

第5期芽室町健康づくり計画におけるアンケート調査【集計報告】

対象 芽室町健康づくり各種団体(3団体)
巡回健(検)診受診者(7月・8月巡回健(検)診)
出前健康講座実施町内企業(9社)

方法 無記名の記述方式

実施期間 令和5年7月～8月

回収結果 配布枚数(計)=963枚 回収枚数(計)=849枚

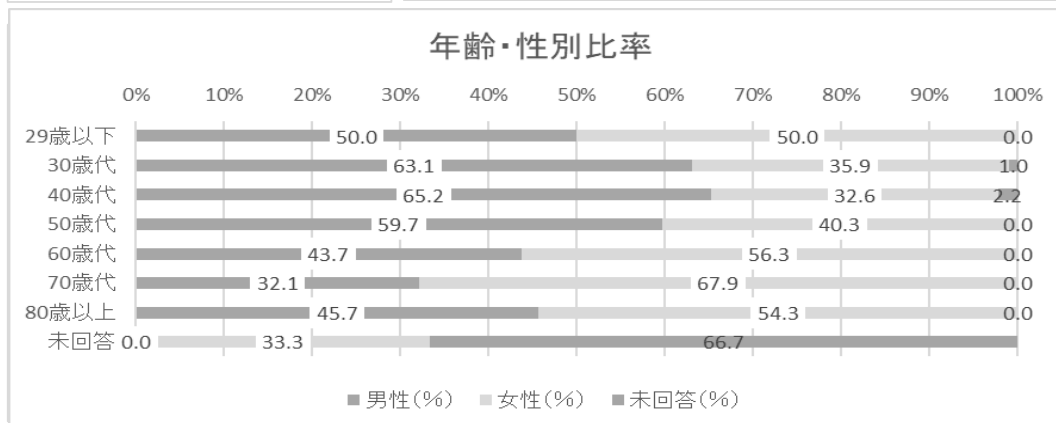
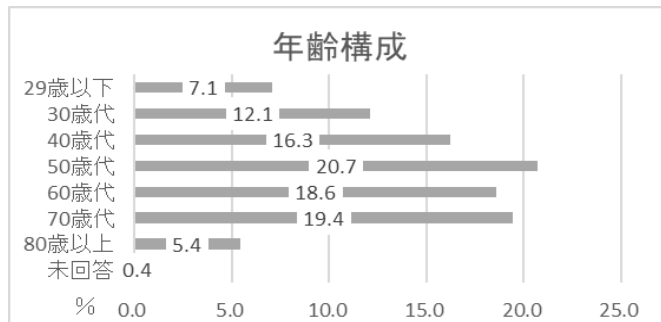
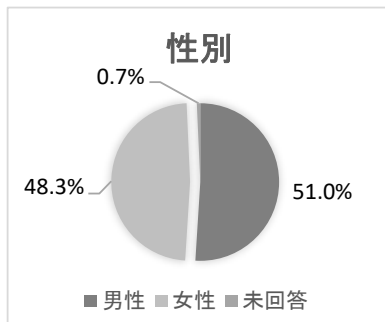
	芽室町健康づくり 各種団体	巡回健(検)診 受診者	出前健康講座実施 町内企業
配布数	113	347	503
回収数	110	334	405
回収率	97.3%	96.3%	80.5%
	88.2%		

集計方法 性別割合、年代別割合は性別、年齢で「未回答」を除いています。

調査結果

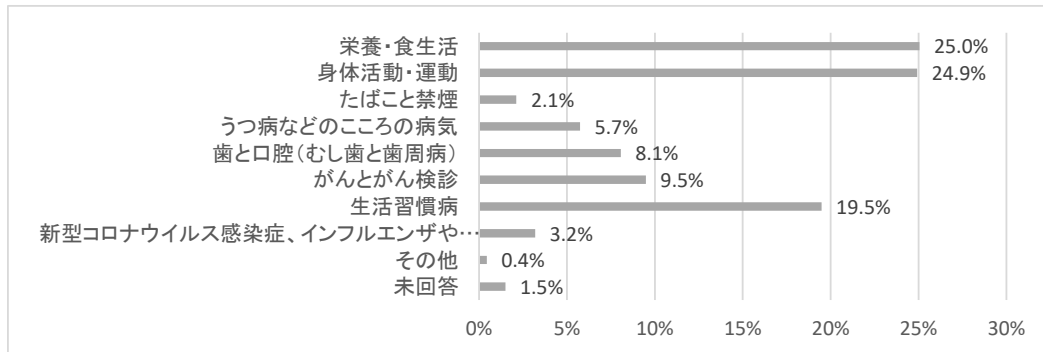
〈問1〉 あなたの年齢と性別を教えてください。

	男性		女性		未回答	
	人	%	人	%	人	%
29歳以下	30	6.9	30	7.3	0	0.0
30歳代	65	15.0	37	9.0	1	16.7
40歳代	90	20.8	45	11.0	3	50.0
50歳代	105	24.2	71	17.3	0	0.0
60歳代	69	15.9	89	21.7	0	0.0
70歳代	53	12.2	112	27.3	0	0.0
80歳以上	21	4.8	25	6.1	0	0.0
未回答	0	0.0	1	0.2	2	33.3
合計(人)	433	100	410	100	6	100.0



《 健康全般 》

〈問2〉健康づくりについて関心があるものは何ですか。(2つまでに○)



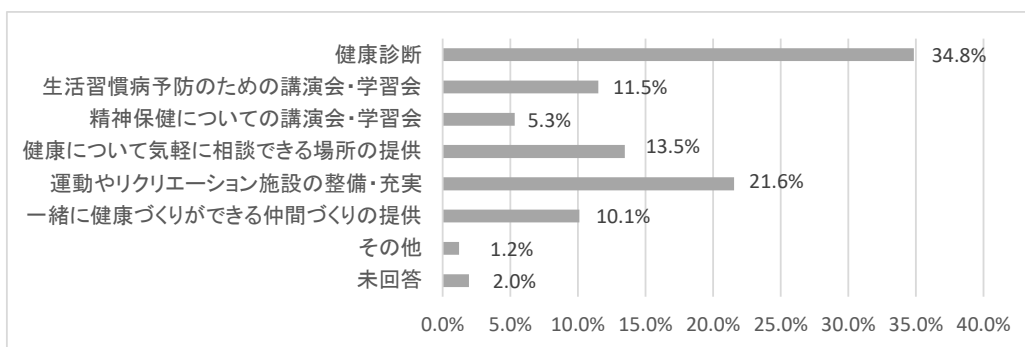
	%	人
栄養・食生活	25.0%	401
身体活動・運動	24.9%	399
たばこと禁煙	2.1%	34
うつ病などのこころの病気	5.7%	92
歯と口腔(むし歯と歯周病)	8.1%	129
がんとかん検診	9.5%	152
生活習慣病	19.5%	312
新型コロナウイルス感染症、インフルエンザやエキノコックス症などの感染症	3.2%	51
その他	0.4%	7
未回答	1.5%	24

(その他の記載)※原文のまま

- ・薬→1錠でも服用すると副作用の為に薬が次々と増えてゆくのが怖い
- ・認知症
- ・睡眠
- ・発達障害
- ・関心はない
- ・特にない・・・2件

★留意事項・・・複数回答のため、延べ人数で集計を実施。

〈問3〉 行政の取り組みとして、今後、町民の「健康づくり」のために、どのようなことに力を入れるべきだとお考えですか。(2つまでに○)



	%	人
健康診断	34.8%	517
生活習慣病予防のための講演会・学習会	11.5%	171
精神保健についての講演会・学習会	5.3%	79
健康について気軽に相談できる場所の提供	13.5%	200
運動やリクリエーション施設の整備・充実	21.6%	320
一緒に健康づくりができる仲間づくりの提供	10.1%	150
その他	1.2%	18
未回答	2.0%	29

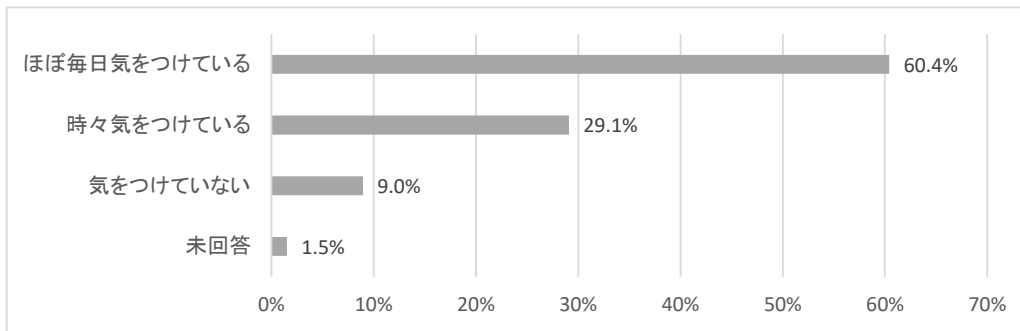
(その他の記載)※原文のまま

- ・施設作りよりも個人の体力に合わせて気軽に取り組めるウォーキングコースの整備をお願いします。斜めで段差の歩道は特にひどい
- ・年寄りの散歩環境整備←危ない年寄りが多い
- ・一人ひとりの方に、健康である事の大切さを、ある年齢になったら知らせる事、繰り返し経済、体力の衰え、施設の状況等を知り、自分で出来る運動を行うよう指導していく
- ・運動施設も大切ですがその効果(期待できる)も発信してみたい
- ・運動の仲間はずでに作っています
- ・体育館トレーニング使用料値下げ 音更サンドーム100円。健診等も必要ですがその前に健康な身体づくりが一番大切なのでね。ウォーキングは雨の日冬(すべる)、暗い(危険)で安心安全な毎日ではなくなってしまいます
- ・冬場の運動施設を希望通り予約できない。運動講師費用を助成してほしい
- ・土・日・祝日も実施希望
- ・带状疱疹ワクチン助成
- ・SNSの活用、時代に合った事
- ・老人対策
- ・小さい頃からの食育
- ・特に期待していない
- ・なし

★留意事項・・・複数回答のため、延べ人数で集計を実施。

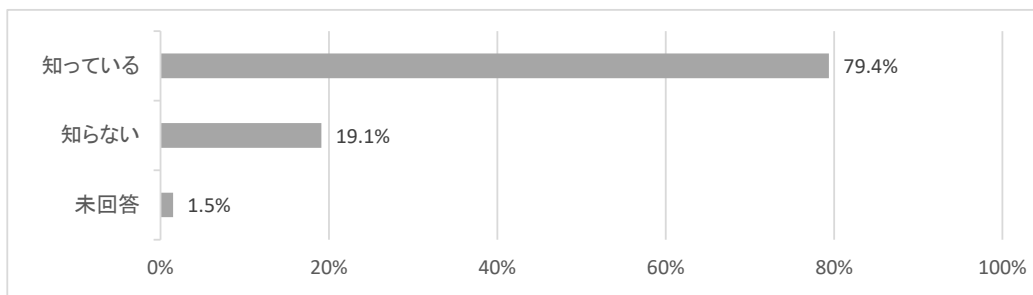
《 栄養・食生活 》

〈問4〉 あなたは主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上摂るよう気をつけていますか。
(1つに○)



	%	人
ほぼ毎日気をつけている	60.4%	513
時々気をつけている	29.1%	247
気をつけていない	9.0%	76
未回答	1.5%	13

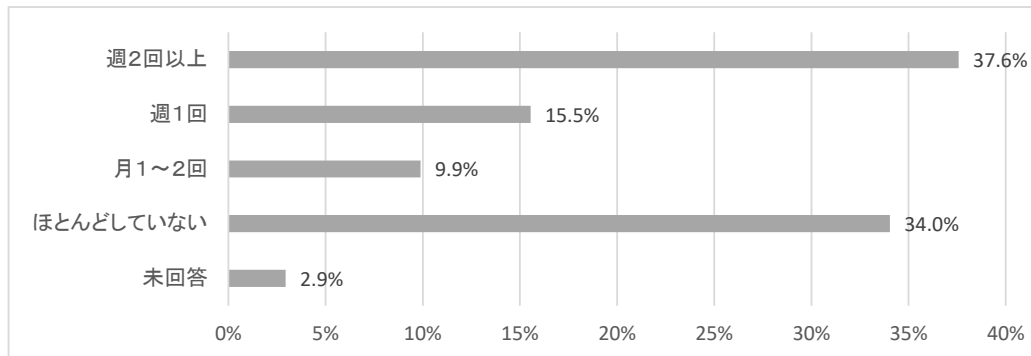
〈問5〉 あなたはご自身の適正体重を知っていますか。(どちらかに○)



	%	人
知っている	79.4%	674
知らない	19.1%	162
未回答	1.5%	12

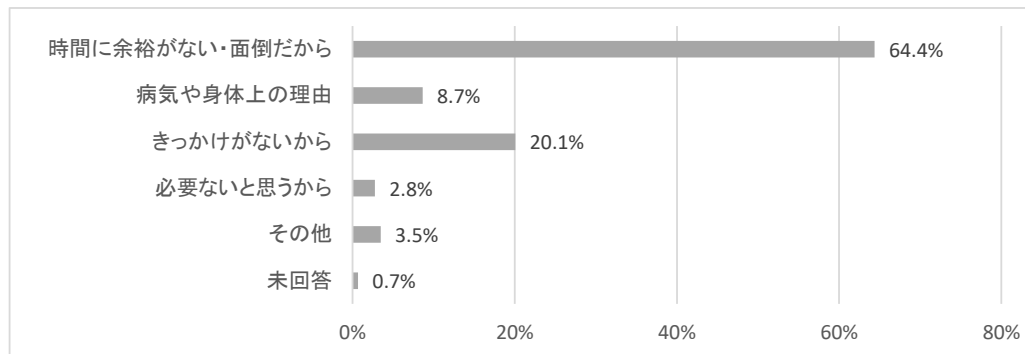
《 身体活動・運動 》

〈問6〉 あなたは健康の維持・増進のために意識的に身体活動あるいは運動をしていますか。
(1つに○)



	%	人
週2回以上	37.6%	319
週1回	15.5%	132
月1~2回	9.9%	84
ほとんどしていない	34.0%	289
未回答	2.9%	25

〈問7〉 問6で「ほとんどしていない」と答えた方にお聞きします。運動をしない理由は何ですか。
(1つに○)

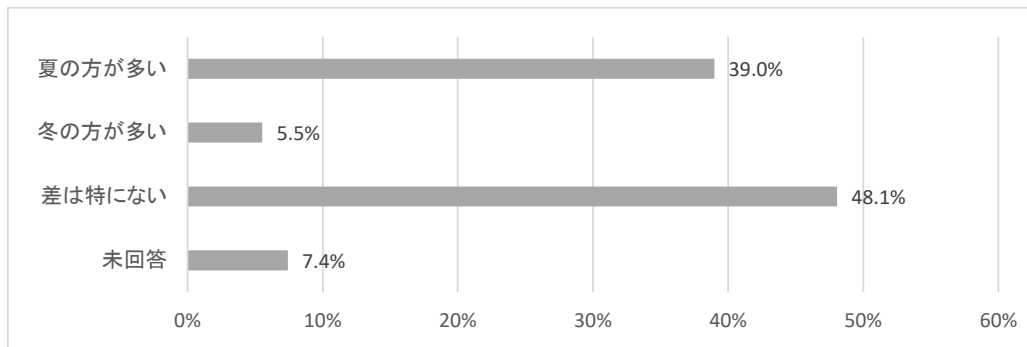


	%	人
時間に余裕がない・面倒だから	64.4%	186
病気や身体上の理由	8.7%	25
きっかけがないから	20.1%	58
必要ないと思うから	2.8%	8
その他	3.5%	10
未回答	0.7%	2

(その他の記載)※原文のまま

- ・天気
- ・仕事上同様のエネルギーを使っているから
- ・足が痛いので
- ・家庭菜園をしているから
- ・仕事で体を動かしているから
- ・軽いストレッチ程度を毎日のようにしている
- ・仕事で動きっぱなしで疲れ果てている
- ・年中仕事で体を動かしているから特に運動は必要ない
- ・特に理由は無い

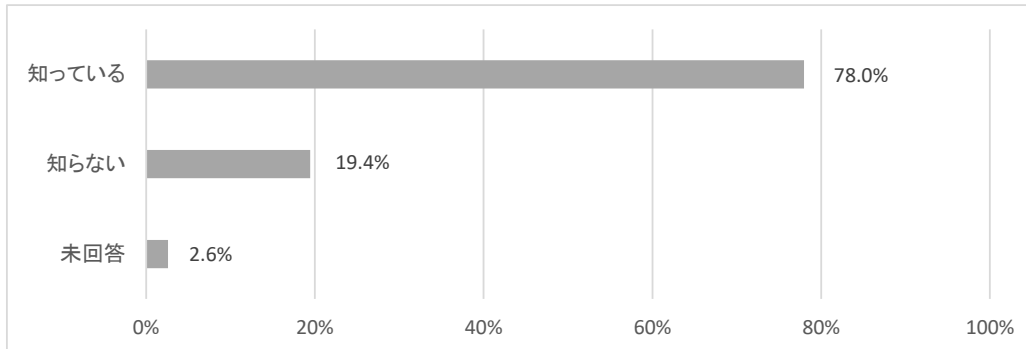
〈問8〉 夏期間と冬期間の運動量に差はありますか。(1つに○)



	%	人
夏の方が多い	39.0%	331
冬の方が多い	5.5%	47
差は特にない	48.1%	408
未回答	7.4%	63

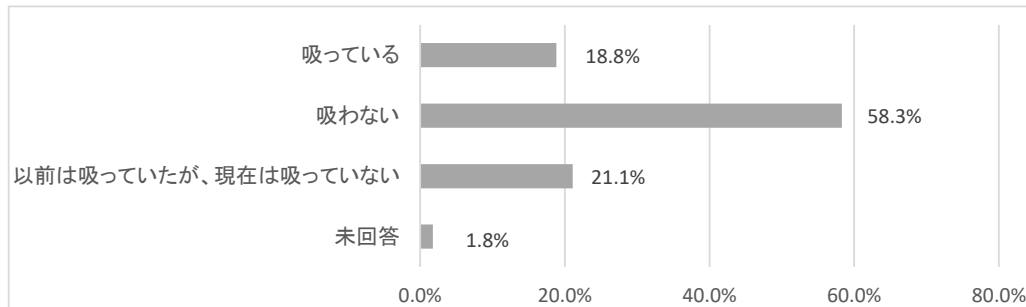
《 たばこ 》

〈問9〉 あなたは禁煙外来を知っていますか。(どちらかに○)



	%	人
知っている	78.0%	662
知らない	19.4%	165
未回答	2.6%	22

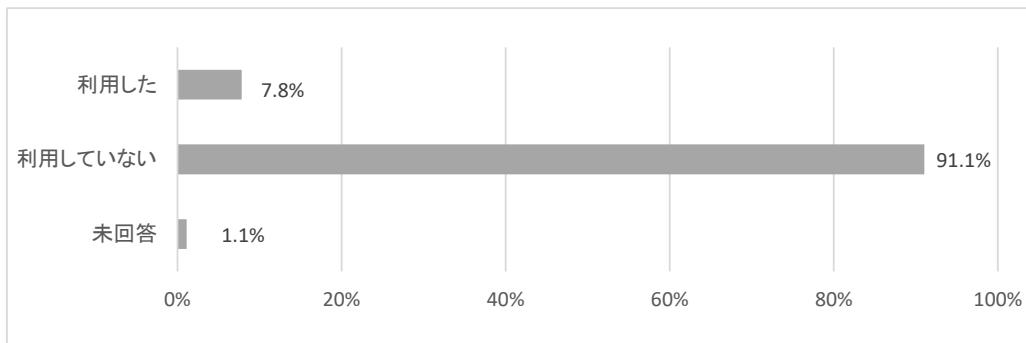
〈問10〉 あなたは、たばこを吸いますか。(1つに○)



	%	人
吸っている	18.8%	160
吸わない	58.3%	495
以前は吸っていたが、現在は吸っていない	21.1%	179
未回答	1.8%	15

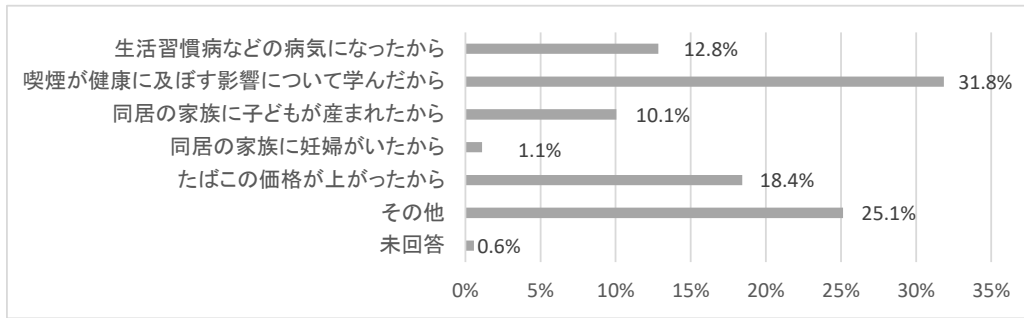
〈問11〉 問10で「以前は吸っていたが、現在は吸っていない」と答えた方にお聞きます。
禁煙外来を利用したことはありますか。
また、たばこを吸わなくなった理由は何ですか。(1つに○)

■禁煙外来の利用(どちらかに○)



	%	人
利用した	7.8%	14
利用していない	91.1%	163
未回答	1.1%	2

■禁煙の理由(1つに○)



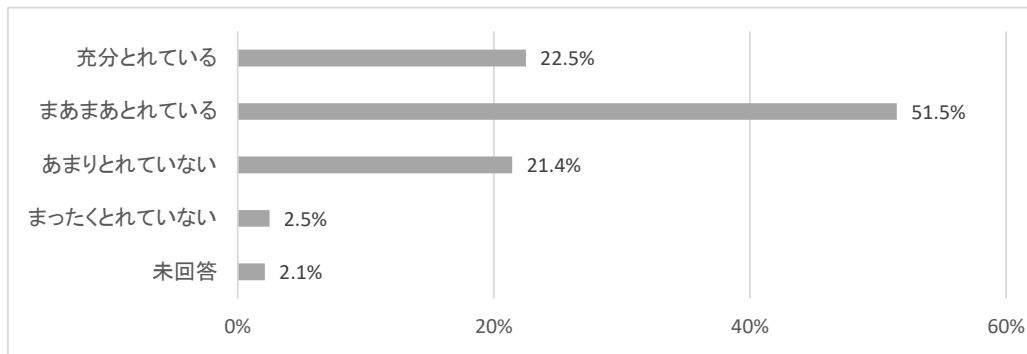
	%	人
生活習慣病などの病気になったから	12.8%	23
喫煙が健康に及ぼす影響について学んだから	31.8%	57
同居の家族に子どもが産まれたから	10.1%	18
同居の家族に妊婦がいたから	1.1%	2
たばこの価格が上がったから	18.4%	33
その他	25.1%	45
未回答	0.6%	1

(その他の記載)※原文のまま

- ・自分に合わないから・・・2件
- ・自分の健康のため・・・5件
- ・たばこは関係ないが体調を崩したため
- ・必要性が感じなくなった・・・2件
- ・妊娠したから・・・2件
- ・妊娠、出産
- ・家族にたばこが原因で手術をした人がいるから
- ・体調不良がきっかけ(ストレス)
- ・入院の為・・・2件
- ・以前より禁煙を考えきっかけ(病み上がり)があった
- ・家族に対する影響を考慮した
- ・インフルエンザにかかったのをきっかけに必要としなくなった
- ・持病のため
- ・体調を崩した為・・・2件
- ・健診で再検査になり、結果大丈夫だったがこれを機にやめた。
- ・70歳になったのをきっかけに
- ・子どもに言われたから
- ・喫煙できる環境が少なくなった・・・2件
- ・周りが吸わなかったから
- ・住宅新築家族反対
- ・職場が禁煙になった
- ・なんとなく・・・3件
- ・自然と吸わなくなった
- ・吸いたくなくなった・・・2件
- ・知人の勧め
- ・たばこ代を貯金しようと思ったから
- ・生活費をうかすため

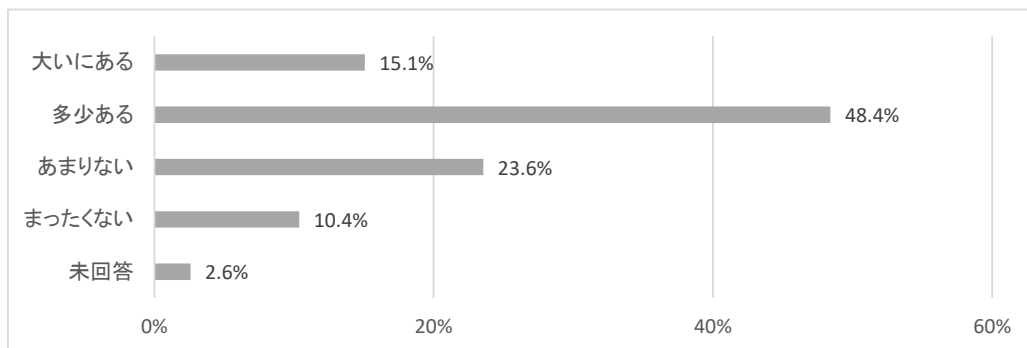
《 休養・睡眠・こころの健康 》

〈問12〉 あなたは、いつもとっている睡眠時間で、休養が充分にとれていると思いますか。(1つに○)



	%	人
充分とれている	22.5%	191
まあまあとれている	51.5%	437
あまりとれていない	21.4%	182
まったくとれていない	2.5%	21
未回答	2.1%	18

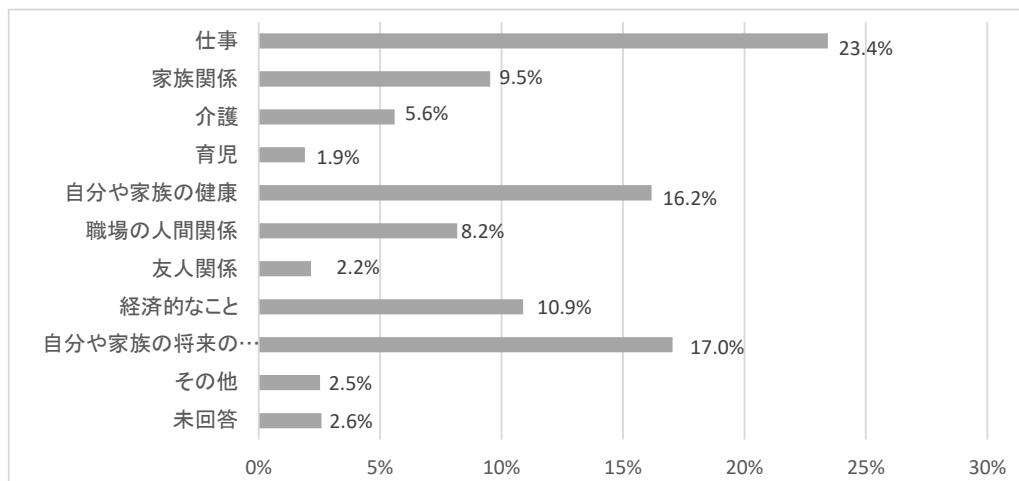
〈問13〉 あなたは、この1か月間に不満・悩み・ストレスを感じたことがありますか。(1つに○)



	%	人
大いにある	15.1%	128
多少ある	48.4%	411
あまりない	23.6%	200
まったくない	10.4%	88
未回答	2.6%	22

〈問14〉 問13で「大いにある」・「多少ある」・「あまりない」と答えた方にお聞きます。
 どんなことに不満・悩み・ストレスを感じましたか。(3つまでに○)
 また、それらは解消できているとお考えですか。(1つに○)

■どんなことに不満等を感じましたか。(3つまでに○)



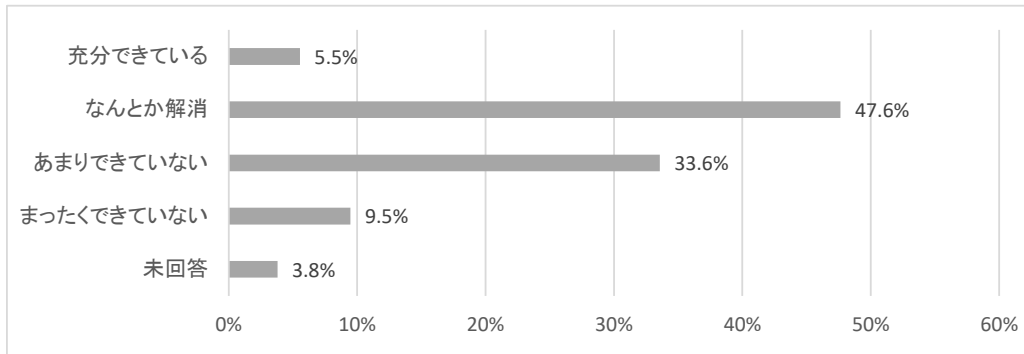
	%	人
仕事	23.4%	381
家族関係	9.5%	155
介護	5.6%	91
育児	1.9%	31
自分や家族の健康	16.2%	263
職場の人間関係	8.2%	133
友人関係	2.2%	35
経済的なこと	10.9%	177
自分や家族の将来のこと	17.0%	277
その他	2.5%	41
未回答	2.6%	42

(その他の記載)※原文のまま

- ・夫
- ・家族が亡くなったので、それに関して色々なこと全般
- ・難聴の母とのコミュニケーション
- ・家族の試験の可否がとても不安でした
- ・家事
- ・親戚関係
- ・夫婦の関係
- ・妻が脳梗塞で施設入所中
- ・老化に伴う痛みやしびれ、隣家の犬の吠え声、3～4匹を朝晩外に出して繋ぐ為
- ・耳鳴り
- ・ストレスにかかわらない考え方をする
- ・自分自身について(外見、内面)
- ・健康について・・・2件
- ・自分の体のことで膝が痛いとか
- ・体の痛み
- ・老いること
- ・暑さに弱い
- ・近隣住民関係
- ・老人会の人間関係
- ・サークルの人間関係
- ・お金
- ・病院(帯広)の先生の威圧的な態度
- ・やりたい時にやるものが無い
- ・世界情勢が心配、コロナ
- ・住宅
- ・漠然と
- ・特になし・・・2件
- ・たくさん色々・・・3件

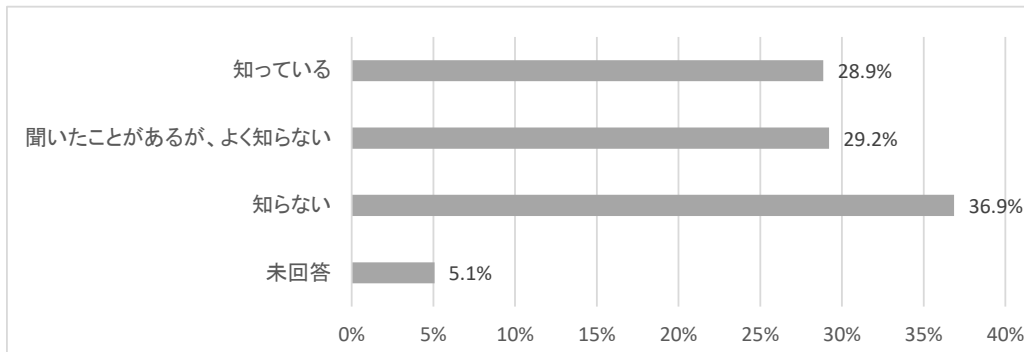
★留意事項・・・複数回答のため、延べ人数で集計を実施。

■それらは解消できていますか。(1つに○)



	%	人
充分できている	5.5%	41
なんとか解消	47.6%	352
あまりできていない	33.6%	248
まったくできていない	9.5%	70
未回答	3.8%	28

〈問15〉あなたは悩みを相談する場所があることを知っていますか。(1つに○)



	%	人
知っている	28.9%	245
聞いたことがあるが、よく知らない	29.2%	248
知らない	36.9%	313
未回答	5.1%	43

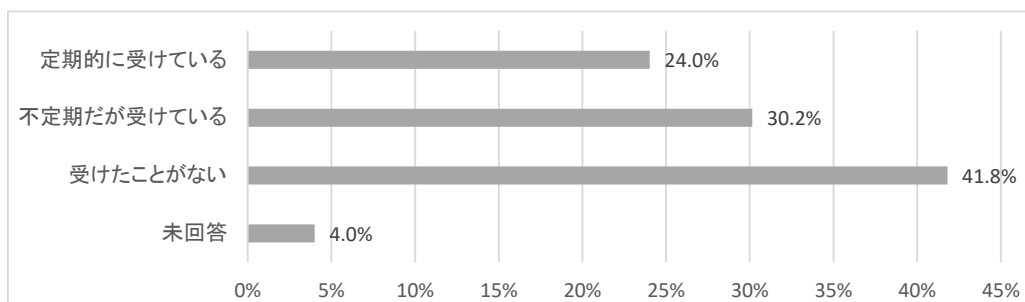
〈問16〉問15で「知っている」「聞いたことがあるが、よく知らない」と答えた方にお聞きします。

知っている、聞いたことがある場所を教えてください。

- ・行政機関・保健師・・・82件
- ・病院・医療機関・・・5件
- ・職場・会社・学校・・・45件
- ・広報・新聞などの情報源・・・27件
- ・広域・専門の相談電話(いのちの電話、あんしん健康相談ダイヤル等)・・・38件
- ・社会福祉系外部機関(社会福祉協議会、消費者協会等)・・・10件
- ・テレビ・・・91件
- ・インターネット等・・・54件
- 上記、以外の回答
- ・友人
- ・ラジオ

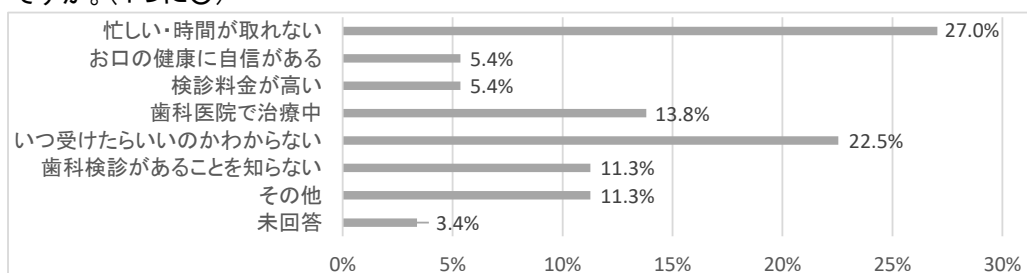
◀ 歯と口腔の健康 ▶

〈問17〉 あなたは、口の中の健康状態を確かめる目的で、治療とは別に歯科検診を受けていますか。(1つに○)



	%	人
定期的を受けている	24.0%	204
不定期だが受けている	30.2%	256
受けたことがない	41.8%	355
未回答	4.0%	34

〈問18〉 問17で「受けたことがない」と答えた方にお聞きます。検診を受けていない理由は何ですか。(1つに○)

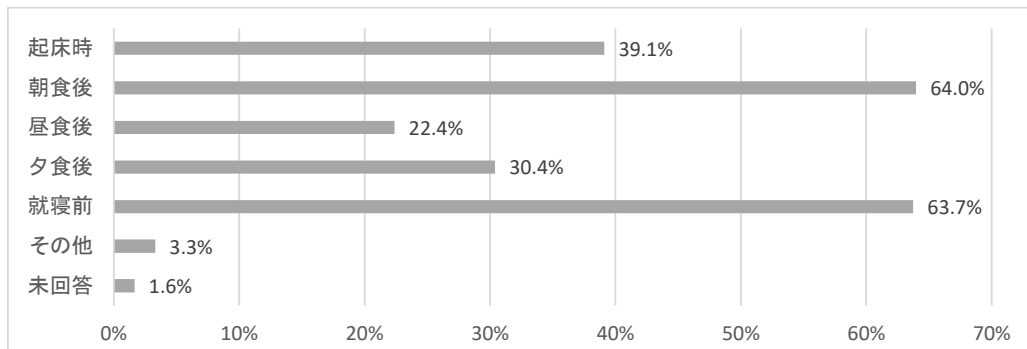


	%	人
忙しい・時間が取れない	27.0%	96
お口の健康に自信がある	5.4%	19
検診料金が安い	5.4%	19
歯科医院で治療中	13.8%	49
いつ受けたらいいのかわからない	22.5%	80
歯科検診があることを知らない	11.3%	40
その他	11.3%	40
未回答	3.4%	12

(その他の記載)※原文のまま

- ・めんどくさい・・・2件
- ・つい忘れる、めんどくさい
- ・入れ歯だから・・・4件
- ・痛くないと歯医者に行きづらい
- ・治療必要時～年1回位
- ・数年前まで友人の歯科医にお世話になった
- ・痛みなど症状がないから
- ・以前は歯科医院で治療が終わった後もハガキが来て、検診をしていたが仕事で行けないと断らずを得なくなり、それが続くうちに案内が来なくなった
- ・定期的に歯科医院に通っている
- ・これから行く予定
- ・大体同じ間隔で行っている。(虫歯ではない)
- ・虫歯の治療ですでに終わっている為
- ・つついあとまわし
- ・行ける時に予約が取れない
- ・総入れ歯に近い 自歯は3本 上の歯入れ歯 下3本残り 他は入れ歯
- ・歯科検診の意識が高くないため
- ・必要を感じない
- ・歯石クリーニングを定期的を受けている
- ・歯科が嫌い
- ・昨年秋に治療した。たまに歯垢等掃除
- ・何かあれば通院すればいいと思っているから
- ・甘んじている
- ・虫歯の治療等で歯科医院に行った時アドバイスをいただいている
- ・関心がない

〈問19〉 毎日どのような時に歯を磨きますか。(あてはまるものすべてに○)



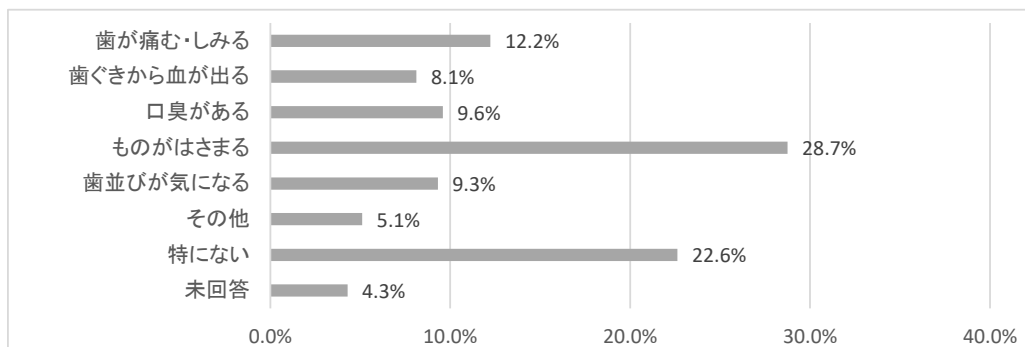
	%	人
起床時	39.1%	332
朝食後	64.0%	543
昼食後	22.4%	190
夕食後	30.4%	258
就寝前	63.7%	541
その他	3.3%	28
未回答	1.6%	14

(その他の記載)※原文のまま

- ・外出前・・・9件
- ・外出後・・・1件
- ・食後
- ・毎食後・・・2件
- ・1日4回～物を口にした後
- ・歯がつるつるじゃなくなったら磨く
- ・その日によって
- ・おやつ等食べたあと
- ・キシリトールガムをかむ
- ・歯科検診に行く前
- ・きになった時・・・3件
- ・しない

★留意事項・・・複数回答のため、延べ人数で集計を実施。

〈問20〉 歯や口の中について悩みや気になることはありますか。(2つまで○)



	%	人
歯が痛む・しみる	12.2%	134
歯ぐきから血が出る	8.1%	89
口臭がある	9.6%	105
ものがはさまる	28.7%	315
歯並びが気になる	9.3%	102
その他	5.1%	56
特にない	22.6%	248
未回答	4.3%	47

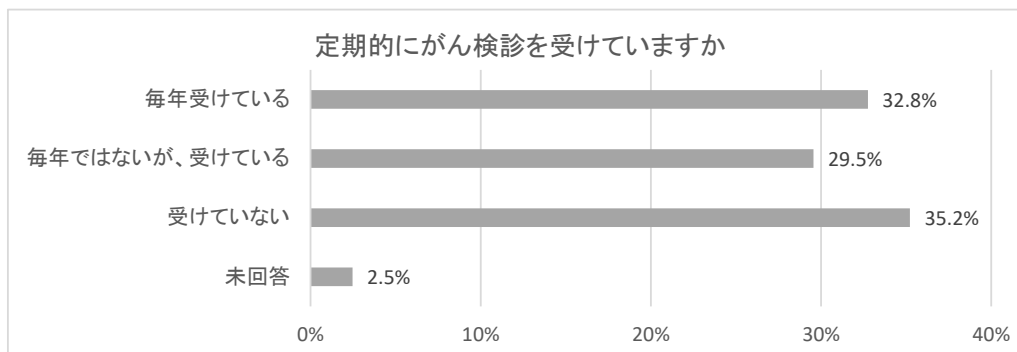
(その他の記載)※原文のまま

- ・入れ歯が合わなくてインプラントを勧められるがどうしたら良いか？入れ歯にしてから体重が5キロ位落ちた
- ・子供の頃、独身の頃、結婚後と住まいが変わり時代時代に通った歯科が違うから現代の治療法が違って受診時に戸惑う
- ・口内炎、年齢のせいかわか舌に炎症が出来やすい感じがこの頃思う
- ・口臭があるかないかわからない
- ・入れ歯が合わない・・・2件
- ・部分入れ歯がやっかい
- ・舌の色
- ・歯骨が出ている
- ・説明するのが難しい
- ・銀歯を入れたいが良い歯医者がない
- ・むし歯・・・3件
- ・歯ぐきがむずむずする時がある。
- ・時々歯が痛む
- ・口内炎になりやすい
- ・色・・・4件
- ・ホワイトニング
- ・歯石・・・2件
- ・歯周病・・・4件
- ・歯ぐきのがの上がり・・・2件
- ・治療中

★留意事項・・・複数回答のため、延べ人数で集計を実施。

《 がん 》

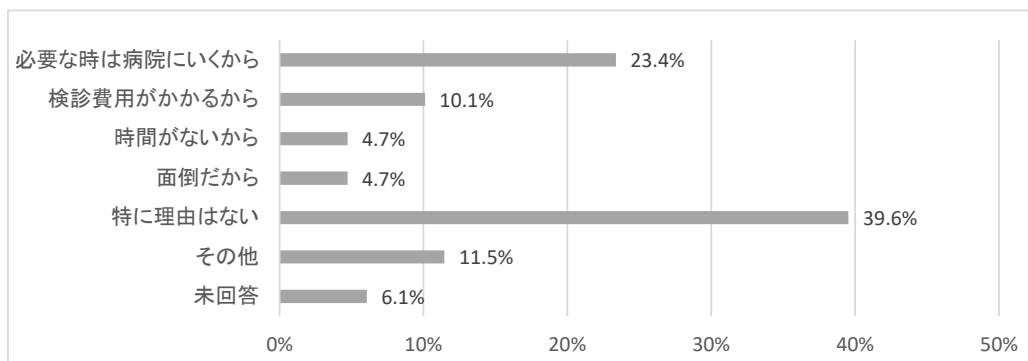
〈問21〉 あなたは定期的ながん検診を受けていますか。(1つに○)



	%	人
毎年受けている	32.8%	225
毎年ではないが、受けている	29.5%	203
受けていない	35.2%	242
未回答	2.5%	17

★留意事項・・・40歳以上を対象者として集計を実施。

〈問22〉 問21で「毎年ではないが、受けている」「受けていない」と答えた方にお聞きます。受診しない理由は何ですか。(1つに○)



	%	人
必要な時は病院に行くから	23.4%	104
検診費用がかかるから	10.1%	45
時間が無いから	4.7%	21
面倒だから	4.7%	21
特に理由はない	39.6%	176
その他	11.5%	51
未回答	6.1%	27

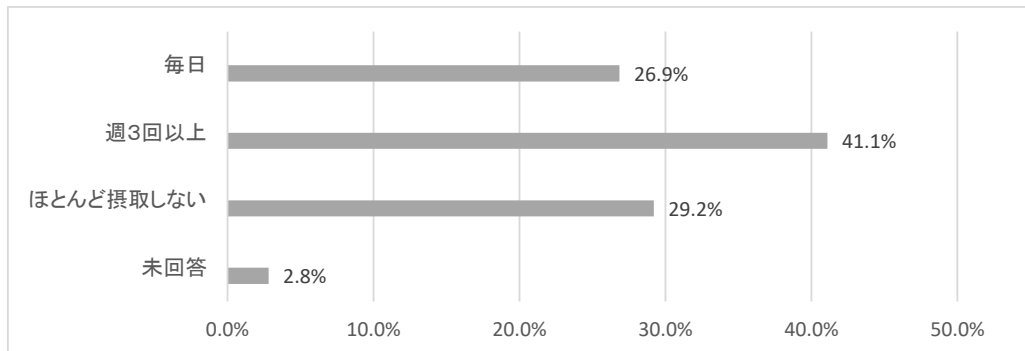
(その他の記載)※原文のまま

- ・毎年健康診断を受けているから
- ・人間ドックは受診する・・・4件
- ・2年に1回・・・10件
- ・2年に1回婦人科検診を受けている・・・2件
- ・婦人科に通っているため、婦人科がん検診は毎年受けている
- ・子宮がん検診は持病の関係で2年に1度かかりつけで受けているので、その他のがん検診は、2～3年に1度でいいかなと思っている
- ・2～3年に1回
- ・2年後、毎年、3年に一度とお医者さんから言われているから
- ・脳ドックを2年に1度受けているので、すこやか健診は2年に1回になる
- ・5年前まで毎年すこやか健診を受診しました。
- ・婦人科に通っているため、婦人科がん検診は毎年受けている
- ・以前は受けていたが、乳がん検診は3か月後になる
- ・すこやか検診の時、胃の検診は受ける
- ・子宮がん・乳がん検診は申込み時期を逃すことがある
- ・定期的に内科、整形に受診しているため
- ・かかりつけ医に相談
- ・受診の時に相談して医師の方に毎年でなくとも良いとの話で
- ・会社の検診を受けているため
- ・健診の時
- ・コロナの為 受診しなかった
- ・今後考えている
- ・今年から始めたい
- ・定期的に受けるものという認識が少なかったため
- ・脳ドックの予約すら取れない！
- ・がん家系でない。一度検診して問題なかった
- ・すでに治療中
- ・直腸ガンで、経過観察で6か月に1度札幌医科大学受診している。次回12月
- ・健康診断の簡易検査を受けているから
- ・放射線あびるから
- ・精神的に不安になるから
- ・検診時に痛みがすごいから
- ・高齢者はがんがあるから
- ・バリウム後、水洗トイレに流すのが大変
- ・胃カメラが苦手だから
- ・ニガテだから

★留意事項・・・40歳以上を対象者として集計を実施。

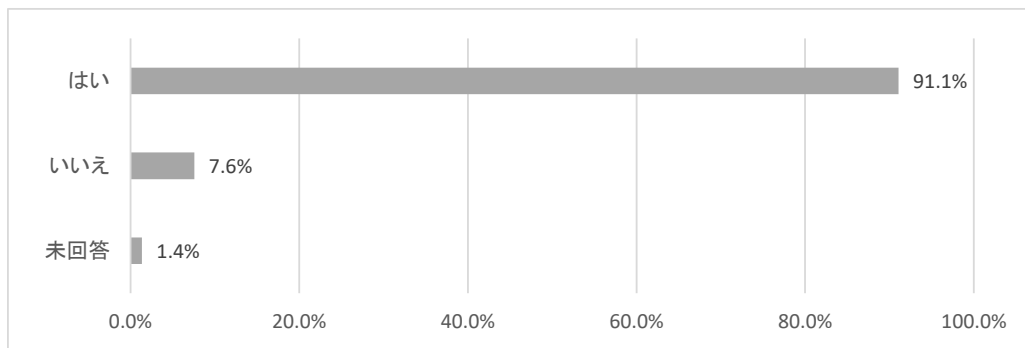
◀ 糖尿病・循環器疾患 ▶

〈問23〉 あなたは朝昼夕の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか。(1つに○)



	%	人
毎日	26.9%	228
週3回以上	41.1%	349
ほとんど摂取しない	29.2%	248
未回答	2.8%	24

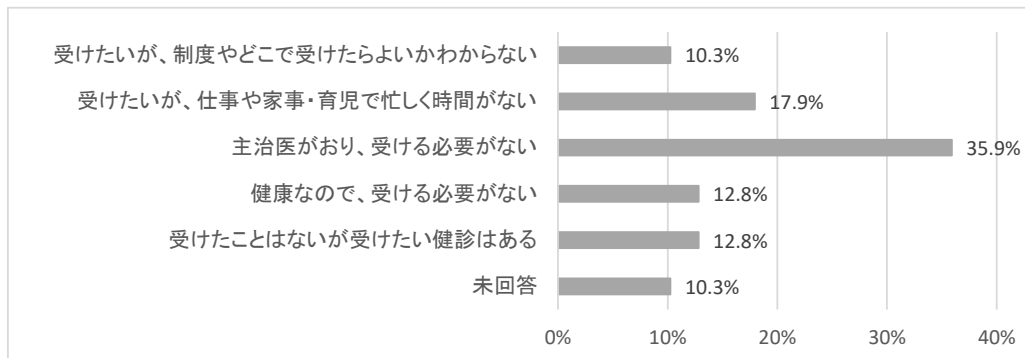
〈問24〉 この2年間で次のような健康診査(特定健康診査・人間ドック・職場の定期健診)を受診しましたか。(どちらかに○)



	%	人
はい	91.1%	469
いいえ	7.6%	39
未回答	1.4%	7

★留意事項・・・巡回健(検)診受診者を除く者を対象者として集計を実施。

〈問25〉 問24で「いいえ」と答えた方にお聞きします。受診しない理由は何ですか。(1つに○)



	%	人
受診したいが、制度やどこで受けたらよいかわからない	10.3%	4
受診したいが、仕事や家事・育児で忙しく時間がない	17.9%	7
主治医がおり、受ける必要がない	35.9%	14
健康なので、受ける必要がない	12.8%	5
受けたことはないが受診したい健診はある	12.8%	5
未回答	10.3%	4

(その他の記載)※原文のまま

- ・2～3カ月に1度は血液検査があるので
- ・ガン

《 アンケート調査回答協力リスト 》

今回の調査に協力していただいた町内企業及び芽室町健康づくり団体は以下のとおりです。
なお、記載に関して許諾をいただいています。(敬称略、順不同)

■町内企業(9社)

株式会社 北土開発
株式会社 コスモ 北海道工場
三宝産業株式会社
東亜道路工業株式会社 北海道支社
東亜リース株式会社
日本罐詰株式会社
日本甜菜製糖株式会社 芽室製糖所
ホクレン肥料株式会社 帯広工場
芽室町農業協同組合

■芽室町健康づくり各種団体(3団体)

NPO法人生命の貯蓄体操普及会芽室支部
おなかまわりスッキリ会
芽室町民歩く会