

古賀市健康づくりや食育に関するアンケート

【幼児・保護者】

調査結果

令和5年3月

古賀市 健康介護課

子ども・あなた（回答者）のことについて

| | | |
|----|--------------------------------------|---|
| 問1 | 子どもの性別 | 3 |
| 問2 | 子どもから見た、あなた（回答者）の続柄は何ですか。 | 3 |
| 問3 | あなた（回答者）の年齢..... | 3 |
| 問4 | 居住校区 | 3 |
| 問5 | 現在のあなた（回答者）の職業は、次のどれにあてはまりますか。 | 3 |

子どもの生活習慣について

| | | |
|-----|---|---|
| 問6 | 子どもは何時に起きますか。 | 4 |
| 問7 | 子どもは何時に寝ますか。 | 4 |
| 問8 | 子どもの昼寝も含めた1日の睡眠時間はどれくらいですか。 | 4 |
| 問9 | 子どもは家ではどのように過ごしていますか。 | 4 |
| 問10 | 子どもは1日平均どのくらいテレビ等（DVD、YouTubeも含む）を見ていますか。 | 4 |
| 問11 | 子どもは1日平均どのくらい電子ゲームや携帯電話、スマートフォン、パソコン、タブレットを使っていますか。 | 5 |

子ども・あなた（回答者）の食事について

| | | |
|-----|--|---|
| 問12 | 子どもは週に何日朝食を食べますか。 | 6 |
| 問13 | 朝食を食べない（食べさせていない）理由は何ですか。 | 6 |
| 問14 | 子どもは普段、朝食でどんなものを食べていますか。 | 6 |
| 問15 | 子どもは1日に3食食事をしてしていますか。 | 7 |
| 問16 | 子どもの食事で主食・主菜・副菜がそろっていることが1日に2回以上ありますか。 | 7 |
| 問17 | 子どもは1日3食のうち、野菜を何食食べますか。 | 7 |
| 問18 | 子どもの食事の味付けはどうしていますか。 | 7 |
| 問19 | 子どもの間食の時間は決まっていますか。 | 7 |
| 問20 | 子どもは間食を週に何日食べますか。 | 8 |
| 問21 | 子どもは間食にどんなものを食べていますか。 | 8 |
| 問22 | 子どもは週に何日、ジュース、スポーツドリンク、砂糖入りのコーヒーなどを飲みますか。 | 8 |
| 問23 | 子どもは週に何日、家族と一緒に朝食や夕食を食べていますか。 | 8 |
| 問24 | 子どもには嫌いなものでも食べさせるようにしていますか。 | 9 |
| 問25 | 子どもは、いただきます・ごちそうさまの挨拶をしますか。 | 9 |
| 問26 | 子どもに食事のとき、お手伝い（調理の手伝い、食器の準備、テーブルの準備、片付け等）をさせていますか。 | 9 |
| 問27 | お手伝いをさせていない理由は何ですか。 | 9 |

子どもの健康管理について

| | | |
|-----|--|----|
| 問28 | 子どもはよく噛んでいますか。 | 10 |
| 問29 | 子どもの仕上げ磨きを毎日していますか。 | 10 |
| 問30 | 子どもに定期的（年1回以上）に歯医者で検診を受けさせていますか。 | 10 |
| 問31 | 子どもに定期的（年に3~4回）にフッ素塗布をさせていますか。 | 10 |
| 問32 | 子どもは週にどれくらい排便がありますか。 | 10 |

| | | |
|------|------------------------|----|
| 問 33 | 子どもの適正体重を知っていますか。..... | 10 |
|------|------------------------|----|

あなた（回答者）の健康管理・生活習慣について

| | | |
|------|---|----|
| 問 34 | あなた（回答者）は週に何日朝食を食べますか。..... | 11 |
| 問 35 | 朝食を毎日食べない理由は何ですか。..... | 11 |
| 問 36 | あなた（回答者）が食生活で心がけていることは何ですか。..... | 11 |
| 問 37 | あなた（回答者）は、食育に関心がありますか。..... | 11 |
| 問 38 | あなた（回答者）の家庭では、食生活に関して子どもにどのようなことを教えていますか。..... | 12 |
| 問 39 | あなた（回答者）は、伝統料理や郷土料理にどのようなものがあるか知っていますか。..... | 12 |
| 問 40 | あなた（回答者）は、「食品ロス」という問題を知っていますか。..... | 12 |
| 問 41 | あなた（回答者）は、「食品ロス」を軽減するために取り組んでいることはありますか。..... | 13 |
| 問 42 | あなた（回答者）は、食や健康に関する情報をどこで入手していますか。..... | 13 |
| 問 43 | あなた（回答者）は、「古賀市健康チャレンジ10か条」を知っていますか。..... | 13 |
| 問 44 | あなた（回答者）が日頃、健康維持のために実践していることは何ですか。..... | 14 |
| 問 45 | 不安、悩み、ストレスなどのために身体や心の不調を感じることはありますか。..... | 14 |
| 問 46 | 不安、悩み、ストレスの原因は何ですか。..... | 14 |
| 問 47 | 不安や悩み等を誰に相談しますか。..... | 15 |
| 問 48 | あなたは、日常生活を楽しく送れていますか。..... | 15 |
| 問 49 | 過去1年間に、健診（健康診断、健康診査及び人間ドックなど）を受けましたか。..... | 15 |
| 問 50 | どのような健診を受けましたか。..... | 15 |
| 問 51 | 健診や人間ドックを受けなかった理由は何ですか。..... | 16 |
| 問 52 | 過去1年以内に下記のがん検診（子宮頸がん検診、乳がん検診については2年以内）を受けましたか。..... | 16 |
| A | 胃がん検診..... | 16 |
| B | 肺がん検診..... | 16 |
| C | 大腸がん検診..... | 16 |
| D | 子宮頸がん検診（女性のみ）..... | 16 |
| E | 乳がん検診（女性のみ）..... | 17 |
| F | 前立腺がん検診（男性のみ）..... | 17 |
| 問 53 | がん検診をどの検診で受けましたか。..... | 17 |
| 問 54 | がん検診を受けなかった理由は何ですか。..... | 17 |

子ども・あなた（回答者）のこについて

問1 子どもの性別 (n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|-------|-----|-------|
| 男の子 | 57 | 46.0 |
| 女の子 | 66 | 53.2 |
| 回答しない | 1 | 0.8 |

問2 子どもから見た、あなた（回答者）の続柄は何ですか。 (n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|-----|-----|-------|
| 母 | 117 | 94.4 |
| 父 | 7 | 5.6 |
| 祖母 | 0 | 0.0 |
| 祖父 | 0 | 0.0 |
| その他 | 0 | 0.0 |

問3 あなた（回答者）の年齢 (n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|---------|-----|-------|
| 20歳～29歳 | 6 | 4.8 |
| 30歳～39歳 | 73 | 58.9 |
| 40歳～49歳 | 45 | 36.3 |

問4 居住校区 (n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|--------|-----|-------|
| 青柳小校区 | 12 | 9.7 |
| 小野小校区 | 22 | 17.7 |
| 古賀東小校区 | 20 | 16.1 |
| 古賀西小校区 | 20 | 16.1 |
| 花鶴小校区 | 14 | 11.3 |
| 千鳥小校区 | 16 | 12.9 |
| 花見小校区 | 14 | 11.3 |
| 舞の里小校区 | 6 | 4.8 |

問5 現在のあなた（回答者）の職業は、次のどれにあてはまりますか。 (n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|--------------------------|-----|-------|
| 勤め人(会社員・公務員等) | 49 | 39.5 |
| 契約社員・派遣社員・パートタイマー・アルバイト等 | 40 | 32.3 |
| 会社経営・自営業・自由業(家族従業者を含む) | 6 | 4.8 |
| 学生 | 0 | 0.0 |
| 無職・専業主婦(主夫) | 28 | 22.6 |
| その他 | 1 | 0.8 |

子どもの生活習慣について

問6 子どもは何時に起きますか。 (布団やベッドから出る時間) (n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|----------|-----|-------|
| 6時前 | 2 | 1.6 |
| 6時～6時59分 | 76 | 61.3 |
| 7時～7時59分 | 43 | 34.7 |
| 8時以降 | 3 | 2.4 |

問7 子どもは何時に寝ますか。 (布団やベッドに入る時間) (n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|------------|-----|-------|
| 20時前 | 2 | 1.6 |
| 20時～20時59分 | 37 | 29.8 |
| 21時～21時59分 | 72 | 58.1 |
| 22時～22時59分 | 12 | 9.7 |
| 23時以降 | 1 | 0.8 |

問8 子どもの昼寝も含めた1日の睡眠時間はどれくらいですか。 (n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|-----------|-----|-------|
| 10時間以上 | 25 | 20.2 |
| 8～10時間未満 | 93 | 75.0 |
| 6～8時間未満 | 6 | 4.8 |
| 6時間未満 | 0 | 0.0 |
| あまり眠れていない | 0 | 0.0 |

問9 子どもは家ではどのように過ごしていますか。 (n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|-------------|-----|-------|
| 家の中で遊ぶことが多い | 90 | 72.6 |
| 外で遊ぶことが多い | 27 | 21.8 |
| その他 | 7 | 5.6 |

問10 子どもは1日平均どのくらいテレビ等 (DVD、YouTube も含む) を見ていますか。

(n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|---------|-----|-------|
| ほとんど見ない | 2 | 1.6 |
| 1時間未満 | 17 | 13.7 |
| 1～2時間未満 | 63 | 50.8 |
| 2～3時間未満 | 33 | 26.6 |
| 3～4時間未満 | 7 | 5.6 |
| 4～5時間未満 | 1 | 0.8 |
| 5時間以上 | 1 | 0.8 |

問 11 子どもは1日平均どのくらい電子ゲームや携帯電話、スマートフォン、パソコン、タブレットを使っていますか。

(n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|---------|-----|-------|
| 使っていない | 34 | 27.4 |
| 1時間未満 | 49 | 39.5 |
| 1～2時間未満 | 28 | 22.6 |
| 2～3時間未満 | 10 | 8.1 |
| 3～4時間未満 | 2 | 1.6 |
| 4～5時間未満 | 1 | 0.8 |
| 5時間以上 | 0 | 0.0 |

子ども・あなた(回答者)の食事について

問 12 子どもは週に何日朝食を食べますか。

(n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|----------|-----|-------|
| 週6~7日食べる | 120 | 96.8 |
| 週4~5日食べる | 4 | 3.2 |
| 週2~3日食べる | 0 | 0.0 |
| ほとんど食べない | 0 | 0.0 |

問 12で「週に4~5日食べる」、「週に2~3日食べる」、「ほとんど食べない」と回答した方にお尋ねします。

問 13 朝食を食べない(食べさせていない)理由は何ですか。

(あてはまるものすべてに○)

(n=4)

| | 回答数 | 割合(%) |
|-------------|-----|-------|
| 子どもが食べたがらない | 4 | 100.0 |
| 子どもが朝起きない | 1 | 25.0 |
| 食べる時間がない | 0 | 0.0 |
| 準備する時間がない | 0 | 0.0 |
| 食べる習慣がない | 0 | 0.0 |
| 太らせたくない | 0 | 0.0 |
| その他 | 0 | 0.0 |

問 14 子どもは普段、朝食でどんなものを食べていますか。

(あてはまるものすべてに○)

(n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|-----------------|-----|-------|
| ごはん | 94 | 75.8 |
| 食パン | 92 | 74.2 |
| 牛乳・乳製品 | 71 | 57.3 |
| 卵 | 64 | 51.6 |
| 果物 | 64 | 51.6 |
| 菓子パン(甘いもの) | 53 | 42.7 |
| シリアル類(コーンフレーク等) | 36 | 29.0 |
| 豆類・大豆製品 | 32 | 25.8 |
| 肉 | 26 | 21.0 |
| 野菜(漬物以外) | 21 | 16.9 |
| 惣菜パン(甘くないもの) | 12 | 9.7 |
| いも類 | 11 | 8.9 |
| 魚 | 9 | 7.3 |
| めん類 | 5 | 4.0 |
| 栄養補助食品・サプリメント | 2 | 1.6 |
| お菓子 | 1 | 0.8 |
| その他 | 4 | 3.2 |

問 15 子どもは1日に3食食事をしていますか。

(n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|-----------|-----|-------|
| 週6~7日している | 121 | 97.6 |
| 週4~5日している | 3 | 2.4 |
| 週2~3日している | 0 | 0.0 |
| ほとんどしていない | 0 | 0.0 |

問 16 子どもの食事で主食・主菜・副菜がそろっていることが1日に2回以上ありますか。

【主食】エネルギーになるもの。(ごはん、パン、めん類)

【主菜】血液や内臓など体をつくるもの。(肉、魚、卵、豆類・大豆製品)

【副菜】体の調子をととのえるもの。(野菜、きのこ、海藻類)

| | 回答数 | 割合(%) |
|---------|-----|-------|
| 週6~7日ある | 86 | 69.4 |
| 週4~5日ある | 29 | 23.4 |
| 週2~3日ある | 9 | 7.3 |
| ほとんどない | 0 | 0.0 |

問 17 子どもは1日3食のうち、野菜を何食食べますか。

(漬物以外)

(n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|----------|-----|-------|
| 1日3食食べる | 18 | 14.5 |
| 1日2食は食べる | 85 | 68.5 |
| 1日1食は食べる | 20 | 16.1 |
| ほとんど食べない | 1 | 0.8 |

問 18 子どもの食事の味付けはどうしていますか。

(n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|-------------|-----|-------|
| 子どものほうが薄味 | 14 | 11.3 |
| 大人と同じ・変わらない | 108 | 87.1 |
| 子どものほうが濃い味 | 2 | 1.6 |

問 19 子どもの間食の時間は決まっていますか。

(n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|---------|-----|-------|
| 決まっている | 92 | 74.2 |
| 決まっていない | 32 | 25.8 |

問 20 子どもは間食を週に何日食べますか。

(n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|----------|-----|-------|
| 週6～7日食べる | 82 | 66.1 |
| 週4～5日食べる | 29 | 23.4 |
| 週2～3日食べる | 13 | 10.5 |
| ほとんど食べない | 0 | 0.0 |

問 21 子どもは間食にどんなものを食べていますか。

(あてはまるものすべてに○)

(n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|------------|-----|-------|
| スナック菓子 | 81 | 65.3 |
| アイスクリーム | 79 | 63.7 |
| チョコレート | 71 | 57.3 |
| ビスケット・クッキー | 64 | 51.6 |
| プリン・ゼリー | 61 | 49.2 |
| 果物 | 53 | 42.7 |
| あめ | 50 | 40.3 |
| せんべい | 47 | 37.9 |
| ヨーグルト | 29 | 23.4 |
| おにぎり | 29 | 23.4 |
| 菓子パン | 16 | 12.9 |
| 清涼飲料水 | 14 | 11.3 |
| コーヒー | 0 | 0.0 |
| その他 | 9 | 7.3 |

問 22 子どもは週に何日、ジュース、スポーツドリンク、砂糖入りのコーヒーなどを飲みますか。

(n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|------------|-----|-------|
| 週6～7日飲む | 6 | 4.8 |
| 週4～5日飲む | 11 | 8.9 |
| 週2～3日飲む | 33 | 26.6 |
| ほとんど飲んでいない | 74 | 59.7 |

問 23 子どもは週に何日、家族と一緒に朝食や夕食を食べていますか。

(n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|----------|-----|-------|
| 週6～7日食べる | 117 | 94.4 |
| 週4～5日食べる | 5 | 4.0 |
| 週2～3日食べる | 0 | 0.0 |
| ほとんど食べない | 2 | 1.6 |

問 24 子どもには嫌いなものでも食べさせるようにしていますか。 (n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|-----|-----|-------|
| はい | 104 | 83.9 |
| いいえ | 20 | 16.1 |

問 25 子どもは、いただきます・ごちそうさまの挨拶をしますか。 (n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|----------|-----|-------|
| いつもする | 85 | 68.5 |
| ときどきする | 34 | 27.4 |
| あまりしていない | 4 | 3.2 |
| 全くしていない | 1 | 0.8 |

問 26 子どもに食事のとき、お手伝い（調理の手伝い、食器の準備、テーブルの準備、片付け等）をさせていますか。

(n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|-----------|-----|-------|
| いつもさせる | 55 | 44.4 |
| ときどきさせる | 57 | 46.0 |
| あまりさせていない | 11 | 8.9 |
| 全くさせていない | 1 | 0.8 |

問 26 で「あまりさせていない」、「全くさせていない」と回答した方にお尋ねします。

問 27 お手伝いをさせていない理由は何ですか。 (あてはまるものすべてに○) (n=12)

| | 回答数 | 割合(%) |
|---------------|-----|-------|
| 時間がかかるから | 9 | 75.0 |
| 邪魔になるから | 1 | 8.3 |
| 面倒だから | 0 | 0.0 |
| 必要がないと思っているから | 0 | 0.0 |
| その他 | 6 | 50.0 |

子どもの健康管理について

問 28 子どもはよく噛んでいますか。 (n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|--------------------|-----|-------|
| よく噛んでいる (ひと口30回程度) | 23 | 18.5 |
| どちらかといえば噛んでいる | 90 | 72.6 |
| どちらかといえば噛んでいない | 11 | 8.9 |

問 29 子どもの仕上げ磨きを毎日していますか。 (n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|-----|-----|-------|
| はい | 96 | 77.4 |
| いいえ | 28 | 22.6 |

問 30 子どもに定期的 (年1回以上) に歯医者で検診を受けさせていますか。

(保育所等での定期検診は除く。)

(n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|-----|-----|-------|
| はい | 102 | 82.3 |
| いいえ | 22 | 17.7 |

問 31 子どもに定期的 (年に3~4回) にフッ素塗布をさせていますか。 (n=124)

【フッ素】: 歯のエナメル質と結びついて歯を丈夫にし、抵抗力をつけ、
むし歯の原因となる酸の生成を抑制する働きがあるとされています。

| | 回答数 | 割合(%) |
|-----|-----|-------|
| はい | 83 | 66.9 |
| いいえ | 41 | 33.1 |

問 32 子どもは週にどれくらい排便がありますか。 (n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|--------------|-----|-------|
| ほとんど毎日ある | 83 | 66.9 |
| 2~3日に1回くらいある | 40 | 32.3 |
| 週に1回くらいある | 1 | 0.8 |

問 33 子どもの適正体重を知っていますか。 (n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|-------|-----|-------|
| 知っている | 82 | 66.1 |
| 知らない | 42 | 33.9 |

あなた（回答者）の健康管理・生活習慣について

問 34 あなた（回答者）は週に何日朝食を食べますか。 (n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|----------|-----|-------|
| 週6～7日食べる | 88 | 71.0 |
| 週4～5日食べる | 14 | 11.3 |
| 週2～3日食べる | 10 | 8.1 |
| ほとんど食べない | 12 | 9.7 |

問 34 で「週に 4～5 日食べる」、「週に 2～3 日食べる」、「ほとんど食べない」と回答した方にお尋ねします。

問 35 朝食を毎日食べない理由は何ですか。 (あてはまるものすべてに○) (n=36)

| | 回答数 | 割合(%) |
|-----------|-----|-------|
| 食べる時間がない | 15 | 41.7 |
| 食欲がない | 11 | 30.6 |
| 食べる習慣がない | 8 | 22.2 |
| 準備する時間がない | 7 | 19.4 |
| 眠っていたい | 3 | 8.3 |
| 太りたくない | 3 | 8.3 |
| 用意されていない | 0 | 0.0 |
| その他 | 6 | 16.7 |

問 36 あなた（回答者）が食生活で心がけていることは何ですか。

(あてはまるものすべてに○)

(n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|-----------------|-----|-------|
| 栄養バランスを考えた食事をする | 86 | 69.4 |
| 夜遅くに食べない | 73 | 58.9 |
| 野菜をたっぷり食べる | 70 | 56.5 |
| 食べ過ぎないようにする | 58 | 46.8 |
| 旬のものを食べる | 57 | 46.0 |
| 油っこいものを食べ過ぎない | 47 | 37.9 |
| 間食を控える | 33 | 26.6 |
| 減塩 | 26 | 21.0 |
| 糖質を制限する | 17 | 13.7 |
| その他 | 5 | 4.0 |

問 37 あなた（回答者）は、食育に関心がありますか。

(n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|---------------|-----|-------|
| 関心がある | 47 | 37.9 |
| どちらかといえば関心がある | 61 | 49.2 |
| どちらかといえば関心がない | 10 | 8.1 |
| 関心がない | 0 | 0.0 |
| わからない | 6 | 4.8 |

問 38 あなた（回答者）の家庭では、食生活に関して子どもにどのようなことを教えていますか。

（あてはまるものすべてに○）

（n=124）

| | 回答数 | 割合(%) |
|---------------------------|-----|-------|
| 食べるときの姿勢 | 102 | 82.3 |
| 好き嫌いなく食べること | 88 | 71.0 |
| 食べるときのあいさつ | 87 | 70.2 |
| 残さず食べること | 84 | 67.7 |
| 箸の持ち方 | 77 | 62.1 |
| 食材や食事を作ってくれる人に感謝の気持ちを持つこと | 70 | 56.5 |
| 食べる前の手洗い | 63 | 50.8 |
| 食品の栄養について | 41 | 33.1 |
| 食器の並べ方 | 35 | 28.2 |
| 簡単な食事作り | 30 | 24.2 |
| 伝統料理・郷土料理について | 16 | 12.9 |
| その他 | 2 | 1.6 |
| 無回答 | 1 | 0.8 |

問 39 あなた（回答者）は、伝統料理や郷土料理にどのようなものがあるか知っていますか。

（n=124）

伝統料理：正月、ひなまつり、こどもの日などの行事食や、親から子へその地域や家庭で代々受け継がれてきた伝統食のこと。

郷土料理：地域の特産物を材料にしたり独特な作り方をする、その地域ならではの料理のこと。

| | 回答数 | 割合(%) |
|-----|-----|-------|
| はい | 97 | 78.2 |
| いいえ | 27 | 21.8 |

問 40 あなた（回答者）は、「食品ロス」という問題を知っていますか。

（n=124）

| | 回答数 | 割合(%) |
|-----------|-----|-------|
| よく知っている | 54 | 43.5 |
| ある程度知っている | 65 | 52.4 |
| あまり知らない | 4 | 3.2 |
| 知らない | 1 | 0.8 |

問41 あなた（回答者）は、「食品ロス」を軽減するために取り組んでいることはありますか。
 （あてはまるものすべてに○） (n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|--------------------------------------|-----|-------|
| 冷凍保存を活用する | 97 | 78.2 |
| 「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 | 93 | 75.0 |
| 残さず食べる | 88 | 71.0 |
| 日頃から冷蔵庫等の食材の種類・量・期限表示を確認する | 54 | 43.5 |
| 飲食店等で注文しすぎない | 50 | 40.3 |
| 小分け商品, 少量パック商品, ばら売り商品等, 食べきれる量購入する | 46 | 37.1 |
| 料理を作りすぎない | 46 | 37.1 |
| その他 | 3 | 2.4 |

問42 あなた（回答者）は、食や健康に関する情報をどこで入手していますか。
 （あてはまるものすべてに○） (n=124)

SNS（ソーシャルネットワークサービス）とは、インターネットの交流を通じ、社会的ネットワークを構築するサービスのことで、代表的なものでFacebook（フェイスブック）やTwitter（ツイッター）、Instagram（インスタグラム）、LINE（ライン）などがあります。

| | 回答数 | 割合(%) |
|-------------|-----|-------|
| インターネットやSNS | 100 | 80.6 |
| 家族 | 55 | 44.4 |
| テレビ・ラジオ | 45 | 36.3 |
| 友人・知人 | 43 | 34.7 |
| 保育所・幼稚園等 | 30 | 24.2 |
| 書籍・雑誌 | 28 | 22.6 |
| 職場の同僚・上司 | 25 | 20.2 |
| 行政の広報誌 | 17 | 13.7 |
| 病院 | 5 | 4.0 |
| 新聞 | 2 | 1.6 |
| その他 | 4 | 3.2 |

問43 あなた（回答者）は、「古賀市健康チャレンジ10か条」を知っていますか。 (n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|-------|-----|-------|
| 知っている | 20 | 16.1 |
| 知らない | 104 | 83.9 |

問 44 あなた（回答者）が日頃、健康維持のために実践していることは何ですか。

（あてはまるものすべてに○）

（n=124）

| | 回答数 | 割合(%) |
|-------------------------------------|-----|-------|
| 朝ごはんを毎日食べている | 76 | 61.3 |
| お口の手入れ（歯磨き、定期的な歯科医院の受診など）を行う | 74 | 59.7 |
| 栄養バランスに気をつけて食事をとっている | 52 | 41.9 |
| 年に一回以上検診や人間ドックを受診する | 49 | 39.5 |
| 笑顔であいさつやおしゃべりをしている | 48 | 38.7 |
| 早起き早寝を心がけ、ぐっすり眠るようにしている | 45 | 36.3 |
| 毎食野菜から食べている | 43 | 34.7 |
| ストレスをためない | 42 | 33.9 |
| 適正体重を維持する | 40 | 32.3 |
| お酒を飲み過ぎない | 33 | 26.6 |
| 自分の身体を知るために測定をしている（体重、血圧、体温など） | 32 | 25.8 |
| 減塩を意識している | 26 | 21.0 |
| 錠剤、カプセル、顆粒、ドリンク等のビタミンやミネラルを摂取する | 26 | 21.0 |
| 筋力アップ、骨量アップを心がけている | 17 | 13.7 |
| 今までの運動量（身体活動含む）プラス10分、身体を動かすようにしている | 10 | 8.1 |
| 公民館や市の健康イベント等に参加している | 2 | 1.6 |

問 45 不安、悩み、ストレスなどのために身体や心の不調を感じることはありますか。

（n=124）

| | 回答数 | 割合(%) |
|----------|-----|-------|
| よくある | 27 | 21.8 |
| 時々ある | 56 | 45.2 |
| ほとんど感じない | 41 | 33.1 |

問 45で「よくある」、「ときどきある」と回答した方にお尋ねします。

問 46 不安、悩み、ストレスの原因は何ですか。（あてはまるものすべてに○）（n=83）

| | 回答数 | 割合(%) |
|--------------|-----|-------|
| 育児や子どもの教育のこと | 48 | 57.8 |
| 経済的なこと | 36 | 43.4 |
| 家族のこと | 33 | 39.8 |
| 仕事や学業のこと | 32 | 38.6 |
| 自分の身体や健康のこと | 29 | 34.9 |
| 自分の将来のこと | 20 | 24.1 |
| 職場や学校等での人間関係 | 17 | 20.5 |
| 近所づきあい | 9 | 10.8 |
| 友人関係 | 1 | 1.2 |
| 介護のこと | 1 | 1.2 |
| その他 | 2 | 2.4 |

問 47 不安や悩み等を誰に相談しますか。 (あてはまるものすべてに○) (n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|----------------------|-----|-------|
| 家族・親族 | 101 | 81.5 |
| 友人・知人・学校・職場の人 | 87 | 70.2 |
| 医師等の専門家 | 6 | 4.8 |
| 相談する人がいない | 5 | 4.0 |
| 市や保健所(粕屋保健福祉事務所)の保健師 | 4 | 3.2 |
| 電話やインターネット等の相談窓口 | 2 | 1.6 |
| その他の専門家 | 1 | 0.8 |
| その他 | 2 | 1.6 |

問 48 あなたは、日常生活を楽しく送れていますか。 (n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|-----------|-----|-------|
| 送れている | 50 | 40.3 |
| まあ送れている | 67 | 54.0 |
| あまり送れていない | 6 | 4.8 |
| 送れていない | 1 | 0.8 |

問 49 過去1年間に、健診(健康診断、健康診査及び人間ドックなど)を受けましたか。 (n=124)

※次のようなものは健診に含まれません。
がんのみの検診、妊産婦検診、歯の健康診査、病院や診療所で行う診療としての検査

| | 回答数 | 割合(%) |
|--------|-----|-------|
| 受けた | 86 | 69.4 |
| 受けていない | 38 | 30.6 |

問 49で「受けた」と回答した方にお尋ねします。

問 50 どのような健診を受けましたか。 (あてはまるものすべてに○) (n=86)

| | 回答数 | 割合(%) |
|---------------------|-----|-------|
| 勤務先の健康診断 | 60 | 69.8 |
| 市が実施している健康診査 | 13 | 15.1 |
| 家族が加入している医療保険者の健康診査 | 11 | 12.8 |
| 人間ドック等の医療機関の有料健康診断 | 9 | 10.5 |
| 学校の健康診断 | 0 | 0.0 |
| その他 | 1 | 1.2 |

問 49 で「受けていない」と回答した方にお尋ねします。

問 51 健診や人間ドックを受けなかった理由は何ですか。

(あてはまるものすべてに○)

(n=38)

| | 回答数 | 割合(%) |
|----------------------|-----|-------|
| 時間が取れなかった | 16 | 42.1 |
| 費用が掛かる | 15 | 39.5 |
| 面倒だから | 8 | 21.1 |
| うっかり忘れていた | 7 | 18.4 |
| 検査(胃カメラ等)の痛みなどに不安がある | 5 | 13.2 |
| 毎年受ける必要性を感じない | 4 | 10.5 |
| 医療機関に入通院していた | 2 | 5.3 |
| 健康状態に自信があり、必要性を感じない | 2 | 5.3 |
| 場所が遠い | 1 | 2.6 |
| いつでも医療機関を受診できるから | 1 | 2.6 |
| 知らなかった | 0 | 0.0 |
| 結果が不安なため、受けたくない | 0 | 0.0 |
| 感染症対策のため、行くのを避けた | 0 | 0.0 |
| その他 | 6 | 15.8 |

問 52 過去1年以内に下記のがん検診(子宮頸がん検診、乳がん検診については2年以内)を受けましたか。

(それぞれの項目について、該当するものに○をつけてください。)

A 胃がん検診

(n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|--------|-----|-------|
| 受けた | 32 | 25.8 |
| 受けていない | 92 | 74.2 |

B 肺がん検診

(n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|--------|-----|-------|
| 受けた | 24 | 19.4 |
| 受けていない | 100 | 80.6 |

C 大腸がん検診

(n=124)

| | 回答数 | 割合(%) |
|--------|-----|-------|
| 受けた | 30 | 24.2 |
| 受けていない | 94 | 75.8 |

D 子宮頸がん検診(女性のみ)

(n=117)

| | 回答数 | 割合(%) |
|--------|-----|-------|
| 受けた | 73 | 62.4 |
| 受けていない | 44 | 37.6 |

E 乳がん検診（女性のみ）

(n=117)

| | 回答数 | 割合(%) |
|--------|-----|-------|
| 受けた | 48 | 41.0 |
| 受けていない | 69 | 59.0 |

F 前立腺がん検診（男性のみ）

(n=7)

| | 回答数 | 割合(%) |
|--------|-----|-------|
| 受けた | 1 | 14.3 |
| 受けていない | 6 | 85.7 |

問 52で「受けた」と答えたものが一つでもある方にお尋ねします。

問 53 がん検診をどの検診で受けましたか。 （あてはまるものすべてに○） (n=85)

| | 回答数 | 割合(%) |
|---------|-----|-------|
| 職場のがん検診 | 32 | 37.6 |
| 市のがん検診 | 21 | 24.7 |
| その他 | 35 | 41.2 |

問 52で「受けていない」と答えたものが一つでもある方にお尋ねします。

問 54 がん検診を受けなかった理由は何ですか。 （あてはまるものすべてに○） (n=108)

| | 回答数 | 割合(%) |
|----------------------|-----|-------|
| 費用がかかる | 40 | 37.0 |
| 時間が取れなかった | 36 | 33.3 |
| 検査（胃カメラ等）の痛みなどに不安がある | 18 | 16.7 |
| 面倒だから | 16 | 14.8 |
| 毎年受ける必要性を感じない | 11 | 10.2 |
| うっかり忘れていた | 10 | 9.3 |
| 知らなかった | 7 | 6.5 |
| 健康状態に自信があり、必要性を感じない | 5 | 4.6 |
| いつでも医療機関を受診できるから | 4 | 3.7 |
| 場所が遠い | 3 | 2.8 |
| 感染症対策のため、行くのを避けた | 3 | 2.8 |
| 結果が不安なため、受けたくない | 1 | 0.9 |
| 医療機関に入通院していた | 0 | 0.0 |
| その他 | 28 | 25.9 |