

南あわじ市  
健康づくり等アンケート調査  
報 告 書

令和8（2026）年3月



南あわじ市



# 目 次

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| 第1章 調査の概要               | 1   |
| 1. 調査の目的                | 1   |
| 2. 調査の設計                | 1   |
| 3. 回収状況                 | 1   |
| 4. 報告書を見る際の注意点          | 2   |
| 第2章 満20歳以上調査結果          | 3   |
| 1. 回答者の属性               | 3   |
| 2. 食生活について              | 13  |
| 3. 運動・身体活動について          | 39  |
| 4. 歯の健康について             | 48  |
| 5. 飲酒・喫煙について            | 60  |
| 6. 生活習慣病と健康づくりについて      | 73  |
| 7. 睡眠・ストレスについて          | 100 |
| 8. こころの健康について           | 116 |
| 9. 地域とのつながりや社会活動について    | 134 |
| 10. 自由記述                | 139 |
| 第3章 小学5年生、中学2年生・17歳調査結果 | 141 |
| 1. 回答者の属性               | 141 |
| 2. 食生活について              | 146 |
| 3. 運動・身体活動について          | 168 |
| 4. 歯の健康について             | 175 |
| 5. 飲酒・喫煙について            | 183 |
| 6. 睡眠・ストレスについて          | 193 |
| 7. こころの健康について           | 209 |
| 第4章 5歳児の保護者調査結果         | 216 |
| 1. 回答者の属性               | 216 |
| 2. 食生活について              | 219 |
| 3. 運動・身体活動について          | 229 |
| 4. 歯の健康について             | 233 |
| 5. 喫煙について               | 237 |
| 6. 睡眠・ストレスについて          | 240 |
| 7. こころの健康について           | 246 |
| 8. 自由記述                 | 253 |

## 第1章 調査の概要

### 1. 調査の目的

本調査は、市民の健康・食育及び自殺対策に関する実態や意識などを把握し、南あわじ市健康増進計画（第3次）、南あわじ市食育推進計画（第3次）、南あわじ市のち支える自殺予防対策計画（第2次）に反映することを目的としました。

### 2. 調査の設計

【図表 1-2-1 調査の設計】

| 調査名           | 対象                                         | 調査方法                     | 調査期間                                                    |
|---------------|--------------------------------------------|--------------------------|---------------------------------------------------------|
| ① 満20歳以上調査    | 令和7年10月8日現在、市内在住の満20歳以上の市民<br>2,700人を無作為抽出 | 郵送配布、郵送回収またはインターネットによる回答 | 令和7(2025)年<br>10月20日(月)<br>～<br>令和7(2025)年<br>11月14日(金) |
| ② 小学5年生調査     | 市内の小学校に通う、5年生の生徒全員 357人                    | 学校内でインターネットによる回答         |                                                         |
| ③ 中学2年生・17歳調査 | 市内の中学校に通う、2年生の生徒全員 383人                    | 学校内でインターネットによる回答         |                                                         |
|               | 令和7年10月8日現在、市内在住の今年度17歳になる市民全員 377人        | 郵送配布、インターネットによる回答        |                                                         |
| ④ 5歳児の保護者調査   | 令和7年10月8日現在、市内在住の今年度5歳になる子どもの保護者全員 268人    | 郵送配布、郵送回収またはインターネットによる回答 |                                                         |

### 3. 回収状況

【図表 1-3-1 回収状況】

| 調査名           | 配布数    | 有効回答数  | 有効回答率 |
|---------------|--------|--------|-------|
| ① 満20歳以上調査    | 2,700件 | 1,208件 | 44.7% |
| ② 小学5年生調査     | 357件   | 345件   | 96.6% |
| ③ 中学2年生・17歳調査 | 760件   | 463件   | 60.9% |
| ④ 5歳児の保護者調査   | 268件   | 151件   | 56.3% |
| 合計            | 4,085件 | 2,140件 | 52.4% |

## 4. 報告書を見る際の注意点

---

- 回答は各質問の回答者数（n）を分母とした百分率（%）で示しています。
- 回答結果の割合「%」は、有効回答数に対してそれぞれの回答数の割合を小数点以下第2位で四捨五入したものです。そのため、単数回答（複数の選択肢から1つの選択肢を選ぶ方式）であっても合計値が「100.0%」にならない場合があります。
- 複数回答（複数の選択肢から2つ以上の選択肢を選ぶ方式）の設問の場合、回答は選択肢ごとの有効回答数に対して、それぞれの割合を示しています。そのため、合計が「100.0%」を超える場合があります。
- 図表上の「MA%」という表記は複数回答（Multiple Answer の略）の意味です。
- 本文中の設問の選択肢について、長い文は簡略化している場合があります。
- 表中において、「無回答」とあるものは、回答が示されていない、または回答の判別が困難なものです。
- 回答者数（n）が少数となる場合は参考までに数値を見るにとどめ、結果の利用には注意が必要です。

## 第2章 満20歳以上調査結果

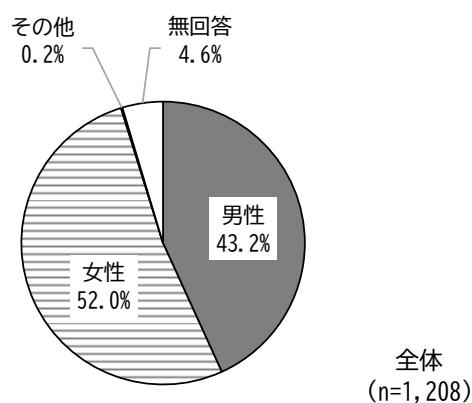
### 1. 回答者の属性

#### (1) 性別

|    |                 |
|----|-----------------|
| 問2 | 性別をお聞きます。(○は1つ) |
|----|-----------------|

性別について、「男性」が43.2%、「女性」が52.0%となっています。

【図表 2-1-1 性別】

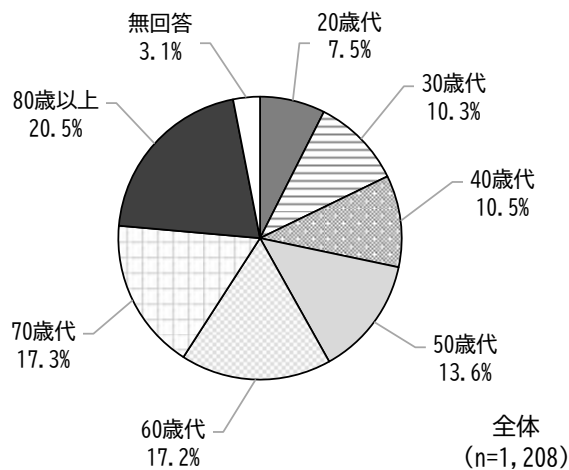


#### (2) 年齢

|    |                 |
|----|-----------------|
| 問3 | 年齢をお聞きます。(○は1つ) |
|----|-----------------|

年齢について、「80歳以上」が20.5%で最も高く、次いで「70歳代」が17.3%、「60歳代」が17.2%となっています。

【図表 2-1-2 年齢】

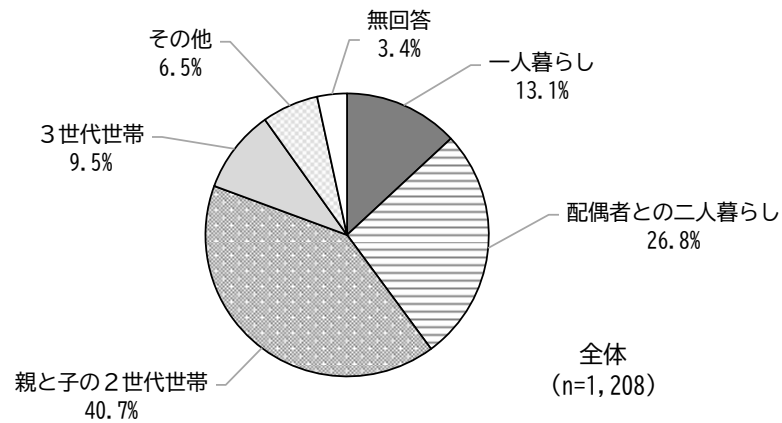


### (3) 世帯構成

問4 世帯構成をお聞きます。(○は1つ)

世帯構成について、「親と子の2世代世帯」が40.7%で最も高く、次いで「配偶者との二人暮らし」が26.8%、「一人暮らし」が13.1%となっています。

【図表 2-1-3 世帯構成】



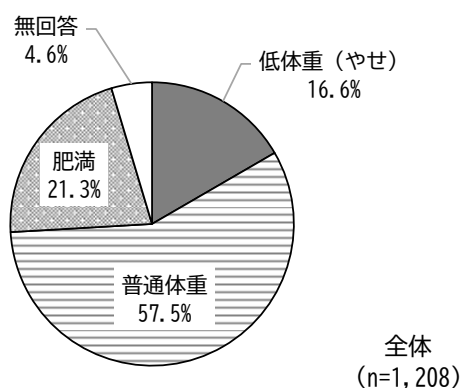
#### (4) BMI

問5

身長と体重をお書きください。(小数点以下は四捨五入してお答えください)  
(数字を記入)

身長と体重から算出したBMIについて、「普通体重」が57.5%で最も高く、次いで「肥満」が21.3%、「低体重(やせ)」が16.6%となっています。

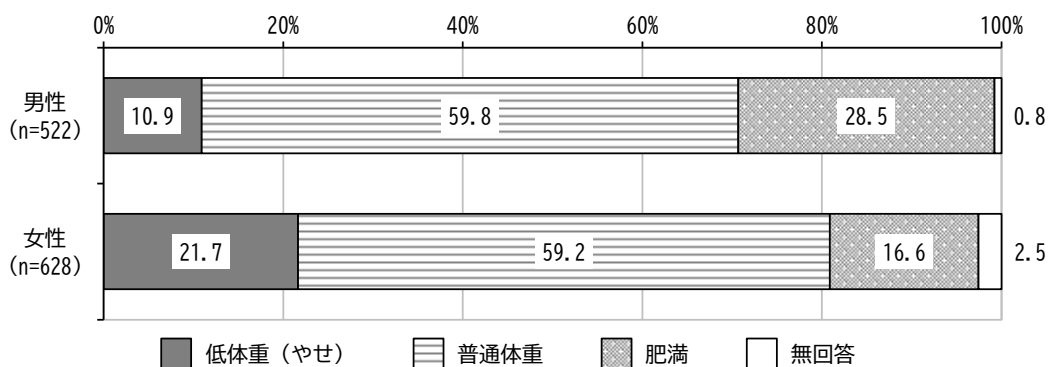
【図表 2-1-4 BMI】



※ BMI 18.5 未満：低体重(やせ)、BMI 18.5～25 未満：普通体重、BMI 25 以上：肥満で算出(高齢者(65歳以上)はBMI 20 以下：低体重(やせ)、BMI 20 を超え 25 未満：普通体重、BMI 25 以上：肥満で算出)

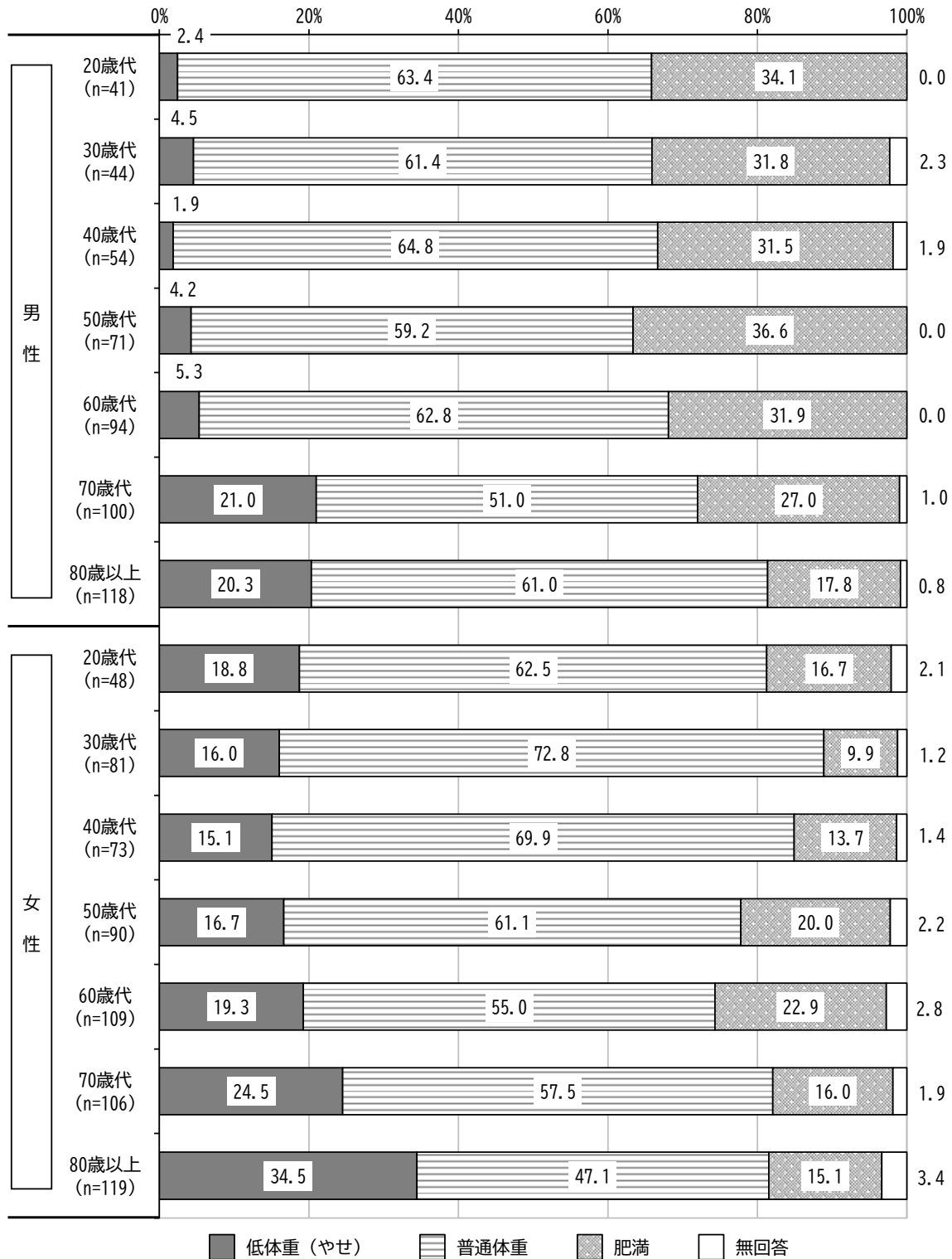
性別にみると、「低体重(やせ)」について、男性では10.9%、女性では21.7%となっており、女性のほうが10.8ポイント高くなっています。また、「肥満」について、男性では28.5%、女性では16.6%となっており、男性のほうが11.9ポイント高くなっています。

【図表 2-1-5 BMI (性別)】



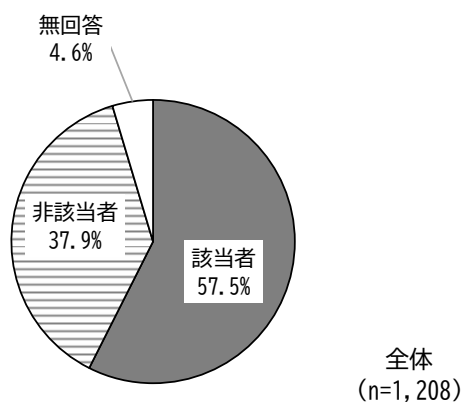
性別・年齢別にみると、「低体重（やせ）」では、80歳以上の女性が34.5%で最も高く、「肥満」では、50歳代の男性が36.6%で最も高くなっています。

【図表 2-1-6 BMI（性別・年齢別）】



適正体重を維持している人（BMI 18.5 以上 25 未満（65 歳以上は BMI 20 より高く 25 未満）の人）について、「該当者」が 57.5%、「非該当者」が 37.9%となっています。

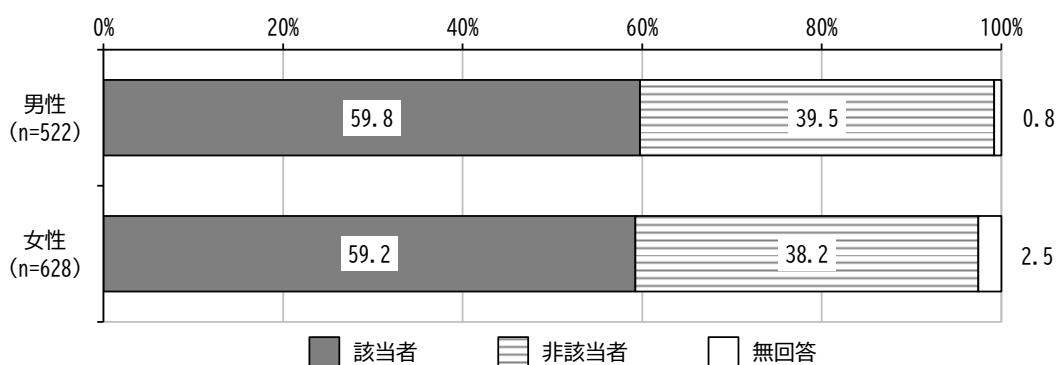
【図表 2-1-7 適正体重を維持している人】



| 指標                                               | 対象     | 南あわじ市 | 国             |
|--------------------------------------------------|--------|-------|---------------|
| BMI 18.5 以上 25 未満（65 歳以上は BMI 20 を超え 25 未満）の者の割合 | 20 歳以上 | 57.5% | 60.7%<br>(R6) |

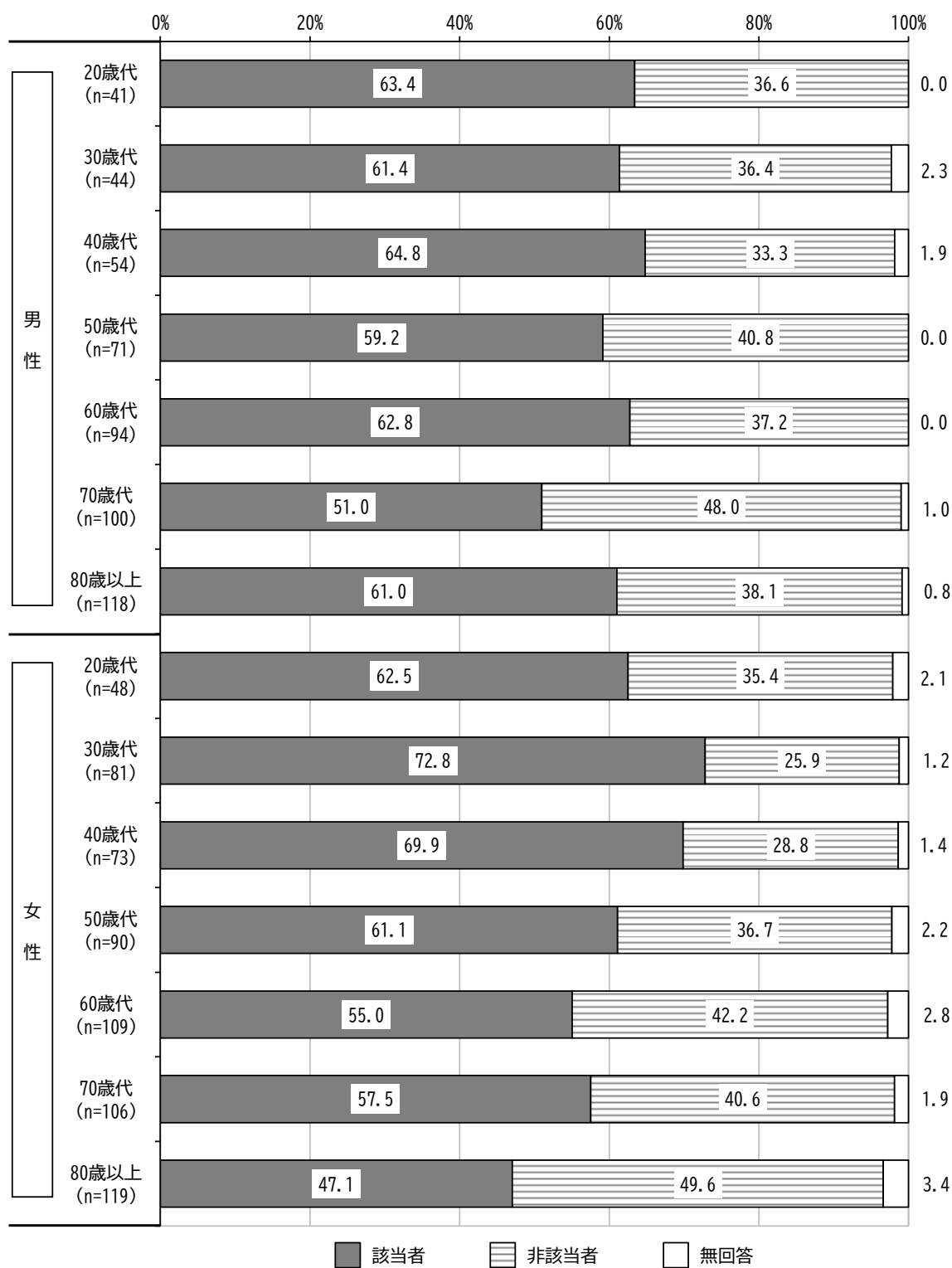
性別にみると、「該当者」について、男性では 59.8%、女性では 59.2%となっており、男性のほうが 0.6 ポイント高くなっています。

【図表 2-1-8 適正体重を維持している人（性別）】



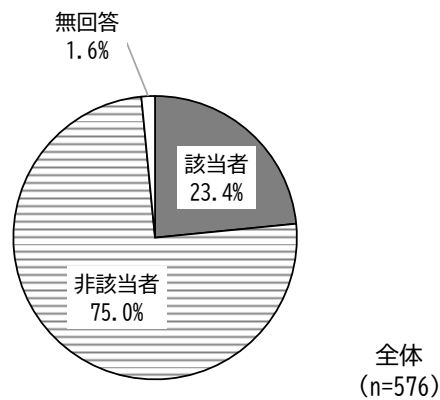
性別・年齢別にみると、「該当者」では、30 歳代の女性が 72.8%で最も高くなっています。

【図表 2-1-9 適正体重を維持している人（性別・年齢別）】



低栄養傾向の高齢者（BMI 20 以下の高齢者（65 歳以上））について、「該当者」が 23.4%、「非該当者」が 75.0%となっています。

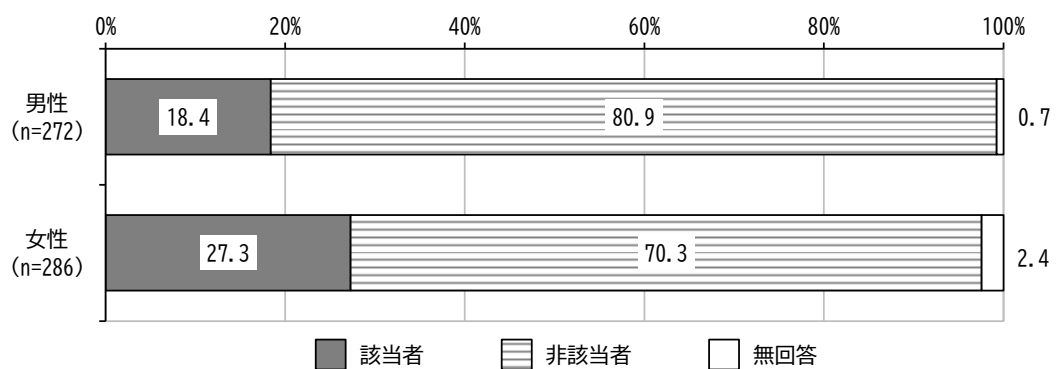
【図表 2-1-10 低栄養傾向の高齢者】



| 指標                       | 対象     | 南あわじ市 | 兵庫県           | 国             |
|--------------------------|--------|-------|---------------|---------------|
| BMI 20 以下の高齢者（65 歳以上）の割合 | 65 歳以上 | 23.4% | 18.4%<br>(R3) | 19.5%<br>(R6) |

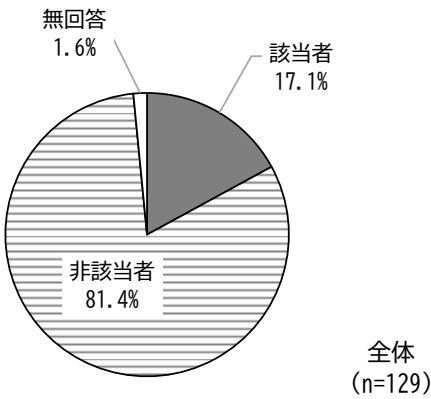
性別にみると、「該当者」について、男性では 18.4%、女性では 27.3%となっており、女性のほうが 8.9 ポイント高くなっています。

【図表 2-1-11 低栄養傾向の高齢者（性別）】



やせの若年女性（BMI 18.5 未満の 20 歳～30 歳代女性）について、「該当者」が 17.1%、「非該当者」が 81.4%となっています。

【図表 2-1-12 やせの若年女性】



| 指標                           | 対象           | 南あわじ市 | 国             |
|------------------------------|--------------|-------|---------------|
| BMI 18.5 未満の 20 歳～30 歳代女性の割合 | 20 歳～30 歳代女性 | 17.1% | 16.6%<br>(R6) |

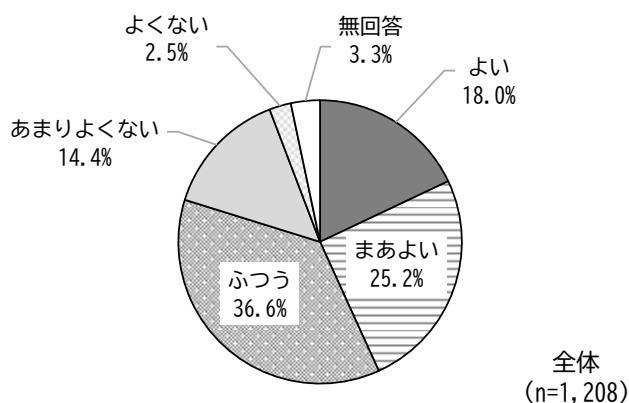
## (5) 健康状態

問6 現在の健康状態（こころと身体）はいかがですか。（○は1つ）

健康状態について、「ふつう」が36.6%で最も高く、次いで「まあよい」が25.2%、「よい」が18.0%となっています。

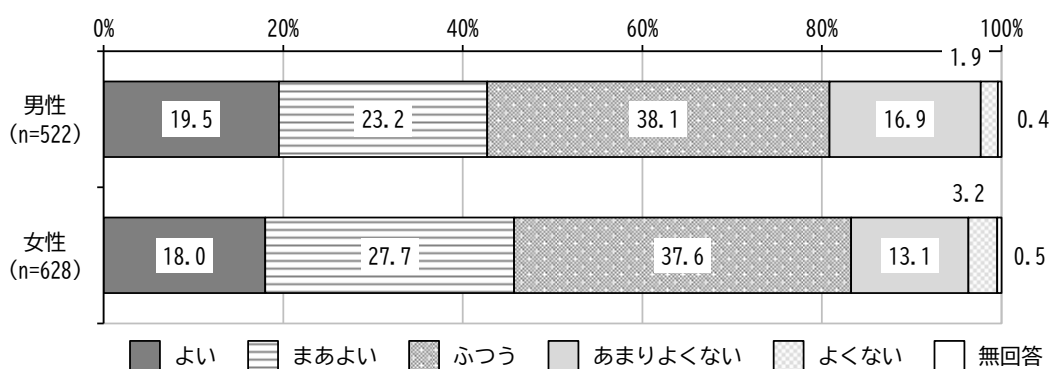
また、『よい』（「よい」と「まあよい」の合計）について、43.2%となっています。

【図表 2-1-13 健康状態】



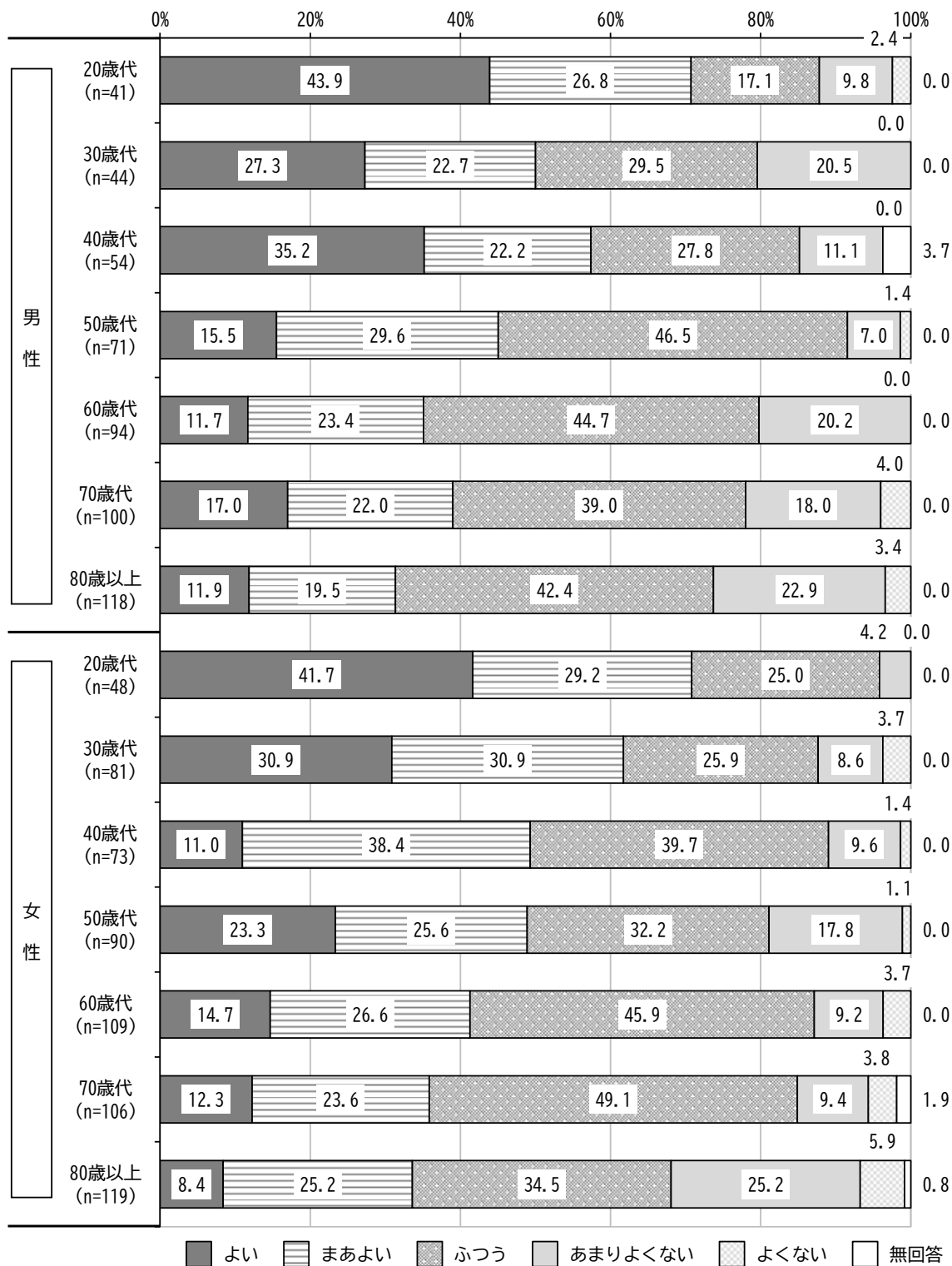
性別にみると、『よい』（「よい」と「まあよい」の合計）について、男性では42.7%、女性では45.7%となっており、女性のほうが3.0ポイント高くなっています。

【図表 2-1-14 健康状態（性別）】



性別・年齢別にみると、『よい』（「よい」と「まあよい」の合計）では、20歳代の女性が70.9%で最も高くなっています。

【図表 2-1-15 健康状態（性別・年齢別）】



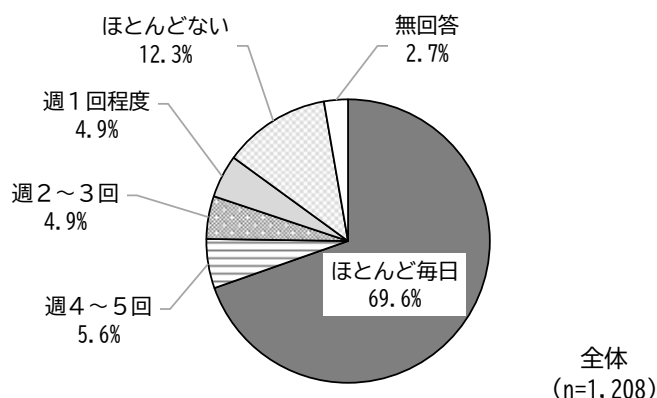
## 2. 食生活について

### (1) 家族や友人と楽しく食事を食べているか

|    |                                   |
|----|-----------------------------------|
| 問7 | 1日1回以上、家族や友人と楽しく食事を食べていますか。(○は1つ) |
|----|-----------------------------------|

家族や友人と楽しく食事を食べているかについて、「ほとんど毎日」が69.6%で最も高く、次いで「ほとんどない」が12.3%、「週4～5回」が5.6%となっています。

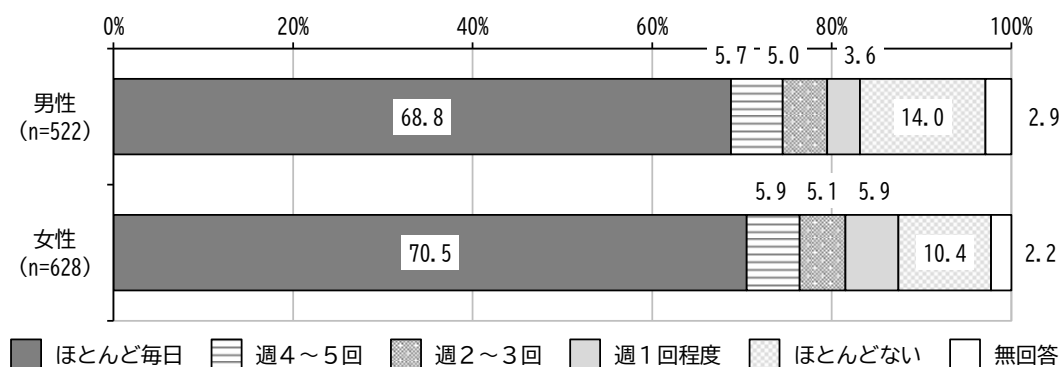
【図表 2-2-1 家族や友人と楽しく食事を食べているか】



| 指標                       | 対象     | 南あわじ市 | 兵庫県           |
|--------------------------|--------|-------|---------------|
| 毎日、家族や友人と楽しく食事をする人の割合の増加 | 20 歳以上 | 69.6% | 71.1%<br>(R3) |

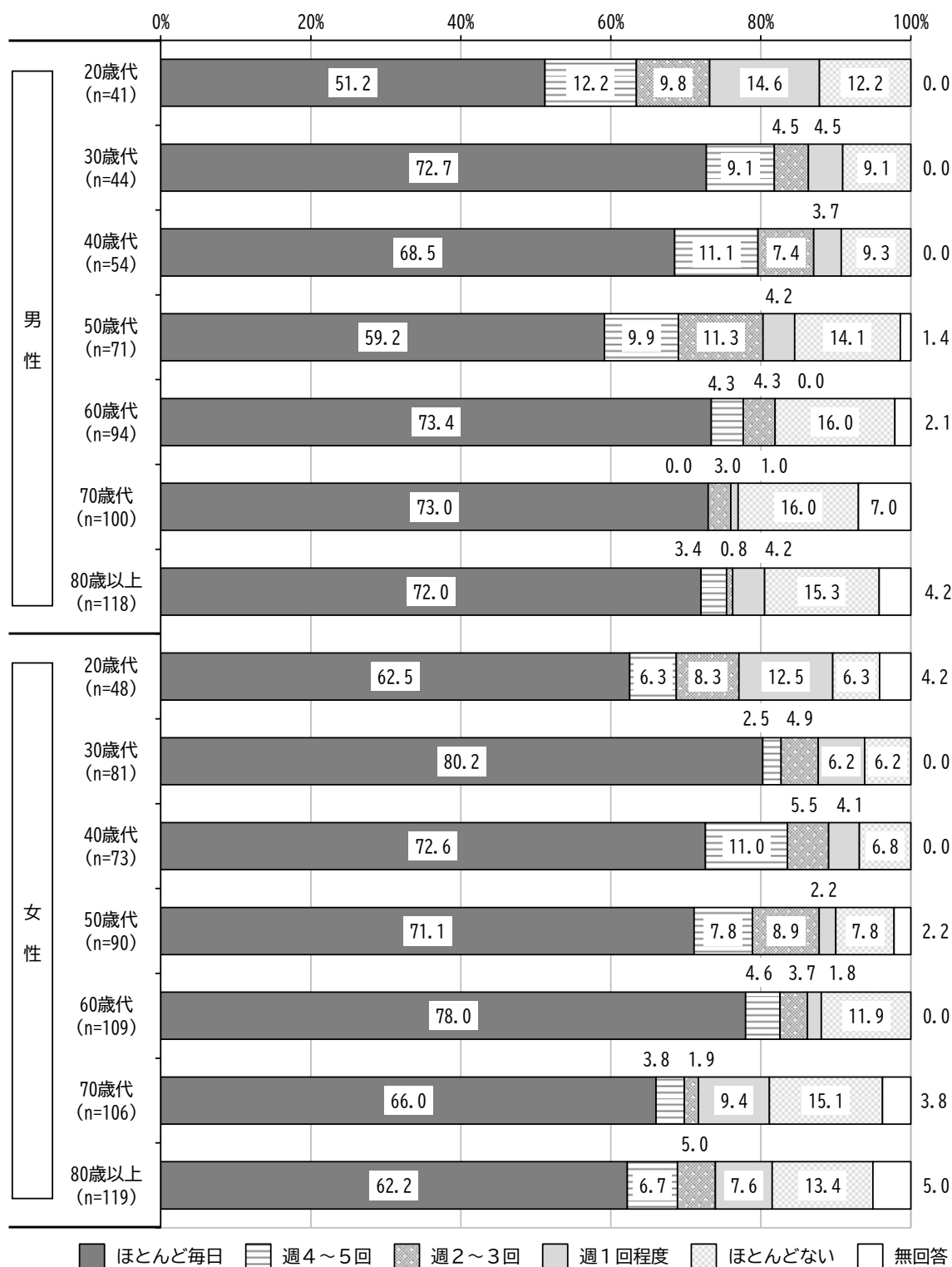
性別にみると、「ほとんど毎日」について、男性では68.8%、女性では70.5%となっており、女性のほうが1.7ポイント高くなっています。また、「ほとんどない」について、男性では14.0%、女性では10.4%となっており、男性のほうが3.6ポイント高くなっています。

【図表 2-2-2 家族や友人と楽しく食事を食べているか（性別）】



性別・年齢別にみると、「ほとんど毎日」では、30歳代の女性が80.2%で最も高く、「ほとんどない」では、60歳代・70歳代の男性が16.0%で最も高くなっています。

【図表 2-2-3 家族や友人と楽しく食事を食べているか（性別・年齢別）】

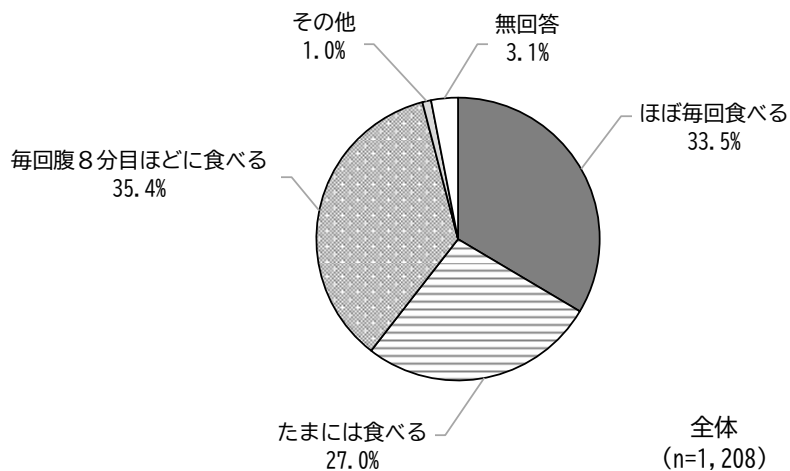


## (2) 満腹になるまで食べるか

問8 食べる時はおなかがいっぱいになるまで食べますか。(○は1つ)

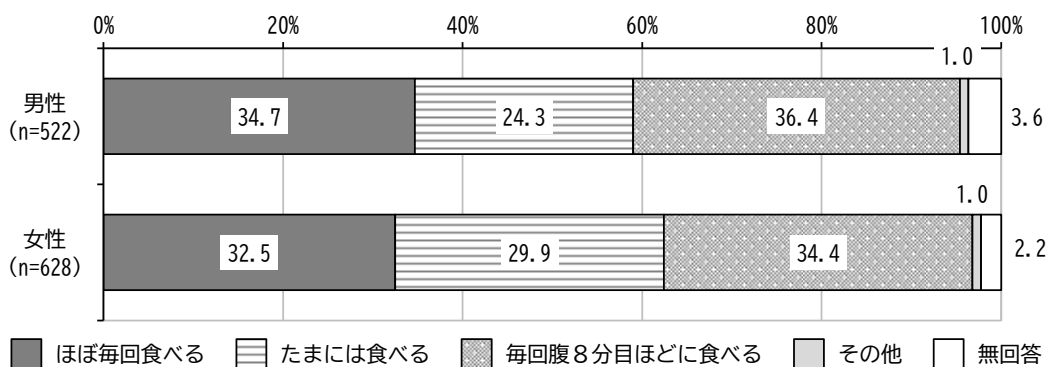
満腹になるまで食べるかについて、「毎回腹8分目ほどに食べる」が35.4%で最も高く、次いで「ほぼ毎回食べる」が33.5%、「たまには食べる」が27.0%となっています。

【図表 2-2-4 満腹になるまで食べるか】



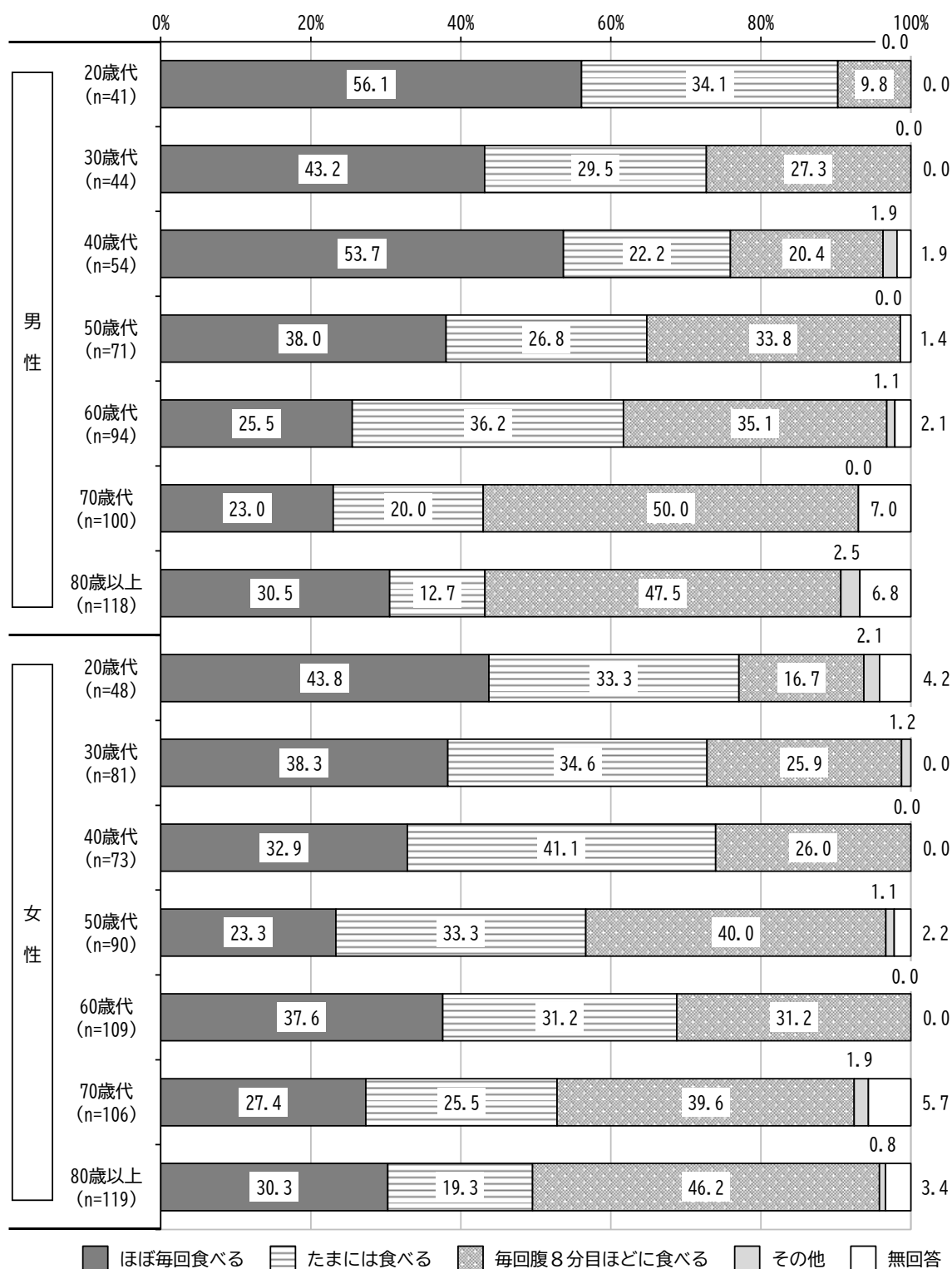
性別にみると、「毎回腹8分目ほどに食べる」について、男性では36.4%、女性では34.4%となっており、男性のほうが2.0ポイント高くなっています。

【図表 2-2-5 満腹になるまで食べるか（性別）】



性別・年齢別にみると、「毎回腹8分目ほどに食べる」では、70歳代の男性が50.0%で最も高くなっています。

【図表 2-2-6 満腹になるまで食べるか（性別・年齢別）】



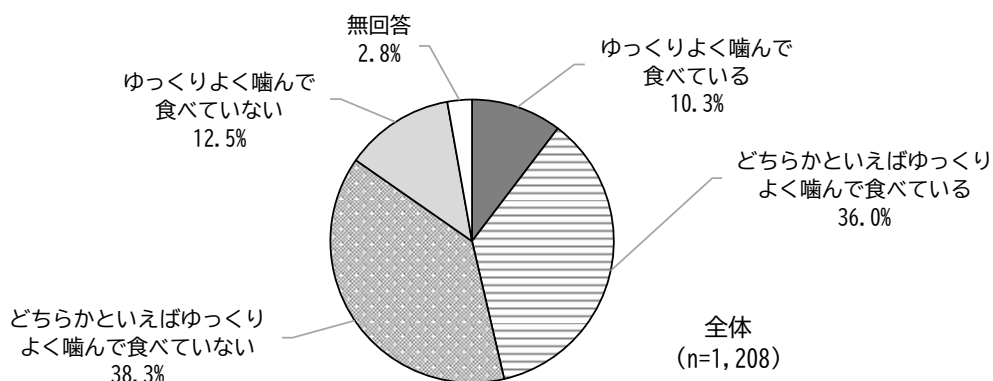
### (3) ゆっくりよく噛んで食べているか

|    |                                                                   |
|----|-------------------------------------------------------------------|
| 問9 | ふだんゆっくりよく噛んで食べていますか。(○は1つ)<br>※「ゆっくりよく噛んで」は1口につき30回以上噛むことを目安とします。 |
|----|-------------------------------------------------------------------|

ゆっくりよく噛んで食べているかについて、「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない」が38.3%で最も高く、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」が36.0%、「ゆっくりよく噛んで食べていない」が12.5%となっています。

また、『ゆっくりよく噛んで食べている』（「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」の合計）について、46.3%となっています。

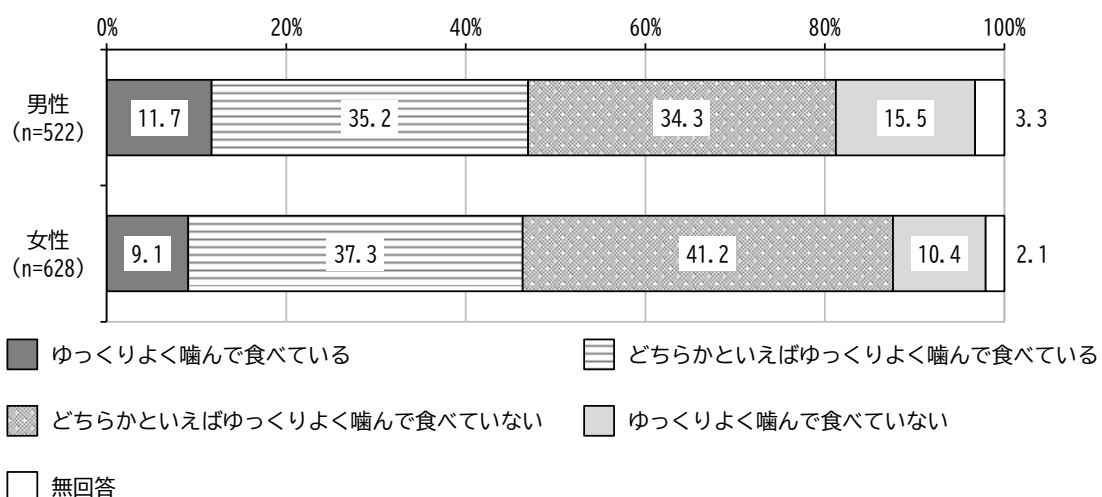
【図表 2-2-7 ゆっくりよく噛んで食べているか】



| 指標               | 対象    | 南あわじ市 | 国             |
|------------------|-------|-------|---------------|
| ゆっくきよく噛んで食べる者の割合 | 20歳以上 | 46.3% | 47.7%<br>(R6) |

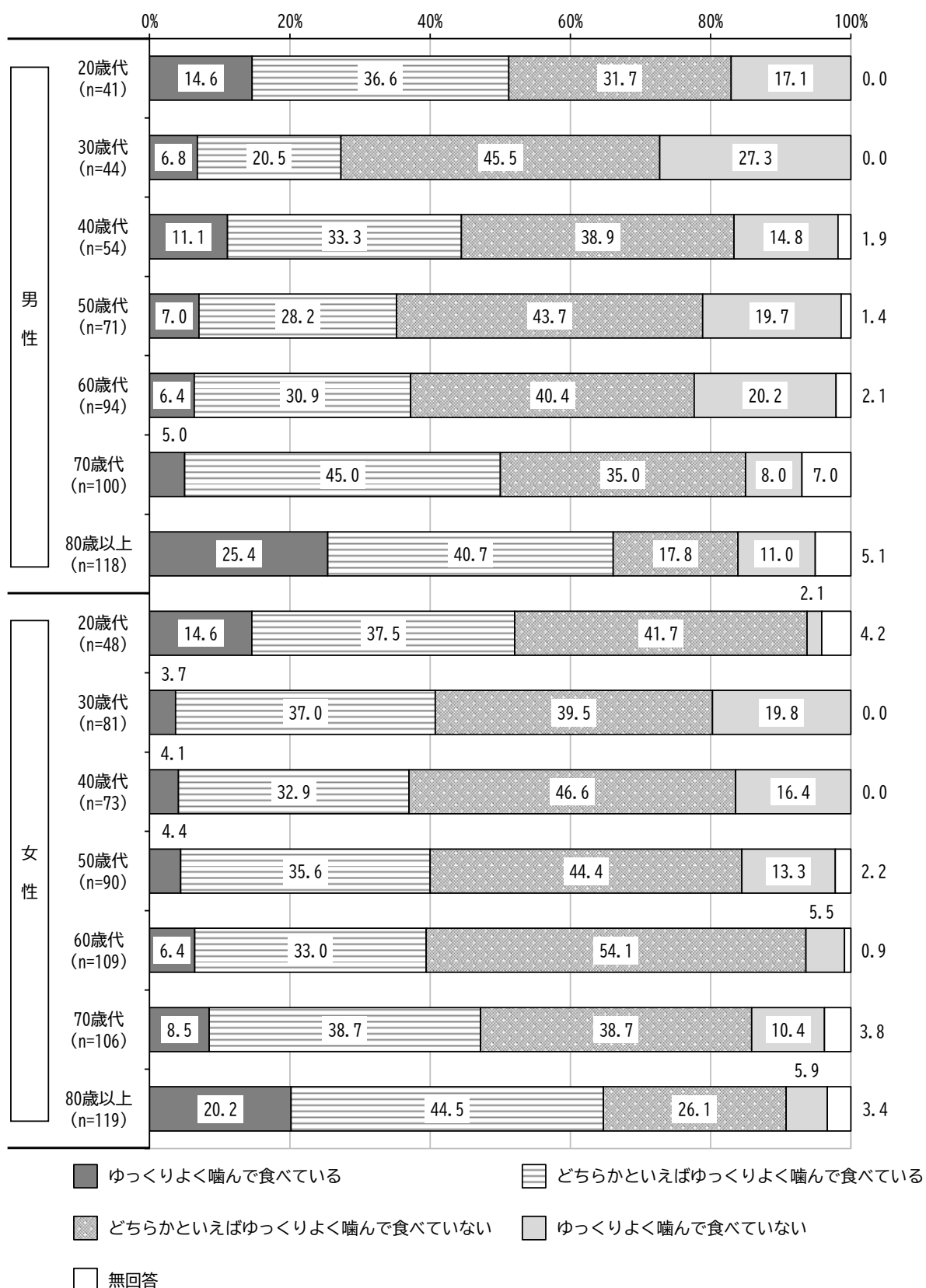
性別にみると、『ゆっくりよく噛んで食べている』（「ゆっくりよく噛んで食べている」と「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」の合計）について、男性では46.9%、女性では46.4%となっており、男性のほうが0.5ポイント高くなっています。

【図表 2-2-8 ゆっくりよく噛んで食べているか（性別）】



性別・年齢別にみると、『ゆっくりよく噛んで食べている』（「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」の合計）では、80歳以上の男性が66.1%で最も高くなっています。

【図表 2-2-9 ゆっくりよく噛んで食べているか（性別・年齢別）】

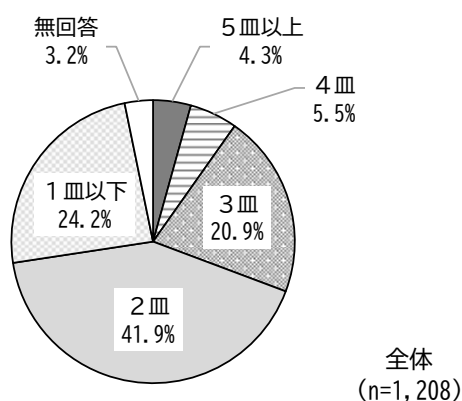


#### (4) 野菜を使った料理の摂取状況

|      |                                                                                                                                                                    |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 問 10 | <p>ふだん野菜を使った料理を1日に何皿程度食べていますか。(1皿は約70gです)<br/>(○は1つ)</p> <p>※1皿の目安<br/>1皿分の料理小鉢1皿(ほうれん草のおひたし、具だくさんのみそ汁、野菜サラダなど)<br/>2皿分の料理=大皿1皿(野菜の煮しめ、野菜炒め、肉じゃが、野菜たっぷりのカレーなど)</p> |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

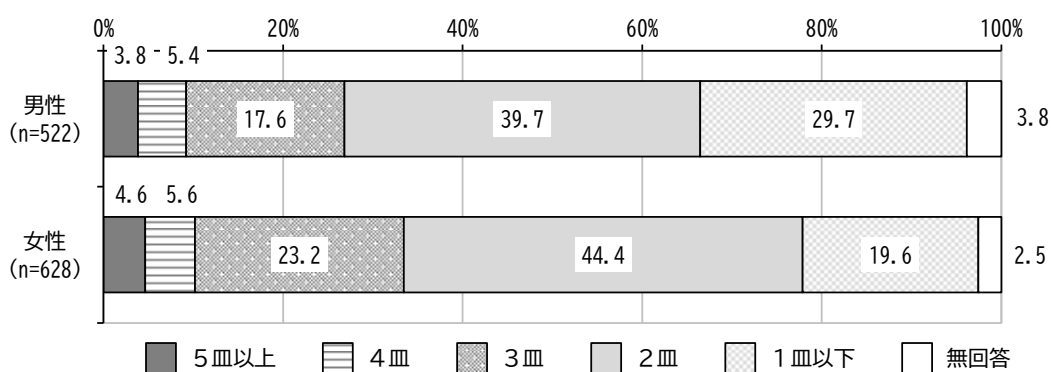
野菜を使った料理の摂取状況について、「2皿」が41.9%で最も高く、次いで「1皿以下」が24.2%、「3皿」が20.9%となっています。

【図表 2-2-10 野菜を使った料理の摂取状況】



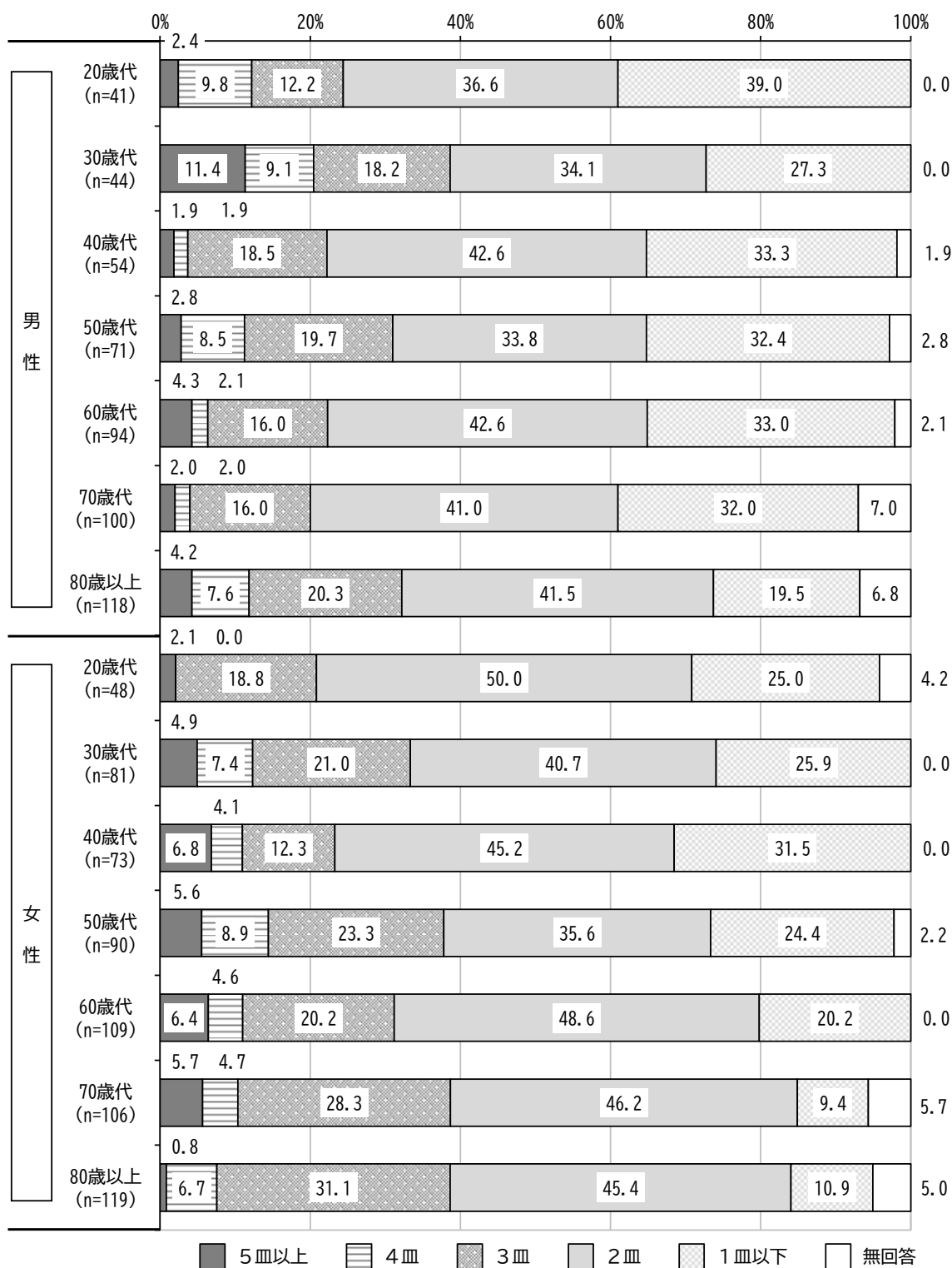
性別にみると、「5皿以上」について、男性では3.8%、女性では4.6%となっており、女性のほうが0.8ポイント高くなっています。

【図表 2-2-11 野菜を使った料理の摂取状況 (性別)】



性別・年齢別にみると、「5皿以上」では、30歳代の男性が11.4%で最も高くなっています。

【図表 2-2-12 野菜を使った料理の摂取状況（性別・年齢別）】

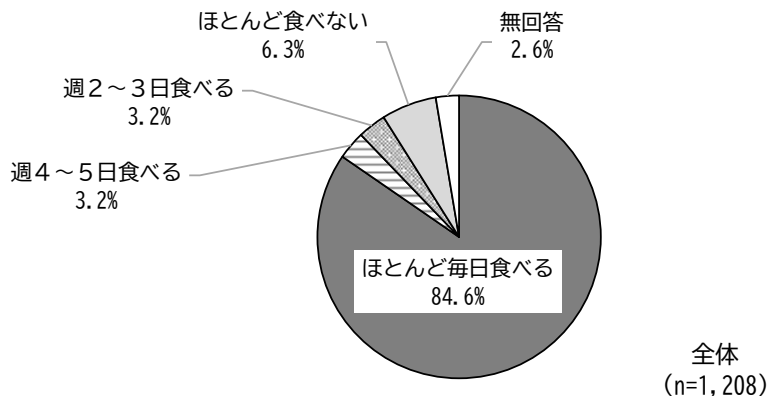


## (5) 朝食の摂取状況

問 11 ふだん朝食を食べますか。(○は1つ)

朝食の摂取状況について、「ほとんど毎日食べる」が84.6%で最も高く、次いで「ほとんど食べない」が6.3%、「週4～5日食べる」「週2～3日食べる」が3.2%となっています。

【図表 2-2-13 朝食の摂取状況】

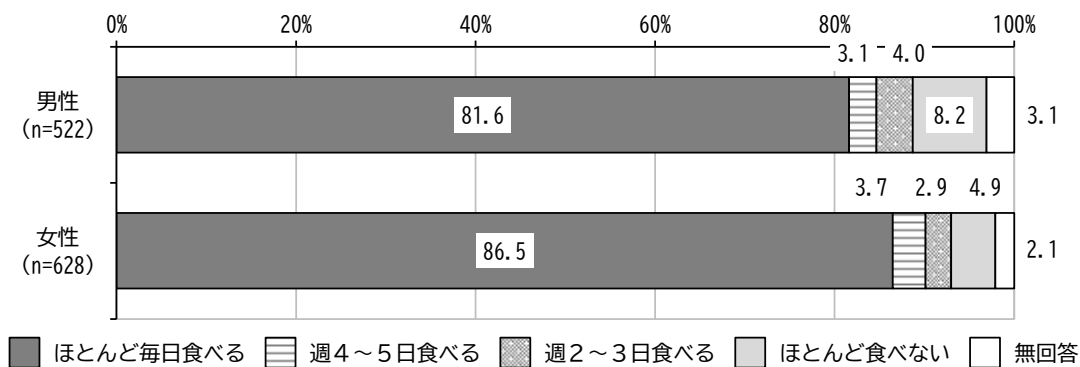


| 指標             | 対象       | 南あわじ市 | 国             |
|----------------|----------|-------|---------------|
| 朝食を欠食する若い世代の割合 | 20歳～30歳代 | 20.9% | 29.6%<br>(R6) |

※ 「欠食」は「週に2～3日食べる」と「ほとんど食べない」を合計

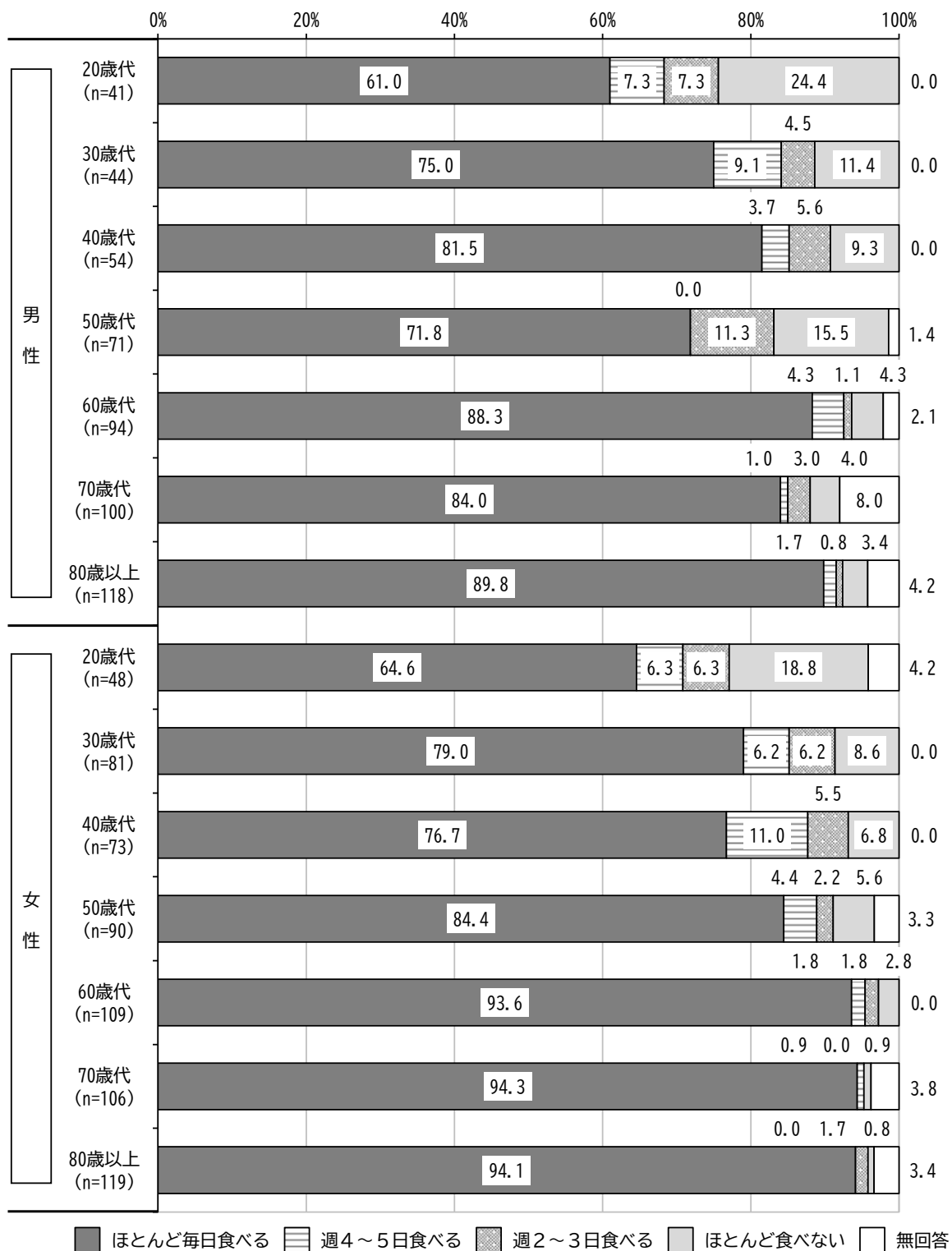
性別にみると、「ほとんど毎日食べる」について、男性では81.6%、女性では86.5%となっており、女性のほうが4.9ポイント高くなっています。また、「ほとんど食べない」について、男性では8.2%、女性では4.9%となっており、男性のほうが3.3ポイント高くなっています。

【図表 2-2-14 朝食の摂取状況（性別）】



性別・年齢別にみると、「ほとんど毎日食べる」では、70歳代の女性が94.3%で最も高く、「ほとんど食べない」では、20歳代の男性が24.4%で最も高くなっています。

【図表 2-2-15 朝食の摂取状況（性別・年齢別）】

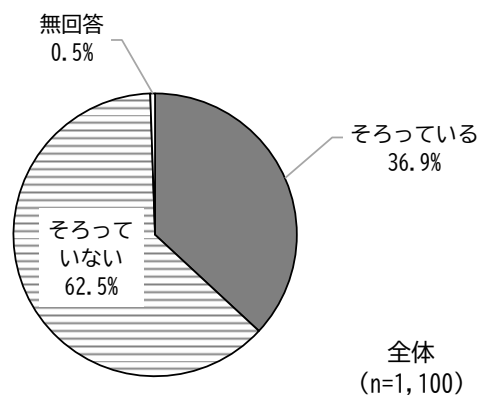


## （６）朝食に主食・主菜・副菜がそろっているか

|        |                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 問 11-1 | <p>【問 11 で「ほとんど毎日食べる」「週４～５日食べる」「週２～３日食べる」と答えた方にお聞きます】</p> <p>普段の朝食に、主食・主菜・副菜がそろっていますか。（○は１つ）</p> <p>※主食…米、パン、めん類などの穀類で、主として糖質エネルギーの供給源となるもの<br/> 主菜…魚や肉、卵、大豆製品などを使った副食の中心となる料理で、主としてたんぱく質や脂肪の供給源となるもの<br/> 副菜…野菜などを使った料理で、主食と主菜に不足するビタミン、ミネラル、食物繊維などを補う役割を果たすもの</p> |
|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

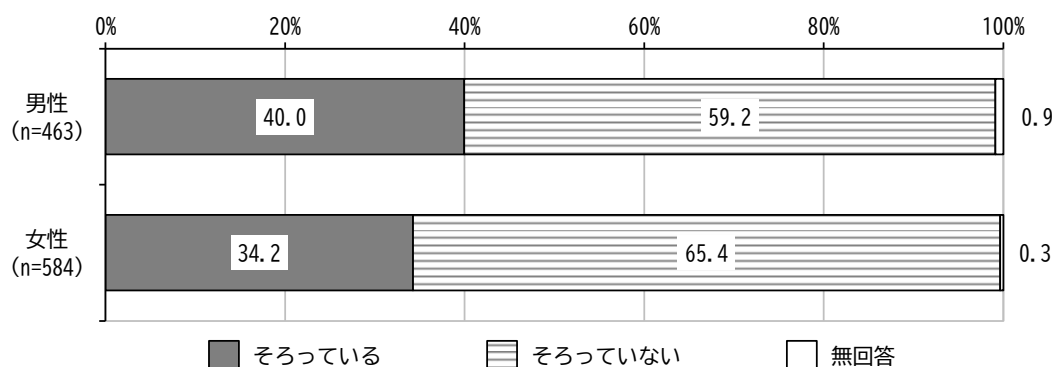
朝食に主食・主菜・副菜がそろっているかについて、「そろっている」が 36.9%、「そろっていない」が 62.5%となっています。

【図表 2-2-16 朝食に主食・主菜・副菜がそろっているか】



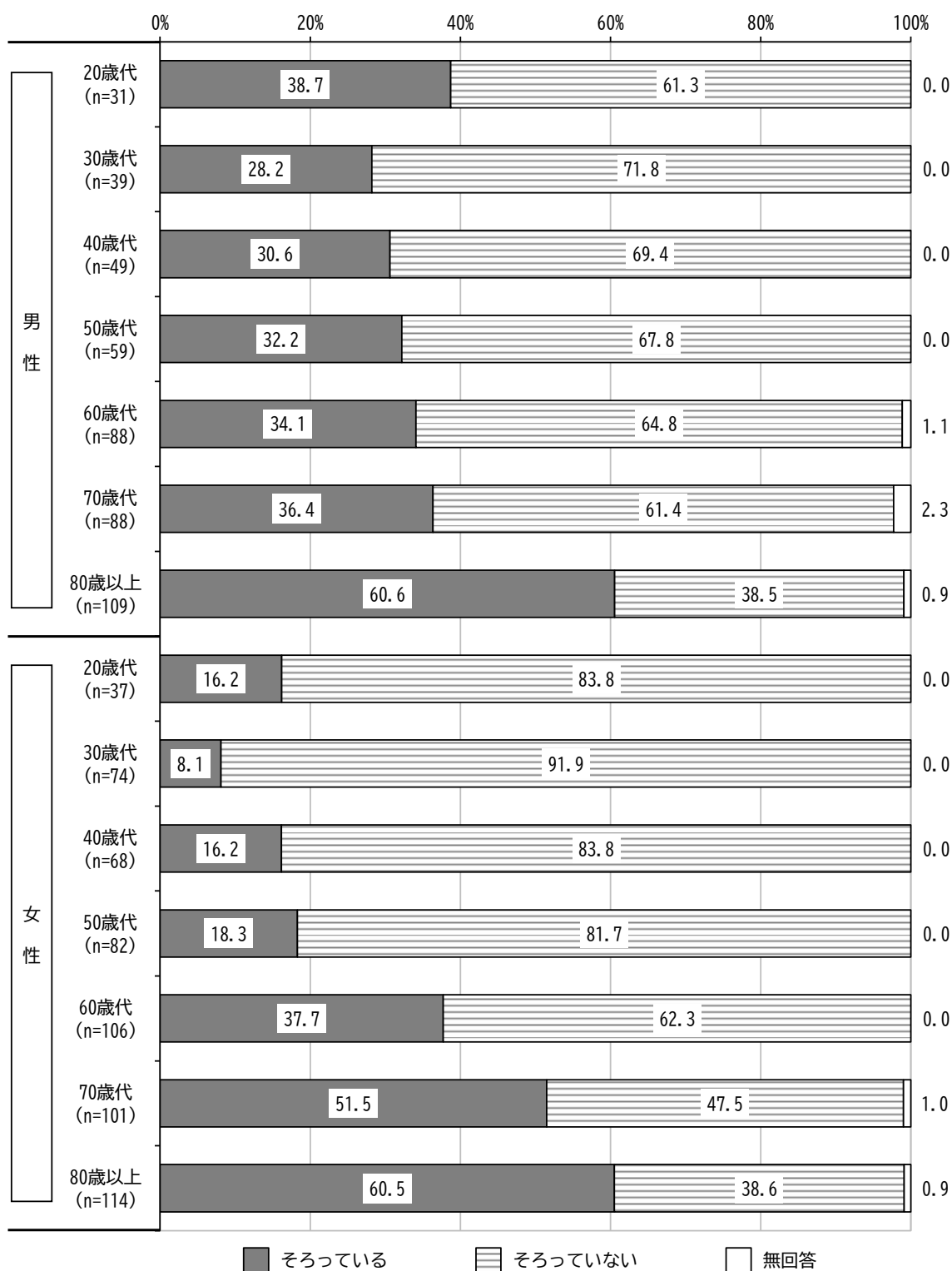
性別にみると、「そろっている」について、男性では 40.0%、女性では 34.2%となっており、男性のほうが 5.8 ポイント高くなっています。

【図表 2-2-17 朝食に主食・主菜・副菜がそろっているか（性別）】



性別・年齢別にみると、「そろっている」では、80 歳以上の男性が 60.6%で最も高くなっています。

【図表 2-2-18 朝食に主食・主菜・副菜がそろっているか（性別・年齢別）】

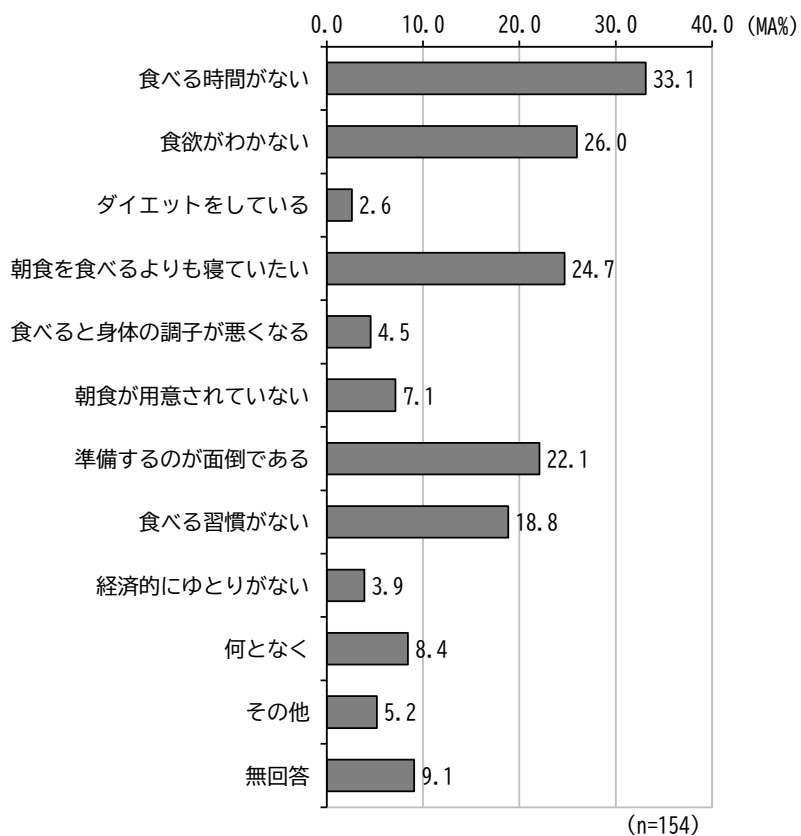


## (7) 朝食を食べない理由

|        |                                                                                      |
|--------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 問 11-2 | <b>【問 11 で「週4～5日食べる」「週2～3日食べる」「ほとんど食べない」と答えた方にお聞きます】</b><br>朝食を食べない理由は何ですか。(○はいくつでも) |
|--------|--------------------------------------------------------------------------------------|

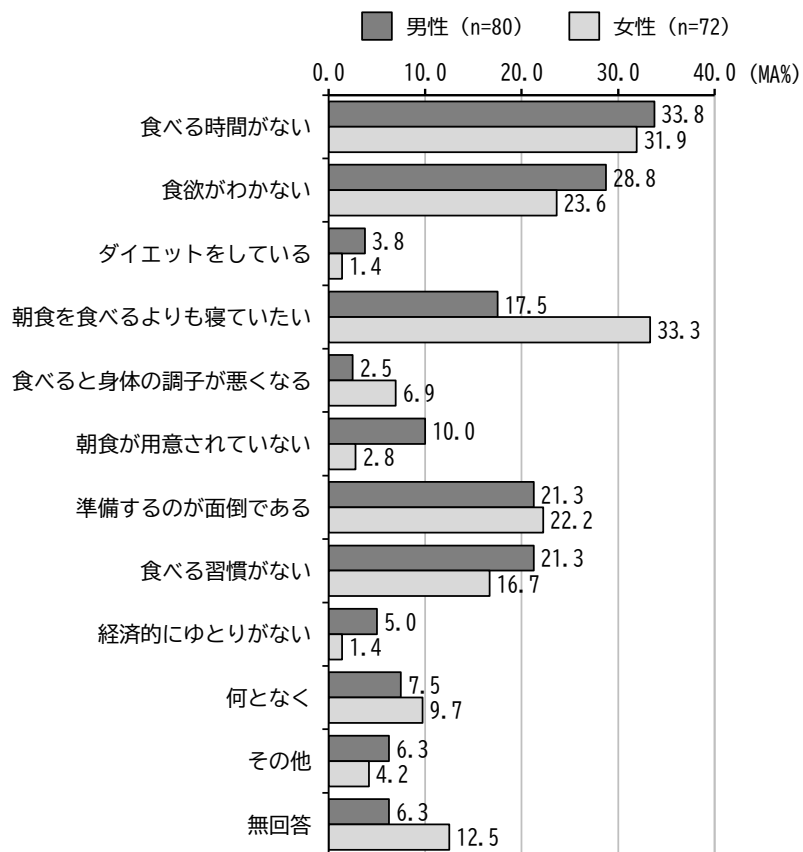
朝食を食べない理由について、「食べる時間がない」が33.1%で最も高く、次いで「食欲がわかない」が26.0%、「朝食を食べるよりも寝ていたい」が24.7%となっています。

【図表 2-2-19 朝食を食べない理由】



性別にみると、男性では、「食べる時間がない」が33.8%で最も高く、女性では、「朝食を食べるよりも寝ていたい」が33.3%で最も高くなっています。

【図表 2-2-20 朝食を食べない理由（性別）】

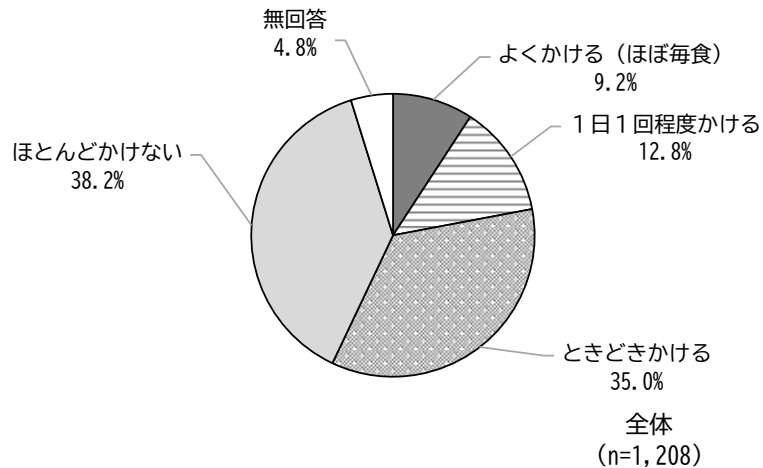


## (8) しょうゆ、塩、ソースをかける頻度

|      |                                             |
|------|---------------------------------------------|
| 問 12 | 食卓で味のついた料理にしょうゆ、塩、ソースをどれくらいかけますか。<br>(○は1つ) |
|------|---------------------------------------------|

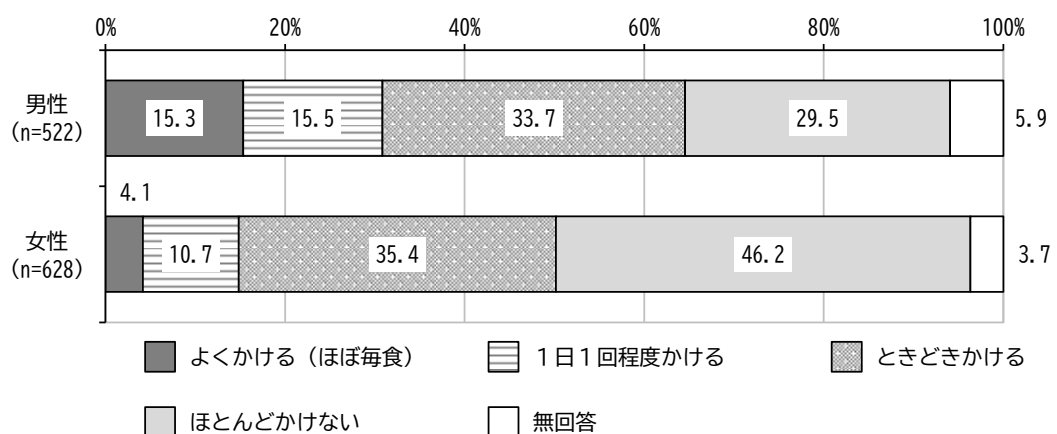
しょうゆ、塩、ソースをかける頻度について、「ほとんどかけない」が 38.2%で最も高く、次いで「ときどきかける」が 35.0%、「1日1回程度かける」が 12.8%となっています。

【図表 2-2-21 しょうゆ、塩、ソースをかける頻度】



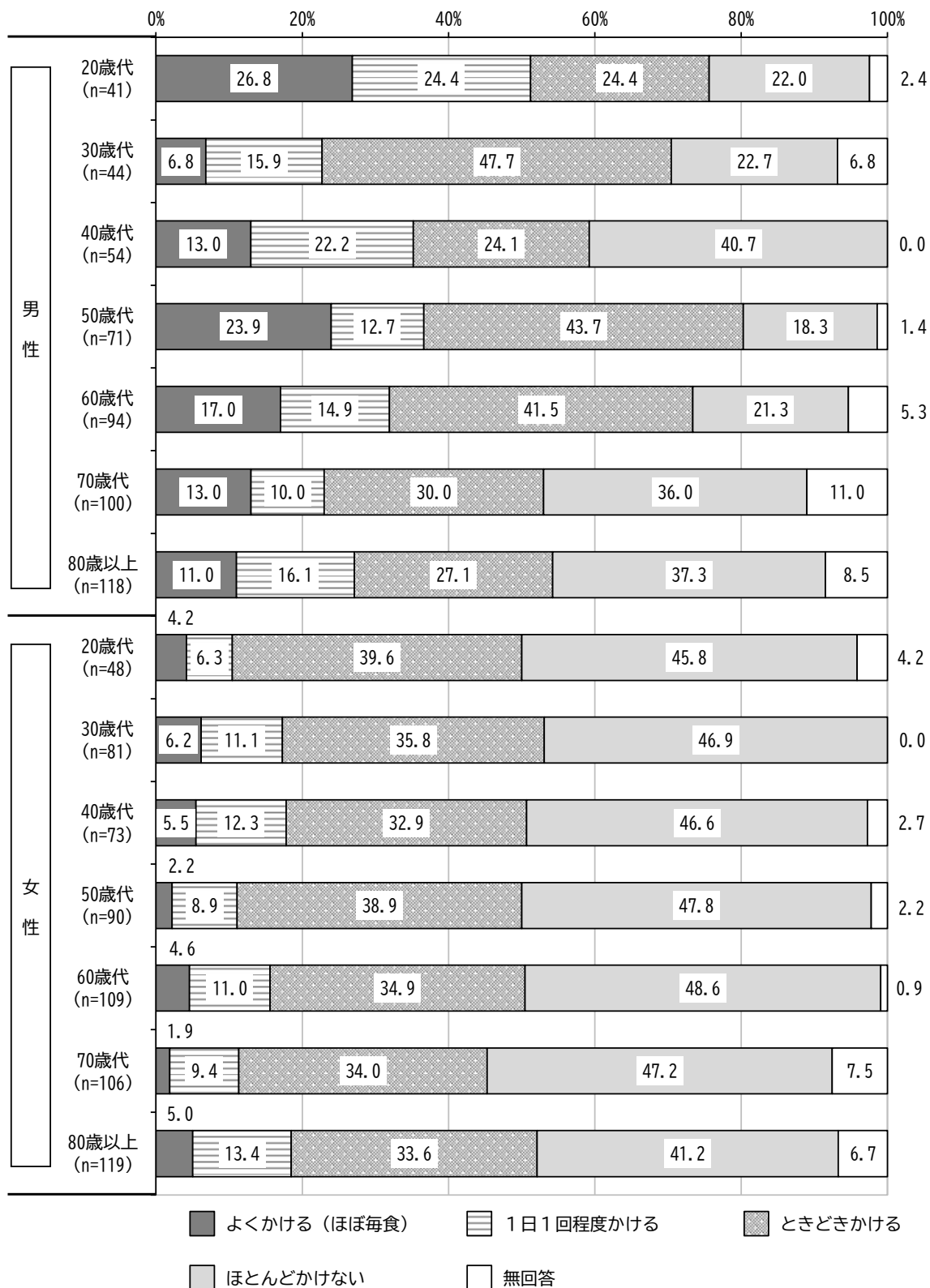
性別にみると、「よくかける (ほぼ毎食)」について、男性では 15.3%、女性では 4.1%となっており、男性のほうが 11.2 ポイント高くなっています。また、「ほとんどかけない」について、男性では 29.5%、女性では 46.2%となっており、女性のほうが 16.7 ポイント高くなっています。

【図表 2-2-22 しょうゆ、塩、ソースをかける頻度 (性別)】



性別・年齢別にみると、「よくかける（ほぼ毎食）」では、20歳代の男性が26.8%で最も高く、「ほとんどかけない」では、60歳代の女性が48.6%で最も高くなっています。

【図表 2-2-23 しょうゆ、塩、ソースをかける頻度（性別・年齢別）】

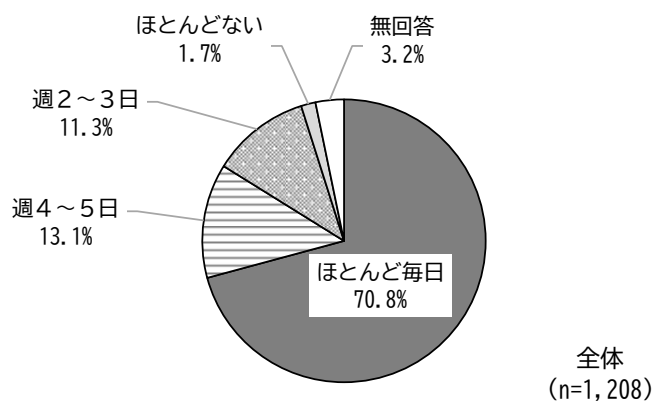


## (9) 排泄時間の確保状況

|      |                                                          |
|------|----------------------------------------------------------|
| 問 13 | ふだんトイレ（排便）する時間をとれていますか。（○は1つ）<br>（※この質問はトイレ習慣についての質問です。） |
|------|----------------------------------------------------------|

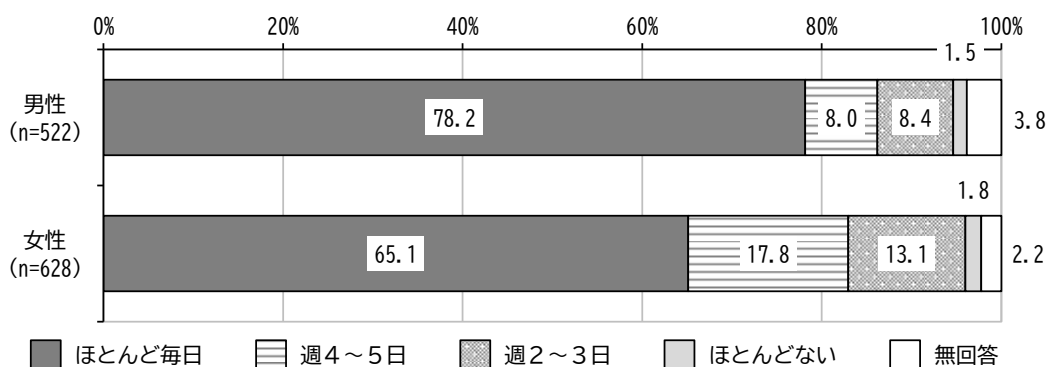
排泄時間の確保状況について、「ほとんど毎日」が 70.8%で最も高く、次いで「週4～5日」が 13.1%、「週2～3日」が 11.3%となっています。

【図表 2-2-24 排泄時間の確保状況】



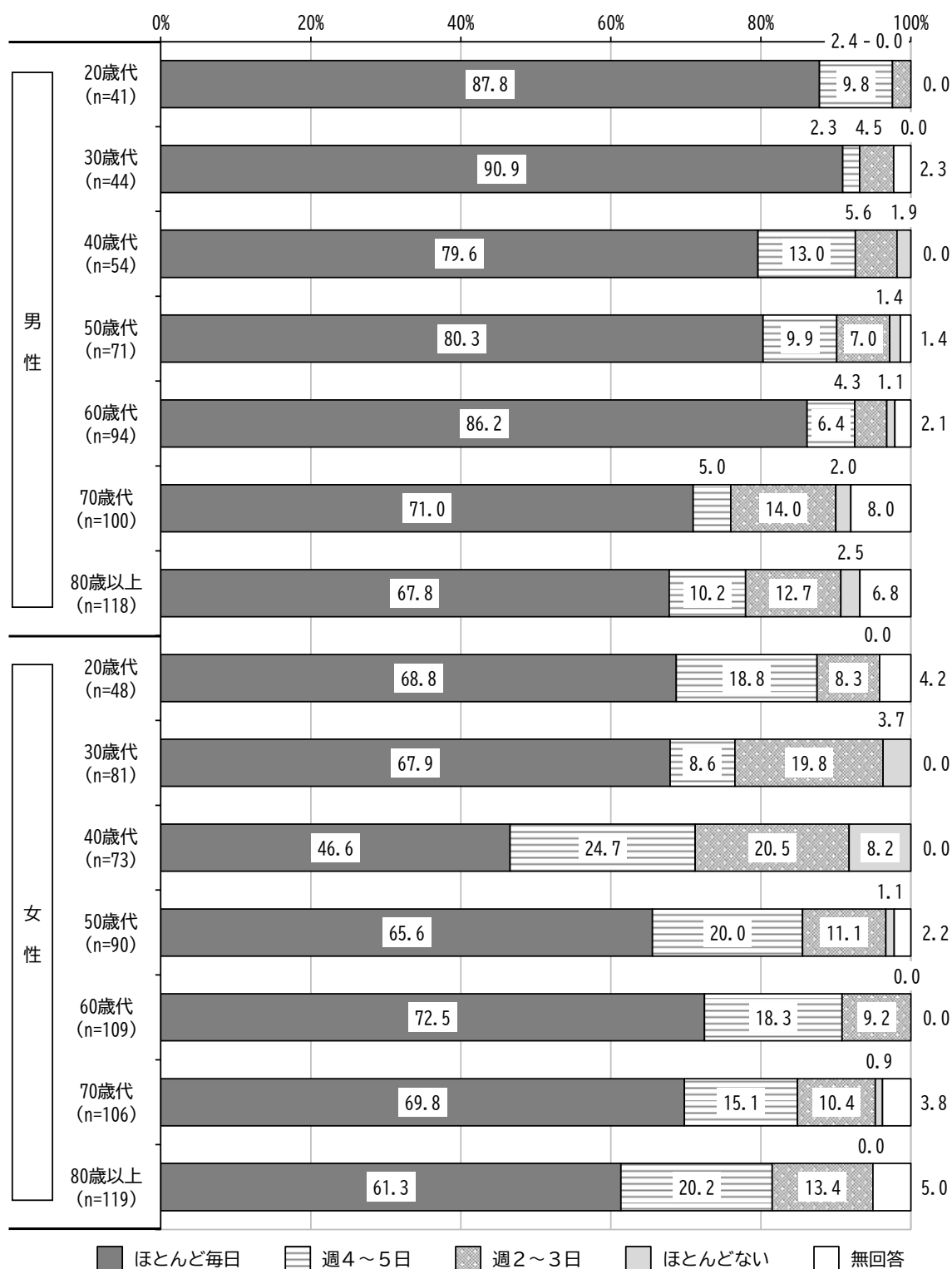
性別にみると、「ほとんど毎日」について、男性では 78.2%、女性では 65.1%となっており、男性のほうが 13.1 ポイント高くなっています。また、「ほとんどない」について、男性では 1.5%、女性では 1.8%となっており、女性のほうが 0.3 ポイント高くなっています。

【図表 2-2-25 排泄時間の確保状況（性別）】



性別・年齢別にみると、「ほとんど毎日」では、30 歳代の男性が 90.9%で最も高く、「ほとんどない」では、40 歳代の女性が 8.2%で最も高くなっています。

【図表 2-2-26 排泄時間の確保状況（性別・年齢別）】



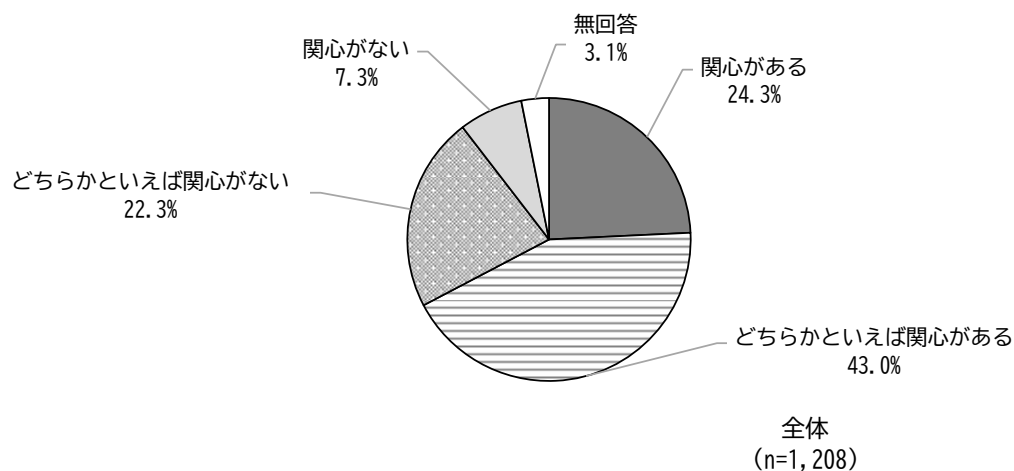
## (10) 食育への関心があるか

|      |                                                                                                                                                                               |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 問 14 | <p>「食育」に関心がありますか、それとも関心がありませんか。(○は1つ)</p> <p>※「食育」とは、食べることの大切さを知り、健康的な食生活を送るために必要な知識や実践力を身につけることです。単に栄養バランスの取れた食事を摂るだけでなく、食材を理解し、調理を体験したり、食事のマナーを学んだり、食文化を体験したりすることを含みます。</p> |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

食育への関心があるかについて、「どちらかといえば関心がある」が 43.0%で最も高く、次いで「関心がある」が 24.3%、「どちらかといえば関心がない」が 22.3%となっています。

また、『関心がある』（「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」の合計）について、67.3%となっています。

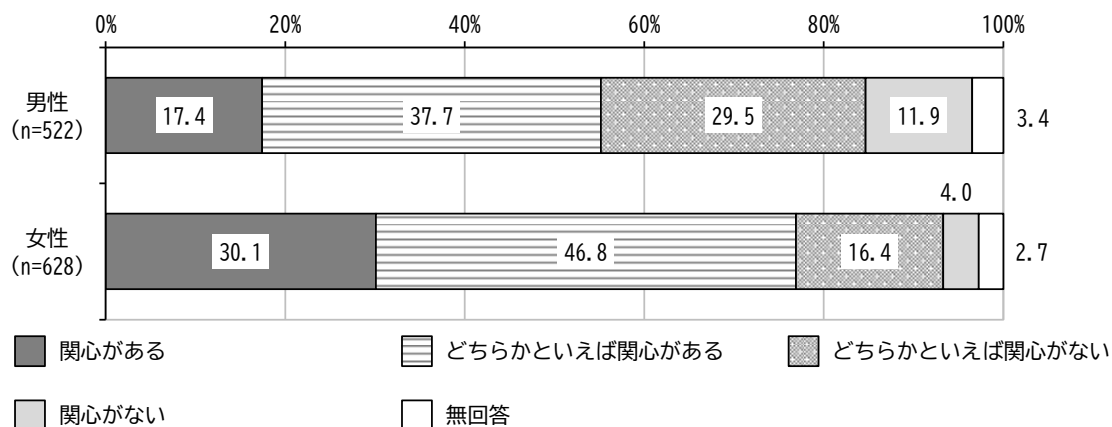
【図表 2-2-27 食育への関心があるか】



| 指標              | 対象     | 南あわじ市 | 国             |
|-----------------|--------|-------|---------------|
| 食育に関心を持っている者の割合 | 20 歳以上 | 67.3% | 80.8%<br>(R6) |

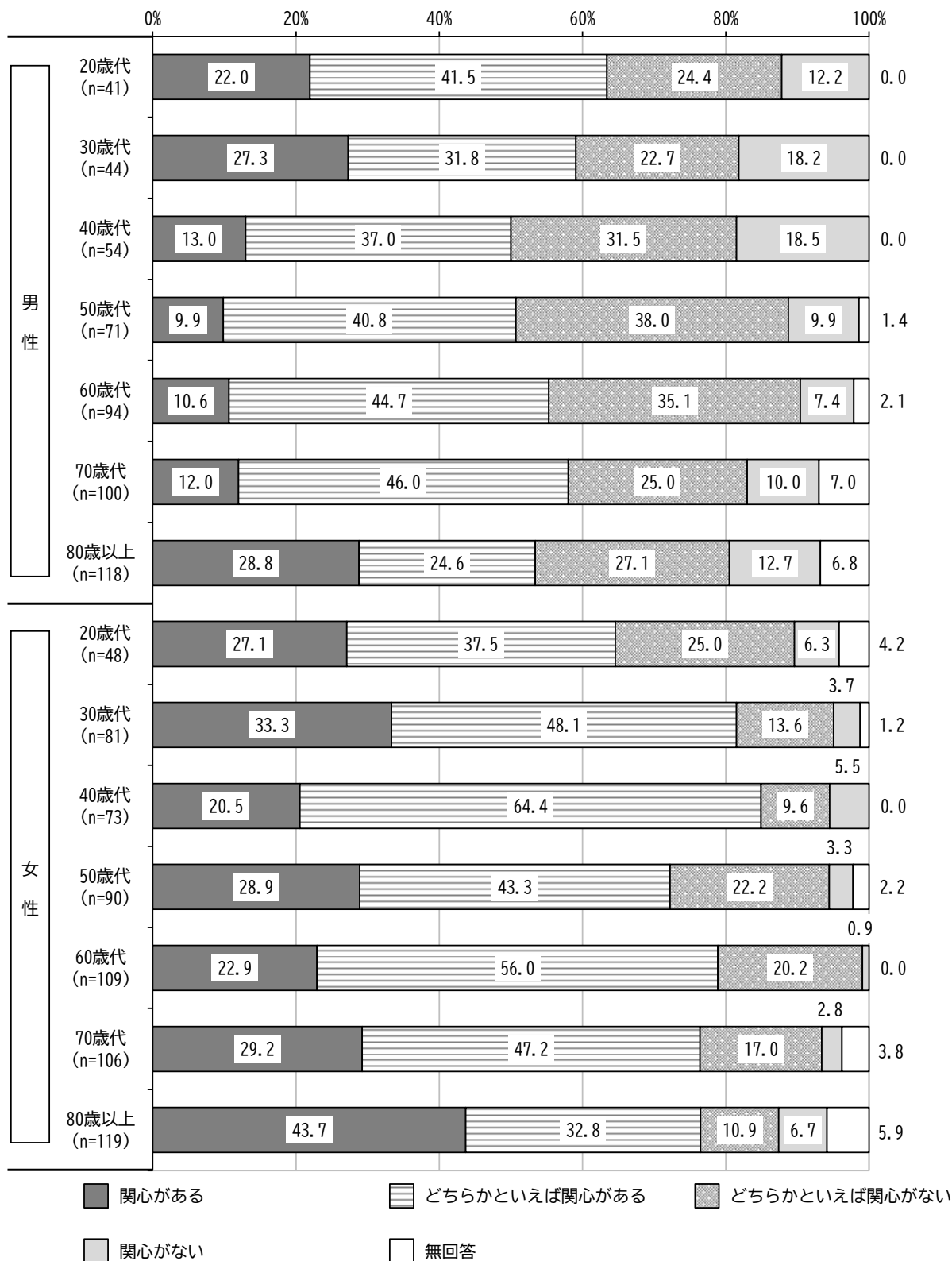
性別にみると、『関心がある』（「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」の合計）について、男性では 55.1%、女性では 76.9%となっており、女性のほうが 21.8 ポイント高くなっています。

【図表 2-2-28 食育への関心があるか（性別）】



性別・年齢別にみると、『関心がある』（「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」の合計）では、40歳代の女性が84.9%で最も高くなっています。

【図表 2-2-29 食育への関心があるか（性別・年齢別）】

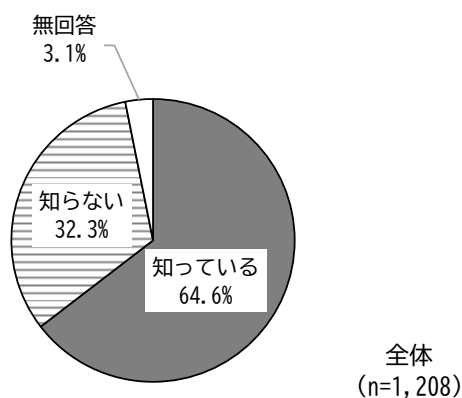


# (11) 郷土料理や行事食を知っているか

|      |                                                                                                                       |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 問 15 | <p>お住まいの地域の郷土料理や行事食を知っていますか。(○は1つ)</p> <p>※郷土料理…ちょぼ汁、鯛めん、いわしのほほかむり、いびつ餅 など</p> <p>行事食…おせち料理、七草がゆ、かしわもち、うなぎの蒲焼き など</p> |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

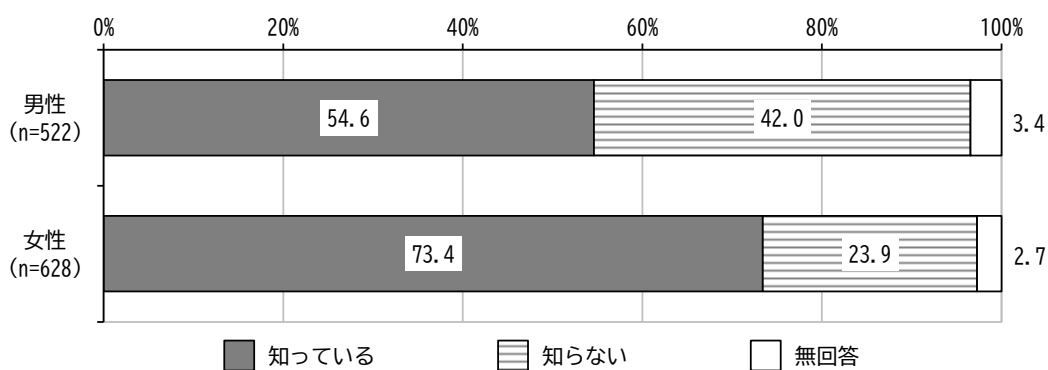
郷土料理や行事食を知っているかについて、「知っている」が 64.6%、「知らない」が 32.3%となっています。

【図表 2-2-30 郷土料理や行事食を知っているか】



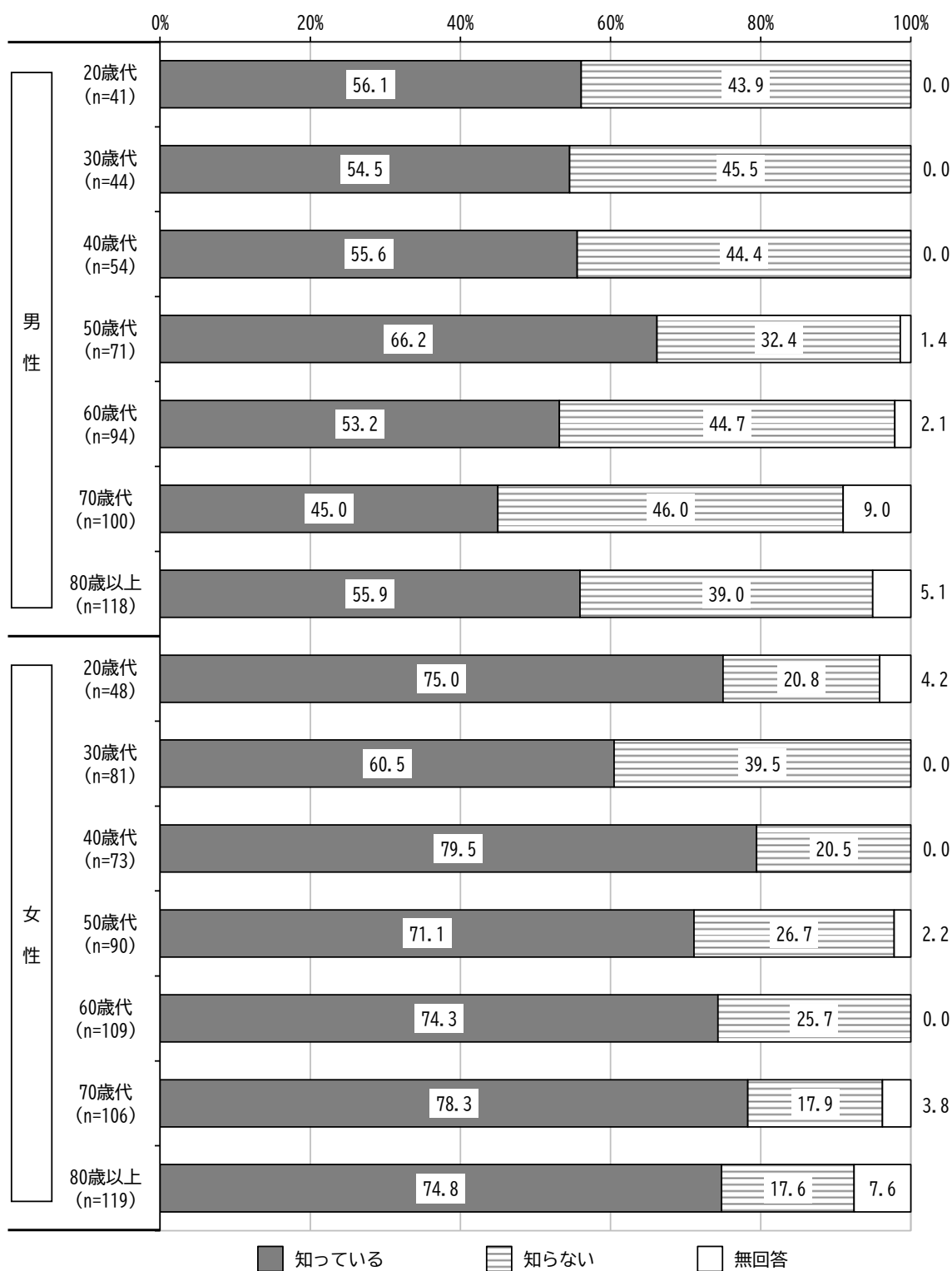
性別にみると、「知っている」について、男性では 54.6%、女性では 73.4%となっており、女性のほうが 18.8 ポイント高くなっています。

【図表 2-2-31 郷土料理や行事食を知っているか（性別）】



性別・年齢別にみると、「知っている」では、40歳代の女性が79.5%で最も高くなっています。

【図表 2-2-32 郷土料理や行事食を知っているか（性別・年齢別）】



## (12) 郷土料理や行事食を作ることができるか

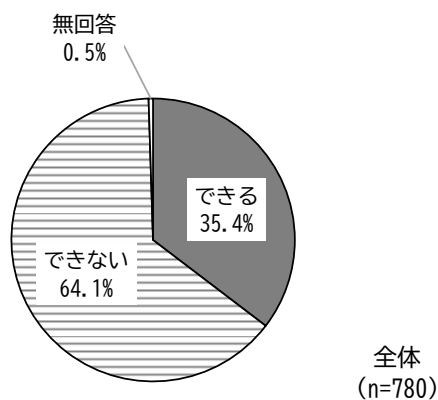
問 15-1

【問 15 で「知っている」と答えた方にお聞きします】

郷土料理や行事食を作ることができますか。(○は1つ)

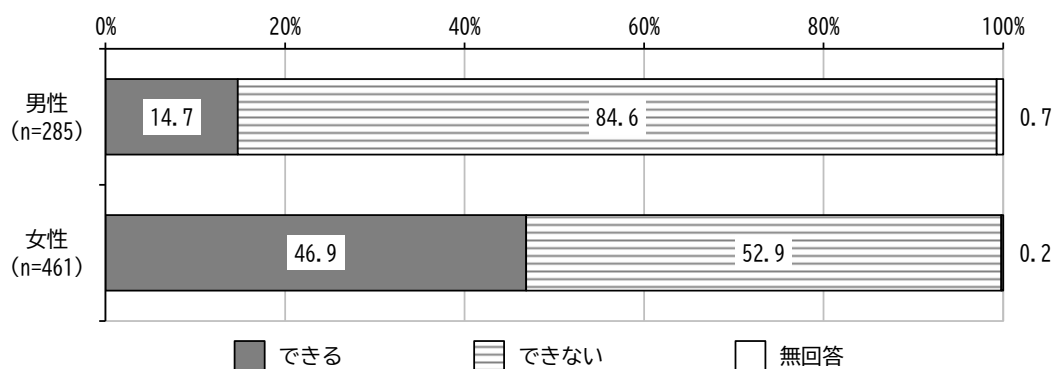
郷土料理や行事食を作ることができるかについて、「できる」が 35.4%、「できない」が 64.1%となっています。

【図表 2-2-33 郷土料理や行事食を作ることができるか】



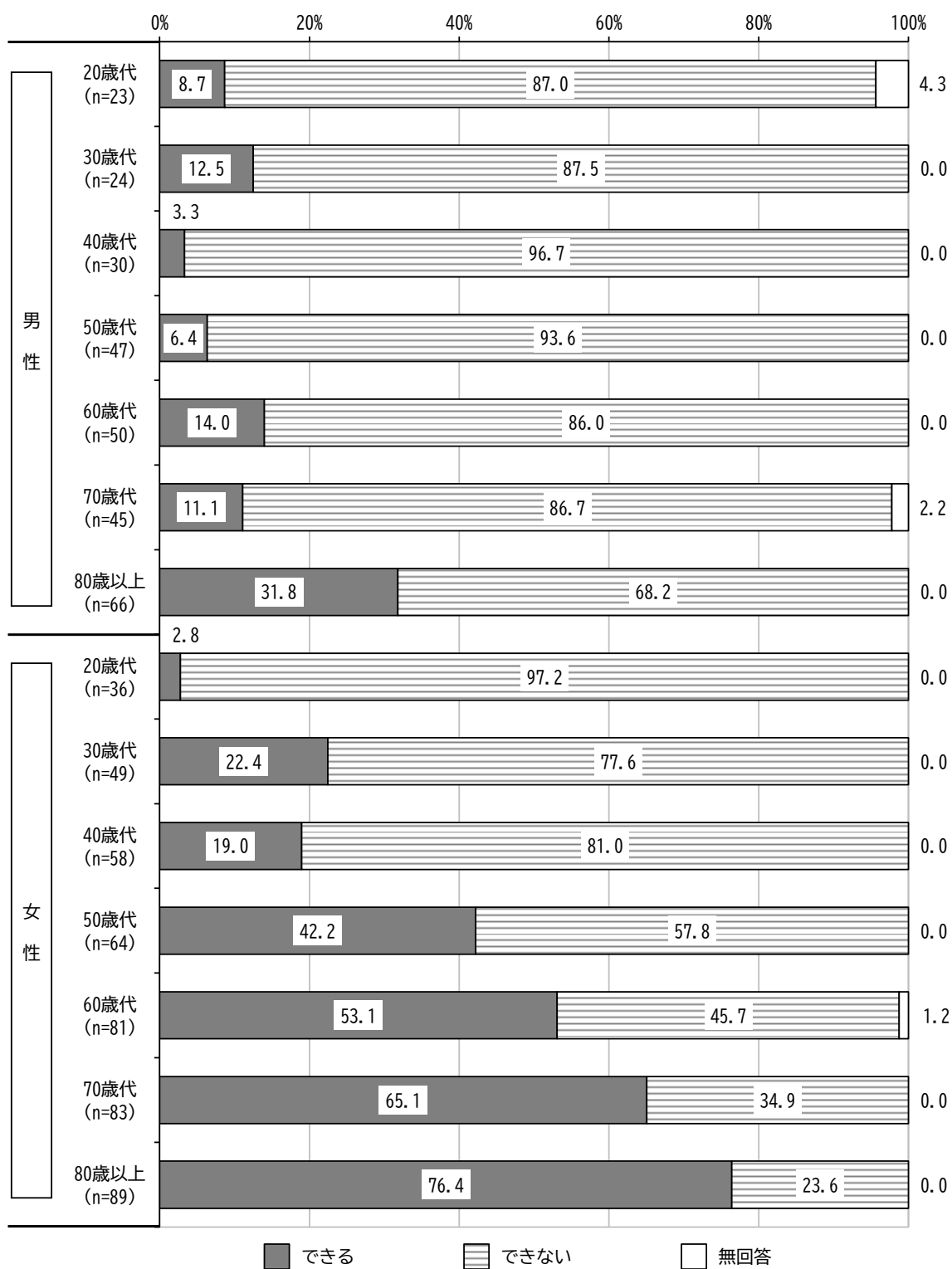
性別にみると、「できる」について、男性では 14.7%、女性では 46.9%となっており、女性のほうが 32.2 ポイント高くなっています。

【図表 2-2-34 郷土料理や行事食を作ることができるか（性別）】



性別・年齢別にみると、「できる」では、80歳以上の女性が76.4%で最も高くなっています。

【図表 2-2-35 郷土料理や行事食を作ることができるか（性別・年齢別）】



### (13) 淡路島の食材や旬の食材を使うように心がけているか

問 16

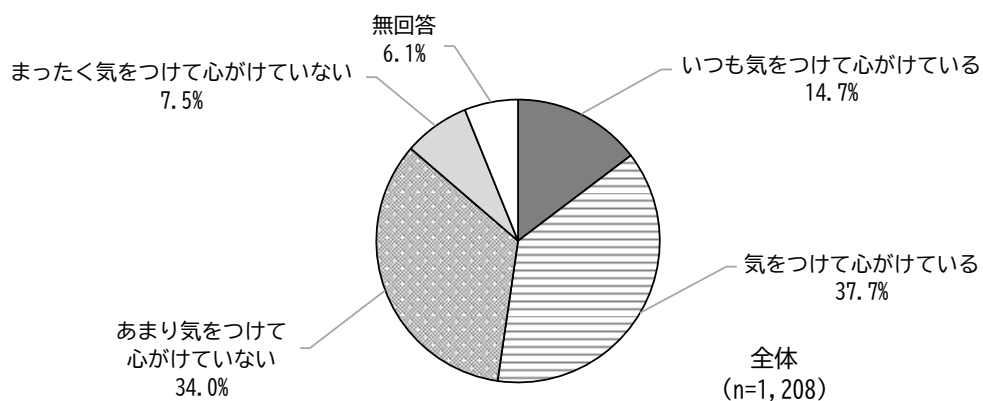
淡路島の食材や旬の食材を使うように心がけていますか。(○は1つ)

※郷土料理や行事食等を学ぶ場には、いずみ会（食生活改善推進委員）活動があります。

淡路島の食材や旬の食材を使うように心がけているかについて、「気をつけて心がけている」が 37.7% で最も高く、次いで「あまり気をつけて心がけていない」が 34.0%、「いつも気をつけて心がけている」が 14.7%となっています。

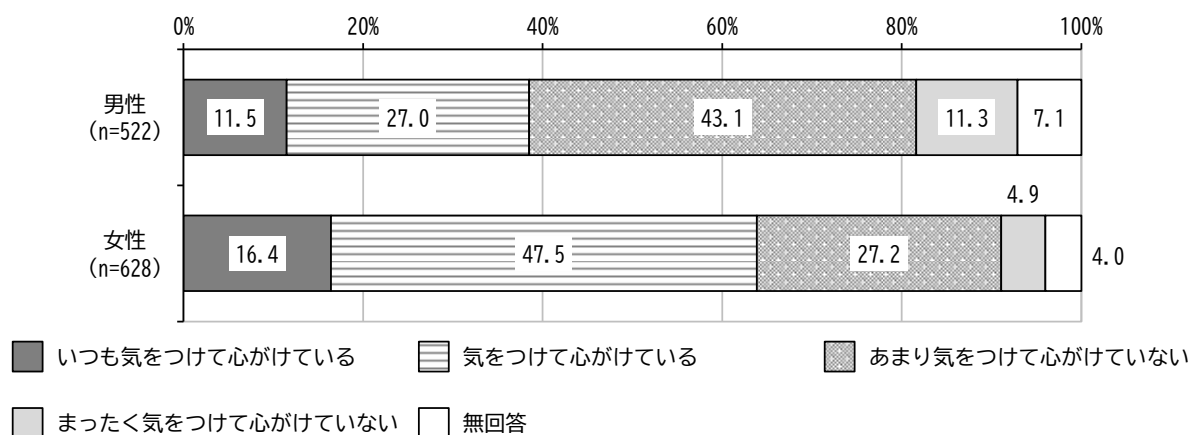
また、『気をつけて心がけている』（「いつも気をつけて心がけている」と「気をつけて心がけている」の合計）について、52.4%となっています。

【図表 2-2-36 淡路島の食材や旬の食材を使うように心がけているか】



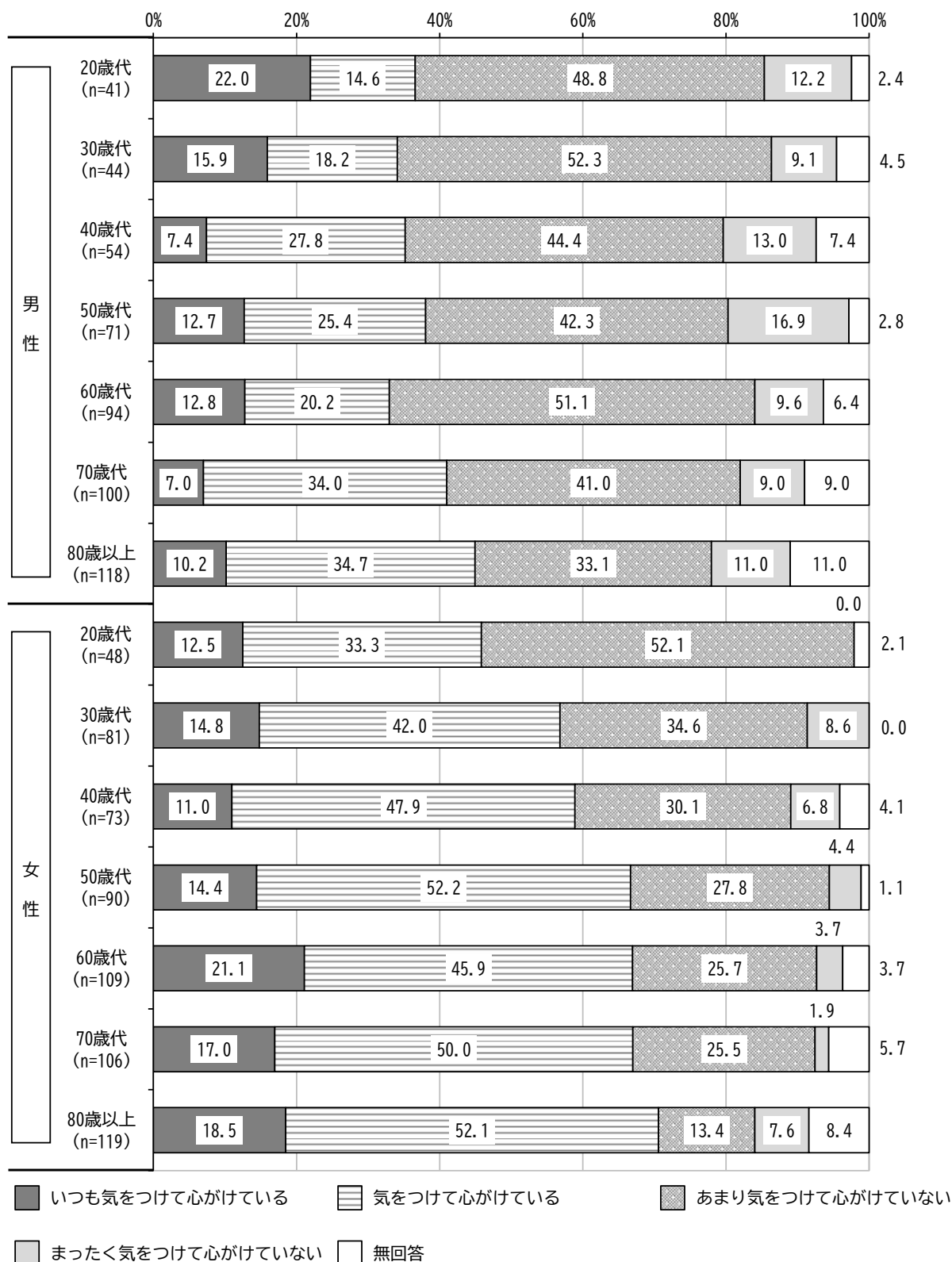
性別にみると、『気をつけて心がけている』（「いつも気をつけて心がけている」と「気をつけて心がけている」の合計）について、男性では 38.5%、女性では 63.9%となっており、女性のほうが 25.4 ポイント高くなっています。

【図表 2-2-37 淡路島の食材や旬の食材を使うように心がけているか（性別）】



性別・年齢別にみると、『気をつけて心がけている』（「いつも気をつけて心がけている」と「気をつけて心がけている」の合計）では、80歳以上の女性が70.6%で最も高くなっています。

【図表 2-2-38 淡路島の食材や旬の食材を使うように心がけているか（性別・年齢別）】



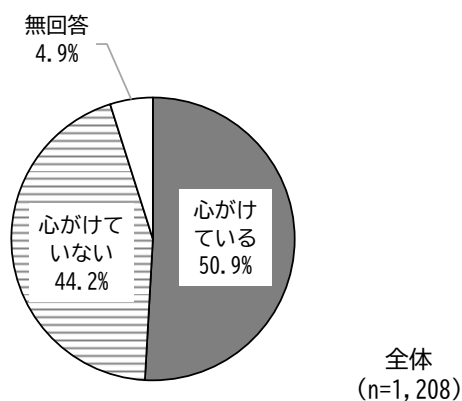
### 3. 運動・身体活動について

#### (1) 意識的に運動を心がけているか

問 17 あなたは、日ごろの生活の中で、意識的に運動を心がけていますか。(○は1つ)

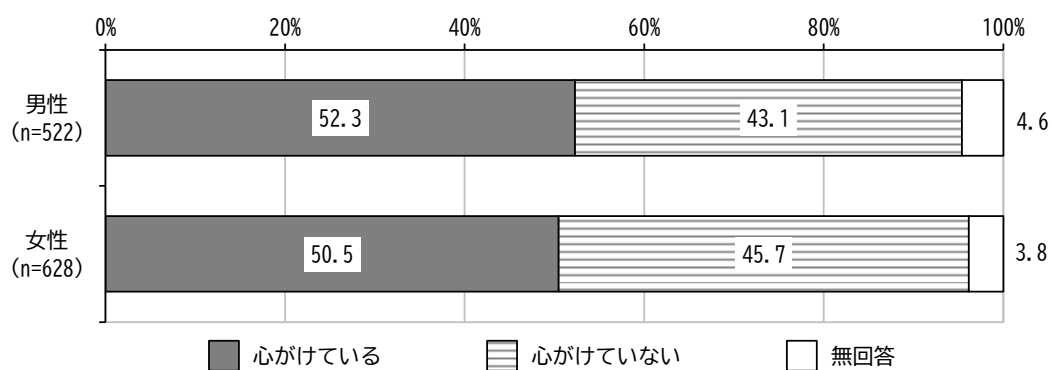
意識的に運動を心がけているかについて、「心がけている」が 50.9%、「心がけていない」が 44.2%となっています。

【図表 2-3-1 意識的に運動を心がけているか】



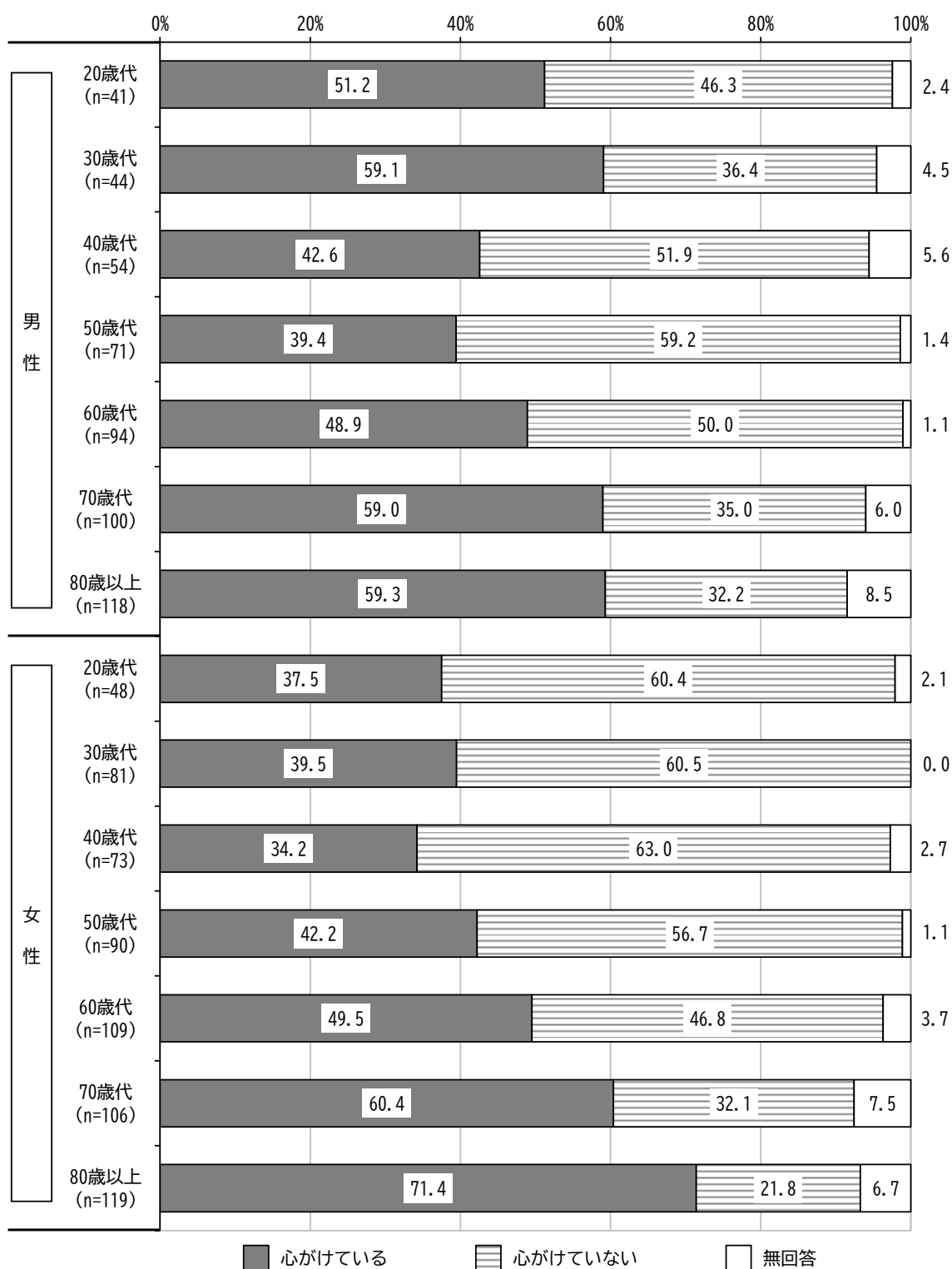
性別にみると、「心がけている」について、男性では 52.3%、女性では 50.5%となっており、男性のほうが 1.8 ポイント高くなっています。

【図表 2-3-2 意識的に運動を心がけているか（性別）】



性別・年齢別にみると、「心がけている」では、80 歳以上の女性が 71.4%で最も高くなっています。

【図表 2-3-3 意識的に運動を心がけているか（性別・年齢別）】

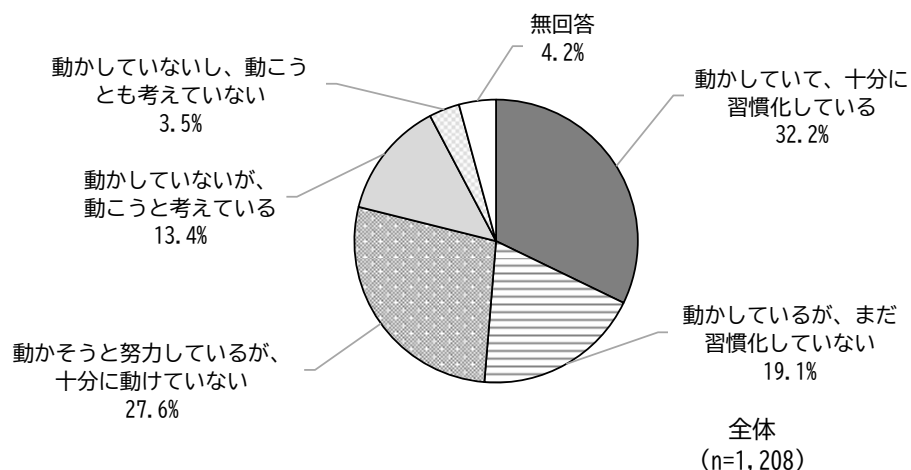


## (2) 日常生活のなかで身体を動かしているか

|      |                                                                                                                               |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 問 18 | <p>日常生活の中で、身体を動かしていますか。(○は1つ)</p> <p>※「身体を動かすこと」とは、歩く、犬の散歩をする、家事をする、自転車に乗る、速歩きをする、子どもと活発に遊ぶ、農作業をする、階段を速くのぼるなどと同等の動きを指します。</p> |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

日常生活のなかで身体を動かしているかについて、「動かしていて、十分に習慣化している」が 32.2% で最も高く、次いで「動かそうと努力しているが、十分に動けていない」が 27.6%、「動かしているが、まだ習慣化していない」が 19.1%となっています。

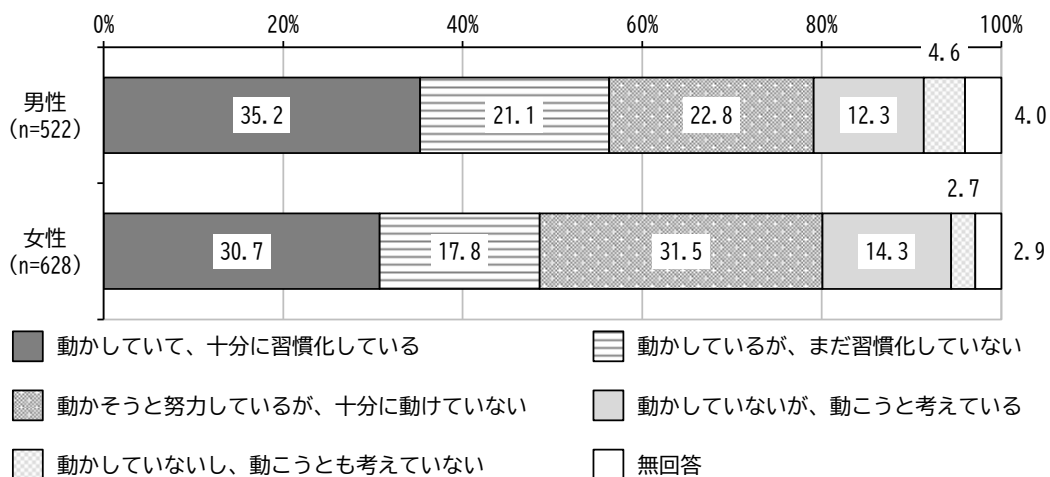
【図表 2-3-4 日常生活のなかで身体を動かしているか】



| 指標                          | 対象     | 南あわじ市 | 兵庫県        |
|-----------------------------|--------|-------|------------|
| 日常生活のなかで体を動かすことを習慣化している人の割合 | 20 歳以上 | 32.2% | 36.5% (R3) |

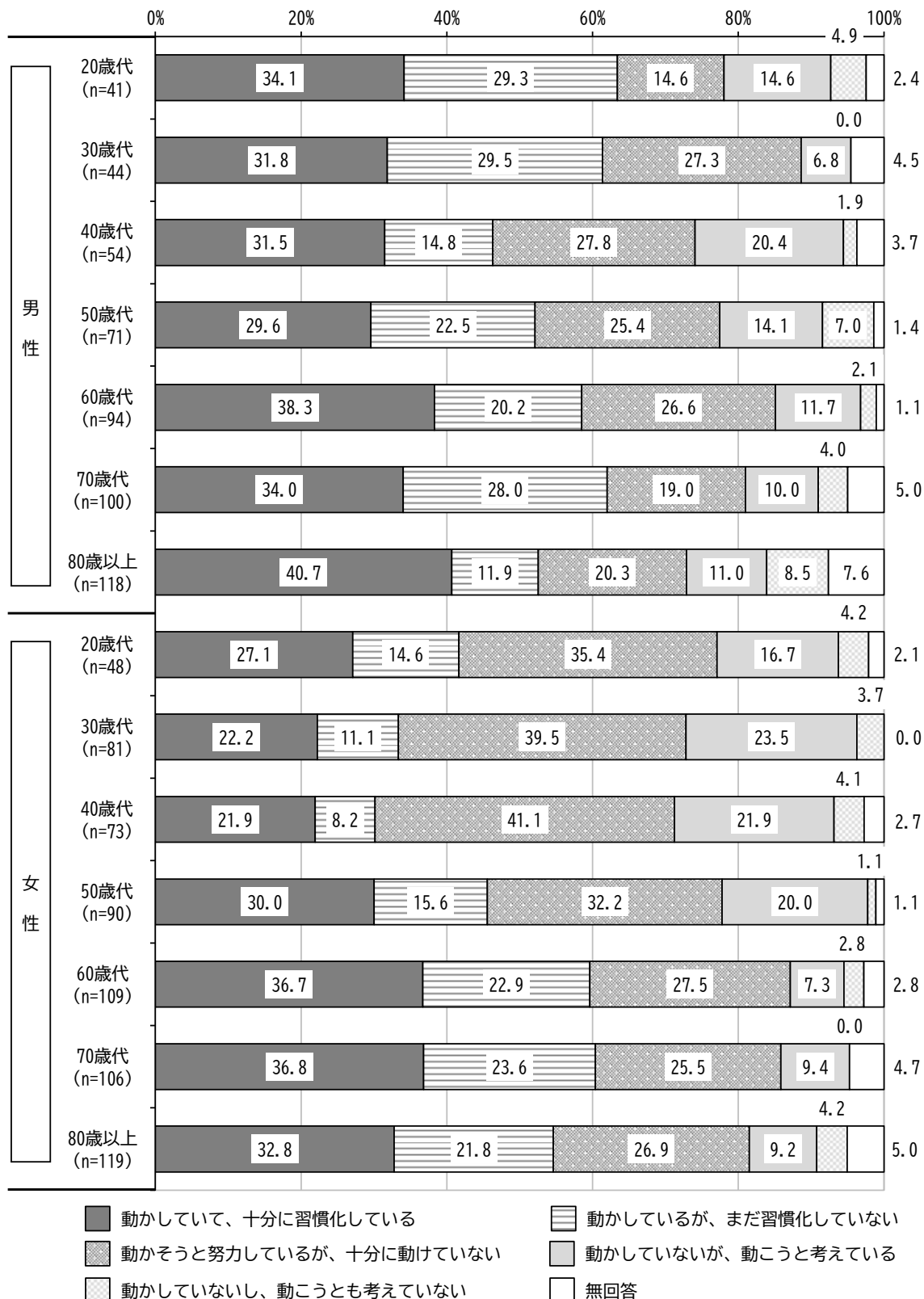
性別にみると、「動かしていて、十分に習慣化している」について、男性では 35.2%、女性では 30.7% となっており、男性のほうが 4.5 ポイント高くなっています。

【図表 2-3-5 日常生活のなかで身体を動かしているか（性別）】



性別・年齢別にみると、「動かしていて、十分に習慣化している」では、80歳以上の男性が40.7%で最も高くなっています。また、20～40歳代の女性では、日常生活の中で体を動かす習慣がある人の割合が特に低くなっています。この背景として、家事や育児が重なる生活段階にあり、時間的・心理的な余裕が不足しがちなことから、身体活動を習慣化しにくい状況にあると考えられます。

【図表 2-3-6 日常生活のなかで身体を動かしているか（性別・年齢別）】

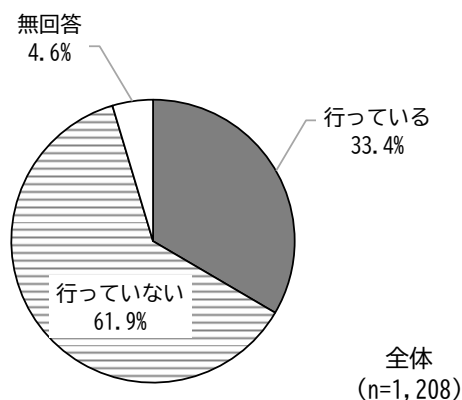


### (3) 1回30分以上の運動を週2日以上、1年以上続けて行っているか

|      |                                                   |
|------|---------------------------------------------------|
| 問 19 | 1回30分以上の運動（軽く汗をかく程度）を、週2日以上、1年以上続けて行っていますか。（○は1つ） |
|------|---------------------------------------------------|

1回30分以上の運動を週2日以上、1年以上続けて行っているかについて、「行っている」が33.4%、「行っていない」が61.9%となっています。

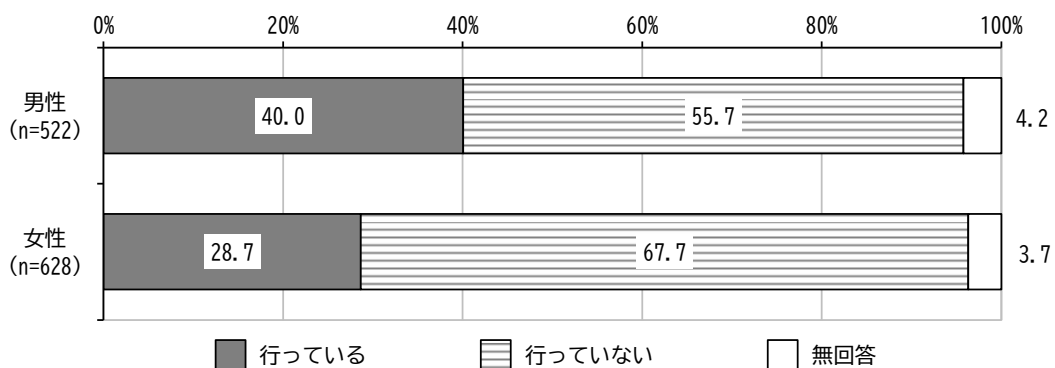
【図表 2-3-7 1回30分以上の運動を週2日以上、1年以上続けて行っているか】



| 指標                                        | 対象    | 南あわじ市 | 兵庫県           | 国             |
|-------------------------------------------|-------|-------|---------------|---------------|
| 運動習慣者(1回30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している者)の割合 | 20歳以上 | 33.4% | 35.4%<br>(R3) | 34.6%<br>(R6) |

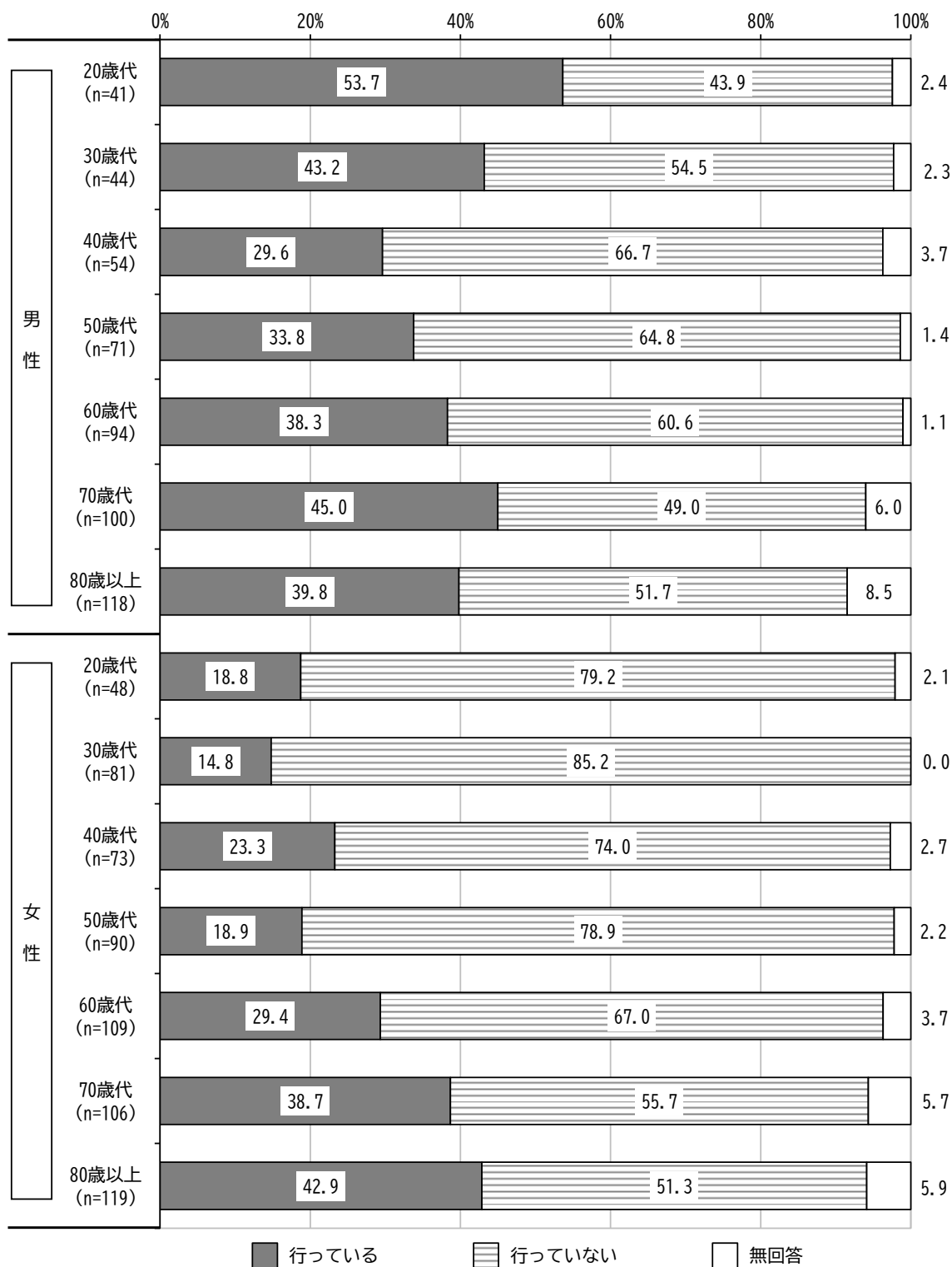
性別にみると、「行っている」について、男性では40.0%、女性では28.7%となっており、男性のほうが11.3ポイント高くなっています。

【図表 2-3-8 1回30分以上の運動を週2日以上、1年以上続けて行っているか（性別）】



性別・年齢別にみると、「行っている」では、20歳代の男性が53.7%で最も高くなっています。

【図表 2-3-9 1回30分以上の運動を週2日以上、1年以上続けて行っているか（性別・年齢別）】



#### (4) 運動を続けて行っていない理由

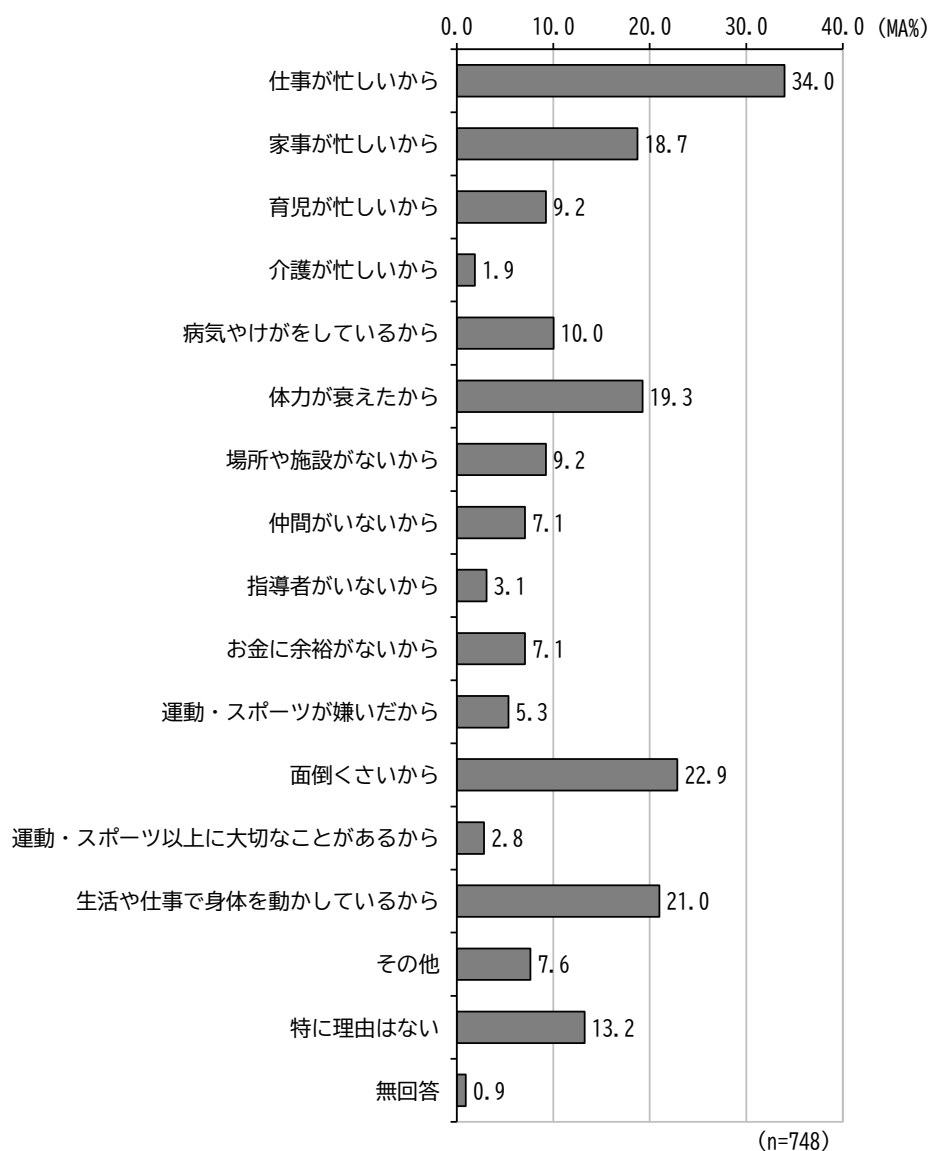
問 19-1

【問 19 で「行っていない」と答えた方にお聞きします】

それはどうしてですか。(〇はいくつでも)

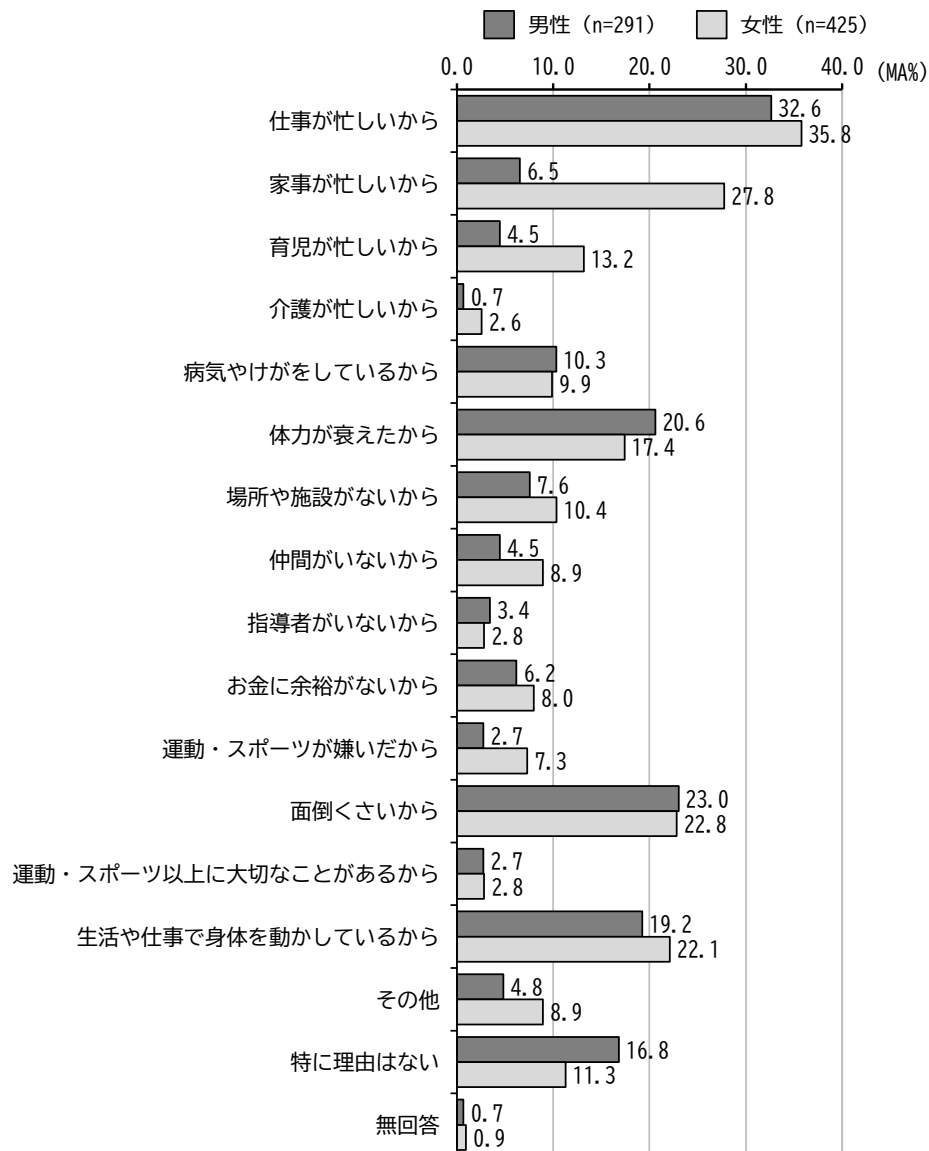
運動を続けて行っていない理由について、「仕事が忙しいから」が 34.0%で最も高く、次いで「面倒くさいから」が 22.9%、「生活や仕事で身体を動かしているから」が 21.0%となっています。

【図表 2-3-10 運動を続けて行っていない理由】



性別にみると、「家事が忙しいから」について、男性では6.5%、女性では27.8%となっており、女性のほうが21.3ポイント高くなっています。また、「育児が忙しいから」について、男性では4.5%、女性では13.2%となっており、女性のほうが8.7ポイント高くなっています。

【図表 2-3-11 運動を続けて行っていない理由（性別）】



性別・年齢別にみると、男性・女性ともに現役世代（20～50 歳代）では「仕事が忙しいから」の割合が高く、一方で、80 歳以上では「体力が衰えたから」の割合が高くなっています。子育て世代のメイン層となる 30 歳代の女性では、「家事が忙しいから」と「育児が忙しいから」が 52.2%と高くなっています。

また、20 歳代の女性では、「面倒くさいから」という選択肢は本来選択にためらいが生じやすい理由であるにもかかわらず、47.4%と高い割合を示しています。このことから、若年女性に対しては、運動を継続して行うための意識づけを特に強化していく必要があります。

【図表 2-3-12 運動を続けて行っていない理由（性別・年齢別）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：(MA%)

|    |       | 合計（人） | 仕事が忙しいから | 家事が忙しいから | 育児が忙しいから | 介護が忙しいから | 病气やけがをしているから | 体力が衰えたから | 場所や施設がないから | 仲間がいないから | 指導者がいないから | お金に余裕がないから | 運動・スポーツが嫌いだから | 面倒くさいから |
|----|-------|-------|----------|----------|----------|----------|--------------|----------|------------|----------|-----------|------------|---------------|---------|
| 男性 | 20歳代  | 18    | 50.0     | 16.7     | 5.6      | 0.0      | 5.6          | 11.1     | 16.7       | 22.2     | 11.1      | 16.7       | 11.1          | 27.8    |
|    | 30歳代  | 24    | 54.2     | 29.2     | 33.3     | 0.0      | 0.0          | 4.2      | 8.3        | 4.2      | 0.0       | 16.7       | 4.2           | 29.2    |
|    | 40歳代  | 36    | 55.6     | 8.3      | 8.3      | 0.0      | 2.8          | 8.3      | 16.7       | 0.0      | 0.0       | 5.6        | 0.0           | 27.8    |
|    | 50歳代  | 46    | 47.8     | 4.3      | 2.2      | 4.3      | 8.7          | 0.0      | 2.2        | 2.2      | 4.3       | 6.5        | 0.0           | 21.7    |
|    | 60歳代  | 57    | 40.4     | 0.0      | 0.0      | 0.0      | 10.5         | 22.8     | 8.8        | 0.0      | 5.3       | 5.3        | 1.8           | 31.6    |
|    | 70歳代  | 49    | 12.2     | 6.1      | 0.0      | 0.0      | 16.3         | 22.4     | 8.2        | 8.2      | 2.0       | 4.1        | 8.2           | 20.4    |
|    | 80歳以上 | 61    | 3.3      | 1.6      | 0.0      | 0.0      | 16.4         | 49.2     | 1.6        | 4.9      | 3.3       | 1.6        | 0.0           | 11.5    |
| 女性 | 20歳代  | 38    | 47.4     | 23.7     | 13.2     | 0.0      | 0.0          | 0.0      | 23.7       | 23.7     | 5.3       | 18.4       | 13.2          | 47.4    |
|    | 30歳代  | 69    | 50.7     | 52.2     | 52.2     | 0.0      | 4.3          | 10.1     | 15.9       | 13.0     | 1.4       | 17.4       | 11.6          | 24.6    |
|    | 40歳代  | 54    | 72.2     | 59.3     | 25.9     | 3.7      | 5.6          | 24.1     | 14.8       | 5.6      | 1.9       | 14.8       | 11.1          | 31.5    |
|    | 50歳代  | 71    | 43.7     | 28.2     | 1.4      | 5.6      | 5.6          | 11.3     | 11.3       | 9.9      | 4.2       | 4.2        | 5.6           | 31.0    |
|    | 60歳代  | 73    | 23.3     | 15.1     | 0.0      | 1.4      | 12.3         | 5.5      | 2.7        | 0.0      | 0.0       | 2.7        | 4.1           | 20.5    |
|    | 70歳代  | 59    | 16.9     | 11.9     | 0.0      | 6.8      | 16.9         | 18.6     | 5.1        | 5.1      | 1.7       | 3.4        | 6.8           | 10.2    |
|    | 80歳以上 | 61    | 3.3      | 4.9      | 0.0      | 0.0      | 21.3         | 50.8     | 4.9        | 11.5     | 6.6       | 0.0        | 1.6           | 3.3     |

|    |       | 合計（人） | 運動・スポーツ以上が大切なことがあるから | 生活や仕事で身体を動かしているから | その他  | 特に理由はない | 無回答 |
|----|-------|-------|----------------------|-------------------|------|---------|-----|
| 男性 | 20歳代  | 18    | 5.6                  | 11.1              | 5.6  | 5.6     | 0.0 |
|    | 30歳代  | 24    | 16.7                 | 12.5              | 0.0  | 12.5    | 4.2 |
|    | 40歳代  | 36    | 5.6                  | 13.9              | 5.6  | 8.3     | 0.0 |
|    | 50歳代  | 46    | 0.0                  | 17.4              | 6.5  | 19.6    | 0.0 |
|    | 60歳代  | 57    | 1.8                  | 21.1              | 3.5  | 12.3    | 0.0 |
|    | 70歳代  | 49    | 0.0                  | 32.7              | 4.1  | 22.4    | 0.0 |
|    | 80歳以上 | 61    | 0.0                  | 16.4              | 6.6  | 24.6    | 1.6 |
| 女性 | 20歳代  | 38    | 2.6                  | 10.5              | 7.9  | 7.9     | 0.0 |
|    | 30歳代  | 69    | 4.3                  | 8.7               | 8.7  | 4.3     | 0.0 |
|    | 40歳代  | 54    | 9.3                  | 11.1              | 7.4  | 5.6     | 0.0 |
|    | 50歳代  | 71    | 1.4                  | 25.4              | 9.9  | 11.3    | 0.0 |
|    | 60歳代  | 73    | 1.4                  | 37.0              | 4.1  | 21.9    | 0.0 |
|    | 70歳代  | 59    | 1.7                  | 33.9              | 13.6 | 13.6    | 0.0 |
|    | 80歳以上 | 61    | 0.0                  | 21.3              | 11.5 | 11.5    | 6.6 |

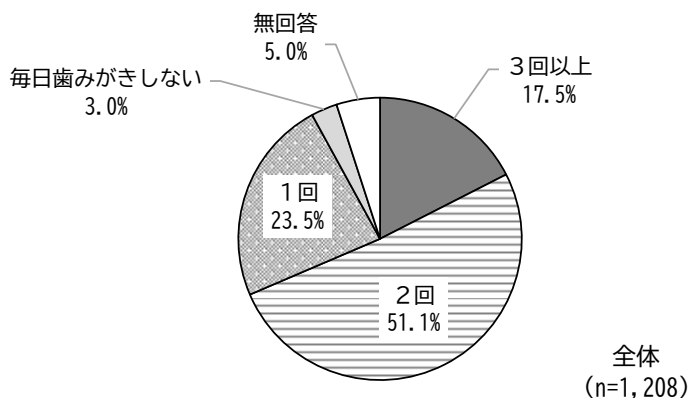
## 4. 歯の健康について

### (1) 1日の歯みがきの回数

|      |                          |
|------|--------------------------|
| 問 20 | 1日に何回くらい歯みがきをしますか。(○は1つ) |
|------|--------------------------|

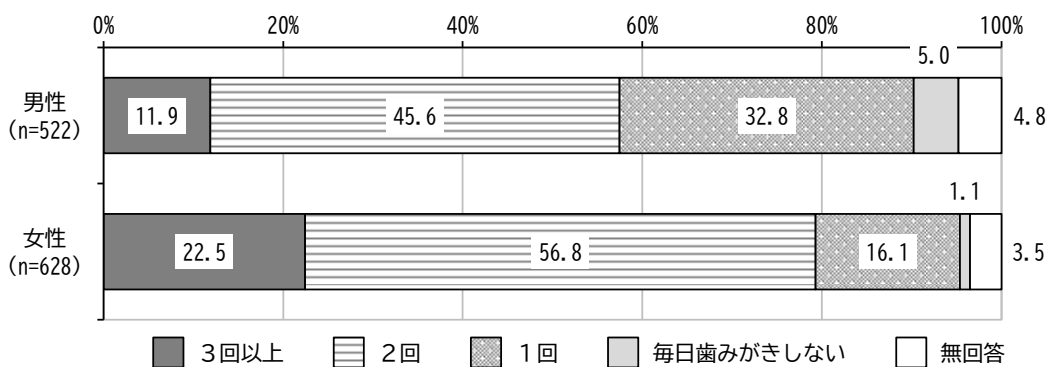
1日の歯みがきの頻度について、「2回」が51.1%で最も高く、次いで「1回」が23.5%、「3回以上」が17.5%となっています。

【図表 2-4-1 1日の歯みがきの回数】



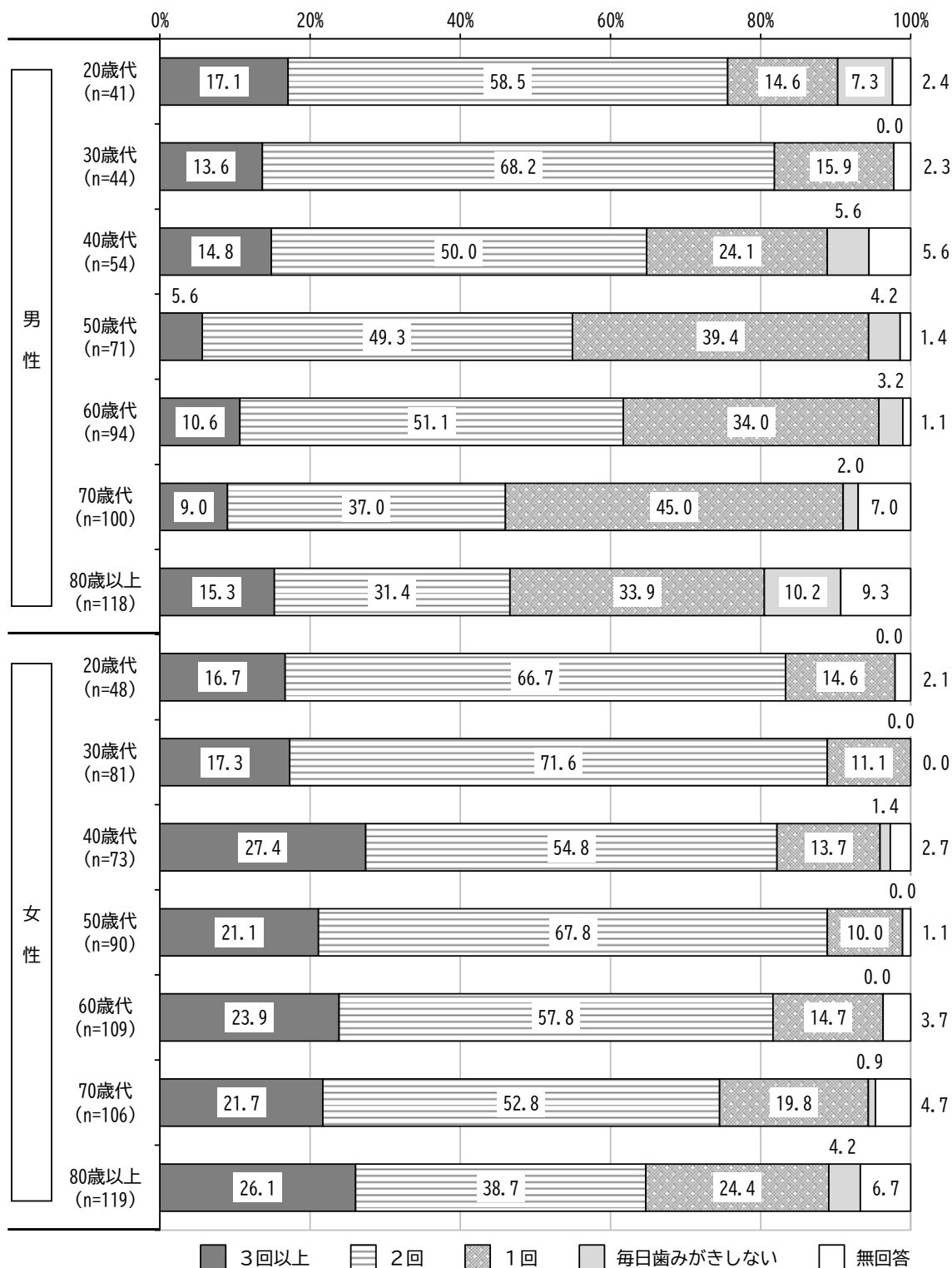
性別にみると、「毎日歯みがきしない」について、男性では5.0%、女性では1.1%となっており、男性のほうが3.9ポイント高くなっています。

【図表 2-4-2 1日の歯みがきの回数（性別）】



性別・年齢別にみると、「毎日歯みがきしない」では、80歳以上の男性が10.2%で最も高くなっています。

【図表 2-4-3 1日の歯みがきの回数（性別・年齢別）】

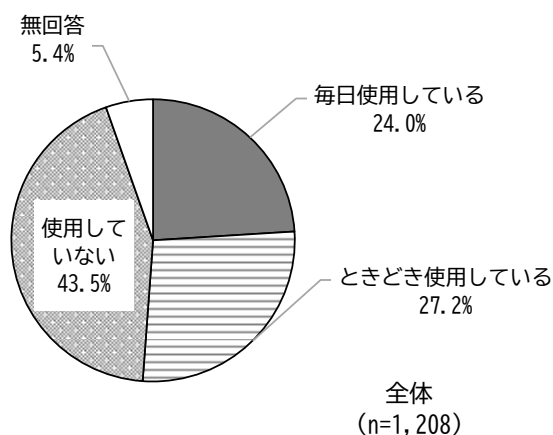


## (2) 歯ブラシ以外の歯間部清掃用具の使用状況

|      |                                                  |
|------|--------------------------------------------------|
| 問 21 | 歯ブラシ以外で歯間部清掃用具（歯間ブラシ、糸ようじなど）を使用していますか。<br>（〇は1つ） |
|------|--------------------------------------------------|

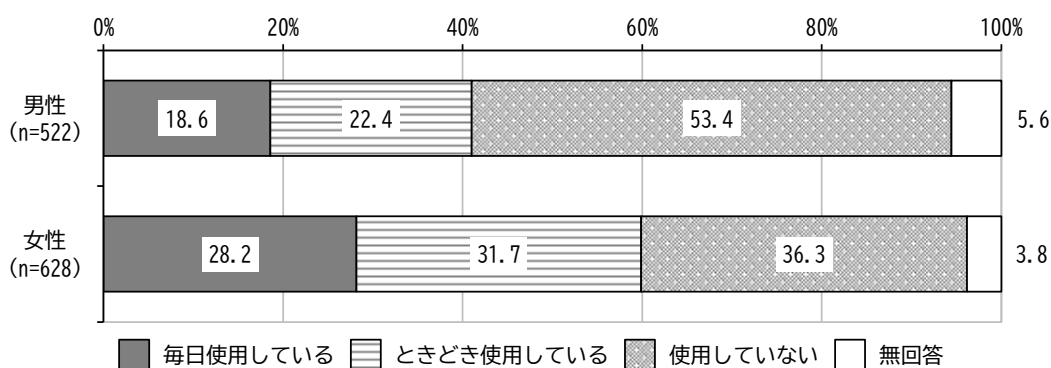
歯ブラシ以外の歯間部清掃用具の使用状況について、「使用していない」が 43.5%で最も高く、次いで「ときどき使用している」が 27.2%、「毎日使用している」が 24.0%となっています。

【図表 2-4-4 歯ブラシ以外の歯間部清掃用具の使用状況】



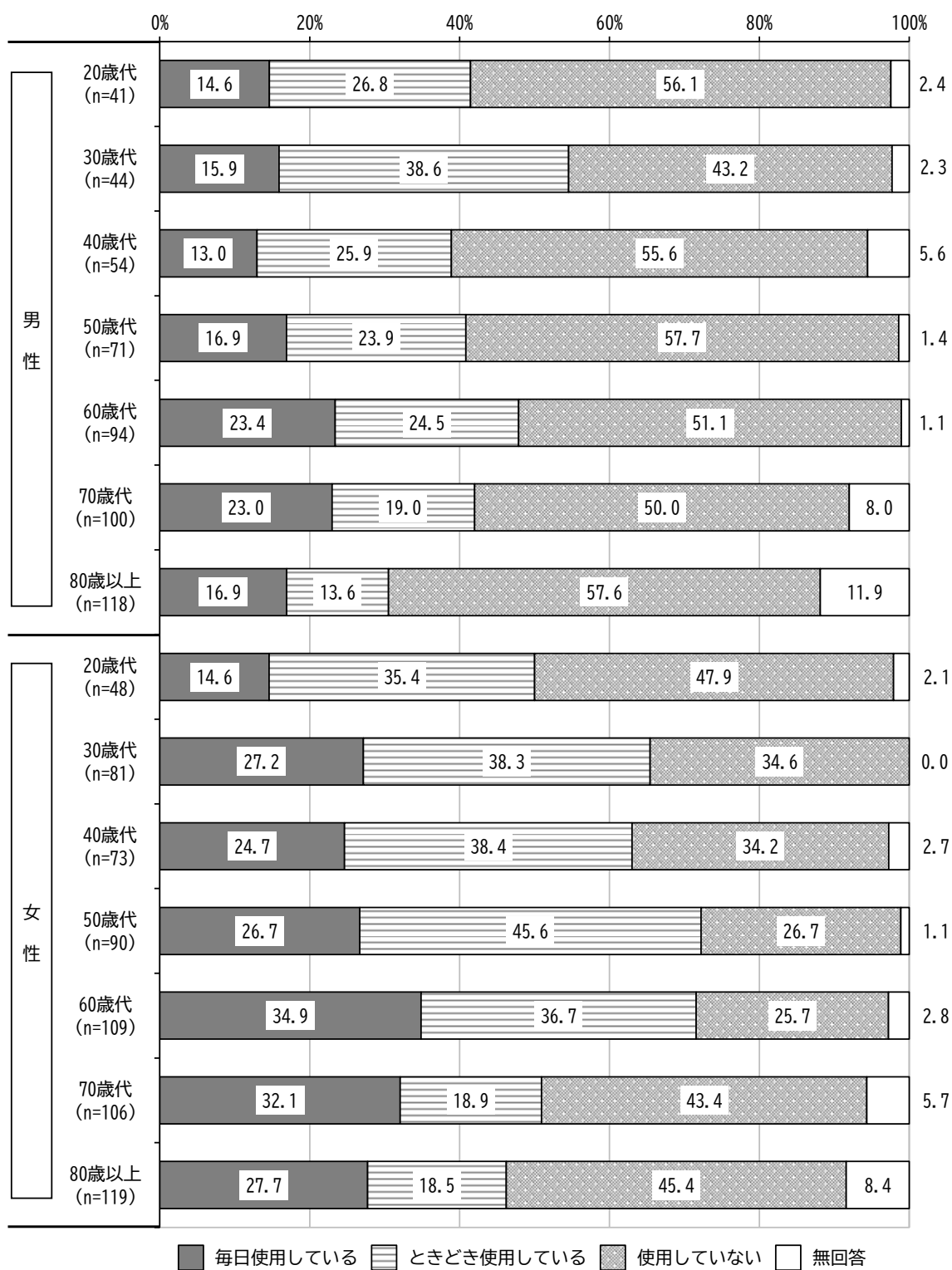
性別にみると、「使用していない」について、男性では 53.4%、女性では 36.3%となっており、男性のほうが 17.1 ポイント高くなっています。

【図表 2-4-5 歯ブラシ以外の歯間部清掃用具の使用状況（性別）】



性別・年齢別にみると、「使用していない」では、50 歳代の男性が 57.7%で最も高くなっています。

【図表 2-4-6 歯ブラシ以外の歯間部清掃用具の使用状況（性別・年齢別）】

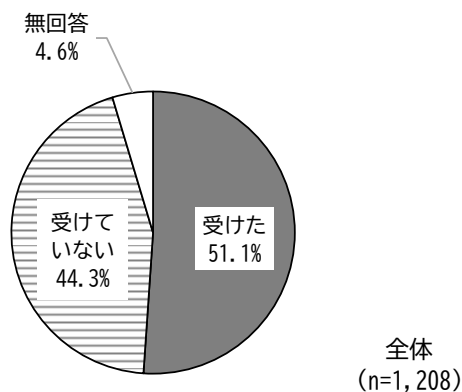


### (3) この1年間に歯科健康診査を受けたか

問 22 この1年間に、歯科健康診査を受けましたか。(○は1つ)

この1年間に歯科健康診査を受けたかについて、「受けた」が51.1%、「受けていない」が44.3%となっています。

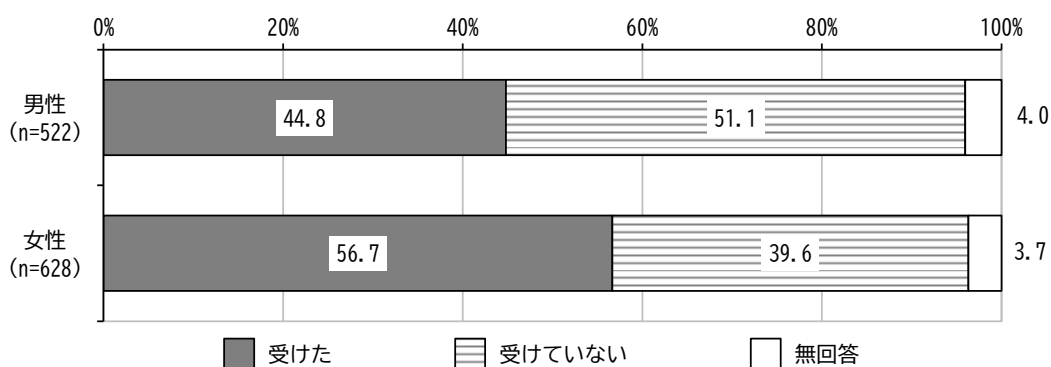
【図表 2-4-7 この1年間に歯科健康診査を受けたか】



| 指標                  | 対象    | 南あわじ市 | 兵庫県           | 国             |
|---------------------|-------|-------|---------------|---------------|
| 過去1年間に歯科検診を受診した者の割合 | 20歳以上 | 51.1% | 45.4%<br>(R3) | 63.8%<br>(R6) |

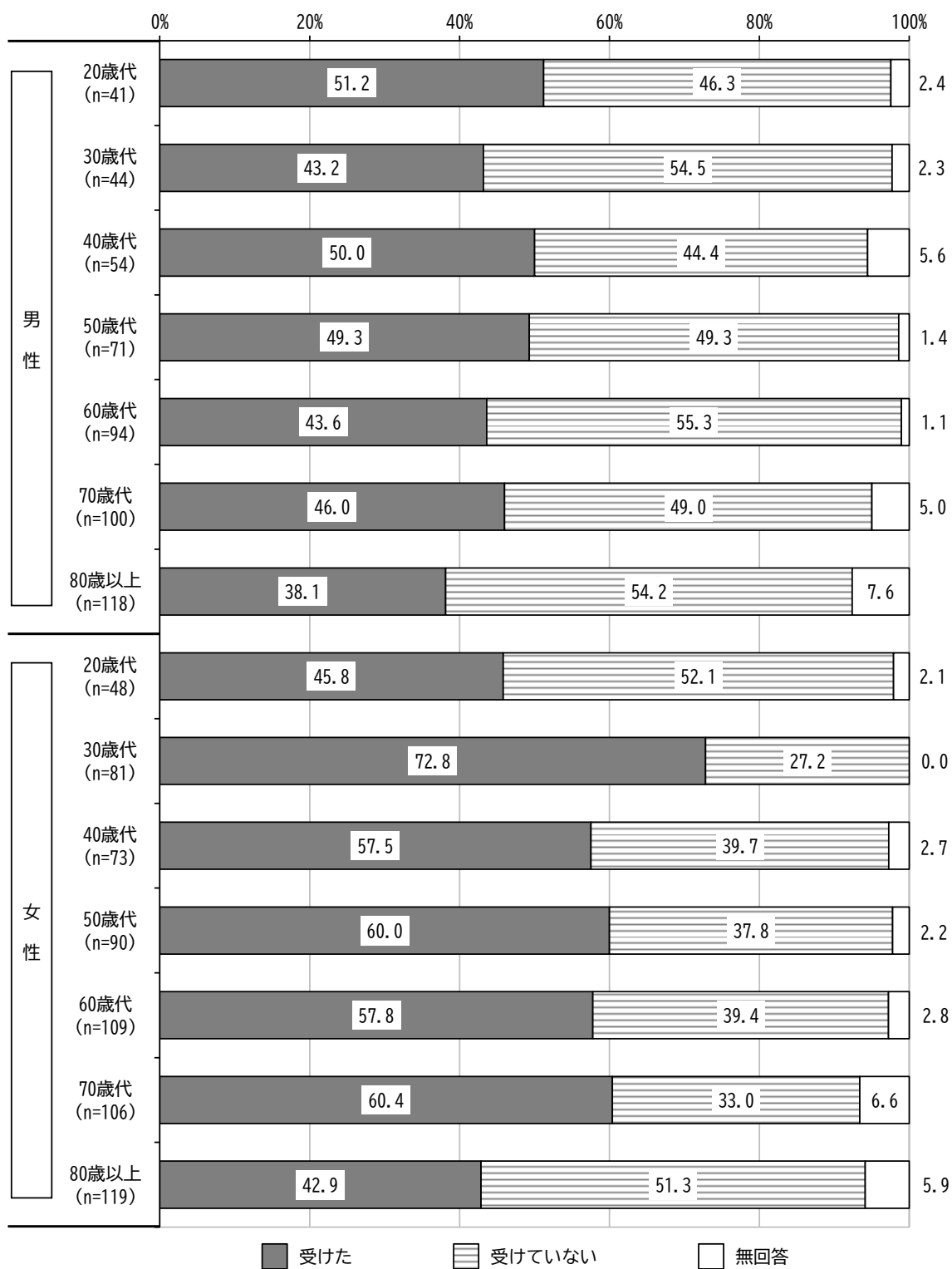
性別にみると、「受けた」について、男性では44.8%、女性では56.7%となっており、女性のほうが11.9ポイント高くなっています。

【図表 2-4-8 この1年間に歯科健康診査を受けたか（性別）】



性別・年齢別にみると、「受けた」では、30歳代の女性が72.8%で最も高くなっています。

【図表 2-4-9 この1年間に歯科健康診査を受けたか（性別・年齢別）】

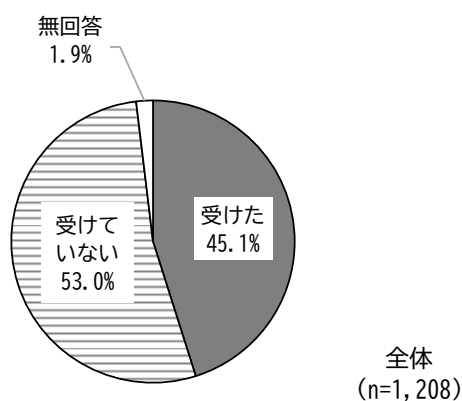


#### (4) この1年間にフッ素塗布・歯石除去・歯面清掃のいずれかを受けたか

|      |                                                 |
|------|-------------------------------------------------|
| 問 23 | この1年間に、歯科診療所でフッ素塗布や歯石除去や歯面清掃のいずれかを受けましたか。(〇は1つ) |
|------|-------------------------------------------------|

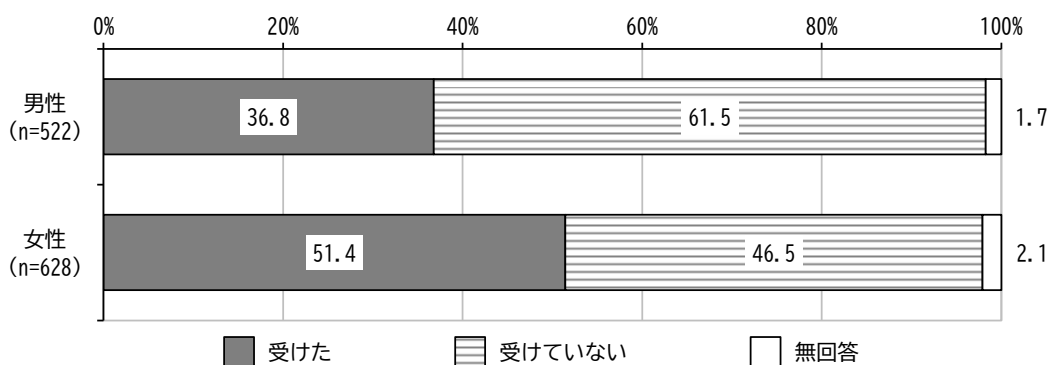
この1年間にフッ素塗布・歯石除去・歯面清掃のいずれかを受けたかについて、「受けた」が45.1%、「受けていない」が53.0%となっています。

【図表 2-4-10 この1年間にフッ素塗布・歯石除去・歯面清掃のいずれかを受けたか】



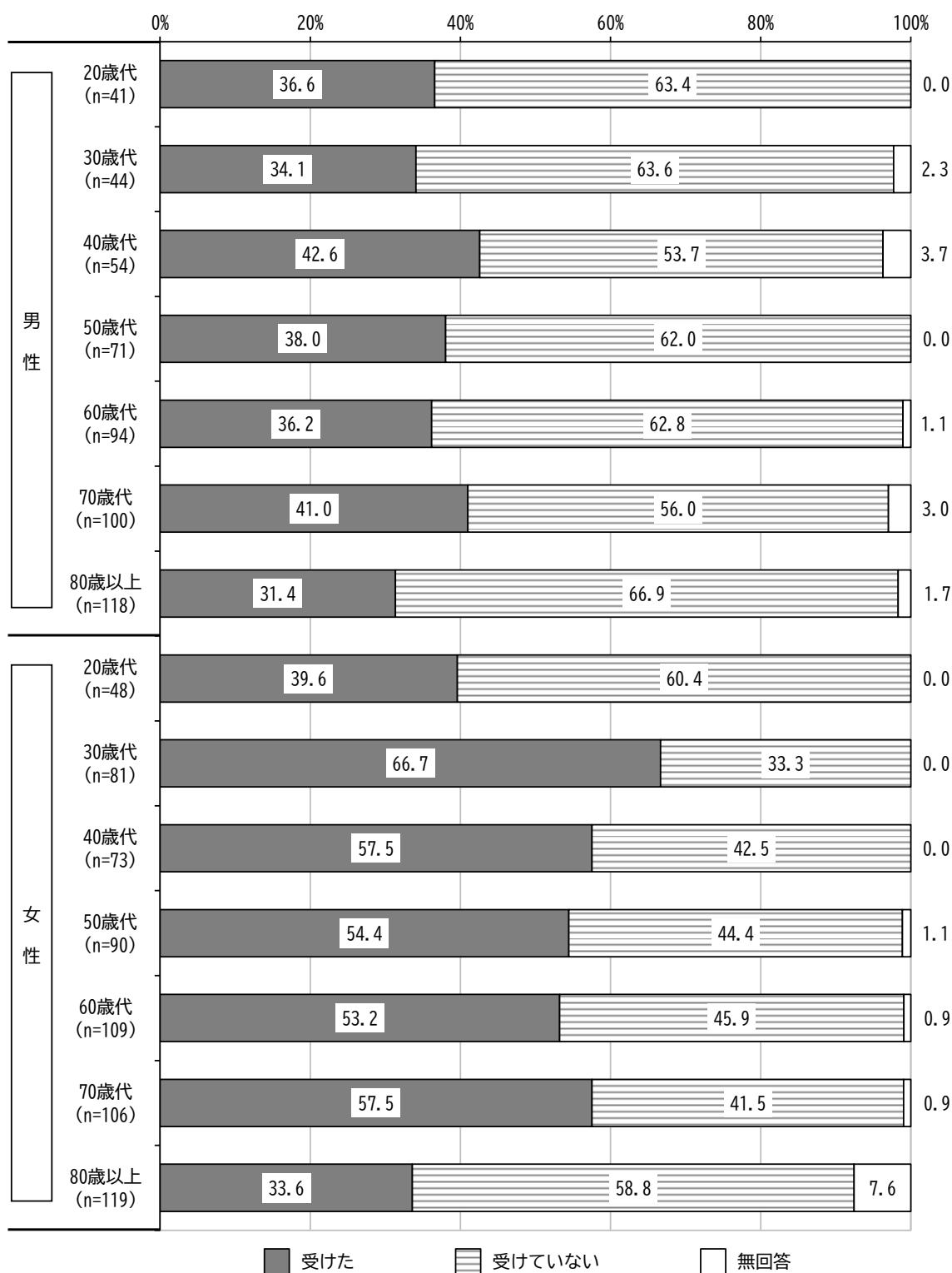
性別にみると、「受けた」について、男性では36.8%、女性では51.4%となっており、女性のほうが14.6ポイント高くなっています。

【図表 2-4-11 この1年間にフッ素塗布・歯石除去・歯面清掃のいずれかを受けたか（性別）】



性別・年齢別にみると、「受けた」では、30歳代の女性が66.7%で最も高くなっています。

【図表 2-4-12 この1年間にフッ素塗布・歯石除去・歯面清掃のいずれかを受けたか(性別・年齢別)】

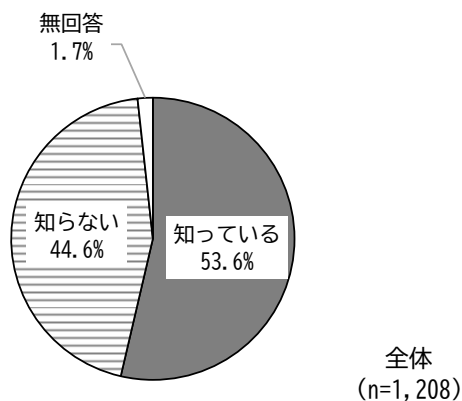


(5) 口腔ケア不足で誤嚥性肺炎<sup>ごえん</sup>が起こりやすくなることを知っているか

|      |                                                                                   |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 問 24 | 口腔ケアができていないと誤嚥性肺炎(食べ物や唾液が誤って気道に入った場合、肺に細菌感染を起こすことで発症する肺炎)が起こりやすいことを知っていますか。(○は1つ) |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------|

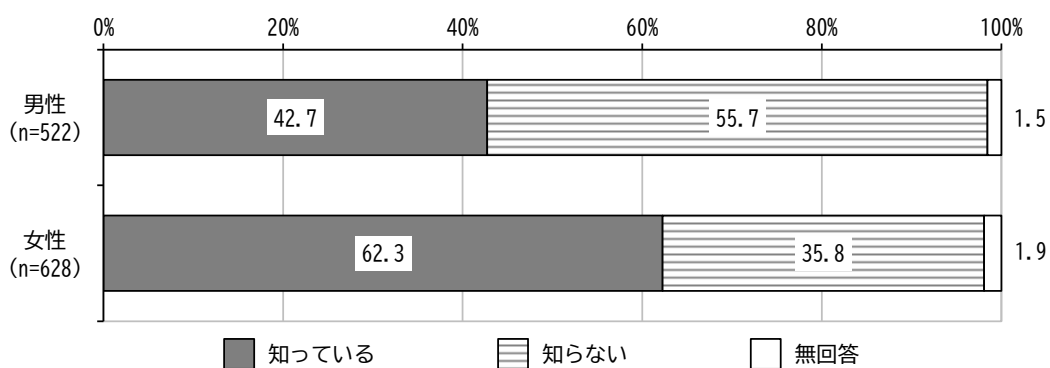
口腔ケア不足で誤嚥性肺炎が起こりやすくなることを知っているかについて、「知っている」が53.6%、「知らない」が44.6%となっています。

【図表 2-4-13 口腔ケア不足で誤嚥性肺炎が起こりやすくなることを知っているか】



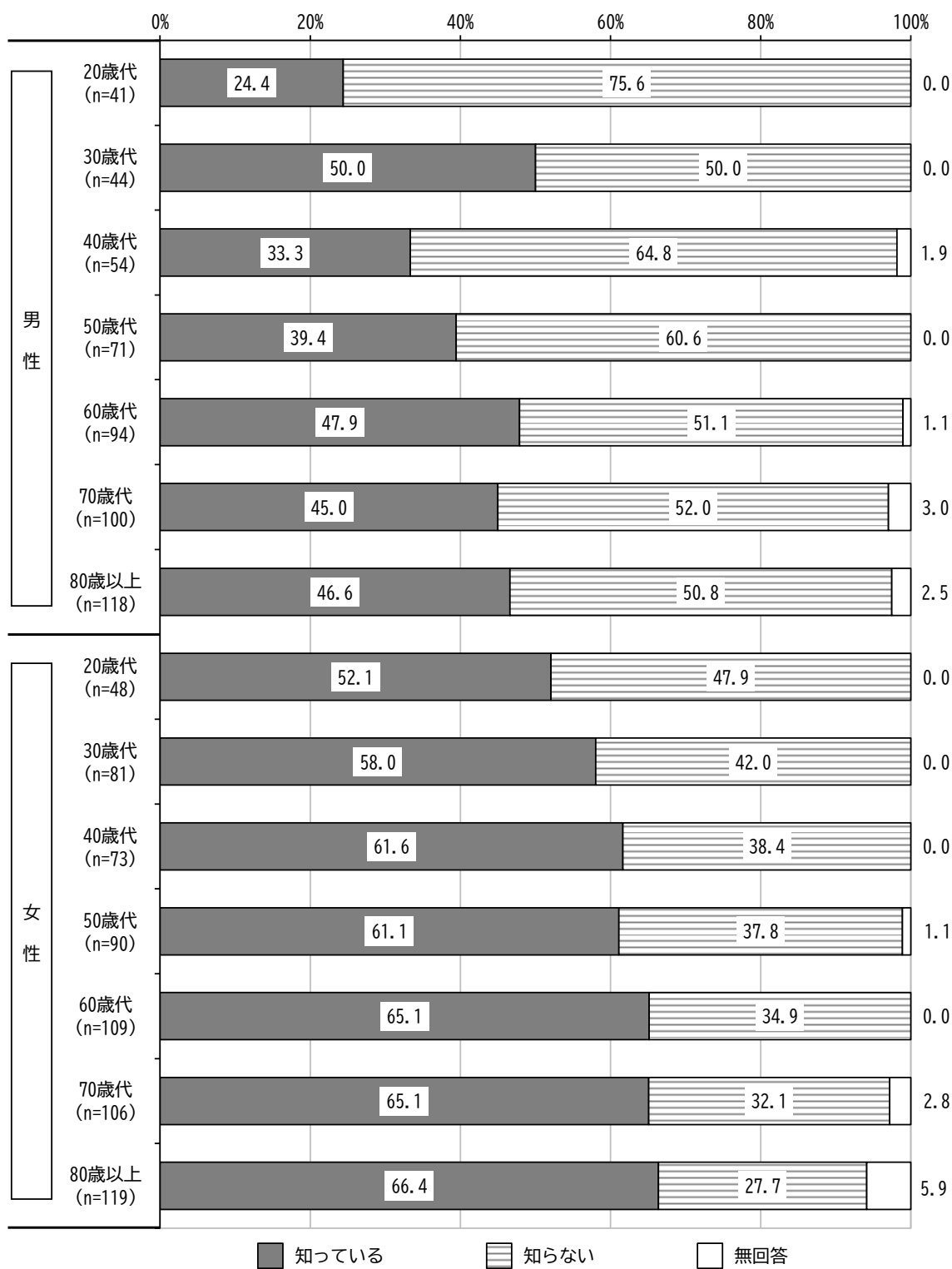
性別にみると、「知っている」について、男性では42.7%、女性では62.3%となっており、女性のほうが19.6ポイント高くなっています。

【図表 2-4-14 口腔ケア不足で誤嚥性肺炎が起こりやすくなることを知っているか（性別）】



性別・年齢別にみると、「知っている」では、80歳以上の女性が66.4%で最も高くなっています。

【図表 2-4-15 口腔ケア不足で誤嚥性肺炎が起こりやすくなることを知っているか（性別・年齢別）】

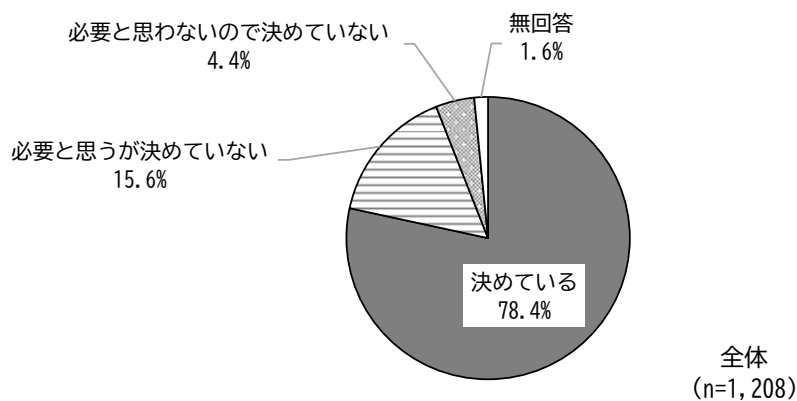


## (6) かかりつけ歯科医を決めているか

問 25 かかりつけ歯科医を決めていますか。(○は1つ)

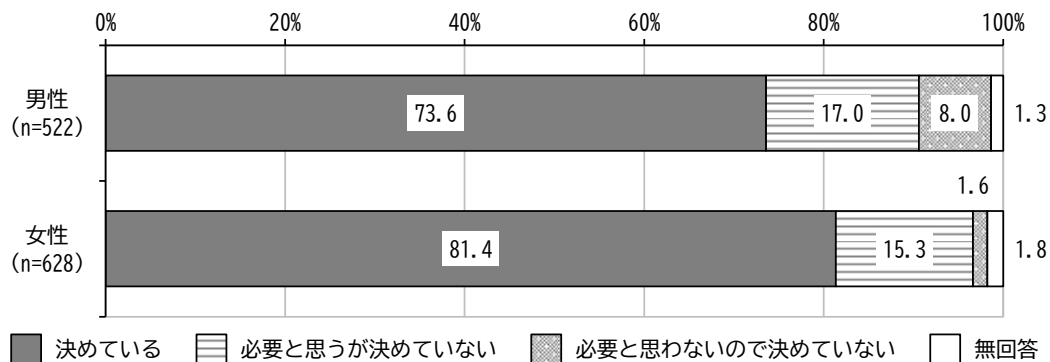
かかりつけ歯科医を決めているかについて、「決めている」が 78.4%で最も高く、次いで「必要と思うが決めていない」が 15.6%、「必要としないので決めていない」が 4.4%となっています。

【図表 2-4-16 かかりつけ歯科医を決めているか】



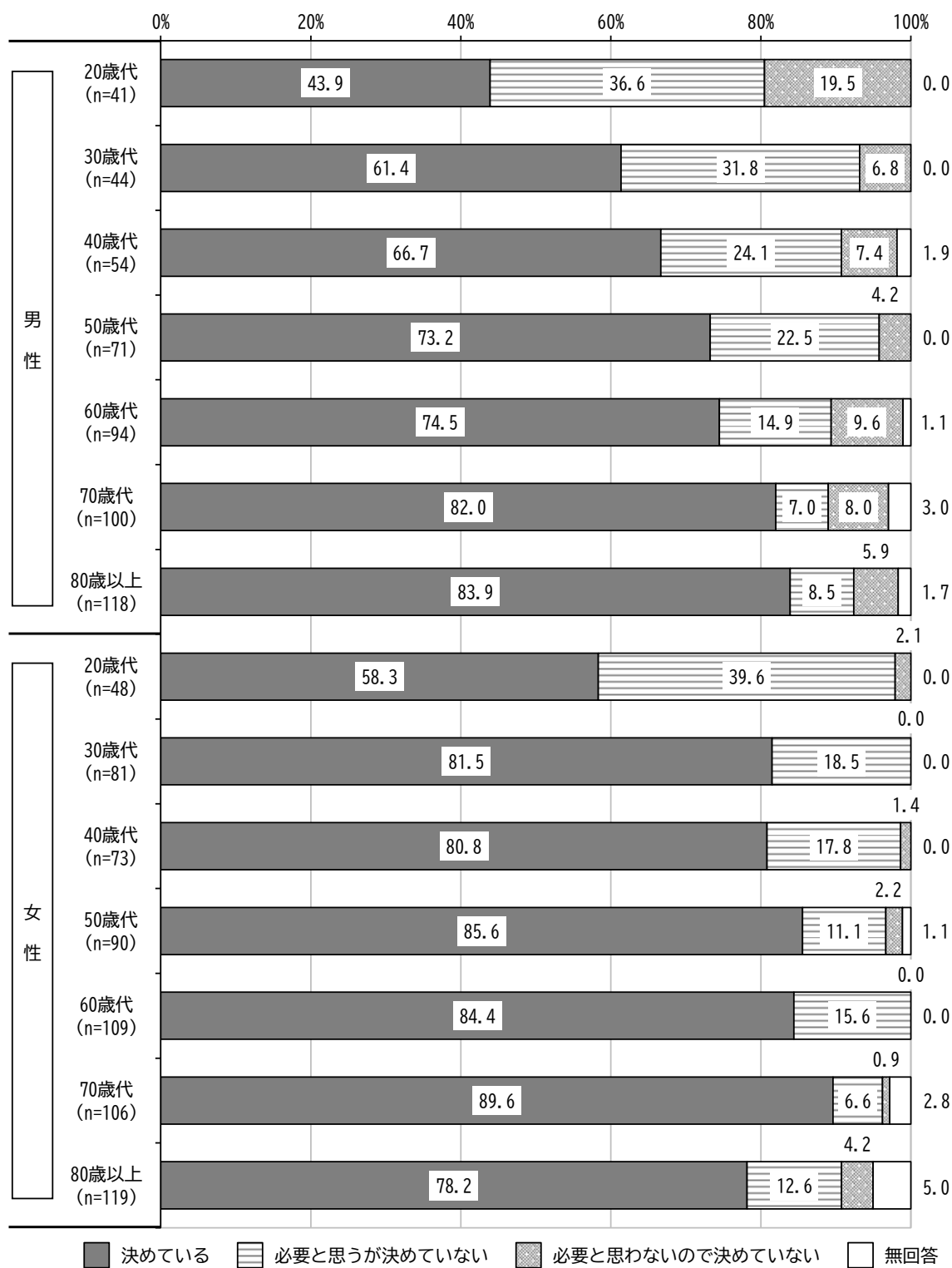
性別にみると、「決めている」について、男性では 73.6%、女性では 81.4%となっており、女性のほうが 7.8 ポイント高くなっています。

【図表 2-4-17 かかりつけ歯科医を決めているか（性別）】



性別・年齢別にみると、「決めている」では、70歳代の女性が89.6%で最も高くなっています。

【図表 2-4-18 かかりつけ歯科医を決めているか（性別・年齢別）】

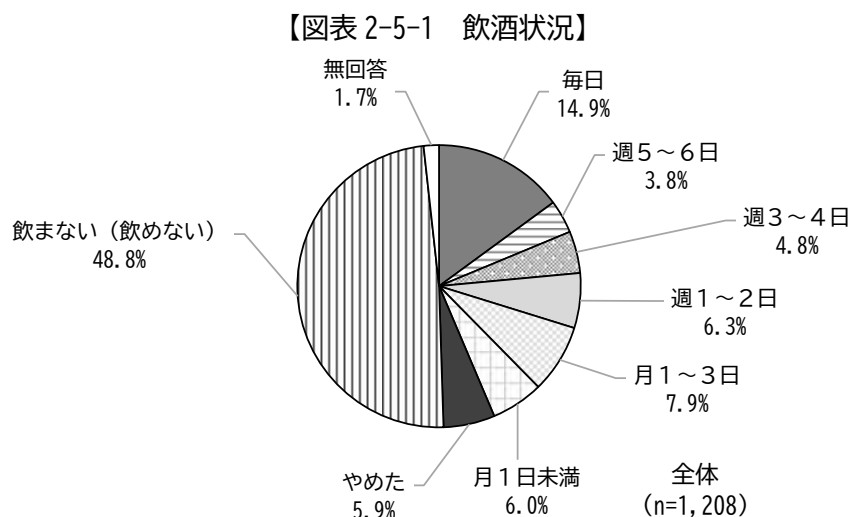


## 5. 飲酒・喫煙について

### (1) 飲酒状況

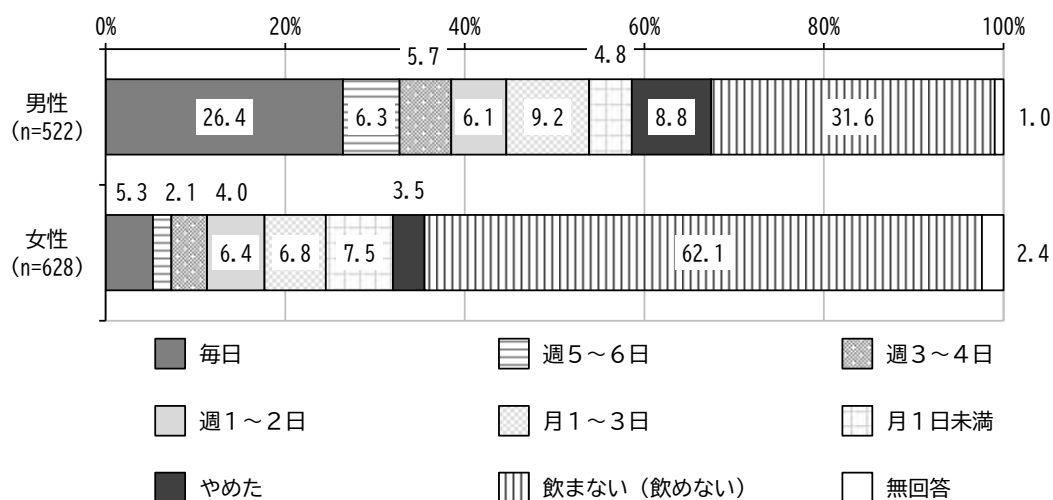
問 26 お酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲みますか。（○は1つ）

飲酒状況について、「飲まない（飲めない）」が48.8%で最も高く、次いで「毎日」が14.9%、「月1～3日」が7.9%となっています。



性別にみると、「毎日」について、男性では26.4%、女性では5.3%となっており、男性のほうが21.1ポイント高くなっています。また、「飲まない（飲めない）」について、男性では31.6%、女性では62.1%となっており、女性のほうが30.5ポイント高くなっています。

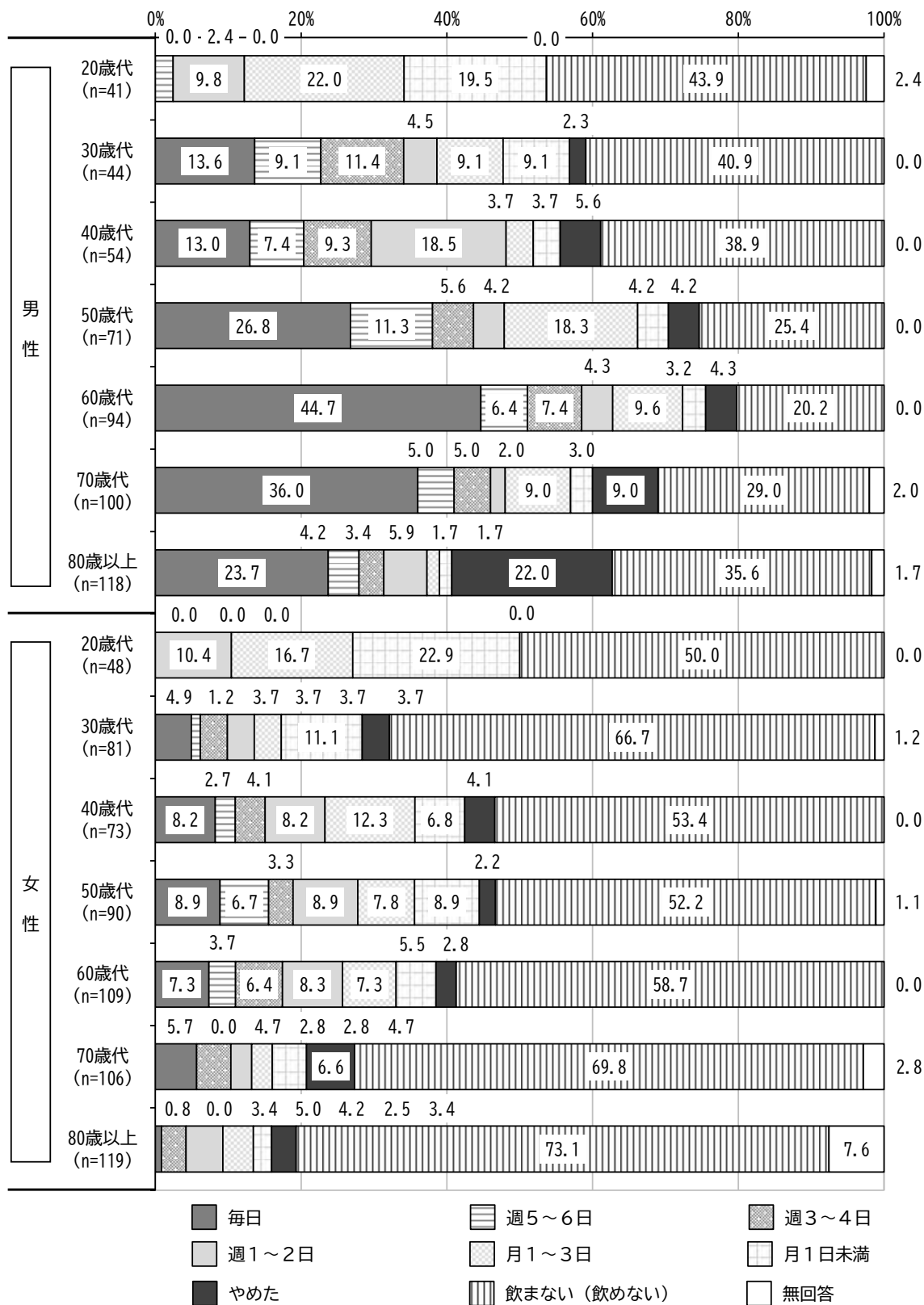
【図表 2-5-2 飲酒状況（性別）】



性別・年齢別にみると、「毎日」では、60 歳代の男性が 44.7%で最も高く、「飲まない（飲めない）」では、80 歳以上の女性が 73.1%で最も高くなっています。

また、男性では 20～40 歳代で「飲まない（飲めない）」の割合が 50～60 歳代と比較して高くなっています。

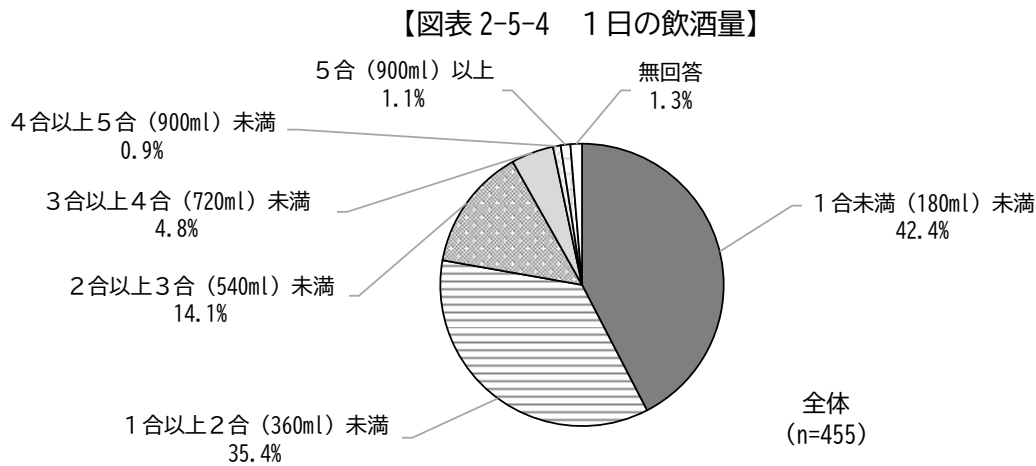
【図表 2-5-3 飲酒状況（性別・年齢別）】



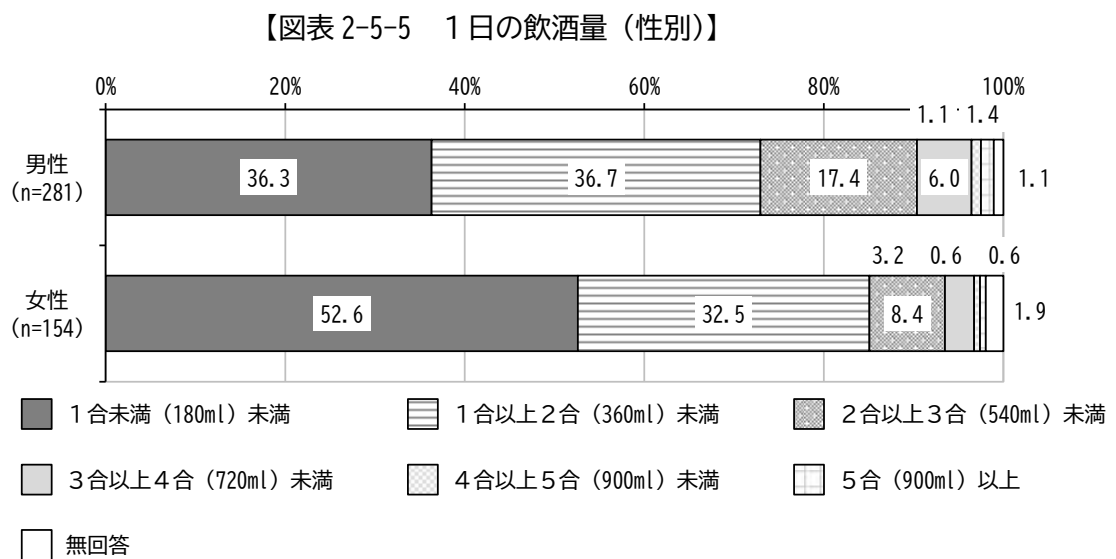
## (2) 1日の飲酒量

|        |                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 問 26-1 | <p>【問 26 で「毎日」「週 5 ～ 6 日」「週 3 ～ 4 日」「週 1 ～ 2 日」「月 1 ～ 3 日」と答えた方にお聞きます】</p> <p>お酒を飲む日は 1 日あたり、清酒に換算するとどれくらいの量を飲みますか。<br/>(○は 1 つ)</p> <p>※清酒 1 合 (180ml) は次の量にほぼ相当します。<br/>ビール中瓶 1 本、焼酎 0.6 合、ワイン 2 杯、ウイスキーダブル 1 杯、<br/>缶チューハイ (アルコール度数 5 度) 1.5 缶、缶チューハイ (アルコール度数 7 度) 1 缶</p> |
|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

1 日の飲酒量について、「1 合未満 (180ml) 未満」が 42.4% で最も高く、次いで「1 合以上 2 合 (360ml) 未満」が 35.4%、「2 合以上 3 合 (540ml) 未満」が 14.1% となっています。

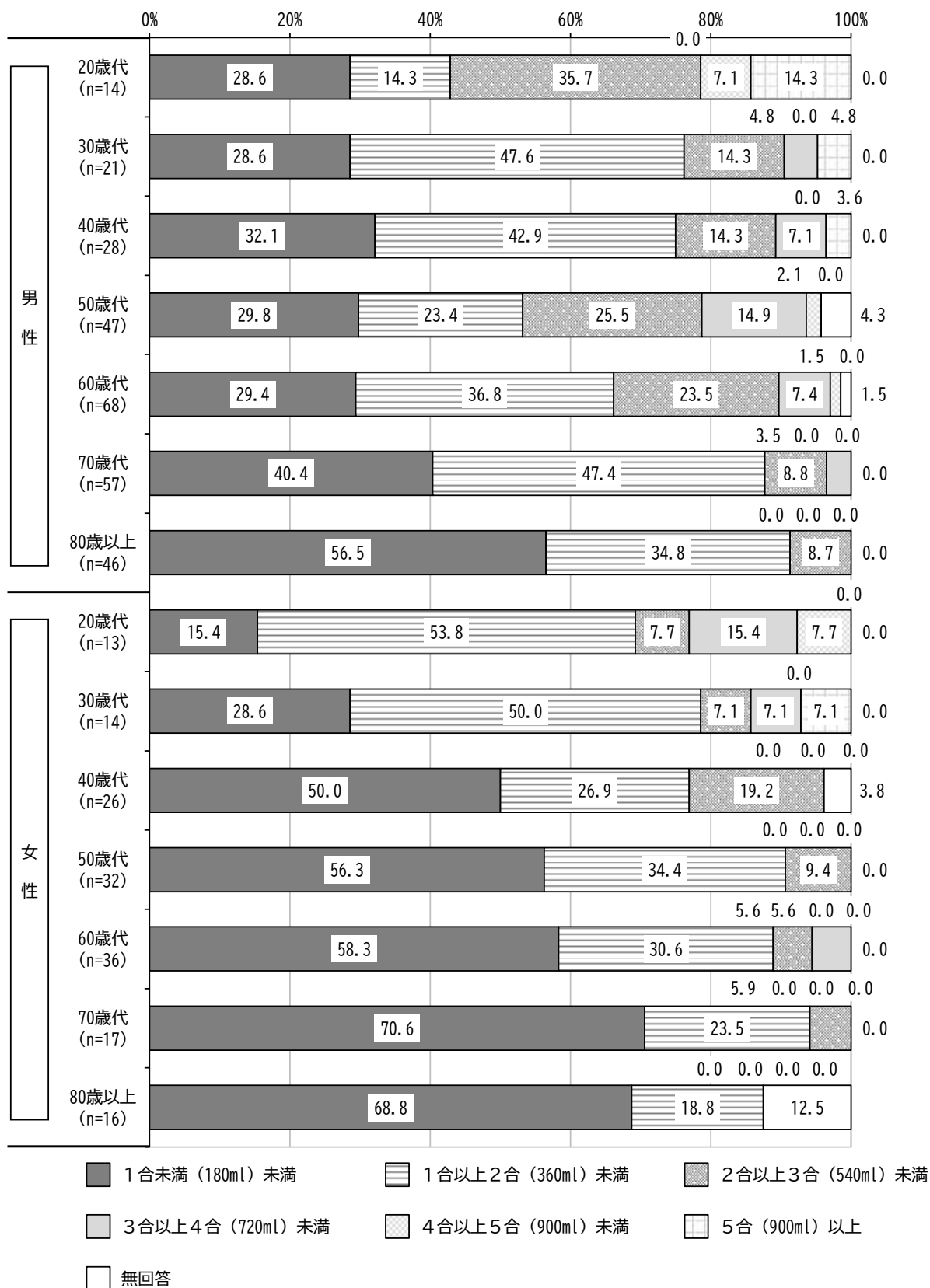


性別にみると、「1 合未満 (180ml) 未満」について、男性では 36.3%、女性では 52.6% となっており、女性のほうが 16.3 ポイント高くなっています。



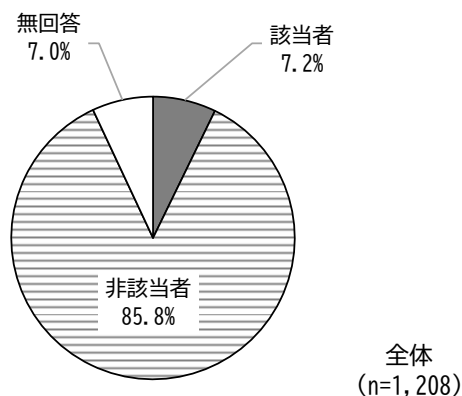
性別・年齢別にみると、「1合未満（180ml）未満」では、70歳代の女性が70.6%で最も高くなっています。

【図表 2-5-6 1日の飲酒量（性別・年齢別）】



生活習慣病（NCDs）のリスクを高める量を飲酒している人（1日当たりの純アルコール摂取量が男性 40g 以上、女性 20g 以上の人）について、「該当者」が 7.2%、「非該当者」が 85.8%となっています。

【図表 2-5-7 生活習慣病（NCDs）のリスクを高める量を飲酒している人】

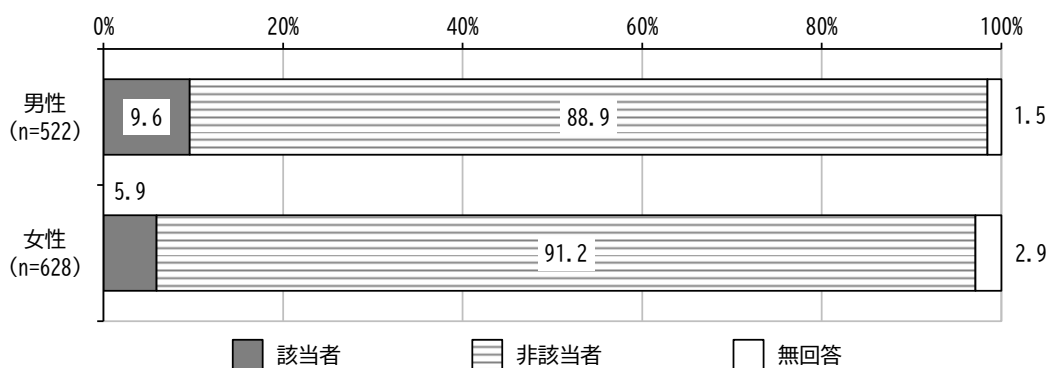


※ 男性は「毎日×2合以上」＋「週5～6日×2合以上」＋「週3～4日×3合以上」、女性は「毎日×1合以上」＋「週5～6日×1合以上」＋「週3～4日×1合以上」＋「週1～2日×3合以上」で算出

| 指標                                       | 対象     | 南あわじ市 | 兵庫県           | 国             |
|------------------------------------------|--------|-------|---------------|---------------|
| 1日当たりの純アルコール摂取量が男性 40g 以上、女性 20g 以上の者の割合 | 20 歳以上 | 7.2%  | 11.0%<br>(R3) | 11.4%<br>(R6) |

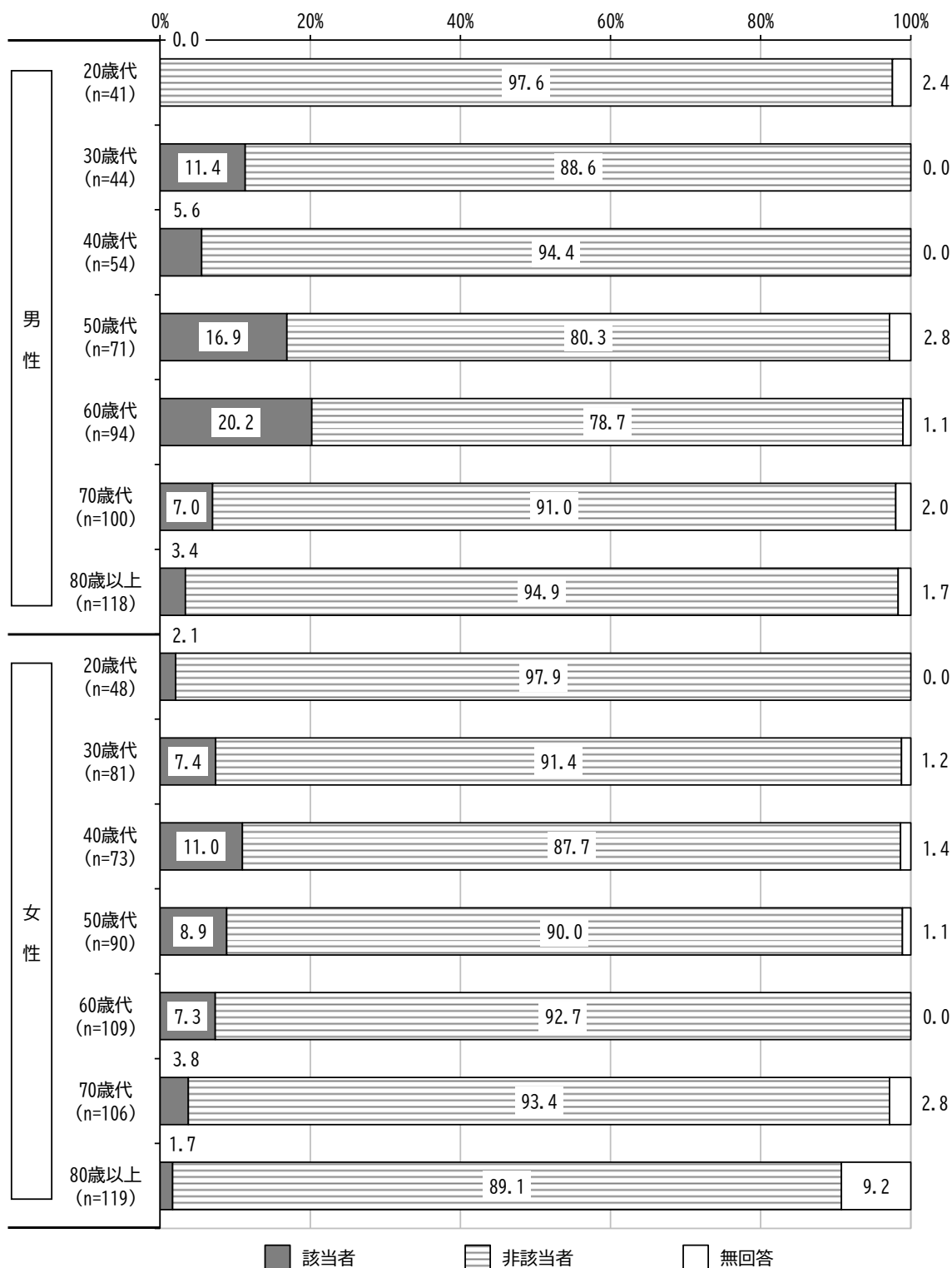
性別にみると、「該当者」について、男性では 9.6%、女性では 5.9%となっており、男性のほうが 3.7 ポイント高くなっています。

【図表 2-5-8 生活習慣病（NCDs）のリスクを高める量を飲酒している人（性別）】



性別・年齢別にみると、「該当者」では、60歳代の男性が20.2%で最も高くなっています。

【図表 2-5-9 生活習慣病（NCDs）のリスクを高める量を飲酒している人（性別・年齢別）】



### (3) 喫煙状況

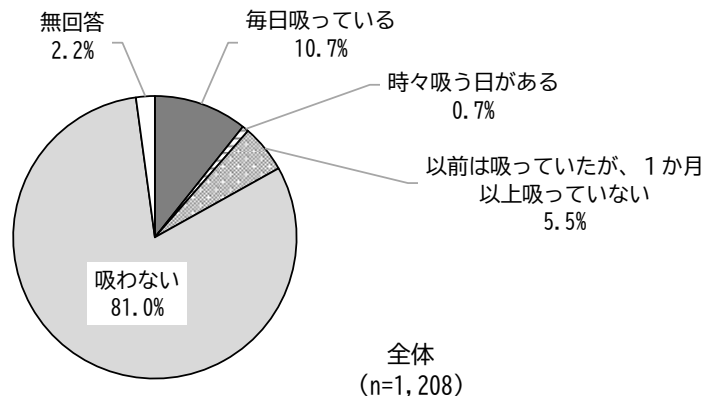
問 27

あなたはたばこ（電子たばこを含む）を吸いますか。（○は1つ）

喫煙状況について、「吸わない」が81.0%で最も高く、次いで「毎日吸っている」が10.7%、「以前は吸っていたが、1か月以上吸っていない」が5.5%となっています。

また、『吸っている』（「毎日吸っている」と「時々吸う日がある」の合計）について、11.4%となっています。

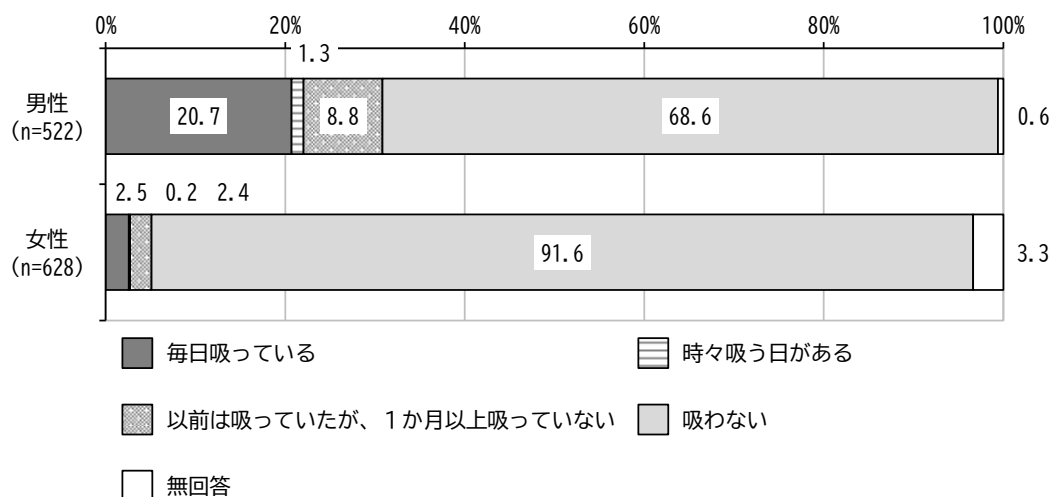
【図表 2-5-10 喫煙状況】



| 指標          | 対象    | 南あわじ市               | 兵庫県                         | 国                           |
|-------------|-------|---------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| 20歳以上の者の喫煙率 | 20歳以上 | 男性：22.0%<br>女性：2.7% | 男性：23.7%<br>女性：4.0%<br>(R3) | 男性：24.5%<br>女性：6.5%<br>(R6) |

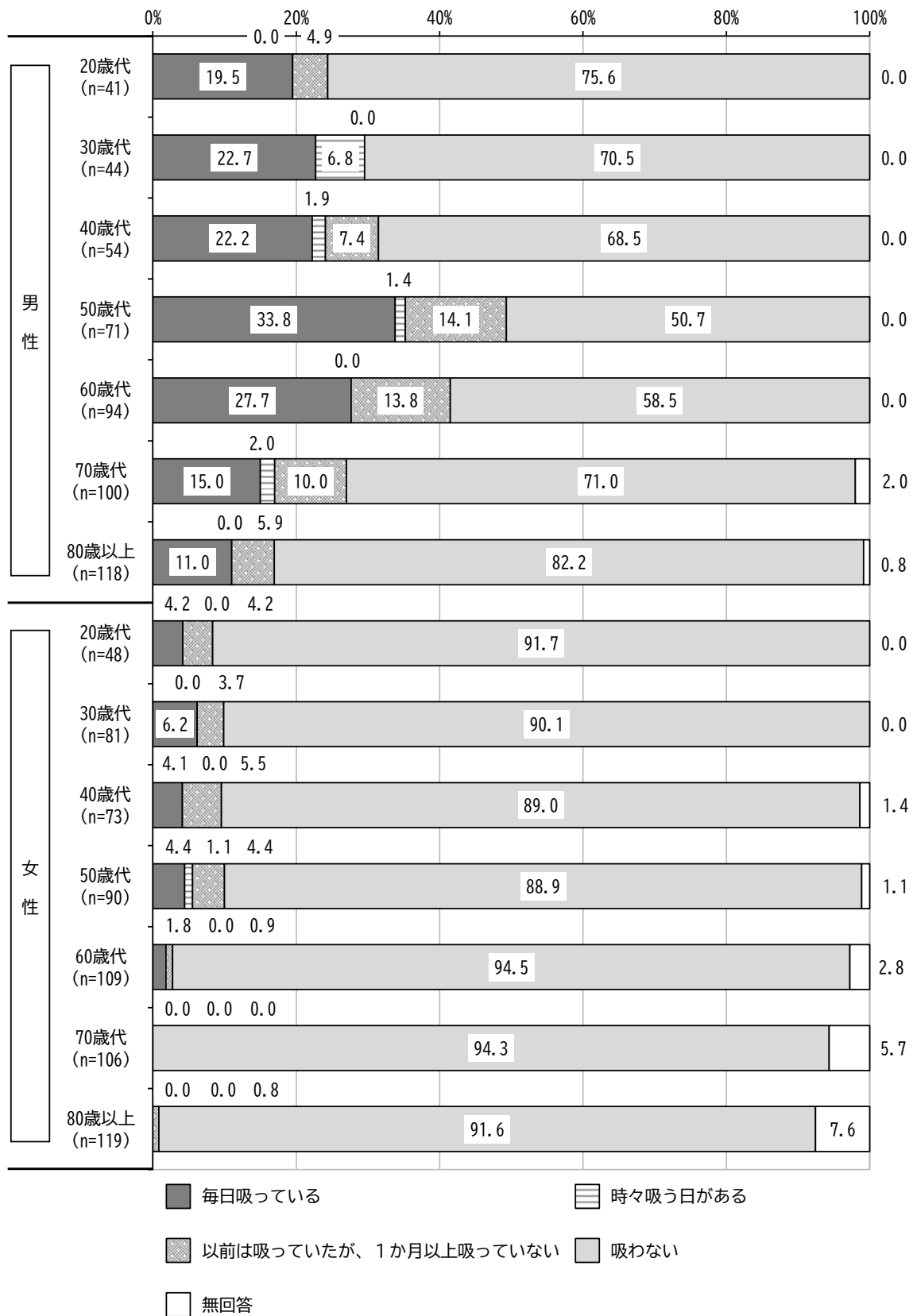
性別にみると、『吸っている』（「毎日吸っている」と「時々吸う日がある」の合計）について、男性では22.0%、女性では2.7%となっており、男性のほうが19.3ポイント高くなっています。

【図表 2-5-11 喫煙状況（性別）】



性別・年齢別にみると、『吸っている』（「毎日吸っている」と「時々吸う日がある」の合計）では、50歳代の男性が35.2%で最も高くなっています。

【図表 2-5-12 喫煙状況（性別・年齢別）】

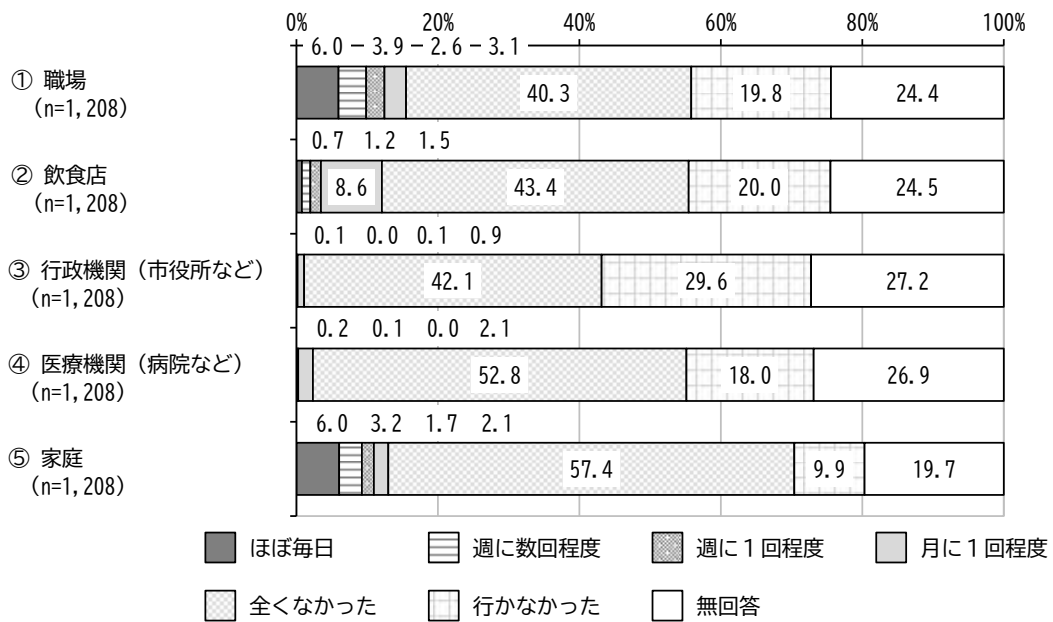


#### (4) 受動喫煙の状況

|      |                                                                        |
|------|------------------------------------------------------------------------|
| 問 28 | 過去 1 か月間に自分以外の人が吸っているたばこ（電子たばこを含む）の煙を吸ったこと(受動喫煙)がありましたか。(①～⑤それぞれに○は1つ) |
|------|------------------------------------------------------------------------|

受動喫煙の状況について、「ほぼ毎日」では、「職場」「家庭」が 6.0%で最も高くなっています。また、『あった』（「ほぼ毎日」～「月に1回程度」の合計）では、「職場」が 15.6%、「飲食店」が 12.0%、「家庭」が 13.0%となっています。

【図表 2-5-13 受動喫煙の状況】



#### ① 職場

職場について、性別にみると、男性・女性ともに「全くなかった」が最も高くなっています。

【図表 2-5-14 受動喫煙の状況（職場）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：（％）

|    |       | 合計（人） | ほぼ毎日 | 週に数回程度 | 週に1回程度 | 月に1回程度 | 全くなかった | 行かなかった | 無回答  |
|----|-------|-------|------|--------|--------|--------|--------|--------|------|
| 男性 |       | 522   | 9.8  | 5.7    | 4.0    | 4.0    | 36.4   | 19.3   | 20.7 |
| 女性 |       | 628   | 3.0  | 2.4    | 1.6    | 2.2    | 43.9   | 19.9   | 26.9 |
| 男性 | 20歳代  | 41    | 19.5 | 7.3    | 4.9    | 4.9    | 41.5   | 17.1   | 4.9  |
|    | 30歳代  | 44    | 13.6 | 11.4   | 2.3    | 6.8    | 47.7   | 9.1    | 9.1  |
|    | 40歳代  | 54    | 13.0 | 11.1   | 13.0   | 9.3    | 35.2   | 9.3    | 9.3  |
|    | 50歳代  | 71    | 23.9 | 9.9    | 4.2    | 7.0    | 39.4   | 9.9    | 5.6  |
|    | 60歳代  | 94    | 11.7 | 8.5    | 5.3    | 0.0    | 46.8   | 18.1   | 9.6  |
|    | 70歳代  | 100   | 2.0  | 0.0    | 3.0    | 3.0    | 33.0   | 31.0   | 28.0 |
|    | 80歳以上 | 118   | 0.0  | 0.8    | 0.0    | 2.5    | 23.7   | 25.4   | 47.5 |
| 女性 | 20歳代  | 48    | 8.3  | 8.3    | 2.1    | 4.2    | 45.8   | 16.7   | 14.6 |
|    | 30歳代  | 81    | 3.7  | 3.7    | 3.7    | 2.5    | 50.6   | 22.2   | 13.6 |
|    | 40歳代  | 73    | 4.1  | 5.5    | 4.1    | 2.7    | 63.0   | 12.3   | 8.2  |
|    | 50歳代  | 90    | 4.4  | 2.2    | 0.0    | 7.8    | 53.3   | 12.2   | 20.0 |
|    | 60歳代  | 109   | 2.8  | 0.0    | 1.8    | 0.0    | 52.3   | 16.5   | 26.6 |
|    | 70歳代  | 106   | 0.9  | 1.9    | 0.9    | 0.9    | 36.8   | 30.2   | 28.3 |
|    | 80歳以上 | 119   | 0.8  | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 18.5   | 24.4   | 56.3 |

## ② 飲食店

飲食店について、性別にみると、男性・女性ともに「全くなかった」が最も高くなっています。

【図表 2-5-15 受動喫煙の状況（飲食店）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：（％）

|    | 合計（人） | ほぼ毎日 | 週に数回程度 | 週に1回程度 | 月に1回程度 | 全くなかった | 行かなかった | 無回答  |
|----|-------|------|--------|--------|--------|--------|--------|------|
| 男性 | 522   | 1.0  | 2.7    | 2.3    | 9.2    | 42.0   | 20.9   | 22.0 |
| 女性 | 628   | 0.6  | 0.2    | 1.0    | 8.4    | 44.7   | 19.3   | 25.8 |
| 男性 | 20歳代  | 41   | 4.9    | 7.3    | 2.4    | 19.5   | 39.0   | 22.0 |
|    | 30歳代  | 44   | 2.3    | 2.3    | 2.3    | 13.6   | 45.5   | 22.7 |
|    | 40歳代  | 54   | 0.0    | 5.6    | 7.4    | 13.0   | 48.1   | 13.0 |
|    | 50歳代  | 71   | 0.0    | 0.0    | 2.8    | 11.3   | 42.3   | 29.6 |
|    | 60歳代  | 94   | 1.1    | 1.1    | 2.1    | 7.4    | 50.0   | 17.0 |
|    | 70歳代  | 100  | 0.0    | 2.0    | 0.0    | 9.0    | 42.0   | 22.0 |
|    | 80歳以上 | 118  | 0.8    | 3.4    | 1.7    | 2.5    | 32.2   | 20.3 |
| 女性 | 20歳代  | 48   | 0.0    | 0.0    | 2.1    | 22.9   | 39.6   | 14.6 |
|    | 30歳代  | 81   | 1.2    | 0.0    | 1.2    | 13.6   | 44.4   | 25.9 |
|    | 40歳代  | 73   | 0.0    | 1.4    | 0.0    | 13.7   | 53.4   | 21.9 |
|    | 50歳代  | 90   | 0.0    | 0.0    | 1.1    | 13.3   | 53.3   | 14.4 |
|    | 60歳代  | 109  | 0.0    | 0.0    | 0.9    | 6.4    | 50.5   | 13.8 |
|    | 70歳代  | 106  | 0.0    | 0.0    | 0.9    | 0.0    | 50.9   | 22.6 |
|    | 80歳以上 | 119  | 2.5    | 0.0    | 0.8    | 1.7    | 24.4   | 21.0 |

## ③ 行政機関（市役所など）

行政機関（市役所など）について、性別にみると、男性・女性ともに「全くなかった」が最も高くなっています。

【図表 2-5-16 受動喫煙の状況（行政機関（市役所など））】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：（％）

|    | 合計（人） | ほぼ毎日 | 週に数回程度 | 週に1回程度 | 月に1回程度 | 全くなかった | 行かなかった | 無回答  |
|----|-------|------|--------|--------|--------|--------|--------|------|
| 男性 | 522   | 0.2  | 0.0    | 0.0    | 1.9    | 44.1   | 28.0   | 25.9 |
| 女性 | 628   | 0.0  | 0.0    | 0.2    | 0.2    | 40.8   | 31.2   | 27.7 |
| 男性 | 20歳代  | 41   | 2.4    | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 43.9   | 48.8 |
|    | 30歳代  | 44   | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 52.3   | 34.1 |
|    | 40歳代  | 54   | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 48.1   | 31.5 |
|    | 50歳代  | 71   | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 1.4    | 46.5   | 35.2 |
|    | 60歳代  | 94   | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 1.1    | 52.1   | 24.5 |
|    | 70歳代  | 100  | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 7.0    | 44.0   | 22.0 |
|    | 80歳以上 | 118  | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 0.8    | 31.4   | 20.3 |
| 女性 | 20歳代  | 48   | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 37.5   | 43.8 |
|    | 30歳代  | 81   | 0.0    | 0.0    | 1.2    | 1.2    | 43.2   | 39.5 |
|    | 40歳代  | 73   | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 49.3   | 39.7 |
|    | 50歳代  | 90   | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 51.1   | 28.9 |
|    | 60歳代  | 109  | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 46.8   | 23.9 |
|    | 70歳代  | 106  | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 41.5   | 31.1 |
|    | 80歳以上 | 119  | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 21.0   | 24.4 |

#### ④ 医療機関（病院など）

医療機関（病院など）について、性別にみると、男性・女性ともに「全くなかった」が最も高くなっています。

【図表 2-5-17 受動喫煙の状況（医療機関（病院など））】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：（％）

|    | 合計（人） | ほぼ毎日 | 週に数回程度 | 週に1回程度 | 月に1回程度 | 全くなかった | 行かなかった | 無回答  |
|----|-------|------|--------|--------|--------|--------|--------|------|
| 男性 | 522   | 0.2  | 0.2    | 0.0    | 2.7    | 51.9   | 19.7   | 25.3 |
| 女性 | 628   | 0.2  | 0.0    | 0.0    | 1.4    | 54.0   | 16.9   | 27.5 |
| 男性 | 20歳代  | 41   | 2.4    | 0.0    | 0.0    | 46.3   | 43.9   | 7.3  |
|    | 30歳代  | 44   | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 52.3   | 31.8   | 15.9 |
|    | 40歳代  | 54   | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 57.4   | 25.9   | 16.7 |
|    | 50歳代  | 71   | 0.0    | 0.0    | 2.8    | 52.1   | 28.2   | 16.9 |
|    | 60歳代  | 94   | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 61.7   | 16.0   | 22.3 |
|    | 70歳代  | 100  | 0.0    | 1.0    | 6.0    | 56.0   | 11.0   | 26.0 |
|    | 80歳以上 | 118  | 0.0    | 0.0    | 5.1    | 39.8   | 9.3    | 45.8 |
| 女性 | 20歳代  | 48   | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 56.3   | 25.0   | 18.8 |
|    | 30歳代  | 81   | 1.2    | 0.0    | 0.0    | 54.3   | 28.4   | 16.0 |
|    | 40歳代  | 73   | 0.0    | 0.0    | 4.1    | 63.0   | 20.5   | 12.3 |
|    | 50歳代  | 90   | 0.0    | 0.0    | 2.2    | 55.6   | 20.0   | 22.2 |
|    | 60歳代  | 109  | 0.0    | 0.0    | 0.9    | 61.5   | 9.2    | 28.4 |
|    | 70歳代  | 106  | 0.0    | 0.0    | 1.9    | 57.5   | 14.2   | 26.4 |
|    | 80歳以上 | 119  | 0.0    | 0.0    | 0.8    | 36.1   | 10.9   | 52.1 |

#### ⑤ 家庭

家庭について、性別にみると、男性・女性ともに「全くなかった」が最も高くなっています。

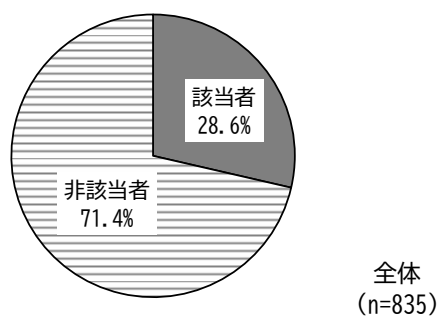
【図表 2-5-18 受動喫煙の状況（家庭）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：（％）

|    | 合計（人） | ほぼ毎日 | 週に数回程度 | 週に1回程度 | 月に1回程度 | 全くなかった | 行かなかった | 無回答  |
|----|-------|------|--------|--------|--------|--------|--------|------|
| 男性 | 522   | 4.8  | 1.9    | 1.0    | 1.3    | 59.6   | 10.2   | 21.3 |
| 女性 | 628   | 7.0  | 4.3    | 2.4    | 2.5    | 56.1   | 9.7    | 18.0 |
| 男性 | 20歳代  | 41   | 7.3    | 7.3    | 2.4    | 63.4   | 17.1   | 2.4  |
|    | 30歳代  | 44   | 11.4   | 2.3    | 2.3    | 59.1   | 11.4   | 13.6 |
|    | 40歳代  | 54   | 3.7    | 3.7    | 1.9    | 64.8   | 9.3    | 14.8 |
|    | 50歳代  | 71   | 5.6    | 1.4    | 0.0    | 63.4   | 9.9    | 16.9 |
|    | 60歳代  | 94   | 6.4    | 0.0    | 0.0    | 67.0   | 8.5    | 17.0 |
|    | 70歳代  | 100  | 4.0    | 2.0    | 2.0    | 63.0   | 7.0    | 20.0 |
|    | 80歳以上 | 118  | 0.8    | 0.8    | 0.0    | 44.9   | 11.9   | 40.7 |
| 女性 | 20歳代  | 48   | 16.7   | 10.4   | 2.1    | 54.2   | 6.3    | 6.3  |
|    | 30歳代  | 81   | 8.6    | 7.4    | 7.4    | 46.9   | 23.5   | 2.5  |
|    | 40歳代  | 73   | 4.1    | 9.6    | 1.4    | 67.1   | 11.0   | 5.5  |
|    | 50歳代  | 90   | 10.0   | 4.4    | 2.2    | 58.9   | 10.0   | 8.9  |
|    | 60歳代  | 109  | 11.9   | 2.8    | 0.9    | 64.2   | 1.8    | 16.5 |
|    | 70歳代  | 106  | 2.8    | 1.9    | 0.9    | 63.2   | 8.5    | 20.8 |
|    | 80歳以上 | 119  | 0.8    | 0.0    | 2.5    | 40.3   | 9.2    | 46.2 |

望まない受動喫煙の機会を有する人について、「該当者」が 28.6%、「非該当者」が 71.4%となっています。

【図表 2-6-19 望まない受動喫煙の機会を有する人】

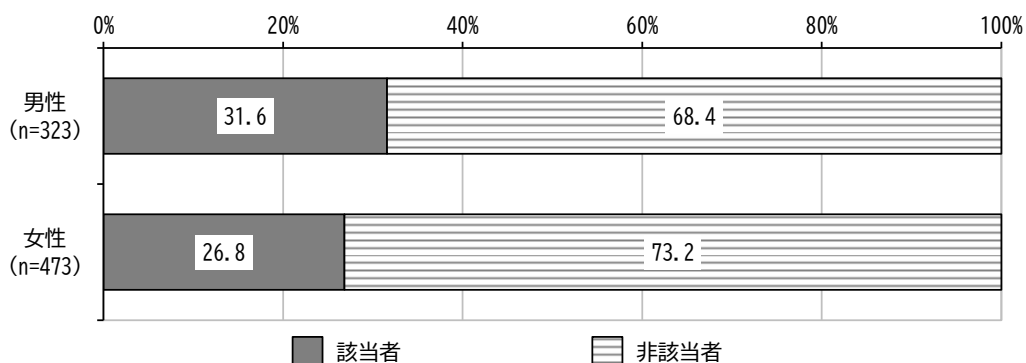


※ 「家庭」は「ほぼ毎日」の割合、その他は「ほぼ毎日」、「週に数回程度」、「週に1回程度」、「月に1回程度」の合計の割合÷「ほぼ毎日」、「週に数回程度」、「週に1回程度」、「月に1回程度」、「全くなかった」の合計（現在喫煙者を除いて集計）

| 指標                             | 対象     | 南あわじ市 | 国             |
|--------------------------------|--------|-------|---------------|
| 望まない受動喫煙（家庭・職場・飲食店）の機会を有する者の割合 | 20 歳以上 | 28.6% | 26.7%<br>(R6) |

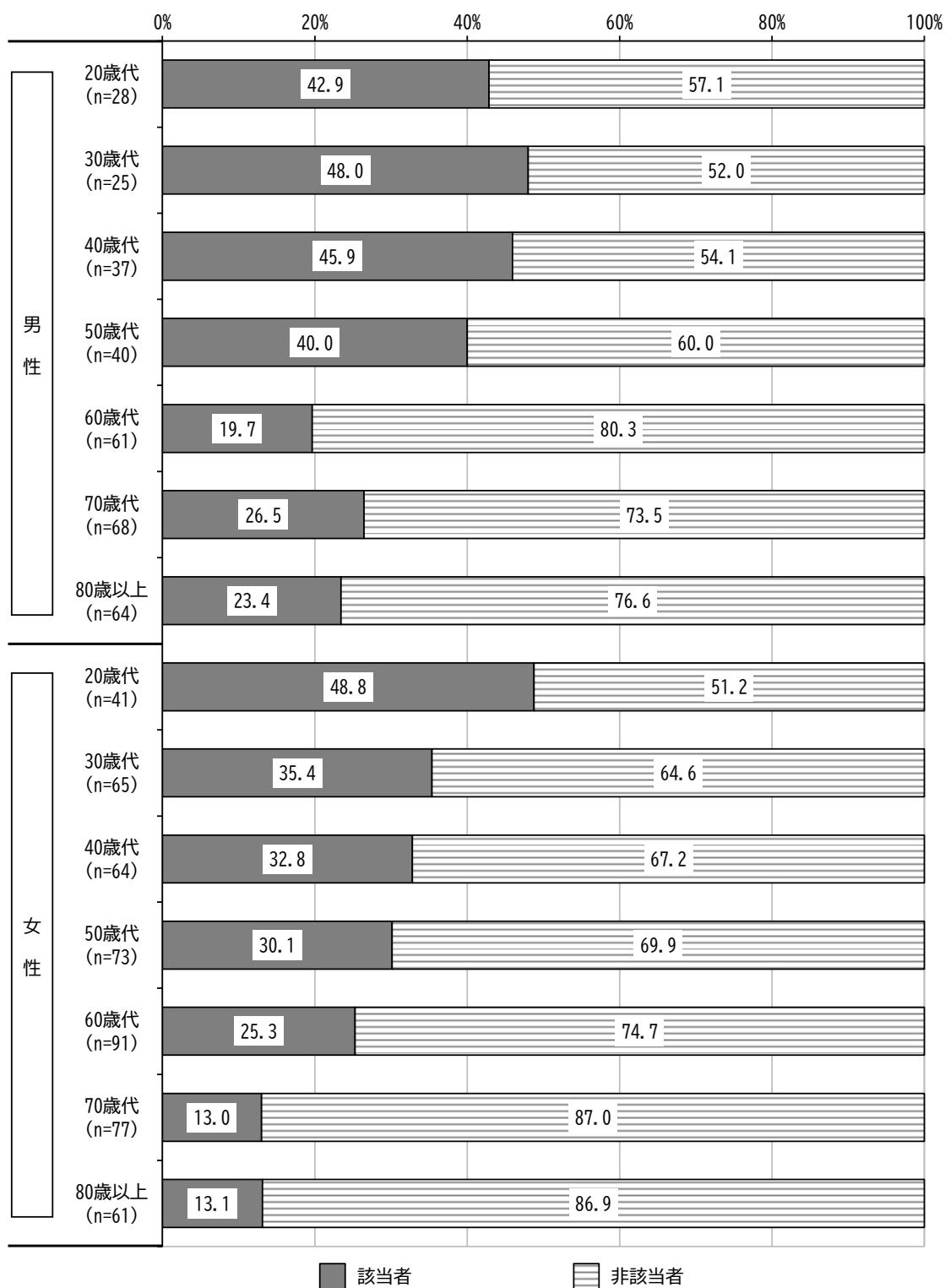
性別にみると、「該当者」について、男性では 31.6%、女性では 26.8%となっており、男性のほうが 4.8 ポイント高くなっています。

【図表 2-6-20 望まない受動喫煙の機会を有する人（性別）】



性別・年齢別にみると、「該当者」では、20歳代の女性が48.8%で最も高くなっています。

【図表 2-6-21 望まない受動喫煙の機会を有する人（性別・年齢別）】



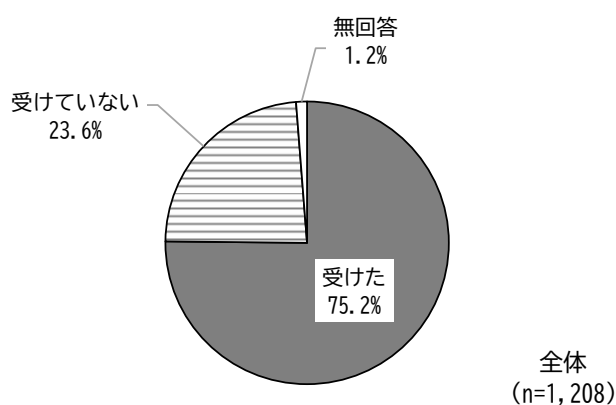
## 6. 生活習慣病と健康づくりについて

### (1) この1年間に健診を受けたか

|      |                                                                                                                               |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 問 29 | <p>この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。<br/>（○は1つ）</p> <p>※次のようなものは健診に含まれません。<br/>がんのみの検診、妊産婦検診、歯科健康診査、病院や診療所で行う診療としての検査</p> |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

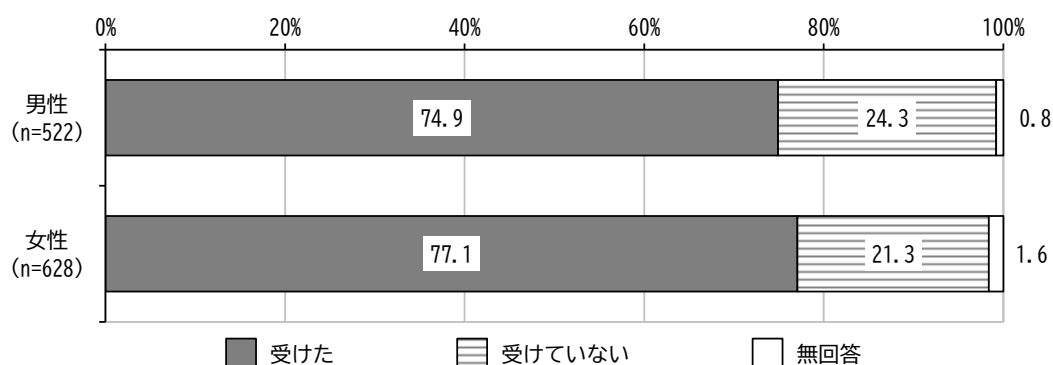
この1年間に健診を受けたかについて、「受けた」が75.2%、「受けていない」が23.6%となっています。

【図表 2-6-1 この1年間に健診を受けたか】



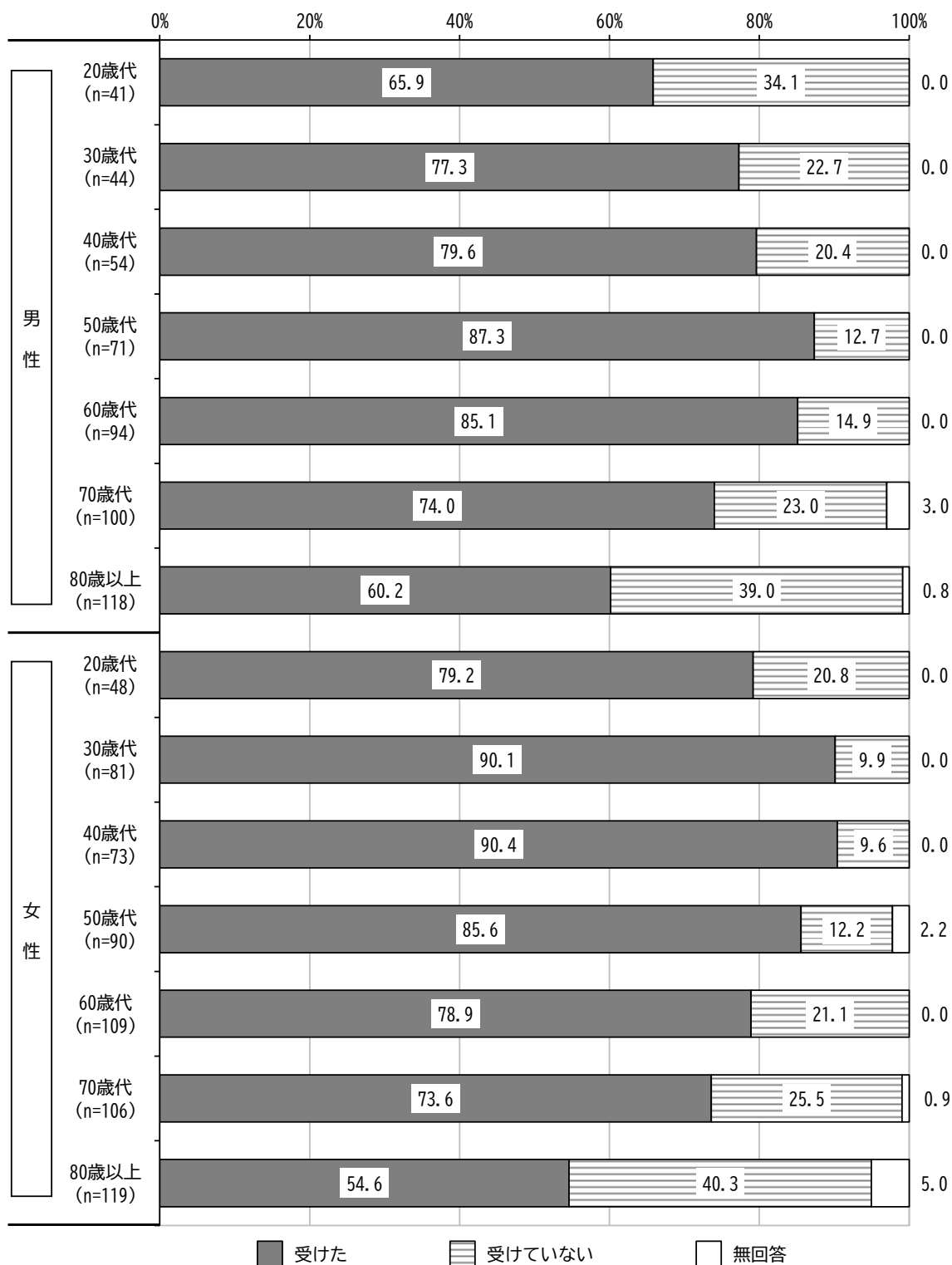
性別にみると、「受けた」について、男性では74.9%、女性では77.1%となっており、女性のほうが2.2ポイント高くなっています。

【図表 2-6-2 この1年間に健診を受けたか（性別）】



性別・年齢別にみると、「受けた」では、40歳代の女性が90.4%で最も高くなっています。

【図表 2-6-3 この1年間に健診を受けたか（性別・年齢別）】



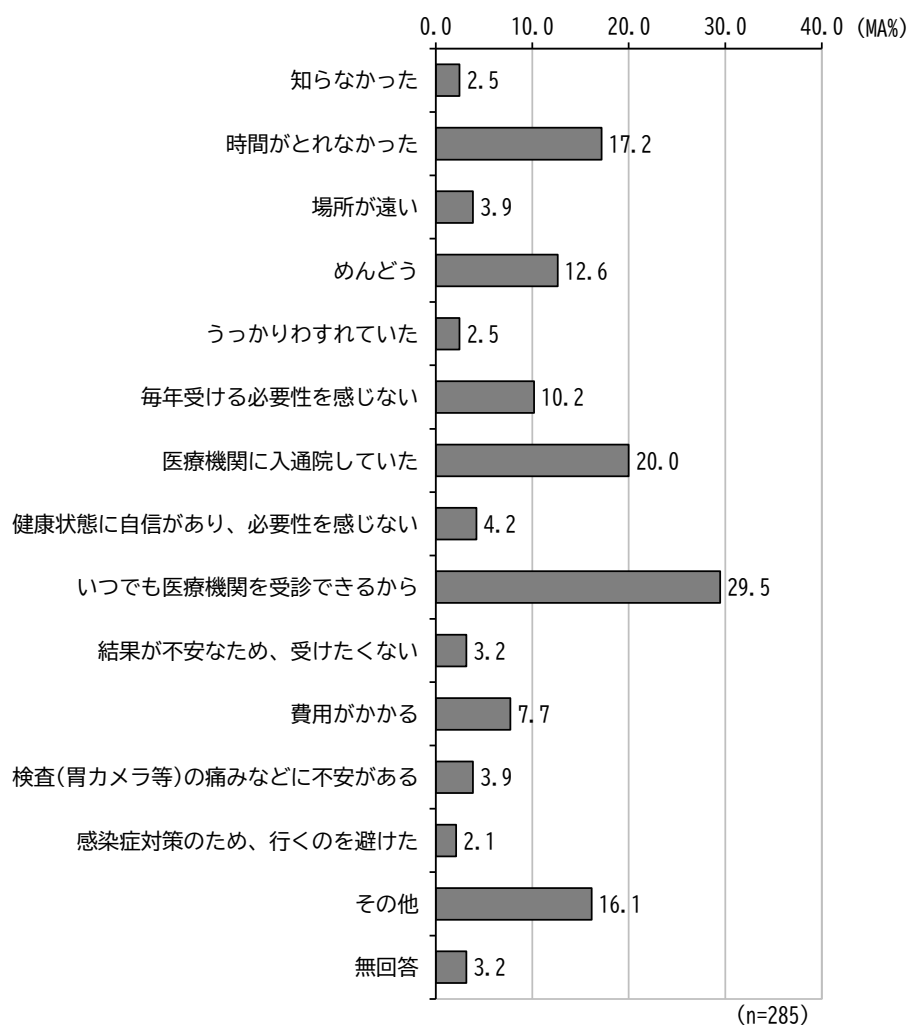
## (2) 健診を受けなかった理由

|        |                                                                         |
|--------|-------------------------------------------------------------------------|
| 問 29-1 | <b>【問 29 で「受けていない」と答えた方にお聞きします】</b><br>健診や人間ドックを受けなかった理由は何ですか。(〇はいくつでも) |
|--------|-------------------------------------------------------------------------|

健診を受けなかった理由について、「いつでも医療機関を受診できるから」が 29.5%で最も高く、次いで「医療機関に入通院していた」が 20.0%、「時間がとれなかった」が 17.2%となっています。

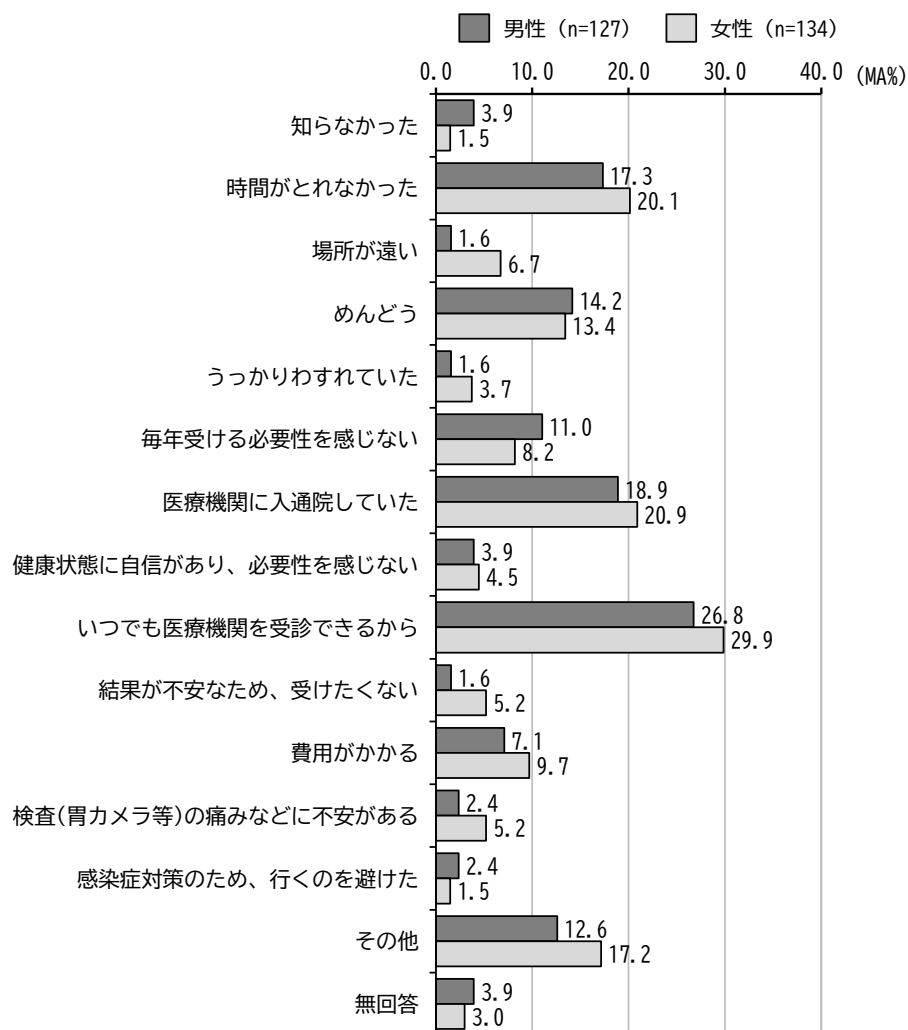
また、「その他」の内容について、『定期的に通院しているから』(22 件)、『高齢のため体力的に厳しいから』(4 件) などがあります。

【図表 2-6-4 健診を受けなかった理由】



性別にみると、男性・女性ともに「いつでも医療機関を受診できるから」が最も高くなっています。

【図表 2-6-5 健診を受けなかった理由（性別）】



性別・年齢別にみると、「時間がとれなかった」では、40歳代の女性が85.7%で最も高く、「いつでも医療機関を受診できるから」では、80歳以上の女性が41.7%で最も高くなっています。

【図表 2-6-6 健診を受けなかった理由（性別・年齢別）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：(MA%)

|    |       | 合計（人） | 知らなかった | 時間がとれなかった | 場所が遠い | めんどろ | うっかりわすれていた | い毎年受ける必要性を感じない | 医療機関に入通院していた | 健康状態に自信があり、必要性を感じない | いつでも医療機関を受診できるから | 結果が不安なため、受けた | 費用がかかる | 検査（胃カメラ等）の痛みなどに不安がある |
|----|-------|-------|--------|-----------|-------|------|------------|----------------|--------------|---------------------|------------------|--------------|--------|----------------------|
| 男性 | 20歳代  | 14    | 7.1    | 35.7      | 0.0   | 14.3 | 7.1        | 7.1            | 0.0          | 14.3                | 21.4             | 0.0          | 7.1    | 0.0                  |
|    | 30歳代  | 10    | 0.0    | 50.0      | 0.0   | 40.0 | 0.0        | 20.0           | 10.0         | 0.0                 | 0.0              | 0.0          | 20.0   | 0.0                  |
|    | 40歳代  | 11    | 0.0    | 36.4      | 0.0   | 0.0  | 0.0        | 9.1            | 9.1          | 0.0                 | 27.3             | 0.0          | 0.0    | 0.0                  |
|    | 50歳代  | 9     | 0.0    | 22.2      | 0.0   | 33.3 | 0.0        | 0.0            | 22.2         | 0.0                 | 11.1             | 0.0          | 22.2   | 0.0                  |
|    | 60歳代  | 14    | 7.1    | 28.6      | 0.0   | 14.3 | 0.0        | 0.0            | 21.4         | 0.0                 | 35.7             | 7.1          | 7.1    | 7.1                  |
|    | 70歳代  | 23    | 4.3    | 8.7       | 4.3   | 8.7  | 0.0        | 21.7           | 21.7         | 4.3                 | 39.1             | 0.0          | 4.3    | 4.3                  |
|    | 80歳以上 | 46    | 4.3    | 0.0       | 2.2   | 10.9 | 2.2        | 10.9           | 26.1         | 4.3                 | 28.3             | 2.2          | 4.3    | 2.2                  |
| 女性 | 20歳代  | 10    | 0.0    | 30.0      | 0.0   | 30.0 | 20.0       | 20.0           | 10.0         | 0.0                 | 0.0              | 0.0          | 20.0   | 10.0                 |
|    | 30歳代  | 8     | 0.0    | 25.0      | 0.0   | 12.5 | 12.5       | 0.0            | 12.5         | 0.0                 | 25.0             | 12.5         | 37.5   | 12.5                 |
|    | 40歳代  | 7     | 0.0    | 85.7      | 28.6  | 28.6 | 0.0        | 0.0            | 0.0          | 14.3                | 14.3             | 0.0          | 42.9   | 28.6                 |
|    | 50歳代  | 11    | 9.1    | 27.3      | 9.1   | 0.0  | 0.0        | 9.1            | 0.0          | 9.1                 | 18.2             | 0.0          | 9.1    | 0.0                  |
|    | 60歳代  | 23    | 0.0    | 26.1      | 0.0   | 17.4 | 4.3        | 4.3            | 26.1         | 8.7                 | 30.4             | 8.7          | 13.0   | 4.3                  |
|    | 70歳代  | 27    | 3.7    | 18.5      | 7.4   | 14.8 | 3.7        | 11.1           | 29.6         | 3.7                 | 29.6             | 7.4          | 3.7    | 3.7                  |
|    | 80歳以上 | 48    | 0.0    | 4.2       | 8.3   | 8.3  | 0.0        | 8.3            | 25.0         | 2.1                 | 41.7             | 4.2          | 0.0    | 2.1                  |

|    |       | 合計（人） | を感染症対策のため、行くのを避けた | その他  | 無回答  |
|----|-------|-------|-------------------|------|------|
| 男性 | 20歳代  | 14    | 0.0               | 0.0  | 0.0  |
|    | 30歳代  | 10    | 0.0               | 0.0  | 10.0 |
|    | 40歳代  | 11    | 9.1               | 0.0  | 9.1  |
|    | 50歳代  | 9     | 0.0               | 22.2 | 0.0  |
|    | 60歳代  | 14    | 7.1               | 21.4 | 0.0  |
|    | 70歳代  | 23    | 4.3               | 13.0 | 0.0  |
|    | 80歳以上 | 46    | 0.0               | 17.4 | 6.5  |
| 女性 | 20歳代  | 10    | 0.0               | 10.0 | 0.0  |
|    | 30歳代  | 8     | 0.0               | 25.0 | 0.0  |
|    | 40歳代  | 7     | 14.3              | 0.0  | 0.0  |
|    | 50歳代  | 11    | 9.1               | 36.4 | 0.0  |
|    | 60歳代  | 23    | 0.0               | 13.0 | 4.3  |
|    | 70歳代  | 27    | 0.0               | 11.1 | 3.7  |
|    | 80歳以上 | 48    | 0.0               | 20.8 | 4.2  |

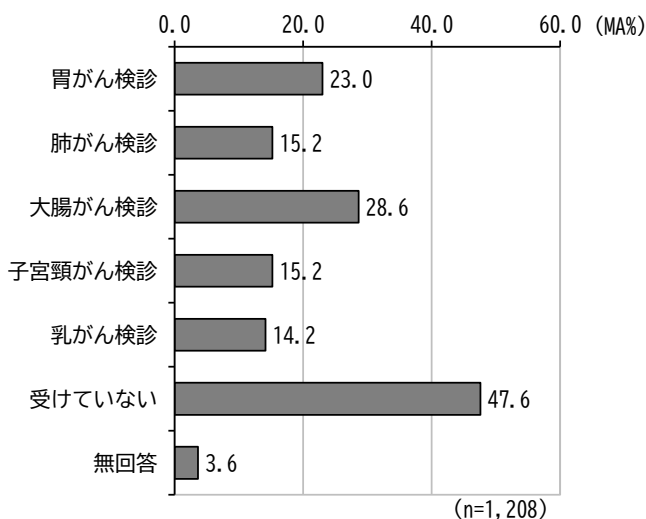
### (3) この1年間にがん検診を受けたか

問 30

この1年間に以下のがん検診を受けましたか。(胃がん・子宮頸がん・乳がん検診はこの2年間)(○はいくつでも)

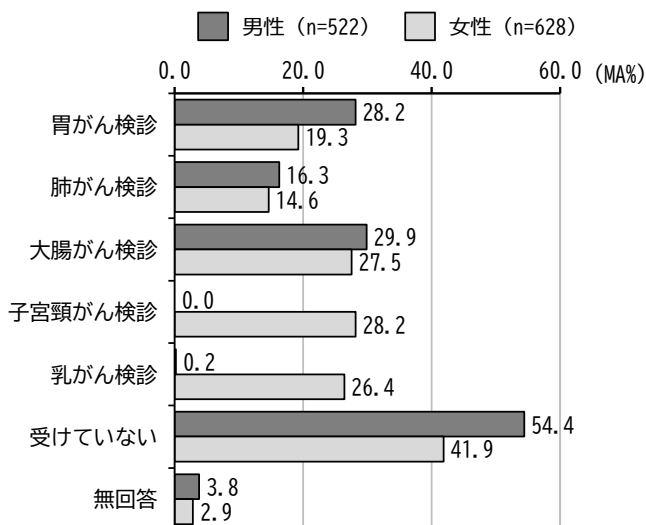
この1年間にがん検診を受けたかについて、「受けていない」が47.6%で最も高く、次いで「大腸がん検診」が28.6%、「胃がん検診」が23.0%となっています。

【図表 2-6-7 この1年間にがん検診を受けたか】



性別にみると、「胃がん検診」「肺がん検診」「大腸がん検診」のいずれにおいても、男性の受診割合が女性より高くなっています。これは、男性は職場における健診機会が多いことが一因として考えられます。

【図表 2-6-8 この1年間にがん検診を受けたか (性別)】



性別・年齢別にみると、「受けていない」では、20歳代の男性が92.7%で最も高くなっています。

【図表 2-6-9 この1年間にがん検診を受けたか（性別・年齢別）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：(MA%)

|    |       | 合計<br>(人) | 胃がん<br>検診 | 肺がん<br>検診 | 大腸がん<br>検診 | 子宮頸がん<br>検診 | 乳がん<br>検診 | 受けて<br>いない | 無回<br>答 |
|----|-------|-----------|-----------|-----------|------------|-------------|-----------|------------|---------|
| 男性 | 20歳代  | 41        | 4.9       | 2.4       | 2.4        | 0.0         | 0.0       | 92.7       | 2.4     |
|    | 30歳代  | 44        | 6.8       | 9.1       | 13.6       | 0.0         | 0.0       | 81.8       | 0.0     |
|    | 40歳代  | 54        | 24.1      | 5.6       | 14.8       | 0.0         | 0.0       | 66.7       | 5.6     |
|    | 50歳代  | 71        | 39.4      | 11.3      | 32.4       | 0.0         | 0.0       | 49.3       | 1.4     |
|    | 60歳代  | 94        | 41.5      | 21.3      | 44.7       | 0.0         | 1.1       | 38.3       | 2.1     |
|    | 70歳代  | 100       | 36.0      | 27.0      | 50.0       | 0.0         | 0.0       | 37.0       | 3.0     |
|    | 80歳以上 | 118       | 22.0      | 18.6      | 22.0       | 0.0         | 0.0       | 55.9       | 8.5     |
| 女性 | 20歳代  | 48        | 8.3       | 2.1       | 2.1        | 35.4        | 6.3       | 62.5       | 0.0     |
|    | 30歳代  | 81        | 4.9       | 3.7       | 4.9        | 43.2        | 12.3      | 51.9       | 0.0     |
|    | 40歳代  | 73        | 17.8      | 13.7      | 27.4       | 47.9        | 47.9      | 28.8       | 1.4     |
|    | 50歳代  | 90        | 28.9      | 18.9      | 37.8       | 43.3        | 46.7      | 33.3       | 1.1     |
|    | 60歳代  | 109       | 23.9      | 20.2      | 40.4       | 27.5        | 28.4      | 36.7       | 1.8     |
|    | 70歳代  | 106       | 27.4      | 22.6      | 36.8       | 16.0        | 28.3      | 34.0       | 5.7     |
|    | 80歳以上 | 119       | 16.0      | 12.6      | 26.1       | 3.4         | 11.8      | 53.8       | 5.9     |

#### (4) がん検診を受けなかった理由

問 30-1

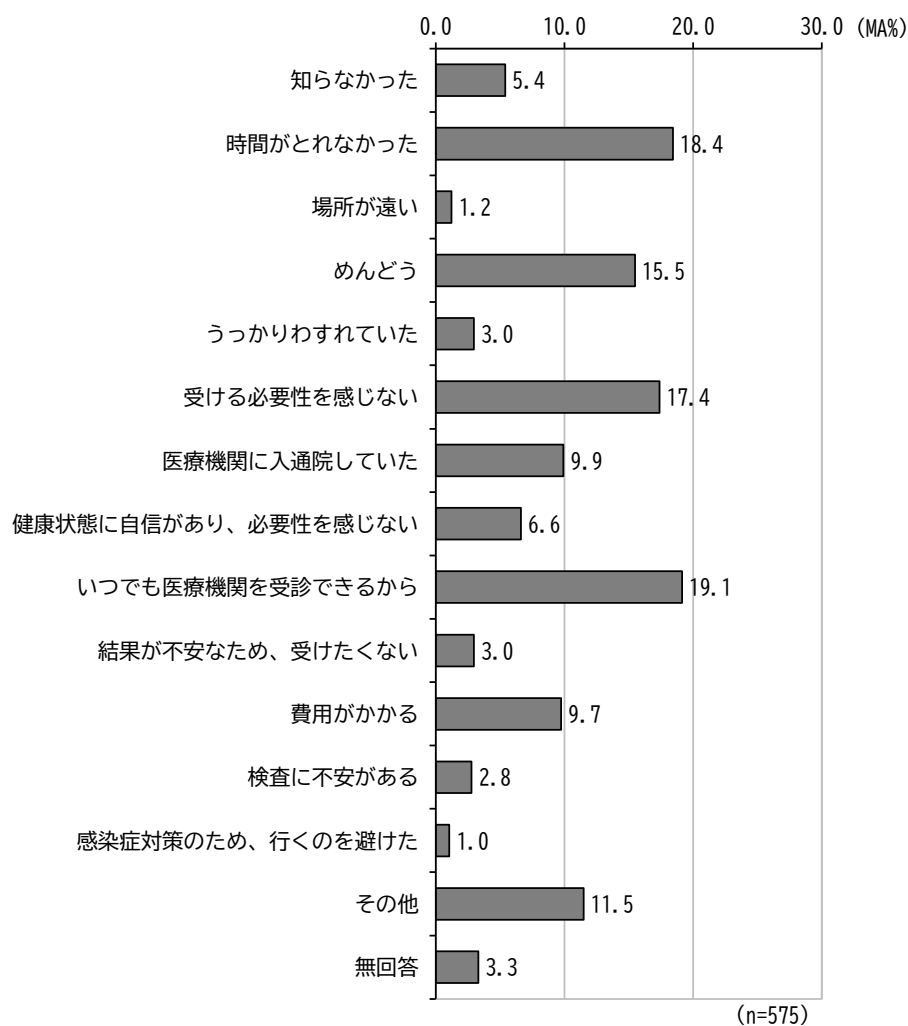
【問 30 で「受けていない」と答えた方にお聞きします】

がん検診を受けなかった理由は何ですか。(○はいくつでも)

がん検診を受けなかった理由について、「いつでも医療機関を受診できるから」が 19.1%で最も高く、次いで「時間がとれなかった」が 18.4%、「受ける必要性を感じない」が 17.4%となっています。

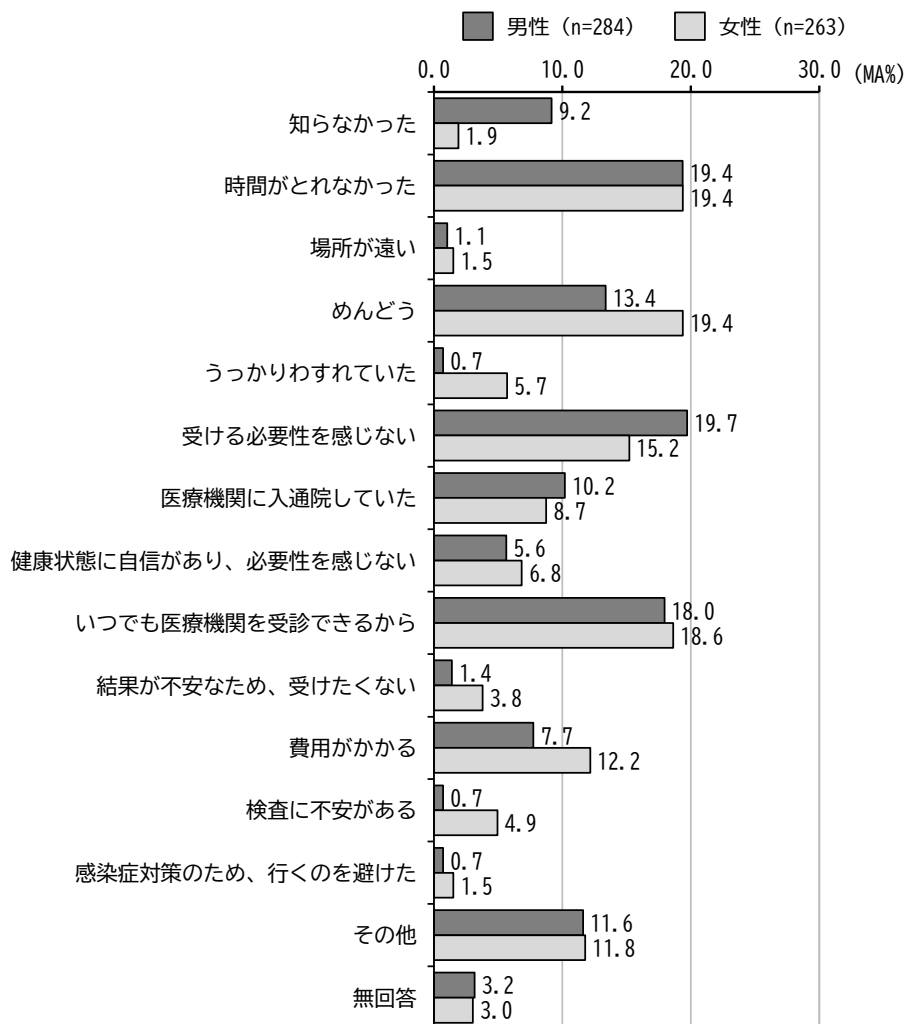
また、「その他」の内容について、『定期的に通院しているから』(10 件)、『過去に検診を受けたから』(9 件)、『高齢のため体力的に厳しいから』(6 件) などがあります。

【図表 2-6-10 がん検診を受けなかった理由】



性別にみると、男性では、「受ける必要性を感じない」が19.7%で最も高く、女性では、「時間がとれなかった」「めんどう」が19.4%で最も高くなっています。

【図表 2-6-11 がん検診を受けなかった理由（性別）】



性別・年齢別にみると、「時間がとれなかった」では、40歳代の女性が52.4%で最も高く、「いつでも医療機関を受診できるから」では、70歳代の男性が35.1%で最も高くなっています。

【図表 2-6-12 がん検診を受けなかった理由（性別・年齢別）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：(MA%)

|    |       | 合計（人） | 知らなかった | 時間がとれなかった | 場所が遠い | めんどろ | うつかりわすれていた | 受ける必要性を感じない | 医療機関に入通院していた | 健康状態に自信があり、必要を感じない | いつでも医療機関を受診できるから | 結果が不安なため、受けた | 費用がかかる | 検査に不安がある |
|----|-------|-------|--------|-----------|-------|------|------------|-------------|--------------|--------------------|------------------|--------------|--------|----------|
| 男性 | 20歳代  | 38    | 15.8   | 28.9      | 2.6   | 13.2 | 0.0        | 21.1        | 0.0          | 10.5               | 5.3              | 0.0          | 10.5   | 0.0      |
|    | 30歳代  | 36    | 19.4   | 22.2      | 2.8   | 27.8 | 2.8        | 25.0        | 5.6          | 5.6                | 2.8              | 5.6          | 19.4   | 2.8      |
|    | 40歳代  | 36    | 11.1   | 41.7      | 0.0   | 13.9 | 2.8        | 27.8        | 2.8          | 0.0                | 5.6              | 0.0          | 8.3    | 0.0      |
|    | 50歳代  | 35    | 5.7    | 31.4      | 0.0   | 22.9 | 0.0        | 11.4        | 8.6          | 0.0                | 11.4             | 2.9          | 8.6    | 0.0      |
|    | 60歳代  | 36    | 11.1   | 22.2      | 0.0   | 5.6  | 0.0        | 25.0        | 13.9         | 0.0                | 22.2             | 0.0          | 2.8    | 0.0      |
|    | 70歳代  | 37    | 5.4    | 5.4       | 0.0   | 8.1  | 0.0        | 18.9        | 10.8         | 8.1                | 35.1             | 2.7          | 2.7    | 2.7      |
|    | 80歳以上 | 66    | 1.5    | 0.0       | 1.5   | 7.6  | 0.0        | 13.6        | 21.2         | 10.6               | 31.8             | 0.0          | 4.5    | 0.0      |
| 女性 | 20歳代  | 30    | 10.0   | 23.3      | 0.0   | 33.3 | 13.3       | 16.7        | 3.3          | 16.7               | 6.7              | 0.0          | 20.0   | 6.7      |
|    | 30歳代  | 42    | 2.4    | 19.0      | 0.0   | 23.8 | 7.1        | 4.8         | 0.0          | 7.1                | 2.4              | 2.4          | 35.7   | 4.8      |
|    | 40歳代  | 21    | 0.0    | 52.4      | 4.8   | 33.3 | 4.8        | 19.0        | 4.8          | 4.8                | 9.5              | 0.0          | 19.0   | 0.0      |
|    | 50歳代  | 30    | 3.3    | 33.3      | 0.0   | 23.3 | 6.7        | 16.7        | 3.3          | 3.3                | 13.3             | 10.0         | 6.7    | 13.3     |
|    | 60歳代  | 40    | 0.0    | 17.5      | 0.0   | 17.5 | 10.0       | 17.5        | 5.0          | 5.0                | 25.0             | 7.5          | 10.0   | 10.0     |
|    | 70歳代  | 36    | 0.0    | 16.7      | 2.8   | 16.7 | 2.8        | 16.7        | 11.1         | 5.6                | 30.6             | 5.6          | 0.0    | 2.8      |
|    | 80歳以上 | 64    | 0.0    | 3.1       | 3.1   | 6.3  | 0.0        | 17.2        | 21.9         | 6.3                | 29.7             | 1.6          | 1.6    | 0.0      |

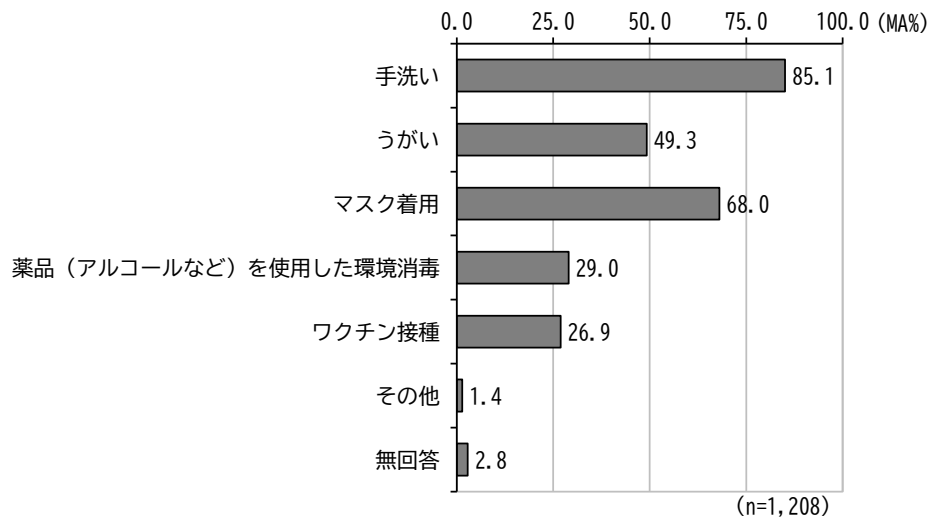
|    |       | 合計（人） | を感染症対策のため、行くのを避けた | その他  | 無回答 |
|----|-------|-------|-------------------|------|-----|
| 男性 | 20歳代  | 38    | 0.0               | 13.2 | 0.0 |
|    | 30歳代  | 36    | 0.0               | 0.0  | 5.6 |
|    | 40歳代  | 36    | 2.8               | 8.3  | 2.8 |
|    | 50歳代  | 35    | 2.9               | 14.3 | 0.0 |
|    | 60歳代  | 36    | 0.0               | 11.1 | 0.0 |
|    | 70歳代  | 37    | 0.0               | 16.2 | 5.4 |
|    | 80歳以上 | 66    | 0.0               | 15.2 | 6.1 |
| 女性 | 20歳代  | 30    | 3.3               | 13.3 | 0.0 |
|    | 30歳代  | 42    | 0.0               | 21.4 | 0.0 |
|    | 40歳代  | 21    | 4.8               | 4.8  | 0.0 |
|    | 50歳代  | 30    | 0.0               | 0.0  | 0.0 |
|    | 60歳代  | 40    | 0.0               | 5.0  | 0.0 |
|    | 70歳代  | 36    | 5.6               | 8.3  | 5.6 |
|    | 80歳以上 | 64    | 0.0               | 18.8 | 9.4 |

### (5) 感染予防として取り組んでいること

|      |                                        |
|------|----------------------------------------|
| 問 31 | 感染予防対策として、どのようなことに取り組まれていますか。(〇はいくつでも) |
|------|----------------------------------------|

感染予防として取り組んでいることについて、「手洗い」が85.1%で最も高く、次いで「マスク着用」が68.0%、「うがい」が49.3%となっています。

【図表 2-6-13 感染予防として取り組んでいること】

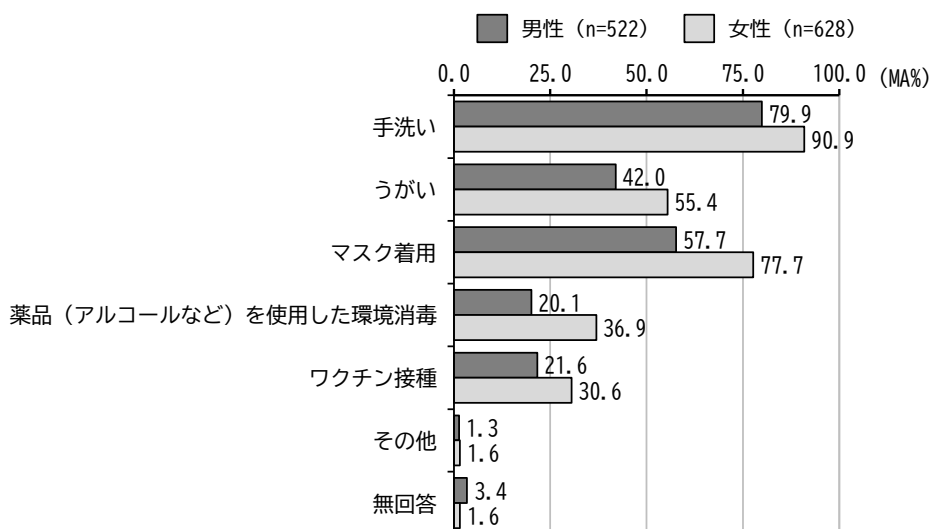


| 指標                      | 対象     | 南あわじ市                  | 兵庫県                            |
|-------------------------|--------|------------------------|--------------------------------|
| 家庭での感染症予防対策に取り組む人の割合の増加 | 20 歳以上 | 手洗い：85.1%<br>うがい：49.3% | 手洗い：95.1%<br>うがい：64.3%<br>(R3) |

性別にみると、男性・女性ともに「手洗い」が最も高くなっています。

また、すべての項目において、男性の割合が女性よりも低くなっており、男性における感染予防行動の定着が十分でない状況がうかがえます。

【図表 2-6-14 感染予防として取り組んでいること（性別）】



性別・年齢別にみると、「手洗い」では、50歳代の女性が95.6%で最も高くなっています。

【図表 2-6-15 感染予防として取り組んでいること（性別・年齢別）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：(MA%)

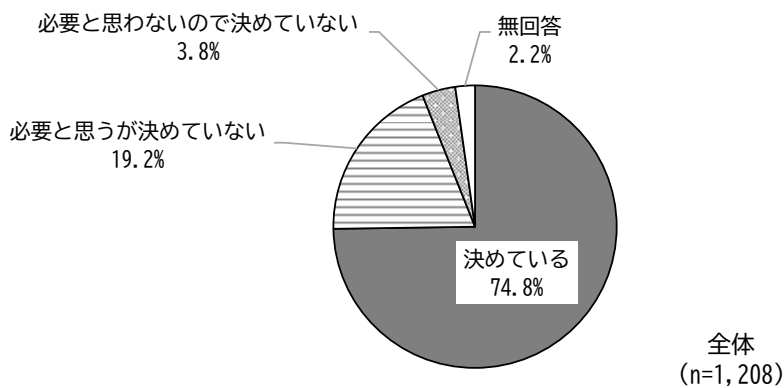
|    |       | 合計<br>(人) | 手<br>洗<br>い | う<br>が<br>い | マ<br>ス<br>ク<br>着<br>用 | 使<br>薬<br>品<br>（<br>ア<br>ル<br>コ<br>ー<br>ル<br>な<br>ど<br>）<br>を | ワ<br>ク<br>チ<br>ン<br>接<br>種 | そ<br>の<br>他 | 無<br>回<br>答 |
|----|-------|-----------|-------------|-------------|-----------------------|---------------------------------------------------------------|----------------------------|-------------|-------------|
| 男性 | 20歳代  | 41        | 95.1        | 48.8        | 51.2                  | 17.1                                                          | 9.8                        | 2.4         | 2.4         |
|    | 30歳代  | 44        | 93.2        | 59.1        | 61.4                  | 40.9                                                          | 22.7                       | 0.0         | 0.0         |
|    | 40歳代  | 54        | 81.5        | 50.0        | 42.6                  | 18.5                                                          | 11.1                       | 3.7         | 5.6         |
|    | 50歳代  | 71        | 78.9        | 40.8        | 54.9                  | 11.3                                                          | 16.9                       | 0.0         | 1.4         |
|    | 60歳代  | 94        | 84.0        | 42.6        | 50.0                  | 20.2                                                          | 17.0                       | 0.0         | 2.1         |
|    | 70歳代  | 100       | 77.0        | 34.0        | 62.0                  | 22.0                                                          | 22.0                       | 2.0         | 5.0         |
|    | 80歳以上 | 118       | 68.6        | 36.4        | 69.5                  | 17.8                                                          | 36.4                       | 1.7         | 5.1         |
| 女性 | 20歳代  | 48        | 93.8        | 56.3        | 68.8                  | 35.4                                                          | 35.4                       | 4.2         | 0.0         |
|    | 30歳代  | 81        | 92.6        | 54.3        | 65.4                  | 43.2                                                          | 29.6                       | 1.2         | 0.0         |
|    | 40歳代  | 73        | 91.8        | 53.4        | 74.0                  | 45.2                                                          | 20.5                       | 5.5         | 1.4         |
|    | 50歳代  | 90        | 95.6        | 57.8        | 72.2                  | 35.6                                                          | 22.2                       | 1.1         | 0.0         |
|    | 60歳代  | 109       | 92.7        | 47.7        | 77.1                  | 34.9                                                          | 24.8                       | 0.9         | 1.8         |
|    | 70歳代  | 106       | 87.7        | 56.6        | 84.9                  | 32.1                                                          | 33.0                       | 0.9         | 4.7         |
|    | 80歳以上 | 119       | 86.6        | 61.3        | 90.8                  | 35.3                                                          | 44.5                       | 0.0         | 0.8         |

## (6) かかりつけ医を決めているか

問 32 かかりつけ医を決めていますか。(○は1つ)

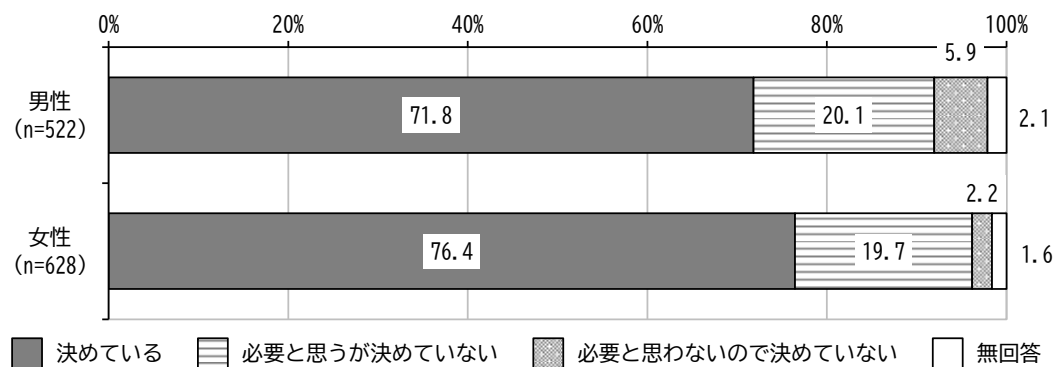
かかりつけ医を決めているかについて、「決めている」が 74.8%で最も高く、次いで「必要と思うが決めていない」が 19.2%、「必要としないので決めていない」が 3.8%となっています。

【図表 2-6-16 かかりつけ医を決めているか】



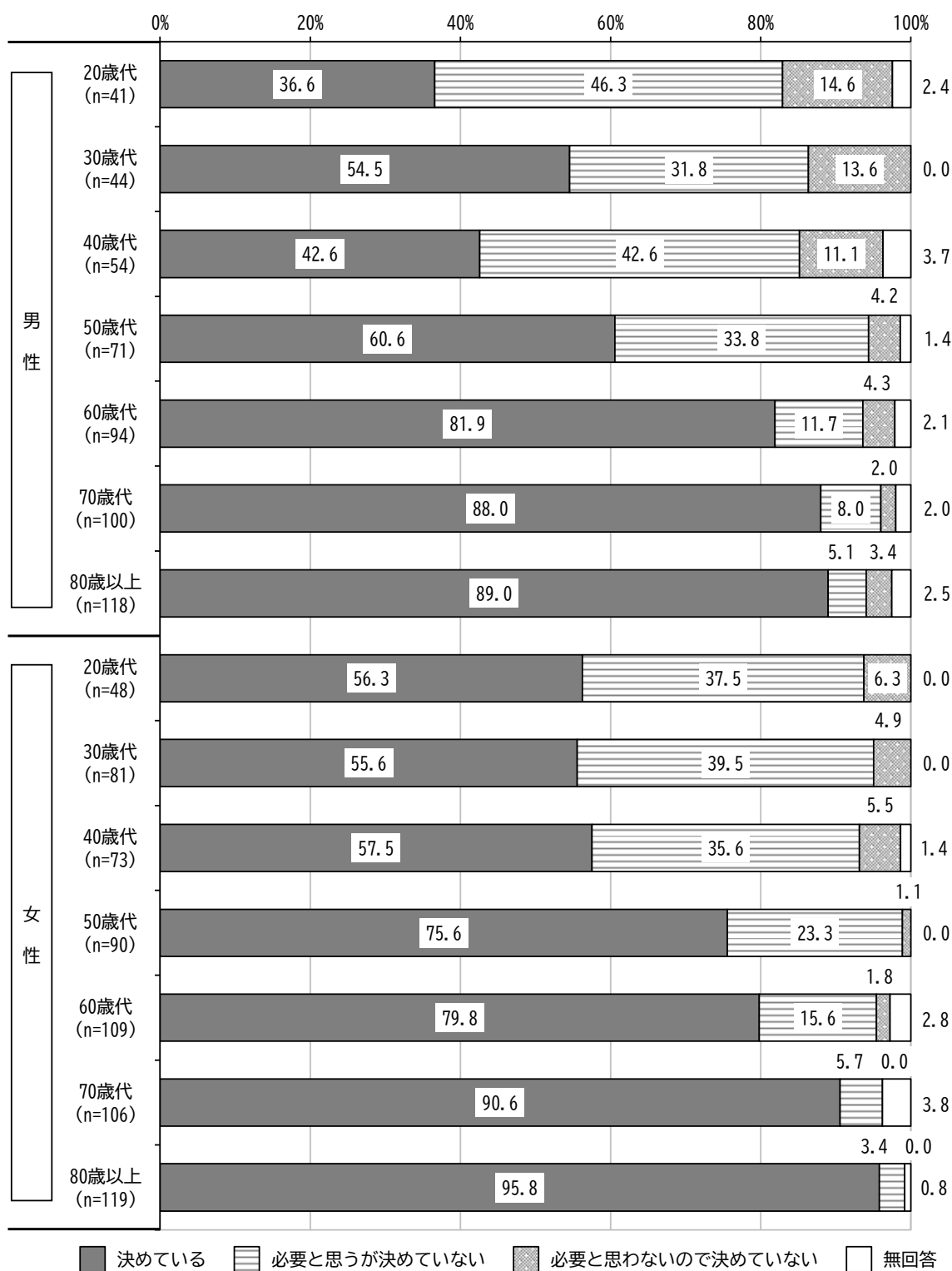
性別にみると、「決めている」について、男性では 71.8%、女性では 76.4%となっており、女性のほうが 4.6 ポイント高くなっています。

【図表 2-6-17 かかりつけ医を決めているか（性別）】



性別・年齢別にみると、「決めている」では、80歳以上の女性が95.8%で最も高くなっています。

【図表 2-6-18 かかりつけ医を決めているか（性別・年齢別）】

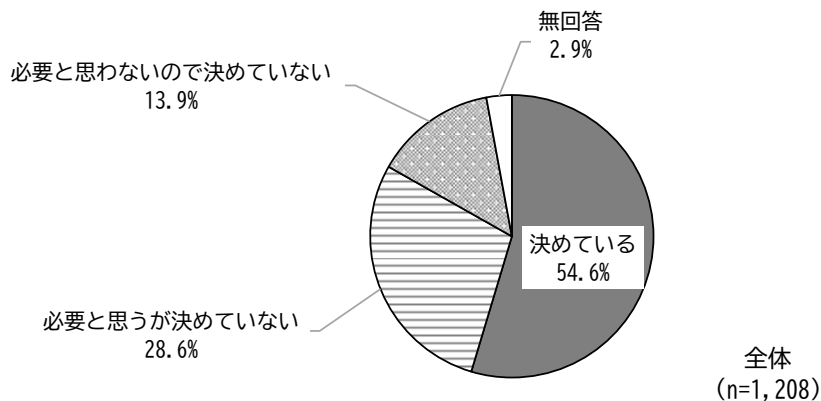


## （７）かかりつけ薬局・薬剤師を決めているか

問 33      かかりつけ薬局・薬剤師を決めていますか。（○は１つ）

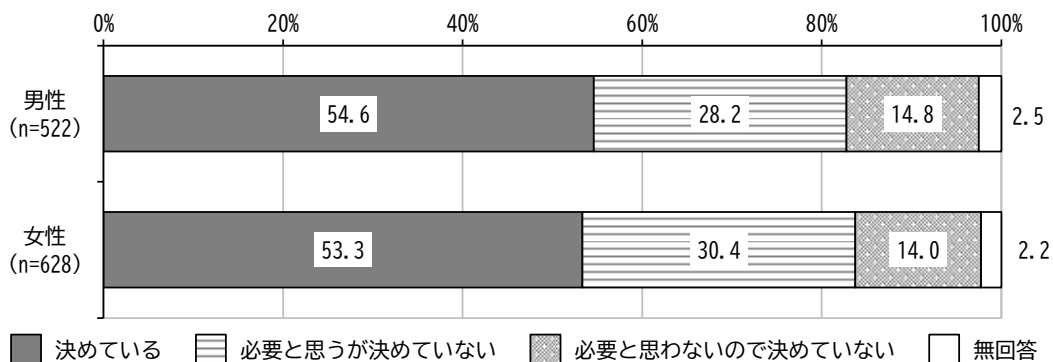
かかりつけ薬局・薬剤師を決めているかについて、「決めている」が 54.6%で最も高く、次いで「必要と思うが決めていない」が 28.6%、「必要としないので決めていない」が 13.9%となっています。

【図表 2-6-19    かかりつけ薬局・薬剤師を決めているか】



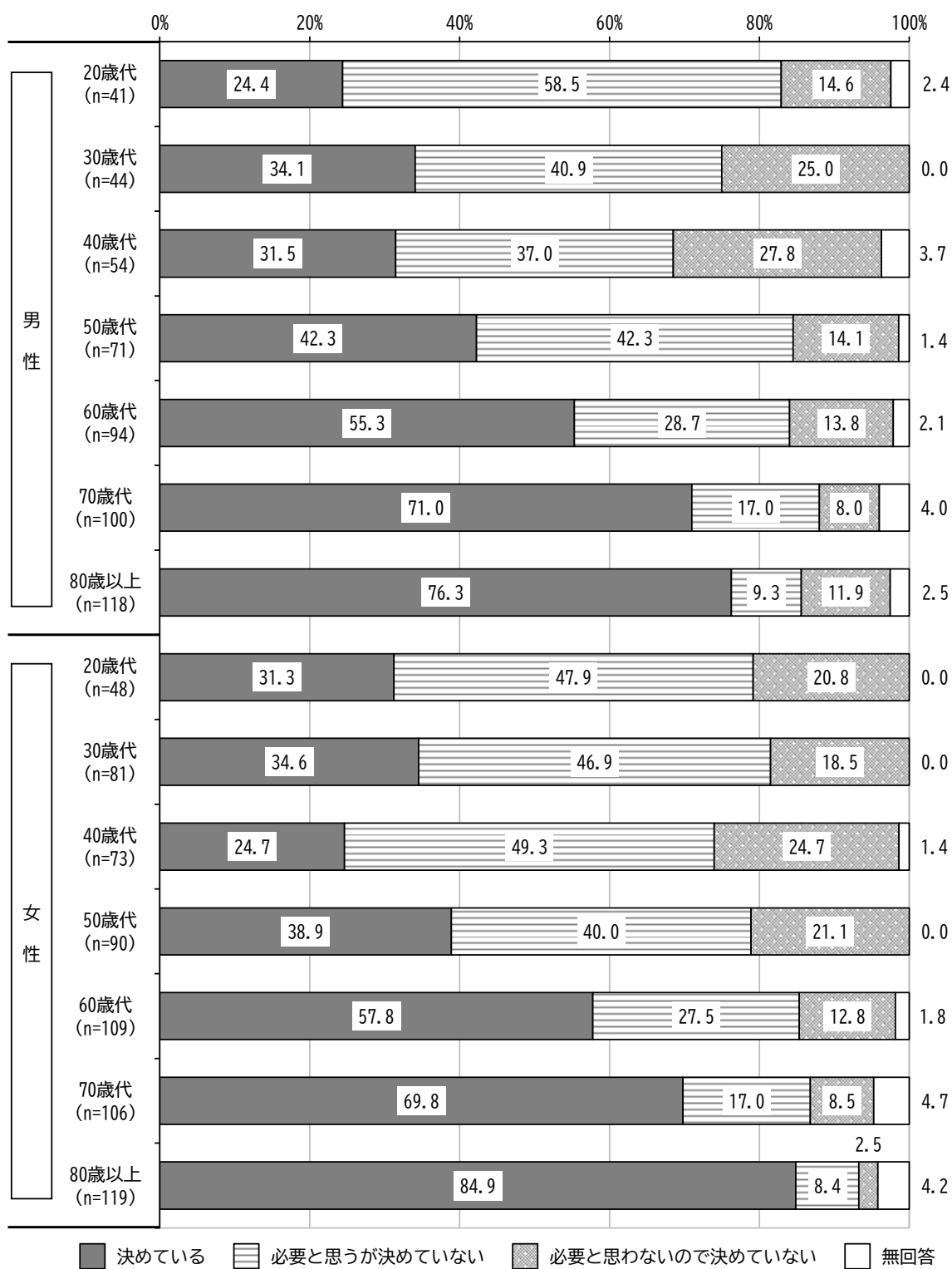
性別にみると、「決めている」について、男性では 54.6%、女性では 53.3%となっており、男性のほうが 1.3 ポイント高くなっています。

【図表 2-6-20    かかりつけ薬局・薬剤師を決めているか（性別）】



性別・年齢別にみると、「決めている」では、80歳以上の女性が84.9%で最も高くなっています。

【図表 2-6-21 かかりつけ薬局・薬剤師を決めているか（性別・年齢別）】

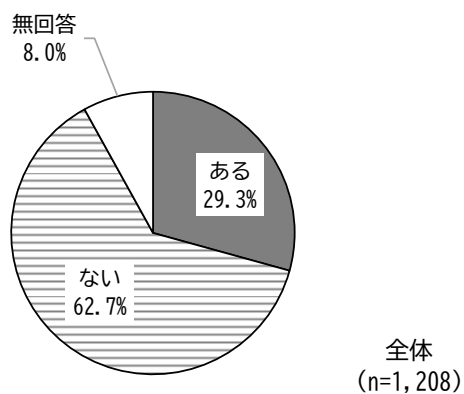


## （８）健康に関して悩みがあるか

|      |                       |
|------|-----------------------|
| 問 34 | 健康のことで悩みはありますか。（○は１つ） |
|------|-----------------------|

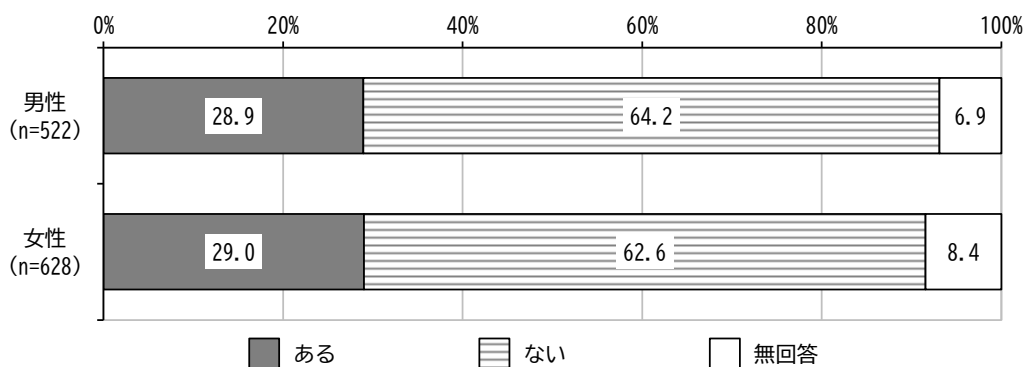
健康に関して悩みがあるかについて、「ある」が 29.3%、「ない」が 62.7%となっています。

【図表 2-6-22 健康に関して悩みがあるか】



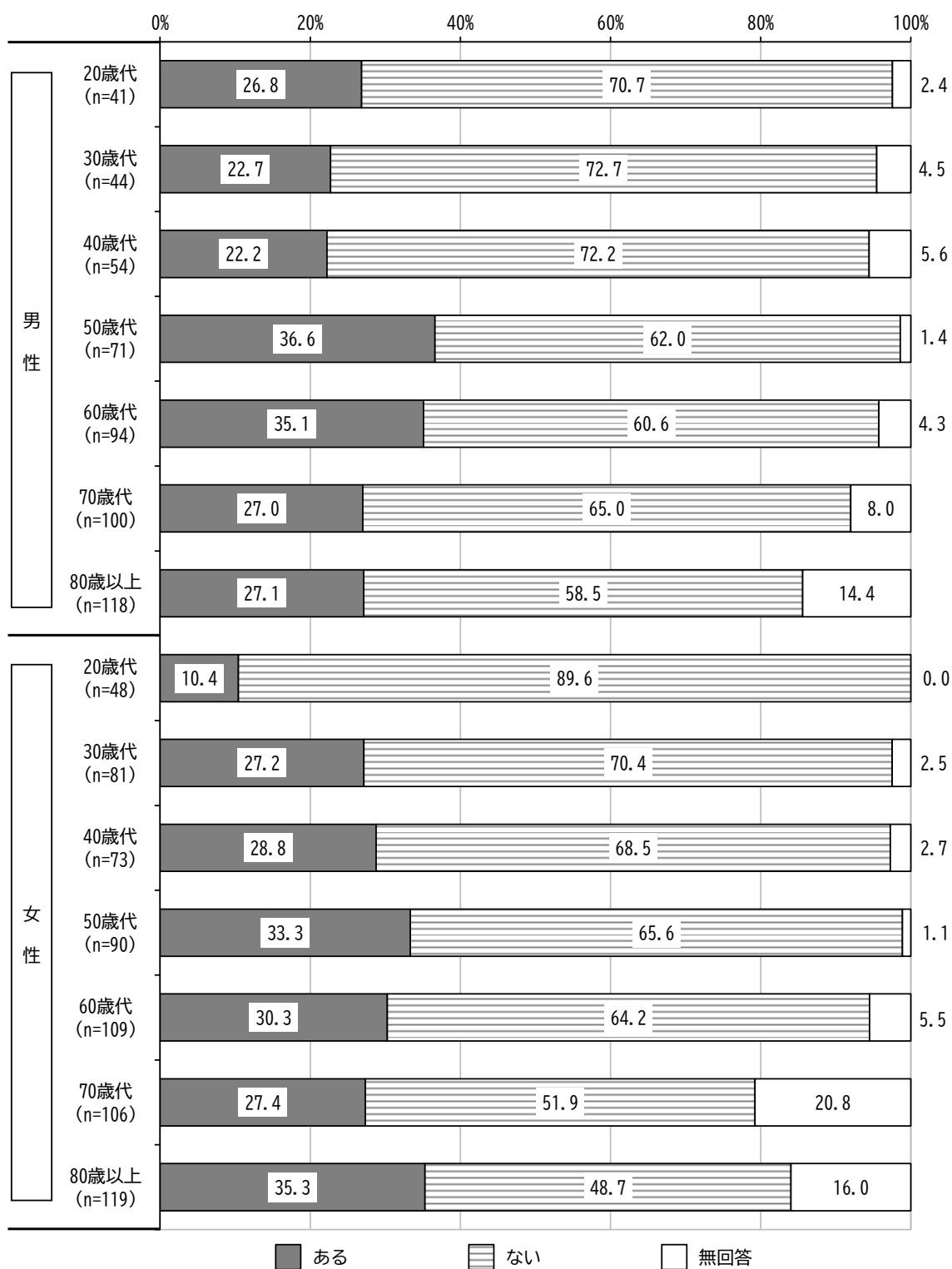
性別にみると、「ある」について、男性では 28.9%、女性では 29.0%となっており、女性のほうが 0.1 ポイント高くなっています。

【図表 2-6-23 健康に関して悩みがあるか（性別）】



性別・年齢別にみると、「ある」では、50 歳代の男性が 36.6%で最も高くなっています。

【図表 2-6-24 健康に関して悩みがあるか（性別・年齢別）】



## (9) 健康に関する悩みの内容

|        |                                                |
|--------|------------------------------------------------|
| 問 34-1 | <b>【問 34 で「ある」と答えた方にお聞きします】</b><br>どのような悩みですか。 |
|--------|------------------------------------------------|

健康に関する悩みの内容について、カテゴリーに分類したところ、「腰痛・膝痛・関節痛」が 74 件で最も多く、次いで「高血圧・心疾患・循環器系」が 34 件、「糖尿病・肥満・血糖値・代謝系」が 28 件となっています。

【図表 2-6-25 健康に関する悩みの内容】

| カテゴリー                    | 内容                          |
|--------------------------|-----------------------------|
| 腰痛・膝痛・関節痛<br>(74 件)      | 腰痛                          |
|                          | 腰が曲がってきた／腰のいたみ              |
|                          | 膝の痛み、膝軟骨損傷、人工関節の悩み          |
|                          | 股関節痛、関節リウマチ、関節痛（両膝・手指など）    |
|                          | 足腰の痛み、歩行困難、転倒の不安            |
| 高血圧・心疾患・循環器系<br>(34 件)   | 高血圧                         |
|                          | 心不全、不整脈、心臓の脈の乱れ             |
|                          | 狭心症、大動脈弁狭窄症、心房細動            |
|                          | 血圧にむらがある、血圧が少し高い            |
| 糖尿病・肥満・血糖値・代謝系<br>(28 件) | 糖尿病                         |
|                          | 血糖値が高い／血糖値の調整               |
|                          | 肥満、太り気味、痩せたい、体重が減らない        |
|                          | メタボ、BMI 値が高い、中性脂肪、脂肪肝       |
| 加齢・体力低下・老化不安<br>(22 件)   | 身体のおとろえ、疲れやすい               |
|                          | 高齢による不安（健康寿命、ねたきりにならないか）    |
|                          | 足が弱くなってきた、歩行困難              |
|                          | 認知症の不安、忘れ事、ボケないか心配          |
|                          | 加齢黄斑変性、視力低下、耳が聞こえにくい        |
| がん・難病・治療中<br>(21 件)      | 親族がガンで亡くなった                 |
|                          | 大腸がん手術後、乳がん治療中、膀胱がん、肺がん転移など |
|                          | 胃がん、ポリープ、白板症（がん化の可能性）       |
|                          | 難病治療中、治療法のない病気              |

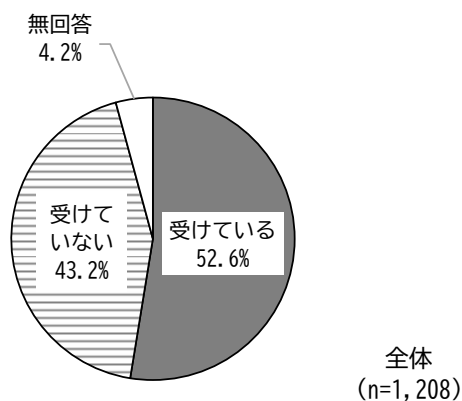
| カテゴリー                   | 内容                    |
|-------------------------|-----------------------|
| 目・耳・歯など感覚器・口腔<br>(14 件) | 目が見えにくい、目の病気（緑内障、白内障） |
|                         | 耳が聞こえにくい、耳鳴り          |
|                         | 歯周病、歯の治療中、口臭、口内炎      |
| 睡眠・排尿・生活習慣<br>(11 件)    | 夜中にトイレに何回も起きる、頻尿      |
|                         | 睡眠が浅い、不眠、寝たい時間に眠れない   |
|                         | 食事の献立、食生活の悩み          |
|                         | 運動不足                  |
| 経済的・医療費の不安<br>(7 件)     | 治療費が高い                |
|                         | 入院や手術に伴う経済的な不安        |
| 精神的・漠然とした不安<br>(7 件)    | 精神的な不安、鬱、不安障害         |
|                         | ストレス、更年期障害            |
|                         | 何となくだるい、漠然とした不安       |

## (10) 病気の治療を受けているか

問 35 病気の治療を受けていますか。(○は1つ)

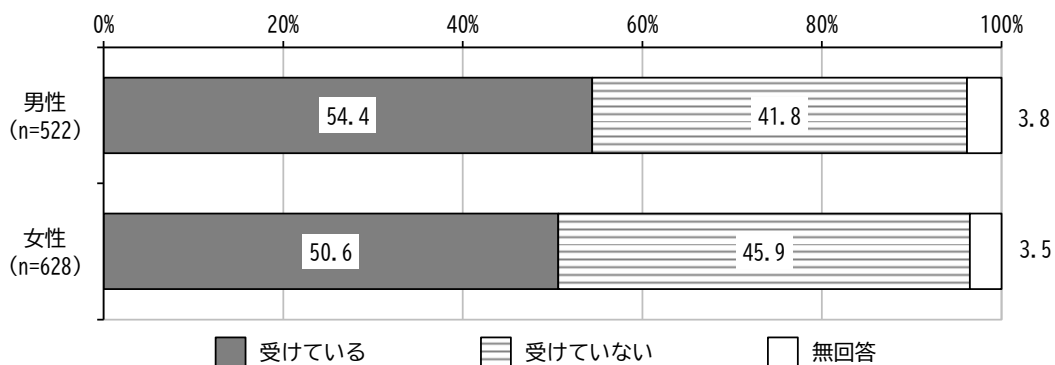
病気の治療を受けているかについて、「受けている」が52.6%、「受けていない」が43.2%となっています。

【図表 2-6-26 病気の治療を受けているか】



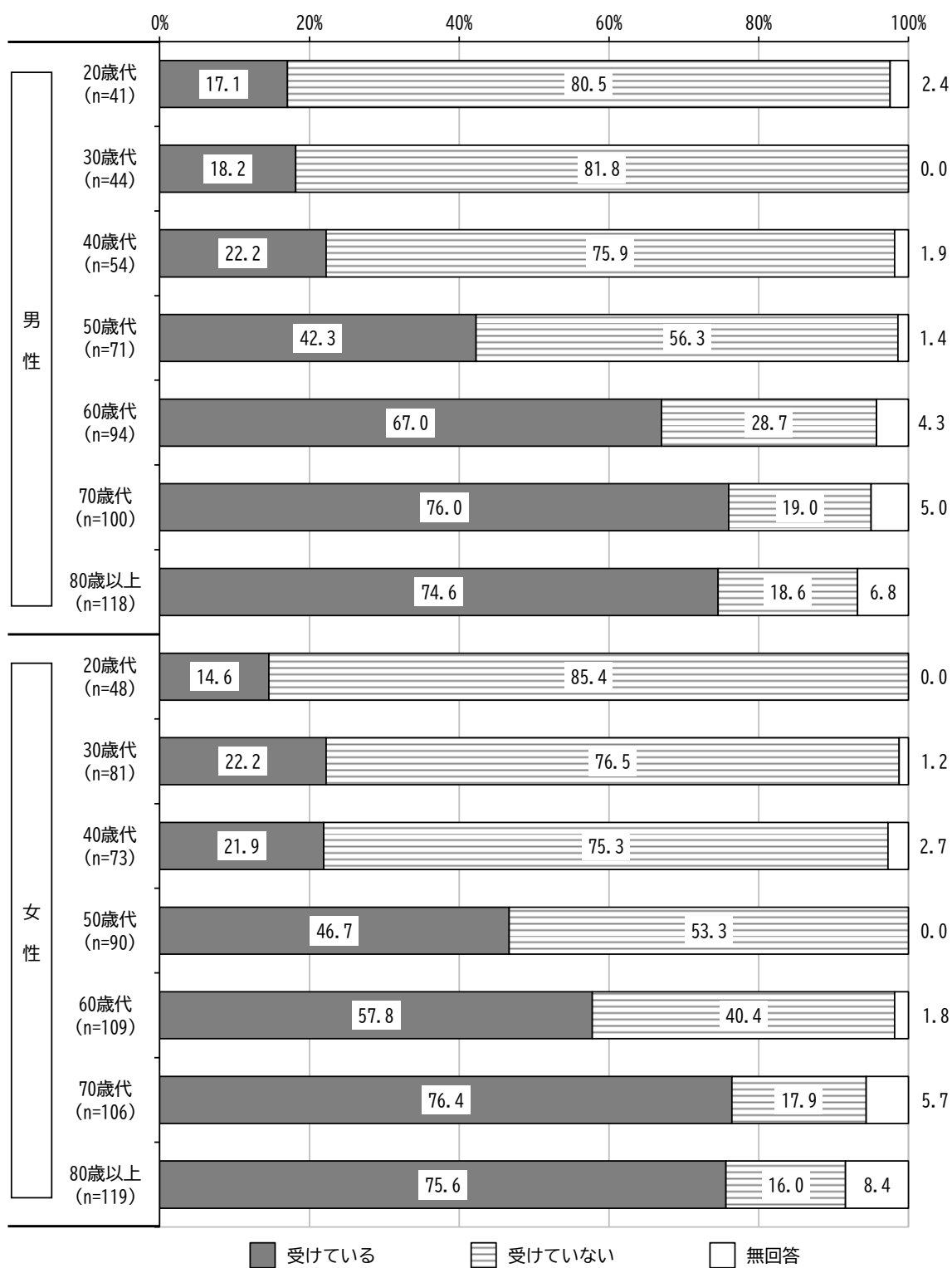
性別にみると、「受けている」について、男性では54.4%、女性では50.6%となっており、男性のほうが3.8ポイント高くなっています。

【図表 2-6-27 病気の治療を受けているか（性別）】



性別・年齢別にみると、「受けている」では、70歳代の女性が76.4%で最も高くなっています。

【図表 2-6-28 病気の治療を受けているか（性別・年齢別）】

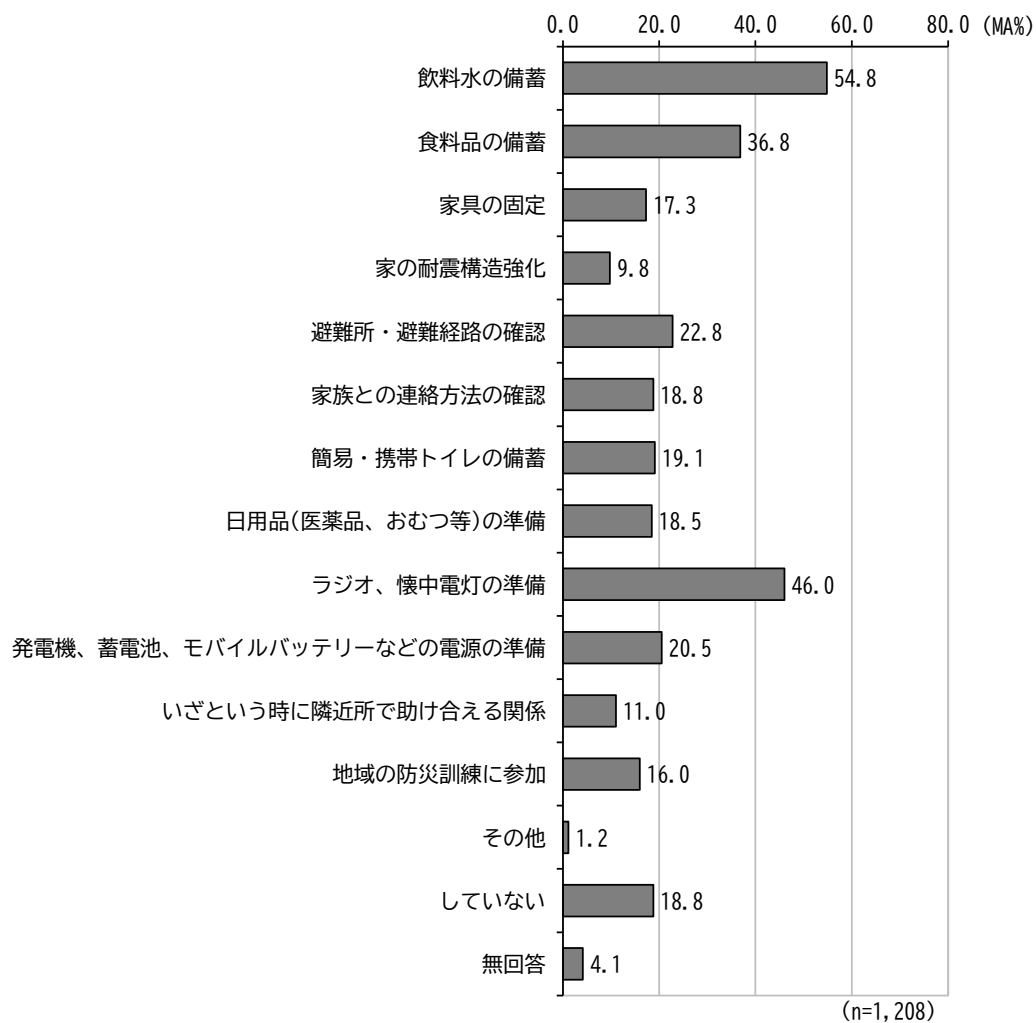


# (11) 災害時への備えの内容

|      |                               |
|------|-------------------------------|
| 問 36 | 災害時に対してどんな準備をしていますか。(○はいくつでも) |
|------|-------------------------------|

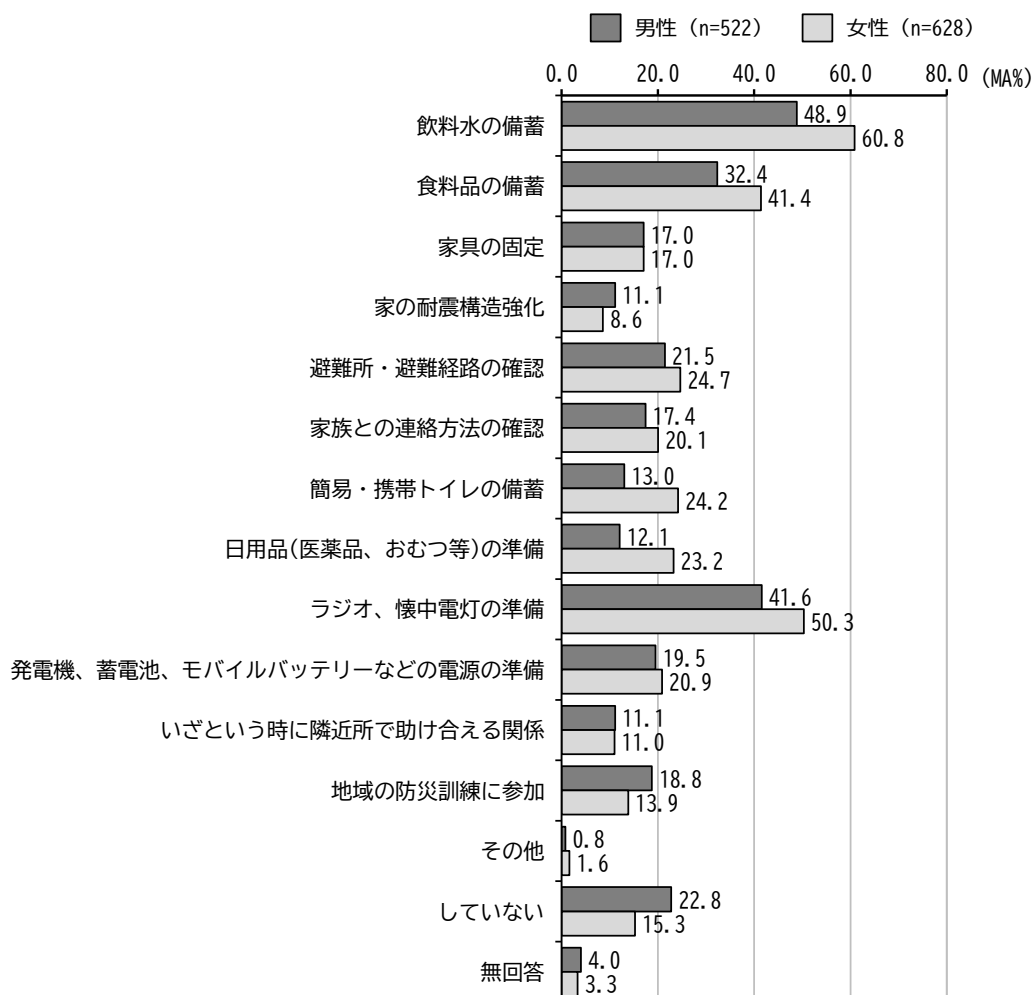
災害時への備えの内容について、「飲料水の備蓄」が 54.8%で最も高く、次いで「ラジオ、懐中電灯の準備」が 46.0%、「食料品の備蓄」が 36.8%となっています。

【図表 2-6-29 災害時への備えの内容】



性別にみると、「していない」について、男性では 22.8%、女性では 15.3%となっており、男性のほうが 7.5 ポイント高くなっています。

【図表 2-6-30 災害時への備えの内容（性別）】



性別・年齢別にみると、「していない」では、20歳代の男性が39.0%で最も高くなっています。

【図表 2-6-31 災害時への備えの内容（性別・年齢別）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：(MA%)

|    |       | 合計（人） | 飲料水の備蓄 | 食料品の備蓄 | 家具の固定 | 家の耐震構造強化 | 避難所・避難経路の確認 | 家族との連絡方法の確認 | 簡易・携帯トイレの備蓄 | 日用品（医薬品、おむつ）の準備 | ラジオ、懐中電灯の準備 | 電池、蓄電池、モバイルバッテリーなどの電源の準備 | いざという時に隣近所で助け合える関係 | 地域の防災訓練に参加 |
|----|-------|-------|--------|--------|-------|----------|-------------|-------------|-------------|-----------------|-------------|--------------------------|--------------------|------------|
| 男性 | 20歳代  | 41    | 39.0   | 31.7   | 7.3   | 0.0      | 22.0        | 14.6        | 12.2        | 12.2            | 24.4        | 19.5                     | 2.4                | 7.3        |
|    | 30歳代  | 44    | 63.6   | 54.5   | 25.0  | 22.7     | 29.5        | 29.5        | 20.5        | 25.0            | 40.9        | 43.2                     | 13.6               | 13.6       |
|    | 40歳代  | 54    | 68.5   | 42.6   | 22.2  | 25.9     | 20.4        | 18.5        | 14.8        | 13.0            | 37.0        | 22.2                     | 9.3                | 20.4       |
|    | 50歳代  | 71    | 64.8   | 35.2   | 18.3  | 8.5      | 23.9        | 28.2        | 16.9        | 8.5             | 42.3        | 29.6                     | 12.7               | 14.1       |
|    | 60歳代  | 94    | 46.8   | 33.0   | 22.3  | 10.6     | 19.1        | 11.7        | 12.8        | 14.9            | 41.5        | 22.3                     | 8.5                | 24.5       |
|    | 70歳代  | 100   | 42.0   | 23.0   | 8.0   | 5.0      | 21.0        | 18.0        | 10.0        | 6.0             | 46.0        | 15.0                     | 9.0                | 24.0       |
|    | 80歳以上 | 118   | 35.6   | 25.4   | 17.8  | 11.0     | 19.5        | 11.0        | 10.2        | 11.9            | 45.8        | 5.1                      | 16.9               | 17.8       |
| 女性 | 20歳代  | 48    | 50.0   | 47.9   | 16.7  | 10.4     | 22.9        | 20.8        | 27.1        | 35.4            | 47.9        | 25.0                     | 6.3                | 0.0        |
|    | 30歳代  | 81    | 64.2   | 48.1   | 18.5  | 9.9      | 27.2        | 22.2        | 43.2        | 33.3            | 30.9        | 30.9                     | 7.4                | 8.6        |
|    | 40歳代  | 73    | 64.4   | 43.8   | 11.0  | 12.3     | 38.4        | 17.8        | 24.7        | 16.4            | 42.5        | 23.3                     | 8.2                | 12.3       |
|    | 50歳代  | 90    | 65.6   | 43.3   | 15.6  | 4.4      | 31.1        | 24.4        | 31.1        | 21.1            | 56.7        | 30.0                     | 7.8                | 15.6       |
|    | 60歳代  | 109   | 58.7   | 39.4   | 16.5  | 4.6      | 20.2        | 15.6        | 18.3        | 13.8            | 49.5        | 22.0                     | 10.1               | 14.7       |
|    | 70歳代  | 106   | 65.1   | 40.6   | 24.5  | 8.5      | 20.8        | 23.6        | 19.8        | 26.4            | 57.5        | 14.2                     | 14.2               | 20.8       |
|    | 80歳以上 | 119   | 55.5   | 33.6   | 14.3  | 11.8     | 18.5        | 17.6        | 13.4        | 23.5            | 58.8        | 9.2                      | 17.6               | 16.0       |

|    |       | 合計（人） | その他 | していない | 無回答 |
|----|-------|-------|-----|-------|-----|
| 男性 | 20歳代  | 41    | 2.4 | 39.0  | 2.4 |
|    | 30歳代  | 44    | 0.0 | 15.9  | 2.3 |
|    | 40歳代  | 54    | 0.0 | 9.3   | 3.7 |
|    | 50歳代  | 71    | 0.0 | 12.7  | 1.4 |
|    | 60歳代  | 94    | 1.1 | 26.6  | 2.1 |
|    | 70歳代  | 100   | 1.0 | 28.0  | 6.0 |
|    | 80歳以上 | 118   | 0.8 | 24.6  | 6.8 |
| 女性 | 20歳代  | 48    | 2.1 | 12.5  | 0.0 |
|    | 30歳代  | 81    | 0.0 | 19.8  | 0.0 |
|    | 40歳代  | 73    | 6.8 | 12.3  | 1.4 |
|    | 50歳代  | 90    | 0.0 | 10.0  | 1.1 |
|    | 60歳代  | 109   | 0.9 | 21.1  | 1.8 |
|    | 70歳代  | 106   | 0.9 | 15.1  | 6.6 |
|    | 80歳以上 | 119   | 1.7 | 14.3  | 7.6 |

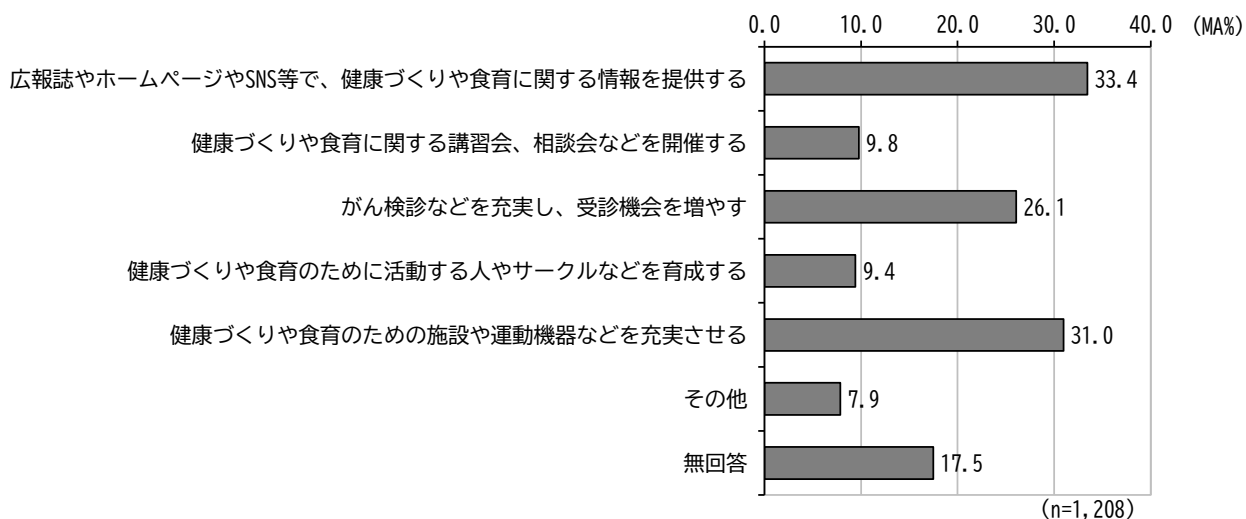
## (12) 南あわじ市に取り組んでほしい事業

問 37

健康づくりのための施策として、南あわじ市に取り組んで欲しい事業はありますか。(〇はいくつでも)

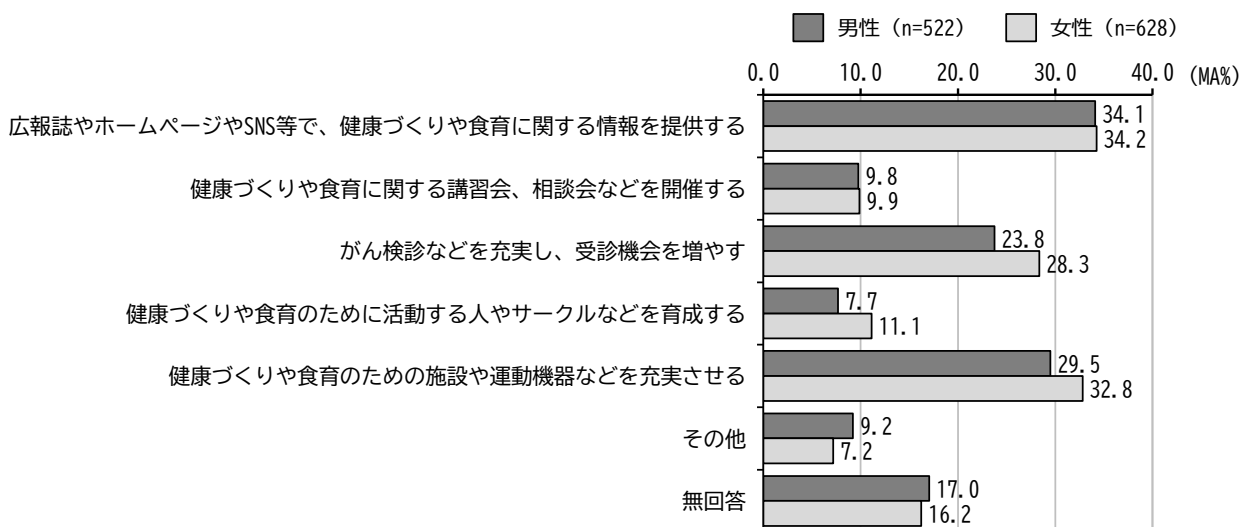
南あわじ市に取り組んでほしい事業について、「広報誌やホームページや SNS 等で、健康づくりや食育に関する情報を提供する」が 33.4%で最も高く、次いで「健康づくりや食育のための施設や運動機器などを充実させる」が 31.0%、「がん検診などを充実し、受診機会を増やす」が 26.1%となっています。

【図表 2-6-32 南あわじ市に取り組んでほしい事業】



性別にみると、男性・女性ともに「広報誌やホームページや SNS 等で、健康づくりや食育に関する情報を提供する」が最も高くなっています。

【図表 2-6-33 南あわじ市に取り組んでほしい事業（性別）】



性別・年齢別にみると、「広報誌やホームページや SNS 等で、健康づくりや食育に関する情報を提供する」では、20 歳代の女性が 41.7%で最も高くなっています。

【図表 2-6-34 南あわじ市に取り組んでほしい事業（性別・年齢別）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：(MA%)

|    |       | 合計<br>(人) | で、広報誌やホームページや SNS 等で、健康づくりや食育に関する情報を提供する | 健康づくりや食育に関する講習会、相談会などを開催する | がん検診などを充実し、受診機会を増やす | 健康づくりや食育のために活動する人やサークルなどを育成する | 健康づくりや食育のための施設や運動機器などを充実させる | その他  | 無回答  |
|----|-------|-----------|------------------------------------------|----------------------------|---------------------|-------------------------------|-----------------------------|------|------|
| 男性 | 20歳代  | 41        | 36.6                                     | 12.2                       | 22.0                | 9.8                           | 34.1                        | 4.9  | 9.8  |
|    | 30歳代  | 44        | 36.4                                     | 9.1                        | 27.3                | 13.6                          | 52.3                        | 6.8  | 13.6 |
|    | 40歳代  | 54        | 38.9                                     | 7.4                        | 24.1                | 5.6                           | 29.6                        | 7.4  | 9.3  |
|    | 50歳代  | 71        | 35.2                                     | 15.5                       | 29.6                | 5.6                           | 31.0                        | 11.3 | 5.6  |
|    | 60歳代  | 94        | 41.5                                     | 5.3                        | 33.0                | 6.4                           | 28.7                        | 9.6  | 7.4  |
|    | 70歳代  | 100       | 39.0                                     | 11.0                       | 21.0                | 8.0                           | 26.0                        | 11.0 | 18.0 |
|    | 80歳以上 | 118       | 19.5                                     | 9.3                        | 14.4                | 7.6                           | 22.0                        | 9.3  | 38.1 |
| 女性 | 20歳代  | 48        | 41.7                                     | 4.2                        | 39.6                | 4.2                           | 41.7                        | 4.2  | 8.3  |
|    | 30歳代  | 81        | 27.2                                     | 6.2                        | 46.9                | 8.6                           | 40.7                        | 12.3 | 4.9  |
|    | 40歳代  | 73        | 38.4                                     | 12.3                       | 42.5                | 16.4                          | 30.1                        | 5.5  | 4.1  |
|    | 50歳代  | 90        | 38.9                                     | 4.4                        | 31.1                | 10.0                          | 45.6                        | 5.6  | 5.6  |
|    | 60歳代  | 109       | 41.3                                     | 7.3                        | 28.4                | 10.1                          | 30.3                        | 9.2  | 12.8 |
|    | 70歳代  | 106       | 28.3                                     | 17.0                       | 14.2                | 12.3                          | 32.1                        | 3.8  | 25.5 |
|    | 80歳以上 | 119       | 28.6                                     | 13.4                       | 13.4                | 12.6                          | 19.3                        | 8.4  | 37.0 |

## 7. 睡眠・ストレスについて

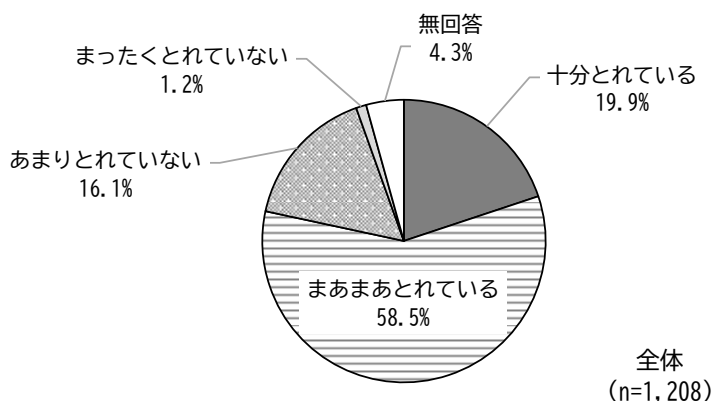
### (1) ここ1か月、睡眠によって休養がとれているか

問 38      ここ1か月、睡眠によって休養が十分とれていますか。(○は1つ)

ここ1か月、睡眠によって休養がとれているかについて、「まあまあとれている」が 58.5%で最も高く、次いで「十分とれている」が 19.9%、「あまりとれていない」が 16.1%となっています。

また、『とれている』（「十分とれている」と「まあまあとれている」の合計）について、78.4%となっています。

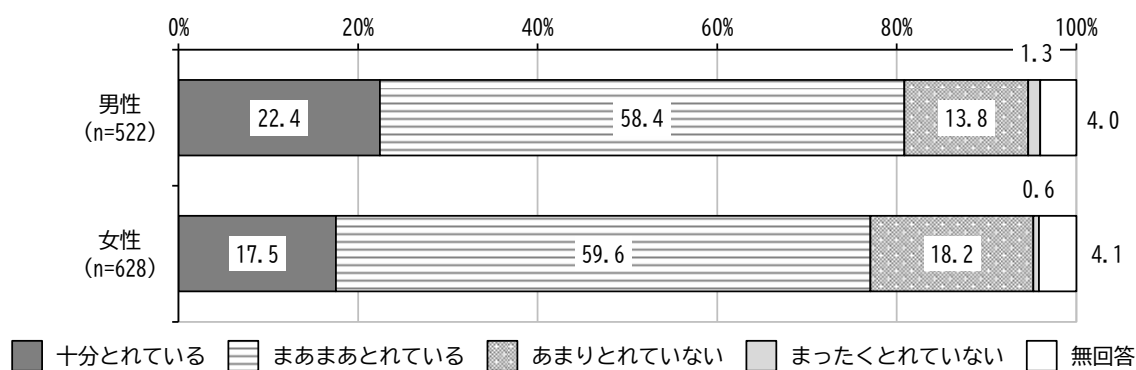
【図表 2-7-1 ここ1か月、睡眠によって休養がとれているか】



| 指標              | 対象     | 南あわじ市 | 国             |
|-----------------|--------|-------|---------------|
| 睡眠で休養がとれている者の割合 | 20 歳以上 | 78.4% | 79.6%<br>(R6) |

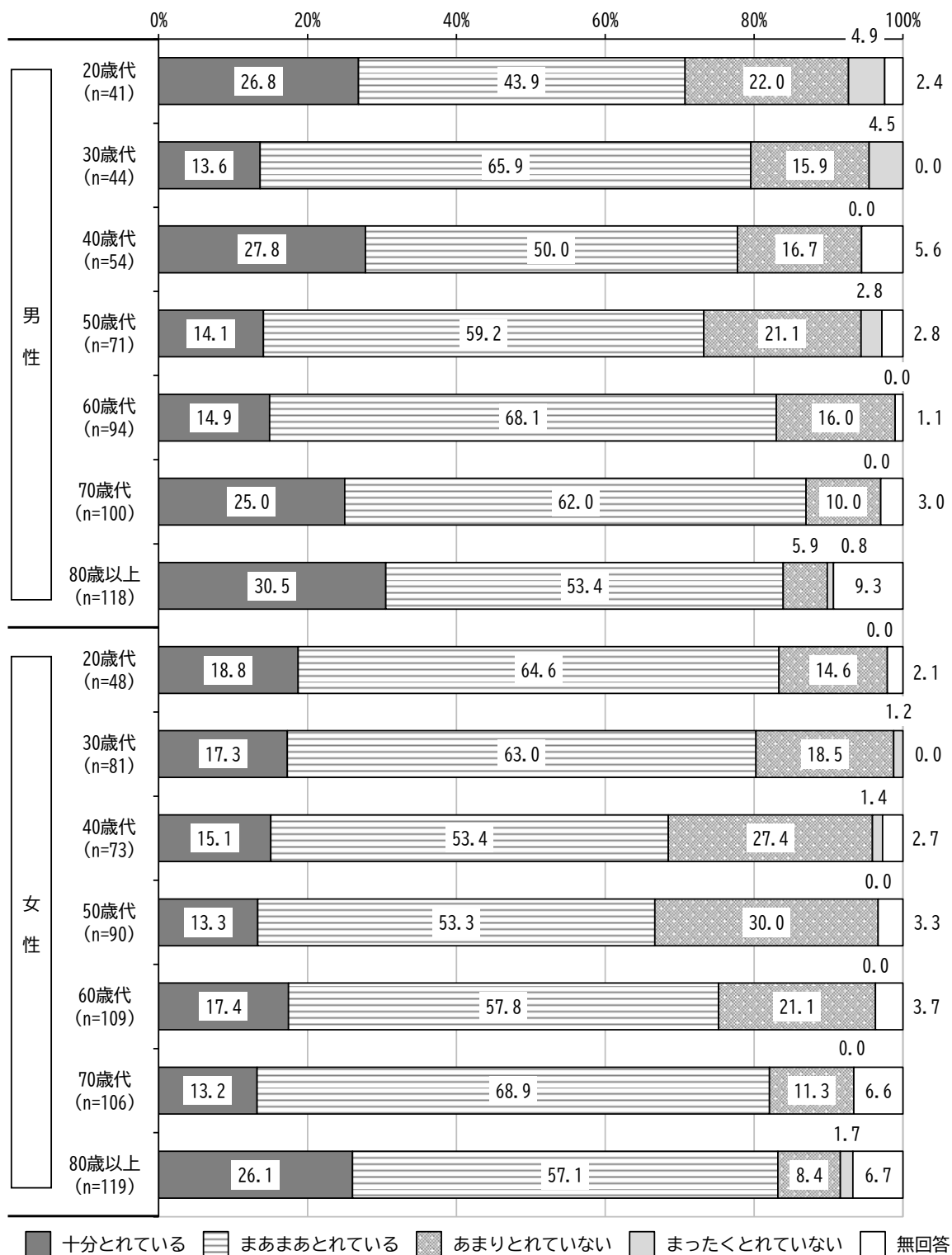
性別にみると、『とれている』（「十分とれている」と「まあまあとれている」の合計）について、男性では 80.8%、女性では 77.1%となっており、男性のほうが 3.7 ポイント高くなっています。

【図表 2-7-2 ここ1か月、睡眠によって休養がとれているか（性別）】



性別・年齢別にみると、『とれている』（「十分とれている」と「まあまあとれている」の合計）では、70歳代の男性が87.0%で最も高くなっています。

【図表 2-7-3 ここ1か月、睡眠によって休養がとれているか（性別・年齢別）】



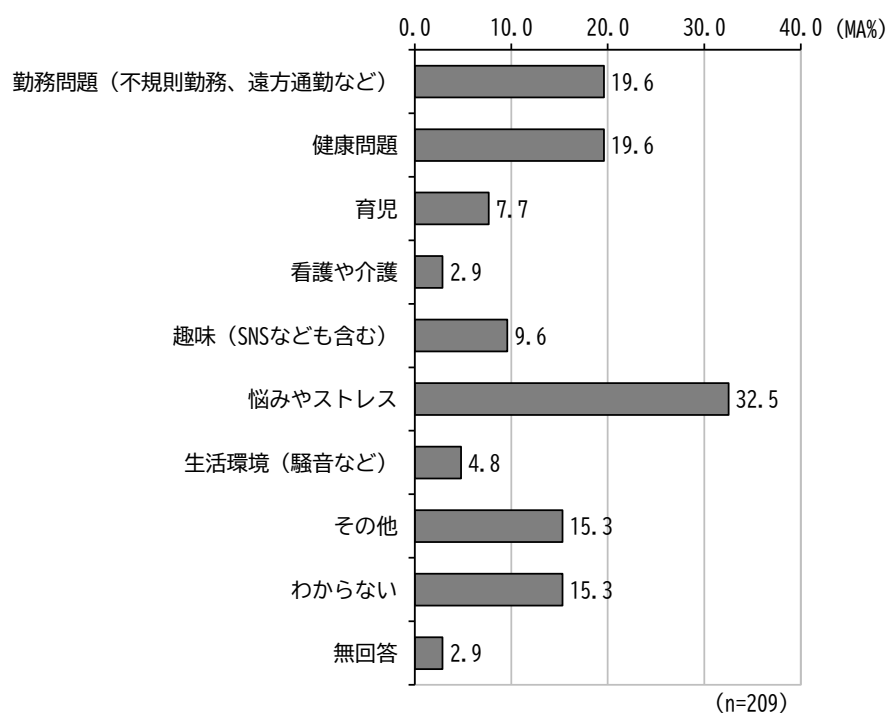
## (2) 睡眠によって休養がとれていない理由

|        |                                                                                          |
|--------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| 問 38-1 | <b>【問 38 で「あまりとれていない」「まったくとれていない」と答えた方にお聞きします】</b><br>睡眠によって休養が十分とれていない理由は何ですか。(○はいくつでも) |
|--------|------------------------------------------------------------------------------------------|

睡眠によって休養がとれていない理由について、「悩みやストレス」が 32.5%で最も高く、次いで「勤務問題（不規則勤務、遠方通勤など）」「健康問題」が 19.6%となっています。

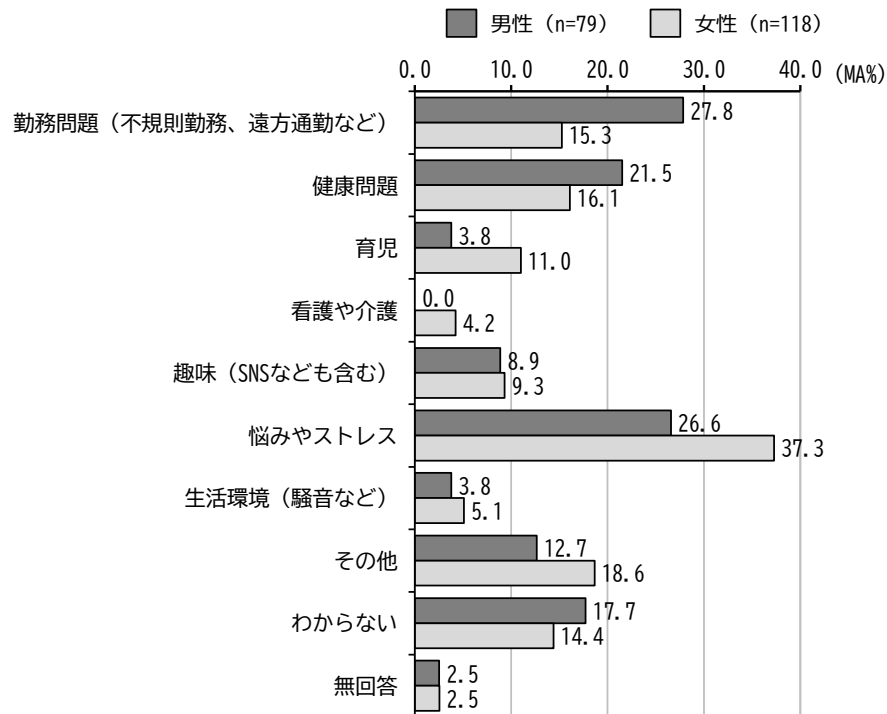
また、「その他」の内容について、『途中で目が覚めてしまうから』（9件）、『トイレに行きたくて起きてしまうから』（6件）などがあります。

【図表 2-7-4 睡眠によって休養がとれていない理由】



性別にみると、男性では、「勤務問題（不規則勤務、遠方通勤など）」が 27.8%で最も高く、女性では、「悩みやストレス」が 37.3%で最も高くなっています。

【図表 2-7-5 睡眠によって休養がとれていない理由（性別）】



性別・年齢別にみると、現役世代（20～50 歳代）の男性では「勤務問題（不規則勤務、遠方通勤など）」の割合が高く、子育て期に入る世代（20～30 歳代）の女性では、「育児」の割合が高くなっています。

【図表 2-7-6 睡眠によって休養がとれていない理由（性別・年齢別）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：(MA%)

|    |       | 合計（人） | 勤務問題（不規則勤務、遠方通勤など） | 健康問題 | 育児   | 看護や介護 | 趣味（SNSなども含む） | 悩みやストレス | 生活環境（騒音など） | その他  | わからない | 無回答  |
|----|-------|-------|--------------------|------|------|-------|--------------|---------|------------|------|-------|------|
| 男性 | 20歳代  | 11    | 27.3               | 18.2 | 9.1  | 0.0   | 9.1          | 54.5    | 27.3       | 18.2 | 0.0   | 0.0  |
|    | 30歳代  | 9     | 44.4               | 11.1 | 11.1 | 0.0   | 44.4         | 11.1    | 0.0        | 11.1 | 0.0   | 0.0  |
|    | 40歳代  | 9     | 44.4               | 11.1 | 0.0  | 0.0   | 22.2         | 44.4    | 0.0        | 0.0  | 0.0   | 0.0  |
|    | 50歳代  | 17    | 47.1               | 17.6 | 5.9  | 0.0   | 0.0          | 35.3    | 0.0        | 5.9  | 11.8  | 0.0  |
|    | 60歳代  | 15    | 13.3               | 20.0 | 0.0  | 0.0   | 0.0          | 26.7    | 0.0        | 26.7 | 20.0  | 6.7  |
|    | 70歳代  | 10    | 10.0               | 50.0 | 0.0  | 0.0   | 0.0          | 0.0     | 0.0        | 20.0 | 30.0  | 0.0  |
|    | 80歳以上 | 8     | 0.0                | 25.0 | 0.0  | 0.0   | 0.0          | 0.0     | 0.0        | 0.0  | 75.0  | 12.5 |
| 女性 | 20歳代  | 7     | 14.3               | 0.0  | 42.9 | 0.0   | 14.3         | 28.6    | 0.0        | 0.0  | 14.3  | 0.0  |
|    | 30歳代  | 16    | 18.8               | 6.3  | 31.3 | 0.0   | 25.0         | 25.0    | 6.3        | 18.8 | 12.5  | 0.0  |
|    | 40歳代  | 21    | 33.3               | 19.0 | 23.8 | 4.8   | 4.8          | 52.4    | 4.8        | 9.5  | 9.5   | 0.0  |
|    | 50歳代  | 27    | 11.1               | 25.9 | 0.0  | 3.7   | 11.1         | 40.7    | 7.4        | 14.8 | 14.8  | 3.7  |
|    | 60歳代  | 23    | 17.4               | 17.4 | 0.0  | 4.3   | 8.7          | 52.2    | 0.0        | 13.0 | 17.4  | 4.3  |
|    | 70歳代  | 12    | 0.0                | 16.7 | 0.0  | 16.7  | 0.0          | 8.3     | 8.3        | 41.7 | 8.3   | 8.3  |
|    | 80歳以上 | 12    | 0.0                | 8.3  | 0.0  | 0.0   | 0.0          | 25.0    | 8.3        | 41.7 | 25.0  | 0.0  |

### (3) ここ1か月の1日の平均睡眠時間

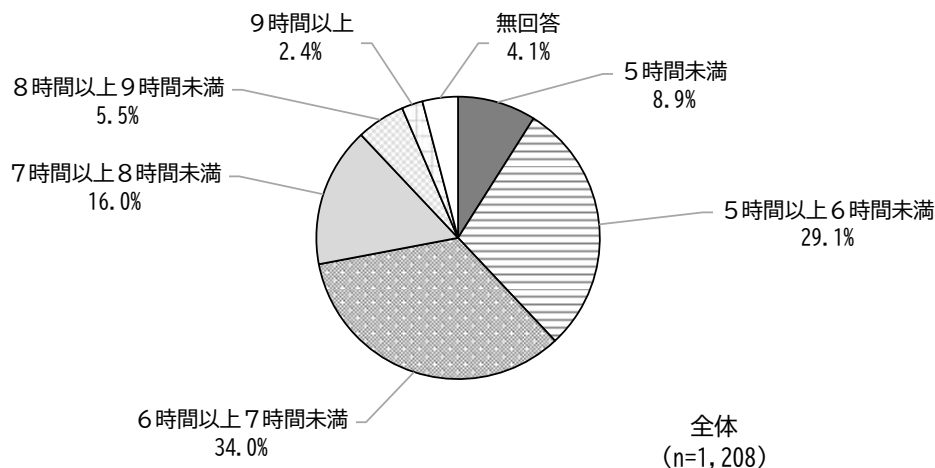
問 39

ここ1か月、1日の平均睡眠時間は何時間ですか。(○は1つ)

ここ1か月の1日の平均睡眠時間について、「6時間以上7時間未満」が34.0%で最も高く、次いで「5時間以上6時間未満」が29.1%、「7時間以上8時間未満」が16.0%となっています。

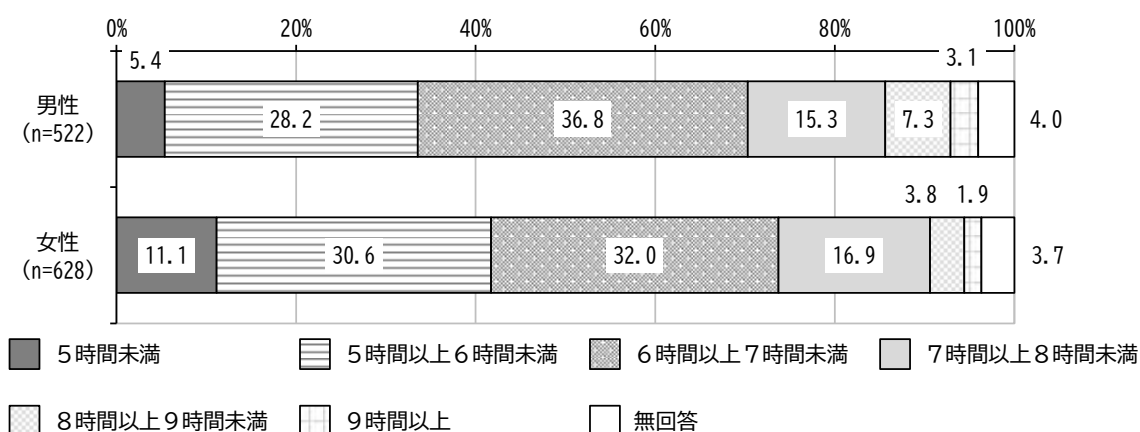
また、『6時間未満』（「5時間未満」と「5時間以上6時間未満」の合計）について、38.0%となっています。

【図表 2-7-7 ここ1か月の1日の平均睡眠時間】



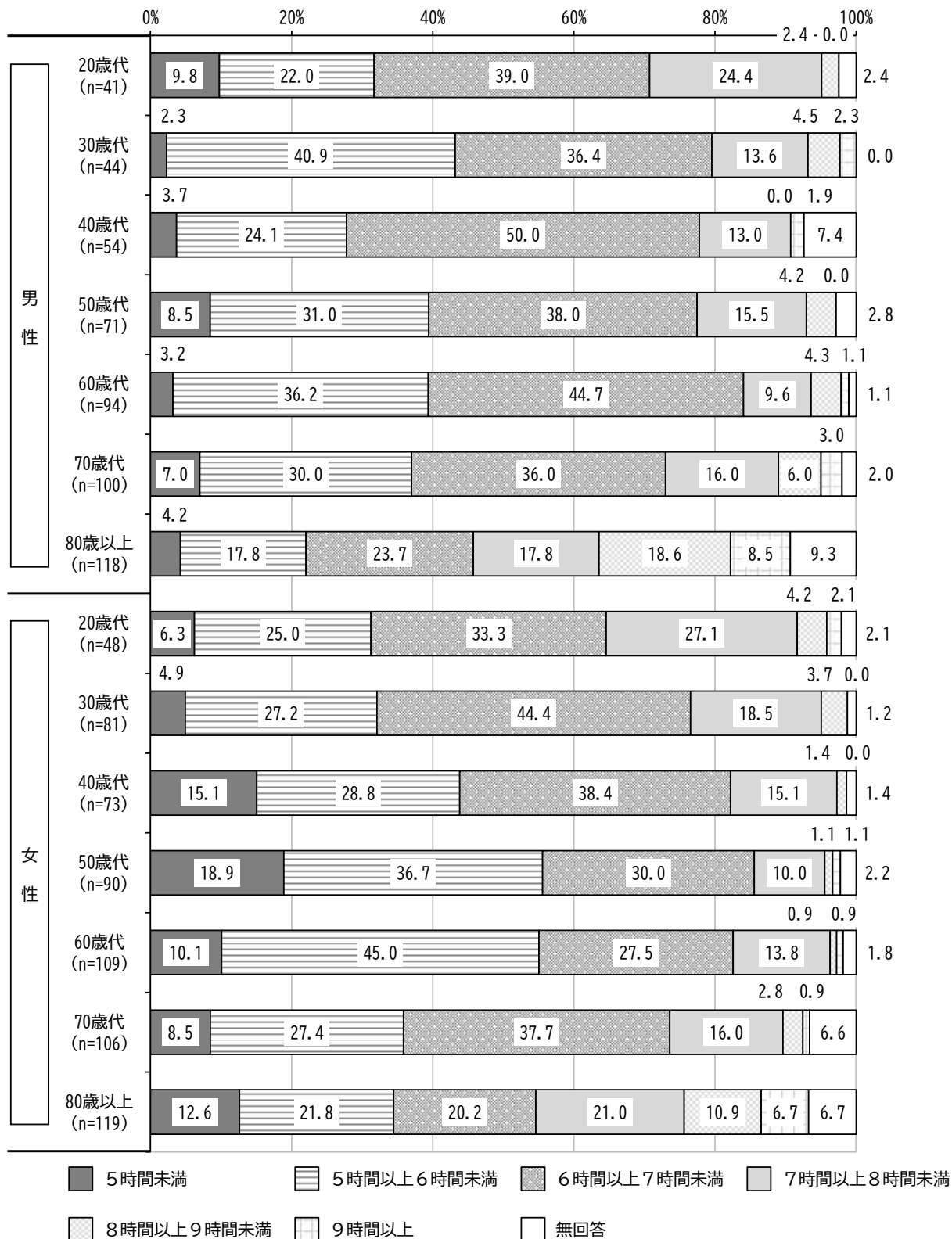
性別にみると、『6時間未満』（「5時間未満」と「5時間以上6時間未満」の合計）について、男性では33.6%、女性では41.7%となっており、女性のほうが8.1ポイント高くなっています。

【図表 2-7-8 ここ1か月の1日の平均睡眠時間（性別）】



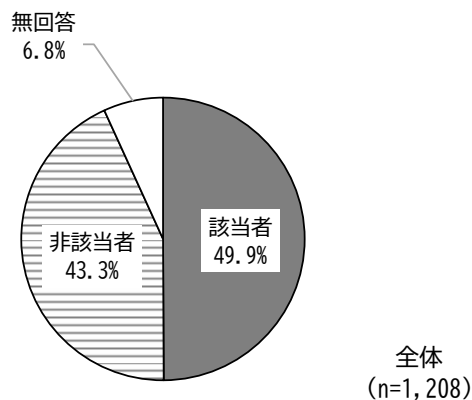
性別・年齢別にみると、『6時間未満』（「5時間未満」と「5時間以上6時間未満」の合計）では、50歳代の女性が55.6%で最も高くなっています。

【図表 2-7-9 ここ1か月の1日の平均睡眠時間（性別・年齢別）】



睡眠時間が十分に確保できている人（睡眠時間が6～9時間（60歳以上については、6～8時間）の人）について、「該当者」が49.9%、「非該当者」が43.3%となっています。

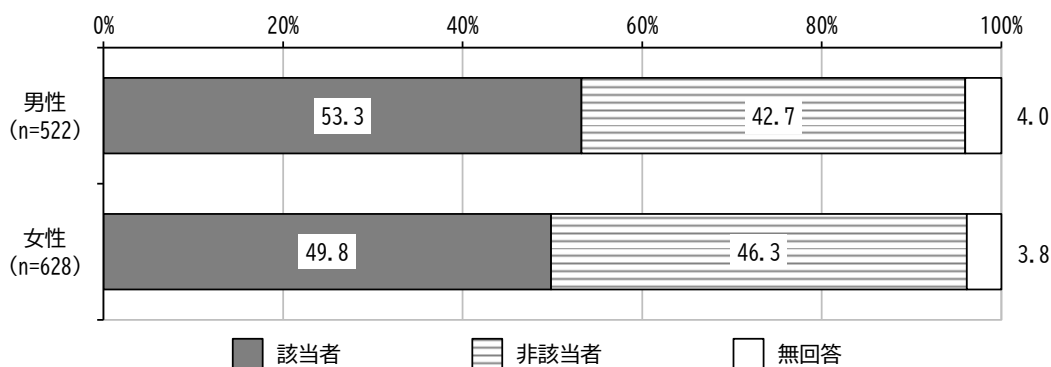
【図表 2-7-10 睡眠時間が十分に確保できている人】



| 指標                                | 対象    | 南あわじ市 | 国             |
|-----------------------------------|-------|-------|---------------|
| 睡眠時間が6～9時間（60歳以上については、6～8時間）の者の割合 | 20歳以上 | 49.9% | 56.0%<br>(R6) |

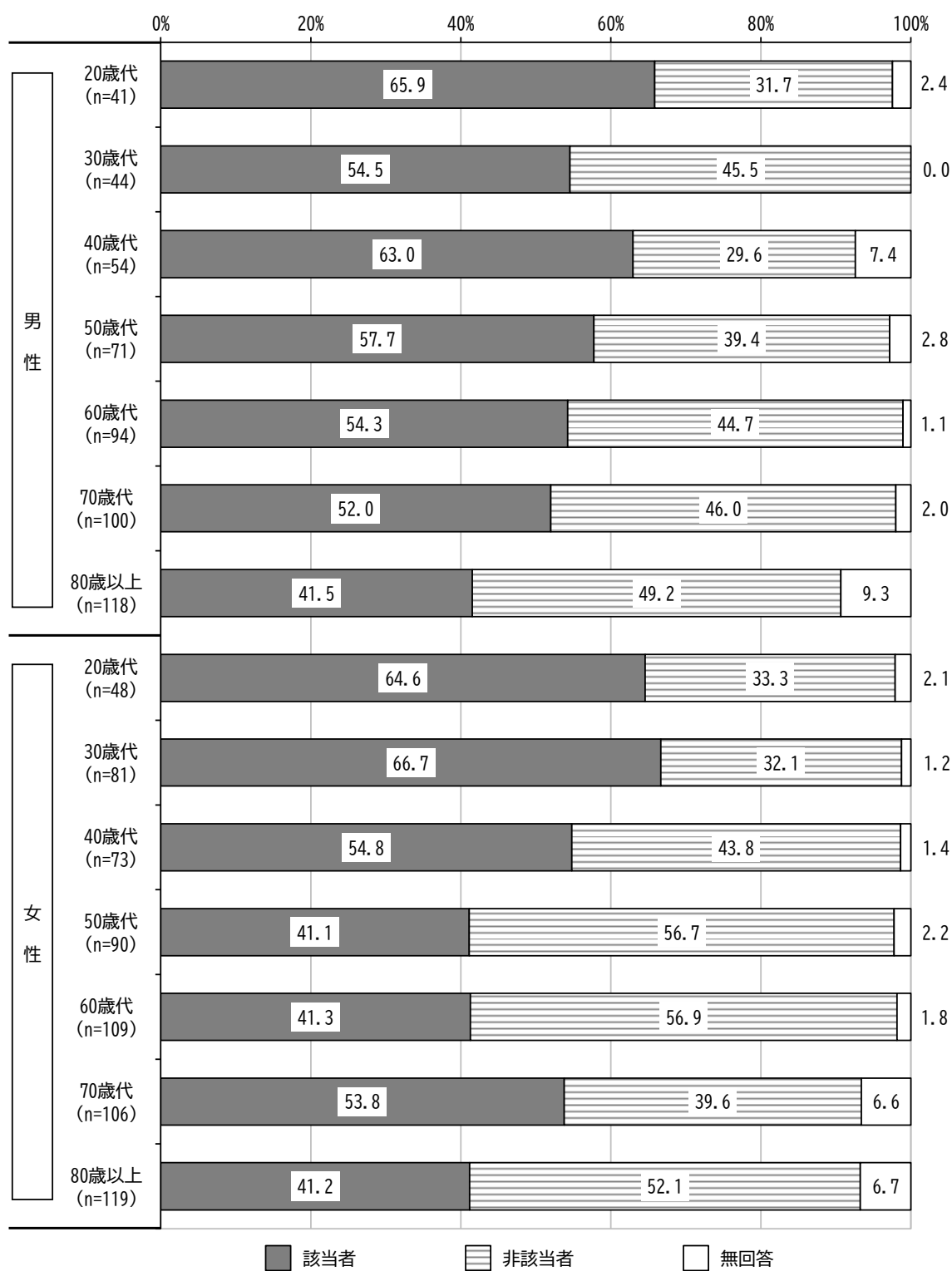
性別にみると、「該当者」について、男性では53.3%、女性では49.8%となっており、男性のほうが3.5ポイント高くなっています。

【図表 2-7-11 睡眠時間が十分に確保できている人（性別）】



性別・年齢別にみると、「該当者」では、30歳代の女性が66.7%で最も高くなっています。

【図表 2-7-12 睡眠時間が十分に確保できている人（性別・年齢別）】



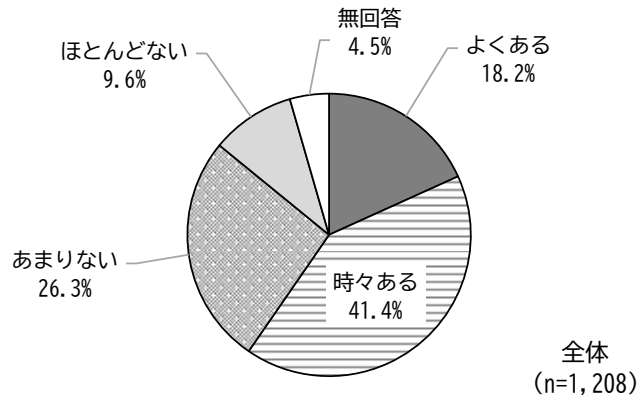
#### (4) ここ1か月でストレスを感じたことがあるか

問 40

ここ1か月で、ストレスを感じたことがありますか。(○は1つ)

ここ1か月でストレスを感じたことがあるかについて、「時々ある」が41.4%で最も高く、次いで「あまりない」が26.3%、「よくある」が18.2%となっています。

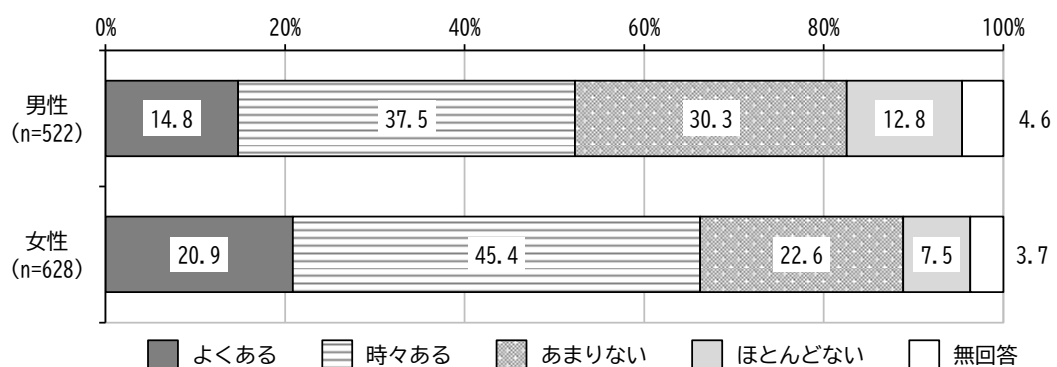
【図表 2-7-13 ここ1か月でストレスを感じたことがあるか】



| 指標                | 対象     | 南あわじ市 | 兵庫県           |
|-------------------|--------|-------|---------------|
| ストレスを大に感じる人の割合の減少 | 20 歳以上 | 18.2% | 19.3%<br>(R3) |

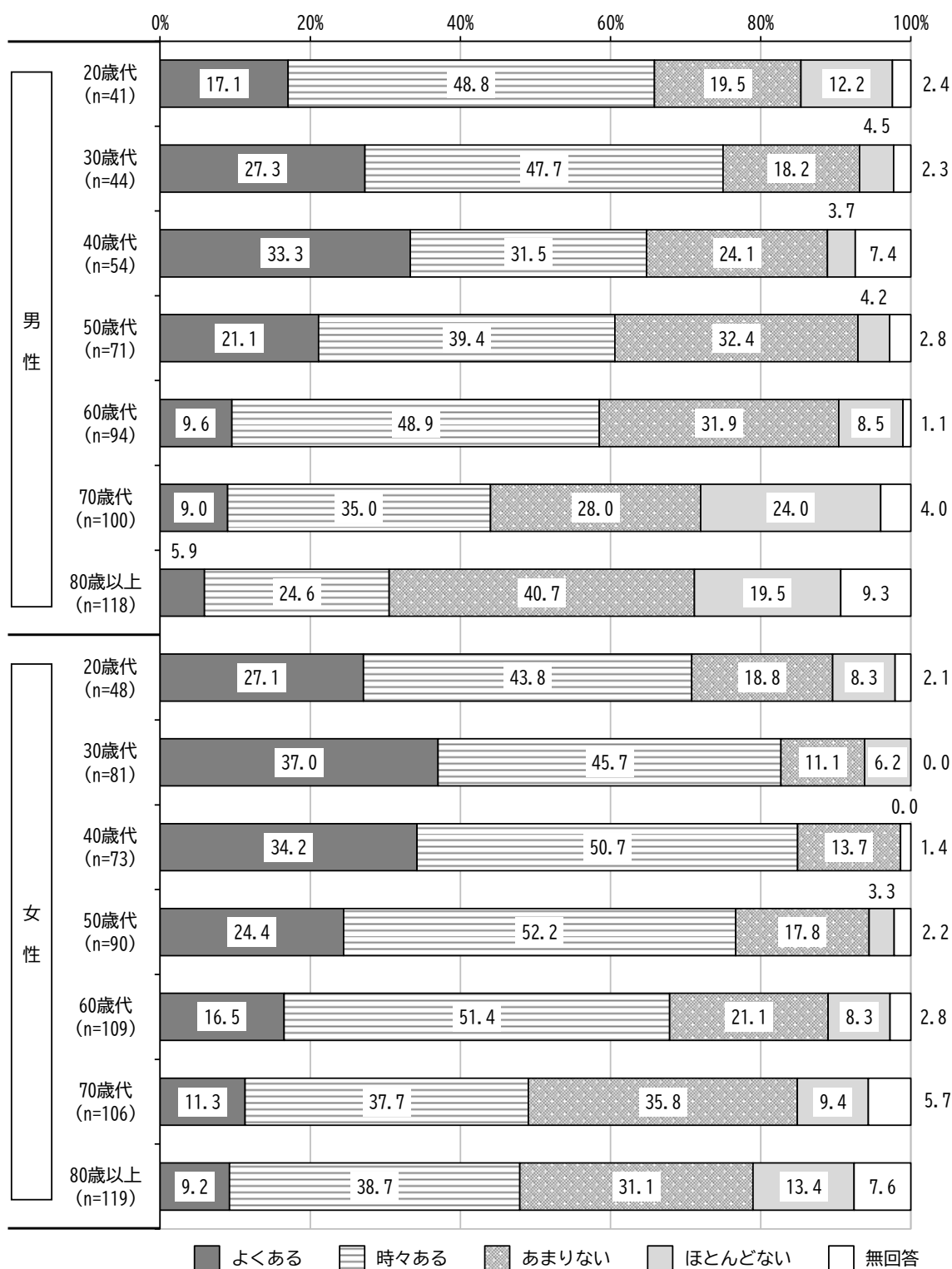
性別にみると、「よくある」について、男性では14.8%、女性では20.9%となっており、女性のほうが6.1ポイント高くなっています。

【図表 2-7-14 ここ1か月でストレスを感じたことがあるか（性別）】



性別・年齢別にみると、「よくある」では、30歳代の女性が37.0%で最も高くなっています。

【図表 2-7-15 ここ1か月でストレスを感じたことがあるか（性別・年齢別）】



## (5) ストレスを感じた内容

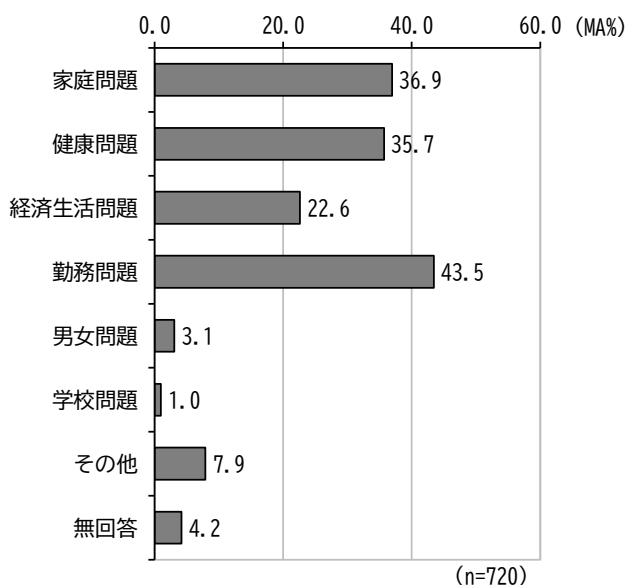
問 40-1

【問 40 で「よくある」「時々ある」と答えた方にお聞きます】

どんなことにストレスを感じますか。(○はいくつでも)

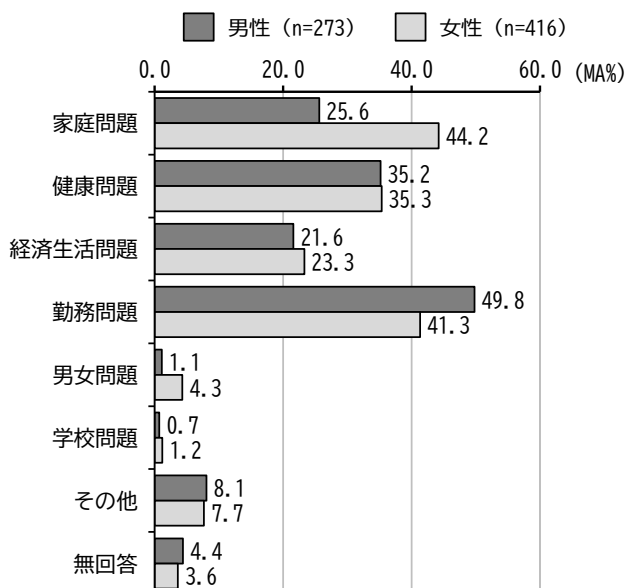
ストレスを感じた内容について、「勤務問題」が 43.5%で最も高く、次いで「家庭問題」が 36.9%、「健康問題」が 35.7%となっています。

【図表 2-7-16 ストレスを感じた内容】



性別にみると、男性では、「勤務問題」が 49.8%で最も高く、女性では、「家庭問題」が 44.2%で最も高くなっています。また、「家庭問題」について、男性では 25.6%、女性では 44.2%となっており、女性のほうが 18.6 ポイント高くなっています。

【図表 2-7-17 ストレスを感じた内容（性別）】



性別・年齢別にみると、「家庭問題」では、30歳代の女性が53.7%で最も高く、「健康問題」では、80歳以上の男性が69.4%で最も高く、「勤務問題」では、40歳代の男性が82.9%で最も高くなっています。

【図表 2-7-18 ストレスを感じた内容（性別・年齢別）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：(MA%)

|    |       | 合計<br>(人) | 家庭<br>問題 | 健康<br>問題 | 経済<br>生活<br>問題 | 勤務<br>問題 | 男女<br>問題 | 学<br>校<br>問<br>題 | そ<br>の<br>他 | 無<br>回<br>答 |
|----|-------|-----------|----------|----------|----------------|----------|----------|------------------|-------------|-------------|
| 男性 | 20歳代  | 27        | 18.5     | 11.1     | 25.9           | 59.3     | 0.0      | 7.4              | 18.5        | 3.7         |
|    | 30歳代  | 33        | 33.3     | 27.3     | 30.3           | 75.8     | 3.0      | 0.0              | 3.0         | 6.1         |
|    | 40歳代  | 35        | 22.9     | 8.6      | 25.7           | 82.9     | 0.0      | 0.0              | 8.6         | 0.0         |
|    | 50歳代  | 43        | 18.6     | 23.3     | 20.9           | 76.7     | 2.3      | 0.0              | 2.3         | 2.3         |
|    | 60歳代  | 55        | 32.7     | 40.0     | 16.4           | 47.3     | 0.0      | 0.0              | 7.3         | 5.5         |
|    | 70歳代  | 44        | 27.3     | 54.5     | 20.5           | 13.6     | 2.3      | 0.0              | 6.8         | 9.1         |
|    | 80歳以上 | 36        | 22.2     | 69.4     | 16.7           | 2.8      | 0.0      | 0.0              | 13.9        | 2.8         |
| 女性 | 20歳代  | 34        | 32.4     | 23.5     | 20.6           | 55.9     | 17.6     | 5.9              | 5.9         | 2.9         |
|    | 30歳代  | 67        | 53.7     | 28.4     | 28.4           | 58.2     | 9.0      | 3.0              | 6.0         | 0.0         |
|    | 40歳代  | 62        | 48.4     | 22.6     | 32.3           | 69.4     | 4.8      | 0.0              | 3.2         | 0.0         |
|    | 50歳代  | 69        | 50.7     | 20.3     | 18.8           | 59.4     | 0.0      | 1.4              | 8.7         | 2.9         |
|    | 60歳代  | 74        | 52.7     | 40.5     | 27.0           | 31.1     | 2.7      | 0.0              | 6.8         | 2.7         |
|    | 70歳代  | 52        | 38.5     | 57.7     | 26.9           | 11.5     | 1.9      | 0.0              | 11.5        | 5.8         |
|    | 80歳以上 | 57        | 21.1     | 56.1     | 7.0            | 1.8      | 0.0      | 0.0              | 12.3        | 12.3        |

## (6) ストレスをうまく解消できているか

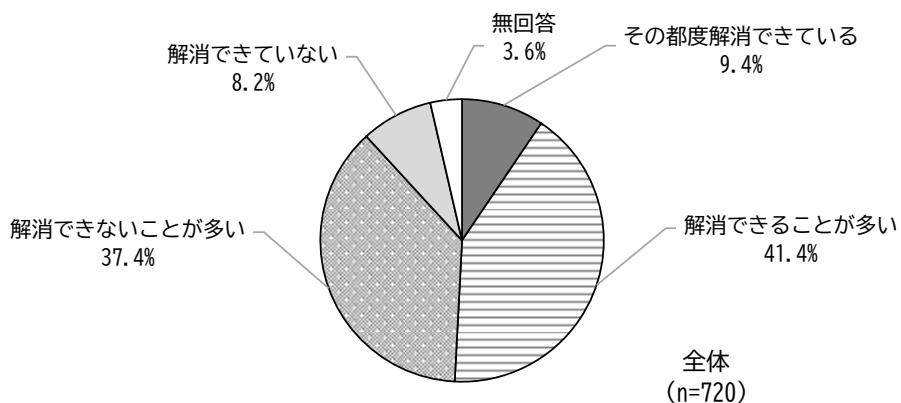
問 40-2

【問 40 で「よくある」「時々ある」と答えた方にお聞きます】

ストレスをうまく解消できていますか。(○は1つ)

ストレスをうまく解消できているかについて、「解消できることが多い」が 41.4%で最も高く、次いで「解消できないことが多い」が 37.4%、「その都度解消できている」が 9.4%となっています。

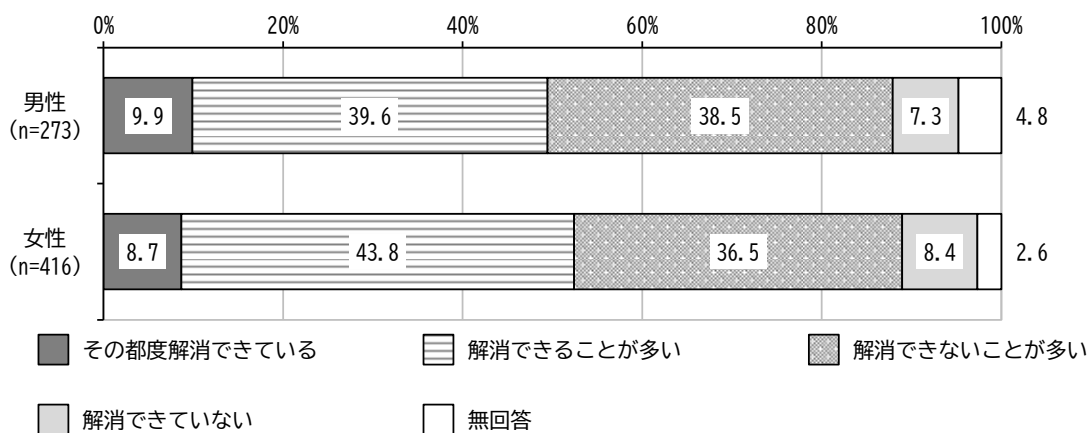
【図表 2-7-19 ストレスをうまく解消できているか】



性別にみると、「その都度解消できている」について、男性では 9.9%、女性では 8.7%となっており、男性のほうが 1.2 ポイント高くなっています。また、「解消できていない」について、男性では 7.3%、女性では 8.4%となっており、女性のほうが 1.1 ポイント高くなっています。

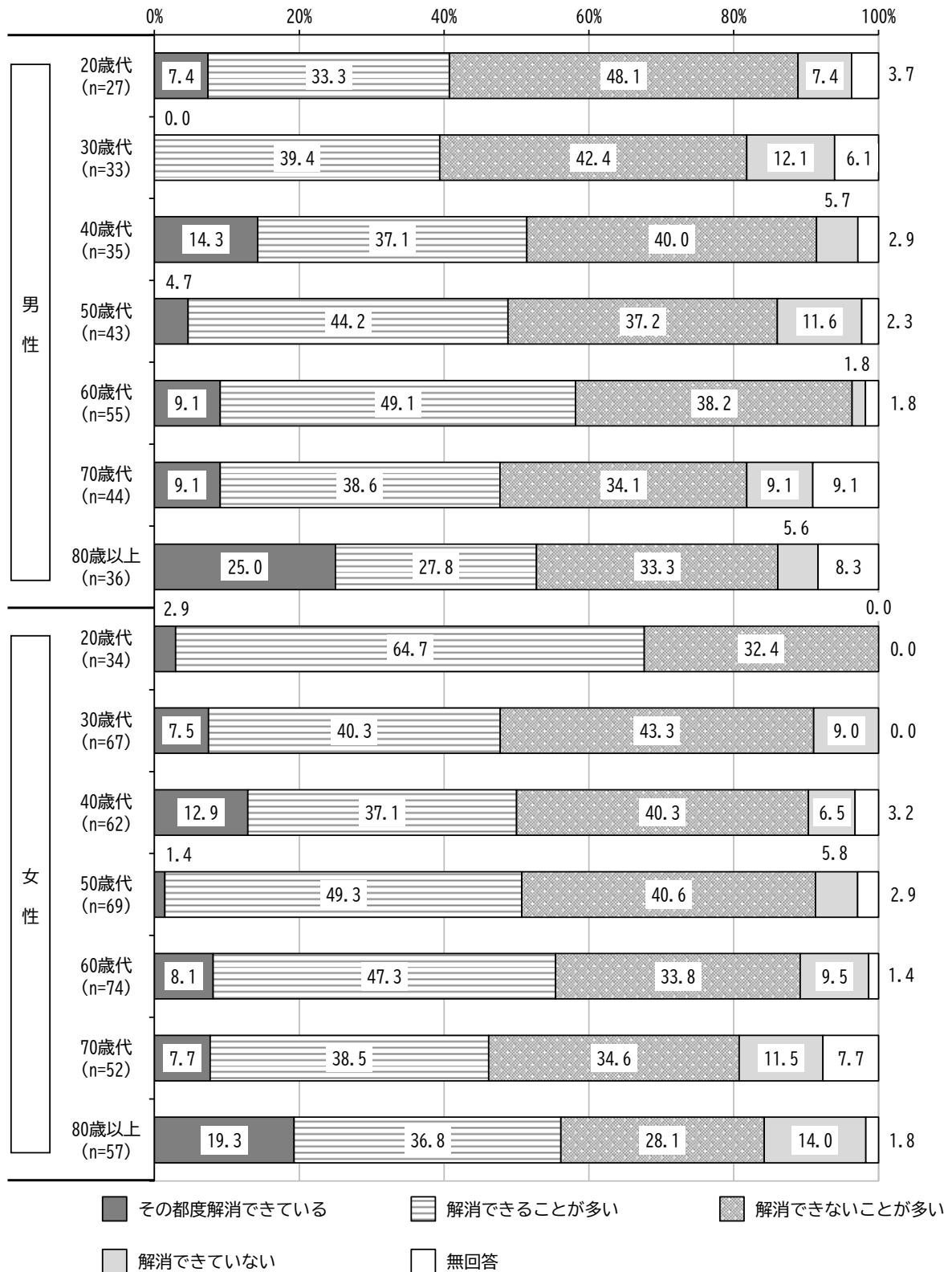
ストレスを感じる割合は女性のほうが高い一方で、解消できている割合も女性が高くなっています。これに対し、男性はストレスを感じる割合は低いものの、解消できていない割合が高いという特徴がみられます。

【図表 2-7-20 ストレスをうまく解消できているか（性別）】



性別・年齢別にみると、「その都度解消できている」では、80歳以上の男性が25.0%で最も高く、「解消できていない」では、80歳以上の女性が14.0%で最も高くなっています。

【図表 2-7-21 ストレスをうまく解消できているか（性別・年齢別）】



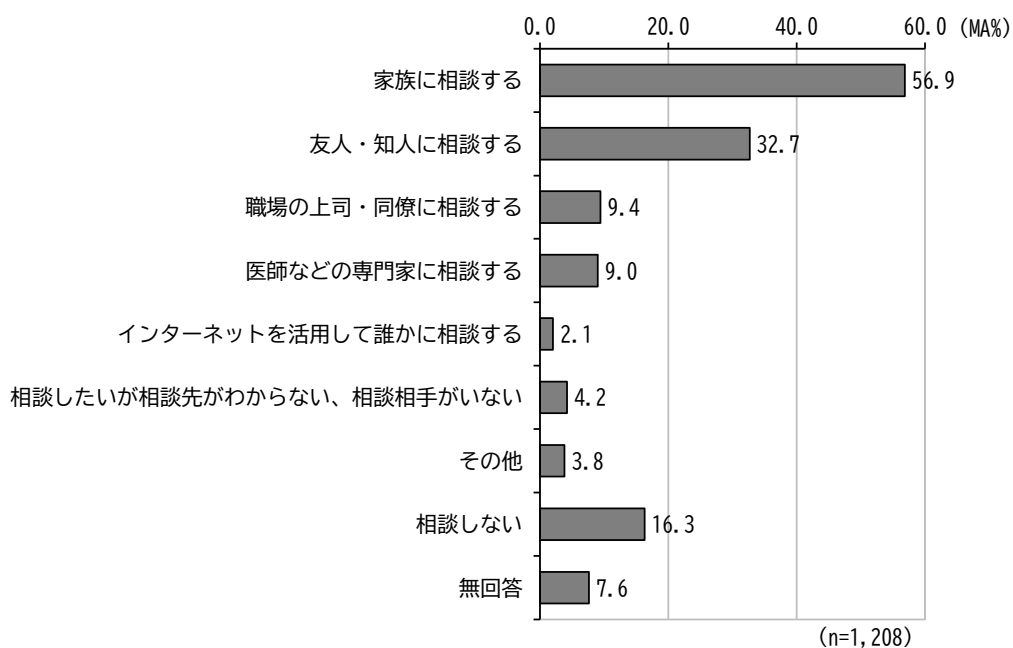
## (7) 悩みなどの相談状況

|      |                                              |
|------|----------------------------------------------|
| 問 41 | 悩み、苦労、ストレス、不満等があったときに、誰に相談しますか。<br>(〇はいくつでも) |
|------|----------------------------------------------|

悩みなどの相談状況について、「家族に相談する」が 56.9%で最も高く、次いで「友人・知人に相談する」が 32.7%、「相談しない」が 16.3%となっています。

また、「相談したいが、相談先がわからない、相談相手がいない」について、4.2%となっています。

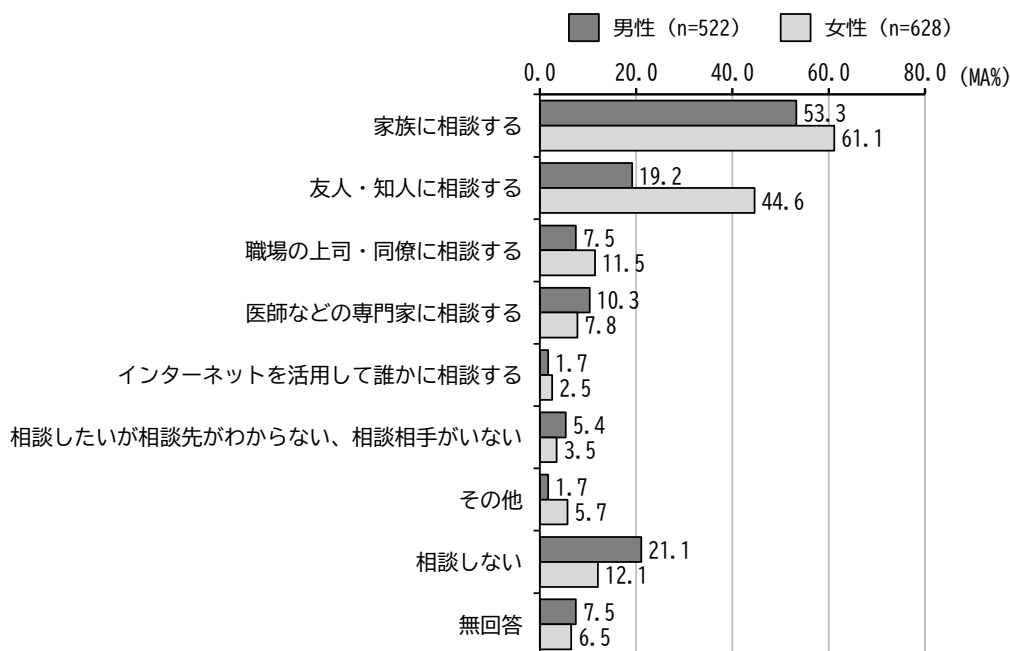
【図表 2-7-22 悩みなどの相談状況】



| 指標                                  | 対象     | 南あわじ市 | 兵庫県          |
|-------------------------------------|--------|-------|--------------|
| 悩み・苦労・ストレス・不満などがあったとき、相談できない人の割合の減少 | 20 歳以上 | 4.2%  | 3.1%<br>(R3) |

性別にみると、「友人・知人に相談する」について、男性では 19.2%、女性では 44.6%となっており、女性のほうが 25.4 ポイント高くなっています。「相談したいが相談先がわからない、相談相手がいない」について、男性では 5.4%、女性では 3.5%となっており、男性のほうが 1.9 ポイント高くなっています。「相談しない」について、男性では 21.1%、女性では 12.1%となっており、男性のほうが 9.0 ポイント高くなっています。男性は相談行動につながりにくい傾向が示されています。

【図表 2-7-23 悩みなどの相談状況（性別）】



性別・年齢別にみると、「相談したいが相談先がわからない、相談相手がいない」では、20 歳代の男性が 9.8%で最も高くなっています。

【図表 2-7-24 悩みなどの相談状況（性別・年齢別）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：(MA%)

|    |       | 合計<br>(人) | 家族に<br>相談する | 友人・<br>知人に<br>相談す | 職場の<br>上司・<br>同僚に | 医師な<br>どの専<br>門家に | インテ<br>ルネッ<br>トを<br>活用す | 相談先<br>がわか<br>らない<br>が、相<br>談先 | その他 | 相談<br>しない | 無回<br>答 |
|----|-------|-----------|-------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------------|--------------------------------|-----|-----------|---------|
| 男性 | 20歳代  | 41        | 53.7        | 53.7              | 17.1              | 2.4               | 7.3                     | 9.8                            | 0.0 | 19.5      | 2.4     |
|    | 30歳代  | 44        | 52.3        | 27.3              | 11.4              | 0.0               | 2.3                     | 4.5                            | 2.3 | 25.0      | 4.5     |
|    | 40歳代  | 54        | 57.4        | 29.6              | 16.7              | 3.7               | 0.0                     | 3.7                            | 0.0 | 20.4      | 7.4     |
|    | 50歳代  | 71        | 46.5        | 19.7              | 12.7              | 7.0               | 2.8                     | 7.0                            | 2.8 | 23.9      | 2.8     |
|    | 60歳代  | 94        | 57.4        | 21.3              | 6.4               | 6.4               | 2.1                     | 4.3                            | 1.1 | 22.3      | 2.1     |
|    | 70歳代  | 100       | 53.0        | 9.0               | 3.0               | 18.0              | 1.0                     | 7.0                            | 1.0 | 20.0      | 10.0    |
|    | 80歳以上 | 118       | 52.5        | 5.9               | 0.0               | 18.6              | 0.0                     | 3.4                            | 3.4 | 18.6      | 15.3    |
| 女性 | 20歳代  | 48        | 66.7        | 62.5              | 12.5              | 4.2               | 4.2                     | 2.1                            | 8.3 | 14.6      | 2.1     |
|    | 30歳代  | 81        | 72.8        | 56.8              | 16.0              | 6.2               | 6.2                     | 1.2                            | 9.9 | 13.6      | 0.0     |
|    | 40歳代  | 73        | 58.9        | 56.2              | 30.1              | 6.8               | 5.5                     | 4.1                            | 4.1 | 13.7      | 1.4     |
|    | 50歳代  | 90        | 66.7        | 47.8              | 17.8              | 2.2               | 0.0                     | 3.3                            | 7.8 | 12.2      | 2.2     |
|    | 60歳代  | 109       | 59.6        | 46.8              | 11.0              | 7.3               | 2.8                     | 2.8                            | 2.8 | 12.8      | 4.6     |
|    | 70歳代  | 106       | 61.3        | 32.1              | 1.9               | 9.4               | 0.9                     | 5.7                            | 3.8 | 9.4       | 10.4    |
|    | 80歳以上 | 119       | 49.6        | 29.4              | 0.8               | 14.3              | 0.8                     | 4.2                            | 5.9 | 10.9      | 16.8    |

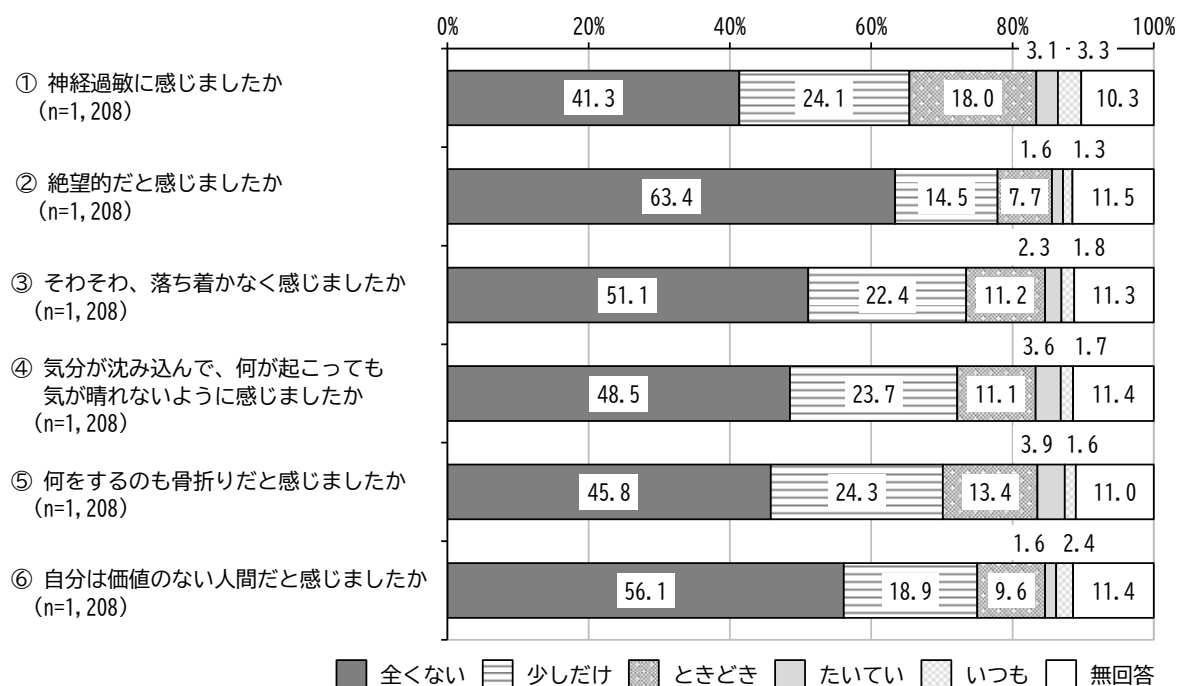
## 8. こころの健康について

### (1) ここ1か月のこころの状態

|      |                                                  |
|------|--------------------------------------------------|
| 問 42 | こころの状態についてこの1か月の間はどのような感じでしたか。<br>(①～⑥それぞれに○は1つ) |
|------|--------------------------------------------------|

ここ1か月のこころの状態について、「全くない」では、「絶望的だと感じましたか」が63.4%で最も高く、次いで「自分は価値のない人間だと感じましたか」が56.1%、「そろそろ、落ち着かなく感じましたか」が51.1%となっています。

【図表 2-8-1 ここ1か月のこころの状態】



## ① 神経過敏に感じましたか

神経過敏に感じたかについて、性別にみると、男性・女性ともに「全くない」が最も高くなっています。

【図表 2-8-2 ここ1か月のこころの状態（神経過敏に感じたか）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：（％）

|    |       | 合計<br>(人) | 全く<br>ない | 少し<br>だけ | とき<br>どき | たいて<br>い | いつ<br>も | 無回<br>答 |
|----|-------|-----------|----------|----------|----------|----------|---------|---------|
| 男性 |       | 522       | 44.3     | 24.3     | 16.3     | 2.3      | 2.5     | 10.3    |
| 女性 |       | 628       | 39.6     | 24.7     | 19.3     | 3.5      | 4.0     | 8.9     |
| 男性 | 20歳代  | 41        | 53.7     | 14.6     | 22.0     | 4.9      | 2.4     | 2.4     |
|    | 30歳代  | 44        | 45.5     | 20.5     | 18.2     | 11.4     | 2.3     | 2.3     |
|    | 40歳代  | 54        | 50.0     | 25.9     | 13.0     | 1.9      | 1.9     | 7.4     |
|    | 50歳代  | 71        | 50.7     | 21.1     | 21.1     | 2.8      | 1.4     | 2.8     |
|    | 60歳代  | 94        | 48.9     | 26.6     | 14.9     | 1.1      | 2.1     | 6.4     |
|    | 70歳代  | 100       | 45.0     | 30.0     | 11.0     | 1.0      | 3.0     | 10.0    |
|    | 80歳以上 | 118       | 29.7     | 23.7     | 17.8     | 0.0      | 3.4     | 25.4    |
| 女性 | 20歳代  | 48        | 45.8     | 27.1     | 14.6     | 2.1      | 6.3     | 4.2     |
|    | 30歳代  | 81        | 46.9     | 25.9     | 13.6     | 8.6      | 4.9     | 0.0     |
|    | 40歳代  | 73        | 39.7     | 24.7     | 20.5     | 2.7      | 9.6     | 2.7     |
|    | 50歳代  | 90        | 42.2     | 23.3     | 24.4     | 3.3      | 1.1     | 5.6     |
|    | 60歳代  | 109       | 42.2     | 22.0     | 24.8     | 2.8      | 2.8     | 5.5     |
|    | 70歳代  | 106       | 37.7     | 29.2     | 18.9     | 0.9      | 3.8     | 9.4     |
|    | 80歳以上 | 119       | 30.3     | 22.7     | 16.0     | 4.2      | 1.7     | 25.2    |

## ② 絶望的だと感じましたか

絶望的だと感じたかについて、性別にみると、男性・女性ともに「全くない」が最も高くなっています。

【図表 2-8-3 ここ1か月のこころの状態（絶望的だと感じたか）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：（％）

|    |       | 合計<br>(人) | 全く<br>ない | 少し<br>だけ | とき<br>どき | たいて<br>い | いつ<br>も | 無回<br>答 |
|----|-------|-----------|----------|----------|----------|----------|---------|---------|
| 男性 |       | 522       | 62.8     | 14.8     | 6.1      | 2.3      | 1.1     | 12.8    |
| 女性 |       | 628       | 65.0     | 14.5     | 8.6      | 1.0      | 1.4     | 9.6     |
| 男性 | 20歳代  | 41        | 53.7     | 14.6     | 22.0     | 4.9      | 0.0     | 4.9     |
|    | 30歳代  | 44        | 63.6     | 15.9     | 11.4     | 6.8      | 0.0     | 2.3     |
|    | 40歳代  | 54        | 63.0     | 13.0     | 9.3      | 1.9      | 1.9     | 11.1    |
|    | 50歳代  | 71        | 64.8     | 21.1     | 4.2      | 2.8      | 1.4     | 5.6     |
|    | 60歳代  | 94        | 71.3     | 12.8     | 4.3      | 1.1      | 0.0     | 10.6    |
|    | 70歳代  | 100       | 72.0     | 12.0     | 1.0      | 0.0      | 2.0     | 13.0    |
|    | 80歳以上 | 118       | 50.0     | 15.3     | 4.2      | 2.5      | 1.7     | 26.3    |
| 女性 | 20歳代  | 48        | 66.7     | 18.8     | 10.4     | 2.1      | 0.0     | 2.1     |
|    | 30歳代  | 81        | 69.1     | 14.8     | 4.9      | 1.2      | 7.4     | 2.5     |
|    | 40歳代  | 73        | 56.2     | 19.2     | 17.8     | 2.7      | 0.0     | 4.1     |
|    | 50歳代  | 90        | 64.4     | 21.1     | 7.8      | 0.0      | 0.0     | 6.7     |
|    | 60歳代  | 109       | 72.5     | 11.0     | 9.2      | 0.0      | 0.9     | 6.4     |
|    | 70歳代  | 106       | 69.8     | 15.1     | 3.8      | 0.9      | 1.9     | 8.5     |
|    | 80歳以上 | 119       | 57.1     | 6.7      | 9.2      | 0.8      | 0.0     | 26.1    |

### ③ そわそわ、落ち着かなく感じましたか

そわそわ、落ち着かなく感じたかについて、性別にみると、男性・女性ともに「全くない」が最も高くなっています。

【図表 2-8-4 ここ1か月のこころの状態（そわそわ、落ち着かなく感じたか）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：(%)

|    | 合計<br>(人) | 全く<br>ない | 少し<br>だけ | とき<br>どき | たいて<br>い | いつ<br>も | 無回<br>答 |
|----|-----------|----------|----------|----------|----------|---------|---------|
| 男性 | 522       | 50.8     | 22.8     | 10.3     | 2.5      | 1.3     | 12.3    |
| 女性 | 628       | 52.5     | 22.0     | 11.8     | 2.2      | 2.1     | 9.4     |
| 男性 | 20歳代      | 41       | 46.3     | 17.1     | 24.4     | 4.9     | 4.9     |
|    | 30歳代      | 44       | 50.0     | 27.3     | 9.1      | 9.1     | 2.3     |
|    | 40歳代      | 54       | 53.7     | 18.5     | 13.0     | 3.7     | 9.3     |
|    | 50歳代      | 71       | 56.3     | 26.8     | 11.3     | 0.0     | 4.2     |
|    | 60歳代      | 94       | 53.2     | 24.5     | 9.6      | 4.3     | 8.5     |
|    | 70歳代      | 100      | 51.0     | 26.0     | 9.0      | 0.0     | 13.0    |
|    | 80歳以上     | 118      | 45.8     | 18.6     | 5.9      | 0.8     | 27.1    |
| 女性 | 20歳代      | 48       | 54.2     | 22.9     | 8.3      | 8.3     | 0.0     |
|    | 30歳代      | 81       | 58.0     | 18.5     | 12.3     | 3.7     | 6.2     |
|    | 40歳代      | 73       | 52.1     | 20.5     | 17.8     | 2.7     | 4.1     |
|    | 50歳代      | 90       | 55.6     | 21.1     | 15.6     | 1.1     | 5.6     |
|    | 60歳代      | 109      | 58.7     | 22.9     | 10.1     | 0.9     | 6.4     |
|    | 70歳代      | 106      | 53.8     | 27.4     | 6.6      | 0.9     | 9.4     |
|    | 80歳以上     | 119      | 40.3     | 20.2     | 12.6     | 0.8     | 24.4    |

### ④ 気分が沈み込んで、何が起ころっても気が晴れないように感じましたか

気分が沈み込んで、何が起ころっても気が晴れないように感じたかについて、性別にみると、男性・女性ともに「全くない」が最も高くなっています。

【図表 2-8-5 ここ1か月のこころの状態(気分が沈み込んで、何が起ころっても気が晴れないように感じたか)】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：(%)

|    | 合計<br>(人) | 全く<br>ない | 少し<br>だけ | とき<br>どき | たいて<br>い | いつ<br>も | 無回<br>答 |
|----|-----------|----------|----------|----------|----------|---------|---------|
| 男性 | 522       | 51.1     | 22.2     | 9.6      | 3.4      | 1.1     | 12.5    |
| 女性 | 628       | 46.8     | 25.8     | 11.9     | 3.7      | 2.2     | 9.6     |
| 男性 | 20歳代      | 41       | 53.7     | 17.1     | 12.2     | 9.8     | 0.0     |
|    | 30歳代      | 44       | 45.5     | 27.3     | 18.2     | 6.8     | 0.0     |
|    | 40歳代      | 54       | 50.0     | 24.1     | 9.3      | 3.7     | 11.1    |
|    | 50歳代      | 71       | 52.1     | 21.1     | 14.1     | 5.6     | 1.4     |
|    | 60歳代      | 94       | 56.4     | 23.4     | 10.6     | 1.1     | 0.0     |
|    | 70歳代      | 100      | 57.0     | 25.0     | 5.0      | 0.0     | 1.0     |
|    | 80歳以上     | 118      | 43.2     | 18.6     | 5.9      | 3.4     | 2.5     |
| 女性 | 20歳代      | 48       | 45.8     | 22.9     | 20.8     | 6.3     | 0.0     |
|    | 30歳代      | 81       | 45.7     | 34.6     | 6.2      | 3.7     | 6.2     |
|    | 40歳代      | 73       | 38.4     | 16.4     | 28.8     | 9.6     | 1.4     |
|    | 50歳代      | 90       | 44.4     | 34.4     | 10.0     | 4.4     | 1.1     |
|    | 60歳代      | 109      | 60.6     | 22.0     | 9.2      | 1.8     | 4.6     |
|    | 70歳代      | 106      | 47.2     | 29.2     | 9.4      | 0.0     | 3.8     |
|    | 80歳以上     | 119      | 42.0     | 21.0     | 8.4      | 3.4     | 0.8     |

## ⑤ 何をするのも骨折りだと感じましたか

何をするのも骨折りだと感じたかについて、性別にみると、男性・女性ともに「全くない」が最も高くなっています。

【図表 2-8-6 ここ1か月のこころの状態（何をするのも骨折りだと感じたか）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：(%)

|    |       | 合計<br>(人) | 全く<br>ない | 少し<br>だけ | とき<br>どき | たいて<br>い | いつ<br>も | 無回<br>答 |
|----|-------|-----------|----------|----------|----------|----------|---------|---------|
| 男性 |       | 522       | 44.6     | 25.3     | 11.5     | 4.6      | 1.1     | 12.8    |
| 女性 |       | 628       | 47.3     | 24.4     | 14.5     | 3.2      | 1.9     | 8.8     |
| 男性 | 20歳代  | 41        | 61.0     | 19.5     | 4.9      | 9.8      | 0.0     | 4.9     |
|    | 30歳代  | 44        | 45.5     | 20.5     | 20.5     | 11.4     | 0.0     | 2.3     |
|    | 40歳代  | 54        | 53.7     | 16.7     | 11.1     | 5.6      | 1.9     | 11.1    |
|    | 50歳代  | 71        | 46.5     | 28.2     | 14.1     | 4.2      | 1.4     | 5.6     |
|    | 60歳代  | 94        | 46.8     | 34.0     | 7.4      | 5.3      | 0.0     | 6.4     |
|    | 70歳代  | 100       | 41.0     | 30.0     | 14.0     | 0.0      | 2.0     | 13.0    |
|    | 80歳以上 | 118       | 34.7     | 20.3     | 10.2     | 3.4      | 1.7     | 29.7    |
| 女性 | 20歳代  | 48        | 64.6     | 18.8     | 8.3      | 2.1      | 4.2     | 2.1     |
|    | 30歳代  | 81        | 58.0     | 22.2     | 11.1     | 3.7      | 4.9     | 0.0     |
|    | 40歳代  | 73        | 43.8     | 24.7     | 19.2     | 6.8      | 0.0     | 5.5     |
|    | 50歳代  | 90        | 44.4     | 21.1     | 22.2     | 5.6      | 0.0     | 6.7     |
|    | 60歳代  | 109       | 48.6     | 27.5     | 16.5     | 1.8      | 0.9     | 4.6     |
|    | 70歳代  | 106       | 46.2     | 28.3     | 12.3     | 0.9      | 1.9     | 10.4    |
|    | 80歳以上 | 119       | 37.8     | 24.4     | 10.1     | 2.5      | 2.5     | 22.7    |

## ⑥ 自分は価値のない人間だと感じましたか

自分は価値のない人間だと感じたかについて、性別にみると、男性・女性ともに「全くない」が最も高くなっています。

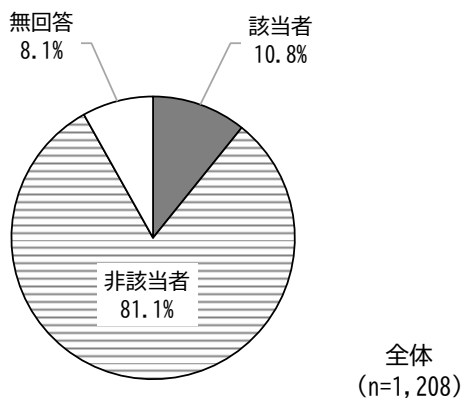
【図表 2-8-7 ここ1か月のこころの状態（自分は価値のない人間だと感じたか）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：(%)

|    |       | 合計<br>(人) | 全く<br>ない | 少し<br>だけ | とき<br>どき | たいて<br>い | いつ<br>も | 無回<br>答 |
|----|-------|-----------|----------|----------|----------|----------|---------|---------|
| 男性 |       | 522       | 57.5     | 18.2     | 8.2      | 0.8      | 2.1     | 13.2    |
| 女性 |       | 628       | 56.1     | 19.7     | 10.5     | 2.4      | 2.4     | 8.9     |
| 男性 | 20歳代  | 41        | 56.1     | 17.1     | 12.2     | 2.4      | 4.9     | 7.3     |
|    | 30歳代  | 44        | 61.4     | 11.4     | 22.7     | 0.0      | 2.3     | 2.3     |
|    | 40歳代  | 54        | 68.5     | 9.3      | 7.4      | 1.9      | 3.7     | 9.3     |
|    | 50歳代  | 71        | 59.2     | 19.7     | 7.0      | 1.4      | 5.6     | 7.0     |
|    | 60歳代  | 94        | 60.6     | 21.3     | 6.4      | 1.1      | 1.1     | 9.6     |
|    | 70歳代  | 100       | 59.0     | 24.0     | 4.0      | 0.0      | 0.0     | 13.0    |
|    | 80歳以上 | 118       | 46.6     | 16.9     | 7.6      | 0.0      | 0.8     | 28.0    |
| 女性 | 20歳代  | 48        | 60.4     | 16.7     | 12.5     | 4.2      | 4.2     | 2.1     |
|    | 30歳代  | 81        | 65.4     | 16.0     | 9.9      | 1.2      | 7.4     | 0.0     |
|    | 40歳代  | 73        | 53.4     | 19.2     | 15.1     | 6.8      | 1.4     | 4.1     |
|    | 50歳代  | 90        | 62.2     | 20.0     | 10.0     | 1.1      | 1.1     | 5.6     |
|    | 60歳代  | 109       | 57.8     | 17.4     | 13.8     | 2.8      | 2.8     | 5.5     |
|    | 70歳代  | 106       | 58.5     | 23.6     | 7.5      | 0.9      | 0.9     | 8.5     |
|    | 80歳以上 | 119       | 41.2     | 22.7     | 7.6      | 1.7      | 0.8     | 26.1    |

心理的苦痛を感じている人（K 6（こころの状態を評価する指標）の合計得点が 10 点以上の人）について、「該当者」が 10.8%、「非該当者」が 81.1%となっています。

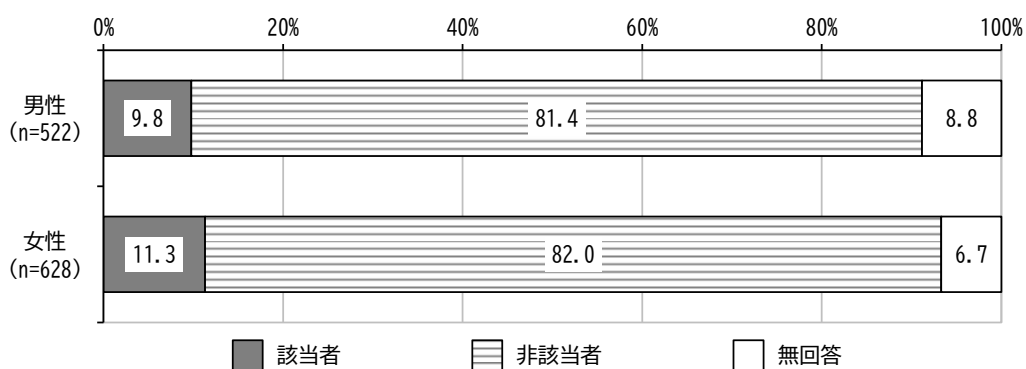
【図表 2-8-8 心理的苦痛を感じている人】



| 指標                                   | 対象     | 南あわじ市 | 国            |
|--------------------------------------|--------|-------|--------------|
| K 6（こころの状態を評価する指標）の合計得点が 10 点以上の者の割合 | 20 歳以上 | 10.8% | 9.2%<br>(R4) |

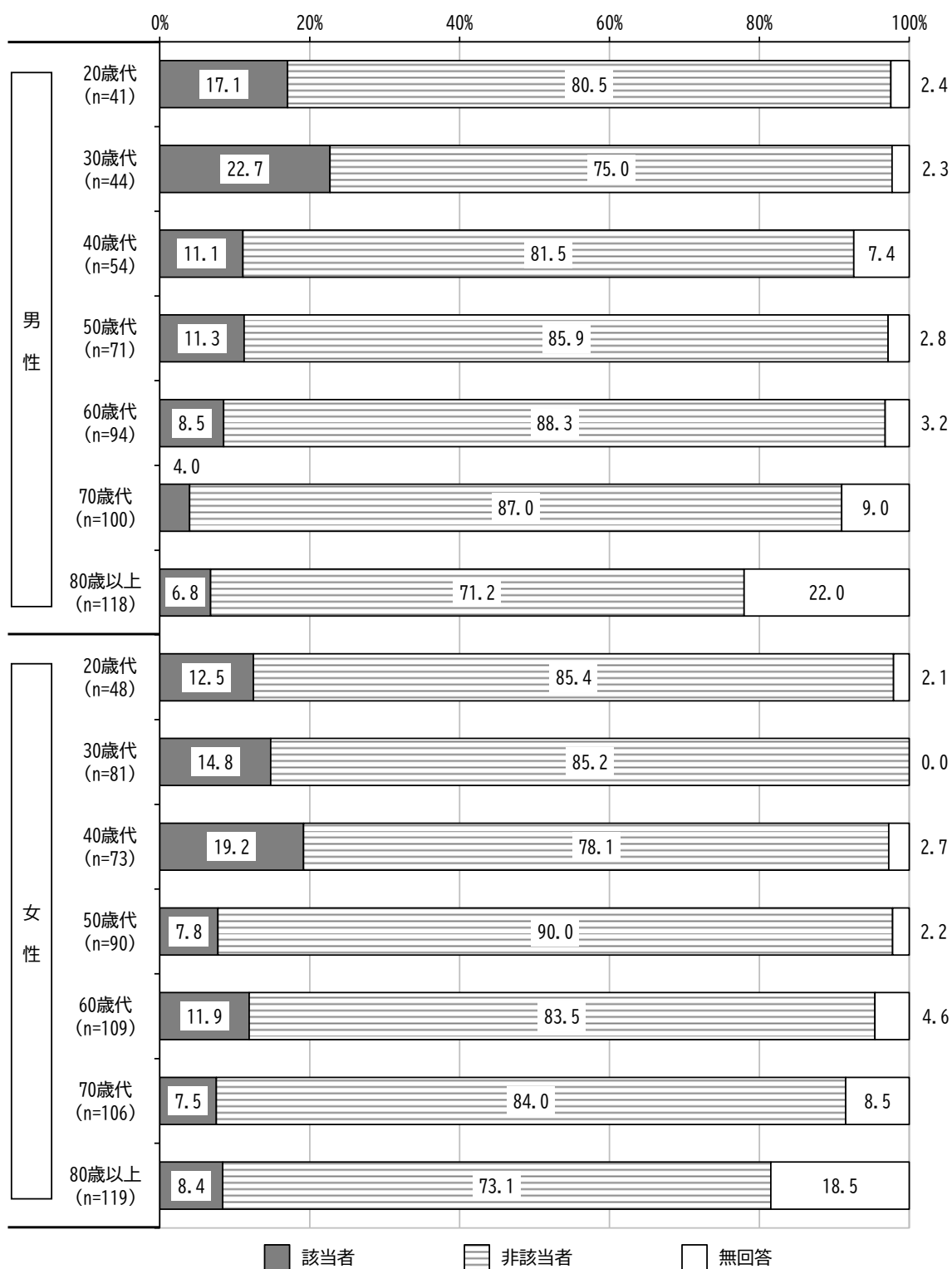
性別にみると、「該当者」について、男性では 9.8%、女性では 11.3%となっており、女性のほうが 1.5 ポイント高くなっています。

【図表 2-8-9 心理的苦痛を感じている人（性別）】



性別・年齢別にみると、「該当者」では、30 歳代の男性が 22.7%で最も高くなっています。

【図表 2-8-10 心理的苦痛を感じている人（性別・年齢別）】



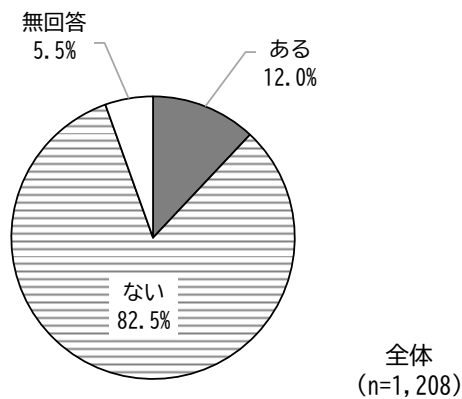
## （２）この１年間に本気で生きるのがつらいと考えたことがあるか

問 43

この１年以内に本気で生きるのがつらいと考えたことはありますか。（○は１つ）

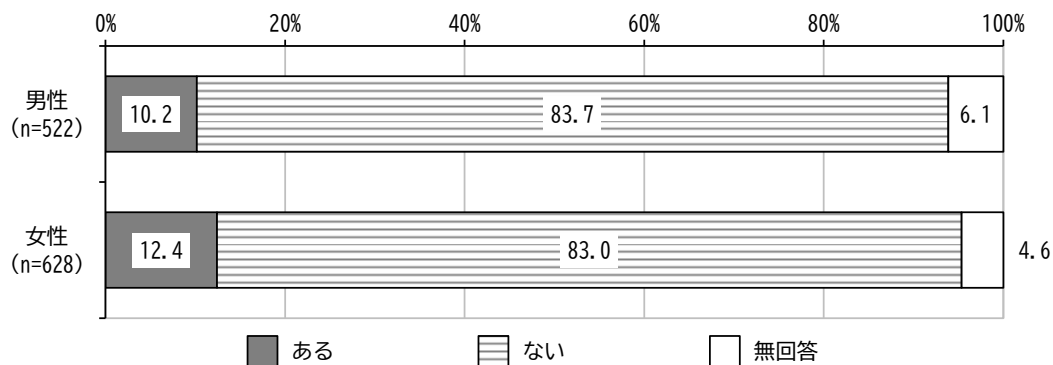
この１年間に本気で生きるのがつらいと考えたことがあるかについて、「ある」が 12.0%、「ない」が 82.5%となっています。

【図表 2-8-11 この１年間に本気で生きるのがつらいと考えたことがあるか】



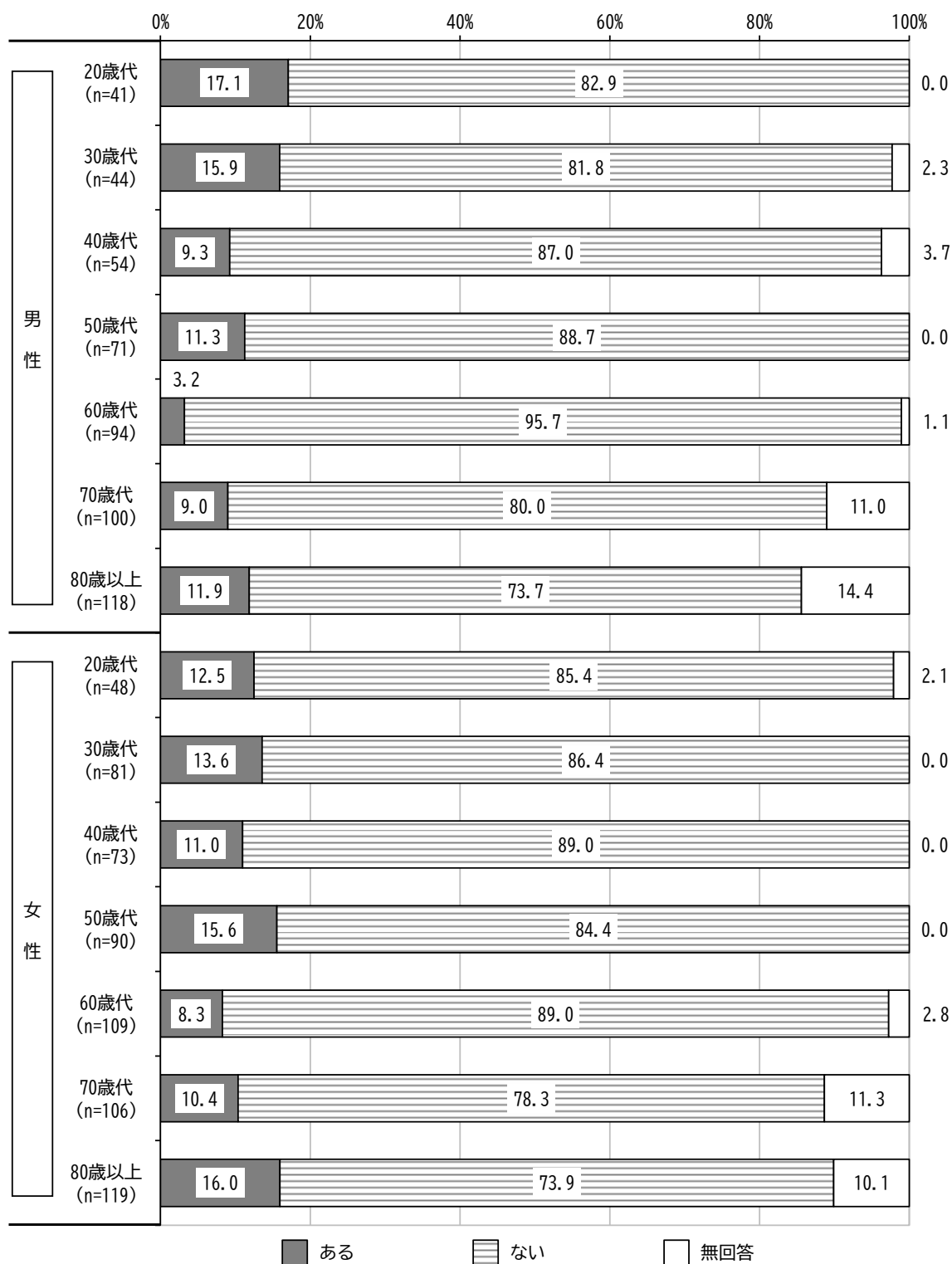
性別にみると、「ある」について、男性では 10.2%、女性では 12.4%となっており、女性のほうが 2.2 ポイント高くなっています。

【図表 2-8-12 この１年間に本気で生きるのがつらいと考えたことがあるか（性別）】



性別・年齢別にみると、「ある」では、20歳代の男性が17.1%で最も高くなっています。

【図表 2-8-13 この1年間に本気で生きるのがつらいと考えたことがあるか（性別・年齢別）】



### (3) 生きるのがつらいと思った理由

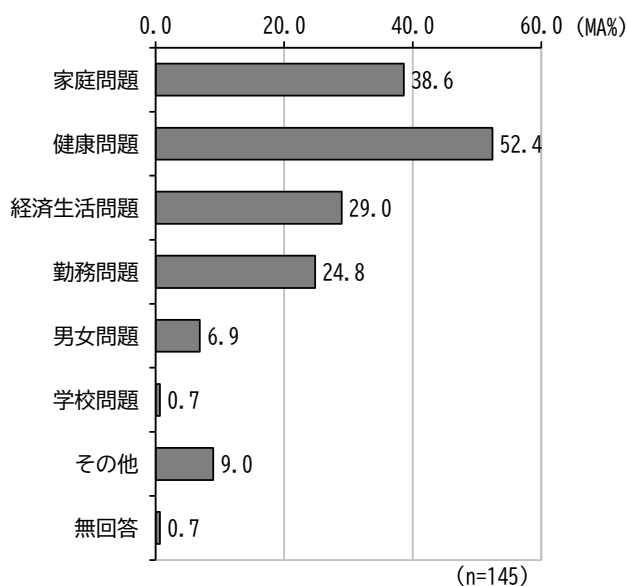
問 43-1

【問 43 で「ある」と答えた方にお聞きします】

生きるのがつらいと思った理由は何ですか。(〇はいくつでも)

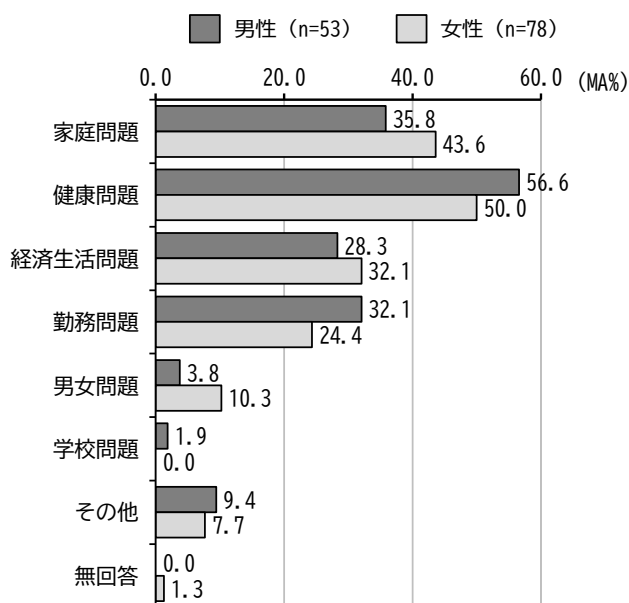
生きるのがつらいと思った理由について、「健康問題」が 52.4%で最も高く、次いで「家庭問題」が 38.6%、「経済生活問題」が 29.0%、「勤務問題」が 24.8%となっています。

【図表 2-8-14 生きるのがつらいと思った理由】



性別にみると、「家庭問題」について、男性では 35.8%、女性では 43.6%となっており、女性のほうが 7.8 ポイント高くなっています。「勤務問題」について、男性では 32.1%、女性では 24.4%となっており、男性のほうが 7.7 ポイント高くなっています。

【図表 2-8-15 生きるのがつらいと思った理由 (性別)】

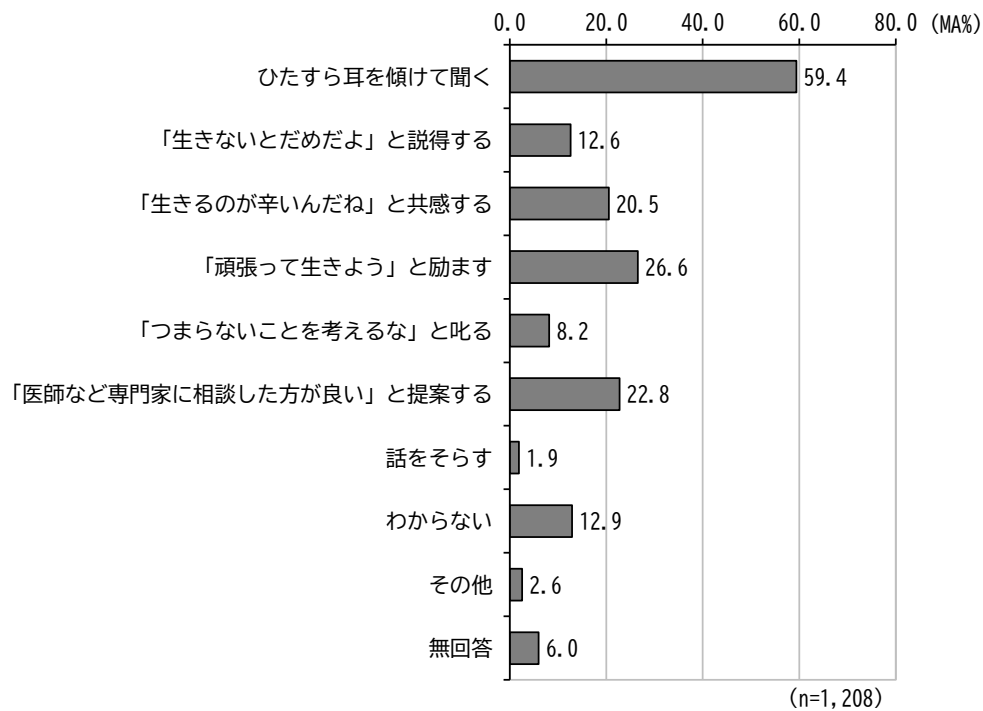


#### (4)「生きるのがつらい」と相談されたときの対応

|      |                                                  |
|------|--------------------------------------------------|
| 問 44 | もし仮に身近な人に「生きるのがつらい」と相談されたときはどうしますか。<br>(〇はいくつでも) |
|------|--------------------------------------------------|

「生きるのがつらい」と相談されたときの対応について、「ひたすら耳を傾けて聞く」が 59.4%で最も高く、次いで「頑張って生きよう」と励ます」が 26.6%、「医師など専門家に相談した方が良い」と提案する」が 22.8%となっています。

【図表 2-8-16 「生きるのがつらい」と相談されたときの対応】

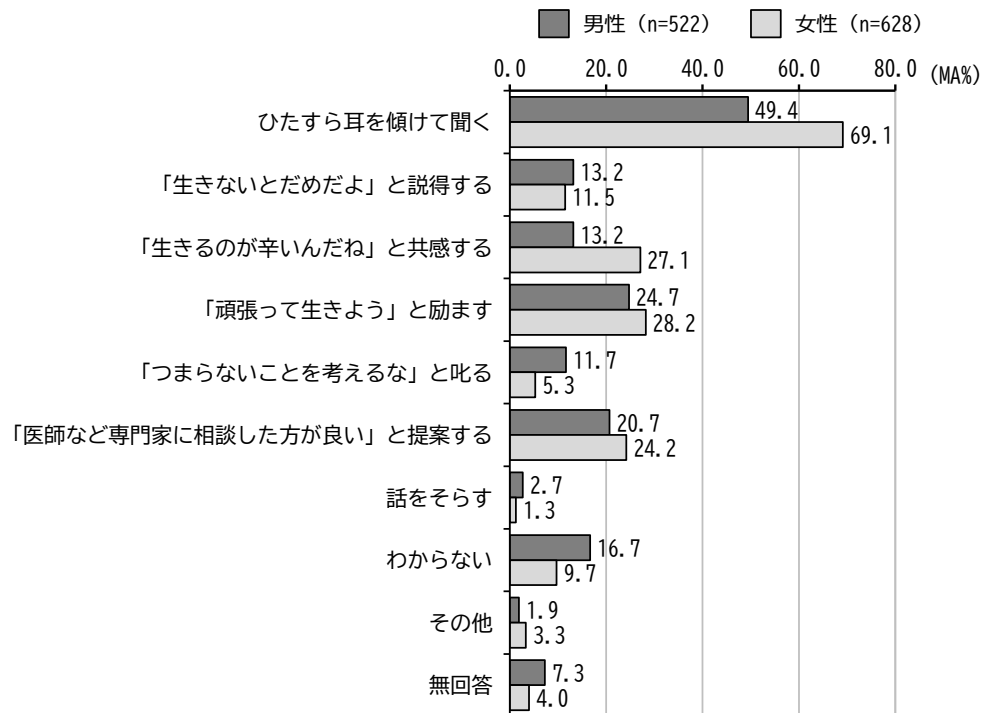


| 指標                                    | 対象     | 南あわじ市 | 兵庫県           |
|---------------------------------------|--------|-------|---------------|
| 身近な人に「死にたい」と相談されたときに、医師や専門家に相談を促す人の割合 | 20 歳以上 | 22.8% | 31.2%<br>(R3) |

性別にみると、「医師など専門家に相談した方が良い」と提案する」について、男性では 20.7%、女性では 24.2%となっており、女性のほうが 3.5 ポイント高くなっています。

また、「ひたすら耳を傾けて聞く」「生きるのが辛いんだね」と共感する」について、女性の割合が高く、「つまらないことを考えるな」と叱る」について、男性の割合が高くなっています。傾聴・共感的な対応では女性の割合が高い一方で、指示的・否定的な対応では男性の割合が高くなっており、相談を受けた際の対応姿勢には男女間で明確な差があります。

【図表 2-8-17 「生きるのがつらい」と相談されたときの対応（性別）】



性別・年齢別にみると、「医師など専門家に相談した方が良い」と提案する」では、40 歳代の女性が 38.4%で最も高くなっています。

また、「つまらないことを考えるな」と叱る」について、20～50 歳代の男性では 10%未満であるのに対し、60 歳以上では 10%以上、80 歳代以上では 20.3%と高い割合を示しています。高齢層ほど否定的な対応を選択する傾向が強まることがうかがえます。

【図表 2-8-18 「生きるのがつらい」と相談されたときの対応（性別・年齢別）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：(MA%)

|    |       | 合計（人） | ひたすら耳を傾けて聞く | 「生きない」とだめだよと説得する | 「生きるのが辛いんだね」と共感する | 「頑張つて生きよう」と励ます | 「つまらないことを考えるな」と叱る | 「医師など専門家に相談した方が良い」と提案する | 話をそらす | わからない | その他 | 無回答  |
|----|-------|-------|-------------|------------------|-------------------|----------------|-------------------|-------------------------|-------|-------|-----|------|
| 男性 | 20歳代  | 41    | 70.7        | 7.3              | 17.1              | 19.5           | 4.9               | 17.1                    | 0.0   | 9.8   | 7.3 | 2.4  |
|    | 30歳代  | 44    | 65.9        | 9.1              | 20.5              | 22.7           | 4.5               | 20.5                    | 4.5   | 9.1   | 0.0 | 2.3  |
|    | 40歳代  | 54    | 61.1        | 11.1             | 22.2              | 14.8           | 7.4               | 16.7                    | 5.6   | 16.7  | 1.9 | 3.7  |
|    | 50歳代  | 71    | 54.9        | 12.7             | 15.5              | 15.5           | 2.8               | 22.5                    | 1.4   | 19.7  | 2.8 | 0.0  |
|    | 60歳代  | 94    | 57.4        | 18.1             | 11.7              | 30.9           | 11.7              | 20.2                    | 0.0   | 20.2  | 3.2 | 1.1  |
|    | 70歳代  | 100   | 34.0        | 17.0             | 9.0               | 31.0           | 16.0              | 22.0                    | 2.0   | 15.0  | 0.0 | 15.0 |
|    | 80歳以上 | 118   | 33.9        | 11.0             | 8.5               | 27.1           | 20.3              | 22.0                    | 5.1   | 18.6  | 0.8 | 15.3 |
| 女性 | 20歳代  | 48    | 85.4        | 6.3              | 41.7              | 27.1           | 2.1               | 18.8                    | 0.0   | 6.3   | 4.2 | 2.1  |
|    | 30歳代  | 81    | 81.5        | 6.2              | 32.1              | 17.3           | 0.0               | 29.6                    | 1.2   | 8.6   | 4.9 | 1.2  |
|    | 40歳代  | 73    | 86.3        | 5.5              | 27.4              | 11.0           | 0.0               | 38.4                    | 1.4   | 6.8   | 5.5 | 0.0  |
|    | 50歳代  | 90    | 73.3        | 11.1             | 28.9              | 21.1           | 1.1               | 28.9                    | 1.1   | 7.8   | 0.0 | 1.1  |
|    | 60歳代  | 109   | 69.7        | 10.1             | 24.8              | 25.7           | 4.6               | 22.9                    | 1.8   | 13.8  | 4.6 | 2.8  |
|    | 70歳代  | 106   | 60.4        | 15.1             | 28.3              | 39.6           | 6.6               | 18.9                    | 0.9   | 9.4   | 2.8 | 8.5  |
|    | 80歳以上 | 119   | 47.9        | 19.3             | 16.8              | 44.5           | 16.0              | 16.0                    | 1.7   | 11.8  | 2.5 | 7.6  |

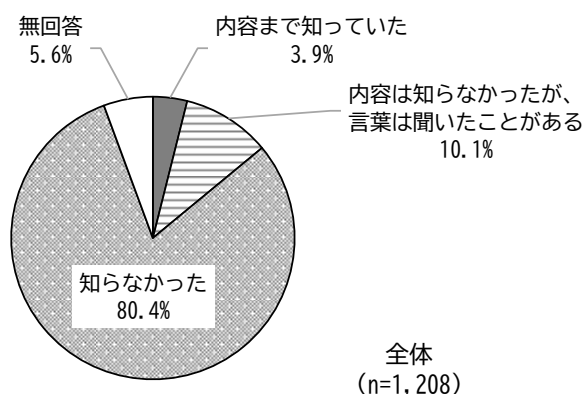
## (5) ゲートキーパーの認知状況

|      |                                                                                                                                                                     |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 問 45 | <p>あなたは、「ゲートキーパー」について、知っていましたか。(○は1つ)</p> <p>※「ゲートキーパー」とは、生きるのがつらいというサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る）を図ることができる人のことで、言わば「命の門番」とも位置付けられる人のことです。</p> |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

ゲートキーパーの認知状況について、「知らなかった」が 80.4%で最も高く、次いで「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」が 10.1%、「内容まで知っていた」が 3.9%となっています。

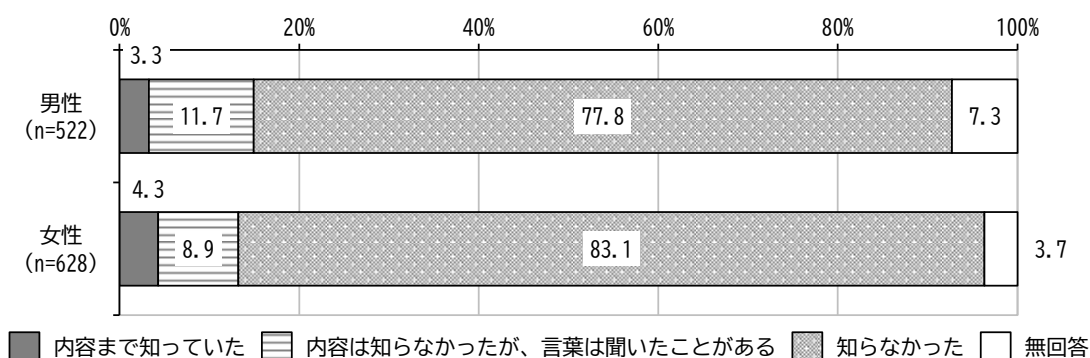
また、『知っている』（「内容まで知っていた」と「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」の合計）について、14.0%となっています。

【図表 2-8-19 ゲートキーパーの認知状況】



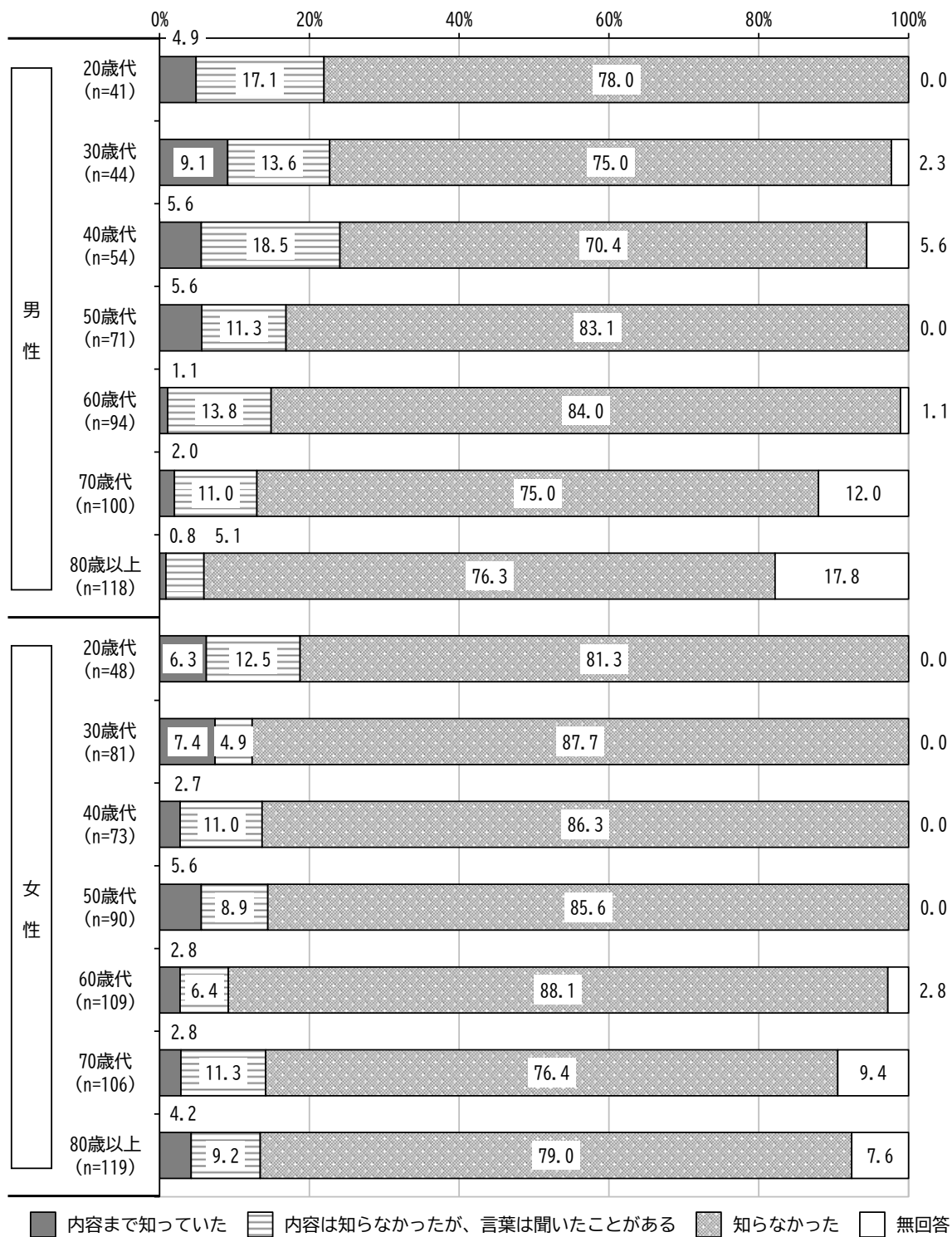
性別にみると、『知っている』（「内容まで知っていた」と「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」の合計）について、男性では 15.0%、女性では 13.2%となっており、男性のほうが 1.8 ポイント高くなっています。

【図表 2-8-20 ゲートキーパーの認知状況（性別）】



性別・年齢別にみると、『知っている』（「内容まで知っていた」と「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」の合計）では、40歳代の男性が24.1%で最も高くなっています。

【図表 2-8-21 ゲートキーパーの認知状況（性別・年齢別）】

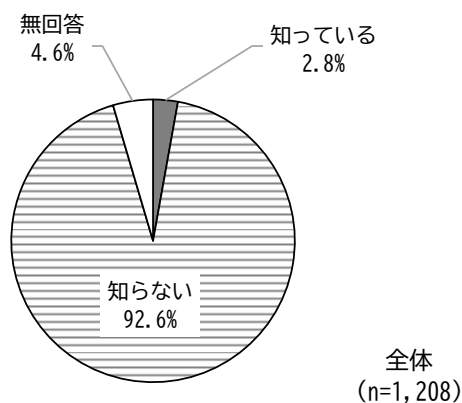


## （６）南あわじ市の自殺率が国や県より倍近く高いことを知っているか

|      |                                             |
|------|---------------------------------------------|
| 問 46 | 南あわじ市の自殺率は国や県に比べて倍近く高いことを知っていますか。<br>(○は1つ) |
|------|---------------------------------------------|

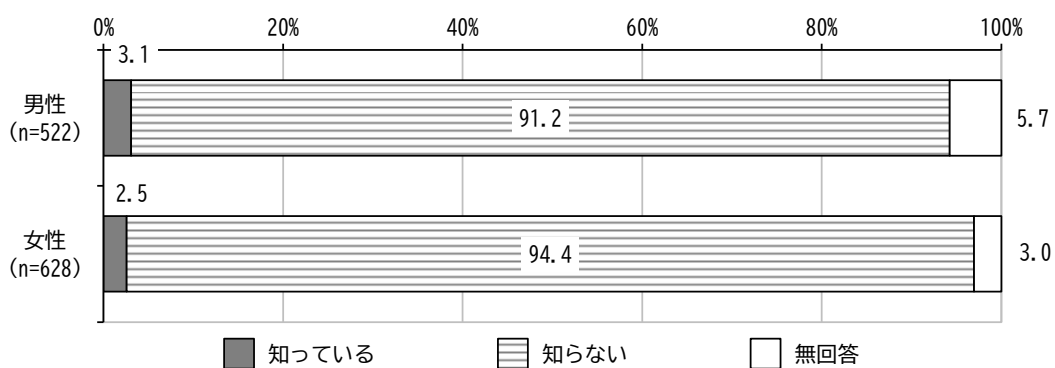
南あわじ市の自殺率が国や県より倍近く高いことを知っているかについて、「知っている」が 2.8%、「知らない」が 92.6%となっています。

【図表 2-8-22 南あわじ市の自殺率が国や県より倍近く高いことを知っているか】



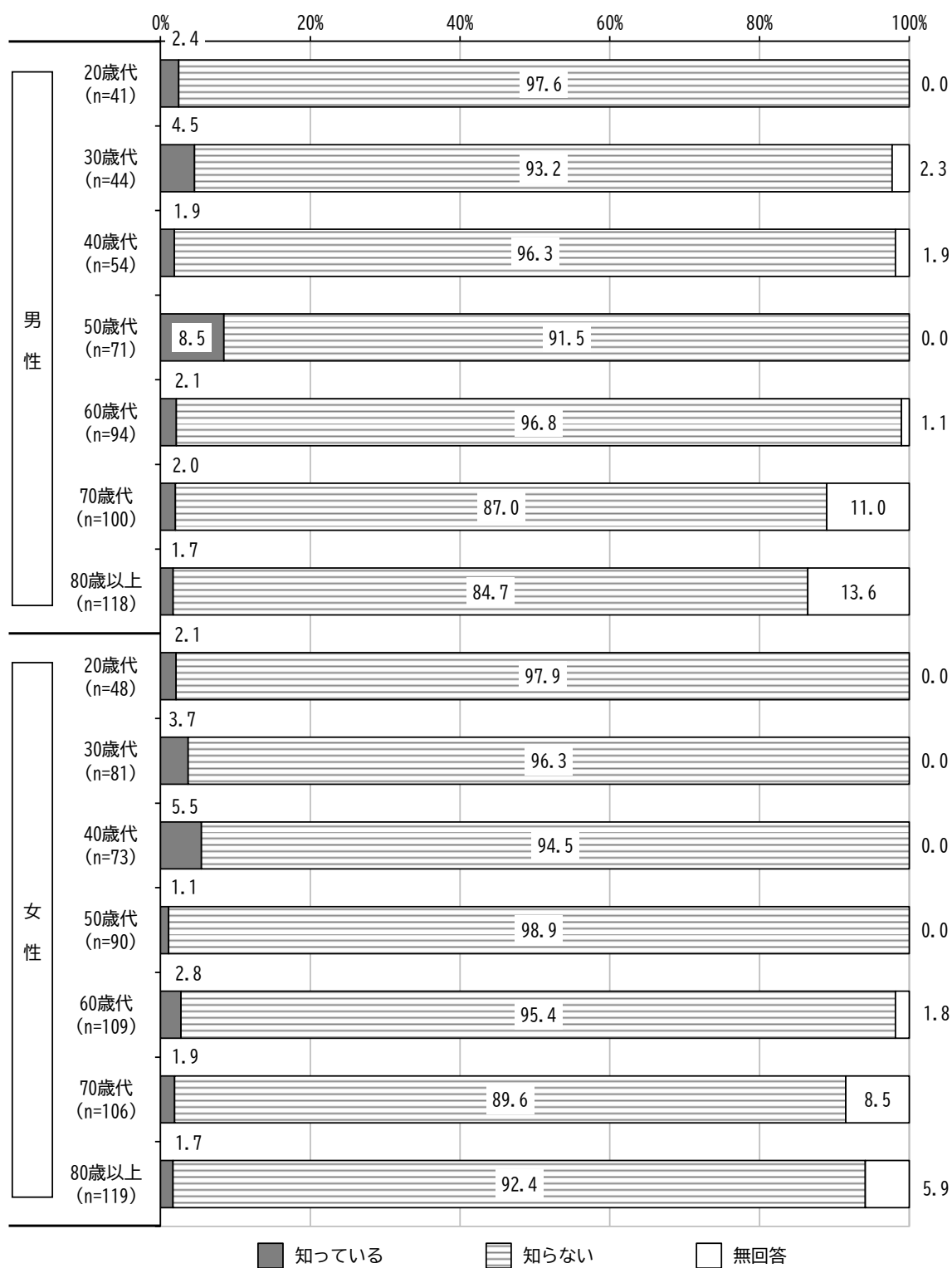
性別にみると、「知っている」について、男性では 3.1%、女性では 2.5%となっており、男性のほうが 0.6 ポイント高くなっています。

【図表 2-8-23 南あわじ市の自殺率が国や県より倍近く高いことを知っているか（性別）】



性別・年齢別にみると、「知っている」では、50歳代の男性が8.5%で最も高くなっています。

【図表 2-8-24 南あわじ市の自殺率が国や県より倍近く高いことを知っているか（性別・年齢別）】



# (7) 南あわじ市の自殺率の状況に対する原因・対策

|      |                                                                                 |
|------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 問 47 | 南あわじ市で特に自殺率が高いのは、働き盛り世代以降の男性と高齢の女性ですが、その原因や対策等につき、ご意見・ご提言などがありましたら、ご自由にお書きください。 |
|------|---------------------------------------------------------------------------------|

南あわじ市の自殺率の状況に対する原因・対策について、カテゴリーに分類したところ、「人間関係・孤独・コミュニティ不足」が 46 件で最も多く、次いで「働き方・労働環境・生活の忙しさ」が 28 件、「経済的困難・生活不安」が 25 件となっています。

【図表 2-8-25 南あわじ市の自殺率の状況に対する意見】

| カテゴリー                   | 内容           |
|-------------------------|--------------|
| 人間関係・孤独・コミュニティ不足 (46 件) | 相談相手がない      |
|                         | 孤独           |
|                         | 近所付き合いが減った   |
|                         | 家族や地域との関係が希薄 |
| 働き方・労働環境・生活の忙しさ (28 件)  | 働き過ぎ         |
|                         | 農家の長時間労働     |
|                         | 職場環境が悪い      |
|                         | 仕事一筋で趣味がない   |
| 経済的困難・生活不安 (25 件)       | 生活が苦しい       |
|                         | 年金だけでは生活できない |
|                         | 物価高          |
|                         | 給料が低い        |
|                         | 医療費や税金の負担    |
| 高齢者特有の問題・介護 (22 件)      | 高齢女性の孤独      |
|                         | 老老介護         |
|                         | 施設に入れない      |
|                         | 足腰が弱くなり外出困難  |
| 心の健康・精神的な悩み (18 件)      | うつ・ストレス      |
|                         | 生きる意味が見えない   |
|                         | 自分の価値がわからない  |
| 地域社会・行政・制度への不満 (15 件)   | 福祉が充実していない   |
|                         | 市の企画力不足      |

| カテゴリー                   | 内容      |
|-------------------------|---------|
| 娯楽・居場所・生きがい不足<br>(12 件) | 娯楽が少ない  |
|                         | 活動場所がない |
| 病気・健康問題<br>(9 件)        | 体調不良    |
|                         | 持病      |

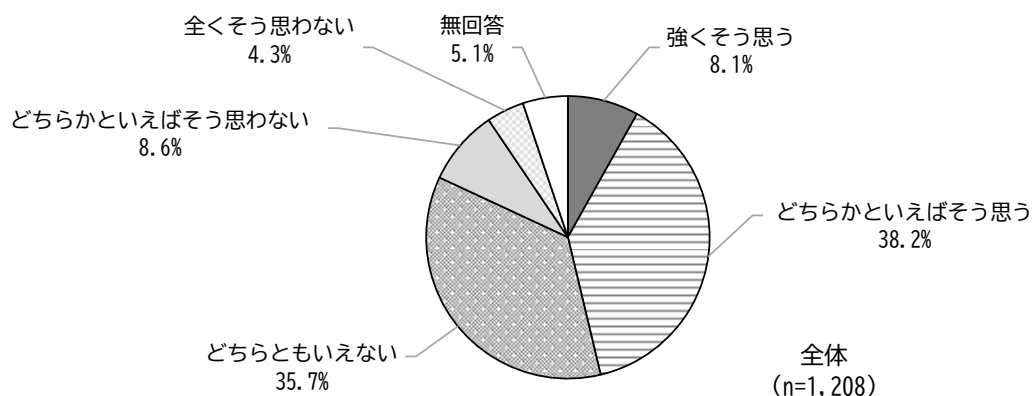
## 9. 地域とのつながりや社会活動について

### (1) 地域の人々とのつながりが強いと思うか

問 48 南あわじ市は、地域の人々とのつながりが強いと思いますか。(○は1つ)

地域の人々とのつながりが強いと思うかについて、「どちらかといえばそう思う」が 38.2%で最も高く、次いで「どちらともいえない」が 35.7%、「どちらかといえばそう思わない」が 8.6%となっています。また、『そう思う』（「強くそう思う」と「どちらかといえばそう思う」の合計）について、46.3%となっています。

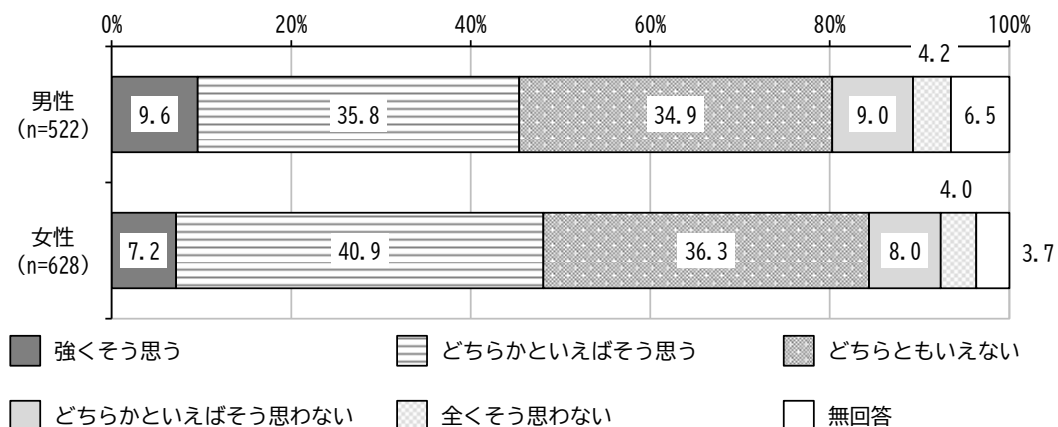
【図表 2-9-1 地域の人々とのつながりが強いと思うか】



| 指標                    | 対象     | 南あわじ市 | 国             |
|-----------------------|--------|-------|---------------|
| 地域の人々とのつながりが強いと思う者の割合 | 20 歳以上 | 46.3% | 31.6%<br>(R5) |

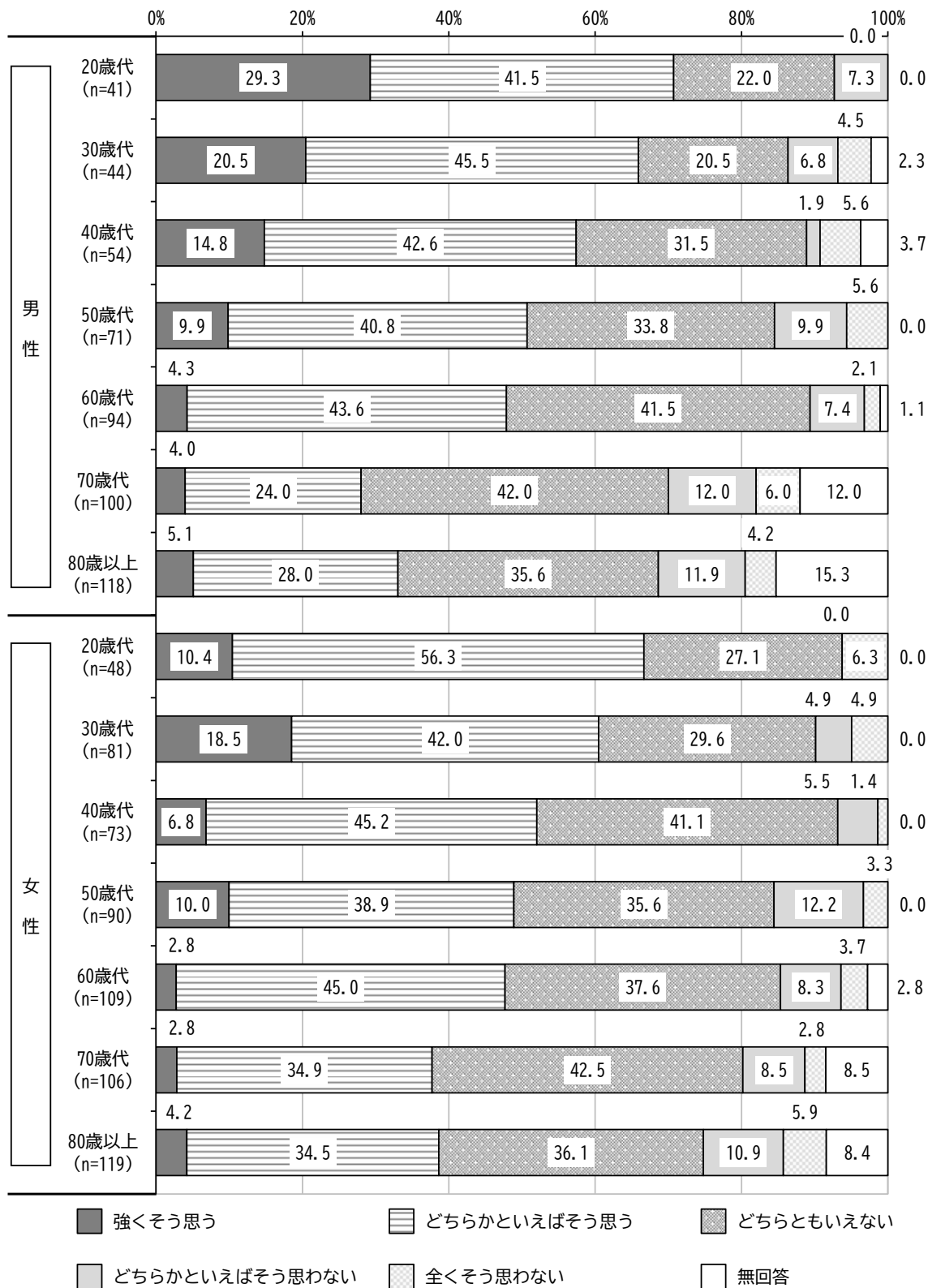
性別にみると、『そう思う』（「強くそう思う」と「どちらかといえばそう思う」の合計）について、男性では 45.4%、女性では 48.1%となっており、女性のほうが 2.7 ポイント高くなっています。

【図表 2-9-2 地域の人々とのつながりが強いと思うか（性別）】



性別・年齢別にみると、『そう思う』（「強くそう思う」と「どちらかといえばそう思う」の合計）では、20歳代の男性が70.8%で最も高くなっています。

【図表 2-9-3 地域の人々とのつながりが強いと思うか（性別・年齢別）】

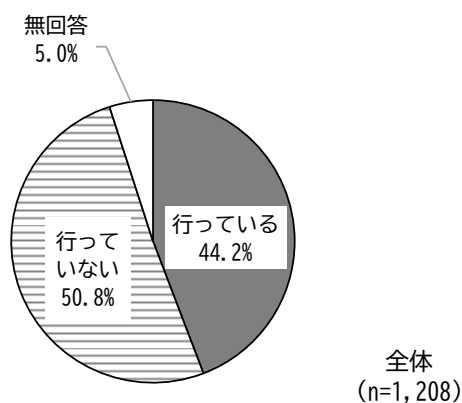


## (2) 社会活動を行っているか

|      |                                                           |
|------|-----------------------------------------------------------|
| 問 49 | 現在、社会活動（就労や就学、町内会や地域行事、ボランティア活動、スポーツや趣味など）を行っていますか。（○は1つ） |
|------|-----------------------------------------------------------|

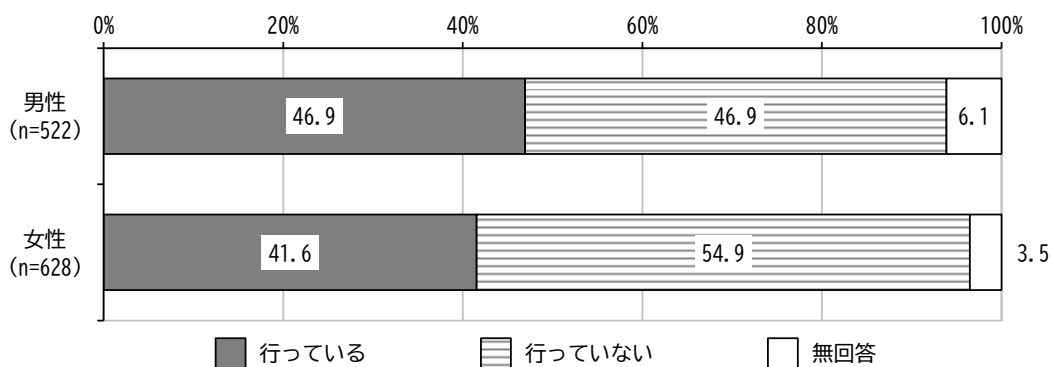
社会活動を行っているかについて、「行っている」が44.2%、「行っていない」が50.8%となっています。

【図表 2-9-4 社会活動を行っているか】



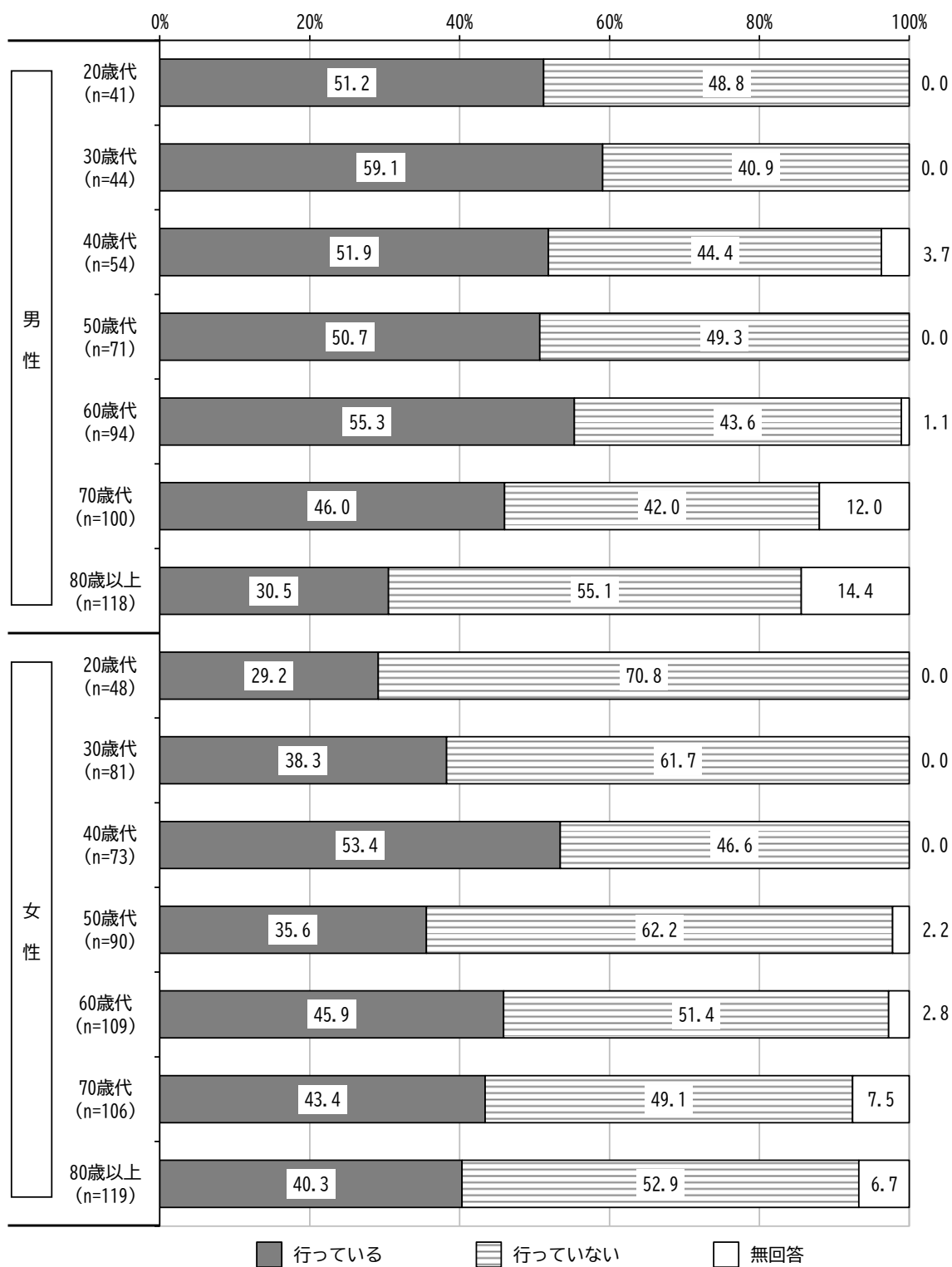
性別にみると、「行っている」について、男性では46.9%、女性では41.6%となっており、男性のほうが5.3ポイント高くなっています。

【図表 2-9-5 社会活動を行っているか（性別）】



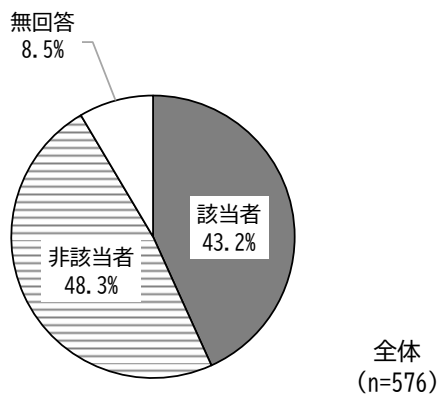
性別・年齢別にみると、「行っている」では、30歳代の男性が59.1%で最も高くなっています。

【図表 2-9-6 社会活動を行っているか（性別・年齢別）】



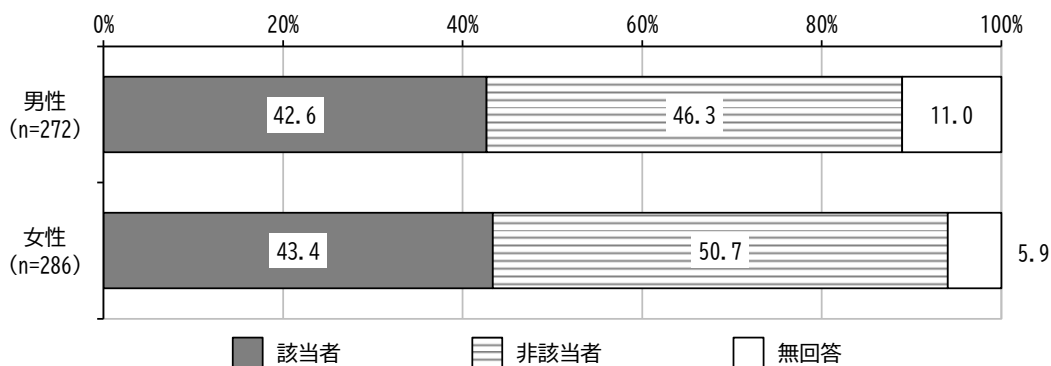
社会活動を行っている高齢者（65 歳以上）について、「該当者」が 43.2%、「非該当者」が 48.3%となっています。

【図表 2-9-7 社会活動を行っている高齢者】



性別にみると、「該当者」について、男性では 42.6%、女性では 43.4%となっており、女性のほうが 0.8 ポイント高くなっています。

【図表 2-9-8 社会活動を行っている高齢者】



## 10. 自由記述

### (1) 健康づくり・健康増進事業に関する意見

|      |                                                      |
|------|------------------------------------------------------|
| 問 50 | 最後に、健康づくり・健康増進事業などについてのご意見・ご提言などがありましたら、ご自由にお書きください。 |
|------|------------------------------------------------------|

健康づくり・健康増進事業に関する意見について、カテゴリーに分類したところ、「運動・スポーツの機会充実」が 38 件で最も多く、次いで「交通手段・アクセス改善」が 22 件、「地域交流・居場所づくり」が 21 件となっています。

【図表 2-10-1 自由記述】

| カテゴリー                  | 内容                                     |
|------------------------|----------------------------------------|
| 運動・スポーツの機会充実<br>(38 件) | グラウンドゴルフ、ラジオ体操、いきいき百歳体操、卓球、コーラスなどの拡充。  |
|                        | 気軽に始められるスポーツサークル、太極拳、ヨガ、ダンススクールなどの充実。  |
|                        | 昔のような町民大会、運動会、体育祭を再開。                  |
|                        | ジムやトレーニング施設を増設、簡単な器具を公民館や集会所に設置。       |
| 交通手段・アクセス改善<br>(22 件)  | 病院や集会所までのバス停が遠く、徒歩がきつい。                |
|                        | コミュニティバスや循環バスの増便、無料化。                  |
|                        | 街灯の増設、公園の整備、夜道の安全確保。                   |
|                        | 車がないと参加できず、時間と労力がかかる。                  |
| 地域交流・居場所づくり<br>(21 件)  | 老人クラブ、サロン、地域の集まりの増加。                   |
|                        | 老人会と保育園児の合同運動会、3 世代が楽しめる喫茶店や軽食スペースの提供。 |
|                        | 一人暮らし高齢者へのアプローチ。                       |
|                        | 途中で休んだりやめたりできる柔軟な活動の場。                 |
| 健診・医療費補助<br>(18 件)     | がん検診、人間ドック、脳ドックなどの費用補助。                |
|                        | 大腸検査などを 20 歳から受けられるよう変更。               |
|                        | 職場健診にがん検診を追加、問診時間を増やす。                 |
|                        | 正しい医療情報の提供。                            |
| 経済的負担・物価高<br>(15 件)    | 魚や野菜が高く、バランスの良い食事が難しい。                 |
|                        | ジムや施設の利用料が高額で利用しづらい。                   |
|                        | 介護施設利用料が高額すぎて入居できない。                   |
|                        | 給料が低いのに物価が上がる、経済的余裕がない。                |

| カテゴリー                | 内容                            |
|----------------------|-------------------------------|
| 情報発信・広報不足<br>(12 件)  | 市の健康事業の周知。                    |
|                      | スーパーや商業施設に掲示、テレビや SNS で発信。    |
| 心の健康・相談窓口<br>(11 件)  | 多様なストレス解消法の周知。                |
|                      | 気軽に悩みを相談できる場所の提供。             |
| 高齢者支援・介護制度<br>(10 件) | 介護保険制度について、申請が難しい、利用できない人が多い。 |
|                      | 入居施設に空きがない。                   |
|                      | 健康麻雀の導入。                      |
|                      | 認知症への理解。                      |
| 食生活・栄養<br>(9 件)      | 魚・野菜・豆類を多く摂る工夫。               |
|                      | 給食の味を再現したレシピ本の提供。             |
|                      | 自宅で野菜を育て、保存食を作る。              |
|                      | 農薬や添加物を避ける。                   |

## 第3章 小学5年生、中学2年生・17歳調査結果

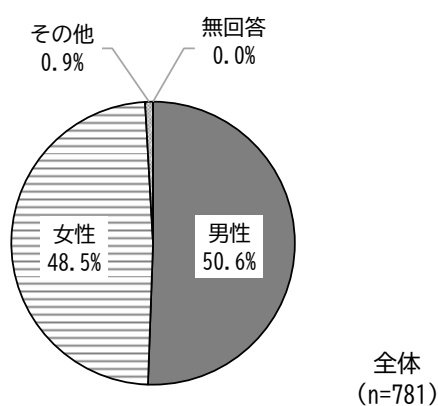
### 1. 回答者の属性

#### (1) 性別

|    |                 |  |
|----|-----------------|--|
| 問2 | あなたの性別をお聞きます。   |  |
| 対象 | 小学5年生、中学2年生、17歳 |  |

性別について、「男性」が50.6%、「女性」が48.5%となっています。

【図表 3-1-1 性別】

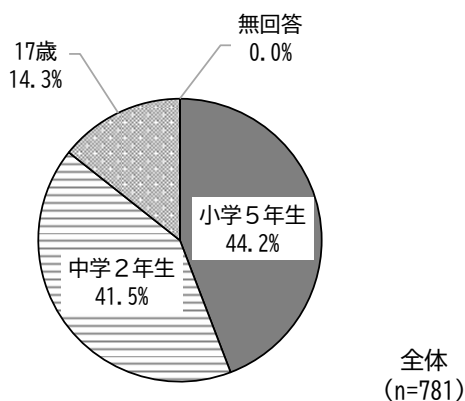


#### (2) 年齢

|    |                  |  |
|----|------------------|--|
| 問3 | あなたの学年と年齢をお聞きます。 |  |
| 対象 | 小学5年生、中学2年生、17歳  |  |

年齢について、「小学5年生」が44.2%で最も高く、次いで「中学2年生」が41.5%、「17歳」が14.3%となっています。

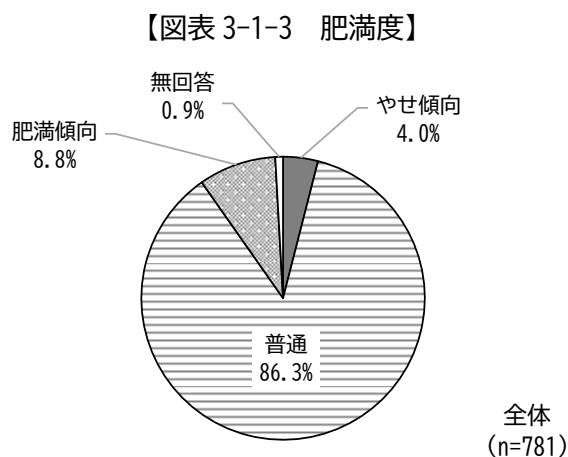
【図表 3-1-2 年齢】



### (3) 肥満度

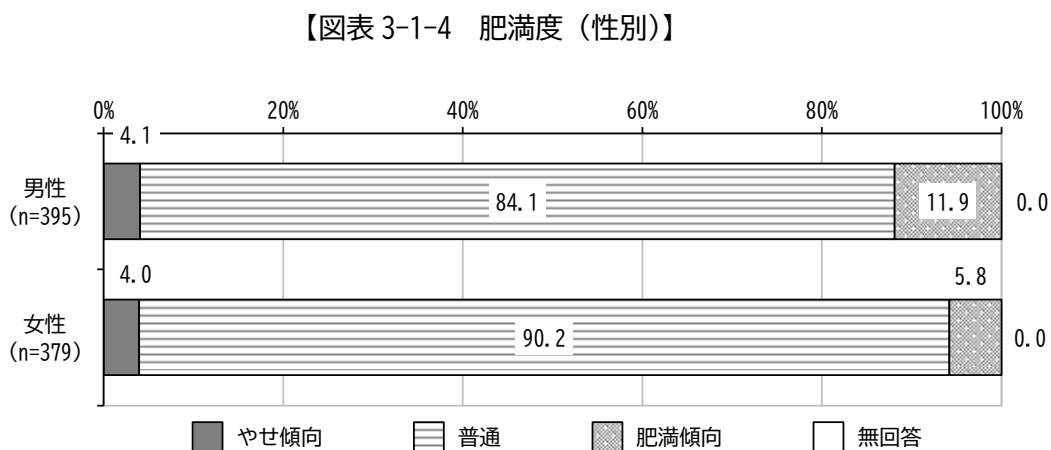
|    |                                     |
|----|-------------------------------------|
| 問4 | 身長と体重をお書きください。(小数点以下は四捨五入してお答えください) |
| 対象 | 小学5年生、中学2年生、17歳                     |

身長と体重から算出した肥満度について、「普通」が86.3%で最も高く、次いで「肥満傾向」が8.8%、「やせ傾向」が4.0%となっています。

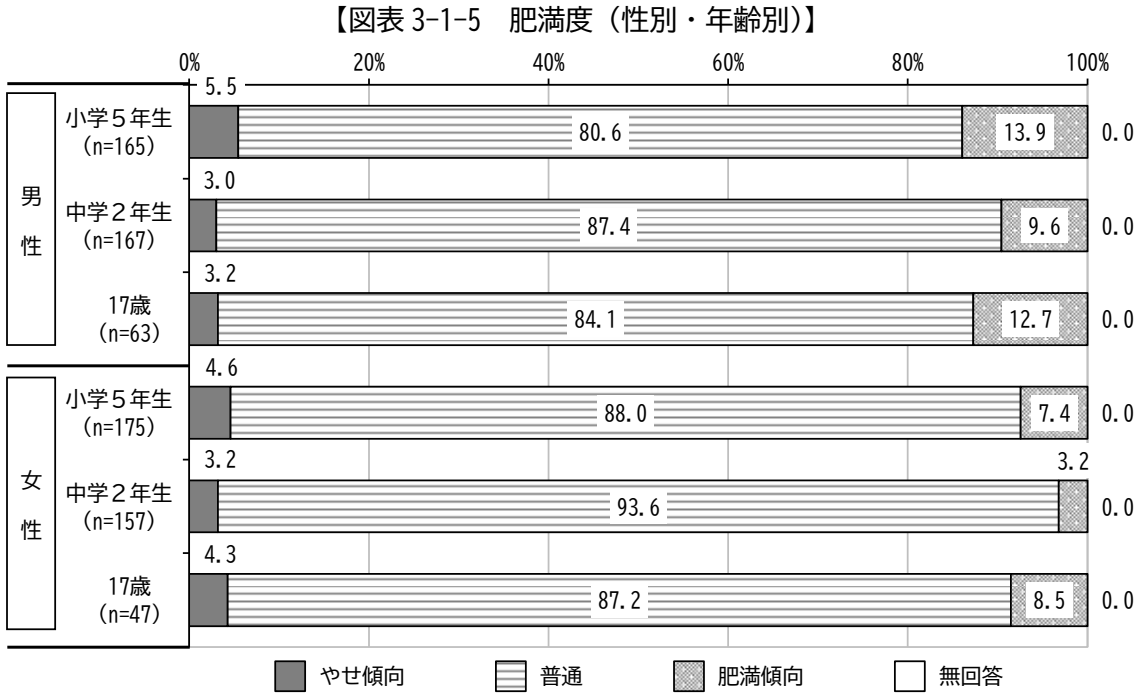


※ 肥満度-20%以下:やせ傾向、肥満度-20%より大きく 20%未満:普通、肥満度 20%以上:肥満傾向で算出

性別にみると、「肥満傾向」について、男性では11.9%、女性では5.8%となっており、男性のほうが6.1ポイント高くなっています。



性別・年齢別にみると、「肥満傾向」では、小学5年生の男性が13.9%で最も高くなっています。



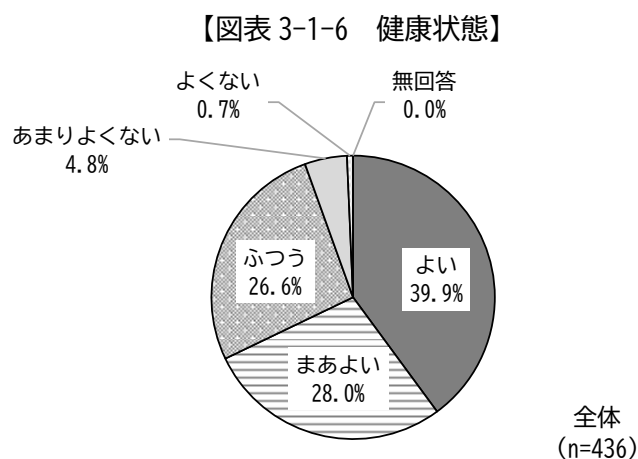
| 指標                  | 対象    | 南あわじ市               | 兵庫県                           | 国                             |
|---------------------|-------|---------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| 児童・生徒における肥満傾向児の割合減少 | 小学5年生 | 男性：13.9%<br>女性：7.45 | 男性：10.25%<br>女性：7.57%<br>(R6) | 男性：12.73%<br>女性：9.10%<br>(R6) |

#### (4) 健康状態

|    |                             |  |
|----|-----------------------------|--|
| 問5 | あなたの現在の健康状態（こころと身体）はいかがですか。 |  |
| 対象 | 中学2年生、17歳                   |  |

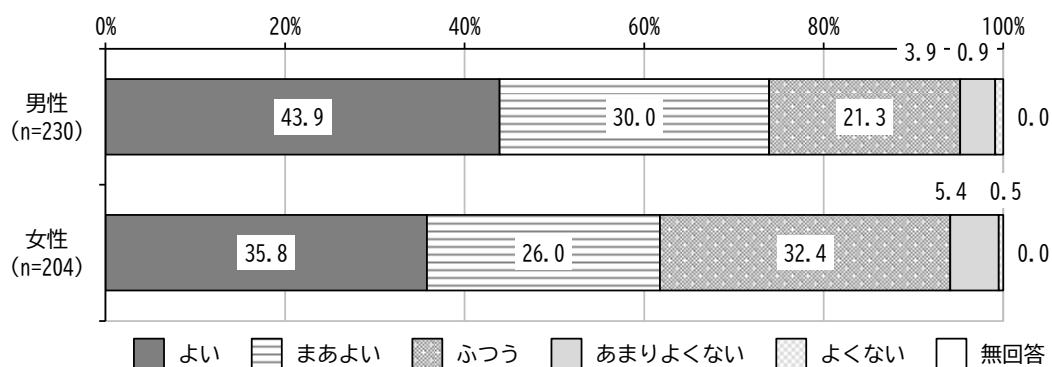
健康状態について、「よい」が39.9%で最も高く、次いで「まあよい」が28.0%、「ふつう」が26.6%となっています。

また、『よい』（「よい」と「まあよい」の合計）について、67.9%となっています。



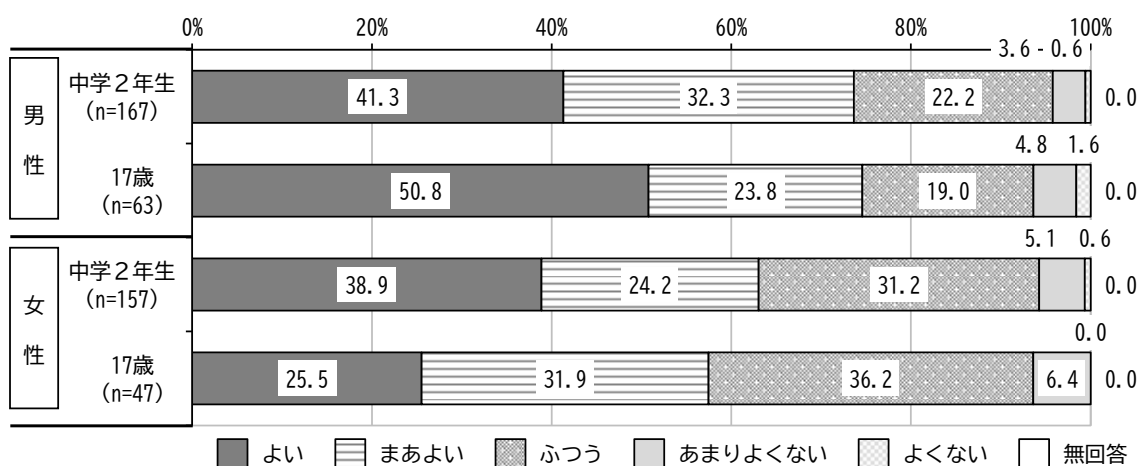
性別にみると、『よい』（「よい」と「まあよい」の合計）について、男性では73.9%、女性では61.8%となっており、男性のほうが12.1ポイント高くなっています。

【図表 3-1-7 健康状態（性別）】



性別・年齢別にみると、『よい』（「よい」と「まあよい」の合計）では、17歳の男性が74.6%で最も高くなっています。

【図表 3-1-8 健康状態（性別・年齢別）】



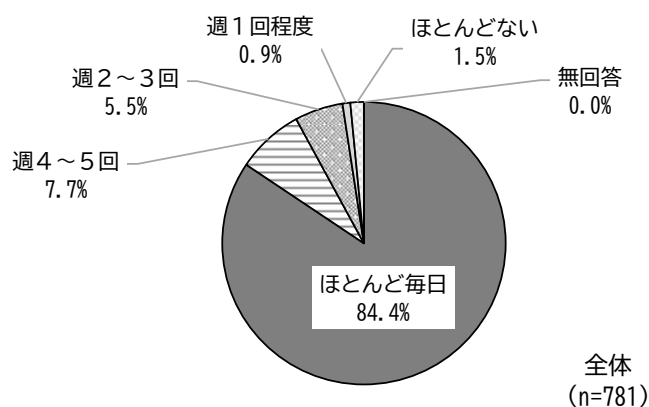
## 2. 食生活について

### (1) 家族や友人と楽しく食事を食べているか

|    |                                  |
|----|----------------------------------|
| 問6 | あなたは、1日1回以上、家族や友人と楽しく食事を食べていますか。 |
| 対象 | 小学5年生、中学2年生、17歳                  |

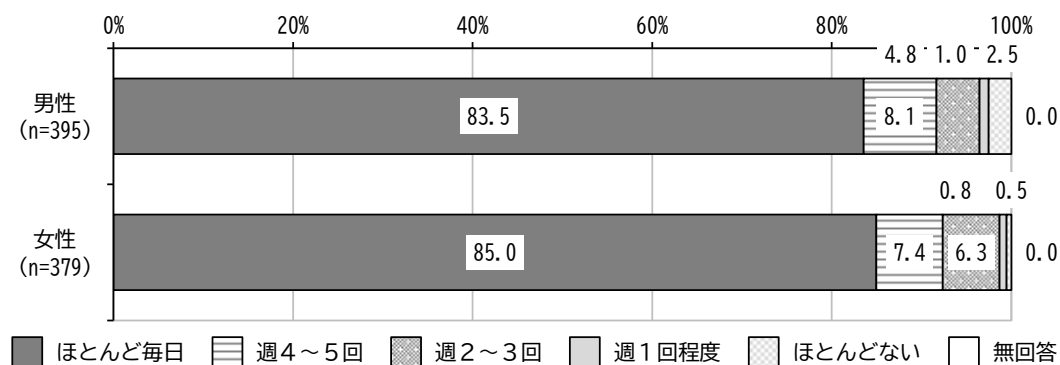
家族や友人と楽しく食事を食べているかについて、「ほとんど毎日」が84.4%で最も高く、次いで「週4～5回」が7.7%、「週2～3回」が5.5%となっています。

【図表 3-2-1 家族や友人と楽しく食事を食べているか】



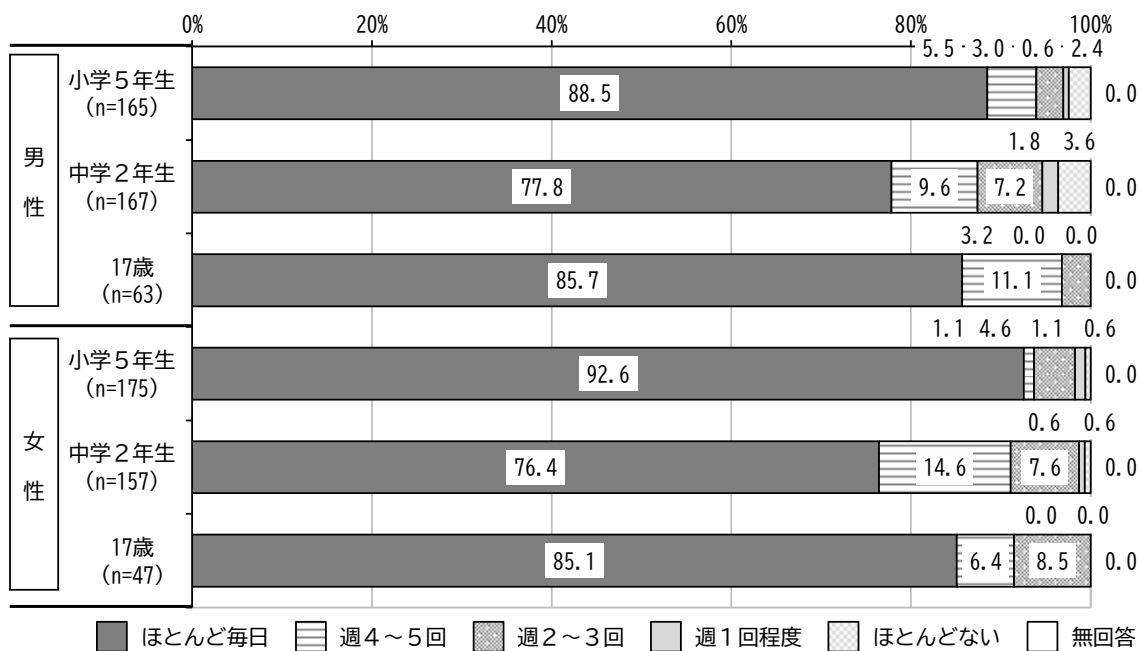
性別にみると、「ほとんど毎日」について、男性では83.5%、女性では85.0%となっており、女性のほうが1.5ポイント高くなっています。また、「ほとんどない」について、男性では2.5%、女性では0.5%となっており、男性のほうが2.0ポイント高くなっています。

【図表 3-2-2 家族や友人と楽しく食事を食べているか（性別）】



性別・年齢別にみると、「ほとんど毎日」では、小学5年生の女性が92.6%で最も高く、「ほとんどない」では、中学2年生の男性が3.6%で最も高くなっています。

【図表 3-2-3 家族や友人と楽しく食事を食べているか（性別・年齢別）】



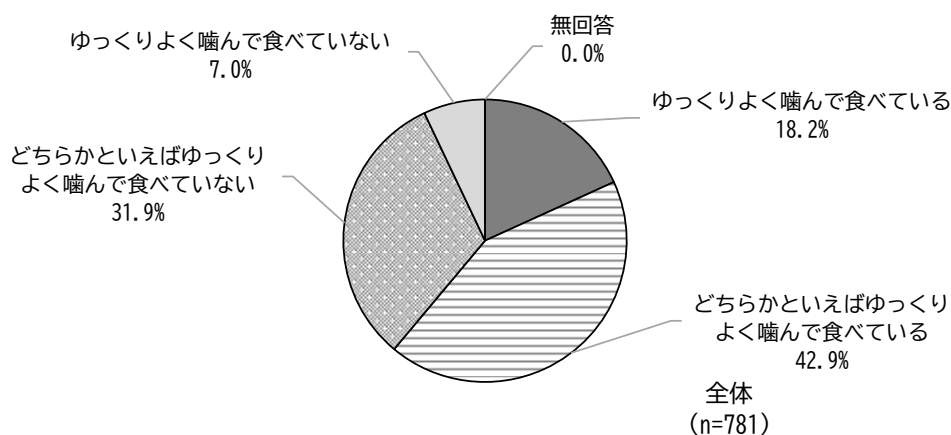
## (2) ゆっくりよく噛んで食べているか

|    |                                                             |
|----|-------------------------------------------------------------|
| 問7 | ふだんゆっくりよく噛んで食べていますか。<br>※「ゆっくりよく噛んで」は1口につき30回以上噛むことを目安とします。 |
| 対象 | 小学5年生、中学2年生、17歳                                             |

ゆっくりよく噛んで食べているかについて、「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」が42.9%で最も高く、次いで「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない」が31.9%、「ゆっくりよく噛んで食べている」が18.2%となっています。

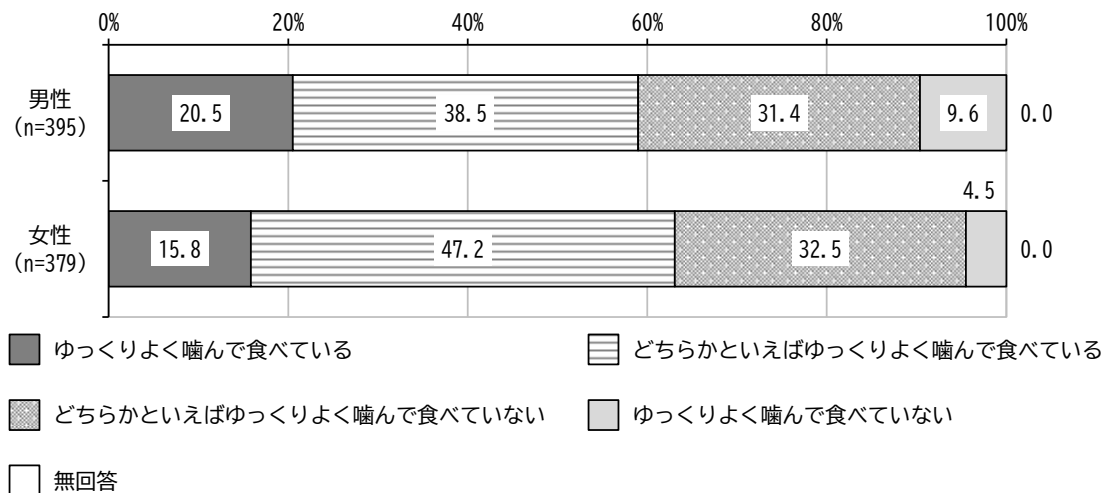
また、『ゆっくりよく噛んで食べている』（「ゆっくりよく噛んで食べている」と「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」の合計）について、61.1%となっています。

【図表 3-2-4 ゆっくりよく噛んで食べているか】



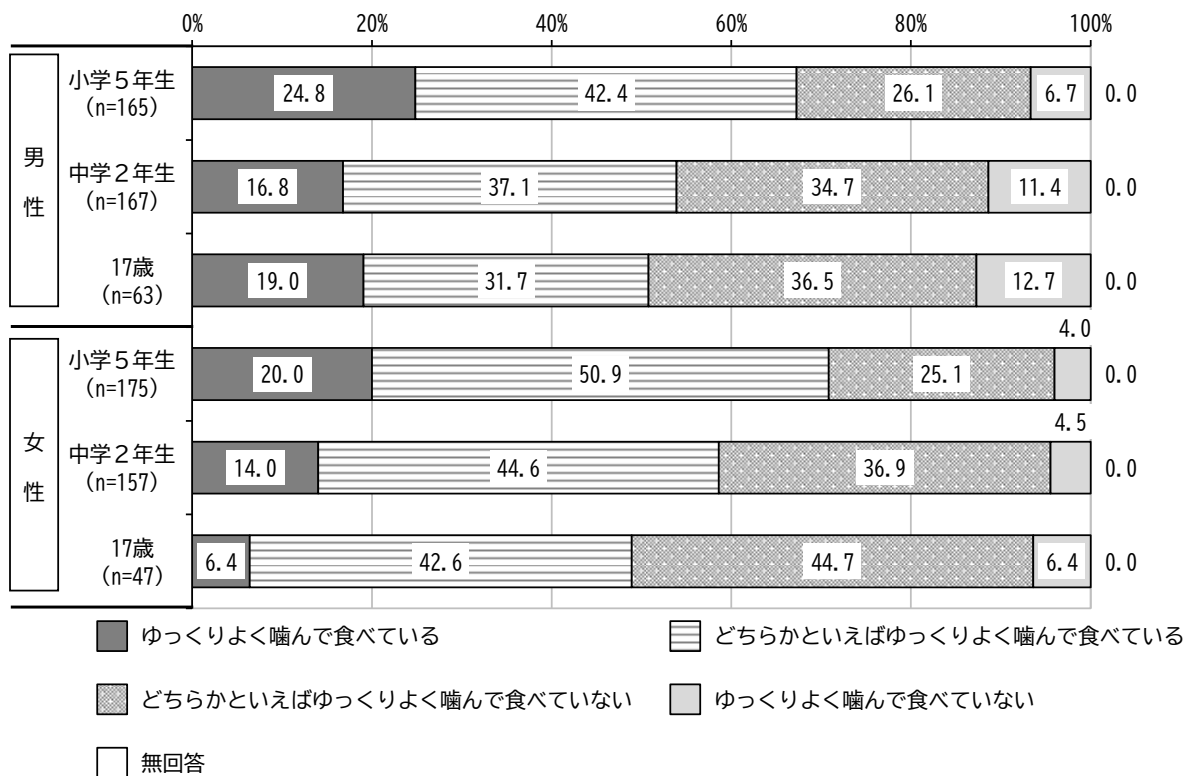
性別にみると、『ゆっくりよく噛んで食べている』（「ゆっくりよく噛んで食べている」と「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」の合計）について、男性では59.0%、女性では63.0%となっており、女性のほうが4.0ポイント高くなっています。

【図表 3-2-5 ゆっくりよく噛んで食べているか（性別）】



性別・年齢別にみると、『ゆっくりよく噛んで食べている』（「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」の合計）では、小学5年生の女性が70.9%で最も高くなっています。

【図表 3-2-6 ゆっくりよく噛んで食べているか（性別・年齢別）】

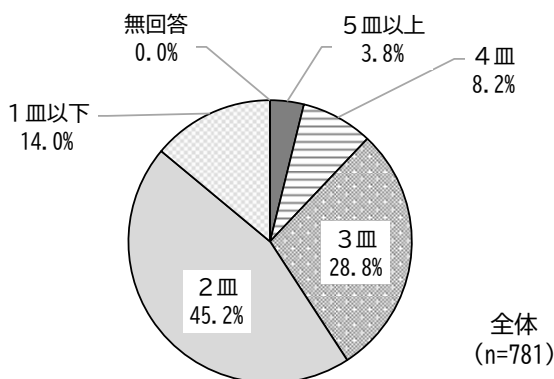


### (3) 野菜を使った料理の摂取状況

|    |                                                                                                                                    |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 問8 | ふだん野菜を使った料理を1日に何皿程度食べていますか。（1皿は約70gです）<br>※1皿分の料理＝小鉢1皿（ほうれん草のおひたし、具だくさんのみそ汁、野菜サラダなど）<br>2皿分の料理＝大皿1皿（野菜の煮しめ、野菜炒め、肉じゃが、野菜たっぷりのカレーなど） |
| 対象 | 小学5年生、中学2年生、17歳                                                                                                                    |

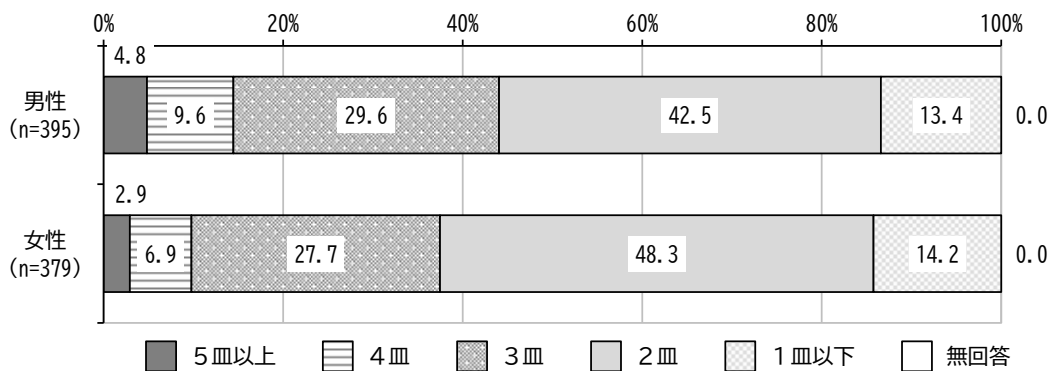
野菜を使った料理の摂取状況について、「2皿」が45.2%で最も高く、次いで「3皿」が28.8%、「1皿以下」が14.0%となっています。

【図表 3-2-7 野菜を使った料理の摂取状況】



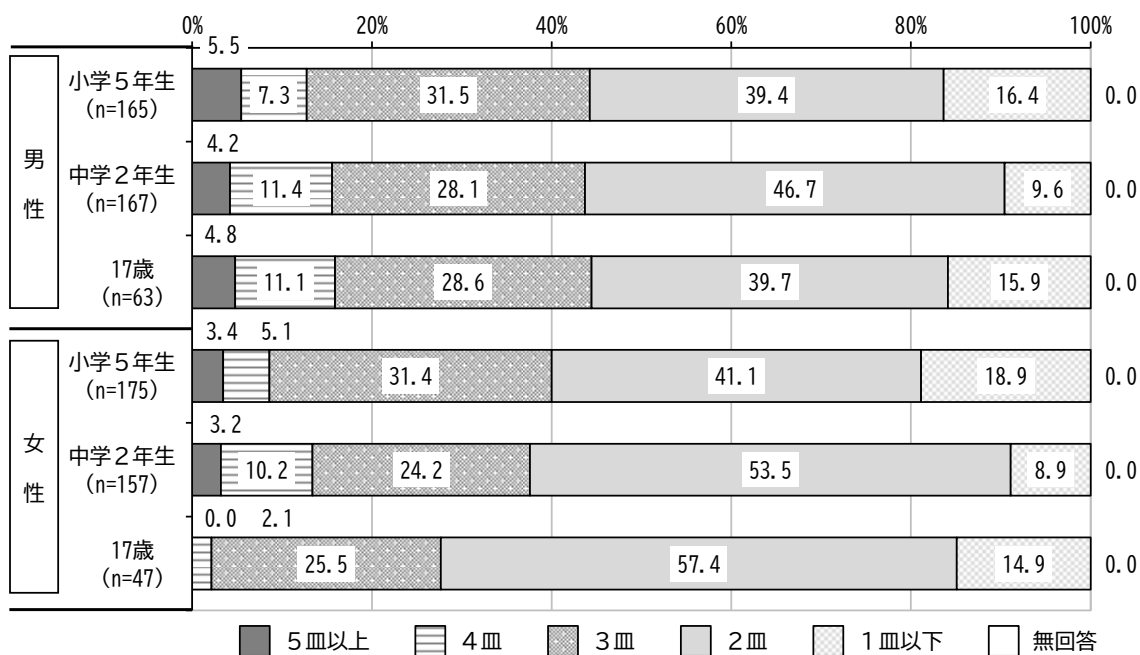
性別にみると、「5皿以上」について、男性では4.8%、女性では2.9%となっており、男性のほうが1.9ポイント高くなっています。

【図表 3-2-8 野菜を使った料理の摂取状況（性別）】



性別・年齢別にみると、「5皿以上」では、小学5年生の男性が5.5%で最も高くなっています。

【図表 3-2-9 野菜を使った料理の摂取状況（性別・年齢別）】

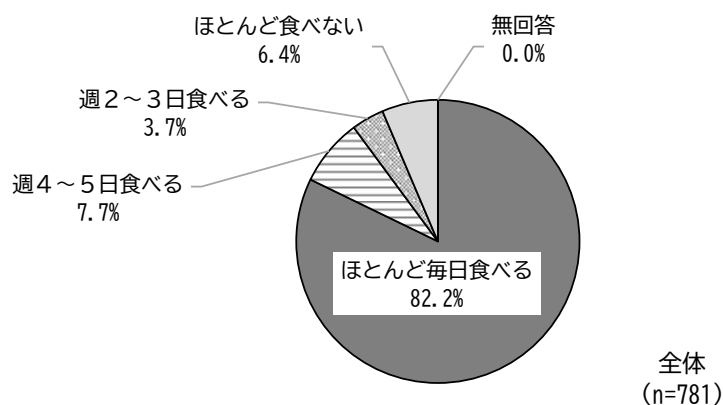


#### (4) 朝食の摂取状況

|    |                 |  |
|----|-----------------|--|
| 問9 | ふだん朝食を食べますか。    |  |
| 対象 | 小学5年生、中学2年生、17歳 |  |

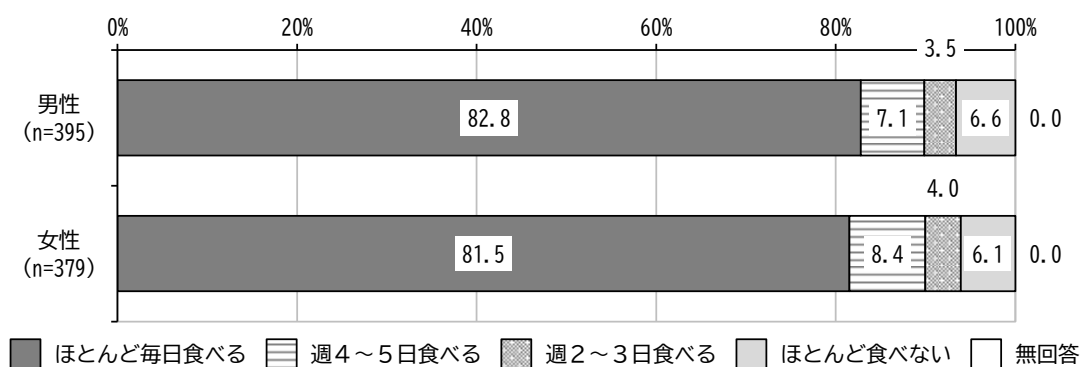
朝食の摂取状況について、「ほとんど毎日食べる」が82.2%で最も高く、次いで「週4～5日食べる」が7.7%、「ほとんど食べない」が6.4%となっています。

【図表 3-2-10 朝食の摂取状況】



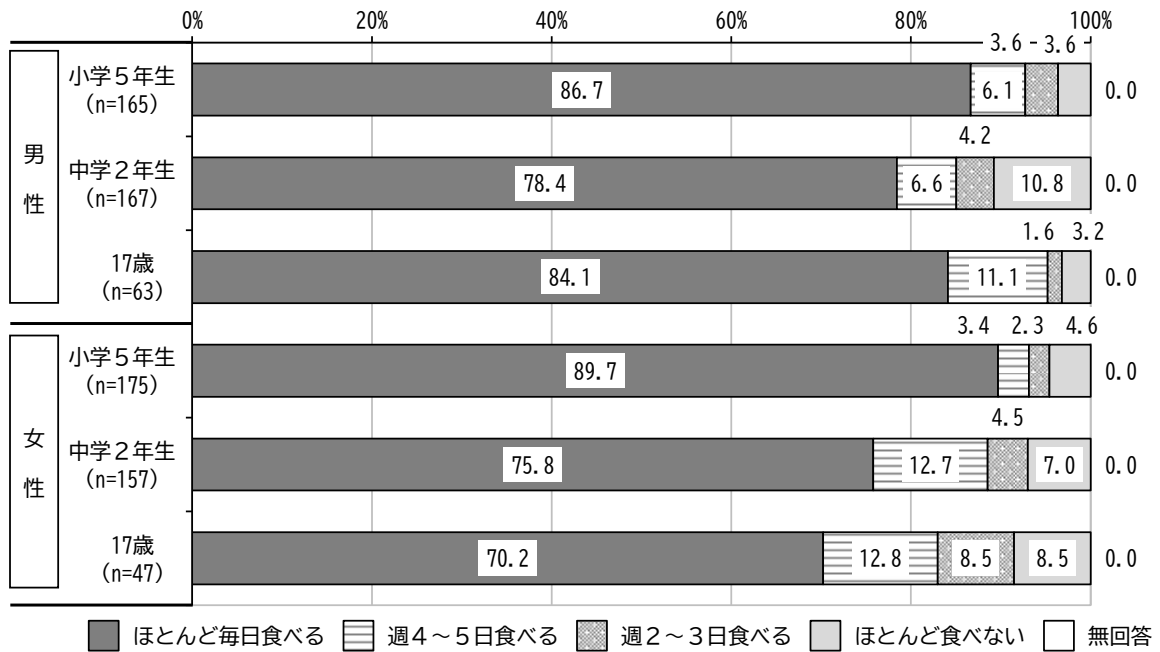
性別にみると、「ほとんど毎日食べる」について、男性では82.8%、女性では81.5%となっており、男性のほうが1.3ポイント高くなっています。また、「ほとんど食べない」について、男性では6.6%、女性では6.1%となっており、男性のほうが0.5ポイント高くなっています。

【図表 3-2-11 朝食の摂取状況 (性別)】



性別・年齢別にみると、「ほとんど毎日食べる」では、小学5年生の女性が89.7%で最も高く、「ほとんど食べない」では、中学2年生の男性が10.8%で最も高くなっています。

【図表 3-2-12 朝食の摂取状況（性別・年齢別）】

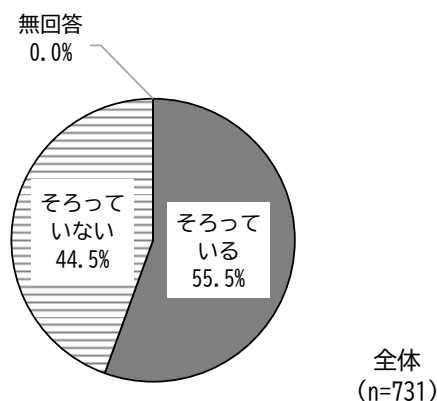


## (5) 朝食に主食・主菜・副菜がそろっているか

|      |                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 問9-1 | <p>【問9で「ほとんど毎日食べる」「週4～5日食べる」「週2～3日食べる」と答え<br/>た方にお聞きします】</p> <p>普段の朝食に、主食・主菜・副菜がそろっていますか。</p> <p>※主食…米、パン、めん類などの穀類で、主として糖質エネルギーの供給源となるもの<br/>主菜…魚や肉、卵、大豆製品などを使った副食の中心となる料理で、主としてたんぱく質や<br/>脂肪の供給源となるもの<br/>副菜…野菜などを使った料理で、主食と主菜に不足するビタミン、ミネラル、食物繊維などを<br/>補う役割を果たすもの</p> |
| 対象   | 小学5年生、中学2年生、17歳                                                                                                                                                                                                                                                          |

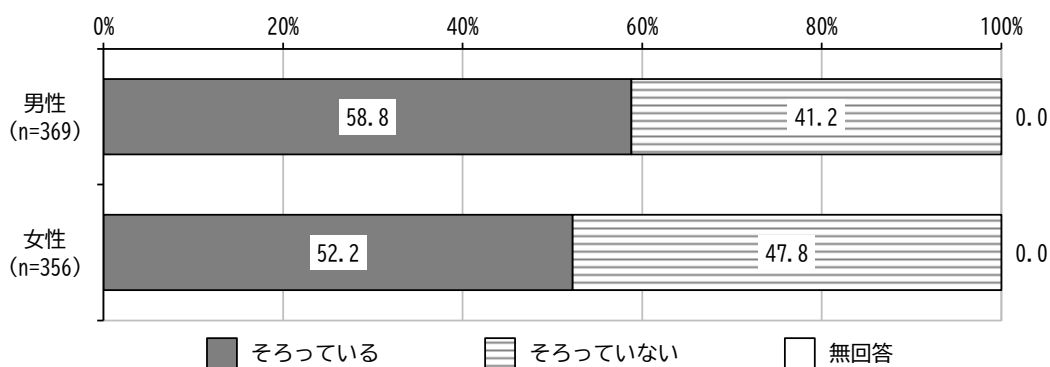
朝食に主食・主菜・副菜がそろっているかについて、「そろっている」が 55.5%、「そろっていない」が 44.5%となっています。

【図表 3-2-13 朝食に主食・主菜・副菜がそろっているか】



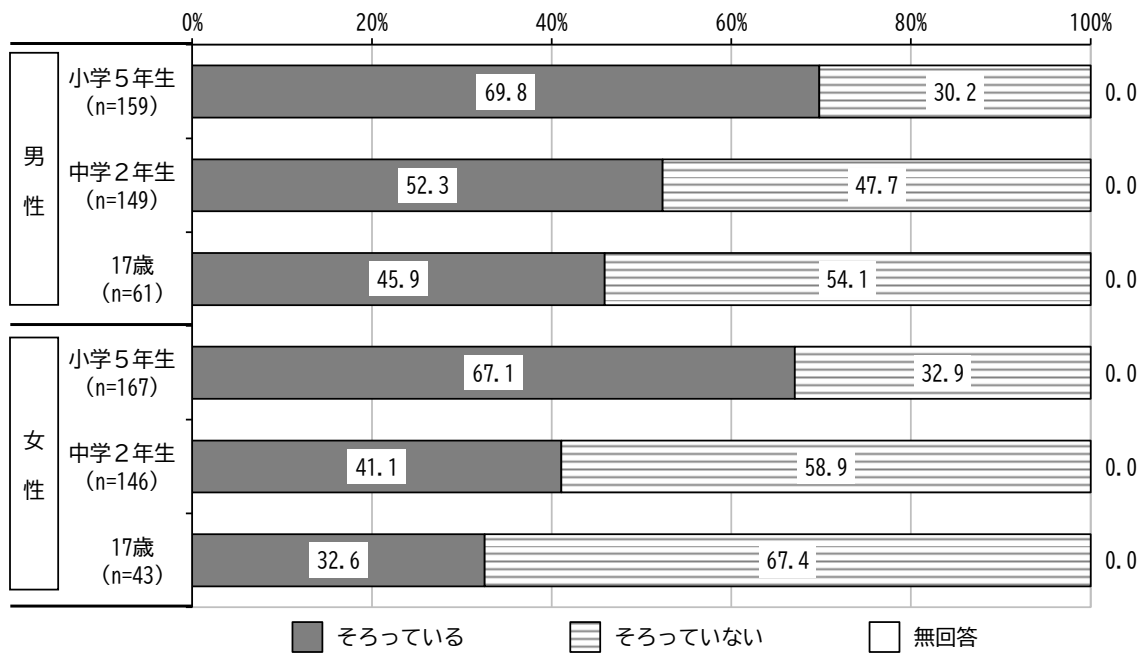
性別にみると、「そろっている」について、男性では 58.8%、女性では 52.2%となっており、男性のほうが 6.6 ポイント高くなっています。

【図表 3-2-14 朝食に主食・主菜・副菜がそろっているか（性別）】



性別・年齢別にみると、「そろっている」では、小学5年生の男性が69.8%で最も高くなっています。

【図表 3-2-15 朝食に主食・主菜・副菜がそろっているか（性別・年齢別）】

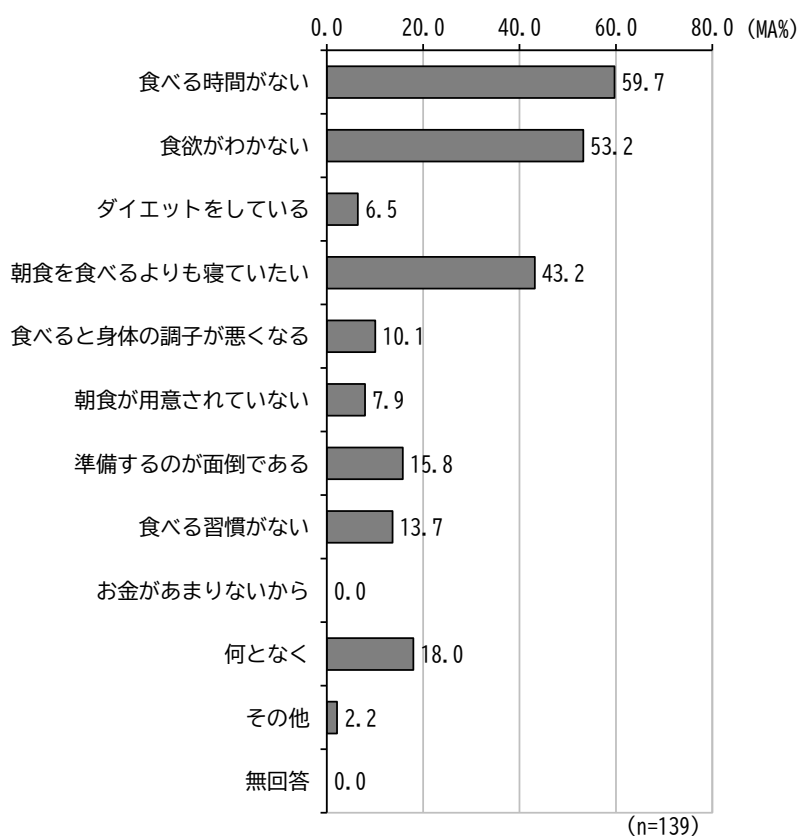


## (6) 朝食を食べない理由

|      |                                                                             |
|------|-----------------------------------------------------------------------------|
| 問9-2 | 【問9で「週4～5日食べる」「週2～3日食べる」「ほとんど食べない」と答えた方にお聞きします】<br>朝食を食べない理由は何ですか。(☑はいくつでも) |
| 対象   | 小学5年生、中学2年生、17歳                                                             |

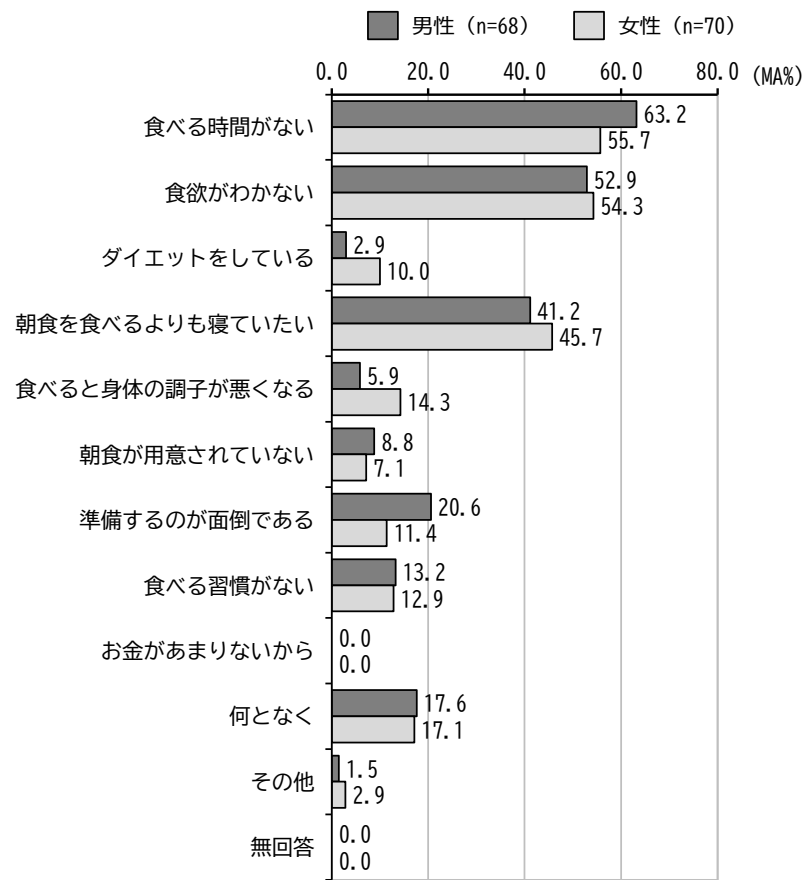
朝食を食べない理由について、「食べる時間がない」が59.7%で最も高く、次いで「食欲がわかない」が53.2%、「朝食を食べるよりも寝ていたい」が43.2%となっています。

【図表 3-2-16 朝食を食べない理由】



性別にみると、男性・女性ともに「食べる時間がない」が最も高くなっています。

【図表 3-2-17 朝食を食べない理由（性別）】



性別・年齢別にみると、「食べる時間がない」では、中学2年生の男性が77.8%で最も高く、「食欲がわかない」では、小学5年生の女性が66.7%で最も高く、「朝食を食べるよりも寝ていたい」では、小学5年生の男性と17歳の女性が50.0%で最も高くなっています。

【図表 3-2-18 朝食を食べない理由（性別・年齢別）】

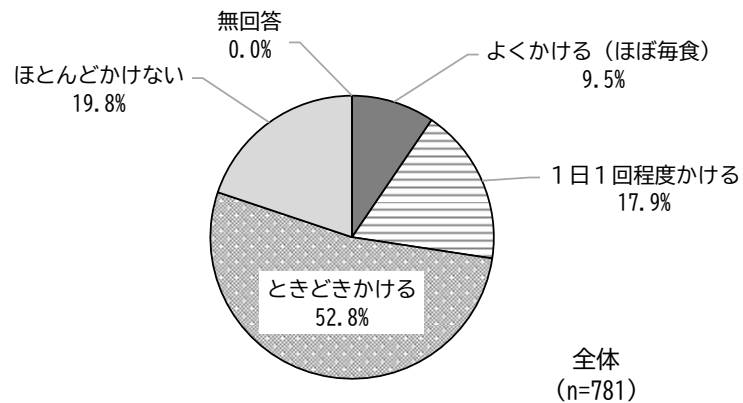
|    |       | 合計（人） | 食べる時間がない | 食欲がわかない | ダイエットをしている | 朝食を食べるよりも寝てい | なる食べる | 朝食が用意されていない | 準備するのが面倒である | 食べる習慣がない | お金があまりないから | 何となく | その他 | 無回答 |
|----|-------|-------|----------|---------|------------|--------------|-------|-------------|-------------|----------|------------|------|-----|-----|
|    |       |       |          |         |            |              |       |             |             |          |            |      |     |     |
| 男性 | 小学5年生 | 22    | 45.5     | 50.0    | 4.5        | 50.0         | 4.5   | 9.1         | 13.6        | 9.1      | 0.0        | 31.8 | 0.0 | 0.0 |
|    | 中学2年生 | 36    | 77.8     | 58.3    | 2.8        | 38.9         | 8.3   | 5.6         | 25.0        | 16.7     | 0.0        | 11.1 | 2.8 | 0.0 |
|    | 17歳   | 10    | 50.0     | 40.0    | 0.0        | 30.0         | 0.0   | 20.0        | 20.0        | 10.0     | 0.0        | 10.0 | 0.0 | 0.0 |
| 女性 | 小学5年生 | 18    | 44.4     | 66.7    | 16.7       | 44.4         | 5.6   | 0.0         | 0.0         | 16.7     | 0.0        | 16.7 | 0.0 | 0.0 |
|    | 中学2年生 | 38    | 63.2     | 52.6    | 7.9        | 44.7         | 18.4  | 7.9         | 18.4        | 10.5     | 0.0        | 21.1 | 2.6 | 0.0 |
|    | 17歳   | 14    | 50.0     | 42.9    | 7.1        | 50.0         | 14.3  | 14.3        | 7.1         | 14.3     | 0.0        | 7.1  | 7.1 | 0.0 |

(7) しょうゆ、塩、ソースをかける頻度

|      |                                   |
|------|-----------------------------------|
| 問 10 | 食卓で味のついた料理にしょうゆ、塩、ソースをどれくらいかけますか。 |
| 対象   | 小学5年生、中学2年生、17歳                   |

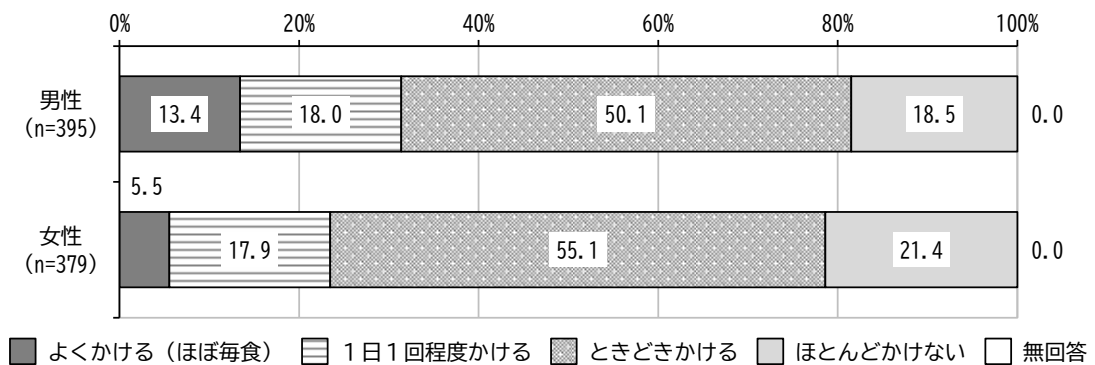
しょうゆ、塩、ソースをかける頻度について、「ときどきかける」が 52.8%で最も高く、次いで「ほとんどかけない」が 19.8%、「1日1回程度かける」が 17.9%となっています。

【図表 3-2-19 しょうゆ、塩、ソースをかける頻度】



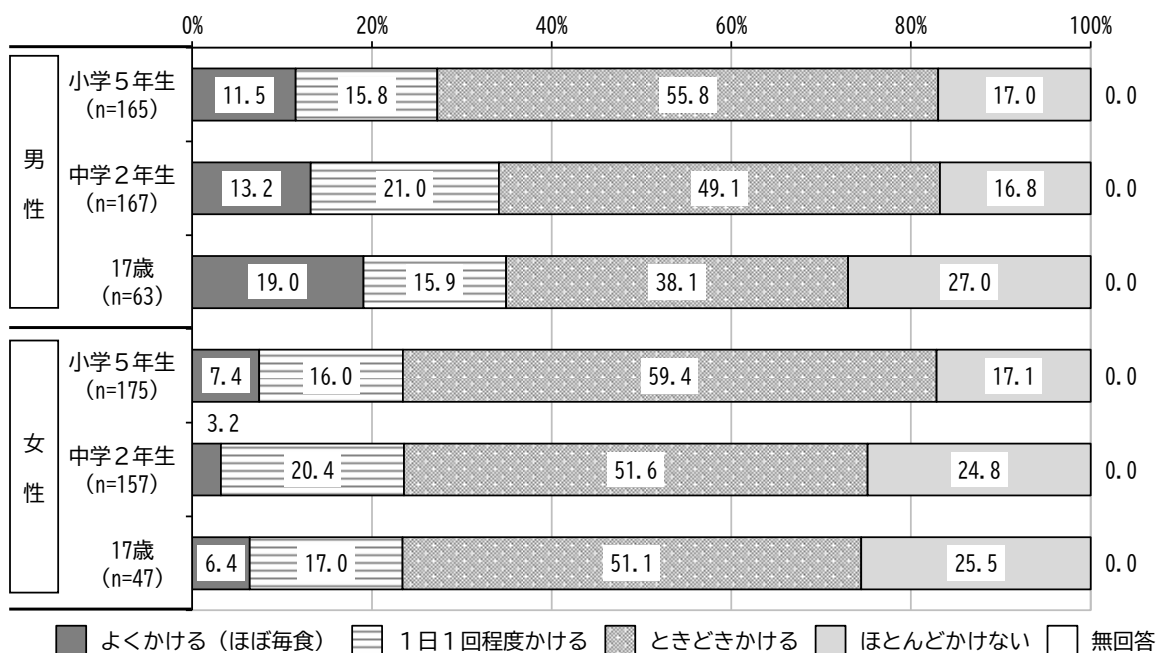
性別にみると、「よくかける (ほぼ毎食)」について、男性では 13.4%、女性では 5.5%となっており、男性のほうが 7.9 ポイント高くなっています。

【図表 3-2-20 しょうゆ、塩、ソースをかける頻度 (性別)】



性別・年齢別にみると、「よくかける（ほぼ毎食）」では、17歳の男性が19.0%で最も高くなっています。

【図表 3-2-21 しょうゆ、塩、ソースをかける頻度（性別・年齢別）】



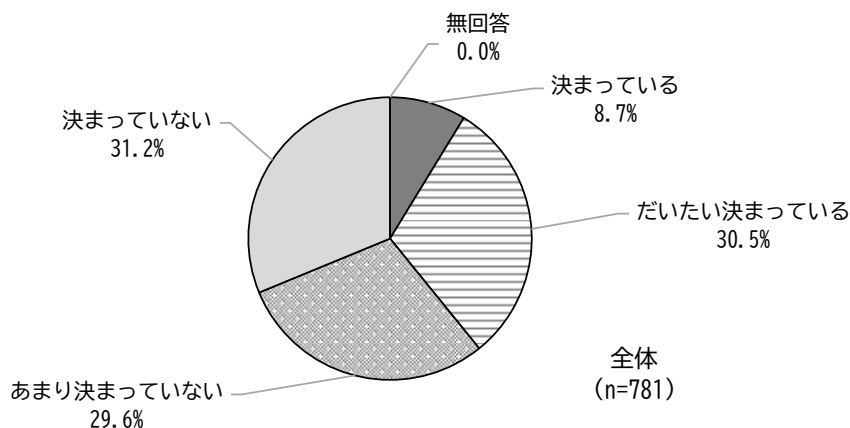
## （８）食事や間食の時間は決まっているか

|      |                         |
|------|-------------------------|
| 問 11 | 食事や間食（おやつ）の時間は決まっていますか。 |
| 対象   | 小学5年生、中学2年生、17歳         |

食事や間食の時間は決まっているかについて、「決まっていない」が31.2%で最も高く、次いで「だいたい決まっている」が30.5%、「あまり決まっていない」が29.6%となっています。

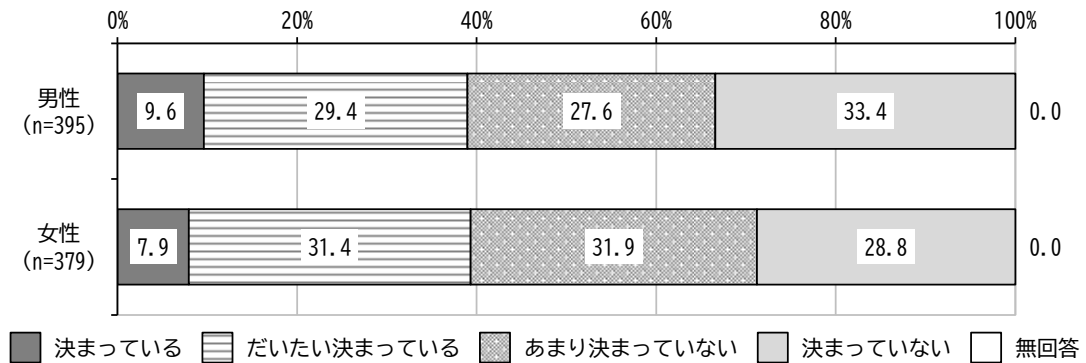
また、『決まっている』（「決まっている」と「だいたい決まっている」の合計）について、39.2%となっています。

【図表 3-2-22 食事や間食の時間は決まっているか】



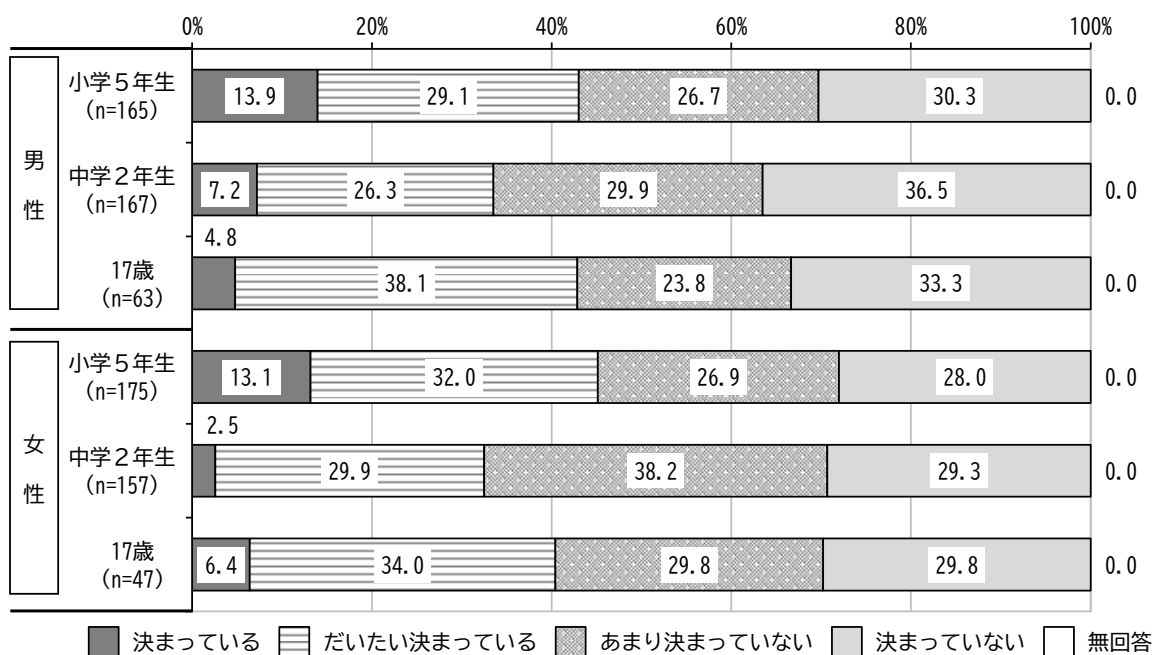
性別にみると、『決まっている』（「決まっている」と「だいたい決まっている」の合計）について、男性では 39.0%、女性では 39.3%となっており、女性のほうが 0.3 ポイント高くなっています。

【図表 3-2-23 食事や間食の時間は決まっているか（性別）】



性別・年齢別にみると、『決まっている』（「決まっている」と「だいたい決まっている」の合計）では、小学5年生の女性が 45.1%で最も高くなっています。

【図表 3-2-24 食事や間食の時間は決まっているか（性別・年齢別）】



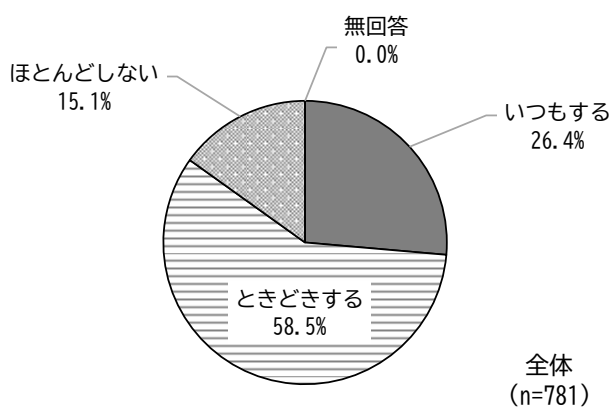
### (9) 食事作りの手伝いをしているか

|      |                                         |
|------|-----------------------------------------|
| 問 12 | あなたは食事づくり（買い物・配ぜん・調理・後かたづけ）の手伝いをしていますか。 |
| 対象   | 小学5年生、中学2年生、17歳                         |

食事作りの手伝いをしているかについて、「ときどきする」が 58.5%で最も高く、次いで「いつもする」が 26.4%、「ほとんどしない」が 15.1%となっています。

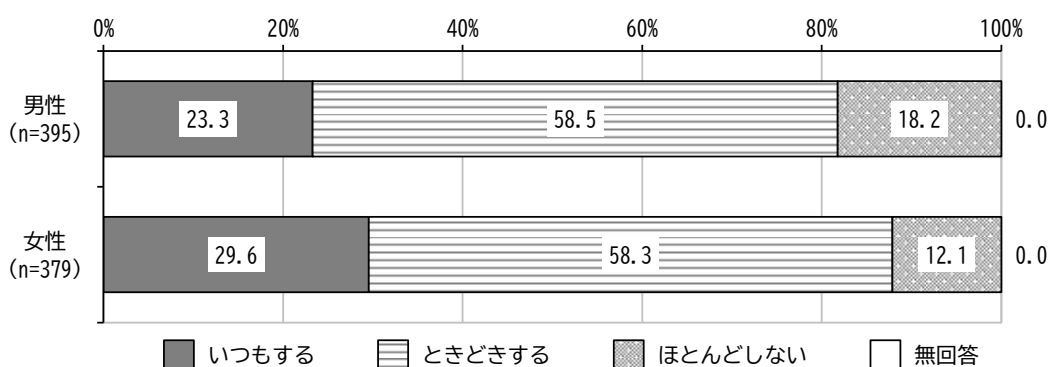
また、『する』（「いつもする」と「ときどきする」の合計）について、84.9%となっています。

【図表 3-2-25 食事作りの手伝いをしているか】



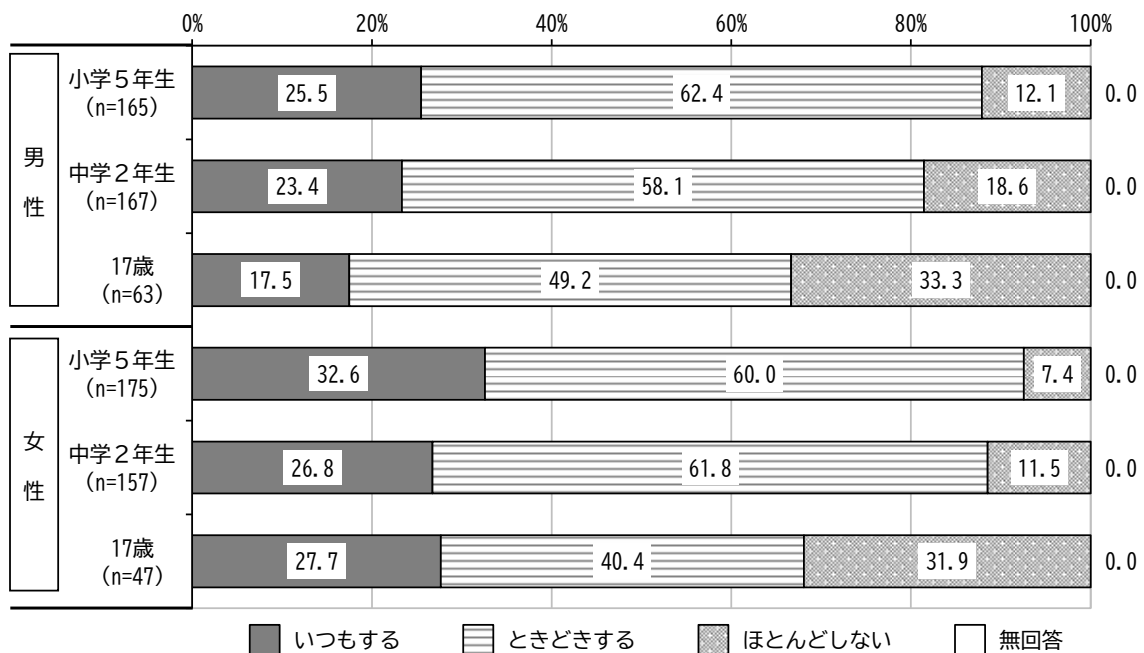
性別にみると、『する』（「いつもする」と「ときどきする」の合計）について、男性では 81.8%、女性では 87.9%となっており、女性のほうが 6.1 ポイント高くなっています。

【図表 3-2-26 食事作りの手伝いをしているか（性別）】



性別・年齢別にみると、『する』（「いつもする」と「ときどきする」の合計）では、小学5年生の女性が92.6%で最も高くなっています。

【図表 3-2-27 食事作りの手伝いをしているか（性別・年齢別）】



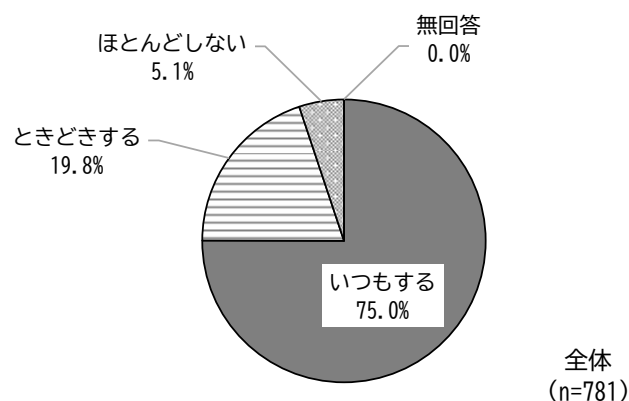
#### (10) 食事のあいさつをしているか

|      |                                |
|------|--------------------------------|
| 問 13 | 食事のあいさつ「いただきます・ごちそうさま」をしていますか。 |
| 対象   | 小学5年生、中学2年生、17歳                |

食事のあいさつをしているかについて、「いつもする」が75.0%で最も高く、次いで「ときどきする」が19.8%、「ほとんどしない」が5.1%となっています。

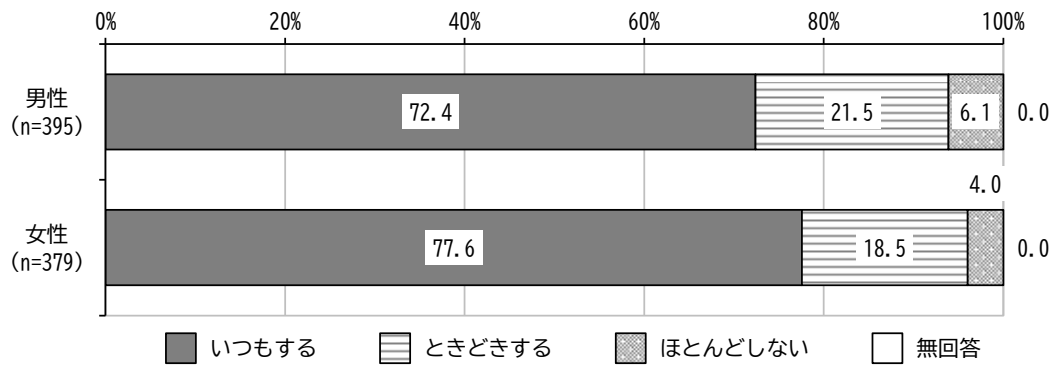
また、『する』（「いつもする」と「ときどきする」の合計）について、94.8%となっています。

【図表 3-2-28 食事のあいさつをしているか】



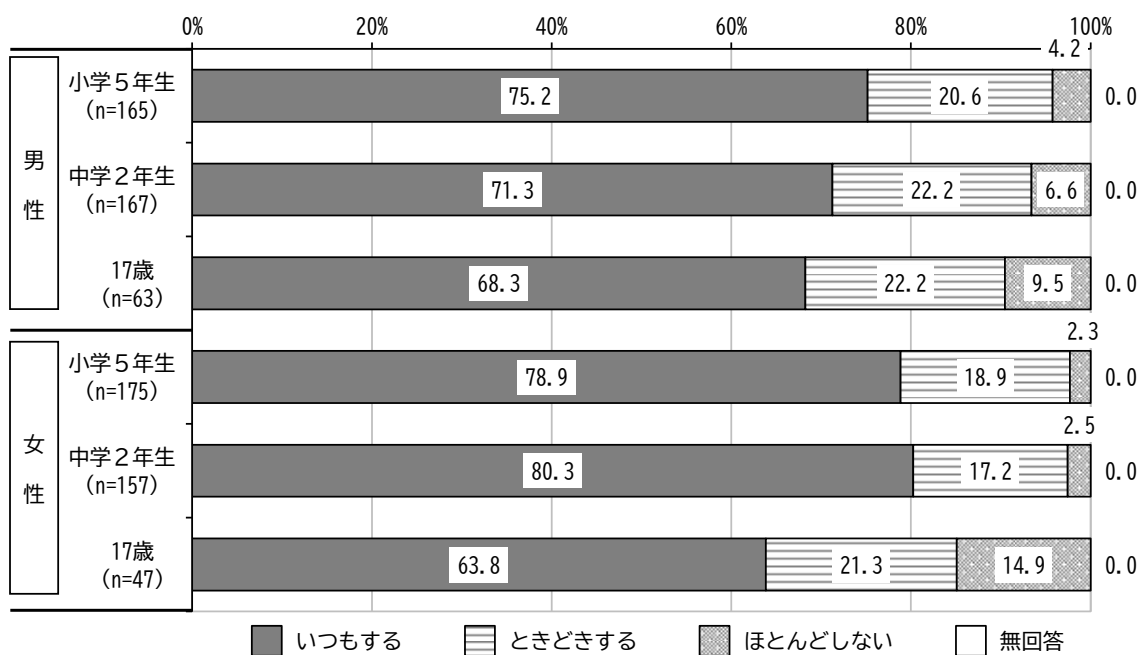
性別にみると、『する』（「いつもする」と「ときどきする」の合計）について、男性では 93.9%、女性では 96.1%となっており、女性のほうが 2.2 ポイント高くなっています。

【図表 3-2-29 食事のあいさつをしているか（性別）】



性別・年齢別にみると、『する』（「いつもする」と「ときどきする」の合計）では、小学5年生の女性が 97.8%で最も高くなっています。

【図表 3-2-30 食事のあいさつをしているか（性別・年齢別）】

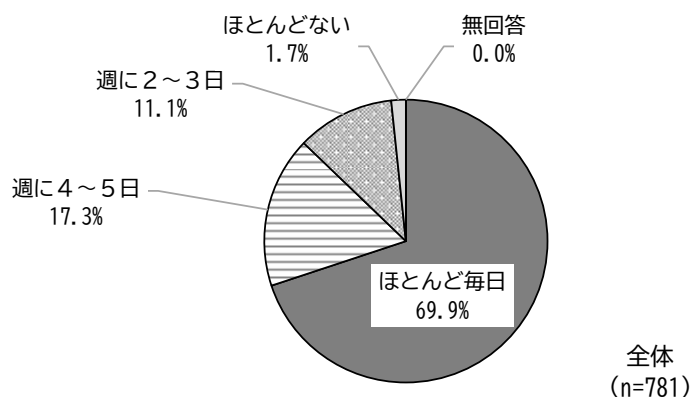


# (11) 排便時間の確保状況

|      |                                                    |
|------|----------------------------------------------------|
| 問 14 | ふだんトイレ（排便）する時間をとれていますか。<br>（※この質問はトイレ習慣についての質問です。） |
| 対象   | 小学5年生、中学2年生、17歳                                    |

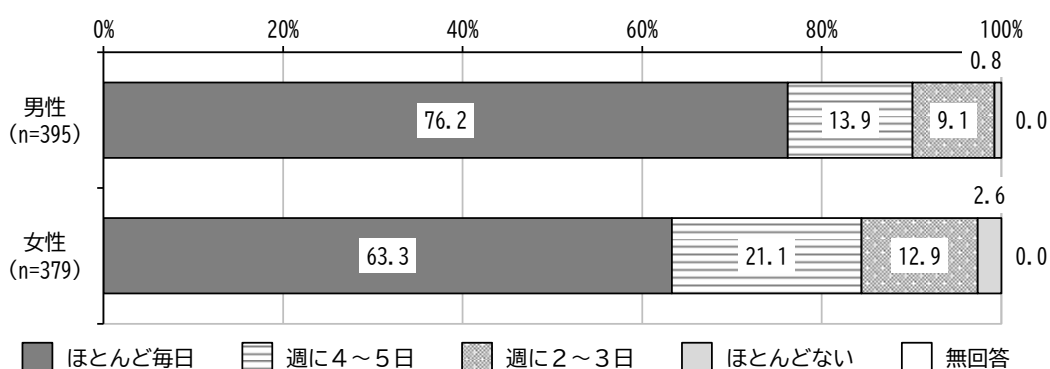
排便時間の確保状況について、「ほとんど毎日」が69.9%で最も高く、次いで「週に4～5日」が17.3%、「週に2～3日」が11.1%となっています。

【図表 3-2-31 排便時間の確保状況】



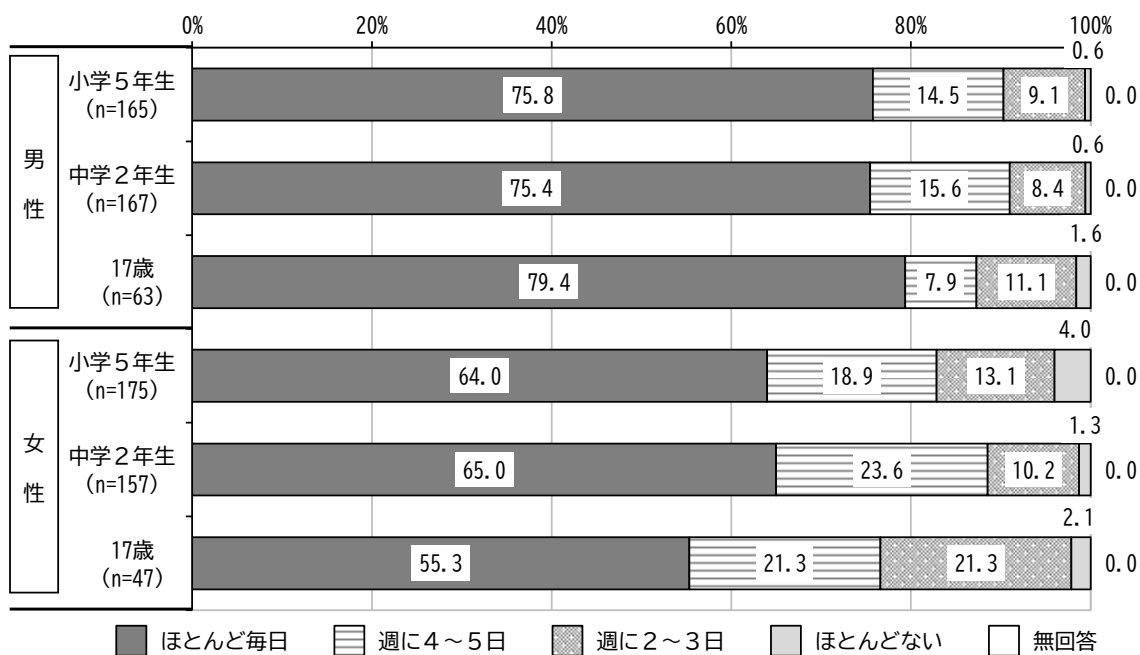
性別にみると、「ほとんど毎日」について、男性では76.2%、女性では63.3%となっており、男性のほうが12.9ポイント高くなっています。また、「ほとんどない」について、男性では0.8%、女性では2.6%となっており、女性のほうが1.8ポイント高くなっています。

【図表 3-2-32 排便時間の確保状況（性別）】



性別・年齢別にみると、「ほとんど毎日」では、17歳の男性が79.4%で最も高く、「ほとんどない」では、小学5年生の女性が4.0%で最も高くなっています。

【図表 3-2-33 排便時間の確保状況（性別・年齢別）】

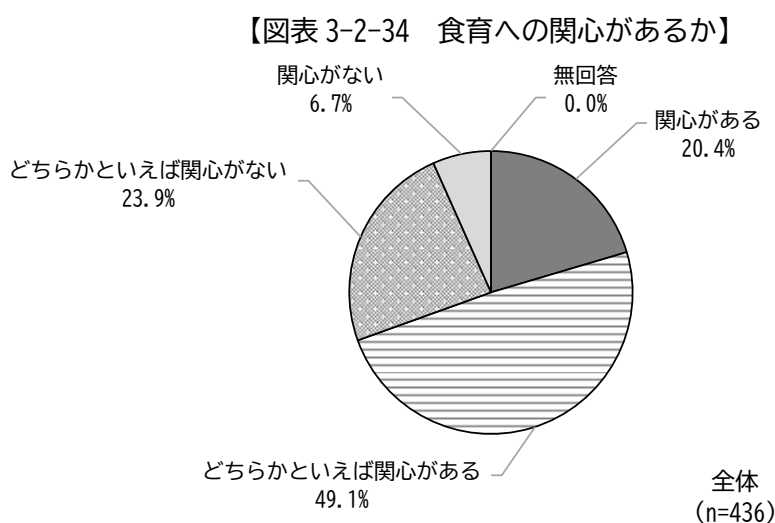


## (12) 食育への関心があるか

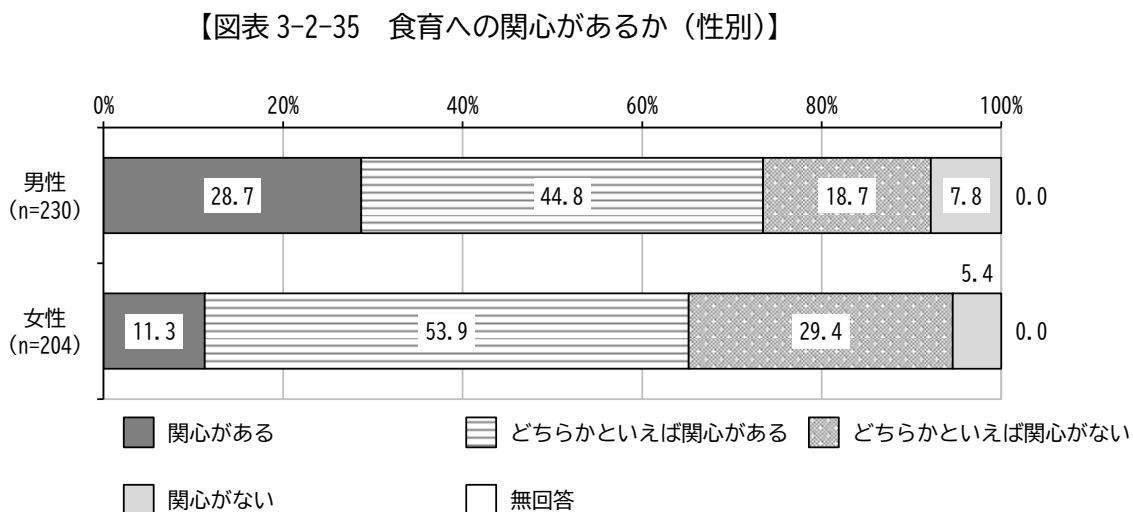
|      |                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 問 15 | <p>あなたは、「食育」に関心がありますか、それとも関心がありませんか。</p> <p>※「食育」は、心身の健康の増進と豊かな人間形成のために、食に関する知識や食を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。その中には、規則正しい食生活や栄養バランスのとれた食事などを実践したり、食を通じたコミュニケーションやマナー、あいさつなどの食に関する基礎を身に付けたり、自然の恵みへの感謝や伝統的な食文化などへの理解を深めたりすることが含まれます。</p> |
| 対象   | 中学2年生、17歳                                                                                                                                                                                                                                         |

食育への関心があるかについて、「どちらかといえば関心がある」が49.1%で最も高く、次いで「どちらかといえば関心がない」が23.9%、「関心がある」が20.4%となっています。

また、『関心がある』（「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」の合計）について、69.5%となっています。

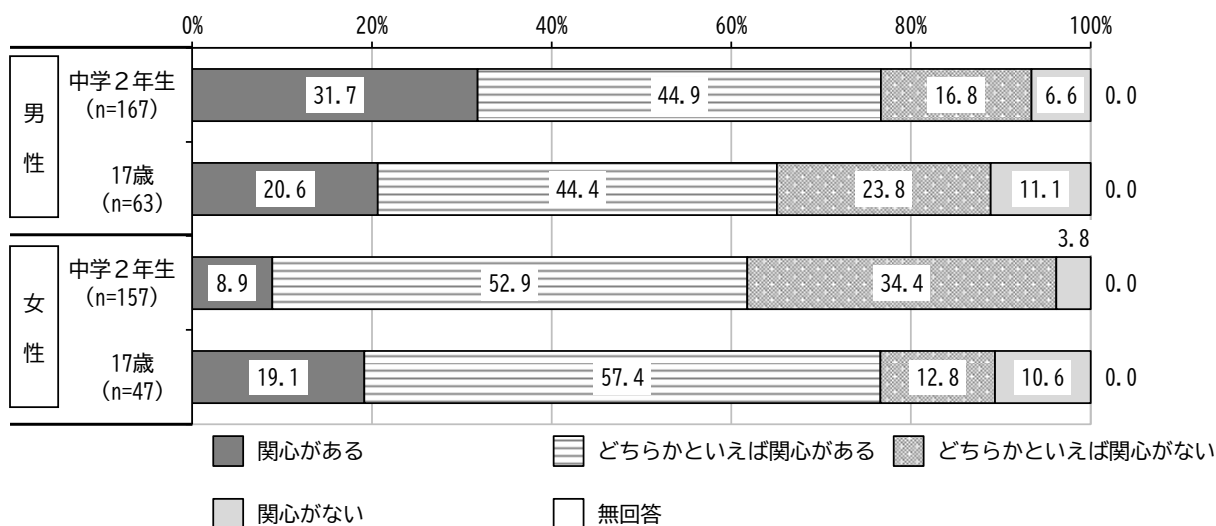


性別にみると、『関心がある』（「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」の合計）について、男性では73.5%、女性では65.2%となっており、男性のほうが8.3ポイント高くなっています。



性別・年齢別にみると、『関心がある』（「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」の合計）では、中学2年生の男性が76.6%で最も高くなっています。

【図表 3-2-36 食育への関心があるか（性別・年齢別）】

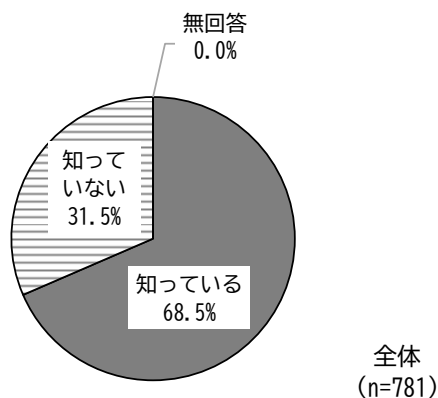


### (13) 郷土料理や行事食を知っているか

|      |                                                                                                      |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 問 16 | あなたは、お住いの地域の郷土料理や行事食を知っていますか。<br>※郷土料理…ちょぼ汁、鯛めん、いわしのほほかむり、いびつ餅 など<br>行事食…おせち料理、七草がゆ、かしわもち、うなぎの蒲焼き など |
| 対象   | 小学5年生、中学2年生、17歳                                                                                      |

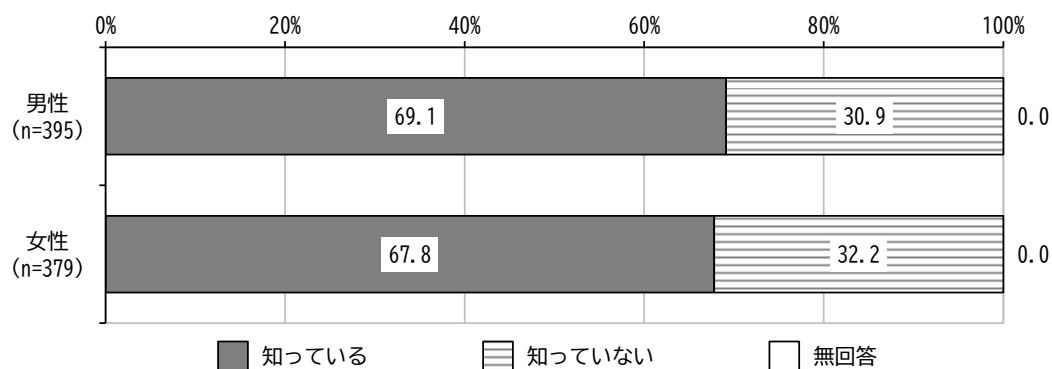
郷土料理や行事食を知っているかについて、「知っている」が68.5%、「知っていない」が31.5%となっています。

【図表 3-2-37 郷土料理や行事食を知っているか】



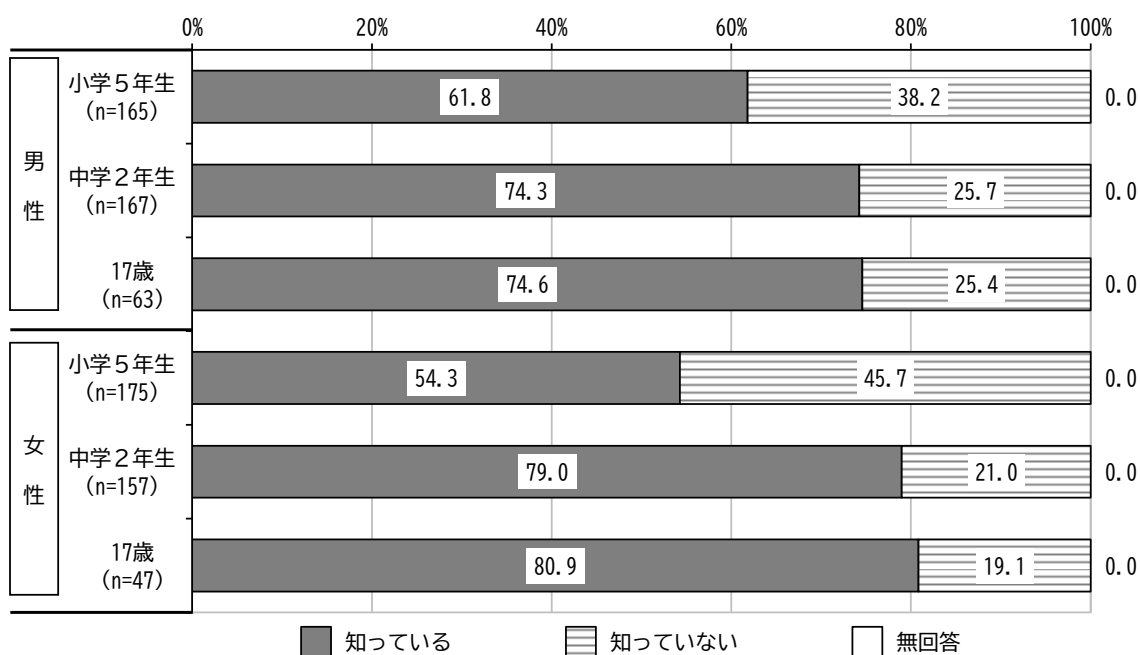
性別にみると、「知っている」について、男性では 69.1%、女性では 67.8%となっており、男性のほうが 1.3 ポイント高くなっています。

【図表 3-2-38 郷土料理や行事食を知っているか（性別）】



性別・年齢別にみると、「知っている」では、17歳の女性が 80.9%で最も高くなっています。

【図表 3-2-39 郷土料理や行事食を知っているか（性別・年齢別）】



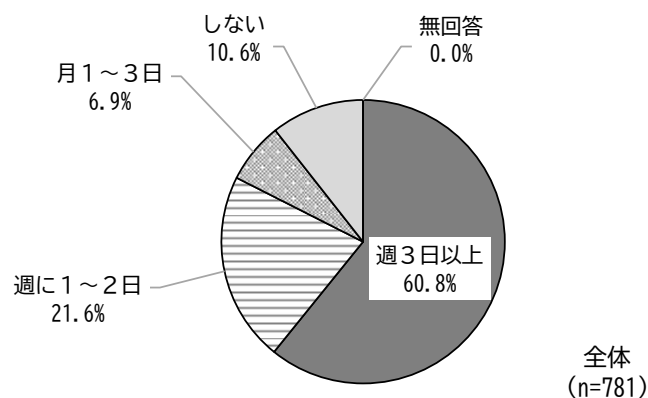
### 3. 運動・身体活動について

#### (1) 体育の授業以外での運動やスポーツの頻度

|      |                                                  |
|------|--------------------------------------------------|
| 問 17 | ふだん学校の体育の授業以外で、運動(身体を動かす遊びを含む)やスポーツをどのくらいしていますか。 |
| 対象   | 小学5年生、中学2年生、17 歳                                 |

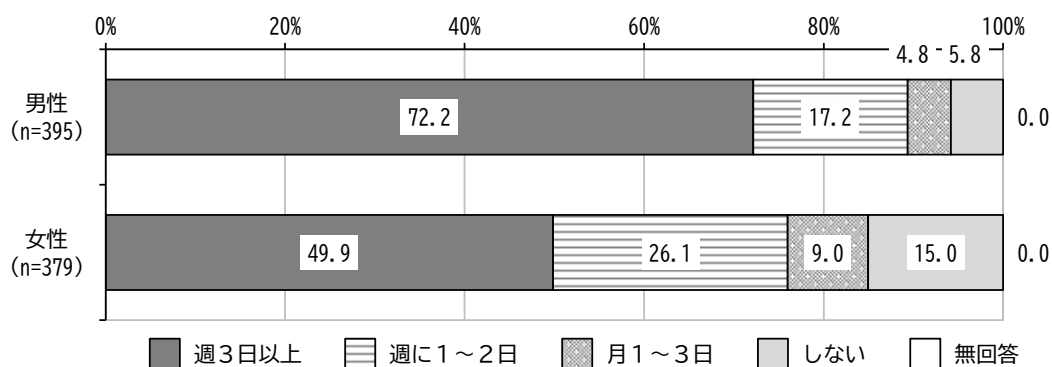
体育の授業以外での運動やスポーツの頻度について、「週3日以上」が60.8%で最も高く、次いで「週に1～2日」が21.6%、「しない」が10.6%となっています。

【図表 3-3-1 体育の授業以外での運動やスポーツの頻度】

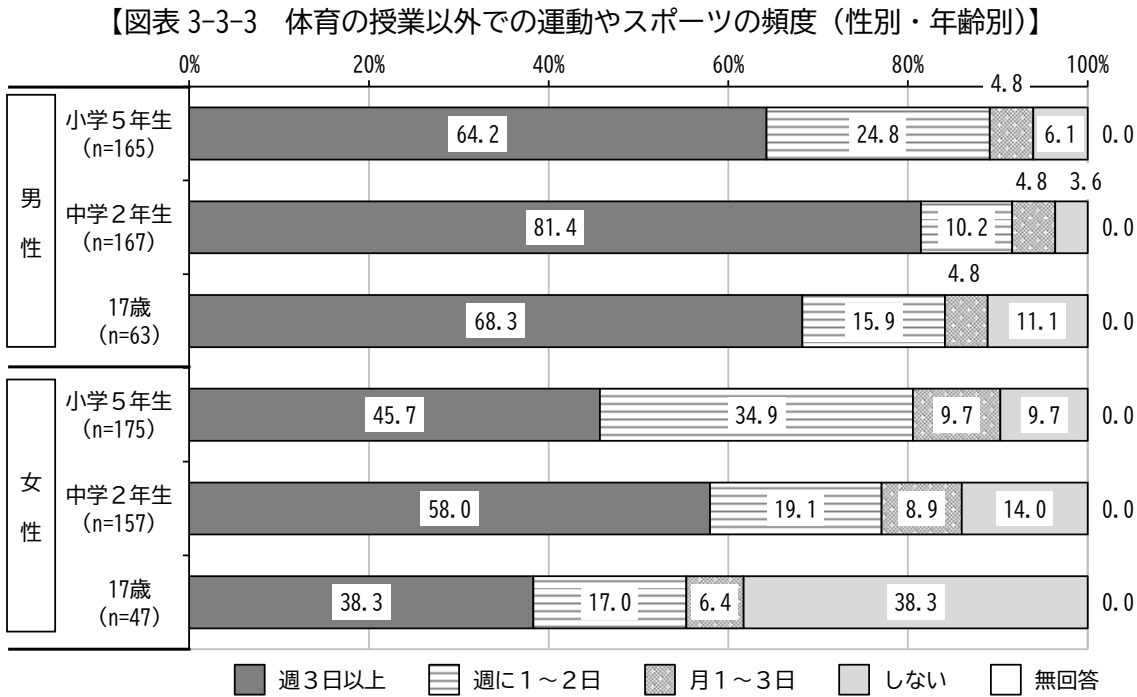


性別にみると、「しない」について、男性では5.8%、女性では15.0%となっており、女性のほうが9.2ポイント高くなっています。

【図表 3-3-2 体育の授業以外での運動やスポーツの頻度 (性別)】



性別・年齢別にみると、「しない」では、17歳の女性が38.3%で最も高くなっています。

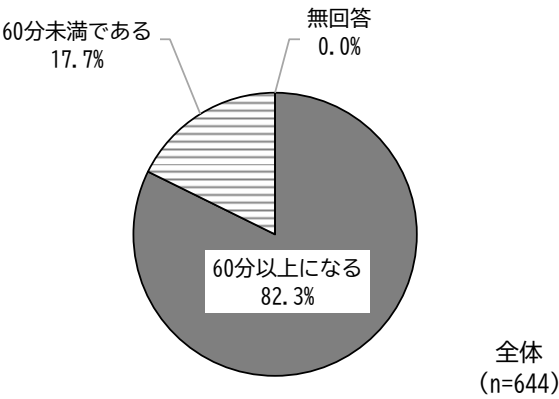


（2）ふだんの1週間において体育の授業以外で運動やスポーツをする時間の合計

|        |                                                                                                          |
|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 問 17-1 | 【問 17 で「週3日以上」「週1～2日」と答えた方にお聞きします】<br>ふだんの1週間において、学校の体育の授業以外の運動（身体を動かす遊びを含む）やスポーツをする時間を足すと、60 分以上になりますか。 |
| 対象     | 小学5年生、中学2年生、17 歳                                                                                         |

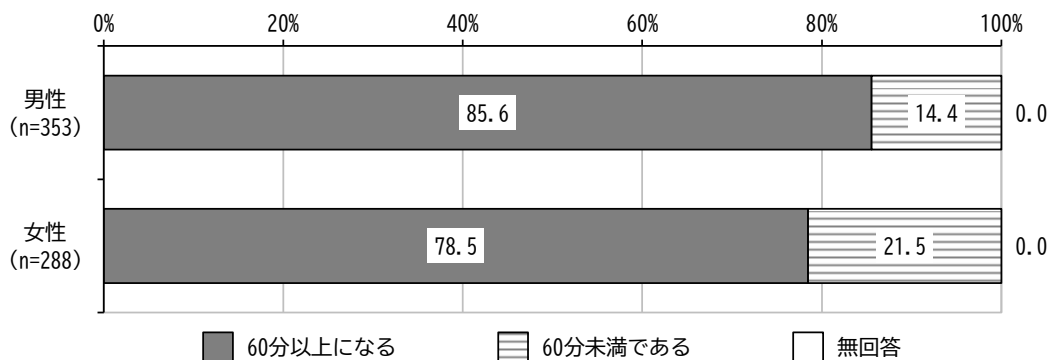
ふだんの1週間において体育の授業以外で運動やスポーツをする時間の合計について、「60 分以上になる」が 82.3%、「60 分未満である」が 17.7%となっています。

【図表 3-3-4 ふだんの1週間において体育の授業以外で運動やスポーツをする時間の合計】



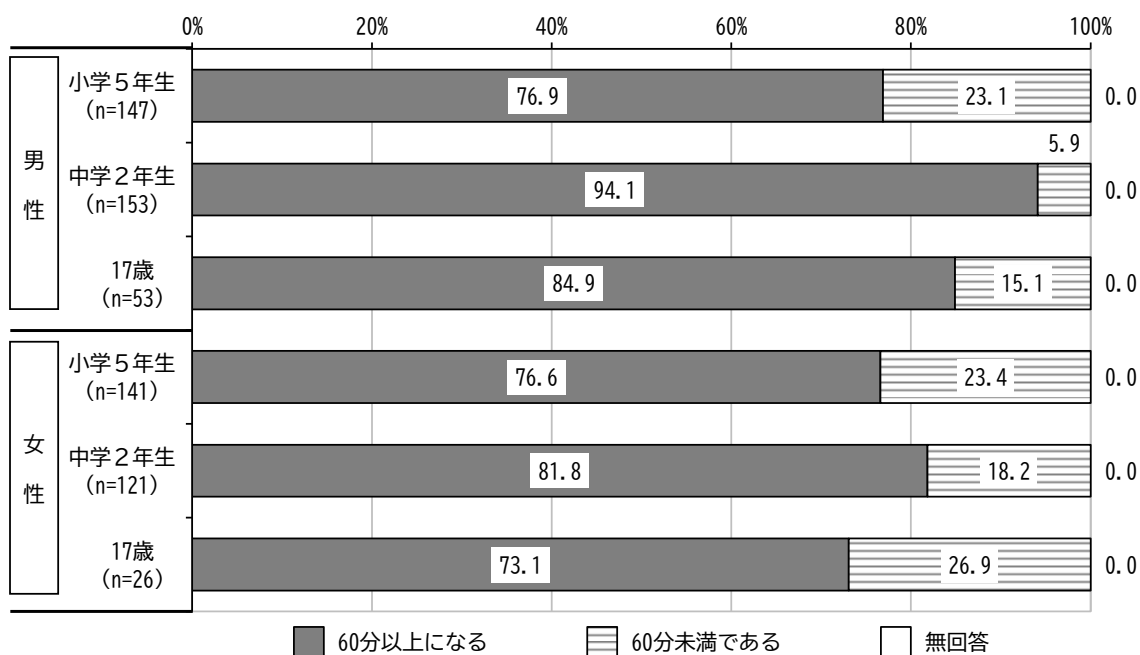
性別にみると、「60 分以上になる」について、男性では 85.6%、女性では 78.5%となっており、男性のほうが 7.1 ポイント高くなっています。

【図表 3-3-5 ふだんの 1 週間において体育の授業以外で運動やスポーツをする時間の合計（性別）】



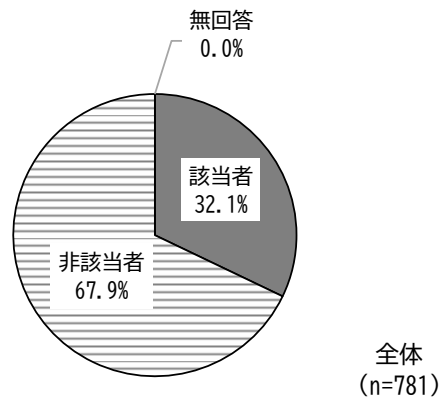
性別・年齢別にみると、「60 分以上になる」では、中学 2 年生の男性が 94.1%で最も高くなっています。

【図表 3-3-6 ふだんの 1 週間において体育の授業以外で運動やスポーツをする時間の合計(性別・年齢別)】



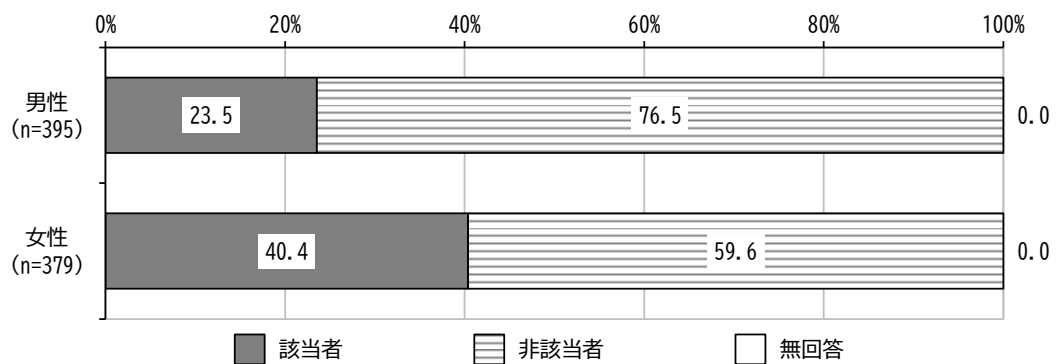
運動やスポーツを習慣的に行っていない子ども（1週間の総運動時間（体育授業を除く。）が60分未満の児童）について、「該当者」が32.1%、「非該当者」が67.9%となっています。

【図表 3-3-7 運動やスポーツを習慣的に行っていない子ども】



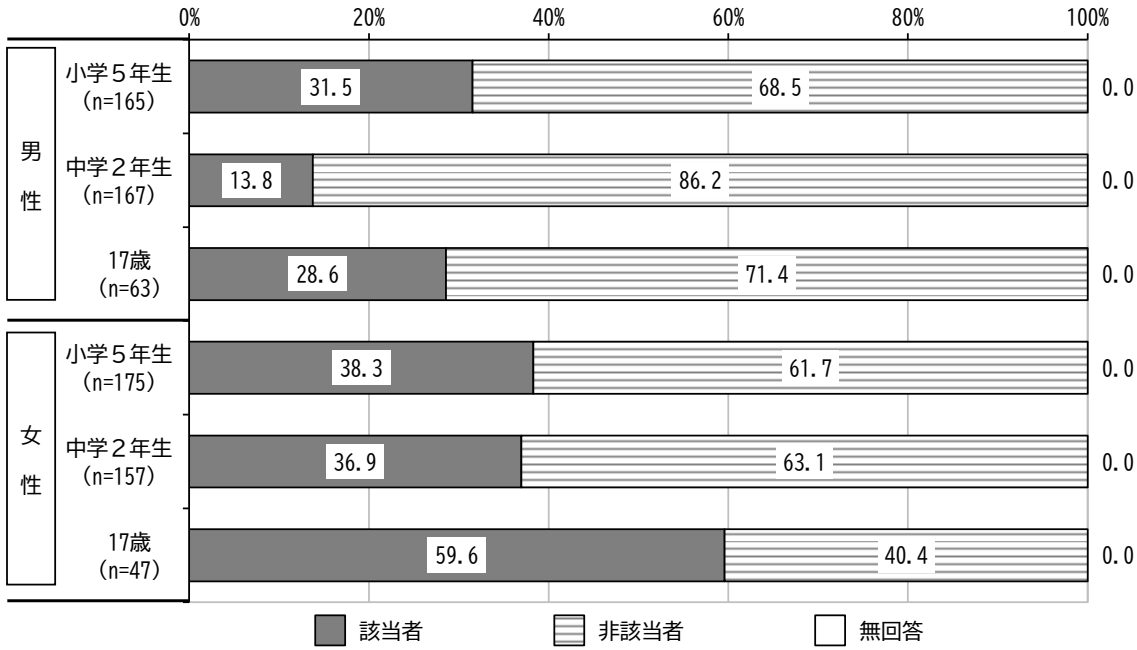
性別にみると、「該当者」について、男性では23.5%、女性では40.4%となっており、女性のほうが16.9ポイント高くなっています。

【図表 3-3-8 運動やスポーツを習慣的に行っていない子ども（性別）】



性別・年齢別にみると、「該当者」では、17歳の女性が59.6%で最も高くなっています。

【図表 3-3-9 運動やスポーツを習慣的に行っていない子ども(性別・年齢別)】



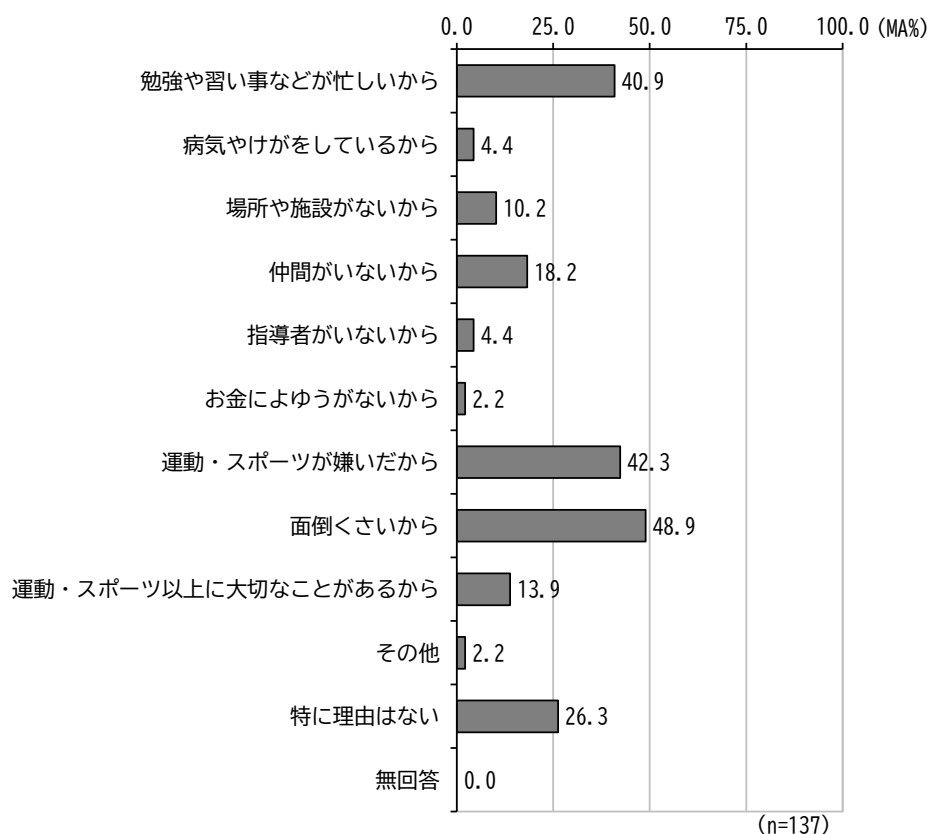
| 指標                              | 対象    | 南あわじ市                | 兵庫県                         | 国                           |
|---------------------------------|-------|----------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| 1週間の総運動時間（体育授業を除く。）が60分未満の児童の割合 | 小学5年生 | 男性：31.5%<br>女性：38.3% | 男性：8.3%<br>女性：15.4%<br>(R6) | 男性：9.1%<br>女性：6.0%<br>(R6)  |
|                                 | 中学2年生 | 男性：13.8%<br>女性：36.9% | 男性：8.8%<br>女性：21.3%<br>(R6) | 男性：9.7%<br>女性：21.8%<br>(R6) |

### (3) 運動やスポーツをしていない理由

|        |                                                                                               |
|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 問 17-2 | 【問 17 で「月 1 ～ 3 日」「しない」と答えた方にお聞きします】<br>運動(身体を動かす遊びを含む)やスポーツをしていない(あまりしていない)理由は何ですか。(☑はいくつでも) |
| 対象     | 小学 5 年生、中学 2 年生、17 歳                                                                          |

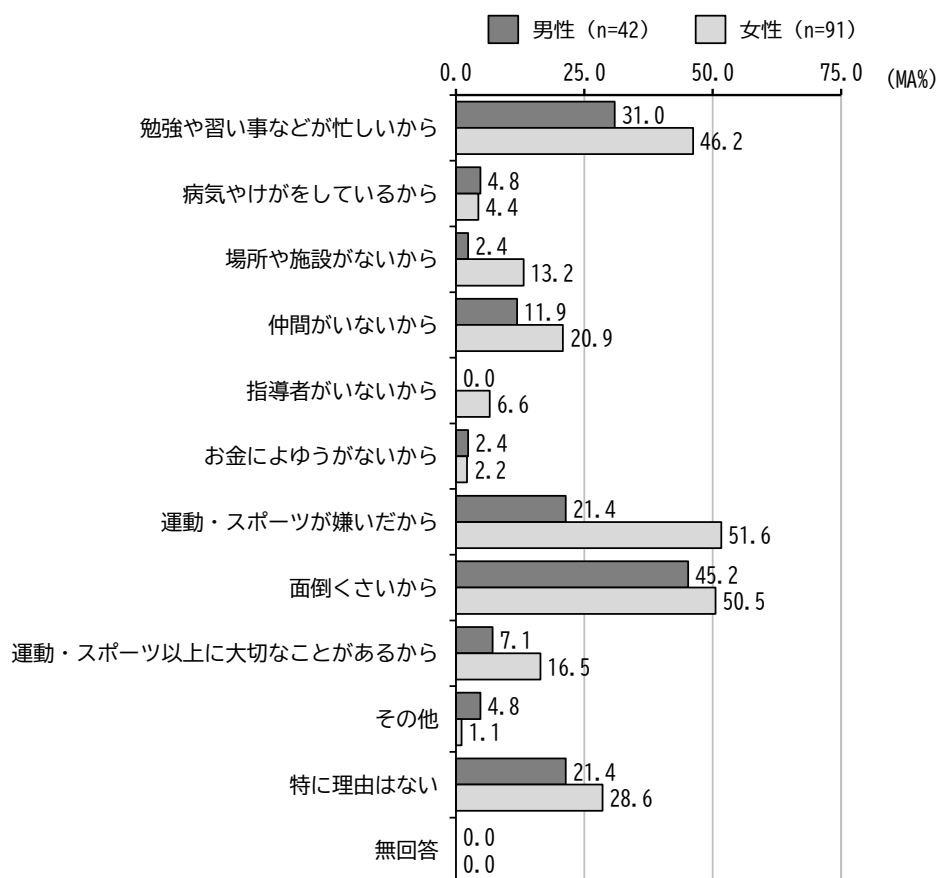
運動やスポーツをしていない理由について、「面倒くさいから」が 48.9%で最も高く、次いで「運動・スポーツが嫌いだから」が 42.3%、「勉強や習い事などが忙しいから」が 40.9%となっています。

【図表 3-3-10 運動やスポーツをしていない理由】



性別にみると、男性では、「面倒くさいから」が45.2%で最も高く、女性では、「運動・スポーツが嫌いだから」が51.6%で最も高くなっています。

【図表 3-3-11 運動やスポーツをしていない理由（性別）】



性別・年齢別にみると、「運動・スポーツが嫌いだから」では、中学2年生の女性が63.9%で最も高く、「面倒くさいから」では、小学5年生の男性が61.1%で最も高くなっています。

【図表 3-3-12 運動やスポーツをしていない理由（性別・年齢別）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：(MA%)

|    | 合計（人） | 勉強や習い事などが忙しいから | 病気やけがをしているから | 場所や施設がないから | 仲間がいないから | 指導者がいないから | お金によゆうがないから | 運動・スポーツが嫌いだから | 面倒くさいから | 運動・スポーツ以上に大切なことがあるから | その他  | 特に理由はない | 無回答  |
|----|-------|----------------|--------------|------------|----------|-----------|-------------|---------------|---------|----------------------|------|---------|------|
| 男性 | 小学5年生 | 18             | 33.3         | 11.1       | 5.6      | 11.1      | 0.0         | 0.0           | 16.7    | 61.1                 | 0.0  | 11.1    | 0.0  |
|    | 中学2年生 | 14             | 28.6         | 0.0        | 0.0      | 14.3      | 0.0         | 0.0           | 28.6    | 7.1                  | 0.0  | 42.9    | 0.0  |
|    | 17歳   | 10             | 30.0         | 0.0        | 0.0      | 10.0      | 0.0         | 10.0          | 20.0    | 40.0                 | 20.0 | 0.0     | 0.0  |
| 女性 | 小学5年生 | 34             | 35.3         | 0.0        | 2.9      | 20.6      | 5.9         | 2.9           | 47.1    | 41.2                 | 8.8  | 2.9     | 32.4 |
|    | 中学2年生 | 36             | 63.9         | 11.1       | 25.0     | 13.9      | 5.6         | 2.8           | 63.9    | 55.6                 | 19.4 | 0.0     | 25.0 |
|    | 17歳   | 21             | 33.3         | 0.0        | 9.5      | 33.3      | 9.5         | 0.0           | 38.1    | 57.1                 | 23.8 | 0.0     | 28.6 |

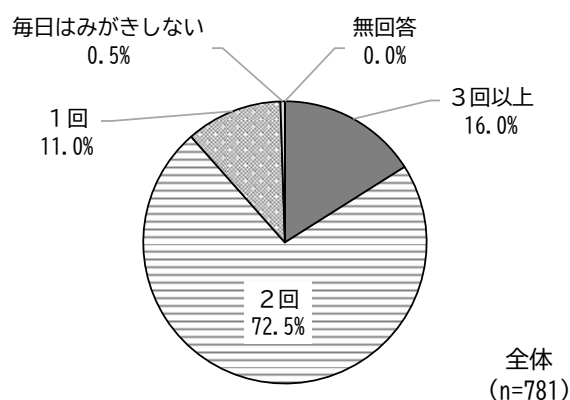
## 4. 歯の健康について

### (1) 1日の歯みがきの回数

|      |                    |
|------|--------------------|
| 問 18 | 1日に何回くらい歯みがきをしますか。 |
| 対象   | 小学5年生、中学2年生、17歳    |

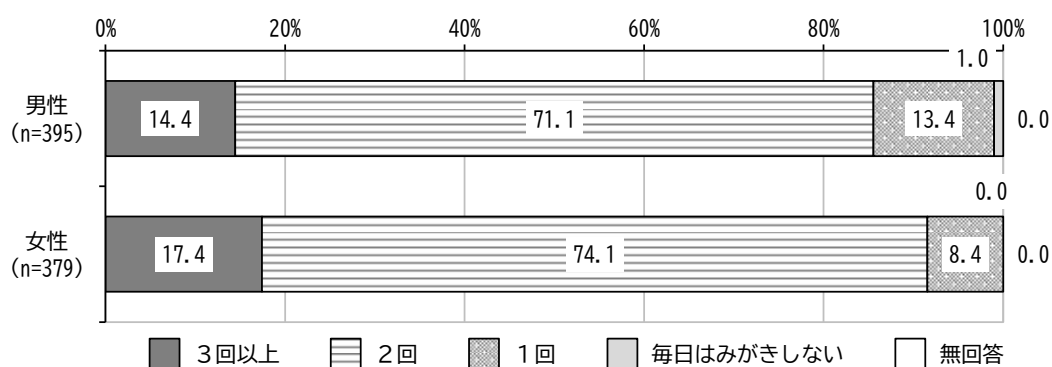
1日の歯みがきの回数について、「2回」が72.5%で最も高く、次いで「3回以上」が16.0%、「1回」が11.0%となっています。

【図表 3-4-1 1日の歯みがきの回数】



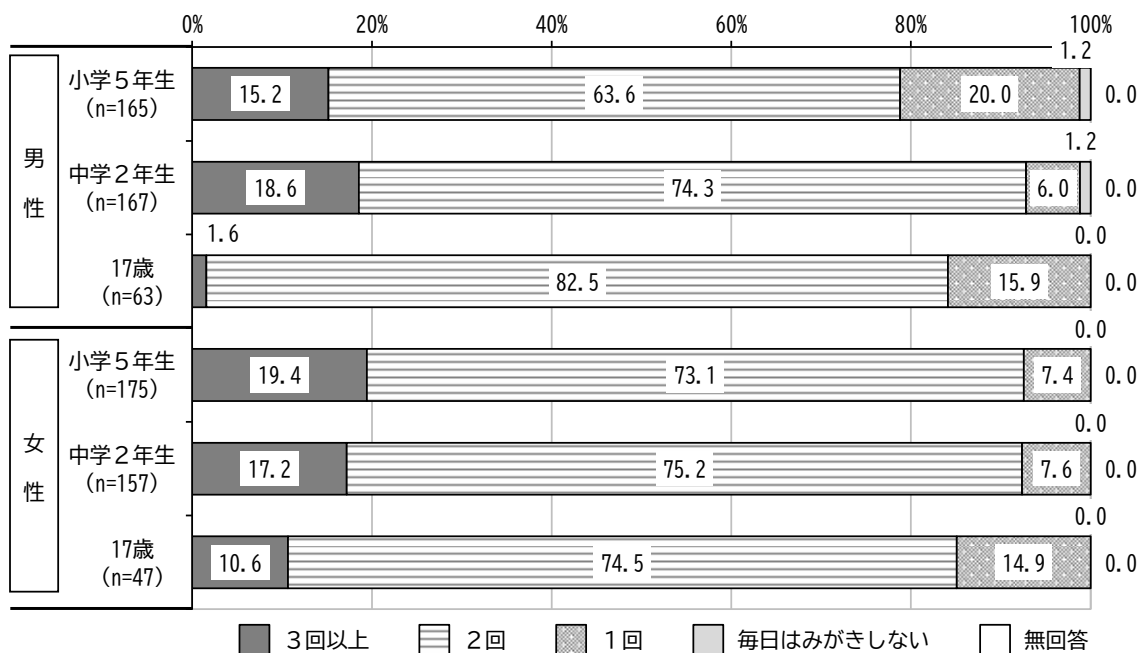
性別にみると、性別にみると、「3回以上」について、男性では14.4%、女性では17.4%となっており、女性のほうが3.0ポイント高くなっています。

【図表 3-4-2 1日の歯みがきの回数 (性別)】



性別・年齢別にみると、「3回以上」では、小学5年生の女性が19.4%で最も高くなっています。

【図表 3-4-3 1日の歯みがきの回数（性別・年齢別）】

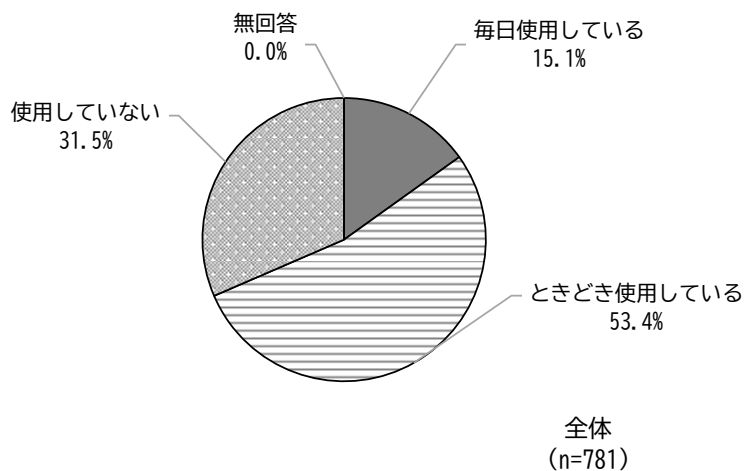


## (2) 歯ブラシ以外の歯間部清掃用具の使用状況

|      |                                        |
|------|----------------------------------------|
| 問 19 | 歯ブラシ以外で歯間部清掃用具（歯間ブラシ、糸ようじなど）を使用していますか。 |
| 対象   | 小学5年生、中学2年生、17歳                        |

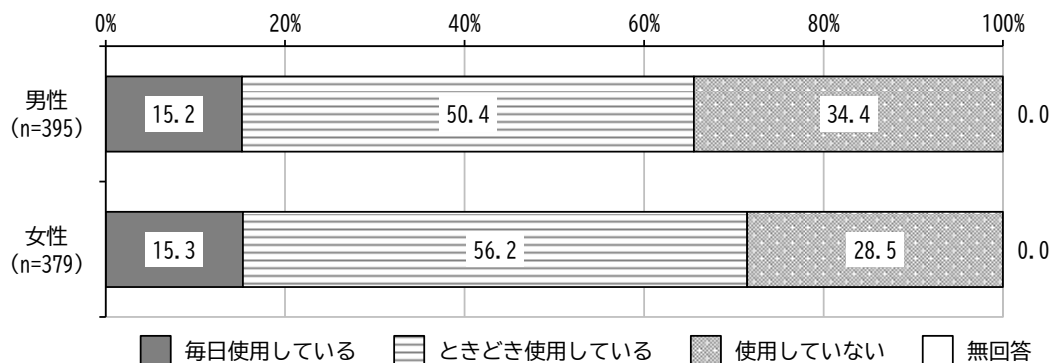
歯ブラシ以外の歯間部清掃用具の使用状況について、「ときどき使用している」が53.4%で最も高く、次いで「使用していない」が31.5%、「毎日使用している」が15.1%となっています。

【図表 3-4-4 歯ブラシ以外の歯間部清掃用具の使用状況】



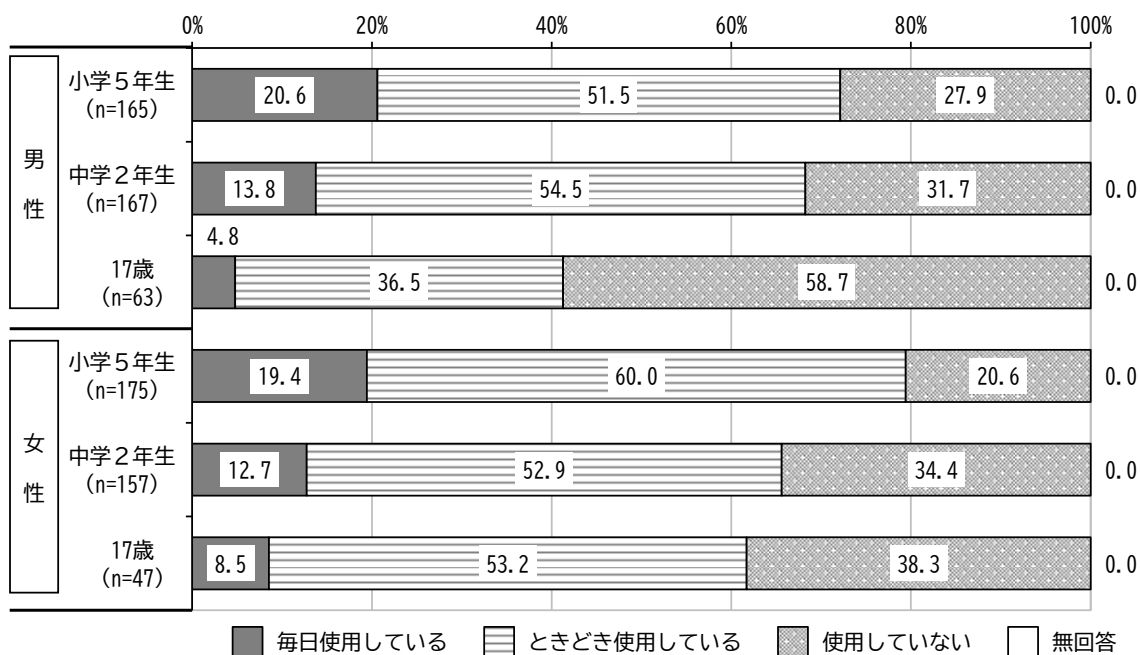
性別にみると、「使用していない」について、男性では 34.4%、女性では 28.5%となっており、男性のほうが 5.9 ポイント高くなっています。

【図表 3-4-5 歯ブラシ以外の歯間部清掃用具の使用状況（性別）】



性別・年齢別にみると、「使用していない」では、17歳の男性が 58.7%で最も高くなっています。

【図表 3-4-6 歯ブラシ以外の歯間部清掃用具の使用状況（性別・年齢別）】

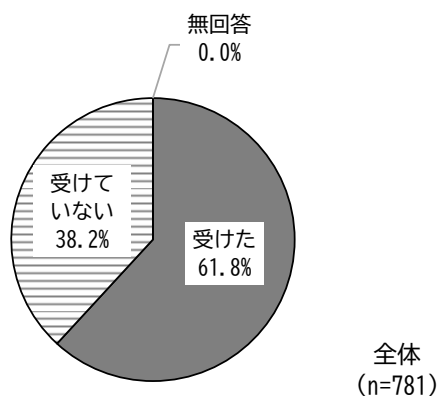


### (3) この1年間にフッ素塗布・歯石除去・歯面清掃のいずれかを受けたか

|      |                                                                                                                                                 |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 問 20 | この1年間に、歯科医院でフッ素塗布や歯石除去や歯面清掃のいずれかを受けましたか。<br>※フッ素塗布…フッ素塗布とは、虫歯予防のために歯の表面にフッ素を塗る処置のこと<br>歯石除去…歯に付いた硬い汚れを専用器具で取り除くこと<br>歯面清掃…歯の表面の汚れをきれいに磨いて除去すること |
| 対象   | 小学5年生、中学2年生、17歳                                                                                                                                 |

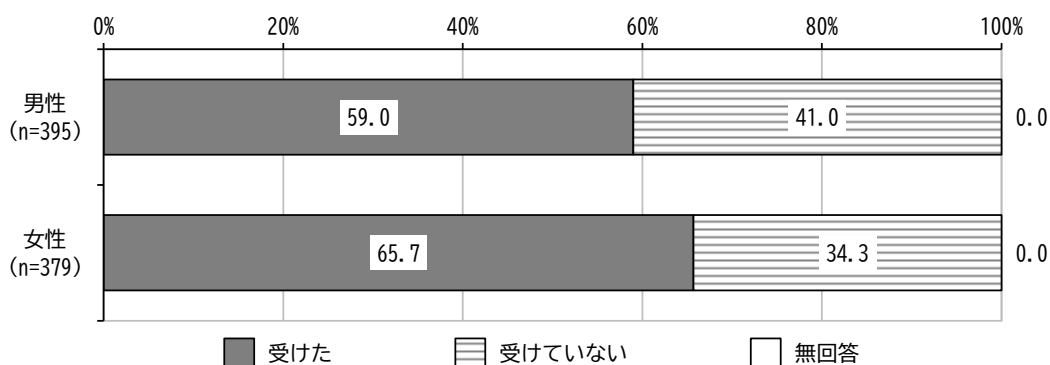
この1年間にフッ素塗布・歯石除去・歯面清掃のいずれかを受けたかについて、「受けた」が61.8%、「受けていない」が38.2%となっています。

【図表 3-4-7 この1年間にフッ素塗布・歯石除去・歯面清掃のいずれかを受けたか】



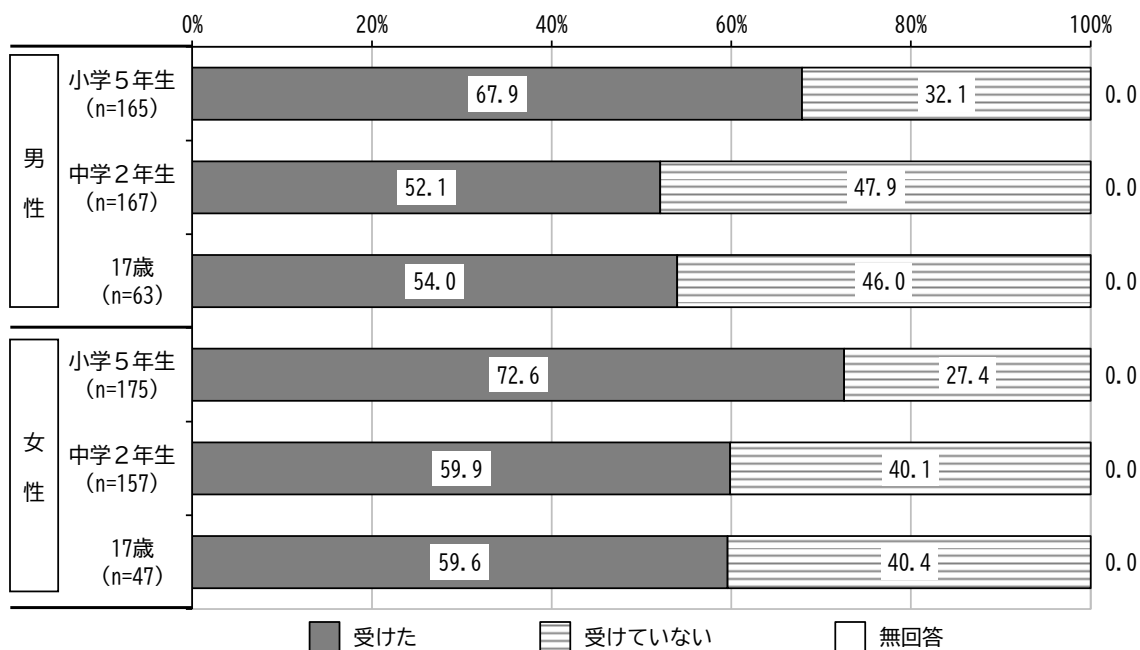
性別にみると、「受けた」について、男性では59.0%、女性では65.7%となっており、女性のほうが6.7ポイント高くなっています。

【図表 3-4-8 この1年間にフッ素塗布・歯石除去・歯面清掃のいずれかを受けたか（性別）】



性別・年齢別にみると、「受けた」では、小学5年生の女性が72.6%で最も高くなっています。

【図表 3-4-9 この1年間にフッ素塗布・歯石除去・歯面清掃のいずれかを受けたか(性別・年齢別)】

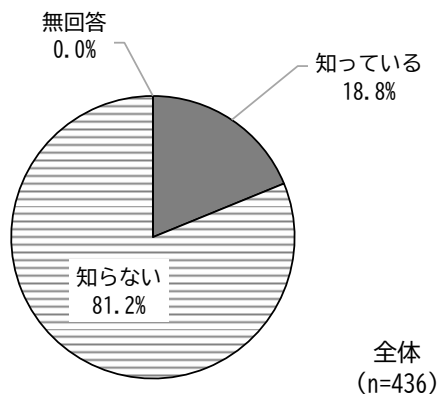


#### (4) 口腔ケア不足で誤嚥性肺炎<sup>ごえん</sup>が起こりやすくなることを知っているか

|      |                                                                          |  |
|------|--------------------------------------------------------------------------|--|
| 問 21 | 口腔ケアができていないと誤嚥性肺炎(食べ物や唾液が誤って気道に入り、肺に細菌感染を起こすことで発症する肺炎)が起こりやすいことを知っていますか。 |  |
| 対象   | 中学2年生、17歳                                                                |  |

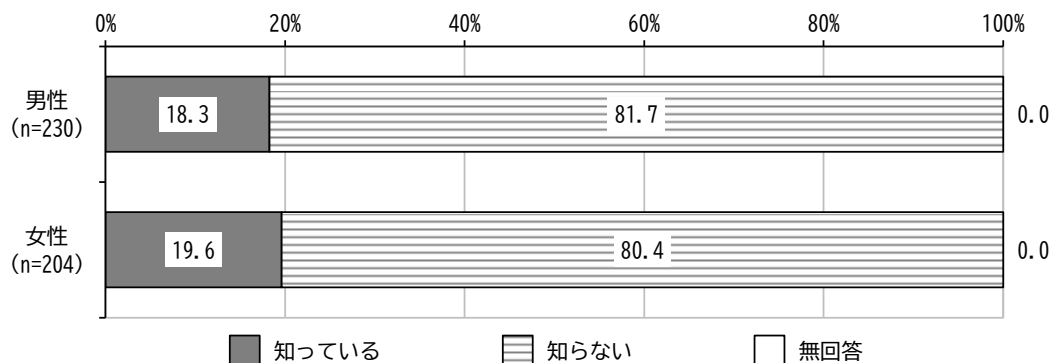
口腔ケア不足で誤嚥性肺炎が起こりやすくなることを知っているかについて、「知っている」が18.8%、「知らない」が81.2%となっています。

【図表 3-4-10 口腔ケア不足で誤嚥性肺炎が起こりやすくなることを知っているか】



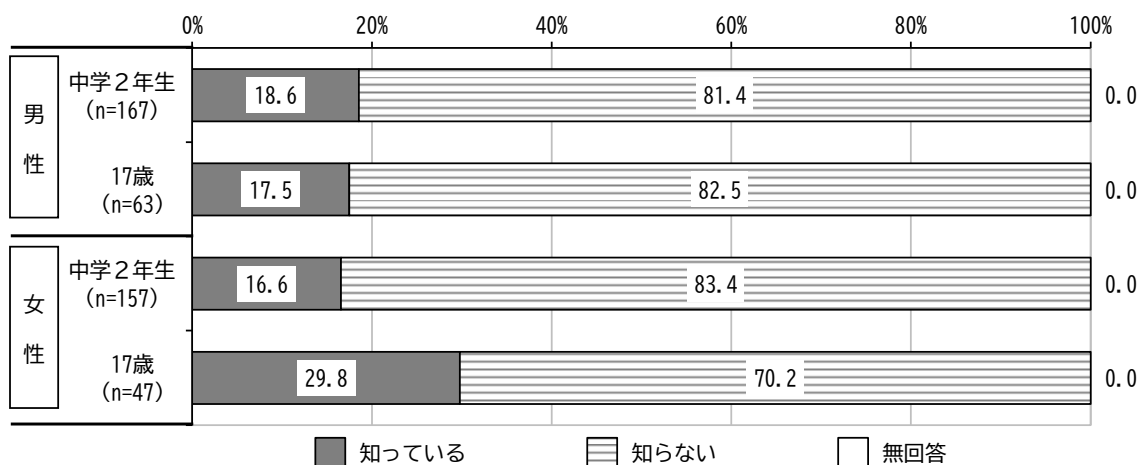
性別にみると、「知っている」について、男性では 18.3%、女性では 19.6%となっており、女性のほうが 1.3 ポイント高くなっています。

【図表 3-4-11 口腔ケア不足で誤嚥性肺炎が起こりやすくなることを知っているか（性別）】



性別・年齢別にみると、「知っている」では、17歳の女性が 29.8%で最も高くなっています。

【図表 3-4-12 口腔ケア不足で誤嚥性肺炎が起こりやすくなることを知っているか（性別・年齢別）】

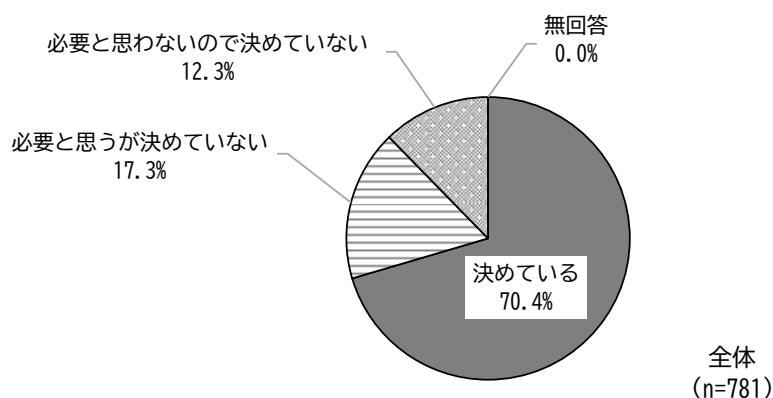


## （５）かかりつけ歯科医を決めているか

|      |                  |
|------|------------------|
| 問 22 | かりつけ歯科医を決めていますか。 |
| 対象   | 小学5年生、中学2年生、17歳  |

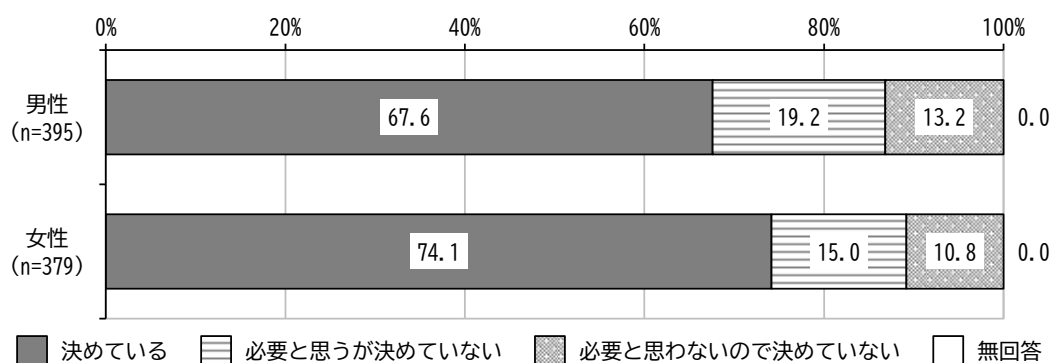
かかりつけ歯科医を決めているかについて、「決めている」が 70.4%で最も高く、次いで「必要と思うが決めていない」が 17.3%、「必要としないので決めていない」が 12.3%となっています。

【図表 3-4-13 かかりつけ歯科医を決めているか】



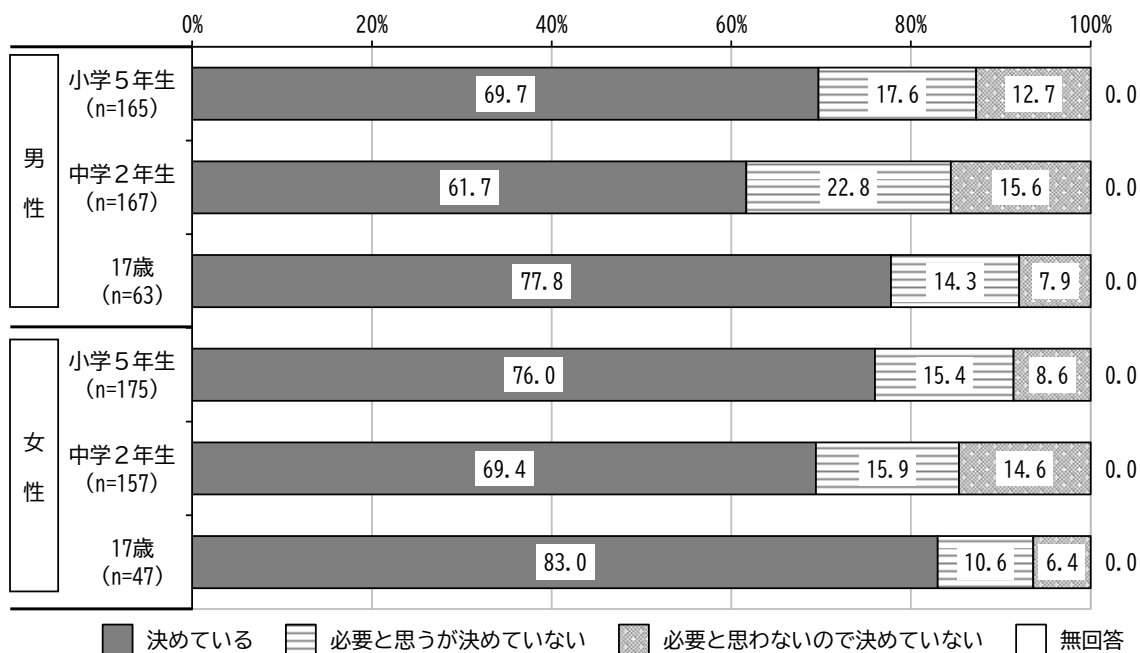
性別にみると、「決めている」について、男性では 67.6%、女性では 74.1%となっており、女性のほうが 6.5 ポイント高くなっています。

【図表 3-4-14 かかりつけ歯科医を決めているか（性別）】



性別・年齢別にみると、「決めている」では、17歳の女性が83.0%で最も高くなっています。

【図表 3-4-15 かかりつけ歯科医を決めているか（性別・年齢別）】



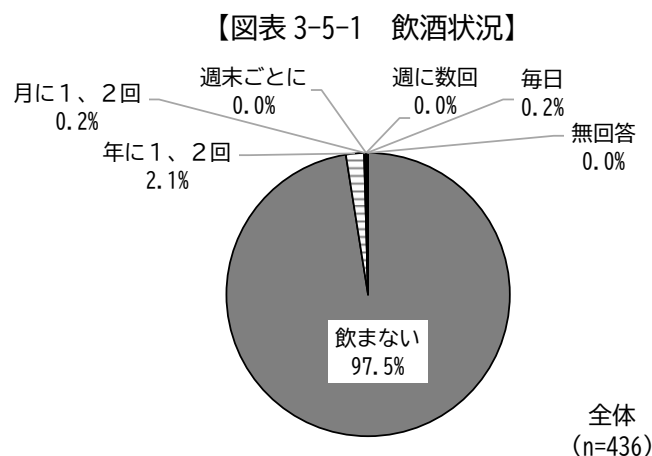
## 5. 飲酒・喫煙について

### (1) 飲酒状況

|      |                                 |
|------|---------------------------------|
| 問 23 | あなたは、お酒（ビール、チューハイ、ワインなど）を飲みますか。 |
| 対象   | 中学2年生、17歳                       |

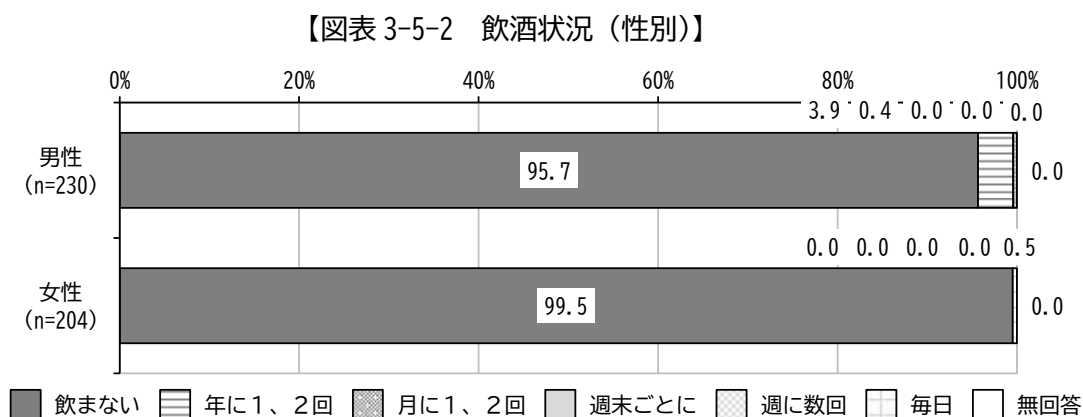
飲酒状況について、「飲まない」が 97.5%で最も高く、次いで「年に1、2回」が 2.1%、「月に1、2回」が 0.2%となっています。

また、『飲む』（「年に1、2回」と「月に1、2回」と「週末ごとに」と「週に数回」と「毎日」の合計）について、2.5%となっています。



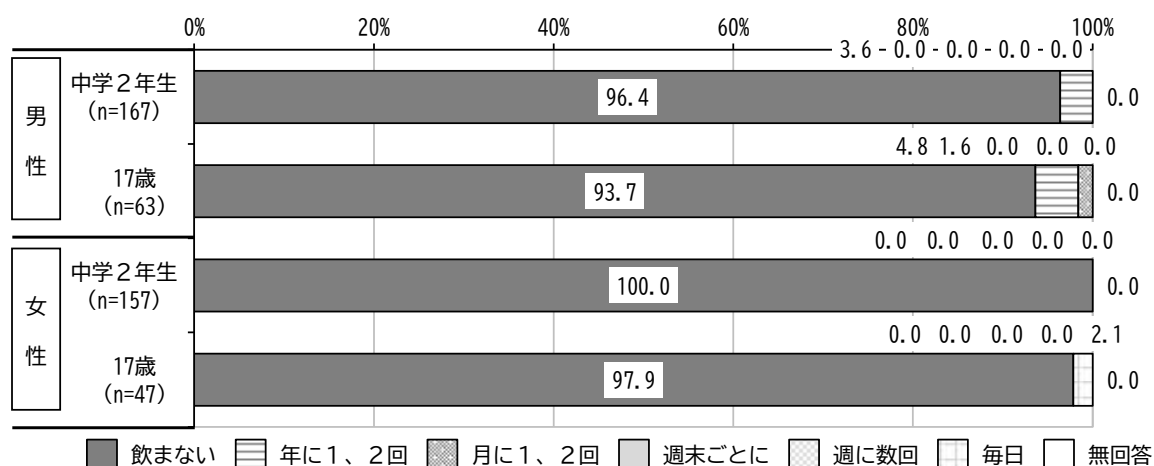
| 指標             | 対象         | 南あわじ市 | 兵庫県          | 国            |
|----------------|------------|-------|--------------|--------------|
| 中学生・高校生の飲酒者の割合 | 中学生<br>高校生 | 2.5%  | 0.9%<br>(R3) | 2.2%<br>(R3) |

性別にみると、『飲む』（「年に1、2回」と「月に1、2回」と「週末ごとに」と「週に数回」と「毎日」の合計）について、男性では 4.3%、女性では 0.5%となっており、男性のほうが 3.8 ポイント高くなっています。



性別・年齢別にみると、『飲む』（「年に1、2回」と「月に1、2回」と「週末ごとに」と「週に数回」と「毎日」の合計）では、17歳の男性が6.4%で最も高くなっています。

【図表 3-5-3 飲酒状況（性別・年齢別）】

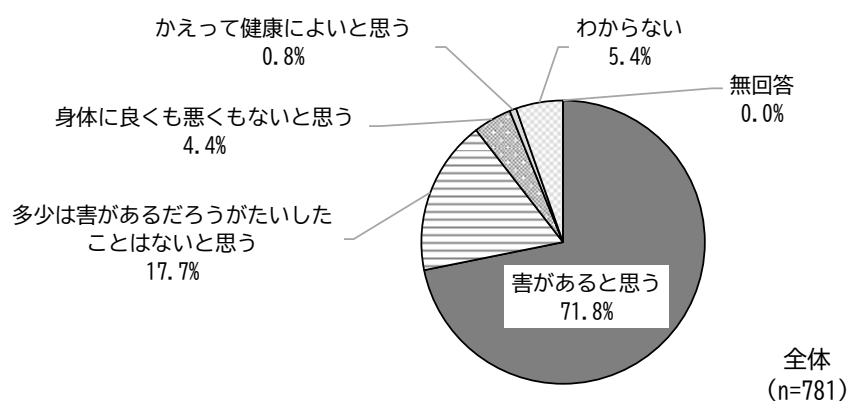


## （２）飲酒による身体への影響

|      |                       |
|------|-----------------------|
| 問 24 | お酒を飲むと身体に影響があると思いますか。 |
| 対象   | 小学5年生、中学2年生、17歳       |

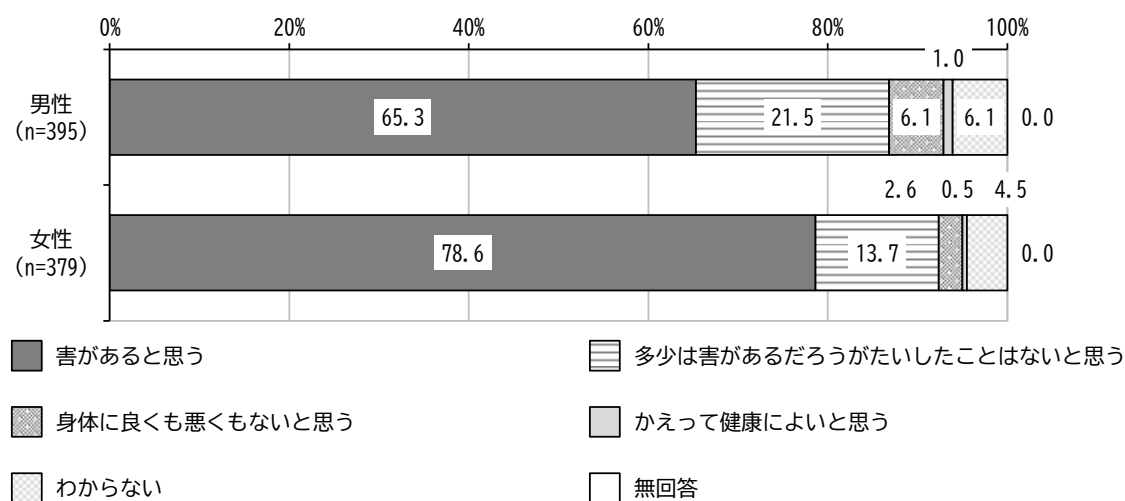
飲酒による身体への影響について、「害があると思う」が71.8%で最も高く、次いで「多少は害があるだろうがたいしたことはないと思う」が17.7%、「わからない」が5.4%となっています。

【図表 3-5-4 飲酒による身体への影響】



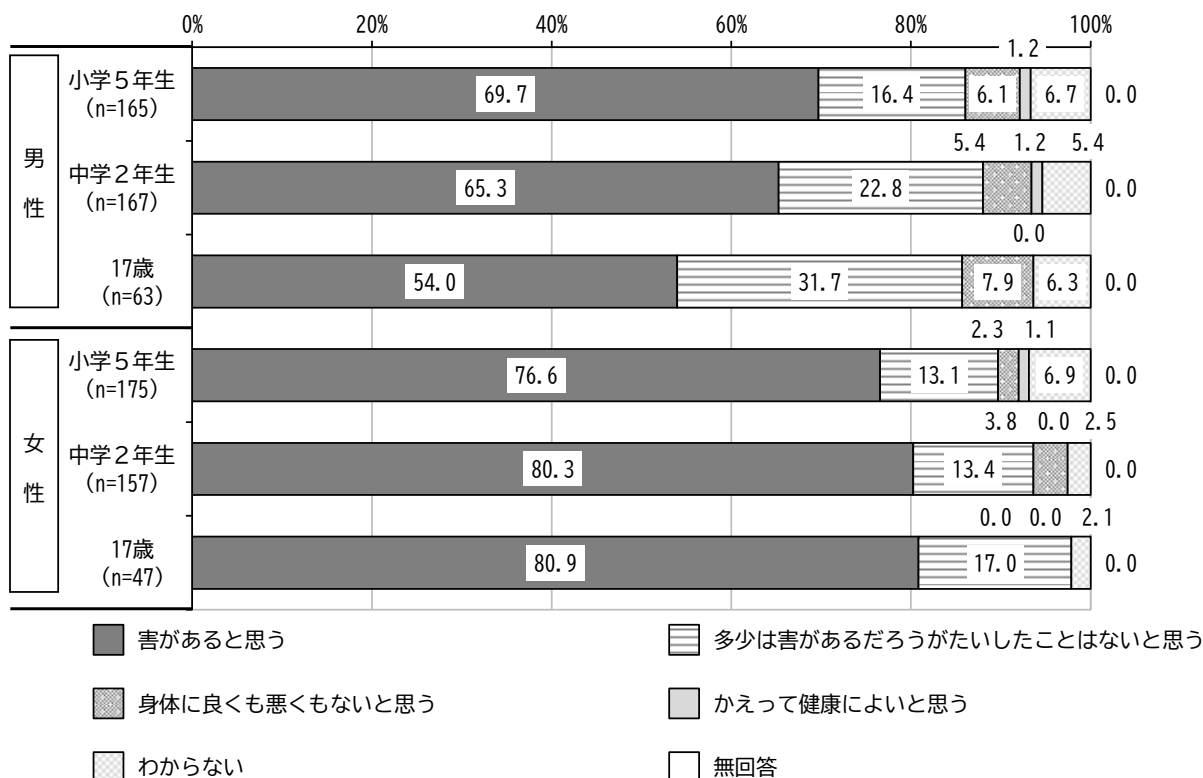
性別にみると、「害があると思う」について、男性では 65.3%、女性では 78.6%となっており、女性のほうが 13.3 ポイント高くなっています。

【図表 3-5-5 飲酒による身体への影響（性別）】



性別・年齢別にみると、「害があると思う」では、17歳の男性が 54.0%で最も低くなっています。

【図表 3-5-6 飲酒による身体への影響（性別・年齢別）】



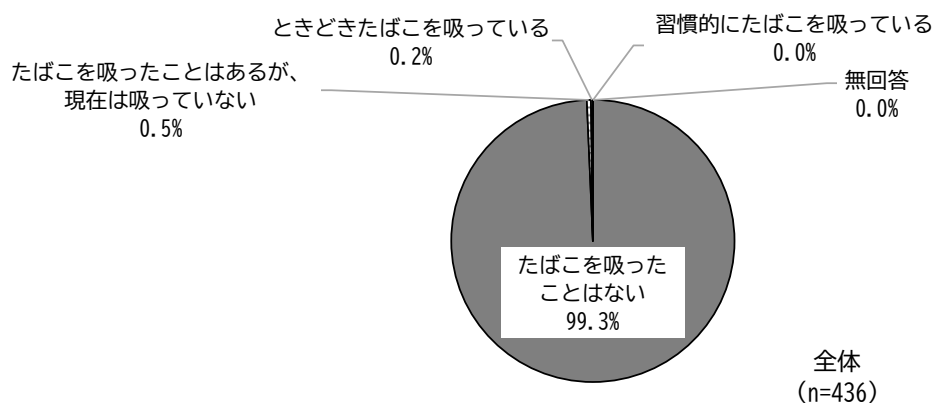
### (3) 喫煙状況

|      |            |  |
|------|------------|--|
| 問 25 | たばこを吸いますか。 |  |
| 対象   | 中学2年生、17 歳 |  |

喫煙状況について、「たばこを吸ったことはない」が 99.3%で最も高く、次いで「たばこを吸ったことはあるが、現在は吸っていない」が 0.5%、「ときどきたばこを吸っている」が 0.2%となっています。

また、『吸っている』（「ときどきたばこを吸っている」と「習慣的にたばこを吸っている」の合計）について、0.2%となっています。

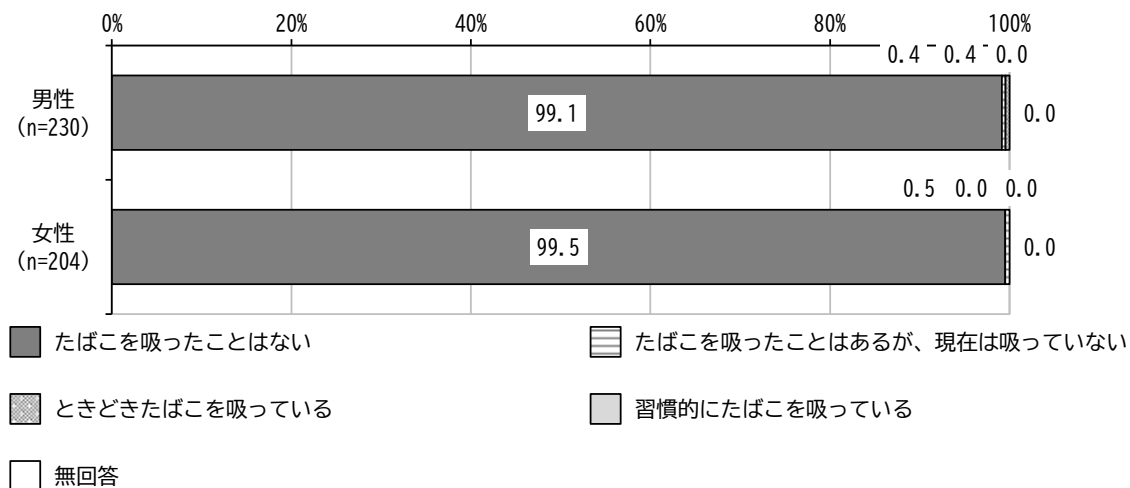
【図表 3-5-7 喫煙状況】



| 指標             | 対象         | 南あわじ市 | 兵庫県          | 国            |
|----------------|------------|-------|--------------|--------------|
| 中学生・高校生の喫煙者の割合 | 中学生<br>高校生 | 0.2%  | 0.0%<br>(R3) | 0.6%<br>(R3) |

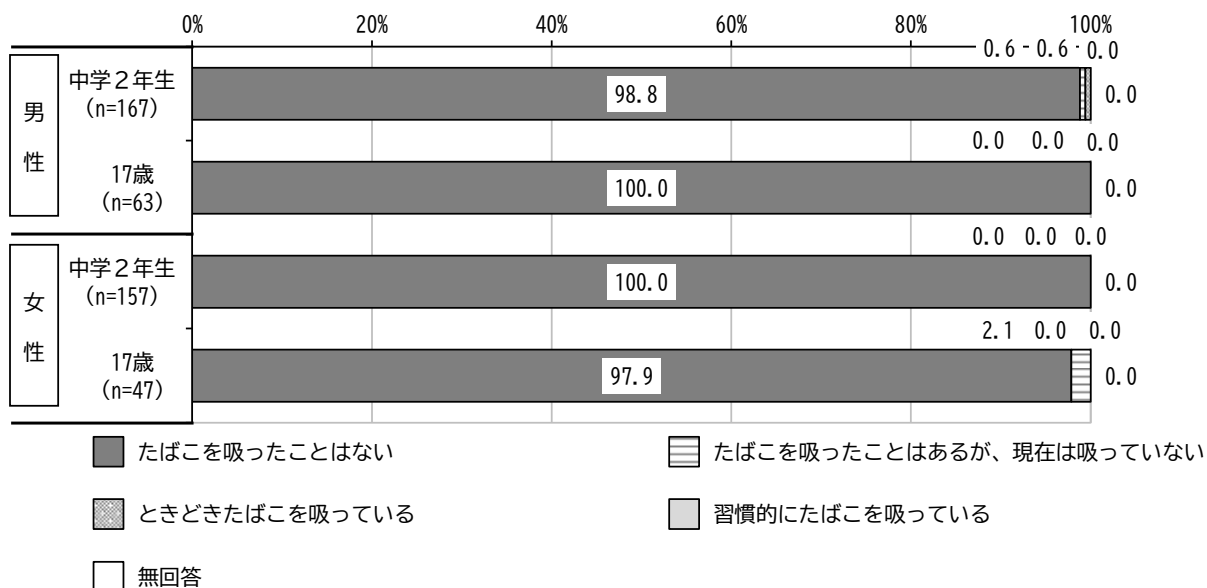
性別にみると、『吸っている』（「ときどきたばこを吸っている」と「習慣的にたばこを吸っている」の合計）について、男性では 0.4%となっています。

【図表 3-5-8 喫煙状況（性別）】



性別・年齢別にみると、『吸っている』（「ときどきたばこを吸っている」と「習慣的にたばこを吸っている」の合計）では、中学2年生の男性が0.6%で最も高くなっています。

【図表 3-5-9 喫煙状況（性別・年齢別）】

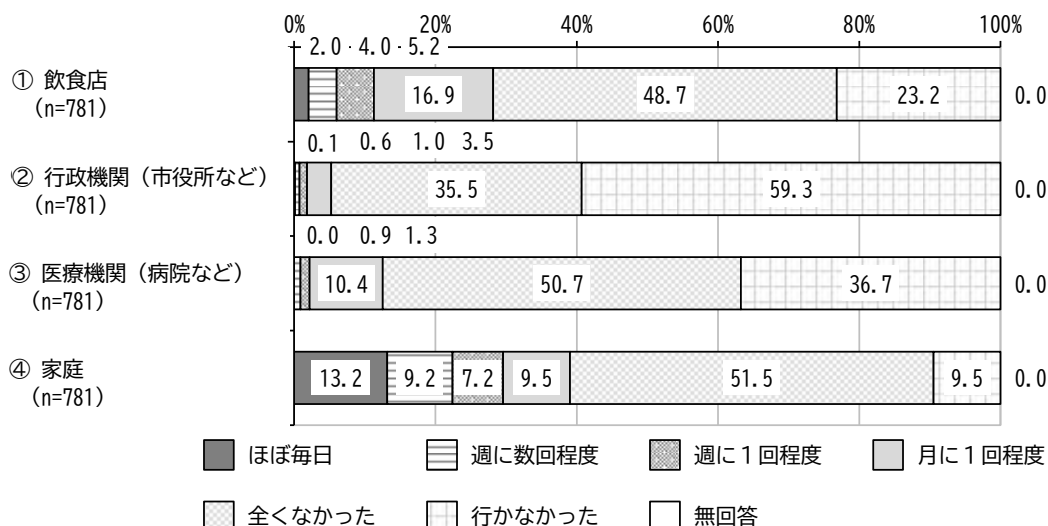


#### (4) 受動喫煙の状況

|      |                                                       |
|------|-------------------------------------------------------|
| 問 26 | 過去1か月間に自分以外の人吸っているたばこ（電子たばこを含む）の煙を吸ったこと(受動喫煙)がありましたか。 |
| 対象   | 小学5年生、中学2年生、17歳                                       |

受動喫煙の状況について、「ほぼ毎日」では、「家庭」が13.2%で最も高くなっています。また、『あった』（「ほぼ毎日」～「月に1回程度」の合計）では、「飲食店」が28.1%、「家庭」が39.1%となっています。

【図表 3-5-10 受動喫煙の状況】



## ① 飲食店

飲食店について、性別にみると、男性・女性ともに「全くなかった」が最も高くなっています。

【図表 3-5-11 受動喫煙の状況（飲食店）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：（％）

|    | 合計（人） | ほぼ毎日 | 週に数回程度 | 週に1回程度 | 月に1回程度 | 全くなかった | 行かなかった | 無回答  |
|----|-------|------|--------|--------|--------|--------|--------|------|
| 男性 | 395   | 2.5  | 5.1    | 5.8    | 16.5   | 48.1   | 22.0   | 0.0  |
| 女性 | 379   | 1.6  | 2.6    | 4.7    | 17.4   | 49.6   | 24.0   | 0.0  |
| 男性 | 小学5年生 | 165  | 1.8    | 6.1    | 4.8    | 21.2   | 43.6   | 22.4 |
|    | 中学2年生 | 167  | 4.2    | 5.4    | 8.4    | 10.8   | 46.7   | 24.6 |
|    | 17歳   | 63   | 0.0    | 1.6    | 1.6    | 19.0   | 63.5   | 14.3 |
| 女性 | 小学5年生 | 175  | 2.3    | 4.6    | 5.7    | 19.4   | 44.0   | 24.0 |
|    | 中学2年生 | 157  | 1.3    | 0.6    | 4.5    | 16.6   | 53.5   | 23.6 |
|    | 17歳   | 47   | 0.0    | 2.1    | 2.1    | 12.8   | 57.4   | 25.5 |

## ② 行政機関（市役所など）

行政機関（市役所など）について、性別にみると、男性・女性ともに「行かなかった」が最も高くなっています。

【図表 3-5-12 受動喫煙の状況（行政機関（市役所など））】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：（％）

|    | 合計（人） | ほぼ毎日 | 週に数回程度 | 週に1回程度 | 月に1回程度 | 全くなかった | 行かなかった | 無回答  |
|----|-------|------|--------|--------|--------|--------|--------|------|
| 男性 | 395   | 0.3  | 1.0    | 0.5    | 3.8    | 38.7   | 55.7   | 0.0  |
| 女性 | 379   | 0.0  | 0.3    | 1.6    | 3.2    | 31.9   | 63.1   | 0.0  |
| 男性 | 小学5年生 | 165  | 0.0    | 1.8    | 1.2    | 7.3    | 44.8   | 44.8 |
|    | 中学2年生 | 167  | 0.6    | 0.6    | 0.0    | 1.8    | 32.3   | 64.7 |
|    | 17歳   | 63   | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 39.7   | 60.3 |
| 女性 | 小学5年生 | 175  | 0.0    | 0.6    | 3.4    | 4.6    | 38.9   | 52.6 |
|    | 中学2年生 | 157  | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 1.9    | 26.8   | 71.3 |
|    | 17歳   | 47   | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 2.1    | 23.4   | 74.5 |

### ③ 医療機関（病院など）

医療機関（病院など）について、性別にみると、男性・女性ともに「全くなかった」が最も高くなっています。

【図表 3-5-13 受動喫煙の状況（医療機関（病院など））】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：（％）

|    | 合計（人） | ほぼ毎日 | 週に数回程度 | 週に1回程度 | 月に1回程度 | 全くなかった | 行かなかった | 無回答  |
|----|-------|------|--------|--------|--------|--------|--------|------|
| 男性 | 395   | 0.0  | 1.0    | 1.3    | 13.2   | 49.9   | 34.7   | 0.0  |
| 女性 | 379   | 0.0  | 0.8    | 1.3    | 7.7    | 52.0   | 38.3   | 0.0  |
| 男性 | 小学5年生 | 165  | 0.0    | 0.6    | 3.0    | 13.9   | 52.1   | 30.3 |
|    | 中学2年生 | 167  | 0.0    | 1.2    | 0.0    | 14.4   | 45.5   | 38.9 |
|    | 17歳   | 63   | 0.0    | 1.6    | 0.0    | 7.9    | 55.6   | 34.9 |
| 女性 | 小学5年生 | 175  | 0.0    | 1.1    | 2.3    | 9.7    | 57.7   | 29.1 |
|    | 中学2年生 | 157  | 0.0    | 0.6    | 0.6    | 7.6    | 48.4   | 42.7 |
|    | 17歳   | 47   | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 42.6   | 57.4 |

### ④ 家庭

家庭について、性別にみると、男性・女性ともに「全くなかった」が最も高くなっています。

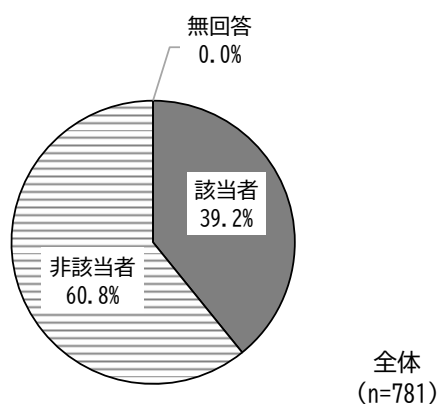
【図表 3-5-14 受動喫煙の状況（家庭）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：（％）

|    | 合計（人） | ほぼ毎日 | 週に数回程度 | 週に1回程度 | 月に1回程度 | 全くなかった | 行かなかった | 無回答  |
|----|-------|------|--------|--------|--------|--------|--------|------|
| 男性 | 395   | 12.9 | 9.9    | 6.6    | 9.9    | 50.9   | 9.9    | 0.0  |
| 女性 | 379   | 13.7 | 8.4    | 7.9    | 9.2    | 51.7   | 9.0    | 0.0  |
| 男性 | 小学5年生 | 165  | 10.3   | 12.1   | 8.5    | 10.3   | 47.3   | 11.5 |
|    | 中学2年生 | 167  | 17.4   | 8.4    | 7.2    | 10.2   | 47.3   | 9.6  |
|    | 17歳   | 63   | 7.9    | 7.9    | 0.0    | 7.9    | 69.8   | 6.3  |
| 女性 | 小学5年生 | 175  | 13.1   | 8.6    | 9.7    | 8.6    | 52.6   | 7.4  |
|    | 中学2年生 | 157  | 16.6   | 7.0    | 6.4    | 9.6    | 52.9   | 7.6  |
|    | 17歳   | 47   | 6.4    | 12.8   | 6.4    | 10.6   | 44.7   | 19.1 |

望まない受動喫煙の機会を有する人について、「該当者」が 39.2%、「非該当者」が 60.8%となっています。

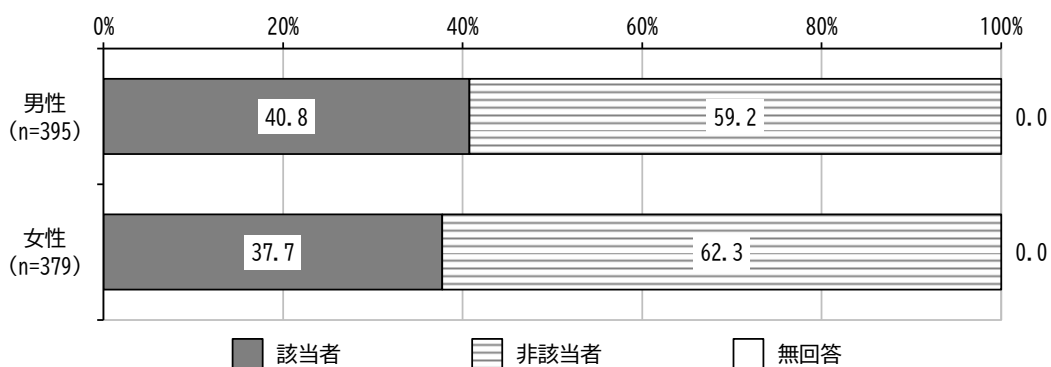
【図表 3-5-15 望まない受動喫煙の機会を有する人】



※ 「家庭」は「ほぼ毎日」の割合、その他は「ほぼ毎日」、「週に数回程度」、「週に1回程度」、「月に1回程度」の合計の割合÷「ほぼ毎日」、「週に数回程度」、「週に1回程度」、「月に1回程度」、「全くなかった」の合計

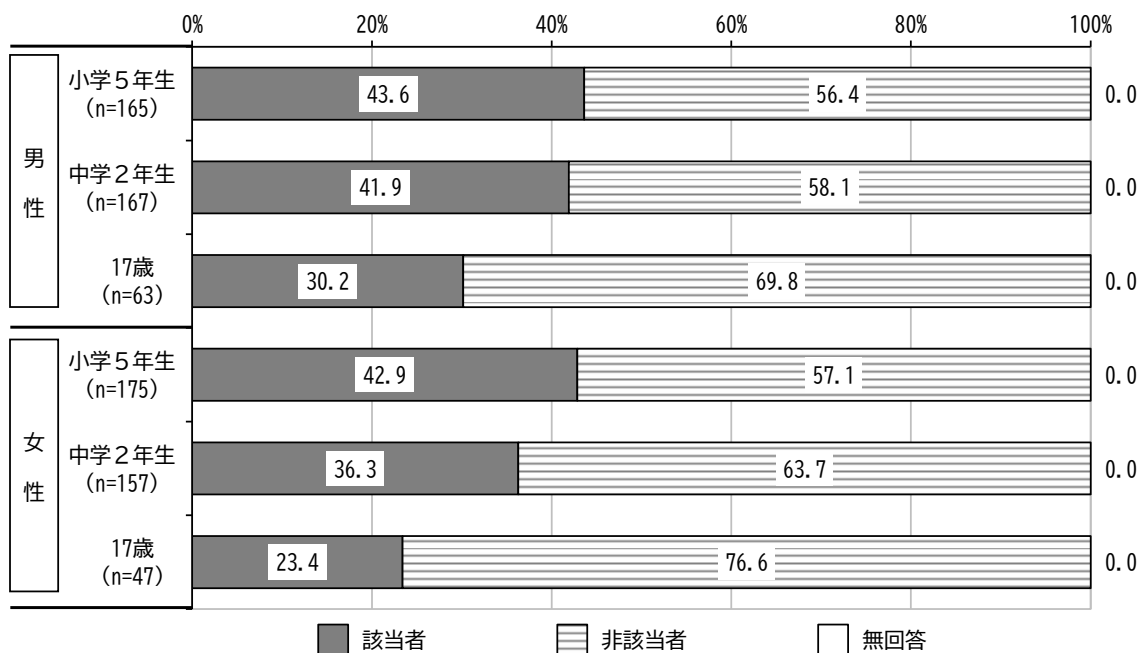
性別にみると、「該当者」について、男性では 40.8%、女性では 37.7%となっており、男性のほうが 3.1 ポイント高くなっています。

【図表 3-5-16 望まない受動喫煙の機会を有する人（性別）】



性別・年齢別にみると、「該当者」では、小学5年生の男性が43.6%で最も高くなっています。

【図表 3-5-17 望まない受動喫煙の機会を有する人（性別・年齢別）】

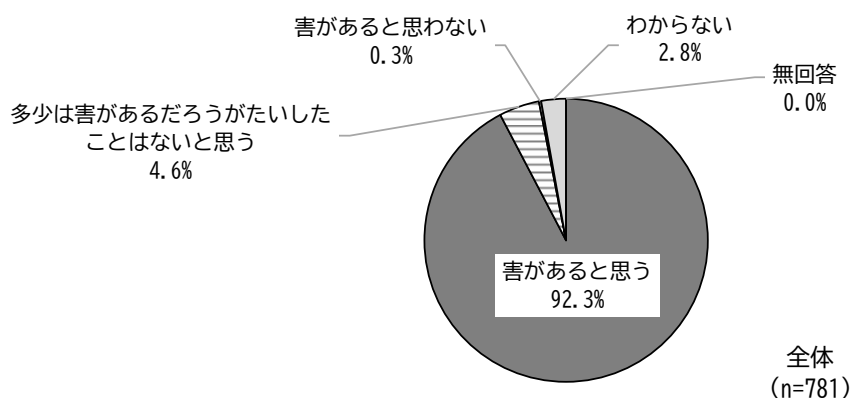


## (5) 喫煙による身体への影響

|      |                        |
|------|------------------------|
| 問 27 | たばこを吸うと身体に影響があると思いますか。 |
| 対象   | 小学5年生、中学2年生、17歳        |

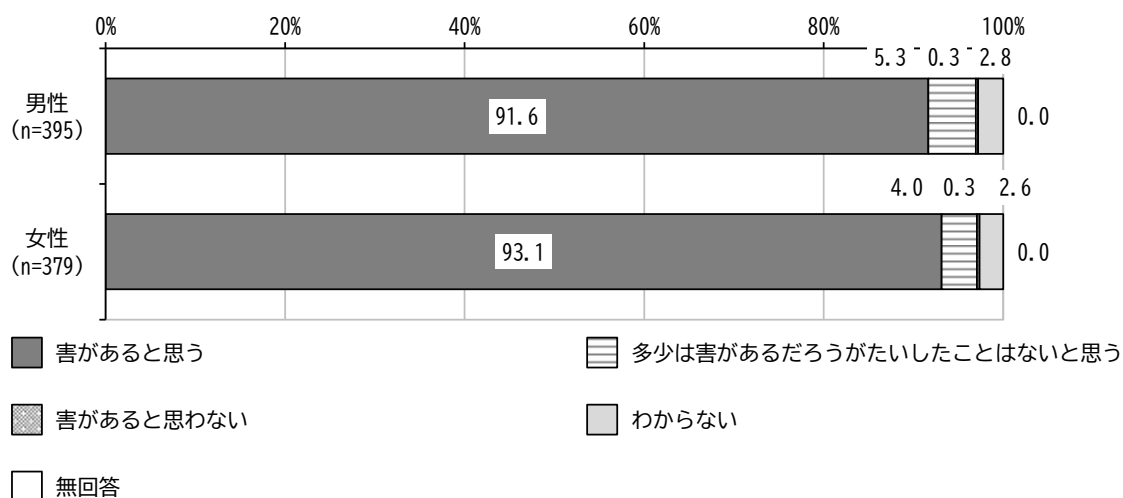
喫煙による身体への影響について、「害があると思う」が92.3%で最も高く、次いで「多少は害があるだろうがたいしたことはないと思う」が4.6%、「わからない」が2.8%となっています。

【図表 3-5-18 喫煙による身体への影響】



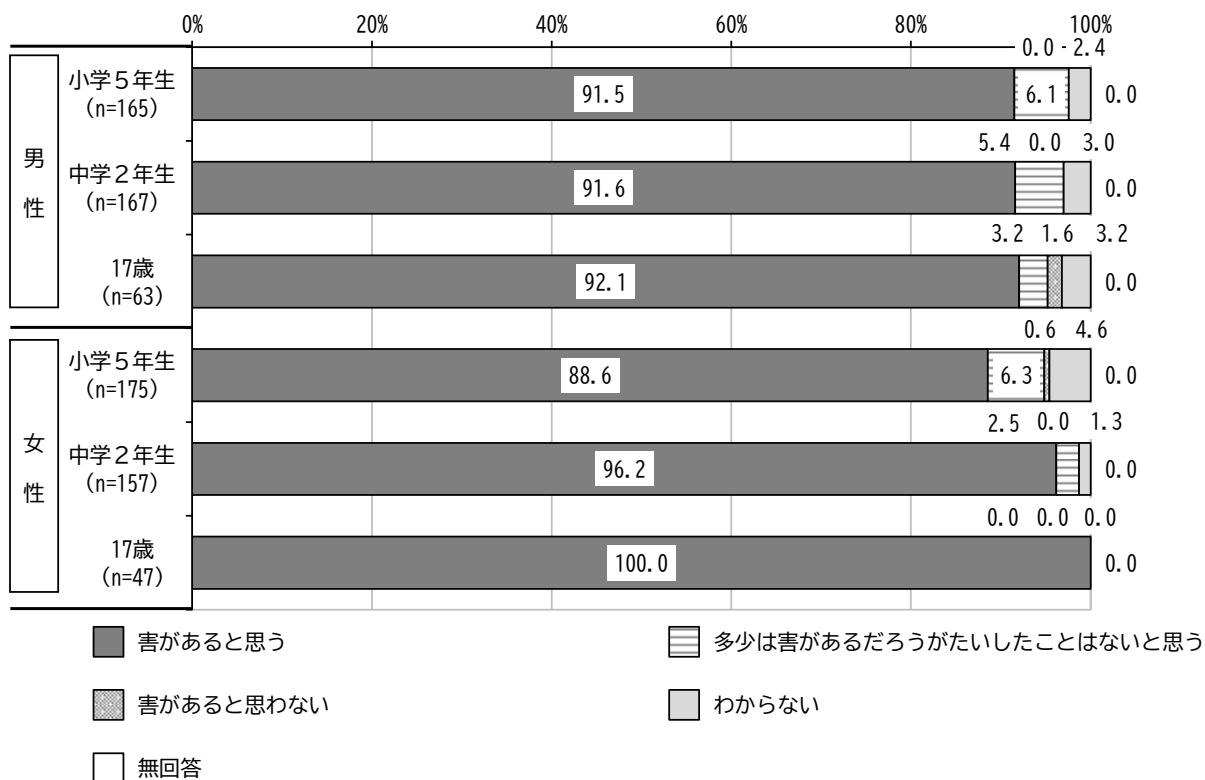
性別にみると、「害があると思う」について、男性では91.6%、女性では93.1%となっており、女性のほうが1.5ポイント高くなっています。

【図表 3-5-19 喫煙による身体への影響（性別）】



性別・年齢別にみると、「害があると思う」では、小学5年生の女性が88.6%で最も低くなっています。

【図表 3-5-20 喫煙による身体への影響（性別・年齢別）】



## 6. 睡眠・ストレスについて

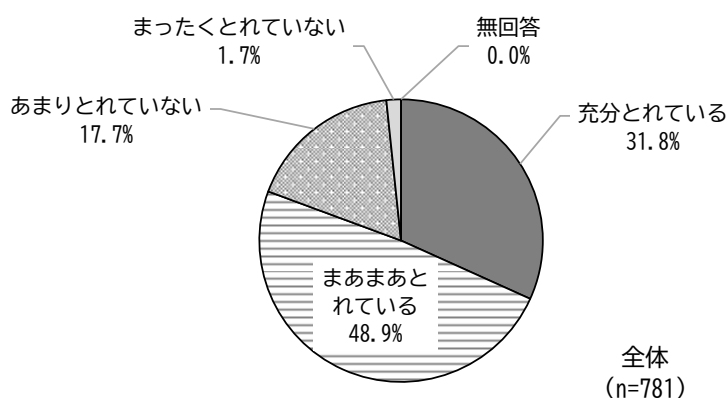
### (1) ここ1か月、睡眠によって休養がとれているか

|      |                               |
|------|-------------------------------|
| 問 28 | ここ1か月、睡眠によって休養が充分とれていると思いますか。 |
| 対象   | 小学5年生、中学2年生、17歳               |

ここ1か月、睡眠によって休養がとれているかについて、「まあまあとれている」が48.9%で最も高く、次いで「充分とれている」が31.8%、「あまりとれていない」が17.7%となっています。

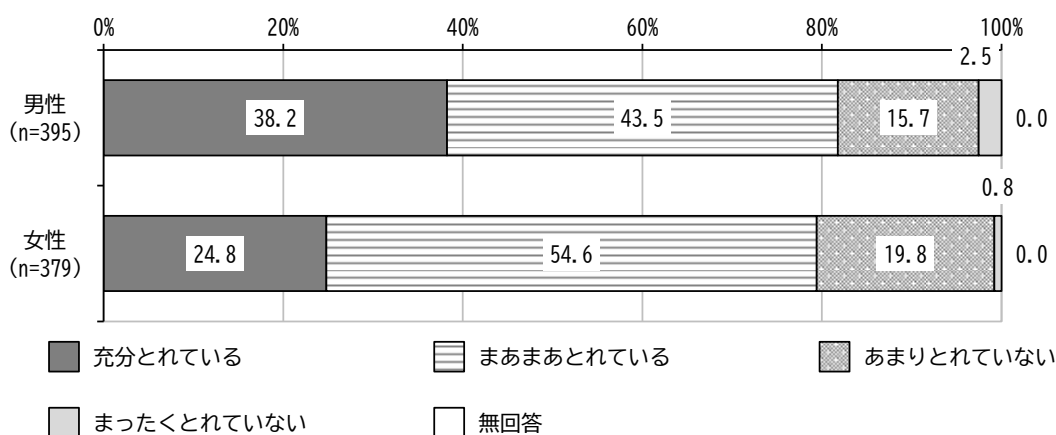
また、『とれている』（「充分とれている」と「まあまあとれている」の合計）について、80.7%となっています。

【図表 3-6-1 ここ1か月、睡眠によって休養がとれているか】



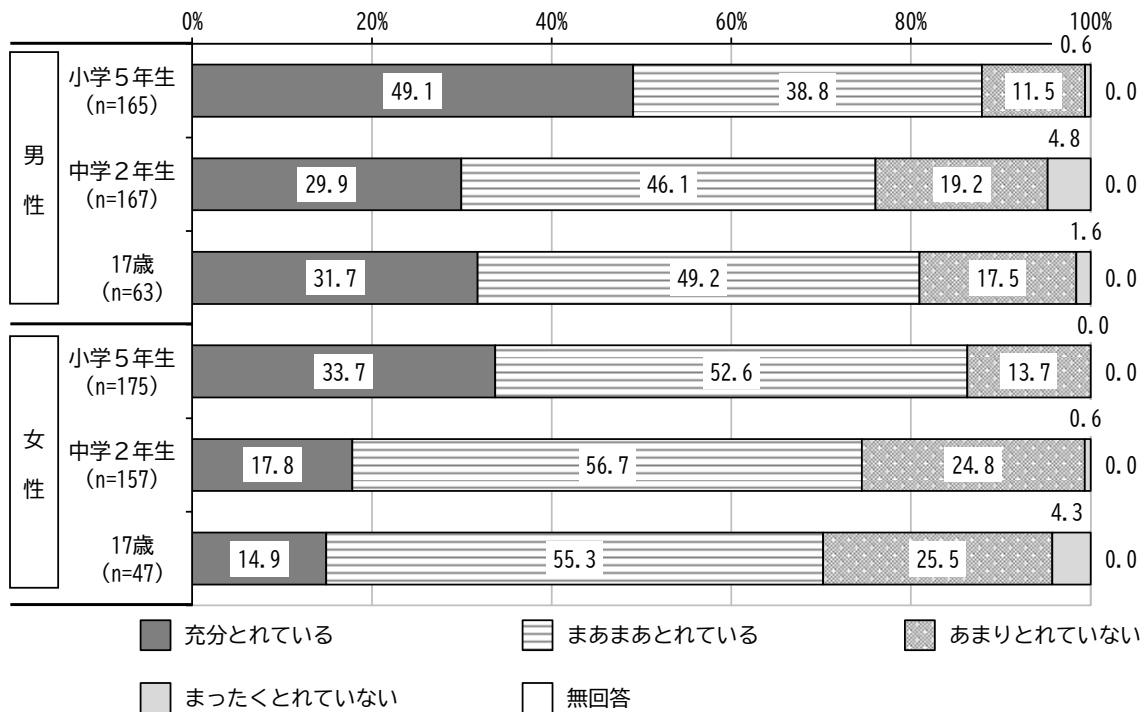
性別にみると、『とれている』（「充分とれている」と「まあまあとれている」の合計）について、男性では81.7%、女性では79.4%となっており、男性のほうが2.3ポイント高くなっています。

【図表 3-6-2 ここ1か月、睡眠によって休養がとれているか（性別）】



性別・年齢別にみると、『とれている』（「充分とれている」と「まあまあとれている」の合計）では、小学5年生の男性が87.9%で最も高くなっています。

【図表 3-6-3 ここ1か月、睡眠によって休養がとれているか（性別・年齢別）】

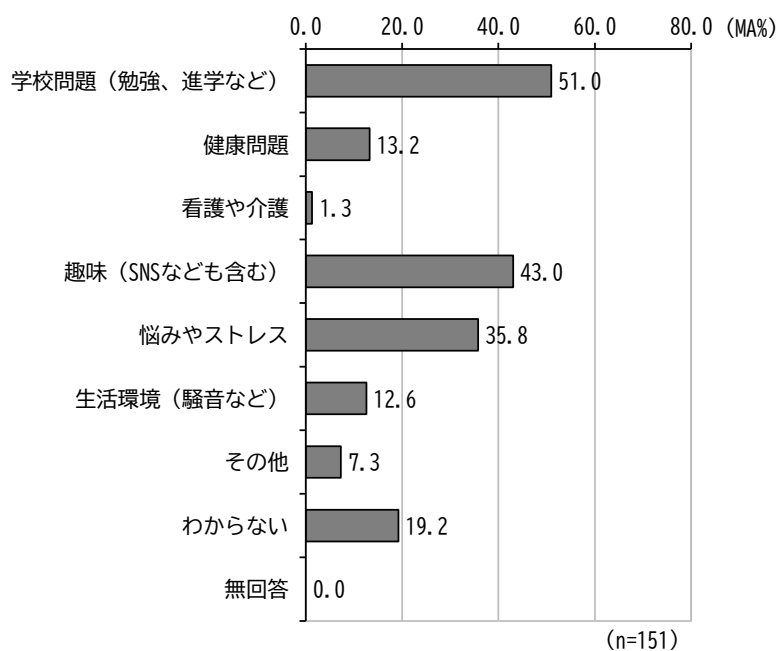


## (2) 睡眠によって休養がとれていない理由

|        |                                                                                   |
|--------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 問 28-1 | 【問 28 で「あまりとれていない」「まったくとれていない」と答えた方にお聞きします】<br>睡眠によって休養が十分とれていない理由は何ですか。(☑はいくつでも) |
| 対象     | 小学5年生、中学2年生、17 歳                                                                  |

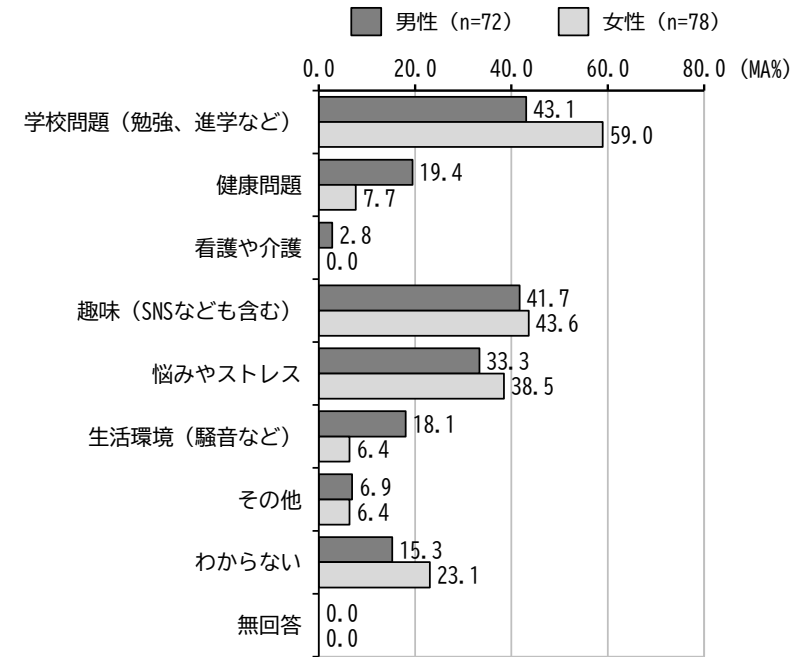
睡眠によって休養がとれていない理由について、「学校問題（勉強、進学など）」が 51.0%で最も高く、次いで「趣味（SNS など含む）」が 43.0%、「悩みやストレス」が 35.8%となっています。

【図表 3-6-4 睡眠によって休養がとれていない理由】



性別にみると、男性・女性ともに「学校問題（勉強、進学など）」が最も高くなっています。

【図表 3-6-5 睡眠によって休養がとれていない理由（性別）】



性別・年齢別にみると、「学校問題（勉強、進学など）」では、中学2年生の女性が80.0%で最も高く、「趣味（SNSなども含む）」では、17歳の男性が75.0%で最も高くなっています。

【図表 3-6-6 睡眠によって休養がとれていない理由（性別・年齢別）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：(MA%)

|    |       | 合計<br>(人) | 学校<br>問題<br>(勉強、<br>進学な<br>ど) | 健康<br>問題 | 看護<br>や介護 | 趣味<br>(SNSな<br>ども含む) | 悩み<br>やス<br>トレス | 生活<br>環境<br>(騒音<br>など) | そ<br>他 | わ<br>か<br>ら<br>な<br>い | 無<br>回<br>答 |
|----|-------|-----------|-------------------------------|----------|-----------|----------------------|-----------------|------------------------|--------|-----------------------|-------------|
| 男性 | 小学5年生 | 20        | 35.0                          | 20.0     | 5.0       | 35.0                 | 45.0            | 25.0                   | 15.0   | 25.0                  | 0.0         |
|    | 中学2年生 | 40        | 50.0                          | 22.5     | 2.5       | 35.0                 | 30.0            | 17.5                   | 2.5    | 15.0                  | 0.0         |
|    | 17歳   | 12        | 33.3                          | 8.3      | 0.0       | 75.0                 | 25.0            | 8.3                    | 8.3    | 0.0                   | 0.0         |
| 女性 | 小学5年生 | 24        | 16.7                          | 4.2      | 0.0       | 41.7                 | 33.3            | 8.3                    | 12.5   | 33.3                  | 0.0         |
|    | 中学2年生 | 40        | 80.0                          | 12.5     | 0.0       | 47.5                 | 42.5            | 5.0                    | 2.5    | 20.0                  | 0.0         |
|    | 17歳   | 14        | 71.4                          | 0.0      | 0.0       | 35.7                 | 35.7            | 7.1                    | 7.1    | 14.3                  | 0.0         |

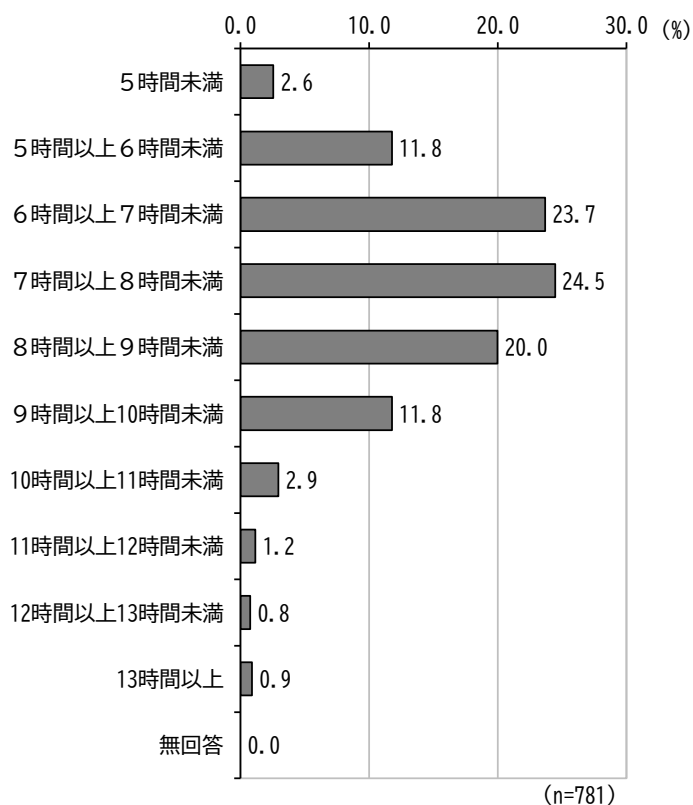
### (3) ここ1か月の1日の平均睡眠時間

|      |                         |
|------|-------------------------|
| 問 29 | ここ1か月、1日の平均睡眠時間は何時間ですか。 |
| 対象   | 小学5年生、中学2年生、17歳         |

ここ1か月の1日の平均睡眠時間について、「7時間以上8時間未満」が24.5%で最も高く、次いで「6時間以上7時間未満」が23.7%、「8時間以上9時間未満」が20.0%となっています。

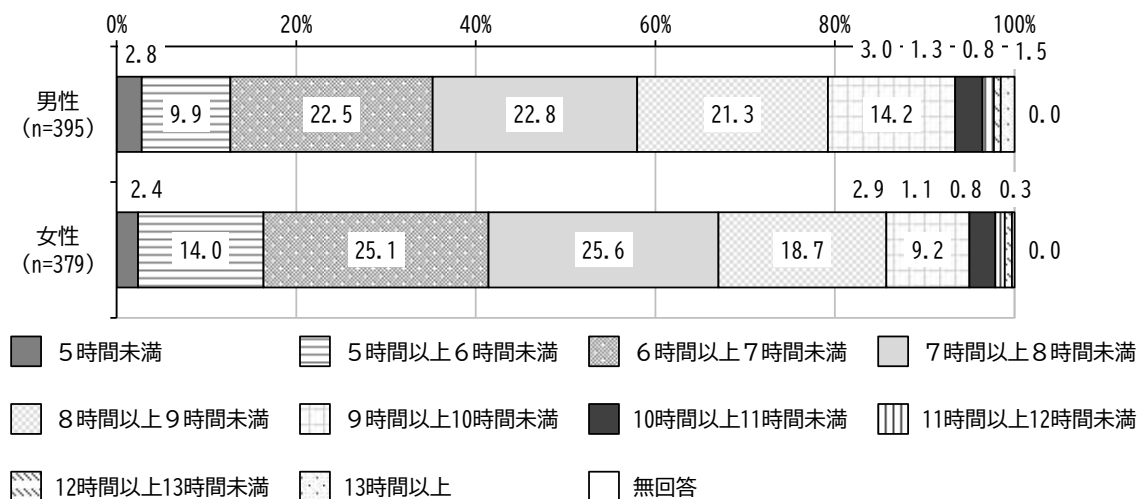
また、『8時間未満』（「5時間未満」と「5時間以上6時間未満」と「6時間以上7時間未満」と「7時間以上8時間未満」の合計）について、62.6%となっています。

【図表 3-6-7 ここ1か月の1日の平均睡眠時間】



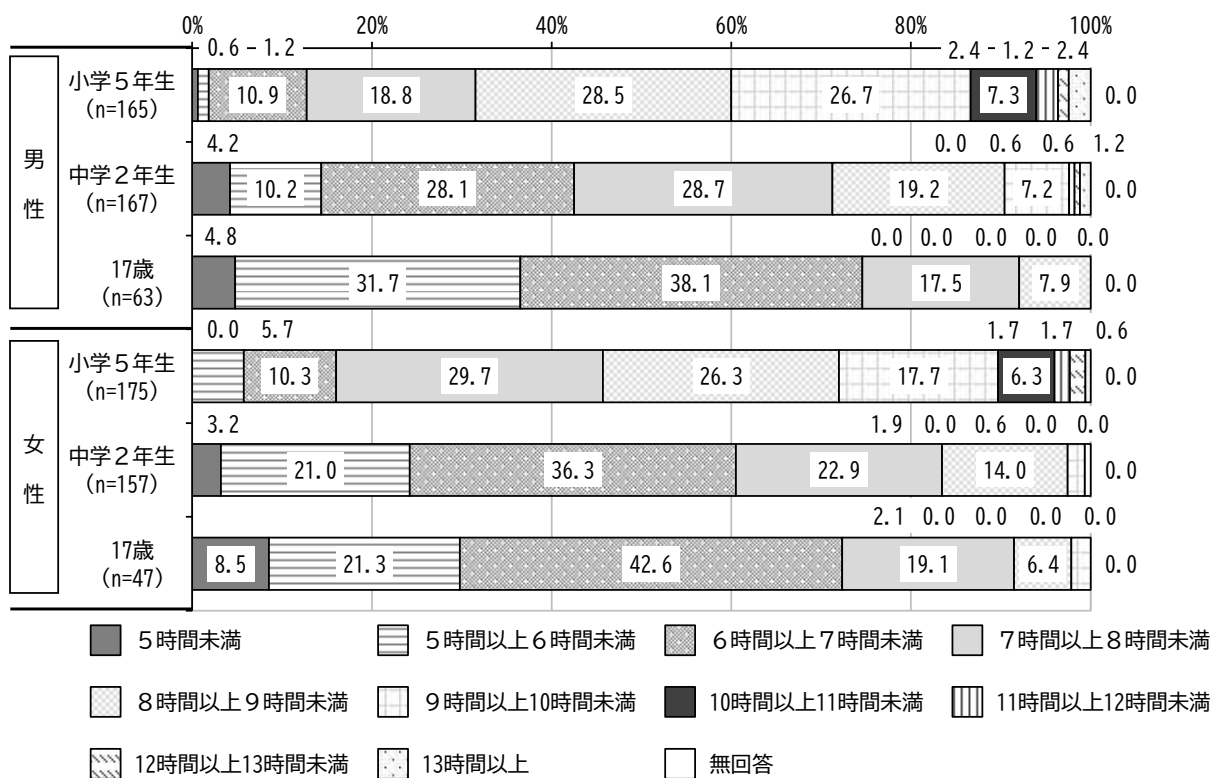
性別にみると、『8時間未満』（「5時間未満」と「5時間以上6時間未満」と「6時間以上7時間未満」と「7時間以上8時間未満」の合計）について、男性では58.0%、女性では67.1%となっており、女性のほうが9.1ポイント高くなっています。

【図表 3-6-8 ここ1か月の1日の平均睡眠時間（性別）】



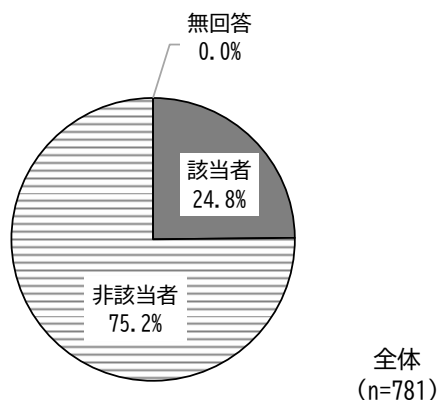
性別・年齢別にみると、『8時間未満』（「5時間未満」と「5時間以上6時間未満」と「6時間以上7時間未満」と「7時間以上8時間未満」の合計）では、17歳の男性が92.1%で最も高くなっています。

【図表 3-6-9 ここ1か月の1日の平均睡眠時間（性別・年齢別）】



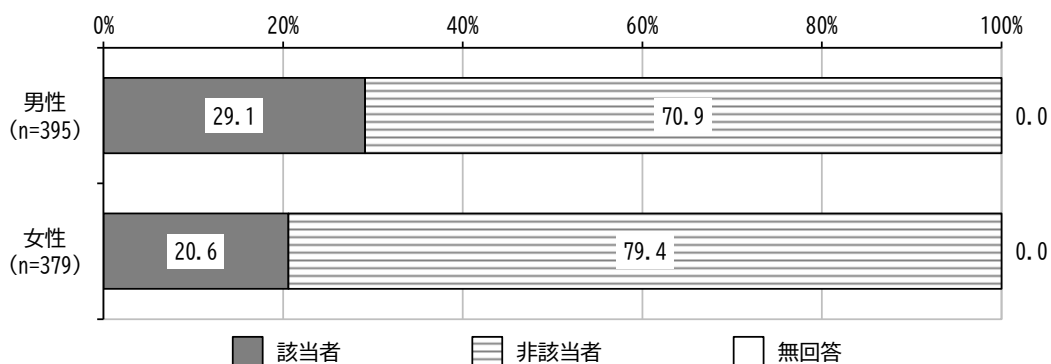
睡眠時間が十分に確保できている子ども（睡眠時間が8時間以上（小学5年生については、9時間以上）の子ども）（参考：厚生労働省「健康づくりのための睡眠ガイド 2023」）について、「該当者」が24.8%、「非該当者」が75.2%となっています。

【図表 3-6-10 睡眠時間が十分に確保できている子ども】

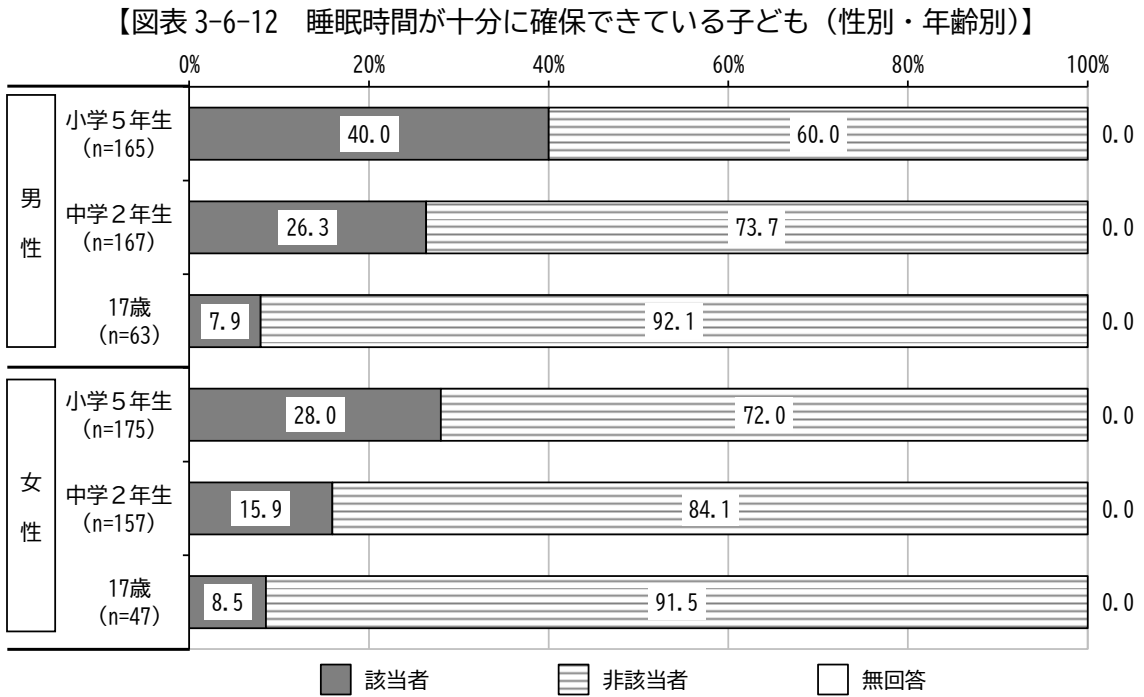


性別にみると、「該当者」について、男性では29.1%、女性では20.6%となっており、男性のほうが8.5ポイント高くなっています。

【図表 3-6-11 睡眠時間が十分に確保できている子ども（性別）】



性別・年齢別にみると、「該当者」では、小学5年生の男性が40.0%で最も高くなっています。

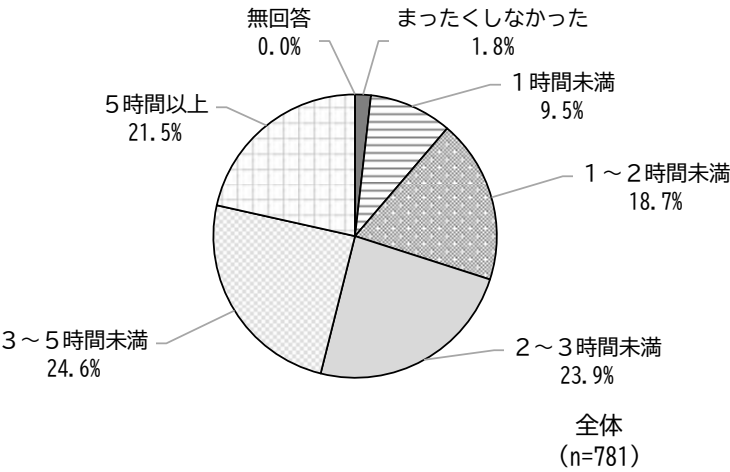


（4）ここ1か月の1日の平均インターネット使用時間

|      |                                                                                                                     |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 問 30 | この1か月に、あなたは1日平均どのくらいの時間、インターネットをしましたか。<br>※パソコン、携帯、スマートフォン等を通して使うインターネットサービスで、ゲームやメールなども含みます。仕事や授業や宿題で使用した時間は含みません。 |
| 対象   | 小学5年生、中学2年生、17歳                                                                                                     |

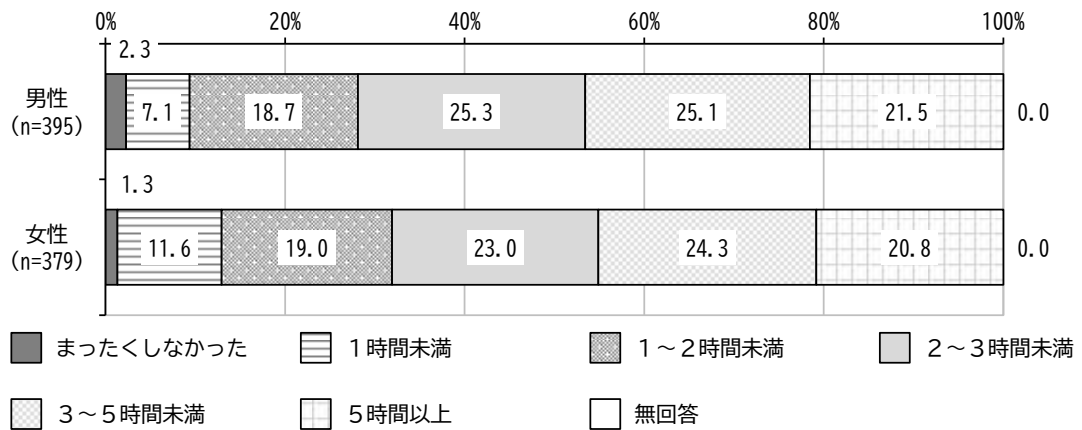
ここ1か月の1日の平均インターネット使用時間について、「3～5時間未満」が24.6%で最も高く、次いで「2～3時間未満」が23.9%、「5時間以上」が21.5%となっています。

【図表 3-6-13 ここ1か月の1日の平均インターネット使用時間】



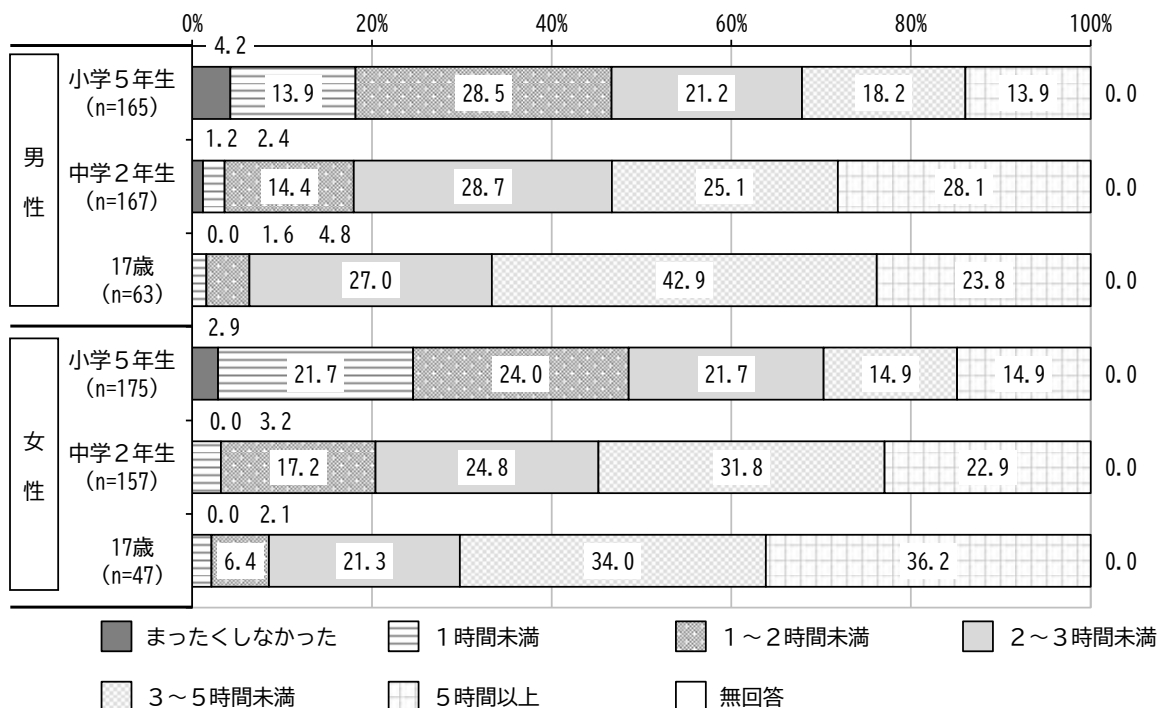
性別にみると、「まったくしなかった」について、男性では2.3%、女性では1.3%となっており、男性のほうが1.0ポイント高くなっています。

【図表 3-6-14 ここ1か月の1日の平均インターネット使用時間（性別）】



性別・年齢別にみると、「まったくしなかった」では、小学5年生の男性が4.2%で最も高くなっています。

【図表 3-6-15 ここ1か月の1日の平均インターネット使用時間（性別・年齢別）】

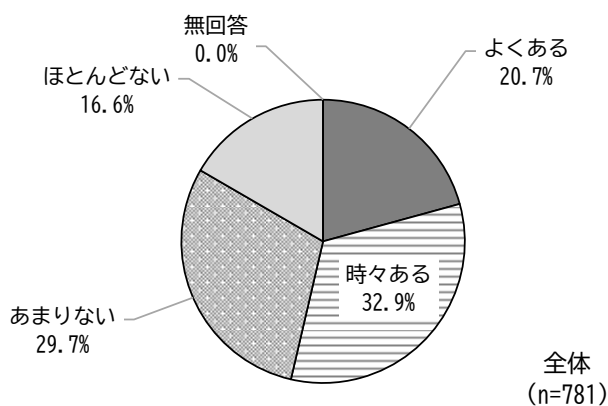


(5) ここ1か月でストレスを感じたことがあるか

|      |                          |
|------|--------------------------|
| 問 31 | ここ1か月で、ストレスを感じたことがありますか。 |
| 対象   | 小学5年生、中学2年生、17歳          |

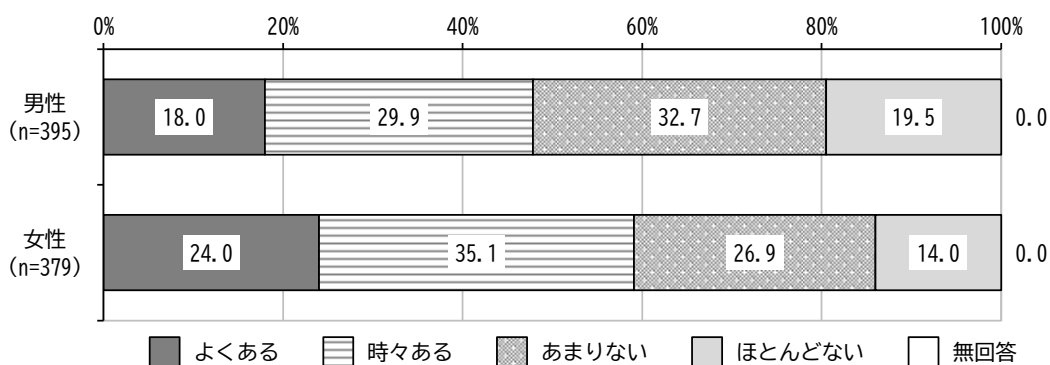
ここ1か月でストレスを感じたことがあるかについて、「時々ある」が32.9%で最も高く、次いで「あまりない」が29.7%、「よくある」が20.7%となっています。

【図表 3-6-16 ここ1か月でストレスを感じたことがあるか】



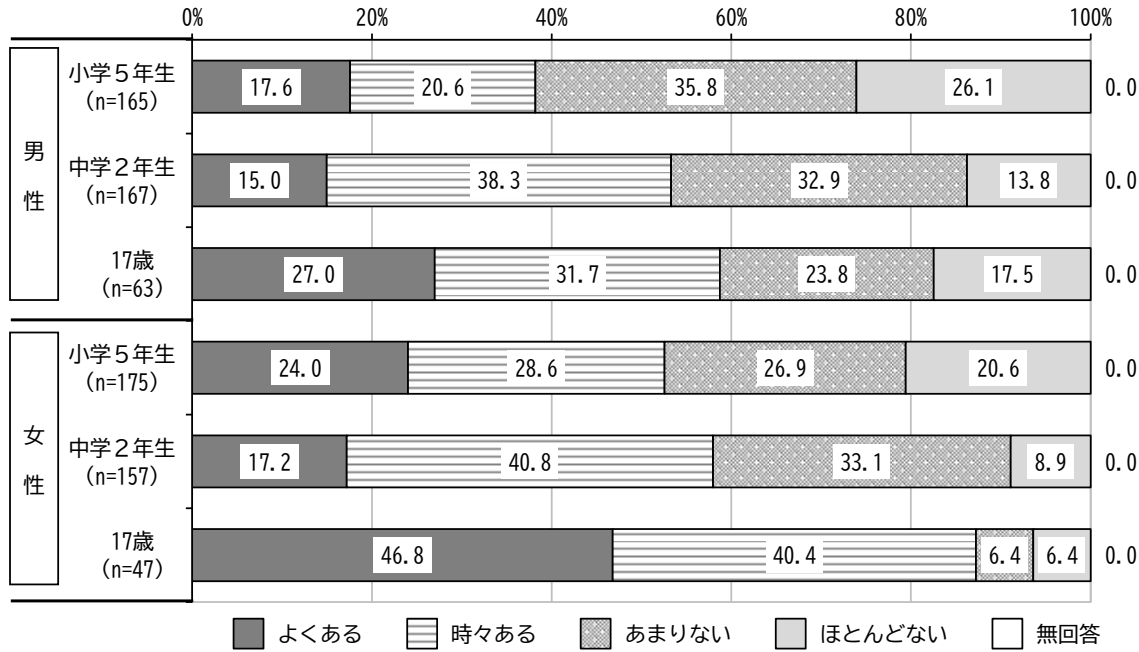
性別にみると、「よくある」について、男性では18.0%、女性では24.0%となっており、女性のほうが6.0ポイント高くなっています。

【図表 3-6-17 ここ1か月でストレスを感じたことがあるか（性別）】



性別・年齢別にみると、「よくある」では、17歳の女性が46.8%で最も高くなっています。

【図表 3-6-18 ここ1か月でストレスを感じたことがあるか（性別・年齢別）】



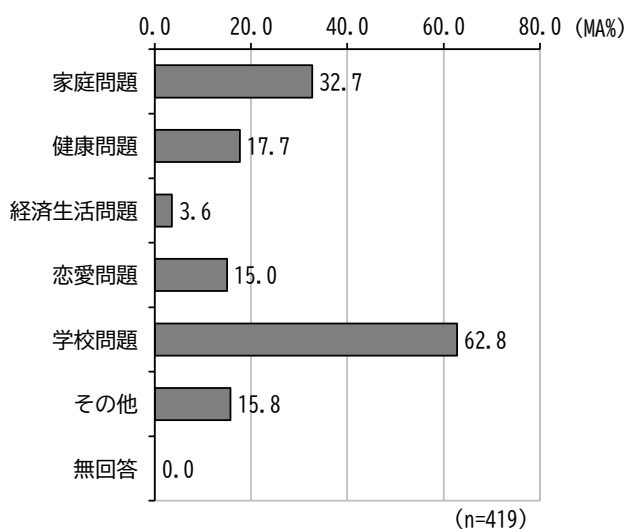
## (6) ストレスを感じた内容

|        |                                                               |
|--------|---------------------------------------------------------------|
| 問 31-1 | 【問 31 で「よくある」「時々ある」と答えた方にお聞きます】<br>どんなことにストレスを感じますか。(☑はいくつでも) |
| 対象     | 小学5年生、中学2年生、17 歳                                              |

ストレスを感じた内容について、「学校問題」が 62.8%で最も高く、次いで「家庭問題」が 32.7%、「健康問題」が 17.7%となっています。

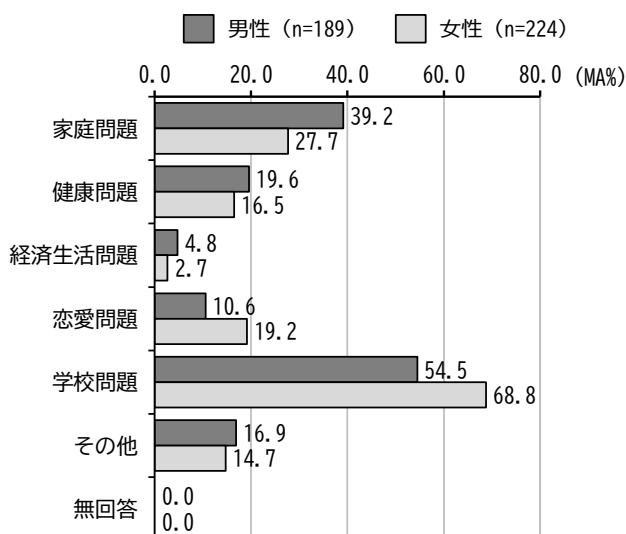
また、「その他」の内容について、『部活動関連』(11 件)、『勉強関連』(8 件)、『友達関連』(8 件)などがあります。

【図表 3-6-19 ストレスを感じた内容】



性別にみると、「学校問題」について、男性では 54.5%、女性では 68.8%となっており、女性のほうが 14.3 ポイント高くなっています。

【図表 3-6-20 ストレスを感じた内容 (性別)】



性別・年齢別にみると、「学校問題」では、17歳の女性が80.5%で最も高くなっています。

【図表 3-6-21 ストレスを感じた内容（性別・年齢別）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：(MA%)

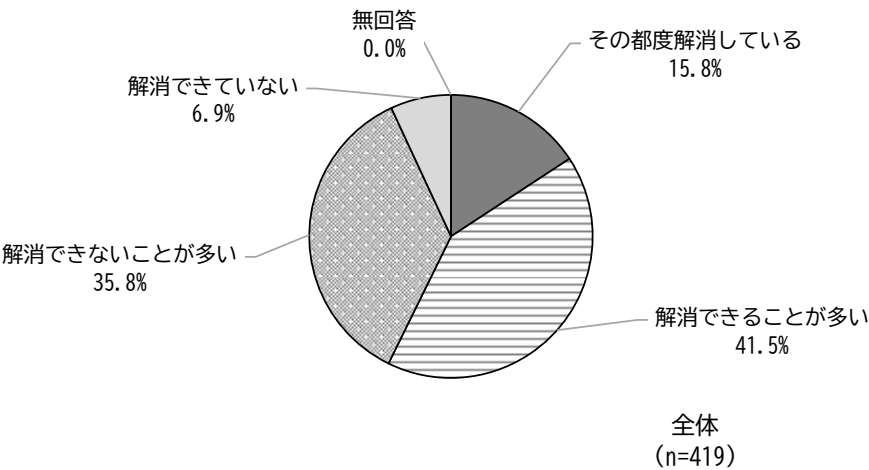
|    |       | 合計<br>(人) | 家庭<br>問題 | 健康<br>問題 | 経済生<br>活問題 | 恋愛<br>問題 | 学校<br>問題 | その他  | 無回<br>答 |
|----|-------|-----------|----------|----------|------------|----------|----------|------|---------|
| 男性 | 小学5年生 | 63        | 38.1     | 9.5      | 1.6        | 6.3      | 49.2     | 20.6 | 0.0     |
|    | 中学2年生 | 89        | 43.8     | 21.3     | 4.5        | 7.9      | 52.8     | 16.9 | 0.0     |
|    | 17歳   | 37        | 29.7     | 32.4     | 10.8       | 24.3     | 67.6     | 10.8 | 0.0     |
| 女性 | 小学5年生 | 92        | 28.3     | 14.1     | 3.3        | 23.9     | 55.4     | 21.7 | 0.0     |
|    | 中学2年生 | 91        | 33.0     | 19.8     | 0.0        | 17.6     | 76.9     | 8.8  | 0.0     |
|    | 17歳   | 41        | 14.6     | 14.6     | 7.3        | 12.2     | 80.5     | 12.2 | 0.0     |

(7) ストレスをうまく解消できているか

|        |                    |
|--------|--------------------|
| 問 31-2 | ストレスをうまく解消できていますか。 |
| 対象     | 小学5年生、中学2年生、17歳    |

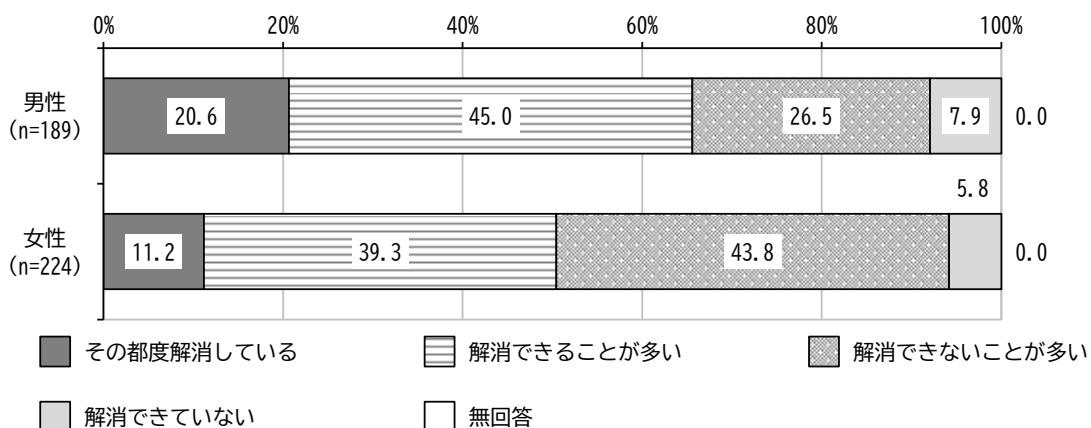
ストレスをうまく解消できているかについて、「解消できることが多い」が41.5%で最も高く、次いで「解消できないことが多い」が35.8%、「その都度解消している」が15.8%となっています。

【図表 3-6-22 ストレスをうまく解消できているか】



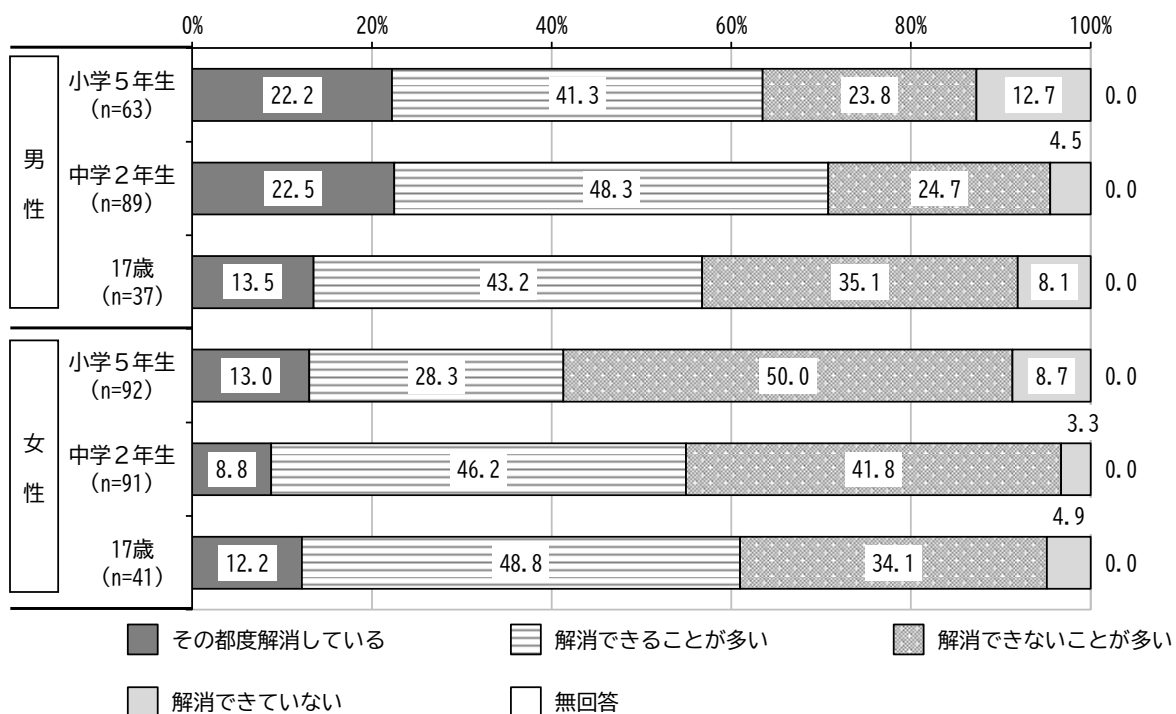
性別にみると、「その都度解消している」について、男性では 20.6%、女性では 11.2%となっており、男性のほうが 9.4 ポイント高くなっています。

【図表 3-6-23 ストレスをうまく解消できているか（性別）】



性別・年齢別にみると、「その都度解消している」では、中学2年生の男性が 22.5%で最も高くなっています。

【図表 3-6-24 ストレスをうまく解消できているか（性別・年齢別）】



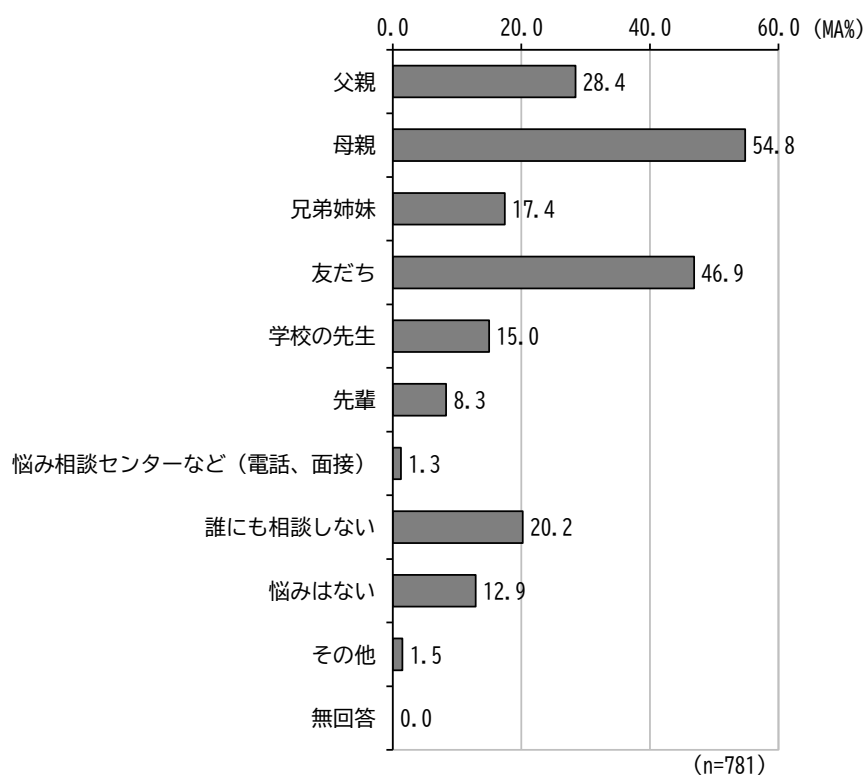
## (8) 悩みなどの相談状況

|      |                                              |
|------|----------------------------------------------|
| 問 32 | 悩み、苦労、ストレス、不満等があったときに、誰に相談しますか。<br>(☑はいくつでも) |
| 対象   | 小学5年生、中学2年生、17歳                              |

悩みなどの相談状況について、「母親」が54.8%で最も高く、次いで「友だち」が46.9%、「父親」が28.4%となっています。

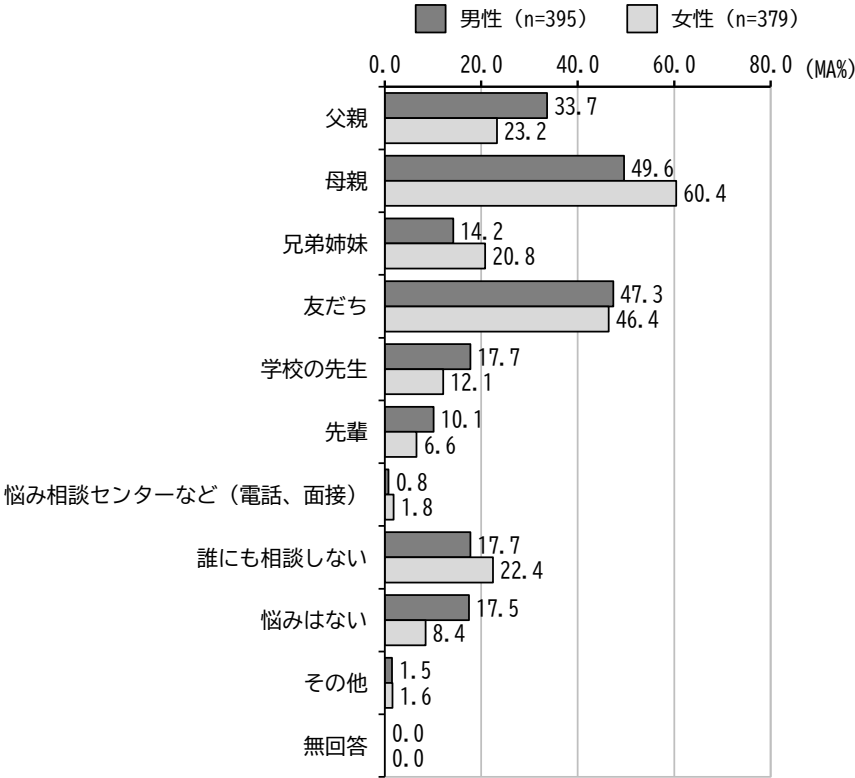
また、「誰にも相談しない」について、20.2%となっています。

【図表 3-6-25 悩みなどの相談状況】



性別にみると、「誰にも相談しない」について、男性では17.7%、女性では22.4%となっており、女性のほうが4.7ポイント高くなっています。

【図表 3-6-26 悩みなどの相談状況（性別）】



性別・年齢別にみると、「誰にも相談しない」では、小学5年生の女性が24.6%で最も高くなっています。

【図表 3-6-27 悩みなどの相談状況（性別・年齢別）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：(MA%)

|    |       | 合計（人） | 父親   | 母親   | 兄弟姉妹 | 友だち  | 学校の先生 | 先輩   | 悩み相談センターなど（電話、面接） | 誰にも相談しない | 悩みはない | その他 | 無回答 |
|----|-------|-------|------|------|------|------|-------|------|-------------------|----------|-------|-----|-----|
| 男性 | 小学5年生 | 165   | 32.7 | 53.3 | 10.3 | 32.1 | 21.8  | 4.2  | 1.2               | 21.2     | 21.8  | 0.0 | 0.0 |
|    | 中学2年生 | 167   | 37.7 | 49.1 | 18.6 | 56.9 | 18.0  | 16.2 | 0.0               | 13.2     | 17.4  | 3.0 | 0.0 |
|    | 17歳   | 63    | 25.4 | 41.3 | 12.7 | 61.9 | 6.3   | 9.5  | 1.6               | 20.6     | 6.3   | 1.6 | 0.0 |
| 女性 | 小学5年生 | 175   | 24.6 | 59.4 | 14.3 | 34.3 | 12.0  | 2.3  | 1.7               | 24.6     | 13.7  | 0.0 | 0.0 |
|    | 中学2年生 | 157   | 24.8 | 62.4 | 26.1 | 56.1 | 13.4  | 12.7 | 2.5               | 21.7     | 4.5   | 2.5 | 0.0 |
|    | 17歳   | 47    | 12.8 | 57.4 | 27.7 | 59.6 | 8.5   | 2.1  | 0.0               | 17.0     | 2.1   | 4.3 | 0.0 |

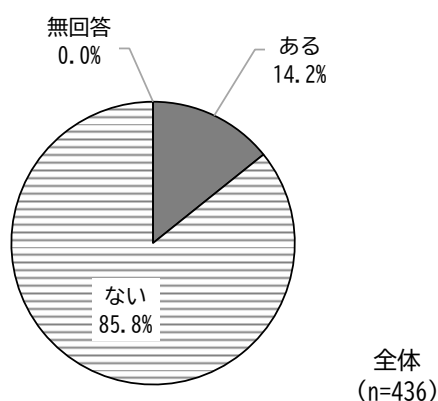
## 7. こころの健康について

### (1) この1年間に本気で生きるのがつらいと考えたことがあるか

|      |                                 |
|------|---------------------------------|
| 問 33 | この1年以内に本気で生きるのがつらいと考えたことはありますか。 |
| 対象   | 中学2年生、17 歳                      |

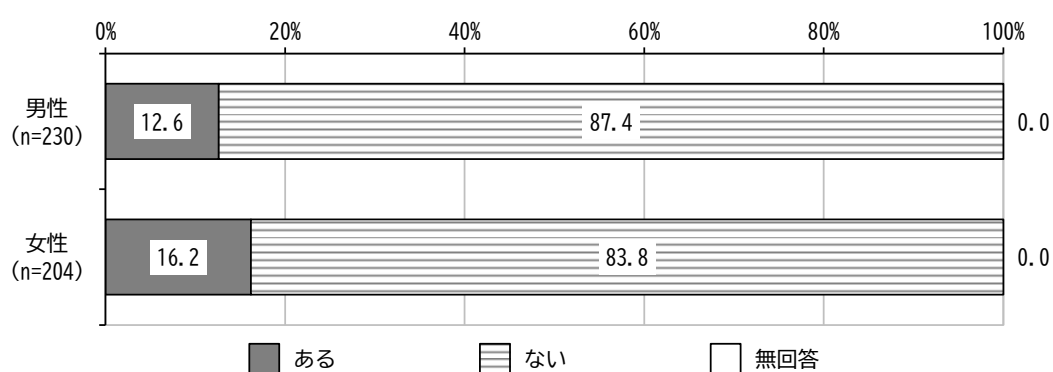
この1年間に本気で生きるのがつらいと考えたことがあるかについて、「ある」が14.2%、「ない」が85.8%となっています。

【図表 3-7-1 この1年間に本気で生きるのがつらいと考えたことがあるか】



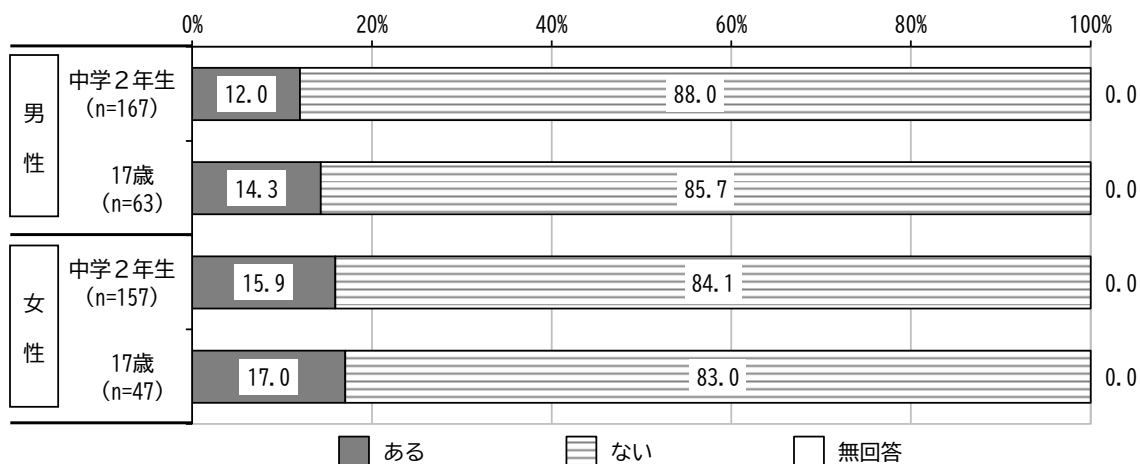
性別にみると、「ある」について、男性では12.6%、女性では16.2%となっており、女性のほうが3.6ポイント高くなっています。

【図表 3-7-2 この1年間に本気で生きるのがつらいと考えたことがあるか（性別）】



性別・年齢別にみると、「ある」では、17歳の女性が17.0%で最も高くなっています。

【図表 3-7-3 この1年間に本気で生きるのがつらいと考えたことがあるか（性別・年齢別）】



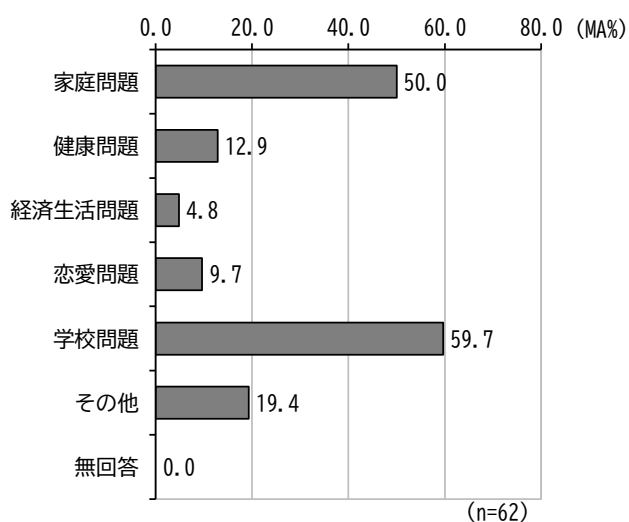
## (2) 生きるのがつらいと思った理由

|        |                                                           |  |
|--------|-----------------------------------------------------------|--|
| 問 33-1 | 【問 33 で「ある」と答えた方にお聞きします】<br>生きるのがつらいと思った理由は何ですか。(☑はいくつでも) |  |
| 対象     | 中学2年生、17歳                                                 |  |

生きるのがつらいと思った理由について、「学校問題」が 59.7%で最も高く、次いで「家庭問題」が 50.0%、「その他」が 19.4%となっています。

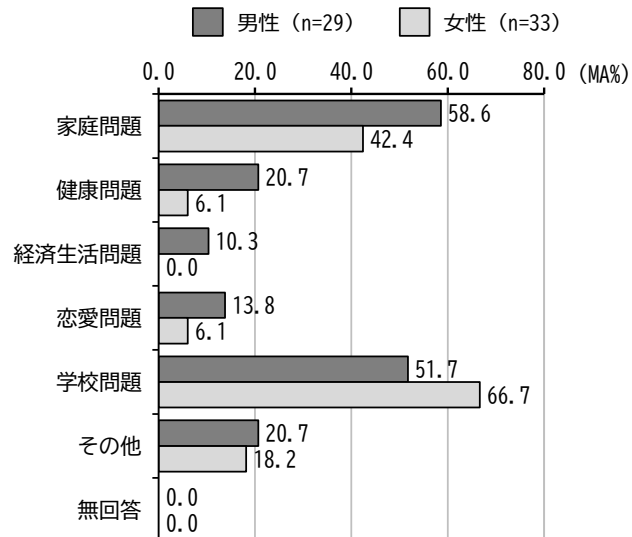
また、「その他」の内容について、『自分の内面について』（4件）などがあります。

【図表 3-7-4 生きるのがつらいと思った理由】



性別にみると、男性では、「家庭問題」が 58.6%で最も高く、女性では、「学校問題」が 66.7%で最も高くなっています。

【図表 3-7-5 生きるのがつらいと思った理由（性別）】

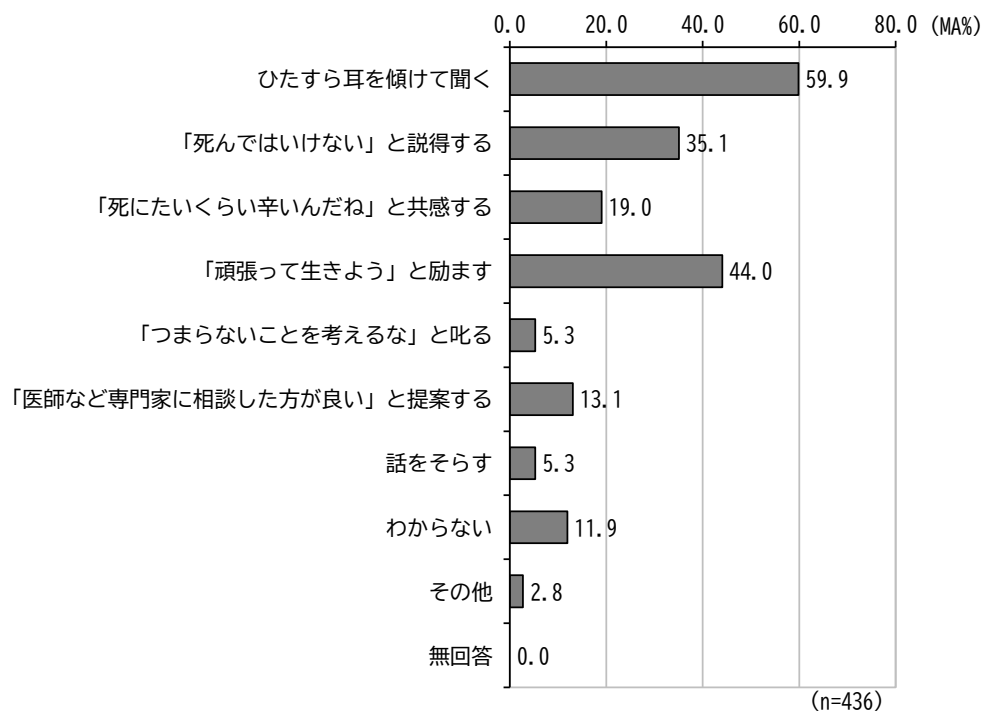


### (3)「生きるのがつらい」と相談されたときの対応

|      |                                                  |  |  |
|------|--------------------------------------------------|--|--|
| 問 34 | もし仮に身近な人に「生きるのがつらい」と相談されたときはどうしますか。<br>(☑はいくつでも) |  |  |
| 対象   | 中学2年生、17歳                                        |  |  |

「生きるのがつらい」と相談されたときの対応について、「ひたすら耳を傾けて聞く」が 59.9%で最も高く、次いで「頑張って生きよう」と励ます」が 44.0%、「死んではいけない」と説得する」が 35.1%となっています。

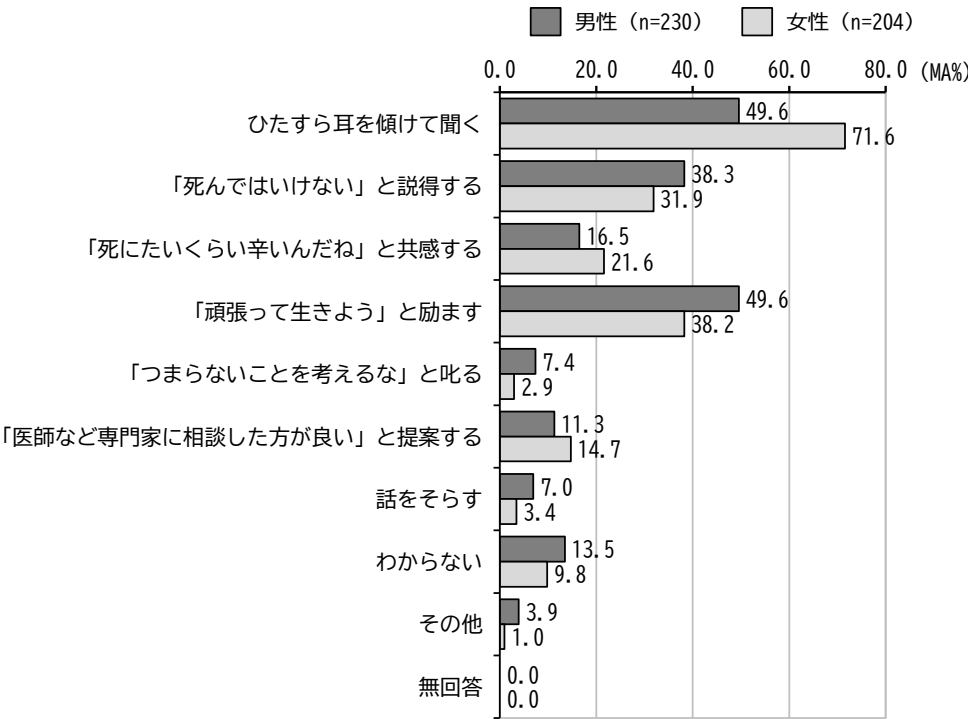
【図表 3-7-6 「生きるのがつらい」と相談されたときの対応】



| 指標                                    | 対象         | 南あわじ市 | 兵庫県           |
|---------------------------------------|------------|-------|---------------|
| 身近な人に「死にたい」と相談されたときに、医師や専門家に相談を促す人の割合 | 中学生<br>高校生 | 13.1% | 18.2%<br>(R3) |

性別にみると、「医師など専門家に相談した方が良い」と提案する」について、男性では11.3%、女性では14.7%となっており、女性のほうが3.4ポイント高くなっています。

【図表 3-7-7 「生きるのがつらい」と相談されたときの対応（性別）】



性別・年齢別にみると、「医師など専門家に相談した方が良い」と提案する」では、中学2年生の女性が16.6%で最も高くなっています。

【図表 3-7-8 「生きるのがつらい」と相談されたときの対応（性別・年齢別）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：(MA%)

|       | 合計(人) | ひたすら耳を傾けて聞く | 得する「死んではいけない」と説 | ね「死にたいくらい辛いんだね」と共感する | ます「頑張って生きよう」と励 | な「つまらないことを考えるな」と叱る | た「医師など専門家に相談した方が良い」と提案する | 話をそらす | わからない | その他 | 無回答 |
|-------|-------|-------------|-----------------|----------------------|----------------|--------------------|--------------------------|-------|-------|-----|-----|
| 男性    |       |             |                 |                      |                |                    |                          |       |       |     |     |
| 中学2年生 | 167   | 47.9        | 41.9            | 18.0                 | 52.7           | 9.0                | 12.0                     | 7.8   | 12.0  | 3.6 | 0.0 |
| 17歳   | 63    | 54.0        | 28.6            | 12.7                 | 41.3           | 3.2                | 9.5                      | 4.8   | 17.5  | 4.8 | 0.0 |
| 女性    |       |             |                 |                      |                |                    |                          |       |       |     |     |
| 中学2年生 | 157   | 69.4        | 36.3            | 24.8                 | 43.9           | 3.2                | 16.6                     | 4.5   | 8.3   | 0.6 | 0.0 |
| 17歳   | 47    | 78.7        | 17.0            | 10.6                 | 19.1           | 2.1                | 8.5                      | 0.0   | 14.9  | 2.1 | 0.0 |

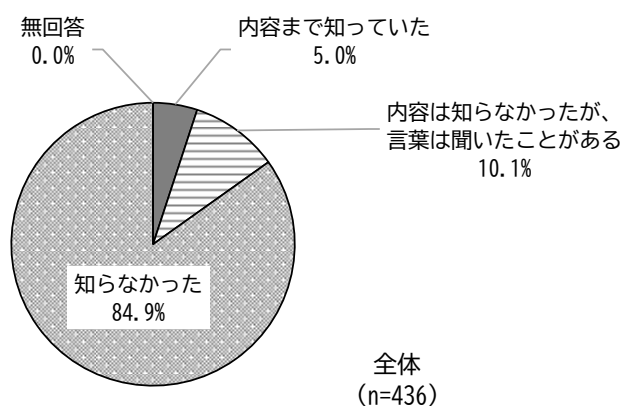
#### (4) ゲートキーパーの認知状況

|      |                                                                                                                                                    |
|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 問 35 | あなたは、「ゲートキーパー」について、知っていましたか。<br>※「ゲートキーパー」とは、生きるのがつらいというサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る）を図ることができる人のことで、言わば「命の門番」とも位置付けられる人のことです。 |
| 対象   | 中学2年生、17歳                                                                                                                                          |

ゲートキーパーの認知状況について、「知らなかった」が 84.9%で最も高く、次いで「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」が 10.1%、「内容まで知っていた」が 5.0%となっています。

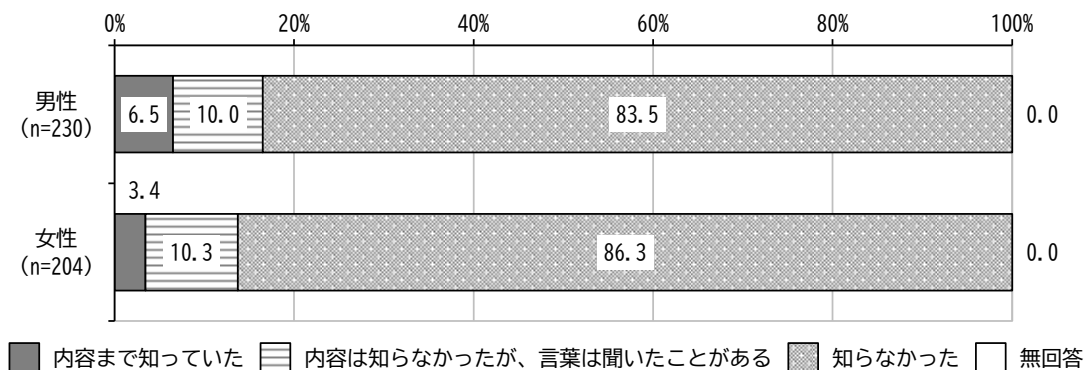
また、『知っている』（「内容まで知っていた」と「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」の合計）について、15.1%となっています。

【図表 3-7-9 ゲートキーパーの認知状況】



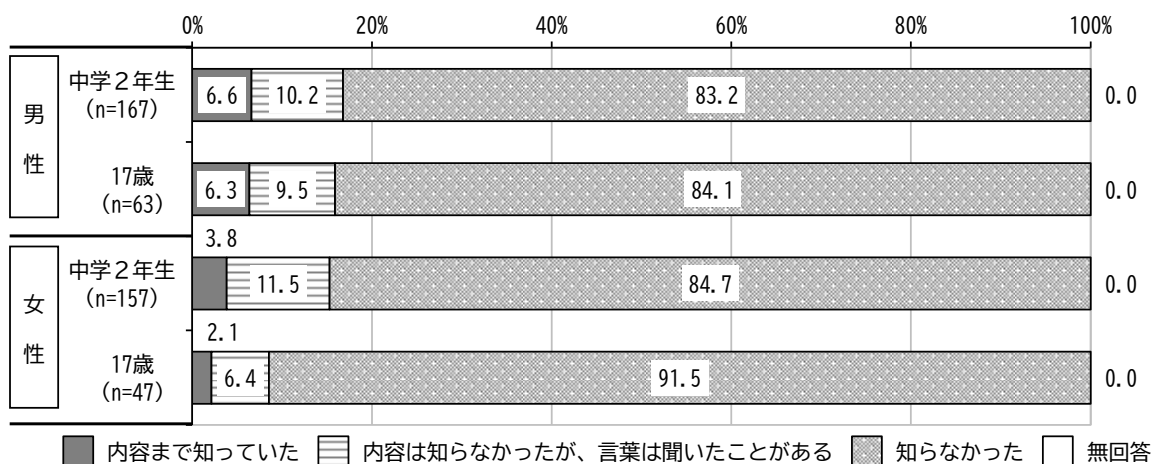
性別にみると、『知っている』（「内容まで知っていた」と「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」の合計）について、男性では 16.5%、女性では 13.7%となっており、男性のほうが 2.8 ポイント高くなっています。

【図表 3-7-10 ゲートキーパーの認知状況（性別）】



性別・年齢別にみると、『知っている』（「内容まで知っていた」と「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」の合計）では、中学2年生の男性が16.8%で最も高くなっています。

【図表 3-7-11 ゲートキーパーの認知状況（性別・年齢別）】



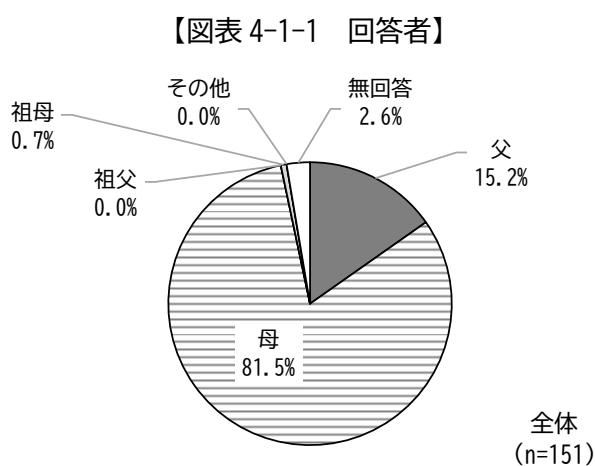
## 第4章 5歳児の保護者調査結果

### 1. 回答者の属性

#### (1) 回答者

|    |                              |
|----|------------------------------|
| 問2 | お子さんからみた、あなたの続柄をお聞きます。(○は1つ) |
|----|------------------------------|

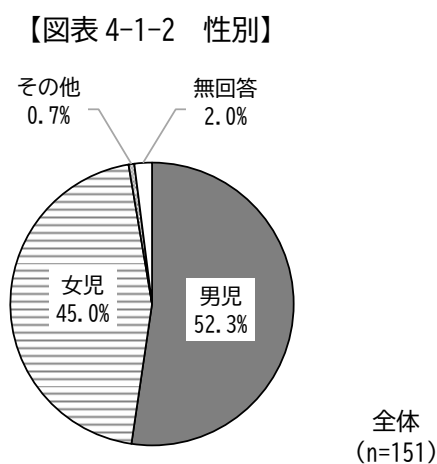
回答者について、「母」が81.5%で最も高く、次いで「父」が15.2%、「祖母」が0.7%となっています。



#### (2) 性別

|    |                      |
|----|----------------------|
| 問3 | お子さんの性別をお聞きます。(○は1つ) |
|----|----------------------|

性別について、「男児」が52.3%、「女児」が45.0%となっています。

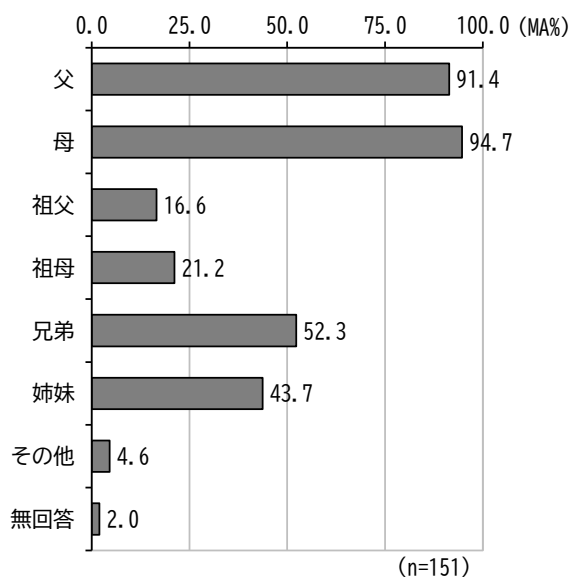


### (3) 同居者

|    |                                                     |
|----|-----------------------------------------------------|
| 問4 | お子さんは、誰と一緒に住んでいますか。お子さんからみた続柄でお答えください。<br>(〇はいくつでも) |
|----|-----------------------------------------------------|

同居者について、「母」が 94.7%で最も高く、次いで「父」が 91.4%、「兄弟」が 52.3%となっています。

【図表 4-1-3 同居者】

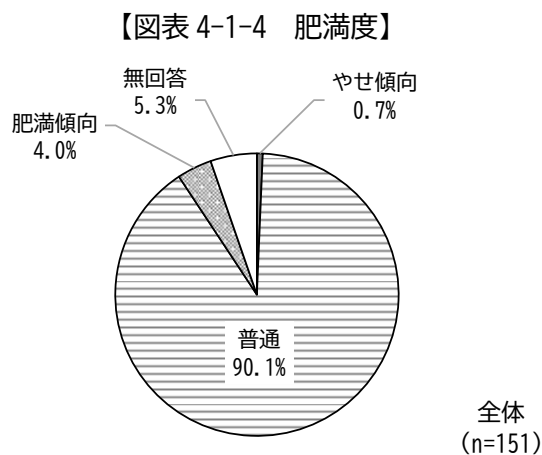


#### (4) 肥満度

問5

お子さんの身長と体重をお書きください。  
(小数点以下は四捨五入してお答えください) (数字を記入)

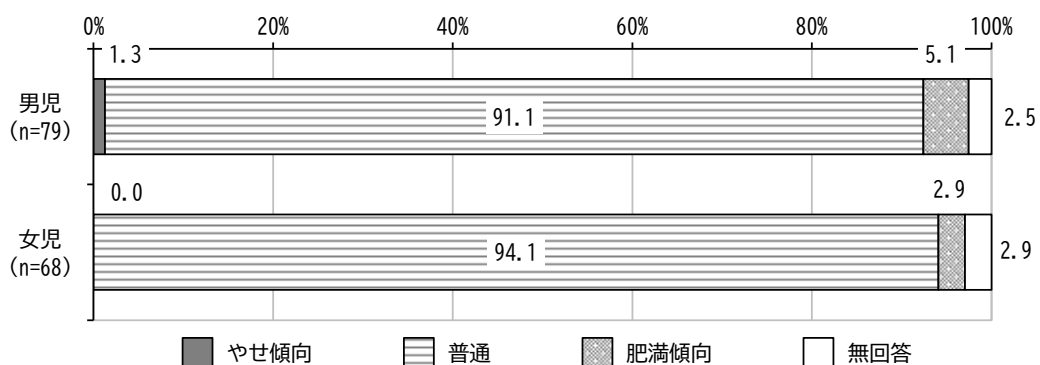
肥満度について、「普通」が 90.1%で最も高く、次いで「肥満傾向」が 4.0%、「やせ傾向」が 0.7%となっています。



※ 肥満度-20%以下:やせ傾向、肥満度-20%より大きく 20%未満:普通、肥満度 20%以上:肥満傾向で算出

対象の5歳児の性別にみると、「肥満傾向」について、男児では 5.1%、女児では 2.9%となっており、男児のほうが 2.2 ポイント高くなっています。

【図表 4-1-5 肥満度 (性別)】



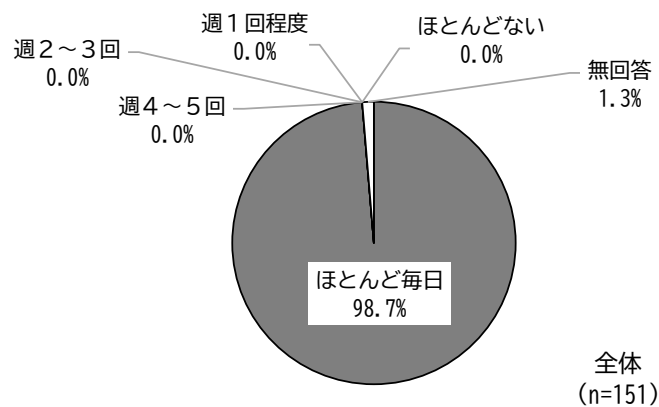
## 2. 食生活について

### (1) 家族や友人と楽しく食事を食べているか

|    |                                             |
|----|---------------------------------------------|
| 問6 | お子さんは、1日1回以上、家族や友人と楽しく食事を食べていますか。<br>(○は1つ) |
|----|---------------------------------------------|

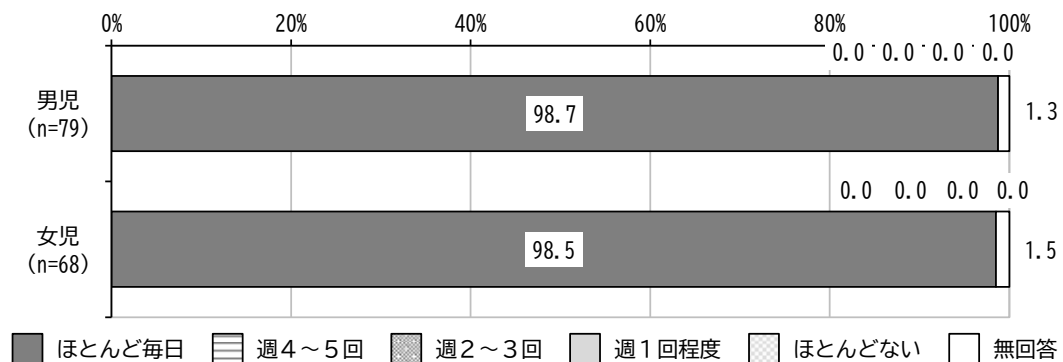
家族や友人と楽しく食事を食べているかについて、「ほとんど毎日」が98.7%となっています。

【図表 4-2-1 家族や友人と楽しく食事を食べているか】



対象の5歳児の性別にみると、男児・女児ともに「ほとんど毎日」が最も高くなっています。

【図表 4-2-2 家族や友人と楽しく食事を食べているか（性別）】



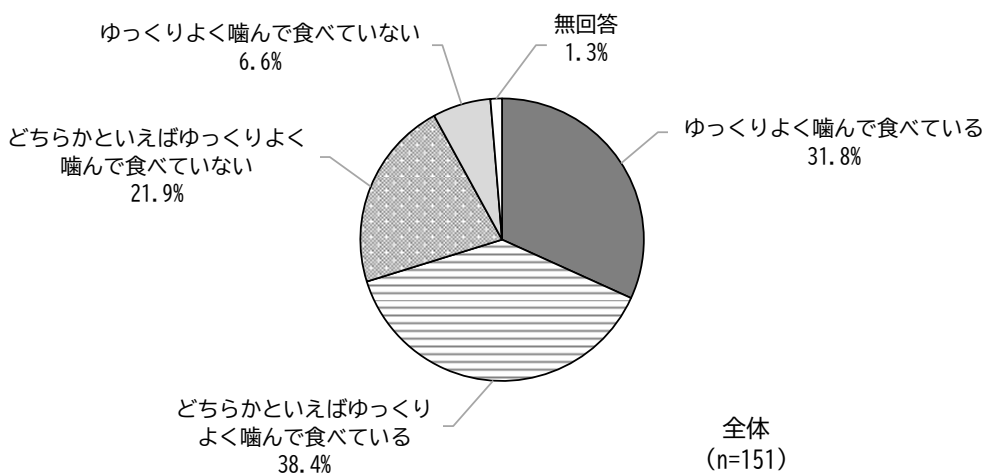
## (2) ゆっくりよく噛んで食べているか

|    |                                                                                    |
|----|------------------------------------------------------------------------------------|
| 問7 | <p>お子さんは、ふだんゆっくりよく噛んで食べていますか。(○は1つ)</p> <p>※「ゆっくりよく噛んで」は1口につき30回以上噛むことを目安とします。</p> |
|----|------------------------------------------------------------------------------------|

ゆっくりよく噛んで食べているかについて、「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」が38.4%で最も高く、次いで「ゆっくりよく噛んで食べている」が31.8%、「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない」が21.9%となっています。

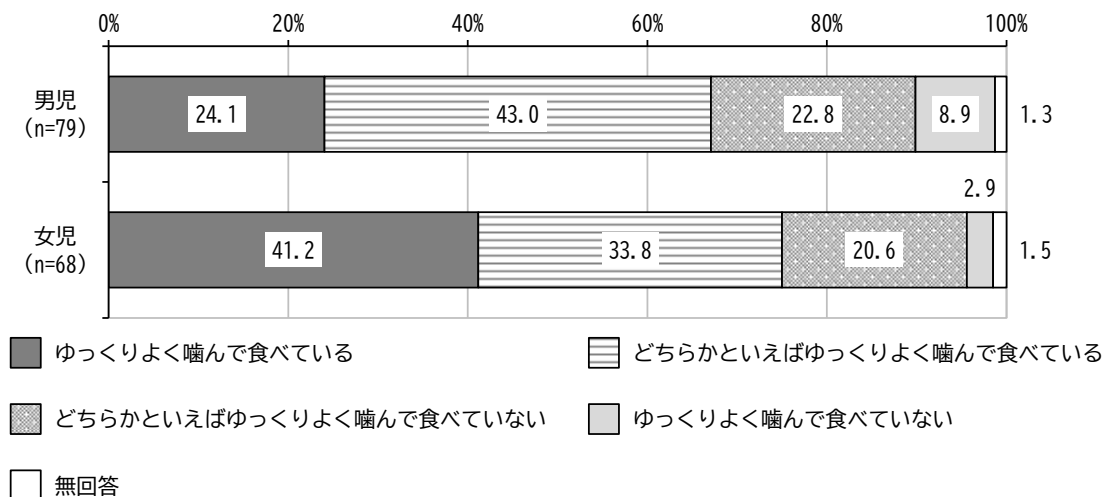
また、『ゆっくりよく噛んで食べている』（「ゆっくりよく噛んで食べている」と「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」の合計）について、70.2%となっています。

【図表 4-2-3 ゆっくりよく噛んで食べているか】



対象の5歳児の性別にみると、『ゆっくりよく噛んで食べている』（「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」の合計）について、男児では67.1%、女児では75.0%となっており、女児のほうが7.9ポイント高くなっています。

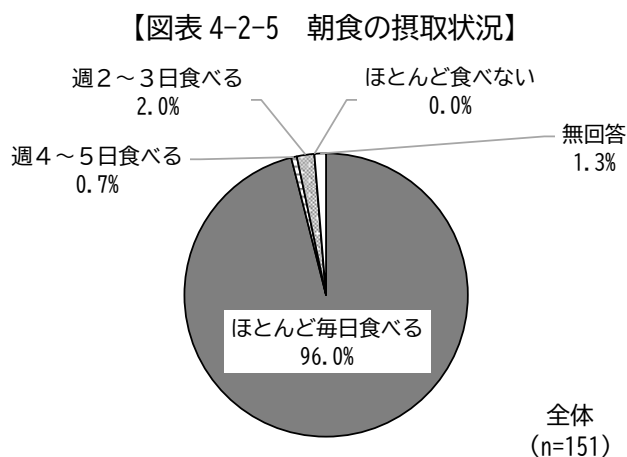
【図表 4-2-4 ゆっくりよく噛んで食べているか（性別）】



### (3) 朝食の摂取状況

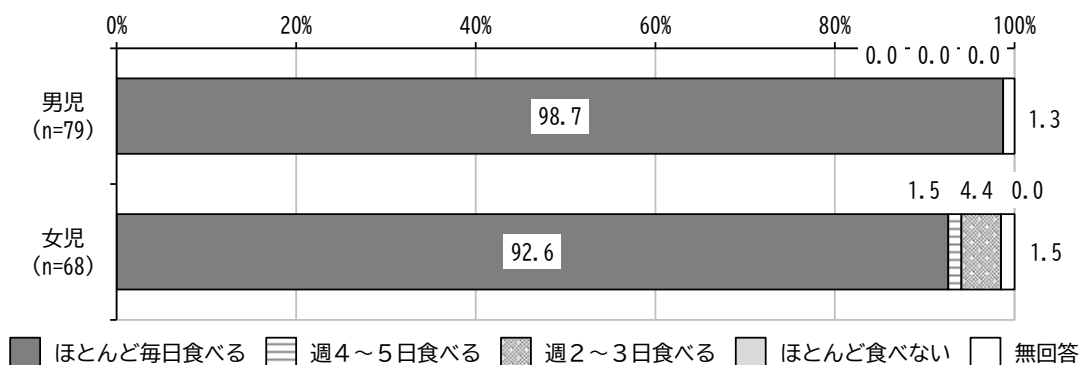
問8 お子さんは、ふだん朝食を食べますか。(○は1つ)

朝食の摂取状況について、「ほとんど毎日食べる」が96.0%で最も高く、次いで「週2～3日食べる」が2.0%、「週4～5日食べる」が0.7%となっています。



対象の5歳児の性別にみると、男児・女児ともに「ほとんど毎日食べる」が最も高くなっています。

【図表 4-2-6 朝食の摂取状況（性別）】

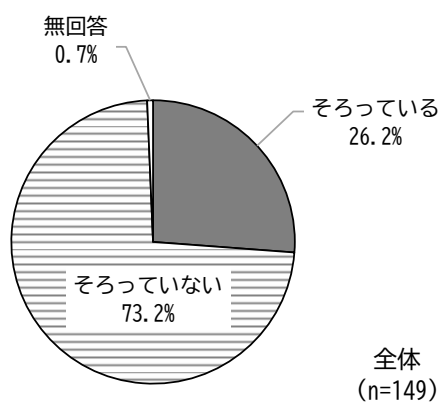


#### (4) 朝食に主食・主菜・副菜がそろっているか

|      |                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 問8-1 | <p>【問8で「ほとんど毎日食べる」「週4～5日食べる」「週2～3日食べる」と答えた方にお聞きます】</p> <p>普段の朝食に、主食・主菜・副菜がそろっていますか。(○は1つ)</p> <p>※主食…米、パン、めん類などの穀類で、主として糖質エネルギーの供給源となるもの<br/> 主菜…魚や肉、卵、大豆製品などを使った副食の中心となる料理で、主としてたんぱく質や脂肪の供給源となるもの<br/> 副菜…野菜などを使った料理で、主食と主菜に不足するビタミン、ミネラル、食物繊維などを補う役割を果たすもの</p> |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

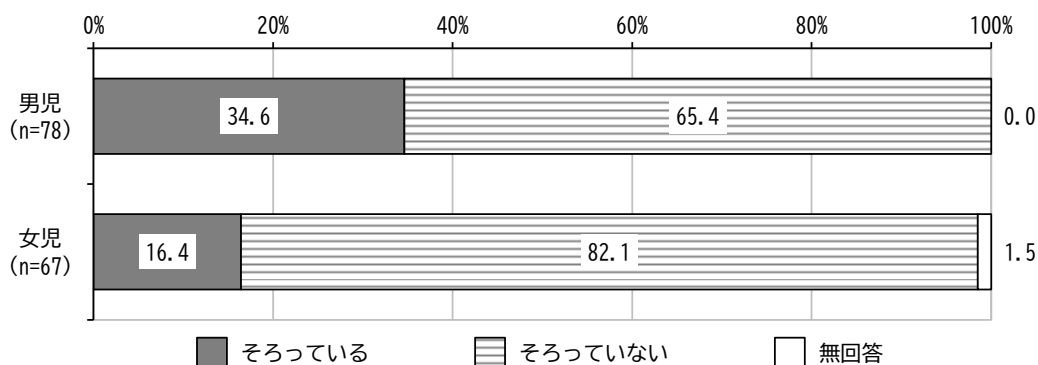
朝食に主食・主菜・副菜がそろっているかについて、「そろっている」が 26.2%、「そろっていない」が 73.2%となっています。

【図表 4-2-7 朝食に主食・主菜・副菜がそろっているか】



対象の5歳児の性別にみると、「そろっている」について、男児では 34.6%、女児では 16.4%となっており、男児のほうが 18.2 ポイント高くなっています。

【図表 4-2-8 朝食に主食・主菜・副菜がそろっているか（性別）】

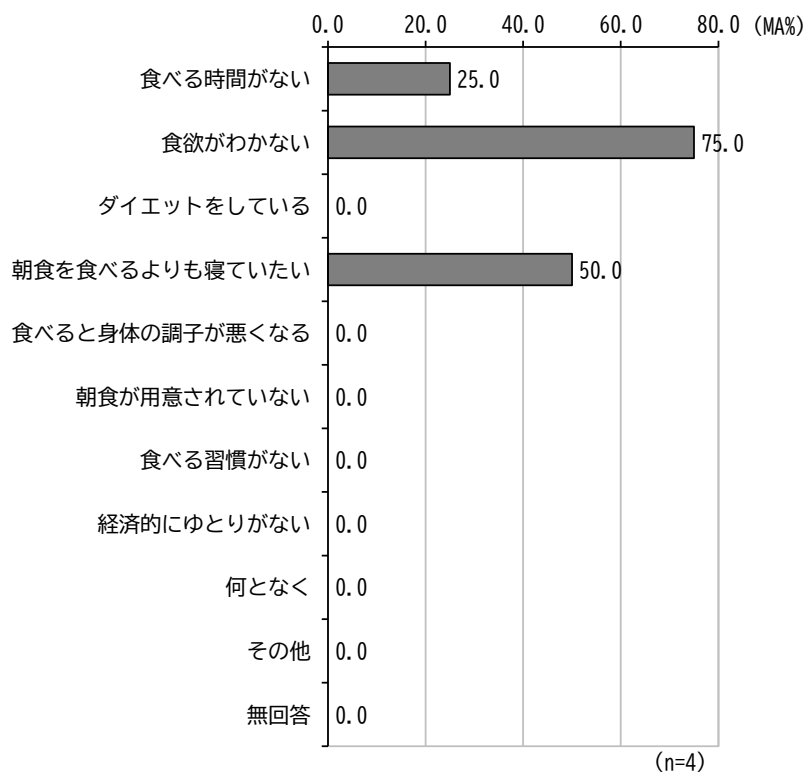


## (5) 朝食を食べない理由

|      |                                                                                         |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| 問8-2 | <b>【問8で「週4～5日食べる」「週2～3日食べる」「ほとんど食べない」と答えた方にお聞きします】</b><br>お子さんが朝食を食べない理由は何ですか。(○はいくつでも) |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------|

朝食を食べない理由について、「食欲がわからない」が75.0%で最も高く、次いで「朝食を食べるよりも寝ていたい」が50.0%、「食べる時間がない」が25.0%となっています。

【図表 4-2-9 朝食を食べない理由】

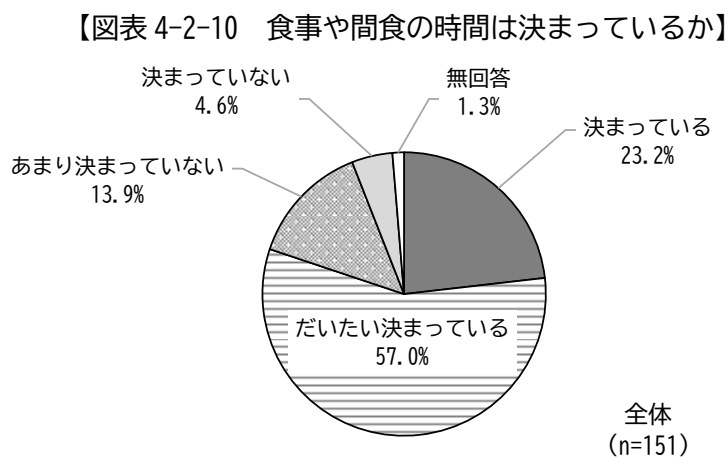


## （６）食事や間食の時間は決まっているか

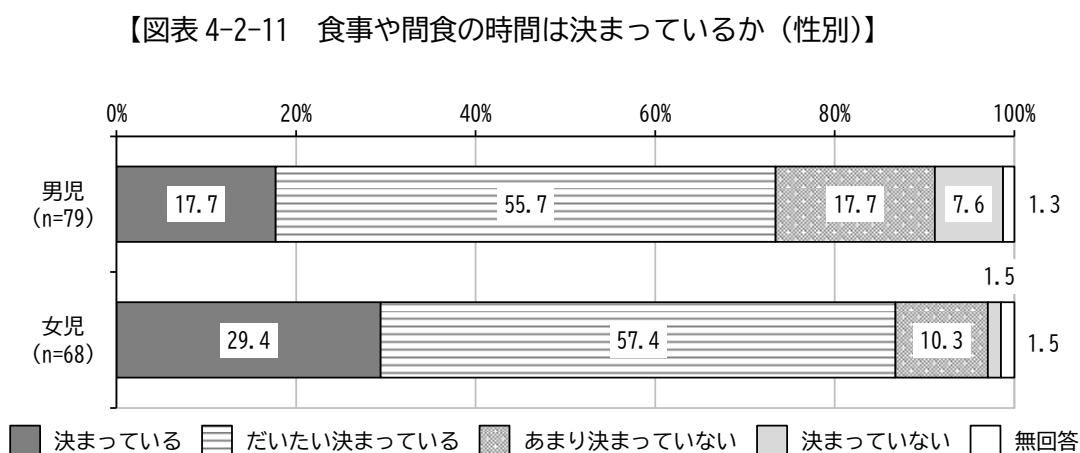
問９ お子さんの食事や間食（おやつ）の時間は決まっていますか。（○は１つ）

食事や間食の時間は決まっているかについて、「だいたい決まっている」が 57.0%で最も高く、次いで「決まっている」が 23.2%、「あまり決まっていない」が 13.9%となっています。

また、『決まっている』（「決まっている」と「だいたい決まっている」の合計）について、80.2%となっています。



対象の５歳児の性別にみると、『決まっている』（「決まっている」と「だいたい決まっている」の合計）について、男児では 73.4%、女児では 86.8%となっており、女児のほうが 13.4 ポイント高くなっています。



## (7) 食事作りの手伝いをしているか

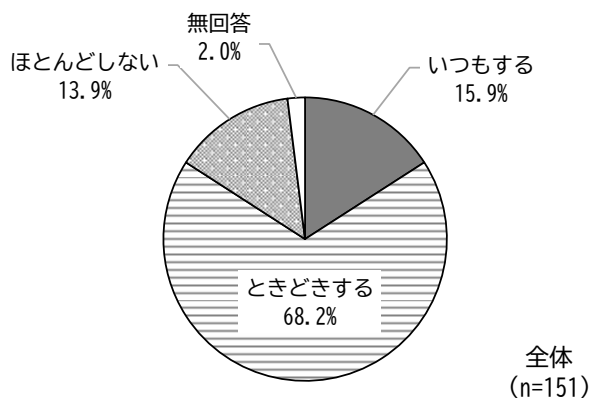
問 10

お子さんは食事づくり（買い物・配ぜん・調理・後かたづけ）の手伝いをしていますか。（○は1つ）

食事作りの手伝いをしているかについて、「ときどきする」が 68.2%で最も高く、次いで「いつもする」が 15.9%、「ほとんどしない」が 13.9%となっています。

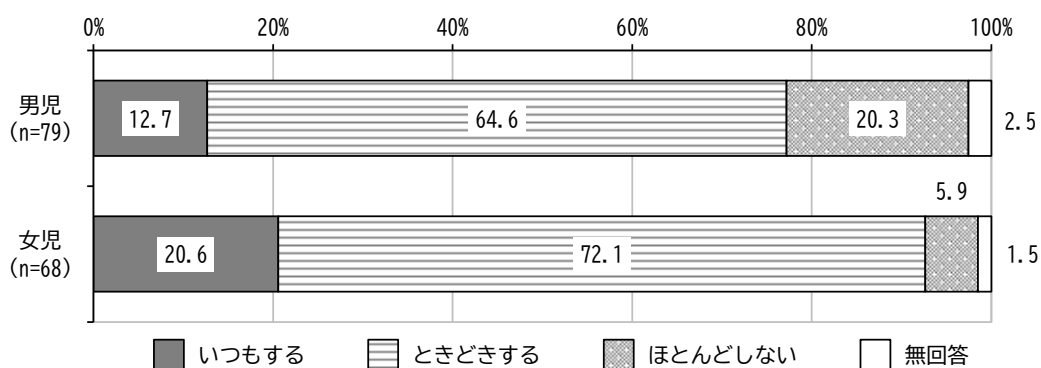
また、『する』（「いつもする」と「ときどきする」の合計）について、84.1%となっています。

【図表 4-2-12 食事作りの手伝いをしているか】



対象の5歳児の性別にみると、『する』（「いつもする」と「ときどきする」の合計）について、男児では 77.3%、女児では 92.7%となっており、女児のほうが 15.4 ポイント高くなっています。

【図表 4-2-13 食事作りの手伝いをしているか（性別）】



## (8) 食事のあいさつをしているか

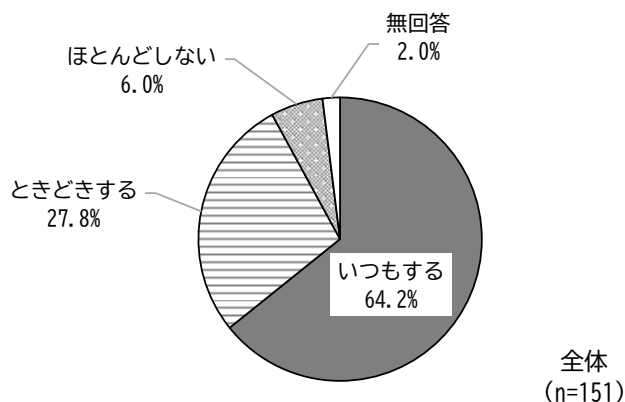
問 11

お子さんは、食事のあいさつ「いただきます・ごちそうさま」をしていますか。  
(○は1つ)

食事のあいさつをしているかについて、「いつもする」が 64.2%で最も高く、次いで「ときどきする」が 27.8%、「ほとんどしない」が 6.0%となっています。

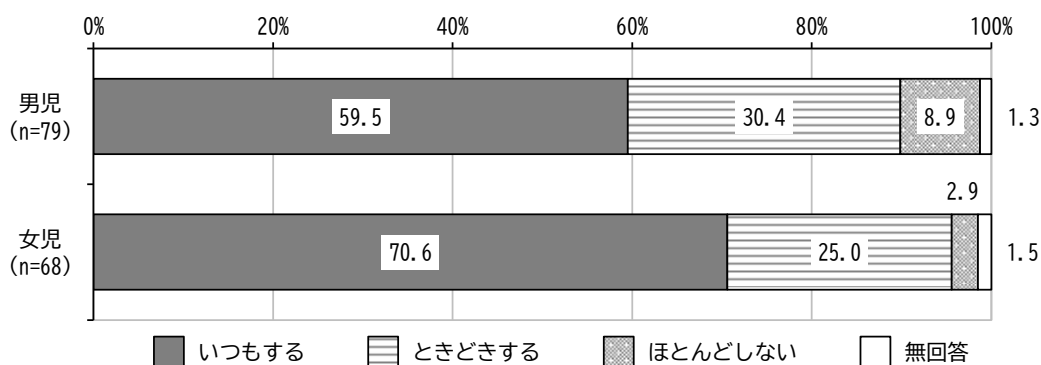
また、『する』(「いつもする」と「ときどきする」の合計) について、92.0%となっています。

【図表 4-2-14 食事のあいさつをしているか】



対象の5歳児の性別にみると、「いつもする」について、男児では 89.9%、女児では 95.6%となっており、女児のほうが 5.7 ポイント高くなっています。

【図表 4-2-15 食事のあいさつをしているか (性別)】



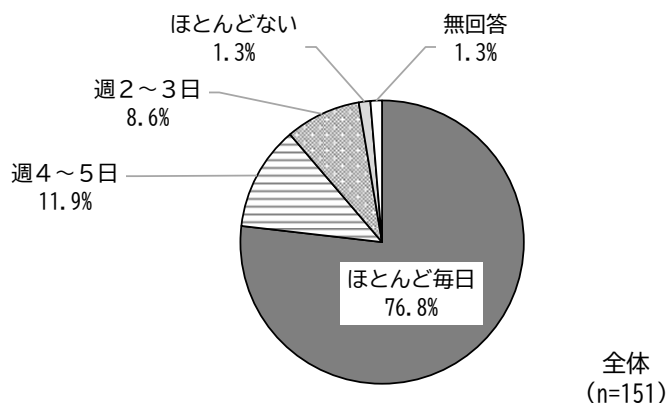
## (9) 排便時間の確保状況

問 12

お子さんは、ふだんトイレ（排便）する時間をとれていますか。（○は1つ）  
（※この質問はトイレ習慣についての質問です。）

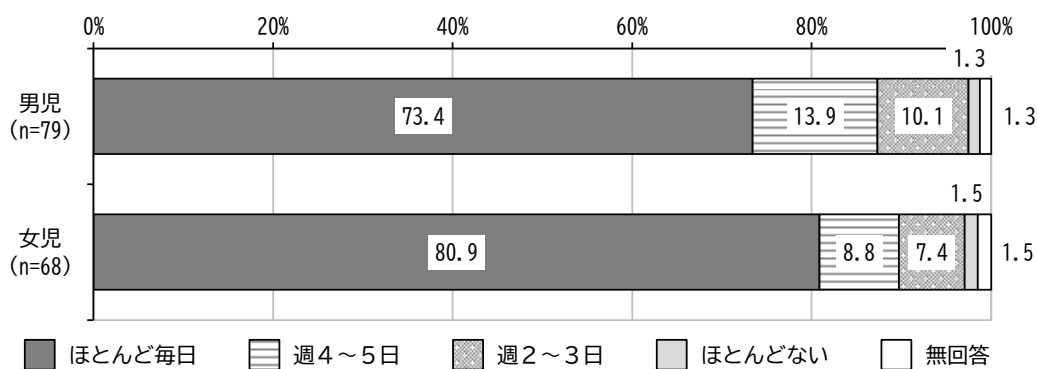
排便時間の確保状況について、「ほとんど毎日」が 76.8%で最も高く、次いで「週4～5日」が 11.9%、「週2～3日」が 8.6%となっています。

【図表 4-2-16 排便時間の確保状況】



対象の5歳児の性別にみると、「ほとんど毎日」について、男児では 73.4%、女児では 80.9%となっており、女児のほうが 7.5 ポイント高くなっています。

【図表 4-2-17 排便時間の確保状況（性別）】

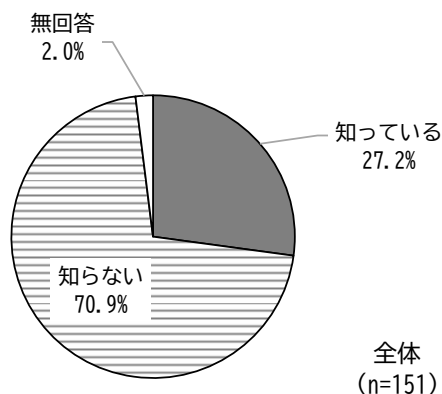


## (10) 郷土料理や行事食を知っているか

|      |                                                                                                                                  |
|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 問 13 | <p>お子さんは、お住いの地域の郷土料理や行事食を知っていますか。(○は1つ)</p> <p>※郷土料理…ちょぼ汁、鯛めん、いわしのほほかむり、いびつ餅 など<br/>         行事食…おせち料理、七草がゆ、かしわもち、うなぎの蒲焼き など</p> |
|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

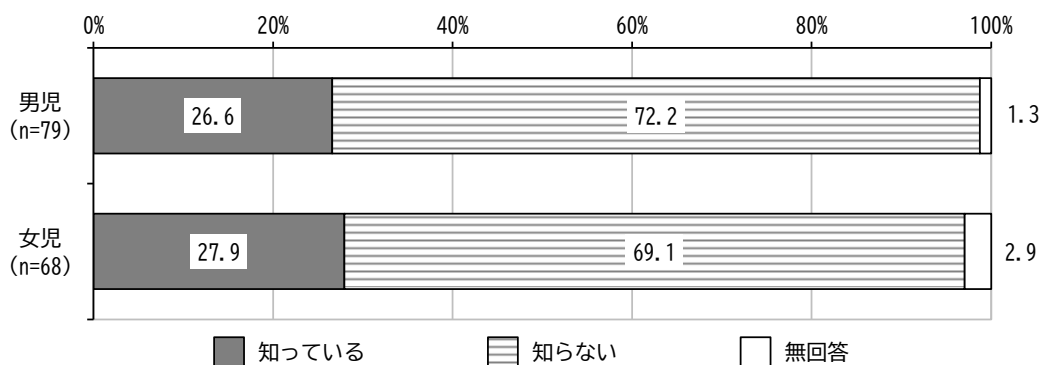
郷土料理や行事食を知っているかについて、「知っている」が27.2%、「知らない」が70.9%となっています。

【図表 4-2-18 郷土料理や行事食を知っているか】



対象の5歳児の性別にみると、「知っている」について、男児では26.6%、女児では27.9%となっており、女児のほうが1.3ポイント高くなっています。

【図表 4-2-19 郷土料理や行事食を知っているか（性別）】



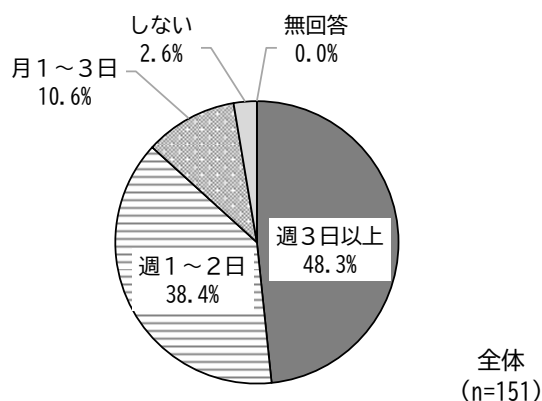
### 3. 運動・身体活動について

#### (1) 運動やスポーツの頻度

|      |                                                                        |
|------|------------------------------------------------------------------------|
| 問 14 | お子さんのふだんの1週間について聞きます。運動場や公園などで、運動(身体を動かす遊びを含む)やスポーツをどのくらいしていますか。(○は1つ) |
|------|------------------------------------------------------------------------|

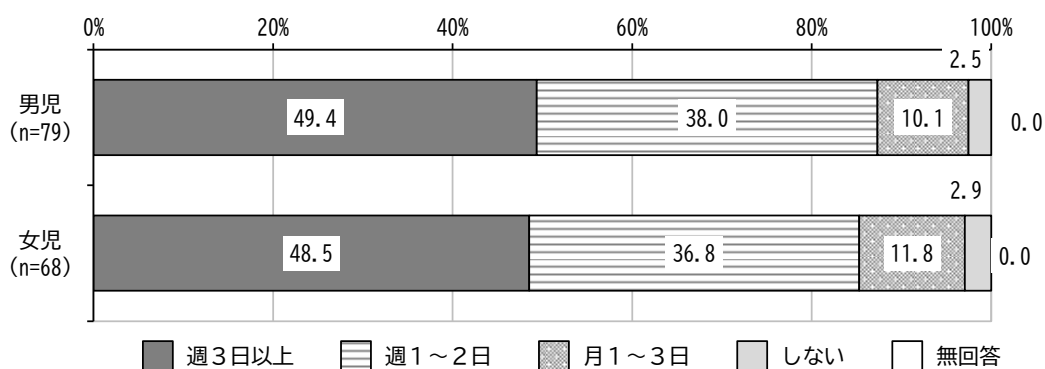
運動やスポーツの頻度について、「週3日以上」が48.3%で最も高く、次いで「週1～2日」が38.4%、「月1～3日」が10.6%となっています。

【図表 4-3-1 運動やスポーツの頻度】



対象の5歳児の性別にみると、「しない」について、男児では2.5%、女児では2.9%となっており、女児のほうが0.4ポイント高くなっています。

【図表 4-3-2 運動やスポーツの頻度 (性別)】

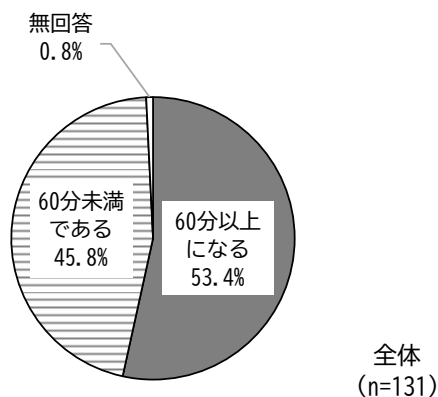


## (2) ふだんの1週間において運動やスポーツをする時間の合計

|        |                                                                                                                              |
|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 問 14-1 | <p>【問 14 で「週3日以上」「週1～2日」と答えた方にお聞きします】</p> <p>お子さんのふだんの1週間において、運動場や公園などでの運動(身体を動かす遊びを含む)やスポーツをする時間を足すと、60分以上になりますか。(○は1つ)</p> |
|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

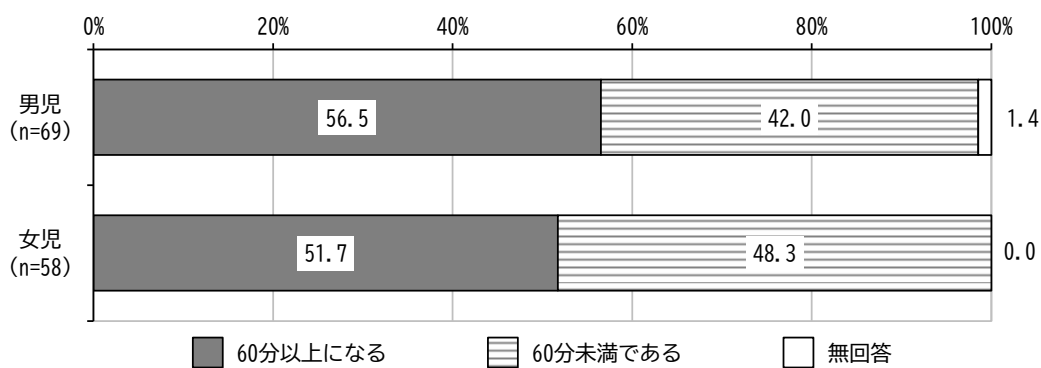
ふだんの1週間において運動やスポーツをする時間の合計について、「60分以上になる」が53.4%、「60分未満である」が45.8%となっています。

【図表 4-3-3 ふだんの1週間において運動やスポーツをする時間の合計】



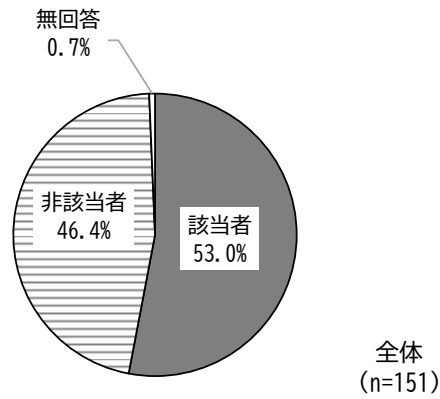
対象の5歳児の性別にみると、「60分以上になる」について、男児では56.5%、女児では51.7%となっており、男児のほうが4.8ポイント高くなっています。

【図表 4-3-4 ふだんの1週間において運動やスポーツをする時間の合計（性別）】



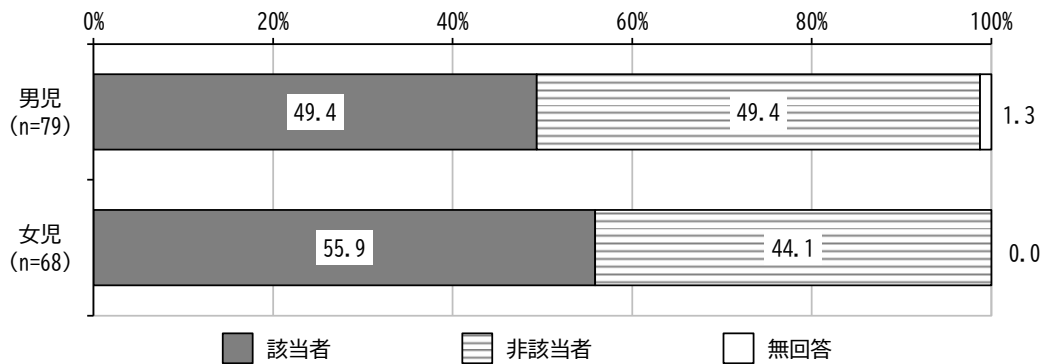
運動やスポーツを習慣的に行っていない子ども（1週間の総運動時間が60分未満の児童）について、「該当者」が53.0%、「非該当者」が46.4%となっています。

【図表 4-3-5 運動やスポーツを習慣的に行っていない子ども】



対象の5歳児の性別にみると、「該当者」について、男児では49.4%、女児では55.9%となっており、女児のほうが6.5ポイント高くなっています。

【図表 4-3-6 運動やスポーツを習慣的に行っていない子ども（性別）】

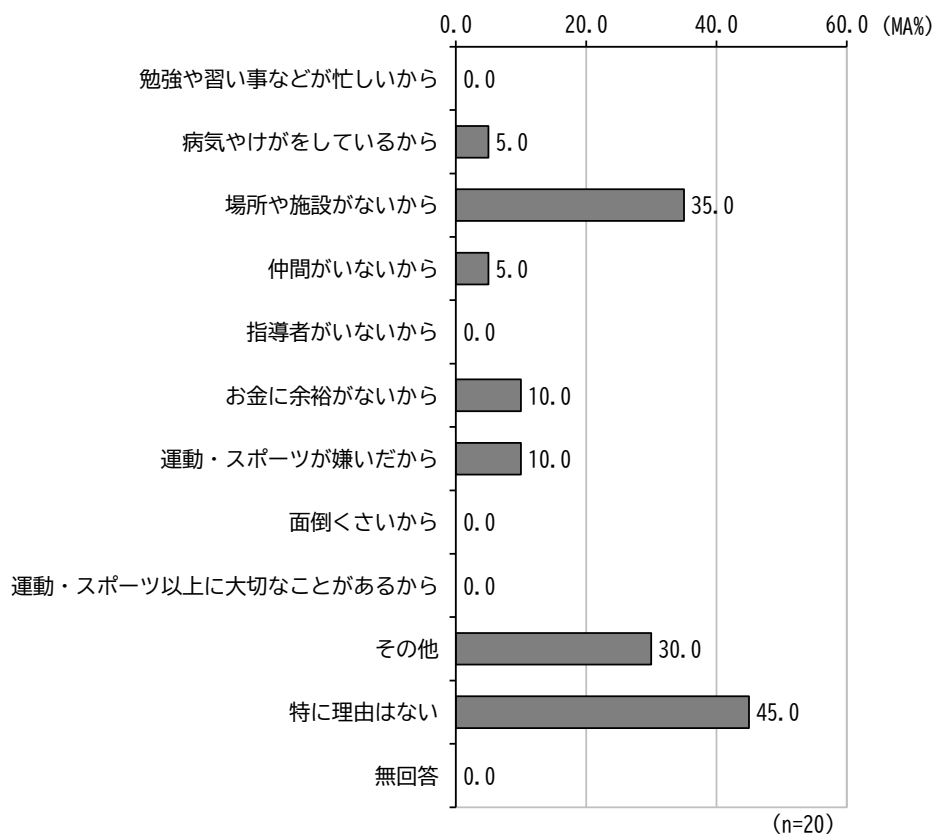


### (3) 運動やスポーツをしていない理由

|        |                                                                                                           |
|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 問 14-2 | <b>【問 14 で「月 1 ～ 3 日」「しない」と答えた方にお聞きします】</b><br>お子さんが運動(身体を動かす遊びを含む)やスポーツをしていない(あまりしていない)理由は何ですか。(○はいくつでも) |
|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|

運動やスポーツをしていない理由について、「特に理由はない」が 45.0%で最も高く、次いで「場所や施設がないから」が 35.0%、「その他」が 30.0%となっています。

【図表 4-3-7 運動やスポーツをしていない理由】



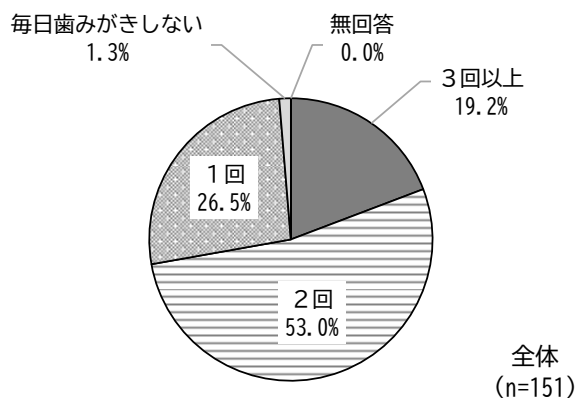
## 4. 歯の健康について

### (1) 1日の歯みがきの回数

問 15 お子さんは、1日に何回くらい歯みがきをしますか。(○は1つ)

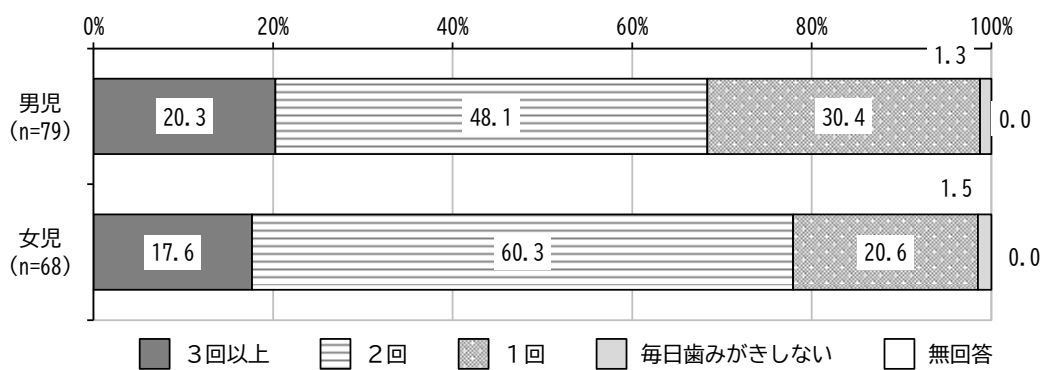
1日の歯みがきの回数について、「2回」が53.0%で最も高く、次いで「1回」が26.5%、「3回以上」が19.2%となっています。

【図表 4-4-1 1日の歯みがきの回数】



対象の5歳児の性別にみると、「3回以上」について、男児では20.3%、女児では17.6%となっており、男児のほうが2.7ポイント高くなっています。

【図表 4-4-2 1日の歯みがきの回数（性別）】

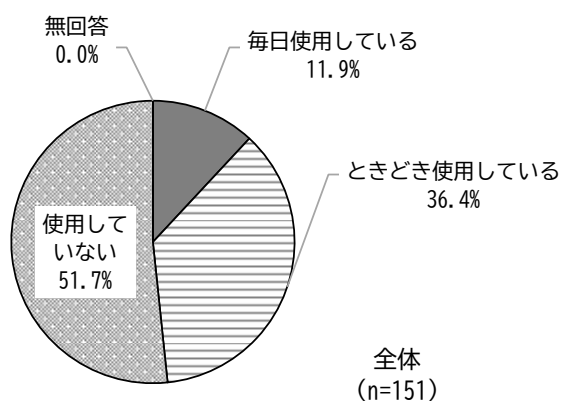


## (2) 歯ブラシ以外の歯間部清掃用具の使用状況

|      |                                                    |
|------|----------------------------------------------------|
| 問 16 | お子さんに、歯ブラシ以外で歯間部清掃用具（歯間ブラシ、糸ようじなど）を使用していますか。（○は1つ） |
|------|----------------------------------------------------|

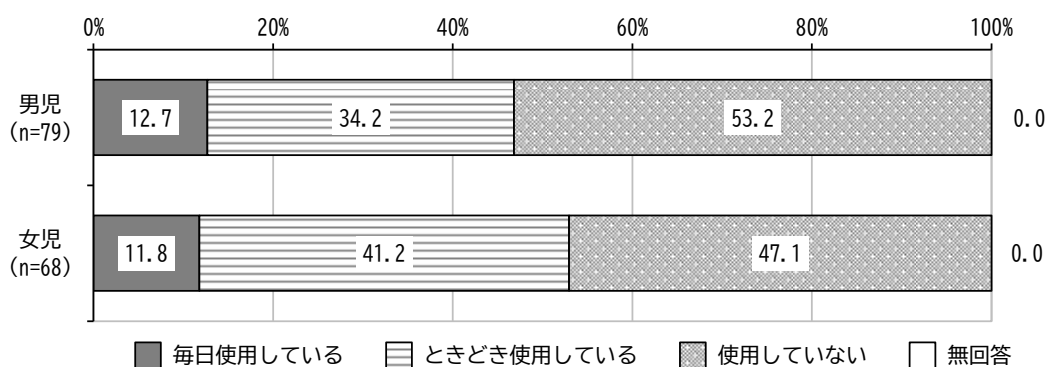
歯ブラシ以外の歯間部清掃用具の使用状況について、「使用していない」が 51.7%で最も高く、次いで「ときどき使用している」が 36.4%、「毎日使用している」が 11.9%となっています。

【図表 4-4-3 歯ブラシ以外の歯間部清掃用具の使用状況】



対象の5歳児の性別にみると、「使用していない」について、男児では 53.2%、女児では 47.1%となっており、男児のほうが 6.1 ポイント高くなっています。

【図表 4-4-4 歯ブラシ以外の歯間部清掃用具の使用状況（性別）】

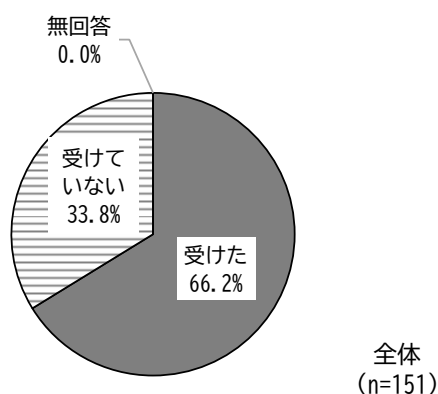


### (3) この1年間にフッ素塗布・歯石除去・歯面清掃のいずれかを受けたか

|      |                                                      |
|------|------------------------------------------------------|
| 問 17 | お子さんは、この1年間に歯科診療所でフッ素塗布や歯石除去や歯面清掃のいずれかを受けましたか。(○は1つ) |
|------|------------------------------------------------------|

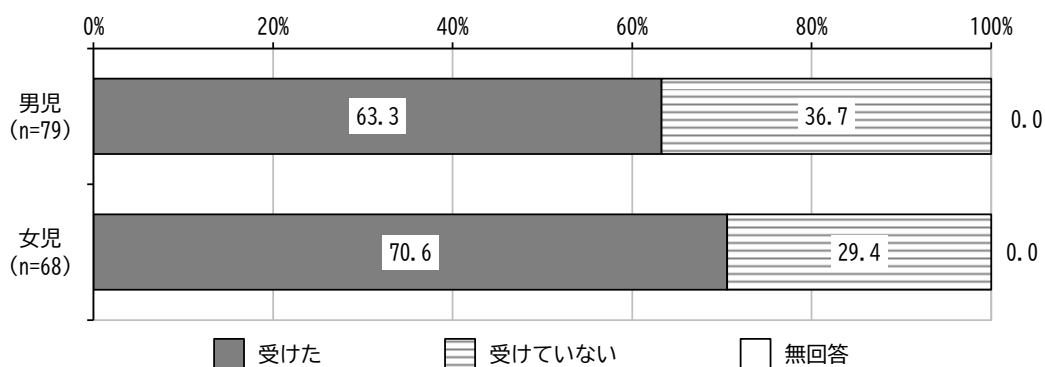
この1年間にフッ素塗布・歯石除去・歯面清掃のいずれかを受けたかについて、「受けた」が66.2%、「受けていない」が33.8%となっています。

【図表 4-4-5 この1年間にフッ素塗布・歯石除去・歯面清掃のいずれかを受けたか】



対象の5歳児の性別にみると、「受けた」について、男児では63.3%、女児では70.6%となっており、女児のほうが7.3ポイント高くなっています。

【図表 4-4-6 この1年間にフッ素塗布・歯石除去・歯面清掃のいずれかを受けたか（性別）】

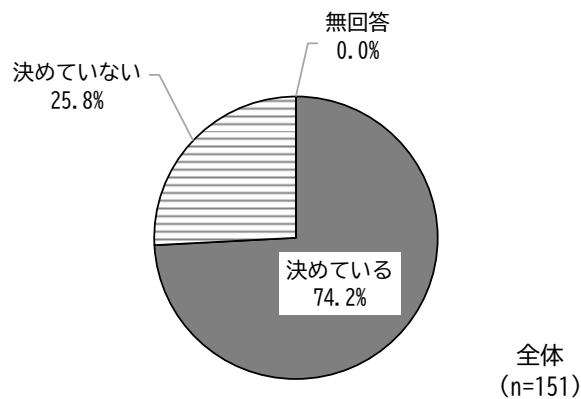


#### (4) かかりつけ歯科医を決めているか

問 18      お子さんは、かかりつけ歯科を決めていますか（○は1つ）

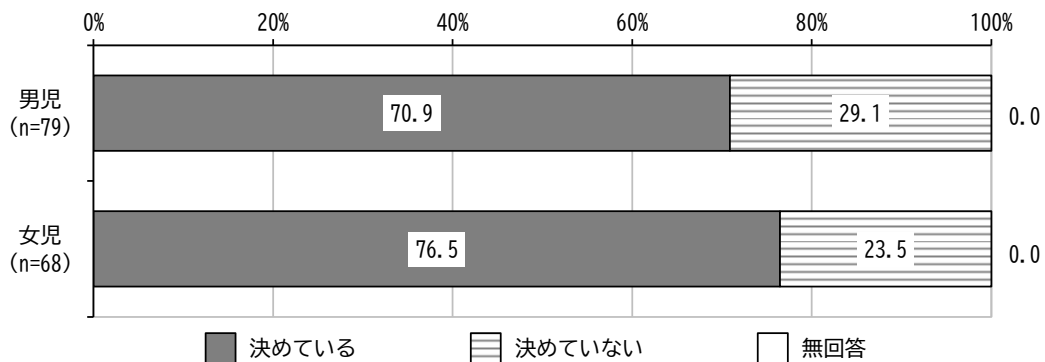
かかりつけ歯科医を決めているかについて、「決めている」が 74.2%、「決めていない」が 25.8%となっています。

【図表 4-4-7    かかりつけ歯科医を決めているか】



対象の5歳児の性別にみると、「決めている」について、男児では 70.9%、女児では 76.5%となっており、女児のほうが 5.6 ポイント高くなっています。

【図表 4-4-8    かかりつけ歯科医を決めているか（性別）】



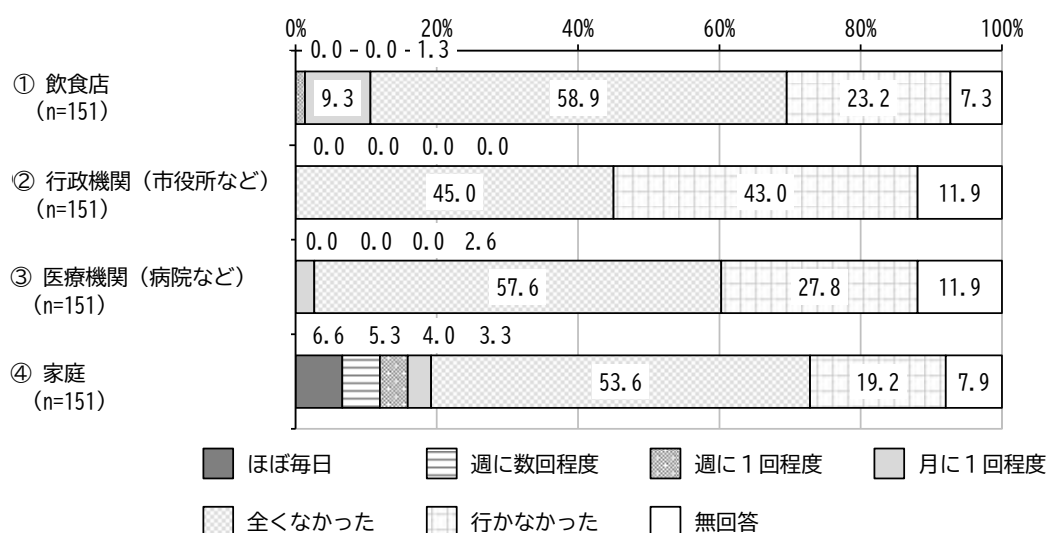
## 5. 喫煙について

### (1) 受動喫煙の状況

|      |                                                                |
|------|----------------------------------------------------------------|
| 問 19 | お子さんは、過去1か月間にたばこ（電子たばこを含む）の煙を吸ったこと（受動喫煙）がありましたか。（①～④それぞれに○は1つ） |
|------|----------------------------------------------------------------|

受動喫煙の状況について、「ほぼ毎日」では、「家庭」が6.6%で最も高くなっています。また、『あった』（「ほぼ毎日」～「月に1回程度」の合計）では、「飲食店」が10.6%、「家庭」が19.2%となっています。

【図表 4-5-1 受動喫煙の状況】



#### ① 飲食店

飲食店について、対象の5歳児の性別にみると、男児・女児ともに「全くなかった」が最も高くなっています。

【図表 4-5-2 受動喫煙の状況（飲食店）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：(%)

|    | 合計（人） | ほぼ毎日 | 週に数回程度 | 週に1回程度 | 月に1回程度 | 全くなかった | 行かなかった | 無回答 |
|----|-------|------|--------|--------|--------|--------|--------|-----|
| 男児 | 79    | 0.0  | 0.0    | 1.3    | 11.4   | 50.6   | 27.8   | 8.9 |
| 女児 | 68    | 0.0  | 0.0    | 1.5    | 7.4    | 69.1   | 17.6   | 4.4 |

## ② 行政機関（市役所など）

行政機関（市役所など）について、対象の5歳児の性別にみると、男児では、「行かなかった」が46.8%で最も高く、女児では、「全くなかった」が52.9%で最も高くなっています。

【図表 4-5-3 受動喫煙の状況（行政機関（市役所など））】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：(%)

|    | 合計<br>(人) | ほぼ<br>毎日 | 週に<br>数回<br>程度 | 週に<br>1回<br>程度 | 月に<br>1回<br>程度 | 全<br>く<br>な<br>か<br>つ<br>た | 行<br>か<br>な<br>か<br>つ<br>た | 無<br>回<br>答 |
|----|-----------|----------|----------------|----------------|----------------|----------------------------|----------------------------|-------------|
| 男児 | 79        | 0.0      | 0.0            | 0.0            | 0.0            | 38.0                       | 46.8                       | 15.2        |
| 女児 | 68        | 0.0      | 0.0            | 0.0            | 0.0            | 52.9                       | 39.7                       | 7.4         |

## ③ 医療機関（病院など）

医療機関（病院など）について、対象の5歳児の性別にみると、男児・女児ともに「全くなかった」が最も高くなっています。

【図表 4-5-4 受動喫煙の状況（医療機関（病院など））】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：(%)

|    | 合計<br>(人) | ほぼ<br>毎日 | 週に<br>数回<br>程度 | 週に<br>1回<br>程度 | 月に<br>1回<br>程度 | 全<br>く<br>な<br>か<br>つ<br>た | 行<br>か<br>な<br>か<br>つ<br>た | 無<br>回<br>答 |
|----|-----------|----------|----------------|----------------|----------------|----------------------------|----------------------------|-------------|
| 男児 | 79        | 0.0      | 0.0            | 0.0            | 2.5            | 50.6                       | 31.6                       | 15.2        |
| 女児 | 68        | 0.0      | 0.0            | 0.0            | 2.9            | 66.2                       | 23.5                       | 7.4         |

## ④ 家庭

家庭について、対象の5歳児の性別にみると、男児・女児ともに「全くなかった」が最も高くなっています。

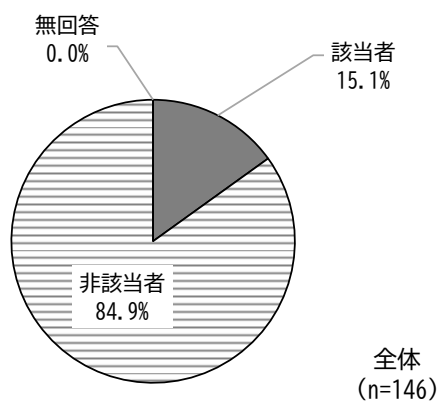
【図表 4-5-5 受動喫煙の状況（家庭）】

※網掛けは最も割合が高いもの 単位：(%)

|    | 合計<br>(人) | ほぼ<br>毎日 | 週に<br>数回<br>程度 | 週に<br>1回<br>程度 | 月に<br>1回<br>程度 | 全<br>く<br>な<br>か<br>つ<br>た | 行<br>か<br>な<br>か<br>つ<br>た | 無<br>回<br>答 |
|----|-----------|----------|----------------|----------------|----------------|----------------------------|----------------------------|-------------|
| 男児 | 79        | 7.6      | 3.8            | 6.3            | 5.1            | 50.6                       | 17.7                       | 8.9         |
| 女児 | 68        | 5.9      | 7.4            | 1.5            | 1.5            | 57.4                       | 20.6                       | 5.9         |

望まない受動喫煙の機会を有する人について、「該当者」が 15.1%、「非該当者」が 84.9%となっています。

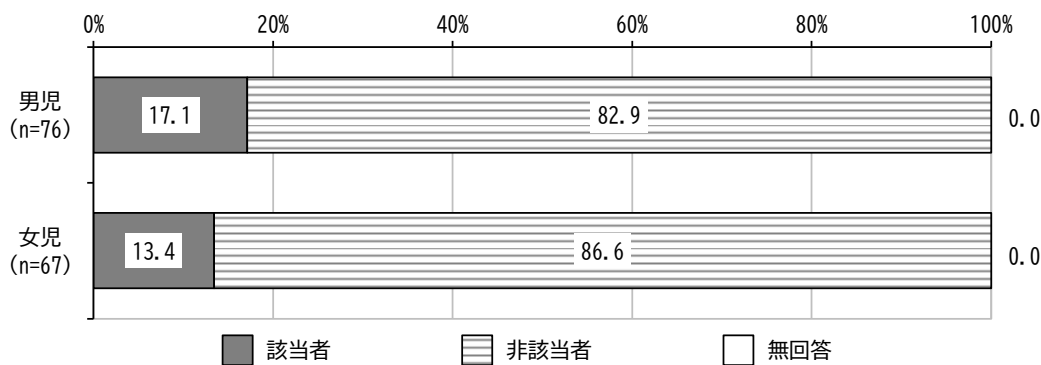
【図表 4-5-6 望まない受動喫煙の機会を有する人】



※ 「家庭」は「ほぼ毎日」の割合、その他は「ほぼ毎日」、「週に数回程度」、「週に1回程度」、「月に1回程度」の合計の割合÷「ほぼ毎日」、「週に数回程度」、「週に1回程度」、「月に1回程度」、「全くなかった」の合計

対象の5歳児の性別にみると、性別にみると、「該当者」について、男児では 17.1%、女児では 13.4%となっており、男児のほうが 3.7 ポイント高くなっています。

【図表 4-5-7 望まない受動喫煙の機会を有する人（性別）】



## 6. 睡眠・ストレスについて

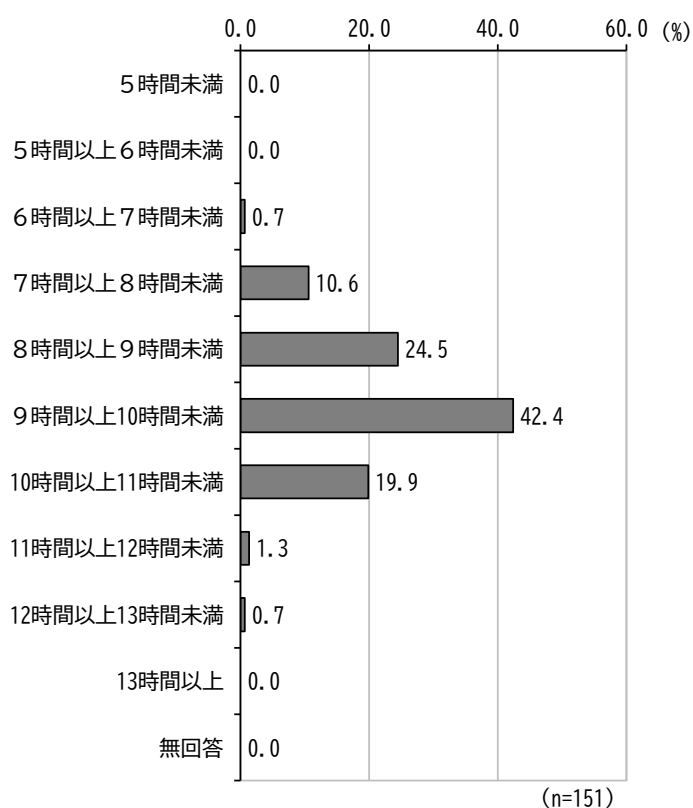
### (1) ここ1か月の1日の平均睡眠時間

|      |                                    |
|------|------------------------------------|
| 問 20 | ここ1か月、お子さんの1日の平均睡眠時間は何時間ですか。(○は1つ) |
|------|------------------------------------|

ここ1か月の1日の平均睡眠時間について、「9時間以上10時間未満」が42.4%で最も高く、次いで「8時間以上9時間未満」が24.5%、「10時間以上11時間未満」が19.9%となっています。

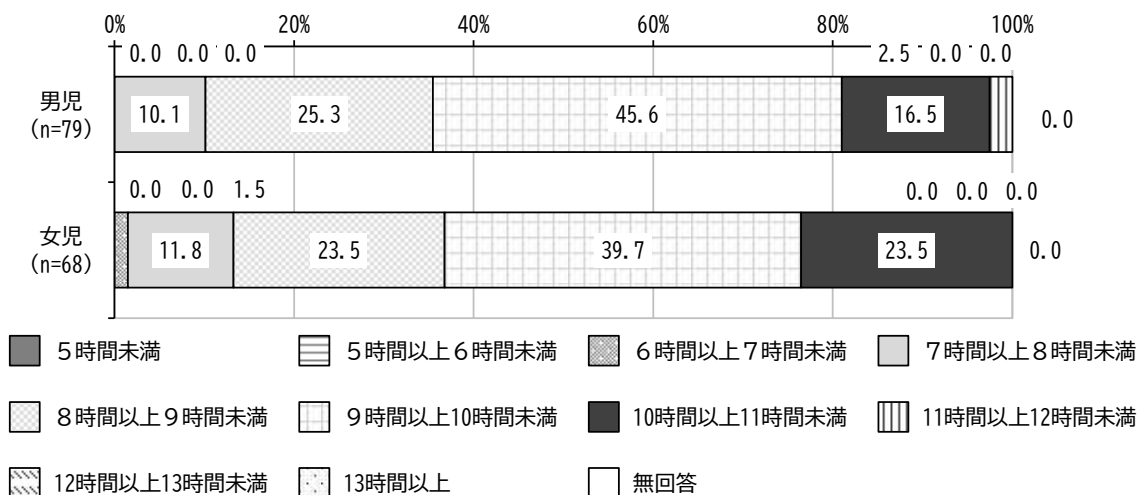
また、『10時間以上13時間未満』（「10時間以上11時間未満」と「11時間以上12時間未満」と「12時間以上13時間未満」の合計）について、21.9%となっています。

【図表 4-6-1 ここ1か月の1日の平均睡眠時間】



対象の5歳児の性別にみると、『10時間以上13時間未満』（「10時間以上11時間未満」と「11時間以上12時間未満」と「12時間以上13時間未満」の合計）について、男児では19.0%、女児では23.5%となっており、女児のほうが4.5ポイント高くなっています。

【図表 4-6-2 ここ1か月の1日の平均睡眠時間（性別）】

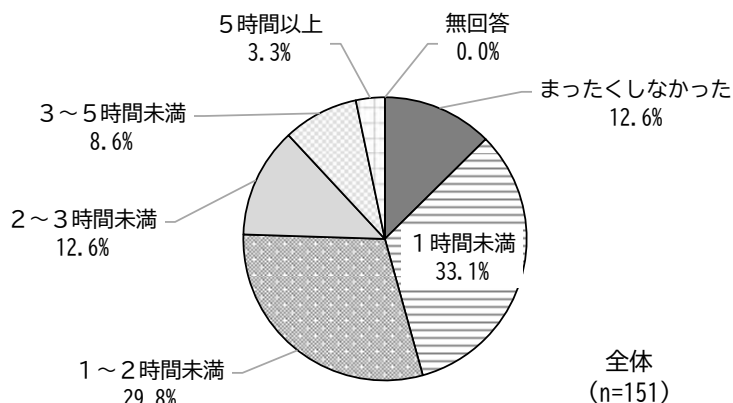


## (2) ここ1か月の1日の平均インターネット使用時間

|      |                                                                                                                 |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 問 21 | <p>この1ヶ月に、お子さんは1日平均どのくらいの時間、インターネットをしましたか。(○は1つ)</p> <p>※パソコン、携帯、スマートフォン等を通して使うインターネットサービスで、ゲームやメールなども含みます。</p> |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

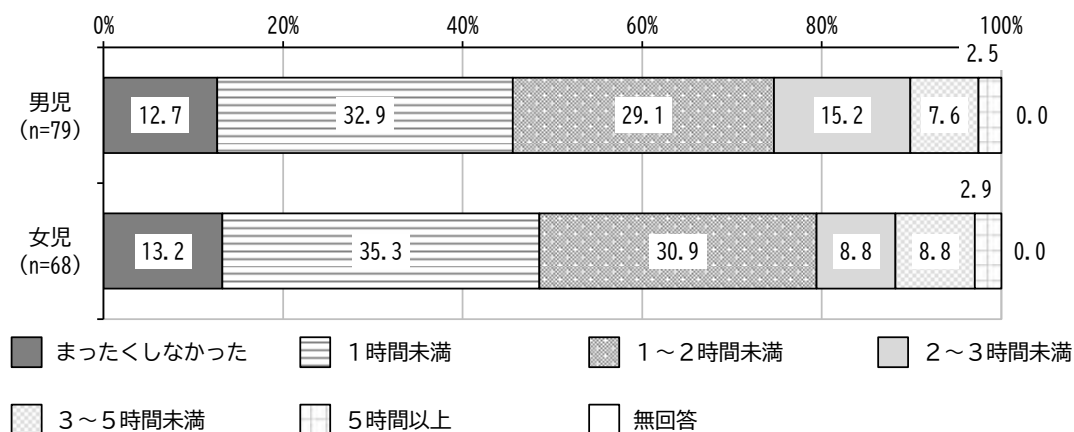
ここ1か月の1日の平均インターネット使用時間について、「1時間未満」が33.1%で最も高く、次いで「1～2時間未満」が29.8%、「まったくしなかった」「2～3時間」が12.6%となっています。

【図表 4-6-3 ここ1か月の1日の平均インターネット使用時間】



対象の5歳児の性別にみると、「まったくしなかった」について、男児では12.7%、女児では13.2%となっており、女児のほうが0.5ポイント高くなっています。

【図表 4-6-4 ここ1か月の1日の平均インターネット使用時間（性別）】

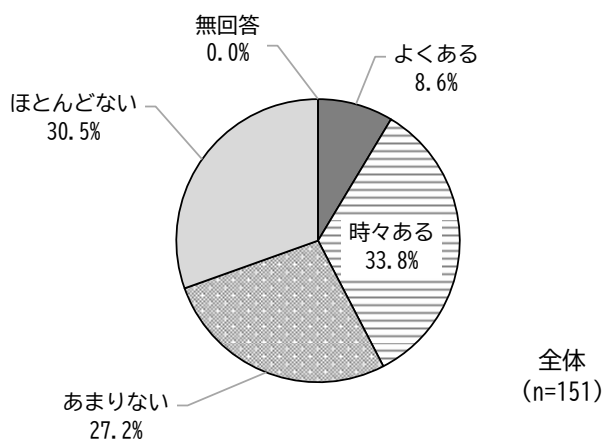


### (3) ここ1か月で子育てに不安を感じたことがあるか

|      |                                              |
|------|----------------------------------------------|
| 問 22 | あなたは、ここ1ヶ月で、子育てに関して不安を感じたことがありますか。<br>(○は1つ) |
|------|----------------------------------------------|

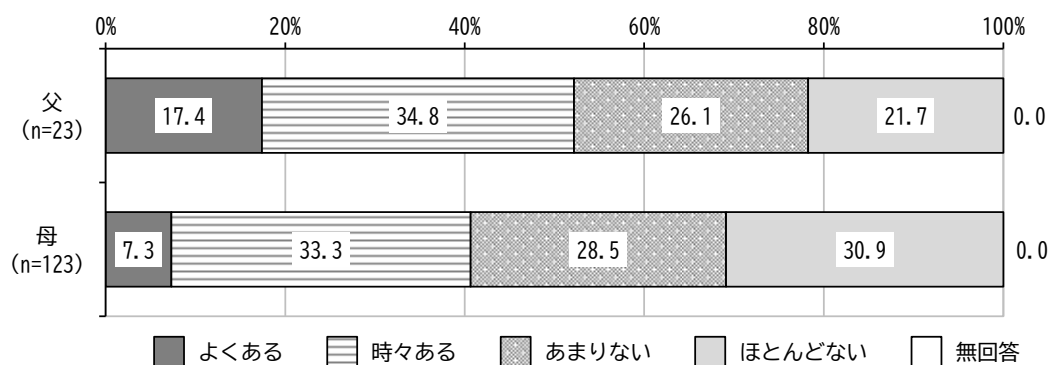
ここ1か月で子育てに不安を感じたことがあるかについて、「時々ある」が 33.8%で最も高く、次いで「ほとんどない」が 30.5%、「あまりない」が 27.2%となっています。

【図表 4-6-5 ここ1か月で子育てに不安を感じたことがあるか】



回答者別にみると、「よくある」について、父では 17.4%、母では 7.3%となっており、父のほうが 10.1 ポイント高くなっています。

【図表 4-6-6 ここ1か月で子育てに不安を感じたことがあるか（回答者別）】



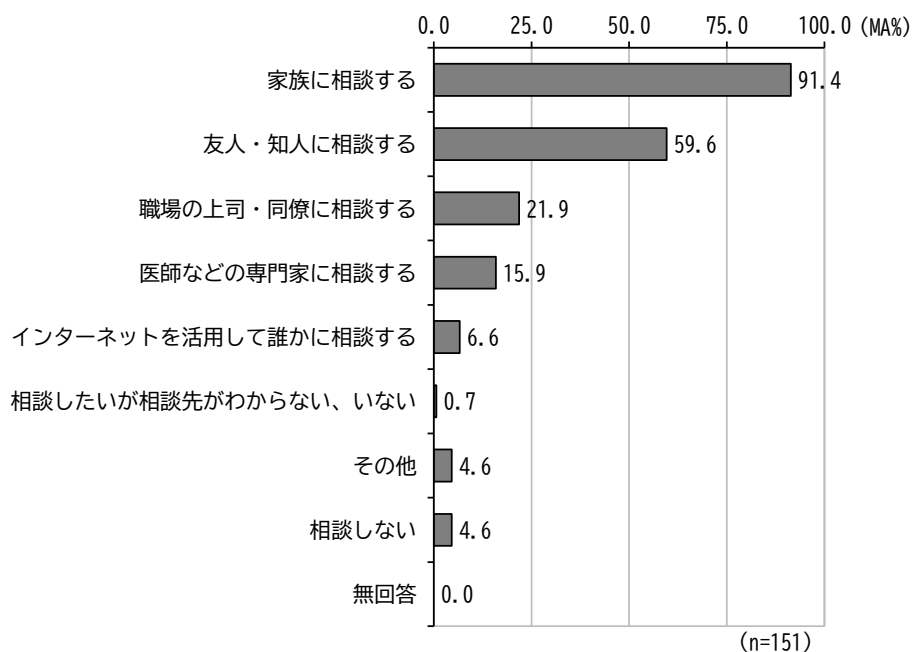
#### (4) 育児についての悩みなどの相談状況

|      |                                                     |
|------|-----------------------------------------------------|
| 問 23 | あなたは、育児について悩み、苦労、ストレス、不満等があったときに、誰に相談しますか。(〇はいくつでも) |
|------|-----------------------------------------------------|

育児についての悩みなどの相談状況について、「家族に相談する」が 91.4%で最も高く、次いで「友人・知人に相談する」が 59.6%、「職場の上司・同僚に相談する」が 21.9%となっています。

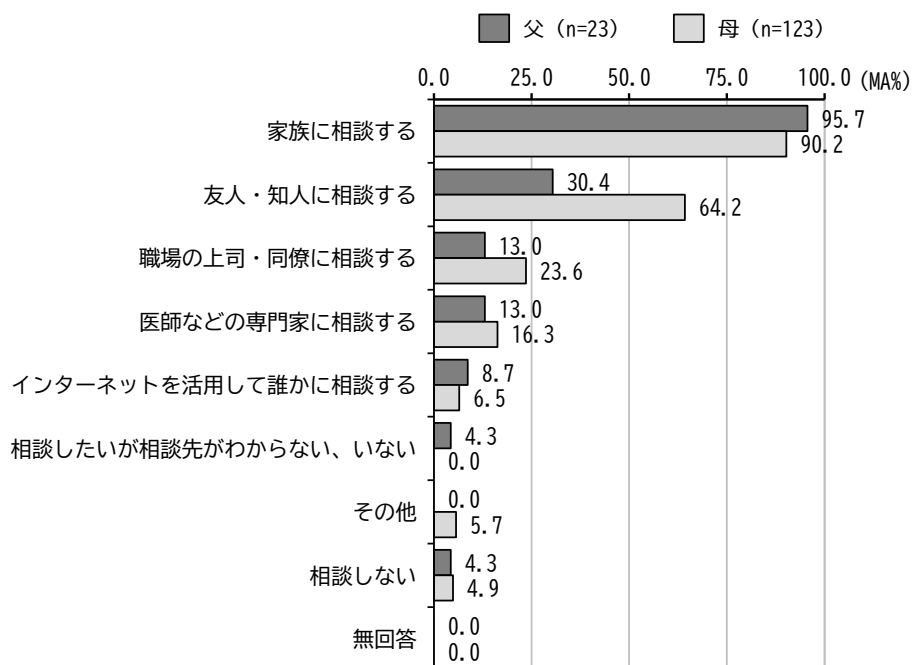
また、「相談したいが、相談先がわからない、いない」について、0.7%となっています。

【図表 4-6-7 育児についての悩みなどの相談状況】



回答者別にみると、「相談したいが相談先がわからない、いない」について、父では4.3%なっています。

【図表 4-6-8 育児についての悩みなどの相談状況（回答者別）】



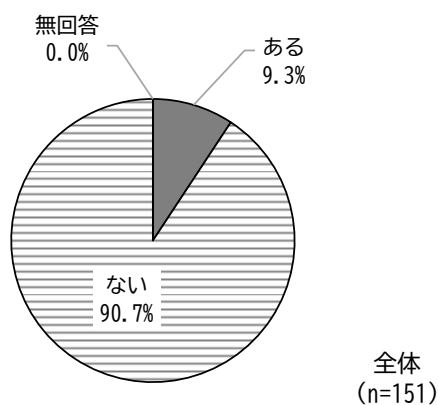
## 7. こころの健康について

### (1) この1年間に本気で生きるのがつらいと考えたことがあるか

問 24 この1年以内に本気で生きるのがつらいと考えたことはありますか。(○は1つ)

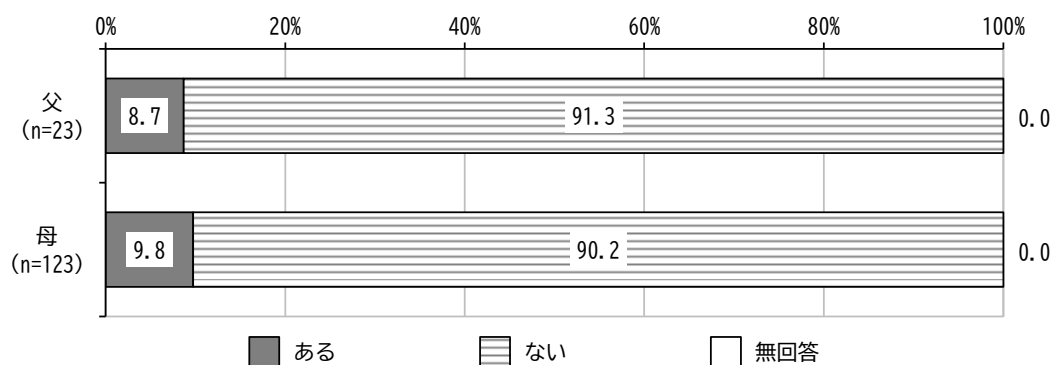
この1年間に本気で生きるのがつらいと考えたことがあるかについて、「ある」が 9.3%、「ない」が 90.7%となっています。

【図表 4-7-1 この1年間に本気で生きるのがつらいと考えたことがあるか】



回答者別にみると、「ある」について、父では8.7%、母では9.8%となっており、母のほうが1.1ポイント高くなっています。

【図表 4-7-2 この1年間に本気で生きるのがつらいと考えたことがあるか（回答者別）】



## (2) 生きるのがつらいと思った理由

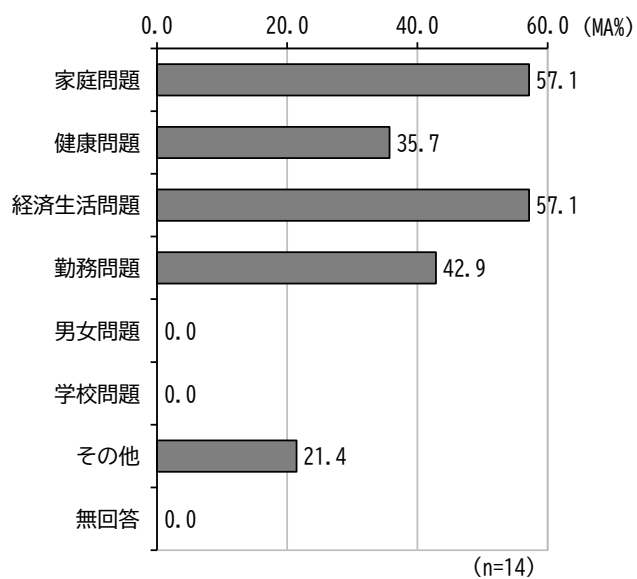
問 24-1

【問 24 で「ある」と答えた方にお聞きします】

生きるのがつらいと思った理由は何ですか。(〇はいくつでも)

生きるのがつらいと思った理由について、「家庭問題」「経済生活問題」が 57.1%で最も高く、次いで「勤務問題」が 42.9%、「健康問題」が 35.7%となっています。

【図表 4-7-3 生きるのがつらいと思った理由】

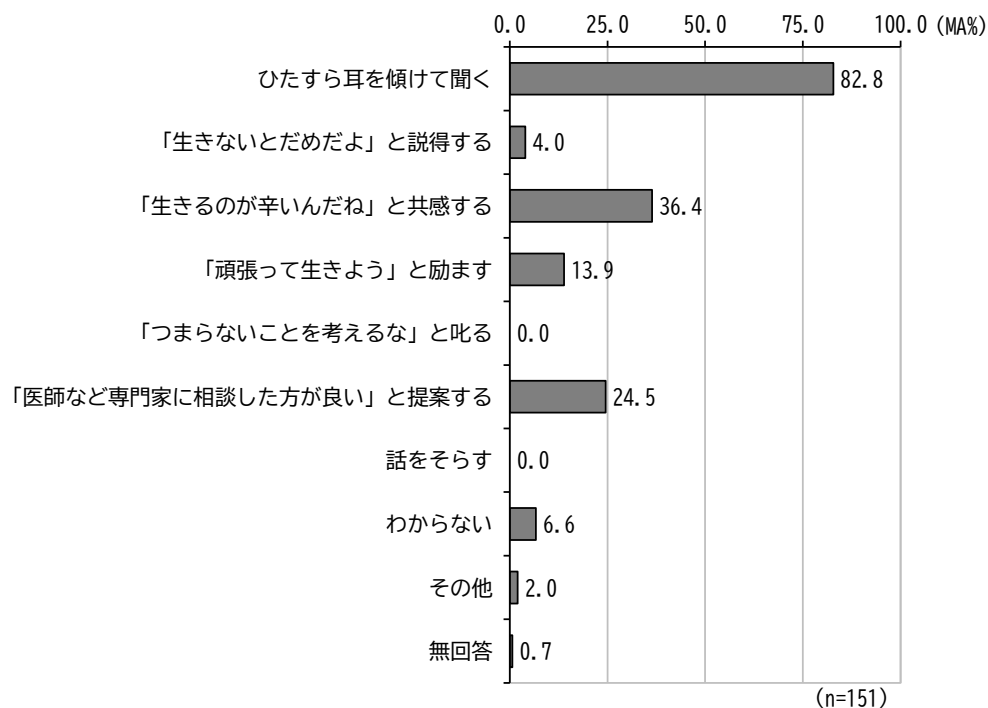


### (3)「生きるのがつらい」と相談されたときの対応

|      |                                                  |
|------|--------------------------------------------------|
| 問 25 | もし仮に身近な人に「生きるのがつらい」と相談されたときはどうしますか。<br>(〇はいくつでも) |
|------|--------------------------------------------------|

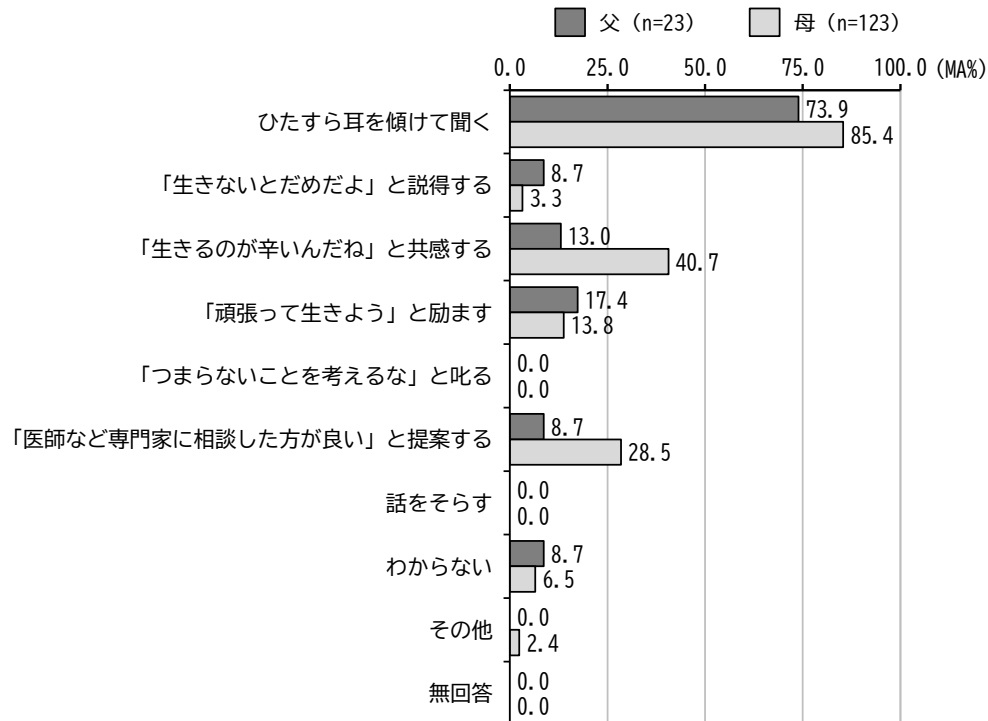
「生きるのがつらい」と相談されたときの対応について、「ひたすら耳を傾けて聞く」が 82.8%で最も高く、次いで「「生きるのが辛いんだね」と共感する」が 36.4%、「「医師など専門家に相談した方が良い」と提案する」が 24.5%となっています。

【図表 4-7-4 「生きるのがつらい」と相談されたときの対応】



回答者別にみると、「医師など専門家に相談した方が良い」と提案する」について、父では 8.7%、母では 28.5%となっており、母のほうが 19.8 ポイント高くなっています。

【図表 4-7-5 「生きるのがつらい」と相談されたときの対応（回答者別）】



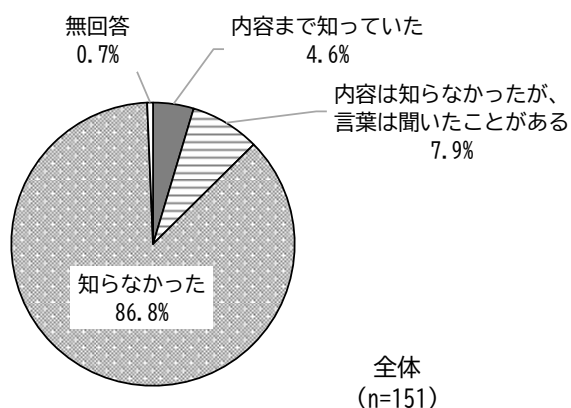
#### (4) ゲートキーパーの認知状況

|      |                                                                                                                                                                     |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 問 26 | <p>あなたは、「ゲートキーパー」について、知っていましたか。(○は1つ)</p> <p>※「ゲートキーパー」とは、生きるのがつらいというサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る）を図ることができる人のことで、言わば「命の門番」とも位置付けられる人のことです。</p> |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

ゲートキーパーの認知状況について、「知らなかった」が 86.8%で最も高く、次いで「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」が 7.9%、「内容まで知っていた」が 4.6%となっています。

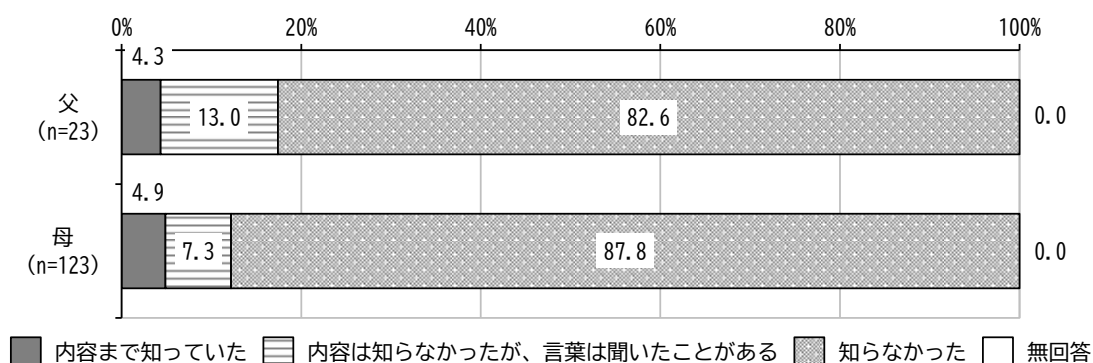
また、『知っている』（「内容まで知っていた」と「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」の合計）について、12.5%となっています。

【図表 4-7-6 ゲートキーパーの認知状況】



回答者別にみると、『知っている』（「内容まで知っていた」と「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」の合計）について、父では 17.3%、母では 12.2%となっており、父のほうが 5.1 ポイント高くなっています。

【図表 4-7-7 ゲートキーパーの認知状況（回答者別）】

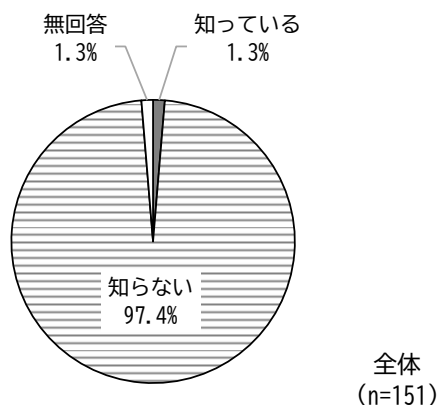


## （５）南あわじ市の自殺率が国や県より倍近く高いことを知っているか

|      |                                             |
|------|---------------------------------------------|
| 問 27 | 南あわじ市の自殺率は国や県に比べて倍近く高いことを知っていますか。<br>(○は1つ) |
|------|---------------------------------------------|

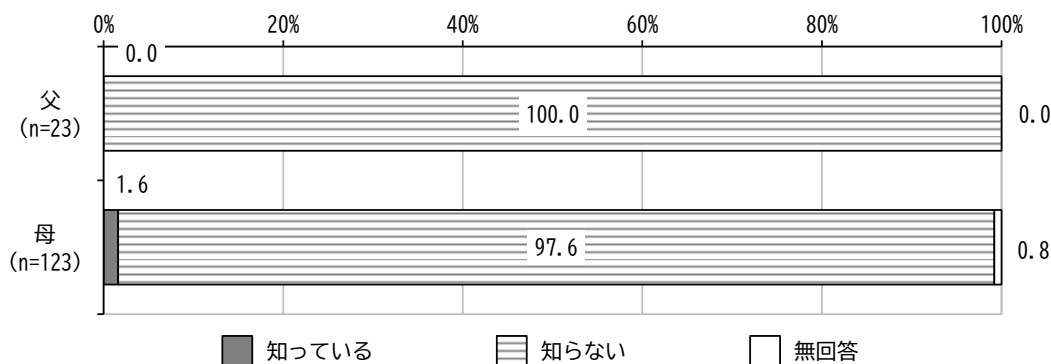
南あわじ市の自殺率が国や県より倍近く高いことを知っているかについて、「知っている」が 1.3%、「知らない」が 97.4%となっています。

【図表 4-7-8 南あわじ市の自殺率が国や県より倍近く高いことを知っているか】



回答者別にみると、「知っている」について、母では 1.6%となっています。

【図表 4-7-9 南あわじ市の自殺率が国や県より倍近く高いことを知っているか（回答者別）】



## (6) 南あわじ市の自殺率の状況に対する原因・対策

|      |                                                                                 |
|------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 問 28 | 南あわじ市で特に自殺率が高いのは、働き盛り世代以降の男性と高齢の女性ですが、その原因や対策等につき、ご意見・ご提言などがありましたら、ご自由にお書きください。 |
|------|---------------------------------------------------------------------------------|

南あわじ市の自殺率の状況に対する原因・対策について、カテゴリーに分類したところ、「地域性・人間関係の閉塞感」が15件で最も多く、次いで「高齢者の働き口・生きがい」「一人暮らしの高齢者の孤立」が9件、「心の健康・相談しづらさ」が21件となっています。

【図表 4-7-10 南あわじ市の自殺率の状況に対する原因・対策】

| カテゴリー                 | 内容                   |
|-----------------------|----------------------|
| 地域性・人間関係の閉塞感<br>(15件) | 同調圧力、干渉が強く住みにくい      |
|                       | 移住者が少なく外部との交流不足      |
| 高齢者の働き口・生きがい<br>(9件)  | シルバー人材の就労機会不足        |
|                       | 働き口が少ない              |
|                       | 引退後の居場所や活躍の場が充実していない |
| 一人暮らしの高齢者の孤立<br>(9件)  | 一人暮らしの高齢者が多い         |
|                       | 居場所やコミュニティづくりが必要     |
| 心の健康・相談しづらさ<br>(8件)   | 相談窓口不足               |
|                       | 男性が相談しにくい            |
|                       | 精神疾患への理解不足           |
| 経済的困難・生活不安<br>(6件)    | 年金額が低い               |
|                       | 自営業者の収入不安            |
|                       | 給与が安い                |
| 娯楽・楽しみの不足<br>(5件)     | 娯楽が少ない               |
|                       | ストレス発散の場がない          |
|                       | 島外に出るのが高額で孤立につながる    |

## 8. 自由記述

### (1) 健康づくり・健康増進事業に関する意見

|      |                                          |
|------|------------------------------------------|
| 問 29 | 最後に、健康についてのご意見・ご提言などがありましたら、ご自由にお書きください。 |
|------|------------------------------------------|

健康づくり・健康増進事業に関する意見について、カテゴリーに分類したところ、「公園・遊び場の整備」が7件で最も多く、次いで「健診・医療費補助」が6件、「運動・スポーツ環境整備」「子育て支援」が4件となっています。

【図表 4-8-1 自由記述】

| カテゴリー               | 内容                                   |
|---------------------|--------------------------------------|
| 公園・遊び場の整備<br>(7件)   | 公園の数が少なく、遊具が古くて劣化しているため安心して遊ばせられない。  |
|                     | 室内で体を動かせる施設がない。                      |
|                     | 保育園や小学校近くに公園がなく、子どもの交友関係や運動習慣が広がらない。 |
|                     | 既存施設の整備。                             |
| 健診・医療費補助<br>(6件)    | インフルエンザ予防接種（子ども）、がん検診、健康診断などの費用補助。   |
|                     | 町ぐるみ検診にうつ病チェックを組み込み、異常があれば受診を促す仕組み。  |
| 運動・スポーツ環境整備<br>(4件) | スポーツジムや運動施設の増設。                      |
|                     | 登山、ウォーキング、スイミングなどを楽しめる地域コミュニティの形成。   |
|                     | 安全にスポーツや外遊びができる町づくり。                 |
| 子育て支援<br>(4件)       | 土日祝に子どもを預けられる場所がない。                  |
|                     | 産婦人科が少なく遠い。                          |
| 心の健康・メンタルケア<br>(3件) | 相談できる場所が少ない。相談しても解決しない。              |