



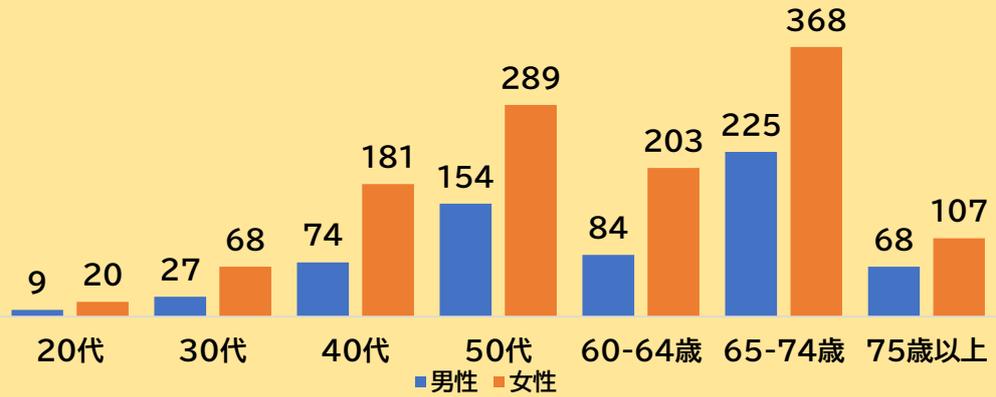
「健康づくりに関するアンケート」の結果(概要)

実施期間:2026年2月23日~3月 9日



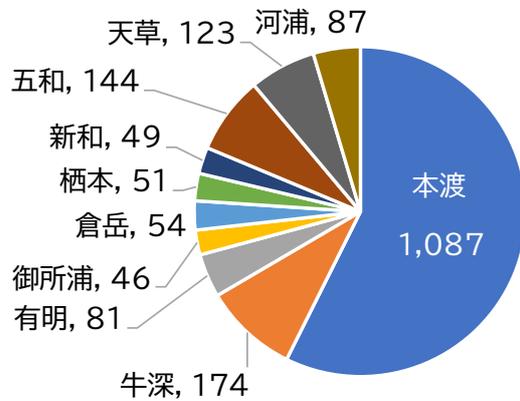
1,896

回答数

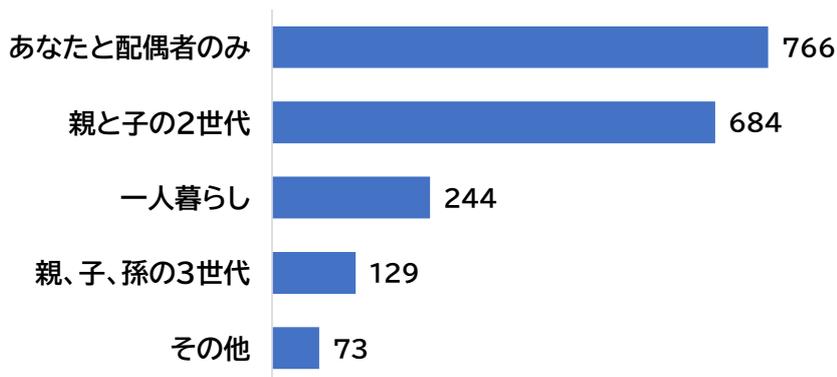


年齢別と性別

●お住まいの地区を教えてください。

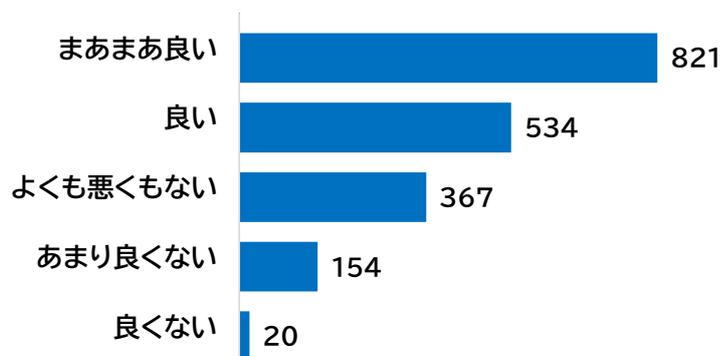


●世帯構成を教えてください。

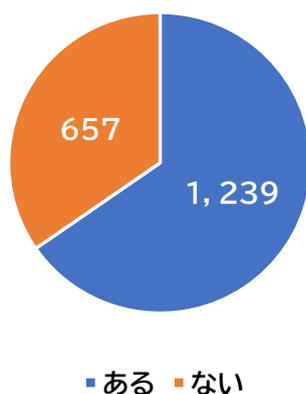


その他 … ルームシェア、兄弟姉妹夫婦と同居、甥と姪と同居、4世代 など

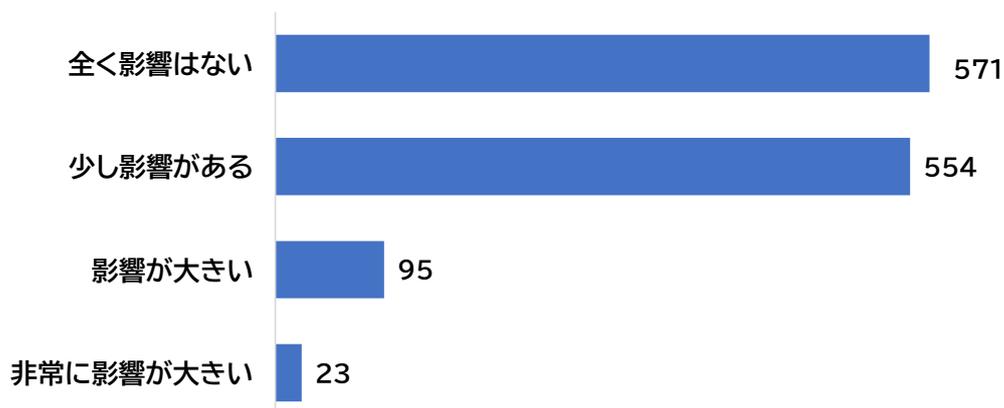
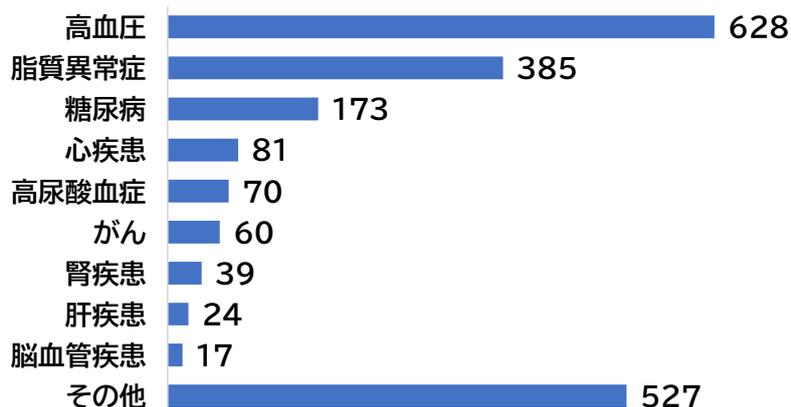
●現在、健康状態はいかがですか？



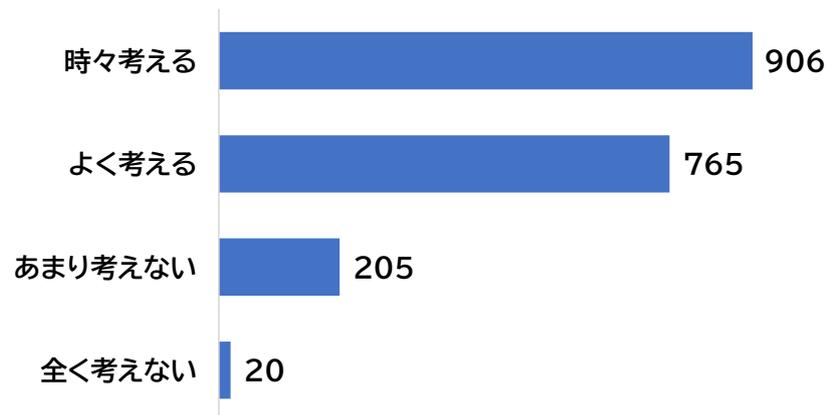
●現在、治療中の病気はありますか？



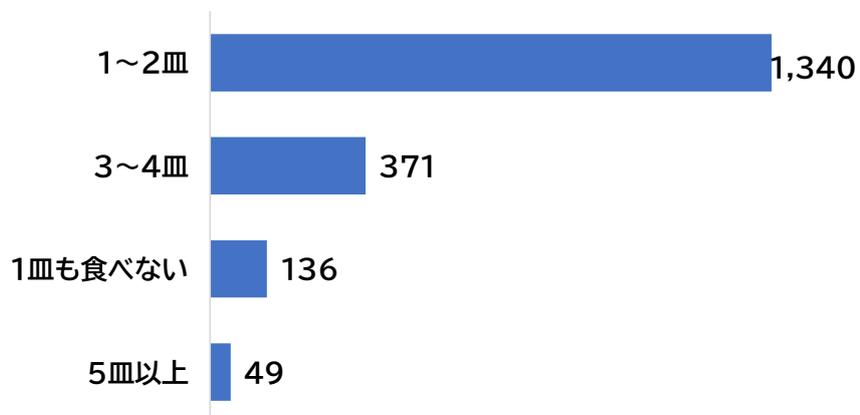
<治療中の病気があると回答した方の病名・病気の影響>



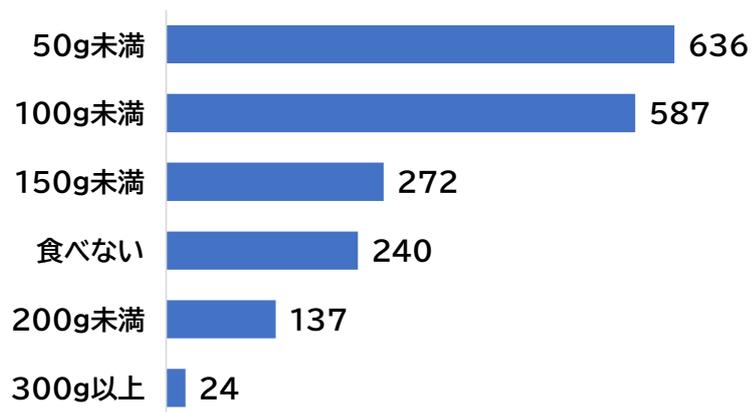
●栄養バランスを考えて食事をしていますか？



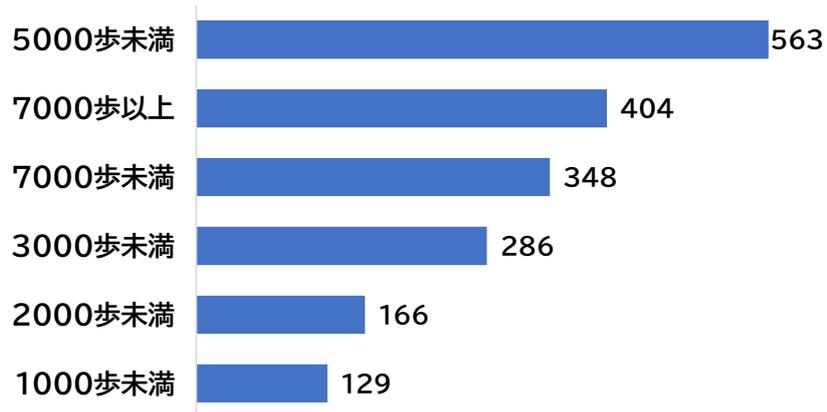
●あなたは1日どのくらい野菜を食べますか？(小鉢1皿を70gとした場合)



●果物は1日どのくらい食べますか？(100gの目安:みかん1個、バナナ1本、リンゴ1/2個)



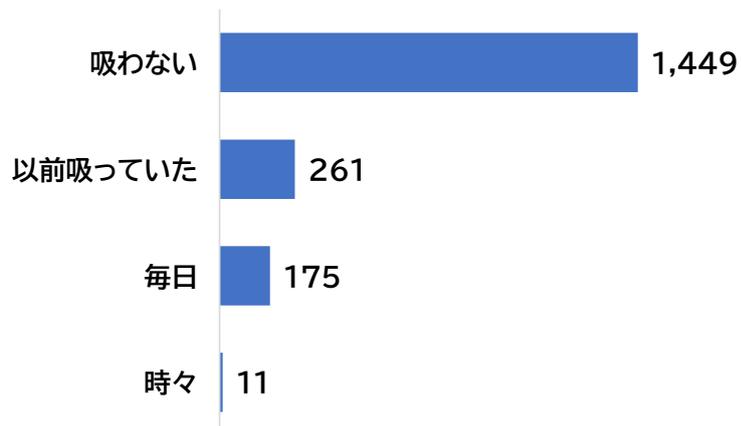
●日常生活の中で、1日どのくらい歩きますか？(10分間の歩行は約1000歩)



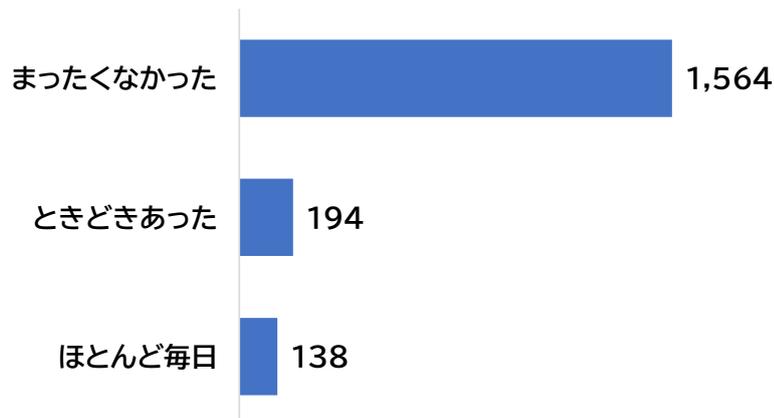
●睡眠での休養は十分とれていますか？



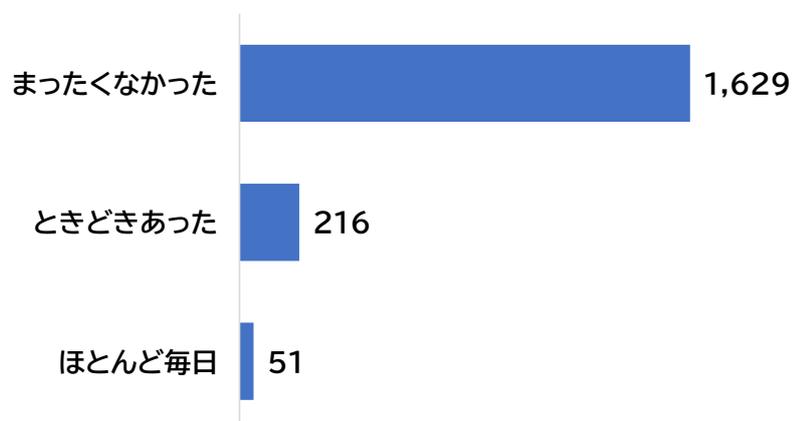
●たばこ(電子たばこを含む)を吸いますか？



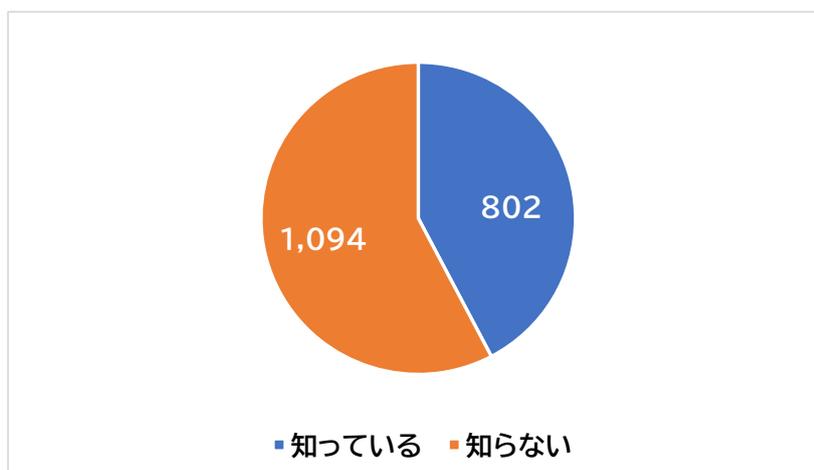
●この1週間、家庭内で家族などのたばこの煙を吸ってしまうことがありますか？



●この1週間、職場で喫煙していないにもかかわらず、たばこの煙の影響を受けることができましたか？

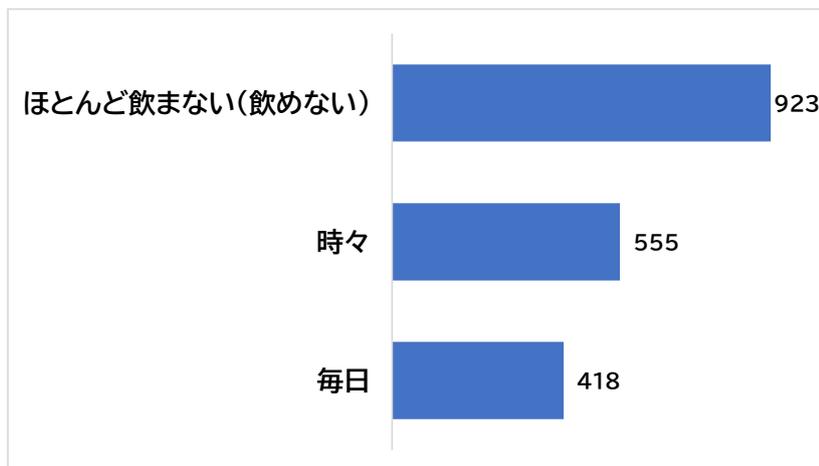


●COPD(慢性閉塞性肺疾患)という病気を知っていますか？

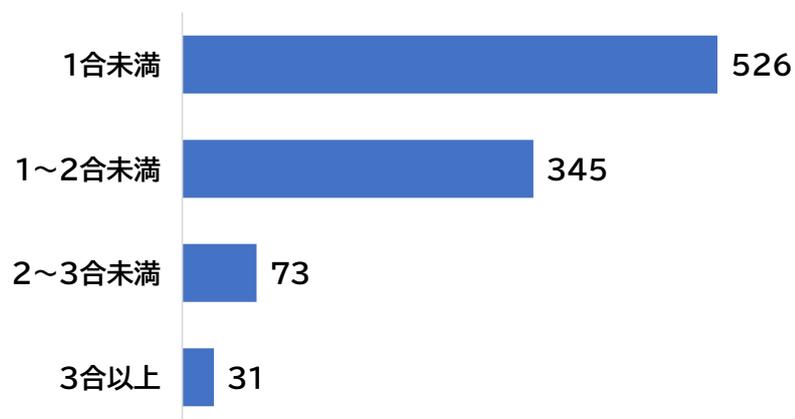


COPD… 従来、慢性気管支炎や肺気腫と飛ばれてきた病気の総称で、肺に持続的な炎症が生じている疾患のこと

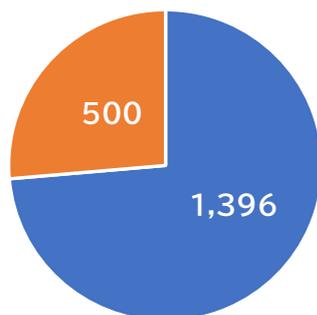
●お酒(清酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲む頻度はどのくらいですか？



●お酒はどのくらい飲みますか？

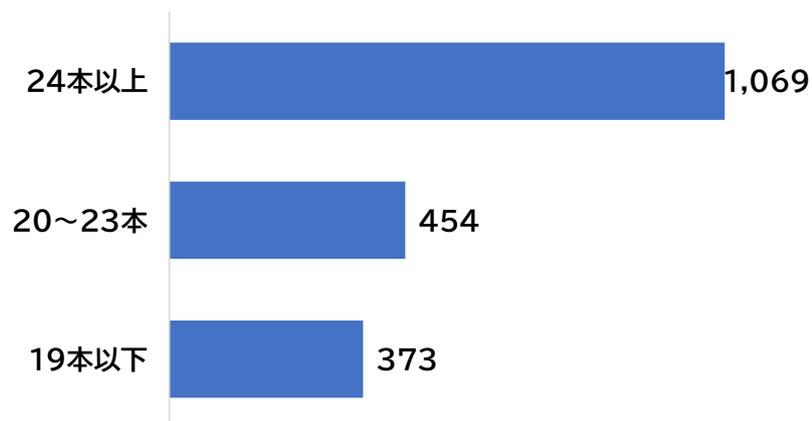


●この1年間、歯科検診や歯科治療を受けましたか？

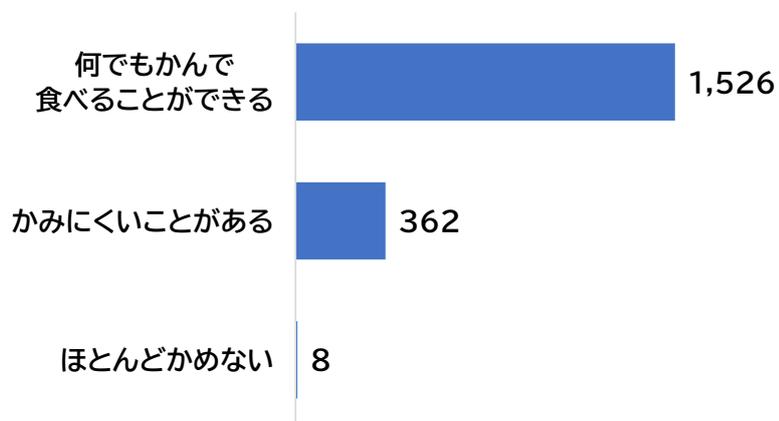


■ 検診や治療を受けた ■ 検診や治療を受けてない

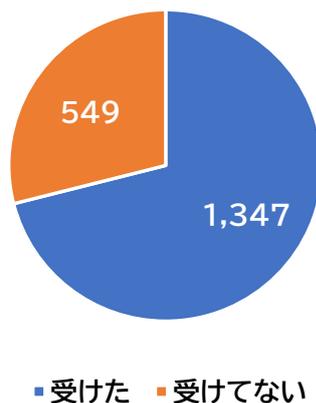
●自分の歯は何本ありますか？(永久歯は最大28本)



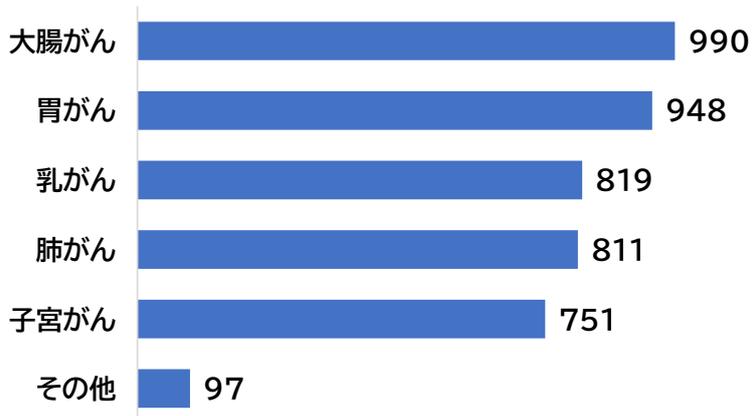
●あなたが食事をとるときの状態を教えてください。



●この1年間、がん検診を受けましたか？



<がん検診を受けたことがあると回答した方の検診名>

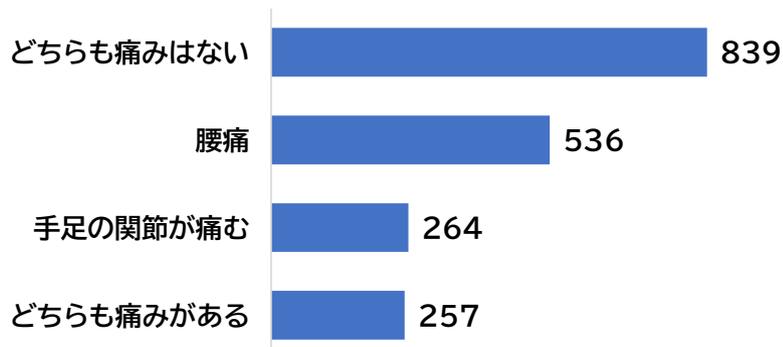


<その他>

甲状腺,腎臓,腫瘍マーカー,リンパ腫,膀胱,前立腺,すい臓

●この2週間の足腰の状態を教えてください。

手足関節腰痛



●あなた自身が、健康に暮らしていくためには、どんなことができると思いますか？

・食事のバランスには気をつけて、間食を控える。可能な範囲で適度な運動をする。
・健康に過ごすためには、食事内容を考慮したり軽いストレッチなどをおこない、
十分な休憩・睡眠時間を取るなどが必要と考えます。
・早寝早起き、腹八分目、運動を心がけ、ストレスを溜めないようにしたい。

など

皆さまからいただいたご意見は、今後の施策の参考とさせていただきます。
ご協力ありがとうございました。