
健康と食育に関するアンケート調査報告書

令和8年3月

宜野湾市 健康増進課

目次

1. 宜野湾市健康と食育に関するアンケート調査結果（市民）	1
(1) 調査の実施概要	1
1) 調査の目的	1
2) 調査の実施方法・結果	1
3) 結果の見方	2
4) 全国・沖縄県の類似調査の実施概要	2
(2) 調査の結果概要	3
◆回答者自身について	3
◆食生活・生活習慣	4
◆身体活動・運動	5
◆休養・ストレス	6
◆飲酒	7
◆たばこ	7
◆歯・口腔	7
◆身体状況	8
◆健康行動	8
◆社会とのつながり	9
(3) 調査の結果詳細	10
◆回答者自身について	10
◆食生活・生活習慣	17
◆身体活動・運動	30
◆休養・ストレス	36
◆飲酒	42
◆たばこ	45
◆歯・口腔	48
◆身体状況	53
◆健康行動	57
◆社会とのつながり	62
◆自由意見	66
(4) 調査票	72
2. ぎのわん市健康と食育に関するアンケート調査結果（小学5年生）	79
(1) 調査の実施概要（小学5年生）	79
1) 調査の目的	79

2) 調査の実施方法・結果	79
3) 結果の見方	79
(2) 調査の結果概要 (小学5年生)	80
◆回答者自身について	80
◆食生活	80
◆歯	81
◆休養	81
◆運動	82
(3) 調査の結果詳細 (小学5年生)	83
◆回答者自身について	83
◆食生活	86
◆歯	96
◆休養	98
◆運動	105
(4) 調査票 (小学5年生用)	108
3. 宜野湾市健康と食育に関するアンケート調査結果 (中学2年生)	111
(1) 調査の実施概要	111
1) 調査の目的	111
2) 調査の実施方法・結果	111
3) 結果の見方	111
(2) 調査の結果概要 (中学2年生)	112
◆回答者自身について	112
◆食生活	112
◆歯	113
◆休養	113
◆運動	114
(3) 調査の結果詳細 (中学2年生)	115
◆回答者自身について	115
◆食生活	119
◆歯	129
◆休養	131
◆運動	138
(4) 調査票 (中学2年生用)	141

1. 宜野湾市健康と食育に関するアンケート調査結果(市民)

(1) 調査の実施概要

1) 調査の目的

市民の生活実態や健康行動、健康の社会環境的要因等を把握し、計画策定の基礎資料とする。

2) 調査の実施方法・結果

対象者	宜野湾市在住の 20 歳～74 歳の市民 (67,983 人)
サンプルサイズ	3,000 件
抽出方法	住民基本台帳を基に中学校区別・年代別・性別の層化無作為抽出法
実施方法	郵送による配布・回答に加えて WEB 回答を併用
調査期間	令和 7 年 3 月 17 日～31 日
回答数・率	509 件・17.0%
有効回答数・率	509 件・17.0%

■アンケート調査の精度

標本調査を行っているため、調査結果には統計上の誤差(標本誤差)が生じることがある。母集団 67,983 人に対し、抽出調査の信頼度を 95% (信頼度係数 1.96)、許容誤差を ±5% とした場合、統計学上の必要回答数は 383 件である。本調査の有効回答数は 509 件であり、本調査から得られた分析結果は、宜野湾市民全体の意見として推定するために十分な精度を得ている。

$$n = \frac{N}{\left(\frac{e}{Z}\right)^2 \times \frac{N-1}{P(1-P)} + 1}$$

※N: 母集団 Z: 信頼度係数 (1.96) P: 母比率 (当該選択肢を選択した者の割合) e: 誤差率

■標本誤差について

標本誤差は次の数式で求められる (信頼度を 95% とした場合)。

$$b = \pm 1.96 \times \sqrt{\frac{N-n}{N-1} \times \frac{p(1-p)}{n}}$$

b: 信頼度 95% の標本誤差 N: 母集団 n: 有効回答数
p: 回答比率

母集団と調査結果との間の標本誤差を下表に示す。本調査において回答数が 509 件となる設問は、標本誤差が±4.33%以下となり、国が実施している調査設計で目安とされることが多い標本誤差±5%を下回っている。

n \ P	10% または 90%	20% または 80%	30% または 70%	40% または 60%	50%
509	±2.60	±3.46	±3.97	±4.24	±4.33
400	±2.93	±3.91	±4.48	±4.79	±4.89
200	±4.15	±5.54	±6.34	±6.78	±6.92
100	±5.88	±7.83	±8.98	±9.60	±9.79

※母集団 67,983（令和7年2月末住民基本台帳世帯数）、信頼度 95%（係数 1.96）として算出。

3) 結果の見方

- ・回答結果の割合は、回答数の割合を小数点以下第2位で四捨五入しているため、単数回答であっても、合計値が100%にならない場合がある。
- ・複数回答の場合、回答は選択肢ごとの有効回答数に対して、割合を出している。そのため、合計が100%を超える場合がある。
- ・表や図中で、選択肢の文章が長いものは省略して載せている場合がある。また、「n」は集計の対象者数（設問の限定条件に該当する人の数）を表している。
- ・本文中の「平成25（2013）年度の調査」とは、食育推進計画の策定にあたって実施した市民アンケート（配布数2,000件、有効回答数451件）のことである。

4) 全国・沖縄県の類似調査の実施概要

調査名	調査主体	実施時期	抽出方法	対象年齢
国民健康・栄養調査	厚生労働省	令和5年11月	国民生活基礎調査の単位区から300単位区を無作為抽出	1歳以上（一部20歳以上）
県民健康・栄養調査	沖縄県	令和4年1月～2月中旬	国勢調査をもとに25地区を無作為抽出	満15歳以上（身体状況・生活習慣調査） 満20歳以上（栄養摂取状況調査）
食育に関する意識調査	内閣府	令和6年7月25日～9月1日	層化2段無作為抽出法	18歳以上の日本国籍者
食育に関する県民意識調査	沖縄県	令和4年10月21日～11月13日	住民基本台帳から抽出（10市町村）	満20歳以上の男女

(2) 調査の結果概要

◆回答者自身について

- ・性別について、「2. 女性」59.1%、「1. 男性」38.7%と女性が多い。
- ・年齢について、「50代」が21.0%と最も高い。
- ・身長・体重からBMIを求めたところ、「普通 ($18.5 \leq \text{BMI} < 25$)」が58.3%と最も高い。
性別にみると、「やせ ($\text{BMI} < 18.5$)」の割合は女性(10.6%)のほうが男性(4.1%)よりも高く、「肥満 ($25 \leq \text{BMI}$)」の割合は、男性(39.6%)のほうが女性(25.2%)よりも高い。
- ・最終学歴について、「4. 大学以上」が33.6%と最も高い。一方で、「1. 中学校」は3.9%とわずかになっている。
- ・現在の就労形態について、「1. 被雇用」が66.4%と最も高く、次いで「3. 無職」(22.4%)、「2. 自営」(10.0%)と続いている。
- ・もっとも長く務めた職種について、「1. 専門・技術職」が34.0%と最も高く、次いで「3. 事務職」、「4. 販売・サービス業」がともに(21.6%)となっている。
- ・家族構成について、「2. 家族と同居(二世帯)」が51.1%とおおよそ半数で最も高い。
- ・同一生計の家族人数について、「2人」が29.5%と最も高く、「3人」(23.2%)、「1人」(16.1%)、「4人」(15.3%)と続いている。
- ・同一生計の家族の続柄について、「1. 夫」が40.9%と最も高く、次いで「2. 妻」(29.9%)、「4. 中学生以上の子ども」(27.3%)、「3. 小学生以下の子ども」(22.8%)、「8. 母・義母」(10.8%)、「7. 父・義父」(6.5%)となっている。
- ・回答者の婚姻状況については、「1. 配偶者がいる(内縁含む)」が67.2%と最も高く、「4. 未婚」(17.5%)、「3. 離別」(8.4%)、「2. 死別」(3.9%)と続いている。
- ・昨年の世帯の年間手取り収入について、「500~600万円未満」が11.6%と最も高く、次いで「400~500万円未満」(10.8%)、「250~300万円未満」(8.3%)、「200~250万円未満」(7.7%)となっている。
- ・居住している中学校区について、「3. 嘉数中学校区」が30.5%と最も高く、次いで「2. 真志喜中学校区」(28.3%)、「1. 普天間中学校区」(20.2%)、「4. 宜野湾中学校区」(17.7%)となっている。

◆食生活・生活習慣

- ・朝食を食べる日数は、「1. ほとんど毎日食べる」が71.5%と最も高い。「4. ほとんど食べない」は12.2%となっている。
- ・朝食を「1. ほとんど毎日食べる」男性の割合（74.1%）は、平成25（2013）年度の調査結果（69.9%）と比べて、約4ポイント高いものの有意差はみられなかった。また、朝食を「1. ほとんど毎日食べる」女性の割合（70.1%）は、平成25（2013）年度の調査結果（77.0%）と比べて、減少している。
- ・朝食を欠食（「週2～3回」+「ほとんどない」）する若い世代（20代～30代）の割合は、31.3%で沖縄県（28.8%）、全国（29.6%）と同程度となっている。
- ・毎日は朝食を食べていない理由は、「1. 時間がない」が27.8%と最も高い。「6. 以前から食べる習慣がない」は15.3%となっている。
- ・夕食を食べる時間帯は、「2. 午後6時～8時まで」が65.0%と最も高い。「5. 決まっていない」は5.3%となっている。
- ・夕食後の飲食（おやつ・夜食等）の頻度は、「2. 週に3～4回」が40.1%と最も高い。「4. 全く食べない」は26.1%となっている。
- ・朝食を家族と一緒に食べる頻度は、「5. ほとんどない」が40.9%と最も高い。朝食を家族と一緒に「1. ほとんど毎日」食べる割合は32.4%であり、平成25（2013）年度の調査結果（41.1%）と比べて、減少している。
- ・夕食を家族と一緒に食べる割合は、「1. ほとんど毎日」が53.6%と最も高く、朝食に比べて夕食を家族と一緒に食べる割合は高くなっている。一方で、「5. ほとんどない」は20.2%となっている。
- ・誰か（地域の人）と一緒に食事をする頻度は、「6. ほとんどない」が55.4%と最も高い。「1. 週1回程度」は7.3%となっている。
- ・人と比較した食べる速度は、「2. ふつう」が49.7%と最も高い。「1. 速い」は35.4%となっている。
- ・持ち帰りの弁当や総菜の利用頻度は、「6. 週1回未満」が26.3%と最も高い。「7. 全く利用しない」は17.1%となっている。また、外食の頻度は、「6. 週1回未満」が38.1%と最も高い。「7. 全く利用しない」は16.9%となっている。
- ・主食、主菜、副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べる頻度は、「1. ほとんど毎日」が39.9%と最も高い。「4. ほとんどない」は11.0%となっている。
- ・ふだんから適正体重の維持や減塩などについて、『実践している』（1.いつも気をつけて実践+2.気をつけて実践）割合が56.9%と過半数を占めているものの、沖縄県（61.5%）や全国（63.7%）と比べて低い。
- ・「食育」について、『関心がある』（1.関心がある+2.どちらかといえば関心がある）割合が76.0%と大半を占めているものの、沖縄県（82.8%）や全国（80.8%）と比べて低い。また、食育に『関心がある』市民の割合（76.0%）は、平成25（2013）年度調査

結果（85.8%）と比べて減少している。

- ・地域や家庭の料理や味、食べ方・作法の継承について、「1. 受け継いでいる」(49.1%)と「2. 受け継いでいない」(50.3%)が、ほぼ同じ割合となっている。「1. 受け継いでいる」と答えた方のうち、地域や次世代に対して、「1. 伝えている」が65.2%、「2. 伝えていない」が34.8%となっている。
- ・産地や生産者を意識して農林水産物・食品を『選んでいる（1.いつも選んでいる+2.時々選んでいる）』が69.3%と多くを占める一方で、『選んでいない（3.あまり選んでいない+4.全く選んでいない）』は30.2%となっている。
- ・環境に配慮した農林水産物・食品を『選んでいる（1.いつも選んでいる+2.時々選んでいる）』が57.2%と過半数を占める一方で、『選んでいない（3.あまり選んでいない+4.全く選んでいない）』は42.3%となっている。
- ・食品ロス削減のために意識して『取り組んでいる（1.取り組んでいる+2.どちらかといえば取り組んでいる）』が87.1%と多くを占める一方で、『取り組んでいない（3.どちらかといえば取り組んでいない+4.取り組んでいない）』は12.1%となっている。
- ・「栄養バランスのとれた食事が手に入りやすい地域」について、「あてはまる」が42.8%で最も高い。
- ・「日常の生活に不便を感じることはない地域」について、「あてはまる」が58.0%で最も高い。
- ・「野菜や果物、食事などが適切な価格で入手することができる地域」について、「どちらかといえばあてはまる」が31.8%で最も高い。
- ・「スーパー、商店街などの営業時間やサービスが利用しやすい地域」について、「あてはまる」が60.1%で最も高い。
- ・「地域で入手できる食材料や持ち帰り弁当・総菜などの質に満足している」について、「どちらかといえばあてはまる」が38.9%で最も高い。
- ・「食の安全面で、信頼できるお店や生産者に恵まれた地域」について、「どちらかといえばあてはまる」が39.3%で最も高い。

◆身体活動・運動

- ・歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施しているかについて、「2. いいえ」の62.9%に対し、「1. はい」は36.7%となっている。
- ・運動をしているかについて、「2. いいえ」が62.5%、「1. はい」は37.1%と、「歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施しているか」の設問とほぼ同等の結果となった。
- ・どのくらい運動をしているかについて、「ア 1週間の運動日数」は「5日」が19.6%と最も高い。
- ・「イ 平均運動時間」は「30分以上 60分未満」が51.9%と最も高い。

- ・「ウ 継続年数」は「1年以上」が70.9%、「1年未満」が20.6%となっている。
- ・宜野湾市の『運動習慣者』の割合は21.5%で、沖縄県（31.7%）、全国（28.8%）より低い。
- ・「いいえ（運動していない）」と回答した方の理由は、「2. 時間に余裕がないから」が62.6%と最も高い。
- ・「自転車なしでは生活することが難しい地域」について、「全くあてはまらない」が42.6%と最も高い。
- ・「利用しやすい運動場所が多い地域」について、「ややあてはまる」が39.5%と最も高い。
- ・「歩いたり、自転車に乗る機会が多い地域」について、「ややあてはまる」が34.4%と最も高い。
- ・「運動教室やスポーツ・体操サークルなどが盛んな地域」について、「ややあてはまらない」が45.8%と最も高い。
- ・「気軽に集まれる公的な場所が多い地域」について、「ややあてはまる」が43.2%と最も高い。
- ・「気軽に集まれる、喫茶店、カフェ、飲食店などが多い地域」について、「ややあてはまらない」が36.0%と最も高い。

◆休養・ストレス

- ・普段の生活で悩みやストレスを感じるかについて、「2. ややある」が46.2%と最も高い。
- ・悩みやストレスを感じる主なことについて、「1. 仕事上のこと」が52.7%と最も高い。
- ・休養が『とれている』（1. 充分にとれている+2. まあまあとれている）割合は70.0%、『不足』（3. 不足しがち+4. 不足）は29.1%となっている。
- ・1日の平均睡眠時間について、「1日の平均睡眠時間5時間以上～6時間未満」が35.4%と最も高い。
- ・20代～50代で睡眠時間が「6～9時間」の割合は51.8%と、沖縄県（59.8%）より低く、全国（51.5%）と同程度である。60代で睡眠時間が「6～8時間」の割合は44.1%と、沖縄県（52.5%）や全国（52.3%）と比べて低い。
- ・20代～60代において、睡眠で休養が『とれている』（1. 充分とれている+2. まあまあとれている）割合（67.1%）は、沖縄県（77.5%）や全国（69.4%）と比べて低い。
- ・心理的苦痛を感じている者の割合※は13.9%と、沖縄県（9.2%）や全国（10.0%）と比べて高い。

※6つの質問について5段階（「まったくない」（0点）、「少しだけ」（1点）、「ときどき」（2点）、「たいてい」（3点）、「いつも」（4点））で点数化する。合計点数が高いほど、精神的な問題がより重い可能性があるとしてされている。健康日本21（第三次）において、生活機能の維持・向上の中で「心理的苦痛を感じている者の減少」の目標指数として「K6（こころの状態を評価する指標）の合計得点が10点以上の者の割合」を使用している。

◆飲酒

- ・『飲酒する（1.毎日+2.週5～6日+3.週3～4日+4.週1～2日+5.月に1～3日）』は48.4%となっており、そのうち「1.毎日」が13.0%と高い。
- ・1日あたりの飲酒種類は、「1.アルコール度数5度前後（ビール、酎ハイ、サワーなど）」が72.4%と最も高い。清酒換算のアルコール摂取量は、「1合」が42.7%と最も高い。
- ・20代～60代においては、男性のハイリスク飲酒者の割合（25.3%）は、沖縄県（22.2%）や全国（17.3%）よりも高い。女性のハイリスク飲酒者の割合（15.2%）は、沖縄県（16.0%）と同程度だが全国（12.2%）よりも高い。

◆たばこ

- ・喫煙状況について、「4.吸わない」が82.1%と最も高い。一方で、20代～60代においては、『吸っている』（「1.毎日吸っている」+「2.時々吸う日がある」）割合は11.3%で、沖縄県（16.5%）や全国（18.8%）と比べて低い。
- ・喫煙している方に禁煙の意向をたずねると、「3.やめたくない」が32.1%と最も高い。
- ・煙草を吸わない人のうち、「家庭、職場、飲食店のいずれかで受動喫煙の機会がある」割合は37.3%となっている。また、家庭、職場、飲食店ごとに受動喫煙の機会を有する者の割合は、家庭（ほぼ毎日）で3.4%、職場（月1回以上）で15.0%、飲食店（月1回以上）で24.2%となっている。

◆歯・口腔

- ・この1年間の歯科検診の受診状況について、「1.受けた」が62.7%と過半数を占めている。
- ・現在の歯の本数について、「20本以上」が79.6%と最も高い。
- ・かみ合わせが良いかについて、「1.はい（良い）」が71.3%と大半を占めている。2.いいえ（良くない）」は27.5%となっている。
- ・入れ歯、ブリッジまたはインプラントの利用状況は、「1.使っていない」が73.3%と大半を占めている。
- ・歯ぐきの状態について、「ウ 歯ぐきが下がって歯の根が出ている」（24.2%）、「キ 過去に歯科医師に歯周病と言われたことがある」（21.6%）、「イ 歯を磨いたときに血が出る」（20.0%）については他の項目と比較すると高めの結果となっている。
- ・40歳以上の歯周炎を有する者（進行した歯周炎を有するもの）の割合（43.0%）は、沖縄県（47.6%）と比べて低い。
- ・かんで食べる時の状態は、「1.何でもかんで食べることができる」が85.9%と大半を占めている。「何でもかんで食べることができる」と回答した50歳以上の割合は78.7%と、沖縄県（72.1%）と比べて高く、全国（86.2%）と比べて低い。

- ・普段からゆっくりよくかんで食べているかについて、「3. どちらかといえばゆっくりよくかんで食べていない」が39.7%と最も高い。
- ・『よくかんでいない』（3. どちらかといえばゆっくりよくかんで食べていない+4. ゆっくりよくかんで食べていない）が54.8%と過半数を超えている。

◆身体状況

- ・健康状態について、「2. まあまあ健康」が68.4%と最も多い。
- ・『健康である』（1. とても健康+2. まあまあ健康）が79.4%と大半を占めている。
- ・治療中または後遺症のある病気について、「7. 該当なし」（59.7%）と無回答（4.7%）を除く44.4%の方に何らかの後遺症または病気等があることがうかがえる。
- ・治療中または後遺症のある病気のうち「高血圧」は、男性（24.9%）のほうが女性（9.3%）よりも該当率が高い。
- ・過去1年間の入院歴について、「いいえ（入院していない）」が83.7%と大半を占めている。「はい（入院した）」は14.9%にとどまっている。
- ・健診や人間ドックの受診状況は、「1年以内に受けた」は69.2%と最も高い。
- ・『受けた』（1年以内に受けた+2~3年以内に受けた+4年以上前に受けた）が88.0%と大半を占めている。一方、「4. 受けていない」という方も10.8%と一定数みられる。
- ・健診や人間ドックを受診していない方の理由について、「2. 時間がとれなかったから」が36.4%と最も高い。

◆健康行動

- ・食習慣について、「2. 改善しなくてはいけないと思うが、実行できない」が45.6%と最も高い。
- ・運動習慣について、「2. 運動しなくてはいけないと思うが、実行できない」が49.9%と最も高い。
- ・健康アプリについて、「1. 関心はない」が42.8%と最も高い。
- ・ヘルスリテラシーを測定するため、病気や健康に関連した情報の収集や利用の能力について、「1. 全く思わない」を1点、「5. 強く思う」を5点として5項目の平均値を算出したところ、回答者全体の平均値は3.77だった。

◆社会とのつながり

- ・地域の人々は一般的に信用できると思うかについて、「2. まあ信用できる」が49.1%と最も高い。
- ・地域の人々は他の人の役に立とうと思うかについて、「3. どちらともいえない」が47.9%と最も高い。
- ・住んでいる地域にどの程度愛着があるかについて、「2. まあ愛着がある」が51.5%と最も高い。
- ・住んでいる地域にはいい人が多いと思うかについて、「2. まあそう思う」が49.3%と最も高い。
- ・グループ・活動に「参加していない」と回答した割合について、「④老人クラブ」が95.9%と最も高い。
- ・一方で、『参加している』（週4回以上+週2～3回+週1回+月1～3回+年に数回）と回答した割合について、「⑭模合」が22.0%と最も高い。
- ・なんらかの社会活動を行っている者の割合は56.2%で、性別にみると男性（66.5%）のほうが女性（50.2%）よりも割合が高い。

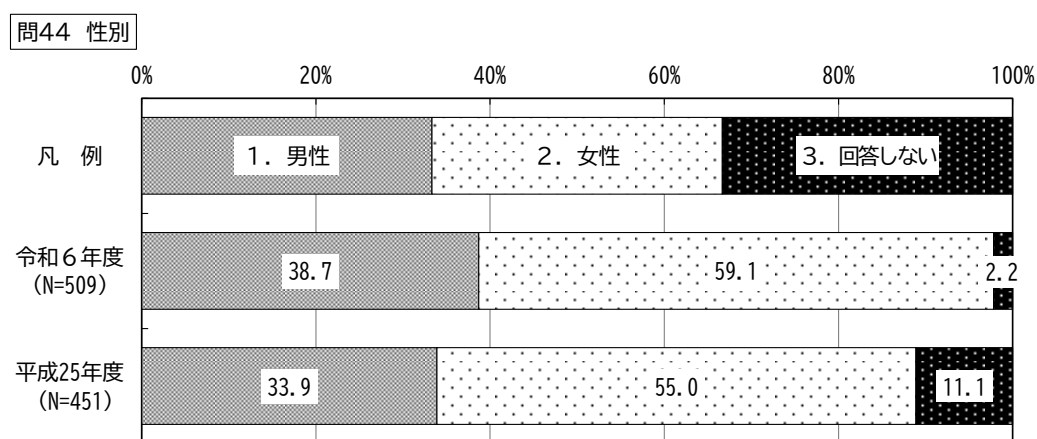
(3) 調査の結果詳細

◆回答者自身について

問 44 あなたの性別（単数回答）

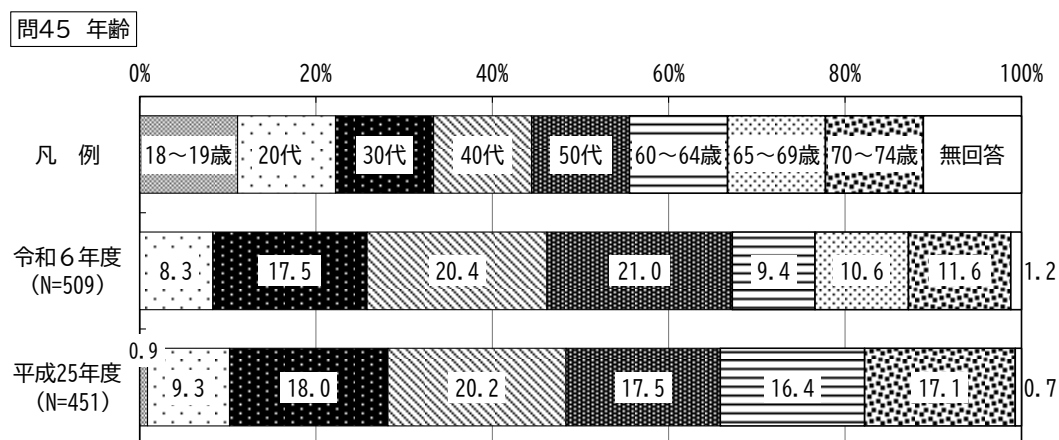
1. 男性	2. 女性	3. 回答しない
-------	-------	----------

・性別をみると、「2. 女性」59.1%、「1. 男性」38.7%と女性が多くなっている。



問 45 あなたの年齢（記入式）

・年齢をみると、「50代」が21.0%と最も高く、次いで「40代」（20.4%）、『60代』（20.0%）、「30代」（17.5%）がいずれも2割前後だが、『70～74歳』（11.6%）、「20代」（8.3%）は1割前後と低くなっている。



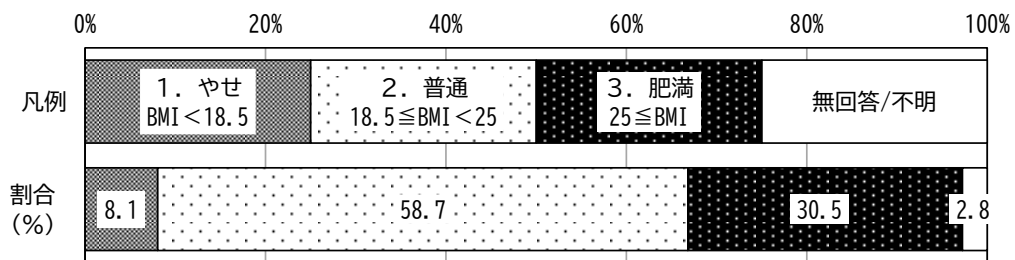
※前回調査では「60～64歳」「65～69歳」に分けていないため、グラフ上では「60～64歳」に60代の数値を表示

問 46 あなたの身長と体重を教えてください。(記入式)

身長 () cm	体重 () kg
-----------	-----------

- ・身長・体重から BMI を求めたところ、「普通 ($18.5 \leq \text{BMI} < 25$)」が 58.3%と最も高く、次いで「肥満 ($25 \leq \text{BMI}$)」(31.2%)、「やせ ($\text{BMI} < 18.5$)」(7.7%) となっている。
- ・性別にみると、「やせ ($\text{BMI} < 18.5$)」の割合は女性 (10.6%) のほうが男性 (4.1%) よりも高く、「肥満 ($25 \leq \text{BMI}$)」の割合は、男性 (39.6%) のほうが女性 (25.2%) よりも高い。

問46 BMI

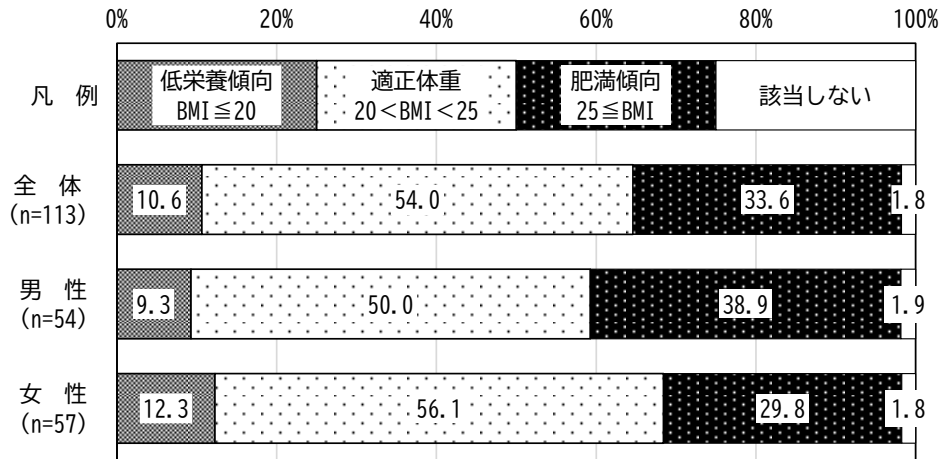


問46 BMI ×性別

		上段:実数 下段:横%	合計	やせ (BMI <18.5)	標準 (18.5 ≤ BMI <25)	肥満 (25 ≤BMI)	無回答/不 明
全体		509 100.0	509	39 7.7	297 58.3	159 31.2	14 2.8
性別	男性	197 100.0	197	8 4.1	107 54.3	78 39.6	4 2.0
	女性	301 100.0	301	32 10.6	186 61.8	76 25.2	7 2.3
	回答しない	11 100.0	11	1 9.1	6 54.5	1 9.1	3 27.3

・65歳以上75歳未満の方のうち適正体重を維持している(20<BMI<25)割合は54.0%、肥満傾向(25≤BMI)の割合は33.6%、低栄養傾向(BMI≤20)の割合は10.6%となっている。

問46 65歳以上のBMIの状況



参考：65歳以上のBMIの状況（※75歳以上のデータを含む）

肥満傾向の者（25 ≤ BMI） ・ 沖縄県 39.8%

低栄養傾向の者（BMI ≤ 20） ・ 沖縄県 10.0% ・ 全国 17.6%

沖縄県出典：「国保連合会健診データ」（令和4年）

全国出典：「国民健康・栄養調査（令和5年）」

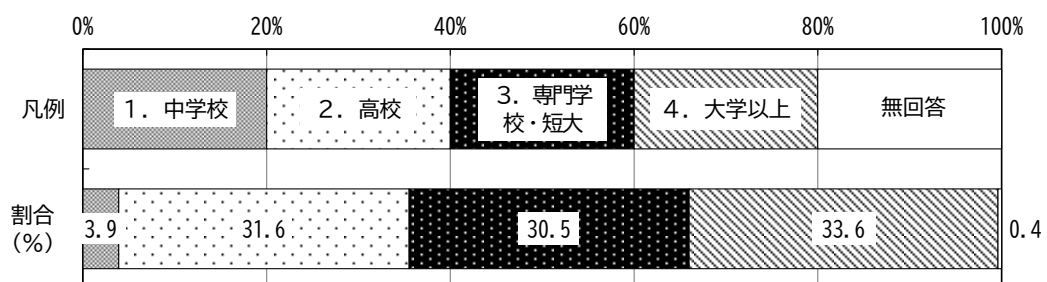
問47 あなたの最終学歴をお聞きします。（単数回答）

1. 中学校 2. 高校 3. 専門学校・短大 4. 大学以上

・最終学歴をみると、「4. 大学以上」が33.6%と最も高く、「2. 高校」（31.6%）、「3. 専門学校・短大」（30.5%）も3割程度となっている。

・一方で、「1. 中学校」は3.9%とわずかになっている。

問47 最終学歴



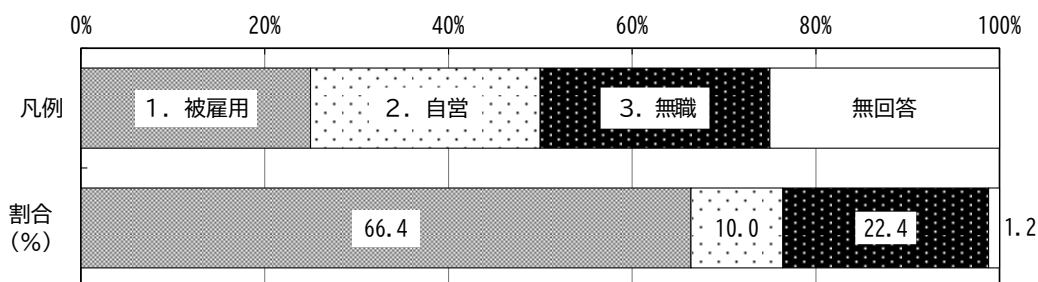
問 48 あなたの現在・過去の就労についておうかがいします。

1) 現在のあなたの就労形態はどれですか。(単数回答)

1. 被雇用	2. 自営	3. 無職
--------	-------	-------

・現在の就労形態をみると、「1. 被雇用」が 66.4%と最も高く、次いで「3. 無職」(22.4%)、「2. 自営」(10.0%)と続いている。

問48 1) 現在の就労形態

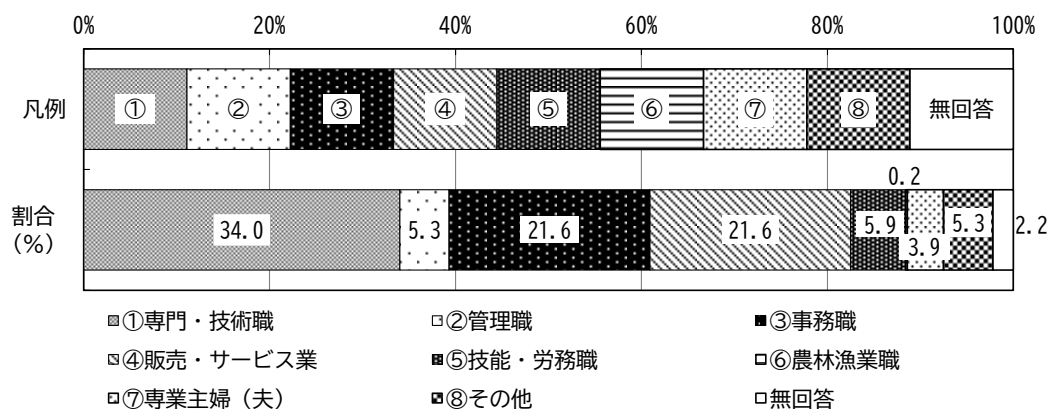


2) あなたのこれまでの仕事の中で、もっとも長く勤めた職種はなんですか。(単数回答)

1. 専門・技術職	2. 管理職	3. 事務職	4. 販売・サービス業
5. 技能・労務職	6. 農林漁業職	7. 専業主婦(夫)	8. その他()

・もっとも長く務めた職種をみると、「1. 専門・技術職」が 34.0%と最も高く、次いで「3. 事務職」、「4. 販売・サービス業」がともに (21.6%) となっている。

問48 2) これまでの就労でもっとも長く勤めた職種



- ①専門・技術職
- ②管理職
- ③事務職
- ④販売・サービス業
- ⑤技能・労務職
- ⑥農林漁業職
- ⑦専業主婦(夫)
- ⑧その他
- 無回答

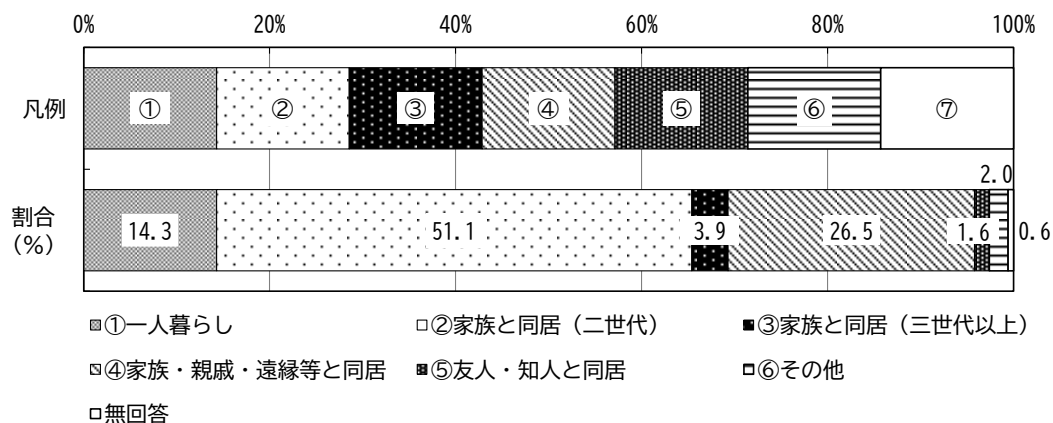
問 49 あなたのご家庭についておうかがいします。

1) 家族構成を教えてください。(単数回答)

1. 一人暮らし	2. 家族と同居 (二世世代)	3. 家族と同居 (三世代以上)
4. 家族・親戚・遠縁等と同居	5. 友人・知人と同居	6. その他 ()

・家族構成をみると、「2. 家族と同居 (二世世代)」が51.1%とおよそ半数で最も高く、「4. 家族・親戚・遠縁等と同居」(26.5%)、「1. 一人暮らし」(14.3%)、「3. 家族と同居 (三世代以上)」(3.9%)と続いている。

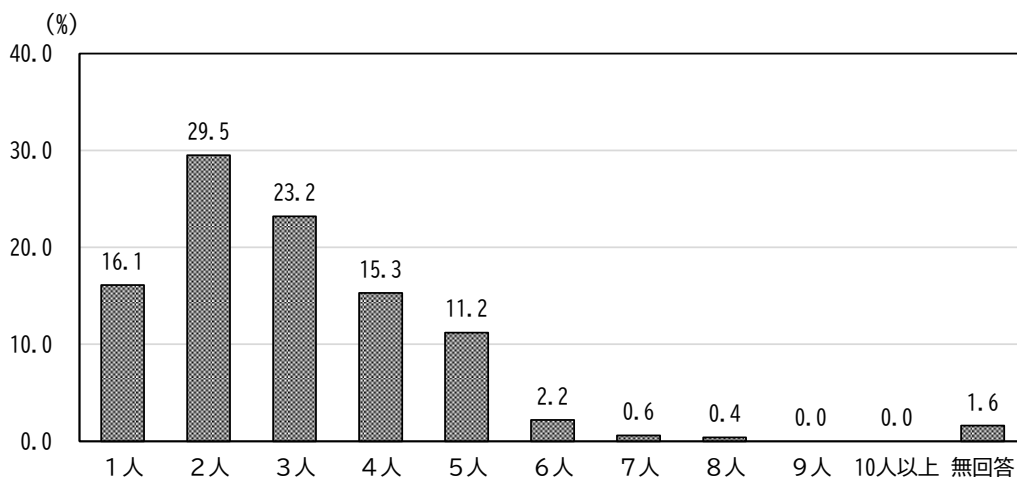
問49 1) 家族構成



2) あなたと生計が同じご家族の人数 (回答者を含む) を教えてください。(記入式)

・同一生計の家族人数をみると、「2人」が29.5%と最も高く、「3人」(23.2%)、「1人」(16.1%)、「4人」(15.3%)と続いている。
 ・また、『5人以上』は14.4%となっている。

問49 2) 生計が同じ家族の人数



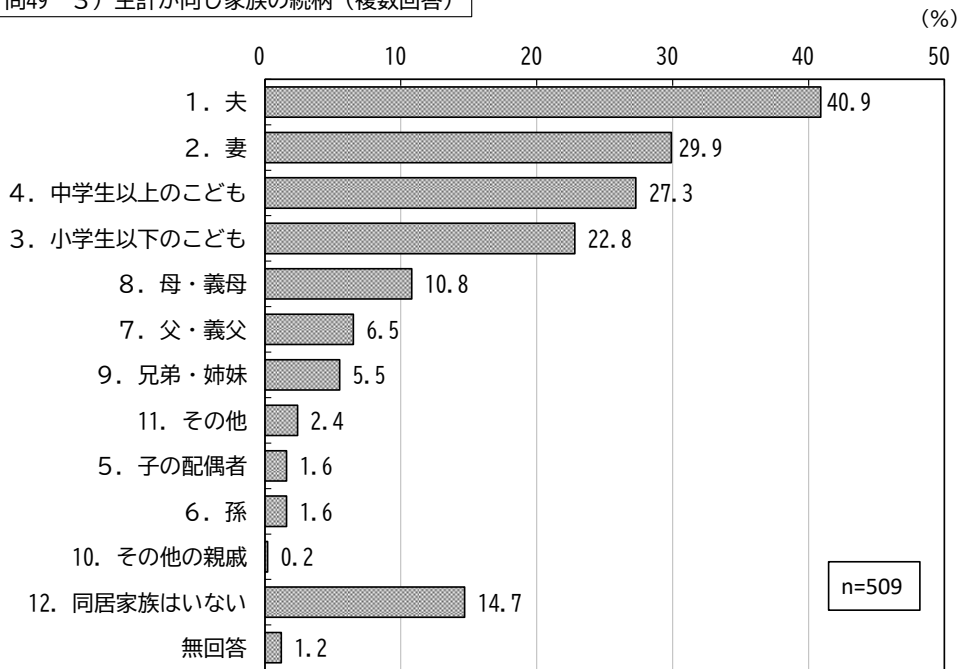
3) あなたと生計が同じご家族の方は、どなたですか。それぞれ人数も教えてください。

あなたからみた続柄でお答えください。(複数選択+記入式)

1. 夫	2. 妻	3. 小学生以下の子ども () 人
4. 中学生以上の子ども () 人	5. 子の配偶者 () 人	6. 孫 () 人
7. 父・義父 () 人	8. 母・義母 () 人	9. 兄弟・姉妹 () 人
10. その他の親戚 () 人	11. その他 () 人	12. 同居家族はいない

・同一生計の家族の続柄をみると、「1. 夫」が 40.9%と最も高く、次いで「2. 妻」(29.9%)、「4. 中学生以上の子ども」(27.3%)、「3. 小学生以下の子ども」(22.8%)、「8. 母・義母」(10.8%)、「7. 父・義父」(6.5%)となっている。

問49 3) 生計が同じ家族の続柄 (複数回答)

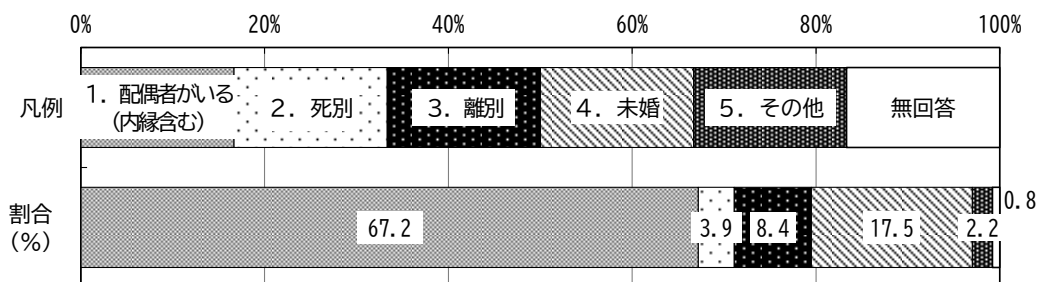


4) あなたの婚姻状態は、次のうちのどれにあてはまりますか。(単数回答)

1. 配偶者がいる (内縁含む)	2. 死別	3. 離別
4. 未婚	5. その他	

・回答者の婚姻状況については、「1. 配偶者がいる (内縁含む)」が 67.2%と最も高く、「4. 未婚」(17.5%)、「3. 離別」(8.4%)、「2. 死別」(3.9%)と続いている。

問49 4) 婚姻状態



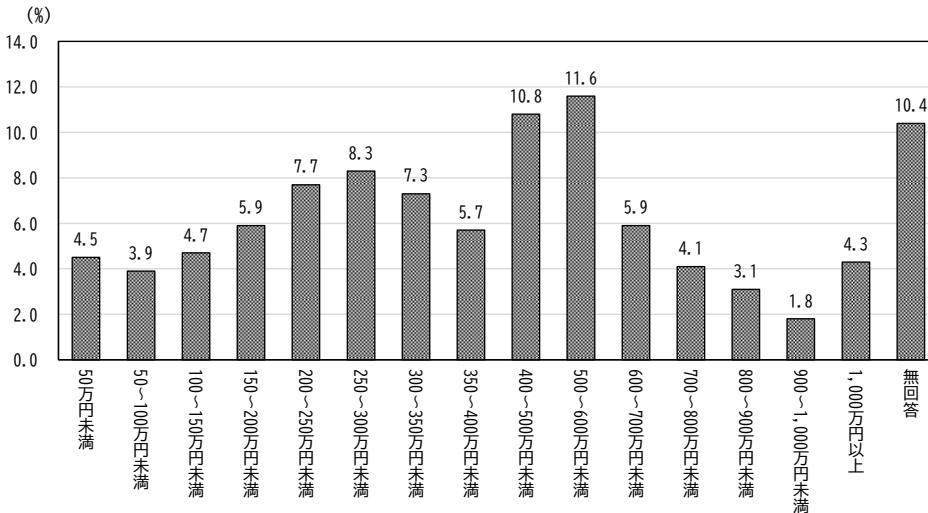
5) あなたと生計（家計）を共にしている方全員の収入を合わせた、昨年の「世帯の年間手取り収入（ボーナス含む手取り額）」を教えてください。世帯の収入から、税金や社会保険料の額を差し引いた後の額でお答えください。（あてはまるものを1つ選んで○をつけてください）

世帯収入（合算値）※世帯全体の年間、ボーナス含む手取り額（単数回答）

1. 50万円未満	2. 50～100万円未満	3. 100～150万円未満
4. 150～200万円未満	5. 200～250万円未満	6. 250～300万円未満
7. 300～350万円未満	8. 350～400万円未満	9. 400～500万円未満
10. 500～600万円未満	11. 600～700万円未満	12. 700～800万円未満
13. 800～900万円未満	14. 900～1,000万円未満	15. 1,000万円以上

・昨年の世帯の年間手取り収入についてたずねると、「500～600万円未満」が11.6%と最も高く、次いで「400～500万円未満」（10.8%）、「250～300万円未満」（8.3%）、「200～250万円未満」（7.7%）となっている。

問49 5) 昨年の世帯の年間手取り収入



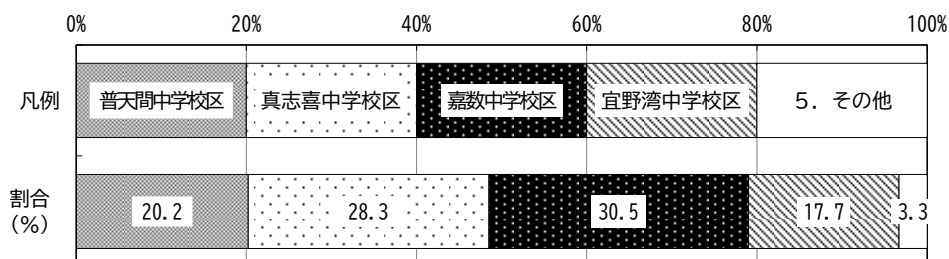
問 50 お住まいの中学校区はどちらですか。（単数回答）

※封筒の宛名ラベルに印字されている「中学校区」を確認し、下記から選んでください。

1. 普天間中学校区	2. 真志喜中学校区	3. 嘉数中学校区	4. 宜野湾中学校区
------------	------------	-----------	------------

・居住している中学校区をみると、「3. 嘉数中学校区」が30.5%と最も高く、次いで「2. 真志喜中学校区」（28.3%）、「1. 普天間中学校区」（20.2%）、「4. 宜野湾中学校区」（17.7%）となっている。

問50 中学校区



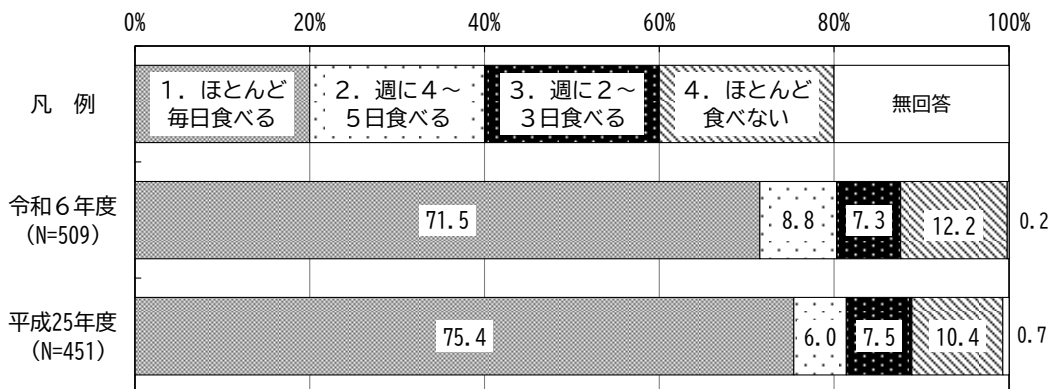
◆食生活・生活習慣

問1 あなたはふだん朝食を食べますか。(単数回答)

1. ほとんど毎日食べる ⇒問2へ	2. 週に4～5日食べる
3. 週に2～3日食べる	4. ほとんど食べない

- ・朝食を食べる日数をたずねると、「1. ほとんど毎日食べる」が71.5%と最も高く、次いで「4. ほとんど食べない」(12.2%)、「2. 週に4～5日食べる」(8.8%)、「3. 週に2～3日食べる」(7.3%)となっている。
- ・朝食を「1. ほとんど毎日食べる」男性の割合(74.1%)は、平成25(2013)年度の調査結果(69.9%)と比べて、約4ポイント高いものの有意差はみられなかった。
- ・朝食を「1. ほとんど毎日食べる」女性の割合(70.1%)は、平成25(2013)年度の調査結果(77.0%)と比べて、減少している。
- ・朝食を欠食(「週2～3回」+「ほとんどない」)する若い世代(20代～30代)の割合は、31.3%で沖縄県(28.8%)、全国(29.6%)と同程度となっている。

問1 朝食のとり方



問1 朝食のとり方 ×性別+年齢

(単数回答)

		合計	1. ほとんど毎日食べる	2. 週に4～5日食べる	3. 週に2～3日食べる	4. ほとんど食べない	無回答
全体		509	364	45	37	62	1
		100.0	71.5	8.8	7.3	12.2	0.2
性別	男性	197	146	17	9	24	1
		100.0	74.1	8.6	4.6	12.2	0.5
	女性	301	211	27	28	35	0
	100.0	70.1	9.0	9.3	11.6	0.0	
	回答しない	11	7	1	0	3	0
		100.0	63.6	9.1	0.0	27.3	0.0
年齢	20代～30代	131	73	17	21	20	0
		100.0	55.7	13.0	16.0	15.3	0.0

参考：朝食を欠食する若い世代(20代～30代)の割合

- ・市 31.3% (41/131人)
- ・沖縄県 28.8% 出典：「食育に関する県民意識調査」(令和4年度)
- ・全国 29.6% 出典：「食育に関する意識調査」(令和6年度)

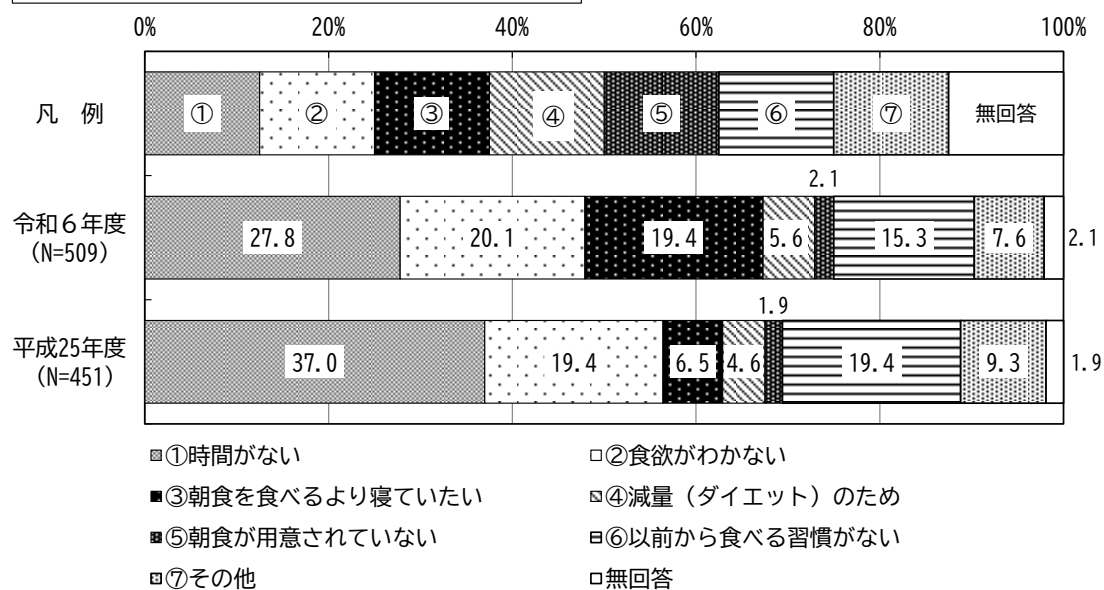
問1で「2. 週に4～5日食べる」、「3. 週に2～3日食べる」、「4. ほとんど食べない」と答えた方におたずねします。

問1-1 朝食を食べないもっとも大きな理由は何ですか。(単数回答)

- | | | |
|-----------------|----------------|------------------|
| 1. 時間がない | 2. 食欲がわかない | 3. 朝食を食べるより寝ていたい |
| 4. 減量(ダイエット)のため | 5. 朝食が用意されていない | 6. 以前から食べる習慣がない |
| 7. その他() | | |

- ・ 毎日朝食を食べていない理由をたずねると、「1. 時間がない」が27.8%と最も高く、次いで「2. 食欲がわかない」(20.1%)、「3. 朝食を食べるより寝ていたい」(19.4%)、「6. 以前から食べる習慣がない」(15.3%)となっている。
- ・ 毎日朝食を食べていない理由を、平成25(2013)年度の調査結果と比べると、「1. 時間がない」の割合は減少しており(今回27.8%、前回37.0%)、「6. 以前から食べる習慣がない」の割合も減少している(今回15.3%、前回19.4%)。一方で、「3. 朝食を食べるより寝ていたい」の割合は増加している(今回19.4%、前回6.5%)。

問1-1 朝食を食べないもっとも大きな理由 (n=144)



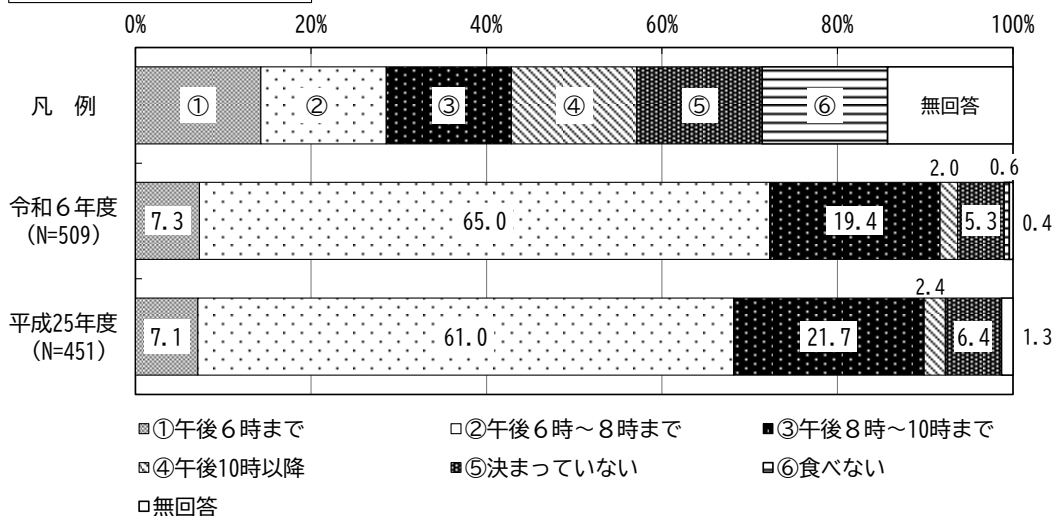
【その他】オートファジーを働かせる(2件)／朝風呂に入って体も頭も起きる／自分に最も合う食事の回数が、1日 1.5 回だから朝食は食べない／体調が悪いため／一日二食実践のため／時間がない／朝と昼兼用ご飯／腸を休める為お昼までは食べない／1日2食(昼と夜)の健康法を取り入れている

問2 あなたのふだん（平日）の夕食は何時ごろ食べますか。（単数回答）

1. 午後6時まで	2. 午後6時～8時まで	3. 午後8時～10時まで
4. 午後10時以降	5. 決まっていない	6. 食べない

- ・夕食を食べる時間帯をたずねると、「2. 午後6時～8時まで」が65.0%と最も高く、次いで「3. 午後8時～10時まで」（19.4%）、「1. 午後6時まで」（7.3%）、「5. 決まっていない」（5.3%）となっている。
- ・夕食を食べる時間帯は、平成25（2013）年度の調査結果から特に変化していない。

問2 平日の夕食をとる時間帯

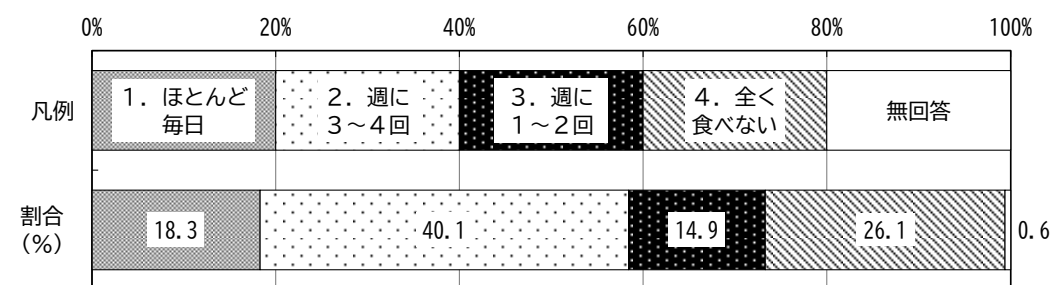


問3 あなたはふだん夕食後に飲食（おやつ・夜食等）をしますか。（単数回答）

1. ほとんど毎日	2. 週に3～4回	3. 週に1～2回	4. 全く食べない
-----------	-----------	-----------	-----------

- ・夕食後の飲食（おやつ・夜食等）の頻度をたずねると、「2. 週に3～4回」が40.1%と最も高く、次いで「4. 全く食べない」（26.1%）、「1. ほとんど毎日」（18.3%）、「3. 週に1～2回」（14.9%）となっている。

問3 夕食後の飲食（おやつ・夜食等）の状況

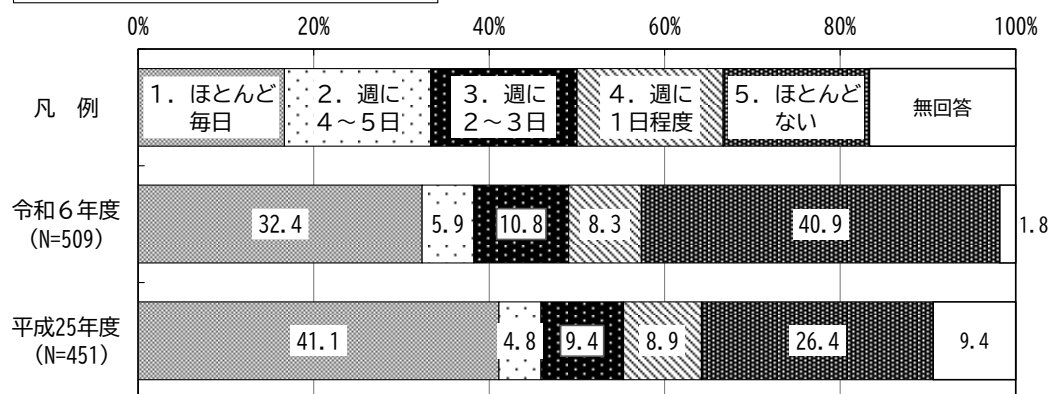


問4 あなたは、家族と一緒に食べることはどのくらいありますか。
 あてはまるものをそれぞれ選んでください。(単数回答)

朝食	1. ほとんど毎日 4. 週に1日程度	2. 週に4～5日 5. ほとんどない	3. 週に2～3日
夕食	1. ほとんど毎日 4. 週に1日程度	2. 週に4～5日 5. ほとんどない	3. 週に2～3日

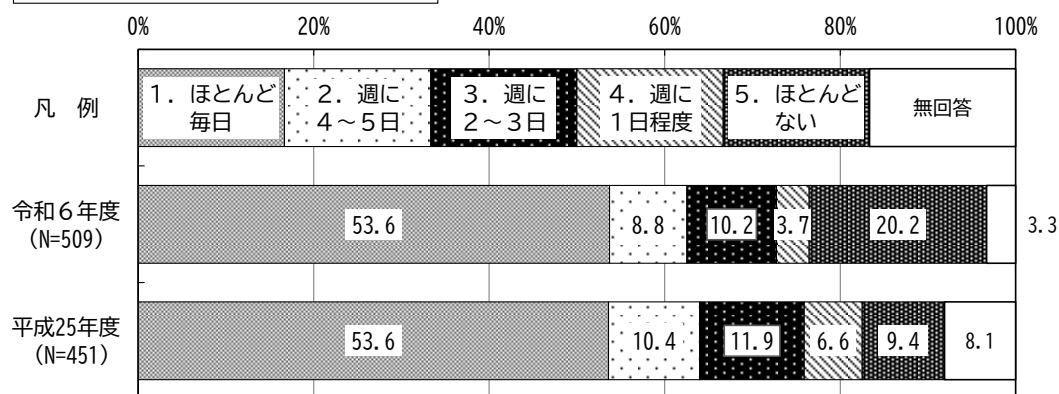
- ・朝食を家族と一緒に食べる頻度をたずねると、「5. ほとんどない」が40.9%と最も高く、次いで「1. ほとんど毎日」が32.4%となっている。
- ・朝食を家族と一緒に「1. ほとんど毎日」食べる割合(32.4%)は、平成25(2013)年度の調査結果(41.1%)と比べて、減少している。

問4 家族と一緒に食事をとる日数(朝食)



- ・一方で、夕食を家族と一緒に食べる割合をみると、「1. ほとんど毎日」が53.6%と最も高く、朝食に比べて夕食を家族と一緒に食べる割合は高くなっている。また、「5. ほとんどない」は20.2%となっている。
- ・夕食を家族と一緒に「1. ほとんど毎日」食べる割合は、平成25(2013)年度の調査結果と同じ53.6%だが、「5. ほとんどない」割合が増加している(今回20.2%、前回9.4%)。

問4 家族と一緒に食事をとる日数(夕食)

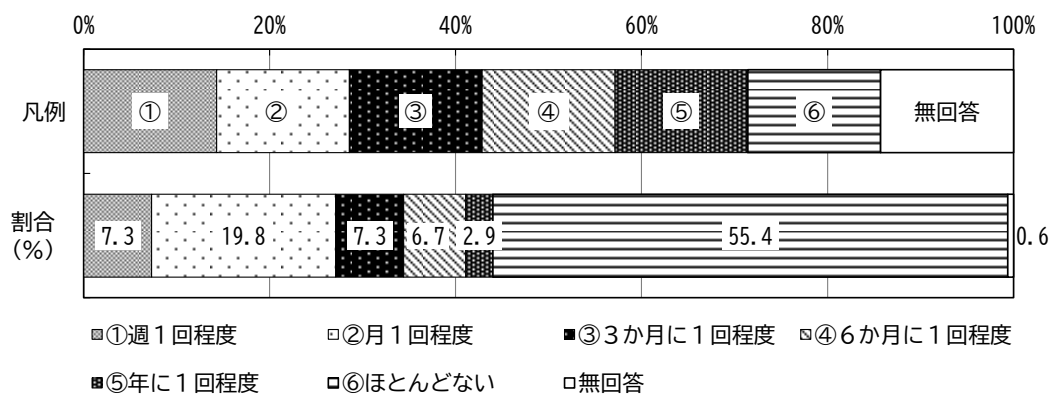


問5 ここ1年間で、あなたは地域等において、誰か（地域の人）と一緒に食事をするのはどのくらいありますか。（単数回答）

1. 週1回程度	2. 月1回程度	3. 3か月に1回程度
4. 6か月に1回程度	5. 年に1回程度	6. ほとんどない

- ・誰か（地域の人）と一緒に食事をする頻度をたずねると、「6. ほとんどない」が55.4%と最も高くなっている。
- ・一方で、一緒に食べる頻度は「2. 月1回程度」（19.8%）が高く、「1. 週1回程度」、「3. 3か月に1回程度」がともに（7.3%）、となっている。

問5 地域等において誰か(地域の人)と一緒に食事をする機会

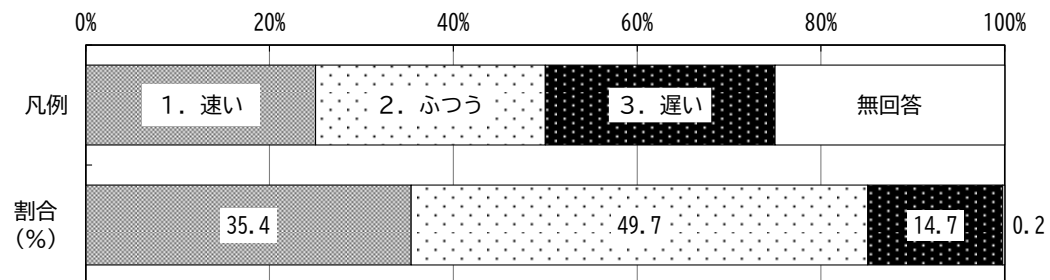


問6 あなたは、人と比較して食べる速度が速いですか。（単数回答）

1. 速い	2. ふつう	3. 遅い
-------	--------	-------

- ・人と比較した食べる速度をたずねると、「2. ふつう」が49.7%と最も高く、次いで「1. 速い」（35.4%）、「3. 遅い」（14.7%）となっている。

問6 人と比較した食べる速度

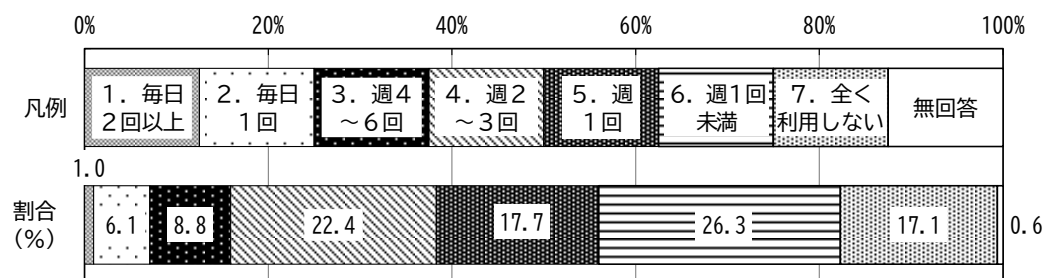


問7 あなたは、持ち帰りの弁当や総菜、外食（飲食店での食事）をどのくらい利用していますか。あてはまるものをそれぞれ選んでください。（単数回答）

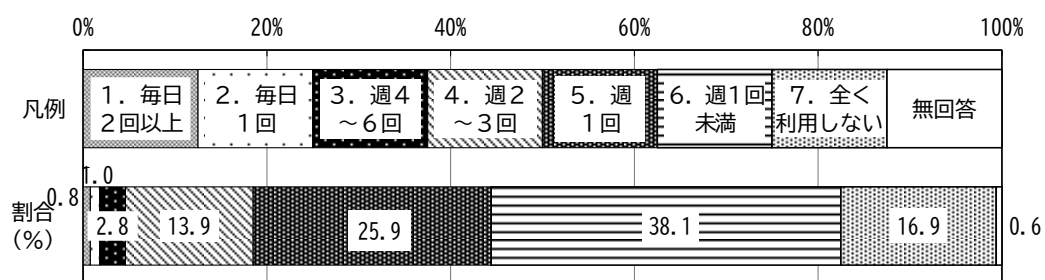
持ち帰りの弁当や総菜	1. 毎日2回以上 4. 週2～3回 7. 全く利用しない	2. 毎日1回 5. 週1回	3. 週4～6回 6. 週1回未満
外食	1. 毎日2回以上 4. 週2～3回 7. 全く利用しない	2. 毎日1回 5. 週1回	3. 週4～6回 6. 週1回未満

- ・持ち帰りの弁当や総菜の利用頻度をたずねると、「6. 週1回未満」が26.3%と最も高く、次いで「4. 週2～3回」(22.4%)、「5. 週1回」(17.7%)、「7. 全く利用しない」(17.1%)となっている。
- ・外食の頻度をたずねると、「6. 週1回未満」が38.1%と最も高く、次いで「5. 週1回」(25.9%)、「7. 全く利用しない」(16.9%)となっている。

問7 弁当や総菜、外食の利用状況(弁当や総菜)



問7 弁当や総菜、外食の利用状況(外食)



問7 弁当や総菜、外食の利用状況

(単数回答)

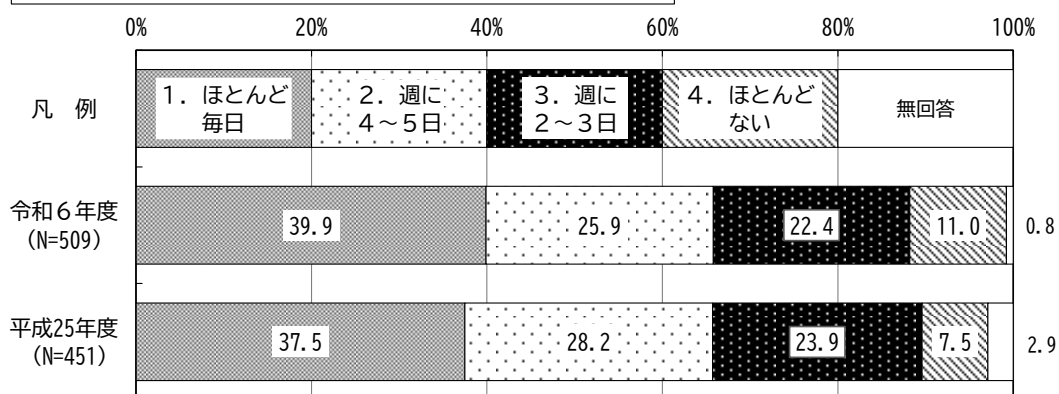
	弁当や総菜		外食	
	件数	割合 (%)	件数	割合 (%)
1. 毎日2回以上	5	1.0	4	0.8
2. 毎日1回	31	6.1	5	1.0
3. 週4～6回	45	8.8	14	2.8
4. 週2～3回	114	22.4	71	13.9
5. 週1回	90	17.7	132	25.9
6. 週1回未満	134	26.3	194	38.1
7. 全く利用しない	87	17.1	86	16.9
無回答	3	0.6	3	0.6
合計	509	100.0	509	100.0

問8 あなたが、主食、主菜、副菜の3つを組み合わせた食事を1日2回以上食べる日は週に何日ありますか。(単数回答)

1. ほとんど毎日 2. 週に4～5日 3. 週に2～3日 4. ほとんどない

- ・主食、主菜、副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べる頻度をたずねると、「1. ほとんど毎日」が39.9%と最も高く、「2. 週に4～5回」(25.9%)、「3. 週に2～3日」(22.4%)と続いている。一方で「4. ほとんどない」は11.0%となっている。
- ・主食、主菜、副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べる頻度は、平成25(2013)年度の調査結果から特に変化していない。

問8 主食、主菜、副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べる日数

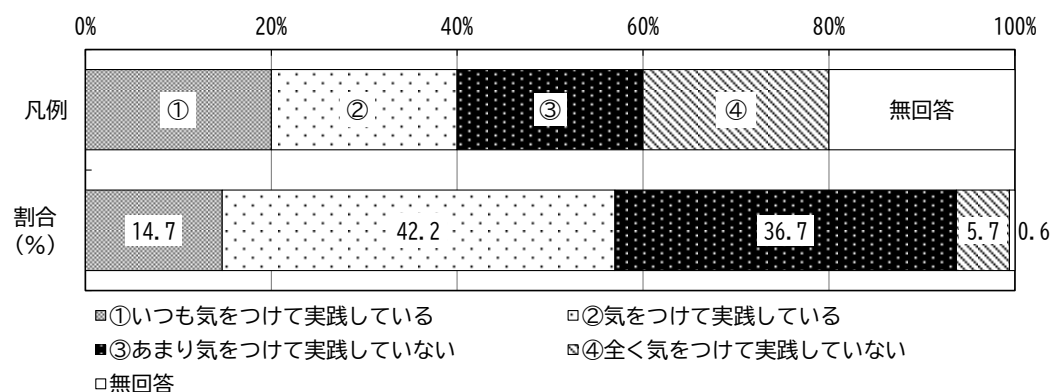


問9 あなたは、生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活を実践していますか。(単数回答)

1. いつも気をつけて実践している 2. 気をつけて実践している
3. あまり気をつけて実践していない 4. 全く気をつけて実践していない

- ・ふだんから適正体重の維持や減塩などに気をつけているかたずねると、「2. 気をつけて実践している」が42.2%と最も高くなっている。
- ・『実践している』(1.いつも気をつけて実践+2.気をつけて実践)割合が56.9%と過半数を占めているものの、沖縄県(61.5%)や全国(63.7%)と比べて低い。また、『実践していない』(3.あまり気をつけて実践していない+4.全く気をつけて実践していない)は42.4%となっている。

問9 適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活を実践しているか



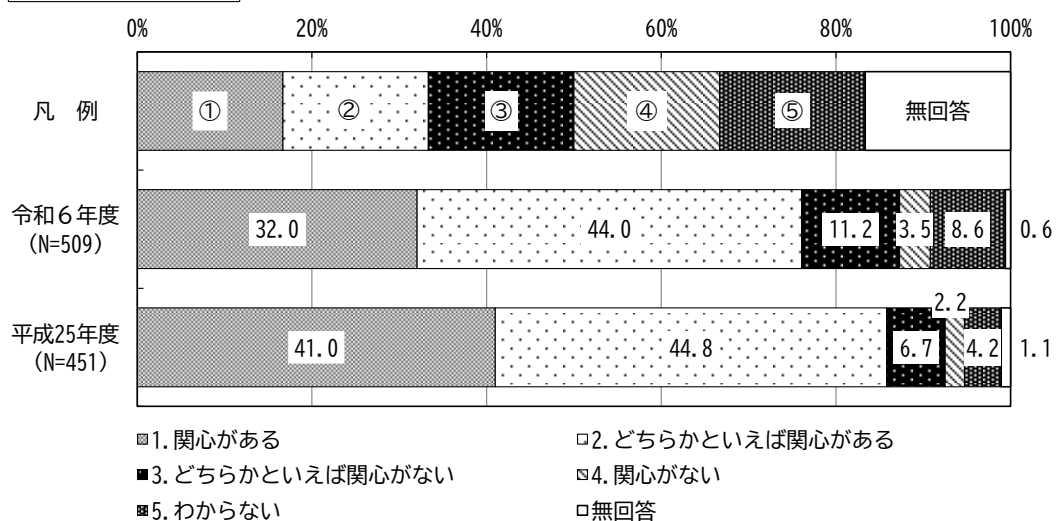
参考：体重管理や減塩などに気をつけた食生活を実践している者の割合
 ・沖縄県 61.5% 出典：「食育に関する県民意識調査」(令和4年度)
 ・全国 63.7% 出典：「食育に関する意識調査」(令和6年度)

問10 あなたは「食育」に関心がありますか。(単数回答)

- | | | |
|----------|------------------|------------------|
| 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. わからない | |

- ・「食育」への関心度をみると、「2. どちらかといえば関心がある」が44.0%と最も高くなっている。
- ・『関心がある』(1. 関心がある+2. どちらかといえば関心がある) 割合が76.0%と大半を占めているものの、沖縄県(82.8%)や全国(80.8%)と比べて低い。また、『関心がない』(3. どちらかといえば関心がない+4. 関心がない)は14.7%となっている。
- ・食育に『関心がある』市民の割合(76.0%)は、平成25(2013)年度調査結果(85.8%)と比べて減少している。

問10 「食育」の関心度



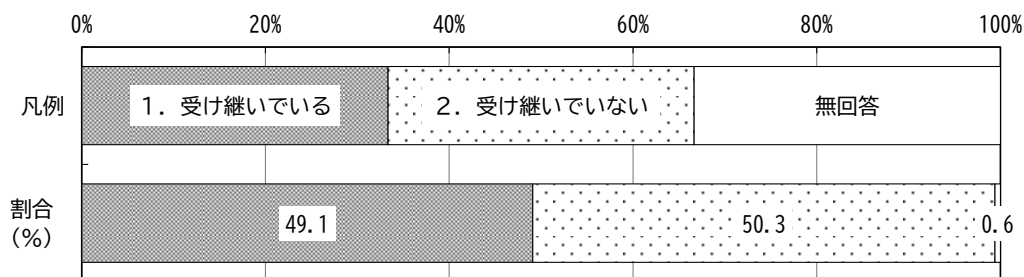
参考：食育に関心がある者の割合
 ・沖縄県 82.8% 出典：「食育に関する県民意識調査」(令和4年度)
 ・全国 80.8% 出典：「食育に関する意識調査」(令和6年度)

問11 あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を受け継いでいますか。(単数回答)

- | | |
|------------|-------------|
| 1. 受け継いでいる | 2. 受け継いでいない |
|------------|-------------|

- ・地域や家庭の料理や味、食べ方・作法の継承についてたずねると、「1. 受け継いでいる」(49.1%)と「2. 受け継いでいない」(50.3%)が、ほぼ同じ割合となっている。

問11 地域や家庭の料理や味、食べ方・作法を受け継いでいるか



- ・性別にみると、地域や家庭の料理や味、食べ方・作法の継承を「受け継いでいる」割合は女性（52.8%）のほうが男性（43.7%）よりも高い。

問11 地域や家庭の料理や味、食べ方・作法の継承 × 性別 (単数回答)

		上段:実数 下段:横%	合計	1. 受け継いでいる	2. 受け継いでいない	無回答
全体			509 100.0	250 49.1	256 50.3	3 0.6
性別	男性		197 100.0	86 43.7	109 55.3	2 1.0
	女性		301 100.0	159 52.8	141 46.8	1 0.3
	回答しない		11 100.0	5 45.5	6 54.5	0 0.0

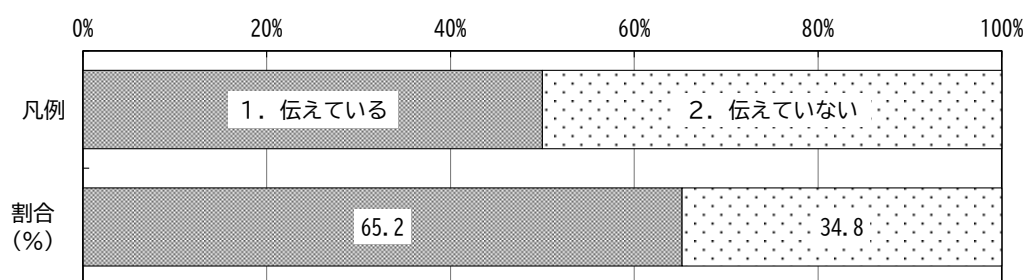
問11で「1. 受け継いでいる」と答えた方におたずねします。

問11-1 あなたが郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を、地域や次世代（子どもやお孫さんを含む）に対し伝えていますか。(単数回答)

1. 伝えている	2. 伝えていない
----------	-----------

- ・前問で「1.受け継いでいる」と答えた方に、地域や次世代に対して伝えているかたずねると、「1. 伝えている」が65.2%、「2. 伝えていない」が34.8%となっている。

問11-1 料理や味、食べ方・作法を地域や次世代に伝えているか(n=250)

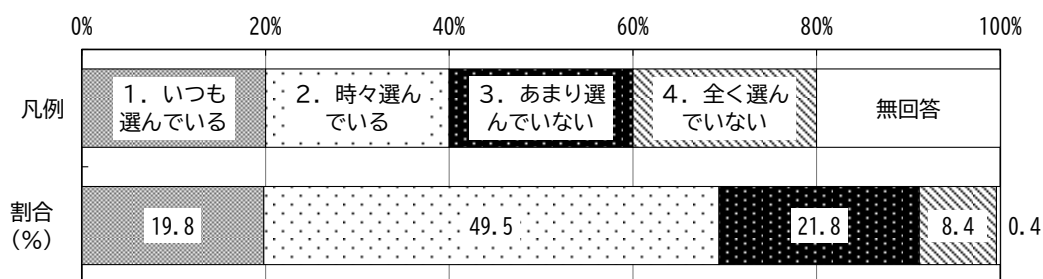


問12 あなたは、産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選んでいきますか。(単数回答)

- | | |
|--------------|-------------|
| 1. いつも選んでいる | 2. 時々選んでいる |
| 3. あまり選んでいない | 4. 全く選んでいない |

- ・産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選んでいるかたずねると、「2. 時々選んでいる」が49.5%と最も高くなっている。
- ・『選んでいる』(1.いつも選んでいる+2.時々選んでいる)が69.3%と多くを占める一方で、『選んでいない』(3.あまり選んでいない+4.全く選んでいない)は30.2%となっている。
- ・性別にみると、産地や生産者を意識して農林水産物・食品を「いつも選んでいる」割合は女性(23.9%)のほうが男性(13.2%)よりも高い。

問12 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選んでいるか



問12 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選んでいるか × 性別 (単数回答)

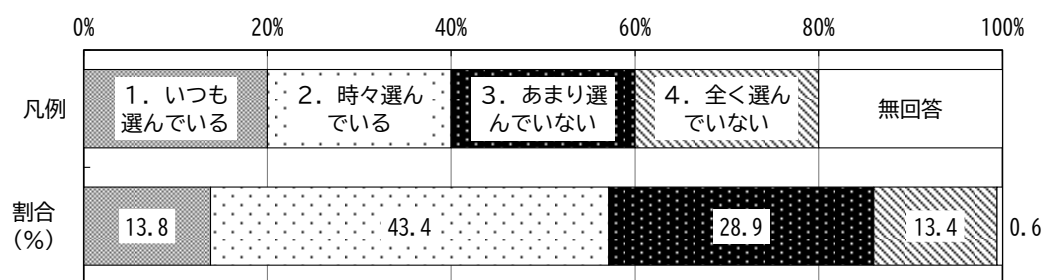
		上段:実数 下段:横%	合計	1. いつも選んでいる	2. 時々選んでいる	3. あまり選んでいない	4. 全く選んでいない	無回答
全体		509 100.0		101 19.8	252 49.5	111 21.8	43 8.4	2 0.4
性別	男性	197 100.0		26 13.2	101 51.3	47 23.9	21 10.7	2 1.0
	女性	301 100.0		72 23.9	148 49.2	60 19.9	21 7.0	0 0.0
	回答しない	11 100.0		3 27.3	3 27.3	4 36.4	1 9.1	0 0.0

問13 あなたは、日頃から環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいきますか。(単数回答)

1. いつも選んでいる	2. 時々選んでいる
3. あまり選んでいない	4. 全く選んでいない

- ・環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいるかたずねると、「2. 時々選んでいる」が43.4%と最も高くなっている。
- ・『選んでいる』(1.いつも選んでいる+2.時々選んでいる)が57.2%と過半数を占める一方で、『選んでいない』(3.あまり選んでいない+4.全く選んでいない)は42.3%となっている。

問13 環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいるか

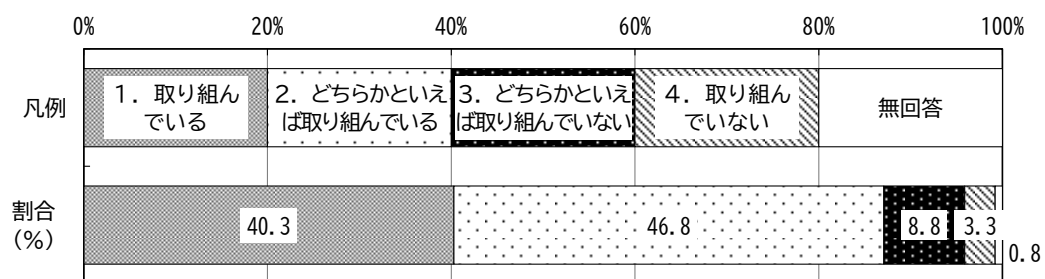


問14 あなたは、食べ残しを減らすなど、食品ロス削減のために意識して取り組んでいますか。(単数回答)

1. 取り組んでいる	2. どちらかといえば取り組んでいる
3. どちらかといえば取り組んでいない	4. 取り組んでいない

- ・食品ロス削減のために意識して取り組んでいるかたずねると、「2. どちらかといえば取り組んでいる」が46.8%と最も高くなっている。
- ・『取り組んでいる』(1.取り組んでいる+2.どちらかといえば取り組んでいる)が87.1%と多くを占める一方で、『取り組んでいない』(3.どちらかといえば取り組んでいない+4.取り組んでいない)は12.1%となっている。

問14 食品ロス削減のために意識して取り組んでいますか



問 15 あなたが住んでいる地域について伺います。次の6項目について、あてはまるものを1つずつお選びください。なお、「地域」は、小・中学校区から市町村程度の範囲でお考え下さい。

(ア～カいずれも単数回答)

	あてはまる	どちらかといえばあてはまる	どちらともいえない	どちらかといえばあてはまらない	あてはまらない
ア この地域は、たとえば主食・主菜・副菜を基本にするなど、栄養バランスのとれた食事が手に入りやすい	1	2	3	4	5
イ この地域では、必要な食材をスーパー、商店街などで購入することができたり、買い物に行くための交通手段が整っていたりするなど、日常の生活に不便を感じることはない	1	2	3	4	5
ウ この地域は、野菜や果物、栄養バランスのとれた食事などが適切な価格で入手することができる	1	2	3	4	5
エ この地域では、必要な食材を購入する上で、スーパー、商店街などの営業時間やサービスは利用しやすい	1	2	3	4	5
オ この地域で入手できる食材や持ち帰り弁当・総菜などの質に満足している	1	2	3	4	5
カ 食の安全面で、信頼できるお店や生産者に恵まれた地域だ	1	2	3	4	5

ア) 栄養バランスのとれた食事が手に入りやすい地域かたずねると、「あてはまる」が42.8%で最も高く、次いで「どちらかといえばあてはまる」(30.8%)、「どちらともいえない」(19.3%)となっている。

イ) 日常の生活に不便を感じることはない地域かたずねると、「あてはまる」が58.0%で最も高く、次いで「どちらかといえばあてはまる」(23.6%)、「どちらともいえない」(10.4%)となっている。

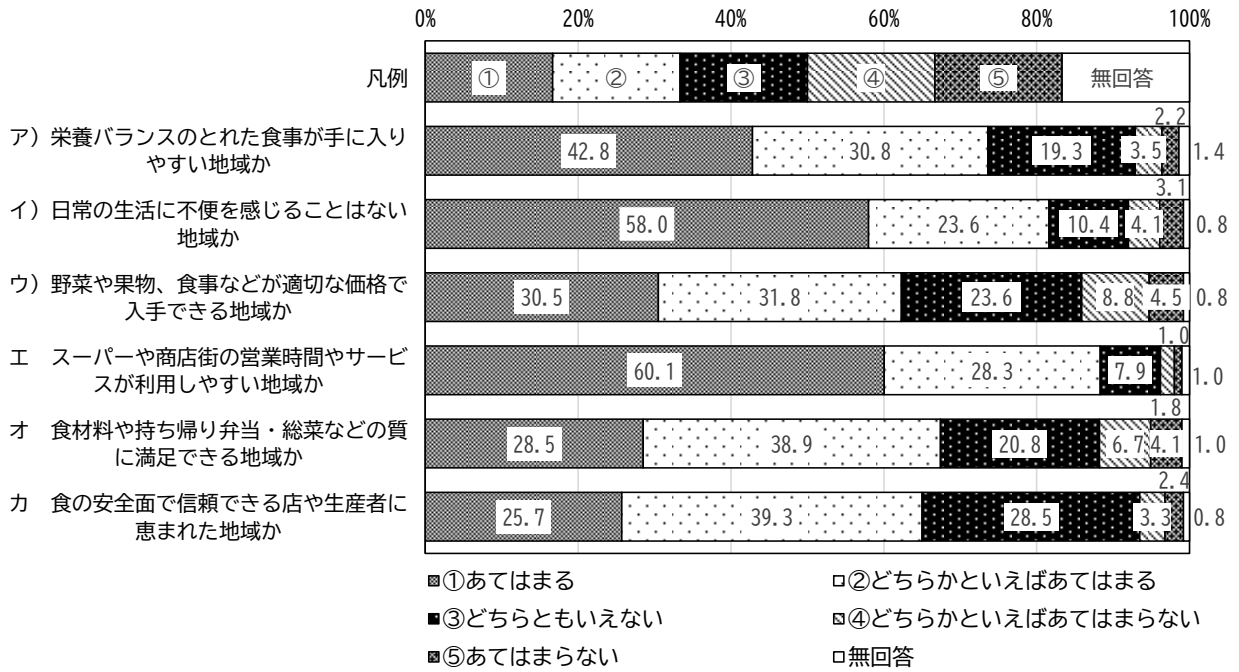
ウ) 野菜や果物、食事などが適切な価格で入手することができる地域かたずねると、「どちらかといえばあてはまる」が31.8%で最も高く、次いで「あてはまる」(30.5%)、「どちらともいえない」(23.6%)となっている。

エ) スーパー、商店街などの営業時間やサービスが利用しやすい地域かたずねると、「あてはまる」が60.1%で最も高く、次いで「どちらかといえばあてはまる」(28.3%)、「どちらともいえない」(7.9%)となっている。

オ) 地域で入手できる食材や持ち帰り弁当・総菜などの質に満足しているかたずねると、「どちらかといえばあてはまる」が38.9%で最も高く、次いで「あてはまる」(28.5%)、「どちらともいえない」(20.8%)となっている。

カ) 食の安全面で、信頼できるお店や生産者に恵まれた地域かたずねると、「どちらかといえばあてはまる」が39.3%で最も高く、次いで「どちらともいえない」(28.5%)、「あてはまる」(25.7%)となっている。

問15 住んでいる地域について



問15 住んでいる地域について

(単数回答)

	合計	あてはまる	どちらかといえばあてはまる	どちらともいえない	どちらかといえばあてはまらない	あてはまらない	無回答
ア 栄養バランスのとれた食事が手に入りやすい地域か	509	218	157	98	18	11	7
イ 日常生活に不便を感じることはない地域か	509	295	120	53	21	16	4
ウ 野菜や果物、食事などが適切な価格で入手できる地域か	509	155	162	120	45	23	4
エ スーパーや商店街の営業時間やサービスが利用しやすい地域か	509	306	144	40	9	5	5
オ 食材料や持ち帰り弁当・総菜などの質に満足できる地域か	509	145	198	106	34	21	5
カ 食の安全面で信頼できる店や生産者に恵まれた地域か	509	131	200	145	17	12	4

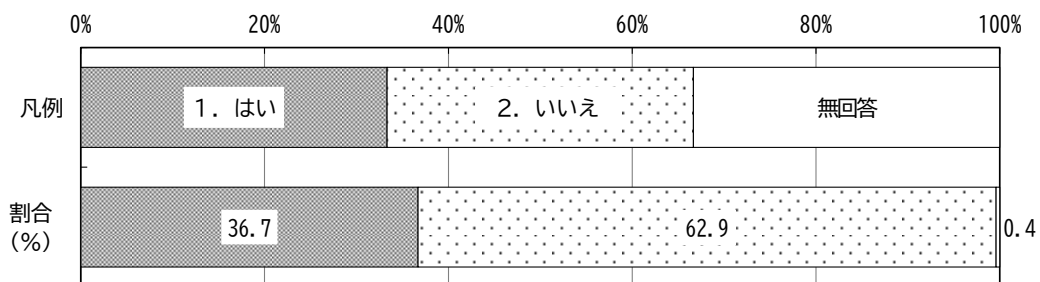
◆身体活動・運動

問16 あなたは、日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上（6,000歩以上の歩行）実施していますか。（単数回答）

1. はい 2. いいえ

- ・歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施しているかたずねると、「2. いいえ」の62.9%に対し、「1. はい」は36.7%となっている。
- ・性別にみると、歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施している割合は男性（44.2%）のほうが女性（32.2%）よりも高い。

問16 歩行や身体活動を1日1時間以上実施しているか



問16 歩行や身体活動を1時間以上（日）実施 × 性別 （単数回答）

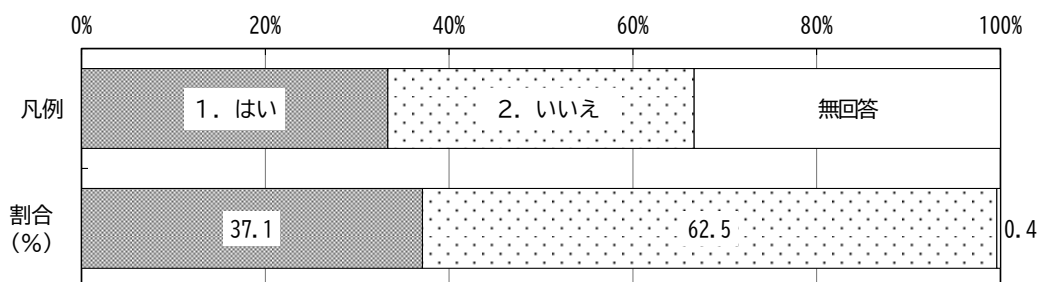
		上段:実数 下段:横%	合計	1. はい	2. いいえ	無回答
全体		509	100.0	187	320	2
				36.7	62.9	0.4
性別	男性	197	100.0	87	108	2
				44.2	54.8	1.0
	女性	301	100.0	97	204	0
				32.2	67.8	0.0
	回答しない	11	100.0	3	8	0
				27.3	72.7	0.0

問17 あなたは、運動をしていますか。（単数回答）

1. はい ⇒問17-1へ 2. いいえ ⇒問17-2へ

- ・運動をしているかたずねると、「2. いいえ」が62.5%、「1. はい」は37.1%と、前問とほぼ同等の結果となった。

問17 運動をしているか



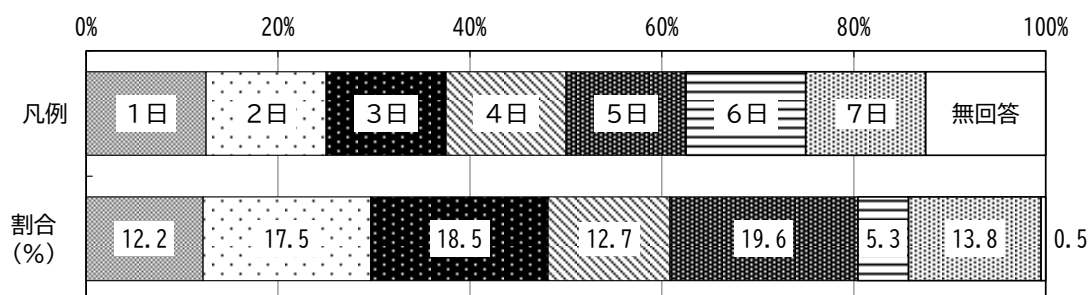
問17で「1. はい」と答えた方におたずねします。

問17-1 どれくらい運動をしていますか。(ア～ウいずれも単数回答)

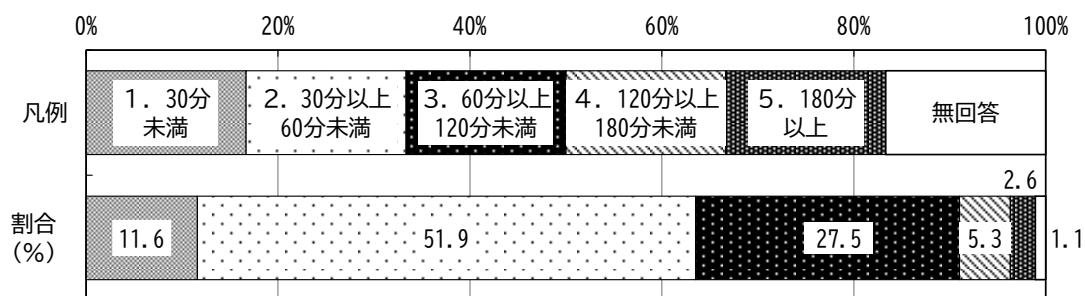
ア 1週間の運動日数	1. 1日 5. 5日	2. 2日 6. 6日	3. 3日 7. 7日	4. 4日
イ 運動を行う日の平均運動時間	1. 30分未満 3. 60分以上120分未満 5. 180分以上	2. 30分以上60分未満 4. 120分以上180分未満		
ウ 運動の継続年数	1. 1年未満		2. 1年以上	

- ・前問で「はい（運動している）」と回答した方にどのくらい運動をしているかたずねると、「ア1週間の運動日数」は「5日」が19.6%と最も高く、「3日」(18.5%)、「2日」(17.5%)、「7日」(13.8%)と続いている。
- ・「イ 平均運動時間」は「30分以上60分未満」が51.9%と最も高く、「60分以上120分未満」(27.5%)、「30分未満」(11.6%)と続いている。
- ・「ウ 継続年数」は「1年以上」が70.9%、「1年未満」が20.6%となっている。

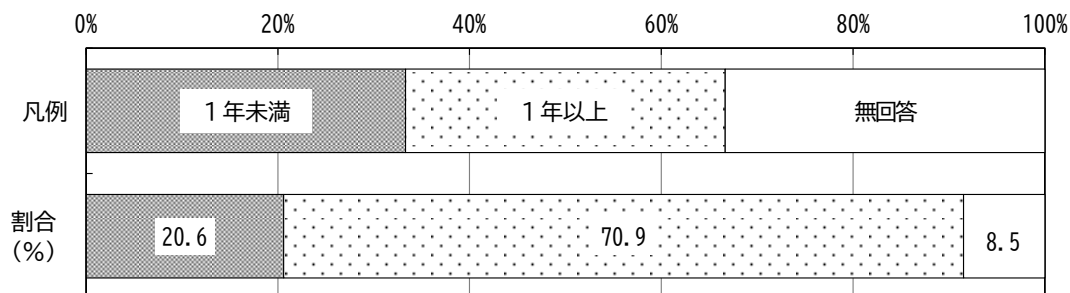
問17-1 ア 1週間の運動日数(n=189)



問17-1 イ 運動を行う日の平均運動時間(n=189)

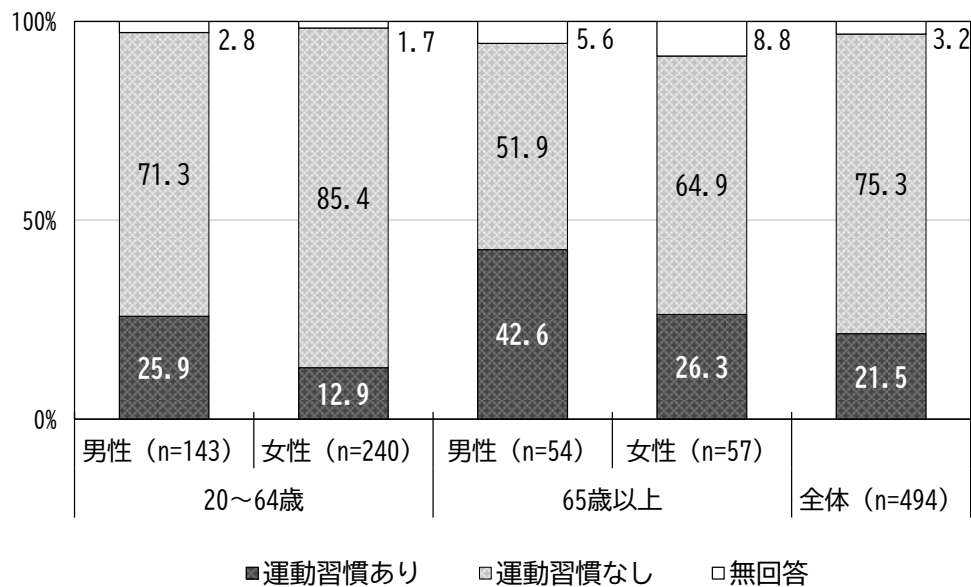


問17-1 ウ 運動の継続年数(n=189)



- ・宜野湾市の『運動習慣者』の割合は21.5%で、沖縄県（31.7%）、全国（28.8%）より低い。
- ・性別で比較すると、『運動習慣者』の割合は、20～64歳においても65歳以上においても男性のほうが女性より高くなっている。
- ・年代別で比較すると、『運動習慣者』の割合は、男女どちらも65歳以上のほうが20～64歳より高くなっている。

※健康日本21（第三次）においては、『運動習慣者』の定義を「1回30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している者」としています。ここでは、問17を用いて、上記を満たしている方を運動習慣「あり」、そうでない方を「なし」として整理しています。



参考：運動習慣がある者の割合（20～74歳）
 ・沖縄県 31.7% 出典：「令和3年度県民健康・栄養調査」
 ・全国 28.8% 出典：「国民健康・栄養調査（令和5年）」
 ※本市調査の対象年齢（20～74歳）にあわせて、沖縄県および全国の調査結果を再集計している。

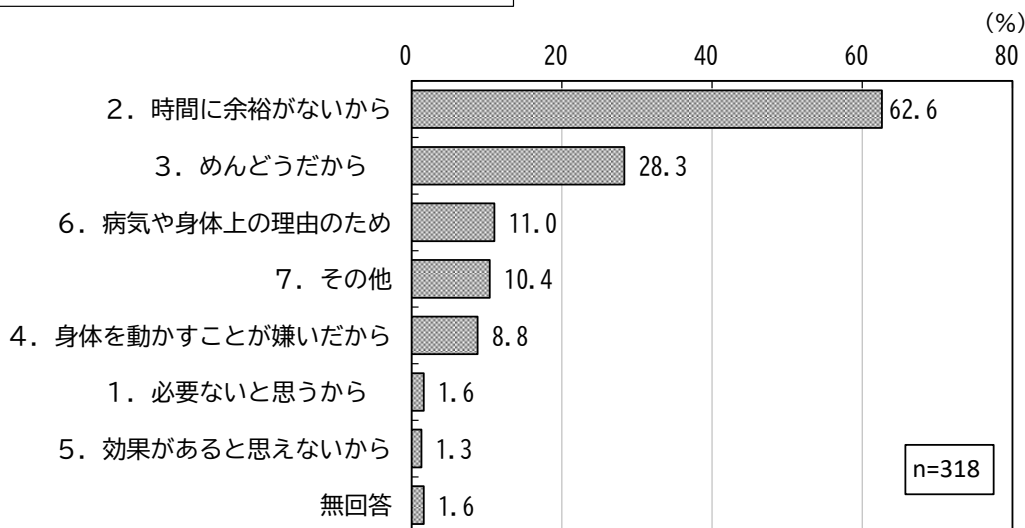
問17で「2. いいえ」と答えた方におたずねします。

問17-2 運動を行わない理由について、主なものに2つまで○をつけてください。(複数選択)

1. 必要ないと思うから	2. 時間に余裕がないから
3. めんどうだから	4. 身体を動かすことが嫌いだから
5. 効果があると思えないから	6. 病気や身体上の理由のため
7. その他 ()	

・問17で「いいえ(運動していない)」と回答した方に理由をたずねると、「2. 時間に余裕がないから」が62.6%と最も高く、次いで「3. めんどうだから」(28.3%)、「6. 病気や身体上の理由のため」(11.0%)、「4. 身体を動かすことが嫌いだから」(8.8%)となっている。

問17-2 運動を行わない主な理由(複数回答)



【その他】手術後リハビリ中／運動したいが、バス利用となると荷物を持ち歩くのでちょっと／24 時間営業のジムが近所がない／仕事中充分歩いているから／やる気がない／定期的には行っていない。時々、思いついた時に行く／仕事が重労働であるため／ウォーキング／近隣にないから／外出する必要があまりない／仕事で歩き回っているから／日常的に1万歩以上歩いている。また、2階建てのため、階段もよく上り下りしているから／仕事で常に動いている／自分にあまえている、なまけている／毎日 40 分ウォーキングはしている／タイミングが取りづらい／今はそれができない／できる時に時々するから／週に2～3日、1回 40 分ウォーキング実施。約 4600 歩、2.5 kmほど／妊娠中／立ち仕事で動いているだけ／1人で長続きしない／肉体労働なので／時間がないから／野外で作業をすることが多いため、運動する時間を別で設けるのは体力的に厳しい／職場で運動できる環境があると実行しやすい／仕事で身体を使うので

問 18 あなたがお住まいの地域の環境は、以下の特徴にどの程度あてはまりますか。

(ア～カいずれも単数回答)

	よくあてはまる	ややあてはまる	ややあてはまらない	全くあてはまらない
ア 自転車なしでは生活することが難しい地域だ	1	2	3	4
イ 利用しやすい運動場所（スポーツジム、体育館、プール、公園・緑地、遊歩道など）が多い地域だ	1	2	3	4
ウ 歩いたり、自転車に乗ったりする機会（地域活動、買い物、通勤、お出かけなど）が多くある地域だ	1	2	3	4
エ 運動教室やスポーツ・体操サークルなどが盛んな地域だ	1	2	3	4
オ 気軽に集まれる公的な場所（自治会や町内会の集会所、コミュニティセンター、公民館、図書館など）が多い地域だ	1	2	3	4
カ 気軽に集まれる、喫茶店、カフェ、飲食店などが多い地域だ	1	2	3	4

ア) 自転車なしでは生活することが難しい地域かたずねると、「全くあてはまらない」が 42.6%と最も高く、次いで「ややあてはまらない」(25.9%)、「ややあてはまる」(17.7%)となっている。

イ) 利用しやすい運動場所が多い地域かたずねると、「ややあてはまる」が 39.5%と最も高く、次いで「ややあてはまらない」(29.5%)、「よくあてはまる」(16.3%)となっている。

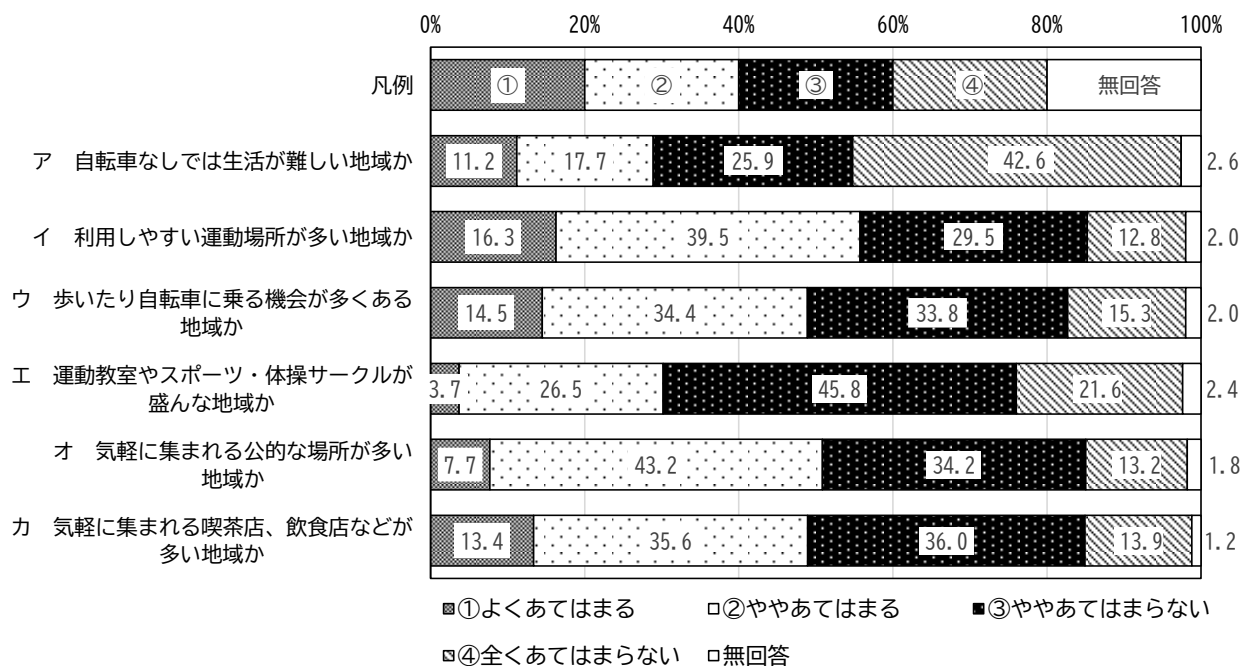
ウ) 歩いたり、自転車に乗る機会が多い地域かたずねると、「ややあてはまる」が 34.4%と最も高く、次いで「ややあてはまらない」(33.8%)、「全くあてはまらない」(15.3%)となっている。

エ) 運動教室やスポーツ・体操サークルなどが盛んな地域かたずねると、「ややあてはまらない」が 45.8%と最も高く、次いで「ややあてはまる」(26.5%)、「全くあてはまらない」(21.6%)となっている。

オ) 気軽に集まれる公的な場所が多い地域かたずねると、「ややあてはまる」が 43.2%と最も高く、次いで「ややあてはまらない」(34.2%)、「全くあてはまらない」(13.2%)となっている。

カ) 気軽に集まれる、喫茶店、カフェ、飲食店などが多い地域かたずねると、「ややあてはまらない」が 36.0%と最も高く、次いで「ややあてはまる」(35.6%)、「全くあてはまらない」(13.9%)となっている。

問18 住んでいる地域の環境



問18 住んでいる地域の環境

(単数回答)

	合計	よくあてはまる	ややあてはまる	ややあてはまらない	全くあてはまらない	無回答
ア 自転車なしでは生活が難しい地域か	509	57	90	132	217	13
	100.0	11.2	17.7	25.9	42.6	2.6
イ 利用しやすい運動場所が多い地域か	509	83	201	150	65	10
	100.0	16.3	39.5	29.5	12.8	2.0
ウ 歩いたり自転車に乗る機会が多くある地域か	509	74	175	172	78	10
	100.0	14.5	34.4	33.8	15.3	2.0
エ 運動教室やスポーツ・体操サークルが盛んな地域か	509	19	135	233	110	12
	100.0	3.7	26.5	45.8	21.6	2.4
オ 気軽に集まれる公的な場所が多い地域か	509	39	220	174	67	9
	100.0	7.7	43.2	34.2	13.2	1.8
カ 気軽に集まれる喫茶店、飲食店などが多い地域か	509	68	181	183	71	6
	100.0	13.4	35.6	36.0	13.9	1.2

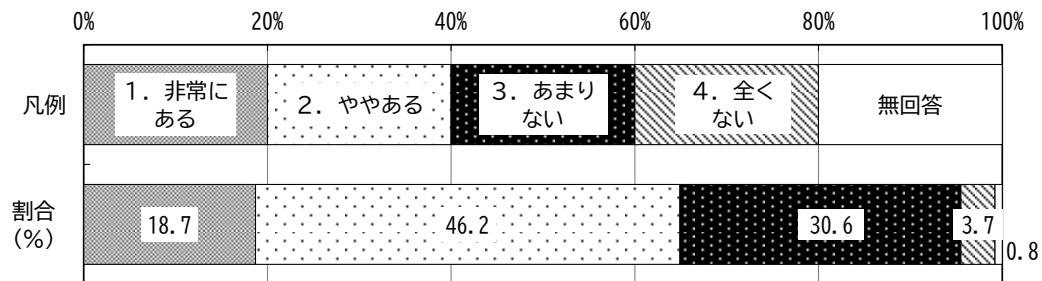
◆休養・ストレス

問19 普段の生活で悩み、ストレスを感じることはありますか。(単数回答)

1. 非常に ある	2. やや ある	3. あまり ない	4. 全く ない
--------------	-------------	--------------	-------------

- ・ 普段の生活で悩みやストレスを感じるかたずねると、「2. ややある」が46.2%と最も高く、「3. あまりない」(30.6%)、「1. 非常にある」(18.7%)、「4. 全くない」(3.7%)と続いている。
- ・ 性別にみると、普段の生活で悩みやストレスを感じるものが『ある』(1. 非常にある+2. ややある)割合は、女性(68.4%)のほうが男性(58.9%)よりも高い。

問19 普段の生活で悩みやストレスを感じることはあるか



問19 普段の生活で悩みやストレスを感じること × 性別 (複数回答)

		上段:実数 下段:横%	合計	1. 非常に ある	2. ややあ る	3. あまり ない	4. 全くな い	無回答
全体		509	100.0	95 18.7	235 46.2	156 30.6	19 3.7	4 0.8
性別	男性	197	100.0	33 16.8	83 42.1	73 37.1	6 3.0	2 1.0
	女性	301	100.0	60 19.9	146 48.5	81 26.9	12 4.0	2 0.7
	回答しない	11	100.0	2 18.2	6 54.5	2 18.2	1 9.1	0 0.0

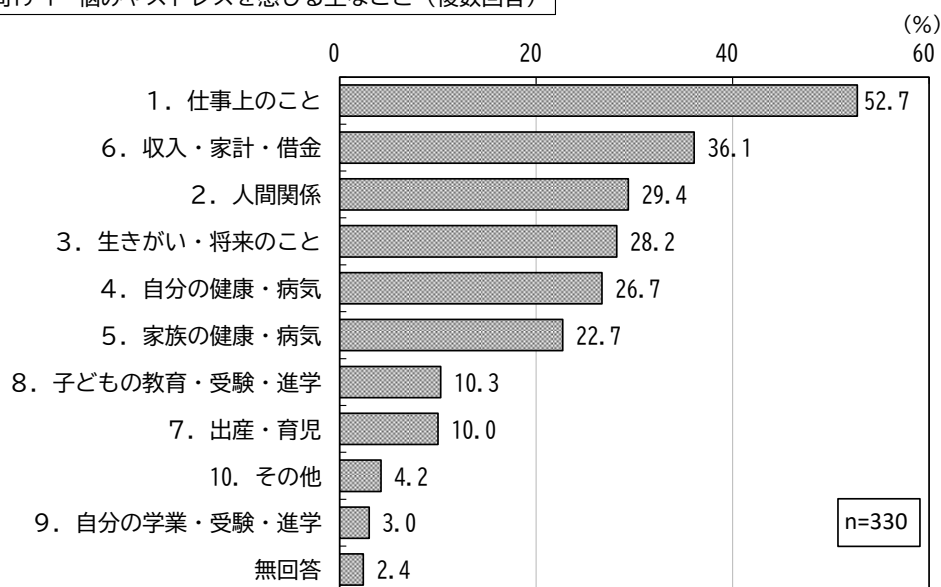
問19で「1. 非常にある」「2. ややある」と答えた方におたずねします。

問 19-1 どのようなことで悩みやストレスを感じる人が多いですか。主なものに3つまで○をつけてください。(複数回答)

1. 仕事上のこと	2. 人間関係	3. 生きがい・将来のこと
4. 自分の健康・病気	5. 家族の健康・病気	6. 収入・家計・借金
7. 出産・育児	8. 子どもの教育・受験・進学	9. 自分の学業・受験・進学
10. その他 ()		

・前問で『ある(1+2)』と回答した方に、どのようなことで悩みやストレスを感じるかたずねると、「1. 仕事上のこと」が52.7%と最も高く、次いで「6. 収入・家計・借金」(36.1%)、「2. 人間関係」(29.4%)、「3. 生きがい・将来のこと」(28.2%)、「4. 自分の健康・病気」(26.7%)となっている。

問19-1 悩みやストレスを感じる主なこと(複数回答)



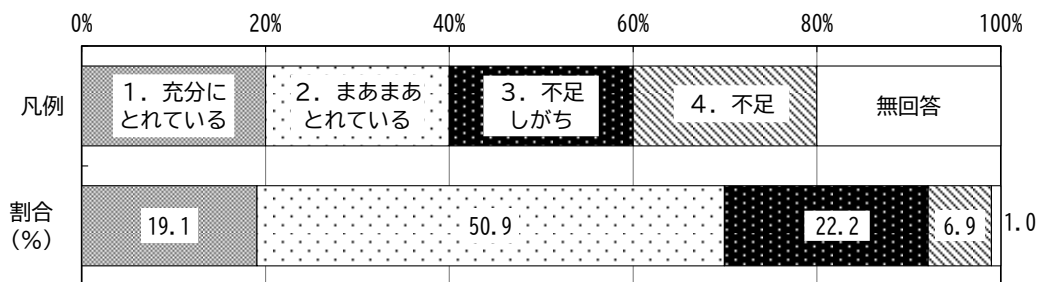
【その他】親の介護(2件)/騒音(2件)/基地騒音/夫と娘のケンカが長引いて家族の雰囲気が悪い/一時保育があまり利用できないので、自分の用事などリフレッシュできない/高齢の親のこと/引越しのため地域認識/高齢/基地の騒音、国の財政

問20 あなた自身の休養についてどう思いますか。(単数回答)

1. 充分にとれている	2. まあまあとれている	3. 不足しがち	4. 不足
-------------	--------------	----------	-------

- ・休養についてたずねると、「2. まあまあとれている」が50.9%と最も高くなっている。
- ・休養を『とれている』(1. 充分にとれている+2. まあまあとれている) 割合が70.0%と過半数を占めている。また、『不足』(3. 不足しがち+4. 不足)は29.1%となっている。

問20 休養がとれているか

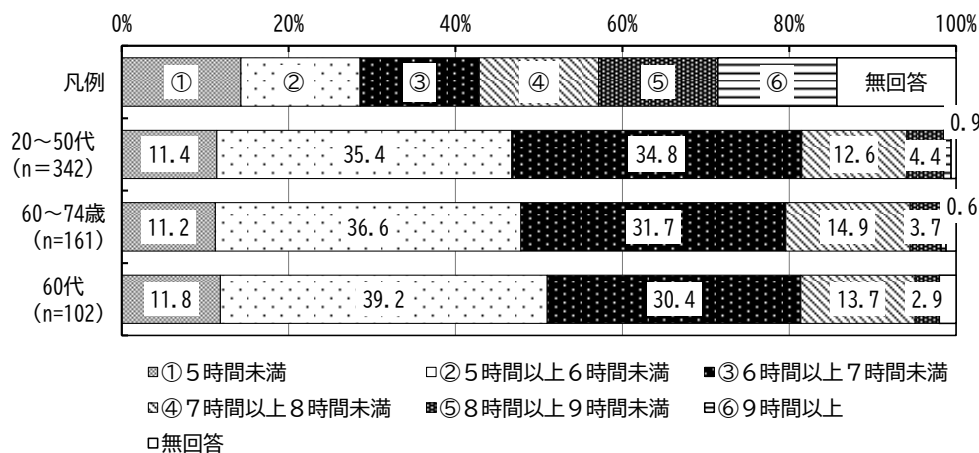


問21 ここ1か月間、あなたの1日の平均睡眠時間はどのくらいでしたか。(単数回答)

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

- ・1日の平均睡眠時間は20～50代において、「5時間以上6時間未満」が35.4%と最も高く、次いで「6時間以上7時間未満」(34.8%)となっている。また、60～74歳においても同様の結果(36.6%、31.7%)となっている。
- ・一方で、「5時間未満」(20～50代:11.4%、60～74歳:11.2%)も一定数みられる。
- ・20～50代で睡眠時間が「6～9時間」の割合は51.8%と、沖縄県(59.8%)より低く、全国(51.5%)と同程度である。60代で睡眠時間が「6～8時間」の割合は44.1%と、沖縄県(52.5%)や全国(52.3%)と比べて低い。

問21 最近の1日の平均睡眠時間



参考：睡眠時間が十分に確保できている者の割合（20～69歳）

	20歳～59歳（6～9時間）	60～69歳（6～8時間）	総数
・市	51.8%	44.1%	50.0%
・沖縄県	59.8%	52.5%	57.6%
・全国	51.5%	52.3%	51.7%

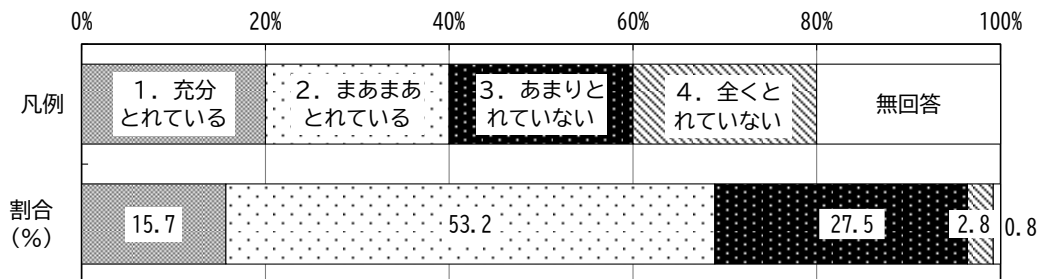
出典：「令和3年度県民健康・栄養調査」、「国民健康・栄養調査（令和5年）」
 ※本市調査の対象年齢（20～74歳）のうち20代～60代にあわせて、沖縄県および全国の調査結果を再集計している。

問22 ここ1か月間、あなたは睡眠で休養がとれていますか。（単数回答）

- | | |
|--------------|--------------|
| 1. 充分とれている | 2. まあまあとれている |
| 3. あまりとれていない | 4. 全くとれていない |

- ・睡眠で休養がとれているかたずねると、「2. まあまあとれている」が53.2%と最も高くなっている。
- ・『とれている』（1.充分とれている+2.まあまあとれている）が68.9%と多くを占める一方で、『とれていない』（3.あまりとれていない+4.全くとれていない）は30.3%となっている。
- ・20代～60代でみると、睡眠で休養が『とれている』割合（67.1%）は、沖縄県（77.5%）や全国（69.4%）と比べて低い。

問22 最近睡眠で休養がとれているか



参考：睡眠で休養がとれている割合

・市 67.1% ・沖縄県 77.5%（令和3年度） ・全国 69.4%（令和5年）

出典：「令和3年度県民健康・栄養調査」、「国民健康・栄養調査（令和5年）」

※本市調査の対象年齢（20～74歳）のうち20代～60代にあわせて、沖縄県および全国の調査結果を再集計している。

問23 ここ1か月間、どれくらいの頻度で次のことがありましたか。それぞれについてあてはまるものに○をつけてください。(ア～カいずれも単数回答)

	全くない	少しだけ	ときどき	たいてい	いつも
ア 神経過敏に感じましたか	1	2	3	4	5
イ 絶望的だと感じましたか	1	2	3	4	5
ウ そわそわ、落ち着きがなく感じましたか	1	2	3	4	5
エ 気分が沈んで、何が起ころうとも気が晴れないように感じましたか	1	2	3	4	5
オ 何をするのも骨折りだと感じましたか	1	2	3	4	5
カ 自分は価値のない人間だと感じましたか	1	2	3	4	5

ア) 神経過敏に感じたことがあるかたずねると、「全くない」が36.7%で最も高く、次いで「少しだけ」(27.7%)、「ときどき」(24.4%)となっている。

イ) 絶望的だと感じたことがあるかたずねると、「全くない」が62.5%で最も高く、次いで「少しだけ」(22.2%)、「ときどき」(10.4%)となっている。

ウ) そわそわ、落ち着きがなく感じたことがあるかたずねると、「全くない」が50.7%で最も高く、次いで「少しだけ」(27.5%)、「ときどき」(15.9%)となっている。

エ) 気分が沈んで、何が起ころうとも気が晴れないように感じたことがあるかたずねると、「全くない」が44.8%で最も高く、次いで「少しだけ」(30.5%)、「ときどき」(18.1%)となっている。

オ) 何をするのも骨折りだと感じたことがあるかたずねると、「全くない」が49.9%で最も高く、次いで「少しだけ」(29.3%)、「ときどき」(13.9%)となっている。

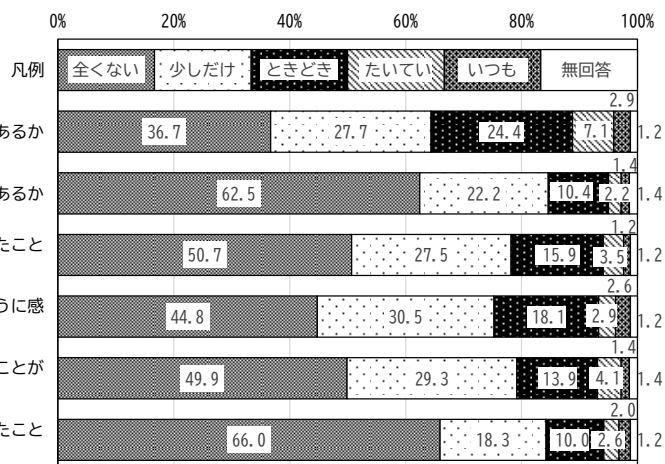
カ) 自分は価値のない人間だと感じたことがあるかたずねると、「全くない」が66.0%で最も高く、次いで「少しだけ」(18.3%)、「ときどき」(10.0%)となっている。

・心理的苦痛を感じている者の割合※は13.9%と、沖縄県(9.2%)や全国(10.0%)と比べて高い。

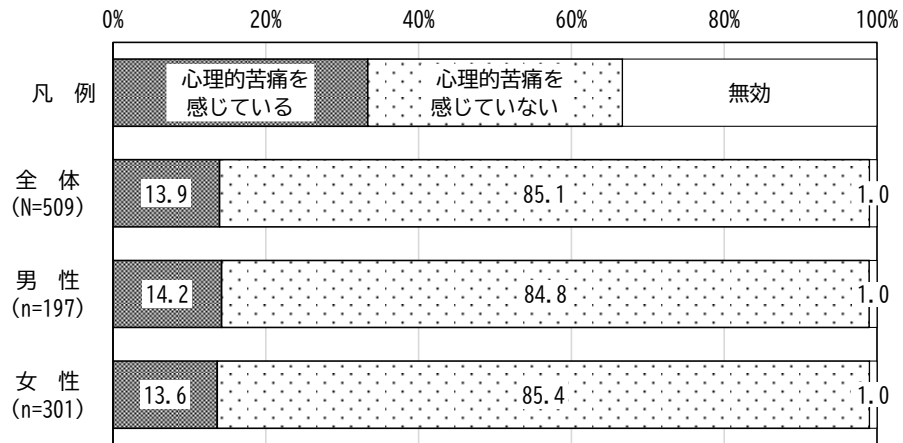
※6つの質問について5段階(「まったくない」(0点)、「少しだけ」(1点)、「ときどき」(2点)、「たいてい」(3点)、「いつも」(4点))で点数化する。合計点数が高いほど、精神的な問題がより重い可能性があるとしてされている。

健康日本 21(第三次)において、生活機能の維持・向上の中で「心理的苦痛を感じている者の減少」の目標指数として「K6(こころの状態を評価する指標)の合計得点が10点以上の者の割合」を使用している。

問23 ここ1か月間の状況



問23 心理的苦痛を感じている者の状況



参考：心理的苦痛を感じている者の割合（20～74歳）

・沖縄県 9.2% ・全国 10.0%

出典：「国民生活基礎調査（令和4年）」

※本市調査の対象年齢（20～74歳）にあわせて、沖縄県および全国の調査結果を再集計している。

◆飲酒

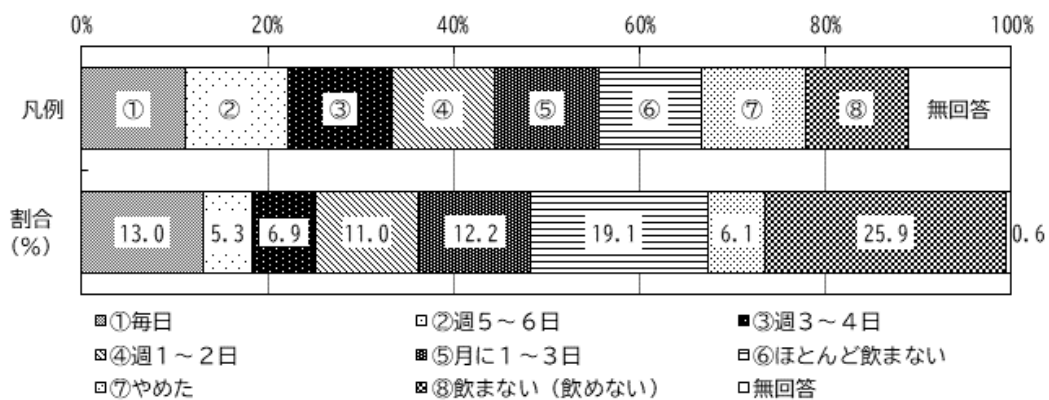
問 24 あなたは週に何日くらいお酒（清酒、泡盛、ビール、焼酎、洋酒など）を飲みますか。
（単数回答）

1. 毎日	2. 週5～6日	3. 週3～4日	4. 週1～2日
5. 月に1～3日	6. ほとんど飲まない	7. やめた	8. 飲まない(飲めない)

・飲酒状況をみると、「8. 飲まない（飲めない）」が25.9%と最も高く、「6. ほとんど飲まない」（19.1%）、「7. やめた」（6.1%）と合わせた『飲酒していない』は51.1%と過半数を占めている。

・一方で、『飲酒する（1.毎日+2.週5～6日+3.週3～4日+4.週1～2日+5.月に1～3日）』は48.4%となっており、そのうち「1.毎日」が13.0%と高く、次いで「5.月に1～3日」（12.2%）、「4.週に1～2日」（11.0%）となっている。

問24 一週間の飲酒の頻度



問 24 で「1. 毎日」「2. 週に5～6日」「3. 週3～4日」「4. 週1～2日」「5. 月に1～3日」と答えた方におたずねします。

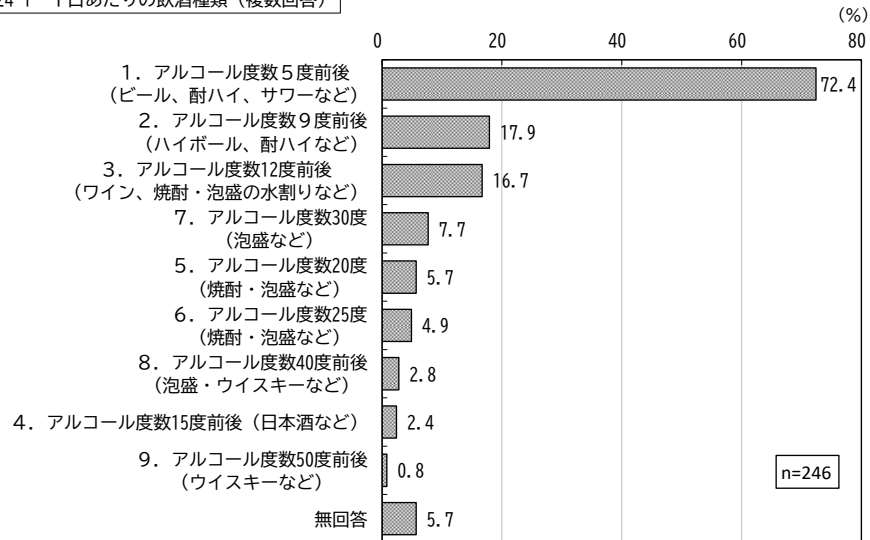
問 24-1 お酒を飲む日は1日あたり、どのくらいの量を飲みますか。アルコール度数別に、1日に飲む量をご記入ください。

1. アルコール度数5度前後（ビール、酎ハイ、サワーなど）	量 計 () ml
2. アルコール度数9度前後（ハイボール、酎ハイなど）	量 計 () ml
3. アルコール度数12度前後（ワイン、焼酎・泡盛の水割りなど）	量 計 () ml
4. アルコール度数15度前後（日本酒など）	量 計 () ml
5. アルコール度数20度（焼酎・泡盛など）	量 計 () ml
6. アルコール度数25度（焼酎・泡盛など）	量 計 () ml
7. アルコール度数30度（泡盛など）	量 計 () ml
8. アルコール度数40度前後（泡盛・ウイスキーなど）	量 計 () ml
9. アルコール度数50度前後（ウイスキーなど）	量 計 () ml

※飲食店で飲まれる場合、ビール中ジョッキ350ml、酎ハイ・サワー250ml、ハイボール150ml、グラスワイン100ml、日本酒180ml、焼酎90ml、ウイスキー30mlがおおよその提供量です。

- ・ 1日あたりの飲酒種類をみると、「1. アルコール度数5度前後（ビール、酎ハイ、サワーなど）」が72.4%と最も高く、次いで「2. アルコール度数9度前後（ハイボール、酎ハイなど）」（17.9%）、「3. アルコール度数12度前後（ワイン、焼酎・泡盛の水割りなど）」（16.7%）、「7. アルコール度数30度（泡盛など）」（7.7%）となっている。
- ・ 清酒換算のアルコール摂取量をみると、「1合」が42.7%と最も高く、次いで「2合」（20.7%）、「5合以上」（8.5%）となっている。

問24-1 1日あたりの飲酒種類（複数回答）

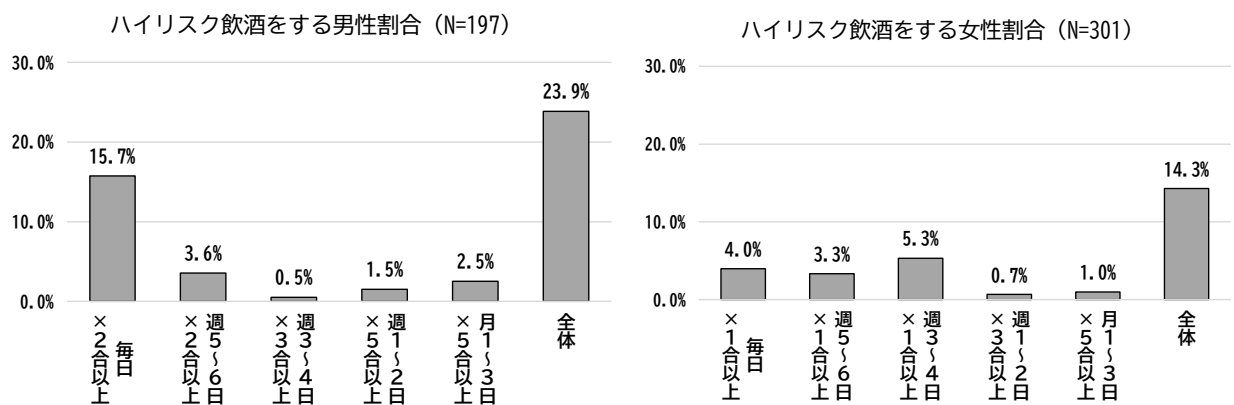


問24-1 飲酒量（清酒換算）× 性別・年代

		1合未満	1合	2合	3合	4合	5合以上	無回答	合計 (%)
全体 (n=246)		8.1	42.7	20.7	6.9	4.1	8.5	8.9	100.0
性別	男性 (n=130)	3.1	35.4	23.1	12.3	6.2	10.8	9.2	100.0
	女性 (n=110)	14.5	50.9	17.3	0.9	1.8	6.4	8.2	100.0
	回答しない (n=6)	0.0	50.0	33.3	0.0	0.0	0.0	16.7	100.0
年代	20代 (n=16)	6.3	43.8	18.8	6.3	0.0	18.8	6.3	100.0
	30代 (n=36)	5.6	47.2	13.9	2.8	2.8	8.3	19.4	100.0
	40代 (n=62)	12.9	43.5	22.6	3.2	4.8	9.7	3.2	100.0
	50代 (n=57)	7.0	45.6	19.3	10.5	3.5	5.3	8.8	100.0
	60~64歳 (n=23)	8.7	30.4	30.4	0.0	8.7	13.0	8.7	100.0
	65~69歳 (n=30)	0.0	36.7	26.7	10.0	6.7	10.0	10.0	100.0
	70~74歳 (n=20)	15.0	40.0	15.0	20.0	0.0	0.0	10.0	100.0
	無回答 (n=2)	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0

- ・『生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者』（ハイリスク飲酒者）は、男性では23.9%、女性では14.3%となっている。
- ・生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している割合は男性で15.7%、女性で4.0%となっている。
- ・20代～60代においては、男性のハイリスク飲酒者の割合(25.3%)は、沖縄県(22.2%)や全国(17.3%)よりも高い。女性のハイリスク飲酒者の割合(15.2%)は、沖縄県(16.0%)と同程度だが全国(12.2%)よりも高い。
- ・健康日本21(第三次)においては、『生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者』の定義を『男性40g以上(「毎日×2合以上」+「週5～6日×2合以上」+「週3～4日×3合以上」+「週1～2日×5合以上」+「月1～3日×5合以上」)』、『女性20g以上(「毎日×1合以上」+「週5～6日×1合以上」+「週3～4日×1合以上」+「週1～2日×3合以上」+「月1～3日×5合以上」)』としています。

■飲酒頻度・飲酒量別ハイリスク飲酒者の割合



参考：生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている割合 (20代～60代)

	宜野湾市	沖縄県	全国
男性	25.3%	22.2%	17.3%
女性	15.2%	16.0%	12.2%

出典：「令和3年度県民健康・栄養調査」、「国民健康・栄養調査(令和5年)」

※本市調査の対象年齢(20～74歳)のうち20代～60代にあわせて、沖縄県及び全国の調査結果を再集計している。

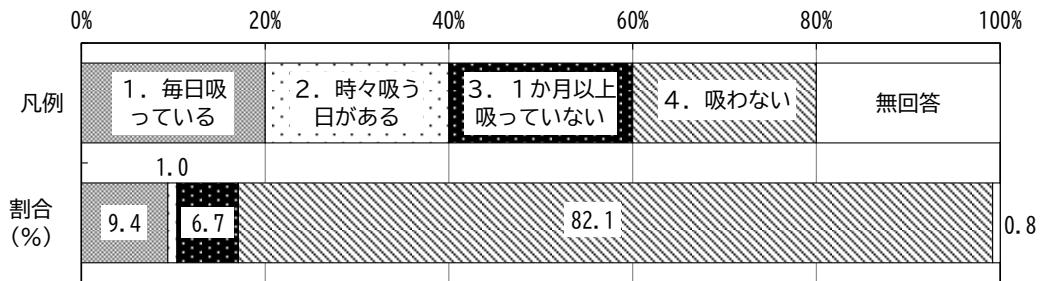
◆たばこ

問 25 あなたは、たばこを吸いますか。(単数回答)

1. 毎日吸っている ⇒問 25-1 へ	2. 時々吸う日がある ⇒問 25-1 へ
3. 以前は吸っていたが、1か月以上吸っていない	4. 吸わない

- ・喫煙状況についてたずねると、「4. 吸わない」が 82.1%と最も高くなっており、「3. 以前は吸っていたが、1か月以上吸っていない」(6.7%)と合わせて 88.8%が『喫煙していない』状況となっている。
- ・一方で、20代～60代においては、『吸っている』(「1. 毎日吸っている」+「2. 時々吸う日がある」)割合は 11.3%で、沖縄県(16.5%)や全国(18.8%)と比べて低い。

問25 喫煙状況



参考：たばこ又は加熱式たばこを吸っているか

- ・市 11.3% (20代～60代のみ)
- ・沖縄県 16.5% 出典：「令和3年度県民健康・栄養調査」
- ・全国 18.8% 出典：「国民健康・栄養調査(令和5年)」

※「毎日吸っている」または「時々吸う日がある」に回答した者の合計

※本市調査の対象年齢(20～74歳)のうち20代～60代にあわせて、沖縄県および全国の調査結果を再集計している。

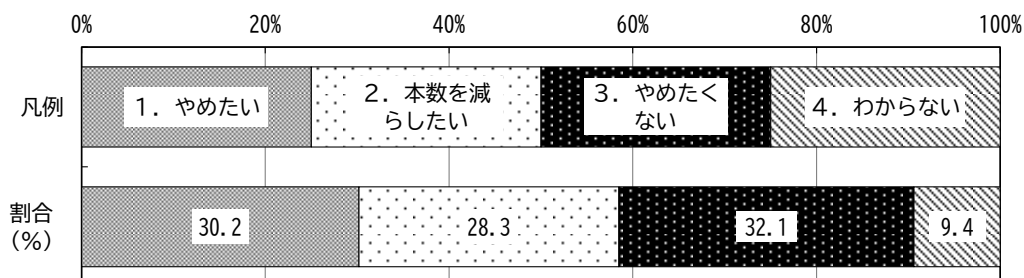
問 25 で「1. 毎日吸っている」「2. 時々吸う日がある」と答えた方におたずねします。

問 25-1 あなたは、たばこをやめたいと思いますか。(単数回答)

1. やめたい	2. 本数を減らしたい	3. やめたくない	4. わからない
---------	-------------	-----------	----------

- ・喫煙している方に禁煙の意向をたずねると、「3. やめたくない」が 32.1%と最も高くなっているが、「1. やめたい」(30.2%)、「2. 本数を減らしたい」(28.3%)もそれぞれ同等の割合となっている。

問25-1 禁煙の意向(n=53)



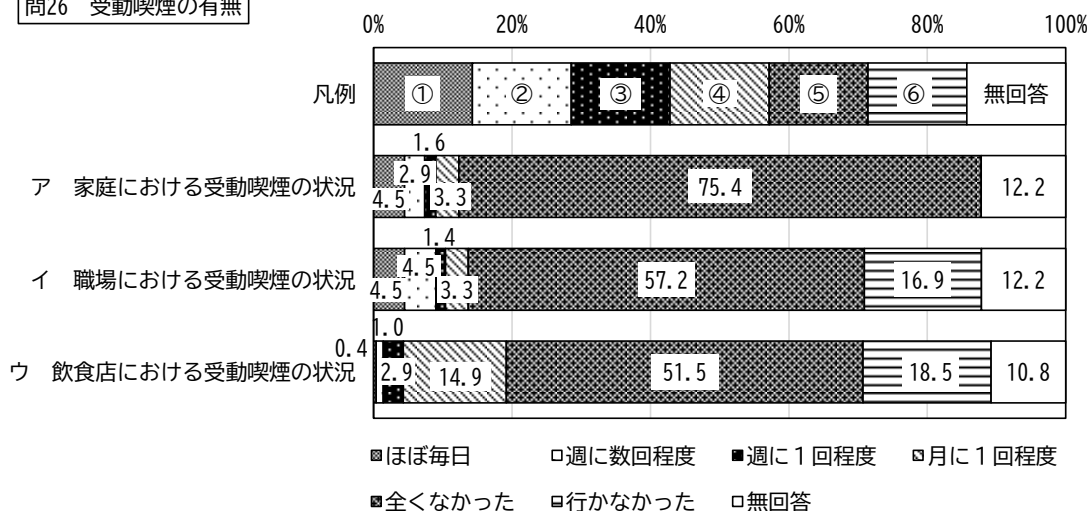
問 26 あなたはこの1か月間に、家庭、職場、飲食店において、望まずに自分以外の人が吸っていた、たばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。（ア～ウいずれも単数回答）

※飲食店に勤務して、その職場で受動喫煙があった場合は、「イ 職場」として回答。

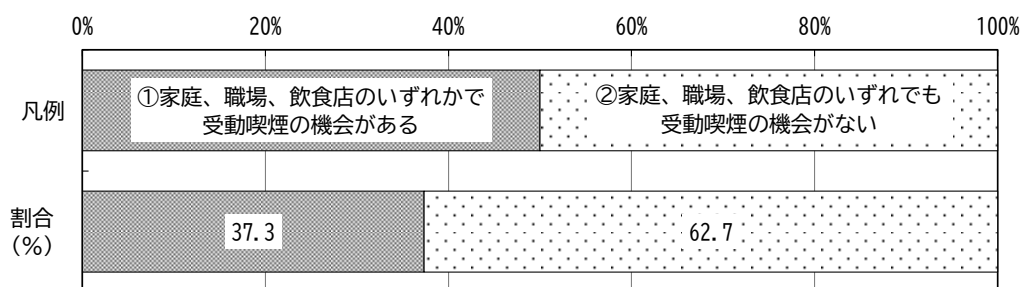
	ほぼ毎日	週に数回程度	週に1回程度	月に1回程度	全くなかった	行かなかった
ア 家庭	1	2	3	4	5	—
イ 職場	1	2	3	4	5	6
ウ 飲食店	1	2	3	4	5	6

- ・受動喫煙の機会をみると、いずれの場所においても「全くなかった」の割合が高く、特に「ア 家庭」では75.4%と大半を占めている。
- ・国の健康日本21（第三次）では、「自然に健康になれる環境づくり」として望まない受動喫煙の機会を有する者の減少が目標として掲げられている。国の集計方法※にあわせて集計すると、「家庭、職場、飲食店のいずれかで受動喫煙の機会がある」割合は37.3%である。

問26 受動喫煙の有無



問26 望まない受動喫煙の機会(家庭・職場・飲食店)を有する者の割合(n=426)

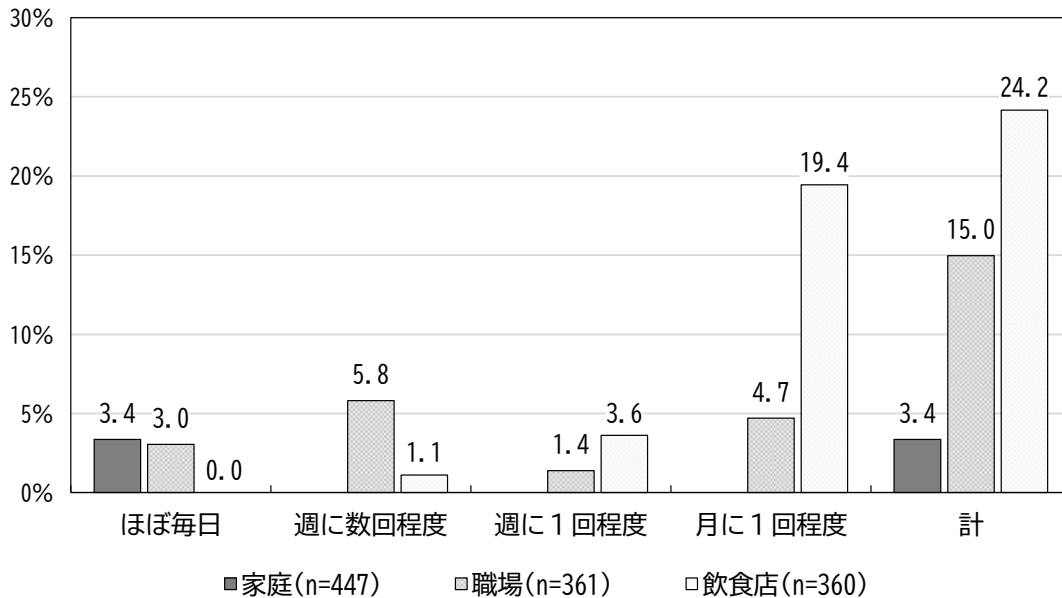


※家庭・職場・飲食店いずれかにおいて、望まない受動喫煙を受けた者の割合を集計【(家庭、職場、飲食店のいずれか1つ以上の設問において、「ほぼ毎日」、「週に数回程度」、「週に1回程度」、「月に1回程度」のいずれかを選択した者の数 ÷ 家庭、職場、飲食店の全ての設問に回答した者の数) × 100】

※現在喫煙者は集計対象から除く

- ・たばこを吸わない人のうち家庭、職場、飲食店ごとに受動喫煙の機会を有する者の割合は、家庭（ほぼ毎日）で3.4%、職場（月1回以上）で15.0%、飲食店（月1回以上）で24.2%となっている。

■たばこを吸わない人のうち望まない受動喫煙の機会を有する者の割合



※家庭：「ほぼ毎日」を選択した者の割合を算出

飲食店、職場：月1回以上（「ほぼ毎日」、「週に数回程度」、「週に1回程度」、「月に1回程度」のいずれか）を選択した者の割合を算出

※現在喫煙者は集計対象から除く

※飲食店、職場において「行かなかった」と回答した者は集計対象から除く

参考：煙草を吸わない人のうち望まない受動喫煙の機会を有する者の割合

	宜野湾市	沖縄県	全国
(家庭)	3.8%	6.1%	5.8%
(職場)	15.9%	22.0%	18.7%
(飲食店)	24.8%	23.1%	18.2%

出典：「令和3年度県民健康・栄養調査」、「国民健康・栄養調査（令和5年）」

※本市調査の対象年齢（20～74歳）のうち20代～60代にあわせて、沖縄県および全国の調査結果を再集計している。

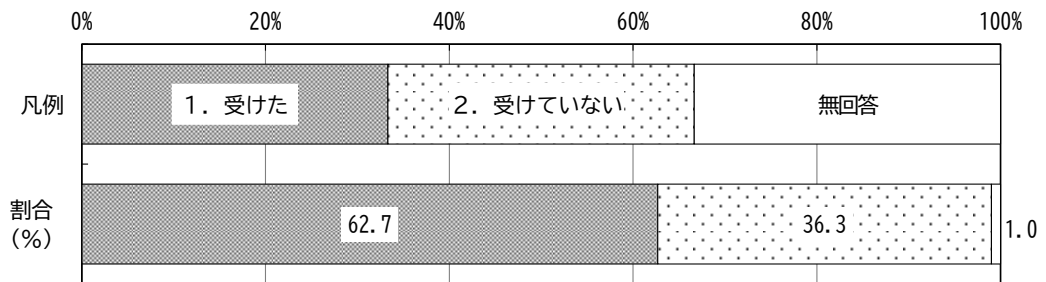
◆歯・口腔

問27 あなたはこの1年間に、歯科検診を受けましたか。(単数回答)

1. 受けた	2. 受けていない
--------	-----------

- ・この1年間の歯科検診の受診状況をたずねると、「1. 受けた」が62.7%と過半数を占める一方、「2. 受けていない」との回答も36.3%みられる。
- ・性別にみると、この1年間に歯科検診を「受けた」割合は、女性(66.8%)のほうが男性(56.9%)よりも高い。

問27 この1年間の歯科検診の状況



問27 この1年間の歯科検診の状況 × 性別 (単数回答)

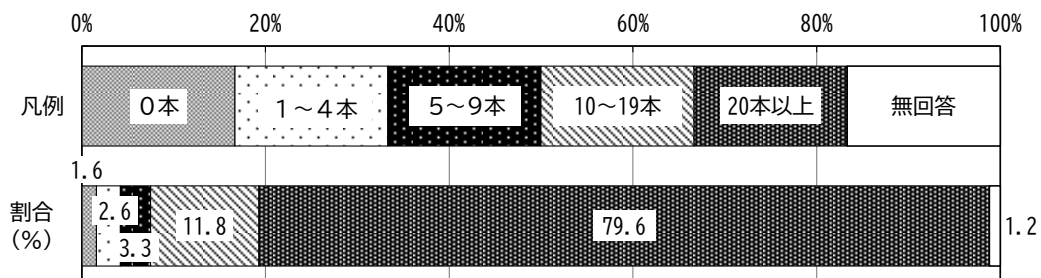
		上段:実数 下段:横%	合計	1. 受けた	2. 受けて いない	無回答
全体			509 100.0	319 62.7	185 36.3	5 1.0
性別	男性		197 100.0	112 56.9	81 41.1	4 2.0
	女性		301 100.0	201 66.8	99 32.9	1 0.3
	回答しない		11 100.0	6 54.5	5 45.5	0 0.0

問28 現在ご自身の歯は何本残っていますか。さし歯や金属をかぶせた歯も自分の歯に含めます。なお、成人の歯の総本数は、親知らずを含めて32本です。(単数回答)

1. 0本	2. 1~4本	3. 5~9本
4. 10~19本	5. 20本以上	

- ・現在の歯の本数についてみると、「20本以上」が79.6%と最も高く、次いで「10~19本」(11.8%)となっている。
- ・一方で、「1~4本」(2.6%)、「0本」(1.6%)という回答もわずかだがみられる。

問28 現在の歯の本数

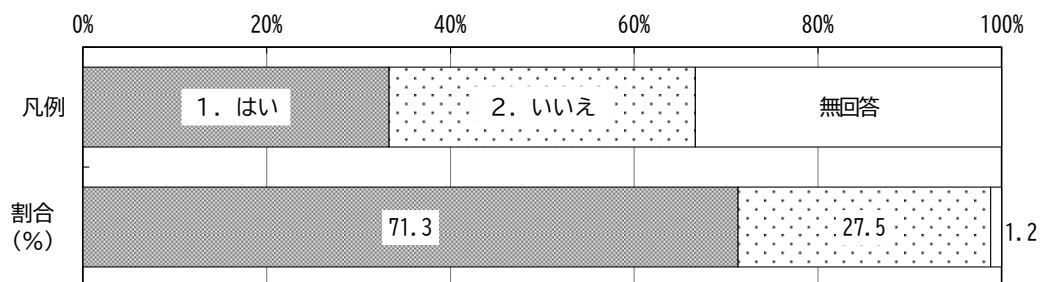


問 29 かみ合わせは良いですか。(単数回答)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

- ・かみ合わせが良いかたずねると、「1. はい (良い)」が 71.3%と大半を占め、「2. いいえ (良くない)」は 27.5%となっている。

問29 かみ合わせは良いか

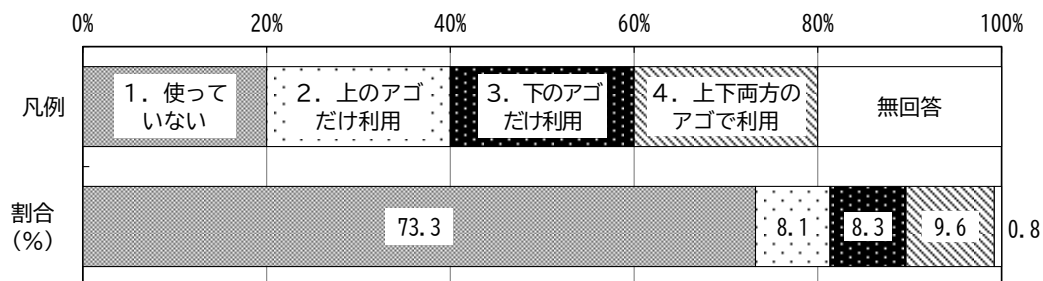


問 30 入れ歯、ブリッジ (取り外しできない入れ歯) またはインプラントを使っていますか。
(単数回答)

1. 使っていない	2. 上のアゴだけ利用	3. 下のアゴだけ利用	4. 上下両方のアゴで利用
-----------	-------------	-------------	---------------

- ・入れ歯、ブリッジまたはインプラントの利用状況をたずねると、「1. 使っていない」が 73.3%と大半を占めている。
- ・一方で、利用している部分については、「4. 上下両方のアゴで利用」(9.6%)、「2. 上のアゴだけ利用」(8.1%)、「3. 下のアゴだけ利用」(8.3%) と同等の割合となっている。

問30 入れ歯、ブリッジ、インプラントの利用状況



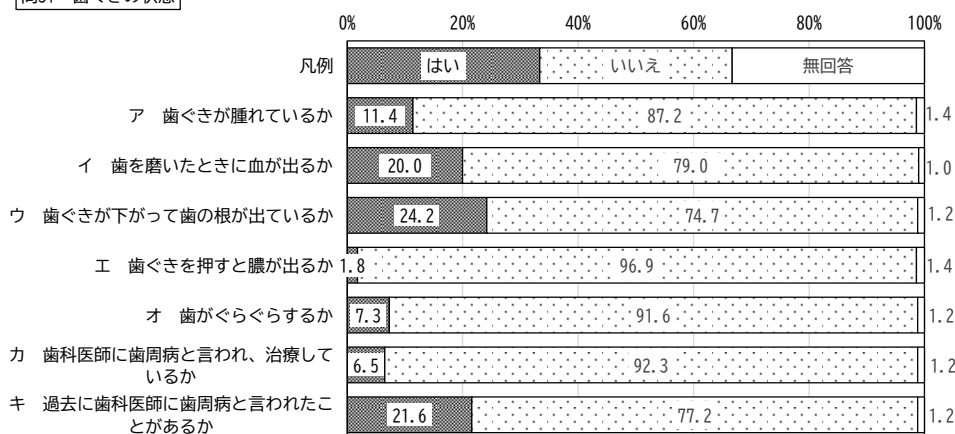
問31 あなたの歯ぐきの状態について「はい」「いいえ」でお答えください。
 (ア～キいずれも単数回答)

ア	歯ぐきが腫れている	1. はい	2. いいえ
イ	歯を磨いたときに血が出る	1. はい	2. いいえ
ウ	歯ぐきが下がって歯の根が出ている	1. はい	2. いいえ
エ	歯ぐきを押すと膿が出る	1. はい	2. いいえ
オ	歯がぐらぐらする	1. はい	2. いいえ
カ	歯科医師に歯周病（歯そうのうろう）と言われ、治療している	1. はい	2. いいえ
キ	過去に歯科医師に歯周病（歯そうのうろう）と言われたことがある	1. はい	2. いいえ

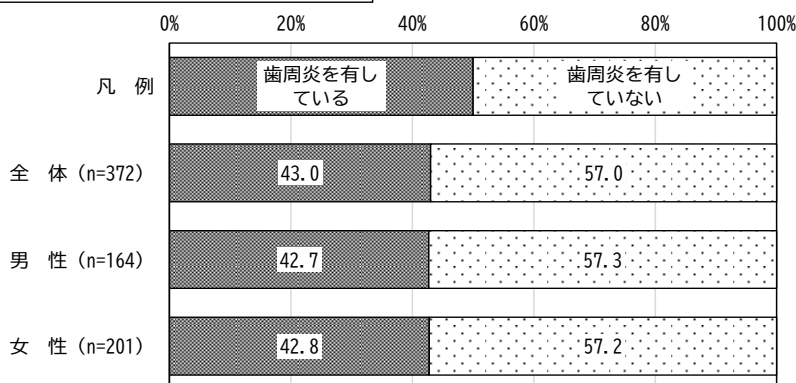
- ・歯ぐきの状態についてたずねると、「ウ 歯ぐきが下がって歯の根が出ている」(24.2%)、「キ 過去に歯科医師に歯周病と言われたことがある」(21.6%)、「イ 歯を磨いたときに血が出る」(20.0%)については他の項目と比較すると高めの結果となっている。
- ・40歳以上の歯周炎を有する者（進行した歯周炎を有するもの）の割合(43.0%)は、沖縄県(47.6%)と比べて低い。また、定義が異なるため*あくまで参考として比較すると、全国(49.1%)よりも低い。

※本調査および県の県民健康・栄養調査では、ウ～キのうち1つ以上「はい」と回答した者。国の歯周疾患実態調査では「歯周ポケット(4mm以上)を有する」者。

問31 歯ぐきの状態



問31 40歳以上の歯周炎を有する者の割合



参考：40歳以上の歯周炎を有する者の割合

- ・沖縄県 47.6%
- ・全国 49.1%

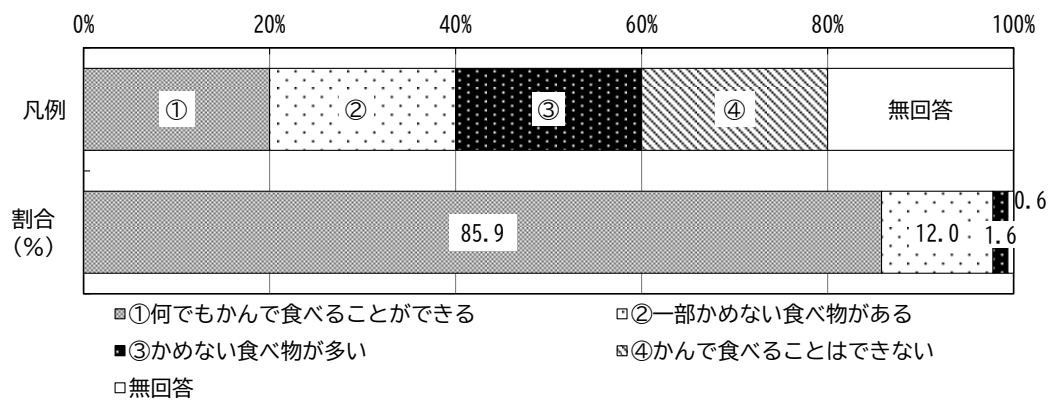
出典：沖縄県「令和3年度県民健康・栄養調査結果」、厚生労働省「歯周疾患実態調査(令和4年)」

※本市調査の対象年齢(20～74歳)にあわせて、沖縄県および全国の調査結果を再集計している。

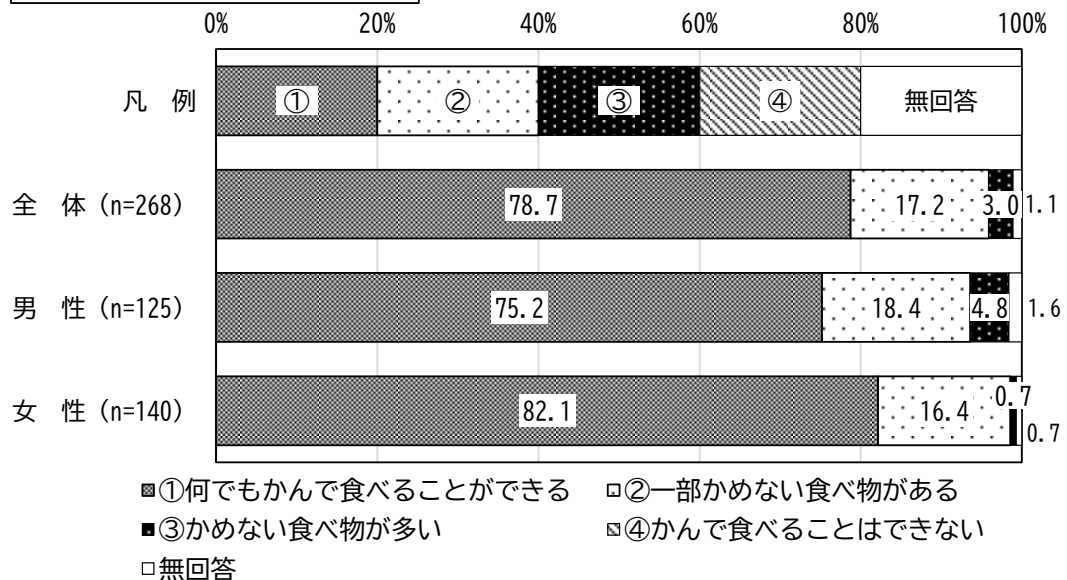
- | | |
|--------------------|------------------|
| 1. 何でもかんで食べることができる | 2. 一部かめない食べ物がある |
| 3. かめない食べ物が多い | 4. かんで食べることはできない |

- ・かんで食べる時の状態をたずねると、「1. 何でもかんで食べることができる」が85.9%と大半を占めている。
- ・一方で、「2. 一部かめない食べ物がある」(12.0%)、「3. かめない食べ物が多い」(1.6%)もわずかながらみられる。
- ・「何でもかんで食べることができる」と回答した50歳以上の割合は78.7%と、沖縄県(72.1%)と比べて高く、全国(86.2%)と比べて低い。

問32 かんで食べる時の状態について



問32 50歳以上の咀嚼良好者の状況



参考：50歳以上の咀嚼良好者の状況

・沖縄県 72.1% ・全国 86.2%

出典：沖縄県「令和3年度県民健康・栄養調査結果」、厚生労働省「国民健康・栄養調査（令和4年）」

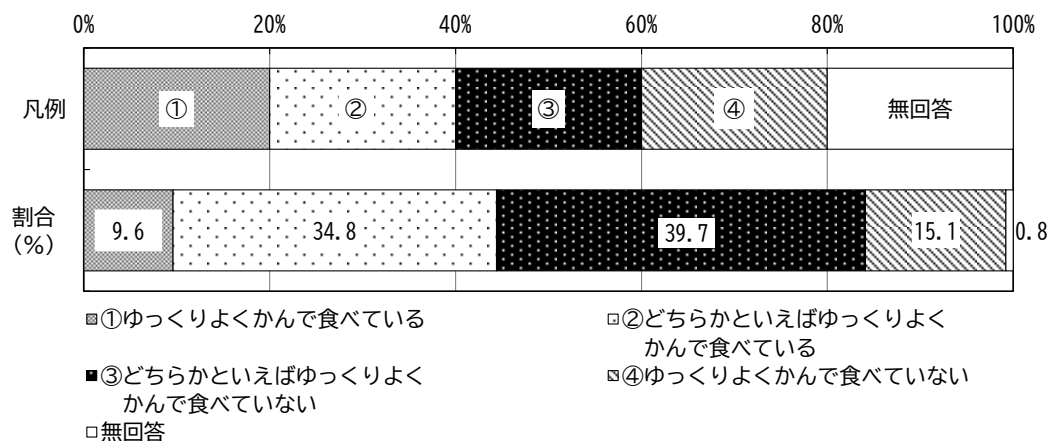
※本市調査の対象年齢（20～74歳）にあわせて、沖縄県および全国の調査結果を再集計している。

問 33 あなたは、ふだんゆっくりよくかんで食べていますか。(単数回答)

1. ゆっくりよくかんで食べている	2. どちらかといえばゆっくりよくかんで食べている
3. どちらかといえばゆっくりよくかんで食べていない	4. ゆっくりよくかんで食べていない

- ・普段からゆっくりよくかんで食べているかたずねると、「3. どちらかといえばゆっくりよくかんで食べていない」が39.7%と最も高くなっている。
- ・『よくかんでいない』(3. どちらかといえばゆっくりよくかんで食べていない+4. ゆっくりよくかんで食べていない)が54.8%と過半数を超えている。一方で、『よくかんでいる』(1. ゆっくりよくかんで食べている+2. どちらかといえばゆっくりよくかんで食べている)は44.4%となっている。
- ・性別にみると、「どちらかといえばゆっくりよくかんで食べていない」は、男性(45.7%)のほうが女性(35.9%)よりも高い。また、「どちらかといえばゆっくりよくかんで食べている」割合は、女性(40.2%)のほうが男性(25.9%)よりも高い。

問33 ふだんゆっくりよくかんで食べているか



問33 ふだんゆっくりよくかんで食べているか ×性別 (単数回答)

		合計	1. ゆっくりよくかんで食べている	2. どちらかといえばゆっくりよくかんで食べている	3. どちらかといえばゆっくりよくかんで食べていない	4. ゆっくりよくかんで食べていない	無回答
		上段:実数 下段:横%					
全体		509 100.0	49 9.6	177 34.8	202 39.7	77 15.1	4 0.8
性別	男性	197 100.0	22 11.2	51 25.9	90 45.7	31 15.7	3 1.5
	女性	301 100.0	26 8.6	121 40.2	108 35.9	45 15.0	1 0.3
	回答しない	11 100.0	1 9.1	5 45.5	4 36.4	1 9.1	0 0.0

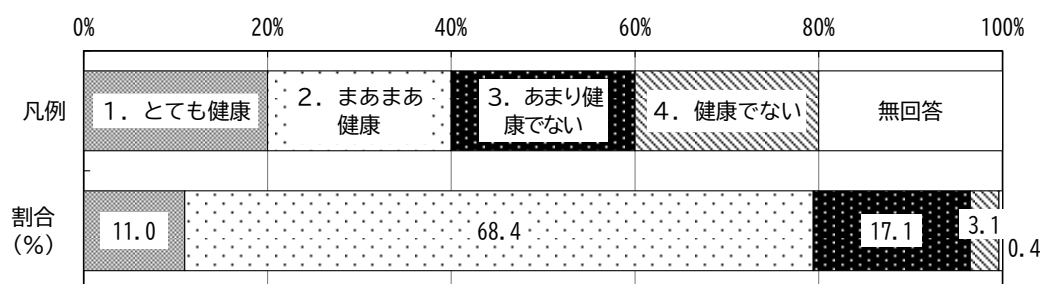
◆身体状況

問34 あなたは、普段、ご自分で健康だと思いますか。(単数回答)

1. とても健康	2. まあまあ健康
3. あまり健康でない	4. 健康でない

- ・健康状態についてたずねると、「2. まあまあ健康」が68.4%と最も多くなっている。
- ・『健康である』(1. とても健康+2. まあまあ健康) が79.4%と大半を占める一方、『健康ではない』(3. あまり健康でない+4. 健康でない) は20.2%と、およそ5人に1人は健康に不安があることがうかがえる。
- ・性別にみると、「まあまあ健康」と回答した割合は、女性(72.1%)のほうが男性(62.4%)よりも高い。

問34 普段、自分で健康だと思うか



問34 普段、自分で健康だと思うか × 性別

(単数回答)

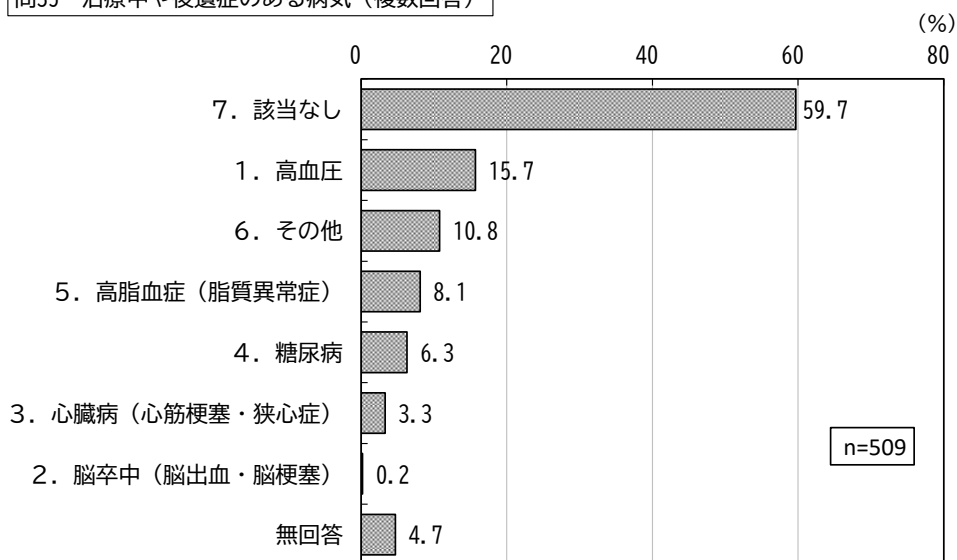
		上段:実数 下段:横%	合計	1. とても健康	2. まあまあ健康	3. あまり健康でない	4. 健康でない	無回答
全体		509 100.0	56 11.0	348 68.4	87 17.1	16 3.1	2 0.4	
性別	男性	197 100.0	24 12.2	123 62.4	41 20.8	8 4.1	1 0.5	
	女性	301 100.0	31 10.3	217 72.1	44 14.6	8 2.7	1 0.3	
	回答しない	11 100.0	1 9.1	8 72.7	2 18.2	0 0.0	0 0.0	

問35 現在治療中、また後遺症のある病気について、あてはまる番号すべて選んでください。
(複数選択)

1. 高血圧	2. 脳卒中(脳出血・脳梗塞)	3. 心臓病(心筋梗塞・狭心症)
4. 糖尿病	5. 高脂血症(脂質異常症)	6. その他()
7. 該当なし		

- ・治療中または後遺症のある病気についてたずねると、「7. 該当なし」(59.7%)と無回答(4.7%)を除く44.4%の方に何らかの後遺症または病気等があることがうかがえる。
- ・その内訳をみると、「1. 高血圧」が15.7%と最も高く、「6. その他」(10.8%)、「5. 高脂血症(脂質異常症)」(8.1%)、「4. 糖尿病」(6.3%)、「3. 心臓病(心筋梗塞・狭心症)」(3.3%)と続いている。
- ・性別にみると、治療中または後遺症のある病気のうち「高血圧」は、男性(24.9%)のほうが女性(9.3%)よりも該当率が高い。また、「該当なし」は、女性(63.1%)のほうが男性(54.3%)よりも高い。

問35 治療中や後遺症のある病気(複数回答)



【その他】てんかん(3件)/コレステロール(3件)/緑内障(2件)/骨粗しょう症(2件)/うつ(2件)/痛風(2件)/リウマチ(2件)/甲状腺機能低下症(2件)/腰痛(2件)/パセドウ病/精神/食道炎/口内炎/不整脈/白内障、甲状腺/脳の腫瘍/メニエル/前立腺肥大/悪性リンパ種、骨粗しょう症、脊柱狭窄症/悪玉コレステロール高め/網膜色素変性症/喘息/妊娠高血圧症候群/慢性B型肝炎/アトピー/橋本病/貧血、PMS/左腎萎縮、膀胱尿管逆流症/喘息、腱鞘炎/慢性胃炎/左足切断/ドライアイ/潰瘍性大腸炎/うつ病、四肢運動障害/貧血、喘息/甲状腺機能亢進症

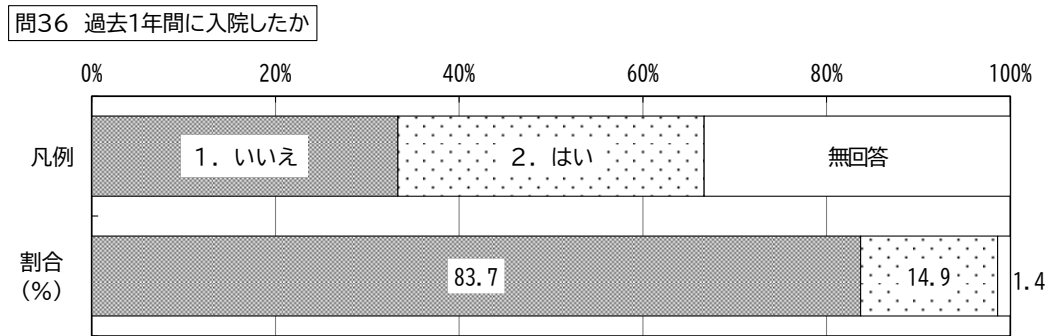
問35 治療中や後遺症のある病気 × 性別 (複数回答)

		1. 高血圧	2. 脳卒中(脳出血・脳梗塞)	3. 心臓病(心筋梗塞・狭心症)	4. 糖尿病	5. 高脂血症(脂質異常症)	6. その他	7. 該当なし	無回答
全体 (n=509)		80 15.7	1 0.2	17 3.3	32 6.3	41 8.1	55 10.8	304 59.7	24 4.7
性別	男性 (n=197)	49 24.9	1 0.5	11 5.6	17 8.6	13 6.6	20 10.2	107 54.3	9 4.6
	女性 (n=301)	28 9.3	0 0.0	5 1.7	15 5.0	28 9.3	35 11.6	190 63.1	15 5.0
	回答しない (n=11)	3 27.3	0 0.0	1 9.1	0 0.0	0 0.0	0 0.0	7 63.6	0 0.0

問36 過去1年間に入院しましたか。(単数回答)

1. いいえ	2. はい
--------	-------

- ・過去1年間の入院歴についてたずねると、「いいえ (入院していない)」が83.7%と大半を占め、「はい (入院した)」は14.9%にとどまっている。

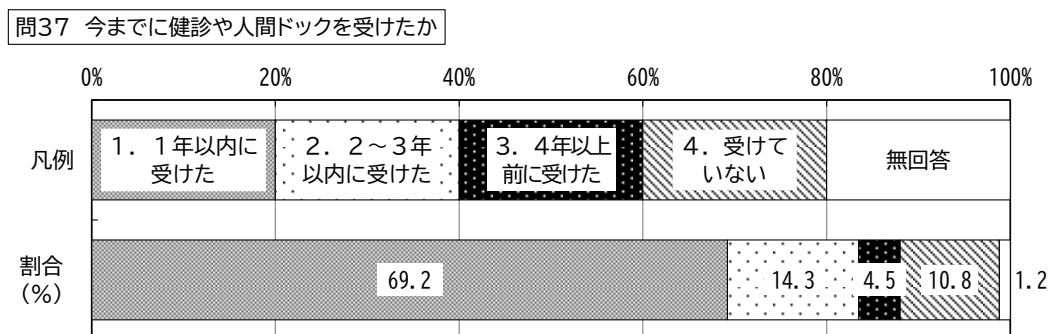


問37 あなたは今までに、職場や保健相談センター、医療機関などで、健診や人間ドックを受けましたか。

(単数回答)

1. 1年以内に受けた	2. 2～3年以内に受けた
3. 4年以上前に受けた	4. 受けていない ⇒問37-1へ

- ・健診や人間ドックの受診状況をたずねると、「1年以内に受けた」は69.2%と最も高くなっている。
- ・『受けた (1年以内に受けた+2～3年以内に受けた+4年以上前に受けた)』が88.0%と大半を占める一方、「4. 受けていない」という方も10.8%と一定数みられる。



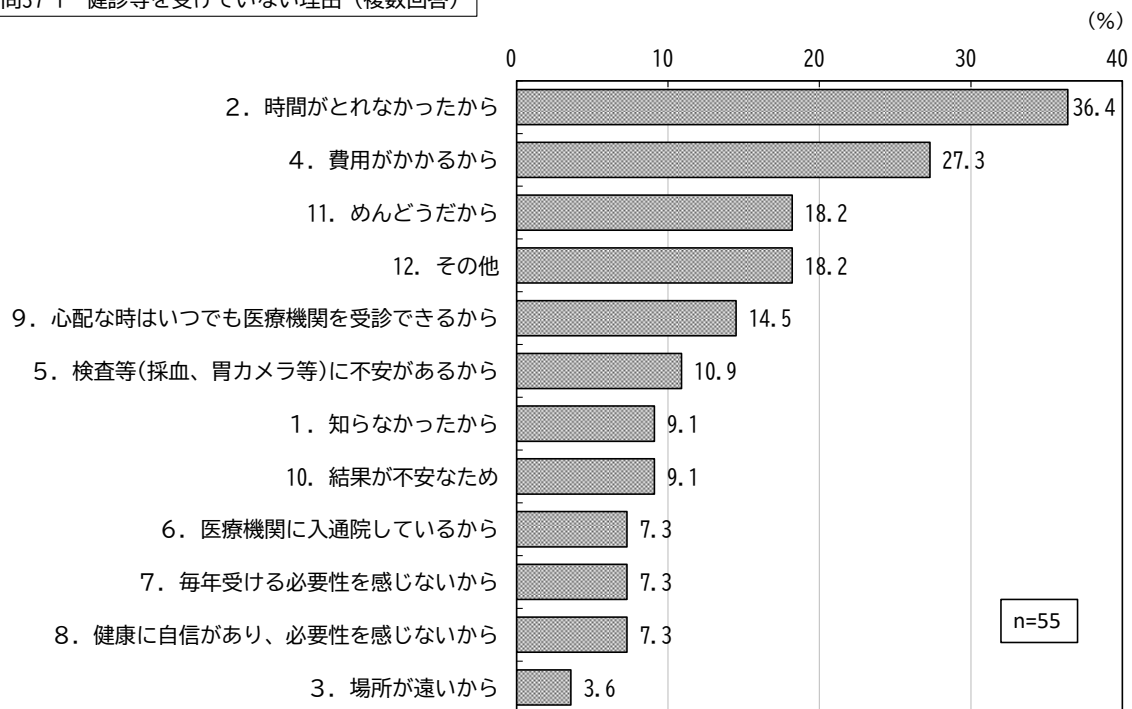
問37で「4. 受けていない」と答えた方におたずねします。

問37-1 あなたが健診等を受けていない理由は何ですか。あてはまる番号すべて選んでください。(複数選択)

1. 知らなかったから	2. 時間がとれなかったから
3. 場所が遠いから	4. 費用がかかるから
5. 検査等(採血、胃カメラ等)に不安があるから	6. 医療機関に入通院しているから
7. 毎年受ける必要性を感じないから	8. 健康に自信があり、必要性を感じないから
9. 心配な時はいつでも医療機関を受診できるから	10. 結果が不安なため
11. めんどうだから	12. その他 ()

- ・健診や人間ドックを受診していないと回答した方に理由をたずねると、「2. 時間がとれなかったから」が36.4%と最も高く、次いで「4. 費用がかかるから」(27.3%)、「11. めんどうだから」(18.2%)、「12. その他」(18.2%)、「9. 心配な時はいつでも医療機関を受診できるから」(14.5%)、「5. 検査等(採血、胃カメラ等)に不安があるから」(10.9%)となっている。
- ・一方で、「1. 知らなかったから」(9.1%)、「10. 結果が不安なため」(9.1%)、「6. 医療機関に入通院しているから」(7.3%)、「7. 毎年受ける必要性を感じないから」(7.3%)、「8. 健康に自信があり、必要性を感じないから」(7.3%)という回答も一定数みられる。

問37-1 健診等を受けていない理由(複数回答)



【その他】退職したから/職場の補助年齢に該当しなかったため/健診の予約を忘れる/定期で糖尿病治療/場所が分からない/なんとなく/年齢が若いと、お金を払わないと受けられない検査が多いので、わざわざ時間を作って行く感じではないと思った/一度予約したが、妊娠疑いがあったため、予約をキャンセルした

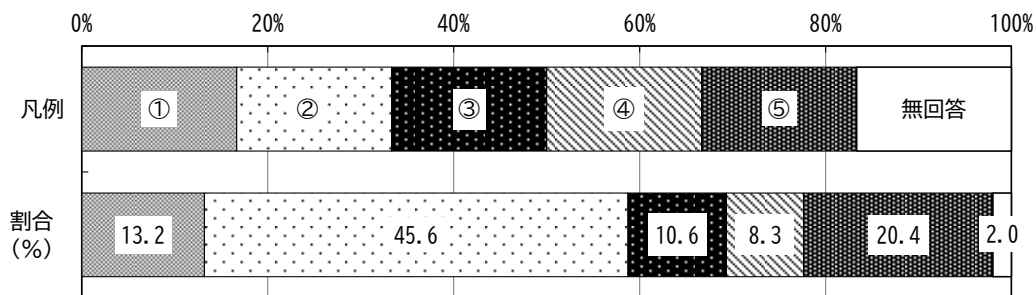
◆健康行動

問38 あなたは、食習慣についてどのように思いますか。(単数回答)

1. 関心はない	2. 改善しなくてはいけないと思うが、実行できない
3. 今すぐにでも改善したい	4. 改善を実行して6か月未満である
5. 改善を実行して6か月以上である	

- ・食習慣についてたずねると、「2. 改善しなくてはいけないと思うが、実行できない」が45.6%と最も高くなっている。
- ・食習慣を『改善している』（4. 改善を実行して6か月未満である+5. 改善を実行して6か月以上である）という方が28.7%となっている。
- ・また、『改善したい』（2. 改善しなくてはいけないと思うが、実行できない+3. 今すぐにでも改善したい）と考えている方は56.2%と過半数を超えている。
- ・一方で、「1. 関心はない」（13.2%）との回答も一定数みられる。
- ・性別にみると、食習慣に「関心はない」割合は、男性（17.3%）のほうが女性（10.3%）よりも高い。

問38 食習慣について



- ①関心はない
- ②改善しなくてはいけないと思うが、実行できない
- ③今すぐにでも改善したい
- ④改善を実行して6か月未満である
- ⑤改善を実行して6か月以上である
- 無回答

問38 食習慣について ×性別

(単数回答)

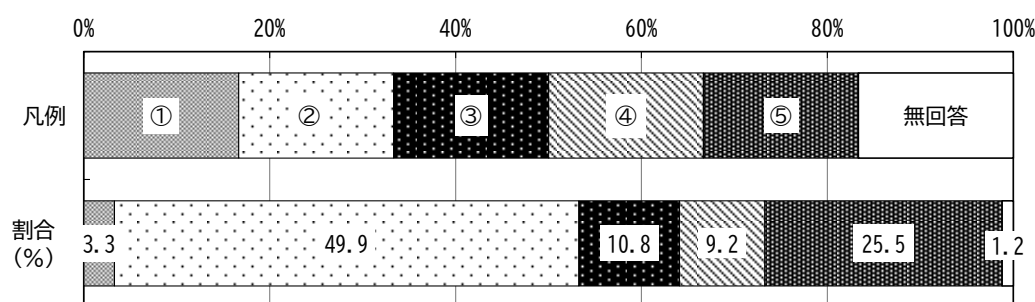
		合計	1. 関心はない	2. 改善しなくてはいけないと思うが、実行できない	3. 今すぐにでも改善したい	4. 改善を実行して6か月未満である	5. 改善を実行して6か月以上である	無回答
		上段:実数 下段:横%						
全体		509 100.0	67 13.2	232 45.6	54 10.6	42 8.3	104 20.4	10 2.0
性別	男性	197 100.0	34 17.3	82 41.6	19 9.6	19 9.6	39 19.8	4 2.0
	女性	301 100.0	31 10.3	145 48.2	33 11.0	23 7.6	63 20.9	6 2.0
	回答しない	11 100.0	2 18.2	5 45.5	2 18.2	0 0.0	2 18.2	0 0.0

問 39 あなたは、運動習慣についてどのように思いますか。(単数回答)

1. 関心はない	2. 運動しなくてはいけないと思うが、実行できない
3. 今すぐにでも改善したい	4. 定期的な運動を実行して6か月未満である
5. 定期的な運動を実行して6か月以上である	

- ・運動習慣についてたずねると、「2. 運動しなくてはいけないと思うが、実行できない」が49.9%と最も高くなっている。
- ・『運動している』（4. 定期的な運動を実行して6か月未満である+5. 定期的な運動を実行して6か月以上である）という方が34.7%となっている。
- ・また、『改善したい』（2. 運動しなくてはいけないと思うが、実行できない+3. 今すぐにでも改善したい）と考えている方は60.7%と過半数を超えている。
- ・一方で、「1. 関心はない」（3.3%）との回答もわずかながらみられる。
- ・性別にみると、「定期的な運動を実行して6か月以上」の割合は、男性（35.0%）のほうが女性（19.6%）よりも高い。また、「運動しなくてはいけないと思うが、実行できない」割合は、女性（54.5%）のほうが男性（43.7%）よりも高い。

問39 運動習慣について



- ①関心はない
- ②運動しなくてはいけないと思うが、実行できない
- ③今すぐにでも改善したい
- ④定期的な運動を実行して6か月未満である
- ⑤定期的な運動を実行して6か月以上である
- 無回答

問39 運動習慣について ×性別

(単数回答)

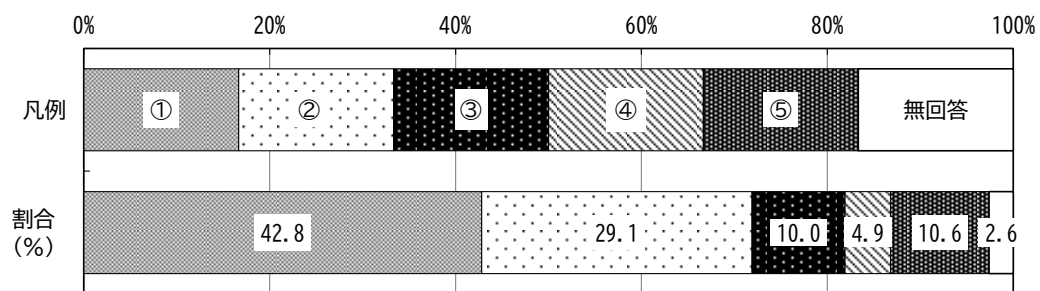
		合計	1. 関心はない	2. 運動しなくてはいけないと思うが、実行できない	3. 今すぐにでも改善したい	4. 定期的な運動を実行して6か月未満である	5. 定期的な運動を実行して6か月以上である	無回答
		上段:実数 下段:横%						
全体		509 100.0	17 3.3	254 49.9	55 10.8	47 9.2	130 25.5	6 1.2
性別	男性	197 100.0	8 4.1	86 43.7	17 8.6	14 7.1	69 35.0	3 1.5
	女性	301 100.0	8 2.7	164 54.5	37 12.3	30 10.0	59 19.6	3 1.0
	回答しない	11 100.0	1 9.1	4 36.4	1 9.1	3 27.3	2 18.2	0 0.0

問 40 あなたは、健康アプリについてどのように思いますか。(単数回答)

- | | |
|---------------------|-------------------------|
| 1. 関心はない | 2. 活用しなくてはいけないと思うが、できない |
| 3. 今すぐにでも使用したい | 4. 定期的に使用して6か月未満である |
| 5. 定期的に使用して6か月以上である | |

・健康アプリについてたずねると、「1. 関心はない」が42.8%と最も高く、次いで「2. 活用しなくてはいけないと思うが、できない」(29.1%)、「5. 定期的に使用して6か月以上である」(10.6%)、「3. 今すぐにでも使用したい」(10.0%)、「4. 定期的に使用して6か月未満である」(4.9%)となっている。

問40 健康アプリについて



- ①関心はない
- ②活用しなくてはいけないと思うが、できない
- ③今すぐにでも使用したい
- ④定期的に使用して6か月未満である
- ⑤定期的に使用して6か月以上である
- 無回答

問41 あなたは、もし必要になったら、病気や健康に関連した情報を自分自身で探したり利用したりすることができますか。(各問いいずれも単数回答)

1) 新聞、本、テレビ、インターネットなど、いろいろな情報源から情報を集められる

1. 全く思わない 2. あまり思わない 3. どちらでもない 4. まあ思う 5. 強く思う

2) 情報を理解し、人に伝えることができる。

1. 全く思わない 2. あまり思わない 3. どちらでもない 4. まあ思う 5. 強く思う

3) 情報がどの程度信頼できるかを判断できる。

1. 全く思わない 2. あまり思わない 3. どちらでもない 4. まあ思う 5. 強く思う

4) たくさんある情報の中から、自分の求める情報を選び出せる。

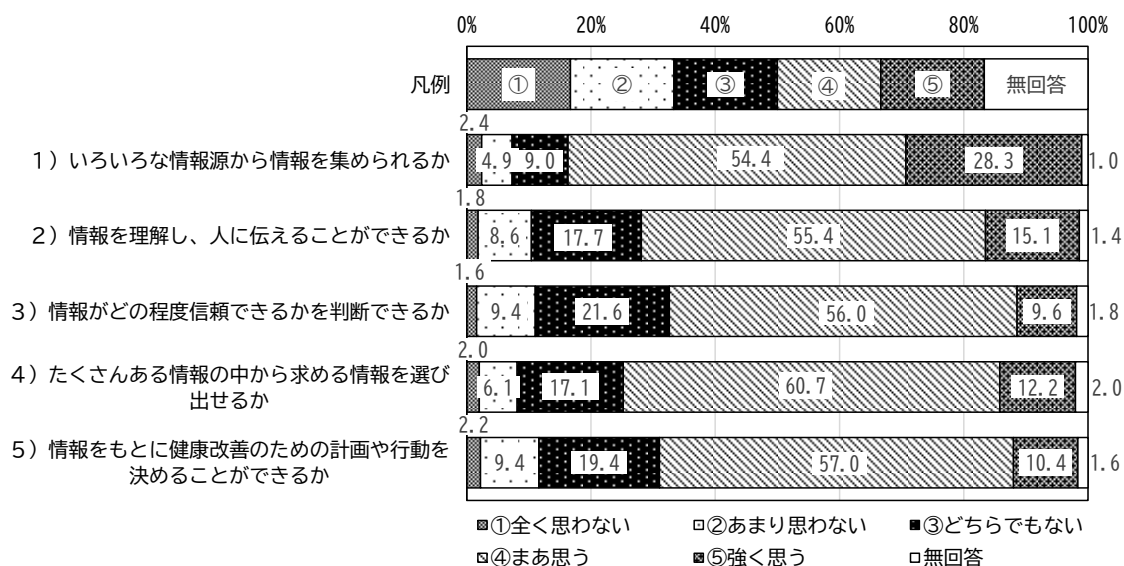
1. 全く思わない 2. あまり思わない 3. どちらでもない 4. まあ思う 5. 強く思う

5) 情報をもとに健康改善のための計画や行動を決めることができる。

1. 全く思わない 2. あまり思わない 3. どちらでもない 4. まあ思う 5. 強く思う

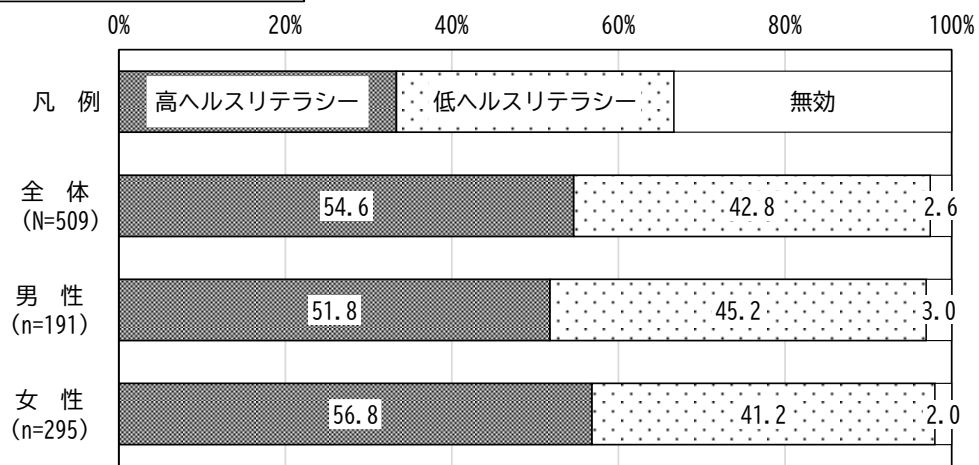
- 1) いろいろな情報源から情報を集められるかたずねると、「4. まあ思う」が54.4%と最も高く、「5. 強く思う」(28.3%)、「3. どちらでもない」(9.0%)と続いている。
- 2) 情報を理解し、人に伝えることができるかたずねると、「4. まあ思う」が55.4%と最も高く、「3. どちらでもない」(17.7%)、「5. 強く思う」(15.1%)と続いている。
- 3) 情報がどの程度信頼できるか判断できるかたずねると、「4. まあ思う」が56.0%と最も高く、「3. どちらでもない」(21.6%)、「5. 強く思う」(9.6%)と続いている。
- 4) たくさんある情報の中から、自分の求める情報を選び出せるかたずねると、「4. まあ思う」が60.7%と最も高く、「3. どちらでもない」(17.1%)、「5. 強く思う」(12.2%)と続いている。
- 5) 情報をもとに健康改善のための計画や行動を決めることができるかたずねると、「4. まあ思う」が57.0%と最も高く、「3. どちらでもない」(19.4%)、「5. 強く思う」(10.4%)と続いている。

問41 病気や健康に関連した情報収集

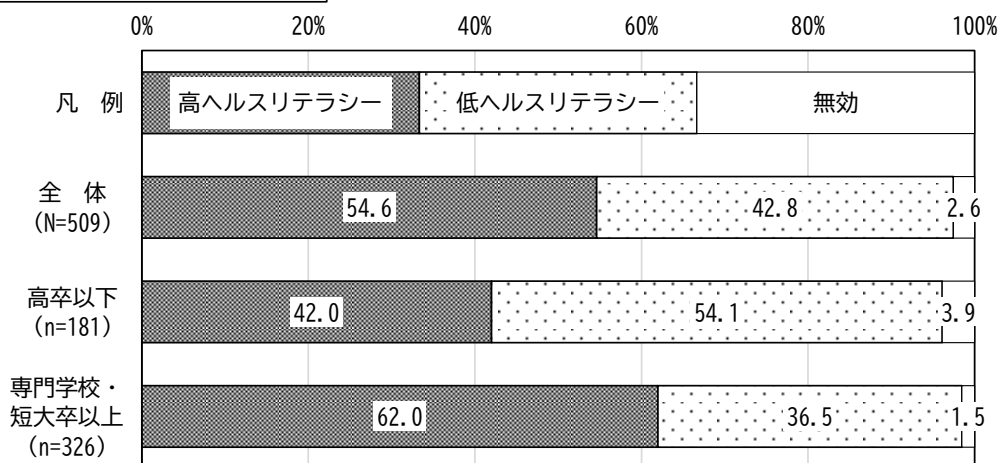


- ・ヘルスリテラシーを測定するため、病気や健康に関連した情報の収集や利用の能力について、「1.全く思わない」を1点、「5.強く思う」を5点として5項目の平均値を算出したところ、回答者全体の平均値は3.77だった。また、中央値4.0以上を「高ヘルスリテラシー」、中央値4.0未満を「低ヘルスリテラシー」と区分した結果、「高ヘルスリテラシー」に該当する者の割合は54.6%となった。
- ・カイ二乗検定の結果、性別とヘルスリテラシーとの間に関連はみられなかった。
- ・カイ二乗検定の結果、専門学校・短大卒以上（62.0%）のほうが高卒以下（42.0%）よりも「高ヘルスリテラシー」に該当する者の割合が高いことが分かった。

問41 ヘルスリテラシーの状況



問41 ヘルスリテラシーの状況



◆社会とのつながり

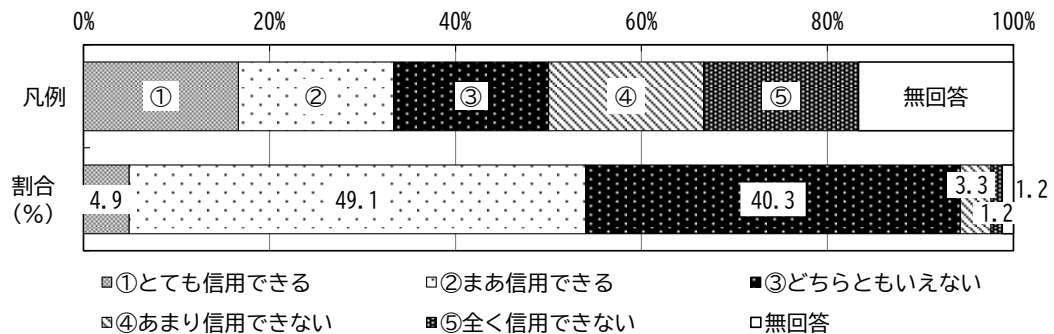
問 42 あなたの住んでいる地域についておうかがいします。(各問いずれも単数回答)

1) あなたの地域の人々は、一般的に信用できると思いますか。

- | | | |
|--------------|-------------|--------------|
| 1. とても信用できる | 2. まあ信用できる | 3. どちらともいえない |
| 4. あまり信用できない | 5. 全く信用できない | |

・地域の人々は一般的に信用できると思うかたずねると、「2. まあ信用できる」が49.1%と最も高く、次いで「3. どちらともいえない」(40.3%)、「1. とても信用できる」(4.9%)となっている。

問42 1)地域の人々は一般的に信用できると思いますか

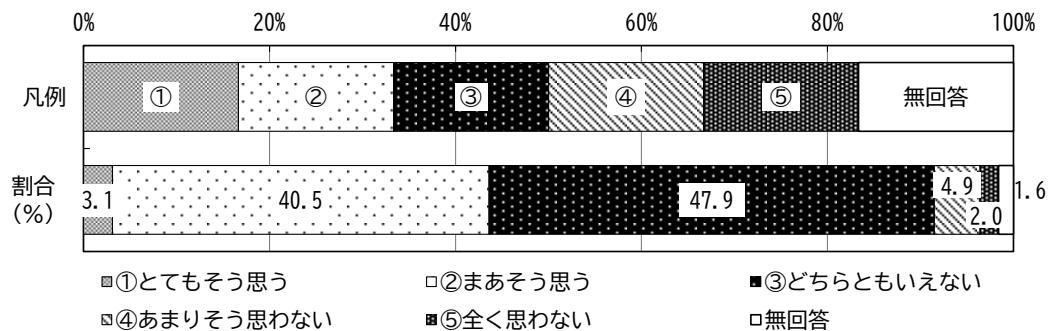


2) あなたの地域の人々は、多くの場合、他の人の役に立とうと思いますか。

- | | | |
|--------------|-----------|--------------|
| 1. とてもそう思う | 2. まあそう思う | 3. どちらともいえない |
| 4. あまりそう思わない | 5. 全く思わない | |

・地域の人々は他の人の役に立とうと思うかたずねると、「3. どちらともいえない」が47.9%と最も高く、次いで「2. まあそう思う」(40.5%)、「4. あまりそう思わない」(4.9%)となっている。

問42 2)地域の人々は他の人の役に立とうと思いますか

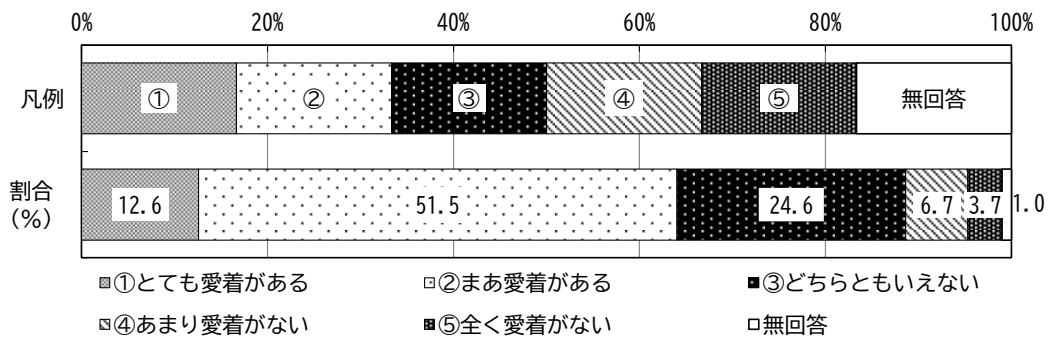


3) あなたは現在住んでいる地域にどの程度愛着がありますか。

- | | | |
|-------------|------------|--------------|
| 1. とても愛着がある | 2. まあ愛着がある | 3. どちらともいえない |
| 4. あまり愛着がない | 5. 全く愛着がない | |

- ・住んでいる地域にどの程度愛着があるかたずねると、「2. まあ愛着がある」が51.5%と最も高く、次いで「3. どちらともいえない」(24.6%)、「1. とても愛着がある」(12.6%)となっている。
- ・性別にみると、「まあ愛着がある割合」は、男性(57.4%)のほうが女性(48.5%)よりも高い。また、「どちらともいえない」割合は、女性(27.6%)のほうが男性(18.8%)よりも高い。

問42 3)現在住んでいる地域にどの程度愛着がありますか



問42 3) 現在住んでいる地域にどの程度愛着がありますか ×性別 (単数回答)

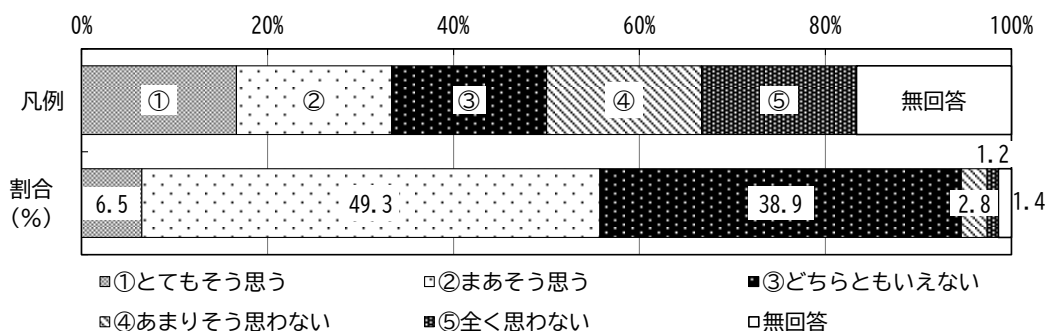
		上段:実数 下段:横%	合計	1. とても 愛着がある	2. まあ愛 着がある	3. どちら ともいえない	4. あまり 愛着がない	5. 全く愛 着がない	無回答
全体			509 100.0	64 12.6	262 51.5	125 24.6	34 6.7	19 3.7	5 1.0
性別	男性		197 100.0	27 13.7	113 57.4	37 18.8	13 6.6	5 2.5	2 1.0
	女性		301 100.0	37 12.3	146 48.5	83 27.6	18 6.0	14 4.7	3 1.0
	回答しない		11 100.0	0 0.0	3 27.3	5 45.5	3 27.3	0 0.0	0 0.0

4) 自分の住んでいる地域にはいい人たちが多い。

- | | | |
|--------------|-----------|--------------|
| 1. とてもそう思う | 2. まあそう思う | 3. どちらともいえない |
| 4. あまりそう思わない | 5. 全く思わない | |

- ・住んでいる地域にはいい人たちが多いと思うかたずねると、「2. まあそう思う」が49.3%と最も高く、次いで「3. どちらともいえない」(38.9%)、「1. とてもそう思う」(6.5%)となっている。

問42 4)住んでいる地域にはいい人たちが多いと思いますか



問 43 あなたの参加している会やグループについておうかがいします。
 あなたは下記のような会・グループにどのくらいの頻度で参加していますか。
 (①～⑮いずれも単数回答)

	週4回 以上	週2～ 3回	週1回	月1～ 3回	年に数回	参加して いない
① ボランティアのグループ	1	2	3	4	5	6
② スポーツ関係のグループやクラブ	1	2	3	4	5	6
③ 趣味関係のグループ	1	2	3	4	5	6
④ 老人クラブ	1	2	3	4	5	6
⑤ 町内会・自治会・青年会	1	2	3	4	5	6
⑥ 学習・教養サークル	1	2	3	4	5	6
⑦ 地域の健康づくりに関する活動	1	2	3	4	5	6
⑧ 特技や経験を他者に伝える活動	1	2	3	4	5	6
⑨ 地域行事(お祭り・盆踊りなど)	1	2	3	4	5	6
⑩ 高齢者を支援する活動(介護予防・ 生きがい支援・見守り・介護等含 む)	1	2	3	4	5	6
⑪ 地域の子どもに関する活動	1	2	3	4	5	6
⑫ 地域の生活環境の改善(美化・安全 等)活動	1	2	3	4	5	6
⑬ 生活協同組合・農協の活動	1	2	3	4	5	6
⑭ 模合	1	2	3	4	5	6
⑮ その他()	1	2	3	4	5	6

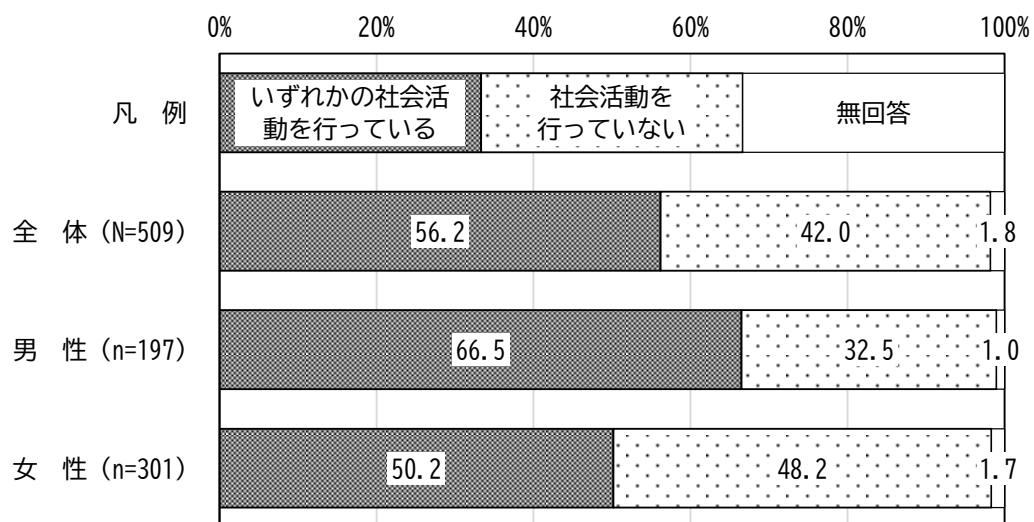
- ・上記のグループ・活動に「参加していない」と回答した割合をみると、「④老人クラブ」が95.9%と最も高く、「⑬生活協同組合・農協の活動への参加頻度」(95.1%)、「⑦地域の健康づくりに関する活動への参加頻度」(94.7%)、「⑩高齢者を支援する活動(介護予防・生きがい支援・見守り・介護等含む)」(94.5%)、「⑥学習・教養サークル」(94.3%)、「⑧特技や経験を他者に伝える活動」(92.3%)はいずれも9割を超えている。
- ・一方で、『参加している(週4回以上+週2～3回+週1回+月1～3回+年に数回)』と回答した割合をみると、「⑭模合」が22.0%と最も高く、次いで「⑨地域行事(お祭り・盆踊りなど)」(21.2%)、「②スポーツ関係のグループやクラブ」(16.8%)、「③趣味関係のグループ」(16.5%)が2割前後となっている。
- ・いずれかの社会活動を行っている者の割合は56.2%で、性別にみると男性(66.5%)のほうが女性(50.2%)よりも割合が高い。

問43 参加している会やグループについて

(単数回答)

	合計	週4回以上	週2～3回	週1回	月1～3回	年に数回	参加していない	無回答
① ボランティアのグループへの参加頻度	509 100.0	2 0.4	3 0.6	4 0.8	15 2.9	27 5.3	447 87.8	11 2.2
② スポーツ関係のグループやクラブへの参加頻度	509 100.0	10 2.0	22 4.3	21 4.1	17 3.3	16 3.1	412 80.9	11 2.2
③ 趣味関係のグループへの参加頻度	509 100.0	2 0.4	7 1.4	18 3.5	24 4.7	33 6.5	414 81.3	11 2.2
④ 老人クラブへの参加頻度	509 100.0	2 0.4	0 0.0	3 0.6	0 0.0	5 1.0	488 95.9	11 2.2
⑤ 町内会・自治会・青年会への参加頻度	509 100.0	3 0.6	0 0.0	1 0.2	8 1.6	54 10.6	433 85.1	10 2.0
⑥ 学習・教養サークルへの参加頻度	509 100.0	3 0.6	2 0.4	7 1.4	1 0.2	5 1.0	480 94.3	11 2.2
⑦ 地域の健康づくりに関する活動への参加頻度	509 100.0	0 0.0	0 0.0	3 0.6	4 0.8	8 1.6	482 94.7	12 2.4
⑧ 特技や経験を他者に伝える活動への参加頻度	509 100.0	1 0.2	1 0.2	6 1.2	8 1.6	11 2.2	470 92.3	12 2.4
⑨ 地域行事への参加頻度	509 100.0	0 0.0	0 0.0	3 0.6	4 0.8	101 19.8	391 76.8	10 2.0
⑩ 高齢者を支援する活動への参加頻度	509 100.0	3 0.6	1 0.2	1 0.2	3 0.6	7 1.4	481 94.5	13 2.6
⑪ 地域の子どもに関する活動への参加頻度	509 100.0	4 0.8	3 0.6	5 1.0	1 0.2	46 9.0	437 85.9	13 2.6
⑫ 地域の生活環境の改善活動への参加頻度	509 100.0	0 0.0	0 0.0	2 0.4	2 0.4	42 8.3	450 88.4	13 2.6
⑬ 生活協同組合・農協の活動への参加頻度	509 100.0	1 0.2	0 0.0	4 0.8	0 0.0	6 1.2	484 95.1	14 2.8
⑭ 模合への参加頻度	509 100.0	1 0.2	0 0.0	4 0.8	79 15.5	28 5.5	385 75.6	12 2.4
⑮ その他への参加頻度	509 100.0	1 0.2	1 0.2	2 0.4	5 1.0	1 0.2	1 0.2	498 97.8

問43 社会活動を行っている者の状況



参考：社会活動を行っている者の状況

・沖縄県 22.3% ・全国 ※対応するものなし

出典：「国民健康・栄養調査（令和4年）」

◆自由意見

■宜野湾市の健康づくりや健（検）診、ぎのわん健康プロジェクト等についてのご意見・ご要望

項目	件数
1. 身体活動・運動・環境整備	24
2. 健康に関するイベントや広報・周知	11
3. 計画関連・支援	8
4. 健康観・健康診査	4
5. 栄養・食生活・食育	4
6. 休養・こころの健康	2
7. 騒音・健康被害	2
8. アンケートについて	7
9. その他	8
合計	70

1. 身体活動・運動・環境整備 (24件)	地区	性別	年代
宜野湾市のプールがあったらいいと思う。(マリン支援センターでなく、浦添のまじゅんらんどみたいな)	真志喜中学校区	女性	50代
公民館などに健康器具を設置して欲しい。格安なら有料でも良い。	普天間中学校区	男性	70～74歳
土・日や平日なら夕方に参加できる健康プログラムがあれば良いと思います。ほとんどが平日の昼間で、仕事をしている方々には良いと思いますが、それ以外の就労している方々には全く利用できないサービスが多いです。	真志喜中学校区	女性	75歳以上
健康増進センターをつくってほしい。	嘉数中学校区	女性	40代
いこいの市民パークの駐車場が足りていない。	嘉数中学校区	男性	40代
コンベンションの公園のような大きな敷地があるところに、もっと人が出かけたくなるような大きな遊具やバスケットボールのコートを作ってはどうか。周りの宜野湾市民はみんな北谷のアラハビーチに毎週末出かけている家族が多く、もったいないな、さびしいなと感じます。もっと近くで体を動かせる場所が欲しいです。	真志喜中学校区	女性	40代
夏休みだけでなく日頃から小・中学校で始業前にラジオ体操を取り入れてほしい。将来的に健康長寿日本一になるためには、若い方に毎日やれるラジオ体操が一番だと思います。	普天間中学校区	男性	60～64歳
2024年6月中旬に転居し、良い場所で地域の人々と交流できる自治会に加入し、ラジオ体操や公民館ミニデイ、ボランティア等、楽しんでおります。毎朝、市議さんの交通安全指導に最後の15分～20分、小・中・高生に声がけ等。	嘉数中学校区	女性	65～69歳
身近で運動(トレーニング含む)できる施設が各学校区にあるといいなと思います。是非つくってください。	真志喜中学校区	男性	70～74歳
筋トレができる施設が良い。機械の設備、体育館は遠いし、老人センター(赤道老人福祉センター)に必要。プールがほしい。ひざがいたいので、水中ウォーキングしたい。	嘉数中学校区	女性	70～74歳
誰もが安全に歩けるように歩道を整備してほしい。	嘉数中学校区	女性	20代

1. 身体活動・運動・環境整備 (24件)	地区	性別	年代
宜野湾海浜公園側に運動施設があるが、東側の国道 330 号沿には、その様な運動施設が無いので、建設して頂いた暁には利用したい。	普天間中学校区	男性	60～64歳
公園など気軽に運動できる器具などがあるといいな。	嘉数中学校区	女性	50代
坂の多い地域なので徒歩移動の身では、出かけることに億劫に思う時がある。保健センターまで歩いて行くのに不便なので利用を迷う。	真志喜中学校区	女性	70～74歳
宜野湾市営グラウンドを早く夜も使えるようにして欲しいです。公園やコンベンションにでもバスケのリングを増やして欲しいです。	真志喜中学校区	女性	40代
「ウォーカブルなまちづくり」どう進めていくのか。知る機会は広報誌、学校、公民館、病院との連携が必要ではないか。(子の教育は親も波及すると思います。)。講演会(in 琉大)、久道勝也(下北沢病院理事長)、イベント	普天間中学校区	女性	50代
宜野湾市役所から普天間神宮向けに新たな道づくり計画があると思いますが、普天間高校通り辺りにスポーツジムなど体を動かして運動できる施設を設立してほしい。宜野湾市民のみ利用できるような若者からお年寄りまでちょっとしたプチ体育館を併設してヨガなどができれば幸せです。	宜野湾中学校区	女性	40代
ウォーキングをしたいのですが、暑い時間にしか行けないこともあり、運動するタイミングがないことが多いです。なので、屋根付きのウォーキングコースがあれば、暑い日、雨の日も運動ができ助かります。とにかく沖縄は日差しが強いこと、急に雨が降ることがある等、運動するには厳しい地域だと思います。これがクリアできれば運動する回数も増えると思っています。屋内だと掃除やメンテが大変だと思うので気軽に歩ける屋外。パーキングの充実も望みます。5m以上の中、横は柱だけの部分、雨よけ部分と Mix して。(風が強いことが多いのでカベ部分もあれば)	宜野湾中学校区	女性	50代
歩いて行ける公園があり、韓国などにある公園を散歩しながら運動ができる運動器具などが設置されていて、いつでも利用できるといいなと思ったりします。	普天間中学校区	女性	70～74歳
各自治会の施設に充実した運動環境を作ってほしい。機会の喪失	普天間中学校区	男性	40代
普天間地区で運動ができる機会や場所が増えれば良いかと思っています。	嘉数中学校区	男性	50代
気軽に運動ができるように 24 時間ジムの店舗をこの区域にも増やして欲しいです。	嘉数中学校区	男性	20代
もっと運動出来る環境を提供してほしい。 ジャザサイズなど無料で。	普天間中学校区	女性	20代
大きい公園がもっと欲しいです。あと、安いジム	真志喜中学校区	男性	40代

2. 健康に関するイベントや広報・周知 (11件)	地区	性別	年代
1960年頃に市になり、その後健康都市宣言をしたと思うが、60年経過して宜野湾市が他所に比べて、健康都市とは思えない。できない嘘は言わずに、マアママ都市(宜野湾市が3番)ぐらいの宣言をした方が、正しいと思う。	普天間中学校区	男性	70～74歳
就学前の子ども向けのイベント、育児休暇中のお母さん達向けのリフレッシュ講座、イベント等がもう少し充実していたら嬉しいです。	宜野湾中学校区	女性	30代
市民運動会が年1回陸上競技場で開催されているが情報が全くなく、参加したくても参加できないのもっと市民全員が参加できるようなものはPRをきちんとしてほしい。全小学校、中学校への情報提供も含めて。参加しているものは、いつも同じようなメンバーになっているような、情報のかたよりを感じています。気付けば開催していて悲しいです。	普天間中学校区	女性	40代
健康づくりや健(検)診等にも力を入れてくださってありがとうございます。毎日のウォーキング、ストレッチ、マッサージ等が如何に大切か分かる年代になりました。高齢者も気軽に出来る、楽しめる、どんな企画かわかりませんが、取り入れられたら必ず注目なさると思いました。	宜野湾中学校区	女性	70～74歳
プロジェクトの内容があまり分かっていません。ラインやSNSで配信があったりしますか。	普天間中学校区	女性	30代
健診結果の説明会を開催してほしい。調理実習で手軽で健康的な食事を紹介してほしい。	嘉数中学校区	女性	50代
親子で参加できたり、大人だけで週末の夜などの時間があると参加したい。家族で地域や季節のイベント等の料理作りなどももっと企画があるとうれしい。離れて暮らす高齢の家族のための料理も習いたい。	真志喜中学校区	女性	40代
保健相談センターが行っている健康づくりのイベント(○△□教室)には感心があるので、時間的なゆとりが出てきたら参加したい。	真志喜中学校区	男性	60～64歳
スマートフォンやQRコードを活用して、宜野湾市の史跡などの魅力を歩いて回るコースの設定やイベントの開催があると楽しみながら運動できそう。また、宜野湾市に関するイベントがあっても、終了後のアンケート協力などでイベントがあったと知ることがあったので、もう少し若者にも届くような広報をしてほしい。	普天間中学校区	女性	70～74歳
イベント情報を細かく把握したい 参加したい。	真志喜中学校区	男性	65～69歳
はごろもウォークのプロジェクトは毎年参加している。その時だけでも頑張りがたくて。毎週のウォーキングなど休みがあう時に参加したい。	—	女性	65～69歳

3. 計画関連・支援（8件）	地区	性別	年代
食育活動もっと地域に還元してほしい。	真志喜中学校区	女性	70～74歳
就労世代により手厚い健康サポートをお願いしたいです。例えば、健診受診日は年休消化ではなく義務として受診させるよう雇用者に求めるなど。	嘉数中学校区	女性	40代
大変良い取り組みだと思うので定期的にやりましょう。	真志喜中学校区	男性	50代
宜野湾市に越して1年余りです。とても良いまちです。いろいろな事に取り組んでいる様子が見受けられます。これからたくさんの方に参加できればと思います。	普天間中学校区	女性	50代
地域コミュニティの活性化につながるような取り組みがあるといいですね。みんなでよりよい宜野湾市にしていきたいと思います。	普天間中学校区	女性	40代
教育と福祉に力を入れることこそが、将来の宜野湾市の活性化になると思う。それを学力だけではなく、地域力を担っている高齢者様方が活躍できる場や機会を定期的&大々的にアピールしてほしい。輪廻転生！温故知新！それが地域活性化、継続化、永続化につながると思う。そこから経済発展にもつながる。全世代が活躍できる地域を求める。	宜野湾中学校区	男性	40代
味噌作りなどの食に関する地域活動に取り組める環境作りをお願いしたい。あくまでも行政は土台作りまで担っていただき地域が参加できるような仕組み仕掛けをお願いしたい。自治会加入率を上げるのを目標にするのではなく、まずは加入者で動かすプロジェクトが欲しい。	嘉数中学校区	女性	40代
長田地区在住ですが、33歳として不便なく暮らしています。一人で道を歩いたり、お買い物をしているご年配の方が多い印象で、見守りは行き届いているのかなど心配になることはあります。	宜野湾中学校区	女性	50代

4. 健康観・健康診査（4件）	地区	性別	年代
病気予防のための人間ドックも必要だと思いますが、整形外科的な体の健康チェックも行って助成してはどうでしょうか(お年よりがあちこち痛くて歩けない動きたくないという声を耳にしたりするので)	真志喜中学校区	女性	40代
健診結果に基づき、健康相談や指導を市で行ってほしい。	真志喜中学校区	男性	70～74歳
人間ドックやがん検診などは、科学的根拠のある健診を公費で実施し、精度管理をしっかりと実施してほしい。前立腺がんやピロリ菌検査、血液検査などによるがん検診は死亡率を下げる科学的根拠がない事を周知してほしい。店舗と連携して減塩やバランスのいい弁当など、手に入りやすい環境づくりや職場と連携した運動しやすい環境づくりを推進してほしい。	宜野湾中学校区	男性	30代
人間ドックが安く受けられれば良いと思う。	宜野湾中学校区	女性	30代

5. 栄養・食生活・食育（4件）	地区	性別	年代
子ども達の給食を充実させてほしいです。	宜野湾中学校区	女性	30代
小学校(幼稚園・中学校も)にオーガニック食材を使った給食の提案もして頂きたいです。	真志喜中学校区	女性	40代
本当の健康情報を望む。例えば減塩はウソ、塩は体に良い。薬は副作用があるので薬草を利用する等。	—		
今の健康情報は間違いだらけ。でなければこんなに病人はいないはず。歴史から学べる本当の健康情報をお仕事おつかれ様です。ありがとう。	真志喜中学校区	女性	50代

6. 休養・こころの健康（2件）	地区	性別	年代
各地区の公民館で老人のためのミニデイサービスがありますが、地域で、一人で子育て中のお母さんも集まれる集いがあると孤独を感じなくて、楽しく子育てができるのではないかと。児童館や公民館があまり活用されていないのはなぜか。	真志喜中学校区	女性	65～69歳
子どもの幼稚園で知った宜野湾市の体操の曲がとても良くできていると思いました。今は思い出せないのですが、そういうのがあるのだと気づいたので、忙しい子育て世帯には子ども達から地域の事を色々教えてもらえたりします。子どもを通して親とつながっていると思いました。	真志喜中学校区	女性	40代

7. 騒音・健康被害（2件）	地区	性別	年代
夜の普天間基地の飛行騒音が10時～11時の事もかなりあります。早く眠りたいのにそうした時はマンションの真上を通過するヘリコプターや整備の為に基地から聞こえてくる(見えている)ヘリに叫びたくなります。イライラするので。	真志喜中学校区	男性	60～64歳
オートバイの爆音の取り締まりをなぜやらないのかずっと疑問に思っています。精神的に参っています。	嘉数中学校区	男性	60～64歳

8. アンケートについて (7件)	地区	性別	年代
アンケート内容が何に活かされるのでしょうか。アンケートを取るだけでなく、その結果も知らせてくれるとアンケートに答える意味があると思います。アンケートをとるだけになっていませんか(お役所仕事ですね)	嘉数中学校区	女性	40代
アンケート内容の趣旨がよくわかりかねる質問が複数ありました。質問の内容をもう少しわかりやすく、かつ重複が少ないと答えやすいです。収入や個人情報(身長・体重・年齢等)に答える項目があるため、何のために利用するのか(どのような目的で質問しているのか)があると不信感なくお答えができます。	嘉数中学校区	女性	50代
質問数が多く負担になる。質問の答え(選択肢の)内容がピンとこない箇所がいくつかある。	普天間中学校区	男性	50代
結構な量の質問で回答にも時間がかかりました。何かしらの返礼や健康グッズ、ベースフード等の健康食品を配ってけるとありがたいです。	普天間中学校区	男性	30代
何故私にアンケートが来たのですかね。結構な数のアンケート来ます。役に立っているのですか。面倒だけど解答しています。税金払ってアンケート送って、文句言うなら送らなければ良いのかもしれないね。	嘉数中学校区	男性	50代
質問が長いと思いますが、改めて健康について考えました。	嘉数中学校区	女性	50代
お疲れ様です。アンケートの中では書きづらい箇所もありましたので遅くなりました。協力できていれば幸いです。	真志喜中学校区	女性	40代

9. その他 (8件)	地区	性別	年代
皆が健康で明るい町づくり	真志喜中学校区	女性	30代
がんばって下さい。	宜野湾中学校区	女性	30代
健康と食育以前に、物価高騰で何も買えない。	宜野湾中学校区	回答しない	40代
障害年金とハートリッチのホテルでマルシェのところで働いている。障害者年金をもらっている。ホテルで働くのは苦にならない。働き者。グループホームはっています	嘉数中学校区	女性	50代
地域の大手スーパーの生鮮食品の質が悪すぎます。野菜・果物は腐っているものが当たり前のように陳列されており、魚貝類のパックに石が入っているなど、食品衛生管理体制がずさんです。市場に競合が少ないことで企業努力を怠っていると感じる人が多いです。	宜野湾中学校区	女性	50代
公民館がよく活動していると思います。年配が多くなっているのが気になる。	真志喜中学校区	女性	40代
減多に病院に行かないのに、高い健康保険を払わせられるのは不公平感すごいので、どうにかなりませんかね。	真志喜中学校区	女性	20代
近くには公園やコンビニ、スーパー等、生活面ではとても充実している地域だと思い、昨年引っ越してきましたが、時間帯による道路の渋滞が激しく車で5分10分以内の距離が30分かかる事も多々あります。ぜひ渋滞道路の緩和の対策をして頂きたいです。	真志喜中学校区	女性	30代

(4) 調査票

◆食生活・生活習慣

問1 あなたはふだん朝食を食べますか。(○は1つ)

1. ほとんど毎日食べる ⇒問2へ
2. 週に4～5日食べる
3. 週に2～3日食べる
4. ほとんど食べない

問1で「2. 週に4～5日食べる」、「3. 週に2～3日食べる」、「4. ほとんど食べない」と答えた方におたずねします。

問1-1 朝食を食べないもともと大きな理由は何か。(○は1つ)

1. 時間がない
2. 食欲がわかない
3. 朝食を食べるより寝ていたい
4. 減量(ダイエット)のため
5. 朝食が用意されていない
6. 以前から食べる習慣がない
7. その他()

問2 あなたはふだん(平日)の夕食は何時ごろ食べますか。(○は1つ)

1. 午後6時まで
2. 午後6時～8時まで
3. 午後8時～10時まで
4. 午後10時以降
5. 決まっていない
6. 食べない

問3 あなたはふだん夕食後に飲食(おやつ・夜食等)をしますか。(○は1つ)

1. ほとんど毎日
2. 週に3～4回
3. 週に1～2回
4. 全く食べない

問4 あなたは、家族と一緒に食べることはどのくらいありますか。

朝食・夕食それぞれについて1つずつ選んで○をつけてください。

朝食	1. ほとんど毎日 4. 週に1日程度	2. 週に4～5日 5. ほとんどない	3. 週に2～3日
夕食	1. ほとんど毎日 4. 週に1日程度	2. 週に4～5日 5. ほとんどない	3. 週に2～3日

問5 ここ1年間で、あなたは地域等において、誰か(地域の人)と一緒に食事をするのはどのくらいありますか。(○は1つ)

1. 週1回程度
2. 月に1回程度
3. 3か月に1回程度
4. 6か月に1回程度
5. 年に1回程度
6. ほとんどない

問6 あなたは、人と比較して食べる速度が速いですか。(○は1つ)

1. 速い
2. ふうふう
3. 遅い

問7 あなたは、持ち帰りの弁当や惣菜、外食(飲食店での食事)をどのくらい利用していますか。それぞれについて1つずつ選んで○をつけてください。

持ち帰りの弁当や惣菜	1. 毎日2回以上 4. 週2～3回 7. 全く利用しない	2. 毎日1回 5. 週1回	3. 週4～6回 6. 週1回未満
外食	1. 毎日2回以上 4. 週2～3回 7. 全く利用しない	2. 毎日1回 5. 週1回	3. 週4～6回 6. 週1回未満

令和6年度 宜野湾市 健康と食育に関するアンケート調査

—アンケートへのご協力の一—

<調査について>

市民の皆さまには日頃から市政にご理解とご協力をお願いしております。このアンケート調査は市民の健康づくりを推進していくために、健康と食育に関する状況を把握し、宜野湾市の健康増進計画・食育推進計画を策定するために実施するものです。

調査対象の方々は、市民のみなさまの中から無作為に抽出しております。個人を特定するものではありませんので、お名前のご記入は不要です。また、ご回答いただいた結果は、厳重な管理のもとすべて統計的に処理し、個人が特定できず使用されることはございません。

調査内容は健康行動プログラム構築実証事業(ぎのわん健康プロジェクト)の知見を反映させたものが含まれます。皆さまのご協力が、より良い健康づくり・食育推進につながります。お忙しいところ誠に恐縮ですが、本調査の趣旨をご理解の上、何卒ご協力いただきますようお願い申し上げます。

令和7年3月

宜野湾市 健康推進部 健康増進課

回答期限 令和7年 3月 31日(月)

アンケートの回答・回収方法は以下の2通りあります。



①スマートフォン等を用いて右のQRコード※

またはURL (https://questant.jp/q/gnmw_health2025) から回答



②調査票に直接記入後、同封されている返信用封筒に入れ、ポストに投函

※: QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

----- ご不明な点、調査に関するお問い合わせ -----

○宜野湾市健康増進課健康推進係 久高(くたか)・首城(みやぎ)

連絡先: 098-898-5597

○調査委託機関(株)ディー・プランニング神橋 高階(たかしな)・川本(かわもと)

連絡先: 098-859-7037

問14 あなたは、食べ残しを減らすなど、食品ロス削減のために意識して取り組んでいますか。(○は1つ)

1. 取り組んでいる 2. どちらかといえば取り組んでいる
3. どちらかといえば取り組んでいない 4. 取り組んでいない

問15 あなたが住んでいる地域について伺います。次の6項目について、あてはまるものを1つずつお選びください。なお、「地域」は、小・中学校区から市町村程度の範囲でお考え下さい。(○はア～カそれぞれ1つずつ)

	あてはまる	あてはまる	あてはまる	あてはまる	あてはまる	あてはまる	あてはまる	あてはまる	あてはまる
ア この地域は、たとえば主食・主菜・副菜を基本にするなど、栄養バランスのとれた食事が手に入りやすい	1	2	3	4	5	あてはまらない	あてはまらない	あてはまらない	あてはまらない
イ この地域では、必要な食料をスーパー、商店街などで購入することができたり、買い物に行くための交通手段が整っていたりするなど、日常生活に不便を感じることはない	1	2	3	4	5	あてはまらない	あてはまらない	あてはまらない	あてはまらない
ウ この地域は、野菜や果物、栄養バランスのとれた食事が適度な価格で入手することができ	1	2	3	4	5	あてはまらない	あてはまらない	あてはまらない	あてはまらない
エ この地域では、必要な食料を購入する上で、スーパー、商店街などの営業時間やサービスは利用しやすい	1	2	3	4	5	あてはまらない	あてはまらない	あてはまらない	あてはまらない
オ この地域で入手できる食料や持ち帰り弁当・総菜などの質に満足している	1	2	3	4	5	あてはまらない	あてはまらない	あてはまらない	あてはまらない
カ この地域で、信頼できるお店や生産者に恵まれた地域だ	1	2	3	4	5	あてはまらない	あてはまらない	あてはまらない	あてはまらない

◆身体活動・運動

問16 あなたは、日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上(6,000歩以上の歩行)実施していますか。(○は1つ)

1. はい 2. いいえ

問17 あなたは、運動をしていますか。(○は1つ)

※運動とは、スポーツやフィットネスなどの健康・体力の維持・増進を目的として、計画的・定期的に行うものをいいます。

1. はい ⇒問17-1ハ 2. いいえ ⇒問17-2ハ

問8 あなたが、主食、主菜、副菜の3つを組み合わせた食事を1日2回以上食べる日は週に何日ありますか。(○は1つ)

- 主食＝ごはん・パン・麺など
○主菜＝魚介類、肉類、卵類、大豆・大豆製品を主に使った料理
○副菜＝野菜類、海藻類、きのこ類を主に使った料理
1. ほとんど毎日 2. 週に4～5日 3. 週に2～3日 4. ほとんどない

問9 あなたは、生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減量などに気をつけた食生活を実践していますか。(○は1つ)

1. いつも気をつけて実践している 2. 気をつけて実践している
3. あまり気をつけて実践していない 4. 全く気をつけて実践していない

問10 あなたは「食育」に関心がありますか。(○は1つ)

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. わからない

問11 あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、香づかいなどの食文化・作法を受け継いでいますか。(○は1つ)

1. 受け継いでいる 2. 受け継いでいない

問11で「1. 受け継いでいる」と答えた方におたずねします。

問11-1 あなたが郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、香づかいなどの食文化・作法を、地域や次世代(子どもやお孫さんを含む)に少し伝えていきますか。(○は1つ)

1. 伝えている 2. 伝えていない

問12 あなたは、産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選んでいきますか。(○は1つ)

※「産地や生産者を意識」とは地元産品や、被災地の産品などが応援したい地域の産品や応援したい生産者を意識する場合のことをいいます。

1. いつも選んでいる 2. 時々選んでいる
3. あまり選んでいない 4. 全く選んでいない

問13 あなたは、日頃から環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいきますか。(○は1つ)

※「環境に配慮した農林水産物・食品」とは、農薬や化学肥料に頼らず生産された有機農産物や、過剰包装でなくごみが少ない商品など、環境への負荷をなるべく低減した農林水産物・食品のことです。

1. いつも選んでいる 2. 時々選んでいる
3. あまり選んでいない 4. 全く選んでいない

◆休養・ストレス

問 19 普段の生活で悩み、ストレスを感じることはありますか。(○は1つ)

1. 非常にある	2. ややある	3. あまりない	4. 全くない
----------	---------	----------	---------

問 19 で「1. 非常にある」「2. ややある」と答えた方におたずねします。

問 19-1 どのようなことで悩みやストレスを感じる事が多いですか。主なものに3つまで○をつけてください。

1. 仕事上のこと	2. 人間関係	3. 生きがい・将来のこと
4. 自分の健康・病気	5. 家族の健康・病気	6. 収入・家計・借金
7. 出産・育児	8. 子どもの教育・受験・進学	9. 自分の学業・受験・進学
10. その他 ()		

問 20 あなた自身の休養についてどう思いますか。(○は1つ)

1. 充分にとれている	2. まあまあとれている	3. 不足しがち	4. 不足
-------------	--------------	----------	-------

問 21 ここ1か月間、あなたの1日の平均睡眠時間はどのくらいでしたか。(○は1つ)

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 22 ここ1か月間、あなたは睡眠で休養がとれていますか。(○は1つ)

1. 充分とれている	2. まあまあとれている
3. あまりとれていない	4. 全くとれていない

問 23 ここ1か月間、どれくらいの頻度で次のことがありましたか。それぞれについてあてはまるものに○をつけてください。(○はア～カそれぞれ1つずつ)

	全くない	少しだけ	ときどき	たいてい	いつも
ア 神経過敏に感じましたか	1	2	3	4	5
イ 絶望的だと感じましたか	1	2	3	4	5
ウ それぞれ、落ち着きがなく感じましたか	1	2	3	4	5
エ 気分が沈んで、何が起ころってても気が晴れないように感じましたか	1	2	3	4	5
オ 何をするのも骨折りと感じましたか	1	2	3	4	5
カ 自分は価値のない人間だと感じましたか	1	2	3	4	5

問 17 で「1. はい」と答えた方におたずねします。

問 17-1 どれくらい運動をしていますか。(○はア～ウそれぞれ1つずつ)

ア 1週間の運動日数	1. 1日	2. 2日	3. 3日	4. 4日
	5. 5日	6. 6日	7. 7日	
イ 運動を行う日の平均運動時間	1. 30分未満	2. 30分以上60分未満	3. 60分以上120分未満	4. 120分以上180分未満
	5. 180分以上			
ウ 運動の継続年数	1. 1年未満	2. 1年以上		

問 17 で「2. いいえ」と答えた方におたずねします。

問 17-2 運動を行わない理由について、主なものに2つまで○をつけてください。

1. 必要ないと思うから	2. 時間に余裕がないから
3. めんどうだから	4. 身体を動かすことが嫌いだから
5. 効果があると思えないから	6. 病気や身体上の理由のため
7. その他 ()	

すべての方におたずねします。

問 18 あなたがお住まいの地域の環境は、以下の特徴にどの程度あてはまりますか。(○はア～カそれぞれ1つずつ)

	あよくてはまる	あやてはまる	あやはまらない	全くあてはまらない
ア 自転車なしでは生活することが難しい地域だ	1	2	3	4
イ 利用しやすい運動場所(スポーツジム、体育館、プール、公園・緑地、遊歩道など)が多い地域だ	1	2	3	4
ウ 歩いたり、自転車に乗ったりする機会(地域活動、買い物、運動、お出かけなど)が多くある地域だ	1	2	3	4
エ 運動教室やスポーツ・体操サークルなどが盛んな地域だ	1	2	3	4
オ 気軽に集まれる公的な場所(自治会や町内会の集会所、コミュニティセンター、公民館、図書館など)が多い地域だ	1	2	3	4
カ 気軽に集まれる、喫茶店、カフェ、飲食店などが多い地域だ	1	2	3	4

◆歯・口腔

問 27 あなたはこの1年間に、歯科検診を受けましたか。(○は1つ)

1. 受けた 2. 受けていない

問 28 現在ご自身の歯は何本残っていますか。さし歯や金属をかぶせた歯も自分の歯に含めます。なお、成人の歯の総本数は、親知らずを含めて32本です。

1. 0本 2. 1~4本 3. 5~9本
4. 5~19本 5. 20本以上

問 29 かみ合わせは良いですか。

1. はい 2. いいえ

問 30 入れ歯、ブリッジ（取り外しできない入れ歯）またはインプラントを使っていますか。

1. 使っていない 2. 上のアゴだけ利用 3. 下のアゴだけ利用 4. 上下両方のアゴで利用

問 31 あなたの歯ぐきの状態について「はい」「いいえ」でお答えください。

- (○はそれぞれ1つずつ)
ア 歯ぐきが腫れている 1. はい 2. いいえ
イ 歯を磨いたときに血が出る 1. はい 2. いいえ
ウ 歯ぐきが下がって歯の根が出ている 1. はい 2. いいえ
エ 歯ぐきを押すと膿が出る 1. はい 2. いいえ
オ 歯がぐらぐらする 1. はい 2. いいえ
カ 歯科医師に歯周病（歯そろうろう）と言われ、治療している 1. はい 2. いいえ
キ 過去に歯科医師に歯周病（歯そろうろう）と言われたことがある 1. はい 2. いいえ

問 32 かんで食べるときの状態はどれにあてはまりますか。(○は1つ)

1. 何でもかんで食べることができる 2. 一部かめない食べ物がある
3. かめない食べ物が多い 4. かんで食べることができない

問 33 あなたは、ふだんゆつくりよいかんで食べていますか。(○は1つ)

1. ゆつくりよいかんで食べている 2. どちらかといえばゆつくりよいかんで食べている
3. どちらかといえばゆつくりよいかんで食べていない 4. ゆつくりよいかんで食べていない

◆身体状況

問 34 あなたは、普段、ご自分で健康だと思えますか。

1. とても健康 2. まあまあ健康
3. あまり健康でない 4. 健康でない

◆飲酒

問 24 あなたは週に何日くらいお酒（清酒、泡盛、ビール、焼酎、洋酒など）を飲みますか。

(○は1つ)

1. 毎日 2. 週5~6日 3. 週3~4日 4. 週1~2日
5. 月に1~3日 6. ほとんど飲まない 7. やめた 8. 飲まない(飲めない)

問 24で「1. 毎日」「2. 週に5~6日」「3. 週3~4日」「4. 週1~2日」「5. 月に1~3日」と答えた方におたずねします。

問 24-1 お酒を飲む日は1日あたり、どのくらいの量を飲みますか。アルコール度数別に、1日に飲む量をご記入ください。

1. アルコール度数5度前後（ビール、酎ハイ、サワーなど）	量 計 () ml
2. アルコール度数9度前後（ハイボール、酎ハイなど）	量 計 () ml
3. アルコール度数12度前後（ワイン、焼酎・泡盛の水割りなど）	量 計 () ml
4. アルコール度数15度前後（日本酒など）	量 計 () ml
5. アルコール度数20度（焼酎・泡盛など）	量 計 () ml
6. アルコール度数25度（焼酎・泡盛など）	量 計 () ml
7. アルコール度数30度（泡盛など）	量 計 () ml
8. アルコール度数40度前後（泡盛・ウイスキーなど）	量 計 () ml
9. アルコール度数50度前後（ウイスキーなど）	量 計 () ml

※飲食店で飲まれる場合、ビール中ジョッキ350ml、酎ハイ・サワー250ml、ハイボール150ml、グラスワイン100ml、日本酒180ml、焼酎90ml、ウイスキー30mlがおおよその提供量です。

◆たばこ

問 25 あなたは、たばこを吸いますか。(○は1つ)

1. 毎日吸っている ⇒問 25-1ハ 2. 時々吸う日がある ⇒問 25-1ハ
3. 以前は吸っていたが、1か月以上吸っていない 4. 吸わない

問 25で「1. 毎日吸っている」「2. 時々吸う日がある」と答えた方におたずねします。

問 25-1 あなたは、たばこをやめたいと思いますか。(○は1つ)

1. やめたい 2. 本数を減らしたい 3. やめたくない 4. わからない

問 26 あなたはこの1か月間に、家庭、職場、飲食店において、望まずに自分以外の人が吸っていた、たばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。(○はア~ウそれぞれ1つずつ)

※飲食店に勤務していて、その職場で受動喫煙があった場合は、「イ 職場」に○をつけてください。

	ほぼ毎日	週に数回程度	週に1回程度	月に1回程度	全くなかった	行かない
ア 家庭	1	2	3	4	5	—
イ 職場	1	2	3	4	5	6
ウ 飲食店	1	2	3	4	5	6

問35 現在治療中、また後遺症のある病状について、あてはまる番号すべてに○をつけてください。

- | | | |
|---------|-----------------|------------------|
| 1. 高血圧 | 2. 脳卒中（脳出血・脳梗塞） | 3. 心臓病（心筋梗塞・狭心症） |
| 4. 糖尿病 | 5. 高脂血症（脂質異常症） | 6. その他（ ） |
| 7. 該当なし | | |

問36 過去1年間に入院しましたか。

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

問37 あなたは今までに、職場や保健相談センター、医療機関などで、健診や人間ドックを受けましたか。

- | | |
|--------------|-------------------|
| 1. 1年以内に受けた | 2. 2～3年以内に受けた |
| 3. 4年以上前に受けた | 4. 受けていない ⇒問37-1へ |

問37で「4. 受けていない」と答えた方におたずねします。

問37-1 あなたが健診等を受けていない理由は何ですか。あてはまる番号すべてに○をつけてください。

- | | |
|--------------------------|------------------------|
| 1. 知らなかったから | 2. 時間がとれなかったから |
| 3. 場所が遠いから | 4. 費用がかかるとから |
| 5. 検査等（採血、胃カメラ等）に不安があるから | 6. 医療機関に入通院しているから |
| 7. 毎年受ける必要性を感じないから | 8. 健康に自信があり、必要性を感じないから |
| 9. 心筋な時はいつでも医療機関を受診できるから | 10. 結果が不安なため |
| 11. めんどくだから | 12. その他（ ） |

◆健康行動

問38 あなたは、食習慣についてどのように思いますか。

- | | |
|--------------------|---------------------------|
| 1. 関心はない | 2. 改善しなくてはいけないと思うが、実行できない |
| 3. 今すぐにも改善したい | 4. 改善を実行して6か月未満である |
| 5. 改善を実行して6か月以上である | |

問39 あなたは、運動習慣についてどのように思いますか。

- | | |
|------------------------|---------------------------|
| 1. 関心はない | 2. 運動しなくてはいけないと思うが、実行できない |
| 3. 今すぐにも改善したい | 4. 定期的な運動を実行して6か月未満である |
| 5. 定期的な運動を実行して6か月以上である | |

問40 あなたは、健康アプリについてどのように思いますか。

- | | |
|---------------------|-------------------------|
| 1. 関心はない | 2. 活用しなくてはいけないと思うが、できない |
| 3. 今すぐにも使用したい | 4. 定期的に使用して6か月未満である |
| 5. 定期的に使用して6か月以上である | |

問41 あなたは、もし必要になったら、病状や健康に関連した情報を自分自身で探したり利用したりすることができるとおもいますか。（各問で当てはまる番号を1つ選んで○をつけてください）

- | | | | | |
|--|------------|------------|---------|---------|
| 1) 新聞、本、テレビ、インターネットなど、いろいろな情報源から情報を集められる | | | | |
| 1. 全く思わない | 2. あまり思わない | 3. どちらでもない | 4. まあ思う | 5. 強く思う |
| 2) 情報を理解し、人に伝えることができる。 | | | | |
| 1. 全く思わない | 2. あまり思わない | 3. どちらでもない | 4. まあ思う | 5. 強く思う |

3) 情報がどの程度信頼できるかを判断できる。

- | | | | | |
|---------------------------------|------------|------------|---------|---------|
| 1. 全く思わない | 2. あまり思わない | 3. どちらでもない | 4. まあ思う | 5. 強く思う |
| 4) たくさんある情報の中から、自分の求める情報を選び出せる。 | | | | |
| 1. 全く思わない | 2. あまり思わない | 3. どちらでもない | 4. まあ思う | 5. 強く思う |

5) 情報をもとに健康改善のための計画や行動を決めることができる。

- | | | | | |
|-----------|------------|------------|---------|---------|
| 1. 全く思わない | 2. あまり思わない | 3. どちらでもない | 4. まあ思う | 5. 強く思う |
|-----------|------------|------------|---------|---------|

◆社会とのつながり

問42 あなたの住んでいる地域についておうかがいします。
（各問で当てはまる番号を1つ選んで○をつけてください）

- | | | |
|---|-------------|--------------|
| 1) あなたの地域の人々は、一般的に信用できるとおもいますか。 | | |
| 1. とても信用できる | 2. まあ信用できる | 3. どちらともいえない |
| 4. あまり信用できない | 5. 全く信用できない | |
| 2) あなたの地域の人々は、多くの場合、他の人の役に立ちとうとずるとおもいますか。 | | |
| 1. とてもそう思う | 2. まあそう思う | 3. どちらともいえない |
| 4. あまりそう思わない | 5. 全く思わない | |
| 3) あなたは現在住んでいる地域にどの程度愛着がありますか。 | | |
| 1. とても愛着がある | 2. まあ愛着がある | 3. どちらともいえない |
| 4. あまり愛着がない | 5. 全く愛着がない | |

4) 自分の住んでいる地域にはいい人たちが多い。

1. とてもそう思う 2. まあそう思う 3. どちらともいえない
4. あまりそう思わない 5. 全く思わない

問43 あなたの参加している会やグループについてお答えください。

あなたは下記のような会・グループにどのくらいの頻度で参加していますか。

①～⑮の活動について、それぞれあてはまる回答に、1カ所ずつ○を付けてください。

	週4回以上	週2～3回	週1回	月1～3回	年に数回	参加していない
① ボランティアのグループ	1	2	3	4	5	6
② スポーツ関係のグループやクラブ	1	2	3	4	5	6
③ 趣味関係のグループ	1	2	3	4	5	6
④ 老人クラブ	1	2	3	4	5	6
⑤ 町内会・自治会・青年会	1	2	3	4	5	6
⑥ 学習・教養サークル	1	2	3	4	5	6
⑦ 地域の健康づくりに関する活動	1	2	3	4	5	6
⑧ 特技や経験を他者に伝える活動	1	2	3	4	5	6
⑨ 地域行事（お祭り・盆踊りなど）	1	2	3	4	5	6
⑩ 高齢者を支援する活動（介護予防・生きがい支援・見守り・介護等含む）	1	2	3	4	5	6
⑪ 地域の子どもに関する活動	1	2	3	4	5	6
⑫ 地域の生活環境の改善（美化・安全等）活動	1	2	3	4	5	6
⑬ 生活協同組合・農協の活動	1	2	3	4	5	6
⑭ 映画	1	2	3	4	5	6
⑮ その他（ ）	1	2	3	4	5	6

◆あなた自身についてお答えください。

問44 あなたの性別を教えてください。(○は1つ)

1. 男性 2. 女性 3. 回答しない

問45 あなたの年齢を教えてください。

_____ 歳

問46 あなたの身長と体重を教えてください。

身長 () cm 体重 () kg

問47 あなたの最終学歴をお聞かせください。あてはまるものに○をつけてください。

1. 中学校 2. 高校 3. 専門学校・短大 4. 大学以上

問48 あなたの現在・過去の就労についてお答えください。

1) 現在のあなたの就労形態はどれですか。(○は1つ)

1. 被雇用 2. 自営 3. 無職

2) あなたのこれまでの仕事の中で、もっとも長く勤めた職種はなんですか。(○は1つ)

1. 専門・技術職 2. 管理職 3. 事務職 4. 販売・サービス業
5. 技能・労務職 6. 農林漁業職 7. 専業主婦(夫) 8. その他 ()

問49 あなたの家庭についてお答えください。

1) 家族構成を教えてください。(○は1つ)

1. 一人暮らし 2. 家族と同居(二世帯) 3. 家族と同居(三世帯以上)
4. 家族・親戚・遠縁等と同居 5. 友人・知人と同居 6. その他 ()

2) あなたと生計が同じご家族の人数(回答者を含む)を教えてください。

別居であっても、生計が同じご家族(単身赴任やひとり暮らしのお子さんなど)も含まれます。

※2世帯住宅の場合、生計が別であれば、家族の人数として教えないで下さい。

(枠内に数字で記入してください)ご家族の人数(回答者を含む) _____ 人

3) あなたと生計が同じご家族の方は、どなたですか。それぞれ人数も教えてください。

あなたからみた続柄でお答えください。

(あてはまるものすべてに○、人数はカッコの中に数字で記入してください)

1. 夫 2. 妻 3. 小学生以下の子ども () 人
4. 中学生以上の子ども () 人 5. 子の配偶者 () 人 6. 孫 () 人
7. 父・義父 () 人 8. 母・義母 () 人 9. 兄弟・姉妹 () 人
10. その他の親戚 () 人 11. その他 () 人 12. 同居家族はいない

4) あなたの婚姻状態は、次のうちのどれにあてはまりますか。(○は1つ)

1. 配偶者がいる (内縁含む)	2. 死別	3. 離別
4. 未婚	5. その他	

5) あなたと生計(家計)を共にしている方全員の収入を合わせた、昨年の「世帯の年間手取り収入(ポータス含む手取り額)」を教えてください。世帯の収入から、税金や社会保険料の額を差し引いた後の額をお答えください。(あてはまるものを1つ選んで○をつけてください)

手取り収入	=	収入※1	-	支払った税金や社会保険料等の額※2
-------	---	------	---	-------------------

※1 収入とは、勤労収入(パート・アルバイト含む)、事業所得(自営業等)、農業所得、不動産所得、利子・配当金、公的年金、その他の社会保険給付(生活保護、児童手当、児童扶養手当、特別児童扶養手当等)すべてを含めた金額です。世帯が生活するための収入として、勤労収入、パート収入など、複数の収入源がある世帯は、すべての方の収入を合わせた1年間のおおよその合計額を教えてください。

※2 所得税、住民税、固定資産税、社会保険料、介護保険料などを支払った額です。

世帯収入(合算値) ※世帯全体の年間、ポータス含む手取り額(○は1つ)

1. 50万円未満	2. 50~100万円未満	3. 100~150万円未満
4. 150~200万円未満	5. 200~250万円未満	6. 250~300万円未満
7. 300~350万円未満	8. 350~400万円未満	9. 400~500万円未満
10. 500~600万円未満	11. 600~700万円未満	12. 700~800万円未満
13. 800~900万円未満	14. 900~1,000万円未満	15. 1,000万円以上

問50 お住まいの中学校区はどちらですか。(○は1つ)

※封筒の宛名ラベルに印字されている「中学校区」を確認し、下記に○をつけてください。

1. 普天間中学校区	2. 真志喜中学校区	3. 嘉数中学校区	4. 宜野湾中学校区
------------	------------	-----------	------------

■最後に、宜野湾市の健康づくりや健(検)診、ぎのわん健康プロジェクト等について、ご意見・ご要望がありましたらお書きください。

アンケートは以上です。ご協力、誠にありがとうございました。

2. ぎのわん市健康と食育に関するアンケート調査結果(小学5年生)

(1) 調査の実施概要(小学5年生)

1) 調査の目的

小学生の生活実態や健康行動、健康の社会環境的要因等を把握し、計画策定の基礎資料とするため。

2) 調査の実施方法・結果

対象者	1,061名(市内の小学校に通う小学5年生)
実施方法	WEB回答
調査期間	令和7年4月21日(月)～5月2日(金)
回答数・率	864件・81.4%
有効回答数・率	863件・81.3%

3) 結果の見方

- ・回答結果の割合は、回答数の割合を小数点以下第2位で四捨五入しているため、単数回答であっても、合計値が100%にならない場合がある。
- ・複数回答の場合、回答は選択肢ごとの有効回答数に対して、割合を出している。そのため、合計が100%を超える場合がある。
- ・表や図中で、選択肢の文章が長いものは省略して載せている場合がある。また、「n」は集計の対象者数(設問の限定条件に該当する人の数)を表している。
- ・本文中の「平成25(2013)年度の調査」とは、食育推進計画の策定にあたって実施した小中学生アンケートのことである。

■平成25(2013)年度調査の概要

対象者	小学5年生(市内公立各校1クラス)265名
実施方法	学校(8小学校)を通して配布・回答
調査期間	平成25年7月10日～17日
回答数・率	小学5年生 264件・99.6%
有効回答数・率	小学5年生 264件・99.6%

(2) 調査の結果概要 (小学5年生)

◆回答者自身について

- ・回答者の性別は「1. 男性」48.9%、「2. 女性」48.0%、「3. 回答しない」3.0%となっている。
- ・性別・年齢・身長・体重から肥満度を求めたところ、「標準」が70.0%と最も高く、次いで「肥満傾向」(3.0%)、「痩身傾向」(1.7%)となっている。
- ・健康状態について、『健康である(1.とても良い+2.まあ良い)』が82.9%と大半を占める。『健康ではない(4.あまり良くない+5.良くない)』は3.7%となっている。

◆食生活

- ・朝食を食べる日数をたずねると、「1. ほとんど毎日食べる」が86.3%と最も高い。「4. ほとんど食べない」は4.1%となっている。朝食を「1. ほとんど毎日食べる」割合(86.3%)は、2013(平成25)年度調査の結果(89.8%)と比べて減少している。
- ・毎日は朝食を食べていない理由をたずねると、「2. 食欲がわからない」が39.8%と最も高い。
- ・毎日は朝食を食べていない理由について性別にみると、「1. 時間がない」という回答の割合は、男子児童(39.3%)のほうが女子児童(30.8%)よりも高い。一方、「2. 食欲がわからない」という回答の割合は、女子児童(46.2%)のほうが男子児童(35.7%)よりも高い。
- ・夕食を食べる時間帯をたずねると、「2. 午後6時～8時まで」が60.5%と最も高い。「6. 食べない」は0.6%となっている。
- ・朝食を家族と一緒に食べる頻度をたずねると、「1. ほとんど毎日」が54.2%と最も高い。「5. ほとんどない」は22.6%となっている。朝食を「1. ほとんど毎日」家族と一緒に食べる割合(54.2%)は、2013(平成25)年度調査の結果(41.7%)と比べて増加している。
- ・夕食を家族と一緒に食べる割合をみると、「1. ほとんど毎日」が70.0%と最も高く、朝食に比べて夕食を家族と一緒に食べる割合は高くなっている。
- ・持ち帰りの弁当や総菜の利用頻度をたずねると、「5. 週1回未満」が33.5%と最も高い。「1. 毎日」は2.8%となっている。
- ・外食の頻度をたずねると、「5. 週1回未満」が34.3%と最も高い。「1. 毎日」は2.1%となっている。
- ・学校給食の完食状況は、「1. いつも全部食べる」が46.0%と最も高い。「3. いつも残す」は11.8%となっている。
- ・学校給食の完食状況を性別にみると、「1. いつも全部食べる」割合は男子児童(55.9%)のほうが女子児童(36.0%)よりも高い。一方、「2. たまに残すことがある」「3. いつも残す」と回答した割合は、女子児童(49.5%、14.3%)のほうが男子児童(34.4%、9.2%)よりも高く、女子児童の6割以上が「2. たまに残すことがある」または「3.

いつも残す」と回答している。

- ・学校給食を残すことがある理由として、「7. きらいなものがあるから」が51.8%と最も高い。
- ・学校給食を残す理由について性別にみると、「2. 食欲がないから」と回答した割合は男子児童(33.7%)のほうが女子児童(22.3%)よりも高い。一方、「5. 給食時間が短いから」と回答した割合は女子児童(40.9%)のほうが男子児童(21.7%)よりも高い。なお、「4. たくさん食べるとはずかしいから」について、男子児童は回答がなかったものの、女子児童は3名(1.1%)回答があった。
- ・きらいな食べものがある時の食事について、「1. がまんして食べる」が50.4%と最も高い。「4. 食べない」は6.4%となっている。
- ・主食、主菜、副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べる頻度は「1. ほとんど毎日」が51.1%と最も高い。「4. 全く食べない」は2.0%となっている。

◆歯

- ・歯をみがく頻度は「2. 毎日2回みがく」が61.5%と最も高い。「5. みがかない」は0%だった。
- ・1年間で歯医者に行った頻度は「3. むし歯はないが、むし歯チェックのために歯医者さんに2回以上行った」が27.3%と最も高い。「5. むし歯はあるが、歯医者さんに行っていない」は2.8%となっている。

◆休養

- ・学校に行く前日の就寝時間は「2. 午後8時~10時まで」が69.5%と最も高い。『午後10時以降』(「3. 午後10時~午前0時まで」+「4. 午前0時より後」)に就寝する割合は23.9%となっており、2013(平成25)年度調査の結果(41.7%)と比べて減少している。
- ・学校に行く日の起床時間は「2. 午前6時~7時まで」が73.1%と最も高い。『7時以降』(「3. 午前7時~8時まで」+「4. 午前8時より後」)に起きる割合は13.3%となっており、2013(平成25)年度調査の結果(15.2%)と比べてあまり変わっていない。
- ・1週間で眠れない日や睡眠不足だと感じた日について、「1. ない」が54.0%と最も高い。「4. 週に5日以上」は5.6%となっている。
- ・平日(自由な時間)にテレビやビデオ等を見る時間は、「3. 1日におよそ1時間」が23.1%と最も高い。また、週末(自由な時間)にテレビやビデオ等を見る時間は、「4. 1日におよそ2時間」が18.5%と最も高い。
- ・平日(自由な時間)にコンピュータゲーム、スマートフォン等使う時間をたずねると、「3. 1日におよそ1時間」が19.0%と最も高い。また、週末に(自由な時間)にコンピュータゲーム、スマートフォン等使う時間をたずねると、「4. 1日におよそ2時間」が15.9%と最も高い。

◆運動

- ・ 7日間に1日あたり少なくとも合計 60 分間の身体活動をした日について、「7日」が 20.0%と最も高い。「0日」は 6.3%となっている。性別にみると、「7日」の割合は男子児童（22.5%）のほうが女子児童（17.4%）より高い。
- ・ 授業以外で息切れしたり汗をかいたりする運動の回数について、「3. 週に2～3回」が 34.9%と最も高い。「7. まったくしない」は 7.4%となっている。性別にみると、「1. 毎日」の割合は男子児童（21.8%）のほうが女子児童（11.6%）よりも高い。
- ・ 1週間に授業以外で息切れしたり汗をかいたりする運動の時間について、「4. およそ2～3時間」が 25.6%と最も高い。「1. ぜんぜんしない」は 13.0%となっている。性別にみると、「6. およそ7時間以上」は男子児童（14.7%）のほうが女子児童の割合（6.0%）よりも高い。

(3) 調査の結果詳細 (小学5年生)

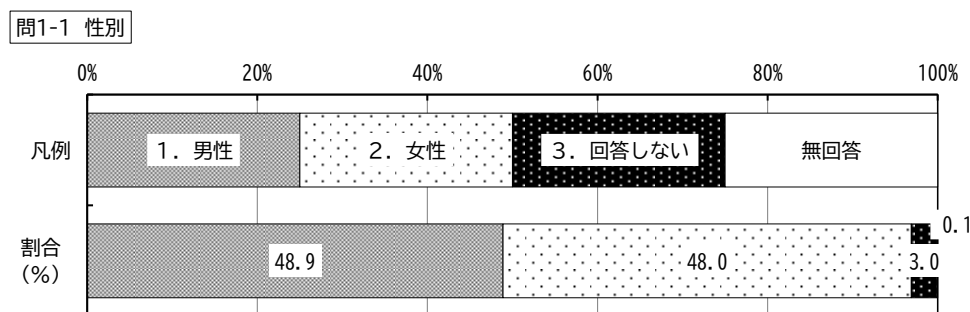
◆回答者自身について

問1 それぞれあてはまる番号を選んでください。

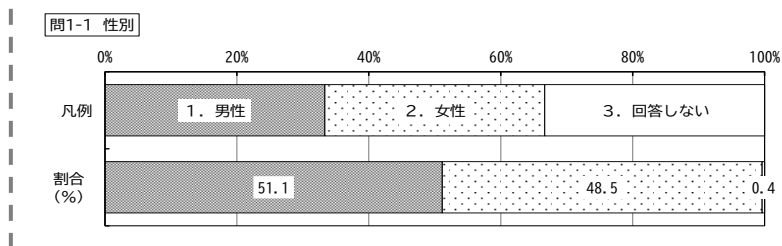
問1-1 性別 (単数回答)

1. 男性	2. 女性	3. 回答しない
-------	-------	----------

- ・回答者の性別は「1. 男性」48.9%、「2. 女性」48.0%、「3. 回答しない」3.0%となっている。



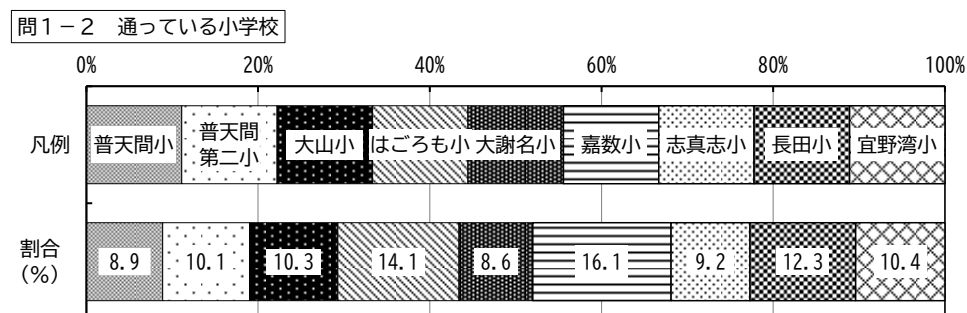
【参考：2013（平成25）年度調査】



問1-2 通っている小学校 (単数回答)

1. 普天間小学校	2. 普天間第二小学校	3. 大山小学校
4. はごろも小学校	5. 大謝名小学校	6. 嘉数小学校
7. 志真志小学校	8. 長田小学校	9. 宜野湾小学校

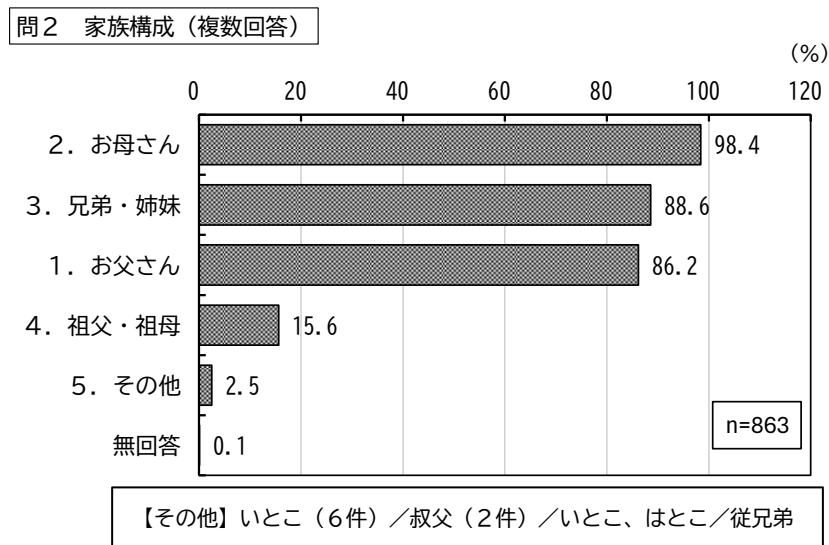
- ・通っている小学校をみると、「6. 嘉数小学校」16.1%と最も高く、次いで「4. はごろも小学校」(14.1%)、「8. 長田小学校」(12.3%)、「9. 宜野湾小学校」(10.4%)、「3. 大山小学校」(10.3%)、「2. 普天間第二小学校」(10.1%)、「7. 志真志小学校」(9.2%)、「1. 普天間小学校」(8.9%)、「5. 大謝名小学校」(8.6%)となっている。



問2 あなたと一緒に住んでいる家族の方をすべて選んでください。(複数選択)

1. お父さん	2. お母さん	3. 兄弟・姉妹
4. 祖父・祖母	5. その他 ()	

・家族構成をみると、「2. お母さん」98.4%と最も高く、次いで「3. 兄弟・姉妹」(88.6%)、「1. お父さん」(86.2%)となっている。



問3 あなたの身長と体重を教えてください。(答えたくない場合は入力しなくてもいいです)

身長 () cm	体重 () kg
-----------	-----------

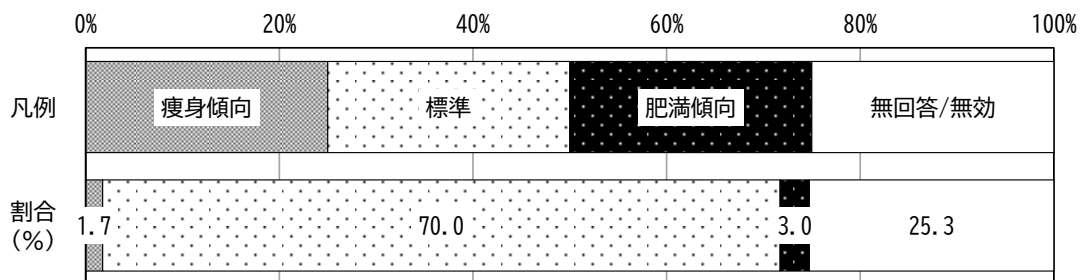
・性別・年齢・身長・体重から肥満度[※]を求めたところ、「標準」が70.0%と最も高く、次いで「肥満傾向」(3.0%)、「痩身傾向」(1.7%)となっている。

※肥満度は以下の方法で算出し、-20%から20%未満を「標準」、-20%以下を「痩身傾向」、20%以上を「肥満傾向」とした。

$$\text{肥満度 (過体重度) (\%)} = \{(\text{実測体重 (kg)} - \text{身長別標準体重 (kg)}) \div \text{身長別標準体重 (kg)}\} \times 100$$

なお、身長別標準体重 (kg) は男女で異なるため、問1-1 (性別) で「回答しない」または無回答だった場合は肥満度を算出できないことから「無効」とした。

問3 肥満度



- ・性別にみると、男性は「標準」が79.1%、「痩身傾向」が0.7%、「肥満傾向」に該当する回答はなかった。女性は「標準」が65.2%、「肥満傾向」が6.3%、「痩身傾向」が2.9%となっている。体重を回答していなかったことによる「無回答／無効」の割合は、女性(25.6%)のほうが男性(20.1%)よりも高い。

肥満度 × 問1 性別

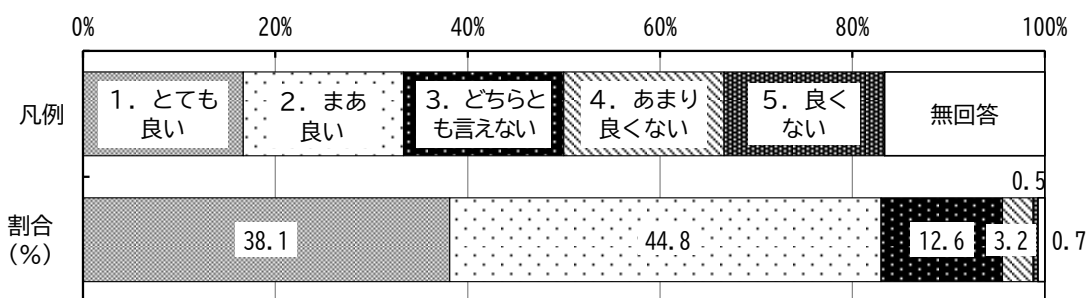
上段:度数 下段:%		肥満度				
		合計	痩身傾向	標準	肥満傾向	無回答 ／無効
問1 性別	全体	863 100.0	15 1.7	604 70.0	26 3.0	218 25.3
	1. 男性	422 100.0	3 0.7	334 79.1	-	85 20.1
	2. 女性	414 100.0	12 2.9	270 65.2	26 6.3	106 25.6
	3. 回答し ない	26 100.0	-	-	-	26 100.0
	無回答	1 100.0	-	-	-	1 100.0

問4 あなたは自分の健康状態について、どのように感じますか。(単数回答)

1. とても良い	2. まあ良い	3. どちらとも言えない
4. あまり良くない	5. 良くない	

- ・健康状態についてたずねると、「2. まあ良い」が44.8%と最も高くなっている。
- ・『健康である』(1.とても良い+2.まあ良い)が82.9%と大半を占める一方、『健康ではない』(4.あまり良くない+5.良くない)は3.7%、「3. どちらとも言えない」(12.6%)となっている。
- ・性別にみると、「2. まあ良い」という回答は、女子児童(49.0%)のほうが男子児童(41.2%)よりも高い。

問4 自分の健康状態について



上段:度数 下段:%		問4 あなたは自分の健康状態について						
		合計	1. とても 良い	2. まあ 良い	3. どちら とも言 えない	4. あま り良くな い	5. 良く ない	無回答
問1 性別	全体	863 100.0	329 38.1	387 44.8	109 12.6	28 3.2	4 0.5	6 0.7
	1. 男性	422 100.0	168 39.8	174 41.2	55 13.0	16 3.8	3 0.7	6 1.4
	2. 女性	414 100.0	149 36.0	203 49.0	50 12.1	11 2.7	1 0.2	-
	3. 回答しない	26 100.0	11 42.3	10 38.5	4 15.4	1 3.8	-	-
	無回答	1 100.0	1 100.0	-	-	-	-	-

◆食生活

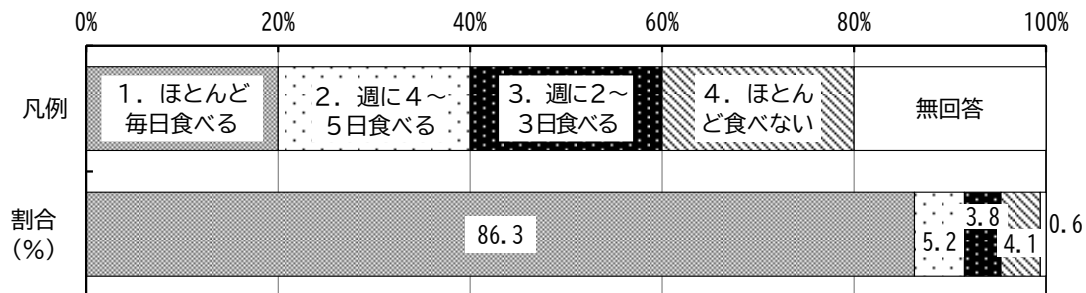
問5 あなたはふだん朝食を食べますか。(単数回答)

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

【全体】

- ・朝食を食べる日数をたずねると、「1. ほとんど毎日食べる」が86.3%と最も高く、次いで「2. 週に4～5日食べる」(5.2%)、「3. 週に2～3日食べる」(3.8%)となっている。
- ・一方で、「4. ほとんど食べない」は4.1%となっている。
- ・朝食を「1. ほとんど毎日食べる」割合(86.3%)は、2013(平成25)年度調査の結果(89.8%)と比べて減少している。

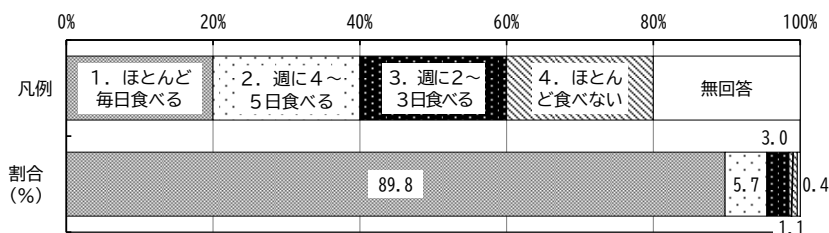
問5 普段の朝食について



上段:度数 下段:%		問5 あなたはふだん朝食を食べますか。					
		合計	1. ほとんど毎日食べる	2. 週に4～5日食べる	3. 週に2～3日食べる	4. ほとんど食べない	無回答
問1 性別	全体	863 100.0	745 86.3	45 5.2	33 3.8	35 4.1	5 0.6
	1. 男性	422 100.0	362 85.8	22 5.2	15 3.6	19 4.5	4 0.9
	2. 女性	414 100.0	361 87.2	21 5.1	15 3.6	16 3.9	1 0.2
	3. 回答しない	26 100.0	21 80.8	2 7.7	3 11.5	-	-
	無回答	1 100.0	1 100.0	-	-	-	-

【参考：2013（平成25）年度調査】

問5 普段の朝食について



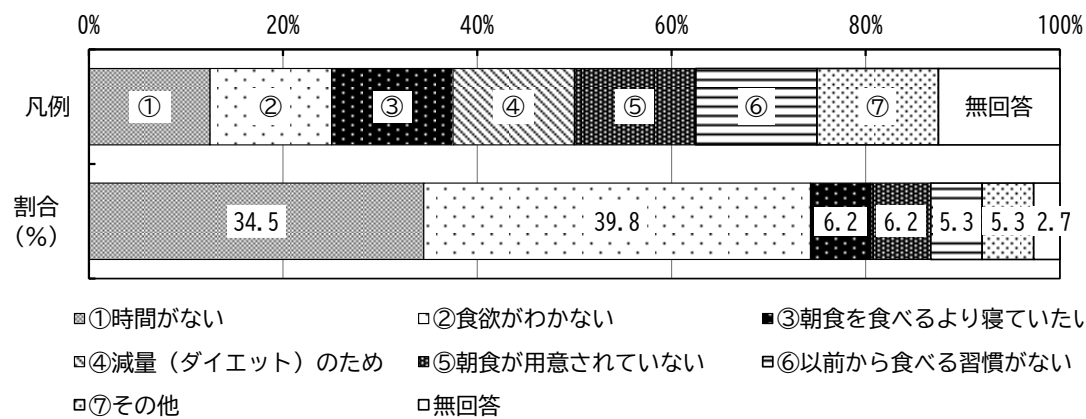
問5で「2. 週に4～5日食べる」、「3. 週に2～3日食べる」、「4. ほとんど食べない」と答えた方にお聞きします。

問5-1 朝食を食べないもっとも大きな理由は何ですか。(単数回答)

1. 時間がない	2. 食欲がわからない	3. 朝食を食べるより寝ていたい
4. 減量(ダイエット)のため	5. 朝食が用意されていない	6. 以前から食べる習慣がない
7. その他()		

- ・毎日は朝食を食べていない理由をたずねると、「2. 食欲がわからない」が39.8%と最も高く、次いで「1. 時間がない」(34.5%)、「3. 朝食を食べるより寝ていたい」、「5. 朝食が用意されていない」がともに(6.2%)となっている。
- ・性別にみると、「1. 時間がない」という回答の割合は、男子児童(39.3%)のほうが女子児童(30.8%)よりも高い。一方、「2. 食欲がわからない」という回答の割合は、女子児童(46.2%)のほうが男子児童(35.7%)よりも高い。

問5-1 朝食を食べないもっとも大きな理由(n=113)

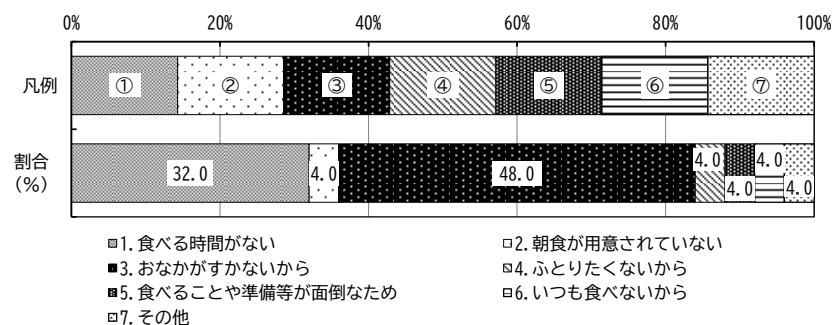


上段:度数		問5-1 朝食を食べないもっとも大きな理由								
下段:%		合計	1. 時間がない	2. 食欲がわからない	3. 朝食を食べるより寝ていたい	4. 減量(ダイエット)のため	5. 朝食が用意されていない	6. 以前から食べる習慣がない	7. その他	無回答
問1 性別	全体	113	39	45	7	-	7	6	6	3
		100.0	34.5	39.8	6.2	-	6.2	5.3	5.3	2.7
	1. 男性	56	22	20	3	-	2	4	3	2
		100.0	39.3	35.7	5.4	-	3.6	7.1	5.4	3.6
	2. 女性	52	16	24	3	-	5	1	2	1
	100.0	30.8	46.2	5.8	-	9.6	1.9	3.8	1.9	
3. 回答しない	5	1	1	1	-	-	1	1	-	-
	100.0	20.0	20.0	20.0	-	-	20.0	20.0	-	-
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

【その他】忘れ/休みのときは昼に朝ごはん食べる。学校るときは必ず食べる/おなかすいてない/めんどくさい/休みの日はあそびたいから学校の日には食べる/お腹が痛くなる

【参考：2013(平成25)年度調査】

問4-1 朝食を食べないもっとも大きな理由(n=25)

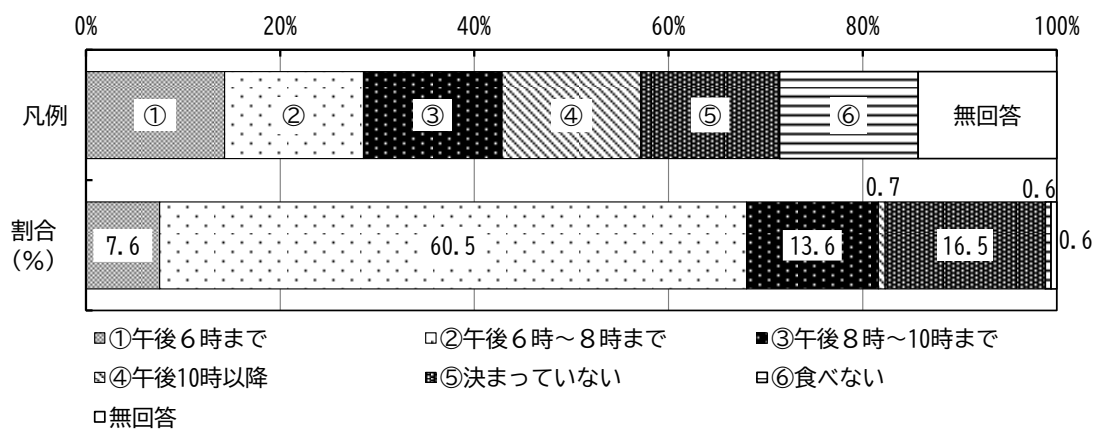


問6 あなたのふだん（平日）の夕食は何時ごろ食べますか。（単数回答）

1. 午後6時まで	2. 午後6時～8時まで	3. 午後8時～10時まで
4. 午後10時以降	5. 決まっていない	6. 食べない

- ・夕食を食べる時間帯をたずねると、「2. 午後6時～8時まで」が60.5%と最も高く、次いで「5. 決まっていない」（16.5%）、「3. 午後8時～10時まで」（13.6%）、「1. 午後6時まで」（7.6%）となっている。
- ・性別にみると、「2. 午後6～8時まで」という回答は女子児童（63.3%）の割合のほうが男子児童（57.8%）よりも高い。

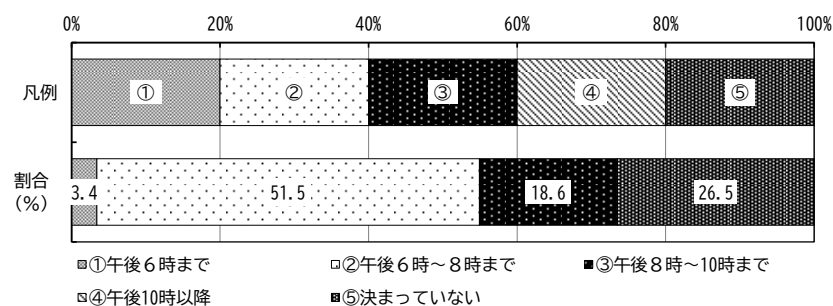
問6 ふだん(平日)の夕食時間



上段:度数 下段:%		問6 あなたのふだん（平日）の夕食は何時ごろ食べますか。							
		合計	1. 午後6時まで	2. 午後6時～8時まで	3. 午後8時～10時まで	4. 午後10時以降	5. 決まっていない	6. 食べない	無回答
問1 性別	全体	863 100.0	66 7.6	522 60.5	117 13.6	6 0.7	142 16.5	5 0.6	5 0.6
	1. 男性	422 100.0	39 9.2	244 57.8	64 15.2	3 0.7	65 15.4	4 0.9	3 0.7
	2. 女性	414 100.0	25 6.0	262 63.3	50 12.1	3 0.7	71 17.1	1 0.2	2 0.5
	3. 回答しない	26 100.0	2 7.7	15 57.7	3 11.5	-	6 23.1	-	-
	無回答	1 100.0	-	1 100.0	-	-	-	-	-

【参考：2013（平成25）年度調査】

問8 ふだん(平日)の夕食時間



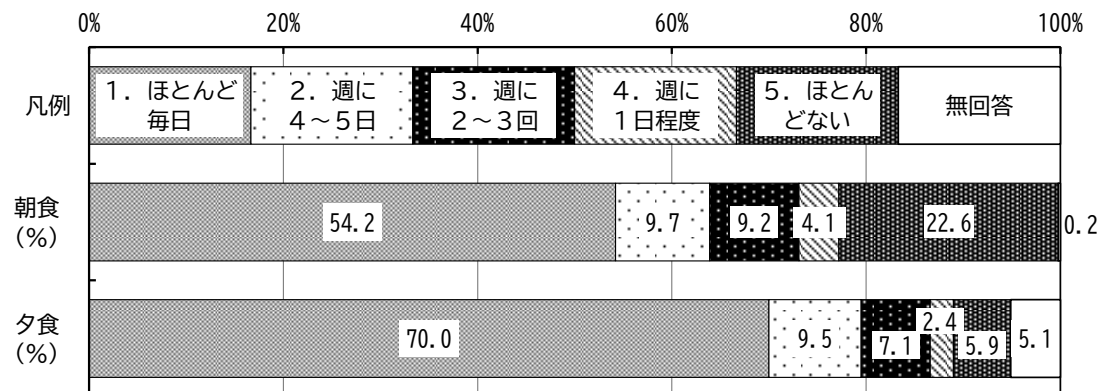
問7 あなたは、家族と一緒に食べることはどのくらいありますか。

あてはまるものをそれぞれ選んでください。(単数回答)

朝食	1. ほとんど毎日 4. 週に1日程度	2. 週に4～5日 5. ほとんどない	3. 週に2～3日
夕食	1. ほとんど毎日 4. 週に1日程度	2. 週に4～5日 5. ほとんどない	3. 週に2～3日

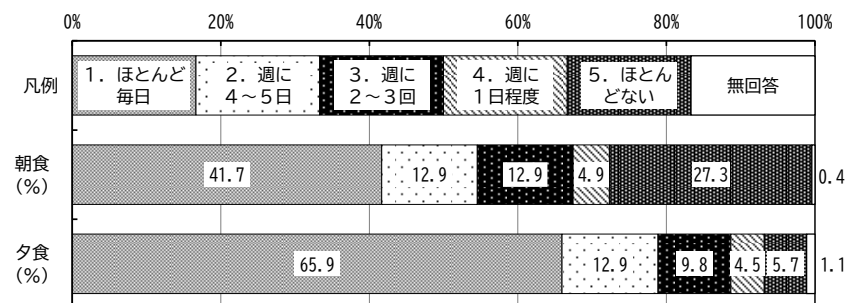
- ・朝食を家族と一緒に食べる頻度をたずねると、「1. ほとんど毎日」が54.2%と最も高く、次いで「5. ほとんどない」が22.6%となっている。
- ・一方で、夕食を家族と一緒に食べる割合をみると、「1. ほとんど毎日」が70.0%と最も高く、朝食に比べて夕食を家族と一緒に食べる割合は高くなっている。
- ・朝食を「1. ほとんど毎日」家族と一緒に食べる割合（54.2%）は、2013（平成25）年度調査の結果（41.7%）と比べて増加している。
- ・性別にみると、朝食を「1. ほとんど毎日」家族と一緒に食べる割合は、男子児童（60.0%）のほうが女子児童（48.6%）よりも高い。一方、「5. ほとんどない」は女子児童（26.1%）のほうが男子児童（18.7%）よりも高い。なお、夕食に関しては男子児童と女子児童との間で大きな差はみられなかった。

問7 朝食や夕食を家族と一緒に食べる頻度



【参考：2013（平成25）年度調査】

問4・問8 朝食や夕食を家族と一緒に食べる頻度



上段:度数		問7① 朝食						
下段:%		合計	1. ほとんど毎日	2. 週に4～5日	3. 週に2～3回	4. 週に1日程度	5. ほとんどない	無回答
問1 性別	全体	863 100.0	468 54.2	84 9.7	79 9.2	35 4.1	195 22.6	2 0.2
	1. 男性	422 100.0	253 60.0	41 9.7	36 8.5	11 2.6	79 18.7	2 0.5
	2. 女性	414 100.0	201 48.6	39 9.4	42 10.1	24 5.8	108 26.1	- -
	3. 回答しない	26 100.0	13 50.0	4 15.4	1 3.8	-	8 30.8	- -
	無回答	1 100.0	1 100.0	-	-	-	-	- -

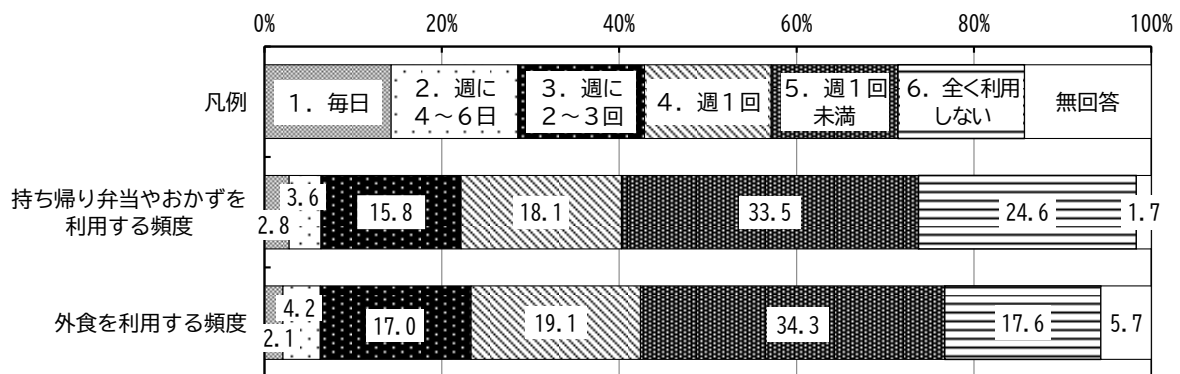
上段:度数		問7② 夕食						
下段:%		合計	1. ほとんど毎日	2. 週に4～5日	3. 週に2～3回	4. 週に1日程度	5. ほとんどない	無回答
問1 性別	全体	863 100.0	604 70.0	82 9.5	61 7.1	21 2.4	51 5.9	44 5.1
	1. 男性	422 100.0	294 69.7	33 7.8	28 6.6	11 2.6	27 6.4	29 6.9
	2. 女性	414 100.0	293 70.8	46 11.1	30 7.2	10 2.4	22 5.3	13 3.1
	3. 回答しない	26 100.0	16 61.5	3 11.5	3 11.5	-	2 7.7	2 7.7
	無回答	1 100.0	1 100.0	-	-	-	-	- -

問8 あなたは、持ち帰りの弁当やおかず、外食（飲食店で食事）をどのくらい利用していますか。あてはまるものをそれぞれ選んでください。（単数回答）

持ち帰り弁当やおかずを利用する頻度	1. 毎日	2. 週4～6日	3. 週2～3回
	4. 週1回	5. 週1回未満	6. 全く利用しない
外食を利用する頻度	1. 毎日	2. 週4～6日	3. 週2～3回
	4. 週1回	5. 週1回未満	6. 全く利用しない

- ・持ち帰りの弁当やおかずの利用頻度をたずねると、「5. 週1回未満」が33.5%と最も高く、次いで「6. 全く利用しない」(24.6%)、「4. 週1回」(18.1%)、「3. 週2～3回」(15.8%)となっている。一方で、「1. 毎日」は2.8%となっている。
- ・性別にみると、「5. 週1回未満」と回答した割合は、女子児童(36.5%)のほうが男子児童(30.3%)よりも高い。
- ・外食の頻度をたずねると、「5. 週1回未満」が34.3%と最も高く、次いで「4. 週1回」(19.1%)、「6. 全く利用しない」(17.6%)、「3. 週2～3回」(17.0%)となっている。一方で、「1. 毎日」は2.1%となっている。

問8 持ち帰りの弁当やおかず、外食を利用する頻度



上段:度数		問8① 持ち帰り弁当やおかずを利用する頻度							
下段:%		合計	1. 毎日	2. 週4～6日	3. 週2～3回	4. 週1回	5. 週1回未満	6. 全く利用しない	無回答
問1 性別	全体	863	24	31	136	156	289	212	15
		100.0	2.8	3.6	15.8	18.1	33.5	24.6	1.7
	1. 男性	422	18	20	63	72	128	111	10
		100.0	4.3	4.7	14.9	17.1	30.3	26.3	2.4
	2. 女性	414	6	10	69	80	151	93	5
	100.0	1.4	2.4	16.7	19.3	36.5	22.5	1.2	
3. 回答しない	26	-	1	4	4	10	7	-	
	100.0	-	3.8	15.4	15.4	38.5	26.9	-	
無回答	1	-	-	-	-	-	-	1	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	100.0	-

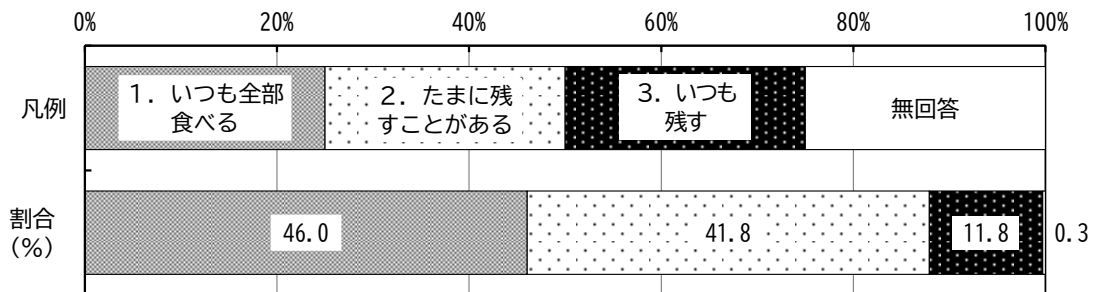
上段:度数		問8② 外食を利用する頻度							
下段:%		合計	1. 毎日	2. 週4～6日	3. 週2～3回	4. 週1回	5. 週1回未満	6. 全く利用しない	無回答
問1 性別	全体	863	18	36	147	165	296	152	49
		100.0	2.1	4.2	17.0	19.1	34.3	17.6	5.7
	1. 男性	422	9	21	64	79	136	78	35
		100.0	2.1	5.0	15.2	18.7	32.2	18.5	8.3
	2. 女性	414	9	15	75	86	147	69	13
	100.0	2.2	3.6	18.1	20.8	35.5	16.7	3.1	
3. 回答しない	26	-	-	8	-	13	4	1	
	100.0	-	-	30.8	-	50.0	15.4	3.8	
無回答	1	-	-	-	-	-	1	-	
	100.0	-	-	-	-	-	100.0	-	

問9 あなたは、学校給食を全部食べますか。(単数回答)

1. いつも全部食べる	2. たまに残すことがある	3. いつも残す
-------------	---------------	----------

- ・学校給食の完食状況をたずねると、「1. いつも全部食べる」が46.0%と最も高く、次いで「2. たまに残すことがある」(41.8%)となっている。
- ・一方で、「3. いつも残す」は11.8%となっている。
- ・性別にみると、「1. いつも全部食べる」割合は男子児童(55.9%)のほうが女子児童(36.0%)よりも高い。一方、「2. たまに残すことがある」「3. いつも残す」と回答した割合は、女子児童(49.5%、14.3%)のほうが男子児童(34.4%、9.2%)よりも高く、女子児童の6割以上が「2. たまに残すことがある」または「3. いつも残す」と回答している。

問9 学校給食について



		問9 学校給食を全部食べますか。				
		合計	1. いつも全部食べる	2. たまに残すことがある	3. いつも残す	無回答
問1 性別	上段:度数	863	397	361	102	3
	下段:%	100.0	46.0	41.8	11.8	0.3
	全体	422	236	145	39	2
	1. 男性	100.0	55.9	34.4	9.2	0.5
	2. 女性	414	149	205	59	1
	100.0	36.0	49.5	14.3	0.2	
	3. 回答しない	26	11	11	4	-
	100.0	42.3	42.3	15.4	-	
	無回答	1	1	-	-	-
	100.0	100.0	-	-	-	

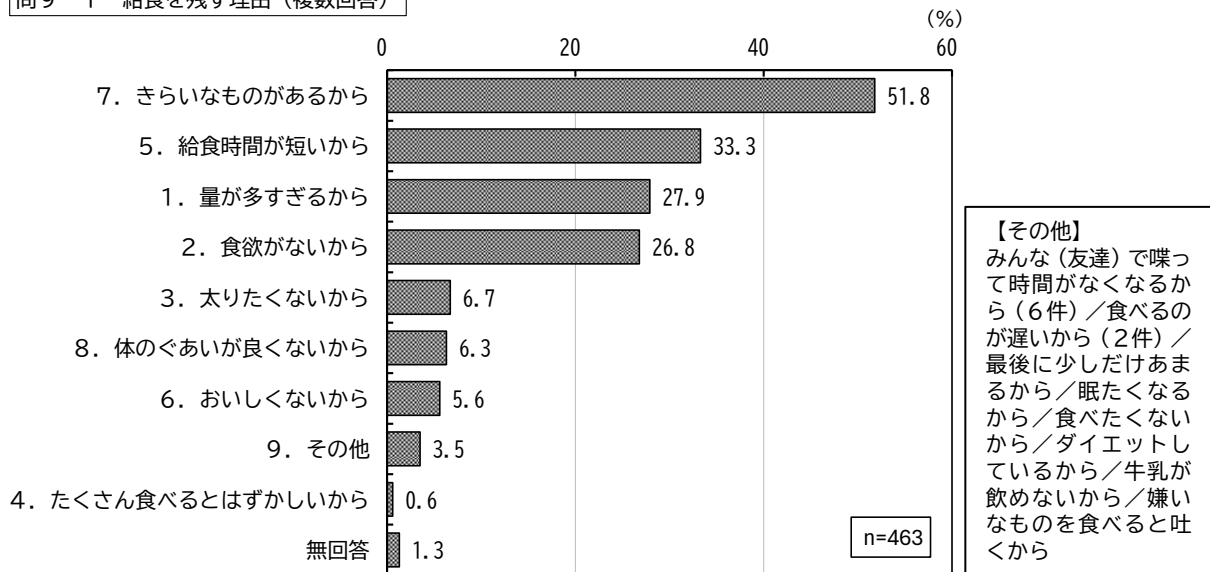
問9で「2. たまに残すことがある」、「3. いつも残す」と答えた方にお聞きします。

問9-1 なぜ残すのですか。そのわけを3つまで選んでください。(複数選択)

1. 量が多すぎるから	2. 食欲がないから
3. 太りたくないから	4. たくさん食べるとはずかしいから
5. 給食時間が短いから	6. おいしくないから
7. きらいなものがあるから	8. 体のぐあいが良くないから
9. その他 ()	

- ・学校給食を「2. たまに残すことがある」、「3. いつも残す」と回答した方に理由をたずねると、「7. きらいなものがあるから」が51.8%と最も高く、次いで「5. 給食時間が短いから」(33.3%)、「1. 量が多すぎるから」(27.9%)、「2. 食欲がないから」(26.8%)となっている。
- ・性別にみると、「2. 食欲がないから」と回答した割合は男子児童(33.7%)のほうが女子児童(22.3%)よりも高い。一方、「5. 給食時間が短いから」と回答した割合は女子児童(40.9%)のほうが男子児童(21.7%)よりも高い。なお、「4. たくさん食べるとはずかしいから」について、男子児童は回答がなかったものの、女子児童は3名(1.1%)回答があった。

問9-1 給食を残す理由(複数回答)



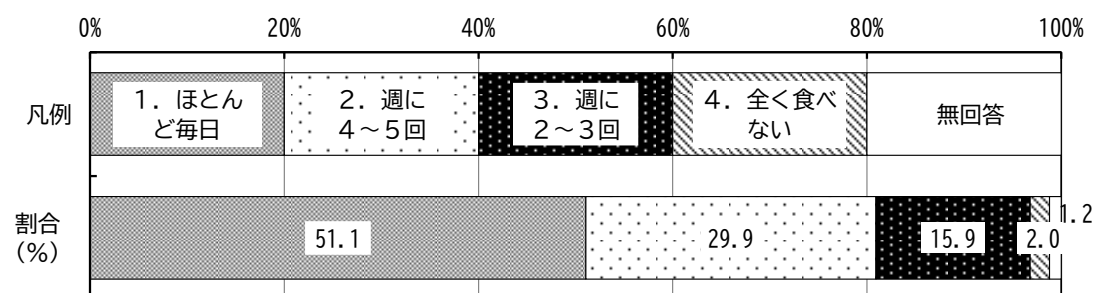
上段:度数		問9-1 なぜ残すのですか。										
下段:%		合計	1. 量が多すぎるから	2. 食欲(しょくよく)がないから	3. 太りたくないから	4. たくさん食べるとはずかしいから	5. 給食時間が短いから	6. おいしくないから	7. きらいなものがあるから	8. 体のぐあいが良くないから	9. その他	無回答
問1 性別	全体	463	129	124	31	3	154	26	240	29	16	6
		100.0	27.9	26.8	6.7	0.6	33.3	5.6	51.8	6.3	3.5	1.3
	1. 男性	184	47	62	10	-	40	11	99	10	7	3
		100.0	25.5	33.7	5.4	-	21.7	6.0	53.8	5.4	3.8	1.6
	2. 女性	264	80	59	20	3	108	13	133	19	8	3
		100.0	30.3	22.3	7.6	1.1	40.9	4.9	50.4	7.2	3.0	1.1
3. 回答しない	15	2	3	1	-	6	2	8	-	-	1	-
	100.0	13.3	20.0	6.7	-	40.0	13.3	53.3	-	-	6.7	-
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

問 11 あなたは、主食《黄色》、主菜《赤》、副菜《緑》の3つを組み合わせた食事を1日2回以上食べる日は週に何日ありますか。(単数回答)

1. ほとんど毎日	2. 週に4～5日	3. 週に2～3日	4. 全く食べない
-----------	-----------	-----------	-----------

- ・主食、主菜、副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べる頻度をたずねると、「1. ほとんど毎日」が51.1%と最も高く、「2. 週に4～5回」(29.9%)、「3. 週に2～3日」(15.9%)と続いている。
- ・一方で、「4. 全く食べない」は2.0%となっている。

問11 主食、主菜、副菜を1日に2回以上食べる日



上段:度数 下段:%		問11 3つを組み合わせた食事を1日2回以上食べる日は週に何日ありますか。					
		合計	1. ほとんど毎日	2. 週に4～5回	3. 週に2～3回	4. 全く食べない	無回答
問 1 性別	全体	863 100.0	441 51.1	258 29.9	137 15.9	17 2.0	10 1.2
	1. 男性	422 100.0	216 51.2	114 27.0	74 17.5	11 2.6	7 1.7
	2. 女性	414 100.0	214 51.7	132 31.9	59 14.3	6 1.4	3 0.7
	3. 回答しない	26 100.0	10 38.5	12 46.2	4 15.4	-	-
	無回答	1 100.0	1 100.0	-	-	-	-

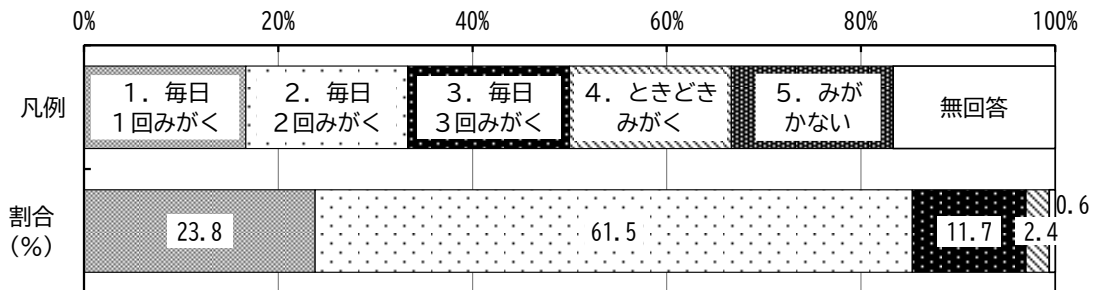
◆歯

問12 あなたは、歯をみがきますか。(単数回答)

1. 毎日1回みがく	2. 毎日2回みがく	3. 毎日3回みがく
4. ときどきみがく	5. みがかない	

- ・歯をみがく頻度をたずねると、「2. 毎日2回みがく」が61.5%と最も高く、次いで「1. 毎日1回みがく」(23.8%)、「3. 毎日3回みがく」(11.7%)となっている。
- ・一方で、「5. みがかない」は0%だった。
- ・性別にみると、「1. 毎日1回みがく」の割合は男子児童(27.3%)のほうが女子児童(20.3%)よりも高い。

問12 歯磨きについて



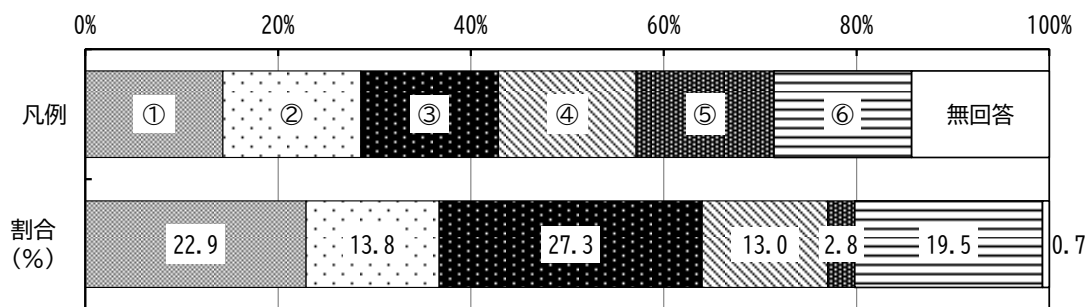
上段:度数		問12 歯をみがきますか。						
下段:%	合計	1. 毎日	2. 毎日	3. 毎日	4. とき	5. みか	無回答	
		1回みがく	2回みがく	3回みがく	どきみがく	かない		
全体	863 100.0	205 23.8	531 61.5	101 11.7	21 2.4	-	5 0.6	
1. 男性	422 100.0	115 27.3	251 59.5	43 10.2	11 2.6	-	2 0.5	
2. 女性	414 100.0	84 20.3	264 63.8	53 12.8	10 2.4	-	3 0.7	
3. 回答しない	26 100.0	6 23.1	15 57.7	5 19.2	-	-	-	
無回答	1 100.0	-	1 100.0	-	-	-	-	

問13 あなたは、この1年間で歯医者さんにどのくらい行きましたか。(単数回答)

1. むし歯を治すために1回以上行った
2. むし歯はないが、むし歯チェックのために歯医者さんに1回行った
3. むし歯はないが、むし歯チェックのために歯医者さんに2回以上行った
4. むし歯がないので、歯医者さんに行っていない
5. むし歯はあるが、歯医者さんに行っていない
6. わからない

- ・ 1年間で歯医者に行った頻度をたずねると、「3. むし歯はないが、むし歯チェックのために歯医者さんに2回以上行った」が27.3%と最も高く、次いで「1. むし歯を治すために1回以上行った」(22.9%)、「2. むし歯はないが、むし歯チェックのために歯医者さんに1回行った」(13.8%)となっている。
- ・ 一方で、「5. むし歯はあるが、歯医者さんに行っていない」(2.8%)、「6. わからない」が19.5%となっている。
- ・ 性別にみると、「1. むし歯を治すために1回以上行った」の割合は、男子児童(28.0%)のほうが女子児童(18.8%)よりも高い。

問13 1年間で歯医者に行った頻度



- 1. むし歯を治すために1回以上行った
- 2. むし歯はないが、むし歯チェックのために歯医者さんに1回行った
- 3. むし歯はないが、むし歯チェックのために歯医者さんに2回以上行った
- 4. むし歯がないので、歯医者さんに行っていない
- 5. むし歯はあるが、歯医者さんに行っていない
- 6. わからない
- 無回答

上段:度数		問13 この1年間で歯医者さんにどのくらい行きましたか。							
下段:%	合計	1. むし歯を治すために1回以上行った	2. むし歯はないが、むし歯チェックのために歯医者さんに1回行った	3. むし歯はないが、むし歯チェックのために歯医者さんに2回以上行った	4. むし歯がないので、歯医者さんに行っていない	5. むし歯はあるが、歯医者さんに行っていない	6. わからない	無回答	
	全体	863	198	119	236	112	24	168	6
	100.0	22.9	13.8	27.3	13.0	2.8	19.5	0.7	
問1 性別	1. 男性	422	118	53	103	59	7	77	5
		100.0	28.0	12.6	24.4	14.0	1.7	18.2	1.2
	2. 女性	414	78	65	120	50	16	85	-
		100.0	18.8	15.7	29.0	12.1	3.9	20.5	-
	26	2	1	13	3	1	5	1	
	100.0	7.7	3.8	50.0	11.5	3.8	19.2	3.8	
	1	-	-	-	-	-	1	-	
	100.0	-	-	-	-	-	100.0	-	

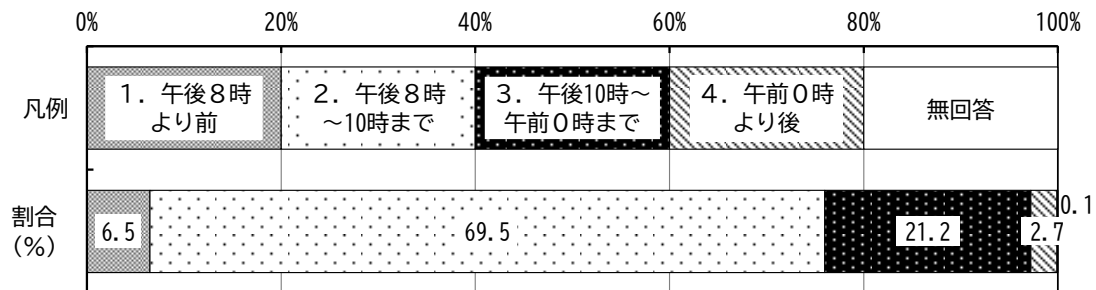
◆休養

問 14 あなたは、学校に行く前の日の夜は何時ごろに寝ますか。（単数回答）

1. 午後8時より前	2. 午後8時～10時まで
3. 午後10時～午前0時まで	4. 午前0時より後

- ・学校に行く前日の就寝時間をたずねると、「2. 午後8時～10時まで」が69.5%と最も高く、次いで「3. 午後10時～午前0時まで」(21.2%)、「1. 午後8時より前」(6.5%)、「4. 午前0時より後」(2.7%)となっている。
- ・『午後10時以降』（「3. 午後10時～午前0時まで」＋「4. 午前0時より後」）に就寝する割合は23.9%となっており、2013（平成25）年度調査の結果（41.7%）と比べて減少している。

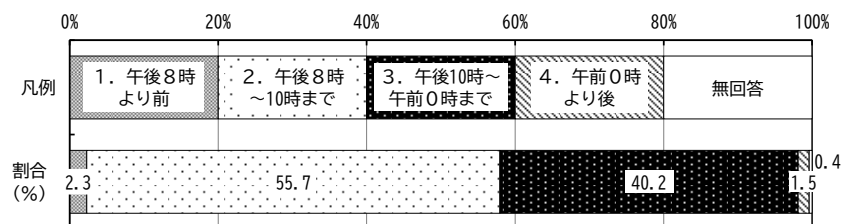
問14 学校に行く前日の就寝時間



上段:度数		問14 学校に行く前日の夜は何時ごろに寝ますか。					
下段:%		合計	1. 午後8時より前	2. 午後8時～10時まで	3. 午後10時～午前0時まで	4. 午前0時より後	無回答
問 1 性別	全体	863 100.0	56 6.5	600 69.5	183 21.2	23 2.7	1 0.1
	1. 男性	422 100.0	37 8.8	290 68.7	83 19.7	11 2.6	1 0.2
	2. 女性	414 100.0	17 4.1	286 69.1	100 24.2	11 2.7	-
	3. 回答しない	26 100.0	2 7.7	23 88.5	-	1 3.8	-
	無回答	1 100.0	-	1 100.0	-	-	-

【参考：2013（平成25）年度調査】

問22 学校に行く前日の就寝時間

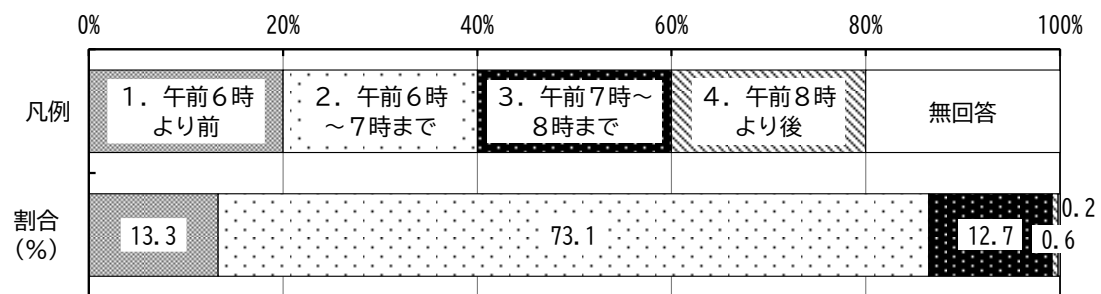


問15 あなたは、学校に行く日の朝は何時ごろに起きますか。(単数回答)

1. 午前6時より前	2. 午前6時～7時まで
3. 午前7時～8時まで	4. 午前8時より後

- ・学校に行く日の起床時間をたずねると、「2. 午前6時～7時まで」が73.1%と最も高く、次いで「1. 午前6時より前」(13.3%)、「3. 午前7時～8時まで」(12.7%)となっている。
- ・『7時以降』(「3. 午前7時～8時まで」+「4. 午前8時より後」)に起きる割合は13.3%となっており、2013(平成25)年度調査の結果(15.2%)と比べてあまり変わっていない。
- ・性別にみると、「2. 午前6時～7時まで」の割合は女子児童(78.3%)のほうが男子児童(67.5%)よりも高い。一方、「3. 午前7時～8時まで」の割合は男子児童(17.1%)のほうが女子児童(8.2%)よりも高い。なお、「4. 午前8時より後」は全員が男子児童であり、その割合は1.2%(5名)である。

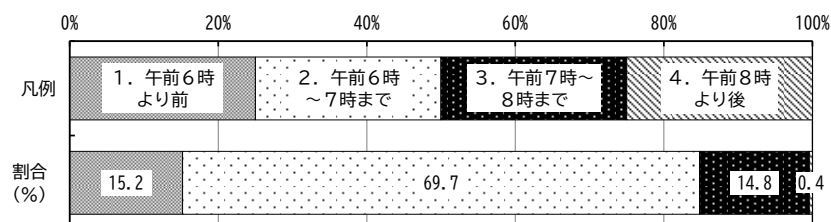
問15 学校に行く日の起床時間



		問15 あなたは、学校に行く日の朝は何時ごろに起きますか。					
		合計	1. 午前6時より前	2. 午前6時～7時まで	3. 午前7時～8時まで	4. 午前8時より後	無回答
問1 性別	全体	863	115	631	110	5	2
		100.0	13.3	73.1	12.7	0.6	0.2
	1. 男性	422	59	285	72	5	1
		100.0	14.0	67.5	17.1	1.2	0.2
	2. 女性	414	55	324	34	-	1
	100.0	13.3	78.3	8.2	-	0.2	
	3. 回答しない	26	1	22	3	-	-
	100.0	3.8	84.6	11.5	-	-	
	無回答	1	-	-	1	-	-
	100.0	-	-	100.0	-	-	

【参考：2013(平成25)年度調査】

問23 学校に行く日の起床時間

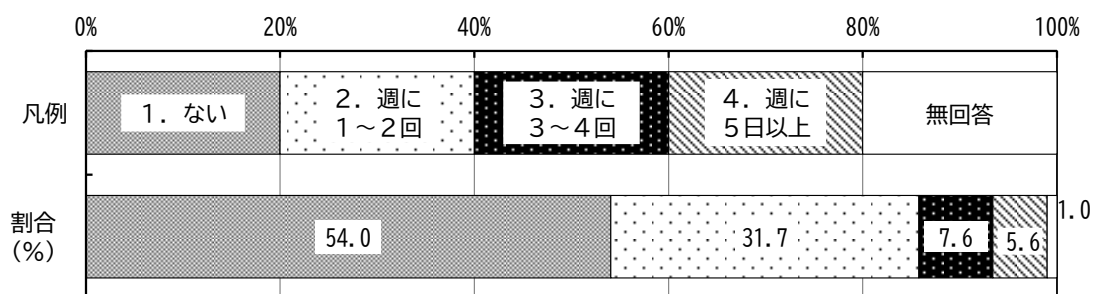


問16 ここ1週間で、ねむれない日や、すいみん不足だと感じた日はどのくらいありましたか。(単数回答)

1. ない	2. 週に1~2回	3. 週に3~4回	4. 週に5日以上
-------	-----------	-----------	-----------

- ・ 1週間で眠れない日や睡眠不足だと感じた日の有無をたずねると、「1. ない」が54.0%と最も高く、次いで「2. 週に1~2回」(31.7%)、「3. 週に3~4回」(7.6%)、「4. 週に5日以上」(5.6%)となっている。

問16 1週間で眠れない日や睡眠不足だと感じた日



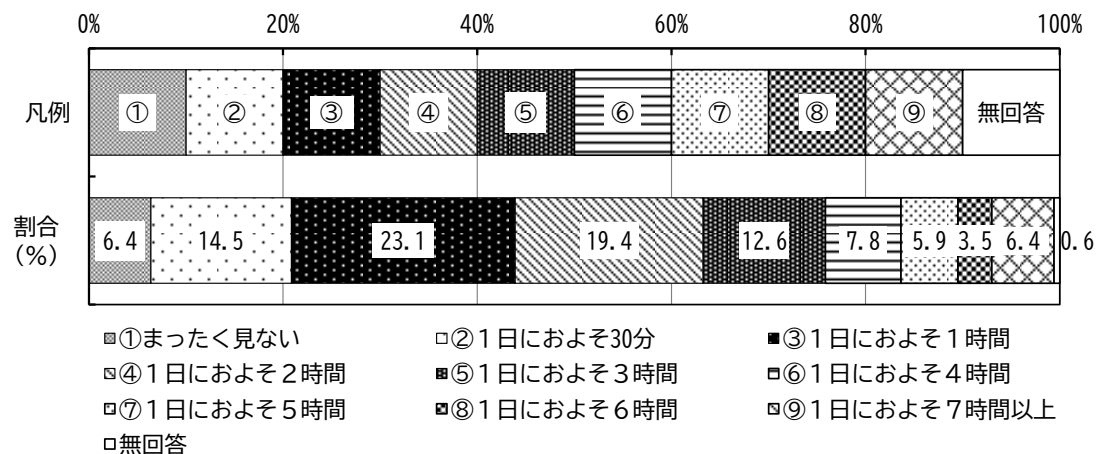
上段:度数 下段:%		問16 ここ1週間で、眠れない日や、睡眠不足だと感じた日はどのくらいありましたか。					
		合計	1. ない	2. 週に1~2回	3. 週に3~4回	4. 週に5日以上	無回答
問1 性別	全体	863 100.0	466 54.0	274 31.7	66 7.6	48 5.6	9 1.0
	1. 男性	422 100.0	227 53.8	125 29.6	34 8.1	30 7.1	6 1.4
	2. 女性	414 100.0	227 54.8	137 33.1	32 7.7	15 3.6	3 0.7
	3. 回答しない	26 100.0	11 42.3	12 46.2	-	3 11.5	-
	無回答	1 100.0	1 100.0	-	-	-	-

問17 あなたは、ふだん、自由な時間に、1日何時間テレビやビデオ（YouTubeあるいはそれと似たサービスを含む）、DVD、その他の番組を見ますか。平日と週末それぞれ教えてください。（単数回答）

平日	週末
1. まったく見ない	1. まったく見ない
2. 1日におよそ30分	2. 1日におよそ30分
3. 1日におよそ1時間	3. 1日におよそ1時間
4. 1日におよそ2時間	4. 1日におよそ2時間
5. 1日におよそ3時間	5. 1日におよそ3時間
6. 1日におよそ4時間	6. 1日におよそ4時間
7. 1日におよそ5時間	7. 1日におよそ5時間
8. 1日におよそ6時間	8. 1日におよそ6時間
9. 1日におよそ7時間以上	9. 1日におよそ7時間以上

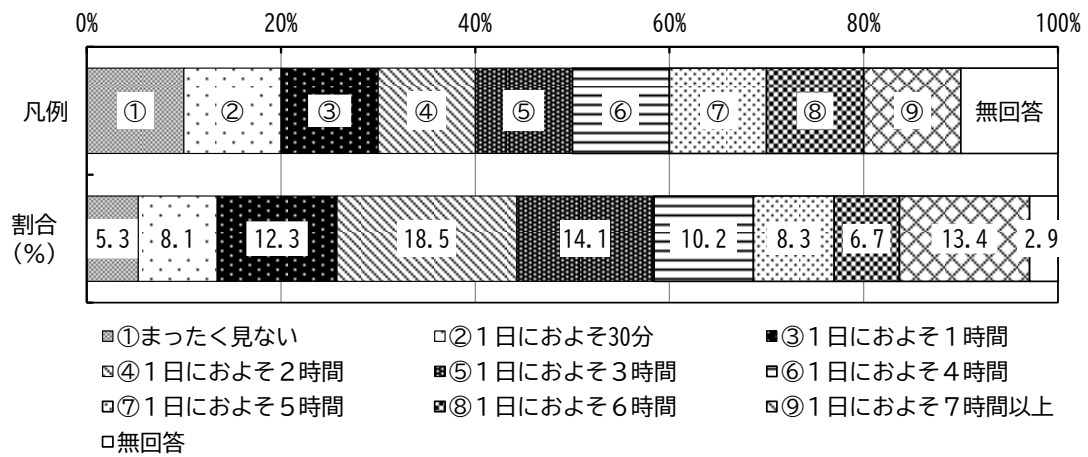
- ・平日（自由な時間）にテレビやビデオ等を見る時間をたずねると、「3. 1日におよそ1時間」が23.1%と最も高く、次いで「4. 1日におよそ2時間」（19.4%）、「2. 1日におよそ30分」（14.5%）、「5. 1日におよそ3時間」（12.6%）となっている。
- ・一方で、週末（自由な時間）にテレビやビデオ等を見る時間をみると、「4. 1日におよそ2時間」が18.5%と最も高く、次いで「5. 1日におよそ3時間」（14.1%）、「9. 1日におよそ7時間以上」（13.4%）となっている。
- ・性別にみると、平日の「2. 1日におよそ30分」の割合は女子児童（18.4%）のほうが男子児童（11.1%）よりも高い。また、週末は「3. 1日におよそ1時間」の割合が女子児童（15.2%）のほうが男子児童（10.0%）よりも高い。

問17 テレビやビデオを見る時間（平日）



上段:度数		問17①テレビやビデオを見る時間（平日）										
下段:%		合計	○まったく見ない	○1日におよそ30分	○1日におよそ1時間	○1日におよそ2時間	○1日におよそ3時間	○1日におよそ4時間	○1日におよそ5時間	○1日におよそ6時間	○1日におよそ7時間以上	無回答
問1 性別	全体	863	55	125	199	167	109	67	51	30	55	5
		100.0	6.4	14.5	23.1	19.4	12.6	7.8	5.9	3.5	6.4	0.6
	1. 男性	422	31	47	91	79	64	31	30	11	35	3
		100.0	7.3	11.1	21.6	18.7	15.2	7.3	7.1	2.6	8.3	0.7
	2. 女性	414	23	76	98	79	44	35	21	18	20	-
	100.0	5.6	18.4	23.7	19.1	10.6	8.5	5.1	4.3	4.8	-	
3. 回答しない	26	1	2	10	9	1	1	-	1	-	1	
	100.0	3.8	7.7	38.5	34.6	3.8	3.8	-	3.8	-	3.8	
無回答	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1
	100.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	100.0

問17 テレビやビデオを見る時間（週末）



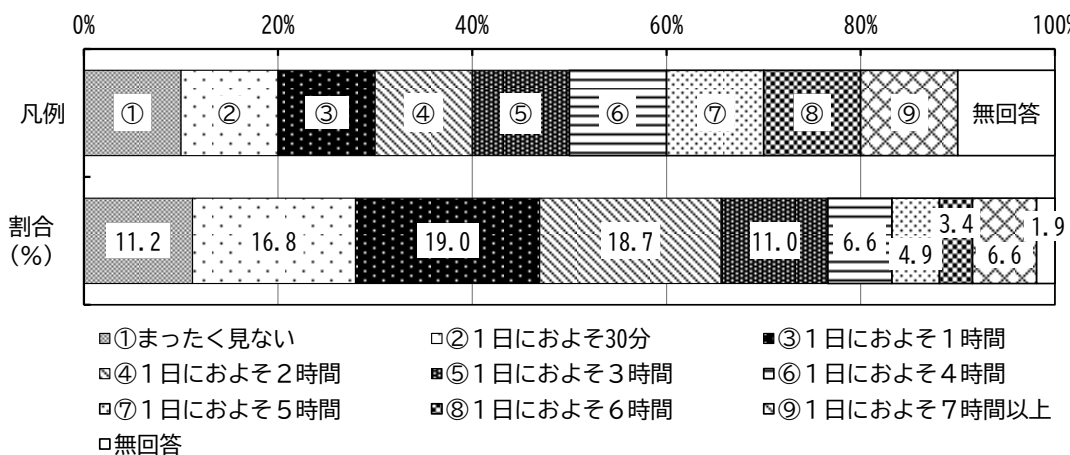
上段:度数		問17②テレビやビデオを見る時間（週末）											
下段:%		合計	○まったく見ない	○1日におよそ30分	○1日におよそ1時間	○1日におよそ2時間	○1日におよそ3時間	○1日におよそ4時間	○1日におよそ5時間	○1日におよそ6時間	○1日におよそ7時間以上	無回答	
問1 性別	全体	863 100.0	46 5.3	70 8.1	106 12.3	160 18.5	122 14.1	88 10.2	72 8.3	58 6.7	116 13.4	25 2.9	
	1. 男性	422 100.0	25 5.9	28 6.6	42 10.0	74 17.5	54 12.8	50 11.8	38 9.0	30 7.1	64 15.2	17 4.0	
	2. 女性	414 100.0	21 5.1	40 9.7	63 15.2	78 18.8	60 14.5	37 8.9	33 8.0	28 6.8	48 11.6	6 1.4	
	3. 回答しない	26 100.0	-	2 7.7	1 3.8	8 30.8	8 30.8	1 3.8	1 3.8	-	-	4 15.4	1 3.8
	無回答	1 100.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1 100.0

問18 あなたは、ふだん、自由な時間に、1日何時間コンピュータゲーム、テレビゲーム、タブレット（iPadなど）、スマートフォン、その他の電子機器（体を動かしたり、運動をするゲームは含みません）を使って過ごしますか。平日と週末それぞれ答えてください。（単数回答）

平日	週末
1. まったく見ない	1. まったく見ない
2. 1日におよそ30分	2. 1日におよそ30分
3. 1日におよそ1時間	3. 1日におよそ1時間
4. 1日におよそ2時間	4. 1日におよそ2時間
5. 1日におよそ3時間	5. 1日におよそ3時間
6. 1日におよそ4時間	6. 1日におよそ4時間
7. 1日におよそ5時間	7. 1日におよそ5時間
8. 1日におよそ6時間	8. 1日におよそ6時間
9. 1日におよそ7時間以上	9. 1日におよそ7時間以上

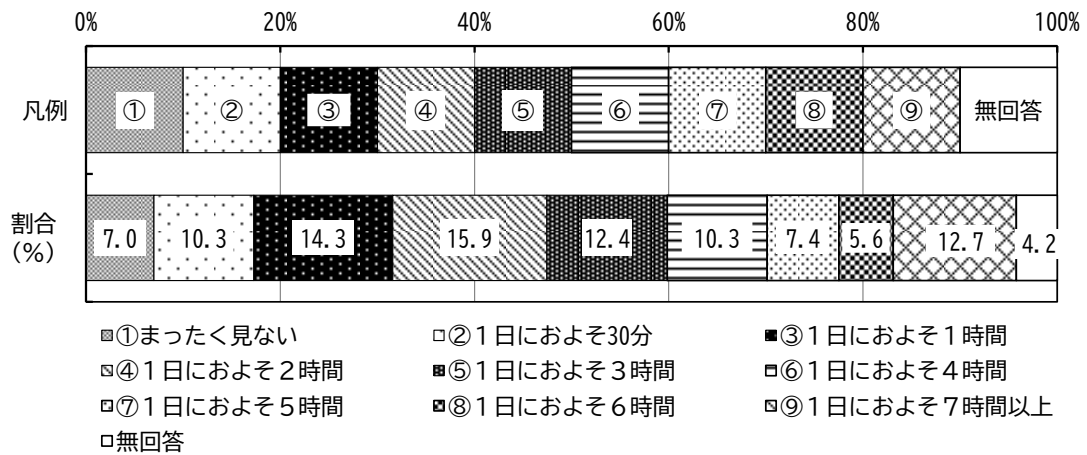
- ・平日（自由な時間）にコンピュータゲーム、スマートフォン等使う時間をたずねると、「3. 1日におよそ1時間」が19.0%と最も高く、次いで「4. 1日におよそ2時間」（18.7%）、「2. 1日におよそ30分」（16.8%）、「5. 1日におよそ3時間」（11.0%）となっている。
- ・一方で、「1. まったく見ない」が11.2%となっている。
- ・週末（自由な時間）にコンピュータゲーム、スマートフォン等使う時間をたずねると、「4. 1日におよそ2時間」が15.9%と最も高く、次いで「3. 1日におよそ1時間」（14.3%）、「9. 1日におよそ7時間以上」（12.7%）となっている。
- ・性別にみると、平日「2. 1日におよそ30分」の割合は女子児童（20.0%）のほうが男子児童（13.5%）よりも高い。休日も「2. 1日におよそ30分」の割合は女子児童（12.6%）のほうが男子児童（7.6%）よりも高い。なお、休日も「9. 1日におよそ7時間以上」の割合は男子児童（15.4%）のほうが女子児童（10.4%）よりも高い。

問18 コンピュータゲーム、スマートフォンを使う時間（平日）



上段:度数		問18①コンピュータゲーム、スマートフォンを使う時間（平日）										
下段:%		合計	○まったく見ない	○1日におよそ30分	○1日におよそ1時間	○1日におよそ2時間	○1日におよそ3時間	○1日におよそ4時間	○1日におよそ5時間	○1日におよそ6時間	○1日におよそ7時間以上	無回答
問1 性別	全体	863	97	145	164	161	95	57	42	29	57	16
		100.0	11.2	16.8	19.0	18.7	11.0	6.6	4.9	3.4	6.6	1.9
	1. 男性	422	40	57	78	77	54	33	23	13	36	11
		100.0	9.5	13.5	18.5	18.2	12.8	7.8	5.5	3.1	8.5	2.6
	2. 女性	414	52	83	80	81	38	24	18	16	20	2
	100.0	12.6	20.0	19.3	19.6	9.2	5.8	4.3	3.9	4.8	0.5	
3. 回答しない	26	5	5	6	3	3	-	1	-	1	2	
	100.0	19.2	19.2	23.1	11.5	11.5	-	3.8	-	3.8	7.7	
無回答	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	2
	100.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	100.0	

問18 コンピュータゲーム、スマートフォンを使う時間（週末）



上段:度数		問18②コンピュータゲーム、スマートフォンを使う時間（週末）										
下段:%		合計	○まったく見ない	○1日におよそ30分	○1日におよそ1時間	○1日におよそ2時間	○1日におよそ3時間	○1日におよそ4時間	○1日におよそ5時間	○1日におよそ6時間	○1日におよそ7時間以上	無回答
問1 性別	全体	863 100.0	60 7.0	89 10.3	123 14.3	137 15.9	107 12.4	89 10.3	64 7.4	48 5.6	110 12.7	36 4.2
	1. 男性	422 100.0	21 5.0	32 7.6	57 13.5	62 14.7	52 12.3	48 11.4	34 8.1	28 6.6	65 15.4	23 5.5
	2. 女性	414 100.0	35 8.5	52 12.6	63 15.2	69 16.7	52 12.6	40 9.7	30 7.2	19 4.6	43 10.4	11 2.7
	3. 回答しない	26 100.0	4 15.4	5 19.2	3 11.5	6 23.1	3 11.5	1 3.8	-	1 3.8	2 7.7	1 3.8
	無回答	1 100.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

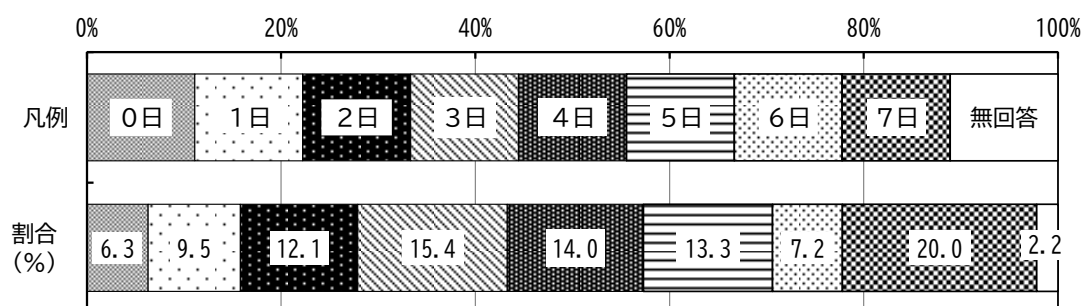
◆運動

問19 あなたは、最近の7日間に、1日あたり少なくとも合計60分間の身体活動をした日は、何日ありましたか。それぞれの日に、あなたが身体活動に費やす、すべての時間を合計してください。(単数回答)

0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
----	----	----	----	----	----	----	----

- ・7日間に1日あたり少なくとも合計60分間の身体活動をした日をたずねると、「7日」が20.0%と最も高く、次いで「3日」(15.4%)、「4日」(14.0%)、「5日」(13.3%)となっている。
- ・一方で、「0日」は6.3%となっている。
- ・性別にみると、「3日」の割合は女子児童(18.6%)のほうが男子児童(12.3%)よりも高い。一方、「7日」の割合は男子児童(22.5%)のほうが女子児童(17.4%)よりも高い。

問19 7日間に1日あたり少なくとも合計60分間の身体活動をした日



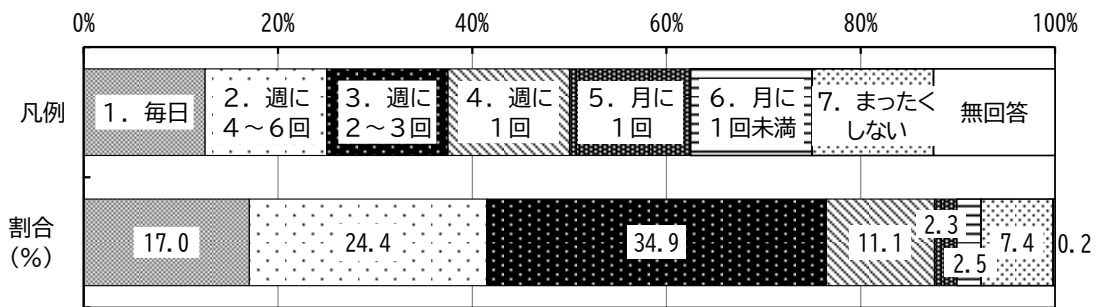
上段:度数 下段:%		問19 7日間に、1日あたり少なくとも合計60分間の身体活動をした日は、何日ありましたか。									
		合計	0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	無回答
問1 性別	全体	863	54	82	104	133	121	115	62	173	19
		100.0	6.3	9.5	12.1	15.4	14.0	13.3	7.2	20.0	2.2
	1. 男性	422	28	34	51	52	65	49	34	95	14
		100.0	6.6	8.1	12.1	12.3	15.4	11.6	8.1	22.5	3.3
	2. 女性	414	26	46	53	77	51	61	25	72	3
	100.0	6.3	11.1	12.8	18.6	12.3	14.7	6.0	17.4	0.7	
	3. 回答しない	26	-	2	-	4	5	4	3	6	2
		100.0	-	7.7	-	15.4	19.2	15.4	11.5	23.1	7.7
	無回答	1	-	-	-	-	-	1	-	-	-
		100.0	-	-	-	-	-	100.0	-	-	-

問20 あなたはふだん、授業以外で息切れしたり汗をかいたりするくらいの運動を何回しますか。(単数回答)

1. 毎日	2. 週に4～6回	3. 週に2～3回
4. 週に1回	5. 月に1回	6. 月に1回未満
7. まったくしない		

- ・授業以外で息切れしたり汗をかいたりする運動の回数をたずねると、「3. 週に2～3回」が34.9%と最も高く、次いで「2. 週に4～6回」(24.4%)、「1. 毎日」(17.0%)となっている。
- ・一方で、「7. まったくしない」は7.4%となっている。
- ・性別にみると、「1. 毎日」の割合は男子児童(21.8%)のほうが女子児童(11.6%)よりも高い。また、「2. 週に4～6回」の割合も男子児童(27.7%)のほうが女子児童(21.7%)よりも高い。「3. 週に2～3回」の割合は、女子児童(38.4%)のほうが男子児童(30.3%)よりも高い。

問20 普段、授業以外で息切れや汗をかくくらいの運動の有無



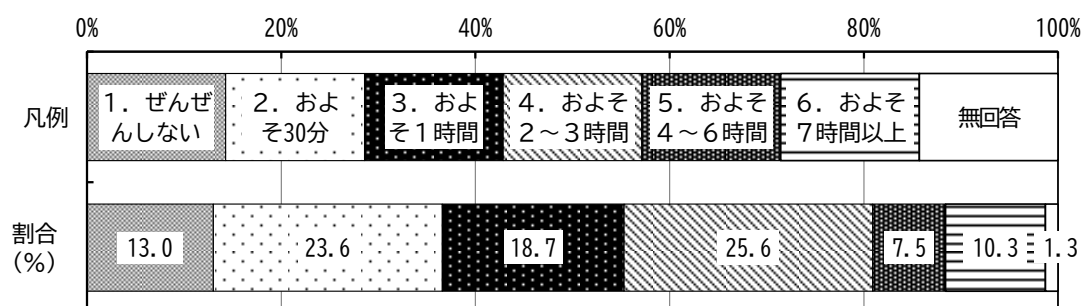
上段:度数 下段:%		問20 ふだん、授業以外で息切れしたり汗をかいたりするくらいの運動を何回しますか?								
		合計	1. 毎日	2. 週に4～6回	3. 週に2～3回	4. 週に1回	5. 月に1回	6. 月に1回未満	7. まったくしない	無回答
問1 性別	全体	863 100.0	147 17.0	211 24.4	301 34.9	96 11.1	20 2.3	22 2.5	64 7.4	2 0.2
	1. 男性	422 100.0	92 21.8	117 27.7	128 30.3	40 9.5	6 1.4	8 1.9	29 6.9	2 0.5
	2. 女性	414 100.0	48 11.6	90 21.7	159 38.4	56 13.5	14 3.4	14 3.4	33 8.0	-
	3. 回答しない	26 100.0	6 23.1	4 15.4	14 53.8	-	-	-	2 7.7	-
	無回答	1 100.0	1 100.0	-	-	-	-	-	-	-

問21 あなたはふだん、授業以外で息切れしたり汗をかいたりするくらいの運動を1週間に何時間しますか。
(単数回答)

1. ぜんぜんしない	2. およそ30分	3. およそ1時間
4. およそ2～3時間	5. およそ4～6時間	6. およそ7時間以上

- ・1週間に授業以外で息切れしたり汗をかいたりする運動の時間をたずねると、「4. およそ2～3時間」が25.6%と最も高く、次いで「2. およそ30分」(23.6%)、「3. およそ1時間」(18.7%)となっている。
- ・一方で、「1. ぜんぜんしない」は13.0%となっている。
- ・性別にみると、「2. およそ30分」の割合は女子児童(28.7%)のほうが男子児童(19.9%)よりも高い。「6. およそ7時間以上」は男子児童(14.7%)のほうが女子児童の割合(6.0%)よりも高い。

問21 1週間に授業以外で息切れや汗をかくくらいの運動の有無



上段:度数		問21 ふだん、授業以外で息切れしたり汗をかいたりするくらいの運動を1週間に何時間しますか?							
下段:%		合計	1. ぜんぜんしない	2. およそ30分	3. およそ1時間	4. およそ2～3時間	5. およそ4～6時間	6. およそ7時間以上	無回答
問1 性別	全体	863	112	204	161	221	65	89	11
		100.0	13.0	23.6	18.7	25.6	7.5	10.3	1.3
	1. 男性	422	49	84	66	117	36	62	8
		100.0	11.6	19.9	15.6	27.7	8.5	14.7	1.9
	2. 女性	414	62	119	85	95	26	25	2
	100.0	15.0	28.7	20.5	22.9	6.3	6.0	0.5	
	3. 回答しない	26	1	1	10	8	3	2	1
		100.0	3.8	3.8	38.5	30.8	11.5	7.7	3.8
	無回答	1	-	-	-	1	-	-	-
		100.0	-	-	-	100.0	-	-	-

(4) 調査票 (小学5年生用)

◆あなた自身についておたずねします。

問1 それぞれあてはまる番号を選んでください。

問1-1 性別

1. 男性	2. 女性	3. 回答しない
-------	-------	----------

問1-2 通っている小学校

1. 普天間(ふてんま)小学校	2. 普天間(ふてんま)第二小学校	3. 大山小学校
4. はごろも小学校	5. 大謝名小学校	6. 嘉敷(かかず)小学校
7. 志興志小学校	8. 長田小学校	9. 宜野湾(ぎのわん)小学校

問2 あなたと一緒に住んでいる家族の方をすべて選んでください。

1. お父さん	2. お母さん	3. 兄弟・姉妹
4. 祖父・祖母	5. その他 ()	

問3 あなたの身長と体重を教えてください。(答えたくない場合は入力しなくてもいいです)

身長 () cm	体重 () kg
-----------	-----------

問4 あなたは自分の健康状態(じょうたい)について、どのように感じますか。

1. とても良い	2. まあ良い	3. どちらとも言えない
4. あまり良くない	5. 良くない	

◆食生活

問5 あなたはふだん朝食を食べますか。

1. ほとんど毎日食べる	2. 週に4～5日食べる
3. 週に2～3日食べる	4. ほとんど食べない

問5で「2. 週に4～5日食べる」「3. 週に2～3日食べる」「4. ほとんど食べない」と答え左右にお書きします。

問5-1 朝食を食べないもっとも大きな理由は何ですか。

1. 時間が無い	2. 食欲(じよく)がわかない	3. 朝食を食べるより寝(ね)ていたい
4. 減量(ダイエット)のため	5. 朝食が用意されていない	6. 以前から食べる習慣(しゅうかん)がない
7. その他 ()		

問6 あなたはふだん(平日)の夕食は何時ごろ食べますか。

1. 午後6時まで	2. 午後6時～8時まで	3. 午後8時～10時まで
4. 午後10時以降(いこう)	5. 決まっていない	6. 食べない

小学5年生

ぎのわん市 健康と食育に関するアンケート調査(ちょうさ)

アンケート調査(ちょうさ)へのご協力お願いします

小学5年生のみさん、こんにちは！

ぎのわん市は、小さな子どもからお年寄(よ)りまで、すべての人が健康にくらすことができます。まちづくりを進めています。

このアンケートは、みなさんのふだんの生活について聞いています。アンケートの結果は、みなさんのような子どもたちが健康であるために、ぎのわん市がどんなことをしたらいいのかを考えるために使います。

2025年5月2日(金曜日)までにアンケートに答えてください。

アンケートに答える前お願いします

▼このアンケートはテストではありませんので、名前は入力しないでください。

▼あなたにあてはまるものや、あなたにいちばん近いものを選んでください。

▼質問(しつもん)によって、答えを1つより多く選ぶものもあります。

※答えたくない質問(しつもん)は飛ばして次に進んでも大丈夫です。

問7 あなたは朝食や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。

あてはまるものをそれぞれ選んでください。

朝食	1. ほとんど毎日	2. 週に4～5日	3. 週に2～3回
	4. 週に1日程度	5. ほとんどない	
夕食	1. ほとんど毎日	2. 週に4～5日	3. 週に2～3回
	4. 週に1日程度	5. ほとんどない	

問8 あなたは、持ち帰りの弁当(弁当とう)やおかず、外食(飲食店での食事)をどのくらい利用していますか。あてはまるものをそれぞれ選んでください。

スーパー・コンビニなどの 持ち帰りの弁当(弁当とう) やおかず	1. 毎日	2. 週4～6日
	3. 週2～3回	4. 週1回
	5. 週1回未満	6. 全く利用しない
外食	1. 毎日	2. 週4～6日
	3. 週2～3回	4. 週1回
	5. 週1回未満	6. 全く利用しない

問9 あなたは、学校給食を全部食べますか。

1. いつも全部食べる	2. たまに残すことがある	3. いつも残す
-------------	---------------	----------

問9で「2. たまに残すことがある」か「3. いつも残す」と答えた方にお聞きします。

問9-1 なぜ残すのですか。そのわけを3つまで選んでください。

1. 量が多すぎるから	2. 食欲(しょくよく)がないから
3. 太りたくないから	4. たくさん食べるとはずかしいから
5. 給食時間が短いから	6. おいしくないから
7. きれいなものがあるから	8. 味のぐあいが良くないから
9. その他 ()	

問10 きらいな食べものがある人は、食事のときはどうしていますか。

1. がまんして食べる	2. 学校では食べるが家では食べない
3. 少しだけ食べる	4. 食べない
5. きらいなものはない	

問11 あなたは、主食(黄色い、主菜(赤い、副菜(緑)の3つを組み合わせた食事を1日2回以上食べる日は週に何日ありますか。

○主食=ごはん・パン・めんなど

○主菜=魚介(ぎょかい)類、肉類、卵類、大豆・大豆製品(せいひん)を主に使った料理

○副菜=野菜類、海苔(うめずし)類、きのこ類を主に使った料理

1. ほとんど毎日	2. 週に4～5回	3. 週に2～3回	4. 全く食べない
-----------	-----------	-----------	-----------

◆歯

問12 あなたは、歯をみがきますか。

1. 毎日1回みがく	2. 毎日2回みがく	3. 毎日3回みがく
4. とどきみがく	5. みがかない	

問13 あなたは、この1年間で歯医者さんにとどのくらい行ききましたか。

1. むし歯を治すために1回以上行った
2. むし歯はないが、むし歯チェックのために歯医者さんに1回行った
3. むし歯はないが、むし歯チェックのために歯医者さんに2回以上行った
4. むし歯がないので、歯医者さんに行っていない
5. むし歯はあるが、歯医者さんに行っていない
6. わからない

◆休養

問14 あなたは、学校に行く前の夜の夜は何時ごろに寝(ね)ますか。

1. 午後8時より前	2. 午後8時～10時まで
3. 午後10時～午前0時まで	4. 午前0時より後

問15 あなたは、学校に行く日の朝は何時ごろに起きますか。

1. 午前6時より前	2. 午前6時～7時まで
3. 午前7時～8時まで	4. 午前8時より後

問16 ここ1週間で、ねむれない日や、すいみん不足だと感じた日はどのくらいありましたか。

1. ない	2. 週に1～2回	3. 週に3～4回	4. 週に5日以上
-------	-----------	-----------	-----------

問17 あなたは、ふだん、自由な時間に、1日何時間テレビやビデオ（YouTube あるいはそれと似たサービスを含む）、DVD、その他の番組を見ますか。平日と週末それぞれ答えてください。

平日	週末
<input type="radio"/> まったく見ない	<input type="radio"/> まったく見ない
<input type="radio"/> 1日におよそ30分	<input type="radio"/> 1日におよそ30分
<input type="radio"/> 1日におよそ1時間	<input type="radio"/> 1日におよそ1時間
<input type="radio"/> 1日におよそ2時間	<input type="radio"/> 1日におよそ2時間
<input type="radio"/> 1日におよそ3時間	<input type="radio"/> 1日におよそ3時間
<input type="radio"/> 1日におよそ4時間	<input type="radio"/> 1日におよそ4時間
<input type="radio"/> 1日におよそ5時間	<input type="radio"/> 1日におよそ5時間
<input type="radio"/> 1日におよそ6時間	<input type="radio"/> 1日におよそ6時間
<input type="radio"/> 1日におよそ7時間以上	<input type="radio"/> 1日におよそ7時間以上

問18 あなたは、ふだん、自由な時間に、1日何時間コンピュータゲーム、テレビゲーム、タブレット（iPad など）、スマートフォン、その他の電子機器（体を動かしたり、運動をするゲームは含みません）を使って過ごしますか。平日と週末それぞれ答えてください。

平日	週末
<input type="radio"/> まったく見ない	<input type="radio"/> まったく見ない
<input type="radio"/> 1日におよそ30分	<input type="radio"/> 1日におよそ30分
<input type="radio"/> 1日におよそ1時間	<input type="radio"/> 1日におよそ1時間
<input type="radio"/> 1日におよそ2時間	<input type="radio"/> 1日におよそ2時間
<input type="radio"/> 1日におよそ3時間	<input type="radio"/> 1日におよそ3時間
<input type="radio"/> 1日におよそ4時間	<input type="radio"/> 1日におよそ4時間
<input type="radio"/> 1日におよそ5時間	<input type="radio"/> 1日におよそ5時間
<input type="radio"/> 1日におよそ6時間	<input type="radio"/> 1日におよそ6時間
<input type="radio"/> 1日におよそ7時間以上	<input type="radio"/> 1日におよそ7時間以上

◆運動

問19 あなたは、最近の7日間に、1日あたり少なくとも合計60分間の身体活動をした日は、何日ありましたか。それぞれの日に、あなたが身体活動に費（つい）やす、すべての時間を合計してください。

0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
----	----	----	----	----	----	----	----

身体活動とは、心臓（しんぞう）がドキドキしたり息切れしたりするようなすべての活動のことです。身体活動は、スポーツや友達と遊ぶこと、学校へ徒歩で通うことも入ります。身体活動のいくつかの例として、ランニング、散歩、ローラースケート、自転車、ダンス、スケートボード、水泳、サッカー、バスケットボール、サーフィンなどがあります。

問20 あなたはふだん、授業（じゆぎょう）以外で息切れしたり汗（あせ）をかいたりするくらいの運動を何回しますか

1. 毎日	2. 週に4～6回	3. 週に2～3回
4. 週に1回	5. 月に1回	6. 月に1回未満
7. まったくしない		

問21 あなたはふだん、授業（じゆぎょう）以外で息切れしたり汗（あせ）をかいたりするくらいの運動を1週間に何時間しますか

1. ぜんぜんしない	2. およそ30分	3. およそ1時間
4. およそ2～3時間	5. およそ4～6時間	6. およそ7時間以上

アンケートは以上です。ご協力ありがとうございました。

3. 宜野湾市健康と食育に関するアンケート調査結果（中学2年生）

（1）調査の実施概要

1) 調査の目的

中学生の生活実態や健康行動、健康の社会環境的要因等を把握し、計画策定の基礎資料とするため。

2) 調査の実施方法・結果

対象者	1,019名（市内の中学校に通う中学2年生）
実施方法	WEB回答
調査期間	令和7年4月21日（月）～5月2日（金）
回答数・率	866件・85.0%
有効回答数・率	866件・85.0%

3) 結果の見方

- ・回答結果の割合は、回答数の割合を小数点以下第2位で四捨五入しているため、単数回答であっても、合計値が100%にならない場合がある。
- ・複数回答の場合、回答は選択肢ごとの有効回答数に対して、割合を出している。そのため、合計が100%を超える場合がある。
- ・表や図中で、選択肢の文章が長いものは省略して載せている場合がある。また、「n」は集計の対象者数（設問の限定条件に該当する人の数）を表している。
- ・本文中の「平成25（2013）年度の調査」とは、食育推進計画の策定にあたって実施した小中学生アンケートのことである。

■平成25（2013）年度調査の概要

対象者	中学2年生（市内公立各校1クラス）134名
実施方法	学校（4中学校）を通して配布・回答
調査期間	平成25年7月10日～17日
回答数・率	中学2年生 134件・100.0%
有効回答数・率	中学2年生 134件・100.0%

(2) 調査の結果概要 (中学2年生)

◆回答者自身について

- ・回答者の性別は「1. 男性」49.4%、「2. 女性」47.2%、「3. 回答しない」3.1%となっている。
- ・性別・年齢・身長・体重から肥満度を求めたところ、「標準」が63.0%と最も高く、次いで「痩身傾向」(2.4%)、「肥満傾向」(1.4%)となっている。
- ・健康状態について、『健康である』(1.とても良い+2.まあ良い)が72.1%と大半を占める。『健康ではない』(4.あまり良くない+5.良くない)は5.9%となっている。

◆食生活

- ・朝食を食べる日数をたずねると、「1. ほとんど毎日食べる」が78.8%と最も高い。「4. ほとんど食べない」は7.6%となっている。
- ・毎日は朝食を食べていない理由をたずねると、「1. 時間がない」が41.2%と最も高い。「6. 以前から食べる習慣がない」は4.4%となっている。
- ・毎日は朝食を食べていない理由について性別にみると、「1. 時間がない」と回答した割合は男子生徒(50.6%)のほうが女子生徒(35.6%)よりも高い。一方、「3. 朝食を食べるより寝ていたい」と回答した割合は女子生徒(15.6%)のほうが男子生徒(4.8%)よりも高い。なお、「4. 減量(ダイエット)のため」と回答した生徒は3名(3.3%)おり、全員が女子生徒である。
- ・夕食を食べる時間帯をたずねると、「2. 午後6時~8時まで」が59.7%と最も高い。「6. 食べない」は0.3%となっている。
- ・朝食を家族と一緒に食べる頻度をたずねると、「1. ほとんど毎日」が42.5%と最も高い。「5. ほとんどない」は33.7%となっている。
- ・夕食を家族と一緒に食べる割合をみると、「1. ほとんど毎日」が65.0%と最も高く、朝食に比べて夕食を家族と一緒に食べる割合は高くなっている。「5. ほとんどない」は4.5%となっている。
- ・持ち帰りの弁当や総菜の利用頻度をたずねると、「5. 週1回未満」が36.6%と最も高い。「1. 毎日」は1.5%となっている。
- ・外食の頻度をたずねると、「5. 週1回未満」が46.4%と最も高い。「1. 毎日」は0.3%となっている。
- ・学校給食の完食状況は、「1. いつも全部食べる」が58.5%と最も高い。「3. いつも残す」は6.9%となっている。
- ・学校給食の完食状況を性別にみると、「1. いつも全部食べる」割合は男子生徒(67.3%)のほうが女子生徒(49.1%)よりも高い。一方、「2. たまに残すことがある」と「3. いつも残す」割合は女子生徒(40.6%、10.3%)のほうが男子生徒(28.0%、4.0%)よりも高く、女子生徒の約5割が「2. たまに残すことがある」または「3. いつも残す」となっている。

- ・学校給食を残すことがある理由として、「8. 体のぐあいが良くないから」が62.3%と最も高い。
- ・学校給食を残す理由について性別にみると、「1. 量が多すぎるから」と回答した生徒の割合は、女子生徒（30.8%）のほうが男子生徒（11.7%）よりも高い。また、「3. 太りたくないから」と回答した生徒の割合も女子生徒（5.8%）のほうが男子生徒（0.7%）より高い。さらに、「5. 給食時間が短いから」と回答した割合も女子生徒（31.3%）のほうが男子生徒（17.5%）よりも高い。
- ・きれいな食べものがある時の食事について、「1. がまんして食べる」が41.3%と最も高い。「4. 食べない」は12.5%となっている。
- ・主食、主菜、副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べる頻度は「1. ほとんど毎日」が51.4%と最も高い。「4. 全く食べない」は2.1%となっている。

◆歯

- ・歯をみがく頻度は「2. 毎日2回みがく」が68.4%と最も高い。「5. みがかない」は0.3%となっている。
- ・1年間で歯医者に行った頻度は「4. むし歯がないので、歯医者さんに行っていない」が24.5%と最も高い。「5. むし歯はあるが、歯医者さんに行っていない」は6.2%となっている。

◆休養

- ・学校に行く前日の就寝時間は「3. 午後10時～午前0時まで」が57.9%と最も高い。「4. 午前0時より後」は9.2%となっている。
- ・学校に行く日の起床時間は「2. 午前6時～7時まで」が68.0%と最も高い。「4. 午後8時より後」は1.0%となっている。
- ・1週間で眠れない日や睡眠不足だと感じた日について、「1. ない」が44.7%と最も高い。「4. 週に5日以上」は7.2%となっている。
- ・平日（自由な時間）にテレビやビデオ等を見る時間は、「4. 1日におよそ2時間」が23.0%と最も高い。また、週末（自由な時間）にテレビやビデオ等を見る時間は、「9. 1日におよそ7時間以上」が20.8%と最も高い。
- ・平日（自由な時間）にコンピュータゲーム、スマートフォン等使う時間をたずねると、「4. 1日におよそ2時間」が20.9%と最も高い。また、週末に（自由な時間）にコンピュータゲーム、スマートフォン等使う時間をたずねると、「9. 1日におよそ7時間以上」が24.4%と最も高い。

◆運動

- ・ 7日間に1日あたり少なくとも合計 60 分間の身体活動をした日について、「7日」が 20.7%と最も高い。「0日」は 7.6%となっている。性別で見ると、「7日」の割合は男子生徒（26.6%）のほうが女子生徒（15.6%）よりも高い。
- ・ 授業以外で息切れしたり汗をかいたりする運動の回数について、「2. 週に4～6回」が 33.3%と最も高い。「7. まったくしない」は 11.1%となっている。性別で見ると、「1. 毎日」の割合は男子生徒（26.2%）のほうが女子生徒（13.0%）よりも高い。
- ・ 1週間に授業以外で息切れしたり汗をかいたりする運動の時間について、「4. およそ2～3時間」が 34.1%と最も高い。「1. ぜんぜんしない」は 16.4%となっている。性別で見ると、「1. ぜんぜんしない」割合は女子生徒（18.6%）のほうが男子生徒（12.6%）よりも高い。

(3) 調査の結果詳細 (中学2年生)

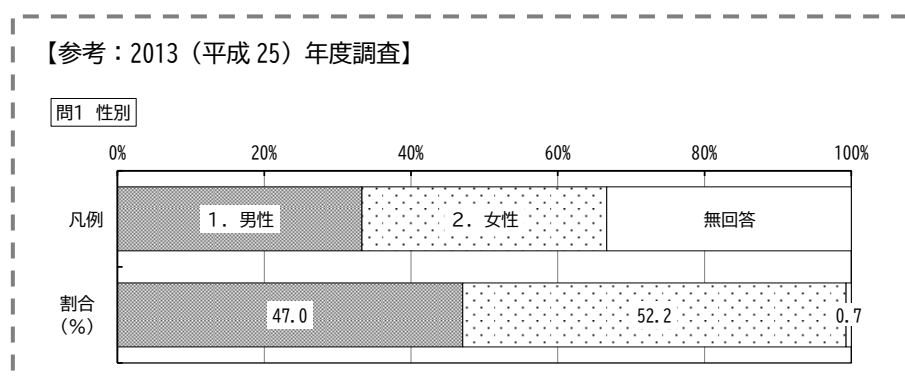
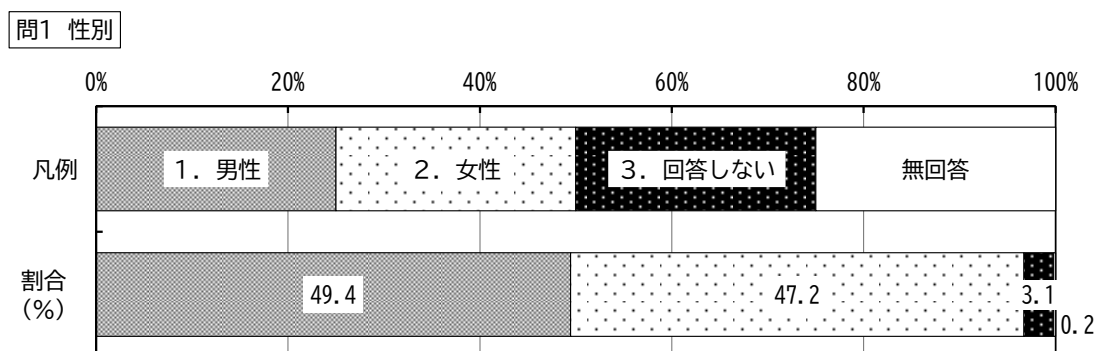
◆回答者自身について

問1 それぞれあてはまる番号を選んでください。

問1-1 性別 (単数回答)

1. 男性	2. 女性	3. 回答しない
-------	-------	----------

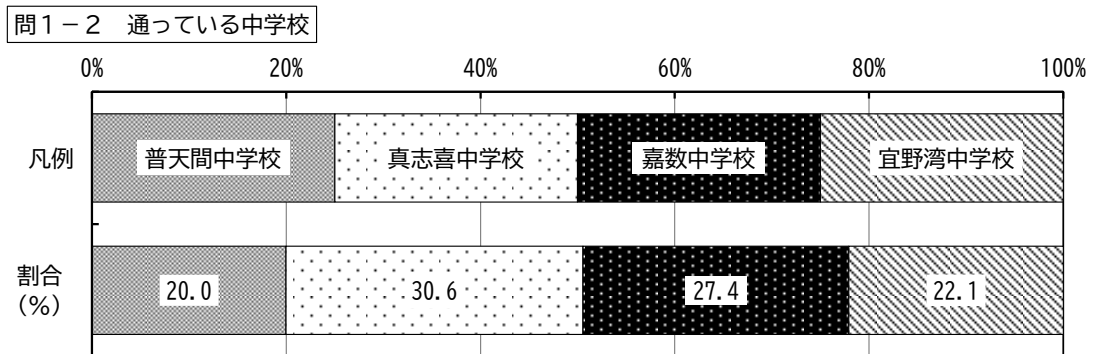
- ・回答者の性別をみると、「1. 男性」49.4%、「2. 女性」47.2%、「3. 回答しない」3.1%となっている。



問1-2 通っている中学校 (単数回答)

- | | | | |
|-----------|-----------|----------|-----------|
| 1. 普天間中学校 | 2. 真志喜中学校 | 3. 嘉数中学校 | 4. 宜野湾中学校 |
|-----------|-----------|----------|-----------|

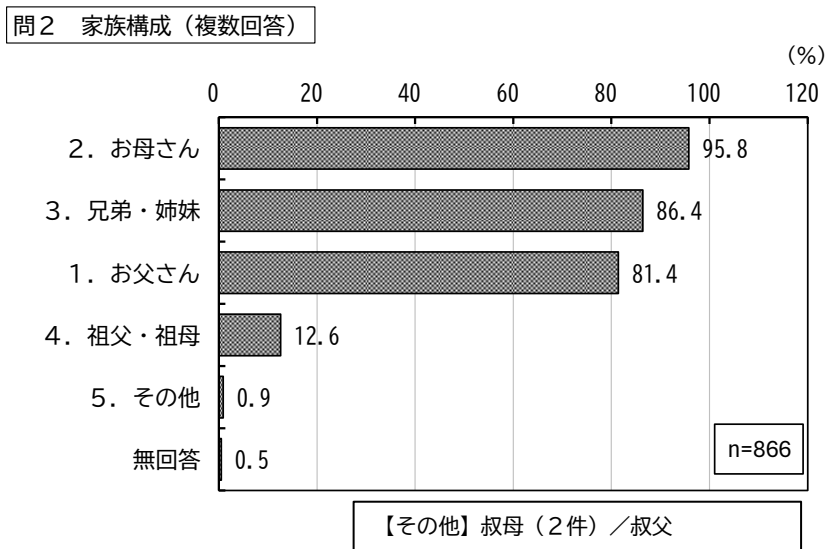
・通っている中学校をみると、「2. 真志喜中学校」30.6%と最も高く、次いで「3. 嘉数中学校」(27.4%)、「4. 宜野湾中学校」(22.1%)、「1. 普天間中学校」(20.0%)となっている。



問2 あなたと一緒に住んでいる家族の方をすべて選んでください。(複数選択)

- | | | |
|----------|------------|----------|
| 1. お父さん | 2. お母さん | 3. 兄弟・姉妹 |
| 4. 祖父・祖母 | 5. その他 () | |

・家族構成をみると、「2. お母さん」95.8%と最も高く、次いで「3. 兄弟・姉妹」(86.4%)、「1. お父さん」(81.4%)となっている。



問3 あなたの身長と体重を教えてください。(答えたくない場合は入力しなくてもいいです)

身長 () cm	体重 () kg
-----------	-----------

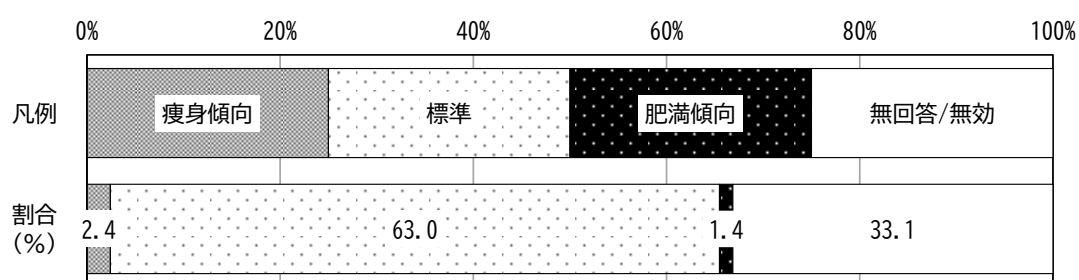
- ・性別・年齢・身長・体重から肥満度^{*}を求めたところ、「標準」が63.0%と最も高く、次いで「痩身傾向」(2.4%)、「肥満傾向」(1.4%)となっている。

※肥満度は以下の方法で算出し、-20%から20%未満を「標準」、-20%以下を「痩身傾向」、20%以上を「肥満傾向」とした。

$$\text{肥満度 (過体重度) (\%)} = \{(\text{実測体重 (kg)} - \text{身長別標準体重 (kg)}) \div \text{身長別標準体重 (kg)}\} \times 100$$

なお、身長別標準体重(kg)は男女で異なるため、問1-1(性別)で「回答しない」または無回答だった場合は肥満度を算出できないことから「無効」とした。

問3 肥満度



- ・性別にみると、男性は「標準」が79.7%、「痩身傾向」が0.5%、「肥満傾向」に該当する回答はなかった。女性は「標準」が50.1%、「痩身傾向」が4.6%、「肥満傾向」が2.9%となっている。体重を回答していなかったことによる「無回答/無効」の割合は、女性(42.3%)のほうが男性(19.9%)よりも高い。

肥満度 × 問1 性別

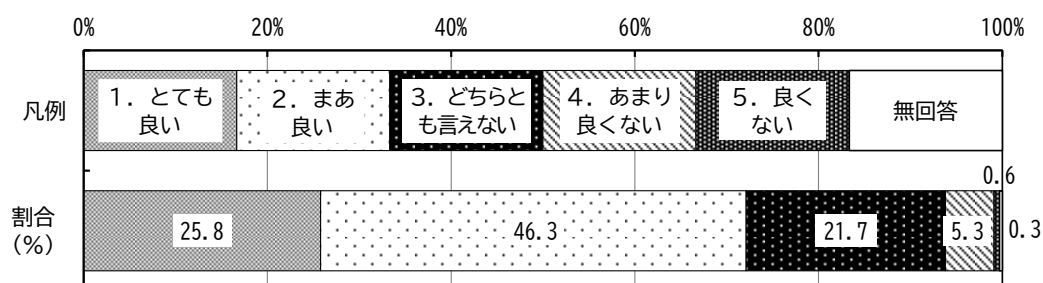
	上段:度数 下段:%	肥満度				
		合計	痩身傾向	標準	肥満傾向	無回答/
問1 性別	全体	866 100.0	21 2.4	546 63.0	12 1.4	287 33.1
	1. 男性	428 100.0	2 0.5	341 79.7	-	85 19.9
	2. 女性	409 100.0	19 4.6	205 50.1	12 2.9	173 42.3
	3. 回答しない	27 100.0	-	-	-	27 100.0
	無回答	2 100.0	-	-	-	2 100.0

問4 あなたは自分の健康状態について、どのように感じますか。(単数回答)

1. とても良い	2. まあ良い	3. どちらとも言えない
4. あまり良くない	5. 良くない	

- ・健康状態についてたずねると、「2. まあ良い」が46.3%と最も多くなっている。
- ・『健康である』(1.とても良い+2.まあ良い)が72.1%と大半を占める一方、『健康ではない』(4.あまり良くない+5.良くない)は5.9%、「3. どちらとも言えない」(21.7%)となっている。
- ・性別にみると、「1. とても良い」割合は男子生徒(30.4%)のほうが女子生徒(21.8%)より高い。また、「3. どちらとも言えない」割合は女子生徒(24.4%)のほうが男子生徒(18.2%)よりも高い。

問4 自分の健康状態について



		問4 あなたは自分の健康状態について						
		合計	1. とても良い	2. まあ良い	3. どちらとも言えない	4. あまり良くない	5. 良くない	無回答
問1 性別	全体	866 100.0	223 25.8	401 46.3	188 21.7	46 5.3	5 0.6	3 0.3
	1. 男性	428 100.0	130 30.4	195 45.6	78 18.2	21 4.9	3 0.7	1 0.2
	2. 女性	409 100.0	89 21.8	199 48.7	100 24.4	20 4.9	1 0.2	-
	3. 回答しない	27 100.0	4 14.8	7 25.9	9 33.3	5 18.5	1 3.7	1 3.7
	無回答	2 100.0	-	-	1 50.0	-	-	1 50.0

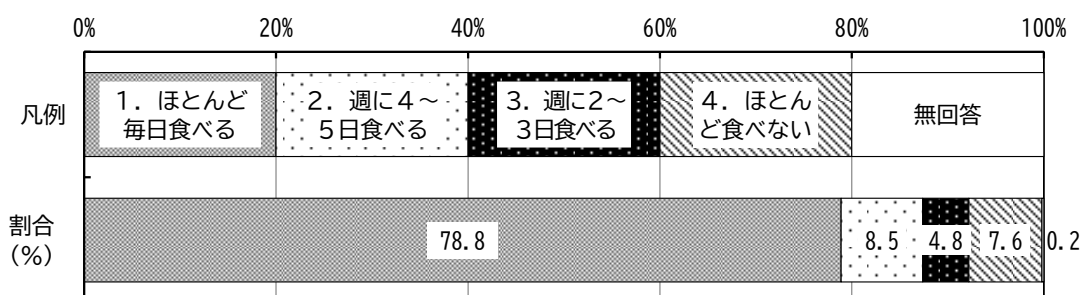
◆食生活

問5 あなたはふだん朝食を食べますか。(単数回答)

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

- ・朝食を食べる日数をたずねると、「1. ほとんど毎日食べる」が78.8%と最も高く、次いで「2. 週に4～5日食べる」(8.5%)、「3. 週に2～3日食べる」(4.8%)となっている。
- ・一方で、「4. ほとんど食べない」は7.6%となっている。

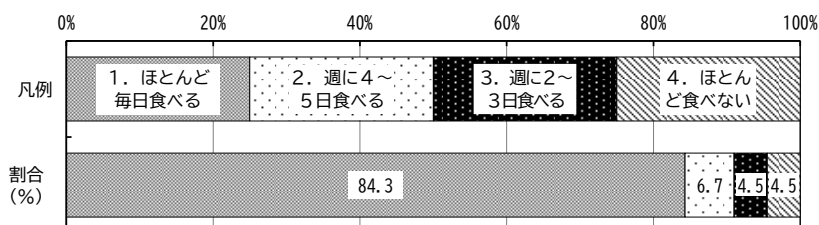
問5 普段の朝食について



		問5 あなたはふだん朝食を食べますか。						
		上段:度数	合計	1. ほとんど毎日食べる	2. 週に4～5日食べる	3. 週に2～3日食べる	4. ほとんど食べない	無回答
問1 性別	全体	866	682	74	42	66	2	
		100.0	78.8	8.5	4.8	7.6	0.2	
	1. 男性	428	345	30	19	34	-	
		100.0	80.6	7.0	4.4	7.9	-	
	2. 女性	409	319	39	21	30	-	
	100.0	78.0	9.5	5.1	7.3	-		
	3. 回答しない	27	16	5	2	2	2	
		100.0	59.3	18.5	7.4	7.4	7.4	
	無回答	2	2	-	-	-	-	
		100.0	100.0	-	-	-	-	

【参考：2013（平成25）年度調査】

問4 普段の朝食について



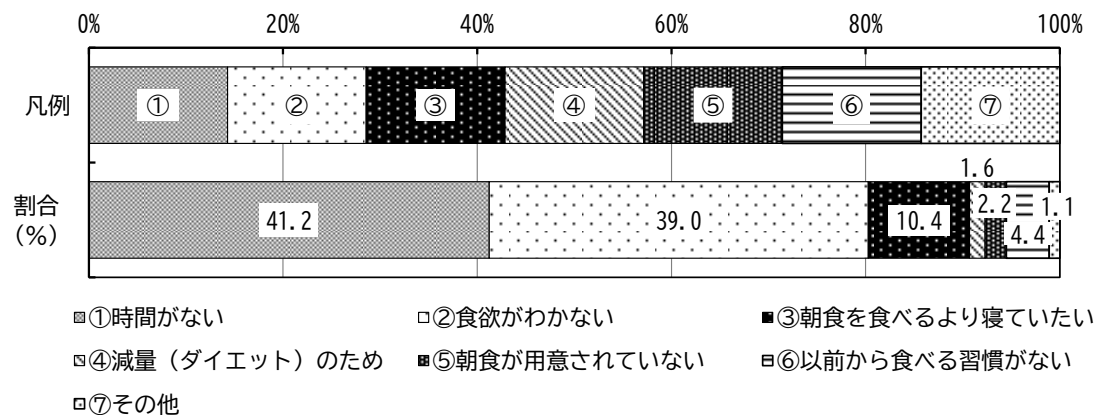
問5で「2. 週に4～5日食べる」、「3. 週に2～3日食べる」、「4. ほとんど食べない」と答えた方にお聞きます。

問5-1 朝食を食べないもっとも大きな理由は何ですか。(単数回答)

1. 時間がない	2. 食欲がわからない	3. 朝食を食べるより寝ていたい
4. 減量(ダイエット)のため	5. 朝食が用意されていない	6. 以前から食べる習慣がない
7. その他()		

- ・毎日は朝食を食べていない理由をたずねると、「1. 時間がない」が41.2%と最も高く、次いで「2. 食欲がわからない」(39.0%)、「3. 朝食を食べるより寝ていたい」(10.4%)、「6. 以前から食べる習慣がない」(4.4%)となっている。
- ・性別でみると、「1. 時間がない」と回答した割合は男子生徒(50.6%)のほうが女子生徒(35.6%)よりも高い。一方、「3. 朝食を食べるより寝ていたい」と回答した割合は女子生徒(15.6%)のほうが男子生徒(4.8%)よりも高い。なお、「4. 減量(ダイエット)のため」と回答した生徒は3名(3.3%)おり、全員が女子生徒である。

問5-1 朝食を食べないもっとも大きな理由(n=182)

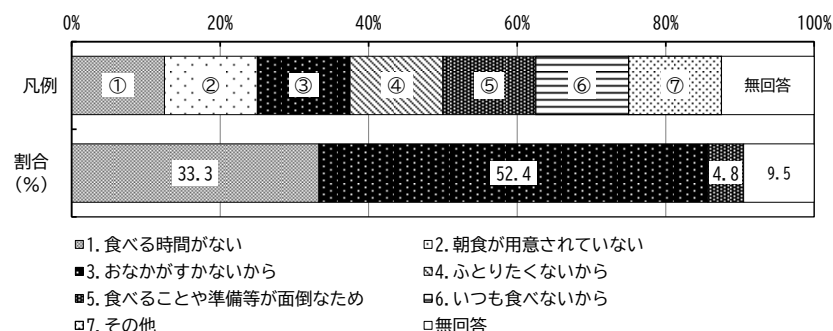


上段:度数		問5-1 朝食を食べないもっとも大きな理由								
下段:%		合計	1. 時間がない	2. 食欲がわからない	3. 朝食を食べるより寝ていたい	4. 減量(ダイエット)のため	5. 朝食が用意されていない	6. 以前から食べる習慣がない	7. その他	無回答
問1 性別	全体	182	75	71	19	3	4	8	2	-
		100.0	41.2	39.0	10.4	1.6	2.2	4.4	1.1	-
	1. 男性	83	42	33	4	-	2	2	-	-
		100.0	50.6	39.8	4.8	-	2.4	2.4	-	-
	2. 女性	90	32	33	14	3	2	4	2	-
	100.0	35.6	36.7	15.6	3.3	2.2	4.4	2.2	-	
	3. 回答しない	9	1	5	1	-	-	2	-	-
		100.0	11.1	55.6	11.1	-	-	22.2	-	-
	無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-

【その他】お腹痛くなる／食べたらずきそうになる

【参考：2013(平成25)年度調査】

問4-1 朝食を食べないもっとも大きな理由(n=21)

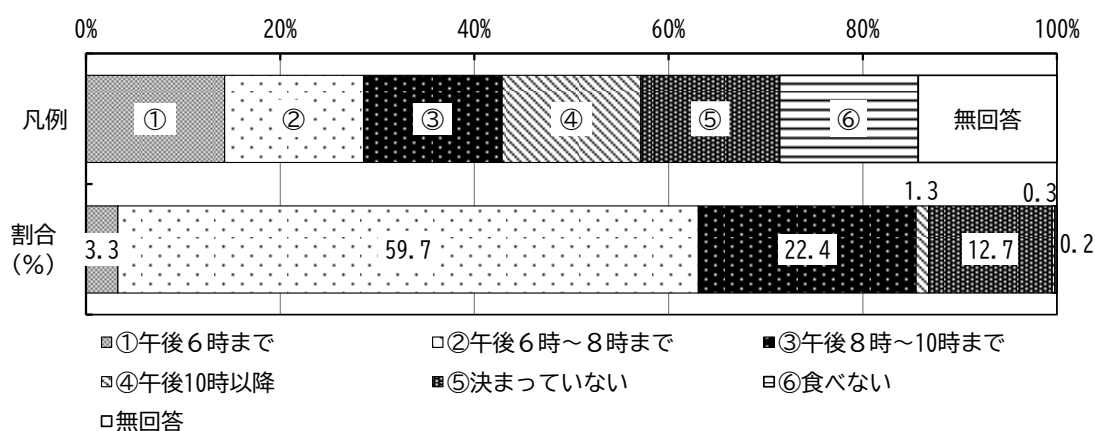


問6 あなたのふだん（平日）の夕食は何時ごろ食べますか。（単数回答）

1. 午後6時まで	2. 午後6時～8時まで	3. 午後8時～10時まで
4. 午後10時以降	5. 決まっていない	6. 食べない

- ・夕食を食べる時間帯をたずねると、「2. 午後6時～8時まで」が59.7%と最も高く、次いで「3. 午後8時～10時まで」（22.4%）、「5. 決まっていない」（12.7%）、「1. 午後6時まで」（3.3%）となっている。
- ・一方、「6. 食べない」は0.3%となっている。
- ・性別でみると、「5. 決まっていない」割合は女子生徒（15.2%）のほうが男子生徒（10.0%）よりも高い。「6. 食べない」と回答した生徒は3名（0.7%）おり、全員が男子生徒である。

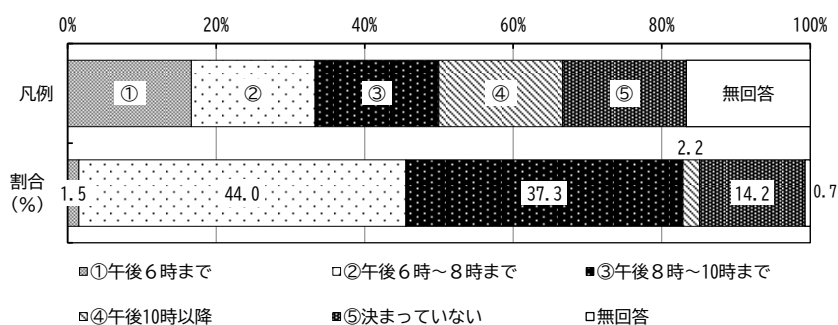
問6 ふだん(平日)の夕食時間



上段:度数		問6 あなたのふだん（平日）の夕食は何時ごろ食べますか。							
下段:%		合計	1. 午後6時まで	2. 午後6時～8時まで	3. 午後8時～10時まで	4. 午後10時以降	5. 決まっていない	6. 食べない	無回答
問1 性別	全体	866	29	517	194	11	110	3	2
		100.0	3.3	59.7	22.4	1.3	12.7	0.3	0.2
	1. 男性	428	14	253	105	10	43	3	-
		100.0	3.3	59.1	24.5	2.3	10.0	0.7	-
	2. 女性	409	12	249	84	1	62	-	1
	100.0	2.9	60.9	20.5	0.2	15.2	-	0.2	
3. 回答しない	27	3	15	4	-	4	-	1	
	100.0	11.1	55.6	14.8	-	14.8	-	3.7	
無回答	2	-	-	1	-	1	-	-	
	100.0	-	-	50.0	-	50.0	-	-	

【参考：2013（平成25）年度調査】

問8 ふだん(平日)の夕食時間

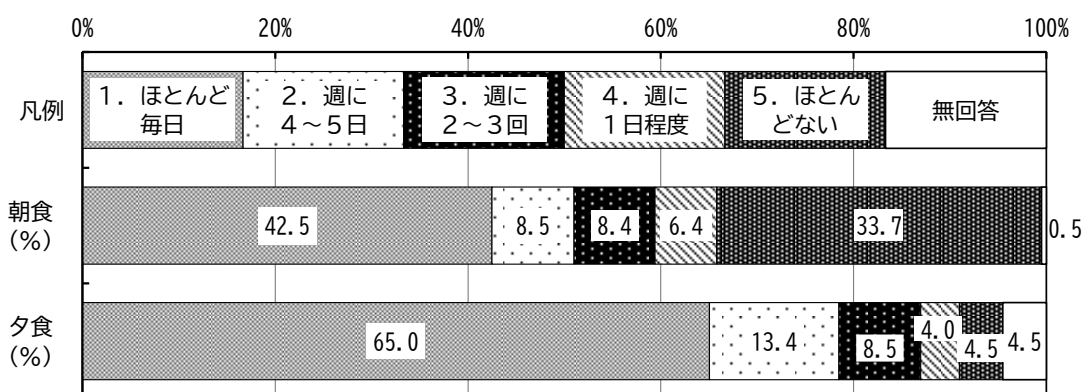


問7 あなたは、家族と一緒に食べることはどのくらいありますか。あてはまるものをそれぞれ選んでください。
(単数回答)

朝食	1. ほとんど毎日 4. 週に1日程度	2. 週に4～5日 5. ほとんどない	3. 週に2～3日
夕食	1. ほとんど毎日 4. 週に1日程度	2. 週に4～5日 5. ほとんどない	3. 週に2～3日

- ・朝食を家族と一緒に食べる頻度をたずねると、「1. ほとんど毎日」が42.5%と最も高く、次いで「5. ほとんどない」が33.7%となっている。
- ・一方で、夕食を家族と一緒に食べる割合をみると、「1. ほとんど毎日」が65.0%と最も高く、朝食に比べて夕食を家族と一緒に食べる割合は高くなっている。「5. ほとんどない」は4.5%となっている。
- ・性別でみると、朝食を家族と「1. ほとんど毎日」一緒に食べる割合は男子生徒(47.9%)のほうが女子生徒(37.7%)よりも高い。一方、朝食を家族と食べることが「5. ほとんどない」と回答した割合は、女子生徒(36.4%)のほうが男子生徒(30.4%)よりも高い。

問7 朝食や夕食を家族と一緒に食べる頻度

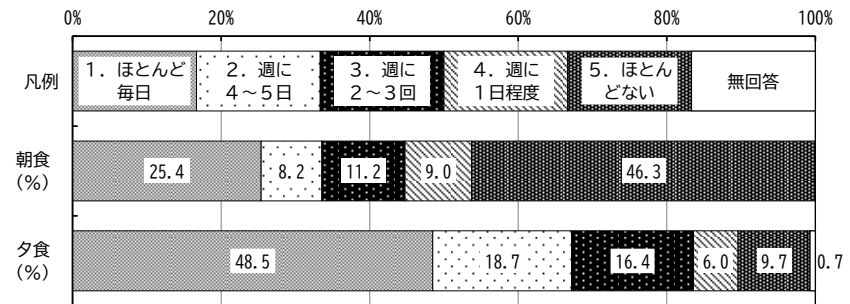


上段:度数 下段:%		問7① 朝食						
		合計	1. ほとんど毎日	2. 週に4～5日	3. 週に2～3回	4. 週に1日程度	5. ほとんどない	無回答
問1 性別	全体	866 100.0	368 42.5	74 8.5	73 8.4	55 6.4	292 33.7	4 0.5
	1. 男性	428 100.0	205 47.9	40 9.3	32 7.5	20 4.7	130 30.4	1 0.2
	2. 女性	409 100.0	154 37.7	33 8.1	38 9.3	33 8.1	149 36.4	2 0.5
	3. 回答しない	27 100.0	9 33.3	1 3.7	2 7.4	2 7.4	12 44.4	1 3.7
	無回答	2 100.0	-	-	1 50.0	-	1 50.0	-

上段:度数 下段:%		問7② 夕食						
		合計	1. ほとんど毎日	2. 週に4～5日	3. 週に2～3回	4. 週に1日程度	5. ほとんどない	無回答
問1 性別	全体	866 100.0	563 65.0	116 13.4	74 8.5	35 4.0	39 4.5	39 4.5
	1. 男性	428 100.0	283 66.1	56 13.1	30 7.0	16 3.7	18 4.2	25 5.8
	2. 女性	409 100.0	262 64.1	58 14.2	41 10.0	18 4.4	18 4.4	12 2.9
	3. 回答しない	27 100.0	17 63.0	2 7.4	2 7.4	1 3.7	3 11.1	2 7.4
	無回答	2 100.0	1 50.0	-	1 50.0	-	-	-

【参考：2013（平成 25）年度調査】

問5・問9 朝食や夕食を家族と一緒に食べる頻度

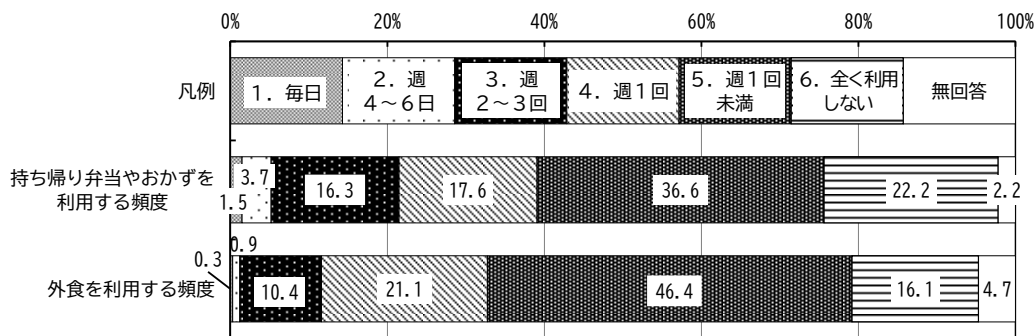


問8 あなたは、持ち帰りの弁当(べんとう)やおかず、外食(飲食店で食事)をどのくらい利用していますか。あてはまるものをそれぞれ選んでください。(単数回答)

持ち帰り弁当やおかずを利用する頻度	1. 毎日 3. 週2～3回 5. 週1回未満	2. 週4～6日 4. 週1回 6. 全く利用しない
外食を利用する頻度	1. 毎日 3. 週2～3回 5. 週1回未満	2. 週4～6日 4. 週1回 6. 全く利用しない

- ・持ち帰りの弁当や惣菜の利用頻度をたずねると、「5. 週1回未満」が36.6%と最も高く、次いで「6. 全く利用しない」(22.2%)、「4. 週1回」(17.6%)、「3. 週2～3回」(16.3%)となっている。「1. 毎日」は1.5%となっている。
- ・外食の頻度をたずねると、「5. 週1回未満」が46.4%と最も高く、次いで「4. 週1回」(21.1%)、「6. 全く利用しない」(16.1%)となっている。「1. 毎日」は0.3%となっている。
- ・性別でみると、外食「4. 週1回」の割合は男子生徒(25.7%)のほうが女子生徒(16.9%)よりも高い。一方、「5. 週1回未満」の割合は女子生徒(50.4%)のほうが男子生徒(43.7%)よりも高い。

問8 持ち帰りの弁当やおかずを利用する頻度



上段:度数 下段:%		問8① 持ち帰り弁当やおかずを利用する頻度							
		合計	1. 毎日	2. 週4～6日	3. 週2～3回	4. 週1回	5. 週1回未満	6. 全く利用しない	無回答
問1 性別	全体	866	13	32	141	152	317	192	19
		100.0	1.5	3.7	16.3	17.6	36.6	22.2	2.2
	1. 男性	428	6	19	76	77	150	92	8
		100.0	1.4	4.4	17.8	18.0	35.0	21.5	1.9
	2. 女性	409	6	12	59	71	157	94	10
	100.0	1.5	2.9	14.4	17.4	38.4	23.0	2.4	
	3. 回答しない	27	1	1	5	4	10	5	1
	100.0	3.7	3.7	18.5	14.8	37.0	18.5	3.7	
	無回答	2	-	-	1	-	-	1	-
	100.0	-	-	50.0	-	-	50.0	-	

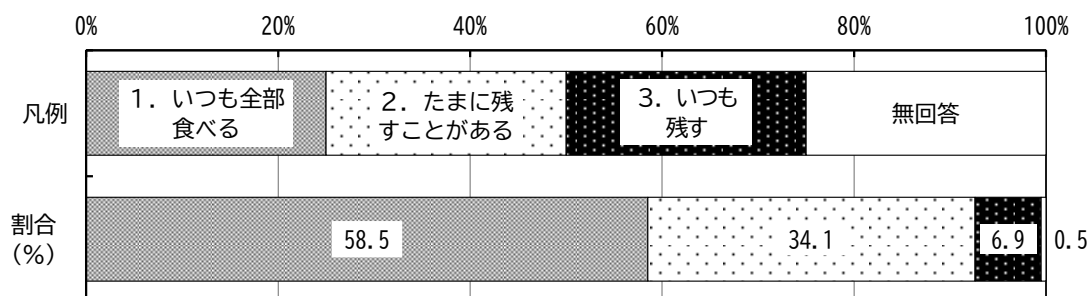
上段:度数 下段:%		問8② 外食を利用する頻度							
		合計	1. 毎日	2. 週4～6日	3. 週2～3回	4. 週1回	5. 週1回未満	6. 全く利用しない	無回答
問1 性別	全体	866	3	8	90	183	402	139	41
		100.0	0.3	0.9	10.4	21.1	46.4	16.1	4.7
	1. 男性	428	1	5	38	110	187	64	23
		100.0	0.2	1.2	8.9	25.7	43.7	15.0	5.4
	2. 女性	409	1	3	45	69	206	69	16
	100.0	0.2	0.7	11.0	16.9	50.4	16.9	3.9	
	3. 回答しない	27	1	-	6	4	9	5	2
	100.0	3.7	-	22.2	14.8	33.3	18.5	7.4	
	無回答	2	-	-	1	-	-	1	-
	100.0	-	-	50.0	-	-	50.0	-	

問9 あなたは、学校給食を全部食べますか。(単数回答)

1. いつも全部食べる	2. たまに残すことがある	3. いつも残す
-------------	---------------	----------

- ・学校給食の完食状況をたずねると、「1. いつも全部食べる」が58.5%と最も高く、次いで「2. たまに残すことがある」(34.1%)となっている。
- ・一方で、「3. いつも残す」は6.9%となっている。
- ・性別で見ると、「1. いつも全部食べる」割合は男子生徒(67.3%)のほうが女子生徒(49.1%)よりも高い。一方、「2. たまに残すことがある」と「3. いつも残す」割合は女子生徒(40.6%、10.3%)のほうが男子生徒(28.0%、4.0%)よりも高く、女子生徒の約5割が「2. たまに残すことがある」または「3. いつも残す」となっている。

問9 普段の朝食について



		問9 学校給食を全部食べますか。				
		合計	1. いつも全部食べる	2. たまに残すことがある	3. いつも残す	無回答
問1 性別	上段:度数	866	507	295	60	4
	下段:%	100.0	58.5	34.1	6.9	0.5
	1. 男性	428	67.3	120	17	3
	2. 女性	409	49.1	40.6	10.3	-
	3. 回答しない	27	16	9	1	1
	無回答	2	2	-	-	-
		100.0	100.0	-	-	-

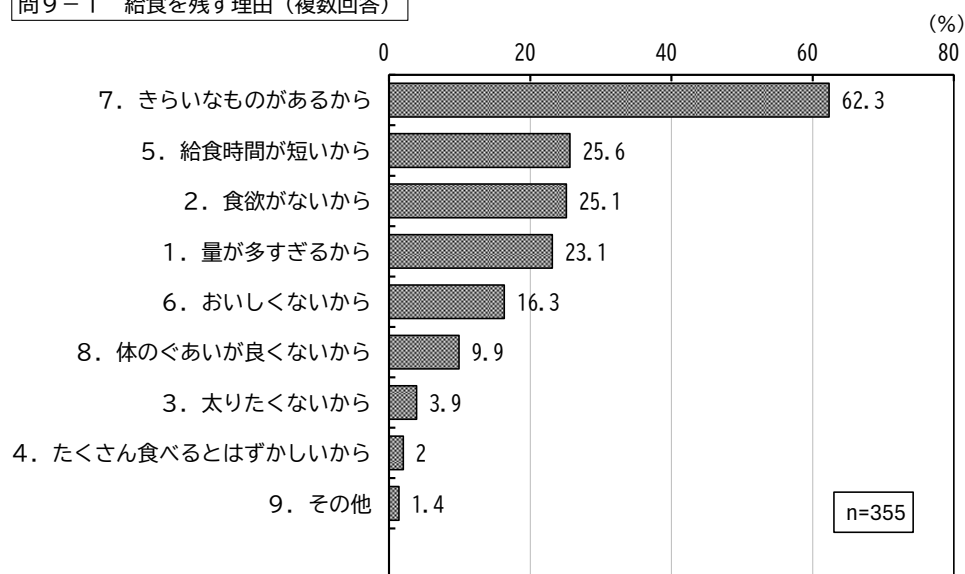
問9で「2. たまに残すことがある」、「3. いつも残す」と答えた方にお聞きします。

問9-1 なぜ残すのですか。そのわけを3つまで選んでください。(複数選択)

1. 量が多すぎるから	2. 食欲がないから
3. 太りたくないから	4. たくさん食べるとはずかしいから
5. 給食時間が短いから	6. おいしくないから
7. きらいなものがあるから	8. 体のぐあいが良くないから
9. その他 ()	

- ・学校給食を「2. たまに残すことがある」、「3. いつも残す」と回答した方に理由をたずねると、「7. きらいなものがあるから」が62.3%と最も高く、次いで「5. 給食時間が短いから」(25.6%)、「2. 食欲がないから」(25.1%)、「1. 量が多すぎるから」(23.1%)となっている。
- ・性別でみると、「1. 量が多すぎるから」と回答した生徒の割合は、女子生徒(30.8%)のほうが男子生徒(11.7%)よりも高い。また、「3. 太りたくないから」と回答した生徒の割合も女子生徒(5.8%)のほうが男子生徒(0.7%)より高い。さらに、「5. 給食時間が短いから」と回答した割合も女子生徒(31.3%)のほうが男子生徒(17.5%)よりも高い。

問9-1 給食を残す理由(複数回答)



上段:度数		問9-1 なぜ残すのですか。										
下段:%		合計	1. 量が多すぎるから	2. 食欲(しょくよく)がないから	3. 太りたくないから	4. たくさん食べるとはずかしいから	5. 給食時間が短いから	6. おいしくないから	7. きらいなものがあるから	8. 体のぐあいが良くないから	9. その他	無回答
問1 性別	全体	355	82	89	14	7	91	58	221	35	5	3
		100.0	23.1	25.1	3.9	2.0	25.6	16.3	62.3	9.9	1.4	0.8
	1. 男性	137	16	32	1	-	24	27	83	16	1	1
		100.0	11.7	23.4	0.7	-	17.5	19.7	60.6	11.7	0.7	0.7
	2. 女性	208	64	56	12	6	65	29	130	17	4	2
	100.0	30.8	26.9	5.8	2.9	31.3	13.9	62.5	8.2	1.9	1.0	
3. 回答しない	10	2	1	1	1	2	2	8	2	-	-	
	100.0	20.0	10.0	10.0	10.0	20.0	20.0	80.0	20.0	-	-	
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

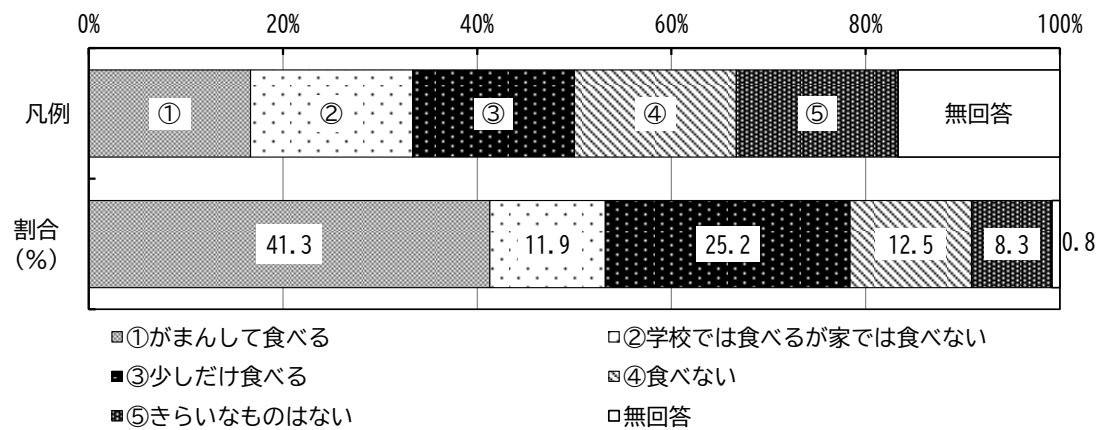
【その他】そばなどの食べ物は食べるのが遅くなるから／ご飯を食べて数分後にお腹が痛くなり清掃や授業に支障が出るからあまり食べれない／友だちと話して時間がなくなる／お腹が痛くなるから／食べすぎるとお腹が痛くなる時があるから

問10 きらいな食べものがある人は、食事のときはどうしていますか。(単数回答)

1. がまんして食べる	2. 学校では食べるが家では食べない
3. 少しだけ食べる	4. 食べない
5. きらいなものはない	

- ・きらいな食べものがある時の食事についてたずねると、「1. がまんして食べる」が41.3%と最も高く、次いで「3. 少しだけ食べる」(25.2%)、「4. 食べない」(12.5%)となっている。
- ・性別でみると、「1. がまんして食べる」割合は男子生徒(47.9%)のほうが女子生徒(35.0%)より高い。一方、「3. 少しだけ食べる」割合は女子生徒(32.0%)のほうが男子生徒(19.6%)より高い。

問10 きらいな食べものがある時の食事について



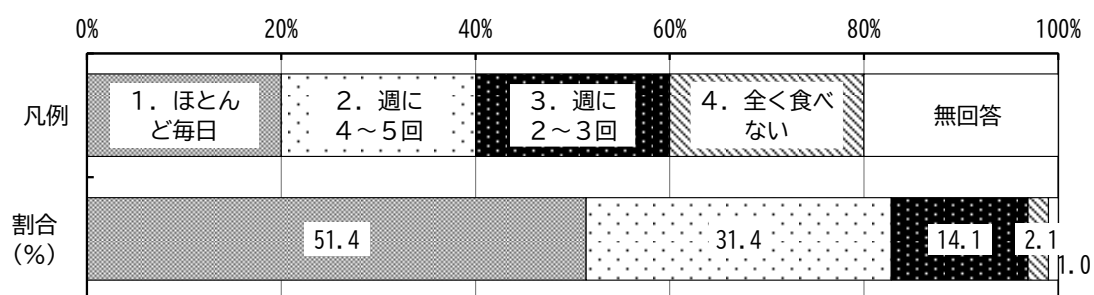
		問10 きらいな食べものがある人は、食事のときはどうしていますか。						
		合計	1. がまんして食べる	2. 学校では食べるが家では食べない	3. 少しだけ食べる	4. 食べない	5. きらいなものはない	無回答
問1 性別	全体	866 100.0	358 41.3	103 11.9	218 25.2	108 12.5	72 8.3	7 0.8
	1. 男性	428 100.0	205 47.9	45 10.5	84 19.6	43 10.0	46 10.7	5 1.2
	2. 女性	409 100.0	143 35.0	50 12.2	131 32.0	61 14.9	24 5.9	-
	3. 回答しない	27 100.0	10 37.0	6 22.2	3 11.1	4 14.8	2 7.4	2 7.4
	無回答	2 100.0	-	2 100.0	-	-	-	-

問 11 あなたは、主食《黄色》、主菜《赤》、副菜《緑》の3つを組み合わせた食事を1日2回以上食べる日は週に何日ありますか。(単数回答)

1. ほとんど毎日	2. 週に4～5日	3. 週に2～3日	4. 全く食べない
-----------	-----------	-----------	-----------

- ・ 主食、主菜、副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べる頻度をたずねると、「1. ほとんど毎日」が51.4%と最も高く、「2. 週4～5回」(31.4%)、「3. 週2～3日」(14.1%)と続いている。
- ・ 一方で「4. 全く食べない」は2.1%となっている。

問11 主食、主菜、副菜を1日に2回以上食べる日



上段:度数 下段:%		問11 3つを組み合わせた食事を1日2回以上食べる日は週に何日ありますか。					
		合計	1. ほとんど毎日	2. 週に4～5回	3. 週に2～3回	4. 全く食べない	無回答
問 1 性別	全体	866 100.0	445 51.4	272 31.4	122 14.1	18 2.1	9 1.0
	1. 男性	428 100.0	227 53.0	135 31.5	57 13.3	5 1.2	4 0.9
	2. 女性	409 100.0	208 50.9	130 31.8	56 13.7	12 2.9	3 0.7
	3. 回答しない	27 100.0	9 33.3	7 25.9	8 29.6	1 3.7	2 7.4
	無回答	2 100.0	1 50.0	-	1 50.0	-	-

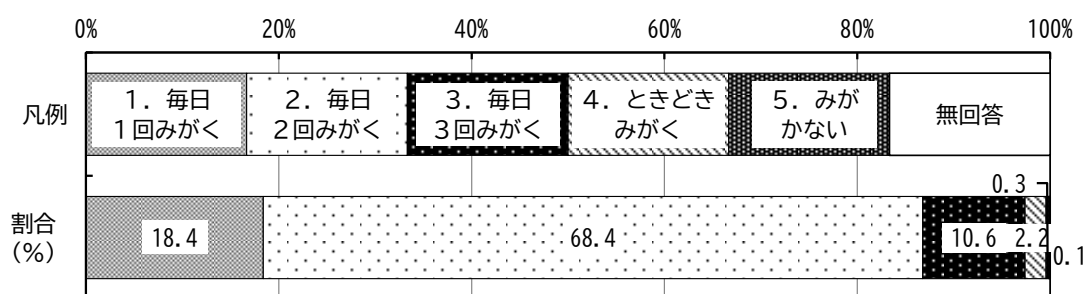
◆歯

問12 あなたは、歯をみがきますか。(単数回答)

1. 毎日1回みがく	2. 毎日2回みがく	3. 毎日3回みがく
4. ときどきみがく	5. みがかない	

- ・歯をみがく頻度をたずねると、「2. 毎日2回みがく」が68.4%と最も高く、次いで「1. 毎日1回みがく」(18.4%)、「3. 毎日3回みがく」(10.6%)となっている。
- ・一方で、「5. みがかない」は0.3%となっている。
- ・性別でみると、「5. みがかない」は全員が男子生徒であり、人数は3名(0.7%)である。

問12 歯磨きについて



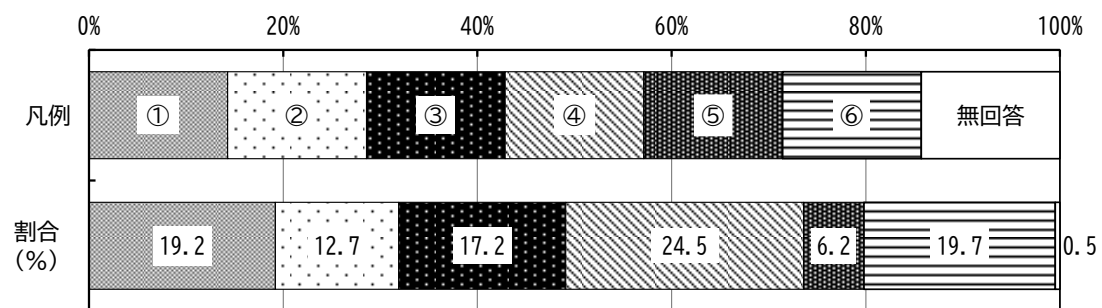
上段:度数 下段:%		問12 歯をみがきますか。						
		合計	1. 毎日1回みがく	2. 毎日2回みがく	3. 毎日3回みがく	4. ときどきみがく	5. みがかない	無回答
問1 性別	全体	866 100.0	159 18.4	592 68.4	92 10.6	19 2.2	3 0.3	1 0.1
	1. 男性	428 100.0	82 19.2	286 66.8	42 9.8	15 3.5	3 0.7	-
	2. 女性	409 100.0	71 17.4	290 70.9	45 11.0	3 0.7	-	-
	3. 回答しない	27 100.0	6 22.2	15 55.6	4 14.8	1 3.7	-	1 3.7
	無回答	2 100.0	-	1 50.0	1 50.0	-	-	-

問13 あなたは、この1年間で歯医者さんにどのくらい行きましたか。(単数回答)

1. むし歯を治すために1回以上行った
2. むし歯はないが、むし歯チェックのために歯医者さんに1回行った
3. むし歯はないが、むし歯チェックのために歯医者さんに2回以上行った
4. むし歯がないので、歯医者さんに行っていない
5. むし歯はあるが、歯医者さんに行っていない
6. わからない

- ・ 1年間で歯医者に行った頻度をたずねると、「4. むし歯がないので、歯医者さんに行っていない」が24.5%と最も高く、次いで「6. わからない」(19.7%)、「1. むし歯を治すために1回以上行った」(19.2%)、「3. むし歯はないが、むし歯チェックのために歯医者さんに2回以上行った」(17.2%)となっている。
- ・ 一方で、「5. むし歯はあるが、歯医者さんに行っていない」は6.2%となっている。

問13 1年間で歯医者に行った頻度



- 1. むし歯を治すために1回以上行った
- 2. むし歯はないが、むし歯チェックのために歯医者さんに1回行った
- 3. むし歯はないが、むし歯チェックのために歯医者さんに2回以上行った
- 4. むし歯がないので、歯医者さんに行っていない
- 5. むし歯はあるが、歯医者さんに行っていない
- 6. わからない
- 無回答

上段:度数		問13 この1年間で歯医者さんにどのくらい行きましたか。							
下段:%		合計	1. むし歯を治すために1回以上行った	2. むし歯はないが、むし歯チェックのために歯医者さんに1回行った	3. むし歯はないが、むし歯チェックのために歯医者さんに2回以上行った	4. むし歯がないので、歯医者さんに行っていない	5. むし歯はあるが、歯医者さんに行っていない	6. わからない	無回答
問1 性別	全体	866	166	110	149	212	54	171	4
		100.0	19.2	12.7	17.2	24.5	6.2	19.7	0.5
	1. 男性	428	86	55	68	112	27	79	1
		100.0	20.1	12.9	15.9	26.2	6.3	18.5	0.2
	2. 女性	409	77	51	77	89	26	87	2
	100.0	18.8	12.5	18.8	21.8	6.4	21.3	0.5	
	3. 回答しない	27	3	4	4	10	1	4	1
		100.0	11.1	14.8	14.8	37.0	3.7	14.8	3.7
	無回答	2	-	-	-	1	-	1	-
		100.0	-	-	-	50.0	-	50.0	-

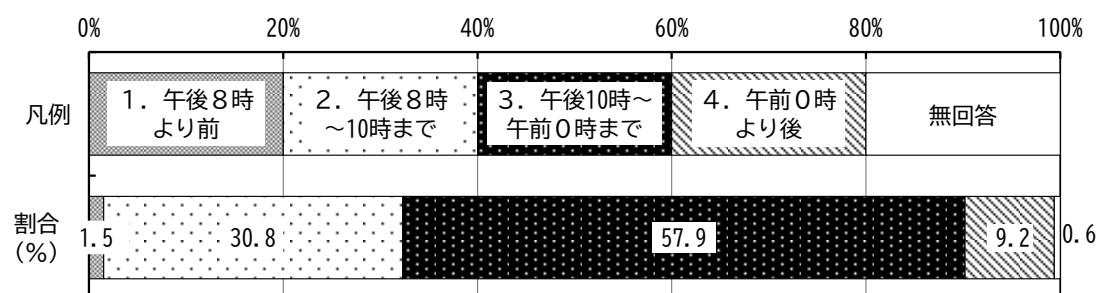
◆休養

問14 あなたは、学校に行く前の日の夜は何時ごろに寝ますか。(単数回答)

- | | |
|-----------------|---------------|
| 1. 午後8時より前 | 2. 午後8時～10時まで |
| 3. 午後10時～午前0時まで | 4. 午前0時より後 |

- ・学校に行く前日の就寝時間をたずねると、「3. 午後10時～午前0時まで」が57.9%と最も高く、次いで「2. 午後8時～10時まで」(30.8%)、「4. 午前0時より後」(9.2%)、「1. 午後8時より前」(1.5%)となっている。
- ・性別でみると、「2. 午後8時～10時まで」の割合は男子生徒(34.8%)のほうが女子生徒(27.1%)よりも高い。一方、「3. 午後10時～午前0時まで」の割合は、女子生徒(62.1%)のほうが男子生徒(53.5%)より高い。

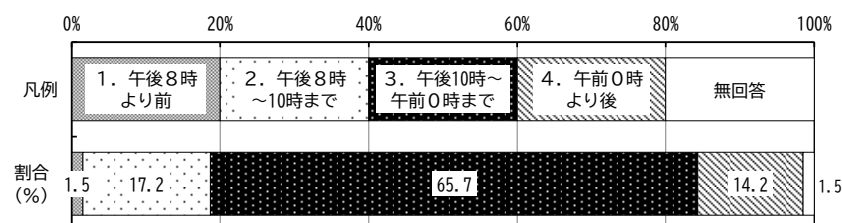
問14 学校に行く前日の就寝時間



上段:度数		問14 学校に行く前日の夜は何時ごろに寝ますか。					
下段:%		合計	1. 午後8時より前	2. 午後8時～10時まで	3. 午後10時～午前0時まで	4. 午前0時より後	無回答
問1 性別	全体	866	13	267	501	80	5
		100.0	1.5	30.8	57.9	9.2	0.6
	1. 男性	428	8	149	229	38	4
		100.0	1.9	34.8	53.5	8.9	0.9
	2. 女性	409	4	111	254	40	-
	100.0	1.0	27.1	62.1	9.8	-	
3. 回答しない	27	1	7	16	2	1	
	100.0	3.7	25.9	59.3	7.4	3.7	
無回答	2	-	-	2	-	-	
	100.0	-	-	100.0	-	-	

【参考：2013（平成25）年度調査】

問22 学校に行く前日の就寝時間

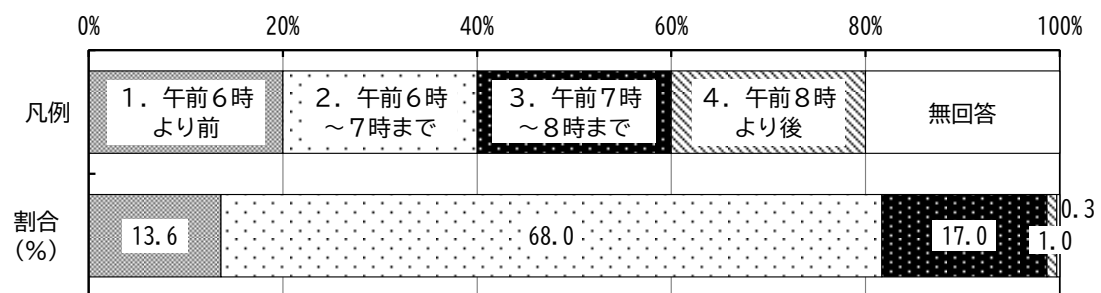


問15 あなたは、学校に行く日の朝は何時ごろに起きますか。(単数回答)

1. 午前6時より前	2. 午前6時～7時まで
3. 午前7時～8時まで	4. 午前8時より後

- ・学校に行く日の起床時間をたずねると、「2. 午前6時～7時まで」68.0%と最も高く、次いで「3. 午前7時～8時まで」(17.0%)、「1. 午前6時より前」(13.6%)となっている。
- ・性別で見ると、「2. 午前6時～7時まで」の割合は女子生徒(75.1%)のほうが男子生徒(62.1%)よりも高い。一方、「3. 午前7時～8時まで」の割合は男子生徒(21.5%)のほうが女子生徒(11.7%)よりも高い。なお、「4. 午前8時より後」は9名(2.1%)おり、全員が男子生徒である。

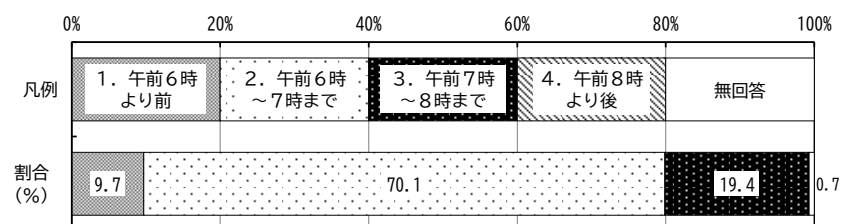
問15 学校に行く日の起床時間



		上段:度数	問15 あなたは、学校に行く日の朝は何時ごろに起きますか。					
		下段:%	合計	1. 午前6時より前	2. 午前6時～7時まで	3. 午前7時～8時まで	4. 午前8時より後	無回答
問1	性別	全体	866 100.0	118 13.6	589 68.0	147 17.0	9 1.0	3 0.3
		1. 男性	428 100.0	60 14.0	266 62.1	92 21.5	9 2.1	1 0.2
		2. 女性	409 100.0	53 13.0	307 75.1	48 11.7	-	1 0.2
		3. 回答しない	27 100.0	5 18.5	15 55.6	6 22.2	-	1 3.7
		無回答	2 100.0	-	1 50.0	1 50.0	-	-

【参考：2013（平成25）年度調査】

問23 学校に行く日の起床時間

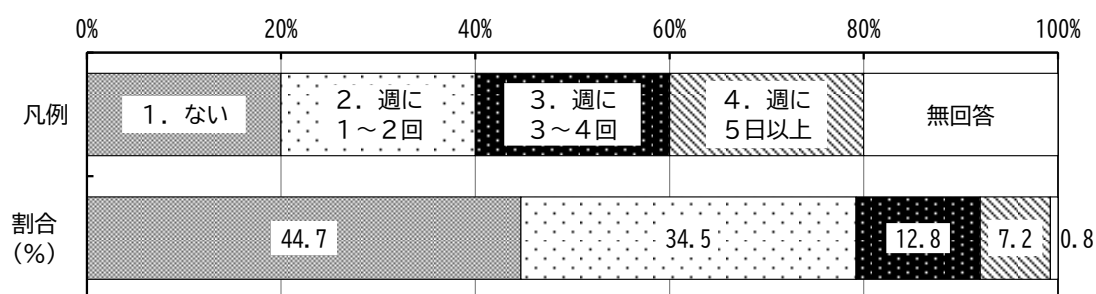


問16 ここ1週間で、眠れない日や、睡眠不足だと感じた日はどのくらいありましたか。(単数回答)

1. ない	2. 週に1~2回	3. 週に3~4回	4. 週に5日以上
-------	-----------	-----------	-----------

- ・ 1週間で眠れない日や睡眠不足だと感じた日の有無をたずねると、「1. ない」が44.7%と最も高く、次いで「2. 週に1~2回」(34.5%)、「3. 週に3~4回」(12.8%)、「4. 週に5日以上」(7.2%)となっている。

問16 1週間で眠れない日や睡眠不足だと感じた日



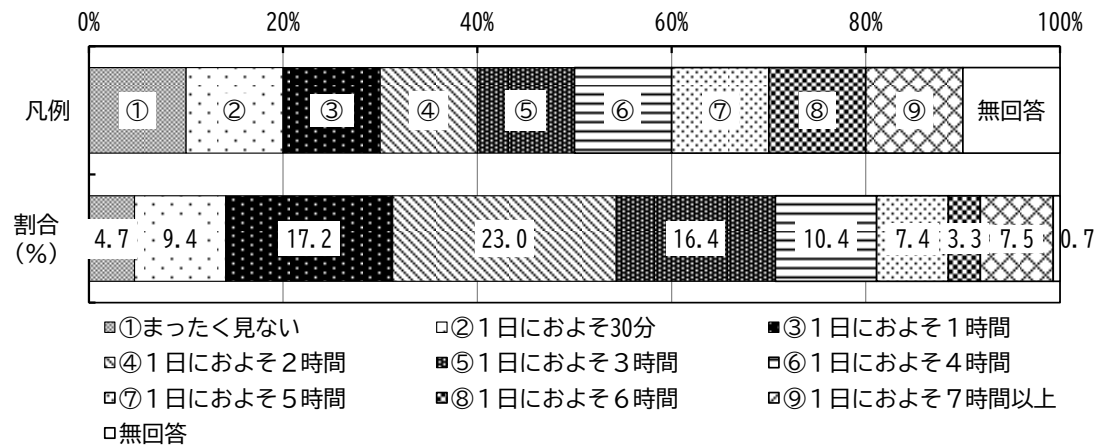
		上段:度数	問16 ここ1週間で、眠れない日や、睡眠不足だと感じた日はどのくらいありましたか。				
		下段:%	合計	1. ない	2. 週に1~2回	3. 週に3~4回	4. 週に5日以上
問1 性別	全体	866 100.0	387 44.7	299 34.5	111 12.8	62 7.2	7 0.8
	1. 男性	428 100.0	197 46.0	147 34.3	55 12.9	27 6.3	2 0.5
	2. 女性	409 100.0	181 44.3	143 35.0	53 13.0	28 6.8	4 1.0
	3. 回答しない	27 100.0	9 33.3	8 29.6	3 11.1	6 22.2	1 3.7
	無回答	2 100.0	-	1 50.0	-	1 50.0	-

問17 あなたは、ふだん、自由な時間に、1日何時間テレビやビデオ（YouTubeあるいはそれと似たサービスを含む）、DVD、その他の番組を見ますか。平日と週末それぞれ教えてください。（単数回答）

平日	週末
1. まったく見ない	1. まったく見ない
2. 1日におよそ30分	2. 1日におよそ30分
3. 1日におよそ1時間	3. 1日におよそ1時間
4. 1日におよそ2時間	4. 1日におよそ2時間
5. 1日におよそ3時間	5. 1日におよそ3時間
6. 1日におよそ4時間	6. 1日におよそ4時間
7. 1日におよそ5時間	7. 1日におよそ5時間
8. 1日におよそ6時間	8. 1日におよそ6時間
9. 1日におよそ7時間以上	9. 1日におよそ7時間以上

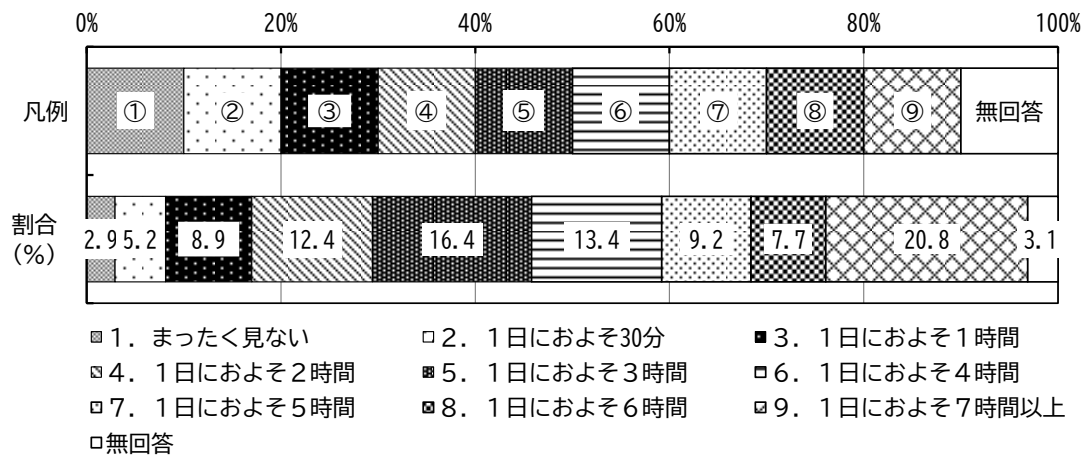
- ・平日（自由な時間）にテレビやビデオ等を見る時間をたずねると、「4. 1日におよそ2時間」が23.0%と最も高く、次いで「3. 1日におよそ1時間」（17.2%）、「5. 1日におよそ3時間」（16.4%）、「6. 1日におよそ4時間」（10.4%）となっている。
- ・一方で、週末（自由な時間）にテレビやビデオ等を見る時間をみると、「9. 1日におよそ7時間以上」が20.8%と最も高く、次いで「5. 1日におよそ3時間」（16.4%）、「6. 1日におよそ4時間」（13.4%）、となっている。
- ・性別でみると、平日「2. 1日におよそ30分」は女子生徒（12.5%）のほうが男子生徒（6.1%）よりも高い。

問17 テレビやビデオを見る時間（平日）



上段:度数 下段:%		問17①テレビやビデオを見る時間（平日）										
		合計	○まったく見ない	○1日におよそ30分	○1日におよそ1時間	○1日におよそ2時間	○1日におよそ3時間	○1日におよそ4時間	○1日におよそ5時間	○1日におよそ6時間	○1日におよそ7時間以上	無回答
問1 性別	全体	866 100.0	41 4.7	81 9.4	149 17.2	199 23.0	142 16.4	90 10.4	64 7.4	29 3.3	65 7.5	6 0.7
	1. 男性	428 100.0	16 3.7	26 6.1	72 16.8	101 23.6	76 17.8	53 12.4	22 5.1	18 4.2	42 9.8	2 0.5
	2. 女性	409 100.0	24 5.9	51 12.5	76 18.6	94 23.0	62 15.2	34 8.3	36 8.8	10 2.4	20 4.9	2 0.5
	3. 回答しない	27 100.0	1 3.7	4 14.8	1 3.7	4 14.8	4 14.8	2 7.4	6 22.2	1 3.7	3 11.1	1 3.7
	無回答	2 100.0	-	-	-	-	-	1 50.0	-	-	-	1 50.0

問17 テレビやビデオを見る時間（週末）



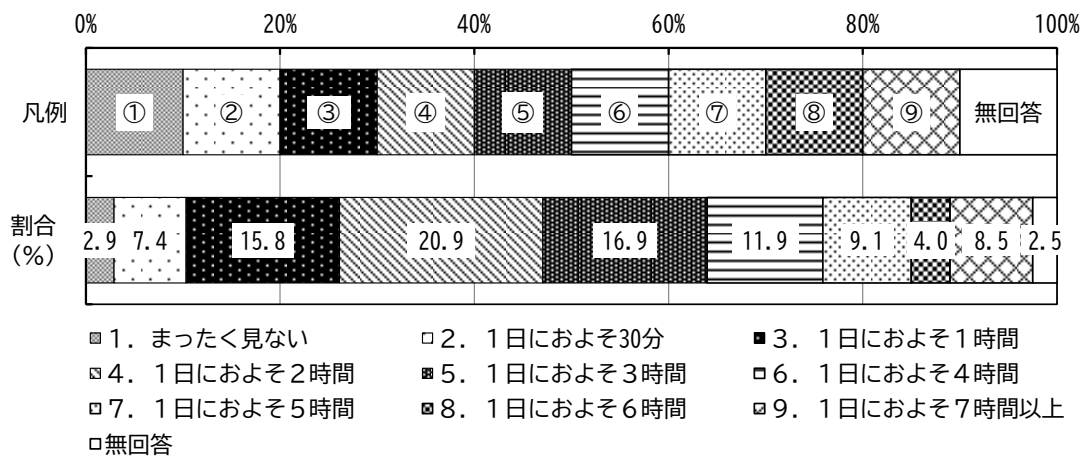
上段:度数		問17②テレビやビデオを見る時間（週末）										
下段:%		合計	○まったく見ない	○1日におよそ30分	○1日におよそ1時間	○1日におよそ2時間	○1日におよそ3時間	○1日におよそ4時間	○1日におよそ5時間	○1日におよそ6時間	○1日におよそ7時間以上	無回答
問1 性別	全体	866	25	45	77	107	142	116	80	67	180	27
		100.0	2.9	5.2	8.9	12.4	16.4	13.4	9.2	7.7	20.8	3.1
	1. 男性	428	8	15	32	55	67	59	50	34	93	15
		100.0	1.9	3.5	7.5	12.9	15.7	13.8	11.7	7.9	21.7	3.5
	2. 女性	409	16	29	43	49	72	54	28	31	78	9
	100.0	3.9	7.1	10.5	12.0	17.6	13.2	6.8	7.6	19.1	2.2	
3. 回答しない	27	1	1	2	3	3	2	2	2	2	9	2
	100.0	3.7	3.7	7.4	11.1	11.1	7.4	7.4	7.4	7.4	33.3	7.4
無回答	2	-	-	-	-	-	-	1	-	-	-	1
	100.0	-	-	-	-	-	-	50.0	-	-	-	50.0

問18 あなたは、ふだん、自由な時間に、1日何時間コンピュータゲーム、テレビゲーム、タブレット（iPadなど）、スマートフォン、その他の電子機器（体を動かしたり、運動をするゲームは含みません）を使って過ごしますか。平日と週末それぞれ答えてください。（単数回答）

平日	週末
1. まったく見ない	1. まったく見ない
2. 1日におよそ30分	2. 1日におよそ30分
3. 1日におよそ1時間	3. 1日におよそ1時間
4. 1日におよそ2時間	4. 1日におよそ2時間
5. 1日におよそ3時間	5. 1日におよそ3時間
6. 1日におよそ4時間	6. 1日におよそ4時間
7. 1日におよそ5時間	7. 1日におよそ5時間
8. 1日におよそ6時間	8. 1日におよそ6時間
9. 1日におよそ7時間以上	9. 1日におよそ7時間以上

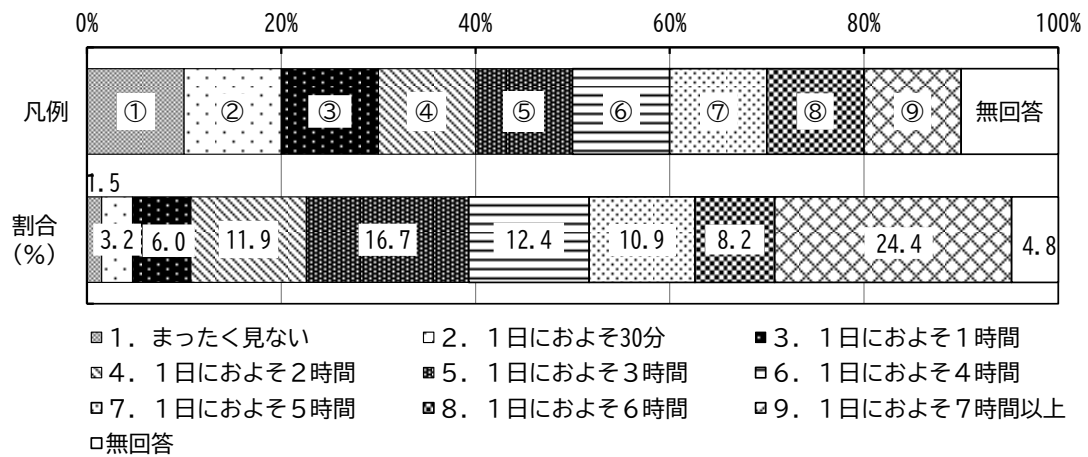
- ・平日（自由な時間）にコンピュータゲーム、スマートフォン等使う時間をたずねると、「4. 1日におよそ2時間」が20.9%と最も高く、次いで「5. 1日におよそ3時間」（16.9%）、「3. 1日におよそ1時間」（15.8%）「6. 1日におよそ4時間」（11.9%）となっている。
- ・週末に（自由な時間）にコンピュータゲーム、スマートフォン等使う時間をたずねると、「9. 1日におよそ7時間以上」が24.4%と最も高く、次いで「5. 1日におよそ3時間」（16.7%）、「6. 1日におよそ4時間」（12.4%）、「4. 1日におよそ2時間」（11.9%）となっている。

問18 コンピュータゲーム、スマートフォンを使う時間（平日）



上段:度数		問18①コンピュータゲーム、スマートフォンを使う時間（平日）										
下段:%		合計	○まったく見ない	○1日におよそ30分	○1日におよそ1時間	○1日におよそ2時間	○1日におよそ3時間	○1日におよそ4時間	○1日におよそ5時間	○1日におよそ6時間	○1日におよそ7時間以上	無回答
問1 性別	全体	866 100.0	25 2.9	64 7.4	137 15.8	181 20.9	146 16.9	103 11.9	79 9.1	35 4.0	74 8.5	22 2.5
	1. 男性	428 100.0	11 2.6	33 7.7	68 15.9	96 22.4	79 18.5	44 10.3	32 7.5	16 3.7	41 9.6	8 1.9
	2. 女性	409 100.0	14 3.4	30 7.3	66 16.1	81 19.8	65 15.9	56 13.7	39 9.5	17 4.2	31 7.6	10 2.4
	3. 回答しない	27 100.0	-	1 3.7	3 11.1	4 14.8	2 7.4	2 7.4	8 29.6	2 7.4	2 7.4	3 11.1
	無回答	2 100.0	-	-	-	-	-	1 50.0	-	-	-	1 50.0

問18 コンピュータゲーム、スマートフォンを使う時間（週末）



上段:度数		問18②コンピュータゲーム、スマートフォンを使う時間（週末）										
下段:%		合計	○まったく見ない	○1日におよそ30分	○1日におよそ1時間	○1日におよそ2時間	○1日におよそ3時間	○1日におよそ4時間	○1日におよそ5時間	○1日におよそ6時間	○1日におよそ7時間以上	無回答
問1 性別	全体	866	13	28	52	103	145	107	94	71	211	42
		100.0	1.5	3.2	6.0	11.9	16.7	12.4	10.9	8.2	24.4	4.8
	1. 男性	428	8	12	23	54	74	60	50	31	95	21
		100.0	1.9	2.8	5.4	12.6	17.3	14.0	11.7	7.2	22.2	4.9
	2. 女性	409	5	16	27	46	69	46	42	38	103	17
	100.0	1.2	3.9	6.6	11.2	16.9	11.2	10.3	9.3	25.2	4.2	
3. 回答しない	27	-	-	2	3	2	-	2	2	13	3	
	100.0	-	-	7.4	11.1	7.4	-	7.4	7.4	48.1	11.1	
無回答	2	-	-	-	-	-	1	-	-	-	1	
	100.0	-	-	-	-	-	50.0	-	-	-	50.0	

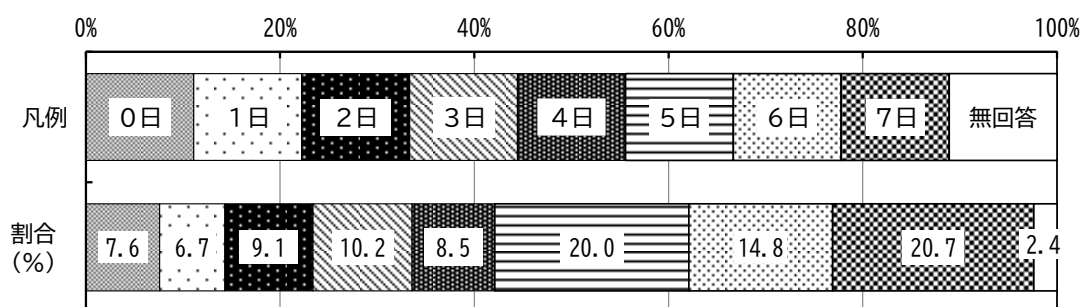
◆運動

問19 あなたは、最近の7日間に、1日あたり少なくとも合計60分間の身体活動をした日は、何日ありましたか。それぞれの日に、あなたが身体活動に費やす、すべての時間を合計してください。(単数回答)

0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
----	----	----	----	----	----	----	----

- ・7日間に1日あたり少なくとも合計60分間の身体活動をした日をたずねると、「7日」が20.7%と最も高く、次いで「5日」(20.0%)、「6日」(14.8%)、「3日」(10.2%)となっている。
- ・一方で、「0日」は7.6%となっている。
- ・性別でみると、「2日」の割合は女子生徒(12.5%)のほうが男子生徒(6.5%)よりも高い。一方、「7日」の割合は男子生徒(26.6%)のほうが女子生徒(15.6%)よりも高い。

問19 7日間に1日あたり少なくとも合計60分間の身体活動をした日



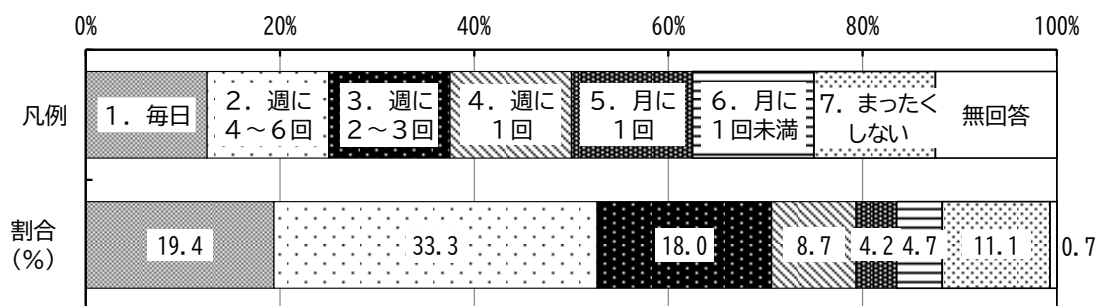
上段:度数 下段:%		問19 7日間に、1日あたり少なくとも合計60分間の身体活動をした日は、何日ありましたか。									
		合計	0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	無回答
問1 性別	全体	866	66	58	79	88	74	173	128	179	21
		100.0	7.6	6.7	9.1	10.2	8.5	20.0	14.8	20.7	2.4
	1. 男性	428	34	22	28	35	30	83	70	114	12
		100.0	7.9	5.1	6.5	8.2	7.0	19.4	16.4	26.6	2.8
	2. 女性	409	26	36	51	48	41	84	54	64	5
	100.0	6.4	8.8	12.5	11.7	10.0	20.5	13.2	15.6	1.2	
	3. 回答しない	27	6	-	-	5	3	6	3	1	3
	100.0	22.2	-	-	18.5	11.1	22.2	11.1	3.7	11.1	
	無回答	2	-	-	-	-	-	-	1	-	1
	100.0	-	-	-	-	-	-	-	50.0	-	50.0

問20 あなたはふだん、授業以外で息切れしたり汗をかいたりするくらいの運動を何回しますか。(単数回答)

1. 毎日	2. 週に4～6回	3. 週に2～3回
4. 週に1回	5. 月に1回	6. 月に1回未満
7. まったくしない		

- ・授業以外で息切れしたり汗をかいたりする運動の回数をたずねると、「2. 週に4～6回」が33.3%と最も高く、次いで「1. 毎日」(19.4%)、「3. 週に2～3回」(18.0%)となっている。
- ・一方で、「7. まったくしない」は11.1%となっている。
- ・性別でみると、「1. 毎日」の割合は男子生徒(26.2%)のほうが女子生徒(13.0%)よりも高い。また、「2. 週に4～6回」の割合も男子生徒(37.1%)のほうが女子生徒(30.3%)よりも高い。「3. 週に2～3回」の割合は女子生徒(21.8%)のほうが男子生徒(14.3%)よりも高い。

問20 普段、授業以外で息切れや汗をかくくらいの運動の有無



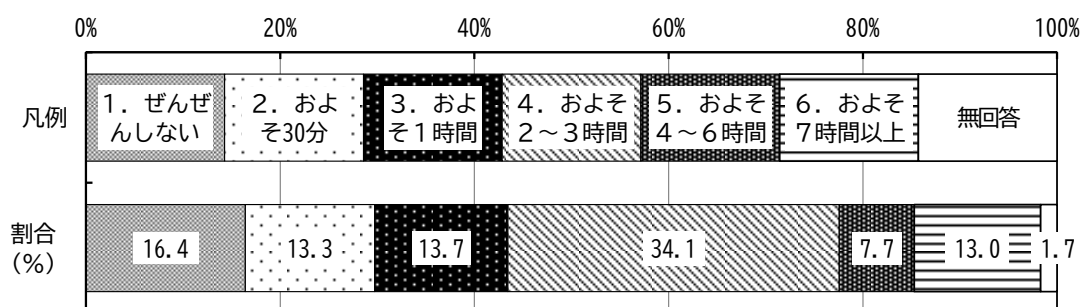
上段:度数		問20 ふだん、授業以外で息切れしたり汗をかいたりするくらいの運動を何回しますか?								
下段:%		合計	1. 毎日	2. 週に4～6回	3. 週に2～3回	4. 週に1回	5. 月に1回	6. 月に1回未満	7. まったくしない	無回答
問1 性別	全体	866	168	288	156	75	36	41	96	6
		100.0	19.4	33.3	18.0	8.7	4.2	4.7	11.1	0.7
	1. 男性	428	112	159	61	34	10	11	38	3
		100.0	26.2	37.1	14.3	7.9	2.3	2.6	8.9	0.7
	2. 女性	409	53	124	89	39	24	28	51	1
	100.0	13.0	30.3	21.8	9.5	5.9	6.8	12.5	0.2	
	3. 回答しない	27	2	5	6	2	2	2	7	1
	100.0	7.4	18.5	22.2	7.4	7.4	7.4	25.9	3.7	
	無回答	2	1	-	-	-	-	-	-	1
	100.0	50.0	-	-	-	-	-	-	-	50.0

問21 あなたはふだん、授業以外で息切れしたり汗をかいたりするくらいの運動を1週間に何時間しますか。
(単数回答)

1. ぜんぜんしない	2. およそ30分	3. およそ1時間
4. およそ2～3時間	5. およそ4～6時間	6. およそ7時間以上

- ・1週間に授業以外で息切れしたり汗をかいたりする運動の時間をたずねると、「4. およそ2～3時間」が34.1%と最も高く、次いで「1. ぜんぜんしない」(16.4%)、「3. およそ1時間」(13.7%)、「2. およそ30分」(13.3%)となっている。
- ・性別でみると、「1. ぜんぜんしない」割合は女子生徒(18.6%)のほうが男子生徒(12.6%)よりも高い。また、「2. およそ30分」も女子生徒(17.4%)のほうが男子生徒(9.6%)よりも割合が高い。一方、「4. およそ2～3時間」の割合は男子生徒(39.3%)のほうが女子生徒(30.6%)よりも高い。

問21 1週間に授業以外で息切れや汗をかくくらいの運動の有無



上段:度数		問21 ふだん、授業以外で息切れしたり汗をかいたりするくらいの運動を1週間に何時間しますか?							
下段:%		合計	1. ぜんぜんしない	2. およそ30分	3. およそ1時間	4. およそ2～3時間	5. およそ4～6時間	6. およそ7時間以上	無回答
問1 性別	全体	866	142	115	119	295	67	113	15
		100.0	16.4	13.3	13.7	34.1	7.7	13.0	1.7
	1. 男性	428	54	41	56	168	35	67	7
		100.0	12.6	9.6	13.1	39.3	8.2	15.7	1.6
	2. 女性	409	76	71	59	125	29	44	5
	100.0	18.6	17.4	14.4	30.6	7.1	10.8	1.2	
	3. 回答しない	27	12	3	4	2	2	2	2
	100.0	44.4	11.1	14.8	7.4	7.4	7.4	7.4	
	無回答	2	-	-	-	-	1	-	1
	100.0	-	-	-	-	-	50.0	-	50.0

(4) 調査票 (中学2年生用)

◆あなた自身についておたずねします。
問1 それぞれあてはまる番号を選んでください。
問1-1 性別

1. 男性	2. 女性	3. 回答しない
-------	-------	----------

問1-2 通っている中学校

1. 蒲田中学校	2. 真志賀中学校	3. 嘉敷中学校	4. 宜野湾中学校
----------	-----------	----------	-----------

問2 あなたと一緒に住んでいる家族の方をすべて選んでください。

1. お父さん	2. お母さん	3. 兄弟・姉妹
4. 祖父・祖母	5. その他 ()	

問3 あなたの身長と体重を教えてください。番えたくない場合は入力しなくてもいいです)

身長 () cm	体重 () kg
-----------	-----------

問4 あなたは自分の健康状態について、どのように感じますか。

1. とても良い	2. まあ良い	3. どちらとも言えない
4. あまり良くない	5. 良くない	

◆食生活

問5 あなたはふだん朝食を食べますか。

1. ほとんど毎日食べる	2. 週に4～5日食べる
3. 週に2～3日食べる	4. ほとんど食べない

問5で「2. 週に4～5日食べる」「3. 週に2～3日食べる」「4. ほとんど食べない」と答え
た方にお聞きします。

問5-1 朝食を食べないもともと大きな理由は何ですか。

1. 時間がない	2. 食欲がわかない	3. 朝食を食べるより寝ていたい
4. 減量 (ダイエット) のため	5. 朝食が用意されていない	6. 以前から食べる習慣がない
7. その他 ()		

中学2年生

宜野湾市 健康と食育に関するアンケート調査

アンケート調査へのご協力をお願い

中学2年生のみなさん、こんにちは！
宜野湾市は、小さな子どもからお年寄りまで、すべての人が健康に暮らすことができまらまら
づくりを進めています。
このアンケートは、みなさんのふだんの生活について聞いています。アンケートの結果は、
みなさんのような子どもたちが健康であるために、宜野湾市がどんなことをしたらいいのかを
考えるために使います。
2025年5月2日 (金曜日) までにアンケートに答えてください。

アンケートに答える前をお願い

▼このアンケートはテストではありませんので、名前は入力しないでください。
▼あなたにあてはまるものや、あなたにいちばん近いものを選んでください。
▼質問によって、答えを1つより多く選ぶものもあります。
※答えたくない質問は飛ばして次に進んでも大丈夫です。

問6 あなたのふだん（平日）の夕食は何時ごろ食べますか。

1. 午後6時まで	2. 午後6時～8時まで	3. 午後8時～10時まで
4. 午後10時以降	5. 決まっていない	6. 食べない

問7 あなたは朝食や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。
あてはまるものをそれぞれ選んでください。

朝食	1. ほとんど毎日	2. 週に4～5日	3. 週に2～3回	4. 週に1日程度	5. ほとんどない
夕食	1. ほとんど毎日	2. 週に4～5日	3. 週に2～3回	4. 週に1日程度	5. ほとんどない

問8 あなたは、持ち帰りの弁当やおかず、外食（飲食店での食事）をどのくらい利用していますか。あてはまるものをそれぞれ選んでください。

スーパー・コンビニなどの 持ち帰りの弁当やおかず	1. 毎日	2. 週4～6日
	3. 週2～3回	4. 週1回
	5. 週1回未満	6. 全く利用しない
外食	1. 毎日	2. 週4～6日
	3. 週2～3回	4. 週1回
	5. 週1回未満	6. 全く利用しない

問9 あなたは、学校給食を全部食べますか。

1. いつも全部食べる	2. たまに残すことがある	3. いつも残す
-------------	---------------	----------

問9で「2. たまに残すことがある」、「3. いつも残す」と答えた方にお聞きます。

問9-1 なぜ残すのですか。そのわけを3つまで選んでください。

1. 量が多すぎるから	2. 食欲がないから
3. 太りたくないから	4. たくさん食べるとはずかしいから
5. 給食時間が短いから	6. おいしくないから
7. きらいなものがあるから	8. 体のくあいがないから
9. その他 ()	

問10 きらいな食べものがある人は、食事のときはどうしていますか。

1. がまんして食べる	2. 学校では食べるが家では食べない
3. 少しだけ食べる	4. 食べない
5. きらいなものはない	

問11 あなたは、主食《黄色》、主菜《赤》、副菜《緑》の3つを組み合わせた食事を1日2回以上食べる日は週に何日ありますか。

- 主食＝ごはん・パン・麺など
○主菜＝魚介類、肉類、卵類、大豆・大豆製品を主に使った料理
○副菜＝野菜類、海藻類、きのこ類を主に使った料理

1. ほとんど毎日	2. 週に4～5回	3. 週に2～3回	4. 全く食べない
-----------	-----------	-----------	-----------

◆歯

問12 あなたは、歯をみがきますか。

1. 毎日1回みがく	2. 毎日2回みがく	3. 毎日3回みがく
4. とどきみがく	5. みがかない	

問13 あなたは、この1年間で歯医者さんにとのくくらい行きましたか。

1. むし歯を治すために1回以上行った
2. むし歯はないが、むし歯チェックのために歯医者さんに1回行った
3. むし歯はないが、むし歯チェックのために歯医者さんに2回以上行った
4. むし歯がないので、歯医者さんに行っていない
5. むし歯はあるが、歯医者さんに行っていない
6. わからない

◆休養

問14 あなたは、学校に行く前日の夜は何時ごろに寝ますか。

1. 午後8時より前	2. 午後8時～10時まで
3. 午後10時～午前0時まで	4. 午前0時より後

問15 あなたは、学校に行く日の朝は何時ごろに起きますか。

1. 午前6時より前	2. 午前6時～7時まで
3. 午前7時～8時まで	4. 午前8時より後

問16 ここの1週間で、眠れない日や睡眠不足と感じた日はどのくらいありましたか。

1. ない	2. 週に1～2回	3. 週に3～4回	4. 週に5日以上
-------	-----------	-----------	-----------

問17 あなたは、ふだん、自由な時間に、1日何時間テレビやビデオ（YouTube あるいはそれと似たサービスを含む）、DVD、その他の番組を見ますか。平日と週末それぞれ答えてください。

平日	週末
<input type="radio"/> まったく見ない	<input type="radio"/> まったく見ない
<input type="radio"/> 1日におよそ30分	<input type="radio"/> 1日におよそ30分
<input type="radio"/> 1日におよそ1時間	<input type="radio"/> 1日におよそ1時間
<input type="radio"/> 1日におよそ2時間	<input type="radio"/> 1日におよそ2時間
<input type="radio"/> 1日におよそ3時間	<input type="radio"/> 1日におよそ3時間
<input type="radio"/> 1日におよそ4時間	<input type="radio"/> 1日におよそ4時間
<input type="radio"/> 1日におよそ5時間	<input type="radio"/> 1日におよそ5時間
<input type="radio"/> 1日におよそ6時間	<input type="radio"/> 1日におよそ6時間
<input type="radio"/> 1日におよそ7時間以上	<input type="radio"/> 1日におよそ7時間以上

問18 あなたは、ふだん、自由な時間に、1日何時間コンピュータゲーム、テレビゲーム、タブレット（iPad など）、スマートフォン、その他の電子機器（体を動かしたり、運動をするゲームは含みません）を使って過ごしますか。平日と週末それぞれ答えてください。

平日	週末
<input type="radio"/> まったく見ない	<input type="radio"/> まったく見ない
<input type="radio"/> 1日におよそ30分	<input type="radio"/> 1日におよそ30分
<input type="radio"/> 1日におよそ1時間	<input type="radio"/> 1日におよそ1時間
<input type="radio"/> 1日におよそ2時間	<input type="radio"/> 1日におよそ2時間
<input type="radio"/> 1日におよそ3時間	<input type="radio"/> 1日におよそ3時間
<input type="radio"/> 1日におよそ4時間	<input type="radio"/> 1日におよそ4時間
<input type="radio"/> 1日におよそ5時間	<input type="radio"/> 1日におよそ5時間
<input type="radio"/> 1日におよそ6時間	<input type="radio"/> 1日におよそ6時間
<input type="radio"/> 1日におよそ7時間以上	<input type="radio"/> 1日におよそ7時間以上

◆運動

問19 あなたは、最近の7日間に、1日あたり少なくとも合計60分間の身体活動をした日は、何日ありましたか。それぞれの日に、あなたが身体活動に費やすすべての時間を合計してください。

0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
----	----	----	----	----	----	----	----

身体活動とは、心臓がドキドキしたり息切れしたりするようすなすすべての活動のことです。身体活動は、スポーツや友達と遊ぶこと、学校へ徒歩で通うことも入ります。身体活動のいくつかの例として、ランニング、散歩、ローラースケート、自転車、ダンス、スケートボード、水泳、サッカー、バスケットボール、サーフィンなどがあります。

問20 あなたはふだん、授業以外で息切れしたり汗をかいたりするくらいの運動を何回しますか

1. 毎日	2. 週に4～6回	3. 週に2～3回
4. 週に1回	5. 月に1回	6. 月に1回未満
7. まったくしない		

問21 あなたはふだん、授業以外で息切れしたり汗をかいたりするくらいの運動を1週間に何時間しますか

1. ぜんぜんしない	2. およそ30分	3. およそ1時間
4. およそ2～3時間	5. およそ4～6時間	6. およそ7時間以上

アンケートは以上です。ご協力ありがとうございました。

健康と食育に関するアンケート調査報告書

令和8年3月

宜野湾市 健康増進課

〒901-2215 宜野湾市真栄原 1 丁目 13-15

Tel:(098)898-5583