
武蔵野市 市民の健康づくりに関する
アンケート調査報告書

平成29年3月

武 蔵 野 市

目 次

1	調査概要.....	1
2	調査結果.....	2
2-1	あなたご自身のこと.....	2
2-2	健康づくり全般.....	9
2-3	日頃の食生活.....	16
2-4	日頃の身体活動.....	41
2-5	休養・こころの健康.....	46
2-6	喫煙の状況等.....	71
2-7	飲酒の状況等【20歳以上の方のみ】.....	78
2-8	健康診査等.....	81
2-9	アレルギー.....	106
2-10	感染症に関する危機管理.....	108
2-11	子育て支援.....	109
2-12	市が実施している健康づくり関連事業.....	113
2-13	自由意見.....	124
3	調査票.....	135

1 調査概要

(1) 調査の目的

市では、平成24年に「武蔵野市健康推進計画」を策定し、健康増進施策を推進してきたが、計画策定から4年が経過し、社会状況の変化などを的確に反映するため、計画の改定を行うこととした。そこで市民の健康づくりや食育に関する意識や関心、ニーズ等を把握し、改定および具体的な施策検討を進めるうえでの基礎資料とすることを目的として実施した。

(2) 調査の構成

調査対象：武蔵野市内に住所を有する18歳以上の市民2,000名（平成28年10月1日現在）

抽出方法：住民基本台帳から無作為抽出

調査方法：郵送配布、郵送回収（督促を兼ねたお礼状を1回発送）

調査期間：平成28年11月10日～11月30日

(3) 回収状況

配布数：2,000通

回収数：802通

回収率：40.1%

(4) 報告書の見方

各回答のグラフの「N」は、各設問に該当する回答者の総数であり、回答率（%）の母数を表している。

回答率（%）は、小数点第2位を四捨五入し、小数点以下第1位までを表記しているため、合計が100%にならない場合がある。

各設問について、全体の結果を示し、単一回答（帯グラフ）は下段に年齢別でみた状況を記述している。また、クロス集計で傾向がみられる場合はグラフ下（点線内）にまとめている。

複数回答（棒グラフ）の設問については、回答率（%）の合計が100%を超える場合がある。また、回答率（%）の高い選択肢から並び換えて表示しているため、調査票の選択肢の順番と異なる。

各設問の選択肢が長い場合は、グラフの選択肢を表記上省略して記載している場合がある。

過去調査（平成22年12月実施）と比較する項目がある場合は、該当部分を下段に表で示している。

自由意見については、原則記述された原文を掲載している。また、記述された全文ではなく、分類ごとに該当の箇所のみ抜粋しているものがある。

2 調査結果

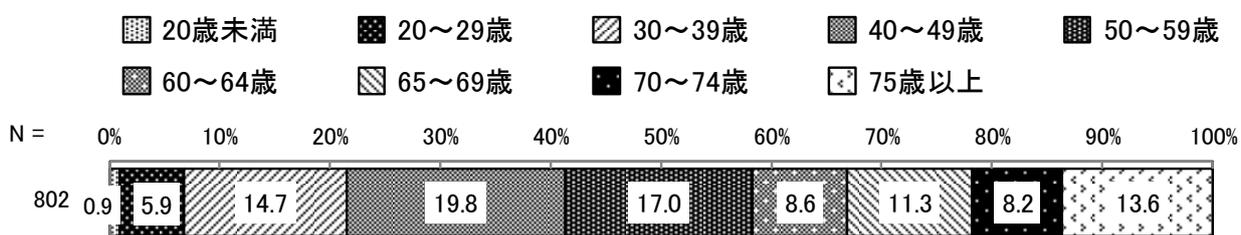
2-1 あなたご自身のこと

問1 あなたの年齢と性別、ご職業等を教えてください。

(1) 年齢

全体では、「40～49歳」が19.8%と最も多く、「50～59歳」が17.0%、「30～39歳」が14.7%、「75歳以上」が13.6%、「65～69歳」が11.3%、「60～64歳」が8.6%、「70～74歳」が8.2%、「20～29歳」が5.9%、「20歳未満」が0.9%である。

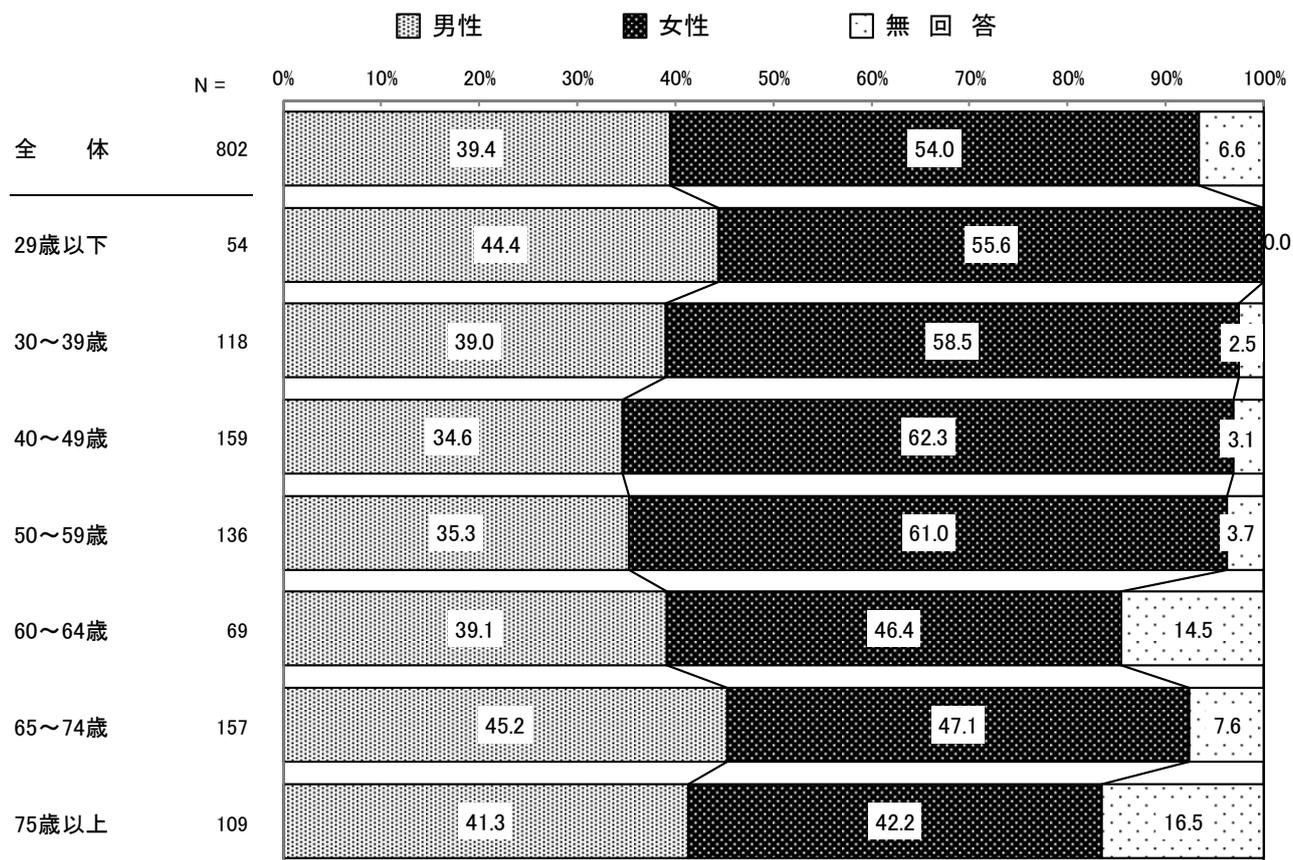
問1(1)年齢[%]



(2) 性別

全体では、「女性」が54.0%、「男性」が39.4%である。
年齢別では、75歳以上で「女性」が42.2%と少ない。

問1(2)性別[%]

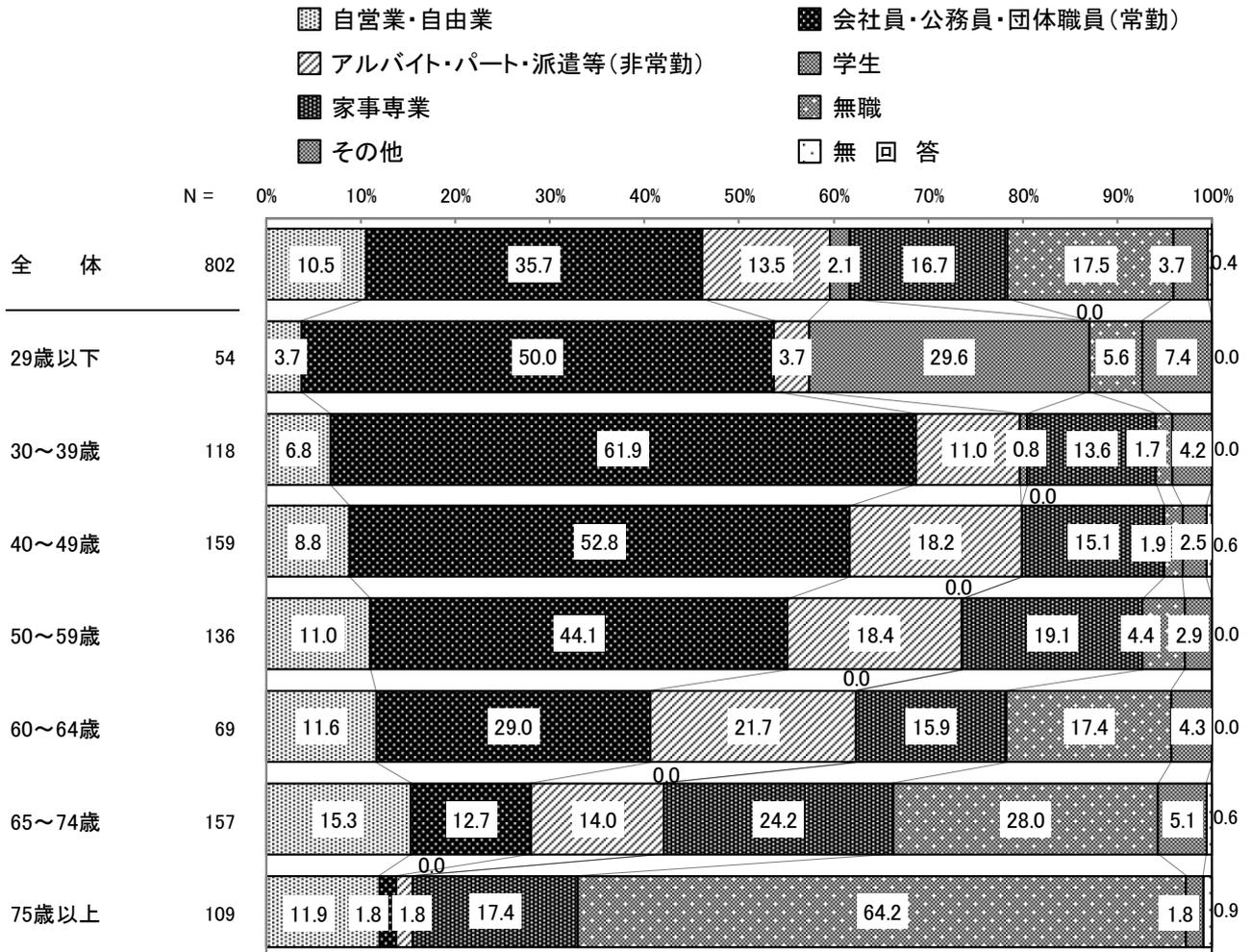


(3) 職業

全体では、「会社員・公務員・団体職員(常勤)」が 35.7%と最も多く、「無職」が 17.5%、「家事専業」が 16.7%、「アルバイト・パート・派遣等(非常勤)」が 13.5%、「自営業・自由業」が 10.5%、「その他」が 3.7%、「学生」が 2.1%である。

年齢別では、30～39歳で「会社員・公務員・団体職員(常勤)」が 61.9%と多く、以降年齢が上がるにつれて減り、75歳以上では 1.8%である。また、75歳以上で「無職」が 64.2%と多い。

問1(3)職業[%]



性・年齢別では、男性の 30～64歳で「会社員・公務員・団体職員(常勤)」が多く、特に 40～49歳で 81.8%となっている。女性の 20～29歳では「会社員・公務員・団体職員(常勤)」が 70.4%と多いが、年齢が上がるにつれて減り 70～74歳で 6.3%である。また、女性の 40～64歳で「アルバイト・パート・派遣等(非常勤)」が多く、特に 60～64歳で 37.5%である。女性の 50歳以上で「家事専業」が多く、特に 65～69歳で 50.0%である。

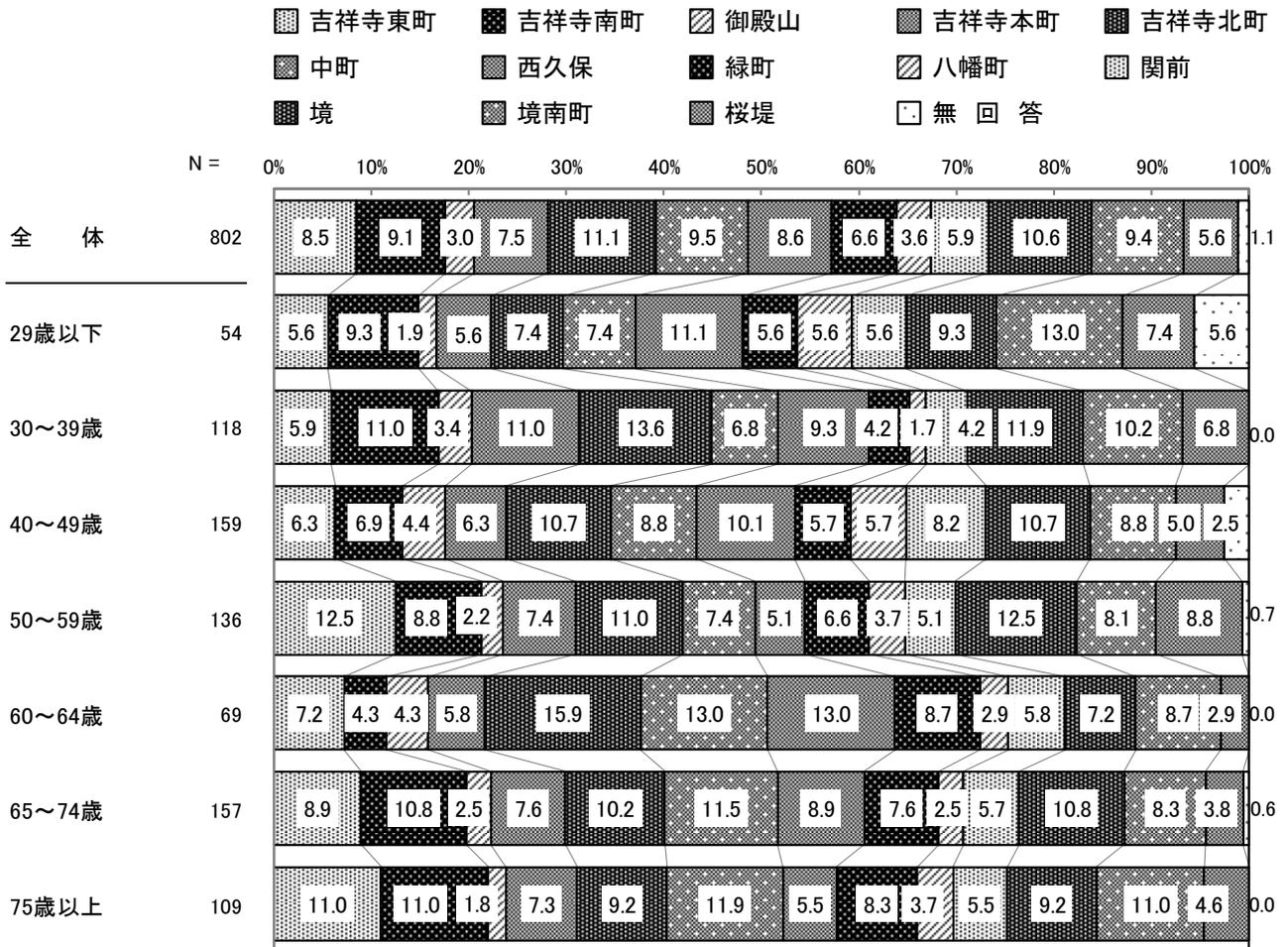
家族構成別では、三世帯世帯(親子・孫)で「会社員・公務員・団体職員(常勤)」が 46.3%、単身世帯で「無職」が 27.6%と多い。

(4) 居住地域

全体では、「吉祥寺北町」が11.1%、「境」が10.6%、「中町」が9.5%、「境南町」が9.4%、「吉祥寺南町」が9.1%、「西久保」が8.6%、「吉祥寺東町」が8.5%、「吉祥寺本町」が7.5%、「緑町」が6.6%、「関前」が5.9%、「桜堤」が5.6%、「八幡町」が3.6%、「御殿山」が3.0%となっている。

年齢別では、29歳以下で「境南町」が13.0%、50～59歳で「吉祥寺東町」、「境」がともに12.5%、60～64歳で「吉祥寺北町」が15.9%、「中町」、「西久保」がともに13.0%と、他の年齢より多くなっている。

問1(4)居住地域[%]

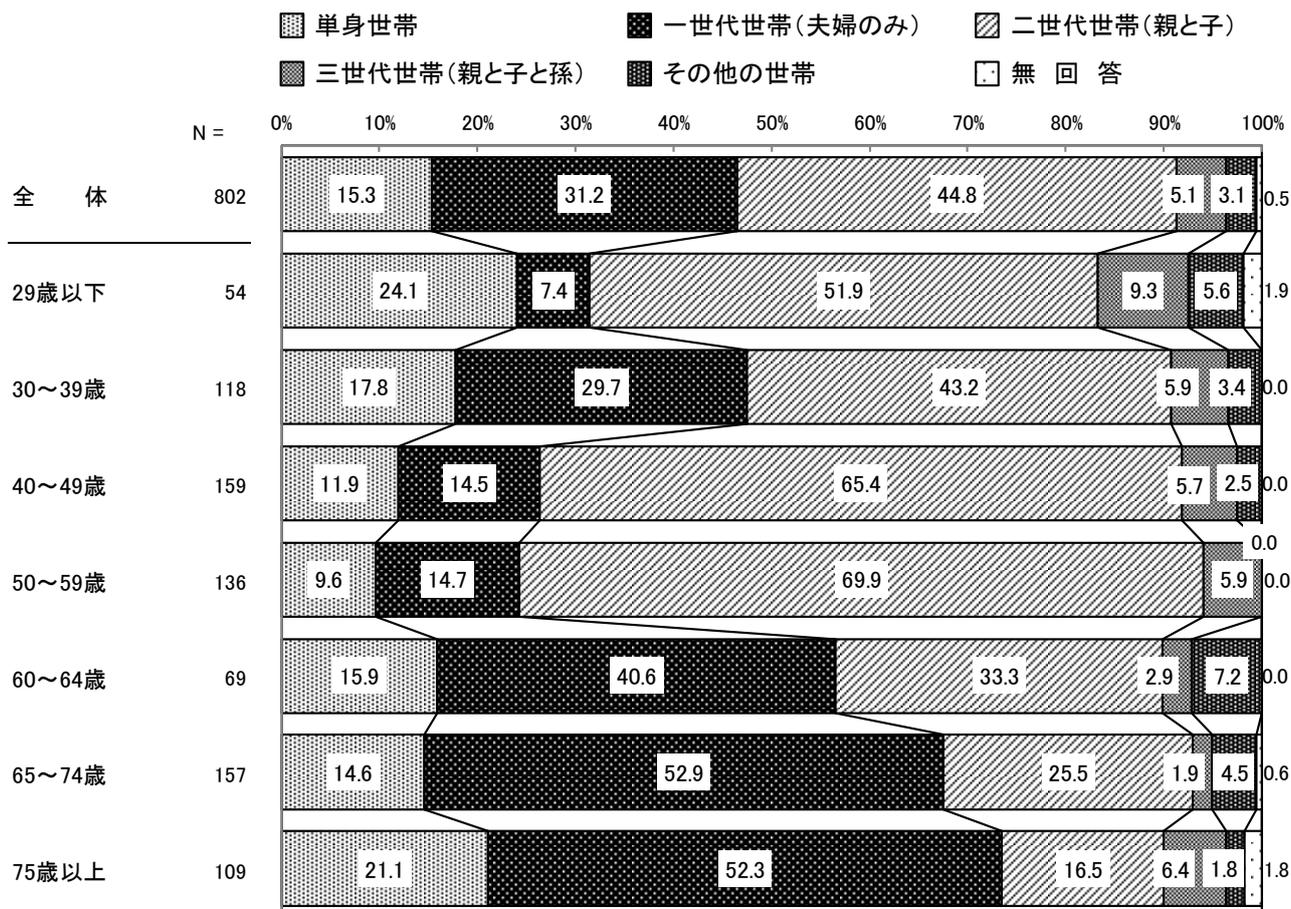


問2 同居しているご家族の構成は下記のどれですか。

全体では、『核家族』（「二世帯世帯（親と子）」44.8%＋「一世帯世帯（夫婦のみ）」31.2%＋「単身世帯」15.3%）が91.3%と大半を占め、「三世帯世帯（親と子と孫）」が5.1%、「その他の世帯」が3.1%である。

年齢別では、29歳以下で「一世帯世帯（夫婦のみ）」が7.4%と少なく、50～59歳で「二世帯世帯（親と子）」が69.9%と多い。

問2 家族構成[%]



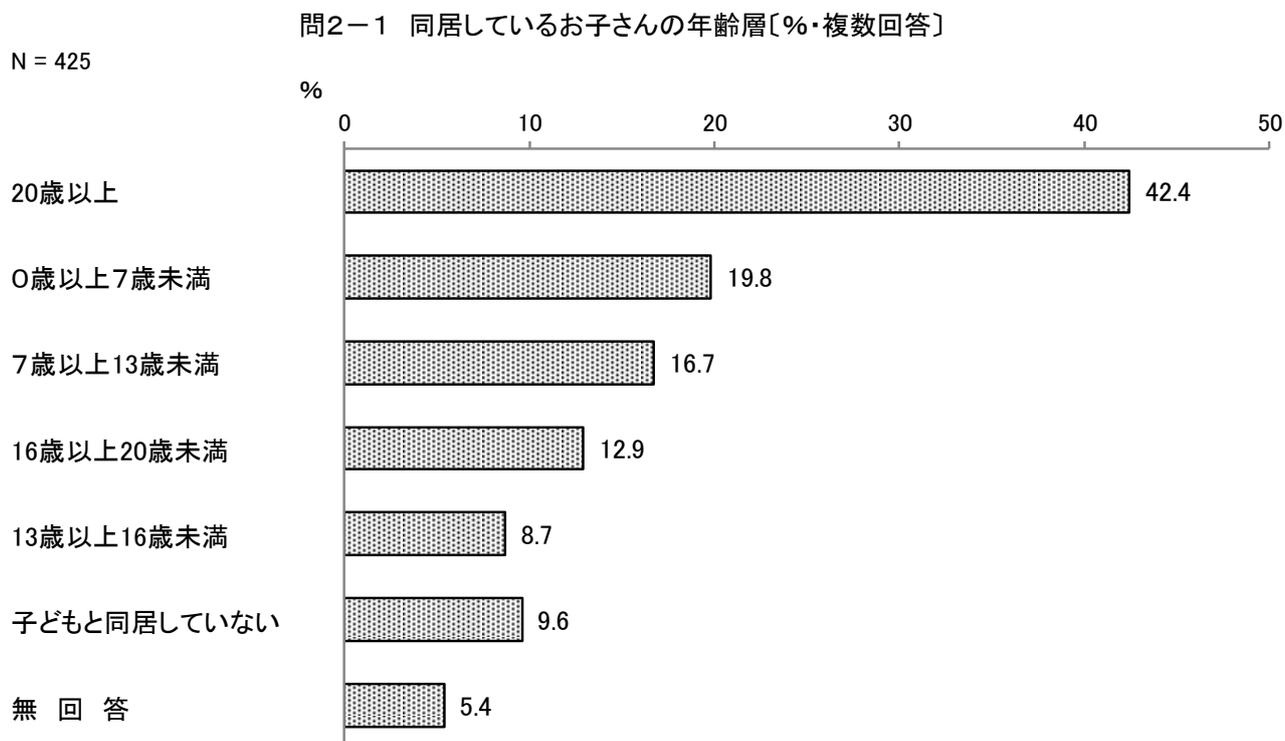
性・年齢別では、「単身世帯」が女性の20～29歳で33.3%、75歳以上で39.1%と多い。また、「一世帯世帯（夫婦のみ）」が男性の65歳以上で多く、70～74歳で63.0%、75歳以上で62.2%、女性の60～74歳で50%台である。「二世帯世帯（親と子）」が男女ともに40～59歳で多く、特に50～59歳の女性で74.7%、男性で64.6%と多い。

職業別では、「単身世帯」が無職で24.3%、「一世帯世帯（夫婦のみ）」が自営・自由業で47.6%、無職で42.9%である。また、「二世帯世帯（親と子）」が学生で58.8%、家事専業で56.7%と多い。

問 2-1 【問 2 で「3 二世帯世帯（親と子）」「4 三世帯世帯（親と子と孫）」「5 その他の世帯」に○をつけた方】

同居しているお子さんの年齢層を教えてください。

「20 歳以上」が 42.4%と最も多く、「0 歳以上 7 歳未満」、「7 歳以上 13 歳未満」、「16 歳以上 20 歳未満」が 10%台、「13 歳以上 16 歳未満」が 8.7%である。また、「子どもと同居していない」は 9.6%である。



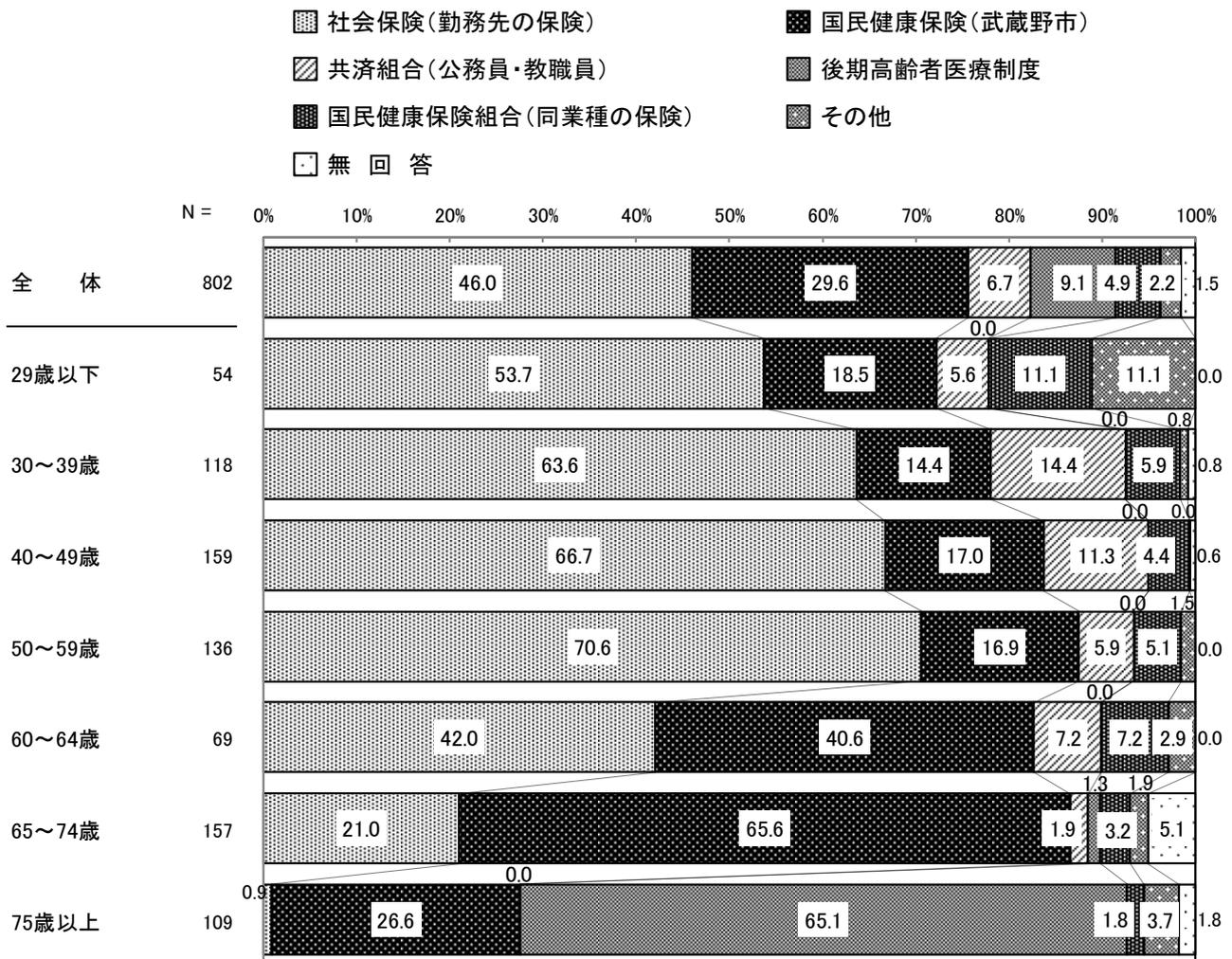
性・年齢別では、男女ともに 30～39 歳で「0歳以上7歳未満」が 70%程度、40～49 歳で「7歳以上 13 歳未満」が 40～50%、50 歳以上で「20 歳以上」が 50%以上と多い。
職業別では、無職で「20 歳以上」が 60.0%と多い。

問3 あなたが加入している健康保険はどれですか。

全体では、「社会保険(勤務先の保険)」が46.0%と最も多く、「国民健康保険(武蔵野市)」が29.6%、「後期高齢者医療制度」が9.1%、「共済組合(公務員・教職員)」が6.7%、「国民健康保険組合(同業種の保険)」が4.9%、「その他」が2.2%である。

年齢別では、50～59歳で「社会保険(勤務先の保険)」が70.6%、65～74歳では「国民健康保険(武蔵野市)」が65.6%、75歳以上では「後期高齢者医療制度」が65.1%と多い。

問3 加入している健康保険[%]



性・年齢別では、男女ともに30～59歳で「社会保険(勤務先の保険)」が多く、特に50～59歳の男性で72.9%、女性で69.9%と多い。また、男女ともに65歳以上で、「国民健康保険(武蔵野市)」が多く、特に女性の70～74歳で75.0%である。

職業別では、会社員・公務員等(常勤)で「社会保険(勤務先の保険)」が76.9%、「国民健康保険(武蔵野市)」が自営・自由業で57.1%、無職で56.4%と多い。また、無職で「後期高齢者医療制度」が31.4%となっている。

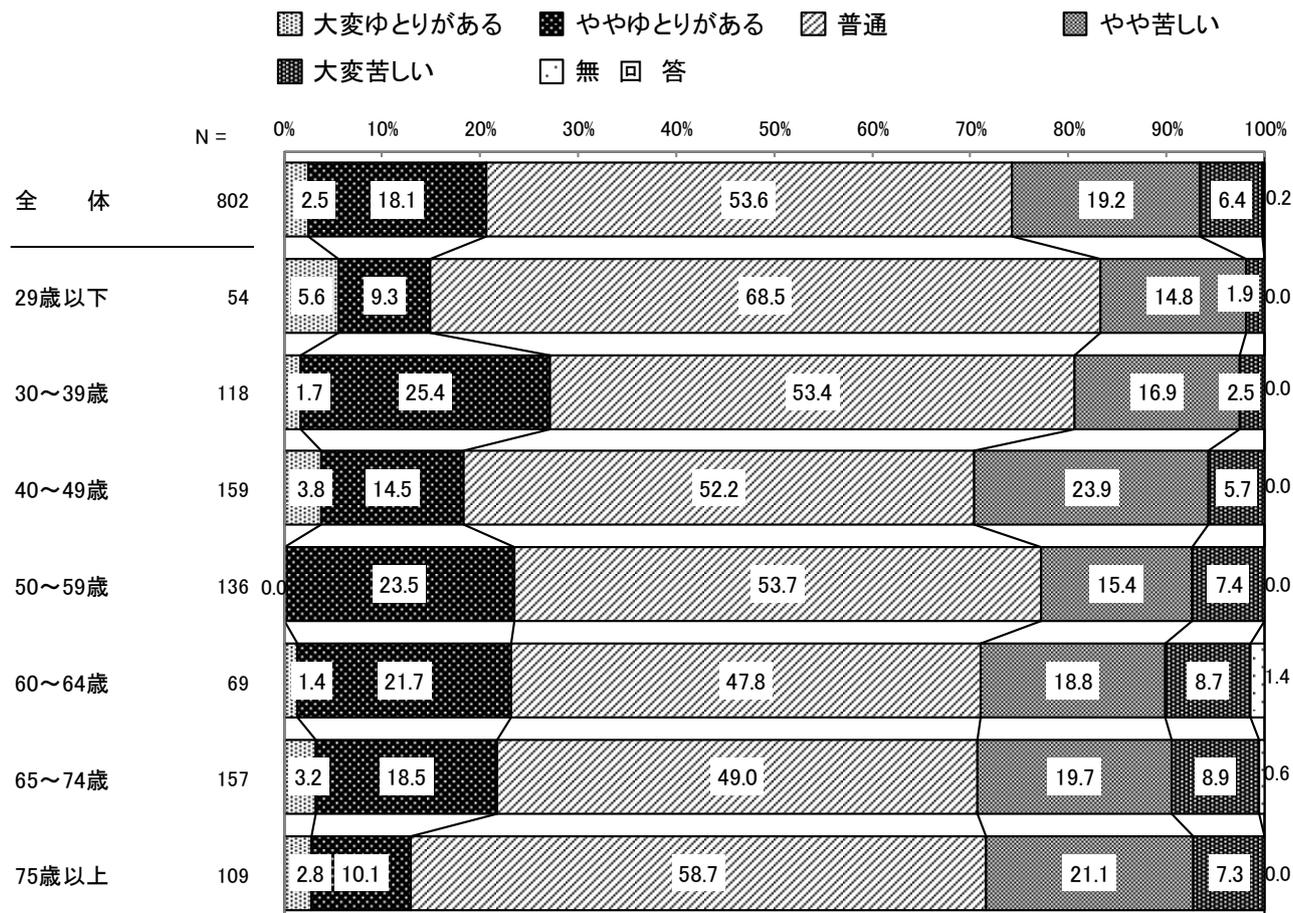
家族構成別では、二世帯世帯(親子)で「社会保険(勤務先の保険)」が56.5%と多い。

問4 現在の暮らしの経済的状況を総合的にみて、どう感じていますか。

全体では、「普通」が 53.6%と最も多く、『苦しい』（「やや苦しい」19.2%+「大変苦しい」6.4%）が 25.6%、『ゆとりがある』（「大変ゆとりがある」2.5%+「ややゆとりがある」18.1%）が 20.6%である。

年齢別では、29歳以下で「ややゆとりがある」が 9.3%と他の年齢より少なく、「普通」が 68.5%と多い。

問4 現在の暮らしの経済的状況[%]



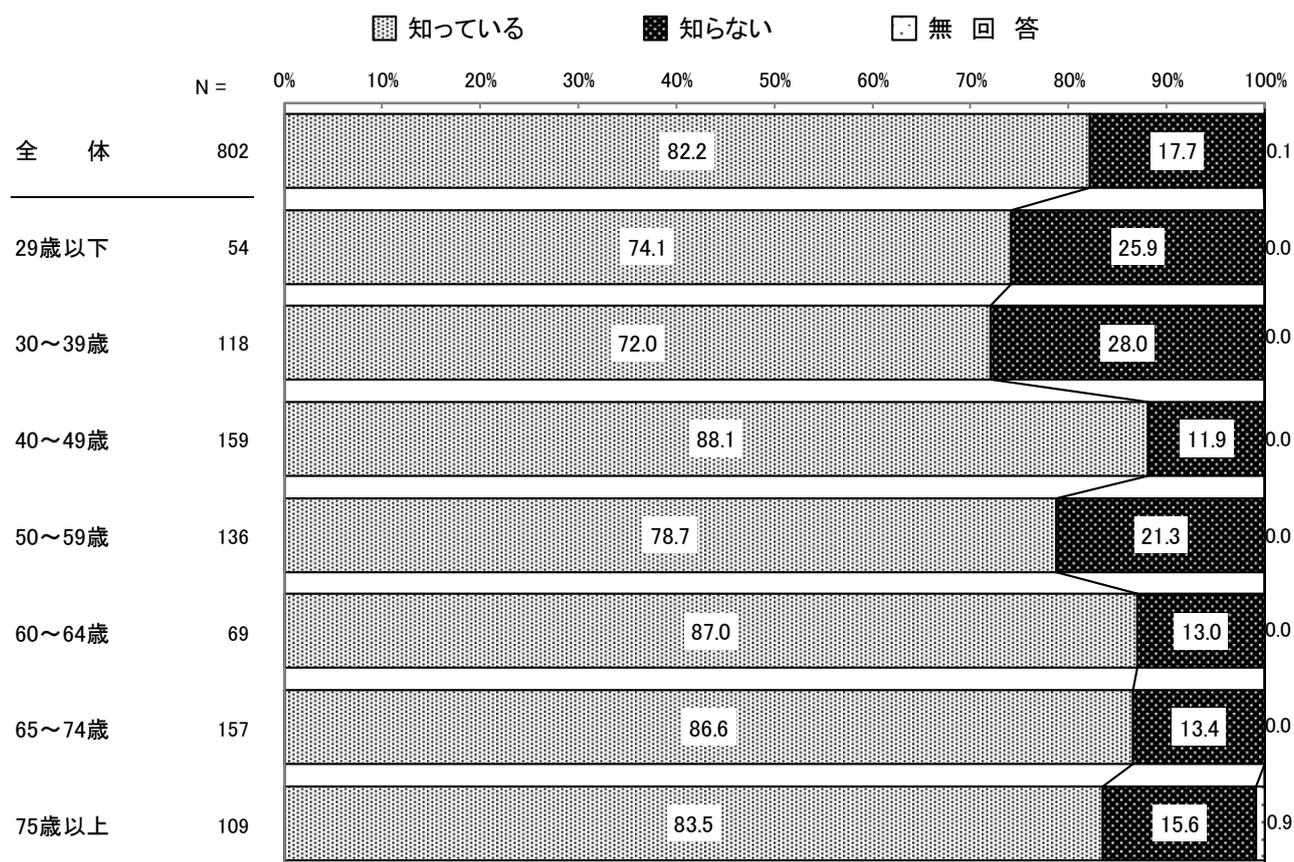
性・年齢別では、男性の 65～69 歳で「やや苦しい」が 29.5%と多い。
 現在の健康状態別では、少数だが、よくないと回答した人で「普通」が 38.1%と少なく、「大変苦しい」が 33.3%と多い。

2-2 健康づくり全般

問5 ご自身の標準体重を知っていますか。

全体では、「知っている」が82.2%と多く、「知らない」が17.7%である。
年齢別では、40～49歳で「知っている」が88.1%と、他の年齢より多い。

問5 自身の標準体重の認知[%]



性・年齢別では、「知っている」が70～74歳の男性で77.8%、女性で84.4%、75歳以上の男性で75.6%、女性で87.0%と、女性の方が多くなっている。

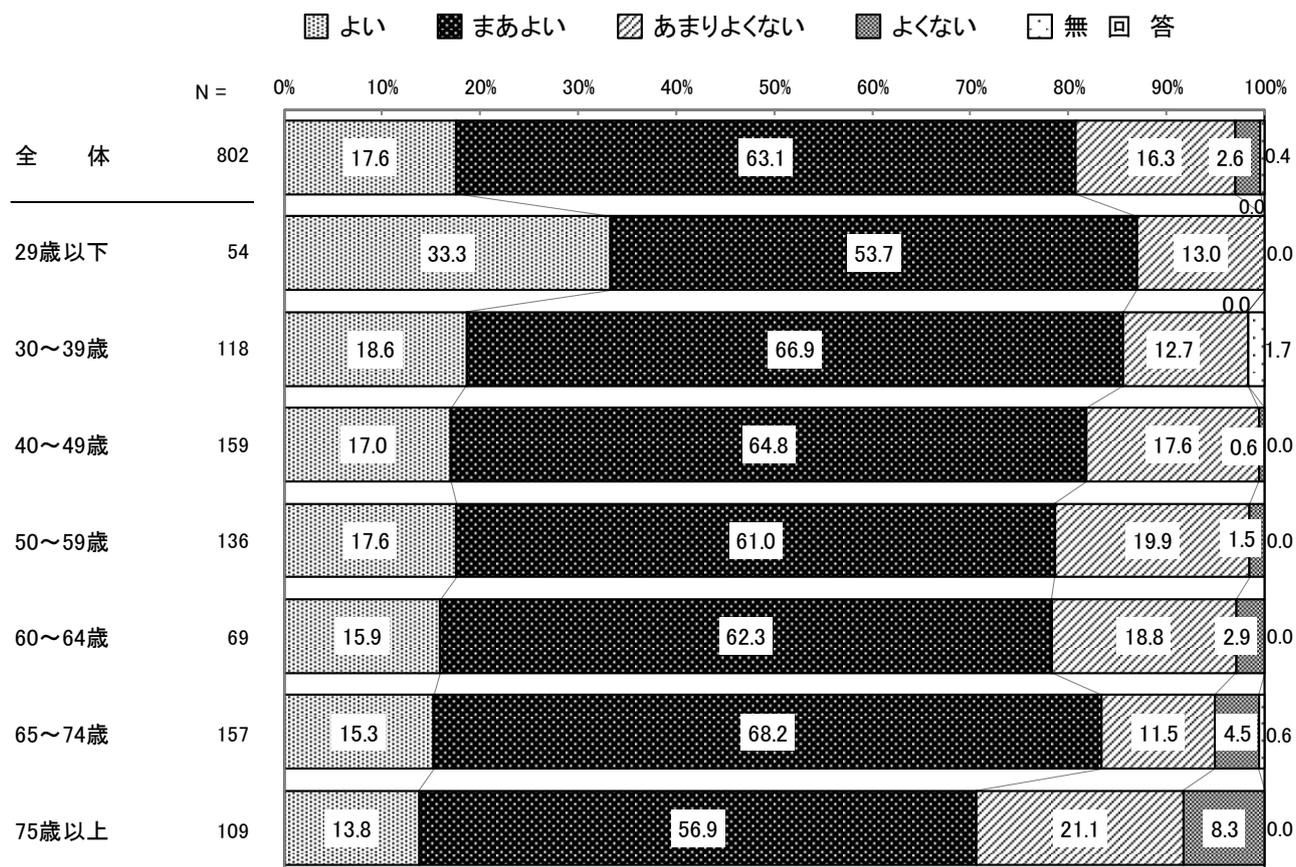
現在の健康状態別では、よくないと回答した人で「知っている」が66.7%と少ない。

問6 現在の健康状態はいかがですか。

全体では、「まあよい」が63.1%と最も多く、「よい」が17.6%、「あまりよくない」が16.3%、「よくない」が2.6%である。

年齢別では、29歳以下で「よい」が33.3%と多く、年齢が上がるにつれて減る傾向がみられる。75歳以上では「よくない」が8.3%と、他の年齢より多い。

問6 現在の健康状態[%]



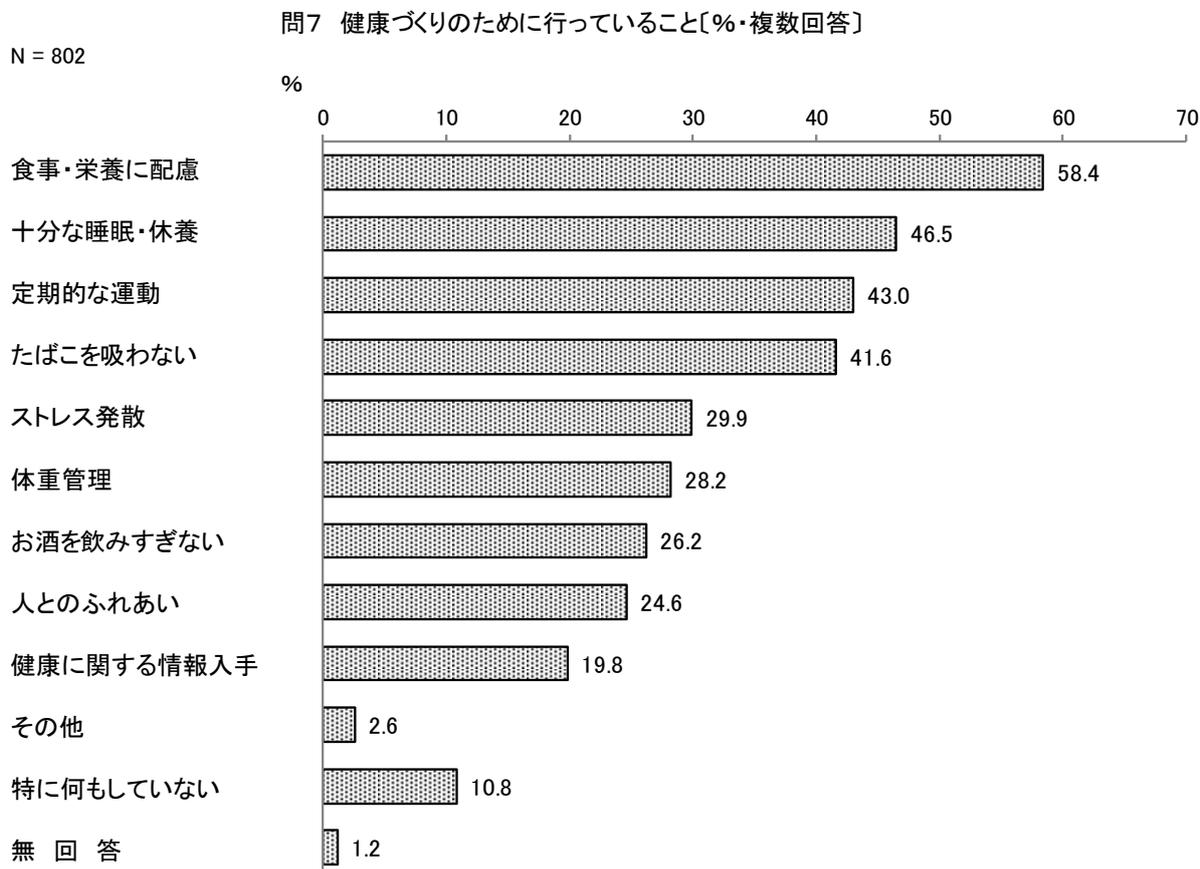
<過去調査との比較>

『よい』の回答割合
(「よい」+「まあよい」)

	平成22年	平成28年
全体	89.4%	80.7%

問7 現在、健康づくりのために行っていることは何ですか。

「食事・栄養に配慮」が58.4%と最も多く、「十分な睡眠・休養」が46.5%、「定期的な運動」が43.0%、「たばこを吸わない」が41.6%と続いている。「ストレス発散」、「体重管理」、「お酒を飲みすぎない」、「人とのふれあい」が20%台、「健康に関する情報入手」が19.8%である。また、「特に何もしていない」は10.8%である。



性・年齢別では、「定期的な運動」が男性の60～74歳、女性の70歳以上で多く、男女ともに特に70～74歳で60%台と多い。「食事・栄養に配慮」が男性より女性の方が多く、特に女性の70～74歳で78.1%、「体重管理」が女性の50～64歳で40%程度と多い。また、「人とのふれあい」が男女ともに70歳以上で多く、特に女性の70～74歳で62.5%と、男性の70～74歳の37.0%より多い。「健康に関する情報入手」が男性で13.6%、女性で23.1%と、女性の方がやや多く、特に女性の60～64歳で43.8%である。

職業別では、自営・自由業で「たばこを吸わない」が52.4%、「健康に関する情報入手」が31.0%と多い。また、家事専業で「食事・栄養に十分配慮」が75.4%、無職で「人とのふれあい」が35.0%と多い。

現在の健康状態別では、よいと回答した人で「定期的な運動」が54.6%、「ストレス発散」が40.4%、「健康に関する情報入手」が29.8%となっている。あまりよくない、よくないと回答した人は、全体的に回答が少ない傾向がみられる。

<過去調査との比較>

「食事・栄養に配慮」の回答割合

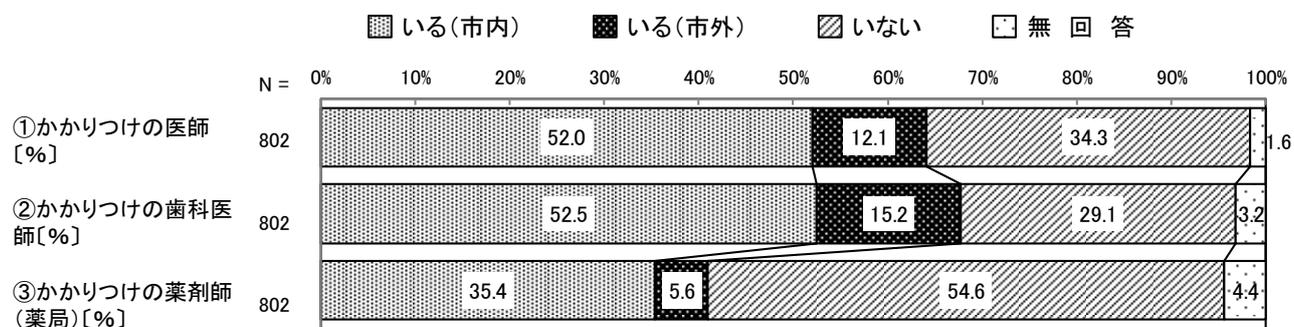
	平成22年	平成28年
全体	55.4%	58.4%

「体重管理」の回答割合

	平成22年	平成28年
全体	32.6%	28.2%

問 8 普段から治療を受けたり、日常の健康についての相談に応じてくれるかかりつけの
医師・歯科医師・薬剤師（薬局）はいますか。

①かかりつけの医師と②かかりつけの歯科医師では、「いる（市内）」が50%台と同程度で、③かかりつけの薬剤師（薬局）では、35.4%と少なく、「いない」が54.6%と多い。

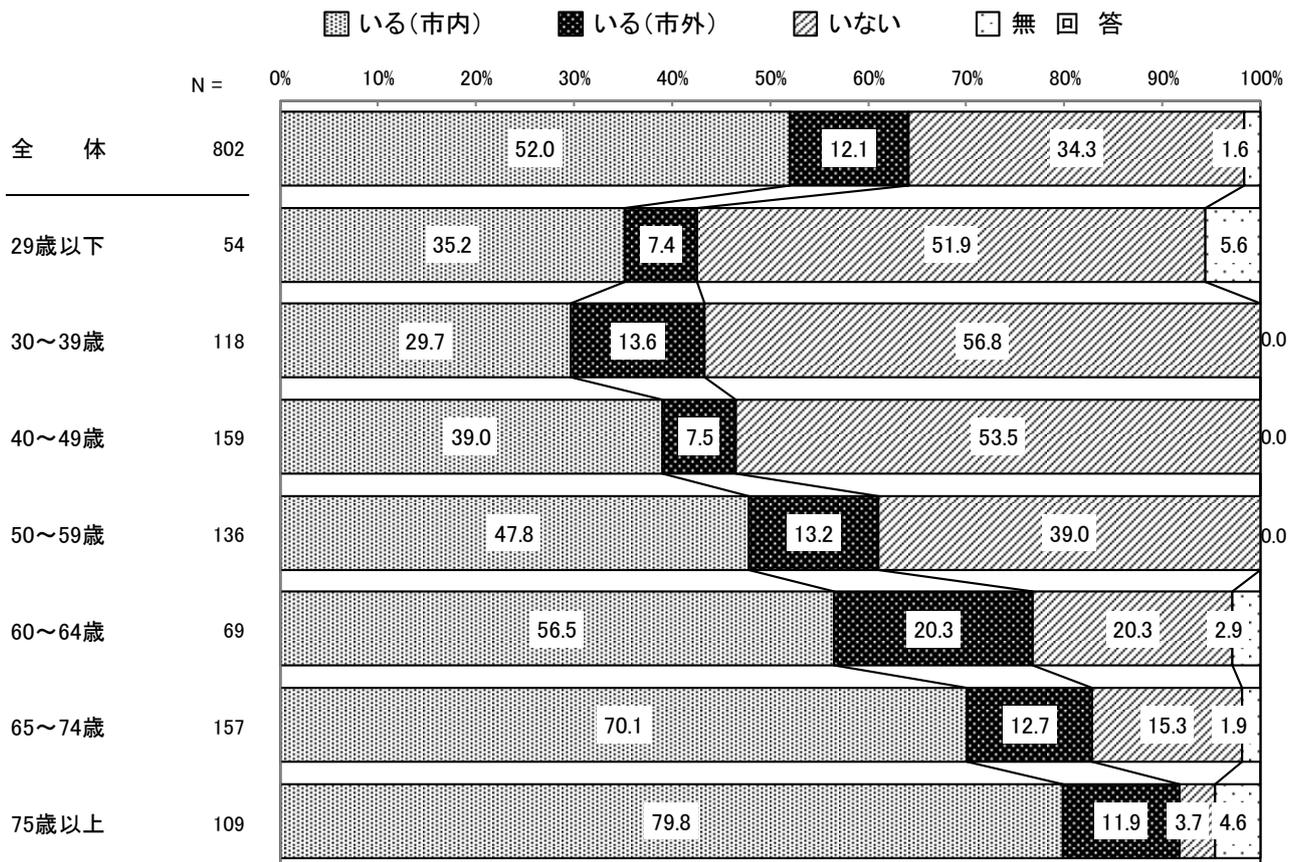


①かかりつけの医師

全体では、「いる(市内)」が52.0%と最も多く、「いない」が34.3%、「いる(市外)」が12.1%である。

年齢別では、「いる(市内)」が30～39歳で29.7%と少なく、以降年齢が上がるにつれて増え、75歳以上では79.8%である。一方「いない」は30～39歳で56.8%と多いが、以降年齢が上がるにつれて減っている。

問8 ①かかりつけの医師[%]



性・年齢別では、「いる(市内)」が男性の70歳以上、女性の60歳以上で多く、特に女性の75歳以上で87.0%と多い。また、「いない」が20～49歳の男性で60%台と、女性の40～50%台より多い。

職業別では、自営・自由業で「いる(市外)」が22.6%、会社員・公務員等(常勤)で「いない」が51.4%、「いる(市内)」が無職で69.3%、家事専業で67.9%と多い。

居住地域別では、「いる(市内)」が吉祥寺本町で63.3%、御殿山で62.5%、桜堤で「いる(市外)」が24.4%、吉祥寺北町で「いない」が49.4%と多い。

現在の健康状態別では、よくないと回答した人で「いる(市内)」が81.0%と多い。

<過去調査との比較>

『いる』の回答割合

平成22年調査(「いる」)

平成28年調査(「いる(市内)」+「いる(市外)」)

	平成22年	平成28年
全体	53.6%	64.1%

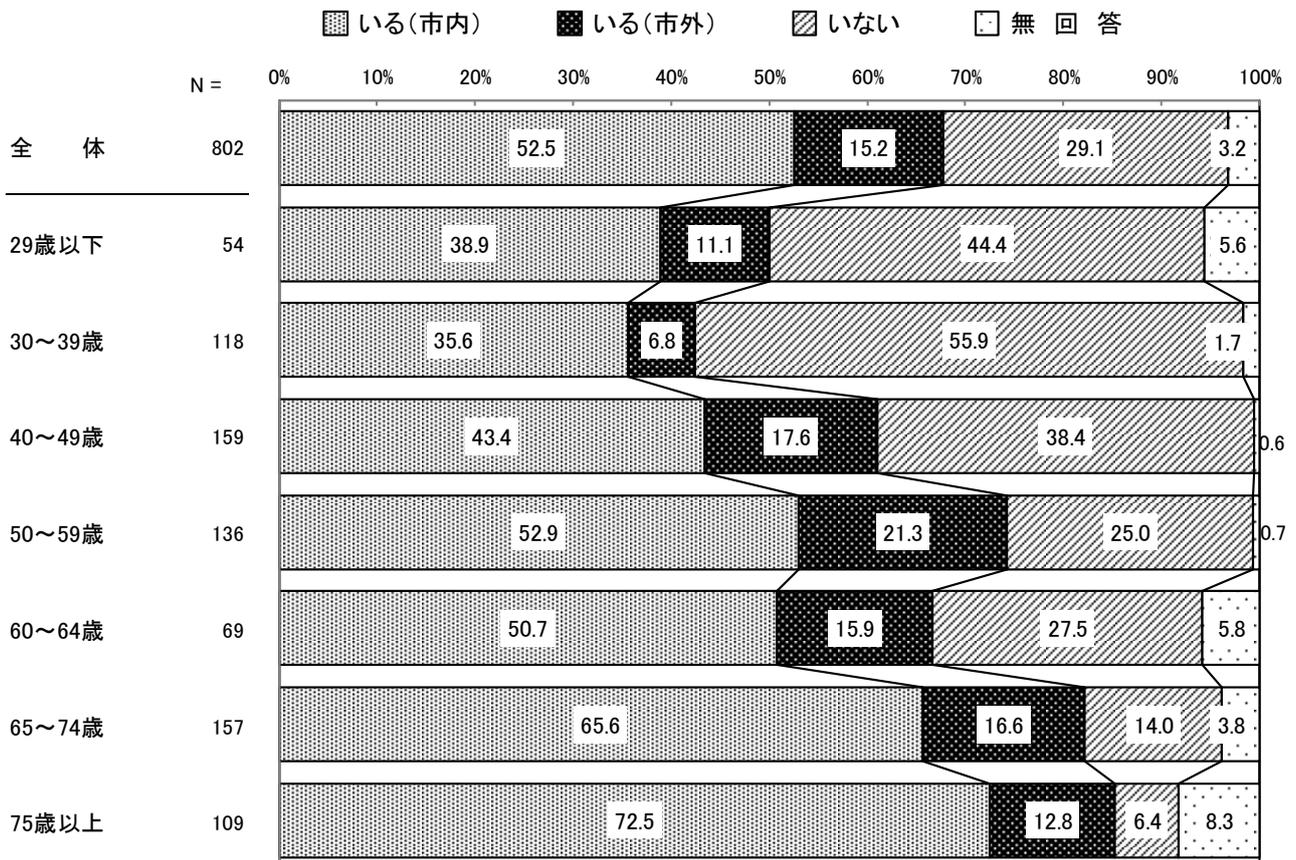
※選択肢に一部変更あり

②かかりつけの歯科医師

全体では、「いる(市内)」が52.5%と最も多く、「いない」が29.1%、「いる(市外)」が15.2%である。

年齢別では、75歳以上で「いる(市内)」が72.5%、50～59歳で「いる(市外)」が21.3%と他の年齢より多い。30～39歳で「いない」が55.9%と多い。

問8 ②かかりつけの歯科医師[%]



性・年齢別では、「いる(市内)」が男性で47.5%、女性で55.9%と、女性の方が多く、男性では65歳以上で、女性では60歳以上で特に多くなっている。「いない」が男性で36.7%、女性で24.7%と、男性の方が多く、特に男性の30～39歳で69.6%と多くなっている。

職業別では、無職で「いる(市内)」が67.1%、会社員・公務員等(常勤)で「いない」が42.7%と多い。

居住地域別では、「いる(市内)」が吉祥寺東町で63.2%と多く、境で42.4%と少ない。

現在の暮らしの経済的状況別では、大変ゆとりがあると回答した人で「いる(市内)」が65.0%、大変苦しいと回答した人で「いない」が41.2%と多い。

<過去調査との比較>

『いる』の回答割合

平成22年調査(「いる」)

平成28年調査(「いる(市内)」+「いる(市外)」)

	平成22年	平成28年
全体	58.7%	67.7%

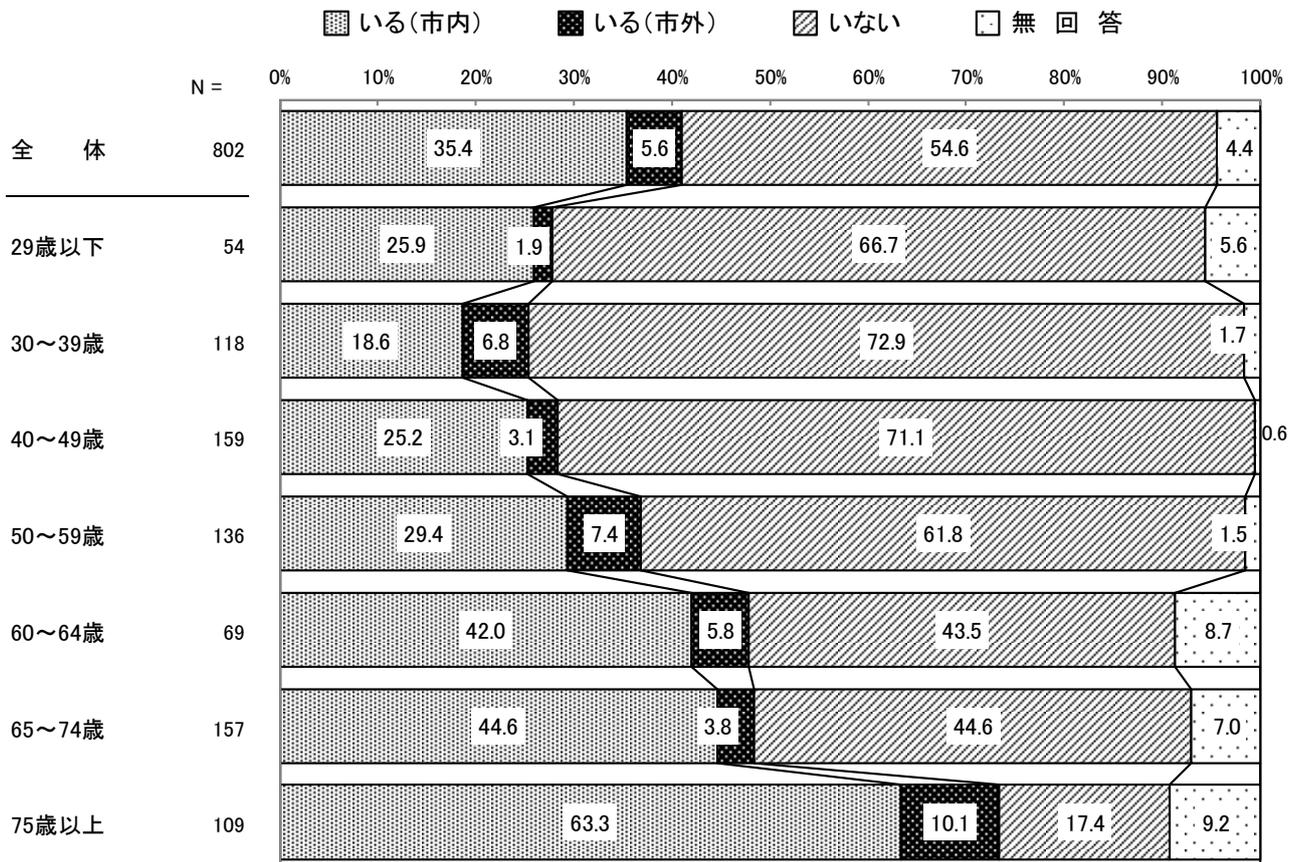
※選択肢に一部変更あり

③かかりつけの薬剤師（薬局）

全体では、「いない」が54.6%と最も多く、「いる(市内)」が35.4%、「いる(市外)」が5.6%である。

年齢別では、30～39歳で「いる(市内)」が18.6%と少ないが、以降年齢が上がるにつれて増え、75歳以上では63.3%である。

問8 ③かかりつけの薬剤師(薬局)[%]



性・年齢別では、男女ともに75歳以上で「いる(市内)」が多く、特に女性の75歳以上で76.1%と多い。
 職業別では、「いる(市内)」が無職で55.7%、家事専業で49.3%と多い。
 居住地域別では、緑町で「いる(市内)」が50.9%と多く、「いない」が吉祥寺南町で69.9%、吉祥寺北町で65.2%と多い。
 現在の暮らしの経済的状況別では、大変ゆとりがあると回答した人で「いる(市内)」が50.0%と多い。
 現在の健康状態別では、よくないと回答した人で「いる(市内)」が66.7%と多い。

<過去調査との比較>

『いる』の回答割合

平成22年調査(「いる」)

平成28年調査(「いる(市内)」+「いる(市外)」)

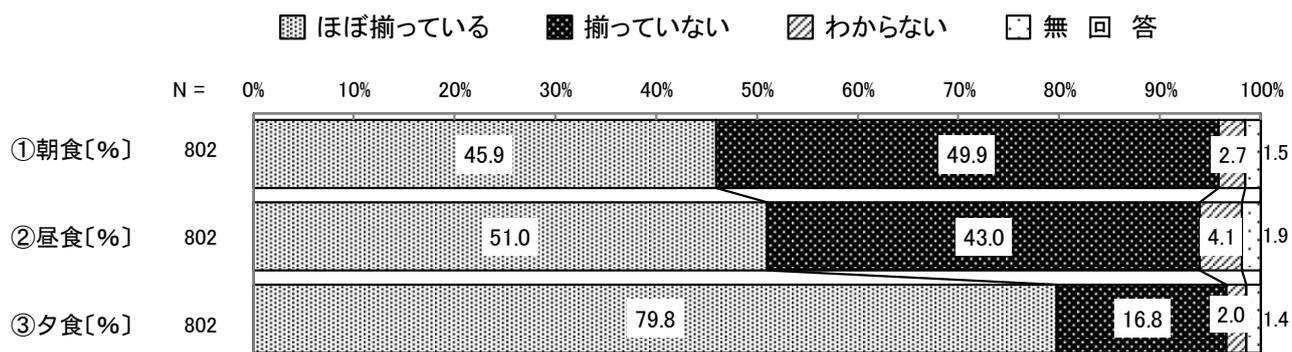
	平成22年	平成28年
全体	27.9%	41.0%

※選択肢に一部変更あり

2-3 日頃の食生活

問 9 朝食、昼食、夕食において、主食（ごはん、パン、麺等）、主菜（肉、魚、卵、豆等）、副菜（野菜、きのこ、いも、海藻等）が揃った食事をしていますか。

①朝食では「揃っていない」が 49.9%と、「ほぼ揃っている」の 45.9%より多く、
②昼食、③夕食では、「ほぼ揃っている」が増え、夕食では 79.8%と多い。

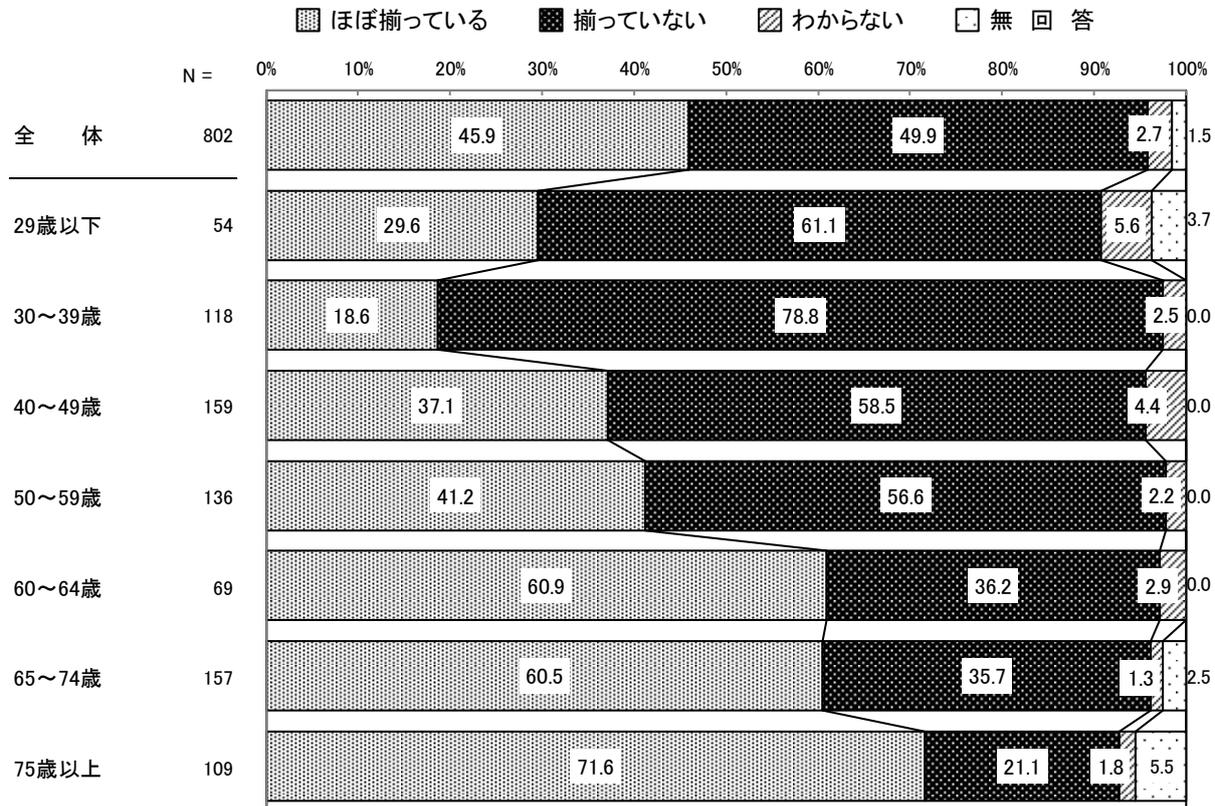


①朝食

全体では、「揃っていない」が49.9%と最も多く、「ほぼ揃っている」が45.9%、「わからない」が2.7%である。

年齢別では、30～39歳で「揃っていない」が78.8%と多く、以降年齢が上がるにつれて減り、75歳以上では21.1%である。

問9 ①朝食[%]



性・年齢別では、「ほぼ揃っている」が男性の70～74歳で77.8%、75歳以上で71.1%と、女性の70～74歳(68.8%)、75歳以上(69.6%)よりやや多い。また、「揃っていない」は男性では30～39歳が87.0%と最も多く、女性では20～29歳で74.1%が最も多い。

職業別では、「ほぼ揃っている」が無職で68.6%、家事専業で57.5%と多い。また、「揃っていない」が学生で82.4%、会社員・公務員等(常勤)で65.7%である。

家族構成別では、単身世帯で「ほぼ揃っている」が35.8%と少なく、「揃っていない」が58.5%と多い。

現在の健康状態別では、あまりよくないと回答した人で「揃っていない」が62.6%と多い。

普段朝ごはんを食べているか別では、「揃っていない」が週に2～3日食べていると回答した人で88.9%、ほとんど食べないと回答した人で84.9%、週に4～5日食べていると回答した人で71.8%と多い。

<過去調査との比較>

平成22年調査「揃っている」の回答割合

平成28年調査「ほぼ揃っている」の回答割合

	平成22年	平成28年
全体	20.7%	45.9%

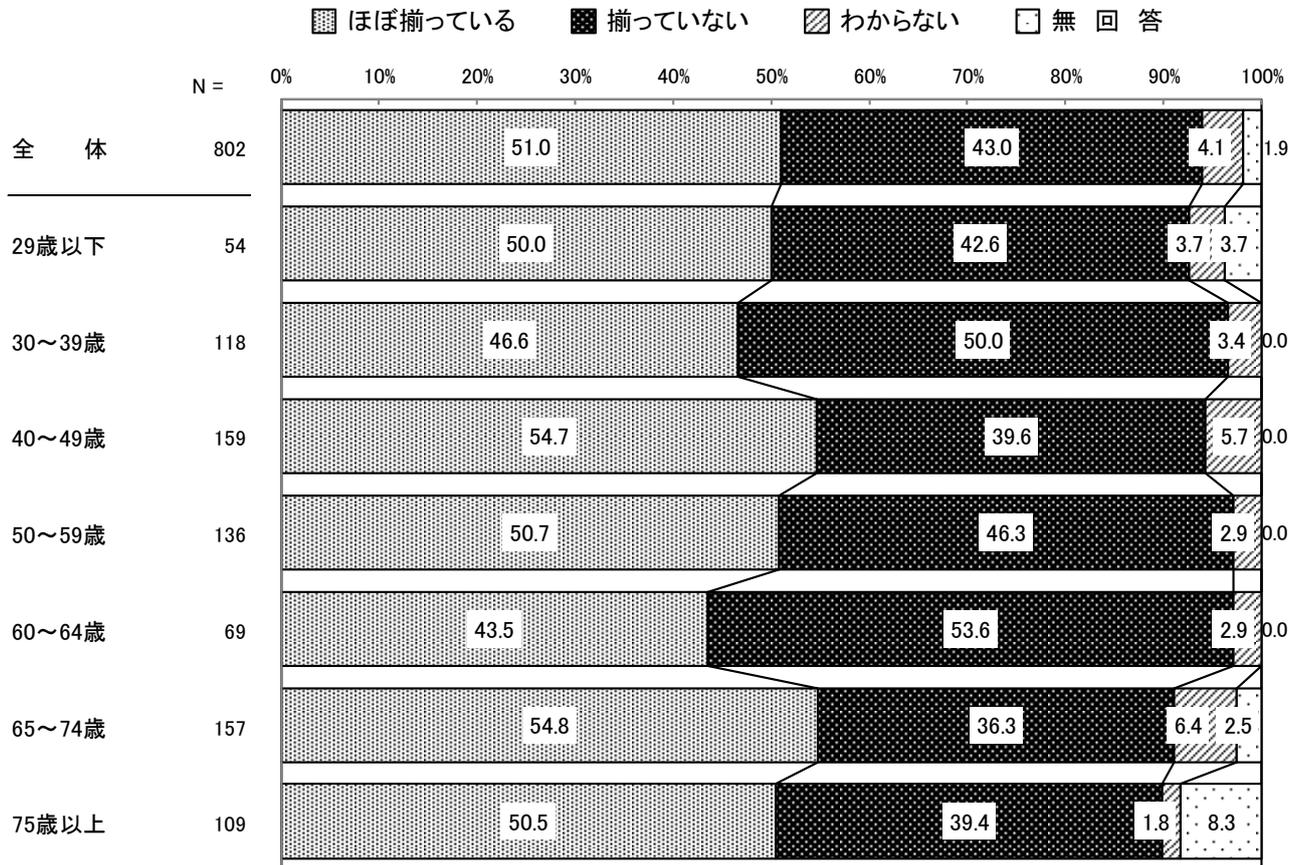
※選択肢に一部変更あり

②昼食

全体では、「ほぼ揃っている」が51.0%と最も多く、「揃っていない」が43.0%、「わからない」が4.1%である。

年齢別では、60～64歳で「揃っていない」が53.6%と多い。

問9 ②昼食[%]



性・年齢別では、「ほぼ揃っている」が男性で54.7%、女性で48.0%と、男性の方がやや多い。また、「ほぼ揃っている」が男性の70～74歳で44.4%と、65～69歳の56.8%より少なくなっている。

職業別では、アルバイト・派遣等(非常勤)で「揃っていない」が53.7%と多い。

家族構成別では、三世帯世帯(親子・孫)で「ほぼ揃っている」が63.4%と多い。

<過去調査との比較>

平成22年調査「揃っている」の回答割合

平成28年調査「ほぼ揃っている」の回答割合

	平成22年	平成28年
全体	40.9%	51.0%

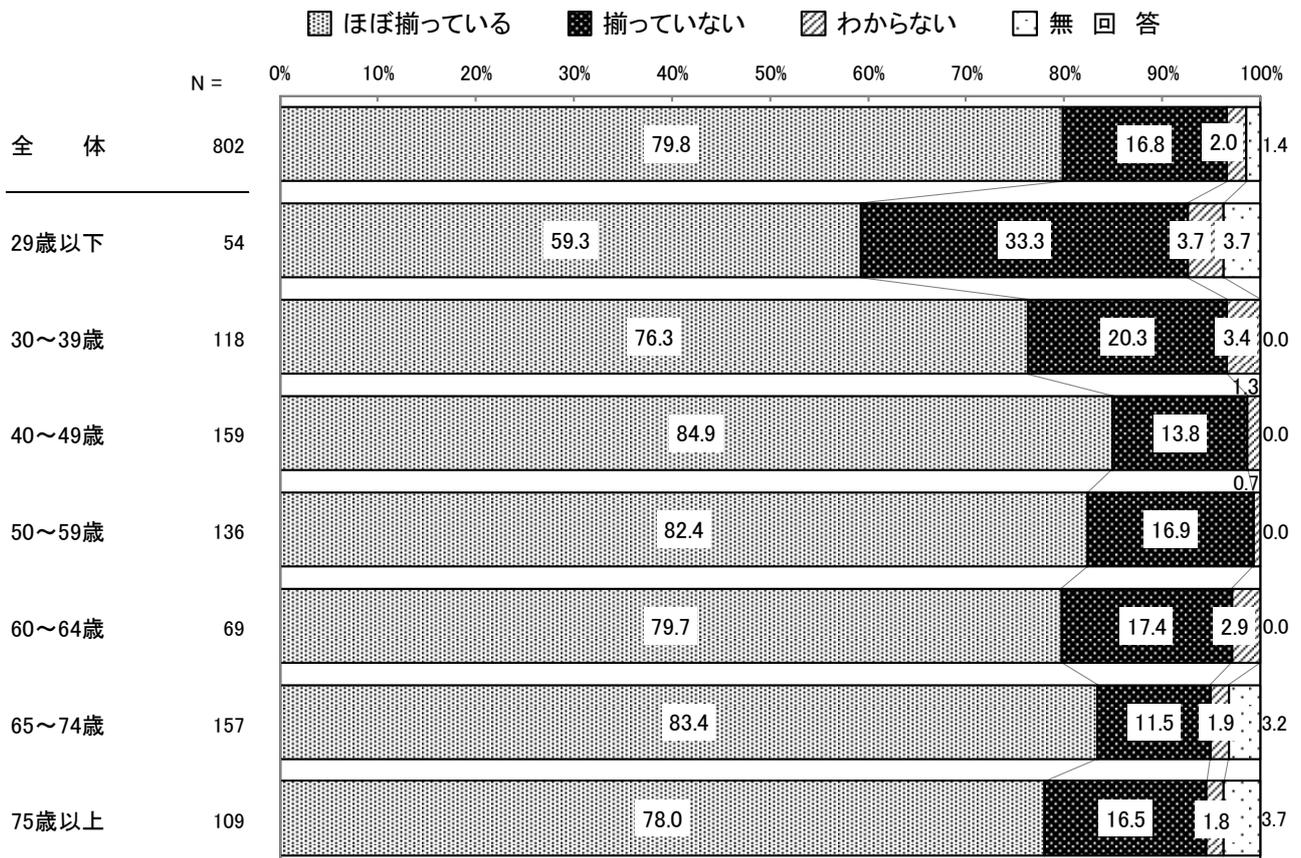
※選択肢に一部変更あり

③夕食

全体では、「ほぼ揃っている」が79.8%と最も多く、「揃っていない」が16.8%、「わからない」が2.0%である。

年齢別では、29歳以下で「ほぼ揃っている」が59.3%と少ないが、30歳以上では70～80%台である。

問9 ③夕食[%]



性・年齢別では、75歳以上の女性で「ほぼ揃っている」が69.6%と少ない。また、「揃っていない」が20～29歳の女性で44.4%、男性で30.0%と多い。
 職業別では、少数だが学生で「揃っていない」が35.3%と多い。
 家族構成別では、単身世帯で「揃っていない」が37.4%と多い。
 現在の健康状態別では、よくないと回答した人で「ほぼ揃っている」が57.1%と少ない。

<過去調査との比較>

平成22年調査「揃っている」の回答割合

平成28年調査「ほぼ揃っている」の回答割合

	平成22年	平成28年
全体	71.2%	79.8%

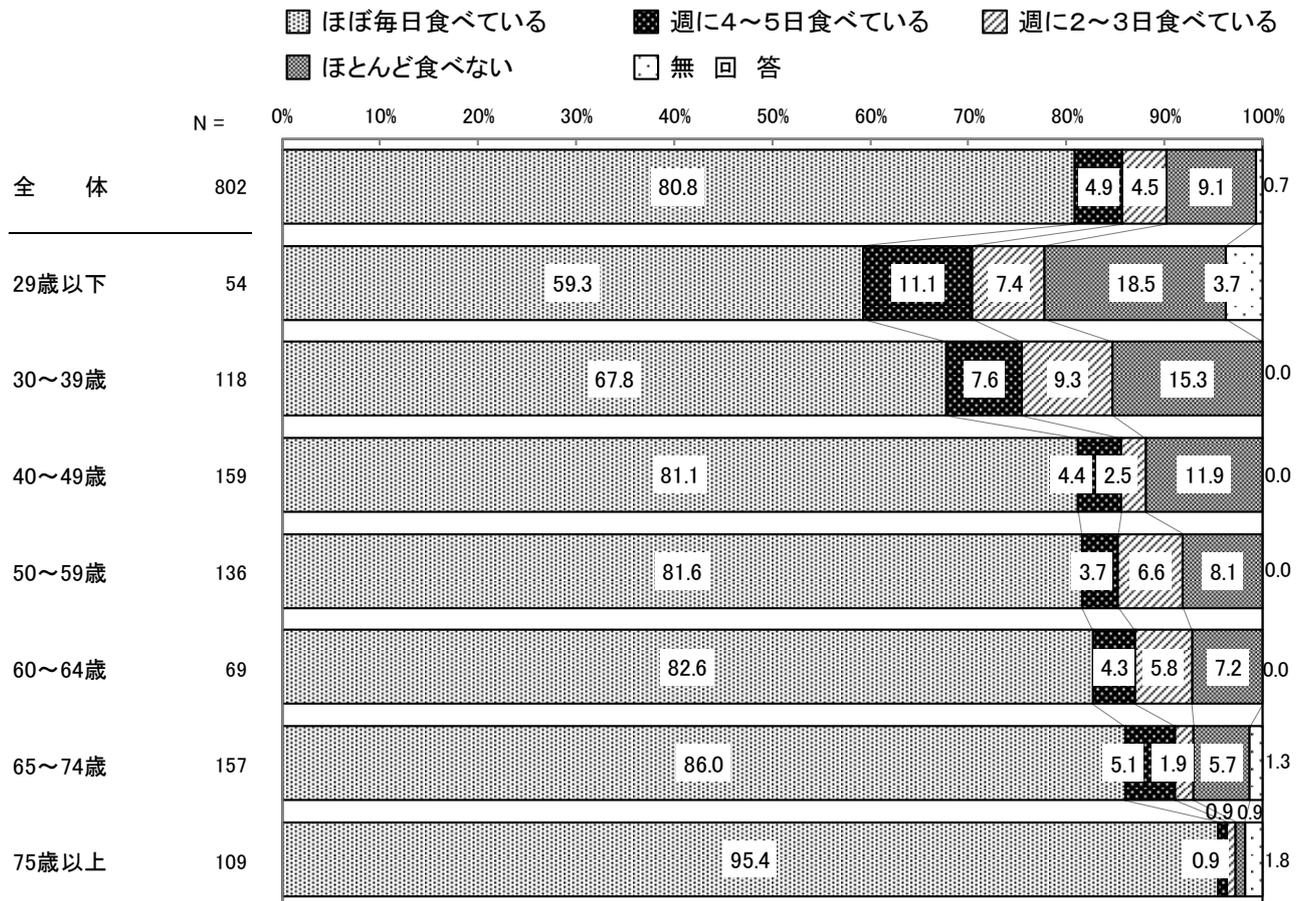
※選択肢に一部変更あり

問 10 普段、朝ごはんは食べていますか。

全体では、「ほぼ毎日食べている」が 80.8%と最も多く、「ほとんど食べない」が 9.1%、「週に 4～5 日食べている」が 4.9%、「週に 2～3 日食べている」が 4.5%である。

年齢別では、29 歳以下で「ほぼ毎日食べている」が 59.3%と少なく、年齢が上がるにつれて増え、75 歳以上では 95.4%と、大半を占めている。

問10 普段、朝ごはんを食べている[%]



性・年齢別では、「ほぼ毎日食べている」が 75 歳以上の女性で 97.8%、男性で 95.6%と、男女ともに大半を占めている。また、「ほとんど食べない」が男性の 30～39 歳で 23.9%、20～29 歳で 20.0%、女性の 20～29 歳で 22.2%と多い。

職業別では、学生で「ほぼ毎日食べている」が 58.8%と少ない。また、会社員・公務員等(常勤)で「ほとんど食べない」が 15.7%とやや多い。

現在の健康状態別では、よいと回答した人で「ほぼ毎日食べている」が 85.1%とやや多く、あまりよくないと回答した人で「ほとんど食べない」が 13.7%とやや多い。

<過去調査との比較>

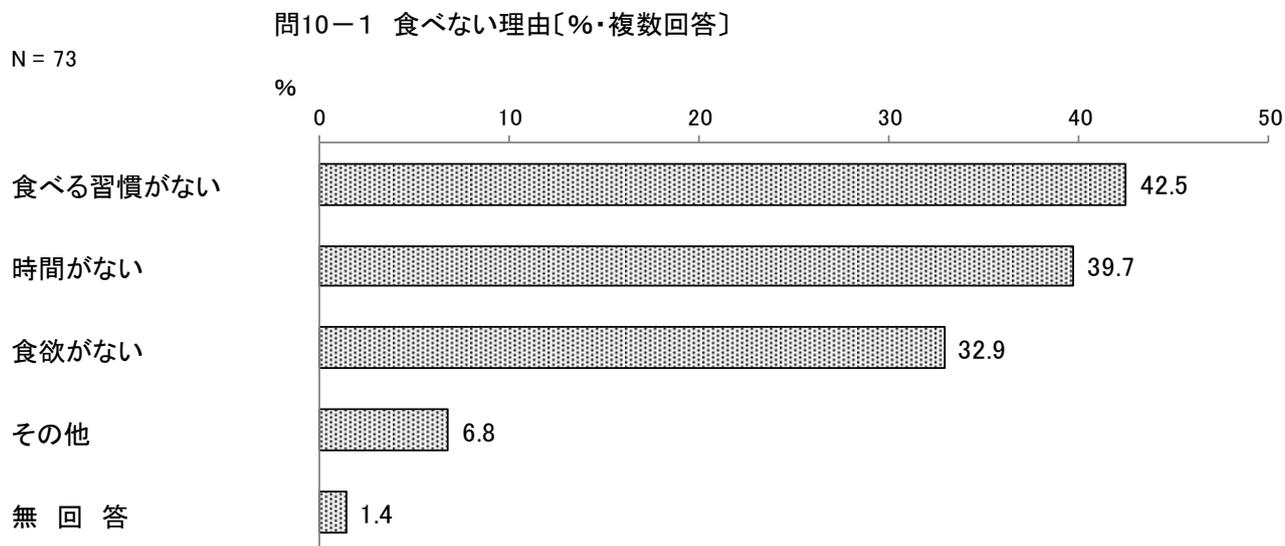
「ほぼ毎日食べている」の回答割合

	平成22年	平成28年
全体	80.2%	80.8%

問10-1【問10で「4 ほとんど食べない」に○をつけた方】

食べない理由は何ですか。

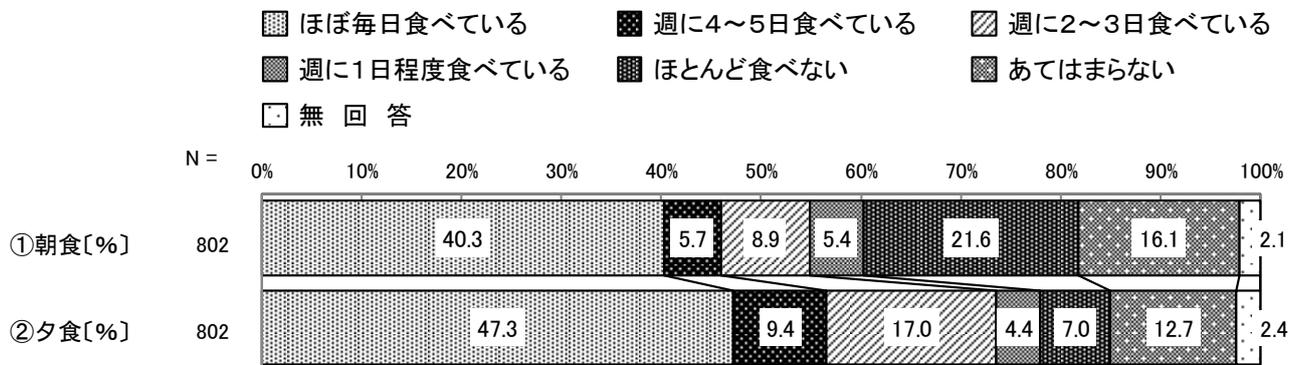
「食べる習慣がない」が42.5%と最も多く、「時間がない」が39.7%、「食欲がない」が32.9%となっている。



性別では、「食べる習慣がない」が男性で51.4%と、女性の35.3%より多い。「食欲がない」は女性で41.2%と、男性の20.0%より多い。

問 11 朝食、夕食は家族の方等と一緒に食べていますか。

「ほぼ毎日食べている」が、①朝食で40.3%、②夕食で47.3%と、夕食の方がやや多い。「ほとんど食べない」は①朝食で21.6%と、②夕食の7.0%より多くなっている。

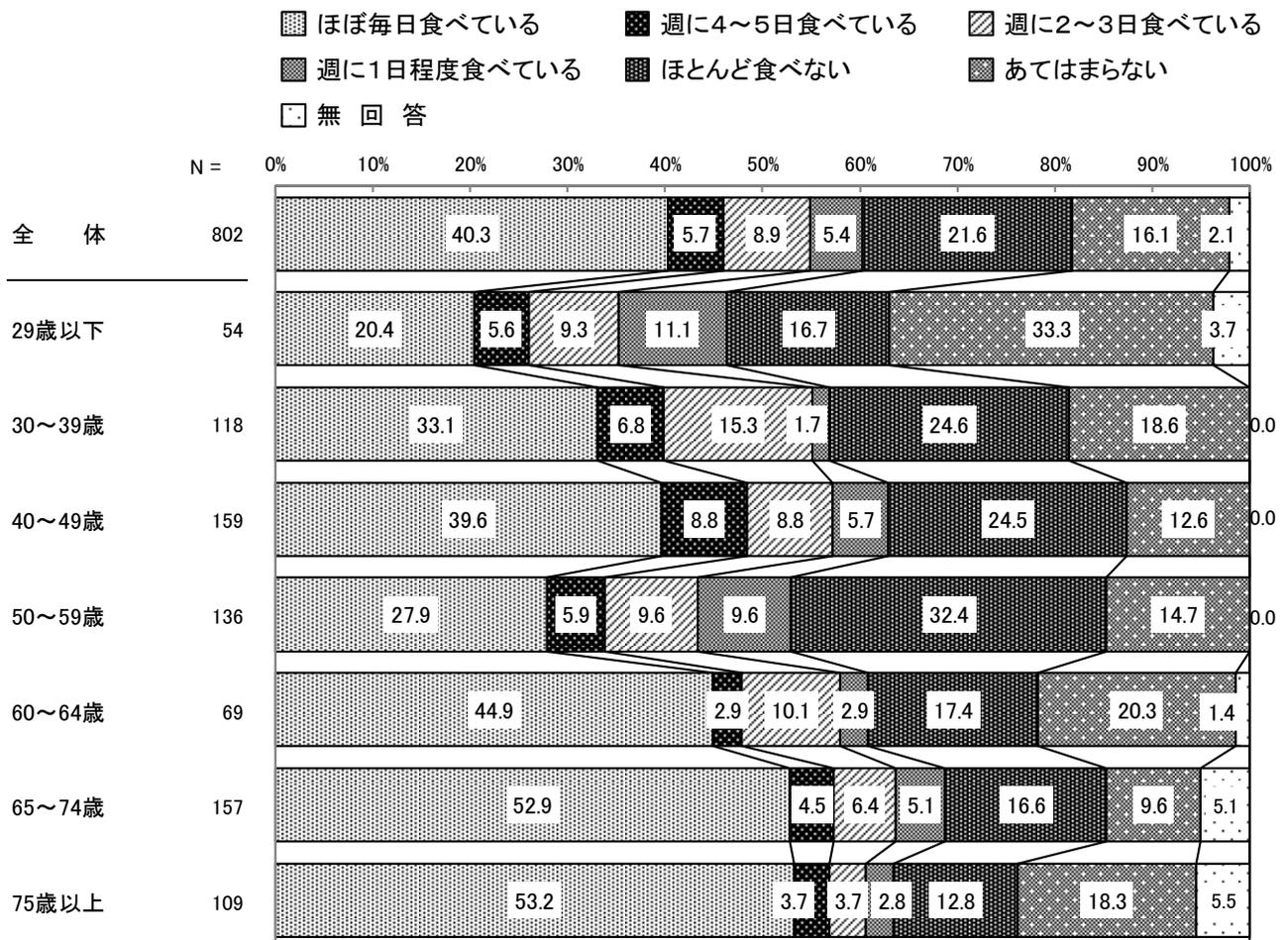


①朝食

全体では、「ほぼ毎日食べている」が40.3%と最も多く、「ほとんど食べない」が21.6%、「あてはまらない」が16.1%、「週に2～3日食べている」が8.9%、「週に4～5日食べている」が5.4%、「週に1日程度食べている」が5.7%である。

年齢別では、29歳以下で「ほぼ毎日食べている」が20.4%と少なく、75歳以上で53.2%と多い。また、50～59歳で「ほとんど食べない」が32.4%と多い。

問11 家族の方等と一緒に食べる①朝食[%]



性・年齢別では、70～74歳の男性で88.9%、女性で46.9%と、男性の方が多くなっている。

職業別では、家事専業で「ほぼ毎日食べている」が60.4%と多い。

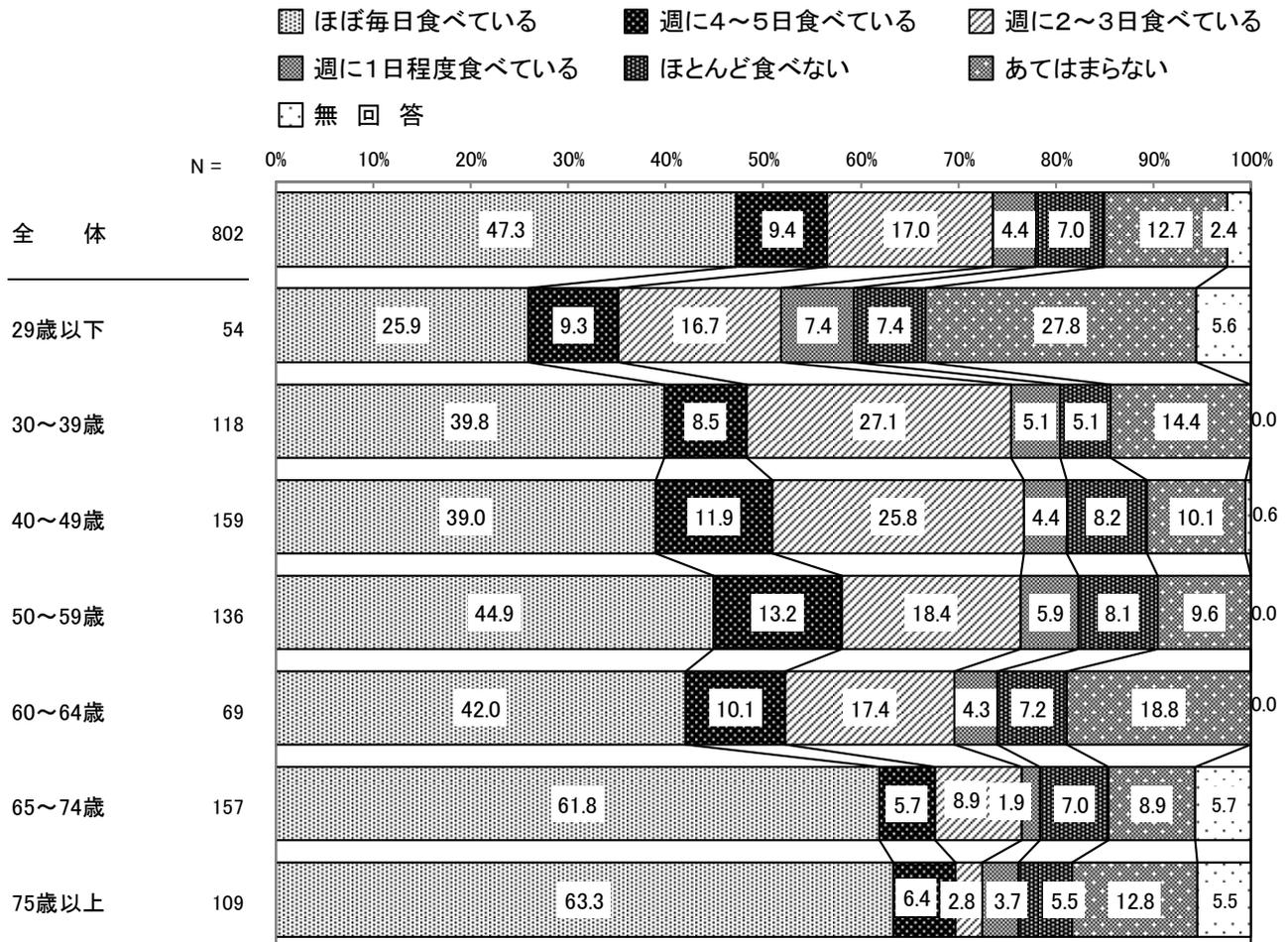
家族構成別では、一世代世帯(夫婦のみ)で「ほぼ毎日食べている」が56.8%である。

②夕食

全体では、「ほぼ毎日食べている」が47.3%と最も多く、「週に2～3日食べている」が17.0%、「あてはまらない」が12.7%、「週に4～5日食べている」が9.4%、「ほとんど食べない」が7.0%、「週に1日程度食べている」が4.4%である。

年齢別では、29歳以下で「ほぼ毎日食べている」が25.9%と少なく、30～64歳で40%程度、65歳以上で60%台と、年齢が上がるにつれて増える傾向がみられる。また、30～39歳で「週に2～3日食べている」が27.1%と多い。

問11 家族の方等と一緒に食べる②夕食[%]



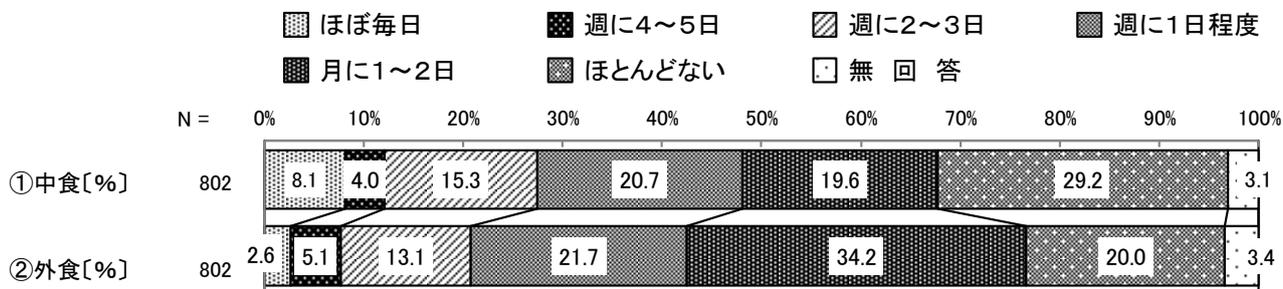
性・年齢別では、「ほぼ毎日食べている」が男性の70～74歳で81.5%、75歳以上で68.9%と多い。

職業別では、「ほぼ毎日食べている」が家事専業で65.7%、自営・自由業で60.7%、無職で58.6%と多く、会社員・公務員等(常勤)では31.5%と少ない。

家族構成別では、一世代世帯(夫婦のみ)で「ほぼ毎日食べている」が69.2%と多い。

問 12 次の形態の食事はどれくらいの頻度ですか。

①中食では「ほとんどない」が29.2%で最も多く、②外食では、「月に1～2日」が34.2%で最も多い。また、「ほぼ毎日」が①中食で8.1%、②外食で2.6%となっている。



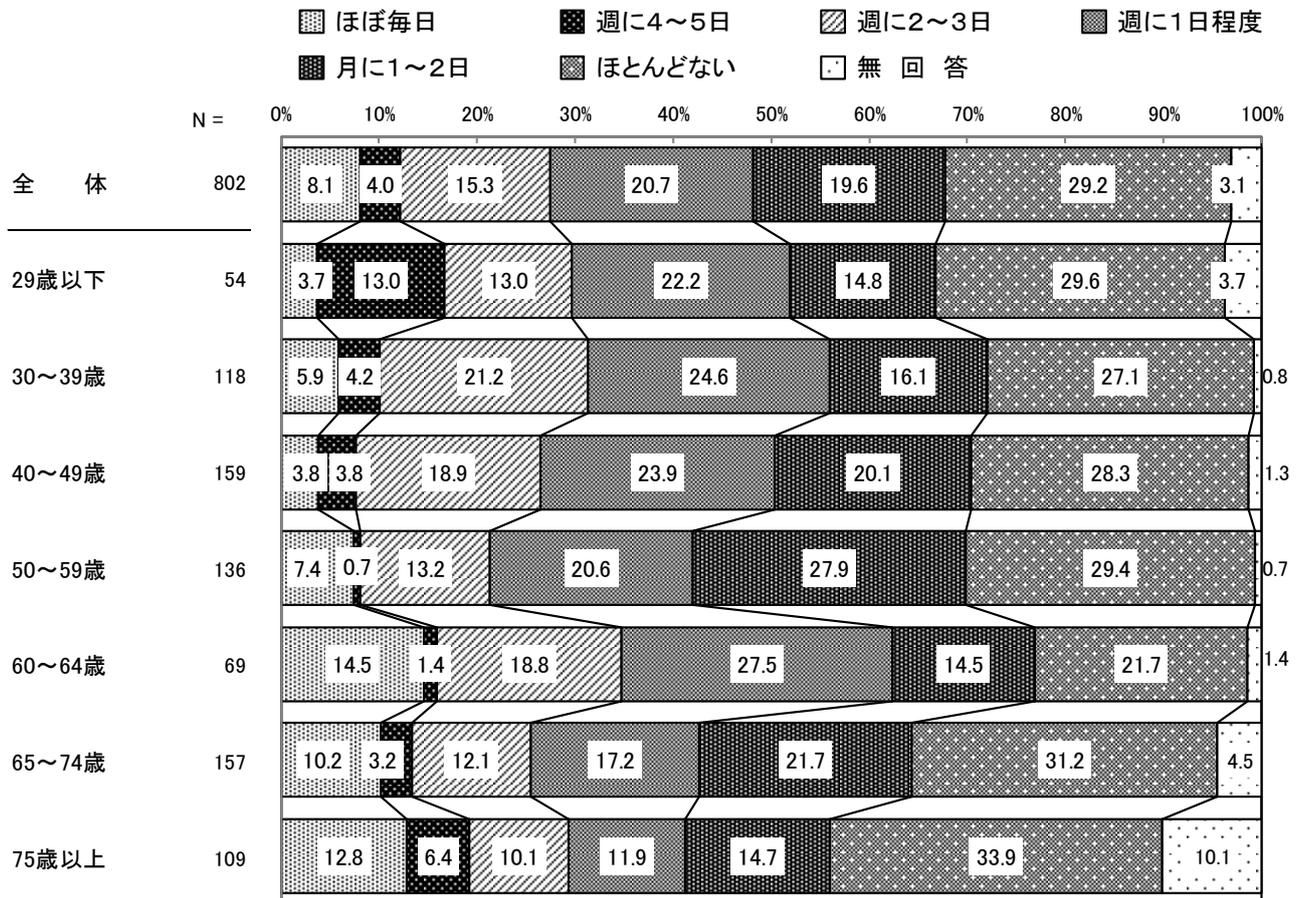
※中食とは…^{なかしょく}惣菜や弁当等を買って帰り、家でする食事のこと。

①中食

全体では、「ほとんどない」が 29.2%と最も多く、「週に1日程度」が 20.7%、「月に1～2日」が 19.6%、「週に2～3日」が 15.3%、「ほぼ毎日」が 8.1%、「週に4～5日」が 4.0%である。

年齢別では、29歳以下で「週に4～5日」が 13.0%とやや多い。

問12 ①中食[%]



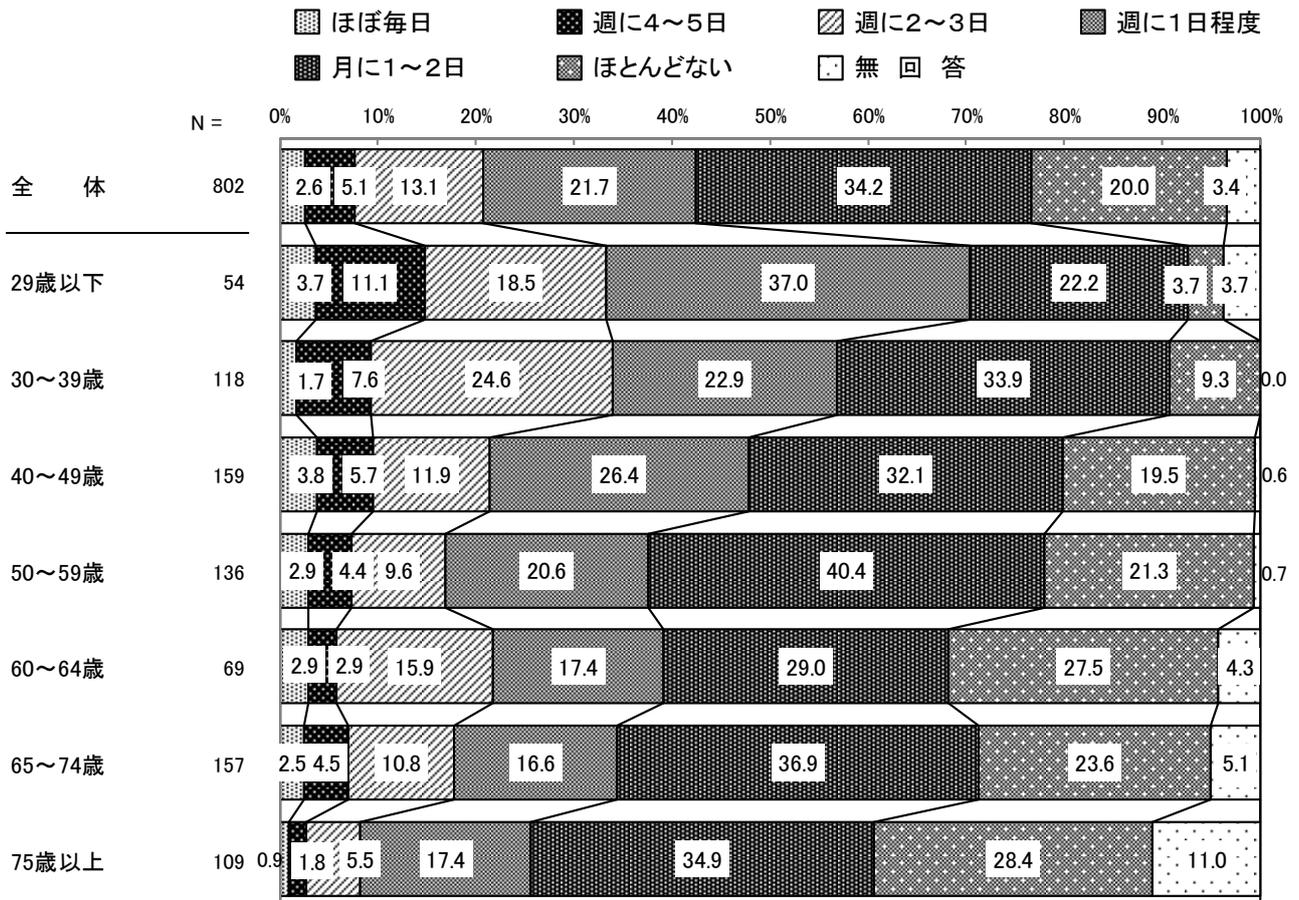
性・年齢別では、「週に2～3日」が女性の60～64歳で28.1%、30～39歳で26.1%である。
 家族構成別では、単身世帯で「ほとんどない」が19.5%と少なく、「ほぼ毎日」が15.4%、「週に4～5日」が8.1%、「週に2～3日」が24.4%と、他の世帯構成よりやや多い。三世帯世帯(親子・孫)で「週に1日程度」が31.7%と多い。

② 外食

全体では、「月に1～2日」が34.2%と最も多く、「週に1日程度」が21.7%、「ほとんどない」が20.0%、「週に2～3日」が13.1%、「週に4～5日」が5.1%、「ほぼ毎日」が2.6%である。

年齢別では、30～39歳で「週に2～3日」が24.6%と多い。また、29歳以下で「週に1日程度」が37.0%と多く、「ほとんどない」が3.7%と、他の年齢より少ない。

問12 ②外食[%]



職業別では、無職で「ほとんどない」が30.7%と多い。

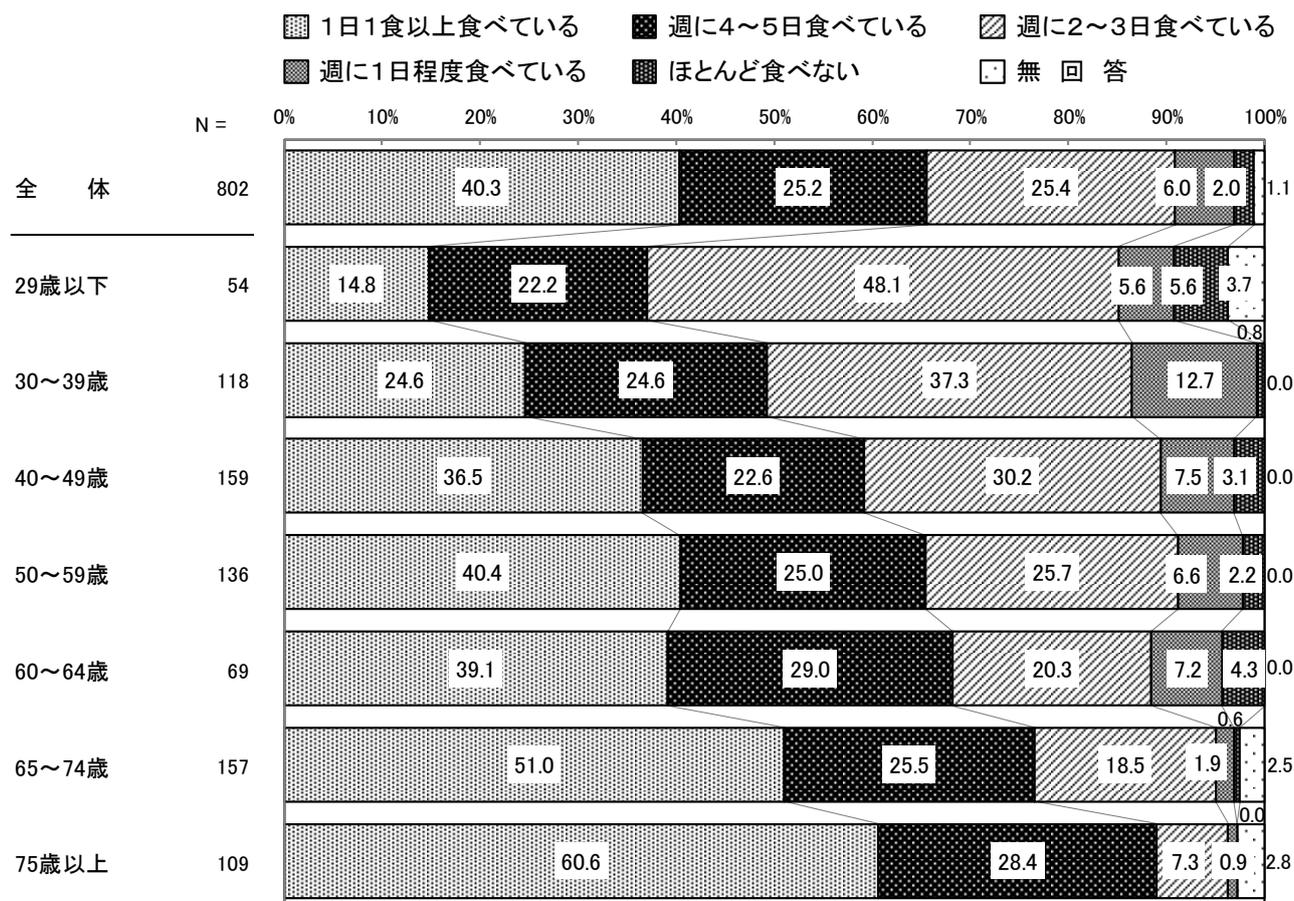
家族構成別では、三世帯世帯(親子・孫)で「月に1～2日」が43.9%とやや多い。

問 13 和食をどれくらい取り入れていますか。

全体では、「1日1食以上食べている」が40.3%と最も多く、「週に2～3日食べている」が25.4%、「週に4～5日食べている」が25.2%、「週に1日程度食べている」が6.0%、「ほとんど食べない」が2.0%である。

年齢別では、29歳以下で「1日1食以上食べている」が14.8%と少なく、年齢が上がるにつれて増える傾向がみられ、75歳以上では60.6%である。30～39歳では、「週に1日程度食べている」が12.7%と、他の年齢より多い。

問13 和食をどれくらい取り入れているか[%]



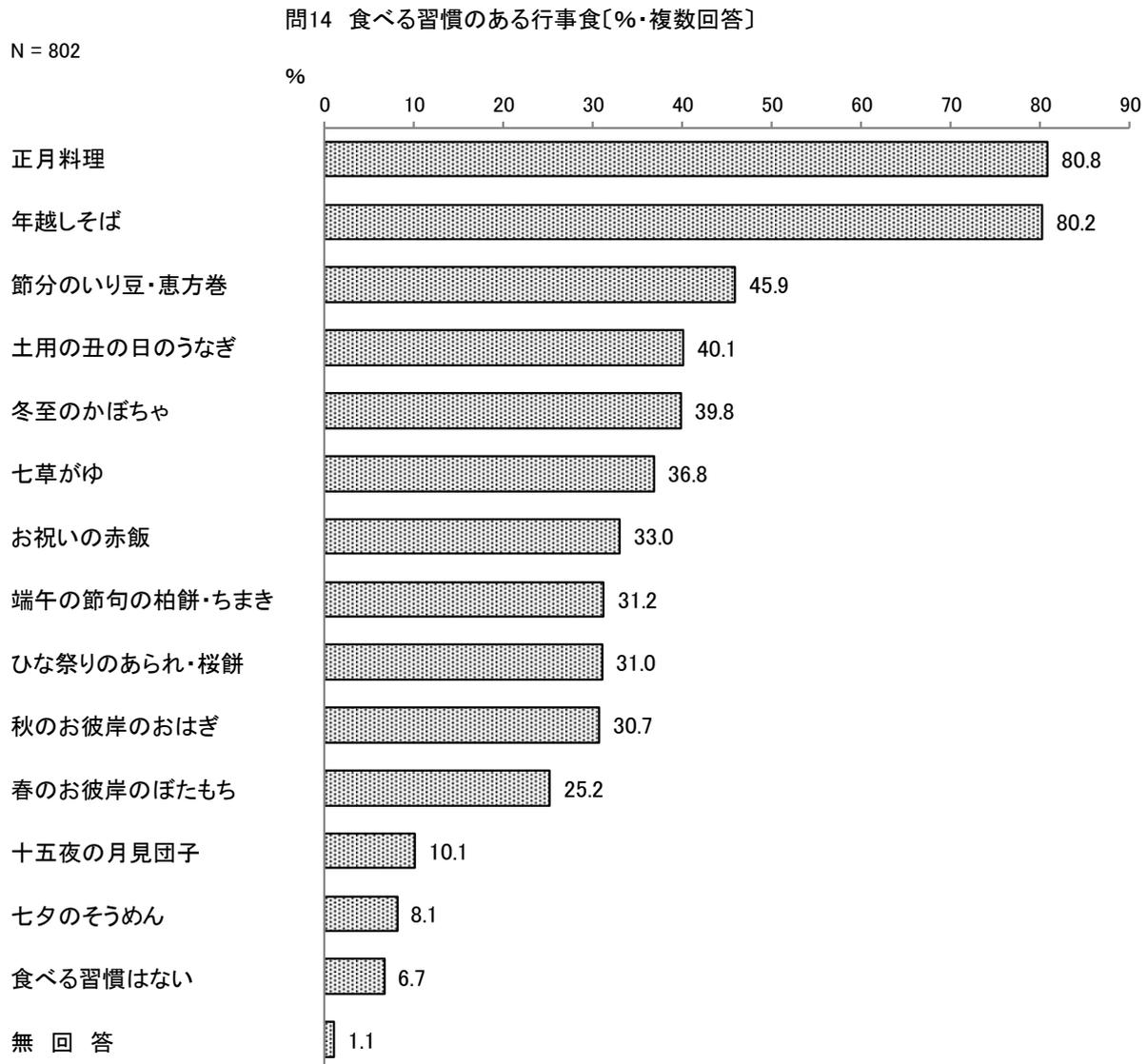
性・年齢別では、男性の70～74歳で「1日1食以上食べている」が77.8%、75歳以上で「週に4～5日食べている」が35.6%と多い。

職業別では、無職で「1日1食以上食べている」が54.3%、学生で「週に2～3日食べている」が64.7%と多い。

家族構成別では、三世代世帯(親子・孫)で「週に2～3日食べている」が34.1%とやや多い。

問 14 食べる習慣のある行事食は何ですか。

「正月料理」が80.8%、「年越しそば」が80.2%と多く、「節分のいり豆・恵方巻」、「土用の丑の日のうなぎ」が40%台で続いている。「食べる習慣はない」は6.7%である。



性・年齢別では、「節分のいり豆・恵方巻」が女性の50～59歳で66.3%、40～49歳で61.6%と多い。「春のお彼岸のぼたもち」と「秋のお彼岸のおはぎ」は年齢が上がるにつれて増える傾向がみられ、75歳以上では半数を超えている。「冬至のかぼちゃ」、「お祝いの赤飯」が女性の70歳以上で半数を超えている。

職業別では、家事専業で「年越しそば」「正月料理」がともに90%を超え、大半を占めている。

家族構成別では、単身世帯で各行事食とも回答が少なく、行事食を食べる習慣のある人は少ない。三世帯世帯(親子・孫)は各行事食とも回答が多く、特に「年越しそば」は97.6%と大半を占め、「節分のいり豆・恵方巻」が63.4%、「七草がゆ」が58.5%、「端午の節句の柏餅・ちまき」が46.3%、「秋の彼岸のおはぎ」が43.9%である。

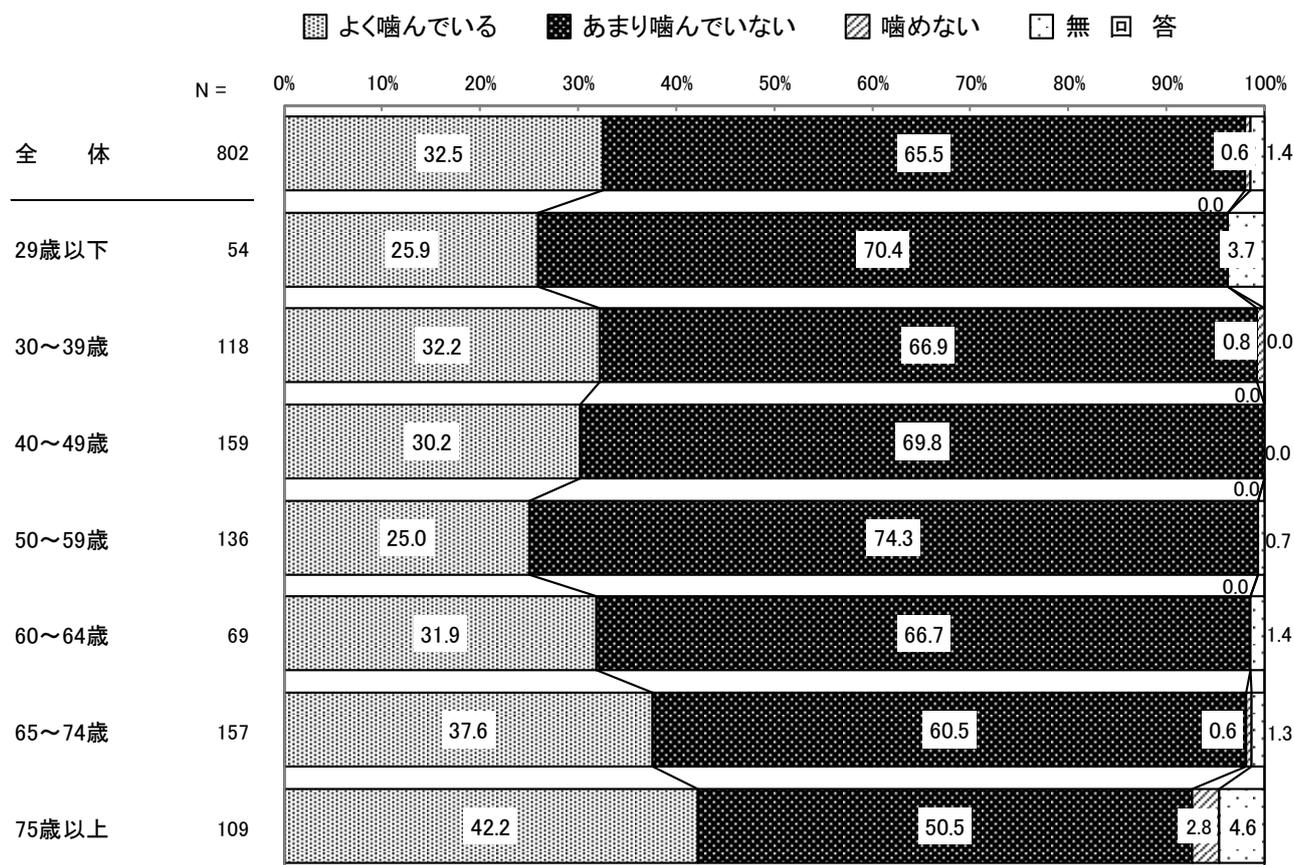
現在の暮らしの経済的状況別では、少数だが大変苦しいと回答した人で「食べる習慣はない」が17.6%と多い。

問 15 食事をよく噛んで食べていますか。

全体では、「あまり噛んでいない」が 65.5%と最も多く、「よく噛んでいる」が 32.5%、「噛めない」が 0.6%である。

年齢別では、50～59歳で「よく噛んでいる」が 25.0%と、他の年齢より少なく、以降年齢が上がるにつれて増え、75歳以上では 42.2%である。

問15 食事をよく噛んで食べている[%]

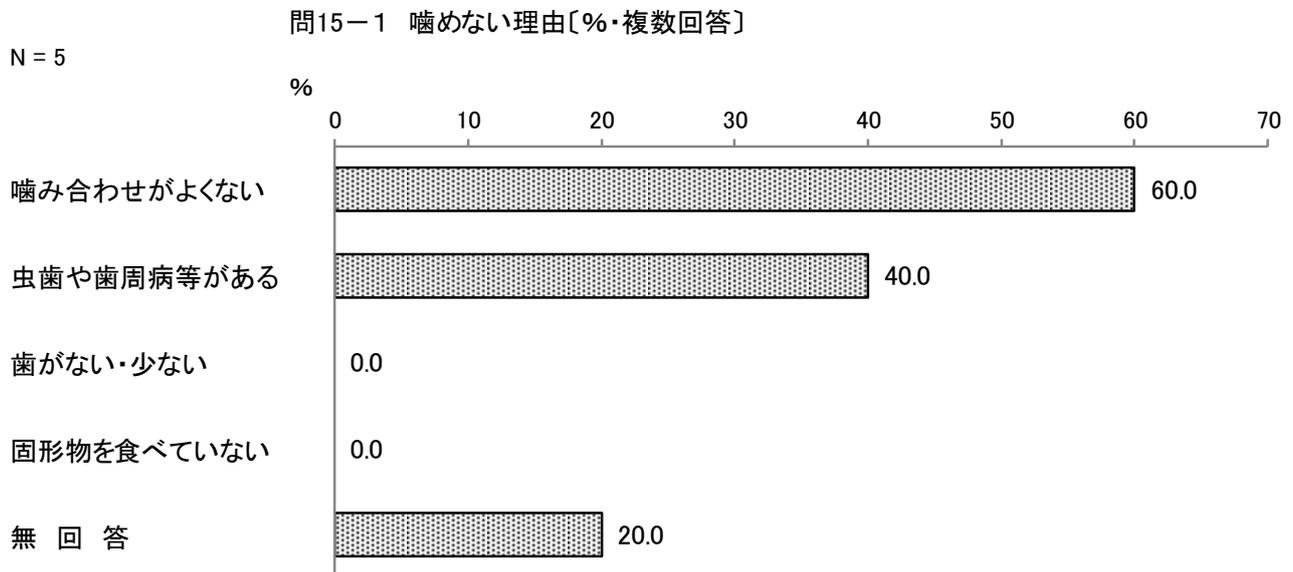


性別では、「よく噛んでいる」が男性で 27.5%、女性で 36.3%と女性の方がやや多い。
 現在の健康状態別では、あまりよくないと回答した人で「あまり噛んでいない」が 73.3%とやや多い。

問 15-1 【問 15 で「3 噛めない」に○をつけた方】

噛めない理由は何ですか。

「噛み合わせがよくない」が 60.0%と最も多く、「虫歯や歯周病等がある」が 40.0%で、「歯がない・少ない」と「固形物を食べていない」の回答はない。

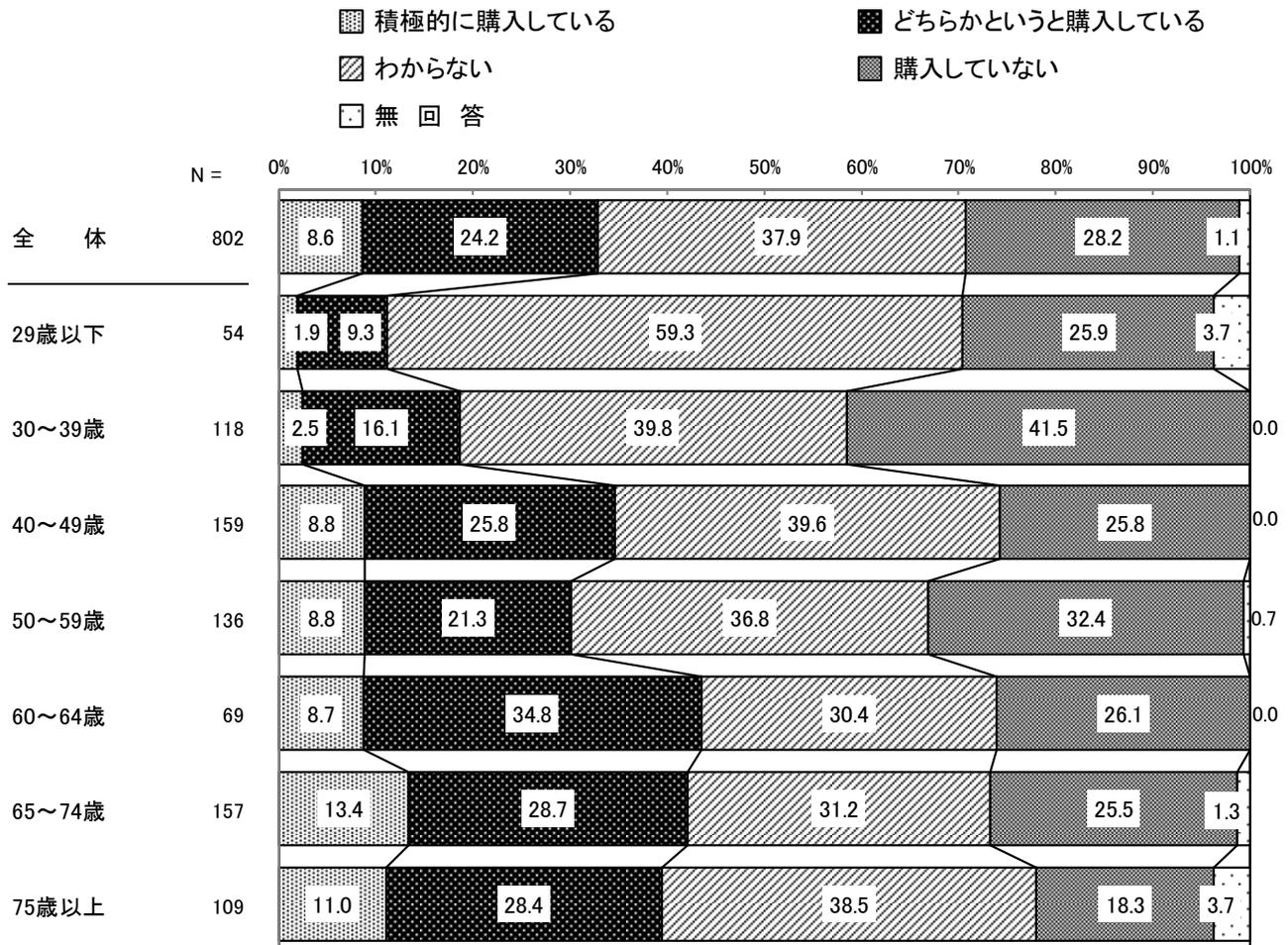


問 16 市内産の野菜を購入していますか。

全体では、「わからない」が 37.9%と最も多く、『購入している』（「積極的に購入している」8.6%+「どちらかというで購入している」24.2%）が 32.8%、「購入していない」が 28.2%である。

年齢別では、29歳以下で『購入している』（「積極的に購入している」1.9%+「どちらかというで購入している」9.3%）が 11.2%と少なく、60～64歳で 43.5%と多くなっている。

問16 市内産の野菜の購入[%]



性別では、「積極的に購入している」が女性で 10.6%と、男性の 5.1%よりやや多く、「わからない」は男性で 46.2%と、女性の 32.3%より多い。

職業別では、家事専業で「どちらかというで購入している」が 36.6%、学生で「わからない」が 52.9%と多い。

家族構成別では、単身世帯で「購入していない」が 40.7%と多い。

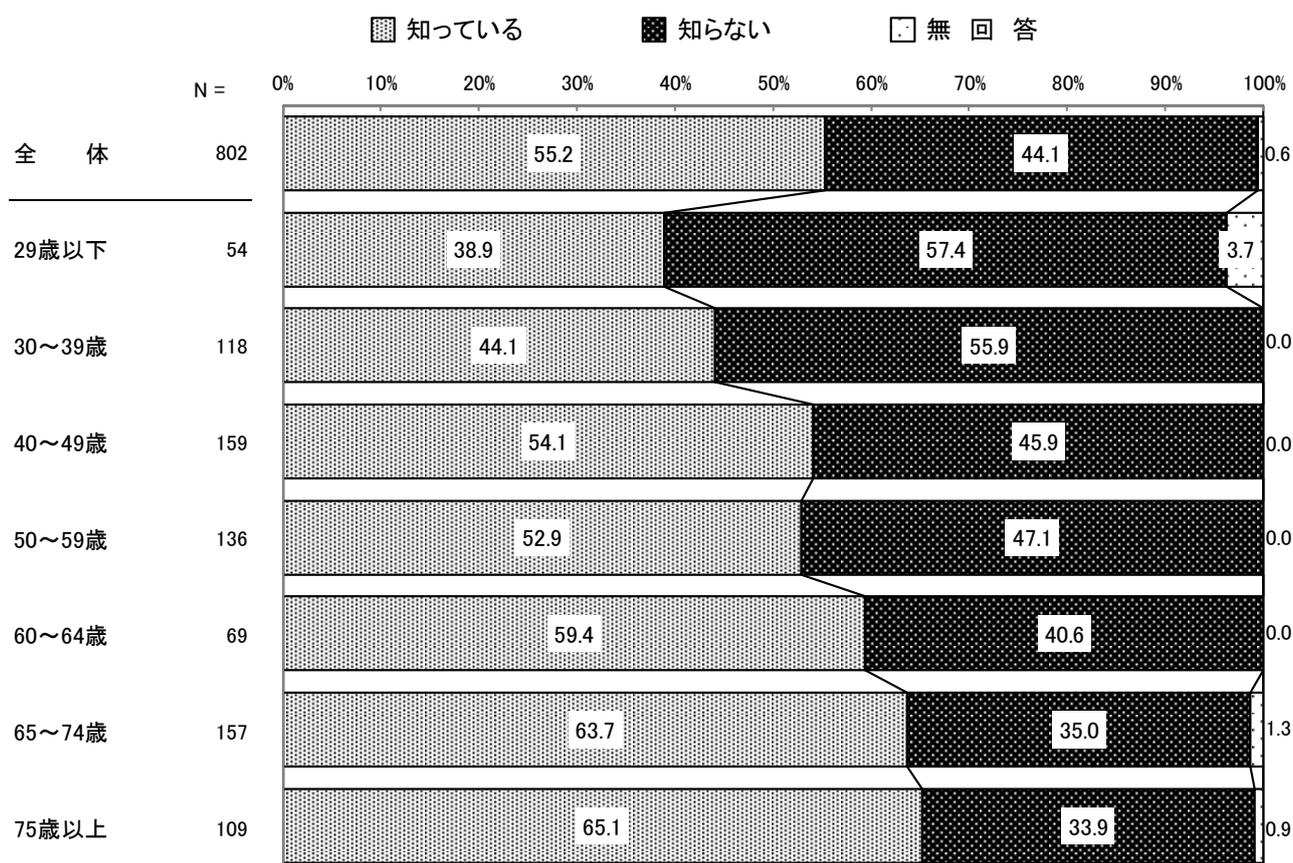
居住地域別では、「どちらかというで購入している」が八幡町で 41.4%、中町で 36.8%、「購入していない」が御殿山で 37.5%と多い。

問 17 健康増進の観点から、野菜を1日350gとることが目標になっていることを知っていますか。

全体では、「知っている」が55.2%、「知らない」が44.1%である。

年齢別では、29歳以下で「知らない」が57.4%と多く、30～39歳で55.9%、40～64歳で40%台、65歳以上で30%台と、年齢が上がるにつれて減る傾向がみられる。

問17 野菜を1日350g目標の認知[%]



性・年齢別では、「知っている」が男性で45.9%、女性で60.5%と、女性の方が多く、女性は年齢が上がるにつれて「知っている」の回答が増え、75歳以上では73.9%と多い。

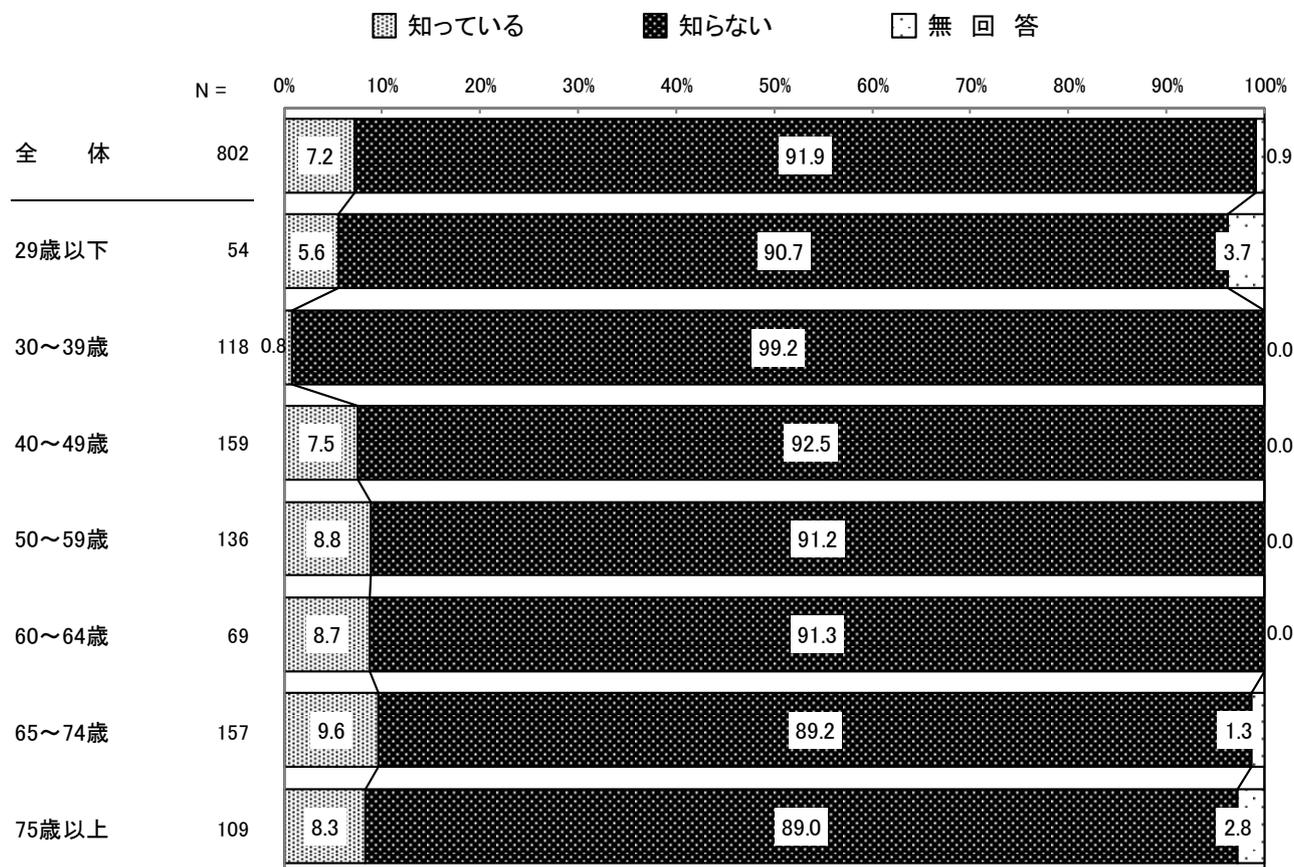
職業別では、家事専業で「知っている」が70.9%、学生で「知らない」が58.8%と多い。

現在の暮らしの経済的状況別では、大変苦しいと回答した人で「知っている」が68.6%と多い。

問 18 食育の日（毎月 19 日）を知っていますか。

全体では、「知らない」が 91.9%と大半を占め、「知っている」が 7.2%である。
 年齢別では、30～39 歳で「知っている」が 0.8%と、他の年齢より少ない。

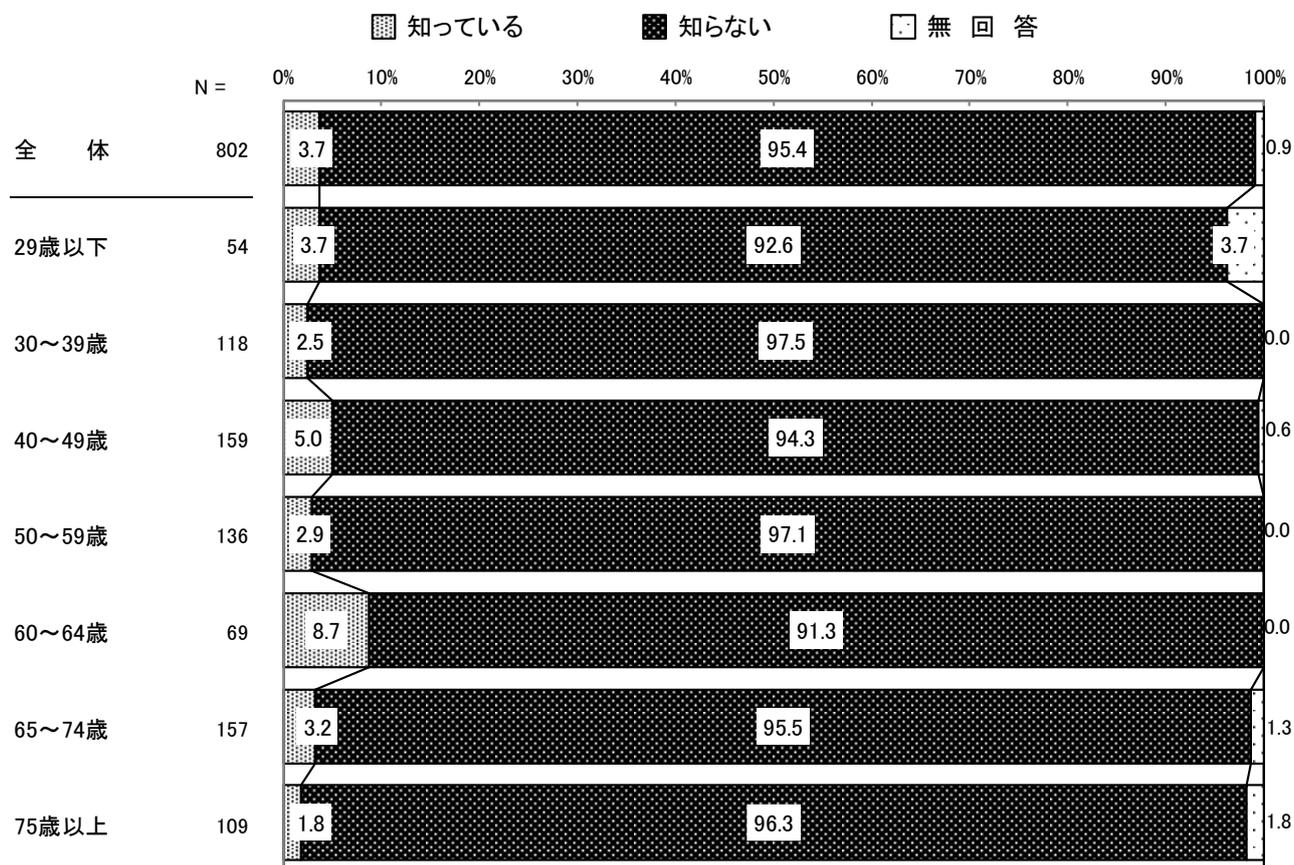
問18 食育の日の認知[%]



問 19 武蔵野市では毎月 19 日にクックパッド（市ウェブサイト内）に、レシピ・食育情報を公開していることを知っていますか。

全体では、「知らない」が 95.4%と大半を占め、「知っている」が 3.7%である。
年齢別では、60～64 歳で「知っている」が 8.7%と、他の年齢より多い。

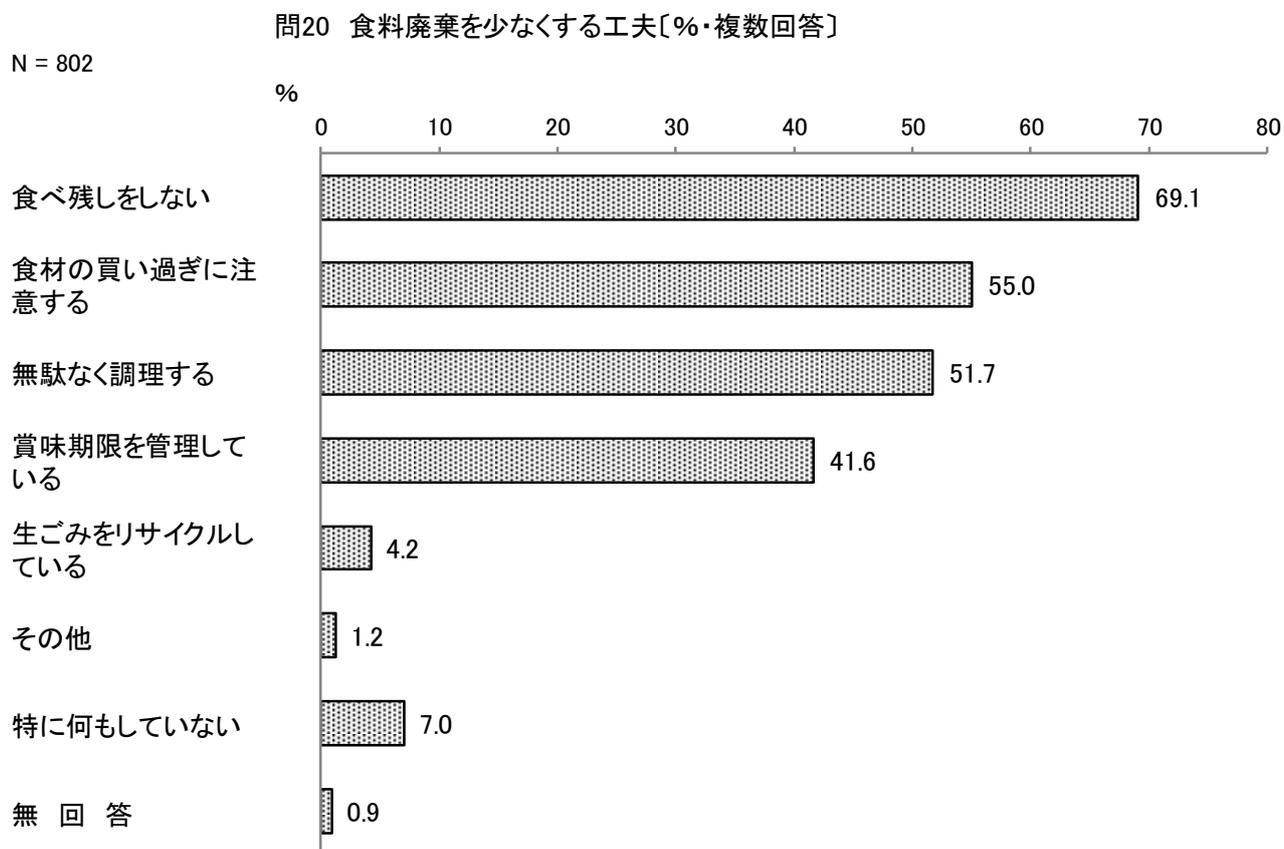
問19 武蔵野市が毎月レシピ・食育情報公開の認知[%]



食育の日の認知別では、食育の日を知っていると回答した人で「知っている」が 20.7%と多い。

問 20 食料廃棄を少なくする工夫をしていますか。

「食べ残しをしない」が 69.1%と最も多く、「食材の買い過ぎに注意する」が 55.0%、「無駄なく調理する」が 51.7%、「賞味期限を管理している」が 41.6%と続き、「生ごみをリサイクルしている」は 4.2%である。「特に何もしていない」は 7.0%である。

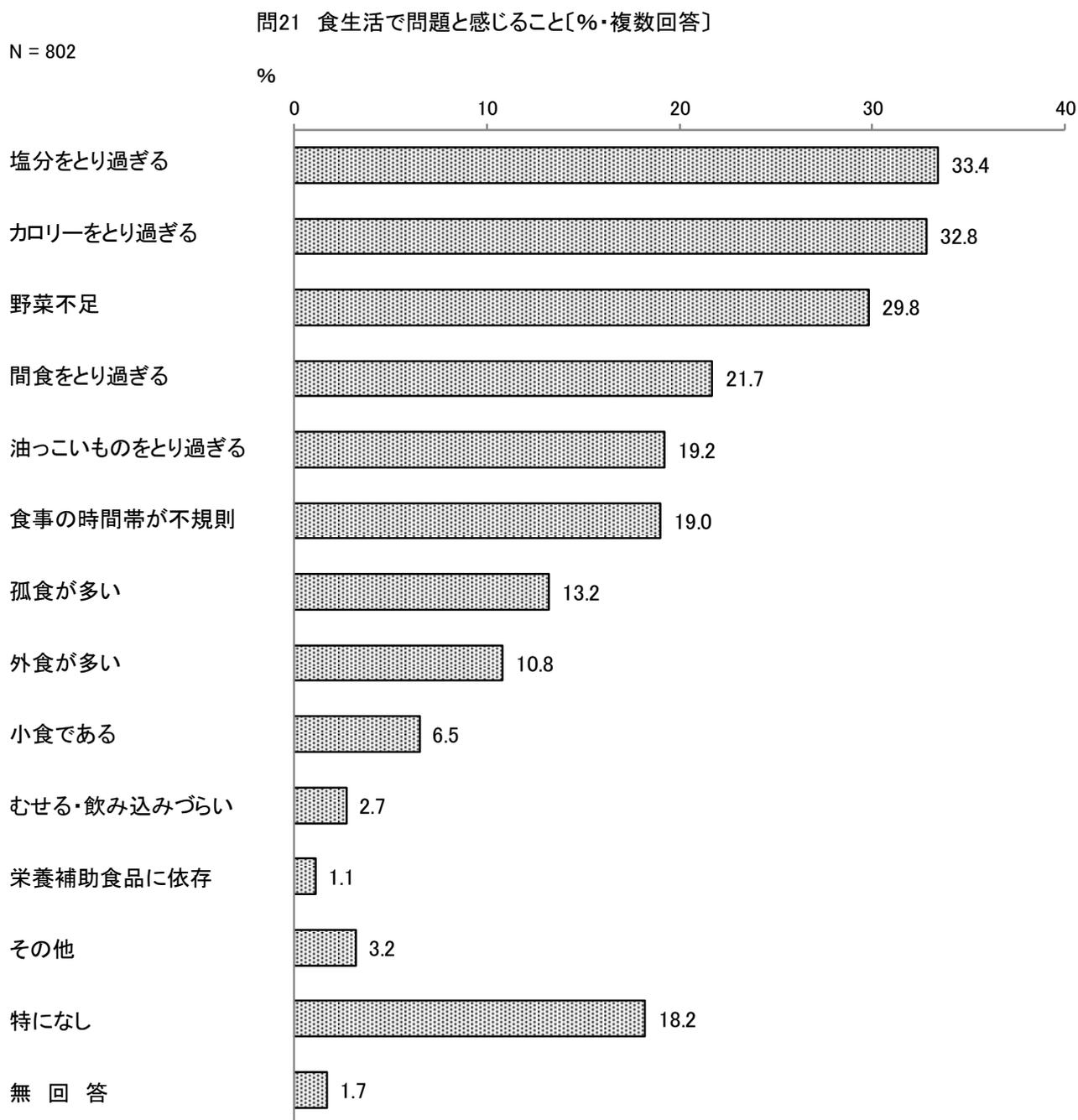


性・年齢別では、女性で「無駄なく調理する」が 62.6%、「食材の買い過ぎに注意する」が 62.4%、「賞味期限を管理している」が 44.3%と男性よりそれぞれ多い。特に女性の 70～74 歳で「無駄なく調理する」が 84.4%と多い。

職業別では、家事専業で「無駄なく調理する」が 73.9%、「食材の買い過ぎに注意する」が 70.9%、「賞味期限を管理している」が 53.0%、学生で「食べ残しをしない」が 88.2%と多い。

問 21 あなたの食生活で問題と感ずることありますか。

「塩分をとり過ぎる」が33.4%、「カロリーをとり過ぎる」が32.8%、「野菜不足」が29.8%で多く、「間食をとり過ぎる」が21.7%、「油っこいものをとり過ぎる」、「食事の時間帯が不規則」、「孤食が多い」、「外食が多い」が10%台となっている。「特になし」は18.2%である。



性・年齢別では、「カロリーをとり過ぎる」が男性の 30～59 歳で多く、特に 40～49 歳で 50.9%となっている。「野菜不足」が女性の 20～29 歳で 48.1%と多い。「油っこいものをとり過ぎる」が男性の 30～69 歳で多く、特に 65～69 歳は 31.8%である。また、「食事の時間帯が不規則」が男性の 30～59 歳、女性の 29 歳以下で多く、特に女性の 20～29 歳で 44.4%となっている。「特になし」が 70～74 歳の女性で 37.5%、男性で 33.3%と、他の年齢より多い。

職業別では、会社員・公務員等(常勤)で「カロリーをとり過ぎる」が 44.1%と多く、「塩分をとり過ぎる」が 41.3%、「油っこいものをとり過ぎる」が 25.2%とやや多くなっている。学生では、「孤食が多い」が 29.4%と多く、会社員・公務員等(常勤)、学生とともに「外食が多い」が 20%台、「食事の時間が不規則」が 30%台と多い。

家族構成別では、単身世帯で「野菜不足」が 44.7%、「孤食が多い」が 35.0%、「食事の時間帯が不規則」が 29.3%、「外食が多い」が 21.1%と、他の家族構成より多い。

現在の健康状態別では、よくないと回答した人で「野菜不足」が 42.9%、「小食である」が 28.6%と多い。

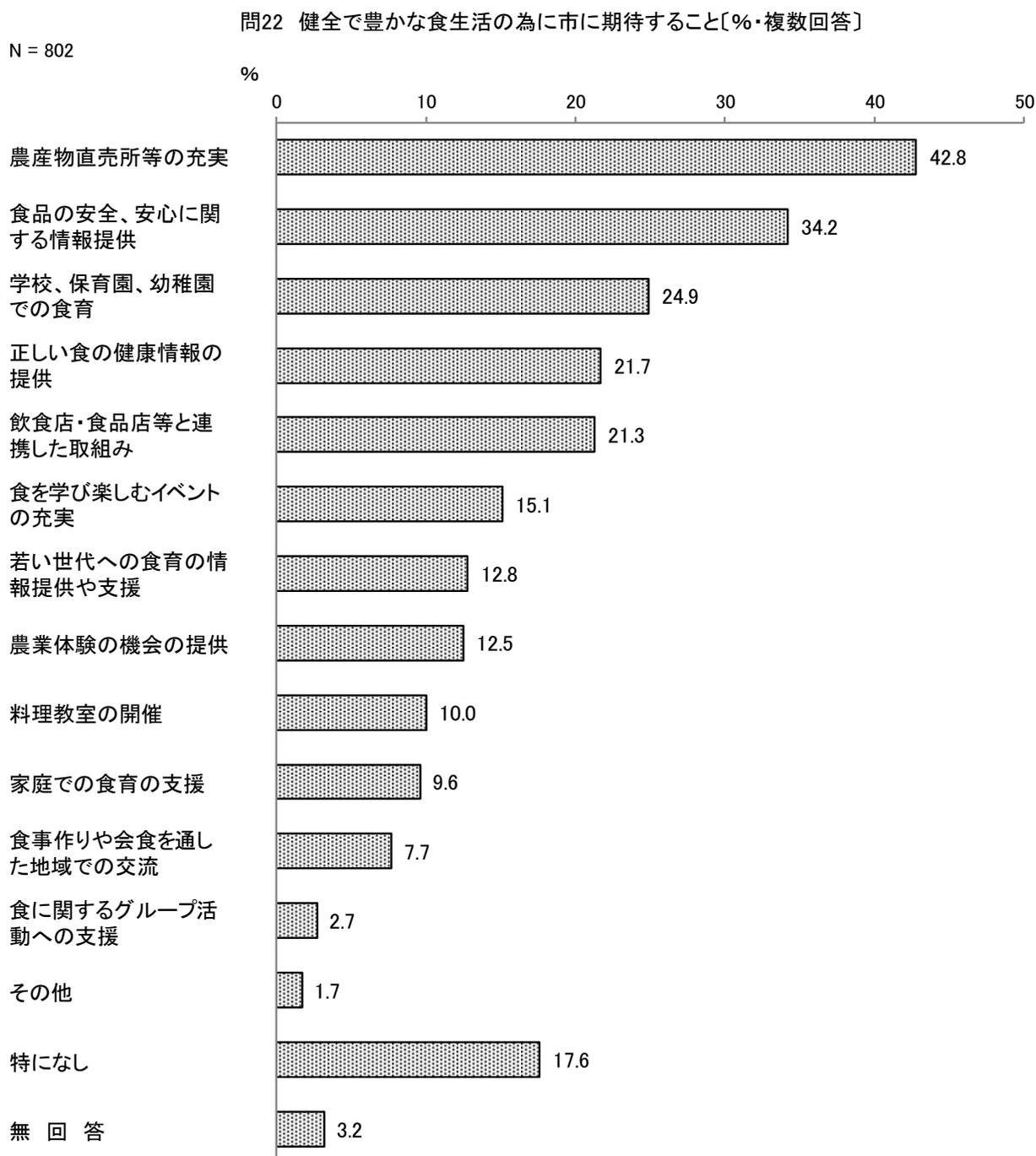
<過去調査との比較>

上位5項目

	平成22年	平成28年
塩分をとり過ぎる	27.0%	33.4%
カロリーをとり過ぎる	34.6%	32.8%
野菜不足	29.9%	29.8%
間食をとり過ぎる	17.2%	21.7%
油っこいものをとり過ぎる	16.2%	19.2%

問 22 健全で豊かな食生活を送るために市や地域に何を期待しますか。

「農産物直売所等の充実」が 42.8%と最も多く、次いで「食品の安全、安心に関する情報提供」が 34.2%である。「学校、保育園、幼稚園での食育」、「正しい食の健康情報の提供」、「飲食店・食品店等と連携した取組み」が 20%台となっている。「特になし」は 17.6%である。



性・年齢別では、「食品の安全・安心に関する情報提供」が男性の 65～74 歳、女性の 50～64 歳で 40%台と多い。また、「若い世代への食育の情報提供や支援」が女性の 50～69 歳で多く、特に 50～59 歳で 25.3%である。「農産物直売所等の充実」が女性の 60～64 歳で 56.3%、50～59 歳で 54.2%と多い。

職業別では、家事専業で「農産物直売所の充実」が 50.0%とやや多い。

<過去調査との比較>

上位5項目

	平成22年	平成28年
農産物直売所等の充実	43.2%	42.8%
食品の安全、安心に関する情報提供	41.7%	34.2%
学校、保育園、幼稚園での食育	26.3%	24.9%
正しい食の健康情報の提供	36.1%	21.7%
飲食店・食品店等と連携した取組み	19.3%	21.3%

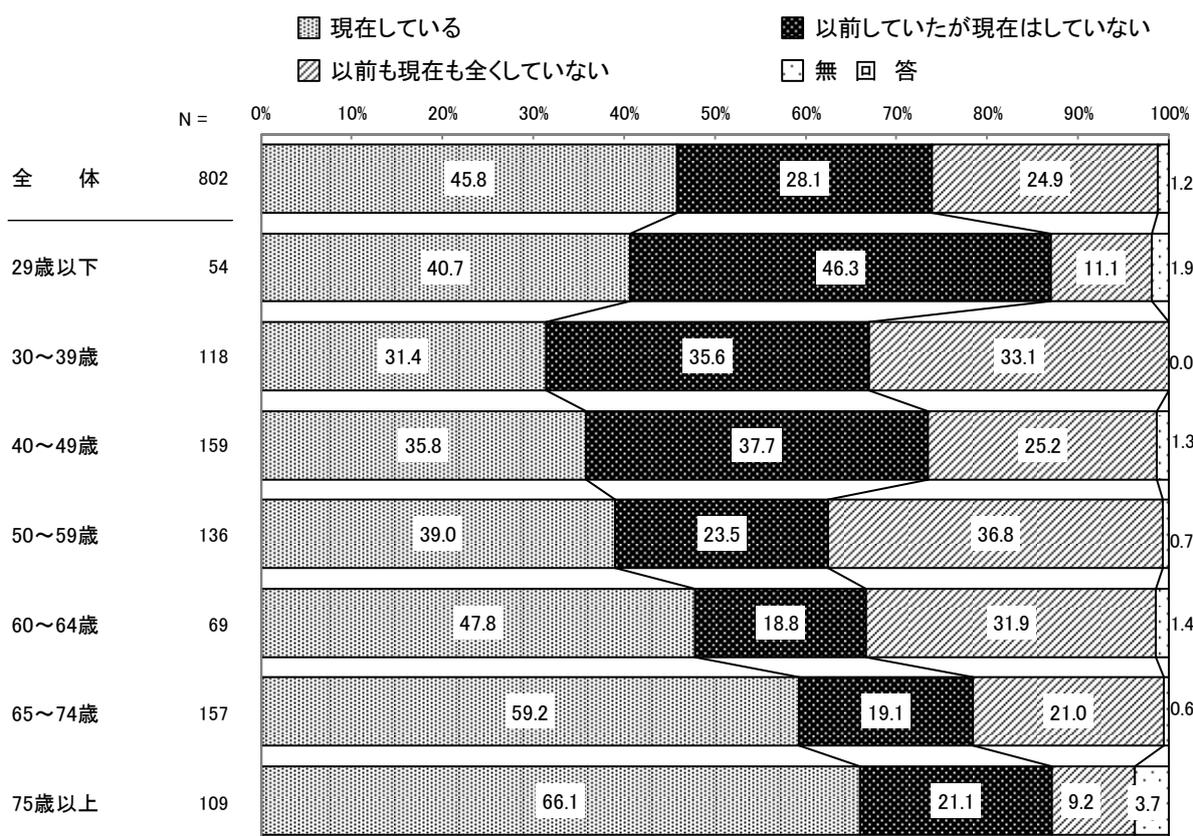
2-4 日頃の身体活動

問 23 連続して 30 分以上の運動を週 1 回以上していますか。

全体では、「現在している」が 45.8%と最も多く、「以前していたが現在はしていない」が 28.1%、「以前も現在も全くしていない」が 24.9%である。

年齢別では、30～39歳で「現在している」が 31.4%と少なく、以降年齢が上がるにつれて増え、75歳以上では 66.1%である。また、29歳以下で「以前していたが現在はしていない」が 46.3%と多い。

問23 連続して30分以上の運動を週1回以上している[%]



性・年齢別では、「現在している」が男性の 65 歳以上、女性の 70 歳以上で多く、特に女性の 75 歳以上で 73.9%である。

職業別では、「現在している」が無職で 60.0%、「以前も現在もまったくしていない」がアルバイト・派遣等(非常勤)で 36.1%と多い。

現在の健康状態別では、よいと回答した人で「現在している」が 58.9%、よくないと回答した人で「以前はしていたが現在はしていない」が 52.4%である。

居住地域別では、吉祥寺南町で「現在している」が 60.3%、御殿山で「以前はしていたが現在はしていない」が 41.7%と多い。

<過去調査との比較>

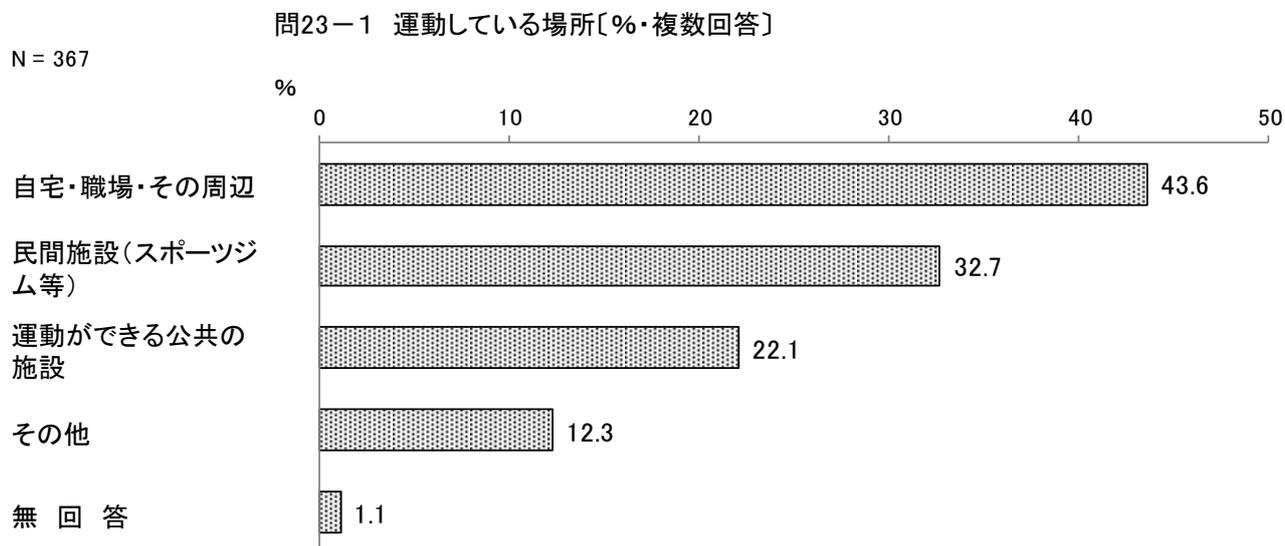
「現在している」の回答割合

	平成22年	平成28年
全体	46.2%	45.8%

問 23-1【問 23 で「1 現在している」に○をつけた方】

どこで運動をしていますか。

「自宅・職場・その周辺」が 43.6%と最も多く、「民間施設(スポーツジム等)」が 32.7%、「運動ができる公共の施設」が 22.1%となっている。



性・年齢別では、「民間施設(スポーツジム等)」が男性で 29.1%、女性で 37.5%と女性の方がやや多く、特に女性の 60～64 歳で 50.0%である。

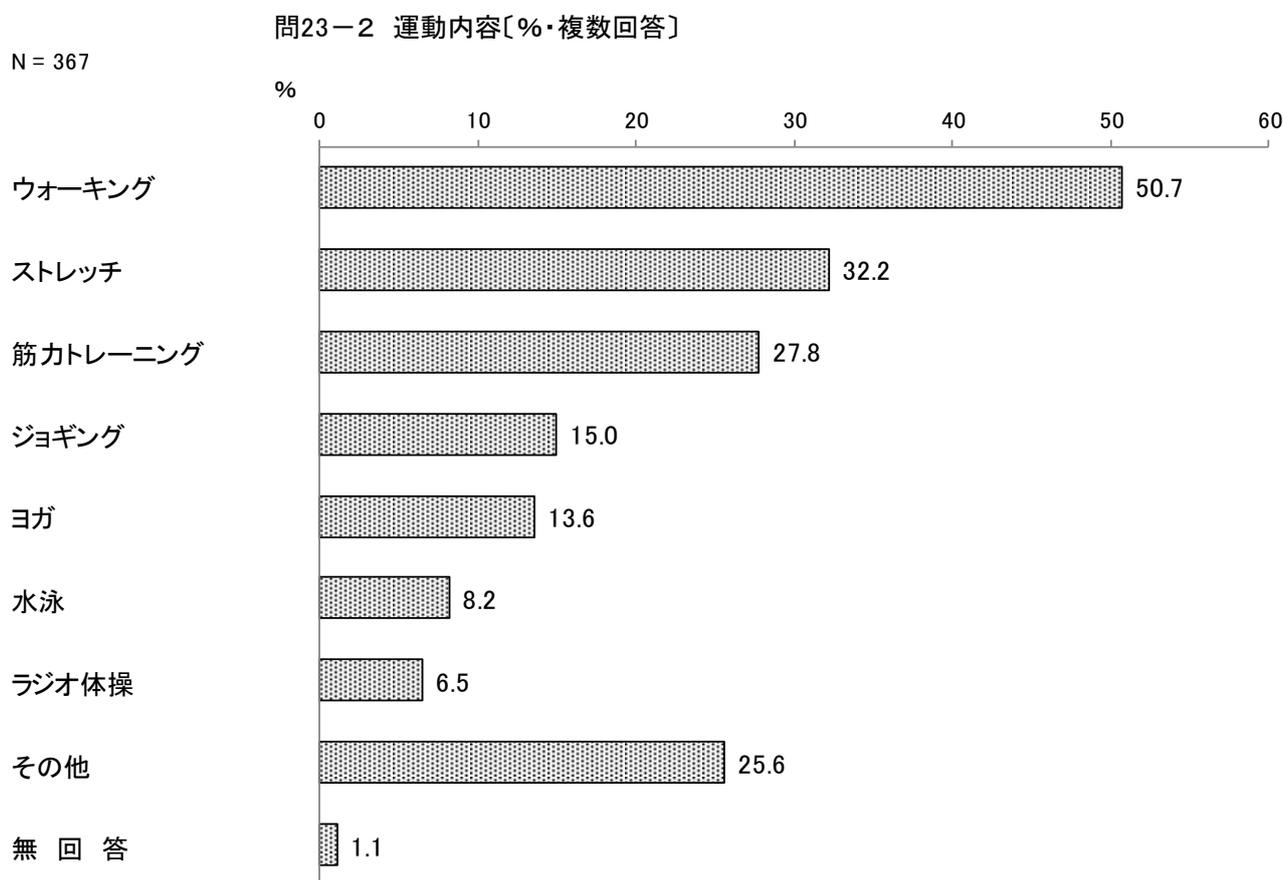
職業別では、会社員・公務員等(常勤)で「民間施設(スポーツジム等)」が 44.0%と多い。

居住地域別では、「民間施設(スポーツジム等)」が吉祥寺本町で 62.5%、吉祥寺南町で 45.5%と多い。また、「運動ができる公共の施設」が緑町で 42.9%、中町で 39.0%、「自宅・職場・その周辺」が境で 71.9%、関前で 52.4%である。

問 23-2【問 23 で「1 現在している」に○をつけた方】

どのような運動をしていますか。

「ウォーキング」が 50.7%と最も多く、「ストレッチ」が 32.2%、「筋力トレーニング」が 27.8%と続いている。「ジョギング」、「ヨガ」が 10%台、水泳が 8.2%、ラジオ体操が 6.5%となっている。



性・年齢別では、「ジョギング」が男性で 27.2%と、女性の 5.7%より多く、特に男性の 40～49 歳で 52.6%である。「ストレッチ」は女性の方が多く、60 歳以上で 40%を超え、特に 60～64 歳で 57.1%である。また、30～39 歳の女性で「ヨガ」が 52.6%となっている。「筋力トレーニング」が男性の 20～59 歳で多く、特に 30～39 歳で 43.8%である。

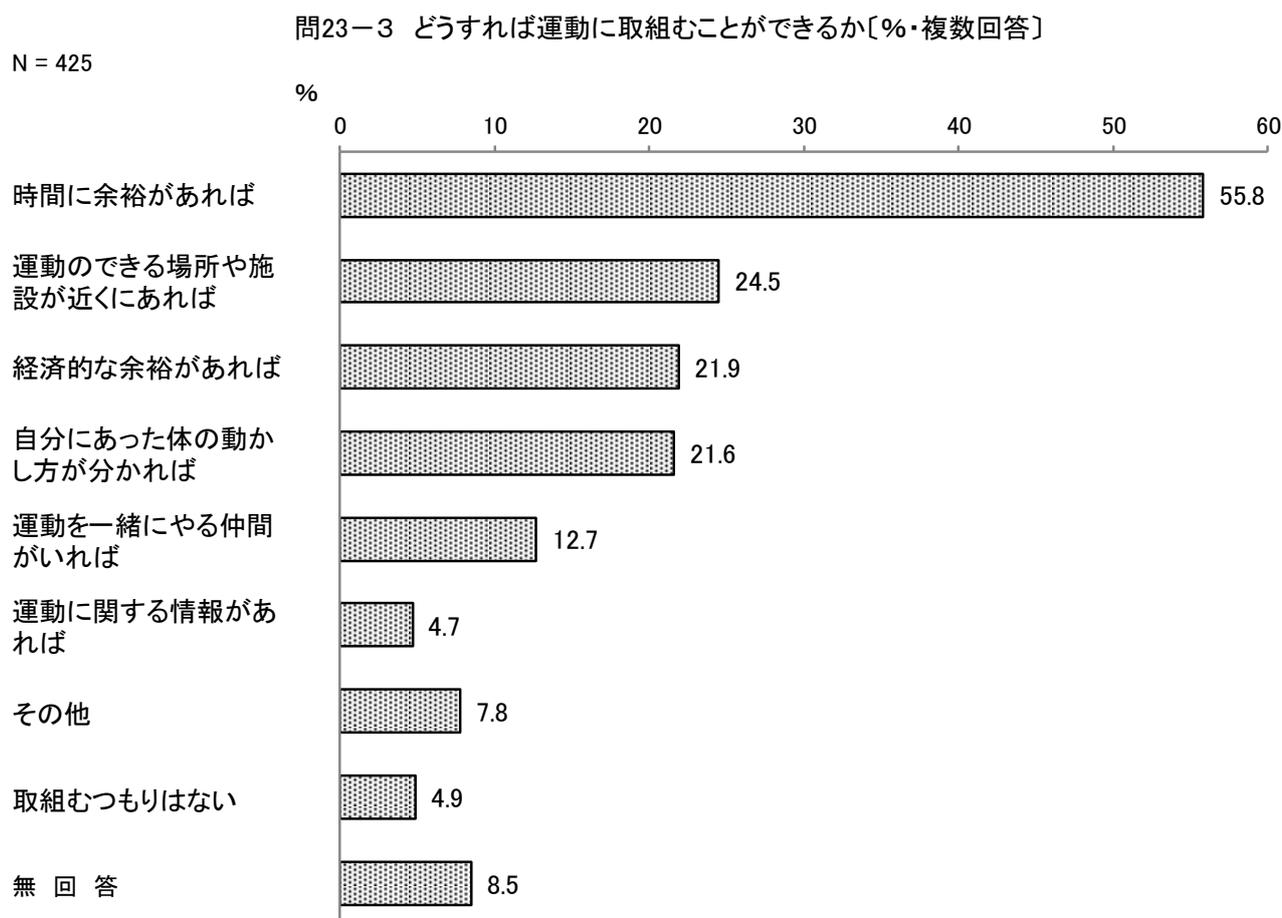
職業別では、「ウォーキング」が無職で 60.7%、「ジョギング」が会社員・公務員等(常勤)で 27.5%と多い。また、「ストレッチ」が家事専業で 49.2%、会社員・公務員等(常勤)で 20.2%、「筋力トレーニング」が自営・自由業で 40.5%と多い。

運動している場所別では、「ウォーキング」が自宅・職場・その周辺で 58.1%と多く、民間施設(スポーツジム等)で 21.5%、運動ができる公共の施設で 15.1%である。「水泳」は民間施設(スポーツジム等)、運動ができる公共の施設でともに 56.7%となっている。「筋力トレーニング」は民間施設(スポーツジム等)で 52.9%と、自宅・職場・その周辺(37.3%)、運動ができる公共の施設(18.6%)より多くなっている。

問 23-3【問 23 で「2 以前していたが現在はしていない」「3 以前も現在も全くしていない」に○をつけた方】

どうすれば運動に取り組むことができると思いますか。

「時間に余裕があれば」が 55.8%と最も多く、「運動のできる場所や施設が近くにあれば」、「経済的な余裕があれば」、「自分にあった体の動かし方が分かれば」が 20%台である。「運動を一緒にやる仲間がいれば」が 12.7%、「運動に関する情報があれば」が 4.7%となっている。「取り組むつもりはない」は 4.9%である。



性・年齢別では、「時間に余裕があれば」が男女ともに 30～49 歳で多く、特に女性の 30～39 歳で 78.0%である。また、女性の 40～49 歳で「経済的な余裕があれば」が 34.4%、「自分にあった体の動かし方が分かれば」が女性の 50～69 歳で多く、特に女性の 65～69 歳 36.8%である。

職業別では、「時間に余裕があれば」が学生で 77.8%、会社員・公務員等(常勤)で 72.8%と多い。また、無職で「自分にあった体の動かし方が分かれば」が 33.3%と、他の職業より多い。

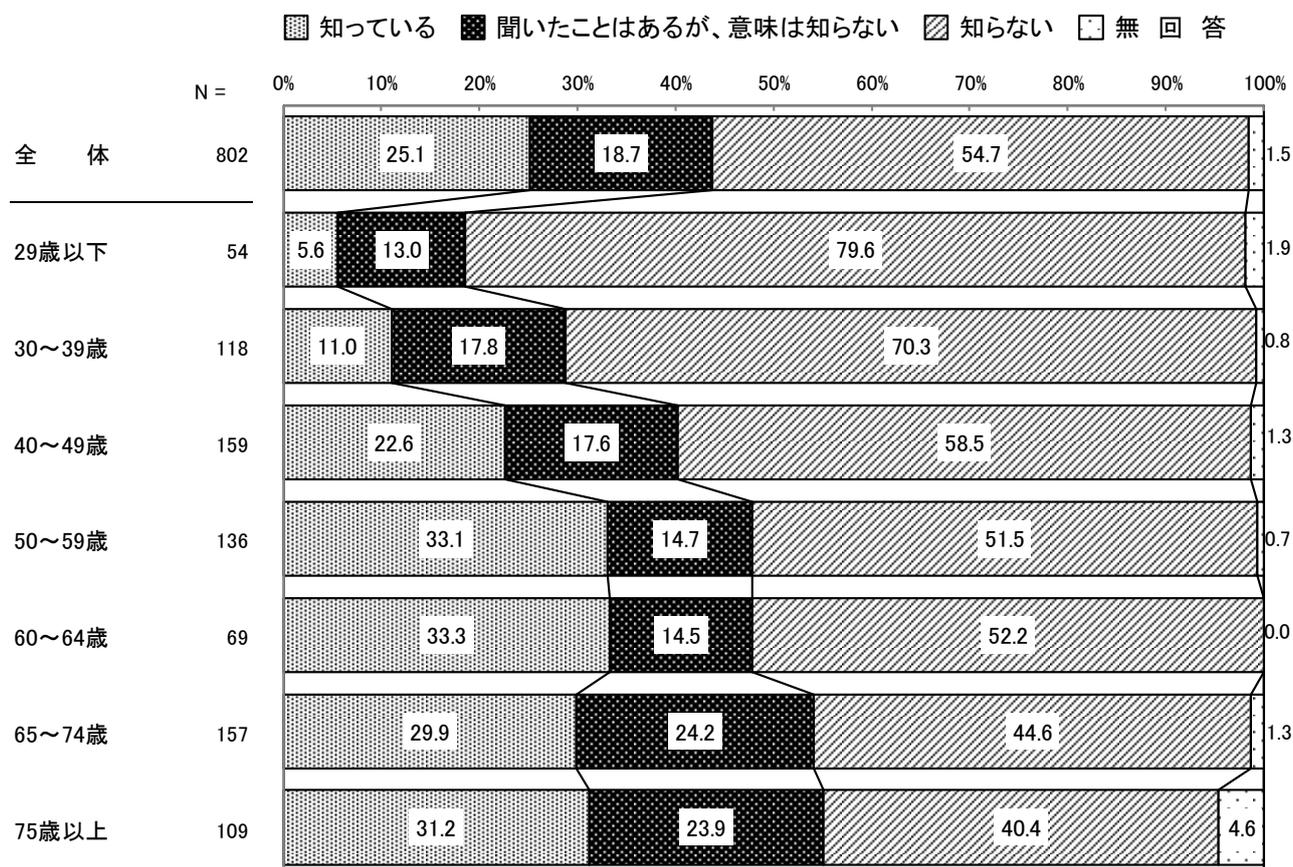
居住地域別では、「時間に余裕があれば」が境で 67.3%、御殿山で 66.7%、「運動のできる場所や施設が近くにあれば」が吉祥寺南町で 46.4%、境で 34.6%、「自分にあった体の動かし方が分かれば」が八幡町で 64.3%、吉祥寺本町で 44.4%である。

問 24 「ロコモティブシンドローム」の意味を知っていますか。

全体では、「知らない」が 54.7%と最も多く、「知っている」が 25.1%、「聞いたことはあるが、意味は知らない」が 18.7%である。

年齢別では、29歳以下で「知らない」が 79.6%と多く、年齢が上がるにつれて減る傾向がみられ、65歳以上で 40%台である。

問24 ロコモティブシンドロームの認知[%]



性・年齢別では、「知っている」が男性で19.9%、女性で27.9%と、女性の方が多く、特に女性の50～59歳で41.0%である。

職業別では、「知らない」が会社員・公務員等(常勤)で65.4%、学生で64.7%と多い。

連続して30分以上の運動を週1回以上しているか別では、以前していたが現在はしていない人で「知らない」が66.2%と多い。

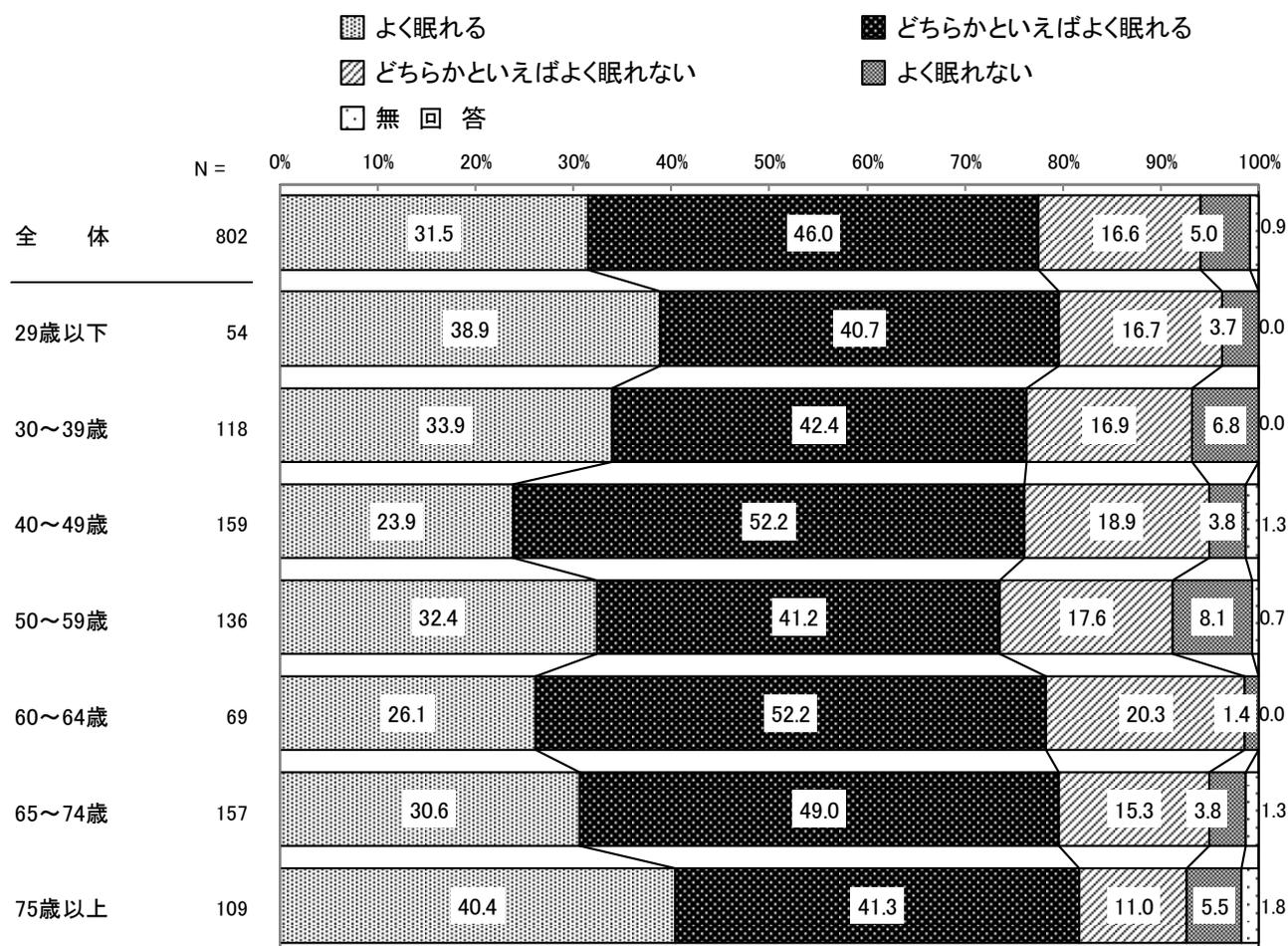
2-5 休養・こころの健康

問 25 ここ1か月の睡眠状態はどうか。

全体では、『眠れる』（「よく眠れる」31.5%+「どちらかといえばよく眠れる」46.0%）が77.5%、『眠れない』（「どちらかといえばよく眠れない」16.6%+「よく眠れない」5.0%）が21.6%である。

年齢別では、50～59歳で『眠れない』（「どちらかといえばよく眠れない」17.6%+「よく眠れない」8.1%）が25.7%と、他の年齢よりやや多い。

問25 ここ1か月の睡眠状態[%]



性・年齢別では、「どちらかといえばよく眠れる」が女性の60～64歳で65.6%、65～69歳で59.5%、「よく眠れる」が男性の75歳以上で46.7%、70～74歳で44.4%と多い。

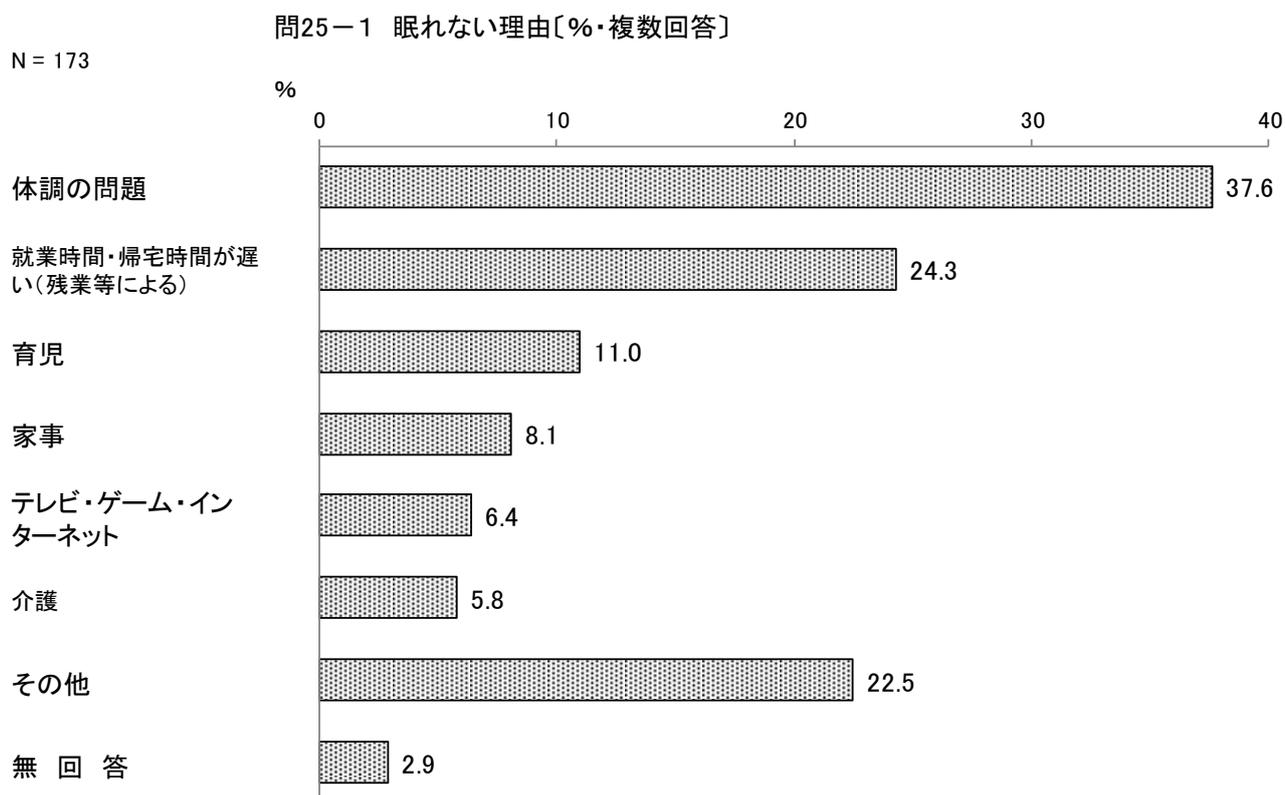
現在の健康状態別では、よいと回答した人で「よく眠れる」が52.5%と多い。また、「どちらかといえばよく眠れない」が、よくないと回答した人で28.6%、あまりよくないと回答した人で27.5%と多い。

悩みやストレスを感じるかどうか別では、ほとんど感じないと回答した人で「よく眠れる」が60.0%と多い。また、常に感じていると回答した人で「どちらかといえばよく眠れない」が26.9%である。

問 25-1【問 25 で「3 どちらかといえばよく眠れない」「4 よく眠れない」に○をつけた方】

その理由は何ですか。

「体調の問題」が 37.6%と最も多く、「就業時間・帰宅時間が遅い(残業等による)」が 24.3%、「育児」が 11.0%と続いている。「家事」、「テレビ・ゲーム・インターネット」、「介護」は 10%未満である。



性・年齢別では、「就業時間・帰宅時間が遅い(残業等による)」が男性の 30～49 歳で 66.7%と多い。また、「体調の問題」が男女ともに 65 歳以上で多く、特に男性の 65～69 歳で 83.3%である。

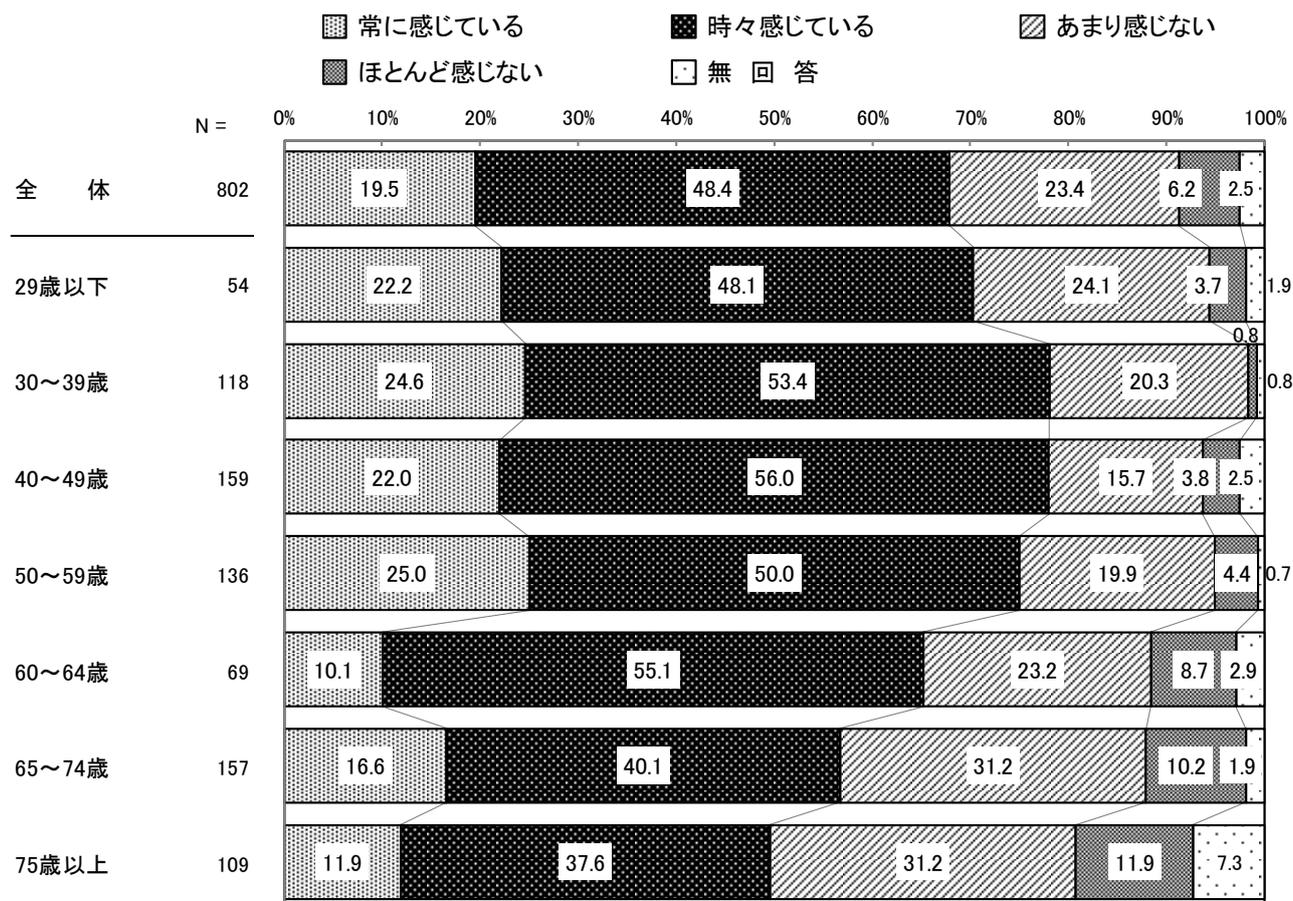
職業別では、「就業時間・帰宅時間が遅い(残業等による)」が少数だが学生で 60.0%、会社員・公務員等(常勤)で 47.6%と多い。また、「体調の問題」が自営・自由業で 55.6%、無職で 51.9%である。

問 26 現在、悩みやストレスを感じることはありませんか。

全体では、『感じている』（「常に感じている」19.5%＋「時々感じている」48.4%）が67.9%、『感じていない』（「あまり感じない」23.4%＋「ほとんど感じない」6.2%）が29.6%である。

年齢別では、30～39歳、40～49歳で『感じている』（「常に感じている」＋「時々感じている」）がともに78.0%と多く、以降年齢が上がるにつれて減り、75歳以上では49.5%である。

問26 悩みやストレスを感じることもある〔%〕



性・年齢別では、「常に感じている」が男性で13.9%、女性で22.9%と、女性の方がやや多く、特に女性の20～29歳で40.7%である。また、男性の60歳以上で「あまり感じない」が多く、特に60～64歳、70～74歳でともに37.0%である。

同居している子どもの年齢層別では、「時々感じている」が13歳以上16歳未満で64.9%、7歳以上13歳未満で60.6%と多い。

現在の健康状態別では、「常に感じている」があまりよくないと回答した人で39.7%、よくないと回答した人で38.1%と多い。

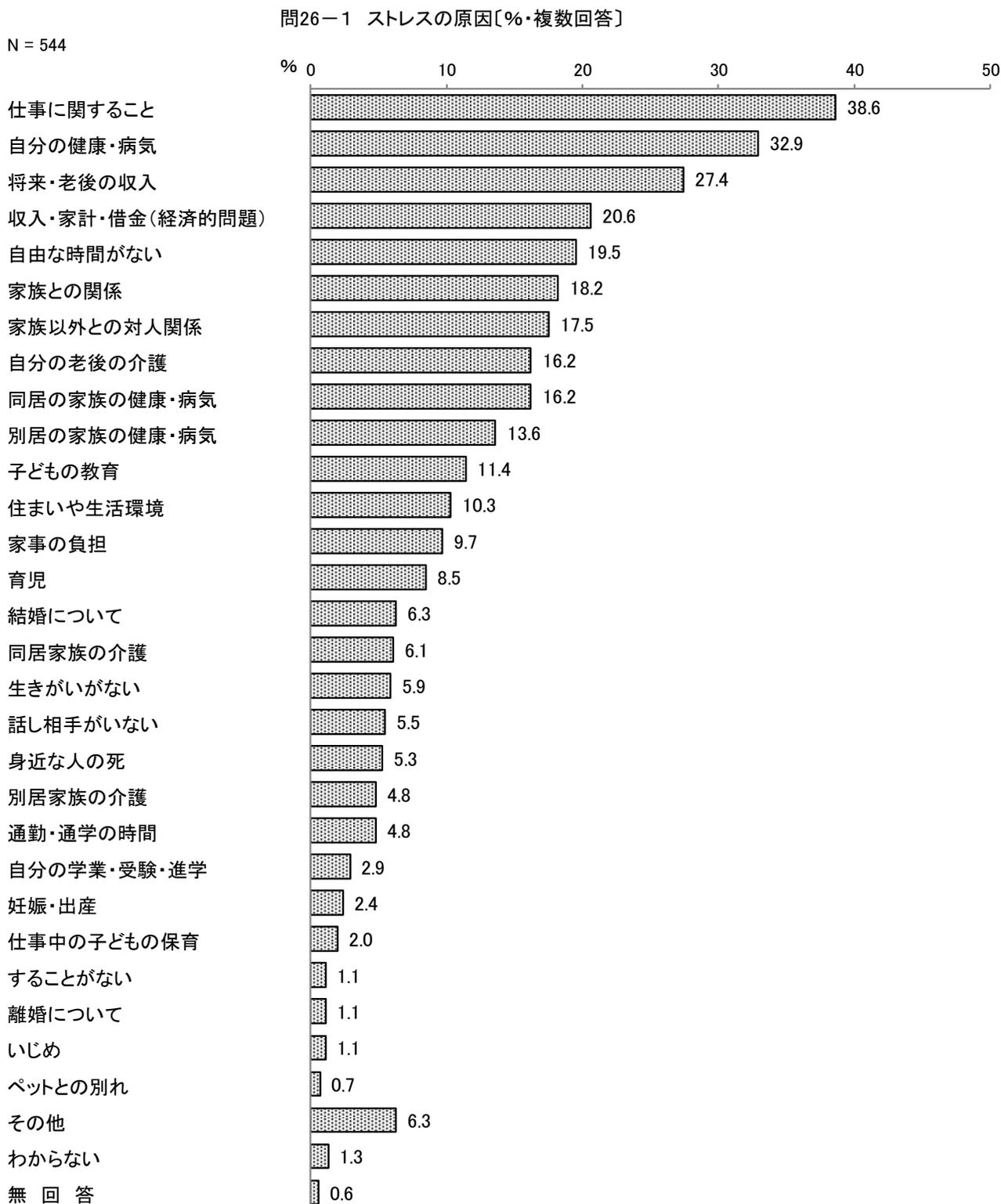
<過去調査との比較>

『感じている』の回答割合
 （「常に感じている」＋「時々感じている」）

	平成22年	平成28年
全体	70.0%	67.9%

問 26-1【問 26 で「1 常に感じている」「2 時々感じている」に○をつけた方】
 ストレスの原因は何だと考えていますか。

「仕事に関すること」が 38.6%と最も多く、「自分の健康・病気」が 32.9%、「将来・老後の収入」が 27.4%、「収入・家計・借金（経済的問題）」が 20.6%、「自由な時間がない」、「家族との関係」、「家族以外との対人関係」、「自分の老後の介護」、「同居の家族の健康・病気」、「別居の家族の健康・病気」、「子どもの教育」、「住まいや生活環境」が 10%台となっている。



性・年齢別では、「自分の健康・病気」が男女ともに75歳以上で最も多く、特に女性の75歳以上で80.8%である。また、「自由な時間がない」が女性の30～39歳で36.8%、40～49歳で30.4%と多い。「自分の老後の介護」が男性の65歳以上で多く、特に75歳以上で40.0%である。女性の50～59歳で「別居の家族の健康・病気」が34.4%、「同居の家族の健康・病気」が31.1%、女性の30～49歳で「育児」が20～30%台である。さらに、「仕事に関すること」が女性の30.7%より、男性の51.5%の方が多く、特に男性の30～39歳は71.9%である。

職業別では、「自分の健康・病気」が無職で49.3%、会社員・公務員等(常勤)で20.8%と多い。また、自営・自由業で「将来・老後の収入」が38.6%、「収入・家計・借金(経済的問題)」が33.3%と多い。さらに、学生で「自分の学業・受験・進学」が72.7%、会社員・公務員等(常勤)で「仕事に関すること」が68.9%、無職で「自分の老後の介護」が28.8%である。

家族構成別では、三世代世帯(親子・孫)で「家族との関係」が31.3%と多い。また、単身世帯で「仕事に関すること」が52.3%、「自分の健康・病気」が44.3%、「自分の老後の介護」が28.4%と多くなっている。

<過去調査との比較>

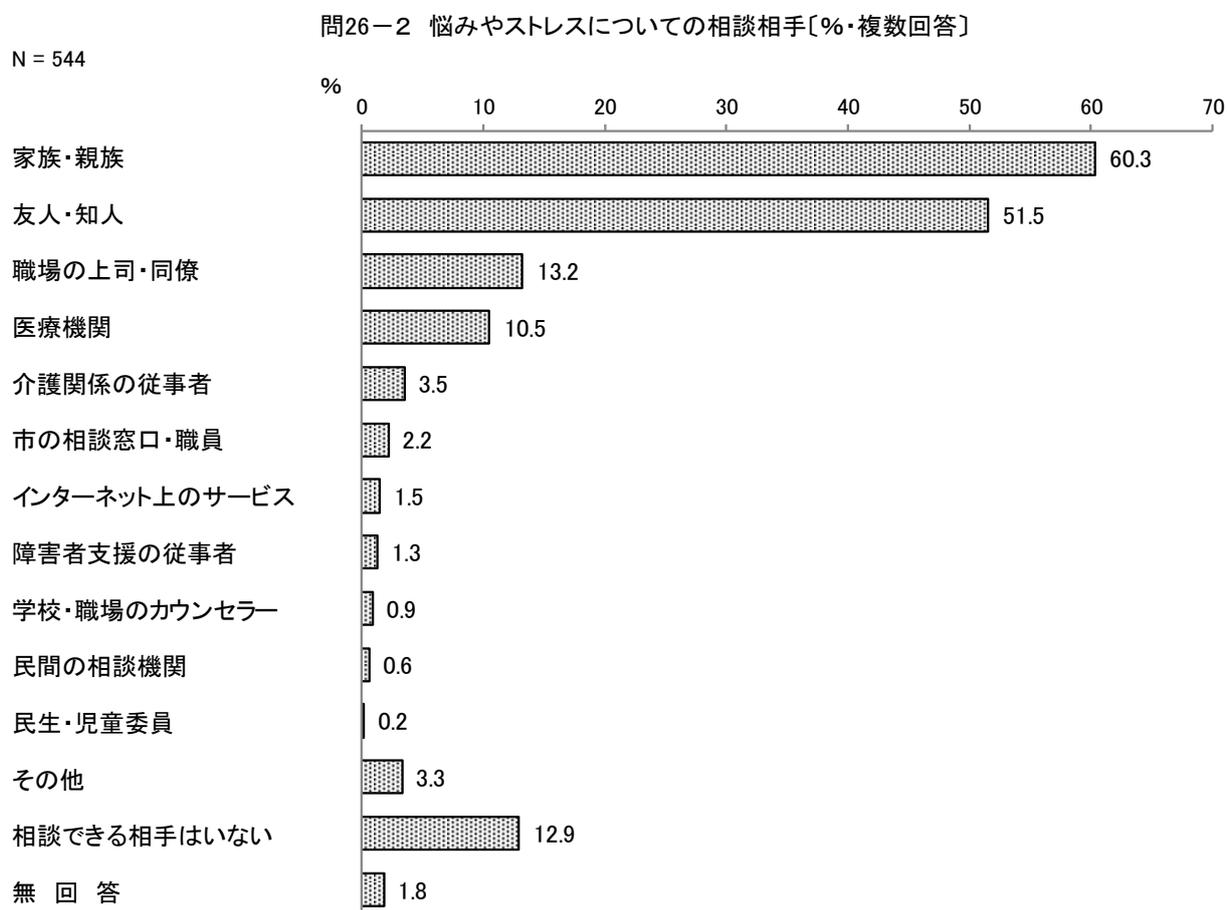
上位5項目

	平成22年	平成28年
仕事に関すること	43.3%	38.6%
自分の健康・病気	31.9%	32.9%
将来・老後の収入	31.9%	27.4%
収入・家計・借金(経済的問題)	26.3%	20.6%
自由な時間がない	13.8%	19.5%

問 26-2【問 26 で「1 常に感じている」「2 時々感じている」に○をつけた方】

現在、悩みやストレスについて相談できる相手はいますか。いるとしたら、それは誰（どこ）ですか。

「家族・親族」が 60.3%と最も多く、次いで「友人・知人」が 51.5%である。「職場の上司・同僚」、「相談できる相手はいない」、「医療機関」が 10%台となっている。



性・年齢別では、「家族・親族」が女性で 67.1%と、男性の 51.0%より多く、特に女性の 30～39 歳で 84.2%である。また、「友人・知人」も女性で 61.7%と、男性の 36.1%より多く、特に女性の 30～39 歳で 77.2%である。男性の 50～59 歳で「相談できる相手はいない」が 37.8%と多い。

職業別では、「家族・親族」が家事専業で 74.4%、学生で 72.7%、「友人・知人」が学生で 90.9%、家事専業で 62.2%と多い。

家族構成別では、三世帯世帯(親子・孫)で「友人・知人」が 68.8%と多く、単身世帯で「家族・親族」が 36.4%と少ない。

<過去調査結果>

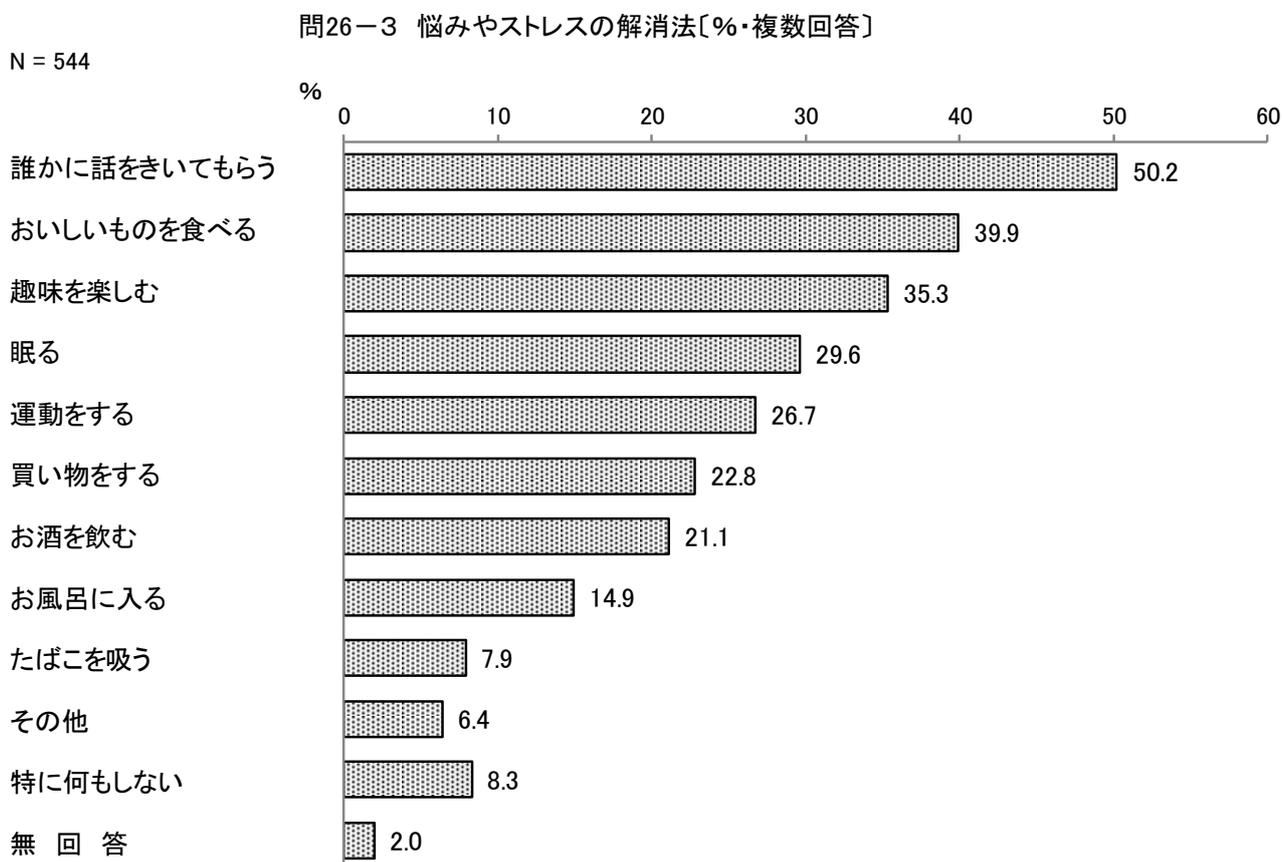
上位3項目(平成22年調査の選択肢)

	平成22年
家族	63.9%
友人・知人	54.0%
職場の人	14.9%

※選択肢に一部変更あり

問 26-3【問 26 で「1 常に感じている」「2 時々感じている」に○をつけた方】
 悩みやストレスをどのようにして解消していますか。

「誰かに話をきいてもらう」が 50.2%と最も多く、「おいしいものを食べる」が 39.9%、「趣味を楽しむ」が 35.3%で続いている。「眠る」、「運動をする」、「買い物をする」、「お酒を飲む」が 20%台となっている。



性・年齢別では、「誰かに話をきいてもらう」が女性で 63.6%と、男性の 30.9%より多く、特に女性の 20～29 歳で 81.0%と多い。「おいしいものを食べる」が女性で 47.6%と、男性の 29.4%より多く、特に女性の 30～39 歳で 66.7%である。「眠る」が女性の 30～39 歳で 45.6%、20～29 歳で 42.9%と多い。

職業別では、「誰かに話をきいてもらう」が、少数だが学生で 63.6%、家事専業で 63.3%と多く、無職では 27.4%と少ない。また、少数だが学生で「趣味を楽しむ」が 54.5%、会社員・公務員等(常勤)で「お酒を飲む」が 31.1%、自営・自由業で「お風呂に入る」が 28.1%と多い。

家族構成別では、三世代世帯(親子・孫)で「お酒を飲む」が 34.4%と多い。

<過去調査結果>

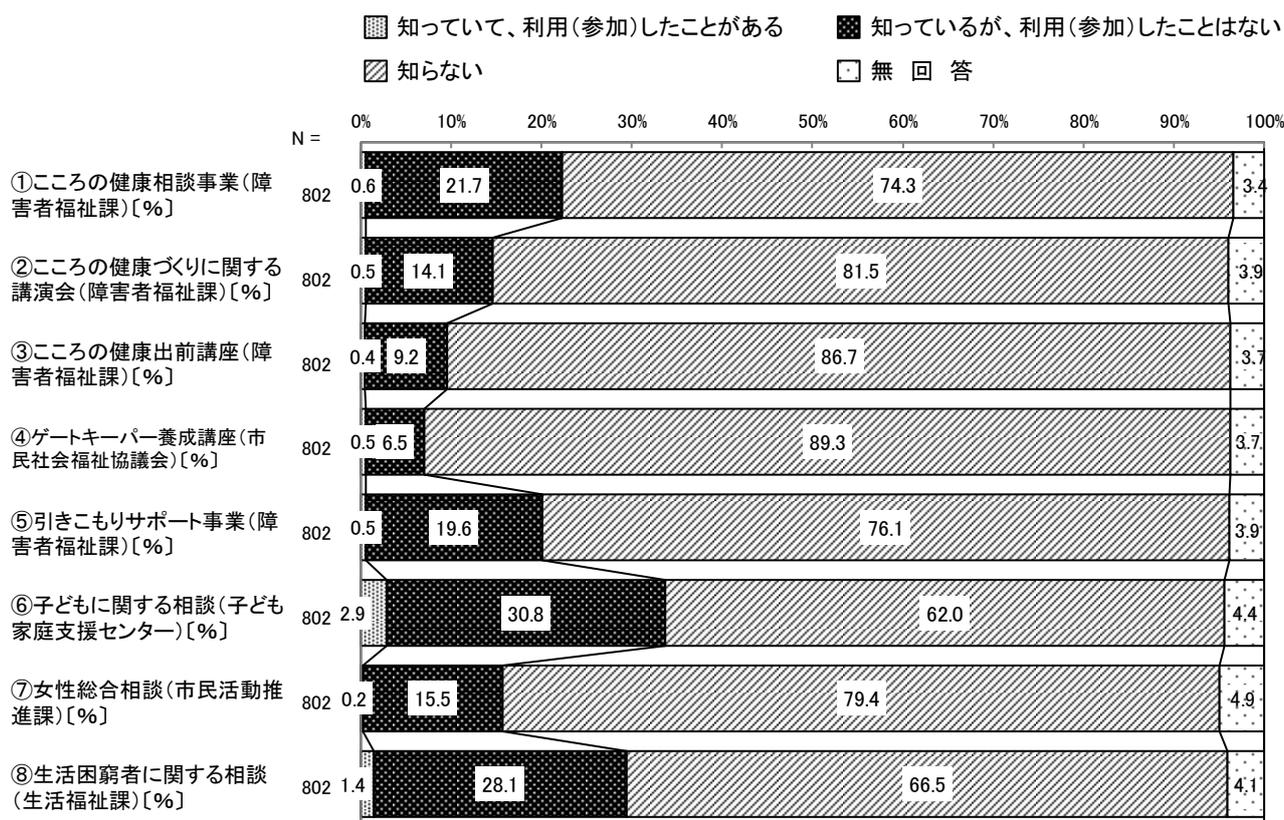
上位3項目(平成22年調査の選択肢)

	平成22年
誰かに話をきいてもらう	56.5%
趣味を楽しむ	41.1%
運動をする	27.4%

※選択肢に一部変更あり

問 27 こころの健康に関する市の事業を知っていますか。また、利用（参加）したことがありますか。

「知っていて、利用（参加）したことがある」はいずれの事業も僅かで、「知っているが利用（参加）したことはない」は⑥子どもに関する相談（子ども家庭支援センター）で30.8%、⑧生活困窮者に関する相談（生活福祉課）で28.1%、①こころの健康相談事業（障害者福祉課）で21.7%と、他の事業に比べ多い。また、「知らない」は④ゲートキーパー養成講座（市民社会福祉協議会）が89.3%、③こころの健康出前講座（障害者福祉課）が86.7%と多くなっている。

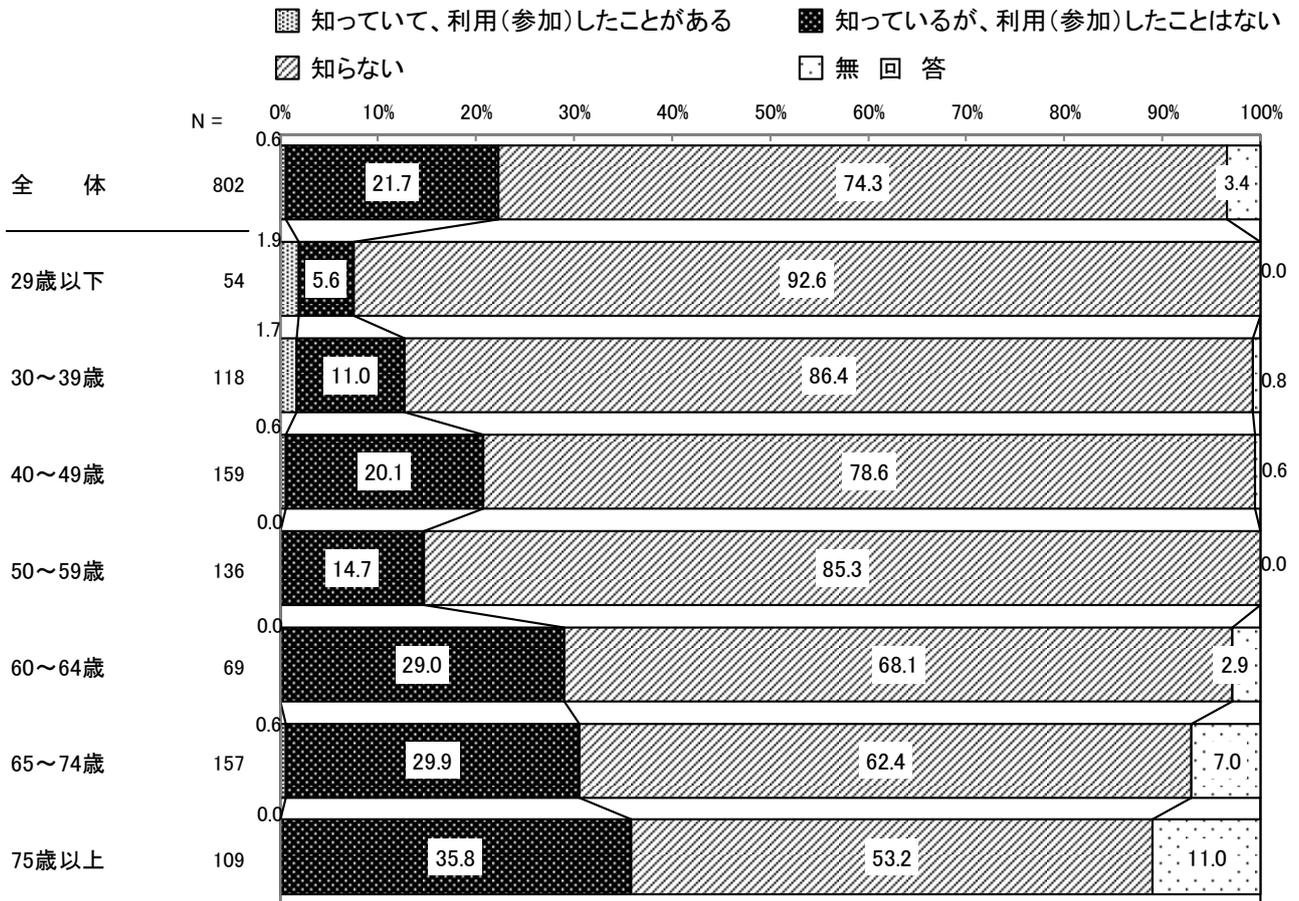


①こころの健康相談事業（障害者福祉課）

全体では、「知らない」が 74.3%と最も多く、「知っているが、利用(参加)したことはない」が 21.7%、「知っているが、利用(参加)したことがある」が 0.6%である。

年齢別では、29歳以下で「知らない」が 92.6%、50～59歳で 85.3%と多く、75歳以上で「知っているが、利用(参加)したことはない」が 35.8%と多い。

問27 ①こころの健康相談事業(障害者福祉課)[%]



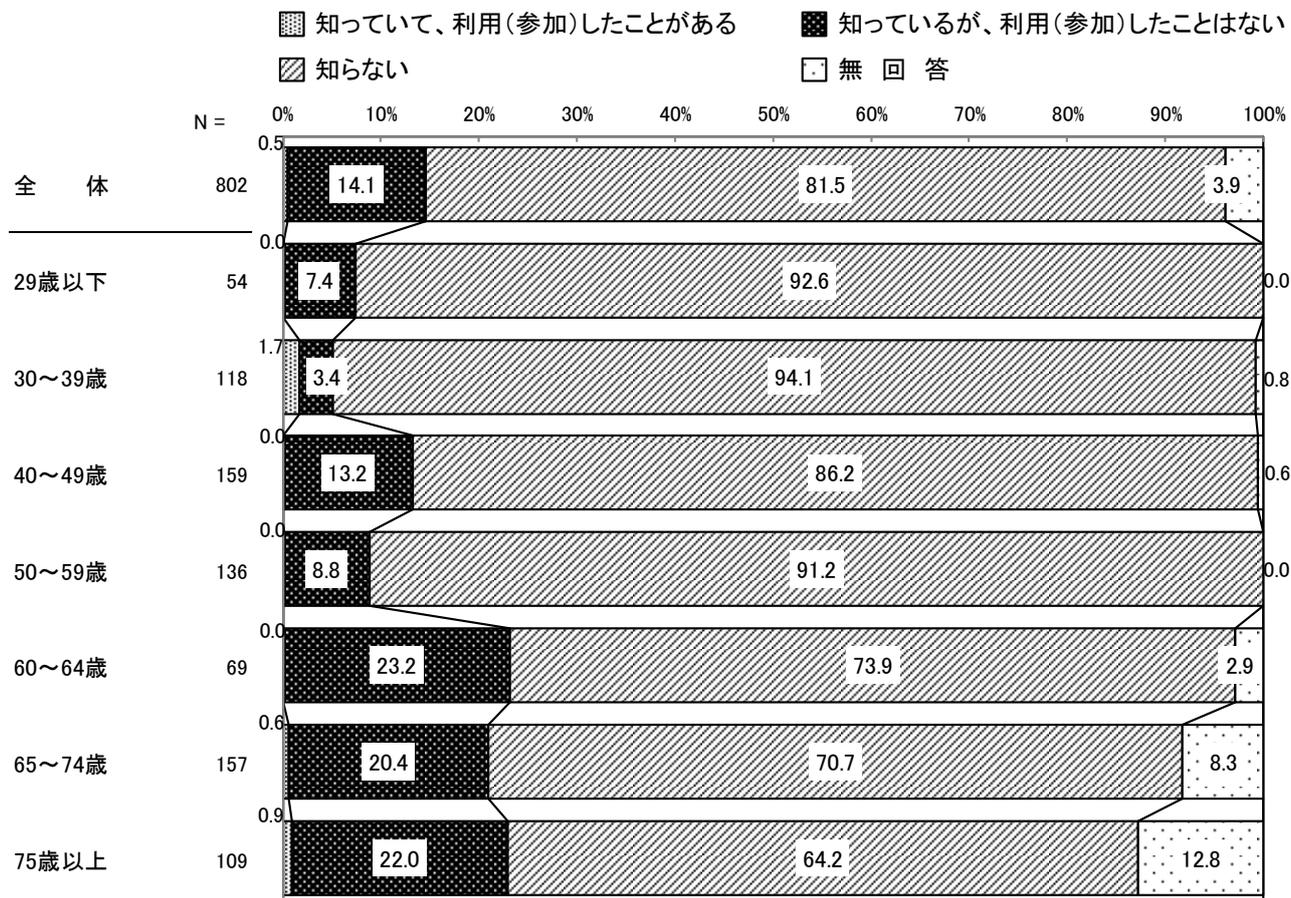
職業別では、「知っているが、利用(参加)したことはない」が家事専業で 34.4%、無職で 33.6%と多い。

②こころの健康づくりに関する講演会（障害者福祉課）

全体では、「知らない」が 81.5%と最も多く、「知っているが、利用(参加)したことはない」が 14.1%、「知っているが、利用(参加)したことがある」が 0.5%である。

年齢別では、30～39歳で「知っているが、利用(参加)したことはない」が 3.4%と少ない。

問27 ②こころの健康づくりに関する講演会(障害者福祉課)〔%〕



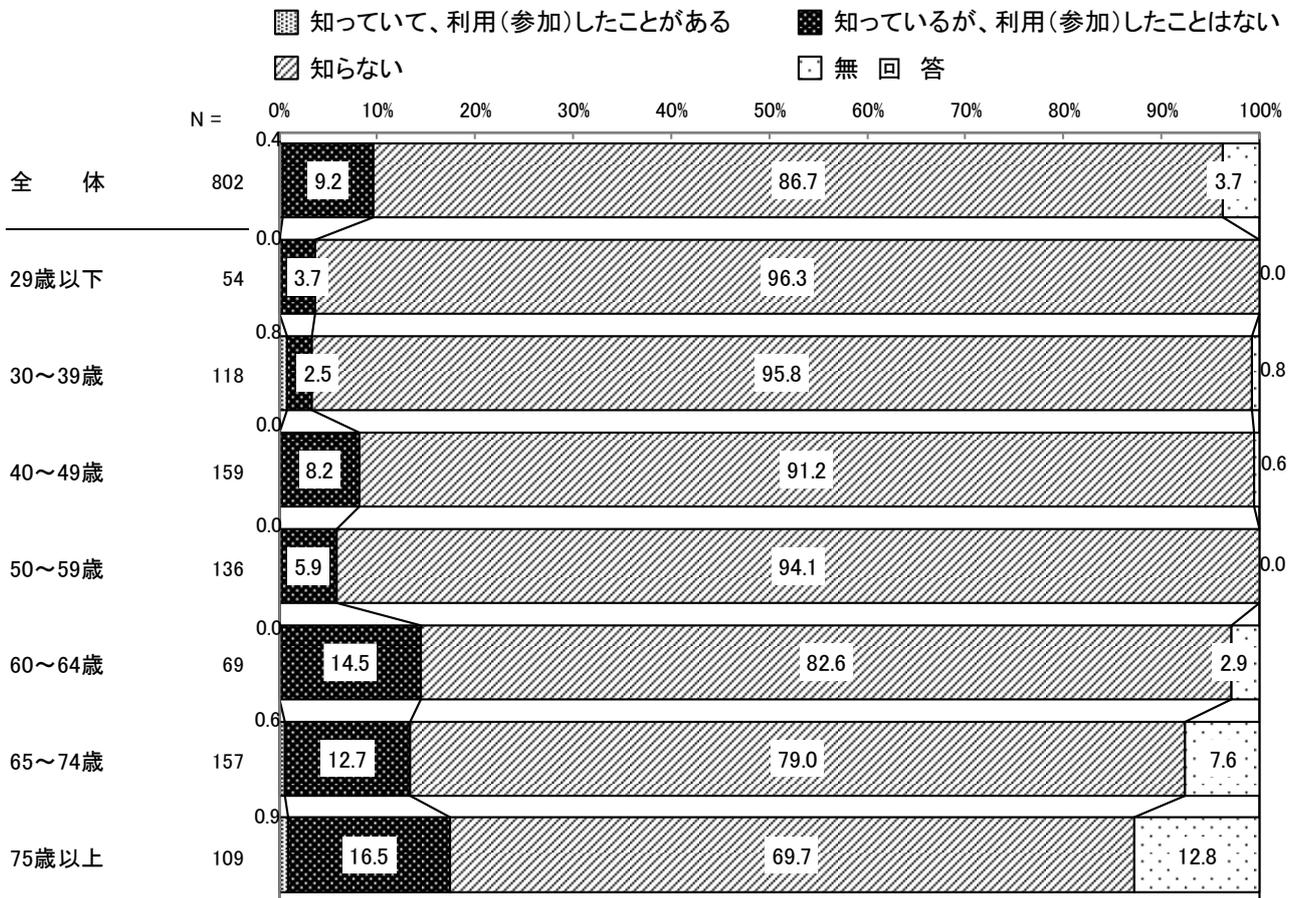
職業別では、無職で「知っているが、利用(参加)したことはない」が 24.3%と多い。

③こころの健康出前講座（障害者福祉課）

全体では、「知らない」が 86.7%と最も多く、「知っているが、利用(参加)したことはない」が 9.2%、「知っている、利用(参加)したことがある」が 0.4%である。

年齢別では、75歳以上で「知らない」が 69.7%と少ない。

問27 ③こころの健康出前講座(障害者福祉課)[%]



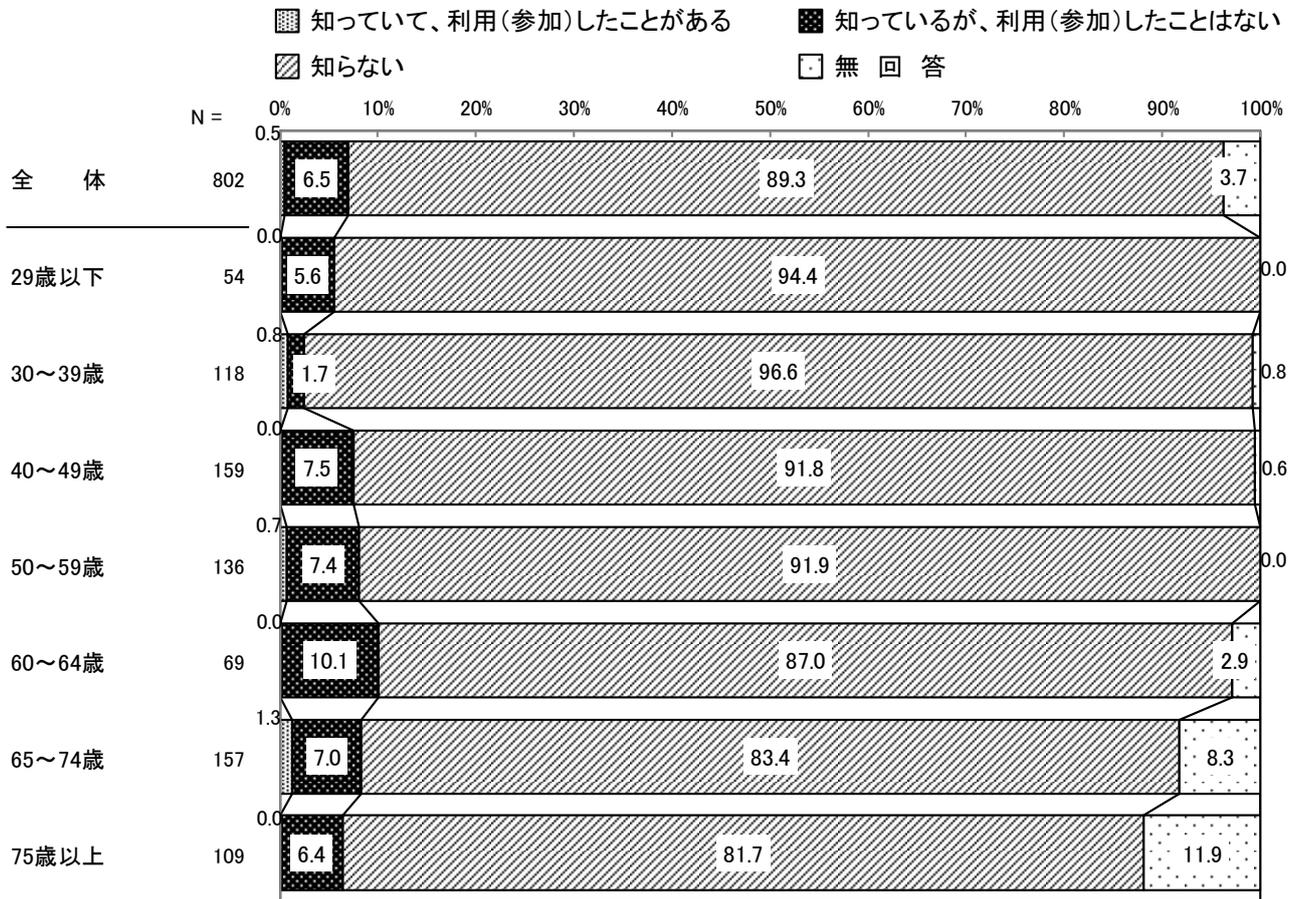
職業別では、「知らない」が学生の回答者ですべて、無職で 70.7%と多い。

④ゲートキーパー養成講座（市民社会福祉協議会）

全体では、「知らない」が 89.3%と最も多く、「知っているが、利用(参加)したことはない」が 6.5%、「知っている、利用(参加)したことがある」が 0.5%である。

年齢別では、59歳以下で「知らない」が90%台、60歳以上で80%台となっている。

問27 ④ゲートキーパー養成講座(市民社会福祉協議会)[%]



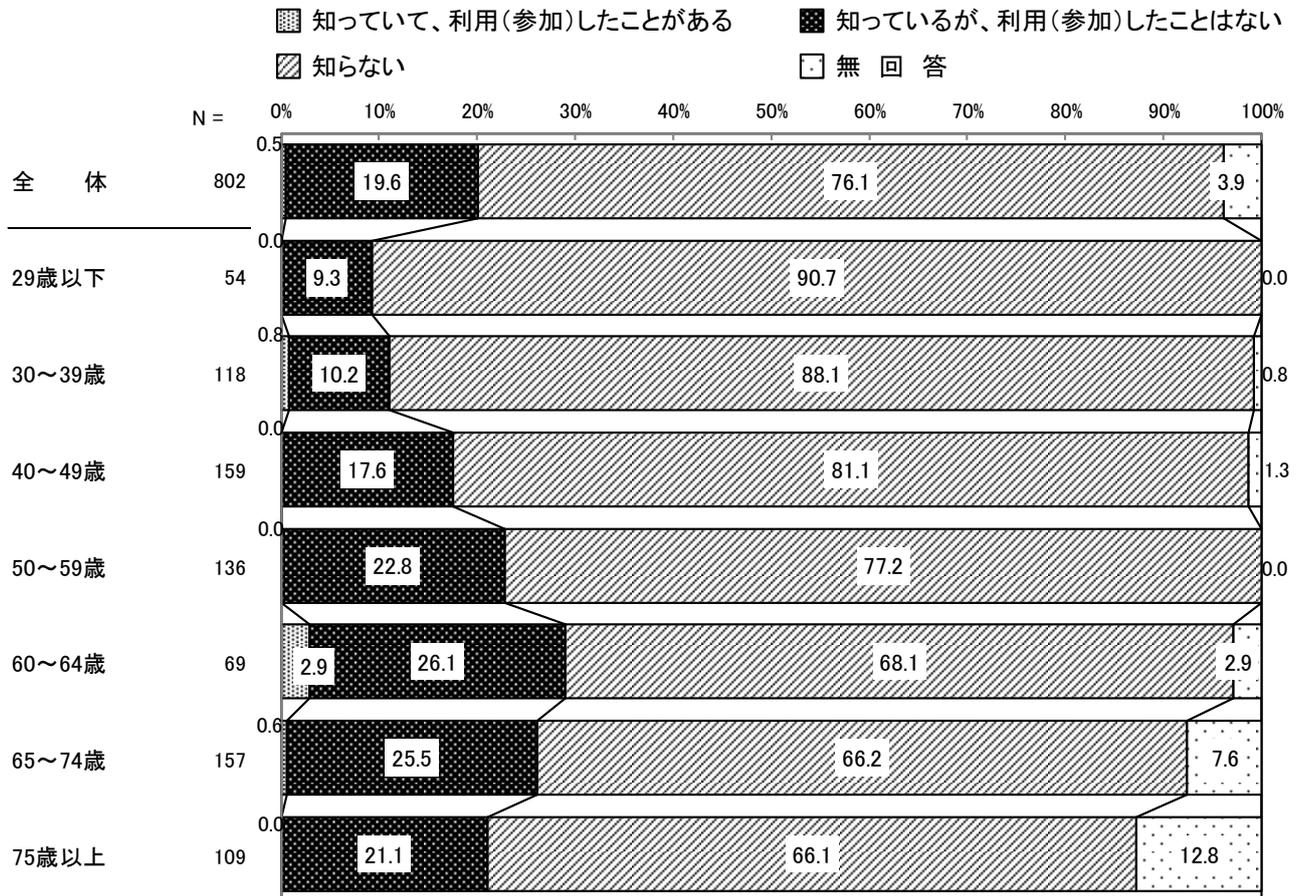
職業別では、「知らない」が学生の回答者ですべて、無職で 79.3%と多い。

⑤引きこもりサポート事業（障害者福祉課）

全体では、「知らない」が76.1%と最も多く、「知っているが、利用(参加)したことはない」が19.6%、「知っているが、利用(参加)したことがある」が0.5%である。

年齢別では、29歳以下で「知らない」が90.7%と大半を占め、年齢が上がるにつれて減り、75歳以上で66.1%である。

問27 ⑤引きこもりサポート事業(障害者福祉課)[%]



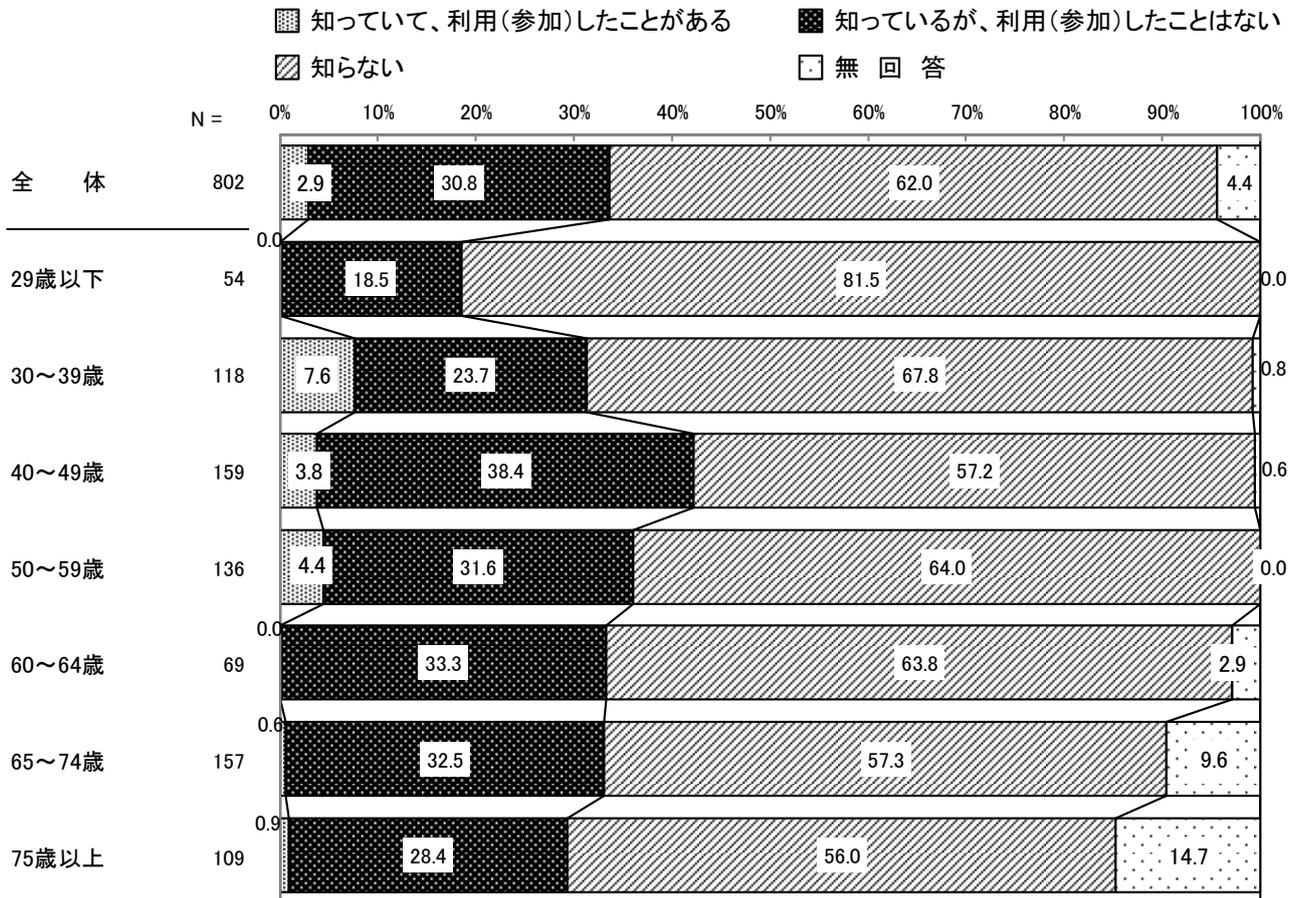
職業別では、家事専業で「知っているが、利用(参加)したことはない」が32.1%と多い。

⑥子どもに関する相談（子ども家庭支援センター）

全体では、「知らない」が 62.0%と最も多く、「知っているが、利用(参加)したことはない」が 30.8%、「知っている、利用(参加)したことがある」が 2.9%である。

年齢別では、29歳以下で「知らない」が 81.5%と多い。

問27 ⑥子どもに関する相談(子ども家庭支援センター)[%]



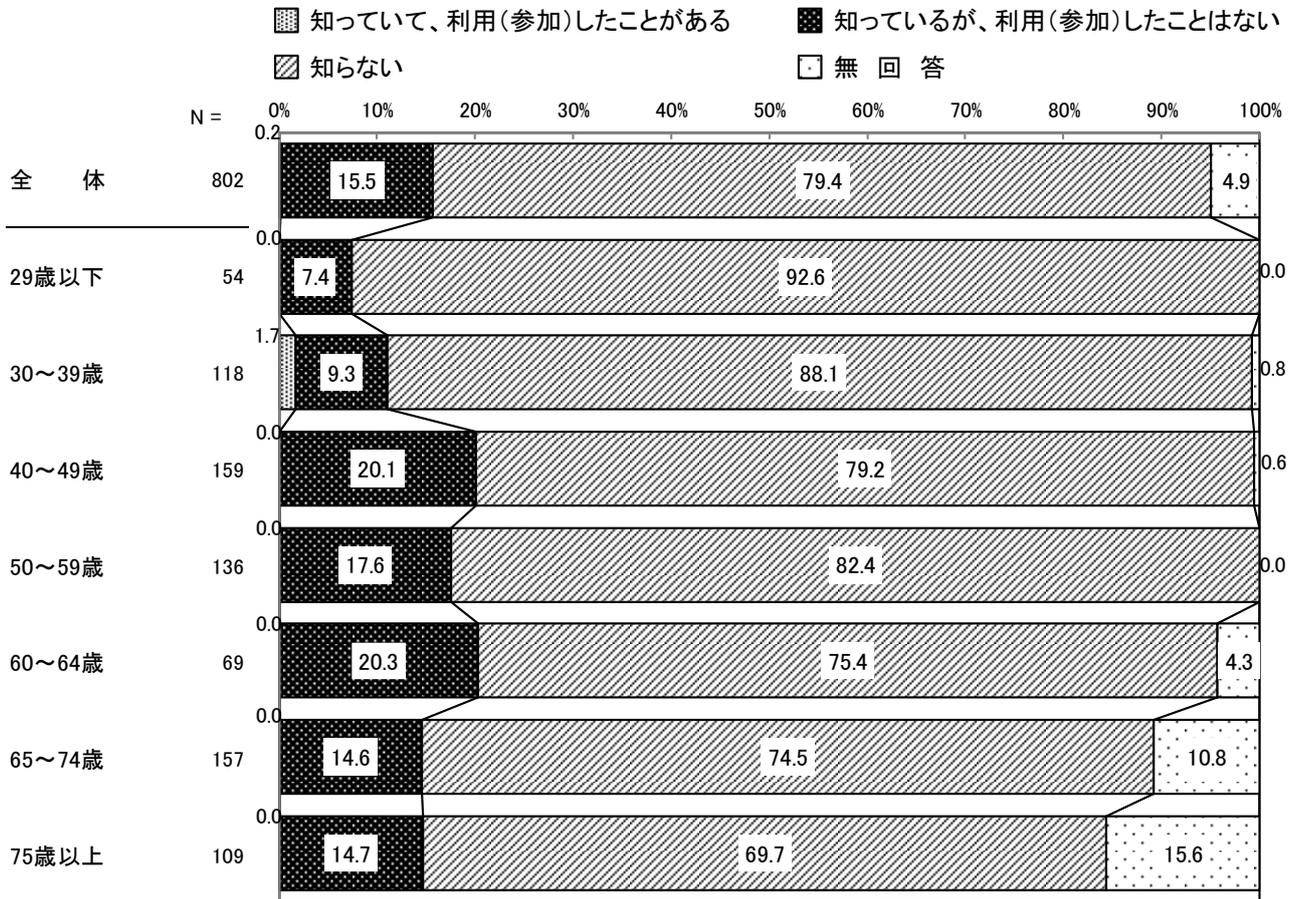
性・年齢別では、「知らない」が男性の 64 歳以下で多く、特に 60～64 歳で 81.5%である。
職業別では、家事専業で「知っているが、利用(参加)したことはない」が 43.3%と多い。

⑦女性総合相談（市民活動推進課）

全体では、「知らない」が79.4%と最も多く、「知っているが、利用(参加)したことはない」が15.5%、「知っている、利用(参加)したことがある」が0.2%である。

年齢別では、29歳以下で「知らない」が92.6%と大半を占めている。

問27 ⑦女性総合相談(市民活動推進課)[%]



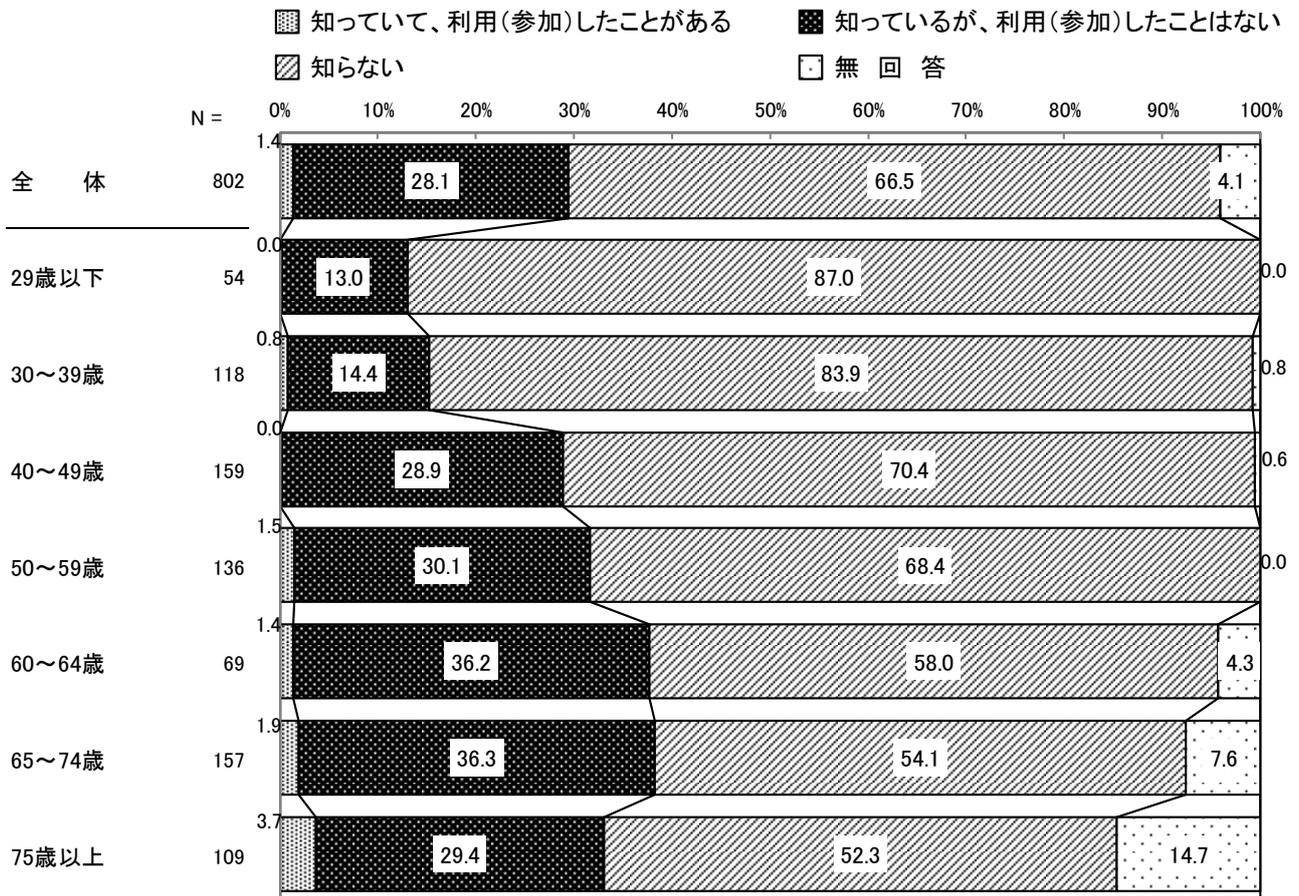
職業別では、「知らない」が学生の回答者ですべて、会社員・公務員等(常勤)で89.9%、無職が65.7%と多い。

⑧生活困窮者に関する相談（生活福祉課）

全体では、「知らない」が 66.5%と最も多く、「知っているが、利用(参加)したことはない」が 28.1%、「知っているが、利用(参加)したことがある」が 1.4%である。

年齢別では、29歳以下で「知っているが、利用(参加)したことはない」が 13.0%と少ないが、年齢が上がるにつれて増える傾向がみられ、65～74歳では 36.3%である。

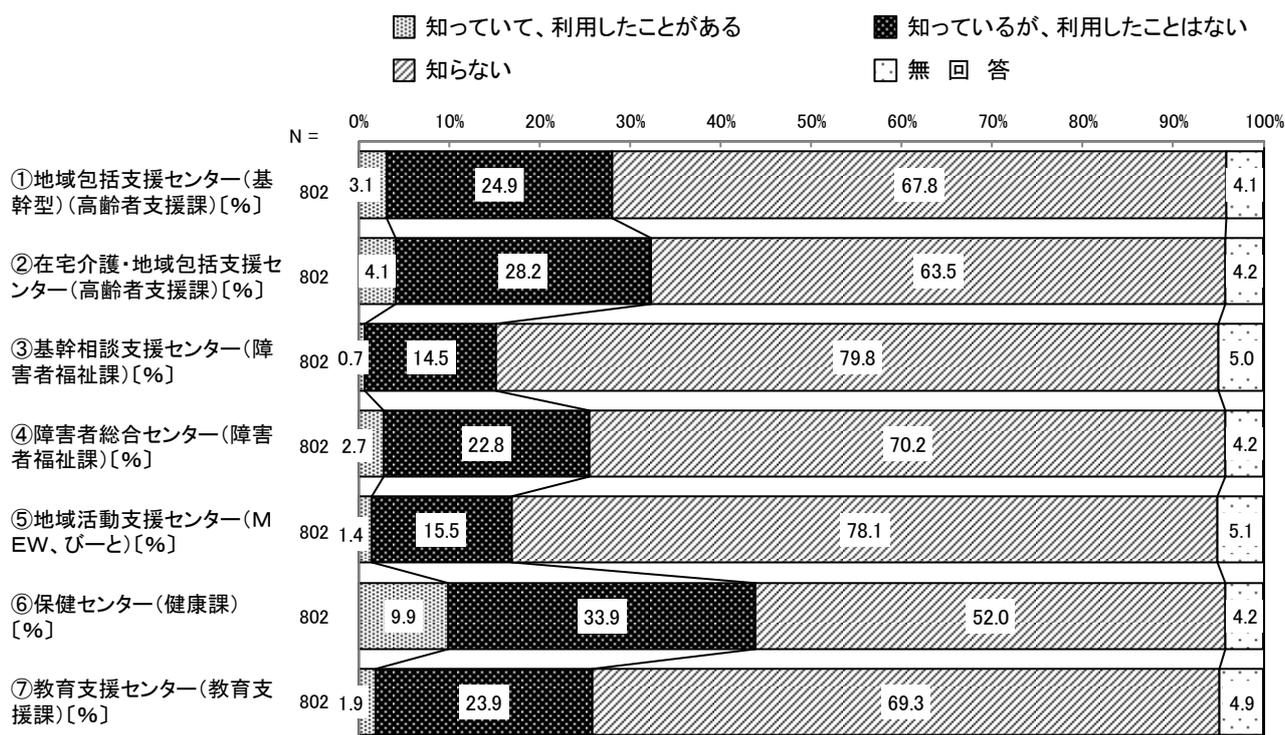
問27 ⑧生活困窮者に関する相談(生活福祉課)[%]



性別では、「知っているが、利用(参加)したことはない」が女性で 32.1%と、男性の 22.5%より多い。

問 28 こころの健康に関する市の相談窓口を知っていますか。また、利用したことがありますか。

「知っている、利用(参加)したことがある」はいずれの相談窓口も僅かで、「知っているが、利用したことはない」は⑥保健センター(健康課)で 33.9%、②在宅介護・地域包括支援センター(高齢者支援課)で 28.2%、⑦教育支援センター(教育支援課)で 23.9%と、他の相談窓口に比べ多い。また、「知らない」は③基幹相談支援センター(障害者福祉課)で 79.8%、⑤地域活動支援センター(MEW、びーと)で 78.1%、④障害者総合センター(障害者福祉課)で 70.2%と多くなっている。

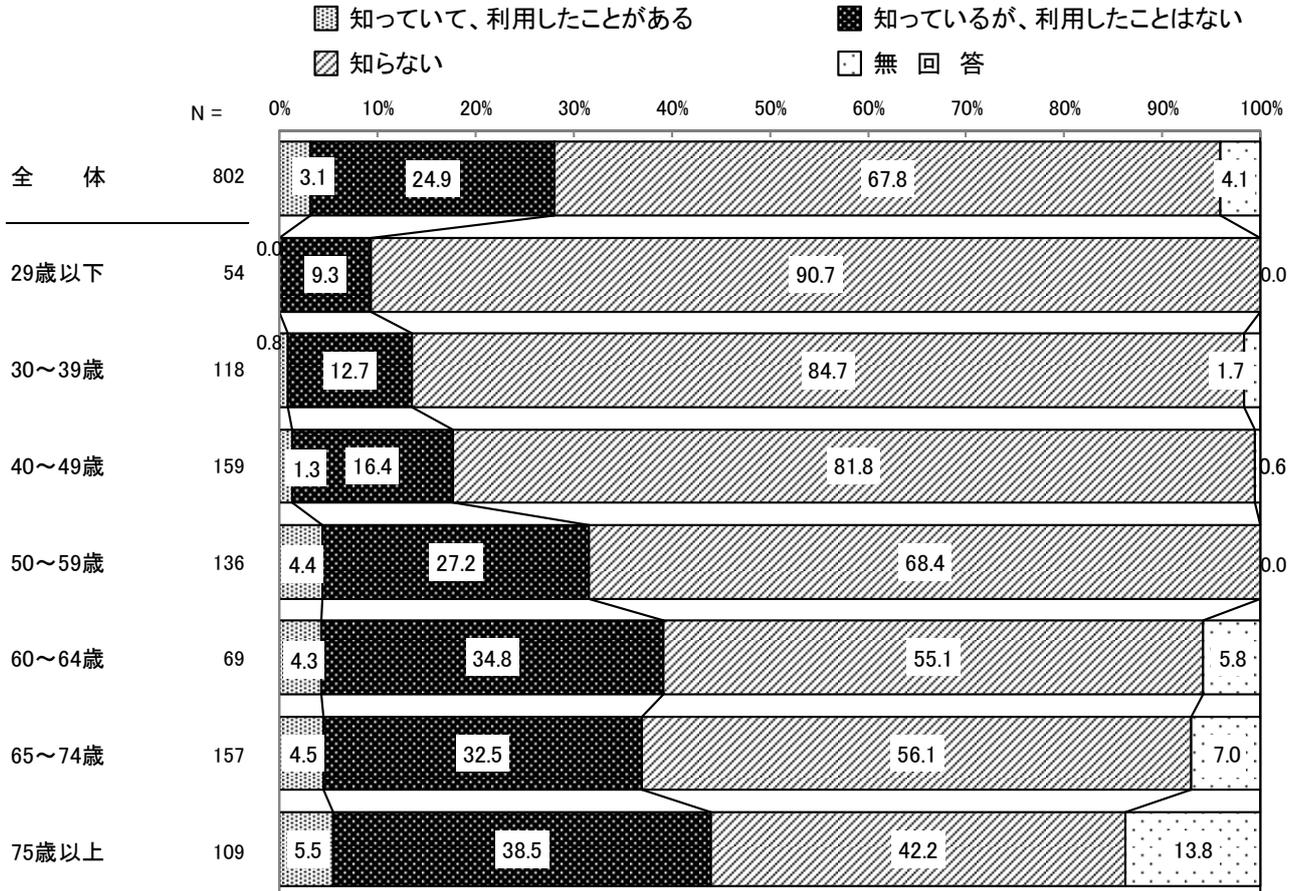


①地域包括支援センター（基幹型）（高齢者支援課）

全体では、「知らない」が67.8%と最も多く、「知っているが、利用したことはない」が24.9%、「知っているが、利用したことがある」が3.1%である。

年齢別では、75歳以上で「知っているが、利用したことはない」が38.5%と多く、年齢が下がるにつれて減る傾向がみられ、29歳以下では9.3%である。

問28 ①地域包括支援センター(基幹型)(高齢者支援課)[%]



性・年齢別では、「知っているが、利用したことはない」が女性の70～74歳で43.8%、75歳以上で41.3%と多い。

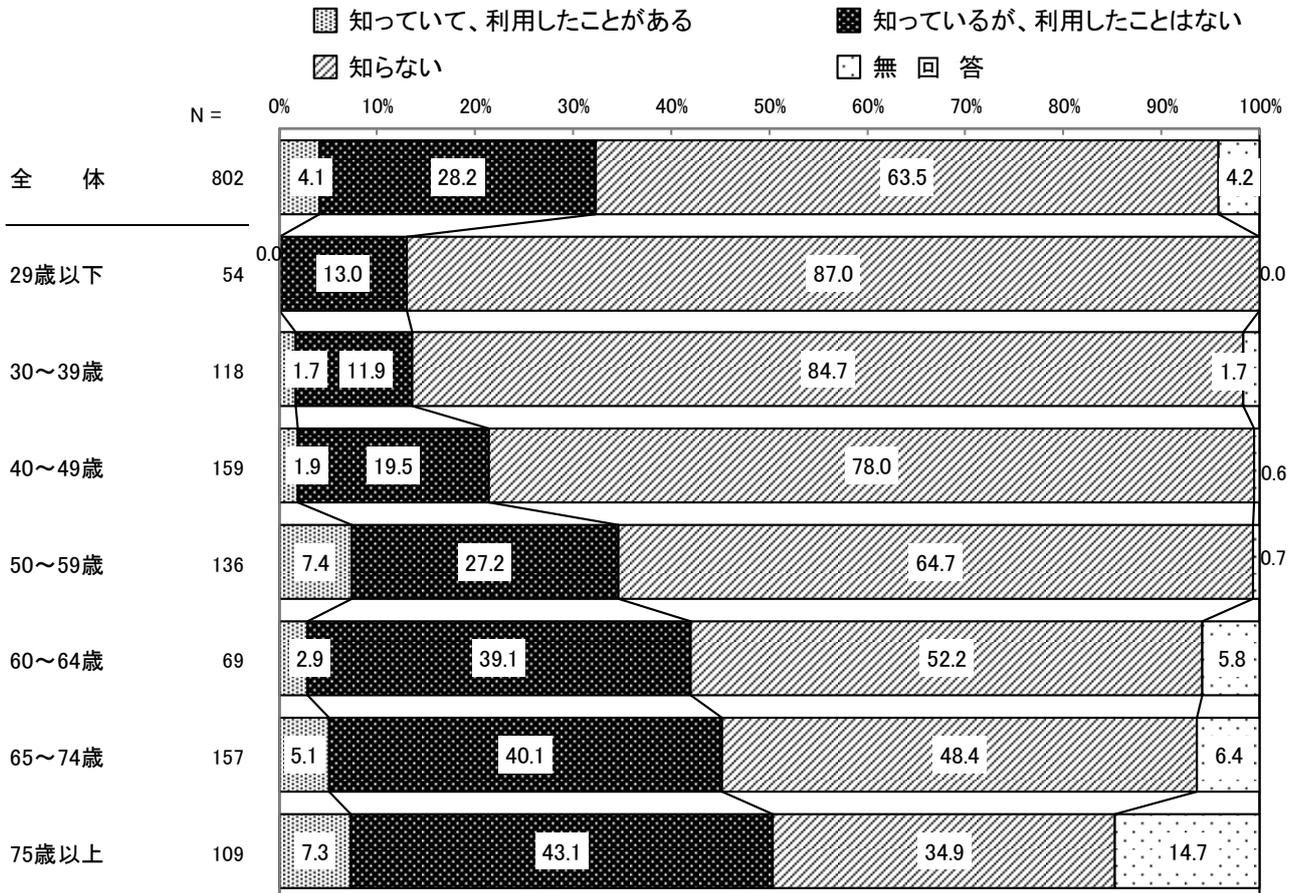
職業別では、いずれの職業でも「知らない」が多く、特に学生で88.2%、会社員・公務員等(常勤)で86.0%である。

②在宅介護・地域包括支援センター（高齢者支援課）

全体では、「知らない」が63.5%と最も多く、「知っているが、利用したことはない」が28.2%、「知っている、利用したことがある」が4.1%である。

年齢別では、29歳以下で「知らない」が87.0%と多く、年齢が上がるにつれて減り、75歳以上では34.9%である。

問28 ②在宅介護・地域包括支援センター(高齢者支援課)[%]



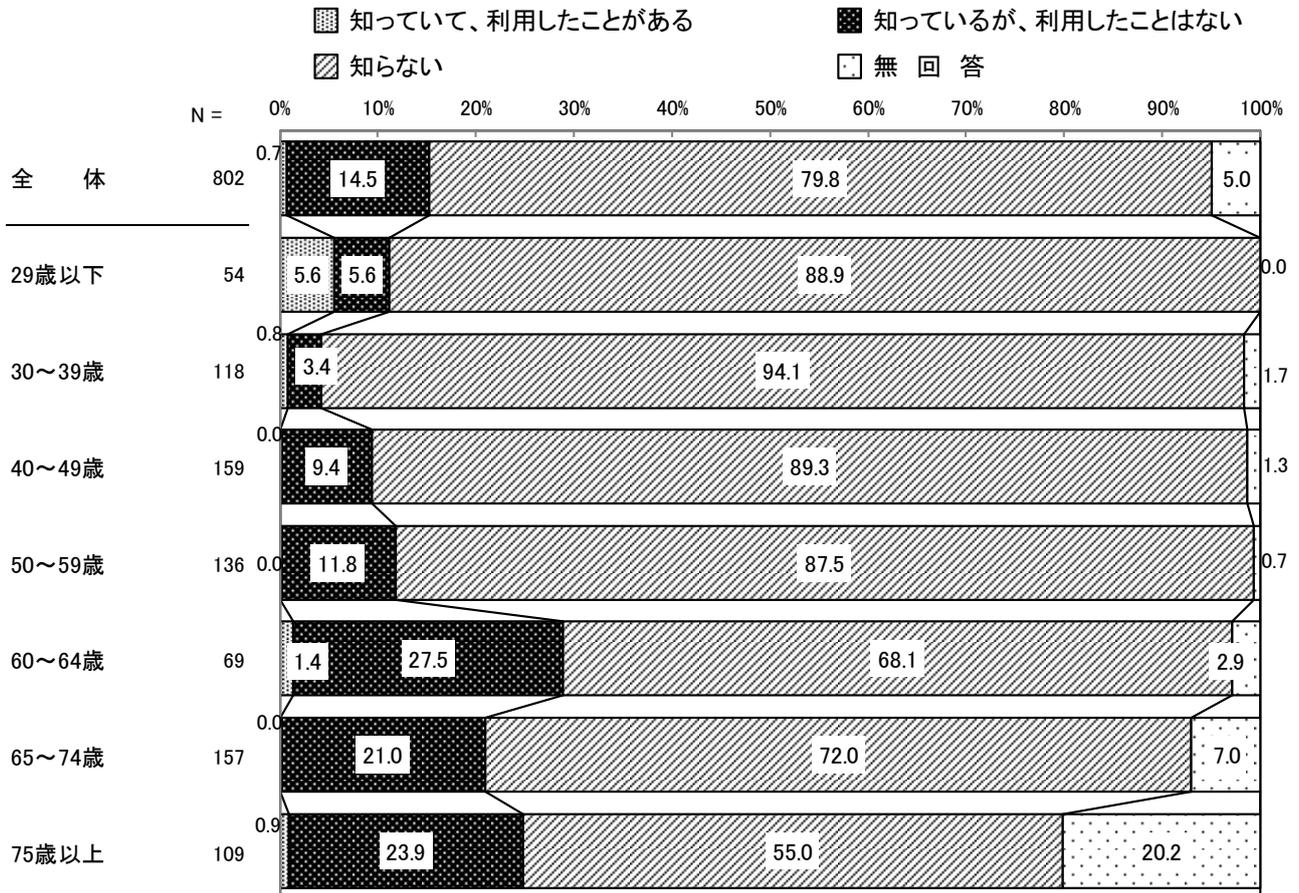
職業別では、無職で「知っているが、利用したことはない」が41.4%と多い。

③基幹相談支援センター（障害者福祉課）

全体では、「知らない」が79.8%と最も多く、「知っているが、利用したことはない」が14.5%、「知っている、利用したことがある」が0.7%である。

年齢別では、30～39歳で「知らない」が94.1%と大半を占める。60～64歳で「知っているが、利用したことはない」が27.5%と多い。

問28 ③基幹相談支援センター(障害者福祉課)[%]



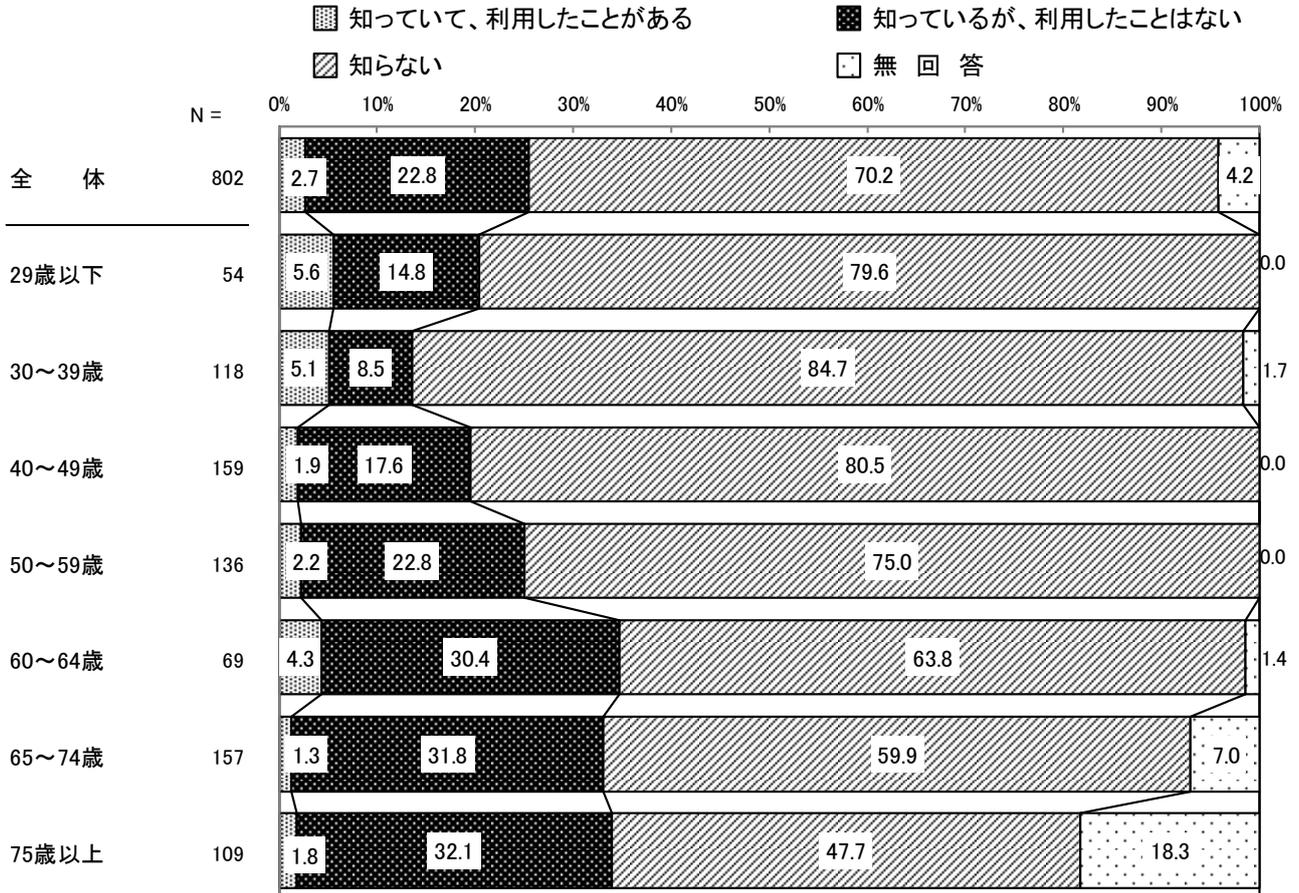
職業別では、いずれの職業でも「知らない」が多く、特に学生の回答者ですべて、会社員・公務員等(常勤)で90.9%である。

④障害者総合センター（障害者福祉課）

全体では、「知らない」が70.2%と最も多く、「知っているが、利用したことはない」が22.8%、「知っているが、利用したことがある」が2.7%である。

年齢別では、30～39歳で「知っているが、利用したことはない」が8.5%と少なく、以降年齢が上がるにつれて増える傾向がみられ、75歳以上で32.1%である。

問28 ④障害者総合センター(障害者福祉課)[%]



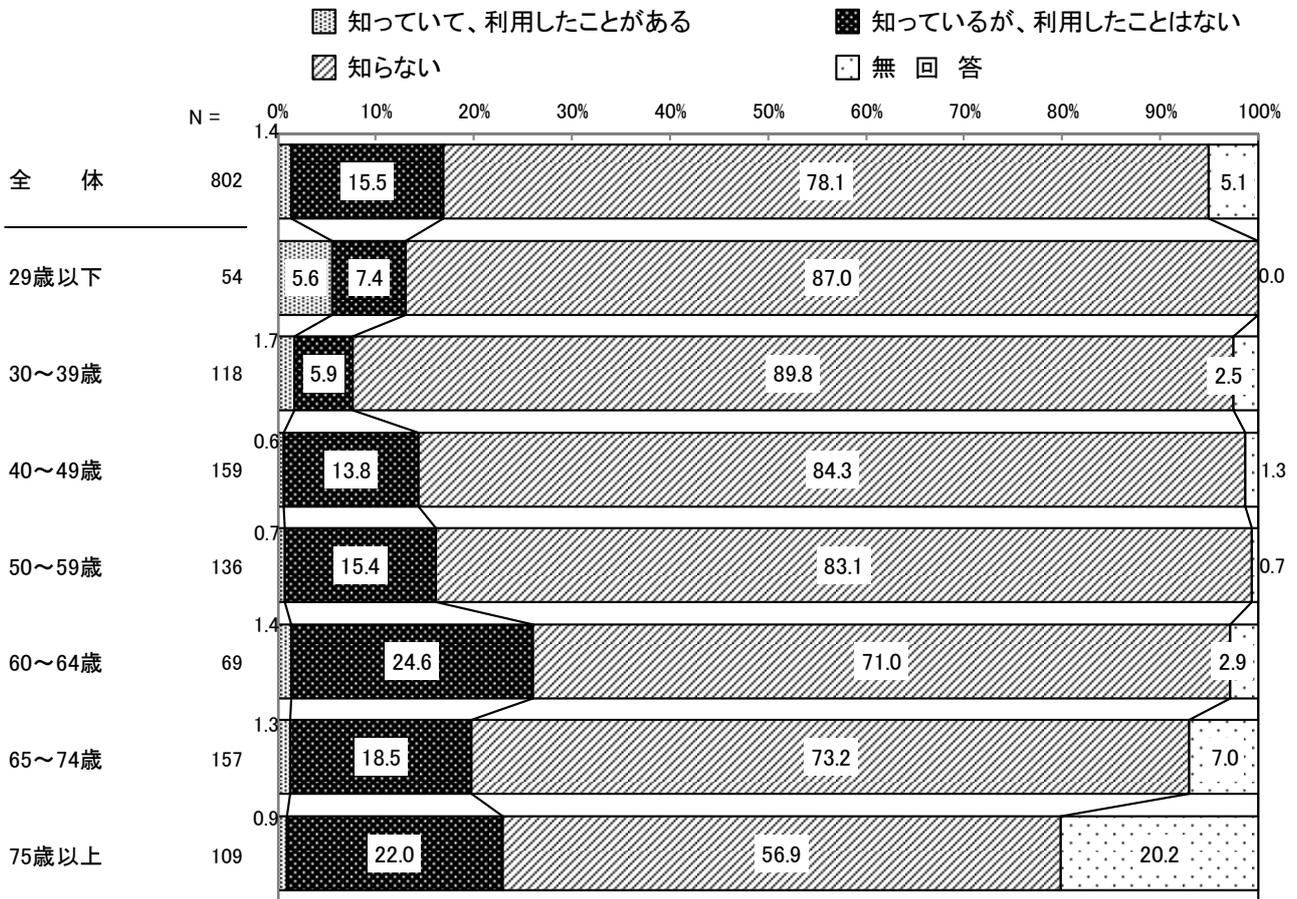
職業別では、いずれの職業でも「知らない」が多く、特に学生で88.2%、会社員・公務員等(常勤)で86.7%である。

⑤地域活動支援センター（MEW、ぴーと）

全体では、「知らない」が78.1%と最も多く、「知っているが、利用したことはない」が15.5%、「知っている、利用したことがある」が1.4%である。

年齢別では、75歳以上で「知らない」が56.9%と少ない。

問28 ⑤地域活動支援センター(MEW、ぴーと)〔%〕



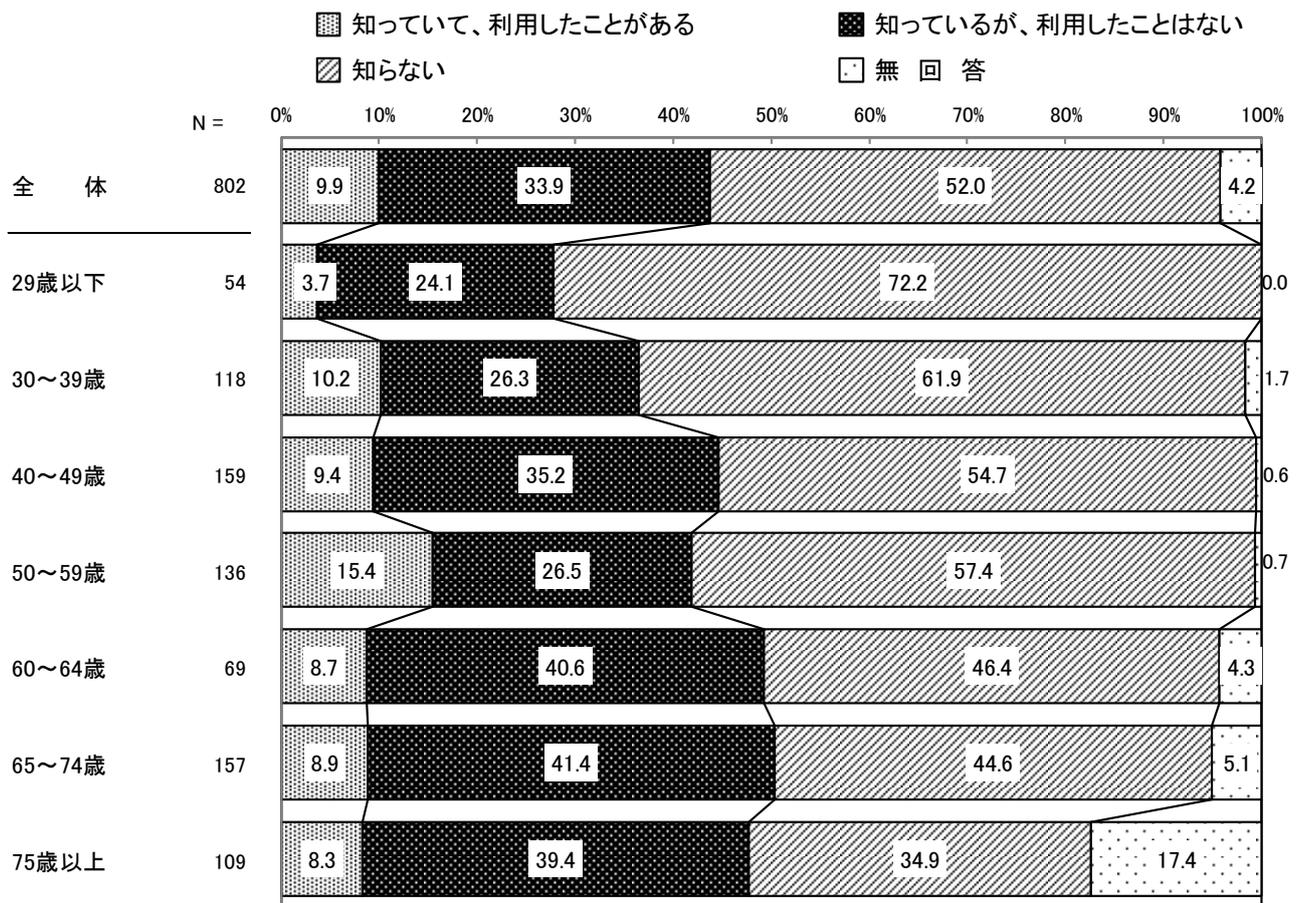
職業別では、いずれの職業でも「知らない」が多く、特に学生の回答者ですべて、会社員・公務員等(常勤)で90.9%である。

⑥保健センター（健康課）

全体では、「知らない」が52.0%と最も多く、「知っているが、利用したことはない」が33.9%、「知っている、利用したことがある」が9.9%である。

年齢別では、29歳以下で「知らない」が72.2%と多く、年齢が上がるにつれて減る傾向がみられ、75歳以上では34.9%である。また、50～59歳では、「知っている、利用したことがある」が15.4%とやや多い。

問28 ⑥保健センター(健康課)[%]



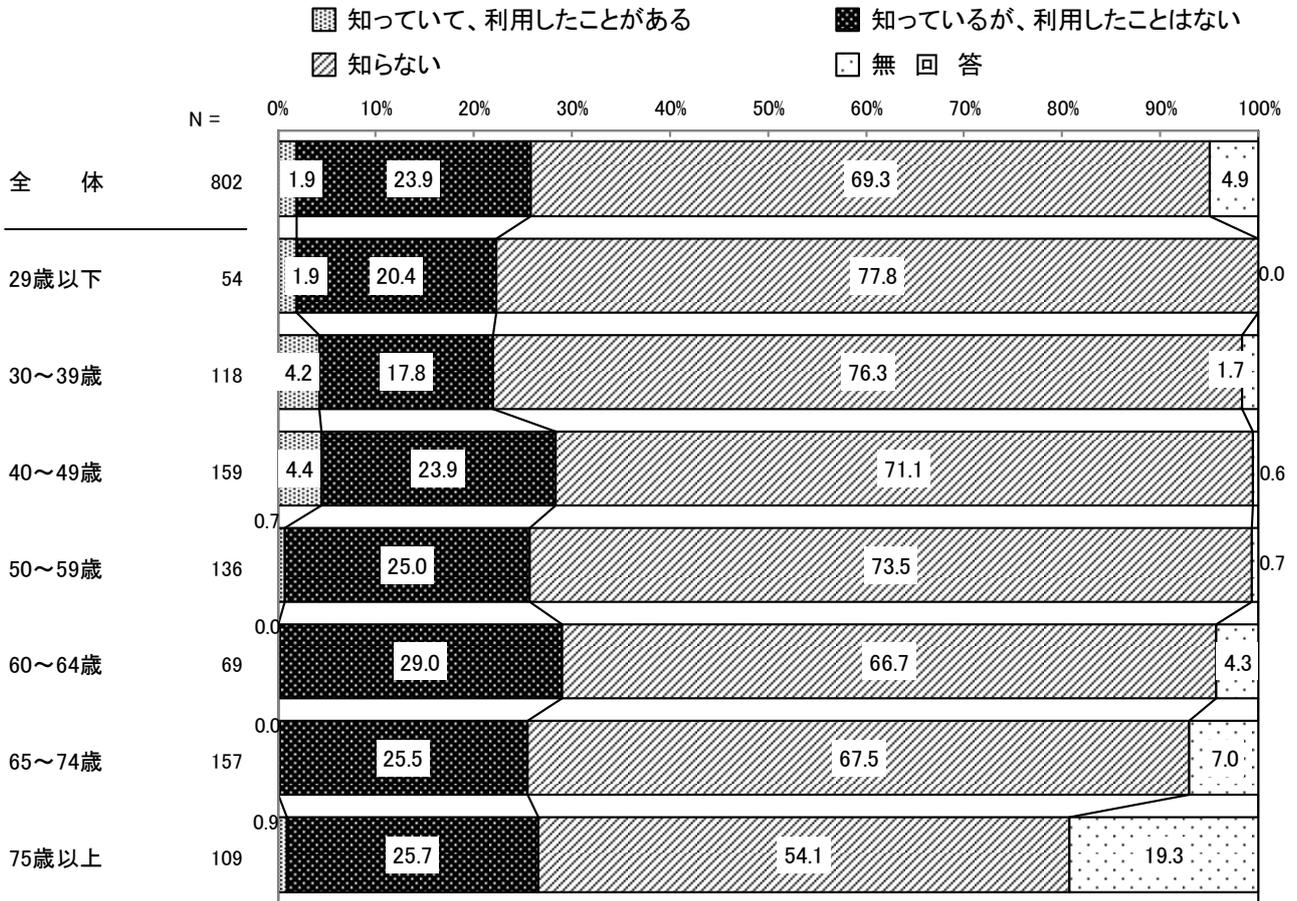
職業別では、いずれの職業でも「知らない」が多く、特に学生で82.4%と多い。

⑦教育支援センター（教育支援課）

全体では、「知らない」が69.3%と最も多く、「知っているが、利用したことはない」が23.9%、「知っている、利用したことがある」が1.9%である。

年齢別では、75歳以上で「知らない」が54.1%と少ない。

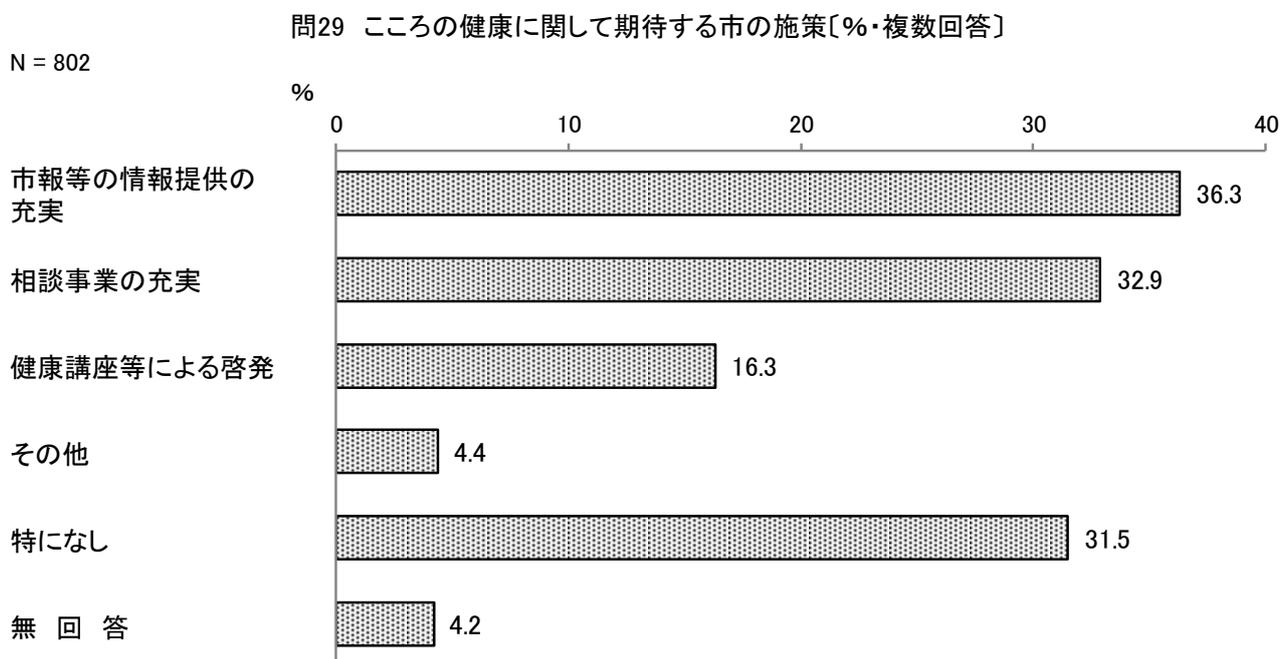
問28 ⑦教育支援センター(教育支援課)[%]



職業別では、家事専業で「知っているが、利用したことはない」が37.3%と多い。

問 29 こころの健康に関して市の施策で期待するものは何ですか。

「市報等の情報提供の充実」が 36.3%と最も多く、「相談事業の充実」が 32.9%、「健康講座等による啓発」が 16.3%が続いている。また「特になし」が 31.5%である。



性・年齢別では、男性の 49 歳以下で「特になし」が 50%程度と多い。
 職業別では、学生で「特になし」が 47.1%と多い。
 家族構成別では、「特になし」が三世代世帯(親子・孫)で 41.5%と多い。
 現在の健康状態別では、よくないと回答した人で「市報等の情報提供の充実」が 47.6%である。

<過去調査結果>

上位3項目(平成22年調査の選択肢)

	平成22年
市報等での情報提供	32.5%
教室・講演会の開催	22.8%
電話相談・窓口相談	21.6%

※選択肢に一部変更あり

2-6 喫煙の状況等

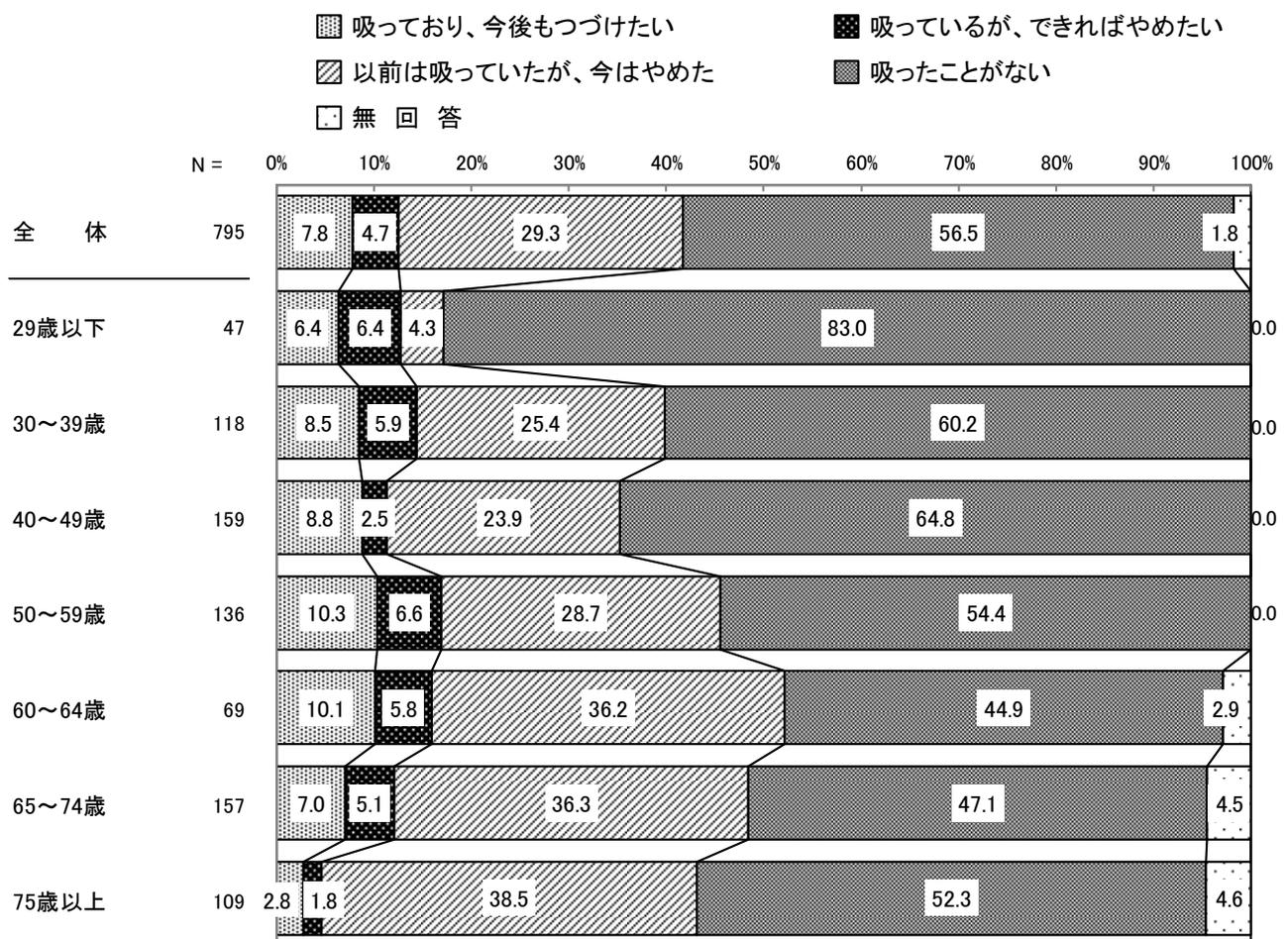
問 30 【20 歳以上の方のみ】

現在、たばこを吸っていますか。

全体では、「吸ったことがない」が 56.5%と最も多く、「以前は吸っていたが、今はやめた」が 29.3%、「吸っており、今後もつづきたい」が 7.8%、「吸っているが、できればやめたい」が 4.7%である。

年齢別では、29 歳以下で「吸ったことがない」が 83.0%と多く、「以前は吸っていたが、今はやめた」が 4.3%と少ない。

問30 現在の喫煙状況[%]



性・年齢別では、「吸っており、今後もつづけたい」が男性で 13.1%と、女性の 3.5%より多く、特に男性の 50～59 歳で 22.9%である。「以前は吸っていたが、今はやめた」が男性で 44.2%と、女性の 18.4%より多い。「吸ったことがない」は女性で 73.3%と、男性の 34.6%より多い。

職業別では、「以前は吸っていたが、今はやめた」が自営・自由業で 42.9%、無職で 39.6%と多い。また、「吸ったことがない」がアルバイト・派遣等(非常勤)、学生、家事専業で多く、特に学生で 83.3%である。

現在の健康状態別では、よくないと回答した人で「以前は吸っていたが、今はやめた」が 52.4%と多い。

現在の暮らしの経済的状況別では、大変苦しいと回答した人で「吸ったことがない」が 45.1%と少ない。

<過去調査との比較>

「吸っており、今後もつづけたい」の回答割合

	平成22年	平成28年
全体	6.1%	7.8%

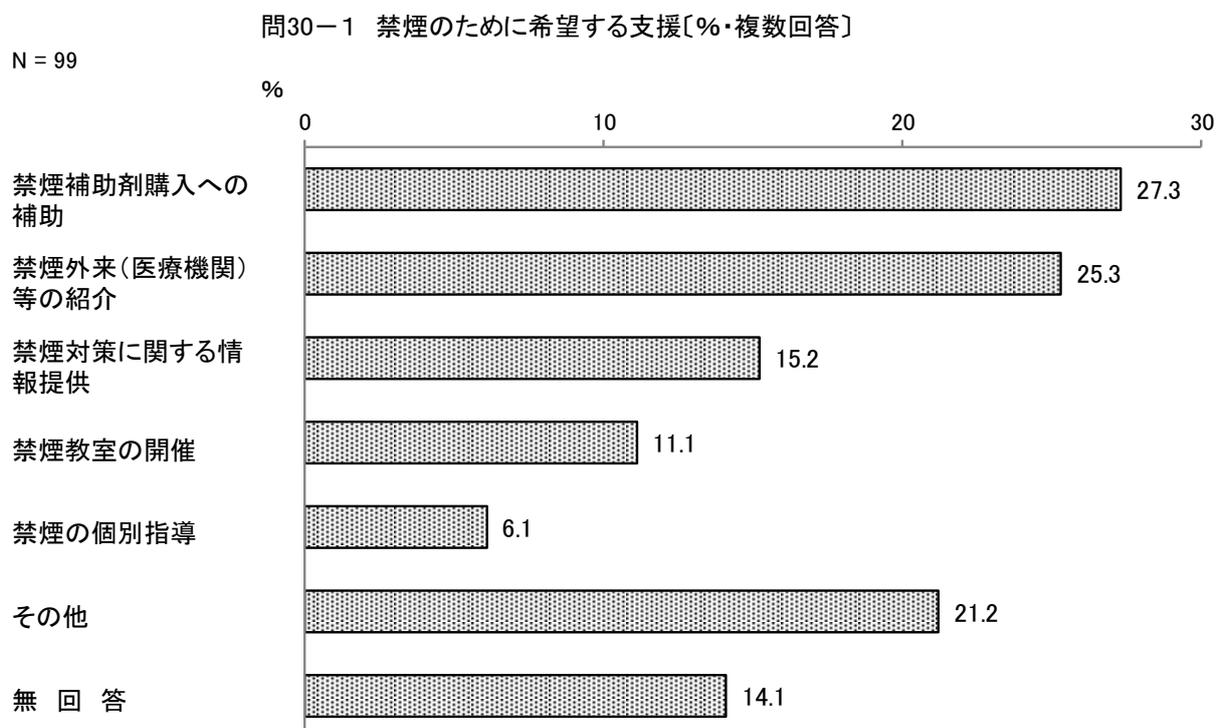
「吸っているが、できればやめたい」の回答割合

	平成22年	平成28年
全体	8.3%	4.7%

問 30-1【問 30 で「1 吸っており、今後もつづけたい」「2 吸っているが、できればやめたい」に○をつけた方】

禁煙したいと思っている人への支援としては、どのようなことを希望しますか

「禁煙補助剤購入への補助」が 27.3%、「禁煙外来(医療機関)等の紹介」が 25.3%と多く、「禁煙対策に関する情報提供」、「禁煙教室の開催」が 10%台で続いている。「禁煙の個別指導」は 6.1%である。



性・年齢別では、「禁煙外来(医療機関)等の紹介」が男性で 27.7%と、女性の 14.8%より多い。

<過去調査結果>

上位3項目(平成22年調査の選択肢)

	平成22年
禁煙対策に関する情報提供	50.0%
禁煙の専門相談機関等への紹介	20.4%
禁煙教室の開催	18.5%

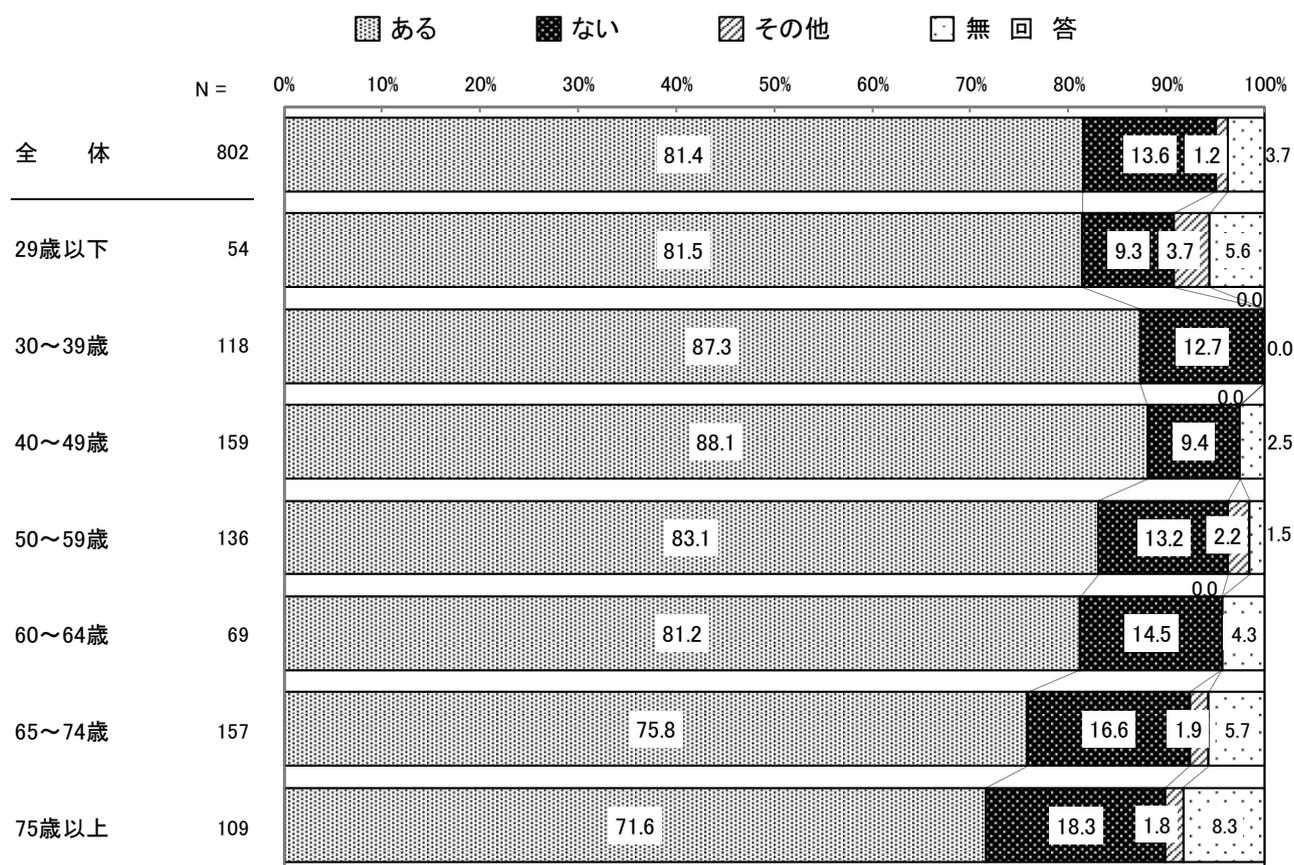
※選択肢に一部変更あり

問31 受動喫煙についてお伺いします。たばこの煙を迷惑に思うことがありますか。

全体では、「ある」が81.4%と最も多く、「ない」が13.6%、「その他」が1.2%である。

年齢別では、75歳以上で「ある」が71.6%と、他の年齢より少ない。

問31 たばこの煙を迷惑に思うことがある[%]



性・年齢別では、「ある」が女性で85.9%と、男性の76.6%より多く、特に女性の30～39歳で92.8%である。

現在の喫煙状態別では、吸っており、今後もつづきたい人、吸っているが、できればやめたい人で「ある」が50～60%台と少なく、「ない」が30%台と多い。

<過去調査との比較>

平成22年調査「思う」の回答割合

平成28年調査「ある」の回答割合

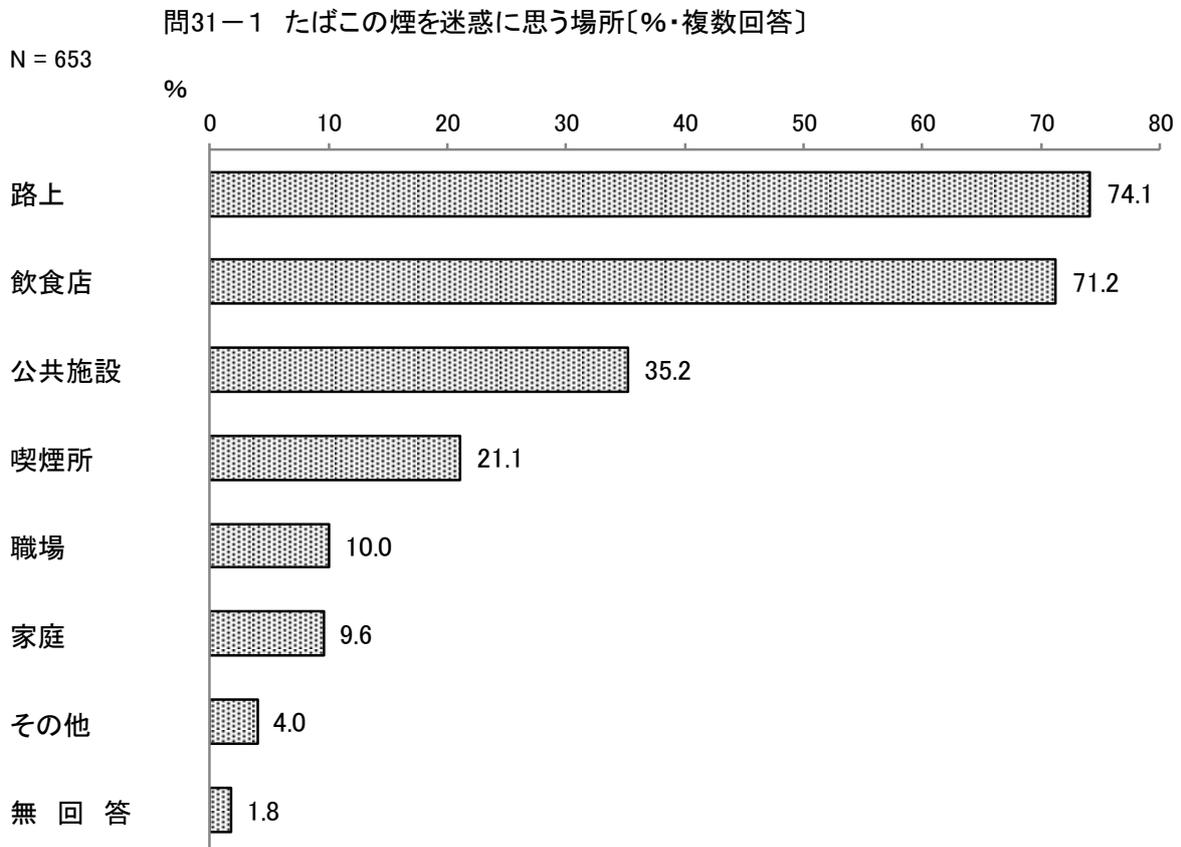
	平成22年	平成28年
全体	81.8%	81.4%

※選択肢に一部変更あり

問 31-1【問 31 で「1 ある」に○をつけた方】

たばこの煙を迷惑に思う場所はどこですか。

「路上」が 74.1%、「飲食店」が 71.2%と多く、「公共施設」が 35.2%、「喫煙所」が 21.1%と続いている。「職場」、「家庭」は 10%程度である。



性・年齢別では、「路上」が 20～64 歳の女性で多く、特に 30～39 歳の女性で 84.4%であるが、65 歳以上になると 60%台と少ない。

居住地域別では、「路上」が境南町で 85.5%、「飲食店」が吉祥寺南町で 81.8%、吉祥寺北町で「公共施設」が 45.7%、「職場」が 24.3%である。

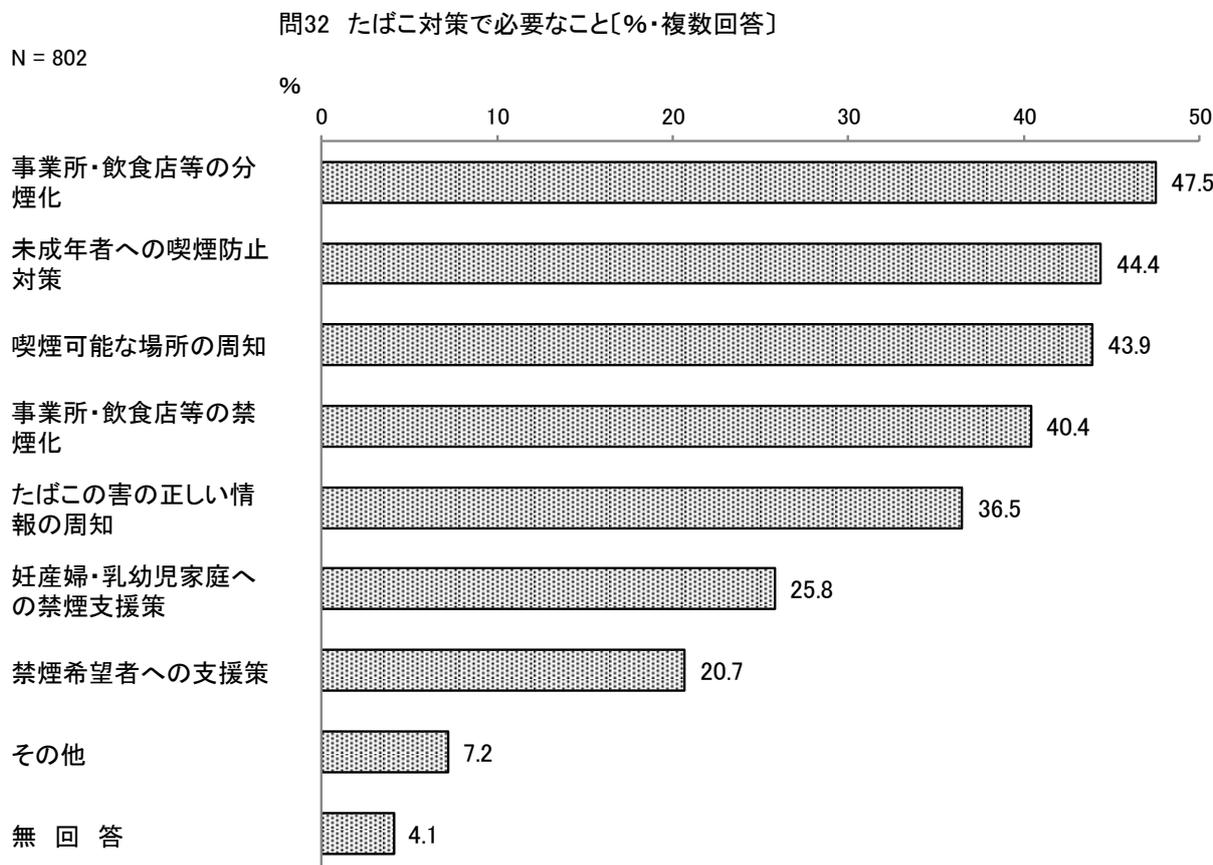
<過去調査との比較>

上位3項目

	平成22年	平成28年
路上	65.7%	74.1%
飲食店	73.2%	71.2%
公共施設	36.0%	35.2%

問 32 たばこ対策として、どのようなことが必要だと思いますか。

「事業所・飲食店等の分煙化」が47.5%と最も多く、「未成年者への喫煙防止対策」が44.4%、「喫煙可能な場所の周知」が43.9%、「事業所・飲食店等の禁煙化」が40.4%と続いている。「たばこの害の正しい情報の周知」は36.5%、「妊産婦・乳幼児家庭への禁煙支援策」、「禁煙希望者への支援策」が20%台である。



性・年齢別では、「未成年者への喫煙防止対策」が女性の50～59歳で60.2%と多く、女性の60～64歳では31.3%と少ない。また、「事業所・飲食店等の禁煙化」が男性の29歳未満で多く、特に20歳未満で75.0%である。

家族構成別では、三世帯世帯(親子・孫)で「喫煙可能な場所の周知」が58.5%と多い。

現在の喫煙状況別では、吸っており、今後もつづきたい人、吸っているが、できればやめたい人で「喫煙可能な場所の周知」が60～70%台と多いが、それ以外の項目の回答は少ない。

たばこの煙を迷惑に思うことの有無別では、ないと回答した人より、あると回答した人で「未成年者への喫煙防止対策」、「事業所・飲食店等の分煙化」、「事業所・飲食店などの禁煙化」の回答が多い。

<過去調査結果>

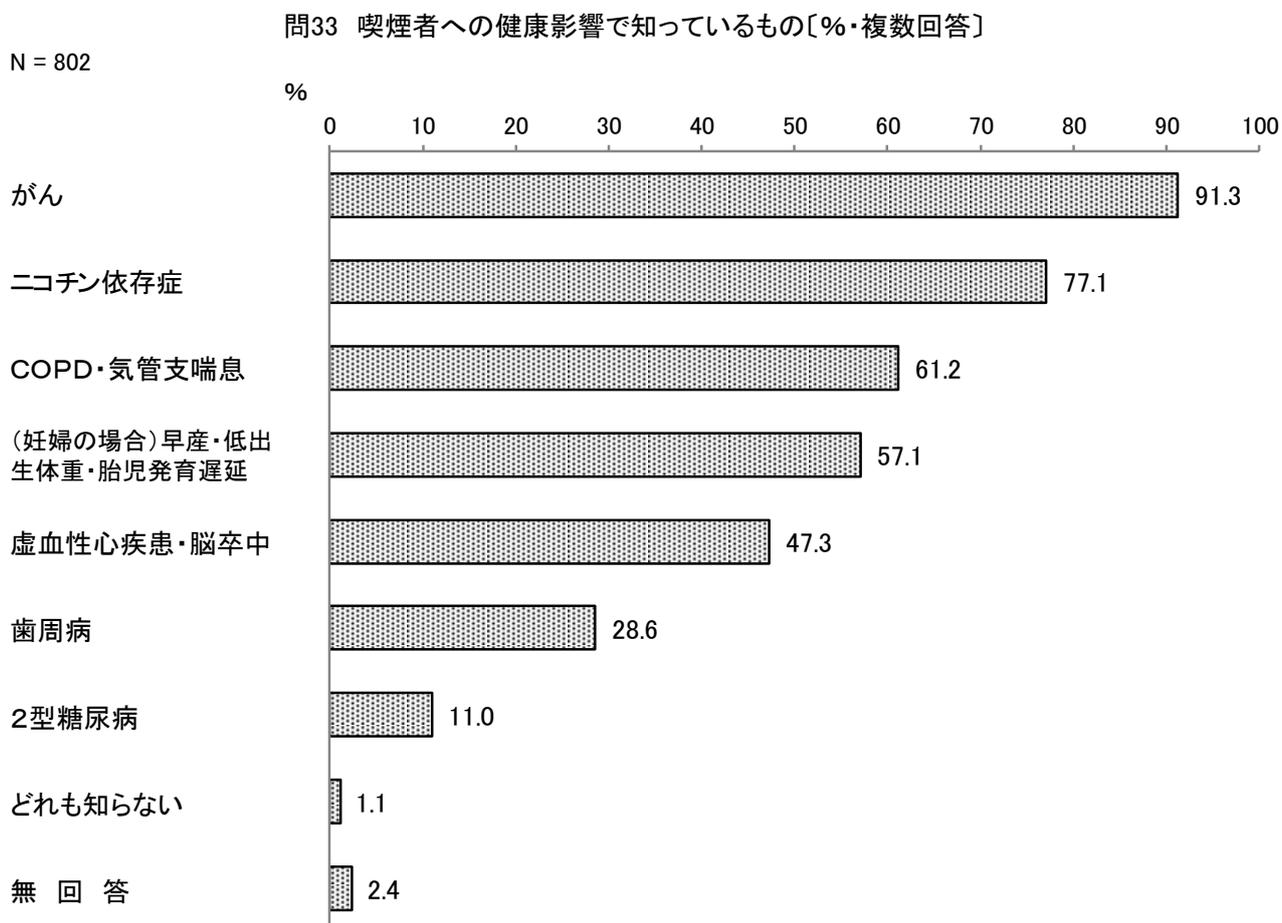
上位3項目(平成22年調査の選択肢)

	平成22年
事業所・飲食店等の禁煙・分煙化	63.4%
未成年者への喫煙防止対策	44.7%
健康教育(たばこの害の周知等)の実施	41.7%

※選択肢に一部変更あり

問 33 たばこの喫煙者本人への健康影響として、因果関係が十分に推定される事柄のうち、知っているものはどれですか。

「がん」が 91.3%と大半を占め、「ニコチン依存症」が 77.1%、「COPD・気管支喘息」が 61.2%、「(妊婦の場合)早産・低出生体重・胎児発育遅延」が 57.1%、「虚血性心疾患・脳卒中」が 47.3%で続いている。「歯周病」(28.6%)、「2型糖尿病」(11.0%)は、他の項目に比べ少ない。



性・年齢別では、「(妊婦の場合)早産・低出生体重・胎児発育遅延」が女性で 68.4%と、男性の 43.0%より多く、特に女性の 50～59 歳で 84.3%である。また、女性の 65～69 歳で「COPD・気管支喘息」が 78.6%と多い。

現在の喫煙状況別では、吸っているが、できればやめたい人で「COPD・気管支喘息」が 73.0%、「虚血性心疾患・脳卒中」が 59.5%、「歯周病」が 45.9%と多い。吸っており、今後もつづきたい人で「(妊婦の場合)早産・低出生体重・胎児発育遅延」が 46.8%と少ない。

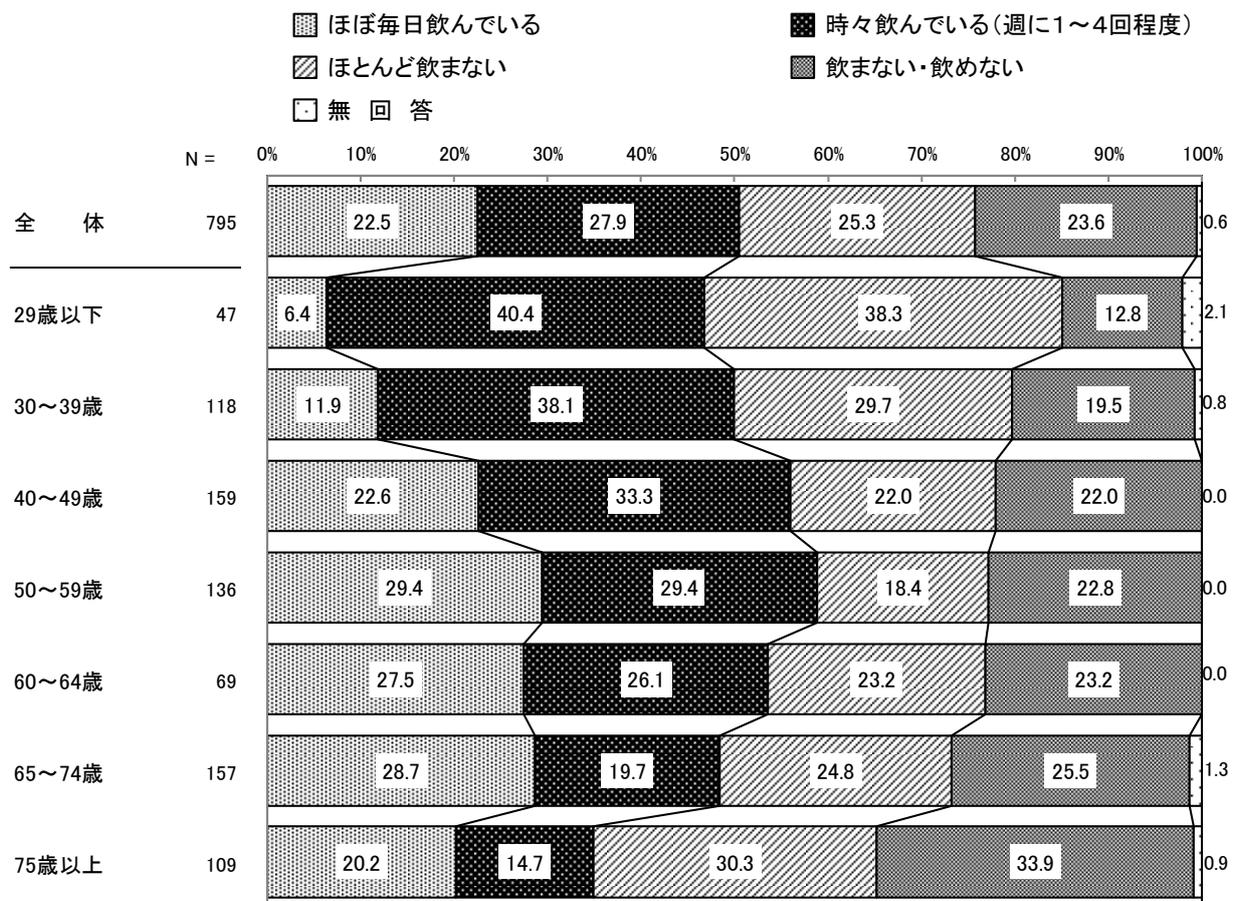
2-7 飲酒の状況等【20歳以上の方のみ】

問34 普段、お酒を飲みますか

全体では、「時々飲んでいる(週に1~4回程度)」が27.9%と最も多く、「ほとんど飲まない」が25.3%、「飲まない・飲めない」が23.6%、「ほぼ毎日飲んでいる」が22.5%である。

年齢別では、29歳以下で「時々飲んでいる(週に1~4回程度)」が40.4%と多く、年齢が上がるにつれて減り、「ほぼ毎日飲んでいる」は増える傾向がみられる。

問34 現在の飲酒状況[%]



職業別では、会社員・公務員等(常勤)で「時々飲んでいる(週に1~4日程度)」が37.1%、
 自営・自由業で「ほぼ毎日飲んでいる」が33.3%である。

家族構成別では、三世代世帯(親子・孫)で「ほぼ毎日飲んでいる」が32.5%である。

現在の喫煙状況別では、「ほぼ毎日飲んでいる」が吸っており、今後もつづきたい人で
 48.4%、以前は吸っていたが、今はやめた人で35.6%と多い。

<過去調査との比較>

平成22年調査(「ほぼ毎日飲んでいる」+「時々飲んでいる(週に数回程度)」)

平成28年調査(「ほぼ毎日飲んでいる」+「時々飲んでいる(週に1~4回程度)」)

	平成22年	平成28年
全体	51.6%	50.4%

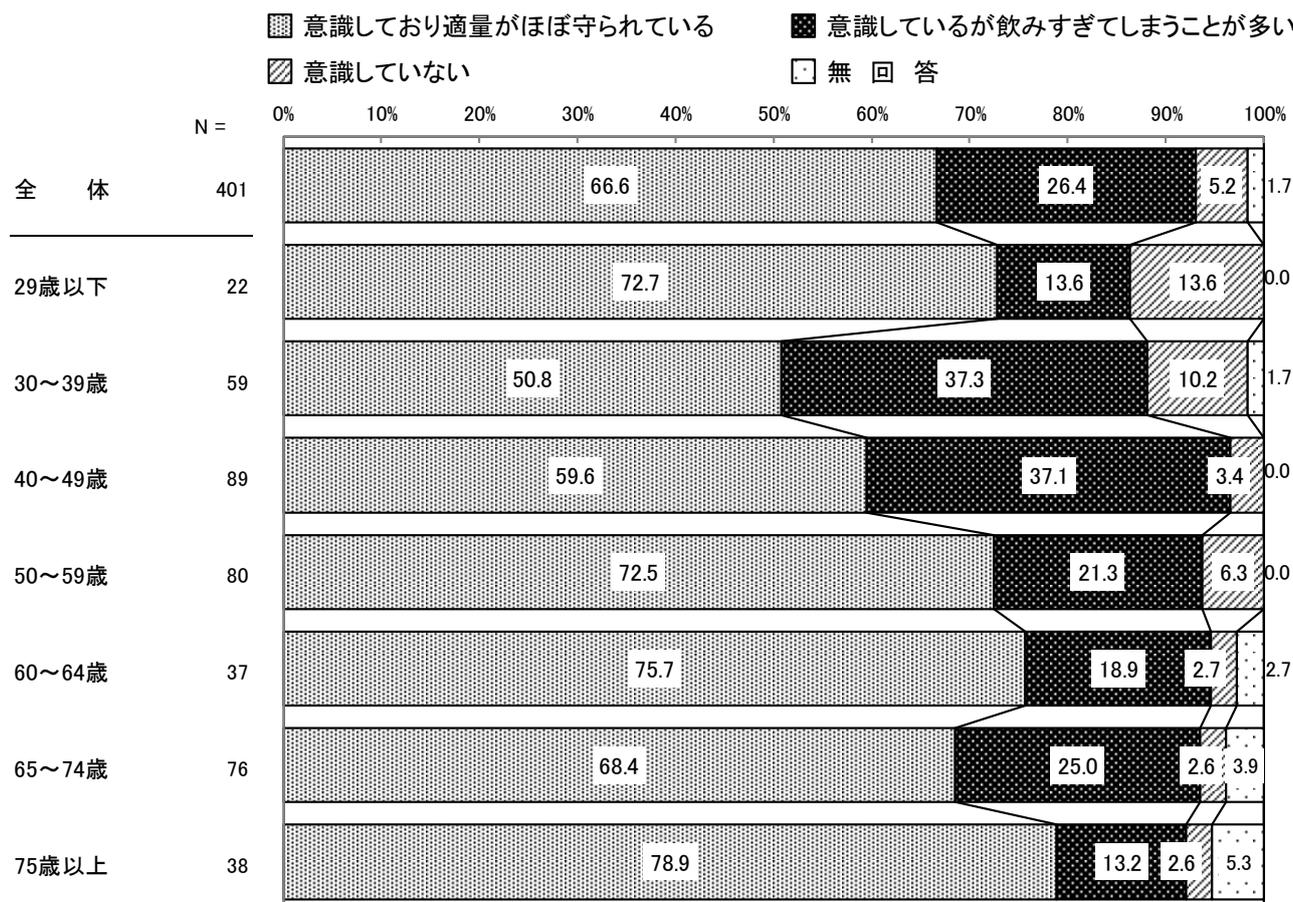
※選択肢に一部変更あり

問 34-1 【問 34 で「1 ほぼ毎日飲んでいる」「2 時々飲んでいる」に○をつけた方】
1日当たりの量について、自分にとっての適量を意識していますか。

全体では、「意識しており適量がほぼ守られている」が 66.6%と最も多く、「意識しているが飲みすぎてしまうことが多い」が 26.4%、「意識していない」が 5.2%である。

年齢別では、30～39歳で「意識しており適量がほぼ守られている」が 50.8%と少なく、以降年齢が上がるにつれて増える傾向がみられ、75歳以上で 78.9%である。「意識しているが飲みすぎてしまうことが多い」は 30～49歳で 37%程度と多い。

問34-1 自分にとっての適量を意識している[%]



性・年齢別では、「意識しており適量がほぼ守られている」が女性の 50～74歳で多く、特に 60～64歳は 86.7%である。また、女性の 30～49歳で「意識しているが飲みすぎてしまうことが多い」が女性の 40～49歳で 39.6%、30～39歳で 37.5%と多い。

職業別では、「意識しており適量がほぼ守られている」は学生、家事専業、無職で 80%台と多く、自営・自由業は「意識しているが飲みすぎてしまうことが多い」が 40.5%と多い。

<過去調査との比較>

平成22年調査「意識しており適正量がほぼ守られている」の回答割合

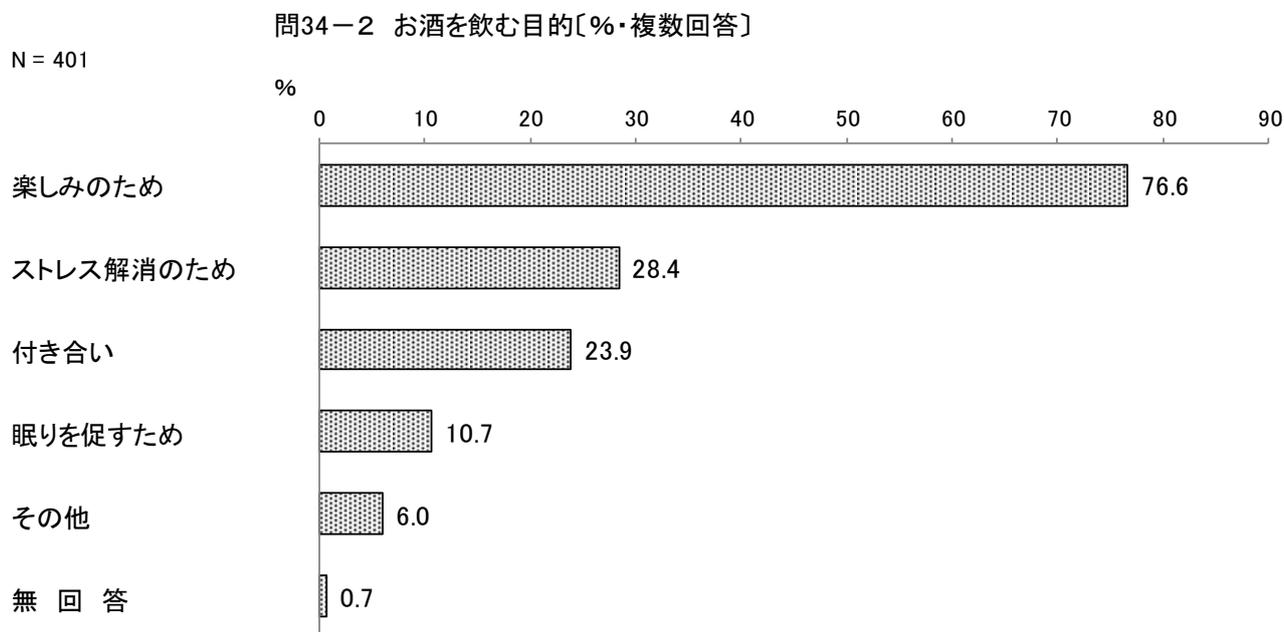
平成28年調査「意識しており適量がほぼ守られている」の回答割合

	平成22年	平成28年
全体	64.3%	66.6%

※選択肢に一部変更あり

問 34-2 【問 34 で「1 ほぼ毎日飲んでいる」「2 時々飲んでいる」に○をつけた方】
お酒を飲む目的は何ですか。

「楽しみのため」が 76.6%と最も多く、「ストレス解消のため」が 28.4%、「付き合い」が 23.9%、「眠りを促すため」が 10.7%と続いている。



性・年齢別では、「楽しみのため」が女性の 20～29 歳、40～64 歳で多く、特に 20～29 歳では 92.3%である。

家族世帯別では、単身世帯で「ストレス解消のため」が 39.2%と多い。

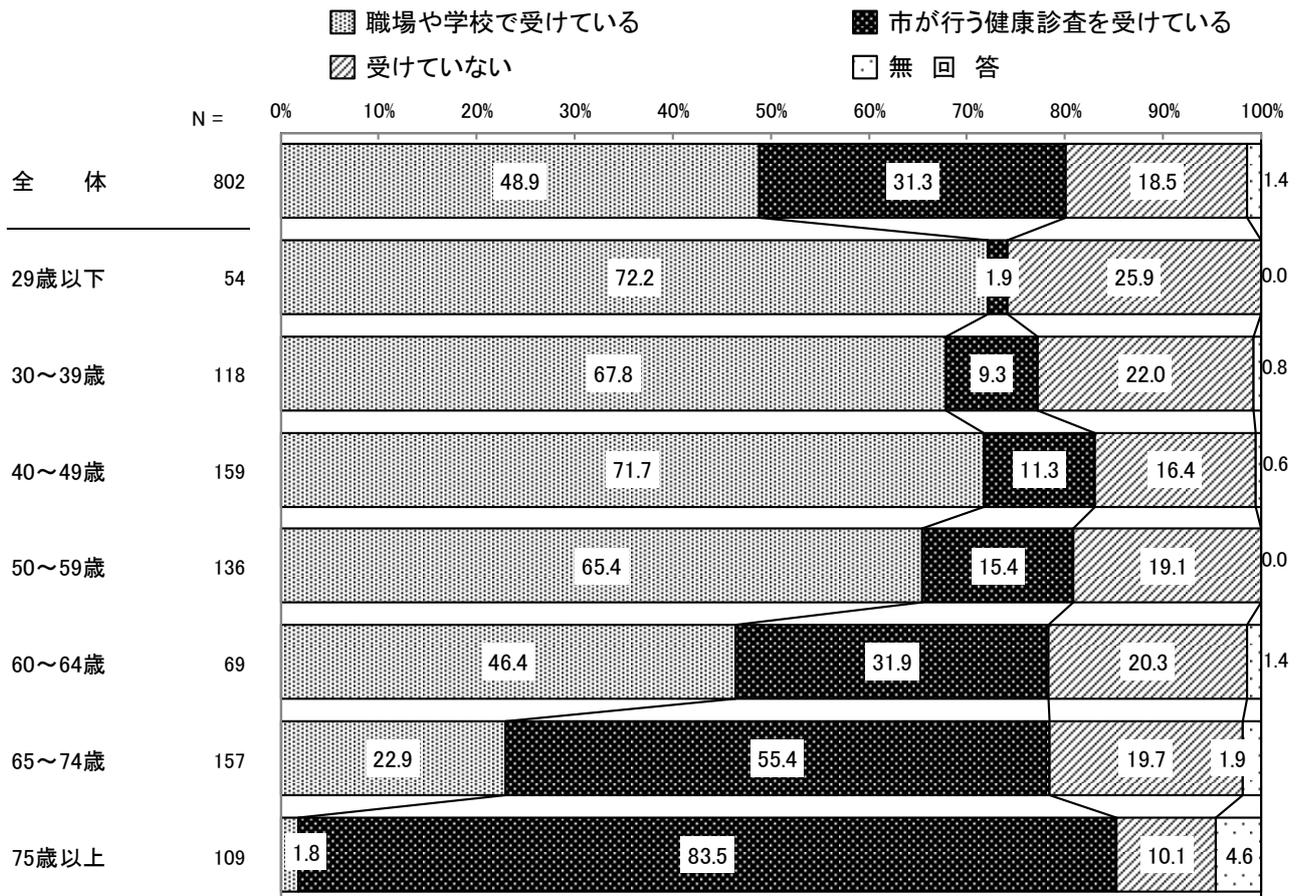
2-8 健康診査等

問 35 定期的に健康診査を受けていますか。

全体では、「職場や学校で受けている」が 48.9%と最も多く、「市が行う健康診査を受けている」が 31.3%、「受けていない」が 18.5%である。

年齢別では、30～39 歳で「市が行う健康診査を受けている」が 9.3%と増え始め、以降年齢が上がるにつれて増え、75 歳以上では 83.5%と多い。

問35 定期的な健康診査受診[%]



性・年齢別では、「職場や学校で受けている」が男性で58.9%と、女性の44.6%より多く、特に男性の40～49歳で85.5%である。また、「市が行う健康診査を受けている」は男性の65歳以上、女性の60歳以上で多く、年齢が上がるにつれて増え、75歳以上の女性で87.0%、男性で82.2%である。

職業別では、会社員・公務員等(常勤)で「職場や学校で受けている」が90.6%と大半を占めている。「市が行う健康診査を受けている」は無職で74.3%、自営・自由業で52.4%、家事専業で41.8%と多い。

家族構成別では、一世代世帯(夫婦のみ)で「市が行う健康診査を受けている」が46.8%と多い。

居住地域別では、吉祥寺北町で「職場や学校で受けている」が58.4%、吉祥寺本町で「市が行う健康診査を受けている」が45.0%と多い。

現在の健康状態別では、「市が行う健康診査を受けている」がよいと回答した人で27.7%と、よくないと回答した人の52.4%より少ない。

加入している健康保険別では、「職場や学校で受けている」が共済組合(公務員・教職員)で88.9%、社会保険(勤務先の保険)で77.0%、国民健康保険組合(同業種の保険)で61.5%と多く、「市が行う健康診査を受けている」が後期高齢者医療制度で84.9%、国民健康保険(武蔵野市)で60.3%と多くなっている。また、国民健康保険(武蔵野市)では、「受けていない」が25.7%と多い。

<過去調査との比較>

『受けている』の回答割合

平成22年調査(「職場や学校で受けている」+「市が行う健康診査を受けている」+「自分で健康診断を受けている」)

平成28年調査(「職場や学校で受けている」+「市が行う健康診査を受けている」)

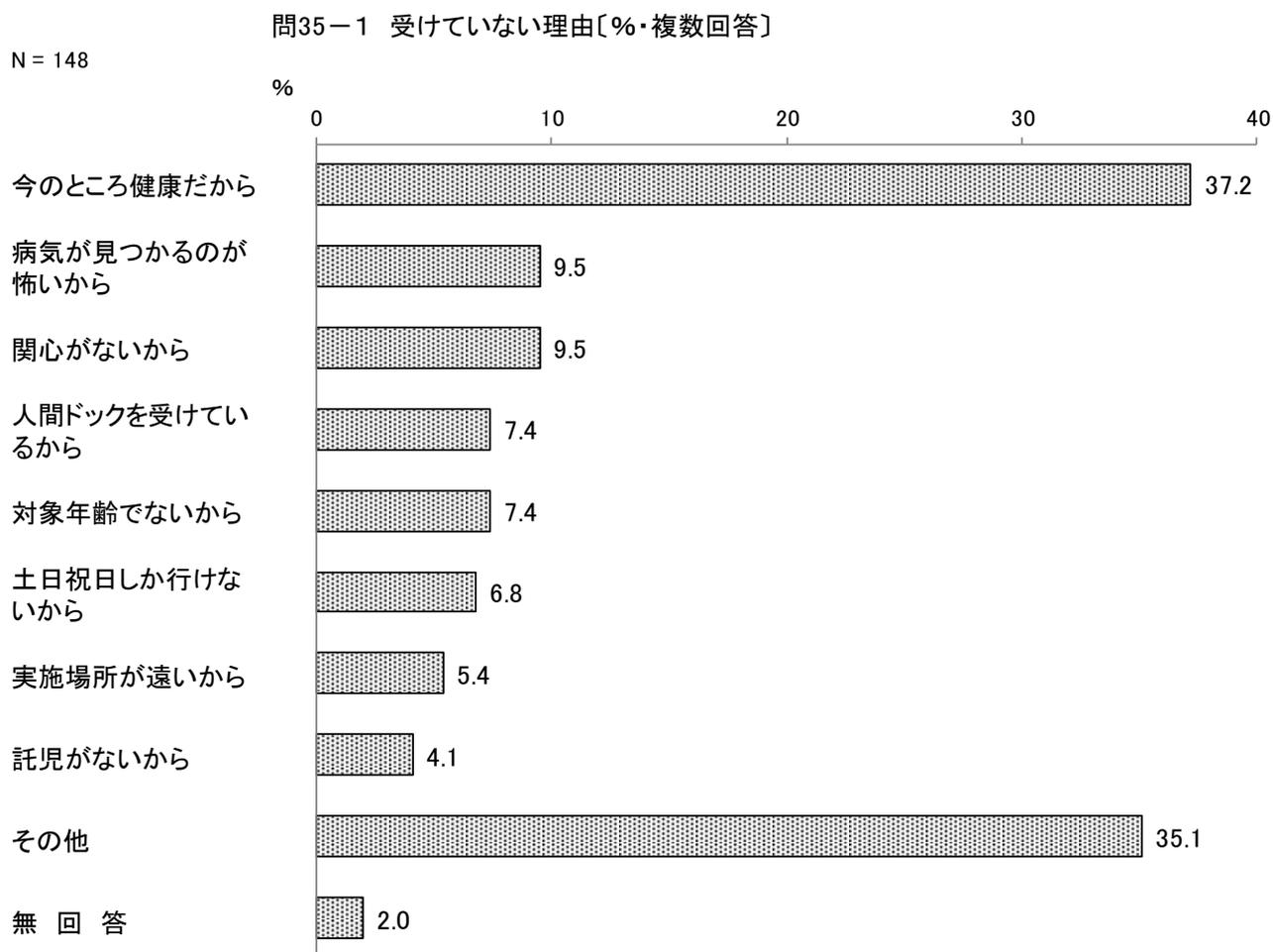
	平成22年	平成28年
全体	86.2%	80.2%

※選択肢に一部変更あり

問 35-1【問 35 で「3 受けていない」に○をつけた方】

なぜ受けていないのですか。

「今のところ健康だから」が 37.2%と最も多く、「病気が見つかるのが怖いから」、
「関心がないから」がともに 9.5%、「人間ドックを受けているから」、「対象年齢でないから」がともに 7.4%である。



職業別では、「今のところ健康だから」が会社員・公務員等(常勤)で 61.1%、学生で 50.0%と多い。

家族構成別では、三世帯世帯(親子・孫)で「今のところ健康だから」が 50.0%である。

<過去調査結果>

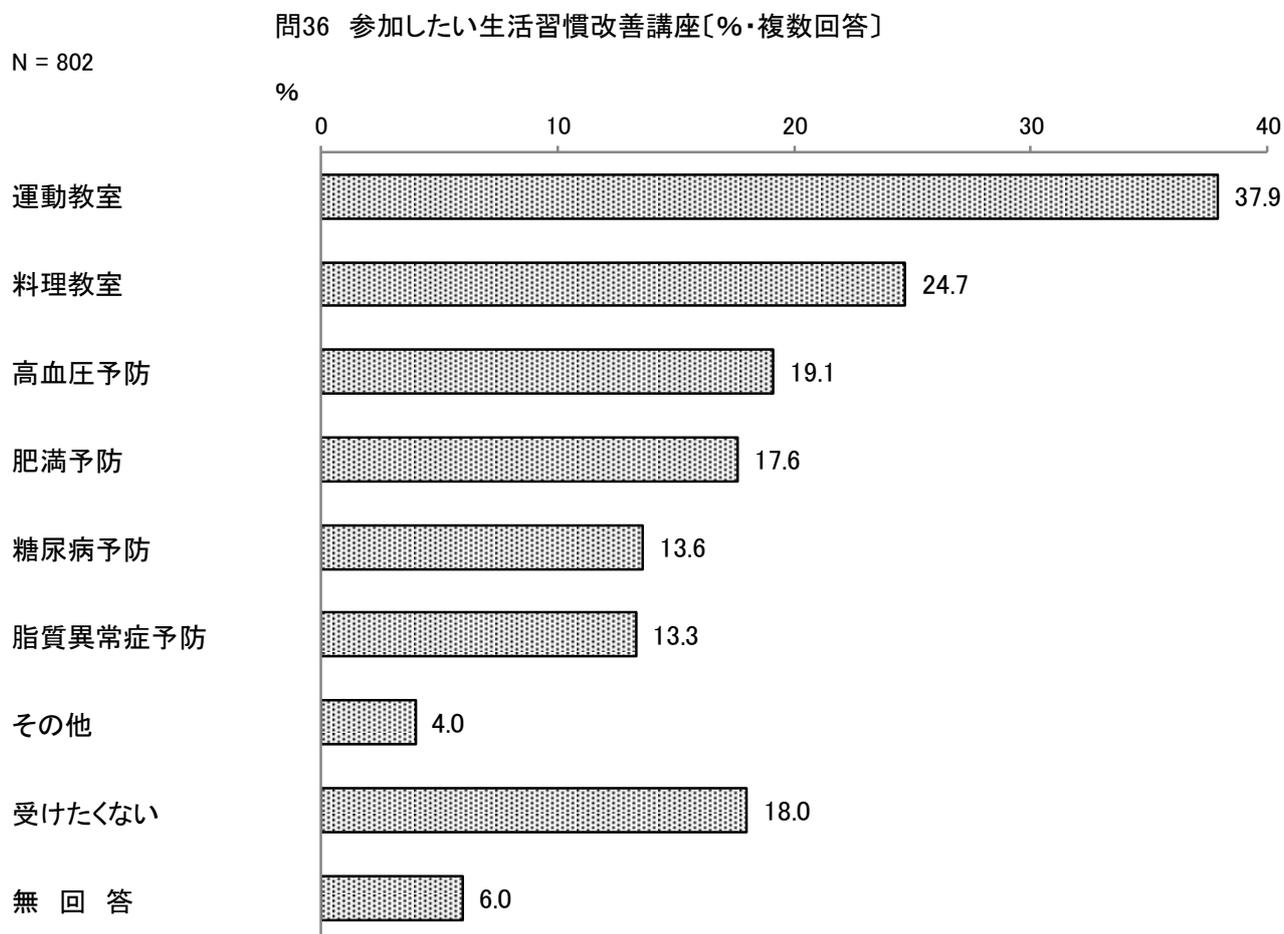
上位3項目(平成22年調査の選択肢)

	平成22年
今のところ健康だから	28.6%
忙しいから	22.9%
時間が合わないから	10.0%

※選択肢に一部変更あり

問 36 生活習慣を改善するための講座があったら、どのような内容のものに参加したいですか。

「運動教室」が 37.9%と最も多く、次いで「料理教室」が 24.7%、「高血圧予防」、「肥満予防」、「糖尿病予防」、「脂質異常症予防」が 10%台である。また、「受けたくない」が 18.0%である。



性・年齢別では、「脂質異常症予防」が女性の 60～64 歳で 34.4%、50～59 歳で 26.5%と多い。「運動教室」は女性で 46.0%と、男性の 28.2%より多く、特に女性の 50～59 歳で 55.4%である。また、「料理教室」は女性で 31.4%と、男性の 17.1%より多く、特に女性の 20 歳未満で 66.7%、20～29 歳で 63.0%、30～39 歳で 55.1%である。

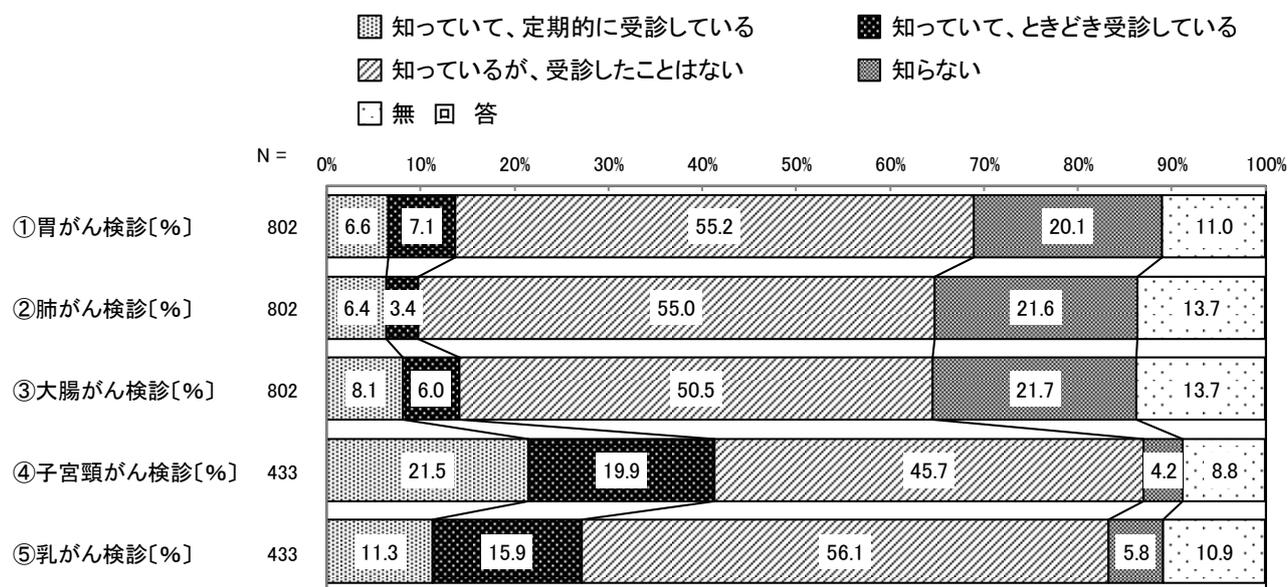
職業別では、学生で「料理教室」が 58.8%、家事専業で「運動教室」が 50.7%と多い。

家族構成別では、三世帯世帯(親子・孫)で「受けたくない」が 36.6%と多い。

現在の健康状態別では、よくないと回答した人で「受けたくない」が 28.6%と多い。

問 37 市が実施する各種がん検診を知っていますか。また、どれくらいの頻度で受診していますか。受診したことがない場合、なぜ受けていないのですか。

「知っていて、定期的に通診している」が④子宮頸がん検診で 21.5%と、他のがん検診より多い。「知らない」は①胃がん検診、②肺がん検診、③大腸がん検診で 20%程度と、④子宮頸がん検診（4.2%）、⑤乳がん検診（5.8%）より多い。



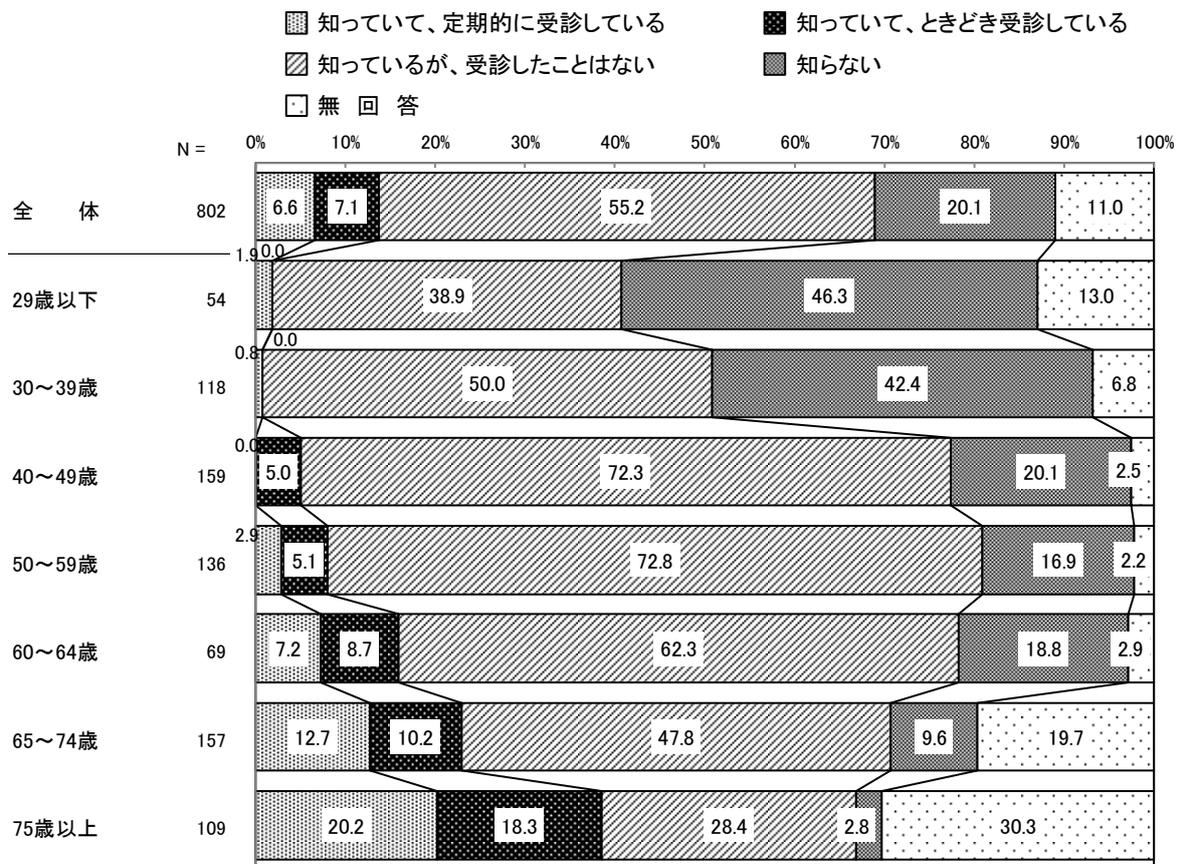
①胃がん検診

A 認知・受診頻度

全体では、「知っているが、受診したことはない」が55.2%と最も多く、「知らない」が20.1%、「知っている、ときどき受診している」が7.1%、「知っている、定期的に受診している」が6.6%である。

年齢別では、40～59歳で「知っているが、受診したことはない」が70%台と多く、以降年齢が上がるにつれて減り、75歳以上では28.4%である。また、「知らない」が29歳以下で46.3%と多いが、年齢が上がるにつれて減る傾向がみられ、75歳以上では2.8%である。

問37 認知・受診頻度①胃がん検診[%]



性・年齢別では、「知っているが、受診したことはない」が女性で64.0%と、男性の46.8%より多く、特に女性の50～59歳で84.3%、40～49歳で79.8%、60～64歳で78.1%である。「知らない」は男性で30.4%と、女性の13.4%より多く、特に男性の39歳未満で50%台である。
職業別では、「知らない」が学生で52.9%、会社員・公務員等(常勤)で32.5%と多い。
居住地域別では、桜堤で「知っているが、受診したことはない」が71.1%と多い。

<過去調査結果>

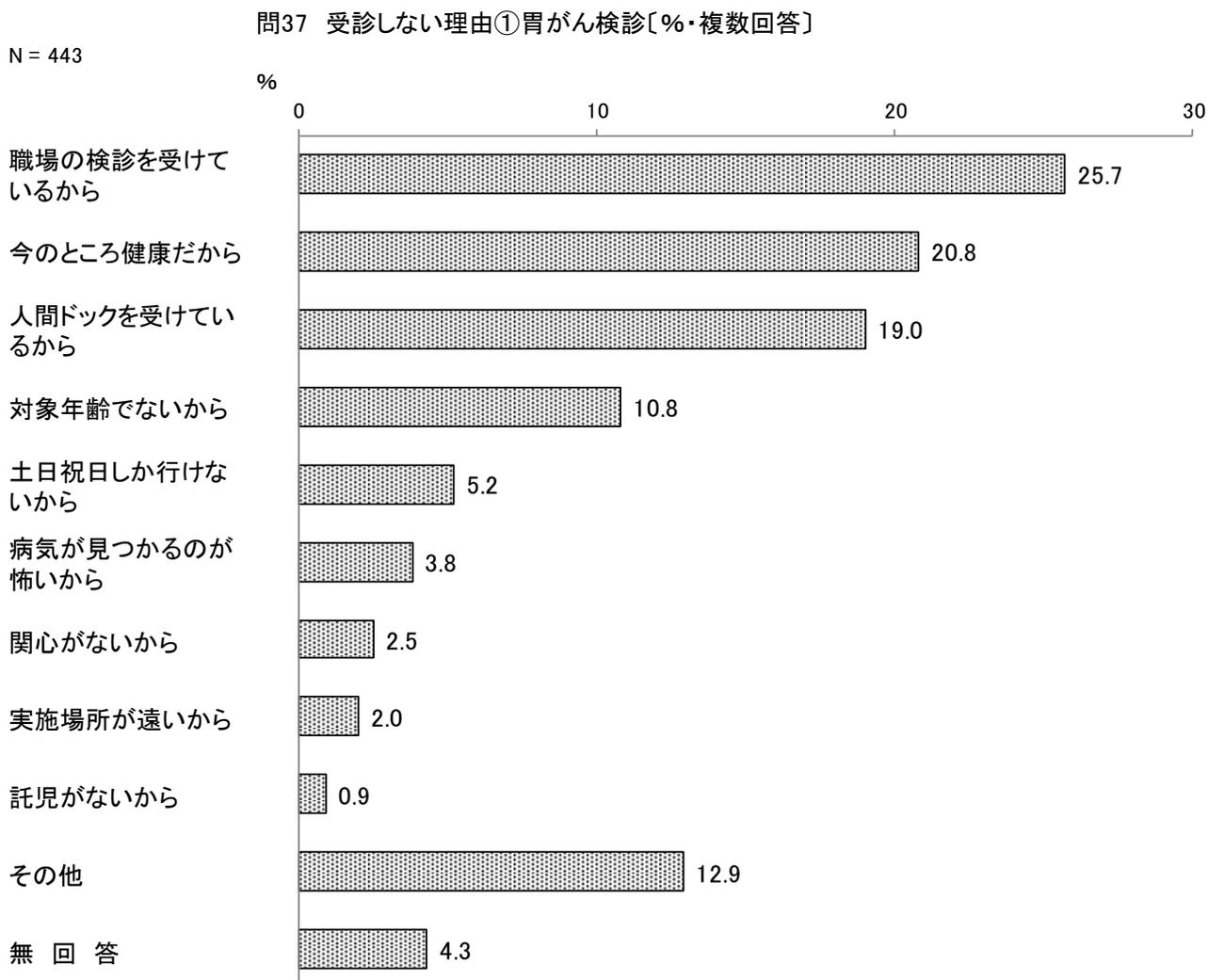
受診頻度(平成22年調査の選択肢)

	平成22年
毎年	29.4%
数年に一度	17.6%

※選択肢に一部変更あり

B 受診しない理由【Aで「知っているが、受診したことはない」に○をつけた方】

「職場の検診を受けているから」が25.7%と最も多く、「今のところ健康だから」が20.8%、「人間ドックを受けているから」、「対象年齢でないから」が10%台である。



性・年齢別では、「職場の検診を受けているから」が男性で36.5%と、女性の20.9%より多く、特に男性の50～59歳で57.7%である。「人間ドックを受けているから」は女性の60～64歳で32.0%、50～59歳で31.4%と多い。

職業別では、「今のところ健康だから」が無職で39.7%、自営・自由業で38.1%、家事専業で32.9%と多い。会社員・公務員等(常勤)で「職場の検診を受けているから」が47.3%、家事専業で「人間ドックを受けているから」が31.6%と多い。

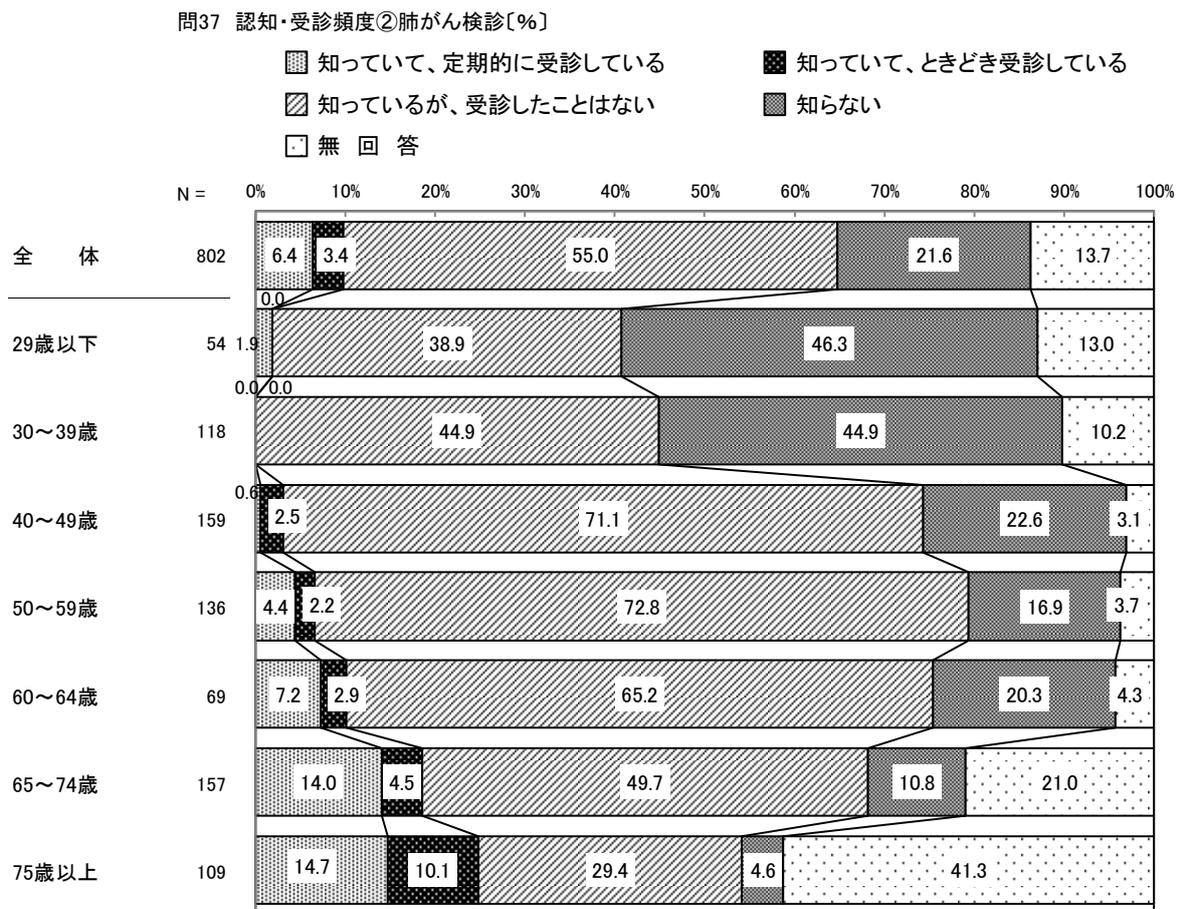
居住地域別では、「今のところ健康だから」が吉祥寺南町で34.2%、境南町で32.4%と多い。八幡町では「職場の検診を受けているから」が43.8%と多い。

②肺がん検診

A 認知・受診頻度

全体では、「知っているが、受診したことはない」が55.0%と最も多く、「知らない」が21.6%、「知っている、定期的に受診している」が6.4%、「知っている、ときどき受診している」が3.4%である。

年齢別では、40～59歳で「知っているが、受診したことはない」が70%台と多く、以降年齢が上がるにつれて減り、75歳以上では29.4%である。また、「知らない」が29歳以下で46.3%と多いが、年齢が上がるにつれて減る傾向がみられ、75歳以上では4.6%である。



性別では、「知っているが、受診したことはない」が女性で63.3%と、男性の46.5%より多く、「知らない」が男性で30.7%と、女性の15.5%より多い。

職業別では、「知らない」が学生で52.9%、会社員・公務員等(常勤)で35.3%と多い。

居住地域別では、桜堤で「知っているが、受診したことはない」が75.6%と多い。

<過去調査結果>

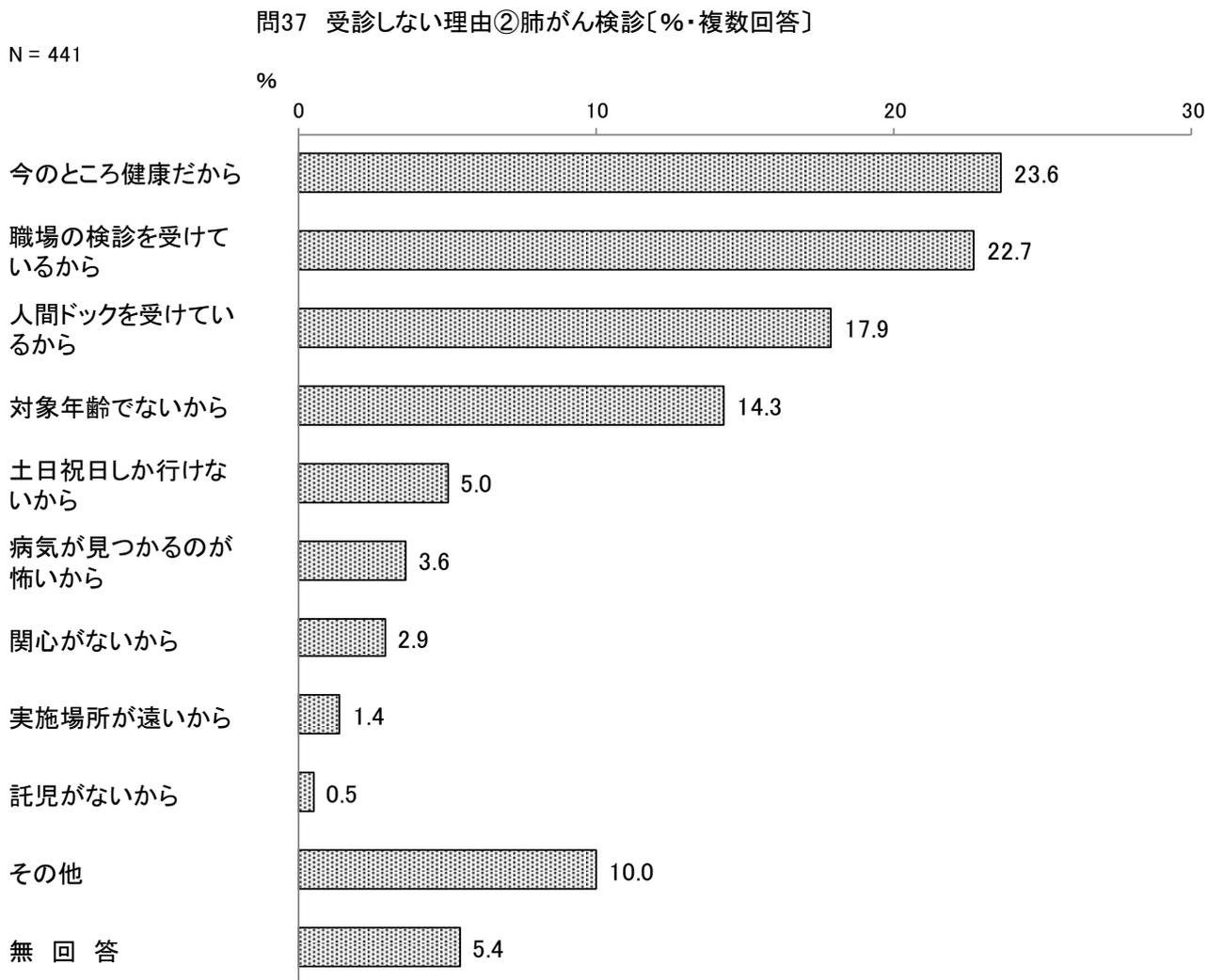
受診頻度(平成22年調査の選択肢)

	平成22年
毎年	26.3%
数年に一度	10.3%

※選択肢に一部変更あり

B 受診しない理由【Aで「知っているが、受診したことはない」に○をつけた方】

「今のところ健康だから」が 23.6%、「職場の検診を受けているから」が 22.7%と多く、「人間ドックを受けているから」が 17.9%、「対象年齢でないから」が 14.3%で続いている。



性・年齢別では、「職場の検診を受けているから」が男性の 40～64 歳で多く、特に 50～59 歳で 57.7%である。

職業別では、「今のところ健康だから」が自営・自由業、家事専業、無職で多く、特に無職で 39.7%である。会社員・公務員等(常勤)で「職場の検診を受けているから」が 40.9%と多い。

家族構成別では、三世帯世帯(親子・孫)で「職場の検診を受けているから」が 38.5%と多い。

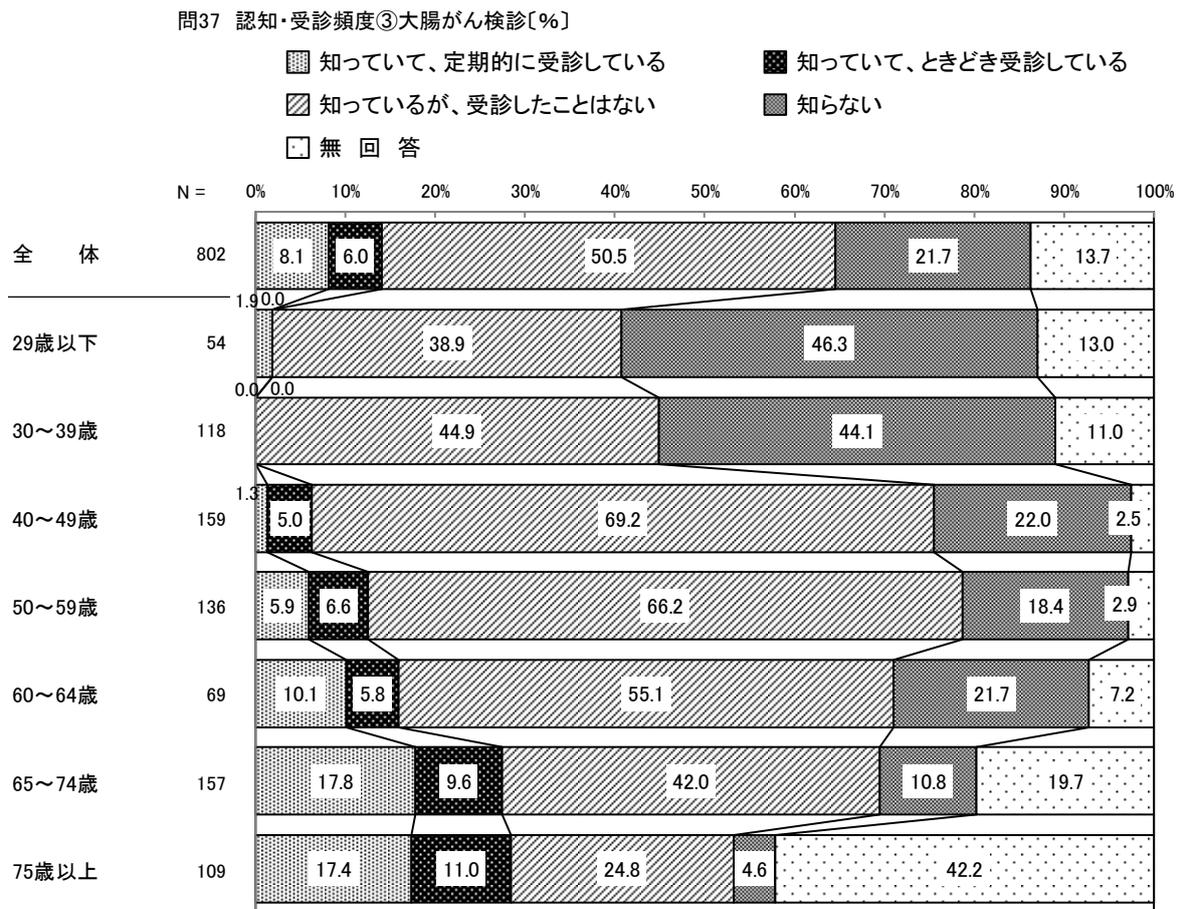
居住地域別では、関前で「今のところ健康だから」が 41.7%、「職場の検診を受けているから」が八幡町で 46.7%、吉祥寺東町で 36.4%と多い。

③大腸がん検診

A 認知・受診頻度

全体では、「知っているが、受診したことはない」が50.5%と最も多く、「知らない」が21.7%、「知っている、定期的に受診している」が8.1%、「知っている、ときどき受診している」が6.0%である。

年齢別では、40～59歳で「知っているが、受診したことはない」が60%台と多く、以降年齢が上がるにつれて減り、75歳以上では24.8%である。また、「知らない」が29歳以下で46.3%と多いが、年齢が上がるにつれて減る傾向がみられ、75歳以上では4.6%である。



性・年齢別では、「知っているが、受診したことはない」が女性で58.7%と、男性の43.0%より多く、特に女性の40～49歳で77.8%、50～59歳で75.9%、60～64歳で68.8%である。また、「知らない」は男性が32.3%と、女性の14.8%より多い。

職業別では、アルバイト・派遣等(非常勤)で「知っているが、受診したことはない」が63.0%、無職で「知っている、定期的に受診している」が20.0%と多い。

居住地域別では、桜堤で「知っているが、受診したことはない」が71.1%と多い。

<過去調査結果>

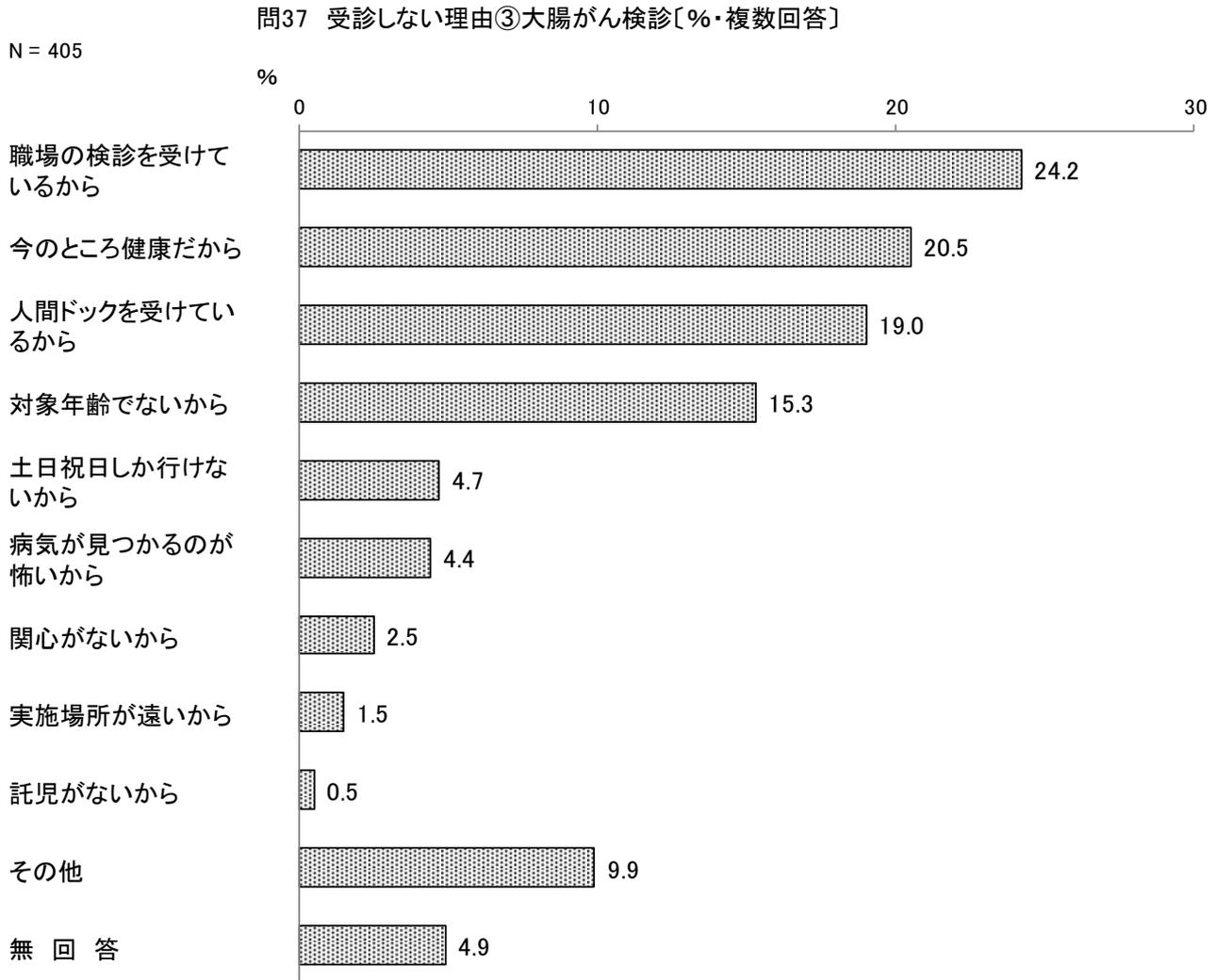
受診頻度(平成22年調査の選択肢)

	平成22年
毎年	24.2%
数年に一度	16.8%

※選択肢に一部変更あり

B 受診しない理由【Aで「知っているが、受診したことはない」に○をつけた方】

「職場の検診を受けているから」が24.2%と最も多く、「今のところ健康だから」が20.5%、「人間ドックを受けているから」が19.0%、「対象年齢でないから」が15.3%で続いている。



性・年齢別では、「職場の検診を受けているから」が男性で32.4%と、女性の20.5%より多く、特に男性の50～59歳で58.3%、40～49歳で51.6%、60～64歳で46.2%である。また、「人間ドックを受けているから」では女性の50～59歳で33.3%、60～64歳で31.8%と多い。

職業別では、「今のところ健康だから」が無職で41.7%、自営・自由業で35.0%と多い。家事専業で「人間ドックを受けているから」が32.9%と多い。

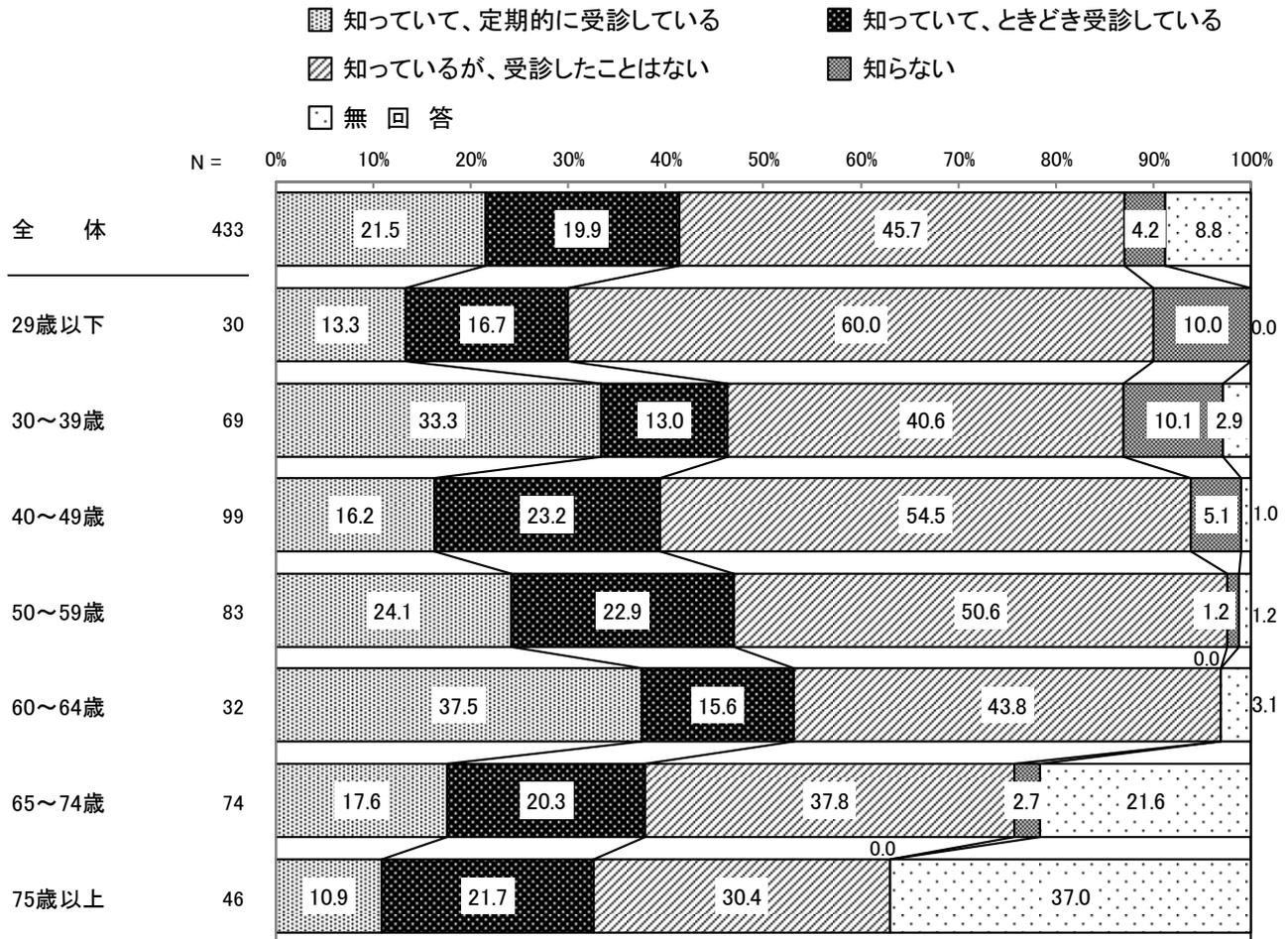
④子宮頸がん検診

A 認知・受診頻度

全体では、「知っているが、受診したことはない」が45.7%と最も多く、「知っている、定期的に受診している」が21.5%、「知っている、ときどき受診している」が19.9%、「知らない」が4.2%である。

年齢別では、60～64歳で「知っている、定期的に受診している」が37.5%である。また、29歳以下で「知っているが、受診したことはない」が60.0%と多い。

問37 認知・受診頻度④子宮頸がん検診[%]



職業別では、学生で「知っているが、受診したことはない」が71.4%と多い。
 居住地域別では、「知っている、定期的に受診している」が御殿山で36.4%、境で32.7%と多い。

<過去調査結果>

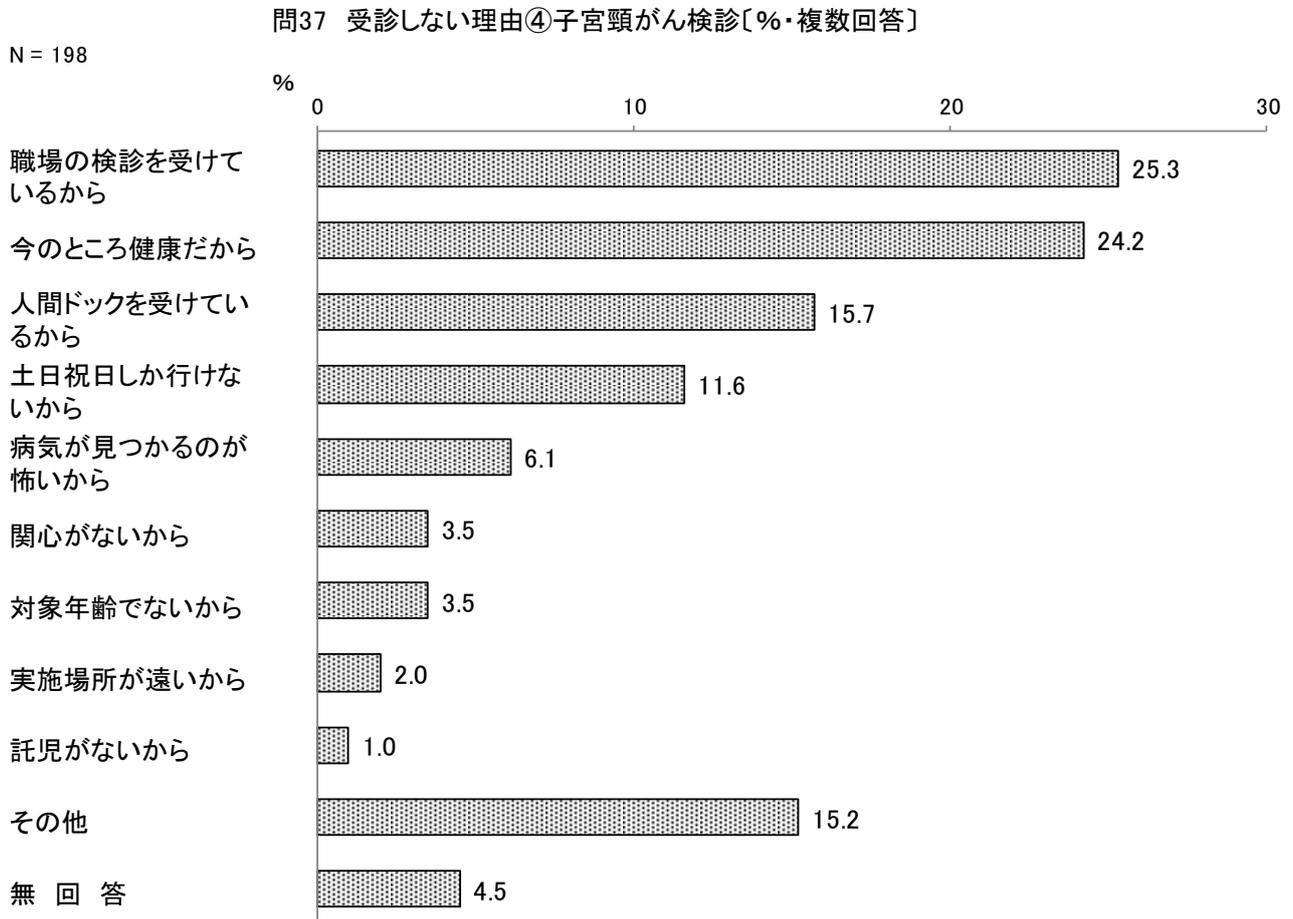
受診頻度(平成22年調査の選択肢)

	平成22年
毎年	19.4%
数年に一度	20.5%

※選択肢に一部変更あり

B 受診しない理由【Aで「知っているが、受診したことはない」に○をつけた方】

「職場の検診を受けているから」が 25.3%、「今のところ健康だから」が 24.2%と多く、「人間ドックを受けているから」が 15.7%、「土日祝日しか行けないから」が 11.6%で続いている。



性・年齢別では、「職場の検診を受けているから」が女性の 30～39 歳で 46.4%、40～49 歳で 37.0%と多い。

職業別では、会社員・公務員等(常勤)で「職場の検診を受けているから」が 40.8%と多い。

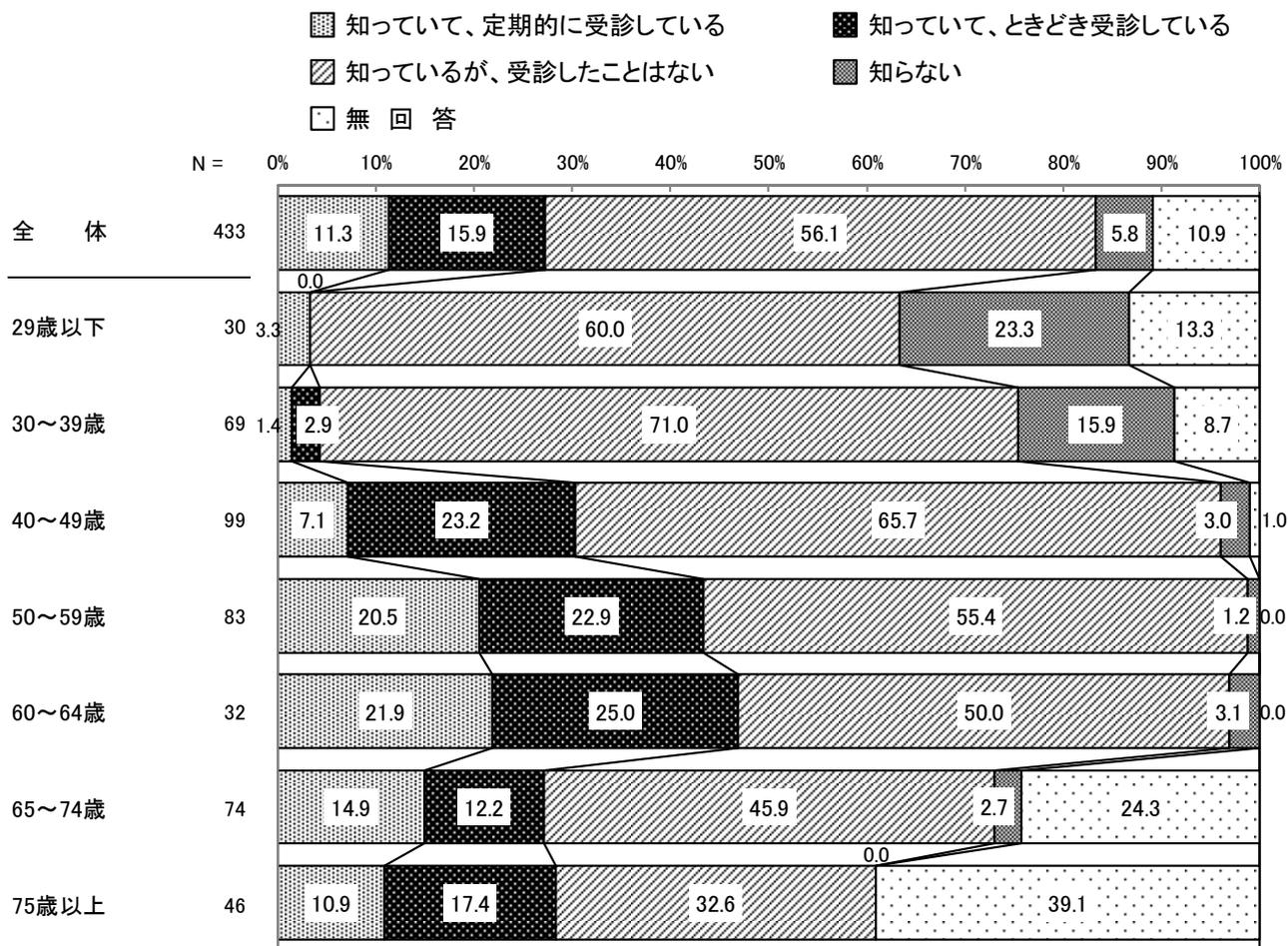
⑤乳がん検診

A 認知・受診頻度

全体では、「知っているが、受診したことはない」が 56.1%と最も多く、「知っている、ときどき受診している」が 15.9%、「知っている、定期的に受診している」が 11.3%、「知らない」が 5.8%である。

年齢別では、30～39歳で「知っているが、受診したことはない」が 71.0%と多い。29歳以下では、「知らない」が 23.3%と多い。

問37 認知・受診頻度⑤乳がん検診[%]



居住地域別では、「知っているが、受診したことはない」が御殿山で 72.7%、吉祥寺本町で 68.6%、吉祥寺南町で 66.7%と多い。

<過去調査結果>

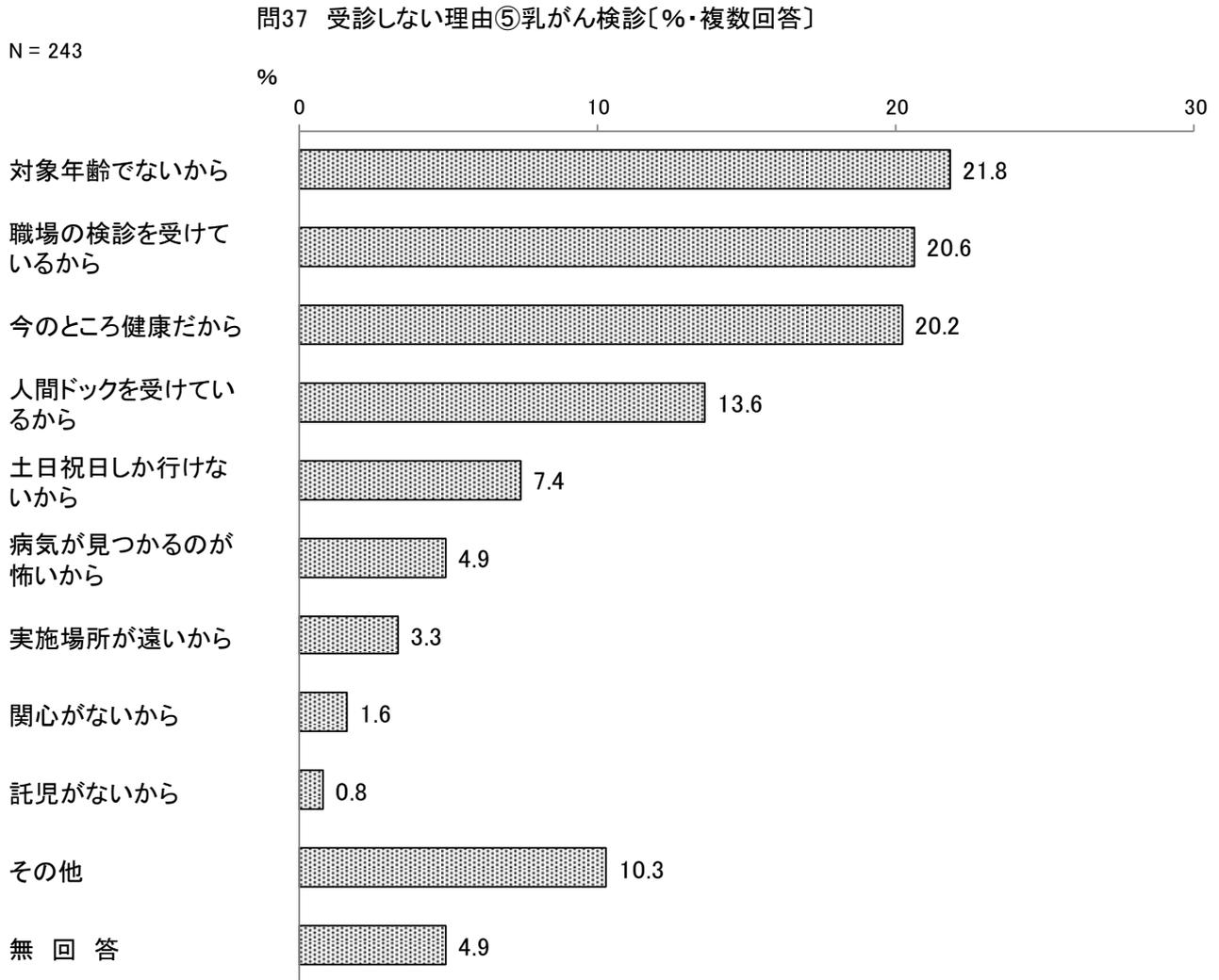
受診頻度(平成22年調査の選択肢)

	平成22年
毎年	17.3%
数年に一度	18.5%

※選択肢に一部変更あり

B 受診しない理由【Aで「知っているが、受診したことはない」に○をつけた方】

「対象年齢でないから」が21.8%、「職場の検診を受けているから」が20.6%、「今のところ健康だから」が20.2%と多く、「人間ドックを受けているから」が13.6%で続いている。

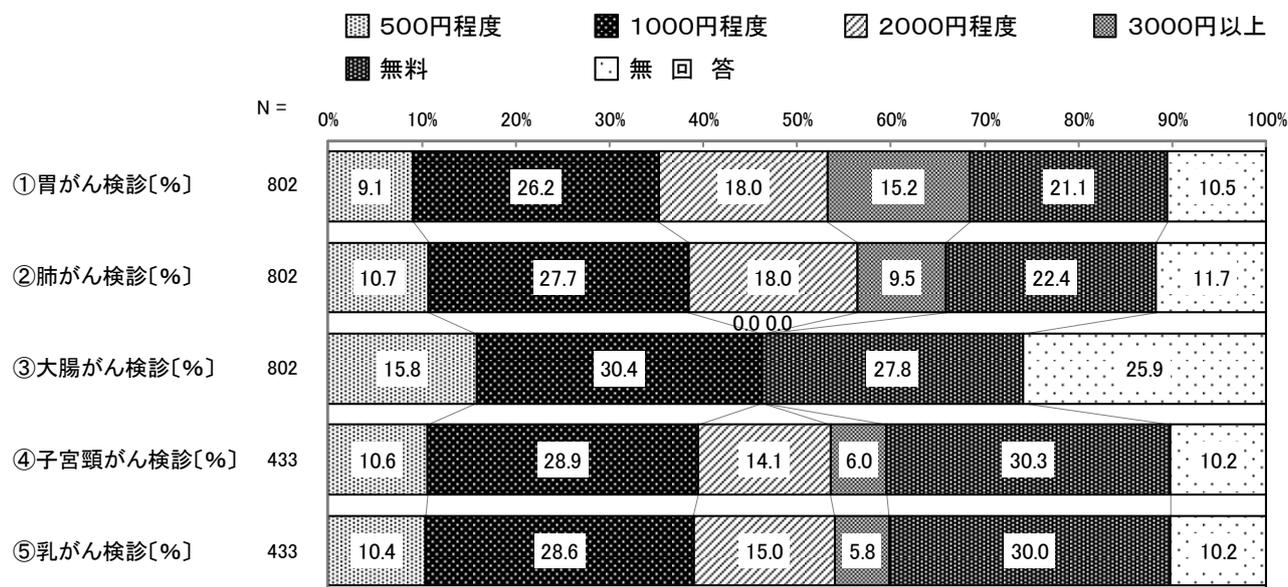


居住地域別では、境で「職場の検診を受けているから」が34.4%と多い。

問 38 市のがん検診の自己負担額はいくらぐらいが適当だと思いますか。

「500円程度」が③大腸がん検診で15.8%、「3000円以上」が①胃がん検診で15.2%、「無料」が④子宮頸がん検診、⑤乳がん検診で30%程度と、他のがん検診よりやや多い。

問38 適当な自己負担額 [%]

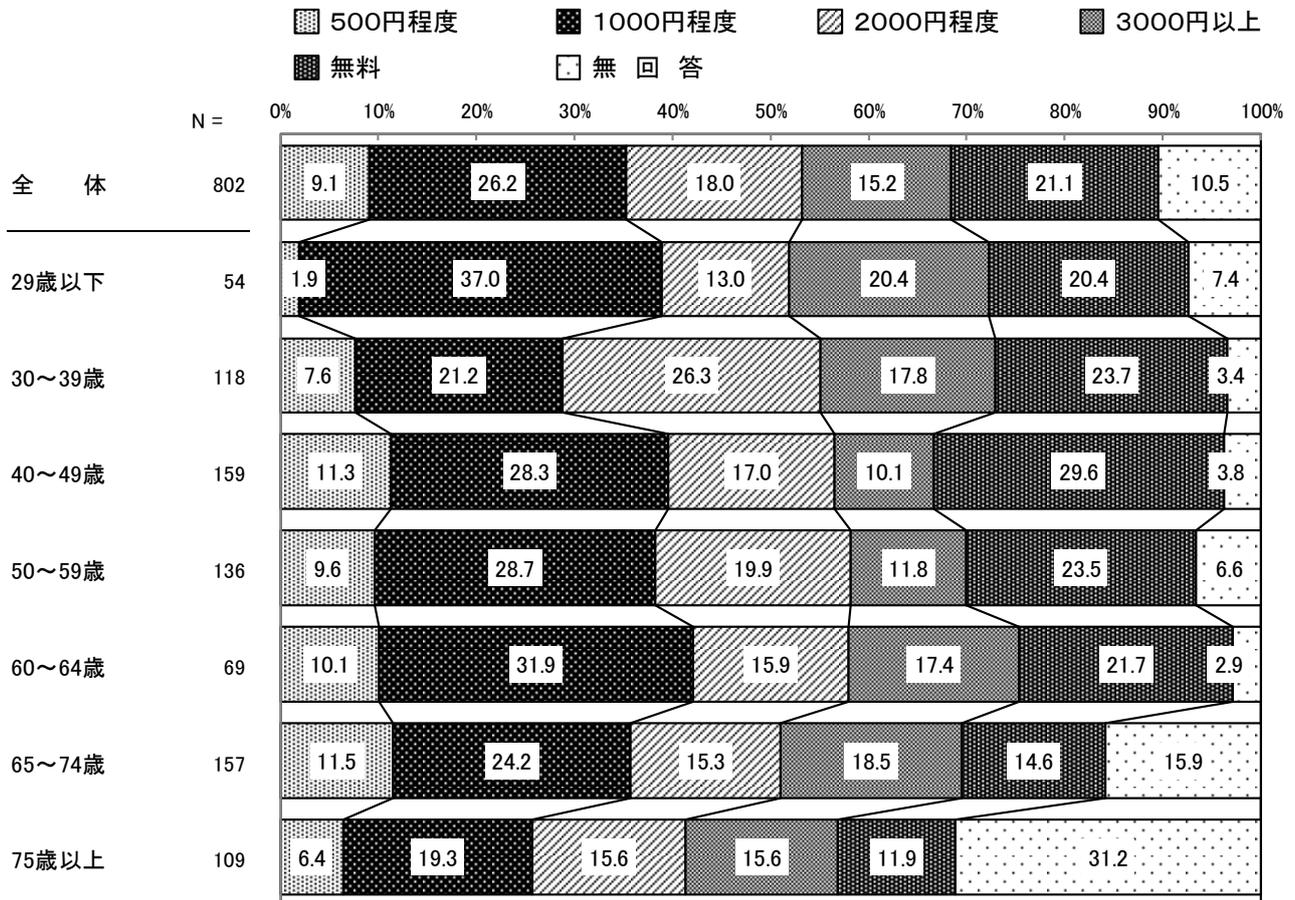


①胃がん検診

全体では、「1000円程度」が26.2%と最も多く、「無料」が21.1%、「2000円程度」が18.0%、「3000円程度」が15.2%、「500円程度」が9.1%である。

年齢別では、29歳以下で「1000円程度」が37.0%と多い。30～39歳では、「2000円程度」が26.3%と、他の年齢より多くなっている。

問38 適当な自己負担額①胃がん検診[%]



現在の暮らしの経済的状況別では、大変苦しいと回答した人で「500円程度」が21.6%と多い。

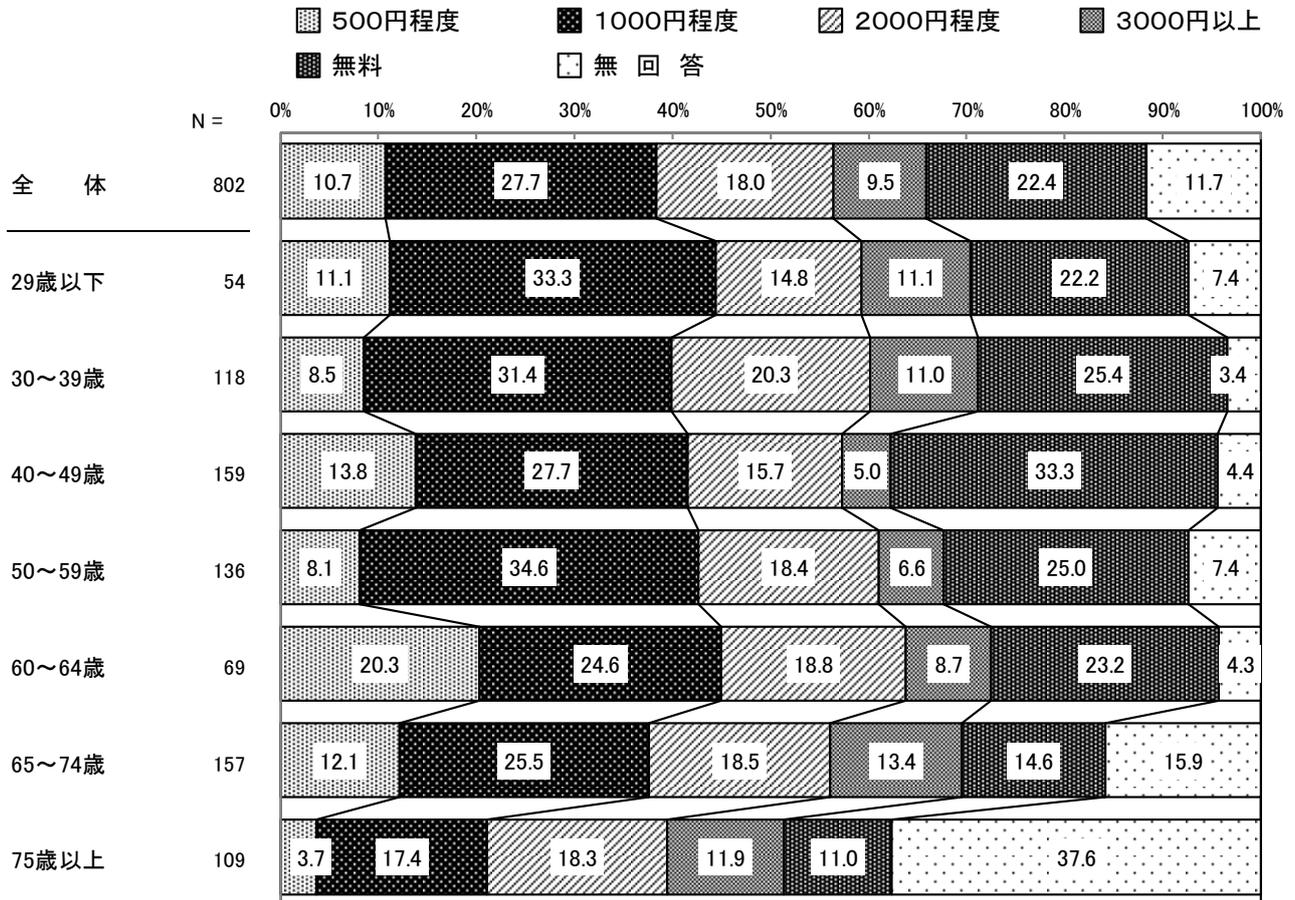
各種がん検診の認知・受診頻度別では、知っていて、定期的に受診している人で「1000円程度」が36.8%と多くなっています。

②肺がん検診

全体では、「1000円程度」が27.7%と最も多く、「無料」が22.4%、「2000円程度」が18.0%、「500円程度」が10.7%、「3000円程度」が9.5%である。

年齢別では、75歳以上で「1000円程度」が17.4%、「無料」が11.0%と、他の年齢より少ない。また、40～49歳で「無料」が33.3%と多い。

問38 適当な自己負担額②肺がん検診[%]



現在の暮らしの経済的状況別では、大変ゆとりがあると回答した人で「3000円以上」が30.0%と多い。

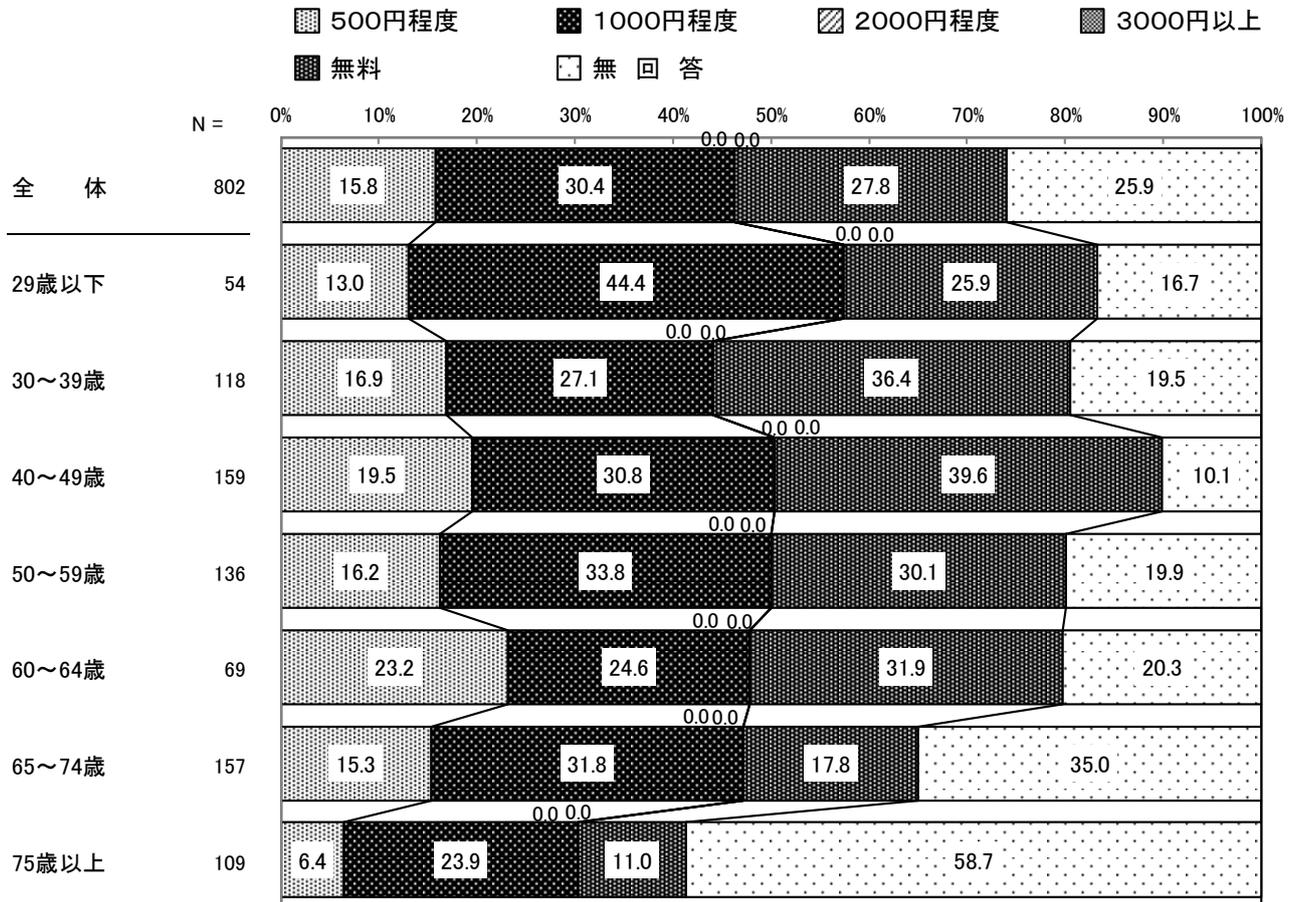
各種がん検診の認知・受診頻度別では、知っていて、ときどき受診している人で「2000円程度」が29.6%と多い。

③大腸がん検診

全体では、「1000円程度」が30.4%と最も多く、「無料」が27.8%、「500円程度」が15.8%である。

年齢別では、29歳以下で「1000円程度」が44.4%と多い。また、40～49歳で「無料」が39.6%と多い。

問38 適当な自己負担額③大腸がん検診[%]



家族構成別では、三世帯世帯(親子・孫)で「1000円程度」が51.2%と多い。

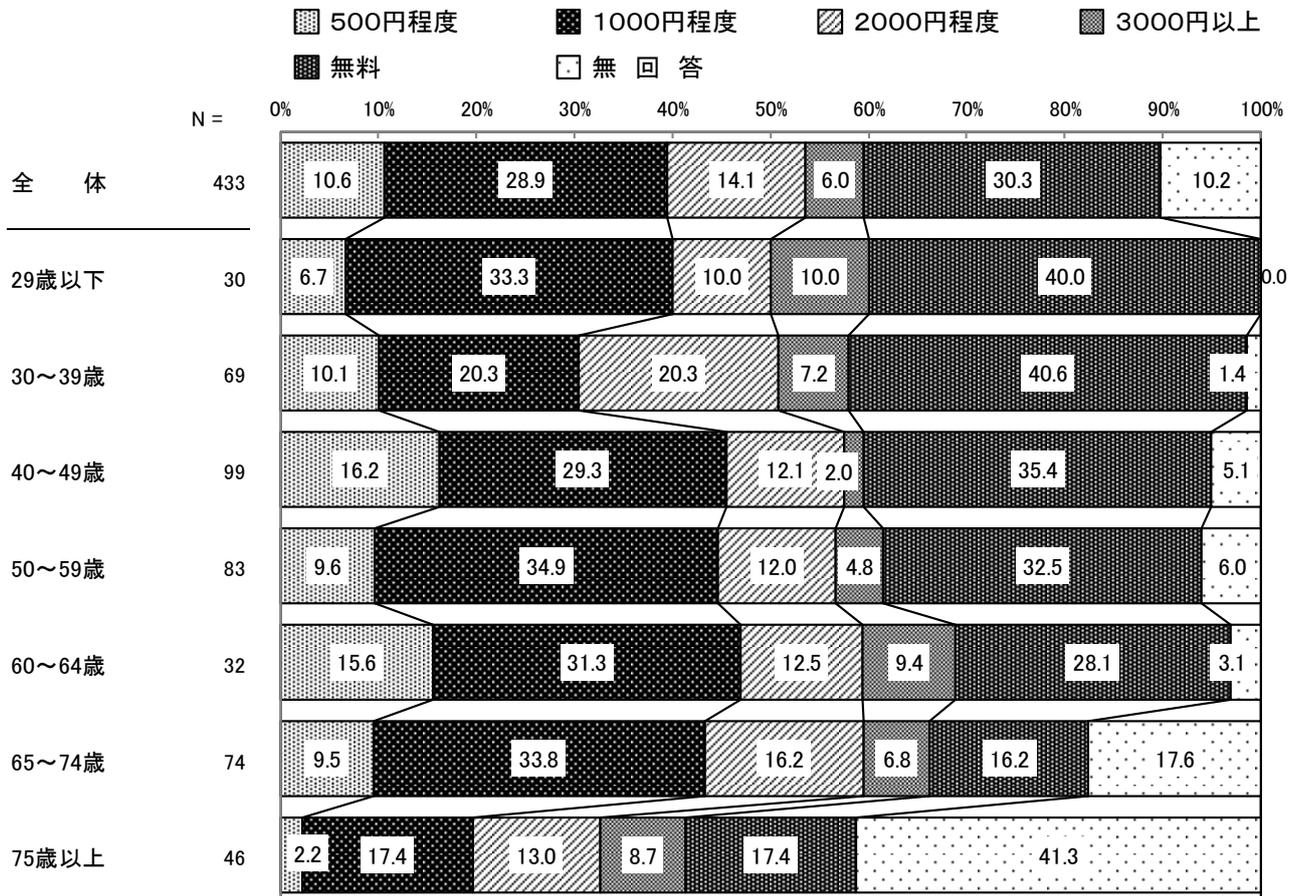
各種がん検診の認知・受診頻度別では、知っていて、ときどき受診している人で「500円程度」が25.0%とやや多い。

④子宮頸がん検診

全体では、「無料」が30.3%と最も多く、「1000円程度」が28.9%、「2000円程度」が14.1%、「500円程度」が10.6%、「3000円程度」が6.0%である。

年齢別では、30～39歳で「1000円程度」が20.3%と他の年齢より少なく、「2000円程度」が20.3%と他の年齢より多い。「無料」は39歳以下で40%台となっている。

問38 適当な自己負担額④子宮頸がん検診[%]



現在の暮らしの経済的状況別では、大変ゆとりがあると回答した人で「3000円以上」が25.0%と、他の経済状況の人より多く、「無料」が16.7%と少ない。

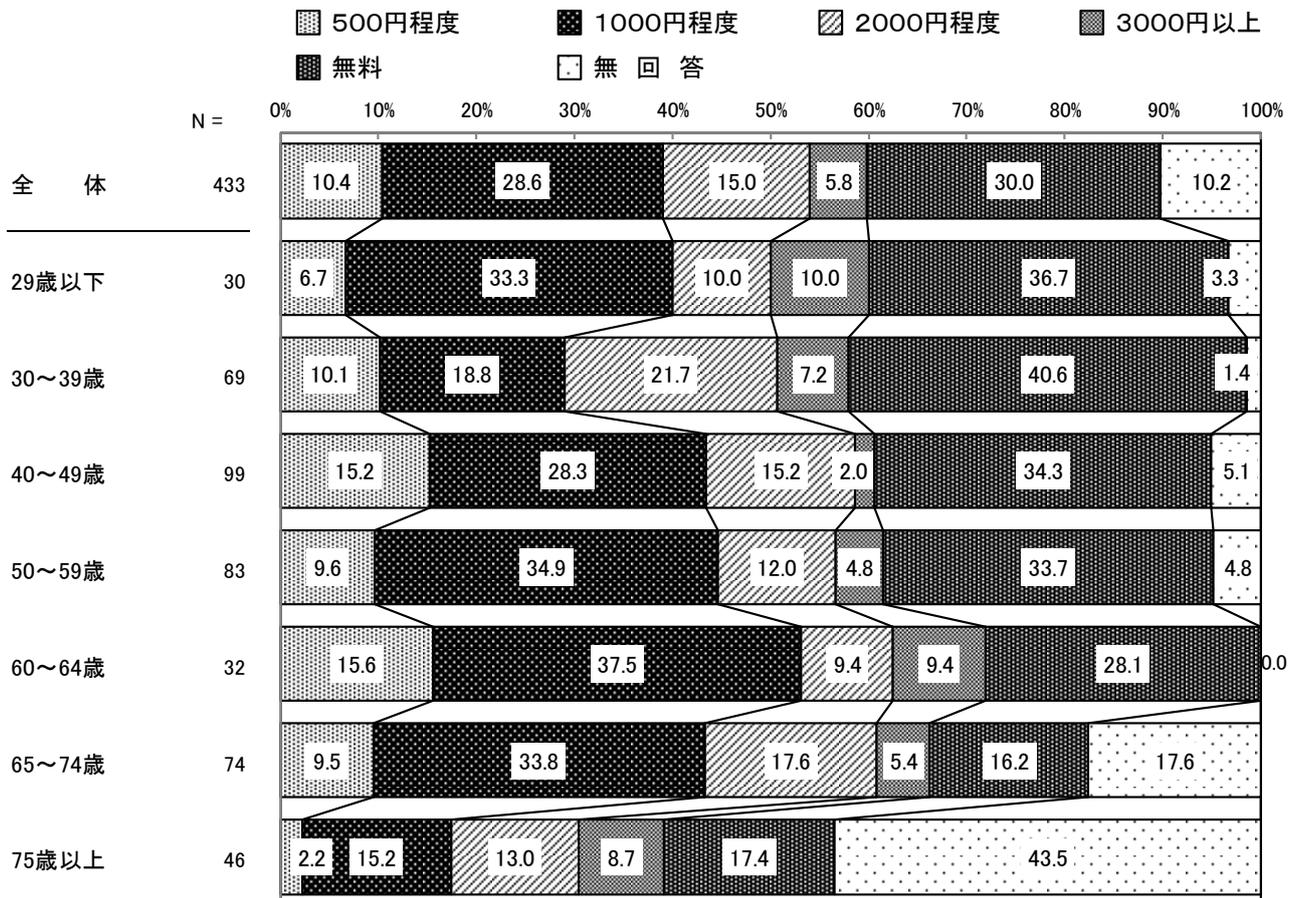
各種がん検診の認知・受診頻度別では、知っていて、定期的に受診している人で「無料」が48.4%と多く、知らない人で「500円程度」が27.8%、「1000円程度」が38.9%と多くなっている。

⑤乳がん検診

全体では、「無料」が30.0%と最も多く、「1000円程度」が28.6%、「2000円程度」が15.0%、「500円程度」が10.4%、「3000円程度」が5.8%である。

年齢別では、30～39歳で「1000円程度」が18.8%と少なく、「2000円程度」が21.7%と他の年齢より多いが、「無料」も40.6%と、他の年齢より多い。

問38 適当な自己負担額⑤乳がん検診[%]



現在の暮らしの経済的状況別では、大変ゆとりがあると回答した人で「3000円以上」が25.0%と、他の経済状況の人より多く、「無料」が16.7%と少ない。

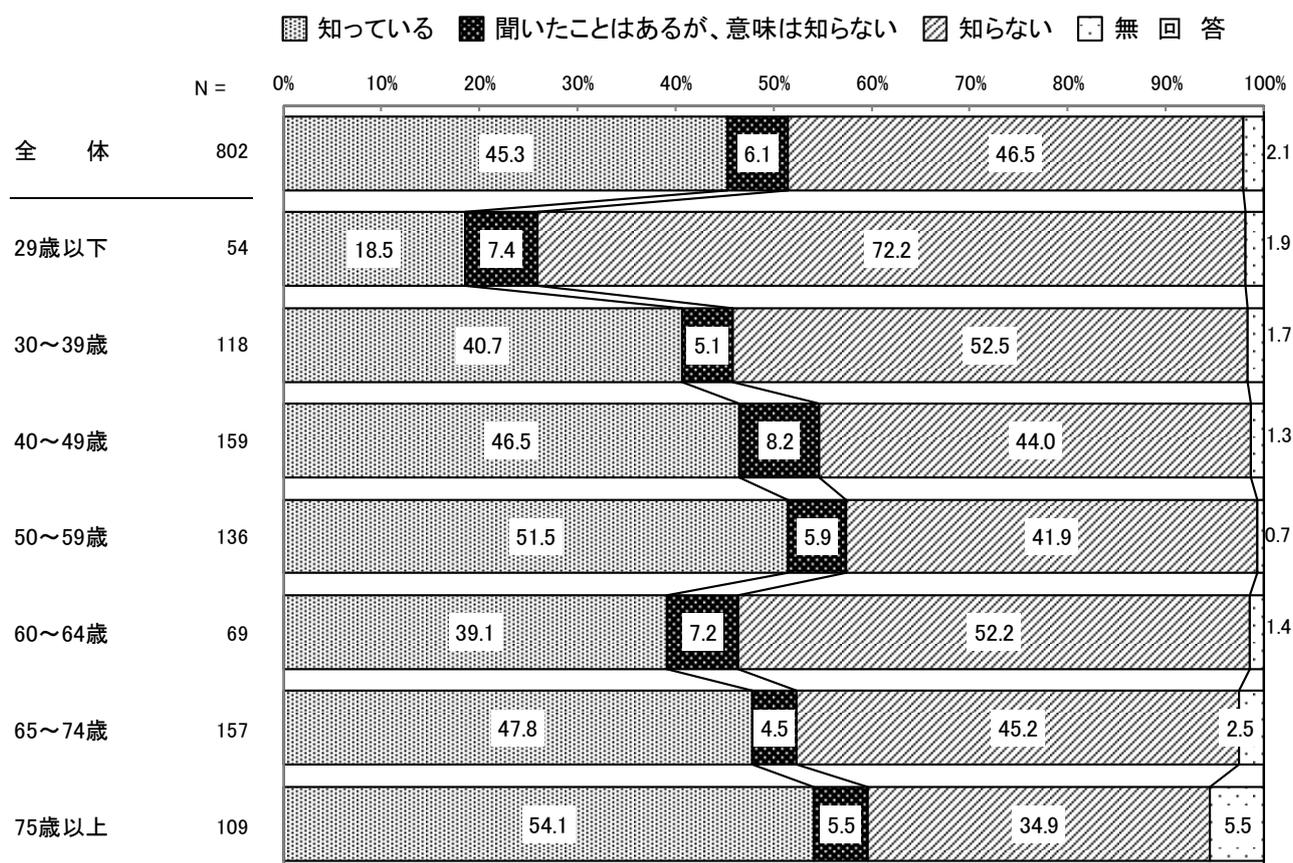
各種がん検診の認知・受診頻度別では、知っていて、定期的に受診している人で「1000円程度」が42.9%、知っていて、ときどき受診している人で「無料」が42.0%と多くなっている。

問 39 8020運動を知っていますか。

全体では、「知らない」が 46.5%、「知っている」が 45.3%と同程度で、「聞いたことはあるが、意味は知らない」が 6.1%である。

年齢別では、29 歳以下で「知らない」が 72.2%と多いが、75 歳以上では 34.9%と少ない。「知っている」は 50～59 歳、75 歳以上で半数を超えている。

問39 8020運動の認知[%]



性・年齢別では、「知っている」が女性で 52.9%と、男性の 34.8%より多く、特に女性の 70～74 歳で 71.9%、75 歳以上で 60.9%である。

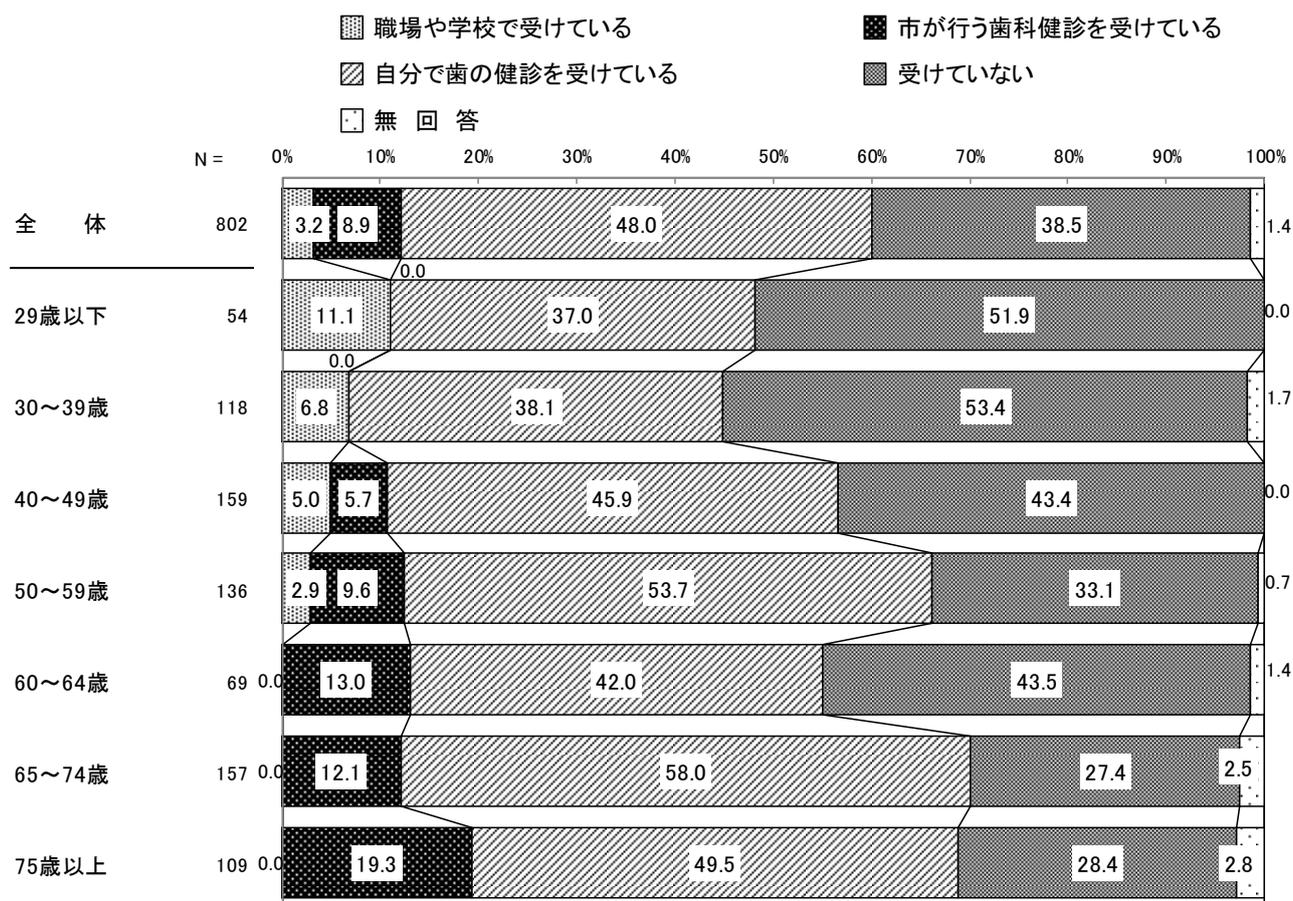
職業別では、家事専業で「知っている」が 61.2%と多い。

問 40 虫歯・歯周病予防のため、定期的に歯の健診を受けていますか。

全体では、「自分で歯の健診を受けている」が 48.0%と最も多く、「受けていない」が 38.5%、「市が行う歯科健診を受けている」が 8.9%、「職場や学校で受けている」が 3.2%である。

年齢別では、65～74歳で「自分で歯の健診を受けている」が 58.0%と多く、39歳以下では「受けていない」が 50%台と多い。

問40 定期的に歯科健診受診〔%〕



性・年齢別では、「自分で歯の健診を受けている」が女性で 52.4%と、男性の 40.5%より多い。「受けていない」が男性の 49歳以下で多く、特に 20～29歳で 70.0%である。
 職業別では、家事専業で「自分で歯の健診を受けている」が 59.0%と多い。
 8020運動の認知別では、知っていると回答した人で「自分で歯の健診を受けている」が 60.6%、知らないと回答した人で「受けていない」が 50.9%と多い。

<過去調査結果>

『受けている』の回答割合

平成22年調査（「職場や学校で受けている」+「市が行う健康診査を受けている」+「自分で歯科医院で受けている」）

平成28年調査（「職場や学校で受けている」+「市が行う健康診査を受けている」+「自分で歯の健診を受けている」）

	平成22年	平成28年
全体	56.0%	60.1%

※選択肢に一部変更あり

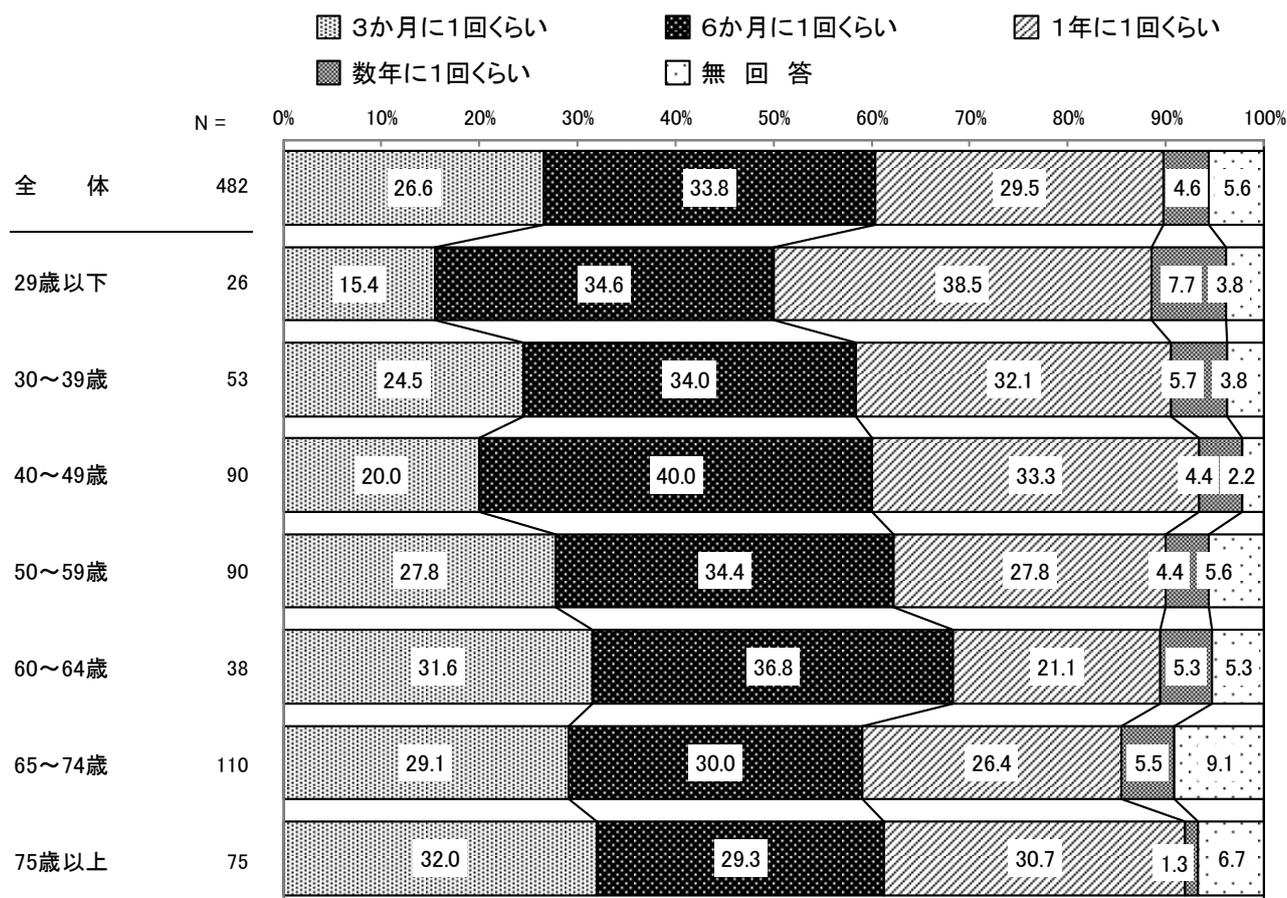
問 40-1 【問 40 で「1 職場や学校で受けている」「2 市が行う歯科健診を受けている」「3 自分で歯の健診を受けている」に○をつけた方】

どのくらいの頻度で受けていますか。

全体では、「6か月に1回くらい」が33.8%と最も多く、「1年に1回くらい」が29.5%、「3か月に1回くらい」が26.6%、「数年に1回くらい」が4.6%である。

年齢別では、29歳以下で「3か月に1回くらい」が15.4%と少なく、「1年に1回くらい」が38.5%と、他の年齢より多い。

問40-1 歯科健診の頻度[%]

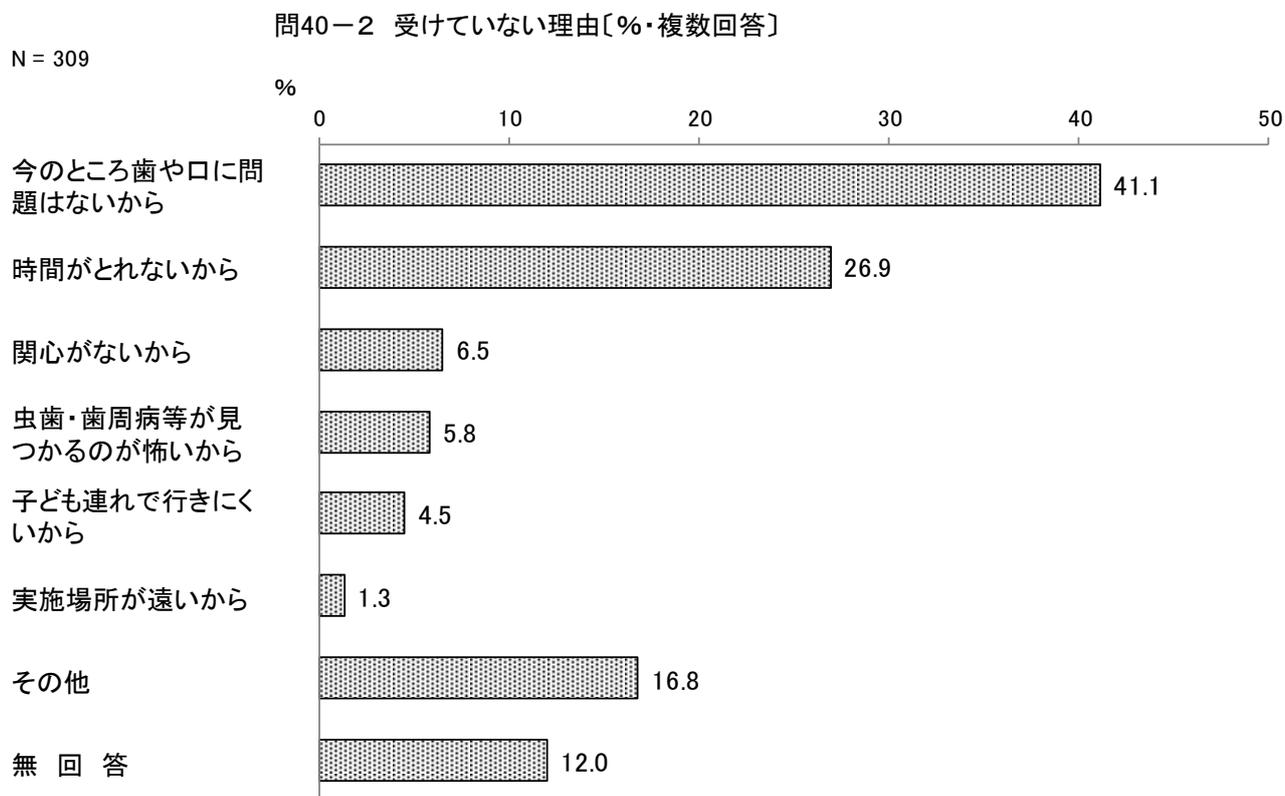


性・年齢別では、女性の40～49歳で「6か月に1回くらい」が50.0%と多い。

問 40-2【問 40 で「4 受けていない」に○をつけた方】

なぜ受けていないのですか。

「今のところ歯や口に問題はないから」が 41.1%と最も多く、「時間がとれないから」が 26.9%、「関心がないから」、「虫歯・歯周病等が見つかるのが怖いから」、「子ども連れで行きにくいから」、「実施場所が遠いから」が 10%未満である。



職業別では、「時間がとれないから」が会社員・公務員等(常勤)で 42.3%と多い。

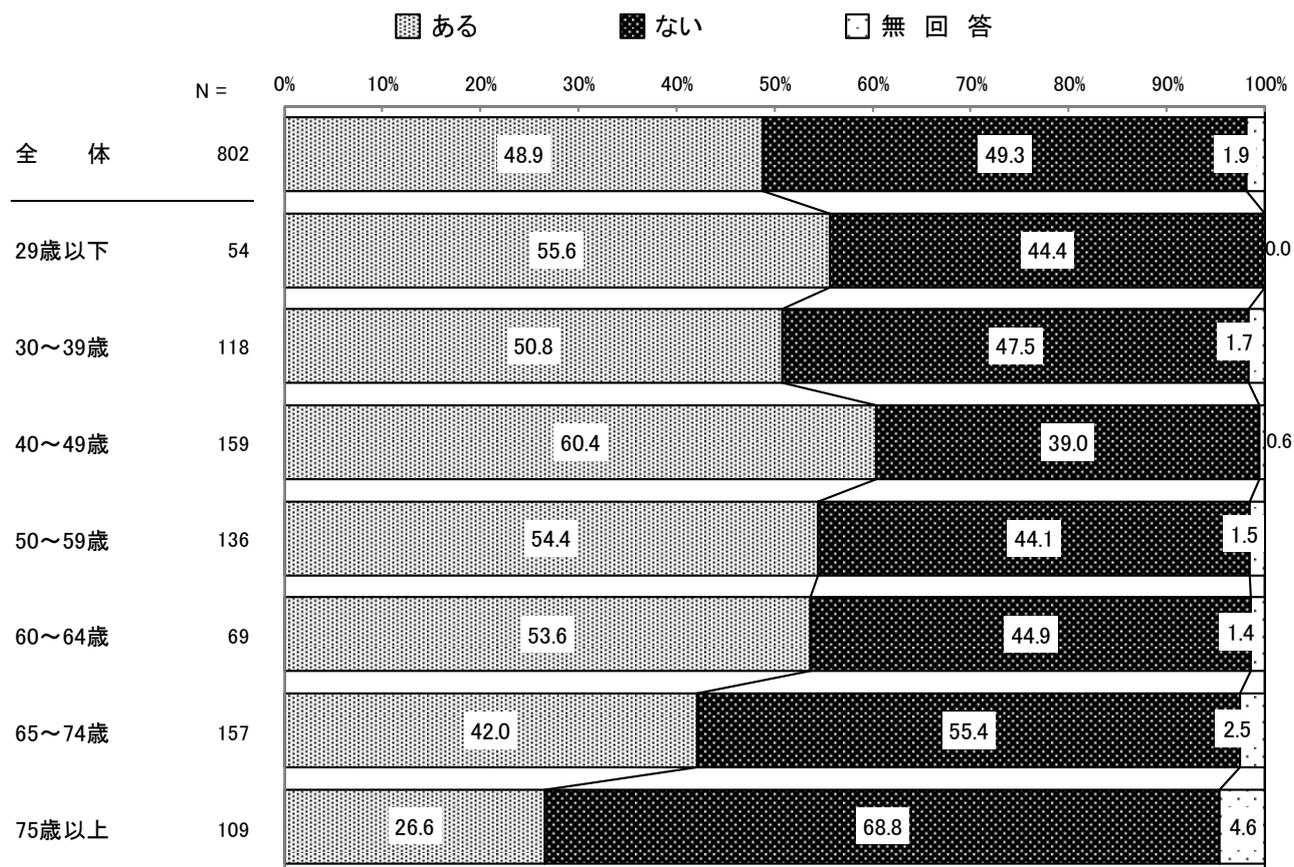
2-9 アレルギー

問 41 アレルギーがありますか。

全体では、「ない」が49.3%、「ある」が48.9%と同程度である。

年齢別では、40～49歳で「ある」が60.4%と多く、75歳以上では「ない」が68.8%と多い。

問41 アレルギーの有無[%]

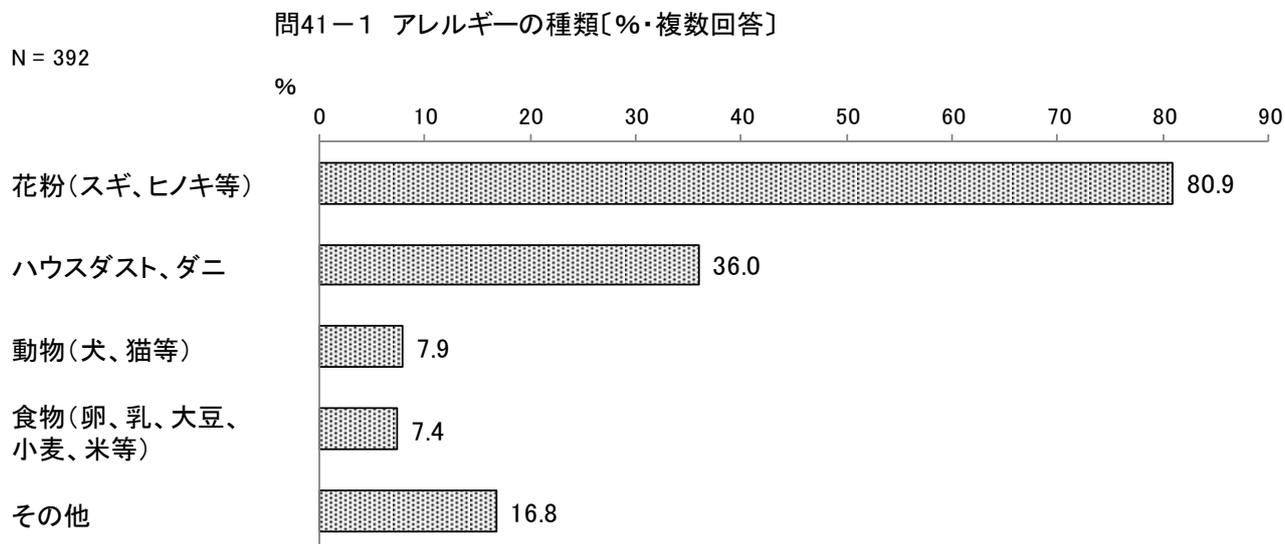


性別では、「ある」が女性で58.0%と、男性の36.4%より多い。

問 41-1【問 41 で「1 ある」に○をつけた方】

アレルギーの種類は何ですか。

「花粉(スギ、ヒノキ等)」が 80.9%と最も多く、次いで「ハウスダスト、ダニ」が 36.0%である。「動物(犬、猫等)」、「食物(卵、乳、大豆、小麦、米等)」が 10%未満である。

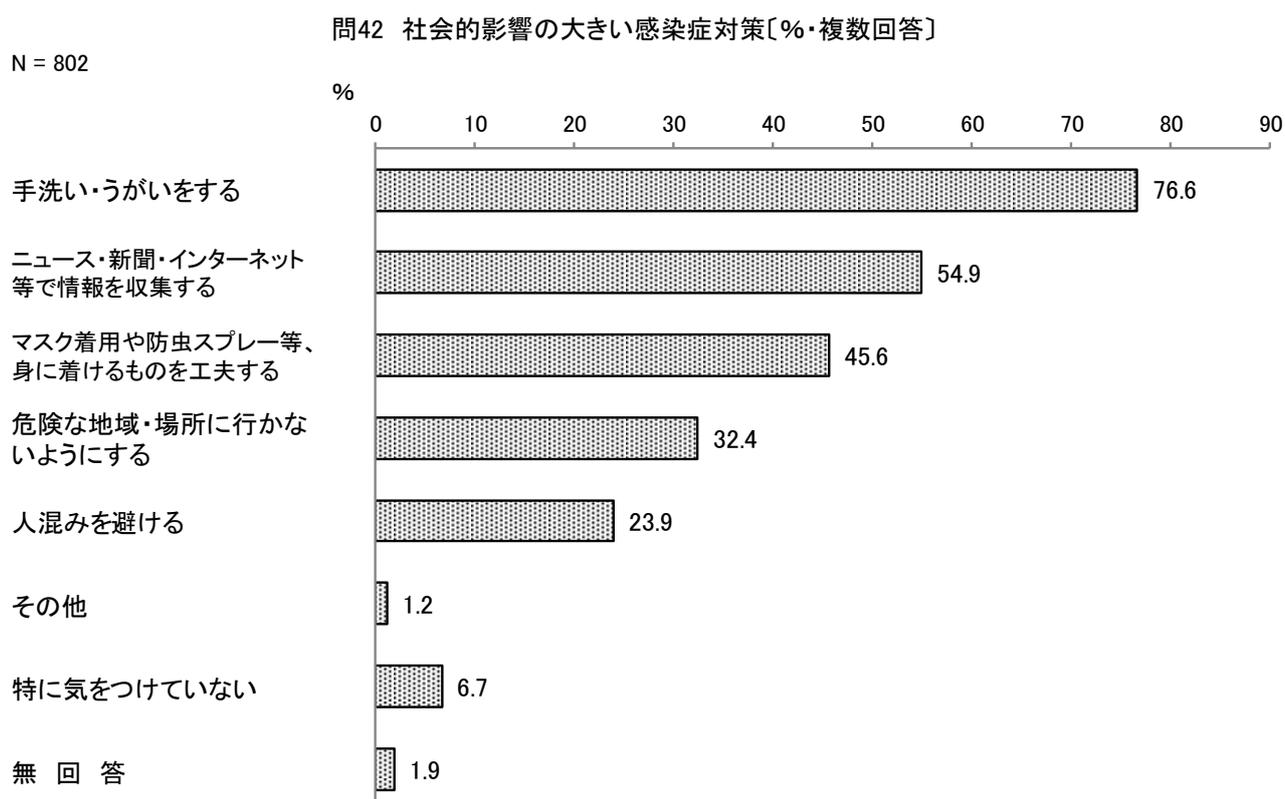


性・年齢別では、「ハウスダスト、ダニ」が30～39歳の女性で58.5%、男性で52.9%と多い。
職業別では、会社員・公務員等(常勤)で「ハウスダスト、ダニ」が46.8%と多い。

2-10 感染症に関する危機管理

問 42 新型インフルエンザやデング熱等、社会的に影響の大きい感染症について、日頃どのようなことに気をつけていますか。

「手洗い・うがいをする」が76.6%と最も多く、「ニュース・新聞・インターネット等で情報を収集する」が54.9%、「マスク着用や防虫スプレー等、身に着けるものを工夫する」が45.6%、「危険な地域・場所に行かないようにする」が32.4%、「人混みを避ける」が23.9%で続いている。「特に気をつけていない」は6.7%である。

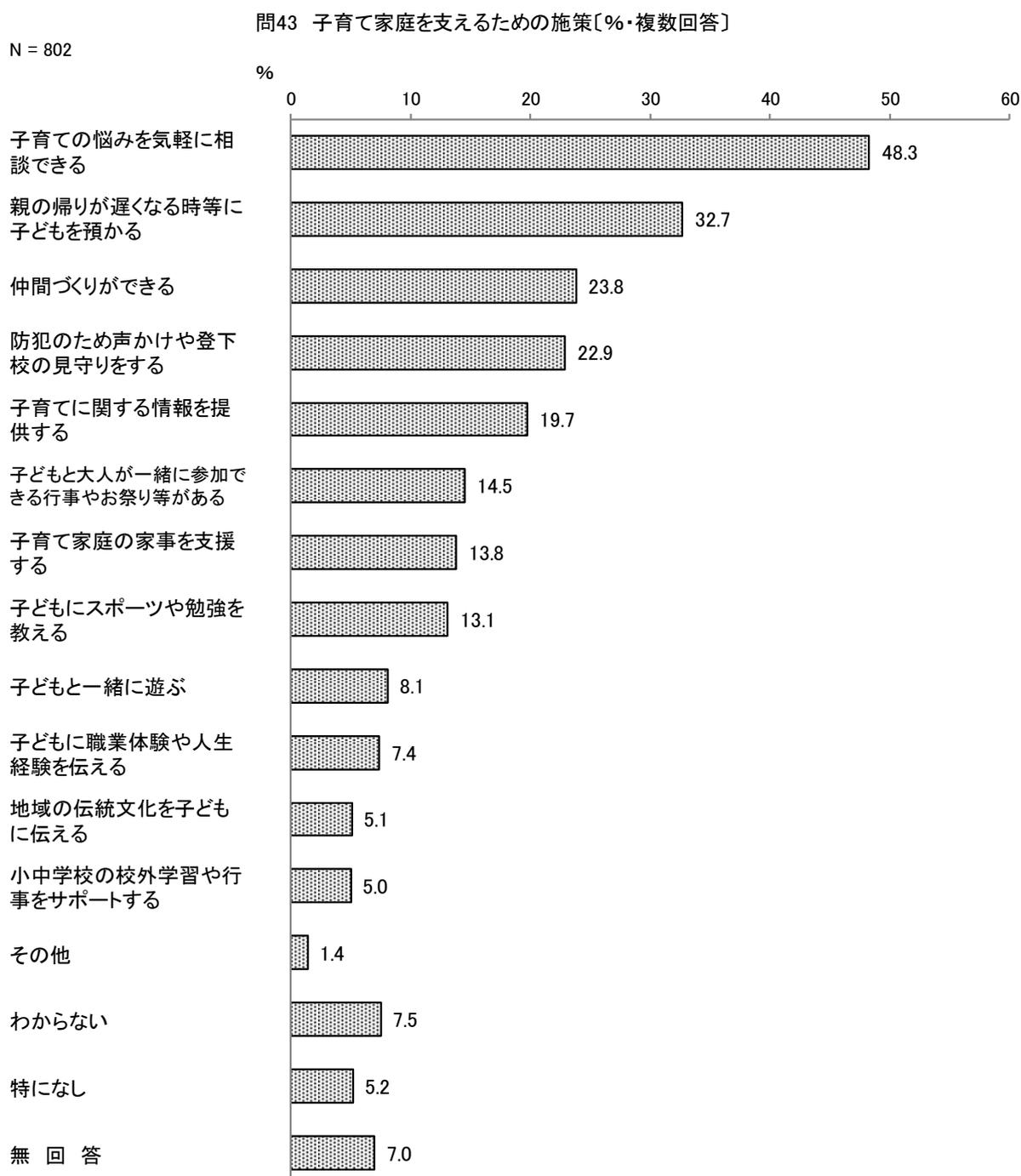


性・年齢別では、「特に気をつけていない」以外の項目で男性より女性の方が回答が多い。また、「マスク着用や防虫スプレー等、身に着けるものを工夫する」が女性の30～64歳で多く、特に50～59歳は62.7%である。

2-11 子育て支援

問 43 あなたは、子育て家庭を支えるために、地域にどんな人や場があると良いと思いますか。

「子育ての悩みを気軽に相談できる」が48.3%と多く、次いで「親の帰りが遅くなる時等に子どもを預かる」が32.7%である。「仲間づくりができる」、「防犯のため声かけや登下校の見守りをする」が20%台、「子育てに関する情報を提供する」、「子どもと大人が一緒に参加できる行事やお祭り等がある」、「子育て家庭の家事を支援する」、「子どもにスポーツや勉強を教える」が10%台である。



性・年齢別では、「子育ての悩みを気軽に相談できる」が女性で 55.4%と、男性の 39.9%より多く、特に女性の 60～64 歳で 75.0%、65～69 歳で 71.4%、50～59 歳で 68.7%と多い。

職業別では、アルバイト・派遣等(非常勤)で「子育ての悩みを気軽に相談できる」が 62.0%と多い。

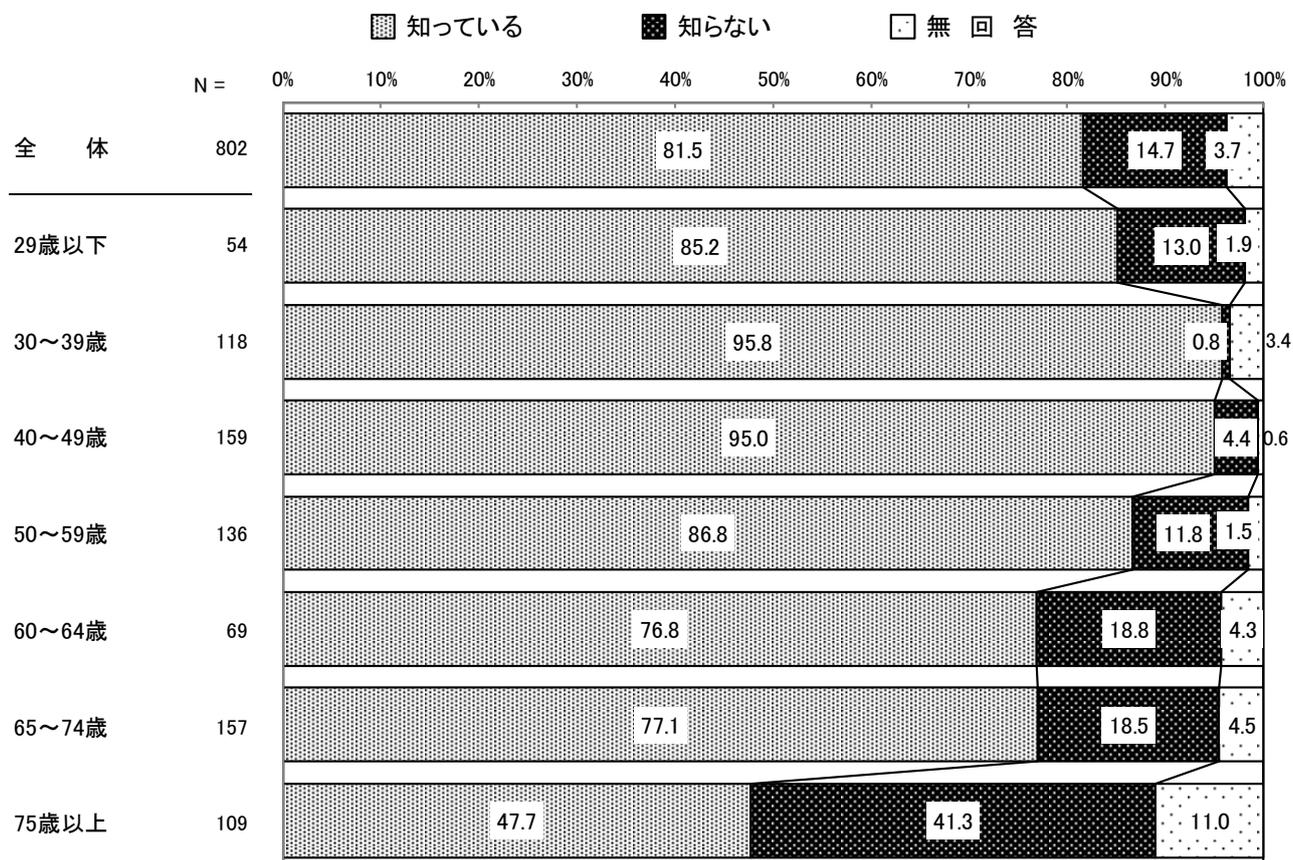
同居している子どもの年齢層別では、「子育ての悩みを気軽に相談できる」が 20 歳以上で 59.4%、13 歳以上 16 歳未満で 56.8%と多い。7歳以上 13 歳未満で「防犯のため声かけや登下校の見守りをする」が 33.8%、「子どもにスポーツや勉強を教える」が 29.6%、「子どもに職場体験や人生経験を伝える」が 21.1%と多い。0歳以上7歳未満で「子どもにスポーツや勉強を教える」が 25.0%とやや多い。

問 44 マタニティマークを知っていますか。

全体では、「知っている」が 81.5%と多く、「知らない」が 14.7%である。

年齢別では、30～49歳で「知っている」が 90%台と大半を占め、75歳以上で「知らない」が 41.3%と多くなっている。

問44 マタニティマークの認知[%]



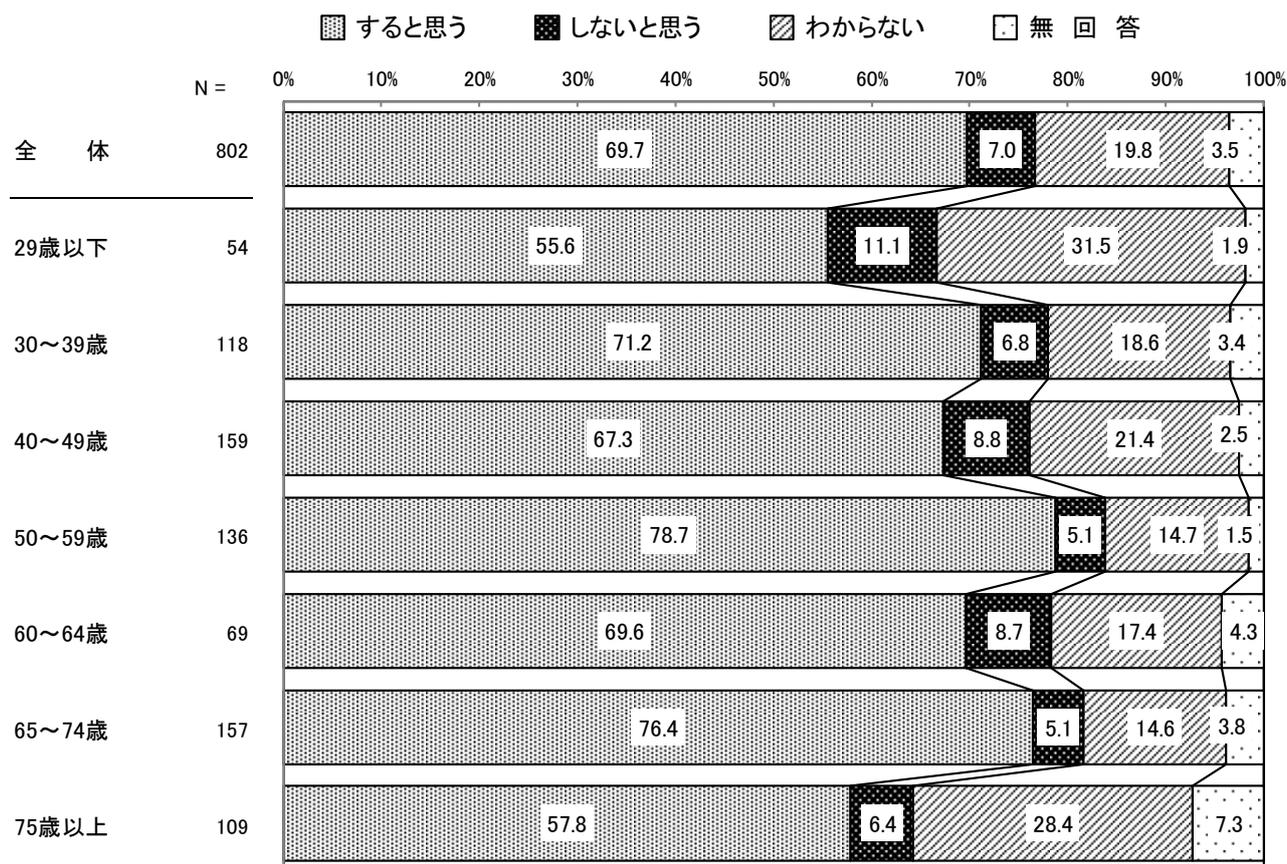
性・年齢別では、「知っている」が女性で 89.6%と、男性の 73.1%より多く、特に女性の 59歳以下では 90%を超えて多い。

問 45 街中や電車・バス等で、マタニティマークを付けている人や子ども連れの親が困っている場面を見かけたら、あなたは声をかけると思いませんか。

全体では、「すると思う」が 69.7%と最も多く、「わからない」が 19.8%、「しないと思う」が 7.0%である。

年齢別では、30～39歳、50～59歳、65～74歳で「すると思う」が70%台と多いが、29歳以下、75歳以上では50%台と少ない。

問45 妊婦や親子連れが困っていた場合の声掛け[%]



性・年齢別では、「すると思う」が女性で 76.7%と、男性の 61.1%より多く、特に女性の 70～74歳で 84.4%である。

職業別では、家事専業で「すると思う」が 81.3%と多い。

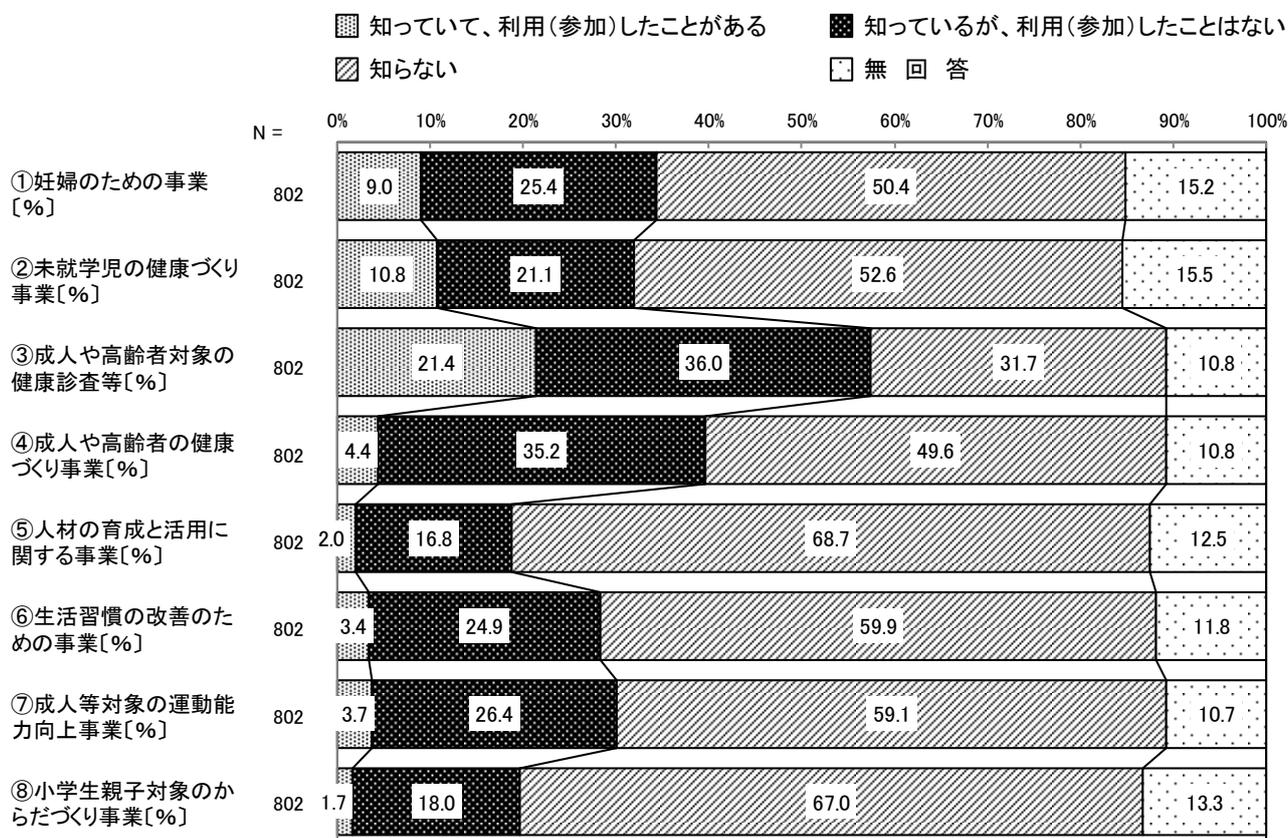
マタニティマークの認知別では、知っていると回答した人で「すると思う」が 76.3%と多い。

2-12 市が実施している健康づくり関連事業

問 46 武蔵野市では、市民の健康増進につながる事業を行っていますが、知っていますか。また、利用したことがありますか。利用（参加）したことがある場合、利用（参加）された事業はいかがでしたか。

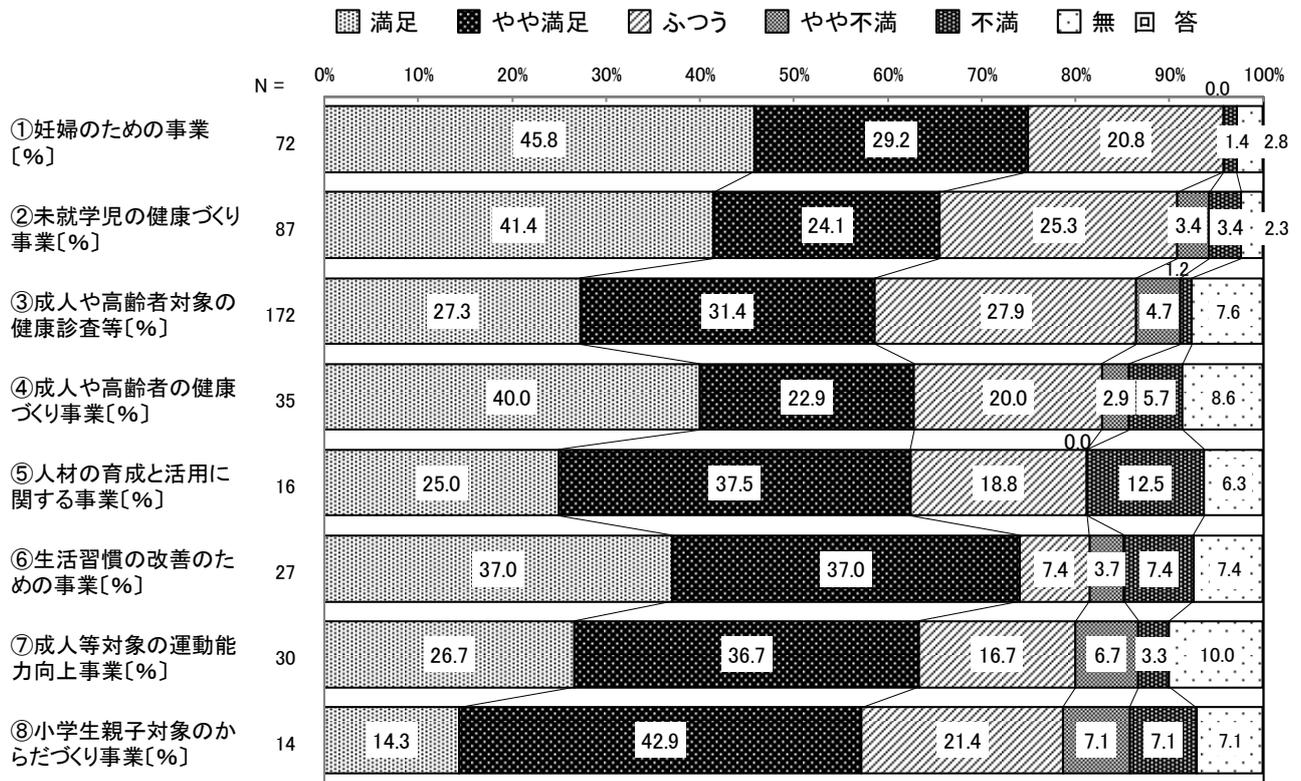
A 事業の認知・利用（参加）の有無

「知っていて、利用（参加）したことがある」が③成人や高齢者対象の健康診査等で21.4%、「知っているが、利用（参加）したことはない」は③成人や高齢者対象の健康診査等、④成人や高齢者の健康づくり事業で30%台と他の事業に比べ多い。「知らない」が⑤人材の育成と活用に関する事業、⑧小学生親子対象のからだづくり事業で60%台と他の事業に比べ多い。



B 満足度【Aで「知っていて、利用（参加）したことがある」に○をつけた方】

『満足』（「満足」＋「やや満足」）は①妊婦のための事業で 75.0%、⑥生活習慣の改善のための事業で 74.0%と、他の事業に比べ多い。『不満』（「不満」＋「やや不満」）は⑧小学生親子対象のからだづくり事業で 14.2%、⑤人材の育成と活用に関する事業で 12.5%となっている。



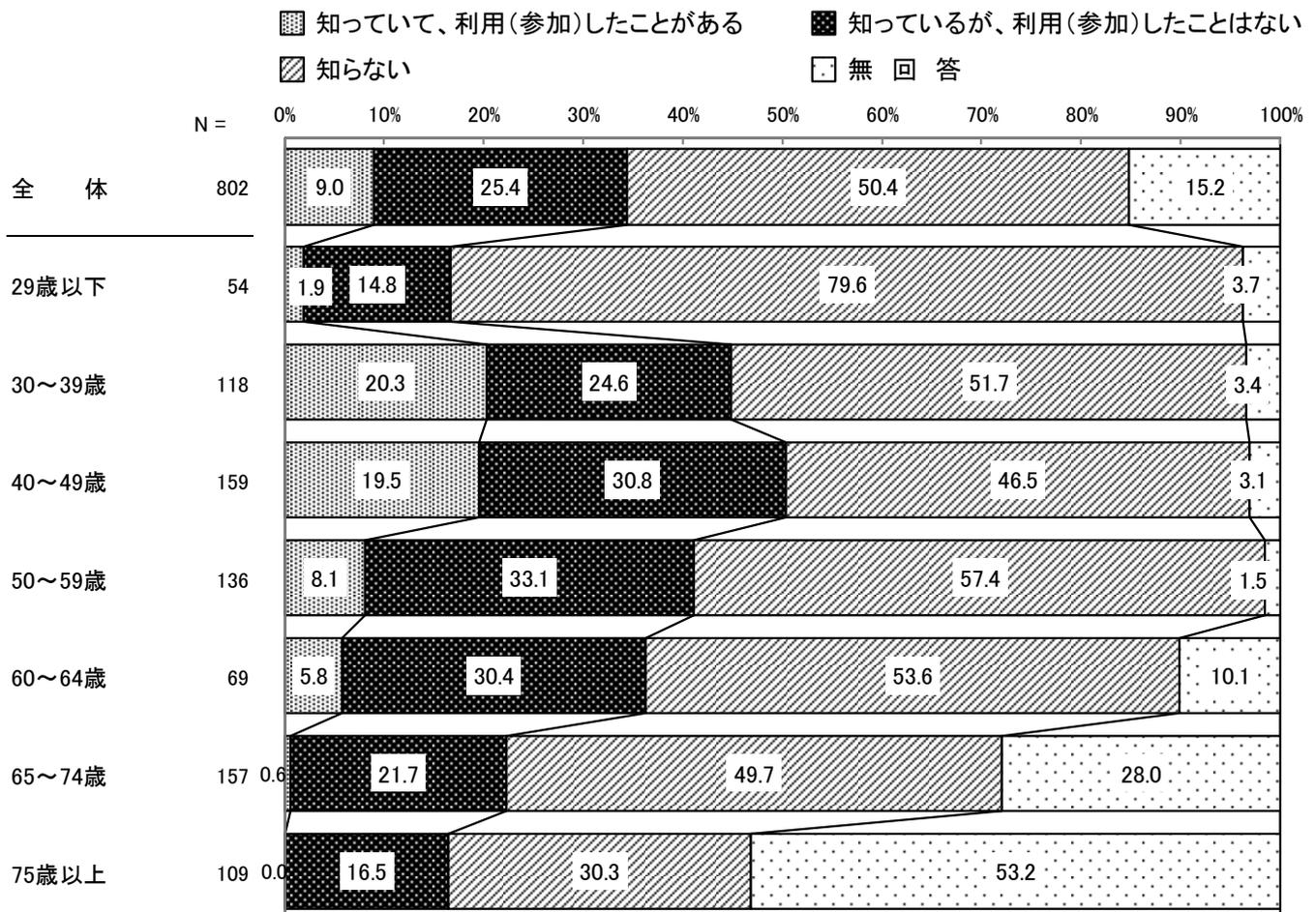
①妊婦のための事業

A 事業の認知・利用（参加）の有無

全体では、「知らない」が 50.4%と最も多く、「知っているが、利用(参加)したことはない」が 25.4%、「知っている、利用(参加)したことがある」が 9.0%である。

年齢別では、30～49歳で「知っている、利用(参加)したことがある」が 20%程度と、他の年齢より多い。また、29歳以下で「知らない」が 79.6%と多い。

問46 事業の認知・利用①妊婦のための事業[%]

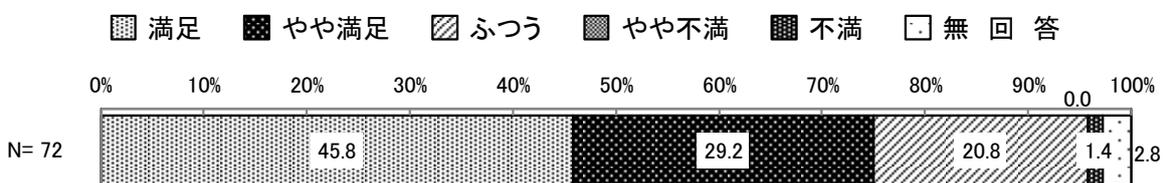


性・年齢別では、「知らない」が男性で 64.2%と、女性の 40.9%より多く、特に男性の 20～29歳では 85.0%である。

B 満足度【Aで「知っている、利用（参加）したことがある」に○をつけた方】

全体では、『満足』（「満足」45.8%+「やや満足」29.2%）が 75.0%、『不満』（「やや不満」0.0%+「不満」1.4%）が 1.4%、「ふつう」が 20.8%である。

問46 満足度①妊婦のための事業[%]



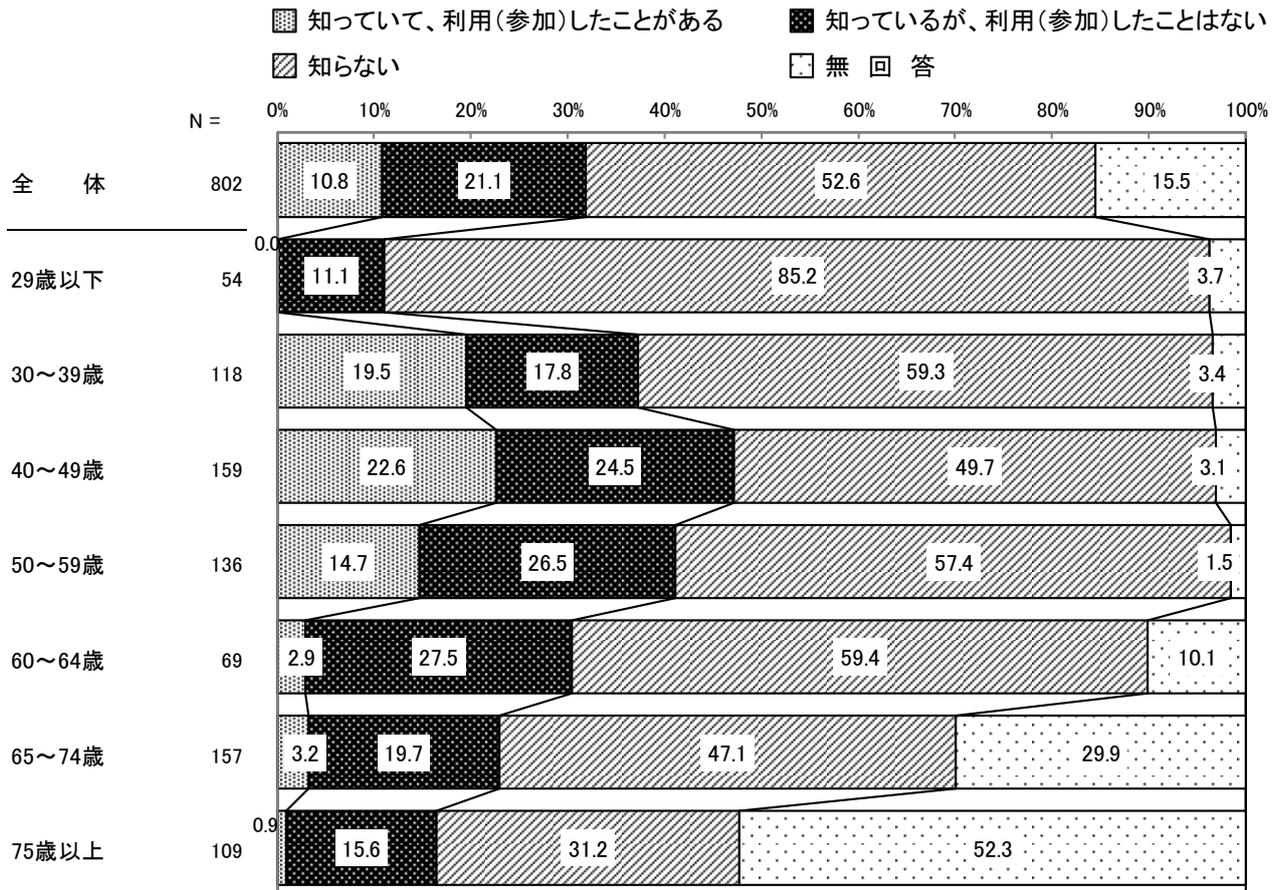
②未就学児の健康づくりに関する事業

A 事業の認知・利用（参加）の有無

全体では、「知らない」が 52.6%と最も多く、「知っているが、利用(参加)したことはない」が 21.1%、「知っているが、利用(参加)したことがある」が 10.8%である。

年齢別では、30～59歳で「知っているが、利用(参加)したことがある」が他の年齢より多く、特に 40～49歳で 22.6%である。また、29歳以下で「知らない」が 85.2%と多い。

問46 事業の認知・利用②未就学児の健康づくり事業[%]

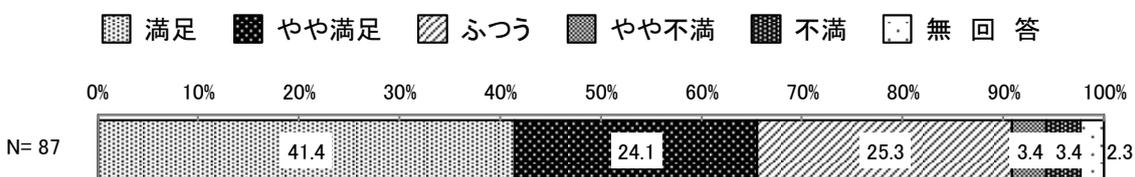


性別では、「知らない」が男性で 64.2%と、女性の 44.8%より多い。
 職業別では、家事専業で「知っているが、利用(参加)したことがある」が 23.1%と多い。
 家族構成別では、二世帯世帯(親子)で「知っているが、利用(参加)したことがある」が 21.4%と多い。

B 満足度【Aで「知っているが、利用（参加）したことがある」に○をつけた方】

全体では、『満足』（「満足」 41.4% + 「やや満足」 24.1%）が 65.5%、『不満』（「やや不満」 3.4% + 「不満」 3.4%）が 6.8%、「ふつう」が 25.3%である。

問46 満足度②未就学児の健康づくり事業[%]



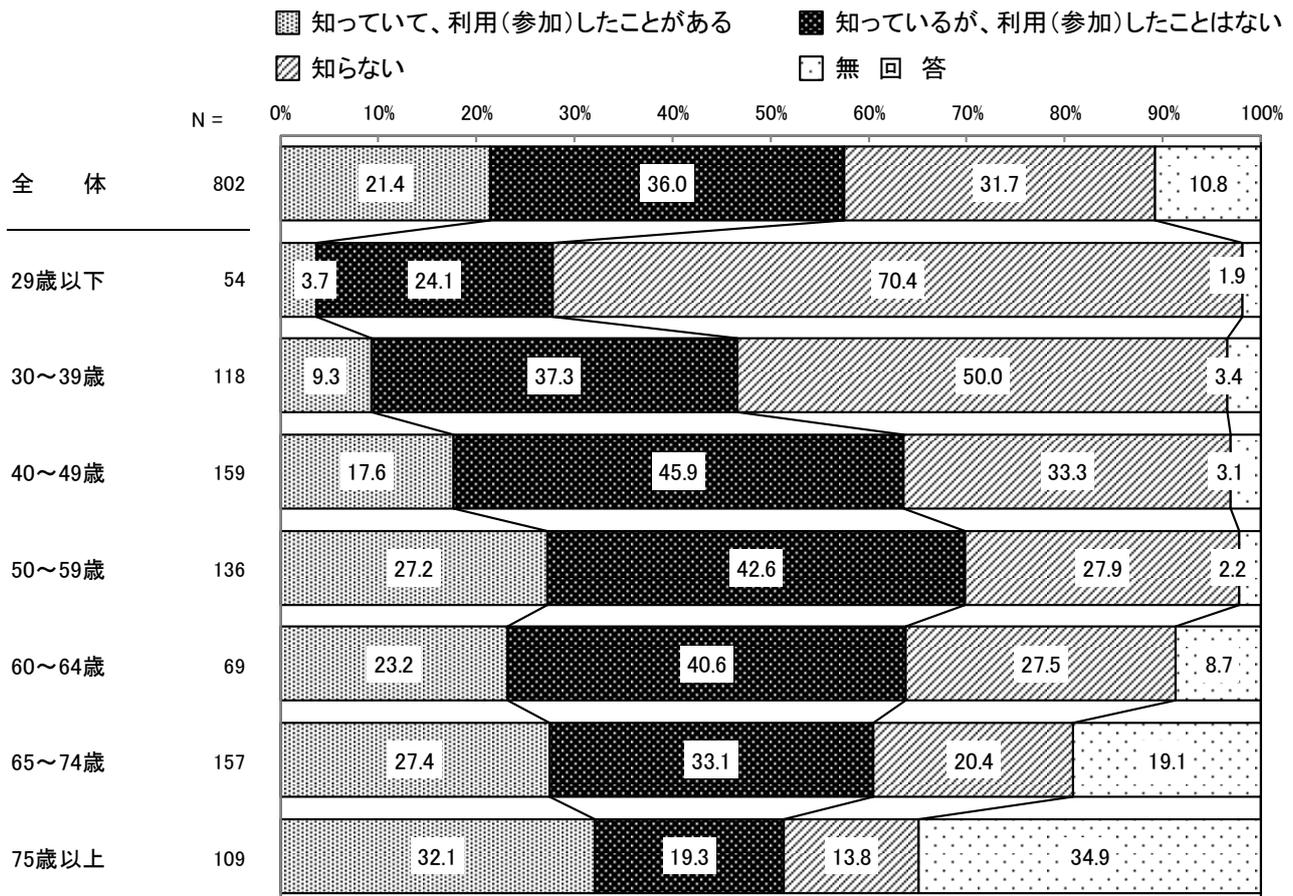
③成人や高齢者を対象とした健康診査・検診

A 事業の認知・利用（参加）の有無

全体では、「知っているが、利用（参加）したことはない」が 36.0%と最も多く、「知らない」が 31.7%、「知っていて、利用（参加）したことがある」が 21.4%である。

年齢別では、29歳以下で「知っていて、利用（参加）したことがある」が 3.7%と少ないが、年齢が上がるにつれて増える傾向がみられ、75歳以上では 32.1%である。また、29歳以下で「知らない」が 70.4%と多い。

問46 事業の認知・利用③成人や高齢者対象の健康診査等[%]

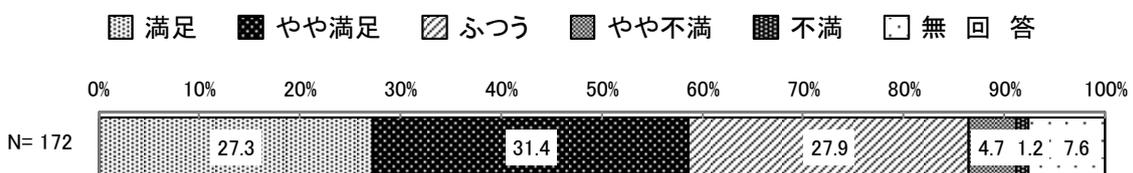


性別では、「知らない」が男性で 43.7%と、女性の 23.6%より多い。
 職業別では、「知らない」が学生で 70.6%、会社員・公務員等(常勤)で 46.9%と多い。家事専業で「知っていて、利用(参加)したことがある」が 32.8%と多い。

B 満足度【Aで「知っていて、利用（参加）したことがある」に○をつけた方】

全体では、『満足』（「満足」 27.3% + 「やや満足」 31.4%）が 58.7%、『不満』（「やや不満」 4.7% + 「不満」 1.2%）が 5.9%、「ふつう」が 27.9%である。

問46 満足度③成人や高齢者対象の健康診査等[%]



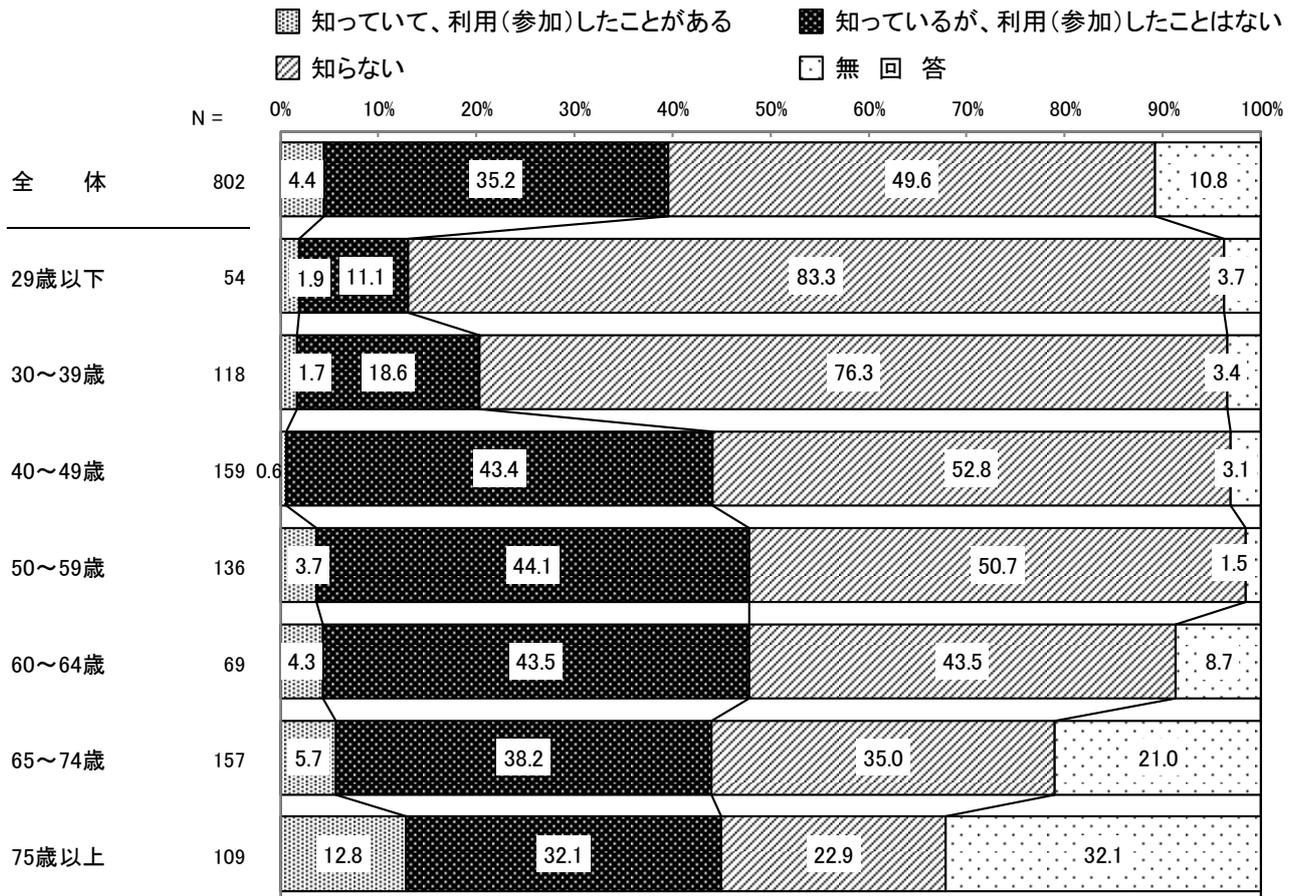
④成人や高齢者の健康づくりのための事業

A 事業の認知・利用（参加）の有無

全体では、「知らない」が49.6%と最も多く、「知っているが、利用(参加)したことはない」が35.2%、「知っているが、利用(参加)したことがある」が4.4%である。

年齢別では、40～64歳で「知っているが、利用(参加)したことはない」が40%台と、他の年齢より多い。39歳以下で「知らない」が70～80%台と多い。

問46 事業の認知・利用④成人や高齢者の健康づくり事業[%]



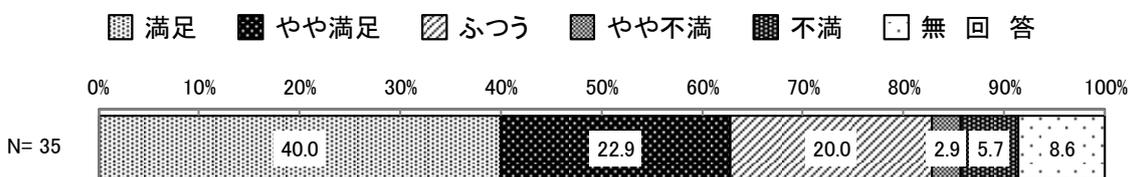
性別では、「知らない」が男性で59.8%と、女性の43.4%より多い。

職業別では、「知らない」が学生で76.5%、会社員・公務員等(常勤)で70.3%と多い。

B 満足度【Aで「知っているが、利用（参加）したことがある」に○をつけた方】

全体では、『満足』（「満足」40.0%+「やや満足」22.9%）が62.9%、『不満』（「やや不満」2.9%+「不満」5.7%）が8.6%、「ふつう」が20.0%である。

問46 満足度④成人や高齢者の健康づくり事業[%]



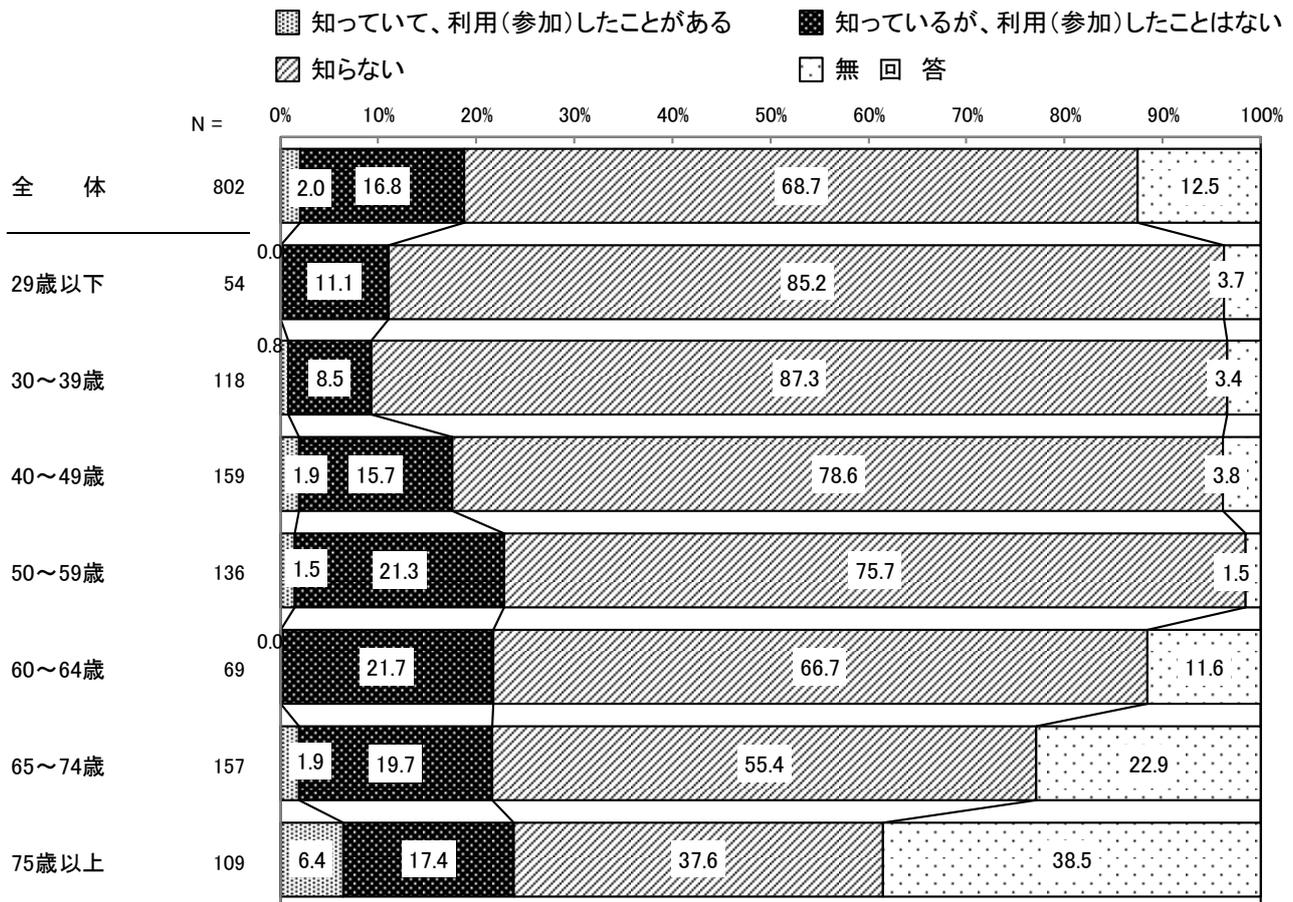
⑤人材の育成と活用に関する事業

A 事業の認知・利用（参加）の有無

全体では、「知らない」が68.7%と最も多く、「知っているが、利用（参加）したことはない」が16.8%、「知っているが、利用（参加）したことがある」が2.0%である。

年齢別では、59歳以下で「知らない」が70~80%台と多いが、75歳以上では37.6%である。

問46 事業の認知・利用⑤人材の育成と活用に関する事業[%]

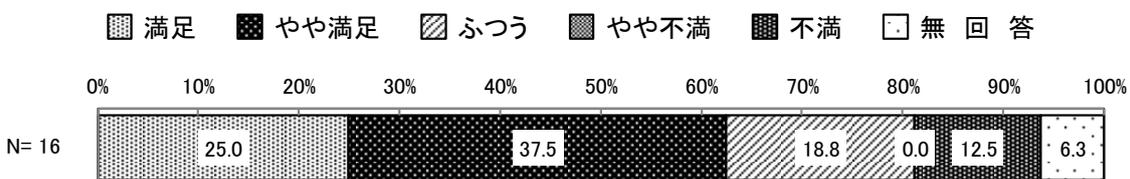


職業別では、「知らない」が会社員・公務員等(常勤)で83.9%、学生で82.4%と多い。

B 満足度【Aで「知っているが、利用（参加）したことがある」に○をつけた方】

全体では、『満足』（「満足」25.0%+「やや満足」37.5%）が62.5%、『不満』（「やや不満」0.0%+「不満」12.5%）が12.5%、「ふつう」が18.8%である。

問46 満足度⑤人材の育成と活用に関する事業[%]



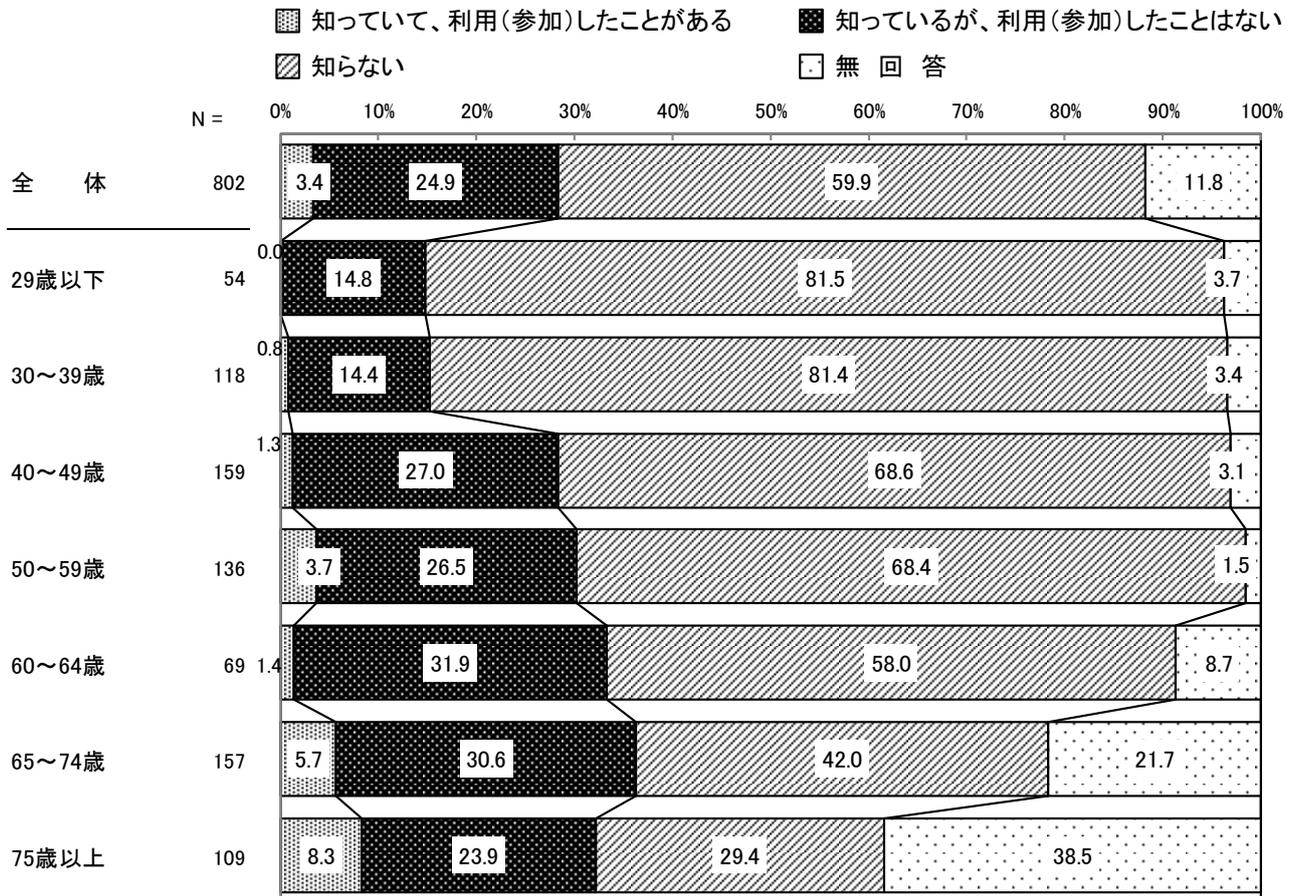
⑥生活習慣の改善のための事業

A 事業の認知・利用（参加）の有無

全体では、「知らない」が 59.9%と最も多く、「知っているが、利用（参加）したことはない」が 24.9%、「知っている、利用（参加）したことがある」が 3.4%である。

年齢別では、39歳以下で「知らない」が80%台と多い。

問46 事業の認知・利用⑥生活習慣の改善のための事業[%]



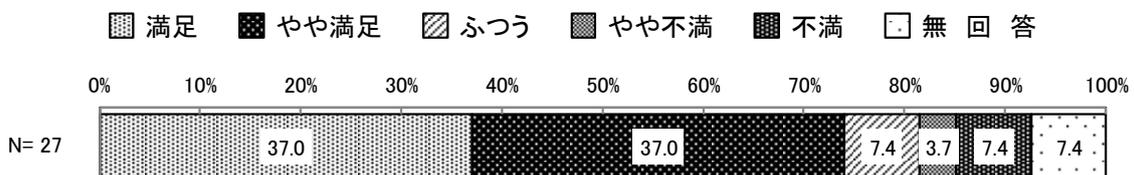
性別では、「知らない」が男性で 68.7%と、女性の 55.9%より多い。

職業別では、「知らない」が会社員・公務員等(常勤)で 79.0%、学生で 76.5%と多い。

B 満足度【Aで「知っている、利用（参加）したことがある」に○をつけた方】

全体では、『満足』（「満足」37.0%+「やや満足」37.0%）が 74.0%、『不満』（「やや不満」3.7%+「不満」7.4%）が 11.1%、「ふつう」が 7.4%である。

問46 満足度⑥生活習慣の改善のための事業[%]



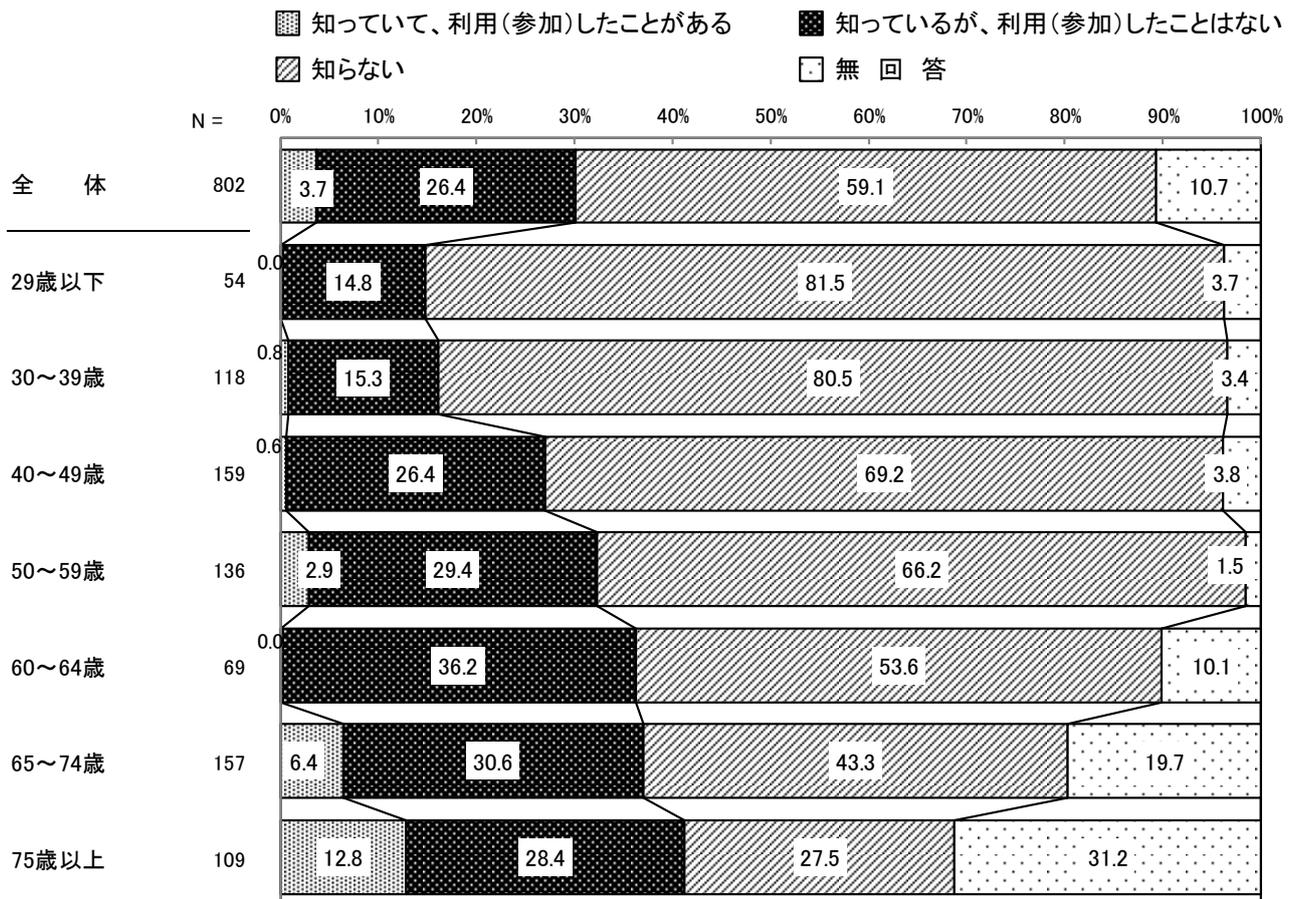
⑦成人等対象の運動能力向上事業

A 事業の認知・利用（参加）の有無

全体では、「知らない」が 59.1%と最も多く、「知っているが、利用(参加)したことはない」が 26.4%、「知っているが、利用(参加)したことがある」が 3.7%である。

年齢別では、「知っているが、利用(参加)したことはない」が 39 歳以下で 10%台と少ないが、60～64 歳で 36.2%と多い。

問46 事業の認知・利用⑦成人等対象の運動能力向上事業[%]



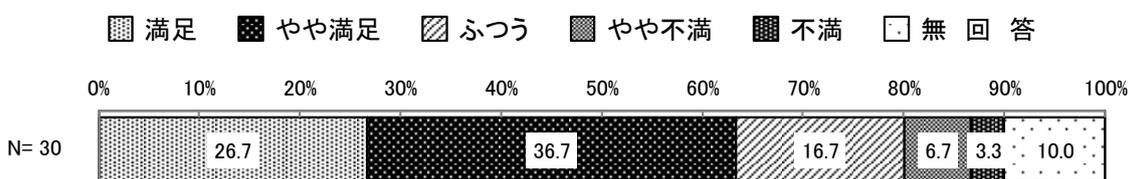
性別では、「知らない」が男性で 68.7%と、女性の 54.5%より多い。

職業別では、「知らない」が学生で 82.4%、会社員・公務員等(常勤)で 77.6%と多い。家事専業で「知っているが、利用(参加)したことはない」が 38.8%と多い。

B 満足度【Aで「知っているが、利用（参加）したことがある」に○をつけた方】

全体では、『満足』（「満足」 26.7% + 「やや満足」 36.7%）が 63.4%、『不満』（「やや不満」 6.7% + 「不満」 3.3%）が 10.0%、「ふつう」が 16.7%である。

問46 満足度⑦成人等対象の運動能力向上事業[%]



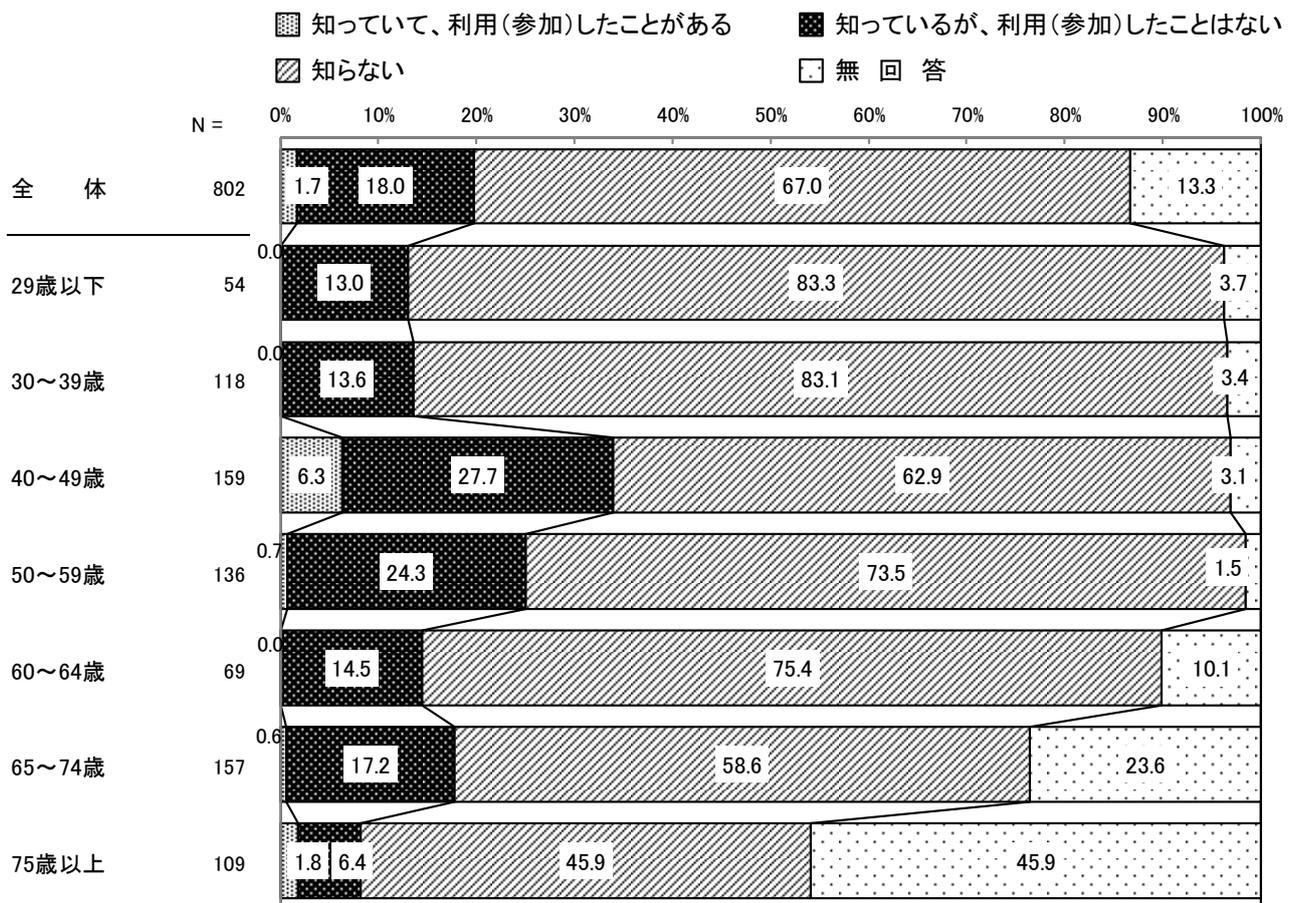
⑧小学生親子対象のからだづくり事業

A 事業の認知・利用（参加）の有無

全体では、「知らない」が67.0%と最も多く、「知っているが、利用（参加）したことはない」が18.0%、「知っているが、利用（参加）したことがある」が1.7%である。

年齢別では、40～49歳で「知っているが、利用（参加）したことはない」が27.7%と他の年齢より多く、39歳以下で「知らない」が80%台と多い。

問46事業の認知・利用⑧小学生親子対象のからだづくり事業[%]



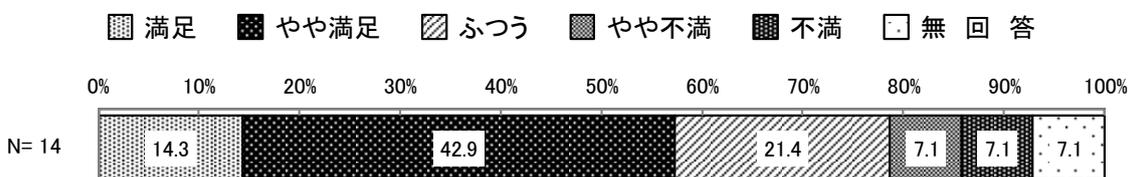
性別では、「知らない」が男性で72.2%と、女性の63.5%より多い。

職業別では、「知らない」が学生で82.4%、会社員・公務員等(常勤)で79.7%と多い。

B 満足度【Aで「知っているが、利用（参加）したことがある」に○をつけた方】

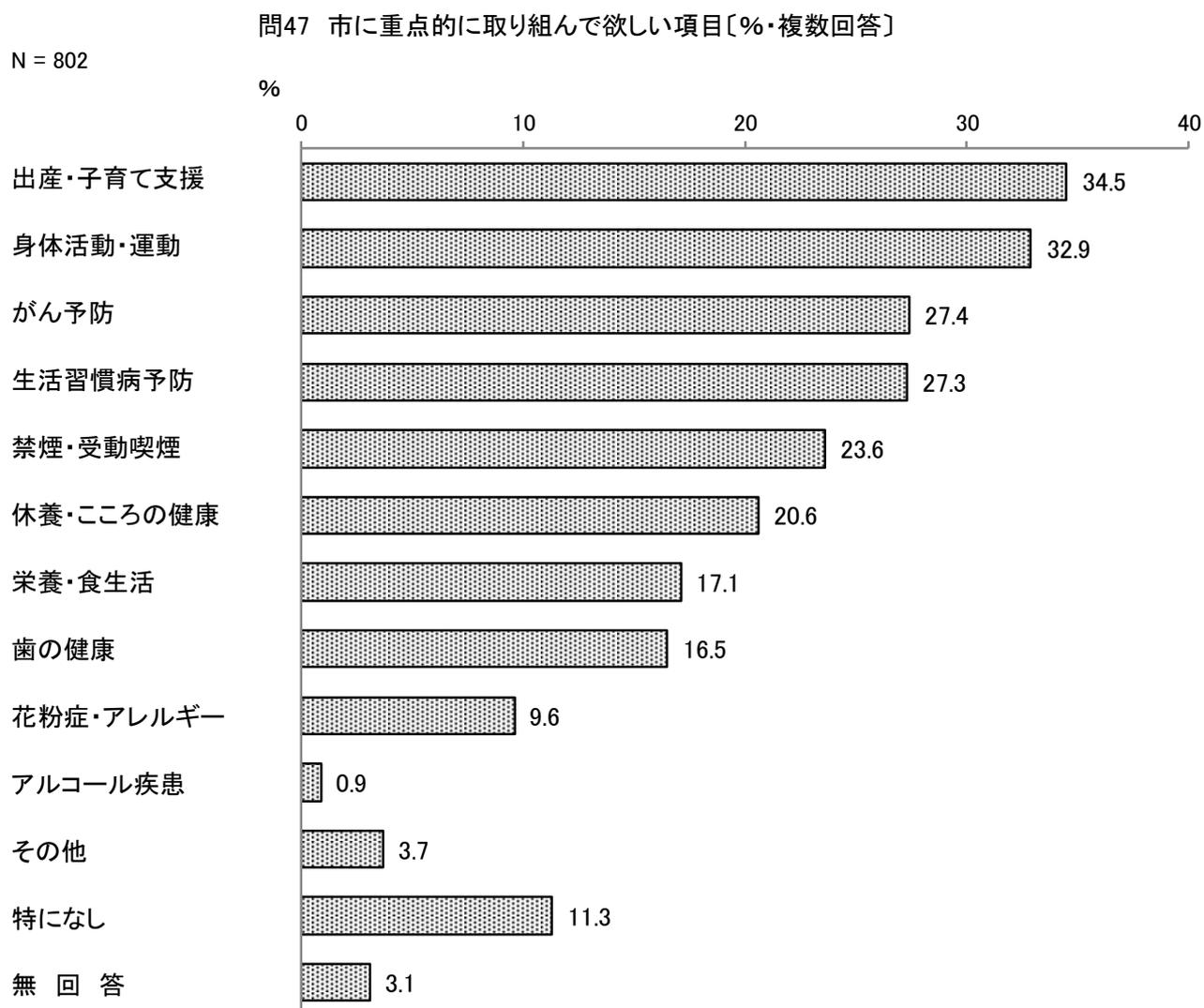
全体では、『満足』（「満足」14.3%+「やや満足」42.9%）が57.2%、『不満』（「やや不満」7.1%+「不満」7.1%）が14.2%、「ふつう」が21.4%である。

問46 満足度⑧小学生親子対象のからだづくり事業[%]



問 47 市に重点的に取り組んで欲しい項目は何ですか。

「出産・子育て支援」が 34.5%、「身体活動・運動」が 32.9%と多く、「がん予防」、「生活習慣病予防」、「禁煙・受動喫煙」、「休養・こころの健康」が 20%台である。



年齢別では、30～39歳で「出産・子育て支援」が 66.9%、50～59歳で「生活習慣病予防」が 36.8%、60～64歳で「身体活動・運動」が 44.9%と多い。

性・年齢別では、「身体活動・運動」は 20～29歳の男性で 50.0%、女性で 18.5%と男性の方が多く、60～64歳では男性で 37.0%、女性で 53.1%と女性の方が多。 「禁煙・受動喫煙」は男性の 29歳以下、50～59歳、女性の 20～29歳で多く、特に女性の 20～29歳で 51.9%である。「生活習慣病予防」は男女ともに 50～59歳で 38%程度である。「がん予防」は女性の 30～39歳で 43.5%、男性の 50～59歳で 39.6%と多い。「出産・子育て支援」は男性の 30～39歳、女性の 20～39歳で多く、特に女性の 30～39歳で 72.5%である。

職業別では、会社員・公務員等(常勤)で「出産・子育て支援」が 45.5%と多い。

居住地域別では、境南町で「身体活動・運動」が 42.7%と多い。

現在の健康状態別では、あまりよくないと回答した人で「生活習慣病予防」が 40.5%、よくないと回答した人で「休養・こころの健康」が 33.3%と多い。

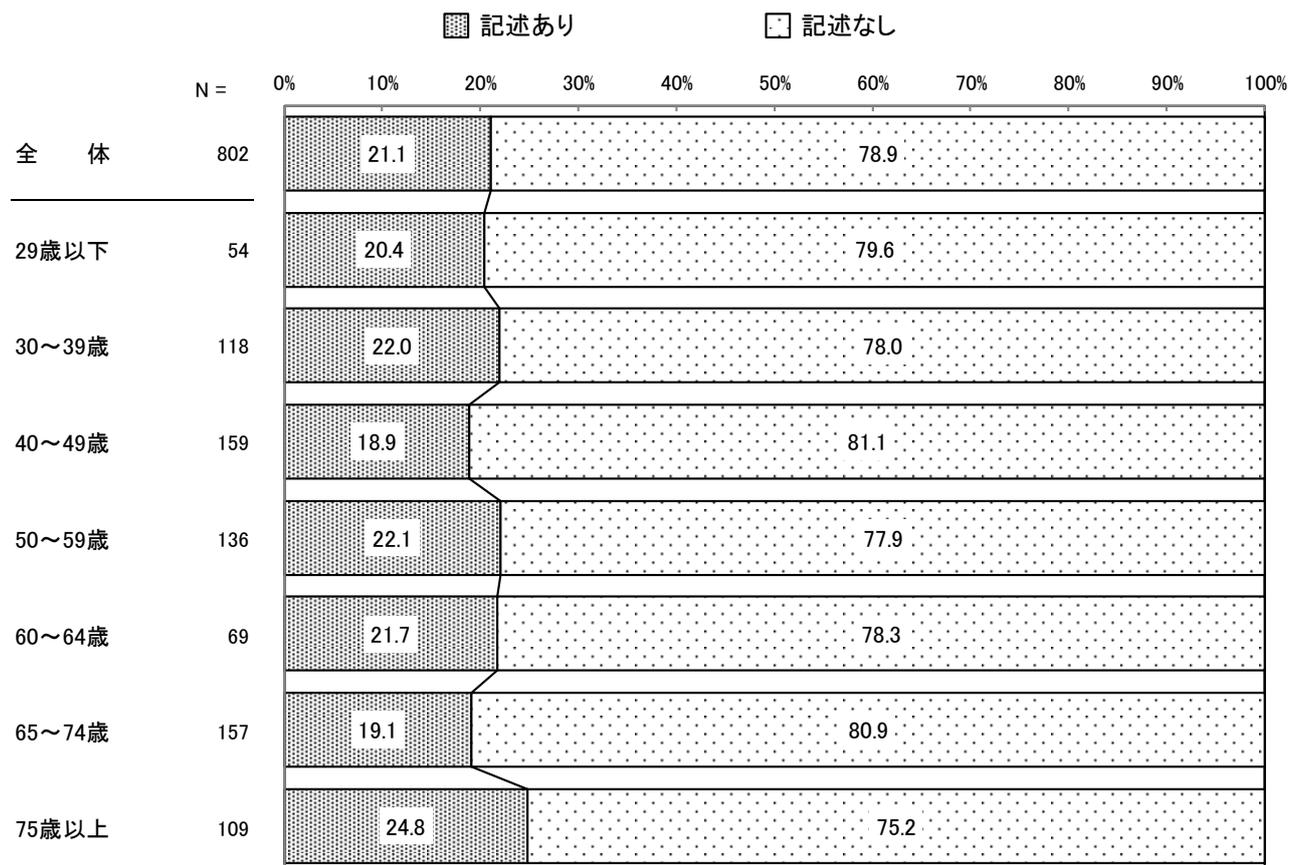
2-13 自由意見

健康づくりや食育の取組み等について、ご意見やアイデア等がありましたら、ご記入ください。

全体では、「記述あり」が21.1%、「記述なし」が78.9%である。

年齢別では、75歳以上で「記述あり」が24.8%と、他の年齢より多い。

自由意見[%]



自由意見の分類・件数

食生活	42件
事業・教室・施設	24件
健康診査等	21件
身体活動	20件
広報・周知	17件
喫煙	16件
健康づくり全般	13件
子育て支援	11件
計画関連	10件
休養・こころの健康	9件
感染症	3件
飲酒	1件
アレルギー	1件
その他	31件
合計 (延数)	219件

健康づくり全般（13件）

年齢	性別	居住地域	内容
30～39歳	女性	境	人はいつ病気になるかもしれないし、障がいをもつことになるか分からない。病気が障がいがあっても安心して暮していける街になればよいと思う。障がいのある人の健康の維持について真剣に考えて下さい。
40～49歳	-	吉祥寺北町	小さい頃からの体験や教育
50～59歳	女性	緑町	自分のことは自分でしましょう！！
50～59歳	女性	関前	関心がある人と無関心の人の意識の差が大きいと思います。関心がある人は講座を受けたり、日頃の食生活にも気を使っていますが、無関心の方は子供にコーラを買う(自分も飲むから?)など糖分のとりすぎなども気にしないので子どもの意識の差も出てきます。無関心な人にどうやって関心を向けさせるかが大きなポイントだと思います。
65～69歳	女性	境南町	基本的には自分の健康は自分で守る。常日頃から心がけるようにする。無駄を無くし効率的に物事を考える。
65～69歳	女性	吉祥寺東町	元気な高齢者は自主的積極的に色々な講座に、複数参加が出来、恵まれた環境にあると思う。しかし持病がある高齢者は臆病になり引き込みがちで益々健康維持が難しく、衰える一方だと思う。そうした引き込みがちな高齢者を見つけ送迎の便宜を計る等、きめ細かい援助がこれから一層必要になると思います。
65～69歳	女性	境	健康管理はある程度自己管理は当然。市で実施するものは昔利用したことがあるが”ちょっと相談してみる”程度しか利用できないと感じた。
65～69歳	男性	緑町	中国に昔から「未病」という考え方があるそうです。これは西洋医学における「予防医学」に通底するものだと思います。病気にならないように、病気になる前にどう対処したらいいのかを根本的に考えたものです。しかしながら日本では「未病」や「予防医学」が一般の私たちの意識の中に行き届いてるとは思いません。病気にならないようにするにはどうしたらいいか、健康維持する為にはどうしたらいいかという「How to」の考え方ではなく、もっと本質的な意識革命が必要だと思います。「未病」や「予防医学」について考えること学ぶことはその一歩になると考えます。
70～74歳	女性	吉祥寺南町	自分で自分の体のことを気をつけなければ(他人にたよるのではだめ)
75歳以上	女性	吉祥寺南町	健康づくりは、呼び寄せるのではなく、地域の拠点に出て行って、いわゆる出前授業のようにする方が良いと思う。それでも、家から出て来ない人が多い。
75歳以上	男性	吉祥寺本町	高齢者は「ピンコロリ」が公私共に望ましいことですが、高齢者は出不精になりますが、是非今後共外へ引張り出す諸施策を行って頂き、「ピンコロリ」比率を向上させてください。
75歳以上	-	中町	健康健康健康と神経質にならず普通に生活して居れば良いのではないですか。
75歳以上	-	境	健康について関心はありますが残念ながら高令のため現状維持の日々です。転ばない様に無理をしない様にと注意されています。

食生活（42件）

年齢	性別	居住地域	内容
20歳未満	男性	-	食育は親も子も一緒に学べる機会があればよいと思うので、食育ウィークみたいに集中して行う機会があればよいと思う。
20～29歳	女性	境南町	給食がなくなって以来、食事が楽しくなりました。健康管理への支援は今感じています。
20～29歳	女性	関前	クックパッドみてみます。料理はきれいではないですが時短料理が助かるので簡単においしくできるものが嬉しいです。親姉妹で食事の時間が全員異なっているのは関前に引越してくるまえからで(引越しは今年3月)会話等ないわけではないです
20～29歳	女性	吉祥寺本町	いたみやすくて良いので、無添加で安全な食材を手頃な価格で購入できる施設があると嬉しいです。
30～39歳	女性	緑町	お祭りには、色々な世代の方々が多く集まると思うので、模ギ店などに食育につながるメニューを出す、市内のこだわりの店に協力してもらうなど。
30～39歳	女性	桜堤	・料理が苦手な人でもできる、栄養のあるバランスのとれたレシピを教えてほしい。・若い人でも参加しやすい料理教室があるといい。
30～39歳	女性	吉祥寺北町	渋谷区のように食に関するイベントが武蔵野市にはない。フードフェスのような形で食を通して食育するのが自然だと思う。健康づくりについては、街が以前よりぎやかになり、人が多くなったために、ぶつかっても謝らないなど人間同士がぎすぎすしている印象が強くなった。仕方のないことだと思うけど…。景気も悪いままで、人々の心は不安やイライラが増えています。
30～39歳	女性	吉祥寺本町	駅前、市内スーパー、百貨店などで市で取れた野菜を販売。
30～39歳	男性	吉祥寺南町	地産地消促進のため地元の野菜が定期的に入荷する場所を設置してほしい。
30～39歳	男性	境南町	基本的には学校給食をしっかりやっていたらいいんじゃないでしょうか。あとは成人向けにセミナーなど回りくどいことをせずに、貧困層も広がっていることだし、直接食べてもらう場をつくっていくのが公共の役目ではないでしょうか。子育て世代や高齢者だけではなく、その中間にいる人にも目を向けてほしいですね。
30～39歳	-	中町	・地元の食材を使用している飲食店や、販売している小売店の情報発信、クーポンの発行。
40～49歳	女性	関前	市内在住出身の著名人に、地場野菜のPRをしてもらう。
40～49歳	女性	境	今回のアンケートで気付いたのですが、健康を考えて日頃から野菜を多く摂る様に心がけておりますが、スーパーの野菜(果物)の鮮度に満足いかない時がありながらも、他に良い選択肢がなく、ある物で済ませている現状です。出来れば市内産の野菜を積極的に取り入れていきたいと考えておりますので、スーパーに武蔵野市産の野菜(果物etc)のコーナーを常設していただくと共に武蔵野市の農家のお宅の産直売店をもっと増やしてほしいと思います。(その場合は「むさしの」の市報で売店map etc周知していただきたいです)
40～49歳	女性	中町	よく市内の畑に野菜を買いに行きます。新鮮でおいしく安いのでとても満足しております。そこで気になったことが2点。①北町の畑の野菜→ゴミ焼却炉が近いですがダイオキシン等の汚染はないのか、安全な野菜か？ふと気になることがあります。②最近、畑だった所が次々住宅地(ミニ開発、大手業者)に代わってゆき寂しく感じます。ゆとりを感じられる住環境や食のためにも計画的に農地を残して欲しいです。

食生活（続き）

年齢	性別	居住地域	内容
40～49歳	女性	吉祥寺南町	給食の牛乳を廃止してもっと和食のメニューに合うお茶を出して欲しい。ペットボトルのお茶しか知らない子どもたちが増えています。茶葉や麦などを煮出し(抽出し)たお茶を提供してもらえたらと思います。
40～49歳	女性	吉祥寺東町	武蔵野市の野菜を売る店を増やす。家庭菜園を増やす→生ぬかを無料配布し、プランターコンポストをすすめる。
40～49歳	女性	中町	武蔵野市の水道は地下水80%だと知りましたが、他の市より美味しい水と思っよるしいのでしょうか？たしか、昭島市や羽村市は地下水100%で美味しいと聞いたことがあります
40～49歳	女性	吉祥寺北町	子供が小さい時は市の食育事業を利用させていただき食の大切さを守ろうと思ひ日々の食事に気を付けています。
40～49歳	男性	西久保	食育について。保育園、小学校と大変充実しておりましたが、中学校の給食は導入されて日が浅いためかもう一歩と感じます。また、食事の質だけでなく、学校での『歯みがき』を奨励して頂きたいです。
40～49歳	男性	八幡町	日本食は昔の人の知恵が織り込まれています。特に各所で受け継がれている郷土料理には、その集大成とも言える積み上げが含まれていると思います。全国各地の郷土料理を紹介、楽しむ企画があるとコミュニティにもつながる健康支援になるのではないかと思います。
40～49歳	男性	緑町	・市内の幼稚園、保育所、小・中学校等で食育に関する出前講座を行う。・大学生なども、不規則な(乱れた)食生活をしていることが多い(特に一人暮らしの人)ので、何らかの形で啓発する。Ex.ファーストフードばかり食べているとうなる、というプレゼン(高カロリー)・地産地消の推進(市内、市郊外で収穫した野菜等の流通量を増やす、学食や社員食堂等で(PRも兼ねて)メニューにとり入れる、内外への情報発信の強化
50～59歳	女性	吉祥寺本町	・市内で生産している農作物を積極的にアピールした方がいい。
50～59歳	女性	八幡町	学校の給食の残飯が以前に比べると増えているようなので、ゴミの問題や食育においても減らすよう、学校がもっとアイデアを出して、食べ物の大切さを教えてほしい。
50～59歳	女性	桜堤	成人病予防や、骨を丈夫にする、バランスの良いこん立てなど、テーマを決めたワークショップや料理教室、お菓子作り教室を、栄養士さんや市内のパティシエさんなどをおまねきして、給食センターや、プレイスで開催はいいかでしょうか？周知方法は市報や、体育館、図書館などで行うと、人は必ず集まると思ひます。市のツイッター、SNSも使うと、すぐにカク散るので効果的ではないでしょうか…。楽しみにしています！
50～59歳	女性	吉祥寺北町	以前実施された食育講座インボディ測定の内容がとてもよかったので定期的に開催して下さるとうれしいです。(ウォーキングや丸ノ内タニタ食堂でのお食事付プランなどいろいろ盛りだくさんなメニューであればより楽しめると思ひます。←友人がランニングとお食事付プランに参加してとてもよかったと話しているのを聞いて)又、タニタ食堂が武蔵野市に outlets して下さると更に有り難いです。市内のオーガニック食材の販売促進。市内のレストランにて、食育をテーマにしたメニューの提供。
50～59歳	女性	境	・地産の野菜をと思っよるしい、近くのスーパーに売ってない。買える場があると良い。
50～59歳	女性	吉祥寺東町	・退職した男性たちの料理教室などで、楽しく健康について学べる場があればいい。・市民の方が料理紹介できる場があったらいい。(簡単でおいしくて、体にいい献立をたくさん知りたい)
50～59歳	女性	吉祥寺東町	食育については以前から子供への食文化の継承という観点から関心を持っています。食育というとかく栄養面や添加物、安全性ばかりが注目されるようですが、私はむしろそのような問題よりも社会の変化(特に女性・母親の就業による)に伴う家庭での食事の形態の変化に危惧を抱いています。子供の孤食が増えていることや、時短料理ばかりの簡素な食卓、日本古来の食事作法などがどんどん失われ、次世代になら子供達に継承されることが難しくなっていると思ひます。食事は栄養ささ足りてればよいというものではないと思ひます。人間の食事は動物のエサではないのです。そういう点をもっと社会全体で考えていかなければいけないのではないかと思ひます。
50～59歳	女性	-	子育て世代→家庭での食育を大切に時間をもってほしいと思ひます。与えられたものを食べるだけでなく、食を選ぶ力も生きていく上では大切になると思ひます。自分で作ることも重要でしょうか。手軽に買うことはできる環境ですが、子どもの時の”食”はずっと記憶に残っています。
50～59歳	男性	緑町	学校給食にて良い食材を使い、本物を目指すポリシーは良いと思ひうのだが、子供達から「給食がおいしい」という声か思ひのほかに聞かえてこない気がする。素材はもちろんですが、調理、運搬等で味を損ねてないか点検が必要なのではないでしょうか。
60～64歳	女性	御殿山	これからの若い人達が安心して生きていけるような世の中にするため健全な食生活の知恵、簡単に出来る健康的な体作り等の取り組みに市の職員だけでなく、ゆとりのある世代、ゆとりのある人達の力を利用して(ボランティア等)お世話出来る、又は少しだけでもサポート出来る人々を育成して、そのような事にかかわる人口を増やして意識を高められると良いと思ひます。
60～64歳	女性	中町	肥満予防解消の教室を聞いてほしい。料理、運動等。申し込み易くしてほしい
60～64歳	女性	吉祥寺東町	季節ごとどのような食事が、健康を保つことができるのか又最善なのか小さな小冊子を用意していただけたなら良いかなと思ひます。
60～64歳	男性	吉祥寺北町	貧困家庭への食事支援等を強化することは、健康づくりにつながるので、大いにやっていただく必要があると思ひます。
65～69歳	男性	境	私はみかづき子供食堂によく行きます。子供食堂の活動は、大変いい事だと思ひます。しかし、子供食堂を必要とする子供達がどの位来ているのか、又、必要とする子供達に子供食堂の情報がきちんと伝わっているのか、そうした点が気になります。子供食堂は、子どもの貧困対策に直結するのですが、その事を前面に出すと、子供食堂に行く事に、ヒケ目を感じる子供も出て来るかもしれません。この点は、どこの子供食堂も問題に思っている事だと思ひます。子供食堂を必要とする子供達が、ヒケ目を感じる事無く、気軽に来られるようにするにはどうしたらいいのか、市にも考えていただきたいと思ひます。三日月子供食堂は11月から月2回になりました。私も三日月子供食堂を応援する一人ですが、市も市内の子供食堂を応援してください。それから、子どもの貧困対策の一つとして学校給食の充実か欠かせません。貧困家族の子供達は朝食抜きのケースが多い様です。そこで朝食の給食を行っている学校があると聞きました。これは素晴らしい事です。するほうは大変ですが、パンと牛乳、あるいはゆで玉子だけでもいいと思ひます。考えてみてください。親の経済的理由あるいは多忙等で子供の食生活がおろそかになってしまうケースが多い様です。子供の孤食等気の毒でなりません。子供の食生活を少しでも改善する様にして下さい。私も三日月子供食堂等を通じて改善に関わっていきたくと思ひます。

食生活（続き）

年齢	性別	居住地域	内容
65～69歳	-	桜堤	私達の体を作る食品は安全・安心が重要です。又経済活性化の為に地産地消が良いと考えます。武蔵野市にあるスーパーに地元の野菜やお肉(?)などを導入してはいかがでしょうか。少子化に向かっている現代、若い人たちが食に関して正しい知識＝食育について身につける必要があると思います。しかし学ぶにしても色々なことと関連してすぐGoにはなりずらいかも知れませんが、地道にやるほかありません。(昔と違って共働きがとて増えているので、時間や経済面などもからんでいるので。それと核家族化もわかりです。スーパーでポテトチップス(揚げ物スナック等)等が大きなスペースを取って陳列されているのを見るとゾッとしますがいかがでしょうか？
75歳以上	女性	吉祥寺東町	一般市民の希望者が小・中学校の給食に参加出来るとういと思う。食事の味つけとか、マナーとかどのような指導があるのか。
75歳以上	女性	吉祥寺本町	武蔵野市内の野菜が多く定期的に直売されることを希望します。
75歳以上	女性	吉祥寺南町	食事を手作りする習慣の為、現在体調が悪くて、作るのが大変な時に困る。買った弁当や惣菜は、味付けが濃くて。亡母が、女学校の給食主任をしていた為、自然と食育を受けた。現在は、学校には気の毒と思うが、学校で給食の時に、しっかり教育してもらおうがベストだと思う。
75歳以上	女性	吉祥寺東町	私の子育ての時は主人の両親と一緒にしたので食べ物も老人が喜ぶものが食卓に多かったと思いますが、それが良かったと思います。(好き嫌いなく食べられる)味覚はある程度年少の時から大切に感じます。
75歳以上	-	吉祥寺東町	1958頃大卒で中・大企業に入社した者達は概ね健康で80歳代になった。我々の幼少期は戦後の貧窮時もあったが家庭が健全で定時の食事、普通の着衣、風呂と睡眠を親がしつけとして子に与えていたから老年まで健康出来たものが多い。80才を超えた今思うことは老人に過剰な医療、延命医療は不要だという事である。同僚同志で『自分で食えなくなったら生き永らえることはできず、死ぬのが動物の宿命だよ。痛みや苦しみを少なくしてもらえばさよならするよ。栄養を注入して無意識の老人を延命しているのは正しくないね。』と話し合っている。現代、大切なのは今の子供達に健全な食生活を身につけさせること、それが出来ない親たちを叱責して責任を取らせることだ。
75歳以上	-	緑町	体調が悪い時、先ず気を付けるのは食生活ではないでしょうか。食事と健康は切り離せません。食育は家庭でなされるのが理想だと思いますが現代は家族揃って食卓を囲む習慣づけは難しくなってきました。又、外食やインスタント食品は手軽で便利ですが空腹を我慢することなくすぐに食を得られることは日常生活の中で我慢が出来ない性格につながっていくのではと危惧します。食育は人作り、食事作りも含め、正しい食生活の指導をくり返し行われることが重要だと思います。

身体活動（20件）

年齢	性別	居住地域	内容
30～39歳	女性	吉祥寺本町	運動をしない人は体を動かすのが苦手(体育が苦痛だった)が多いのでは？子どものころから習慣にできるような取り組みが必要。
30～39歳	女性	境	引き続き公園の充実をお願いします。子どもの頃の身体を動かして楽しい経験が大きくなって大人になっても、運動をする・しないに関わっていくと思います。
30～39歳	男性	吉祥寺北町	・体育館のスポーツジムの設備(器具)が悪すぎる。カッコいい米国製のトレーニングマシンだが、大きさ、かどう範囲が日本人に合ってるかギモン。曲線を多用にしてデザイン性も高いが使い勝手が悪い。サイクリングマシンも基本的な機能がデフォルトで使用できない様になっている(機能はあるのに設定外になっている)。
40～49歳	女性	境南町	武蔵野周辺でも運動イベント(定期的なもの)をやってくれると嬉しい。プレイスなどでたくさん企画してほしい。
40～49歳	女性	関前	ゆるキャラを使った市民体操を考案して、老若男女みんなで日常生活の中でとりくめるようにする。
40～49歳	女性	八幡町	現在市営プールでの水泳教室に通っていますが仕事をしているので夜の時間しか行けません。夜の教室が増えればほかの曜日にも通いたいと思います。とても楽しく教室へ通えているので続いているのだと思います。そのおかげなのかはわかりませんが、風邪をひかなくなりました。教室がもっと増えることを期待しています。
40～49歳	男性	緑町	・気軽に市民が体を動かして汗を流せる施設を、空き店舗の借り上げにより、各地に設置する(新たなハコモノの建設は避ける)。民間のスポーツジムの利用者に対する一部料金の補助(年間の上限額を設定)。
50～59歳	女性	吉祥寺南町	年代別のムサシノ体操をつくってケーブルテレビで流す。
50～59歳	女性	八幡町	休日の運動サークルを提供してください。その他、休日に参加できる活動を増やしてください。
50～59歳	女性	吉祥寺北町	中高年女性向けのハイキングツアーの実施(健康づくりの一環として)。家から近い場所で運動ができるように各種スポーツ施設(民間)に通った際の助成金、補助。
50～59歳	男性	緑町	総合体育館のトレーニングルームを利用したいと常に思っているのですが、一度も行ったことがない。なんかハードル高く感じてしま。実際にはいってみればどうということはないと思うのだが。知識としては持っけていても、実際に体を動かす習慣というのはなかなか身につけません。
60～64歳	女性	中町	健康体操など夜のコースもあるといいと思うのですが、昼間働いているので行けないのです。
65～69歳	女性	吉祥寺南町	高齢者向け健康体操や筋力アップ体操を指導してくれる場が近くにあればいいなと思います。
65～69歳	女性	中町	健康のためのジムの経費の補助
65～69歳	女性	八幡町	私は生協に加入していますが、過日、武蔵野プレイスで生協主催の”リンパ体操”の紹介があり、汗を流して来ました。全身運動で気持ち良かったです。”健康”や”体にイイ事”には皆関心は高いと思います。日常生活で無理なくできる運動や食生活のヒントなどの紹介や実践などの場があるといいと思います。
65～69歳	男性	境南町	広場でのラジオ体操支援。スポーツクラブへの入会補助。
65～69歳	男性	吉祥寺東町	高齢者向きの低額ジム(健康の為)などの紹介
70～74歳	女性	吉祥寺本町	体操のプログラムを増やしてコミセンなどで気軽に参加できるといい。各自治体ではかなり普及しているという情報を聞く。病気を防ぐことがこれからの市民(国民)の使命であり、税金の無駄使いを防ぐ簡単な方法だと思い個人的にもさまざまな努力をしている。

身体活動（続き）

年齢	性別	居住地域	内容
70～74歳	女性	吉祥寺東町	体育館利用しての体操もとても楽しくやっております。気功、ヨガ。
70～74歳	女性	境	地域健康クラブ(多分、不老体操もそうだと思いますが)の取り組みはすばらしいですね。とにかく1週間に1回は1時間半みっちり御指導頂いて、クラブから帰る時の皆様の楽しそうな顔はすばらしいですヨ。「今日も楽しかったね～」と言って帰られます。先生方の御指導に頭が下がります。生徒の顔と名前もしっかり覚えておられて、皆を楽しませて下さる先生方の御努力です。有難いです。やはり最低1年は続けられる講座をお願いします。単発では得られない関係、信頼だと思います。

休養・こころの健康（9件）

年齢	性別	居住地域	内容
20～29歳	女性	西久保	健康(心)への取り組み等の活動支援があることは全く知りませんでした。
30～39歳	女性	吉祥寺本町	こころの健康については、誰も多かれ少なかれ不安をかかえているものと思いますので、もっとオープンに、皆がどうやってそれをのりこえたりしているか、知ることができたり、専門的な知識を世帯の配布物などによって知ることができればよいな、と思います。
40～49歳	女性	中町	こころの健康に関しては自分自身でなるべく解決したいと思う方が多いと思います。メンタルヘルスチェックを気軽にできると自身で受診しようと思うことができるかもしれないです。
40～49歳	女性	中町	武蔵野市内に勤務しています。仕事のストレスがかなり強く、先日も胃痛で眠れませんでした。せめて「有給」を取得しやすい環境作りをお願いします。取得の義務化を武蔵野市から発信して下さい。
50～59歳	女性	吉祥寺東町	・患者数の多い無呼吸症候群について取り組んで欲しい。
50～59歳	女性	吉祥寺南町	労働時間の厳しい管理をまず武蔵野市から始めてはどうかと思う。将来的に全国へ広がることを願いつつ。
60～64歳	男性	境南町	こころの問題が一番だと思います。話し合いのできる場をいっぱいつくってもらいたい！しらない仲間を多くつくれるように地域作りをしてもらいたいです。
65～69歳	女性	吉祥寺南町	他の地区では、林間学校施設・体育館・テニスコート・サッカー場と合わせて、保養施設がある所が有ります。武蔵野市では、交通の便も悪い川上村だけで、市民が行き易い温泉がある保養所を強く望みます。市民がリラックスできて、健康にも良いと思うのです。
70～74歳	女性	吉祥寺南町	病院通い、ぐすりづけの老人が多いようだが、心の健康に注意。

喫煙（16件）

年齢	性別	居住地域	内容
20～29歳	女性	八幡町	自分がタバコを吸うので、喫煙者のマナー徹底してほしい。喫煙所を増やしたり。コンビニの前の灰皿などは、歩行者の迷惑になるので全て取り払い、喫煙所を作るべき。喫煙者も喫煙所があるのにわざわざ外で吸ったり、自転車に乗りながら、歩きながら吸っている人がいて、そういう人は他のちゃんとルールを守って吸っている人の迷惑になるし、「喫煙者」のひとつくりにされる事が不快です。せっかく三鷹駅の前に大きな喫煙所があるんだから他にも増やして、ルールを守らない奴は罰金等にすればいいと思う。タバコ税増やすなら、そういう人から罰金取って税収にするべき。喫煙者と非喫煙者のトラブルが多いので。
20～29歳	男性	境南町	路上喫煙をもっと取り締まってほしい。あるいは喫煙所を増やす。→少なすぎるから路上で吸う。
30～39歳	女性	吉祥寺本町	市内の路上喫煙の禁止。
30～39歳	男性	関前	・武蔵野市は禁煙区域が多いが、禁煙よりも分煙にすべき。指定場所を設けないと、どこでも吸える環境にある。
30～39歳	男性	吉祥寺北町	・路上喫煙をほんとうにどうかしてほしい。子供に火が近いこともあるし、ポイ捨ても多い。そもそもそういう人がいる街づくりの問題。こういう極めてマナーの悪い人(キャッチ、タバコ等)を注意してほしい。
40～49歳	女性	西久保	武蔵野市に限りませんが、政策が遅れているのは、禁煙・分煙対策だと思います。路上喫煙も、いまだ多いです。最も腹立たしいのは、子供たちが遊んでいる公園を喫煙所として使用していることです。作業服を着ている方が目立ちます。またオフィス内の禁煙により、ビルの外で喫煙しているケースですが、常に多くの喫煙者がいて、その前の道を通らざるを得ない時はひどく咳きみます(三鷹ツインタワー近く)。オフィス内に喫煙所を設けていただきたいです。飲食店も分煙がされておらず、子連れで行くのをあきらめるケースがあります。売り上げの面から自主的に変革するのが難しいのであれば、条例で決めていただけたら、と切に願います。公園の禁煙化は、早急に実現していただきたいです。
40～49歳	男性	吉祥寺北町	・市内飲食店や路上、公共空間での禁煙もしくは分煙の条例制定。
40～49歳	男性	桜堤	消費税を上げる前に、嗜好品である酒税やたばこ税はもっと上げてほしいと思います。
50～59歳	女性	緑町	タバコはシコウ品です。お酒やコーヒー等を飲むのと同じです。禁煙禁煙と言う前に分煙など飲食店でもしてほしい。
50～59歳	男性	関前	オリンピックを契機に、都や国と連携し、飲食店の全面禁煙化をすすめてほしい。他人に迷惑をかけて良い嗜好品は存在しない。
65～69歳	女性	中町	受動喫煙は重要な問題だと思います。三鷹駅北口のビルでは路上で、道路に向かって多くの人々が喫煙してるのは何なんでしょう。外でなく、部屋の中で喫煙してもらいたいと思います。あそこを通るたびに呼吸を止め嫌な思いをしています。駅前ということもあり、禁止することは出来ないのでしょうか。子供達も反対の道路に移動しますが、煙は届いてくさいです。受動喫煙の立場からも一考が必要だと思います。安心して通れる道路にして下さい！！
65～69歳	男性	境南町	マナーポイントが設置されていた頃と、それが撤去されてからの近況を見ると、歩きたばこの人が多く見受けられて、注意する事を出来ない状況を感じています。喫煙者の存在が否定されている状況は、ストレス発散の場所が無くなった事による、居直り行動と思えます。中野区のように喫煙者にタバコの地区内での購入に依る税金の収入を明示して喫煙スペースを設置している方法は、その人達の権利を認める事で良い事だと思います。再考を望みます。(私も20年前まで1日に50本程のスマーカーでしたので気持は十分に理解出来ています。)
70～74歳	-	緑町	たばこの販売を中止すれば良い。
75歳以上	男性	吉祥寺南町	神奈川県並みの喫煙条例を市でも(都は無理としても)出来るといいのですが

喫煙（続き）

年齢	性別	居住地域	内容
75歳以上	男性	境	たばこ対策 2000円の罰金をする(路上喫煙)。市内での販売禁止。1箱1000円とする。
75歳以上	男性	西久保	道路上で歩きながら喫煙をする者がいると、風下の6メートルの範囲にいる人が受動喫煙の被害を受けます。これは、子ども・妊婦を含め歩行者全体に対する傷害を放置していることに他なりません。武蔵野市は全国に先がけて路上喫煙の全面禁止を実施してほしい。違反する喫煙者には、びっくりするくらい高額な罰金を科すくらいの勇断を期待します。受動喫煙の撲滅対策がテレビで話題となるくらい、武蔵野市の名を全国に喧伝してほしいと切に希望します。また、煙草のポイ捨てに対しても厳しく対処し犯罪行為であることをポスター等で周知・警告してください。

飲酒（1件）

年齢	性別	居住地域	内容
40～49歳	男性	桜堤	消費税を上げる前に、嗜好品である酒税やたばこ税はもっと上げてほしいと思います。

健康診査等（21件）

年齢	性別	居住地域	内容
30～39歳	男性	吉祥寺北町	・女性の乳がん検診等は、年れい基準をもうけないで希望者は全員受診できるようにすること。
40～49歳	女性	境	現時点でも無料がん検診などのご案内を定期的にしていただき武蔵野市の市民の健康づくりは大変充実していると感じております。引き続き継続していただきたいと思ひます。(乳がん検診、眼科検診、胃がん検診を利用させていただきました。)
40～49歳	女性	西久保	子宮がんと乳がんの検診は2年に1度ですが2000円以下で毎年とかになればいいのと思ひます。
40～49歳	女性	吉祥寺東町	誕生月の関係でいつも市の健康診断が冬です。仕事の関係で忙しく、また寒いので他の月でも受けられるといいと思ひます。
40～49歳	女性	吉祥寺北町	色々充実した検診がそろっていますが、無料にせず、ある程度の費用負担は受診者にさせるべきだと思ひます。
40～49歳	男性	西久保	胃がん検診を受診すると内視鏡検査にて再検査になってしまう為、利用していません。バリウムと内視鏡検査の2種類から選べると助かります。
50～59歳	女性	吉祥寺北町	50歳時の骨密度測定の前日に骨折してしまい測定できず次回が5年後になってしまいました。1年に1度位測定の機会があれば便利だと思ひます併せて血管年齢測定も実施してほしい。
50～59歳	女性	桜堤	がんの検診のほかに、歯科での検診も、行っていただきたいと思ひます。半年～1年に1回は行うべきものですが、(むし歯だけでなく歯周病予防のための検査)忙しくしている成人はおろそかにしがちです。40歳以上から特に大切であると思ひます。
50～59歳	女性	境南町	1年に1回無料で市の健康診断を受けられるのは、大変ありがたいです。
50～59歳	女性	吉祥寺本町	検診の申し込みをWeb経由でだれでも簡単に予約できるようにしてほしい。予約が面倒なためうける機会をのがしている。
50～59歳	女性	八幡町	子宮がん検診が以前は1年に1回無料で受けられていたが、数年前から2年に1回になったので、1年に1回受けられるようにしてほしい。
50～59歳	男性	吉祥寺南町	脳ドックを安く受けたい。
60～64歳	女性	西久保	骨密度を5年に1回(?)ではなく、毎年測定できるようにしてほしい。血管年齢なども知りたいと思ふ。
60～64歳	女性	中町	乳がん検診は若年層にも受けられるといいと思ひます。
60～64歳	男性	吉祥寺南町	検診を保健センターだけでなく、地域近くの通院で受けられるようにして下さい。又、胃、大腸カメラ(内視鏡)も受けれるといいです。
65～69歳	女性	中町	・市で実施している健康診査やがん検診の過去のデータを集積して受診している者、していない者の健康を比較し広報等で報告してください。科学的に効果が検証されない検診を続けていくことは、無駄であるだけでなく害がある。(オーバートリートメントetc)・健康診査は医師会のばらまき。審査の結果をきちんと精査してレベルに達していない医師は除外、また受診者にアンケートをとり、意見を反映してください。スクリーニングだからこそ、優秀な医師が求められると思ひます。
65～69歳	女性	境	平日ではなく休日近くだったら検診も土、日できればうれしい
65～69歳	女性	境	健診についても不親切、適当(悪い意味で)信頼性が低い→自分で病院にかかることになると思つたので最近ではほぼ利用しなくなっている。みてくれている医師も真剣みがたりない、いい加減!税金のむだづかいかなという気がします。
65～69歳	-	吉祥寺本町	①乳がん検診は毎年実施がいいと思ひます。②胃がん検診は費用が高くても毎年胃カメラを望みます。
60～64歳	-	御殿山	私は障害者です。車でのサービス(遠方、少々安価)があれば定期検診にいけるのですが
70～74歳	女性	境	市の胃ガン検診は、バリウムのX線検査のみですが、老人には大変負担が大きいと思ひます。個人的には毎年ではないですが、胃カメラで見て頂いています。朝食を抜いただけで楽です。御一考お願いします。5年おきの手、指、甲の骨密度測定をもう少し正確な測定機にして頂きたい。「問題あり」と言われ、専門医に行つて、全く問題なしとの結果、心労と二度手間でした。

アレルギー（1件）

年齢	性別	居住地域	内容
40～49歳	女性	中町	子どもの重度(クラス4や5)アレルギー(食物)は自己管理できない年齢の子どもにとっては命の危険を感じる。幼稚園や保育園では発達障害児と同様に過配対象として1日チェックできたらと思ひます。

感染症（3件）

年齢	性別	居住地域	内容
20～29歳	女性	境南町	性病・AIDS/HIVに関する取組がより活発化されると嬉しいです。現在あまり公共の場で、このような話をするのが好ましくない風潮がありますが、知る/知らないで人生を左右する重要な分野だと思います。特に若者、10代後半の方々も多いこの地域で、数字に表れない潜伏している人々が拡大していることが心配です。
30～39歳	女性	桜堤	インフルエンザワクチンを65歳以上の方だけでなく負担してほしい
50～59歳	女性	境	各種予防接種を安価で実施してほしいと思います。

子育て支援（11件）

年齢	性別	居住地域	内容
30～39歳	女性	境	第二子を妊娠中、切迫早産になり、(家事もしてはいけない)自宅安静になりました。そんな時にサポートしていただきたかったです。手続きが市役所でしかできない、更に母親も自宅にいる時のみであること(もちろん出産後も市外であれば利用できない。里帰り先は自宅から徒歩10分ですが)、上の子を外に連れ出してくれることはできないこと、等いろいろな理由により、結果的にサポートを受けることができませんでした。せめてもう少し多くの場所で申し込みをする事ができれば、家事のサポートだけでもお願いしたかった…と思います。
30～39歳	女性	境南町	不妊者への妊活支援をお願いしたい。子どもが欲しくて努力する夫婦へのさらなるサポートと、出産後、育児と仕事の両立を促すサポートを。
30～39歳	女性	境	子育てで悩んでいた時、すぐ相談にのっていただきとても助かりました。子供が発達障害なので、手がかかる子ですがそのような子でも、あずかってもらえる(兄弟の用事などで)場所が増えると助かるなとも思っています。
30～39歳	男性	吉祥寺北町	子供の多いエリアや駅から見ると、子供にふさわしくない店(ソーブランド)等が点在。条例等で禁止すべき。駅周辺をそういうヤカラが闊歩していて子供に害がないか心配。こういう極めてマナーの悪い人(キャッチ、タバコ等)を注意してほしい。
40～49歳	女性	中町	産後支援(もう利用する機会はありませんが…)産前・産後にひまわりママさんを利用できる制度にとっても助けられました。ただ、産前と産後に利用時間ワクが区切られていて、産後苦労した私は産前に利用しなかった時間分も産後に使えたらもっと助かったと思う。
40～49歳	女性	吉祥寺北町	児童ぎゃくたいSOSのTel先をもっと宣伝した方がよい。近所に通報したい家があるが、どのようにしたらよいかわからない。
40～49歳	男性	西久保	子育て支援の充実、特に医療費無償の年令上限の引き上げや幼稚園などの費用負担地域など子育て家庭への資金援助を増やしてほしい。
40～49歳	-	吉祥寺北町	小さい頃からの体験や教育
50～59歳	女性	緑町	マタニティー・育児中の方は、公共の場でのベビーカーの利用の仕方を考えましょう。マタニティー、育児中の方が偉いわけではないので。本当に助けを必要としている人を助けてほしい。ボランティアがあたりまえだと思われるのはメワク。
75歳以上	男性	境	子育て 保育園を作るよりも3才4才までは親が働きに行かないで自分で育てる!もっと質素な生活をする。子供が学校から帰る時間には親が家にいる事が鉄則。健康な祖父母と同居して保育園に預けている家庭があるけどどうなっているのか?税金の無駄づかいです!税金を下げてください。
75歳以上	-	境	若いお母さん、若いお父さんの前向きな健康への姿勢を応援します。

事業・教室・施設（24件）

年齢	性別	居住地域	内容
20～29歳	男性	吉祥寺南町	いつもよく市民プールを利用させていただいています。プールのように市民が安価に手軽に運動ができる施設をより多く作ってくれることを期待します。(テニスコートや自転車用トラック等)
20～29歳	男性	関前	関前地区は他に比べて地域活動の場が少ない。コミセン施設も古い。子供大人がもっと楽しめるミニ体育館等児童館と呼ばないみんなの為の施設を増やしてほしい。お年寄りの方も参加できるプログラムも。テニスマリオンハウスお年寄りだけでなく子供も参加できるイベント等あれば、老人と子供がつながりそれぞれの居場所ができる。例えばケン玉や竹とんぼ作り風作りを老人名人に教わるイベント等。昔遊びを楽しむブロードフェスや音楽イベント、ランニングやスポーツなどで健全な心だけでも持つて街になればと思います。せっかく、中央公園や井の頭公園など広い開けたスペースがあるのだからもっとイベントをするなどして、文化的にも日常的にも心豊かに過ごせる環境を税金で作ってください。子ども達のためにもなると思います。
30～39歳	女性	吉祥寺北町	フードフェスや音楽イベント、ランニングやスポーツなどで健全な心だけでも持つて街になればと思います。せっかく、中央公園や井の頭公園など広い開けたスペースがあるのだからもっとイベントをするなどして、文化的にも日常的にも心豊かに過ごせる環境を税金で作ってください。子ども達のためにもなると思います。
30～39歳	女性	吉祥寺本町	離乳食教室に参加し、子の月令の近い方と知り合えてよかった。離乳完了後の幼児食の講座もあつたら参加したい。(0才の親は育休中の人が多いので…1才以降は参加が難しいのかも…?)
30～39歳	女性	境	日中仕事しているとサービスをうけないものが多い。
30～39歳	男性	吉祥寺北町	なんらか、給与金をうけている人は、セミナー等への、参加を必須にするなど強制力ははたらかせてもいいのでは。食育、子育て支援など、コンテンツによっては、参加希望者は、多くできると思う。
40～49歳	女性	中町	今回アンケートに回答させていただき市がいろいろと取り組みをしていることを知ることができ、これを機会に講座等に申込参加させていただこうという気がしました。今まで子育てと仕事に忙しくそれ中心でしたが子ども成長しどんだん市の催しに出て行きたいと考えております。
40～49歳	女性	吉祥寺東町	週末(土曜日や日曜日)に気軽に参加出来る、健康づくりや食育のイベントがあれば嬉しいです。
50～59歳	女性	中町	来年定年を迎えるため時間ができるのでイベントや講座に参加したいと思います。また、ボランティアとしての参加も希望します。
50～59歳	女性	八幡町	今回アンケートをやって市の事業を確認しました。市報に目を通す時間がなかったので、今後はHPなどからどんなことを実施されているのかチェックしていきたいです。又、自分に合ったものが見つかれば参加していきたいです。できれば、土日やる健康プログラムの様なものを取り組んでいただきたいです。定年とかしなないと参加できない平日の運動教室などうらやましくみていたことがあります。会社を休んでまで参加できませんので…。期待しています。

事業・教室・施設（続き）

年齢	性別	居住地域	内容
50～59歳	女性	吉祥寺東町	健康づくりについては以前から他の自治体に比べて公共の運動施設が非常に少ないことに驚いています。以前住んでいた横浜では区毎に区立スポーツセンターがあった他、地域コミュニティセンター等にも体育館があって軽い運動（卓球やバドミントン、エアロビクスなど）ができる設備がありよく利用していましたが、武蔵野市には民業圧迫を回避する為なのかそれらのような施設がほとんどありません。市民が気軽に低負担で軽い運動ができるような施設をぜひ増やして頂きたいと思います。
50～59歳	男性	関前	市内の運動施設（市営、それ以外問わず）、校庭の人工芝化。天然芝がベストだが、運用上維持が困難。最新の人工芝であれば、怪我防止、土ぼこり防止を天然芝と同じような使い心地で実現可能。助成も考えてほしい。
50～59歳	男性	御殿山	気軽に質問できる電話や相談窓口を多くつくって頂けたら幸いです。その時にアドバイスや指導して下さいとおおいに生活する上で役に立ち助かると思います。
60～64歳	女性	境	子供達が自然に触れる機会をより増やせるやふな環境づくりを目指してもらいたい。健康については基本的には個人管理が主体に為るのだから例えば、当初は啓発活動から始めたイベントが（健康面での）、サロン化していくケースが目立ち特定の団体だけで運用されているやふな雰囲気と為り、新たに加える意思の有る人でさへ、二の足を踏むやうな状態の組織が多いやふに思われる。箱だけ作って、中身が無いに等しいケースが多々見受けられるやふだが、※ある種の強制力を伴ふ事も必要かも知れない。
60～64歳	女性	中町	肥満予防解消の教室を開いてほしい。料理、運動等。申し込み易くしてほしい
60～64歳	男性	西久保	老人クラブのような所はもうすでに関係ができて上がっていて、新参者は入りづらい。年令を細分化したイベントなどがあると、『若手』でも入って行きやすいのではないかとと思う。
65～69歳	男性	吉祥寺北町	武蔵野は野外活動センターや連盟の活動等が活発に行われており、健康増進に役立っていると思う。多少費用はかかってもよい（高負担高享受は当然）ので、引き続き充実をお願いしたい（特に高齢者になると自分で自動車を運転して出掛けることが難しくなり、公共交通機関の利用が困難な不便地への市の例えば野山の登山等は大変在り難い）。仮に民間並みの費用となっても市の行事は看護等のケア面がすぐれており、利用したい。
70～74歳	女性	境	地域健康クラブ（多分、不老体操もそうだと思います）の取り組みはすばらしいですね。とにかく1週間に1回は1時間半みっちり御指導頂いて、クラブから帰る時の皆様の楽しそうなお顔はすばらしいですヨ。「今日も楽しかったね～」と言って帰られます。先生方の御指導に頭が下がります。生徒の顔と名前もしっかり覚えておられて、皆を楽ませて下さる先生方の御努力です。有難いです。やはり最低1年は続けられる講座をお願いします。単発では得られない関係、信頼だと思います。
70～74歳	男性	中町	ボケ防止のための施策
75歳以上	女性	吉祥寺南町	市役所、保健所等、公的施設が遠く、バスの便が悪い為、参加する気になれない。健康づくりは、呼び寄せるのではなく、地域の拠点に出て行って、いわゆる出前授業のようにする方が良いと思う。それでも、家から出て来ない人が多い。
75歳以上	女性	吉祥寺東町	市報を見たり、知人に聞いたりすると良い計画・取り組みをされていて下さると思うが？吉祥寺東町に住んでいると、色々な施設が遠くてなかなか参加出来ない。高令のため、車の運転、自転車も止めてしまい、専ら歩くと、公共の交通を利用しているので、市役所の方面（体育館とか、色々な施設への交通手段）へとても行きにくい。吉祥寺駅近くには場所が無いと思うが、市民全員が通いやすい方法を考えてほしいと思います。
75歳以上	男性	境	健康課ではないが、問46-⑤の項目での健康づくり推進員として業務に担当されている職員は住民に好感を保てる様な態度であってほしい。←この件は健康講座に参加して身に感じたことです。
75歳以上	男性	緑町	数年前に病院が「老人の集う場所」化したことがありますが、自分が高齢化し、かつ病気がちになると、そおゆう場所がほしくなります。同病者が集まる場所の提供が（何かをするのではなく）第一で集まった老人達に「そこで何かをする」を考えてみたいと思います。
75歳以上	-	境	市の体育館が境地区から遠いので利用しにくいです。プールも同様、西の方には安く利用出来るプールがありません。私は高額な会費を払ってスポーツクラブに入会していますが、市営の安く利用出来るプールや体育館が、西の方にもあったら…と思っています。年をとると余計に遠く感じています。

計画関連（10件）

年齢	性別	居住地域	内容
30～39歳	女性	吉祥寺南町	18歳以上から無作為に調査をしている、とありますが、問37のがん検診5種の全ての対象年齢内となる40歳以上の方を重点的にアンケートを送付するべきだと思います。対象年齢外に聞く必要はありますか。また、もっこのような意見・要望を伝える機会を高齢者の方々にあげて欲しいです。
30～39歳	男性	吉祥寺北町	アンケートは全て、手描きでなくとも、Webや、OCR読み取りなど効率化できる気がします。今後も市の活性化に期待しています！がんばってください。
50～59歳	-	吉祥寺南町	活動が色々ありすぎて方向性が分りにくい。力を入れる活動をしぼって集中すべきでは？税金を無駄にしないため対効果性の高い活動のみに。
60～64歳	女性	吉祥寺北町	たまたま市民の中から選ばれて、アンケートを書くことになりました。記入していて、いったい誰が何の為に役立てるのだろうか疑問を感じました。とても息苦しくなりました。こんなに細かく分析して、要するに医療費の削減を目標にしているのでしょうか。
60～64歳	女性	吉祥寺東町	健康で元気な高令者になれるような施策に期待したい。現在助けが必要な人には助けるような政策、それ以前の方には予防的な政策を介護負担が増加しない様な方向でお願いします。
65～69歳	女性	境	このアンケートも税金のむだづかいだと思います。作成した質問項目があてはまらないものが多く、あまりに一般化しすぎています。これを集計することに意味を見れません。

計画関連（続き）

年齢	性別	居住地域	内容
75歳以上	女性	桜堤	武蔵野市民の健康増進を目標に作成されたアンケートであるならば、ここには決定的に欠けている問題があるのではないかと思います。それは、この国全体が多かれ少なかれ5年前の3月11日に大量の放射能物質にさらされた事実がなにもひとつ触られていないことです。子供たちの甲状腺ガンの増大が福島だけにとどまらず、地方へ避難した人々も含めて海外でも大きく取り上げられています。日本から輸出されていた食料を輸入禁止にしている国々が未だに広がっている事実は、国民の健康を案ずる他国としては当然のことです。こうした状況の中で、放射能による病害の記録など全く無視されて来たこの国では、医療関係者として良心的な極く僅かの人々を除いては、国民の健康状態を判断する資料はなにもありません。もし武蔵野市が口をぬぐっている医師会に働きかけて、医療現場にたづさわる人々の、実態についての報告をまとめ上げる一歩をふみ出してくださいならこんなうれしいことはありません(以上)
75歳以上	男性	吉祥寺北町	あれこれと計画を打出しているが、具体的に計画を実行に移して下さい。
75歳以上	男性	中町	武蔵野市は、行政として手厚い事業を展開していると思います。誠に有難いと感謝しています。しかし、余りやり過ぎるのも如何でしょうか。何から何まで行政に頼ることは反対です。本来自主管理すべきことまで行政に委ねる人が多すぎる気がしています。現行の諸施策で充分だと考えている次第です。
75歳以上	男性	境	行政として縦割りでなく、市民のためになる様に取り組んで下されば特に意見なし。

広報・周知（17件）

年齢	性別	居住地域	内容
20～29歳	女性	関前	私は20代前半で女性特有のがんを患いました。現在は完治して、以前と変わらぬ生活をしておりますが、手術・抗がん剤治療と、生きる望みもなくなり、社会と関りのない、閉ざされた環境で過ごす時期がありました。私の場合は親と生活しており、仕事も休職したのち、復帰させて頂き、大変恵まれた環境だったと思います。それでも家族としか関わらない状況のなかでお互いに大きなストレスや不安がありました。私が知らないだけで、あるのかもしれませんが…病気の人をサポートし、情報をくれる場。行けないこともあるので訪問してくれるサービス。周りの家族へのケア。等あればいいと思います。実際に、同居人がいかなかったり、金銭面で困っていたり、仕事がなくなったり、困っている方も周りにはたくさんいました。今回の件で市にも色々なサポートや支援があることを知りましたが、私たちは正直知る機会がありません。こういった時代なので、メールで配信したり、アプリを利用したり、知ってもらうことが必要なのかなと思います。少なくとも、このお知らせが来て私は知ることができました。よい機会だったと思います。
30～39歳	女性	吉祥寺本町	知らない市民が多いというのは(検診や講座など)市の告知が足りないのでは？せっかくいろいろ実施していても知れていないのでは意味がない。
30～39歳	女性	吉祥寺南町	取りくみは、やや市が受動的になっている気がする。今まで参加してこなかった(出来なかった)人がどうしたら参加できるかしたくなるかを考えてほしい。
30～39歳	女性	吉祥寺本町	おそらく様々な取り組みをされているのだと思いますが、あまり伝わってこないのが勿体ないです。市報などをよく読めば分かりますが、働きざかりの20-30代が一体どれだけ細かく読みこむのでしょうか？そこでアイデアなのですが…☆ターゲット別に情報を分けて発信するex.子あり20-30代夫婦向け、20-40代独身者向け、出産適齢期の女性向け、70-80代の後期高齢者向け、などなど。配布もそれぞれに封書で郵送など。☆詰めこみ式の情報発信(編集)を止め、シンプルで分かりやすいデザインに。☆若年層になら、メルマガを出すなど。←健診情報から、申し込みまでできたり…。(メルマガ登録で住民税-500円とか)
30～39歳	男性	中町	健康に関する情報は正しい、という感じで広まったものが、後に間違っていたというケースが非常に多く感じます。正しさを期待するというよりも、情報発信側の謙虚さや慎重さを期待したいです。後に間違っていたとされるような情報をもとに、気が進まない行動、生活改善を強制されるようなケースは減って欲しいです。(第一次の発信者というより、2次的にその影響を受ける時が特に困ります。)
40～49歳	女性	中町	意識の高い人が多い市だと思うので講演会や情報提供があれば有効に利用すると思う。
40～49歳	女性	吉祥寺本町	市報を見ているが土日はほとんど講座がありません。吉祥寺地区での開催も少ないと思います。参加したくてもなかなか行けません。Webなどで受講できる動画を流したりしては頂けないでしょうか。よろしくお願いします。
40～49歳	女性	境	健康づくりや食育の取り組みについては市は積極的に啓発活動をしていると思います。市内在住に関わらず親への介護や介護の際に何か利用できるものがあるか？等、身近に親が不在だが相談や利用できるものがある等の情報が有ると有り難いです。
40～49歳	男性	緑町	健康、育児に関する様々な相談事業に関して、もっとインターネットを活用して情報のやりとりを増やす。
50～59歳	女性	境	高齢者でインターネットを利用できない人には様々な情報が行き届いてない様に感じる。クックパッドもそういう層には利用されない。市などから送られてくる書類が細かい字。小さい字、難しい内容で高齢者はきちんと読んでいない。もっと高齢者の立場に立った広報の方法を考えた方がよい。手紙や市報を配布しただけでは情報は確実に届いてません。(両親と同居を始め介護中心の毎日になって、以上のことを感じました。福祉に篤い武蔵野市にはありがたいと感じていますので、さらなる弱者に優しい取り組みに期待してます。)
50～59歳	女性	吉祥寺東町	武蔵野市に引っ越して1年たたないのにお知らせがもっと身近にあると良いと思いました。
50～59歳	女性	吉祥寺本町	健康推進事業もどこでどのようなものが行われているのかわからないので、駅前等人的の多く集まる場所を使って周知すれば参加者が増加すると思うし、自分も参加してみたい。
60～64歳	女性	境	年齢に依る各種健康管理(自主的に行ふ事も含む)、巡回に依る管理、啓発さらには可能な限り報告する制度(アンケート等)により積極的に実施し、それを利活用する制度の充実)
65～69歳	男性	中町	様々な事業、項目etcのまとめた冊子より個別のリフレットの充実を望む。どんなリーフレットが揃っているのかの広報も必要。
70～74歳	男性	桜堤	1. 市に寄せられた様々な情報(例えば食品の食べ合わせ、病気を治した体験談、etc.)をベターマースとして市のホームページにのせる。2. こんなことが困ったら市の×××へ連絡する事例集をホームページにのせる。
75歳以上	男性	吉祥寺南町	武蔵野市の福祉に関することの連絡がわからない。
75歳以上	-	境南町	この6月に引越して、武蔵野市の事を知らないものばかりです。ときたま境にある市民センターに通いパンフレットをさがしている程度で、こまっています。

その他 (31 件)

年齢	性別	居住地域	内容
30～39歳	女性	境	病気や障がいがあっても教育の場から隔離させない。(普通学級で地域の友達と過ごすことができるようにする。)医療ケアが必要な子供を保育園、幼稚園、小学校でも受け入れる。障がいのある子が参加できるスポーツ教室(水泳、サッカーなど)健全児と一緒に参加できればなお可。武蔵野市は障がいのある子供に対する療育のサポートが極めて不十分です。西東京や杉並区を見習ってください。
30～39歳	女性	吉祥寺本町	自分自身は水河期に就活をして、内定をもらえたが、友人で30代でも非正規雇用の人がいる。その世代への就労支援を市で行う。(30代)能力的には20代よりも優秀で真面目な人が多い。(真面目すぎるがゆえに就活が乗り切れなかった)市として、この年齢層への就労支援をしてみてもいいのでは？
30～39歳	男性	吉祥寺北町	駅(吉祥寺)のエレベーターの乗車マナーが悪い。車イスやベビーカーの人を優先しないばかりか、横入りする高齢女性が多数。エスカレーターでも動ける人が、エレベーターしか使えない人を困らせている。施設かんり者にてっさいさせるようすべき。
30～39歳	男性	吉祥寺南町	所得税の税率を下げてほしいです。
30～39歳	-	中町	病気を予防するためのハーブやアロマの活用、サプリメント等の情報発信。
40～49歳	女性	中町	高齢者の認知症について。やはり自分がしっかりしているつもりでも年齢相応の症状がみられ事故などにつながっているように感じています。自身(家族)の認知症について客観的に伝える手段はあるのでしょうか。(子どもの定期健診のように年齢に応じ長谷川スクールなど)
40～49歳	男性	吉祥寺東町	市民税が病気になるような位高いのもう少し下げてください。
40～49歳	男性	境南町	武蔵野市はよくやっていると思います。あとは本来なら地域住民から出て来るべき要望を、市が先回りして実践しているようで、受益者からは、ありがたみがない。他人事のようなものに思われているかもしれません。
50～59歳	女性	西久保	私自身はとて元気に過ごさせていただいているのですが、健康に意識的に動いていらっしゃる方は、毎日の様に街の通りで見かけますが、近所でほとんどひきこもるように家の中にいらっしゃる60～70代の方々がいらっしゃるのを知っています。きっと沢山いらっしゃるのでは？と思います。
50～59歳	女性	吉祥寺南町	このようにおたずね下さりありがとうございます。
50～59歳	女性	境	引越してきて間もないので武蔵野市についての知識は不足しています。
50～59歳	女性	境	被介護者に対してはケアマネや各種サービスの利用で健康状態がしっかり維持できていますが介護を担当している家族のサポートは全くない。介護を担当している家族が健康でなければ住宅介護は成り立たないので何かサポートがあると助かる。
60～64歳	女性	中町	武蔵野市は比較的努力されていると思います。お世話様です。
60～64歳	男性	吉祥寺北町	人手不足の農業・漁業・林業などへの体験ツーリズム。
65～69歳	男性	吉祥寺東町	高齢者向きの低額アパートなどの紹介
65～69歳	男性	中町	最近転入してきましたので、良くわかっていません。
65～69歳	男性	境南町	ピンピン、コロリに失敗した場合、気軽にこのいやな世の中とおさらばできる行政、医療機関がぜひ必要です。食費をかなり減らしても月々、8万円ほど預金が出ていってしまふ。預金が底をついた時、終りにします。資本主義を廃止しなければ楽天的にはなれない。役人の子は、にぎにぎをすぐ覚え。冬の6か月間は入浴をまったくしません。生活困窮。命よりお金の方が大事な世に68年生活してきたから。
70～74歳	女性	中町	同じマンションで1人ぐらしの会を作っています(7～8人。皆さんそれぞれ今は自由に楽しく暮らして不満は無いようですが、死ぬ迄あるいは動ける間は今の所で住みつづけたい、老人ホームに入りたくない人ばかりです。短い時間で頼れるシステム等増やしていただければ心強いです。
70～74歳	女性	中町	十分やって頂いてます。主人は障害者ですが市からは十分な対応をいただきたき有難く思っています
75歳以上	女性	吉祥寺南町	アヤシイ何か会という様なものに、市が病院を全部のつとられると<誤診><営業の為の投薬><継続>等、電通事件の様な事が興らない様気をつけて欲しい。欲の為の医療にならない様お願いします。知っています！ 利潤追求の為なら手段を選ばない医療になると大変です。
75歳以上	女性	吉祥寺南町	・施設が良くても参加者がいなければ意味がない。出かけて行けない人もいる。(面と向けて行う行事が一番効果があるのは承知の上です)
75歳以上	女性	境	高令者が医療費を圧迫しているようですがぜひ予防の為の援助に力を入れて健康を維持して元気に楽しく長生き…へ力を入れて欲しいと思います。それが医療費の支出をおさえる結果になると思います。
75歳以上	女性	西久保	良いアイデアが思いつきませんでした。
75歳以上	女性	西久保	特にございませませんが、高令者ですので、お声を掛けて頂ければと存じます。
75歳以上	女性	桜堤	子供たちの甲状腺ガンが増大が福島だけにとどまらず、地方へ避難した人々も含めて海外でも大きく取り上げられています。日本から輸出されていた食料を輸入禁止にしている国々が未だに広がっている事実は、国民の健康を案ずる他国としては当然のことです。こうした状況の中で、放射能による病害の記録など全く無視されて来たこの国では、医療関係者として良心的な極く僅かの人々を除いては、国民の健康状態を判断する資料はなにもありません。もし武蔵野市が口をぬぐっている医師会に働きかけて、医療現場にたづさわる人々の、実態についての報告をまとめ上げる一歩をふみ出してくださいならこんなうれしいことはありません(以上)
75歳以上	男性	吉祥寺本町	日頃種々色々ご配慮頂き感謝申し上げます。
75歳以上	男性	吉祥寺南町	健康づくりとは直接関係はありませんが街中の自転車走行の危険度が高いので自転車走行のマナーの徹底や規制取締等を強化してほしい。何度もヒヤリとさせる経験をしています。(身近な人で傷害を与えられた人も何人もいます。)武蔵野市が自転車マナーのモデル地域になってみるといいと思います。(放置自転車の改善は見事でした！)
75歳以上	-	境南町	この6月に引越して、武蔵野市の事を知らないものばかりです。ときたま境にある市民センターに通いパンフレットをさがしている程度で、こまっています。
75歳以上	-	境	足が不自由のため各所へは出向けません。市役所が益々の注意を重ねて努力なされる事を感謝します。
75歳以上	-	吉祥寺東町	国民保険に成っている人が社会保険を受けられない(現役会社役員)(特許を個人で持つ者は会社からはなれられない立場)(会社経営は社会のため)

その他（続き）

年齢	性別	居住地域	内容
75歳以上	-	御殿山	医療介護について、市民に市独自のマイナンバーを付け市独自の手帳を発行し市民1人1人全て医療、介護について記入し、その手帳で全ての医・薬・介護がわかる様にし、費用の無駄を廃し各人への医、薬、介護の指導する様にしたいかがでしょう。必ず保険証を提出する様に。市内の医院、薬局、介護施設の乱れには目にあまるものがあり市として整備し各町区域に必要な数の各施設を指導するべきでしょう。各施設のバラツキを目立つ様に思いますが。

3 調査票

武蔵野市 市民の健康づくりに関するアンケート調査報告書

平成 29 年 3 月発行

編集・発行

〒180-8777 武蔵野市緑町 2-2-28

武蔵野市 健康福祉部 健康課

電話 0422-51-0700（直通）
