

I. 住民の生活について

1. 保健意識・保健行動について	全体%	男%	女%
1) 普段から自分の健康に気をつけていますか (良く気をつけている)	76.1	72.5	79.1
2) 今後、あなたの健康について、どうしたいと思いますか			
①積極的に健康状態を良くしたい (はい)	30.9	30.1	31.5
②今の健康状態を保ちたい (はい)	67.6	67.1	68.0
③積極的に維持増進したいとは思わない (はい)	0.6	1.2	0.5
④健康には関心がない (はい)	1.0	1.6	0.5
3) あなたはタバコを吸いますか (吸う)	28.0	46.5	12.2
あなたはタバコを吸いますか (やめた)	17.9	31.6	6.3
4) あなたはお酒 (アルコール飲料) を飲みますか (毎日飲む)	17.1	32.6	3.5
あなたはお酒 (アルコール飲料) を飲みますか (やめた)	7.0	8.1	6.0
5) 日頃から意識的に身体を動かすなどの運動をしていますか (はい)	38.8	38.9	38.7
6) 運動を習慣的(30分/回、2回/週、1年以上)に行なっていますか (はい)	24.3	23.0	25.4
7) 散歩や買物などの外出を徒歩で自分から積極的にする方ですか (はい)	37.5	30.5	43.4
8) あなたは最近1ヵ月間にストレスを感じたことがありますか (はい)	65.6	60.5	70.0
9) あなたは睡眠による休養を十分にとれていますか (はい)	66.8	67.2	66.5
10) 自分の適正体重を認識し、体重をコントロールしていますか (はい)	56.6	52.5	60.1
11) あなたは毎日朝食を食べていますか (はい)	85.0	81.9	87.6
12) 外食や食品を購入する時に栄養成分表示を参考にしますか (はい)	28.4	18.5	36.7
13) あなたは自分の食生活を改善したいと思いますか (はい)	46.3	42.6	49.4

2. 健康感・健康管理	全体%	男%	女%
1) 現在の自分の健康状態についてどのように感じていますか (非常に健康なほう)	79.3	78.1	80.3
2) 現在、あなたは健康に不安がありますか (全くない・あまりない)	38.4	39.8	37.3
3) あなたは健康診断を受けていますか (毎年・時々受けている)	64.5	70.5	59.6
4) かかりつけ医がいますか (いる)	48.2	43.0	52.5

3. 趣味・学習・社会活動	全体%	男%	女%
1) 現在、何か趣味活動をしていますか (している・時々している)	53.7	60.3	48.1
2) 現在、何か具体的な学習活動をしていますか (している・時々している)	27.7	28.1	27.4
3) まちで開催される行事に参加したことがありますか (ある)	47.7	45.3	49.8
4) 以下のような社会的活動を過去1年間に行なったことがありますか			
①地域社会や居住地域の人に対する奉仕活動 (ある)	33.2	41.2	26.4
②社会福祉施設などの人に対する奉仕活動 (ある)	12.2	12.0	12.4
③環境美化に対する奉仕活動 (ある)	40.1	45.8	35.3
④公的 (民生委員、保護司、行政相談員など) な社会奉仕活動 (ある)	3.9	4.9	3.0
⑤自己を含む社会のためと言った色彩が強い活動 (ある)	10.4	13.4	8.0

4. 社会的ネットワークについて	全体%	男%	女%
1) 会うと心が落ち着き安心できる人が身近にいますか (いる)	77.7	69.3	84.7
2) 気持ちの通じ合う人が身近にいますか (いる)	86.6	81.7	90.7
3) 日頃評価し、認めてくれる人が身近にいますか (いる)	80.4	76.0	84.1
4) 経済的に困っているとき頼りになる人が身近にいますか (いる)	65.3	54.8	74.0
5) 病気で寝込んだときに身の回りの世話をしてくれる人が身近にいますか (いる)	90.5	91.0	90.1
6) 困ったときに手助けしてくれる人が身近にいますか (いる)	89.7	86.3	92.5

5. 生活の質 (QOL) について	全体%	男%	女%
1) 現在、あなたは生き甲斐としているものがありますか (ある)	67.4	66.5	68.1
2) 現在、以下の人たちとあなたの付き合いの頻度はどうですか			
①別居の親や子どもとの行き来する頻度 (多い・ふつう)	78.7	75.7	81.1
②親戚と行き来する頻度 (多い・ふつう)	71.2	69.8	72.9
③地域の人との親密な付き合いの頻度 (多い・ふつう)	70.4	70.2	70.6
④知人や友人との付き合いの頻度 (多い・ふつう)	82.9	81.0	84.6
3) あなたは、現在の生活全般についての満足度はどうですか (非常に満足 やや満足)	75.8	75.9	75.7
4) あなたは、現在の自分を幸せだと思えますか (非常に幸せ まあまあ幸せ)	91.7	88.9	93.9