

健康に関するアンケート調査

●調査ご協力のお願い●

市民の皆様には、日頃から市政にご理解とご協力をいただき、厚くお礼申し上げます。清須市では、平成 26 年に「健康日本 21 清須計画（第 2 次）」を策定し、市民の皆様の健康の保持・増進を目指して、健康づくりに関する様々な施策に取り組んでまいりました。

このたび、この計画の中間評価及び今後の計画策定の基礎資料として活用させていただきたく、アンケート調査を実施することといたしました。

この調査は、健康に関する意識や生活習慣等を聞かせていただくもので、市内にお住まいの方から 2,000 名を無作為に選ばせていただき、ご協力をお願いするものです。ご回答の内容は、すべて統計的に処理し、調査目的以外には使用いたしません。

お忙しい中、大変恐縮ですが、調査の趣旨をご理解いただき、調査にご協力くださいますようお願い申し上げます。

平成 30 年 6 月

清須市長 永田 純夫

●ご記入に際してのお願い●

- 1 このアンケートは、あて名の方ご本人がお答えください。ご本人が記入できない場合は、ご本人の意見を聞きながらご家族の方と一緒に答えいただいて結構です。
- 2 回答は、選択項目の中から、あてはまるものの番号を○で囲んでください。また、設問ごとに（○は1つ）、（○はいくつでも）など回答の数に制限のあるものは、その数の範囲内で○をつけてください。
- 3 「その他」を選ばれた場合は、（ ）内にその内容を具体的にご記入ください。
- 4 ご記入いただいた調査票は、無記名のまま、同封した返送用の封筒に入れて、**■月■日（■）まで**に、ポストへお入れください（切手は不要です）。
- 5 調査票についてのお問い合わせは、下記までお願いします。

清須市 健康福祉部 健康推進課

電話：(052) 400-2911 (代)

FAX：(052) 400-2963



あなたご自身について

問1 性別はどちらですか。(○は1つ)

- | | |
|------|------|
| 1 男性 | 2 女性 |
|------|------|

問2 年齢はおいくつですか。(平成30年6月1日現在)

	歳
--	---

問3 居住地区はどちらですか。(○は1つ)

- | | | | |
|----------|--------|--------|--------|
| 1 西枇杷島地区 | 2 清洲地区 | 3 新川地区 | 4 春日地区 |
|----------|--------|--------|--------|

問4 現在の職業は何ですか。(○は1つ)

- | | |
|-----------------------|-----------|
| 1 勤め人(正規の社員、職員) | 5 専業主婦(夫) |
| 2 自営業・自由業・家業 | 6 無職 |
| 3 パートタイマー・派遣社員・アルバイト等 | 7 その他() |
| 4 学生 | |

問5 ここ3か月間の一週間の労働時間は平均で何時間くらいですか。(○は1つ)

- | | | |
|----------|----------------|----------|
| 1 40時間未満 | 2 40時間以上60時間未満 | 3 60時間以上 |
|----------|----------------|----------|

問6 家族構成は次のうちどれですか。(○は1つ)

- | | |
|-----------------|-------------------|
| 1 一人暮らし | 4 三世帯世帯(親と子と孫の世帯) |
| 2 夫婦のみ | 5 その他() |
| 3 二世帯世帯(親と子の世帯) | |

問7 さしつかえなければ、現在の身長および体重をご記入ください。

【身長】

	.	cm
--	---	----

【体重】

	.	kg
--	---	----

問8 定期的(目安:1か月に1回以上)に体重を測定していますか。(○は1つ)

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

問9 自分の適正体重を知っていますか。(○は1つ)

※ 適正体重 = 身長(m) × 身長(m) × 22 (例:身長160cmの場合は、1.6 × 1.6 × 22 = 56.3kg)

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

問10 現在の健康状態はいかがですか。(○は1つ)

- | | |
|--------|-----------|
| 1 良い | 4 あまり良くない |
| 2 まあ良い | 5 良くない |
| 3 普通 | |

問11 健康に関してどのような悩みや不安がありますか。(○はいくつでも)

- | | |
|----------------------------|---------------|
| 1 体力に関する事 | 5 精神的な病気に関する事 |
| 2 体重に関する事 | 6 もの忘れに関する事 |
| 3 整形外科的な病気(腰痛・関節の病気等)に関する事 | 7 歯に関する事 |
| 4 内科的な病気に関する事 | 8 その他() |
| | 9 特になし |

問12 ふだん健康に気をつけていますか。(○は1つ)

- | | |
|-------------|---------------|
| 1 気をつけている | 3 あまり気をつけていない |
| 2 少し気をつけている | 4 気をつけていない |

問13 「健康日本21清須計画」を知っていますか。(○は1つ)

- | | |
|-----------------------|--------|
| 1 内容を知っている | 3 知らない |
| 2 言葉を聞いたことはあるが内容は知らない | |

栄養・食生活について

問14 朝食を食べますか。(○は1つ)

- | |
|-------------|
| 1 ほとんど毎日食べる |
| 2 週4～5日食べる |
| 3 週2～3日食べる |
| 4 ほとんど食べない |

→問14-1 朝食を毎日食べない理由は何ですか。(○はいくつでも)

- | | |
|----------------------------|------------------|
| 1 時間がないから
(ぎりぎりまで寝ていたい) | 4 準備や片付けがめんどうだから |
| 2 食欲がないから | 5 ダイエットのため |
| 3 食べる習慣がないから | 6 その他() |

問15 野菜を意識して食べるようにしていますか。(○は1つ)

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

問16 食事について、気をつけていることはありますか。(○はいくつでも)

- | | |
|---------------|--------------------|
| 1 栄養のバランス | 8 カルシウムのとり方 |
| 2 食事の量 | 9 間食のとり方 |
| 3 食事をとる時間 | 10 外食・インスタント食品を控える |
| 4 塩分を控える | 11 よく噛む |
| 5 糖分・甘いものを控える | 12 その他 () |
| 6 油ものを控える | 13 特にない |
| 7 野菜のとり方 | |

問17 自分にとって適切な食事内容・量を知っていますか。(○は1つ)

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

問18 外食をどのくらいの頻度でしていますか(持ち帰り弁当、社員食堂等を含む)。(○は1つ)

- | | |
|--------------|--------------|
| 1 毎日外食する | 4 週に1回以下外食する |
| 2 週に4~5回外食する | 5 外食しない |
| 3 週に2~3回外食する | |

問19 外食や食品を購入するとき、カロリーなどの栄養成分表示を参考にしますか。(○は1つ)

- | | | |
|-----------|-------------|------------|
| 1 参考にしている | 2 参考にする時もある | 3 参考にしていない |
|-----------|-------------|------------|

問20 自分の食生活をどのように思いますか。(○は1つ)

- | | |
|--------|-----------|
| 1 よい | 3 あまりよくない |
| 2 まあよい | 4 よくない |

↓
問20-1 今後、自分の食生活をどのようにしたいですか。(○は1つ)

- | | |
|-----------------|--------------|
| 1 改善したい | 3 改善しようと思わない |
| 2 改善したいができないと思う | |

身体活動・運動について

問21 日頃から意識的に身体を動かすことを心がけていますか。(○は1つ)

- | | | |
|----------|-----------|---------|
| 1 心がけている | 2 心がけていない | 3 わからない |
|----------|-----------|---------|

問22 1日に平均何歩くらい歩きますか。(○は1つ)

- | | |
|------------|---------|
| 1 平均 () 歩 | 2 わからない |
|------------|---------|

問23 1回30分以上の運動を週2回以上実施していますか。(○は1つ)

- 1 1年以上実施している
- 2 1年にはならないが実施している
- 3 該当する運動は実施していない

→問23-1 該当する運動をしていない理由は何ですか。(○は3つまで)

- | | |
|-------------------|-------------------|
| 1 運動が嫌い・苦手だから | 7 めんどくだから |
| 2 何をしてもよいかわからないから | 8 必要ないから |
| 3 忙しくて時間がないから | 9 健康上の理由でやれないから |
| 4 近くに運動施設がないから | 10 意思が弱く、長続きしないから |
| 5 一緒にやる仲間がないから | 11 その他() |
| 6 経済的なゆとりがないから | 12 特に理由はない |

→問23-2 今後、自分の運動習慣をどのようにしたいですか。(○は1つ)

- | | |
|-----------------|--------------|
| 1 改善したい | 3 改善しようと思わない |
| 2 改善したいができないと思う | |

問24 「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)」とは、運動器(骨、関節、筋肉など)の衰えにより、日常生活での自立度が低下し、要介護になる可能性の高い状態をいいます。歩行速度が遅い高齢者ほど、要介護状態になりやすいことが知られています。このロコモティブシンドロームを知っていましたか。(○は1つ)

- | | |
|--------------------------|--------|
| 1 言葉も意味も知っていた | 3 知らない |
| 2 言葉は聞いたことがあるが、意味は知らなかった | |

休養・こころの健康について

問25 ふだんの生活において、健康のために睡眠や休養をとる必要があると思いますか。

(○は1つ)

- | | |
|--------------|------------------|
| 1 必要 | 3 どちらかといえば必要ではない |
| 2 どちらかといえば必要 | 4 必要ではない |

問26 1日の睡眠時間は平均して何時間くらいですか。(○は1つ)

- | | |
|-----------|-----------|
| 1 5時間未満 | 4 7～8時間未満 |
| 2 5～6時間未満 | 5 8時間以上 |
| 3 6～7時間未満 | |

問27 ふだん、十分眠れていますか。(○は1つ)

- | | |
|-------------|--------------|
| 1 十分眠れている | 3 あまり眠れていない |
| 2 まあまあ眠れている | 4 まったく眠れていない |

問28 睡眠について次のようなことがありますか。(○はいくつでも)

- | | |
|--------------------------|------------|
| 1 寝つきが悪い | 6 アルコールを飲む |
| 2 夜中に何度も目がさめる | 7 その他 () |
| 3 朝早く目がさめる | 8 特にない |
| 4 昼間も眠くて、集中できない | |
| 5 睡眠薬、精神安定剤などの睡眠補助品を使用する | |

問29 ふだんとっている睡眠で疲れがとれていますか。(○は1つ)

- | | |
|-------------|--------------|
| 1 十分とれている | 3 あまりとれていない |
| 2 まあまあとれている | 4 まったくとれていない |

問30 この1か月間に、ストレスを感じましたか。(○は1つ)

- | | |
|----------|--------------|
| 1 大いに感じた | 3 あまり感じなかった |
| 2 多少感じた | 4 まったく感じなかった |

→ 問30-1 ストレスが大きくて、逃げ出したいと思うことがありますか。(○は1つ)

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

→ 問30-2 ストレスが大きくて、逃げ出したいと思った理由は何ですか。(○はいくつでも)

- | |
|--------------------------------------|
| 1 家庭問題 (親子関係の不和、子育て、家族の介護・看病、家族の死亡等) |
| 2 健康問題 (自身の病気の悩み、身体の悩み等) |
| 3 経済・生活問題 (経済的不安、失業、倒産、事業不振、負債等) |
| 4 勤務問題 (転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働等) |
| 5 学校問題 (いじめ、学業不振、教師との人間関係等) |
| 6 男女問題 (失恋、結婚をめぐる悩み等) |
| 7 その他 () |

問31 自分なりのストレス解消方法を持っていますか。(○は1つ)

- | | | |
|---------|----------|-------------|
| 1 持っている | 2 持っていない | 3 どちらともいえない |
|---------|----------|-------------|

問32 あなたの不満や悩みやつらい気持ちを受け止め、耳を傾けてくれる人は、周囲にいると思いますか。(○は1つ)

- | | |
|-----------------|-----------|
| 1 そう思う | 4 そうは思わない |
| 2 どちらかというと思う | 5 わからない |
| 3 どちらかというとは思わない | |

問33 必要なとき、あなたに物質的・金銭的な支援をしてくれる人は、周囲にいると思いますか。(○は1つ)

- | | |
|-----------------|-----------|
| 1 そう思う | 4 そうは思わない |
| 2 どちらかというと思う | 5 わからない |
| 3 どちらかというとは思わない | |

問34 あなたは、つらいことなど何でも話せる人が1人以上いますか。(○は1つ)

- | | | |
|------|-------|---------|
| 1 いる | 2 いない | 3 わからない |
|------|-------|---------|

問35 趣味がありますか。(○は1つ)

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

問36 現在の生きがい、楽しみとなっているものは何ですか。(○は3つまで)

- | | |
|----------------------------|---------------|
| 1 仕事 | 7 子どもや孫の成長 |
| 2 文化・教養・学習活動 | 8 友人・知人とのつながり |
| 3 スポーツ | 9 職場仲間とのつながり |
| 4 趣味 | 10 テレビ |
| 5 地域活動(自治会、寿会、PTA、ボランティア等) | 11 その他() |
| 6 家族とのつながり | 12 特にない |

問37 市が行う心の健康相談窓口があることを知っていますか。(○は1つ)

※ 市内の保健センターで、定期的に臨床心理士による「心の健康相談」や医師による「うつ相談」などを実施しています。

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

たばこについて

問38 たばこを吸いますか。(○は1つ)

- | | |
|----------------------------|---------|
| 1 吸う →1日平均()本、喫煙年数()年 | →問38-1へ |
| 2 以前は吸っていたが、やめた →()年前にやめた | →問38-4へ |
| 3 吸わない →問39へ | |

(問38で「1 吸う」とお答えの方に)

問38-1 他人がいる場所でたばこを吸う時に、周囲の迷惑にならないよう気をつけていることはありますか。(○は1つ)

- | |
|----------------------------------|
| 1 喫煙できる場所であっても、自分以外に人がいる場所では吸わない |
| 2 喫煙できる場所であっても、周囲の人の了解を得てから吸う |
| 3 喫煙本数を減らすなど周囲に配慮するよう心がけている |
| 4 その他() |
| 5 気をつけていることはない |

問38-2 禁煙したいと思いますか。(○は1つ)

- | | |
|--------------|--------------|
| 1 すぐにでも禁煙したい | 3 禁煙しようと思わない |
| 2 いずれ禁煙したい | |

→問38-3 保険適用である禁煙外来(医師の支援を受けながら禁煙をめざすもの)を利用したいと思いますか。(○は1つ)

- | | | |
|---------|--------------|---------|
| 1 利用したい | 2 利用したいと思わない | 3 わからない |
|---------|--------------|---------|

(問38で「2 以前は吸っていたが、やめた」とお答えの方に)

問38-4 禁煙をした動機は何ですか。(○はいくつでも)

- | | |
|-------------------|---------------------------|
| 1 健康に悪いから | 5 喫煙が社会的に受け入れられにくくなっているから |
| 2 病気をしたから | 6 その他() |
| 3 経済的な理由から | 7 特にない |
| 4 人からやめるように言われたから | |

問39 たばこが影響する病気として知っているのはどれですか。(○はいくつでも)

- | | | |
|------------|-------------|------------|
| 1 肺がん | 5 心臓病 | 9 歯周病 |
| 2 肺がん以外のがん | 6 脳卒中 | 10 COPD |
| 3 ぜん息 | 7 胃かいよう | (慢性閉塞性肺疾患) |
| 4 気管支炎 | 8 妊娠に関連した異常 | 11 知らない |

問40 COPD（慢性閉塞性肺疾患）とは、主として長期の喫煙によってもたらされる肺の炎症性疾患で、主に咳・痰・息切れなどの症状があり、ゆるやかに呼吸障害が進行する、かつて「肺気腫」「慢性気管支炎」と称された疾患です。この病気を知っていますか。（○は1つ）






- | | |
|-----------------|--------|
| 1 どんな病気かよく知っている | 3 知らない |
| 2 名前は聞いたことがある | |

アルコールについて

問41 「節度ある適度な飲酒」として、1日平均ビール中瓶1本程度（純アルコールで約20g）とされていますが、このことを知っていますか。（○は1つ）

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

【参考：節度ある適度な飲酒・・・1日平均純アルコールで約20gのお酒への換算の目安】

お酒の種類	ビール 	清酒 	ウイスキー・ブランデー 	焼酎（25度） 	ワイン 
量	中瓶1本（500ml）程度	1合 180ml	ダブル 60ml	0.5合 90ml	2杯 240ml

問42 お酒（ビール・日本酒・洋酒・焼酎・ワイン等）を飲みますか。（○は1つ）

- | | |
|---------------------|--------------|
| 1 飲む →1週間のうち（ ）日くらい | 3 飲まない（飲めない） |
| 2 以前は飲んでいたが、やめた | |

→問42-1 1日に飲むお酒の量は平均してどのくらいですか。（○は1つ）

※ ビール中瓶1本（500ml）、ウイスキー・ブランデーダブル1杯、焼酎0.5合、ワイングラス2杯を日本酒1合とします。

- | | |
|----------|----------|
| 1 1合未満 | 4 3～4合未満 |
| 2 1～2合未満 | 5 4合以上 |
| 3 2～3合未満 | |

→問42-2 「節度ある適度な飲酒」を実行したいと思いますか。（○は1つ）

- | | |
|------------|-----------------|
| 1 継続し実行したい | 3 実行したいができないと思う |
| 2 今後、実行したい | 4 実行しようと思わない |

問43 「生活習慣病のリスクを高める飲酒量」として、男性は1日平均日本酒2合以上（ビール中瓶2本）、女性は1合以上（ビール中瓶1本）とされていますが、このことを知っていますか。（○は1つ）

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

歯と口腔の健康について

問44 現在、自分の歯（入れ歯・インプラントの歯は含みません）は何本ありますか。（○は1つ）

- | | | |
|--------|----------|----------|
| 1 0本 | 3 10～19本 | 5 24～27本 |
| 2 1～9本 | 4 20～23本 | 6 28本以上 |

※ 永久歯は通常28本（親知らずを入れると32本）です。治療した歯も含みます。

問45 歯ぐきが腫れたり、歯みがき時に出血したりすることがありますか。（○は1つ）

- | | |
|------|------|
| 1 ある | 2 ない |
|------|------|

問46 歯の健康管理として、どのようなことをしていますか。（○はいくつでも）

- | | |
|----------------------|-------------------------------------|
| 1 歯みがきを1日2回以上する | 6 デンタルフロス、歯間ブラシなどの歯の間を清掃する器具を使用している |
| 2 自分の歯ブラシがある | 7 定期的に歯科健診を受ける |
| 3 かかりつけの歯医者がある | 8 その他（ ） |
| 4 フッ素入りの歯磨剤を使用している | 9 何もしていない |
| 5 歯の治療を早めに受けるようにしている | |

問47 「8020（ハチマルニイマル）運動」（80歳になっても20本以上自分の歯を残そうという運動）について知っていますか。（○は1つ）

- | | |
|-----------------------|--------|
| 1 内容を知っている | 3 知らない |
| 2 言葉を聞いたことはあるが内容は知らない | |

問48 「歯周病」（歯肉の炎症が進行することで歯を支えている組織が破壊される病気）について知っていますか。（○は1つ）

- | | |
|-----------------------|--------|
| 1 内容を知っている | 3 知らない |
| 2 言葉を聞いたことはあるが内容は知らない | |

生活習慣病の予防について

問49 「生活習慣病」（がん、心臓病、脳卒中、糖尿病、歯周病など日頃の生活習慣が発症に深く関与する病気）について知っていますか。（○は1つ）

- | | |
|-----------------------|--------|
| 1 内容を知っている | 3 知らない |
| 2 言葉を聞いたことはあるが内容は知らない | |

問50 生活習慣病予防のために、健康的な生活習慣に改めたいと思いますか。（○は1つ）

- | | |
|------------|-----------------|
| 1 すでに改めている | 3 改めたいと思ってもできない |
| 2 改めたいと思う | 4 改める気持ちはない |

問51 過去1年間に、健診（健康診断や健康診査）や人間ドックを受けましたか。（○は1つ）

※ がん検診、妊産婦健診、歯科健診、病院や診療所で行う診療としての検査は健診に含みません。

1 受けた

2 受けなかった

▶問51-1 健診結果に関心を持ち、その後の健康づくりに活かしていますか。（○は1つ）

1 活かしている

4 活かしていない

2 まあまあ活かしている

5 健診結果に問題はなかった

3 あまり活かしていない

▶問51-2 受けなかった理由は何ですか。（○はいくつでも）

1 いつでも医者にかかれるから

7 毎年受ける必要性を感じないから

2 医療機関に通院しているから

8 検査が苦痛だから

3 健康に心配がないから

9 健診の場所が遠いから

4 時間がとれないから

10 健診の機会がないから

5 経済的な理由から

11 知らなかったから

6 めんどうだから

12 その他（ ）

問52 過去1年間に、がん検診（胃がん、肺がん、乳がん、子宮がん、大腸がん、前立腺がん）を受けましたか。（○は1つ）

1 受けた

2 受けなかった

▶問52-1 どの部位の検診を受けましたか。また、それはどこが実施するものでしたか。

（○はいくつでも）

※ 「職場」には、配偶者・扶養者検診で受診された方を含みます。「個人」とは、どこからの補助もなく自己負担で受診された方のことです。

	実施主体			
	市町村	職場	個人	その他
記入例	①	2	3	4 ()
胃がん	1	2	3	4 ()
肺がん（喀痰）	1	2	3	4 ()
胸部検診（レントゲン）	1	2	3	4 ()
乳がん	1	2	3	4 ()
子宮がん	1	2	3	4 ()
大腸がん	1	2	3	4 ()
前立腺がん	1	2	3	4 ()

社会参加・社会環境について

問53 あなたは、過去1年間に何らかのボランティア活動を行いましたか。(〇は1つ)

1 行った	2 行わなかった
-------	----------

問54 あなたは、次のアからエの人とどの程度の交流がありますか。(〇は1つずつ)

ア ご近所の方	1 日常的にある	2 ときどきある	3 めったにない
イ 友人・知人	1 日常的にある	2 ときどきある	3 めったにない
ウ 親戚・親類	1 日常的にある	2 ときどきある	3 めったにない
エ 家族	1 日常的にある	2 ときどきある	3 めったにない

問55 あなたのお住まいの地域について、次のアからエについてどのように思いますか。

(〇は1つずつ)

ア あなたのお住まいの地域の人は、お互いに助け合っていると思う	1 強くそう思う 2 どちらかといえばそう思う 3 どちらともいえない	4 どちらかといえばそう思わない 5 まったくそう思わない
イ あなたのお住まいの地域の人は、信頼できると思う	1 強くそう思う 2 どちらかといえばそう思う 3 どちらともいえない	4 どちらかといえばそう思わない 5 まったくそう思わない
ウ あなたのお住まいの地域の人は、お互いにあいさつをしている	1 強くそう思う 2 どちらかといえばそう思う 3 どちらともいえない	4 どちらかといえばそう思わない 5 まったくそう思わない
エ あなたのお住まいの地域では、人々が力を合わせて解決しようとする	1 強くそう思う 2 どちらかといえばそう思う 3 どちらともいえない	4 どちらかといえばそう思わない 5 まったくそう思わない

自殺に関する意識や自殺対策への思いについて

わが国の自殺者数は平成10年以降急増し、年間3万人を超える状態が続いており、その数が交通事故死者数と比べて約5～6倍となっています。ここ数年減少していますが、いまだに多くの方が自ら命を絶っている状況です。

問56 あなたは、毎年このように多くの方が自殺で亡くなっていることを知っていましたか。

(〇は1つ)

1 知っていた	2 知らなかった
---------	----------

問57 自殺対策は、自分自身にかかわる問題だと思いますか。(○は1つ)

- | | |
|------------------|-------------|
| 1 そう思う | 4 そうは思わない |
| 2 どちらかといえばそう思う | 5 どちらともいえない |
| 3 どちらかというそうは思わない | |

問58 あなたは、これまでの人生の中で自殺したい、またはそれに近いことを考えたことがありますか。(○は1つ)

- | | |
|------|------|
| 1 ある | 2 ない |
|------|------|

問58で「1 ある」と回答された方におたずねします

問58-1 自殺したいと思った理由は何ですか。(○はいくつでも)

- | |
|--------------------------------------|
| 1 家庭問題 (親子関係の不和、子育て、家族の介護・看病、家族の死亡等) |
| 2 健康問題 (自身の病気の悩み、身体の悩み等) |
| 3 経済・生活問題 (経済的不安、失業、倒産、事業不振、負債等) |
| 4 勤務問題 (転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働等) |
| 5 学校問題 (いじめ、学業不振、教師との人間関係等) |
| 6 男女問題 (失恋、結婚をめぐる悩み等) |
| 7 その他 () |

問58-2 そのように考えたとき、誰に相談しましたか。(○はいくつでも)

- | | |
|----------------|-----------------|
| 1 同居の親族 (家族) | 8 医師 |
| 2 同居以外の親族 (家族) | 9 電話相談員 |
| 3 友人 | 10 保健所等の公的機関の職員 |
| 4 近所の知り合い | 11 保健師 |
| 5 学校の先生 | 12 その他 () |
| 6 職場関係者 | 13 相談したことはない |
| 7 カウンセラー | |

問58-3 そのように考えたとき、思いとどまった (思いとどまっている) 要因は何ですか。

(○はいくつでも)

- | |
|---|
| 1 家族や友人、職場の同僚など身近な人に悩みを聞いてもらった |
| 2 同じ悩みを持つ人に話を聞いてもらった |
| 3 医師やカウンセラーなど心の健康に関する専門家に相談した |
| 4 弁護士や司法書士、公的機関の相談員等、悩みの元となる分野の専門家に相談した |
| 5 できるだけ休養を取るようにした |
| 6 趣味や仕事など他のことで気を紛らわせるように努めた |
| 7 その他 () |
| 8 特に何もしなかった |

問58-4 あなたは、この1年以内に本気で自殺したいと考えたことはありますか。(○は1つ)

- | | |
|------|------|
| 1 ある | 2 ない |
|------|------|

問59 あなたは、自殺対策に関する以下の事柄について知っていましたか。（〇はそれぞれ1つずつ）

	内容まで知っていた	内容は知らなかったが、聞いたことはある	知らなかった
1 いのちの電話（名古屋いのちの電話）	1	2	3
2 あいちこころほっとライン 365 （愛知県精神保健福祉センター）	1	2	3
3 心の健康相談、うつ相談（清須市健康推進課）	1	2	3
4 ゲートキーパー※	1	2	3
5 自殺予防週間（毎年9月10日～9月16日） ／自殺対策強化月間（毎年3月）	1	2	3

※ ゲートキーパー：悩んでいる人に気づき、声をかけて話を聴いて必要な支援につなぎ、見守っていく役割が期待される人を『ゲートキーパー』（直訳すると門番）といます。ゲートキーパーは決して専門家だけがなるのではなく、普段の会話に少し意識を加えることで、だれもが家族や友人、職場の同僚のゲートキーパーになることができます。市では毎年ゲートキーパー講座を開催し普及に努めています。関心のある方はご受講ください。

問60 今後どのような自殺対策が重要だと考えますか。（〇は5つまで）

1 学校でいのちとこころについての教室
2 地域やコミュニティでの見守り・支え合い
3 職場や地域でのこころの相談の充実
4 インターネットを利用したこころの相談
5 危険な場所、薬品等の規制等
6 もっと精神科を受診しやすくする
7 自殺者の家族への支援
8 自殺未遂者への支援
9 高齢者の孤立を防ぐ対策
10 こころの病気についての知識の普及
11 学校や職場で心の相談に応じる人への研修
12 自殺防止につながる人材（ゲートキーパー）の育成
13 債務（借金返済）相談の充実
14 景気の回復
15 その他（)

行政の取り組み等について

問61 市が行っている保健事業を今後利用したいといますか。(〇はいくつでも)

- | | |
|------------------|---------------|
| 1 がん検診 | 10 歯科相談 |
| 2 歯科健診 | 11 栄養に関する健康教室 |
| 3 市民健康相談・生活習慣病相談 | 12 運動に関する健康教室 |
| 4 栄養相談 | 13 歯に関する健康教室 |
| 5 心の健康相談 | 14 心に関する健康教室 |
| 6 うつ相談 | 15 病気に関する健康教室 |
| 7 高齢者相談 | 16 介護予防教室 |
| 8 もの忘れ相談 | 17 その他 () |
| 9 介護相談 | 18 特にない |

問62 問61の他に、あるとよいと思う事業があれば、お書きください。

--

問63 市民の皆様が心身ともに健康に暮らすまちをつくるために、行政はどのような取り組みに力を入れていくべきだと思いますか。(〇はいくつでも)

- | | |
|------------------|---------------------|
| 1 健康づくりの施設や場の整備 | 6 健康づくり団体等への支援 |
| 2 健(検)診の機会の充実 | 7 健康づくりに関する指導者の育成 |
| 3 講座等の開催や情報提供の充実 | 8 健康づくり活動の仲間づくりへの支援 |
| 4 健康に関する相談体制の充実 | 9 その他 () |
| 5 医療体制の充実 | 10 特にない |

問64 健康に関するご意見・ご要望をご自由にお書きください。

.....

中学生以下のお子さんがある保護者の方は次ページ以降にもご回答ください。

ここからは、中学生以下のお子さんがいる保護者の方のみご回答ください。

問65 お子さんの年齢はおいくつですか。（平成30年6月1日現在）（○はいくつでも）

- | | |
|------------|-------|
| 1 0歳 | 4 小学生 |
| 2 1～3歳未満 | 5 中学生 |
| 3 3歳以上～就学前 | |

問66 お子さんの「食」について、気をつけていることは何ですか。（○はいくつでも）

- | | |
|---------------|--------------|
| 1 朝食を食べる | 7 よく噛む |
| 2 家族と一緒に食事をする | 8 間食の内容・量 |
| 3 食事のバランス | 9 夕食後は食べない |
| 4 好き嫌い | 10 その他（ ） |
| 5 野菜のとり方 | 11 特に気にしていない |
| 6 味付け | |

問67 お子さんは、1日最低1回は家族のうち大人の人と一緒に食事をしていただけますか。（○は1つ）

- | | | |
|--------|---------|---------|
| 1 している | 2 していない | 3 わからない |
|--------|---------|---------|

問68 お子さんは、運動や身体を動かす遊びや活動をしていますか。（○は1つ）

- | | |
|----------|-------------|
| 1 よくしている | 3 あまりしていない |
| 2 時々している | 4 まったくしていない |

問69 お子さんは、早寝・早起きなど規則正しい生活習慣を心がけていますか。（○は1つ）

- | | | |
|-------------|---------------|-----------|
| 1 いつも心がけている | 2 できるだけ心がけている | 3 心がけていない |
|-------------|---------------|-----------|

問70 家族にたばこを吸う人はいますか。（○は1つ）

- | | |
|------|-------|
| 1 いる | 2 いない |
|------|-------|

問70-1 お子さんのいるところでたばこを吸わないよう（子どもが煙を吸わないよう）に配慮していますか。（○は1つ）

- | | |
|----------|-------------|
| 1 配慮している | 2 特に気にしていない |
|----------|-------------|

問71 家族がお酒を飲むときに、お子さんにはお酒をすすめないようにしていますか。(○は1つ)

- | | |
|---------|--------------|
| 1 している | 3 家族のだれも飲まない |
| 2 していない | |

問72 お子さんを歯科医院の定期健診に連れて行っていきますか。(○は1つ)

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

問73 お子さんの健康について、現在気になっていることは何ですか。(○はいくつでも)

- | | |
|--------------|-----------------|
| 1 なんとなく元気がない | 9 いつも眠そうにしている |
| 2 食欲がない | 10 何かイライラしている |
| 3 肥満傾向 | 11 肩や腰や手足などを痛がる |
| 4 やせている | 12 就寝時間が遅い |
| 5 よく頭痛を訴える | 13 朝の寝起きが悪い |
| 6 よく腹痛を訴える | 14 気分がむらがある |
| 7 すぐ疲れたという | 15 その他 () |
| 8 便通が不規則 | 16 特にない |

問74 お子さんの健康に関するご意見・ご要望をご自由にお書きください。

.....
.....
.....
.....
.....

ご協力ありがとうございました。

