



20歳以上の市民の皆さんへ

下田市 健康増進アンケートに

ご協力をお願いします



平素は、本市の健康増進事業にご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

下田市では、市民の皆さんの健康づくりや生活習慣病予防を推進するため「健康増進計画」（平成27年5月策定）の見直しを実施することとなりました。

このアンケートは、市民の皆さんの健康づくりの実態とご意見をお伺いし、本市の健康づくり施策に役立てることを目的としています。

また、回答した内容が他にもれたり、他の目的で使われることはありませんので、ありのままをご記入ください。

お忙しい中お手数をおかけしますが、アンケートにご協力くださいますようお願い申し上げます。

平成31年 2月
下田市市民保健課

アンケートの答え方

1. アンケートは無記名です。お名前を書いていただく必要はありません。
2. 回答は、あてはまる番号を○で囲んでください。
3. () 内に、ご意見などを記述していただくものもあります。
4. ご記入いただきましたら同封の返信用封筒に入れ、**3月8日（金）**までに、郵便ポストに投函してください。切手は不要です。
5. ご不明な点がございましたら、お手数ですが、下記までお問い合わせください。

【お問い合わせ先】

下田市役所 市民保健課 健康づくり係
〒415-8501 下田市東本郷一丁目5番18号
電話 0558-22-2217 FAX 0558-22-3910
e-mail shiminhoken@city.shimoda.lg.jp

問1. あなたの性別をお答えください。

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

問2. あなたの年齢をお答えください。(平成31年3月31日現在)

- | | | | |
|-----------|-----------|------------|-----------|
| 1. 20～29歳 | 2. 30～39歳 | 3. 40～49歳 | 4. 50～59歳 |
| 5. 60～69歳 | 6. 70～79歳 | 7. 80歳～89歳 | |

問3. あなたの身長・体重・腹囲について、ご記入ください。

- | | | |
|------------|---|-------|
| 「身長」() cm | ・ | わからない |
| 「体重」() kg | ・ | わからない |
| 「腹囲」() cm | ・ | わからない |

腹囲…立って、おへその周りを水平に測定するか、特定健診を受けた方は、その数値をご記入ください。

問4. あなたは、現在病気をしていますか。

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



「1. はい」と回答した方にお聞きします。

病気についてお答えください(あてはまるものすべてに○をつけてください)

- | | | | |
|---------|------------|-------------|----------|
| 1. 高血圧症 | 2. 高脂血症 | 3. 糖尿病 | 4. 心臓の病気 |
| 5. 脳卒中 | 6. 腰・膝の病気 | 5. うつ病等心の病気 | 6. 歯周疾患 |
| 7. がん | 8. その他 () | | |

【食生活】

問5. あなたは、栄養バランスに気をつけて食事をしていますか。

- | | | |
|-------|--------|--------------|
| 1. はい | 2. いいえ | 3. どちらともいえない |
|-------|--------|--------------|

問6. あなたは「栄養成分表示」を活用していますか。

栄養成分表示とは、食品や料理に含まれるエネルギーやたんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量等の栄養成分量を、パッケージやメニュー表等に表示することをいいます。
--

- | | | |
|-----------|--------------------|------------|
| 1. 活用している | 2. 活用していないが今後活用したい | 3. 活用していない |
|-----------|--------------------|------------|

問7. あなたは、健康に悪影響を与えないようにするために、どのような食品を選んだら良いか、また、どのような調理が必要かについて食品の安全性に関する知識があると思いますか。

- | | | |
|-------------|--------------|-------------|
| 1. 充分にあると思う | 2. ある程度あると思う | 3. あまり無いと思う |
| 4. 全くないと思う | | |

問8. あなたは「食育」という言葉や意味を知っていましたか。

「食育」は、心身の健康の増進と豊かな人間形成のために、食に関する知識や食を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践することができる人間を育てる事です。

(例) 規則正しい食生活の実践、食事マナーを身につける

- | |
|-------------------------------------|
| 1. 言葉も意味も知っている |
| 2. 言葉は知っていたが、意味は知らなかった |
| 3. 言葉も意味も知らなかった (今回の調査で初めて聞いた場合を含む) |

問9. あなたは「食育」に関心がありますか。

- | | | |
|------------------|------------------|----------|
| 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無い | 4. 関心がない | 5. わからない |

問10. あなたは、地場産品を使用したり、食べたりしていますか。

- | |
|----------------------------|
| 1. 使用している |
| 2. 現在、使用していないが、使用したいと思っている |
| 3. 使用していない |



2. 3と回答した方にお聞きします

地場産品を使用していない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○をつけてください。)

- | | |
|-------------------|--------------------|
| 1. 手に入れる場所を知らないから | 2. 下田市の地場産品を知らないから |
| 3. 調理方法がわからないから | 4. 値段が高いから |
| 5. 味がよくないから | 6. 形や色がよくないから |
| 7. 使用したい地場産品がないから | |
| 8. その他 (具体的に |) |

問11. あなたは、朝食・昼食・夕食のいずれかを抜くことがありますか。

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



「1. はい」と回答した方にお聞きします。

欠食するのはいつですか。(あてはまるものすべてに○をつけてください。)

- | | | |
|-------|-------|-------|
| 1. 朝食 | 2. 昼食 | 3. 夕食 |
|-------|-------|-------|

【運動】

問12. あなたは、日頃から日常生活の中で、健康の継続、増進のために意識的に身体を動かすよう心がけていますか。

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

問13. あなたは、1回30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上持続していますか。

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



「1. はい」と回答した方にお聞きします。

どのような運動を実施していますか。(あてはまるものすべてに○をつけてください。)

- | | | |
|------------|-----------|-------|
| 1. ウォーキング | 2. ジョギング | 3. 球技 |
| 4. 水泳、水中運動 | 5. 体操、ダンス | |
| 6. その他 (| |) |

問14. あなたが今後、運動を続ける(始める)ために、何が必要ですか。

(あてはまるものすべてに○をつけてください。)

- | | | |
|----------------|--------------|-------|
| 1. 仲間 | 2. 運動施設 | 3. 時間 |
| 4. 指導者によるアドバイス | 5. 地域のサークル活動 | |
| 6. その他 (| |) |

【休養・こころ】

問15. あなたは、この1か月間に不満や悩み、ストレスを感じることがありましたか。

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



「1. はい」と回答した方にお聞きします。

その内容はどのようなことですか。(あてはまるものすべてに○をつけてください。)

- | | | |
|-------------|-----------|---------|
| 1. 職場のこと | 2. 家族のこと | 3. 友人関係 |
| 4. 体(健康)のこと | 5. 経済的なこと | |
| 6. その他 (| |) |

問16. あなたは、悩みごとがある時、家族に相談しますか。

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

問17. あなたは、家族以外に相談できる人はいますか。
(あてはまるものすべてに○をつけてください。)

1. 職場の人	2. 職場以外の友人	3. 親戚
4. 近所の人	5. 医師等（医療従事者）	
6. その他（		）

問18. あなたは、自分なりのストレス解消法はありますか。

1. はい	2. いいえ
-------	--------



「1. はい」と回答した方にお聞きします。

どのようなストレス解消法ですか。(あてはまるものすべてに○をつけてください。)

1. 趣味や好きなことを楽しむ	2. スポーツや体を動かす
3. ゆっくり休む	4. 好きな物を食べる
5. 買い物をする	6. 友人や家族とおしゃべりをする
7. 自然と触れ合う	
8. その他（	）

問19. あなたは、睡眠で休養を十分にとれていますか。

1. はい	2. いいえ
-------	--------

問20. ここ1か月間、あなたの1日平均睡眠時間をお答えください。

1. 5時間未満	2. 5時間以上6時間未満
3. 6時間以上7時間未満	4. 7時間以上8時間未満
5. 8時間以上9時間未満	6. 9時間以上

問21. あなたが自殺対策に関して知っているものに○をつけてください。
(あてはまるものすべてに○をつけてください。)

1. こころの健康相談	2. よりそいホットライン	3. いのちの電話
4. 自殺予防週間・月間	5. ゲートキーパー	6. 自殺対策基本法
7. 精神保健福祉センター	8. その他（	）

問22. あなたは、生きがいを持っていますか。

1. はい 2. いいえ



「1. はい」と回答した方にお聞きします。

どのような生きがいですか。下記にご記入ください。

内容

問23. あなたは、隣近所と付き合いがありますか。

1. はい 2. いいえ

【たばこ】

問24. あなたは、現在、たばこを習慣的に吸っていますか。

(今までに100本以上、又は6か月以上吸っている方で、最近1か月間吸っている方。)

1. はい 2. いいえ



「1. はい」と回答した方にお聞きします。(以下の①～③までご回答ください。)

① 禁煙をしたいと思いますか。

1. 思う 2. 思わない

②禁煙のためのサポートを受けたいですか。

1. 受けたい 2. 受けたくない

③どのようなサポートがあったら良いと思いますか。

1. 禁煙に関するパンフレット	2. 禁煙外来の情報
3. 禁煙教室	4. その他 ()

【アルコール】

問25. あなたは、「節度ある適度な飲酒量」＝「基準量」（1日平均純アルコールで約20g程度の飲酒）について、知っていますか。

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

「節度ある適度な飲酒量」＝「基準量」（1日平均純アルコールで約20 g 程度の飲酒）

ビールなら中瓶1本（5%、500ml）、清酒なら1合弱（15%、160ml）、
ウイスキー・ブランデーならダブル1杯（43%、60ml）
焼酎なら1/2合弱（35%、72ml弱）
ワインなら2杯弱（12%、200ml）

※厚生労働省 国民健康づくり運動「健康日本21」では、「節度ある適度な飲酒」として、1日平均純アルコールで20 g 程度としています。

問26. あなたは、現在、飲酒の習慣はありますか。

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



「1. はい」と回答した方にお聞きします。（以下の①、②をご回答ください。）

①休肝日（お酒を休む日）を設けていますか。

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

②アルコールを飲む時は、1回にどの程度飲みますか。

- | |
|-------------------|
| 1. 1日の基準量（上記参照）程度 |
| 2. 1日の基準量の2倍程度 |
| 3. 1日の基準量の3倍以上 |
| 4. またはそれ以下 |

【歯】

問27. あなたは、定期的（年に1回以上）に歯科検診を受けていますか。

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

問28. あなたは、歯ブラシ以外に、歯間清掃用具（歯間ブラシ・デンタルフロス・糸ようじなど）を使っていますか。

- | | | |
|-------|--------------|--------|
| 1. はい | ➡ 週（ ）回 | 2. いいえ |
|-------|--------------|--------|

【健診】

問29. あなたは毎年健診（特定健診・後期高齢者健診・人間ドック）を受診していますか。

1. はい 2. いいえ



「2. いいえ」とお答えの方にお聞きします。

受診しない理由は何ですか。（あてはまるものすべてに○をつけてください。）

- | | | |
|-------------|-----------|-------|
| 1. 健康に自信がある | 2. 治療中 | 3. 面倒 |
| 4. 時間がない | 5. お金がかかる | |
| 6. その他（ | | ） |

問30. 下田市では、法律に基づき下記の健（検）診などを実施しています。

がん検診、特定健診（後期高齢者健診）などに対して、ご意見がございましたら下記にご記入ください。

--

健（検）診一覧

健（検）診種別	内容	対象年齢
大腸がん検診	便潜血2日法	40歳以上
肺がん・結核検診	胸部エックス線 喀痰細胞診（希望者）	40歳以上
胃がん検診	バリウム検査	40歳以上
肝炎ウイルス検査	血液検査	40歳以上の未受診者
子宮頸がん検診	視診、子宮頸部細胞診、	20歳以上の偶数年齢の女性
乳がん検診	マンモグラフィー （乳房エックス線）	40歳以上の偶数年齢の女性
特定健診	身体測定、血圧測定、血液検査	40歳以上
後期高齢者健診	尿検査など	75歳以上
歯周疾患検診	口腔機能の状態の確認、歯周 ポケットの診査、歯科相談・ 指導	節目年齢 (40歳、50歳、60歳、70歳)

問31. その他、健康に関する事業について、ご意見等ございましたら下記にご記入ください。

ご協力ありがとうございました。

[illegible]

腹囲(男性)	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代
84.9cm以下	2	1	2	5	9	12	9
85cm以上	1	3	6	6	17	16	2
わからない	10	12	7	11	9	24	18
合計	13	16	15	22	35	52	29

腹囲(男性)	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代
84.9cm以下	15.4%	6.3%	13.3%	22.7%	25.7%	23.1%	31.0%
85cm以上	7.7%	18.8%	40.0%	27.3%	48.6%	30.8%	6.9%
わからない	76.9%	74.9%	46.7%	50.0%	25.7%	46.1%	62.1%
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

腹囲(女性)	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代
89.9cm以下	2	8	14	18	25	29	8
90cm以上		1	1	2	7	3	4
わからない	9	19	16	16	20	13	29
合計	11	28	31	36	52	45	41

腹囲(女性)	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代
89.9cm以下	18.2%	28.6%	45.2%	50.0%	48.1%	64.4%	19.5%
90cm以上		3.6%	3.2%	5.6%	13.5%	6.7%	9.8%
わからない	81.8%	67.8%	51.6%	44.4%	38.4%	28.9%	70.7%
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

問4 あなたは、現在病気をしていますか

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	1		3	3	6	4	11	17	20	25	30	28	27	22
いいえ	12	11	13	25	9	27	11	19	15	27	21	17	2	19
未記入											1			
合計	13	11	16	28	15	31	22	36	35	52	52	45	29	41

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	7.7%		18.8%	10.7%	40.0%	12.9%	50.0%	47.2%	57.1%	48.1%	57.7%	62.2%	93.1%	53.7%
いいえ	92.3%	100%	81.2%	89.3%	60.0%	87.1%	50.0%	52.8%	42.9%	51.9%	40.4%	37.8%	6.9%	46.3%
未記入											1.9%			
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

はいと回答した方にお聞きます。病気についてお答えください(あてはまるものすべてに○をつけてください)

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
高血圧症							4	4	12	11	17	21	13	16
高脂血症				1	1	1	1	7	2	3	4	12	2	3
糖尿病								2	3	2	7	9	4	2
心臓の病気									3	1	6		3	2
脳卒中								1				1	2	1
腰・膝の病気			1				1	1	5	5	3	7	8	13
うつ病等心の病気					1	1	2	3	1	2				1
歯周疾患								2	4	1		2		3
がん					1			2	1		5	2	8	1
その他	1		3	1	4	2	3	8	4	8	10	3	6	2
未記入				1										
合計	1	0	4	3	7	4	11	30	35	33	52	57	46	44

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
高血圧症							36.4%	13.3%	34.3%	33.3%	32.7%	36.8%	28.3%	36.5%
高脂血症				33.3%	14.3%	25.0%	9.1%	23.3%	5.7%	9.1%	7.7%	21.1%	4.3%	6.8%
糖尿病								6.7%	8.6%	6.1%	13.5%	15.8%	8.8%	4.5%
心臓の病気									8.6%	3.0%	11.5%		6.5%	4.5%
脳卒中								3.3%				1.8%	4.3%	2.3%
腰・膝の病気			25.0%				9.1%	3.3%	14.2%	15.2%	5.8%	12.3%	17.4%	29.5%
うつ病等心の病気					14.3%	25.0%	18.2%	10.0%	2.9%	6.1%				2.3%
歯周疾患								6.7%	11.4%	3.0%		3.5%		6.8%
がん					14.3%			6.7%	2.9%		9.6%	3.5%	17.4%	2.3%
その他	100%		75.0%	33.3%	57.1%	50.0%	27.2%	26.7%	11.4%	24.2%	19.2%	5.2%	13.0%	4.5%
未記入				33.4%										
合計	100%	0%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

問5 あなたは、栄養バランスに気をつけていますか

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	6	9	9	14	8	22	7	19	15	39	27	30	15	28
いいえ	6		4	1	4	4	5		2	1	4		1	4
どちらともいえない	1	2	2	13	3	5	10	17	17	12	21	15	13	9
未記入			1						1					
合計	13	11	16	28	15	31	22	36	35	52	52	45	29	41

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	46.2%	81.8%	56.3%	50.0%	53.3%	71.0%	31.8%	52.8%	42.9%	75.0%	51.9%	66.7%	51.8%	68.3%
いいえ	46.2%		25.0%	3.6%	26.7%	12.9%	22.7%		5.7%	1.9%	7.7%		3.4%	9.8%
どちらともいえない	7.6%	18.2%	12.5%	46.4%	20.0%	16.1%	45.5%	47.2%	48.6%	23.1%	40.4%	33.3%	44.8%	21.9%
未記入			6.2%						2.8%					
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

問6 あなたは「栄養成分表示」を活用していますか

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
活用している	3	4	3	12	4	8	1	13	2	18	3	6	3	16
活用していないが今後活用したい	5		1	4	3	5	2	6	7	8	16	16	4	9
活用していない	5	7	11	12	8	18	18	17	25	25	32	23	22	13
未記入			1				1		1	1	1			3
合計	13	11	16	28	15	31	22	36	35	52	52	45	29	41

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
活用している	23.1%	36.4%	18.8%	42.9%	26.7%	25.8%	4.6%	36.1%	5.7%	34.6%	5.8%	13.3%	10.3%	39.0%
活用していないが今後活用したい	38.5%		6.3%	14.3%	20.0%	16.1%	9.1%	16.7%	20.0%	15.4%	30.8%	35.6%	13.8%	22.0%
活用していない	38.4%	63.6%	68.8%	42.8%	53.3%	58.1%	81.8%	47.2%	71.4%	48.1%	61.5%	51.1%	75.9%	31.7%
未記入			6.1%				4.5%		2.9%	1.9%	1.9%			7.3%
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

問7 あなたは、健康に悪影響を与えないようにするために、どのような食品を選んだら良いか、また、どのような調理が必要かについて食品の安全性に関する知識があると思いますか。

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
充分にあると思う		3	1	1	1	1		1		5	3		1	3
ある程度あると思う	6	5	6	13	5	19	12	27	19	42	27	33	14	32
あまりないと思う	7	3	8	14	8	10	8	8	15	5	21	12	11	6
全くないと思う			1		1	1	2		1		1		2	
未記入													1	
合計	13	11	16	28	15	31	22	36	35	52	52	45	29	41

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
充分にあると思う		27.3%	6.3%	3.6%	6.7%	3.2%		2.8%		9.6%	5.8%		3.5%	7.4%
ある程度あると思う	46.2%	45.5%	37.5%	46.4%	33.3%	61.3%	54.5%	75.0%	54.3%	80.8%	51.9%	73.3%	48.3%	78.0%
あまりないと思う	53.8%	27.2%	50.0%	50.0%	53.3%	32.3%	36.4%	22.2%	42.9%	9.6%	40.4%	26.7%	37.9%	14.6%
全くないと思う			6.2%		6.7%	3.2%	9.1%		2.8%		1.9%		6.9%	
未記入													3.4%	
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

問8 あなたは「食育」という言葉を知っていましたか

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
言葉も意味も知っている	5	6	5	11	6	18	9	15	16	30	13	18	6	19
意味は知らない	7	5	7	17	7	11	9	15	15	20	26	25	12	13
どちらも知らない	1		4		1	2	3	5	4	1	12		11	5
未記入					1		1	1		1	1	2		4
合計	13	11	16	28	15	31	22	36	35	52	52	45	29	41

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
言葉も意味も知っている	38.5%	54.5%	31.3%	39.3%	40.0%	58.1%	40.9%	41.7%	45.7%	57.7%	25.0%	40.0%	20.7%	46.3%
意味は知らない	53.8%	45.5%	43.8%	60.7%	46.7%	35.5%	40.9%	41.7%	42.9%	38.5%	50.0%	55.6%	41.4%	31.7%
どちらも知らない	7.7%		24.9%		6.7%	6.4%	13.6%	13.9%	11.4%	1.9%	23.1%		37.9%	12.2%
未記入					6.6%		4.6%	2.7%		1.9%	1.9%	4.4%		9.8%
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

問9 あなたは「食育」に関心がありますか

	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
関心がある	3	4	6	11	2	6	3	15	4	14	9	11	5	17
どちらかと言えば関心がある	6	6	5	11	8	16	10	15	19	30	23	25	11	15
どちらかと言えば関心がない	3	1		3	4	7	5	5	10	6	10	5	7	5
関心がない	1		3	1	1	1	2		2		3		2	
わからない			2	2		1	2	1		1	6	2	4	2
未記入										1	1	2		2
合計	13	11	16	28	15	31	22	36	35	52	52	45	29	41

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
関心がある	23.1%	36.4%	37.5%	39.3%	13.3%	19.4%	13.6%	41.7%	11.4%	27.0%	17.4%	24.5%	17.3%	41.5%
どちらかと言えば関心がある	46.2%	54.5%	31.3%	39.3%	53.3%	51.6%	45.5%	41.7%	54.3%	57.7%	44.2%	55.6%	37.9%	36.6%
どちらかと言えば関心がない	23.1%	9.1%		10.7%	26.7%	22.6%	22.7%	13.9%	28.6%	11.5%	19.2%	11.1%	24.1%	12.1%
関心がない	7.6%		18.8%	3.6%	6.7%	3.2%	9.1%		5.7%		5.8%		6.9%	
わからない			12.4%	7.1%		3.2%	9.1%	2.7%		1.9%	11.5%	4.4%	13.8%	4.9%
未記入										1.9%	1.9%	4.4%		4.9%
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

問10 あなたは、地場産品を使用したり、食べたりしていますか

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
使用している	7	6	6	23	9	27	13	32	26	49	36	36	24	35
使用したいと思っている	4	1	2	3	1	1	5	2	4	1	6	5	2	2
使用していない	2	4	8	2	5	3	4		5		7	3	3	1
未記入								2		2	3	1		3
合計	13	11	16	28	15	31	22	36	35	52	52	45	29	41

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
使用している	53.8%	54.5%	37.5%	82.2%	60.0%	87.1%	59.1%	88.9%	74.3%	94.3%	69.2%	80.0%	82.8%	85.4%
使用したいと思っている	30.8%	9.1%	12.5%	10.7%	6.7%	3.2%	22.7%	5.6%	11.4%	1.9%	11.5%	11.1%	6.9%	4.9%
使用していない	15.4%	36.4%	50.0%	7.1%	33.3%	9.7%	18.2%		14.3%		13.5%	6.7%	10.3%	2.4%
未記入								5.5%		3.8%	5.8%	2.2%		7.3%
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

2、3と回答した方にお聞きます。地場産品を使用していない理由は何ですか。（あてはまるものすべてに○をつけてください。）

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
場所を知らない	1	1		1	1	1	1	1	3		2	4	2	
地場産品を知らない	2	2	3	2			1		3	1	7	1	4	2
調理方法がわからない	1		1	1	1	1					5			
値段が高い	1	2	1	2	2	2	6	1	3		2	2	1	1
鰯が良くない									2		2			
形や色が良くない											2			
使用したい地場産品がない			5				3		4		2	2	1	
その他			2		2				1	1	1	1	2	1
未記入														
合計	5	5	12	6	6	4	11	2	16	2	23	10	10	4

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
場所を知らない	20.0%	20.0%		16.7%	16.7%	25.0%	9.1%	50.0%	18.8%		8.7%	40.0%	20.0%	
地場産品を知らない	40.0%	40.0%	25.0%	33.3%			9.1%		18.8%	50.0%	30.4%	10.0%	40.0%	50.0%
調理方法がわからない	20.0%		8.3%	16.7%	16.7%	25.0%					21.7%			
値段が高い	20.0%	40.0%	8.3%	33.3%	33.3%	50.0%	54.5%	50.0%	18.8%		8.7%	20.0%	10.0%	25.0%
鰯が良くない									12.5%		8.7%			
形や色が良くない											8.7%			
使用したい地場産品がない			41.7%				27.3%		25.0%		8.7%	20.0%	10.0%	
その他			16.7%		33.3%				6.1%	50.0%	4.4%	10.0%	20.0%	25.0%
未記入														
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

問11 あなたは、朝食・昼食・夕食のいずれかを抜くことがありますか

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	7	3	8	12	3	8	3	12	4	9	6	8	2	7
いいえ	6	8	8	16	12	23	19	24	31	43	44	37	27	34
未記入											2			
合計	13	11	16	28	15	31	22	36	35	52	52	45	29	41

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	53.8%	27.3%	50.0%	42.9%	20.0%	25.8%	13.6%	33.3%	11.4%	17.3%	11.6%	17.8%	6.9%	17.1%
いいえ	46.2%	72.7%	50.0%	57.1%	80.0%	74.2%	86.4%	66.7%	88.6%	82.7%	84.6%	82.2%	93.1%	82.9%
未記入											3.8%			
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

「はい」の人にお聞きます 欠食するのはいつですか(あてはまるもの全てに○をつけて下さい)

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
朝食	6	3	6	9	3	6	3	9	2	4	2	3	1	2
昼食			2	7		3	1	2	3	3	2	5	1	4
夕食	1					1		2		3	2			
未記入														1
合計	7	3	8	16	3	10	4	13	5	10	6	8	2	7

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
朝食	85.7%	100%	75.0%	56.3%	100%	60.0%	75.0%	69.2%	40.0%	40.0%	33.3%	37.5%	50.0%	28.6%
昼食			25.0%	43.7%		30.0%	25.0%	15.4%	60.0%	30.0%	33.3%	62.5%	50.0%	57.1%
夕食	14.3%					10.0%		15.4%		30.0%	33.4%			
未記入														14.3%
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

問12 あなたは、日頃から日常生活の中で、健康の継続、増進のために意識的に身体を動かすように心がけていますか

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	10	5	6	16	9	14	6	22	24	38	40	39	19	35
いいえ	3	6	10	12	5	17	15	14	10	11	10	3	10	6
未記入					1		1		1	3	2	3		
合計	13	11	16	28	15	31	22	36	35	52	52	45	29	41

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	76.9%	45.5%	37.5%	57.1%	60.0%	45.2%	27.3%	61.1%	68.6%	73.1%	76.9%	86.6%	65.5%	85.4%
いいえ	23.1%	54.5%	62.5%	42.9%	33.3%	54.8%	68.2%	38.9%	28.6%	21.2%	19.2%	6.7%	34.5%	14.6%
未記入					6.7%		4.5%		2.8%	5.7%	3.9%	6.7%		
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

問13 あなたは、1日30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上持続していますか

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	7	1	5	8	3	7	3	7	11	21	30	25	14	15
いいえ	6	10	11	20	11	24	16	29	21	29	20	17	15	26
未記入					1		3		3	2	2	3		
合計	13	11	16	28	15	31	22	36	35	52	52	45	29	41

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	53.8%	9.1%	31.3%	28.6%	20.0%	22.6%	13.6%	19.4%	31.4%	40.4%	57.7%	55.6%	48.3%	36.6%
いいえ	46.2%	90.9%	68.7%	71.4%	73.3%	77.4%	72.7%	80.6%	60.0%	55.8%	38.5%	37.8%	51.7%	63.4%
未記入					6.7%		13.7%		8.6%	3.8%	3.8%	6.6%		
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

「1.はい」と回答した方にお聞きします。どのような運動をしていますか。

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
ウォーキング	3	1	2	5	3	3	5	3	8	13	21	20	8	11
ジョギング	3		1			2			2	1	3	2	1	1
球技	2	1	2	1		1		1		1	2	2	2	1
水泳・水中運動			1	1	1					2	2			3
体操・ダンス						1				6	1	3	5	2
その他	2			1		1		4	4	4	11	11	3	6
未記入		1												
合計	10	3	6	8	4	8	5	8	14	27	40	38	19	24

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
ウォーキング	30.0%	33.3%	33.3%	62.5%	75.0%	37.5%	100%	37.5%	57.1%	48.1%	52.5%	52.6%	42.1%	45.8%
ジョギング	30.0%		16.7%			25.0%			14.3%	3.7%	7.5%	5.3%	5.3%	4.2%
球技	20.0%	33.3%	33.3%	12.5%		12.5%		12.5%		3.7%	5.0%	5.3%	10.5%	4.2%
水泳・水中運動			16.7%	12.5%	25.0%					7.4%	5.0%			12.5%
体操・ダンス						12.5%				22.2%	2.5%	7.9%	26.3%	8.3%
その他	20.0%			12.5%		12.5%		50.0%	28.6%	14.9%	27.5%	28.9%	15.8%	25.0%
未記入		33.4%												
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

問14 あなたが今後、運動を続ける(始める)ために、何が必要ですか

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
仲間	6	2	5	6	2	7	5	4	7	13	18	16	10	14
運動施設	5	4	7	15	6	11	6	8	9	15	9	13	2	3
時間	9	8	9	21	10	24	14	22	18	23	15	13	4	4
指導者によるアドバイス	2	1	2	4	1	5	1	9	4	8	9	15	4	6
地域のサークル活動		1	3	2	1	1	2	4	2	7	4	9	5	5
その他		1	4	1	2	1	1	3	5	7	4	4	2	6
未記入	1			1		1	1	2	4	4	9	6	7	17
合計	23	17	30	50	22	50	30	52	49	77	68	76	34	55

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
仲間	26.1%	11.8%	16.7%	12.0%	9.1%	14.0%	16.7%	7.7%	14.3%	16.9%	26.5%	21.1%	29.4%	25.5%
運動施設	21.7%	23.4%	23.3%	30.0%	27.3%	22.0%	20.0%	15.4%	18.4%	19.5%	13.2%	17.1%	5.9%	5.5%
時間	39.1%	47.1%	30.0%	42.0%	45.5%	48.0%	46.7%	42.3%	36.7%	29.9%	22.1%	17.1%	11.8%	7.3%
指導者によるアドバイス	8.7%	5.9%	6.7%	8.0%	4.5%	10.0%	3.3%	17.3%	8.2%	10.4%	13.2%	19.7%	11.8%	10.9%
地域のサークル活動		5.9%	10.0%	4.0%	4.5%	2.0%	6.7%	7.7%	4.1%	9.1%	5.9%	11.8%	14.7%	9.1%
その他		5.9%	13.3%	2.0%	9.1%	2.0%	3.3%	5.8%	10.2%	9.1%	5.9%	5.3%	5.9%	10.9%
未記入	4.3%			2.0%		2.0%	3.3%	3.8%	8.2%	5.2%	13.2%	7.9%	20.6%	30.9%
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

問15 あなたは、この1か月間に不満や悩み、ストレスを感じることがありましたか。

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	7	6	13	21	12	23	12	30	15	32	24	29	13	23
いいえ	6	5	2	7	3	8	9	6	19	17	26	14	15	18
未記入			1				1		1	3	2	2	1	
合計	13	11	16	28	15	31	22	36	35	52	52	45	29	41

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	53.8%	54.5%	81.3%	75.0%	80.0%	74.2%	54.5%	83.3%	42.9%	61.5%	46.2%	64.4%	44.8%	56.1%
いいえ	46.2%	45.5%	12.5%	25.0%	20.0%	25.8%	40.9%	16.7%	54.3%	32.7%	50.0%	31.1%	51.7%	43.9%
未記入			6.2%				4.6%		2.8%	5.8%	3.8%	4.5%	3.5%	
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

「1.はい」と回答した方にお聞きます。その内容はどのようなことですか。

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
職場のこと	6	3	8	13	8	14	8	11	8	8	4	3		
家族のこと		4	4	12	3	9	3	20	4	18	12	16	5	10
友人関係	1	3		2	1	1	2	2	1		2	2		1
体(健康)のこと	1	2	2	4	5	5	3	11	3	15	14	18	11	11
経済的なこと	2	3	6	8	4	7	9	12	7	9	3	12	4	8
その他					1		1		1	5	3	1		2
未記入														
合計	10	15	20	39	22	36	26	56	24	55	38	52	20	32

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
職場のこと	60.0%	20.0%	40.0%	33.3%	36.4%	38.9%	30.8%	19.6%	33.3%	14.5%	10.5%	5.8%		
家族のこと		26.7%	20.0%	30.8%	13.6%	25.0%	11.5%	35.7%	16.7%	32.7%	31.6%	30.8%	25.0%	31.3%
友人関係	10.0%	20.0%		5.1%	4.5%	2.8%	7.7%	3.7%	4.2%		5.3%	3.8%		3.1%
体(健康)のこと	10.0%	13.3%	10.0%	10.3%	22.7%	13.9%	11.5%	19.6%	12.5%	27.3%	36.8%	34.6%	55.0%	34.4%
経済的なこと	20.0%	20.0%	30.0%	20.5%	18.2%	19.4%	34.6%	21.4%	29.2%	16.4%	7.9%	23.1%	20.0%	25.0%
その他					4.6%		3.9%		4.1%	9.1%	7.9%	1.9%		6.2%
未記入														
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

問16 あなたは、悩みごとがある時、家族に相談しますか。

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	9	8	12	20	11	22	12	15	18	36	31	24	17	27
いいえ	4	3	3	7	3	9	8	21	14	14	19	20	11	14
未記入			1	1	1		2		3	2	2	1	1	
合計	13	11	16	28	15	31	22	36	35	52	52	45	29	41

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	69.2%	72.7%	75.0%	71.4%	73.3%	71.0%	54.5%	41.7%	51.4%	69.2%	59.6%	53.3%	58.6%	65.9%
いいえ	30.8%	27.3%	18.8%	25.0%	20.0%	29.0%	36.4%	58.3%	40.0%	26.9%	36.5%	44.4%	37.9%	34.1%
未記入			6.2%	3.6%	6.7%		9.1%		8.6%	3.9%	3.9%	2.3%	3.5%	
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

問17 あなたは、家族以外に相談できる人はいますか。

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
職場の人	7	3	2	8	6	12	5	10	4	4	1	5	3	5
職場以外の友人	10	6	9	18	6	21	11	23	16	18	13	19	14	13
親戚	2	3	2	5	3	3		6	2	18	15	15	2	12
近所の人	1			2		1	2	7	2	9	11	8	8	6
医師等(医療従事者)		1	1	1				2	6	5	18	10		
その他	2	1		3	3	2		1	2	7	4	1	2	4
未記入														
合計	22	14	14	37	18	39	18	49	32	61	62	58	29	40

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
職場の人	31.8%	21.4%	14.3%	21.6%	33.3%	30.8%	27.8%	20.4%	12.5%	6.6%	1.6%	8.6%	10.3%	12.5%
職場以外の友人	45.5%	43.0%	64.3%	48.6%	33.3%	53.8%	61.1%	46.9%	50.0%	29.5%	21.0%	32.8%	48.3%	32.5%
親戚	9.1%	21.4%	14.3%	13.5%	16.7%	7.7%		12.2%	6.3%	29.5%	24.2%	25.9%	6.9%	30.0%
近所の人	4.5%			5.4%		2.6%	11.1%	14.3%	6.3%	14.8%	17.7%	13.8%	27.6%	15.0%
医師等(医療従事者)		7.1%	7.1%	2.7%				4.1%	18.6%	8.2%	29.0%	17.2%		
その他	9.1%	7.1%		8.2%	16.7%	5.1%		2.1%	6.3%	11.4%	6.5%	1.7%	6.9%	10.0%
未記入														
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

問18 あなたは、自分なりのストレス解消法を持っていますか *ストレス解消法の具体的内容については別記

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
持っている	13	10	12	25	14	31	15	31	31	47	36	38	21	31
持っていない		1	3	3	1		6	4	3	3	11	5	6	7
未記入			1				1	1	1	2	5	2	2	3
合計	13	11	16	28	15	31	22	36	35	52	52	45	29	41

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
持っている	100%	90.9%	75.0%	89.3%	93.3%	100%	68.2%	86.1%	88.6%	90.4%	69.2%	84.4%	72.4%	75.6%
持っていない		9.1%	18.8%	10.7%	6.7%		27.3%	11.1%	8.6%	5.8%	21.2%	11.1%	20.7%	17.1%
未記入			6.2%				4.5%	2.8%	2.8%	3.8%	9.6%	4.5%	6.9%	7.3%
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

「1. はい」と回答した方にお聞きます。どのようなストレス解消法ですか。

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
趣味や好きなことを楽しむ	9	6	9	18	10	14	13	14	25	32	26	21	14	15
スポーツや体を動かす	8	1	4	5	6	6	3	5	10	11	18	10	4	9
ゆっくり休む	7	7	4	12	8	19	7	15	12	17	13	15	8	12
好きな物を食べる	5	7	5	17	5	21	10	14	8	17	9	12	4	14
買い物をする	1	6	2	16	4	15	2	12	2	15	3	15	1	12
友人や家族とおしゃべりをする	3	7	3	13	6	14	2	20	9	23	14	27	3	14
自然と触れ合う	2		3	6	2	7	5	6	11	19	11	15	6	11
その他			2	2		3			1		1	3	1	
未記入														
合計	35	34	32	89	41	99	42	86	78	134	95	118	41	87

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
趣味や好きなことを楽しむ	25.7%	17.6%	28.1%	20.2%	24.4%	14.1%	31.0%	16.3%	32.1%	23.8%	27.4%	17.8%	34.2%	17.3%
スポーツや体を動かす	22.9%	3.0%	12.5%	5.6%	14.6%	6.1%	7.1%	5.8%	12.8%	8.2%	18.9%	8.5%	9.8%	10.3%
ゆっくり休む	20.0%	20.6%	12.5%	13.5%	19.5%	19.2%	16.7%	17.4%	15.4%	12.7%	13.7%	12.7%	19.5%	13.8%
好きな物を食べる	14.3%	20.6%	15.5%	19.1%	12.2%	21.2%	23.7%	16.3%	10.3%	12.7%	9.5%	10.2%	9.8%	16.1%
買い物をする	2.9%	17.6%	6.3%	18.0%	9.8%	15.2%	4.8%	14.0%	2.6%	11.2%	3.2%	12.7%	2.4%	13.8%
友人や家族とおしゃべりをする	8.6%	20.6%	9.4%	14.6%	14.6%	14.1%	4.8%	23.2%	11.5%	17.2%	14.7%	22.9%	7.3%	16.1%
自然と触れ合う	5.6%		9.4%	6.7%	4.9%	7.1%	11.9%	7.0%	14.1%	14.2%	11.6%	12.7%	14.6%	12.6%
その他			6.3%	2.3%		3.0%			1.2%		1.0%	2.5%	2.4%	
未記入														
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

問19 あなたは、睡眠で休養が十分とれていますか

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	12	9	8	19	12	19	16	17	26	38	37	30	21	27
いいえ	1	2	7	9	3	12	6	19	7	12	13	14	5	10
未記入			1						2	2	2	1	3	4
合計	13	11	16	28	15	31	22	36	35	52	52	45	29	41

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	92.3%	81.8%	50.0%	67.9%	80.0%	61.3%	72.7%	47.2%	74.3%	73.1%	71.2%	66.7%	72.4%	65.9%
いいえ	7.7%	18.2%	43.8%	32.1%	20.0%	38.7%	27.3%	52.8%	20.0%	23.1%	25.0%	31.1%	17.2%	24.4%
未記入			6.2%						5.7%	3.8%	3.8%	2.2%	10.4%	9.7%
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

問20 ここ1ヶ月間、あなたの1日平均睡眠時間をお答えください。

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
5時間未満		1		1	2	1	1	8	3	8	7	4	1	1
5時間以上6時間未満	7	3	6	10	3	12	6	12	8	13	8	12	4	10
6時間以上7時間未満	1	5	4	7	6	15	8	11	11	20	16	14	5	10
7時間以上8時間未満	4	2	3	5	2	3	4	4	5	9	14	11	8	11
8時間以上9時間未満	1		1	4	1		3	1	7	1	7	2	5	4
9時間以上			1	1	1							1	3	2
未記入			1						1	1		1	3	3
合計	13	11	16	28	15	31	22	36	35	52	52	45	29	41

[illegible]

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
こころの健康相談	5	4	3	13	5	6	10	16	14	24	23	28	5	13
よりそいホットライン	1	1	3	1		1		4	2	5	1	3		2
いのちの電話	9	4	6	15	5	15	9	24	15	32	20	29	3	15
自殺予防週間・月間	2	1	3	10	2	6	4	9	4	4	7	4	3	3
ゲートキーパー	2	1	6	6	4	6	3	8	4	7	6	9	1	
自殺対策基本法	1	2			1	1			2	2	3		1	
精神保健福祉センター	1	3	1	1	1	3	3	2	1	5	6	3	1	6
その他	1									1				
未記入														
合計	22	16	22	46	18	38	29	63	42	80	66	76	14	39

問22 あなたは、生きがいを持っていますか *生きがいについての具体的内容は別記

[illegible]

問23 あなたは、隣近所と付き合いがありますか

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	9	5	8	17	11	19	17	30	29	46	45	42	22	22
いいえ	4	6	8	10	4	12	3	6	5	3	3	3	3	5
未記入				1			2		1	3	4		4	14
合計	13	11	16	28	15	31	22	36	35	52	52	45	29	41

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	69.2%	45.5%	50.0%	60.7%	73.3%	61.3%	77.3%	83.3%	82.9%	88.4%	86.5%	93.3%	75.9%	53.7%
いいえ	30.8%	54.5%	50.0%	35.7%	26.7%	38.7%	13.6%	16.7%	14.3%	5.8%	5.8%	6.7%	10.3%	12.2%
未記入				3.6%			9.1%		2.8%	5.8%	7.7%		13.8%	34.1%
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

問24 現在、たばこを習慣的に吸っていますか(今までに100本以上、又は6ヶ月以上吸っている方で、最近1か月間吸っている方)

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	1	1	5	2	6	6	6	5	7	5	8	4	3	1
いいえ	12	10	11	26	9	25	13	31	26	44	40	39	22	34
未記入							3		2	3	4	2	4	6
合計	13	11	16	28	15	31	22	36	35	52	52	45	29	41

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	7.7%	9.1%	31.3%	7.1%	40.0%	19.4%	27.3%	13.9%	20.0%	9.6%	15.4%	8.9%	10.3%	2.5%
いいえ	92.3%	90.9%	68.7%	92.9%	60.0%	80.6%	59.1%	86.1%	74.3%	84.6%	76.9%	86.7%	75.9%	82.9%
未記入							13.6%		5.7%	5.8%	7.7%	4.4%	13.8%	14.6%
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

「はい」の人にお聞きします

①禁煙したいと思いますか

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
思う	1		1	2	3	6	3	2	2	4	5	2	1	1
思わない		1	4		2		3	3	5	1	5	3	3	
未記入					1									
合計	1	1	5	2	6	6	6	5	7	5	10	5	4	1

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
思う	100%		20.0%	100%	50.0%	100%	50.0%	40.0%	28.6%	80.0%	50.0%	40.0%	25.0%	100%
思わない		100%	80.0%		33.3%		50.0%	60.0%	71.4%	20.0%	50.0%	60.0%	75.0%	
未記入					16.7%									
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

②禁煙のためのサポートを受けたいですか

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
受けたい				1	2	2	2	2	2	1		2	1	
受けたくない	1	1	5	1	3	4	3	3	5	4	8	1	2	1
未記入					1		1					1		
合計	1	1	5	2	6	6	6	5	7	5	8	4	3	1

「はい」の人にお聞きします

①休肝日(お酒を休む日)を設けていますか

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	6	1	4	7	4	8	3	6	10	5	10	5	2	
いいえ	1	1	2	2	1	4	13	3	18	6	17	2	4	3
未記入						1				1				
合計	7	2	6	9	5	13	16	9	28	12	27	7	6	3

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	85.7%	50.0%	66.7%	77.8%	80.0%	61.5%	18.8%	66.7%	35.7%	41.7%	37.0%	71.4%	33.3%	
いいえ	14.3%	50.0%	33.3%	22.2%	20.0%	30.8%	81.2%	33.3%	64.3%	50.0%	63.0%	28.6%	66.7%	100%
未記入						7.7%				8.3%				
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

②アルコールを飲む時は、1回にどの程度飲みますか

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
1日の基準量程度	3		5	4	1	6	2	6	9	5	13	2	3	
1日の基準量の2倍程度	1	2	1	3	2	5	6	2	15	2	8	2	3	2
1日の基準量の3倍以上	1		1	1		1	6	1	4	1				
またはそれ以下	2			1	2		1	1	1	2	4	2	1	
未記入						1				2	2			1
合計	7	2	7	9	5	13	15	10	29	12	27	6	7	3

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
1日の基準量程度	42.9%		71.4%	44.5%	20.0%	46.2%	13.3%	60.0%	31.0%	41.7%	48.1%	33.3%	42.9%	
1日の基準量の2倍程度	14.3%	100%	14.3%	33.3%	40.0%	38.5%	40.0%	20.0%	51.7%	16.7%	29.6%	33.3%	42.9%	66.7%
1日の基準量の3倍以上	14.3%		14.3%	11.1%		7.7%	40.0%	10.0%	13.8%	8.2%				
またはそれ以下	28.5%			11.1%	40.0%		6.7%	10.0%	3.5%	16.7%	14.8%	33.4%	14.2%	
未記入						7.6%				16.7%	7.5%			33.3%
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

問27 あなたは、定期的(年に1回以上)に歯科健診を受けていますか

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	2	4	3	12	6	14	8	13	13	24	16	19	10	13
いいえ	11	7	13	16	8	16	14	23	21	26	34	24	16	25
未記入					1	1			1	2	2	2	3	3
合計	13	11	16	28	15	31	22	36	35	52	52	45	29	41

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	15.4%	36.4%	18.8%	42.9%	40.0%	45.2%	36.4%	36.1%	37.1%	46.2%	30.8%	42.3%	34.5%	31.7%
いいえ	84.6%	63.6%	81.2%	57.1%	53.3%	51.6%	63.6%	63.9%	60.0%	50.0%	65.4%	53.3%	55.2%	61.0%
未記入					6.7%	3.2%			2.9%	3.8%	3.8%	4.4%	10.3%	7.3%
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

問28 あなたは、歯ブラシ以外に、歯間清掃用具(歯間ブラシ・デンタルフロス・糸ようじなど)を使っていますか。

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	1	4	6	16	5	15	10	23	12	31	14	25	1	10
いいえ	12	7	10	12	9	15	12	13	22	18	33	14	25	26
未記入					1	1			1	3	5	6	3	5
合計	13	11	16	28	15	31	22	36	35	52	52	45	29	41

[illegible]

	20代		30代		40代		50代		60代		70代		80代	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
はい	6	4	10	12	9	23	17	22	28	35	31	31	11	23
いいえ	7	7	6	16	5	7	4	13	6	14	15	12	14	11
未記入					1	1	1	1	1	3	6	2	4	7
合計	13	11	16	28	15	31	22	36	35	52	52	45	29	41

「2. いいえ」とお答えの方にお聞きします。受診しない理由は何ですか。

[illegible]

問22別記 どのような生きがいですか。

仕事	27	20,30,40,50,60,70代	8.7%
家庭、家族	43	20,30,40,50,60,70,80代	13.9%
子供の成長、子育て、子供	57	20,30,40,50,60,70代	18.4%
趣味	39	30,40,50,60,70,80代	12.6%
孫の成長	35	50,60,70,80代	11.3%
なるべく大きな病気にならないよう息子二人の結婚が決まるまで主人と元気でいなければと思っています。	1	50代	0.3%
家族や親せきの相談相手になり励ます。	1	80代	0.3%
ボランティア、社会貢献	6	60,70、80代	1.9%
地域のためにつくすこと。読み聞かせサークル等	1	50代	0.3%
自分の体を気を付けて。みんなに心配かけないように。一日一日を暮らしたい。	1	80代	0.3%
伊豆の自然を楽しんでいます。	1	60代	0.3%
自分の住んでいるところは海の近くなので、潮が引けば海に行きいろいろなものをもってまいります。太陽を胸いっぱい吸って今日一日元気で頑張ると心に誓います。健康はいいねえ	1	70代	0.3%
運動	2	60,70代	0.6%
旅行	10	40,50,60,70,80代	3.2%
農業	10	40,60,70,80代	3.2%
強い男になる	1	40代	0.3%
くよくよしない、前向きに考える	1	70代	0.3%
どんな時でも自分に自信をもつことで、生きがいを感じる	1	20代	0.3%
同じ趣味の仲間と目標に向かって努力すること	1	20代	0.3%
休日にドライブをして各地を訪れること	1	20代	0.3%
貯金	1	20代	0.3%
人付き合い	4	20,60,70代	1.3%
休日を「休日」と考えず、「成長するための時間」と意識して休日を使うこと。自分の幸せが他人の幸せに直結すると勝手に思うこと	1	20代	0.3%
自分のことを必要としてくれる人がいること	1	20代	0.3%
好きな人と好きなことをして暮らす	1	30代	0.3%
何事も楽しむこと	2	30代	0.6%
犬、猫、ペット	6	30,50代	1.9%
植物を見たり育てたりする、自然を楽しむ	8	30,70,80代	2.6%
友人	10	30,60,70,80代	3.2%
スキルアップすること	4	30,40,70代	1.3%
自分の好きなことをする。	3	50,60代	1.0%
家族親戚はもちろん他人のために自分のことよりも自分以外に無償でとりくむこと!!言葉一つであっても優しく接していくこと。	3	50,70代	1.0%
好きなアーティストのライブに行くこと	1	50代	0.3%
健康	8	60,70,80代	2.6%
自分の納得する行動や言動を他人に迷惑をかけないこと	1	60代	0.3%
害獣狩猟をすること(いのしし、鹿)	1	60代	0.3%
よき人との交流	2	60,70代	0.6%
まちづくりへの関与	1	60代	0.3%
いつか必ずアメリカに在住する。	1	60代	0.3%
自然に触れ合う	1	60代	0.3%
とりあえず姪たちに「ファミリー・ストーリー」を書いて遺す	1	70代	0.3%
犬中心の生活	1	70代	0.3%
ショッピング	1	70代	0.3%
自分自身の楽しみを持ち実行していること	1	70代	0.3%
今日も1日元気に過ごしたことを寝る時に感じる	1	80代	0.3%
草むしり	1	80代	0.3%
オリンピックは元気で見たい	1	80代	0.3%
ふるさと納税や募金に協力する	1	80代	0.3%
子供が長男(静岡)長女(東京)私を心配して私が電話をするとすぐに来てくれますが、子供には子供の生活があるので心配をかけないようにしています。落合の人はみんないい人で手を上げたり、言葉をかけてくれたりで私なりに頑張っております。	1	80代	0.3%
毎日の上人とお参りすること	1	80代	0.3%

問 30 がん検診、特定健診（後期高齢者健診）などに対しての意見

- ・乳がん検診を 40 歳以上からではなく、20 歳以上からにしてほしい。
- ・乳がん検診は、もっと若い年齢の人も対象にしてほしい。
- ・その法律を実施していることも、知らない人が多い。実施していても、知らなければ意味がない。
- ・検診についての知らせは不十分です。
- ・こんなに色々健診をしているのをはじめて知った！もう少し市民のみなさんに知ってもらえる努力が必要なのでは？
- ・無料で検診できたらいい。
- ・乳がん検診の対象年齢をたとえば 30 歳以上というように今よりももう少し下げてもらいたい。
- ・子宮がん検診は毎年受信できるようにしていただきたいです。
- ・乳がん検診を 30 歳以上からやってほしいです。
- ・乳がん検診若いけど、受けたいけど、高額ですか？
- ・女性の乳がん検診、子宮がん検診についてもっと知らせてほしい
- ・がん検診の対象期間をもっとわかりやすく、医療機関に掲示する等してもらえると助かります。先日忘れていて期限が過ぎちゃいました。
できれば、負担の少ないときにやりたいです。
- ・検診のはがきが届けば行くと思うが、偶数年齢に届いてないと思う
- ・乳がん検診の年齢を下げしてほしい
- ・子宮頸がんは 20 歳以上の偶数年齢とありますが、お知らせや通知などが届きますか？全然来ないので、自分から行くのでしょうか？
- ・乳がん検診（特に）はもっと早い年齢からの検診にして欲しい。周りでは 29 代の乳がんが多いので…。
- ・検診の希望の有無に関わらず、該当の年齢の人には、葉書などで通知をすべきだと思います。子宮頸がん検診、受けたくても受けられませんでした。
- ・子宮頸がん検診 何も案内が来ない。（以前対象年齢で 1 度受けたことがある）毎回お知らせが来るわけではないのか？
- ・乳がん検診は年齢を下げてください。全体的に年齢が高すぎる。私は今通院中なので、対象年齢をもっと下げてくれたら自己負担も減ったのになと思います。
- ・会場が少ない。時間が短い。
- ・個人では、なかなか検診を痛いところがない限りやろうと自分は思わないので、市からの勧めがあるおかげで検査をやろうと思いました。
- ・毎年、夏ごろに実施されていますが、待っているときなど、暑いので春や、秋などに実施されると嬉しいです。

- DNA 検査

- 乳がん検診、仕事の都合上、午後に受けたいが、受付時間が短くて不便です。
- 去年の大腸がん検診日程が違っていたため、いけませんでした。（日程を見て行きましたが、日曜だったので…）今後も市の検診を利用したいので、よろしくお願いします。
- がん検診を1度受診にないと翌年は健診票などが届かず、申し込みしないといけない。あまりにも不親切だと思う。予定が合わずに受けられない場合もあると思うので毎年対象者には必ず送ってほしい。
- 乳がん検診や子宮がん検診を休日や仕事終わりに受けれることが、出来れば良いなあ…と思います
- 受診したい!!!
- がん検診がいつでもできる病院が近くにあると思っています（時間があいているなど）働いている人は時間がない。そうすれば早期発見できると思います。
- バリウムより胃カメラの方が正確で良い。
- 検診を実施していただき、ありがとうございます。仕事の都合等で毎回受けることが難しいのですが、本当にありがたく思っています。
- 通知が来て、1回いけなかっただけでその後の通知が来なくなった
- ぜひ受けたい
- 全額補助で5年に1度でいいので、血液検査によるがん検診を行ってほしい。年をとると握力が無く、バリウム検査が危険となってきました。胃カメラも補助の対象にして頂けると検査が受けやすいです。
- 時間がない
- 平日だとなかなか難しい
- 最先端の検査を取り入れてほしい。発見が遅れたなどがないように小さな初期の段階で病気（がん、難病）を認知できるように！！※病院（救急夜間診療）の完全完備の必要）
- 人間ドックの利用の助成はありますか？
- 予約したいと思っているが、TELするのがめんどうだ。子宮頸がん、乳がんは毎回行っている。
- もう少し検診を身近にできるようアピールしてもらえたらと思います。ついつい、後回しにしてしまいます。でも、一番大事なことです。健康であるということがないと何事もうまくいきませんので…
- がん検診の周期性、特に女性（2年に1度）を一年に一度にしてほしい。
- がん検診は自己申告受信性です。申請していても、一度休みをしてしまうと翌年から受診票は届かない仕組みになっています。そのことは文章にして周知されてはいますが、本当にその方法がよりよい方法でしょうか？再度検討してみてもよいのではないのでしょうか。乳がん検診は50歳の時に無料受診票が届き検診を受けました。そのあとは下田市から個人あての文書は届かず8年間無受診でした。病気は自己責任でしょうか？乳が

ん検診を受けることなく、昨年乳がんの手術を受けることになりました。受診該当者が受診しなかったときの対応を下田市で行っていただけたら早期に発見できたと思います。（乳がん検診の受け方がわからなかったために検診を受けていなかった）

- ・ 1回受診しないともう一度手続きしなければいけないところがとても面倒です。自営なので都合がつかないことが多すぎます。もう少し門を（機関とか予約の仕方とか）広くしてほしいです。
- ・ 期間が短い、下田にいない時が多いので。役に立たない、効果がないので受けない。
- ・ 年1回人間ドックに受診する。歯周疾患検診は大事なので広くPRが必要と思う。
- ・ 予約なしの検診があるといいです。
- ・ 日時を指定しないでいつでも病院で受けれるといい。（仕事のため、その日に休むのは難しい）
- ・ 受診料が安くなるなら今後ともよろしく願いいたします
- ・ 予算的なこともあると思うが、大腸カメラ、胃カメラでやっていただけるとさらに安心感といったものが出るのではないかな。
- ・ 知っているが受けたことがない。
- ・ 検診場所が遠い、交通面で不便
- ・ 自分で行っています。
- ・ 胃がん検診の時、握力がないので逆さまにされるのがつらい（みんなが言っています。）
- ・ 年齢を特定せずに健診受けさせてほしいです。病気が見つかった時手遅れになりたくないです。
- ・ 市の補助金をいただいて病院で検診をおこなっている。専門機関で見ていただくのでありがたい。
- ・ 今後とも続けたいとおもっています。
- ・ 広報をこれまでと同様とそれ以上にしてほしい。子宮がん検診、乳がん検診は女性に担当してもらいたい。
- ・ 家族が市の検診で異常が見つかり、早期発見できて現在は元気に過ごしています。感謝しています
- ・ 胃がん検診は胃カメラで
- ・ がん検診、特定健診は大事で受けられることはありがたいことであるので、その意義をより啓蒙していただきたい
- ・ 血圧測定は本来気温23～24℃で15分以上落ち着いてから測定すべきものである。健診会場で順繰りに席替えして測定してもどうしても高い値になる場合がある。高齢者の場合「160－90」までを正常値としたかつての基準に戻すべきとの内科医等からの批判がある。欧米では「180」までは降圧剤は出さない。末梢血管まで血液がいなくなって免疫力が低下してがんや認知症の発症が増えているとの調査もある。被爆の影響が懸念される。肺レントゲンや胃バリウム、進行しないとわからない。便潜血検査

等はいずれ最後のがん血液検査に移行して、異常があったら胃腸内視鏡や胸腹部ＣＴ検査等への補助を考えるべきだろう。降圧剤等にかかっている莫大な医療費も家庭での血圧計購入時の補助等に回すべき

- ・がん検診はぜひしてほしい！
- ・人間ドックと市の検診を１年おきに受診しております。大変ありがたいです。
- ・行くのが面倒になる
- ・毎年とぎれることがないように続けてもらいたい。高齢化が進みますので、身近なところで受けられるように御配慮頂きたい。
- ・血液検査で前立腺がんの検査もしてほしい
- ・骨粗しょう症の検査をしてほしい
- ・後期高齢者健診になると腹囲、私としては一番受けたい血清クレアチニンの検査もなくなりました。どうしてでしょうか。今年度の検診の時には何らかの回答をお願いいたします。下田市の広報でも。
- ・胃がん検査のバリウム検査はレントゲンの回転時に力がかかりますので、大変です。胃カメラにできるといいですね。
- ・節目検診で女性を受けられると日々以上を感じなくとも検診を受けるきっかけになっていいと思います。
- ・自身の体の現況を知り安心を得るために毎年受診しています。
- ・心電図、眼底検査がなくなったのが残念です。
- ・乳がん検診ですが毎年健診だといいです。
- ・血圧測定、血液検査、尿検査等は病院で受けてますので、がん検診で必ずしもわかると思わない。高年齢なので
- ・検診は午前中にしてほしい
- ・夏の暑い日ではなく涼しい季節にしてもらいたい
- ・毎年の受診を心掛けています
- ・胃がん検診がバリウム検査なので胃カメラに変えてほしい
- ・足腰が悪くなると会場に行けない。
- ・「要治療」と通知をいただくので自分の判断で病院に行くと内科→呼吸器科→循環器科→泌尿器科→精神科→各科の梯子になる後期高齢者には私のような人が多いのではと病院で感じます。
- ・１年に１回くらいの検診は受けたい
- ・身体におかしいなと自己判断したときは病院へすぐに行きます。
- ・市での検診はとてもいいと思います。
- ・がんと言われたことがあります、自分で失敗したため、次の機会に検査します。
- ・はしかの流行に対処
- ・毎月クリニックで見てもらっている。

問 31 その他

- ・これからも下田市民が性別や人種、世代にとらわれずに、日々の生活で明るく、前向きになれるような健康事業に取り組んでいただけたらと思います。10代、20代の若者になるべく国民健康保険税は低くしても良いかと思いました。
- ・下田市が市民に対してどのような健康に関する事業を実施しているのか知らない
- ・無料で簡単にできる（あまり時間がかからない）健康診断があればいいと思う。
- ・下田市民は血圧が高い。味付けが濃い。塩分が高い。今この2019年で、自ら調べないと市でやっているサービスがわからない。情報をもっと出してほしい。
- ・今までもこのようなアンケートを行ったと思いますが、それがどの様に役にたったかがまったく見えてこないのでは、はたして意味があるのか？と思う。
- ・3年前、たまたま東京に出張していた時に心筋梗塞を発症し、都内の大学病院にてカテーテル手術を受けました。退院後、下田のかかりつけ医に行ったところ、医師から下田で発症していたら命にかかわったかもしれないとの事でした。下田でも心不全や心筋梗塞で亡くなる人も多いと聞きますので、せめて市内でカテーテル手術が受ける施設があれば、多くの命が救えると思います。また検診に心電図測定があれば、予防に役立つと考えます。
- ・子供に対する食育（郷土料理の給食や調理実習）や市が積極的に減塩をPRする。個食の子供を対象に大勢で食事をする大切さを伝えること、心の健康に関する事業を行っていただきたい。
- ・子供（6歳くらいまで）フッ素を無料でできるようにしてほしいです。
- ・禁煙のサポート、大人も病院にかかる費用を減らしてほしい、夜もやっている歯医者があってほしい（仕事後いけない。子供を連れていくことができない、精神的につらい、子供を育てる母側のサポート
- ・下田メディカルセンター医師不足、看護師不足困ります。全科が毎日やってほしいものです。整形なんてその日に骨を折っているのに予約ですから…。と言われても。湊の共立病院があったらよかったのにねえとみんな言っています。どうにかならないものでしょうか？
- ・インフルエンザ予防接種の助成金を考えてほしい。市の検診で全体的な検診がうけられたら検診にいつてみたいと思う人が増えると思う。
- ・ウォーキングは心身ともによいです。
- ・受診するしない。するに関わらず受診券、案内を郵送してほしい。あるのか、ないのかわからない。問い合わせしたことがある。
- ・市役所窓口の対応が悪すぎる。（気持ちよく対応してくれる方のほうが少ない!!）窓口にも立っても気づかないふりをする人が結構多いですが、なぜですか？あいさつできない人も多いです。下田の市役所には本当にがっかりです。そう思っている人は多いはずです。

- ・返信用封筒にテープを又は、貼るノリを使ってください
- ・食材と健康についてのパンフがあれば見てみたい。
- ・やはり、いい病院（高度治療可）、いい医者、設備など都内もしくは遠方に行かないとなかなか出会えないのが現在の下田だとおもいます。同じ国民として平等に医療に受けられるようにしていただきたい。眼科・皮膚科・産婦人科・小児科の充実は必要不可欠です。
- ・人間ドック受けたいです。
- ・54歳になって閉経になろうとしてからなんとなく、体が重たく感じます。この年齢の人にいろんなアドバイスあれば、病院の受付などに、一ロアドバイスの紙などおいてあればとても参考になります。よろしくお願いいたします。
- ・私の場合、2～3年で体重が15kgぐらい太ったため、健康のためにもダイエットをしなければ…と思いますが、食生活の改善、運動などどのように取り組んでよいか？正直わかりません。ダイエットの相談などあれば利用したいと思います。
- ・がんは2人に1人といわれるほど病気になる人が多いのに対し下田市にはきちんとした病院がなく、長岡まで1時間半かけて通うしかありません。今後高齢社会になることを前提としたなら、そういった施設の配置、がん検診の充実性を希望しています。女性のがん検診も1年に1度できるようにお願いします。
- ・病気の予防になることのすべての情報を具体的に教えてほしいです。（食事、運動、睡眠等）ジュースなど甘い飲み物なのに糖質が「栄養成分表示」明記されていない等、若い人や子供たちにもっと教育して体に害のあると疑いのあるものを知らせるべきではないでしょうか。
- ・形だけの効果のない検診は税金の無駄。見逃してもなんも責任も取らないことはやめるべき。
- ・検診の受診日時を広めにとってほしい。受診場所をもっと増やし、相談時間を増やしてほしい。無料または低額で利用できるスポーツやストレッチ筋トレの施設の充実（増やしてほしい）
- ・マラソン等スポーツ大会を実施されたいと思う。
- ・必要の都度、お知らせを配ってください。
- ・個々が管理実行するもので一般的とか何々のほうがいいのか参考にならない！生存中は健康で生を全うし極力自己管理して無駄な医療費を巣買わないようにしましょう！アンケートを集計しても基準値がないので意味ないです。具体的に市民に直指導したほうがいいですよ！
- ・健康体操教室を定期的にやってほしい。（家庭で習慣づけは難しいので。）
- ・歩けなくなることが一番大変と考えるので、高齢者でも前進を動かすストレッチの運動が週に2～3回できるような環境を作ることが大事と思いました。
- ・健康には身体・心の健康があるが、心の健康についての事業はどのように行っているの

かを知りたい。(特に高齢者に対して) 基本的には行政に頼るのではなく、自分自身で管理するものであることは十分承知していますが。

- ・友人に教えてもらい、12月から2月まで2時40分からのシニアヨガに参加しました。とても良い講座でしたので、今後も定期的に継続していただけるとありがたいです。この時間は主婦にとってとてもよい時間帯でした。ありがとうございました。
- ・2年ほど前から桧沢林道で産廃業者さんが稼働。そのころから体調不良。毎朝背部にツッパリ感で目覚める。夜中に時々頭痛、吐き気で目が覚める。終始体中がかゆい。首わきの下が痛い。目がちかちかにする。温泉に入ると指先がかゆくなる。(市のほうで検査できないのでしょうか) お医者さんに行くも異常なし。体の不調はダイオキシンから？
- ・まだまだ検診を受けていない人が多い気がします。もっと受診を促していただきたいと思います。
- ・健診を受けても結果が送られてくるのが遅い
- ・下田市の検診の結果、治療中の方に特定健診票や後期高齢者健診票が配布されてきますが、治療中の方には必要ないと思います。
- ・現在冷凍食品が多数売られているが(飲料水も含む) 1点ではいいが同時に3~4点料理して食べた場合に人間の体の中で化学反応して影響がしないのか知りたい。食の安全のことを言われて久しいが、その点はどのように考えているのか受診等の前に食のことを教えていただきたいと思います。
- ・特定健診とは別に希望者に「認知症テスト」等をやっていただけるとありがたい。家庭で測定した「血圧管理手帳」を当番医師に呈示しても「決まりだから」と健診会場の測定値が優先され、それに基づいてメタボ判定をされてはナンセンスだし、やる気も失せる「HbA1c」のために受けているようなものである。採決による最初のがん判定が確立したら早々に多少の追加の自己負担があっても希望者には導入すべきだろう。
- ・受診率の向上
- ・安楽死を国会でも会議してほしい
- ・地域にある、いろいろなクラブ、グループの集りに専門的な(健康に関して)知識をもつ方が出前授業をしていただきたい。最先端医療機器が発達している今日短い時間で(数秒間で判明できる)器具を使って、すい臓がん・肝臓がん・脳内血管(血流)検査等々の発見ができる検診を近い将来実現してほしい
- ・人間ドックの助成金は大変ありがたい制度でした。今年から後期高齢になり、なくなるので少しでもあればありがたいと思いますのでよろしく。検診により、初期治療ができた経験がありますので、健康増進事業はおおおいに推進してください。
- ・高齢者のためにもいつもいろいろやっていただきありがとうございます。今まで教えていただいたことを思い出してボールを使ったりロコモ運動等をして無理しない程度に体を動かしております。中学が統合しましたら、空き教室を卓球とか室内でできるような設備があったらいいと思います。小さい子供たちも子供用の台を置いてもらって練習で

きるようになったらいいと思います。小学生がやりたいけどやるところがないという方がおります。余計なことをいってごめんなさい。

- ・山手の住居で高齢者が点在しています。公民館等で体を動かす教室を開いていただけるといいと思います。個人ではなかなかできないので。高齢者が気軽に集まってお茶や軽食をしたり、話の出来る場所として公民館を開放していただければ何人かで運営できると思います。家の中にいるだけではストレスもたまると思います。
- ・町の検診が毎年あるのでいいです。文化会館は係の人や受ける人がまごまごしていて時間がかかるので困りました。
- ・高齢者向けの手厚いご指導感謝しています。
- ・敷根プール2階の器具を使つての運動が出来れば良いですね。初級・中級・上級と分けてのサークルがあればいいですね
- ・問14と関係がありますが、地域に指導者が月に数回出向いてくださって運動をする時を設けてくださったら有難いです。継続して、運動ができ、地域の方々との交流うになると思います。
- ・採血についてですが、今までの検査に加えて前立腺がんの基準となるPSAについても希望者は検査項目として増やしてほしい。
- ・どこかの国では医療は無料と聞いたことがあるが、日本ではとても無理かも知れないが、その方向に努力されることを望む
- ・一人暮らし、近所に心許して頼む人がいない。私など心細い生活はどうしたら？無理なことではありますが何とか生きております。ありがとう。
- ・市役所さんが電話・連絡をくださるので助かります。位置もお世話になっております。ご近所の方々にも会えば手を上げたり、言葉をかけてご迷惑をかけないようほどほどに話し合っており、子供や親せき人たちも私が連絡をするとすぐに飛んできてくれます。人に迷惑をかけてはいけない、頑張らなくてはと一人で楽しく生活しております。ありがとうございます。
- ・乳がん検診は2年1回受けている。糖尿病があるため3か月1回血液検査受けている。歯科は時々いっている。