

第2次中標津町健康づくり推進計画

～なかなか 健康 なかしべつ～

令和3年度～令和12年度



中 標 津 町

はじめに

いつまでも健康で豊かな生活を送りたいという思いは、私たちの共通の願いであり、社会全体の願いでもあります。

近年、ライフスタイルやニーズの多様化、経済的環境の変化、高齢化の進展している中で、がんや糖尿病などの生活習慣病の増加、ストレスの増大など健康を取り巻く環境も大きく変化しております。

これまで本町では、平成17年度に「中標津町生活習慣病予防計画（健康なかしべつ21）」を、平成23年3月には「中標津町健康づくり推進計画～なかなか健康なかしべつ～」を策定し取り組みを進めてまいりましたが、令和2年度に計画期間の最終年度を迎えることから、これまでの取り組みの評価・見直しを行い、新しく「第2次中標津町健康づくり推進計画～なかなか健康なかしべつ～」を策定いたしました。

この第2次計画においても、町民一人ひとりが、健康で自分らしく豊かな人生を送ることを目標に健康まちづくりを目指してまいります。

本計画に基づき、今後も町民の皆様や、関係機関・団体等とともに本町の健康づくりの推進に努めてまいりますので、なお一層のご理解とご協力をお願いいたします。

また、前計画より副題としておりました「なかなか健康なかしべつ」を本計画においても引き続きキャッチフレーズとして活用し、健康づくりが身近に感じられ継続して取り組みやすいイメージをもってもらえるよう積極的に推進してまいります。

最後に本計画の策定にあたり、ご尽力を賜りました、中標津町健康づくり推進連絡会議の委員の皆様をはじめ、貴重なご意見をいただきました町民の皆様にご心よりお礼申し上げます。

令和3年3月

中標津町長 西 村 穰

【目 次】

第1章 計画の策定にあたって

1	計画の策定趣旨	1
2	計画の位置付け	2
3	計画の期間	2
4	計画策定体制	3

第2章 中標津町の健康に関する現状及び課題

1	中標津町の地域特性	4
1.	人口の動向	4
2.	出生の状況	5
3.	平均寿命と平均自立期間	5
4.	死亡の状況	6
5.	介護の状況	9
6.	医療の状況	10
7.	健康診断の状況	11
2	町民アンケート調査から見える生活習慣	14
3	第1次健康づくり推進計画の評価	23
4	中標津町の健康課題	29

第3章 計画の基本的な考え方

1	基本理念	30
2	基本方針	31
3	目標と具体的取り組み	32
4	評価指標と目標値一覧	40

第4章 計画の推進方法

1	計画の普及・啓発	41
2	計画の推進体制	41
3	計画の進行管理	42

第5章 資料

1	健康増進法（一部抜粋）	43
2	中標津町健康づくり推進連絡会議設置要綱	45
3	中標津町健康づくり推進計画町民アンケート調査結果	46

第 1 章 計画の策定にあたって

1 計画の策定趣旨

わが国の平均寿命は、生活環境の改善や医学の進歩により、世界有数の水準に達していますが、急速な高齢化とともに、がん、心疾患、脳血管疾患、糖尿病などの生活習慣病も増加しているため、国は平成 12 年に「21 世紀における国民健康づくり運動（健康日本 21）」を策定し、生活習慣病の一次予防に重点を置いた健康づくり運動を推進してきました。

また、平成 24 年には、「21 世紀における国民健康づくり運動（健康日本 21 第 2 次）」を策定し、国民の健康寿命の延伸と健康格差の是正に向けて取り組みを進めています。

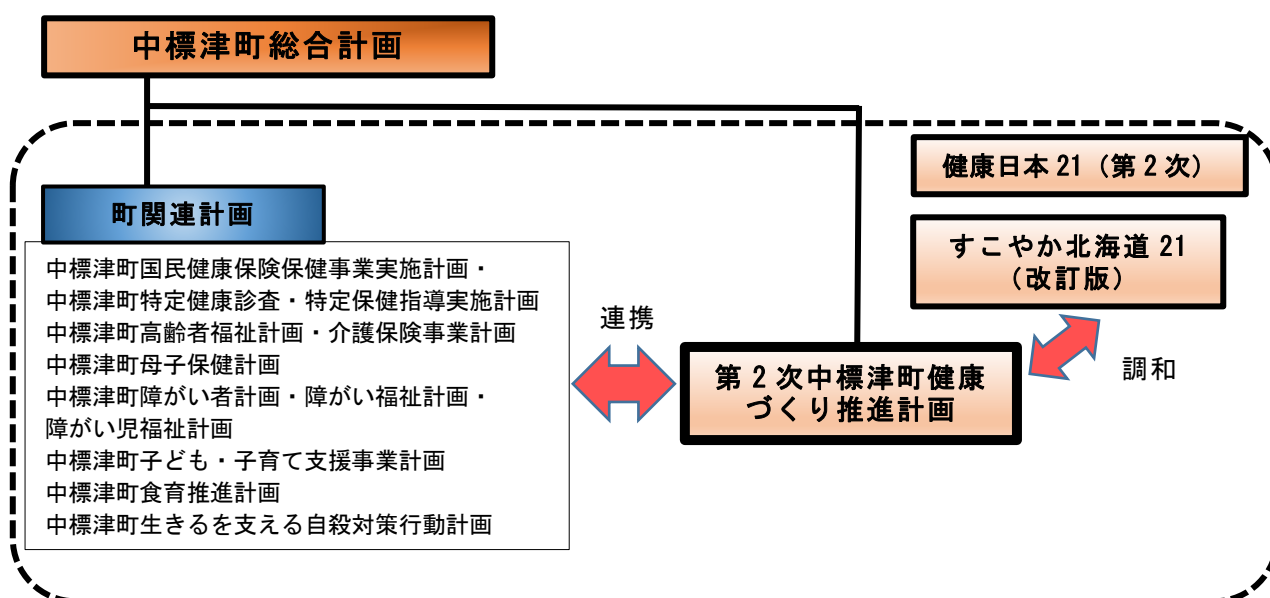
中標津町においても健康日本 21 を踏まえ、平成 17 年度に「中標津町生活習慣病予防計画（健康なかしべつ 21）」を策定、また、平成 23 年 3 月には「中標津町健康づくり推進計画～なかなか健康なかしべつ～」を策定し、健康づくりに向けての目標を『7 つの柱』である、「運動」・「食生活」・「歯の健康」・「こころの健康」・「生活習慣病」・「がん」・「感染症・熱中症・食中毒」に整理して取り組みを進めてきたところです。

このような背景の中、この計画は「健康日本 21（第 2 次）」、道の計画である「すこやか北海道 21（改訂版）」を踏まえ、中標津町の特徴を生かし、町民や地域、関係機関と行政が一体となって、町民一人ひとりの健康づくりを支援する取り組みを推進するために策定するものです。

2 計画の位置付け

この計画は、平成15年5月施行の健康増進法第8条第2項に基づく「市町村健康増進計画」として位置づけます。

計画の策定にあたっては、まちづくりの基本となる「中標津町総合計画」を上位計画とし、町の各関連計画との整合性を図るものとします。（「中標津町国民健康保険保健事業実施計画・中標津町特定健康診査・特定保健指導実施計画」「中標津町高齢者福祉計画及び介護保険事業計画」「中標津町障がい者計画・障がい福祉計画・障がい児福祉計画」「中標津町母子保健計画」「中標津町子ども・子育て支援事業計画」「中標津町食育推進計画」「中標津町生きるを支える自殺対策行動計画」）



3 計画の期間

この計画の期間は、令和3年度から令和12年度までとします。また、令和7年度に中間評価、見直しを行います。なお、社会状況の変化や法制度などの改正に伴い、必要に応じて適宜見直しを行うものとします。

■計画の期間

令和3 (2021)	令和4 (2022)	令和5 (2023)	令和6 (2024)	令和7 (2025)	令和8 (2026)	令和9 (2027)	令和10 (2028)	令和11 (2029)	令和12 (2030)
第2次中標津町健康づくり推進計画～なかなか健康なかしべつ～									
				中間評価					計画改定

4 計画策定体制

1. 「中標津町健康づくり推進連絡会議」での審議

この計画の策定にあたって、本町における健康づくりに関する実情を踏まえて策定するために、健康づくりに取り組む各種団体に所属する者、医療・福祉・介護・教育において構成する「中標津町健康づくり推進連絡会議」において、計画の内容について審議を重ねました。

■中標津町健康づくり推進連絡会議委員

役職区分	氏名	公職等
会長	澤野 功	NPOスポーツアカデミー 副理事長
副会長	岡村 勝敏	デイサービスセンターファイン 施設長
委員	山下 智代	中標津町食生活改善協議会 会長
委員	鈴木 正弘	中標津町歩こう会 会長
委員	三上 英樹	一般財団法人中標津町文化スポーツ振興財団 スポーツ振興課長
委員	小貫 正勝	中標津町全町内会連合会 副会長
委員	渡部 寛親	町民生活部住民保険課長
委員	杉山 隆	町民生活部福祉課長
委員	菅原 則幸	町民生活部介護保険課長
委員	山宮 克彦	教育委員会生涯学習課長
委員	走出 利政	町立中標津病院医事課長

2. 町民参加

(1) 町民アンケート調査の実施

この計画の策定にかかる基礎資料として、健康づくりにおける現状と課題を把握するため、20歳から79歳の町民を対象に「健康づくり町民アンケート」を実施しました。

(2) パブリックコメントの実施

計画素案のパブリックコメントを実施し、寄せられた意見や要望等を考慮し計画へ反映します。

第2章 中標津町の健康づくりに関する現状と課題

1 中標津町の地域特性

1. 人口の動向

中標津町の人口は2万4千人前後で推移していましたが、平成27年からは緩やかに人口減少となっています。全国や北海道と比べると総人口に占める15歳未満の人口の割合が高く65歳以上の人口割合は低く推移していますが、年々65歳以上の割合は高くなっており、本町においても少子高齢化が進んでいるのがうかがえます。

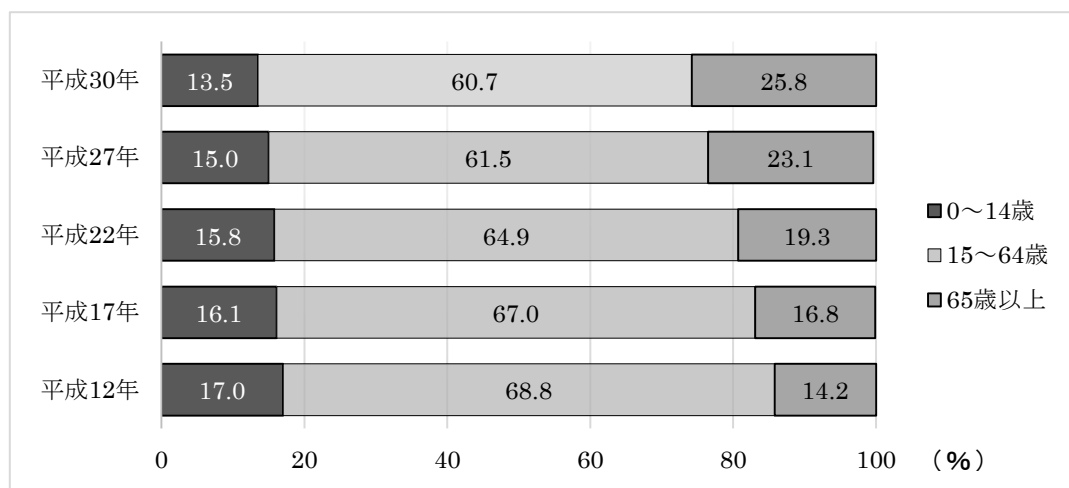
■人口推移と全国の動向の比較

(単位：人)

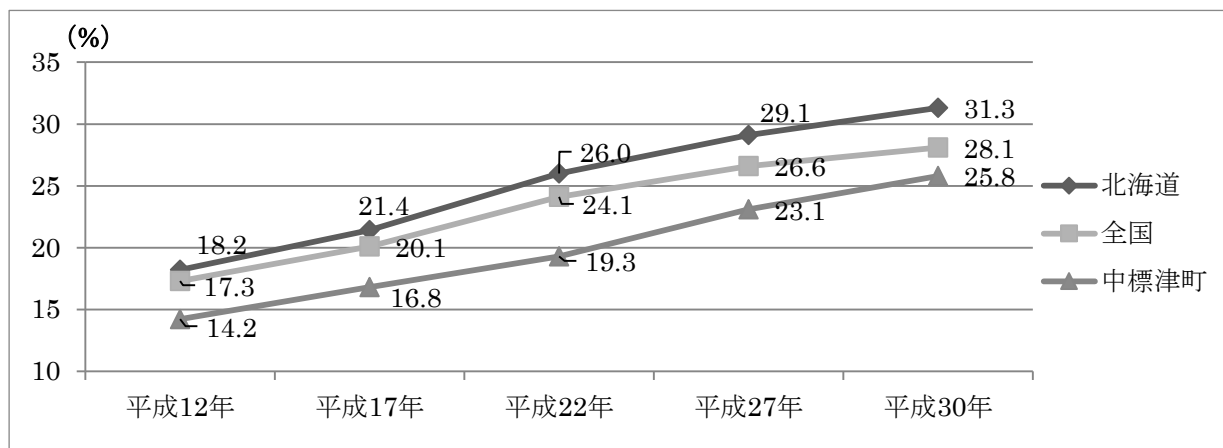
区分		平成 12 年	平成 17 年	平成 22 年	平成 27 年	平成 30 年	
	総人口	23,179	23,792	23,966	23,774	23,197	
	15 歳未満	3,940	3,834	3,779	3,563	3,131	
		17.0%	16.1%	15.8%	15.0%	13.5%	
		北海道	13.9%	12.8%	11.7%	11.4%	10.9%
		全 国	14.6%	13.7%	13.1%	12.6%	12.2%
	15～64 歳	15,948	15,951	15,558	14,625	14,077	
		68.8%	67.0%	64.9%	61.5%	60.7%	
		北海道	67.4%	65.7%	62.0%	59.6%	57.7%
		全 国	67.9%	65.8%	62.6%	60.7%	59.7%
	65 歳以上	3,291	4,005	4,629	5,491	5,989	
		14.2%	16.8%	19.3%	23.1%	25.8%	
		北海道	18.2%	21.4%	26.0%	29.1%	31.3%
		全 国	17.3%	20.1%	24.1%	26.6%	28.1%

資料：H12～27は国勢調査、H30は国・道「人口推計」（総務省統計局）10/1、町は住民基本台帳 3/31

■世代別構成人口割合の推移



■高齢化率の推移



資料：H12～27は国勢調査、H30は国・道「人口推計」（総務省統計局）10/1、町は住民基本台帳 3/31

2. 出生の状況

年間の出生数は減少しており、平成30年度は200人を下回っています。一人の女性が一生に産む子どもの平均数は1.63と全国、北海道に比較して高い状況にあります。

■合計特殊出生率

年度		平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	平成30年度
出生児数（人）		256	237	236	208	193
出生率（%）（※1）		11.0	11.2	9.9	8.7	8.2
合計特殊出生率（※2） （人口千対）	中標津町	1.63	1.60	1.63	1.63	1.63
	北海道	1.23	1.15	1.26	1.28	1.27
	全国	1.36	1.26	1.39	1.43	1.42

資料 釧路・根室地域保健情報年報、H30年度は厚生労働省人口動態統計、保健センター実績書より

※1 出生率とは、その年に生まれた出生数をその年の人口で割ったものを1000倍した人数。

※2 合計特殊出生率とは、一人の女性が、その年次の年齢別出生数において、一生の間に子どもを産むとした場合の平均の子どもの数。

3. 平均寿命と平均自立期間

本町の平均寿命は男女ともに北海道と同じ水準です。平均自立期間は男性が全国よりも0.6歳短く、女性が全国・北海道よりも0.3歳長くなっています。

■平均寿命と平均自立期間

平成30年度（累計）

		中標津町	北海道	全国
平均寿命	男性	80.3歳	80.3歳	80.8歳
	女性	86.8歳	86.8歳	87.0歳
平均自立期間（※1） （要介護2以上）	男性	78.9歳	78.8歳	79.5歳
	女性	84.1歳	83.8歳	83.8歳

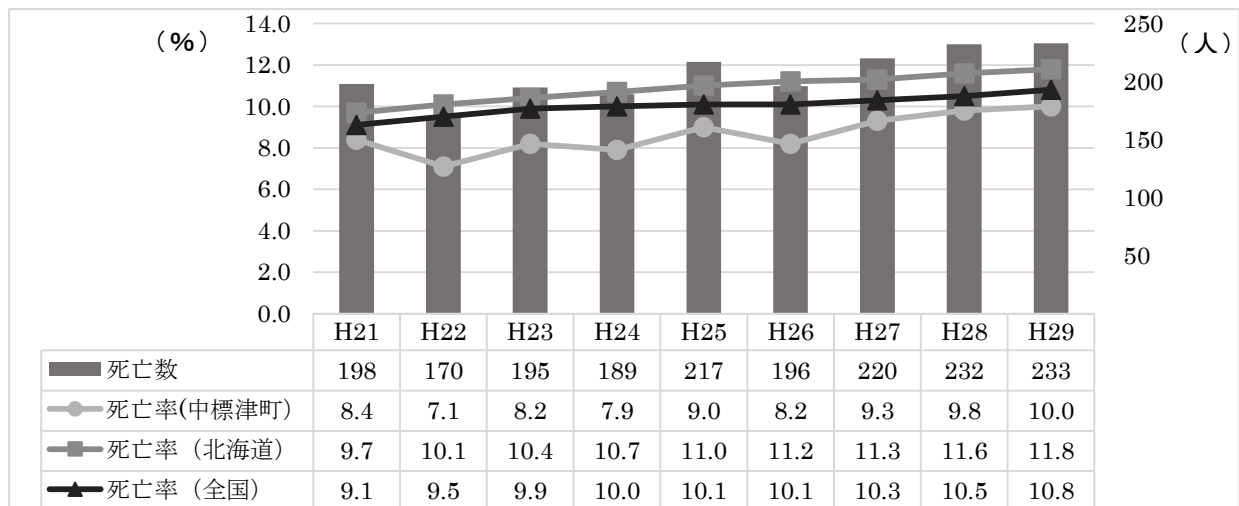
※1 平均自立期間とは、「日常生活動作が自立している期間の平均」のことを言います。

資料：KDBシステム 地域の全体像の把握 H30年度累計

4. 死亡の状況

本町の死亡数の推移を見ると、その年により差は見られますが増加しており、死亡率は全国・北海道と比べ低く推移しています。また、死因別死亡率を見ると、平成29年の死亡原因の順位は全国と同じですが、いずれの原因においても全国・北海道よりも低い状況です。

■死亡数と死亡率の推移（死亡率は人口千対）



資料：H21～H29年北海道保健統計年報

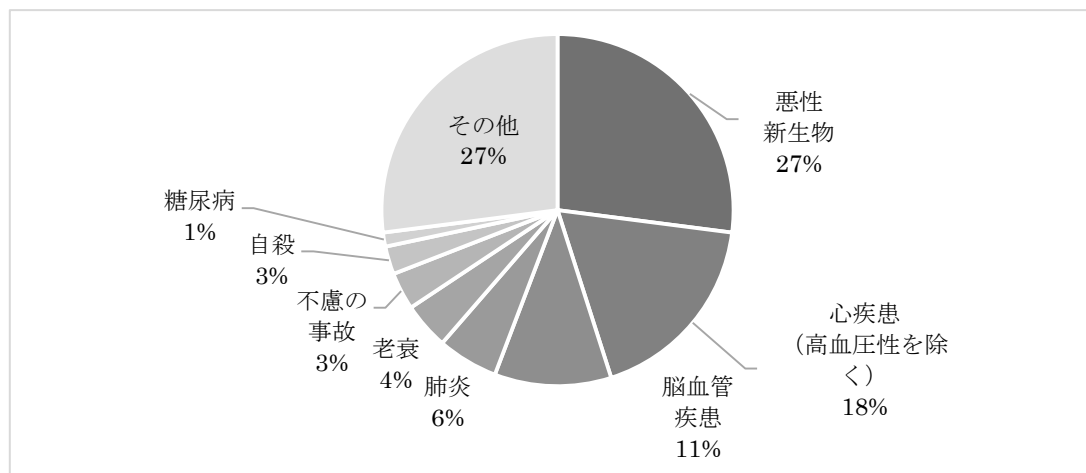
■死亡原因と死亡率

(死亡率は人口10万対)

	中標津町		北海道		全国	
	死亡の原因	死亡率	死亡の原因	死亡率	死亡の原因	死亡率
1位	悪性新生物	214.0	悪性新生物	362.2	悪性新生物	299.5
2位	心疾患	111.3	心疾患	178.6	心疾患	164.3
3位	脳血管疾患	55.7	脳血管疾患	91.0	脳血管疾患	88.2

資料：H29年北海道保健統計年報

■平成29年死亡原因別死亡割合

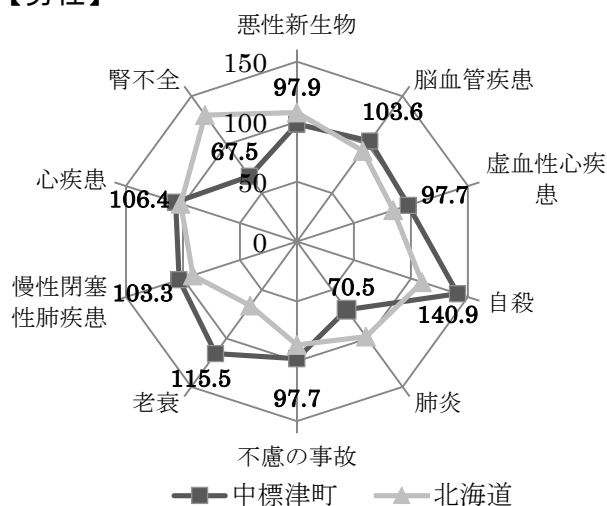


資料：H29年北海道保健統計年報

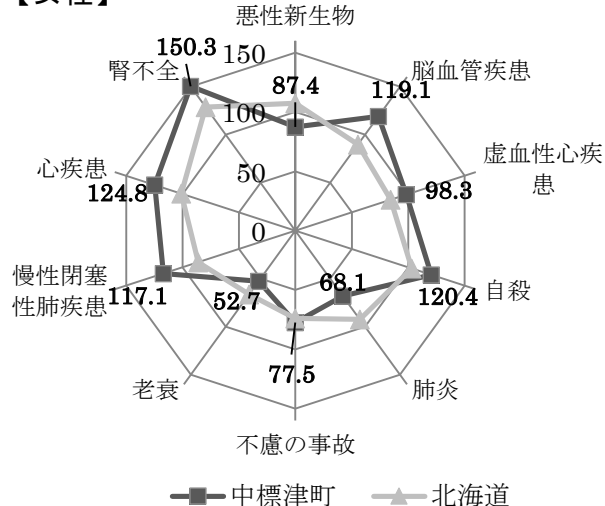
主要死因の標準化死亡比を見ると全国・北海道に比べ男女ともに自殺、慢性閉塞性肺疾患、脳血管疾患、心疾患、女性の腎不全による死亡の割合が高くなっています。また、男女ともに肺炎による死亡割合が全国・北海道よりもかなり低い状況がみられます。がんによる標準化死亡比では、男女の膵臓がんが全国・北海道より高く、また女性の肺がんが全国よりも高い状況です。

■主要死因標準化死亡比（SMR）の状況

【男性】

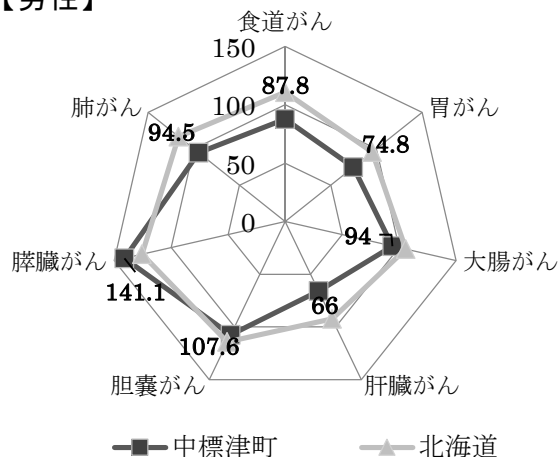


【女性】

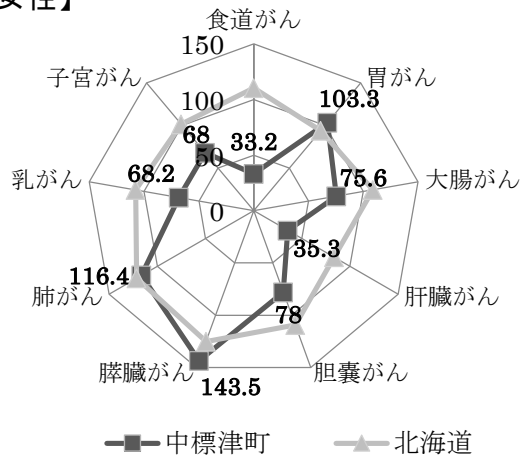


■がん死亡標準化死亡比（SMR）の状況

【男性】



【女性】



資料：北海道における主要死因の概要 9（2006～2015 年）

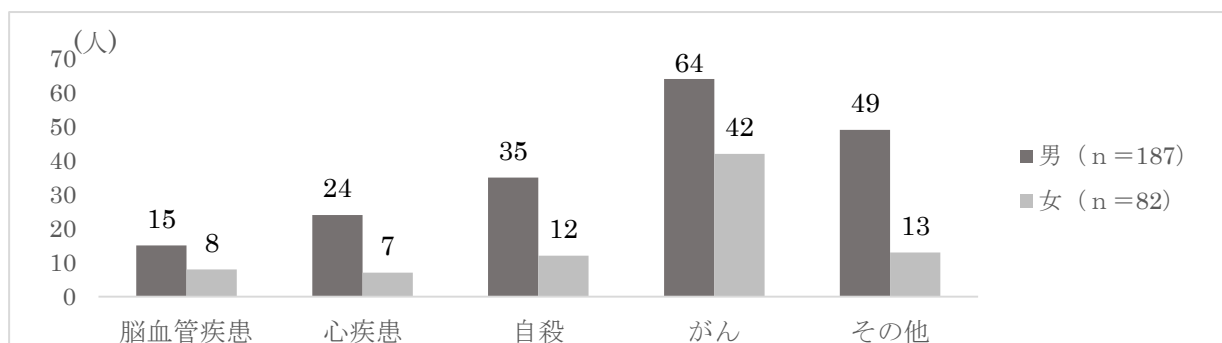
また、早世死亡の状況をみると、全国・北海道に比べ、65歳未満の死亡の割合が男女ともに高くなっています。過去10年間の内訳をみるとがんが最も多く、その他、自殺の順となっています。自殺の状況では40歳代の自殺者が最も多く、原因・動機別では全国・北海道と比べ勤務問題をきっかけとしている割合が多いのが特徴です。

■早世死亡の状況（65歳未満の死亡）

		中標津町		北海道	全国
		実数	割合	割合	割合
65歳未満の死亡	合計	36人	19.0%	14.1%	13.4%
	男性	25人	24.0%	17.7%	17.3%
	女性	11人	12.9%	10.0%	9.0%

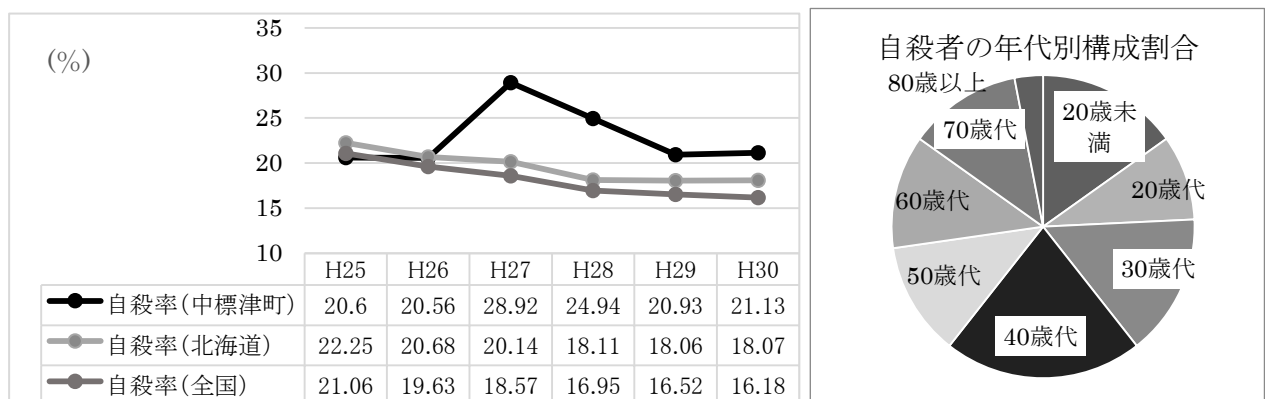
資料：厚生労働省人口動態統計 2013年

■早世死亡の内訳（平成21年度～平成30年度）



資料：死亡票

■自殺による死亡の状況



資料：地域における自殺の基礎資料

■原因・動機別の自殺者数の割合

	中標津町	北海道	全国
第1位	健康問題（33.3%）	健康問題（30.7%）	健康問題（42.1%）
第2位	勤務問題（15.6%）	家庭問題（13.8%）	家庭問題（12.1%）
第3位	家庭問題（11.1%）	経済・生活問題（13.1%）	経済・生活問題（11.6%）

資料：地域における自殺の基礎資料（自殺日・住居地）より、平成25年～平成30年合算

5. 介護の状況

介護保険の認定は、1号被保険者（※1）及び2号被保険者（※2）の認定者の割合が、全国・北海道と比較して低くなっています。

要介護認定者の有病状況は、実数としては心臓病と筋・骨格疾患を有している人が多くなっています。また脳疾患を有する割合が全国・北海道よりも上回っています。

2号被保険者の特定疾病の状況をみると、脳血管疾患、がんで認定を受けている人が多く占めています。

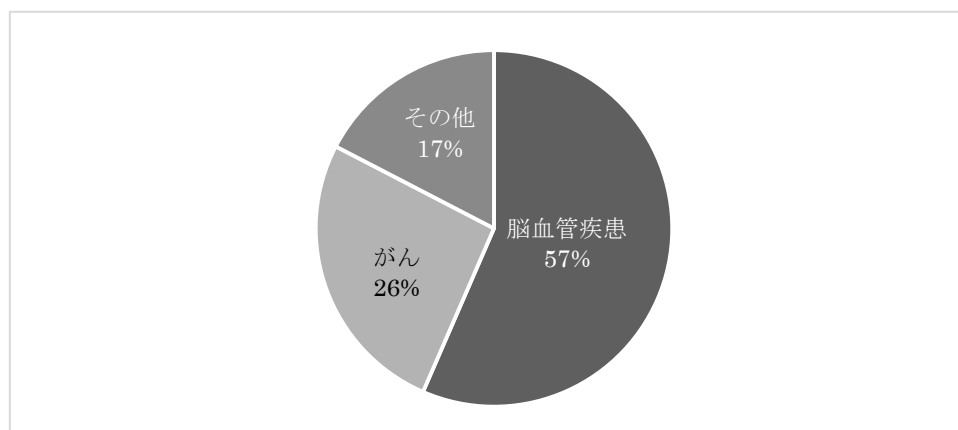
■介護保険認定者の状況

（実数：人、割合：％）

		中標津町		北海道	国
		実数	割合	割合	割合
介護保険	1号認定者数（認定率）	856	15.0	21.4	19.6
	新規認定者（認定率）	28	0.3	0.3	0.3
	2号認定者数（認定率）	14	0.2	0.4	0.4
有病状況	糖尿病	154	18.5	25.0	23.0
	心臓病	429	51.1	57.0	58.7
	脳疾患	191	24.8	22.8	24.0
	がん	89	10.3	12.2	11.0
	精神疾患	274	34.1	36.8	36.4
	認知症（再掲）	－	21.5	22.7	23.6
	筋・骨格疾患	397	48.1	51.1	51.6
	高血圧症	－	44.9	51.3	51.7
	脂質異常症	－	22.0	31.0	30.1

資料：KDB システム 地域の全体像の把握 R1 年度累計

■2号被保険者（40～64歳）特定疾病状況（令和元年度累計）



資料：介護保険課介護認定審査会

※1 介護保険制度における被保険者のうち、市町村の区域内に住所を有する65歳以上の住民。

※2 介護保険制度における被保険者のうち、市町村の区域内に住所を有する40歳以上65歳未満の医療保険加入者。

6. 医療の状況

人口の約4分の1を占める5,600人程が中標津町国民健康保険に加入し、また主に75歳以上の方が加入する後期高齢者医療保険には2,900人程が加入しています。

医療費の状況をみると、外来受診率及び歯科受診率は全国・北海道よりもかなり低く、入院受診率は全国並みの水準です。

生活習慣病で受診をしている方の割合をみると、全体の約半数が高血圧症にて受診しており、糖尿病、高尿酸血症、虚血性心疾患は男性に多いです。また、年代別では20・30代でも生活習慣病で受診しています。

入院と外来を合わせた医療費では、国保・後期ともに第1位が関節疾患です。国保では、高血圧症、糖尿病、慢性腎臓病などの生活習慣病が上位を占めています。

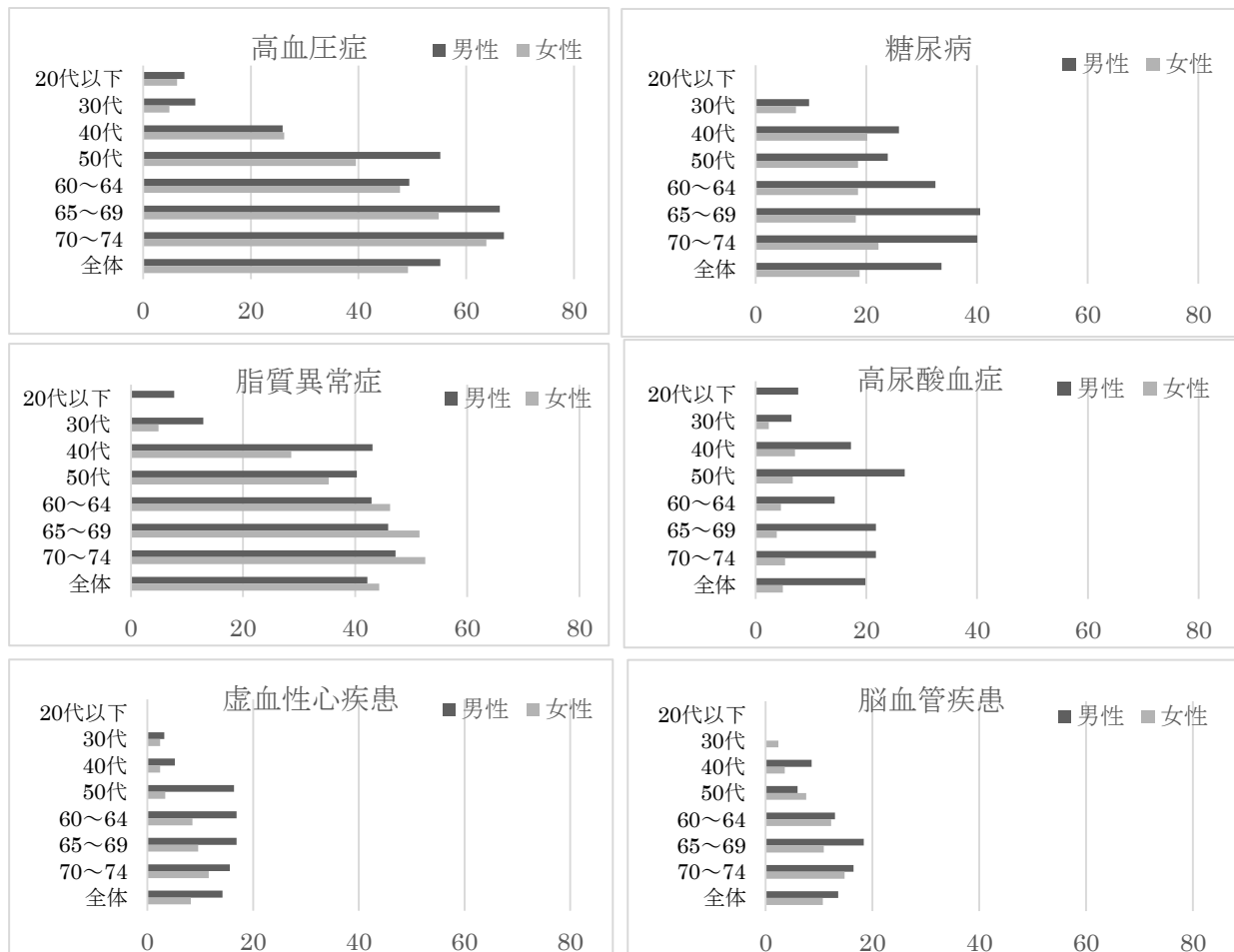
■外来・入院・歯科の受診率（国保）

※受診率～千人あたりレセプト件数	中標津町	北海道	全国
外来受診率(件)	464.224	665.240	697.597
入院受診率(件)	19.821	23.704	19.573
歯科受診率(件)	107.040	134.425	155.042

資料：KDB システム 地域の全体像の把握 H30 年度累計

■生活習慣病における有病率（国保：R1.5月作成）

（単位：％）



資料：KDB システム 厚生労働省様式（様式 3-1）

■入院と外来を合わせた医療費（※全体の医療費（入院+外来）を100%として計算）

	1 位	2 位	3 位	4 位	5 位	6 位	7 位	8 位	9 位	10 位
国保	関節疾患 (5.9%)	高血圧症 (4.5%)	糖尿病 (4.2%)	統合失調症 (2.7%)	肺がん (2.4%)	慢性腎臓病 (透析あり) (2.2%)	不整脈 (1.9%)	脳梗塞 (1.8%)	脂質異常症 (1.8%)	狭心症 (1.7%)
後期	関節疾患 (7.3%)	慢性腎臓病 (透析あり) (5.5%)	脳梗塞 (4.9%)	高血圧症 (4.4%)	不整脈 (3.8%)	糖尿病 (3.5%)	骨折 (2.5%)	骨粗鬆症 (2.3%)	狭心症 (1.7%)	白内障 (1.6%)

資料：KDB システム 医療費分析（2）大、中、細小分類 H30 年度累計

7. 健康診断の状況

（1）中標津町国民健康保険（40～74 歳）特定健康診査の受診状況

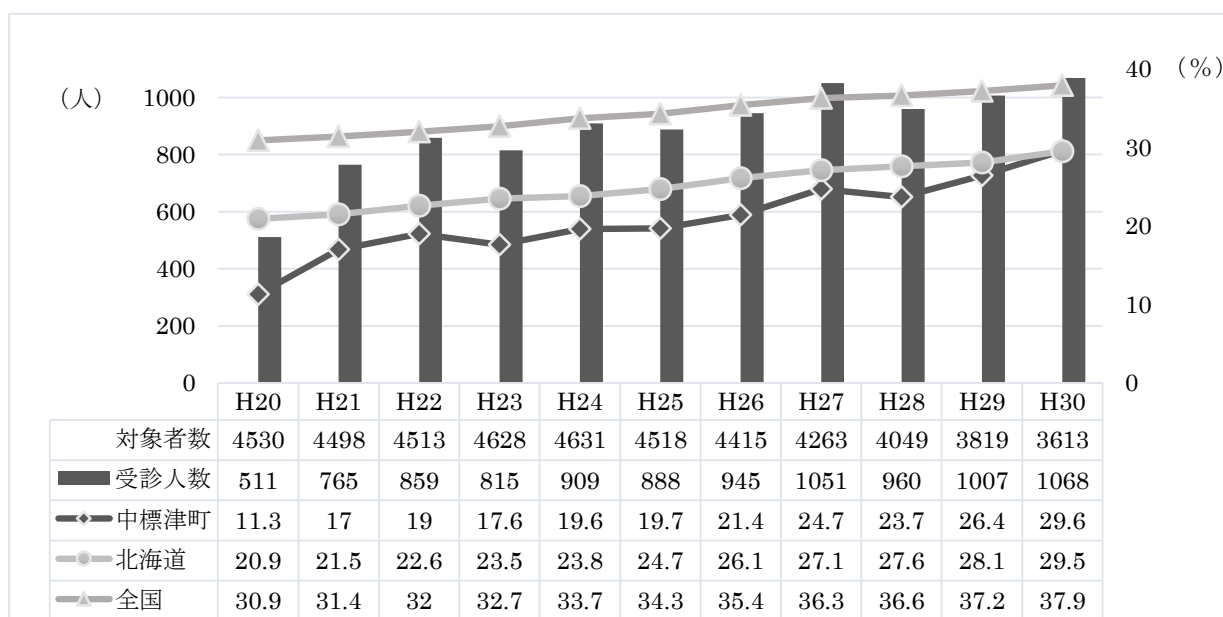
特定健康診査の受診率は年々増加し、この 10 年間で約 2.6 倍に増加しましたが、全国と比べると低い状況が続いています。

40～74 歳のメタボリックシンドロームの基準該当者の割合は男女ともに全国・北海道よりも低いです。

18 歳以上の方へ実施している特定健診・健康診査結果有所見の状況を見ると、男性では肥満（腹囲、BMI）、HbA1c、LDL コレステロールの割合が多く、女性では HbA1c、LDL コレステロールの割合が多くなっています。

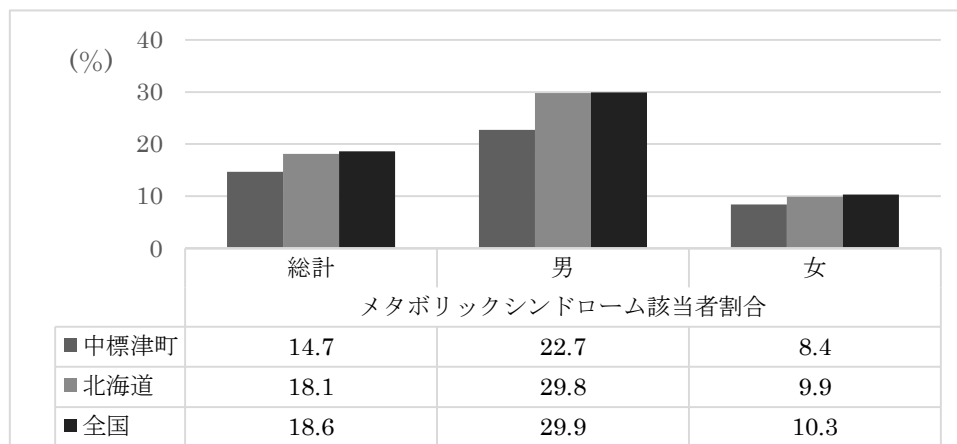
質問票では男女ともに「喫煙者割合」、「1 回 30 分以上の運動習慣なし」、「週 3 回以上就寝前夕食」、「週 3 回以上朝食を抜く」、「1 日飲酒量（3 合以上）」、男性の「朝昼夕 3 食以外の甘い飲み物を摂取（毎日・時々）」、女性の「1 日 1 時間以上運動なし」、「1 日飲酒量（1～2 合）・（2～3 合）」の項目で全国・北海道よりも該当割合が高く、不適切な生活習慣を送っている被保険者が多いことがわかります。

■中標津町国民健康保険特定健康診査受診率推移



資料：H20～H30 年度特定健康診査・特定保健指導法定報告資料

■特定健康診査（40～74 歳）メタボリックシンドローム基準該当者の割合



資料：KDB システム 地域の全体像の把握 H30 年度累計

■健康診査結果有所見率（平成 30 年度）

性別	計	腹囲		BMI		中性脂肪		ALT(GPT)		HDL		血糖値		HbA1c(NGSP)		尿酸		収縮期血圧		拡張期血圧		LDL		クレアチニン	
		85以上		25以上		150以上		31以上		40未満		100以上		5.6以上		7.1以上		130以上		85以上		120以上		1.3以上	
		有所見	割合	有所見	割合	有所見	割合	有所見	割合	有所見	割合	有所見	割合	有所見	割合	有所見	割合	有所見	割合	有所見	割合	有所見	割合	有所見	割合
男性																									
39歳以下	44	18	40.9%	16	36.4%	10	22.7%	11	25.0%	3	6.8%	0	0.0%	12	27.9%	5	11.6%	4	9.1%	2	4.5%	24	54.5%	0	0.0%
40～49歳	82	44	53.7%	34	41.5%	21	25.6%	28	34.1%	5	6.1%	19	23.2%	31	37.8%	14	17.1%	16	19.5%	12	14.6%	51	62.2%	0	0.0%
50～59歳	70	33	47.1%	26	37.1%	14	20.0%	23	32.9%	3	4.3%	18	25.7%	29	42.0%	10	14.5%	20	28.6%	17	24.3%	40	57.1%	0	0.0%
60～69歳	204	114	55.9%	71	34.8%	43	21.1%	57	27.9%	10	4.9%	89	43.6%	124	61.1%	34	17.3%	96	47.1%	51	25.0%	106	52.0%	4	2.0%
70～74歳	135	66	48.9%	34	25.2%	24	17.8%	23	17.0%	6	4.4%	47	34.8%	71	53.0%	12	9.3%	62	45.9%	26	19.3%	76	56.3%	5	3.9%
75歳以上	99	59	59.6%	40	40.4%	19	19.2%	10	10.1%	6	6.1%	49	49.5%	48	48.5%	15	15.2%	55	55.6%	27	27.3%	47	47.5%	5	5.1%
(再)40～64歳	212	110	51.9%	82	38.7%	48	22.6%	70	33.0%	11	5.2%	61	28.8%	92	43.6%	35	16.7%	59	27.8%	45	21.2%	122	57.5%	0	0.0%
(再)65～74歳	279	147	52.7%	83	29.7%	54	19.4%	61	21.9%	13	4.7%	112	40.1%	163	58.8%	35	13.1%	135	48.4%	61	21.9%	151	54.1%	9	3.3%
合計	634	334	52.7%	221	34.9%	131	20.7%	152	24.0%	33	5.2%	222	35.0%	315	50.0%	90	14.5%	253	39.9%	135	21.3%	344	54.3%	14	2.3%
女性																									
39歳以下	46	5	10.9%	8	17.4%	1	2.2%	0	0.0%	0	0.0%	1	2.2%	3	6.5%	0	0.0%	2	4.3%	1	2.2%	11	23.9%	0	0.0%
40～49歳	75	16	21.3%	24	32.0%	9	12.0%	8	10.7%	1	1.3%	7	9.3%	15	20.0%	0	0.0%	9	12.0%	8	10.7%	40	53.3%	0	0.0%
50～59歳	87	16	18.4%	20	23.0%	8	9.2%	13	14.9%	0	0.0%	16	18.4%	33	38.4%	1	1.2%	15	17.2%	11	12.6%	55	63.2%	0	0.0%
60～69歳	305	46	15.1%	70	23.0%	35	11.5%	39	12.8%	1	0.3%	76	24.9%	143	47.2%	4	1.3%	112	36.7%	35	11.5%	197	64.6%	1	0.3%
70～74歳	146	43	29.5%	46	31.5%	26	17.8%	12	8.2%	3	2.1%	36	24.7%	74	50.7%	0	0.0%	74	50.7%	25	17.1%	97	66.4%	2	1.4%
75歳以上	111	28	25.2%	37	33.3%	13	11.7%	8	7.2%	3	2.7%	28	25.2%	50	45.0%	4	3.6%	59	53.2%	12	10.8%	78	70.3%	1	0.9%
(再)40～64歳	262	51	19.5%	74	28.2%	28	10.7%	35	13.4%	1	0.4%	46	17.6%	96	36.9%	3	1.2%	55	21.0%	31	11.8%	162	61.8%	1	0.4%
(再)65～74歳	351	70	19.9%	86	24.5%	50	14.2%	37	10.5%	4	1.1%	89	25.4%	169	48.3%	2	0.6%	155	44.2%	48	13.7%	227	64.7%	2	0.6%
合計	770	154	20.0%	205	26.6%	92	11.9%	80	10.4%	8	1.0%	164	21.3%	318	41.5%	9	1.2%	271	35.2%	92	11.9%	478	62.1%	4	0.5%

資料：H30 年度特定健康診査・健康診査・若年健診実績 マルチマーカー7.0 集計データ

■ 特定健診質問票から見る生活習慣

(単位%)

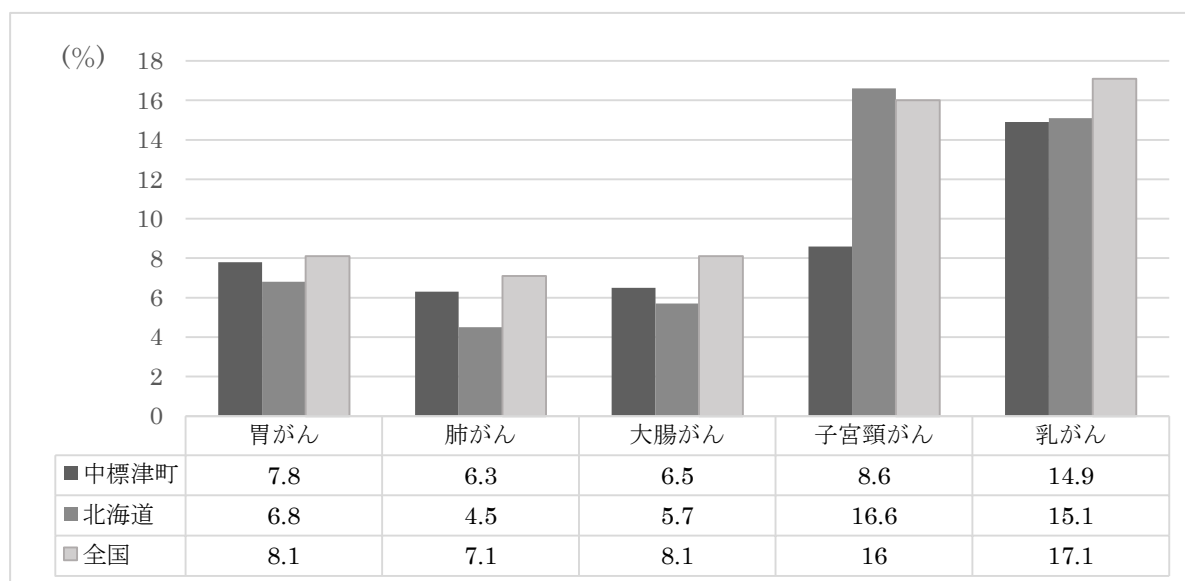
	男性			女性		
	中標津町	北海道	国	中標津町	北海道	国
○20 歳時体重から 10kg 以上増加	42.6	44.1	42.5	25.0	27.0	26.6
○喫煙者割合(全年齢)	26.9	25.5	23.1	9.7	9.5	5.8
○1 回 30 分以上の運動習慣なし	63.6	59.9	56.3	63.5	63.3	60.3
○1 日 1 時間以上運動なし	48.1	47.9	47.2	50.3	45.0	46.9
○食べる速度が速い	35.3	34.0	31.3	26.1	26.7	24.4
○週 3 回以上就寝前夕食	25.7	20.3	21.4	16.5	11.3	11.6
○週 3 回以上朝食を抜く	12.8	12.6	10.9	9.3	8.4	6.7
○朝昼夕 3 食以外の甘い飲み物を毎日摂取(30 年度健診分から)	17.0	14.6	13.8	26.8	24.7	25.9
○朝昼夕 3 食以外の甘い飲み物を時々摂取(30 年度健診分から)	59.4	59.2	54.9	60.5	60.9	58.1
○毎日飲酒	31.8	37.9	43.9	9.1	10.1	10.8
○時々飲酒	35.0	28.7	23.5	21.0	25.1	21.9
○1 日飲酒量(1～2合)	33.0	34.5	34.3	30.2	17.2	12.4
○1 日飲酒量(2～3合)	14.6	18.2	15.3	6.3	4.9	2.8
○1 日飲酒量(3合以上)	8.7	5.2	4.4	1.5	1.4	0.8

資料：KDB システム 地域の全体像の把握 H30 年度累計

(2) がん検診の受診状況

本町のがん検診の受診率は、全国・北海道と比較すると、全ての検診で全国よりも低く、特に子宮頸がん検診においては全国・北海道よりもかなり低い状況です。

■がん検診受診率の北海道・全国との比較(平成 30 年度)



資料：H30 年度北海道がんに関する統計・調査

2 町民アンケート調査から見える生活習慣

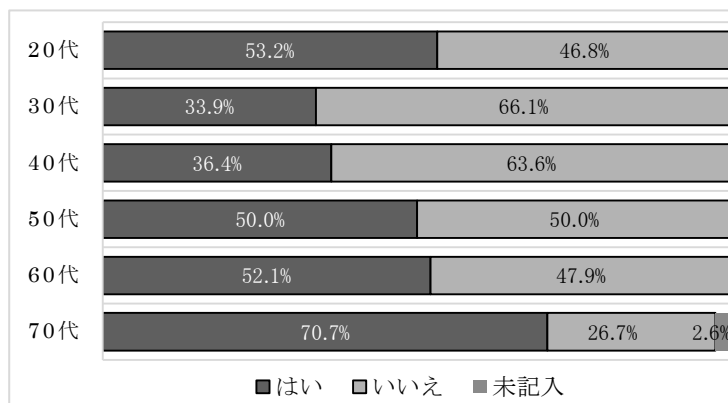
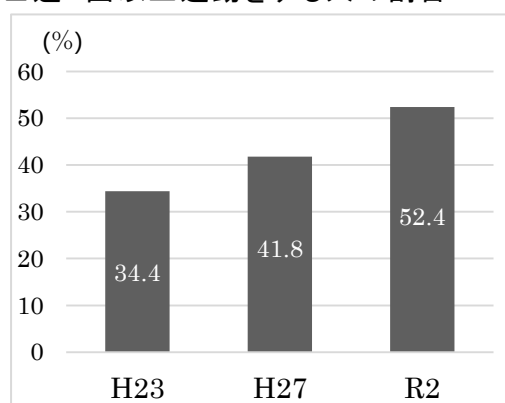
本町の地域の実情を把握し、第1次計画の評価と現状や課題を次期計画に反映することを目的にアンケートを実施しました。

(アンケートの詳細については第5章46ページをご参照ください。)

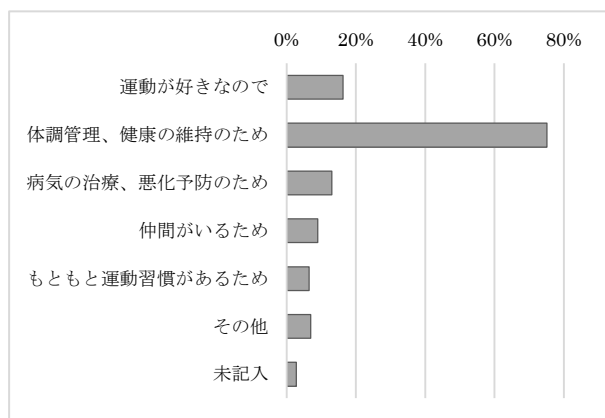
1. 運動

- ① 平成23年度からの推移をみると、週1回以上運動をする人の割合は1.5倍に増加をしています。年代としては30代・40代の割合が少ないです。
- ② 運動をしている理由で最も多いのが「体調管理・健康の維持のため」次に「運動が好きなので」、「病気の治療、悪化予防のため」の順となり、健康面に配慮して運動に取り組む方が多くなっています。
- ③ 運動をしていない理由では、最も多いのが「時間がない」次に「きっかけがない」、「運動が苦手」で、特に20代～50代男性に「時間がない」と回答される方が多くありました。
- ④ 運動の内容では、「ウォーキング」が最も多く回答されています。
- ⑤ 足や腰の痛みの有無については「ある」、「ときどきある」も含めると全体の67.3%に痛みがあると回答されています。痛みがある割合が最も少ないのは30代で、最も多いのは70代です。20代で痛みがある・ときどきある人の割合が30代よりも多くなっています。

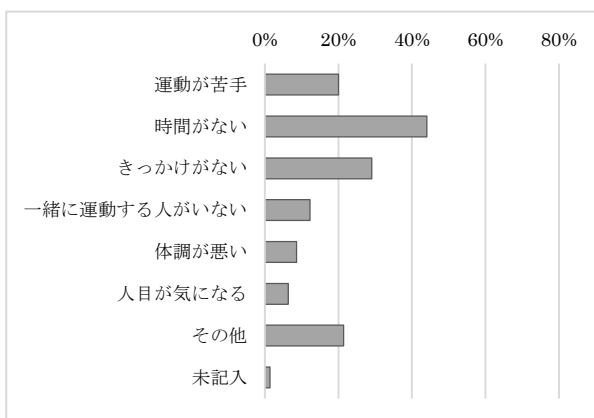
■週1回以上運動をする人の割合



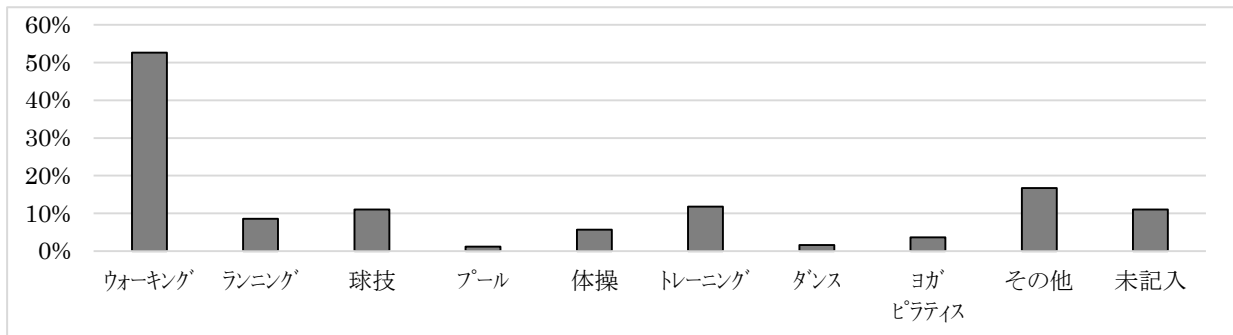
■運動をしている理由



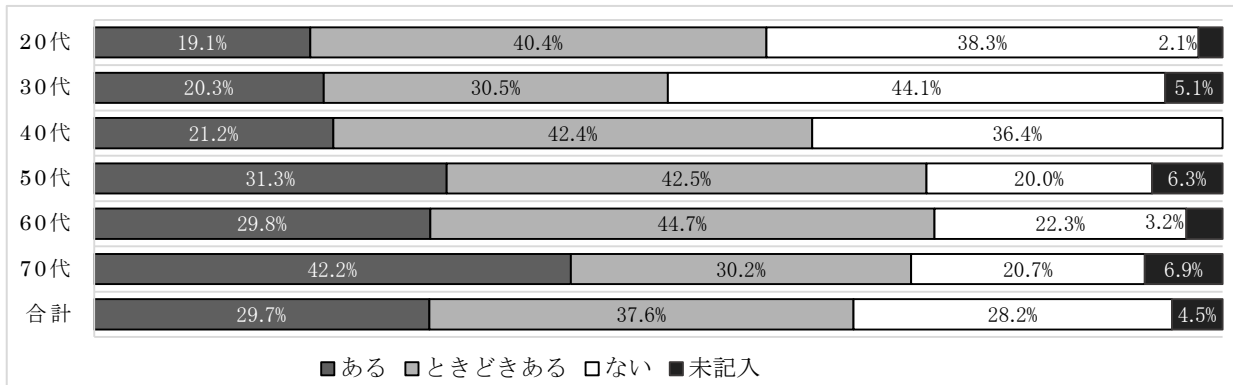
■運動をしていない理由



■運動の内容



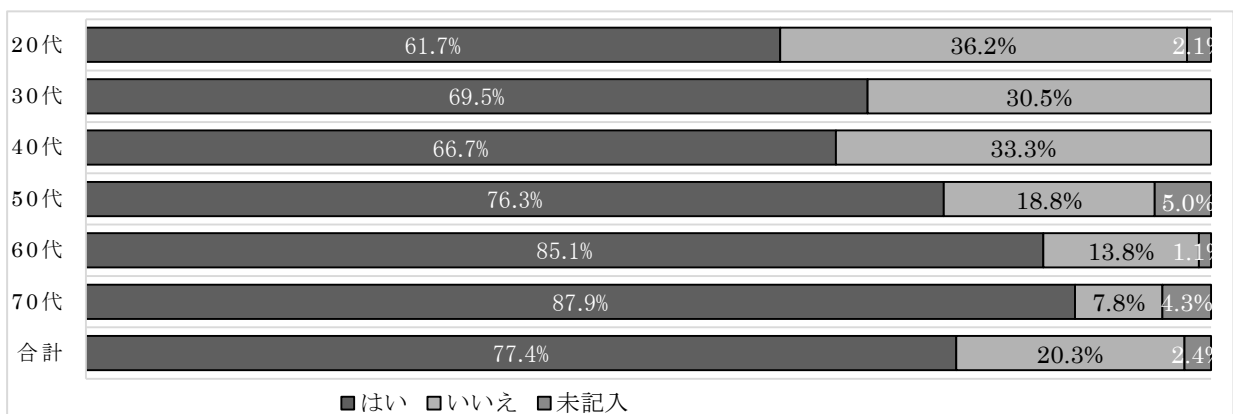
■足や腰に痛みのある人の割合



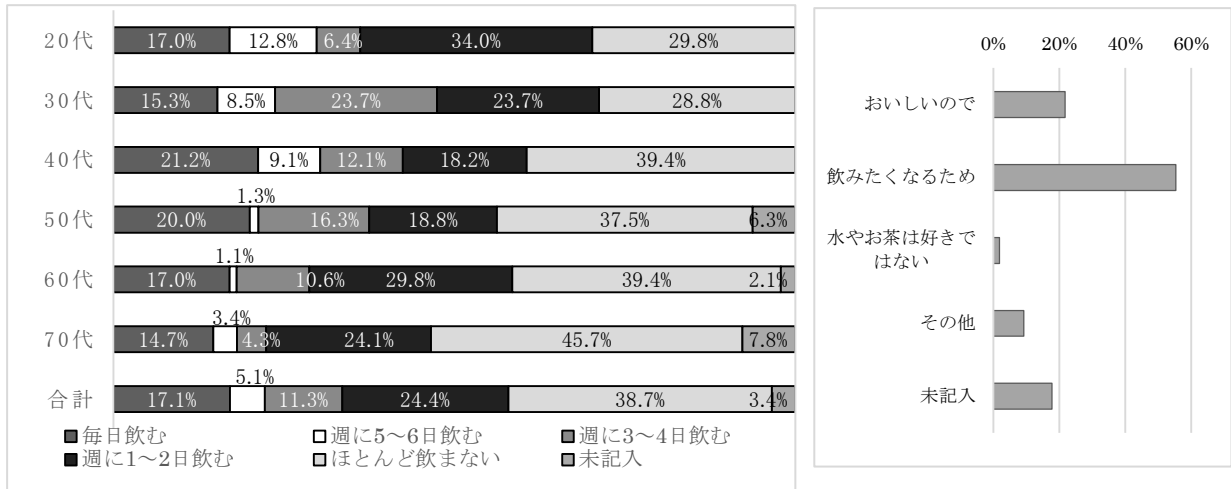
2. 食生活

- ①「1日3食食べている人」は、全体で77.4%ですが、20代では61.7%と最も少なくなっています。
- ②甘味飲料の摂取状況では、全体で毎日飲む習慣のある人は17.1%、週に5～6回飲む人は5.1%で日常的に飲む習慣のある人は約2割いました。年代別でみると40代で最も多く約3割となっています。
- ③「毎食野菜を食べている人」は全体で70.3%であり、どの年代においても約6～7割となっています。また、野菜を食べない理由として「調理が面倒」が最も多く、次いで「価格が高い」が多くなっています。
- ④「お酒を飲む人」の中で休肝日の無い人が約3割を占めています。また、週5日以上飲む人の割合が高いのは40代でした。一方「お酒を一日に飲む量」は1合以上飲む割合が高いのは20代でした。お酒の一日の適量を知っている人は全体の43.8%でした。

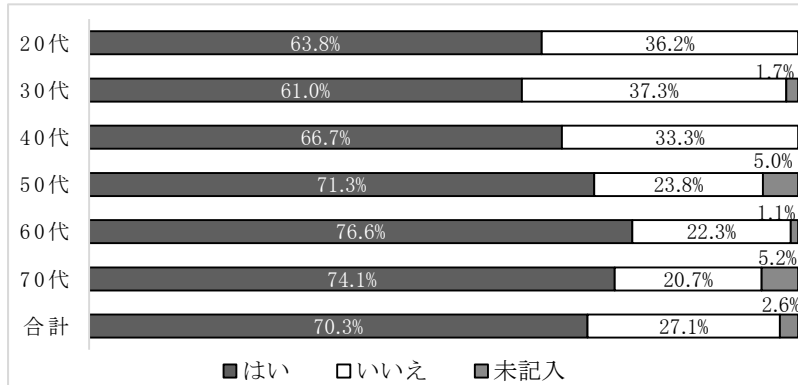
■1日3食食べている人の割合



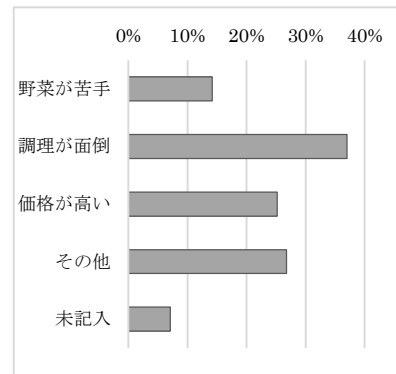
■甘い飲み物(ジュース、スポーツドリンク、缶コーヒー等)を飲む人の割合、理由



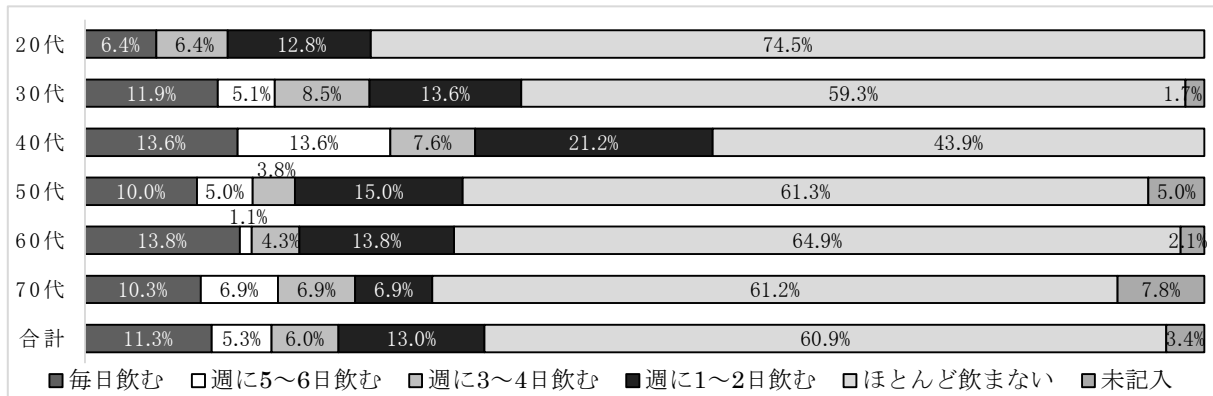
■毎食野菜を食べる人の割合



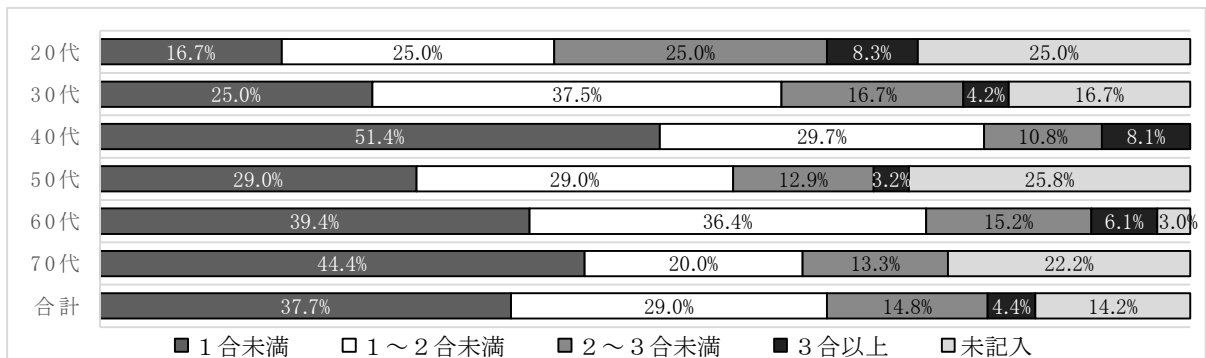
■野菜を食べない理由



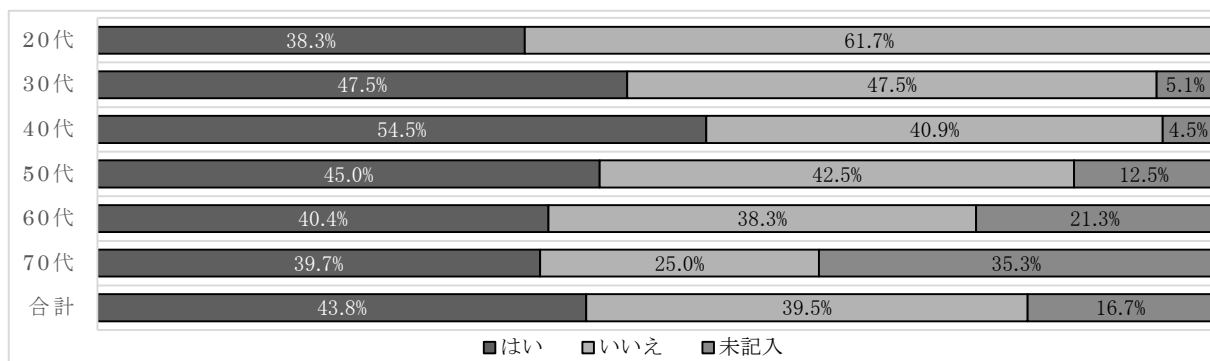
■お酒を飲む人の割合



■1日にお酒を飲む量



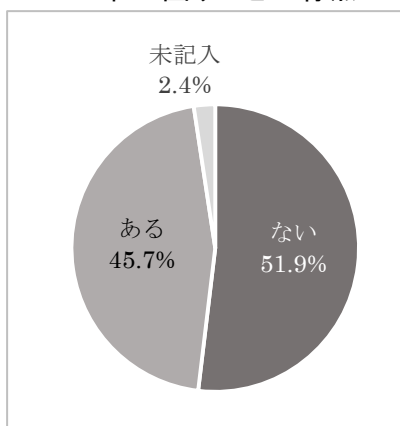
■お酒の一日の適量を知っている人の割合



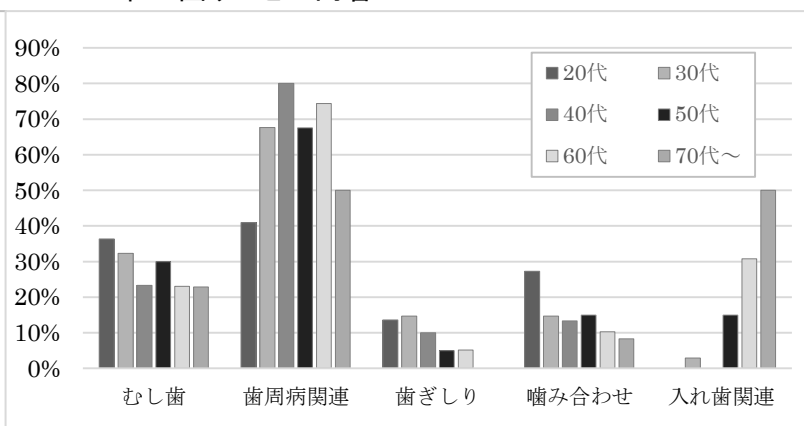
3. 歯の健康

- ①「口の中の困りごとがある人」は 45.7%で、困りごとの内容はどの年代も「歯周病関連（歯周病、口臭、噛めない）」の回答が多かった。
- ②「毎食後歯を磨いている人」は全体で 42.1%となっており、毎食後に磨けない理由として、「昼は磨けないので（朝夜は磨いている）」が 73.0%と最も高くなっています。
- ③「デンタルフロス（糸ようじを除く）を週に2回以上使っている人」は、全体では 39.1%で、年代別にみると 30代、40代が多くなっています。
- ④「歯間ブラシを週に2回以上使っている人」は全体では 42.8%で、年代別にみると 60代、70代が多くなっています。
- ⑤「毎年、歯科医院で定期健診を受けている人」は、全体で 41.9%となっており、受けていない理由として「時間がない」が最も高くなっています。

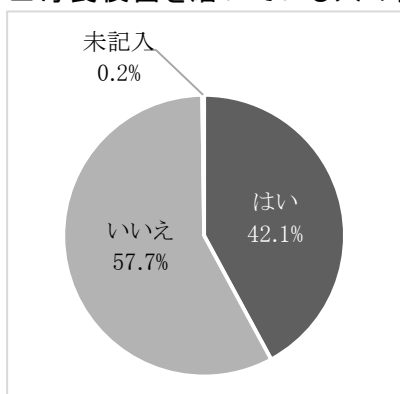
■口の中の困りごとの有無



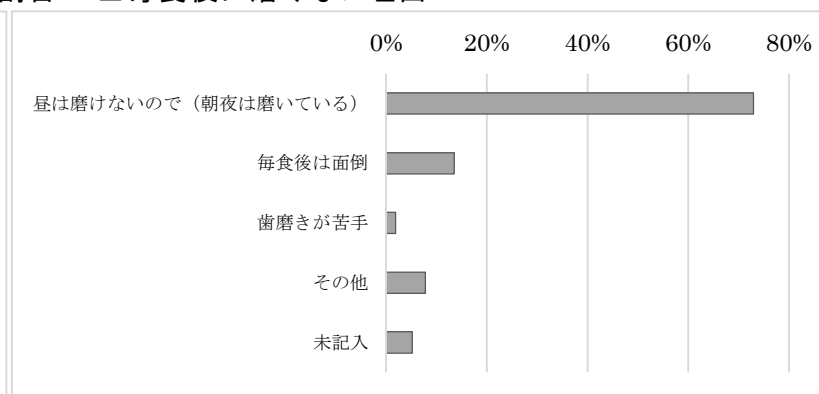
■口の中の困りごとの内容



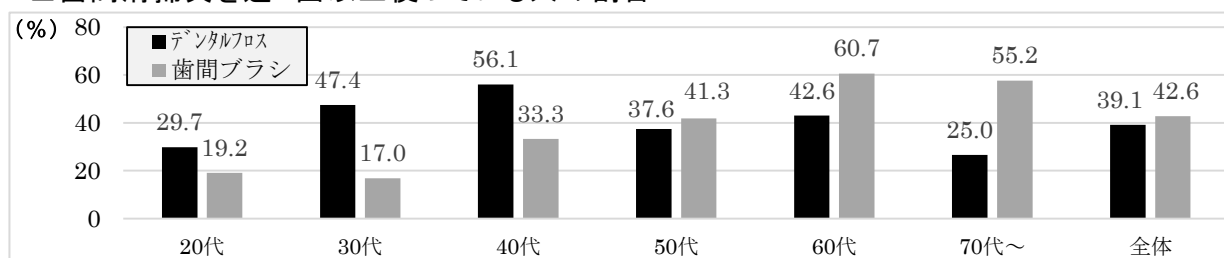
■毎食後歯を磨いている人の割合



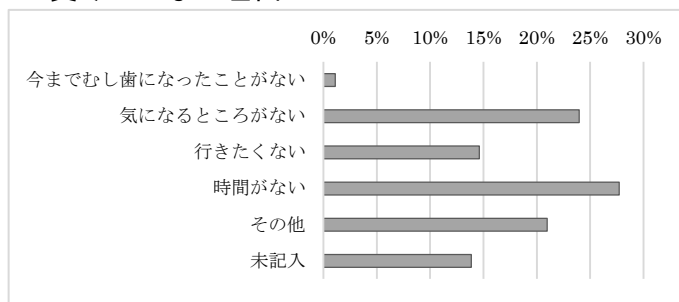
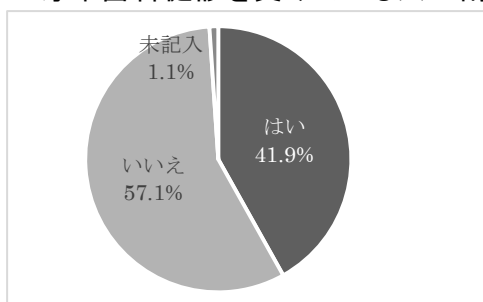
■毎食後に磨けない理由



■歯間清掃具を週2回以上使っている人の割合



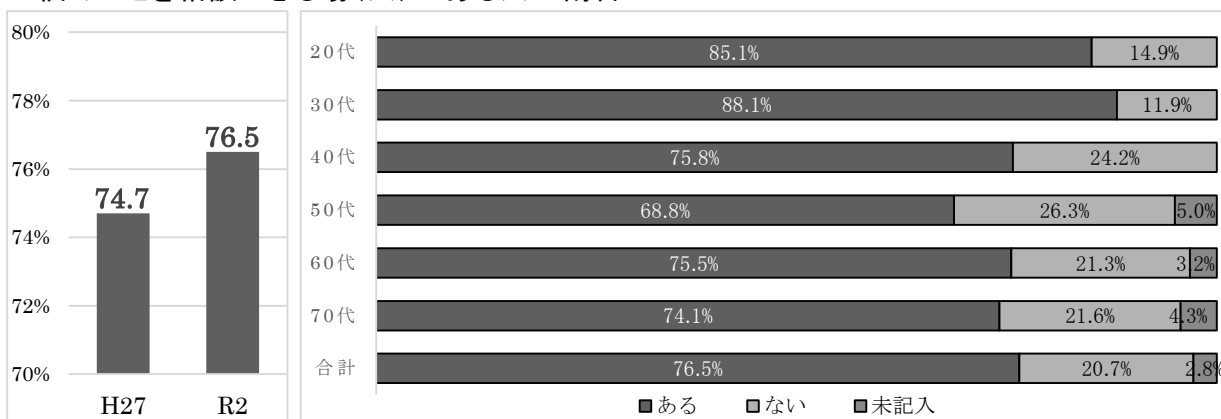
■毎年歯科健診を受けている人の割合 ■受けていない理由



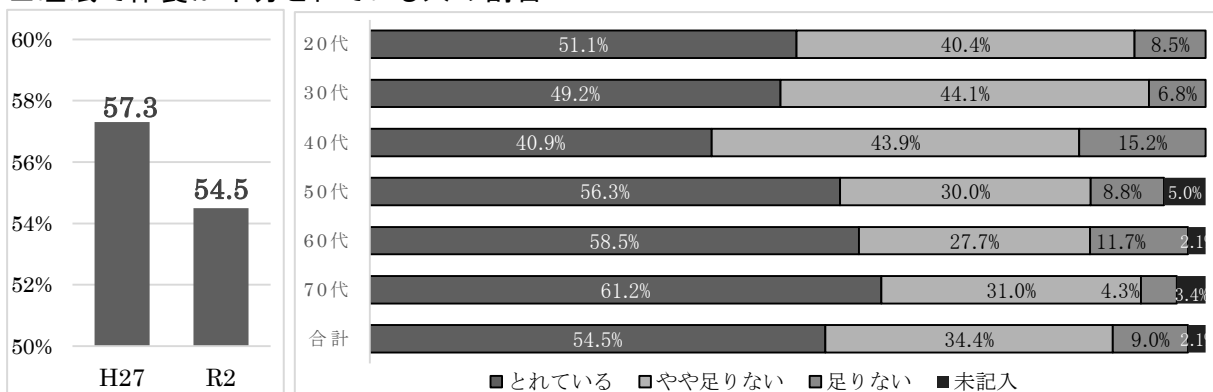
4. こころの健康

- ①「悩みごとを相談できる場(人)がある人」は全体で 76.5%となっており、50代は 68.8%と1番低い結果となっています。
- ②「睡眠で休養が十分とれているか」では、「とれている」が 54.5%ですが、「やや足りない」「足りない」が全体の約 4 割を占め、40代では約 6 割が睡眠で休養が十分とれていないと感じています。

■悩みごとを相談できる場(人)がある人の割合



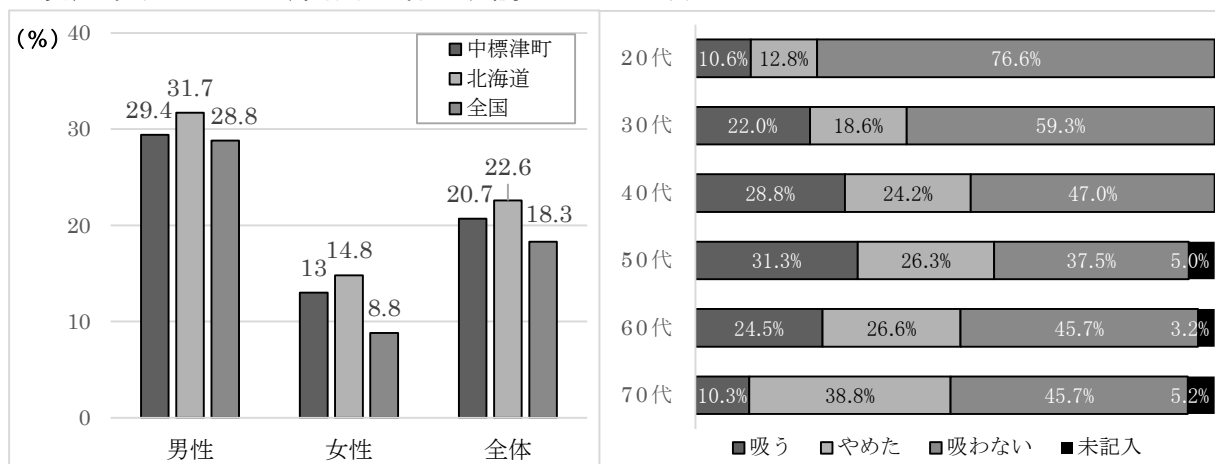
■睡眠で休養が十分とれている人の割合



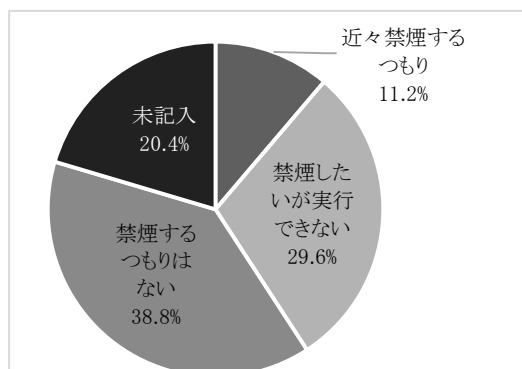
5. たばこ

- ① 喫煙率は男性で 29.4%、女性で 13.0%、全体では 20.7%でした。全国・北海道と比較すると全国よりも高いものの、北海道よりも低い状況です。年代別では男女ともに 50 代の喫煙率が最も高く、70 代、20 代の喫煙率が低い状況です。
- ② 禁煙の意向については、「禁煙するつもりはない」と回答された方が 38.8%、「禁煙したいが実行できない」と回答された方が 29.6%でした。
- ③ 禁煙をしたきっかけでは「健康のため」が最も多く、次に「子ども(孫)ができた」でした。
- ④ 禁煙方法は「その他(我慢した他)」、「水を飲む、ガムをかむ等気を紛らわした」と回答された方が多く、「禁煙外来の受診」5.5%、「ニコチンガム・パッチ」3.1%と医療的な支援を受けて禁煙する人の割合が少ない状況です。

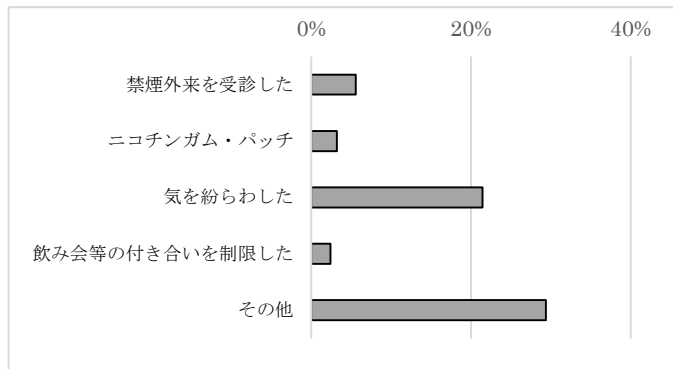
■ 喫煙率(アンケート、国民生活基礎調査 2019 より)



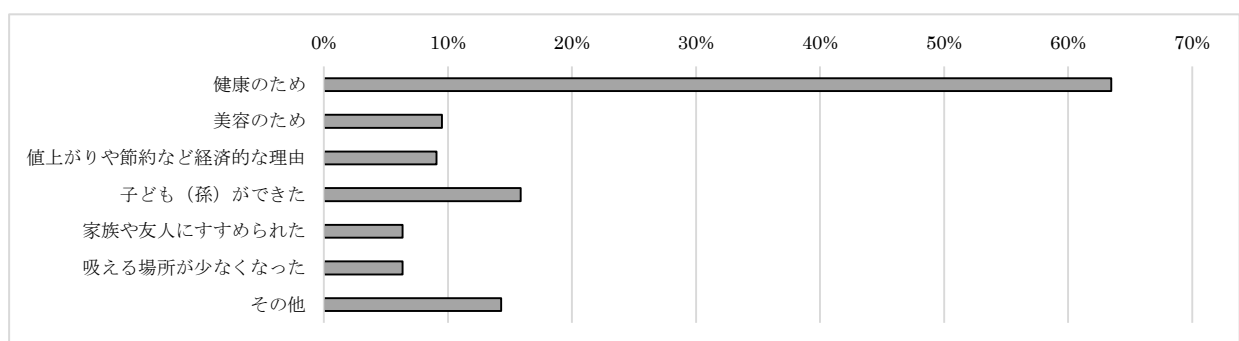
■ 禁煙の意向



■ 禁煙方法



■ 禁煙をしたきっかけ

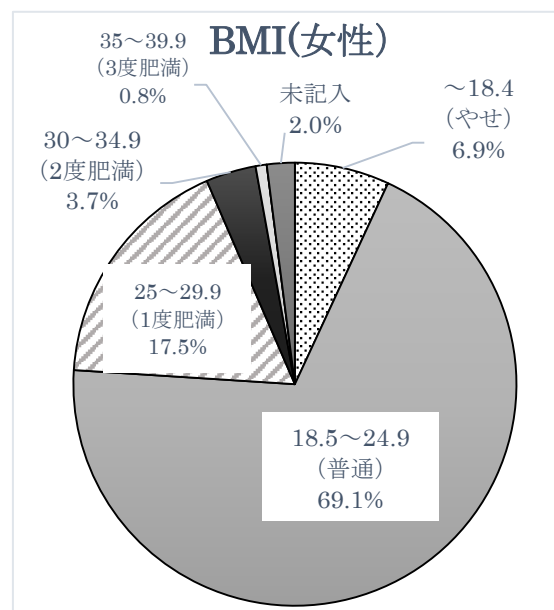
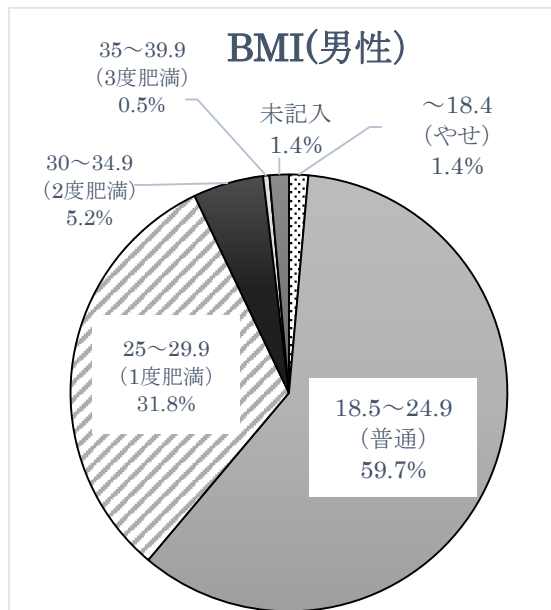


6. 健康管理

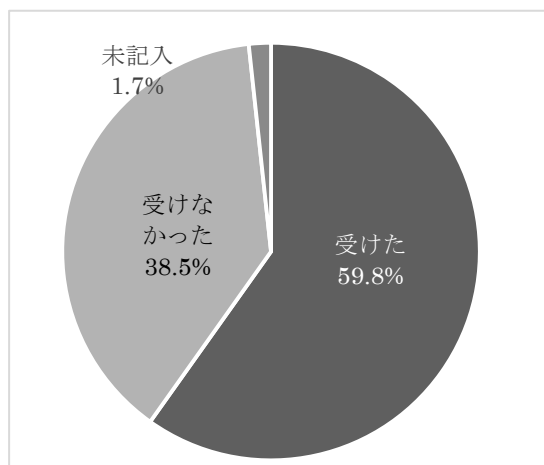
- ① 体格については、肥満と判定される BMI25 以上の割合は男性が 37.5%、女性が 22.0%となっており、男性の方が肥満の人が多いです。
- ② 1年以内に健康診断受診状況は、59.8%です。健診を受けなかった理由として、「病院に行っている」が最も多くありました。
- ③ 1年以内のがん検診受診状況は、どのがん検診においても約1～2割でした。
- ④ かかりつけ医がいる人は全体の 51.1%、かかりつけ歯科医のいる人は全体の 58.8%、またかかりつけ薬局がある人は 55.8%でした。いずれも年代が上がるとともに増加しています。
- ⑤ 「健康だと思う人」の割合は全体で 74.1%の人が「健康」、「まあまあ健康」だと思いと回答しました。「健康ではないと思う」と回答した人の割合は 70 代が最も高い結果でした。

■体重と身長から算出される肥満度を表す体格指数（BMI）の割合

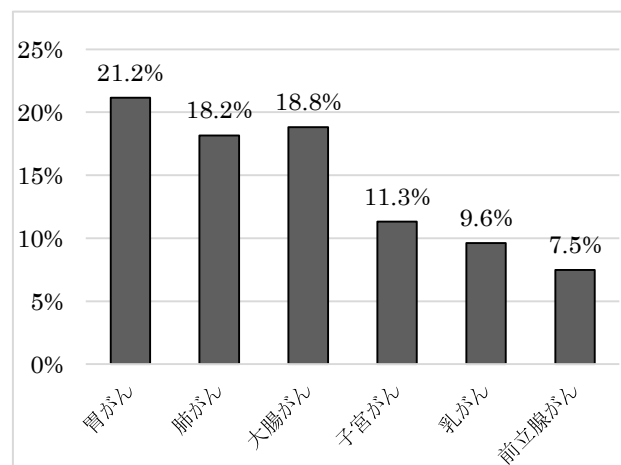
【参考】 BMI・・・体重と身長から算出される肥満度を表す体格指数（体重kg ÷（身長m）²）



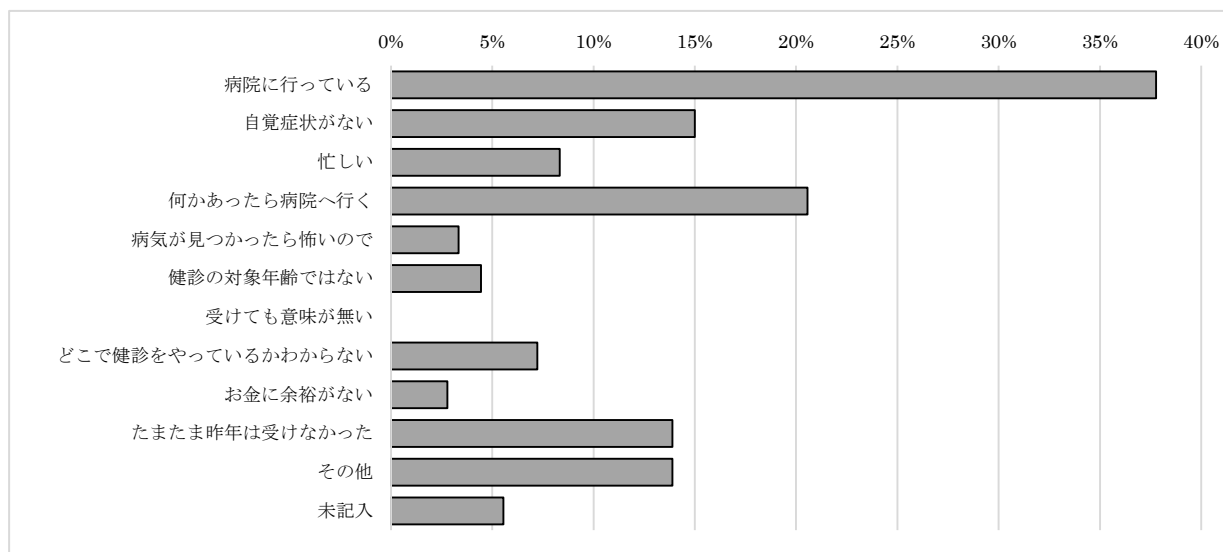
■ 1年以内に健康診断を受けた人の割合



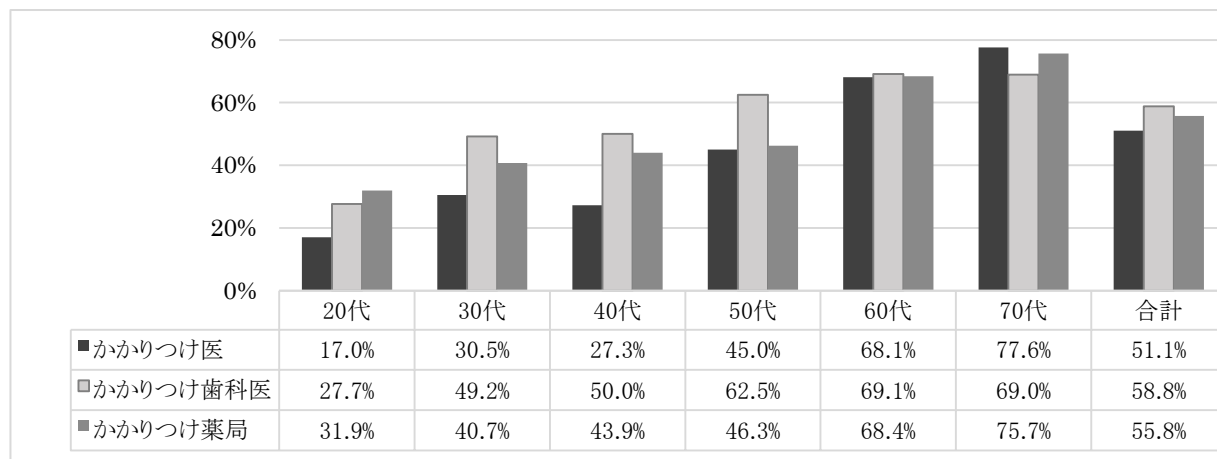
■ 1年以内になん検診を受けた人の割合



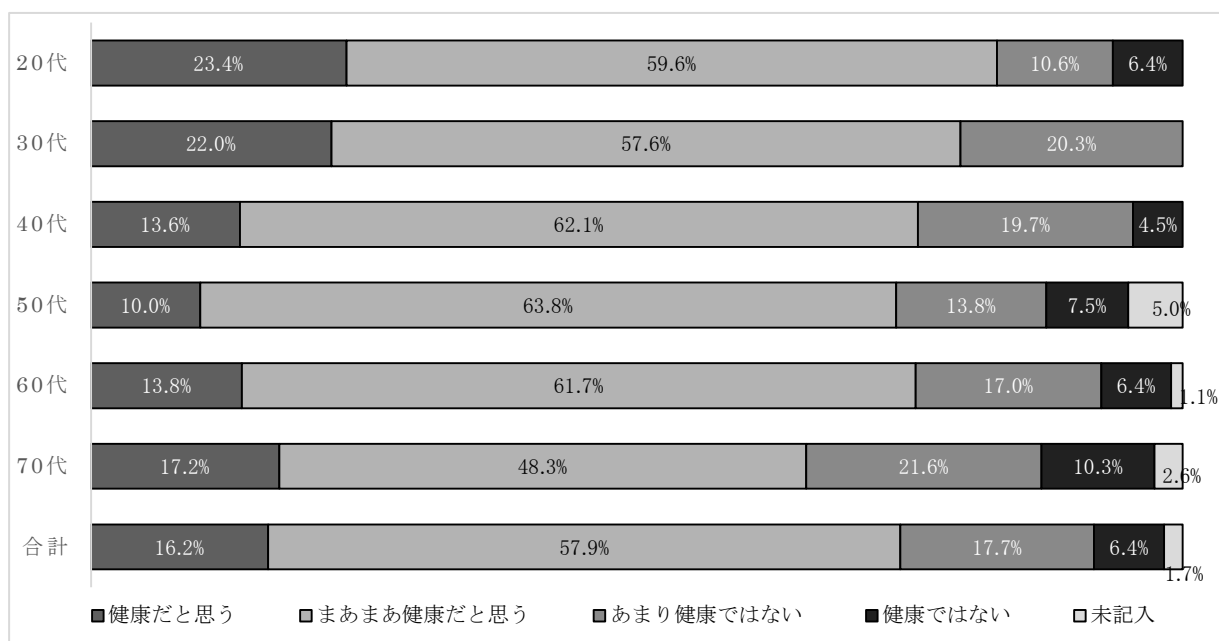
■健康診断を受けなかった理由



■かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局のある人の割合



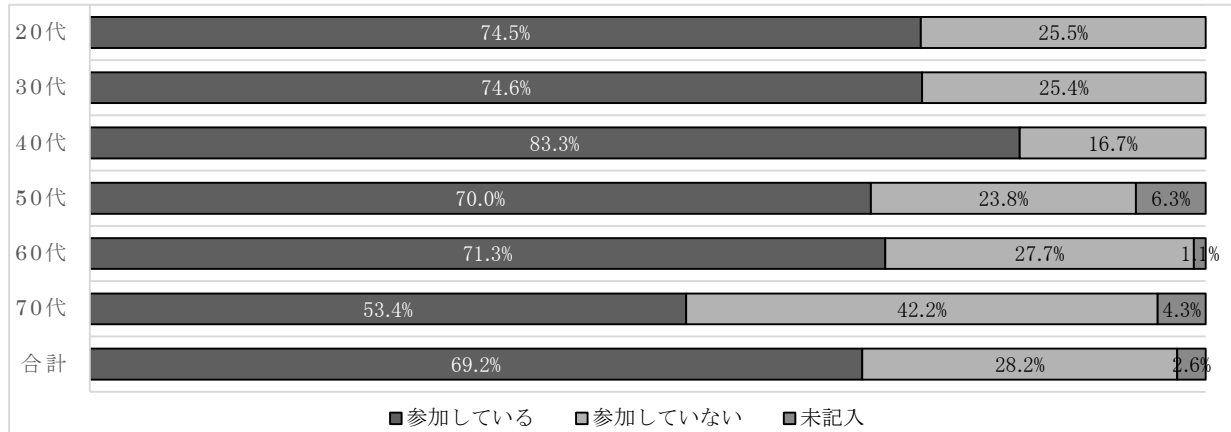
■健康だと思う人の割合



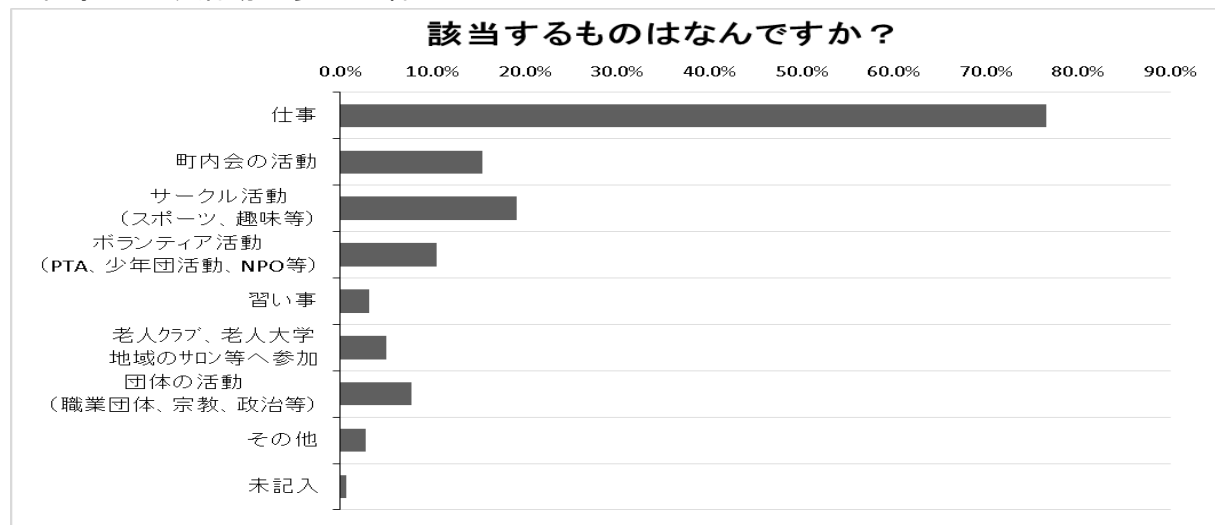
7. その他

- ① 仕事や地域活動への参加状況は、40代が最も高く、70代が最も低くなっています。参加内容としては、すべての年代で「仕事」が最も多く、次に「町内会活動」となっています。
- ② 「なかなか健康なかしべつ」を知っている人は19.2%という結果になりました。平成27年度のアンケートでは7.8%であったため、浸透されてきたといえます。

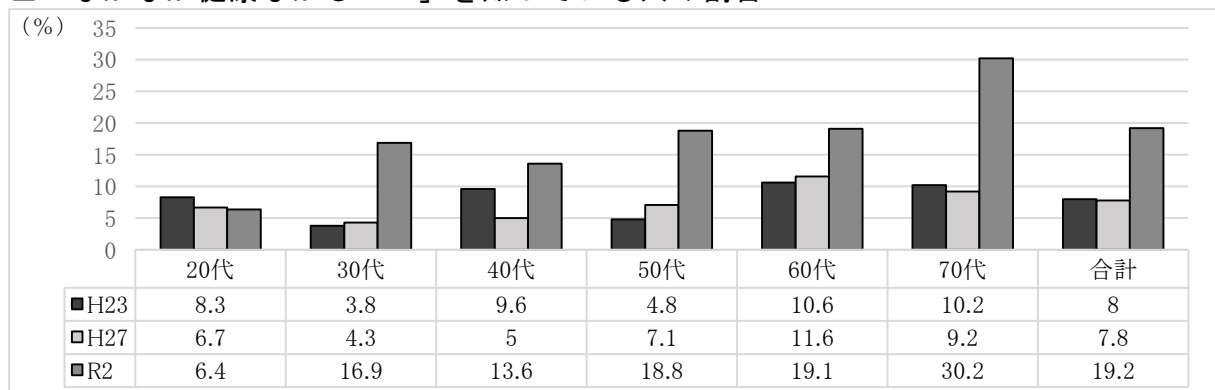
■仕事や地域活動に参加している人の割合



■仕事や地域活動の参加内容



■「なかなか健康なかしべつ」を知っている人の割合



3 第1次健康づくり推進計画の評価

第1次健康づくり推進計画は、町民一人ひとりが、健康で自分らしく豊かな人生を送ることを目指し、平成24年度から令和2年度にかけて、「運動」「食生活」「歯の健康」「こころの健康」「生活習慣病」「がん」「感染症・熱中症・食中毒」の7分野について、個人・家族、地域、行政が連携し、健康づくりの取り組みを推進してきました。

このたび計画の見直しにあたり、これまでの取り組み状況、保健統計、町民アンケート調査結果などから評価を行いました。

1. 第1次健康づくり推進計画の目標に対する事業実施状況について

(1) 運動

○計画策定時における具体的取り組み内容

【行政が行うこと】

- ・講演会、学習会の開催
- ・運動の大切さを啓蒙
- ・施設管理
- ・環境整備
- ・健康づくり計画の推進

【各種事業及び実行状況】

- ・町職員におけるリフレッシュウォークビズの推進（H24～）
- ・安全なウォーキングコースの情報提供（H24～）
- ・運動系サークルの紹介パンフレット作製及び配布（H25）
- ・背伸ばし教室の開催（H28）
- ・FMはなに出演し、計画の周知及び一般町民に向けた健康教育の実施（H28）
- ・なかなか健康シェイプアップ教室（大人・親子）の開催（H28・29）
- ・体育館と共催で体力測定会の開催（H28～年1回継続）
- ・健診結果説明会、特定保健指導における運動指導の実施（H29～）
- ・なかなか健康なかしべつポイント事業の実施（H31～）
- ・総合体育館の整備（H29）
- ・テニスコートの整備（H31）
- ・なかなか健康なかしべつ計画ロゴマークの公募、「なかなかサン」を採用（H27～）
- ・なかなか健康なかしべつ計画周知用ポケットティッシュ作成・配布（H27～）
- ・日本ハムファイターズキャラバンにて計画の周知（H29）
- ・総合体育館オープン記念に併せて計画の周知（H29）
- ・保健センター問診票・結果票発送用封筒に計画の周知について印刷（H27～）

【評価】

- ・総合体育館及びテニスコートの整備を行い、町民が安全に運動に取り組めるよう環境を整えた。施設管理は中標津町文化スポーツ振興財団に委託している。
- ・運動の大切さについて町民へ啓蒙を図るため、教育委員会職員である理学療法士に依頼し健診結果説明会や特定保健指導における運動指導を実施。
- ・運動への動機づけとなるように、運動系サークルの紹介パンフレット作成及び配布、総合体育館と共催での体力測定会の開催、ウォーキングコースの情報提供、なかなか健康なかしべつポイント事業における体育施設利用へのポイント付与を実施。なかなか健康なかしべつポイント事業における参加者へのアンケート結果では、「このポイント事業が健診や運動に取り組むきっかけとなりましたか」の問いに55%が「はい」と回答し、効果が得られたと評価できる。
- ・今回のアンケート結果より、「なかなか健康づくり推進計画」の認知度が高まった。

【今後の課題】

- ・引き続き安全に運動を行うための環境整備と、運動に取り組むことに行動を移せない人に対する動機づけ支援が必要。

(2) 食生活

○計画策定時における具体的取り組み内容

【行政が行うこと】

- ・主食、主菜、副菜のとれた食生活実践の普及・啓発
- ・栄養に関する適切な情報提供を行う
- ・正しい食生活・栄養について学習する場の充実を図る。
- ・食生活改善協議会と協力し、適切な食生活を推進する。
- ・地元の食材を使ったレシピの公開（広報や町ホームページ）

【各種事業及び実行状況】

- ・栄養教室の実施（健康・応援！栄養教室、集団結果説明会、依頼教室等）
- ・結果説明会
- ・食生活改善推進協議会主催の教室の開催（こども料理教室、男性料理教室、正月料理教室、骨太教室）※保健センター共催
- ・FMはな番組内出演（H28～）
- ・シェイプアップ教室、体力測定会、ファイターズスマイルキャラバンに参加し望ましい食生活について啓発活動実施
- ・広報紙「健康いちばん」にて望ましい食生活について啓発
- ・地元の食材を使ったレシピの公開では、栄養教室を実施する際は地元産食材を使用したレシピを実施し、町ホームページで実施レシピの掲載

【評価】

- ・欠食率は改善傾向にある。
- ・毎食野菜を食べる人は取り組みの効果が現われている。
- ・甘味飲料の摂取状況についても取り組みの効果により少しずつ減少傾向がみられる。

【今後の課題】

- ・欠食については、ほぼ目標値を達成しているが、年代別でみると20・30・40代で2～3割に欠食がみられるため、引き続き重点目標として改善に取り組む。

(3) 歯の健康

○計画策定時における具体的取り組み内容

【行政が行うこと】

- ・歯周病予防の知識の普及と口腔衛生の推進を図る。
- ・歯科の定期健診を推進する。
- ・関係機関との連携を図り、情報提供を行う。

【各種事業及び実行状況】

- ・妊婦教室参加者へ歯周病予防及び口腔衛生指導を実施
- ・乳児相談時に保護者への歯周病予防及び口腔衛生指導を実施
- ・2歳6か月児歯科健診時に保護者への歯周病予防のためのデンタルフロス指導を実施
- ・園児おたよりの作成配布
- ・広報紙への記事の掲載
- ・依頼の健康教室、高等学校歯科指導時に計画及び目標の周知啓蒙について内容に組み込んで実施
- ・シェイプアップ教室、運動教室、体力測定会、ファイターズスマイルキャラバンに参加し、歯みがき及びデンタルフロス指導を実施（H28～）
- ・FMはなへ生出演し啓蒙を実施（H28）
- ・町内歯科関係機関との連携及び近隣他町の歯科事業従事者との情報交換できる体制づくり

【評価】

- ・事業の実施状況については、計画どおりに行えており、実施方法についてもそれぞれの状況にあわせて細やかに見直し、修正を図り推進に取り組んでいる。
- ・各評価指標の状況について、年度ごとの増減はあるが少しずつ改善傾向が見られる。

【今後の課題】

- ・歯、口腔の健康維持増進のためには、幼少期からの生活習慣が大きく影響することから、できるだけ早い時期からの関わりが重要である。現在の体制での事業実施で改善が見られることから、引き続き乳幼児健診時等に実施する事業の継続及び計画の推進が必要。

(4) こころの健康

○計画策定時における具体的取り組み内容

【行政が行うこと】

- ・研修会の実施
- ・心の相談窓口の開設
- ・人の集える場づくり
- ・うつ病患者の仕事復帰支援の体制づくり

【各種事業及び実行状況】

- ・ゲートキーパー養成講座の開催（H24 86名、H25 109名、R1 39名）※H24・25年度は中標津保健所と共催
- ・こころの健康についての出前講座の開催（H24～R1 開催回数11回/延べ271名）
- ・保健センターを含むこころの相談窓口を広報紙等にて周知。
- ・「生きるを支える自殺対策行動計画（計画期間：R1～5年度）の策定 H31.3月
- ・「生きるを支える連携会議」H31.3月～年1回開催
- ・人の集える場として「ぶらっと茶ふえ」を開催（H31.4月～ 町介護保険課、福祉課、社協）

【評価】

- ・「生きるを支える自殺対策行動計画」を策定及び「生きるを支える連携会議」の開催を通して、自殺対策における庁内の連携体制を整えることができた。
- ・「ゲートキーパー養成講座」を開催し、地域においていのちを守るための人材育成を計画的に実施。

【今後の課題】

- ・自殺対策を関係部署や地域の関係機関等とともに進めていく。
- ・こころの悩みを相談できる相談窓口の周知を引き続き行う。

(5) 生活習慣病

○計画策定時における具体的取り組み内容

【行政が行うこと】

- ・受診しやすい健康診査の体制を整備。
- ・健康教育、健康診査事後指導や相談の充実を図る。
- ・健康診査の実態把握をし、正しい知識の普及・啓発し、健康診査に関心を持てるように働きかける。

【各種事業及び実行状況】

- ・集団健診（保健センター会場）の開催日程の増加（H23 9日間/年⇒R1 12日間/年）
- ・結果説明会の参加者の増加（H23 117名⇒R1 250名）
- ・集団健診（保健センター会場）の特定健診とがん検診（胃・肺・大腸・子宮・乳）を一日で受診可能な体制整備（H29：1日/年⇒R1：4日/年）
- ・健康診査費用の無料化（H27～）
- ・健診対象年齢を18歳以上に引き下げ（H30～）
- ・健診予約体制の充実…インターネット予約開始（H27～）、健診受診時に次年度の予約受付（H26～）
- ・なかなか健康なかしべつキャンペーン事業実施（H27～30）
- ・なかなか健康なかしべつポイント事業実施（H31～）
- ・健診結果説明会、特定保健指導における運動指導の実施（H29～）
- ・特定健診専門員（管理栄養士）1名の配置（H28～）
- ・データヘルス計画の策定（計画期間 H30～R5）

【評価】

- ・集団健診の日数増やがん検診との一体的実施の拡充等、健診体制の充実を図ることができた。
- ・健診料金の無料化、インターネット予約、なかなか健康なかしべつポイント事業等により受診率向上につなげることができた。
- ・特定健診専門員の配置、教育委員会理学療法士との連携により、健診事後指導の充実を図ることができた。

【今後の課題】

- ・健診受診率の更なる向上に向け、健康診査の必要性等を広く周知し、受診勧奨に努めていく。
- ・健診を受けた後の生活習慣改善、精密検査の受診等を医療機関とも連携をしながら重症化予防に努めていく必要がある。

(6) がん

○計画策定時における具体的取り組み内容

【行政が行うこと】

- ・受診しやすいがん検診の体制を整備
- ・健康教育、健診事後指導や相談の充実を図る。
- ・健診の実態把握し、正しい知識の普及・啓発し、健診に関心を持てるように働きかける。

【各種事業及び実行状況】

- ・国保人間ドック委託先の増加（H26～1 か所から 3 か所へ増加、H29～4 か所へ増加）
- ・後期高齢者人間ドックの開始（H29～4 か所で実施）
- ・集団健診（保健センター会場）の特定健診とがん検診（胃・肺・大腸・子宮・乳）を一日で受診可能な体制整備（H29：1 日/年⇒R1：4 日/年）
- ・オプション検査として、ピロリ菌検査（H29 年度～）ヒトパピローマウイルス検査（H25 年度～）、乳房エコー検査（R2～）実施
- ・広報紙「健康いちばん」にて、がん予防について啓発
- ・がん、がん検診についての講座の開催（H24～R1 開催回数 25 回/延べ 349 名）
- ・禁煙教室の開催（H30）
- ・なかなか健康なかしべつポイント事業の実施（H31～）
- ・がん検診の対象年齢を国の指針に基づいて設定（R2～）

【評価】

- ・人間ドック実施体制の充実を図ることができた。また、特定健診とがん検診を一体的に受診できる体制の充実を図ることができた。
- ・がん検診だけでなく、希望のある方へオプション検査を追加する体制を整えることができ、より疾病の早期発見・早期治療に結び付けることができた。
- ・禁煙教室を H30 年度に開催したが、参加者がなかなか集まらず開催継続が困難だった。

【今後の課題】

- ・がん検診の受診率向上に向けて、がん検診の必要性等を広く周知し、受診勧奨に努めていく。
- ・禁煙したい方への支援について検討が必要。

(7) 感染症・熱中症・食中毒

○計画策定時における具体的取り組み内容

【行政が行うこと】

- ・熱中症や食中毒、感染症予防のための知識の普及、啓蒙する。
- ・予防接種の推進、実施。
- ・広報活動

【各種事業及び実行状況】

- ・熱中症については、「中標津町緊急情報メール」を用い、気象情報をもとに適宜注意喚起のメール配信を実施。
- ・新生児訪問、相談、就学児健診、広報紙等で定期接種等の予防接種について周知、指導を実施。
- ・肺炎球菌ワクチン、高齢者インフルエンザワクチンの助成。
- ・食中毒、感染症予防のための、手洗い実習等健康教育の実施。
- ・食中毒、熱中症予防のチラシを広報紙に折込。町広報紙内「健康いちばん」にて予防啓発記事掲載。
- ・食中毒警報発令時には速やかに関係機関へ連絡し、看板の設置、公用車へマグネットの貼付による注意喚起を実施。

【評価】

- ・新型コロナウイルス感染拡大防止のため、全国的に手洗い・マスク着用・3密を避ける等の感染症予防対策が周知・展開されたことで、本町においても感染症予防の取り組みが浸透されている。
- ・熱中症、食中毒予防について、適切に注意喚起及び広報活動を行えている。

【今後の課題】

- ・感染症とともに生活をしていくことを前提に、感染症予防の取り組みを継続していく必要がある。
- ・熱中症、食中毒予防については今後も適切な時期に周知啓蒙を継続する必要がある。

2. 第1次健康づくり推進計画の目標一覧と評価

(評価の見方)

「現状・増減」 現状の数値が中間評価の数値より増加したものは「↑」、減少したものは「↓」、増減の幅が少ない場合は「→」としています。

「達成度」 策定時及び中間評価時の目標を達成していた場合には「◎達成」、目標を達成していないが改善傾向にある場合には「○改善」、目標を達成しておらず且つ増減の幅が少ない場合は「△変化なし」、目標を達成しておらず、悪化傾向にある場合には「×悪化」としています。

(1) 運動

指標	策定時(H23)		中間評価時(H27)		現状(R2)		達成度	評価方法
	数値	目標	数値	目標	数値	増減		
週に1回以上運動をする人が増える	34.4%	45%	41.8%	変更なし	52.4%	↑	◎	町民アンケート
自分に合った長く続けられそうな運動が見つけられる	40.2%	50%	33.4%	変更なし	34.4%	→	△	町民アンケート

(2) 食生活

指標	策定時(H23)		中間評価時(H27)		現状(R2)		達成度	評価方法
	数値	目標	数値	目標	数値	増減		
欠食率(朝食)	28.2%	15%	19.2%	変更なし	15.4%	↓	○	町民アンケート
毎食野菜を食べる人が増える	41.4%	50%	69.6%	75%	70.3%	↑	○	町民アンケート
甘味飲料の摂取率が減少(毎日飲む人の割合)	20代 48.3%	40%	20代 46.7% 全体 27.1%	20代 40%以下 全体 20%以下	20代 29.8% 全体 22.2%	↓	○	町民アンケート

(3) 歯の健康

指標	策定時(H23)		中間評価時(H27)		現状(R2)		達成度	評価方法
	数値	目標	数値	目標	数値	増減		
歯科の定期健診を受ける人が増える	26.8%	30%	46.3%	50%	41.9%	↓	△	町民アンケート
歯間清掃具を週2回以上使用している人が増える ※H27及びR2のフロスに「糸ようじ」は含まない	歯間ブラシ 19.2% フロス 35.6%	各50%	歯間ブラシ 42.1% フロス 35.6%	変更なし	歯間ブラシ 42.5% フロス 39.8%	↑	○	町民アンケート
毎食後歯磨きをしている人の増加	67.4% ※1日2回以上	30%	39.1% ※毎食後	45%	42.1% ※毎食後	↑	○	町民アンケート

(4) こころの健康

指標	策定時(H23)		中間評価時(H27)		現状(R2)		達成度	評価方法
	数値	目標	数値	目標	数値	増減		
相談できる場や人がある人の増加	—	50%	74.7%	80%	76.5%	↑	△	町民アンケート
睡眠で十分な休養が 取れている人の増加	—	—	57.3%	65% 以上	52.1%	↓	×	町民アンケート

(5) 生活習慣病

指標	策定時		中間評価時(H27)		現状(R2)		達成度	評価方法
	数値	目標	数値	目標	数値	増減		
健康診査受診率 (町民アンケート及び 町国民健康保険特 定健診受診率)	59.8%	70%	61.7%	変更なし	59.8%	→	△	町民アンケート
	H22 17.8%	60%	H26 21.4%	25%	H30 29.6%	↑	◎	国保特定健診 法定報告
特定健診結果、所見 がある人の割合の減 少	LDLコレステロール 51.6%	30%以 下	57.7%	変更なし	60.4%	↑	×	国保特定健診 結(40～74歳) ※現状はR1実績
	HbA1c 42.1%		40.1%		47.6%	↑		
	収縮期血圧 35.6%		38%		37.4%	→		

(6) がん

指標	策定時(H23)		中間評価時(H27)		現状(R2)		達成度	評価方法
	数値	目標	数値	目標	数値	増減		
大腸がん検診受診率	10%	30%	14.8%	20%	18.8%	↑	○	町民アンケート
乳がん検診受診率	12.9%	50%	26.4%	30%	9.6%	↓	×	町民アンケート
喫煙率 ※中間評価より指標 の「全体」を省く	全体 22.4% 男性 30.0% 女性 16.8%	全体 12%	全体 19.7% 男性 24.6% 女性 15.9%	全体 — 男性 20%以下 女性 10%以下	全体 20.7% 男性 29.4% 女性 13.0%	→	△	町民アンケート

(7) 感染症・熱中症・食中毒

指標	策定時(H23)		中間評価時(H27)		現状(R2)		達成度	評価方法
	数値	目標	数値	目標	数値	増減		
高齢者インフルエン ザワクチン接種率	—	—	40%	—	R1 41.3%	↑	○	保健事業実績

4 中標津町の健康課題

本町の地域の概要や保健統計の考察、「町民アンケート調査」による町民の生活実態及び、第1次健康づくり推進計画の評価等から検討した結果、本町の取り組むべき健康課題を以下のようにまとめました。

これらの健康課題の解決・改善に向けて、健康づくりの「7つの柱」を改めて設定しました。

健康課題のまとめ

- ① 習慣的に運動をできる環境づくりが必要
- ② 足腰に痛みのある人が多く、関節疾患で受診している人が多い
- ③ 20代～40代に欠食する人が多い
- ④ 甘味飲料を習慣的に飲む人が多い
- ⑤ お酒を適切な量・頻度以上に飲む人が多い
- ⑥ 歯周病で困っている人が多い
- ⑦ 自殺で亡くなる人が多い
- ⑧ たばこを吸う人が多い
- ⑨ 男性に肥満の人が多い
- ⑩ 高血圧症で受診している人が多い
- ⑪ 脳血管疾患で介護認定を受ける人が多い
- ⑫ 特定健康診査・がん検診を受ける人が少ない
- ⑬ 感染症・熱中症などの予防対策の継続が必要



健康づくり『7つの柱』

1. 運動
2. 食生活
3. 歯の健康
4. こころの健康
5. たばこ
6. 健康管理
7. 感染症・熱中症・食中毒

第3章 計画の基本的な考え方

1 基本理念

1. 目指す姿は“健康まちづくり”～なかなか 健康 なかしべつ～

健康まちづくり ～なかなか 健康 なかしべつ～

健康づくりは、町民一人ひとりがそれぞれの健康観に基づき主体的に取り組むことが必要ですが、個人の取り組みだけでなく、社会全体として積極的に支援する体制づくりが重要です。

中標津町でも、町民一人ひとりが、健康で自分らしく豊かな人生を送ることを目標とし、「健康まちづくり」を目指します。

具体的には、計画の策定過程で明らかになった健康課題について、自分自身、家族、地域、関係団体、行政の役割・取り組みを明らかにし連携することで、社会全体で健康づくりの推進を図ります。

また、健康づくりの取り組みの継続のために「楽しさ」や「一緒に取り組む仲間」、「（家族や友人と）みんなで仲良く取り組めること」が重要です。「中標津町」「仲間」「仲良く」の「なか」と、健康づくりという堅苦しいイメージをとり、親しみやすく取り組みやすい「なかなかの健康を目指す」「なかなか良い計画である」という意味を込めた「なかなか 健康 なかしべつ」を副題とし「第2次中標津町健康づくり推進計画」においても引き続き積極的に推進していきます。

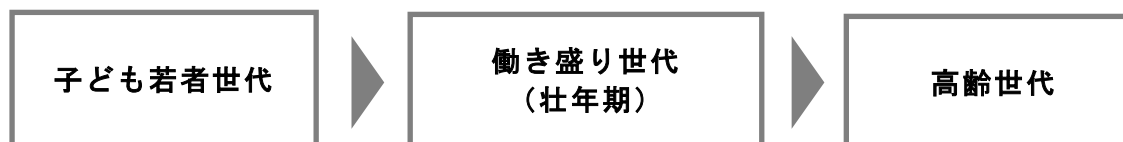
2 基本方針

1. 子どもから高齢者までの健康づくり

子どもから高齢者まで、すべての町民の健康づくりを目指します。子ども若者世代の健康づくりが、働き盛り（壮年期）世代の健康の基礎となり、壮年期の健康づくりが高齢期の健康へとつながっていきます。健康で自立した高齢期を迎え過ごすことができるよう、若い年代から切れ目なく取り組んでいきます。

妊産婦及び子ども若者世代の健康づくりの具体的取り組み内容は「母子保健計画」「食育推進計画」により推進していきます。高齢世代の健康づくりや支援体制は、本計画及び「高齢者福祉計画・介護保険事業計画」により取り組まれます。本計画では、働き盛り世代の健康づくりを基本としています。

【本計画の視点】



2. 町民が主役の健康づくり

健康づくりの主役は町民一人ひとりです。町民一人ひとりが健康づくりに取り組めるよう、行政がバックアップします。町民と地域と行政が手を携えて、それぞれ「自分・家族ができること」「地域でできること」「行政が行うこと」を認識して健康づくりを推進していきます。誰でも取り組めて、続けることができるようなわかりやすい目標を設定しています。

3. 健康に関わる環境整備の推進

町民一人ひとりが健康づくりをしていくためには、全体として支援していく環境を整備することが重要です。行政関係部署における連携はもちろん、医療機関、関係団体など健康に関わる関係者が連携し、個人の健康づくりを支援していく環境整備をします。

4. 取り組むべき目標を『7つの柱』とした健康づくり

中標津町の健康課題から、取り組むべき目標を『7つの柱』として整理しました。それぞれの目標をいかに達成できたかを評価する項目も設けます。

3 目標と具体的取り組み

1. 『7つの柱』

健康まちづくり ～なかなか 健康 なかしべつ～

7つの柱

目 標

運 動

- ・週に2回以上運動をしましょう
- ＊仲間と一緒に楽しもう

食生活

- ・1日3食食べましょう
- ・毎食野菜を食べましょう
- ・甘い飲み物を控えましょう
- ・お酒の飲みすぎに気をつけましょう

歯の健康

- ・定期健診を受けましょう
- ・歯と歯の間を磨きましょう
- ・毎食後、歯を磨きましょう

こころの健康

- ・十分な休養・睡眠をとりましょう
- ・悩んだときは相談しましょう

たばこ

- ・禁煙に努めましょう
- ・受動喫煙防止に努めましょう

健康管理

- ・年1回、健康診査を受けましょう
- ・定期的にがん検診を受けましょう
- ・適正体重を維持しましょう

感染症・熱中症・食中毒

- ・感染症を予防しましょう
- ・熱中症、食中毒を予防しましょう

2. 目標と具体的取り組み

(1) 運動

【目標】 週に2回以上運動をしましょう * 仲間と一緒に楽しもう	
【自分・家族ができること】 ・ 自分に合った継続できる運動を見つける ・ 家族や友人、職場の仲間と運動を楽しむ ・ 運動する時間や曜日を定める ・ 大会やイベント参加等の目標を持つ ・ 家事で積極的に体を動かす	【地域でできること】 ・ サークル活動や仲間づくりの推進 ・ イベントや行事の開催や周知活動 ・ 学習会の開催、参加、周知活動 ・ 町内会等でラジオ体操などを推進
【行政が行うこと】 ・ 健康保持増進のため、運動の大切さを啓発 ・ 運動への動機づけとなるような事業・周知を実施 ・ 安全に運動ができる環境整備 (具体的施策) ・ 体力測定会をはじめ、運動に関する健康教室等を開催 ・ 各関係機関と連携しスポーツや健康づくりに関する広報・啓発活動の実施 ・ 健診結果説明会や特定保健指導における運動指導 ・ 運動系サークルの紹介パンフレットの作成及び配布 ・ 安全なウォーキングコースの情報提供 ・ なかなか健康なかしべつポイント事業における体育施設利用へのポイント付与	
【評価指標】 ・ 週に2回以上運動をする人の増加 ・ 自分にあった長く続けられそうな運動が見つけれられる人の増加	

(2) 食生活

【目標】 1日3食食べましょう 毎食野菜を食べましょう 甘い飲み物を控えましょう お酒の飲みすぎに気をつけましょう	
【自分・家族ができること】 ・ 1日3食食べる ・ 野菜を毎食食べる ・ 手作りのものを食べる ・ レパートリーを増やす ・ 購入時にはカロリー表示、成分表示をみる ・ 水分は水かお茶でとる ・ 食の学習会に参加する ・ お酒の適量を知る	【地域でできること】 ・ 地産地消の推進 ・ 集会の時は、お茶を出す ・ 食の学習会の開催、参加、周知活動 ・ お酒を楽しく、適量を心掛ける、無理にすすめない
【行政が行うこと】 ・ 主食、主菜、副菜のバランスの取れた食生活実践の普及・啓発 ・ 栄養に関する適切な情報提供を行う ・ 正しい食生活・栄養について学習する場の充実を図る ・ 食生活改善推進協議会との連携と協力 (具体的施策) ・ 栄養教室の実施 ・ 食に関わる講習、料理実習の企画・開催 ・ 広報紙やホームページを通じて栄養・食に関する情報提供や知識の普及、啓発 ・ 食生活改善協議会と協力し、適切な食生活を推進する ・ 食生活改善推進員の養成講座の開催 ・ 乳幼児相談の場を利用した保護者への栄養指導・相談 ・ 地元の食材を使ったレシピの公開（広報や町ホームページ）	
【評価指標】 ・ 朝ごはんを食べている人の割合の増加 ・ 毎食野菜を食べる人の増加 ・ お酒の適量を知っている人の増加	

(3) 歯の健康

【目標】 定期健診を受けましょう 歯と歯の間を磨きましょう 毎食後、歯を磨きましょう	
【自分・家族ができること】 ・ 年に1～2回、歯科医院を受診する ・ 毎日デンタルフロスや歯間ブラシを使う ・ 毎食後、歯を磨く	【地域でできること】 ・ 歯科の定期受診の大切さの理解、推奨 ・ 歯の学習会の開催、参加、周知活動
【行政が行うこと】 ・ 歯周病予防の知識の普及と口腔衛生の推進を図る ・ 歯科の定期受診を推進する ・ 関係機関との連携を図り、情報提供を行う (具体的施策) ・ 妊娠時の歯科教室（パパママ教室）の実施 ・ 若い世代（小さい児を持つ親）への相談等の実施（乳幼児歯科健診・相談時等） ・ 幼稚園、保育園だより（年2回）や広報紙での情報提供 ・ 成人の歯科教室・相談の実施	
【評価指標】 ・ 歯科の定期健診を受ける人の増加 ・ 歯間清掃具（デンタルフロス、歯間ブラシ）を週2回以上使用している人の増加 ・ 毎食後歯磨きをしている人の増加	

(4) こころの健康

【目標】 十分な休養・睡眠をとりましょう 悩んだときは相談しましょう	
【自分・家族ができること】 ・ 十分な休養、睡眠をとる ・ 適度な運動や、生きがいとなる活動、趣味等ストレス解消の方法を持つ ・ 日頃から声かけ、挨拶をする ・ 一人で悩まず相談する ・ 周りの家族や友人、職場の人に気を配り、変化に気づいた時には見守り、必要時相談機関につなげる	【地域でできること】 ・ 日頃から声かけ、挨拶を心がけ、地域で交流する機会を持つ ・ リフレッシュ・生きがいを持てる場の提供、周知、紹介 ・ 周りの人の変化に気づいた時には見守り、必要時相談機関の紹介 ・ こころの健康についての学習会の開催、参加、周知活動
【行政が行うこと】 ・ こころの健康づくりに関する啓発・周知 ・ 悩みや不安に応じた相談・支援体制の充実 ・ 自殺予防に向けた取り組み （具体的施策） ・ 睡眠、休養、ストレス等のこころの健康づくりに関する広報・啓発活動の実施 ・ 地域における悩みに応じた相談窓口を広報紙や町ホームページ等で周知 ・ 関係部署、関係機関と連携し、子育て支援や、高齢者、障がい者支援を進め、安心して生活を送れるよう取り組む ・ 「中標津町生きるを支える自殺対策行動計画」に基づき、生きることへの包括的な支援を進める	
【評価指標】 ・ 相談できる場や人の増加 ・ 睡眠で十分な休養が取れている人の増加	

(5) たばこ

【目標】 禁煙に努めましょう 受動喫煙防止に努めましょう	
【自分・家族ができること】 ・ 喫煙によって引き起こされる健康被害や受動喫煙の影響を知る ・ たばこの害を理解し、たばこを吸わないようにする ・ 家族・友人など周りの協力を得ながら、禁煙治療等も利用し、禁煙に取り組む ・ 喫煙者は、受動喫煙防止に努める	【地域でできること】 ・ 地域や職場の受動喫煙防止の普及・啓発と環境整備 ・ たばこの害についての学習会の開催、参加、周知活動
【行政が行うこと】 ・ 喫煙、受動喫煙による健康への影響についての情報発信、啓発活動 ・ 禁煙を希望する人への支援 ・ 公共施設をはじめとした、受動喫煙防止の取り組みの推進 (具体的施策) ・ 広報紙、健康教室、イベント等様々な機会を通し、喫煙・受動喫煙による健康への影響について普及啓発を行う ・ 禁煙指導の実施（母子手帳交付時、乳幼児健診・相談、健診事後相談等）	
【評価指標】 ・ 喫煙率の減少	

(6) 健康管理

【目標】 年1回、健康診査を受けましょう 定期的にがん検診を受けましょう 適正体重を維持しましょう	
【自分・家族ができること】 ・ 年に1回、健康診査を受ける ・ 定期的にがん検診を受ける ・ 毎日体重をはかる ・ 健診結果から日常生活を振り返り、生活習慣を見直す ・ 精密検査や治療が必要な場合には、医師の指示のもと適切に受診をする ・ かかりつけ医・歯科医・薬局を持つ	【地域でできること】 ・ 健康診査・がん検診受診の推進、周知活動 ・ 健康づくりや生活習慣病予防についての学習会の開催、参加、周知活動
【行政が行うこと】 ・ 健康づくりやがん予防についての正しい情報発信 ・ 受診しやすい健康診査・がん検診の体制を整備 ・ 各種健診の必要性や受診方法等について分かりやすい周知、受診のきっかけづくりや継続受診への支援 ・ 各種健康診断による健康状態の把握と、健診事後指導や相談の充実を図り、疾病の早期発見・早期治療、重症化予防につなげる支援 (具体的施策) ・ 広報紙、健康教室等で生活習慣病やがん等の正しい知識の普及啓発を行う ・ 集団健診や個別健診の実施、特定健診とがん検診を一体的に受診できるよう健診体制を整える ・ 広報紙チラシ折込、町内会回覧、FMはな、SNS等により健康診査・がん検診の周知 ・ なかなか健康なかしべつポイント事業の実施 ・ 健診結果説明会、健診事後相談、特定保健指導の実施、精密検査未受診者への受診勧奨	
【評価指標】 ・ 健康であると感じる人の増加 ・ 健康診査受診率の向上 ・ がん検診受診率の向上 ・ 適正体重を維持している人の割合が増える	

(7) 感染症・熱中症・食中毒

【目標】 感染症を予防しましょう 熱中症、食中毒を防止しましょう	
【自分・家族ができること】 ・ 手洗い、咳エチケット、換気等の正しい感染症予防方法を知り、実行する ・ 熱中症の予防方法や対処方法を知り、実行する ・ 食中毒の予防方法（つけない、増やさない、やっつける）を知り、実行する ・ 予防接種を受ける	【地域でできること】 ・ 感染症、熱中症、食中毒についての学習会の開催、参加、周知活動 ・ イベントや集会などにおいては、感染症・食中毒・熱中症予防に努める
【行政が行うこと】 ・ 感染症や熱中症、食中毒予防のための正しい知識の普及、啓発 ・ 予防接種の推進、実施 ・ 感染症への注意警戒が必要な時、食中毒警報発令時や熱中症の危険性がある場合の情報発信 （具体的施策） ・ 広報紙、健康教室、乳幼児健診・相談等で正しい知識の普及啓発を行う ・ 新生児訪問、乳幼児健診・相談、広報紙等による予防接種の指導及び周知 ・ 医療機関と連携し、予防接種体制の整備 ・ 感染症の注意報、警報が発令された場合の SNS 等による周知 ・ 熱中症の危険がある場合には、緊急情報メールや FM はなで緊急周知を実施 ・ 食中毒警報が発令された場合、各関係機関に連絡	
【評価指標】 ・ 高齢者インフルエンザワクチン接種率の向上	

4 評価指標と目標値一覧

1. 第2次健康づくり推進計画における評価指標及び目標値

指 標		現状値	目標値	評価方法
運動	週に2回以上運動をする人の増加	38.7%	45%	町民アンケート
	自分に合った長く続けられそうな運動が見つけられる人の増加	34.4%	40%	〃
食生活	朝ごはんを食べている人の割合の増加	85.3%	90%	〃
	毎食野菜を食べる人の増加	70.3%	75%	〃
	お酒の適量を知っている人の増加	43.8%	50%	〃
歯の健康	歯科の定期健診を受ける人の増加	41.9%	50%	〃
	歯間清掃具を週2回以上使用している人の増加	39.1%	50%	〃
	毎食後歯磨きをしている人の増加	42.1%	45%	〃
こころの健康	相談できる場や人がある人が増える	76.5%	80%	〃
	睡眠で十分な休養が取れている人の増加	52.1%	60%	〃
たばこ	喫煙率の減少	男性 29.4% 女性 13.0%	男性 20%以下 女性 10%以下	〃
健康管理	健康であると感じる人の増加 (健康・まあまあ健康)	74.1%	増加	〃
	健康診査受診率の向上	アンケート 59.8%	70%	〃
		国保特定健診 H30 29.6%	60%	国保特定健診法定報告
	胃がん検診受診率の向上	アンケート 21.2% H30 7.8%	増加	上段: 町民アンケート 下段: 健康増進事業報告
	肺がん検診受診率の向上	アンケート 18.2% H30 6.3%	増加	
	大腸がん検診受診率の向上	アンケート 18.8% H30 6.5%	増加	
	乳がん検診受診率の向上	アンケート 9.6% H30 14.9%	増加	
	子宮頸がん検診受診率の向上	アンケート 11.3% H30 8.6%	増加	
	適正体重を維持している人の割合が増える	男性 59.7% 女性 69.1%	増加	町民アンケート
感染症・熱中症・食中毒	高齢者インフルエンザワクチン接種率の向上	R1 41.3%	増加	保健事業実績

第4章 計画の推進方法

1 計画の普及・啓発

この計画は、基本理念の実現に向け、町民や地域、行政など、社会が一体となって健康づくりを推進していく指針となるものです。

このため、町民一人ひとりが本計画について理解し、実践していただくために、計画を広く公表し、町ホームページやさまざまな機会をとおして、本町における健康づくりの考え方や施策についてわかりやすく紹介していきます。また、町民に馴染みやすいよう、「なかなか健康なかしべつ」を副題に用いることを継続し、本計画キャラクターである「なかなかサン」を活用しながら、関係機関や団体等と連携し、きめ細やかな広報、啓発活動を進めます。

2 計画の推進体制

この計画に含まれる分野は、医療、福祉、介護、生涯学習など様々な施策分野にわたります。このため、それぞれの役割を明確化し、連携に努めながら、町民一人ひとりの主体的な健康づくりを支えることで総合的な推進を図ります。

1. 町民・家庭の役割

健康づくりの主役は町民一人ひとりであり、自分の健康状態に関心を持ち、主体的かつ継続的に健康づくりに取り組むことが重要です。定期的な健康診査の受診、健康に関する講座等の参加、健康情報の活用など、自ら積極的に実践していく必要があります。

家庭は、日々の生活を通じて基本的な食事や運動などの健康づくりの基盤となります。また、家族団らんの場は心のやすらぎにも繋がります。心身ともに健康であるために、家族ぐるみで健康づくりの実践が大切です。

2. 地域の役割

住民一人ひとりが、地域において健康づくりに取り組みやすい環境を整えるために、町内会等の各種団体が健康づくりに関する情報や機会を積極的に提供し、心身の健康を地域で支えていくことが大切です。

地域の状況に応じた健康づくりのきっかけをつくったり、継続を促すための仲間づくりを進めていくことが必要です。

3. 職場の役割

職場は青年期から壮年期まで多くの時間を過ごす場であり、就労者の健康づくりに重要な役割を担っています。健康診断の実施や職場環境の整備に努め、就労者の健康づくりを積極的に支援していくことが大切です。

4. 医療機関・関係機関の役割

医療機関や関係機関は、健康づくりに関わる各分野の専門職と連携するとともに、その専門性をいかして健康に関する相談や情報提供などを実施し、町民の健康づくりを支援します。

5. 行政の役割

町民が継続して健康づくりに取り組めるように、積極的な情報提供や相談、各分野の施策を推進し支援していきます。

保健分野に限らず、広範囲な分野の担当部局が連携・協力し、全庁的に計画の推進に取り組めます。また庁内だけではなく、地域や健康づくりに関する団体と連携を図りながら、健康づくりを支えるための環境づくりに取り組んでいきます。

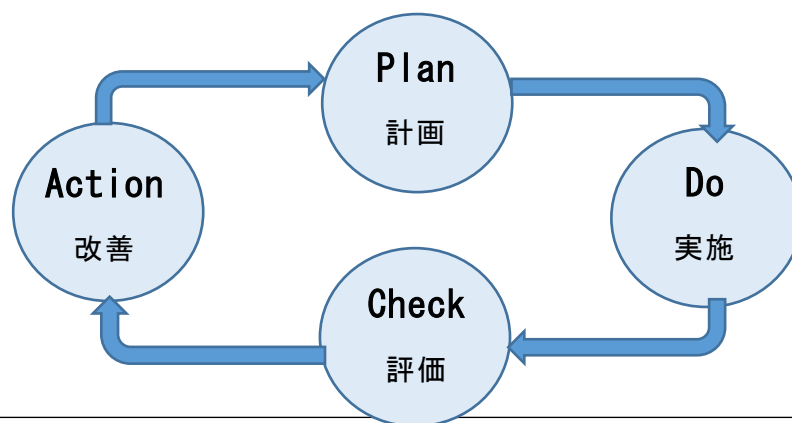
3 計画の進行管理

1. 「中標津町健康づくり推進連絡会議」における進行管理

計画に基づく施策を推進するため、「中標津町健康づくり推進連絡会議」において毎年度、計画に基づき事業の企画及び進捗状況の確認を行い、実績などに基づいて評価し、施策の改善につなげていきます。

2. P D C Aサイクル^(※1)による計画の着実な推進

計画の推進に当たっては、進捗状況や目標の達成状況を踏まえ、計画全体の検証を行い、その結果を踏まえた更なる計画推進につなげていくというP D C Aサイクルを構築し、本町の計画推進に努めていきます。



※1 P D C Aサイクル

Plan-Do-Check-Actionの略称。

Plan（計画）、Do（実施）、Check（評価）、Action（改善）の4つの視点をプロセスの中に取り込むことで、プロセスを不断のサイクルとし、継続的な改善を推進するマネジメント手法のこと。

第5章 資料

1 健康増進法（一部抜粋）

公布：平成 14 年法律第 103 号

施行：令和 2 年 4 月 1 日（平成 30 年法律第 78 号による改正）

目次

第一章	総則（第一条―第六条）
第二章	基本方針等（第七条―第九条）
第三章	国民健康・栄養調査等（第十条―第十六条の二）
第四章	保健指導等（第十七条―第十九条の四）
第五章	特定給食施設（第二十条―第二十四条）
第六章	受動喫煙防止
第一節	総則（第二十五条―第二十八条）
第二節	受動喫煙を防止するための措置（第二十九条―第四十二条）
第七章	特別用途表示等（第四十三条―第六十七条）
第八章	雑則（第六十八条・第六十九条）
第九章	罰則（第七十条―第七十八条）
附則	

第一章 総則

（目的）

第一条 この法律は、我が国における急速な高齢化の進展及び疾病構造の変化に伴い、国民の健康の増進の重要性が著しく増大していることにかんがみ、国民の健康の増進の総合的な推進に関し基本的な事項を定めるとともに、国民の栄養の改善その他の国民の健康の増進を図るための措置を講じ、もって国民保健の向上を図ることを目的とする。

（国民の責務）

第二条 国民は、健康な生活習慣の重要性に対する関心と理解を深め、生涯にわたって、自らの健康状態を自覚するとともに、健康の増進に努めなければならない。

（国及び地方公共団体の責務）

第三条 国及び地方公共団体は、教育活動及び広報活動を通じた健康の増進に関する正しい知識の普及、健康の増進に関する情報の収集、整理、分析及び提供並びに研究の推進並びに健康の増進に係る人材の養成及び資質の向上を図るとともに、健康増進事業実施者その他の関係者に対し、必要な技術的援助を与えることに努めなければならない。

（健康増進事業実施者の責務）

第四条 健康増進事業実施者は、健康教育、健康相談その他国民の健康の増進のために必要な事業（以下「健康増進事業」という。）を積極的に推進するよう努めなければならない。

（関係者の協力）

第五条 国、都道府県、市町村（特別区を含む。以下同じ。）、健康増進事業実施者、医療機関その他の関係者は、国民の健康の増進の総合的な推進を図るため、相互に連携を図りながら協力するよう努めなければならない。

（定義）

第六条 この法律において「健康増進事業実施者」とは、次に掲げる者をいう。

- 一 健康保険法（大正十一年法律第七十号）の規定により健康増進事業を行う全国健康保険協会、健康保険組合又は健康保険組合連合会
- 二 船員保険法（昭和十四年法律第七十三号）の規定により健康増進事業を行う全国健康保険協会
- 三 国民健康保険法（昭和三十三年法律第百九十二号）の規定により健康増進事業を行う市町村、国民健康保険組合又は国民健康保険団体連合会
- 四 国家公務員共済組合法（昭和三十三年法律第百二十八号）の規定により健康増進事業を行う国家公務員共済組合又は国家公務員共済組合連合会

- 五 地方公務員等共済組合法（昭和三十七年法律第百五十二号）の規定により健康増進事業を行う地方公務員共済組合又は全国市町村職員共済組合連合会
- 六 私立学校教職員共済法（昭和二十八年法律第二百四十五号）の規定により健康増進事業を行う日本私立学校振興・共済事業団
- 七 学校保健安全法（昭和三十三年法律第五十六号）の規定により健康増進事業を行う者
- 八 母子保健法（昭和四十年法律第百四十一号）の規定により健康増進事業を行う市町村
- 九 労働安全衛生法（昭和四十七年法律第五十七号）の規定により健康増進事業を行う事業者
- 十 高齢者の医療の確保に関する法律（昭和五十七年法律第八十号）の規定により健康増進事業を行う全国健康保険協会、健康保険組合、市町村、国民健康保険組合、共済組合、日本私立学校振興・共済事業団又は後期高齢者医療広域連合
- 十一 介護保険法（平成九年法律第百二十三号）の規定により健康増進事業を行う市町村
- 十二 この法律の規定により健康増進事業を行う市町村
- 十三 その他健康増進事業を行う者であつて、政令で定めるもの

第二章 基本方針等 （基本方針）

第七条 厚生労働大臣は、国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針（以下「基本方針」という。）を定めるものとする。

2 基本方針は、次に掲げる事項について定めるものとする。

一 国民の健康の増進の推進に関する基本的な方向

二 国民の健康の増進の目標に関する事項

三 次条第一項の都道府県健康増進計画及び同条第二項の市町村健康増進計画の策定に関する基本的な事項

四 第十条第一項の国民健康・栄養調査その他の健康の増進に関する調査及び研究に関する基本的な事項

五 健康増進事業実施者間における連携及び協力に関する基本的な事項

六 食生活、運動、休養、飲酒、喫煙、歯の健康の保持その他の生活習慣に関する正しい知識の普及に関する事項

七 その他国民の健康の増進の推進に関する重要事項

3 厚生労働大臣は、基本方針を定め、又はこれを変更しようとするときは、あらかじめ、関係行政機関の長に協議するものとする。

4 厚生労働大臣は、基本方針を定め、又はこれを変更したときは、遅滞なく、これを公表するものとする。

（都道府県健康増進計画等）

第八条 都道府県は、基本方針を勘案して、当該都道府県の住民の健康の増進の推進に関する施策についての基本的な計画（以下「都道府県健康増進計画」という。）を定めるものとする。

2 市町村は、基本方針及び都道府県健康増進計画を勘案して、当該市町村の住民の健康の増進の推進に関する施策についての計画（以下「市町村健康増進計画」という。）を定めるよう努めるものとする。

3 国は、都道府県健康増進計画又は市町村健康増進計画に基づいて住民の健康増進のために必要な事業を行う都道府県又は市町村に対し、予算の範囲内において、当該事業に要する費用の一部を補助することができる。

（健康診査の実施等に関する指針）

第九条 厚生労働大臣は、生涯にわたる国民の健康の増進に向けた自主的な努力を促進するため、健康診査の実施及びその結果の通知、健康手帳（自らの健康管理のために必要な事項を記載する手帳をいう。）の交付その他の措置に関し、健康増進事業実施者に対する健康診査の実施等に関する指針（以下「健康診査等指針」という。）を定めるものとする。

2 厚生労働大臣は、健康診査等指針を定め、又はこれを変更しようとするときは、あらかじめ、総務大臣、財務大臣及び文部科学大臣に協議するものとする。

3 厚生労働大臣は、健康診査等指針を定め、又はこれを変更したときは、遅滞なく、これを公表するものとする。

2 中標津町健康づくり推進連絡会議設置要綱

(設置)

第1条 健康増進法（平成14年法律第103号）及び中標津町健康づくり推進計画（以下「推進計画」という。）の趣旨に基づき、本町の健康づくりを総合的かつ計画的に推進するため、中標津町健康づくり推進連絡会議（以下「連絡会議」という。）を設置する。

(所掌事務)

第2条 連絡会議は、次に掲げる事務を所掌する。

- (1) 推進計画に関すること。
- (2) 健康づくり推進の実態把握に関すること。
- (3) 健康づくり推進の実践活動に関すること。
- (4) その他健康づくり推進に関し必要な事項

(構成)

第3条 連絡会議の委員は、次の各号に掲げる者の中から町長が委嘱する。

- (1) 健康づくりに関係する団体の代表又は推薦等による者
- (2) 公募に応じた者
- (3) 町職員
- (4) その他町長が必要と認める者

(任期)

第4条 委員の任期は2年とする。ただし、再任を妨げない。

2 委員が欠けた場合における補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(会長及び副会長)

第5条 連絡会議に会長及び副会長を置き、それぞれ委員の互選により選出する。

2 会長は、会務を統括し、連絡会議を代表する。

3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故あるとき、又は欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 連絡会議の会議は、会長が招集し、会長が議長となる。ただし、この要綱の施行後、最初に招集される会議は、町長が招集する。

2 会長が必要と認めるときは、会議に委員以外の者を出席させて意見又は説明を求めることができる。

(庶務)

第7条 連絡会議の庶務は、保健センターにおいて処理する。

(委任)

第8条 この要綱に定めるもののほか、必要な事項は町長が定める。

附 則

1 この要綱は、公布の日から施行する。

2 この要綱の施行後、最初に委嘱する委員の任期は、平成27年3月31日までとする。

附 則

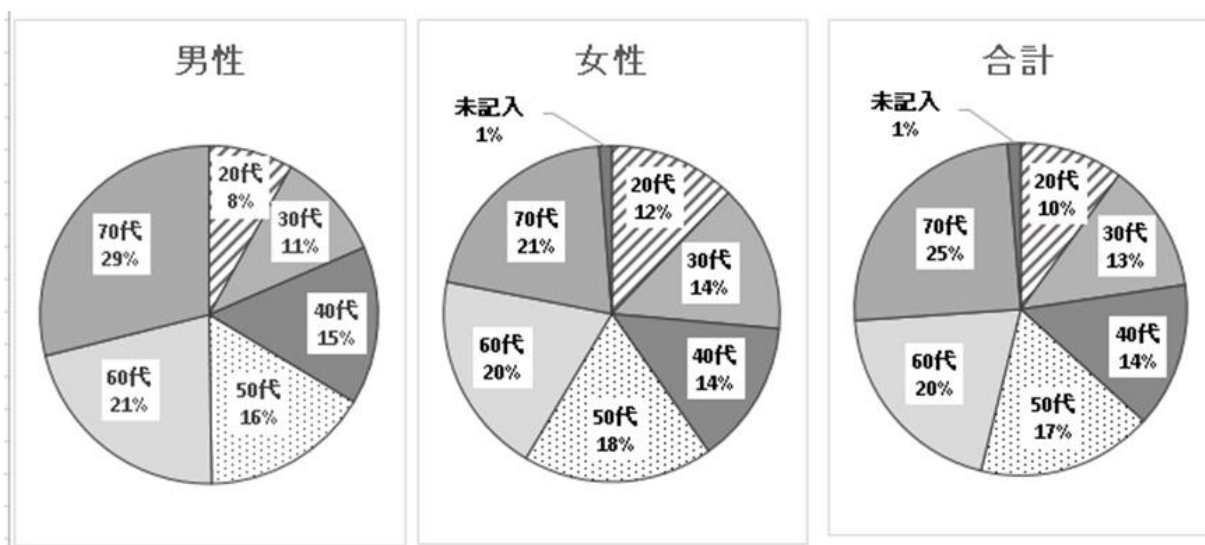
1 この要綱は、平成27年10月1日から施行する。

3 中標津町健康づくり推進計画町民アンケート調査結果

1. 調査対象 住民基本台帳から無作為抽出による 20 代～70 代の男女各 100 名の総数 1,200 名
2. 調査方法 郵送によるアンケートの配布・回収
3. 調査期間 令和 2 年 6 月 17 日～令和 2 年 7 月 7 日
4. 回答率 468 名（39.0%）
5. その他 比率はすべて百分率で表し小数点第二位を四捨五入して算出した。複数回答のある集計については百分比の合計が 100%にならない場合がある。

問 1 あなたの性別・年齢を教えてください。

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
男性	17	22	32	34	45	61	0	211
	8.1%	10.4%	15.2%	16.1%	21.3%	28.9%	0.0%	45.1%
女性	30	35	34	45	48	51	3	246
	12.2%	14.2%	13.8%	18.3%	19.5%	20.7%	1.2%	52.6%
不明	0	2	0	1	1	4	3	11
	0.0%	18.2%	0.0%	9.1%	9.1%	36.4%	27.3%	2.4%
合計	47	59	66	80	94	116	6	468
	10.0%	12.6%	14.1%	17.1%	20.1%	24.8%	1.3%	100.0%



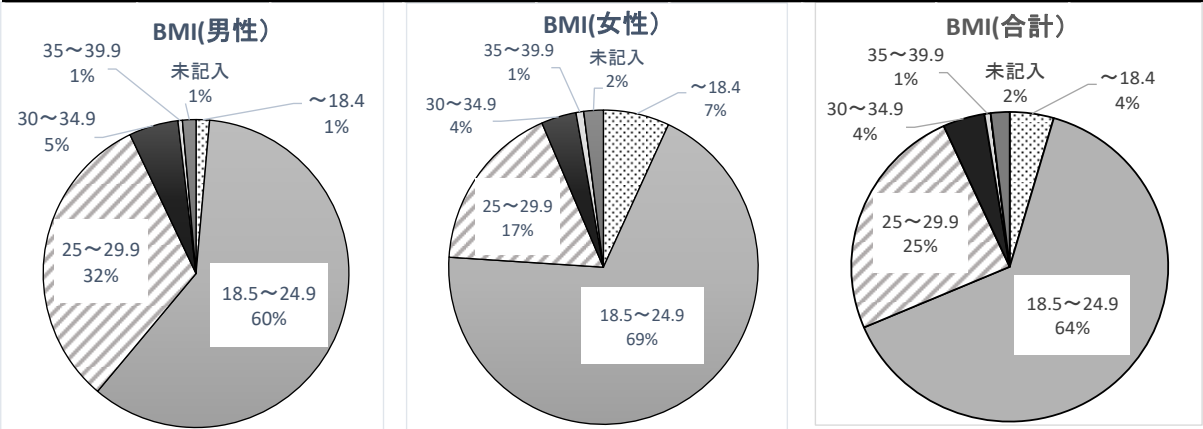
問2 あなたの身長と体重を教えてください。

【参考】 BMI・・・体重と身長から算出される肥満度を表す体格指数（体重kg÷（身長m）²）

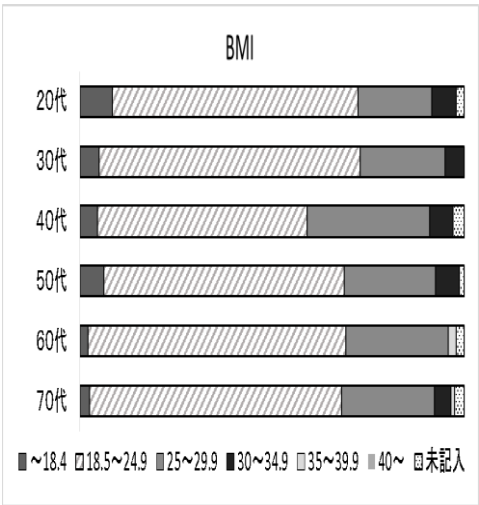
日本肥満学会の判定基準

BMI 値	判定
18.5 未満	低体重（痩せ型）
18.5～25 未満	普通体重
25～30 未満	肥満（1度）
30～35 未満	肥満（2度）
35～40 未満	肥満（3度）
40 以上	肥満（4度）

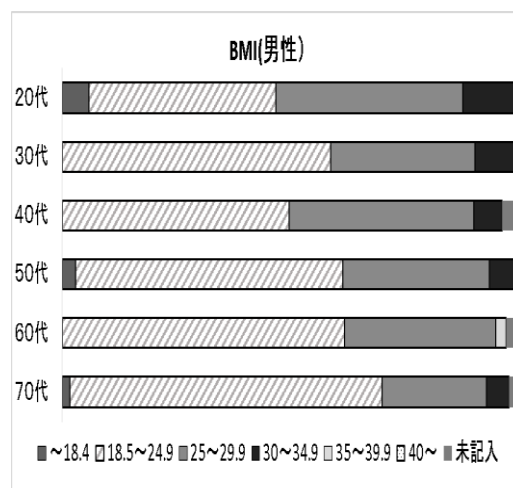
	～18.4	18.5～24.9	25～29.9	30～34.9	35～39.9	40～	未記入	合計
男性	3 1.4%	126 59.7%	67 31.8%	11 5.2%	1 0.5%	0 0.0%	3 1.4%	211 45.2%
女性	17 6.9%	170 69.1%	43 17.5%	9 3.7%	2 0.8%	0 0.0%	5 2.0%	246 52.5%
不明	1 9.1%	4 36.4%	5 45.5%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 9.1%	11 2.4%
合計	21 4.5%	300 64.0%	115 24.6%	20 4.3%	3 0.6%	0 0.0%	9 1.9%	468 100.0%



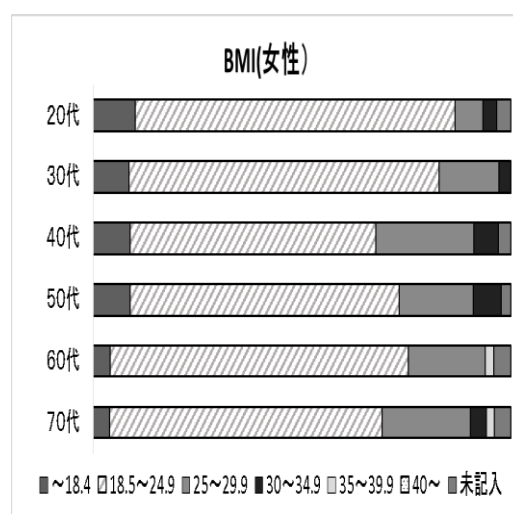
	～18.4	18.5～24.9	25～29.9	30～34.9	35～39.9	40～	未記入	合計
20代	4 8.5%	30 63.8%	9 19.1%	3 6.4%	0 0.0%	0 0.0%	1 2.1%	47 10.1%
30代	3 5.1%	40 67.8%	13 22.0%	3 5.1%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	59 12.6%
40代	3 4.5%	36 54.5%	21 31.8%	4 6.1%	0 0.0%	0 0.0%	2 3.0%	66 14.1%
50代	5 6.3%	50 62.5%	19 23.8%	5 6.3%	0 0.0%	0 0.0%	1 1.3%	80 17.1%
60代	2 2.1%	63 67.0%	25 26.6%	0 0.0%	2 2.1%	0 0.0%	2 2.1%	94 20.1%
70代	3 2.6%	76 65.5%	28 24.1%	5 4.3%	1 0.9%	0 0.0%	3 2.6%	116 24.6%
不明	1 16.7%	5 83.3%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	6 1.3%
合計	21 4.5%	300 64.1%	115 24.6%	20 4.3%	3 0.6%	0 0.0%	9 1.9%	468 100.0%



男性	～18.4	18.5～24.9	25～29.9	30～34.9	35～39.9	40～	未記入	合計
20代	1 5.9%	7 41.2%	7 41.2%	2 11.8%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	17 8.1%
30代	0 0.0%	13 59.1%	7 31.8%	2 9.1%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	22 10.4%
40代	0 0.0%	16 50.0%	13 40.6%	2 6.3%	0 0.0%	0 0.0%	1 3.1%	32 15.2%
50代	1 2.9%	20 58.8%	11 32.4%	2 5.9%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	34 16.1%
60代	0 0.0%	28 62.2%	15 33.3%	0 0.0%	1 2.2%	0 0.0%	1 2.2%	45 21.3%
70代	1 1.6%	42 68.9%	14 23.0%	3 4.9%	0 0.0%	0 0.0%	1 1.6%	61 28.9%
不明	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
合計	3 1.4%	126 59.7%	67 31.8%	11 5.2%	1 0.5%	0 0.0%	3 1.4%	211 100.0%

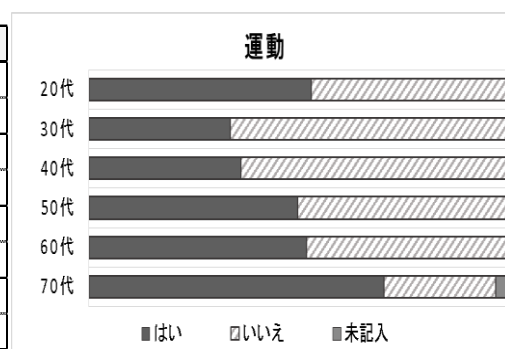


女性	～18.4	18.5～24.9	25～29.9	30～34.9	35～39.9	40～	未記入	合計
20代	3 10.0%	23 76.7%	2 6.7%	1 3.3%	0 0.0%	0 0.0%	1 3.3%	30 12.2%
30代	3 8.6%	26 74.3%	5 14.3%	1 2.9%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	35 14.2%
40代	3 8.8%	20 58.8%	8 23.5%	2 5.9%	0 0.0%	0 0.0%	1 2.9%	34 13.8%
50代	4 8.9%	29 64.4%	8 17.8%	3 6.7%	0 0.0%	0 0.0%	1 2.2%	45 18.3%
60代	2 4.2%	35 72.9%	9 18.8%	0 0.0%	1 2.1%	0 0.0%	1 2.1%	48 19.5%
70代	2 3.9%	34 66.7%	11 21.6%	2 3.9%	1 2.0%	0 0.0%	1 2.0%	51 20.7%
未記入	0 0.0%	3 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	3 1.2%
合計	17 6.9%	170 69.1%	43 17.5%	9 3.7%	2 0.8%	0 0.0%	5 2.0%	246 100.0%

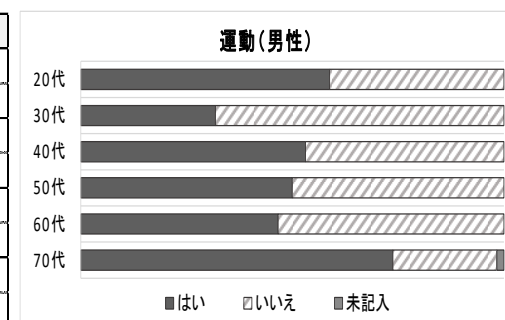


問3 週に1回以上運動していますか？

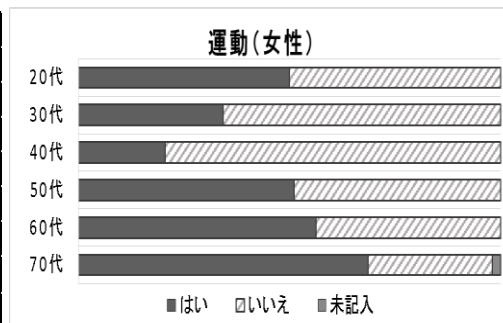
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
はい	25 53.2%	20 33.9%	24 36.4%	40 50.0%	49 52.1%	82 70.7%	5 83.3%	245 52.4%
いいえ	22 46.8%	39 66.1%	42 63.6%	40 50.0%	45 47.9%	31 26.7%	1 16.7%	220 47.0%
未記入	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	3 2.6%	0 0.0%	3 0.6%
合計	47 10.0%	59 12.6%	66 14.1%	80 17.1%	94 20.1%	116 24.8%	6 1.3%	468 100.0%



男性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
はい	10 58.8%	7 31.8%	17 53.1%	17 50.0%	21 46.7%	45 73.8%	0 0.0%	117 55.5%
いいえ	7 41.2%	15 68.2%	15 46.9%	17 50.0%	24 53.3%	15 24.6%	0 0.0%	93 44.1%
未記入	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 1.6%	0 0.0%	1 0.5%
合計	17 8.1%	22 10.4%	32 15.2%	34 16.1%	45 21.3%	61 28.9%	0 0.0%	211 100.0%

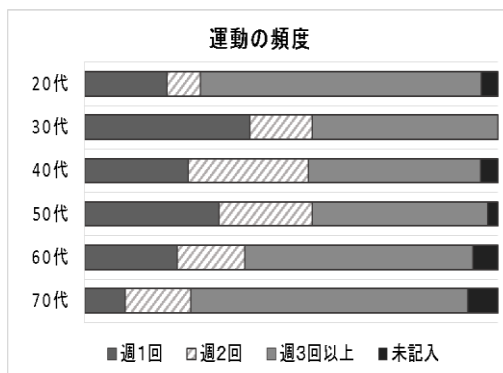


女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
はい	15	12	7	23	27	35	3	122
	50.0%	34.3%	20.6%	51.1%	56.3%	68.6%	1.4%	49.6%
いいえ	15	23	27	22	21	15	0	123
	50.0%	65.7%	79.4%	48.9%	43.8%	29.4%	0.0%	50.0%
未記入	0	0	0	0	0	1	0	1
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	2.0%	0.0%	0.4%
合計	30	35	34	45	48	51	3	246
	12.2%	14.2%	13.8%	18.3%	19.5%	20.7%	1.2%	100.0%



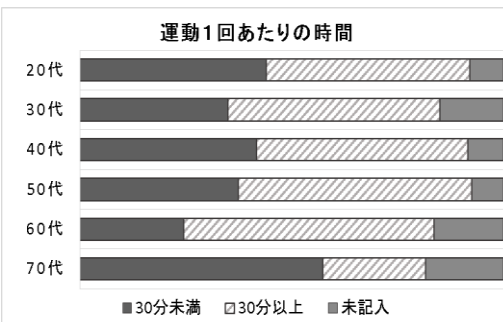
問3-① 「はい」と答えた方⇒運動の頻度

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
週1回	5	8	6	13	11	8	1	52
	20.0%	40.0%	25.0%	32.5%	22.4%	9.8%	20.0%	21.2%
週2回	2	3	7	9	8	13	1	43
	8.0%	15.0%	29.2%	22.5%	16.3%	15.9%	20.0%	17.6%
週3回以上	17	9	10	17	27	55	3	138
	68.0%	45.0%	41.7%	42.5%	55.1%	67.1%	60.0%	56.3%
未記入	1	0	1	1	3	6	0	12
	4.0%	0.0%	4.2%	2.5%	6.1%	7.3%	0.0%	4.9%
合計	25	20	24	40	49	82	5	245
	10.2%	8.2%	9.8%	16.3%	20.0%	33.5%	2.0%	100.0%



問3-① 「はい」と答えた方⇒運動1回あたりの時間

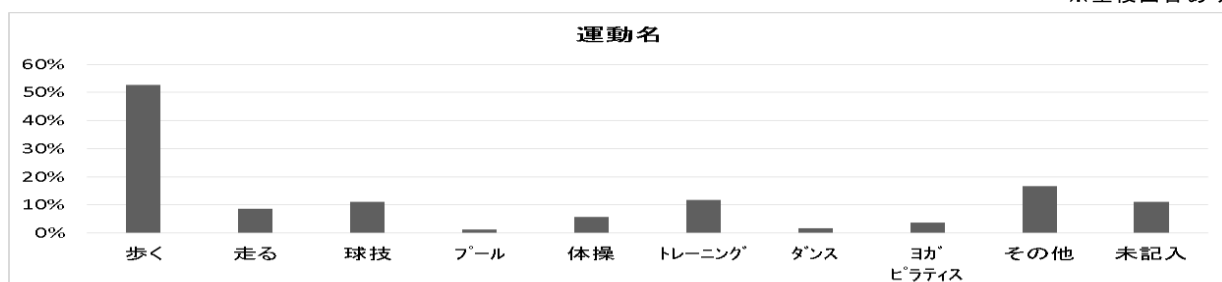
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
30分未満	11	7	10	15	12	47	2	104
	44.0%	35.0%	41.7%	37.5%	24.5%	57.3%	40.0%	42.4%
30分以上	12	10	12	22	29	20	2	107
	48.0%	50.0%	50.0%	55.0%	59.2%	24.4%	40.0%	43.7%
未記入	2	3	2	3	8	15	1	34
	8.0%	15.0%	8.3%	7.5%	16.3%	18.3%	20.0%	13.9%
合計	25	20	24	40	49	82	5	245
	10.2%	8.2%	9.8%	16.3%	20.0%	33.5%	2.0%	100.0%



問3-① 「はい」と答えた方⇒運動名

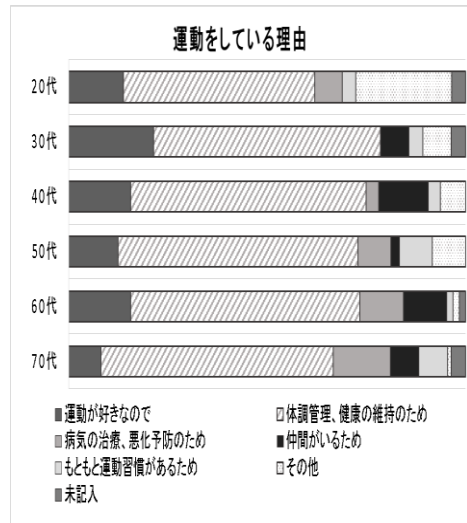
歩く	走る	球技	プール	体操	トレーニング*	ダンス	ヨガ* ピラティス	その他	未記入
129	21	27	3	14	29	4	9	41	27
52.7%	8.6%	11.0%	1.2%	5.7%	11.8%	1.6%	3.7%	16.7%	11.0%

※重複回答あり

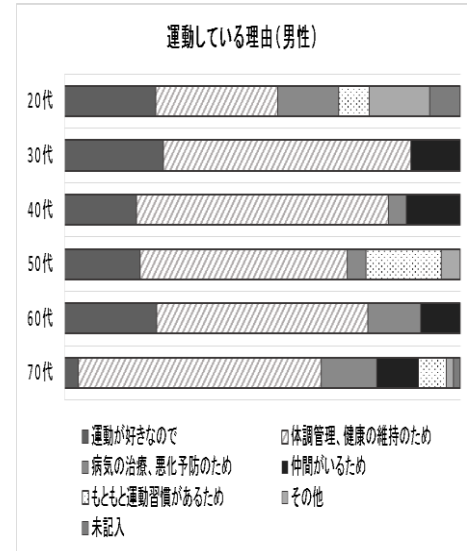


問3-① 「はい」と答えた方⇒運動をしている理由(いくつでも○)

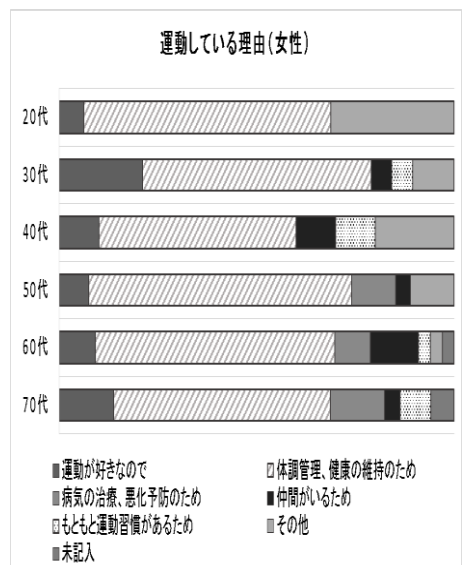
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
運動が好きなので	4	6	5	6	10	9	0	40
	16.0%	30.0%	20.8%	15.0%	20.4%	11.0%	0.0%	16.3%
体調管理、健康の維持のため	14	16	19	29	37	65	4	184
	56.0%	80.0%	79.2%	72.5%	75.5%	79.3%	80.0%	75.1%
病気の治療、悪化予防のため	2	0	1	4	7	16	2	32
	8.0%	0.0%	4.2%	10.0%	14.3%	19.5%	40.0%	13.1%
仲間がいるため	0	2	4	1	7	8	0	22
	0.0%	10.0%	16.7%	2.5%	14.3%	9.8%	0.0%	9.0%
もともと運動習慣があるため	1	1	1	4	1	8	0	16
	4.0%	5.0%	4.2%	10.0%	2.0%	9.8%	0.0%	6.5%
その他	7	2	2	4	1	1	0	17
	28.0%	10.0%	8.3%	10.0%	2.0%	1.2%	0.0%	6.9%
未記入	1	1	0	0	1	4	0	7
	4.0%	5.0%	0.0%	0.0%	2.0%	4.9%	0.0%	2.9%
合計	29	28	32	48	64	111	6	318
	11.8%	11.4%	13.1%	19.6%	26.1%	45.3%	2.4%	129.8%



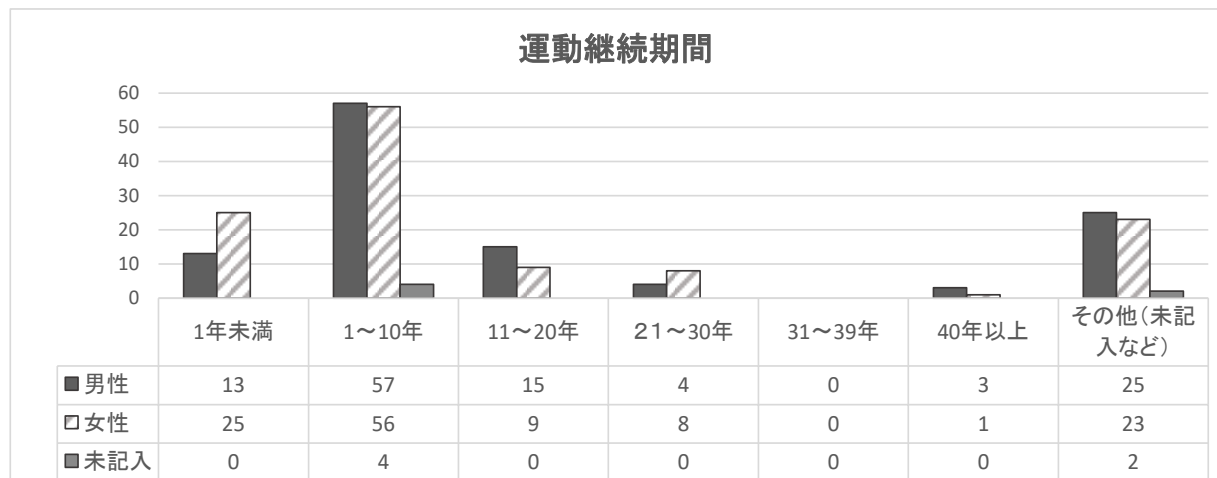
男性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
運動が好きなので	3	2	4	4	7	2	0	22
	30.0%	28.6%	23.5%	23.5%	33.3%	4.4%	0.0%	18.8%
体調管理、健康の維持のため	4	5	14	11	16	35	0	85
	40.0%	71.4%	82.4%	64.7%	76.2%	77.8%	0.0%	72.6%
病気の治療、悪化予防のため	2	0	1	1	4	8	0	16
	20.0%	0.0%	5.9%	5.9%	19.0%	17.8%	0.0%	13.7%
仲間がいるため	0	1	3	0	3	6	0	13
	0.0%	14.3%	17.6%	0.0%	14.3%	13.3%	0.0%	11.1%
もともと運動習慣があるため	1	0	0	4	0	4	0	9
	10.0%	0.0%	0.0%	23.5%	0.0%	8.9%	0.0%	7.7%
その他	2	0	0	1	0	1	0	4
	20.0%	0.0%	0.0%	5.9%	0.0%	2.2%	0.0%	3.4%
未記入	1	0	0	0	0	1	0	2
	10.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	2.2%	0.0%	1.7%
合計	13	8	22	21	30	57	0	151
	11.1%	6.8%	18.8%	17.9%	25.6%	48.7%	0.0%	129.1%



女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
運動が好きなので	1	4	1	2	3	7	0	18
	6.7%	33.3%	14.3%	8.7%	11.1%	20.0%	0.0%	14.8%
体調管理、健康の維持のため	10	11	5	18	20	28	2	94
	66.7%	91.7%	71.4%	78.3%	74.1%	80.0%	66.7%	77.0%
病気の治療、悪化予防のため	0	0	0	3	3	7	1	14
	0.0%	0.0%	0.0%	13.0%	11.1%	20.0%	33.3%	11.5%
仲間がいるため	0	1	1	1	4	2	0	9
	0.0%	8.3%	14.3%	4.3%	14.8%	5.7%	0.0%	7.4%
もともと運動習慣があるため	0	1	1	0	1	4	0	7
	0.0%	8.3%	14.3%	0.0%	3.7%	11.4%	0.0%	5.7%
その他	5	2	2	3	1	0	0	13
	33.3%	16.7%	28.6%	13.0%	3.7%	0.0%	0.0%	10.7%
未記入	0	0	0	0	1	3	0	4
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	3.7%	8.6%	0.0%	3.3%
合計	16	19	10	27	33	51	3	159
	13.1%	15.6%	8.2%	22.1%	27.0%	41.8%	2.5%	130.3%

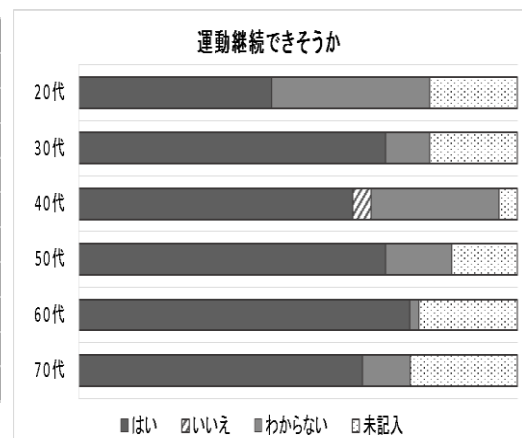


問3-① 「はい」と答えた方⇒運動の継続期間



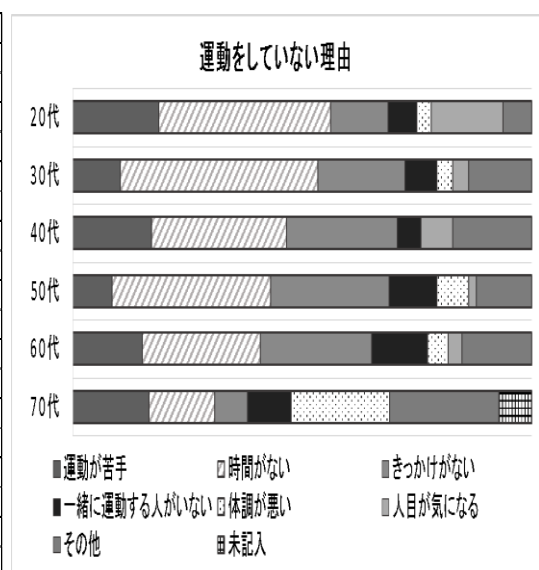
問3-① 「はい」と答えた方⇒これからも継続できるか

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
はい	11	14	15	28	37	53	3	161
	44.0%	70.0%	62.5%	70.0%	75.5%	64.6%	60.0%	65.7%
いいえ	0	0	1	0	0	0	0	1
	0.0%	0.0%	4.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.4%
わからない	9	2	7	6	1	9	0	34
	36.0%	10.0%	29.2%	15.0%	2.0%	11.0%	0.0%	13.9%
未記入	5	4	1	6	11	20	2	49
	20.0%	20.0%	4.2%	15.0%	22.4%	24.4%	40.0%	20.0%
合計	25	20	24	40	49	82	5	245
	10.2%	8.2%	9.8%	16.3%	20.0%	33.5%	2.0%	100.0%

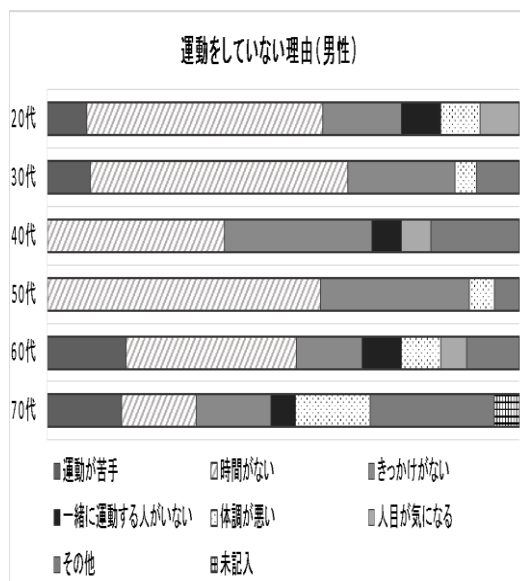


問3-② 「いいえ」と答えた方⇒運動をしていない理由(いくつでも)

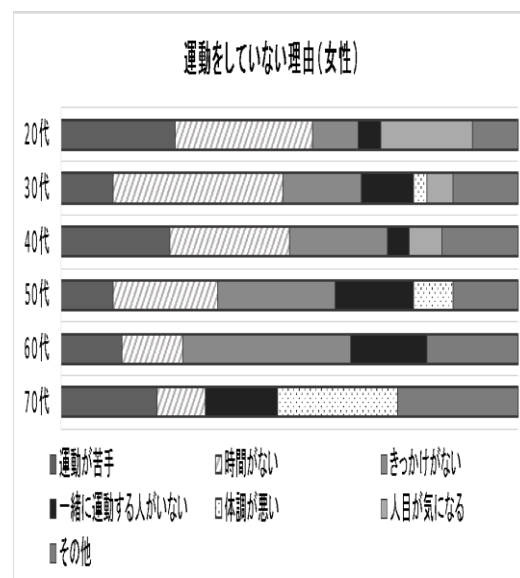
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
運動が苦手	6	6	10	5	10	7	0	44
	27.3%	15.4%	23.8%	12.5%	22.2%	22.6%	0.0%	20.0%
時間がない	12	25	17	20	17	6	0	97
	54.5%	64.1%	40.5%	50.0%	37.8%	19.4%	0.0%	44.1%
きっかけがない	4	11	14	15	16	3	1	64
	18.2%	28.2%	33.3%	37.5%	35.6%	9.7%	100.0%	29.1%
一緒に運動する人がいない	2	4	3	6	8	4	0	27
	9.1%	10.3%	7.1%	15.0%	17.8%	12.9%	0.0%	12.3%
体調が悪い	1	2	0	4	3	9	0	19
	4.5%	5.1%	0.0%	10.0%	6.7%	29.0%	0.0%	8.6%
人目が気になる	5	2	4	1	2	0	0	14
	22.7%	5.1%	9.5%	2.5%	4.4%	0.0%	0.0%	6.4%
その他	2	8	10	7	10	10	0	47
	9.1%	20.5%	23.8%	17.5%	22.2%	32.3%	0.0%	21.4%
未記入	0	0	0	0	0	3	0	3
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	9.7%	0.0%	1.4%
合計	32	58	58	58	66	42	1	315
	14.5%	26.4%	26.4%	26.4%	30.0%	19.1%	0.5%	143.2%



男性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
運動が苦手	1	2	0	0	6	3	0	12
	14.3%	13.3%	0.0%	0.0%	25.0%	20.0%	0.0%	12.9%
時間がない	6	12	6	11	13	3	0	51
	85.7%	80.0%	40.0%	64.7%	54.2%	20.0%	0.0%	54.8%
きっかけがない	2	5	5	6	5	3	0	26
	28.6%	33.3%	33.3%	35.3%	20.8%	20.0%	0.0%	28.0%
一緒に運動する人がいない	1	0	1	0	3	1	0	6
	14.3%	0.0%	6.7%	0.0%	12.5%	6.7%	0.0%	6.5%
体調が悪い	1	1	0	1	3	3	0	9
	14.3%	6.7%	0.0%	5.9%	12.5%	20.0%	0.0%	9.7%
人目が気になる	1	0	1	0	2	0	0	4
	14.3%	0.0%	6.7%	0.0%	8.3%	0.0%	0.0%	4.3%
その他	0	2	3	1	4	5	0	15
	0.0%	13.3%	20.0%	5.9%	16.7%	33.3%	0.0%	16.1%
未記入	0	0	0	0	0	1	0	1
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	6.7%	0.0%	1.1%
合計	12	22	16	19	36	19	0	124
	12.9%	23.7%	17.2%	20.4%	38.7%	20.4%	0.0%	133.3%

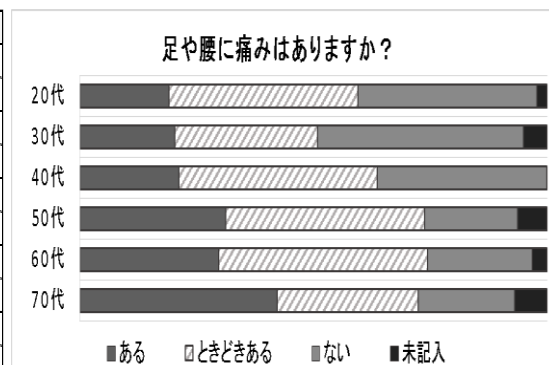


女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
運動が苦手	5	4	10	4	4	4	0	31
	33.3%	17.4%	37.0%	18.2%	19.0%	26.7%	0.0%	25.2%
時間がない	6	13	11	8	4	2	0	44
	40.0%	56.5%	40.7%	36.4%	19.0%	13.3%	0.0%	35.8%
きっかけがない	2	6	9	9	11	0	0	37
	13.3%	26.1%	33.3%	40.9%	52.4%	0.0%	0.0%	30.1%
一緒に運動する人がいない	1	4	2	6	5	3	0	21
	6.7%	17.4%	7.4%	27.3%	23.8%	20.0%	0.0%	17.1%
体調が悪い	0	1	0	3	0	5	0	9
	0.0%	4.3%	0.0%	13.6%	0.0%	33.3%	0.0%	7.3%
人目が気になる	4	2	3	0	0	0	0	9
	26.7%	8.7%	11.1%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	7.3%
その他	2	5	7	5	6	5	0	30
	13.3%	21.7%	25.9%	22.7%	28.6%	33.3%	0.0%	24.4%
未記入	0	0	0	0	0	1	0	1
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	6.7%	0.0%	0.8%
合計	20	35	42	35	30	20	0	182
	16.3%	28.5%	34.1%	28.5%	24.4%	16.3%	0.0%	148.0%



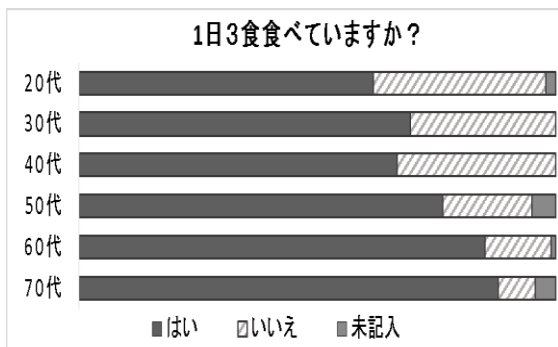
問4 足や腰に痛みはありますか？

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
ある	9	12	14	25	28	49	2	139
	19.1%	20.3%	21.2%	31.3%	29.8%	42.2%	33.3%	29.7%
ときどきある	19	18	28	34	42	35	0	176
	40.4%	30.5%	42.4%	42.5%	44.7%	30.2%	0.0%	37.6%
ない	18	26	24	16	21	24	3	132
	38.3%	44.1%	36.4%	20.0%	22.3%	20.7%	50.0%	28.2%
未記入	1	3	0	5	3	8	1	21
	2.1%	5.1%	0.0%	6.3%	3.2%	6.9%	16.7%	4.5%
合計	47	59	66	80	94	116	6	468
	10.0%	12.6%	14.1%	17.1%	20.1%	24.8%	1.3%	100.0%

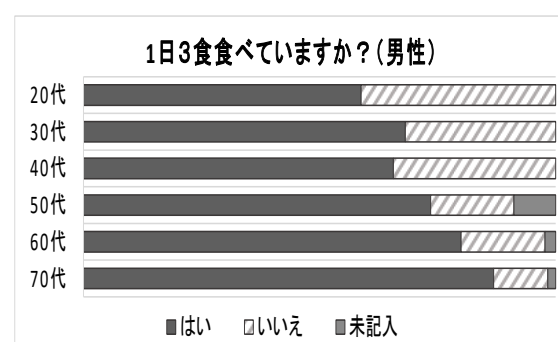


問5 1日3食食べていますか？

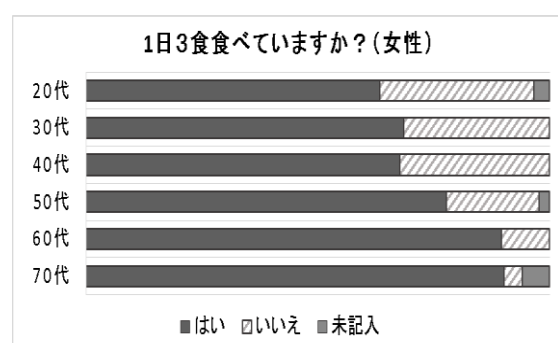
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
はい	29	41	44	61	80	102	5	362
	61.7%	69.5%	66.7%	76.3%	85.1%	87.9%	83.3%	77.4%
いいえ	17	18	22	15	13	9	1	95
	36.2%	30.5%	33.3%	18.8%	13.8%	7.8%	16.7%	20.3%
未記入	1	0	0	4	1	5	0	11
	2.1%	0.0%	0.0%	5.0%	1.1%	4.3%	0.0%	2.4%
合計	47	59	66	80	94	116	6	468
	10.0%	12.6%	14.1%	17.1%	20.1%	24.8%	1.3%	100.0%



男性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
はい	10	15	21	25	36	53	0	160
	58.8%	68.2%	65.6%	73.5%	80.0%	86.9%	0.0%	75.8%
いいえ	7	7	11	6	8	7	0	46
	41.2%	31.8%	34.4%	17.6%	17.8%	11.5%	0.0%	21.8%
未記入	0	0	0	3	1	1	0	5
	0.0%	0.0%	0.0%	8.8%	2.2%	1.6%	0.0%	2.4%
合計	17	22	32	34	45	61	0	211
	8.1%	10.4%	15.2%	16.1%	21.3%	28.9%	0.0%	100.0%



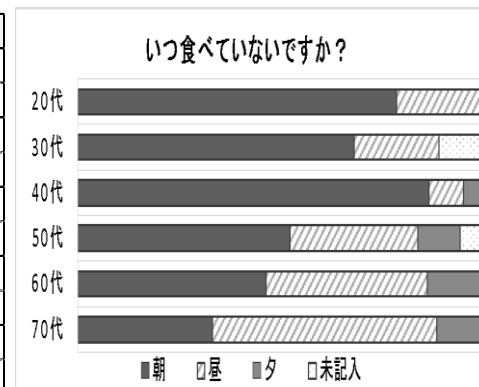
女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
はい	19	24	23	35	43	46	3	193
	63.3%	68.6%	67.6%	77.8%	89.6%	90.2%	100.0%	78.5%
いいえ	10	11	11	9	5	2	0	48
	33.3%	31.4%	32.4%	20.0%	10.4%	3.9%	0.0%	19.5%
未記入	1	0	0	1	0	3	0	5
	3.3%	0.0%	0.0%	2.2%	0.0%	5.9%	0.0%	2.0%
合計	30	35	34	45	48	51	3	246
	12.2%	14.2%	13.8%	18.3%	19.5%	20.7%	1.2%	100.0%



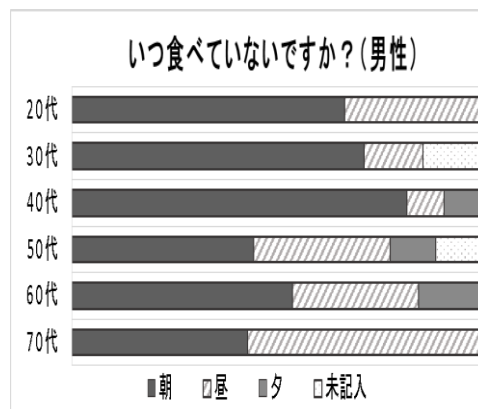
問5-② 「いいえ」と答えた方⇒いつ食べていないですか？

(いくつでも○)

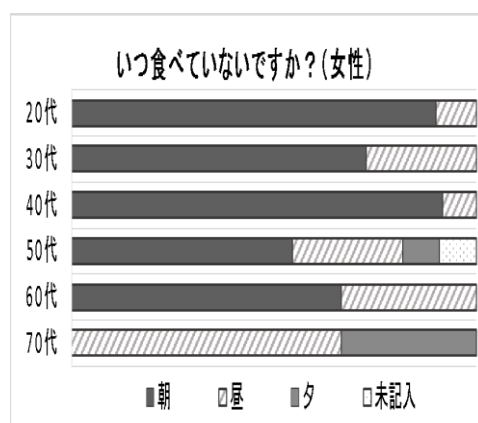
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
朝	15	13	20	10	7	3	1	69
	88.2%	72.2%	90.9%	66.7%	53.8%	33.3%	100.0%	72.6%
昼	4	4	2	6	6	5	0	27
	23.5%	22.2%	9.1%	40.0%	46.2%	55.6%	0.0%	28.4%
夕	0	0	1	2	2	1	0	6
	0.0%	0.0%	4.5%	13.3%	15.4%	11.1%	0.0%	6.3%
未記入	0	2	0	1	0	0	0	1
	0.0%	11.1%	0.0%	6.7%	0.0%	0.0%	0.0%	1.1%
合計	19	19	23	19	15	9	1	103
	20.0%	20.0%	24.2%	20.0%	15.8%	9.5%	1.1%	108.4%



男性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
朝	6	5	9	4	7	3	0	34
	85.7%	71.4%	81.8%	66.7%	87.5%	42.9%	0.0%	73.9%
昼	3	1	1	3	4	4	0	16
	42.9%	14.3%	9.1%	50.0%	50.0%	57.1%	0.0%	34.8%
夕	0	0	1	1	2	0	0	4
	0.0%	0.0%	9.1%	16.7%	25.0%	0.0%	0.0%	8.7%
未記入	0	1	0	1	0	0	0	2
	0.0%	14.3%	0.0%	16.7%	0.0%	0.0%	0.0%	4.3%
合計	9	7	11	9	13	7	0	56
	19.6%	15.2%	23.9%	19.6%	28.3%	15.2%	0.0%	121.7%

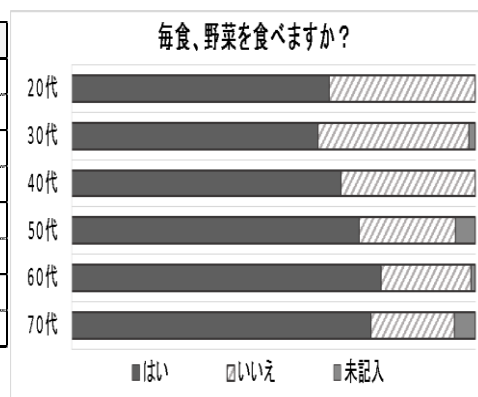


女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
朝	9	8	11	6	4	0	0	38
	90.0%	72.7%	100.0%	66.7%	80.0%	0.0%	0.0%	79.2%
昼	1	3	1	3	2	2	0	12
	10.0%	27.3%	9.1%	33.3%	40.0%	100.0%	0.0%	25.0%
夕	0	0	0	1	0	1	0	2
	0.0%	0.0%	0.0%	11.1%	0.0%	50.0%	0.0%	4.2%
未記入	0	0	0	1	0	0	0	1
	0.0%	0.0%	0.0%	11.1%	0.0%	0.0%	0.0%	2.1%
合計	10	11	12	11	6	3	0	53
	20.8%	22.9%	25.0%	22.9%	12.5%	6.3%	0.0%	110.4%

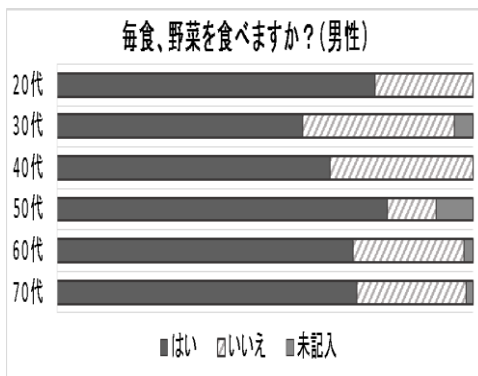


問6 毎食、野菜を食べていますか？

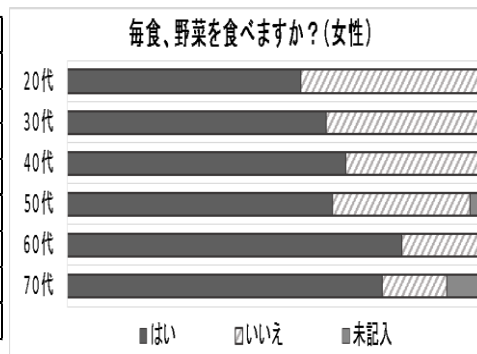
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
はい	30	36	44	57	72	86	4	329
	63.8%	61.0%	66.7%	71.3%	76.6%	74.1%	66.7%	70.3%
いいえ	17	22	22	19	21	24	2	127
	36.2%	37.3%	33.3%	23.8%	22.3%	20.7%	33.3%	27.1%
未記入	0	1	0	4	1	6	0	12
	0.0%	1.7%	0.0%	5.0%	1.1%	5.2%	0.0%	2.6%
合計	47	59	66	80	94	116	6	468
	10.0%	12.6%	14.1%	17.1%	20.1%	24.8%	1.3%	100.0%



男性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
はい	13	13	21	27	32	44	0	150
	76.5%	59.1%	65.6%	79.4%	71.1%	72.1%	0.0%	71.1%
いいえ	4	8	11	4	12	16	0	55
	23.5%	36.4%	34.4%	11.8%	26.7%	26.2%	0.0%	26.1%
未記入	0	1	0	3	1	1	0	6
	0.0%	4.5%	0.0%	8.8%	2.2%	1.6%	0.0%	2.8%
合計	17	22	32	34	45	61	0	211
	8.1%	10.4%	15.2%	16.1%	21.3%	28.9%	0.0%	100.0%

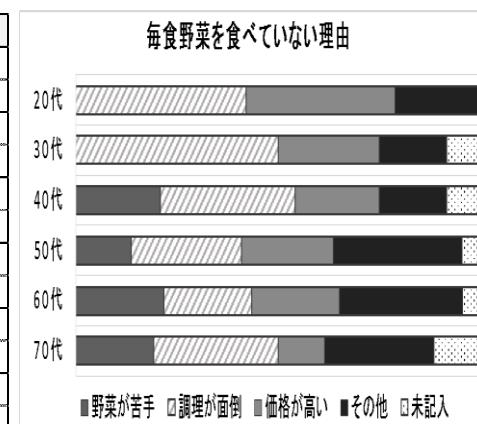


女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
はい	17 56.7%	22 62.9%	23 67.6%	29 64.4%	39 81.3%	39 76.5%	1 33.3%	170 69.1%
いいえ	13 43.3%	13 37.1%	11 32.4%	15 33.3%	9 18.8%	8 15.7%	2 66.7%	71 28.9%
未記入	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 2.2%	0 0.0%	4 7.8%	0 0.0%	5 2.0%
合計	30 12.2%	35 14.2%	34 13.8%	45 18.3%	48 19.5%	51 20.7%	3 1.2%	246 100.0%

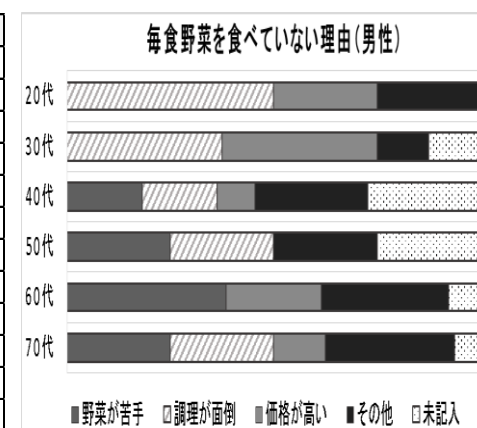


問6-② 「いいえ」と答えた方⇒食べていない理由(いくつでも○)

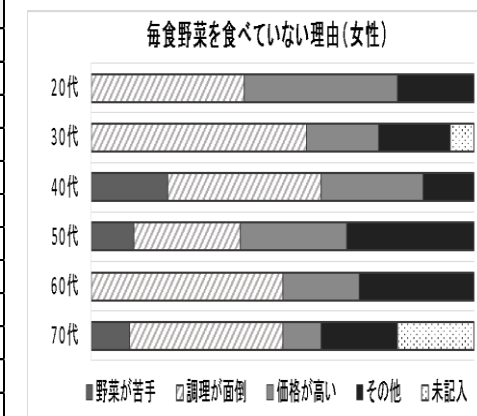
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
野菜が苦手	0 0.0%	0 0.0%	5 22.7%	3 15.8%	5 23.8%	5 20.8%	0 0.0%	18 14.2%
調理が面倒	8 47.1%	12 54.5%	8 36.4%	6 31.6%	5 23.8%	8 33.3%	0 0.0%	47 37.0%
価格が高い	7 41.2%	6 27.3%	5 22.7%	5 26.3%	5 23.8%	3 12.5%	1 50.0%	32 25.2%
その他	4 23.5%	4 18.2%	4 18.2%	7 36.8%	7 33.3%	7 29.2%	1 50.0%	34 26.8%
未記入	0 0.0%	2 9.1%	2 9.1%	1 5.3%	1 4.8%	3 12.5%	0 0.0%	9 7.1%
合計	19 15.0%	24 18.9%	23 18.1%	23 18.1%	23 18.1%	26 20.5%	2 1.6%	140 110.2%



男性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
野菜が苦手	0 0.0%	0 0.0%	2 18.2%	1 25.0%	5 41.7%	4 25.0%	0 0.0%	12 21.8%
調理が面倒	2 50.0%	3 37.5%	2 18.2%	1 25.0%	0 0.0%	4 25.0%	0 0.0%	12 21.8%
価格が高い	1 25.0%	3 37.5%	1 9.1%	0 0.0%	3 25.0%	2 12.5%	0 0.0%	10 18.2%
その他	1 25.0%	1 12.5%	3 27.3%	1 25.0%	4 33.3%	5 31.3%	0 0.0%	15 27.3%
未記入	0 0.0%	1 12.5%	3 27.3%	1 25.0%	1 8.3%	1 6.3%	0 0.0%	7 12.7%
合計	4 7.3%	8 14.5%	11 20.0%	4 7.3%	13 23.6%	16 29.1%	0 0.0%	56 101.8%

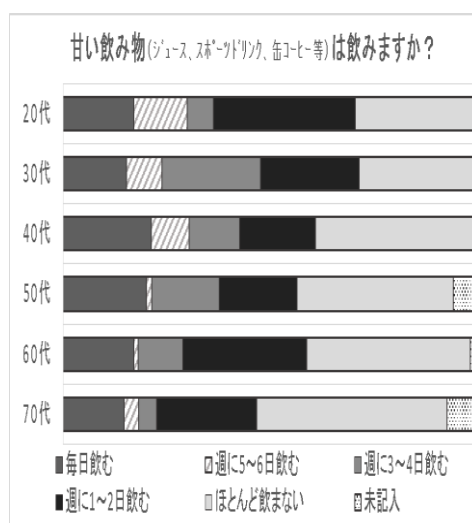


女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
野菜が苦手	0 0.0%	0 0.0%	3 27.3%	2 13.3%	0 0.0%	1 12.5%	0 0.0%	6 8.5%
調理が面倒	6 46.2%	9 69.2%	6 54.5%	5 33.3%	5 55.6%	4 50.0%	0 0.0%	35 49.3%
価格が高い	6 46.2%	3 23.1%	4 36.4%	5 33.3%	2 22.2%	1 12.5%	1 50.0%	22 31.0%
その他	3 23.1%	3 23.1%	2 18.2%	6 40.0%	3 33.3%	2 25.0%	1 50.0%	20 28.2%
未記入	0 0.0%	1 7.7%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	2 25.0%	0 0.0%	3 4.2%
合計	15 21.1%	16 22.5%	15 21.1%	18 25.4%	10 14.1%	10 14.1%	2 2.8%	86 121.1%

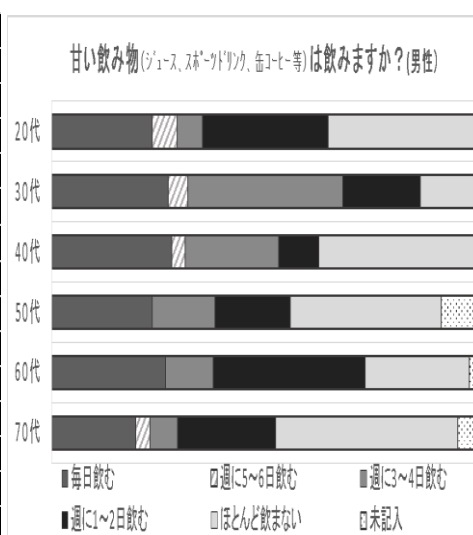


問7 甘い飲み物（ジュース、スポーツドリンク、缶コーヒー等）は飲みますか？

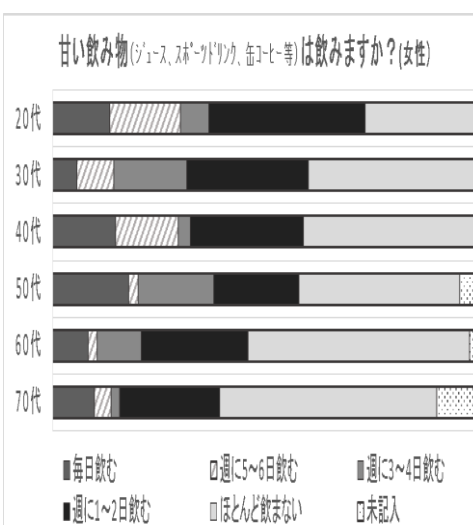
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
毎日飲む	8 17.0%	9 15.3%	14 21.2%	16 20.0%	16 17.0%	17 14.7%	0 0.0%	80 17.1%
週に5～6日飲む	6 12.8%	5 8.5%	6 9.1%	1 1.3%	1 1.1%	4 3.4%	1 16.7%	24 5.1%
週に3～4日飲む	3 6.4%	14 23.7%	8 12.1%	13 16.3%	10 10.6%	5 4.3%	0 0.0%	53 11.3%
週に1～2日飲む	16 34.0%	14 23.7%	12 18.2%	15 18.8%	28 29.8%	28 24.1%	1 16.7%	114 24.4%
ほとんど飲まない	14 29.8%	17 28.8%	26 39.4%	30 37.5%	37 39.4%	53 45.7%	4 66.7%	181 38.7%
未記入	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	5 6.3%	2 2.1%	9 7.8%	0 0.0%	16 3.4%
合計	47 10.0%	59 12.6%	66 14.1%	80 17.1%	94 20.1%	116 24.8%	6 1.3%	468 100.0%



男性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
毎日飲む	4 23.5%	6 27.3%	9 28.1%	8 23.5%	12 26.7%	12 19.7%	0 0.0%	51 24.2%
週に5～6日飲む	1 5.9%	1 4.5%	1 3.1%	0 0.0%	0 0.0%	2 3.3%	0 0.0%	5 2.4%
週に3～4日飲む	1 5.9%	8 36.4%	7 21.9%	5 14.7%	5 11.1%	4 6.6%	0 0.0%	30 14.2%
週に1～2日飲む	5 29.4%	4 18.2%	3 9.4%	6 17.6%	16 35.6%	14 23.0%	0 0.0%	48 22.7%
ほとんど飲まない	6 35.3%	3 13.6%	12 37.5%	12 35.3%	11 24.4%	26 42.6%	0 0.0%	70 33.2%
未記入	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	3 8.8%	1 2.2%	3 4.9%	0 0.0%	7 3.3%
合計	17 8.1%	22 10.4%	32 15.2%	34 16.1%	45 21.3%	61 28.9%	0 0.0%	211 100.0%

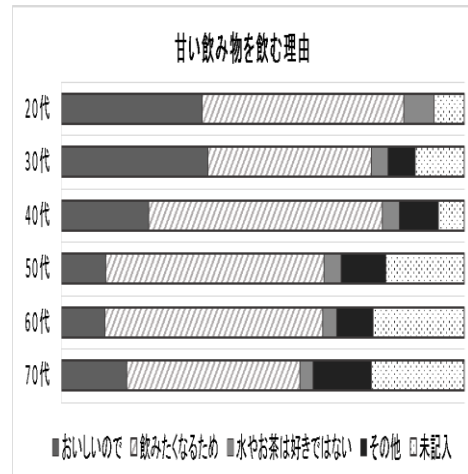


女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
毎日飲む	4 13.3%	2 5.7%	5 14.7%	8 17.8%	4 8.3%	5 9.8%	0 0.0%	28 11.4%
週に5～6日飲む	5 16.7%	3 8.6%	5 14.7%	1 2.2%	1 2.1%	2 3.9%	1 33.3%	18 7.3%
週に3～4日飲む	2 6.7%	6 17.1%	1 2.9%	8 17.8%	5 10.4%	1 2.0%	0 0.0%	23 9.3%
週に1～2日飲む	11 36.7%	10 28.6%	9 26.5%	9 20.0%	12 25.0%	12 23.5%	0 0.0%	63 25.6%
ほとんど飲まない	8 26.7%	14 40.0%	14 41.2%	17 37.8%	25 52.1%	26 51.0%	2 66.7%	106 43.1%
未記入	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	2 4.4%	1 2.1%	5 9.8%	0 0.0%	8 3.3%
合計	30 12.2%	35 14.2%	34 13.8%	45 18.3%	48 19.5%	51 20.7%	3 1.2%	246 100.0%

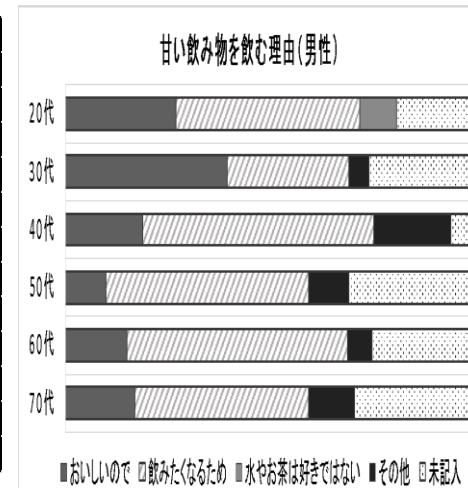


問7-①～④ 該当した方⇒飲む理由（いくつでも○）

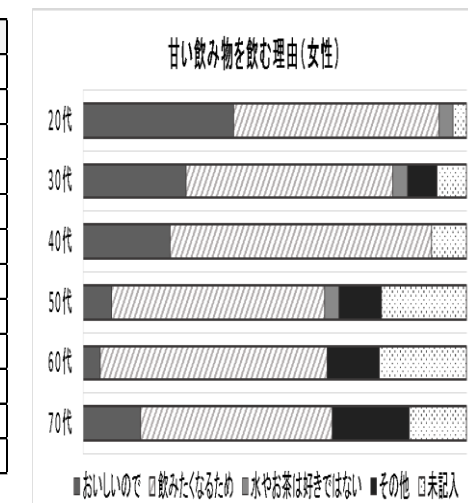
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
おいしいので	14	16	9	5	6	9	0	59
	42.4%	38.1%	22.5%	11.1%	10.9%	16.7%	0.0%	21.8%
飲みたくなるため	20	20	27	25	31	26	1	150
	60.6%	42.6%	60.0%	54.3%	54.4%	44.1%	33.3%	50.7%
水やお茶は好きではない	2	2	2	2	2	2	2	14
	9.1%	4.3%	4.4%	4.3%	3.5%	3.4%	66.7%	4.7%
その他	0	3	4	5	5	8	0	25
	0.0%	7.1%	10.0%	11.1%	9.1%	14.8%	0.0%	9.2%
未記入	3	6	3	9	13	14	0	48
	9.1%	12.8%	6.7%	19.6%	22.8%	23.7%	0.0%	16.2%
合計	39	47	45	46	57	59	3	296
	14.4%	17.3%	16.6%	17.0%	21.0%	21.8%	1.1%	109.2%



男性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
おいしいので	3	8	4	2	5	6	0	28
	27.3%	42.1%	20.0%	10.5%	15.2%	18.8%	0.0%	20.9%
飲みたくなるため	5	6	12	10	18	15	0	66
	45.5%	31.6%	60.0%	52.6%	54.5%	46.9%	0.0%	49.3%
水やお茶は好きではない	1	0	0	0	0	0	0	1
	9.1%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.7%
その他	0	1	4	2	2	4	0	13
	0.0%	5.3%	20.0%	10.5%	6.1%	12.5%	0.0%	9.7%
未記入	2	5	1	6	8	10	0	32
	18.2%	26.3%	5.0%	31.6%	24.2%	31.3%	0.0%	23.9%
合計	11	20	21	20	33	35	0	140
	8.2%	14.9%	15.7%	14.9%	24.6%	26.1%	0.0%	104.5%

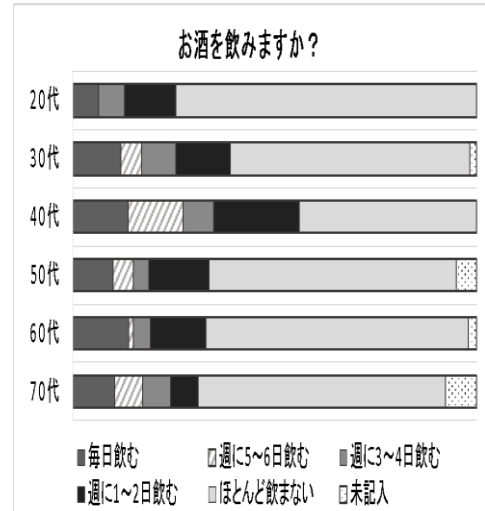


女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
おいしいので	11	7	5	2	1	3	0	29
	50.0%	33.3%	25.0%	7.7%	4.5%	15.0%	0.0%	22.0%
飲みたくなるため	15	14	15	15	13	10	0	82
	68.2%	66.7%	75.0%	57.7%	59.1%	50.0%	0.0%	62.1%
水やお茶は好きではない	1	1	0	1	0	0	1	4
	4.5%	4.8%	0.0%	3.8%	0.0%	0.0%	100.0%	3.0%
その他	0	2	0	3	3	4	0	12
	0.0%	9.5%	0.0%	11.5%	13.6%	20.0%	0.0%	9.1%
未記入	1	2	2	6	5	3	0	19
	4.5%	9.5%	10.0%	23.1%	22.7%	15.0%	0.0%	14.4%
合計	28	26	22	27	22	20	1	146
	21.2%	19.7%	16.7%	20.5%	16.7%	15.2%	0.8%	110.6%



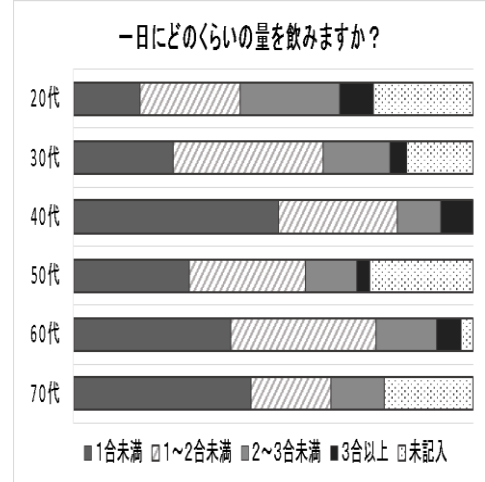
問8 お酒を飲みますか？

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
毎日飲む	3 6.4%	7 11.9%	9 13.6%	8 10.0%	13 13.8%	12 10.3%	1 16.7%	53 11.3%
週に5～6日飲む	0 0.0%	3 5.1%	9 13.6%	4 5.0%	1 1.1%	8 6.9%	0 0.0%	25 5.3%
週に3～4日飲む	3 6.4%	5 8.5%	5 7.6%	3 3.8%	4 4.3%	8 6.9%	0 0.0%	28 6.0%
週に1～2日飲む	6 12.8%	8 13.6%	14 21.2%	12 15.0%	13 13.8%	8 6.9%	0 0.0%	61 13.0%
ほとんど飲まない	35 74.5%	35 59.3%	29 43.9%	49 61.3%	61 64.9%	71 61.2%	5 83.3%	285 60.9%
未記入	0 0.0%	1 1.7%	0 0.0%	4 5.0%	2 2.1%	9 7.8%	0 0.0%	16 3.4%
合計	47 10.0%	59 12.6%	66 14.1%	80 17.1%	94 20.1%	116 24.8%	6 1.3%	468 100.0%



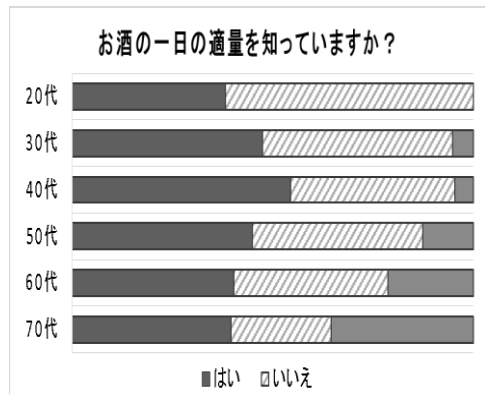
問8-①～④ 該当した方⇒1日にどのくらいの量を飲みますか？（上記の未記入の回答含む）

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
1合未満	2 16.7%	6 25.0%	19 51.4%	9 29.0%	13 39.4%	20 44.4%	0 0.0%	69 37.7%
1～2合未満	3 25.0%	9 37.5%	11 29.7%	9 29.0%	12 36.4%	9 20.0%	0 0.0%	53 29.0%
2～3合未満	3 25.0%	4 16.7%	4 10.8%	4 12.9%	5 15.2%	6 13.3%	1 100.0%	27 14.8%
3合以上	1 8.3%	1 4.2%	3 8.1%	1 3.2%	2 6.1%	0 0.0%	0 0.0%	8 4.4%
未記入	3 25.0%	4 16.7%	0 0.0%	8 25.8%	1 3.0%	10 22.2%	0 0.0%	26 14.2%
合計	12 6.6%	24 13.1%	37 20.2%	31 16.9%	33 18.0%	45 24.6%	1 0.5%	183 100.0%



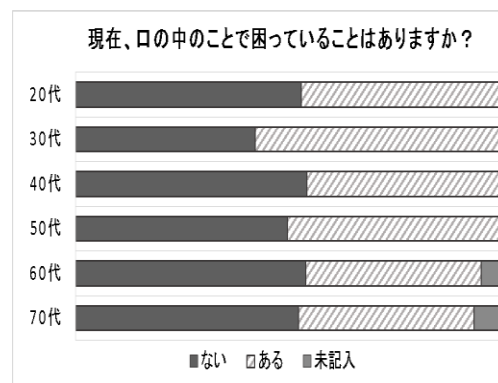
問9 お酒の一日の適量を知っていますか？

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
はい	18 38.3%	28 47.5%	36 54.5%	36 45.0%	38 40.4%	46 39.7%	3 50.0%	205 43.8%
いいえ	29 61.7%	28 47.5%	27 40.9%	34 42.5%	36 38.3%	29 25.0%	2 33.3%	185 39.5%
未記入	0 0.0%	3 5.1%	3 4.5%	10 12.5%	20 21.3%	41 35.3%	1 16.7%	78 16.7%
合計	47 10.0%	59 12.6%	66 14.1%	80 17.1%	94 20.1%	116 24.8%	6 1.3%	468 100.0%



問10 現在、口の中のことで困っていることはありますか？

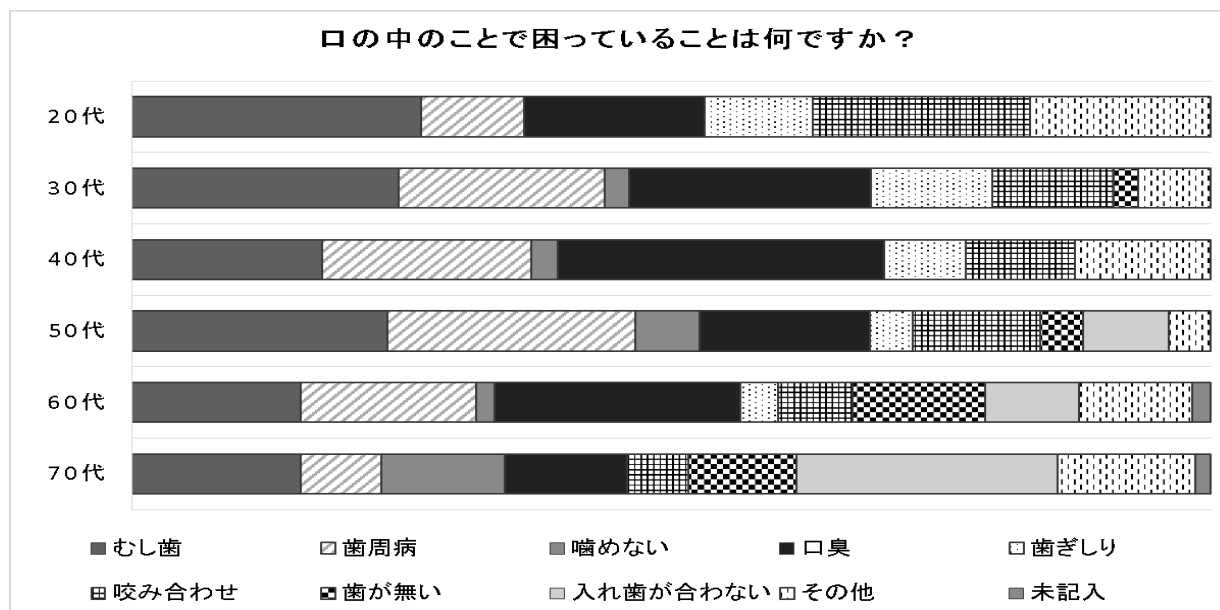
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
ない	25	25	36	40	51	61	5	243
	53.2%	42.4%	54.5%	50.0%	54.3%	52.6%	83.3%	51.9%
ある	22	34	30	40	39	48	1	214
	46.8%	57.6%	45.5%	50.0%	41.5%	41.4%	16.7%	45.7%
未記入	0	0	0	0	4	7	0	11
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	4.3%	6.0%	0.0%	2.4%
合計	47	59	66	80	94	116	6	468
	10.0%	12.6%	14.1%	17.1%	20.1%	24.8%	1.3%	100.0%



問10-② 「ある」と答えた方⇒困っていることは何ですか？

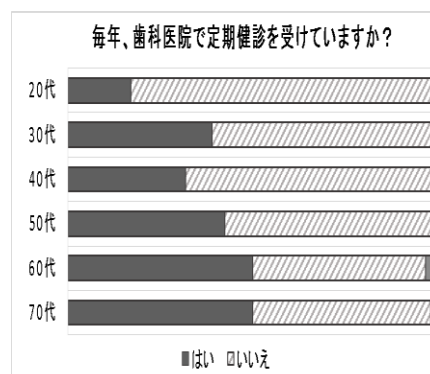
(いくつでも○)

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
むし歯	8	11	7	12	9	11	0	58
	36.4%	32.4%	23.3%	30.0%	23.1%	22.9%	0.0%	27.1%
歯周病	4	12	11	16	15	8	0	66
	12.9%	25.0%	25.6%	29.1%	23.8%	11.0%	0.0%	21.0%
噛めない	0	1	1	3	1	8	0	14
	0.0%	2.9%	3.3%	7.5%	2.6%	16.7%	0.0%	6.5%
口臭	5	10	12	8	13	8	0	56
	22.7%	29.4%	40.0%	20.0%	33.3%	16.7%	0.0%	26.2%
歯ぐきしり	3	5	3	2	2	0	0	15
	13.6%	14.7%	10.0%	5.0%	5.1%	0.0%	0.0%	7.0%
噛み合わせ	6	5	4	6	4	4	0	29
	27.3%	14.7%	13.3%	15.0%	10.3%	8.3%	0.0%	13.6%
歯が無い	0	1	0	2	7	7	0	17
	0.0%	2.9%	0.0%	5.0%	17.9%	14.6%	0.0%	7.9%
入れ歯が合わない	0	0	0	4	5	17	1	27
	0.0%	0.0%	0.0%	10.0%	12.8%	35.4%	100.0%	12.6%
その他	5	3	5	2	6	9	0	30
	22.7%	8.8%	16.7%	5.0%	15.4%	18.8%	0.0%	14.0%
未記入	0	0	0	0	1	1	0	2
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	2.6%	2.1%	0.0%	0.9%
合計	31	48	43	55	63	73	1	314
	14.5%	22.4%	20.1%	25.7%	29.4%	34.1%	0.5%	146.7%

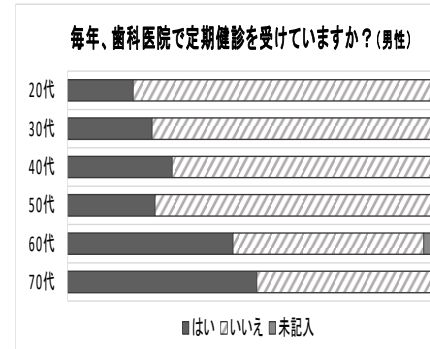


問 1 1 毎年、歯科医院で定期健診を受けていますか？

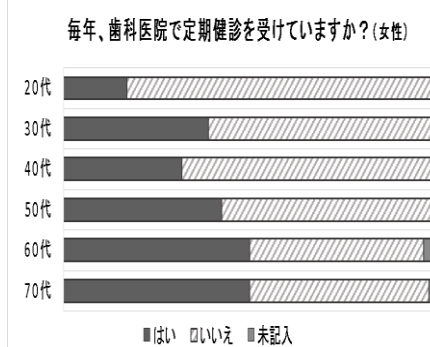
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
はい	8	23	21	34	47	58	5	196
	17.0%	39.0%	31.8%	42.5%	50.0%	50.0%	83.3%	41.9%
いいえ	39	36	45	46	44	56	1	267
	83.0%	61.0%	68.2%	57.5%	46.8%	48.3%	16.7%	57.1%
未記入	0	0	0	0	3	2	0	5
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	3.2%	1.7%	0.0%	1.1%
合計	47	59	66	80	94	116	6	468
	10.0%	12.6%	14.1%	17.1%	20.1%	24.8%	1.3%	100.0%



男性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
はい	3	5	9	8	20	31	0	76
	17.6%	22.7%	28.1%	23.5%	44.4%	50.8%	0.0%	36.0%
いいえ	14	17	23	26	23	30	0	133
	82.4%	77.3%	71.9%	76.5%	51.1%	49.2%	0.0%	63.0%
未記入	0	0	0	0	2	0	0	2
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	4.4%	0.0%	0.0%	0.9%
合計	17	22	32	34	45	61	0	211
	8.1%	10.4%	15.2%	16.1%	21.3%	28.9%	0.0%	100.0%



女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
はい	5	18	12	25	26	26	2	114
	16.7%	51.4%	35.3%	55.6%	54.2%	51.0%	66.7%	46.3%
いいえ	25	17	22	20	21	24	1	130
	83.3%	48.6%	64.7%	44.4%	43.8%	47.1%	33.3%	52.8%
未記入	0	0	0	0	1	1	0	2
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	2.1%	2.0%	0.0%	0.8%
合計	30	35	34	45	48	51	3	246
	12.2%	14.2%	13.8%	18.3%	19.5%	20.7%	1.2%	100.0%



問 1 1 - ② 受けていない理由 (1つに〇)

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
今までむし歯になっ たことがない	2	0	0	0	0	1	0	3
	5.1%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.8%	0.0%	1.1%
気になるところがない	10	6	10	10	11	16	1	64
	25.6%	16.7%	22.2%	21.7%	25.0%	28.6%	100.0%	24.0%
行きたくない	6	2	4	6	5	16	0	39
	15.4%	5.6%	8.9%	13.0%	11.4%	28.6%	0.0%	14.6%
時間がない	14	12	21	18	7	2	0	74
	35.9%	33.3%	46.7%	39.1%	15.9%	3.6%	0.0%	27.7%
その他	7	12	5	5	12	15	0	56
	17.9%	33.3%	11.1%	10.9%	27.3%	26.8%	0.0%	21.0%
未記入	1	4	6	8	11	7	0	37
	2.6%	11.1%	13.3%	17.4%	25.0%	12.5%	0.0%	13.9%
合計	40	36	46	47	46	57	1	273
	15.0%	13.5%	17.2%	17.6%	17.2%	21.3%	0.4%	102.2%

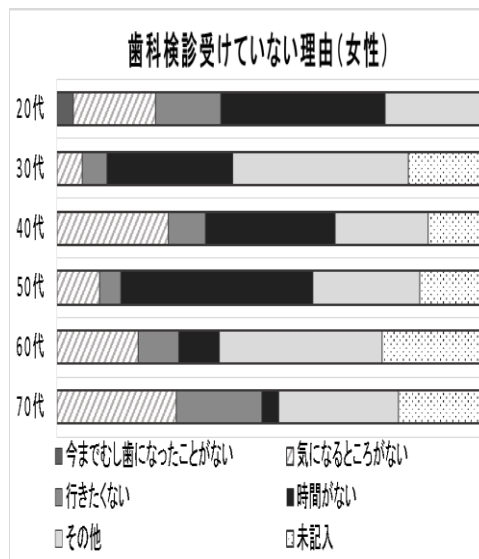
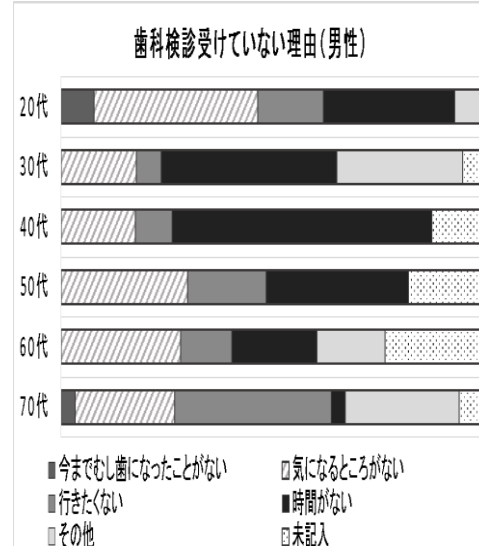
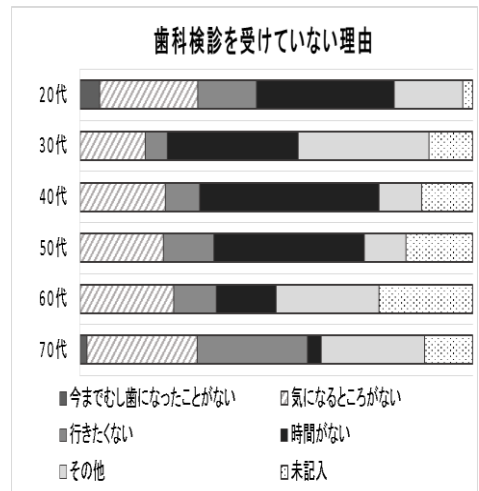
※重複回答あり

男性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
今までむし歯になっ たことがない	1	0	0	0	0	1	0	2
	7.1%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	3.3%	0.0%	1.5%
気になるところがない	5	3	4	8	7	7	0	34
	35.7%	17.6%	17.4%	30.8%	30.4%	23.3%	0.0%	25.6%
行きたくない	2	1	2	5	3	11	0	24
	14.3%	5.9%	8.7%	19.2%	13.0%	36.7%	0.0%	18.0%
時間がない	4	7	14	9	5	1	0	40
	28.6%	41.2%	60.9%	34.6%	21.7%	3.3%	0.0%	30.1%
その他	1	5	0	0	4	8	0	18
	7.1%	29.4%	0.0%	0.0%	17.4%	26.7%	0.0%	13.5%
未記入	0	1	3	5	6	2	0	17
	0.0%	5.9%	13.0%	19.2%	26.1%	6.7%	0.0%	12.8%
合計	13	17	23	27	25	30	0	135
	9.8%	12.8%	17.3%	20.3%	18.8%	22.6%	0.0%	101.5%

※重複回答あり

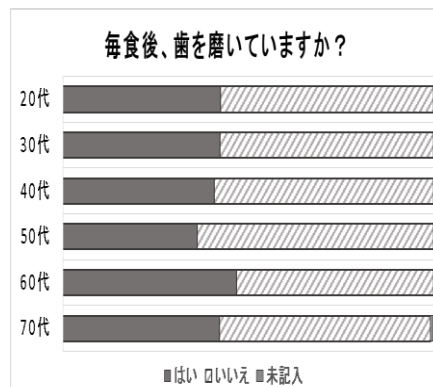
女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
今までむし歯になっ たことがない	1	0	0	0	0	0	0	1
	4.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.8%
気になるところがない	5	1	6	2	4	7	1	26
	20.0%	5.9%	27.3%	10.0%	19.0%	29.2%	100.0%	20.0%
行きたくない	4	1	2	1	2	5	0	15
	16.0%	5.9%	9.1%	5.0%	9.5%	20.8%	0.0%	11.5%
時間がない	10	5	7	9	2	1	0	34
	40.0%	29.4%	31.8%	45.0%	9.5%	4.2%	0.0%	26.2%
その他	6	7	5	5	8	7	0	38
	24.0%	41.2%	22.7%	25.0%	38.1%	29.2%	0.0%	29.2%
未記入	0	3	3	3	5	5	0	19
	0.0%	17.6%	13.6%	15.0%	23.8%	20.8%	0.0%	14.6%
合計	26	17	23	20	21	25	1	133
	20.0%	13.1%	17.7%	15.4%	16.2%	19.2%	0.8%	102.3%

※重複回答あり

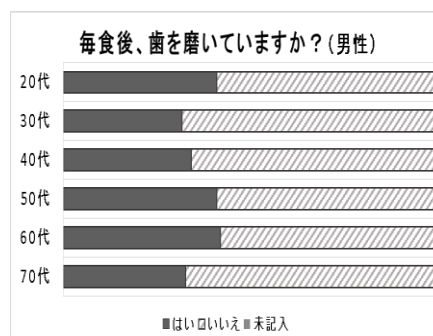


問12 毎食後、歯を磨いていますか？

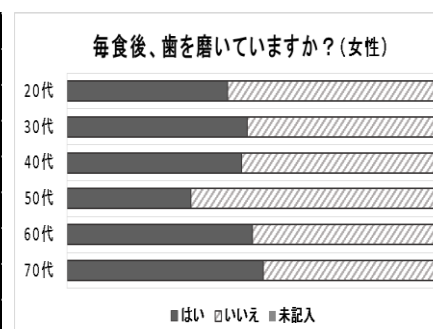
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
はい	20	25	27	29	44	49	3	197
	42.6%	42.4%	40.9%	36.3%	46.8%	42.2%	50.0%	42.1%
いいえ	27	34	39	51	50	66	3	270
	57.4%	57.6%	59.1%	63.8%	53.2%	56.9%	50.0%	57.7%
未記入	0	0	0	0	0	1	0	1
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.9%	0.0%	0.2%
合計	47	59	66	80	94	116	6	468
	10.0%	12.6%	14.1%	17.1%	20.1%	24.8%	1.3%	100.0%



男性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
はい	7	7	11	14	19	20	0	78
	41.2%	31.8%	34.4%	41.2%	42.2%	32.8%	0.0%	37.0%
いいえ	10	15	21	20	26	41	0	133
	58.8%	68.2%	65.6%	58.8%	57.8%	67.2%	0.0%	63.0%
未記入	0	0	0	0	0	0	0	0
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
合計	17	22	32	34	45	61	0	211
	8.1%	10.4%	15.2%	16.1%	21.3%	28.9%	0.0%	100.0%



女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
はい	13	17	16	15	24	27	1	113
	43.3%	48.6%	47.1%	33.3%	50.0%	52.9%	33.3%	45.9%
いいえ	17	18	18	30	24	24	2	133
	56.7%	51.4%	52.9%	66.7%	50.0%	47.1%	66.7%	54.1%
未記入	0	0	0	0	0	0	0	0
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
合計	30	35	34	45	48	51	3	246
	12.2%	14.2%	13.8%	18.3%	19.5%	20.7%	1.2%	100.0%

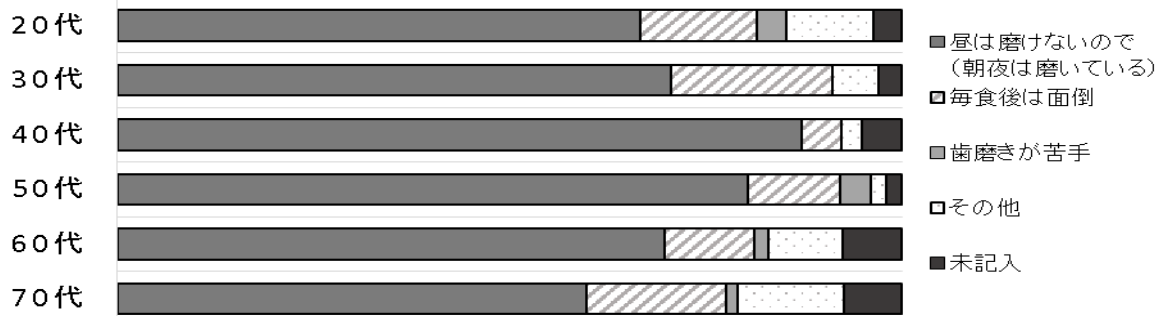


問12-② 毎食後磨いていない理由 (1つに○)

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
昼は磨けないので (朝夜は磨いている)	18	24	34	41	37	40	3	197
	66.7%	70.6%	87.2%	80.4%	74.0%	60.6%	100.0%	73.0%
毎食後は面倒	4	7	2	6	6	12	0	37
	14.8%	20.6%	5.1%	11.8%	12.0%	18.2%	0.0%	13.5%
歯磨きが苦手	1	0	0	2	1	1	0	5
	3.7%	0.0%	0.0%	3.9%	2.0%	1.5%	0.0%	1.9%
その他	3	2	1	1	5	9	0	21
	11.1%	5.9%	2.6%	2.0%	10.0%	13.6%	0.0%	7.8%
未記入	1	1	2	1	4	5	0	14
	3.7%	2.9%	5.1%	2.0%	8.0%	7.6%	0.0%	5.2%
合計	27	34	39	51	53	67	3	274
	10.0%	12.6%	14.4%	18.9%	19.6%	24.8%	1.1%	101.5%

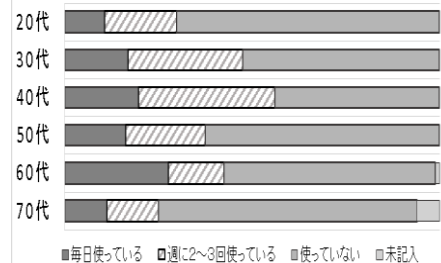
※重複回答あり

毎食後磨いていない理由



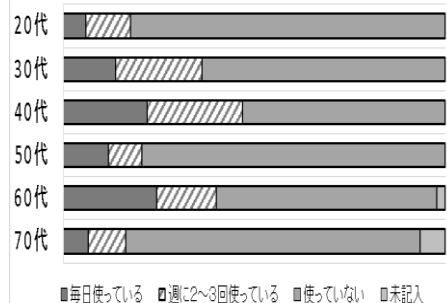
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
毎日使っている	5	10	13	13	26	13	3	83
	10.6%	16.9%	19.7%	16.3%	27.7%	11.2%	50.0%	17.7%
週に2〜3回使っている	9	18	24	17	14	16	2	100
	19.1%	30.5%	36.4%	21.3%	14.9%	13.8%	33.3%	21.4%
使っていない	33	31	29	50	53	80	0	276
	70.2%	52.5%	43.9%	62.5%	56.4%	69.0%	0.0%	59.0%
未記入	0	0	0	0	1	7	1	9
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.1%	6.0%	16.7%	1.9%
合計	47	59	66	80	94	116	6	468
	10.0%	12.6%	14.1%	17.1%	20.1%	24.8%	1.3%	100.0%

デンタルフロス（歯間を磨く糸）を使っていますか？



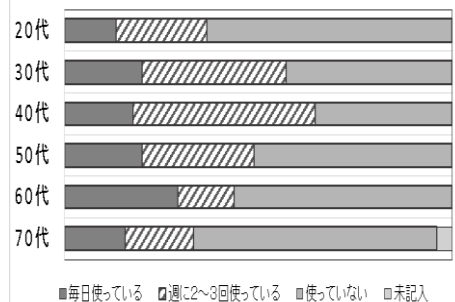
男性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
毎日使っている	1	3	7	4	11	4	0	30
	5.9%	13.6%	21.9%	11.8%	24.4%	6.6%	0.0%	14.2%
週に2〜3回使っている	2	5	8	3	7	6	0	31
	11.8%	22.7%	25.0%	8.8%	15.6%	9.8%	0.0%	14.7%
使っていない	14	14	17	27	26	47	0	145
	82.4%	63.6%	53.1%	79.4%	57.8%	77.0%	0.0%	68.7%
未記入	0	0	0	0	1	4	0	5
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	2.2%	6.6%	0.0%	2.4%
合計	17	22	32	34	45	61	0	211
	8.1%	10.4%	15.2%	16.1%	21.3%	28.9%	0.0%	100.0%

デンタルフロス（歯間を磨く糸）を使っていますか？（男性）



女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
毎日使っている	4	7	6	9	14	8	1	49
	13.3%	20.0%	17.6%	20.0%	29.2%	15.7%	33.3%	19.9%
週に2〜3回使っている	7	13	16	13	7	9	1	66
	23.3%	37.1%	47.1%	28.9%	14.6%	17.6%	33.3%	26.8%
使っていない	19	15	12	23	27	32	0	128
	63.3%	42.9%	35.3%	51.1%	56.3%	62.7%	0.0%	52.0%
未記入	0	0	0	0	0	2	1	3
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	3.9%	33.3%	1.2%
合計	30	35	34	45	48	51	3	246
	12.2%	14.2%	13.8%	18.3%	19.5%	20.7%	1.2%	100.0%

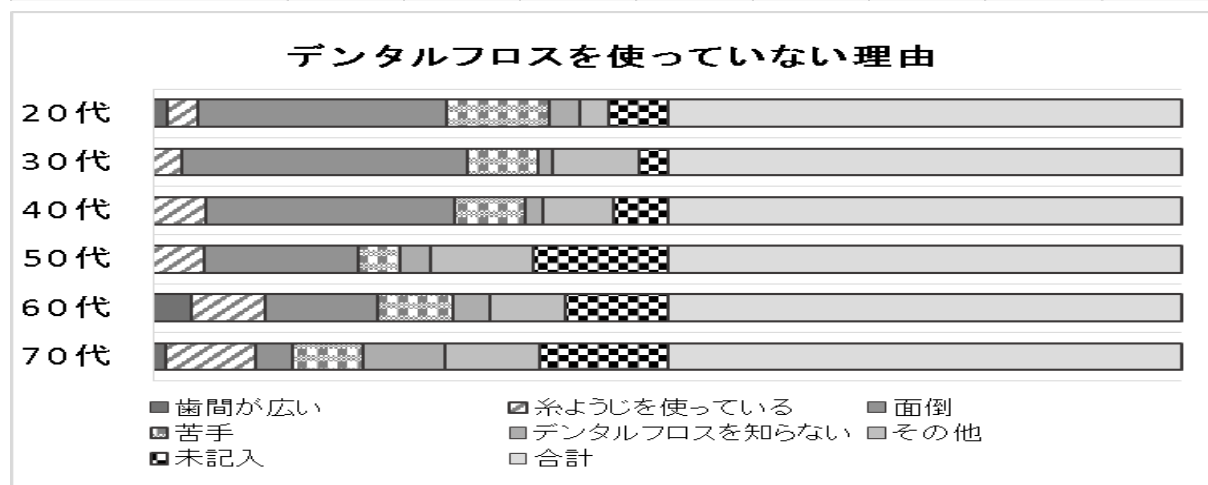
デンタルフロス（歯間を磨く糸）を使っていますか？（女性）



問13-② デンタルフロスを使っていない理由（1つに○）

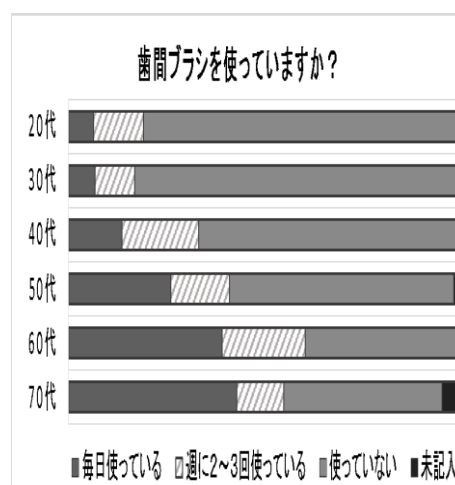
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
歯間が広い	1	0	0	0	4	2	0	7
	3.0%	0.0%	0.0%	0.0%	7.5%	2.5%	0.0%	2.5%
糸ようじを使っている	2	2	3	5	8	14	0	34
	6.1%	6.5%	10.3%	10.0%	15.1%	17.5%	0.0%	12.3%
面倒	17	20	14	15	12	6	0	84
	51.5%	64.5%	48.3%	30.0%	22.6%	7.5%	0.0%	30.4%
苦手	7	5	4	4	8	11	0	39
	21.2%	16.1%	13.8%	8.0%	15.1%	13.8%	0.0%	14.1%
デンタルフロスを知らない	2	1	1	3	4	13	0	24
	6.1%	3.2%	3.4%	6.0%	7.5%	16.3%	0.0%	8.7%
その他	2	6	4	10	8	15	0	45
	6.1%	19.4%	13.8%	20.0%	15.1%	18.8%	0.0%	16.3%
未記入	4	2	3	13	11	20	0	53
	12.1%	6.5%	10.3%	26.0%	20.8%	25.0%	0.0%	19.2%
合計	35	36	29	50	55	81	0	286
	12.7%	13.0%	10.5%	18.1%	19.9%	29.3%	0.0%	103.6%

※重複回答あり

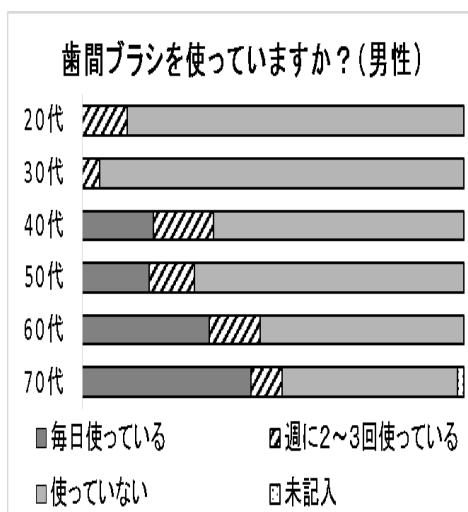


問14 歯間ブラシを使っていますか？

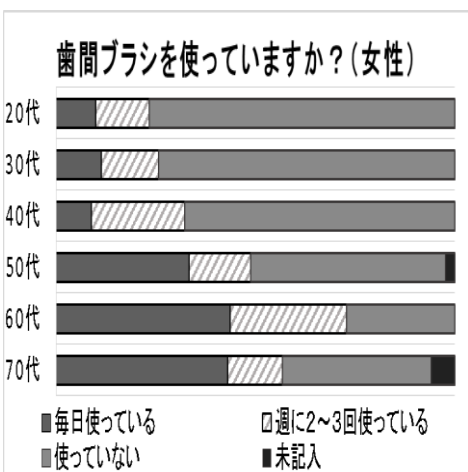
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
毎日使っている	3	4	9	21	37	50	4	128
	6.4%	6.8%	13.6%	26.3%	39.4%	43.1%	66.7%	27.4%
週に2~3回使っている	6	6	13	12	20	14	0	71
	12.8%	10.2%	19.7%	15.0%	21.3%	12.1%	0.0%	15.2%
使っていない	38	49	44	46	37	47	2	263
	80.9%	83.1%	66.7%	57.5%	39.4%	40.5%	33.3%	56.2%
未記入	0	0	0	1	0	5	0	6
	0.0%	0.0%	0.0%	1.3%	0.0%	4.3%	0.0%	1.3%
合計	47	59	66	80	94	116	6	468
	10.0%	12.6%	14.1%	17.1%	20.1%	24.8%	1.3%	100.0%



男性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
毎日使っている	0	0	6	6	15	27	0	54
	0.0%	0.0%	18.8%	17.6%	33.3%	44.3%	0.0%	25.6%
週に2~3回使っている	2	1	5	4	6	5	0	23
	11.8%	4.5%	15.6%	11.8%	13.3%	8.2%	0.0%	10.9%
使っていない	15	21	21	24	24	28	0	133
	88.2%	95.5%	65.6%	70.6%	53.3%	45.9%	0.0%	63.0%
未記入	0	0	0	0	0	1	0	1
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.6%	0.0%	0.5%
合計	17	22	32	34	45	61	0	211
	8.1%	10.4%	15.2%	16.1%	21.3%	28.9%	0.0%	100.0%



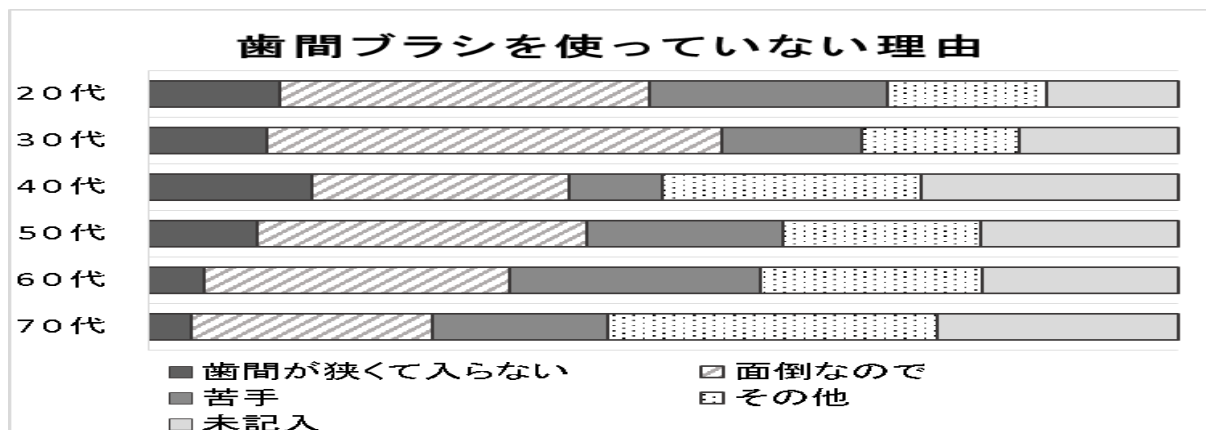
女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
毎日使っている	3	4	3	15	21	22	2	70
	10.0%	11.4%	8.8%	33.3%	43.8%	43.1%	66.7%	28.5%
週に2~3回使っている	4	5	8	7	14	7	0	45
	13.3%	14.3%	23.5%	15.6%	29.2%	13.7%	0.0%	18.3%
使っていない	23	26	23	22	13	19	1	127
	76.7%	74.3%	67.6%	48.9%	27.1%	37.3%	33.3%	51.6%
未記入	0	0	0	1	0	3	0	4
	0.0%	0.0%	0.0%	2.2%	0.0%	5.9%	0.0%	1.6%
合計	30	35	34	45	48	51	3	246
	12.2%	14.2%	13.8%	18.3%	19.5%	20.7%	1.2%	100.0%



問14-②歯間ブラシを使っていない理由（1つに○）

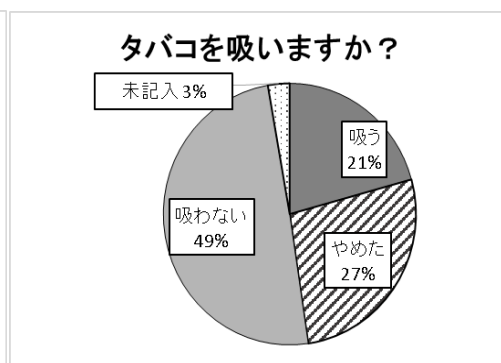
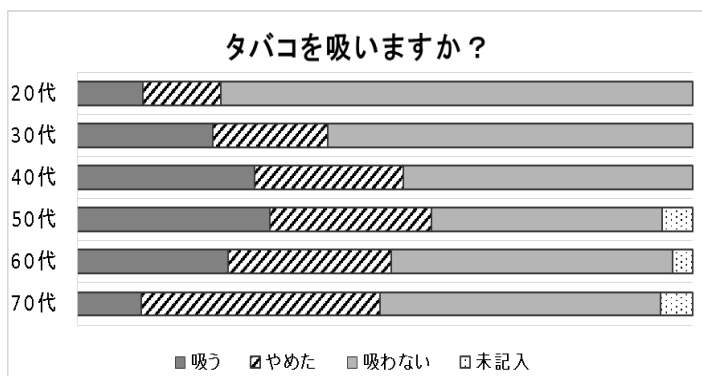
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
歯間が狭くて入らない	5	6	7	5	2	2	0	27
	13.2%	12.2%	15.9%	10.9%	5.4%	4.3%	0.0%	10.3%
面倒なので	14	23	11	15	11	11	2	87
	36.8%	46.9%	25.0%	32.6%	29.7%	23.4%	100.0%	33.1%
苦手	9	7	4	9	9	8	0	46
	23.7%	14.3%	9.1%	19.6%	24.3%	17.0%	0.0%	17.5%
その他	6	8	11	9	8	15	0	57
	15.8%	16.3%	25.0%	19.6%	21.6%	31.9%	0.0%	21.7%
未記入	5	8	11	9	7	11	0	51
	13.2%	16.3%	25.0%	19.6%	18.9%	23.4%	0.0%	19.4%
合計	39	52	44	47	37	47	2	268
	14.8%	19.8%	16.7%	17.9%	14.1%	17.9%	0.8%	101.9%

※重複回答あり

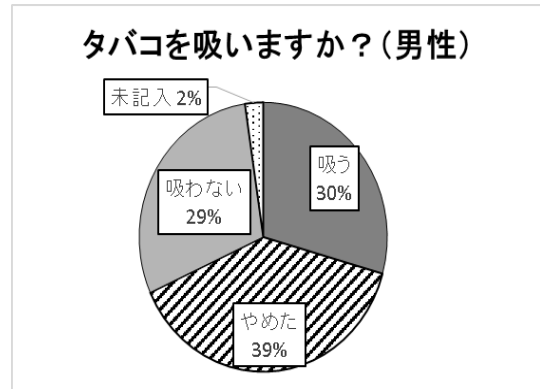
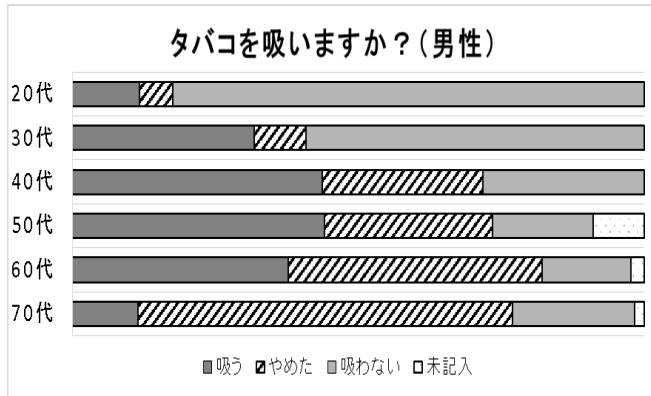


問15 タバコを吸いますか？

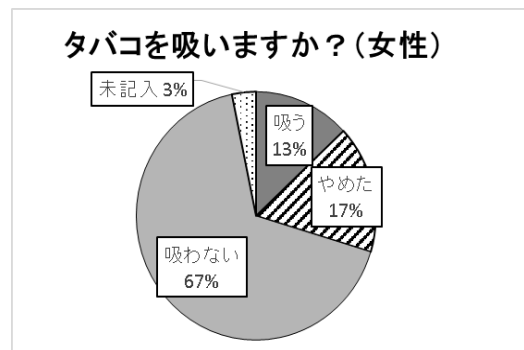
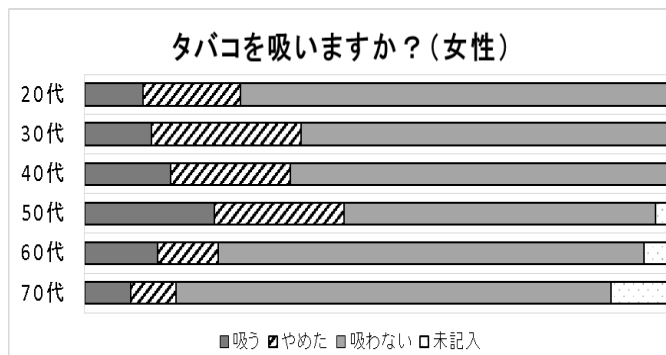
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
吸う	5	13	19	25	23	12	0	97
	10.6%	22.0%	28.8%	31.3%	24.5%	10.3%	0.0%	20.7%
やめた	6	11	16	21	25	45	2	126
	12.8%	18.6%	24.2%	26.3%	26.6%	38.8%	33.3%	26.9%
吸わない	36	35	31	30	43	53	4	232
	76.6%	59.3%	47.0%	37.5%	45.7%	45.7%	66.7%	49.6%
未記入	0	0	0	4	3	6	0	13
	0.0%	0.0%	0.0%	5.0%	3.2%	5.2%	0.0%	2.8%
合計	47	59	66	80	94	116	6	468
	10.0%	12.6%	14.1%	17.1%	20.1%	24.8%	1.3%	100.0%



男性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
吸う	2	7	14	15	17	7	0	62
	11.8%	31.8%	43.8%	44.1%	37.8%	11.5%	0.0%	29.4%
やめた	1	2	9	10	20	40	0	82
	5.9%	9.1%	28.1%	29.4%	44.4%	65.6%	0.0%	38.9%
吸わない	14	13	9	6	7	13	0	62
	82.4%	59.1%	28.1%	17.6%	15.6%	21.3%	0.0%	29.4%
未記入	0	0	0	3	1	1	0	5
	0.0%	0.0%	0.0%	8.8%	2.2%	1.6%	0.0%	2.4%
合計	17	22	32	34	45	61	0	211
	8.1%	10.4%	15.2%	16.1%	21.3%	28.9%	0.0%	100.0%

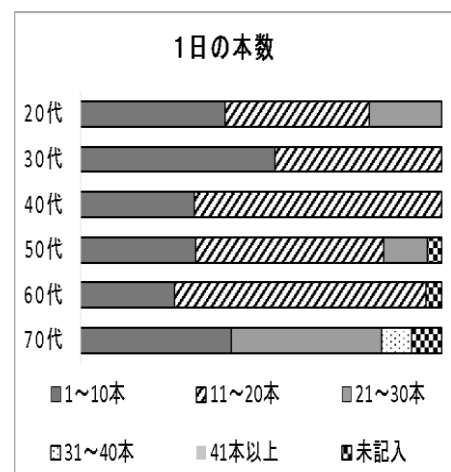


女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
吸う	3	4	5	10	6	4	0	32
	10.0%	11.4%	14.7%	22.2%	12.5%	7.8%	0.0%	13.0%
やめた	5	9	7	10	5	4	1	41
	16.7%	25.7%	20.6%	22.2%	10.4%	7.8%	33.3%	16.7%
吸わない	22	22	22	24	35	38	2	165
	73.3%	62.9%	64.7%	53.3%	72.9%	74.5%	66.7%	67.1%
未記入	0	0	0	1	2	5	0	8
	0.0%	0.0%	0.0%	2.2%	4.2%	9.8%	0.0%	3.3%
合計	30	35	34	45	48	51	3	246
	12.2%	14.2%	13.8%	18.3%	19.5%	20.7%	1.2%	100.0%

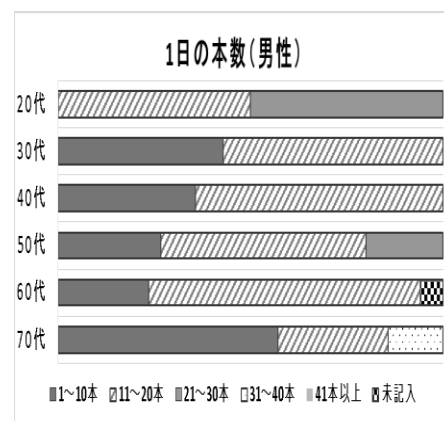


問15-②「吸う」と答えた方⇒1日の本数

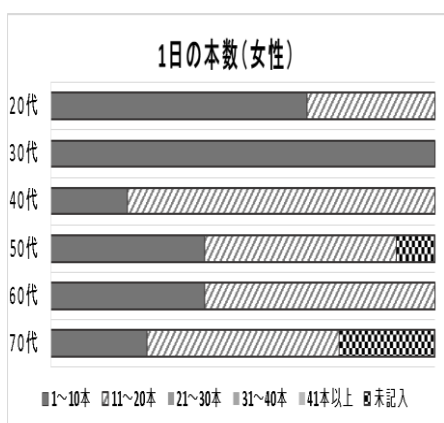
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
1～10本	2	7	6	8	6	5	0	34
	40.0%	53.8%	31.6%	32.0%	26.1%	41.7%	0.0%	35.1%
11～20本	2	6	13	13	16	0	0	50
	40.0%	46.2%	68.4%	52.0%	69.6%	0.0%	0.0%	51.5%
21～30本	1	0	0	3	0	5	0	9
	20.0%	0.0%	0.0%	12.0%	0.0%	41.7%	0.0%	9.3%
31～40本	0	0	0	0	0	1	0	1
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	8.3%	0.0%	1.0%
41本以上	0	0	0	0	0	0	0	0
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
未記入	0	0	0	1	1	1	0	3
	0.0%	0.0%	0.0%	4.0%	4.3%	8.3%	0.0%	3.1%
合計	5	13	19	25	23	12	0	97
	5.2%	13.4%	19.6%	25.8%	23.7%	12.4%	0.0%	100.0%



男性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
1～10本	0	3	5	4	4	4	0	20
	0.0%	42.9%	35.7%	26.7%	23.5%	57.1%	0.0%	32.3%
11～20本	1	4	9	8	12	2	0	36
	50.0%	57.1%	64.3%	53.3%	70.6%	28.6%	0.0%	58.1%
21～30本	1	0	0	3	0	0	0	4
	50.0%	0.0%	0.0%	20.0%	0.0%	0.0%	0.0%	6.5%
31～40本	0	0	0	0	0	1	0	1
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	14.3%	0.0%	1.6%
41本以上	0	0	0	0	0	0	0	0
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
未記入	0	0	0	0	1	0	0	1
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	5.9%	0.0%	0.0%	1.6%
合計	2	7	14	15	17	7	0	62
	3.2%	11.3%	22.6%	24.2%	27.4%	11.3%	0.0%	100.0%

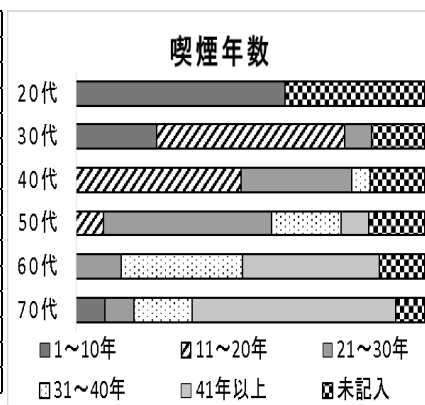


女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
1～10本	2	4	1	4	3	1	0	15
	66.7%	100.0%	20.0%	40.0%	50.0%	25.0%	0.0%	46.9%
11～20本	1	0	4	5	3	2	0	15
	33.3%	0.0%	80.0%	50.0%	50.0%	50.0%	0.0%	46.9%
21～30本	0	0	0	0	0	0	0	0
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
31～40本	0	0	0	0	0	0	0	0
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
41本以上	0	0	0	0	0	0	0	0
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
未記入	0	0	0	1	0	1	0	2
	0.0%	0.0%	0.0%	10.0%	0.0%	25.0%	0.0%	6.3%
合計	3	4	5	10	6	4	0	32
	9.4%	12.5%	15.6%	31.3%	18.8%	12.5%	0.0%	100.0%

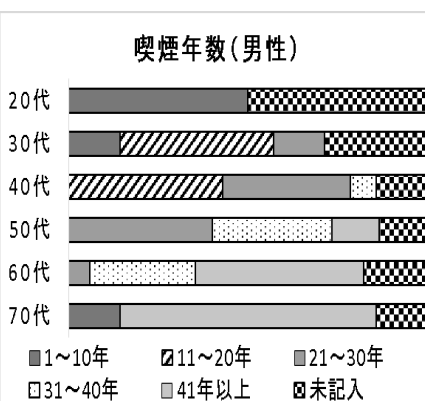


問15-③「吸う」と答えた方⇒喫煙年数

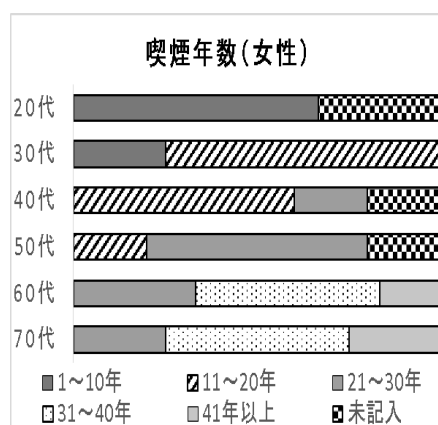
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
1～10年	3	3	0	0	0	1	0	7
	60.0%	23.1%	0.0%	0.0%	0.0%	8.3%	0.0%	7.2%
11～20年	0	7	9	2	0	0	0	18
	0.0%	53.8%	47.4%	8.0%	0.0%	0.0%	0.0%	18.6%
21～30年	0	1	6	12	3	1	0	23
	0.0%	7.7%	31.6%	48.0%	13.0%	8.3%	0.0%	23.7%
31～40年	0	0	1	5	8	2	0	16
	0.0%	0.0%	5.3%	20.0%	34.8%	16.7%	0.0%	16.5%
41年以上	0	0	0	2	9	7	0	18
	0.0%	0.0%	0.0%	8.0%	39.1%	58.3%	0.0%	18.6%
未記入	2	2	3	4	3	1	0	15
	40.0%	15.4%	15.8%	16.0%	13.0%	8.3%	0.0%	15.5%
合計	5	13	19	25	23	12	0	97
	5.2%	13.4%	19.6%	25.8%	23.7%	12.4%	0.0%	100.0%



男性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
1～10年	1	1	0	0	0	1	0	3
	50.0%	14.3%	0.0%	0.0%	0.0%	14.3%	0.0%	4.8%
11～20年	0	3	6	0	0	0	0	9
	0.0%	42.9%	42.9%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	14.5%
21～30年	0	1	5	6	1	0	0	13
	0.0%	14.3%	35.7%	40.0%	5.9%	0.0%	0.0%	21.0%
31～40年	0	0	1	5	5	0	0	11
	0.0%	0.0%	7.1%	33.3%	29.4%	0.0%	0.0%	17.7%
41年以上	0	0	0	2	8	5	0	15
	0.0%	0.0%	0.0%	13.3%	47.1%	71.4%	0.0%	24.2%
未記入	1	2	2	2	3	1	0	11
	50.0%	28.6%	14.3%	13.3%	17.6%	14.3%	0.0%	17.7%
合計	2	7	14	15	17	7	0	62
	3.2%	11.3%	22.6%	24.2%	27.4%	11.3%	0.0%	100.0%



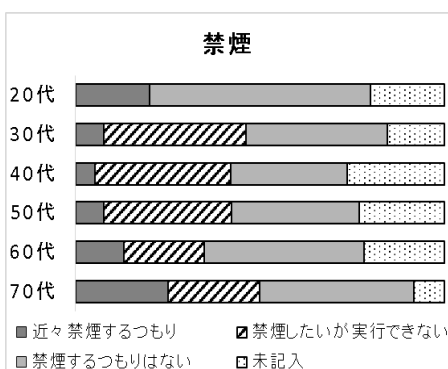
女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
1～10年	2	1	0	0	0	0	0	3
	66.7%	25.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	9.4%
11～20年	0	3	3	2	0	0	0	8
	0.0%	75.0%	60.0%	20.0%	0.0%	0.0%	0.0%	25.0%
21～30年	0	0	1	6	2	1	0	10
	0.0%	0.0%	20.0%	60.0%	33.3%	25.0%	0.0%	31.3%
31～40年	0	0	0	0	3	2	0	5
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	50.0%	50.0%	0.0%	15.6%
41年以上	0	0	0	0	1	1	0	2
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	16.7%	25.0%	0.0%	6.3%
未記入	1	0	1	2	0	0	0	4
	33.3%	0.0%	20.0%	20.0%	0.0%	0.0%	0.0%	12.5%
合計	3	4	5	10	6	4	0	32
	9.4%	12.5%	15.6%	31.3%	18.8%	12.5%	0.0%	100.0%



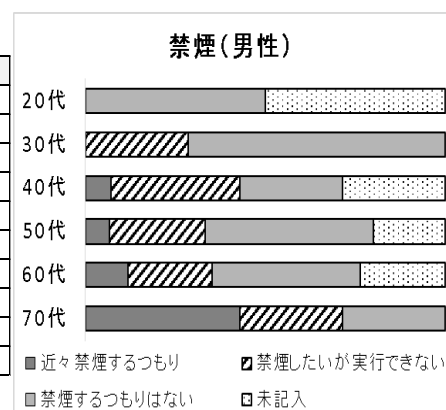
問15-④「吸う」と答えた方⇒禁煙について

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
近々禁煙するつもり	1	1	1	2	3	3	0	11
	20.0%	7.7%	5.3%	7.7%	13.0%	25.0%	0.0%	11.2%
禁煙したいが実行できない	0	5	7	9	5	3	0	29
	0.0%	38.5%	36.8%	34.6%	21.7%	25.0%	0.0%	29.6%
禁煙するつもりはない	3	5	6	9	10	5	0	38
	60.0%	38.5%	31.6%	34.6%	43.5%	41.7%	0.0%	38.8%
未記入	1	2	5	6	5	1	0	20
	20.0%	15.4%	26.3%	23.1%	21.7%	8.3%	0.0%	20.4%
合計	5	13	19	26	23	12	0	98
	5.2%	13.4%	19.6%	26.8%	23.7%	12.4%	0.0%	101.0%

※重複回答あり

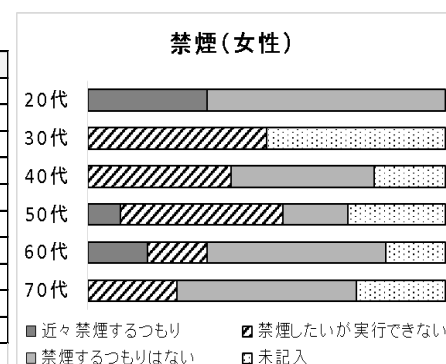


男性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
近々禁煙するつもり	0	0	1	1	2	3	0	7
	0.0%	0.0%	7.1%	6.7%	11.8%	42.9%	0.0%	11.3%
禁煙したいが実行できない	0	2	5	4	4	2	0	17
	0.0%	28.6%	35.7%	26.7%	23.5%	28.6%	0.0%	27.4%
禁煙するつもりはない	1	5	4	7	7	2	0	26
	50.0%	71.4%	28.6%	46.7%	41.2%	28.6%	0.0%	41.9%
未記入	1	0	4	3	4	0	0	12
	50.0%	0.0%	28.6%	20.0%	23.5%	0.0%	0.0%	19.4%
合計	2	7	14	15	17	7	0	62
	3.2%	11.3%	22.6%	24.2%	27.4%	11.3%	0.0%	100.0%



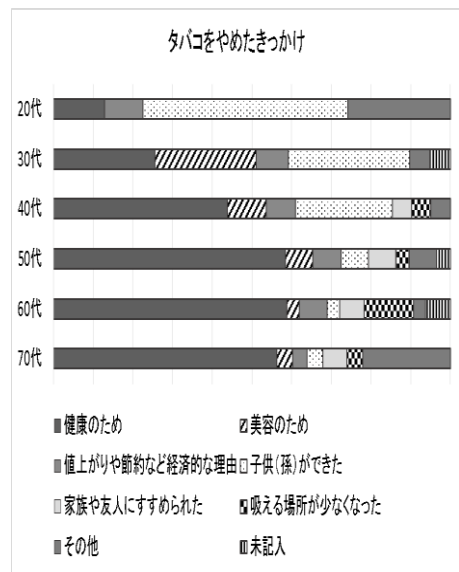
女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
近々禁煙するつもり	1	0	0	1	1	0	0	3
	33.3%	0.0%	0.0%	9.1%	16.7%	0.0%	0.0%	9.1%
禁煙したいが実行できない	0	2	2	5	1	1	0	11
	0.0%	50.0%	40.0%	45.5%	16.7%	25.0%	0.0%	33.3%
禁煙するつもりはない	2	0	2	2	3	2	0	11
	66.7%	0.0%	40.0%	18.2%	50.0%	50.0%	0.0%	33.3%
未記入	0	2	1	3	1	1	0	8
	0.0%	50.0%	20.0%	27.3%	16.7%	25.0%	0.0%	24.2%
合計	3	4	5	11	6	4	0	33
	9.4%	12.5%	15.6%	34.4%	18.8%	12.5%	0.0%	103.1%

※重複回答あり

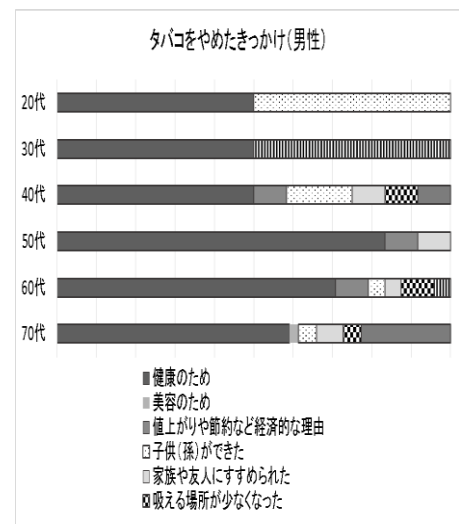


問15-⑤「やめた」と答えた方⇒やめたきっかけ（いくつでも〇）

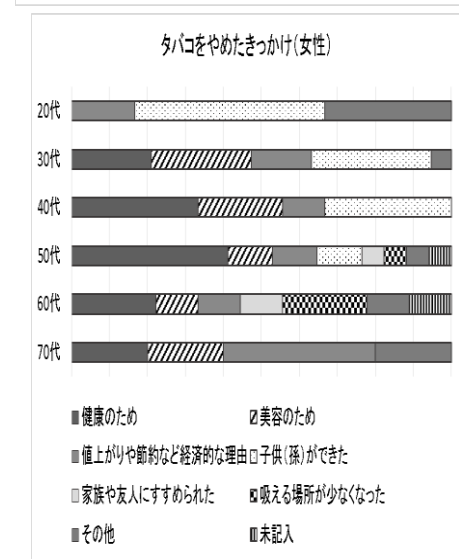
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
健康のため	1 16.7%	5 45.5%	9 56.3%	17 81.0%	19 76.0%	28 62.2%	1 50.0%	80 63.5%
美容のため	0 0.0%	5 45.5%	2 12.5%	2 9.5%	1 4.0%	2 4.4%	0 0.0%	12 9.5%
値上がりや節約など経済的な理由	1 12.5%	3 14.3%	2 9.5%	3 10.0%	3 9.1%	2 4.0%	1 50.0%	15 9.1%
子供(孫)ができた	4 66.7%	6 54.5%	5 31.3%	2 9.5%	1 4.0%	2 4.4%	0 0.0%	20 15.9%
家族や友人にすすめられた	0 0.0%	0 0.0%	1 6.3%	2 9.5%	2 8.0%	3 6.7%	0 0.0%	8 6.3%
吸える場所が少なくなった	0 0.0%	0 0.0%	1 6.3%	1 4.8%	4 16.0%	2 4.4%	0 0.0%	8 6.3%
その他	2 33.3%	1 9.1%	1 6.3%	2 9.5%	1 4.0%	11 24.4%	0 0.0%	18 14.3%
未記入	0 0.0%	1 9.1%	0 0.0%	1 4.8%	2 8.0%	0 0.0%	0 0.0%	4 3.2%
合計	8 6.3%	21 16.7%	21 16.7%	30 23.8%	33 26.2%	50 39.7%	2 1.6%	165 131.0%



男性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
健康のため	1 100.0%	1 50.0%	6 66.7%	10 100.0%	17 85.0%	26 65.0%	0 0.0%	61 74.4%
美容のため	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 2.5%	0 0.0%	1 1.2%
値上がりや節約など経済的な理由	0 0.0%	0 0.0%	1 11.1%	1 10.0%	2 10.0%	0 0.0%	0 0.0%	4 4.9%
子供(孫)ができた	1 100.0%	0 0.0%	2 22.2%	0 0.0%	1 5.0%	2 5.0%	0 0.0%	6 7.3%
家族や友人にすすめられた	0 0.0%	0 0.0%	1 11.1%	1 10.0%	1 5.0%	3 7.5%	0 0.0%	6 7.3%
吸える場所が少なくなった	0 0.0%	0 0.0%	1 11.1%	0 0.0%	2 10.0%	2 5.0%	0 0.0%	5 6.1%
その他	0 0.0%	0 0.0%	1 11.1%	0 0.0%	0 0.0%	10 25.0%	0 0.0%	11 13.4%
未記入	0 0.0%	1 50.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 5.0%	0 0.0%	0 0.0%	2 2.4%
合計	2 2.4%	2 2.4%	12 14.6%	12 14.6%	24 29.3%	44 53.7%	0 0.0%	96 117.1%

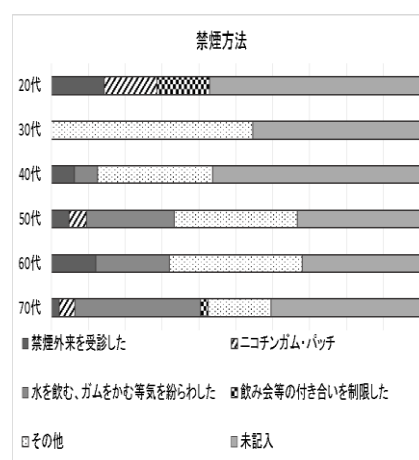


女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
健康のため	0 0.0%	4 44.4%	3 42.9%	7 70.0%	2 40.0%	1 25.0%	0 0.0%	17 41.5%
美容のため	0 0.0%	5 55.6%	2 28.6%	2 20.0%	1 20.0%	1 25.0%	0 0.0%	11 26.8%
値上がりや節約など経済的な理由	1 20.0%	3 33.3%	1 14.3%	2 20.0%	1 20.0%	2 50.0%	1 100.0%	11 26.8%
子供(孫)ができた	3 60.0%	6 66.7%	3 42.9%	2 20.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	14 34.1%
家族や友人にすすめられた	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 10.0%	1 20.0%	0 0.0%	0 0.0%	2 4.9%
吸える場所が少なくなった	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 10.0%	2 40.0%	0 0.0%	0 0.0%	3 7.3%
その他	2 40.0%	1 11.1%	0 0.0%	1 10.0%	1 20.0%	1 25.0%	0 0.0%	6 14.6%
未記入	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 10.0%	1 20.0%	0 0.0%	0 0.0%	2 4.9%
合計	6 14.6%	19 46.3%	9 22.0%	17 41.5%	9 22.0%	5 12.2%	1 2.4%	66 161.0%

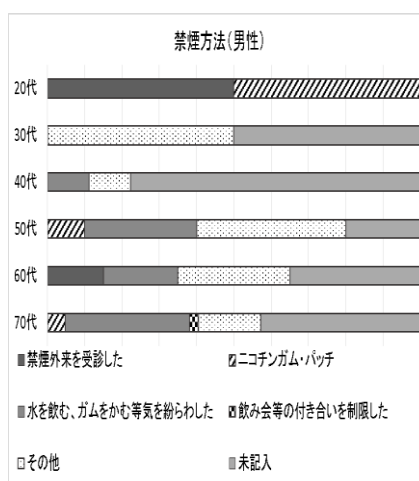


問15-⑥「やめた」と答えた方⇒禁煙方法（いくつでも〇）

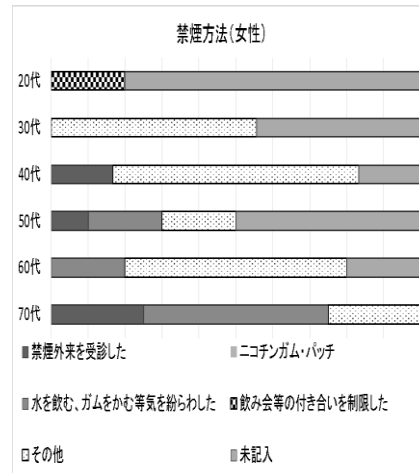
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
禁煙外来を受診した	1 16.7%	0 0.0%	1 6.3%	1 4.8%	3 12.0%	1 2.2%	0 0.0%	7 5.6%
ニコチンガム・パッチ	1 16.7%	0 0.0%	0 0.0%	1 4.8%	0 0.0%	2 4.4%	0 0.0%	4 3.2%
水を飲む、ガムをかむ等気を紛らわした	0 0.0%	0 0.0%	1 6.3%	5 23.8%	5 20.0%	16 35.6%	0 0.0%	27 21.4%
飲み会等の付き合いを制限した	1 16.7%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 2.2%	1 50.0%	3 2.4%
その他	0 0.0%	6 54.5%	5 31.3%	7 33.3%	9 36.0%	8 17.8%	0 0.0%	35 27.8%
未記入	4 66.7%	5 45.5%	9 56.3%	7 33.3%	8 32.0%	19 42.2%	1 50.0%	53 42.1%
合計	7 5.6%	11 8.7%	16 12.7%	21 16.7%	25 19.8%	47 37.3%	2 1.6%	129 102.4%



男性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
禁煙外来を受診した	1 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	3 15.0%	0 0.0%	0 0.0%	4 4.9%
ニコチンガム・パッチ	1 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 10.0%	0 0.0%	2 5.0%	0 0.0%	4 4.9%
水を飲む、ガムをかむ等気を紛らわした	0 0.0%	0 0.0%	1 11.1%	3 30.0%	4 20.0%	14 35.0%	0 0.0%	22 26.8%
飲み会等の付き合いを制限した	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 2.5%	0 0.0%	1 1.2%
その他	0 0.0%	1 50.0%	1 11.1%	4 40.0%	6 30.0%	7 17.5%	0 0.0%	19 23.2%
未記入	0 0.0%	1 50.0%	7 77.8%	2 20.0%	7 35.0%	18 45.0%	0 0.0%	35 42.7%
合計	2 2.4%	2 2.4%	9 11.0%	10 12.2%	20 24.4%	42 51.2%	0 0.0%	85 103.7%

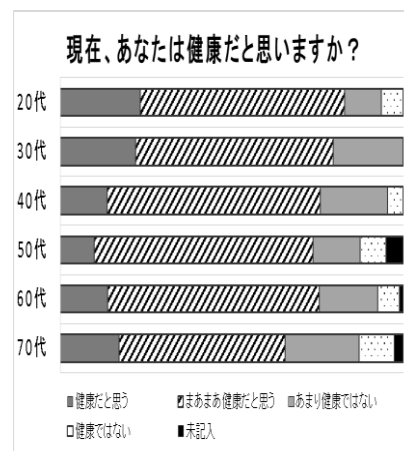


女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
禁煙外来を受診した	0 0.0%	0 0.0%	1 14.3%	1 10.0%	0 0.0%	1 25.0%	0 0.0%	3 7.3%
ニコチンガム・パッチ	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
水を飲む、ガムをかむ等気を紛らわした	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	2 20.0%	1 20.0%	2 50.0%	0 0.0%	5 12.2%
飲み会等の付き合いを制限した	1 20.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 100.0%	2 4.9%
その他	0 0.0%	5 55.6%	4 57.1%	2 20.0%	3 60.0%	1 25.0%	0 0.0%	15 36.6%
未記入	4 80.0%	4 44.4%	2 28.6%	5 50.0%	1 20.0%	0 0.0%	0 0.0%	16 39.0%
合計	5 12.2%	9 22.0%	7 17.1%	10 24.4%	5 12.2%	4 9.8%	1 2.4%	41 100.0%



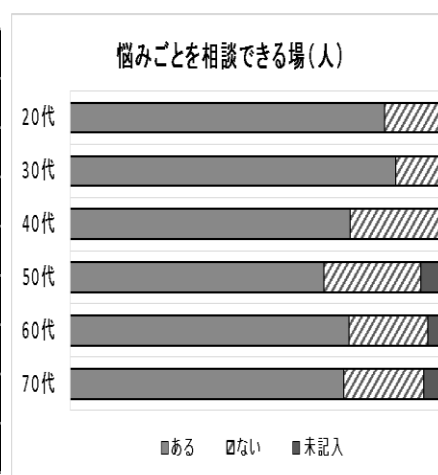
問 16 現在、あなたは健康だと思いますか？

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
健康だと思う	11	13	9	8	13	20	2	76
	23.4%	22.0%	13.6%	10.0%	13.8%	17.2%	33.3%	16.2%
まあまあ健康だと思う	28	34	41	51	58	56	3	271
	59.6%	57.6%	62.1%	63.8%	61.7%	48.3%	50.0%	57.9%
あまり健康ではない	5	12	13	11	16	25	1	83
	10.6%	20.3%	19.7%	13.8%	17.0%	21.6%	16.7%	17.7%
健康ではない	3	0	3	6	6	12	0	30
	6.4%	0.0%	4.5%	7.5%	6.4%	10.3%	0.0%	6.4%
未記入	0	0	0	4	1	3	0	8
	0.0%	0.0%	0.0%	5.0%	1.1%	2.6%	0.0%	1.7%
合計	47	59	66	80	94	116	6	468
	10.0%	12.6%	14.1%	17.1%	20.1%	24.8%	1.3%	100.0%

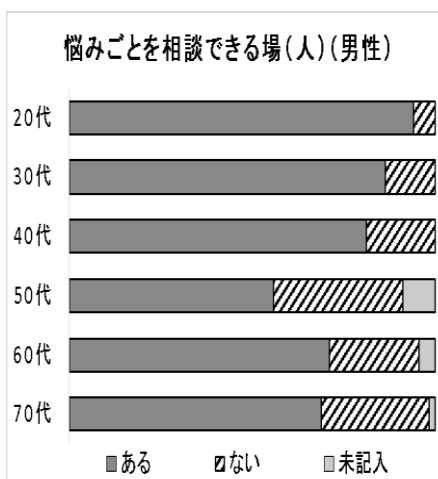


問 17 悩みごとを相談できる場（人）がありますか？

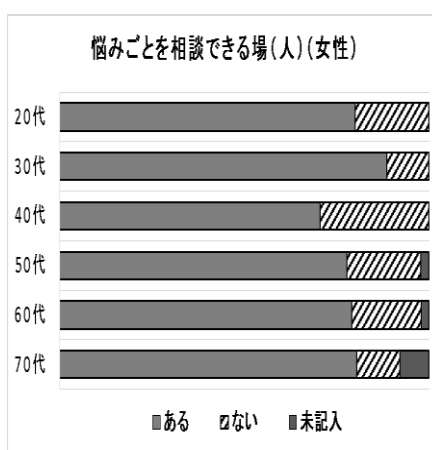
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
ある	40	52	50	55	71	86	4	358
	85.1%	88.1%	75.8%	68.8%	75.5%	74.1%	66.7%	76.5%
ない	7	7	16	21	20	25	1	97
	14.9%	11.9%	24.2%	26.3%	21.3%	21.6%	16.7%	20.7%
未記入	0	0	0	4	3	5	1	13
	0.0%	0.0%	0.0%	5.0%	3.2%	4.3%	16.7%	2.8%
合計	47	59	66	80	94	116	6	468
	10.0%	12.6%	14.1%	17.1%	20.1%	24.8%	1.3%	100.0%



男性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
ある	16	19	26	19	32	42	0	154
	94.1%	86.4%	81.3%	55.9%	71.1%	68.9%	0.0%	73.0%
ない	1	3	6	12	11	18	0	51
	5.9%	13.6%	18.8%	35.3%	24.4%	29.5%	0.0%	24.2%
未記入	0	0	0	3	2	1	0	6
	0.0%	0.0%	0.0%	8.8%	4.4%	1.6%	0.0%	2.8%
合計	17	22	32	34	45	61	0	211
	8.1%	10.4%	15.2%	16.1%	21.3%	28.9%	0.0%	100.0%

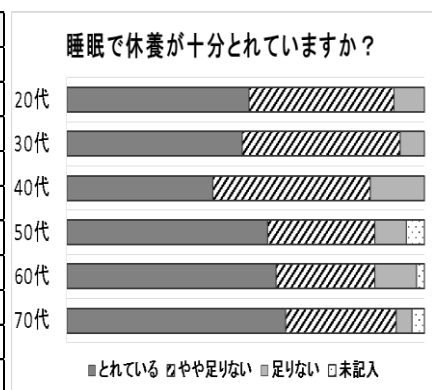


女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
ある	24	31	24	35	38	41	1	194
	80.0%	88.6%	70.6%	77.8%	79.2%	80.4%	33.3%	78.9%
ない	6	4	10	9	9	6	1	45
	20.0%	11.4%	29.4%	20.0%	18.8%	11.8%	33.3%	18.3%
未記入	0	0	0	1	1	4	1	7
	0.0%	0.0%	0.0%	2.2%	2.1%	7.8%	33.3%	2.8%
合計	30	35	34	45	48	51	3	246
	12.2%	14.2%	13.8%	18.3%	19.5%	20.7%	1.2%	100.0%

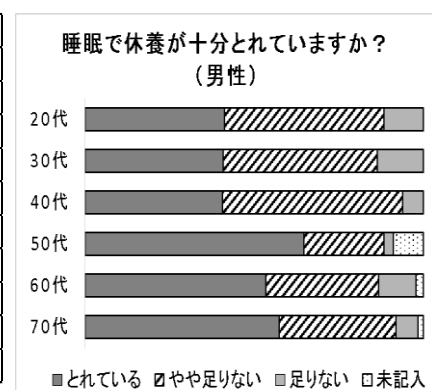


問 18 睡眠で休養が十分とれていますか？

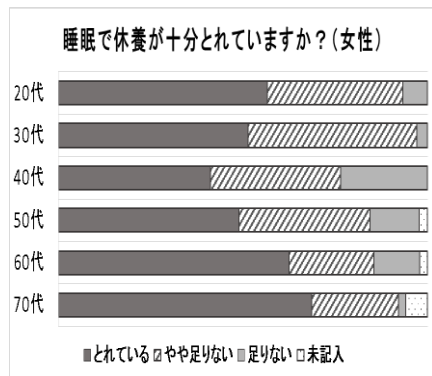
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
とれている	24	29	27	45	55	71	4	255
	51.1%	49.2%	40.9%	56.3%	58.5%	61.2%	66.7%	54.5%
やや足りない	19	26	29	24	26	36	1	161
	40.4%	44.1%	43.9%	30.0%	27.7%	31.0%	16.7%	34.4%
足りない	4	4	10	7	11	5	1	42
	8.5%	6.8%	15.2%	8.8%	11.7%	4.3%	16.7%	9.0%
未記入	0	0	0	4	2	4	0	10
	0.0%	0.0%	0.0%	5.0%	2.1%	3.4%	0.0%	2.1%
合計	47	59	66	80	94	116	6	468
	10.0%	12.6%	14.1%	17.1%	20.1%	24.8%	1.3%	100.0%



男性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
とれている	7	9	13	22	24	35	0	110
	41.2%	40.9%	40.6%	64.7%	53.3%	57.4%	0.0%	52.1%
やや足りない	8	10	17	8	15	21	0	79
	47.1%	45.5%	53.1%	23.5%	33.3%	34.4%	0.0%	37.4%
足りない	2	3	2	1	5	4	0	17
	11.8%	13.6%	6.3%	2.9%	11.1%	6.6%	0.0%	8.1%
未記入	0	0	0	3	1	1	0	5
	0.0%	0.0%	0.0%	8.8%	2.2%	1.6%	0.0%	2.4%
合計	17	22	32	34	45	61	0	211
	8.1%	10.4%	15.2%	16.1%	21.3%	28.9%	0.0%	100.0%



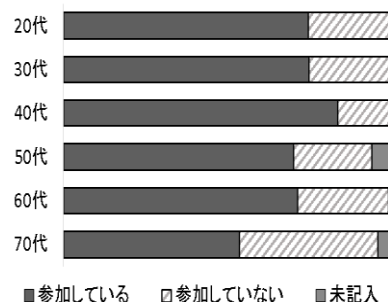
女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
とれている	17	18	14	22	30	35	1	137
	56.7%	51.4%	41.2%	48.9%	62.5%	68.6%	33.3%	55.7%
やや足りない	11	16	12	16	11	12	1	79
	36.7%	45.7%	35.3%	35.6%	22.9%	23.5%	33.3%	32.1%
足りない	2	1	8	6	6	1	1	25
	6.7%	2.9%	23.5%	13.3%	12.5%	2.0%	33.3%	10.2%
未記入	0	0	0	1	1	3	0	5
	0.0%	0.0%	0.0%	2.2%	2.1%	5.9%	0.0%	2.0%
合計	30	35	34	45	48	51	3	246
	12.2%	14.2%	13.8%	18.3%	19.5%	20.7%	1.2%	100.0%



問 19 現在、仕事や地域活動等に参加していますか？

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
参加している	35	44	55	56	67	62	5	324
	74.5%	74.6%	83.3%	70.0%	71.3%	53.4%	83.3%	69.2%
参加していない	12	15	11	19	26	49	0	132
	25.5%	25.4%	16.7%	23.8%	27.7%	42.2%	0.0%	28.2%
未記入	0	0	0	5	1	5	1	12
	0.0%	0.0%	0.0%	6.3%	1.1%	4.3%	16.7%	2.6%
合計	47	59	66	80	94	116	6	468
	10.0%	12.6%	14.1%	17.1%	20.1%	24.8%	1.3%	100.0%

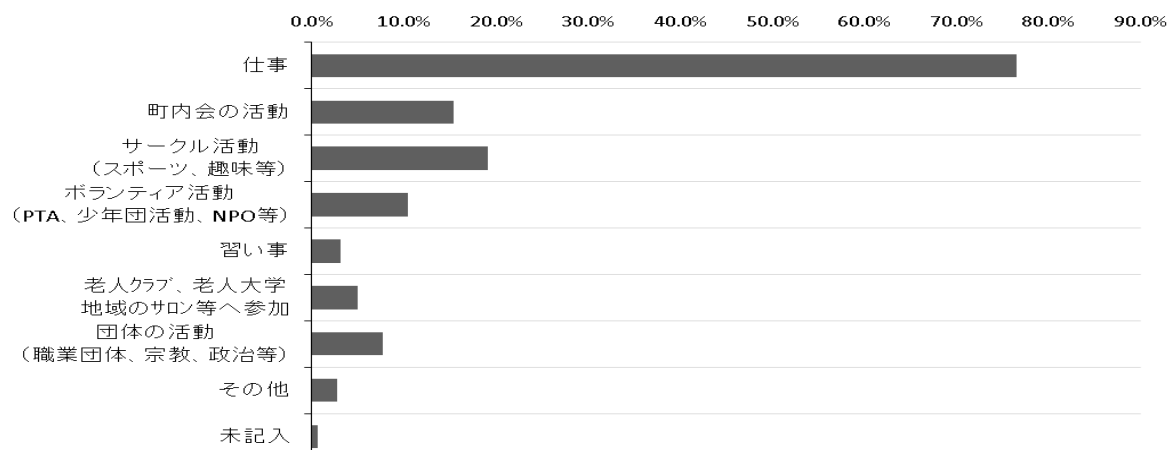
仕事や地域活動等に参加していますか？



問 19-① 該当するものは何ですか（いくつでも○）

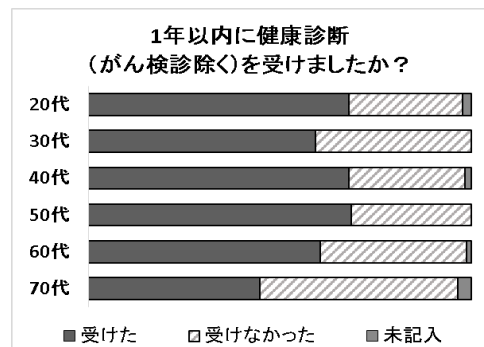
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
仕事	32	40	54	46	51	25	3	251
	91.4%	90.9%	98.2%	82.1%	76.1%	40.3%	60.0%	77.5%
町内会の活動	3	7	4	17	19	24	2	76
	8.6%	15.9%	7.3%	30.4%	28.4%	38.7%	40.0%	15.7%
サークル活動 (スポーツ、趣味等)	6	9	4	11	14	18	0	62
	17.1%	20.5%	7.3%	19.6%	20.9%	29.0%	0.0%	19.1%
ボランティア活動 (PTA、少年団活動、NPO等)	2	4	8	5	9	6	0	34
	5.7%	9.1%	14.5%	8.9%	13.4%	9.7%	0.0%	10.5%
習い事	1	2	2	2	2	1	1	11
	2.9%	4.5%	3.6%	3.6%	3.0%	1.6%	20.0%	3.4%
老人クラブ、老人大学 地域のサロン等へ参加	0	0	2	1	3	10	0	16
	0.0%	0.0%	3.6%	1.8%	4.5%	16.1%	0.0%	4.9%
団体の活動 (職業団体、宗教、政治等)	2	6	3	5	6	3	0	25
	5.7%	13.6%	5.5%	8.9%	9.0%	4.8%	0.0%	7.7%
その他	0	2	0	0	2	5	0	9
	0.0%	4.5%	0.0%	0.0%	3.0%	8.1%	0.0%	2.8%
未記入	0	0	1	0	0	0	0	1
	0.0%	0.0%	1.8%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.3%
合計	46	70	78	87	106	92	6	485
	14.2%	21.6%	24.1%	26.9%	32.7%	28.4%	1.9%	149.7%

該当するものはなんですか？

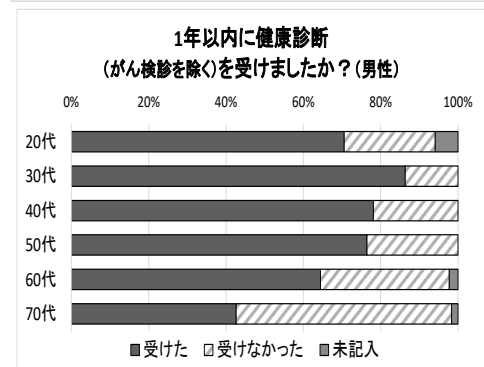


問20 1年以内に健康診断（がん検診を除く）を受けましたか？

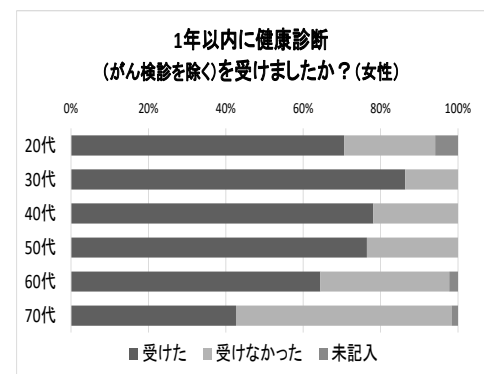
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
受けた	32 68.1%	35 59.3%	45 68.2%	55 68.8%	57 60.6%	52 44.8%	4 66.7%	280 59.8%
受けなかった	14 29.8%	24 40.7%	20 30.3%	25 31.3%	36 38.3%	60 51.7%	1 16.7%	180 38.5%
未記入	1 2.1%	0 0.0%	1 1.5%	0 0.0%	1 1.1%	4 3.4%	1 16.7%	8 1.7%
合計	47 10.0%	59 12.6%	66 14.1%	80 17.1%	94 20.1%	116 24.8%	6 1.3%	468 100.0%



男性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
受けた	12 70.6%	19 86.4%	25 78.1%	26 76.5%	29 64.4%	26 42.6%	0 0.0%	137 64.9%
受けなかった	4 23.5%	3 13.6%	7 21.9%	8 23.5%	15 33.3%	34 55.7%	0 0.0%	71 33.6%
未記入	1 5.9%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 2.2%	1 1.6%	0 0.0%	3 1.4%
合計	17 8.1%	22 10.4%	32 15.2%	34 16.1%	45 21.3%	61 28.9%	0 0.0%	211 100.0%

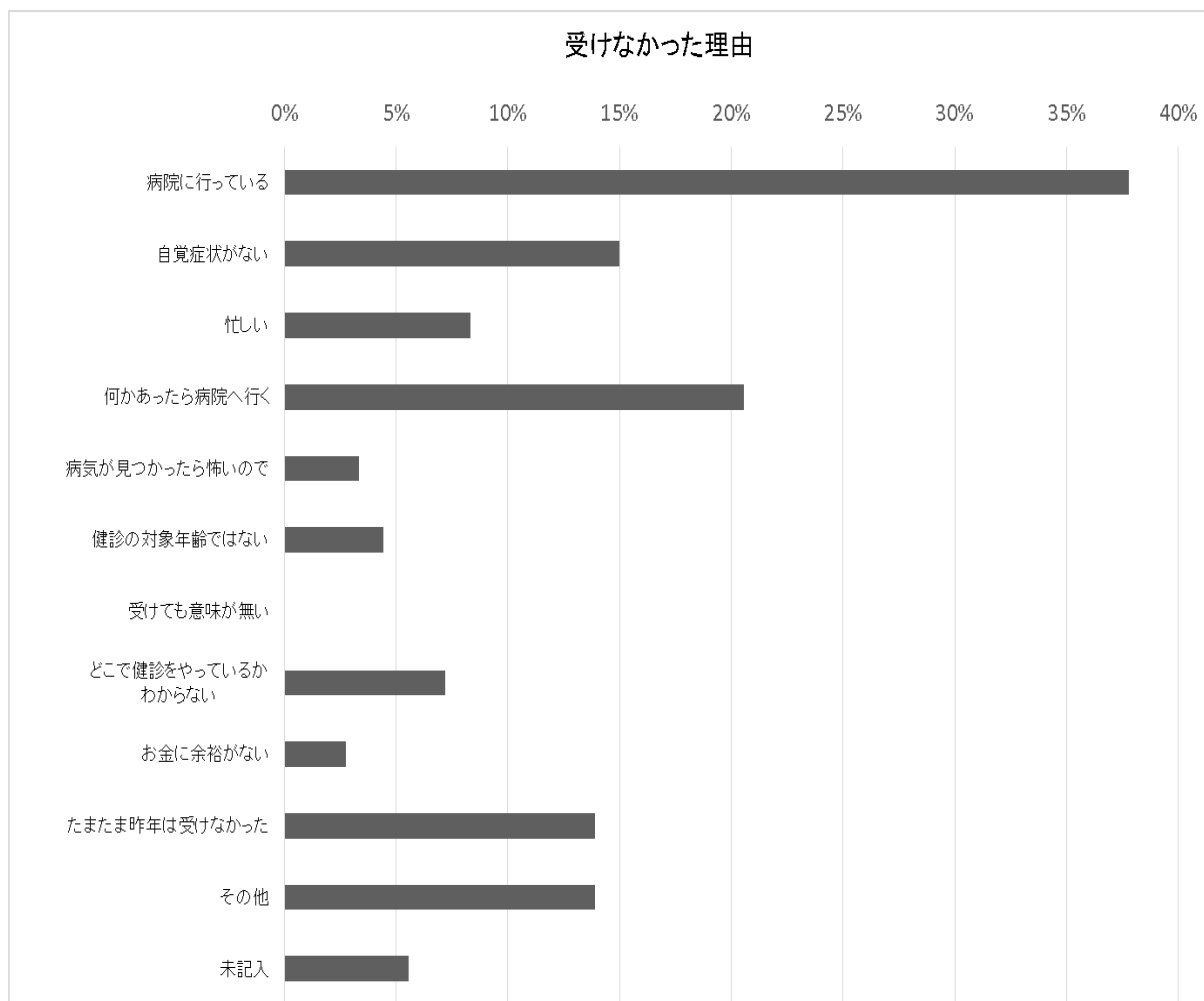


女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
受けた	20 66.7%	14 40.0%	20 58.8%	28 62.2%	28 58.3%	26 51.0%	1 33.3%	137 55.7%
受けなかった	10 33.3%	21 60.0%	13 38.2%	17 37.8%	20 41.7%	23 45.1%	1 33.3%	105 42.7%
未記入	0 0.0%	0 0.0%	1 2.9%	0 0.0%	0 0.0%	2 3.9%	1 33.3%	4 1.6%
合計	30 12.2%	35 14.2%	34 13.8%	45 18.3%	48 19.5%	51 20.7%	3 1.2%	246 100.0%



問20-②「受けなかった」と回答⇒受けなかった理由（いくつでも〇）

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
病院に行っている	0 0.0%	1 4.2%	6 30.0%	5 20.0%	15 41.7%	41 68.3%	0 0.0%	68 37.8%
自覚症状がない	1 7.1%	2 8.3%	5 25.0%	3 12.0%	5 13.9%	10 16.7%	1 100.0%	27 15.0%
忙しい	2 14.3%	4 16.7%	3 15.0%	2 8.0%	3 8.3%	0 0.0%	1 100.0%	15 8.3%
何かあったら病院へ行く	1 7.1%	8 33.3%	2 10.0%	7 28.0%	7 19.4%	12 20.0%	0 0.0%	37 20.6%
病気が見つかったら怖いので	0 0.0%	1 4.2%	1 5.0%	1 4.0%	0 0.0%	3 5.0%	0 0.0%	6 3.3%
健診の対象年齢ではない	3 21.4%	3 12.5%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	2 3.3%	0 0.0%	8 4.4%
受けても意味が無い	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
どこで健診をやっているかわからない	3 21.4%	5 20.8%	2 10.0%	1 4.0%	1 2.8%	1 1.7%	0 0.0%	13 7.2%
お金に余裕がない	1 7.1%	0 0.0%	0 0.0%	2 8.0%	0 0.0%	2 3.3%	0 0.0%	5 2.8%
たまたま昨年は受けなかった	3 21.4%	3 12.5%	3 15.0%	4 16.0%	10 27.8%	2 3.3%	0 0.0%	25 13.9%
その他	3 21.4%	2 8.3%	3 15.0%	5 20.0%	3 8.3%	9 15.0%	0 0.0%	25 13.9%
未記入	0 0.0%	3 12.5%	2 10.0%	1 4.0%	2 5.6%	2 3.3%	0 0.0%	10 5.6%
合計	17 9.4%	32 17.8%	27 15.0%	31 17.2%	46 25.6%	84 46.7%	2 1.1%	239 132.8%



問 2 1 1 年以内にがん検診を受けましたか？

(各検診についてあてはまるもの)

胃がん検診	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
受けた	1	7	12	20	27	31	1	99
	2.1%	11.9%	18.2%	25.0%	28.7%	26.7%	16.7%	21.2%
受けなかった	19	31	44	45	50	47	3	239
	40.4%	52.5%	66.7%	56.3%	53.2%	40.5%	50.0%	51.1%
対象ではない	23	18	7	2	1	2	0	53
	48.9%	30.5%	10.6%	2.5%	1.1%	1.7%	0.0%	11.3%
未記入	4	3	3	13	16	36	2	77
	8.5%	5.1%	4.5%	16.3%	17.0%	31.0%	33.3%	16.5%
合計	47	59	66	80	94	116	6	468
	10.0%	12.6%	14.1%	17.1%	20.1%	24.8%	1.3%	100.0%

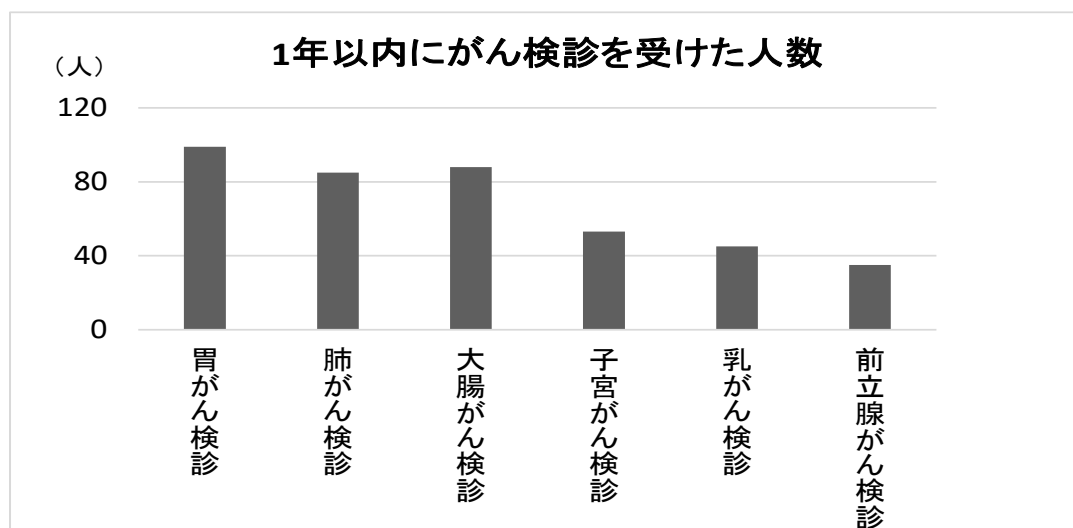
肺がん検診	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
受けた	2	4	7	20	26	25	1	85
	4.3%	6.8%	10.6%	25.0%	27.7%	21.6%	16.7%	18.2%
受けなかった	19	35	48	45	47	47	2	243
	40.4%	59.3%	72.7%	56.3%	50.0%	40.5%	33.3%	51.9%
対象ではない	22	17	8	2	3	2	0	54
	46.8%	28.8%	12.1%	2.5%	3.2%	1.7%	0.0%	11.5%
未記入	4	3	3	13	18	42	3	86
	8.5%	5.1%	4.5%	16.3%	19.1%	36.2%	50.0%	18.4%
合計	47	59	66	80	94	116	6	468
	10.0%	12.6%	14.1%	17.1%	20.1%	24.8%	1.3%	100.0%

大腸がん検診	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
受けた	0	4	11	21	26	25	1	88
	0.0%	6.8%	16.7%	26.3%	27.7%	21.6%	16.7%	18.8%
受けなかった	20	34	45	46	48	47	2	242
	42.6%	57.6%	68.2%	57.5%	51.1%	40.5%	33.3%	51.7%
対象ではない	23	18	7	2	1	2	0	53
	48.9%	30.5%	10.6%	2.5%	1.1%	1.7%	0.0%	11.3%
未記入	4	3	3	11	19	42	3	85
	8.5%	5.1%	4.5%	13.8%	20.2%	36.2%	50.0%	18.2%
合計	47	59	66	80	94	116	6	468
	10.0%	12.6%	14.1%	17.1%	20.1%	24.8%	1.3%	100.0%

子宮がん検診	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
受けた	7	12	9	15	5	3	2	53
	14.9%	20.3%	13.6%	18.8%	5.3%	2.6%	33.3%	11.3%
受けなかった	18	24	31	33	37	28	1	172
	38.3%	40.7%	47.0%	41.3%	39.4%	24.1%	16.7%	36.8%
対象ではない	19	20	22	12	13	18	1	105
	40.4%	33.9%	33.3%	15.0%	13.8%	15.5%	16.7%	22.4%
未記入	3	3	4	20	39	67	2	138
	6.4%	5.1%	6.1%	25.0%	41.5%	57.8%	33.3%	29.5%
合計	47	59	66	80	94	116	6	468
	10.0%	12.6%	14.1%	17.1%	20.1%	24.8%	1.3%	100.0%

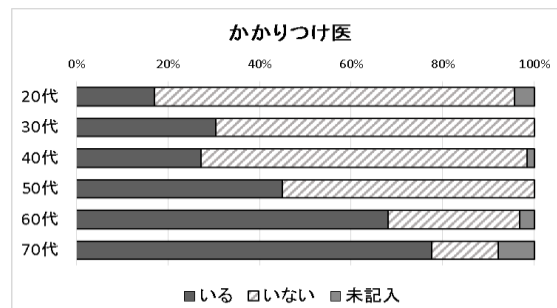
乳がん検診	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
受けた	0	8	12	13	7	4	1	45
	0.0%	13.6%	18.2%	16.3%	7.4%	3.4%	16.7%	9.6%
受けなかった	18	26	28	33	39	30	2	176
	38.3%	44.1%	42.4%	41.3%	41.5%	25.9%	33.3%	37.6%
対象ではない	25	22	22	13	10	15	0	107
	53.2%	37.3%	33.3%	16.3%	10.6%	12.9%	0.0%	22.9%
未記入	4	3	4	21	38	67	3	140
	8.5%	5.1%	6.1%	26.3%	40.4%	57.8%	50.0%	29.9%
合計	47	59	66	80	94	116	6	468
	10.0%	12.6%	14.1%	17.1%	20.1%	24.8%	1.3%	100.0%

前立腺がん検診	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
受けた	1	0	1	6	13	14	0	35
	2.1%	0.0%	1.5%	7.5%	13.8%	12.1%	0.0%	7.5%
受けなかった	14	28	29	34	34	41	1	181
	29.8%	47.5%	43.9%	42.5%	36.2%	35.3%	16.7%	38.7%
対象ではない	28	27	27	17	14	8	1	122
	59.6%	45.8%	40.9%	21.3%	14.9%	6.9%	16.7%	26.1%
未記入	4	4	9	23	33	53	4	130
	8.5%	6.8%	13.6%	28.8%	35.1%	45.7%	66.7%	27.8%
合計	47	59	66	80	94	116	6	468
	10.0%	12.6%	14.1%	17.1%	20.1%	24.8%	1.3%	100.0%

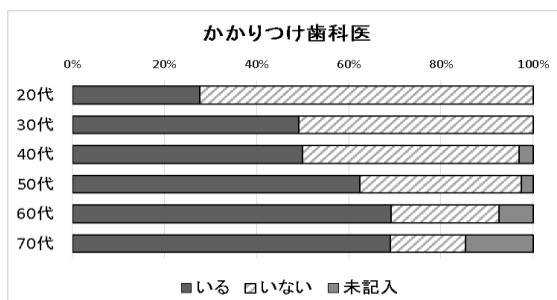


問22 かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬局はありますか？

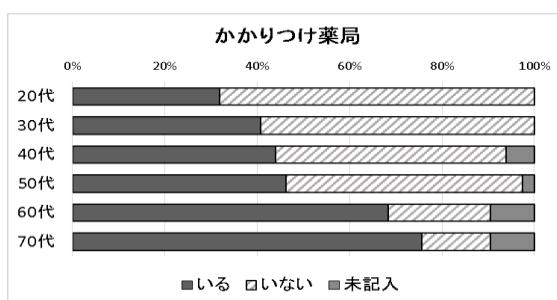
かかりつけ医	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
いる	8	18	18	36	64	90	5	239
	17.0%	30.5%	27.3%	45.0%	68.1%	77.6%	83.3%	51.1%
いない	37	41	47	44	27	17	1	214
	78.7%	69.5%	71.2%	55.0%	28.7%	14.7%	16.7%	45.7%
未記入	2	0	1	0	3	9	0	15
	4.3%	0.0%	1.5%	0.0%	3.2%	7.8%	0.0%	3.2%
合計	47	59	66	80	94	116	6	468
	10.0%	12.6%	14.1%	17.1%	20.1%	24.8%	1.3%	100.0%



かかりつけ歯科医	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
いる	13	29	33	50	65	80	5	275
	27.7%	49.2%	50.0%	62.5%	69.1%	69.0%	83.3%	58.8%
いない	34	30	31	28	22	19	0	164
	72.3%	50.8%	47.0%	35.0%	23.4%	16.4%	0.0%	35.0%
未記入	0	0	2	2	7	17	1	29
	0.0%	0.0%	3.0%	2.5%	7.4%	14.7%	16.7%	6.2%
合計	47	59	66	80	94	116	6	468
	10.0%	12.6%	14.1%	17.1%	20.1%	24.8%	1.3%	100.0%

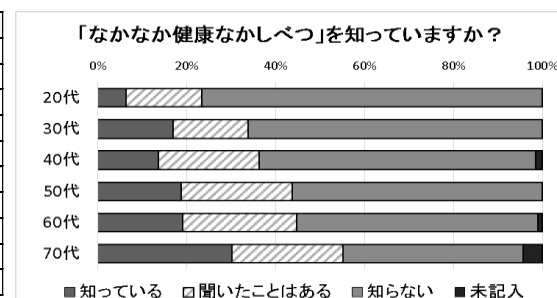


かかりつけ薬局	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
いる	15	24	29	37	65	87	4	261
	31.9%	40.7%	43.9%	46.3%	68.4%	75.7%	66.7%	55.8%
いない	32	35	33	41	21	17	1	180
	68.1%	59.3%	50.0%	51.3%	22.1%	14.8%	16.7%	38.5%
未記入	0	0	4	2	9	11	1	27
	0.0%	0.0%	6.1%	2.5%	9.5%	9.6%	16.7%	5.8%
合計	47	59	66	80	95	115	6	468
	10.0%	12.6%	14.1%	17.1%	20.3%	24.6%	1.3%	100.0%

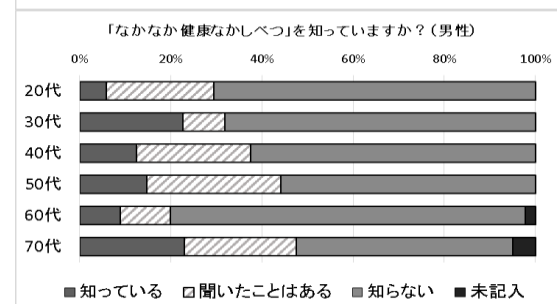


問23 「なかなか健康なかしべつ」を知っていますか？

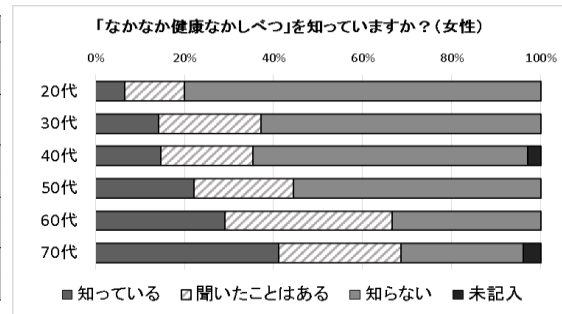
	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
知っている	3	10	9	15	18	35	0	90
	6.4%	16.9%	13.6%	18.8%	19.1%	30.2%	0.0%	19.2%
聞いたことはある	8	10	15	20	24	29	3	109
	17.0%	16.9%	22.7%	25.0%	25.5%	25.0%	50.0%	23.3%
知らない	36	39	41	45	51	47	3	262
	76.6%	66.1%	62.1%	56.3%	54.3%	40.5%	50.0%	56.0%
未記入	0	0	1	0	1	5	0	7
	0.0%	0.0%	1.5%	0.0%	1.1%	4.3%	0.0%	1.5%
合計	47	59	66	80	94	116	6	468
	10.0%	12.6%	14.1%	17.1%	20.1%	24.8%	1.3%	100.0%



男性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
知っている	1	5	4	5	4	14	0	33
	5.9%	22.7%	12.5%	14.7%	8.9%	23.0%	0.0%	15.6%
聞いたことはある	4	2	8	10	5	15	0	44
	23.5%	9.1%	25.0%	29.4%	11.1%	24.6%	0.0%	20.9%
知らない	12	15	20	19	35	29	0	130
	70.6%	68.2%	62.5%	55.9%	77.8%	47.5%	0.0%	61.6%
未記入	0	0	0	0	1	3	0	4
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	2.2%	4.9%	0.0%	1.9%
合計	17	22	32	34	45	61	0	211
	8.1%	10.4%	15.2%	16.1%	21.3%	28.9%	0.0%	100.0%



女性	20代	30代	40代	50代	60代	70代	未記入	合計
知っている	2 6.7%	5 14.3%	5 14.7%	10 22.2%	14 29.2%	21 41.2%	0 0.0%	57 23.2%
聞いたことはある	4 13.3%	8 22.9%	7 20.6%	10 22.2%	18 37.5%	14 27.5%	2 66.7%	63 25.6%
知らない	24 80.0%	22 62.9%	21 61.8%	25 55.6%	16 33.3%	14 27.5%	1 33.3%	123 50.0%
未記入	0 0.0%	0 0.0%	1 2.9%	0 0.0%	0 0.0%	2 3.9%	0 0.0%	3 1.2%
合計	30 12.2%	35 14.2%	34 13.8%	45 18.3%	48 19.5%	51 20.7%	3 1.2%	246 100.0%



問24 健康づくりの取り組みに関して、ご意見・ご要望等

- ・あまりよくしらないのでなんとも言えない
- ・春は山のさんさい取り、庭の草を取り一日中動いて居るような気がします。つかれたらすぐ寝る事です。
- ・健康元気で生活する事は自分（自己）の為でも他の人に迷惑をかけない事でも大変大切に思うのでやや自分にきびしく毎日習慣にして体を動かす事に注意しています。
- ・別海みたいに町民を大切に。だから悪いことをする人、病院が赤字なんだ。
- ・中高年の筋トレに興味があります。生活習慣病が治ればうれしい。
- ・親子で参加できるスポーツのイベント等があれば嬉しいです。
- ・標津町を見習って、乳製品を町民に無料配布したらいかがでしょうか？（ヨーグルト、チーズ等）
- ・ヨガのサークルをよくみかけるが「呼吸法」のワークショップも増えると良いと思います。
- ・歯医者や病院が近くに（町内に）あるのはとてもありがたいし安心です。
- ・体育館やジム、公園、テニスコート、プールなどもあって良いと思います。
- ・高齢の方の「予防」なども工夫されているように思います。（広報などに案内がよくのっている）
- ・高齢の方が気軽に行ける喫茶店などがあるとメンタルにも良いのでは…？（メニュー的にも）
- ・不整脈のため、病院へ行っている。赤字の病院では、安心して検診を受けられない。
- ・医者のウデを上げてほしい 対応、医術ともに
- ・マラソン大会を秋に開催してほしい。（規模縮小で！）
- ・プールの昼休み（12：00～13：00）の時間帯を省いて利用できるようにしてほしい。（特に午前中の利用が不便。 休日等有効に時間を使いたい。）
- ・プールの採暖室を利用できるようにしてほしい。（夏でも寒いこの地域で身体が冷える。）（確率の低いコロナ感染を恐れる対応で風邪をひくなどのデメリットが大きい。）
- ・プールを利用していますが新しい人がなかなかふえない。せっかく教室を開いているのに続けないのはもったいないと思います
- ・中標津町開催の健康診断には受診していきたいです。
- ・色々ありがとうございます。
- ・定期的に内科歯医者に行っています。
- ・肺の病気で町立に行っているが出張医にみてもらっていたが（2ヶ月位）3年間主治医に肺の方は見てもらえず絶不調で困っている。何回病院に行っても主治医にみて

もらえず

- ・ 体育館のトレーニング室へ行きたいのですが、コロナ対策をどのようにやっているかを電話での問い合わせでなく、ホームページに載せて頂けたらと思います。
 - ・ 健康は社会の節税になるので健康づくりは特に推しよすべきとかんがえています。
 - ・ 年令別で運動する機会（イベント）があったらうれしいです。
 - ・ 人間ドッグは毎年受けたい
 - ・ 今、コロナで健康相談を受けられないけど、早くさいかいして下さい。
 - ・ 行政も町立病院も町民のために色々な工夫の取り組みをしていただいて感謝しています。
 - ・ コロナの PCR 検査を受けて安心したい。
 - ・ 農家なので仲間づくりがむずかしい。体育館主催で体力づくり、運動のイベントがありそれがグループ活動になれば良いと思っている。
 - ・ 年 1 回保健センターで診査を受けさせていただいております。とれもうれしく思っております。ありがとうございます。
 - ・ いろんな町で取り組みをして戴いて感謝したいと思います。町内会での 100 歳体操、330 でのフマネット又、プラットでお茶カフェ等々参加しています。お話を色々おしえていただいたり、コミュニケーションが取れて嬉しいです。健康で動けたり話したり出来る事が一日でも一年でも続けられますよう願っています。いつも、皆様お仕事ありがとうございます。
 - ・ 健康的にダイエットできる方法を知りたい。
 - ・ がん検診の回数を年 3 回以上やってほしい。
 - ・ 検診の無料クーポンとかありがたいです。受けてみようというきっかけになります。
 - ・ あまり話が無い、町内会でも無い
 - ・ 訪問相談
 - ・ スポーツ団体の指導者経験しました。現在、こういった指導者のキャリアや安全講習会への参加は基本、手弁当となっています。町としてのスポーツ組織への助成もありますが、組織運営も厳しいものがあります。指導者がいなければ組織も崩壊します。支援制度への強化を望みます。学生時、未就学時のスポーツ経験が生涯を決めます。
 - ・ 保健師等による老人、幼児の家庭訪問相談
 - ・ 75 才で肩の腱が切れたのをきっかけに全てのスポーツや社会活動を止めました。家事だけで家に閉じこもってから膝と腰の具合が悪くなりました。故障があっても出来る運動の仕方などありましたら発信していただけたら幸いに思います。
 - ・ この事業により「受診率」をあげること、町民が健康に向かうことはすばらしい・。
 - ・ 食べ物に関して簡単な料理の見本（レシピ）があれば良いと思います。（公表等、何かで出来ないですか？）
- 保健師、栄養士による個人保健指導（メニューを立てて運動・食事）をしてほしい（強制的にライザップのように）
- ・ 自分の時間があるときは運動する様心がけてます。
 - ・ 町体の運動マシンをやりたいと思っても幼稚園の子供がいる為になかなか出来ない。マシンの横や近くで遊べたら良いのにといつも思います。
 - ・ 健康づくりとは関係ありませんが、地元（中標津町）の病院の充実をはかってほしい

と思います。常駐の医師を診療科ごとにおいて頂ける様に考えてほしいです。

- ・運動に関しては施設の利用料が高いと思うので、料金を設定し直してほしいと思います。もっと利用しやすくなるかなと感じます。病院等の施設については特に不便を感じたことはありません。外をウォーキング・ランニングする際、道路（歩道）に穴があったり激しい凸凹があったりしてつまずいたり転倒したりという話をよく聞きますし経験しました。
- ・町立病院のドッグは価格の割に血液検査の種類が少ない。前立腺のガンとかの腫瘍マーカーがない。
- ・期間限定の教室を週 1 回，週 2 回の教室にしてほしい、踊りが好きです。健康診断の時朝食を抜いて血液 3 本取るのはつらい。
- ・自分でもう少し頑張られると思っていたが、なにも書けなかった
- ・ビッグハウスからイエローハットの道（坂の上と下）、通学中の子供たちのために信号をつけてほしい。こちらが子供のために停まっても、後続車に追突されそうになって怖い。小学生（1 年～2 年）くらいの子は傘でなく、カップパ通学にできないか。振り回してる子が多く、ケガをしたという話を耳にします。できないとしたら、振り回さないように学校の方で指導をお願いしたいです。
- ・中標津は医療が充実しているので、困った時にすぐ相談できたり、受診できたりするので助かってます。心配なのは、今、糖尿病の母が高齢のお医者さんにかかっている、そのお医者さんが診療できなくなったら受診や薬はどうなるのかなあと心配です。
- ・質問の意図がわかりません。デンタルフロスや歯間ブラシを使ってるか確認したところで何なのですか。
- ・予防費がかかるので、予防している人には健康保健税を安くしてくれるか免除してくれると助かります。疲れやすくなっています。年令的なものだと思います。病院に行かないで自力で回復するようにしています（栄養と休養・運動をして）
- ・根室管内の医師の評番が悪いことが多く、健康面で気になることがあってもなかなか病院に行き渋ってしまう。いしやの待遇面等を改善をし、人材の充実を図ることが必要ではないでしょうか。

第2次中標津町健康づくり推進計画

発 行 中標津町

〒086-1197

北海道標津郡中標津町丸山2丁目22番地

TEL 0153-73-3111

FAX 0153-73-5333

<http://www.nakashibetsu.jp/>

発行日 令和3年3月

編 集 中標津町保健センター 健康推進課