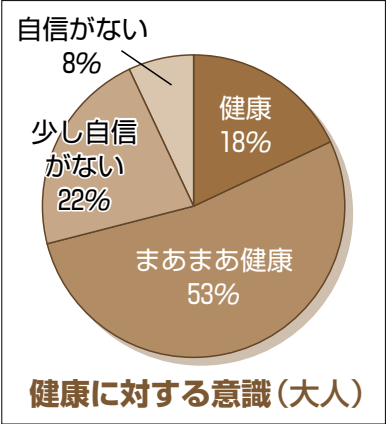
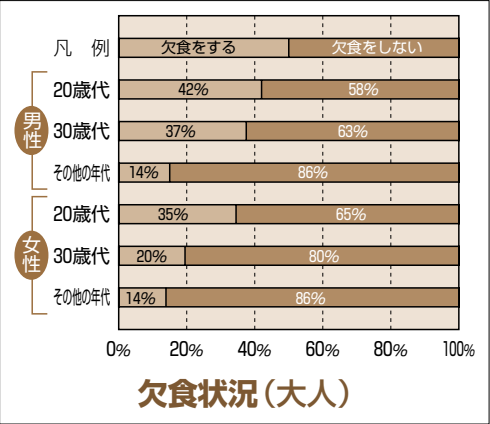
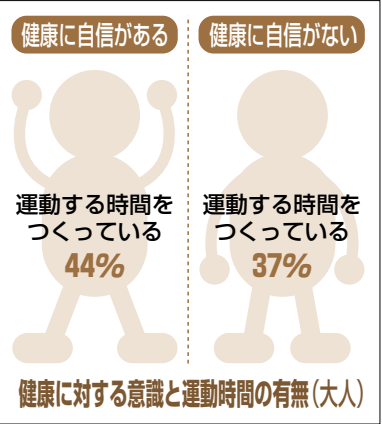




運動

(大人) 4割の人が運動する時間をつくっています。健康に自信のある人は、運動する時間をつくっている人が多くなっています。

運動の種類では、各年齢で散歩が上位を占め、運動する頻度は、20歳代で週1・2回、60歳以上では、毎日の人が多いです。また、1回当たりの運動の時間は、1時間以上が多くなっています。

(子ども) 運動部の部活動に入っている子は中学3年生では77%、高校

食生活

(大人) 20・30歳代の男性、20歳代の女性で3食のうちいずれかを欠食している人が、その他の年代に比べ多くなっています。

また、栄養成分表示を知っている人は7割ですが、活用している人は1割となっています。

(子ども) 9割以上の子が朝食をとっていますが、年齢が上がるとともに朝食を欠食する子が増え、中学3年生・高校生年代では1割の子が朝食をとっていません。

健康に対する意識

「健康「まあまあ健康」と思っている大人は、全体の71%です。

休 養

(大人) 日ごろの睡眠は十分だと思っている人が7割程度となっています。7時間以上の睡眠をしている人、運動する時間をつくっている人に、日ごろの睡眠は十分だと思っている人が多くなっています。なお、睡眠時間の平均は、20歳59歳で7時間程度です。

(子ども) 小学生から高校生年代では、年齢があがるにつれ睡眠時間が短くなり、昼間に眠くなる子が多くなっています。

こころ

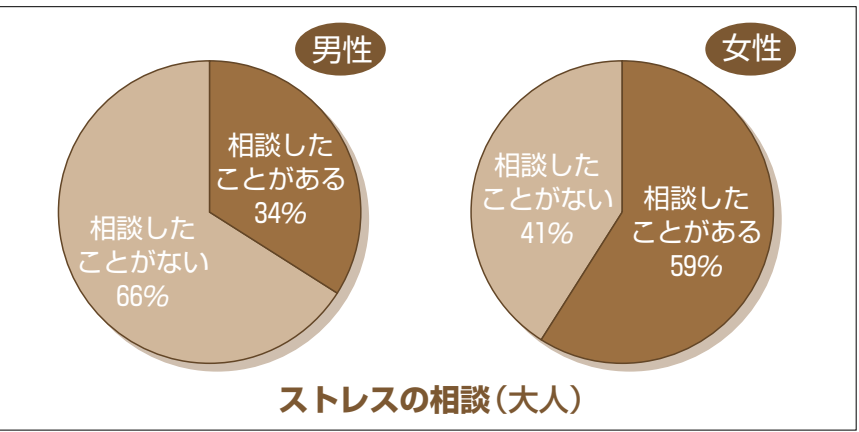
(大人) ストレスが大きく逃げ出したいと思うこと(過度のストレス)がある人は、3人に1人となっています。過度のストレスがある人は、20歳54歳で55歳以上の人と比べ多く、ストレスの原因としては、男女とも仕事のことが多くなっています。また、ストレスのことをだれにも相談しない人は、女性より男性に多くなっています。

(子ども) 悩みを相談できる人がいない子は小学3年生6%、小学6年生14%、中学3年生16%、高校生年代14%で、女子より男子に多くなっています。

こころ

(大人) ストレスが大きく逃げ出したいと思うこと(過度のストレス)がある人は、3人に1人となっています。過度のストレスがある人は、20歳54歳で55歳以上の人と比べ多く、ストレスの原因としては、男女とも仕事のことが多くなっています。また、ストレスのことをだれにも相談しない人は、女性より男性に多くなっています。

(子ども) 悩みを相談できる人がいない子は小学3年生6%、小学6年生14%、中学3年生16%、高校生年代14%で、女子より男子に多くなっています。



昼間の眠さ(子ども)

区分	昼間よく眠くなる ことがある子の 割合
小学3年生	23%
小学6年生	31%
中学3年生	64%
高校生年代	68%

健康に関する市民アンケートの結果報告



日本人の平均寿命も伸び、いつまでも元気にいきいきと過ごせることが、市民一人ひとりの願いであることはいうまでもありません。

しかし、現代社会では、生活習慣病の増加や高齢化に伴う要介護者が増加している状況にあります。

一方、子どもたちを取り巻く生活環境も決して良好な状況であるとは言えません。

このような背景を踏まえ、21世紀の市民の健康づくりを推進するため、子どもから大人まで市民の普段の健康観や生活習慣などに関するアンケートを行いました。その結果がまとまりましたので概要を紹介いたします。

なお、詳細は、市ホームページ、または市役所市政情報コーナー、市保健センターでもご覧いただけます。

調査の概要

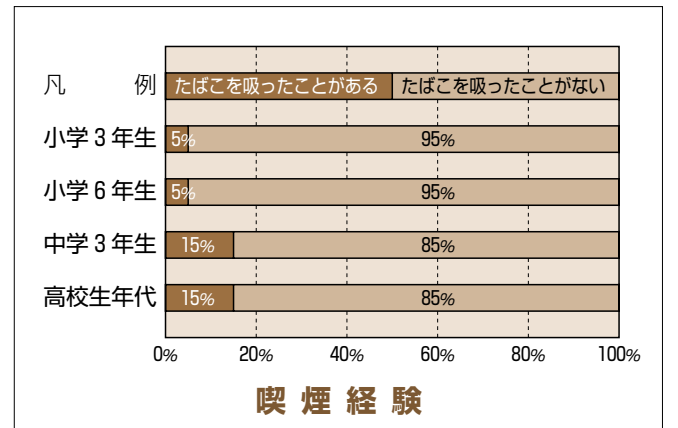
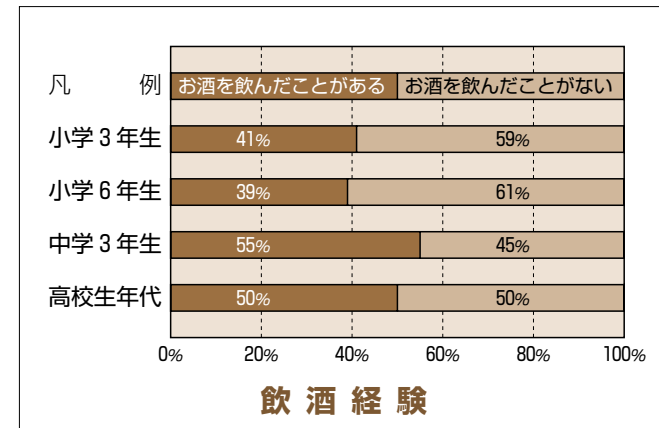
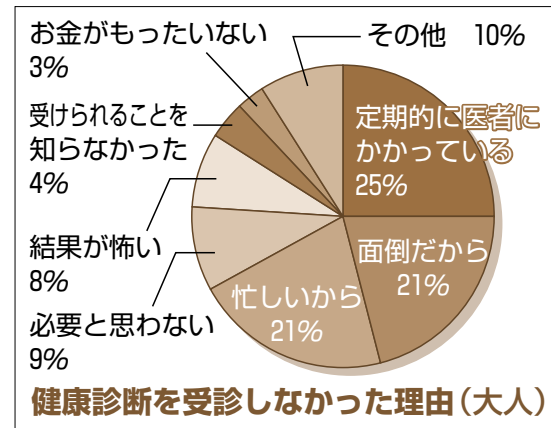
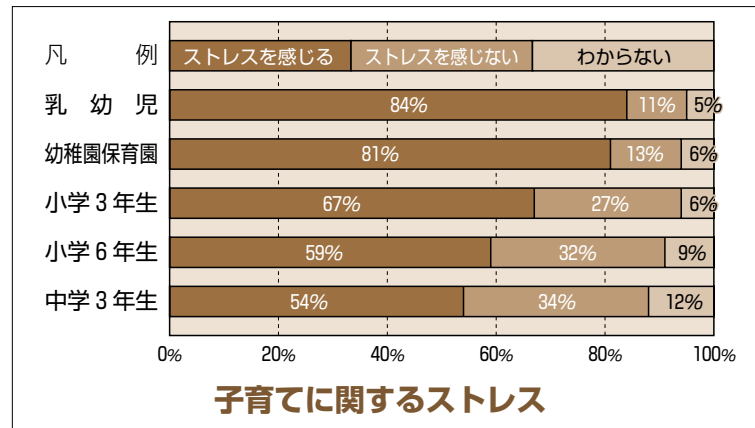
今回の調査は、次のように行いました。

- 調査対象 ①4か月児・1歳6か月児・3歳児の各健康診断を受診した保護者 ②幼・保育園の年長児の保護者 ③市内各小学校3年生・6年生・市内各中学校3年生とその保護者 ④無作為抽出した高校生年代⑤20歳以上85歳以下の一般市民の合わせて1万5552人 ※幼・保育園については一部、小・中学校については各学校ごとに1クラスを調査対象としました。
- 調査方法 ①行政連絡員を通じて配布、健康診断時に回収 ②各園・小中学校を通じて配布・回収 ③郵送による配布・回収
- 調査期間 平成15年4～5月
- 有効回収数 9303人
- 有効回収率 59・8%

◆問い合わせ◆

健康課
(保健センター内/
☎76)1133)

ホームページ
<http://www.city.anjo.aichi.jp/kakuka/kenko/index.html>



健康診断

(大人) 3人に2人は、年1回程度の健康診断や人間ドックを受けています。健康診断を受けなかった理由は、20～59歳までは「面倒だから」と「忙しい」が多く、60歳以上は「定期的に医者にかかっている」が多くなっています。

子 育 て

子育てに関するストレスを感じる保護者は、乳幼児84%、幼稚園81%

アルコール

(大人) 1日の飲酒量1～14合(日本酒換算)の人が36%となっています。男性では毎日飲むが3人に1人、女性ではほとんど飲まない・全く飲まないが7割となっています。

(子ども) お酒を飲んだことがある子は、小学生で約4割、中学3年生、高校生年代で5割を超えており、学年が上がるにつれて飲んだ割合も増えています。飲酒経験がある高校生年代では、今も時々お酒を飲んでいる人が41%います。

たばこ

(大人) 男性の43%、女性の8%が喫煙しています。男性では年齢とともにやめた人の割合が増えています。女性では20～34歳でたばこを吸う人が14%と多くなっています。たばこが及ぼす影響の周知度は「肺がん」の98%を最高に、「気管支炎」「ぜん息」「妊娠に関連した異常」は5割以上ですが、「脳卒中」「胃かいよう」「歯周病」は3割以下となっています。

(子ども) たばこを吸ったことがある子は、小学3・6年生5%、中学3年生・高校生年代15%となっています。喫煙経験のある高校生年代では、今も時々たばこを吸う人が44%います。

性について

高校生年代では、将来子どもがほしいと答えた人が75%となっており、特に女性で多くなっています。

中学3年生、高校生年代で避妊具の使い方を教えてもらったことがある人は、中学3年生29%、高校生年代55%となっています。

%, 小学3年生67%、小学6年生59%、中学3年生54%となっており、年齢が上がるにつれ減っています。



歯

(大人) 毎日歯みがきをする人は94%となっています。しかし、定期的に歯科健診を受けている人が17%、デンタルフロスや歯間ブラシなど清掃器具を使用している人は22%と少なくなっています。

(子ども) 毎日歯みがきをする子は、小学3年生65%、小学6年生78%、中学3年生83%、高校生年代86%と年齢が上がるにつれ増えています。

「健康日本21安城計画(仮称)」を作ります

市は、健康づくりや生活習慣病の予防などを積極的に進め、皆さんがいつまでも元気で、いきいきと過ごすことができるような環境づくりを進めています。今後、より効果的な保健事業を行っていくために、「健康日本21安城計画(仮称)」を策定します。今回のアンケート結果は、同計画を策定するための基礎資料として活用します。調査にご協力いただいた皆さん、ありがとうございました。

