

当麻町健康づくり計画 別冊

健康づくりに関する 意識調査報告書

当麻町

令和6年3月

目 次

調査の概要	1
調査の目的、調査方法・回収率、報告書を見る際の注意事項	
I. 基本的な事項	2
性別、年齢、家族構成、職業、健康状態	
II. 食習慣	6
朝食の習慣、朝食を食べない理由、食事について気をつけていること、1週間の食事、飲酒の習慣、飲酒量	
III. 運動	18
運動不足、体を動かす心がけ、運動の種類、1日30分以上の運動習慣、運動できない理由、1日の平均歩数	
IV. たばこ	28
喫煙習慣の有無、分煙の有無、禁煙の予定、たばこへの取り組みへの希望	
V. 歯の健康	34
歯の本数、歯みがきの回数、歯間清掃補助用具、歯科健診の受診	
VI. こころの健康	39
ストレスの程度、ストレス解消の有無、相談相手の有無、相談先の種類、睡眠と休養、眠れないときの対処法	
VII. 健康管理に関すること	54
身長と体重、自身の体型認識、体型と体型認識の関係、体重測定 の習慣の有無、健康情報、健康で改善したいこと、定期的ながん検診 の受診の有無、がん検診を受けていない理由、過去1年間の健康診 断受診の有無、健康診断を受けない理由	
VIII. 町への提案（自由記載）	68
（資料）アンケート調査票	