

令和元年度 第 2 回市川市健康都市推進協議会

日時：令和 2 年 2 月 5 日(水)

午後 2 時～3 時 30 分

場所：市川市役所仮本庁舎 4 階 第 2 委員会室

次 第

1 市川市保健部長挨拶

2 議 事

- (1) 受動喫煙防止対策報告
- (2) 第 15 回健康都市連合日本支部大会報告
- (3) 健康都市 D X 事業報告
- (4) e モニターアンケート結果報告
- (5) 意見交換

市川市健康増進計画 健康いちかわ 21 (第 2 次)

健康に関するアンケートについて ～各アンケート項目の検討(中間評価用)～

3 事務連絡

【資料】

- ・健康都市 D X 事業報告：別紙 1
- ・e モニターアンケート結果報告：別紙 2
- ・市川市健康増進計画 健康いちかわ 21 (第 2 次) 健康に関するアンケート (3 種類)：別紙 3
- ・第 14 回下総・江戸川ツーデーマーチ チラシ
- ・正しく知ろう 受動喫煙の害と対策 (小冊子)
- ・千葉県 冬の受動喫煙防止キャンペーン啓発品 (カイロ)
- ・健康都市いちかわ 健康講話&ダンスコンテスト チラシ

● 健康都市DX事業報告



令和元年度スタート

「健康都市いちかわ」の推進

×

デジタルトランスフォーメーション 【 DX 】

健康都市担当室へ
組織体制を強化

市川市健康都市プログラム

⇒市川市総合計画

・第二次基本計画

健康都市いちかわ宣言

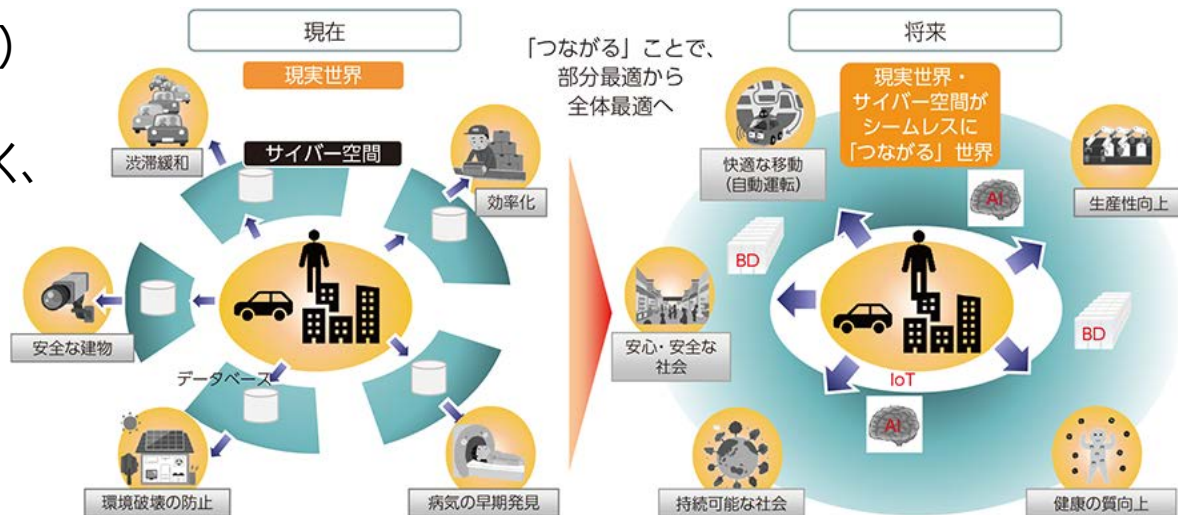
DXにより推進を強化

あらゆる施策に「健康」の視点をもって進める健康都市いちかわの推進

● 市川市のデジタルトランスフォーメーション

■ デジタルトランスフォーメーション 【 DX 】とは

社会への、ICT（情報通信技術）の浸透が、人々の生活をあらゆる面でより良い方向へ変化させていく、という概念



総務省： <https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/h30/html/nd102200.html>
 (出典)「我が国のICTの現状に関する調査研究」

■ 市川市のDXとは

- 多様な主体とのデータ連携
- ICTの積極活用
- 行政のデジタル化

- 行政事務の効率化
- より便利な行政サービスの提供
- 新しい価値の創造

- 都市生活の利便性の向上
- 市川市の魅力と価値の向上

健康都市DXの概要

■ 考え方

行政の健康都市施策

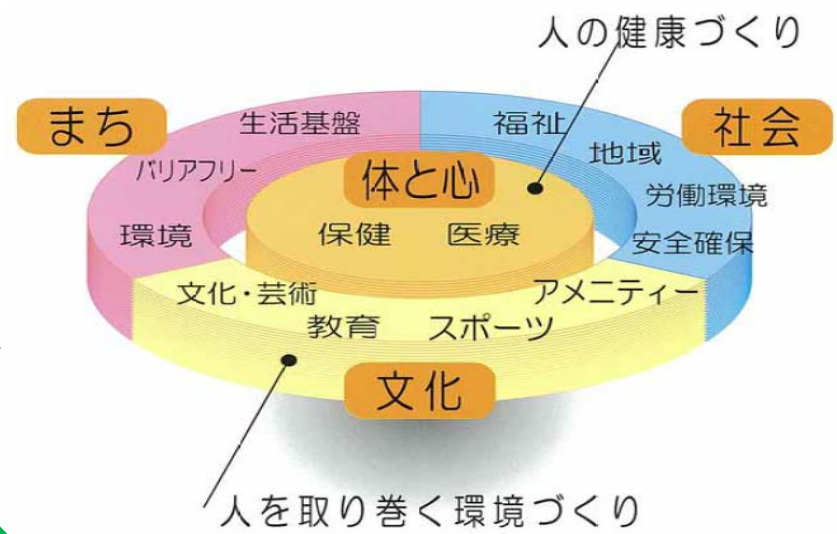
あらゆる施策に健康の視点をもったまちづくり

- 保健医療
- 福祉
- 市民
- 環境
- 道路交通
- 文化
- …等

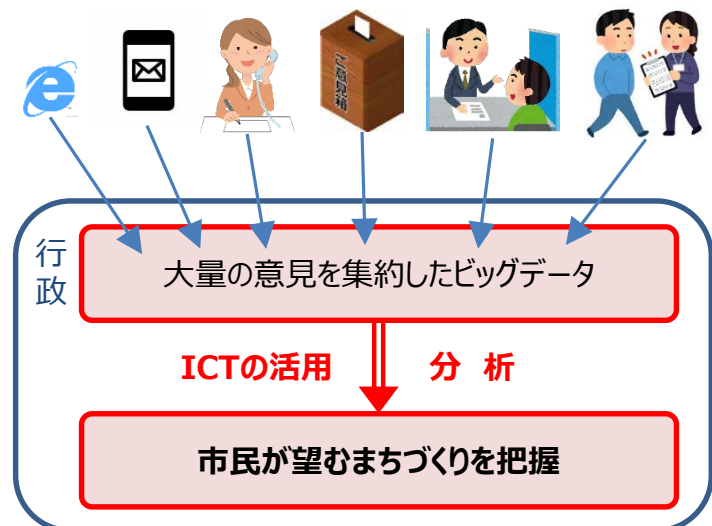
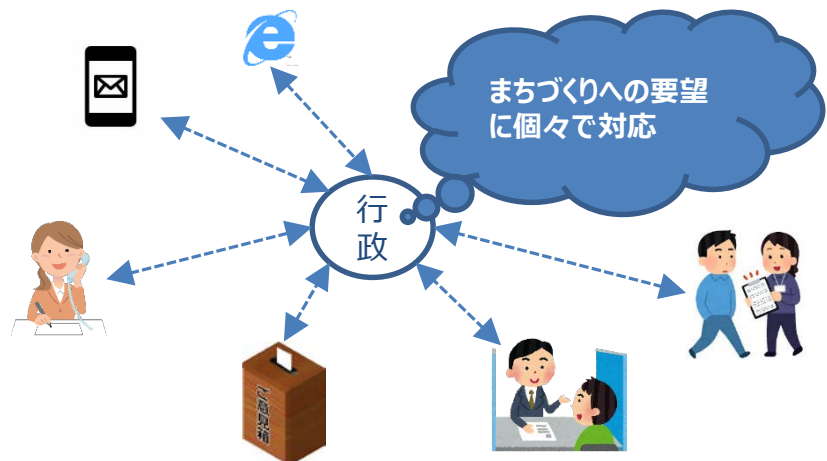
市民の望む健康都市

市民が健やかに暮らすために望むまちづくり

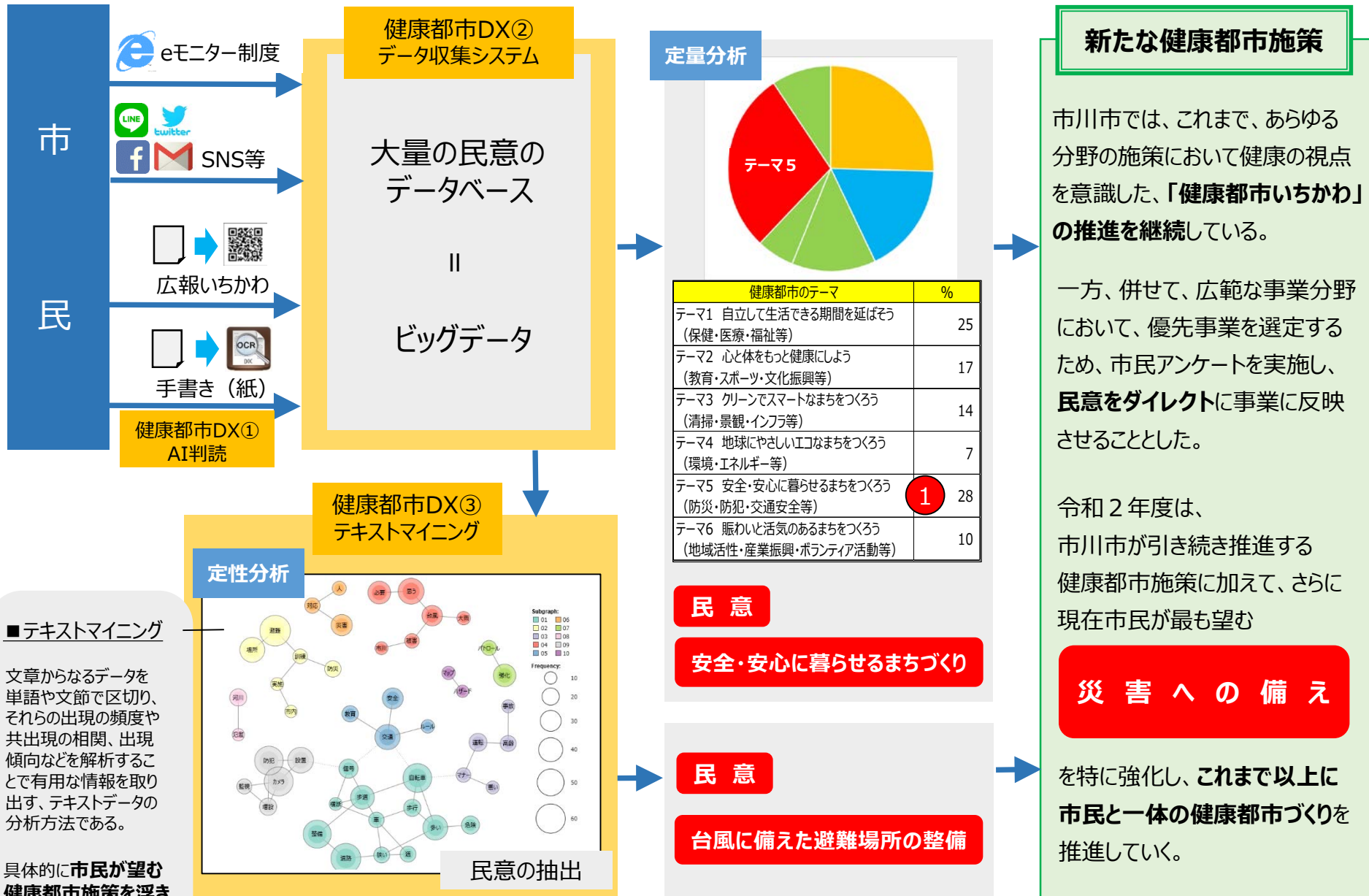
市民と行政が一体となり、より発展的に「健康都市いちかわ」を推進



■ 市民の意見を集約したビッグデータに



今年度の健康都市DX事業について



● 今後の取り組み



市民と行政が一体となり、より発展的に
「健康都市いちかわ」を推進

DXにより施策の
推進を強化

市川市健康都市プログラム

⇒市川市総合計画

・第二次基本計画

健康都市いちかわ宣言

DX

市民の意見
「災害に強いまちづくり」
をさらに強化

あらゆる施策に「健康」の視点をもって進める健康都市いちかわの推進

市川市e-モニターアンケート「市民の健康に関するアンケート」結果

期間:令和2年1月10日～1月23日

有効回答者人数:1,132人

基礎情報

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	不明	合計
男性	1	2	28	110	169	113	141	36	0	600
女性	0	12	58	164	146	72	64	11	2	529
不明	0	0	0	0	1	0	0	0	2	3
合計	1	14	86	274	316	185	205	47	4	1,132

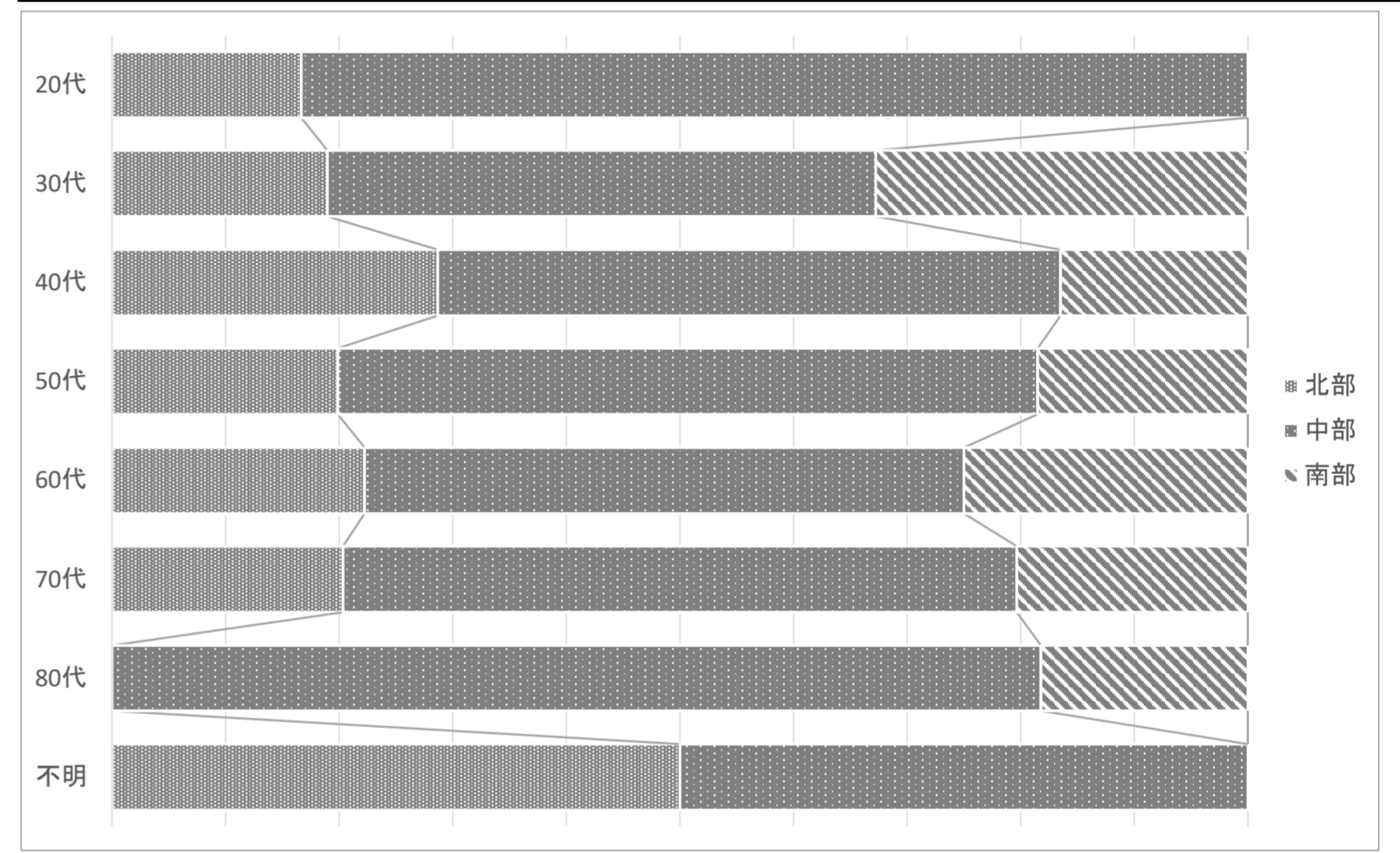
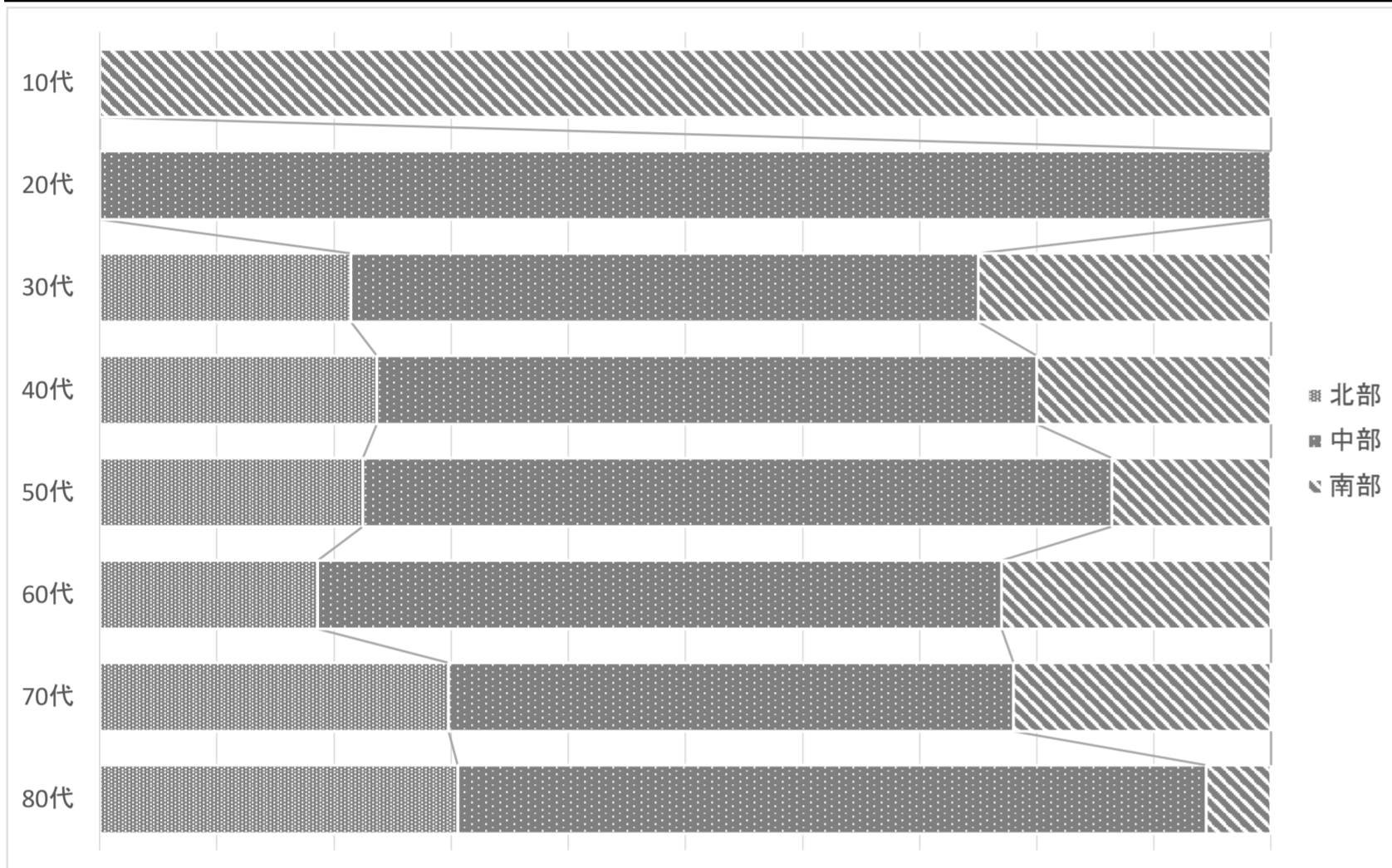
問1. あなたのお住まいの地域はどこですか。

男性

男性	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	合計	割合
北部	0	0	6	26	38	21	42	11	144	24.0%
中部	0	2	15	62	108	66	68	23	344	57.3%
南部	1	0	7	22	23	26	31	2	112	18.7%
合計	1	2	28	110	169	113	141	36	600	100.0%

女性

女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	不明	合計	割合
北部	2	11	47	29	16	13	0	1	119	22.5%
中部	10	28	90	90	38	38	9	1	304	57.5%
南部	0	19	27	27	18	13	2	0	106	20.0%
合計	12	58	164	146	72	64	11	2	529	100.0%



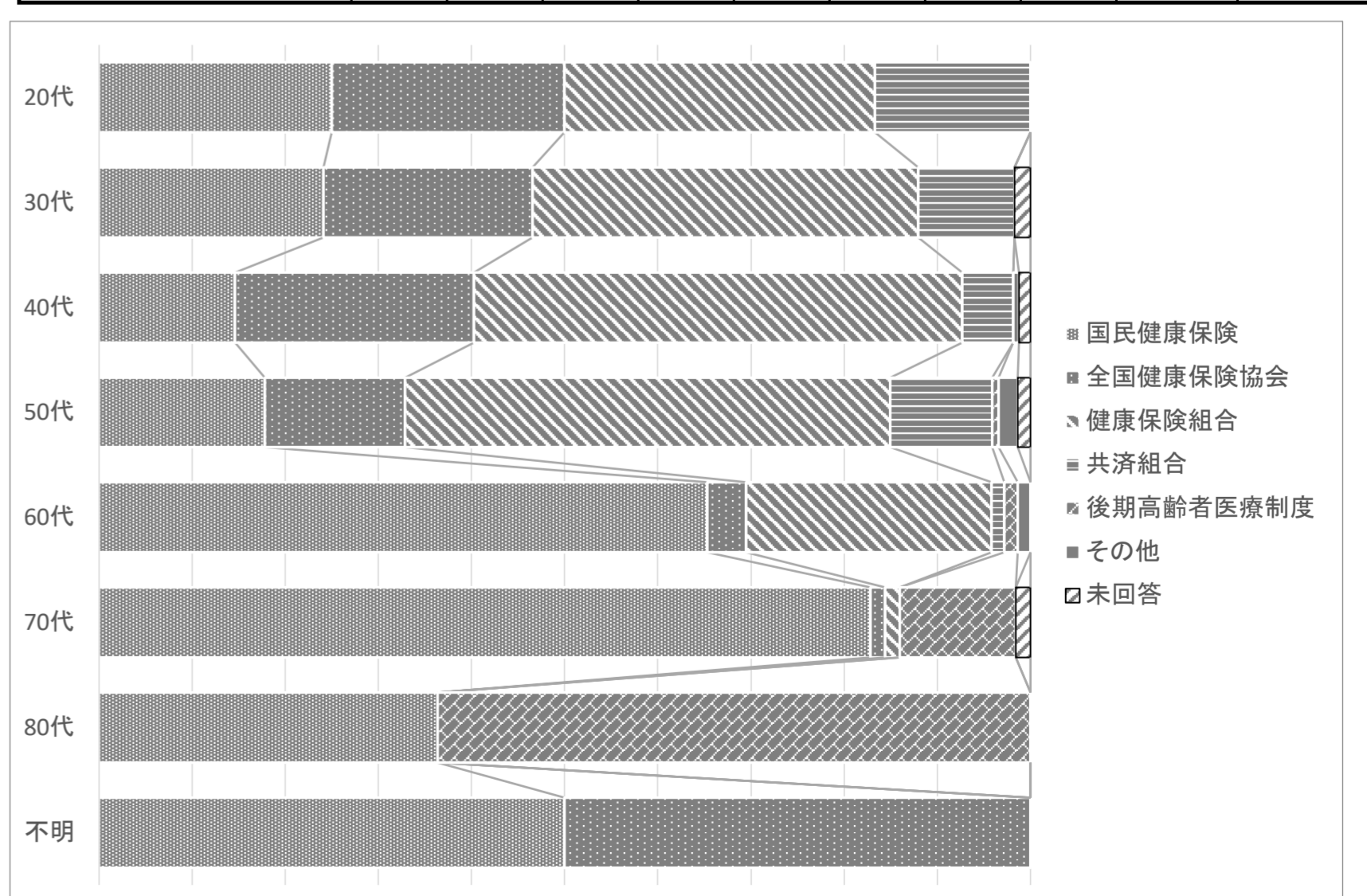
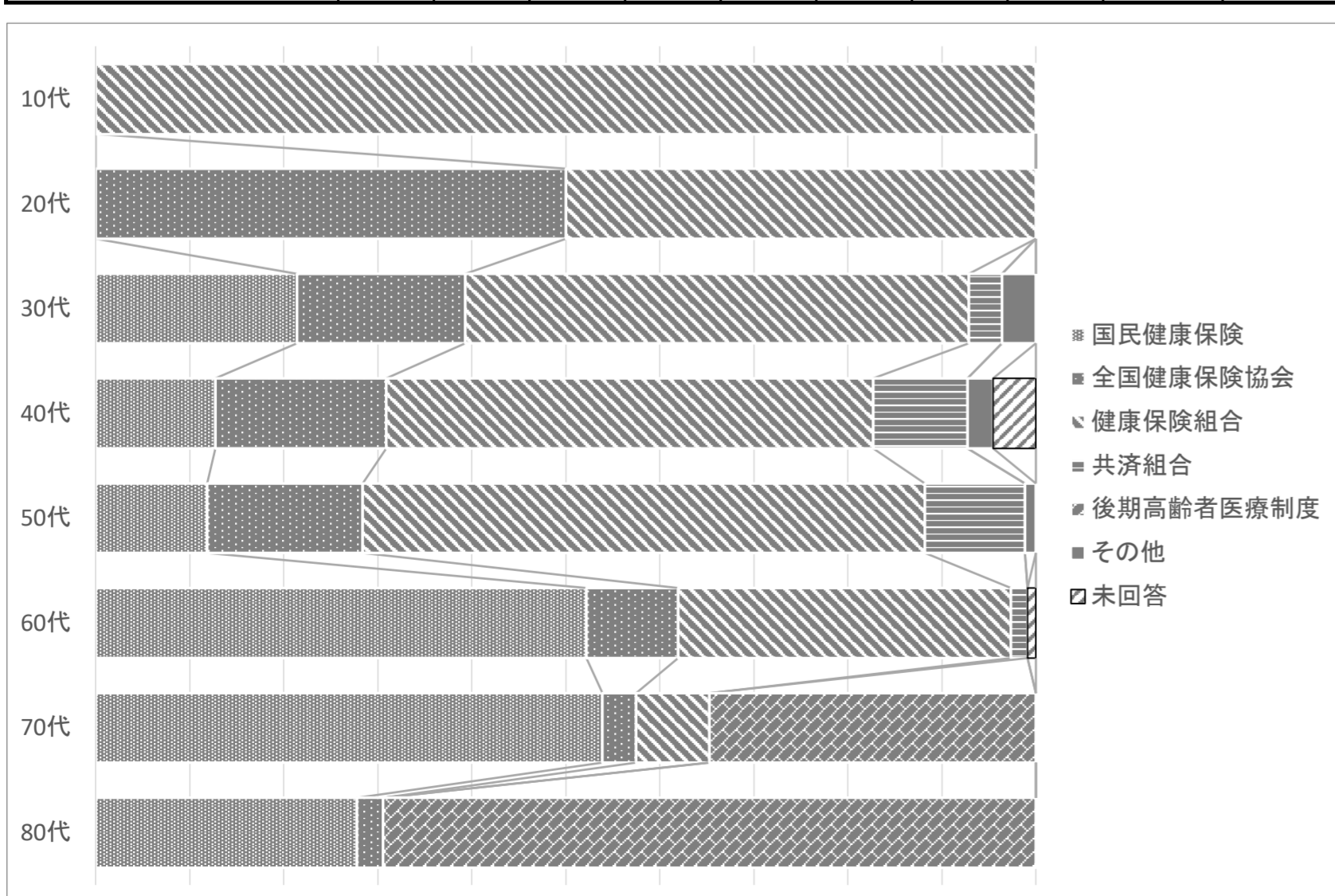
問2. あなたが現在加入している健康保険は次のうちどれですか。

男性

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	合計	割合
国民健康保険	0	0	6	14	20	59	76	10	185	30.8%
全国健康保険協会	0	1	5	20	28	11	5	1	71	11.8%
健康保険組合	1	1	15	57	101	40	11	0	226	37.7%
共済組合	0	0	1	11	18	2	0	0	32	5.3%
後期高齢者医療制度	0	0	0	0	0	0	49	25	74	12.3%
その他	0	0	1	3	2	0	0	0	6	1.0%
未回答	0	0	0	5	0	1	0	0	6	1.0%
合計	1	2	28	110	169	113	141	36	600	100.0%

女性

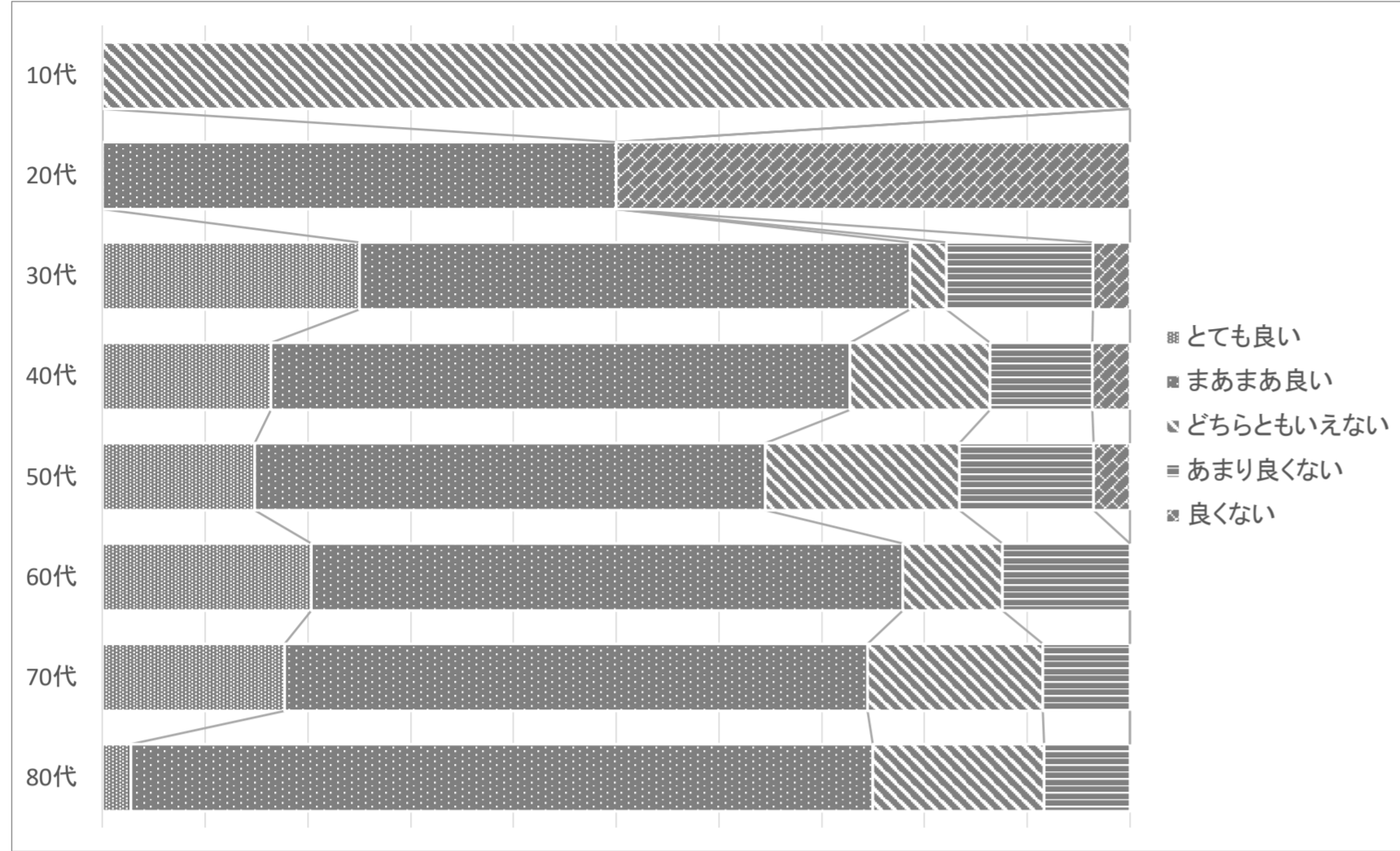
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	不明	合計	割合
国民健康保険	3	14	24	26	47	53	4	1	172	32.5%
全国健康保険協会	3	13	42	22	3	1	0	1	85	16.1%
健康保険組合	4	24	86	76	19	1	0	0	210	39.7%
共済組合	2	6	9	16	1	0	0	0	34	6.4%
後期高齢者医療制度	0	0	0	1	1	8	7	0	17	3.2%
その他	0	0	1	3	1	0	0	0	5	0.9%
未回答	0	1	2	2	0	1	0	0	6	1.1%
合計	12	58	164	146	72	64	11	2	529	100.0%



問3. 全体的にみて、過去1か月間のあなたの健康状態はいかがでしたか。

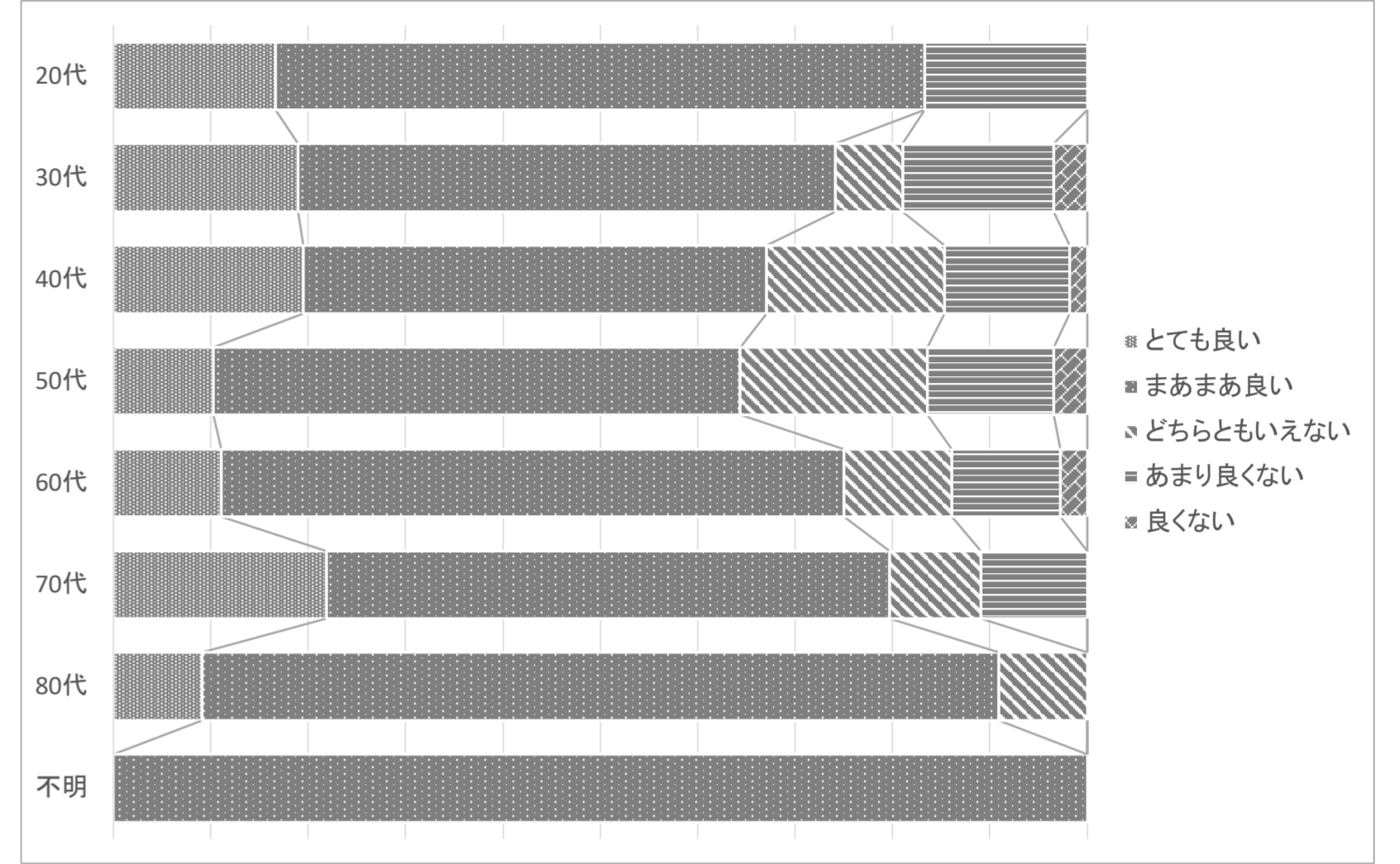
男性

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	合計	割合
とても良い	0	0	7	18	25	23	25	1	99	16.5%
まあまあ良い	0	1	15	62	84	65	80	26	333	55.5%
どちらともいえない	1	0	1	15	32	11	24	6	90	15.0%
あまり良くない	0	0	4	11	22	14	12	3	66	11.0%
良くない	0	1	1	4	6	0	0	0	12	2.0%
合計	1	2	28	110	169	113	141	36	600	100.0%



女性

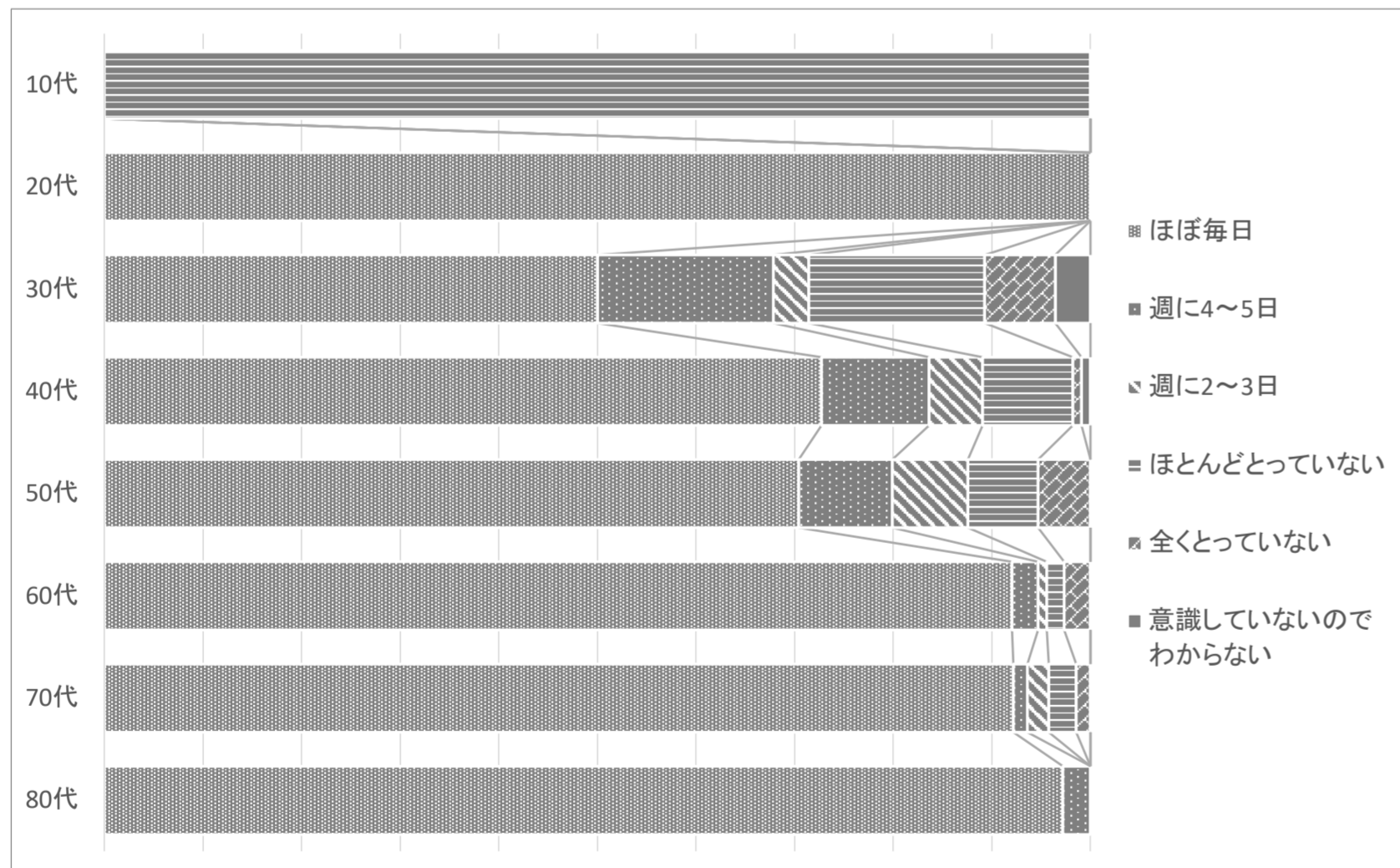
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	不明	合計	割合
とても良い	2	11	32	15	8	14	1	0	83	15.7%
まあまあ良い	8	32	78	79	46	37	9	2	291	55.0%
どちらともいえない	0	4	30	28	8	6	1	0	77	14.6%
あまり良くない	2	9	21	19	8	7	0	0	66	12.5%
良くない	0	2	3	5	2	0	0	0	12	2.3%
合計	12	58	164	146	72	64	11	2	529	100.0%



問4. あなたは、1週間に何日朝食をとりますか。

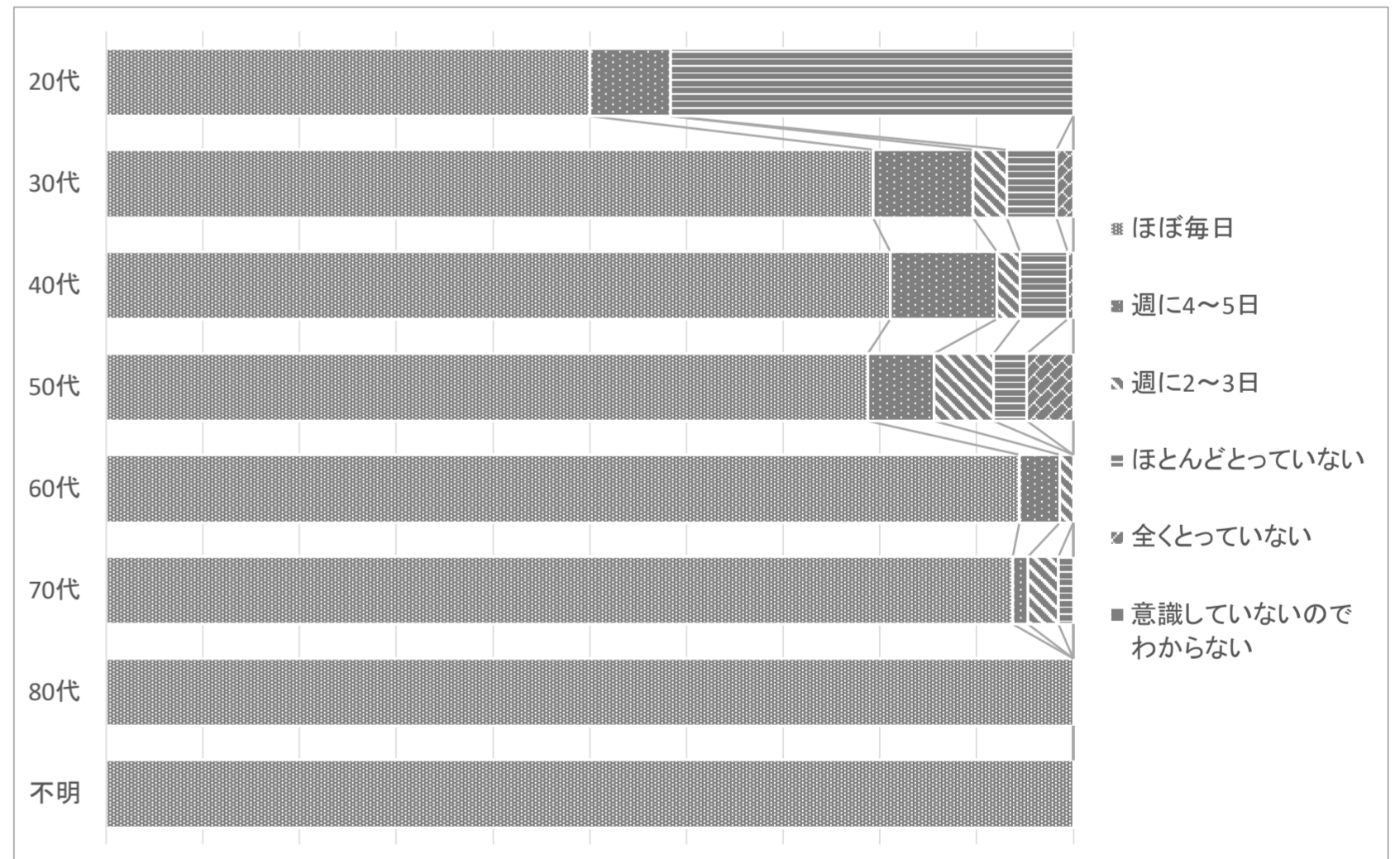
男性

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	合計	割合
ほぼ毎日	0	2	14	80	119	104	130	35	484	80.7%
週に4~5日	0	0	5	12	16	3	2	1	39	6.5%
週に2~3日	0	0	1	6	13	1	3	0	24	4.0%
ほとんどとっていない	1	0	5	10	12	2	4	0	34	5.7%
全くとっていない	0	0	2	1	9	3	2	0	17	2.8%
意識していないのでわからない	0	0	1	1	0	0	0	0	2	0.3%
合計	1	2	28	110	169	113	141	36	600	100.0%



女性

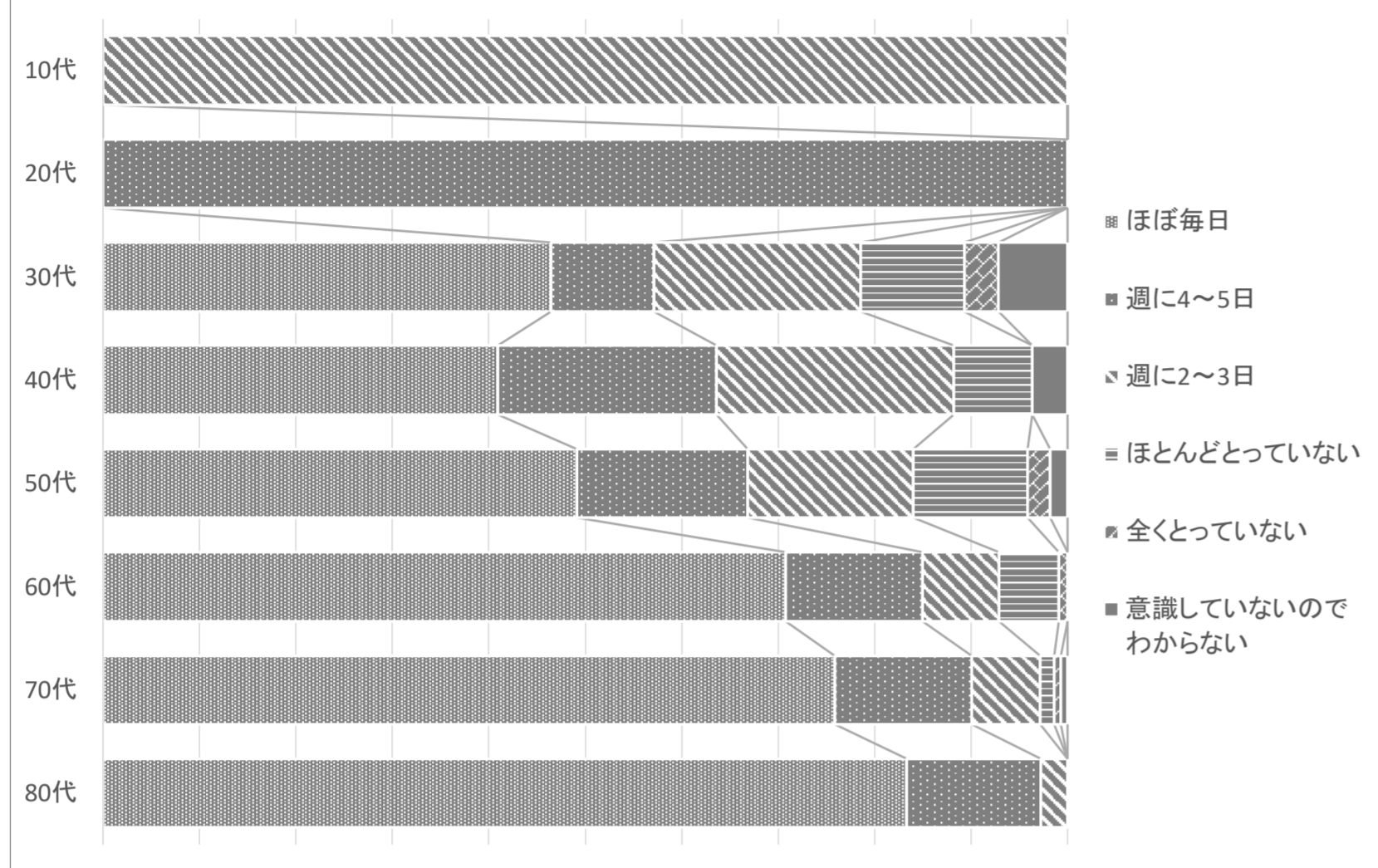
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	不明	合計	割合
ほぼ毎日	6	46	133	115	68	60	11	2	441	83.4%
週に4~5日	1	6	18	10	3	1	0	0	39	7.4%
週に2~3日	0	2	4	9	1	2	0	0	18	3.4%
ほとんどとっていない	5	3	8	5	0	1	0	0	22	4.2%
全くとっていない	0	1	1	7	0	0	0	0	9	1.7%
意識していないのでわからない	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0%
合計	12	58	164	146	72	64	11	2	529	100.0%



問5. あなたは、主食・主菜・副菜の3つがそろった食事を1日に2食以上とる日は、1週間に何日ありますか。

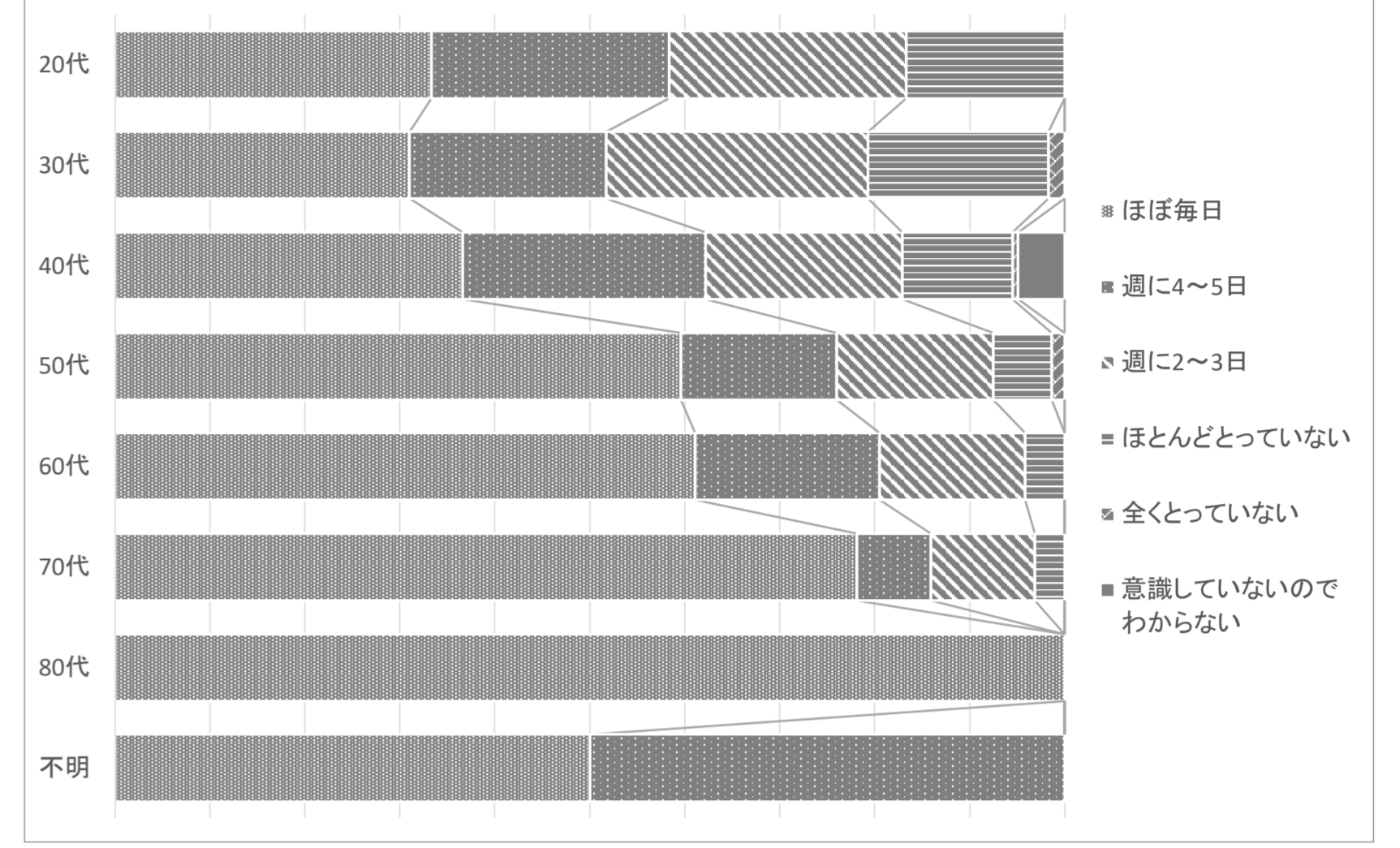
男性

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	合計	割合
ほぼ毎日	0	0	13	45	83	80	107	30	358	59.7%
週に4~5日	0	2	3	25	30	16	20	5	101	16.8%
週に2~3日	1	0	6	27	29	9	10	1	83	13.8%
ほとんどとっていない	0	0	3	9	20	7	2	0	41	6.8%
全くとっていない	0	0	1	0	4	1	1	0	7	1.2%
意識していないのでわからない	0	0	2	4	3	0	1	0	10	1.7%
合計	1	2	28	110	169	113	141	36	600	100.0%



女性

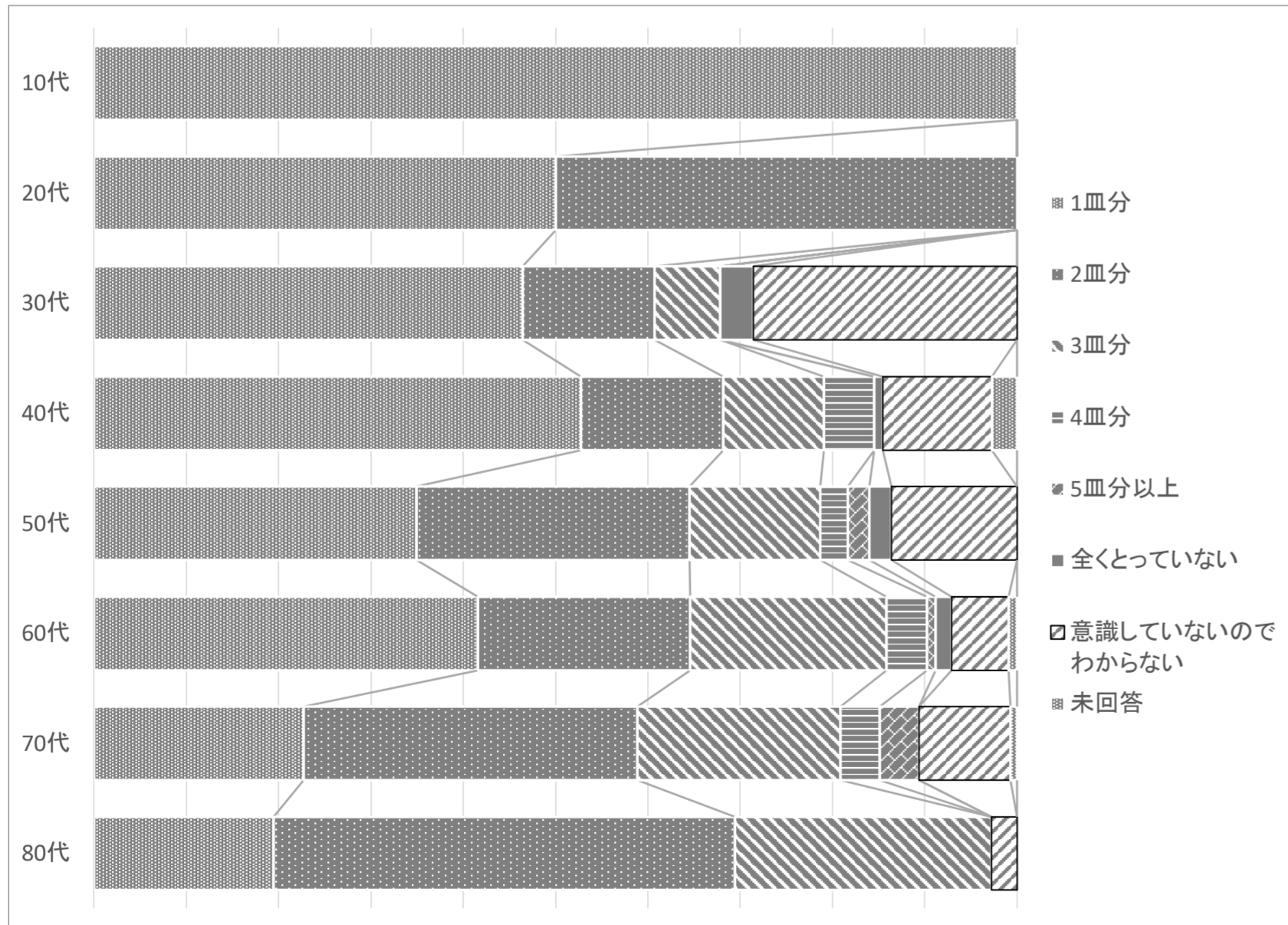
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	不明	合計	割合
ほぼ毎日	4	18	60	87	44	50	11	1	275	52.0%
週に4~5日	3	12	42	24	14	5	0	1	101	19.1%
週に2~3日	3	16	34	24	11	7	0	0	95	18.0%
ほとんどとっていない	2	11	19	9	3	2	0	0	46	8.7%
全くとっていない	0	1	1	2	0	0	0	0	4	0.8%
意識していないのでわからない	0	0	8	0	0	0	0	0	8	1.5%
合計	12	58	164	146	72	64	11	2	529	100.0%



問6. あなたは、1日あたりどのくらいの量の野菜をとっていますか。

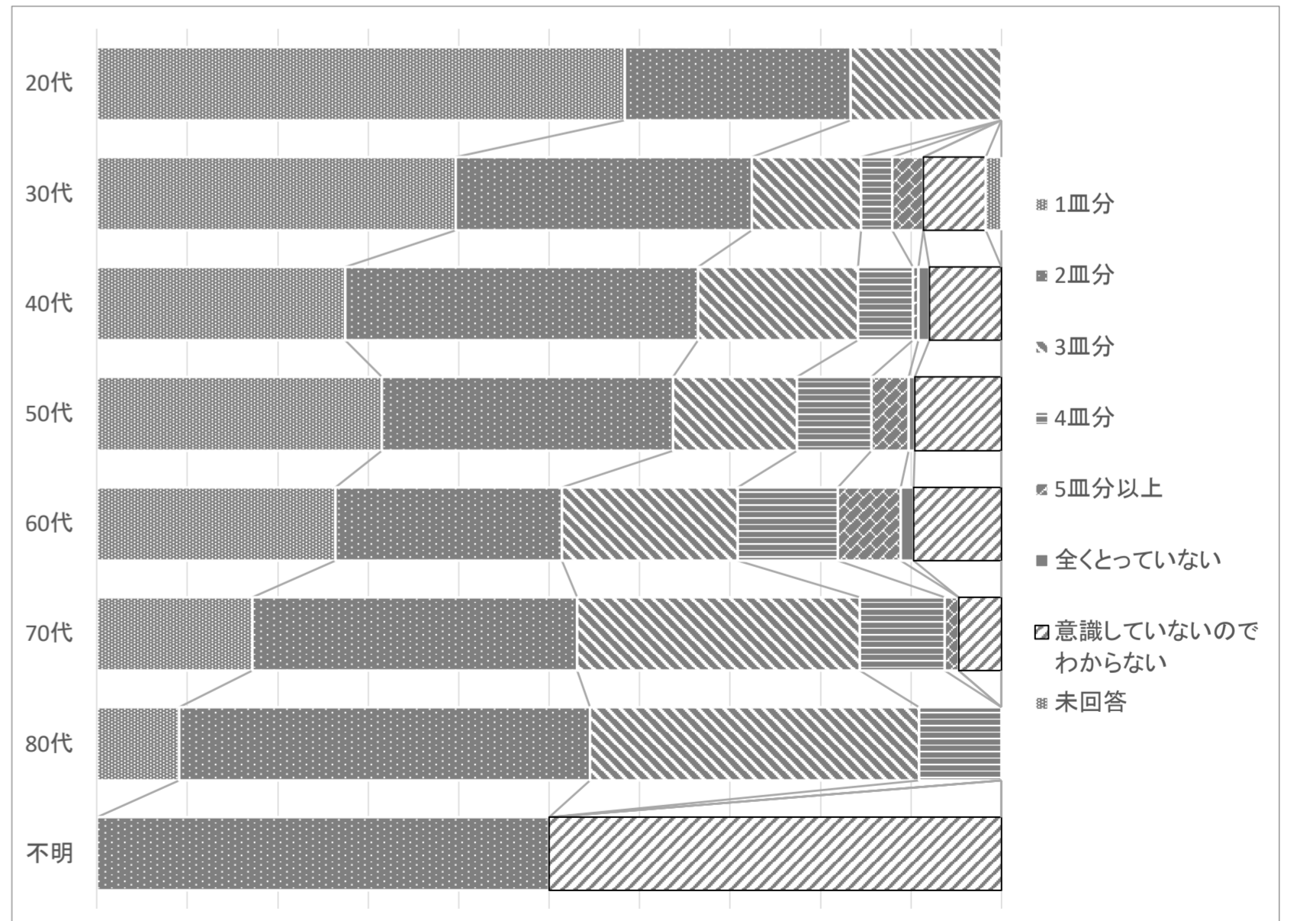
男性

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	合計	割合
1皿分	1	1	13	58	59	47	32	7	218	36.3%
2皿分	0	1	4	17	50	26	51	18	167	27.8%
3皿分	0	0	2	12	24	24	31	10	103	17.2%
4皿分	0	0	0	6	5	5	6	0	22	3.7%
5皿分以上	0	0	0	0	4	1	6	0	11	1.8%
全くとっていない	0	0	1	1	4	2	0	0	8	1.3%
意識していないのでわからない	0	0	8	13	23	7	14	1	66	11.0%
未回答	0	0	0	3	0	1	1	0	5	0.8%
合計	1	2	28	110	169	113	141	36	600	100.0%



女性

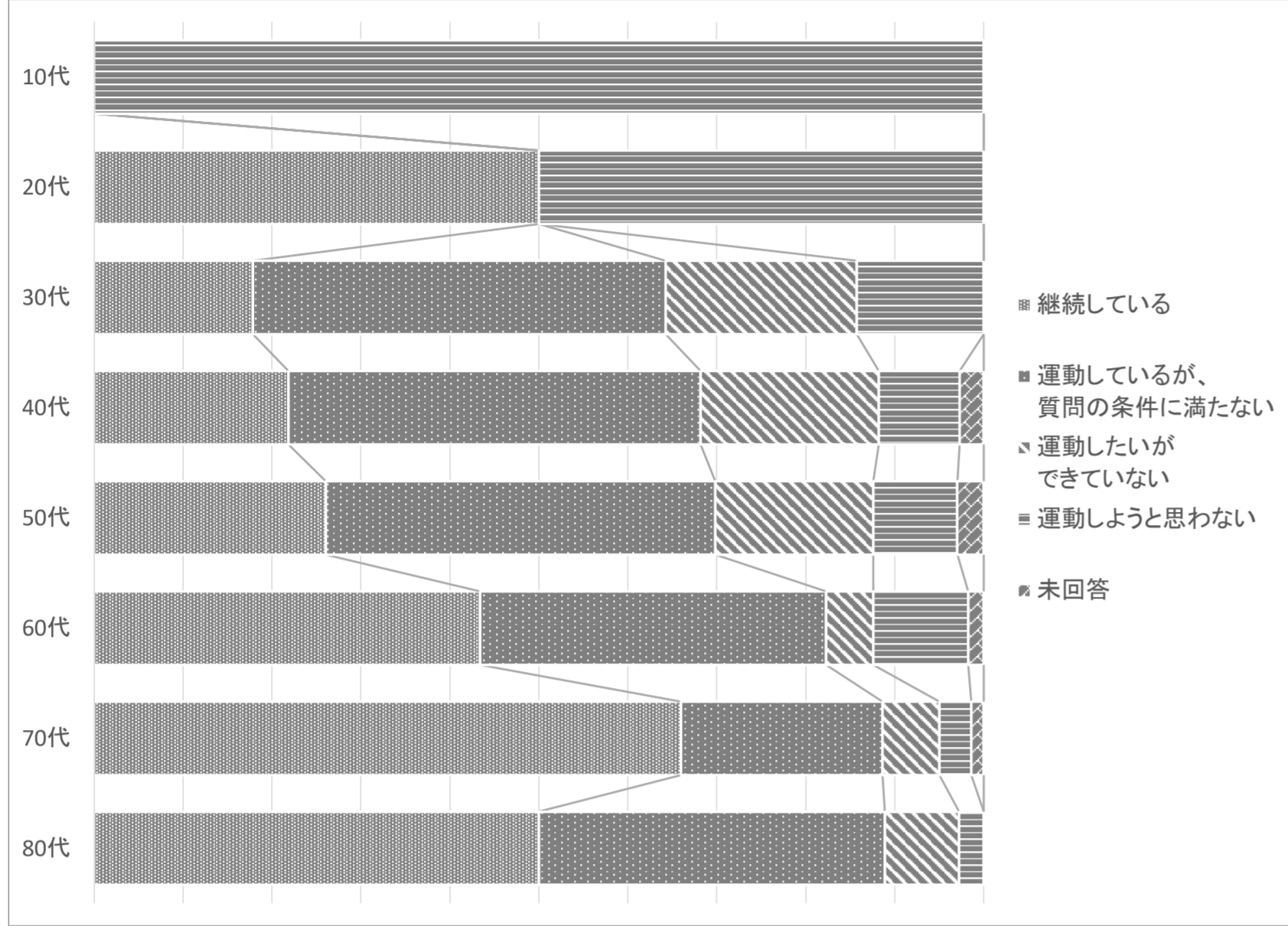
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	不明	合計	割合
1皿分	7	23	45	46	19	11	1	0	152	28.7%
2皿分	3	19	64	47	18	23	5	1	180	34.0%
3皿分	2	7	29	20	14	20	4	0	96	18.1%
4皿分	0	2	10	12	8	6	1	0	39	7.4%
5皿分以上	0	2	1	6	5	1	0	0	15	2.8%
全くとっていない	0	0	2	1	1	0	0	0	4	0.8%
意識していないのでわからない	0	4	13	14	7	3	0	1	42	7.9%
未回答	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0.2%
合計	12	58	164	146	72	64	11	2	529	100.0%



問7. あなたは、1日30分以上かつ週2回以上の運動を、1年以上にわたり継続していますか。

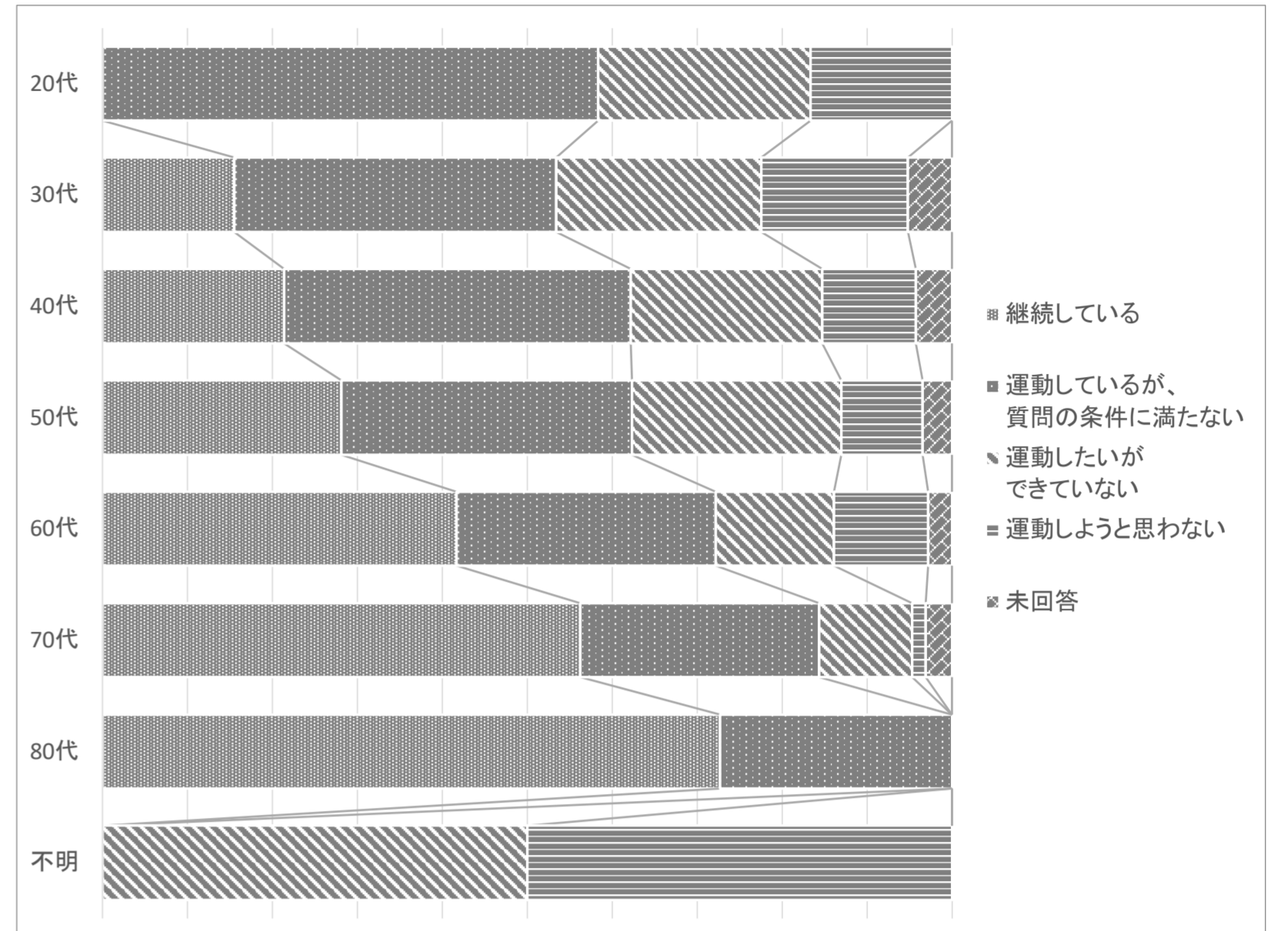
男性

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	合計	割合
継続している	0	1	5	24	44	49	93	18	234	39.0%
運動しているが、 質問の条件に満たない	0	0	13	51	74	44	32	14	228	38.0%
運動したいが できていない	0	0	6	22	30	6	9	3	76	12.7%
運動しようと思わない	1	1	4	10	16	12	5	1	50	8.3%
未回答	0	0	0	3	5	2	2	0	12	2.0%
合計	1	2	28	110	169	113	141	36	600	100.0%



女性

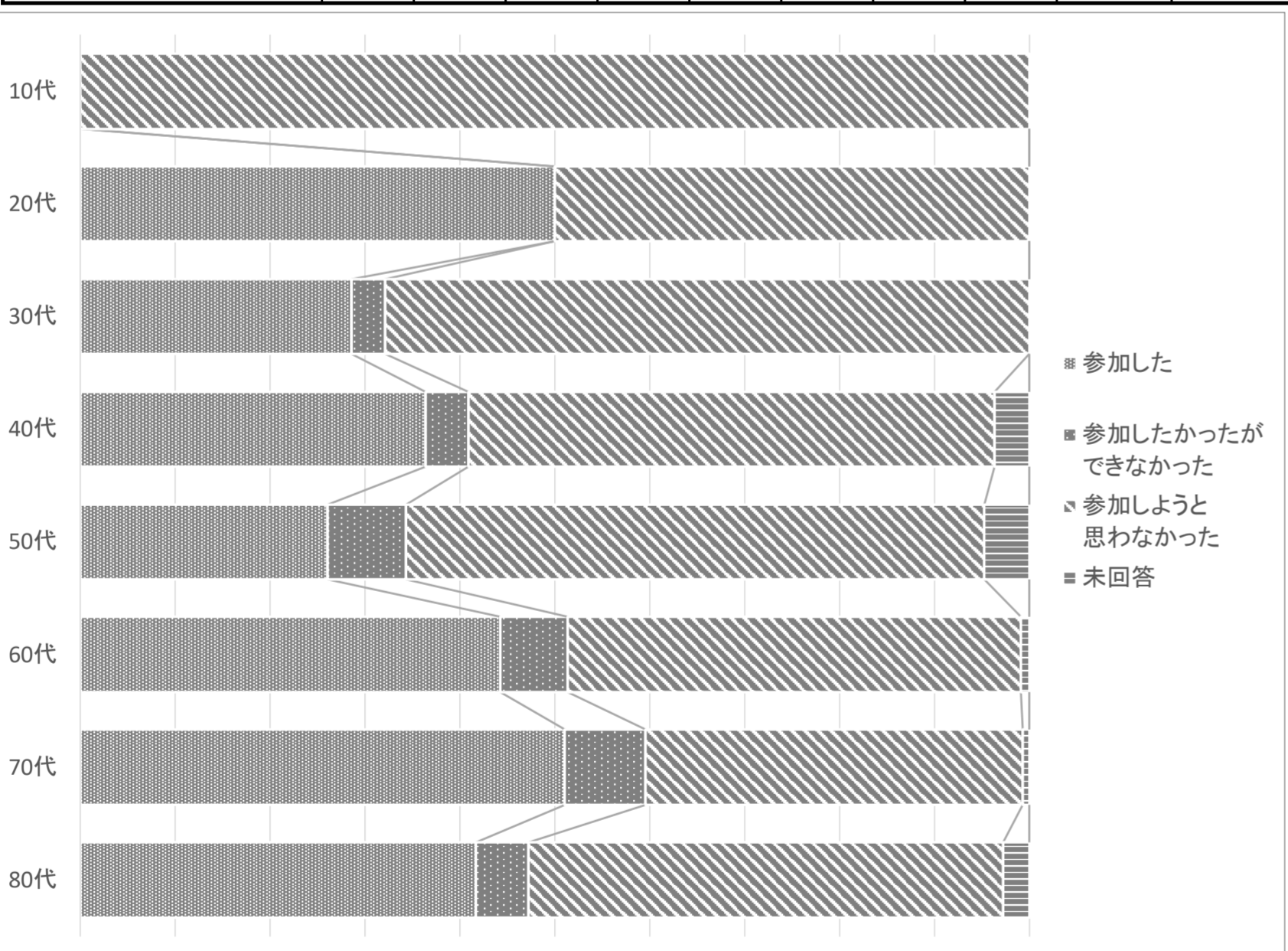
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	不明	合計	割合
継続している	0	9	35	41	30	36	8	0	159	30.1%
運動しているが、 質問の条件に満たない	7	22	67	50	22	18	3	0	189	35.7%
運動したいが できていない	3	14	37	36	10	7	0	1	108	20.4%
運動しようと思わない	2	10	18	14	8	1	0	1	54	10.2%
未回答	0	3	7	5	2	2	0	0	19	3.6%
合計	12	58	164	146	72	64	11	2	529	100.0%



問8. あなたは、この1年間に何らかの地域活動に参加しましたか。

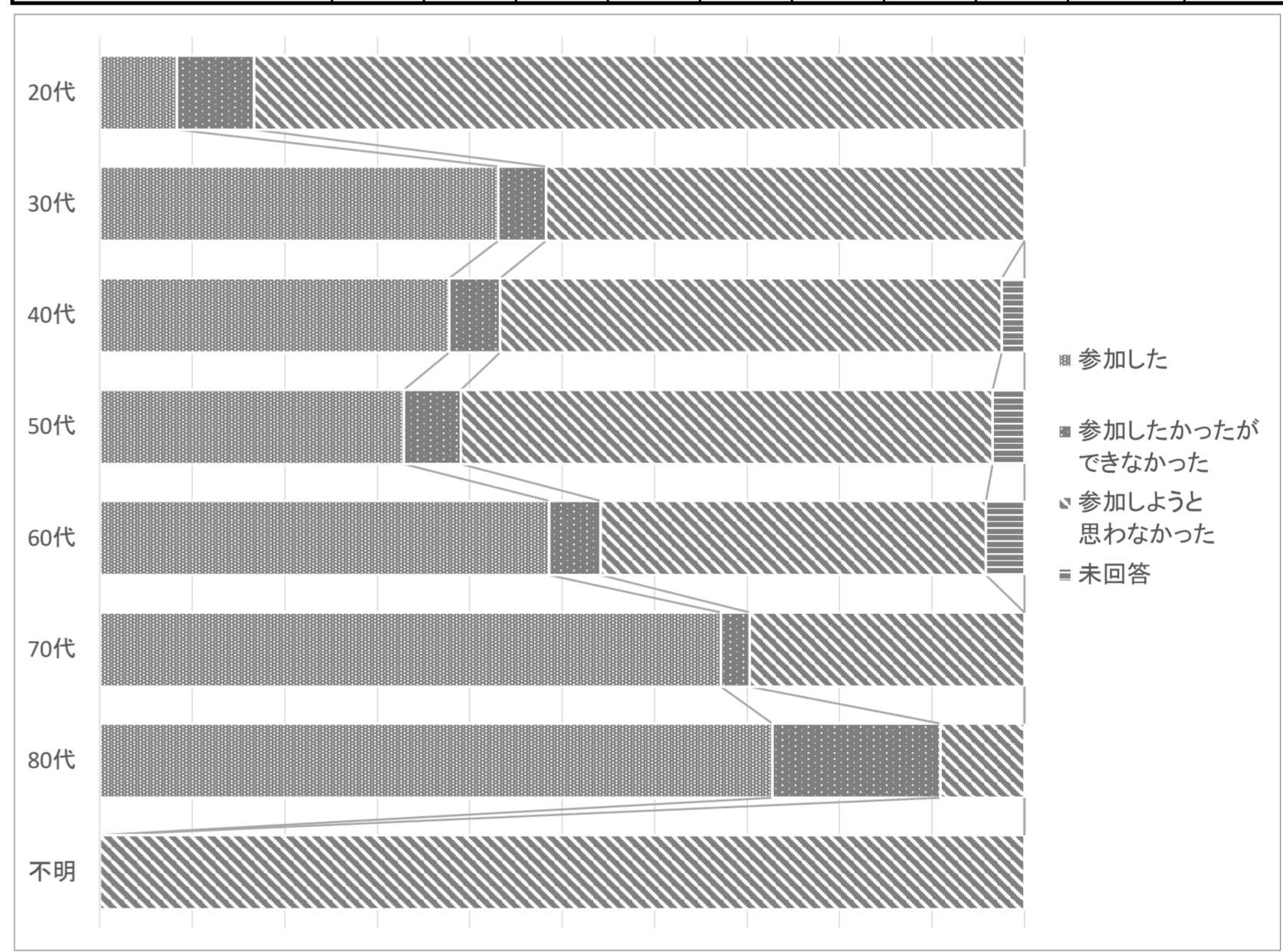
男性

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	合計	割合
参加した	0	1	8	40	44	50	72	15	230	38.3%
参加したかったが できなかった	0	0	1	5	14	8	12	2	42	7.0%
参加しようと思わなかった	1	1	19	61	103	54	56	18	313	52.2%
未回答	0	0	0	4	8	1	1	1	15	2.5%
合計	1	2	28	110	169	113	141	36	600	100.0%



女性

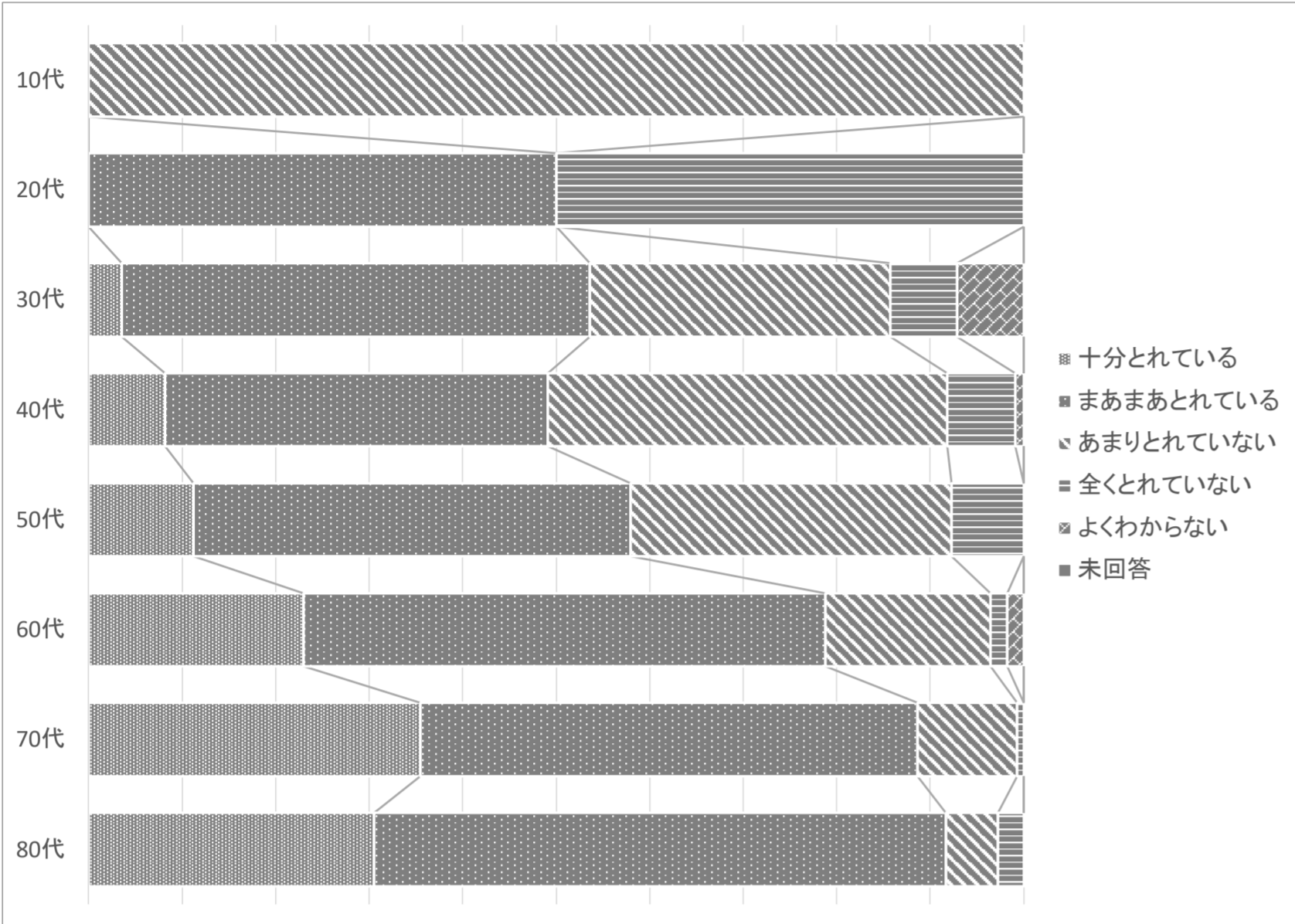
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	不明	合計	割合
参加した	1	25	62	48	35	43	8	0	222	42.0%
参加したかったが できなかった	1	3	9	9	4	2	2	0	30	5.7%
参加しようと思わなかった	10	30	89	84	30	19	1	2	265	50.1%
未回答	0	0	4	5	3	0	0	0	12	2.3%
合計	12	58	164	146	72	64	11	2	529	100.0%



問9. あなたは、毎日の睡眠で休養が十分にとれていると思いますか。

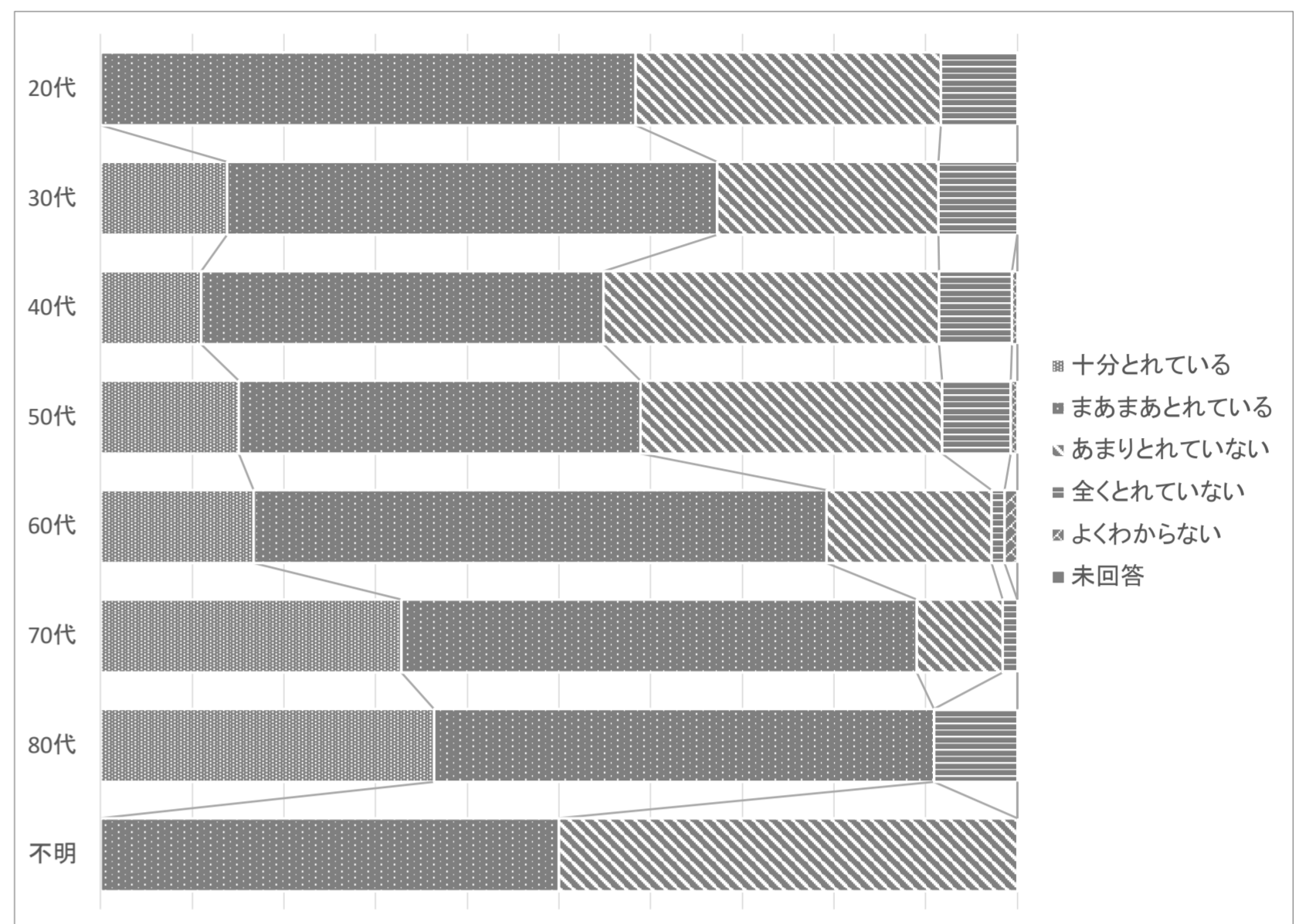
男性

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	合計	割合
十分とれている	0	0	1	9	19	26	50	11	116	19.3%
まあまあとれている	0	1	14	45	79	63	75	22	299	49.8%
あまりとれていない	1	0	9	47	58	20	15	2	152	25.3%
全くとれていない	0	1	2	8	13	2	1	1	28	4.7%
よくわからない	0	0	2	1	0	2	0	0	5	0.8%
未回答	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0%
合計	1	2	28	110	169	113	141	36	600	100.0%



女性

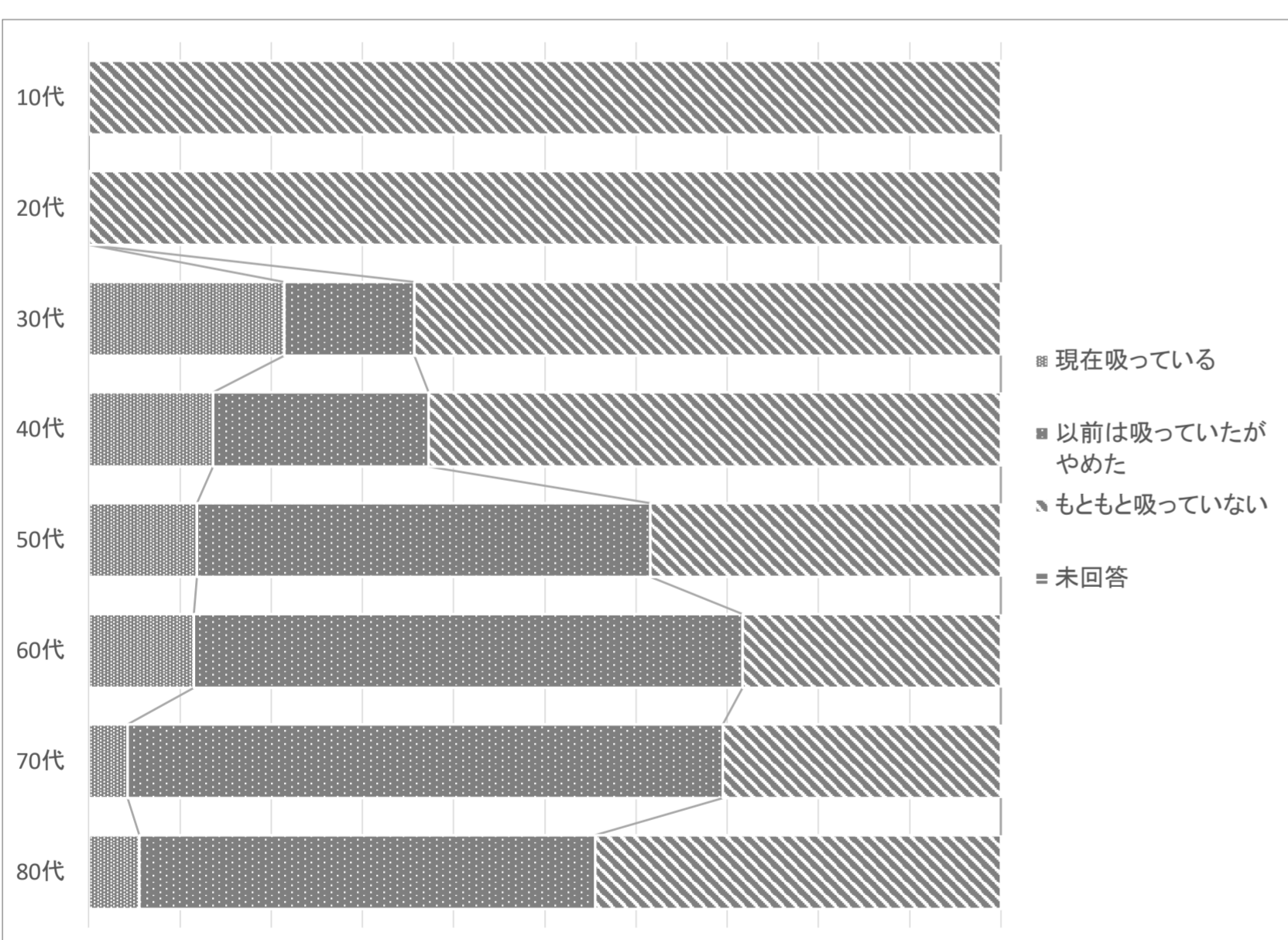
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	不明	合計	割合
十分とれている	0	8	18	22	12	21	4	0	85	16.1%
まあまあとれている	7	31	72	64	45	36	6	1	262	49.5%
あまりとれていない	4	14	60	48	13	6	0	1	146	27.6%
全くとれていない	1	5	13	11	1	1	1	0	33	6.2%
よくわからない	0	0	1	1	1	0	0	0	3	0.6%
未回答	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0%
合計	12	58	164	146	72	64	11	2	529	100.0%



問10. あなたは、たばこ（電子タバコを含む）を吸っていますか。

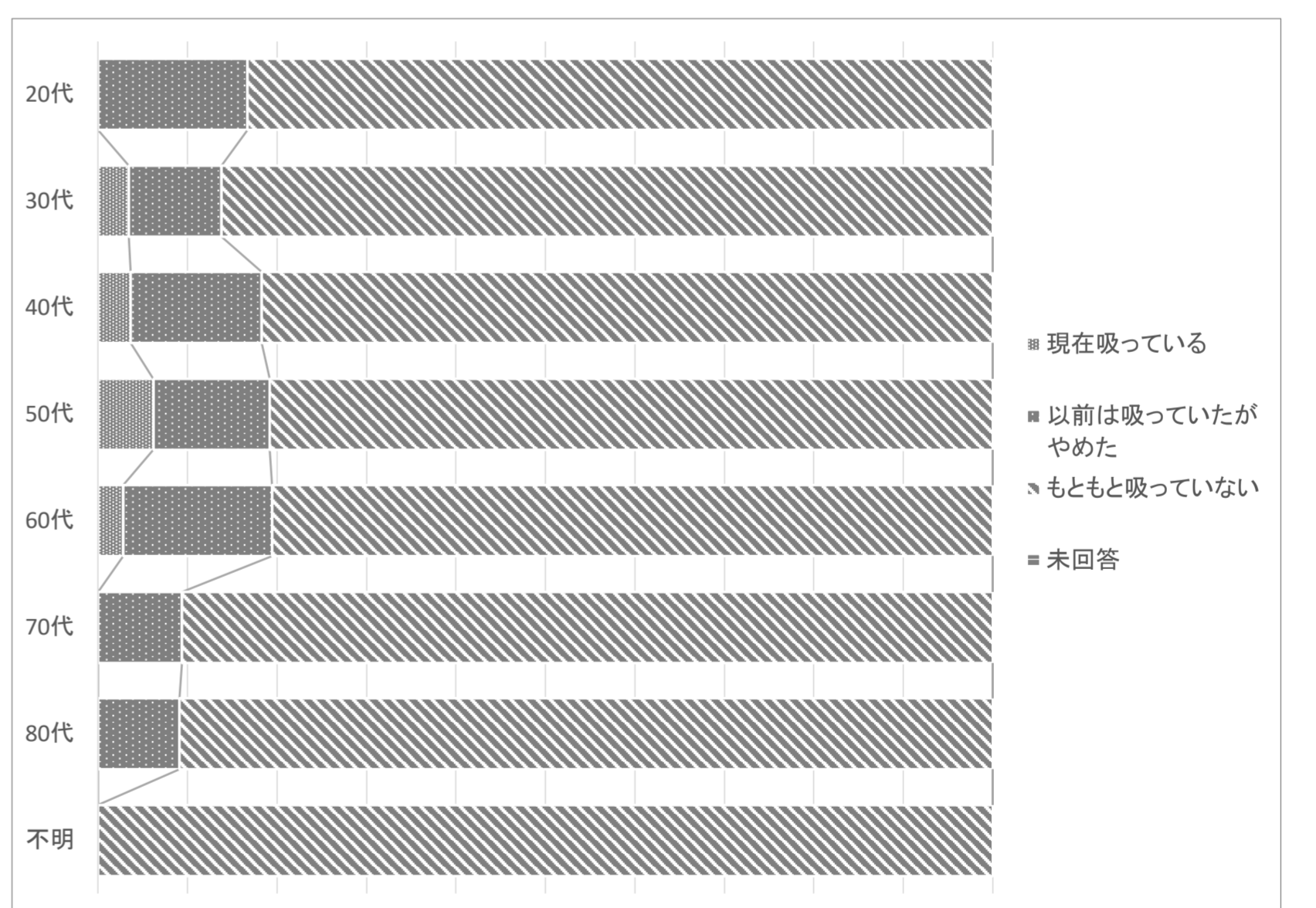
男性

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	合計	割合
現在吸っている	0	0	6	15	20	13	6	2	62	10.3%
以前は吸っていたがやめた	0	0	4	26	84	68	92	18	292	48.7%
もともと吸っていない	1	2	18	69	65	32	43	16	246	41.0%
未回答	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0%
合計	1	2	28	110	169	113	141	36	600	100.0%



女性

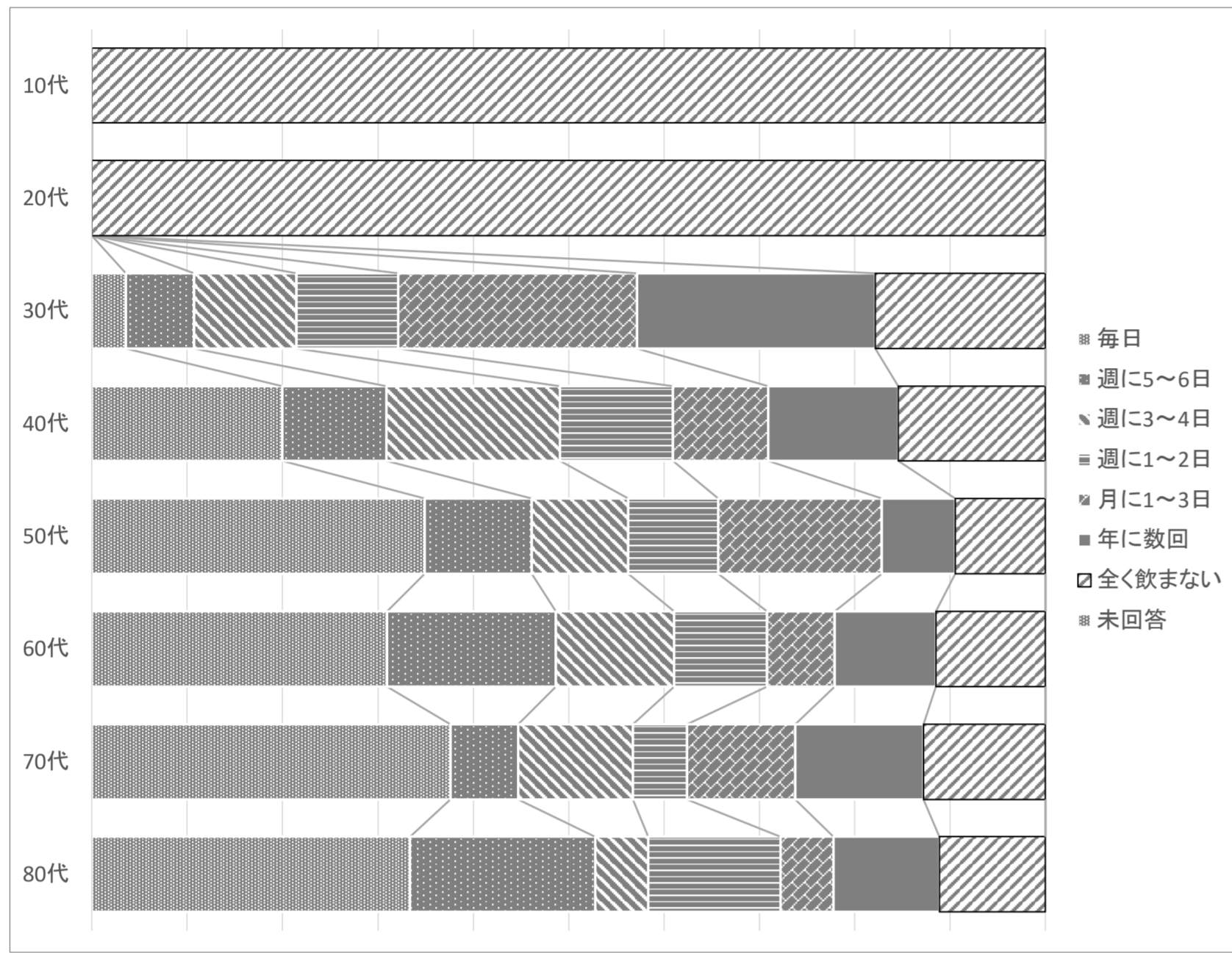
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	不明	合計	割合
現在吸っている	0	2	6	9	2	0	0	0	19	3.6%
以前は吸っていたがやめた	2	6	24	19	12	6	1	0	70	13.2%
もともと吸っていない	10	50	134	118	58	58	10	2	440	83.2%
未回答	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0%
合計	12	58	164	146	72	64	11	2	529	100.0%



問 1 1. あなたは、ふだんどのくらいの頻度でお酒を飲みますか。

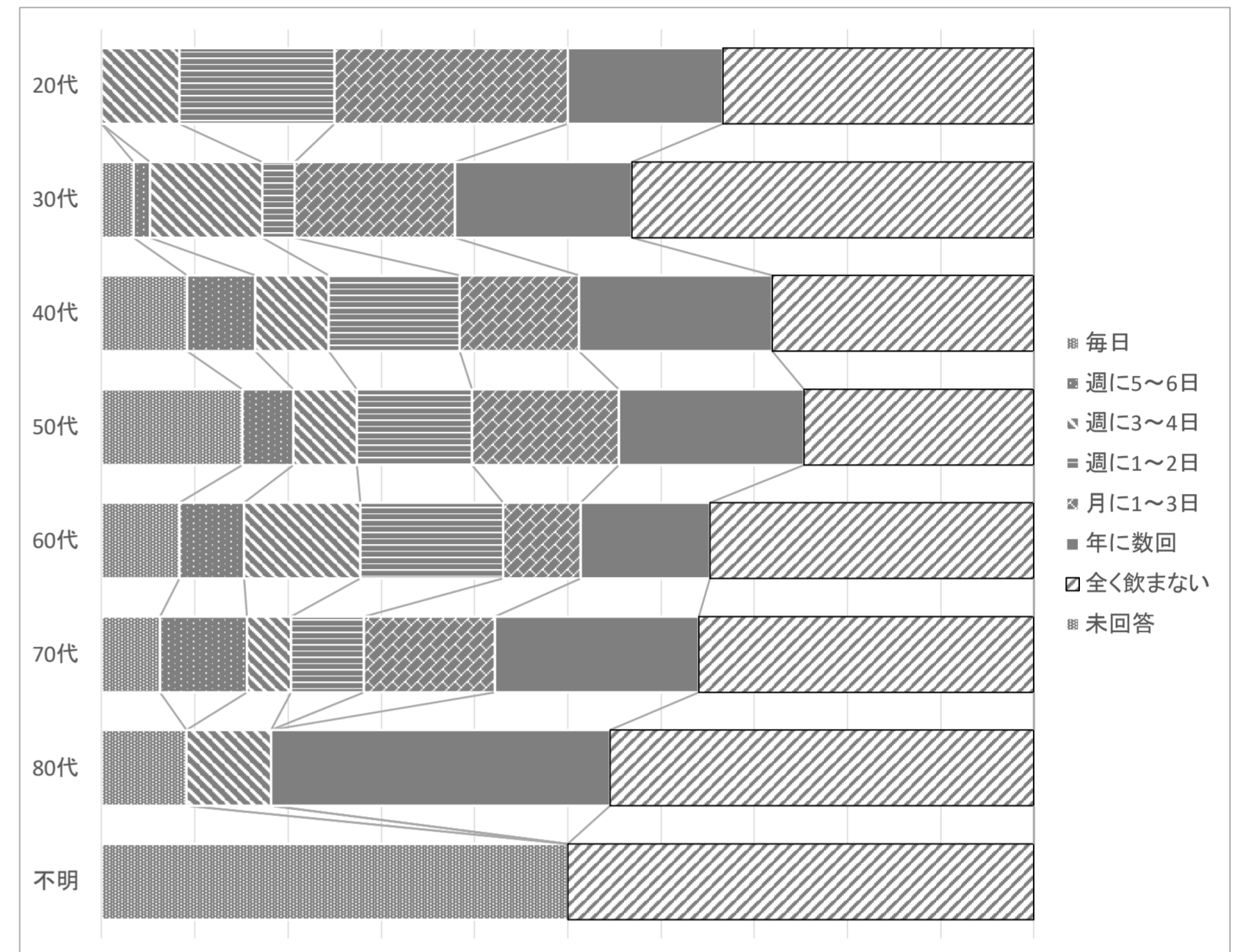
男性

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	合計	割合
毎日	0	0	1	22	59	35	53	12	182	30.3%
週に5~6日	0	0	2	12	19	20	10	7	70	11.7%
週に3~4日	0	0	3	20	17	14	17	2	73	12.2%
週に1~2日	0	0	3	13	16	11	8	5	56	9.3%
月に1~3日	0	0	7	11	29	8	16	2	73	12.2%
年に数回	0	0	7	15	13	12	19	4	70	11.7%
全く飲まない	1	2	5	17	16	13	18	4	76	12.7%
未回答	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0%
合計	1	2	28	110	169	113	141	36	600	100.0%



女性

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	不明	合計	割合
毎日	0	2	15	22	6	4	1	1	51	9.6%
週に5~6日	0	1	12	8	5	6	0	0	32	6.0%
週に3~4日	1	7	13	10	9	3	1	0	44	8.3%
週に1~2日	2	2	23	18	11	5	0	0	61	11.5%
月に1~3日	3	10	21	23	6	9	0	0	72	13.6%
年に数回	2	11	34	29	10	14	4	0	104	19.7%
全く飲まない	4	25	46	36	25	23	5	1	165	31.2%
未回答	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0%
合計	12	58	164	146	72	64	11	2	529	100.0%

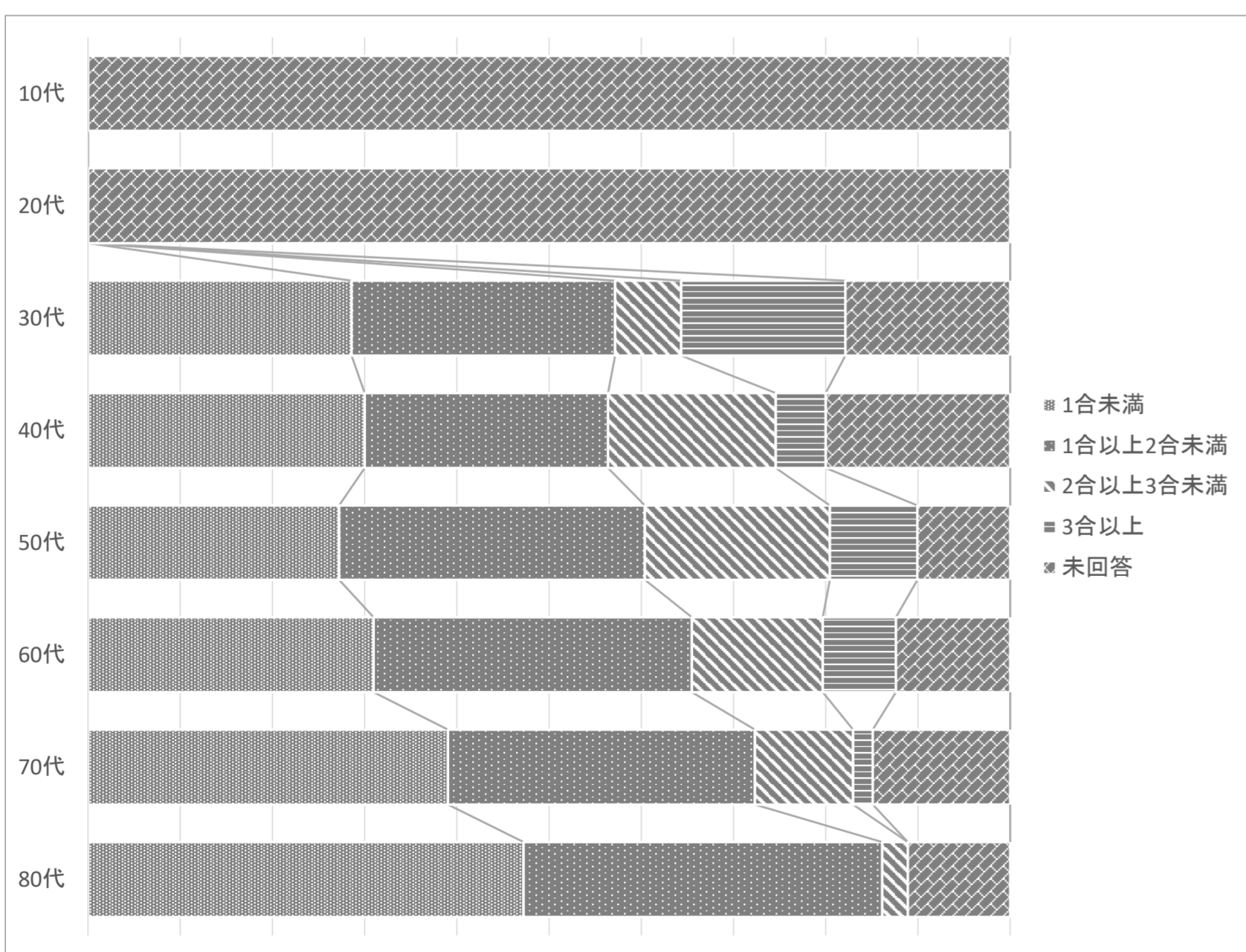


問 1 2. Q11にて「毎日」「週に5~6日」「週3~4日」「週1~2日」「月1~3日」「年に数回」と回答した方に伺います。

お酒を飲む日は清酒に換算すると、1日あたりどのくらいの量を飲みますか。

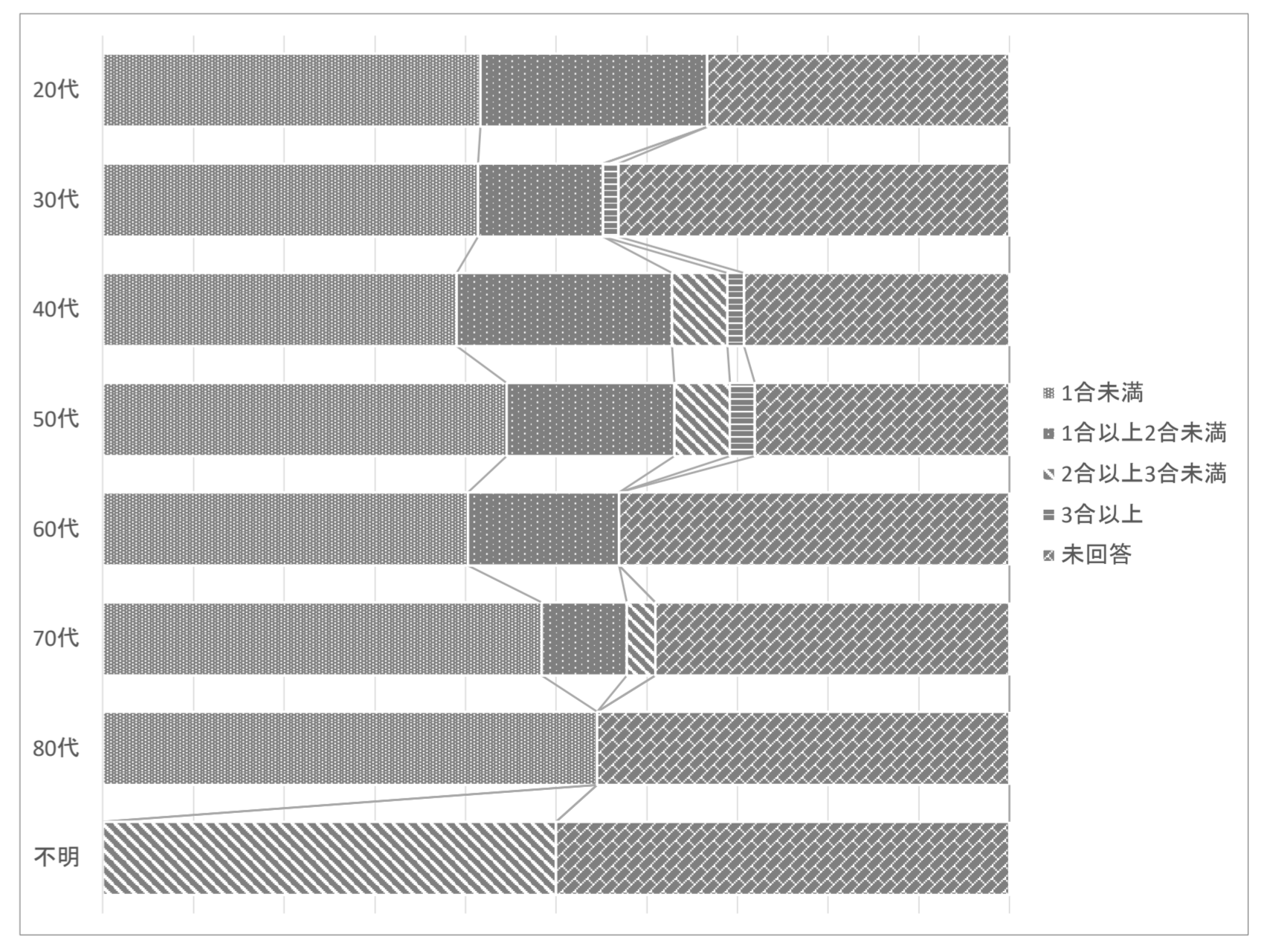
男性

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	合計	割合
1合未満	0	0	8	33	46	35	55	17	194	32.3%
1合以上2合未満	0	0	8	29	56	39	47	14	193	32.2%
2合以上3合未満	0	0	2	20	34	16	15	1	88	14.7%
3合以上	0	0	5	6	16	9	3	0	39	6.5%
未回答	1	2	5	22	17	14	21	4	86	14.3%
合計	1	2	28	110	169	113	141	36	600	100.0%



女性

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	不明	合計	割合
1合未満	5	24	64	65	29	31	6	0	224	42.3%
1合以上2合未満	3	8	39	27	12	6	0	0	95	18.0%
2合以上3合未満	0	0	10	9	0	2	0	1	22	4.2%
3合以上	0	1	3	4	0	0	0	0	8	1.5%
未回答	4	25	48	41	31	25	5	1	180	34.0%
合計	12	58	164	146	72	64	11	2	529	100.0%



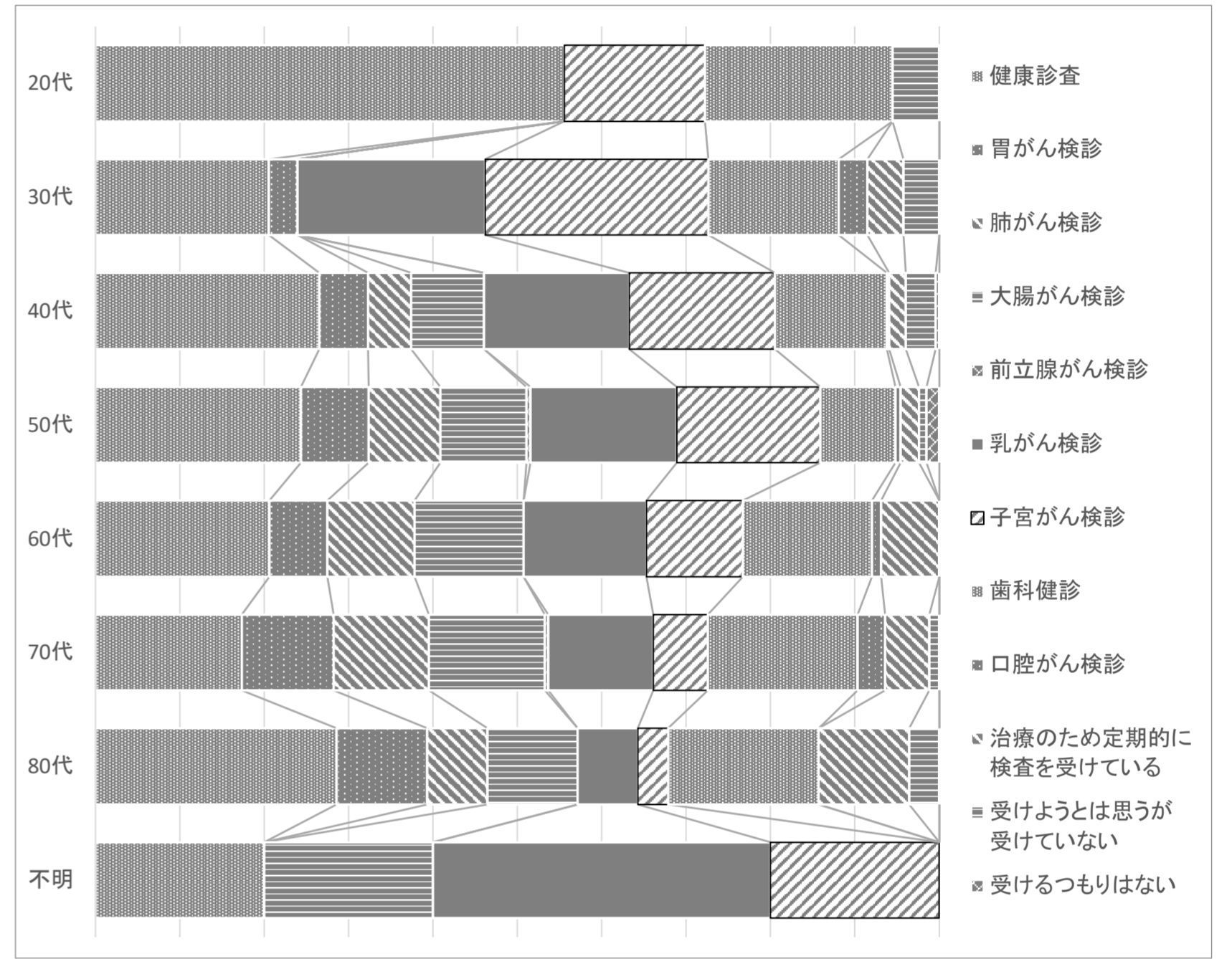
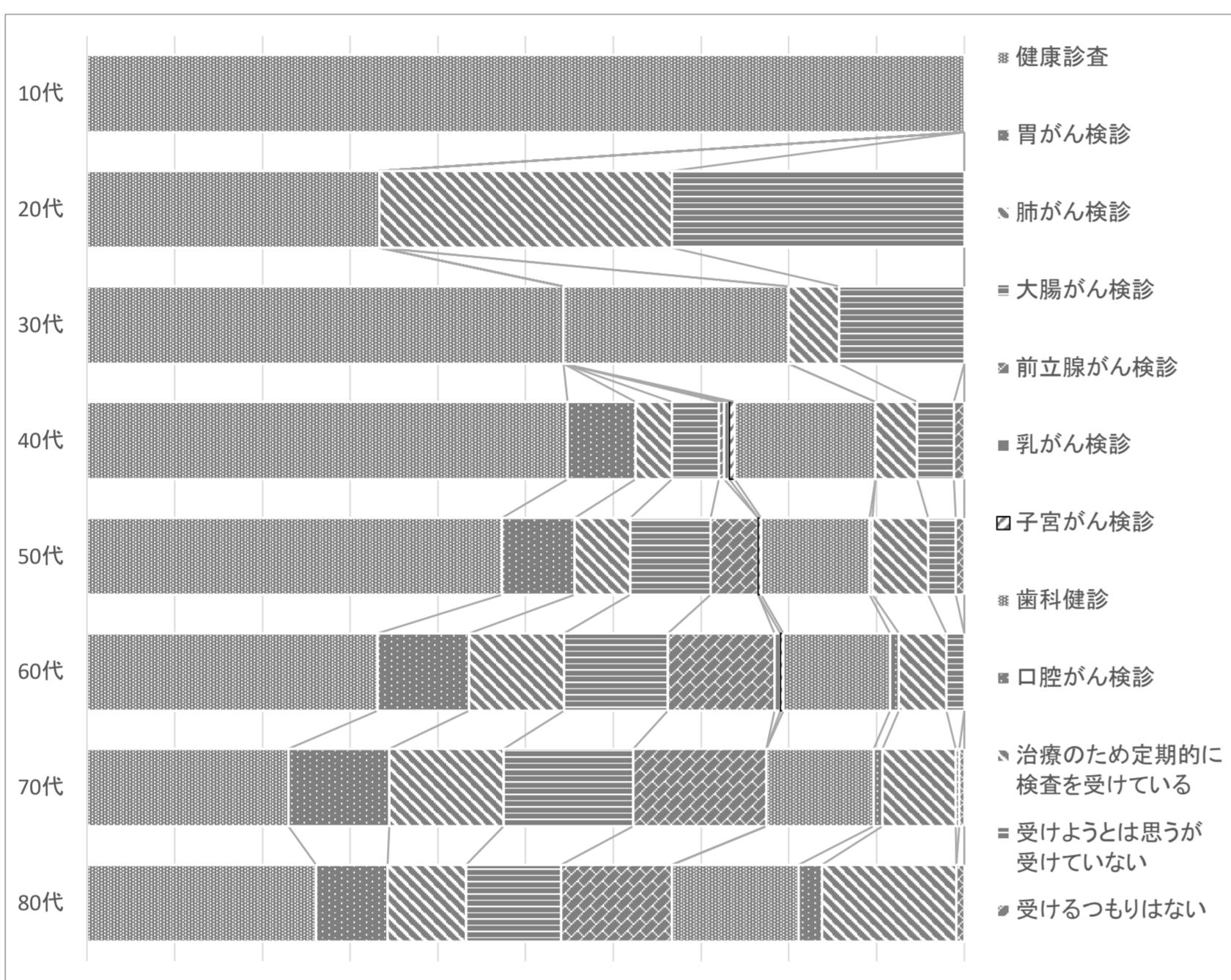
問13. あなたは、健康診査やがん検診、歯科健診等や、定期的に受けている検査はありますか。(複数回答可)

男性

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	合計	割合
健康診査	1	1	19	92	149	98	118	29	507	84.5%
胃がん検診	0	0	0	13	26	31	59	9	138	23.0%
肺がん検診	0	0	0	7	20	32	67	10	136	22.7%
大腸がん検診	0	0	0	9	29	35	76	12	161	26.8%
前立腺がん検診	0	0	0	1	17	36	78	14	146	24.3%
乳がん検診	0	0	0	1	0	2	0	0	3	0.5%
子宮がん検診	0	0	0	1	1	1	0	0	3	0.5%
歯科健診	0	0	9	27	39	36	63	16	190	31.7%
口腔がん検診	0	0	0	0	1	3	5	3	12	2.0%
治療のため定期的に検査を受けている	0	1	2	8	20	16	43	17	107	17.8%
受けようとは思いますが受けていない	0	1	5	7	10	6	2	0	31	5.2%
受けるつもりはない	0	0	0	2	3	0	3	1	9	1.5%
合計	1	3	35	168	315	296	514	111	1,443	-

女性

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	不明	合計	割合
健康診査	10	24	120	112	54	43	8	1	372	70.3%
胃がん検診	0	4	26	37	18	27	3	0	115	21.7%
肺がん検診	0	0	23	39	27	28	2	0	119	22.5%
大腸がん検診	0	0	39	47	34	34	3	1	158	29.9%
前立腺がん検診	0	0	0	2	0	1	0	0	3	0.6%
乳がん検診	0	26	78	80	38	31	2	2	257	48.6%
子宮がん検診	3	31	78	78	30	16	1	1	238	45.0%
歯科健診	4	18	60	41	40	44	5	0	212	40.1%
口腔がん検診	0	4	1	3	3	8	0	0	19	3.6%
治療のため定期的に検査を受けている	0	5	9	10	18	13	3	0	58	11.0%
受けようとは思いますが受けていない	1	5	16	4	0	3	1	0	30	5.7%
受けるつもりはない	0	0	2	7	0	0	0	0	9	1.7%
合計	18	117	452	460	262	248	28	5	1,590	-



「市民の健康に関するアンケート」へのご協力をお願い

市川市では、市民の皆様の健康づくりに向けて、平成28年3月に「市川市健康増進計画 健康いちかわ21（第2次）」を策定いたしました。

この計画の期間は令和8年3月までとなっています。策定から5年目となる本年に、皆様の健康に関する意識や健康状態を聞かせていただき、今後5年間の取組みに生かしていきたいと考えています。

調査をお願いする方は、住民基本台帳からの無作為抽出により選ばれました20歳以上の市民〇〇〇名の方です。

この調査はすべて無記名で行ない、統計的に処理しますので、集計結果等の公表で回答者にご迷惑をおかけすることは一切ありません。また、回答いただいた調査票は、本調査の目的以外に使用することはありません。調査対象者の個人情報や調査票は個人情報保護に関する法令に従って厳格に管理し、本調査の実施後、裁断・焼却処分いたします。

なお、本調査の他に、「幼児や小学生の健康に関するアンケート」「中高生の健康に関するアンケート」も行なっております。同一世帯に複数の調査をご依頼する場合もございますが、ご理解いただきますようお願い申し上げます。

この調査の結果は、市民の皆様全体の健康状態や健康づくりの現状などを表す重要な資料となりますので、ご多用とは存じますが、回答にご協力くださいますよう、重ねてお願い申し上げます。

令和〇〇年〇〇月

市川市長 村越 祐民

記入上のご注意

1. 回答は、あて名のご本人がお答えください。なお、ご本人が病気などで、お一人で答えることが難しい場合は、ご家族の方がお手伝いのうえで、お答えください。
2. 記入は、黒か青のボールペンまたは、鉛筆でお願いします。
3. 回答は、あてはまる項目に○をつけていただくものと、数値などをご記入いただくものがあります。「○は1つ」「○はいくつでも」などの指示に従ってお答えください。
4. ご回答いただきましたら、同封の返信用封筒（切手不要）で、令和〇〇年〇〇月〇〇日（○）までにポストに入れてください。

【この調査に関するお問い合わせ先】

市川市 保健医療課 健康都市担当室

電話 047-712-8642

FAX 047-712-8740

メール healthycity@city.ichikawa.lg.jp

<ご自身について>

【問1】 あなたの性別は？（○はひとつ）

1 男性	2 女性	3 どちらでもない	4 答えない
------	------	-----------	--------

【問2】 あなたの年齢は？（令和2年1月1日現在）

（ ）歳

【問3】 あなたのご住所の郵便番号をご記入ください。

※ 郵便番号が分からない場合は、町名をご記入ください。（例）八幡

2 7 2-	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	または	<input type="text"/>
--------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	-----	----------------------

<健康状態・健康の意識について>

【問4】 あなたは、自分自身の健康状態をどのように感じていますか？（○はひとつ）

1 最高に良い	2 とても良い	3 良い
4 あまり良くない	5 良くない	6 ぜんぜん良くない

【問5】 あなたは、自分の健康に関心がありますか？（○はひとつ）

1 ある	2 どちらともいえない	3 ない
------	-------------	------

【問6】 あなたは現在、病院や診療所に入院中、または介護保険施設に入所中ですか？（○はひとつ）

※介護保険施設：介護療養型医療施設、介護老人保健施設及び介護老人福祉施設

1 はい	2 いいえ
------	-------

【問7】 あなたは ここ数日、次の症状はありますか？（○はいくつでも）

1 頭痛	2 肩こり	3 腰痛
4 手足の関節が痛む	5 手足のしびれ	6 手足が冷える
7 足のむくみやだるさ	8 あてはまるものはない	

【問8】 あなたの身長と体重をcm、kg単位でご記入ください。（小数第1位まで）

身長（ . ）cm	体重（ . ）kg
---------------------------------	---------------------------------

【問9】あなたは、次の病気について、医師に言われたり、治療を受けたりしたことはありますか？
(○はいくつでも)

	病気にかかった年齢	現在の治療状況			
ア 高血圧	(歳)	1 通院中	2 完治	3 治療中断	4 放置
イ 脂質異常症(高脂血症)	(歳)	1 通院中	2 完治	3 治療中断	4 放置
ウ 糖尿病	(歳)	1 通院中	2 完治	3 治療中断	4 放置
エ 脳卒中	(歳)	1 通院中	2 完治	3 治療中断	4 放置
オ 心疾患	(歳)	1 通院中	2 完治	3 治療中断	4 放置
カ がん	(歳)	1 通院中	2 完治	3 治療中断	4 放置
キ 精神疾患	(歳)	1 通院中	2 完治	3 治療中断	4 放置
ク 歯周疾患	(歳)	1 通院中	2 完治	3 治療中断	4 放置
ケ 特になし					

【問10】 かかりつけ医(歯科医・薬局)とは、「あなたの過去の病歴や体質などを知っていて、気軽に相談に応じてくれるとともに、必要なときには他の専門機関等を紹介してくれる、身近な医師(歯科医・薬局)」のことです。

あなたは、かかりつけ医(歯科医・薬局)のいずれかをお持ちですか？ (○はいくつでも)

1 かかりつけ医	2 かかりつけ歯科医	3 かかりつけ薬局	4 持っていない
----------	------------	-----------	----------

【問11】 ロコモティブシンドローム(運動器症候群)とは「運動器官(筋肉、関節、骨など、人が移動するために使う器官)の障害によって、日常生活で人や道具の助けが必要な状態やその一歩手前の状態」をいいます。

あなたは、この内容を知っていましたか？ (○はひとつ)

1 内容を知っていた	2 言葉は聞いたことがあるが内容は知らない	3 知らない
------------	-----------------------	--------

【問12】 フレイルとは「加齢とともに心身の運動機能や認知機能などが低下し、健康な状態と日常生活でサポートが必要な介護状態の間である虚弱の状態」を意味します。

あなたは、この内容を知っていましたか？ (○はひとつ)

1 内容を知っていた	2 言葉は聞いたことがあるが内容は知らない	3 知らない
------------	-----------------------	--------

【問13】 COPD(慢性閉塞性肺疾患)とは「たばこの煙を主とする有害物質が長期に気道に触れることによって起きる炎症性の疾患で、主な症状として咳・痰・息切れがあり、徐々に呼吸障害が進行する疾患」で喫煙者の20%がCOPDを発症するといわれています。

あなたは、この内容を知っていましたか？ (○はひとつ)

1 内容を知っていた	2 言葉は聞いたことがあるが内容は知らない	3 知らない
------------	-----------------------	--------

<栄養・食生活について>

【問14】あなたは、食事が健康にとって重要だと思いますか？（○はひとつ）

- 1 そう思う 2 まあそう思う 3 あまりそう思わない 4 そう思わない

【問15】あなたは、1日3食食べるのは週に何日ありますか？（○はひとつ）

- 1 ほとんど毎日 2 週に4～5日 3 週に2～3日 4 ほとんどない

【問16】あなたは、ふだん、週に何日朝食をとりますか？（○はひとつ）

- 1 ほとんど毎日 2 週に4～5日 3 週に2～3日 4 ほとんどない

【問17】あなたは、主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか？（○はひとつ）

※ 主食:ごはん、パン、めんなど

主菜:魚、肉、卵、大豆製品などを使った料理

副菜:野菜、海藻、きのこ、こんにゃくなどを使った料理

- 1 ほとんど毎日
2 週に4～5日 3 週に2～3日 4 ほとんどない →問17-1へ

(問17で「2」「3」「4」とお答えの方に)

【問17-1】あなたは、主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に1回以上あるのは、週に何日ありますか？（○はひとつ）

- 1 ほとんど毎日 2 週に4～5日 3 週に2～3日 4 ほとんどない

【問18】あなたは、朝食または夕食を家族や知人等と一緒に食べることは週に何回ありますか？（○はひとつ）

- 1 ほとんど毎食（週14回） 2 週に13回～10回くらい
3 週に9回～6回くらい 4 週に5回～2回くらい
5 週に1回くらい 6 ほとんどない

【問19】あなたは、健康維持に必要な野菜を摂取していると思いますか？（○はひとつ）

(目安:1回の食事にサラダや野菜が主材料の小鉢を1皿以上、1日で5～6皿分)

- 1 摂取していると思う 2 ほぼ摂取していると思う
3 あまり摂取していないと思う 4 摂取していないと思う 5 わからない

【問25】あなたは、過去1ヵ月間に、心理的な問題(不安を感じたり、気分が落ち込んだり、イライラしたり)にどのくらい悩まされましたか？(○はひとつ)

1 ぜんぜん悩まされなかった	2 わずかに悩まされた	3 少し悩まされた
4 かなり悩まされた	5 非常に悩まされた	→問25-1、問25-2へ

(問25で「4」「5」とお答えの方に)

【問25-1】その原因は何でしたか？(○はひとつ)

1 学校や職場、近所での人間関係	2 家族の中での人間関係
3 仕事・勉強	4 子育て・教育問題
5 自分の健康上の問題	6 家族の健康上の問題
7 経済上の問題	8 漠然とした不安感や孤独感
9 その他 ()	

(問25で「4」「5」とお答えの方に)

【問25-2】この1か月間を振り返り、不安、悩み、ストレスなどを解消できていると思いますか？(○はひとつ)

1 うまく解消できている	2 ある程度解消できている
3 あまり解消できていない	4 まったく解消できていない

【問26】あなたは、不安、悩み、ストレスを感じたとき、どのように解消または相談をしていますか？(○はいくつでも)

どのように解消していますか	誰に相談していますか
1 運動をする	13 家族・親族
2 趣味に取り組む	14 友人や知人
3 睡眠または休養をとる	15 職場の上司や同僚
4 好きなものを食べる	16 学校や職場のカウンセラー
5 たばこを吸う	17 医療機関(病院・診療所)
6 お酒を飲む	18 公的機関(市役所、保健所、保健センターなど)
7 家族や仲間と過ごす	19 インターネット上で相談をしたり見たりする
8 ペットを飼う	20 その他()
9 その他()	21 特に相談していない
10 特にない	22 相談先がわからず、対処できていない
11 どのようにしてよいかわからず、対処できていない	
12 不安、悩み、ストレスは特にない	

【問27】あなたは、この1年間に、就業していましたか？(○はひとつ)

1 就業した	2 就業していない
--------	-----------

<お酒（アルコール）について>

【問36】 あなたは、お酒を飲みますか？（○はひとつ）

1 毎日	2 週5日～6日	3 週3～4日	→ 問36-1へ
4 週1～2日	5 月に1～3日	6 年に数回程度	
7 やめた（1年以上やめている）	8 ほとんど飲まない（飲めない）		

（問36で「1」「2」「3」「4」「5」「6」とお答えの方に）

【問36-1】 お酒を飲む日は、清酒に換算して、1日あたりどれくらいの量を飲みますか？
（○はひとつ）

1 1合（180ml）未満	2 1合以上2合（360ml）未満
3 2合以上3合（540ml）未満	4 3合以上4合（720ml）未満
5 4合以上5合（900ml）未満	6 5合（900ml）以上

※ 清酒1合（180ml）は、次の量にほぼ相当します

ビール・発泡酒中瓶1本（約500ml）、焼酎20度（135ml）、焼酎25度（110ml）、
焼酎35度（80ml）、チューハイ7度（350ml）、ウイスキーダブル1杯（60ml）、
ワイン2杯（240ml）

【問37】 一般的にいわれている「適度な飲酒」とは、どれくらいの量だと思いますか？（○はひとつ）

1 1合（180ml）未満	2 1合以上2合（360ml）未満
3 2合以上3合（540ml）未満	4 3合以上4合（720ml）未満
5 4合以上5合（900ml）未満	6 5合（900ml）以上

【問38】 次のうち、多量の飲酒を長期間続けることで影響が出る思うものを選んで下さい。
（○はいくつでも）

1 肝臓病	2 アルコール依存症	3 脳卒中	4 心臓病
5 糖尿病	6 がん	7 動脈硬化	8 妊娠（胎児）への悪影響
9 乳幼児・青少年の発達への悪影響			

<性感染症について>

【問39】 あなたが、性感染症について知っていることを選んでください。（○はいくつでも）

※性感染症：性行為により感染するクラミジア、梅毒、淋病、エイズなどの病気。STDともいう。

- | |
|---|
| 1 感染しても自覚症状がないものがある。 |
| 2 不妊症や流産の原因となることがある。 |
| 3 多くの性感染症は、母子感染（母親から赤ちゃんに感染）する。 |
| 4 ピルは性感染症の予防にはならない。 |
| 5 コンドームの正しい使用により、感染の危険性がかなり低下する。 |
| 6 不衛生なピアスの穴あけ・刺青（タトゥ）も感染の原因となる。 |
| 7 子宮頸がんなどの原因となるヒトパピローマウイルスは、性行為により感染する。 |

【問40】 あなたが、エイズ/HIVについて知っていることを選んでください。(○はいくつでも)

- 1 HIV (ヒト免疫不全ウイルス) に感染すると免疫が徐々に低下し、数年から10年程度でエイズ(後天性免疫不全症候群)を発症する。
- 2 HIVの検査は、全国の保健所で無料、匿名で受けられる。
- 3 主な感染ルートは、「性行為による感染」、「血液を介しての感染」、「母子感染」の3つである。
- 4 HIVは感染力が弱く、性行為以外の社会生活の中でうつることはまずない。
- 5 HIVに感染しても、治療薬をきちんと服用すればエイズの発症を予防できる。

<歯や口の健康について>

【問41】 現在、あなたの歯は何本ありますか?(○はひとつ) ※さし歯も数えます。

- 1 全部ある(28本 *親知らずが4本全て生えている場合は32本)
- 2 ほとんどある(20~27本)
- 3 半分くらいある(10~19本)
- 4 ほとんどない(1~9本)
- 5 まったくない(0本)

【問42】 あなたは、歯の健康診査を受けていますか?(○はひとつ)

- 1 受けている(年1回以上)
- 2 受けている(数年に1回)
- 3 受けていない

【問43】 あなたは、自分の歯や歯肉など口の健康維持のために意識して行っていることがありますか?(○はいくつでも)

- 1 1日1回はていねいに歯をみがいている
- 2 鏡などを使って、歯や歯肉の様子を観察している
- 3 デンタルフロス(糸ようじ)や歯間ブラシを使っている
- 4 電動歯ブラシを使っている
- 5 軽い力でみがくようにしている
- 6 歯ブラシはよく取り替えるようにしている
- 7 歯みがき剤(ペースト・ジェル・液)を使うようにしている
- 8 間食や菓子、嗜好飲料(清涼飲料・ジュース・スポーツドリンクなど)を控えるようにしている
- 9 定期的に歯石除去や歯面清掃を受けている
- 10 定期的にフッ化物歯面塗布を受けている
- 11 その他()
- 12 特に意識していない

【問44】 あなたは、歯肉から出血したり、歯がぐらついたりしていますか？(○はひとつ)

- | | |
|--------------|-----------------|
| 1 そのような症状はない | 2 歯をみがくとき、出血がある |
| 3 歯肉が腫れている | 4 歯がぐらついている |

【問45】 あなたは、ものを噛んで食べる時、どのような状態ですか？(○はひとつ)

- | | |
|-------------------|-----------------|
| 1 何でも噛んで食べることができる | 2 一部噛めない食べ物がある |
| 3 噛めない食べ物が多い | 4 噛んで食べることができない |

<身体活動・運動について>

【問46】 あなたは、運動が健康にとって重要だと思いますか？(○はひとつ)

- | | |
|-------------|--------------|
| 1 そう思う | 2 まあそう思う |
| 3 あまりそう思わない | 4 まったくそう思わない |

【問47】 あなたは、日常生活において歩行または同等の活動をする時間は1日あたりどのくらいですか。
万歩計などで歩数を計っている方は、1日あたりの平均歩数もご記入ください。

(参考目安:10分間の歩行で約1,000歩)

時間 (1日あたり) 時間 分)

※万歩計などで歩数を計っている方は、平均歩数もご記入ください。

歩数 (1日あたり) 歩)

【問48】 あなたは、1回30分以上の軽く汗をかく程度の運動を週2日以上、1年以上実施していますか？(○はひとつ)

- | | |
|-----------------|------------------|
| 1 実施している | 2 実施しているが条件に満たない |
| 3 以前は実施していたがやめた | 4 実施していない |
- 問48-1へ

(問48で「3」「4」とお答えの方に)

【問48-1】 日頃、運動やスポーツができない理由は何ですか？(○はいくつでも)

- | | |
|------------------|---------------------------------|
| 1 時間がない | 2 家族の世話があるため |
| 3 経済的理由 | 4 体調がよくない |
| 5 場所がない | 6 何をしたらよいか分からない |
| 7 一緒に運動をする仲間がいない | 8 初心者が参加しにくい |
| 9 運動は好きではない | 10 きっかけがない |
| 11 関心がない | 12 その他 () |

<健康づくり全般について>

【問49】 あなたは、健康づくりにとって、どのようなことが 特に 大切だと思いますか？(○は 3つ まで)

- | | |
|-----------------------|---------------|
| 1 食生活に気をつける | 2 運動をする |
| 3 休養をとる | 4 睡眠をとる |
| 5 ストレスとうまくつきあう | 6 よい人間関係を保つ |
| 7 いきがいをもつ | 8 健康に関する知識をもつ |
| 9 社会貢献をする | 10 禁煙をする |
| 11 飲酒量に気をつける | 12 検診を受ける |
| 13 かかりつけ医(歯科医、薬剤師)をもつ | 14 その他 |
| () | |

【問50】 あなたがこれから健康づくりを実践するために、必要と思うことは何ですか。(○は 3つ まで)

- | | |
|---------------|---------------|
| 1 やる気 | 2 時間 |
| 3 職場の理解 | 4 場所 |
| 5 仲間がいること | 6 具体的な方法を知ること |
| 7 家族の理解 | 8 お金 |
| 9 相談できる場があること | 10 その他 |
| () | |

ご協力ありがとうございました。

調査結果は、後日、市川市のホームページ等に掲載いたします。

※ ご記入いただきました調査票は、同封の返信用封筒でご返送ください。(切手は不要です)

「中高生の健康に関するアンケート」へのご協力のお願い

市川市では、市民の皆様の健康づくりに向けて、平成28年3月に「市川市健康増進計画 健康いちかわ21（第2次）」を策定いたしました。

この計画の期間は令和8年3月までとなっています。策定から5年目となる本年に、市内の中・高校生をとりまく環境や健康状態を聞かせていただき、今後5年間の取組みに生かしていきたいと考えています。

今回、アンケートの対象者として、市内の中学・高校に通う〇〇〇人をクラス単位で選び、あなたとあなたのクラスメートの皆さんに回答していただくことになりました。この調査結果は、私たちの健康の目安や、市民の健康づくり政策の重要な基礎資料となりますので、ご理解とご協力をお願いします。

なお、このアンケートはテストではありませんので、成績には影響しません。

名前を書く必要もありませんし、答え終わったら、あなた自身が封筒に入れて提出します。そして、そのまま学校の先生などに結果を知られることなく回収され、調査結果はコンピューターで処理されます。また、回収したアンケートは、個人情報保護に関する法令に従って厳格に管理し、本調査の実施後、裁断・焼却処分します。

したがって、**回答した皆さんが誰なのかが知られてしまったり、ご迷惑をおかけすることは一切ありません**ので、安心してお答えください。

令和〇〇年〇〇月

市川市長 村越 祐民

記入上のご注意

1. 回答は、お友達と相談せず、あなたのお考えで正直にお答えください。
2. 記入は、黒か青のボールペンまたは、鉛筆（シャープペンシルでもよいです）をお願いします。
3. 回答は、あてはまる項目に○をつけていただくものと、数値などをご記入いただくものがあります。「○は1つ」「○はいくつでも」などの指示に従ってお答えください。
4. 回答が全部終わったら、もう一度見直して、アンケートと一緒に配られた封筒に入れて封をし、担任の先生に渡してください。
5. **このアンケート用紙や封筒にあなたの名前を書く必要はありません。**

このアンケート調査を企画・実施しているのは、市川市保健医療課健康都市担当室です。

<あなた自身について>

【問1】 あなたの性別は？（○はひとつ）

1 男性	2 女性	3 どちらでもない	4 答えない
------	------	-----------	--------

【問2】 あなたの年齢と学年は？
（令和2年1月1日現在）

() 歳

→ どちらかに○をつける

中 ・ 高	() 年
-------	------------------

【問3】 あなたのご住所の郵便番号をご記入ください。

※ 郵便番号が分からない場合は、町名をご記入ください。（例）八幡

※ 市外から通学している場合は、町名欄の 市外 に○をつけてください

2 7 2-	<table border="1"><tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr></table>					または	<table border="1"><tr><td>町名（郵便番号が分からない場合のみ）</td></tr><tr><td> </td></tr><tr><td>市外</td></tr></table>	町名（郵便番号が分からない場合のみ）		市外
町名（郵便番号が分からない場合のみ）										
市外										

<健康状態・健康の意識について>

【問4】 あなたは、自分自身の健康状態をどのように感じていますか？（○はひとつ）

1 最高に良い	2 とても良い	3 良い
4 あまり良くない	5 良くない	6 ぜんぜん良くない

【問5】 あなたは、自分の健康に関心がありますか？（○はひとつ）

1 ある	2 どちらともいえない	3 ない
------	-------------	------

【問6】 あなたの身長と体重をcm、kg単位でご記入ください。（小数第1位まで）

身長 (.) c m	体重 (.) k g
------------------------------------	------------------------------------

【問7】 かかりつけ医(歯科医・薬局)とは、「あなたの過去の病歴や体質などを知っていて、気軽に相談に応じてくれるとともに、必要なときには他の専門機関等を紹介してくれる、身近な医師(歯科医・薬局)」のことです。

あなたは、かかりつけ医(歯科医・薬局)のいずれかをお持ちですか？（○はいくつでも）

1 かかりつけ医	2 かかりつけ歯科医	3 かかりつけ薬局	4 持っていない
----------	------------	-----------	----------

<栄養・食生活について>

【問8】 あなたは、食事が健康にとって重要だと思いますか？（○はひとつ）

- 1 そう思う 2 まあそう思う 3 あまりそう思わない 4 そう思わない

【問9】 あなたは、ふだん、週に何日朝食をとりますか？（○はひとつ）

- 1 ほとんど毎日 2 週に4～5日 3 週に2～3日 4 ほとんどない

【問10】 あなたは、主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか？給食も含みます。（○はひとつ）

※ 主食:ごはん、パン、めんなど

主菜:魚、肉、卵、大豆製品などを使った料理

副菜:野菜、海藻、きのこ、こんにゃくなどを使った料理

- 1 ほとんど毎日
2 週に4～5日 3 週に2～3日 4 ほとんどない →問10-1へ

(問10で「2」「3」「4」とお答えの方に)

【問10-1】 あなたは、主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に1回以上あるのは、週に何日ありますか？給食も含みます。（○はひとつ）

- 1 ほとんど毎日 2 週に4～5日 3 週に2～3日 4 ほとんどない

【問11】 あなたは、健康維持に必要な野菜を摂取していると思いますか？（○はひとつ）

(目安:1回の食事にサラダや野菜が主材料の小鉢を1皿以上、1日で5～6皿分)

- 1 摂取していると思う 2 ほぼ摂取していると思う
3 あまり摂取していないと思う 4 摂取していないと思う 5 わからない

【問12】 あなたは、牛乳や乳製品、骨ごと食べる魚などのカルシウムを多く含む食品を食べるのは、週に何日ありますか？（○はひとつ）

- 1 ほとんど毎日 2 週に4～5日 3 週に2～3日 4 ほとんどない

【問13】 あなたは、朝食または夕食を家族や知人等と一緒に食べることは週に何回ありますか？（○はひとつ）

- 1 ほとんど毎食（週14回） 2 週に13回～10回くらい
3 週に9回～6回くらい 4 週に5回～2回くらい
5 週に1回くらい 6 ほとんどない

<たばこ（加熱式たばこを含む）について>

【問18】「受動喫煙」とは、たばこを吸う人以外がたばこの煙にさらされることをいいます。あなたは、喫煙者だけでなく、非喫煙者にも受動喫煙により健康への影響があることを知っていますか？（○はひとつ）

- | | |
|---------|--------|
| 1 知っている | 2 知らない |
|---------|--------|

【問19】 次のうち、たばこを吸うことで影響が出ると思うものを選んで下さい。（○はいくつでも）

- | | | |
|---------|-------------------|-------------------|
| 1 肺がん | 2 肺がん以外のがん | 3 ぜんそく |
| 4 気管支炎 | 5 心臓病 | 6 脳卒中 |
| 7 胃かいよう | 8 妊娠（胎児）への悪影響 | 9 乳幼児・青少年の発達への悪影響 |
| 10 歯周病 | 11 COPD（慢性閉塞性肺疾患） | |

<歯や口の健康について>

【問20】 あなたは、歯の健康診査（学校の歯科検診も含みます）を受けていますか？（○はひとつ）

- | | | |
|----------------|----------------|----------|
| 1 受けている（年1回以上） | 2 受けている（数年に1回） | 3 受けていない |
|----------------|----------------|----------|

【問21】 あなたは、自分の歯や歯肉など口の健康維持のために意識して行っていることがありますか？（○はいくつでも）

- | |
|---|
| 1 1日1回はていねいに歯をみがいている |
| 2 鏡などを使って、歯や歯肉の様子を観察している |
| 3 デンタルフロス（糸ようじ）や歯間ブラシを使っている |
| 4 電動歯ブラシを使っている |
| 5 軽い力でみがくようにしている |
| 6 歯ブラシはよく取り替えるようにしている |
| 7 歯みがき剤（ペースト・ジェル・液）を使うようにしている |
| 8 間食や菓子、嗜好飲料（清涼飲料・ジュース・スポーツドリンクなど）を控えるようにしている |
| 9 定期的に歯石除去や歯面清掃を受けている |
| 10 定期的にフッ化物歯面塗布を受けている |
| 11 その他（ ） |
| 12 特に意識していない |

【問22】 あなたは、歯肉から出血したり、歯（永久歯）がぐらついたりしていますか？（○はひとつ）

- | | |
|--------------|------------------|
| 1 そのような症状はない | 2 歯をみがくとき、出血がある |
| 3 歯肉が腫れている | 4 歯（永久歯）がぐらついている |

【問23】 あなたは、ものをかんで食べる時、どのような状態ですか？（○はひとつ）

- | | |
|-------------------|-----------------|
| 1 何でもかんで食べることができる | 2 一部かめない食べ物がある |
| 3 かめない食べ物が多い | 4 かんで食べることができない |

<身体活動・運動について>

【問24】 あなたは、運動が健康にとって重要だと思いますか？（○はひとつ）

- | | |
|-------------|--------------|
| 1 そう思う | 2 まあそう思う |
| 3 あまりそう思わない | 4 まったくそう思わない |

【問25】 あなたは、日頃から日常生活の中で、健康の維持・増進のため、体育の授業以外に意識的に身体を動かすなどの運動をしていますか？（○はひとつ）

- | | |
|--------------------|---------------|
| 1 いつもしている | 2 時々している |
| 3 以前はしていたが現在はしていない | 4 まったくしたことがない |

<性感染症について>

【問26】 あなたが、性感染症について知っていることを選んでください。（○はいくつでも）

※性感染症：性行為により感染するクラミジア、梅毒、淋病、エイズなどの病気。STDともいう。

- | |
|---|
| 1 感染しても自覚症状がないものがある。 |
| 2 不妊症や流産の原因となることがある。 |
| 3 多くの性感染症は、母子感染（母親から赤ちゃんに感染）する。 |
| 4 ピルは性感染症の予防にはならない。 |
| 5 コンドームの使用により、感染の危険性がかなり低下する。 |
| 6 不衛生なピアスの穴あけ・刺青（タトゥ）も感染の原因となる。 |
| 7 子宮頸がんなどの原因となるヒトパピローマウイルスは、性行為により感染する。 |

【問27】 あなたが、エイズ／HIVについて知っていることを選んでください。（○はいくつでも）

- | |
|--|
| 1 HIV（ヒト免疫不全ウイルス）に感染すると免疫が徐々に低下し、数年から10年程度でエイズ（後天性免疫不全症候群）を発症する。 |
| 2 HIVの検査は、全国の保健所で無料、匿名（名前を出さないこと）で受けられる。 |
| 3 主な感染ルートは、「性行為による感染」、「血液を介しての感染」、「母子感染」の3つである。 |
| 4 HIVは感染力が弱く、性行為以外の社会生活の中でうつることはまずない。 |
| 5 HIVに感染しても、治療薬をきちんと服用すればエイズの発症を予防できる。 |

アンケートは以上です。お忙しいところ、ご協力ありがとうございました。

アンケートといっしょに配られた封筒に入れて封をし、担任の先生に渡してください。

「幼児や小学生の健康に関するアンケート」へのご協力のお願い

市川市では、市民の皆様の健康づくりに向けて、平成28年3月に「市川市健康増進計画 健康いちかわ21（第2次）」を策定いたしました。

この計画の期間は令和8年3月までとなっています。策定から5年目となる本年に、育児を経験されている保護者の方から、お子さんの健康状況やとりまく環境、今後の健康づくりに関するご意見などをお聞かせいただき、今後5年間の取組みに生かしていきたいと考えています。

つきましては、できるだけ皆様のご意見を反映していきたいと考えておりますので、アンケートにご協力くださいますようお願い申し上げます。

この調査はすべて無記名で行ない、統計的に処理しますので、集計結果等の公表で回答者にご迷惑をおかけすることは一切ありません。また、回答いただいた調査票は、本調査の目的以外に使用することはありません。調査対象者の個人情報や調査票は個人情報保護に関する法令に従って厳格に管理し、本調査の実施後、裁断・焼却処分いたします。

なお、本調査の他に、「市民の健康に関するアンケート」「中高生の健康に関するアンケート」も行なっております。同一世帯に複数の調査をご依頼する場合もごさいますが、ご理解いただきますようお願い申し上げます。

ご多用とは存じますが、趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

令和〇〇年〇〇月

市川市長 村越 祐民

記入上のご注意

1. 回答は、このアンケートを受け取ったお子さんについて、保護者の方がお答え下さい。
2. 記入は、黒か青のボールペンまたは、鉛筆でお願いします。
3. 回答は、あてはまる項目に○をつけていただくものと、数値などをご記入いただくものがあります。「○は1つ」「○はいくつでも」などの指示に従ってお答えください。
4. ご回答いただきましたら、アンケートと一緒にお配りした封筒に入れて封をしていただき、お子さんをとおして保育園、幼稚園、学校にご提出ください。

【この調査に関するお問い合わせ先】

市川市 保健医療課 健康都市担当室
電話 047-712-8642
FAX 047-712-8740
メール healthycity@city.ichikawa.lg.jp

<アンケートを受け取ったお子さんについて>

【問1】 お子さんの性別は？（○はひとつ）

1 男子 2 女子

【問2】 お子さんの年齢と学年は？（学年は小学校のお子さんのみ記入してください）

（令和2年1月1日現在）

（ ）歳

小学校（ ）年生

【問3】 ご住所の郵便番号をご記入ください。

※ 郵便番号が分からない場合は、町名をご記入ください。（例）八幡

2 7 2-

--	--	--	--

または

町名（郵便番号が分からない場合のみ）

<健康状態・健康の意識について>

【問4】 あなたは、お子さんの健康に関心がありますか？（○はひとつ）

1 ある 2 どちらともいえない 3 ない

【問5】 お子さんの身長と体重をcm、kg単位でご記入ください。（小数第1位まで）

身長（ . ）cm 体重（ . ）kg

【問6】 かかりつけ医（歯科医・薬局）とは、「お子さんの過去の病歴や体質などを知っていて、気軽に相談に応じてくれるとともに、必要なときには他の専門機関等を紹介してくれる、身近な医師（歯科医・薬局）」のことです。

あなたは、お子さんのかかりつけ医（歯科医・薬局）のいずれかをお持ちですか？

（○はいくつでも）

1 かかりつけ医 2 かかりつけ歯科医 3 かかりつけ薬局 4 持っていない

<栄養・食生活について>

【問7】 あなたは、食事がお子さんの健康にとって重要だと思いますか？（○はひとつ）

1 そう思う 2 まあそう思う 3 あまりそう思わない 4 そう思わない

【問8】 お子さんは、ふだん、週に何日朝食をとりますか？（○はひとつ）

- 1 ほとんど毎日 2 週に4～5日 3 週に2～3日 4 ほとんどない

【問9】 お子さんが朝食または夕食を家族や知人等と一緒に食べることは週に何回ありますか？（○はひとつ）

- 1 ほとんど毎食（週14回） 2 週に13回～10回くらい
3 週に9回～6回くらい 4 週に5回～2回くらい
5 週に1回くらい 6 ほとんどない

【問10】 お子さんが、主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが 1日に2回以上 あるのは、週に何日ありますか？（○はひとつ）

※ 主食：ごはん、パン、めんなど

主菜：魚、肉、卵、大豆製品などを使った料理

副菜：野菜、海藻、きのこ、こんにゃくなどを使った料理

- 1 ほとんど毎日
2 週に4～5日 3 週に2～3日 4 ほとんどない →問10-1へ

（問10で「2」「3」「4」とお答えの方に）

【問10-1】 お子さんが、主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが 1日に1回以上 あるのは、週に何日ありますか？（○はひとつ）

- 1 ほとんど毎日 2 週に4～5日 3 週に2～3日 4 ほとんどない

【問11】 お子さんは、健康維持に必要な野菜を摂取していますか？（○はひとつ）

（目安：1回の食事にサラダや野菜が主材料の小鉢を1皿以上、1日で5～6皿分）

- 1 摂取している 2 ほぼ摂取している
3 あまり摂取していない 4 摂取していない 5 わからない

【問12】 お子さんが、牛乳や乳製品、骨ごと食べる魚などのカルシウムを多く含む食品を食べるのは、週に何日ありますか？（○はひとつ）

- 1 ほとんど毎日 2 週に4～5日 3 週に2～3日 4 ほとんどない

