

沼津市民の健康に関するアンケート

【報告書】

令和6年10月

沼津市

目次

1. 調査の概要.....	1
(1) 調査の目的.....	1
(2) 調査対象.....	1
(3) 調査方法.....	1
(4) 調査期間.....	1
(5) 回収状況.....	1
(6) 回収状況.....	1
2. 調査結果.....	3
属性.....	3
1. 居住地区.....	3
2. 性別.....	3
3. 年齢.....	4
4. 職業.....	4
5. 家族構成.....	5
6. 身長.....	6
7. 体重.....	6
8. BMI.....	7
生活習慣や健康など、日頃感じていることについて.....	8
<健康状態について>.....	8
1. 現在の健康状態.....	8
<日常生活の身体活動について>.....	9
2. 日常生活での毎日 60 分間くらいの運動の有無.....	9
3. 1 日の平均歩数.....	10
<運動習慣について>.....	12
4. 週の運動日数.....	12
5. 1 日の平均運動時間.....	14
6. 運動の継続期間.....	15
<食生活について>.....	16
7. 朝食を食べる回数.....	16
8. 朝食を家族と一緒に食べる頻度.....	17
9. 夕食を家族と一緒に食べる頻度.....	18
10. 週に 1 日 2 回以上主食・主菜・副菜を 3 つそろえて食べる頻度.....	19
<歯の健康について>.....	20
11. 自分の歯の本数.....	20

<こころの健康について>	22
12. この1か月間の睡眠による休養のとり方	22
13. こころの健康が不安な時の相談先や心療内科等の医療機関の認知度	23
14. こころの健康に不安を感じた時の相談の有無	24
<たばこについて>	25
15. この1か月間の喫煙の頻度	25
16. たばこを習慣的に吸うようになった年齢	26
17. 加熱式たばこが紙巻たばこと同じように健康を害することの認知度	27
<健康づくりについて>	28
18. 健康づくりへの関心度	28
19. 健康への関心事	29
20. 参加したい健康に関するイベント・講座	31
21. メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の認知度	34
22. 受動喫煙の認知度	35
3. 調査票	37

1. 調査の概要

(1) 調査の目的

沼津市では、「生涯健康！笑顔で心豊かに暮らせるまち めまづ」を実現するため『第2次沼津市健康増進計画』を推進しています。この度、現計画の評価と次期計画の策定の資料とするため、『沼津市民の健康に関するアンケート』を実施しました。

(2) 調査対象

沼津市にお住まいの18歳以上（令和6年8月1日基準）

(3) 調査方法

郵送配布・郵送回収、Web回答

(4) 調査期間

令和6年8月30日（金）～令和6年9月13日（金）

(5) 回収状況

	発送数	回収数	有効回収数	有効回収率
郵送	1,900票	498票	498票	36.7%
Web		200票	200票	

(6) 回収状況

1. 比率はすべて百分率で表し、小数点以下第2位を四捨五入して算出しました。
そのため、比率の合計が100%にならないことがあります。
2. 回答は各質問の回答者数（n）を基数とした百分率（%）で示しています。
3. 1つの質問に2つ以上答えられる“複数回答可能”の場合は、回答比率の合計が100%を超える場合があります。
4. 一部のグラフにおいて、回答者がいない項目は数値の掲載を省略しています。
5. クロス集計のグラフにおいては、表側の「無回答」は表示していません。
ただし、全体の件数には含めているので各項目分析事項の件数の合計が、全体の件数と一致しない場合があります。

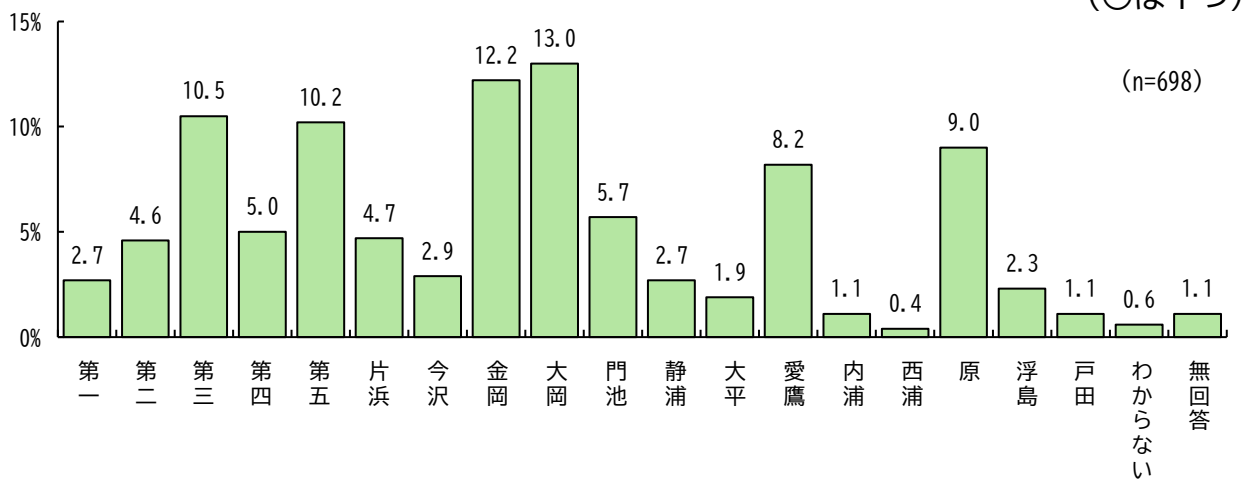
2. 調査結果

属性

1. 居住地区

(1) 居住地区を教えてください。地区名がわからない方は町名を御記入ください。

(○は1つ)

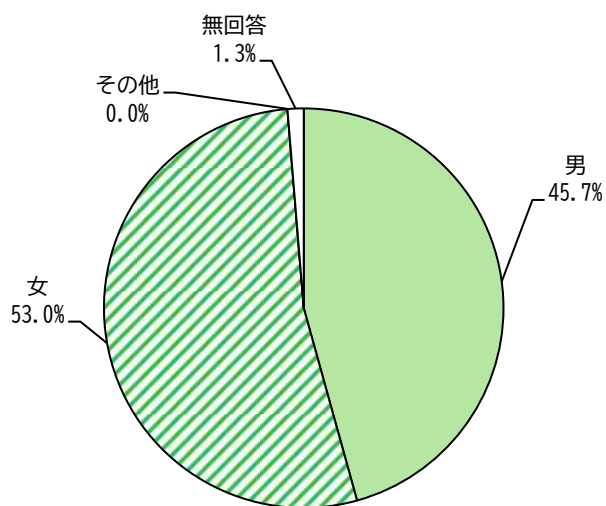


居住地区では、「大岡」が13.0%と最も多く、次いで「金岡」が12.2%、「第三」が10.5%などとなっています。

2. 性別

(2) 性別を教えてください。

(○は1つ)

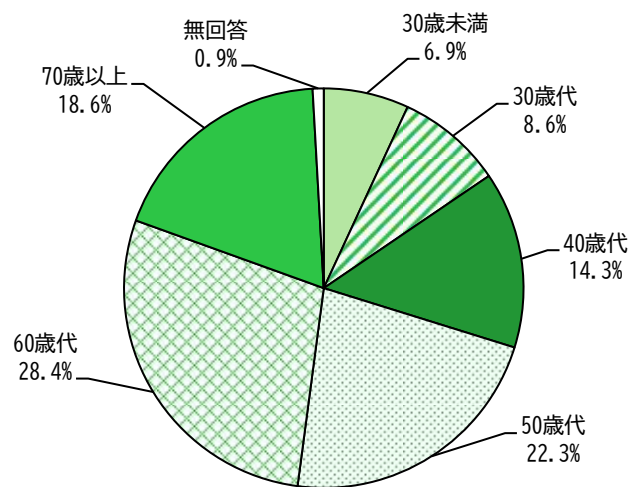


(n=698)

性別では、「男」が45.7%、「女」が53.0%、「その他」が0.0%となっています。

3. 年齢

(3) 年齢を教えてください。(令和6年4月1日現在)



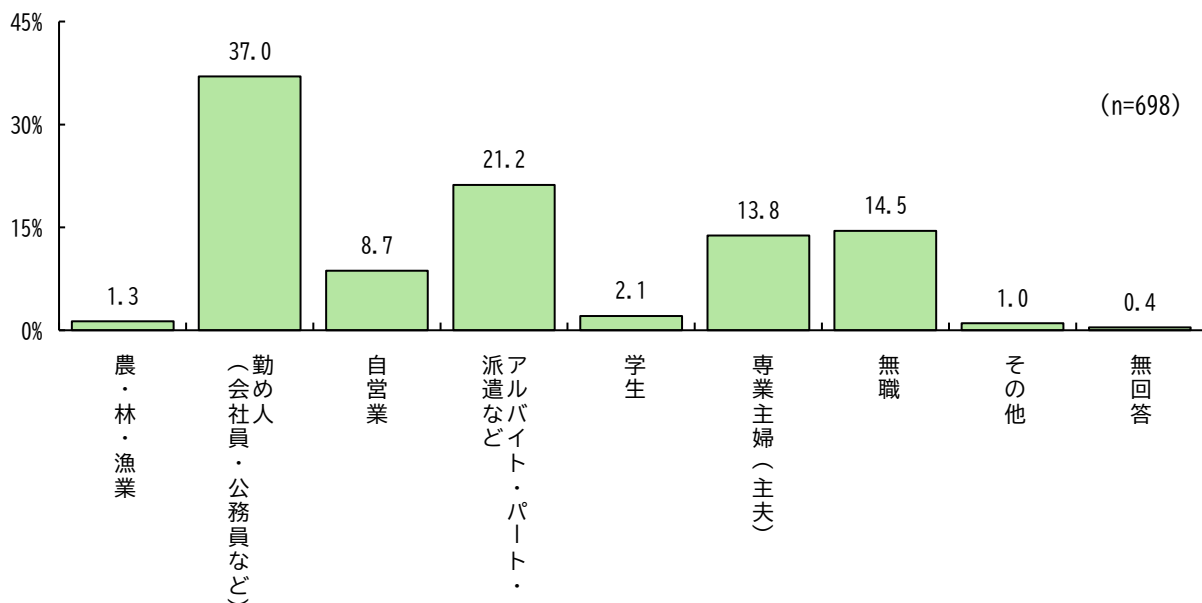
(n=698)

年齢では、「60歳代」が28.4%と最も多く、次いで「50歳代」が22.3%、「70歳以上」が18.6%などとなっています。

4. 職業

(4) 職業を教えてください。

(○は1つ)



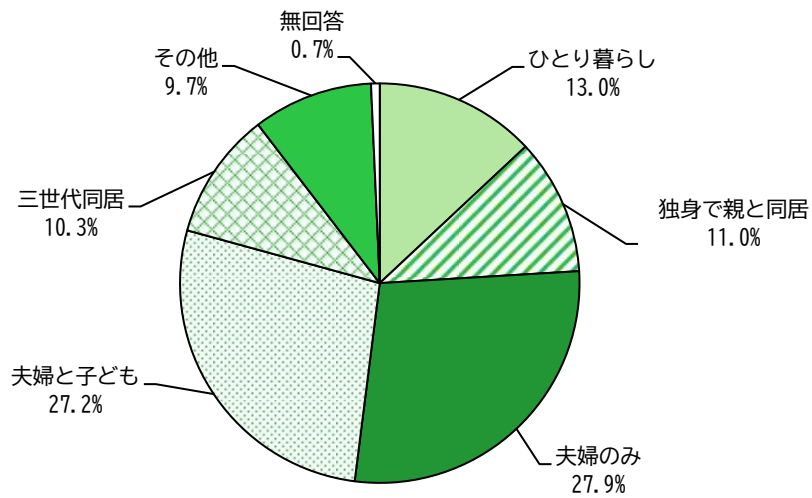
(n=698)

職業では、「勤め人(会社員・公務員など)」が37.0%と最も多く、次いで「アルバイト・パート・派遣など」が21.2%、「無職」が14.5%などとなっています。

5. 家族構成

(5) 家族構成を教えてください。

(○は1つ)

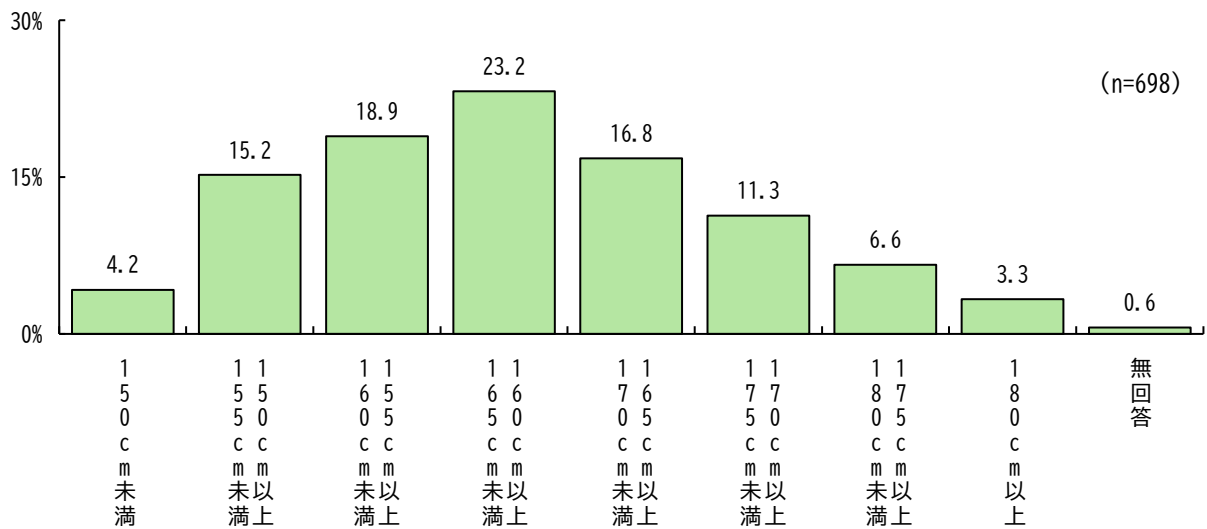


(n=698)

家族構成では、「夫婦のみ」が27.9%と最も多く、次いで「夫婦と子ども」が27.2%、「ひとり暮らし」が13.0%などとなっています。

6. 身長

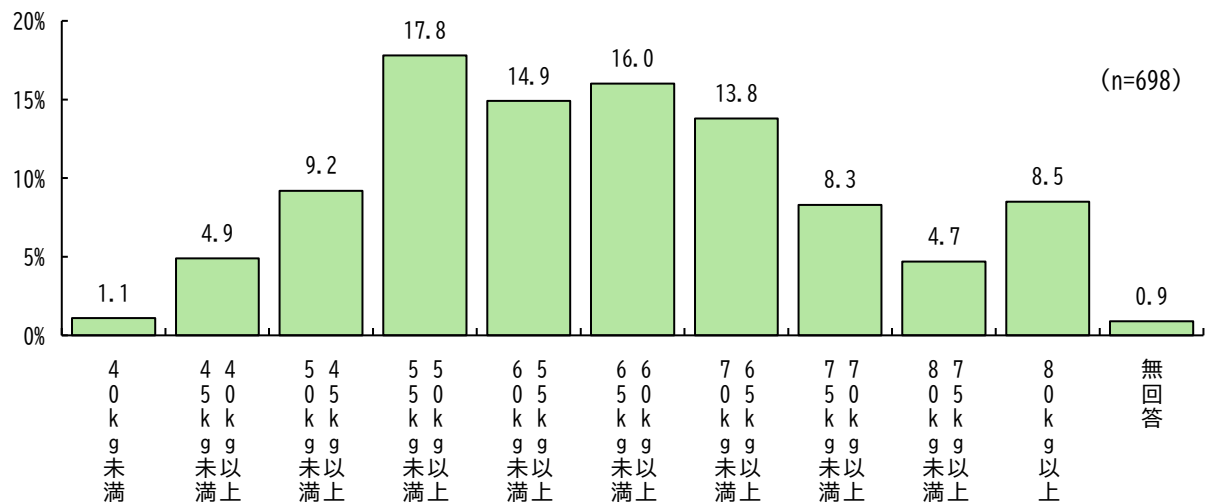
(6) 身長を教えてください。



身長では、「160cm以上165cm未満」が23.2%と最も多く、次いで「155cm以上160cm未満」が18.9%、「165cm以上170cm未満」が16.8%などとなっています。

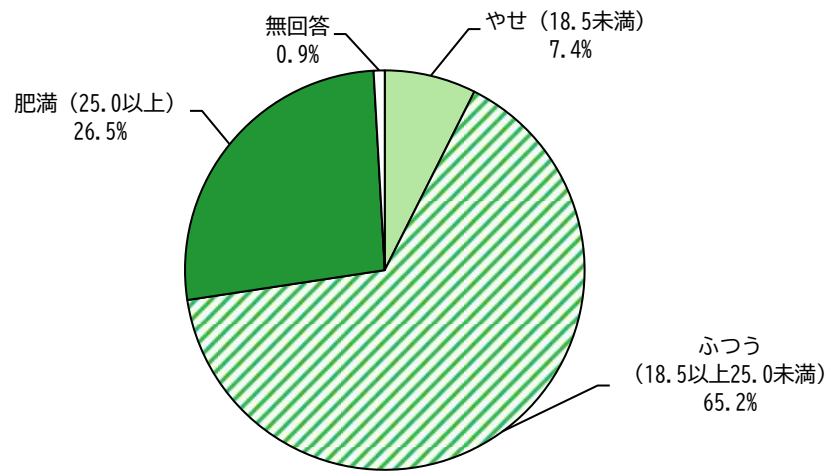
7. 体重

(7) 体重を教えてください。



体重では、「50kg以上55kg未満」が17.8%と最も多く、次いで「60kg以上65kg未満」が16.0%、「55kg以上60kg未満」が14.9%などとなっています。

8. BMI



(n=698)

BMIでは、「やせ (18.5未満)」が7.4%、「ふつう (18.5以上25.0未満)」が65.2%、「肥満 (25.0以上)」が26.5%となっています。

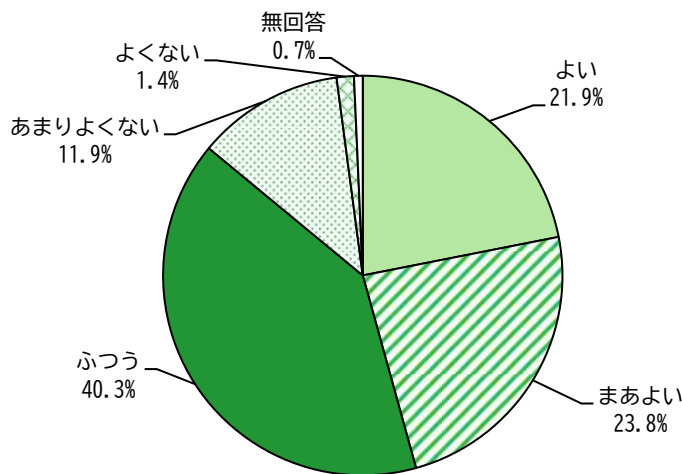
生活習慣や健康など、日頃感じていることについて

<健康状態について>

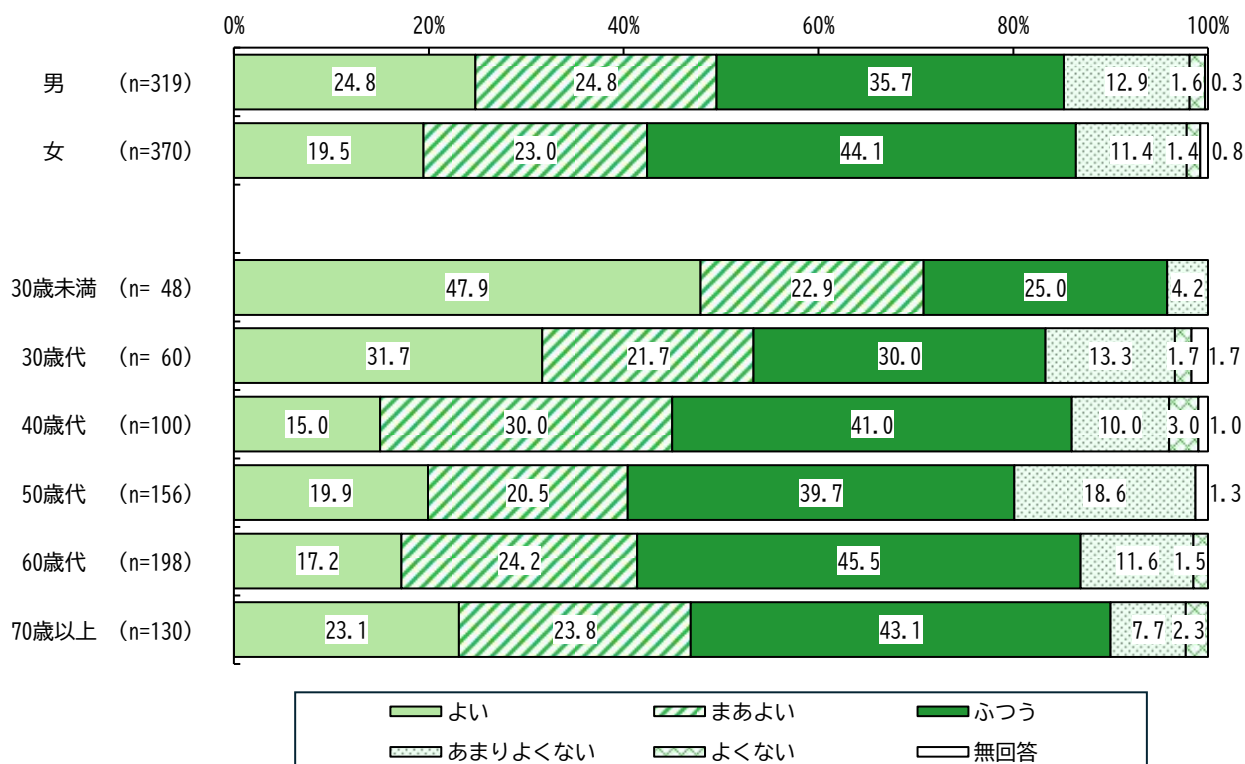
1. 現在の健康状態

問1 現在の健康状態はどうか。

(○は1つ)



(n=698)



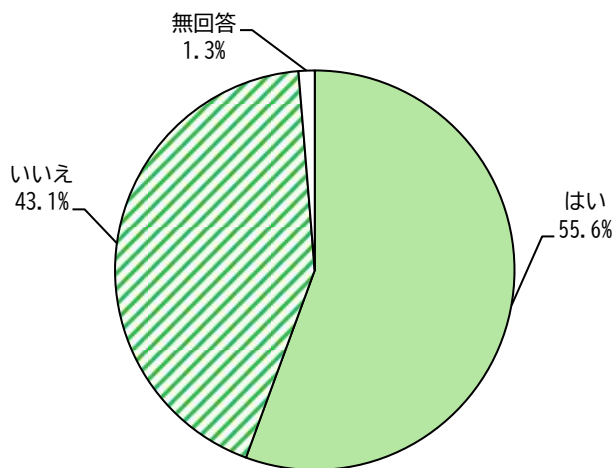
現在の健康状態では、「ふつう」が40.3%と最も多く、次いで「まあよい」が23.8%、「よい」が21.9%などとなっています。年齢別で見ると、「30歳未満」と「30歳代」は「よい」が最も多くなっています。

<日常生活の身体活動について>

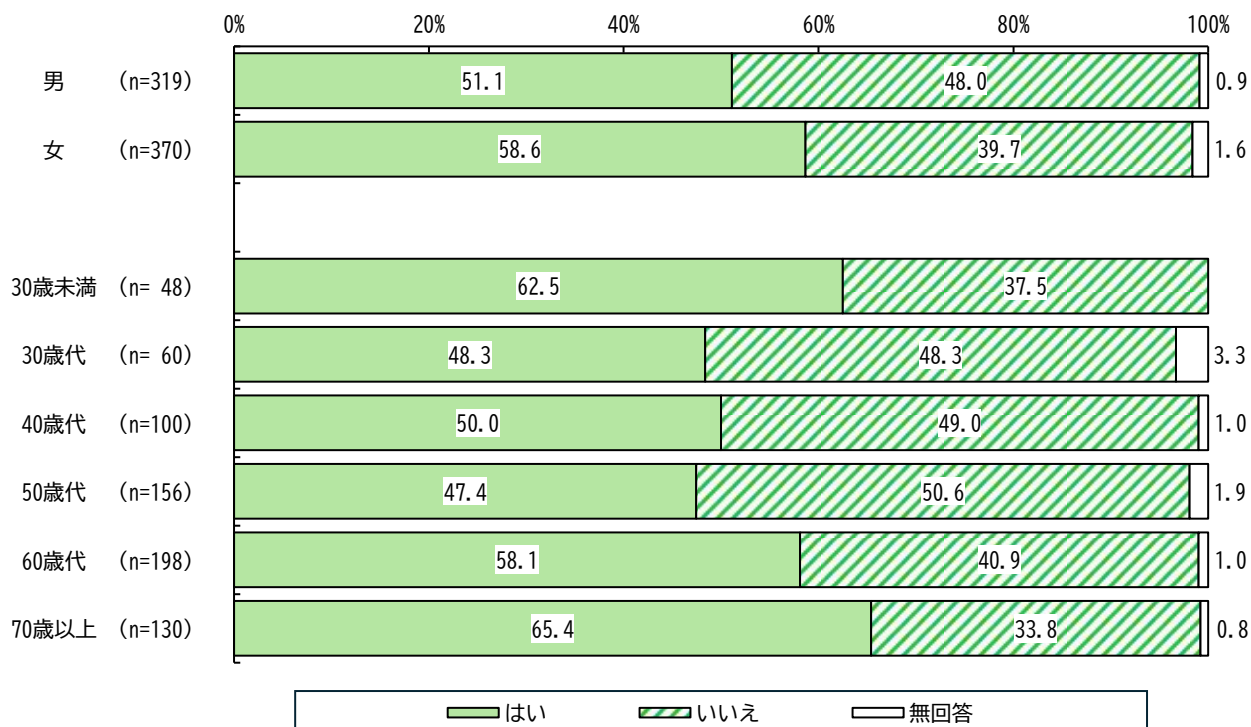
2. 日常生活での毎日60分間くらいの運動の有無

問2 日常生活で、毎日60分間くらい体を動かしていますか。 (○は1つ)

※体を動かすとは、歩く、速歩きをする、犬の散歩をする、掃除をする、自転車に乗る、こどもと活発に遊ぶ、農作業をする、階段を速くのぼるなどと同等の動きを指します。



(n=698)

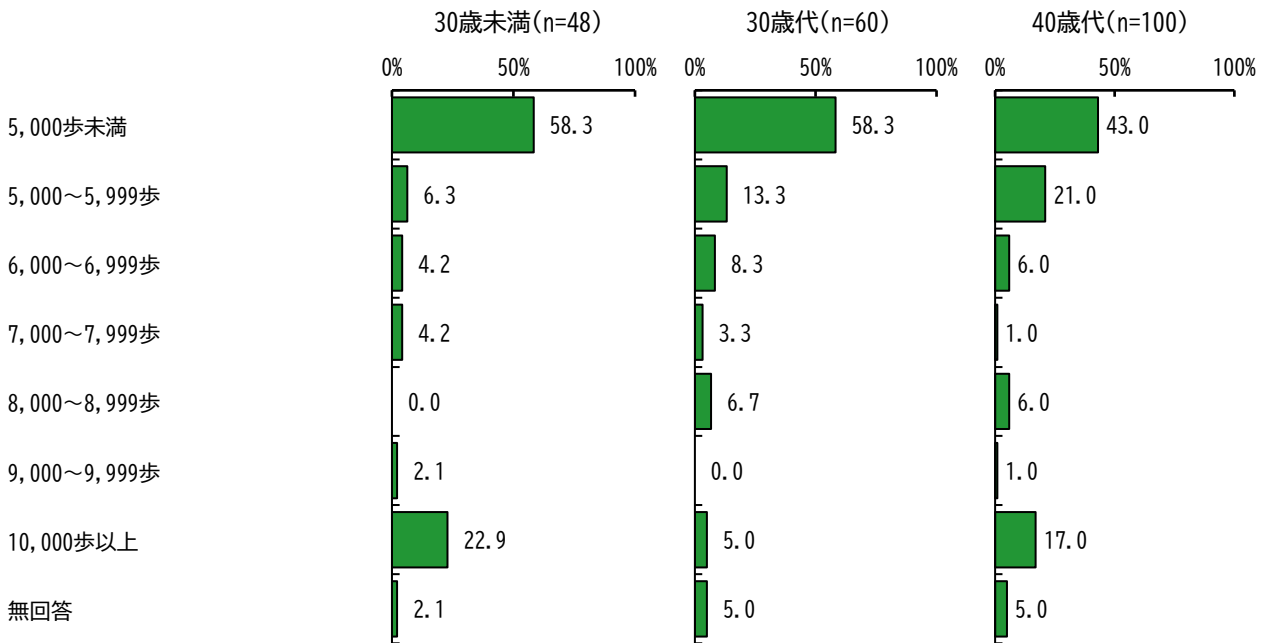


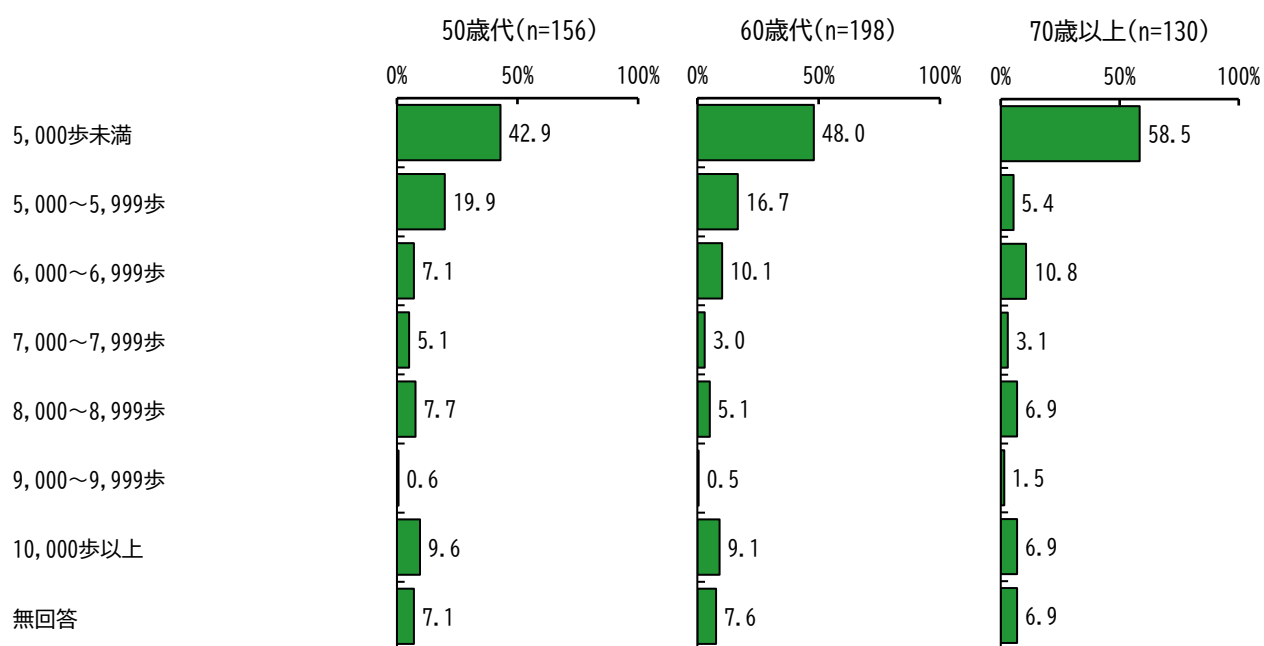
日常生活での毎日60分間くらいの運動の有無では、「はい」が55.6%、「いいえ」が43.1%となっています。年齢別でみると、「50歳代」は「いいえ」のほうが多くなっています。

3. 1日の平均歩数

問3 1日の平均歩数を教えてください。

※10分間歩いた場合、約1,000歩と数えてください。





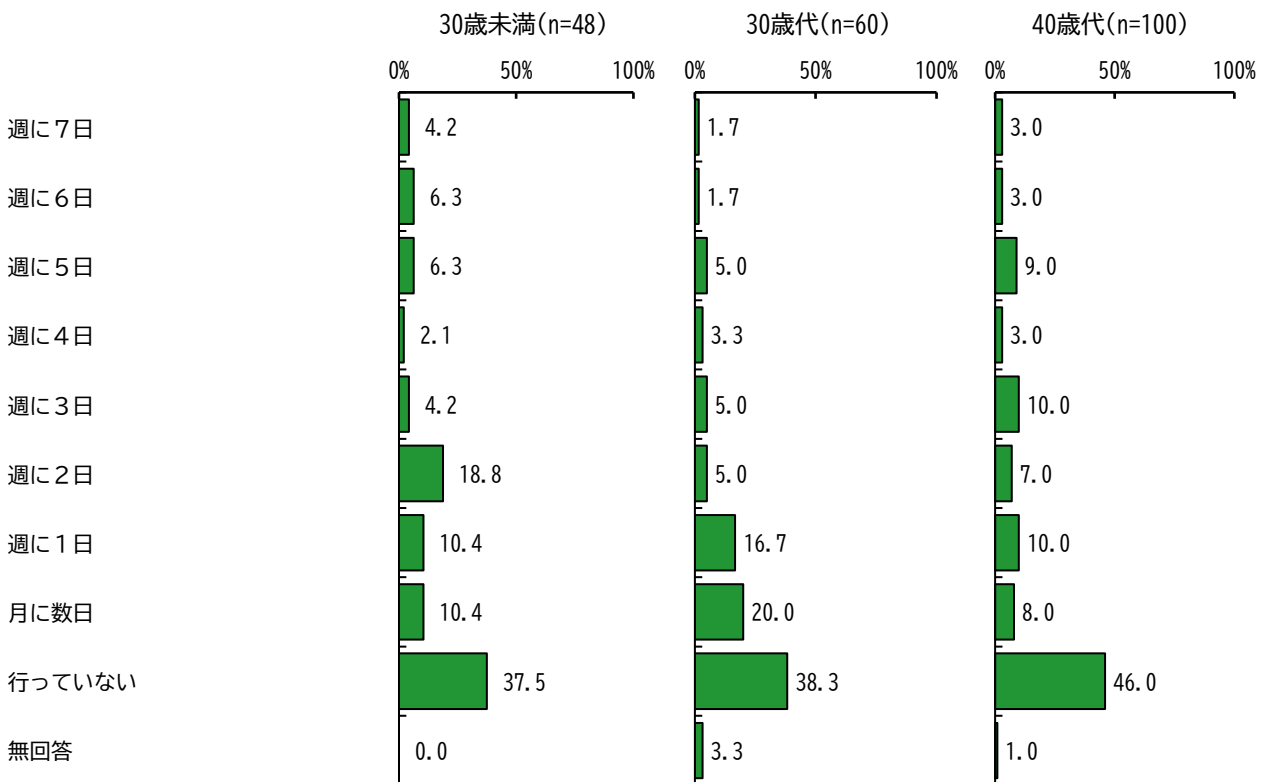
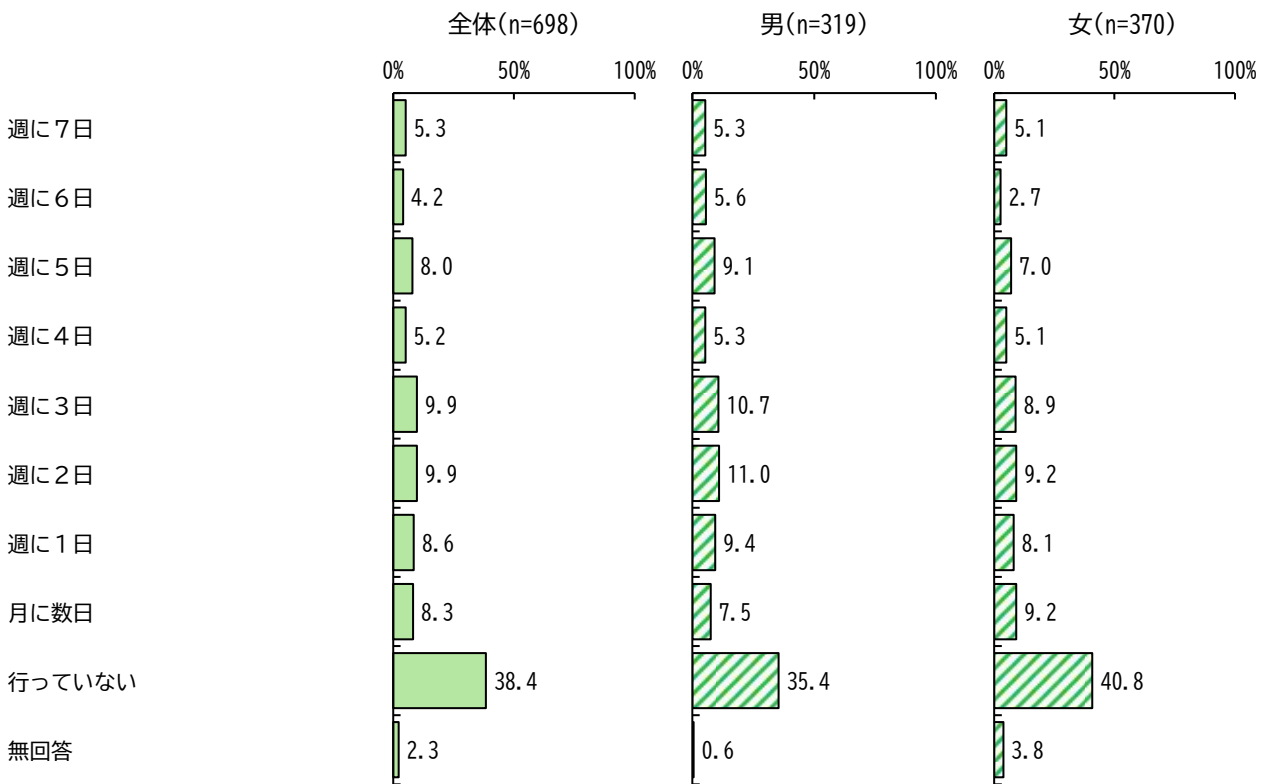
1日の平均歩数では、「5000歩未満」が49.7%と最も多く、次いで「5000～5999歩」が14.9%、「10000歩以上」が10.6%などとなっています。

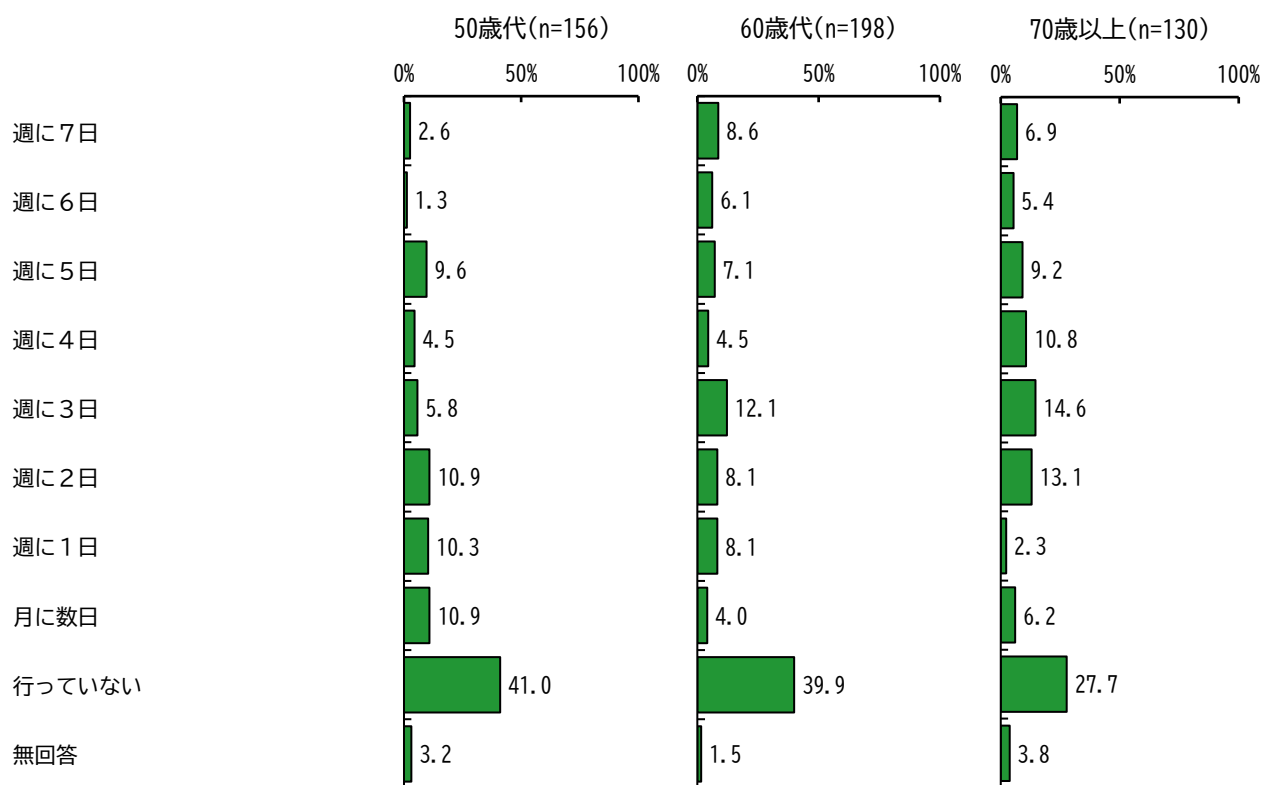
<運動習慣について>

4. 週の運動日数

問4 運動を週に何日くらい行っていますか。

(○は1つ)





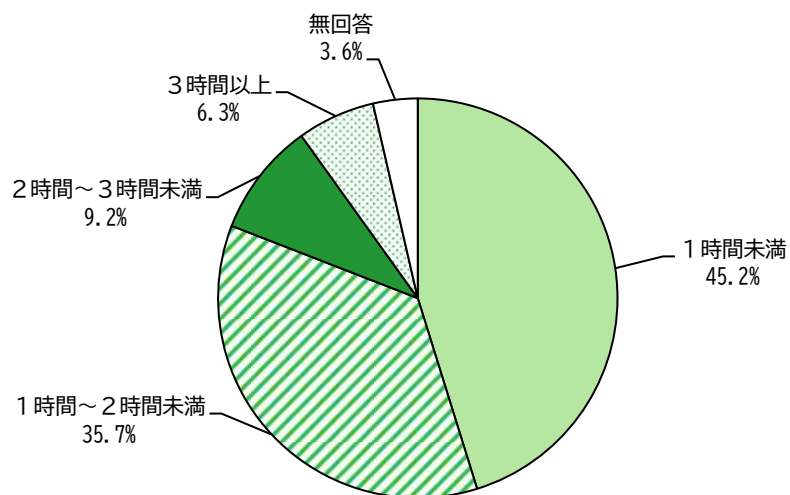
週の運動日数では、「行っていない」が38.4%と最も多く、次いで「週に3日」と「週に2日」が9.9%、「週に1日」が8.6%などとなっています。

5. 1日の平均運動時間

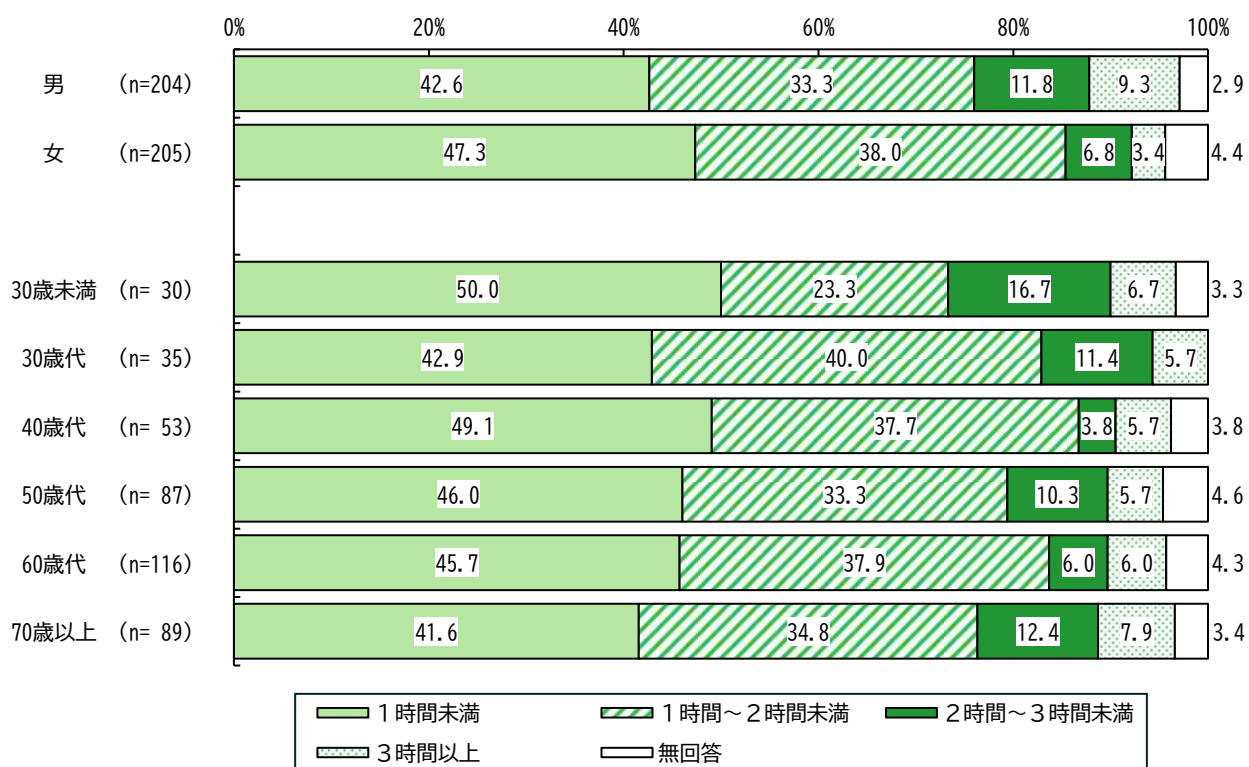
問4で「1」～「8」（運動を行っている）と答えた人にお聞きします。

問5 運動をする日の1日の平均運動時間を教えてください。

※1日に数回に分けて運動する人は、合計した時間をお書きください。



(n=414)

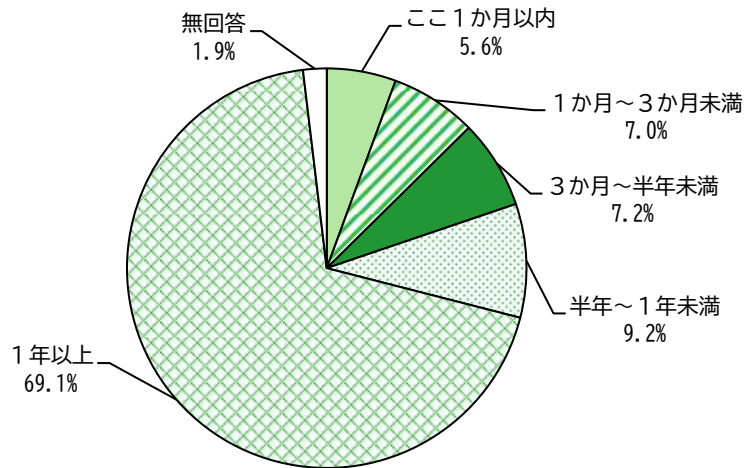


1日の平均運動時間では、「1時間未満」が45.2%、「1時間～2時間未満」が35.7%、「2時間～3時間未満」が9.2%、「3時間以上」が6.3%となっています。

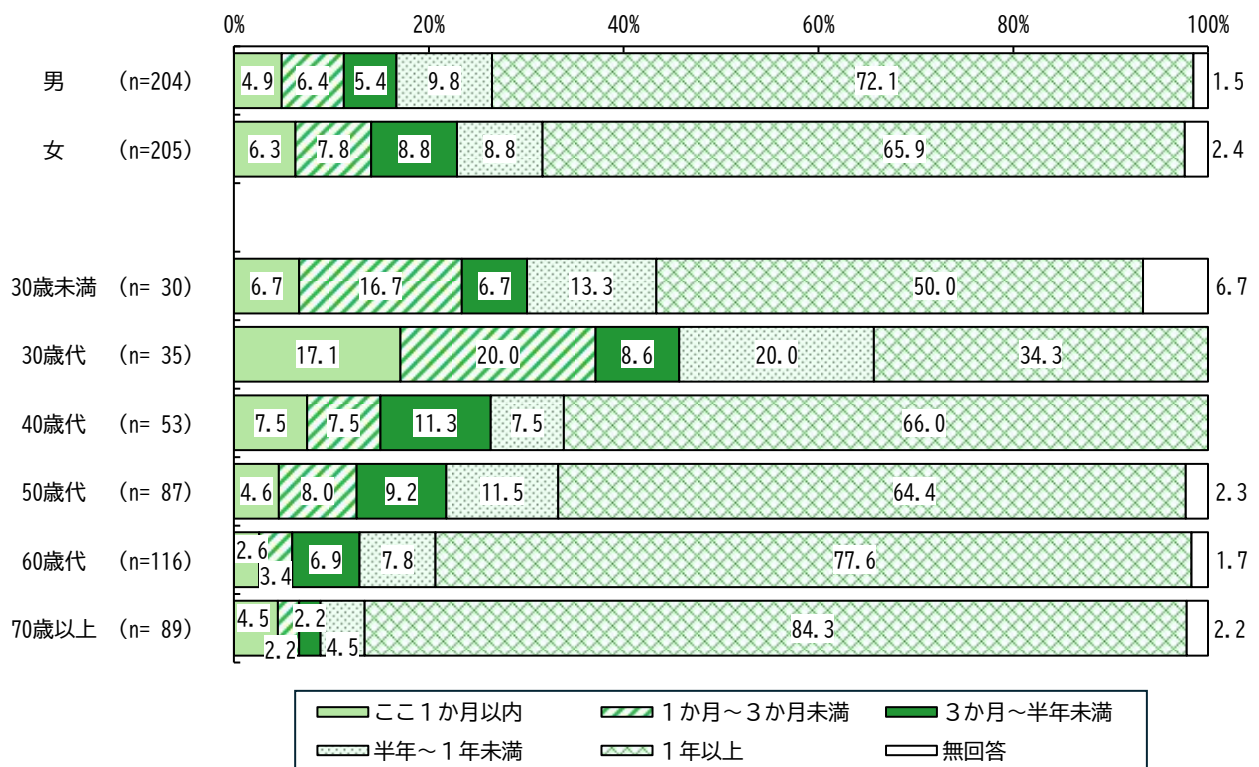
6. 運動の継続期間

問4で「1」～「8」（運動を行っている）と答えた人にお聞きします。

問6 その運動は、どのくらいの期間続けていますか。 (○は1つ)



(n=414)

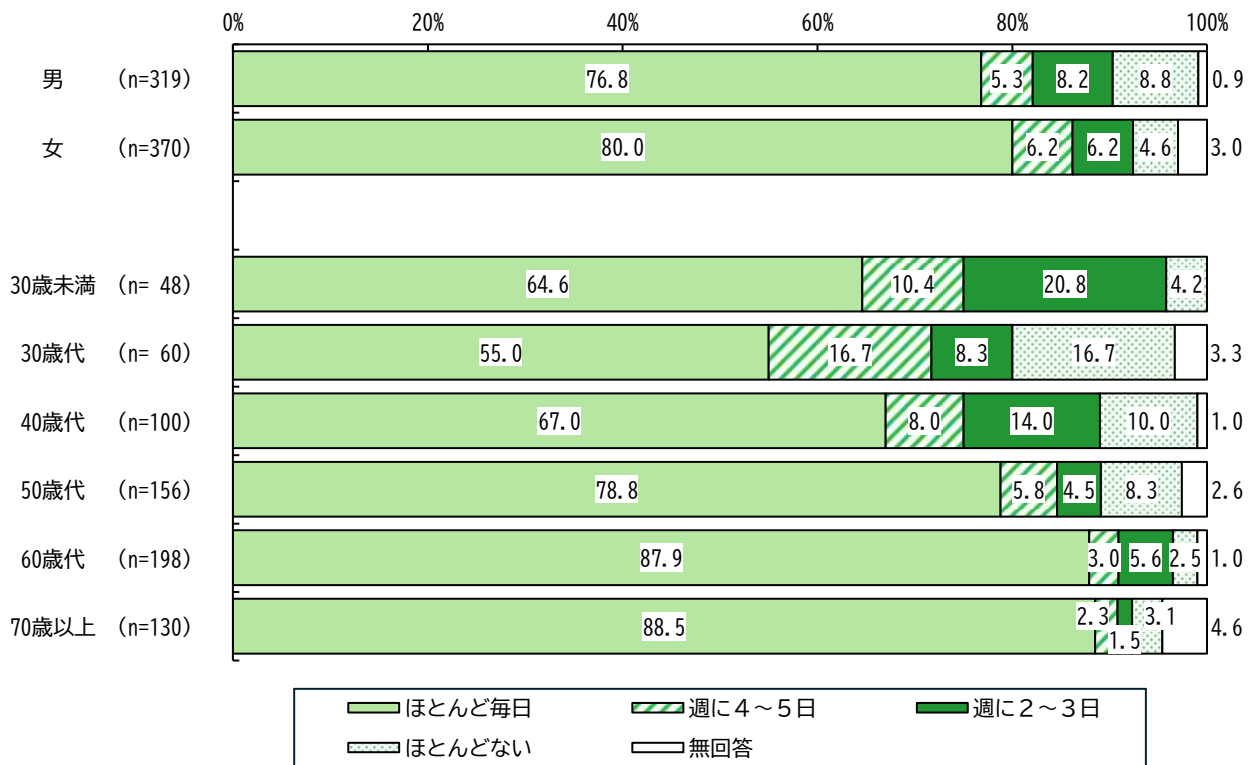
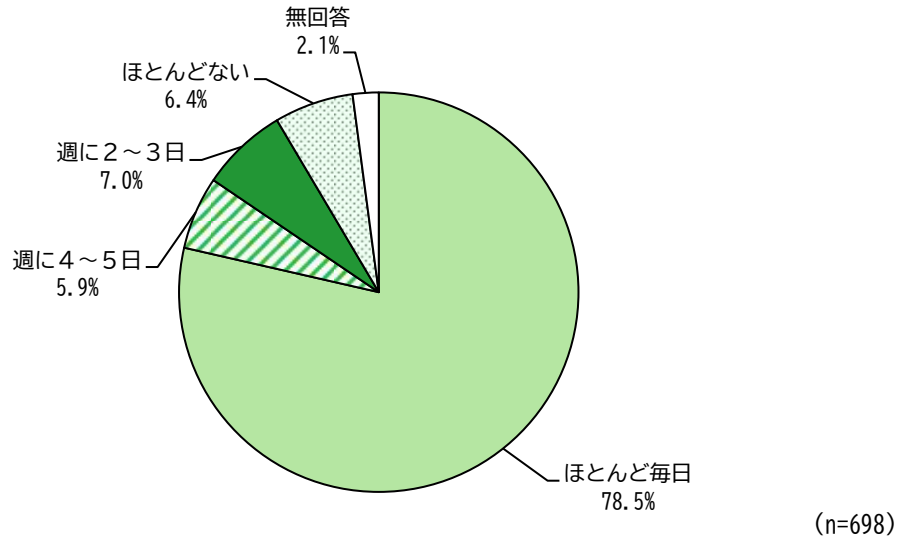


運動の継続期間では、「1年以上」が69.1%と最も多く、次いで「半年～1年未満」が9.2%、「3か月～半年未満」が7.2%などとなっています。

<食生活について>

7. 朝食を食べる回数

問7 朝食を週に何回食べますか。



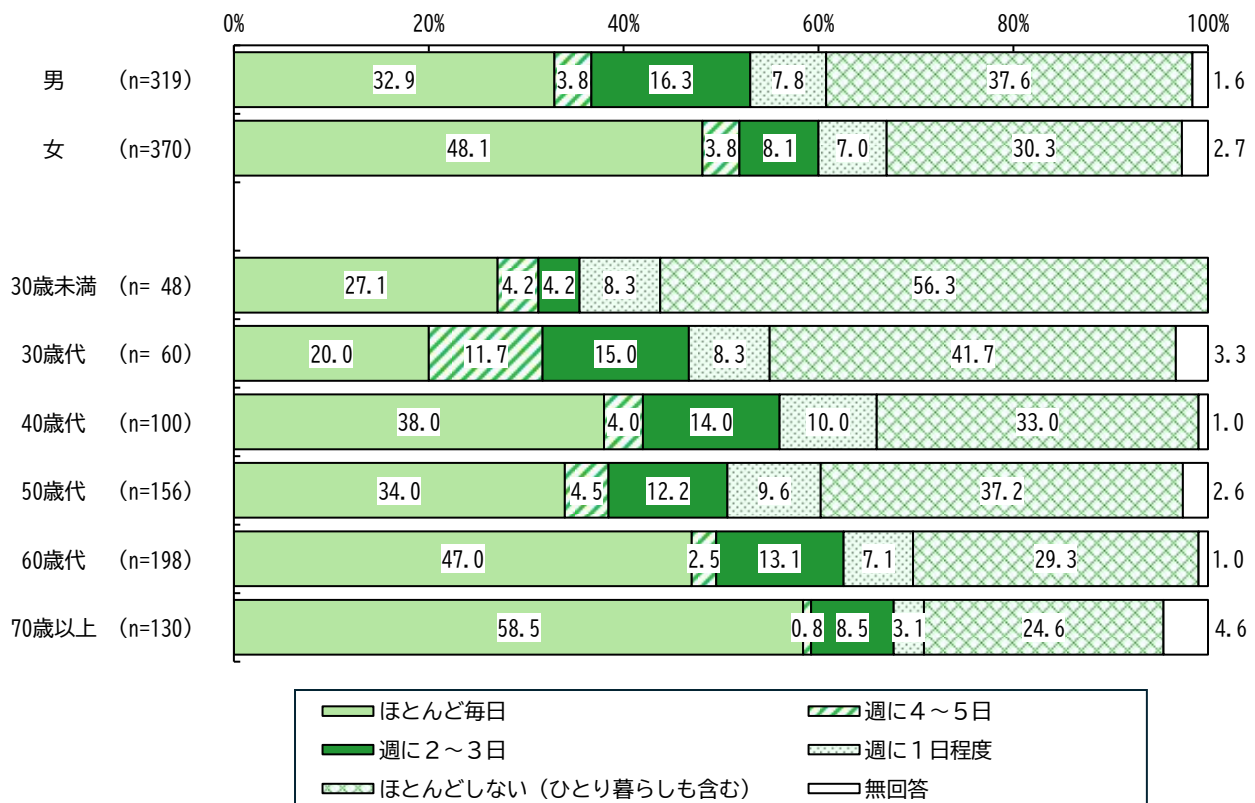
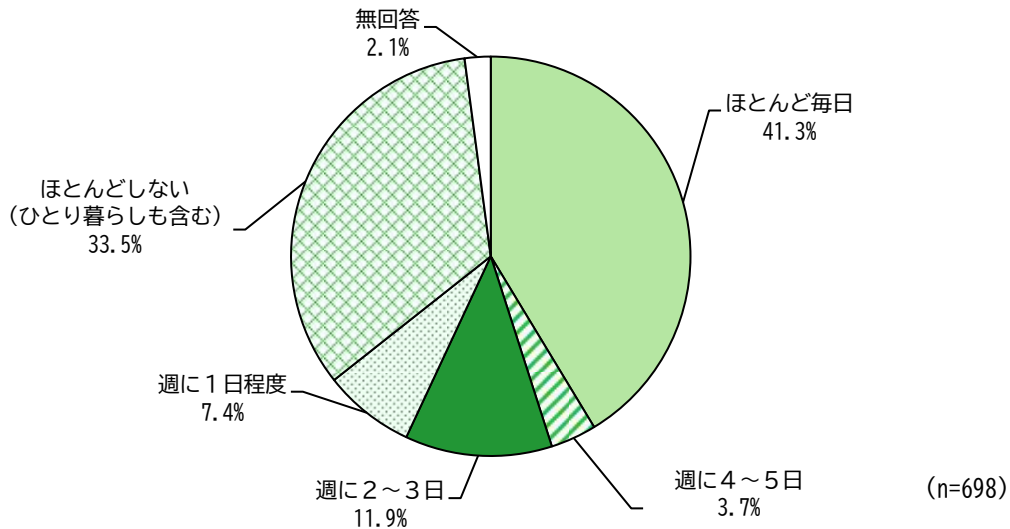
朝食を食べる回数では、「ほとんど毎日」が78.5%、「週に4~5日」が5.9%、「週に2~3日」が7.0%、「ほとんどない」が6.4%となっています。

8. 朝食を家族と一緒に食べる頻度

問8 朝食または夕食を家族と一緒に食べることは、どのくらいありますか。

(①朝食、②夕食、それぞれ1つずつ)

①朝食



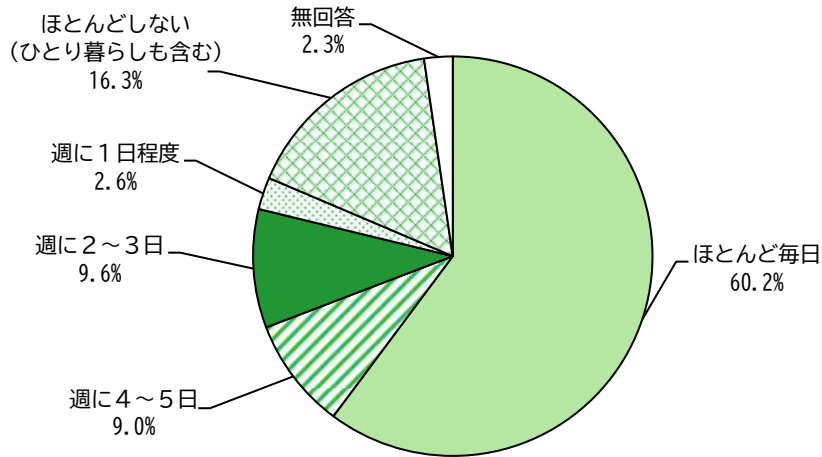
朝食を家族と一緒に食べる頻度では、「ほとんど毎日」が41.3%と最も多く、次いで「ほとんどしない (ひとり暮らしも含む)」が33.5%、「週に2~3日」が11.9%などとなっています。性別で見ると、「男」は「ほとんどしない (ひとり暮らしも含む)」が37.6%と最も多くなっています。年齢別で見ると、「30歳未満」、「30歳代」、「50歳代」は「ほとんどしない (ひとり暮らしも含む)」が最も多くなっています。

9. 夕食を家族と一緒に食べる頻度

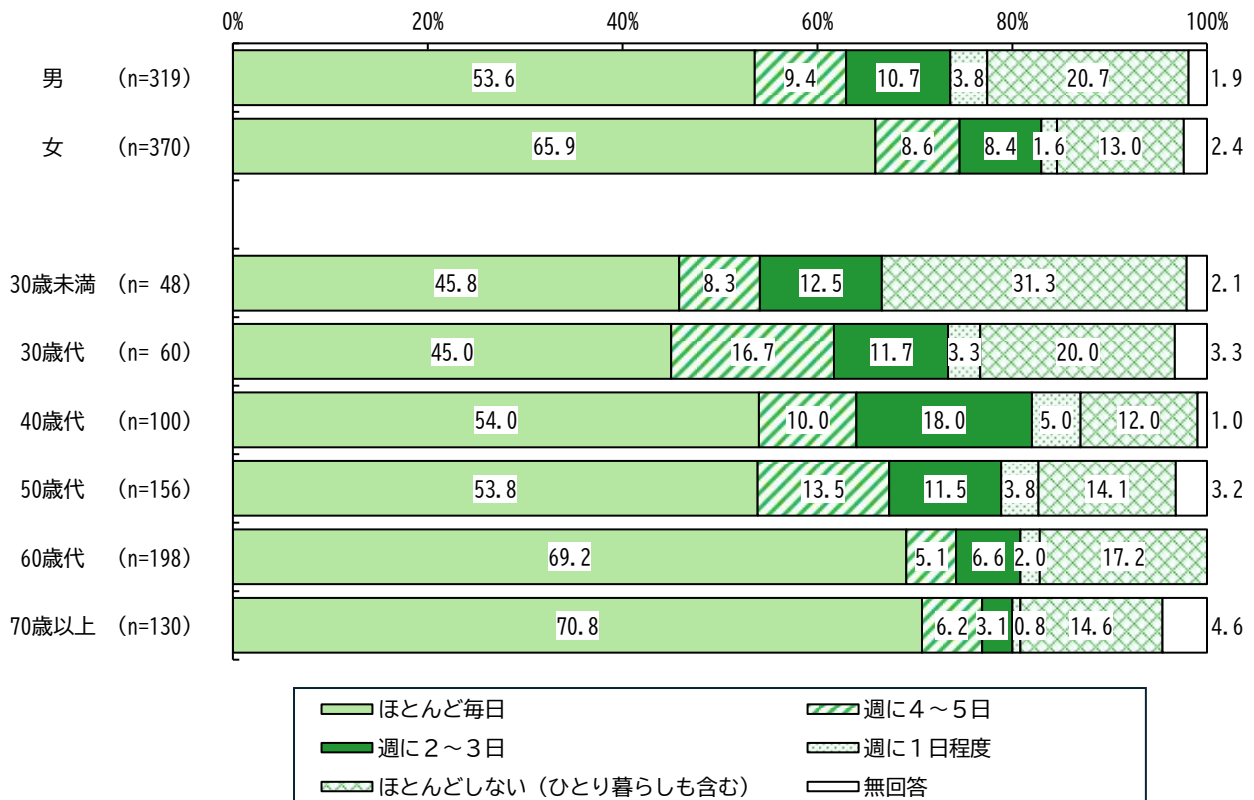
問8 朝食または夕食を家族と一緒に食べることは、どのくらいありますか。

(①朝食、②夕食、それぞれ1つずつ)

②夕食



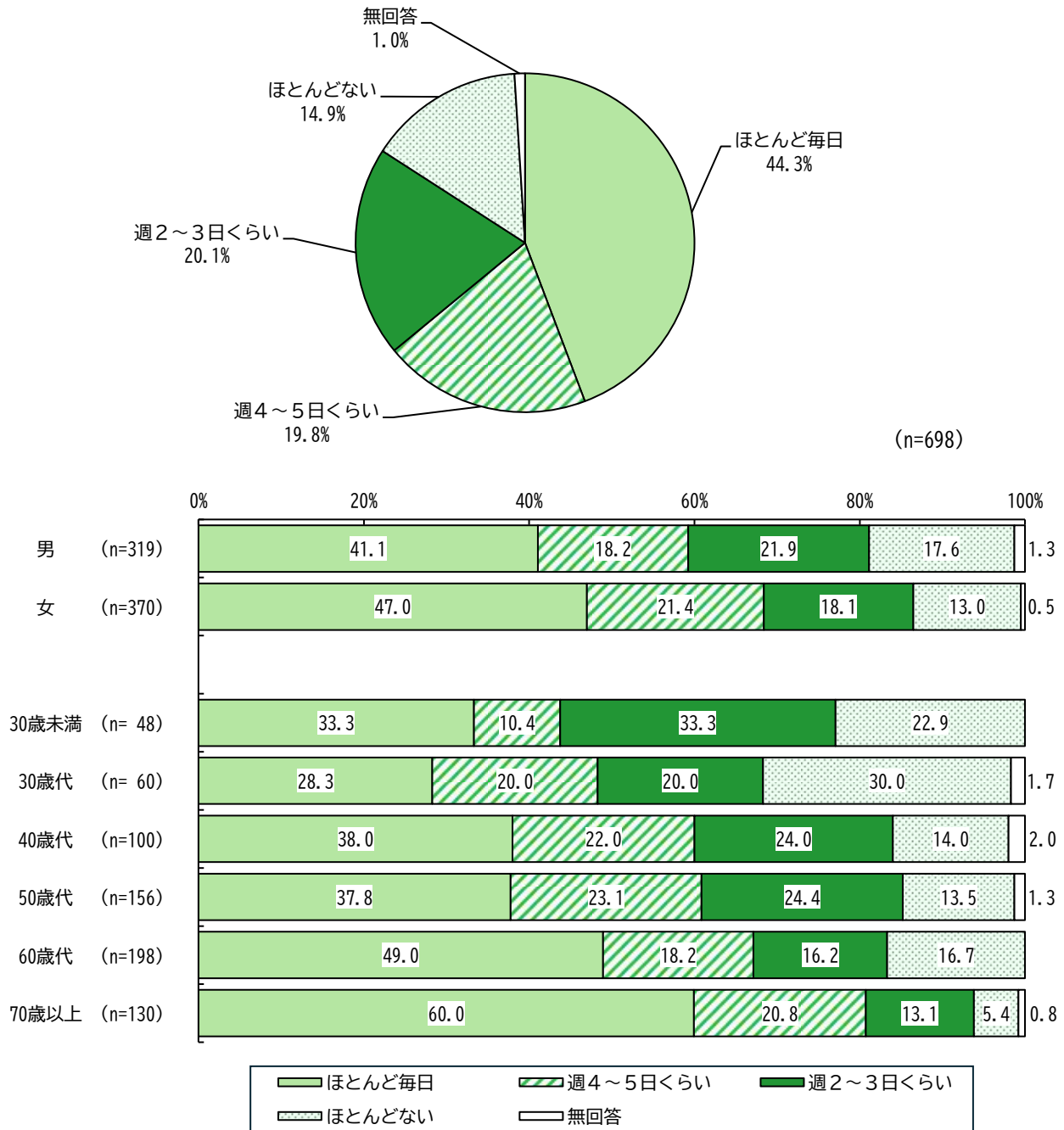
(n=698)



夕食を家族と一緒に食べる頻度では、「ほとんど毎日」が60.2%と最も多く、次いで「ほとんどしない (ひとり暮らしも含む)」が16.3%、「週に2~3日」が9.6%などとなっています。

10. 週に1日2回以上主食・主菜・副菜を3つそろえて食べる頻度

問9 主食（ごはん、パン、麺など）・主菜（肉・魚・卵・大豆製品などを使ったメインの料理）・副菜（野菜・きのこ・いも・海藻などを使った小鉢・小皿の料理）を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。（○は1つ）



週に1日2回以上主食・主菜・副菜を3つそろえて食べる頻度では、「ほとんど毎日」が44.3%、「週4～5日くらい」が19.8%、「週2～3日くらい」が20.1%、「ほとんどない」が14.9%となっています。年齢別でみると、「30歳代」は「ほとんどない」が30.0%と最も多くなっています。

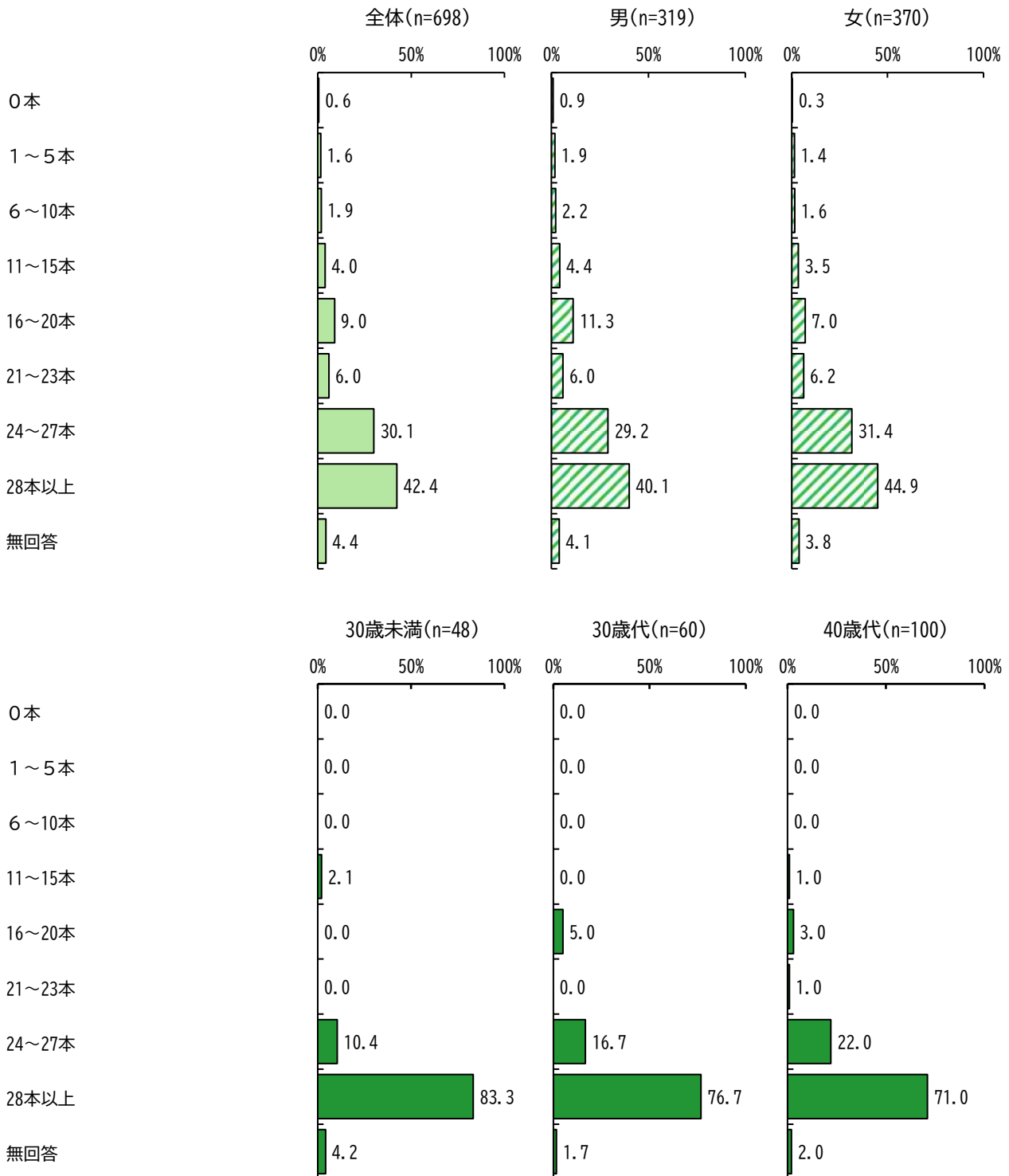
<歯の健康について>

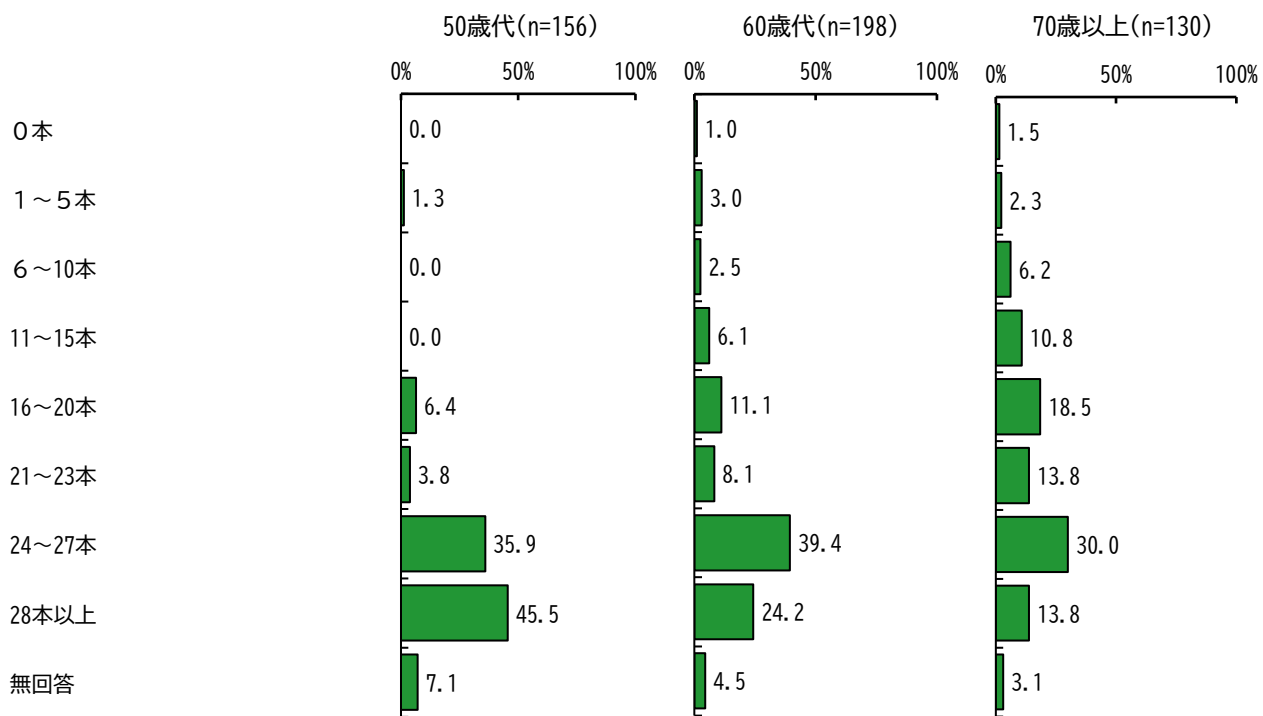
11. 自分の歯の本数

問10 自分の歯は何本ありますか。

※親知らず、入れ歯、ブリッジ、インプラントは含みません。さし歯は含みます。

※親知らずを入れないと全部で28本ありますが、多かったり少なかったりする人もいます。



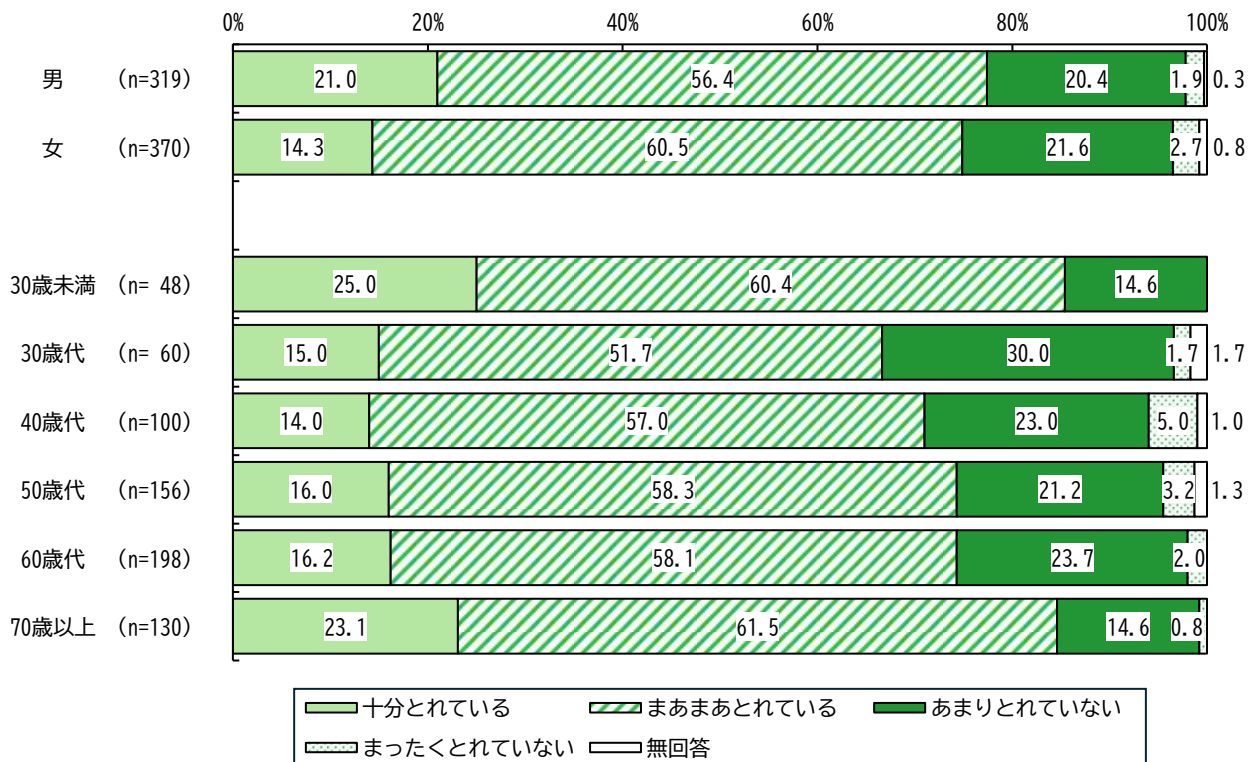
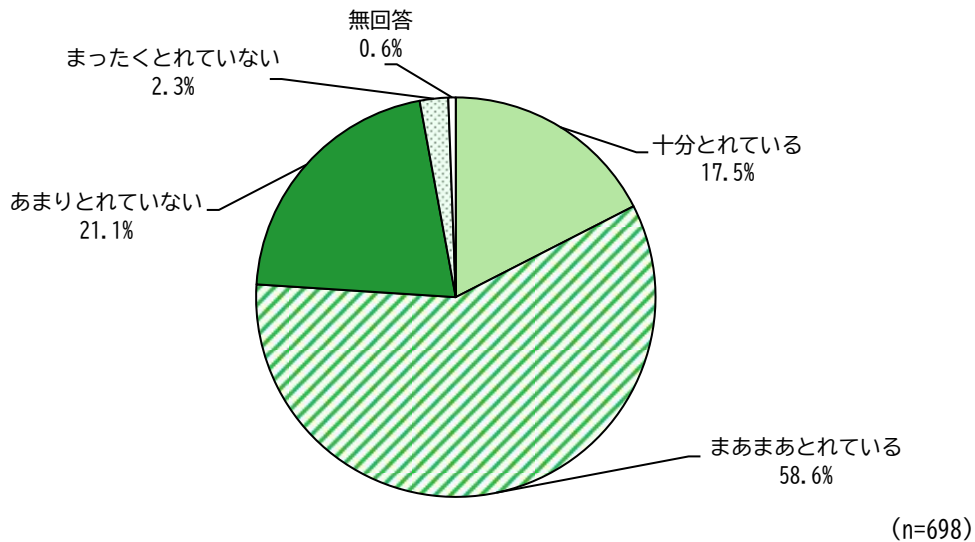


自分の歯の本数では、「28本以上」が42.4%と最も多く、次いで「24～27本」が30.1%、「16～20本」が9.0%などとなっています。年齢別でみると、“60歳代”と“70歳以上”は「24～27本」が最も多くなっています。

<こころの健康について>

12. この1か月間の睡眠による休養のとり方

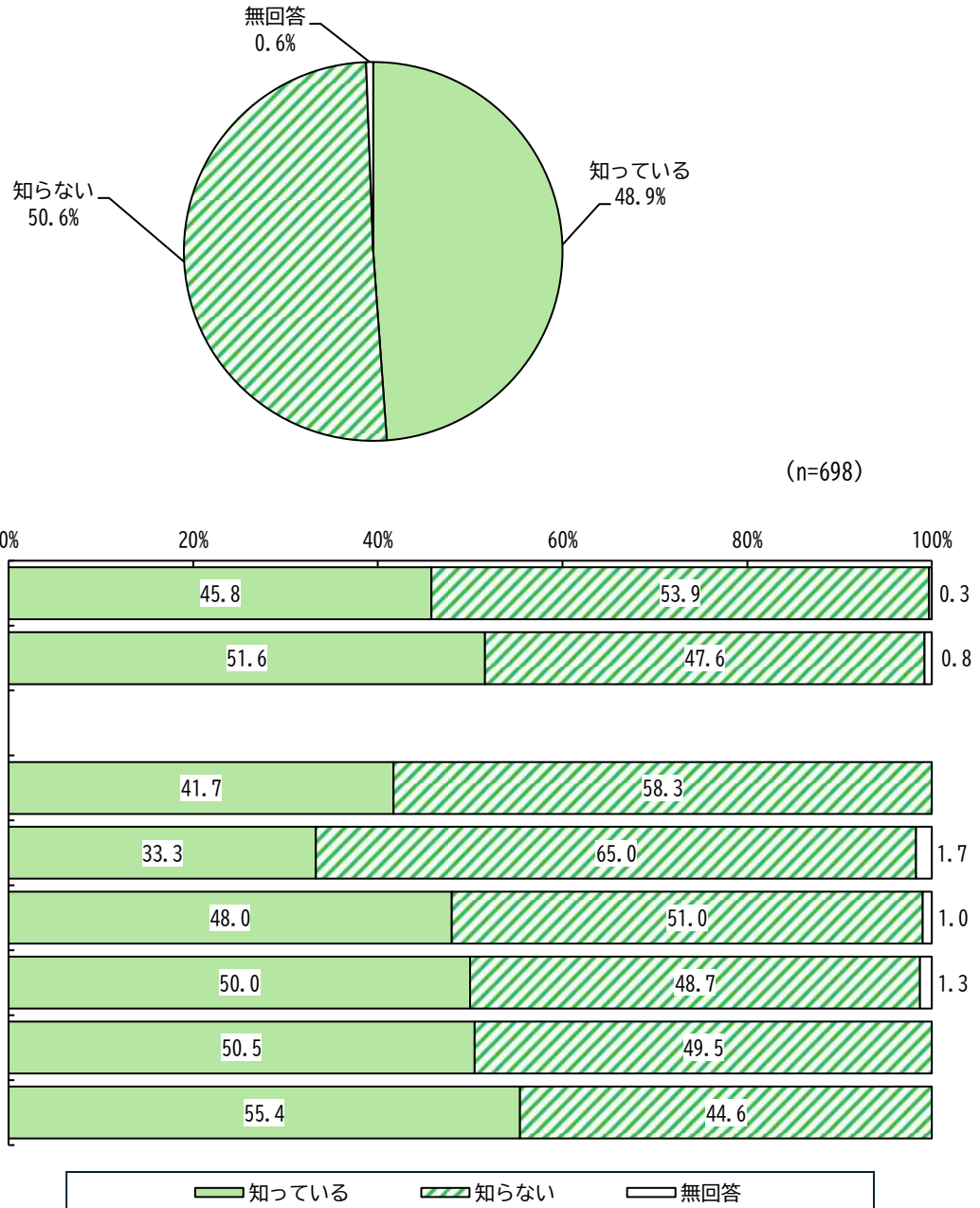
問11 この1か月間、睡眠によって休養が十分とれていますか。 (○は1つ)



この1か月間の睡眠による休養のとり方では、「十分とれている」が17.5%、「まあまあとれている」が58.6%、「あまりとれていない」が21.1%、「まったくとれていない」が2.3%となっています。

13. こころの健康が不安な時の相談先や心療内科等の医療機関の認知度

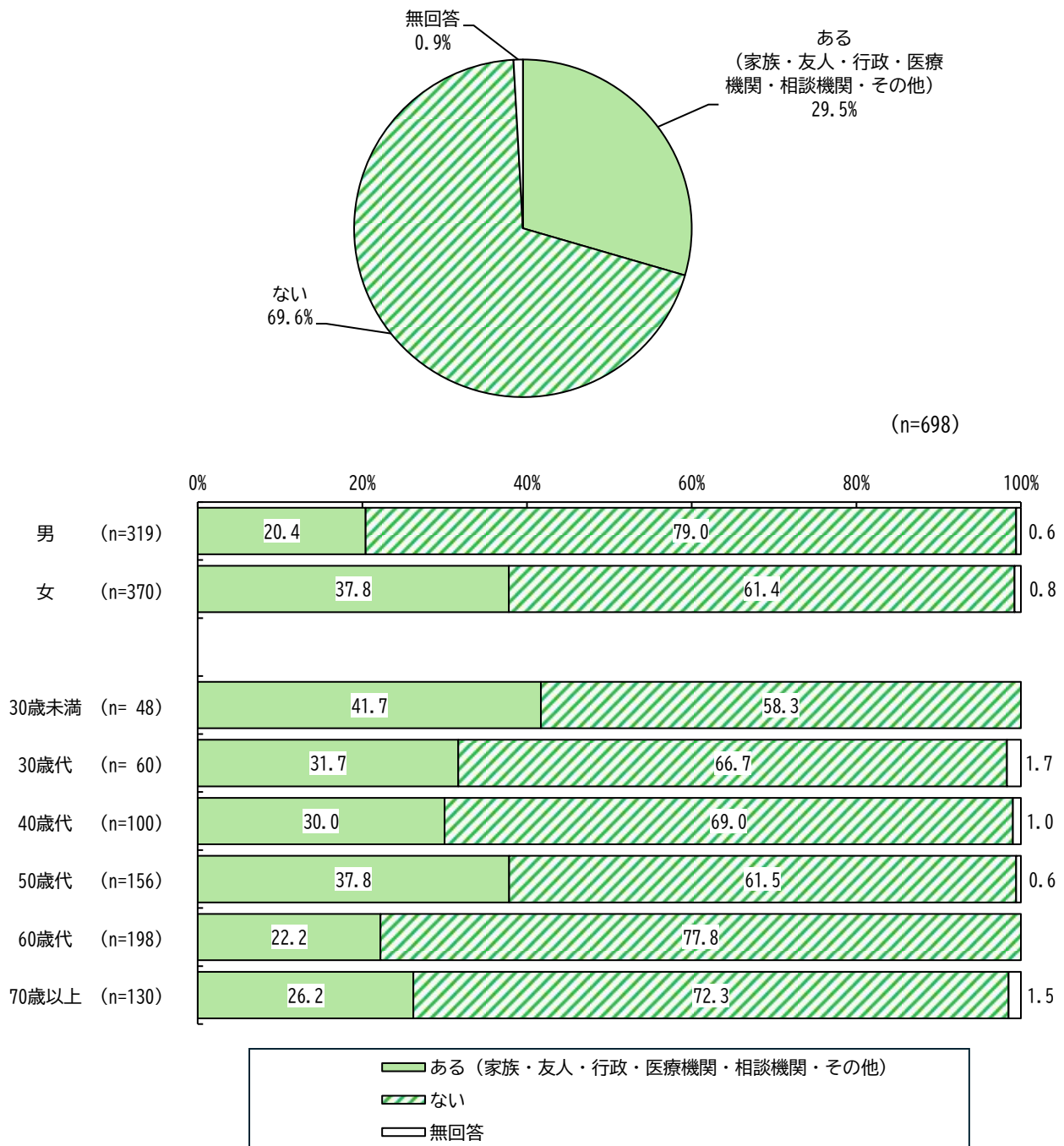
問12 こころの健康に不安を感じた時に利用することができる各種相談先や心療内科等の医療機関を知っていますか。 (○は1つ)



こころの健康が不安な時の相談先や心療内科等の医療機関の認知度では、「知っている」が48.9%、「知らない」が50.6%となっています。性別でみると、「女」は「知っている」が51.6%、「知らない」が47.6%と「知っている」のほうが多くなっています。年齢別でみると、「50歳代」と「60歳代」と「70歳以上」は「知っている」のほうが多くなっています。

14. こころの健康に不安を感じた時の相談の有無

問13 こころの健康に不安を感じて、誰かに相談したことはありますか。（○は1つ）

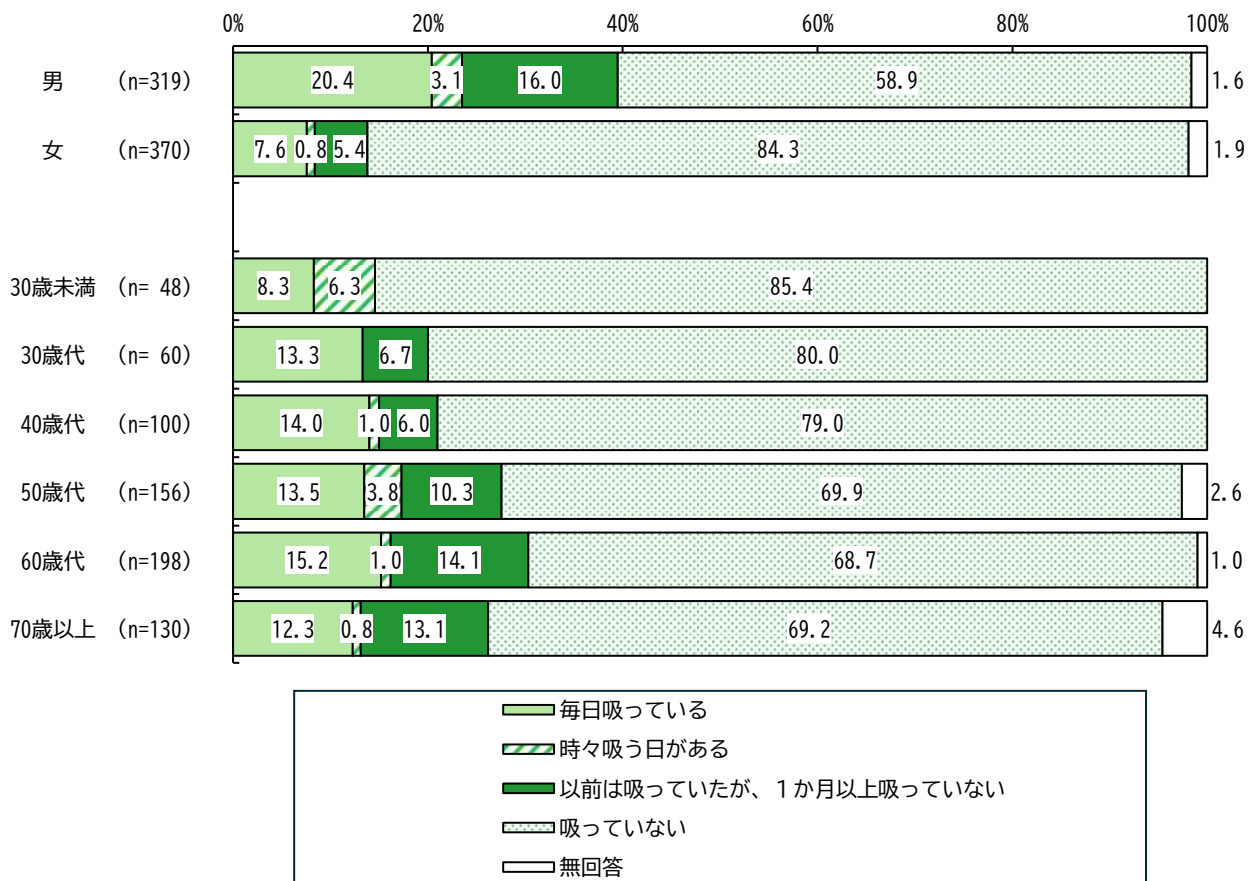
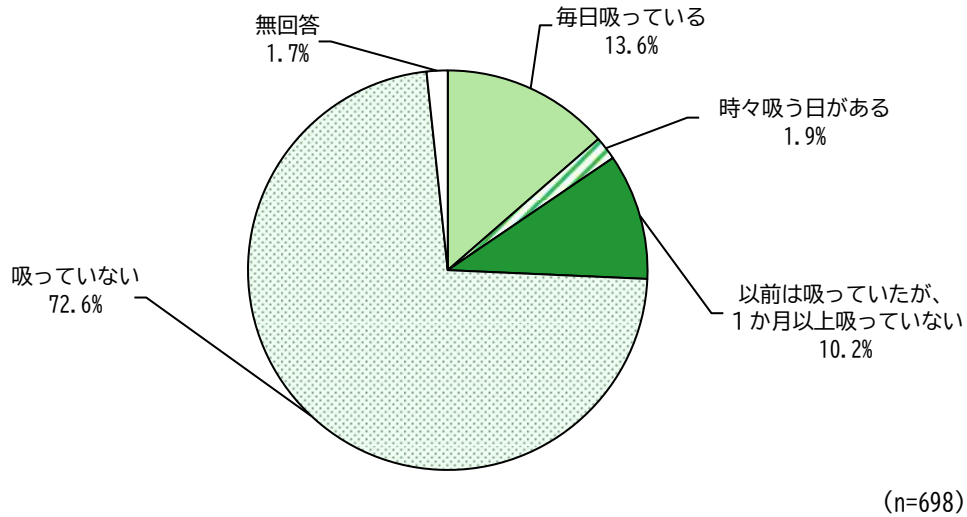


こころの健康に不安を感じた時の相談の有無では、「ある（家族・友人・行政・医療機関・相談機関・その他）」が29.5%、「ない」が69.6%となっています。

<たばこについて>

15. この1か月間の喫煙の頻度

問14 現在（この1か月間）、あなたはたばこを吸っていますか。 (○は1つ)

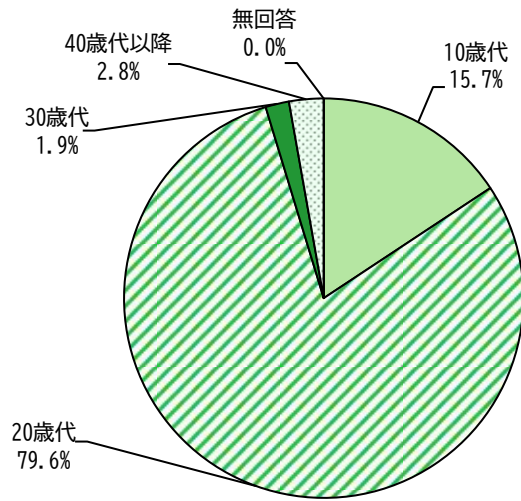


この1か月間の喫煙の頻度では、「毎日吸っている」が13.6%、「時々吸う日がある」が1.9%、「以前は吸っていたが、1か月以上吸っていない」が10.2%、「吸っていない」が72.6%となっています。

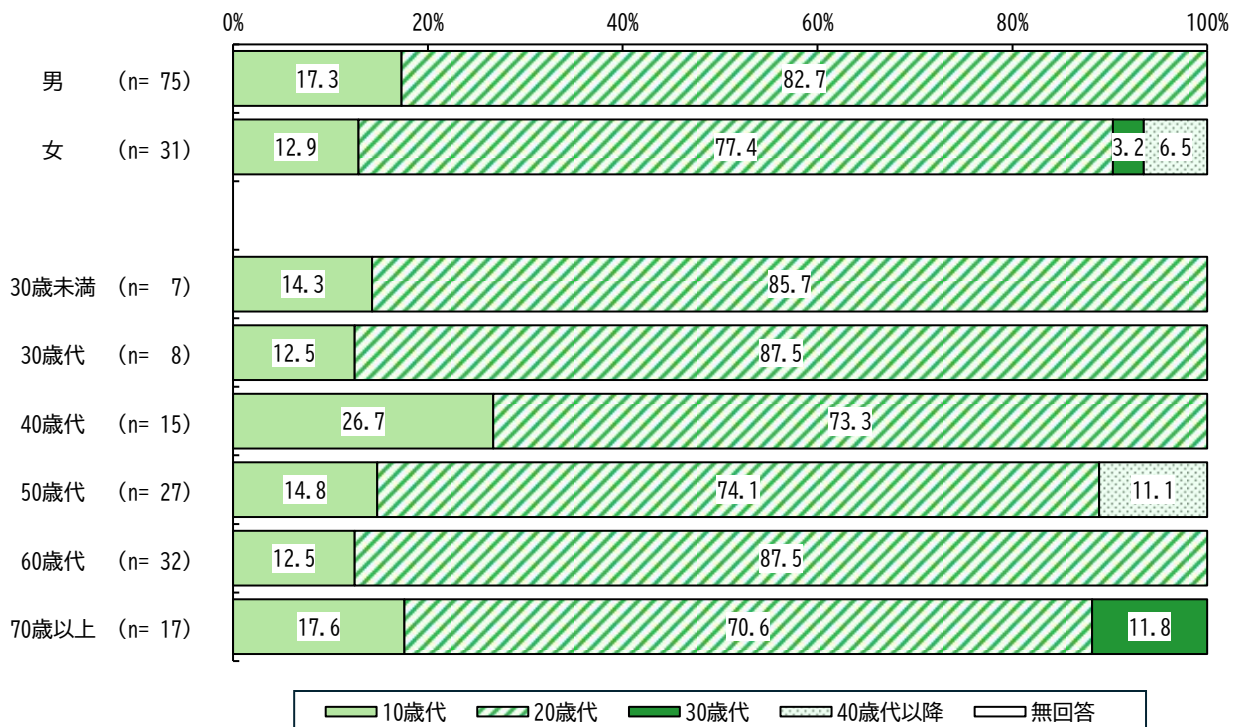
16. たばこを習慣的に吸うようになった年齢

問14で「1 毎日吸っている」「2 時々吸う日がある」と答えた人にお聞きします。

問15 たばこを習慣的に吸うようになったのは何歳からですか。 (○は1つ)



(n=108)

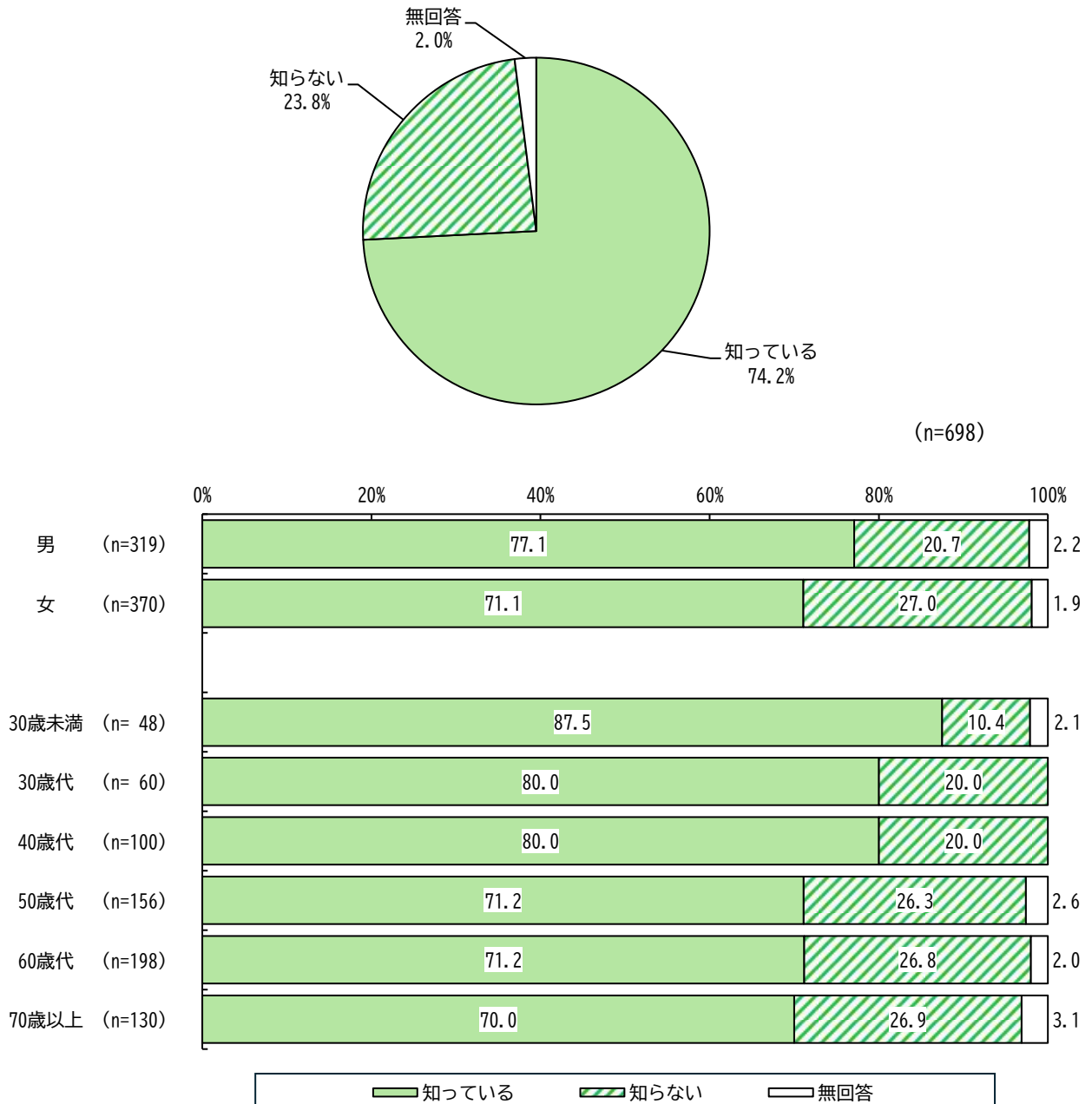


たばこを習慣的に吸うようになった年齢では、「10歳代」が15.7%、「20歳代」が79.6%、「30歳代」が1.9%、「40歳代以降」が2.8%となっています。

17. 加熱式たばこが紙巻たばこと同じように健康を害することの認知度

問16 加熱式たばこ※は紙巻たばこと同じように健康を害することを知っていますか。
(○は1つ)

※「加熱式たばこ」とは、たばこ葉やたばこ葉を用いた加工品に火を点けずに、電気ヒーターで加熱などして吸うタイプのたばこです。たばこ葉の入った専用のスティック等を、専用の装置に設置して使用します。



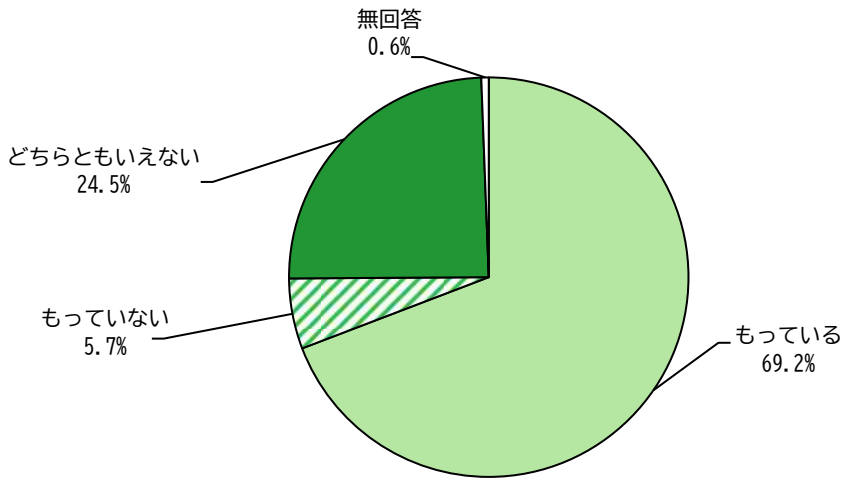
加熱式たばこが紙巻たばこと同じように健康を害することの認知度では、「知っている」が74.2%、「知らない」が23.8%となっています。

<健康づくりについて>

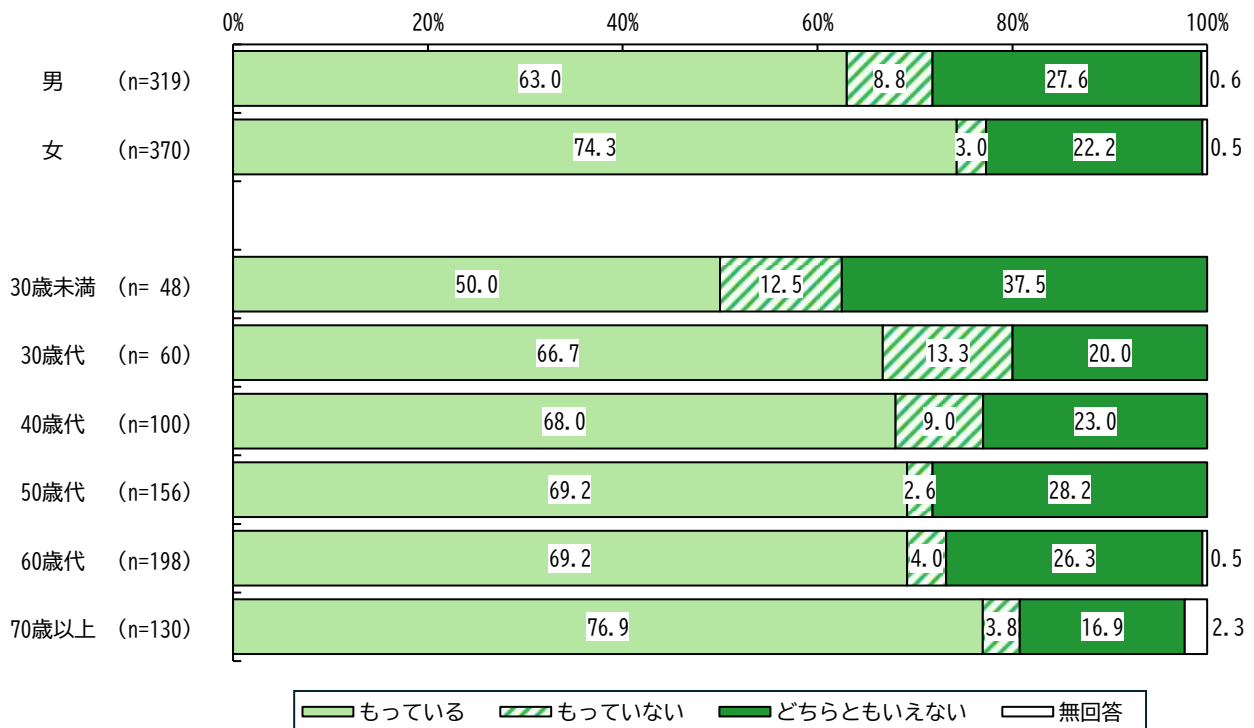
18. 健康づくりへの関心度

問17 健康づくりに関心をもっていますか。

(○は1つ)



(n=698)



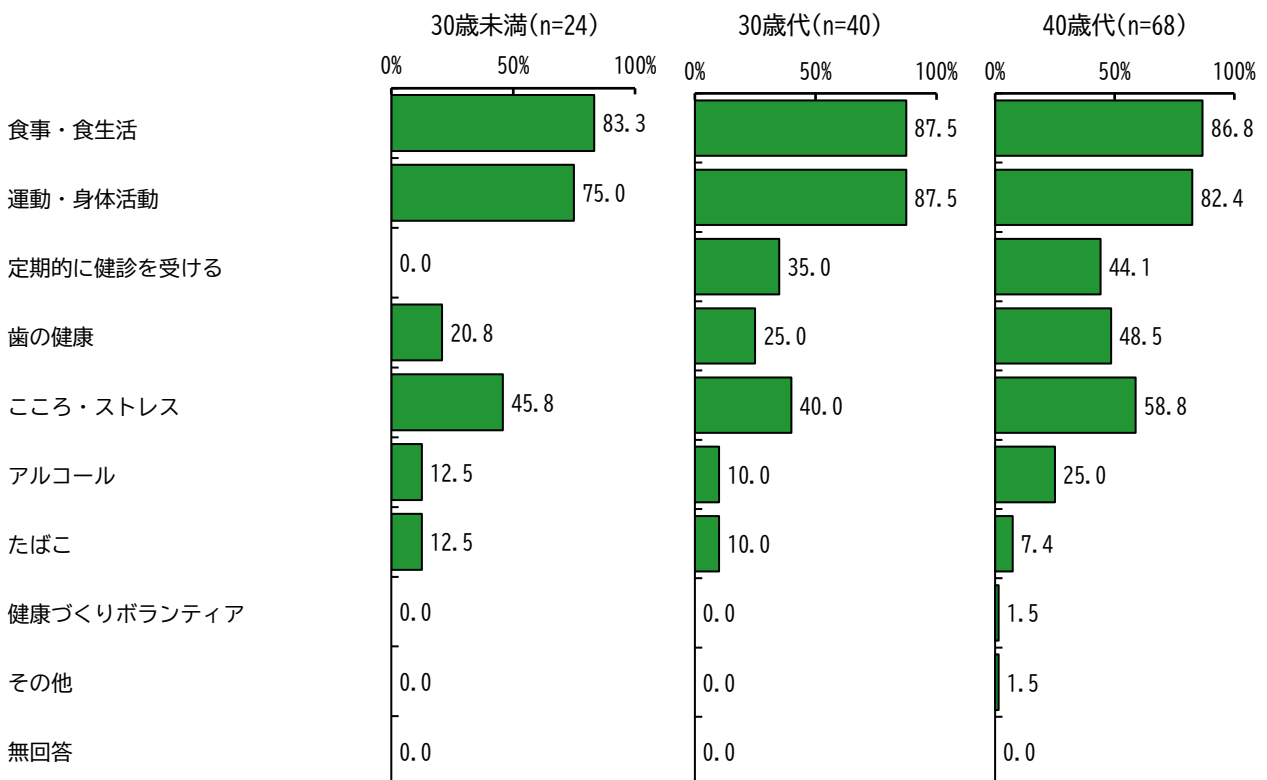
健康づくりへの関心度では、「もっている」が69.2%、「もっていない」が5.7%、「どちらともいえない」が24.5%となっています。

19. 健康への関心事

問17で「1 もっている」と答えた人にお聞きします。

問18 あなたは、健康に関連して、どのようなことに関心をもっていますか。

(○はいくつでも)

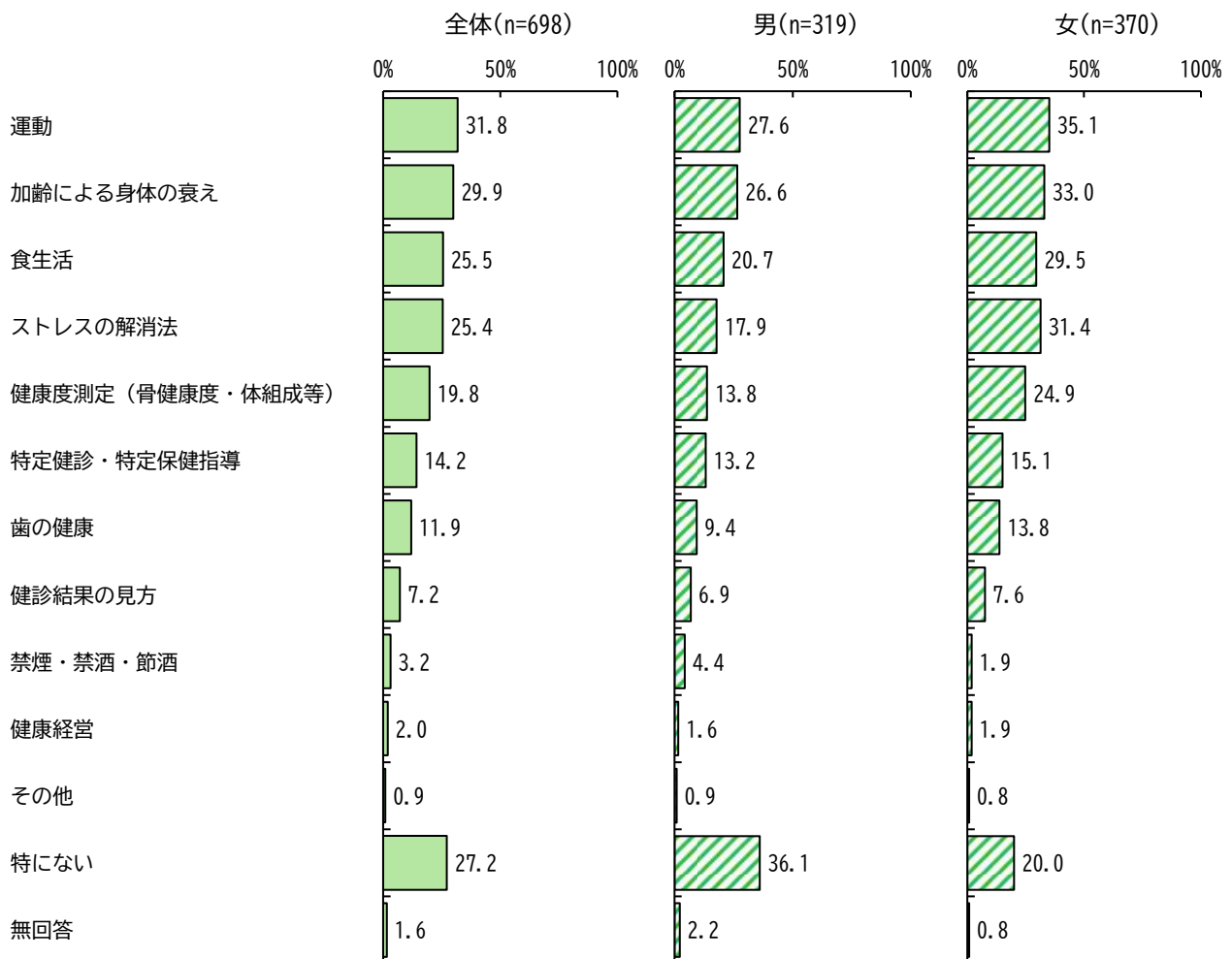


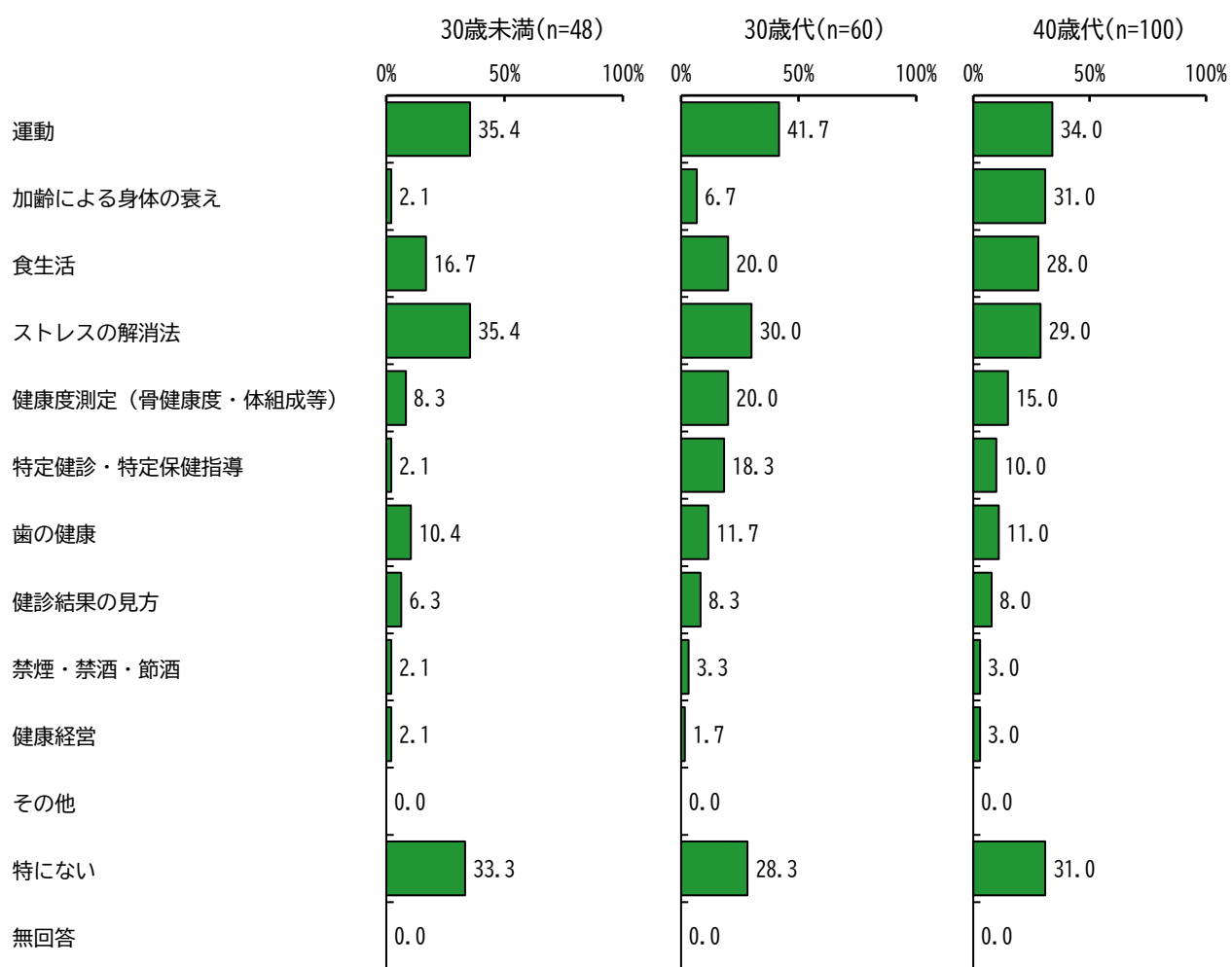


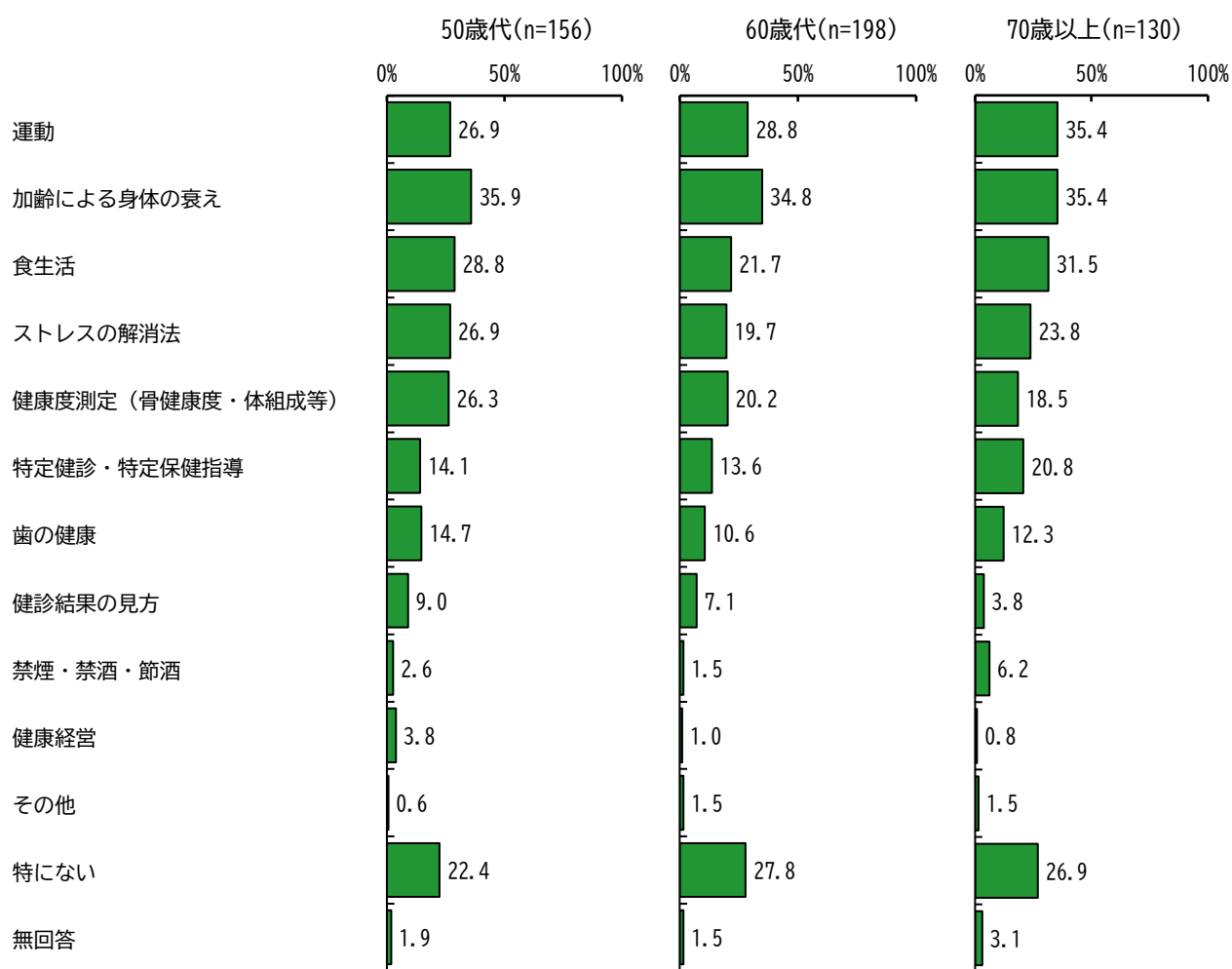
健康への関心事では、「食事・食生活」が87.2%と最も多く、次いで「運動・身体活動」が79.5%、「定期的に健診を受ける」が49.1%などとなっています。

20. 参加したい健康に関するイベント・講座

問19 健康に関するイベント・講座が開催された場合、どのようなものであれば参加したいと思いますか。
(○はいくつでも)





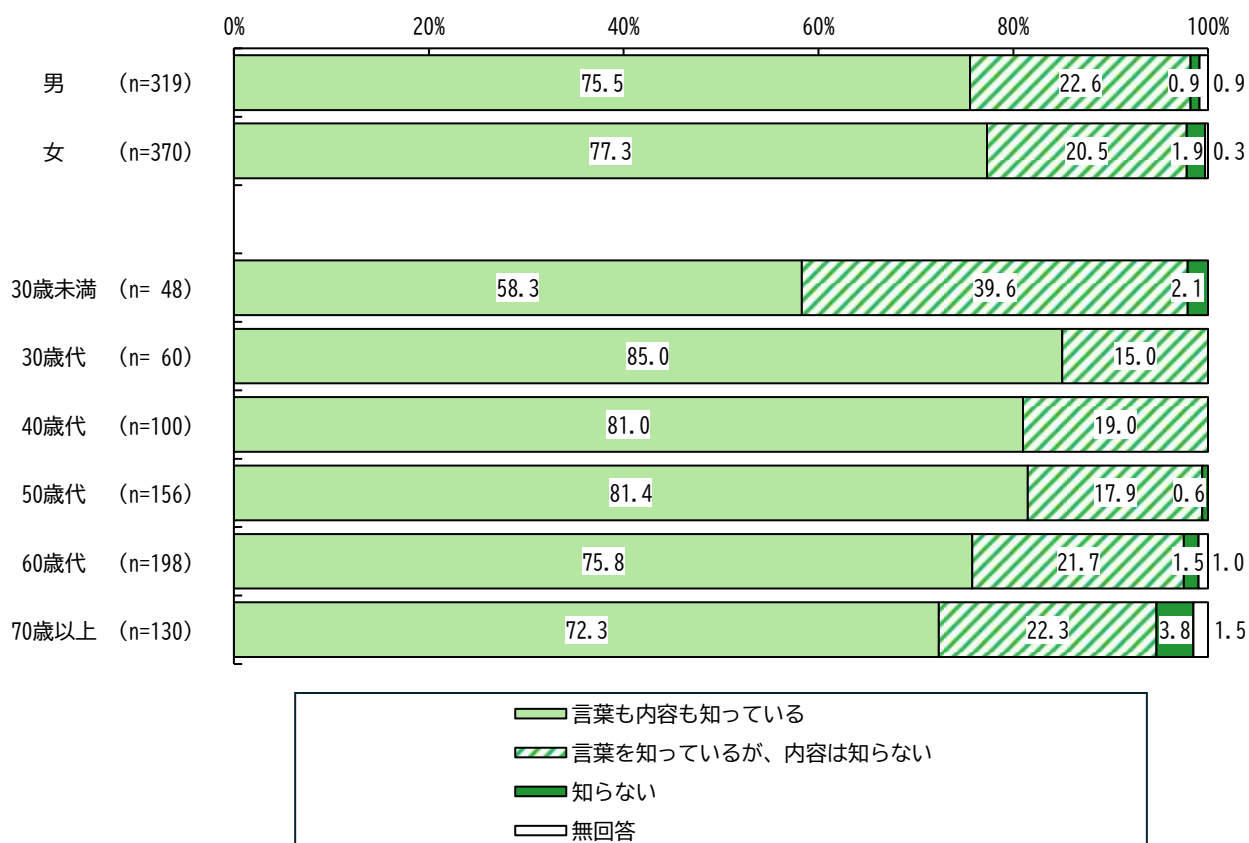
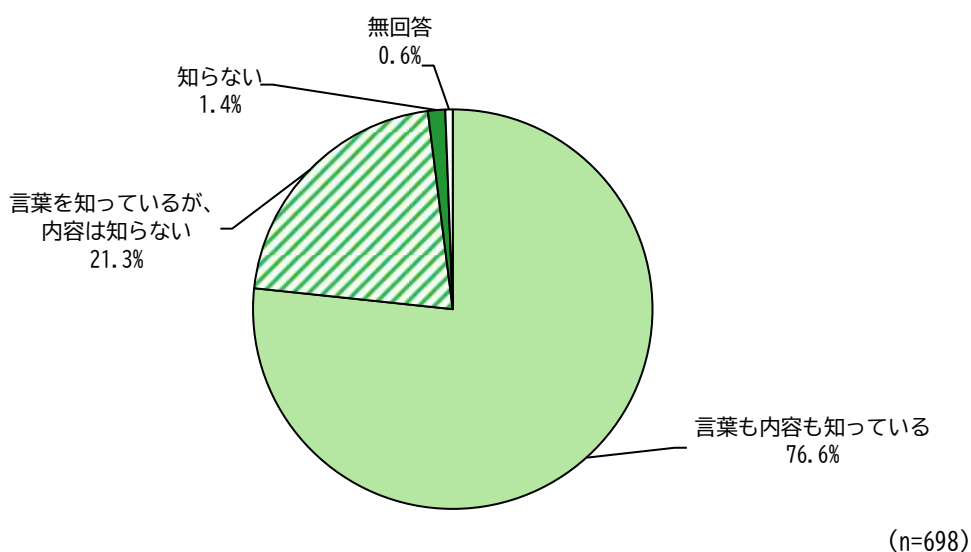


参加したい健康に関するイベント・講座では、「運動」が31.8%と最も多く、次いで「加齢による身体の衰え」が29.9%、「食生活」が25.5%などとなっています。また、「特にない」が27.2%となっています。年齢別でみると、“50歳代”と“60歳代”は「加齢による身体の衰え」が最も多くなっています。

21. メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の認知度

問20 メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）という言葉を知っていますか。

(○は1つ)

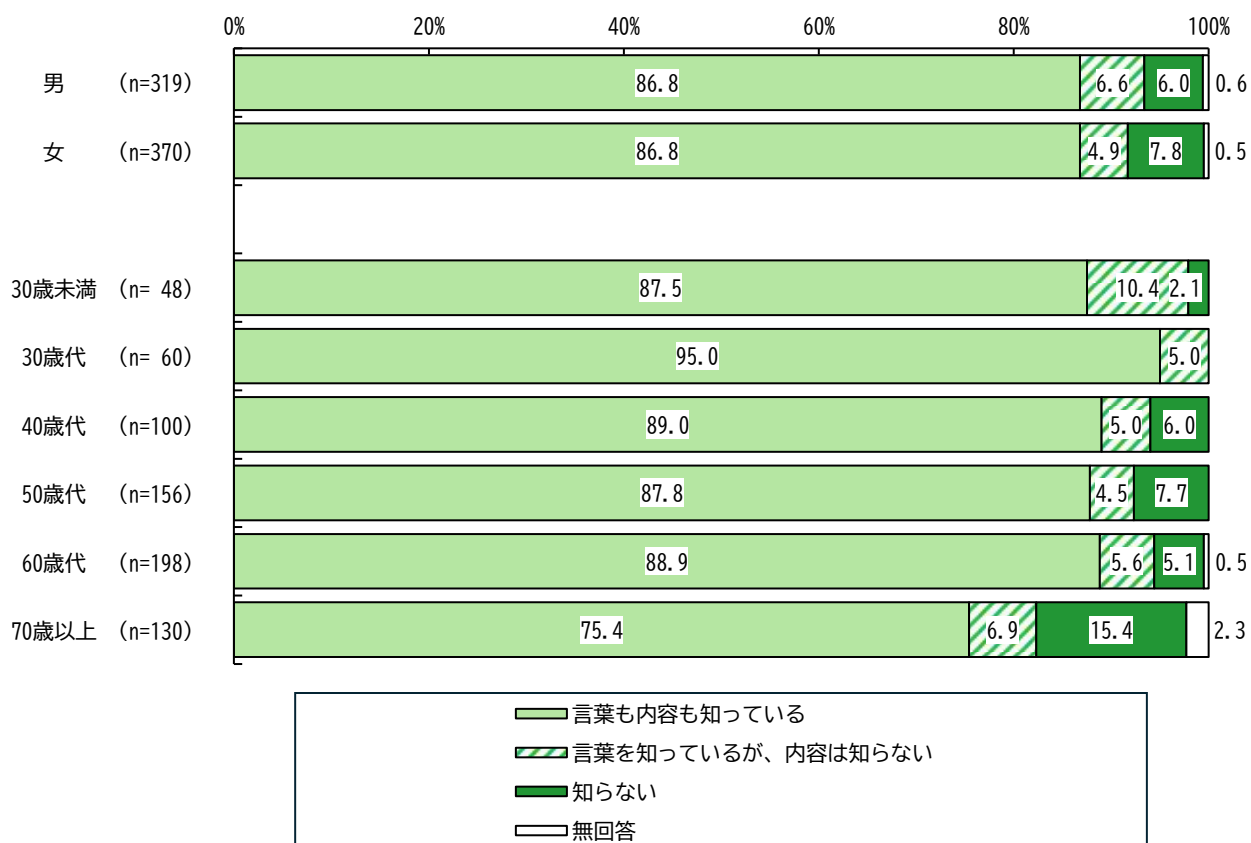
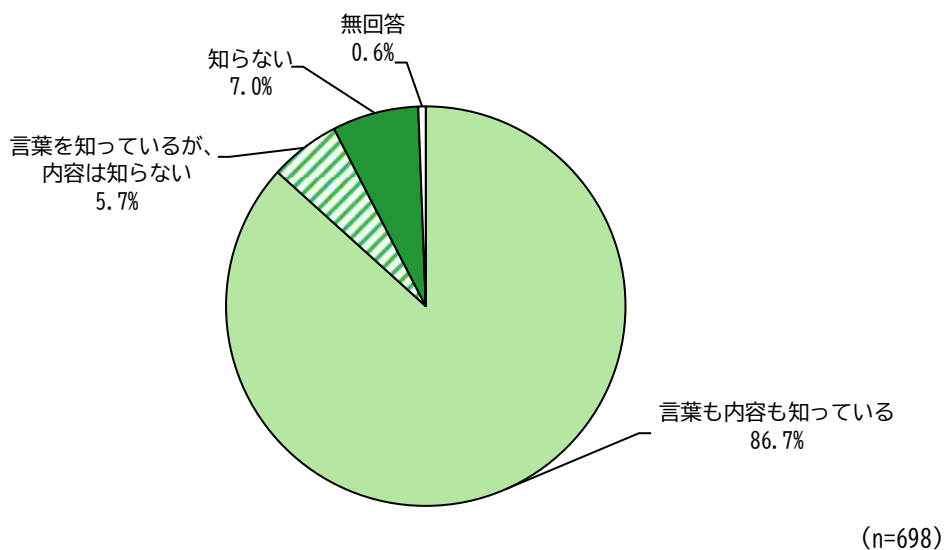


メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の認知度では、「言葉も内容も知っている」が76.6%、「言葉を知っているが、内容は知らない」が21.3%、「知らない」が1.4%となっています。

22. 受動喫煙の認知度

問21 受動喫煙という言葉を知っていますか。

(○は1つ)



受動喫煙の認知度では、「言葉も内容も知っている」が86.7%、「言葉を知っているが、内容は知らない」が5.7%、「知らない」が7.0%となっています。

3. 調査票

沼津市民の健康に関するアンケート

沼津市では、「生涯健康！笑顔で心豊かに暮らせるまち ぬまづ」を実現するため『第2次沼津市健康増進計画』を推進しています。この度、現計画の評価と次期計画の策定のため、『沼津市民の健康に関するアンケート』を実施することとなりました。

つきましては、あなたの健康づくりへの意識や日常生活の状況をお聞きし、計画の評価・策定のための貴重な資料として活用させていただきたく存じます。

本アンケート調査の趣旨を御理解いただき、格別の御協力を賜りますようお願い申し上げます。

令和6年9月

沼津市長

頼 重 秀 一

〈御協力のお願について〉

- ・このアンケートは、令和6年8月1日を基準日として住民基本台帳から等間隔無作為抽出により選ばれた方に送付しています。御回答いただいた内容は、すべて統計的に処理いたしますので、個人データが公表されたり、個人が特定されたりすることはありません。どうぞ、ありのままにお答えください。
- ・所要時間は、約5分です。
- ・郵送された宛名御本人様がお答えください(宛名御本人様に回答する意思があるなかで、事情により本人による回答が困難な場合は、代筆や代行でも構いません)。

〈回答方法〉※下記 1 または 2 のいずれかの方法を選択してください。

1

郵送 ※切手は不要です。

御記入いただいたアンケートを同封の返信用封筒に入れて、ポストに御投函ください。

2

電子申請 ※通信サービスの接続料金は利用者様の負担となります。

●URLからアクセスする場合

  <https://logoform.jp/form/uBGd/587973>

URLバーにURLを入力し検索してください。

ページURL : <https://logoform.jp/form/uBGd/587973>

●QRコードからアクセスする場合

スマートフォンからQRコードを読み取り、回答ページへお進みください。



【電子申請回答の注意事項】

- ・各質問に対し、選択肢の中から当てはまるものを選択してください。
- ・回答途中にブラウザ、スマートフォンの「戻る」機能を使わないでください。
- ・すべての回答が終わりましたら、送信ボタンを押してください。
- ・電子申請で回答していただいた場合には、郵送での提出は必要ありません。

回答期限

9/13
(金)

問い合わせ先 沼津市保健センター(健康づくり課)

電話 055-951-3480 〈受付時間/月～金 8:30～17:00(祝日を除く)〉

【以下、アンケートに御回答ください】

質問ごとに該当する番号を○で囲むまたは□には数値を御記入ください。

「その他」は具体的に内容を御記入ください。

あなた御自身のことについてお伺いします。

(1) 居住地区を教えてください。地区名がわからない方は町名を御記入ください。(○は1つ)

1 第一	2 第二	3 第三	4 第四
5 第五	6 片浜	7 今沢	8 金岡
9 大岡	10 門池	11 静浦	12 大平
13 愛鷹	14 内浦	15 西浦	16 原
17 浮島	18 戸田	19 わからない(町名: □)	

(2) 性別を教えてください。(○は1つ)

1 男	2 女	3 その他
-----	-----	-------

(3) 年齢を教えてください。

令和6年4月1日現在 □ 歳

(4) 職業を教えてください。(○は1つ)

1 農・林・漁業	2 勤め人(会社員・公務員など)
3 自営業	4 アルバイト・パート・派遣など
5 学生	6 専業主婦(主夫)
7 無職	8 その他(□)

(5) 家族構成を教えてください。(○は1つ)

1 ひとり暮らし	2 独身で親と同居
3 夫婦のみ	4 夫婦と子ども
5 三世同居	6 その他(□)

(6) 身長を教えてください。

□ □ □ . □ cm

(7) 体重を教えてください。

□ □ □ . □ kg

あなたの生活習慣や健康など、日頃感じていることについてお伺いします。

<健康状態について>

問1 現在の健康状態はどうか。(○は1つ)

- | | | |
|-----------|--------|-------|
| 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 | |

<日常生活の身体活動について>

問2 日常生活で、毎日60分間くらい体を動かしていますか。(○は1つ)

※体を動かすとは、歩く、速歩きをする、犬の散歩をする、掃除をする、自転車に乗る、こどもと活発に遊ぶ、農作業をする、階段を速くのぼるなどと同等の動きを指します。

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

問3 1日の平均歩数を教えてください。

※10分間歩いた場合、約1,000歩と数えてください。

歩

<運動習慣について>

問4 運動を週に何日くらい行っていますか。(○は1つ)

- | | | |
|--------|--------|---------------|
| 1 週に7日 | 2 週に6日 | 3 週に5日 |
| 4 週に4日 | 5 週に3日 | 6 週に2日 |
| 7 週に1日 | 8 月に数日 | 9 行っていない ⇒問7へ |

→問4で「1」～「8」(運動を行っている)と答えた人にお聞きします。

問5 運動をする日の1日の平均運動時間を教えてください。

※1日に数回に分けて運動する人は、合計した時間をお書きください。

分

→問4で「1」～「8」(運動を行っている)と答えた人にお聞きします。

問6 その運動は、どのくらいの期間続けていますか。(○は1つ)

- | | | |
|-----------|-------------|------------|
| 1 ここ1か月以内 | 2 1か月～3か月未満 | 3 3か月～半年未満 |
| 4 半年～1年未満 | 5 1年以上 | |

<食生活について>

ここからは全ての方にお聞きます。

問7 朝食を週に何回食べますか。

週に 回

問8 朝食または夕食を家族と一緒に食べることは、どのくらいありますか。

(①朝食、②夕食、それぞれ1つずつ○)

	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3日	週に1日程度	ほとんどしない (ひとり暮らしも含む)
① 朝食	1	2	3	4	5
② 夕食	1	2	3	4	5

問9 主食(ごはん、パン、麺など)・主菜(肉・魚・卵・大豆製品などを使ったメインの料理)・副菜(野菜・きのこ・いも・海藻などを使った小鉢・小皿の料理)を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。(○は1つ)

1 ほとんど毎日	2 週4～5日くらい
3 週2～3日くらい	4 ほとんどない

<歯の健康について>

問10 自分の歯は何本ありますか。

本

※親知らず、入れ歯、ブリッジ、インプラントは含みません。さし歯は含みます。

※親知らずを入れないと全部で28本ありますが、多かたり少なかたりする人もいます。

<こころの健康について>

問11 この1か月間、睡眠によって休養が十分とれていますか。(○は1つ)

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

問12 こころの健康に不安を感じた時に利用することができる各種相談先や心療内科等の医療機関を知っていますか。(○は1つ)

1 知っている	2 知らない
---------	--------

問13 こころの健康に不安を感じて、誰かに相談したことはありますか。(○は1つ)

1 ある(家族・友人・行政・医療機関・相談機関・その他)	2 ない
------------------------------	------

<たばこについて>

問14 現在（この1か月間）、あなたはたばこを吸っていますか。（○は1つ）

- | | |
|-------------------------------|----------------|
| 1 毎日吸っている | 2 時々吸う日がある |
| 3 以前は吸っていたが、1か月以上吸っていない ⇒問16へ | 4 吸っていない ⇒問16へ |

→問14で「1 毎日吸っている」「2 時々吸う日がある」と答えた人にお聞きします。

問15 たばこを習慣的に吸うようになったのは何歳からですか。（○は1つ）

- | | |
|--------|----------|
| 1 10歳代 | 2 20歳代 |
| 3 30歳代 | 4 40歳代以降 |

ここからは全ての方にお聞きします。

問16 加熱式たばこ※は紙巻たばこと同じように健康を害することを知っていますか。（○は1つ）

※「加熱式たばこ」とは、たばこ葉やたばこ葉を用いた加工品に火を点けずに、電気ヒーターで加熱などして吸うタイプのたばこです。たばこ葉の入った専用のスティック等を、専用の装置に設置して使用します。

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

<健康づくりについて>

問17 健康づくりに関心をもっていますか。（○は1つ）

- | | |
|-------------|------------------------|
| 1 もっている | } 「2」または「3」と回答した人は問19へ |
| 2 もっていない | |
| 3 どちらともいえない | |

→問17で「1 もっている」と答えた人にお聞きします。

問18 あなたは、健康に関連して、どのようなことに関心をもっていますか。（○はいくつでも）

- | | |
|--------------|---------------|
| 1 食事・食生活 | 2 運動・身体活動 |
| 3 たばこ | 4 アルコール |
| 5 歯の健康 | 6 ころろ・ストレス |
| 7 定期的に健診を受ける | 8 健康づくりボランティア |
| 9 その他（ ） | |

ここからは全ての方にお聞きします。

問19 健康に関するイベント・講座が開催された場合、どのようなものであれば参加したいと思いますか。(〇はいくつでも)

1 食生活	2 運動
3 ストレスの解消法	4 禁煙・禁酒・節酒
5 歯の健康	6 健診結果の見方
7 特定健診・特定保健指導	8 健康経営*
9 健康度測定(骨健康度・体組成等)	10 加齢による身体の衰え
11 その他()	12 特にない

※「健康経営」とは、企業や事業所が従業員の健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実践することです。

問20 メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)という言葉を知っていますか。(〇は1つ)

1 言葉も内容も知っている
2 言葉を知っているが、内容は知らない
3 知らない

問21 受動喫煙という言葉を知っていますか。(〇は1つ)

1 言葉も内容も知っている
2 言葉を知っているが、内容は知らない
3 知らない

質問は以上です。御協力ありがとうございました。

この調査票は同封の返信用封筒に入れ、9月13日(金)

までにポストに投函してください。

沼津市民の健康に関するアンケート
【報告書】

令和6年10月

発行：沼津市保健センター（健康づくり課）
〒410-0881 静岡県沼津市八幡町 97
TEL：055-951-3480
FAX：055-951-5444