

健康日本21安城計画

問▶市保健センター(☎76)1133)

特集

健康日本21安城計画 「健康に関する基礎調査」結果報告

市では、健康日本21安城計画(10カ年計画)を策定し、市民や地域とともに健康づくりを進めてきました。この計画は平成25年度に最終年を迎えます。この計画の最終評価および第2次計画の基礎資料とするために、昨年8月～10月に「健康に関する基礎調査」を実施しました。調査結果の一部を紹介します。

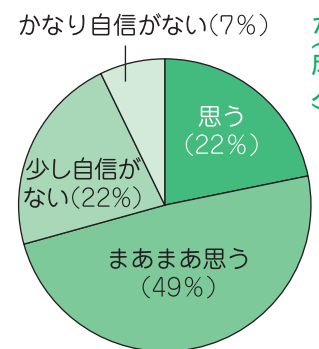
調査の概要

●調査対象 乳幼児保護者、保育園・幼稚園年長児の保護者、小学3年生・小学6年生・中学3年生と各保護者、15～17歳の成人(20歳以上の人)

●回収状況 配布数↓1万6777通、有効回収数↓9185通、回収率↓54・7%

●調査結果の公表 3月26日(火)から市保健センター、中央図書館、市政情報コーナー、文化センター、各地区公民館、各福祉センター、市公式ウェブサイトで閲覧できます

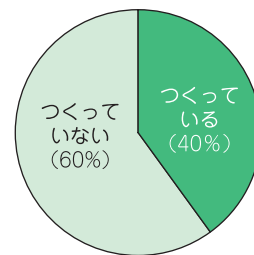
①自分は健康だと思いますか(成人)



(調査結果から)

「健康だと思う」人の割合は、男性の20～29歳、女性の20～39歳で約30%となっています。「かなり自信がない」人の割合は、男性の70～79歳、女性の70歳以上で、ほかの年代と比べて高くなっています。

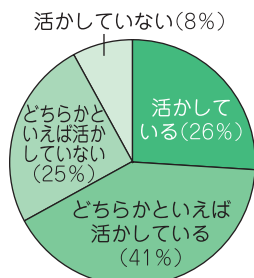
②健康のために運動時間をつくっていますか(成人)



(調査結果から)

健康のために運動が必要・どちらかといえば必要と考える人は98%でした。そのうち運動する時間をつくっている人は、40%です。

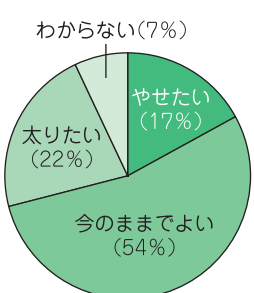
③健診結果を健康づくりに活かしていますか(成人)



(調査結果から)

「活かしている」人の割合は、60歳以上の人で高く、「どちらかといえば活かしていない」人の割合は20～39歳で高くなっています。

④今後自分の体型をどうしたいですか(15～17歳の人でBMI判定が「やせ」の人)



(調査結果から)

女性の15～17歳の「やせ」判定の人のうち、27%の人がさらに「やせたい」と答えています。

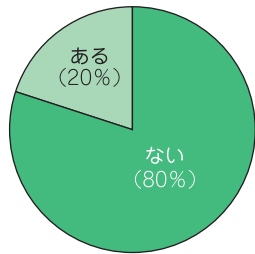
※BMIとは、肥満度を表す数値です。数値が22になるときの体重が標準体重で、最も病気になるにくい状態とされています。

肥満の判定(日本肥満学会肥満の判定より)

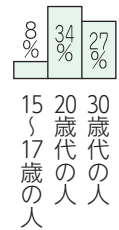
BMI	判定
18.5未満	やせ
18.5以上 25.0未満	標準
25.0以上	肥満

BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

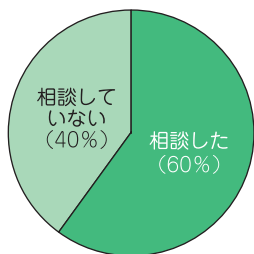
⑤ふだん食事を抜くことがありますか(成人)



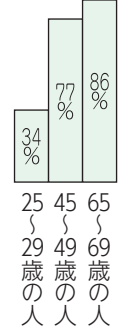
朝食を抜いている人の年代別比較(男性)



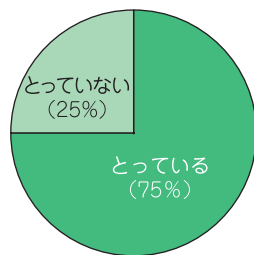
⑥逃げ出したいと思う大きなストレスを誰かに打ち明けたら、相談したりしましたか(成人)



相談していない人の年代別比較(男性)

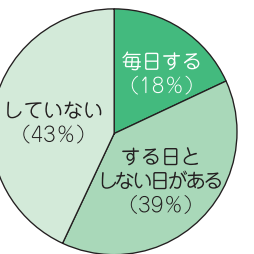


⑦家庭で特別に事故予防策をとっていますか(乳幼児の保護者)



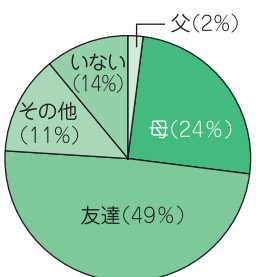
※1～4歳の死亡原因の一位は不慮の事故です。(平成22年愛知県衛生年報より)

⑨子どもの、歯の仕上げみがきをしていますか(小学3年生の保護者)

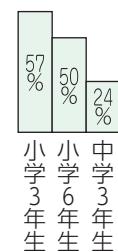


※子どもの歯の仕上げみがきは、小学3年生ごろまでが必要です。

⑩どうしたらいいか困ったときに、一番初めに話すのは誰ですか(中学3年生)



母親へ一番初めに話す人の年齢別比較



「けんこうわくわくショップ」を開催

昨年11月～1月にかけて全5回、健康日本21安城計画策定市民ワークショップを開催しました。10～80歳の市民40人が参加。健康に関する貴重な意見や、自分たちが取り組む「やろMAY・プログラム」のアイデアを数多くいただきました。

●参加者の意見

- 身近なところに健康づくりの場所があることを知りたい機会となりました
- 今の自分に足りない部分を自覚し、直していく意識が持てました



健康についての意見交換をしました