

平塚市健康増進計画
第2期
中間評価報告書

平塚市

はじめに

この冊子は、平成27年(2015年)3月に策定した「平塚市健康増進計画第2期」の中間評価を取りまとめたものです。健康増進計画は2015年から2024年までの10年間の計画であり、中間年である5年を目途に中間評価を行い、進捗状況の点検をしました。

また、2019年5月に実施した「平塚市民の健康意識及び食育推進のためのアンケート調査」を基礎資料として、市民の皆様の健康に関する意識や生活習慣、食習慣等を把握しました。

この結果をこれからの保健事業及び計画推進の参考にしていくと共に、市民の皆様の健康づくりにも御活用いただければ幸いです。

最後に、この調査に御協力いただいた市民の方々、関係機関の方々に厚く御礼を申し上げます。

2020年9月

平塚市

目次

第1章	調査結果の概要	1
第2章	前回実施調査の結果との比較	12
第3章	結果の考察	20
第4章	まとめ	34
資料		40
	平塚市民の健康意識及び食育推進のためのアンケート調査票	41

第1章 調査結果の概要

アンケート結果利用上の注意

- ・設問は、限定回答（1つの問に対して1つの回答を求めたもの）とそれ以外のものがあります。
- ・グラフの内訳は、設問の順に並べています。
- ・結果は百分率（%）で表示し、小数点第二位を四捨五入して算出しており、個々の選択肢の百分率の合計が100%になるよう、端数処理を行っております。
- ・統計表中の符号の用途は、次のとおりです。

「0.0」・・・単位未満

「-」・・・皆無又は該当数字なし

- ・今回は、「平塚市食育推進計画」のアンケート項目が含まれていますが、この報告書では健康増進計画のアンケート項目のみ分析し報告しています。

健康増進計画・食育推進計画共通項目 問1～4 問36

食育推進計画アンケート項目 問5～7 問24～35

健康増進計画アンケート項目 問8～23

回答者の属性

(1) 性別・年齢別

(人)

	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70～79歳	80歳以上	未回答	合計
男性	37	57	75	77	104	121	47	1	519
女性	53	83	113	107	134	157	77	1	725
未回答	2	2	2	6	3	3	7	1	26
合計	92	142	190	190	241	281	131	3	1270

(2) 職業別

(人)

	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70～79歳	80歳以上	未回答	合計
学生	12	1	1	0	0	0	0	0	14
自営業	1	6	14	13	31	25	7	0	97
社員	54	92	93	90	38	6	0	1	374
パート	14	11	43	48	58	25	0	1	200
家事	9	28	26	28	64	86	19	0	260
無職	2	4	13	10	50	134	102	0	315
その他	0	0	0	1	0	0	0	0	1
未回答	0	0	0	0	0	5	3	1	9
合計	92	142	190	190	241	281	131	3	1270

(3) 家族構成

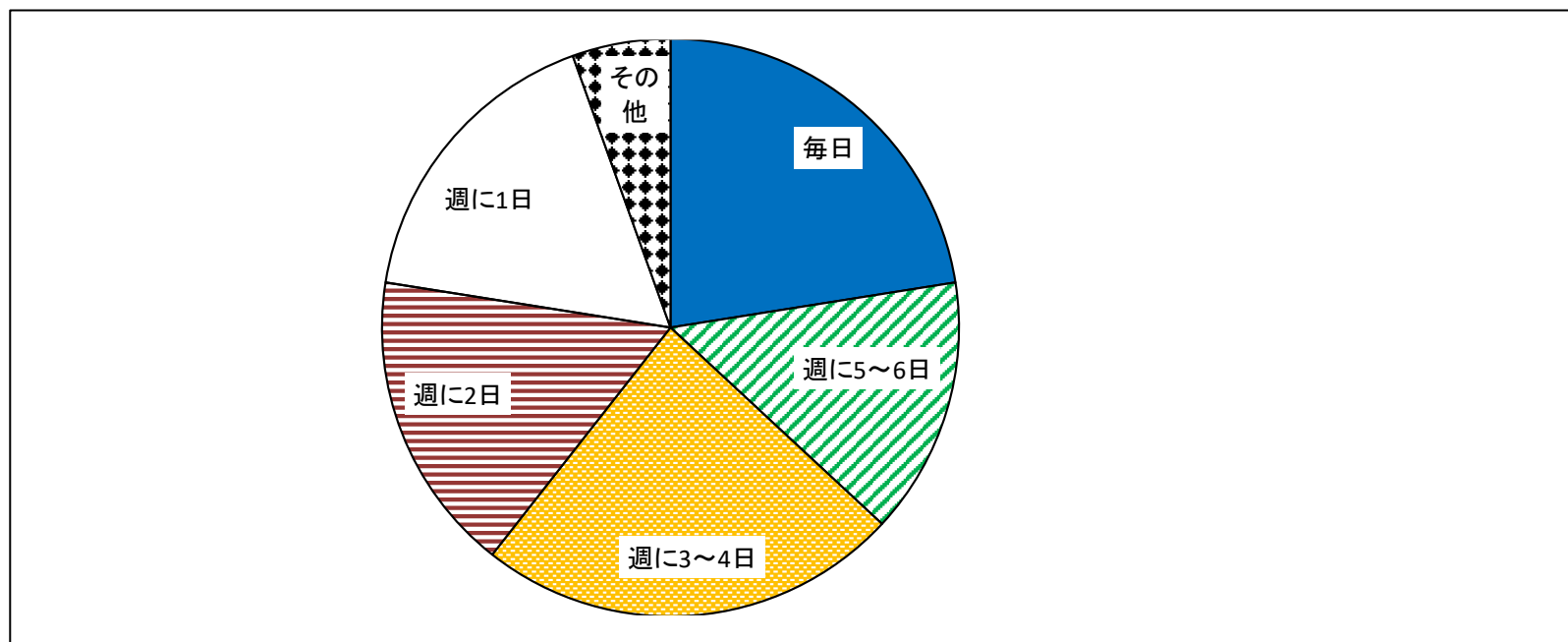
(人)

	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70～79歳	80歳以上	未回答	合計
1人	16	7	17	17	39	45	25	0	166
夫婦	14	24	18	35	86	131	38	0	346
2世代	55	103	136	112	92	88	44	2	632
3世代	6	6	16	22	16	10	10	0	86
その他	1	2	3	4	8	7	14	0	39
未回答	0	0	0	0	0	0	0	1	1
合計	92	142	190	190	241	281	131	3	1270

問8 体を動かすなどの運動を30分以上している日はどのくらいありますか。

1 毎日	194	22.5%
2 週に5~6日	124	14.4%
3 週に3~4日	204	23.7%
4 週に2日	145	16.9%
5 週に1日	146	17.0%
6 その他	47	5.5%

※回答者のみ集計(割合は回答者に含める)



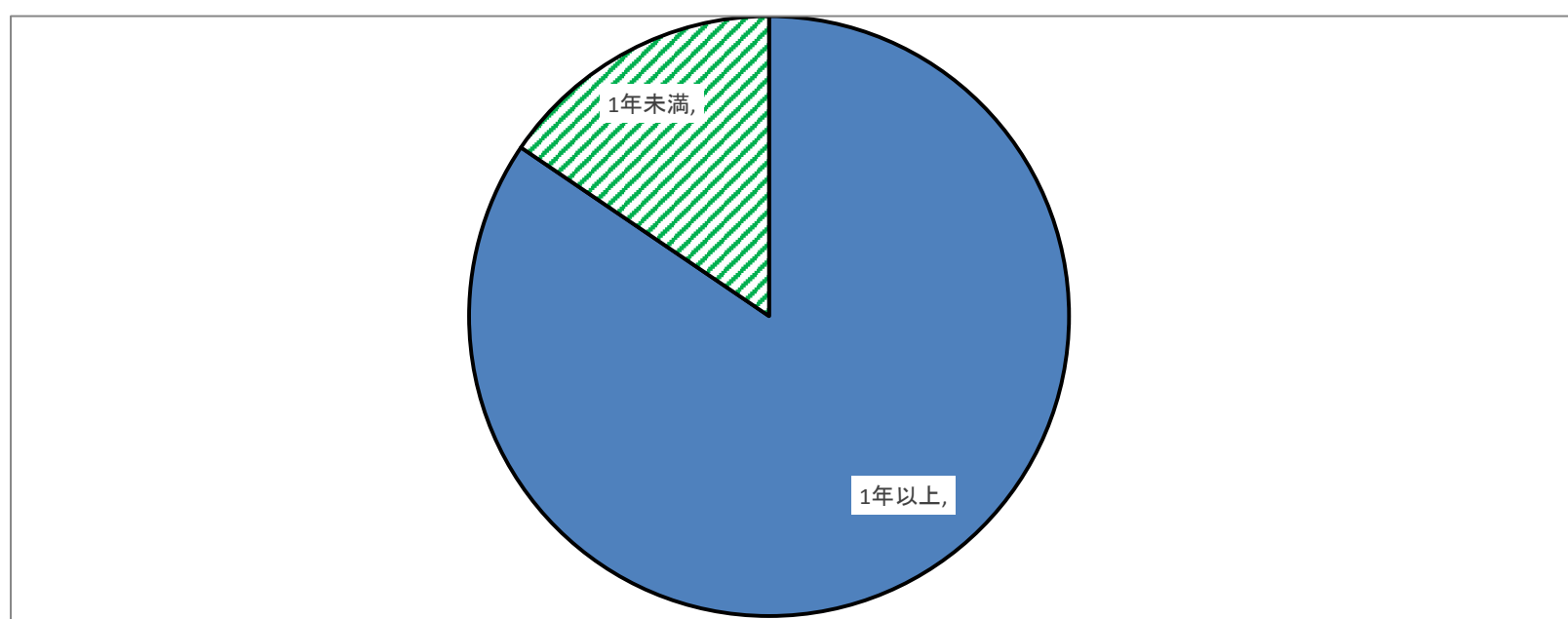
《結果の要約》

『体を動かすなどの運動を30分以上している日はどのくらいありますか。』と聞いたところ、「週3~4日」23.7%で最も多く、次いで「毎日」が22.5%が、「週に1日」の17.0%と続いている。

問9 その運動は、どれくらいつづいていますか。(〇は1つ)

1 1年以上	696	84.5%
2 1年未満	128	15.5%

※回答者のみ集計(割合は回答者に含める)

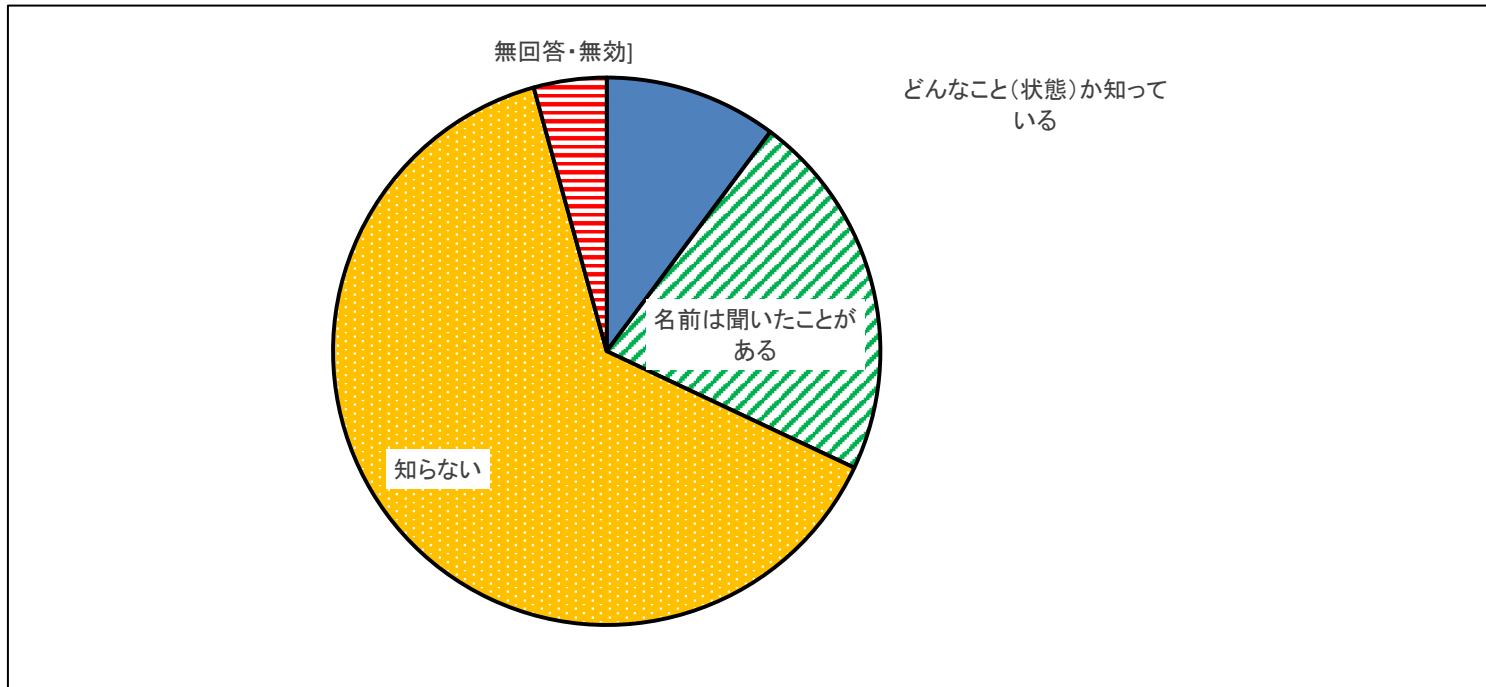


《結果の要約》

『その運動は、どれくらいつづいていますか。』と聞いたところ、「1年以上」が84.5%と「1年未満」の15.5%を上回っている。

問10 ロコモティブシンドローム(運動器症候群)について知っていますか。

1 どんなこと(状態)か知っている	129	10.2%
2 名前は聞いたことがある	277	21.8%
3 知らない	809	63.7%
# 無回答・無効	55	4.3%

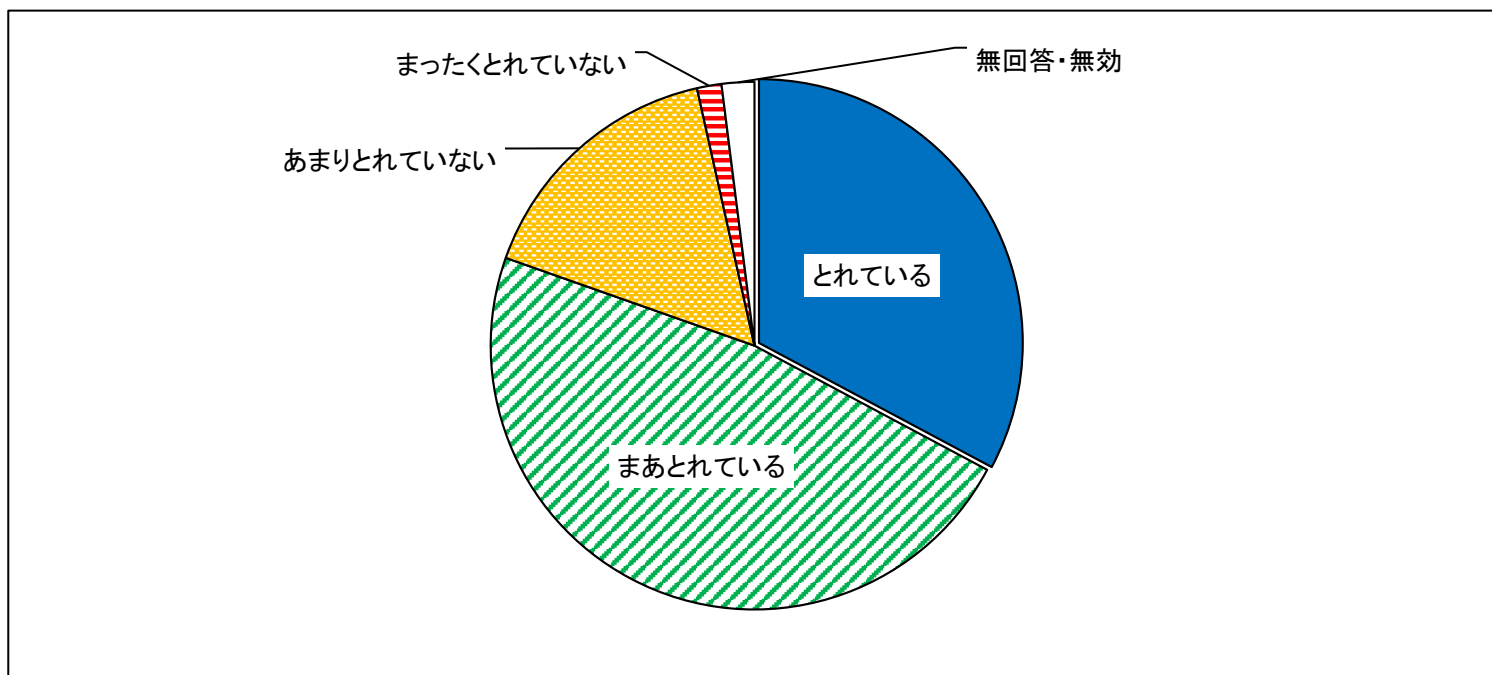


《結果の要約》

『ロコモティブシンドローム(運動器症候群)について知っていますか。』と聞いたところ、「知らない」が63.7%で最も多く、「名前は聞いたことがある」が21.8%、「どんなこと(状態)か知っている」の10.2%と続いている。

問11 ここ1か月間、睡眠による休養が十分にとれていますか。

1 とれている	416	32.8%
2 まあとれている	605	47.6%
3 あまりとれていない	205	16.1%
4 まったくとれていない	19	1.5%
# 無回答・無効	25	2.0%

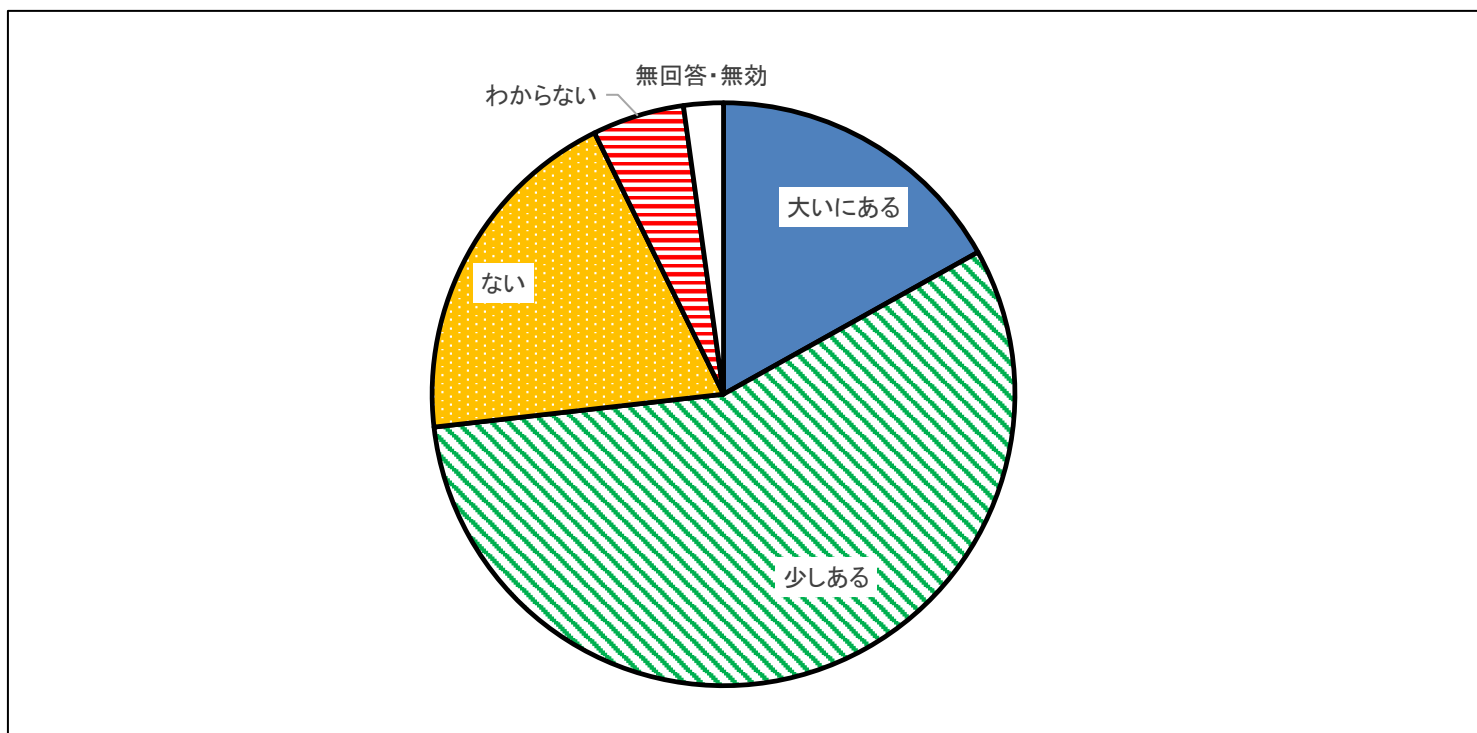


《結果の要約》

『ここ1か月間、睡眠による休養が十分にとれていますか』と聞いたところ、「まあとれている」が47.6%で最も多く、次いで「とれている」が32.8%、「あまりとれていない」が16.1%と続いている。

問12 現在、ストレスがありますか。

1 大いにある	215	16.9%
2 少しある	715	56.3%
3 ない	248	19.5%
4 わからない	64	5.1%
# 無回答・無効	28	2.2%

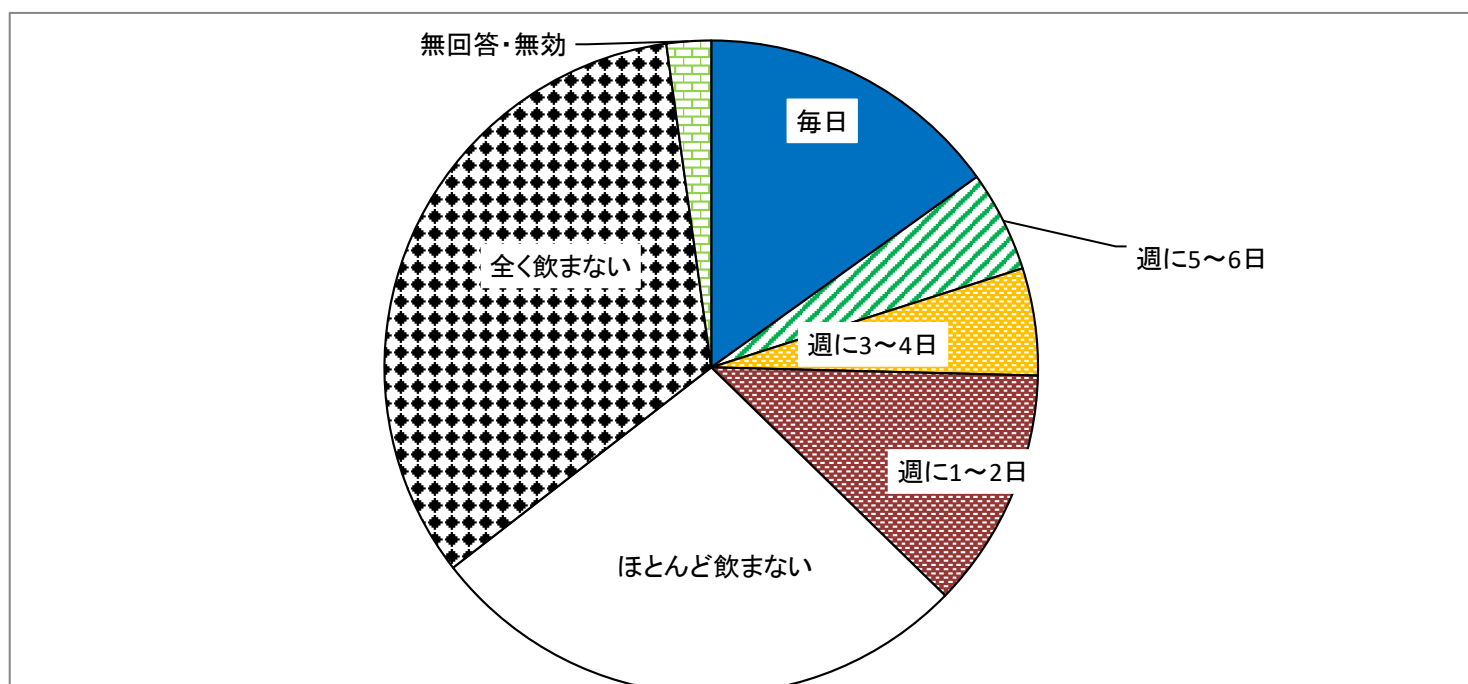


《結果の要約》

『現在、ストレスがありますか』と聞いたところ、「少しある」が56.3%で最も多く、次いで「ない」が19.5%、「大いにある」が16.9%と続いている。

問13 お酒を飲む頻度はどれくらいですか。

1 毎日	192	15.1%
2 週に5~6日	63	5.0%
3 週に3~4日	67	5.3%
4 週に1~2日	151	11.9%
5 ほとんど飲まない	346	27.2%
6 全く飲まない	423	33.3%
# 無回答・無効	28	2.2%

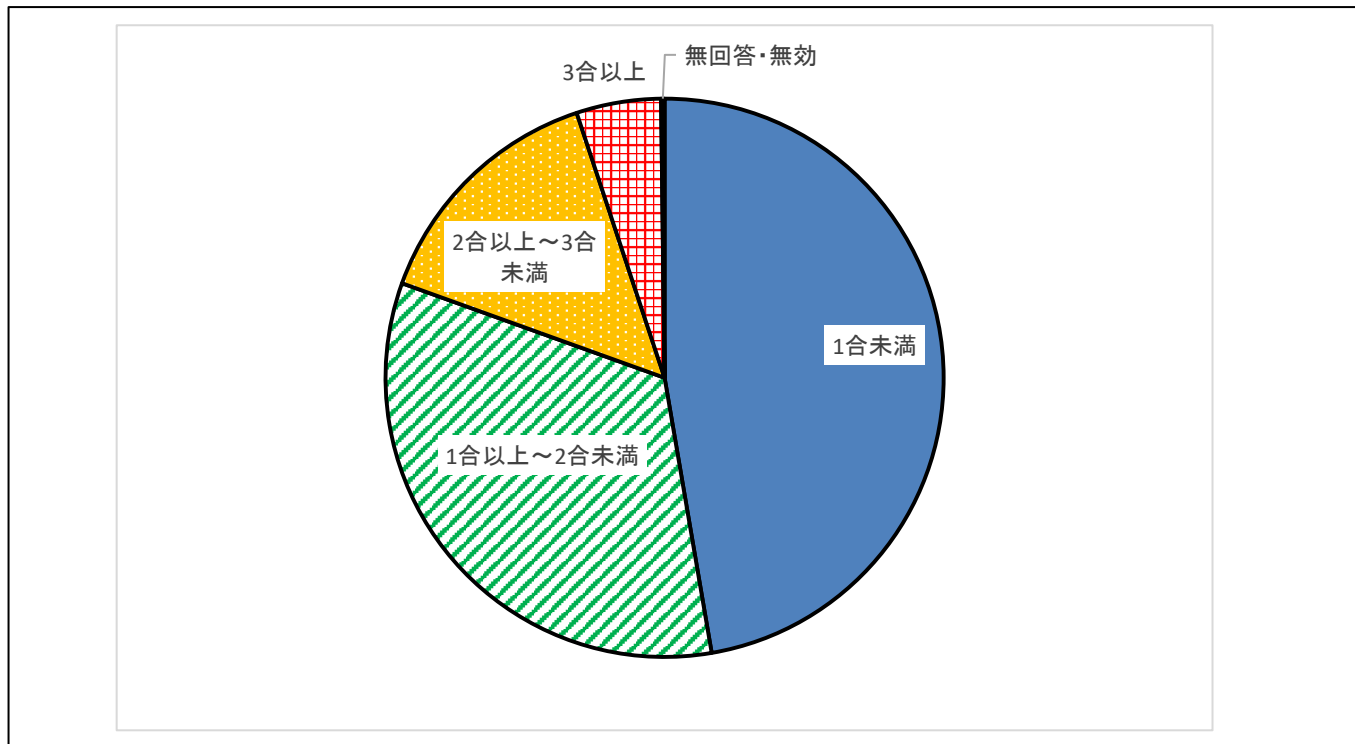


《結果の要約》

『お酒を飲む頻度はどれくらいですか』と聞いたところ、「全く飲まない」が33.3%で最も多く、次いで「ほとんど飲まない」が27.2%、「毎日」が15.1%と続いている。

問14 1日に飲むお酒の量はどれくらいですか。

1 1合未満	224	47.3%
2 1合以上～2合未満	157	33.2%
3 2合以上～3合未満	68	14.4%
4 3合以上	23	4.9%
# 無回答・無効	1	0.2%

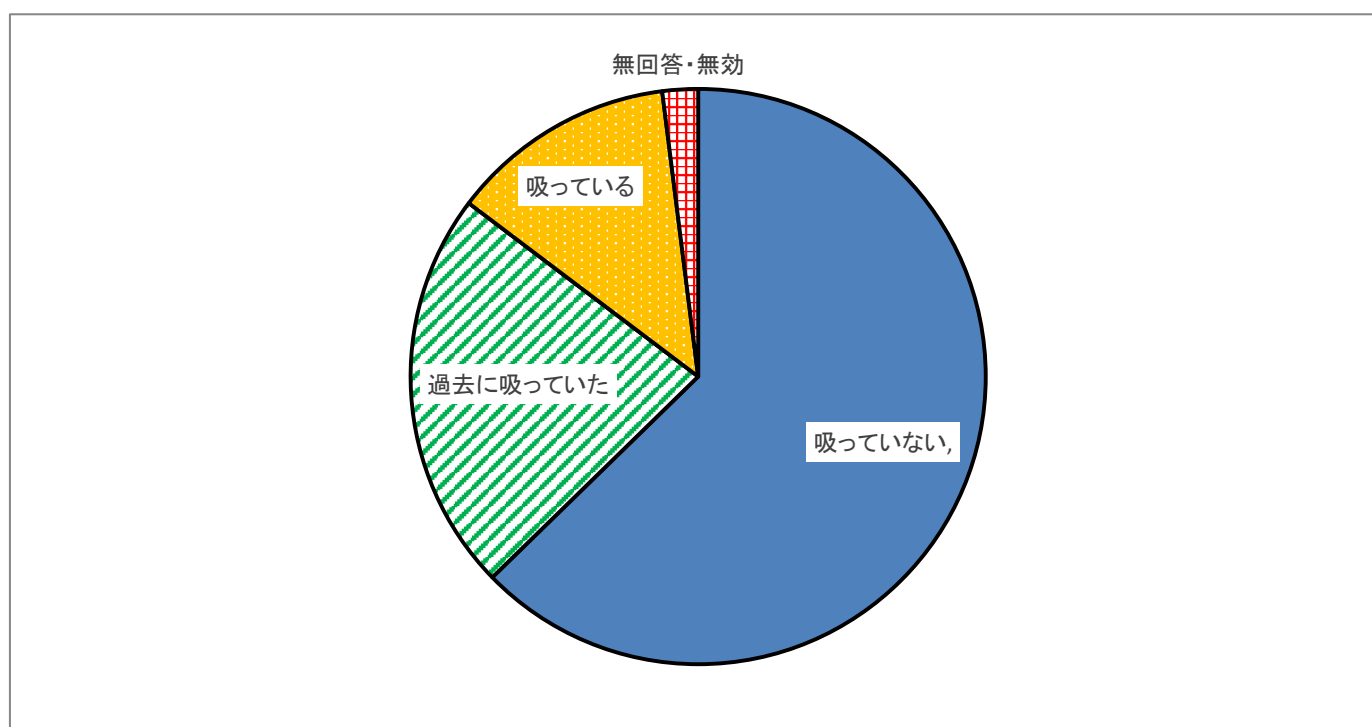


《結果の要約》

『1日に飲むお酒の量はどれくらいですか』と1日当たりの量に換算した量を聞いたところ、「1合未満」が47.3%で最も多く、「1合以上～2合未満」が33.2%と続いている。

問15 現在の喫煙状況をお答えください。

1 吸っていない	796	62.7%
2 過去に吸っていた	287	22.6%
3 吸っている	162	12.7%
# 無回答・無効	25	2.0%

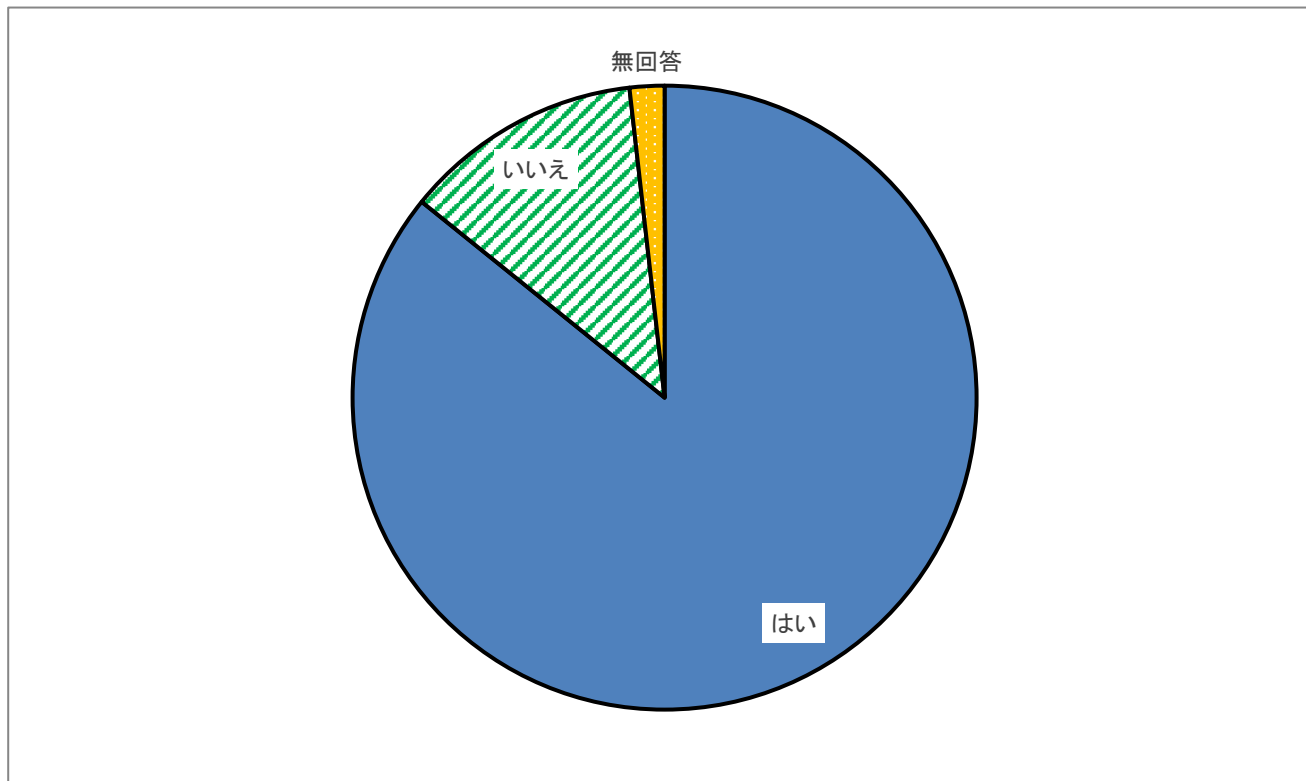


《結果の要約》

『現在の喫煙をお答えください』と聞いたところ、「吸っていない」が62.7%で最も多く、「過去に吸っていた」が22.6%と続いている。

問16 たばこを吸っている方はたばこを吸わない人のことを考えて分煙を心がけていますか。

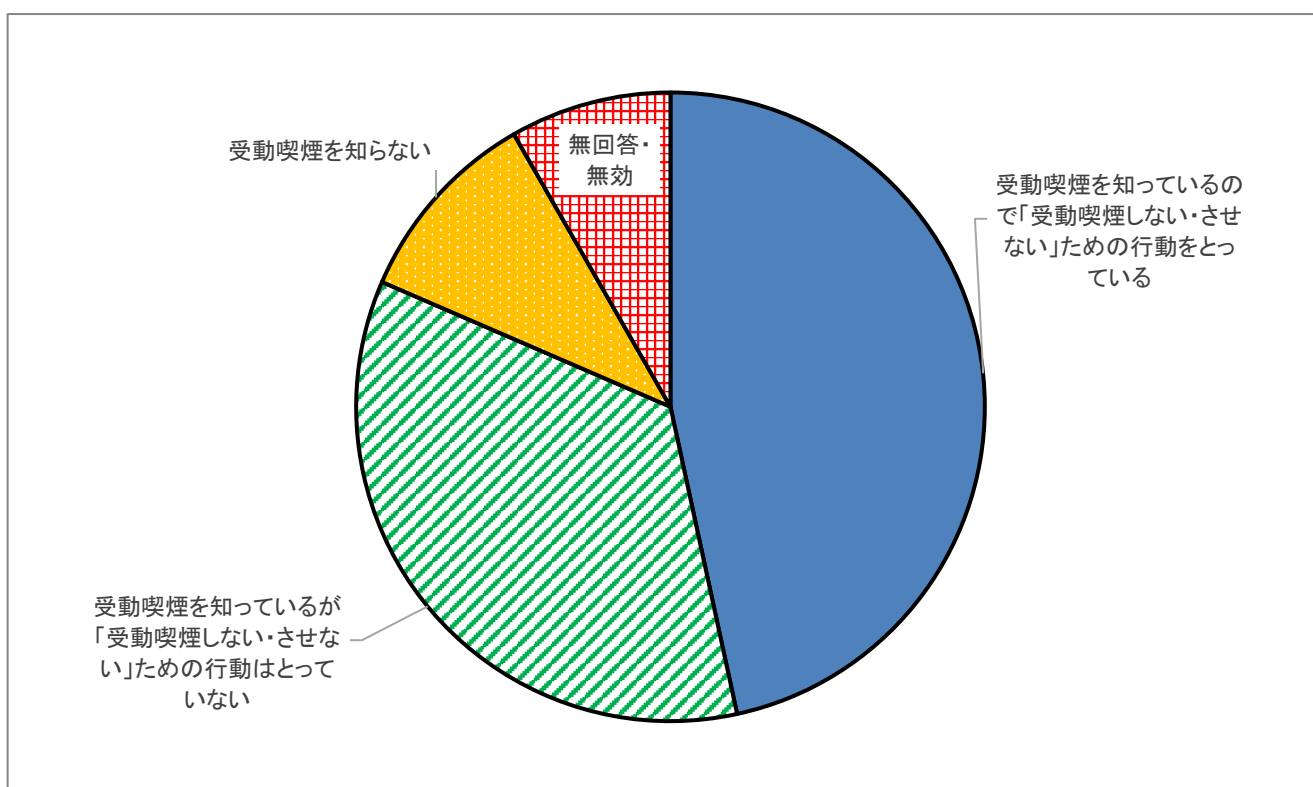
1 はい	139	85.8%
2 いいえ	20	12.3%
# 無回答・無効	3	1.9%



《結果の要約》
『たばこを吸っている方はたばこを吸わない人のことを考えて分煙を心がけていますか。』と聞いたところ、「はい」が85.8%で、「いいえ」の12.3%を上回っている。

問17 受動喫煙について伺います。

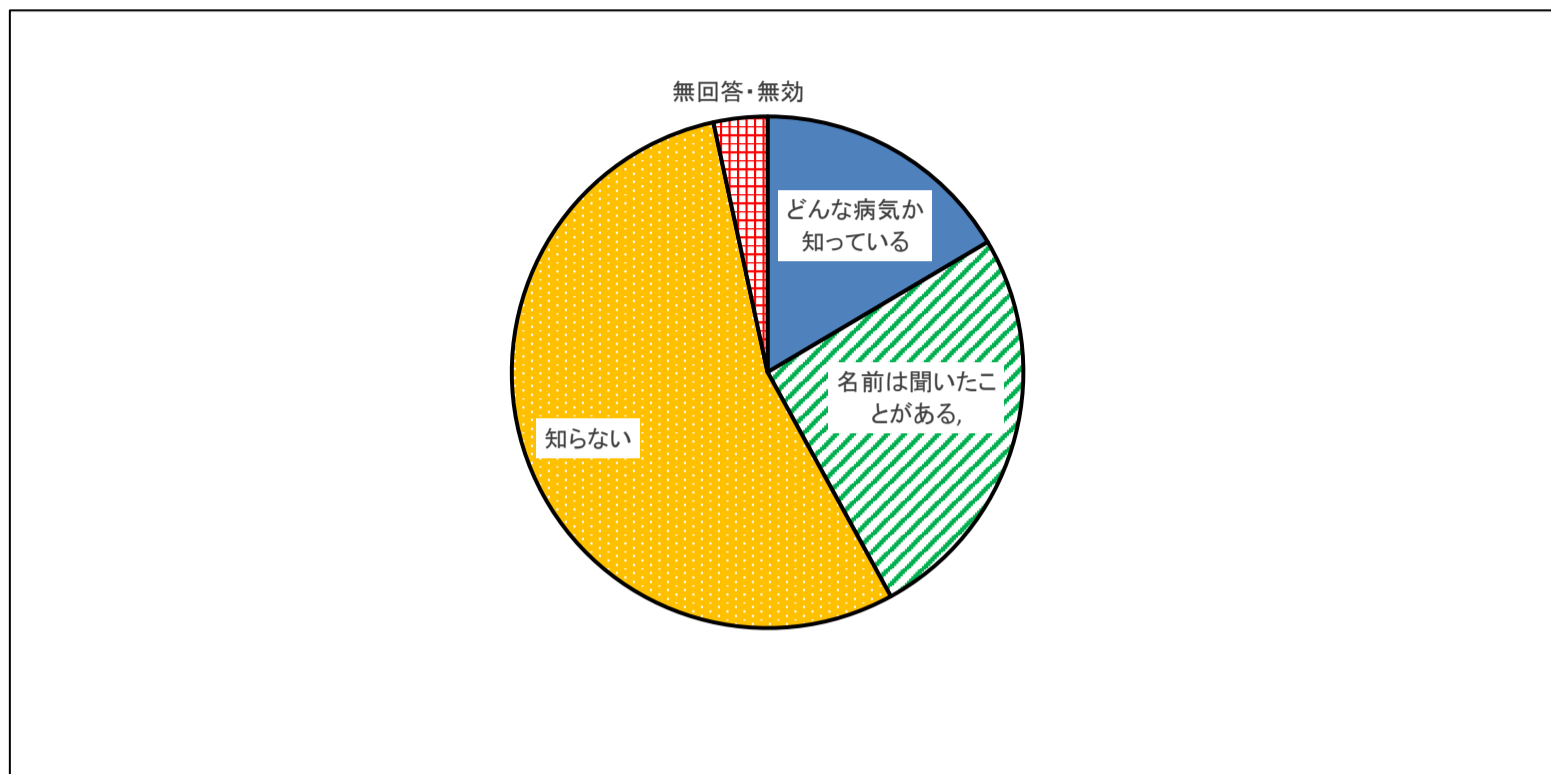
1 受動喫煙を知っているので、「受動喫煙をしない・させない」ための行動をとっている	592	46.6%
2 受動喫煙を知っているが、「受動喫煙をしない・させない」ための行動はとっていない	443	34.9%
3 受動喫煙を知らない	130	10.2%
# 無回答・無効	105	8.3%



《結果の要約》
『受動喫煙についてうかがいます』と聞いたところ、「受動喫煙を知っているので、「受動喫煙をしない・させない」ための行動をとっている」が46.6%で最も多く、次いで「受動喫煙を知っているが、「受動喫煙をしない・させない」ための行動はとっていない」が34.9%と続いている。

問18 COPD(慢性閉塞性肺疾患)という病気を知っていますか。

1 どんな病気が知っている	209	16.5%
2 名前は聞いたことがある	324	25.5%
3 知らない	694	54.6%
# 無回答・無効	43	3.4%

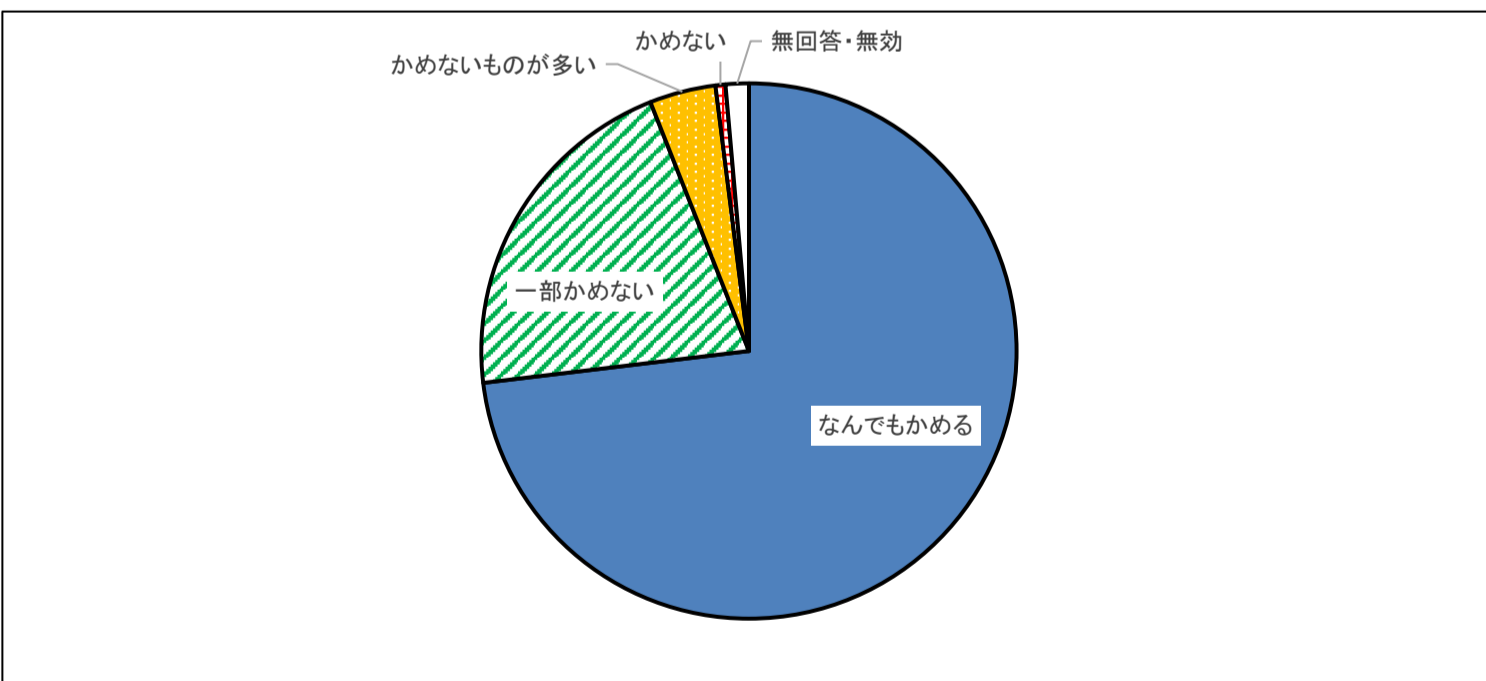


《結果の要約》

『COPD(慢性閉塞性肺疾患)という病気を知っていますか』と聞いたところ、「知らない」が54.6%で最も多く、次いで「名前は聞いたことがある」が25.5%、「どんな病気が知っている」が16.5%と続いている。

問19 なんでもよくかんで食べることができますか。

1 なんでもかめる	928	73.1%
2 一部かめない	266	20.9%
3 かめないものが多い	51	4.0%
4 かめない	7	0.6%
# 無回答・無効	18	1.4%

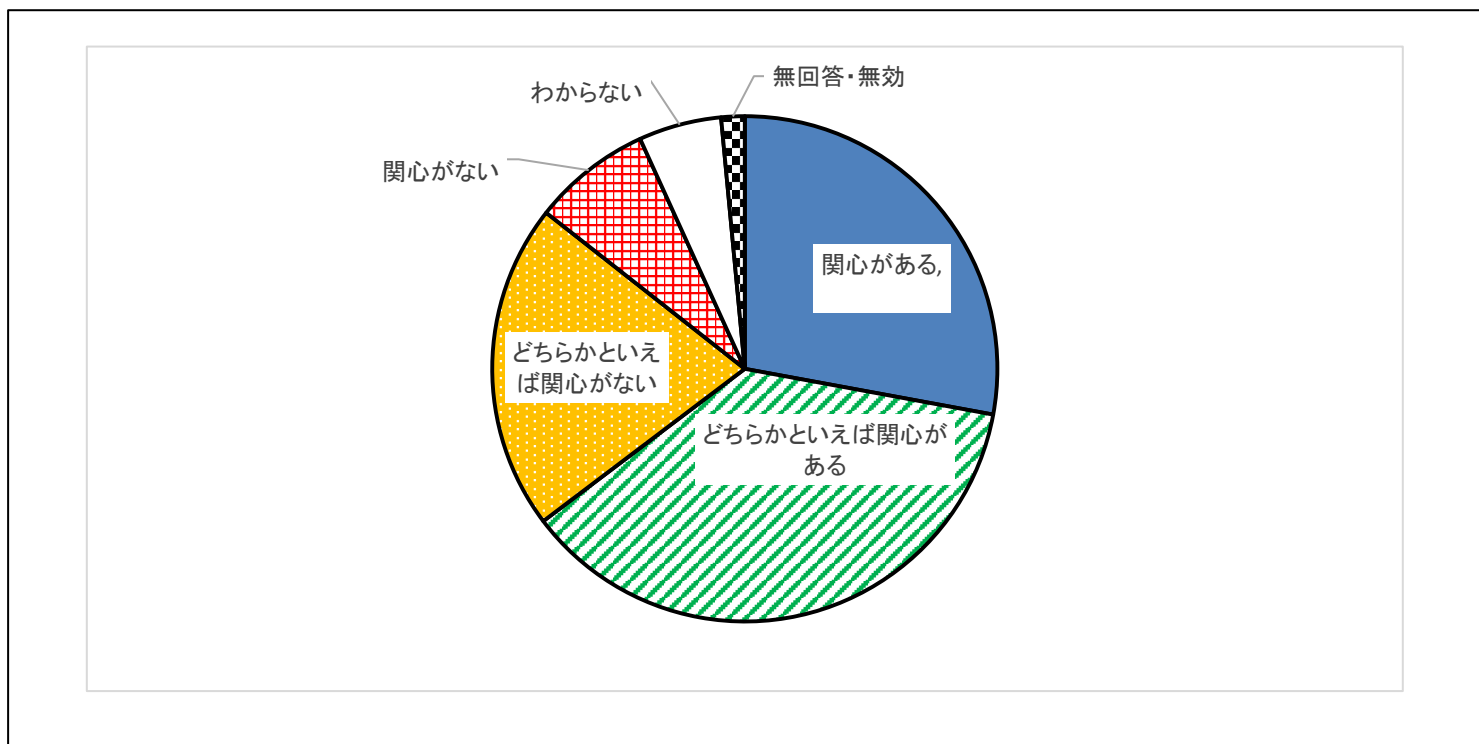


《結果の要約》

『なんでもよくかんで食べることができますか』と聞いたところ、「なんでもかめる」が73.1%で最も多く、次いで「一部かめない」が20.9%、「かめないものが多い」が4.0%と続いている。

問20 あなたは噛み方、味わい方といった食べ方に興味がありますか。

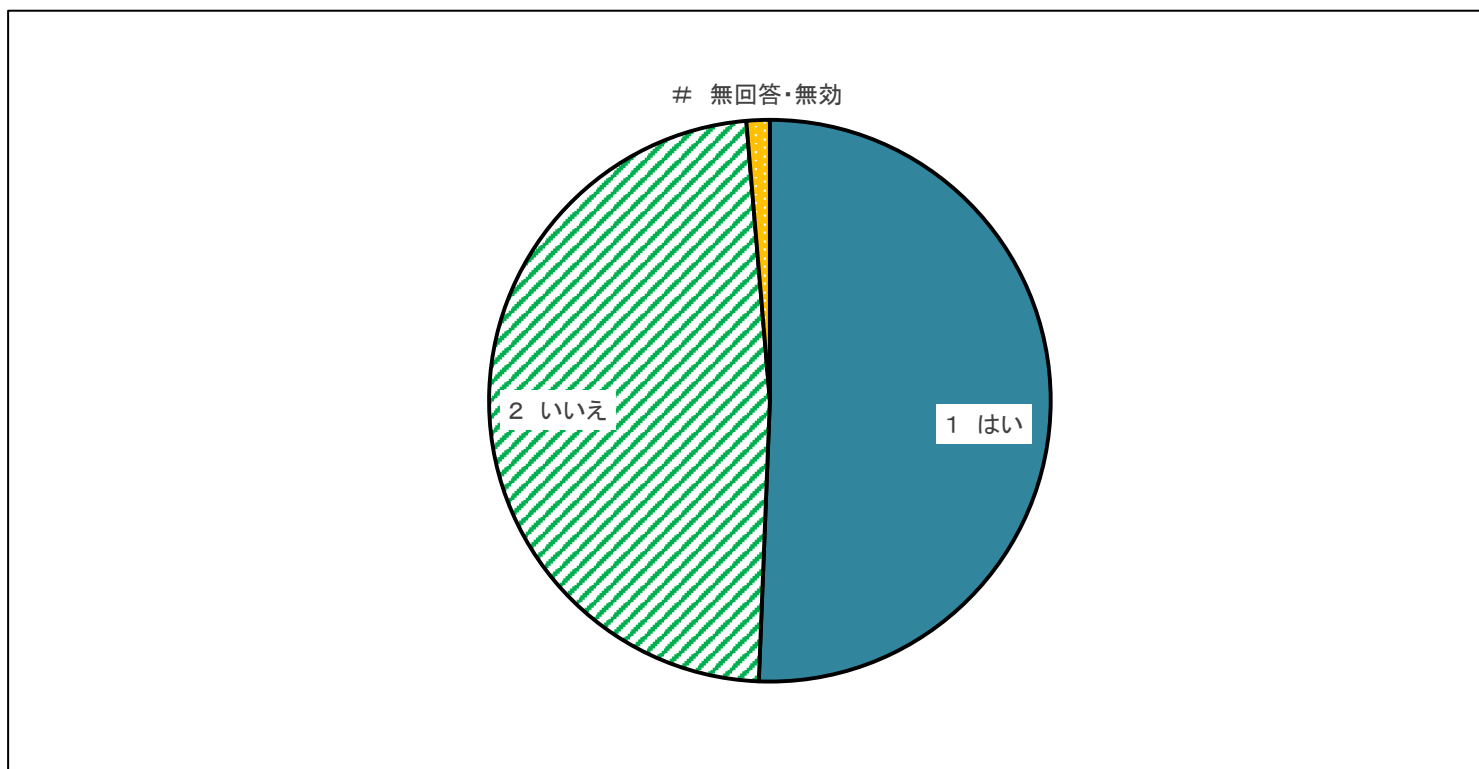
1 関心がある	354	27.9%
2 どちらかといえば関心がある	467	36.8%
3 どちらかといえば関心がない	266	20.9%
4 関心がない	97	7.6%
5 わからない	67	5.3%
# 無回答・無効	19	1.5%



《結果の要約》
『あなたは噛み方、味わい方といった食べ方に興味がありますか。』と聞いたところ、「どちらかといえば関心がある」が36.8%で最も多く、次いで「関心がある」が27.9%、「どちらかといえば関心がない」が20.9%と続いている。

問21 定期的に歯科検診を受けていますか。

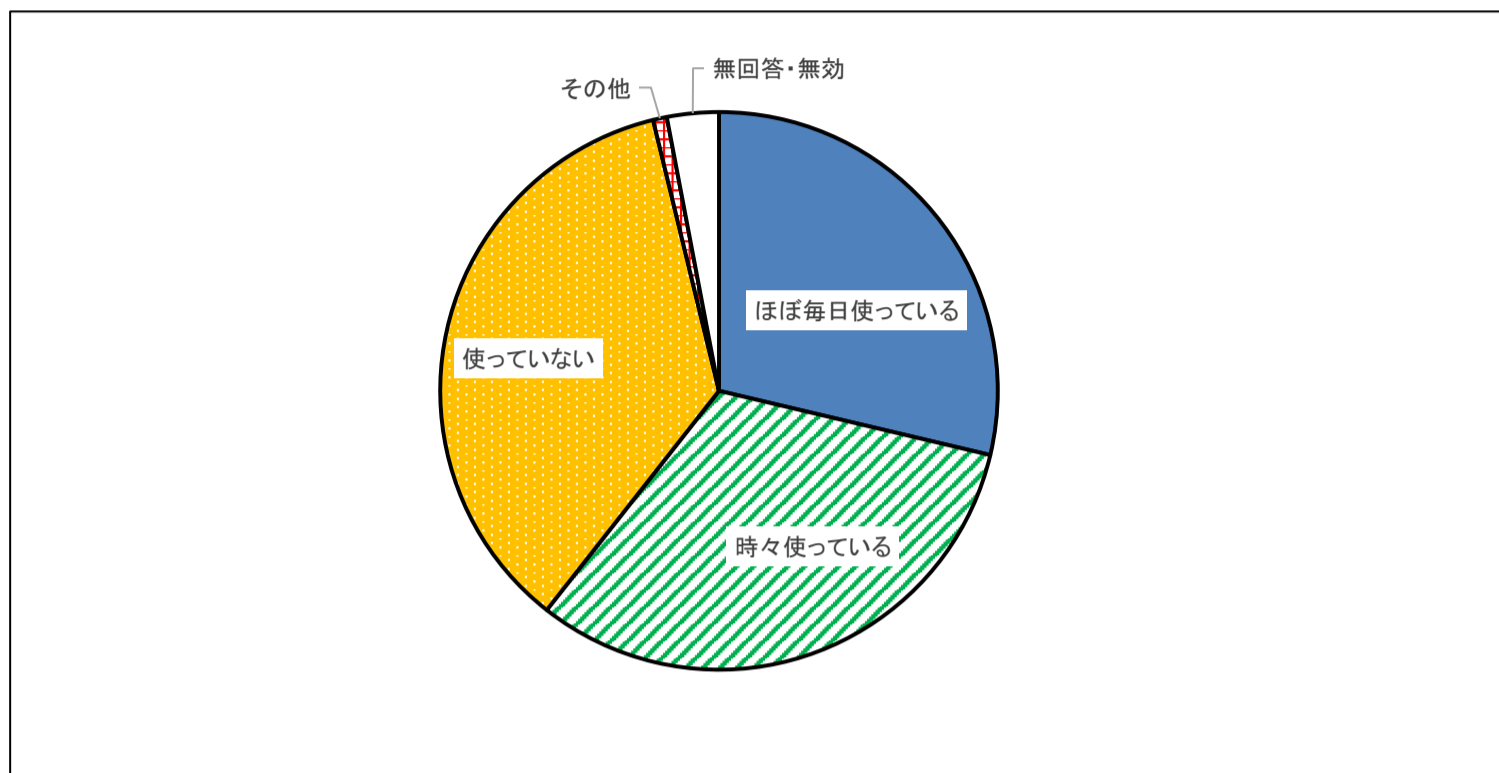
1 はい	643	50.6%
2 いいえ	610	48.0%
# 無回答・無効	17	1.4%



《結果の要約》
『定期的に歯科検診を受けていますか』と聞いたところ、「はい」が50.6%と「いいえ」の48.0%を上回っている。

問22 歯と歯の間を清掃するための器具(デンタルフロス、歯間ブラシなど)を使っていますか。

1 ほぼ毎日使っている	365	28.7%
2 時々使っている	405	31.9%
3 使っていない	452	35.6%
4 その他	10	0.8%
# 無回答・無効	38	3.0%

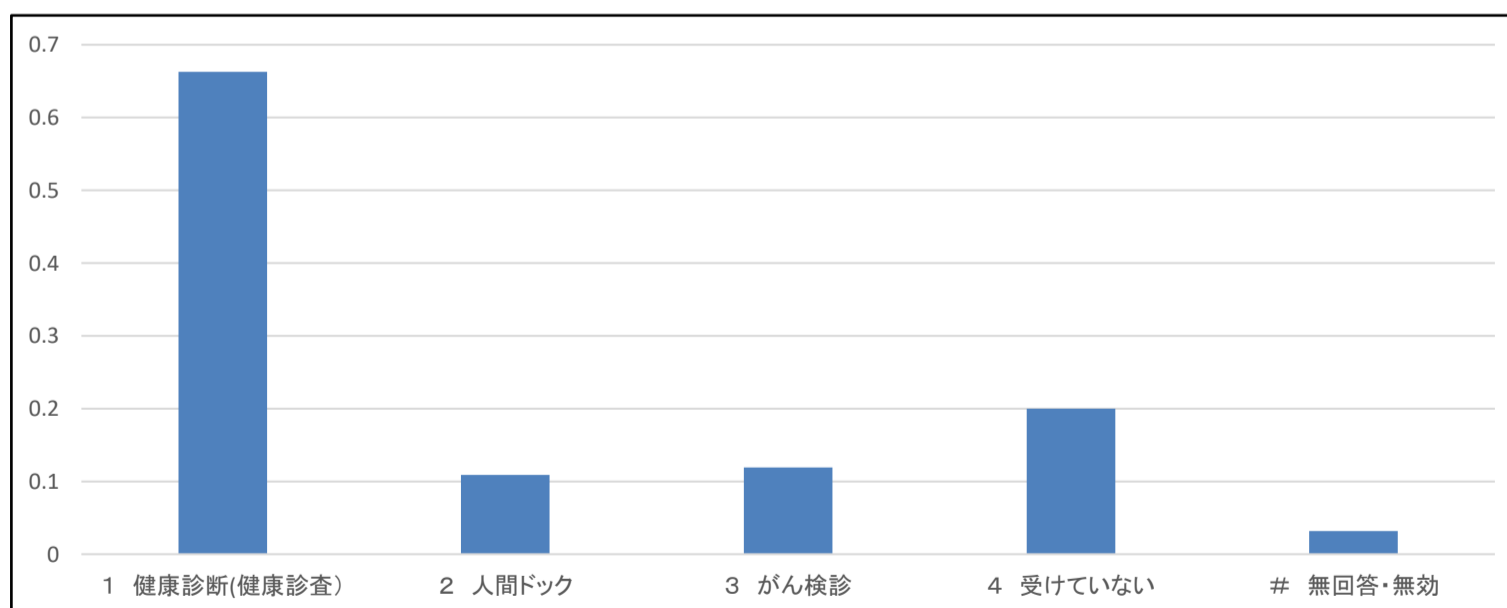


《結果の要約》

『歯と歯の間を清掃するための器具(デンタルフロス、歯間ブラシなど)を使っていますか』と聞いたところ、「使っていない」が35.6%で最も多く、次いで「時々使っている」が31.9%、「ほぼ毎日使っている」が28.7%と続いている。

問23 年に一度は、健康診断等を受けていますか。

1 健康診断(健康診査)	841	66.2%
2 人間ドック	138	10.9%
3 がん検診	151	11.9%
4 受けていない	254	20.0%
# 無回答・無効	40	3.1%



《結果の要約》

『年に一度は、健康診断(健康診査又は人間ドック)を受けていますか』と聞いたところ、「健康診断(健康診査)」が66.2%で最も多く、次いで「がん検診」が11.9%、「人間ドック」10.9%と続いている。

【自由意見】

健康づくりについて日頃感じていること等

※ 一人のご意見で複数項目に該当する場合は、それぞれの項目に人数を計上しています。

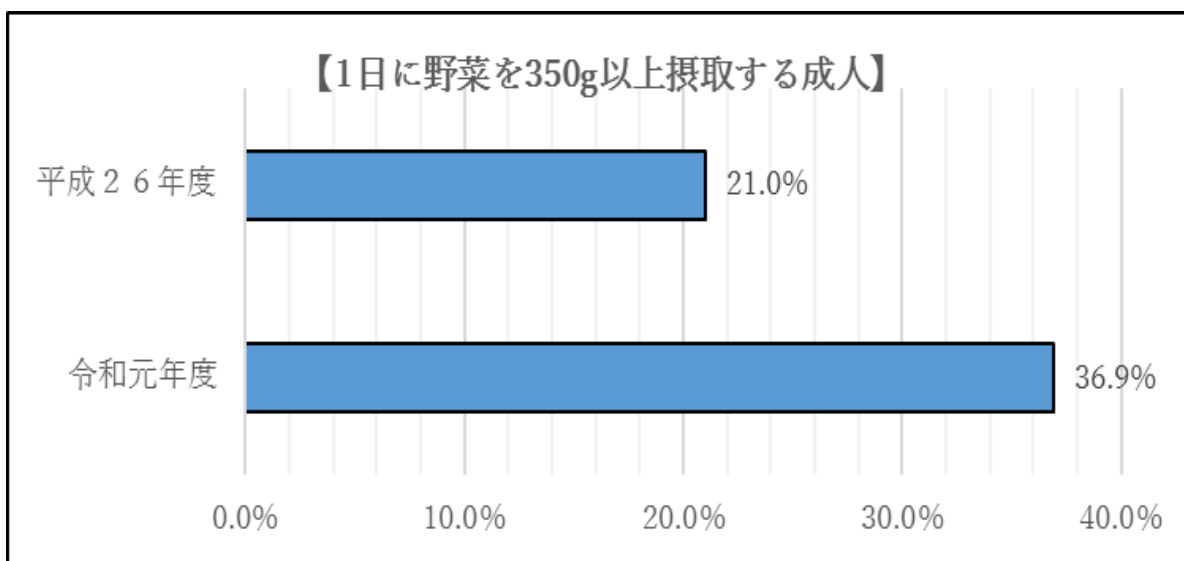
	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳以上	年齢不詳	合計
あさつゆ広場について	0	3	0	1	0	1	1	1	7
アンケートについて	0	2	0	0	2	4	4	0	12
医療について	0	0	0	0	1	1	0	0	2
運動機会について	1	3	2	2	2	2	2	0	14
運動機会の充実	0	0	0	0	0	0	0	0	0
学校教育の充実	2	1	1	2	4	1	0	0	11
行政の取組みについて	0	2	5	3	3	1	3	0	17
健康づくりについて	0	0	0	1	0	3	3	0	7
健診(検診)について	0	1	0	0	3	1	0	0	5
広報(周知)について	0	0	3	5	1	3	0	0	12
商業施設について	0	1	0	2	0	3	0	0	6
賞賛	1	0	0	1	1	4	1	0	8
食育の取組について	0	0	0	3	11	13	0	0	27
地産地消の充実	3	2	6	2	3	13	6	0	35
取組内容が不明	0	1	1	1	2	1	0	0	6
環境について	0	0	0	1	0	0	1	0	2
タバコについて	0	2	0	1	0	1	1	0	5
アルコールについて	0	0	0	1	0	0	1	0	2
歯の衛生について	0	0	0	1	1	0	1	0	3
食品ロスについて	0	0	0	1	1	0	1	0	3
中学校給食の充実	1	3	2	0	2	0	0	0	8
学校給食における地産地消	0	1	1	1	2	0	0	0	5
企業連携について	0	0	1	0	0	0	0	0	1
東洋医学について	0	0	1	0	0	0	0	0	1
直売所について	0	2	0	0	4	0	0	0	6
水について	0	1	0	0	0	0	0	0	1
食の安全について	0	2	0	0	0	0	0	0	2
配給希望	1	0	0	0	0	0	0	0	1
合計	9	27	23	29	43	52	25	1	209

第2章 前回実施調査の結果との比較

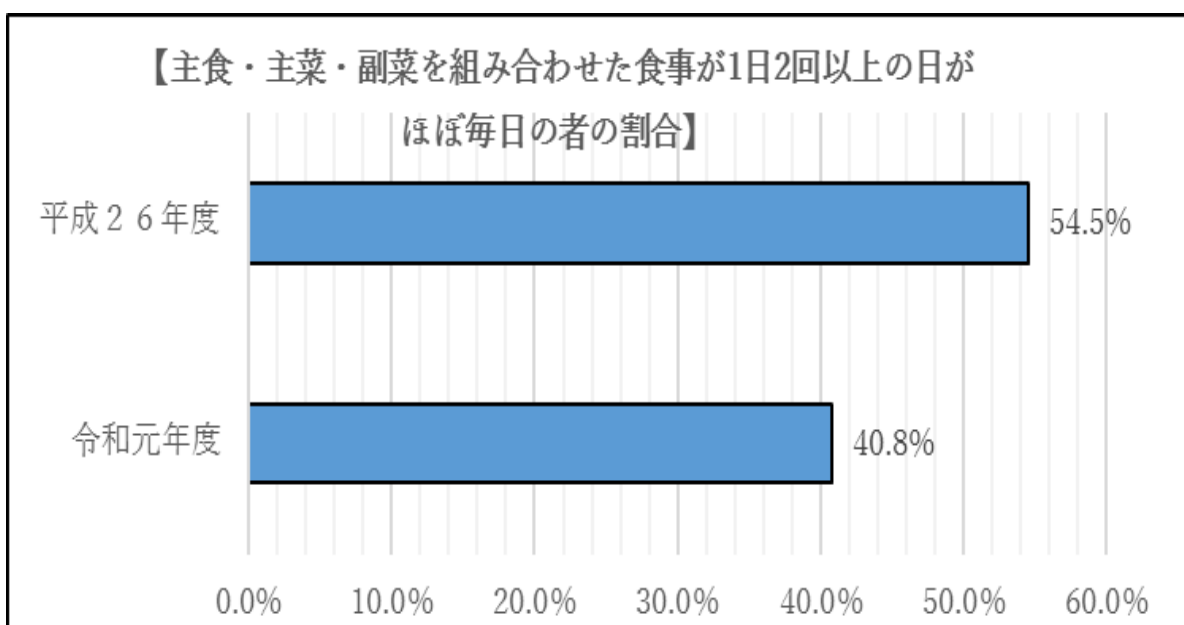
(1) 健康分野1 栄養・食生活について

野菜を350g以上摂取する成人の割合は、前回調査と比較すると、36.9%となり15.9ポイント増加しています。

主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の割合は、前回調査と比較すると40.8%となり13.7ポイント減少しています。



資料：平成26年度平塚市食育推進のための実態調査結果

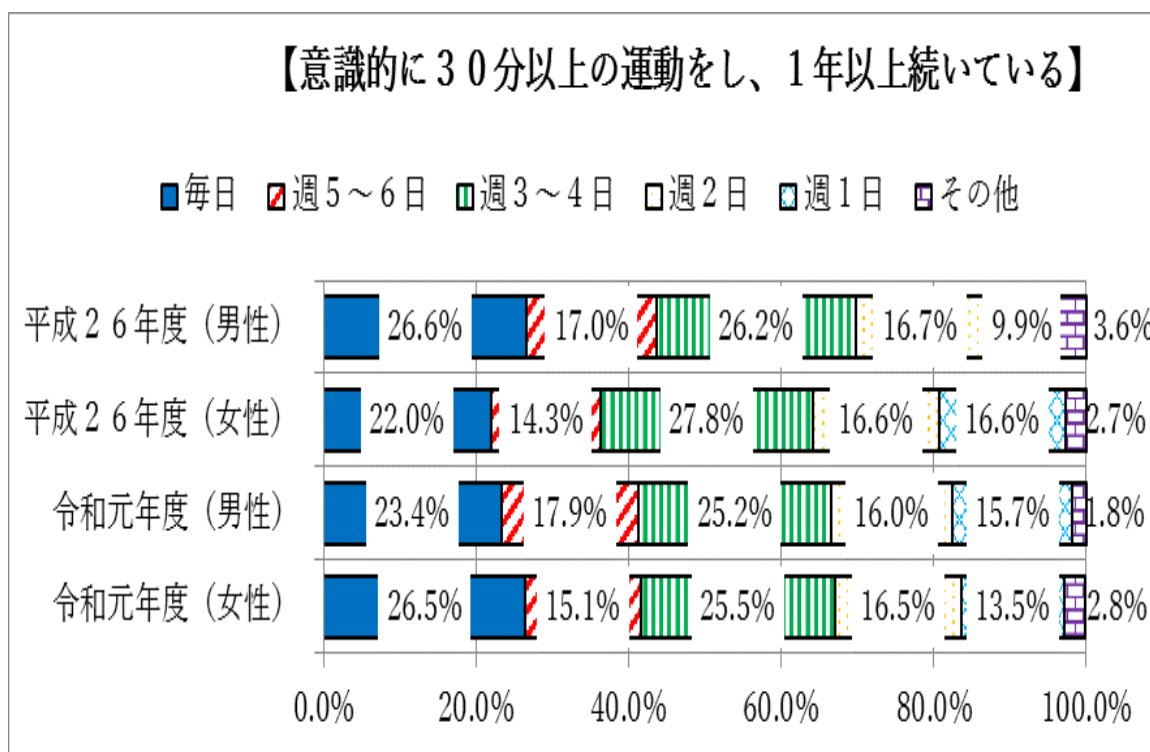
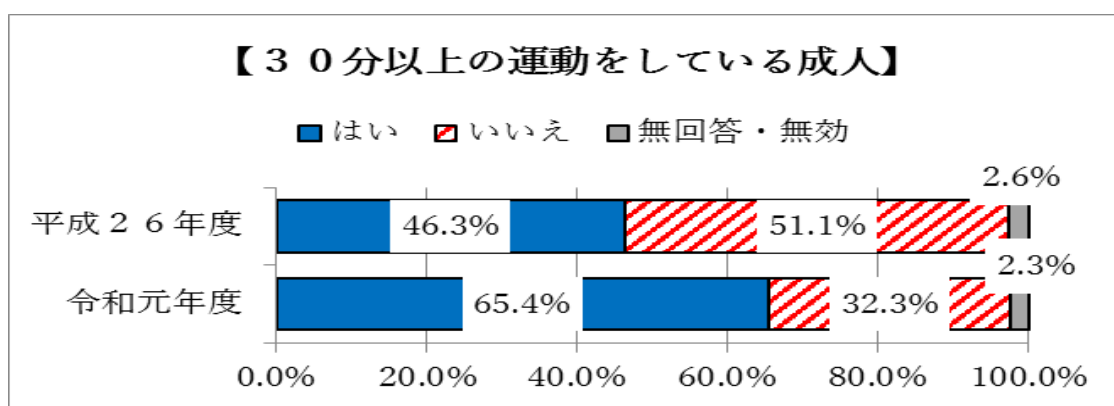


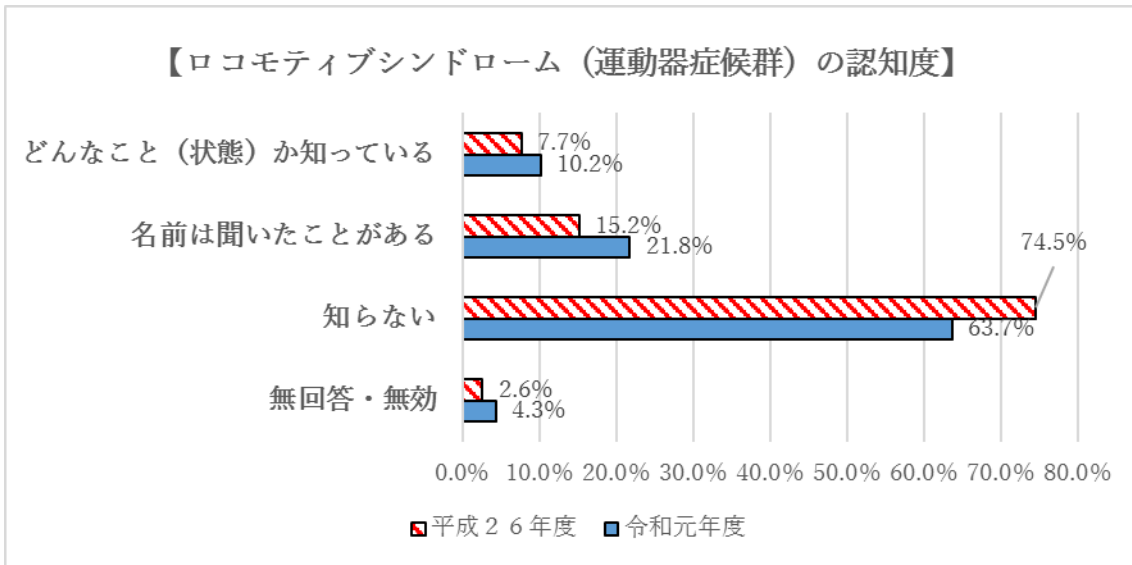
資料：平成26年度平塚市食育推進のための実態調査結果

(2) 健康分野2 身体活動・運動について

30分以上の運動をしている成人の割合は65.4%となり、前回と比較すると19.1ポイント増加しています。さらに、1年以上継続している人の中で週2回以上運動している割合は、男性は82.5%となりでは4ポイント減少し、女性は83.6%となり2.9ポイント増加しています。

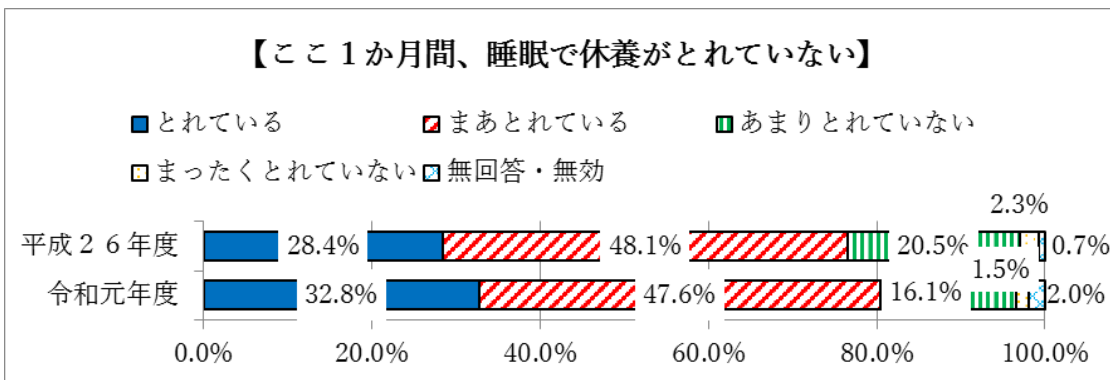
ロコモティブシンドロームの認知度は「どんなこと(状態)か知っている」が10.2%となり、前回と比較すると2.5ポイント、「名前は聞いたことがある」が21.8%となり6.6ポイント増加し、「知らない」が63.7%となり10.8ポイント減少しています。





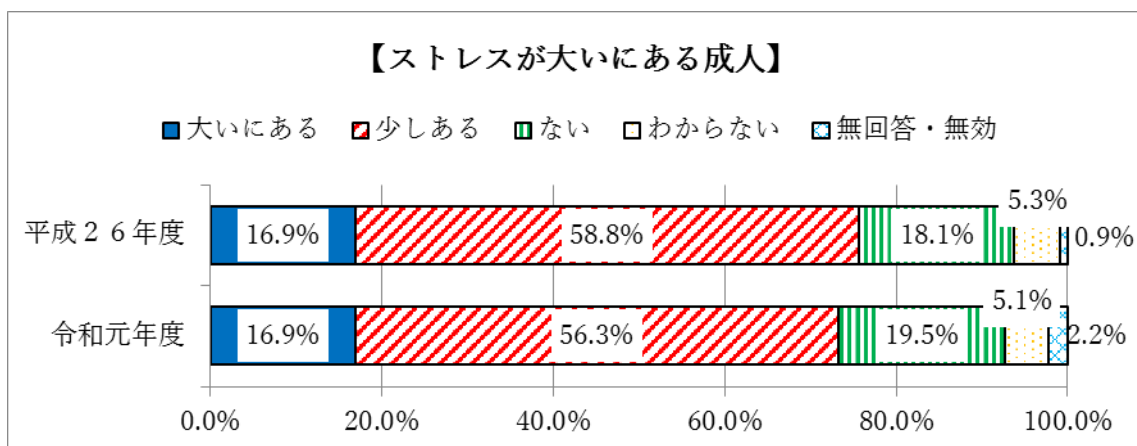
(3) 健康分野3 休養・こころの健康づくりについて

ここ1か月間、睡眠で休養がとれていない成人の割合は、「あまりとれていない」と「まったくとれていない」を合わせると、17.6%で前回と比較すると5.2ポイント減少しています。



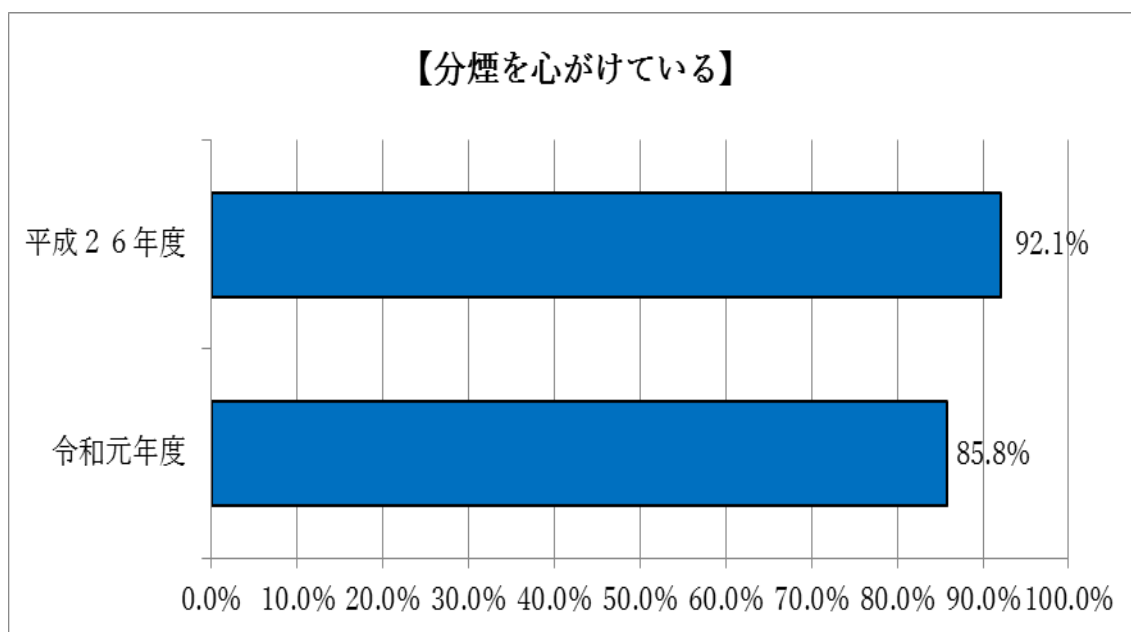
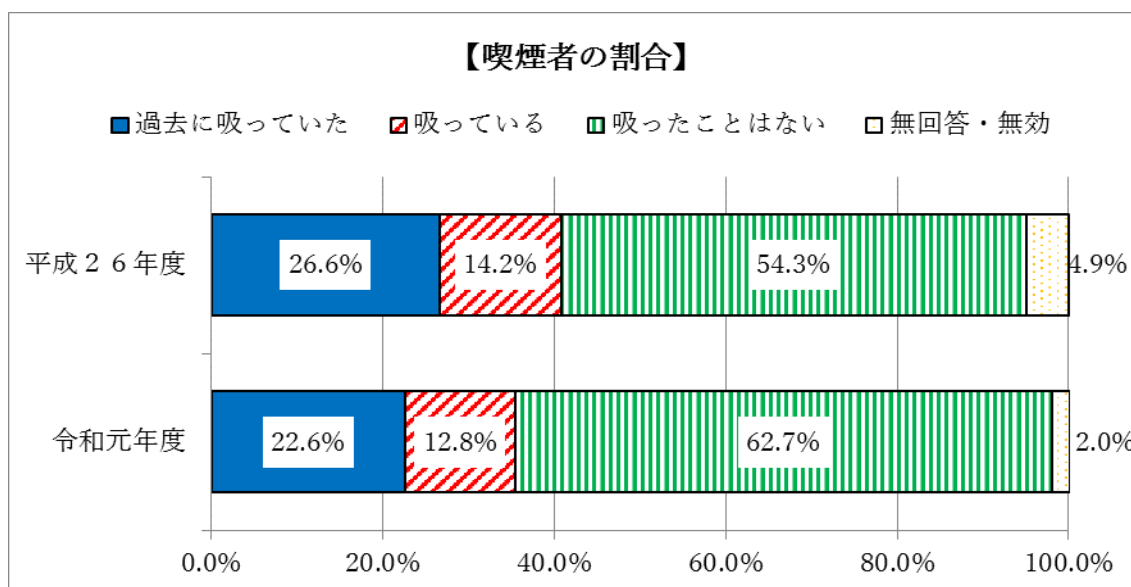
(こころの健康づくり)

ストレスが大いにある成人の割合は16.9%となり、前回調査との比較では増減ありませんでした。

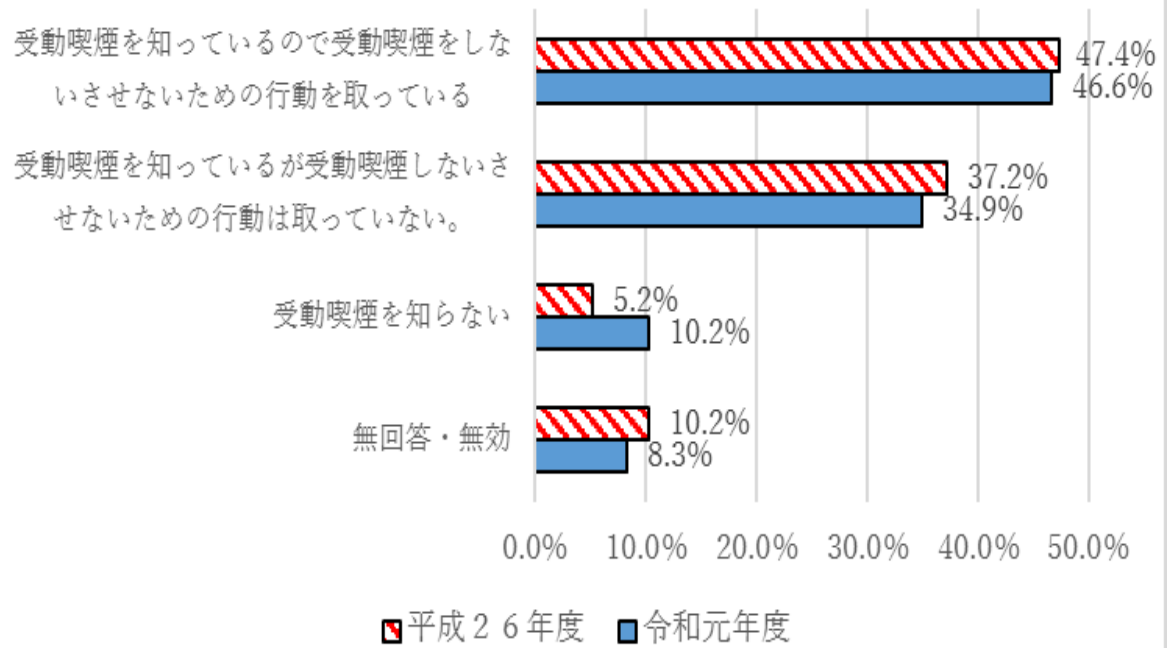


(4) 健康分野4 たばこについて

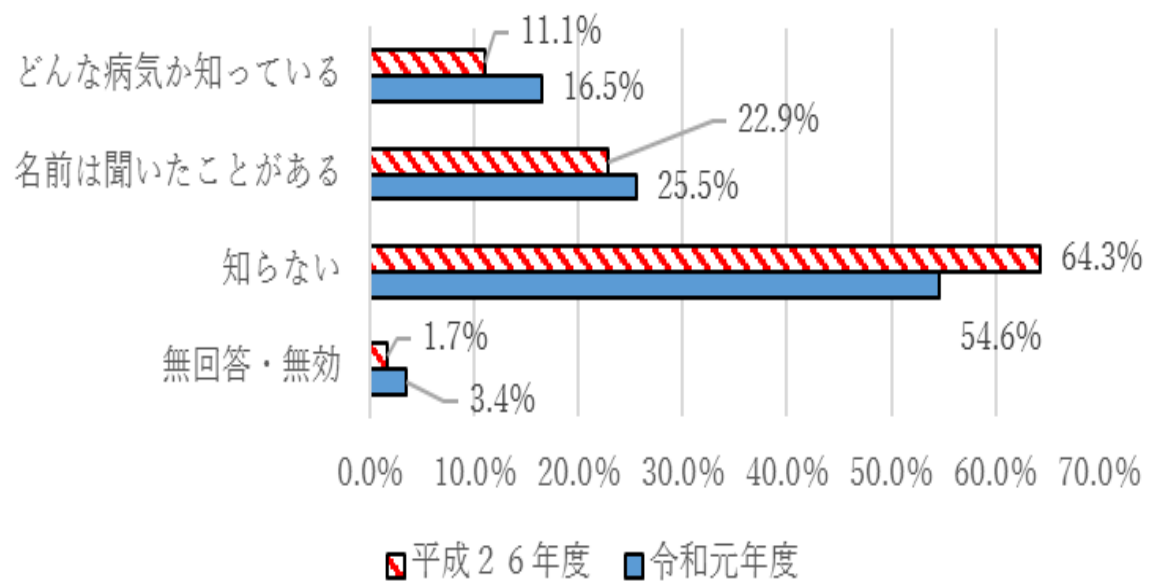
喫煙者の割合は12.8%となり、前回調査から1.4ポイント減少しました。喫煙者のうち分煙について心がけている割合は、85.8%となり、6.3ポイントの減少です。受動喫煙をしない・させない割合は47.4%となり、前回調査から0.8ポイント減少しています。また、COPDの認知度に関しては、「どんな病気か知っている」が16.5%となり5.4ポイント増加しています。



【受動喫煙】

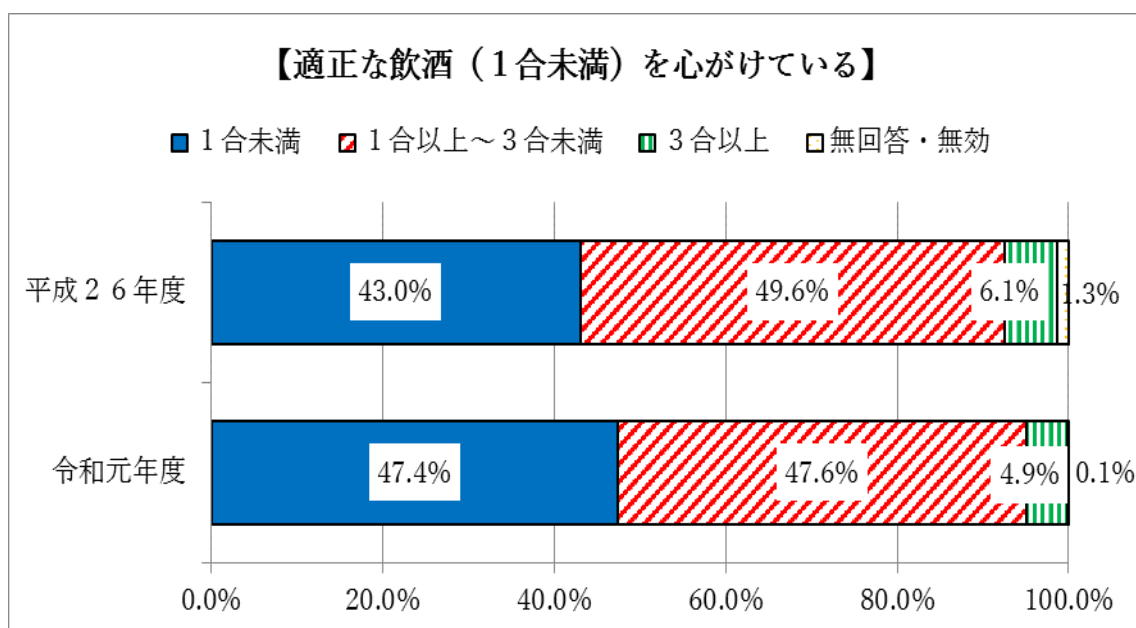
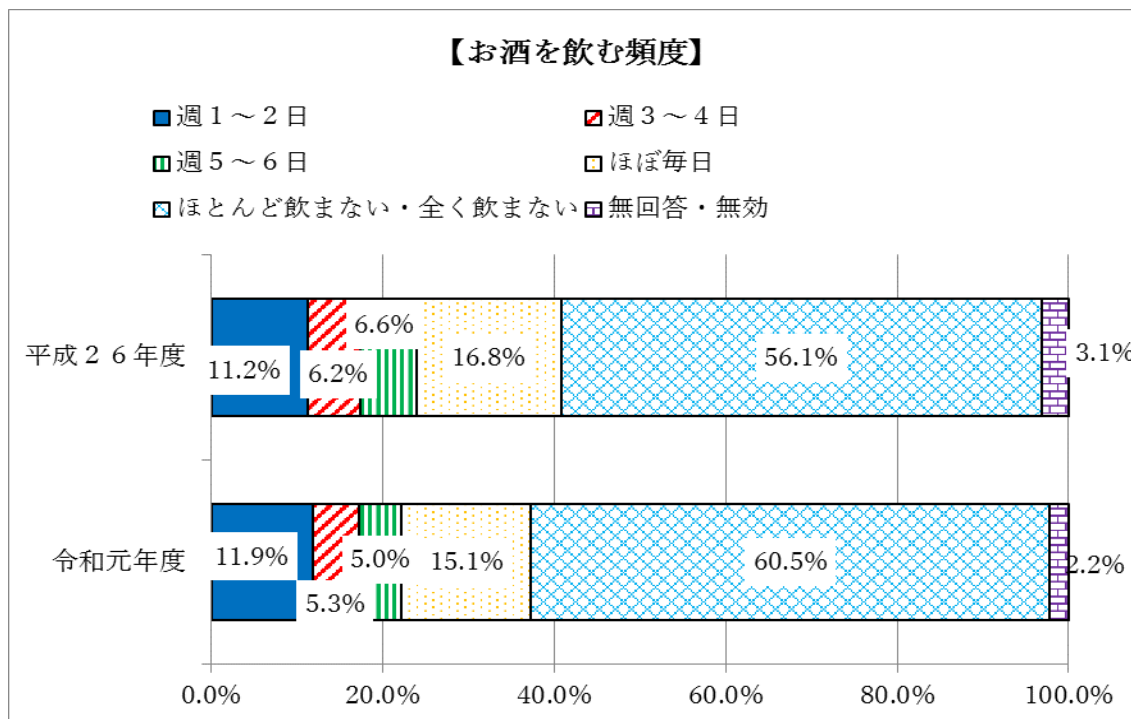


【COPDの認知度】



(5) 健康分野5 アルコールについて

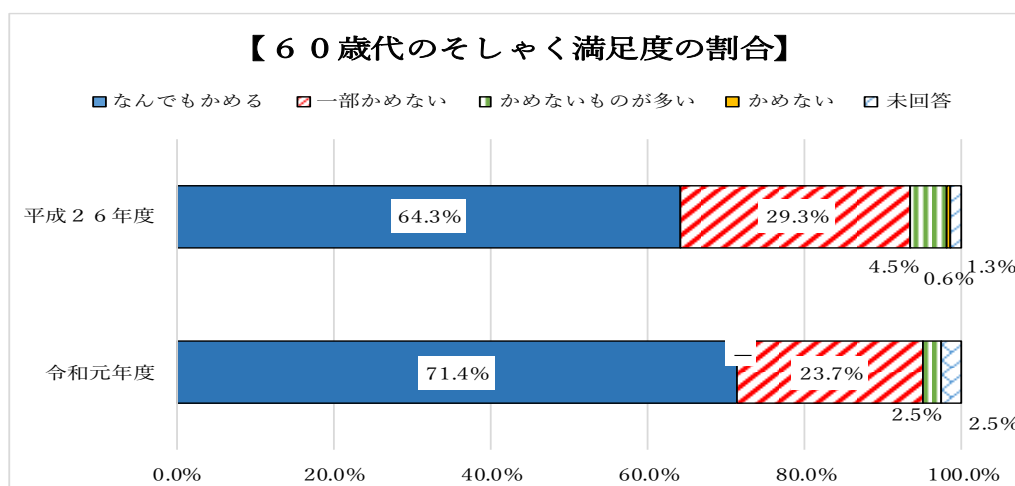
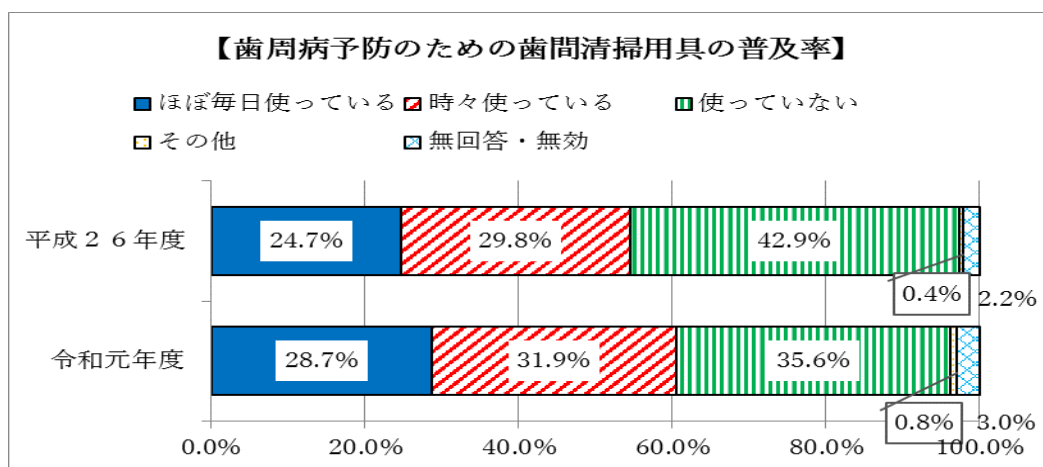
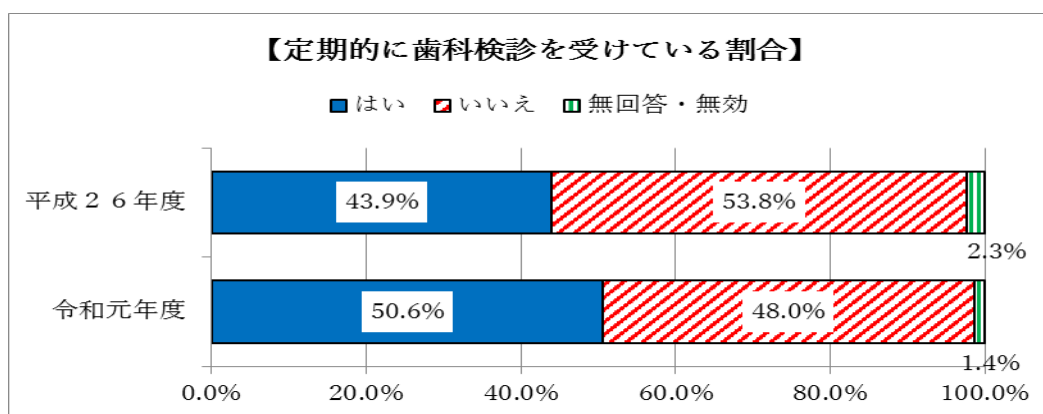
お酒を飲む頻度は、「ほとんど飲まない」と「全く飲まない」を合わせた割合は、60.5%となり、前回調査と比較すると4.4ポイント増加しています。また、適正な飲酒である「1合未満」を心がけている割合は47.4%となり、4.4ポイント増加しました。また、「1合以上3合未満」は47.6%となり、2.0ポイント減少しています。



(6) 健康分野6 歯の健康について

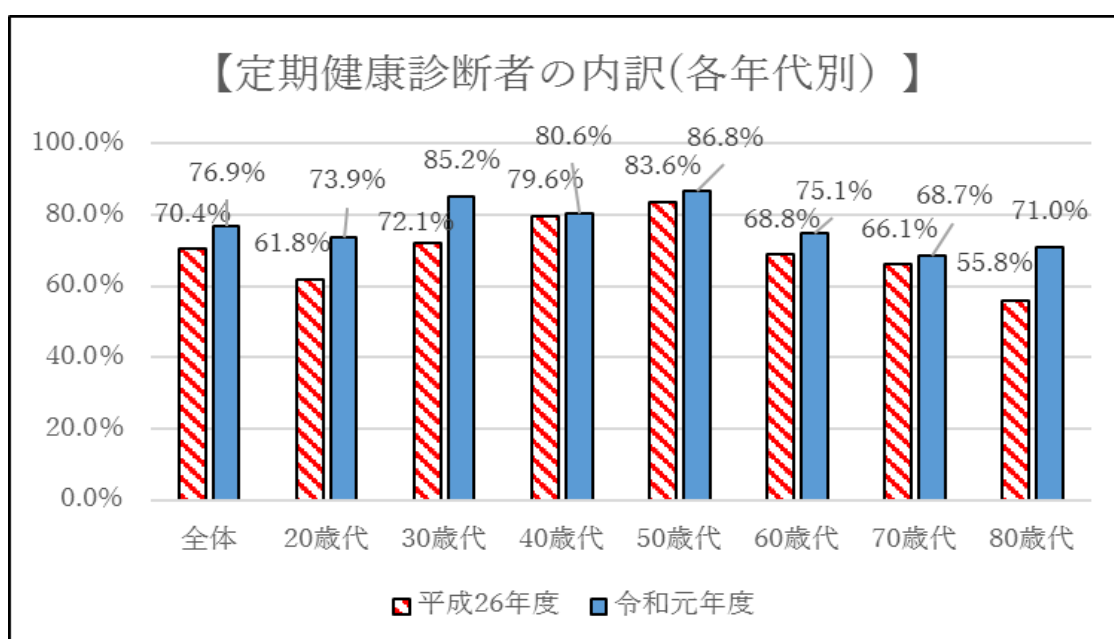
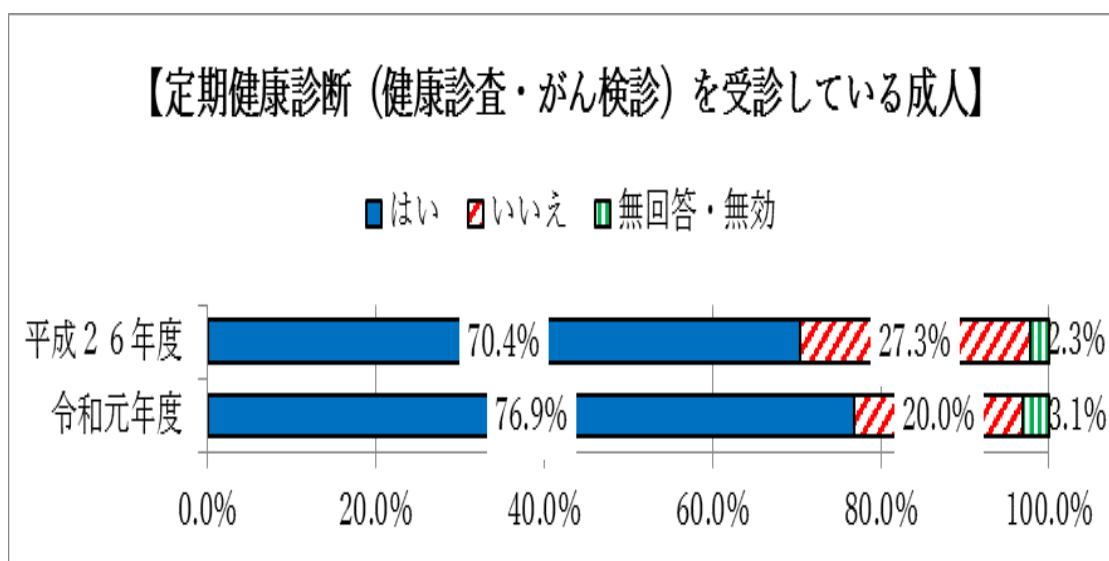
定期的に歯科検診を受けている成人の割合は、50.6%となり、前回調査と比較すると、6.7ポイント増加しています。また、歯周病予防のための歯間清掃用具の普及率は、「ほぼ毎日使っている」と「時々使っている」を合わせると、60.6%で6.1ポイント増加しています。

60歳代のそしゃく満足度の割合は、なんでもかめる割合は、71.4%となり、7.1ポイント増加しています。



(7) 健康分野7 生活習慣病・健康管理

定期健康診断（健康診査・がん検診）を受診している成人の割合は76.9%となり、前回調査より6.5ポイント増加しています。20歳代は73.9%となり、12.1ポイント、30歳代は85.2%となり13.1ポイント、40歳代は80.6%となり、1.0ポイント、50歳代は86.8%となり3.2ポイント、60歳代は75.1%となり6.3ポイント、70歳代は68.7%となり2.6ポイント、80歳代は55.8%となり15.2ポイント増加しています。



第3章 結果の考察

(1) 健康分野1 栄養・食生活について

1日に野菜を350g以上摂取する成人の割合は36.9%となり、前回調査と比較すると15.9ポイント上昇しています。これは、国・県と比較しても高い状況です。

主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の成人の割合は40.8%となり、前回調査と比較すると13.7ポイント減少しています。バランスのとれた適量の食事を摂取することは、体重コントロールや多くの生活習慣病予防や重症化予防に効果があることから、その必要性を認識し実践する市民を増加させるための多様な場での啓発が必要です。

主食、主菜、副菜がそろった朝食を食べる5歳児は58.1%から37.1%となり、21ポイント減少しています。また、朝食を食べる5歳児は、96.4%から94.9%となり、1.5ポイント減少しています。朝食を食べる小学5年生は男子が99.1%から99.3%へと0.2ポイント増加、女子は98.8%から99.5%へと0.7%増加しています。

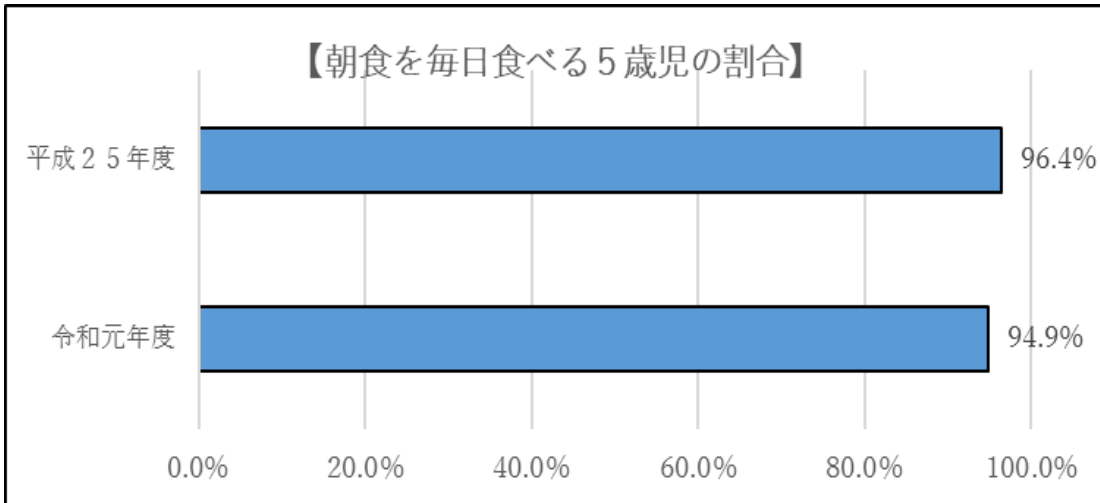
平塚市子どもの生活習慣病予防対策事業において市内幼稚園・保育園や小学校と連携し、適正な食習慣についての啓発を図ってきていますが、こどもの健康維持や増進のためには、関係機関と協力し支援を継続することが重要です。また、学校教育においては学校ごとに作成する食育指導計画において、各教科や行事、学校給食と関連付け、食生活を通じた健康づくりに関する知識習得と実践にむけた取り組みを実施しており、今後も充実を図っていきます。

【1日に野菜を350g以上摂取する成人】

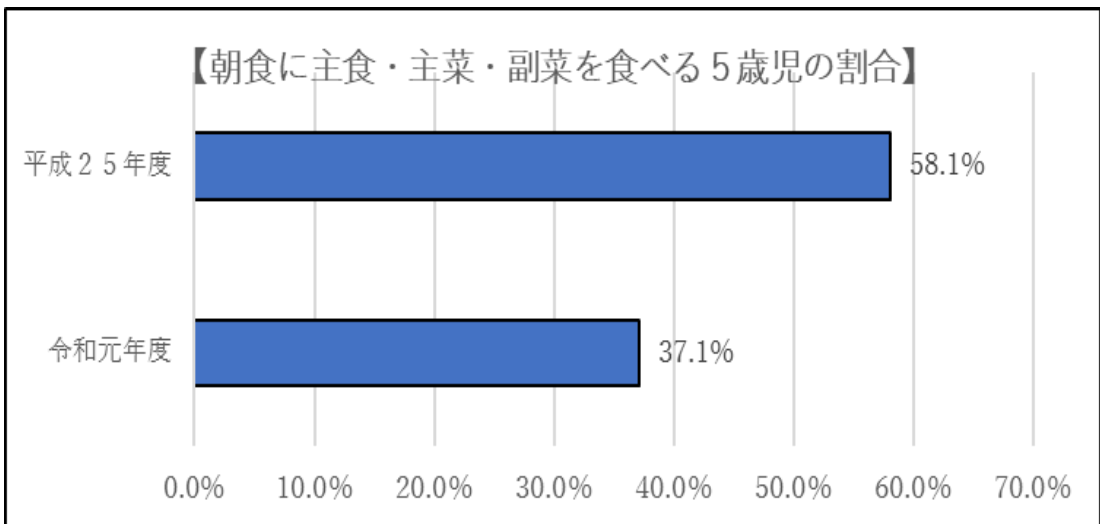
国(平成29年度)	30.6%
県(平成25年～平成27年実績値)	30.3%
市(令和元年度)	36.9%

資料：国 平成29年国民健康・栄養調査

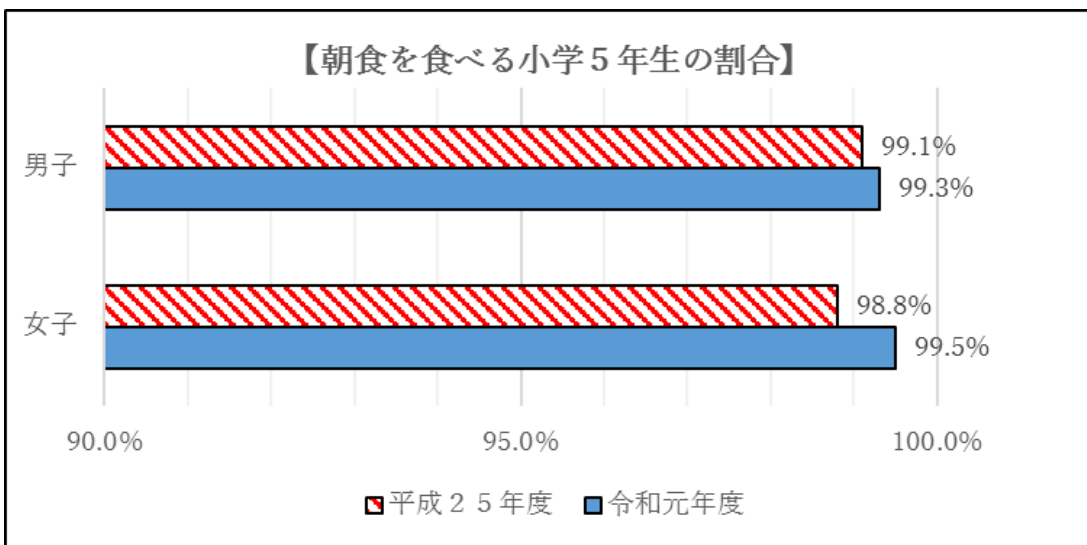
県 かながわ健康プラン21(第2次) 中間評価報告書



資料：平塚市子どもの生活習慣病予防対策事業5歳児生活実態調査



資料：平塚市子どもの生活習慣病予防対策事業5歳児生活実態調査



資料：令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査

(2) 健康分野2 身体活動・運動について

適切な運動・身体活動は生活習慣病の予防やストレスの解消に有効です。特に、日常生活における身体動作や歩行など軽い運動の積み重ねが健康の維持に大きな役割を果たすことが認識されています。今回の調査では、週2日以上で1回30分以上の運動を1年以上継続しているものの割合について、国や県と比較すると運動が習慣化している方の割合が多くなっています。運動は週2回以上実施することでより効果が高まることから、生活習慣病予防などにも役立っていると考えられます。

また、ロコモティブシンドロームとは、運動器の障害のため移動機能の低下をきたした状態をいい、運動器の障害により要介護になるリスクが高くなることをいいます。

ロコモティブシンドロームを知らない人は減っているものの運動器の健康の維持のためにも運動習慣をつけることが重要になります。

こどもに関する調査結果について、「休日に外遊びをする子ども」の指標を5歳児から3歳児に変更しています。変更理由としては、①平成27年度策定の際に設定した『休日に2時間以上外遊びをする幼児の割合』は、対象を5歳児としていたが、母子保健計画見直しに伴い調査を終了しました。そのため、平成27年度から継続して傾向を見ている3歳児のデータを活用することとしました。」「②本市の母子保健対策は、より早期からの運動習慣づくりを啓発しているため、その取り組みの評価が全員にできる3歳児健康診査受診者を対象とし評価しています。」になります。

休日に外遊びをする子ども（3歳児）の割合は、43.5%となり、前回と比較すると2.3ポイント増加しています。

また「運動・スポーツの実施状況（ほとんど毎日【週3日以上】）」の指標を、「週420分以上の総運動時間の割合」に変更しています。変更理由としては、市内抽出校の県のアンケートから市内全校悉皆の国のアンケート調査の変更に伴っています。

週420分の総運動時間の割合では、小学5年生男子は、55.6%となり、前回と比較すると1.7ポイント減少し、小学5年生女子は、29.2%となり、前回と比較すると増減ありません。中学2年生男子は、82.1%となり、前回と比較すると0.8ポイント、中学2年生女子は、62.3%となり、前回と比較すると6.8ポイント増加しています。

以上のことから、運動を習慣にすることは、様々な年代の課題です。そのため、自分の健康状態にあった運動を楽しく継続できるように、運動への関心を高める取組が重要です。

【週2日以上で1回30分以上の運動を1年以上継続しているものの割合(20歳～59歳)】

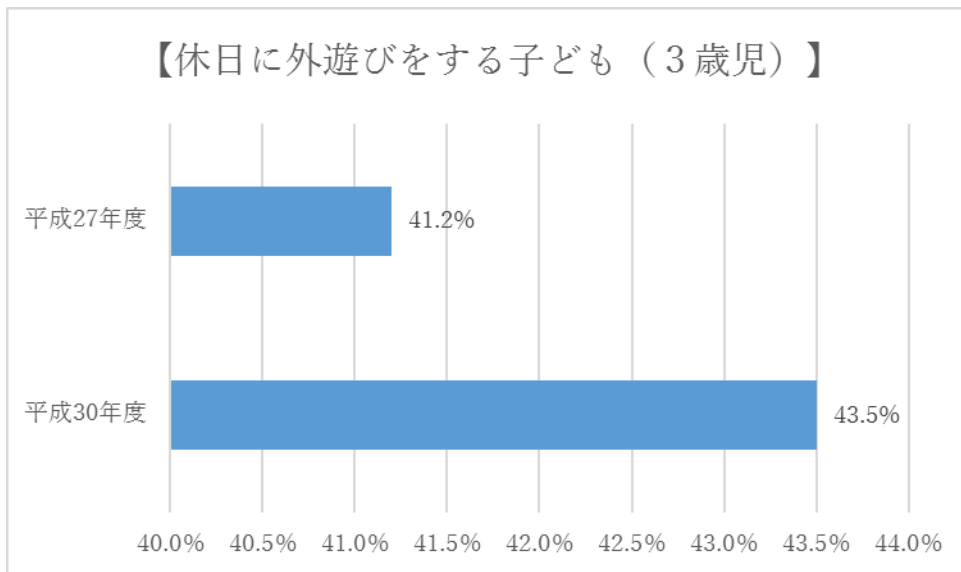
		男性	女性
国(平成29年度)	20歳代	28.3%	11.6%
	30歳代	14.7%	14.3%
	40歳代	24.4%	16.1%
	50歳代	27.1%	23.9%
県(平成25年～平成27年実績値)		22.5%	24.5%
市(令和元年度)		39.4%	25.8%

資料：国・・・平成29年度国民健康・栄養調査

県・・・かながわ健康プラン21(第2次)中間評価報告書

休日に外遊びをする幼児の割合【目標値】

	対象	平成27年度	令和元(2019)年度 目標値	令和6(2024)年度 目標値
変更後	3歳児	41.2%	44%	45%

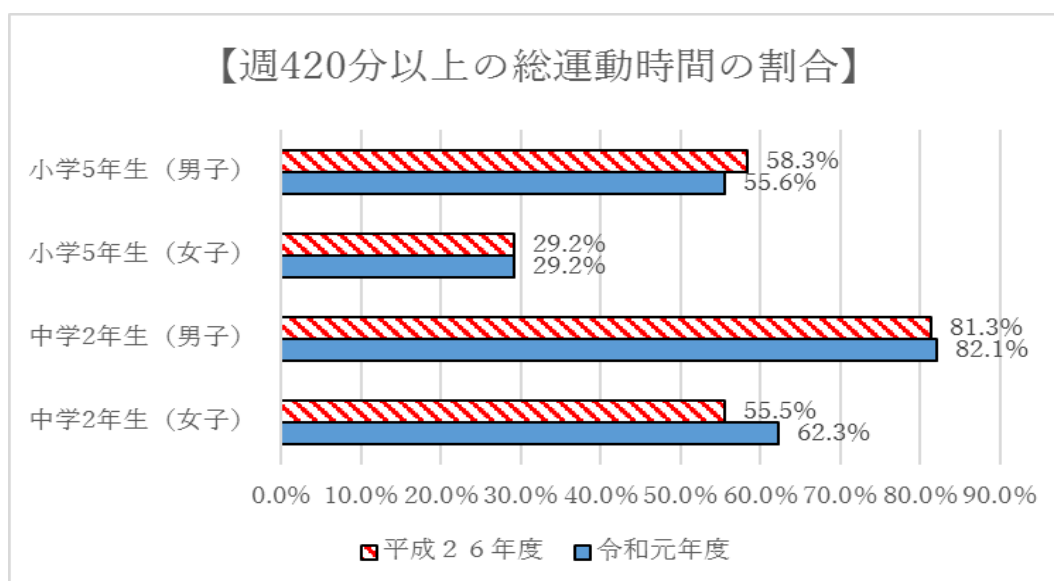


※資料：平塚市3歳児健康診査結果

運動・スポーツの実施状況(総運動時間が週420分以上の割合

【目標値】

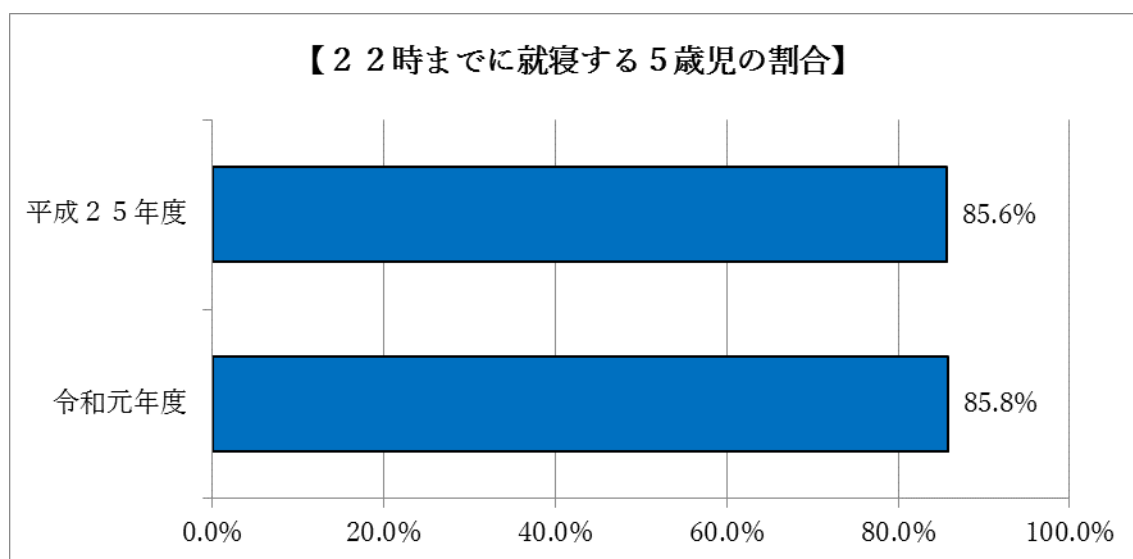
	対象	性別	平成 26 年度	令和元(2019)年度目標値	目標値(2024)年度
変更後	小学 5 年生	男子	58.3%	55.6%	増加
		女子	29.2%	29.2%	増加
	中学 2 年生	男子	81.3%	82.1%	増加
		女子	55.5%	62.3%	増加



(3) 健康分野3 休養・こころの健康づくりについて

休養は、生活の質にかかわる重要な要素であり、日常的に質量ともに十分な睡眠をとり、余暇等で体やこころを養うことは心身の健康の観点から重要です。本市においては、睡眠で休養が取れない成人の割合は減少し、睡眠による休養が取れる割合が増加したが、睡眠不足は心身への影響が大きいと、睡眠と健康との関係については、今後も啓発が必要です。一方、ストレスがあると感じる人が増加している傾向があり、ストレスをためやすいところと体のバランスを崩してしまう危険性もあります。ストレス要因に対するストレス反応やこころの健康状態について正しく認識できるようにして、自分に合った対処方法を身につけることが大切です。そのためには、ストレスと上手に付き合う工夫や周囲のサポートが重要であることなどについて、更なる啓発が重要です。

22時までに就寝する5歳児の割合は85.8%となり、前回との比較では0.2ポイント増加しています。子どもの睡眠は、体の成長や脳の発達、こころの安定に大きく関わっています。就寝時間が遅くなると、睡眠不足や起床時間が遅くなって睡眠リズムが乱れるだけでなく、朝食を食べられないなど生活リズムへも影響を及ぼすことがあります。睡眠不足や睡眠障害が持続すると、肥満や生活習慣病（糖尿病・高血圧）、うつ病などの発症率を高めたり、症状を憎悪させたりする危険性があります。そのため、子どもの適切な睡眠時間や早寝早起きの習慣の重要性について、引き続き周知が重要です。

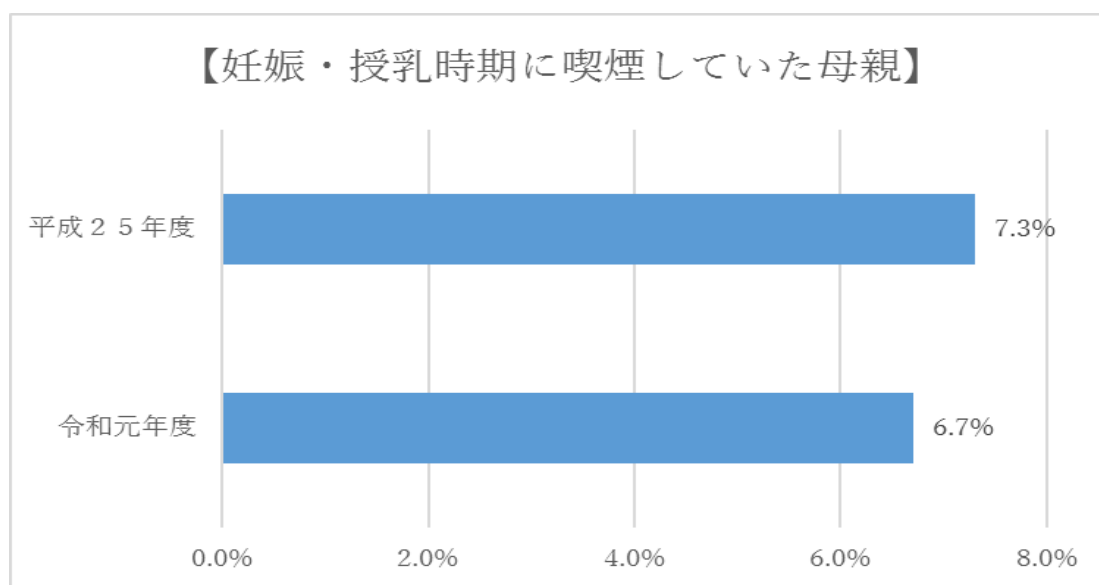


資料：平塚市子どもの生活習慣病予防対策事業5歳児生活実態調査

(4) 健康分野4 たばこについて

2018年7月健康増進法の一部改正され喫煙について基本的な考え方が示されました。基本的な考え方は、第1「望まない受動喫煙」をなくす。第2「受動喫煙による健康影響」が大きい子ども、患者等に特に配慮。第3施設の類型場所ごとに対策を実施。」とあり2020年4月1日より全面施行されました。受動喫煙を知らない割合が増加していることや、健康増進法の一部改正の全面施行もあり受動喫煙について様々な世代に啓発していく必要があります。また、COPDの認知度に関しては、中間評価の目標値を達成できていないため、受動喫煙と合わせてCOPDに関しても啓発していく必要があります。

妊娠中・授乳中の母親の喫煙の調査については、調査方法を変更しています。妊婦については妊娠届出書での調査、授乳中の産婦については乳児全戸訪問事業での調査を行いました。それぞれ、全妊婦・産婦に対し実施するため、より現状を把握できるため変更しています。調査方法が異なるため、単純には比較できませんが、妊娠・授乳時期に喫煙をしていた母親の割合は6.7%となり、前回調査と比較して0.6ポイント減少しています。



資料：平成25年度・・・平塚市次世代育成支援行動計画アンケート結果

令和元年度・・・平成31年4月～令和元年9月の妊娠届出書と乳児全戸訪問の調査結果

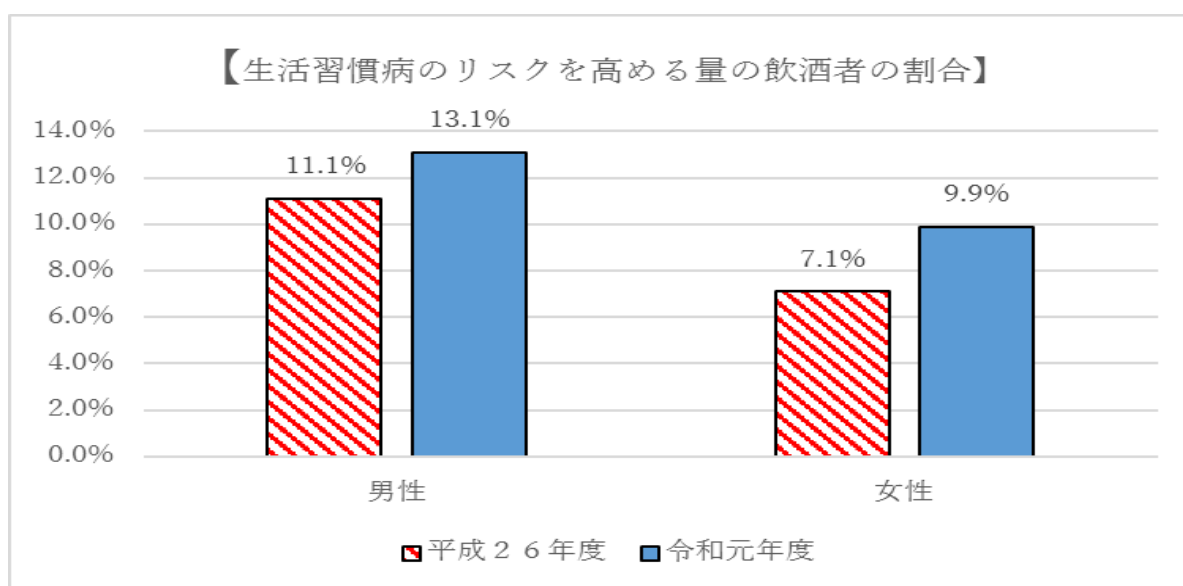
(5) 健康分野5 アルコールについて

飲酒量が男性で2合以上、女性で1合以上の場合、生活習慣病のリスクを高めるといわれています。生活習慣病のリスクを高める量の飲酒者の割合が男性では13.1%となり、2.0ポイント、女性では9.9%となり、2.8ポイント増加しています。国や県と比較すると、男性は国や県より低く、女性は国より高いが県よりは低い状態です。

また、妊娠中・授乳中の母親の喫煙の調査については、調査方法を変更しました。妊婦については妊娠届出書での調査、授乳中の産婦については乳児全戸訪問事業での調査を行いました。それぞれ、全妊婦・産婦を対象とするため、より現状を把握できるため変更しました。

調査方法が異なるため、単純には比較できませんが、妊娠中の飲酒の割合は3.2%となり、前回調査と比較すると1.3ポイント減少、授乳中の飲酒の割合は4.4%となり、前回調査と比較すると1.3ポイント減少しています。

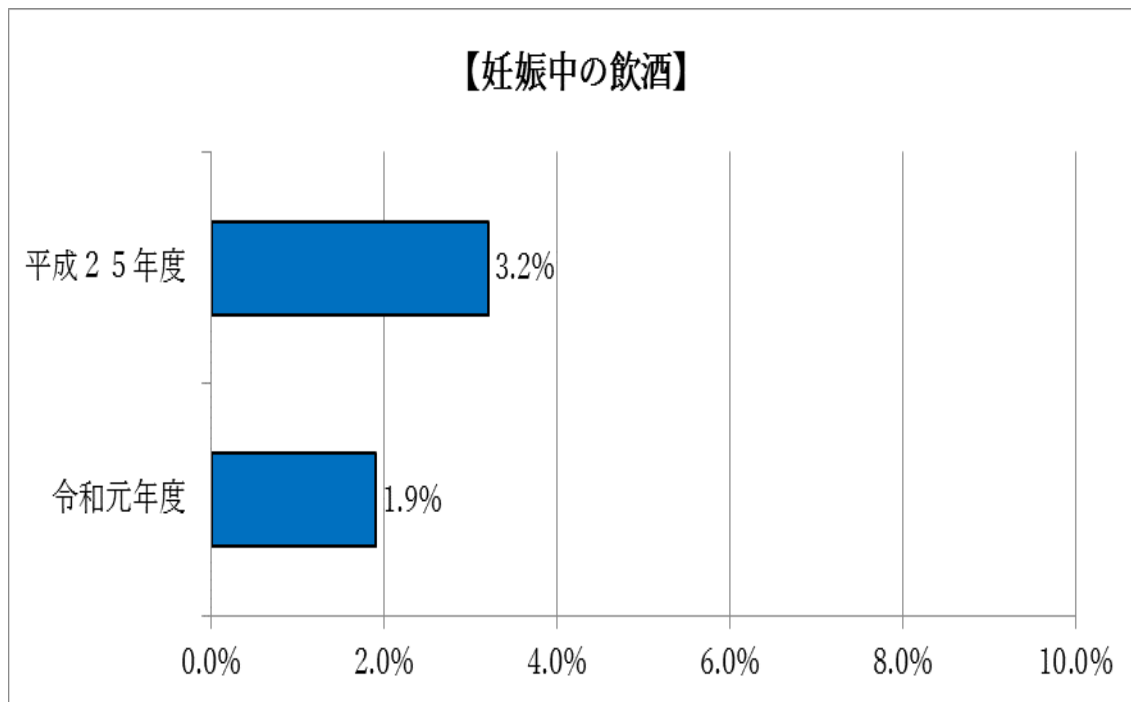
アルコールについては、適正な飲酒量や飲酒が健康に与える影響について、今後も更なる周知が必要です。また、飲酒関連の問題は、特に予防が重要とされています。妊娠・授乳期の飲酒や適正な飲酒量などについて、今後も若い世代への正しい知識の普及が必要です。



【生活習慣病のリスクを高める量の飲酒者の割合】

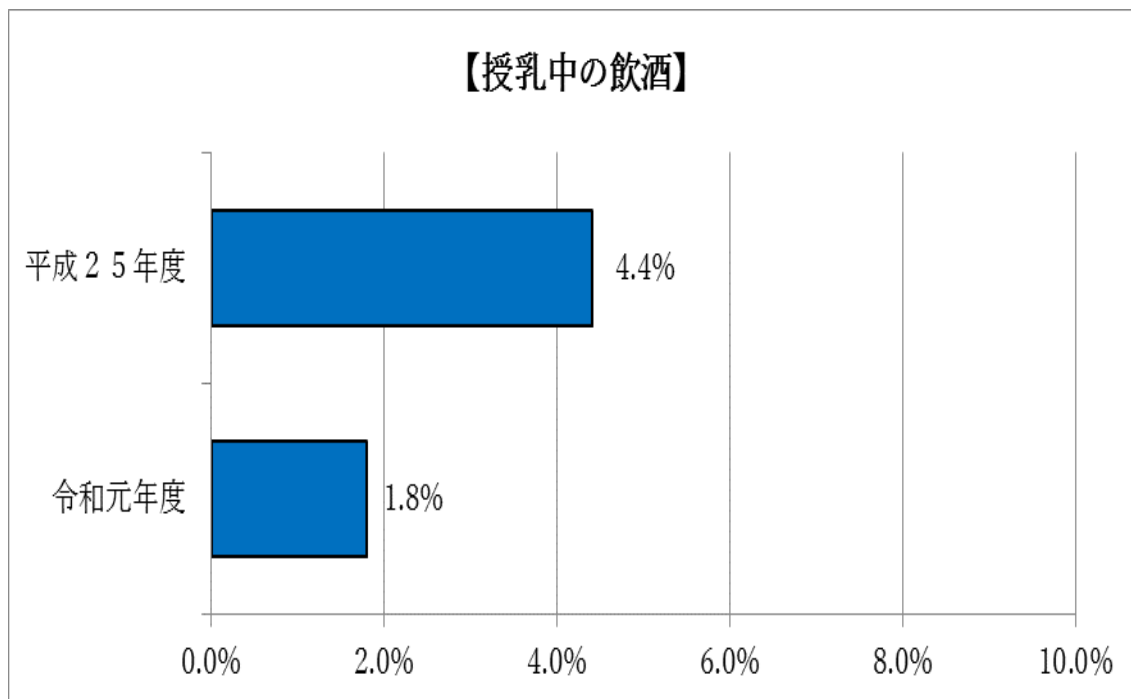
	男性	女性
国(平成29年度)	14.7%	8.6%
県(平成25年～平成27年実績値)	15.4%	12.4%
市(令和元年度)	13.1%	9.9%

資料：国・・・平成29年度国民健康・栄養調査



資料：平成25年度・・・平塚市次世代育成支援行動計画アンケート結果

令和元年度・・・平成31年4月～令和元年9月の妊娠届出書と乳児全戸訪問の調査結果



資料：平成25年度・・・平塚市次世代育成支援行動計画アンケート結果

令和元年度・・・平成31年4月～令和元年9月の妊娠届出書と乳児全戸訪問の調査結果

(6) 健康分野6 歯の健康について

幼児（3歳児）及び中学1年生のむし歯のない割合は、年々増加傾向です。むし歯予防への関心が高まる一方、特に幼児は食習慣や生活習慣、親子の関わり等、むし歯の原因も複雑化しており、引き続き健全な口腔発育のための情報提供が必要です。

中学1年生は、むし歯は減少しているものの、むし歯や歯周病の予備軍は横ばいです。

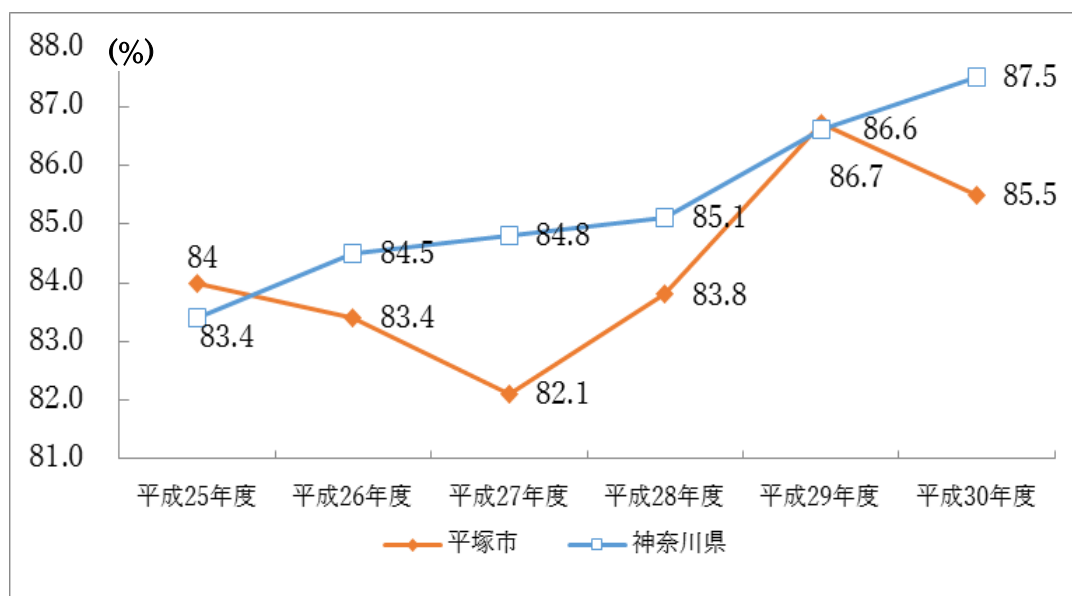
歯周病は、成人期につながる健康課題のひとつであり、予防のための知識や自分に合ったセルフケアの習得や適切な歯科保健指導が必要です。

子どものむし歯予防としてフッ化物を利用している割合は、81.5%となり、前回の調査と比較すると、2.1ポイント増加しています。

20歳代以上のすべての年代において、定期的に歯科健診を受けている割合、歯間清掃用具を使用している割合が増加しています。

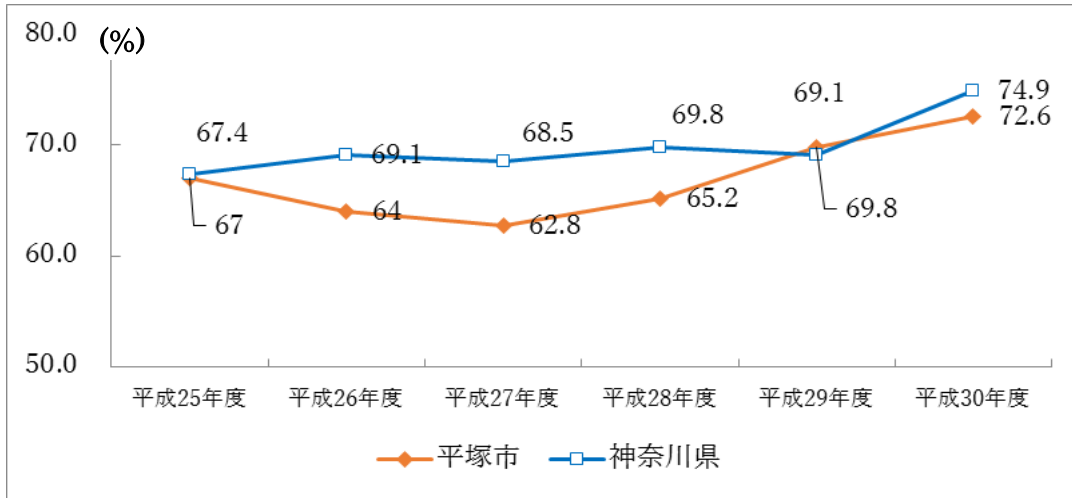
生涯にわたり、いつまでも自分の歯でおいしく食事をするために、自分にあったセルフケアを身に着けることやかかりつけ歯科医を持ち、定期的に検診を受ける必要性を今後も周知していくことが重要です。若い世代に情報提供する場として、子どもの歯科教室と合わせて、保護者に向け歯周病予防等の普及啓発を今後も充実し、取り組みます。

むし歯のない3歳児の割合

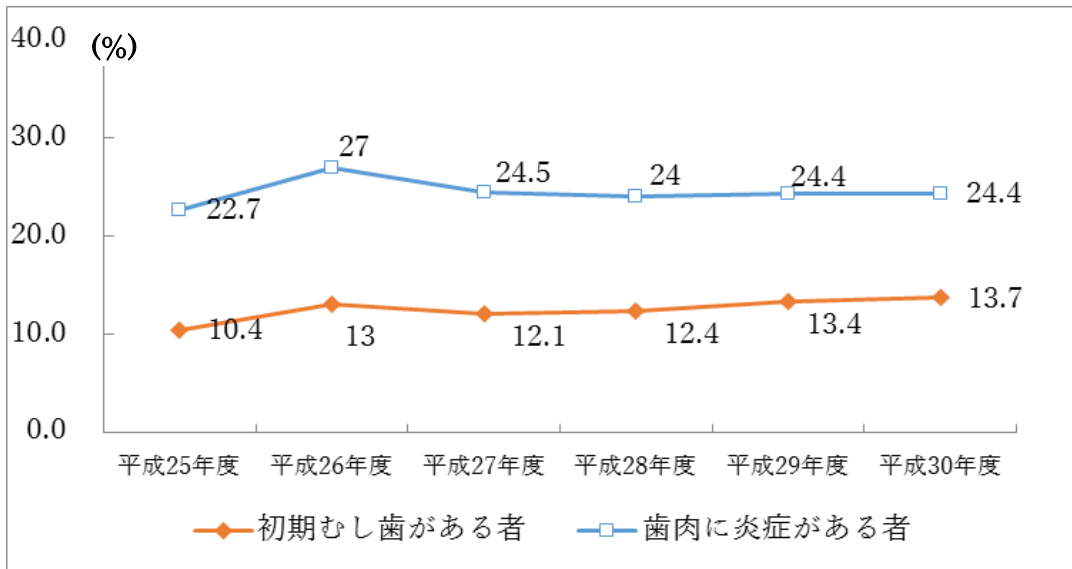


資料：神奈川県母子保健報告 平塚市3歳児健康診査結果

むし歯がない中学1年生の割合

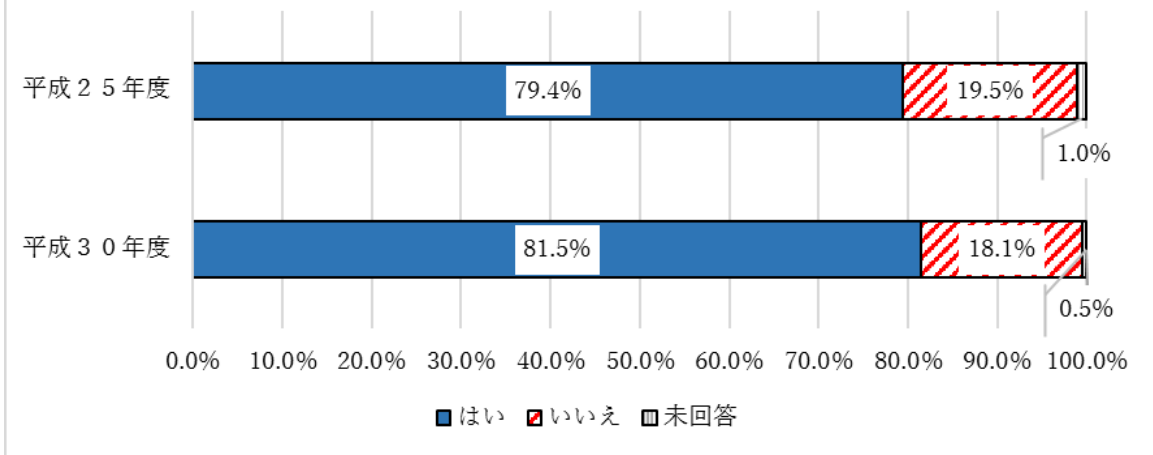


初期むし歯、歯肉に炎症のある中学1年生の割合



資料：平塚市学校保健統計調査

【フッ化物を利用している割合】



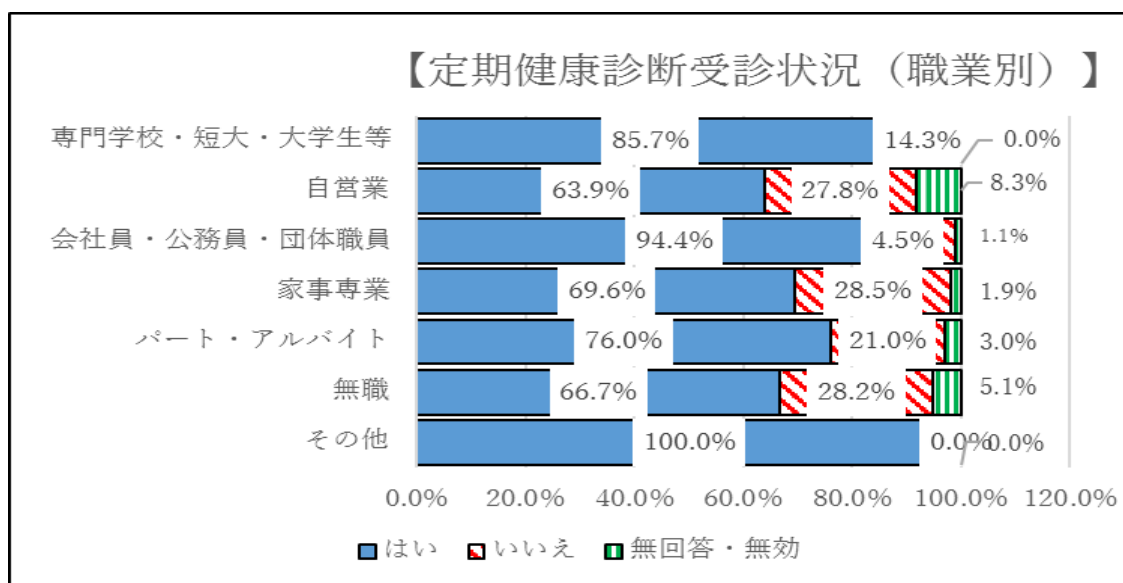
資料：平塚市子育て支援に関するアンケート調査（平成25年度、平成30年度）

(7) 健康分野7 生活習慣病・健康管理

職業別の健康診査の受診率では、「その他」を除くと「会社員・公務員・団体職員」が94.4%となり1番多く、次いで「専門学校・短大・大学等」が85.7%となり、最も受診率が低いのは、「自営業」の63.9%、次いで「無職」の66.7%、「家事専業」69.6%となっています。年代や職業によって健康診査の受診率に差があることから年に1回は健康診査を受ける意義などについて今後も周知が必要です。

乳幼児の健康診査については、4月児健康診査は95.4%となり前回調査と比較すると1.1ポイント、8～10か月児健康診査は94.5%となり0.9ポイントの減少、1歳6か月児健康診査は95.5%となり0.6ポイント、3歳児健康診査は93.9%となり0.7ポイント増加しています。

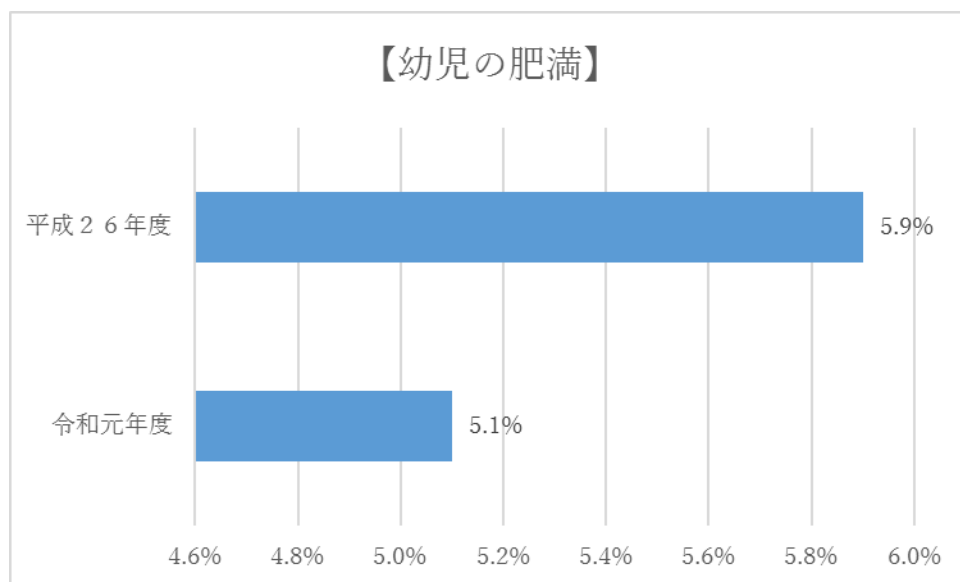
幼児の肥満は5.9%となり、前回調査と比較すると0.8ポイント減少しています。市では、幼児健康診査や育児相談等での保健指導の他に、平成5年度から子どもの生活習慣病予防対策事業として幼児期からの肥満予防に取り組んでいます。今後も乳幼児期の健康診査や予防事業などをおして、子どもの頃からの健康づくりについて関心を高めていく取組を推進します。



[乳幼児健康診査の受診率]

	4か月児	8～10か月児	1歳6か月児	3歳児
平成26年度	96.5%	95.4%	94.9%	93.2%
平成27年度	95.7%	95.4%	94.8%	93.0%
平成28年度	95.2%	93.1%	96.4%	92.6%
平成29年度	94.6%	95.8%	95.4%	94.3%
平成30年度	95.4%	94.5%	95.5%	93.9%

資料：平塚市乳幼児健康診査



資料：平塚市子どもの生活習慣病予防対策事業5歳児肥満度調査報告

第4章 まとめ

(1) 中間評価の達成状況

改善している	目標までもう少し (※)	悪化している
<ul style="list-style-type: none"> ・朝食を食べる小学5年生の割合（男子・女子） ・1日の野菜の摂取量が350g以上の者の割合 ・週420分以上の総運動時間の割合（中学2年生男子・女子） ・睡眠が6時間未満の小学5年生の割合（男子・女子） ・睡眠による休養が十分とれていない者の割合 ・妊娠中の飲酒の割合 ・授乳中の飲酒の割合 ・週2日以上で30分以上の運動を1年以上継続している者の割合（20～59歳男女） ・喫煙者の割合 ・むし歯がない中学1年生の割合 ・60歳代のそしゃく満足者の割合 ・歯や口腔の健康に気を付けている高齢者の割合 ・年に1回健康診断を受けている割合 	<ul style="list-style-type: none"> ・休日に2時間以上の外遊びをする3歳児の割合 ・週420分以上の総運動時間の割合（小学5年生女子） ・22時までに就寝する5歳児の割合 ・妊娠中及び授乳中の喫煙の割合 ・むし歯がない3歳児の割合 ・フッ化物を利用している者の割合 ・COPD（慢性閉塞性疾患）の認知度 ・歯間清掃用具使用者の割合 ・定期的に歯科検診を受けている者の割合 ・がん検診の受診率 ・特定健康診査受診率 ・特定保健指導の実施率 	<ul style="list-style-type: none"> ・朝食を毎日食べる5歳児の割合 ・主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の割合（5歳児・成人） ・1日朝・昼・晩の3食を食べている虚弱高齢者及び介護要認定支援者の割合 ・週420分以上の総運動時間の割合（小学5年生男子） ・スポーツや身体を動かすことをほとんどしない者の割合 ・地域活動への参加状況の割合 ・ストレスが大いにある者の割合 ・受動喫煙をしない・させない者の割合 ・生活習慣病のリスクを高める量の飲酒者の割合（男女）

※第2期計画策定時より改善しているが中間評価目標値まで改善していない項目になります。

乳幼児期・学童・思春期

政策	施策	指標	平成26 (2014) 年度	令和元 (2019) 年度 目標値	令和元 (2019) 年度 現状値	令和6 (2024) 年度 目標値
1 生 活 の 習 慣 の 改 善	1 栄 養 ・ 食 生 活	朝食を毎日食べる5歳児の割合	96.4 % (平成25年度)	96.4% より増加	94.9%	100%に近付ける
		朝食を食べる小学5年生の割合(男子)	99.1%	99.1% より増加	99.3%	100%に近付ける
		朝食を食べる小学5年生の割合(女子)	98.8%	98.8% より増加	99.5%	100%に近付ける
		朝食に主食・主菜・副菜を食べる5歳児の割合	58.1%	60.0%	37.1%	70.0%
	2 身 体 活 動 ・ 運 動	休日に2時間以上の外遊びをする3歳児の割合	41.2%	44.0%	43.5% (平成30年度)	45.0%
		週420分以上の総運動時間の割合 小学5年生男子	58.3%	58.3% より増加	55.6%	増加
		週420分以上の総運動時間の割合 小学5年生女子	29.2%	29.2% より増加	29.2%	増加
		週420分以上の総運動時間の割合 中学2年生男子	81.3%	81.3% より増加	82.1%	増加
	3 休 養 ・ こ こ ろ の 健 康	22時までに就寝する5歳児の割合	85.6% (平成25年度)	87.0%	85.8%	88.0%
		睡眠時間が6時間未満の小学5年生の割合 男子	7.3%	7.3% より減少	4.0%	減少
		睡眠時間が6時間未満の小学5年生の割合 女子	5.2%	5.2% より減少	2.0%	減少

政策	施策	指標	平成26 (2014) 年度	令和元 (2019) 年度 目標値	令和元 (2019) 年度 現状値	令和6 (2024) 年度 目標値
生活 習慣 の 改 善 の 健 康	4 喫 煙	妊娠中及び授乳中の喫煙の割合	7.3%	5.0%	6.7%	0%
		受動喫煙をしない・させない者の割合	47.4%	65.0%	46.6%	85.0%
	5 飲 酒	妊娠中の飲酒の割合	3.2%	2.0%	1.9%	0%
		授乳中の飲酒の割合	4.4%	3.4%	1.8%	0%
	6 歯 ・ 口 腔 の 健 康	むし歯がない3歳児の割合	84.0% (平成25年度)	88.0%	85.5% (平成30年度)	91.0%
		むし歯がない中学1年生の割合	67.0% (平成25年度)	72.0%	72.6% (平成30年度)	77.0%
フッ化物を利用している者の割合		79.4%	85.0%	81.5%	90.0%	

青年期、壮年期、高齢期

政策	施策	指標	平成26 (2014)年度	令和元 (2019)年度 目標値	令和元 (2019)年度 現状値	令和6 (2024)年度 目標値
生活 習慣 の 改 善	1 栄 養 ・ 食 生 活	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の割合	54.5%	60.0%	40.8%	65.0%
		1日の野菜の摂取量が350g以上の者の割合	21.0%	35.0%	36.9%	50.0%
		1日朝・昼・晩の3食を食べている虚弱高齢者及び介護要認定支援者の割合	87.7% (平成25年度)	90.0% (平成29年度)	82.7%	増加

政策	施策	指標	平成 26 (2014)年度	令和元 (2019)年度 目標値	令和元 (2019)年度 現状値	令和6 (2024)年度 目標値
生活習慣の健康改善	2 身体活動・運動	週 2 日以上で 30 分以上の運動を 1 年以上継続している者の割合 (20~59 歳男性)	25.4%	30.0%	39.4%	35.0%
		週 2 日以上で 30 分以上の運動を 1 年以上継続している者の割合 (20~59 歳女性)	15.4%	20.0%	25.8%	25.0%
		スポーツや身体を動かすことをほとんどしない者の割合	20.2%	19.6% (平成 29 年度)	29.2%	減少
		地域活動への参加状況の割合	19.2% (平成 25 年度)	23.0% (平成 29 年度)	17.1%	30.0%
	3 休養・こころの健康	睡眠による休養が十分とれていない者の割合	22.9%	21.5%	17.6%	20.0%
		ストレスが大いにある者の割合	15.8%	15.5%	16.9%	14.0%
	4 喫煙	喫煙者の割合	14.2%	13.0%	12.7%	12.0%
		受動喫煙をしない・させない者の割合	47.4%	65.0%	46.6%	85.0%
		COPD(慢性閉塞性疾患)の認知度	34.0%	60.0%	42.0%	80.0%
	5 飲酒	生活習慣病のリスクを高める量の飲酒者の割合(男性)	11.1%	10.5%	13.1%	10.0%
生活習慣病のリスクを高める量の飲酒者の割合(女性)		7.1%	6.8%	9.9%	6.5%	

政策	施策	指標	平成 26 (2014)年度	令和元 (2019)年度 目標値	令和元 (2019)年度 現状値	令和 6 (2024)年度 目標値	
生活習慣の改善	6 歯と口腔の健康	歯間清掃用具使用者の割合	54.8%	62.5%	60.6%	65.0%	
		定期的に歯科検診を受けている者の割合	43.9%	59.0%	50.6%	70.0%	
		60 歳代のそしゃく満足者の割合	64.3%	67.0%	71.4%	71.0%	
		歯や口腔の健康に気を付けている高齢者の割合	10.2% (平成 25 年度)	13.0% (平成 29 年度)	38.4%	増加	
生活習慣病の重症化予防	1 がん	がん検診の受診率	14.1%	16.5%	16.1% (平成 30 年度)	18.0%	
		2 生活習慣病	特定健康診査 (平塚市こくほ特定健診受診率)	29.6% (平成 25 年度)	35.0% (平成 29 年度)	34.3% (平成 30 年度)	42.0% (令和 5 年度)
			特定保健指導の実施率	8.0% (平成 25 年度)	27% (平成 29 年度)	14.5% (平成 30 年度)	23.0% (令和 5 年度)
			年に1回健康診断を受けている割合	61.3%	68.0%	76.9%	75.0%

(2) 今後5年間で重点的に取り組む健康課題

平塚市健康増進計画（第2期）では、生活習慣病の発症予防（1次予防）や重症化予防（2次予防・3次予防）による市民の健康寿命の延伸と、健康づくりを通じて市民一人一人が豊かな生活が送れること（生活の質【QOL:クオリティ・オブ・ライフ】の向上）を目指して基本理念を「生きがいのある暮らしの実現に向けて、健やかな地域づくり・人づくりを進めよう」に決めました。さらに、それを実現するための方向性として基本方針である「①生活習慣病の発症予防と重症化予防」「②ライフステージに応じた健康づくり」「③市民と行政との協働による地域の健康づくり」の3つを掲げ取り組んできました。

今回、中間評価を実施した結果、国や県の動向を参考にしながら、地域特性を踏まえつつ、これまでの取組の評価、及び新たな健康課題などを踏まえ、第2期健康増進計画の後半5年間では次の健康課題について重点的に取り組んでいきます。

重点取り組み

健康情報の見える化の推進

- ・心身の健康状態の把握（見える化）を推進します。
- ・市全体の健康状態を見える化し、健康に無関心な方も含めた意識啓発を行います。

生活習慣病発症及び重症化予防の推進

- ・胎児期・乳幼児期から高齢期までのライフステージにおける健診（検診）受診をすすめ、予防を推進します。
- ・健診（検診）の重要性の発信と受診後の保健指導の実施により、予防を推進します。

適正な栄養・食生活の推進

- ・健康増進や生活習慣病予防のための食生活に関する情報提供や、基本的な食生活習慣を確立するための働きかけを行います。
- ・教育・福祉施設等関係機関と連携し、様々な機会をとらえた普及啓発を行います。

資料

ひらつかし みん けんこうい しきおよ しょくいくすいしん 平塚市民の健康意識及び食育推進のための アンケート調査

このたび、平塚市では「平塚市民の健康意識及び食育推進のためのアンケート調査」を行います。
この調査は、平成27(2015)年に作った「平塚市健康増進計画」「平塚市食育推進計画」をもとに行
ったサービスの効果が出ているかを確かめ、これからのサービスについて考える手がかりにするた
めに行うものです。お忙しいところ申し訳ございませんが、どうぞよろしくお願いいたします。

2019年5月 平塚市長

○目的：本市の保健事業及び食育を推進していくための基礎資料として活用するとともに、
平塚市健康増進計画、平塚市食育推進計画の達成状況を確認するため。

○調査対象：2019年4月24日(水)現在で住民基本台帳に登録された20歳以上の男女
3,000人。なお、御本人のお体が不自由等の理由で記入できない場合は、
御家族の方が御本人に代わって記入してください。

○抽出方法：住民基本台帳から無作為に抽出。

○調査方法：郵送によるアンケート方式(無記名回答方式)
調査票に必要事項を記入してください。

○提出方法：同封いたしました返信用封筒に調査票を入れて、2019年5月31日(金)ま
でに郵便ポストへ投函してください。(切手を貼る必要はありません)

○調査期間：2019年5月8日(水)～2019年5月31日(金)

(*調査の実施について、広報ひらつか4月第3金曜日号に掲載しています)

○結果報告：10月中旬に、本市ホームページに掲載(予定)

【問合せ先】

平塚市 健康・子ども部 健康課 健康づくり担当(保健センター内)

TEL 0463-55-2111 FAX 0463-55-2139

e-mail kenko@city.hiratsuka.kanagawa.jp

とい 問1 あなたの性別を教えてください。(〇は1つ)

- 1 男性 2 女性

とい 問2 あなたの年齢を教えてください。(2019年4月1日現在)

- 1 20～29歳 2 30～39歳 3 40～49歳 4 50～59歳
5 60～69歳 6 70～79歳 7 80歳以上

とい 問3 次の中から、あなたにもっともあてはまるものを選んでください。(〇は1つ)

- 1 学生 2 自営業 3 会社員、公務員、団体職員
4 パート、アルバイト等 5 家事専業 6 無職
7 その他(具体的に:)

とい 問4 あなたの現在の家族構成は次のどちらですか。(〇は1つ)

- 1 一人暮らし 2 夫婦のみ 3 親と子(2世代)
4 祖父母と親と子(3世代)
5 その他(具体的に:)

しよくせいかつ
食生活について

とい 問5 あなたが朝食を食べる頻度はどのくらいですか。(〇は1つ)

- 1 ほとんど毎日 2 週に4～5日 3 週に2～3日
4 週に1日 5 月に2～3日 6 食べない

とい 問6 あなたは朝食を同居の方と食べることはどのくらいありますか。(〇は1つ)

- 1 ほとんど毎日 2 週に4～5日 3 週に2～3日
4 週に1日程度 5 ほとんどない 6 ひとり暮らし

とい 問7 あなたは夕食を同居の方と食べることはどのくらいありますか。(〇は1つ)

- 1 ほとんど毎日 2 週に4～5日 3 週に2～3日
4 週に1日程度 5 ほとんどない 6 ひとり暮らし

うんどうしゅうかん
運動習慣について

問8 体を動かすなどの運動を30分以上している日はどのくらいありますか。(〇は1つ)

- 1 毎日 2 週に5~6日 3 週に3~4日
4 週に2日 5 週に1日 6 なし → (問10へ)
7 その他 ()

問9 その運動は、どれくらいつづいていますか。(〇は1つ)

- 1 1年以上 2 1年未満

問10 ロコモティブシンドローム(運動器症候群)について知っていますか。

- 1 どんなこと(状態)か知っている 2 名前は聞いたことがある 3 知らない

すいみん きゅうよう
睡眠と休養について

問11 ここ1か月間、睡眠による休養が十分にとれていますか。(〇は1つ)

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

問12 現在、ストレスがありますか。(〇は1つ)

- 1 大いにある 2 少しある 3 ない 4 わからない

いんしゅ
飲酒について

問13 お酒を飲む頻度はどれくらいですか。(〇は1つ)

- 1 毎日 2 週に5~6日 3 週に3~4日
4 週に1~2日 5 ほとんど飲まない 6 全く飲まない
→ (問15へ)

問14 1日に飲むお酒の量はどれくらいですか。(〇は1つ)

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

【1合の目安】

清酒(日本酒) 180ml、焼酎 25度120ml、
ワイン 240ml、ビール 500ml、ウイスキー 60ml

きつえん
喫煙について

と
問15 現在の喫煙状況をお答えください。(○は1つ)

- 1 吸っていない 2 過去に吸っていた 3 吸っている
- (問17へ)

と
問16 問15で「3 吸っている」と答えた方にかがいます。

タバコを吸わない人のことを考えて分煙を心がけていますか。(○は1つ)

- 1 はい 2 いいえ

と
問17 受動喫煙についてうかがいます。(○は1つ)

- 1 受動喫煙を知っているので、「受動喫煙をしない・させない」ための行動をとっている
- 2 受動喫煙を知っているが、「受動喫煙をしない・させない」ための行動はとっていない
- 3 受動喫煙を知らない

と
問18 COPD(慢性閉塞性肺疾患)という病気を知っていますか。(○は1つ)

- 1 どんな病気か知っている 2 名前は聞いたことがある 3 知らない

は
歯の衛生について

と
問19 なんでもよくかんで食べることができますか。(○は1つ)

- 1 なんでもかめる 2 一部かめない
- 3 かめないものが多い 4 かめない

と
問20 あなたは噛み方、味わい方といった食べ方に関心がありますか。(○は1つ)

- 1 関心がある 2 どちらかといえば関心がある
- 3 どちらかといえば関心がない 4 関心がない
- 5 わからない

と
問21 定期的に歯科検診を受けていますか。(○は1つ)

- 1 はい 2 いいえ

問22 歯と歯の間を清掃するための器具(デンタルフロス、歯間ブラシなど)を使っていますか。

(○は1つ)

- 1 ほぼ毎日使っている
- 2 時々使っている
- 3 使っていない
- 4 その他()

健康診断について

問23 年に一度は健康診断等を受けていますか。(あてはまるもの全てに○をつけてください)

- 1 健康診断(健康診査)
- 2 人間ドック
- 3 がん検診
- 4 受けていない

食育について

問24 「食育」について関心がありますか。(○は1つ)

- 1 関心がある
- 2 どちらかといえば関心がある
- 3 どちらかといえば関心がない
- 4 関心がない
- 5 わからない

食育基本法の中では、「食育」を
①生きる上での基本であって、知育・徳育及び体育の基礎となるべきもの
②様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることと位置付けています。

問25 毎日の食生活で、健康的な食事内容を心がけていますか。(○は1つ)

- 1 はい
- 2 いいえ → (問27へ)

問26 問25で「1 はい」と答えた方へ。具体的にどのような食事内容を心がけていますか。

(あてはまるもの全てに○をつけてください)

- 1 食事バランスガイドを参考に食べるようにしている
- 2 1日2食以上、かつ週に5日以上、主食・主菜・副菜をそろえて食べるようにしている
- 3 毎食、野菜を食べるようにしている
- 4 脂肪の多い食品や油を控えるようにしている
- 5 食塩の摂取量を控えるようにしている
- 6 自分にとって適切な食事の量を意識して食べるようにしている
- 7 その他(具体的に:)

問27 日頃、野菜やいも、海藻、きのこなどが主に入る料理をどのくらい食べますか。

下の料理例を参考に、朝食、昼食、夕食それぞれ何皿分かお答えください。

- 朝食 () 昼食 () 夕食 ()
- 1 1皿分 2 2皿分 3 3皿分以上 4 食べない

※野菜やいも、海藻、きのこなどが主に入る料理を、料理例を参考に1皿分、2皿分と数えてください。

料理例の2皿分は、1人前食べると野菜料理2皿分と数えます。

料理例	『1皿分』野菜サラダ、ポテトサラダ、酢のもの、お浸し、ごまあえ、煮豆、臭たくさんみそ汁 野菜スープ、コーンスープ、きのこソテー、ひじきの煮物、きんぴらごぼう、切干大根煮物 チャーハン、ミックスサンドイッチ、お好み焼き、ギョーザ、付け合わせ野菜 など野菜を含む料理
	『2皿分』野菜の煮物、野菜炒め、芋の煮ころがし、コロッケ、カレーライス、焼きそば 肉じゃが、酢豚、すき焼き、おでん など野菜を含む料理
記入例	《朝食》 1皿分 チーズトースト 野菜サラダ(1皿) 牛乳(1杯) りんご(1/4個)
	《昼食》 2皿分 焼きそば(1人前) みかん(1個)
	《夕食》 計2皿分 ご飯(1膳) 臭たくさんみそ汁(1杯) 魚の塩焼き(1切れ) 小松菜のお浸し(1鉢)

問28 食品を買う際、どんなことを気にしていますか。(○は3つまで)

- | | | |
|-------------|--------|---------|
| 1 賞味期限・消費期限 | 2 産地 | 3 鮮度 |
| 4 食品添加物 | 5 値段 | 6 内容量 |
| 7 安全性 | 8 おいしさ | 9 話題性 |
| 10 ブランド | 11 簡便性 | 12 栄養表示 |
| 13 その他 () | | |

問29 農水産物を購入する際、地元産のものを優先したいと思いますか。(○は1つ)

- 1 優先したいと思う 2 優先したいと思わない 3 どちらともいえない

問30 地場産品を使うことの利点は何だと思いますか。(○は3つまで)

- | | | |
|-----------|---------------|-----------|
| 1 生産者がわかる | 2 新鮮 | 3 安い |
| 4 安全 | 5 栄養がある | 6 自給率を上げる |
| 7 特に利点はない | 8 その他(具体的に:) | |

問31 平塚でとれる地場産品(農水産物)で思い浮かぶものはありますか。主なものを3つまで記入してください。

() () ()

問32 どれくらいの頻度で魚を食べていますか。(〇は1つ)

- 1 週に5日以上 2 週に3～4日 3 週に1～2日
4 月に2～3日 5 月に1日程度 6 食べない
7 その他(具体的に:)

問33 どれくらいの頻度で地元産の野菜、果物、花などの農産物を購入できる直売所を利用したことがありますか。(〇は1つ)

- 1 週に5回以上 2 週に3～4回 3 週に1～2回
4 月に2～3回 5 月に1回程度 6 利用したことがない
7 その他(具体的に:)

問34 「村井弦斎」という人を知っていますか。(〇は1つ)

(明治時代から昭和時代にかけて平塚に住み、食育の重要性を説いた小説家)

- 1 知っている 2 名前だけは知っている 3 知らない



問35 農林水産業の作業などを体験(仕事は除く)したことがありますか。いちご狩り、地引網、家庭菜園などの体験も含みます。(〇は1つ)

- 1 ある 2 ない

問36 本市の「健康づくり事業」「食育」について、御意見・御要望があれば、お聞かせください。

ごきょうりよく
御協力ありがとうございました。

ひらつかしけんこうか
平塚市健康課

地区番号

ちくばんごう しんない ちく わ ばんごう こじん とくてい
*地区番号は市内を11地区に分けた番号です。個人を特定するものではありません。