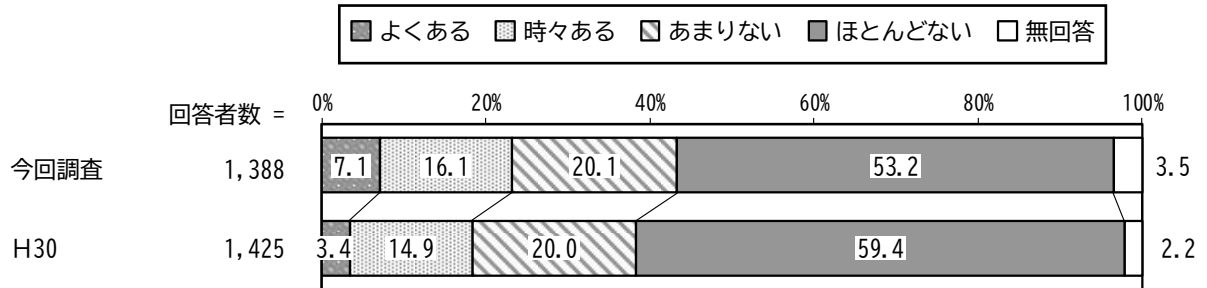
『なるべく地場産品を購入する』では、20～39歳では1割未満、40歳以上でも約2割にとどまっています。



問 42 スマートフォン・携帯電話を見たり、操作したりしながら、食事をする習慣がありますか。

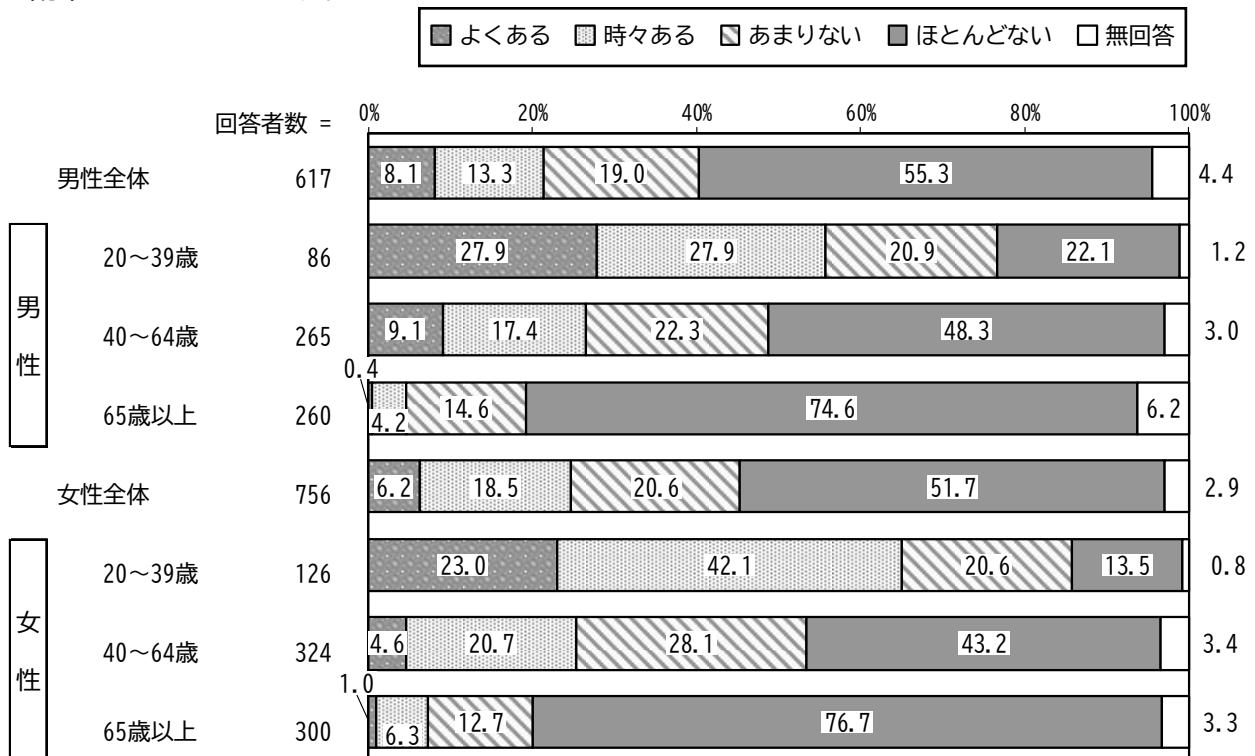
「ほとんどない」の割合が53.2%と最も高く、次いで「あまりない」の割合が20.1%、「時々ある」の割合が16.1%となっています。

平成30年度調査と比較すると、「よくある」と「時々ある」をあわせた“スマートフォン・携帯電話を見たり、操作したりしながら、食事をする習慣がある”の割合が増加しています。



【性別・年齢別】

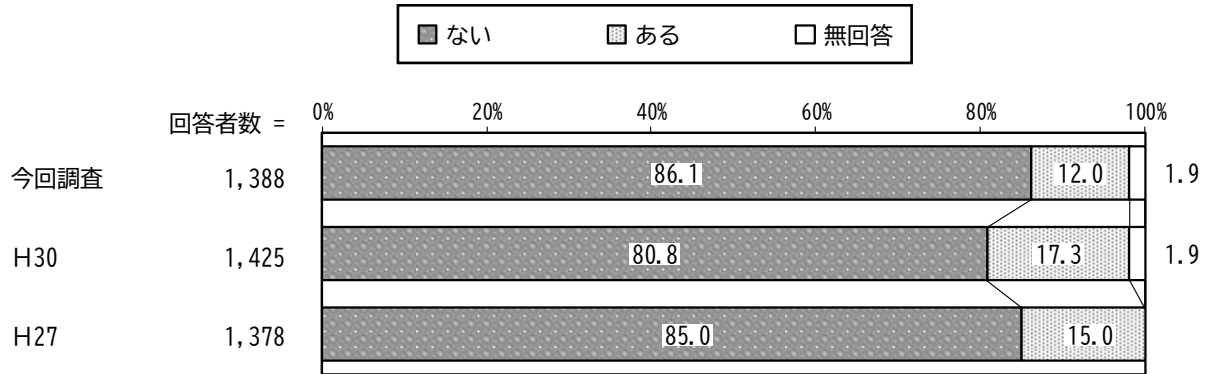
性別・年齢別にみると、男女とも年齢が低くなるにつれ“スマートフォン・携帯電話を見たり、操作したりしながら、食事をする習慣がある”の割合が高くなる傾向がみられ、特に女性20～39歳で6割半ばとなっています。



(4) 身体活動・運動習慣について

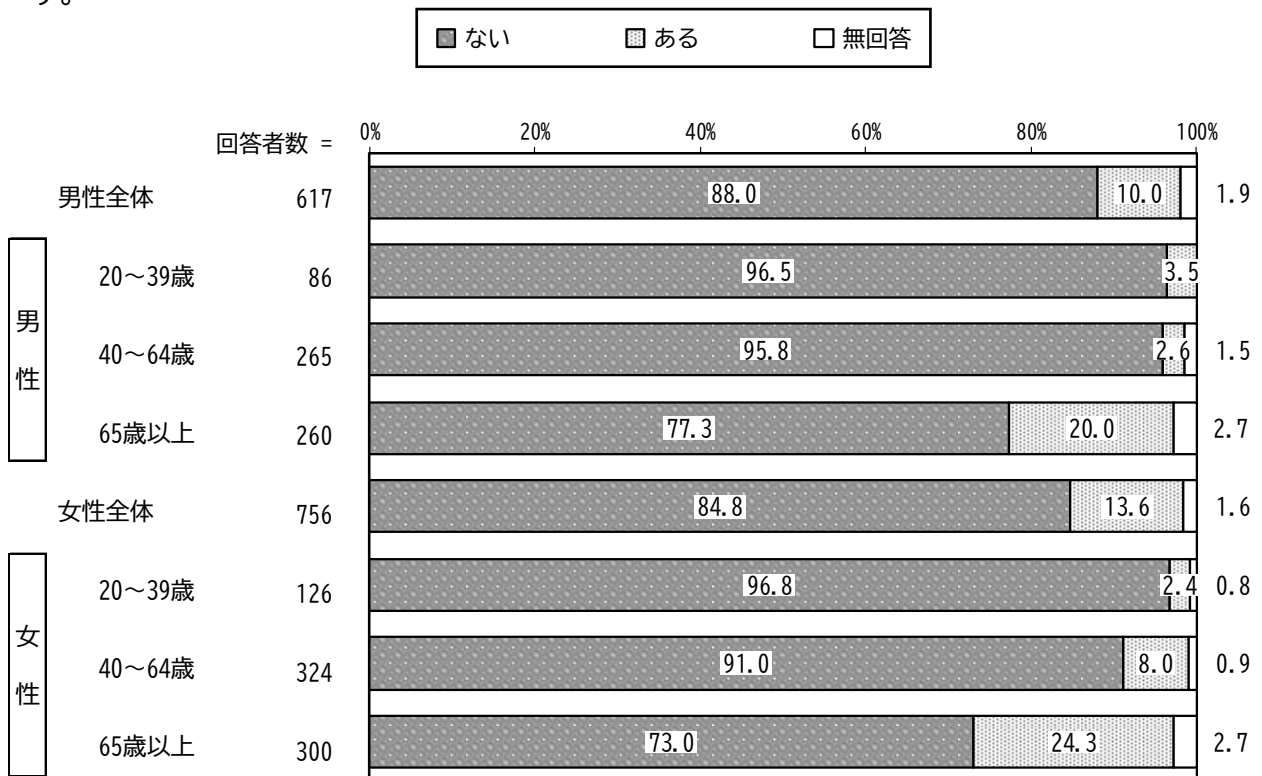
問 43 体を動かすことに制限はありますか。

「ない」の割合が86.1%、「ある」の割合が12.0%となっています。
平成30年度調査と比較すると、「ない」の割合が減少しています。



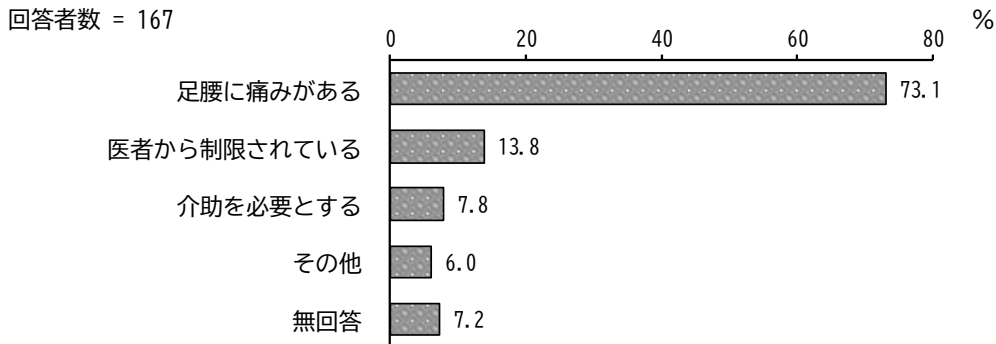
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも65歳以上で「ある」の割合が高く、2割以上となっています。



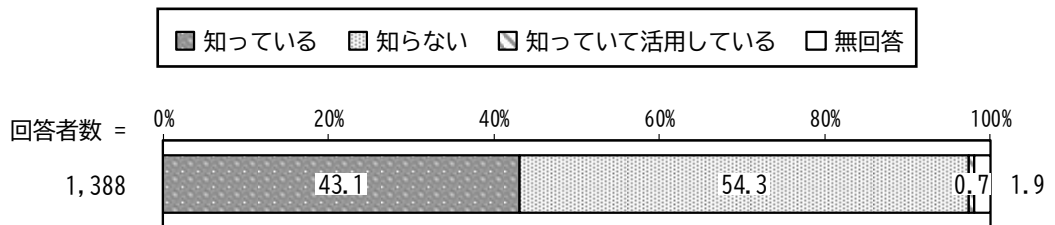
【制限の内容】

「足腰に痛みがある」の割合が73.1%と最も高くなっています。



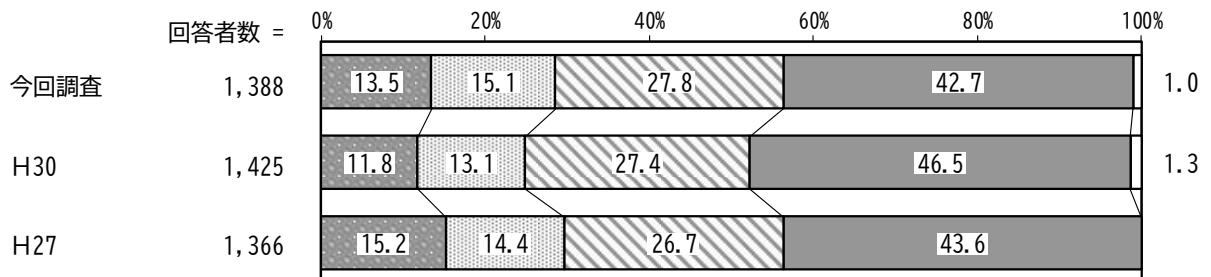
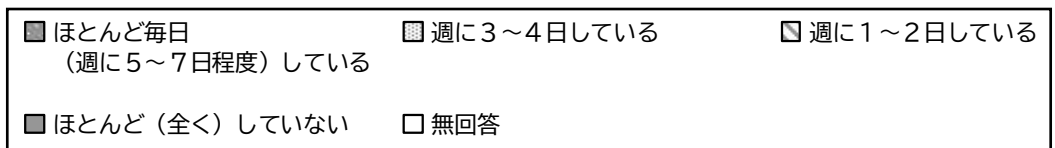
問 44 藤沢市内の公園に設置されている健康遊具を知っていますか。

「知らない」の割合が54.3%と最も高く、次いで「知っている」の割合が43.1%となっています。



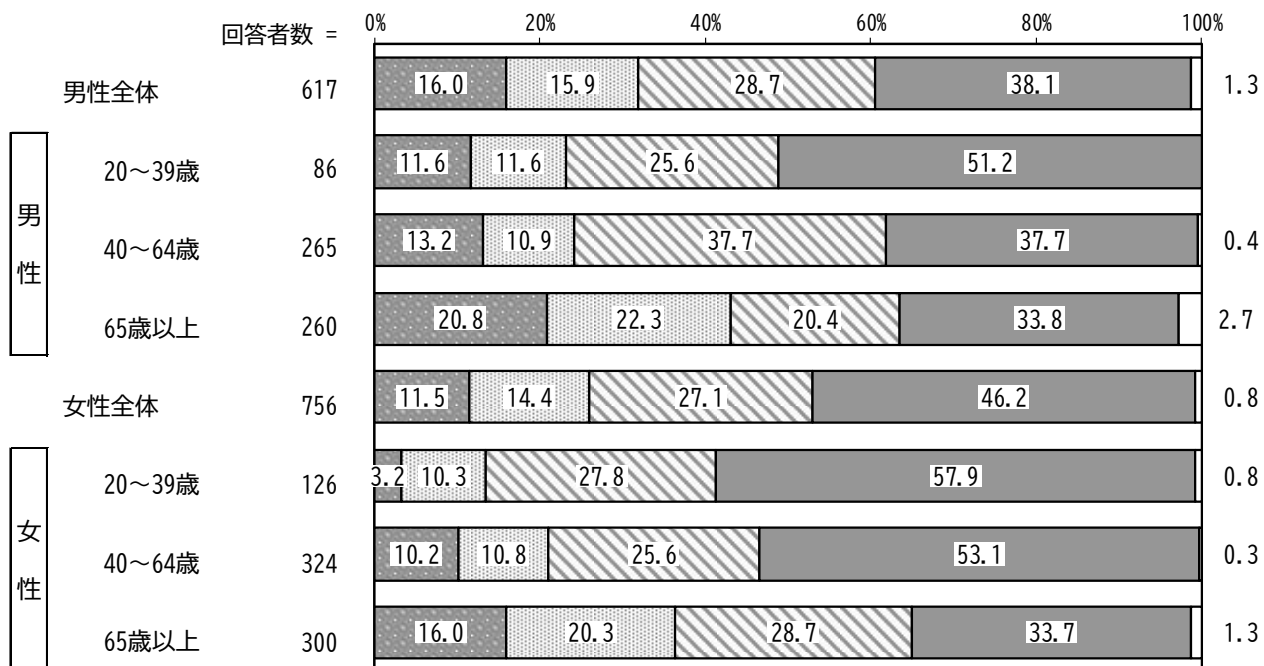
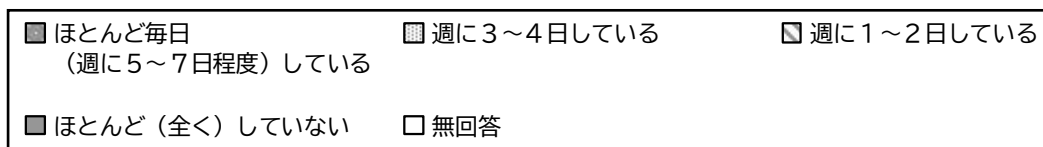
問 45 日頃運動をしていますか。ただし、通勤や買い物など日常生活で行う歩行は含みません。

「ほとんど(全く)していない」の割合が42.7%と最も高く、次いで「週に1～2日している」の割合が27.8%、「週に3～4日している」の割合が15.1%となっています。

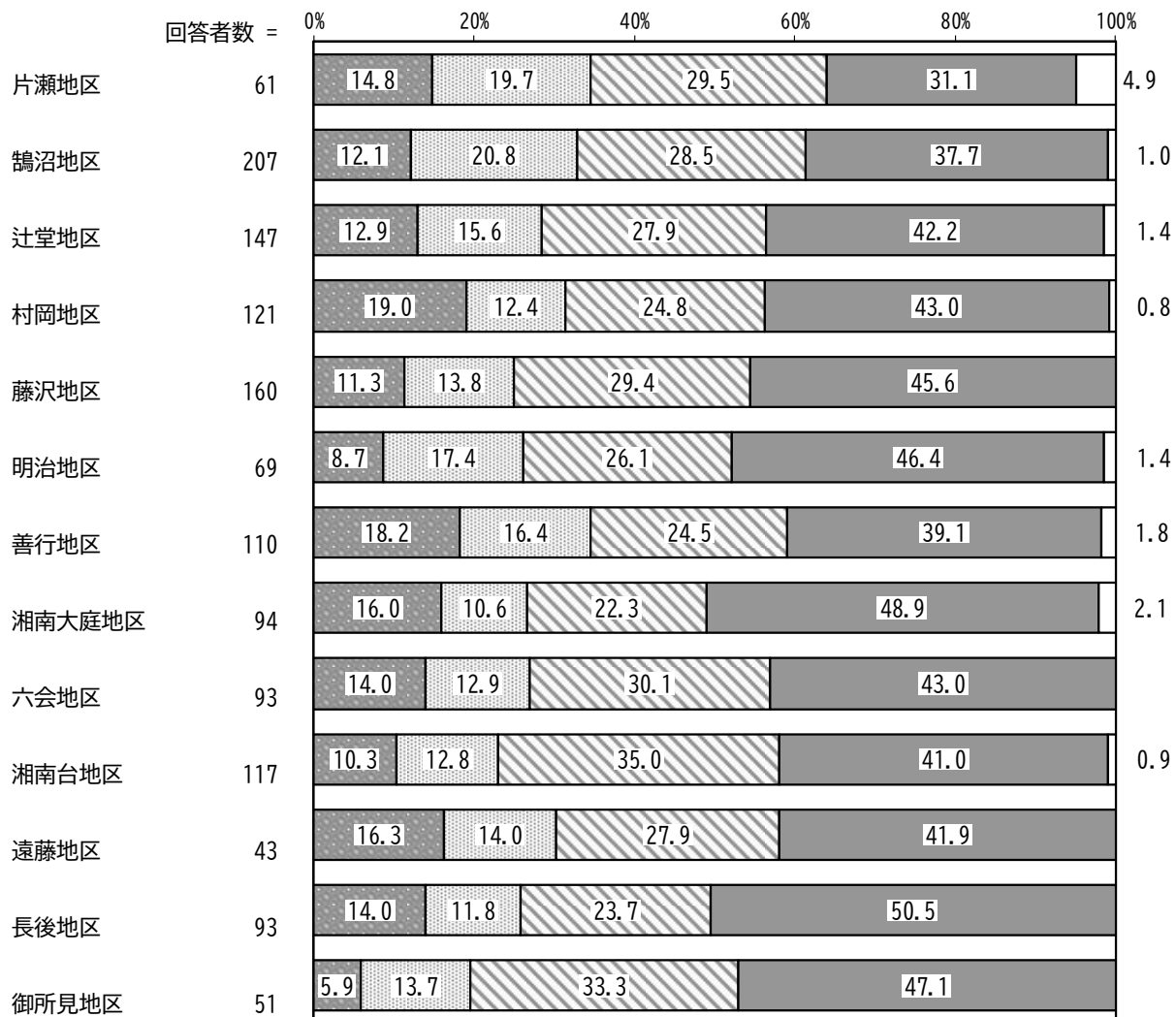
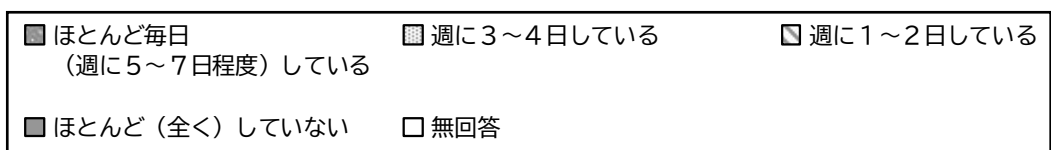


【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が高くなるにつれ「ほとんど毎日（週に5～7日程度）している」の割合が高くなる傾向がみられます。一方、年齢が低いほど「ほとんど（全く）していない」の割合が高くなる傾向がみられ、特に女性20～39歳で約6割となっています。



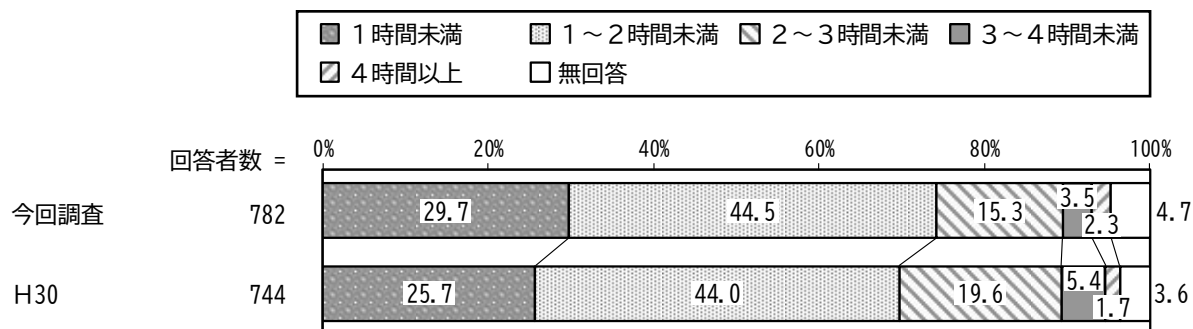
【地区別】



【問45で「ほとんど毎日（週に5～7日程度）している」～「週に1～2日している」に○をつけた方にお聞きします】

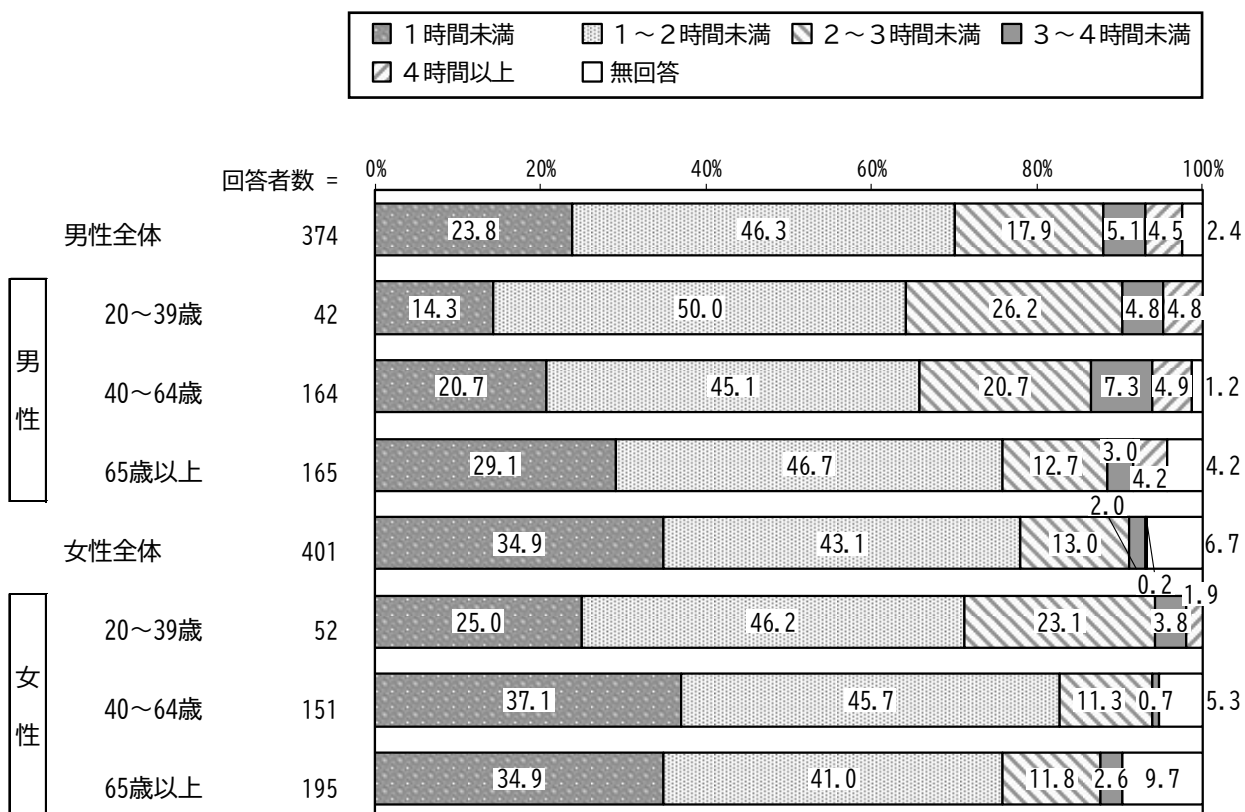
問46 運動を行う日は1日どれくらいの時間行いますか。平均的な数値をご記入ください。

「1～2時間未満」の割合が44.5%と最も高く、次いで「1時間未満」の割合が29.7%、「2～3時間未満」の割合が15.3%となっています。



【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男性で年齢が高くなるにつれ「1時間未満」の割合が高くなる傾向がみられます。また、女性40～64歳で「1時間未満」の割合が、男女ともに20～39歳で「2～3時間未満」の割合が高くなっています。

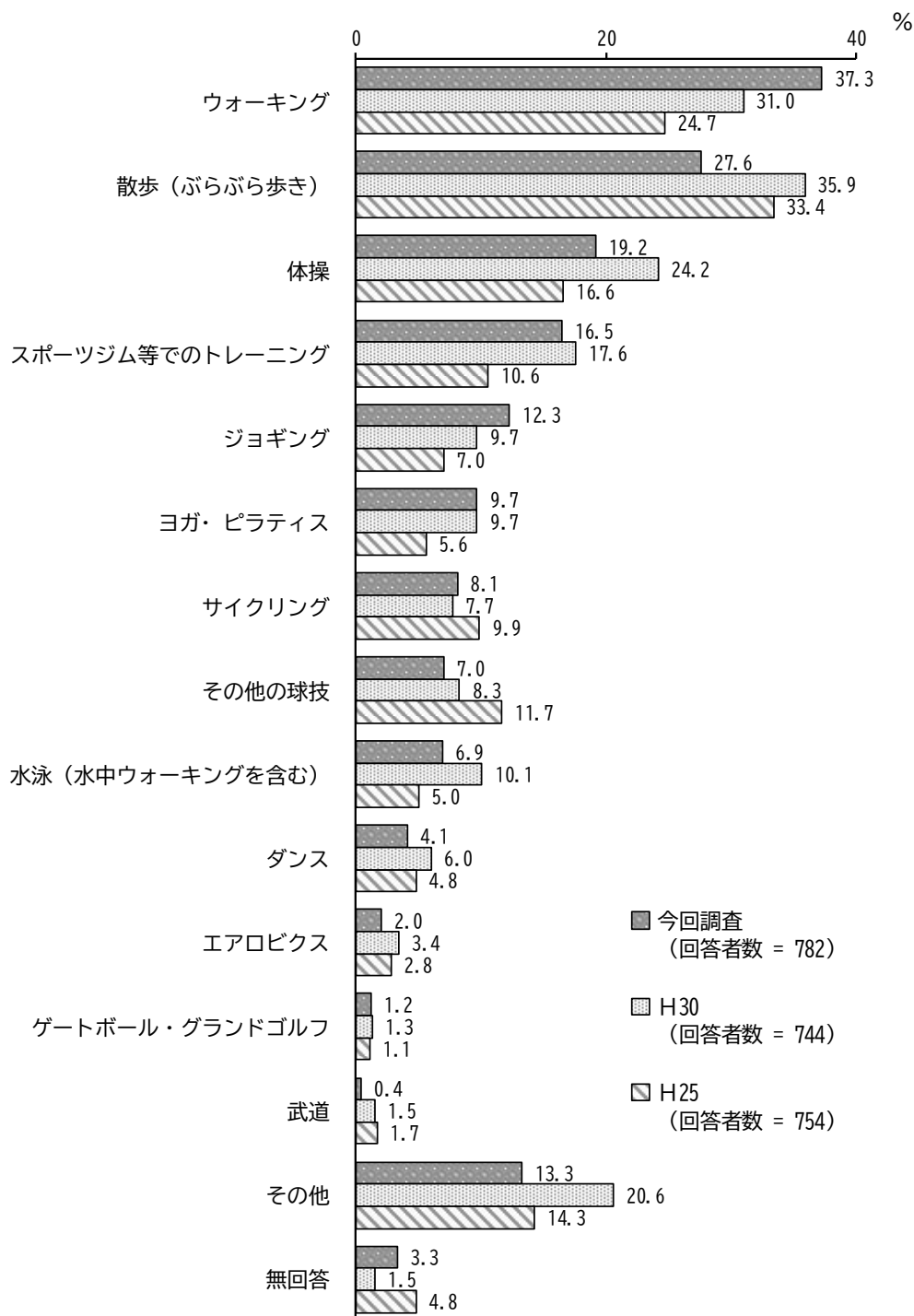


【問 45 で「ほとんど毎日（週に5～7日程度）している」～「週に1～2日している」に○をつけた方にお聞きします】

問 47 どのような運動を行っていますか。（あてはまるものすべてに○）

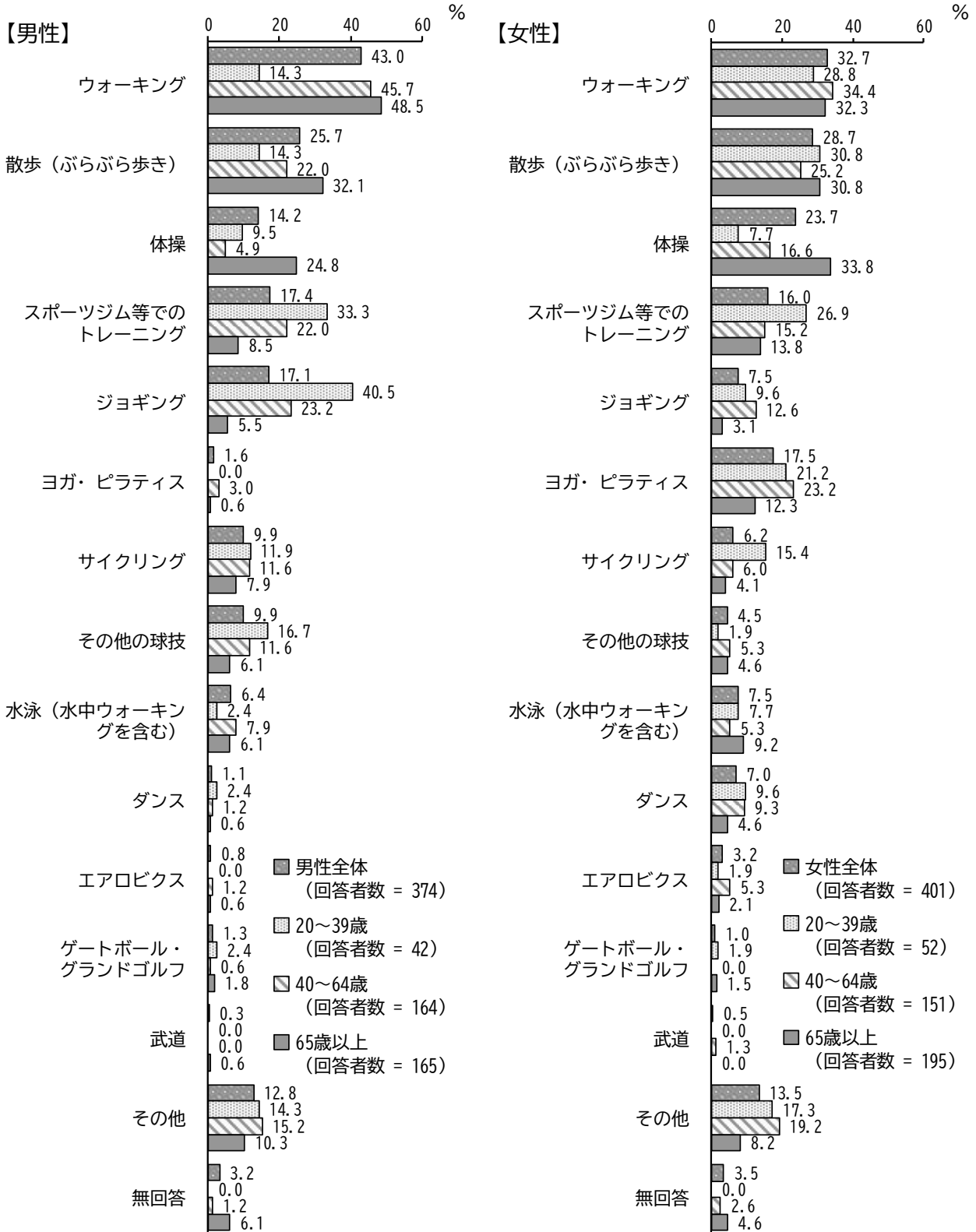
「ウォーキング」の割合が 37.3%と最も高く、次いで「散歩（ぶらぶら歩き）」の割合が 27.6%、「体操」の割合が 19.2%となっています。

平成 25 年度調査、平成 30 年度調査と比較すると、「ウォーキング」「ジョギング」の割合が増加する傾向となっています。また、平成 30 年度調査に比べ「散歩（ぶらぶら歩き）」「体操」の割合が減少しています。



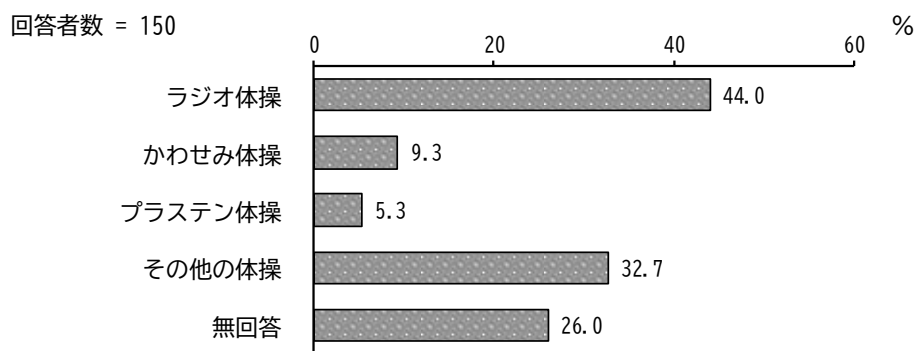
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が低くなるにつれ「スポーツジム等でのトレーニング」の割合が、男性で年齢が低くなるにつれ「ジョギング」の割合が、男性で年齢が高くなるにつれ「散歩（ぶらぶら歩き）」「ウォーキング」の割合が、女性で年齢が高くなるにつれ「体操」の割合が高くなる傾向がみられます。また、女性 64 歳以下で「ヨガ・ピラティス」の割合が高くなっています。



【体操の種類】

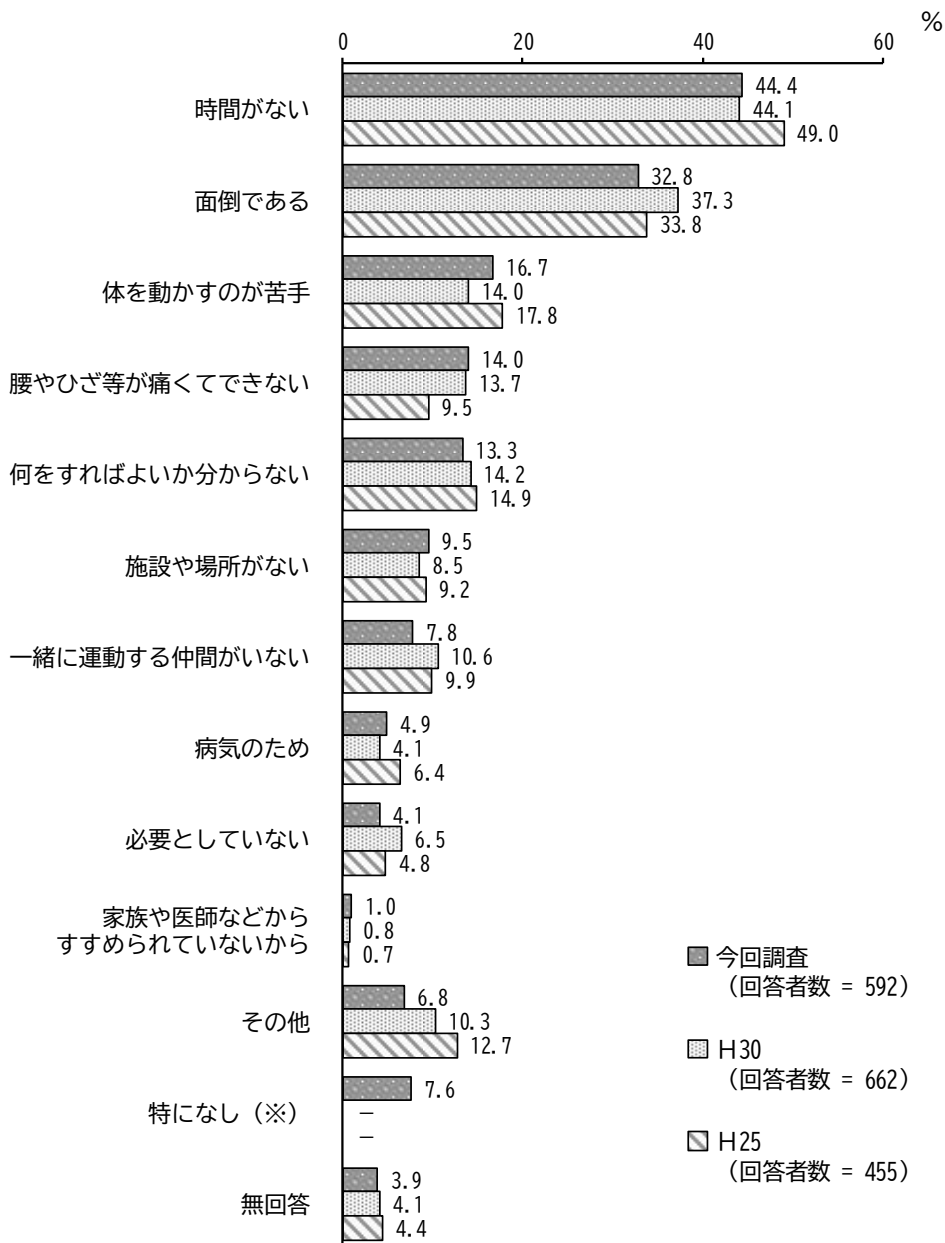
「ラジオ体操」の割合が44.0%と最も高くなっています。



【問45で「ほとんど（全く）していない」に○をつけた方にお聞きします。】

問48 運動をしない理由を教えてください。（あてはまるものすべてに○）

「時間がない」の割合が44.4%と最も高く、次いで「面倒である」の割合が32.8%、「体を動かすのが苦手」の割合が16.7%となっています。



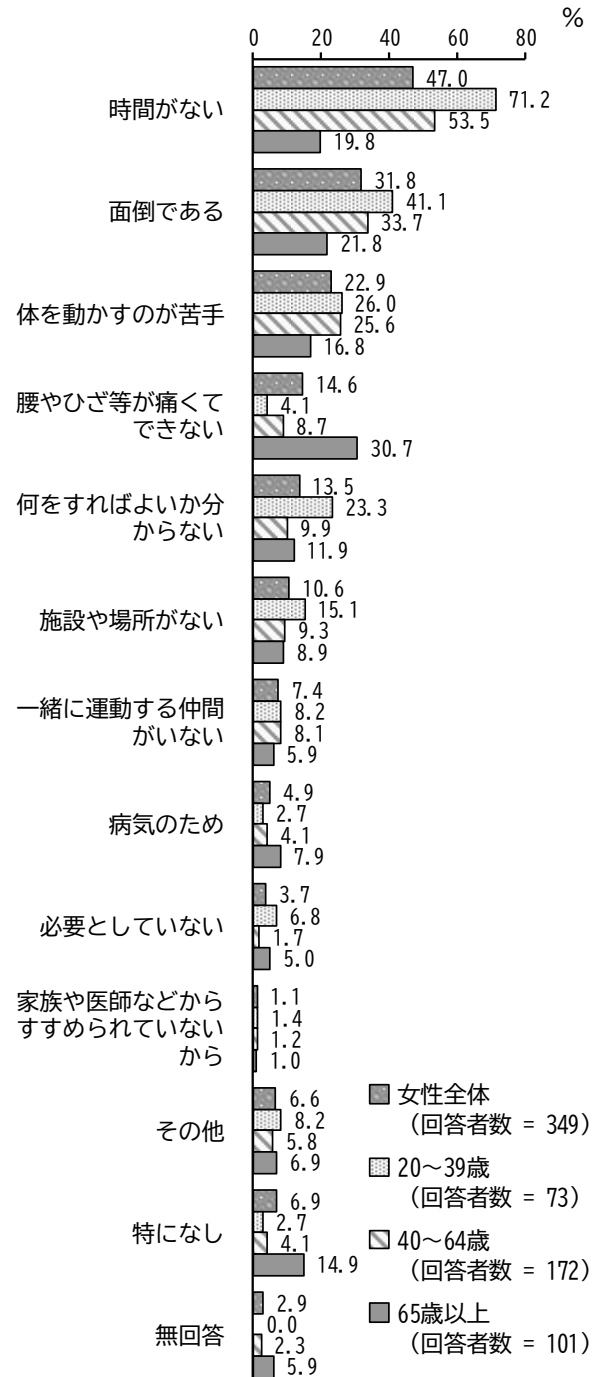
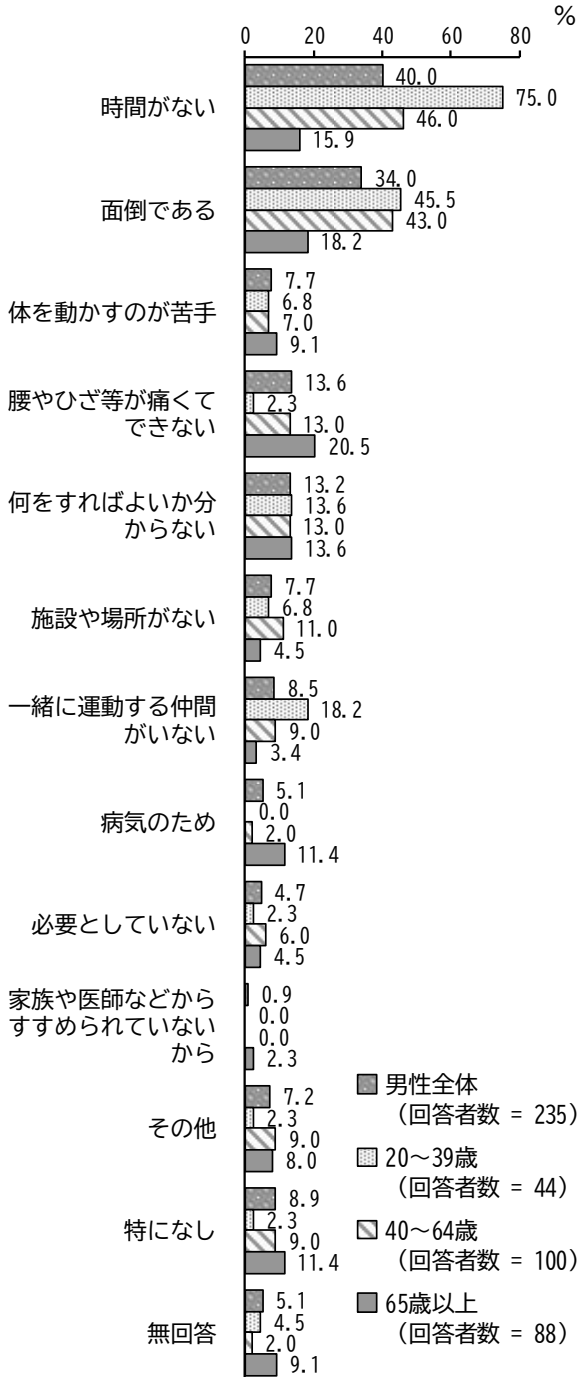
※平成27年度調査、平成25年度調査には「特になし」の選択肢はありませんでした。

【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が低くなるにつれ「時間がない」「面倒である」の割合が、年齢が高くなるにつれ「腰やひざ等が痛くてできない」の割合が高くなる傾向がみられます。また、男性 65 歳以上で「病気のため」の割合が高くなっています。

【男性】

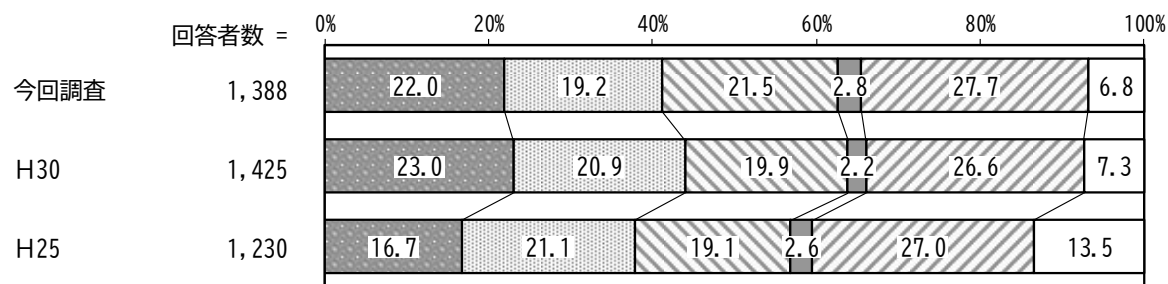
【女性】



○問 49 1日合計60分以上元気に体を動かしていますか。
 (65才以上の方は1日40分以上、動作はゆっくりとでもいい)

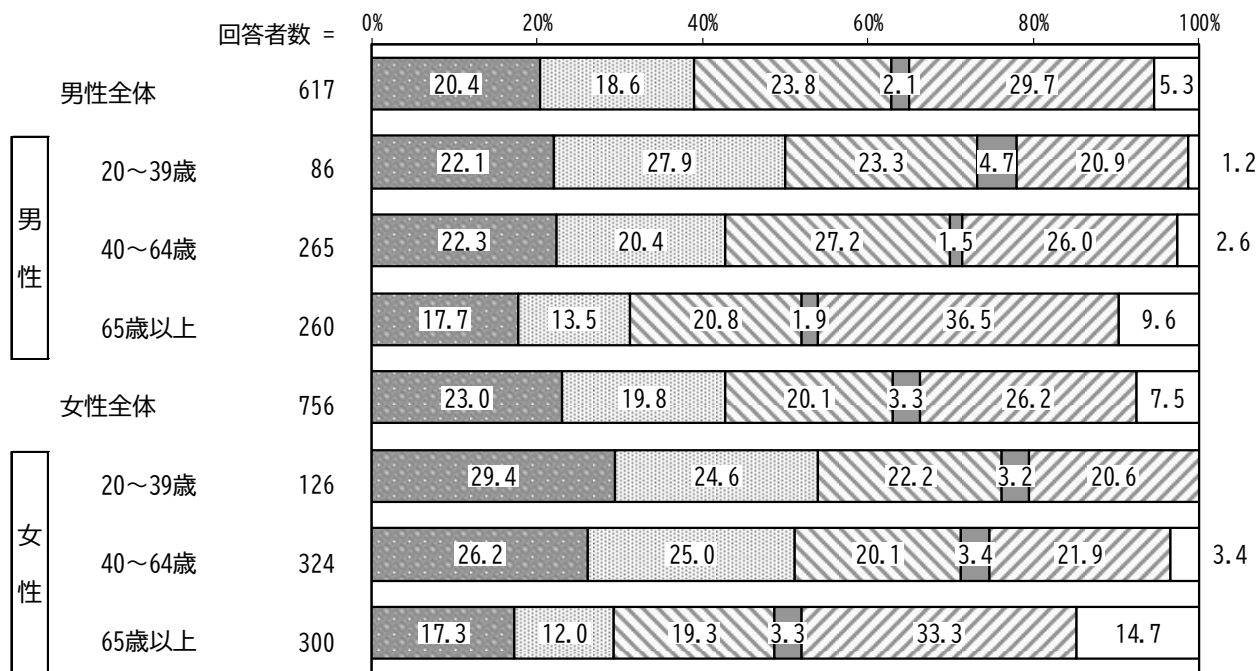
「定期的に行っていて、6ヶ月以上継続している」の割合が27.7%と最も高く、次いで「実行していないし、これから先も実行するつもりはない」の割合が22.0%、「週に1度は行っている」の割合が21.5%となっています。

- 実行していないし、これから先も実行するつもりはない
- 実行しているが、始めてから6ヶ月以内である
- 実行していないが、近い将来(1ヶ月以内)に始めようとは思っている
- 定期的に行っていて、6ヶ月以上継続している
- 週に1度は行っている
- 無回答



【性別・年齢別】

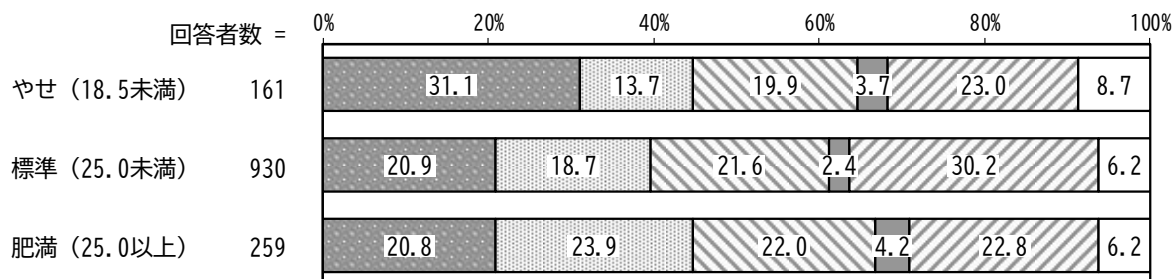
- 実行していないし、これから先も実行するつもりはない
- 実行しているが、始めてから6ヶ月以内である
- 実行していないが、近い将来(1ヶ月以内)に始めようとは思っている
- 定期的に行っていて、6ヶ月以上継続している
- 週に1度は行っている
- 無回答



【BMI別】

BMI別にみると、やせ（18.5未満）で「実行していないし、これから先も実行するつもりはない」の割合が高くなっています。また、肥満（25.0以上）で「実行していないが、近い将来（1ヶ月以内）に始めようとは思っている」の割合が高くなっています。

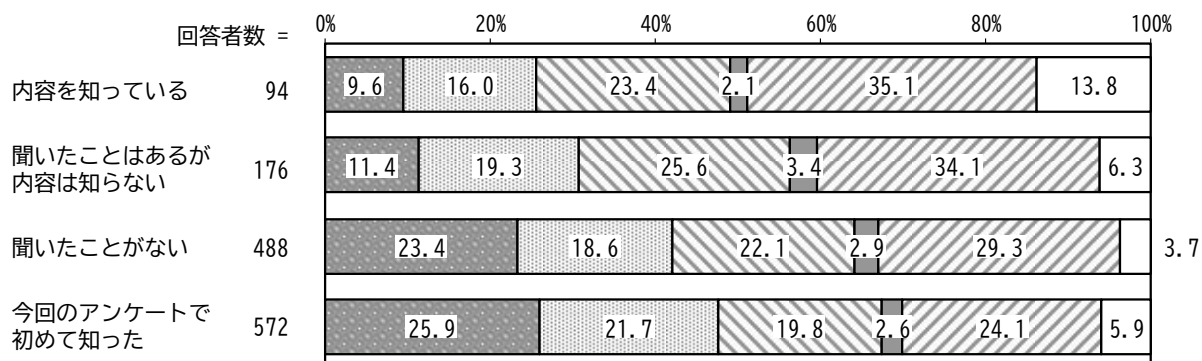
■ 実行していないし、 これから先も実行するつもりはない	■ 実行していないが、近い将来 （1ヶ月以内）に始めようとは思っている	■ 週に1度は行っている
■ 実行しているが、 始めてから6ヶ月以内である	■ 定期的に行っていて、 6ヶ月以上継続している	□ 無回答



【+10（プラス・テン）の認知度別】

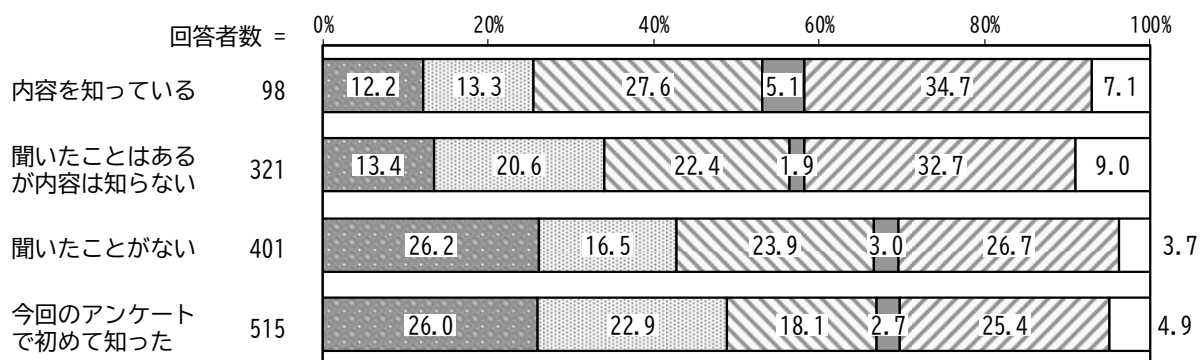
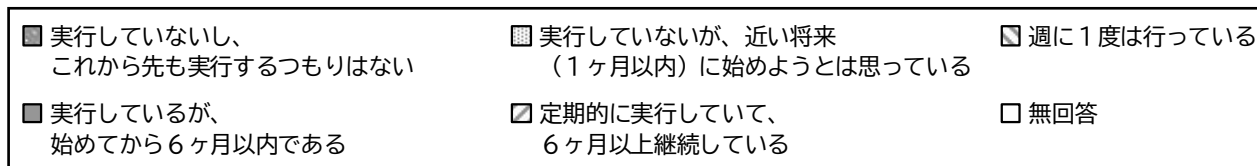
+10（プラス・テン）の認知度別にみると、認知度が低くなるにつれ「実行していないし、これから先も実行するつもりはない」の割合が、認知度が高くなるにつれ「定期的に行っていて、6ヶ月以上継続している」の割合が高くなる傾向がみられます。

■ 実行していないし、 これから先も実行するつもりはない	■ 実行していないが、近い将来 （1ヶ月以内）に始めようとは思っている	■ 週に1度は行っている
■ 実行しているが、 始めてから6ヶ月以内である	■ 定期的に行っていて、 6ヶ月以上継続している	□ 無回答



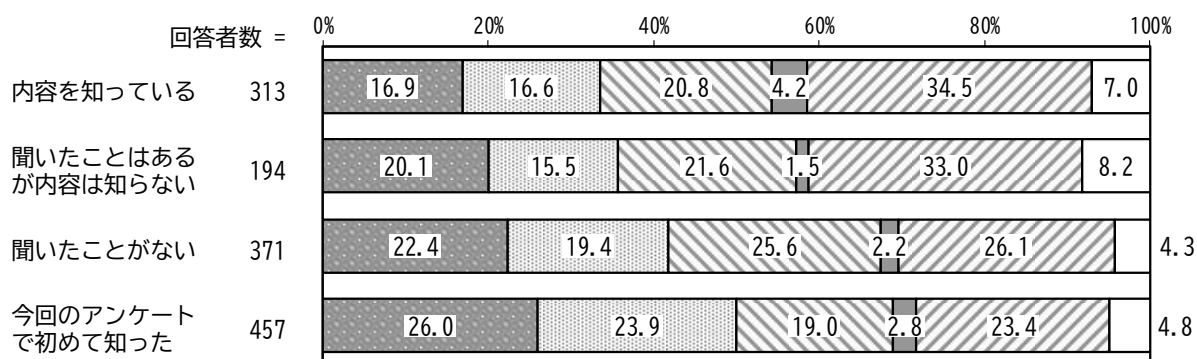
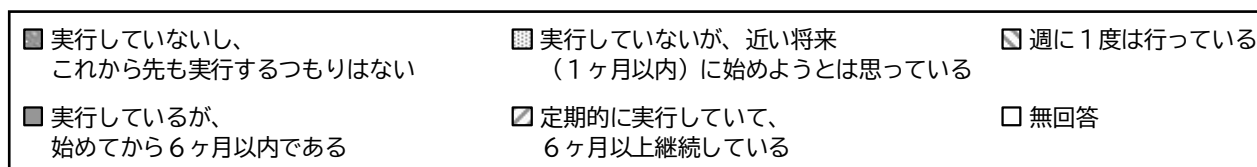
【ふじさわ歩くプロジェクトの認知度別】

ふじさわ歩くプロジェクトの認知度別にみると、認知度が低くなるにつれ「実行していないし、これから先も実行するつもりはない」の割合が、認知度が高くなるにつれ「定期的に行っていて、6ヶ月以上継続している」の割合が高くなる傾向がみられます。



【フレイルの認知度別】

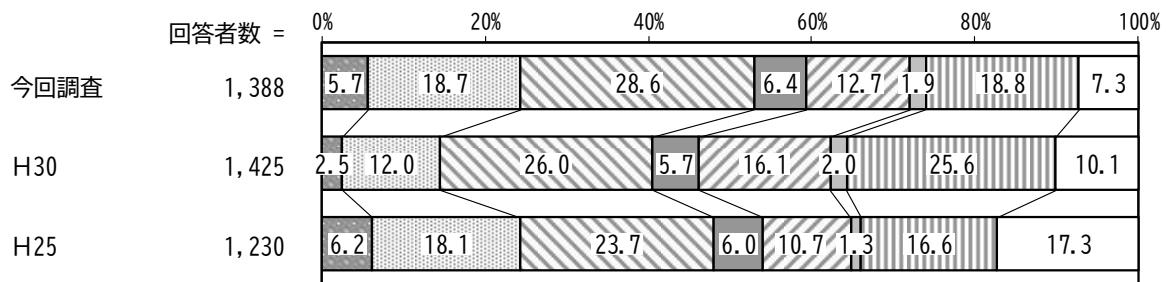
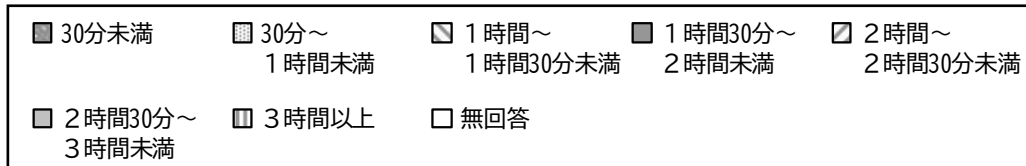
フレイルの認知度別にみると、認知度が低くなるにつれ「実行していないし、これから先も実行するつもりはない」「実行していないが、近い将来（1ヶ月以内）に始めようとは思っている」の割合が、認知度が高くなるにつれ「定期的に行っていて、6ヶ月以上継続している」の割合が高くなる傾向がみられます。



問 50 日常生活の身体活動についてお聞きします。日頃歩行または同等の強さの身体活動を、1日合計でどれくらい行っていますか。平均的な時間をご記入ください。

「1時間～1時間30分未満」の割合が28.6%と最も高く、次いで「3時間以上」の割合が18.8%、「30分～1時間未満」の割合が18.7%となっています。

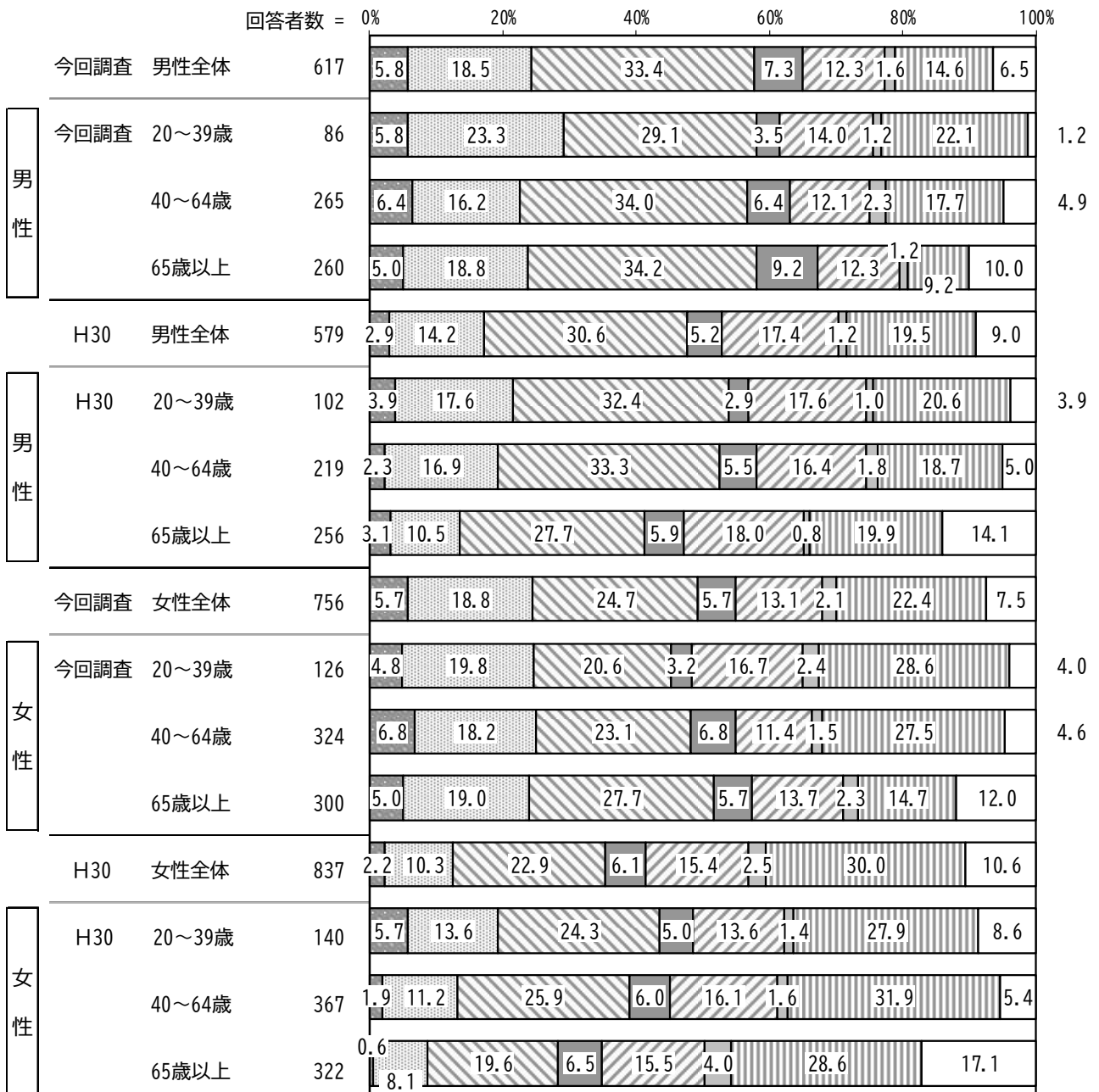
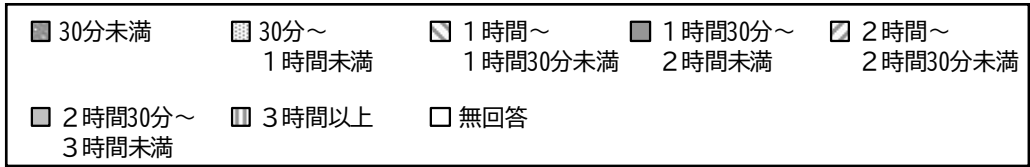
平成30年度調査と比較すると、「30分未満」「30分～1時間未満」「1時間～1時間30分未満」「1時間30分～2時間未満」をあわせた“2時間未満”の割合が増加しており、身体活動量は減少していると考えられます。



【性別・年齢別】

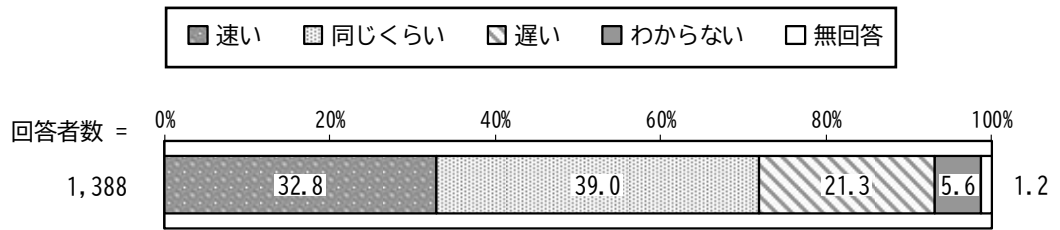
性別・年齢別にみると、女性 64 歳以下で「3 時間以上」の割合が高くなっています。また、男性 40 歳以上で「1 時間～1 時間 30 分未満」の割合が高くなっています。

平成 30 年度調査と比較すると、男性 20～39 歳、65 歳以上、女性全体で「30 分～1 時間未満」の割合が増加しています。また、男女とも 65 歳以上で「3 時間以上」の割合が減少しています。

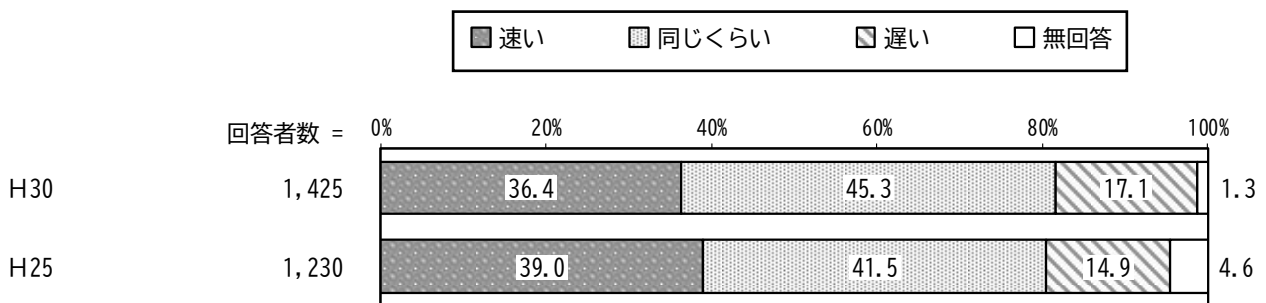


問 51 ほぼ同じ年齢の同性の方と比較して、歩く速度が速いほうですか。

「同じくらい」の割合が39.0%と最も高く、次いで「速い」の割合が32.8%、「遅い」の割合が21.3%となっています。

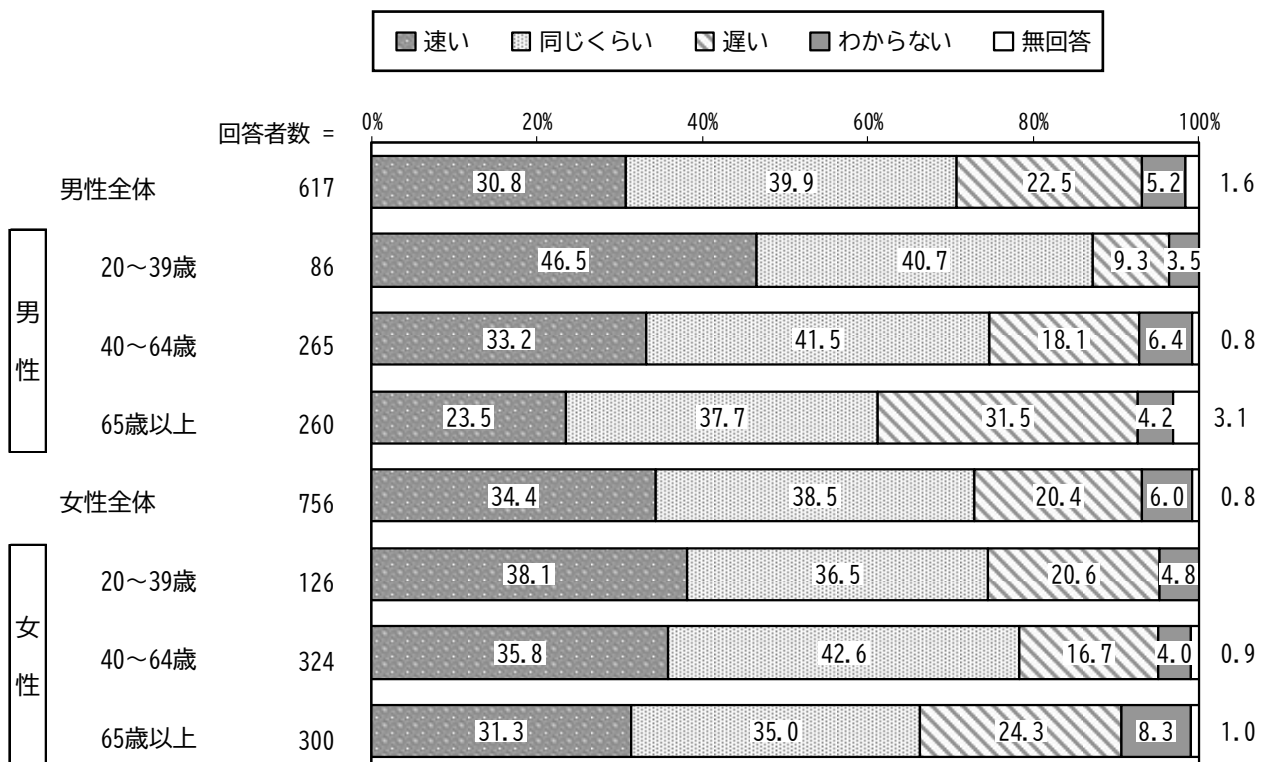


【参考】



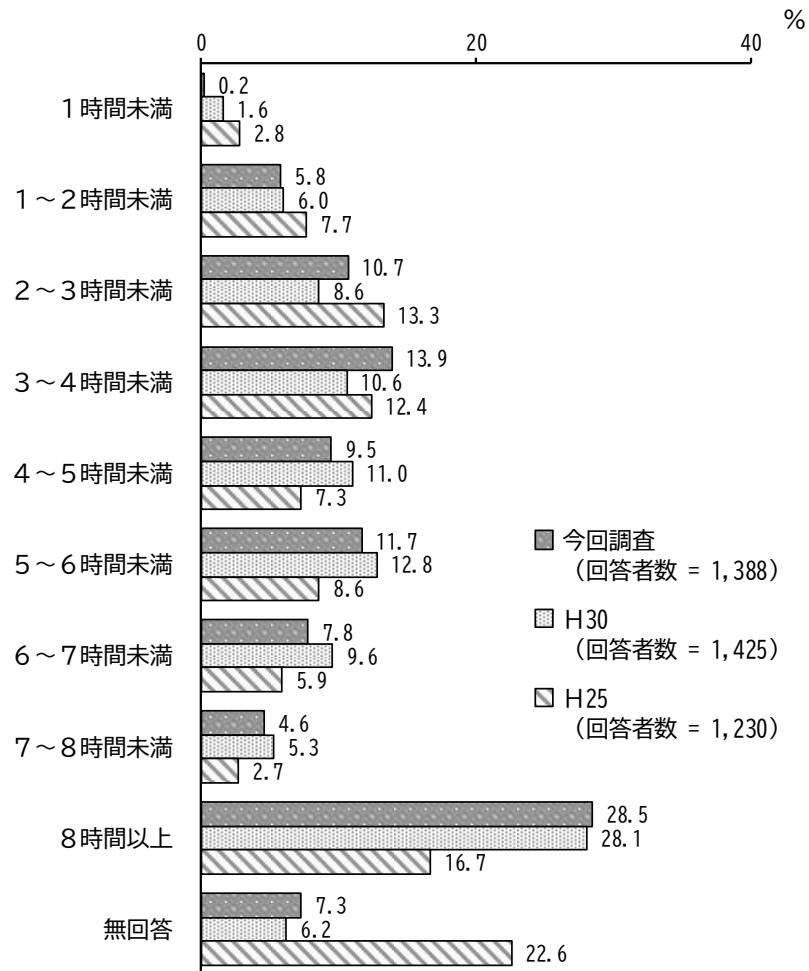
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が低くなるにつれ「速い」の割合が、男性で年齢が高くなるにつれ「遅い」の割合が高くなる傾向がみられます。



問 52 普段の1日の中で、何分くらい、座ったり横になったりして過ごしますか。

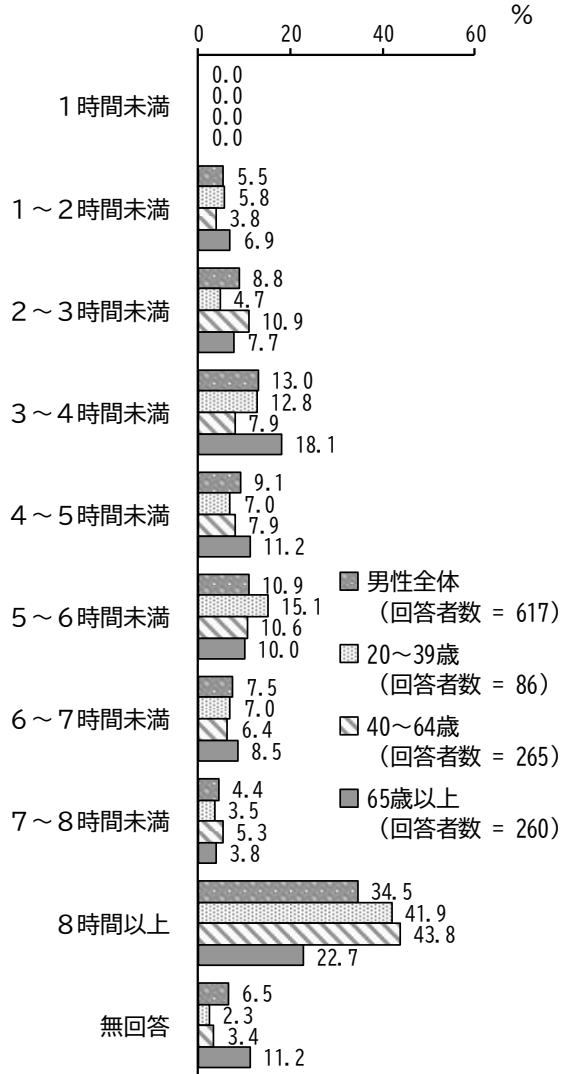
「8時間以上」の割合が28.5%と最も高く、次いで「3～4時間未満」の割合が13.9%、「5～6時間未満」の割合が11.7%となっています。



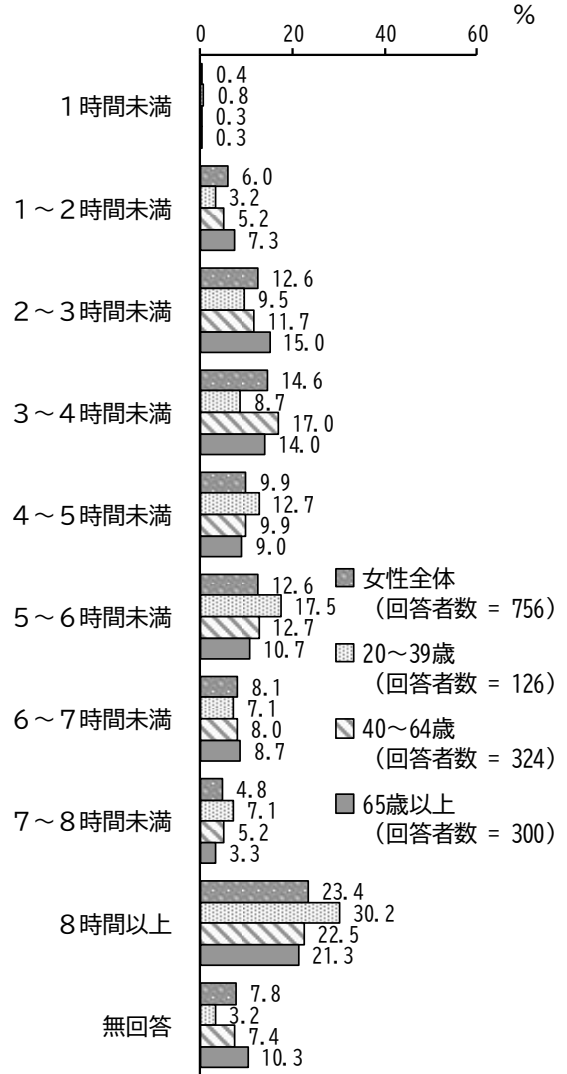
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、女性で年齢が低くなるにつれ「8時間以上」の割合が高くなる傾向がみられます。

【男性】

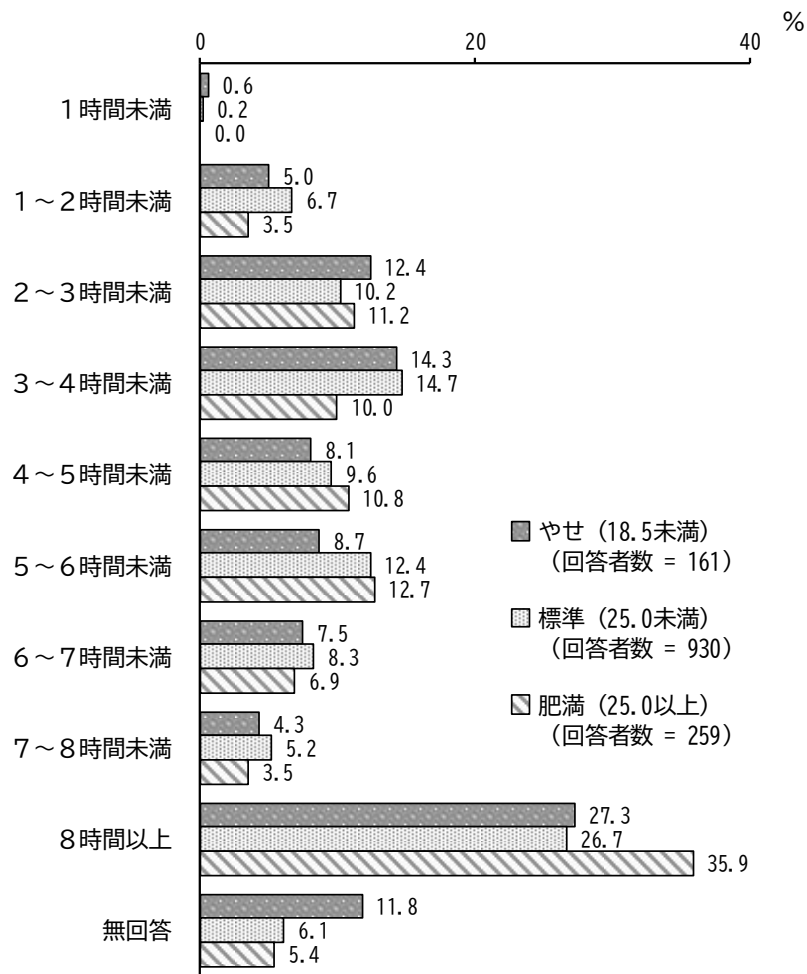


【女性】



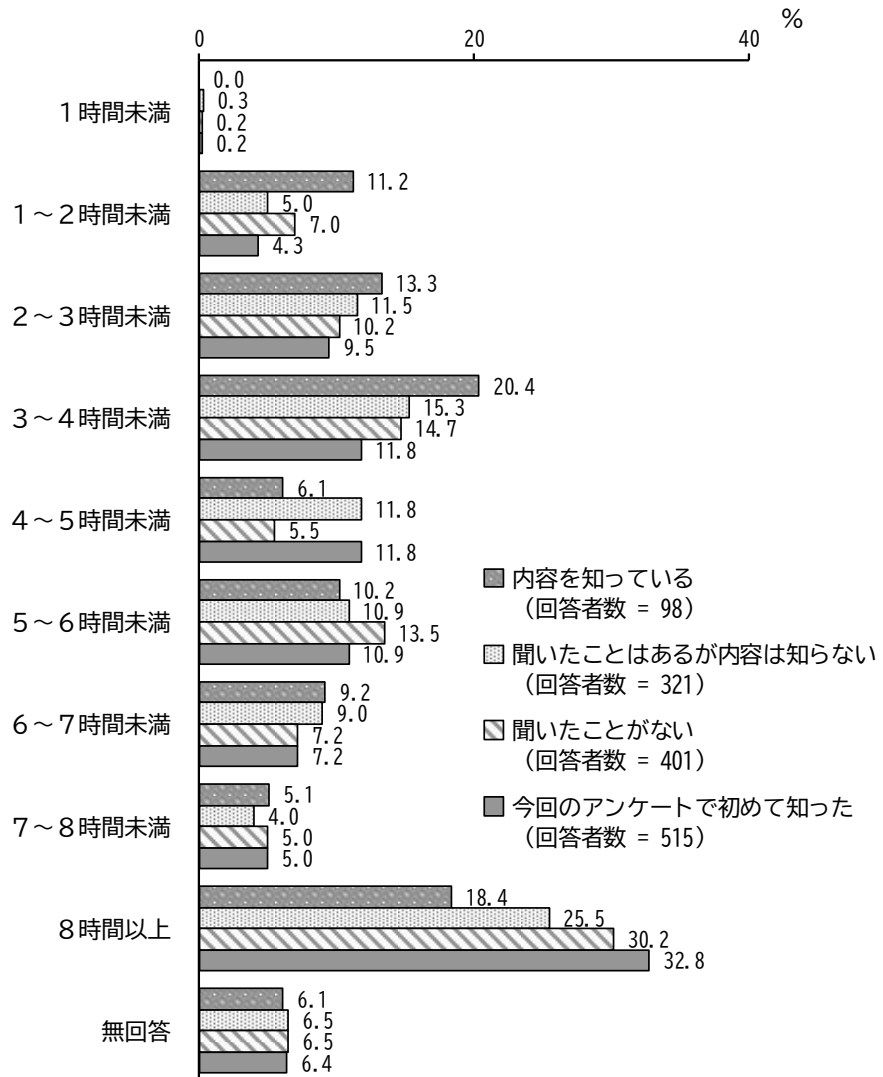
【BMI別】

BMI別にみると、肥満（25.0以上）で「8時間以上」の割合が高くなっています。



【ふじさわ歩くプロジェクトの認知度別】

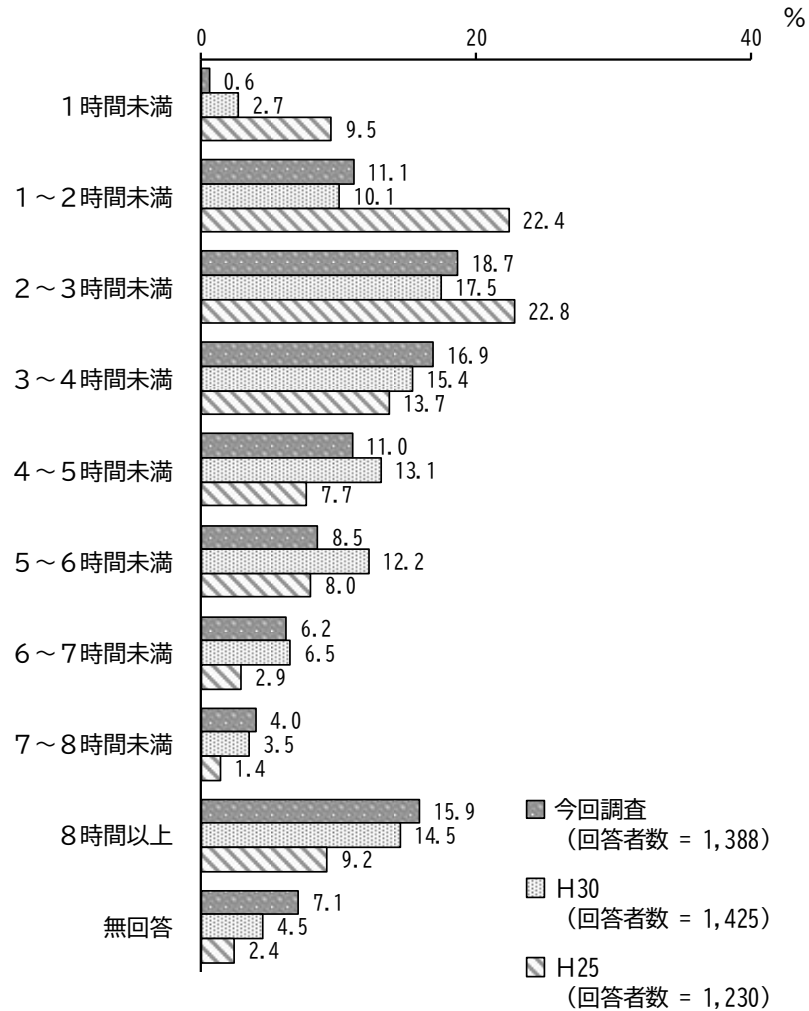
ふじさわ歩くプロジェクトの認知度別にみると、認知度が低くなるにつれ「8時間以上」の割合が高くなっています。



問 53 そのうち、テレビやスマホ、コンピューター操作など、スクリーンを見ている時間は、1日どれくらいですか。平均的な時間をご記入ください。

「2～3時間未満」の割合が18.7%と最も高く、次いで「3～4時間未満」の割合が16.9%、「8時間以上」の割合が15.9%となっています。

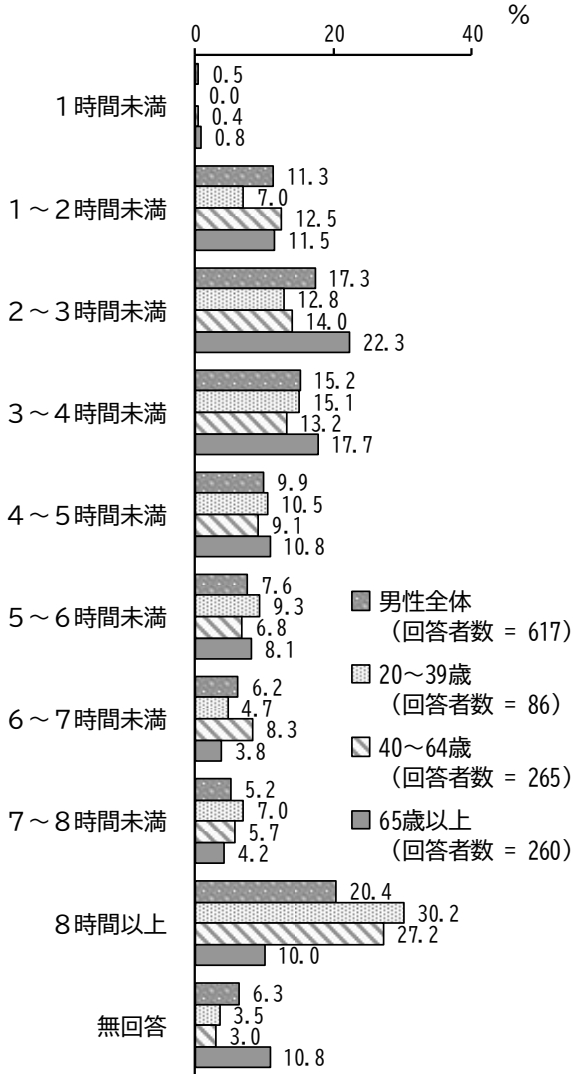
平成25年度調査、平成30年度調査と比較すると、「1時間未満」の割合が減少し、「3～4時間未満」「8時間以上」の割合が増加する傾向がみられます。



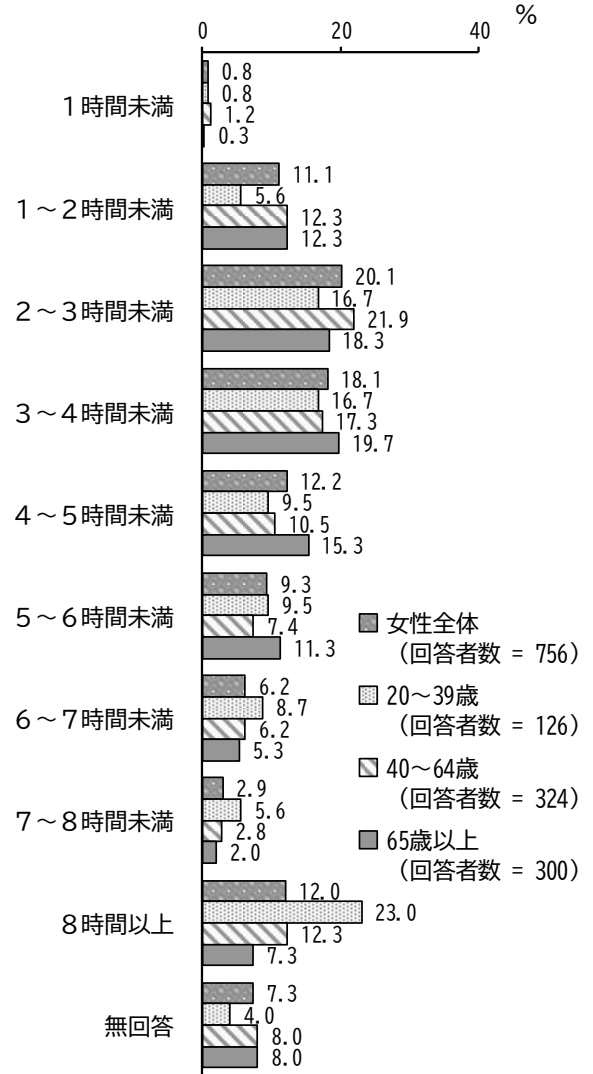
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が低くなるにつれ「8時間以上」の割合が高くなる傾向がみられ、特に男性 64 歳以下で約3割となっています。

【男性】

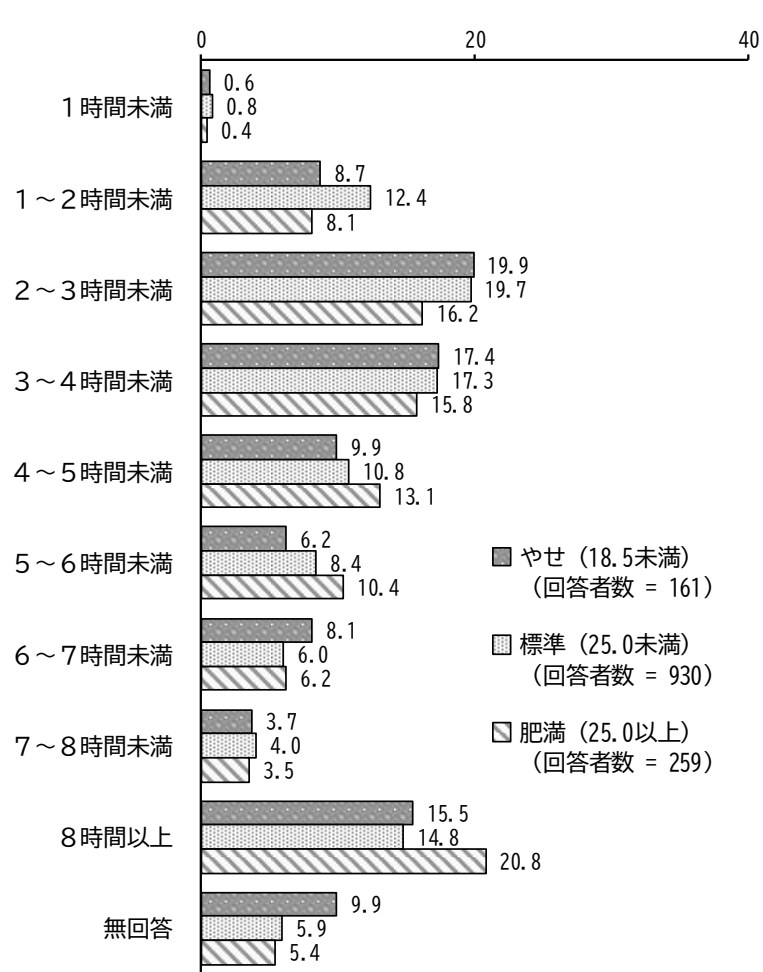


【女性】



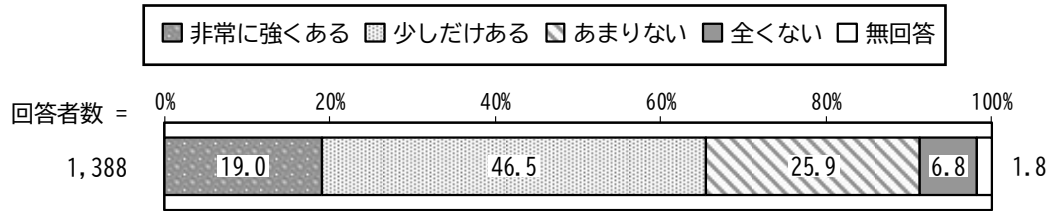
【BMI別】

BMI別にみると、肥満（25.0以上）で「8時間以上」の割合が高くなっています。



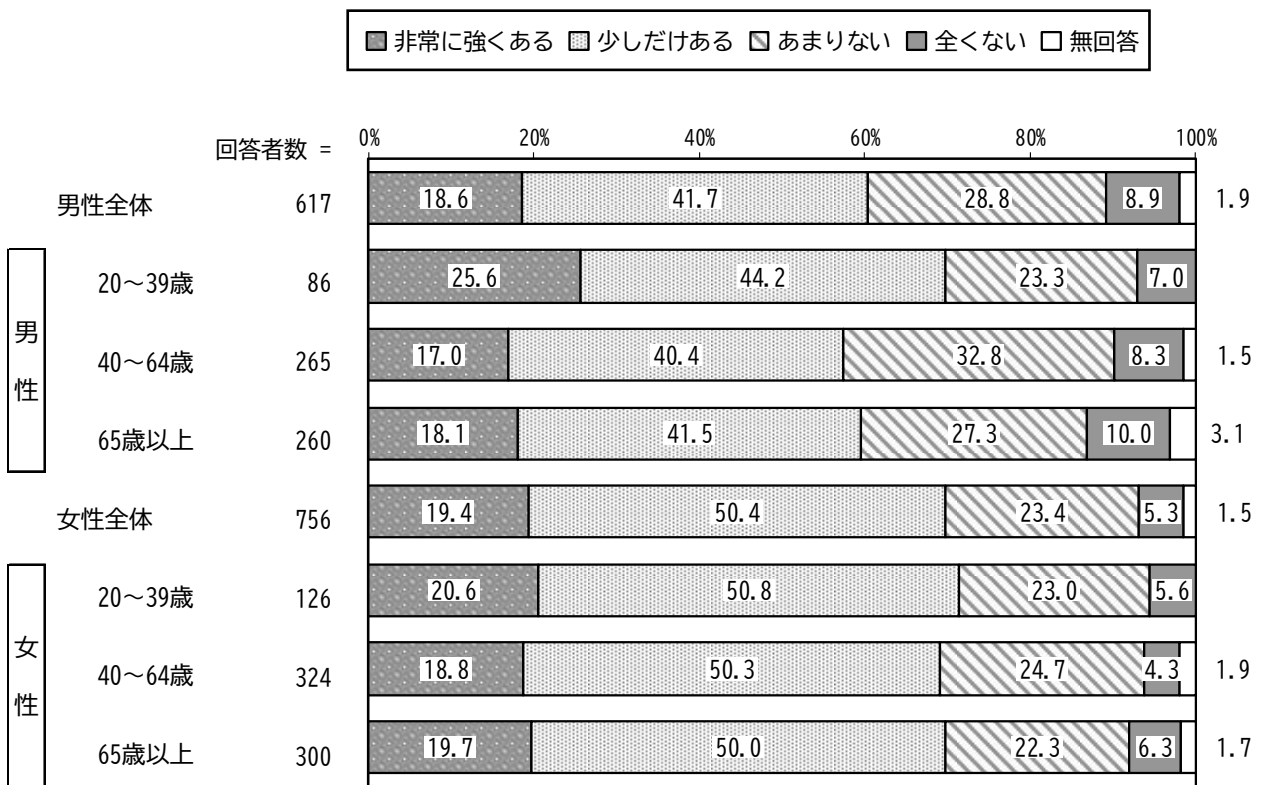
問 54 あなたは、今より 10 分多く、からだを動かす時間を増やすつもりはありますか。

「少しだけある」の割合が 46.5%と最も高く、次いで「あまりない」の割合が 25.9%、「非常に強くある」の割合が 19.0%となっています。



【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男性 20～39 歳で「非常に強くある」の割合が高くなっています。また、男性 40～64 歳で「あまりない」の割合が、男性 65 歳以上で「全くない」の割合が高くなっています。



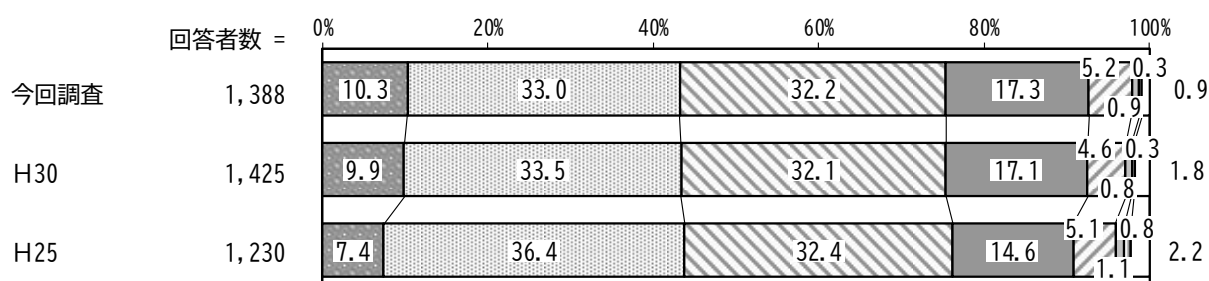
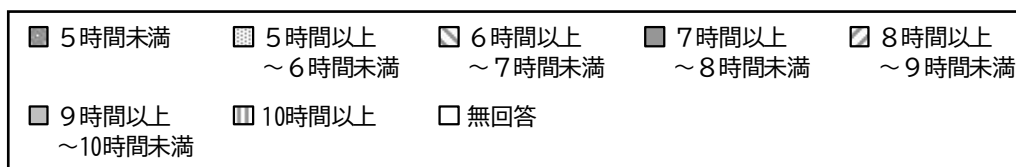
(5) その他の生活習慣について

1. 睡眠について

○問 55 普段（平日）の睡眠時間はどのくらいですか。

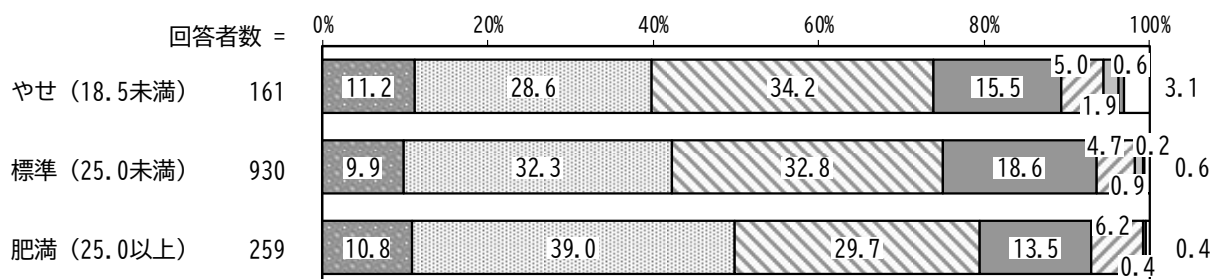
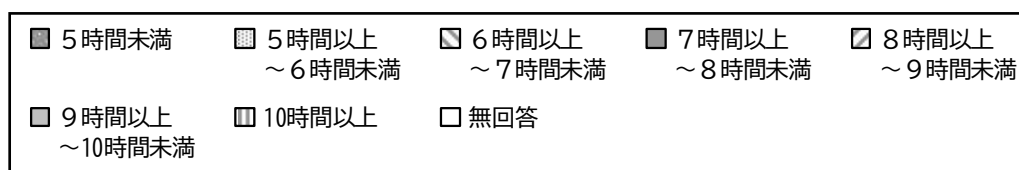
「5時間以上～6時間未満」の割合が33.0%と最も高く、次いで「6時間以上～7時間未満」の割合が32.2%、「7時間以上～8時間未満」の割合が17.3%となっています。

平成25年度調査、平成30年度調査と比較すると、「5時間未満」の割合が増加傾向となっています。



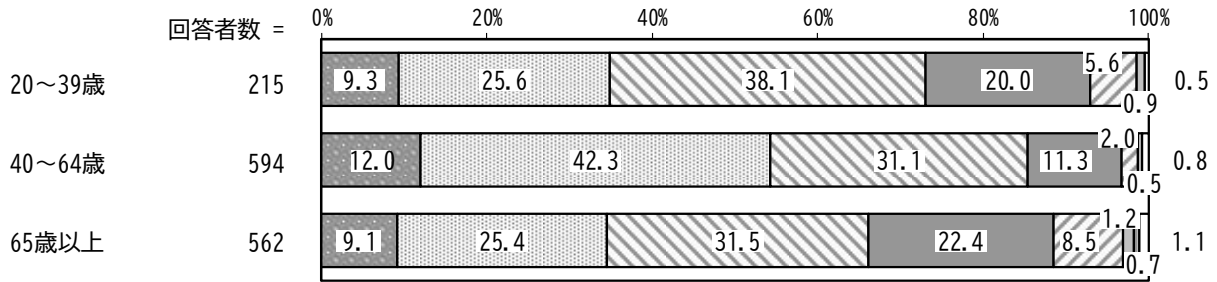
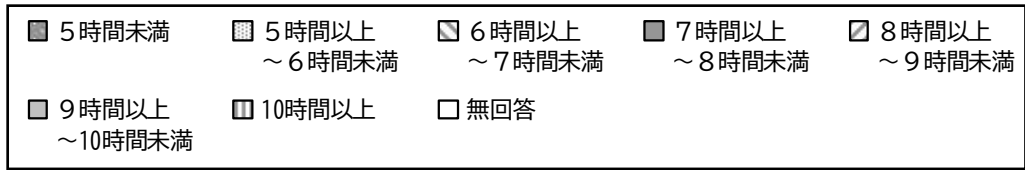
【BMI別】

BMI別にみると、肥満（25.0以上）で「5時間以上～6時間未満」の割合が高くなっています。



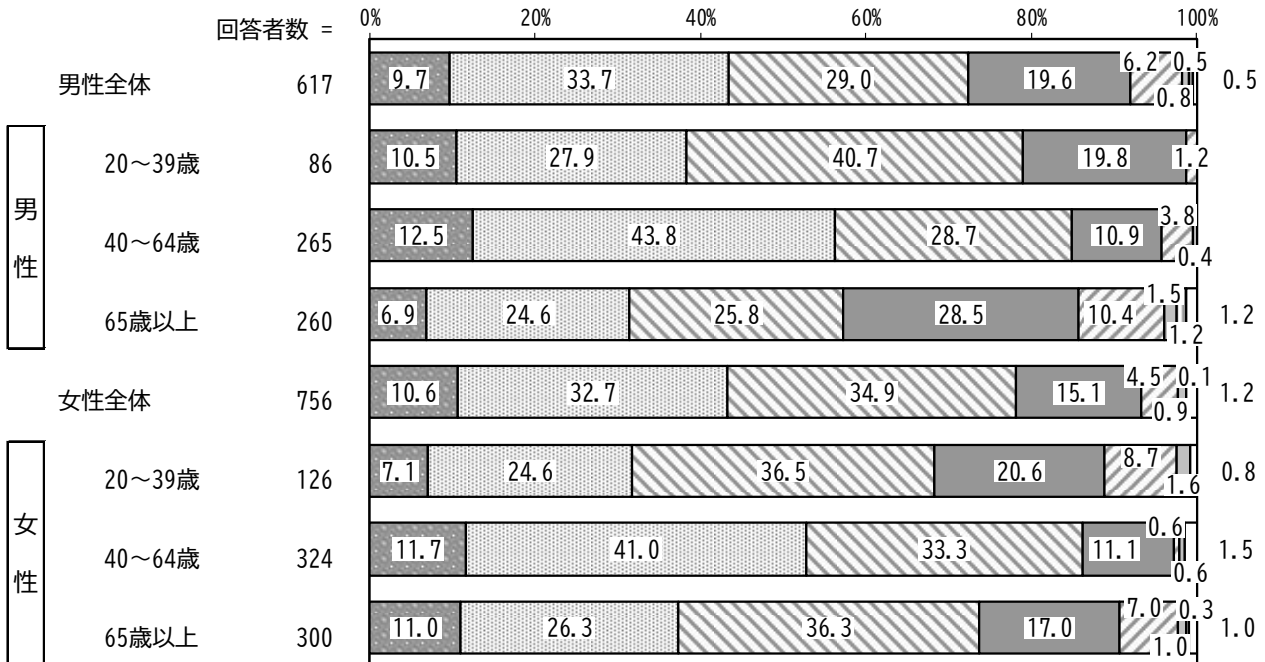
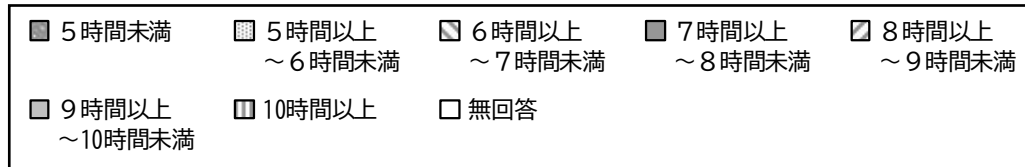
【年齢別】

年齢別にみると、40～64歳で「5時間未満」と「5時間以上～6時間未満」をあわせた“6時間未満”の割合が高く、「7時間以上～8時間未満」の割合が低くなっています。



【性別・年齢別】

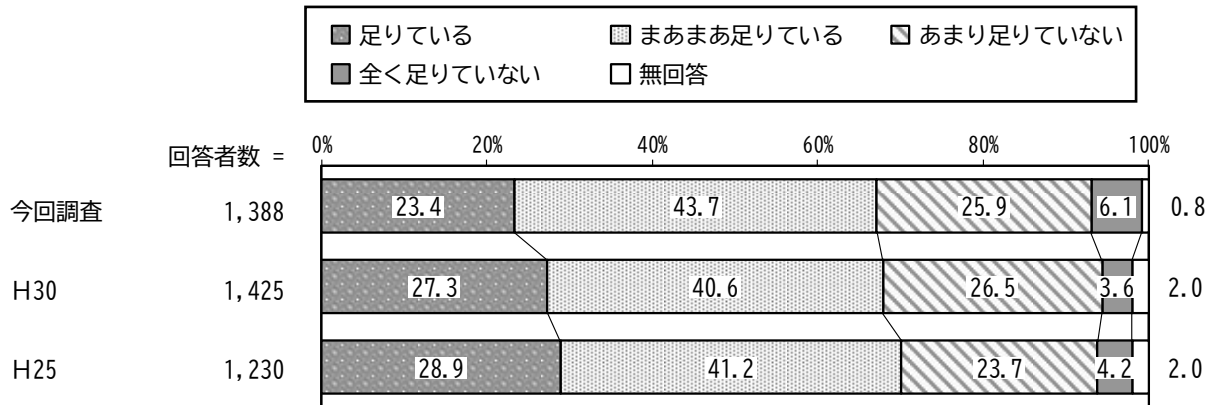
性別・年齢別にみると、男女とも40～64歳で“6時間未満”の割合が高く、5割を超えています。また、男性65歳以上で「7時間以上～8時間未満」「8時間以上～9時間未満」の割合が高くなっています。



問 56 睡眠時間は概ね足りていると感じていますか。

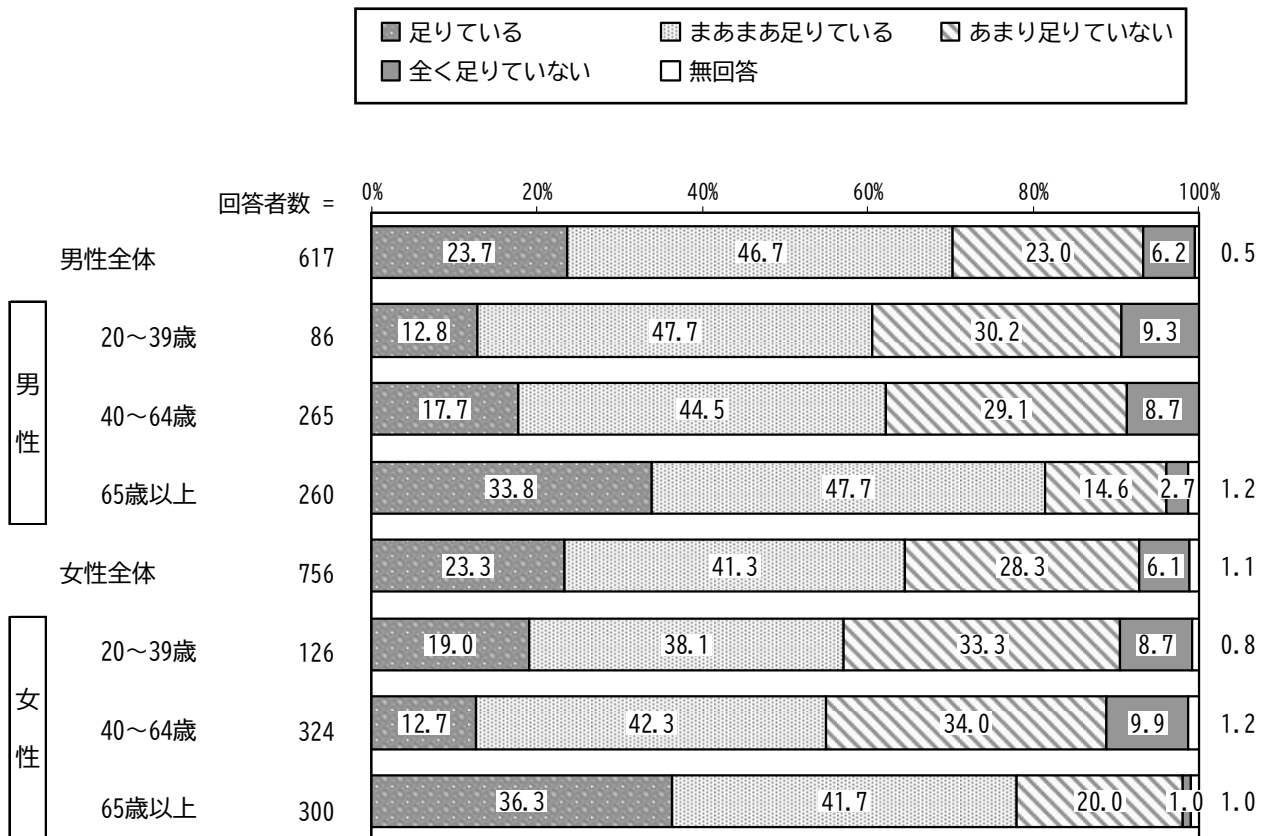
「まあまあ足りている」の割合が43.7%と最も高く、次いで「あまり足りていない」の割合が25.9%、「足りている」の割合が23.4%となっています。

平成25年度調査、平成30年度調査と比較すると、「足りている」と「まあまあ足りている」をあわせた“足りている”の割合が減少傾向となっています。



【性別・年齢別】

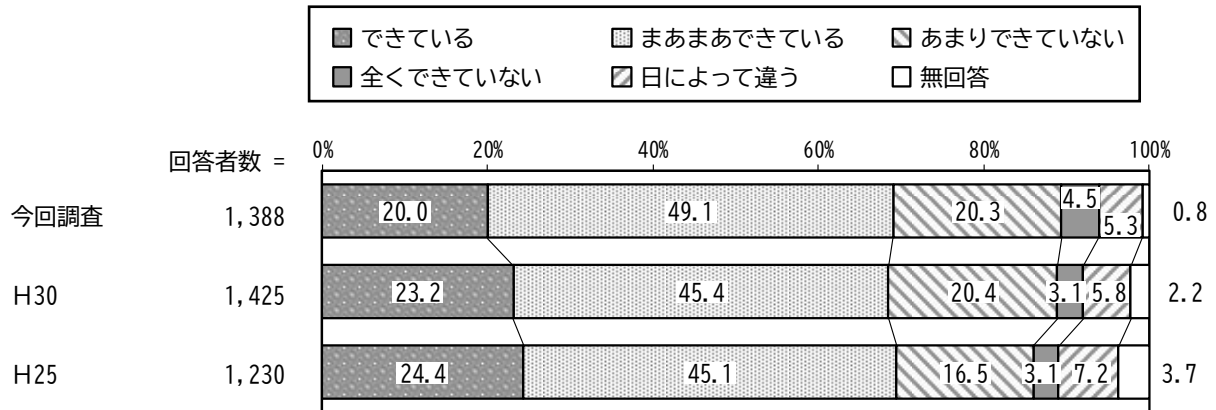
性別・年齢別にみると、男女とも64歳以下で「あまり足りていない」と「全く足りていない」をあわせた“足りていない”の割合が高く、特に女性の64歳以下で4割を超えています。



問 57 すっきり目覚めることができますか。

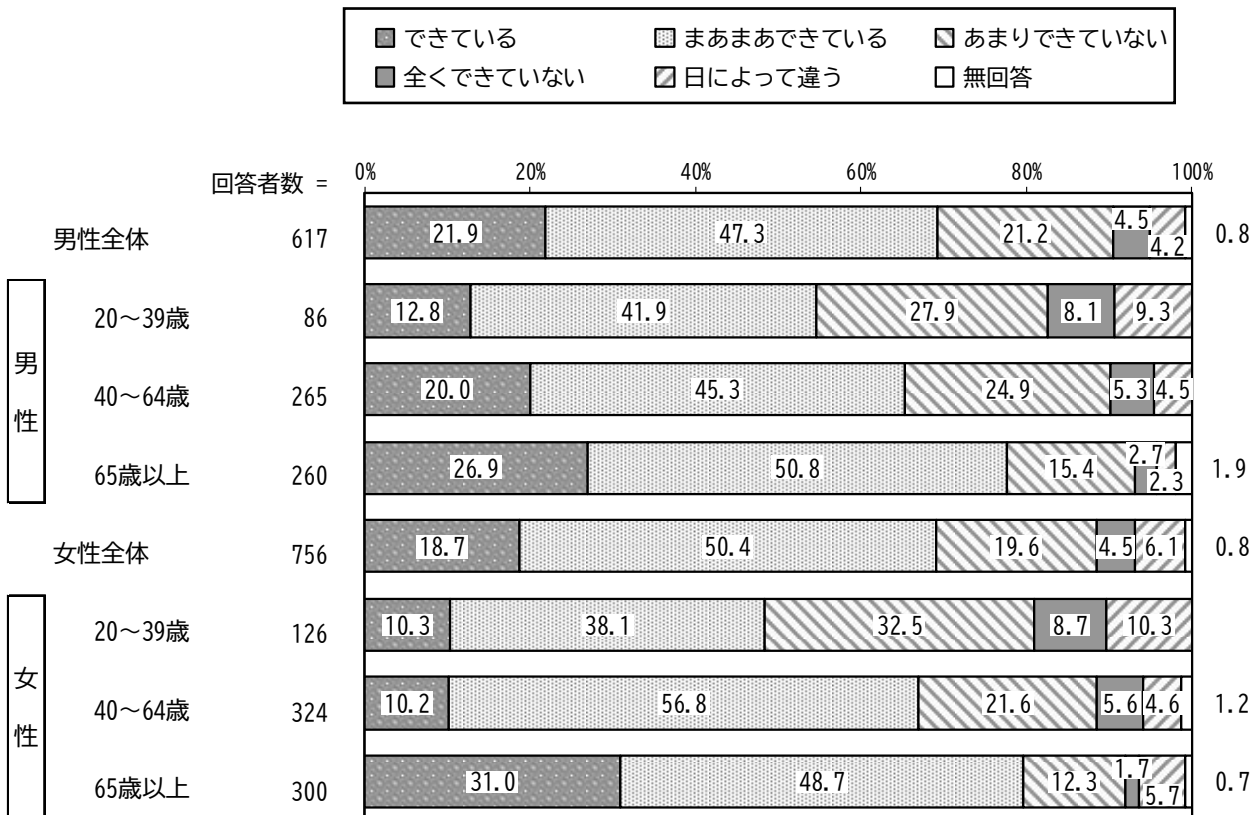
「まあまあできている」の割合が49.1%と最も高く、次いで「あまりできていない」の割合が20.3%、「できている」の割合が20.0%となっています。

平成 25 年度調査、平成 30 年度調査と比較すると、「できている」の割合が減少傾向となっています。



【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が低くなるにつれ「あまりできていない」と「全くできていない」をあわせた“目覚めることができていない”の割合が高くなる傾向がみられ、特に女性 20～39 歳で約4割となっています。

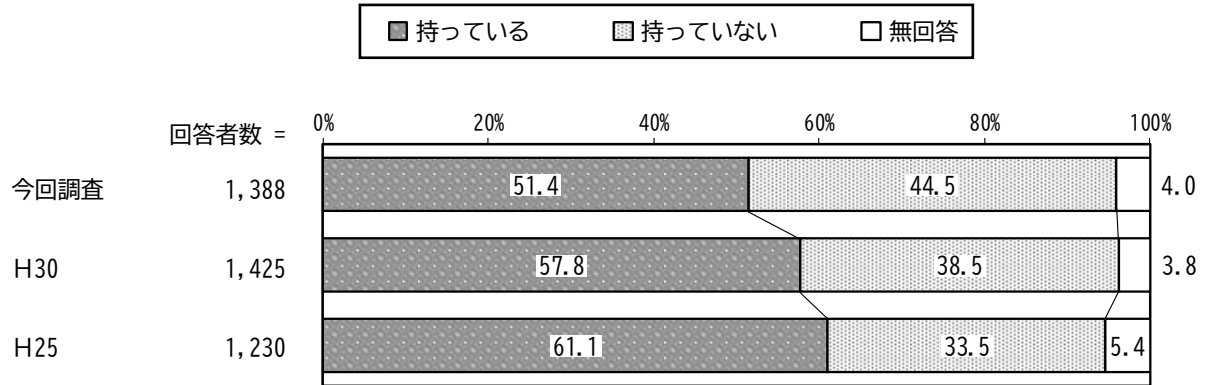


2. ストレスへの対処について

○問 58 あなたは自分なりのストレス解消法を持っていますか。

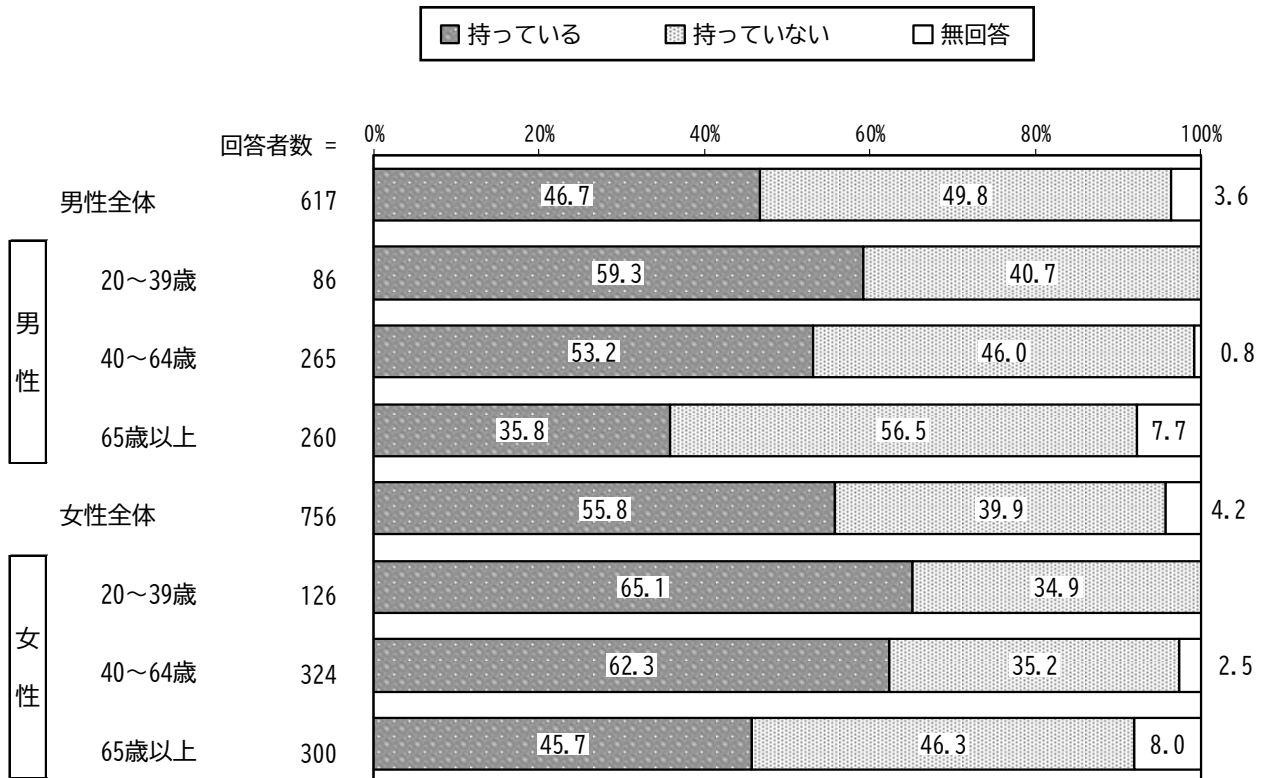
「持っている」の割合が51.4%、「持っていない」の割合が44.5%となっています。

平成25年度調査、平成30年度調査と比較すると、「持っている」の割合が減少傾向となっています。



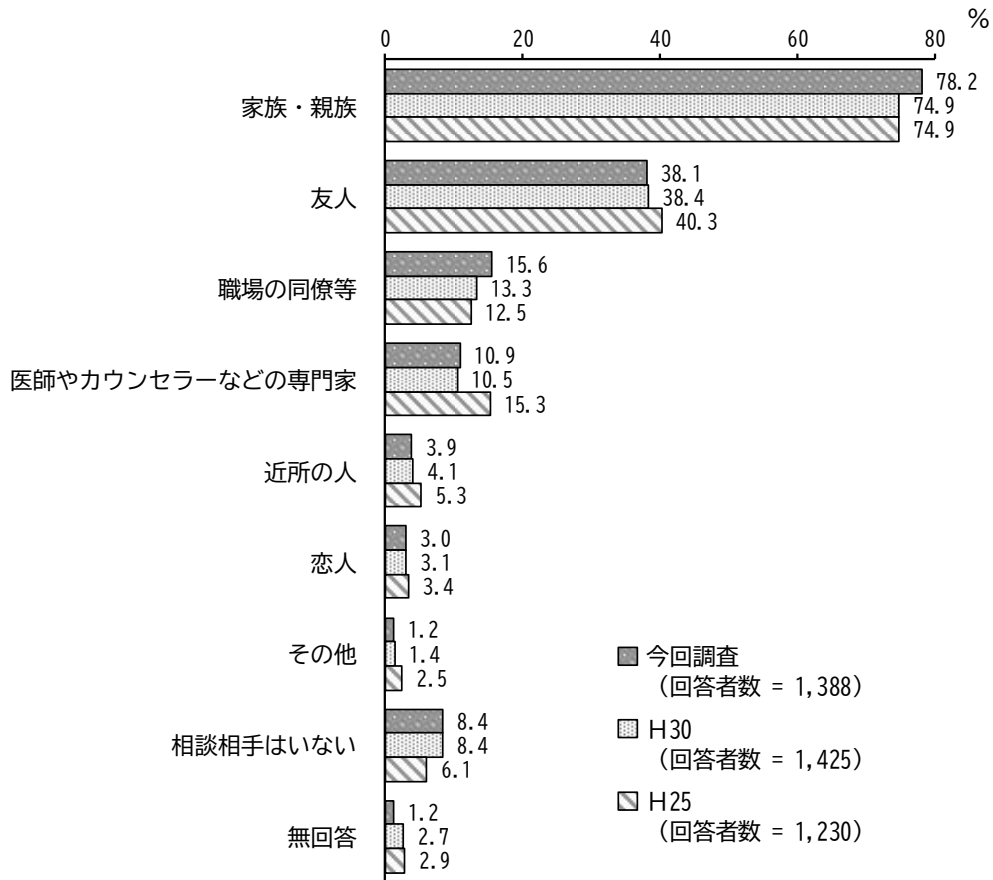
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が高くなるにつれ「持っていない」の割合が高くなる傾向がみられ、特に男性65歳以上で5割半ばとなっています。



問 59 あなたの相談相手（健康その他について）は誰ですか。
（あてはまるものすべてに○）

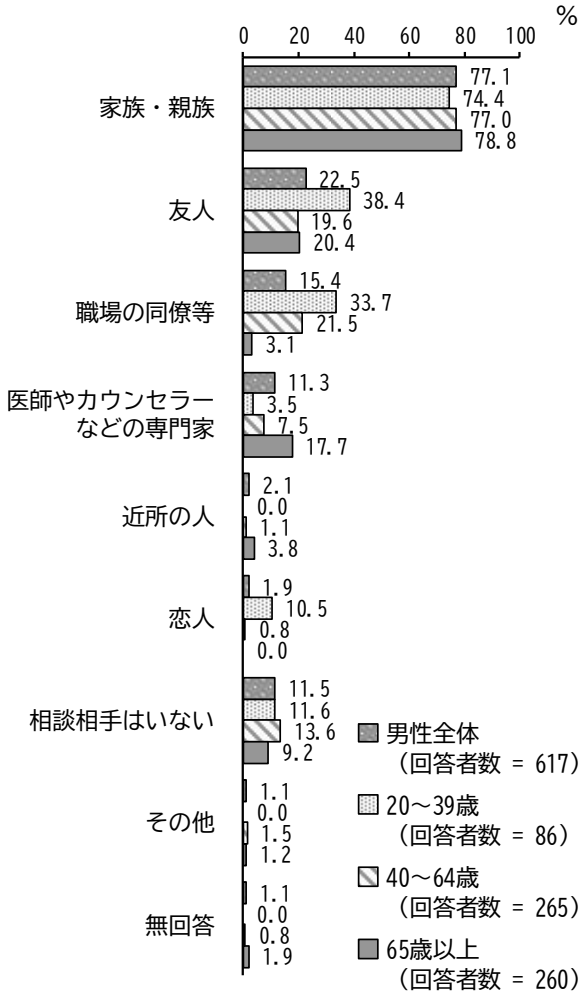
「家族・親族」の割合が78.2%と最も高く、次いで「友人」の割合が38.1%、「職場の同僚等」の割合が15.6%となっています。



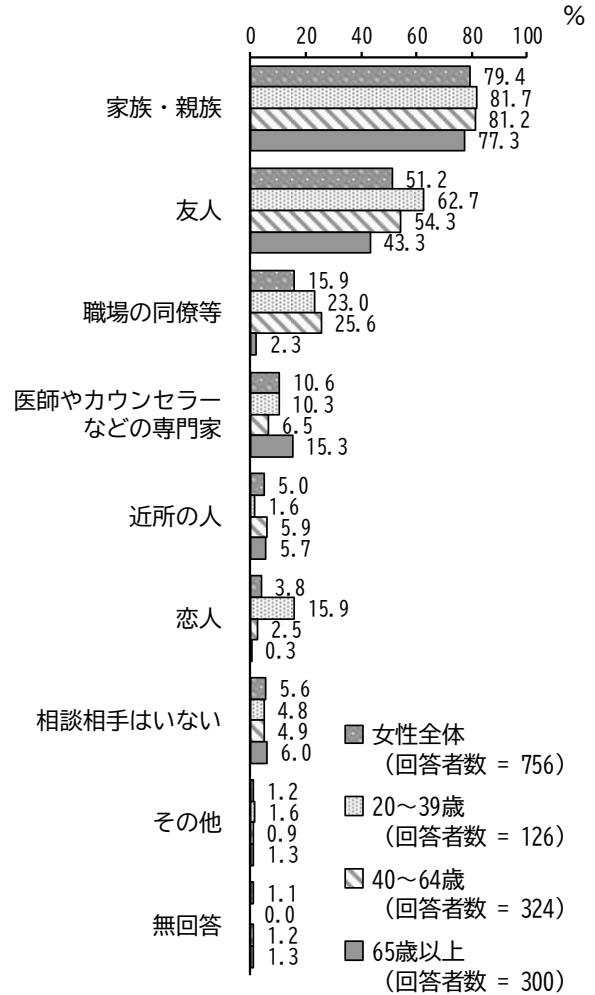
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男性で年齢が低くなるにつれ「職場の同僚等」の割合が高くなる傾向がみられます。また、男女とも20～39歳で「恋人」の割合が、65歳以上で「医師やカウンセラーなどの専門家」の割合が高くなっています。

【男性】



【女性】

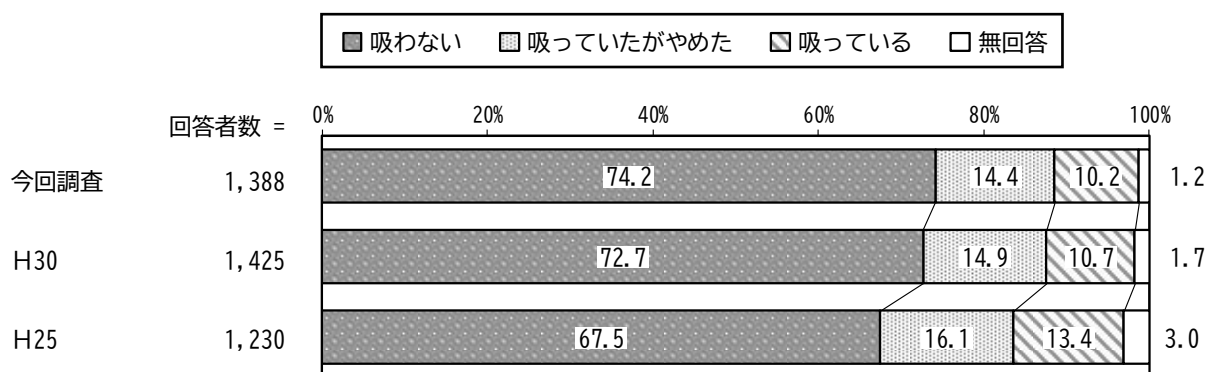


3. 喫煙についてお聞きします。

○問 60 あなたは現在、タバコ（加熱式タバコ・電子タバコ・水タバコを含む）を吸っていますか。

「吸わない」の割合が 74.2%と最も高く、次いで「吸っていたがやめた」の割合が 14.4%となっています。

平成 25 年度調査、平成 30 年度調査と比較すると、「吸わない」の割合が増加傾向となっています。



【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男性で年齢が高くなるにつれ「吸っていたがやめた」の割合が、年齢が低くなるにつれ「吸っている」の割合が高くなる傾向がみられます。

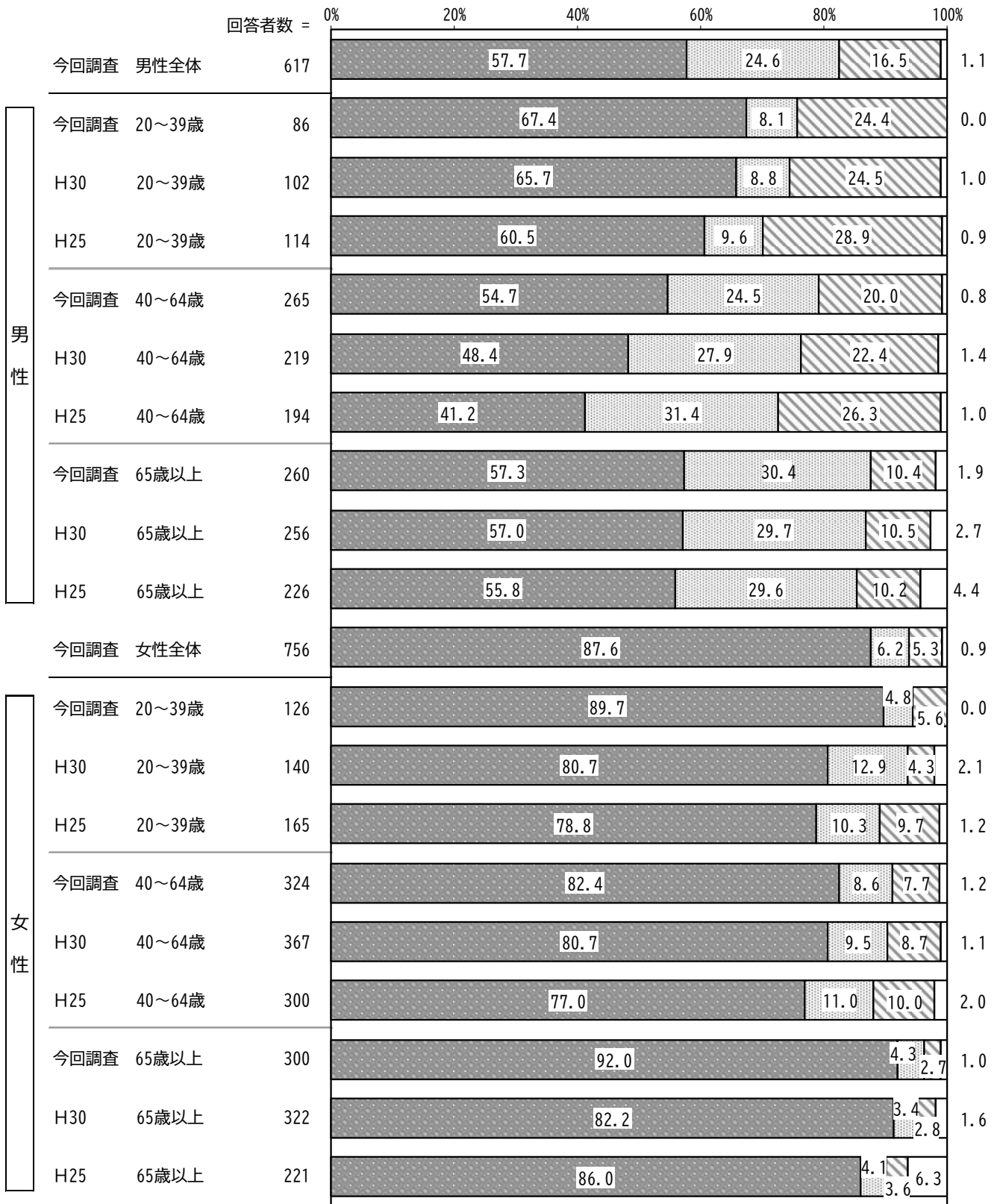
平成 25 年度調査と比較すると、男性 65 歳以上を除き、全ての年代で「吸わない」の割合が大きく増加しています。また、男性 40～64 歳、女性 20～39 歳で「吸っていたがやめた」、男性 40～64 歳で「吸っている」の割合が減少しています。

平成 30 年度調査と比較すると、女性 65 歳以上、20～39 歳、男性 40～64 歳で「吸わない」の割合が増加傾向となっています。また、女性 20～39 歳で「吸っていたがやめた」の割合が減少しています。

単位 %

区分			全体	吸わない	吸っていたがやめた	吸っている	無回答
男性	20～39 歳	今回調査	86	67.4	8.1	24.4	—
		H30	102	65.7	8.8	24.5	1.0
		H25	114	60.5	9.6	28.9	0.9
	40～64 歳	今回調査	265	54.7	24.5	20.0	0.8
		H30	219	48.4	27.9	22.4	1.4
		H25	194	41.2	31.4	26.3	1.0
	65 歳以上	今回調査	260	57.3	30.4	10.4	1.9
		H30	256	57.0	29.7	10.5	2.7
		H25	226	55.8	29.6	10.2	4.4
女性	20～39 歳	今回調査	126	89.7	4.8	5.6	—
		H30	140	80.7	12.9	4.3	2.1
		H25	165	78.8	10.3	9.7	1.2
	40～64 歳	今回調査	324	82.4	8.6	7.7	1.2
		H30	367	80.7	9.5	8.7	1.1
		H25	300	77.0	11.0	10.0	2.0
	65 歳以上	今回調査	300	92.0	4.3	2.7	1.0
		H30	322	92.2	3.4	2.8	1.6
		H25	221	86.0	4.1	3.6	6.3

■ 吸わない ■ 吸っていたがやめた ■ 吸っている □ 無回答



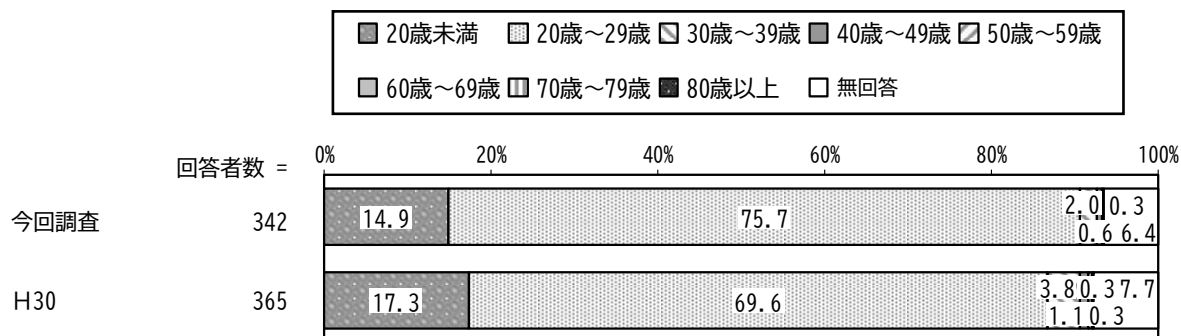
【問 60 で「吸っていたがやめた」または「吸っている」に○をつけた方にお聞きします】

問 61 喫煙期間と1日当たりの本数、喫煙頻度、タバコの種類について教えてください。

(1) 喫煙開始年齢

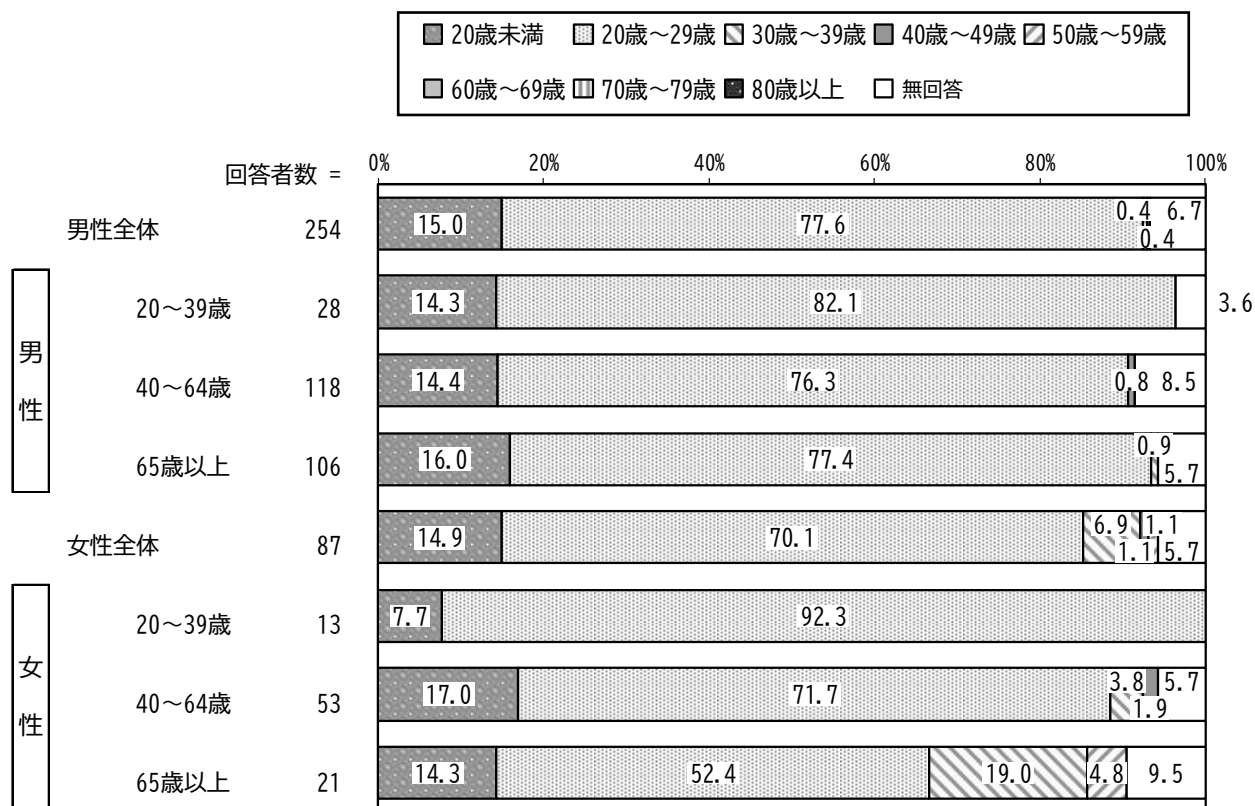
「20歳～29歳」の割合が75.7%と最も高く、次いで「20歳未満」の割合が14.9%となっています。

平成30年度調査と比較すると、「20歳未満」の割合が減少し、「20歳～29歳」の割合が増加しています。



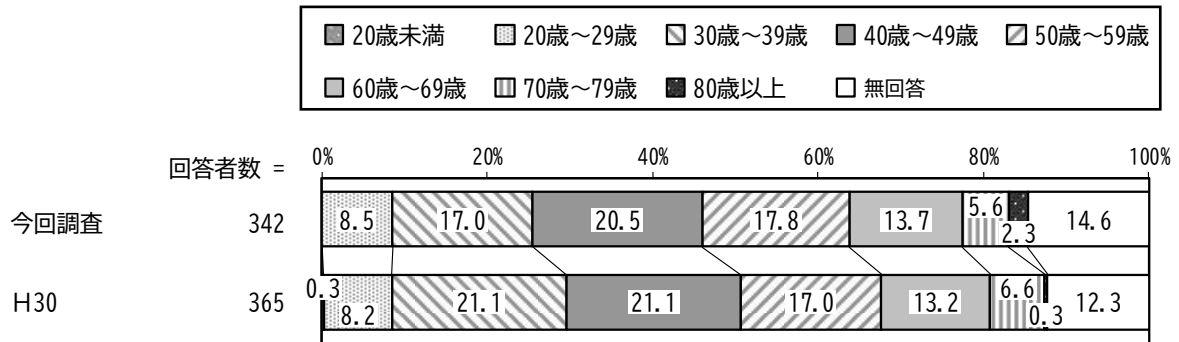
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、女性65歳以上で「30歳～39歳」の割合が高くなっています。



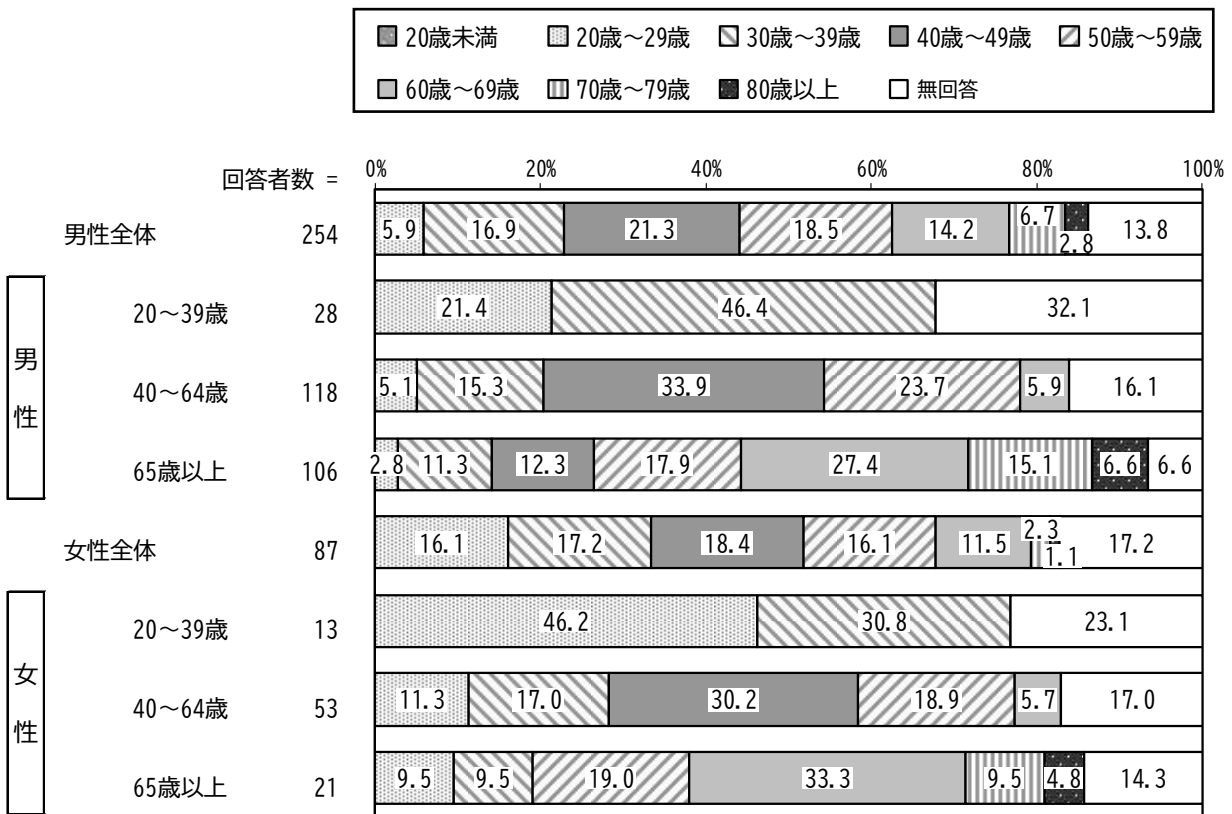
(2) 喫煙をやめた年齢

「40歳～49歳」の割合が20.5%と最も高く、次いで「50歳～59歳」の割合が17.8%、「30歳～39歳」の割合が17.0%となっています。



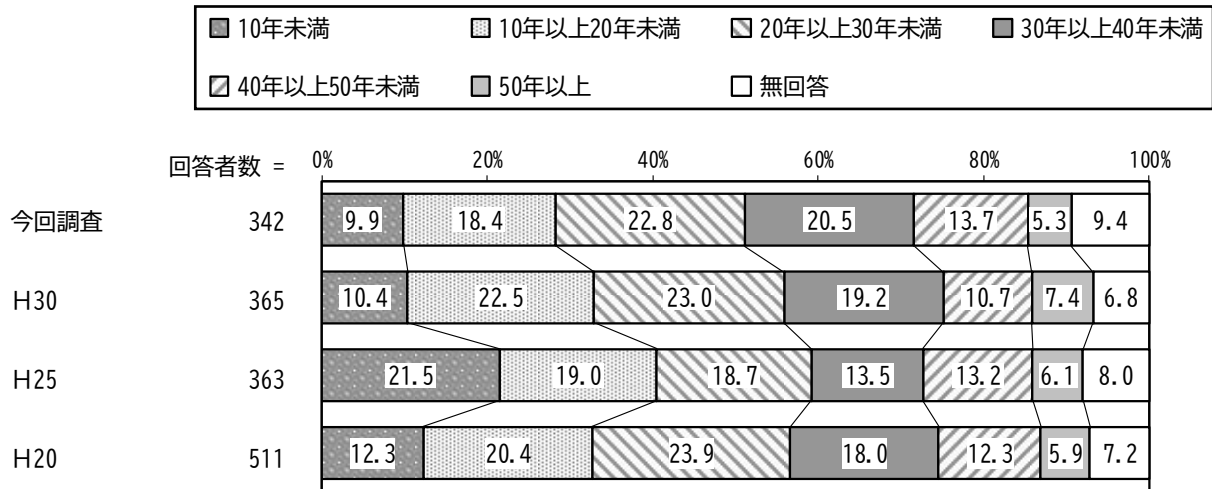
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも20～39歳で「20歳～29歳」「30歳～39歳」の割合が高くなっています。また、男女とも65歳以上で「60歳～69歳」の割合が高くなっています。



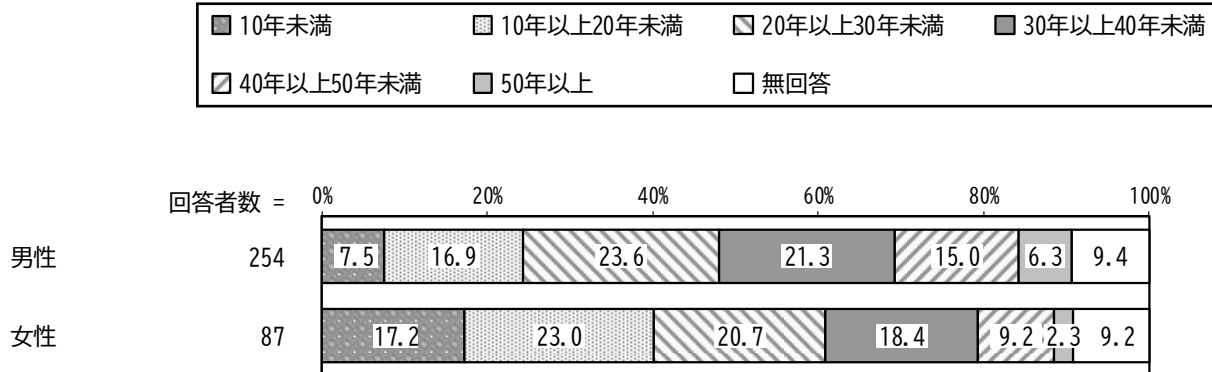
(3) 喫煙年数

「20年以上～30年未満」の割合が22.8%と最も高く、次いで「30年以上～40年未満」の割合が20.5%、「10年以上～20年未満」の割合が18.4%となっています。



【性別】

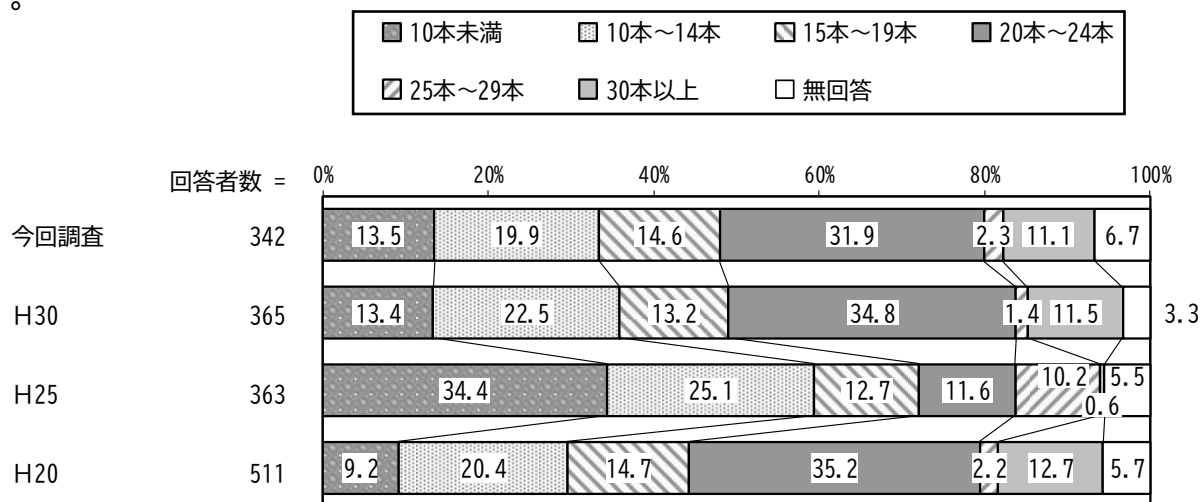
性別にみると、男性で「40年以上～50年未満」の割合が、女性で「10年未満」「10年以上～20年未満」の割合が高くなっています。



(4) 1日あたりの喫煙本数

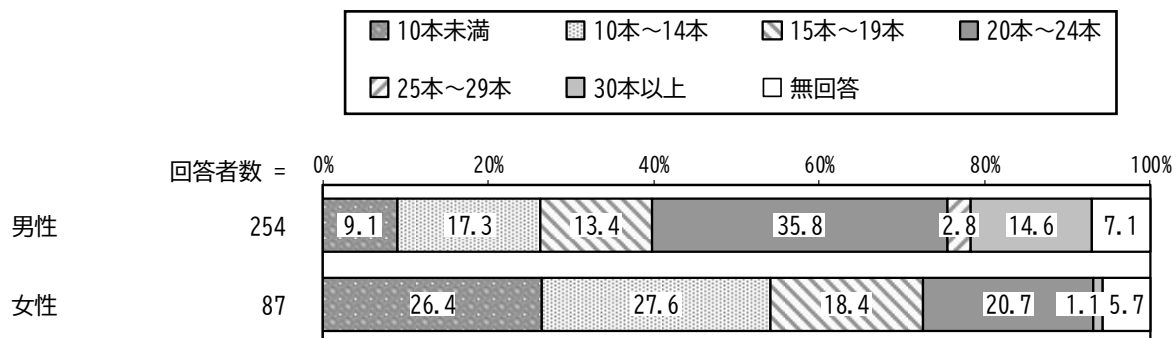
「20本～24本」の割合が31.9%と最も高く、次いで「10本～14本」の割合が19.9%、「15本～19本」の割合が14.6%となっています。

平成20年度調査、平成25年度調査、平成30年度調査と比較すると、平成25年度調査のみ「10本未満」「25～29本」の割合が高く、「20本～24本」「30本以上」の割合が低くなっています。



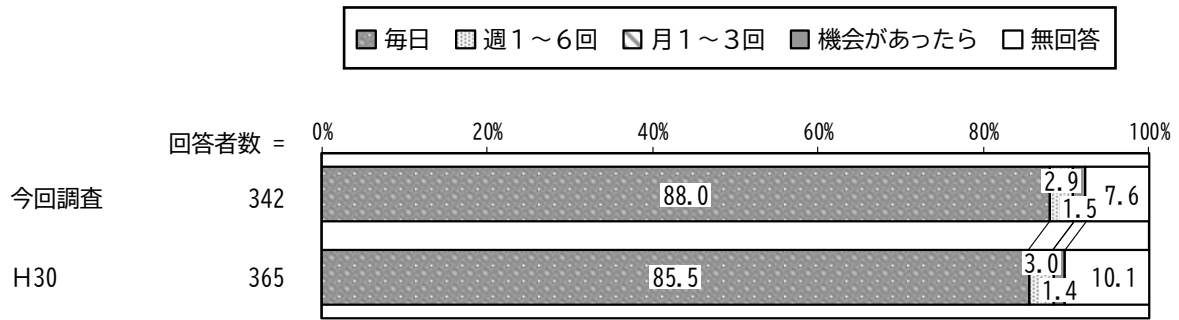
【性別】

性別にみると、男性で「20本～24本」「30本以上」と喫煙本数の多い割合が高くなっています。



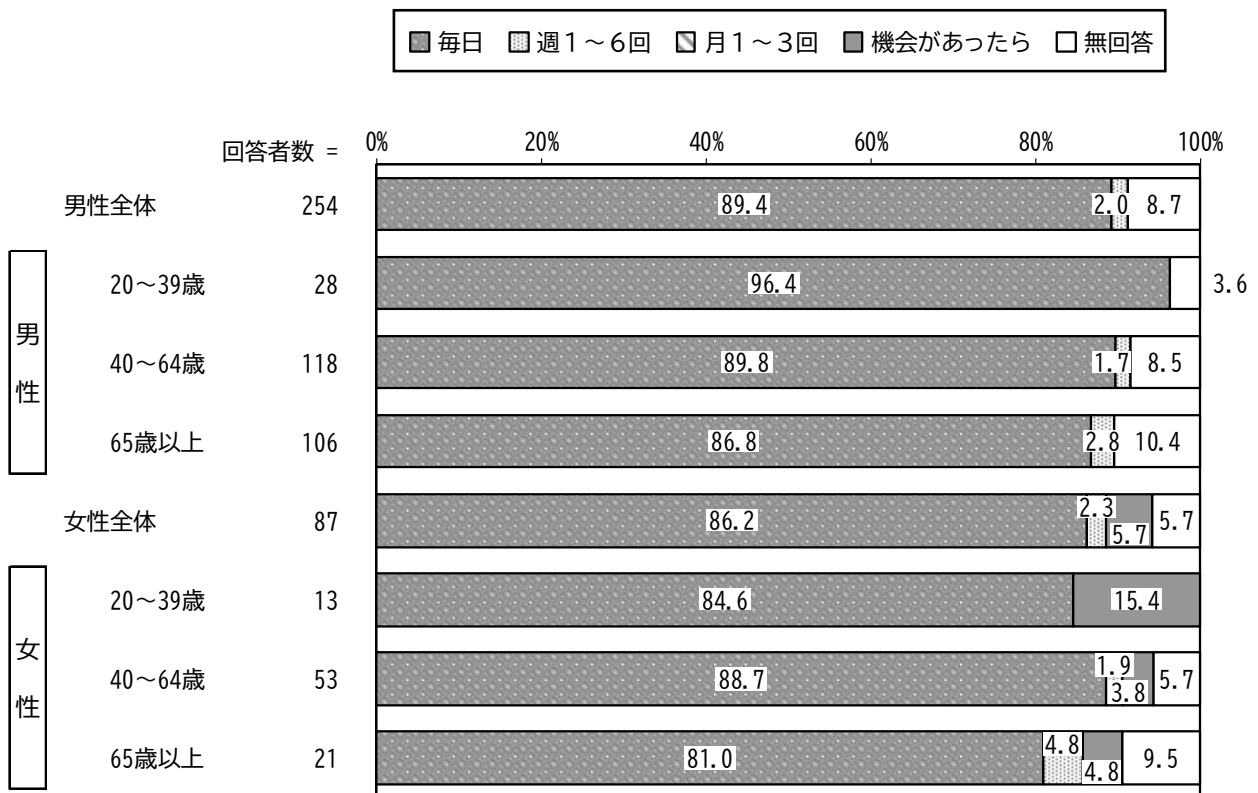
(5) 喫煙頻度

「毎日」の割合が88.0%と最も高くなっています。



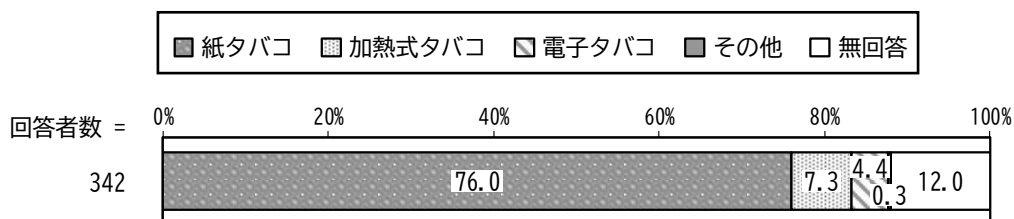
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男性20~39歳で「毎日」の割合が高くなっています。



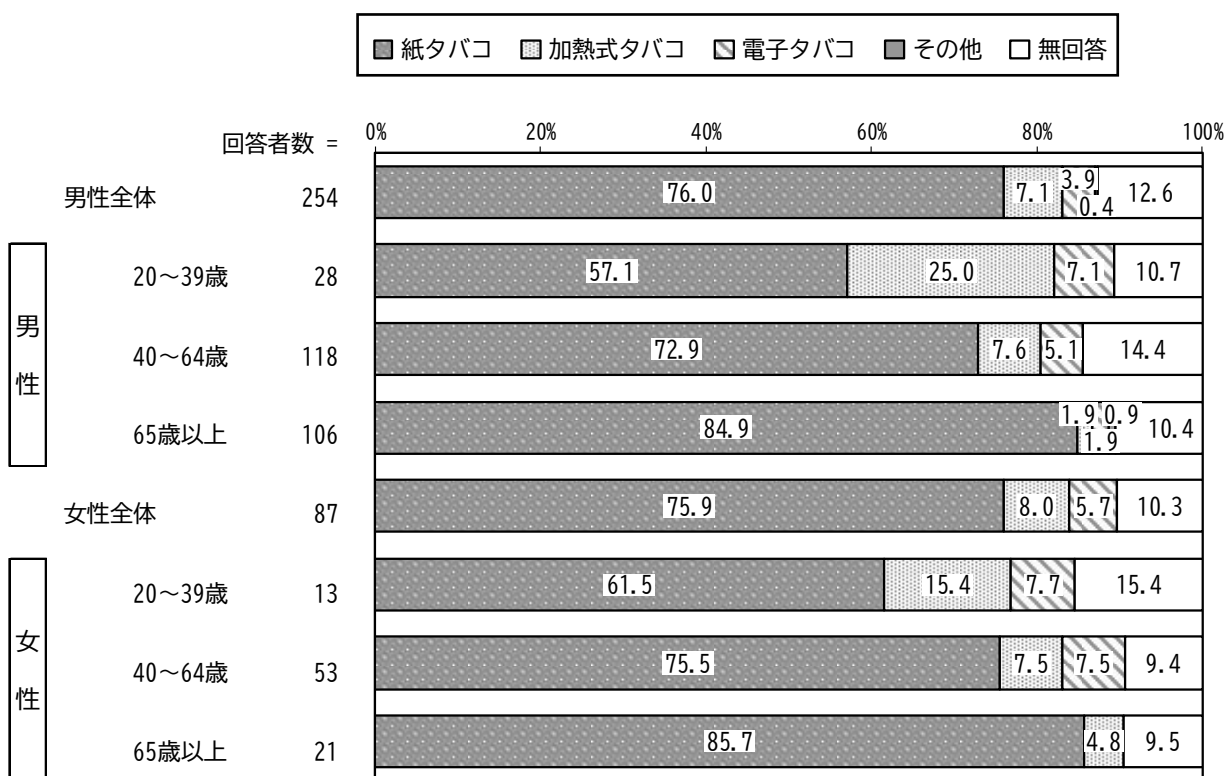
(6) タバコの種類

「紙タバコ」の割合が76.0%と最も高くなっています。



【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が高くなるにつれ「紙タバコ」の割合が高くなっており、男女とも65歳以上で8割半ばとなっています。また、男性20～39歳で「加熱式タバコ」の割合が高くなっています。



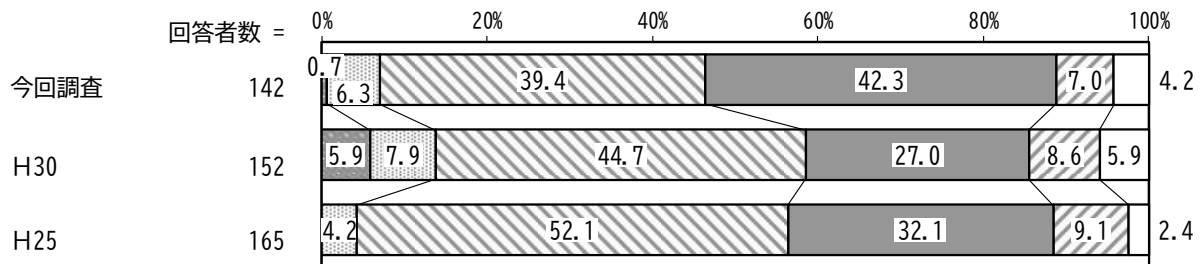
【問 60 で「吸っている」に○をつけた方にお聞きします】

問 62 あなたは禁煙をしたいと思いますか。(あてはまるもの1つに○)

「禁煙するつもりはない」の割合が 42.3%と最も高く、次いで「できれば禁煙したいと思っている」の割合が 39.4%となっています。

平成 25 年度調査、平成 30 年度調査と比較すると、「禁煙するつもりはない」の割合が増加し、「直ち（1ヶ月以内）に禁煙したい」「できれば禁煙したいと思っている」の割合が減少しています。

直ち（1ヶ月以内）に禁煙したい（※）
 近いうち（6ヶ月以内）に禁煙したい
 できれば禁煙したいと思っている
 禁煙するつもりはない
 分からない
 無回答

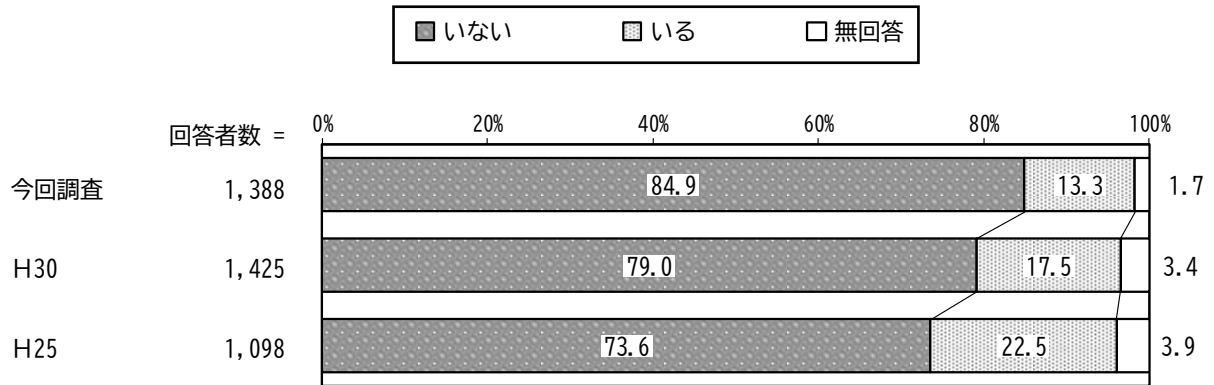


※平成 25 年度調査では「直ち（1ヶ月以内）に禁煙したい」の選択肢はありませんでした。

問 63 同居している人で、(あなた以外に) タバコ (加熱式タバコ・電子タバコ・水タバコを含む) を吸っている人がいますか。

「いない」の割合が84.9%、「いる」の割合が13.3%となっています。

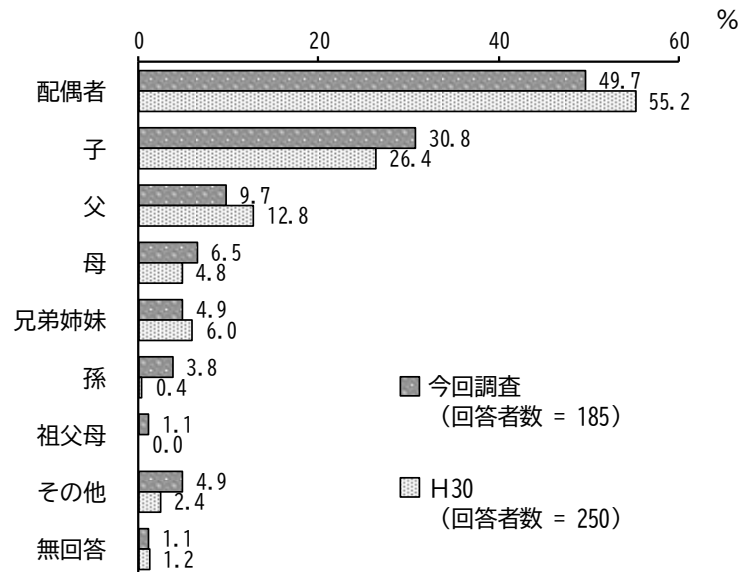
平成 25 年度調査、平成 30 年度調査と比較すると、「いない」の割合が増加傾向となっています。



(1) 喫煙者

「配偶者」の割合が49.7%と最も高く、次いで「子」の割合が30.8%となっています。

平成 30 年度調査と比較すると、「配偶者」の割合が減少しています。

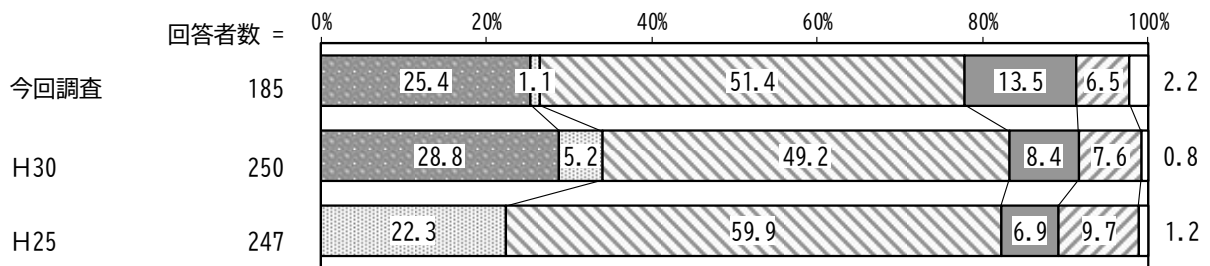
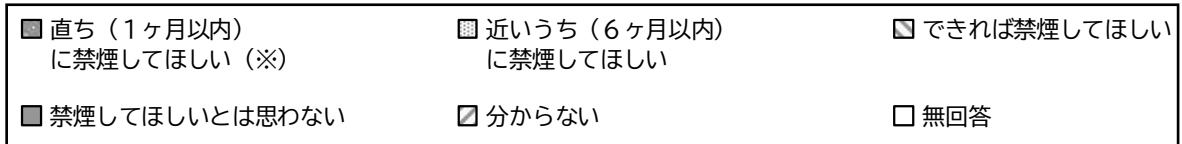


【問 63 で「いる」に○をつけた方にお聞きします】

問 64 禁煙してほしいと思いますか。

「できれば禁煙してほしい」の割合が 51.4%と最も高く、次いで「直ち（1ヶ月以内）に禁煙してほしい」の割合が 25.4%、「禁煙してほしいとは思わない」の割合が 13.5%となっています。

平成 25 年度調査、平成 30 年度調査と比較すると、「禁煙してほしいとは思わない」の割合が増加しています。

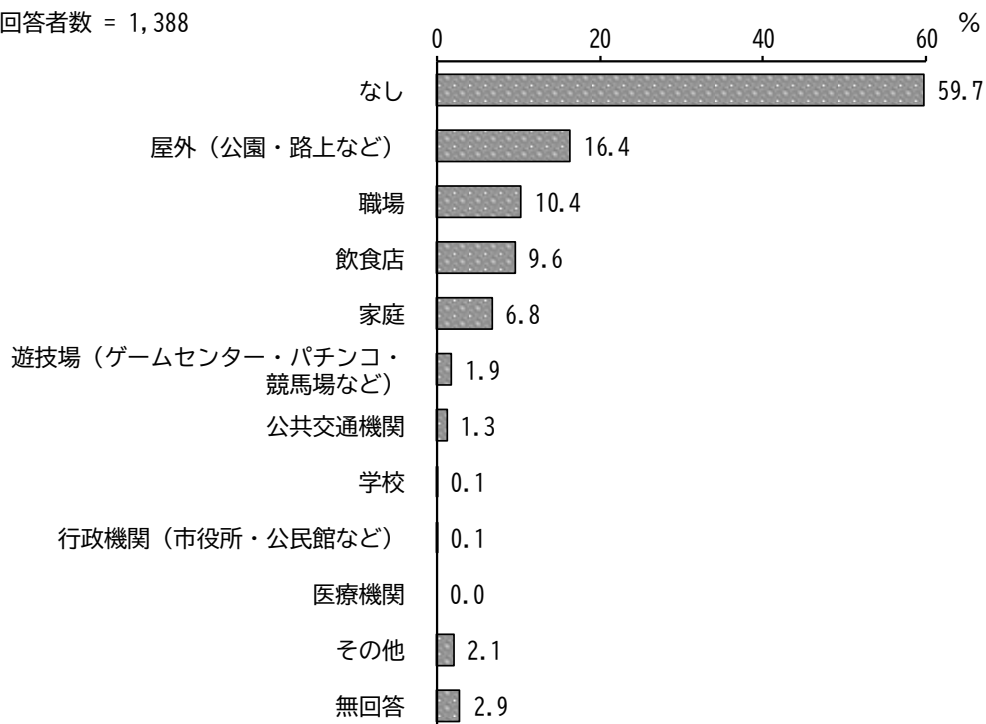


※平成 25 年度調査では「直ち（1ヶ月以内）に禁煙してほしい」の選択肢はありませんでした。

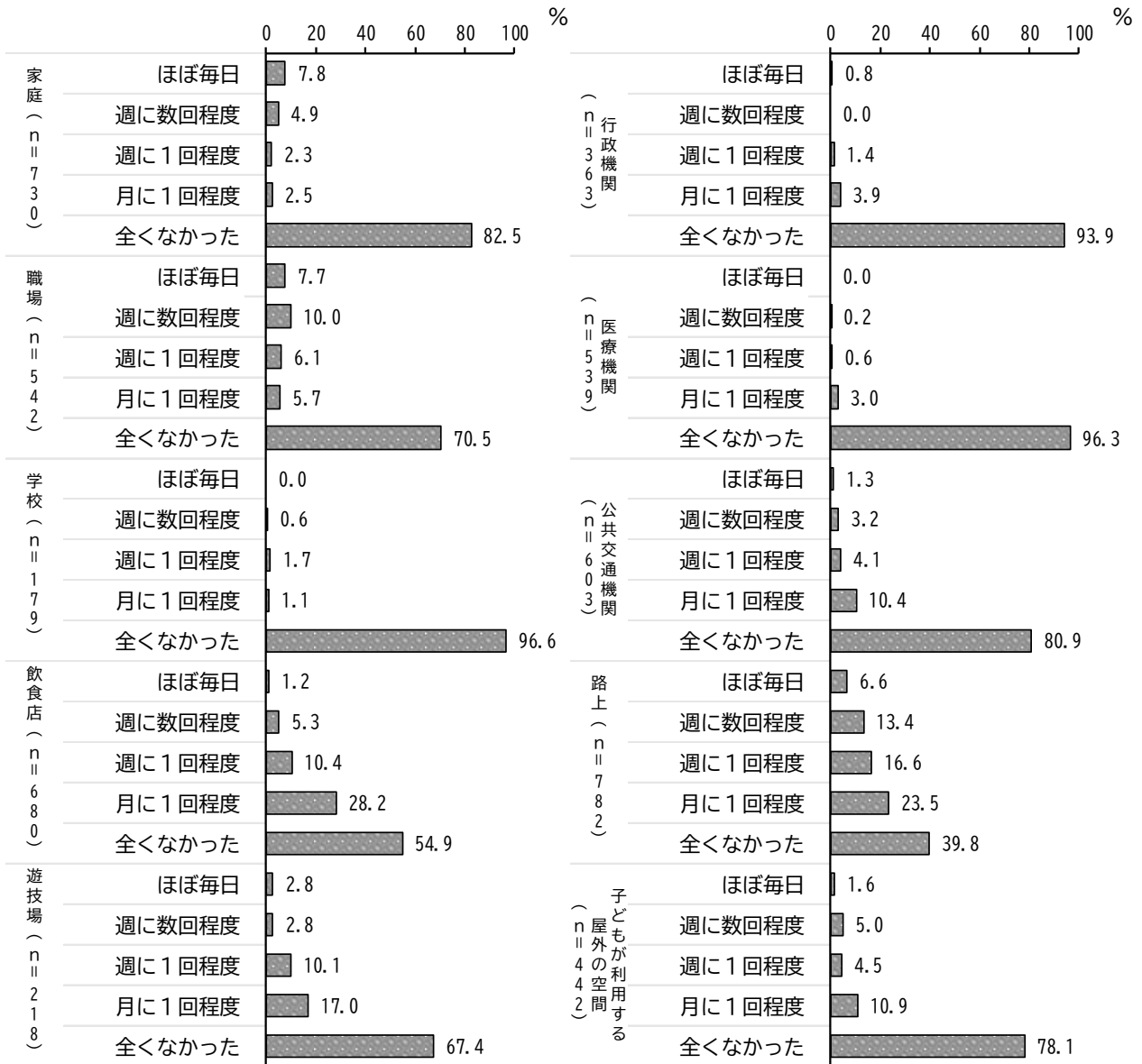
○問 65 あなたはこの1ヶ月間に、自分以外の人が吸っていたタバコの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。（あてはまるものすべてに○）

「なし」の割合が59.7%と最も高く、次いで「屋外（公園・路上など）」の割合が16.4%、「職場」の割合が10.4%となっています。

回答者数 = 1,388



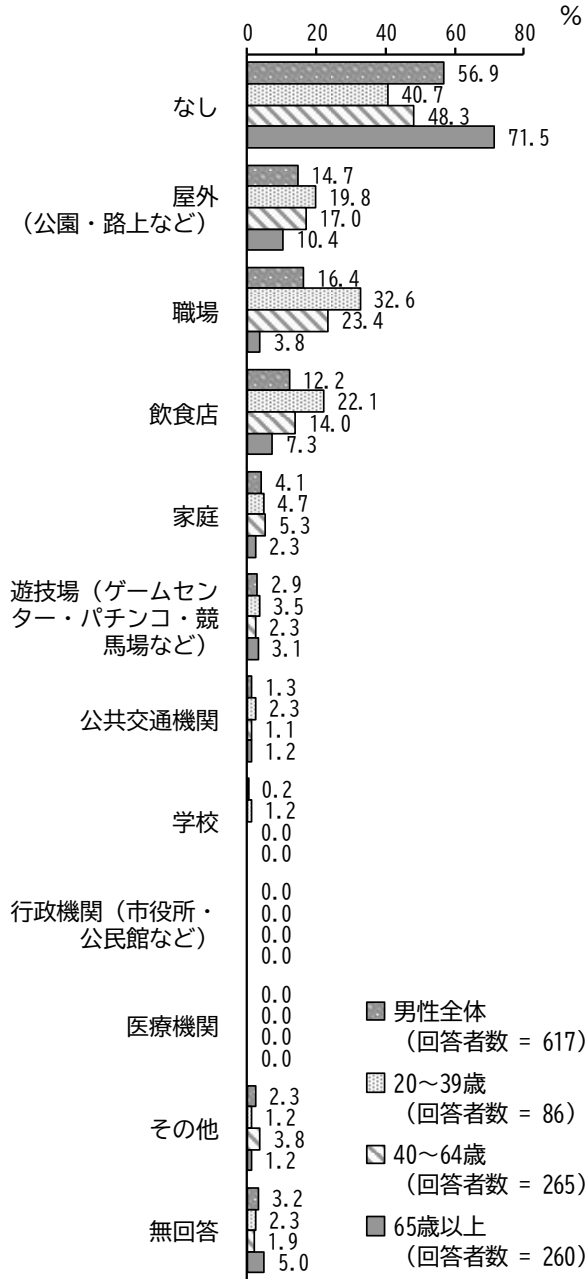
【参考】



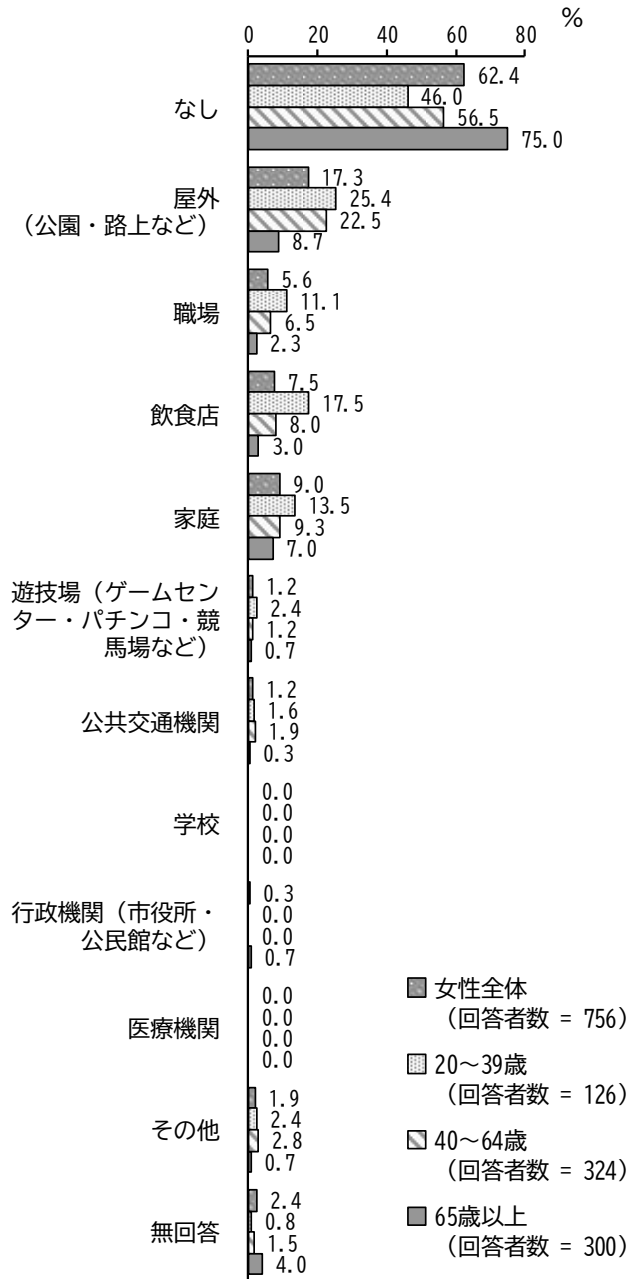
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が高くなるにつれ「なし」の割合が、年齢が低くなるにつれ「職場」「飲食店」の割合が高くなる傾向がみられます。また、女性で年齢が低くなるにつれ「家庭」「屋外（公園・路上など）」の割合が高くなる傾向がみられます。

【男性】



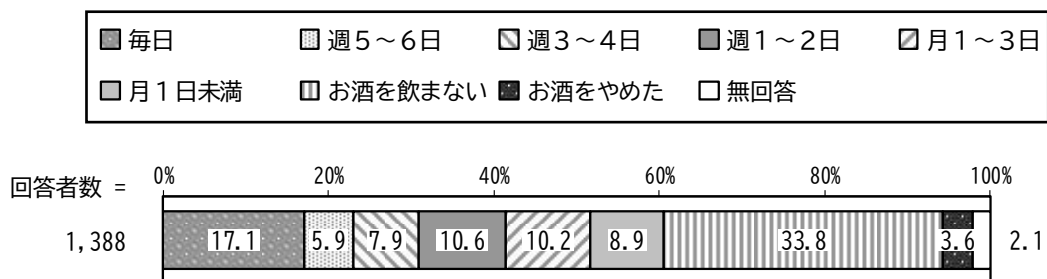
【女性】



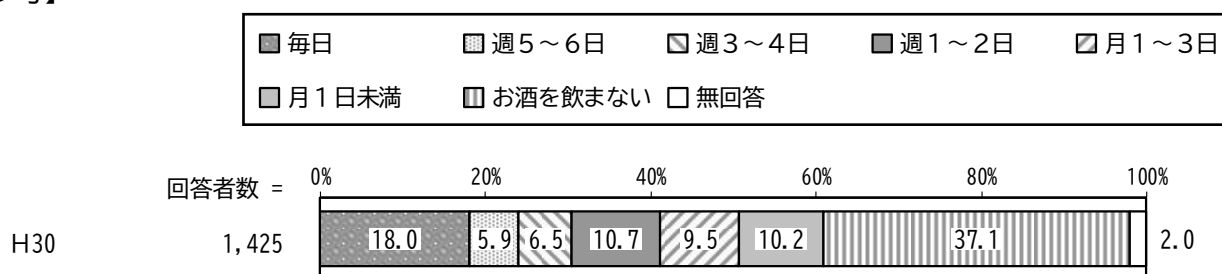
4. 飲酒について

問 66 お酒を飲む頻度はどれくらいですか。

「お酒を飲まない」の割合が 33.8%と最も高く、次いで「毎日」の割合が 17.1%、「週1～2日」の割合が 10.6%となっています。

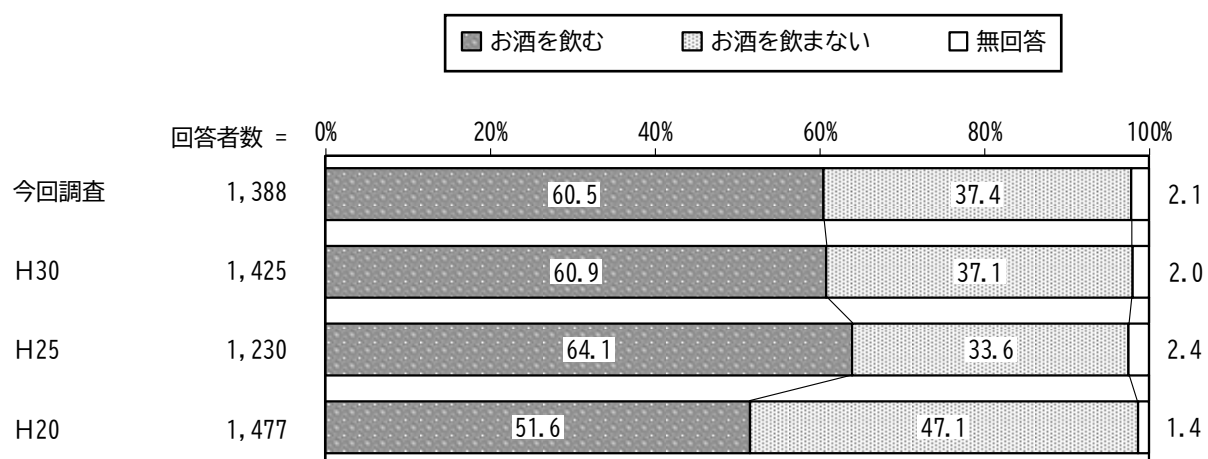


【参考】



〔飲酒の状況 経年比較〕

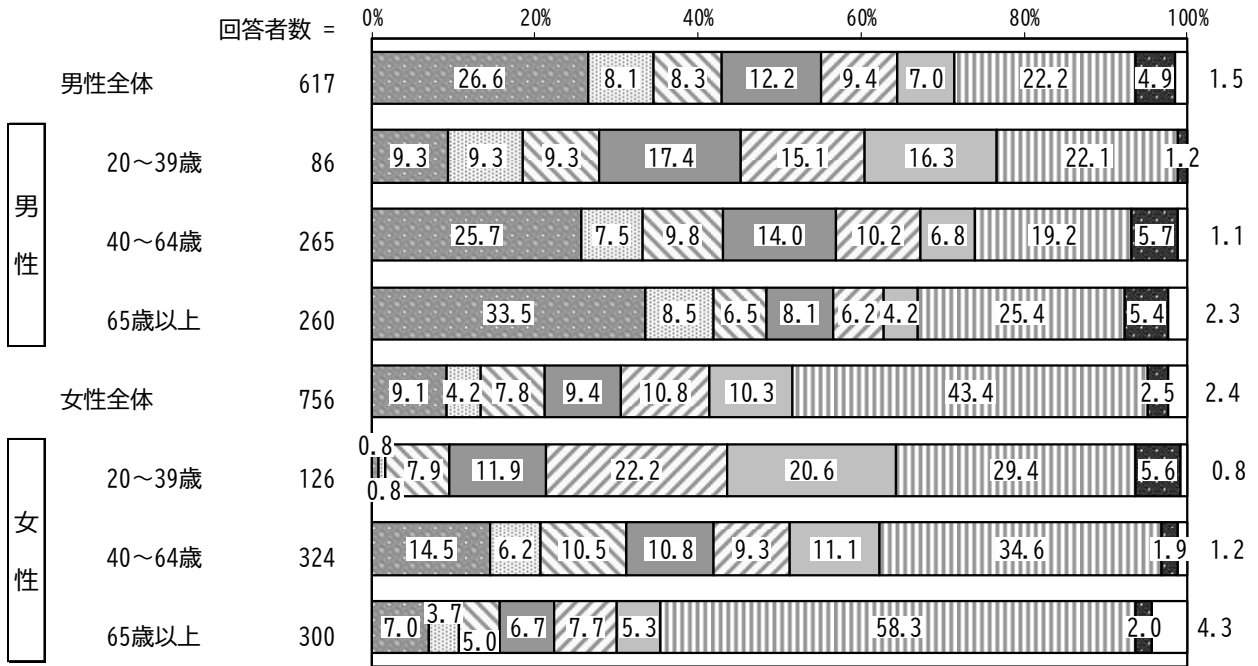
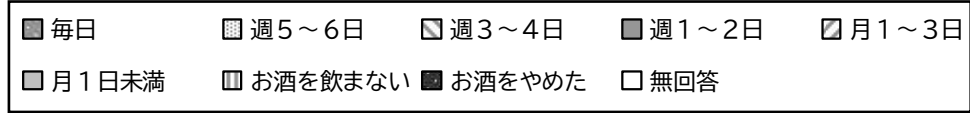
「お酒を飲む」の割合が 60.5%、「お酒を飲まない」の割合が 37.4%となっています。



※「お酒を飲まない」と「お酒をやめた」の選択肢をあわせて「お酒を飲まない」としております。

【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男性で年齢が高くなるにつれ「毎日」の割合が高くなる傾向がみられ、男性 65 歳以上で 3 割を超えています。一方、女性では年齢が高くなるにつれ「お酒を飲まない」の割合が高くなる傾向がみられ、約 6 割となっています。また、女性 20～39 歳で「月 1～3 日」「月 1 日未満」の割合が高くなっています。

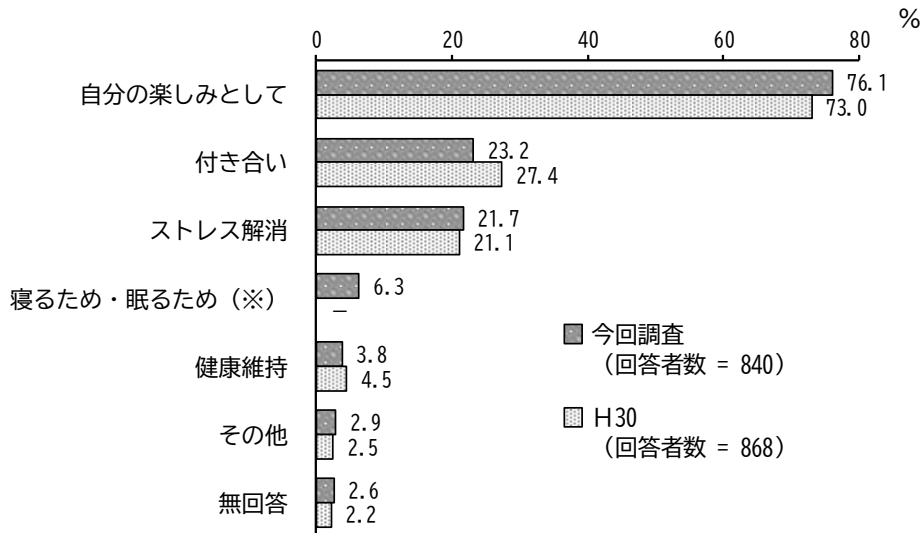


【問 67. 68 は、問 66 で「毎日」～「月 1 日未満」に○をつけた方にお聞きします】

問 67 飲酒する目的は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

「自分の楽しみとして」の割合が 76.1%と最も高く、次いで「付き合い」の割合が 23.2%、「ストレス解消」の割合が 21.7%となっています。

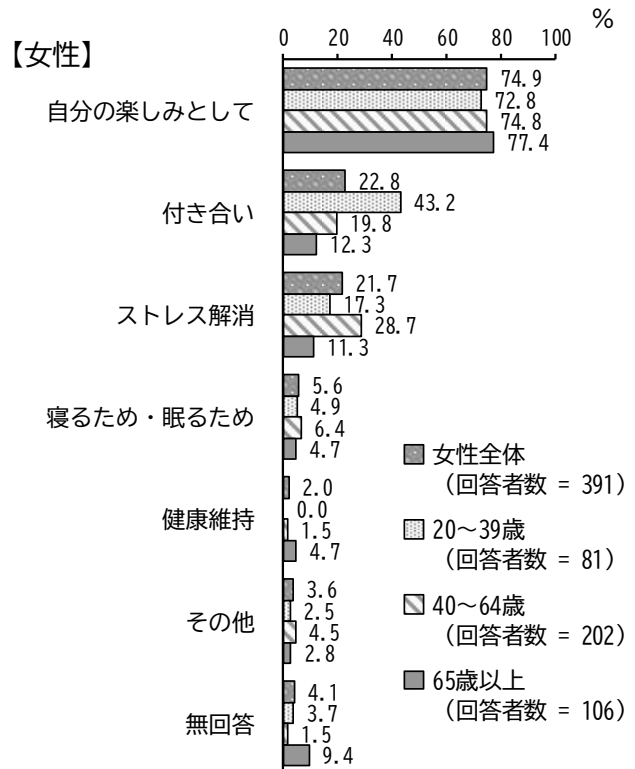
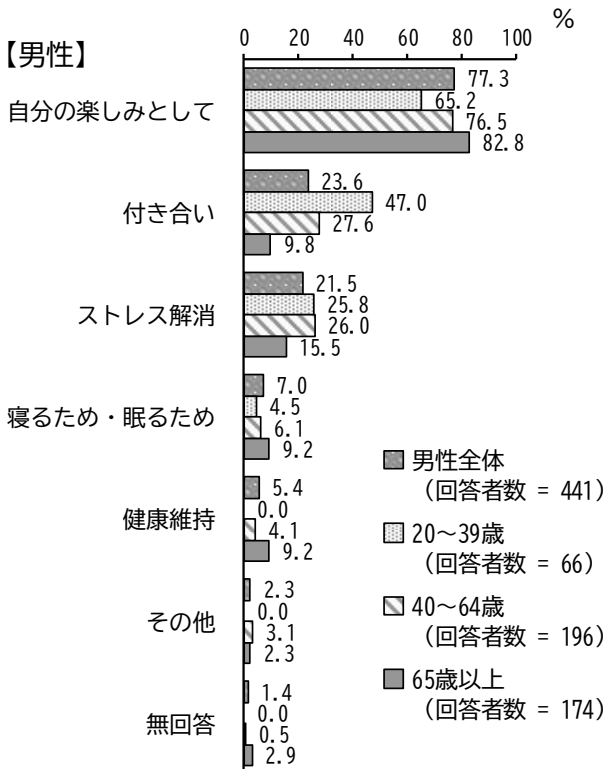
平成 30 年度調査と比較すると、「寝るため・眠るため」の割合が増加しています。



※H30 調査では、「寝るため・眠るため」の選択肢はありませんでした。

【性別・年齢別】

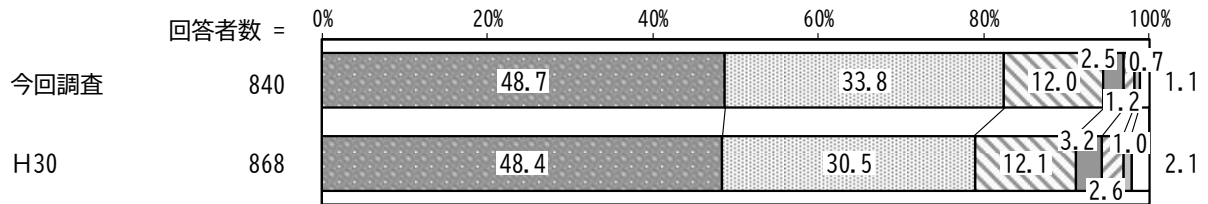
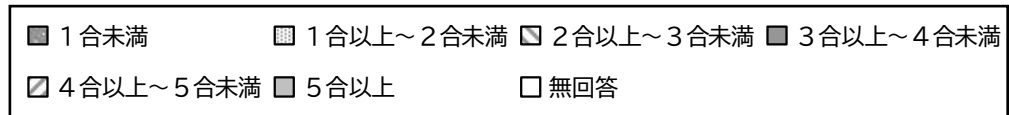
性別・年齢別にみると、男性で年齢が高くなるにつれ「自分の楽しみとして」の割合が、年齢が低くなるにつれ「付き合い」の割合が高くなる傾向がみられます。また、女性 40～64 歳で「ストレス解消」の割合が高くなっています。



問 68 飲酒日の1日当たりの飲酒量は清酒換算でどのくらいですか。

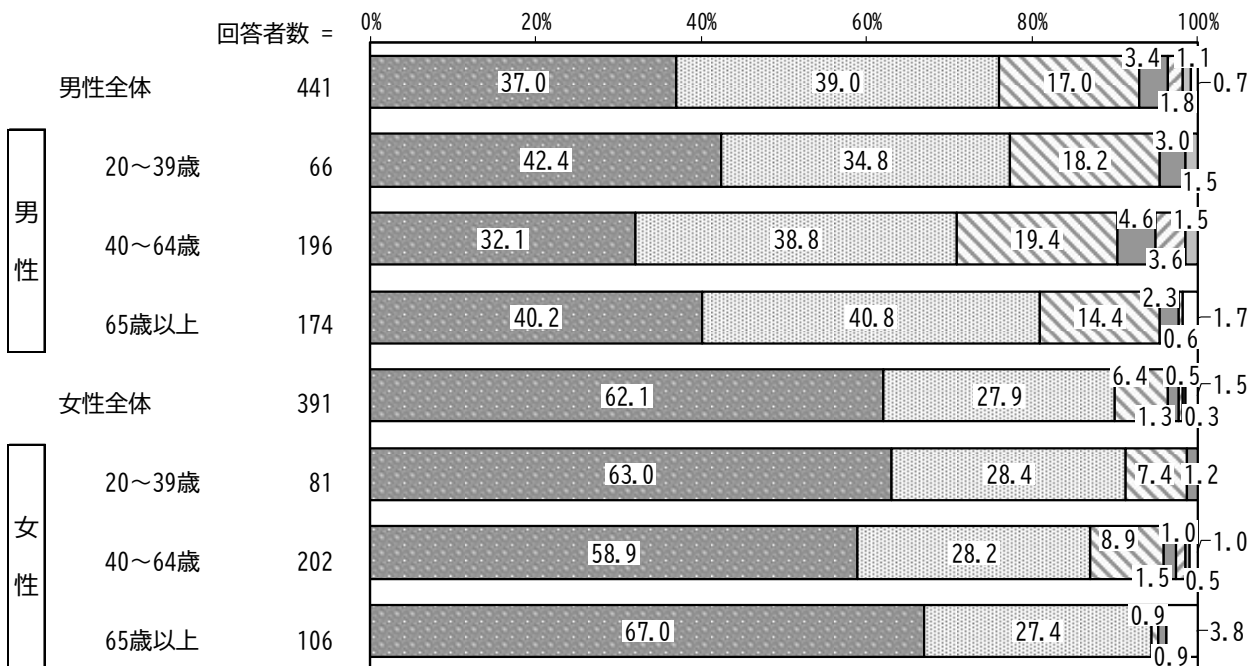
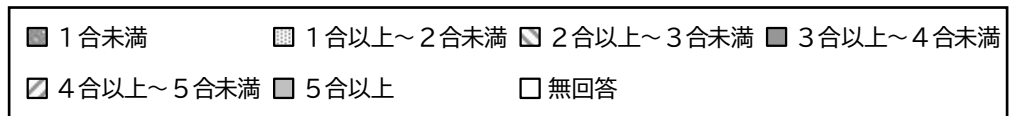
「1合未満」の割合が48.7%と最も高く、次いで「1合以上～2合未満」の割合が33.8%、「2合以上～3合未満」の割合が12.0%となっています。

平成30年度調査と比較すると、「1合未満」と「1合以上～2合未満」をあわせた“2合未満”の割合が増加しています。



【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男性の64歳以下で「2合以上～3合未満」の割合が高くなっています。また、男性の40歳以上で「1合以上～2合未満」の割合が、女性65歳以上で「1合未満」の割合が高くなっています。



【飲酒量 性別×飲酒頻度×飲酒量】

		飲酒頻度							
		毎日	週5～6日	週3～4日	週1～2日	月1～3日	月1日未満	合計	
男性	1合未満	回答数	31	24	14	40	28	26	163
		飲酒頻度の%	19.1	49.0	27.5	53.3	48.3	60.5	37.2
	1～2合未満	回答数	82	18	23	24	14	11	172
		飲酒頻度の%	50.6	36.7	45.1	32.0	24.1	25.6	39.3
	2～3合未満	回答数	34	6	10	9	12	4	75
		飲酒頻度の%	21.0	12.2	19.6	12.0	20.7	9.3	17.1
	3～4合未満	回答数	8	1	3	2	-	1	15
		飲酒頻度の%	4.9	2.0	5.9	2.7	-	2.3	3.4
	4～5合未満	回答数	5	-	-	-	3	-	8
		飲酒頻度の%	3.1	-	-	-	5.2	-	1.8
	5合以上	回答数	2	-	1	-	1	1	5
		飲酒頻度の%	1.2	-	2.0	-	1.7	2.3	1.1
	合計	回答数	162	49	51	75	58	43	438
		飲酒頻度の%	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
女性	1合未満	回答数	24	17	37	48	57	60	243
		飲酒頻度の%	35.3	54.8	62.7	68.6	70.4	78.9	63.1
	1～2合未満	回答数	30	14	17	17	17	14	109
		飲酒頻度の%	44.1	45.2	28.8	24.3	21.0	18.4	28.3
	2～3合未満	回答数	10	-	4	5	5	1	25
		飲酒頻度の%	14.7	-	6.8	7.1	6.2	1.3	6.5
	3～4合未満	回答数	2	-	1	-	1	1	5
		飲酒頻度の%	2.9	-	1.7	-	1.2	1.3	1.3
	4～5合未満	回答数	1	-	-	-	1	-	2
		飲酒頻度の%	1.5	-	-	-	1.2	-	0.5
	5合以上	回答数	1	-	-	-	-	-	1
		飲酒頻度の%	1.5	-	-	-	-	-	0.3
	合計	回答数	68	31	59	70	81	76	385
		飲酒頻度の%	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

■ =生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている人

(注) 生活習慣病リスクを高める飲酒をしている人とは、

1日あたりの純アルコール摂取量 男性：40g 以上、女性：20g 以上の飲酒量がある人のこと。

『合』換算で下記の範囲が該当する。

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」

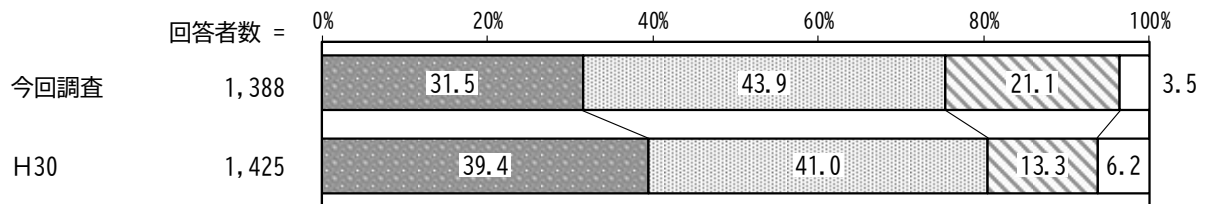
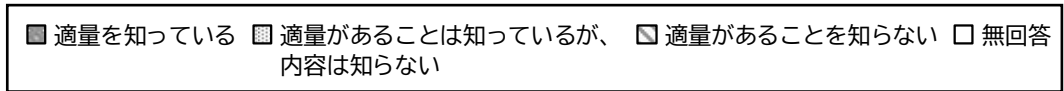
【飲酒量 生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている人の割合】

		リスクを高める 飲酒をしている人 (該当者数)	割合 (%) 該当者数/全回答者数
男性	藤沢市	61	9.9% (61/n=617)
	県 (H29～R1)		18.4%
	国 (R1)		14.9%
女性	藤沢市	80	10.6% (80/n=756)
	県 (H29～R1)		12.2%
	国 (R1)		9.1%

問 69 お酒の適量を知っていますか。

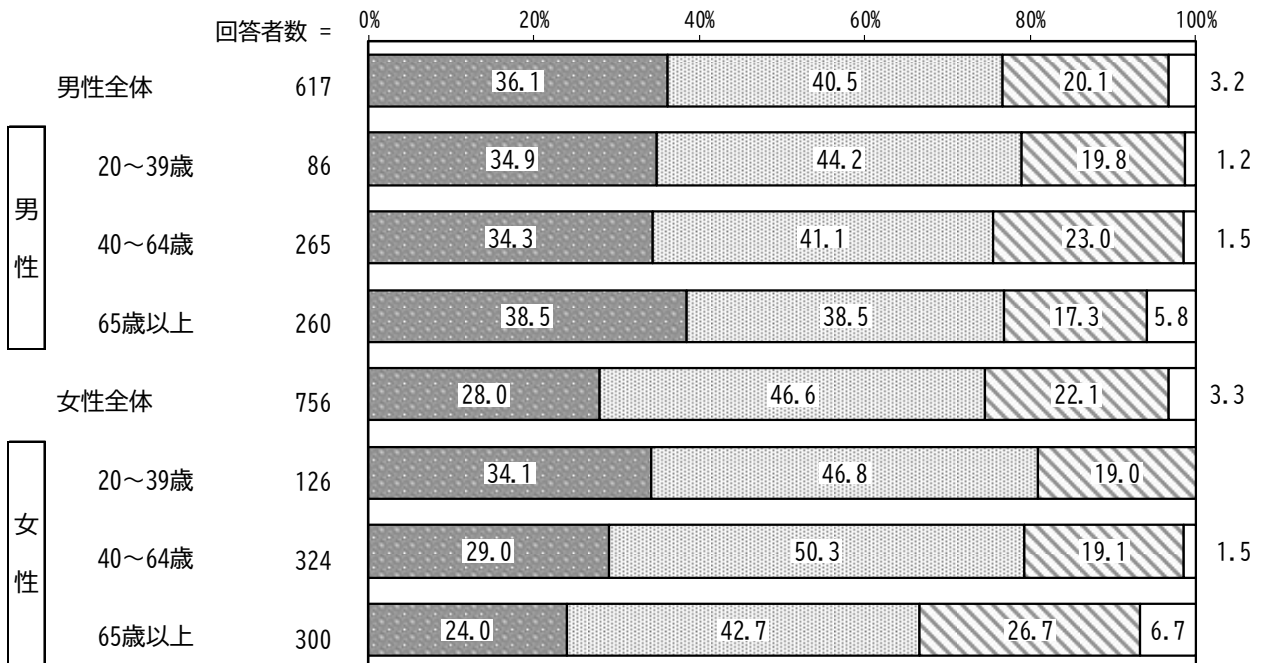
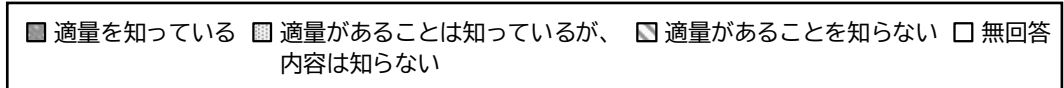
「適量があることは知っているが、内容は知らない」の割合が 43.9%と最も高く、次いで「適量を知っている」の割合が 31.5%、「適量があることを知らない」の割合が 21.1%となっています。

平成 30 年度調査と比較すると、「適量があることを知らない」の割合が増加し、「適量を知っている」の割合が減少しています。



【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、女性で年齢が高くなるにつれ「適量があることを知らない」の割合が、年齢が低くなるにつれ「適量を知っている」の割合が高くなっています。また、女性 40～64 歳で「適量があることは知っているが、内容は知らない」の割合が高くなっています。

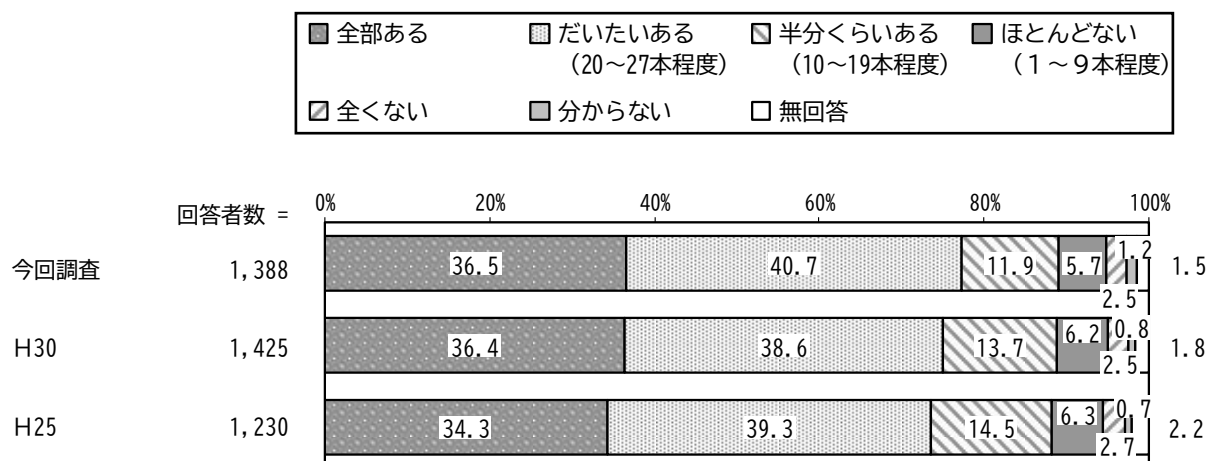


(6) 歯の健康について

○問 70 現在、自分の歯は何本ありますか。
(親知らず、入れ歯、インプラントは含みません。さし歯は含みます)

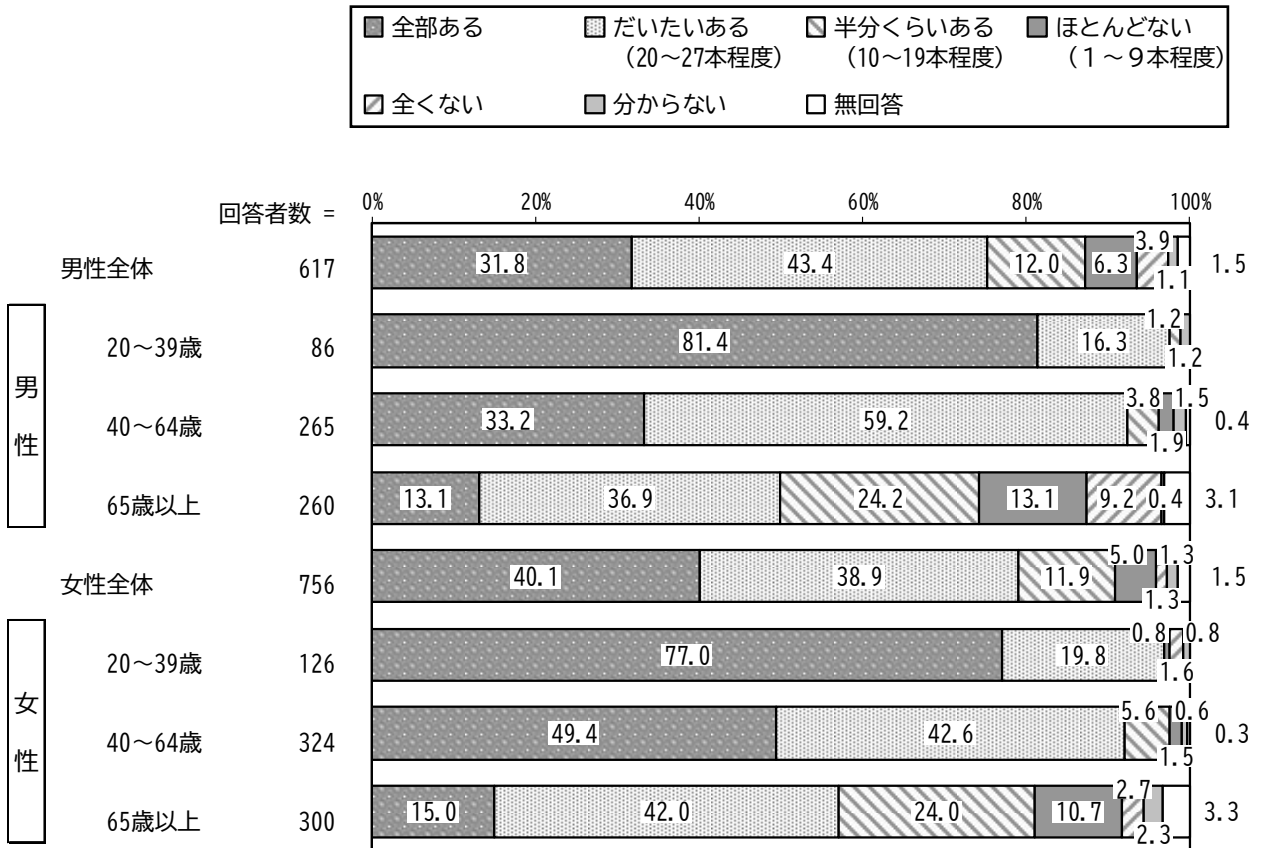
「だいたいある (20~27 本程度)」の割合が 40.7%と最も高く、次いで「全部ある」の割合が 36.5%、「半分くらいある (10~19 本程度)」の割合が 11.9%となっています。

平成 30 年度調査と比較すると、「半分くらいある (10~19 本程度)」の割合が減少傾向となっています。



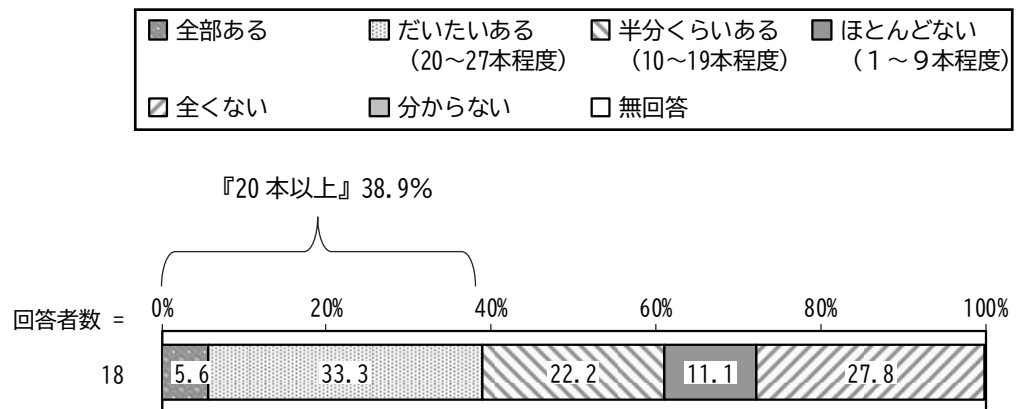
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が高くなるにつれ「全部ある」の割合が低く、「半分くらいある（10～19本程度）」「ほとんどない（1～9本程度）」の割合が高くなる傾向がみられます。また、男女とも65歳以上で「全くない」の割合が高くなっています。



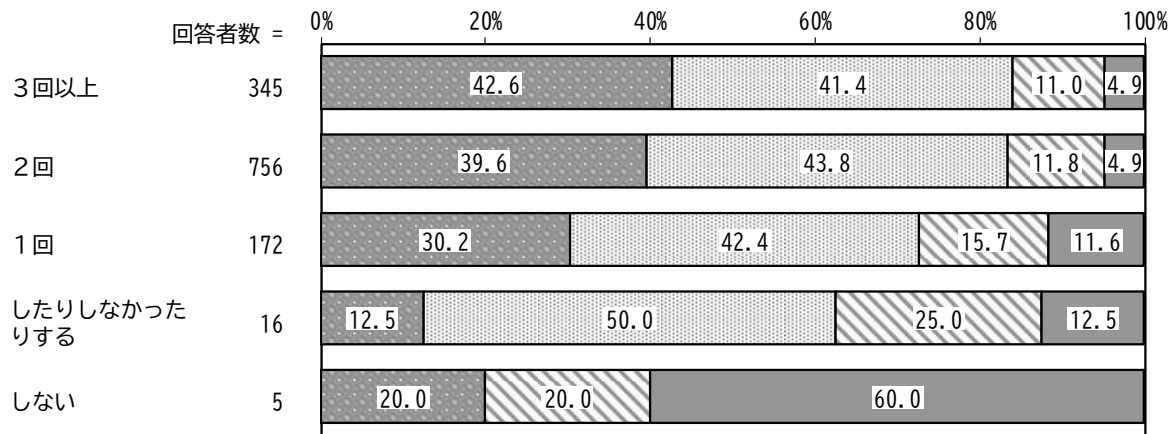
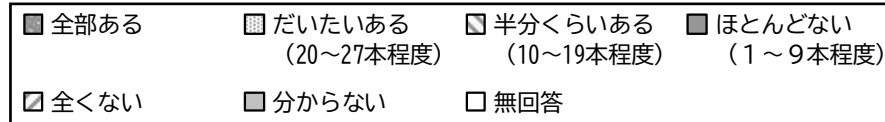
【現在の歯の本数 80歳】

80歳で自分の歯を20本以上有する者の割合は「全部ある」5.6%、「だいたいある」33.3%、合わせて38.9%となっています。



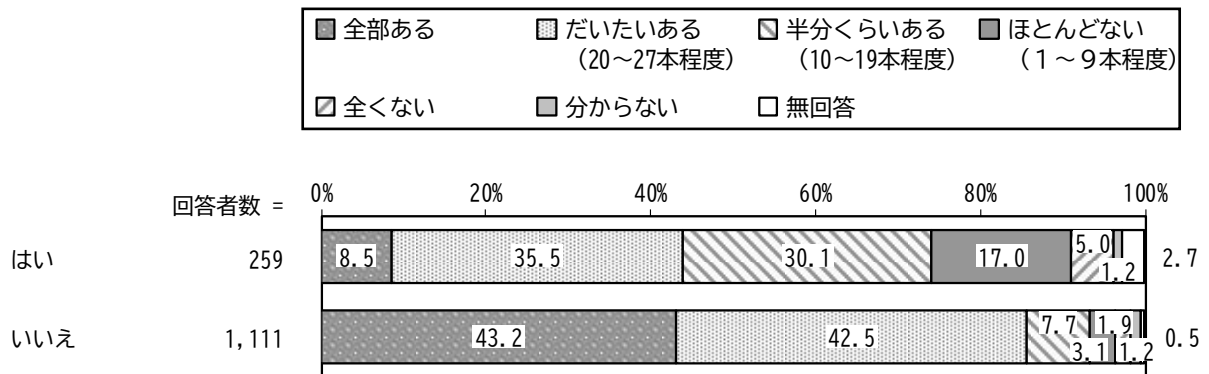
【歯みがきの回数別】

歯みがきの回数別にみると、歯みがきの頻度が高くなるにつれ「全部ある」の割合が、頻度が低くなるにつれ「半分くらいある（10～19本程度）」「ほとんどない（1～9本程度）」の割合が高くなる傾向がみられます。



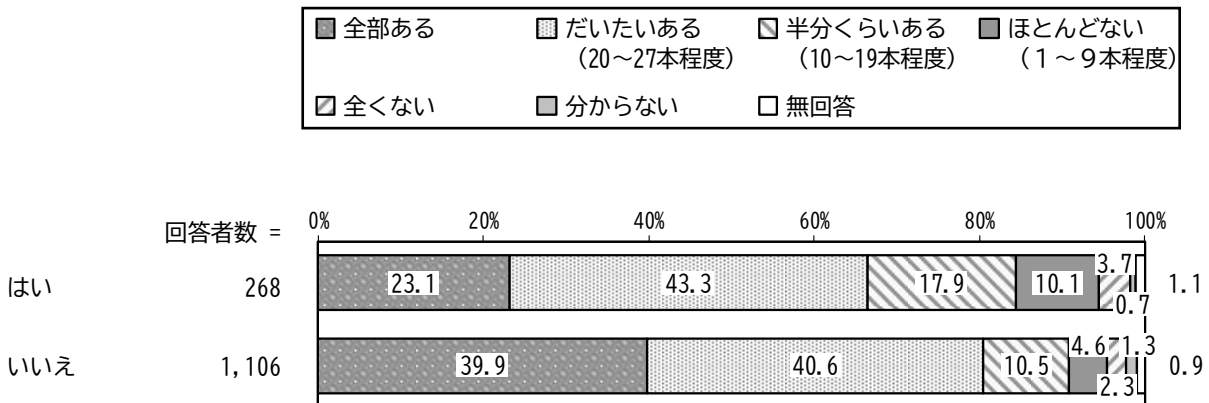
【固いものが食べにくくなったか別】

固いものが食べにくくなったか別にみると、『はい（固いものが食べにくくなった人）』で「全部ある」の割合が低く、「半分くらいある（10～19本程度）」「ほとんどない（1～9本程度）」の割合が高くなっています。



【お茶や汁物等でむせることの有無別】

お茶や汁物等でむせることの有無別にみると、『はい（むせることがある）』と回答した人で「全部ある」の割合が低く、「半分くらいある（10～19本程度）」「ほとんどない（1～9本程度）」の割合が高くなっています。

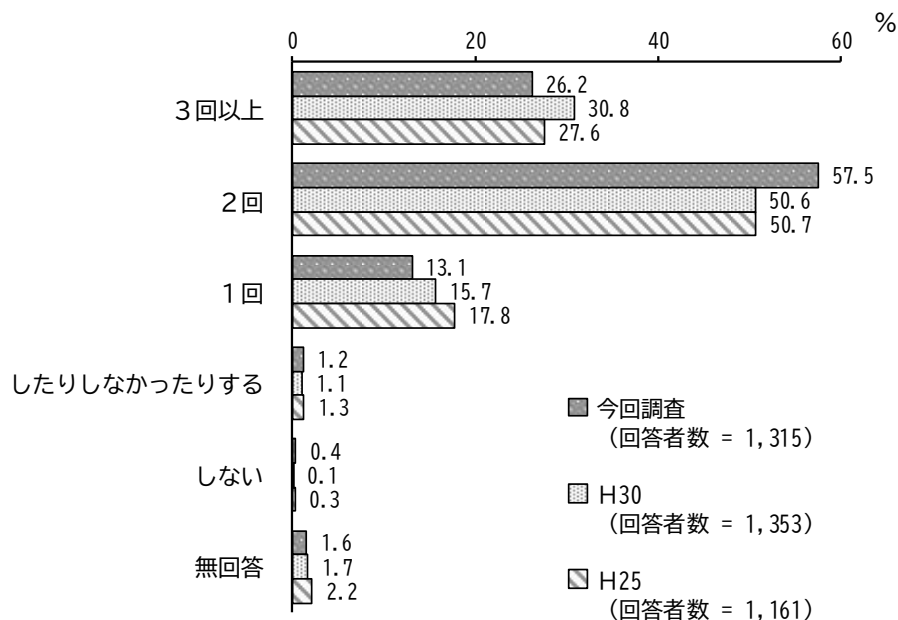


【問 71. 72 は、問 70 で「全部ある」～「ほとんどない（1～9本程度）」に○をつけた方(自分の歯が1本以上ある方)にお聞きします】

問 71 1日に何回、歯をみがきますか。

「2回」の割合が57.5%と最も高く、次いで「3回以上」の割合が26.2%、「1回」の割合が13.1%となっています。

平成30年度調査と比較すると、「2回」の割合が増加しています。

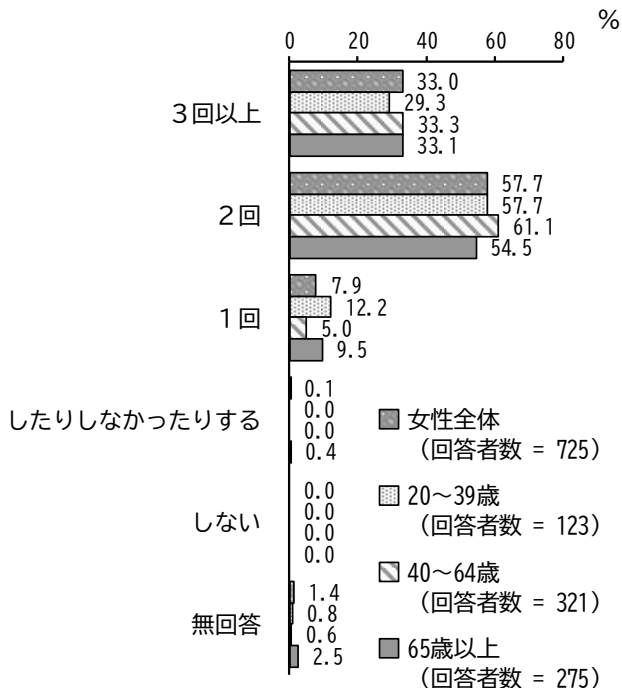
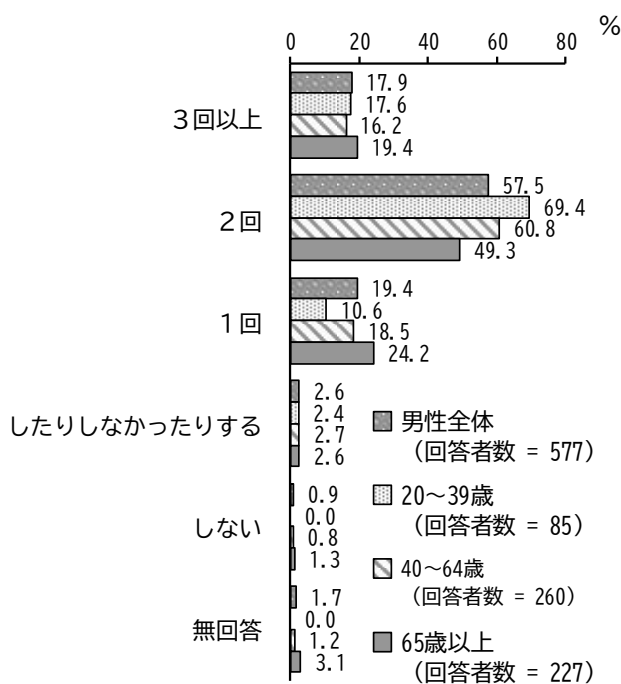


【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男性では年齢が高くなるにつれ「1回」の割合が、年齢が低くなるにつれ「2回」の割合が高くなっています。また、女性の40歳以上で「3回以上」の割合が高くなっています。

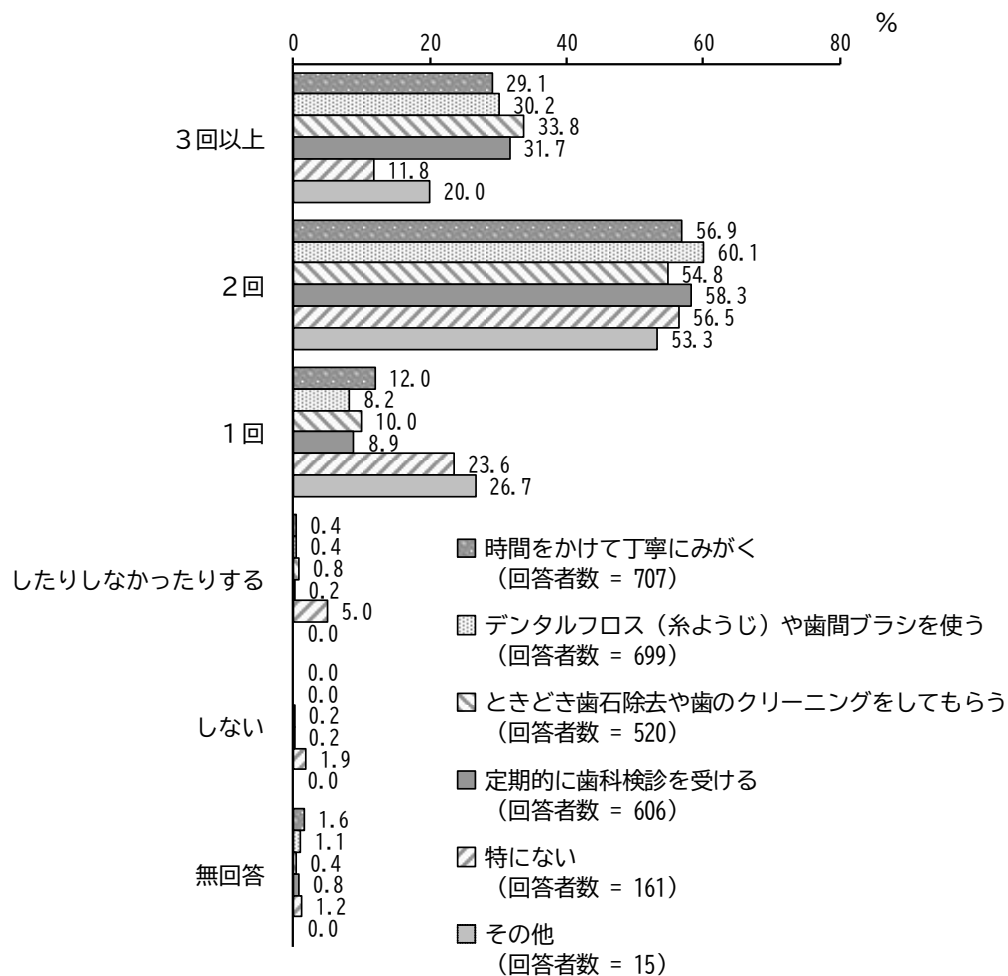
【男性】

【女性】



【歯の健康維持のために心がけていること別】

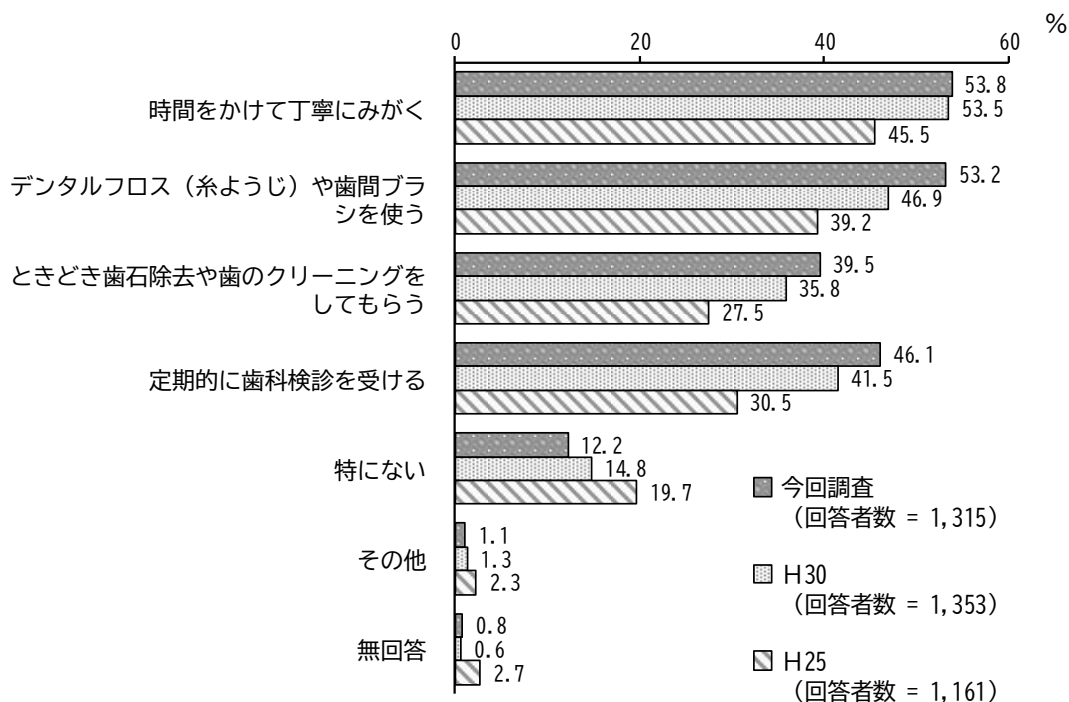
歯の健康維持のために心がけていること別にみると、『ときどき歯石除去や歯のクリーニングをしてもらう』『定期的に歯科検診を受ける』と回答した人で「3回以上」の割合が高くなっています。また、『特にない』と回答した人で「1回」「したりしなかったりする」「しない」の割合が高くなっています。



○問 72 歯の健康維持のために心がけていることは何ですか。
(あてはまるものすべてに○)

「時間をかけて丁寧にみがく」の割合が 53.8%と最も高く、次いで「デンタルフロス（糸ようじ）や歯間ブラシを使う」の割合が 53.2%、「定期的に歯科検診を受ける」の割合が 46.1%となっています。

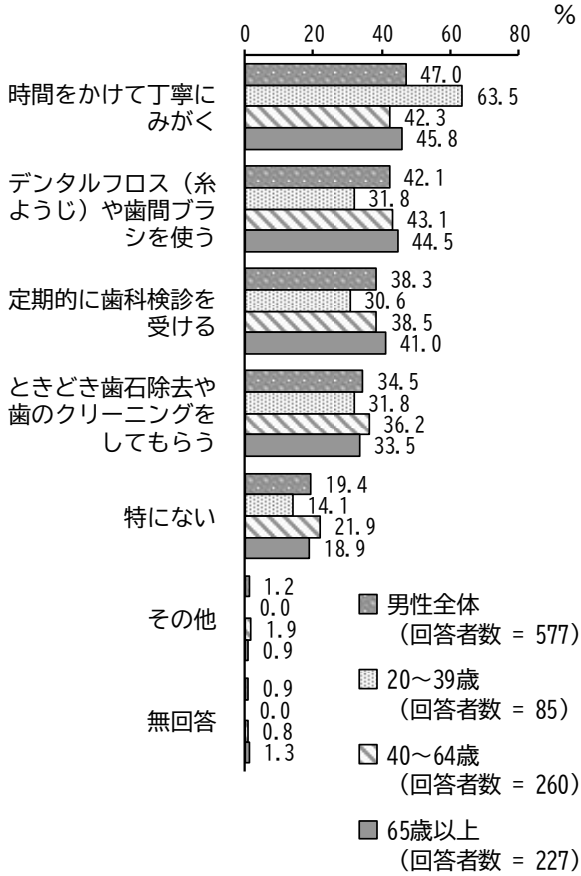
平成 25 年度調査、平成 30 年度調査と比較すると、「特にない」を除くすべての項目の割合が増加傾向となっています。



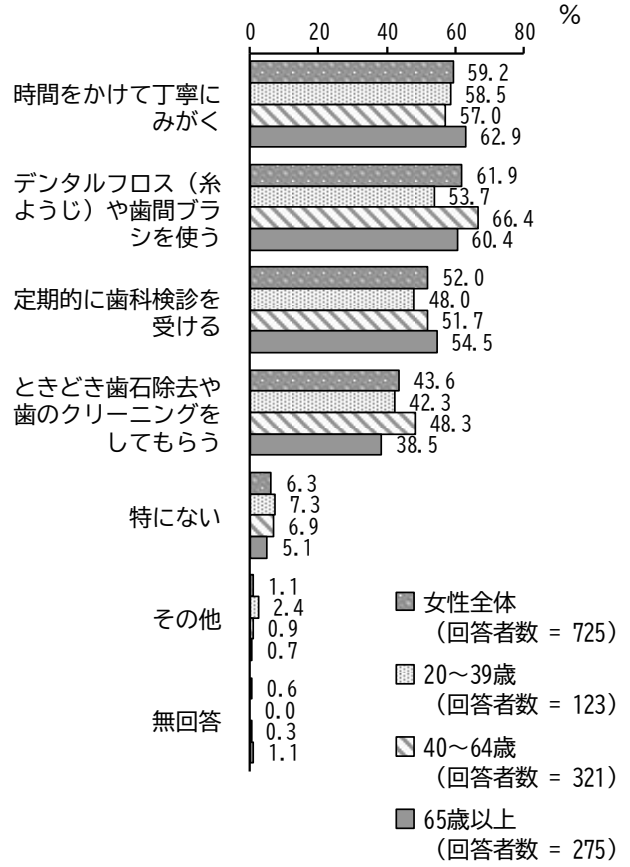
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、女性 65 歳以上で「時間をかけて丁寧にみがく」の割合が、女性 40～64 歳で「デンタルフロス（糸ようじ）や歯間ブラシを使う」の割合が高くなっています。また、男性の 40 歳以上で「特にない」の割合が高くなっています。

【男性】

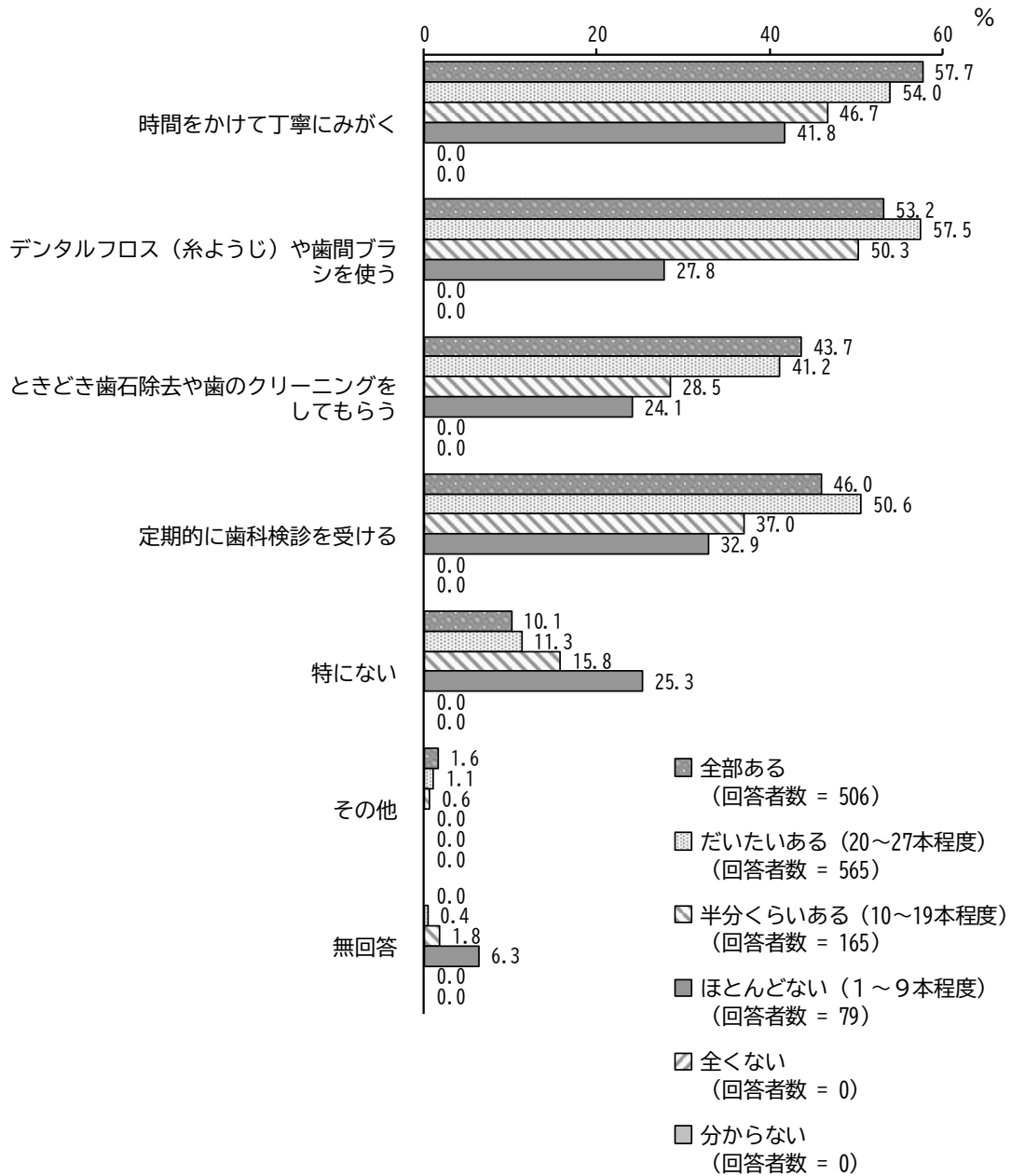


【女性】



【現在の歯の本数別】

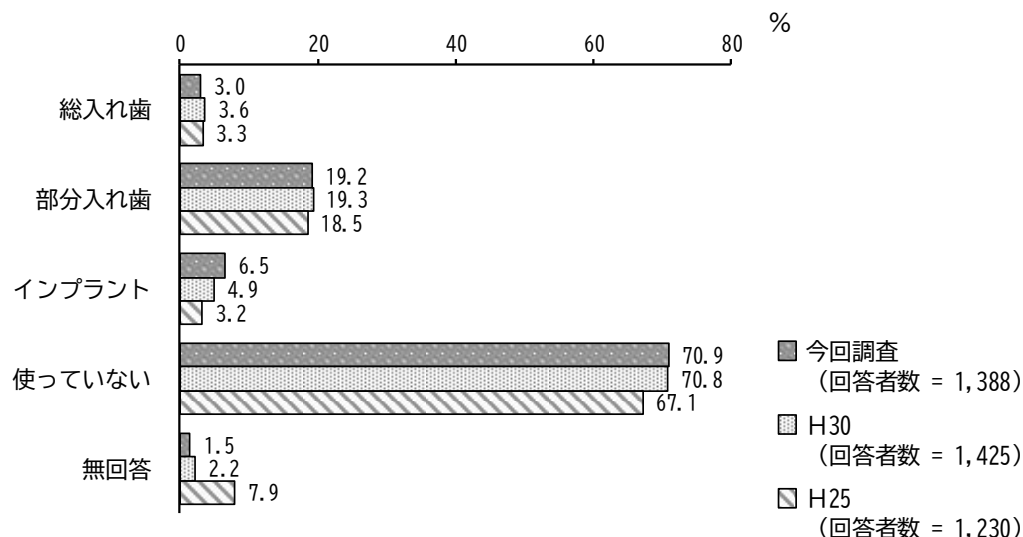
現在の歯の本数別にみると、歯の本数が多くなるにつれ「時間をかけて丁寧にみがく」「ときどき歯石除去や歯のクリーニングをしてもらう」の割合が高くなる傾向がみられます。また、歯の本数が『ほとんどない（1～9本程度）』人で「特にない」の割合が高くなっています。



問 73 あなたは現在、入れ歯・インプラントを使っていますか。
(あてはまるものすべてに○)

「使っていない」の割合が70.9%と最も高く、次いで「部分入れ歯」の割合が19.2%となっています。

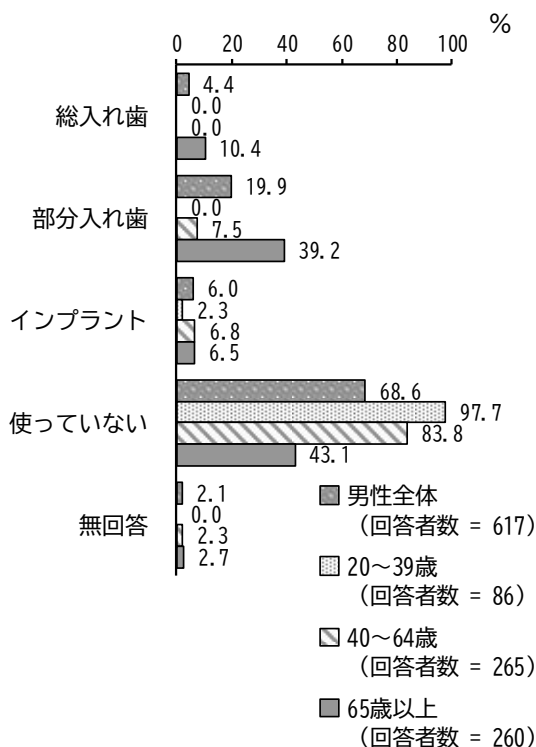
平成25年度調査、平成30年度調査と比較すると、「インプラント」の割合が増加傾向となっています。



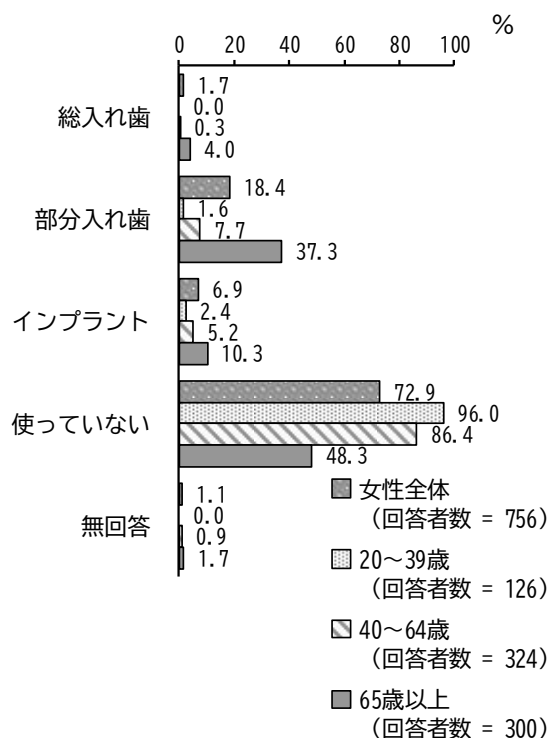
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも65歳以上で「部分入れ歯」の割合が高く、約4割となっています。また、男女ともに年齢が低くなるにつれ「使っていない」の割合が高くなる傾向がみられます。

【男性】



【女性】

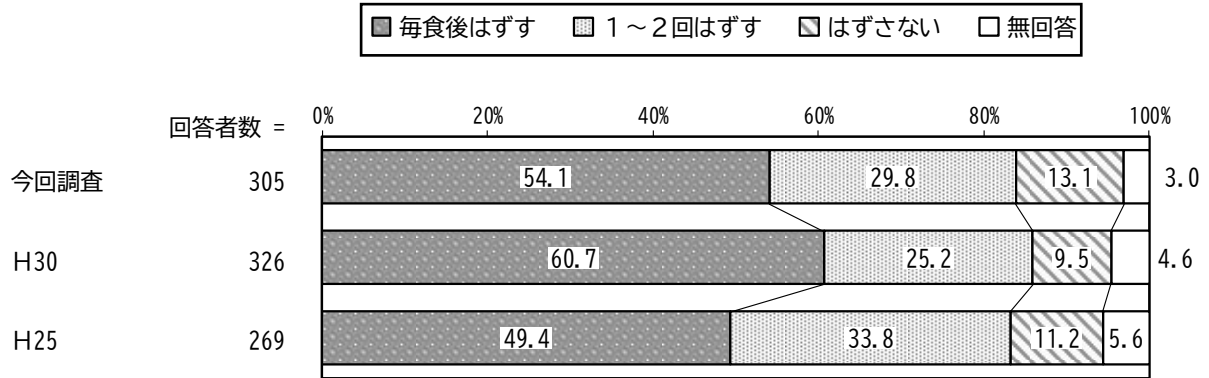


【問 73 で「総入れ歯」または「部分入れ歯」に○をつけた方（入れ歯を使っている方）にお聞きします】

問 74 食後の入れ歯の手入れのとき、入れ歯をはずしますか。

「毎食後はずす」の割合が 54.1%と最も高く、次いで「1～2回はずす」の割合が 29.8%、「はずさない」の割合が 13.1%となっています。

平成 30 年度調査と比較すると、「毎食後はずす」の割合が減少しています。

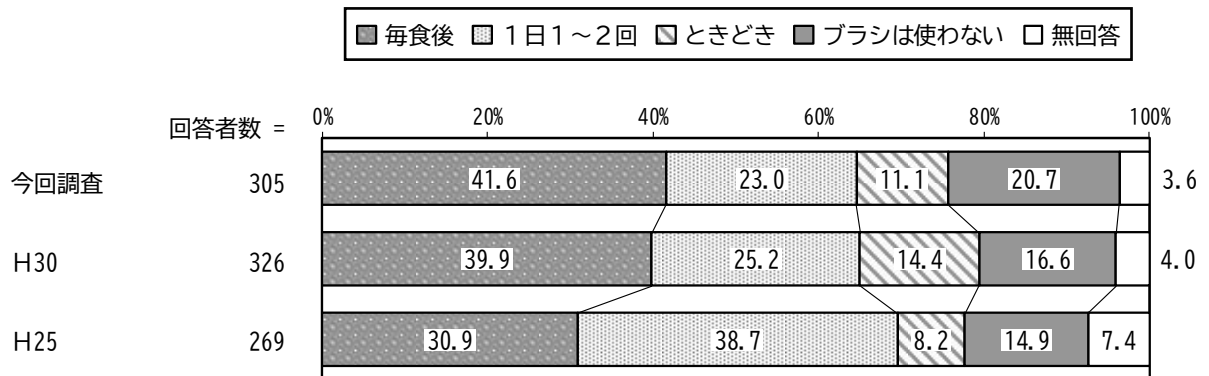


【問 73 で「総入れ歯」または「部分入れ歯」に○をつけた方（入れ歯を使っている方）にお聞きします】

問 75 入れ歯をブラシで洗っていますか。

「毎食後」の割合が 41.6%と最も高く、次いで「1日1～2回」の割合が 23.0%、「ブラシは使わない」の割合が 20.7%となっています。

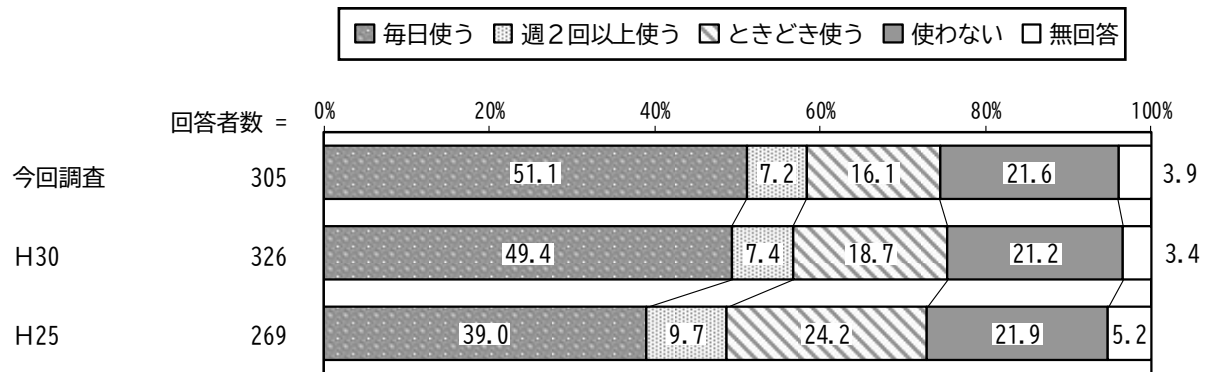
平成 25 年度調査、平成 30 年度調査と比較すると、「毎食後」「ブラシは使わない」の割合が増加し、「1日1～2回」の割合が減少する傾向がみられます。



【問 73 で「総入れ歯」または「部分入れ歯」に○をつけた方（入れ歯を使っている方）にお聞きします】

問 76 入れ歯洗浄剤を使っていますか。

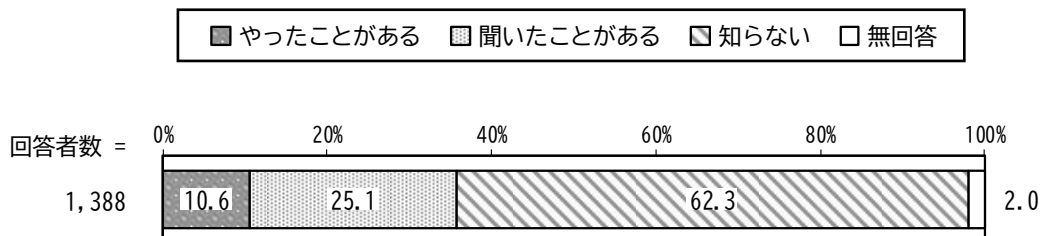
「毎日使う」の割合が 51.1%と最も高く、次いで「使わない」の割合が 21.6%、「ときどき使う」の割合が 16.1%となっています。



問 77 次のことを行ったり、聞いたことがありますか。
 (それぞれあてはまるもの1つに○)

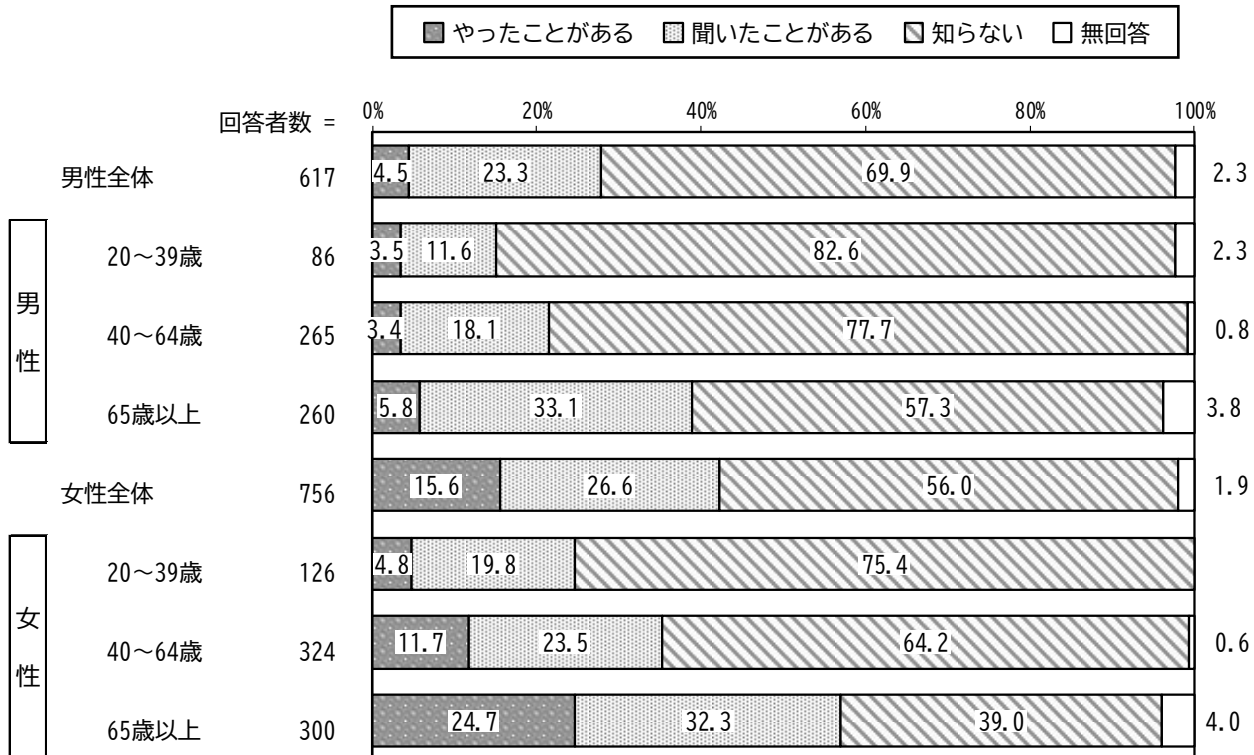
【お口の健口（けんこう）体操】

「知らない」の割合が62.3%と最も高く、次いで「聞いたことがある」の割合が25.1%、「やったことがある」の割合が10.6%となっています。



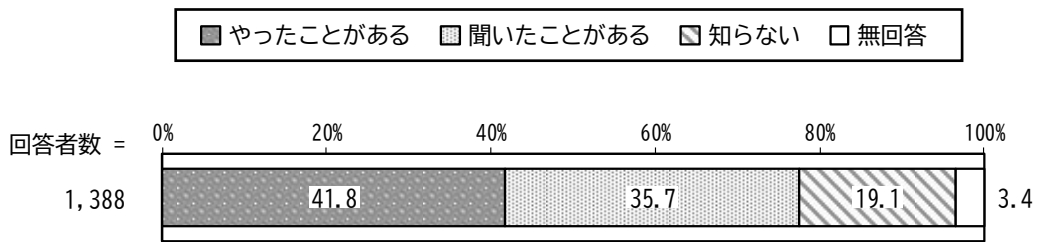
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が高くなるにつれ「聞いたことがある」の割合が、年齢が低くなるにつれ「知らない」の割合が高くなる傾向がみられます。また、女性65歳以上で「やったことがある」の割合が高くなっています。



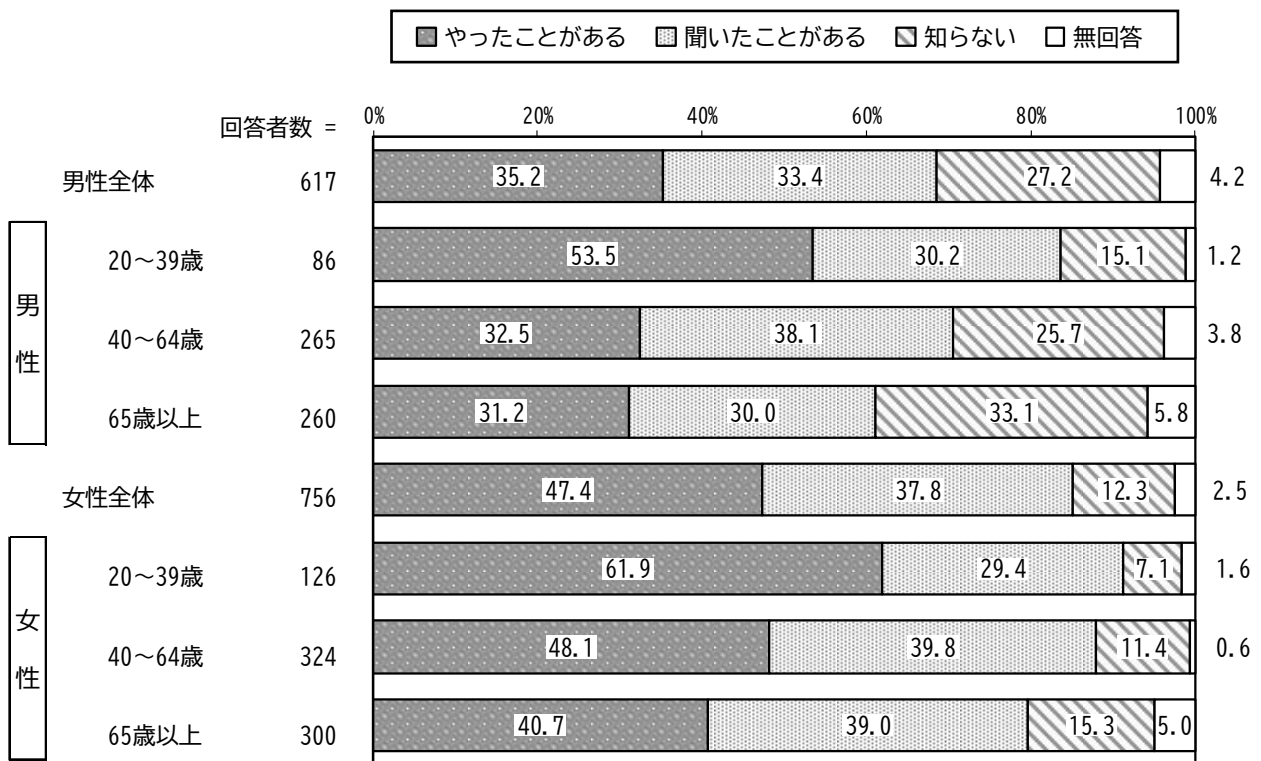
【舌みがき】

「やったことがある」の割合が41.8%と最も高く、次いで「聞いたことがある」の割合が35.7%、「知らない」の割合が19.1%となっています。



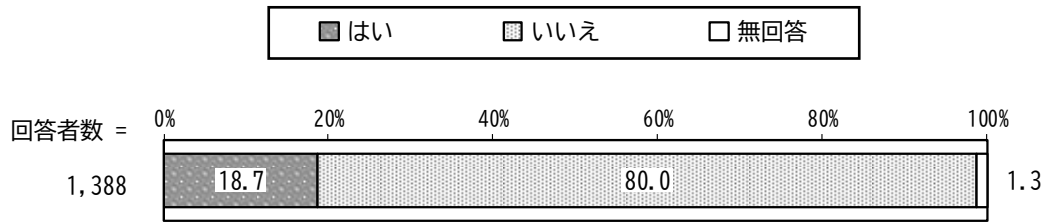
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が低くなるにつれ「やったことがある」の割合が高くなる傾向がみられ、特に女性 20～39 歳で約6割となっています。また、男女とも年齢が高くなるにつれ「知らない」の割合が高くなる傾向がみられ、特に男性 65 歳以上で約3割となっています。



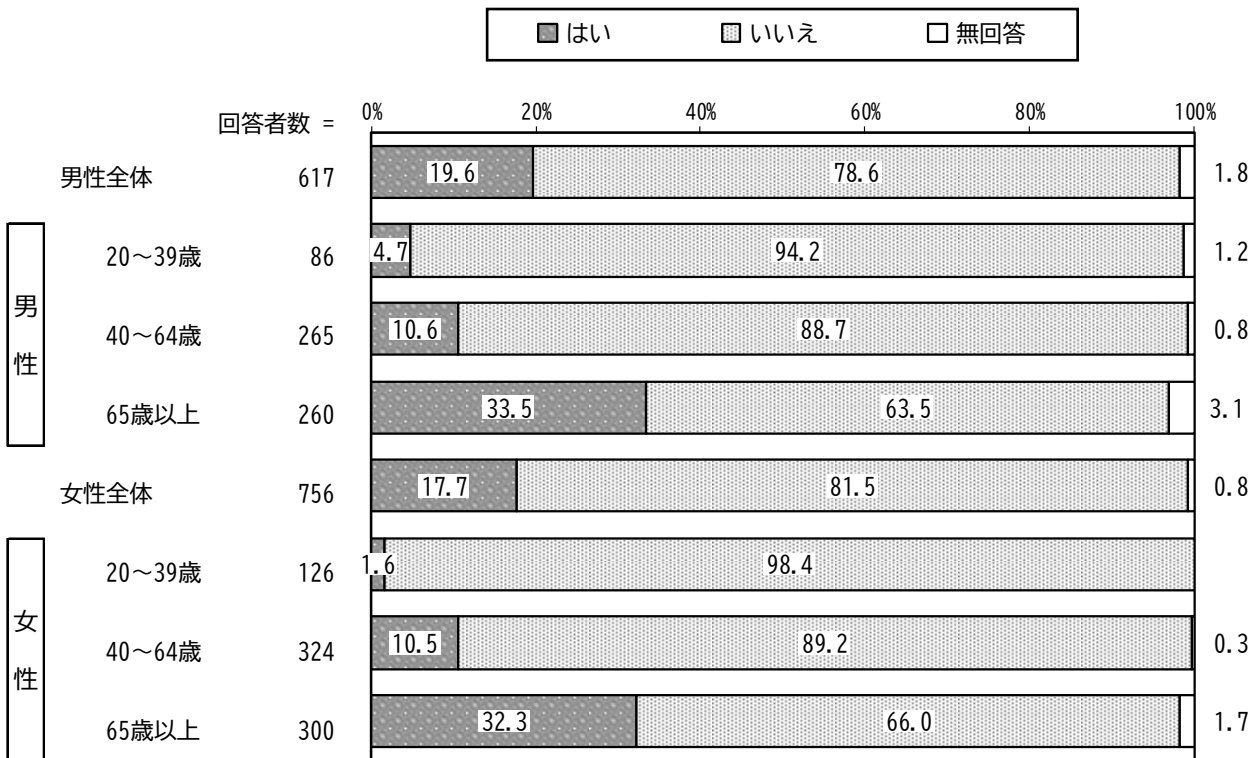
問 78 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか。

「はい」の割合が18.7%、「いいえ」の割合が80.0%となっています。



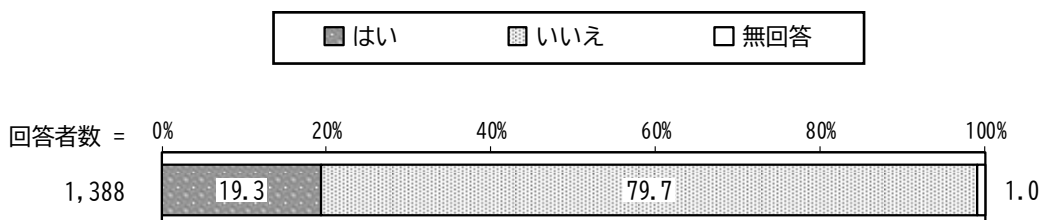
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が高くなるにつれ「はい」の割合が高くなる傾向がみられ、男女とも65歳以上で3割を超えています。



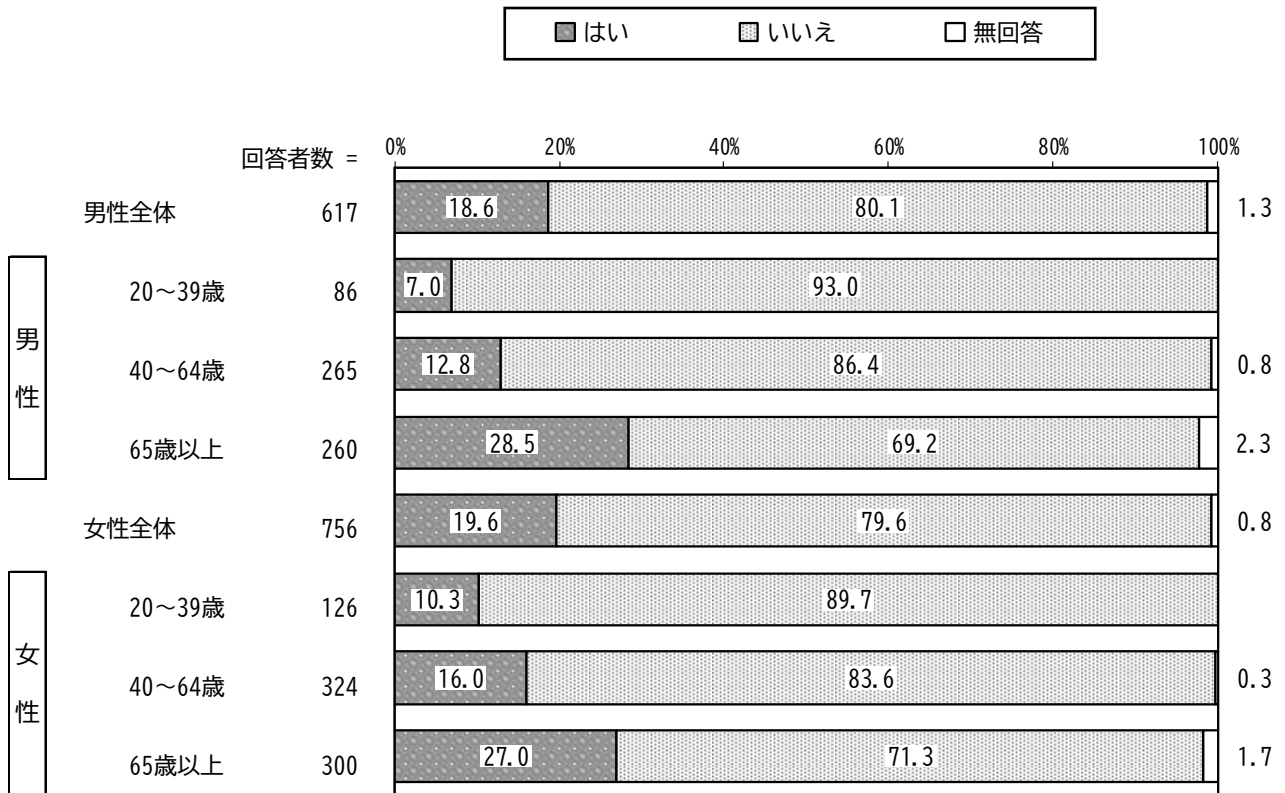
問 79 お茶や汁物等でむせることがありますか。

「はい」の割合が19.3%、「いいえ」の割合が79.7%となっています。



【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が高くなるにつれ「はい」の割合が高くなる傾向がみられ、65歳以上で約3割となっています。

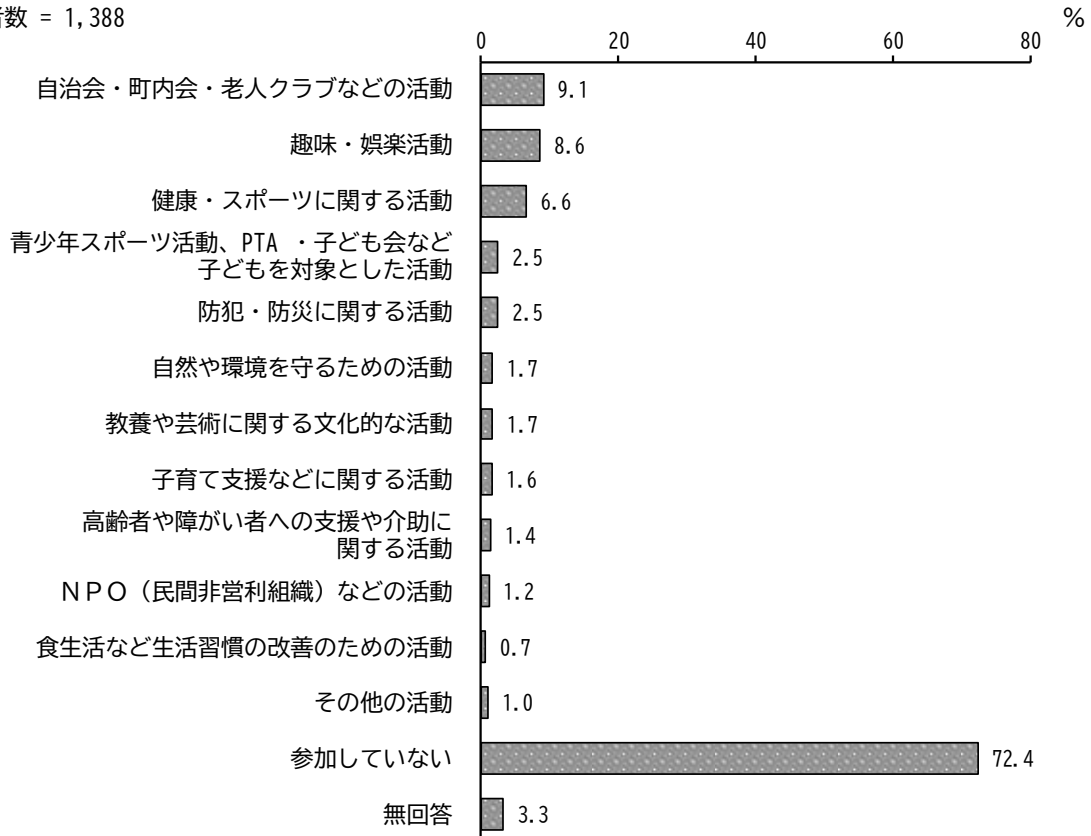


(7) 地域での活動やかかわりについて

問 80 あなたの地域におけるボランティア活動や趣味のグループの参加状況について、お聞きします。参加している場合はどのような活動内容ですか。
(あてはまるものすべてに○、ただし、参加していない場合は「参加していない」をお選びください。)

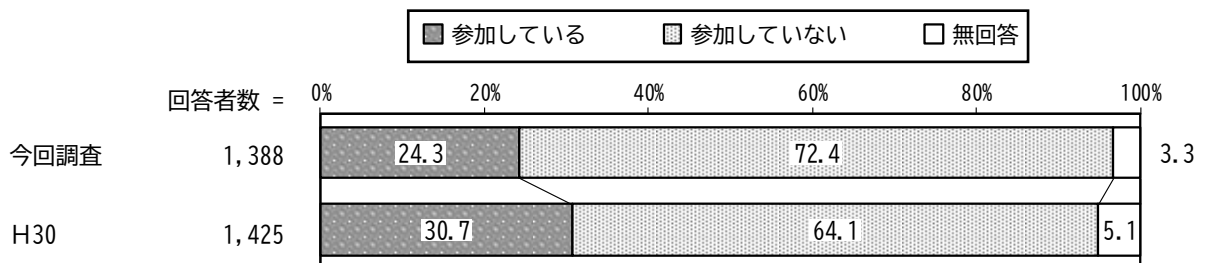
「参加していない」の割合が72.4%と最も高くなっています。

回答者数 = 1,388

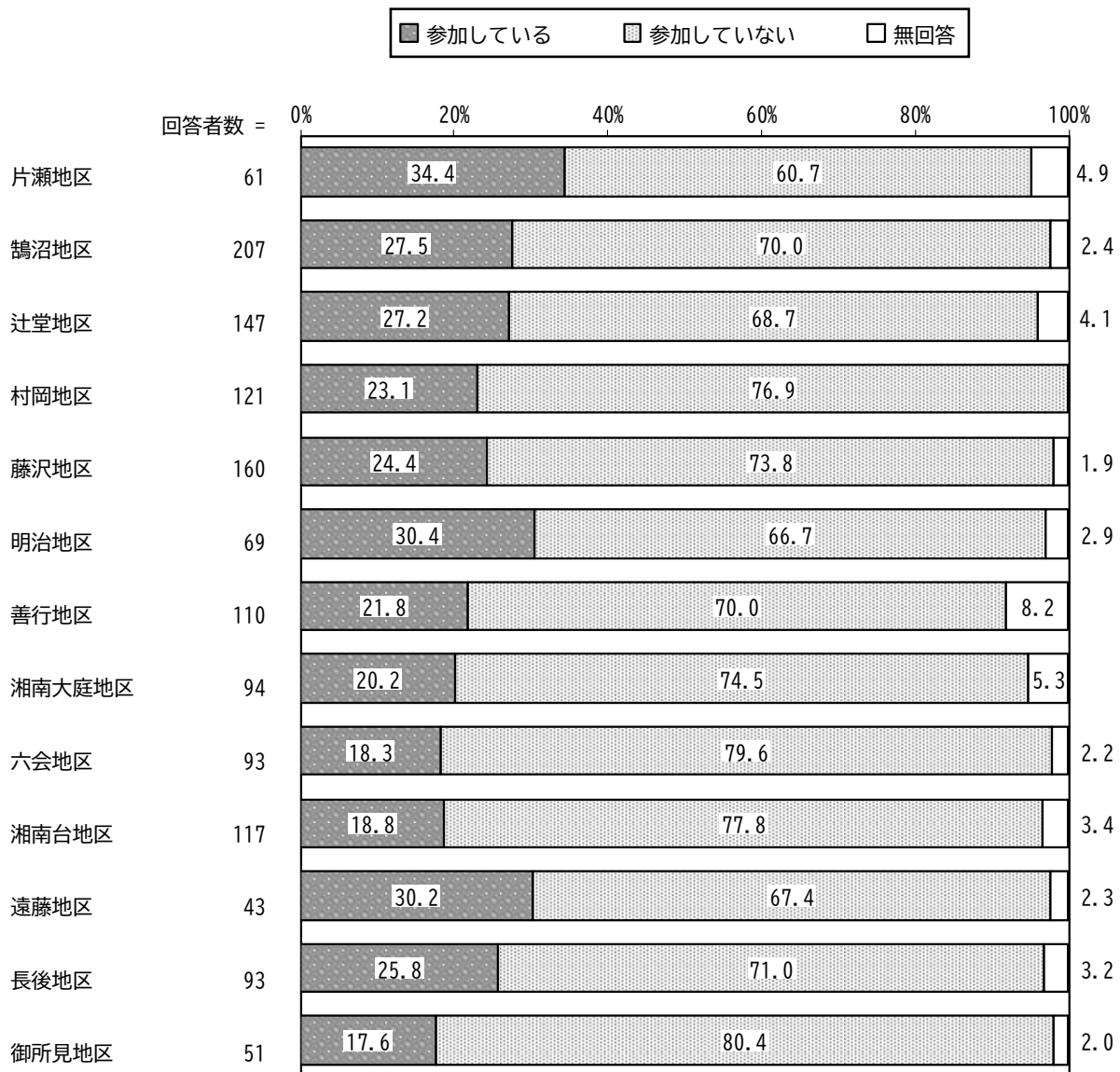


【経年比較】

平成30年度調査と比較すると、「参加していない」の割合が増加しています。



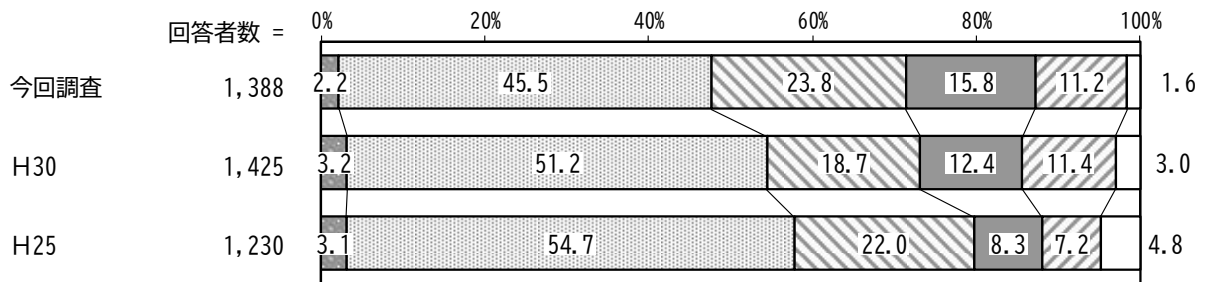
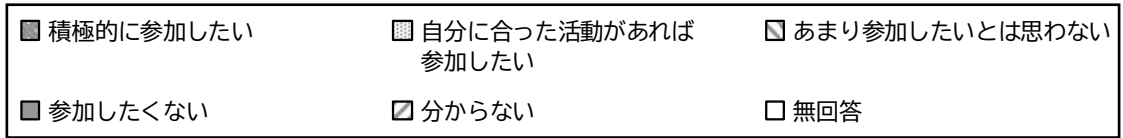
【地区別】



問 81 今後、地域での活動に参加したいと思いますか。

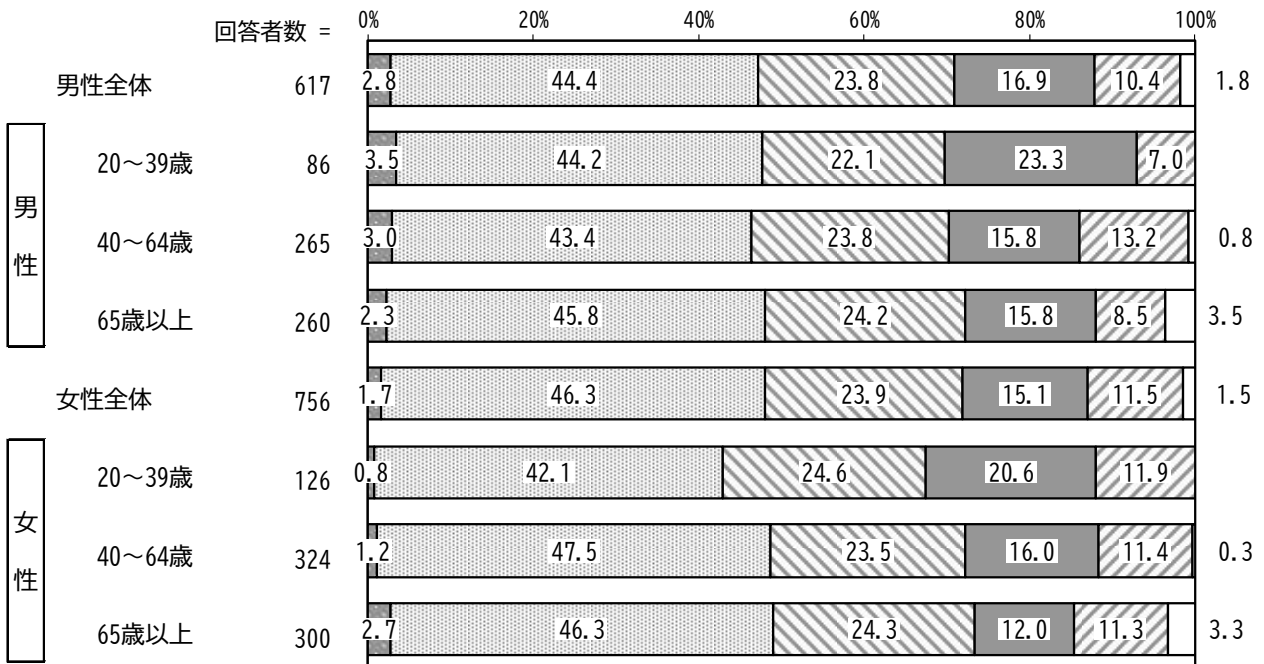
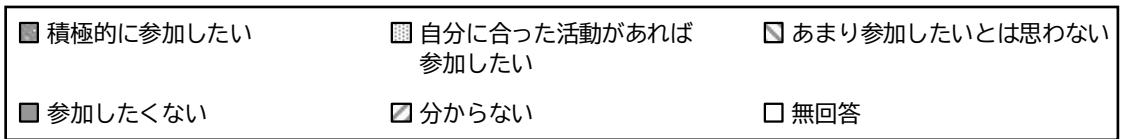
「自分に合った活動があれば参加したい」の割合が 45.5%と最も高く、次いで「あまり参加したいとは思わない」との割合が 23.8%、「参加したくない」の割合が 15.8%となっています。

平成 25 年度調査、平成 30 年度調査と比較すると、「積極的に参加したい」と「自分に合った活動があれば参加したい」をあわせた“参加したい”の割合が減少傾向となっています。



【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が低くなるにつれ「参加したくない」の割合が高くなる傾向がみられ、20～39歳で約2割となっています。

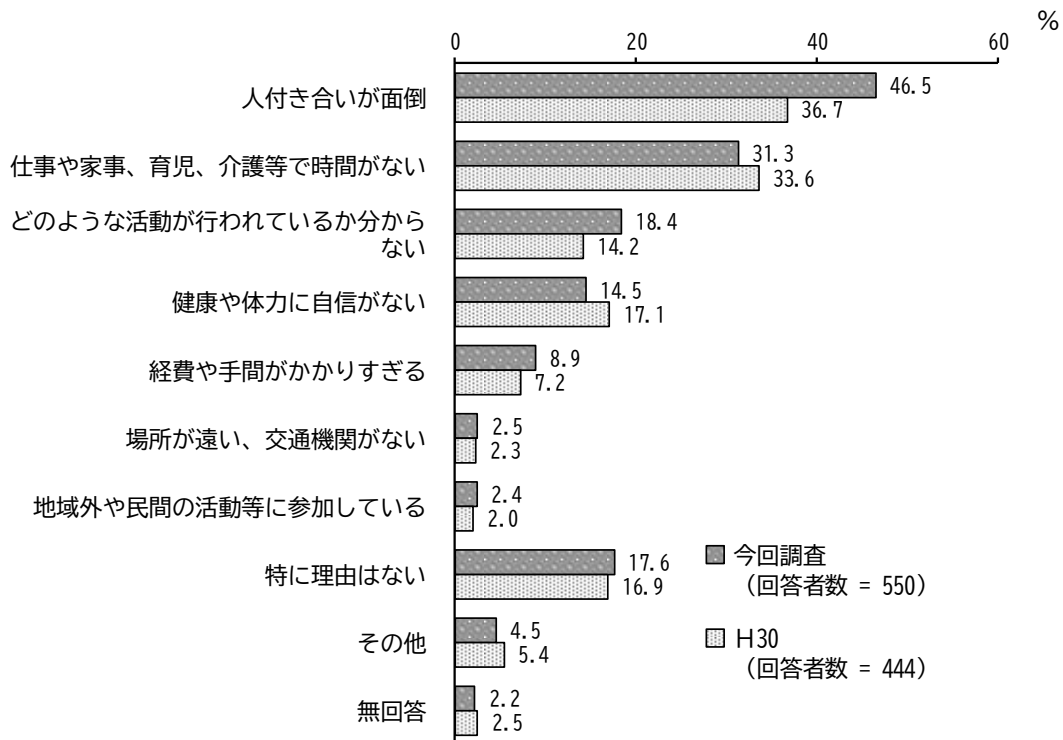


【問 81 で「あまり参加したいとは思わない」または「参加したくない」に○をつけた方にお聞きします】

問 82 あまり参加したいとは思わない、もしくは参加したくない理由は何ですか。
(あてはまるものすべてに○)

「人付き合いが面倒」の割合が 46.5%と最も高く、次いで「仕事や家事、育児、介護等で時間がない」の割合が 31.3%、「どのような活動が行われているか分からない」の割合が 18.4%となっています。

平成 30 年度調査と比較すると、「人付き合いが面倒」の割合が増加しています。

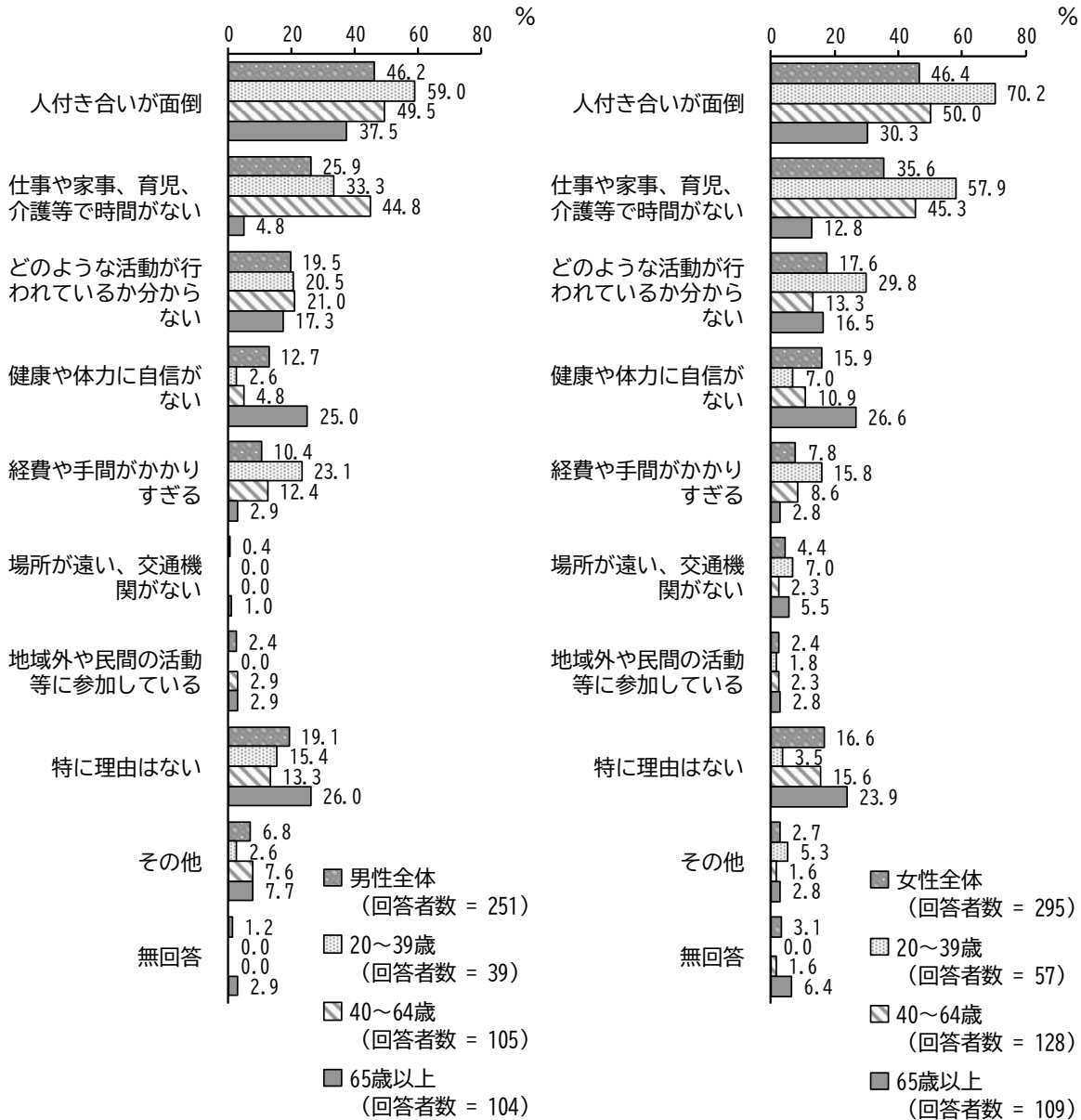


【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が低くなるにつれ「人付き合いが面倒」「経費や手間がかかりすぎる」の割合が、年齢が高くなるにつれ「健康や体力に自信がない」の割合が高くなる傾向がみられます。また、男性 20～39 歳で「経費や手間がかかりすぎる」の割合が、女性 20～39 歳で「どのような活動が行われているか分からない」の割合が高くなっています。

【男性】

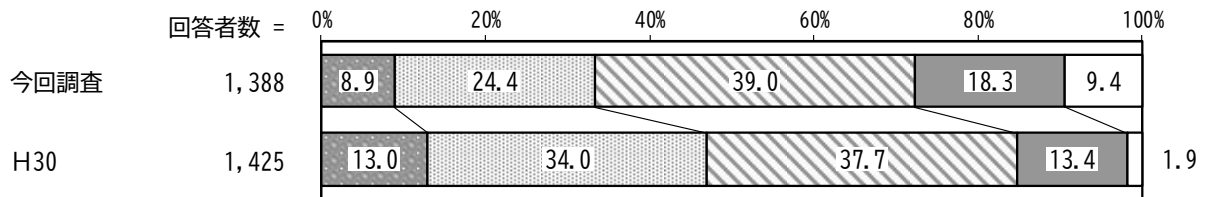
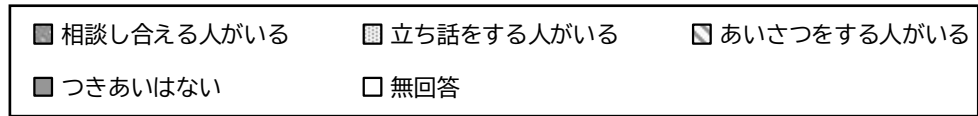
【女性】



問 83 あなたは、地域の人との程度かかわりを持っていますか。

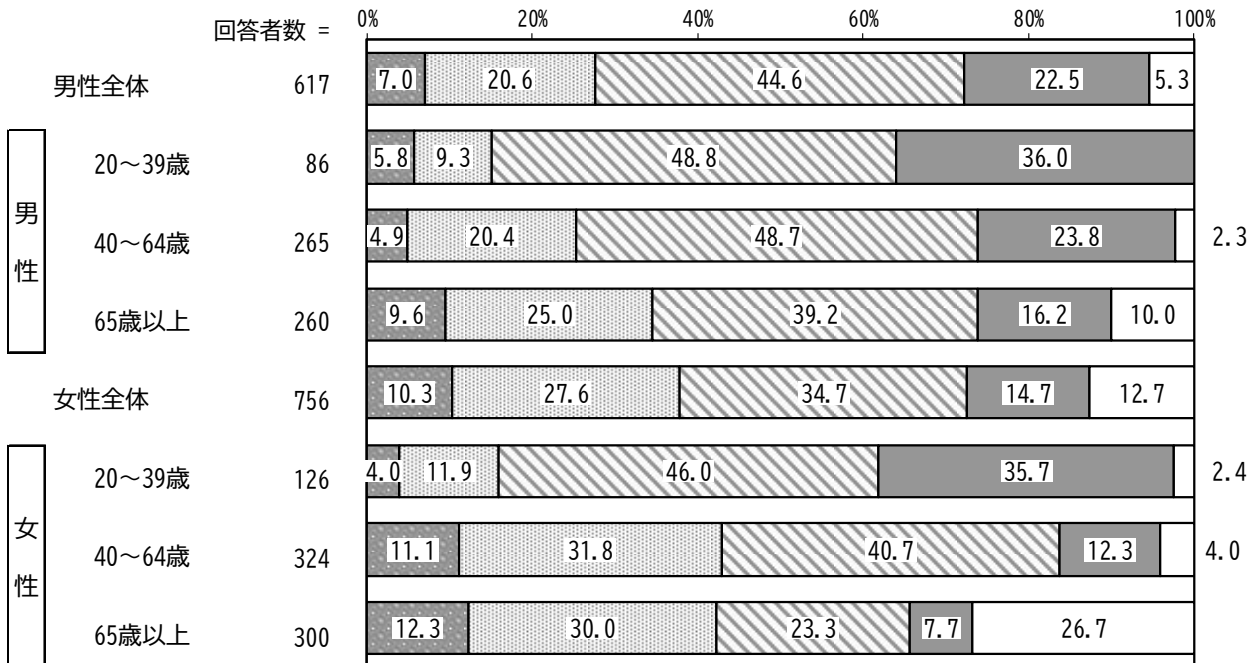
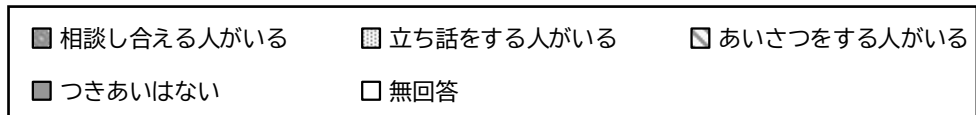
「あいさつをする人がいる」の割合が 39.0%と最も高く、次いで「立ち話をする人がいる」の割合が 24.4%、「つきあいはない」の割合が 18.3%となっています。

平成 30 年度調査と比較すると、「相談し合える人がいる」の割合が減少し、「あいさつをする人がいる」「つきあいはない」の割合が増加しています。

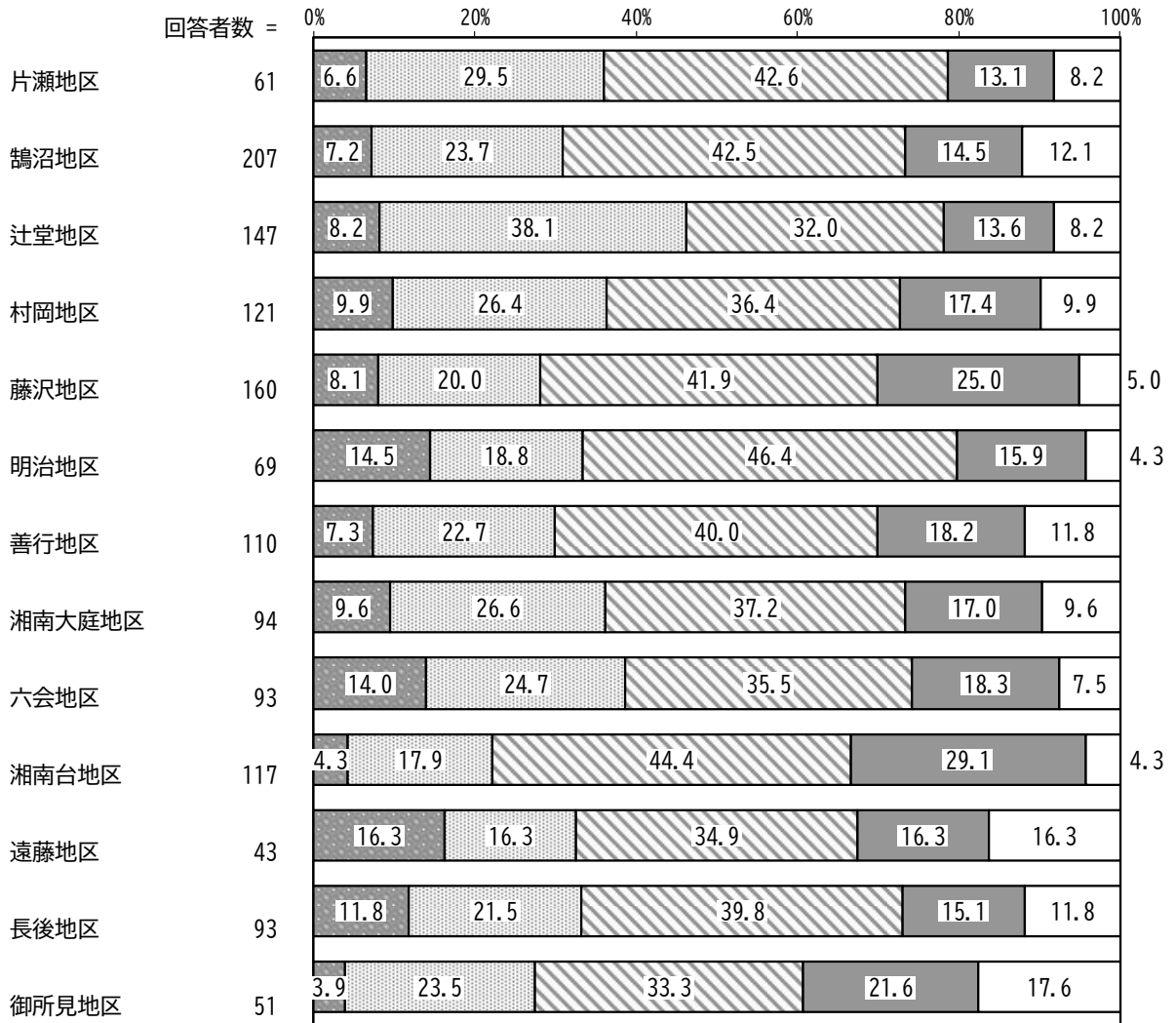
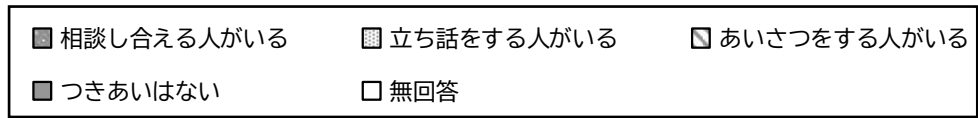


【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、女性で年齢が高くなるにつれ「相談し合える人がいる」の割合が、男性で年齢が高くなるにつれ「立ち話をする人がいる」の割合が高くなる傾向がみられます。また、男女とも年齢が低くなるにつれ「つきあいはない」の割合が高くなる傾向がみられます。



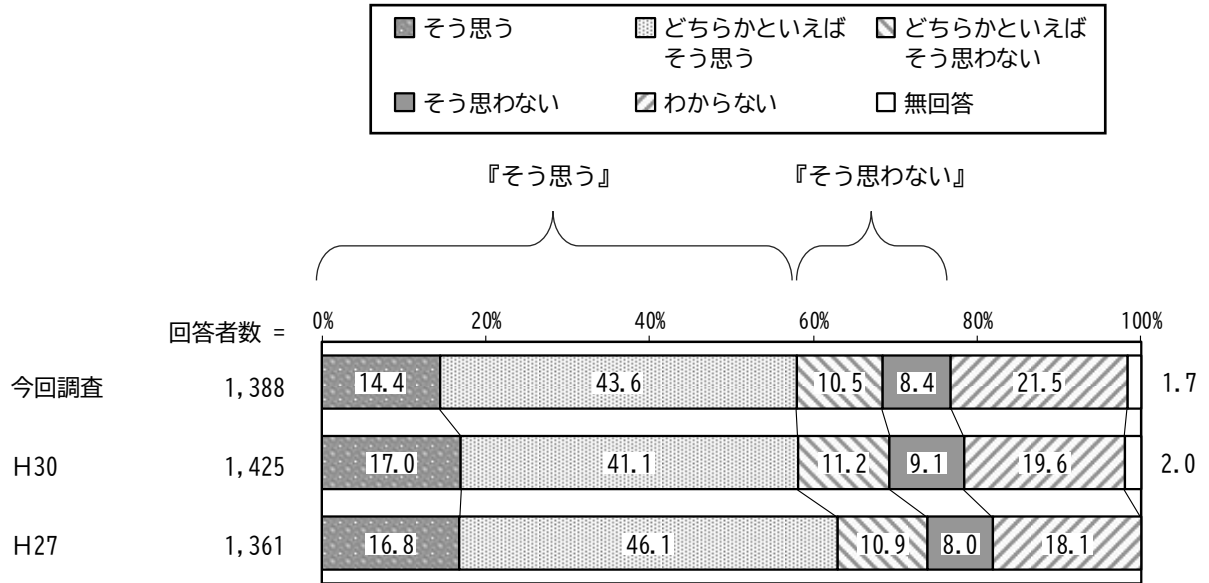
【地区別】



問 84 あなたのお住まいの地域は、困ったときに助け合い、支えあうと思いますか。

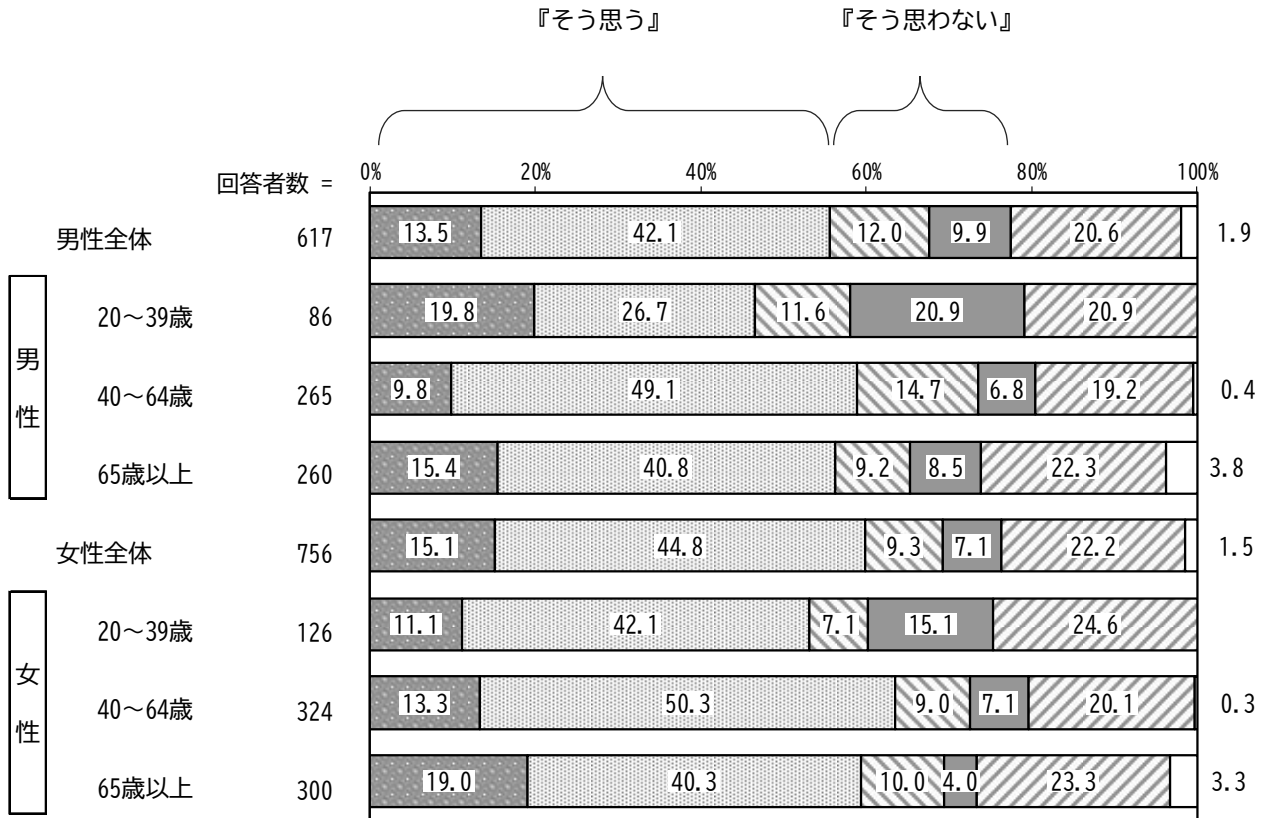
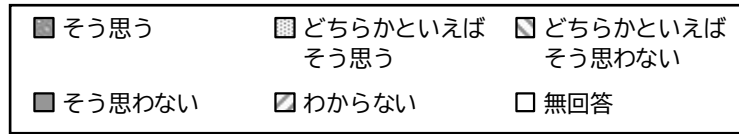
「どちらかといえばそう思う」の割合が 43.6%と最も高く、次いで「わからない」の割合が 21.5%、「そう思う」の割合が 14.4%となっています。「そう思う」と「どちらかといえばそう思う」をあわせた“困ったときに助け合い、支えあうと思う”の割合は 58.0%となっています。

平成 27 年度調査、平成 30 年度調査と比較すると、“困ったときに助け合い、支えあうと思う”は平成 30 年度以降、減少しています。また、「わからない」が増加傾向となっています。



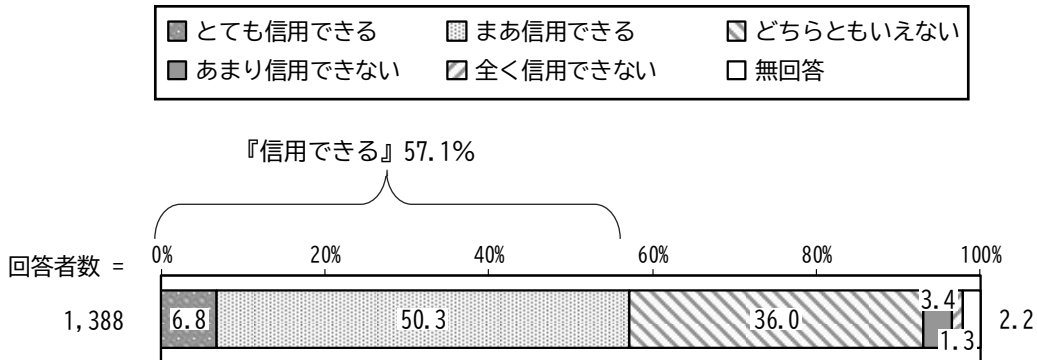
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、女性 40～64 歳で“困ったときに助け合い、支えあうと思う”の割合が高くなっています。また、男性 20～39 歳で「そう思わない」の割合が高くなっています。



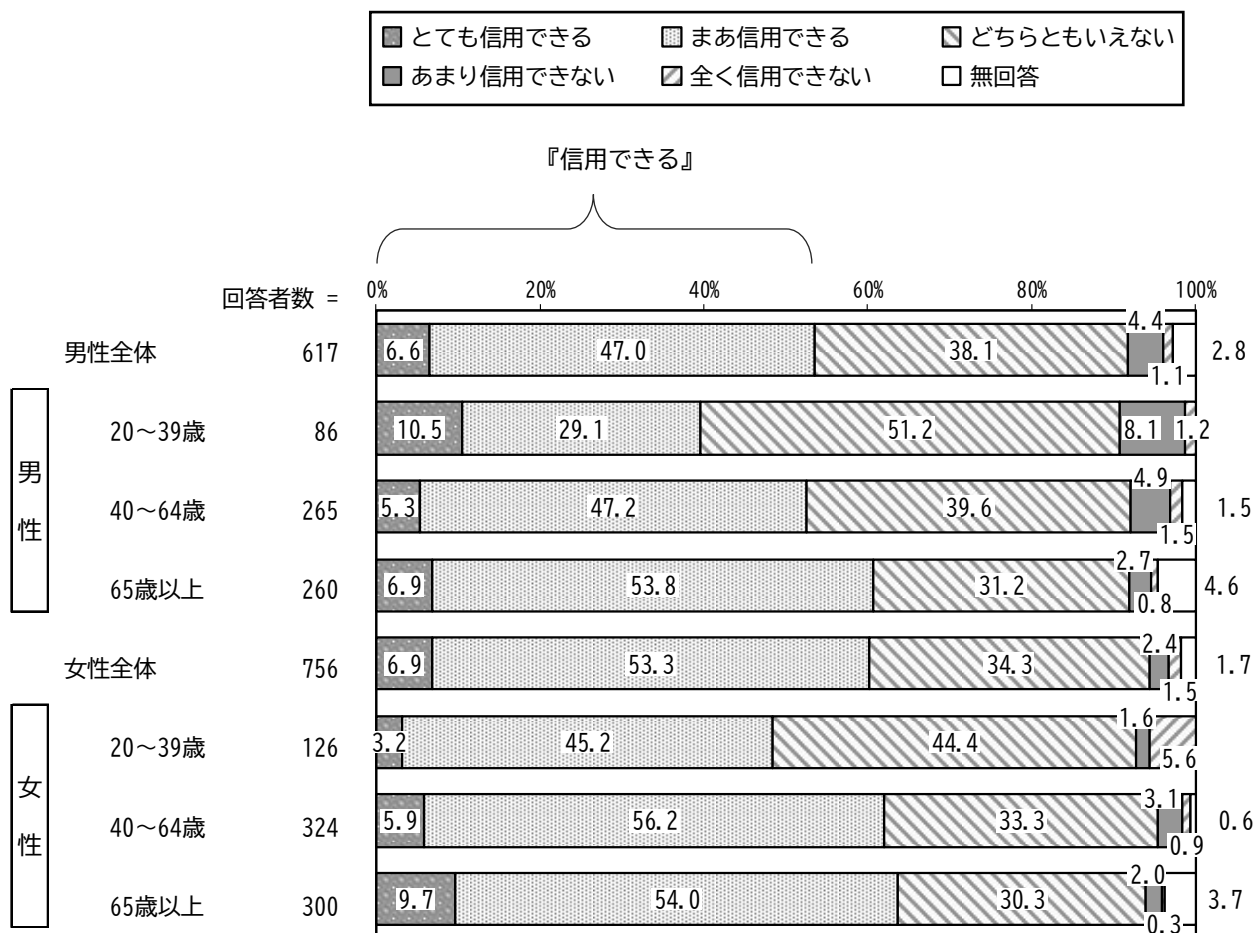
問 85 あなたの地域の人々は、一般的に信用できると思いますか。
 (あてはまるもの1つに○)

「まあ信用できる」の割合が 50.3%と最も高く、次いで「どちらともいえない」の割合が 36.0%となっています。「とても信用できる」と「まあ信用できる」をあわせた“信用できる”の割合は 57.1%となっています。

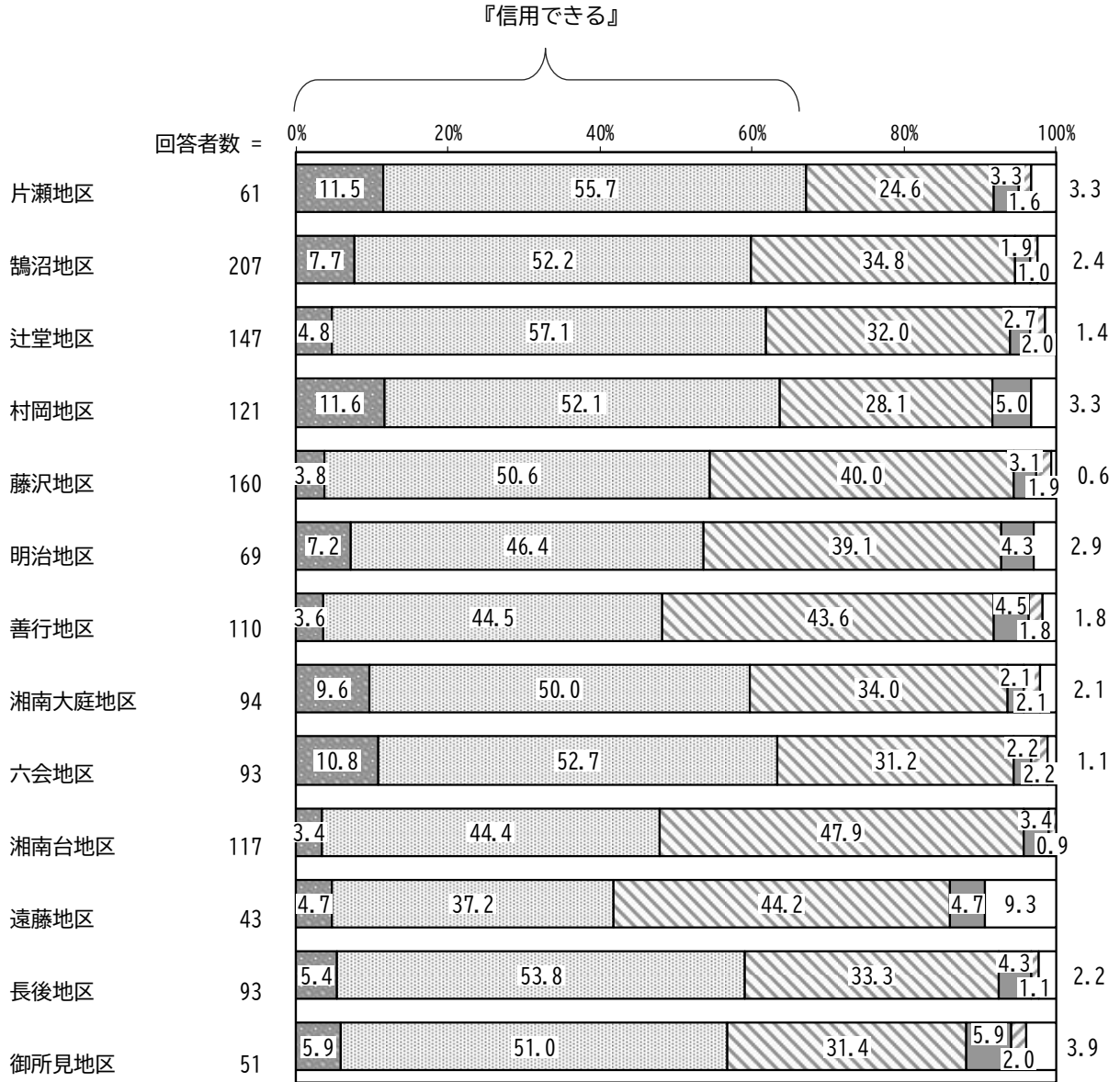
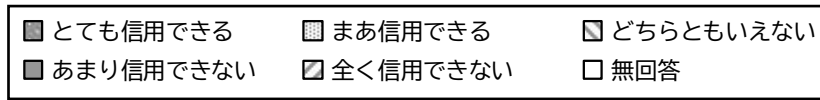


【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が高くなるにつれ“信用できる”の割合が高くなる傾向がみられ、男女とも 65 歳以上で約 6 割となっています。

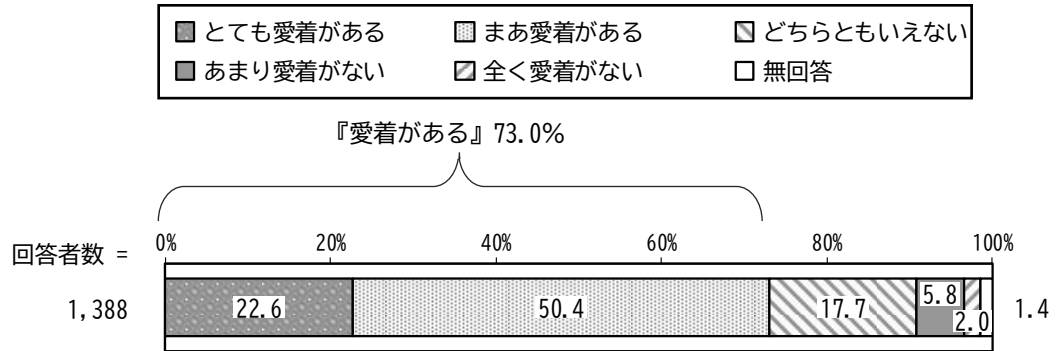


【地区別】



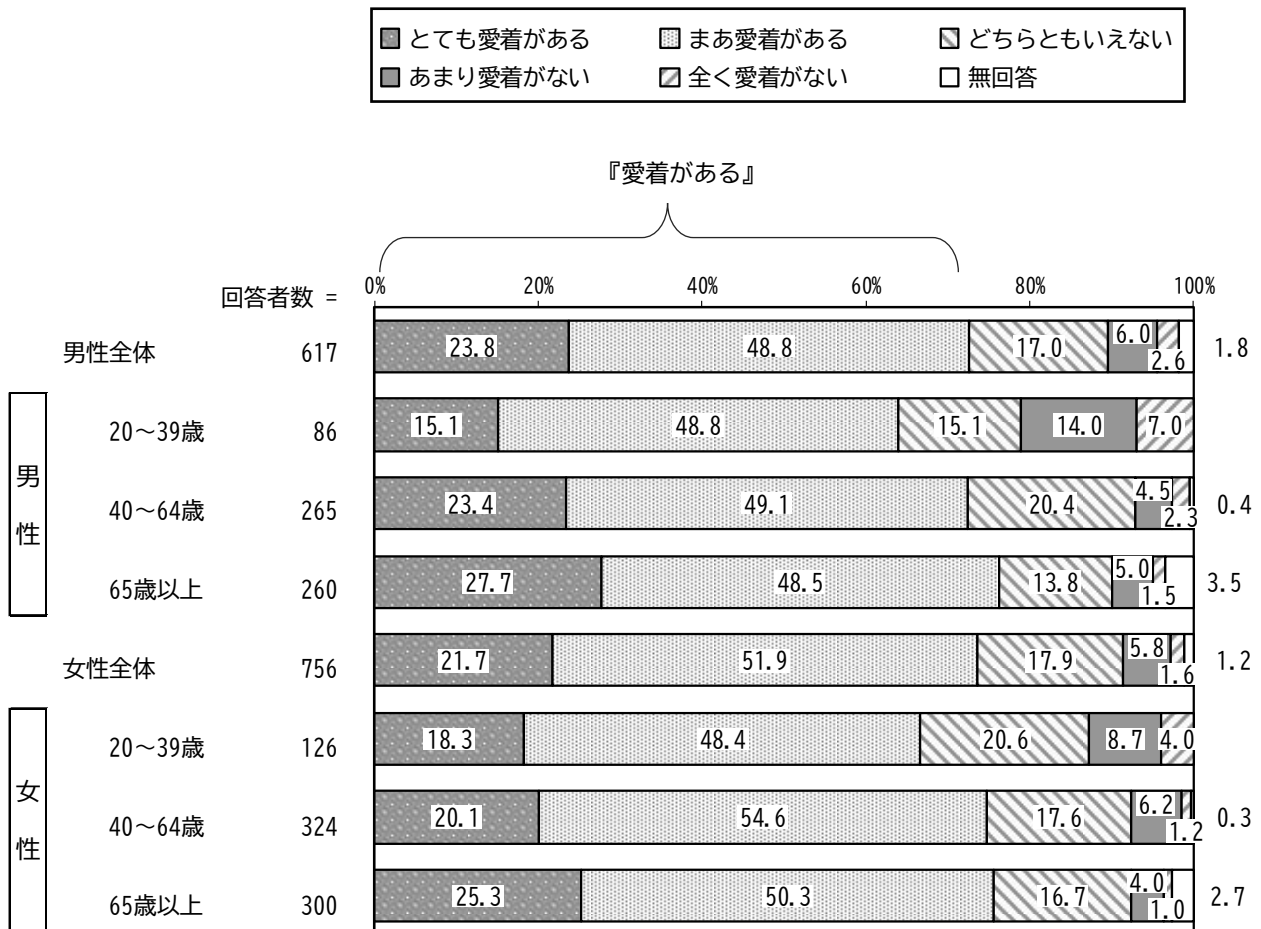
問 86 あなたは現在住んでいる地域に、どの程度愛着がありますか。
 (あてはまるもの1つに○)

「まあ愛着がある」の割合が 50.4%と最も高く、次いで「とても愛着がある」の割合が 22.6%、「どちらともいえない」の割合が 17.7%となっています。「とても愛着がある」と「まあ愛着がある」をあわせた“愛着がある”の割合は 73.0%となっています。

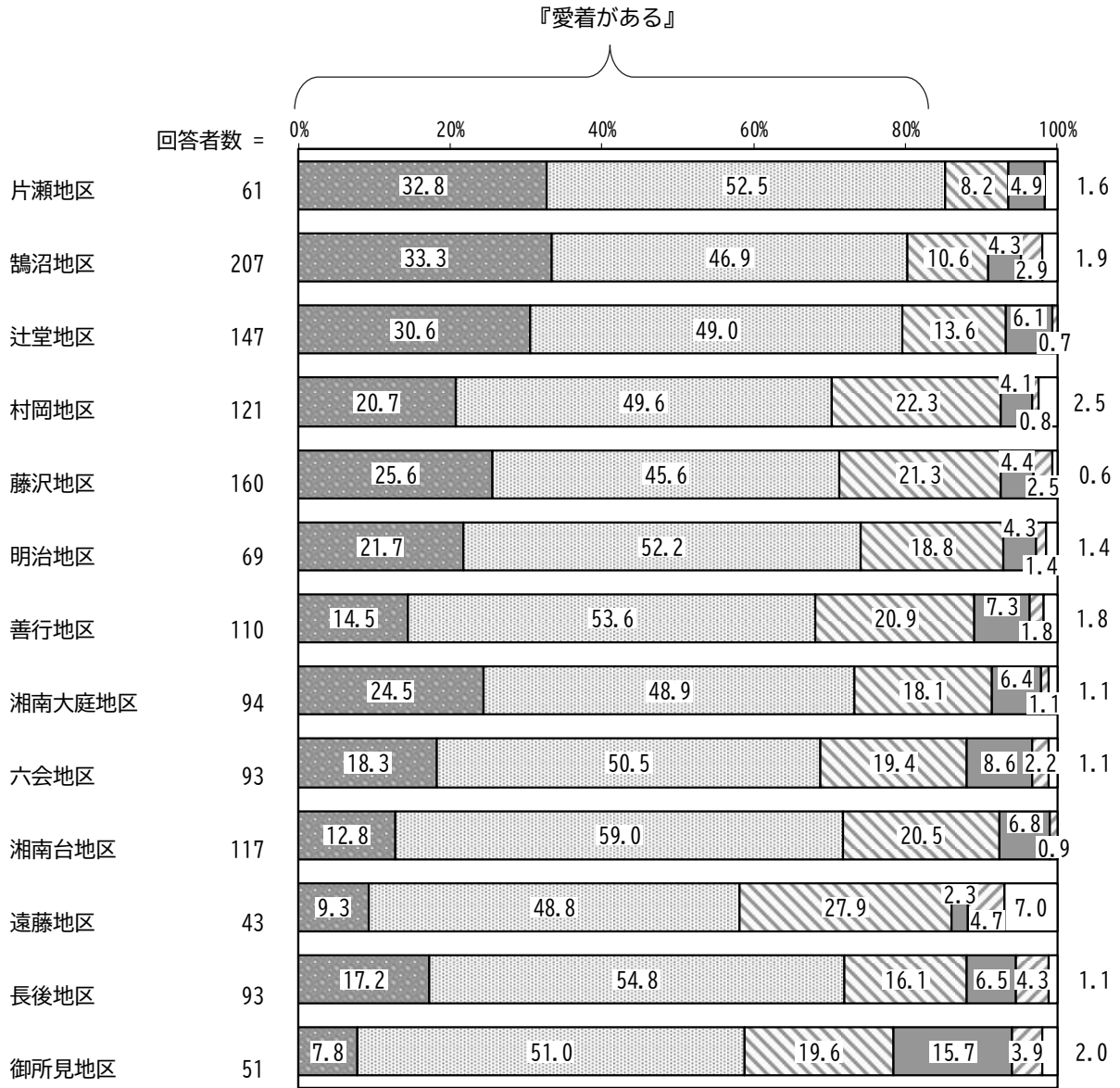
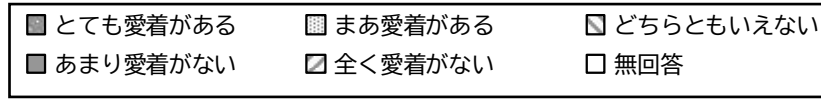


【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が高くなるにつれ“愛着がある”の割合が高くなる傾向がみられ、男女とも 65 歳以上で 7 割半ばとなっています。



【地区別】



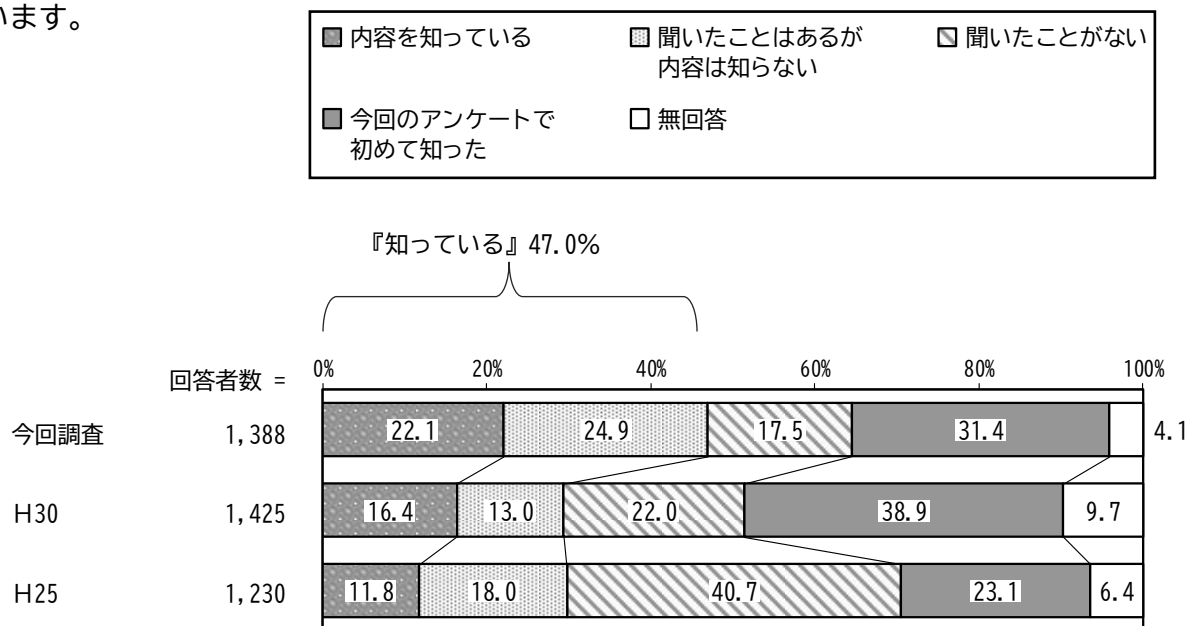
(8) 健康と生活に関連して

○問 87 次の言葉をご存知ですか。(それぞれあてはまるもの1つに○)

1. COPD

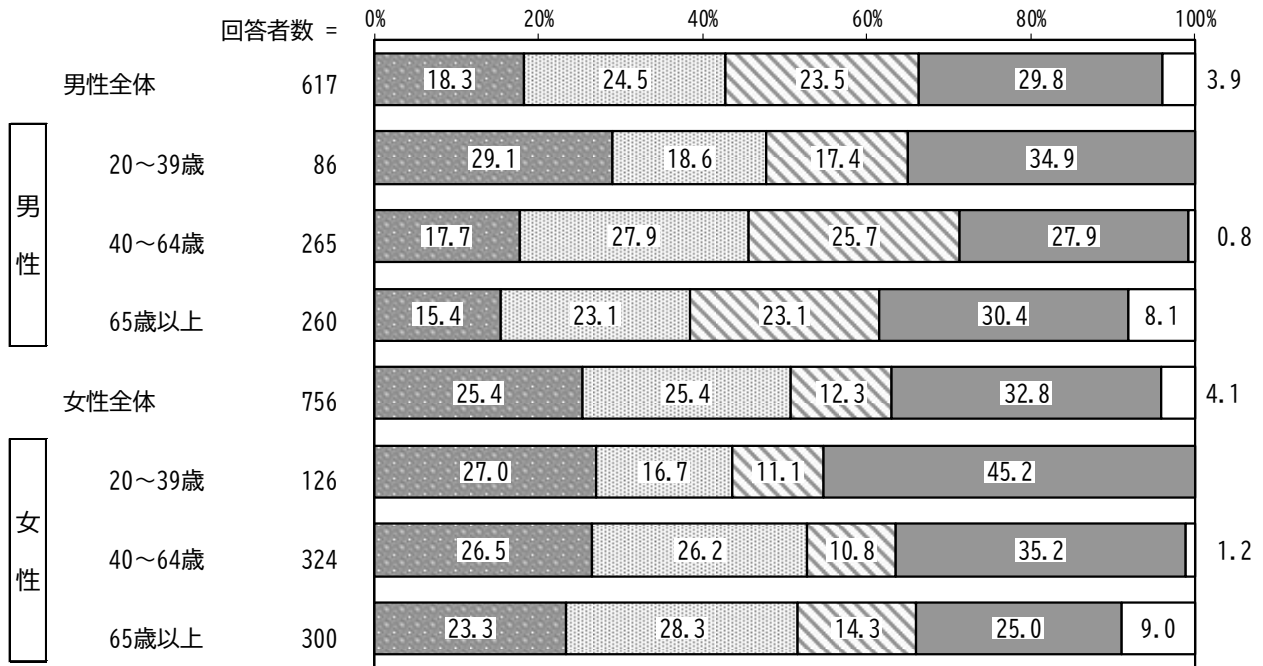
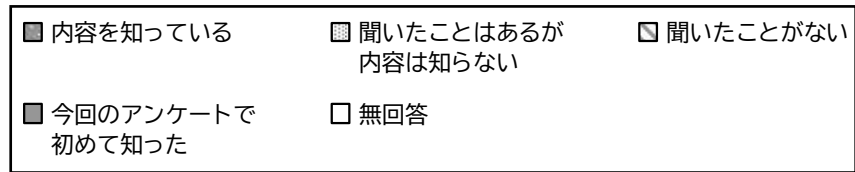
「今回のアンケートで初めて知った」の割合が31.4%と最も高く、次いで「聞いたことはあるが内容は知らない」の割合が24.9%、「内容を知っている」の割合が22.1%となっています。「内容を知っている」と「聞いたことはあるが内容は知らない」をあわせた“知っている”の割合は47.0%となっています。

平成 25 年度調査、平成 30 年度調査と比較すると、“知っている”の割合が増加傾向となっています。



【性別・年齢別】

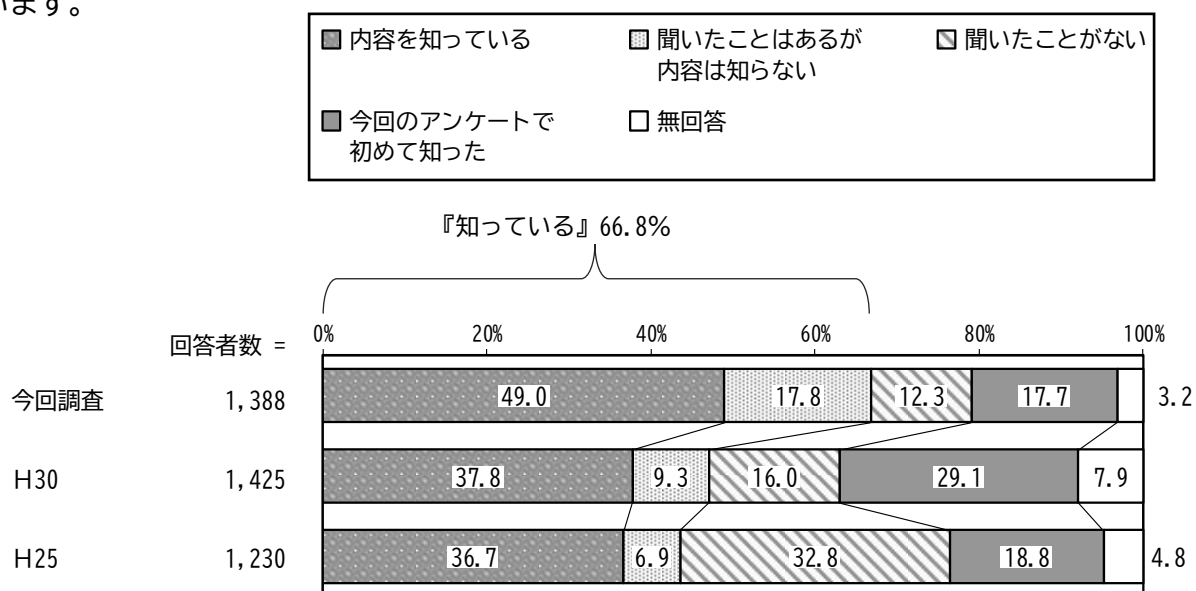
性別・年齢別にみると、女性に比べ、男性で「聞いたことがない」の割合が高くなっています。また、女性 20～39 歳で「今回のアンケートで初めて知った」の割合が最も高くなっています。



2. 8020 運動

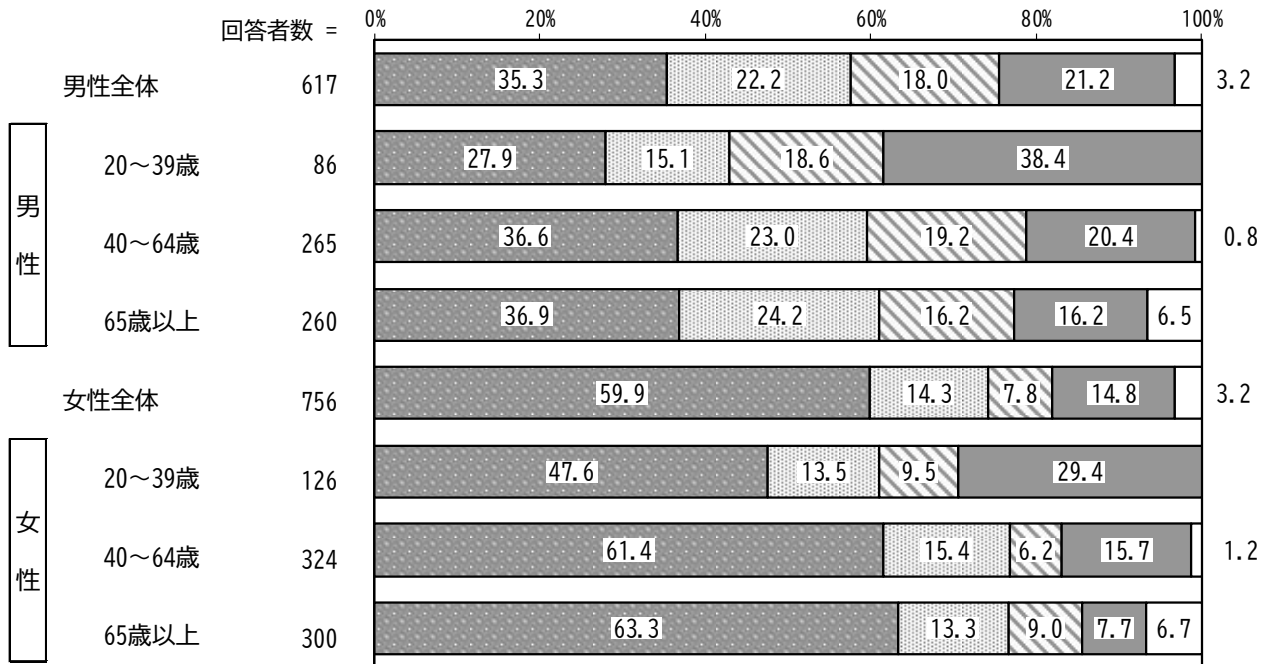
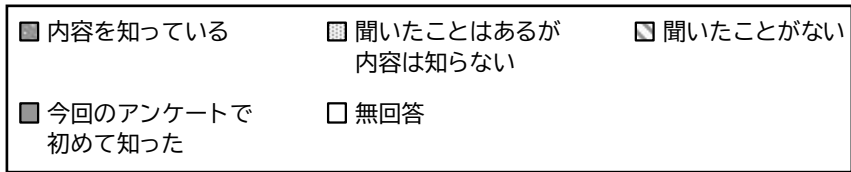
「内容を知っている」の割合が 49.0%と最も高く、次いで「聞いたことはあるが内容は知らない」の割合が 17.8%、「今回のアンケートで初めて知った」の割合が 17.7%となっています。「内容を知っている」と「聞いたことはあるが内容は知らない」をあわせた“知っている”の割合は 66.8%となっています。

平成 25 年度調査、平成 30 年度調査と比較すると、“知っている”の割合が増加傾向となっています。



【性別・年齢別】

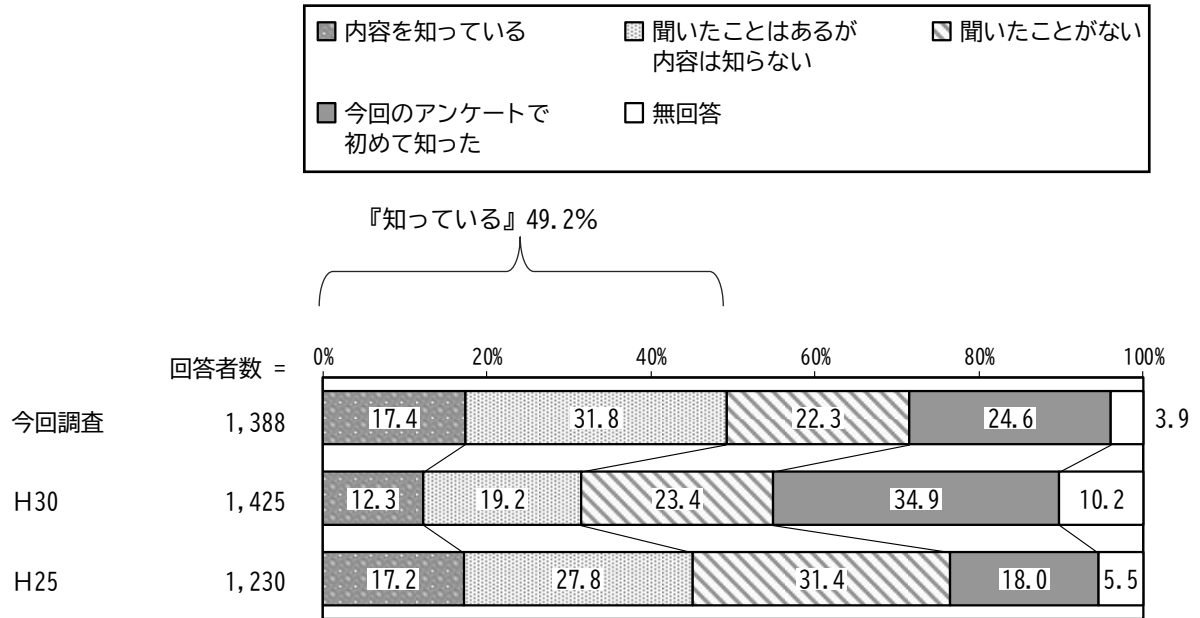
性別・年齢別にみると、年齢が低くなるにつれ「今回のアンケートで初めて知った」の割合が高くなる傾向がみられます。また、男女とも20～39歳で“知っている”の割合が低くなっています。



3. 食事バランスガイド

「聞いたことはあるが内容は知らない」の割合が31.8%と最も高く、次いで「今回のアンケートで初めて知った」の割合が24.6%、「聞いたことがない」の割合が22.3%となっています。「内容を知っている」と「聞いたことはあるが内容は知らない」をあわせた“知っている”の割合は49.2%となっています。

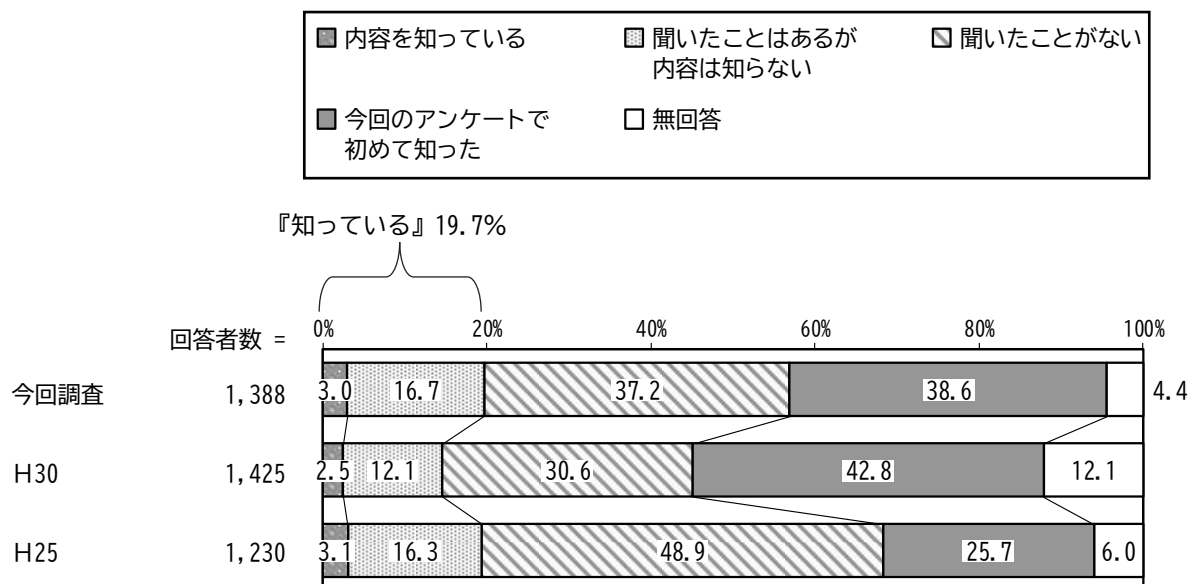
平成25年度調査、平成30年度調査と比較すると、“知っている”の割合が増加しています。



4. アクティブガイド

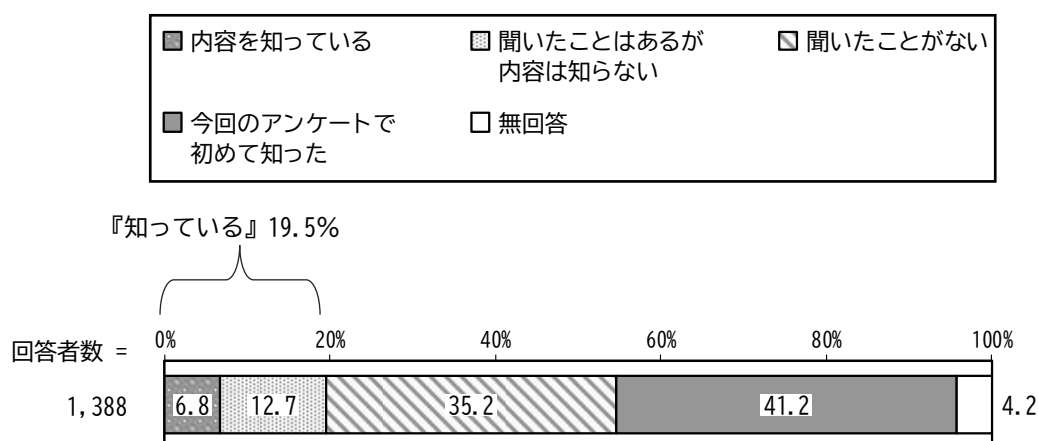
「今回のアンケートで初めて知った」の割合が 38.6%と最も高く、次いで「聞いたことがない」の割合が 37.2%、「聞いたことはあるが内容は知らない」の割合が 16.7%となっています。「内容を知っている」と「聞いたことはあるが内容は知らない」をあわせた“知っている”の割合は 19.7%となっています。

平成 30 年度調査と比較すると、「知っている」、「聞いたことがない」の割合が増加しています。



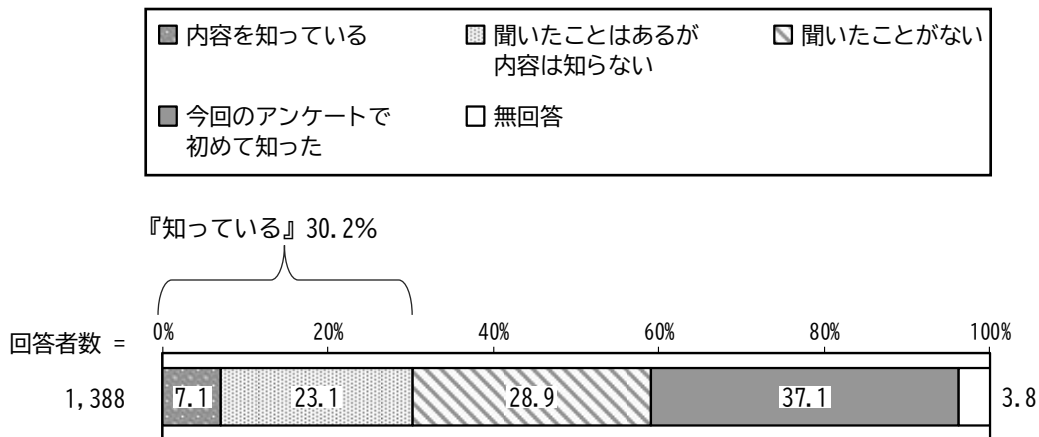
5. +10 (プラス・テン)

「今回のアンケートで初めて知った」の割合が 41.2%と最も高く、次いで「聞いたことがない」の割合が 35.2%、「聞いたことはあるが内容は知らない」の割合が 12.7%となっています。「内容を知っている」と「聞いたことはあるが内容は知らない」をあわせた“知っている”の割合は 19.5%となっています。



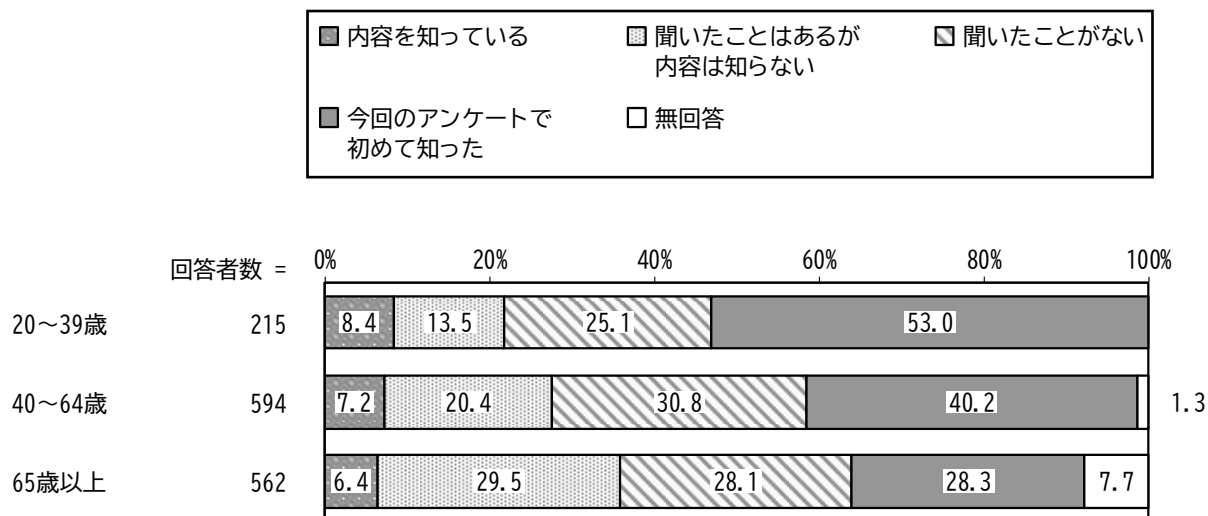
6. ふじさわ歩くプロジェクト

「今回のアンケートで初めて知った」の割合が 37.1%と最も高く、次いで「聞いたことがない」の割合が 28.9%、「聞いたことはあるが内容は知らない」の割合が 23.1%となっています。「内容を知っている」と「聞いたことはあるが内容は知らない」をあわせた“知っている”の割合は 30.2%となっています。



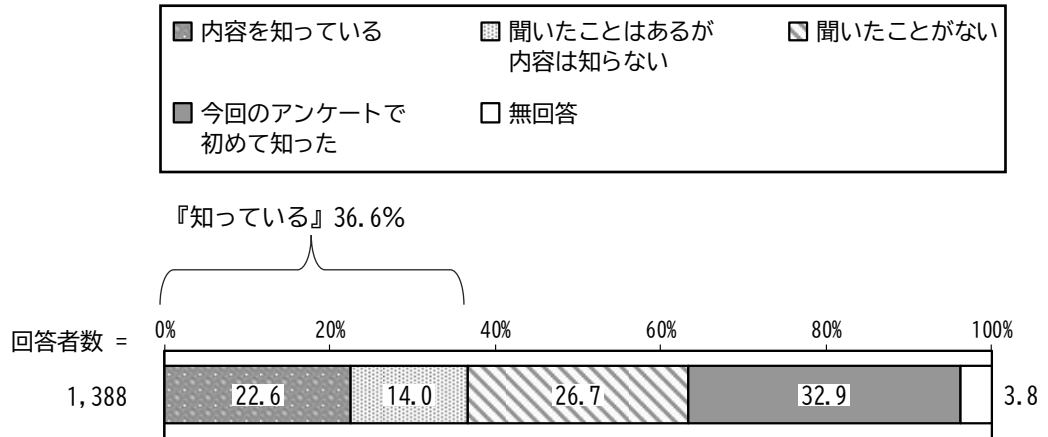
【年齢別】

年齢別にみると、20～39歳で「今回のアンケートで初めて知った」の割合が高くなっています。



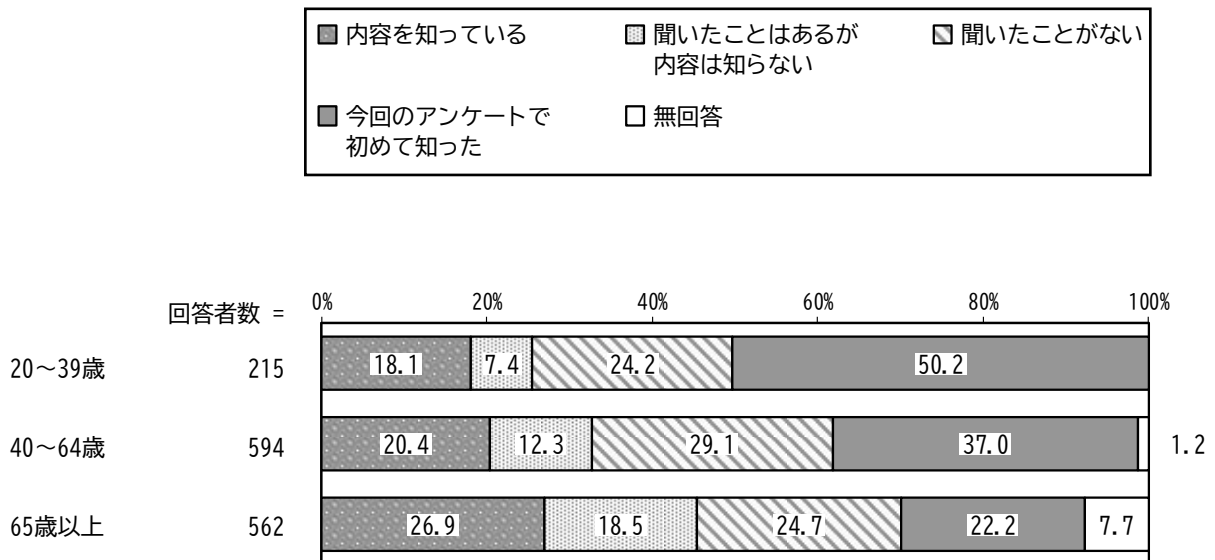
7. フレイル

「今回のアンケートで初めて知った」の割合が 32.9%と最も高く、次いで「聞いたことがない」の割合が 26.7%、「内容を知っている」の割合が 22.6%となっています。「内容を知っている」と「聞いたことはあるが内容は知らない」をあわせた“知っている”の割合は 36.6%となっています。



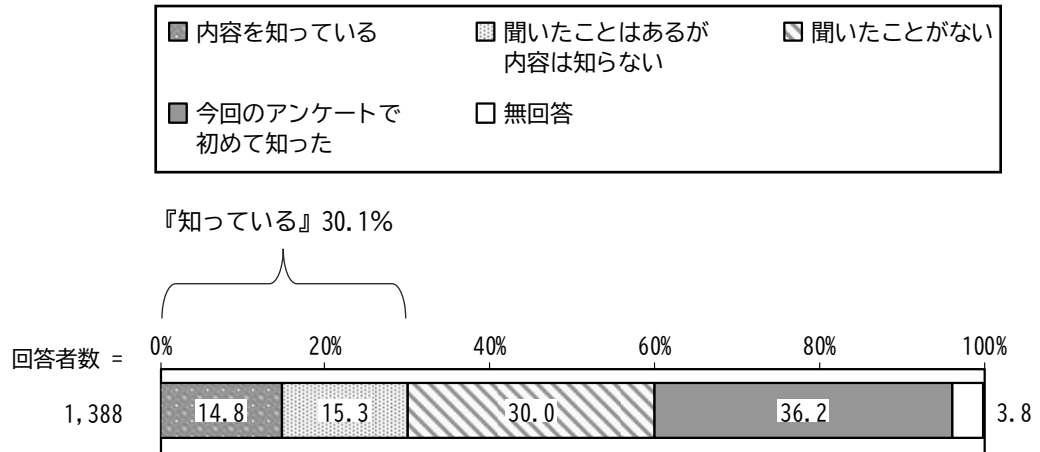
【年齢別】

年齢別にみると、20～39歳で「今回のアンケートで初めて知った」の割合が高くなっています。



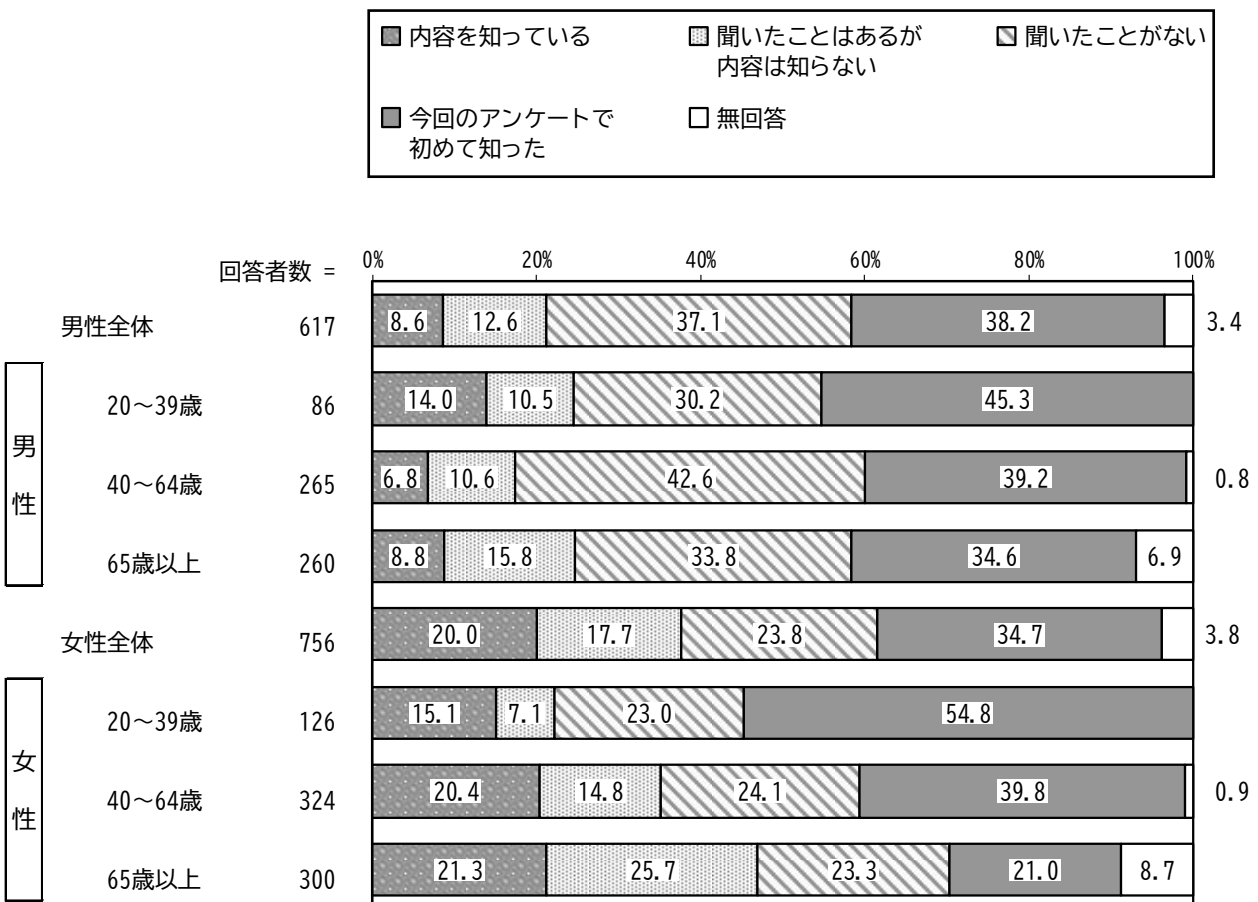
8. オーラルフレイル

「今回のアンケートで初めて知った」の割合が36.2%と最も高く、次いで「聞いたことがない」の割合が30.0%、「聞いたことはあるが内容は知らない」の割合が15.3%となっています。「内容を知っている」と「聞いたことはあるが内容は知らない」をあわせた“知っている”の割合は30.1%となっています。



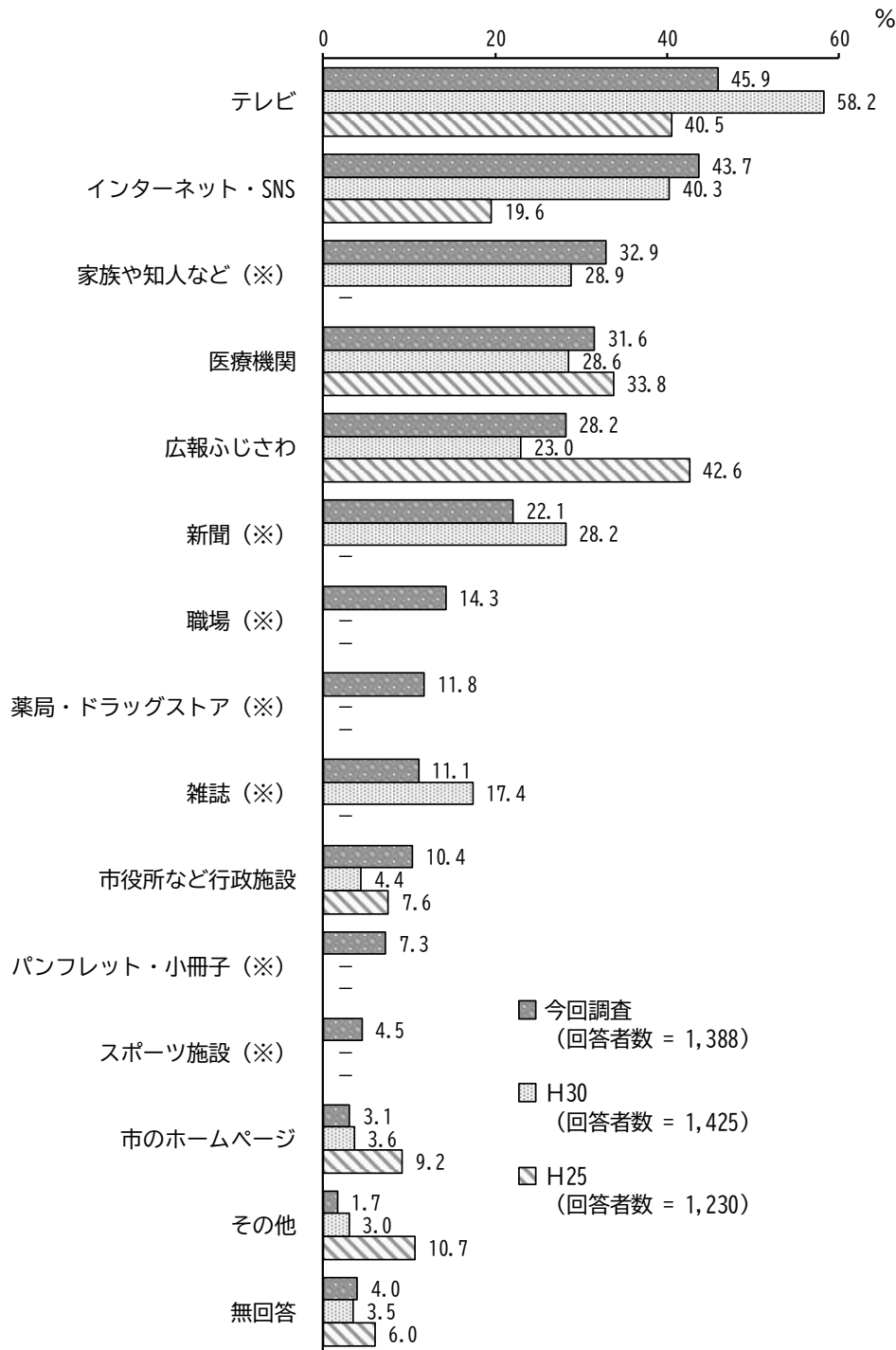
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が低くなるにつれ「今回のアンケートで初めて知った」の割合が高くなる傾向がみられ、特に女性20～39歳で5割半ばとなっています。また、女性65歳以上で“知っている”の割合が、男性40～64歳で「聞いたことがない」の割合が高くなっています。



問 88 あなたは健康に関する情報を主にどこから入手していますか。
(あてはまるものすべてに○)

「テレビ」の割合が 45.9%と最も高く、次いで「インターネット・SNS」の割合が 43.7%、「家族や知人など」の割合が 32.9%となっています。



※平成 30 年度調査、平成 25 年度調査には「スポーツ施設」「薬局・ドラッグストア」「職場」「パンフレット・小冊子」、平成 25 年度調査には「新聞」「雑誌」「家族や知人など」の選択肢はありませんでした。

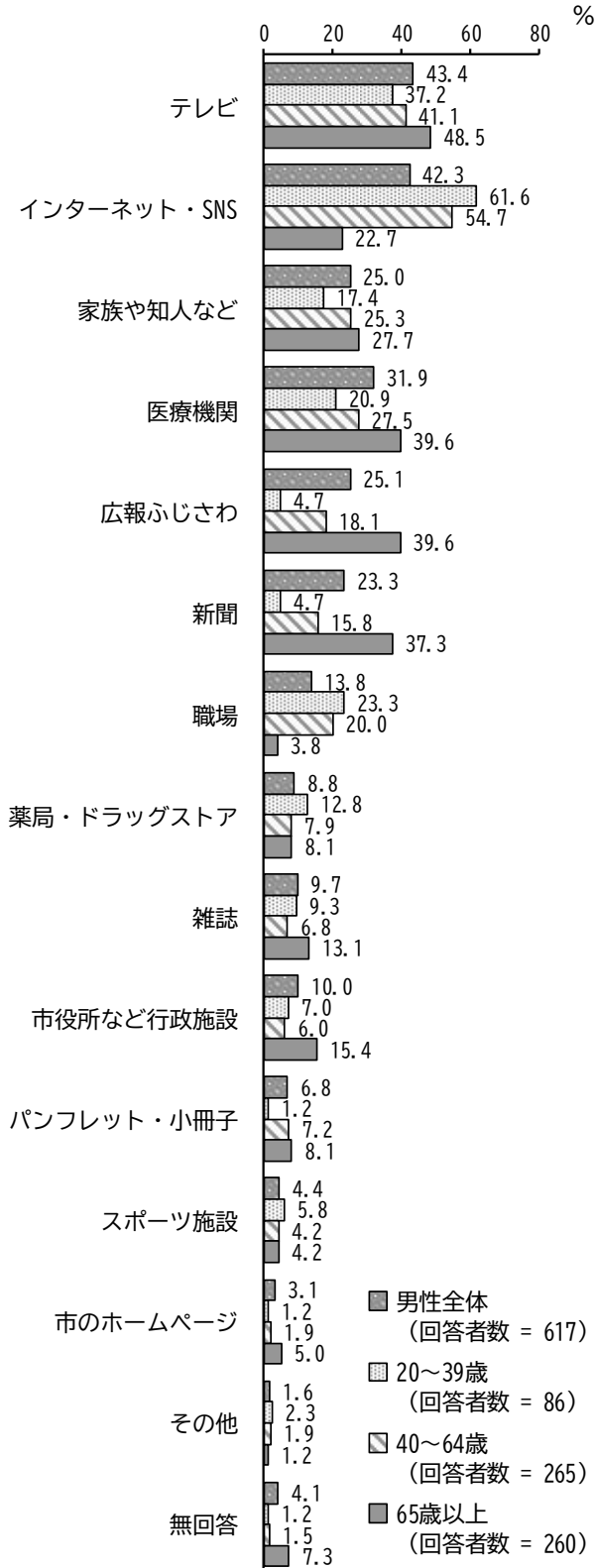
※平成 30 年度調査、平成 25 年度調査では「広報ふじさわ」の選択肢は「広報紙」となっていました。

※平成 30 年度調査、平成 25 年度調査では「インターネット・SNS」の選択肢は「インターネット」となっていました。

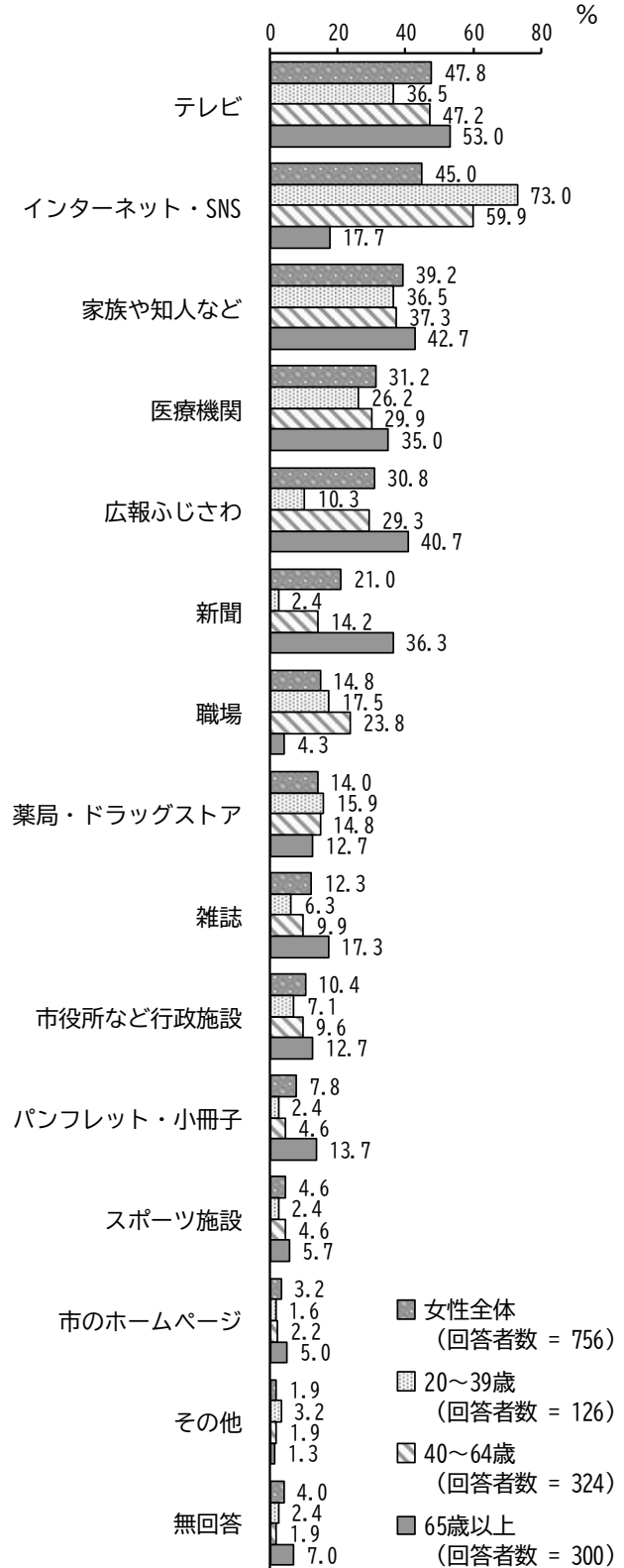
【性別・年齢別】

性別・年齢別にみると、男女とも年齢が低くなるにつれ「インターネット・SNS」の割合が高くなる傾向がみられ、特に女性20～39歳で7割を超えています。また、年齢が高くなるにつれ「市役所など行政施設」「医療機関」「新聞」「広報ふじさわ」「家族や知人など」の割合が高くなる傾向がみられます。

【男性】



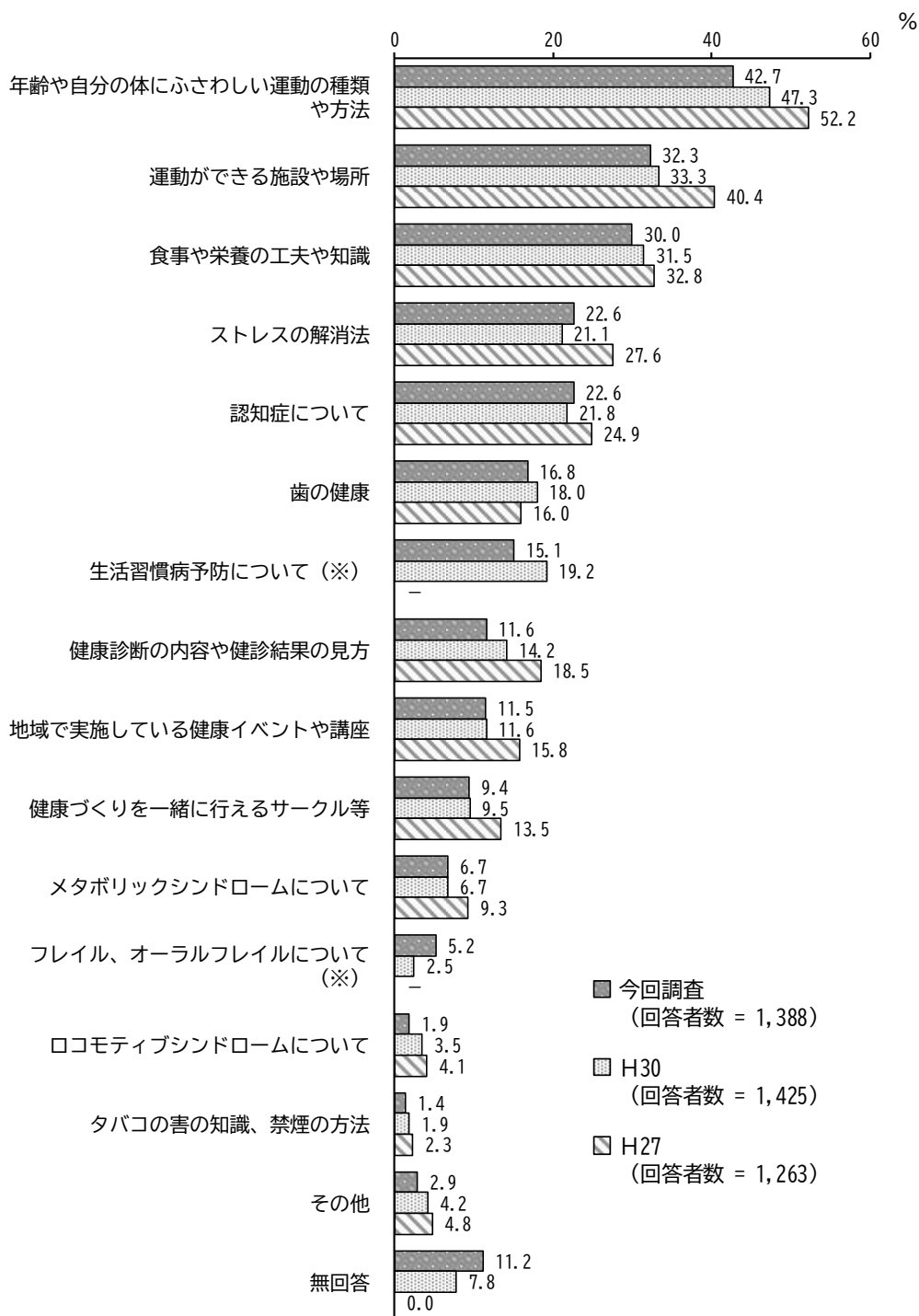
【女性】



問 89 健康づくりに関連して、あなたの知りたい情報はどんなことですか。
(あてはまるものすべてに○)

「年齢や自分の体にふさわしい運動の種類や方法」の割合が42.7%と最も高く、次いで「運動ができる施設や場所」の割合が32.3%、「食事や栄養の工夫や知識」の割合が30.0%となっています。

平成27年度調査、平成30年度調査と比較すると、「年齢や自分の体にふさわしい運動の種類や方法」「運動ができる施設や場所」「食事や栄養の工夫や知識」で減少傾向がみられます。



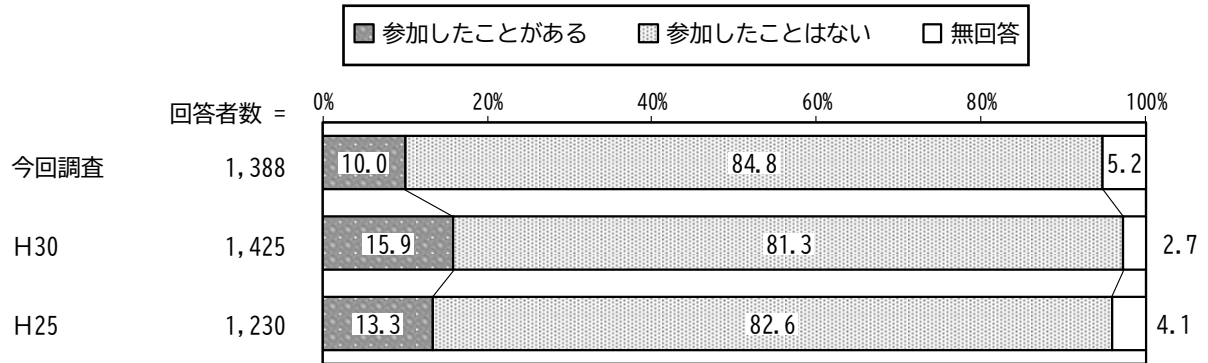
※平成27年度調査には「フレイル、オーラルフレイルについて」「生活習慣病予防について」の選択肢はありませんでした。

(9) 健康づくりに関する藤沢市への要望等について

問 90 藤沢市が実施する健康づくりに関する講座や教室、イベント等に参加したことがありますか。

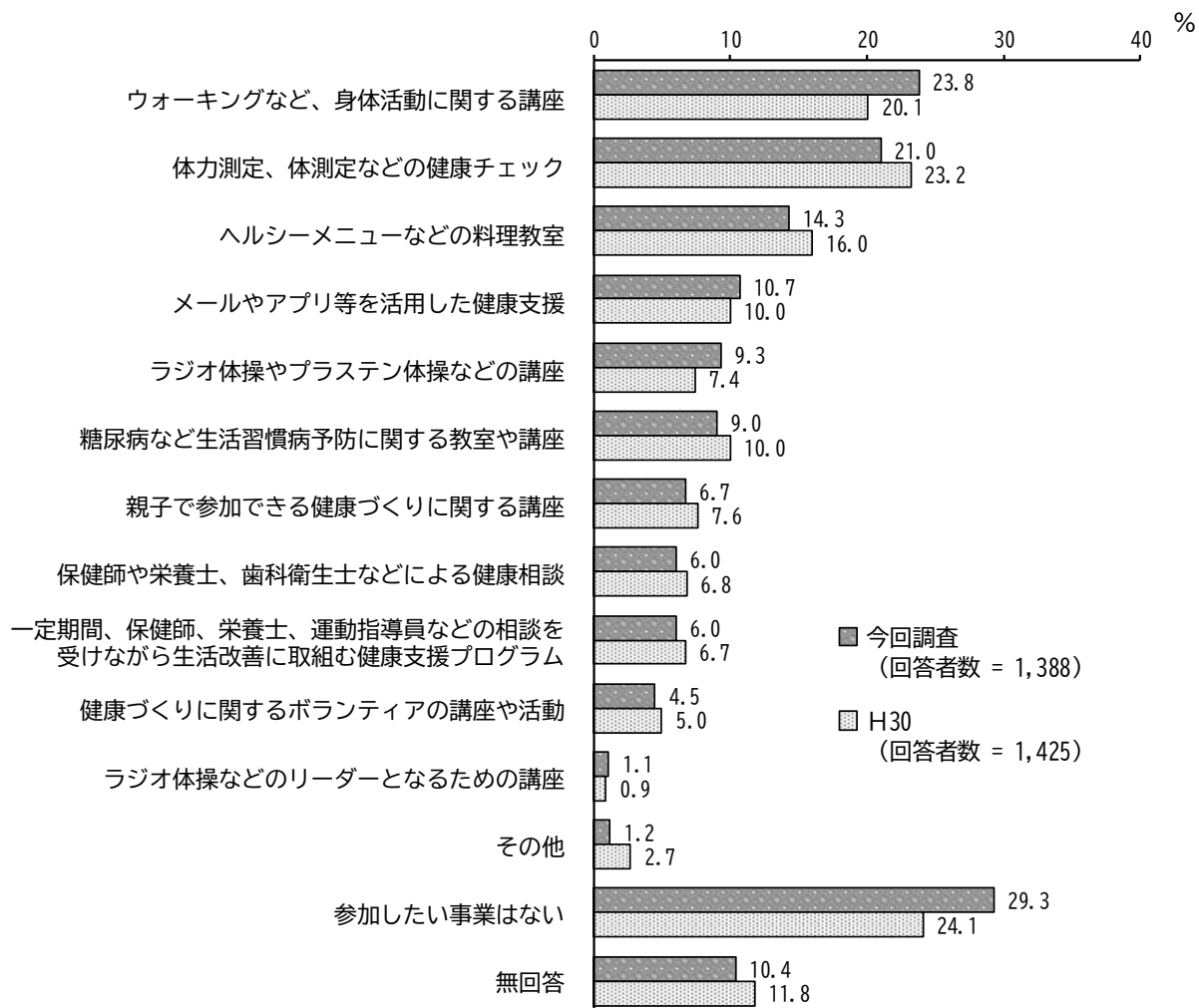
「参加したことがある」の割合が 10.0%、「参加したことはない」の割合が 84.8%となっています。

平成 30 年度調査と比較すると、「参加したことがある」の割合が減少しています。



問 91 参加したい健康づくりに関する事業は次のうちどれですか。
(あてはまるものすべてに○)

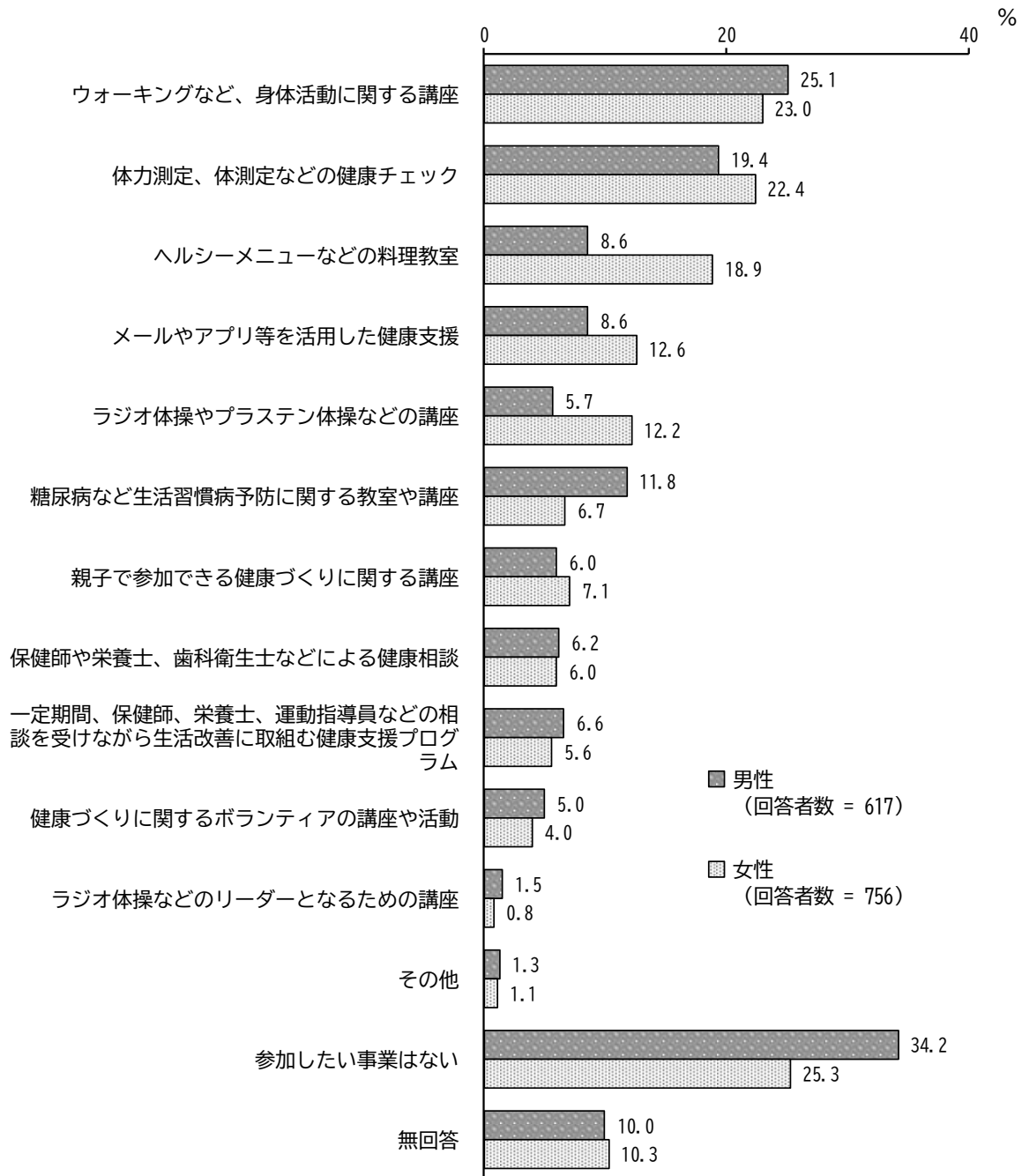
「参加したい事業はない」の割合が 29.3%と最も高く、次いで「ウォーキングなど、身体活動に関する講座」の割合が 23.8%、「体力測定、体測定などの健康チェック」の割合が 21.0%となっています。



※平成 30 年度調査、平成 25 年度調査では「糖尿病など生活習慣病予防に関する教室や講座」の選択肢は「糖尿病など生活習慣病予防に関する教室や講演会」となっていました。

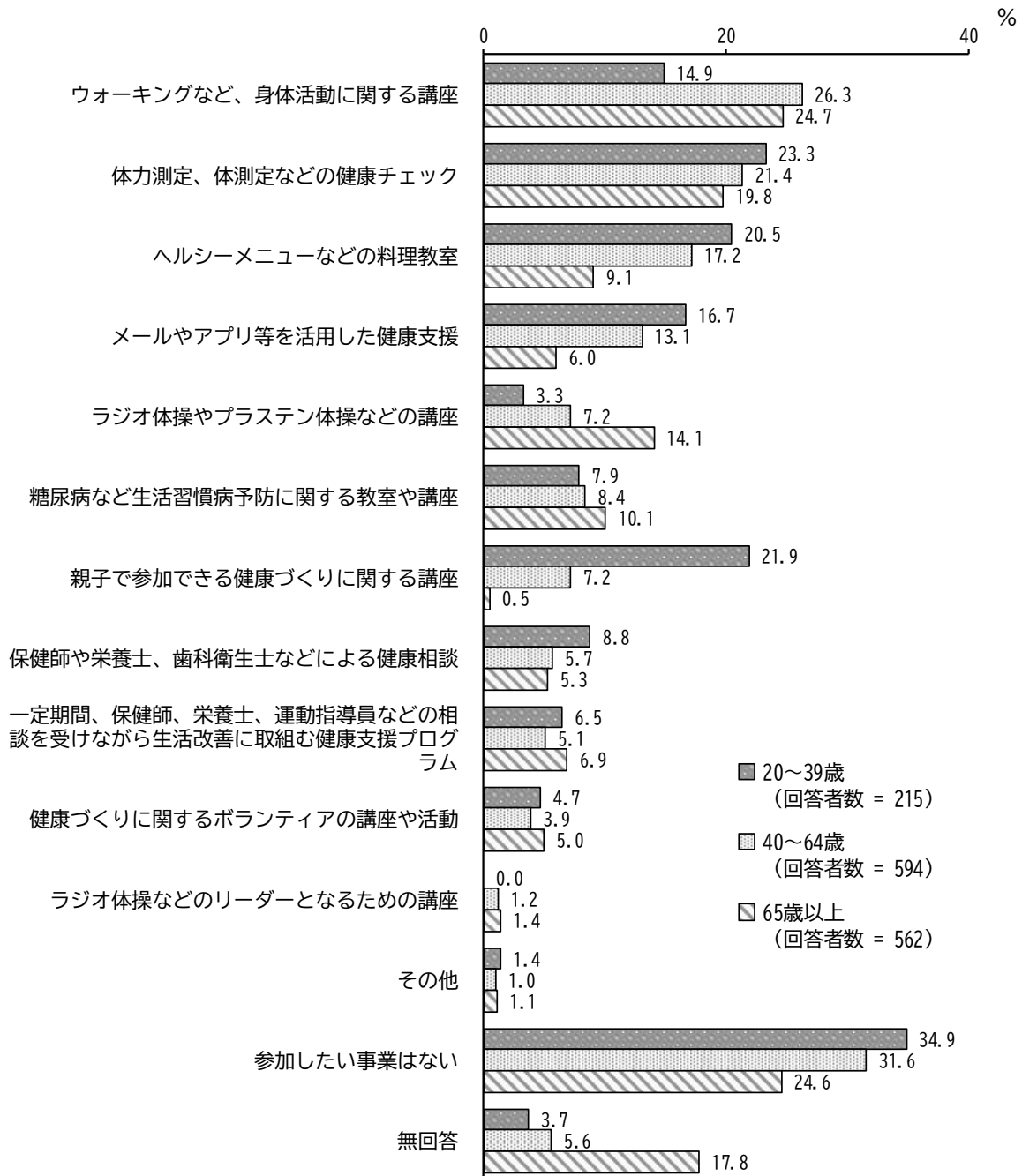
【性別】

性別にみると、女性で「ヘルシーメニューなどの料理教室」「ラジオ体操やプラステン体操などの講座」の割合が高くなっています。



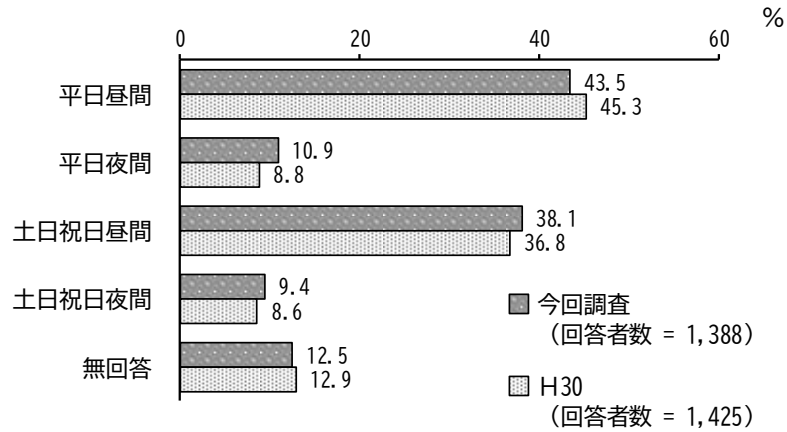
【年齢別】

年齢別にみると、年齢が低くなるにつれ「体力測定、体測定などの健康チェック」「ヘルシーメニューなどの料理教室」「メールやアプリ等を活用した健康支援」「親子で参加できる健康づくりに関する講座」「参加したい事業はない」の割合が高くなる傾向がみられます。また、年齢が高くなるにつれ「ラジオ体操などのリーダーとなるための講座」の割合が高くなっています。



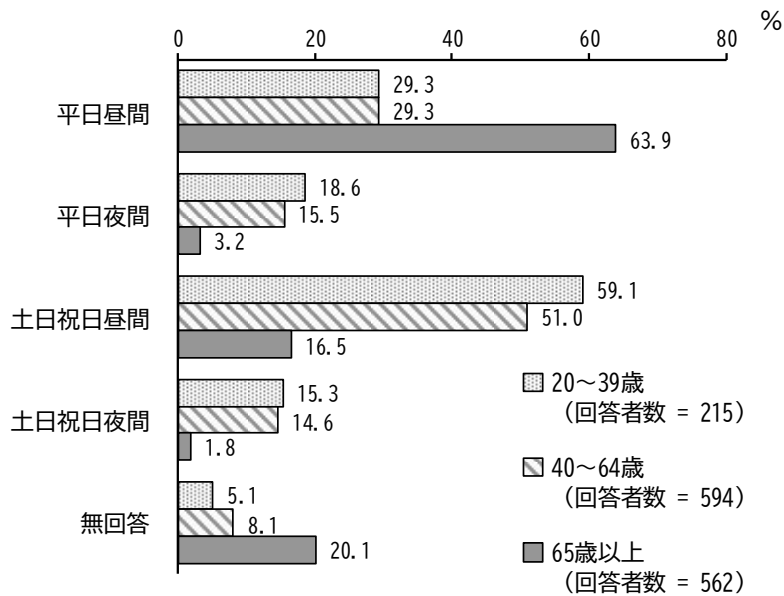
問 92 健康づくりに関する事業やイベント等に参加しやすい時間等はいつですか。
(あてはまるものすべてに○)

「平日昼間」の割合が43.5%と最も高く、次いで「土日祝日昼間」の割合が38.1%、「平日夜間」の割合が10.9%となっています。



【年齢別】

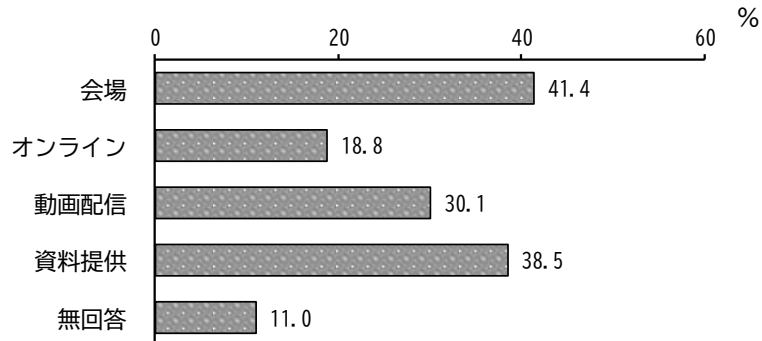
年齢別にみると、20～39歳で「土日祝日昼間」の割合が高くなっています。



問 93 健康づくりに関する事業やイベント等に参加しやすい形態はどれですか。
(あてはまるものすべてに○)

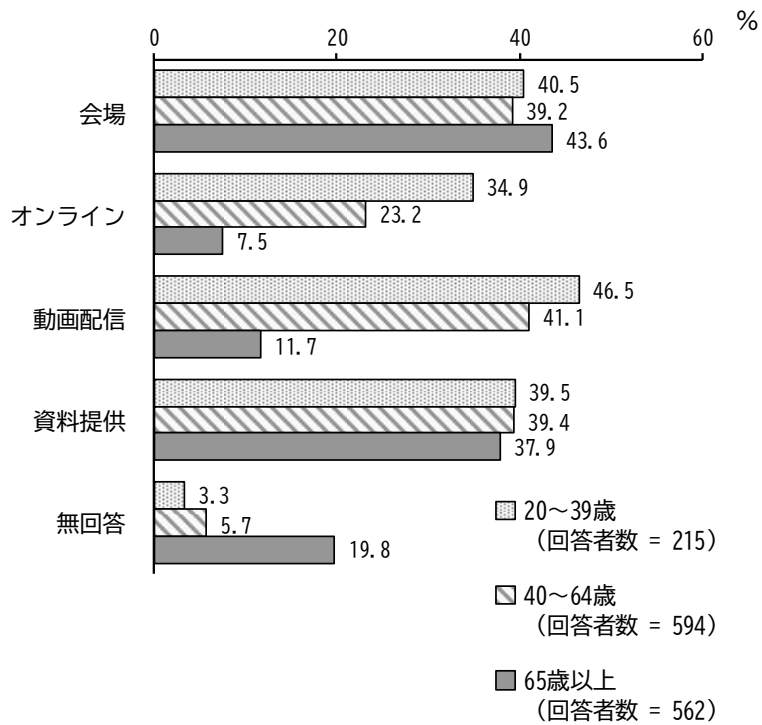
「会場」の割合が41.4%と最も高く、次いで「資料提供」の割合が38.5%、「動画配信」の割合が30.1%となっています。

回答者数 = 1,388



【年齢別】

年齢別にみると、20～39歳で「動画配信」の割合が高くなっています。



問 94 藤沢市の健康づくりについてご意見があれば教えてください。(自由回答)

ここでは、自由意見の件数を示します。複数の分野にまたがる意見については、それぞれの分野で計上しています。

「情報提供・啓発について」が最も多く、65件となっています。次いで「講座や教室、催しものについて」が33件、「市の施策について」が22件と続いています。

回答の内容	件数
1. 情報提供・啓発について	65
2. 講座や教室、催しものについて	33
3. 市の施策について	22
4. 生活環境について	18
5. 運動・スポーツについて	16
6. 施設の活用・拡充について	15
7. 健診・健康診断について	10
8. 費用負担の軽減について	5
9. 参加しやすい日時について	5
10. その他	33
総回答数	222

【分類別の主な意見】

1 情報提供・啓発について（65件）

回答の内容	性別	年齢	居住地区
今回のアンケートをきっかけに藤沢市の健康づくりの事業を知りました。インターネットでの市のホームページを見てみると健康づくりに関する情報提供がされていることを初めて知りました。しっかりと取り組まれているのに存在を知らない市民の方も多と思うので、もっと周知されたら良いと思いました。	女性	38	長後地区
インターネットだけではなく、広報ふじさわ等、紙(保存して読み返し易いので)でも発信して欲しい。	男性	55	湘南台地区
取り組みについてあまり知らないのので、情報を目にする機会が増えるといいと思います。また、他の市町村ではアプリなどでウォーキングした歩数などに応じてポイントがたまり、お得なことがあったりなどを目にしたことがあり、楽しそうだなと思いました。	女性	33	村岡地区

2 講座や教室、催しものについて（33件）

回答の内容	性別	年齢	居住地区
会場で何か行う場合、例えば健康食品などお土産に配る(宣伝)しかし配るのはイベント終了時アンケート記入者に配るなどした方が良いと思う。	男性	79	村岡地区
ビーチクリーンなどなにかボランティアの様な活動と一緒に運動ができるとうれしいし、参加しやすいです。また、食育に関しては幼稚園、小学校にお越し頂き、講義頂けると参加しやすいです。自分の子供の年齢に合った食事や摂取すべき栄養素など知りたいです。	女性	39	片瀬地区
公民館活動の活性化(ex. 社交ダンス入門、シニア卓球入門)といった楽しい運動の入門講座。	男性	77	湘南大庭地区
参加したい講座はないし、参加しに行くのも面倒。健康に関する情報を、分かりやすい冊子や、SNS等で配信してくれた方が気軽に見れるし、実行できる。人付き合いを嫌う人もいるし、参加形式にすることで、義務化が強く感じられてしまい、健康に関することは面倒だと感じやすく思う。	女性	24	鵜沼地区

3 市の施策について (22件)

回答の内容	性別	年齢	居住地区
家庭での食生活では十分な健康的食生活習慣が身につくとは限らないので、幼小中の学校での学習指導をしっかりと行った方が良いと思います。もっと実践的で生活に合った調理方法、買い物とか。	女性	43	湘南台地区
紙で手元に残り、何度も見直せるなら活用できそう。市の便りに折り込み連載でもよい。会場へ行ったり、バーコードで読み取るのは、高齢者が利用できない。市内が広く乗り継ぐのが大変なので、いい内容はいろんな会場でくり返してもいいと思う。	女性	57	善行地区

4 生活環境について (18件)

回答の内容	性別	年齢	居住地区
高齢者は、参加したくても会場までの足が無かったり、便が悪いと行くのを断念する。市は、足の便をもっとよくして欲しい。	女性	78	御所見地区
たくさん歩きたいので遊歩道を整備してほしい。	女性	36	鵜沼地区
「健康づくり」のために散歩や野外活動をしたいと思いますが、海岸や公園やグラウンド近くなど公共トイレがあまり、使いたい状態でないことが多く、女性にとって安全、衛生的でない所が多いように思います。利用者もきれいに使うことが大切ですが、市としても公共トイレの安全、衛生などに配慮していただきたいです。高齢者も安心して野外活動、ボランティア活動に参加できるかと思いません。よろしくお願いいたします。	女性	67	湘南台地区

5 運動・スポーツについて（16件）

回答の内容	性別	年齢	居住地区
腰椎圧迫骨折をして以後、中断していますが、公園体操は社会的フレイル予防にも大変役立ちました。ありがたい企画です。	女性	73	善行地区
ウォーキング等参加したいとは思いますが、パソコン等はしないし、どの様にしたらいいのかわからない。現在、介護の仕事をしているが、年齢的にも、きつくなってきたので、あまり、きつくない動きや、身体は動かしたいのですが楽しくやれる事があつたらいいと思います。	女性	75	村岡地区
ふじさわ歩く PJ トクトク歩数チャレンジ 2022 年度へ参加したが、（目標達成）、景品あたらず残念。今年も参加するが、ただ散歩しているより、はげみになって良いと思う。もれなく目標達成して人に記念品をいただければ、もっとはげみになる。	女性	66	遠藤地区

6 施設の活用・拡充について（15件）

回答の内容	性別	年齢	居住地区
公園に健康づくり器具を設置してほしい。	女性	55	湘南台地区
公園等、スポーツが出来る施設を充実して欲しい。	男性	51	辻堂地区
運動後に近くの公園で健康遊具を使っています。増設してくれるとうれしいです。	男性	54	鵜沼地区

7 健診・健康診断について（10件）

回答の内容	性別	年齢	居住地区
定期検診を更に项目的にも精密度的にも金額的にも充実させて欲しい。	男性	69	藤沢地区

8 費用負担の軽減について（5件）

回答の内容	性別	年齢	居住地区
他都市で実施している電車・バスが自由に乗車できる1部負担付のパス券のようなものがあれば、若い人はもとより、高齢者も外出の機会が多くなり健康づくりに役立つと思う。	女性	78	長後地区

9 参加しやすい日時について（5件）

回答の内容	性別	年齢	居住地区
気軽に参加できる講座が増えてほしいです。平日の昼間は仕事をしているとできません。土曜日は平日できない家事をします。夕方など参加できる時間を増やしてほしいです。	女性	44	六会地区
子どもが小さく共働きなので、平日は家事に追われて自分自身の運動時間の確保が難しい。土日などに子どもも含めた家族みんなで参加できるような、健康促進につながる活動があると嬉しい。	男性	34	辻堂地区

10 その他（33件）

回答の内容	性別	年齢	居住地区
私は、現在 77 才で、地域の会館でプラステン体操(かわせみ体そく含む)を行っている。この場に出席されている方は、80 歳でも生き生きと、身体も心も健全だと思われるが、心配なのは、こういう場に出て来られない方のこと。どの様にしたら、足を運んでくれるのか?時には回覧板に、体そう、カラオケ、マージャン、グランドゴルフなどのおさそいのチラシを入れるが、メンバーが減りこそすれ、増えることはない。人と会って話す、笑うことも健康の一助と思うのでメンバーを増やすための、他の地域の方の工夫を知りたい。	女性	77	藤沢地区
興味はあっても子育て中で、なかなか 1 人の時間がありません。仕事と家事で精一杯です。	女性	36	明治地区
人付き合いが面倒です。その為にあまり他人とふれ合いたくないです。ですので事業で場所を提供してもらっても参加は尻込みとなってしまいます。	女性	71	鵜沼地区
食育は高校生以下の学びかと思っておりました。生涯を通して養っていくものだと言いつつアンケートを答えながら改めて感じ、地域との繋がる大切さを思いました。ありがとうございました。	女性	67	湘南台地区