

平成28年度東郷町町政モニター  
第2回アンケート結果

「健康について」

担当 健康部 健康課

東郷町 企画部 人事秘書課 広報広聴係

## 目的

東郷町では、すべての町民が生涯にわたり、健康で自立した生活ができる社会の実現を目指して、各種健康施策を実施しています。そこで、日常における町民の皆さんの健康づくりの現状を把握し、今後の施策の参考とするため、アンケートを実施することとしました。

## 総論

習慣的に運動している人（週に2日以上、1回30分以上かつ1年以上継続）は12%（3人）で、運動していない人は88%（22人）でした。

過去1年間にどこで健診を受けたか尋ねると、職場の健診が52%（13人）、そのほかが24%（6人）、町が実施する健診が20%（5人）、人間ドックが4%（1人）との回答があり、いずれの健診も受けていない人は4%（1人）でした。

かかりつけの歯科医がいて、定期的な検診等を受けている人は、48%（12人）で、かかりつけの歯科医はいるものの、定期的な検診等を受けていない人は28%（7人）でした。24%（6人）は、かかりつけの歯科医はいないと回答しました。

日ごろから取り組んでいる、食育に関する活動や行動について、「朝食をとり、正しい食習慣を身に付けている」と回答したのは80%（20人）でした。そのほかは、『いただきます』、『ごちそうさま』を言っている」が72%（18人）、「家族や友人と一緒に食卓を囲んでいる」が68%（17人）、「食べ残しを防ぐ等、食品の廃棄を減らすようにしている」が68%（17人）で上位を占めました。

健康施策全般に関しては、「アスファルトではないウォーキングロードをつくってほしい」「東郷町は、町民の健康寿命を延ばす努力をされていて、魅力がある」等の要望・意見をいただきました。

これらのアンケート結果を参考に、より充実した健康施策を進められるよう努めてまいります。

※比率はすべて百分率（%）で表し、小数点第1位を四捨五入して算出。

アンケート実施期間：平成29年2月8日から2月22日まで

回収率：96%（25/26人）

年代別構成比（平成28年8月1日現在）：

	男	女	
30代	4	6	
40代	1	7	
50代	1	3	
60代	1	1	
70代	0	1	
合計	7	18	25

## 第2回アンケート「健康について」結果

※回答単位：人

※自由記入欄については、原文のまま引用しています。

1 習慣的に運動していますか。(週に2回以上、1回30分以上かつ1年以上継続。)【選択】

している	3
していない	22

2 ロコモティブシンドローム(運動器症候群\*)という言葉やその意味を知っていましたか。【選択】

\*筋肉、骨、関節、軟骨、椎間板といった運動器のいずれか、あるいは複数に障がいが生じ、歩行や日常生活に何らかの機能低下をきたして、要介護になっていたり、要介護になる危険性の高い状態のこと。

言葉は知っていて、意味もよく知っていた	1
言葉は知っていて、意味も大体知っていた	1
言葉は知っていたが、意味はあまり知らなかった	5
言葉は知っていたが、意味は知らなかった	4
言葉も意味も知らなかった(今回のアンケートで初めて聞いた)	14

3 過去1年間に、町や職場等で実施する健診（健康診断、健康診査）や人間ドックを受けましたか。受けたものすべてを教えてください。（がんのみの検診、妊産婦健診、病院・診療所で行う診療としての検査を除く。）【複数選択可】

町が実施する健診→質問5へ	5
職場の健診→質問5へ	13
学校の健診→質問5へ	0
人間ドック→質問5へ	1
そのほか（自由記入）	6
<ul style="list-style-type: none"> <li>・夫の会社の健康診断</li> <li>・扶養家族健診受けました</li> <li>・主人の会社の家族検診を受診</li> <li>・主人の会社の健康保険組合からの健診</li> <li>・体調を崩して受診し、そこから色々検査等した。</li> <li>・息子の扶養家族になっているため、息子の職場が勧める健康診査を受けました。</li> </ul>	
いずれの健診も受けていない→質問4へ	1

4 質問3で「いずれの健診も受けていない」を選択した人のみ回答してください。健診を受けなかった主な理由を1つ選択してください。【選択】

健康なので受ける必要がない	0
費用が高い	1
面倒、時間がない	0
必要なときはいつでも医療機関を受診できるから	0
町で健診を実施していることを知らなかった	0
そのほか（自由記入）	0

5 過去1年間に、次に挙げるがん検診を受けましたか。（乳がん検診、子宮頸がん検診は過去2年間。）受けたものをすべて教えてください。【複数選択可】

胃がん検診→質問6へ	5
肺がん検診→質問6へ	0
大腸がん検診→質問6へ	7
子宮頸がん検診→質問6へ	8
乳がん検診→質問6へ	6
いずれのがん検診も受けていない→質問7へ	13

6 質問5で「胃がん検診」「大腸がん検診」「子宮頸がん検診」「乳がん検診」を選択した人のみ回答してください。東郷町がん検診※、人間ドック、職場検診のどれを利用して受けましたか。当てはまるものすべてを選択してください。【複数選択可】

※町が実施する集団がん検診（検診車）または町指定医療機関で受けた検診。

（胃がん検診）

東郷町がん検診	1
人間ドック	0
職場検診	1
そのほか（自由記入）	3
<ul style="list-style-type: none"> <li>・内科受診</li> <li>・主人の会社の健康保険組合が主催する検診車による検診</li> </ul>	

（大腸がん検診）

東郷町がん検診	2
人間ドック	0
職場検診	2
そのほか（自由記入）	3
<ul style="list-style-type: none"> <li>・内科受診</li> <li>・主人の会社の健康保険組合が主催する検診車による検診</li> </ul>	

（子宮頸がん検診）

東郷町がん検診	2
人間ドック	1
職場検診	1
そのほか（自由記入）	4
<ul style="list-style-type: none"> <li>・内科受診</li> <li>・主人の会社の家族検診</li> <li>・主人の会社の健康保険組合が主催する検診車による検診</li> </ul>	

(乳がん検診)

東郷町がん検診	1
人間ドック	1
職場検診	1
そのほか (自由記入)	4
<ul style="list-style-type: none"> <li>・内科受診</li> <li>・主人の会社の家族検診</li> <li>・主人の会社の健康保険組合が主催する検診車による検診</li> </ul>	

7 質問5で「いずれのがん検診も受けていない」を選択した人のみ回答してください。  
がん検診を受けなかった主な理由を1つ選択してください。【選択】

健康なので受ける必要がない	0
費用が高い	1
面倒、時間がない	4
がん検診の対象者に当てはまらない	5
必要なときはいつでも医療機関を受診できるから	1
がん検診の制度を知らなかった	0
そのほか (自由記入)	2
<ul style="list-style-type: none"> <li>・内科で色々と検査をしたから。</li> <li>・10年以上前に子宮頸がんの疑いがあった時、子宮と卵巣は取ってしまった。その後、食べ物や適度な運動、睡眠時間の確保などに十分配慮し、癌にならない生き方を目指してきた。バリウムを飲んだり X線を浴びたりするのが嫌なので、最小限の検診のみ受けている。</li> </ul>	

※質問5に挙げたがん検診の対象者に当てはまるものの「がん検診の対象者に当てはまらない」を選択した人の回答も集計しています。

8 かかりつけの歯科医はいますか。いる場合は、定期的に歯科検診や口腔清掃を受けていますか。【選択】

かかりつけの歯科医がいて、定期的な検診等を受けている	12
かかりつけの歯科医はいるが、定期的な検診等は受けていない	7
かかりつけの歯科医はいない	6

9 いきいきとうごう健康マイレージ<sup>※</sup>を知っていましたか。【選択】

※自主的に食事や生活習慣の改善に取り組んだり、健診（検診）を受けたりして、チャレンジシート（健康課窓口で配布、広報とうごう 2016 年 6 月号と同時に全戸配布）にポイントをためると、「あいち健康応援カード（まいかカード）」がもらえる事業。まいかカードを提示すれば、県内の協力店で優待サービスを受けられる。

知っていた→質問 10へ	11
知らなかった→質問 11へ	14

10 質問9で「知っていた」を選択した人のみ回答してください。どのような手段で知りましたか。【複数選択可】

広報とうごう	10
町ホームページ	0
チャレンジシート	1
人づて	1
あいち健康づくり応援カード（まいかカード）協力店	0
そのほか（自由記入）	0



1 1 いきいきとうごう健康マイレージをより多くの人に知ってもらうには、どうすればよいと思いますか。(自由記入)

・ウェブ掲載。
・ピーアール。
・PR イベントの実施。
・回覧板で不定期にまわす。
・広告などで知ってもらう。
・広報に別のチラシを挟む等。
・広報や回覧板にたびたび載せる。
・お店にチラシを貼ってもらうとか。
・もっと広報にわかりやすく載せたりする。
・学校やスーパーなどでの告知、資料配布等。
・回覧板や掲示板、スーパーや駅などで掲示する。
・自治会経由でパンフレットとカードを配布する。
・広報などで、目につくように掲載して頂きたい。
・役場やいこまい館、児童館などにポスターを掲示。
・色々なイベントで声掛け。今のままでいいと思う。
・住民課や税務課等の窓口に宣伝用のチラシを設置する。
・協力店でのチラシなど目につくところにはぐみんのように貼る。
・広報でのPRの強化や申込みしやすさ、特典の充実が必要に思います。
・回覧板などで広めたり、興味の高い優待サービスを増やし、町民の関心を寄せる。
・広報を詳しく読んでいない人もいると思うので学校からの配布物としてお知らせを入れたり店舗での掲示等多くの人の目にふれるようにする。
・町民がよく行く場所であるスーパー、病院、クリーニング、ドラッグストア等に貼り紙や自由に持っていける広告を作るという方法も良いかと思います。
・継続して事あるごとにPRしていく地道な広報が、多くの町民の目に止まるのではないだろうか。各種イベントや学習会、その他色々な場面で簡潔に紹介していくのがいいと思います。
・広報とうごうだと読まない人も沢山いる為、単独のチラシを各家庭のポストに投函する。東郷町内の幼稚園や保育園、小・中学校にプリントで配る。(子供が学校で貰ってきたプリントは必ず親は目を通すので)
・知っているが、参加するメリットがよく分からない。お店の割引だけなら、他のサービス(メルマガ登録等)で大抵代用できてしまう。東郷町の農産物をポイントに応じてプレゼントするなど、もっと楽しめる企画なら話題性もあると思う。

※そのほか「？」の回答がありました。

1 2 町主催の健康づくり講座に参加したことはありますか。参加したことがある人は、講座名を教えてください。【選択】

参加したことはない	22
参加したことがある（自由記入）	3
<ul style="list-style-type: none"> <li>・エアロビクス</li> <li>・きらめきエクササイズ、とうごう体操健康講座</li> <li>・随分前なので忘れしました。</li> </ul>	

1 3 食育\*という言葉やその意味を知っていましたか。【選択】

\*心身の健康の増進と豊かな人間形成のために、食の知識や食を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践できる人を育てること。栄養バランスのとれた食事を規則正しくとること、食を通じたマナーやコミュニケーションを身に付けること、自然の恵みへ感謝すること、伝統的な食文化への理解を深めることを含む。

言葉も意味も知っていた	19
言葉は知っていたが、意味は知らなかった	6
言葉も意味も知らなかった	0

14 日ごろから取り組んでいる、食育に関する活動や行動はどれですか。当てはまるものすべてを選択してください。【複数選択可】

朝食をとり、正しい食習慣を身に付けている	20
栄養バランスに気を付け、食事の内容を調節している	13
食品の知識を持ち、食中毒の予防や食品選択に活用している	9
誇張した情報や風評等に惑わされずに食生活を送っている	11
むし歯予防と歯周病予防を心掛け、歯を大切にしている	12
「いただきます」、「ごちそうさま」を言っている	18
家族や友人と一緒に食卓を囲んでいる	17
食事のマナーを身に付けている	10
家庭で料理を手伝ったり、自分で料理を作ったりしている	16
五感（見る、かぐ、聞く、触る、味わう）を使って食事を楽しんでいる	6
農林漁業や食品製造等、食べ物の生産現場を見学・体験している	1
地域の食材や伝統料理に親しむ等、食文化の継承に努めている	1
食べ残しを防ぐ等、食品の廃棄を減らすようにしている	17
地場産物等、身近でとれる食材を積極的に利用している	4
不要なレジ袋や過剰な包装を使わないようにしている	14
食材・エネルギー・水を大切に使う料理している	7
食品容器のリサイクルに参加・教育している	15
そのほか（自由記入）	0
特になし	0

15 現在取り組んでいないものの、今後取り組んでみたい活動や行動を1～5つ選択してください。【5つまで選択可】

朝食をとり、正しい食習慣を身に付ける	4
栄養バランスに気を付け、食事の内容を調節する	9
食品の知識を持ち、食中毒の予防や食品選択に活用する	3
誇張した情報や風評等に惑わされずに食生活を送る	2
むし歯予防と歯周病予防を心掛け、歯を大切にす	5
「いただきます」、「ごちそうさま」を言う	2
家族や友人と一緒に食卓を囲む	2
食事のマナーを身に付ける	4
家庭で料理を手伝ったり、自分で料理を作ったりする	2
五感（見る、かぐ、聞く、触る、味わう）を使って食事を楽しむ	6
農林漁業や食品製造等、食べ物の生産現場を見学・体験する	10
地域の食材や伝統料理に親しむ等、食文化の継承に努める	12
食べ残しを防ぐ等、食品の廃棄を減らす	1
地場産物等、身近でとれる食材を積極的に利用する	7
不要なレジ袋や過剰な包装を使わないようにする	2
食材・エネルギー・水を大切に使う	4
食品容器のリサイクルに参加・教育する	5
そのほか（自由記入）	0
特になし	1

※質問14及び質問15で、同項目を選択している人の回答もそれぞれ集計しています。

1 6 健康施策に関する要望や提案があればご記入ください。(自由記入)

・ウォーキングロードを作る(アスファルトではなく)。
・健康診断を受診すると割引サービスが受けられる特典を作る。
・健康な食事の作り方教室など開催されたら参加される方はいると思います。
・健康や病気についての相談、簡単な検索、各病院へ直接予約等の施設があるといいなと思います。
・住んでいる地区で参加・不参加確認なしで気軽に参加できる「歩く会」などあるといい。 (○曜日、○時にいつもやっているとしよう)
・近くにいきまい館がありジムなどを利用したいと思うが少し高いと思う。町民にはもっと安くしてほしい。あといきまい館のヨガなどのプログラムで利用したいと思うがすでに満員でいつになっても空きがでない。同じ人が何年も継続してると思う。一人1つのプログラムのみ1年利用できるなど予約方法を変えてほしい。たくさんの人に利用できるようにしてほしい。
・特に思いつきません。東郷町は、とうごう体操の普及に努めたりきらめきエクササイズなどを無料で開講するなど、町民の健康寿命を延ばす努力をされていて、魅力があります。実際にやってみて、とうごう体操はやりやすかったし、カッコよくて、おしゃれな OLさんや若い人達にも受け入れられる動き・内容だと思います。町立の保育園や小学校、中学校でも取り入れているのかしら。町民みんなが知っているといいですね。

※そのほか「特にありません」の回答がありました。