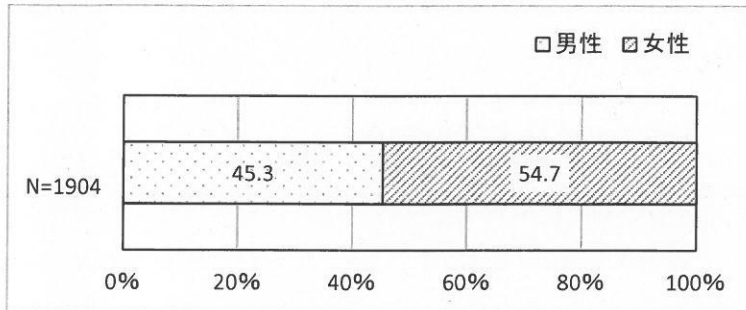


4 成人

(1) 回答者属性

①性別

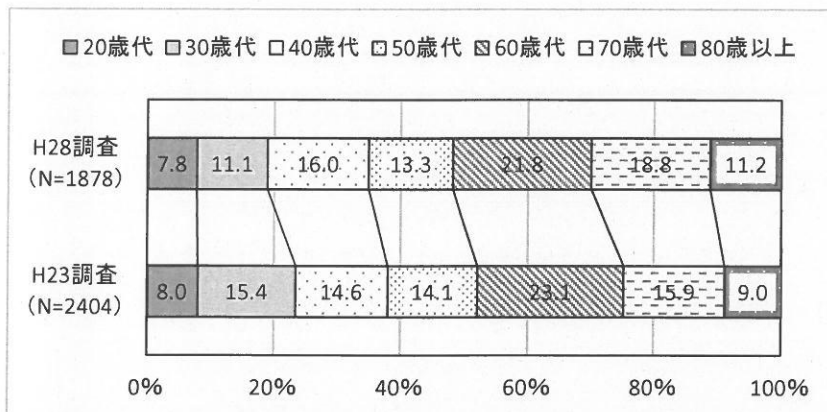
○「男性」の割合が45.3%、「女性」の割合が54.7%となっています。



②年齢

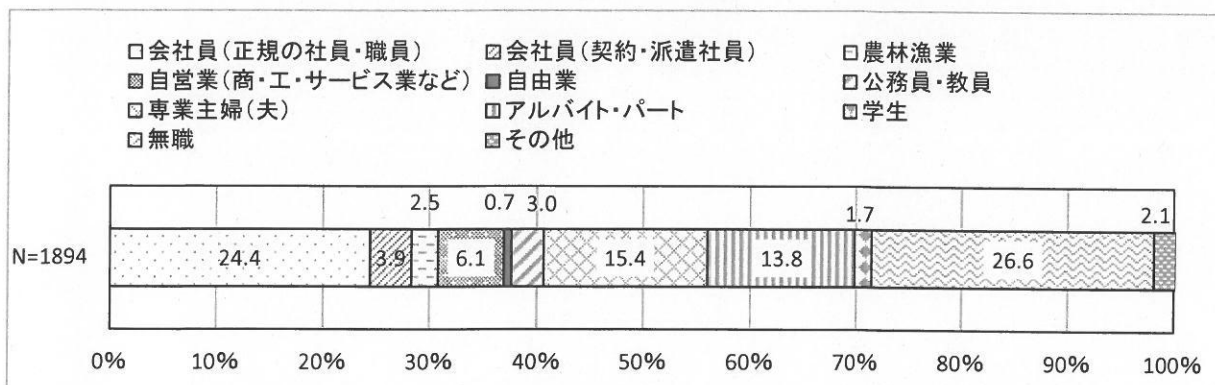
○「60歳代」の割合が21.8%と最も高く、次いで「70歳代」の割合が18.8%、「30歳代」の割合が16.0%となっています。

○前回の調査と比べると、70歳以上の割合が5.1ポイント増加しています。



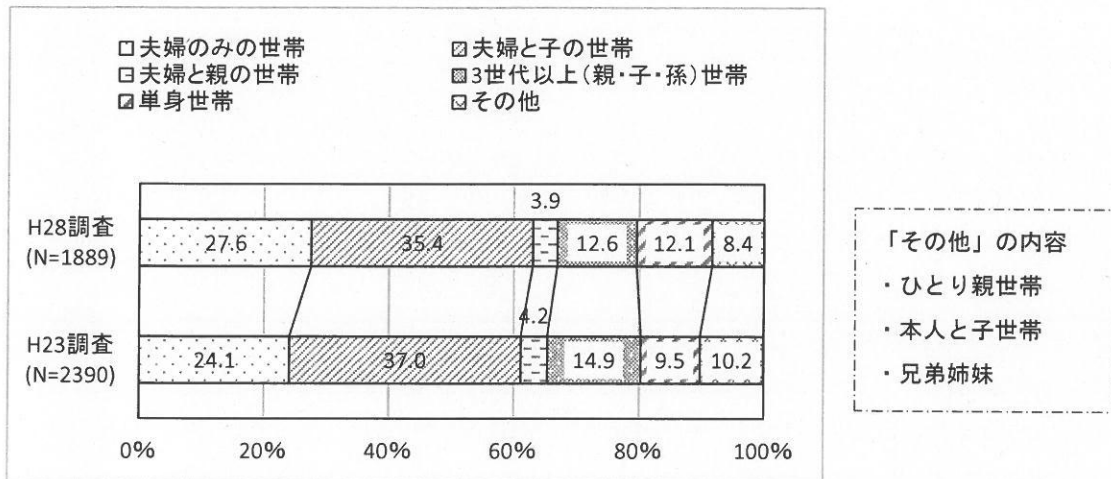
③職業

○「無職」の割合が26.6%と最も高く、次いで「会社員（正規の社員・職員）」の割合が24.4%、「専業主婦（夫）」15.4%となっています。



④家族構成

○「夫婦と子の世帯」の割合が35.4%と最も高く、次いで「夫婦のみの世帯」の割合が27.6%、「3世代以上（親・子・孫）世帯」の割合が12.6%となっています。



⑤居住校区

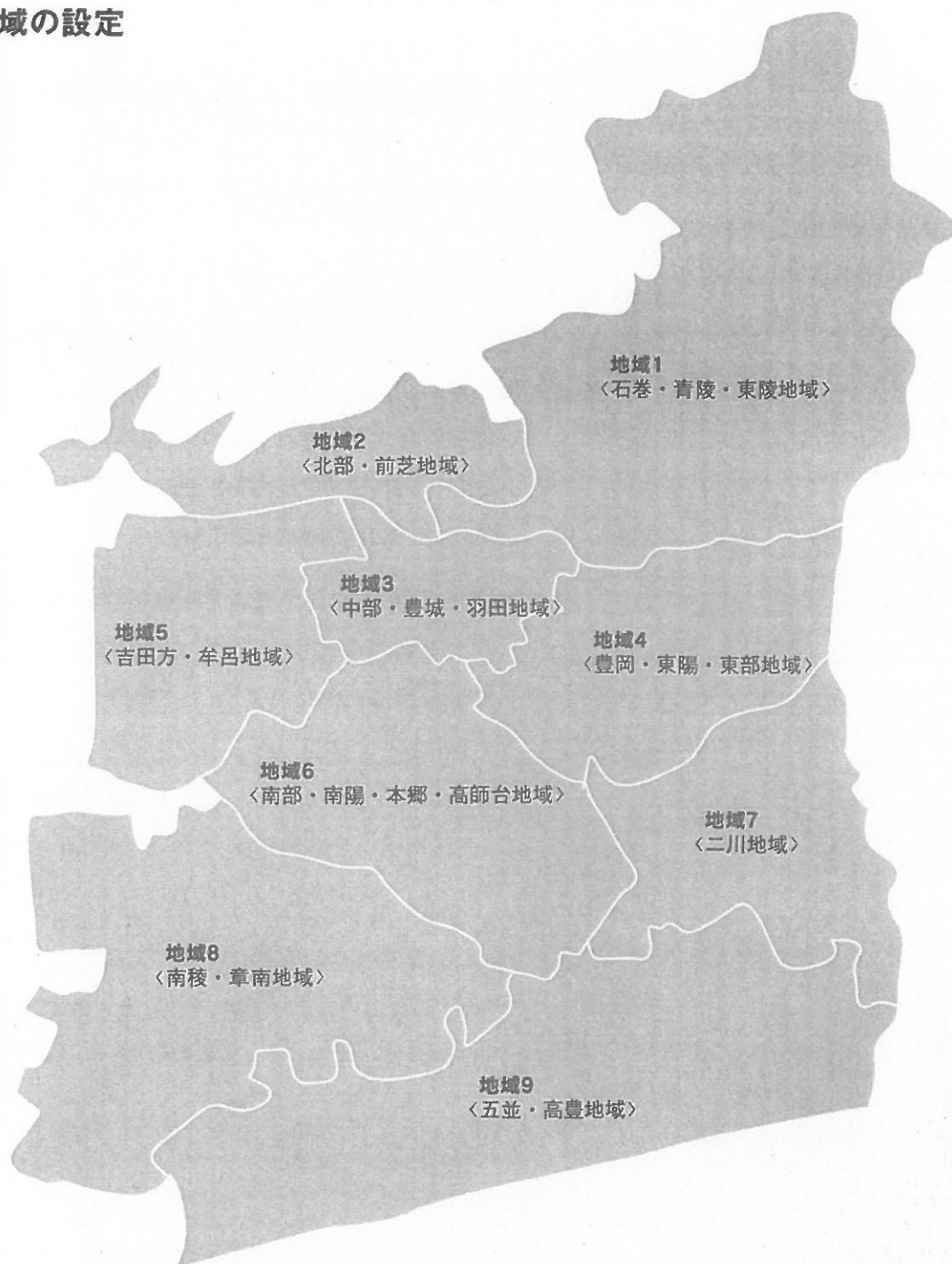
○「幸」の割合が4.1%と最も高く、次いで「福岡」の割合が4.0%、「栄」の割合が3.9%となっています。

地域番号※	地域名	回答者数	割合	小学校区	回答者数	割合
1	石巻・青陵・東陵地域	230	12.5	賀茂	23	1.3
				西郷	20	1.1
				嵩山	19	1.0
				玉川	29	1.6
				石巻	21	1.1
				下条	16	0.9
				牛川	45	2.5
				鷹丘	57	3.1
2	北部・前芝地域	81	4.4	大村	16	0.9
				下地	32	1.7
				津田	16	0.9
				前芝	17	0.9
3	中部・豊城・羽田地域	334	18.2	向山	41	2.2
				新川	25	1.4
				松山	41	2.2
				八町	19	1.0
				松葉	33	1.8
				花田	48	2.6
				羽根井	45	2.5
				東田	58	3.2
旭	24	1.3				

地域番号※	地域名	回答者数	割合	小学校区	回答者数	割合
4	豊岡・東陽・東部地域	276	15.1	豊	40	2.2
				岩田	68	3.7
				多米	44	2.4
				飯村	56	3.1
				岩西	30	1.6
				つつじが丘	38	2.1
5	吉田方・牟呂地域	153	8.3	吉田方	67	3.7
				牟呂	65	3.5
				汐田	21	1.1
6	南部・南陽・本郷・高師台地域	424	23.1	栄	72	3.9
				福岡	73	4.0
				中野	29	1.6
				磯辺	54	2.9
				高師	55	3.0
				芦原	36	2.0
				幸	76	4.1
				天伯	29	1.6
7	二川地域	100	5.5	二川	43	2.3
				二川南	42	2.3
				谷川	15	0.8
8	南稜・章南地域	142	7.7	植田	30	1.6
				大清水	44	2.4
				大崎	16	0.9
				野依	19	1.0
				老津	17	0.9
				杉山	16	0.9
9	五並・高豊地域	93	5.1	富士見	25	1.4
				細谷	18	1.0
				小沢	20	1.1
				高根・豊南	30	1.6

※生活圈や自然環境、地域としてのまとまりを考慮し、概ね中学校区を構成単位とした9つの地域を設定しました。

● 地域の設定

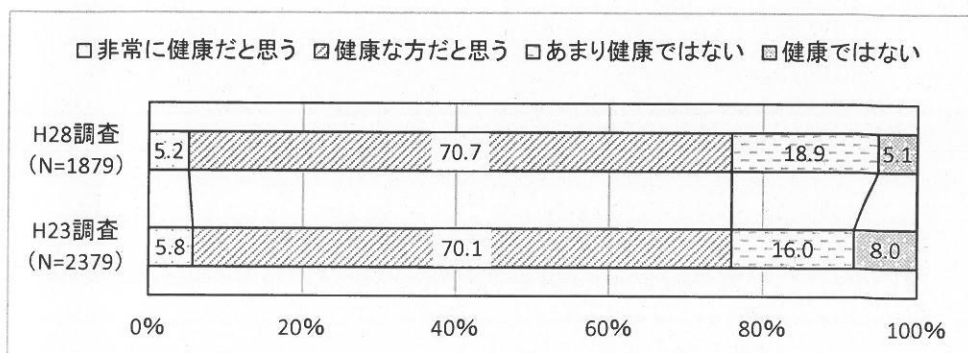


(2) 自身の健康感について

問40 あなたは普段、健康だと感じていますか。

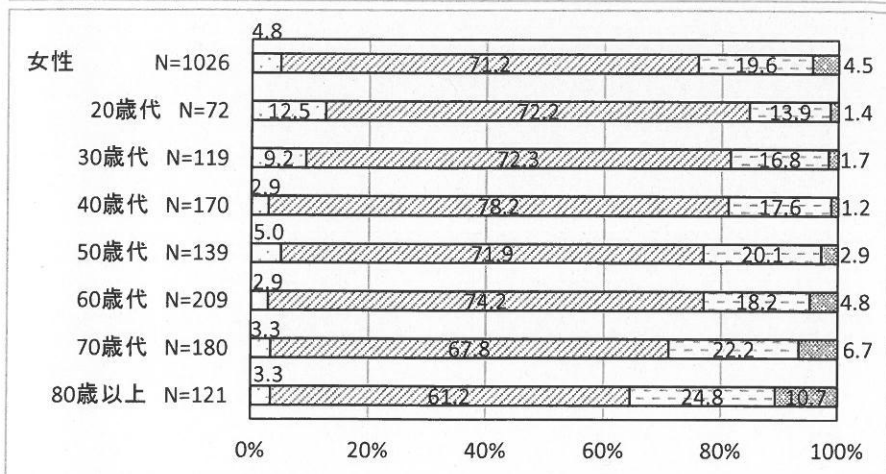
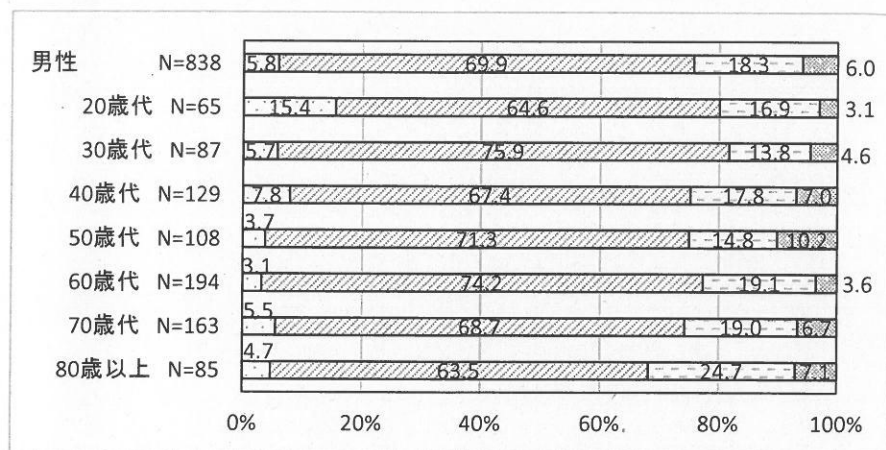
計画目標項目 (P.12)

- 「非常に健康だと思う」と「健康な方だと思う」をあわせた健康だと思う人の割合が75.9%となっています。
- 前回の調査と比べると、健康だと思う人は同じ割合で、変化はみられませんでした。



【性・年齢別】

- 性別でみると、大きな差異はみられません。
- 性・年齢別でみると、男女とも年齢が高くなるにつれ健康だと思う人の割合が低くなる傾向がみられます。

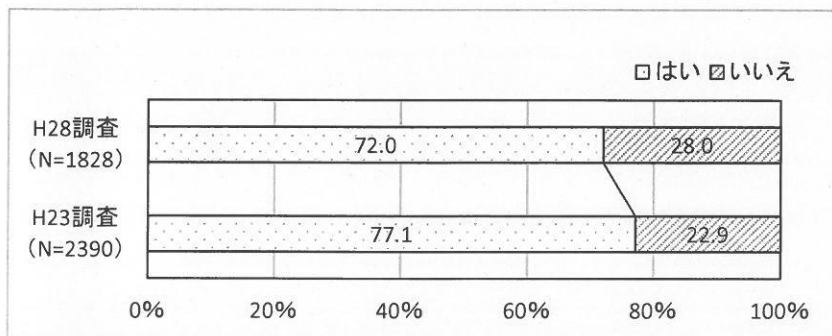


(3) 食生活について

問8 普段、バランスのよい食事[主食(ご飯、パン、めん類等)・主菜(肉、魚、卵、大豆製品等を使ったメインの料理)]、副菜(野菜、きのこ、いも、海藻等を使った小鉢・小皿の料理) 3つそろった食事]をしていますか。

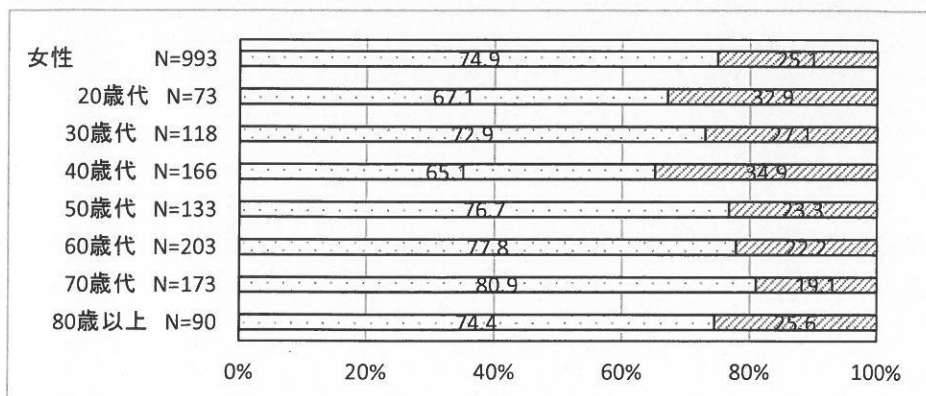
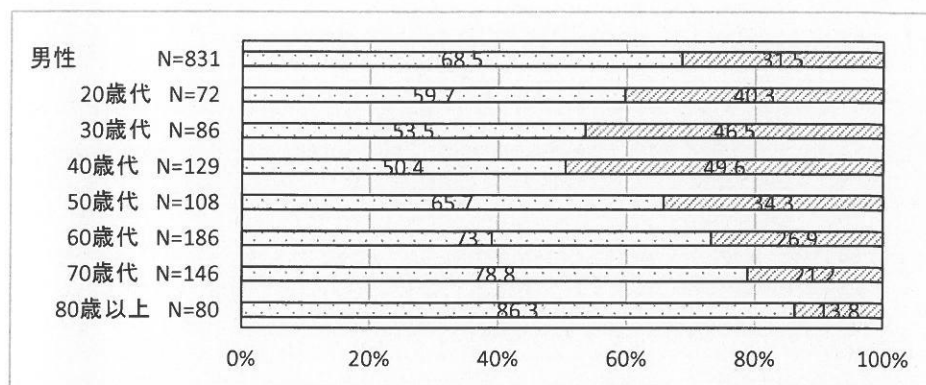
計画目標項目(P.19②)

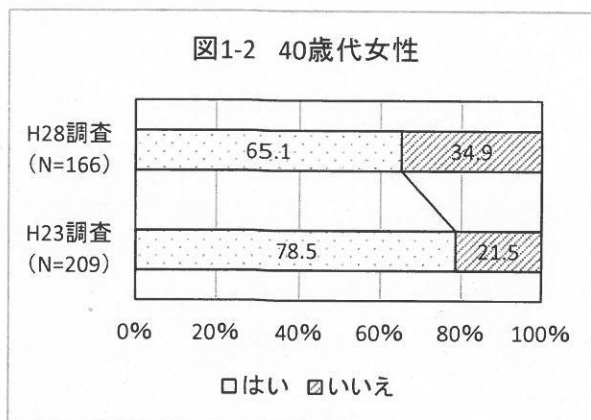
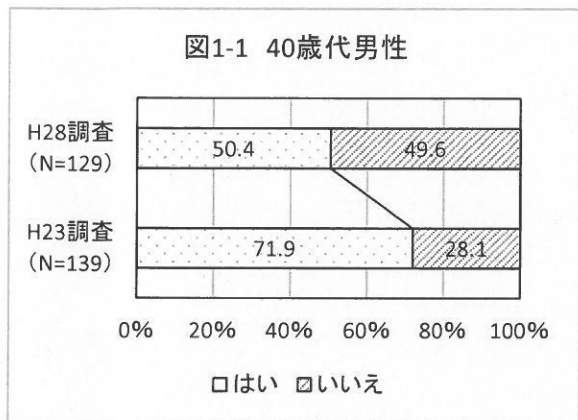
- 「はい」の割合が72.0%となっています。
- 前回の調査と比べると、「はい」の割合が5.1ポイント減少しています。



【性・年齢別】

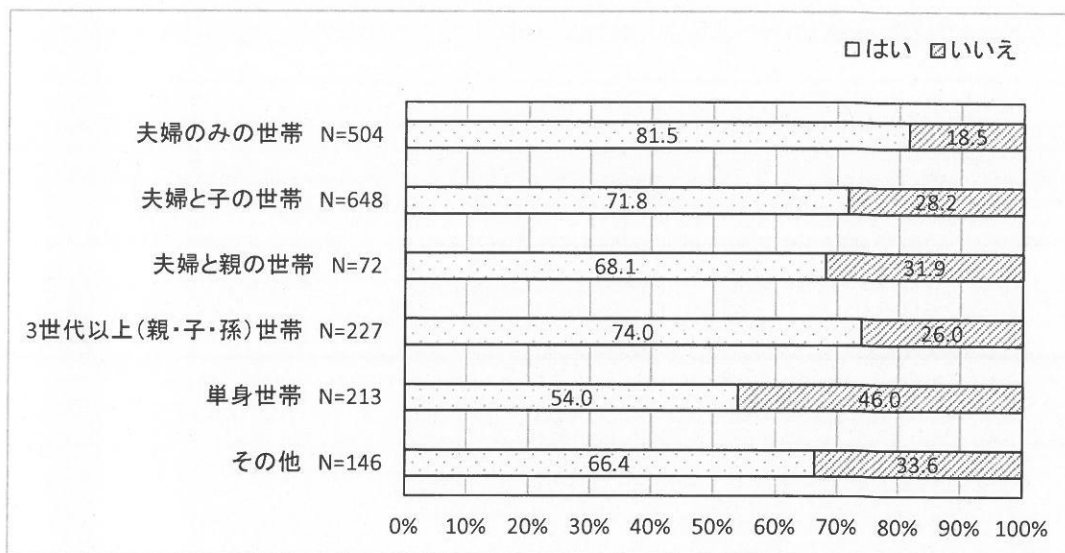
- 性別で見ると、女性に比べ、男性で「いいえ」の割合が高く、約3割となっています。
- 性・年齢別で見ると、他に比べ、30歳代、40歳代男性で「いいえ」の割合が高く、約5割となっています。
- 前回の調査と比べると、「はい」の割合が40歳代男女に顕著な減少がみられます。(図1-1、1-2)





【家族構成別】

○家族構成別でみると、他に比べ、単身世帯で「いいえ」の割合が高く、約5割となっています。

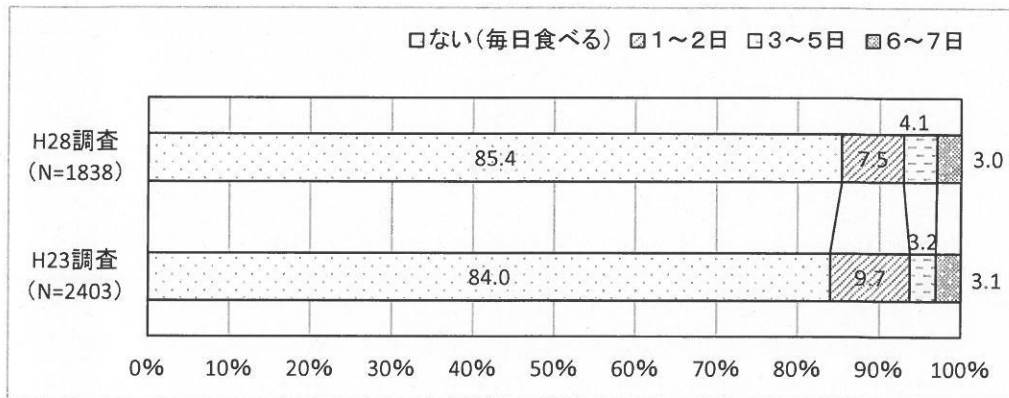


問7 あなたは、朝食を食べない日が週に何日ありますか。

計画書(P.21 図1)

○「ない(毎日食べる)」の割合が85.4%と最も高くなっています。

○前回の調査と比べると、「ない(毎日食べる)」の割合が1.4ポイント増加しています。



【年齢別】

○年齢別で見ると、20歳代で「ない(毎日食べる)」の割合が最も低く、約6割となっています。

年齢が高くなるにつれて「ない(毎日食べる)」の割合が高くなっています。

○前回の調査と比べると、特に30歳代の「ない(朝食を食べる)」の割合が増加し、他の年代は大きな差異はみられませんでした。(図2-1、2-2)

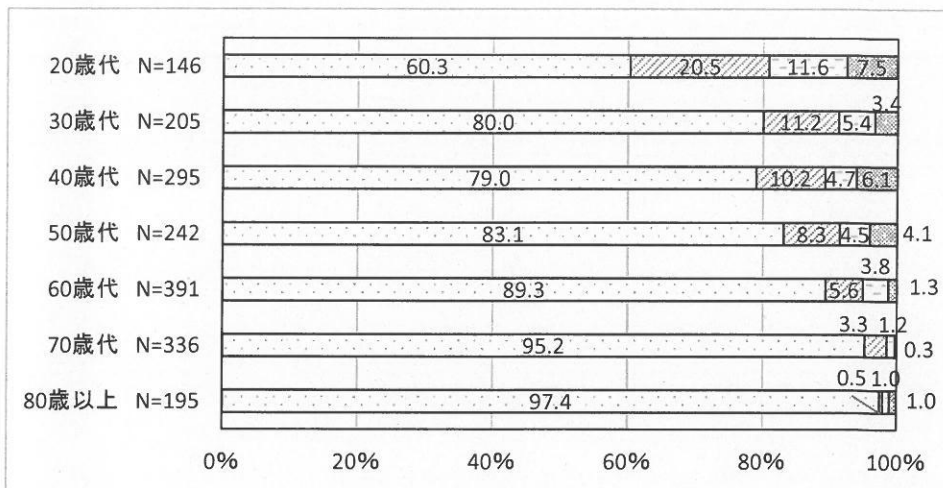


図2-1 30歳代男性

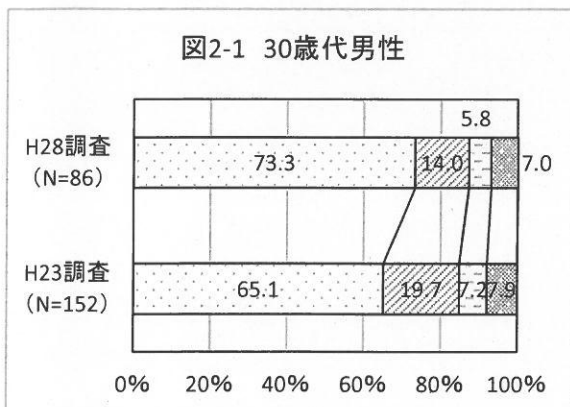
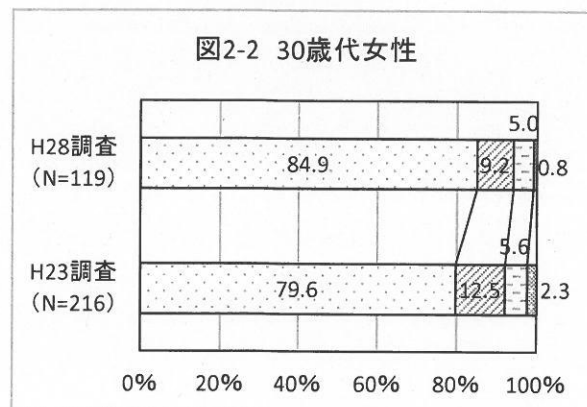
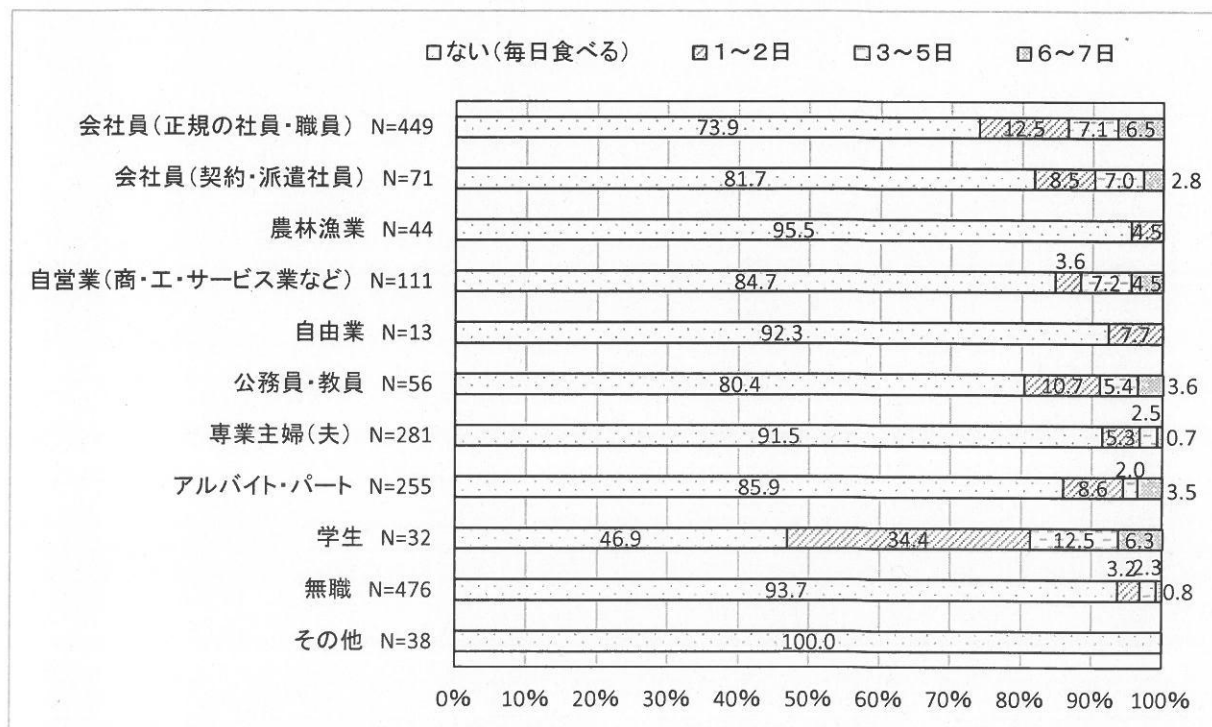


図2-2 30歳代女性



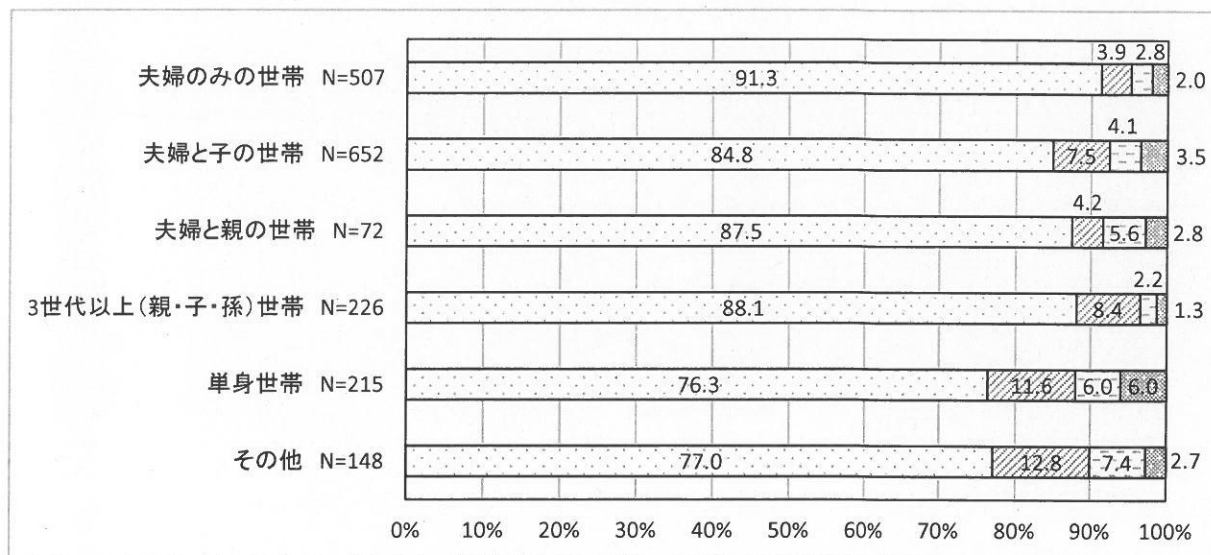
【職業別】

○職業別でみると、「農林漁業」、「自由業」、「専業主婦（夫）」、「無職」、「その他」で「ない（毎日食べる）」の割合が高く、9割を超えています。一方、「学生」で「ない（毎日食べる）」の割合が最も低く、46.9%となっており、「1～2日」欠食がある人の割合は34.4%となっています。



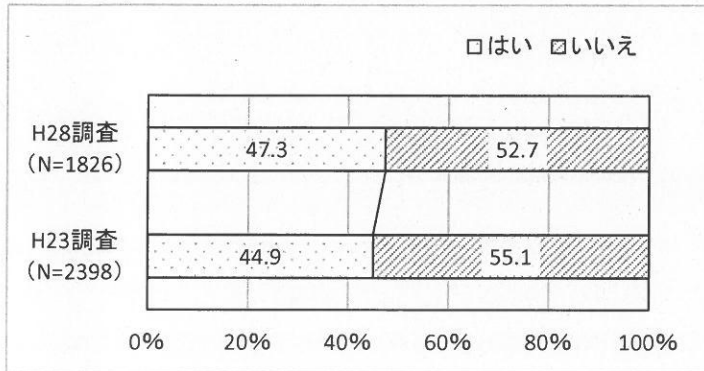
【家族構成別】

○家族構成別でみると、他に比べ、「単身世帯」で「ない（毎日食べる）」の割合が低く、76.3%となっています。



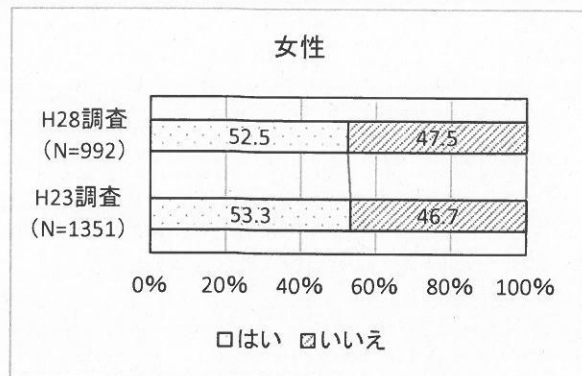
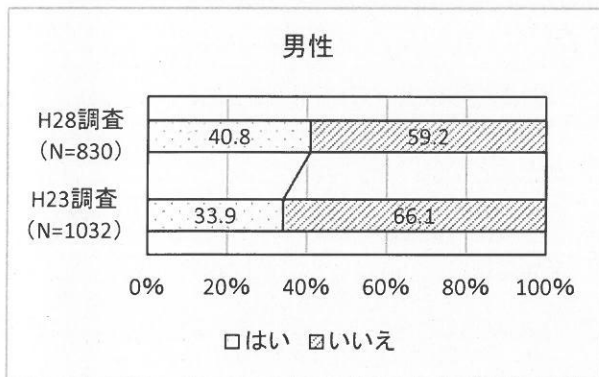
問9 1日に必要な野菜摂取量が350g [小鉢5皿または生野菜両手3杯分]以上であることを知っていますか。 参考

- 「はい」の割合は47.3%となっています。
- 前回の調査と比べると、「はい」の割合が2.4ポイント増加しています。



【性別】

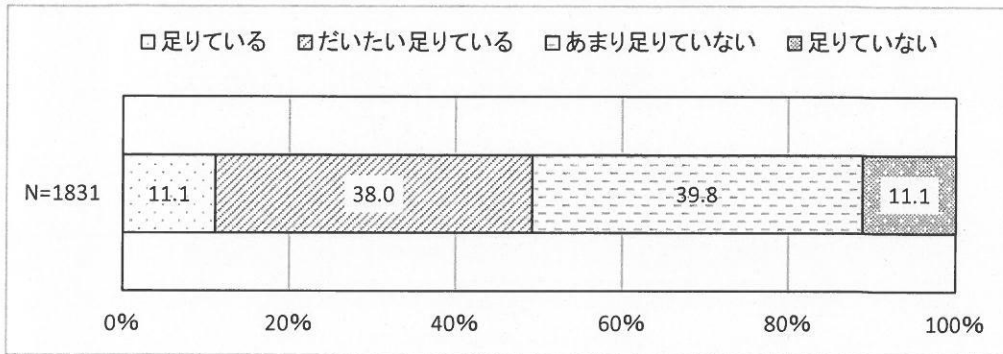
- 男性に比べ、女性で「はい」の割合が高く、52.5%となっています。
- 前回の調査と比べると、男性は「はい」の割合が6.9ポイント増加していますが、女性は「はい」の割合が0.8ポイント減少しています。



問10 あなたの普段の食事で野菜摂取量は足りていると思いますか。

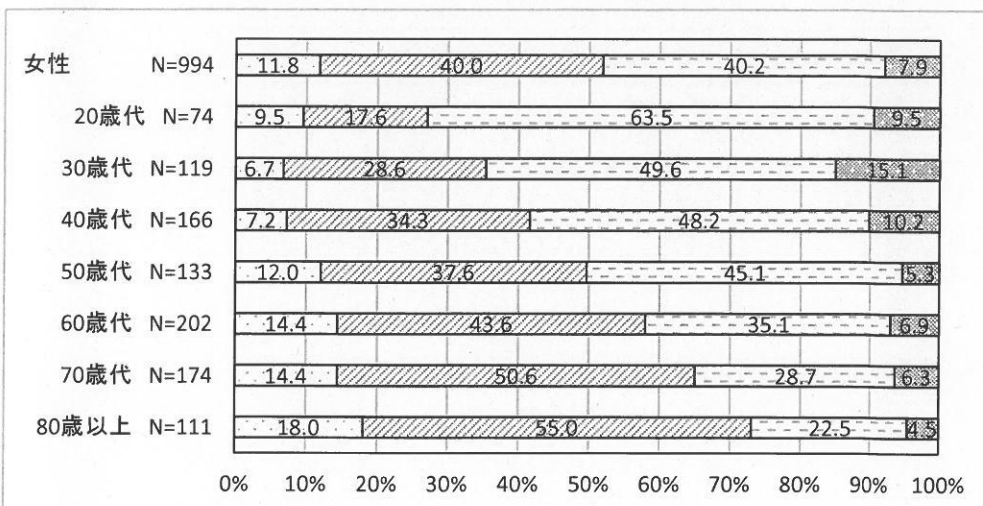
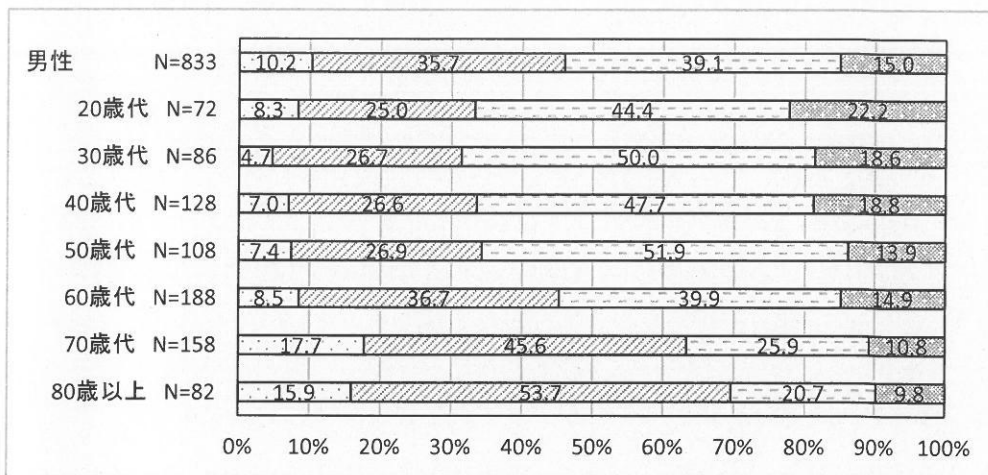
参考

○「あまり足りていない」の割合が39.8%と最も高く、次いで「だいたい足りている」の割合が38.0%となっています。



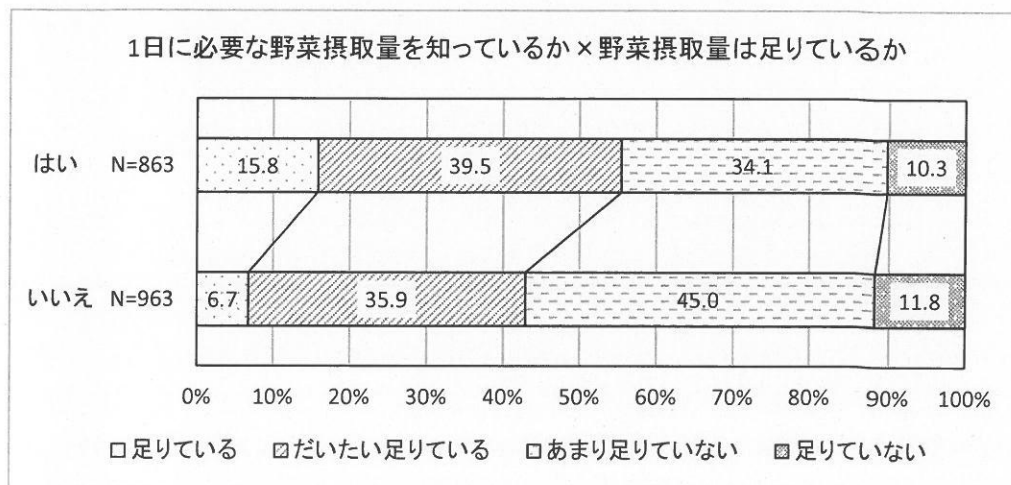
【性・年齢別】

○性別でみると、男性に比べ、女性で「だいたい足りている」の割合が高く、4割となっています。
 ○性・年齢別でみると、男女ともに70歳以上で「足りている」「だいたい足りている」の割合が高く、6割を超えています。一方、男性の20歳代から50歳代、女性の20歳代から30歳代で「足りている」「だいたい足りている」の割合が低く、4割未満となっています。



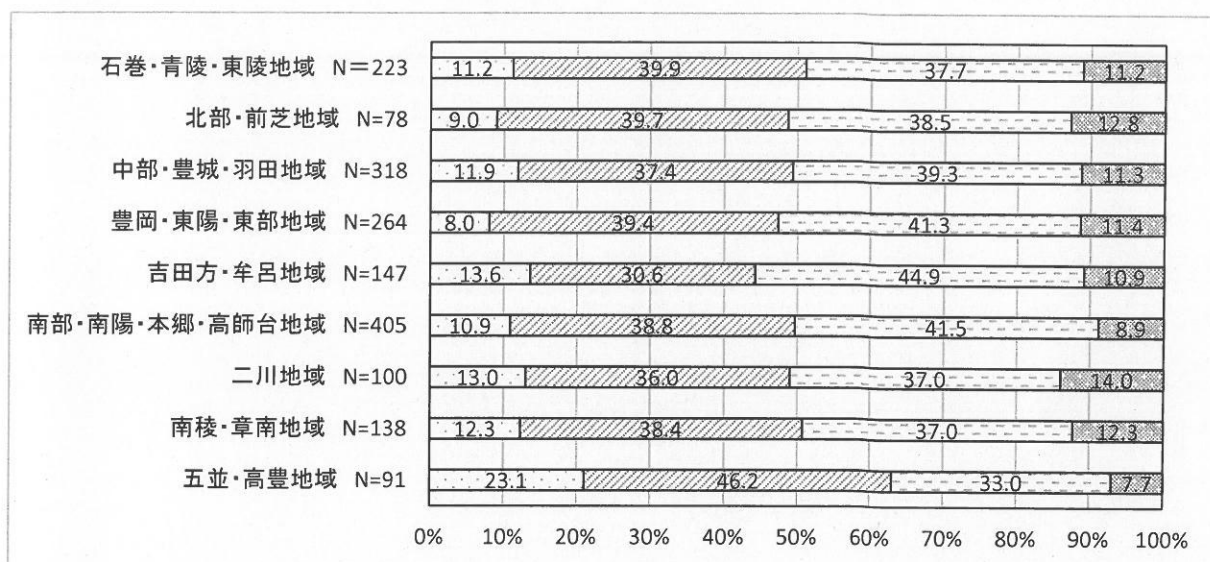
【野菜摂取量別】

○必要な野菜摂取量を知っている（「はい」）と回答した人は、知らない（「いいえ」）と回答した人より、野菜摂取量は「足りている」、「だいたい足りている」の割合が高い傾向がみられました。



【地域別】

○地域別でみると、「五並・高豊地域」が「足りている」「だいた足りている」をあわせた割合が最も高く約7割となっています。他の地域は大きな差異はみられません。

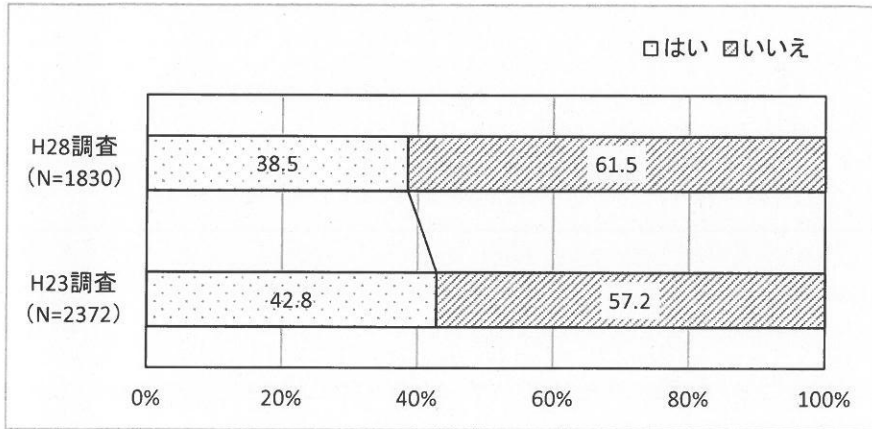


問 1 1 自分の適正体重を維持するための適切な食事の質・量を知っていますか。

計画書(P.21 図3)

○「いいえ」の割合が61.5%となっています。

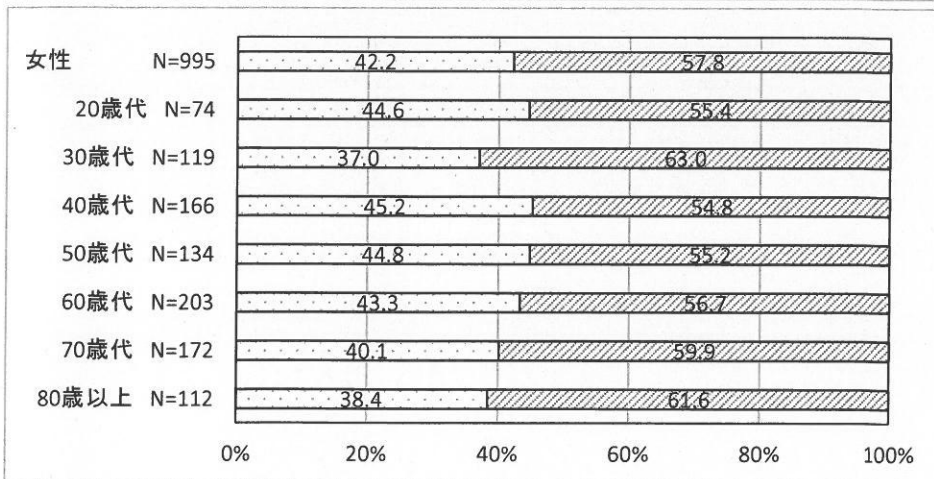
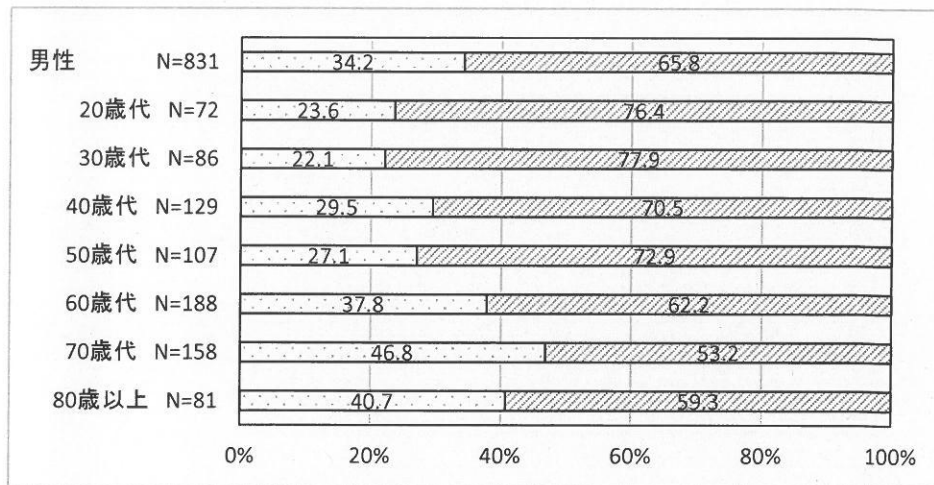
○前回の調査と比べると、「いいえ」の割合が4.3ポイント増加しています。



【性・年齢別】

○性別でみると、女性に比べ、男性で「いいえ」の割合が高く、6割を超えています。

性・年齢別でみると、他に比べ、男性の20歳代、30歳代で「はい」の割合が低く、約2割となっています。

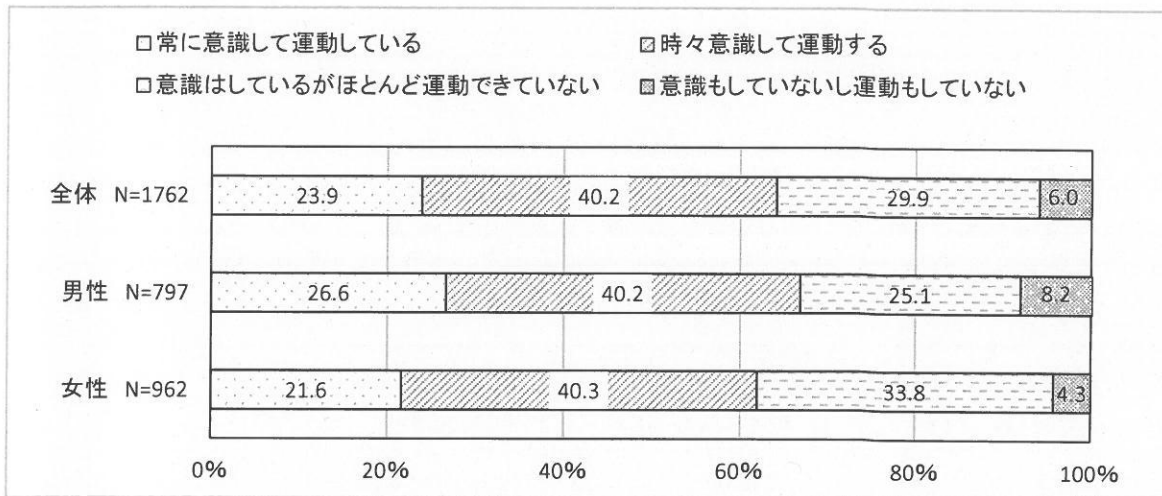


(4) 身体活動・運動について

問13 普段、意識して運動をしていますか。あわせて、「意識はしているがほとんど運動できていない」「意識もしていないしほとんど運動できていない」を選んだ方は、その理由をご記入ください。

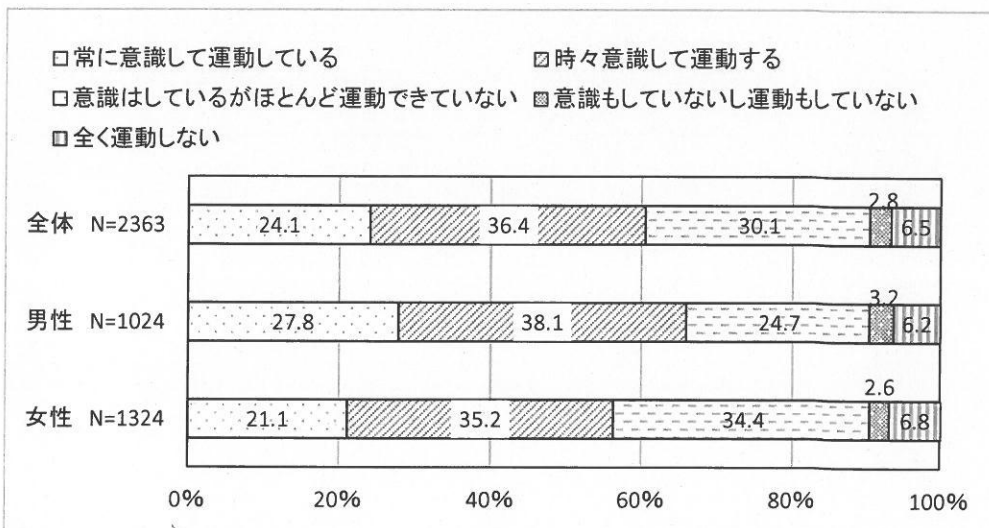
計画目標項目(P.23①)

- 「常に意識して運動している」と「時々意識して運動する」をあわせた意識して運動している人の割合が64.1%、「意識はしているがほとんど運動できていない」「意識もしていないし運動もしていない」をあわせた運動していない人の割合が35.9%となっています。
- 前回の調査と比べると、意識して運動している人の割合が3.6ポイント増加しています。
- 性別で見ると、男性に比べ、女性で運動していない人の割合が高く、約4割となっています。
- 前回の調査と比べると、運動している人の割合が、男性は0.9ポイント、女性は5.6ポイント増加しています。



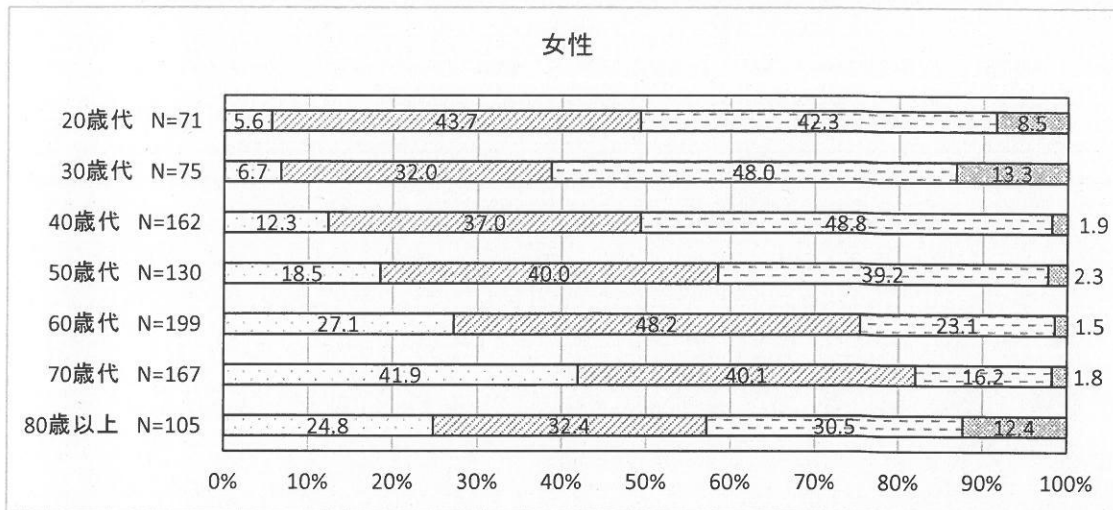
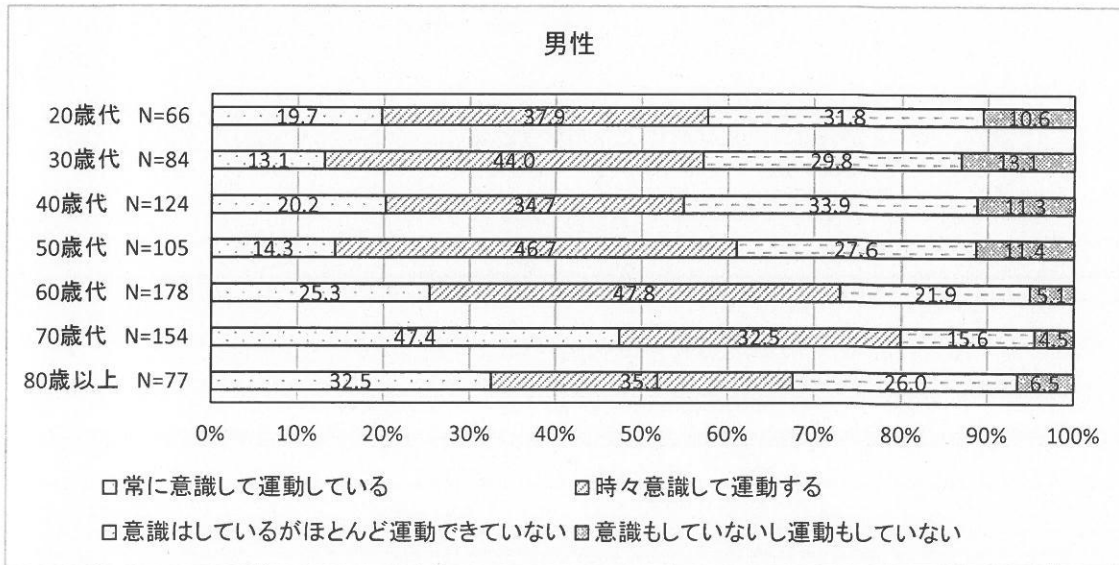
【参考：平成23年度 市民意識調査】

問 普段、意識して運動をしていますか。

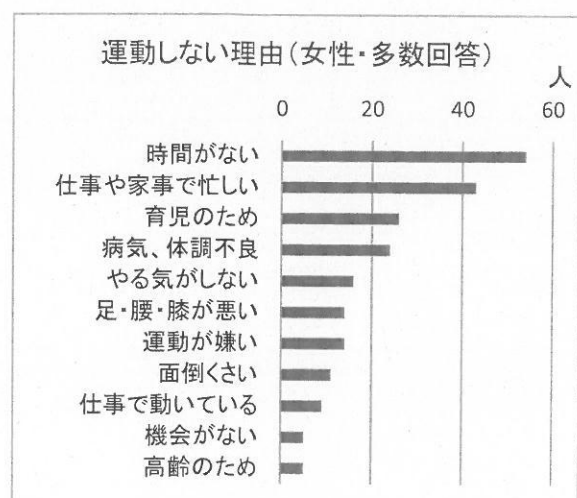
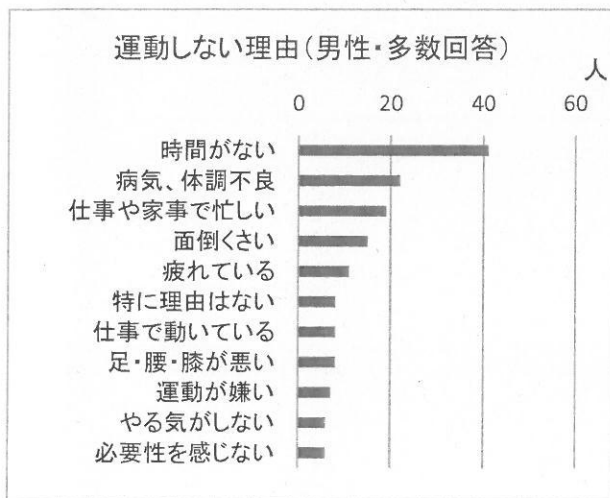


【年齢別】計画書(P. 25 図1)

○年齢別にみると、男性と女性の60歳代、70歳代で意識して運動している人の割合が高く、7割を超えています。一方、女性の20歳代から40歳代で運動していない人の割合が高く、5割を超えています。



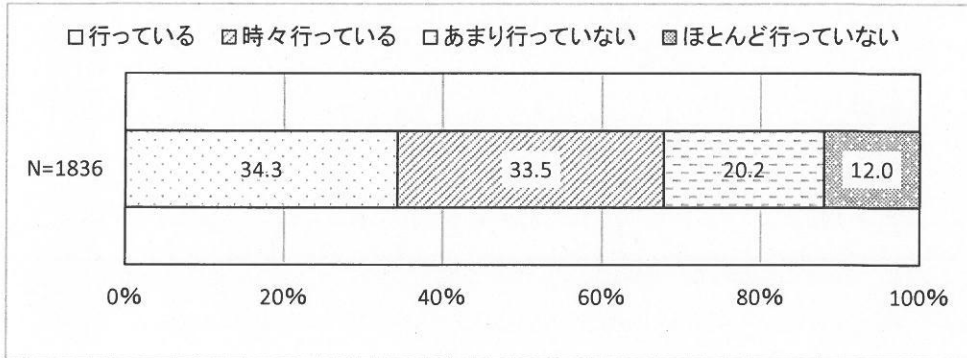
【運動しない理由】



問12 日常生活の中で、なるべく身体を動かすように心がけていますか。

参考

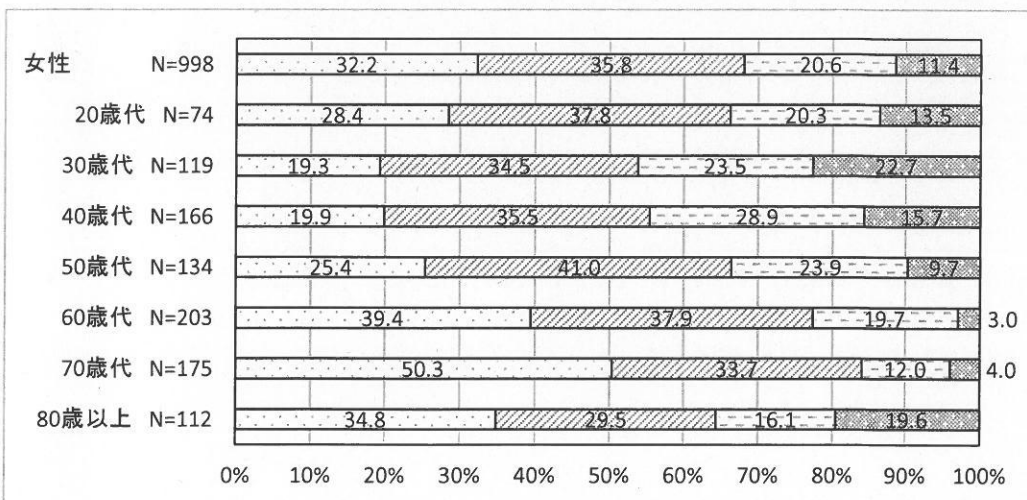
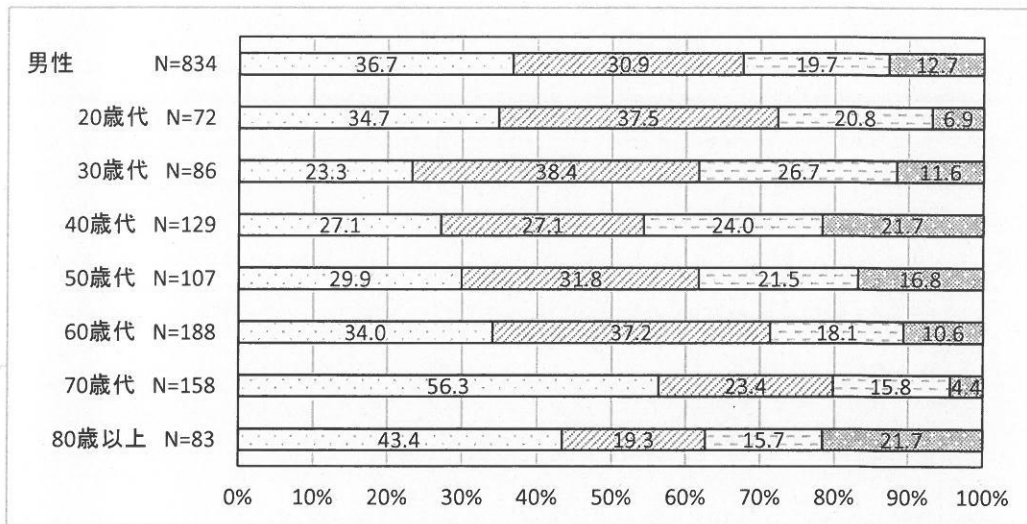
○「行っている」の割合が34.3%と最も高く、次いで「時々行っている」の割合が33.5%となっています。



【性・年齢別】

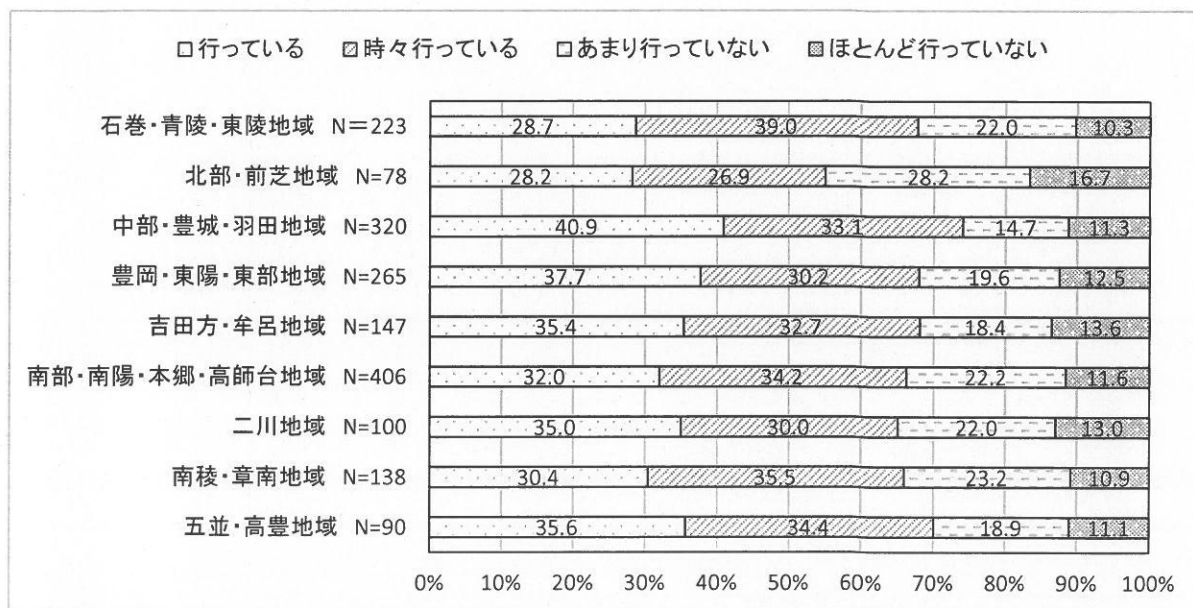
○性別でみると、大きな差異はみられません。

○年齢別でみると、女性での30歳代、40歳代で「行っている」の割合が低く、2割未満となっています。また、男女の70歳代で「行っている」の割合が高く、5割を超えています。



【地域別】

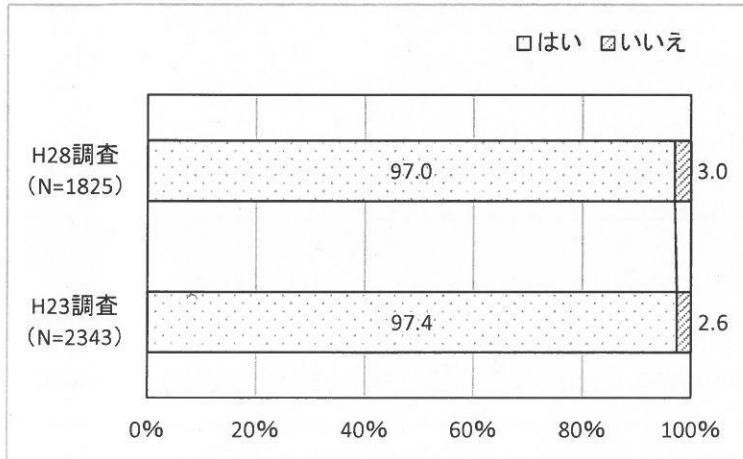
○地域別でみると、他に比べ、「石巻・青陵・東陵地域」と「北部・前芝地域」が「行っている」の割合が低く、3割未満となっています。他の地域は大きな差異はみられません。



問 1 5 運動を行うことは、健康な生活習慣を維持する効果があると思いますか。

計画書(P. 25 図 3)

○前回の調査と比べると、「はい」の割合が 0.4 ポイント減少しています。



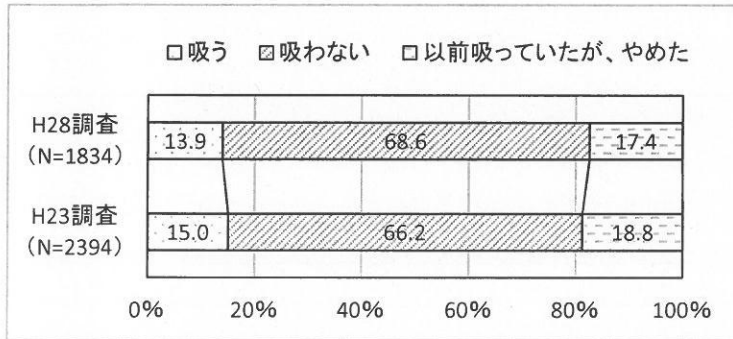
(5) 喫煙について

問 16 あなたは、たばこを吸いますか。

計画目標項目 (P. 27①)

○「吸わない」の割合が 68.6%と最も高く、次いで「以前吸っていたが、やめた」の割合が 17.4%、「吸う」の割合が 13.9%となっています。

○前回の調査と比べると、「吸う」の割合が 1.1 ポイント減少しています。



【性・年齢別】計画書(P. 29 図 1)

○性別でみると、女性に比べ、男性で「吸う」の割合が高く、約 4 倍となっています。

○性・年齢別でみると、男性の 30 歳代で「吸う」の割合が高く、3 割を超えています。

女性では、30 歳代、40 歳代で「吸う」の割合が高く、1 割を超えています。

○前回の調査と比べると、特に変化がみられたのは、20 歳代男性の「吸う」が 10.4 ポイント減少し、30 歳代男性の「以前吸っていたが、やめた」の割合が 14.8 ポイント減少しています。(図 3-1、3-2)

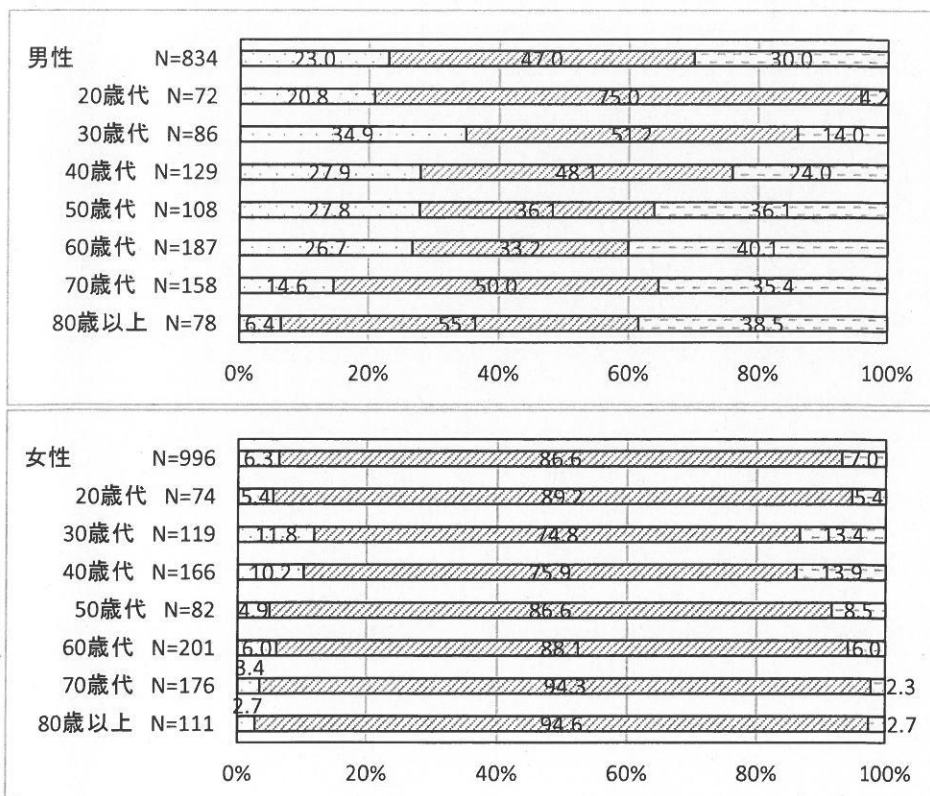


図3-1 20歳男性

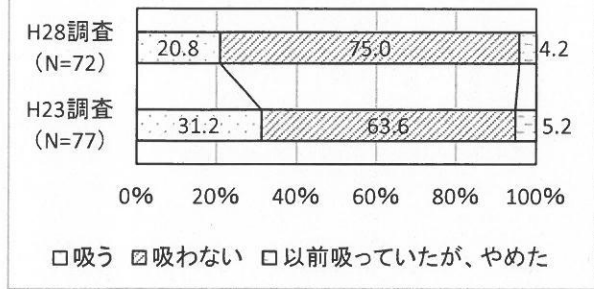
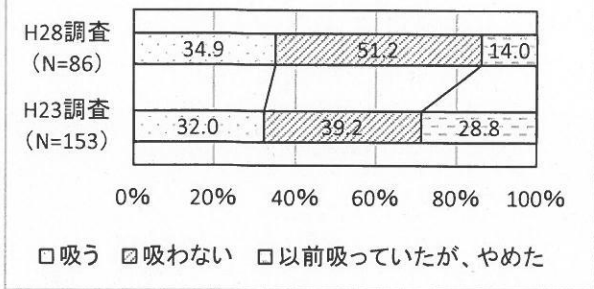
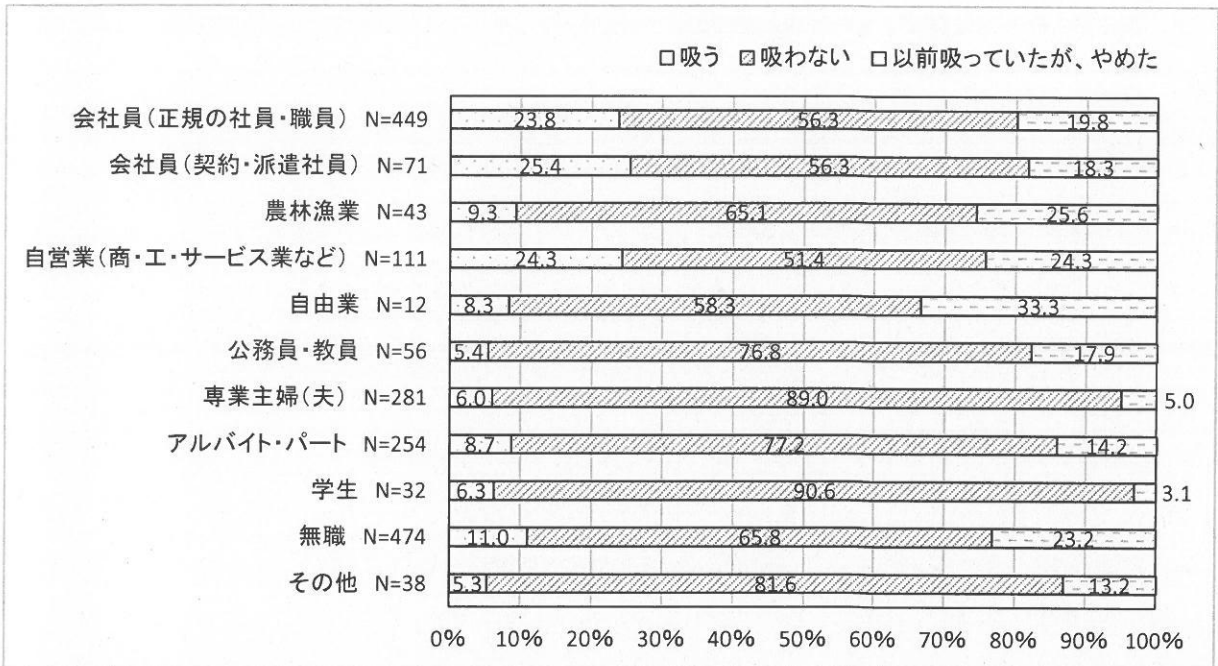


図3-2 30歳男性



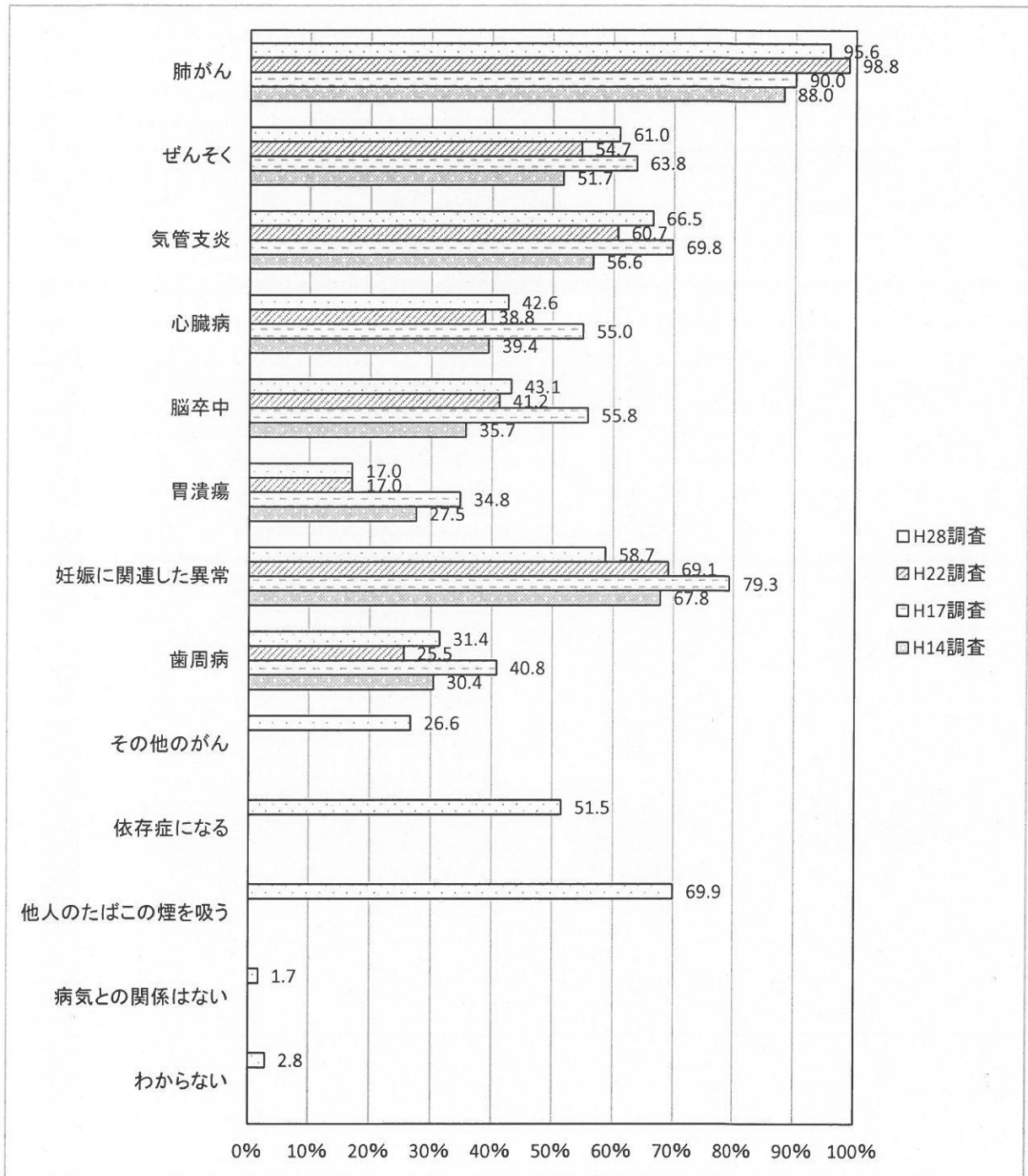
【職業別】

○職業別でみると、他に比べ、「会社員」と「自営業」で「吸う」の割合が高く、2割を超えています。一方、専業主婦（夫）、学生で「吸わない」の割合が高く、約9割となっています。



問17 喫煙が及ぼすたばこの害について知っているものは何ですか。【計画書(P.29表1)】

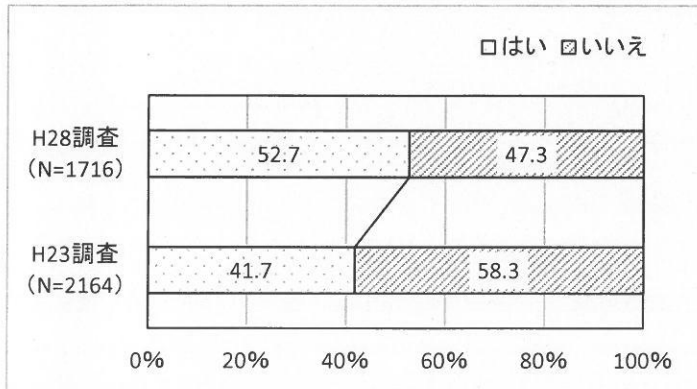
- 「肺がん」の割合が95.6%と最も高く、次いで「他人のたばこの煙を吸う」の割合が69.9%、「気管支炎」の割合が66.5%となっています。
- 前回の調査と比べると、「肺がん」の割合が3.2ポイント、「妊娠に関連した異常」の割合が10.4ポイント減少しています。



(6) 飲酒について

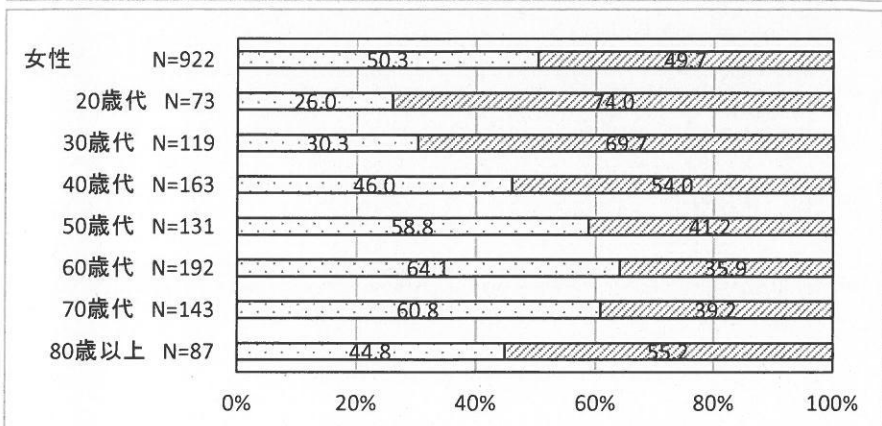
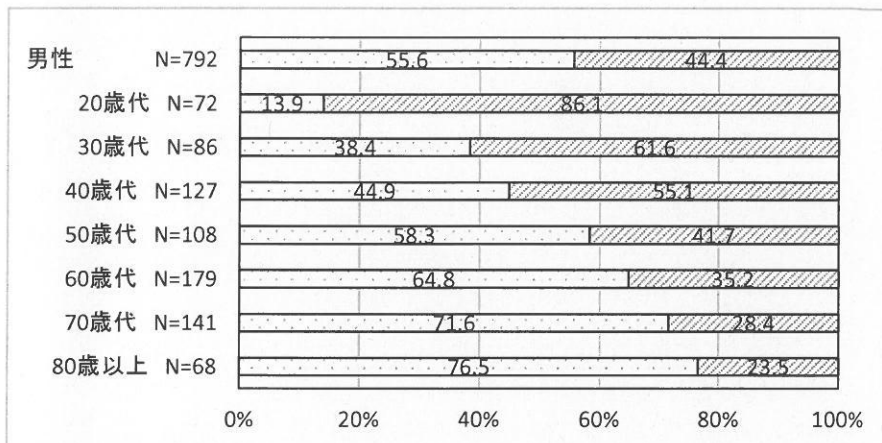
問23 身体にとって適切な1日の飲酒量が、日本酒1合(180ml)以下に相当する酒量と
いうことを知っていますか。 計画書(P.33 図1)

- 「はい」の割合が52.7%、「いいえ」の割合が47.3%となっています。
- 前回の調査と比べると、「はい」の割合が11.0ポイント増加しています。



【性・年齢別】

- 性別でみると、大きな差異はみられません。
- 性・年齢別でみると、男性は年齢が低くなるにつれて「いいえ」の割合が高くなり、男性の20歳代は「いいえ」の割合が最も高く、86.1%となっています。
- 女性は20歳代、30歳代で「いいえ」の割合が高く、約7割となっています。

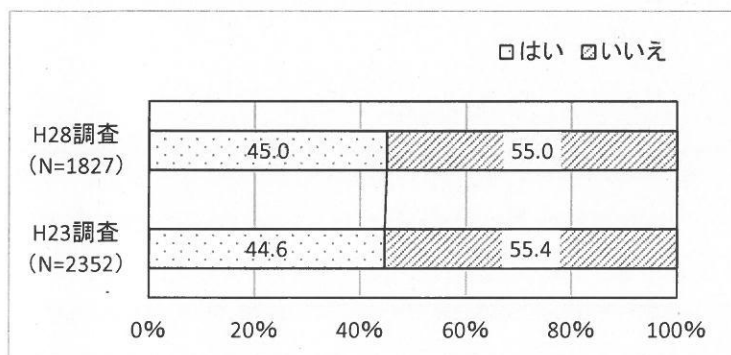


(7) 歯の健康について

問 27 この1年間に、歯科健康診査や通院で歯磨き指導を受けたことがありますか。

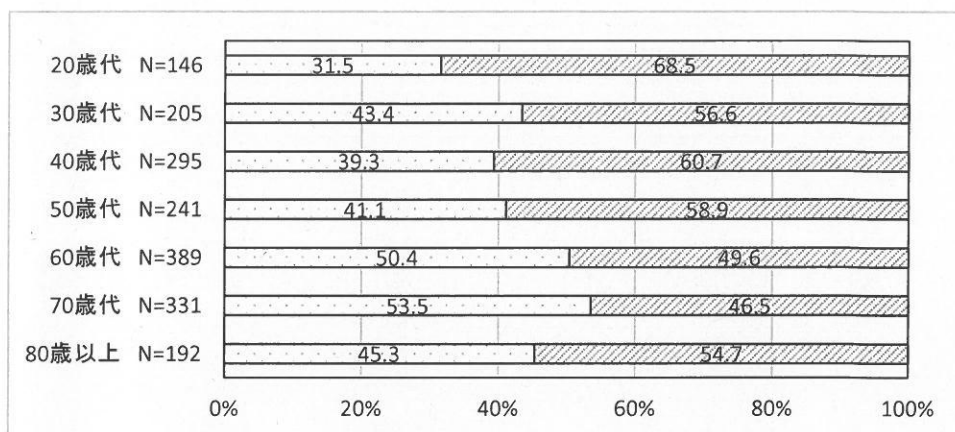
計画目標項目 (P. 35②)

- 「はい」の割合が45.0%、「いいえ」の割合が55.0%となっています。
- 前回の調査と比べると、「はい」の割合が0.4ポイント増加しています。



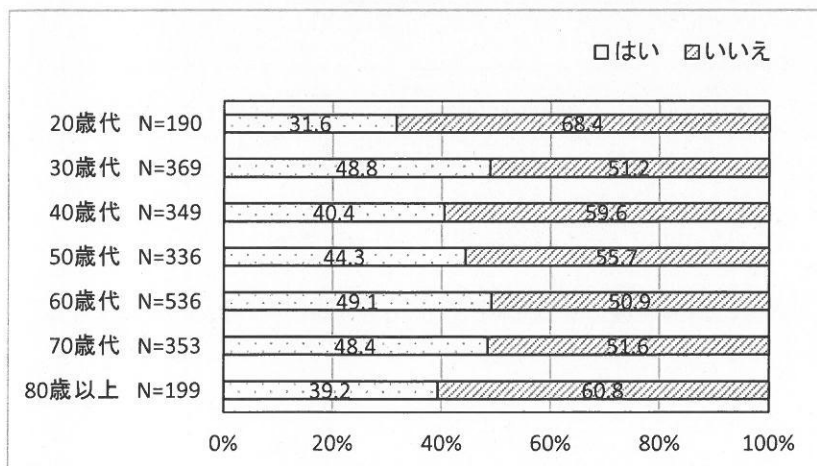
【年齢別】計画書 (P. 37 図 1)

- 年齢別でみると、60歳代、70歳代で「はい」の割合が高く、5割を超えています。
- 前回の調査と比べると、各年代で大きな差異はみられません。



【参考：平成23年度 市民意識調査】

問 この1年の間に、歯科健診や通院で歯磨き指導を受けたことがありますか。

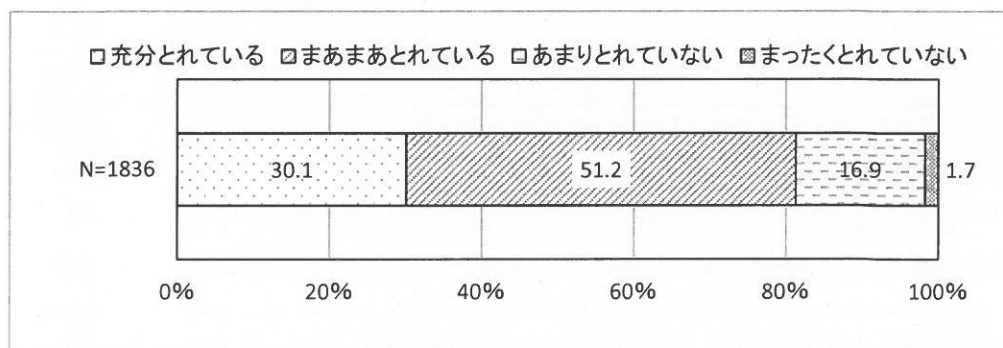


(8) 休養・こころの健康について

問 18 ここ1ヶ月間、「睡眠」で休養を充分とれていますか。

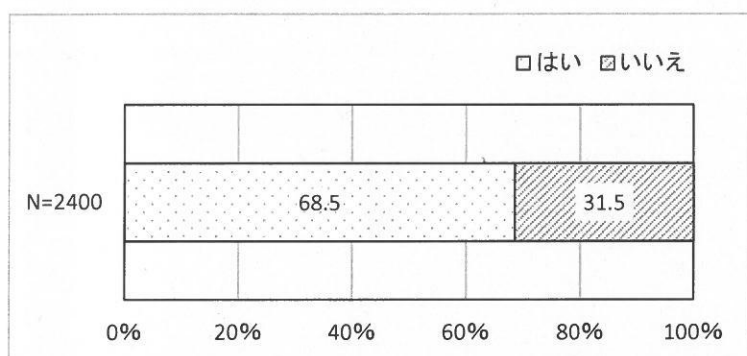
計画目標項目 (P. 55③)

- 「充分とれている」と「まあまあとれている」をあわせた睡眠をとれている人の割合が 81.3%、「あまりとれていない」と「まったくとれていない」をあわせた睡眠をとれていない人の割合が 18.6%となっています。
- 前回の調査と比べると、睡眠をとれている人の割合が 12.8 ポイント増加しています。



【平成 23 年度 市民意識調査】

問 睡眠で休養を十分にとれていると思いますか。

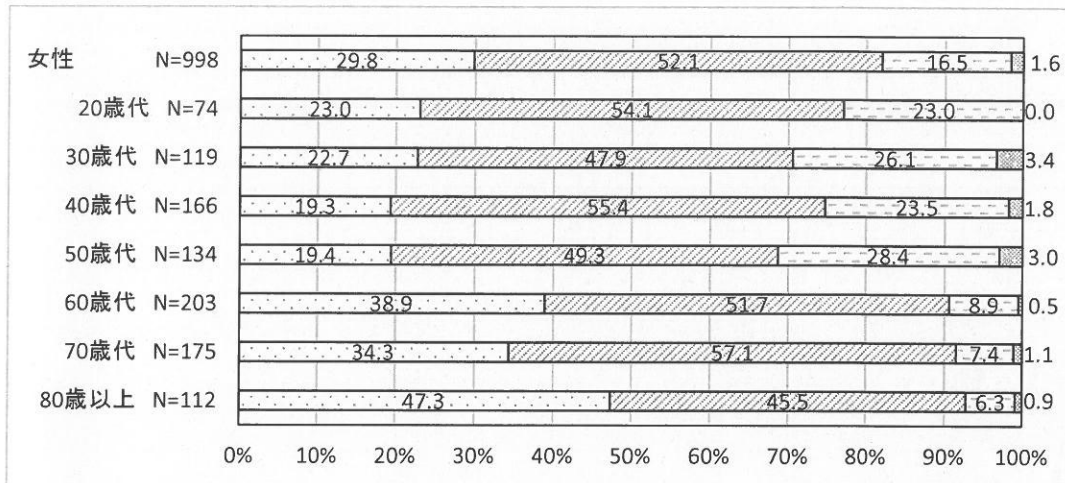
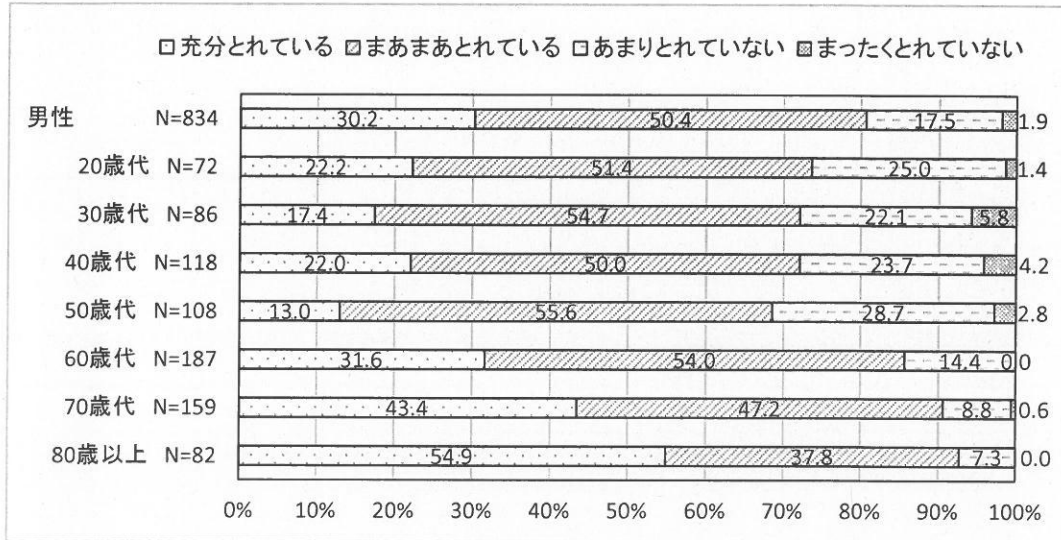


【性・年齢別】

○性別で見ると、大きな差異はみられません。

○性・年齢別で見ると、「充分とれている」と「まあまあとれている」をあわせた睡眠をとれている人の割合が男性の70歳以上、女性の60歳以上で9割を超えています。

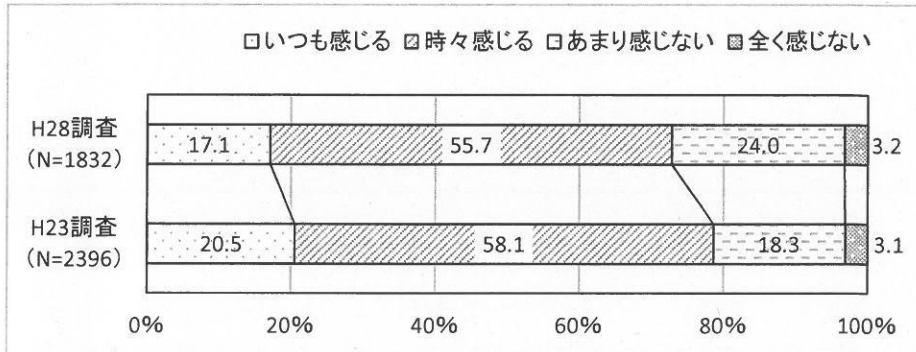
一方、「あまりとれていない」と「まったくとれていない」をあわせた睡眠をとれていない人の割合が他の年代の中で男女ともに20歳代から50歳代が高く、特に50歳代は3割を超えています。



問 19 あなたは普段の生活の中でストレスを感じることがありますか。【計画書(P.57 図2)】

○「いつも感じる」と「時々感じる」をあわせたストレスを感じている人の割合が72.8%、「ほとんど感じない」「全く感じない」をあわせたストレスを感じていない人の割合が27.2%となっています。

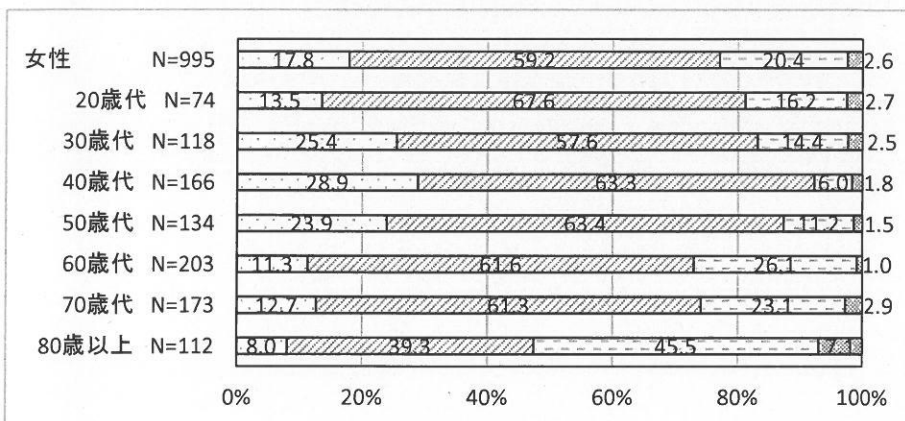
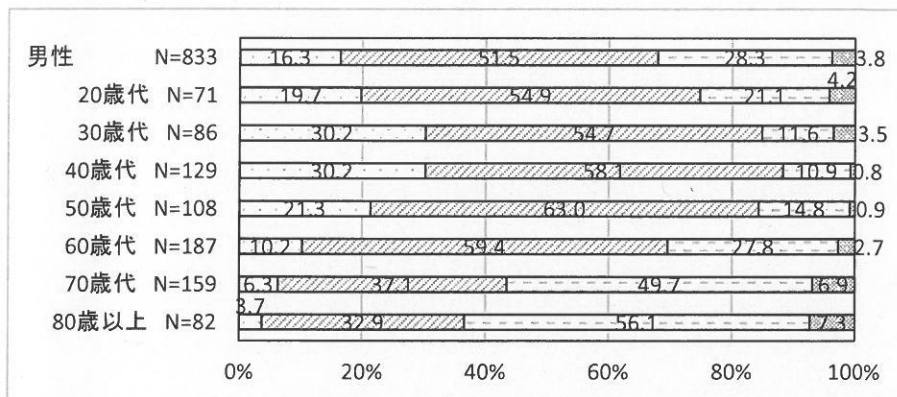
○前回の調査と比べると、ストレスを感じている人の割合は5.8ポイント減少しています。



【性・年齢別】

○性別でみると、男性に比べ、女性でストレスを感じている人の割合が高く、約8割となっています。

○性・年齢別でみると、男性の30歳代から50歳代、女性の20歳代から50歳代でストレスを感じている人の割合が高く、8割を超えています。特に、女性の40歳代のストレスを感じている人の割合は92.2%となっています。



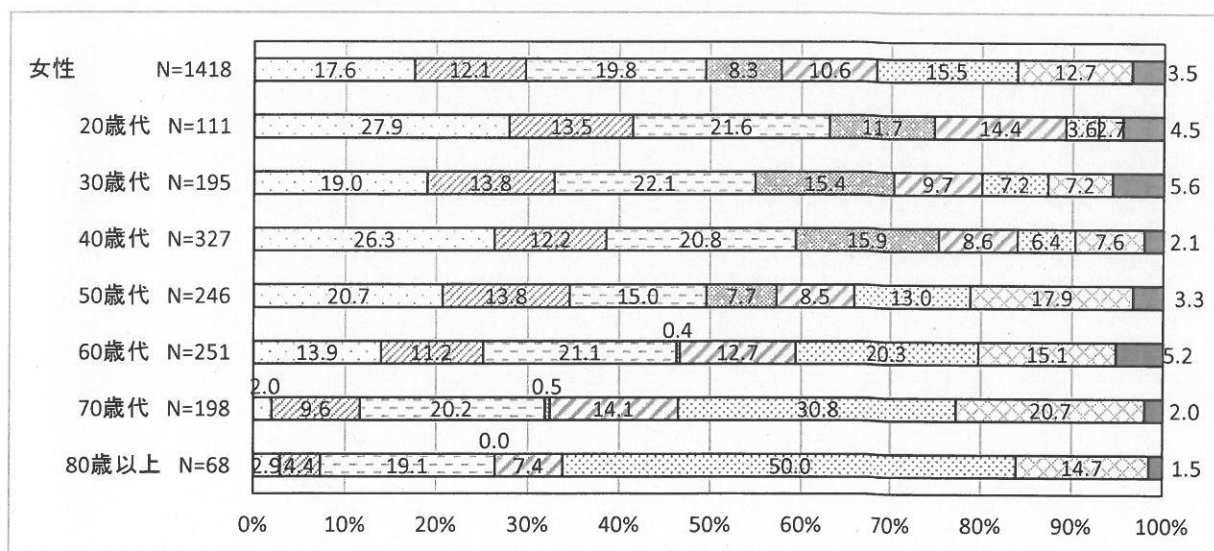
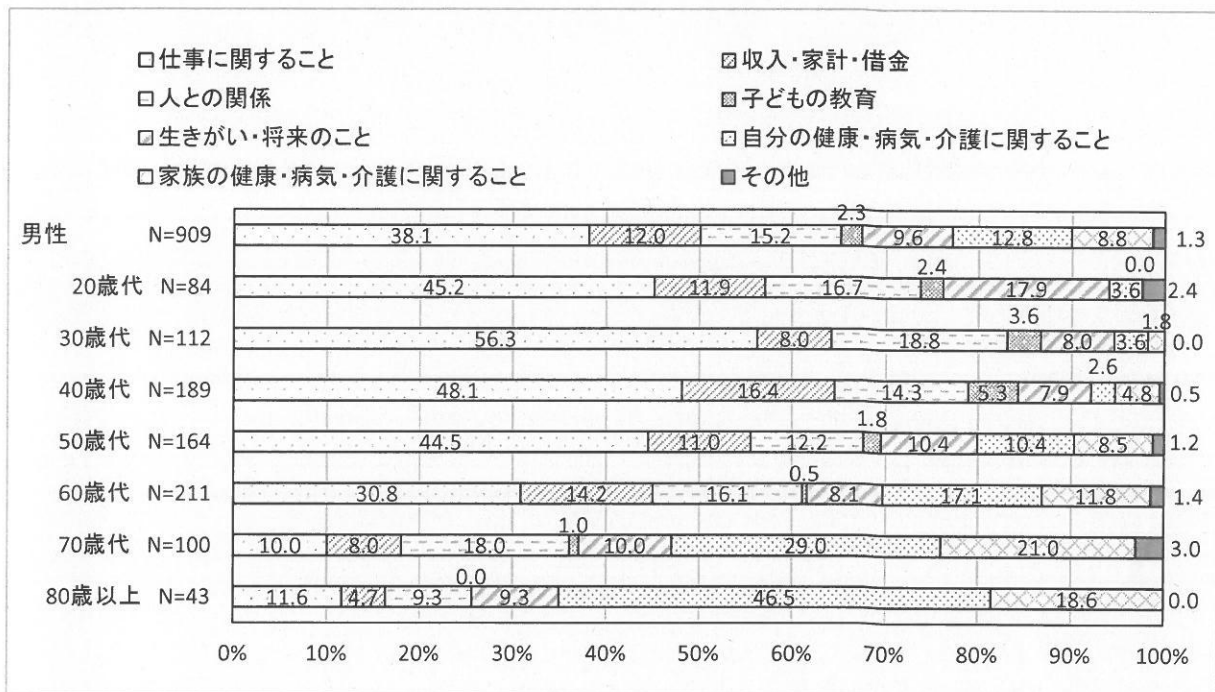
問20 問19で「いつも感じる」「時々感じる」を回答された方にお尋ねします。

ストレスの主な原因はなんですか。

計画書(P.57 図3)

【性・年齢別】

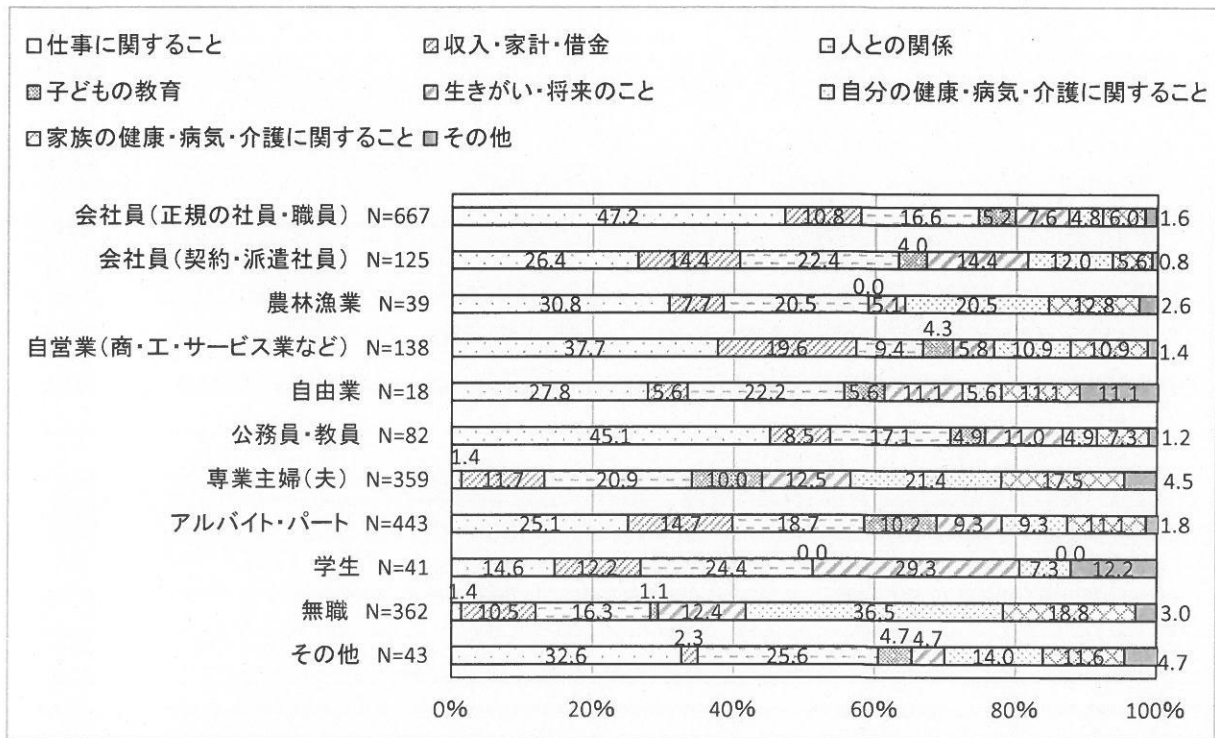
- 女性に比べ、男性で「仕事に関すること」の割合が高く、約2倍となっています。
一方、男性に比べ、女性で「人との関係」「子どもの教育」「自分の健康・病気・介護に関すること」「家族の健康・病気・介護に関すること」の割合が高くなっています。
- 男性の20歳代から50歳代で「仕事に関すること」の割合が高く、4割を超えています。
- 「自分の健康・病気・介護に関すること」の割合は、男女ともに50歳代から急激に上昇し、特に80歳以上は男女ともに約5割となっています。



【職業別】

○職業別にみると、「会社員（正規の社員・職員）」、「公務員・教員」で「仕事に関すること」の割合が高く、4割を超えています。また、無職で「自分の健康・病気・介護に関すること」の割合が高く、約4割となっています。

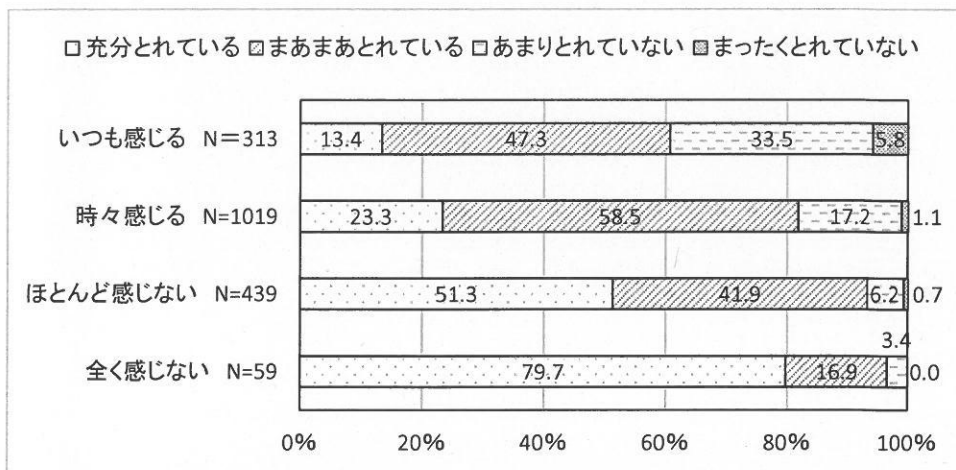
「学生」では、「生きがい・将来のこと」が他に比べ高く、約3割となっています。



【ストレスの有無別十分な睡眠の状況】 計画書(P. 57 図 4)

○ストレスを感じる頻度が高くなるにつれて「あまりとれていない」「まったくとれていない」の割合が高くなっています。

○ストレスを「ほとんど感じない」「全く感じない」人の9割を超える人は、睡眠を「充分とれている」「まあまあとれている」と回答しています。



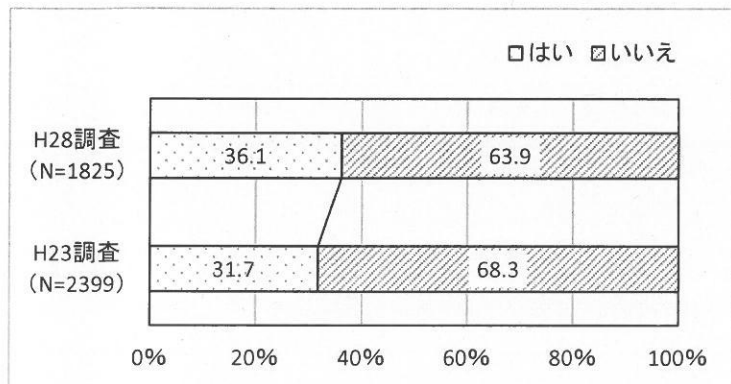
(9) 健康を支える環境について

問14 この1年間に、お住まいの地域活動に参加したことがありますか。

計画目標項目(P.67①)

○「はい」の割合が36.1%、「いいえ」の割合が63.9%となっています。

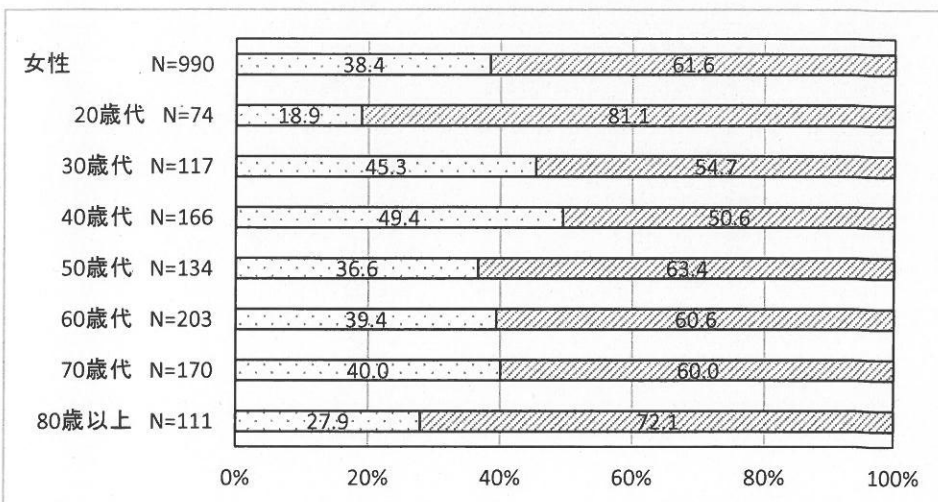
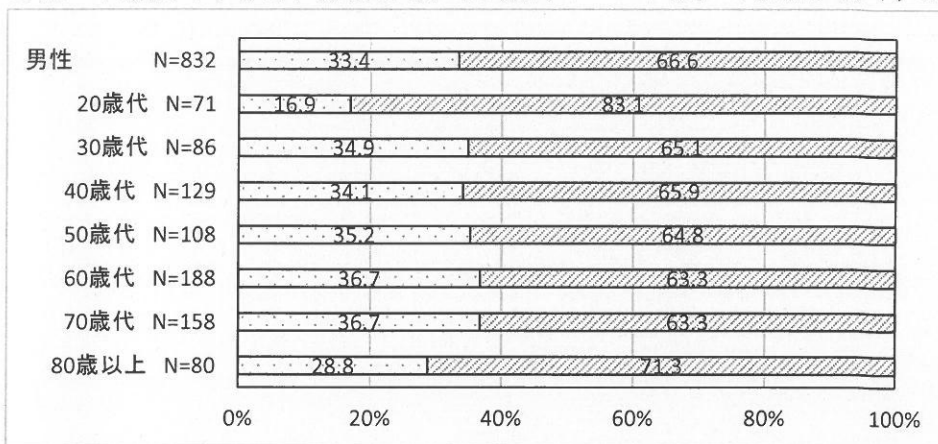
○前回の調査と比べると、「はい」の割合が4.4ポイント増加しています。



【性・年齢別】計画書(P.69図1)

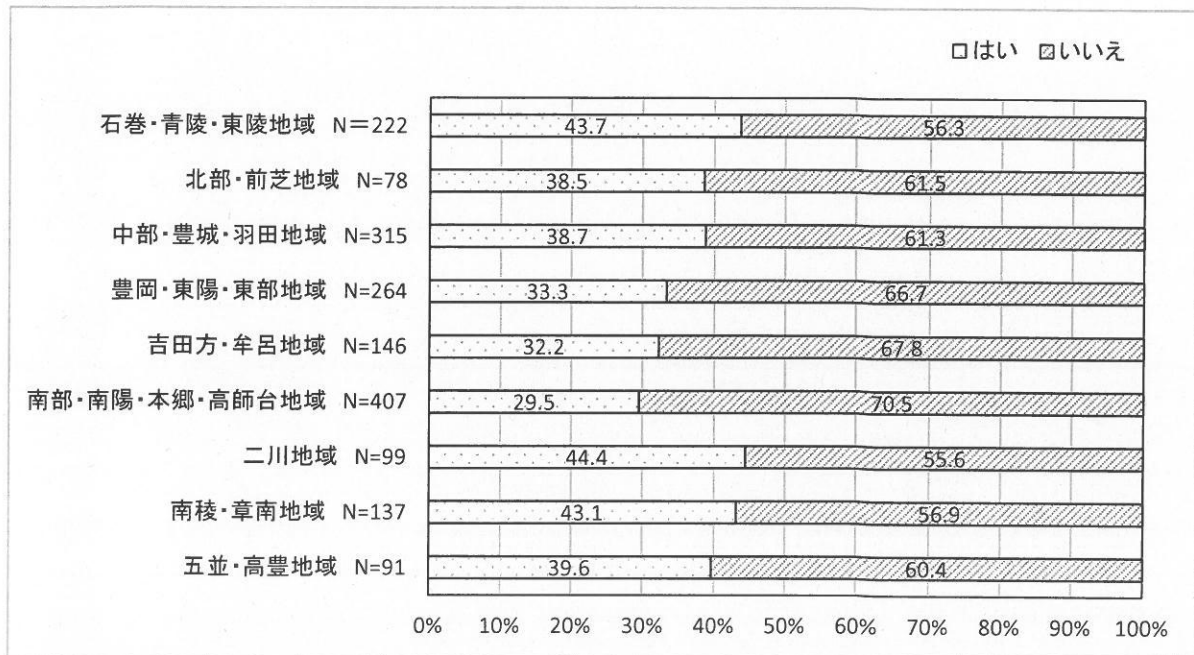
○性別でみると、大きな差異はみられません。

○性・年齢別でみると、男女ともに20歳代の「いいえ」の割合が高く、8割を超えています。



【地域別】

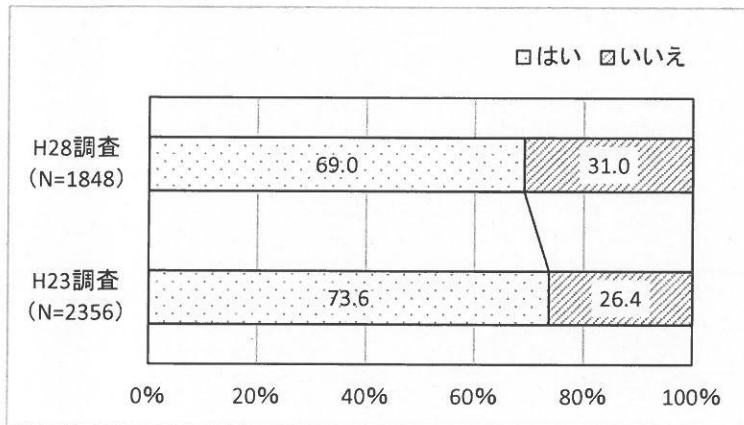
○地域別でみると、大きな差異はみられません。



問 4 1 健康のことで心配がある時、相談できる人がいますか。

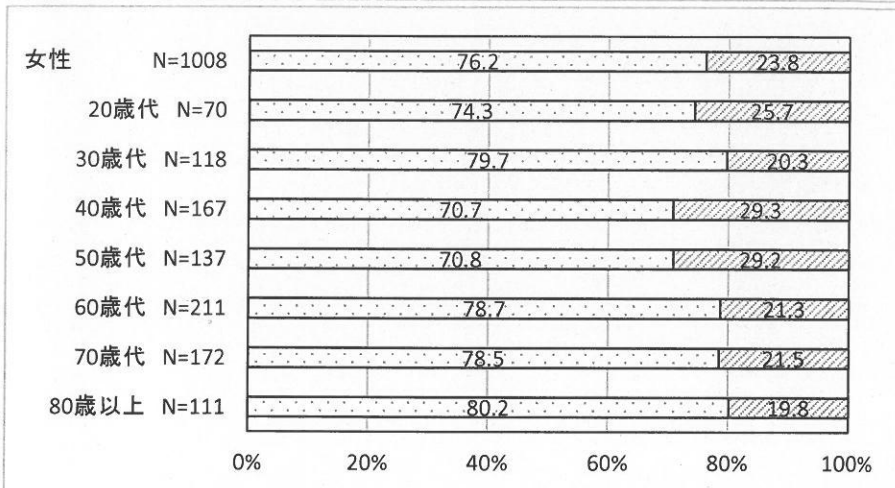
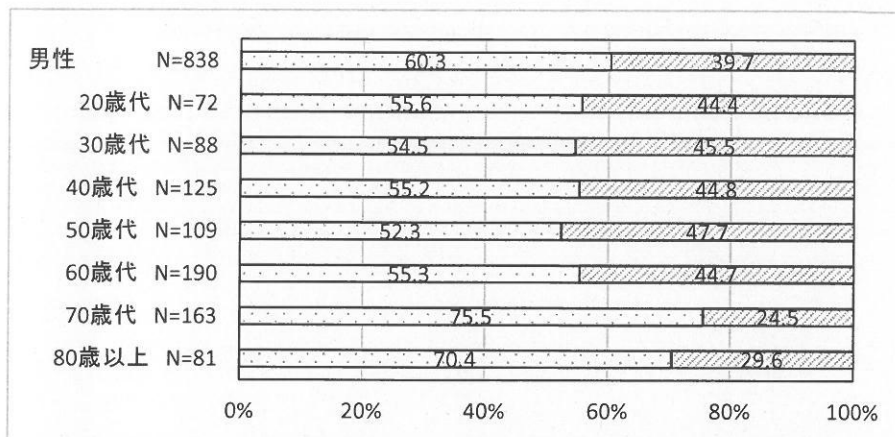
計画目標項目 (P. 67②)

- 「はい」の割合が 69.0%、「いいえ」の割合が 31.0%となっています。
- 前回の調査と比べると、「はい」の割合が 4.6 ポイント減少しています。



【性・年齢別】計画書 (P. 69 図 2)

- 男性で「いいえ」の割合が高く、70歳以上では約3割、他の年代は約4割となっています。



【主に誰に相談するか】

○男性では「配偶者」の割合が最も高く、約4割となっています。

○女性は「配偶者」「親・兄弟姉妹・親戚」の割合が高く、それぞれ約3割となっています。

