資料編

1．江差町　第 2 期健康増進計画・食育計画調査結果（25~75 歳対象）

2．健康づくりアンケート調査結果（小学生・中学生対象）

江差町第２期健康増進計画/食育計画
アンケート調査結果
（２５～７５才対象）

本調査では、第２期健康増進計画/食育計画の策定にあたり、食習慣や運動習慣等、町民の生活習慣の実態について、アンケートによる調査を行いました。アンケート調査では、25～75 才の無作為に抽出した 1,010 人を対象にアンケート用紙を配布し、361 人の方にご協力をいただきました（回収率 35.7%）。

調査にご協力いただき、ありがとうございました。

回収期間:令和5年8月28日～9月25日



■集計（回答者属性）

（年齢）

	人数	割合
24-29才	15	4.2%
30-34才	11	3.0%
35-39才	17	4.7%
40-44才	24	6.6%
45-49才	34	9.4%
50-54才	43	11.9%
55-59才	28	7.8%
60-64才	40	11.1%
65-69才	47	13.0%
70-75才	94	26.0%
無回答	8	2.2%
合計	361	

	配布数	回収数	回収率
24-29才	67	15	22.4%
30-34才	33	11	33.3%
35-39才	77	17	22.1%
40-44才	88	24	27.3%
45-49才	113	34	30.1%
50-54才	132	43	32.6%
55-59才	106	28	26.4%
60-64才	115	40	34.8%
65-69才	123	47	38.2%
70-75才	156	94	60.3%
無回答	－	8	－
合計	1,010	361	35.7%

（性別）

	人数	割合
男性	157	43.5%
女性	201	55.7%
無回答	3	0.8%
合計	361	

	配布数	回収数	回収率
男性	505	157	31.1%
女性	505	201	39.8%
無回答	－	3	－
合計	1,010	361	35.7%

（年齢×回答方法）　人数

	郵送	Web	合計
24-29才	8	7	15
30-34才	5	6	11
35-39才	7	10	17
40-44才	18	6	24
45-49才	31	3	34
50-54才	32	11	43
55-59才	25	3	28
60-64才	38	2	40
65-69才	47	0	47
70-75才	94	0	94
無回答	8	0	8
合計	313	48	361

（年齢×回答方法）　割合

	郵送	Web
24-29才	53.3%	46.7%
30-34才	45.5%	54.5%
35-39才	41.2%	58.8%
40-44才	75.0%	25.0%
45-49才	91.2%	8.8%
50-54才	74.4%	25.6%
55-59才	89.3%	10.7%
60-64才	95.0%	5.0%
65-69才	100.0%	0.0%
70-75才	100.0%	0.0%
無回答	100.0%	0.0%

（地区別）

	人数	割合
上町・五勝手	167	46.3%
下町	87	24.1%
日明・北部	100	27.7%
無回答	7	1.9%
合計	361	

（家族構成別）

	人数	割合
一人暮らし	73	20.2%
夫婦世帯	175	48.5%
2世代	71	19.7%
3世代以上	14	3.9%
その他	18	5.0%
無回答	10	2.8%
合計	361	

（中学生以下の子供のいる世帯別）

属性	人数	割合
いる	57	15.8%
いない	269	74.5%
無回答	35	9.7%
合計	361	

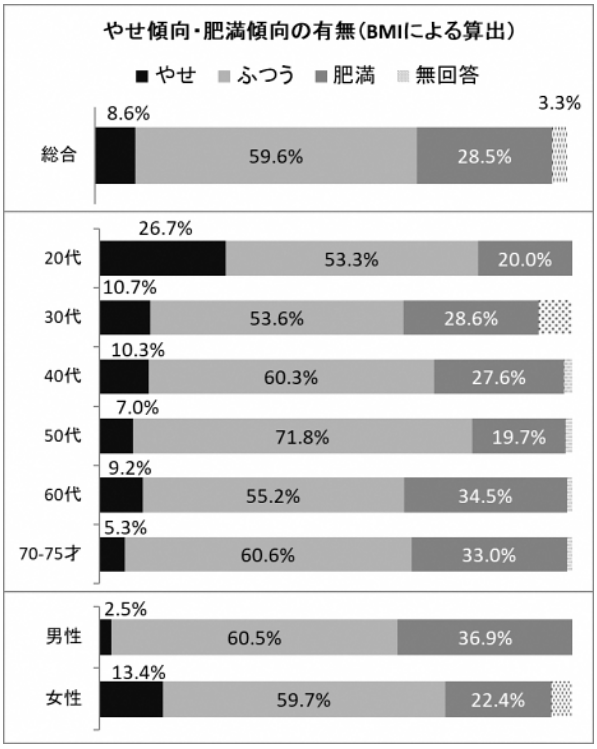
（医療保険）

	人数	割合
江差町国保	109	30.2%
後期高齢者医療保険制度	6	1.7%
全国健康保険協会	104	28.8%
組合管掌健康保険	20	5.5%
共済組合	87	24.1%
国保組合	5	1.4%
船員保険	0	0.0%
加入していない	12	3.3%
その他	7	1.9%
無回答	11	3.0%
合計	361	

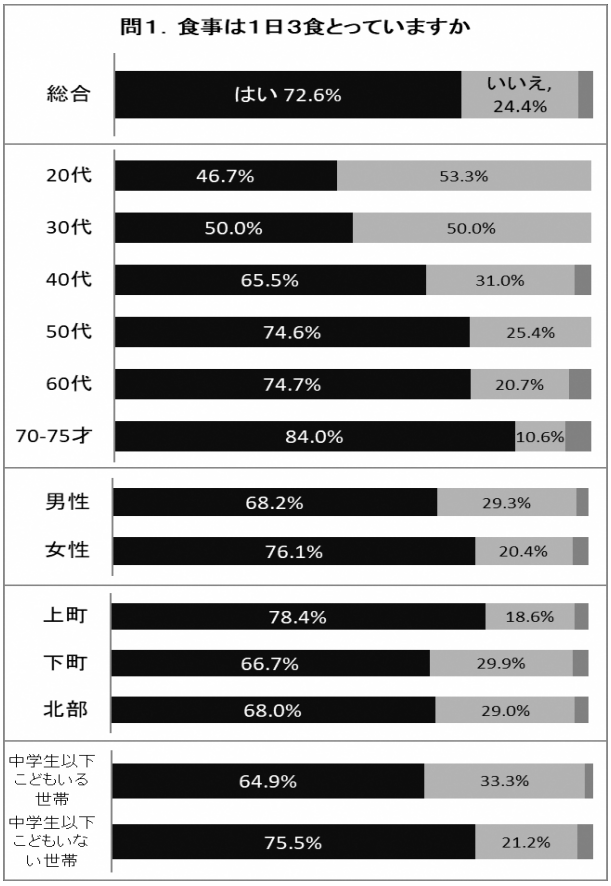
（仕事の有無）

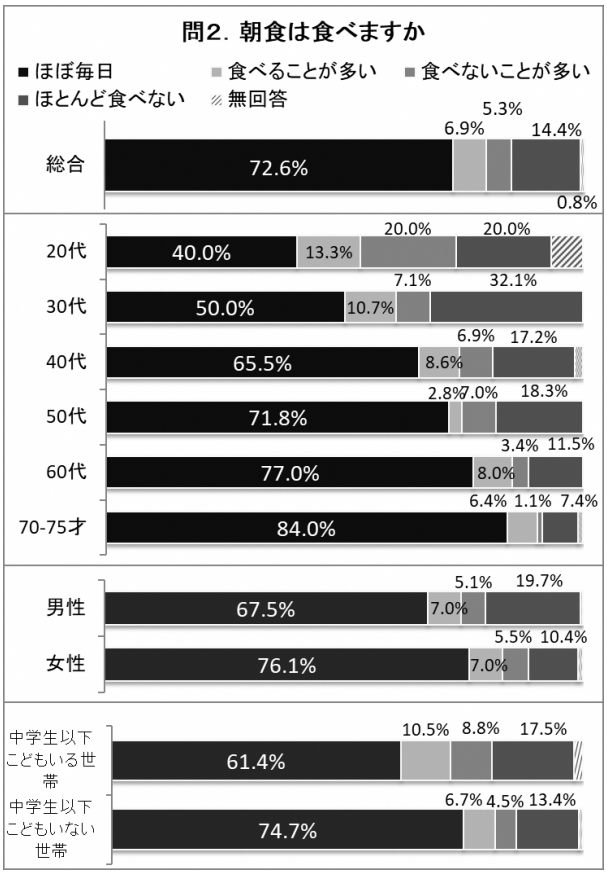
属性	人数	割合
仕事あり	241	66.8%
仕事なし	108	29.9%
無回答	12	3.3%
合計	361	

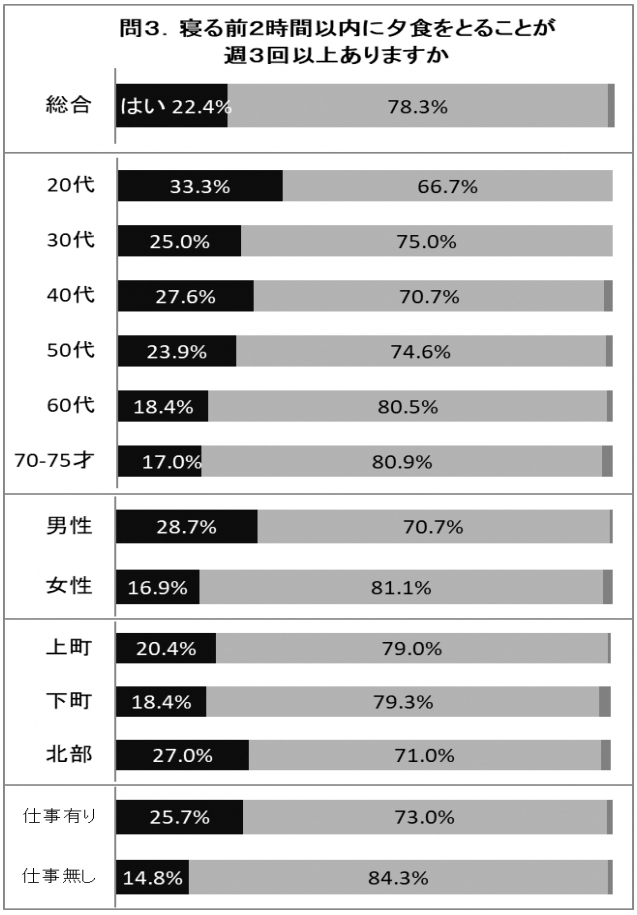
①体格

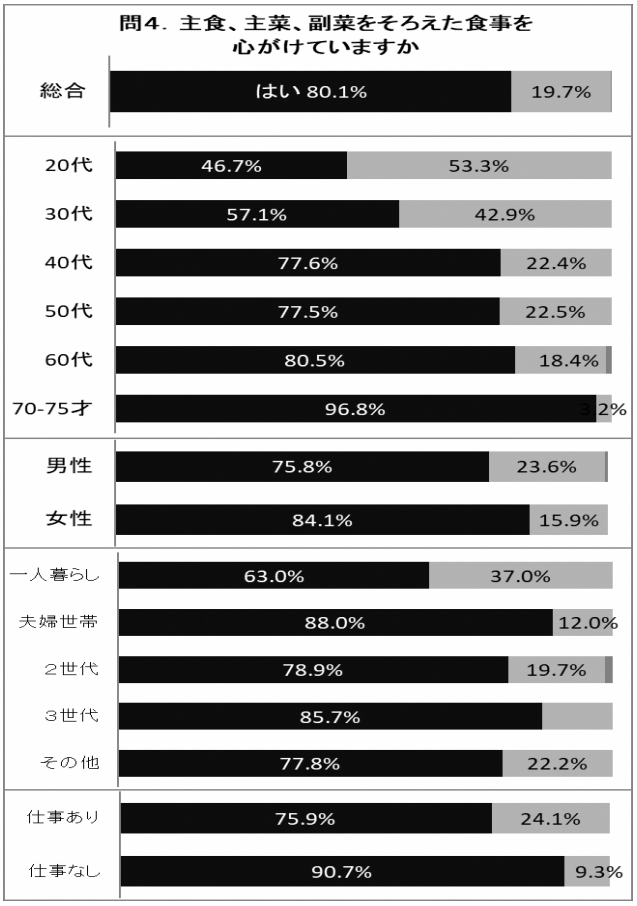

やせ傾向・肥満傾向の有無（BMIによる算出）
■やせ ■ふつう ■肥満 ■無回答
総合 8.6% 59.6% 28.5% 3.3%
20代 26.7% 53.3% 20.0%
30代 10.7% 53.6% 28.6%
40代 10.3% 60.3% 27.6%
50代 7.0% 71.8% 19.7%
60代 9.2% 55.2% 34.5%
70-75才 5.3% 60.6% 33.0%
男性 2.5% 60.5% 36.9%
女性 13.4% 59.7% 22.4%

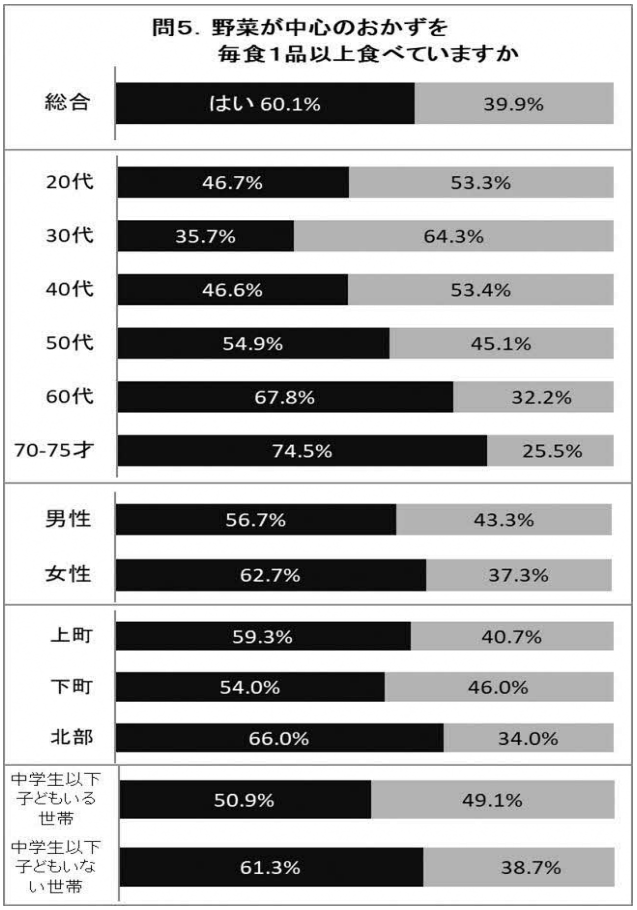
②食生活

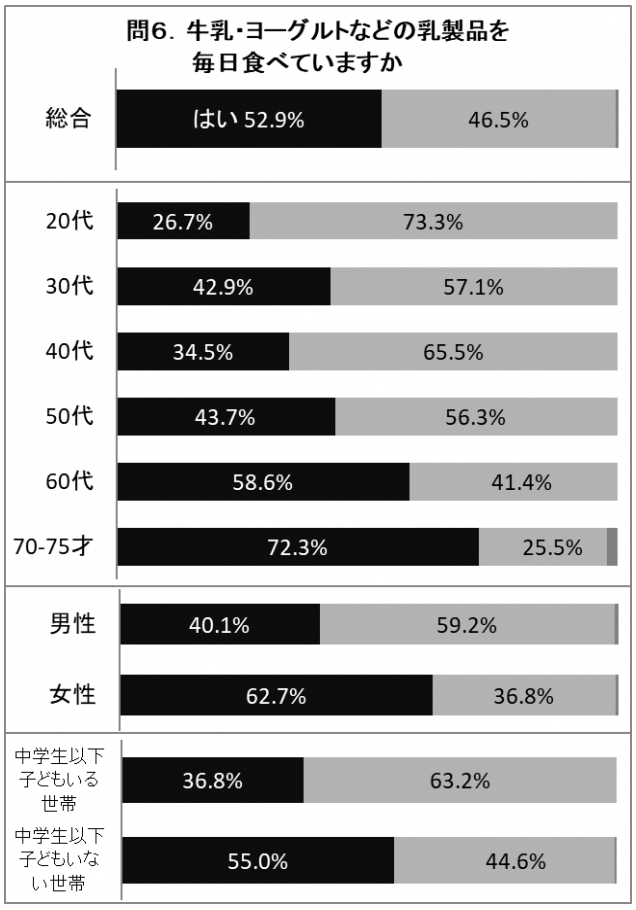

問1．食事は1日3食とっていますか
総合 はい 72.6% いいえ, 24.4%
20代 46.7% 53.3%
30代 50.0% 50.0%
40代 65.5% 31.0%
50代 74.6% 25.4%
60代 74.7% 20.7%
70-75才 84.0% 10.6%
男性 68.2% 29.3%
女性 76.1% 20.4%
上町 78.4% 18.6%
下町 66.7% 29.9%
北部 68.0% 29.0%
中学生以下こどもいる世帯 64.9% 33.3%
中学生以下こどもいない世帯 75.5% 21.2%

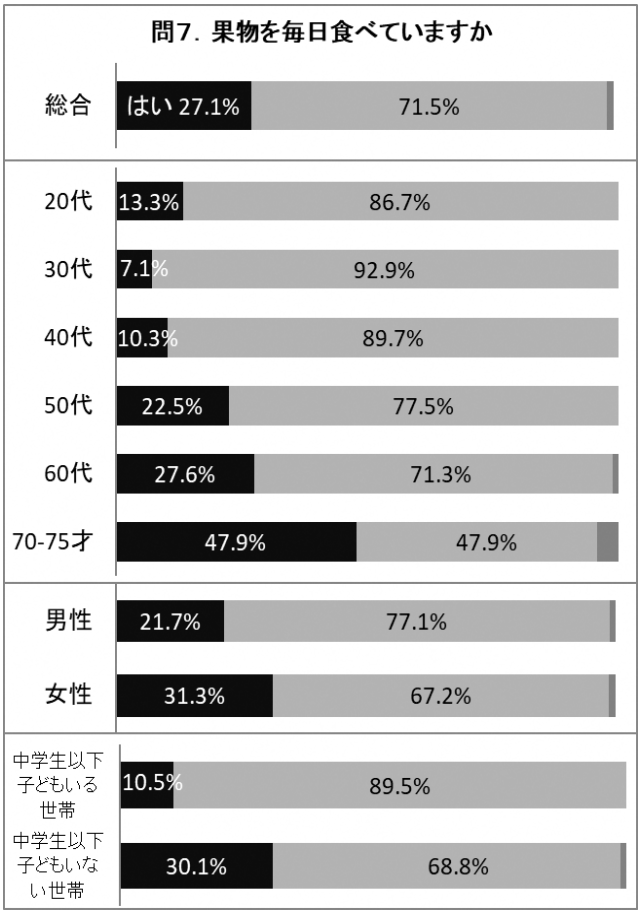

問2．朝食は食べますか
■ほぼ毎日 ■食べることが多い ■食べないことが多い
■ほとんど食べない ■無回答
総合 72.6% 6.9% 5.3% 14.4% 0.8%
20代 40.0% 13.3% 20.0% 20.0%
30代 50.0% 10.7% 7.1% 32.1%
40代 65.5% 8.6% 6.9% 17.2%
50代 71.8% 2.8% 7.0% 18.3%
60代 77.0% 8.0% 3.4% 11.5%
70-75才 84.0% 6.4% 1.1% 7.4%
男性 67.5% 7.0% 5.1% 19.7%
女性 76.1% 7.0% 5.5% 10.4%
中学生以下こどもいる世帯 61.4% 10.5% 8.8% 17.5%
中学生以下こどもいない世帯 74.7% 6.7% 4.5% 13.4%

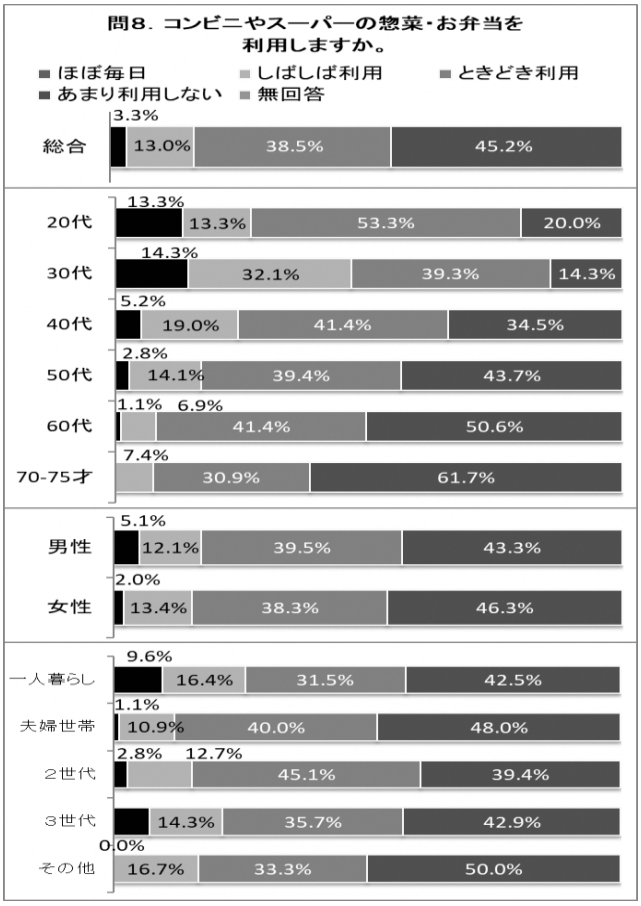

問3．寝る前2時間以内に夕食をとることが
週3回以上ありますか
総合
はい 22.4%
78.3%
20代
33.3%
66.7%
30代
25.0%
75.0%
40代
27.6%
70.7%
50代
23.9%
74.6%
60代
18.4%
80.5%
70-75才
17.0%
80.9%
男性
28.7%
70.7%
女性
16.9%
81.1%
上町
20.4%
79.0%
下町
18.4%
79.3%
北部
27.0%
71.0%
仕事有り
25.7%
73.0%
仕事無し
14.8%
84.3%

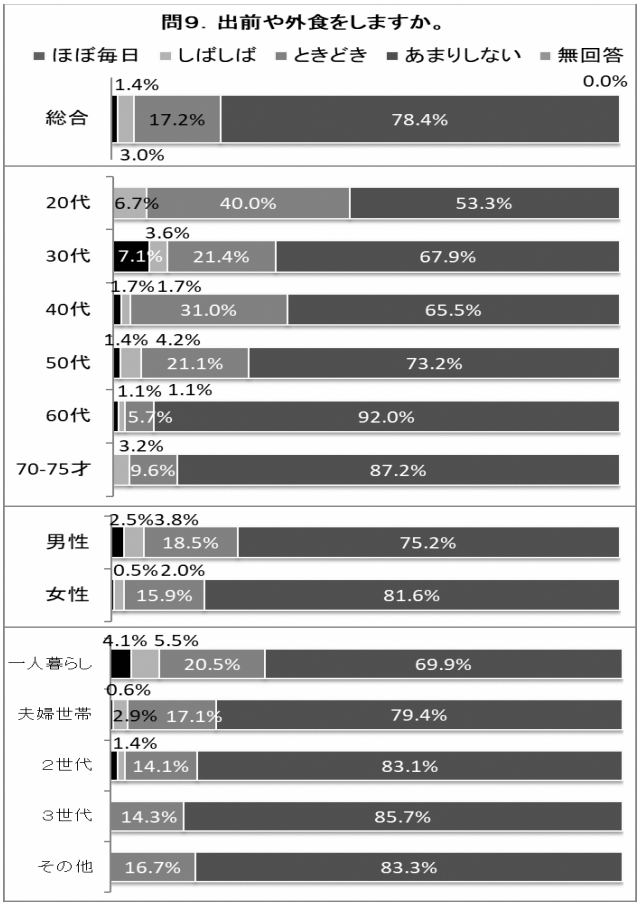

問4．主食、主菜、副菜をそろえた食事を
心がけていますか
総合
はい 80.1%
19.7%
20代
46.7%
53.3%
30代
57.1%
42.9%
40代
77.6%
22.4%
50代
77.5%
22.5%
60代
80.5%
18.4%
70-75才
96.8%
3.2%
男性
75.8%
23.6%
女性
84.1%
15.9%
一人暮らし
63.0%
37.0%
夫婦世帯
88.0%
12.0%
2世代
78.9%
19.7%
3世代
85.7%
その他
77.8%
22.2%
仕事あり
75.9%
24.1%
仕事なし
90.7%
9.3%

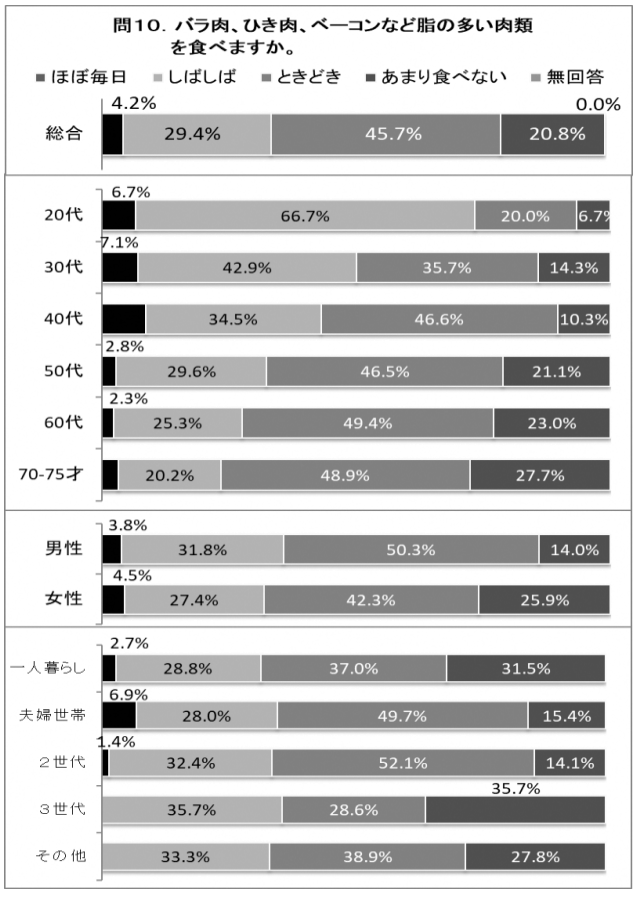

問5．野菜が中心のおかずを
毎食1品以上食べていますか
総合
はい 60.1%
39.9%
20代
46.7%
53.3%
30代
35.7%
64.3%
40代
46.6%
53.4%
50代
54.9%
45.1%
60代
67.8%
32.2%
70-75才
74.5%
25.5%
男性
56.7%
43.3%
女性
62.7%
37.3%
上町
59.3%
40.7%
下町
54.0%
46.0%
北部
66.0%
34.0%
中学生以下
子どもいる
世帯
50.9%
49.1%
中学生以下
子どもいな
い世帯
61.3%
38.7%

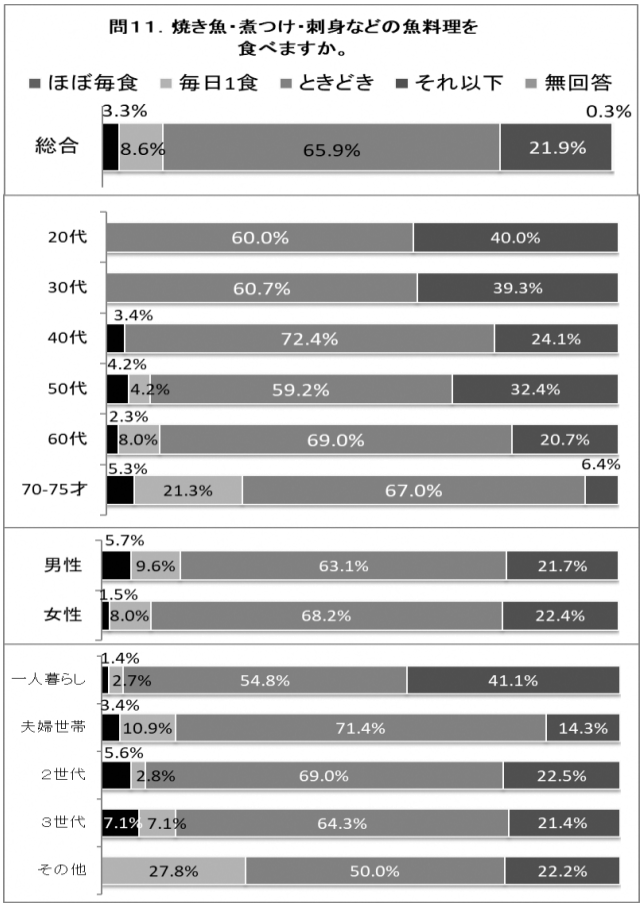

問6．牛乳・ヨーグルトなどの乳製品を
毎日食べていますか
総合
はい 52.9%
46.5%
20代
26.7%
73.3%
30代
42.9%
57.1%
40代
34.5%
65.5%
50代
43.7%
56.3%
60代
58.6%
41.4%
70-75才
72.3%
25.5%
男性
40.1%
59.2%
女性
62.7%
36.8%
中学生以下
子どもいる
世帯
36.8%
63.2%
中学生以下
子どもいな
い世帯
55.0%
44.6%

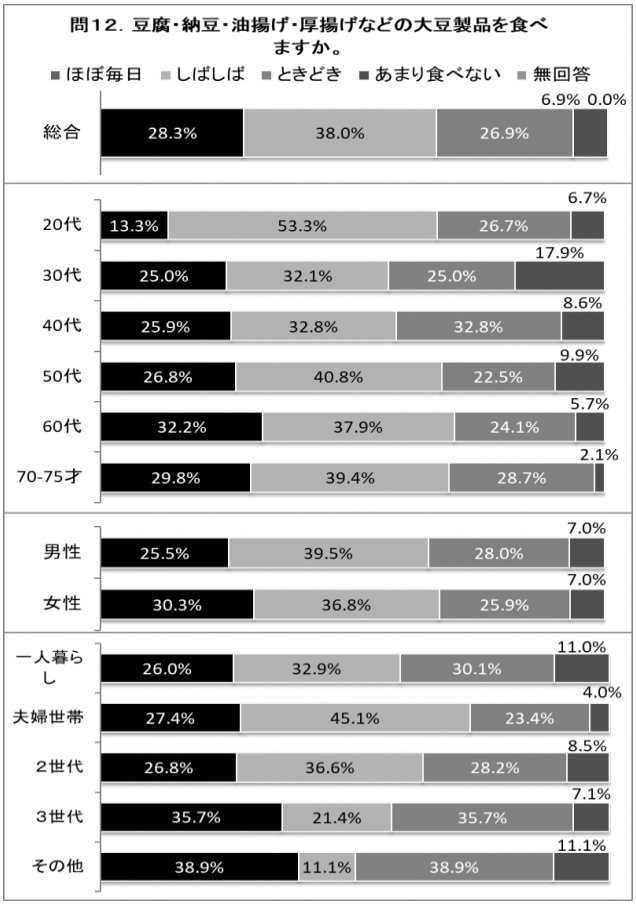

問7．果物を毎日食べていますか
総合
はい 27.1%
71.5%
20代
13.3%
86.7%
30代
7.1%
92.9%
40代
10.3%
89.7%
50代
22.5%
77.5%
60代
27.6%
71.3%
70-75才
47.9%
47.9%
男性
21.7%
77.1%
女性
31.3%
67.2%
中学生以下子どもいる世帯
10.5%
89.5%
中学生以下子どもいない世帯
30.1%
68.8%

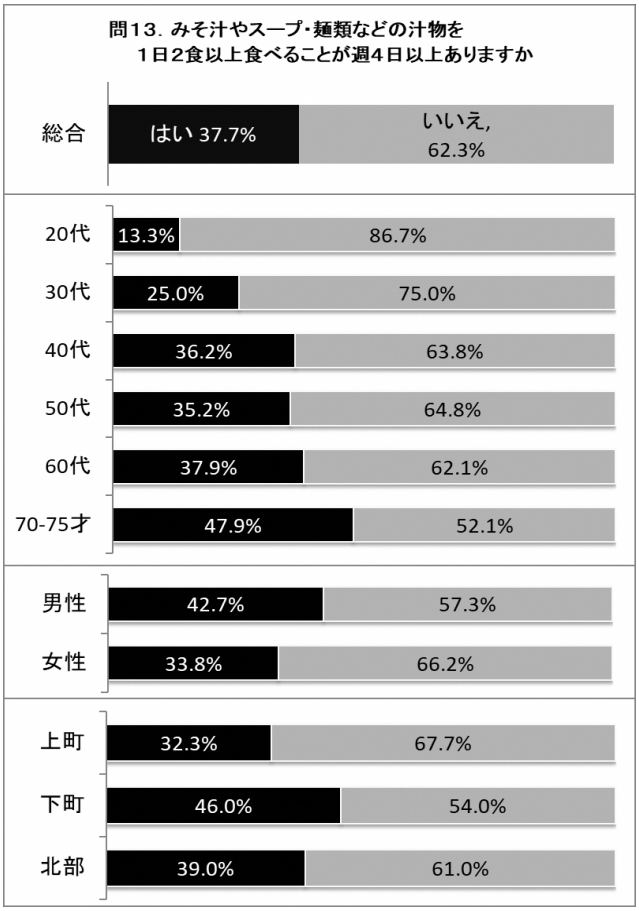

問8．コンビニやスーパーの惣菜・お弁当を利用しますか。
ほぼ毎日
しばしば利用
ときどき利用
あまり利用しない
無回答
総合
3.3% 13.0% 38.5% 45.2%
20代
13.3% 13.3% 53.3% 20.0%
30代
14.3% 32.1% 39.3% 14.3%
40代
5.2% 19.0% 41.4% 34.5%
50代
2.8% 14.1% 39.4% 43.7%
60代
1.1% 6.9% 41.4% 50.6%
70-75才
7.4% 30.9% 61.7%
男性
5.1% 12.1% 39.5% 43.3%
女性
2.0% 13.4% 38.3% 46.3%
一人暮らし
9.6% 16.4% 31.5% 42.5%
夫婦世帯
1.1% 10.9% 40.0% 48.0%
2世代
2.8% 12.7% 45.1% 39.4%
3世代
14.3% 35.7% 42.9%
その他
0.0% 16.7% 33.3% 50.0%

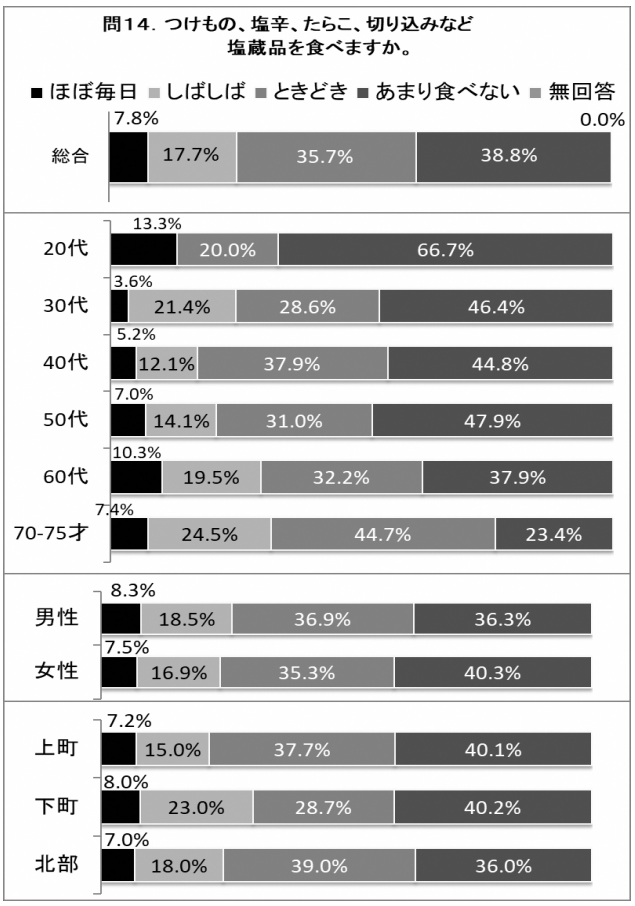

問9．出前や外食をしますか。
ほぼ毎日
しばしば
ときどき
あまりしない
無回答
総合
1.4% 0.0% 17.2% 78.4% 3.0%
20代
6.7% 40.0% 53.3%
30代
3.6% 7.1% 21.4% 67.9%
40代
1.7% 1.7% 31.0% 65.5%
50代
1.4% 4.2% 21.1% 73.2%
60代
1.1% 1.1% 5.7% 92.0%
70-75才
3.2% 9.6% 87.2%
男性
2.5% 3.8% 18.5% 75.2%
女性
0.5% 2.0% 15.9% 81.6%
一人暮らし
4.1% 5.5% 20.5% 69.9%
夫婦世帯
0.6% 2.9% 17.1% 79.4%
2世代
1.4% 14.1% 83.1%
3世代
14.3% 85.7%
その他
16.7% 83.3%

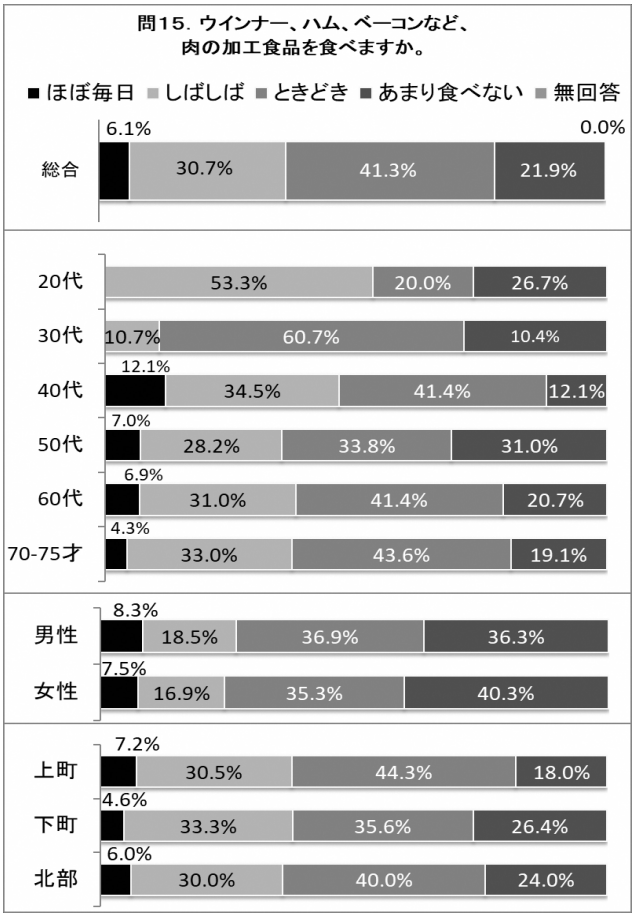

問10．バラ肉、ひき肉、ベーコンなど脂の多い肉類を食べますか。
ほぼ毎日
しばしば
ときどき
あまり食べない
無回答
総合
4.2% 0.0% 29.4% 45.7% 20.8%
20代
6.7% 66.7% 20.0% 6.7%
30代
7.1% 42.9% 35.7% 14.3%
40代
34.5% 46.6% 10.3%
50代
2.8% 29.6% 46.5% 21.1%
60代
2.3% 25.3% 49.4% 23.0%
70-75才
20.2% 48.9% 27.7%
男性
3.8% 31.8% 50.3% 14.0%
女性
4.5% 27.4% 42.3% 25.9%
一人暮らし
2.7% 28.8% 37.0% 31.5%
夫婦世帯
6.9% 28.0% 49.7% 15.4%
2世代
1.4% 32.4% 52.1% 14.1%
3世代
35.7% 35.7% 28.6%
その他
33.3% 38.9% 27.8%

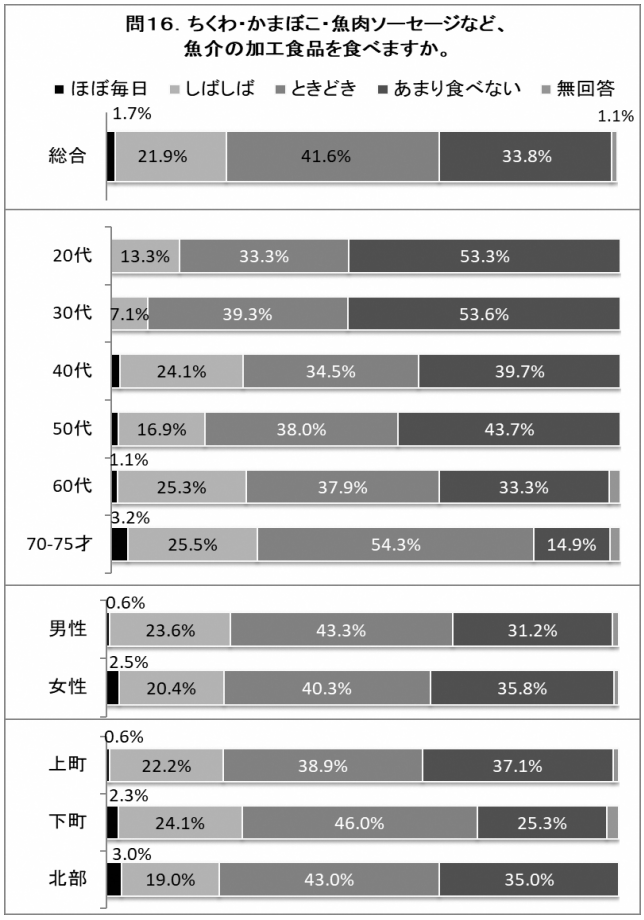

問11．焼き魚・煮つけ・刺身などの魚料理を食べますか。
■ほぼ毎食 ■毎日1食 ■ときどき ■それ以下 ■無回答
総合 3.3% 8.6% 65.9% 21.9% 0.3%
20代 60.0% 40.0%
30代 60.7% 39.3%
40代 3.4% 72.4% 24.1%
50代 4.2% 4.2% 59.2% 32.4%
60代 2.3% 8.0% 69.0% 20.7%
70-75才 5.3% 21.3% 67.0% 6.4%
男性 5.7% 9.6% 63.1% 21.7%
女性 1.5% 8.0% 68.2% 22.4%
一人暮らし 1.4% 2.7% 54.8% 41.1%
夫婦世帯 3.4% 10.9% 71.4% 14.3%
2世代 5.6% 2.8% 69.0% 22.5%
3世代 7.1% 7.1% 64.3% 21.4%
その他 27.8% 50.0% 22.2%

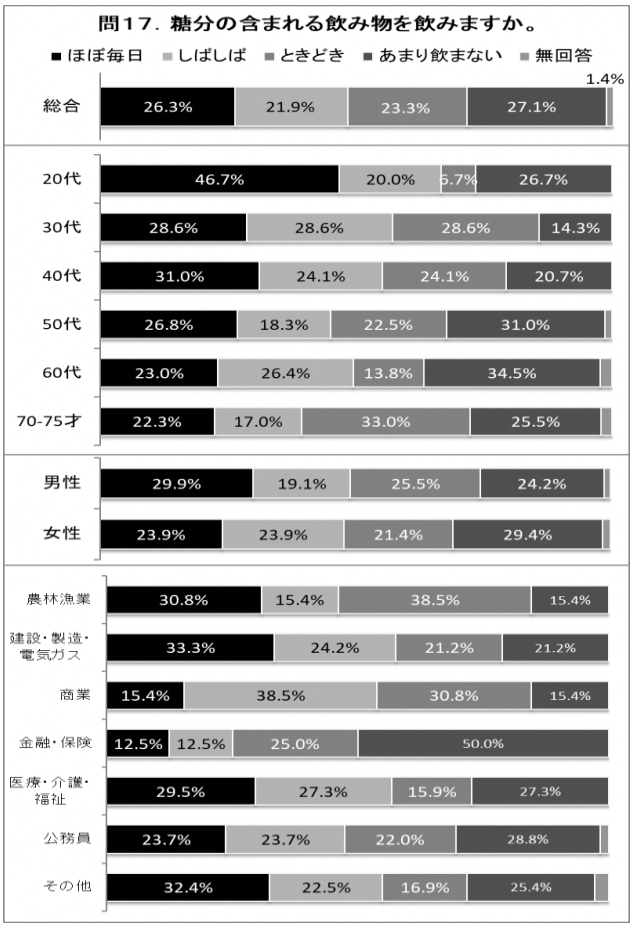

問12．豆腐・納豆・油揚げ・厚揚げなどの大豆製品を食べますか。
■ほぼ毎日 ■しばしば ■ときどき ■あまり食べない ■無回答
総合 28.3% 38.0% 26.9% 6.9% 0.0%
20代 13.3% 53.3% 26.7% 6.7%
30代 25.0% 32.1% 25.0% 17.9%
40代 25.9% 32.8% 32.8% 8.6%
50代 26.8% 40.8% 22.5% 9.9%
60代 32.2% 37.9% 24.1% 5.7%
70-75才 29.8% 39.4% 28.7% 2.1%
男性 25.5% 39.5% 28.0% 7.0%
女性 30.3% 36.8% 25.9% 7.0%
一人暮らし 26.0% 32.9% 30.1% 11.0%
夫婦世帯 27.4% 45.1% 23.4% 4.0%
2世代 26.8% 36.6% 28.2% 8.5%
3世代 35.7% 21.4% 35.7% 7.1%
その他 38.9% 11.1% 38.9% 11.1%

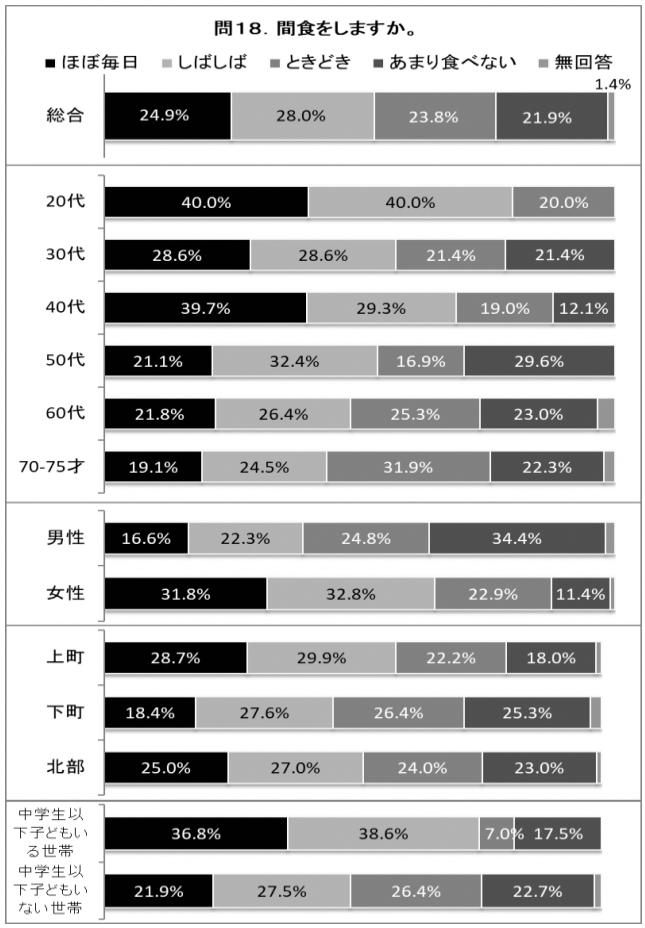

問13．みそ汁やスープ・麺類などの汁物を1日2食以上食べることが週4日以上ありますか
総合 はい 37.7% いいえ, 62.3%
20代 13.3% 86.7%
30代 25.0% 75.0%
40代 36.2% 63.8%
50代 35.2% 64.8%
60代 37.9% 62.1%
70-75才 47.9% 52.1%
男性 42.7% 57.3%
女性 33.8% 66.2%
上町 32.3% 67.7%
下町 46.0% 54.0%
北部 39.0% 61.0%

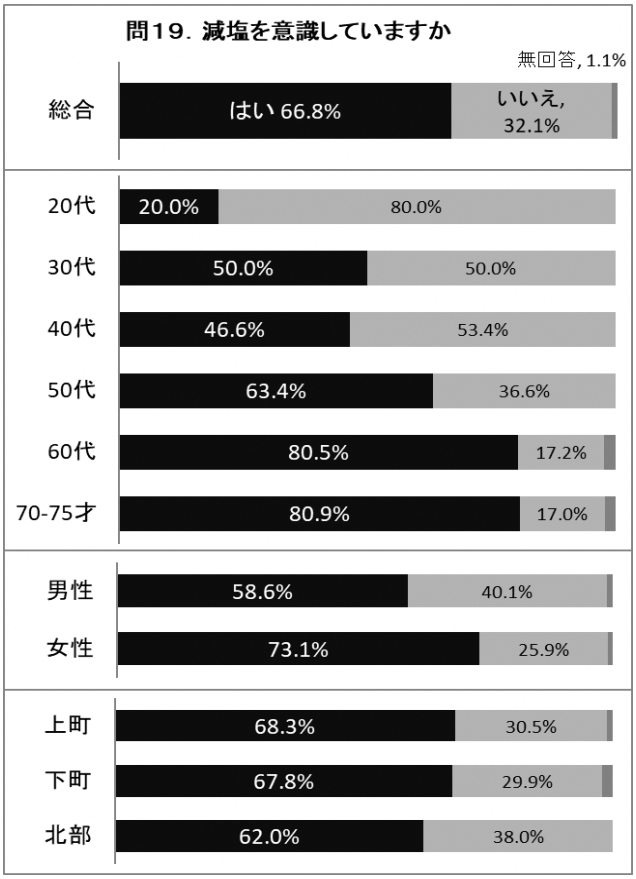

問14．つけもの、塩辛、たらこ、切り込みなど塩蔵品を食べますか。
■ほぼ毎日 ■しばしば ■ときどき ■あまり食べない ■無回答
総合 7.8% 17.7% 35.7% 38.8% 0.0%
20代 13.3% 20.0% 66.7%
30代 3.6% 21.4% 28.6% 46.4%
40代 5.2% 12.1% 37.9% 44.8%
50代 7.0% 14.1% 31.0% 47.9%
60代 10.3% 19.5% 32.2% 37.9%
70-75才 7.4% 24.5% 44.7% 23.4%
男性 8.3% 18.5% 36.9% 36.3%
女性 7.5% 16.9% 35.3% 40.3%
上町 7.2% 15.0% 37.7% 40.1%
下町 8.0% 23.0% 28.7% 40.2%
北部 7.0% 18.0% 39.0% 36.0%

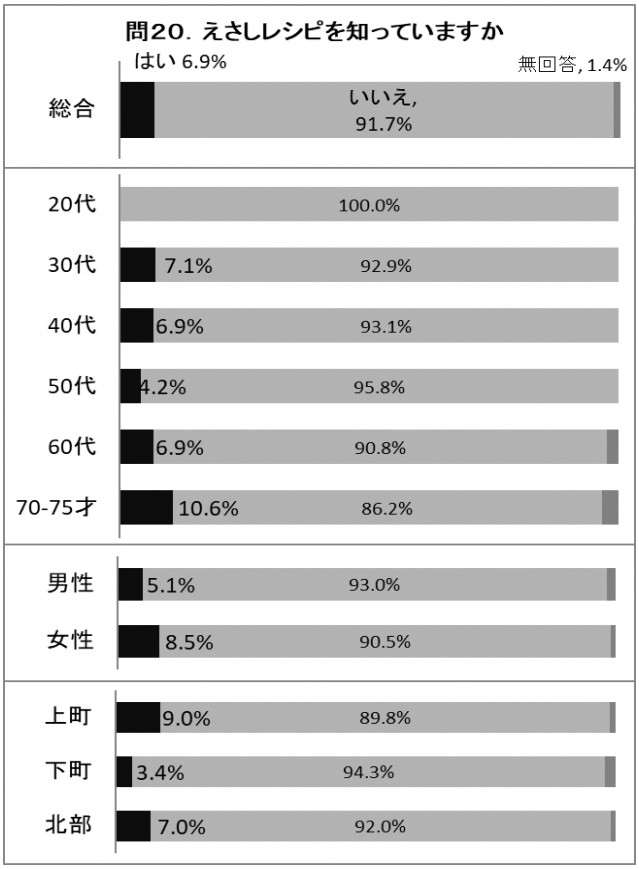

問15. ウインナー、ハム、ベーコンなど、
肉の加工食品を食べますか。
■ほぼ毎日 ■しばしば ■ときどき ■あまり食べない ■無回答
総合 6.1% 30.7% 41.3% 21.9% 0.0%
20代 53.3% 20.0% 26.7%
30代 10.7% 60.7% 10.4%
40代 12.1% 34.5% 41.4% 12.1%
50代 7.0% 28.2% 33.8% 31.0%
60代 6.9% 31.0% 41.4% 20.7%
70-75才 4.3% 33.0% 43.6% 19.1%
男性 8.3% 18.5% 36.9% 36.3%
女性 7.5% 16.9% 35.3% 40.3%
上町 7.2% 30.5% 44.3% 18.0%
下町 4.6% 33.3% 35.6% 26.4%
北部 6.0% 30.0% 40.0% 24.0%

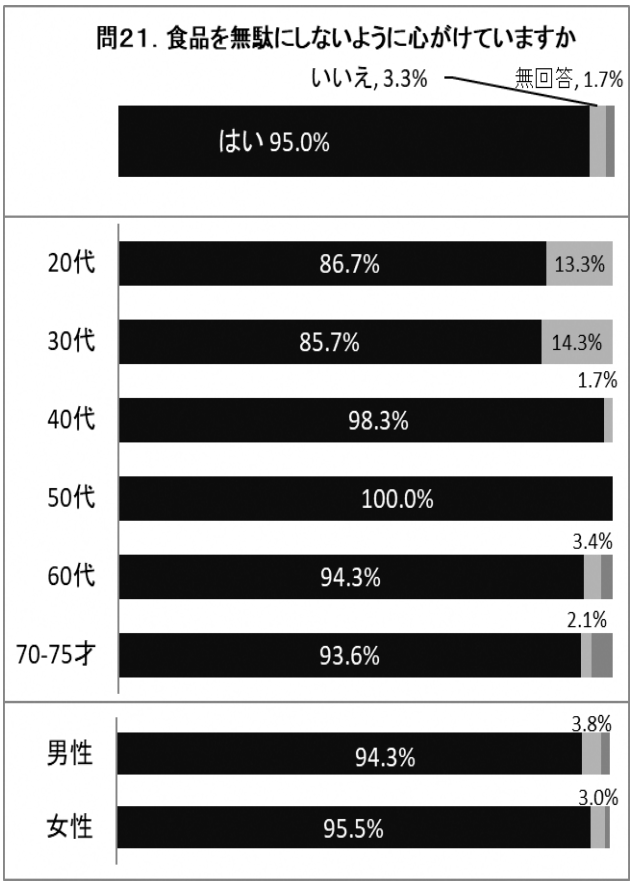

問16. ちくわ・かまぼこ・魚肉ソーセージなど、
魚介の加工食品を食べますか。
■ほぼ毎日 ■しばしば ■ときどき ■あまり食べない ■無回答
総合 1.7% 21.9% 41.6% 33.8% 1.1%
20代 13.3% 33.3% 53.3%
30代 7.1% 39.3% 53.6%
40代 24.1% 34.5% 39.7%
50代 16.9% 38.0% 43.7%
60代 1.1% 25.3% 37.9% 33.3%
70-75才 3.2% 25.5% 54.3% 14.9%
男性 0.6% 23.6% 43.3% 31.2%
女性 2.5% 20.4% 40.3% 35.8%
上町 0.6% 22.2% 38.9% 37.1%
下町 2.3% 24.1% 46.0% 25.3%
北部 3.0% 19.0% 43.0% 35.0%


問17. 糖分の含まれる飲み物を飲みますか。
■ほぼ毎日 ■しばしば ■ときどき ■あまり飲まない ■無回答
総合 26.3% 21.9% 23.3% 27.1% 1.4%
20代 46.7% 20.0% 6.7% 26.7%
30代 28.6% 28.6% 28.6% 14.3%
40代 31.0% 24.1% 24.1% 20.7%
50代 26.8% 18.3% 22.5% 31.0%
60代 23.0% 26.4% 13.8% 34.5%
70-75才 22.3% 17.0% 33.0% 25.5%
男性 29.9% 19.1% 25.5% 24.2%
女性 23.9% 23.9% 21.4% 29.4%
農林漁業 30.8% 15.4% 38.5% 15.4%
建設・製造・電気ガス 33.3% 24.2% 21.2% 21.2%
商業 15.4% 38.5% 30.8% 15.4%
金融・保険 12.5% 12.5% 25.0% 50.0%
医療・介護・福祉 29.5% 27.3% 15.9% 27.3%
公務員 23.7% 23.7% 22.0% 28.8%
その他 32.4% 22.5% 16.9% 25.4%

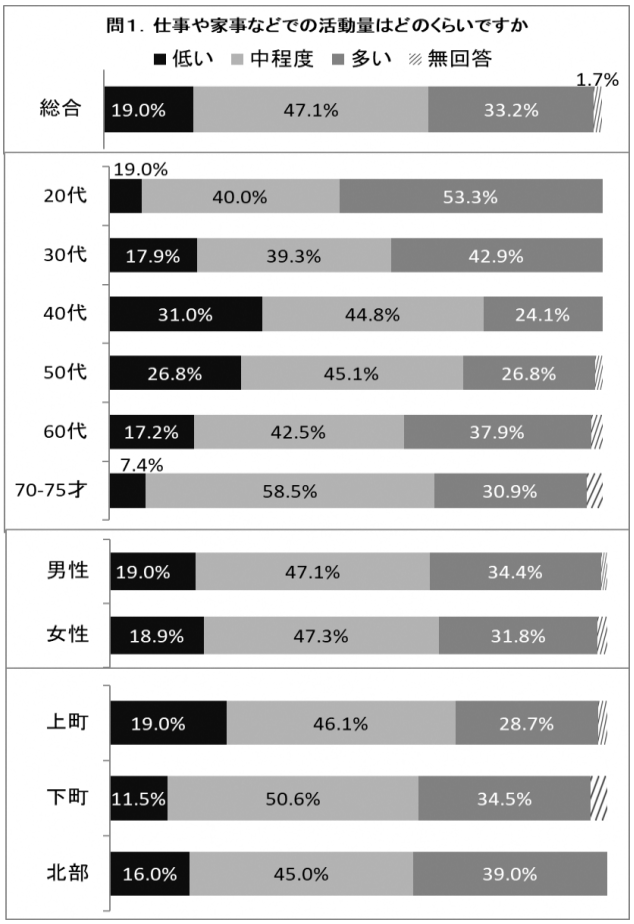

問18. 間食をしますか。
■ほぼ毎日 ■しばしば ■ときどき ■あまり食べない ■無回答
総合 24.9% 28.0% 23.8% 21.9% 1.4%
20代 40.0% 40.0% 20.0%
30代 28.6% 28.6% 21.4% 21.4%
40代 39.7% 29.3% 19.0% 12.1%
50代 21.1% 32.4% 16.9% 29.6%
60代 21.8% 26.4% 25.3% 23.0%
70-75才 19.1% 24.5% 31.9% 22.3%
男性 16.6% 22.3% 24.8% 34.4%
女性 31.8% 32.8% 22.9% 11.4%
上町 28.7% 29.9% 22.2% 18.0%
下町 18.4% 27.6% 26.4% 25.3%
北部 25.0% 27.0% 24.0% 23.0%
中学生以下子どもいる世帯 36.8% 38.6% 7.0% 17.5%
中学生以下子どもいない世帯 21.9% 27.5% 26.4% 22.7%

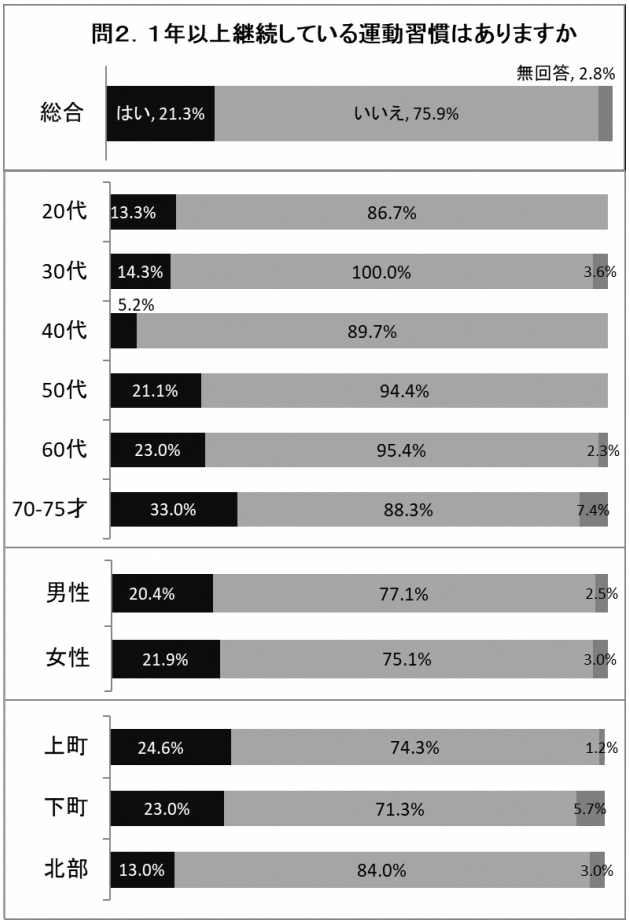

問19. 減塩を意識していますか
無回答, 1.1%
総合
はい 66.8%
いいえ, 32.1%
20代
20.0%
80.0%
30代
50.0%
50.0%
40代
46.6%
53.4%
50代
63.4%
36.6%
60代
80.5%
17.2%
70-75才
80.9%
17.0%
男性
58.6%
40.1%
女性
73.1%
25.9%
上町
68.3%
30.5%
下町
67.8%
29.9%
北部
62.0%
38.0%

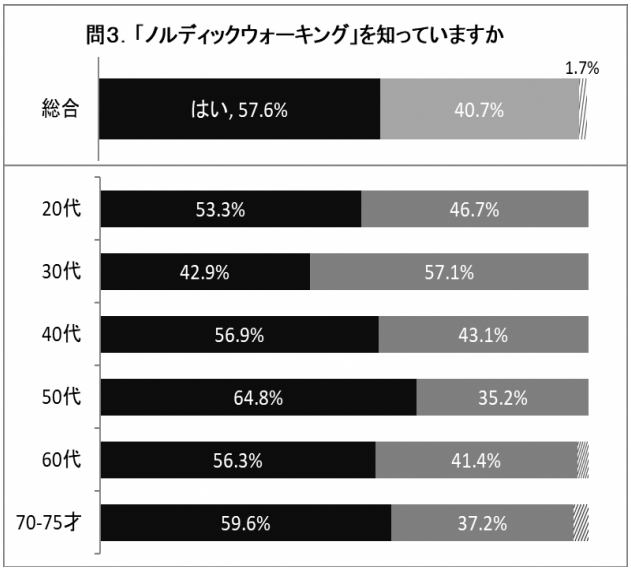

問20. えさしレシピを知っていますか
はい 6.9%
無回答, 1.4%
総合
いいえ, 91.7%
20代
100.0%
30代
7.1%
92.9%
40代
6.9%
93.1%
50代
4.2%
95.8%
60代
6.9%
90.8%
70-75才
10.6%
86.2%
男性
5.1%
93.0%
女性
8.5%
90.5%
上町
9.0%
89.8%
下町
3.4%
94.3%
北部
7.0%
92.0%

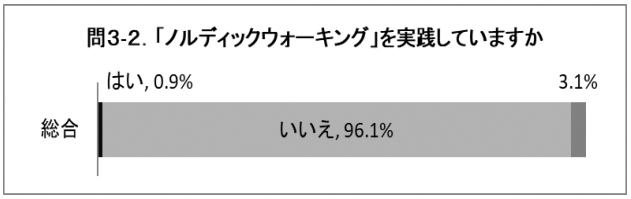

問21. 食品を無駄にしないように心がけていますか
いいえ, 3.3%
無回答, 1.7%
はい 95.0%
20代
86.7%
13.3%
30代
85.7%
14.3%
1.7%
40代
98.3%
50代
100.0%
3.4%
60代
94.3%
2.1%
70-75才
93.6%
3.8%
男性
94.3%
3.0%
女性
95.5%

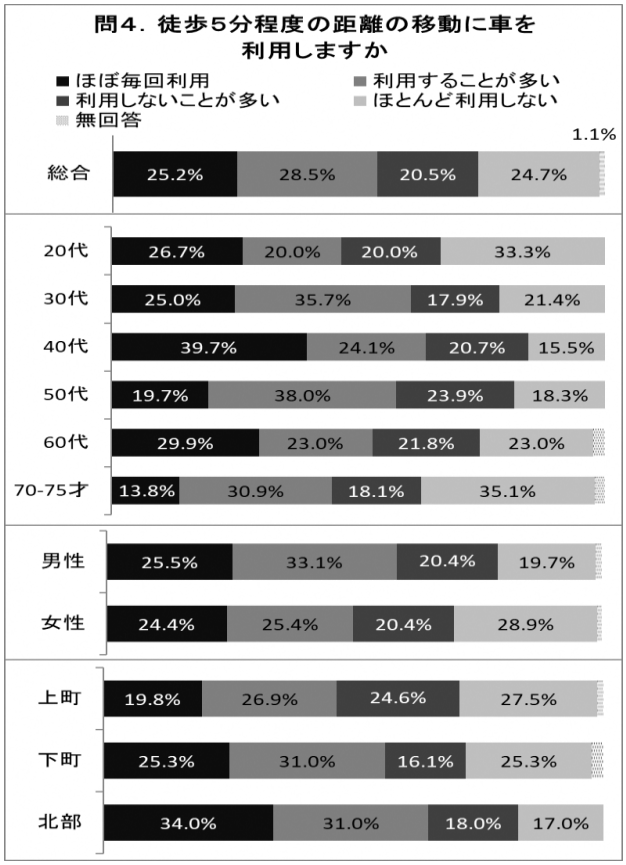
③運動・身体活動

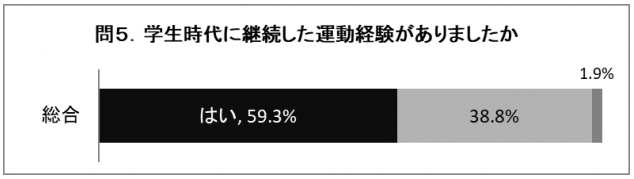

問1．仕事や家事などでの活動量はどのくらいですか
■低い ■中程度 ■多い ▨無回答
総合 19.0% 47.1% 33.2% 1.7%
20代 19.0% 40.0% 53.3%
30代 17.9% 39.3% 42.9%
40代 31.0% 44.8% 24.1%
50代 26.8% 45.1% 26.8%
60代 17.2% 42.5% 37.9%
70-75才 7.4% 58.5% 30.9%
男性 19.0% 47.1% 34.4%
女性 18.9% 47.3% 31.8%
上町 19.0% 46.1% 28.7%
下町 11.5% 50.6% 34.5%
北部 16.0% 45.0% 39.0%

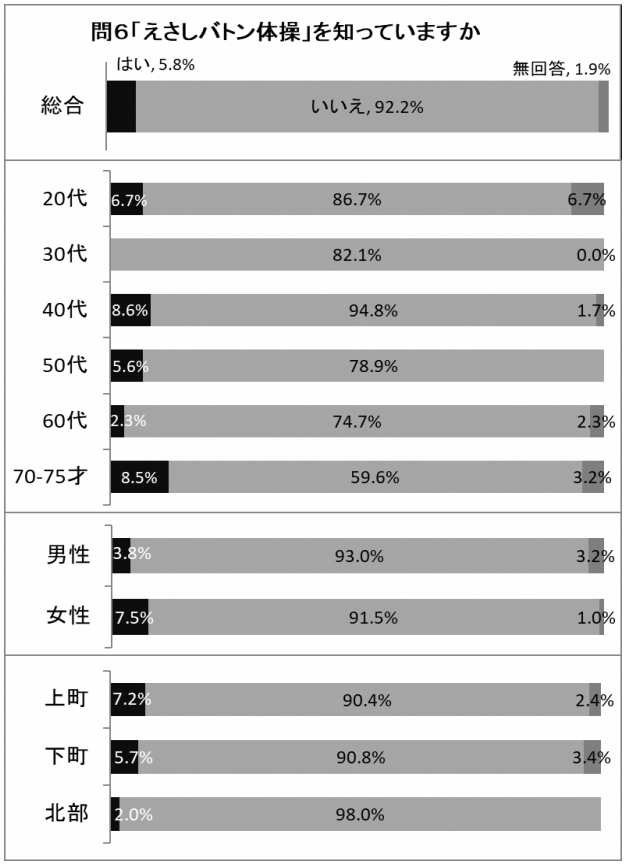

問2．１年以上継続している運動習慣はありますか
総合 はい, 21.3% いいえ, 75.9% 無回答, 2.8%
20代 13.3% 86.7%
30代 14.3% 100.0% 3.6%
40代 5.2% 89.7%
50代 21.1% 94.4%
60代 23.0% 95.4% 2.3%
70-75才 33.0% 88.3% 7.4%
男性 20.4% 77.1% 2.5%
女性 21.9% 75.1% 3.0%
上町 24.6% 74.3% 1.2%
下町 23.0% 71.3% 5.7%
北部 13.0% 84.0% 3.0%


問3.「ノルディックウォーキング」を知っていますか
総合 はい, 57.6% 40.7% 1.7%
20代 53.3% 46.7%
30代 42.9% 57.1%
40代 56.9% 43.1%
50代 64.8% 35.2%
60代 56.3% 41.4%
70-75才 59.6% 37.2%

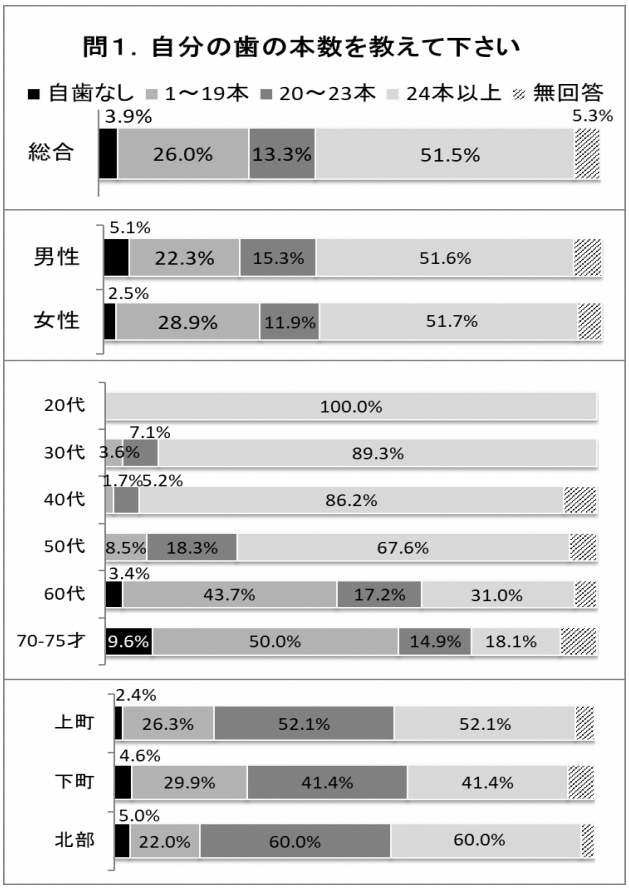

問3-2.「ノルディックウォーキング」を実践していますか
総合 はい, 0.9% いいえ, 96.1% 3.1%

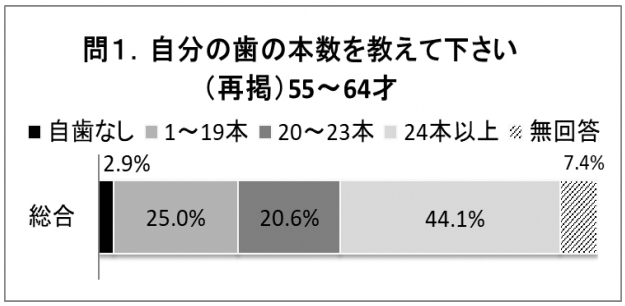

問4．徒歩５分程度の距離の移動に車を利用しますか
■ほぼ毎回利用 ■利用することが多い
■利用しないことが多い ■ほとんど利用しない
■無回答
総合 25.2% 28.5% 20.5% 24.7% 1.1%
20代 26.7% 20.0% 20.0% 33.3%
30代 25.0% 35.7% 17.9% 21.4%
40代 39.7% 24.1% 20.7% 15.5%
50代 19.7% 38.0% 23.9% 18.3%
60代 29.9% 23.0% 21.8% 23.0%
70-75才 13.8% 30.9% 18.1% 35.1%
男性 25.5% 33.1% 20.4% 19.7%
女性 24.4% 25.4% 20.4% 28.9%
上町 19.8% 26.9% 24.6% 27.5%
下町 25.3% 31.0% 16.1% 25.3%
北部 34.0% 31.0% 18.0% 17.0%

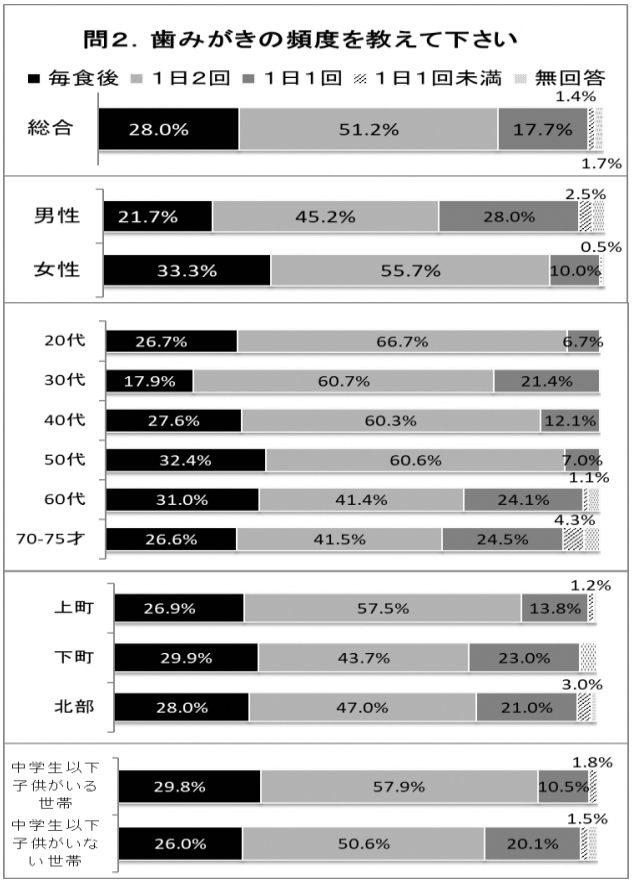

問5．学生時代に継続した運動経験がありましたか
総合
はい, 59.3%
38.8%
1.9%

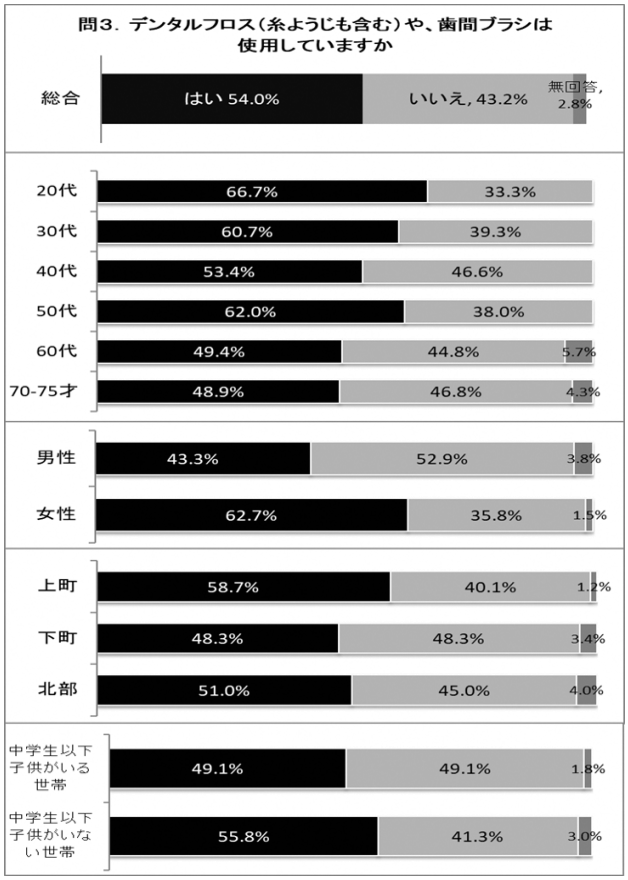

問6「えさしバトン体操」を知っていますか
総合
はい, 5.8%
いいえ, 92.2%
無回答, 1.9%
20代
6.7%
86.7%
6.7%
30代
82.1%
0.0%
40代
8.6%
94.8%
1.7%
50代
5.6%
78.9%
60代
2.3%
74.7%
2.3%
70-75才
8.5%
59.6%
3.2%
男性
3.8%
93.0%
3.2%
女性
7.5%
91.5%
1.0%
上町
7.2%
90.4%
2.4%
下町
5.7%
90.8%
3.4%
北部
2.0%
98.0%

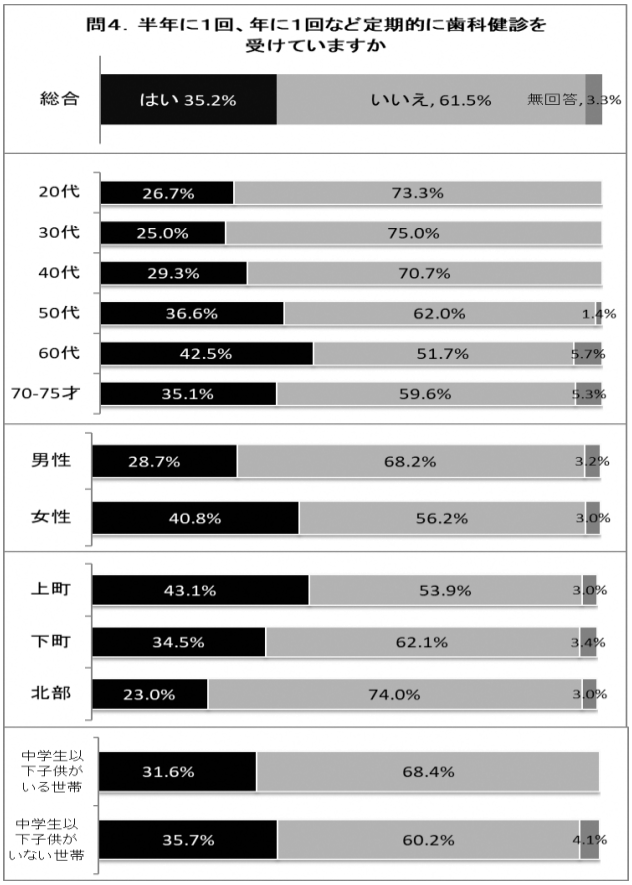
④歯の健康

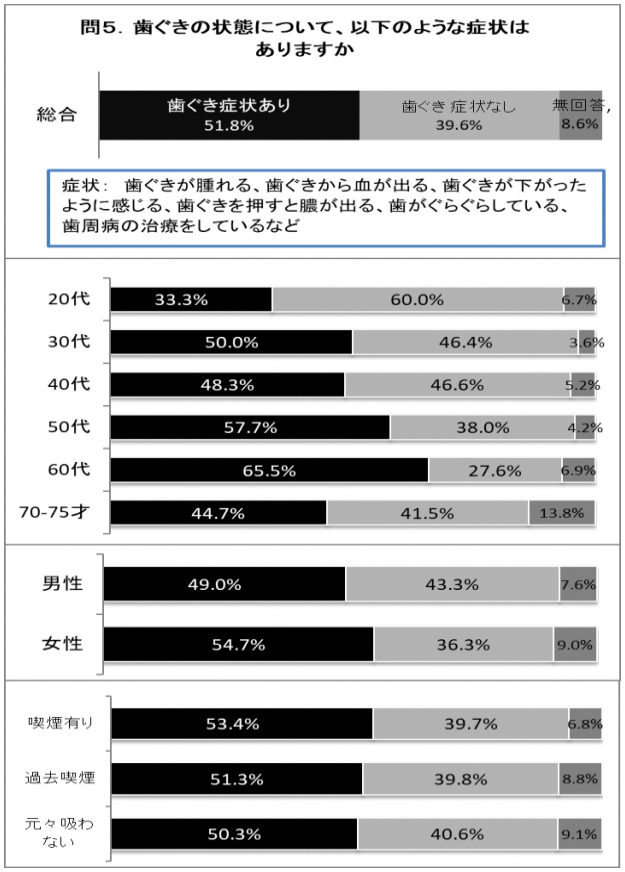

問1．自分の歯の本数を教えて下さい
■ 自歯なし ■ 1～19本 ■ 20～23本 ■ 24本以上 ▨ 無回答
総合
3.9%
26.0%
13.3%
51.5%
5.3%
男性
5.1%
22.3%
15.3%
51.6%
女性
2.5%
28.9%
11.9%
51.7%
20代
100.0%
30代
3.6%
7.1%
89.3%
40代
1.7%
5.2%
86.2%
50代
8.5%
18.3%
67.6%
60代
3.4%
43.7%
17.2%
31.0%
70-75才
9.6%
50.0%
14.9%
18.1%
上町
2.4%
26.3%
52.1%
52.1%
下町
4.6%
29.9%
41.4%
41.4%
北部
5.0%
22.0%
60.0%
60.0%


問1．自分の歯の本数を教えて下さい
（再掲）55～64才
■ 自歯なし ■ 1～19本 ■ 20～23本 ■ 24本以上 ▨ 無回答
総合
2.9%
25.0%
20.6%
44.1%
7.4%

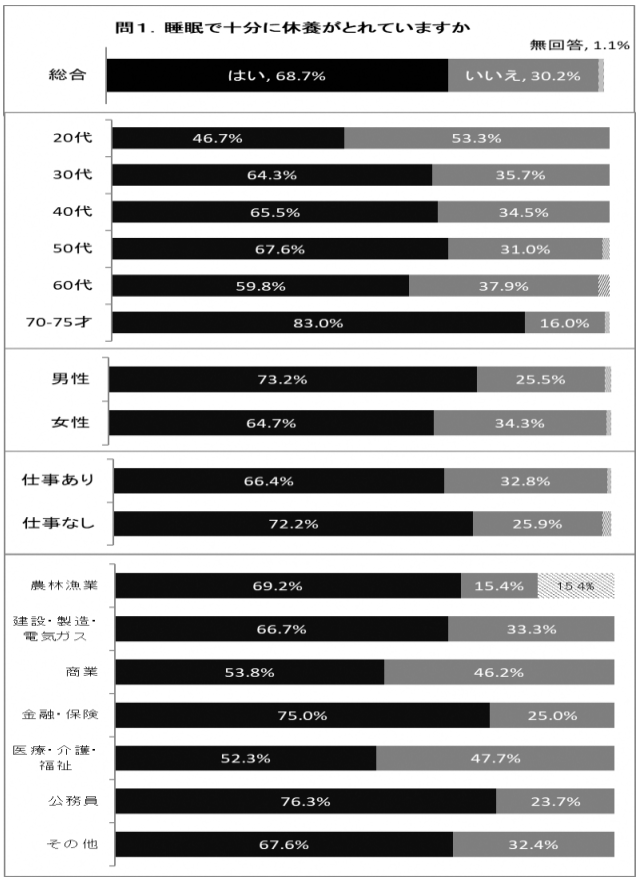

問2．歯みがきの頻度を教えて下さい
■毎食後 ■1日2回 ■1日1回 ▨1日1回未満 ▫無回答
総合 28.0% 51.2% 17.7% 1.4% 1.7%
男性 21.7% 45.2% 28.0% 2.5%
女性 33.3% 55.7% 10.0% 0.5%
20代 26.7% 66.7% 6.7%
30代 17.9% 60.7% 21.4%
40代 27.6% 60.3% 12.1%
50代 32.4% 60.6% 7.0%
60代 31.0% 41.4% 24.1% 1.1%
70-75才 26.6% 41.5% 24.5% 4.3%
上町 26.9% 57.5% 13.8% 1.2%
下町 29.9% 43.7% 23.0%
北部 28.0% 47.0% 21.0% 3.0%
中学生以下子供がいる世帯 29.8% 57.9% 10.5% 1.8%
中学生以下子供がいない世帯 26.0% 50.6% 20.1% 1.5%

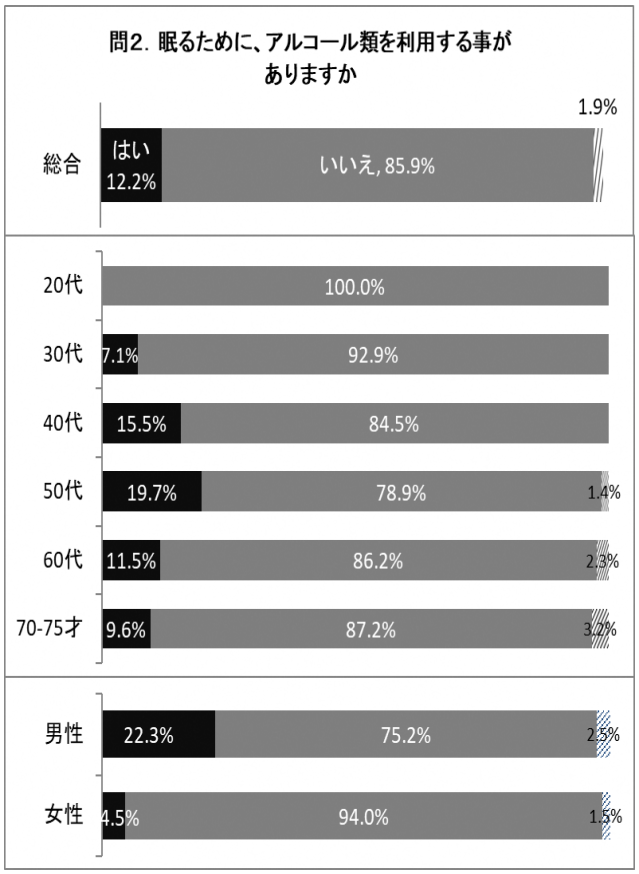

問3．デンタルフロス（糸ようじも含む）や、歯間ブラシは使用していますか
総合 はい 54.0% いいえ, 43.2% 無回答, 2.8%
20代 66.7% 33.3%
30代 60.7% 39.3%
40代 53.4% 46.6%
50代 62.0% 38.0%
60代 49.4% 44.8% 5.7%
70-75才 48.9% 46.8% 4.3%
男性 43.3% 52.9% 3.8%
女性 62.7% 35.8% 1.5%
上町 58.7% 40.1% 1.2%
下町 48.3% 48.3% 3.4%
北部 51.0% 45.0% 4.0%
中学生以下子供がいる世帯 49.1% 49.1% 1.8%
中学生以下子供がいない世帯 55.8% 41.3% 3.0%

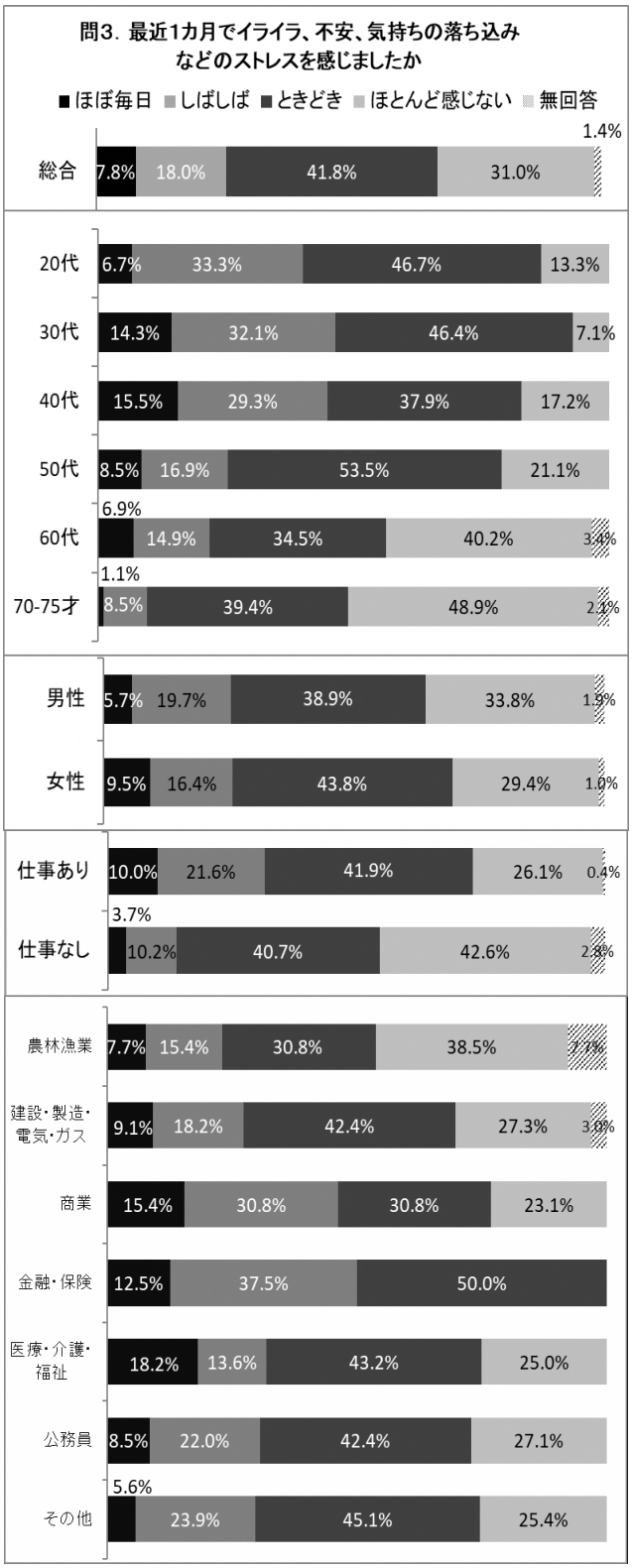

問4．半年に1回、年に1回など定期的に歯科健診を受けていますか
総合 はい 35.2% いいえ, 61.5% 無回答, 3.3%
20代 26.7% 73.3%
30代 25.0% 75.0%
40代 29.3% 70.7%
50代 36.6% 62.0% 1.4%
60代 42.5% 51.7% 5.7%
70-75才 35.1% 59.6% 5.3%
男性 28.7% 68.2% 3.2%
女性 40.8% 56.2% 3.0%
上町 43.1% 53.9% 3.0%
下町 34.5% 62.1% 3.4%
北部 23.0% 74.0% 3.0%
中学生以下子供がいる世帯 31.6% 68.4%
中学生以下子供がいない世帯 35.7% 60.2% 4.1%

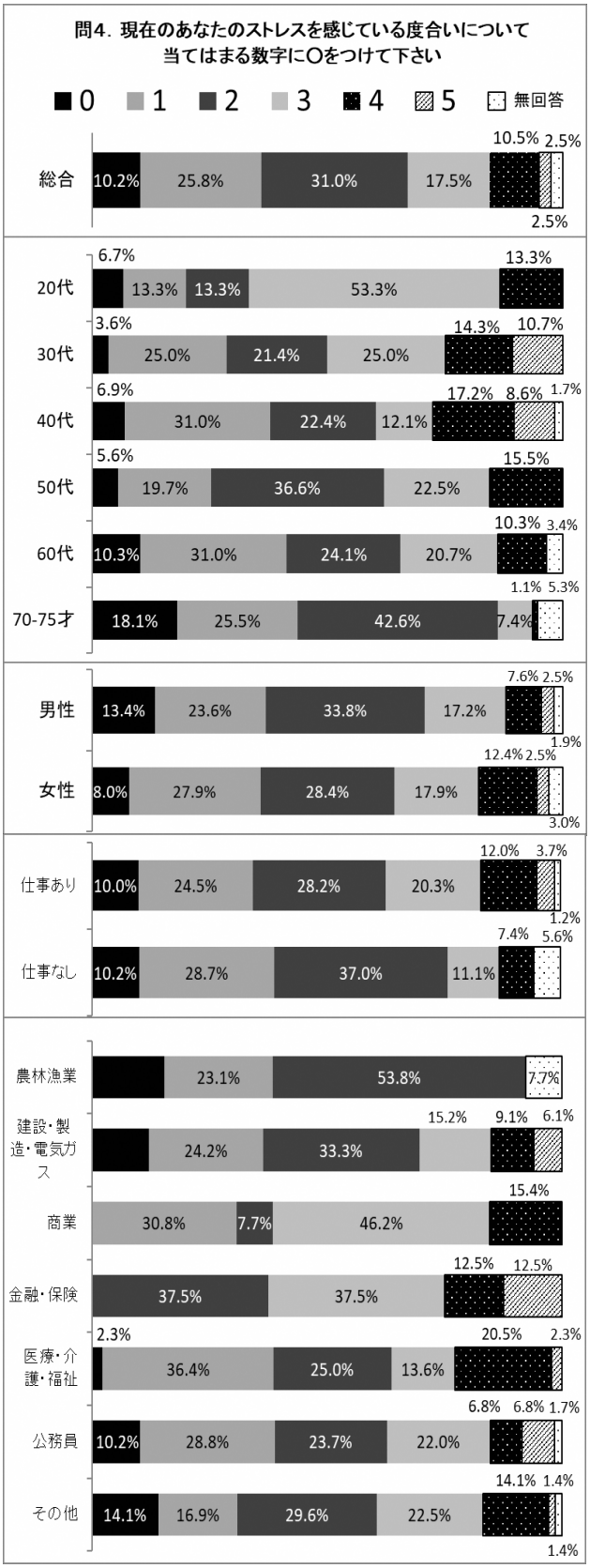

問5．歯ぐきの状態について、以下のような症状はありますか
総合 歯ぐき症状あり 51.8% 歯ぐき症状なし 39.6% 無回答, 8.6%
症状： 歯ぐきが腫れる、歯ぐきから血が出る、歯ぐきが下がったように感じる、歯ぐきを押すと膿が出る、歯がぐらぐらしている、歯周病の治療をしているなど
20代 33.3% 60.0% 6.7%
30代 50.0% 46.4% 3.6%
40代 48.3% 46.6% 5.2%
50代 57.7% 38.0% 4.2%
60代 65.5% 27.6% 6.9%
70-75才 44.7% 41.5% 13.8%
男性 49.0% 43.3% 7.6%
女性 54.7% 36.3% 9.0%
喫煙有り 53.4% 39.7% 6.8%
過去喫煙 51.3% 39.8% 8.8%
元々吸わない 50.3% 40.6% 9.1%

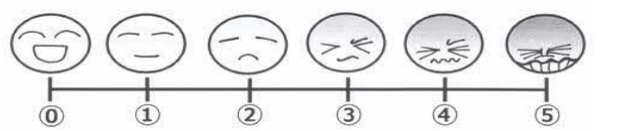
⑤休養･こころの健康

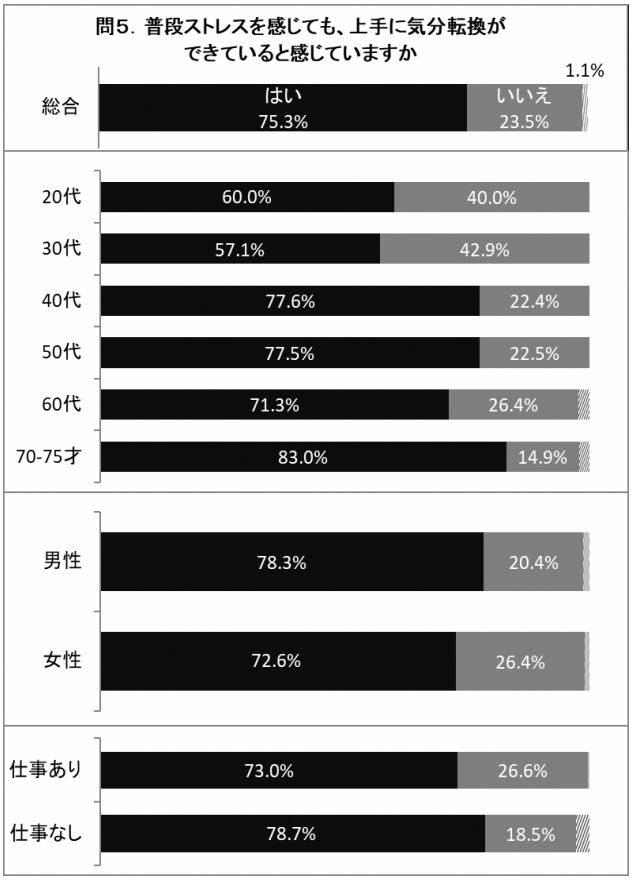

問1．睡眠で十分に休養がとれていますか
無回答, 1.1%
総合
はい, 68.7%
いいえ, 30.2%
20代 46.7% 53.3%
30代 64.3% 35.7%
40代 65.5% 34.5%
50代 67.6% 31.0%
60代 59.8% 37.9%
70-75才 83.0% 16.0%
男性 73.2% 25.5%
女性 64.7% 34.3%
仕事あり 66.4% 32.8%
仕事なし 72.2% 25.9%
農林漁業 69.2% 15.4% 15.4%
建設・製造・電気ガス 66.7% 33.3%
商業 53.8% 46.2%
金融・保険 75.0% 25.0%
医療・介護・福祉 52.3% 47.7%
公務員 76.3% 23.7%
その他 67.6% 32.4%

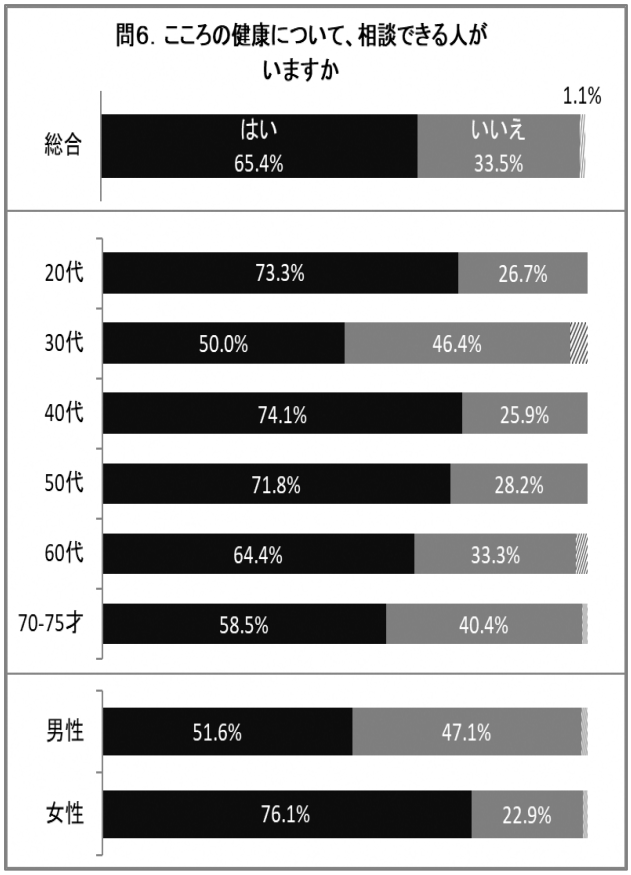

問2．眠るために、アルコール類を利用する事がありますか
総合
はい 12.2%
いいえ, 85.9%
1.9%
20代 100.0%
30代 7.1% 92.9%
40代 15.5% 84.5%
50代 19.7% 78.9% 1.4%
60代 11.5% 86.2% 2.3%
70-75才 9.6% 87.2% 3.2%
男性 22.3% 75.2% 2.5%
女性 4.5% 94.0% 1.5%

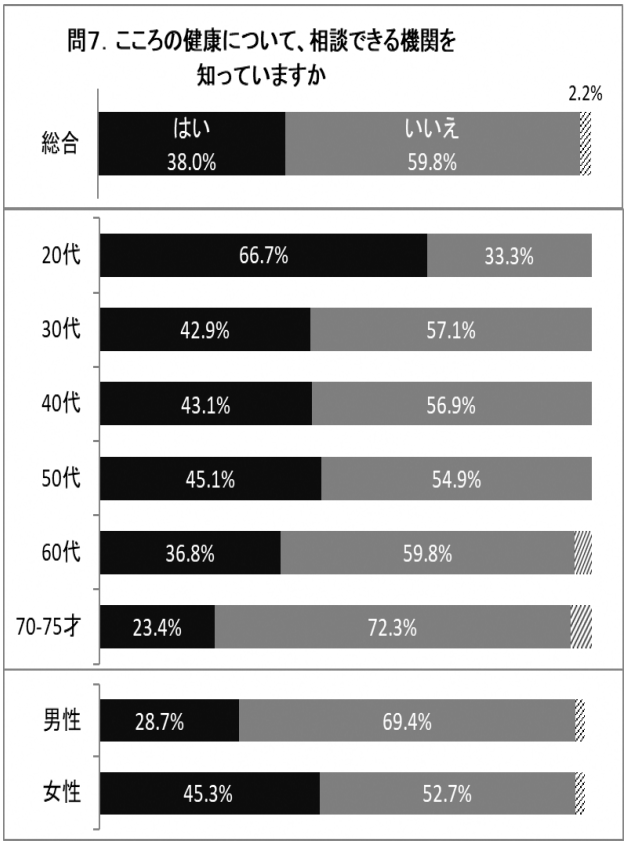

問3．最近1カ月でイライラ、不安、気持ちの落ち込みなどのストレスを感じましたか
■ほぼ毎日 ■しばしば ■ときどき ■ほとんど感じない ■無回答
総合 7.8% 18.0% 41.8% 31.0% 1.4%
20代 6.7% 33.3% 46.7% 13.3%
30代 14.3% 32.1% 46.4% 7.1%
40代 15.5% 29.3% 37.9% 17.2%
50代 8.5% 16.9% 53.5% 21.1%
60代 6.9% 14.9% 34.5% 40.2% 3.4%
70-75才 1.1% 8.5% 39.4% 48.9% 2.1%
男性 5.7% 19.7% 38.9% 33.8% 1.9%
女性 9.5% 16.4% 43.8% 29.4% 1.0%
仕事あり 10.0% 21.6% 41.9% 26.1% 0.4%
仕事なし 3.7% 10.2% 40.7% 42.6% 2.8%
農林漁業 7.7% 15.4% 30.8% 38.5% 7.7%
建設・製造・電気・ガス 9.1% 18.2% 42.4% 27.3% 3.0%
商業 15.4% 30.8% 30.8% 23.1%
金融・保険 12.5% 37.5% 50.0%
医療・介護・福祉 18.2% 13.6% 43.2% 25.0%
公務員 8.5% 22.0% 42.4% 27.1%
その他 5.6% 23.9% 45.1% 25.4%

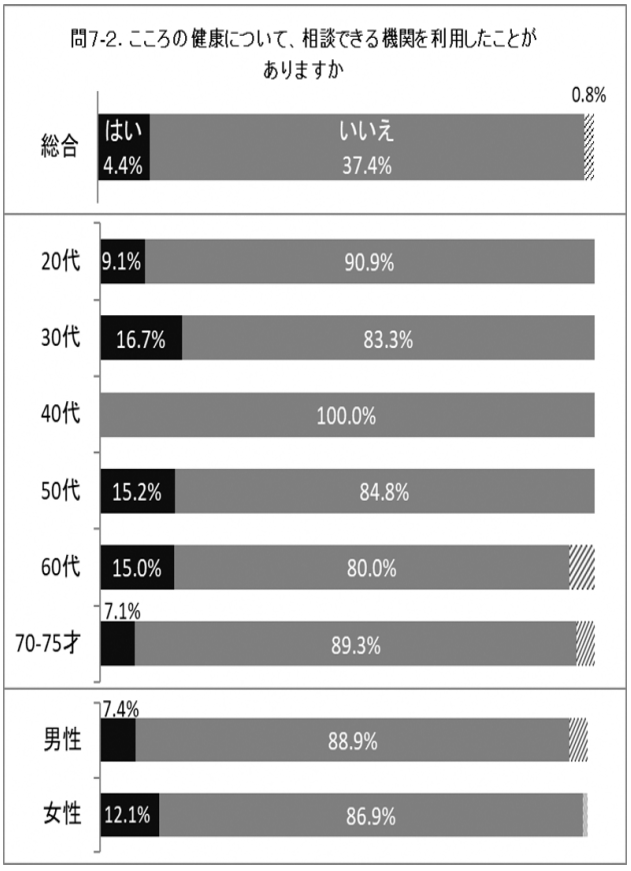

問4．現在のあなたのストレスを感じている度合いについて
当てはまる数字に○をつけて下さい
0
1
2
3
4
5
無回答
総合
10.2%
25.8%
31.0%
17.5%
10.5%
2.5%
2.5%
20代
6.7%
13.3%
13.3%
53.3%
13.3%
30代
3.6%
25.0%
21.4%
25.0%
14.3%
10.7%
40代
6.9%
31.0%
22.4%
12.1%
17.2%
8.6%
1.7%
50代
5.6%
19.7%
36.6%
22.5%
15.5%
60代
10.3%
31.0%
24.1%
20.7%
10.3%
3.4%
70-75才
18.1%
25.5%
42.6%
7.4%
1.1%
5.3%
男性
13.4%
23.6%
33.8%
17.2%
7.6%
2.5%
1.9%
女性
8.0%
27.9%
28.4%
17.9%
12.4%
2.5%
3.0%
仕事あり
10.0%
24.5%
28.2%
20.3%
12.0%
3.7%
1.2%
仕事なし
10.2%
28.7%
37.0%
11.1%
7.4%
5.6%
農林漁業
23.1%
53.8%
7.7%
建設・製造・電気ガス
24.2%
33.3%
15.2%
9.1%
6.1%
商業
30.8%
7.7%
46.2%
15.4%
金融・保険
37.5%
37.5%
12.5%
12.5%
医療・介護・福祉
2.3%
36.4%
25.0%
13.6%
20.5%
2.3%
公務員
10.2%
28.8%
23.7%
22.0%
6.8%
6.8%
1.7%
その他
14.1%
16.9%
29.6%
22.5%
14.1%
1.4%
1.4%


0
1
2
3
4
5


問5．普段ストレスを感じても、上手に気分転換が
できていると感じていますか
総合
はい
75.3%
いいえ
23.5%
1.1%
20代
60.0%
40.0%
30代
57.1%
42.9%
40代
77.6%
22.4%
50代
77.5%
22.5%
60代
71.3%
26.4%
70-75才
83.0%
14.9%
男性
78.3%
20.4%
女性
72.6%
26.4%
仕事あり
73.0%
26.6%
仕事なし
78.7%
18.5%


問6. こころの健康について、相談できる人がいますか
総合
はい 65.4%
いいえ 33.5%
1.1%
20代 73.3% 26.7%
30代 50.0% 46.4%
40代 74.1% 25.9%
50代 71.8% 28.2%
60代 64.4% 33.3%
70-75才 58.5% 40.4%
男性 51.6% 47.1%
女性 76.1% 22.9%

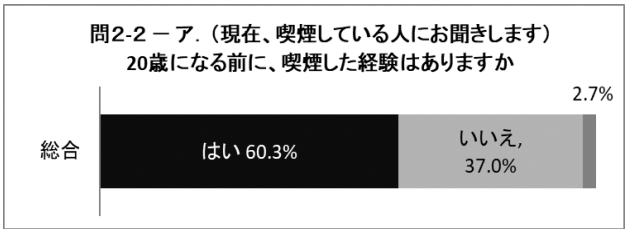

問7. こころの健康について、相談できる機関を知っていますか
総合
はい 38.0%
いいえ 59.8%
2.2%
20代 66.7% 33.3%
30代 42.9% 57.1%
40代 43.1% 56.9%
50代 45.1% 54.9%
60代 36.8% 59.8%
70-75才 23.4% 72.3%
男性 28.7% 69.4%
女性 45.3% 52.7%

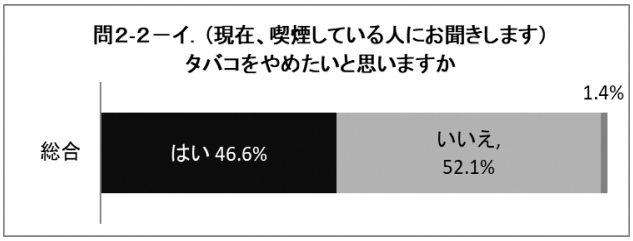

問7-2. こころの健康について、相談できる機関を利用したことがありますか
総合
はい 4.4%
いいえ 37.4%
0.8%
20代 9.1% 90.9%
30代 16.7% 83.3%
40代 100.0%
50代 15.2% 84.8%
60代 15.0% 80.0%
70-75才 7.1% 89.3%
男性 7.4% 88.9%
女性 12.1% 86.9%

⑥タバコ

問1. タバコを吸うことによって、病気の発症や悪化に影響すると思うのはどれですか(あてはまると思うものすべてに○)

	割合
がん(口腔、咽頭、食道、肺など)	89.2%
心筋梗塞・狭心症	76.5%
脳卒中	59.0%
ぜんそく	64.0%
慢性閉塞性肺疾患(COPD)	51.2%
歯周病	37.7%
低体重の赤ちゃんの出生	38.5%
乳幼児突然死症候群(SIDS)	23.3%
どれも該当なし	0.0%



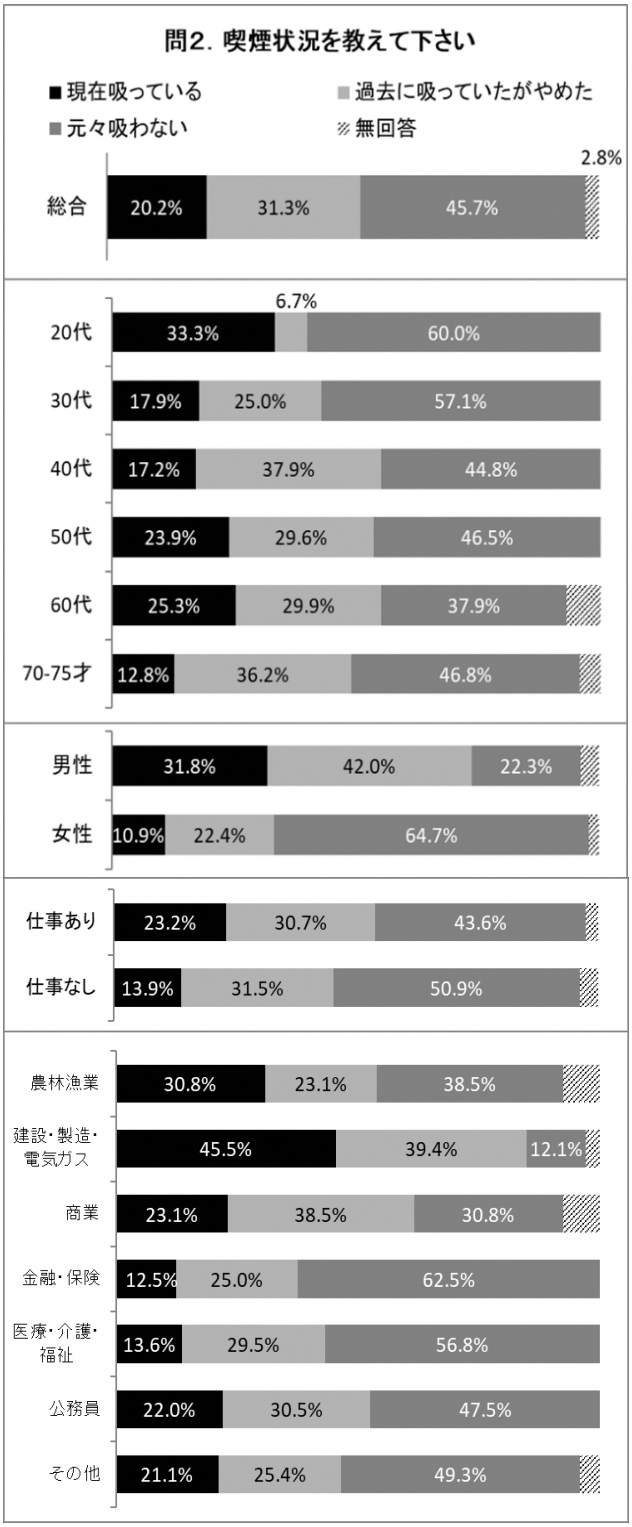


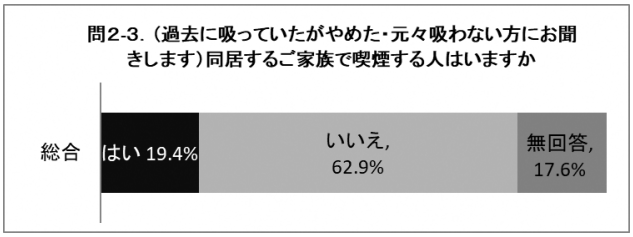
問2-2-ウ. (現在、喫煙している人にお聞きします)タバコに関する健康情報の中で知りたい情報はありますか(いくつでも)

(総合)

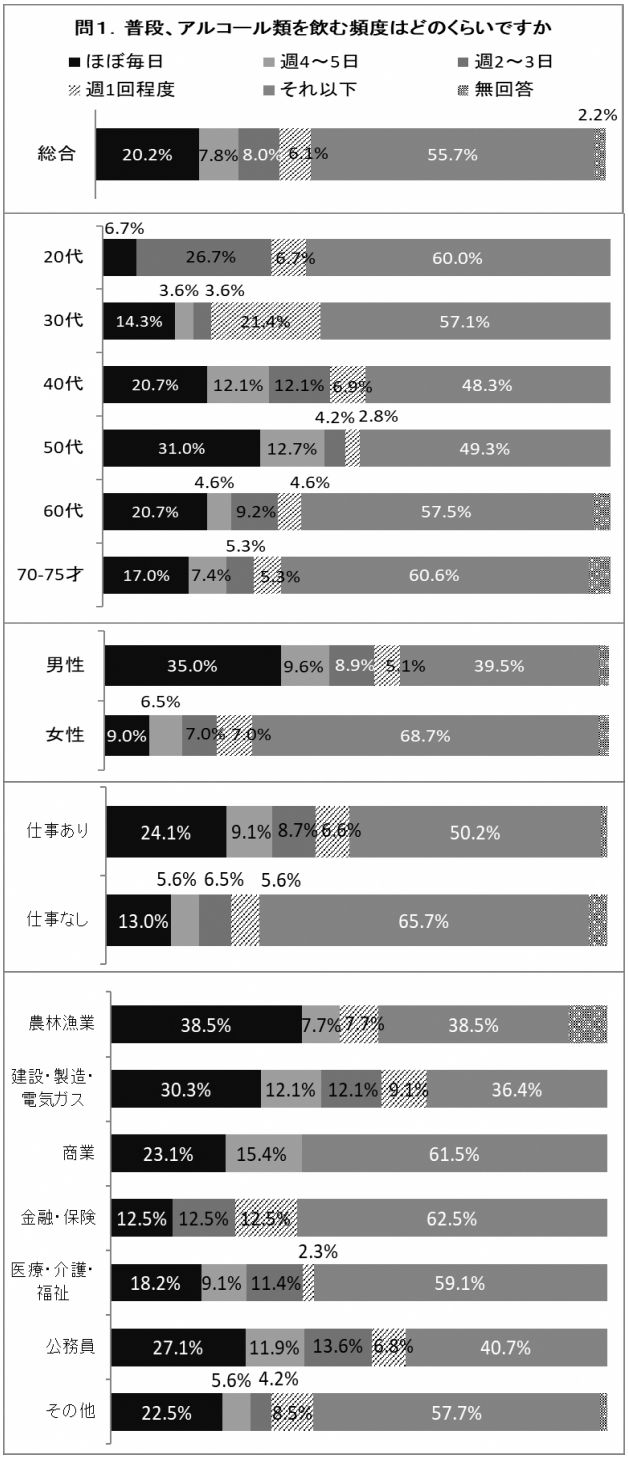
	割合
健康への害について	9.6%
こどもや家族の健康に及ぼす影響について	4.1%
禁煙外来について	17.8%
禁煙補助具について	11.0%
禁煙のメリットについて	9.6%
特になし	64.4%
その他	0.0%
無回答	0.0%

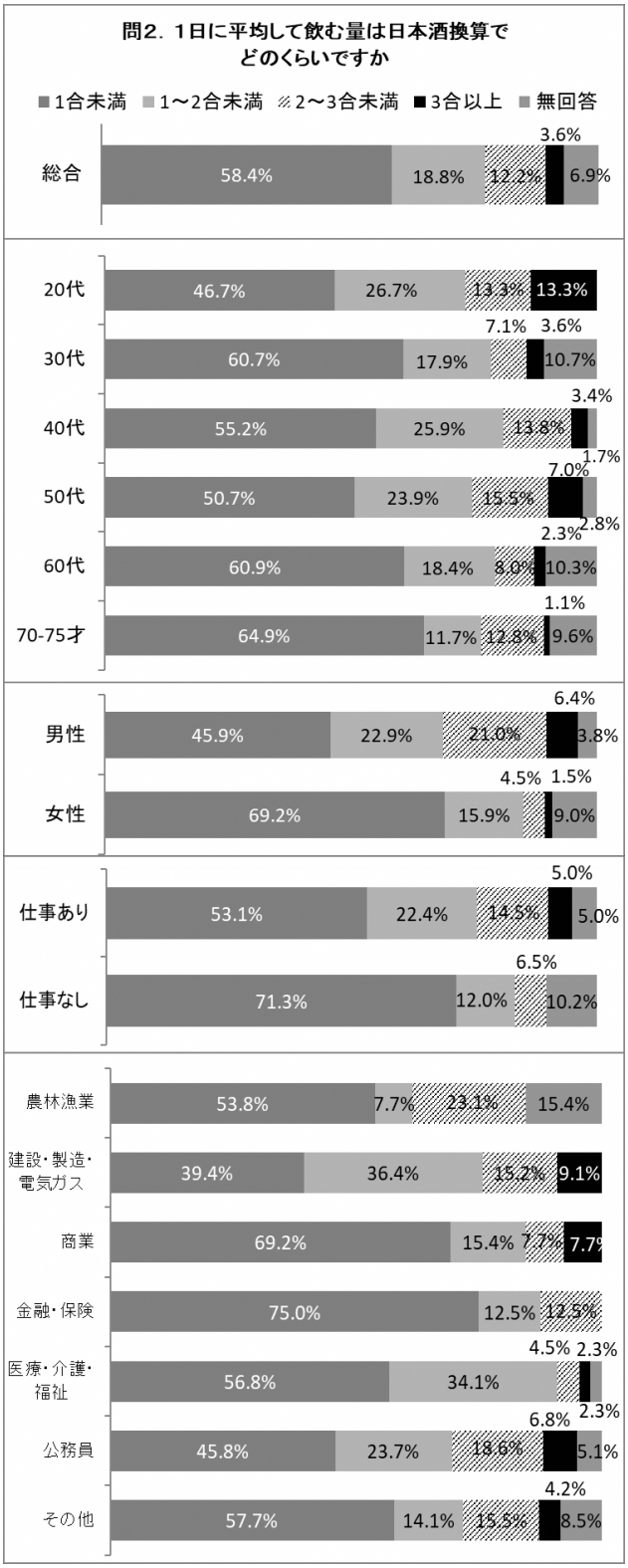
※現在吸っている人の中での総合



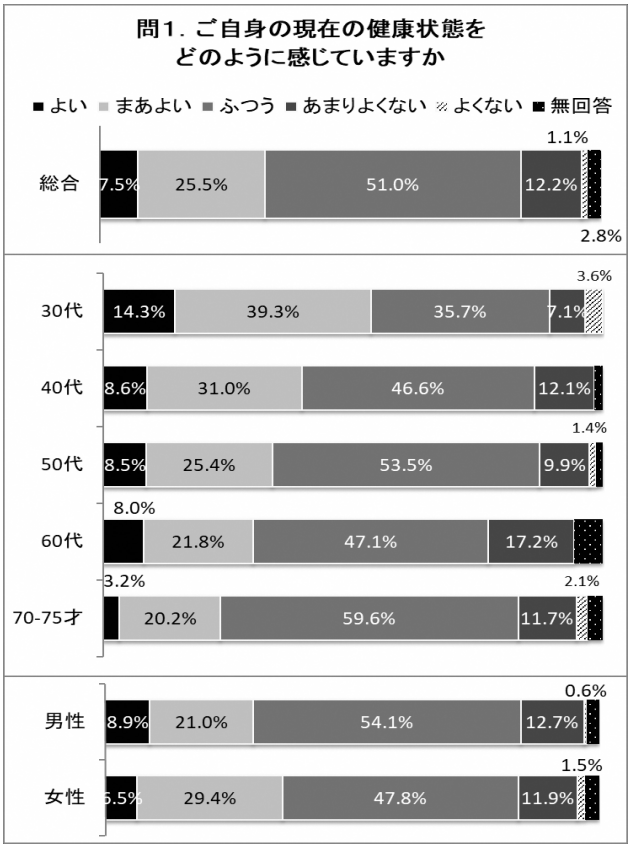


⑦アルコール


問1．普段、アルコール類を飲む頻度はどのくらいですか
■ほぼ毎日
■週4～5日
■週2～3日
▨週1回程度
■それ以下
▩無回答
総合
20.2%
7.8%
8.0%
6.1%
55.7%
2.2%
20代
6.7%
26.7%
6.7%
60.0%
30代
14.3%
3.6%
3.6%
21.4%
57.1%
40代
20.7%
12.1%
12.1%
6.9%
48.3%
50代
31.0%
4.2%
2.8%
12.7%
49.3%
60代
20.7%
4.6%
9.2%
4.6%
57.5%
70-75才
17.0%
7.4%
5.3%
5.3%
60.6%
男性
35.0%
9.6%
8.9%
5.1%
39.5%
女性
9.0%
6.5%
7.0%
7.0%
68.7%
仕事あり
24.1%
9.1%
8.7%
6.6%
50.2%
仕事なし
13.0%
5.6%
6.5%
5.6%
65.7%
農林漁業
38.5%
7.7%
7.7%
38.5%
建設・製造・電気ガス
30.3%
12.1%
12.1%
9.1%
36.4%
商業
23.1%
15.4%
61.5%
金融・保険
12.5%
12.5%
12.5%
62.5%
医療・介護・福祉
18.2%
9.1%
11.4%
2.3%
59.1%
公務員
27.1%
11.9%
13.6%
6.8%
40.7%
その他
22.5%
5.6%
4.2%
8.5%
57.7%


問2．1日に平均して飲む量は日本酒換算で
どのくらいですか
■1合未満
■1～2合未満
▨2～3合未満
■3合以上
■無回答
総合
58.4%
18.8%
12.2%
3.6%
6.9%
20代
46.7%
26.7%
13.3%
13.3%
30代
60.7%
17.9%
7.1%
3.6%
10.7%
40代
55.2%
25.9%
13.8%
3.4%
50代
50.7%
23.9%
15.5%
7.0%
1.7%
60代
60.9%
18.4%
8.0%
2.3%
2.8%
10.3%
70-75才
64.9%
11.7%
12.8%
1.1%
9.6%
男性
45.9%
22.9%
21.0%
6.4%
3.8%
女性
69.2%
15.9%
4.5%
1.5%
9.0%
仕事あり
53.1%
22.4%
14.5%
5.0%
5.0%
仕事なし
71.3%
12.0%
6.5%
10.2%
農林漁業
53.8%
7.7%
23.1%
15.4%
建設・製造・電気ガス
39.4%
36.4%
15.2%
9.1%
商業
69.2%
15.4%
7.7%
7.7%
金融・保険
75.0%
12.5%
12.5%
医療・介護・福祉
56.8%
34.1%
4.5%
2.3%
2.3%
公務員
45.8%
23.7%
18.6%
6.8%
5.1%
その他
57.7%
14.1%
15.5%
4.2%
8.5%

⑧健康状態



問2. 現在、治療中のご病気がありますか(あてはまるものすべて)。

（総合）

	割合
特になし	40.7%
高血圧	28.0%
脂質異常症	11.6%
糖尿病	9.1%
脳血管疾患	1.9%
心臓病	3.0%
がん	1.9%
肝臓病	1.7%
腎臓病	0.8%
呼吸器疾患	2.2%
痛風(高尿酸血症)	3.9%
うつ	1.4%
その他	11.1%
無回答	5.3%

（年代別）　割合

	20代	30代	50代	60代	70-75才	年齢無回答	合計
特になし	86.7%	67.9%	47.9%	26.4%	21.3%	75.0%	40.7%
高血圧	0.0%	10.7%	21.1%	37.9%	42.6%	12.5%	28.0%
脂質異常症	0.0%	0.0%	12.7%	19.5%	13.8%	0.0%	11.6%
糖尿病	0.0%	0.0%	5.6%	17.2%	14.9%	0.0%	9.1%
脳血管疾患	0.0%	0.0%	0.0%	5.7%	2.1%	0.0%	1.9%
心臓病	0.0%	3.6%	1.4%	4.6%	5.3%	0.0%	3.0%
がん	6.7%	7.1%	1.4%	1.1%	1.1%	0.0%	1.9%
肝臓病	0.0%	3.6%	2.8%	1.1%	2.1%	0.0%	1.7%
腎臓病	0.0%	0.0%	1.4%	1.1%	1.1%	0.0%	0.8%
呼吸器疾患	0.0%	0.0%	2.8%	1.1%	4.3%	0.0%	2.2%
痛風(高尿酸血症)	0.0%	3.6%	1.4%	2.3%	6.4%	12.5%	3.9%
うつ	0.0%	3.6%	1.4%	1.1%	0.0%	0.0%	1.4%
その他	6.7%	3.6%	14.1%	13.8%	12.8%	0.0%	11.1%
無回答	0.0%	0.0%	4.2%	6.9%	6.4%	0.0%	5.3%

（性別）

	男性	女性	性別無回答	合計
特になし	38.2%	42.8%	33.3%	40.7%
高血圧	29.3%	26.9%	33.3%	28.0%
脂質異常症	10.2%	12.9%	0.0%	11.6%
糖尿病	10.8%	8.0%	0.0%	9.1%
脳血管疾患	2.5%	1.5%	0.0%	1.9%
心臓病	5.7%	1.0%	0.0%	3.0%
がん	0.6%	3.0%	0.0%	1.9%
肝臓病	1.3%	2.0%	0.0%	1.7%
腎臓病	0.6%	1.0%	0.0%	0.8%
呼吸器疾患	1.9%	2.5%	0.0%	2.2%
痛風(高尿酸血症)	8.3%	0.0%	33.3%	3.9%
うつ	0.0%	2.5%	0.0%	1.4%
その他	8.9%	12.9%	0.0%	11.1%
無回答	4.5%	6.0%	0.0%	5.3%

問3. ご自身の健康のために気を付けていることを教えて下さい(最大3つまで)。

(総合)

	割合
バランスの良い食事	47.6%
うす味にする	28.3%
間食をしない	11.1%
十分な睡眠・休養	53.7%
うがい・手洗い	29.9%
体を動かす	32.7%
健診(検診)を受ける	26.0%
ストレスをためない	21.3%
禁煙	5.0%
休肝日を設ける	3.3%
トクホ(特定保健用食品)商品の利用	3.9%
栄養補助食品(サプリメント等の利用)	10.5%
その他	1.4%
無回答	0.0%

※アンケート回答者中の割合

(年代別)

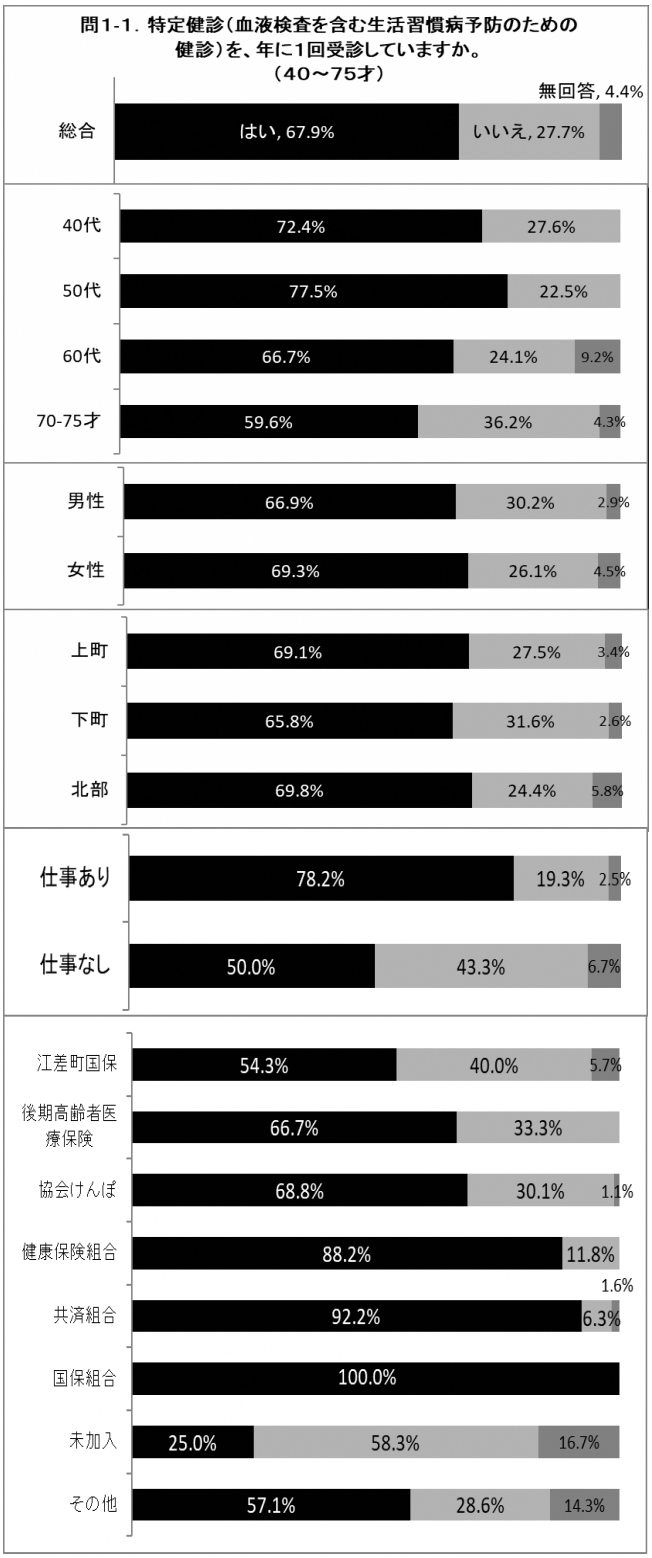
	20代	30代	40代	50代	60代	70-75才	年齢無回答
バランスの良い食事	40.0%	39.3%	36.2%	47.9%	54.0%	53.2%	37.5%
うす味にする	6.7%	17.9%	10.3%	21.1%	40.2%	39.4%	37.5%
間食をしない	6.7%	17.9%	6.9%	14.1%	6.9%	12.8%	25.0%
十分な睡眠・休養	66.7%	57.1%	67.2%	57.7%	43.7%	48.9%	50.0%
うがい・手洗い	26.7%	35.7%	43.1%	29.6%	29.9%	22.3%	12.5%
体を動かす	33.3%	32.1%	27.6%	33.8%	35.6%	33.0%	25.0%
健診(検診)を受ける	13.3%	10.7%	27.6%	32.4%	32.2%	22.3%	12.5%
ストレスをためない	33.3%	21.4%	24.1%	16.9%	14.9%	26.6%	25.0%
禁煙	13.3%	10.7%	3.4%	2.8%	8.0%	2.1%	0.0%
休肝日を設ける	6.7%	0.0%	5.2%	7.0%	2.3%	1.1%	0.0%
トクホ(特定保健用食品)商品の利用	6.7%	7.1%	1.7%	4.2%	4.6%	3.2%	0.0%
栄養補助食品(サプリメント等の利用)	20.0%	3.6%	10.3%	14.1%	13.8%	6.4%	0.0%
その他	0.0%	0.0%	0.0%	1.4%	2.3%	2.1%	0.0%
無回答	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

(性別)

	男性	女性	合計
バランスの良い食事	43.3%	51.2%	47.6%
うす味にする	25.5%	30.3%	28.3%
間食をしない	15.9%	7.5%	11.1%
十分な睡眠・休養	52.9%	54.7%	53.7%
うがい・手洗い	22.9%	35.3%	29.9%
体を動かす	42.0%	24.9%	32.7%
健診(検診)を受ける	27.4%	25.4%	26.0%
ストレスをためない	17.8%	24.4%	21.3%
禁煙	9.6%	1.5%	5.0%
休肝日を設ける	4.5%	2.5%	3.3%
トクホ(特定保健用食品)商品の利用	3.8%	4.0%	3.9%
栄養補助食品(サプリメント等の利用)	11.5%	10.0%	10.5%
その他	0.6%	2.0%	1.4%
無回答	0.0%	0.0%	0.0%

⑨健康診断

問1-1．特定健診（血液検査を含む生活習慣病予防のための健診）を、年に1回受診していますか。（40～75才）



問1-2.（「いいえ」と答えた方にお聞きします）受けていない理由を教えてください。（いくつでも）

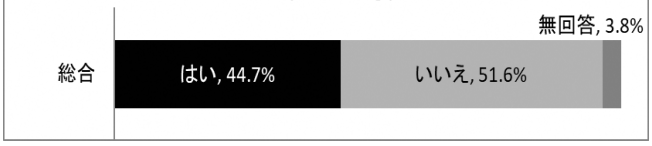
（総合）

	人数
忙しくて時間が取れない	14
自覚症状がない	17
面倒だから	16
通院中だから	32
必要性を感じないから	6
日程が合わない	9
料金が高い	5
受け方が分からない	7
検査に対しての不安がある	5
結果を聞くのが心配	5
その他	13
無回答	0

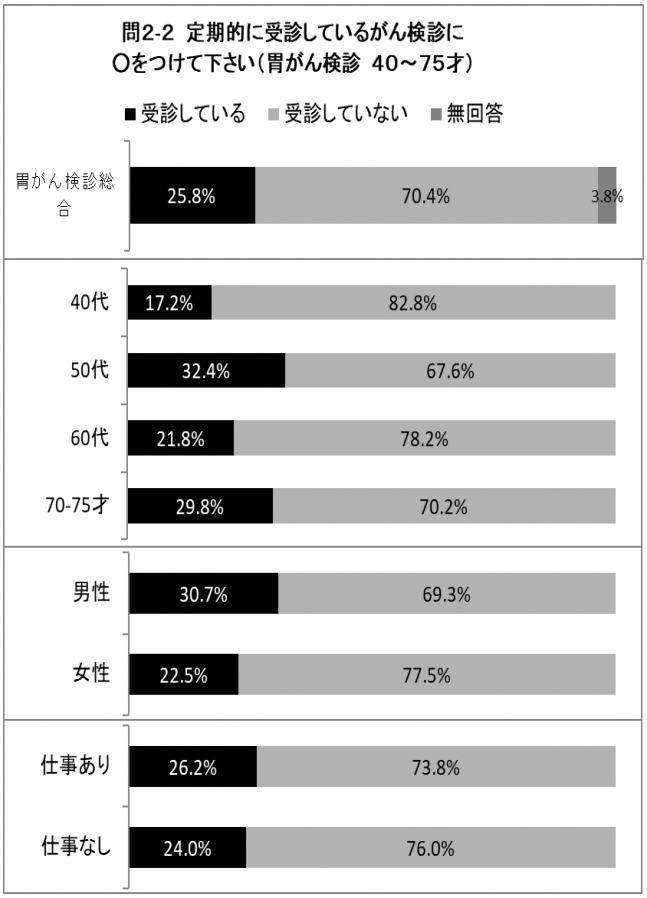
（総合）

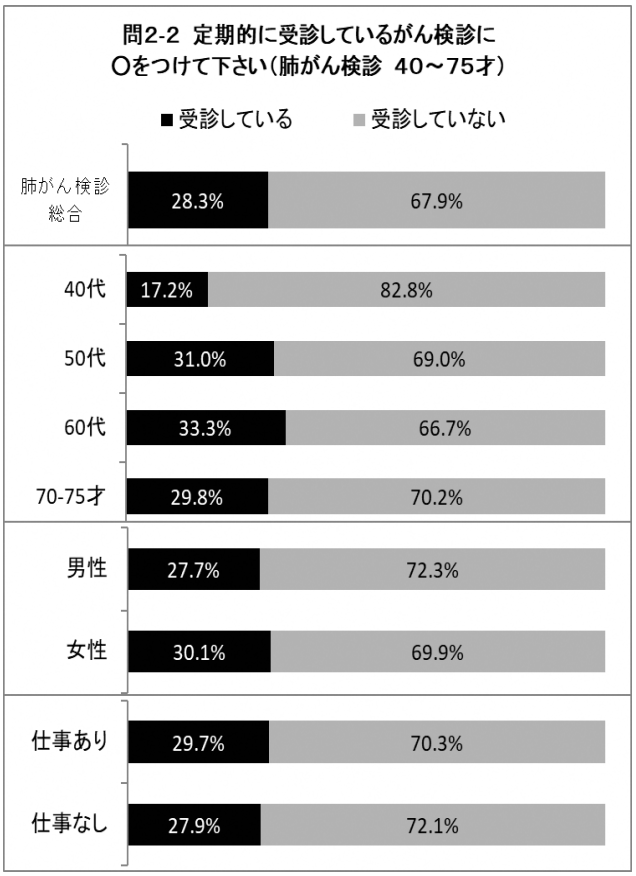
	割合
忙しくて時間が取れない	15.9%
自覚症状がない	19.3%
面倒だから	18.2%
通院中だから	36.4%
必要性を感じないから	6.8%
日程が合わない	10.2%
料金が高い	5.7%
受け方が分からない	8.0%
検査に対しての不安がある	5.7%
結果を聞くのが心配	5.7%
その他	14.8%
無回答	0.0%

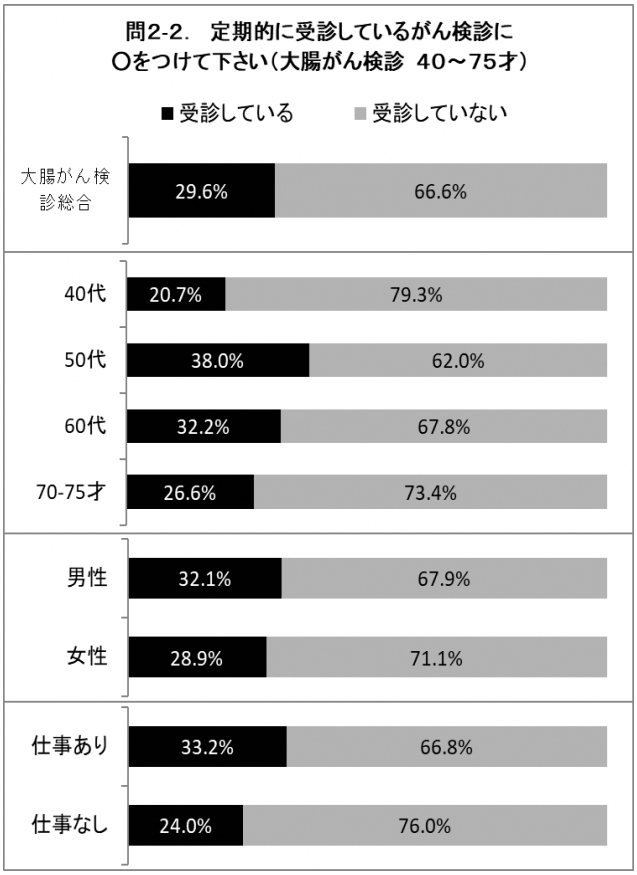
問2-1．定期的にがん検診を受診していますか。（40～75才）



問2-2 定期的に受診しているがん検診に○をつけて下さい（胃がん検診 40～75才）







問2-3.（「いいえ」と答えた方にお聞きします）受けていない理由を教えてください。（いくつでも）

	割合
忙しくて時間が取れない	15.6%
自覚症状がない	36.9%
面倒だから	15.4%
通院中だから	12.4%
必要性を感じないから	16.6%
日程が合わない	9.3%
料金が高い	10.0%
受け方が分からない	6.6%
検査に対しての不安がある	7.9%
結果を聞くのが心配	7.8%
その他	10.9%
無回答	6.4%

町の健康づくり施策や保健事業についてのご意見(特徴的なものを抜粋して掲載)

【健康づくり事業について】

・あまりお年寄りお年寄りしていない運動系の活動があれば父の参加を考えたい。
・介護者側(母)のケアになるような活動があるなら知りたい。
・バランスの良い食事の具体例（1 週間分以上）があると嬉しいです。
・妊娠を希望するようになってから、自分の食事を意識することが増えました。食育事業として学生のうちから妊娠のためには自分の体を大切にすることを意識するよう呼びかけがあればいいなと感じています。
・自分が日々どれくらいの塩分を摂っているのかわからないので何か簡単な一覧みたいなわかりやすい表や絵があるとありがたいです。（ex 朝昼夜このメニューで塩分このくらいなど）
・夜（１８時半～、１９時～等）の時間帯でヨガ教室やピラティスなどあるといいです。
・30～50 代の仕事をしている人が気軽に運動できる仕組みがあるといいです。

【各種健康診断について】

・国民健康保険の無料で受けられる健康診断はとてもありがたいです。おかげで何年ぶりかに受けてみようと思えました。
・特定健診の項目に『眼』を入れてほしい。
・職場で婦人系のがん検診を受ける際に、町の助成が受けられるとよい 。

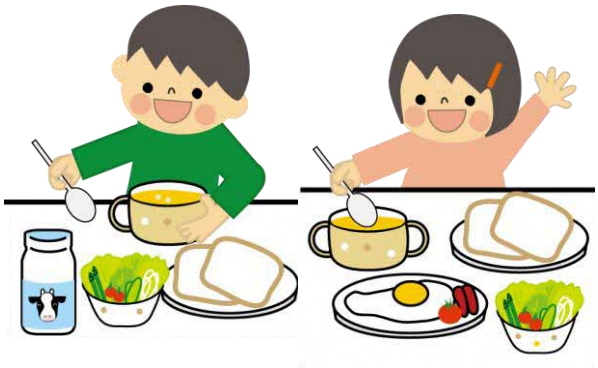
【施設について】

・プールの開設期間を長くしてほしい。
・気軽にトレーニング機器が利用できる場所があればと思います。
・生協跡地はジムとサウナにして欲しかったです。

【健康づくり事業以外の町に対する意見】

・子を産み育てる支援を増やして欲しい
・サークル活動などの情報があまりないから探せません。
・コロナの流行状況に関する情報を、５類移行後も継続して発信してほしい。
・他町の自販機で購入するたびに鳥のさえずりが流れるらしいです。江差町も自販機で購入するたびに江差追分やもちつき、さめおどり等せっかく素敵な伝統があるので 1 節流れるとか楽しくないですか？？

健康づくりアンケート
調査結果
（小学生・中学生対象）





このアンケート調査は、第２期健康増進計画・食育計画の策定にあたり、食習慣や運動習慣等、小中学生の生活習慣の実態について明らかにするために実施しました。アンケートの回答は、小学生は保護者の方、中学生は本人および保護者の方のどちらが回答してもよいものとし、各学校に配布・回収をお願いし、小中学生合わせて２４２人の方にご協力をいただきました。（回収率：小学生 70.3%、中学生77.9%）。

調査にご協力いただき、ありがとうございました。

回収期間:令和5年9月19日～9月29日

■集計（回答者属性）

〇小学生

（回収率）

回収数	147
対象者数	209
回収率	70.3%

（学年）

	人数	割合A	対象者数	割合B
小学1年生	37	25.2%	44	84.1%
小学2年生	15	10.2%	21	71.4%
小学3年生	21	14.3%	30	70.0%
小学4年生	25	17.0%	40	62.5%
小学5年生	20	13.6%	37	54.1%
小学6年生	24	16.3%	37	64.9%
無回答	5	3.4%	－	－
合計	147	100.0%	209	70.3% ←回収率

※割合A…合計数に占める割合

※割合B…対象者数に占める割合

（性別）

	人数	割合
男子	75	51.0%
女子	68	46.3%
無回答	4	2.7%
合計	147	100.0%

（家族の喫煙状況）

	人数	割合
いる	67	45.6%
いない	77	52.4%
無回答	3	2.0%
合計	147	100.0%

〇中学生

（回収率）

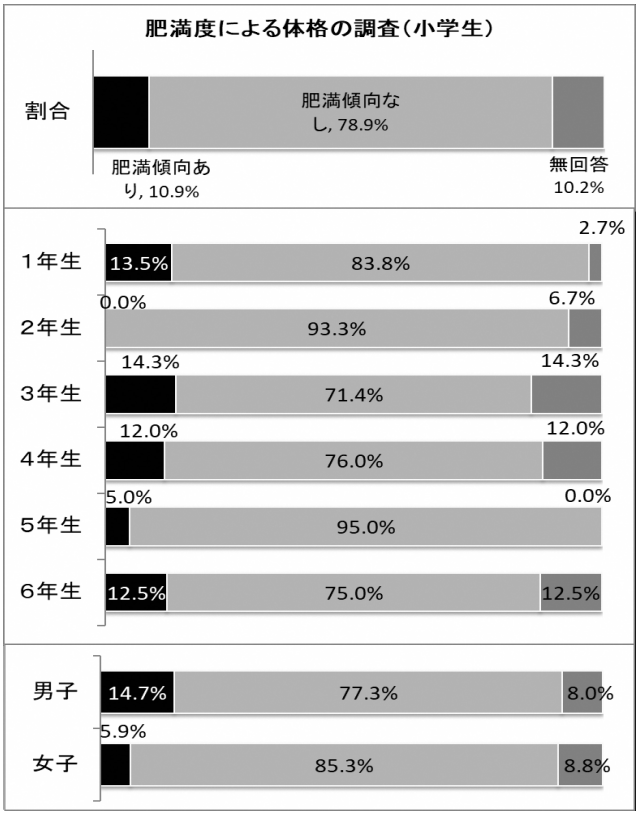
回収数	95
対象者数	122
回収率	77.9%

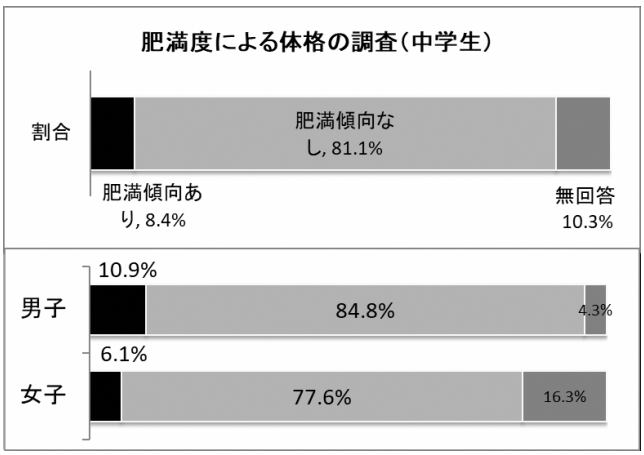
（性別）

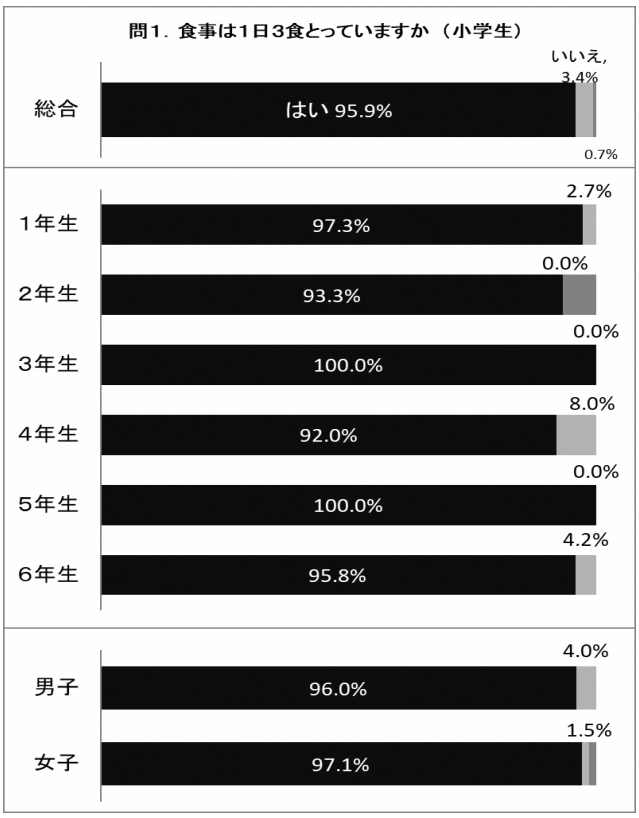
	人数	割合
男子	46	48.4%
女子	49	51.6%
無回答	0	0.0%
合計	95	100.0%

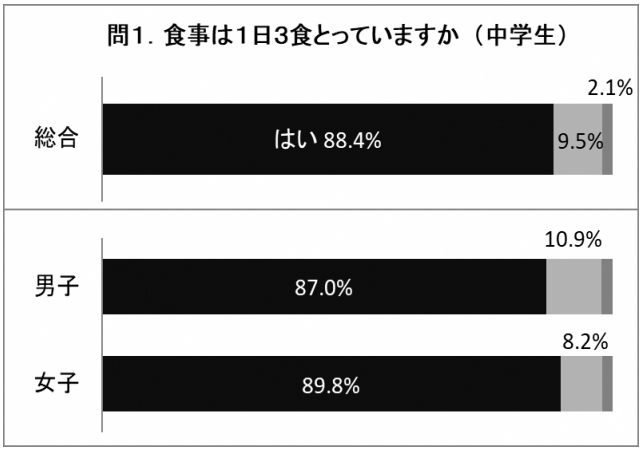
（家族の喫煙状況）

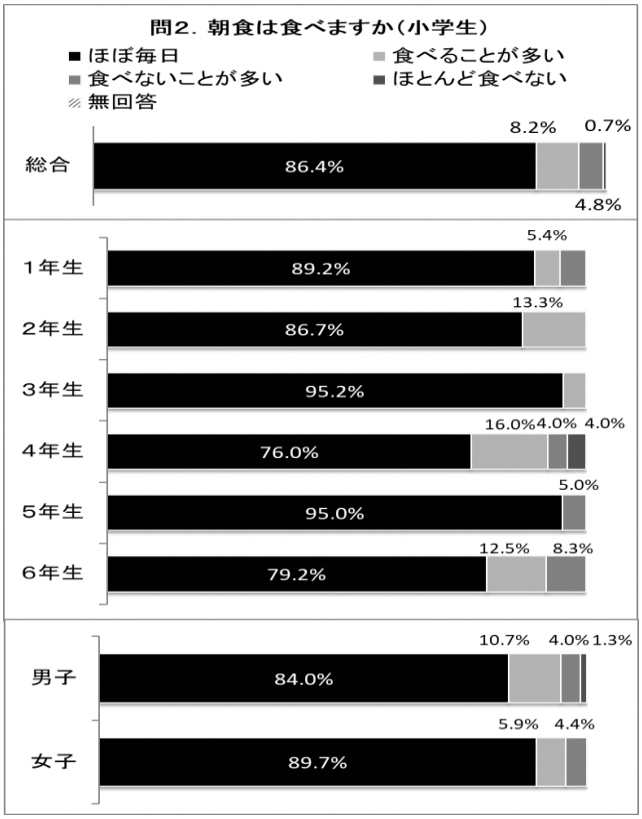
	人数	割合
いる	43	45.3%
いない	52	54.7%
無回答	0	0.0%
	95	100.0%

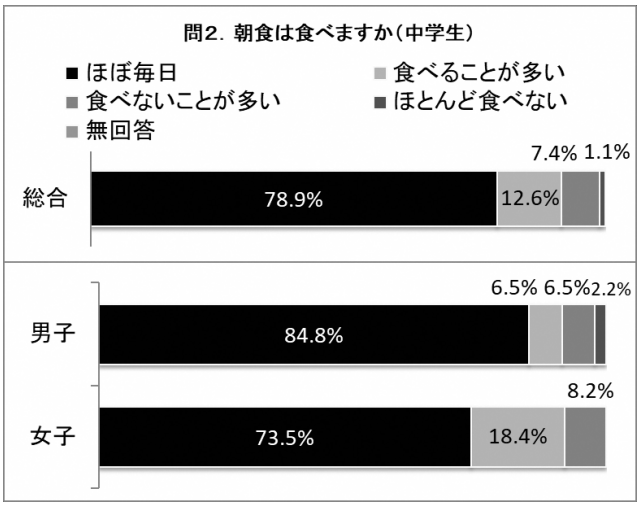

肥満度による体格の調査（小学生）
割合
肥満傾向なし, 78.9%
肥満傾向あり, 10.9%
無回答 10.2%
1年生
13.5%
83.8%
2.7%
2年生
0.0%
93.3%
6.7%
3年生
14.3%
71.4%
14.3%
4年生
12.0%
76.0%
12.0%
5年生
5.0%
95.0%
0.0%
6年生
12.5%
75.0%
12.5%
男子
14.7%
77.3%
8.0%
女子
5.9%
85.3%
8.8%

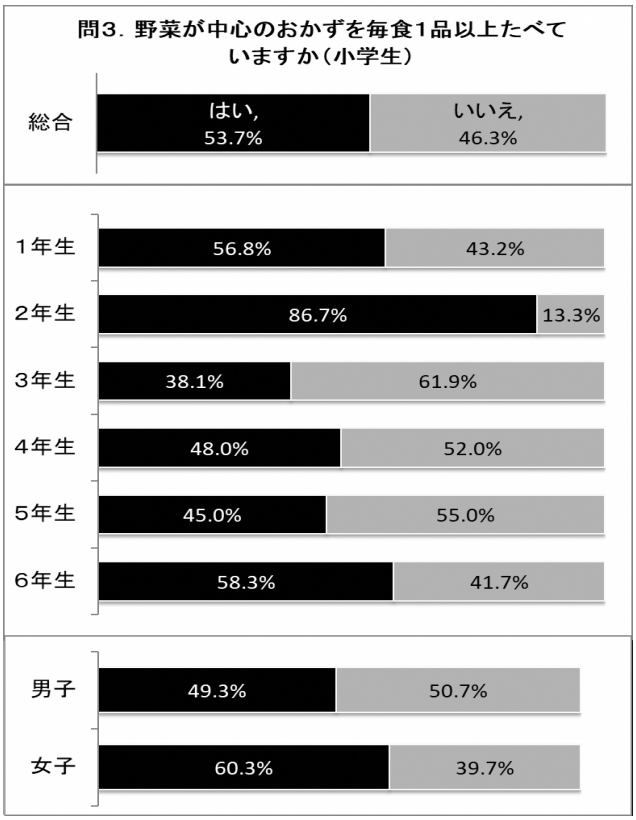

肥満度による体格の調査（中学生）
割合
肥満傾向なし, 81.1%
肥満傾向あり, 8.4%
無回答 10.3%
男子
10.9%
84.8%
4.3%
女子
6.1%
77.6%
16.3%

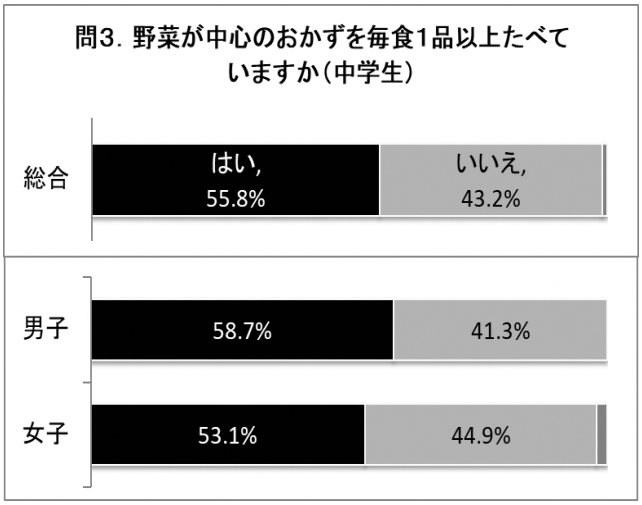

問1．食事は1日3食とっていますか （小学生）
総合
はい 95.9%
いいえ, 3.4%
0.7%
1年生
97.3%
2.7%
2年生
93.3%
0.0%
3年生
100.0%
0.0%
4年生
92.0%
8.0%
5年生
100.0%
0.0%
6年生
95.8%
4.2%
男子
96.0%
4.0%
女子
97.1%
1.5%

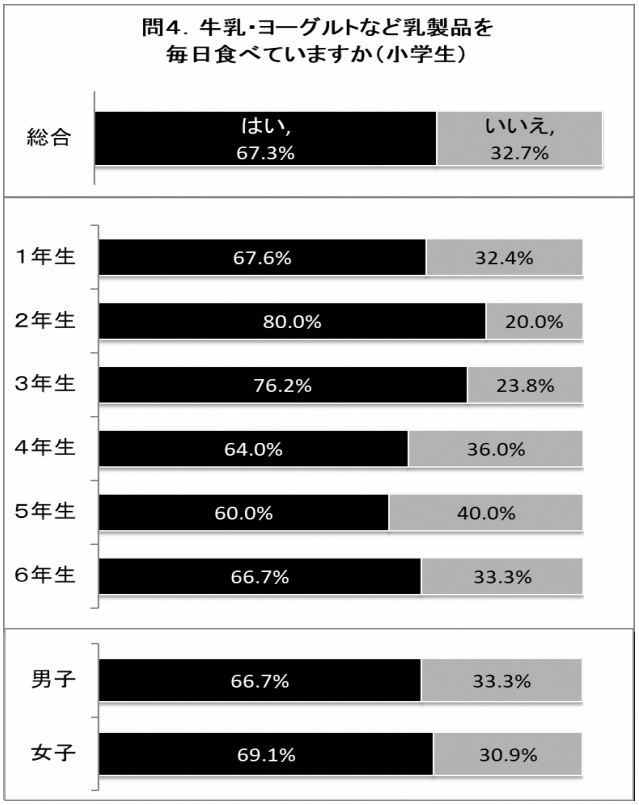

問1．食事は1日3食とっていますか （中学生）
総合
はい 88.4%
9.5%
2.1%
男子
87.0%
10.9%
女子
89.8%
8.2%

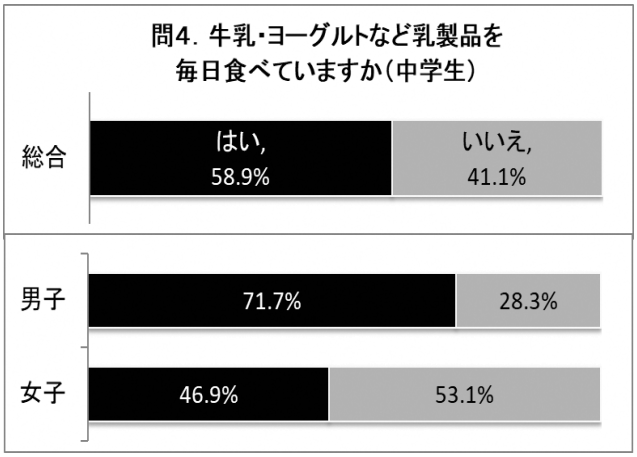

問2．朝食は食べますか（小学生）
ほぼ毎日
食べることが多い
食べないことが多い
ほとんど食べない
無回答
総合
86.4%
8.2%
0.7%
4.8%
1年生
89.2%
5.4%
2年生
86.7%
13.3%
3年生
95.2%
4年生
76.0%
16.0%
4.0%
4.0%
5年生
95.0%
5.0%
6年生
79.2%
12.5%
8.3%
男子
84.0%
10.7%
4.0%
1.3%
女子
89.7%
5.9%
4.4%

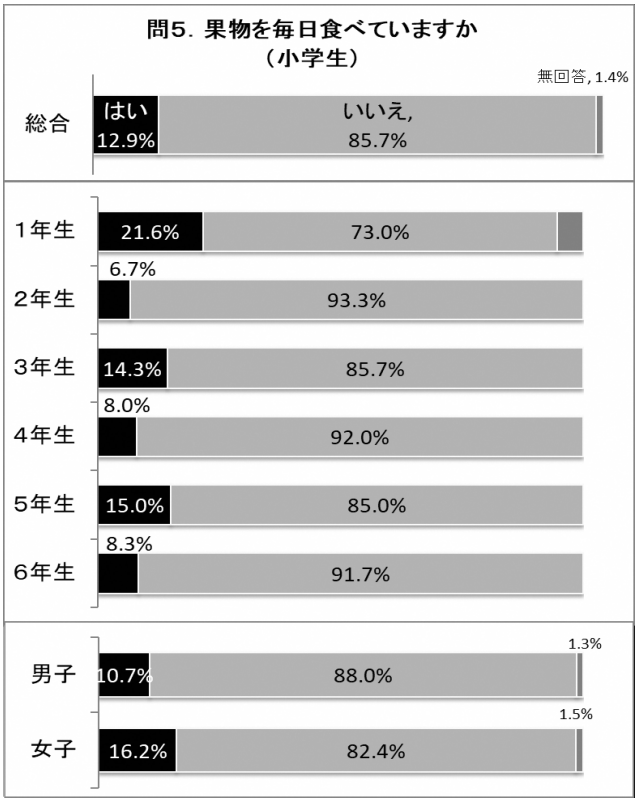

問2．朝食は食べますか（中学生）
ほぼ毎日
食べることが多い
食べないことが多い
ほとんど食べない
無回答
総合
78.9%
12.6%
7.4%
1.1%
男子
84.8%
6.5%
6.5%
2.2%
女子
73.5%
18.4%
8.2%

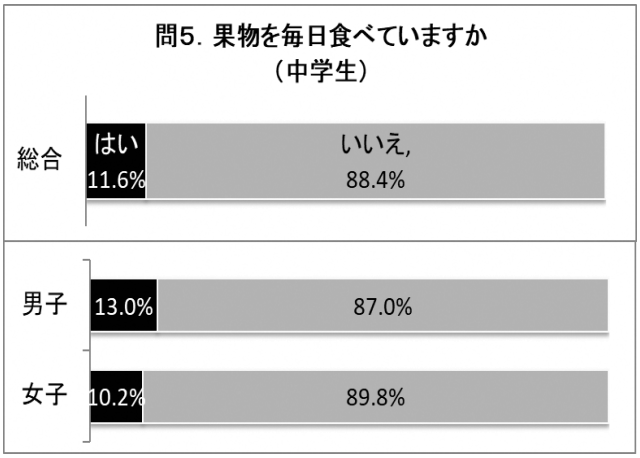

問3．野菜が中心のおかずを毎食1品以上たべていますか（小学生）
総合
はい,
53.7%
いいえ,
46.3%
1年生
56.8%
43.2%
2年生
86.7%
13.3%
3年生
38.1%
61.9%
4年生
48.0%
52.0%
5年生
45.0%
55.0%
6年生
58.3%
41.7%
男子
49.3%
50.7%
女子
60.3%
39.7%

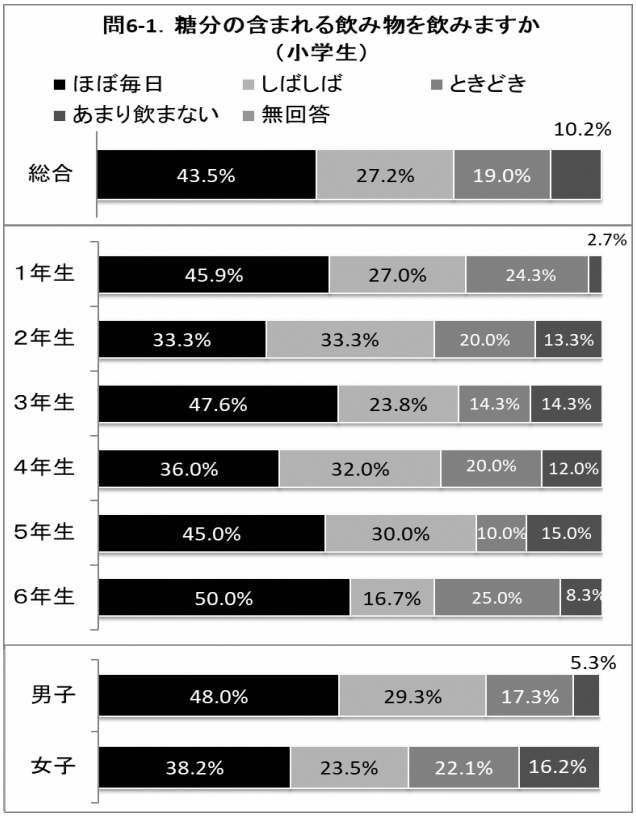

問3．野菜が中心のおかずを毎食1品以上たべていますか（中学生）
総合
はい,
55.8%
いいえ,
43.2%
男子
58.7%
41.3%
女子
53.1%
44.9%

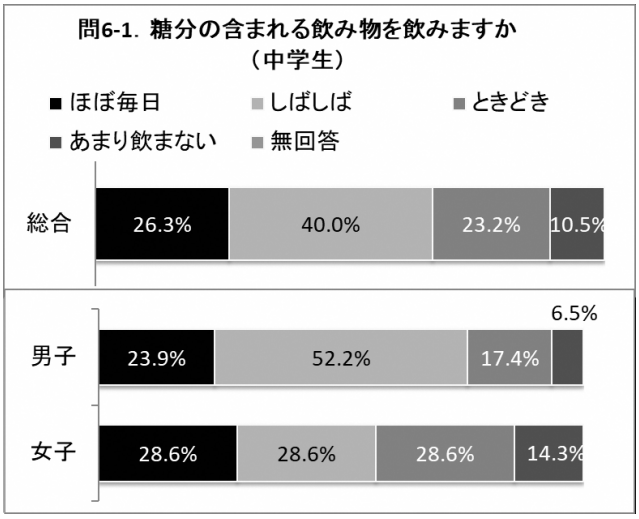

問4．牛乳・ヨーグルトなど乳製品を
毎日食べていますか（小学生）
総合
はい,
67.3%
いいえ,
32.7%
1年生
67.6%
32.4%
2年生
80.0%
20.0%
3年生
76.2%
23.8%
4年生
64.0%
36.0%
5年生
60.0%
40.0%
6年生
66.7%
33.3%
男子
66.7%
33.3%
女子
69.1%
30.9%

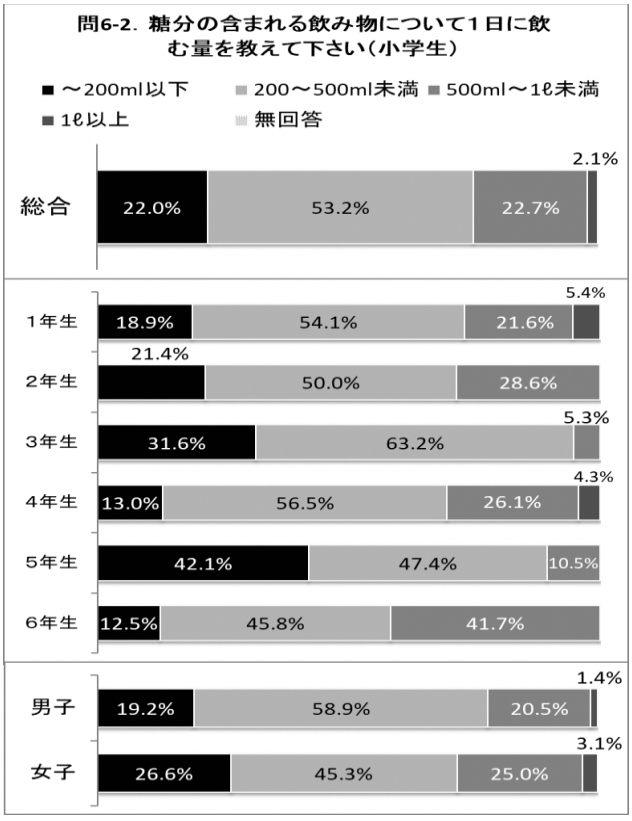

問4．牛乳・ヨーグルトなど乳製品を
毎日食べていますか（中学生）
総合
はい,
58.9%
いいえ,
41.1%
男子
71.7%
28.3%
女子
46.9%
53.1%

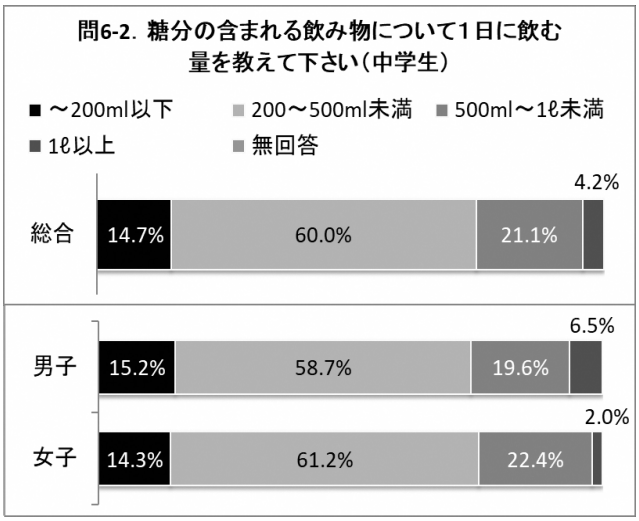

問5．果物を毎日食べていますか
（小学生）
無回答, 1.4%
総合
はい
12.9%
いいえ,
85.7%
1年生
21.6%
73.0%
2年生
6.7%
93.3%
3年生
14.3%
85.7%
4年生
8.0%
92.0%
5年生
15.0%
85.0%
6年生
8.3%
91.7%
男子
10.7%
88.0%
1.3%
女子
16.2%
82.4%
1.5%

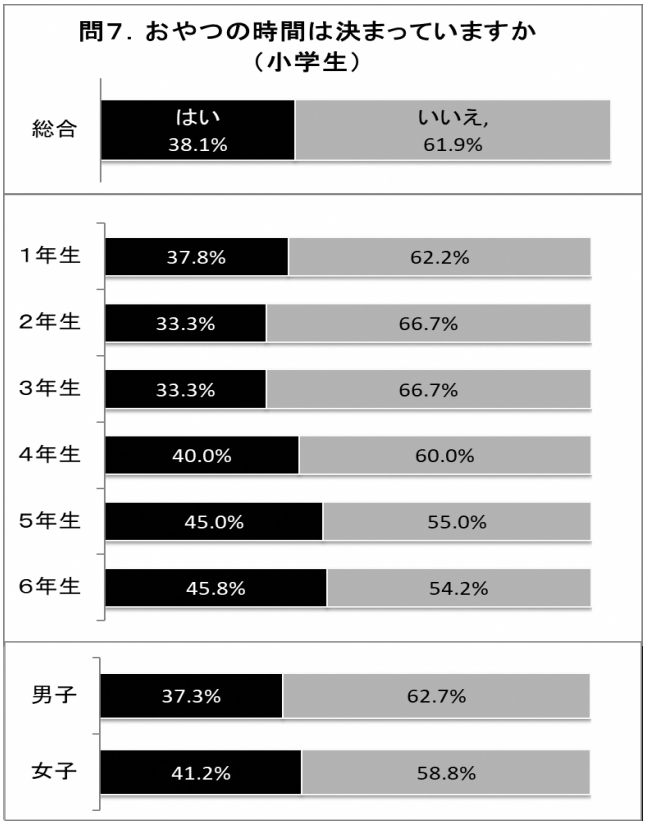

問5．果物を毎日食べていますか
（中学生）
総合
はい
11.6%
いいえ,
88.4%
男子
13.0%
87.0%
女子
10.2%
89.8%

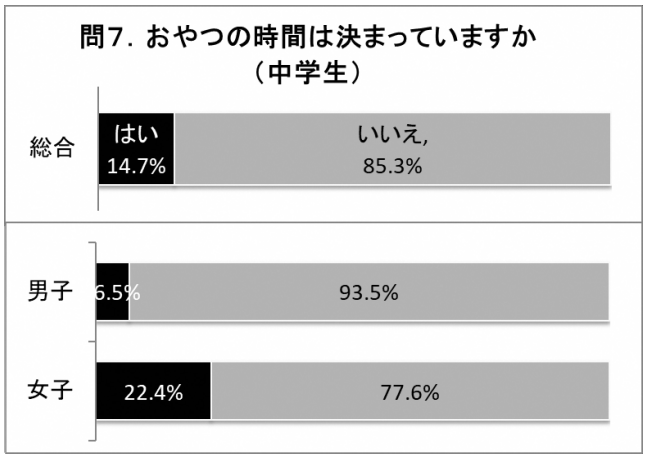

問6-1. 糖分の含まれる飲み物を飲みますか
（小学生）
■ほぼ毎日 ■しばしば ■ときどき
■あまり飲まない ■無回答
総合
43.5%
27.2%
19.0%
10.2%
1年生
45.9%
27.0%
24.3%
2.7%
2年生
33.3%
33.3%
20.0%
13.3%
3年生
47.6%
23.8%
14.3%
14.3%
4年生
36.0%
32.0%
20.0%
12.0%
5年生
45.0%
30.0%
10.0%
15.0%
6年生
50.0%
16.7%
25.0%
8.3%
男子
48.0%
29.3%
17.3%
5.3%
女子
38.2%
23.5%
22.1%
16.2%

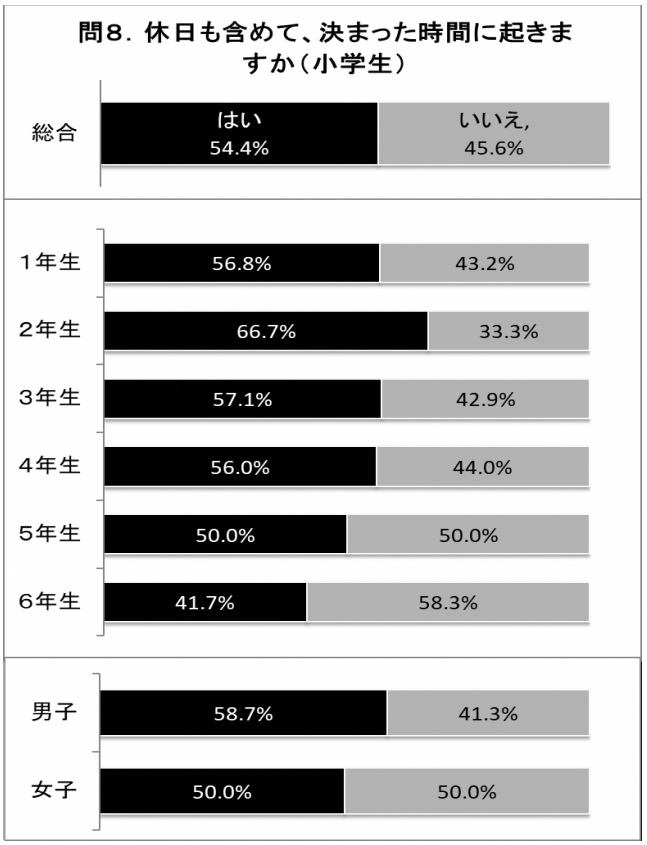

問6-1. 糖分の含まれる飲み物を飲みますか
（中学生）
■ほぼ毎日 ■しばしば ■ときどき
■あまり飲まない ■無回答
総合
26.3%
40.0%
23.2%
10.5%
男子
23.9%
52.2%
17.4%
6.5%
女子
28.6%
28.6%
28.6%
14.3%

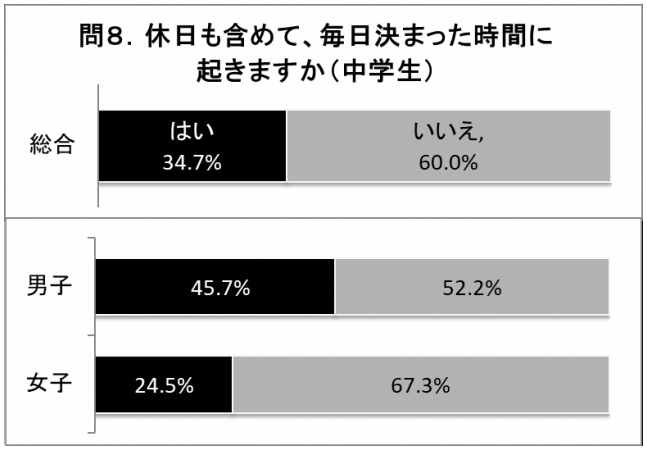

問6-2. 糖分の含まれる飲み物について1日に飲む量を教えて下さい（小学生）
■～200ml以下 ■200～500ml未満 ■500ml～1ℓ未満
■1ℓ以上 ■無回答
総合
22.0%
53.2%
22.7%
2.1%
1年生
18.9%
54.1%
21.6%
5.4%
2年生
21.4%
50.0%
28.6%
3年生
31.6%
63.2%
5.3%
4年生
13.0%
56.5%
26.1%
4.3%
5年生
42.1%
47.4%
10.5%
6年生
12.5%
45.8%
41.7%
男子
19.2%
58.9%
20.5%
1.4%
女子
26.6%
45.3%
25.0%
3.1%


問6-2. 糖分の含まれる飲み物について1日に飲む量を教えて下さい（中学生）
■～200ml以下 ■200～500ml未満 ■500ml～1ℓ未満
■1ℓ以上 ■無回答
総合
14.7%
60.0%
21.1%
4.2%
男子
15.2%
58.7%
19.6%
6.5%
女子
14.3%
61.2%
22.4%
2.0%


問7．おやつの時間は決まっていますか
（小学生）
総合
はい
38.1%
いいえ,
61.9%
1年生
37.8%
62.2%
2年生
33.3%
66.7%
3年生
33.3%
66.7%
4年生
40.0%
60.0%
5年生
45.0%
55.0%
6年生
45.8%
54.2%
男子
37.3%
62.7%
女子
41.2%
58.8%


問7．おやつの時間は決まっていますか
（中学生）
総合
はい
14.7%
いいえ,
85.3%
男子
6.5%
93.5%
女子
22.4%
77.6%


問8．休日も含めて、決まった時間に起きますか（小学生）
総合
はい
54.4%
いいえ,
45.6%
1年生
56.8%
43.2%
2年生
66.7%
33.3%
3年生
57.1%
42.9%
4年生
56.0%
44.0%
5年生
50.0%
50.0%
6年生
41.7%
58.3%
男子
58.7%
41.3%
女子
50.0%
50.0%


問8．休日も含めて、毎日決まった時間に起きますか（中学生）
総合
はい
34.7%
いいえ,
60.0%
男子
45.7%
52.2%
女子
24.5%
67.3%

問9. いつ歯を磨きますか。歯磨きをしている時間すべてに○（複数回答）。

■歯みがきのタイミング（小学生）

回答	割合
おきた時	3.2%
朝食後	31.7%
昼食後	25.0%
夕食後	7.0%
ねる前	32.0%
特に決まっていない	1.1%
無回答	0.0%
合計	100.0%

■歯みがきのタイミング（中学生）

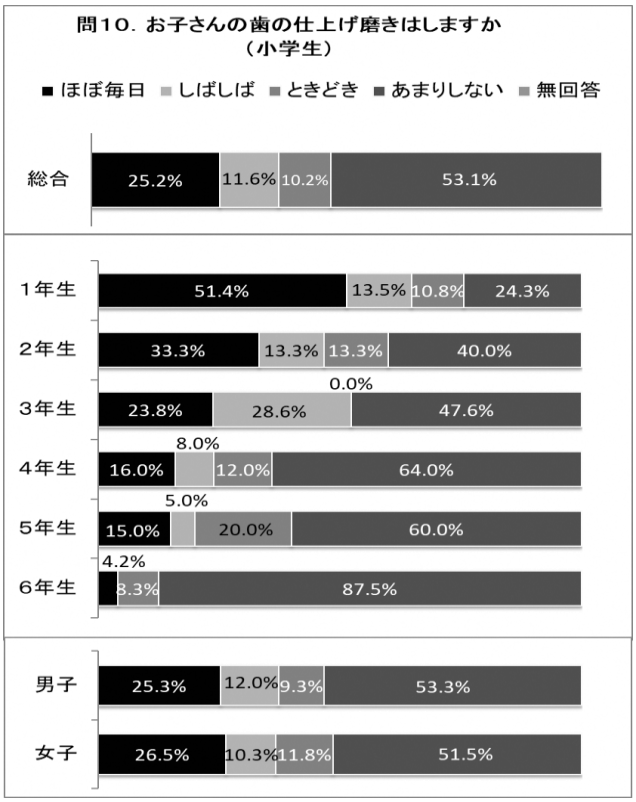
回答	総合
おきた時	6.4%
朝食後	36.3%
昼食後	12.7%
夕食後	7.8%
ねる前	34.3%
特に決まっていない	2.5%
無回答	0.0%
合計	100.0%

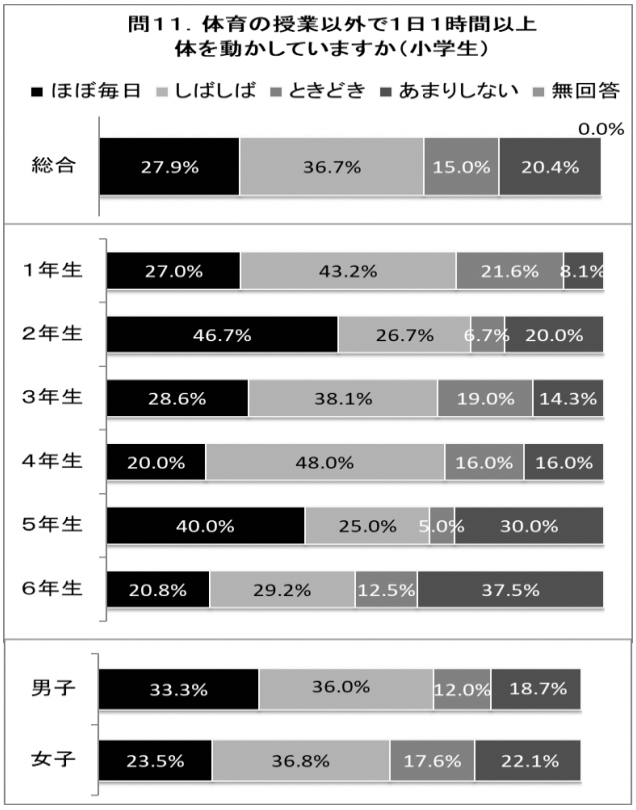
■歯みがきの回数（小学生）

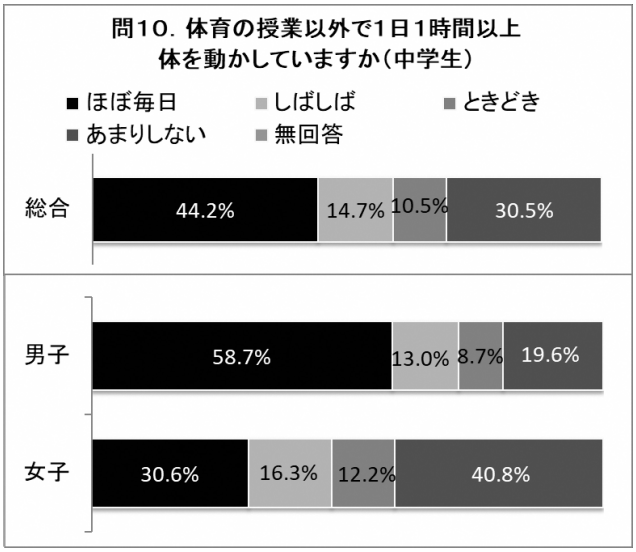
回数	割合
1回	6.1%
2回	32.7%
3回	57.1%
4回	0.7%
5回	0.7%
特に決まっていない	2.7%
無回答	0.0%
合計	100.0%

■歯みがきの回数（中学生）

回数	総合
1回	10.5%
2回	55.8%
3回	26.3%
4回	2.1%
5回	0.0%
特に決まっていない	5.3%
無回答	0.0%
合計	100.0%




問１１．体育の授業以外で１日１時間以上
体を動かしていますか（小学生）
■ ほぼ毎日 ■ しばしば ■ ときどき ■ あまりしない ■ 無回答
総合
27.9%
36.7%
15.0%
20.4%
0.0%
１年生
27.0%
43.2%
21.6%
8.1%
２年生
46.7%
26.7%
6.7%
20.0%
３年生
28.6%
38.1%
19.0%
14.3%
４年生
20.0%
48.0%
16.0%
16.0%
５年生
40.0%
25.0%
5.0%
30.0%
６年生
20.8%
29.2%
12.5%
37.5%
男子
33.3%
36.0%
12.0%
18.7%
女子
23.5%
36.8%
17.6%
22.1%


問１０．体育の授業以外で１日１時間以上
体を動かしていますか（中学生）
■ ほぼ毎日 ■ しばしば ■ ときどき
■ あまりしない ■ 無回答
総合
44.2%
14.7%
10.5%
30.5%
男子
58.7%
13.0%
8.7%
19.6%
女子
30.6%
16.3%
12.2%
40.8%

◆子どもや子育て世代を対象とした町の健康づくり事業や対策について、ご意見やご要望がありましたら、自由にご記載下さい（小中学生総合-特徴的な意見を抜粋）。

【運動できる施設について】

- 屋内で運動する場がないのが不便。（意見多数）
- 親子で体を動かせる施設がほしい。
- 体を動かして遊ばせたいが、江差町には体育館も温水プールもないのがとても残念。
- プールの使用期間が短すぎるので検討してほしい。
- ワーキングスペースはあってもスポーツする場所がないので体育館の開放日をつくるなどしてほしい。
- 有料でもよいので、幼児から中学生まで遊ぶことができる施設か公園がほしい。体を動かしたくても他町の公園まで行かないと解消することができず困ることが多い。
- 夜にウォーキングをしていても、不審者にまちがわれない散歩コースをかもめ島以外で提供してもらえるとありがたい。

【外遊び等について】

- 子どもたちが遊べる楽しい場所や遊具を増やせば外で遊ぶ子どもが増えると思う。
- 近所に小さい子どもが遊べる公園もなくなってきて、部屋でゲームとか子どもが思いきり体を動かせる場所がなくなってきていて、窮屈そうに感じる。

【食育・給食について】

- おやつなどを制限なく食べてしまうので、1 日の摂取目安量やおやつを食べすぎない工夫などを学校でも教えてあげてほしい。自宅でも気を付けているが親が言っても説得力に欠ける。

【健康づくり・体力づくり事業について】

- 大人になってからの生活習慣病が心配。集合してやるセミナーは参加できないこともあるため、学校の授業の一環として組み込んでいくなど工夫してほしい。
- 町のイベント体験でゴミ拾いやラジオ体操などを体験させるのはどうか。

【子育て支援施策について】

- 不登校に詳しい保健師や専門員を配置してほしい。
- 子どもたちが快適に学校生活を送れるようにエアコンを設置してほしい。いつ熱中症になるかと不安でたまりません。
- 子育て支援としてできることをもっと模索してほしい。檜山で一番手厚くしてもらうことで子育て世帯が増える可能性が高まると思う。

【少年団・部活動について】

- 低学年も放課後活動的な身体を動かす時間があるとよい。少年団などは送迎が難しいので学校でやってほしい。

【健康増進計画策定について】

- どんなふうにいかされているのか、集計結果をフィードバックしてもらえるとアンケートもやりがいがある。
- 当アンケートで個々人の状況を知る前に子供たちの今の状況を知り、対策を考えて欲しい。子供の数が少なくなっても求められる役割が多くなり個々の負担が大きくなっており心身のゆとりがない。
- 表面上の「健康・スポーツ」だけではなく、子供たちの学びと生活の環境を多方面から知り、対策を立てる事が重要ではないでしょうか？