

# 健康もりやま 21 市民アンケート調査

## ～調査ご協力のお願い～

皆様には、日頃より市政の推進について温かいご理解とご協力をいただき、厚くお礼申し上げます。

さて、守山市では、平成 15 年 3 月に市の健康づくり計画であります「健康もりやま 21」を策定し、その推進を図ってきました。

この間、当市におきましても、人口の高齢化と疾病構造の多様化は例外ではなく、生活習慣病の予防と重症化予防、介護予防や認知症対策等は大きな課題となっています。

このアンケート調査は、15 歳から 69 歳までの方を対象に、健康状態や生活習慣についてお聞きし、計画の最終年であります平成 24 年度に最終評価を行い、今後の健康づくり施策を考えるにあたり参考にするため実施するものです。

本調査は無記名であり、皆様のお答えはすべてコンピュータにより統計的に処理し、本調査の目的以外には決して使用いたしません。

つきましては、この調査の趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますよう、よろしくお願い申し上げます。

平成 23 年 10 月

守山市長 宮本 和宏

### <ご記入についてのお願い>

- 1 お答えは、各設問ごとに該当する番号に○をつけてください。質問ごとに「1つだけ○」、「あてはまるものすべてに○」などとそれぞれ指定していますので、ご注意ください。また、番号につける○は番号を囲むように濃くつけてください。
- 2 質問には、平成 23 年 10 月 1 日現在でお答えください。
- 3 質問中の「その他」を選んだ場合は、( ) の中へできる限り具体的にその内容をお書きください。また、の中には、適当な事柄を記入してください。
- 4 ご記入が終わりましたら、恐縮ですが、同封の返信用封筒で 11 月 7 日 (月) までに切手を貼らずにポストへ入れてください。
- 5 このアンケート調査に関するお問い合わせは、下記までお願いします。

守山市健康福祉部すこやか生活課（すこやかセンター内）

〒524-0013 守山市下之郷三丁目 2 番 5 号 （電話） 5 8 1 - 0 2 0 1

## あなたおよび世帯のことについて

問1 あなたの性別はどちらですか。(どちらかに○)

- |       |       |
|-------|-------|
| 1. 男性 | 2. 女性 |
|-------|-------|

問2 あなたの年齢は、平成23年10月1日現在、次のどの区分にあてはまりますか。  
(1つだけ○)

- |        |        |        |
|--------|--------|--------|
| 1. 10代 | 2. 20代 | 3. 30代 |
| 4. 40代 | 5. 50代 | 6. 60代 |

問3 あなたのお住まいの学区は、次のどこにあてはまりますか。(1つだけ○)

- |       |       |       |          |
|-------|-------|-------|----------|
| 1. 守山 | 2. 吉身 | 3. 小津 | 4. 玉津    |
| 5. 河西 | 6. 速野 | 7. 中洲 | 8. わからない |

問4 あなたが現在一緒に住んでいる家族構成は、次のどれにあてはまりますか。  
(1つだけ○)

- |             |               |
|-------------|---------------|
| 1. 親と子の二世帯  | 2. 親と子と孫の三世帯  |
| 3. 夫婦ふたり暮らし | 4. ひとり暮らし     |
| 5. 兄弟や姉妹だけ  | 6. その他(具体的に ) |

問5 あなたの職業は次のどれにあてはまりますか。(1つだけ○)

- |               |               |
|---------------|---------------|
| 1. 自営業        | 2. 会社員        |
| 3. 学生・生徒      | 4. 農業         |
| 5. 漁業         | 6. パート・アルバイト等 |
| 7. 家事専業       | 8. 無職         |
| 9. その他(具体的に ) |               |



問9 あなたは、健康づくりを促進するために何が重要だと思いますか。

(あてはまるものすべてに○)

- |                         |                      |
|-------------------------|----------------------|
| 1. 健康診査の機会の充実           |                      |
| 2. 健康相談（栄養・歯科を含む）の機会の充実 |                      |
| 3. 講習会や学習会の機会の充実        |                      |
| 4. 広報等での健康情報の提供         |                      |
| 5. インターネットでの健康情報の提供     |                      |
| 6. 地域の健康づくりグループの育成・支援   |                      |
| 7. 市民病院の機能の充実           |                      |
| 8. 公共スポーツ施設の整備・充実       |                      |
| 9. 公園の増設・整備             | 10. 遊歩道の増設・整備        |
| 11. 居住環境の充実             | 12. 経済的な余裕           |
| 13. 余暇の充実               | 14. 家族など周囲の人たちの理解と協力 |
| 15. その他（具体的に            | ）                    |

問10 あなたが住んでいる地域では、健康づくりのために次のようなことに取り組んでいるグループや団体がありますか。あてはまるものすべてに○をして、わかる範囲でグループ名や団体名も記入してください。

- |  |   |
|--|---|
| 1. 「運動」について取り組んでいるグループや団体がある<br>(名称: )   |   |
| 2. 「休養」について取り組んでいるグループや団体がある<br>(名称: )   |   |
| 3. 「生きがい」について取り組んでいるグループや団体がある<br>(名称: ) |   |
| 4. 「子育て」について取り組んでいるグループや団体がある<br>(名称: )  |   |
| 5. 「栄養」について取り組んでいるグループや団体がある<br>(名称: )   |   |
| 6. あるかどうか知らない                            |   |
| 7. その他（具体的に                              | ） |

問11 あなたは、地域や職場において、健康づくりに関する催しに参加していますか。

(1つだけ○)

- |           |              |              |
|-----------|--------------|--------------|
| 1. 参加している | 2. 参加したことがある | 3. 参加したことがない |
|-----------|--------------|--------------|

## あなたの健康状態や健康管理について

問 12 あなたの現在の健康状態は、次のどれにあてはまりますか。(1つだけ○)

- |         |            |
|---------|------------|
| 1. よい   | 2. まあよい    |
| 3. ふつう  | 4. あまりよくない |
| 5. よくない |            |

問 13 あなたの身長・体重を教えてください。

身長  .  c m      体重  .  k g

問 14 あなたは、ご自身の適切な体重を知っていますか。(どちらかに○)

- |          |         |
|----------|---------|
| 1. 知っている | 2. 知らない |
|----------|---------|

※参考 適切な体重は、以下の式で求めた BMI が 18.5 以上 25 未満となる体重のことです。

$$\text{BMI} = \frac{\text{体重 (kg)}}{[\text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)}]}$$

問 15 あなたは、適切な体重になるよう何か意識的に行っていますか。(どちらかに○)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

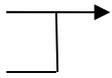
問 16 内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）とは、「内臓脂肪が蓄積することによって、血圧、血糖が高くなったり、血中の脂質異常を起こしたりして、食事や運動などの生活習慣を改善しなければ、心筋梗塞や脳卒中などが起こりやすくなる状態」のことです。

あなたは、この内容を知っていますか。(1つだけ○)

- |                        |
|------------------------|
| 1. 内容を知っている            |
| 2. 言葉を聞いたことはあるが内容は知らない |
| 3. 知らない                |

**問 17 あなたは、定期的（1年1回）に健康診査を受けていますか。（1つだけ○）**

※参考 ここでいう健康診査とは、血圧測定、身体計測、血液検査等の健診のことです。

1. 受けている		＜問 19 へ＞
2. 受けたり受けなかったりする		＜問 18 へ＞
3. 受けていない		＜問 18 へ＞

**問 18 問 17 で「3. 受けていない」と答えた方にお聞きします。**

**あなたは、健康診査を受けていない理由は何ですか。（あてはまるものすべてに○）**

1. 健康だから
2. めんどうだから
3. いつ健康診査を実施しているか知らない
4. 受ける時間がない
5. 受けるのが怖いから
6. 結果が出るのが怖いから
7. 病気にかかっているから、定期的に医療機関でみてもらっているから
8. その他（具体的に _____）

＜続けて問 19 へ＞

**問 19 あなたが、過去 1 年間に受けたがん検診は次のどれですか。**

（あてはまるものすべてに○）

1. 胃がん	2. 大腸がん	3. 肺がん
4. 乳がん	5. 子宮がん	6. すべて受けたことがない
7. その他（具体的に _____）		

**問 20 あなたは、かかりつけ医をお持ちですか。（どちらかに○）**

1. はい	2. いいえ
-------	--------

**問 21 あなたは、歯科のかかりつけ医をお持ちですか。（どちらかに○）**

1. はい	2. いいえ
-------	--------

問 22 あなたは、歯ぐきから出血することがありますか。(どちらかに○)

1. はい

2. いいえ

問 23 あなたは、歯ブラシ以外にデンタルフロス（糸ようじ）や歯間ブラシなど、歯と歯の間を清掃するための補助用具を使っていますか。(1つだけ○)

1. ほぼ毎日使っている

2. ときどき使っている

3. 使っていない

問 24 あなたは、定期的（1年毎）に歯のチェックを受けていますか。(どちらかに○)

1. 受けている

2. 受けていない

問 25 あなたの歯は、何本ありますか（入れ歯は除きます）。永久歯は通常 28 本で、親知らずがすべてあれば 32 本です。

約

本

問 26 あなたは、歯の健康を保つために何かしていますか。ご自由にお書きください。

## 食生活のことについて

問 27 あなたは、「食育」に関心がありますか。(1つだけ○)

※参考 食育とは、正しい食生活について学び、おいしく楽しく食べられる人を育てることです。

- |                  |                  |
|------------------|------------------|
| 1. 関心がある         | 2. どちらかといえば関心がある |
| 3. どちらかといえば関心がない | 4. 関心がない         |
| 5. 食育という言葉を知らない  |                  |

問 28 あなたは、ふだん朝食を食べますか。(1つだけ○)

- |             |             |
|-------------|-------------|
| 1. 毎日食べる    | 2. 週4～5日食べる |
| 3. 週2～3日食べる | 4. ほとんど食べない |

問 29 あなたは、栄養バランスを考えて食事をとっていますか。(1つだけ○)

- |             |           |         |
|-------------|-----------|---------|
| 1. 考えてとっている | 2. 少しは考える | 3. 考えない |
|-------------|-----------|---------|

問 30 あなたは、1日に最低1食は、食事を共にする家族や友人がいますか。  
(どちらかに○)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. いる | 2. いない |
|-------|--------|

問 31 あなたは、1日に最低1食は、30分以上かけて食事をとっていますか。  
(どちらかに○)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問 32 外食するときや食材を購入するときに、栄養成分等の表示がなされていることがあります。あなたはこのことを知っていますか。(どちらかに○)

- |          |         |
|----------|---------|
| 1. 知っている | 2. 知らない |
|----------|---------|

問 33 あなたは、ふだん外食するときや食材を購入するときに、栄養成分等の表示を参考にしていますか。(1つだけ○)

- |             |              |
|-------------|--------------|
| 1. いつもしている  | 2. ときどきしている  |
| 3. あまりしていない | 4. ほとんどしていない |

問 34 あなたは、ふだん外食をすることがありますか。(1つだけ○)

- |                                |            |
|--------------------------------|------------|
| 1. 毎日2回以上(週14回以上)外食をする         | → <問 35 へ> |
| 2. 毎日1回以上2回未満(週7回以上14回未満)外食をする |            |
| 3. 週2回以上7回未満外食をする              | → <問 36 へ> |
| 4. 外食をしない、または週2回未満外食をする        |            |

問 35 問 34 で「1. 毎日2回以上(週14回以上)外食をする」および「2. 毎日1回以上2回未満(週7回以上14回未満)外食をする」と答えた方にお聞きします。外食の形態は次のどれにあてはまりますか。

(最もあてはまるもの1つだけ○)

- |                                 |             |
|---------------------------------|-------------|
| 1. 飲食店                          | 2. 学校や職場の食堂 |
| 3. 職場等で販売されている弁当など              |             |
| 4. コンビニエンスストア等での購入やテイクアウト(持ち帰り) |             |

<続けて問 36 へ>

問 36 あなたは、外食をする時、栄養面についてはどのような点を考えて選びますか。(最もあてはまるもの1つだけ○)

- |              |                 |
|--------------|-----------------|
| 1. カロリーの高いもの | 2. カロリーの低いもの    |
| 3. 塩分の少ないもの  | 4. 野菜の多いもの      |
| 5. 脂肪の少ないもの  | 6. 栄養面は特に考えていない |

問 37 あなたの今の食生活をどのように思いますか。(1つだけ○)

- |            |          |
|------------|----------|
| 1. 大変よい    | 2. よい    |
| 3. 少し問題がある | 4. 問題が多い |

問 38 あなたの食生活について、今後どのようにしたいと思っていますか。(1つだけ○)

- |             |            |             |
|-------------|------------|-------------|
| 1. 今より良くしたい | 2. 今のままでよい | 3. 特に考えていない |
|-------------|------------|-------------|

**問 39 あなたは、1日の食事をどのようにしていますか。(1つだけ○)**

- |                                |              |
|--------------------------------|--------------|
| 1. ほぼ決まった時間に3回とっている            | } → <問 41 へ> |
| 2. 3回の食事はとっているが、時間は不規則であることが多い |              |
| 3. 3回の食事以外に夜食や間食をすることが多い       |              |
| 4. 3回の食事がとれないことが多い             | } → <問 40 へ> |
| 5. 食事は2回までにしている                |              |
| 6. 食事の回数が不規則である                |              |

**問 40 問 39 で、「4. 3回の食事がとれないことが多い」～「6・食事の回数が不規則である」と答えた方にお聞きします。**

**回数が少なかったり不規則な理由は何ですか。(1つだけ○)**

- |                       |                  |
|-----------------------|------------------|
| 1. 食事をする時間がないから       | 2. 食欲がないことがあるから  |
| 3. 体重を減らしたり維持できると思うから | 4. 自分の体調にあっているから |
| 5. その他 (具体的に )        |                  |

<続けて問 41 へ>

**問 41 あなたは、健康のために食生活で心がけていることがありますか。**

**(あてはまるのもすべてに○)**

- |                               |                     |
|-------------------------------|---------------------|
| 1. 1日3回規則正しく食事をする             |                     |
| 2. ほうれん草やニンジンなどの緑や黄色の濃い野菜を食べる |                     |
| 3. 野菜を多く食べる                   | 4. 海藻類を食べる          |
| 5.きのこ類を食べる                    | 6. 魚を食べる            |
| 7. 肉類を食べる                     | 8. 牛乳・乳製品を食べる       |
| 9. 栄養のバランスを考えていろいろな食品を食べる     |                     |
| 10. くだものを食べる                  | 11. 塩分を控えている        |
| 12. 油ものを控えている                 | 13. カロリーの高いものを控えている |
| 14. 家族揃って食べる                  | 15. 腹八分目を心がけている     |
| 16. 夕食を食べすぎないようにしている          | 17. 間食をとらない         |
| 18. 夜食をとらない                   | 19. 特に心がけていることはない   |
| 20. その他 (具体的に )               |                     |

問 42 あなたは、間食をしますか。「1. 毎日食べる」と答えた人は、1日の回数も記入してください。(1つだけ○)

1. 毎日食べる (1日	回)	→	<問 43 へ>
2. ときどき食べる		└	
3. ほとんど食べない・まったく食べない			<問 44 へ>

問 43 問 42 で「1. 毎日食べる」および「2. ときどき食べる」と答えた方にお聞きします。あなたが、間食でよく食べるものは何ですか。

(あてはまるのもすべてに○)

1. チョコレート類	2. あめ類
3. スナック菓子類	4. ビスケット・クッキー類
5. ファーストフード	6. プリン・ゼリー類
7. おにぎり	8. 即席めん
9. せんべい等	10. 和菓子類
11. 菓子パン・調理パン	12. おつけもの
13. 清涼飲料水	14. コーヒー・紅茶等
15. 果実ジュース	16. 手作り菓子
17. ケーキ等	18. くだもの
19. 牛乳	20. アイスクリーム
21. ヨーグルト	22. 乳酸菌飲料
23. その他 (具体的に	)

<続けて問 44 へ>

問 44 あなたは、ビタミン類、カルシウム剤等の栄養剤や栄養素を強化した食品を、意識的にとるようにしていますか。(1つだけ○)

1. ほとんど毎日とっている	2. 時々とっている
3. とっていない	





## 運動やスポーツのことについて

問 52 市内に総合型地域スポーツクラブ（吉身立入スポーツクラブ、小津クラブ、タマツクラブ、かわにしスポーツクラブ、ハヤノクラブ、中洲わいわいクラブ）があります。あなたは、総合型地域スポーツクラブが定期的にもりもりスポーツ広場やスポーツ教室、歩こう会等を開催していることを知っていますか。

（どちらかに○）

1. はい

2. いいえ

問 53 各学区に体育指導委員（スポーツ推進委員）を設置しています。あなたは、体育指導委員が学区スポーツ事業の支援を行うなど、スポーツの推進に取り組んでいることを知っていますか。

（どちらかに○）

1. はい

2. いいえ

問 54 あなたは、日常生活の中で、日頃から歩くように努力していますか。

（どちらかに○）

1. はい

2. いいえ

問 55 あなたは、日頃から意識的に運動やスポーツをしていますか。（学校での授業は除く）（どちらかに○）

1. はい <問 56～59 へ>

2. いいえ <問 60・61 へ>

問 56 問 55 で「1. はい」と答えた方にお聞きします。

あなたが運動やスポーツをする目的は何ですか。（1つだけ○）

1. 健康維持・体力増進

2. 気分転換・ストレスの解消

3. 仲間づくり

4. 技術や記録の向上

5. 病気の進行予防

6. その他（具体的に

）

問 57 問 55 で「1. はい」と答えた方にお聞きします。

あなたが1回に30分以上している運動やスポーツをする頻度は、どれくらいですか。(1つだけ○)

- |           |           |           |
|-----------|-----------|-----------|
| 1. 週に5回以上 | 2. 週に3～4回 | 3. 週に1～2回 |
| 4. 月に1～3回 | 5. 年に数回   |           |

問 58 問 55 で「1. はい」と答えた方にお聞きします。

あなたがしている運動やスポーツは何ですか。(あてはまるもののすべてに○)

- |  |                       |
|--|-----------------------|
| 1. ウォーキング (散歩を含む)                            | 2. ランニング (ジョギング)      |
| 3. テニス・ソフトテニス                                | 4. 体操 (ラジオ体操・ストレッチ体操) |
| 5. エアロビクス・ジャズダンス                             | 6. グランドゴルフ・ゲートボール     |
| 7. 水泳  | 8. 武道や太極拳など           |
| 9. 軽スポーツ<br>(ビーチボール・シャフルボード・キンボール・ミニボーリングなど) |                       |
| 10. 室内球技 (卓球・バレーボール・ボーリングなど)                 |                       |
| 11. 野外球技 (野球・ソフトボール・サッカーなど)                  |                       |
| 12. その他 (具体的に )                              |                       |

問 59 問 55 で「1. はい」と答えた方にお聞きします。

あなたは、その運動やスポーツを主にどこで、だれとしていますか。

① どこで (1つだけ○)

- |   |              |
|---|--------------|
| 1. 県や市の公共施設 (市民体育館・運動公園・ビッグレイク・他市町の施設等) |              |
| 2. 学校のグラウンド・体育館                         | 3. 民間のスポーツ施設 |
| 4. 自治会の施設 (近くの公園)                       | 5. 自宅        |
| 6. 道路 (歩道等)                             |              |
| 7. その他 (具体的に )                          |              |

② だれと (1つだけ○)

- |                |               |
|----------------|---------------|
| 1. 家族          | 2. スポーツクラブの仲間 |
| 3. 同好会等サークル仲間  | 4. 職場の同僚      |
| 5. 近所の人        | 6. 友人         |
| 7. 一人でしている     |               |
| 8. その他 (具体的に ) |               |

<次は問 62 へ>

問 60 問 55 で「2. いいえ」と答えた方にお聞きします。

あなたが運動やスポーツをしない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

- |                    |                       |
|--------------------|-----------------------|
| 1. 健康だから           | 2. 必要と思わないから          |
| 3. 忙しくて時間がないから     | 4. 運動が苦手だから           |
| 5. 一緒にする仲間がないから    | 6. 仕事や家事で疲れているから      |
| 7. 仕事で体を使っているから    | 8. 教えてくれる人がいないから      |
| 9. 何をしてもよいかわからないから | 10. 費用がかかるから          |
| 11. 施設や場所がないから     | 12. 病気などの理由でしない(できない) |
| 13. 特に理由はない        |                       |
| 14. その他(具体的に       | )                     |

問 61 問 55 で「2. いいえ」と答えた方にお聞きします。

あなたは、どのような条件があれば、運動やスポーツができると思いますか。

(あてはまるものすべてに○)

- |                                |   |
|--------------------------------|---|
| 1. 時間的なゆとりがあれば                 |   |
| 2. 室内プールがあれば                   |   |
| 3. 運動を指導してくれる人がいれば             |   |
| 4. いつでも気軽に利用でき、体力づくりができる施設があれば |   |
| 5. 安心して歩ける道路(照明灯の設置)が整備されれば    |   |
| 6. 運動できる催しが夜間に開催されれば           |   |
| 7. 運動できる催しが土曜日・日曜日に開催されれば      |   |
| 8. 年齢別・体力別の個人に配慮された運動の催しがあれば   |   |
| 9. 一緒にできる仲間があれば                |   |
| 10. 条件にかかわらずしない(できない)          |   |
| 11. その他(具体的に                   | ) |

<続けて問 62 へ>

## 休養や心の健康づくりについて

問 62 あなたは、昼寝も含めて1日の睡眠時間はどれくらいですか。

時間

問 63 いつもとっている睡眠で、休養が十分とれていると思いますか。(1つだけ○)

- |              |               |
|--------------|---------------|
| 1. 十分とれている   | 2. まあまあとれている  |
| 3. あまりとれていない | 4. まったくとれていない |
| 5. わからない     |               |

問 64 あなたは、あなた自身の心の健康づくりが必要だと思いますか。(どちらかに○)

- |          |          |
|----------|----------|
| 1. 必要である | 2. 必要でない |
|----------|----------|

問 65 あなたは、この1ヶ月間に不満、悩み、苦勞、ストレスなどがありましたか。  
(1つだけ○)

- |           |                          |   |          |
|-----------|--------------------------|---|----------|
| 1. 大いにある  | <input type="checkbox"/> | → | <問 66 へ> |
| 2. 多少ある   | <input type="checkbox"/> |   |          |
| 3. あまりない  | <input type="checkbox"/> | → | <問 69 へ> |
| 4. まったくない | <input type="checkbox"/> |   |          |

問 66 問 65 で「1. 大いにある」および「2. 多少ある」と答えた方にお聞きします。  
ストレスによって、身体や心の不調を感じることはありませんか。(1つだけ○)

- |            |                          |   |             |
|------------|--------------------------|---|-------------|
| 1. よく感じる   | <input type="checkbox"/> | → | <問 67・68 へ> |
| 2. ときどき感じる | <input type="checkbox"/> |   |             |
| 3. 感じない    | <input type="checkbox"/> | → | <問 69 へ>    |
| 4. まったくない  | <input type="checkbox"/> |   |             |

問 67 問 66 で「1. よく感じる」および「2. ときどき感じる」と答えた方にお聞き  
します。あなたのストレスの原因は何だと思えますか。  
(あてはまるものすべてに○)

- |                  |                   |
|------------------|-------------------|
| 1. 勉強や受験に関する事    | 2. いじめの事          |
| 3. 仕事の内容の事       | 4. リストラの不安        |
| 5. 給料に関する事       | 6. 昇進に関する事        |
| 7. 残業が多い事        | 8. 休みがとれない事       |
| 9. 就職に関する事       | 10. 職場での人間関係      |
| 11. 隣近所との人間関係    | 12. 家族内での人間関係     |
| 13. 親戚との人間関係     | 14. 育児に関する事       |
| 15. 友人や話し相手がいない事 | 16. 自分のしたいことができない |
| 17. 家族の健康や病気のこと  | 18. 自分の健康や病気のこと   |
| 19. 介護の負担        | 20. 経済的な不安        |
| 21. その他 (具体的に    | )                 |

問 68 問 66 で「1. よく感じる」および「2. ときどき感じる」と答えた方にお聞き  
します。あなたは、ストレス解消のためにどのようなことをしていますか。  
(あてはまるものすべてに○)

- |                      |                    |
|----------------------|--------------------|
| 1. 専門機関に相談している       | 2. 友人や家族などに相談している  |
| 3. 十分睡眠をとるようにしている    | 4. 仕事や勉強を休む        |
| 5. スポーツをする           | 6. カラオケで歌う         |
| 7. 旅行に行く             | 8. ドライブする          |
| 9. マッサージや整体、エステなどに行く | 10. 買い物をする         |
| 11. 家族で遊びに行く         | 12. 映画を見る          |
| 13. 音楽を聴く            | 14. ペットとふれあう       |
| 15. ガーデニング           | 16. 家庭菜園 (畑で作物を作る) |
| 17. 手工芸や絵を描いたりする     | 18. やけ食いをする        |
| 19. 酒を飲む             | 20. たばこを吸う         |
| 21. 気にしないようにしている     | 22. 我慢している         |
| 23. 特に何もしていない        |                    |
| 24. その他 (具体的に        | )                  |

<続けて問 69 へ>

問 69 あなたは、心配ごとや悩みごとを相談できる人はいますか。(どちらかに○)

1. いる <問 70 へ>                      2. いない <問 71 へ>

問 70 問 69 で「1. いる」と答えた人にお聞きします。

あなたは、心配ごとや悩みごとを誰に相談しますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 家族    2. 友人  
3. 職場の人                                      4. 学校の先生  
5. 医療機関（精神科・心療内科）の医師等  
6. 医療機関（精神科・心療内科以外）の医師等  
7. 相談機関（保健所・市役所・いのちの電話等）  
8. インターネット  
9. その他（具体的に    )

<続けて問 71 へ>

問 71 最近、親などによって子どもの健康をそこない、身体や心を傷つけてしまうこと（児童虐待）が社会問題になっていますが、これらは単に親子関係の問題ではなく、社会の課題として大人のあり方が問われています。あなたは、このことについて関心がありますか。（1つだけ○）

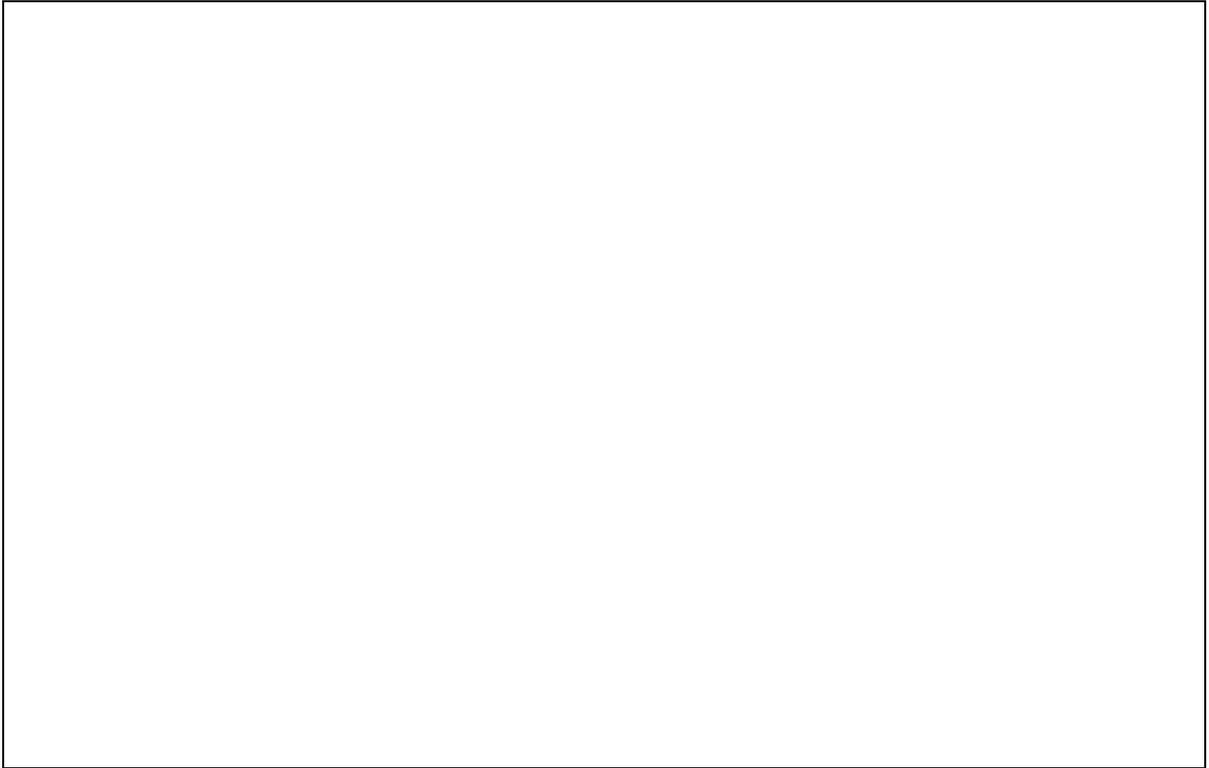
1. たいへん関心がある                      2. 少し関心がある                      3. 特に関心はない

問 72 あなたは、このような子どもに対する虐待を聞いたり、見たりしたとき、どのようにしますか。（1つだけ○）

※参考 児童虐待の防止等に関する法律では、児童虐待を受けたと思われる児童を発見した者は、速やかに福祉事務所、児童相談所等に通告することとされています。

1. 家族や近所の人に相談する  
2. 地域の民生委員児童委員に相談する  
3. 市役所や学校に相談する  
4. 専門機関（子ども家庭相談センター、保健所、病院、診療所、警察署等）に相談する  
5. わからない  
6. 何もしない  
7. その他（具体的に    )

問 73 最後に、守山市の健康づくり施策について参考にいたしますので、ご意見がありましたらお書きください。



たいへん多くの質問にお答えいただき、誠にありがとうございました。