

## 資料編

---

## 健康に関するアンケート

### 【調査ご協力のお願い】

日ごろから区政にご理解とご協力を頂き、誠にありがとうございます。

さて、大田区では、区民の皆さまが生涯を通して、健康で生きがいを持ち、安心して充実した生活を送れるよう、平成26年3月に健康関連施策の総合的な計画である「おおた健康プラン（第二次）」を策定し、皆さまとともに取り組みを進めてまいりました。

このたび、平成31年度からはじまる次期計画を策定するに当たり、皆さまの健康に関する意識や習慣などをお伺いすることを目的に、標記のアンケート調査を実施することといたしました。

この調査は、大田区にお住まいの20歳以上の方から、無作為に4千名を選ばせていただき、ご協力をお願いするものです。

ご回答は無記名でお願いし、調査結果はすべて統計的な数値として取りまとめますので、プライバシーに関わる内容が公表されることは、一切ございません。ぜひ、率直なご意見をお聞かせください。

お忙しい中、大変恐縮ですが、調査の趣旨をご理解いただき、アンケート調査にご協力くださいますようお願い申し上げます。

平成29年10月

大田区健康政策部（保健所）

この調査票についてご不明な点などございましたら、お手数ですが下記までお問い合わせください。

#### 健康医療政策課

〒144-8621 大田区蒲田5-13-14

電話：03-5744-1682 FAX：03-5744-1523

# 健康に関するアンケート

## ご記入にあたってのお願い

調査は無記名ですので、日ごろお感じになっていることを率直にご回答ください。

- ①封筒のあて名の方がご回答ください。
- ②ご回答は、身長・体重等一部を除き、**選択肢**の中から選んで○印をつけてください。
- ③ご回答の○の数は、**設問ごとに表示**していますので、それに合わせてお選びください。
- ④「**その他**」を選ばれた場合は、( ) 内にその内容を具体的にご記入ください。
- ⑤設問によって回答していただく方が限られる場合があります。**説明文や矢印に従って**お進みください。特に説明等のない場合は、次の設問にお進みください。

ご記入された調査票は、**平成29年11月17日(金)まで**に、返信用封筒(切手不要)に入れて、ポストへ投かんしてください。

この調査票についてご不明な点などございましたら、お手数ですが下記までお問い合わせください。

## 大田区健康政策部 健康医療政策課

〒144-8621 大田区蒲田5-13-14

電話：03-5744-1682 FAX：03-5744-1523

### <あなた自身について>

基本情報1 あなたの性別に○をつけてください。

1 男性

2 女性

基本情報2 あなたの年齢を記入してください。

歳

基本情報3 あなたの就労形態は次のうちどれですか。(○は主なもの1つ)

1 正社員・正職員

6 家族従業員(家業の手伝い)

2 派遣・契約社員

7 家事専業

3 パートタイム・アルバイト

8 学生

4 内職

9 その他( )

5 自営業・自由業(農業・漁業を含む)

10 特に何もしていない



## <健診について>

問1 あなたはこの1年間に血液検査を含めた健診を受けましたか。(がん検診を除く)  
(○は1つ)

- |                                     |         |
|-------------------------------------|---------|
| 1 受けた (加入している健康保険の健診・職場の健診・人間ドックなど) | → 問1-1へ |
| 2 受けていない                            | → 問1-2へ |

(問1で「1 受けた」と回答した方におたずねします。)

問1-1 健診結果をご自身の生活習慣の改善に役立っていますか。(○は1つ)

- |           |           |
|-----------|-----------|
| 1 役立っている  |           |
| 2 役立っていない | → 問1-1-1へ |

(問1-1で「2 役立っていない」と回答した方におたずねします。)

問1-1-1 生活習慣の改善に役立っていない理由は何ですか。(○はいくつでも)

- |                   |  |
|-------------------|--|
| 1 健診結果に異常がなかったから  |  |
| 2 忙しいから           |  |
| 3 自覚症状がないから       |  |
| 4 生活パターンを変えられないから |  |
| 5 その他 ( )         |  |

(問1で「2 受けていない」と回答した方におたずねします。)

問1-2 理由は何ですか。(○はいくつでも)

- |                  |                          |
|------------------|--------------------------|
| 1 必要と思わないから      | 7 費用がかかるから               |
| 2 自覚症状がないから      | 8 健診会場に行くのが大変だから         |
| 3 忙しいから          | 9 健診を受ける機会がないから          |
| 4 受診方法がわからないから   | 10 土、日、夜間に受診できるところが少ないから |
| 5 結果を知るのが不安、怖いから | 11 なんとなく受けていない           |
| 6 医療機関で治療しているから  | 12 その他 ( )               |

【40～74歳の方で、問1で「1 受けた」と回答した方におたずねします。】

※それ以外の方は、5ページの問3へお進みください。

### <特定健診・特定保健指導について>

特定健診は、40～74歳の方を対象に、生活習慣病の要因となるメタボリックシンドロームの該当者とその予備群の方を早期発見するために行われる健康診査です。

問1の、「加入している健康保険の健診、職場の健診」は、これにあたります。

(問1で「1 受けた」と回答した方におたずねします。)

問2 健診結果に問題が見られた方に対して、特定保健指導(生活習慣改善のための相談・支援)を実施しています。あなたは特定保健指導を受けましたか。(○は1つ)

- |                      |         |
|----------------------|---------|
| 1 指導の対象となり受けた        |         |
| 2 指導の対象となったが受けなかった   | → 問2-1へ |
| 3 指導の対象とならなかった       |         |
| 4 指導の対象となったかどうかわからない |         |

(問2で「2 指導の対象となったが受けなかった」と回答した方におたずねします。)

問2-1 その理由は何ですか。(○はいくつでも)

- |                                     |                    |
|-------------------------------------|--------------------|
| 1 効果があるか実行できるか不明                    | 7 必要があれば医療機関を受診できる |
| 2 育児や介護で時間がとれない                     | 8 生活習慣を指摘されるのは嫌だ   |
| 3 仕事が休めない                           | 9 面倒くさい            |
| 4 他で保健指導を受けている                      | 10 昨年も保健指導を受けたので   |
| 5 高血圧・糖尿病・脂質異常症(コレステロールの異常など)で通院治療中 | 11 その他( )          |
| 6 自己管理ができているので必要性を感じない              |                    |



(問3で「がん検診は1つも受けていない」と回答した方におたずねします。)

問3-1 その理由は何ですか。(〇はいくつでも)

1 必要と思わないから	8 検診会場に行くのが大変だから
2 自覚症状がないから	9 土、日、夜間に受診できる場所が少ないから
3 忙しいから	10 女性医師のいる検診機関(乳がん・子宮がん)がないから
4 受診方法がわからないから	11 なんとなく受けていない
5 結果を知るのが不安、怖いから	12 その他( )
6 医療機関で治療しているから	13 区の実施する検診の対象者でないから
7 費用がかかるから	

【全ての方におたずねします。】

問4 あなたは、次のことが、がんの発生と関連していることを知っていますか。

(〇はそれぞれ1つつ)

喫煙とがん	1 知っている	2 知らない
飲酒と食道がん、肝臓がん、咽頭がん	1 知っている (一部でも知っていれば可)	2 知らない
肥満と食道がん、結腸がん、直腸がん	1 知っている (一部でも知っていれば可)	2 知らない
HPV(ヒトパピローウイルス)と子宮頸がん	1 知っている	2 知らない
ヘリコバクター・ピロリ菌と胃がん	1 知っている	2 知らない
B型・C型肝炎ウイルスと肝臓がん	1 知っている	2 知らない

問5 あなたは、がんになっても今までどおり地域で暮らしていけるとおもいますか。

(〇は1つ)

1 思う	2 思わない	3 わからない
------	--------	---------

問6 がん患者の方が治療や療養を行う上で、現在次のことは整備されているとおもいますか。(〇はいくつでも)

1 がんの専門医の情報	5 治療しながら仕事が継続できる環境
2 セカンドオピニオンの情報	6 その他( )
3 緩和ケアの情報	7 整備されているかどうかわからない
4 在宅医療(往診医や訪問看護など)の提供体制	8 どれも十分整備されていない

## <食育について>

問7 あなたは食育という言葉を知っていますか。(○は1つ)

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

問8 あなたは普段朝食をとっていますか。(○は1つ)

- |                     |         |
|---------------------|---------|
| 1 毎日とっている           |         |
| 2 だいたいとっている(週4~6日)  |         |
| 3 あまりとっていない(週2~3日)  | → 問8-1へ |
| 4 ほとんどとっていない(週1日以下) |         |

(問8で「3」または「4」と回答した方におたずねします。)

問8-1 朝食をとらない理由は何ですか。(○はいくつでも)

- |               |             |
|---------------|-------------|
| 1 忙しくて時間がない   | 5 ダイエット     |
| 2 食欲が無い       | 6 勤務時間等の都合で |
| 3 寝ていたい       | 7 その他( )    |
| 4 準備するのが面倒くさい |             |

【全ての方におたずねします。】

問9 あなたは普段外食\*をどのくらいしますか。(○は1つ)

\*外食とは、飲食店での食事や、出前を取ったり市販の弁当を買って食べる場合とします。

- |                          |                 |
|--------------------------|-----------------|
| 1 週14回以上(毎日2回以上)         | 3 週2回以上7回未満     |
| 2 週7回から14回未満(毎日1回以上2回未満) | 4 外食しないまたは週2回未満 |

問10 あなたは食品を買う時に、栄養表示(エネルギー○kcal、たんぱく質○gなど)を参考にしていますか。(○は1つ)

- |               |            |
|---------------|------------|
| 1 いつも参考にしている  | 3 参考にしていない |
| 2 ときどき参考にしている |            |

問11 あなたは日頃の食生活で、どんなことに気をつけていますか。(〇はいくつでも)

- |                       |                        |
|-----------------------|------------------------|
| 1 食べ過ぎないようにしている       | 7 カルシウムの多い食品をとるようにしている |
| 2 食事は1日3回規則的にとる       | 8 食品をむだにしないようにしている     |
| 3 野菜をたくさんとるようにしている    | 9 伝統的な食文化を大切にしている      |
| 4 栄養のバランスやカロリーに注意している | 10 旬のものを食べるようにしている     |
| 5 塩分をとり過ぎないようにしている    | 11 近くの産地のものを選ぶ         |
| 6 脂肪をとり過ぎないようにしている    | 12 その他 ( )             |
|                       | 13 実行していることはない         |

### <健康づくりについて>

問12 1日30分以上の軽く汗をかく運動を週2回以上していますか。(〇は1つ)

- |        |                  |
|--------|------------------|
| 1 している | 2 していない → 問12-1へ |
|--------|------------------|

(問12で「2 していない」と回答した方におたずねします。)

問12-1 その理由は何ですか。(〇はいくつでも)

- |                  |              |
|------------------|--------------|
| 1 運動を始めるきっかけがない  | 6 体調が良くない    |
| 2 近くに運動する場所がない   | 7 運動が好きではない  |
| 3 運動を教えてくれる人がいない | 8 なんとなくしていない |
| 4 時間が確保できない      | 9 その他 ( )    |
| 5 一緒に運動する仲間がいない  |              |

【全ての方におたずねします。】

問13 あなたは、この1年間に、自主的に行われている次のような活動に参加したことがありますか。(〇はいくつでも)

- |           |                    |                    |
|-----------|--------------------|--------------------|
| 1 趣味      | 6 安全管理*            | → 問13-1、<br>問13-2へ |
| 2 健康・スポーツ | 7 福祉・保健            |                    |
| 3 生産・就業*  | 8 地域行事             |                    |
| 4 教育・文化   | 9 参加したものはなし        |                    |
| 5 生活環境改善* | 10 グループや自主的活動を知らない |                    |

※活動の具体例は次のようなものです。

- 生産・就業 (生きがいのための園芸・飼育、シルバー人材センター等)
- 生活環境改善 (環境美化・緑化推進・まちづくり等)
- 安全管理 (交通安全・防犯・防災等)

(問13で「2 健康・スポーツ」と回答した方におたずねします。)

問13-1 参加のきっかけは何ですか。(〇はいくつでも)

- |                  |                       |
|------------------|-----------------------|
| 1 健康増進のため        | 5 区の広報(区報・ホームページなど)   |
| 2 体力が低下してきたため    | 6 区主催の事業やイベントへの参加     |
| 3 健康診断の結果が悪かったため | 7 民間団体や自主的なグループのチラシなど |
| 4 友人・家族に誘われたため   | 8 その他( )              |

(問13で「2 健康・スポーツ」と回答した方におたずねします。)

問13-2 問13で回答した自主的な健康づくり活動に参加したことを、周囲に伝えたいと思いますか。(〇は1つ)

- |      |        |         |
|------|--------|---------|
| 1 思う | 2 思わない | 3 わからない |
|------|--------|---------|

【全ての方におたずねします。】

問14 あなたはフレイル<sup>\*</sup>という言葉を知っていますか。(〇は1つ)

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

<sup>\*</sup>フレイルとは、高齢者の虚弱のことです。からだやこころの機能が低下し、要介護に陥る危険性が高まっている状態をいいます。

<こころの健康について>

問15 あなたは最近1か月間に（不満、悩み、苦労などによる）ストレスを感じたことがありましたか。（○は1つ）

- |                  |                |
|------------------|----------------|
| 1 ストレスを感じた       | → 問15-1、問15-2へ |
| 2 少しストレスを感じた     |                |
| 3 あまりストレスを感じなかった |                |
| 4 ストレスを感じなかった    |                |

（問15で「1」または「2」と回答した方におたずねします。）

問15-1 どういうことにストレスを感じますか。（○はいくつでも）

- |                      |                  |
|----------------------|------------------|
| 1 自分や家族の健康・病気        | 5 老後の不安や親の介護     |
| 2 会社や仕事のこと           | 6 子どもの育児や子育て     |
| 3 経済的なこと             | 7 就学・学校・学業に関すること |
| 4 家族・親戚・近隣・友人などの人間関係 | 8 その他（ ）         |

（問15で「1」または「2」と回答した方におたずねします。）

問15-2 ストレスを解消するために意識的に何かしていますか。（○はいくつでも）

- |                    |                 |
|--------------------|-----------------|
| 1 家族や友人など親しい人と話す   | 5 食事や買い物などで発散する |
| 2 スポーツ、散歩などで身体を動かす | 6 よく睡眠をとる       |
| 3 趣味で気分転換を図る       | 7 医師や専門家に相談する   |
| 4 お酒を飲んで気分転換を図る    | 8 その他（ ）        |
|                    | 9 何もしていない       |

→ 問15-2-1へ

（問15-2で「1」から「8」と回答した方におたずねします。）

問15-2-1 それはストレス解消に効果があると思いますか。（○は1つ）

- |         |           |         |
|---------|-----------|---------|
| 1 効果がある | 2 少し効果がある | 3 わからない |
|---------|-----------|---------|

【全ての方におたずねします。】

問16 2週間以上眠れない日が続いていますか。（○は1つ）

- |         |          |
|---------|----------|
| 1 続いている | 2 続いていない |
|---------|----------|



問20 あなたはたばこを吸っていますか。(○は1つ)

なお、「現在吸っている」と回答した方は、1日の平均本数と吸い始めた年齢を、「以前吸っていたがやめた」と回答した方は、そのきっかけをお答えください。

\*電子たばこも含みます。

1	現在吸っている	→	{	吸っている本数は1日平均で ( ) 本
			}	吸い始めた年齢は ( ) 歳
2	以前吸っていたがやめた	→	きっかけは何でしたか ( )	
3	吸ったことはない			

問21 あなたは飲食店を選ぶ際、分煙・禁煙対策の実施を基準にしていますか。(○は1つ)

1	基準にしている	3	あまり基準にしていない
2	時々基準にしている	4	基準にしていない

問22 あなたは、依存症\*について次のことを知っていますか。(○はそれぞれ1つずつ)

病気である	1	知っている	2	知らない
治療する医療機関がある	1	知っている	2	知らない
生活全般に支障をきたす	1	知っている	2	知らない
アルコールや薬物だけでなく、ギャンブルやゲームなどへの依存症も社会的に問題になっている	1	知っている	2	知らない

\*依存症とは、アルコール・薬物・ギャンブルなどがやめられず、日常生活に支障をきたしている状態をいいます。

## <歯について>

問23 「かかりつけの歯科医」を決めていますか。(○は1つ)

- 1 決めている → 問23-1へ      2 決めていない

(問23で「1 決めている」と回答した方におたずねします。)

問23-1  かかりつけ歯科医院で、年1回以上の定期健診を受けていますか。

(○は1つ)

- 1 受けている      2 受けていない

【全ての方におたずねします。】

問24  デンタルフロス（糸付きようじ）や歯間ブラシを週1回以上使用していますか。

(○は1つ)

- 1 使用している      2 使用していない

問25  喫煙は、歯周病を進行させる要因の1つですが、このことを知っていますか。(○は1つ)

- 1 知っている      2 知らない

問26  糖尿病に罹患（罹患）している人は歯周病にかかりやすく、また歯周病は糖尿病自体に悪影響を及ぼします。このことを知っていますか。(○は1つ)

- 1 知っている      2 知らない

問27  あなたは固いものでもよく噛んで食べることができますか。(○は1つ)

- 1 何でもよく噛んで食べることができる      3 噛めない食べ物が多い  
2 一部噛めない食べ物がある      4 噛んで食べることはできない

問28  誤えん性肺炎\*を知っていますか。(○は1つ)

- 1 知っている → 問28-1へ      2 知らない

\*誤えん性肺炎とは、食べ物や唾液と混ざった口の中の細菌が誤って肺に入ってしまうことにより起こる肺炎のことです。

(問28で「1 知っている」と回答した方におたずねします。)

問28-1 歯みがきなどの口腔ケアが誤えん性肺炎を予防するということを知っていますか。(○は1つ)

1 知っている	2 知らない
---------	--------

【全ての方におたずねします。】

### <感染症について>

問29 あなたは結核について次のことを知っていますか。(○はそれぞれ1つずつ)

症状は、2週間以上続く咳、痰、息苦しさ、体重減少などである	1 知っている (一部でも知っていれば可)	2 知らない
日本では、現在も多くの患者が発生している	1 知っている	2 知らない
半年から1年程度薬を飲めば治すことができる	1 知っている	2 知らない

問30 あなたは性感染症について次のことを知っていますか。(○はそれぞれ1つずつ)

性感染症には、梅毒、クラミジア症、淋病、B型肝炎などがある	1 知っている (一部でも知っていれば可)	2 知らない
大田区保健所では性感染症(梅毒、クラミジア、B型肝炎)の検査を無料でできる	1 知っている	2 知らない
予防法のひとつとしてコンドームが有効である	1 知っている	2 知らない

問31 あなたはHIV/エイズについて次のことを知っていますか。(○はそれぞれ1つずつ)

血液検査で発見できる	1 知っている	2 知らない
全国の保健所で無料で検査ができる	1 知っている	2 知らない
早期に発見し治療すれば普通の生活ができる	1 知っている	2 知らない
予防にはコンドームが有効である	1 知っている	2 知らない

## <地域医療について>

問32 あなたには、「かかりつけ医」がいますか。(○は1つ)

- |      |       |
|------|-------|
| 1 いる | 2 いない |
|------|-------|

問33 あなたは、「かかりつけの薬局」(薬に関するあらゆる相談に応じ、情報提供してくれる調剤薬局)を決めていますか。(○は1つ)

- |         |          |
|---------|----------|
| 1 決めている | 2 決めていない |
|---------|----------|

問34 大田区や東京都では、夜間や休日に病気や歯痛になった時に休日診療や相談などの事業を実施しています。あなたは次のことについて知っていますか。

(○はそれぞれ1つずつ)

大田区子ども平日夜間救急室	1 知っている	2 知らない
医師会や歯科医師会の診療所	1 知っている	2 知らない
救急車を呼ぶかどうか迷った時の相談 (東京消防庁救急相談センター・#7119番)	1 知っている	2 知らない
小児救急相談(母と子の健康相談・#8000番)	1 知っている	2 知らない
医師会の在宅医療連携調整窓口	1 知っている	2 知らない

問35 災害時医療についておたずねします。「緊急医療救護所」は、地震など大規模災害時に病院の門前などで負傷者の治療の優先順位をつけたり、軽症者の治療を行うために設置されます。あなたは緊急医療救護所を知っていますか。(○は1つ)

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

問36 人生の最終段階についておたずねします。あなたはどこで最期を迎えたいと思いますか。(○は1つ)

- |              |           |
|--------------|-----------|
| 1 自宅         | 4 その他 ( ) |
| 2 病院         | 5 わからない   |
| 3 老人ホームなどの施設 |           |

問37 人生の最終段階における医療について、事前に家族と話しあった方が良いと思いますか。(○は1つ)

- |             |         |
|-------------|---------|
| 1 話し合った方が良い | 3 わからない |
| 2 話し合わなくてよい |         |

問38 人生の最終段階における医療について、今までに家族と話し合ったことがありますか。(○は1つ)

- |              |          |
|--------------|----------|
| 1 話し合ったことがある | 3 家族はいない |
| 2 話し合ったことはない |          |

### <生活衛生対策について>

問39 あなたが日頃の生活の中で感じる環境上の不安はどのようなことですか。(○はいくつでも)

- |                                     |
|-------------------------------------|
| 1 受水槽の衛生管理                          |
| 2 ネズミの被害                            |
| 3 衛生害虫の発生(ゴキブリ・蚊など)                 |
| 4 ハチの巣ができた                          |
| 5 ペットの飼い主のマナー                       |
| 6 飼い主のいない猫(いわゆるのら猫)による被害            |
| 7 室内の環境被害(ダニアレルギー・ハウスダスト・シックハウス症候群) |
| 8 その他( )                            |
| 9 特にない                              |

問40 食品衛生で注意していることはありますか。(○はいくつでも)

- |                           |
|---------------------------|
| 1 食品添加物の有無を確認する           |
| 2 アレルギー物質の使用の有無を確認する      |
| 3 生の肉・魚に触った後には手を洗う        |
| 4 肉の生食はしない                |
| 5 熱湯・塩素系漂白剤で調理器具類を消毒する    |
| 6 開封・開栓したものは、期限内でも早めに使い切る |
| 7 その他( )                  |
| 8 特にない                    |

## <自殺対策について>

大田区では、平成30年度に「自殺対策計画」を策定する予定です。自殺に関わることについて、あなたの考えをお聞かせください。

問41 こころの健康や自殺に関する相談先について知っているものはどれですか。

(○はいくつでも)

- |               |               |
|---------------|---------------|
| 1 精神科・神経科医療機関 | 5 よりそいホットライン  |
| 2 保健所         | 6 東京都自殺相談ダイヤル |
| 3 東京都自殺防止センター | 7 法テラス        |
| 4 いのちの電話      | 8 知っているものはない  |

問42 身近な人から「死にたい」と打ち明けられた場合、適切だと思う対応は次のうちどれですか。(○はいくつでも)

- |                |                                  |
|----------------|----------------------------------|
| 1 話をそらさずじっくり聞く | 5 相談窓口（保健所、産業医、民間団体など）に相談するよう勧める |
| 2 話題を変える       | 6 何もしない                          |
| 3 がんばれと励ます     | 7 わからない                          |
| 4 医療機関の受診を勧める  |                                  |

### 【全ての方におたずねします。】

その他、健康に関することで区に対するご意見がございましたら、ご記入ください。(例えば健康診断や健康に関する情報提供など)


アンケートは以上です。お忙しいところ、ご協力ありがとうございました。

同封の返信用封筒（切手は不要です）に入れ、平成29年11月17日（金）までにご投かんください。

# 健康に関するアンケート

## 【調査ご協力のお願い】

日ごろから区政にご理解とご協力を頂き、誠にありがとうございます。  
さて、大田区では、区民の皆さまが生涯を通して、健康で生きがいを持ち、安心して充実した生活を送れるよう、2014年3月に健康関連施策の総合的な計画である「おおた健康プラン（第二次）」を策定し、皆さまとともに取り組みを進めてまいりました。

このたび、2019年度からはじまる次期計画を策定するに当たり、皆さまの健康に関する意識や習慣などをお伺いすることを目的に、標記のアンケート調査を実施することといたしました。

この調査は、大田区にお住まいの外国籍の方で20歳以上の方から、無作為に400名を選ばせていただき、ご協力をお願いするものです。

ご回答は無記名でお願いし、調査結果はすべて統計的な数値として取りまとめますので、プライバシーに関わる内容が公表されることは、一切ございません。ぜひ、率直なご意見をお聞かせください。

お忙しい中、大変恐縮ですが、調査の趣旨をご理解いただき、アンケート調査にご協力くださいますようお願い申し上げます。

2017年10月

大田区健康政策部（保健所）

○調査票は「日本語」と「その他の言語」（場合によっては複数）が入っています。  
読みやすいものを、1つだけ選んでお答えください（全ての言語の票にお答えいただく必要はありません）。

この調査票についてご不明な点などございましたら、お手数ですが下記までお問い合わせください。

### 健康医療政策課

〒144-8621 大田区蒲田5-13-14

電話：03-5744-1682 FAX：03-5744-1523

# 健康に関するアンケート（外国人用）

## ご記入にあたってのお願い

調査は無記名ですので、日ごろお感じになっていることを率直にご回答ください。

- ① 封筒のあて名の方がご回答ください。
- ② ご回答は、選択肢の中から選んで○印をつけてください。
- ③ ご回答の○の数は、設問ごとに表示していますので、それに合わせてお選びください。
- ④ 「その他」を選ばれた場合は、（ ）内にその内容を具体的に記入してください。
- ⑤ 設問によって回答していただく方が限られる場合があります。説明文や矢印に従ってお進みください。特に説明等のない場合は、次の設問にお進みください。

ご記入された調査票は、**2017年11月17日(金)まで**に、返信用封筒（切手不要）に入れて、ポストへ投かんしてください。

この調査票についてご不明な点などございましたら、お手数ですが下記までお問い合わせください。

おおたくけんこうせいさくぶ けんこういりょうせいさくか  
**大田区健康政策部 健康医療政策課**  
 〒144-8621 おおたくかまた 大田区蒲田5-13-14  
 電話：03-5744-1682 FAX：03-5744-1523

## <あなた自身について>

問1 あなたの性別に○をつけてください。

1 男性	2 女性
------	------

問2 あなたの年齢を記入してください。

歳
---

問3 あなたの国籍に○をつけてください。

1 中国	6 アメリカ
2 韓国・朝鮮	7 タイ
3 フィリピン	8 インド
4 ネパール	9 ドイツ
5 ベトナム	10 その他（ ）

問4 あなたの身長、体重を分かる範囲で記入してください。

身長	【	.	cm】	記入例	166.5cm
体重	【	.	kg】	記入例	64.5kg

問5 あなたは大田区に何年くらいの間お住まいですか。(○は1つ)

1	1年未満	5	10～20年未満
2	1～3年未満	6	20～30年未満
3	3～5年未満	7	30年以上
4	5～10年未満		

問6 あなたは日本語を理解できますか。(○はいくつでも)

1	ひらがな・カタカナを読むことができる	3	簡単な漢字の読み書きができる
2	ひらがな・カタカナを書くことができる	4	日常会話を理解できる
		5	読み書き、会話はできない

問7 同居しているご家族の中で、日本語を理解できる方はいますか。(○は1つ)

1	できる人はいる	→	問7-1へ	3	同居している家族はいない
2	できる人はいない				

(問7で「1 できる人はいる」と回答した方におたずねします。)

問7-1 そのご家族は、どの程度日本語を理解できますか。(○はいくつでも)

1	ひらがな・カタカナを読むことができる	3	簡単な漢字の読み書きができる
2	ひらがな・カタカナを書くことができる	4	日常会話を理解できる

【全ての方におたずねします。】

問8 あなたはどのような働き方をしていますか。(○は主なもの1つ)

1	正社員・正職員	6	家族従業員 (家業の手伝い)
2	派遣・契約社員	7	家事専業
3	パートタイム・アルバイト	8	学生
4	内職	9	その他 ( )
5	自営業・自由業 (農業・漁業を含む)	10	特に何もしていない

とい 問9 あなたの加入している（扶養に入っている）健康保険は何ですか。（○は1つ）

1	おおたくこくみんけんこうほけん 大田区国民健康保険	5	きょうさいくみあい 共済組合
2	おおたくいがい こくみんけんこうほけん 大田区以外の国民健康保険	6	こうきこうれいしやいりょうせいど 後期高齢者医療制度
3	けんこうほけんくみあい 健康保険組合	7	その他（ ）
4	きょうかい 協会けんぽ		れい せいかつほ ごじゆきゆう 例：生活保護受給など

とい 問10 あなたは自分自身が健康だと思えますか。（○は1つ）

1	けんこう おも 健康だと思う	3	けんこう おも どちらかという健康ではないと思う
2	けんこう おも どちらかという健康だと思う	4	けんこう おも 健康ではないと思う

とい 問11 健康情報はどのように得ていますか。（○はいくつでも）

1	しんぶん テレビ・ラジオ・新聞から	7	いりょうきかん い 医療機関・かかりつけ医から
2	ざっし しよせき 雑誌・書籍から	8	くやくしよ ほけんじよ こうほう 区役所・保健所・区報（ホームページ含む）から
3	かぞく しんぞく 家族・親族から	9	がっこう 職場・学校から
4	ちじん ゆうじん どうこくじん 知人・友人（同国人）から	10	けんこうほけん 健康保険から
5	ちじん ゆうじん にほんじん 知人・友人（日本人）から	11	その他（ ）
6	インターネット・SNSから	12	とく え 特に得ていない

とい 問12 病気のと看に、だれに相談しますか。（○はいくつでも）

1	かぞく しんせき 家族・親戚	8	みんかんだんたい どうこくじん そしき 民間団体・同国人の組織
2	ちじん ゆうじん どうこくじん 知人・友人（同国人）	9	だんたい ボランティア団体
3	ちじん ゆうじん にほんじん 知人・友人（日本人）	10	みんせいいいん じどういいん しゃかいふくしきょうぎかい 民生委員・児童委員・社会福祉協議会
4	しよくば どうりょう 職場の同僚	11	とうきやうと おおたく がいいこくじんそうだんまどぐち 東京都や大田区の外国人相談窓口
5	びやういん しんりやうじよ 病院・診療所	12	おおたくほけんじよ 大田区保健所
6	やつきやく 薬局	13	その他（ ）
7	きやうかい じいん 教会・寺院	14	そうだん あいて 相談する相手がない

けんしん  
**<健診について>**

問13 あなたはこの1年間に血液検査を含めた健診を受けましたか。(がん検診を除く)  
 (○は1つ)

- |                                     |
|-------------------------------------|
| 1 受けた (加入している健康保険の健診・職場の健診・人間ドックなど) |
| 2 受けていない → 問13-1へ                   |

(問13で「2 受けていない」と回答した方におたずねします。)

問13-1 理由は何ですか。(○はいくつでも)

- |                  |                     |
|------------------|---------------------|
| 1 必要と思わないから      | 9 健診を受ける機会がないから     |
| 2 自覚症状がないから      | 10 土、日、夜間に受診できるところが |
| 3 忙しいから          | 少ないから               |
| 4 受診方法がわからないから   | 11 言葉が通じる医療機関がないから  |
| 5 結果を知るのが不安、怖いから | 12 知らなかった           |
| 6 医療機関で治療しているから  | 13 なんとなく受けていない      |
| 7 費用がかかるから       | 14 その他 ( )          |
| 8 健診会場に行くのが大変だから |                     |

【40～74歳の方で、問13で「1 受けた」と回答した方におたずねします。】  
 ※それ以外の方は、5ページの問15へお進みください。

とくていけんしん とくていほけんしどう  
**<特定健診・特定保健指導について>**

特定健診は、生活習慣病の要因となるメタボリックシンドロームの該当者とその  
 予備群の方を早期発見するために行われる健康診査です。

問13の「加入している健康保険の健診、職場の健診」は、これにあたります。

(問13で「1 受けた」と回答した方におたずねします。)

問14 健診結果に問題が見られた方に対して、特定保健指導\*を実施しています。あなたは特定保健指導を受けましたか。(○は1つ)

- |                             |
|-----------------------------|
| 1 指導の対象となり受けた               |
| 2 指導の対象となったが受けなかった → 問14-1へ |
| 3 指導の対象とならなかった              |
| 4 指導の対象となったかどうかわからない        |

\* 特定保健指導とは

特定健康診査の結果、生活習慣の改善の必要があると判定された方に対して、  
 保健師や管理栄養士などの専門スタッフが、食事や運動など健康にかかわる生活  
 習慣の改善を指導します。

(問14で「2 指導の対象となったが受けなかった」と回答した方におたずねします。)

問14-1 受けなかった理由はなんですか。(〇はいくつでも)

1 効果があるか実行できるか不明	7 必要があれば医療機関を受診できる
2 育児や介護で時間がとれない	8 生活習慣を指摘されるのは嫌だ
3 仕事が休めない	9 面倒くさい
4 他で保健指導を受けている	10 昨年(さくねん)も保健指導を受けたので
5 高血圧・糖尿病・脂質異常症(コレステロールの異常など)で通院治療中	11 言葉が十分通じないから
6 自己管理ができているので必要性を感じない	12 その他( )

【全ての方におたずねします】

<がん予防・がん対策について>

問15 あなたは大田区が実施しているがん検診について知っていますか。(〇は1つ)

1 知っている	→ 問15-1へ	2 知らない
---------	----------	--------

(問15で「1 知っている」と回答した方におたずねします。)

問15-1 がん検診の中で1年または2年に1回は受けているものを選んでください。また、受診した場所もそれぞれのがん検診についてお答えください。なお、がん検診を全く受けていない方は6ページの表の下の欄へ〇印をつけ、問15-2へ進んでください。

	受診状況 (〇はそれぞれ1つ)	受診場所 (〇は1つ)								
胃がん検診	<table border="1"> <tr> <td>1 受けた</td> <td>→</td> </tr> <tr> <td>2 受けなかった</td> <td></td> </tr> </table>	1 受けた	→	2 受けなかった		<table border="1"> <tr> <td>1 区が実施する検診</td> </tr> <tr> <td>2 職場が実施する検診</td> </tr> <tr> <td>3 個人で受ける検診 (人間ドックや任意受診など)</td> </tr> <tr> <td>4 その他( )</td> </tr> </table>	1 区が実施する検診	2 職場が実施する検診	3 個人で受ける検診 (人間ドックや任意受診など)	4 その他( )
1 受けた	→									
2 受けなかった										
1 区が実施する検診										
2 職場が実施する検診										
3 個人で受ける検診 (人間ドックや任意受診など)										
4 その他( )										
大腸がん検診	<table border="1"> <tr> <td>1 受けた</td> <td>→</td> </tr> <tr> <td>2 受けなかった</td> <td></td> </tr> </table>	1 受けた	→	2 受けなかった		<table border="1"> <tr> <td>1 区が実施する検診</td> </tr> <tr> <td>2 職場が実施する検診</td> </tr> <tr> <td>3 個人で受ける検診 (人間ドックや任意受診など)</td> </tr> <tr> <td>4 その他( )</td> </tr> </table>	1 区が実施する検診	2 職場が実施する検診	3 個人で受ける検診 (人間ドックや任意受診など)	4 その他( )
1 受けた	→									
2 受けなかった										
1 区が実施する検診										
2 職場が実施する検診										
3 個人で受ける検診 (人間ドックや任意受診など)										
4 その他( )										
肺がん検診	<table border="1"> <tr> <td>1 受けた</td> <td>→</td> </tr> <tr> <td>2 受けなかった</td> <td></td> </tr> </table>	1 受けた	→	2 受けなかった		<table border="1"> <tr> <td>1 区が実施する検診</td> </tr> <tr> <td>2 職場が実施する検診</td> </tr> <tr> <td>3 個人で受ける検診 (人間ドックや任意受診など)</td> </tr> <tr> <td>4 その他( )</td> </tr> </table>	1 区が実施する検診	2 職場が実施する検診	3 個人で受ける検診 (人間ドックや任意受診など)	4 その他( )
1 受けた	→									
2 受けなかった										
1 区が実施する検診										
2 職場が実施する検診										
3 個人で受ける検診 (人間ドックや任意受診など)										
4 その他( )										

(次ページに続く)

		じゆしんじようきよう 受診状況 (○はそれぞれ1つ)	じゆしんばしょ 受診場所 (○は1つ)
お答えください (女性の方のみ)	しきゆう けんしん 子宮がん検診	<div style="border: 1px dashed black; padding: 2px;">1 受けた</div> 2 受けなかった	1 区が実施する検診 2 職場が実施する検診 3 個人で受ける検診 (人間ドックや任意受診など) 4 その他 ( )
お答えください (女性の方のみ)	にゅう けんしん 乳がん検診	<div style="border: 1px dashed black; padding: 2px;">1 受けた</div> 2 受けなかった	1 区が実施する検診 2 職場が実施する検診 3 個人で受ける検診 (人間ドックや任意受診など) 4 その他 ( )
お答えください (男性の方のみ)	ぜんりつせん けんしん 前立腺がん検診	<div style="border: 1px dashed black; padding: 2px;">1 受けた</div> 2 受けなかった	1 区が実施する検診 2 職場が実施する検診 3 個人で受ける検診 (人間ドックや任意受診など) 4 その他 ( )

がん検診は1つも受けていない  
(右の欄へ○印)

→ 問15-2へ

(問15-1で「がん検診は1つも受けていない」と回答した方におたずねします。)  
 問15-2 受けなかった理由は何ですか。(○はいくつでも)

- |                                      |  |
|--------------------------------------|--|
| 1 ひつよう おも<br>必要と思わないから               | 9 ど にち やかん じゆしん<br>土、日、夜間に受診できるところが<br>すく<br>少ないから                 |
| 2 じかくしやうじやう<br>自覚症状がないから             | 10 じよせい い し けんしん きかん にゅう<br>女性医師のいる検診機関(乳が<br>しきゆう<br>ん・子宮がん)がないから |
| 3 いそが<br>忙しいから                       | 11 ことば つう いりようきかん<br>言葉が通じる医療機関がないから                               |
| 4 じゆしんほうほう<br>受診方法がわからないから           | 12 なんとなく受けていない   |
| 5 けっか し ふあん こわ<br>結果を知るのが不安、怖いから     | 13 その他 ( )   |
| 6 いりようきかん ちりよう<br>医療機関で治療しているから      | 14 く じっし けんしん たいしやうしや<br>区の実施する検診の対象者でない<br>から                     |
| 7 ひよう<br>費用がかかるから                    |  |
| 8 けんしんかいじやう い たいへん<br>検診会場に行くのが大変だから |  |

【<sup>すべ</sup>【<sup>かた</sup>全ての方におたずねします。】

＜<sup>けんこう</sup>健康づくりについて＞

問16 1日30分以上の<sup>にち</sup>軽く汗をかく<sup>あせ</sup>運動を、<sup>うんどう</sup>週2回以上していますか。(○は1つ)

1 している

2 していない

→ 問16-1へ

(問16で「2 していない」と回答した方におたずねします。)

問16-1 していない理由は何ですか。(○はいくつでも)

1 運動を始めるきっかけがない

6 体調が良くない

2 近くに運動する場所がない

7 運動が好きではない

3 運動を教えてくれる人がいない

8 なんとなくしていない

4 時間が確保できない

9 その他 ( )

5 一緒に運動する仲間がいない

【<sup>すべ</sup>【<sup>かた</sup>全ての方におたずねします。】

問17 あなたは、この1年間に、次のような活動に参加したことがありますか。

(○はいくつでも)

1 趣味

6 安全管理※

2 健康・スポーツ

7 福祉・保健

3 生産・就業※

8 地域行事

4 教育・文化

9 参加したものはない

5 生活環境改善※

10 グループや自主活動を知らない

※活動の具体例は次のようなものです。

○生産・就業(生きがいのための園芸・飼育・シルバー人材センター等)

○生活環境改善(環境美化・緑化推進・まちづくり等)

○安全管理(交通安全・防犯・防災等)

けんこう  
 <こころの健康について>

問18 あなたは最近1か月間に（不満、悩み、苦勞などによる）ストレスを感じたことがありましたか。（○は1つ）

- |                  |                |
|------------------|----------------|
| 1 ストレスを感じた       | → 問18-1、問18-2へ |
| 2 少しストレスを感じた     |                |
| 3 あまりストレスを感じなかった |                |
| 4 ストレスを感じなかった    |                |

（問18で「1」または「2」と回答した方におたずねします。）

問18-1 どういうことにストレスを感じますか。（○はいくつでも）

- |                      |                  |
|----------------------|------------------|
| 1 自分や家族の健康・病気        | 5 老後の不安や親の介護など   |
| 2 会社や仕事のこと           | 6 子どもの育児や子育て     |
| 3 経済的なこと             | 7 就学・学校・学業に関すること |
| 4 家族・親戚・近隣・友人などの人間関係 | 8 必要な情報が得られない    |
|                      | 9 その他（ ）         |

（問18で「1」または「2」と回答した方におたずねします。）

問18-2 ストレスを解消するために意識的に何かしていますか。（○はいくつでも）

- |                    |               |
|--------------------|---------------|
| 1 家族や友人など親しい人と話す   | 6 よく睡眠をとる     |
| 2 スポーツ、散歩などで身体を動かす | 7 医師や専門家に相談する |
| 3 趣味で気分転換を図る       | 8 その他（ ）      |
| 4 お酒を飲んで気分転換を図る    | 9 何もしていない     |
| 5 食事や買い物などで発散する    |               |

【全ての方におたずねします。】

かんせんしょう  
 <感染症について>

問19 あなたは、HIV、梅毒、クラミジア、B型肝炎の検査を、大田区保健所で無料で受けることができることを知っていますか。（○は1つ）

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

## <アルコール・たばこについて>

問20 あなたは1日あたりどのくらいのお酒を飲みますか。  
 また、あなたが考える一般的な「節度のある適度な飲酒」とは1日にどれくらいだ  
 と思いますか。  
 ビールに換算して、それぞれにお答えください。(○はそれぞれ1つ)

あなたの1日あたりの飲酒量		あなたが考える節度ある適度な飲酒量	
1	ビール中瓶・缶 (500ml) 0.5本くらい	1	ビール中瓶・缶 (500ml) 0.5本くらい
2	ビール中瓶・缶 (500ml) 1本くらい	2	ビール中瓶・缶 (500ml) 1本くらい
3	ビール中瓶・缶 (500ml) 1.5本くらい	3	ビール中瓶・缶 (500ml) 1.5本くらい
4	ビール中瓶・缶 (500ml) 2本くらい	4	ビール中瓶・缶 (500ml) 2本くらい
5	ビール中瓶・缶 (500ml) 3本以上	5	ビール中瓶・缶 (500ml) 3本くらい
6	飲酒の習慣はない	6	わからない

※ビール (500ml) と同じ量とは・・・

- ・ワイン 2杯 (240cc)
- ・ウイスキー ダブル1杯
- ・日本酒 1合 (180cc)
- ・焼酎 0.5合 (90cc)

問21 あなたはたばこを吸っていますか。(○は1つ)  
 なお、「現在吸っている」と回答した方は、1日の平均本数と吸い始めた年齢を、「以前  
 吸っていたがやめた」と回答した方は、そのきっかけをお答えください。

1	現在吸っている	→	<table border="0"> <tr> <td rowspan="2" style="font-size: 3em; vertical-align: middle;">{</td> <td>吸っている本数は1日平均で ( ) 本</td> </tr> <tr> <td>吸い始めた年齢は ( ) 歳</td> </tr> </table>	{	吸っている本数は1日平均で ( ) 本	吸い始めた年齢は ( ) 歳
{	吸っている本数は1日平均で ( ) 本					
	吸い始めた年齢は ( ) 歳					
2	以前吸っていたがやめた	→	きっかけは何でしたか ( )			
3	吸ったことはない					

【全ての方におたずねします。】

## <地域医療について>

問22 あなたには、「かかりつけ医」がいますか。(○は1つ)

1	いる	2	いない
---	----	---	-----

問23 「かかりつけの<sup>しかい</sup>歯科医<sup>き</sup>」を決めていますか。(○は1つ)

- |                      |                       |
|----------------------|-----------------------|
| 1 <sup>き</sup> 決めている | 2 <sup>き</sup> 決めていない |
|----------------------|-----------------------|

問24 医療機関を探<sup>さが</sup>すとき、どのようにしていますか。(○はいくつでも)

- |  |   |
|--|---|
| 1 <sup>かぞく</sup> 家族・ <sup>ちじん</sup> 知人に <sup>き</sup> 聞く        | 6 <sup>いりょう</sup> おおた医療BOOK             |
| 2 インターネット・SNS  | 7 <sup>とうきょうと</sup> 東京都医療機関案内サービス(ひまわり) |
| 3 <sup>でんわちょう</sup> 電話帳・ <sup>ざっし</sup> 雑誌・ <sup>ちず</sup> 地図など | 8 その他( )                                |
| 4 <sup>くやくしょ</sup> 区役所・ <sup>ほけんじょ</sup> 保健所                   |   |
| 5 <sup>いしかい</sup> 医師会・ <sup>しかい</sup> 歯科医師会                    |   |

問25 災害時医療についておたずねします。「緊急医療救護所」は、地震など大規模災害時に病院の門前などで<sup>ふしやうしや</sup>負傷者の<sup>ちりやう</sup>治療の<sup>ゆうせんじゆんい</sup>優先順位をつけたり、<sup>けいしやうしや</sup>軽症者の<sup>ちりやう</sup>治療を行うために<sup>せっち</sup>設置されます。あなたは緊急医療救護所を知っていますか。(○は1つ)

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1 <sup>し</sup> 知っている | 2 <sup>し</sup> 知らない |
|----------------------|---------------------|

【<sup>すべ</sup>全ての方<sup>かた</sup>におたずねします。】

その他、健康に関する<sup>く</sup>ことで区<sup>たい</sup>に対する<sup>いけん</sup>ご意見<sup>きにゆう</sup>がございましたら、<sup>たと</sup>ご記入<sup>た</sup>ください。(例えば健康診断や健康に関する<sup>じやうほうていきやう</sup>情報提供など)


アンケートは以上です。お忙しいところ、ご協力ありがとうございました。

同封の返信用封筒(切手は不要です)に入れ、2017年11月17日(金)までにご投かんください。

# 中学1年生の食生活の実態調査

- 区民の健康づくり等に関する計画「おおた健康プラン(第三次)」の参考にしたいので、次のアンケートにお答えください。
- 名前を書く必要はありませんので、正直に書いてください。
- 答えるのがむずかしい、答えたくない間には、むりに答える必要はありません。

☆☆各問のあてはまる番号に○をつけてください。☆☆

## <あなた自身について>

問1 あなたの性別に○をつけてください。(○は1つ)

- |      |      |
|------|------|
| 1 男性 | 2 女性 |
|------|------|

問2 あなたのおよその身長、体重を分かる範囲で記入してください。

身長	【	.	cm】	記入例	166.5cm
体重	【	.	kg】	記入例	64.5kg

## <日ごろの生活について>

問3 あなたのふだんの起きる時間と、寝る時間は何時頃ですか。

- |                |               |
|----------------|---------------|
| 1 起きる時間 ( ) 時頃 | 2 寝る時間 ( ) 時頃 |
|----------------|---------------|

→ 深夜12時以降と答えた方は問3-1へ

(問3で「2 寝る時間(深夜12時以降)」と答えた方に質問します。)

問3-1 あなたは、寝る時間まで何をして過ごしていますか。(○はいくつでも)

- |               |           |
|---------------|-----------|
| 1 インターネットやSNS | 4 勉強      |
| 2 ゲーム         | 5 読書      |
| 3 テレビを見る      | 6 その他 ( ) |

【全ての方におたずねします。】

問4 あなたはふだんイライラを感じていますか。(○は1つ)

1 とても感じている	3 あまり感じていない
2 少し感じている	4 感じていない

### ＜食事について＞

問5 あなたは、朝食をいつも食べますか。(○は1つ)

1 いつも食べる (週に5日以上)	3 食べない方が多い (週に1・2日)
2 食べる方が多い (週に3・4日)	4 いつも食べない

→ 問5-1へ

→ 問5-2へ

(問5で「1 いつも食べる」または「2 食べる方が多い」と答えた方に質問します。)

問5-1 今日の朝食についてお答えください。(○はそれぞれいくつでも)

主食	1 ごはん 2 パン 3 めん類	4 その他 ( ) 5 食べていない
おかず (たんぱく質の多いもの)	1 卵焼き・目玉焼きなど 2 ハム・ソーセージ・ベーコンなど 3 焼き魚など	4 納豆 5 その他 ( ) 6 食べていない
おかず (野菜・いも類)	1 野菜サラダ 2 煮物	3 その他 ( ) 4 食べていない
汁もの	1 みそ汁 2 スープ	3 その他 ( ) 4 飲んでいない
その他	1 果物 2 ヨーグルト・牛乳 3 野菜ジュース・スムージー	4 その他 ( ) 5 食べていない

(問5で「3 食べない方が多い」または「4 いつも食べない」と答えた方に質問します。)

問5-2 朝食を食べない主な理由は何ですか。(○は1つ)

1 食欲がない	5 太りたくない
2 食べる時間がない	6 わからない
3 朝食の用意がされていない	7 その他 ( )
4 いつも朝食を食べないから	

【全ての方におたずねします。】

問6 あなたは、夕食をいつも食べますか。(○は1つ)

- |                    |                     |
|--------------------|---------------------|
| 1 いつも食べる (週に5日以上)  | 3 食べない方が多い (週に1・2日) |
| 2 食べる方が多い (週に3・4日) | 4 いつも食べない           |

→ 問6-1~6-4へ

(問6で「1 いつも食べる」または「2 食べる方が多い」と答えた方に質問します。)

問6-1 あなたは、ふだんどんな夕食をとっていますか。(○は主なもの2つまで)

- |                                 |                              |
|---------------------------------|------------------------------|
| 1 家族が調理した食事                     | 4 ファストフード (ハンバーガーやフライドチキンなど) |
| 2 購入した弁当やおかず                    | 5 菓子類                        |
| 3 いつでも手軽に食べられる料理 (冷凍食品やカップめんなど) | 6 自分で調理した食事                  |
|                                 | 7 その他 ( )                    |

(問6で「1 いつも食べる」または「2 食べる方が多い」と答えた方に質問します。)

問6-2 夕食はいつも誰と食べていますか。(○は主なもの1つ)

- |                |           |
|----------------|-----------|
| 1 家族そろって食べる    | 4 1人で食べる  |
| 2 大人の家族の誰かと食べる | 5 友人と食べる  |
| 3 子どもだけで食べる    | 6 その他 ( ) |

(問6で「1 いつも食べる」または「2 食べる方が多い」と答えた方に質問します。)

問6-3 夕食はどこで食べますか。(○は主なもの1つ)

- |                |           |
|----------------|-----------|
| 1 自宅           |           |
| 2 塾・習い事をしている場所 | → 問6-3-1へ |
| 3 その他 ( )      |           |

(問6-3で「2 塾・習い事をしている場所」または「3 その他」と答えた方に質問します。)

問6-3-1 自宅以外で食べる場合はどのようなものを食べますか。

(○は主なもの1つ)

- |                  |                              |
|------------------|------------------------------|
| 1 自宅で作ったお弁当      | 4 ファストフード (ハンバーガーやフライドチキンなど) |
| 2 購入したお弁当        | 5 その他 ( )                    |
| 3 おにぎり・パン・肉まん など |                              |

(問6で「1 いつも食べる」または「2 食べる方が多い」と答えた方に質問します。)

問6-4 夕食は何時ごろ食べますか。(○は1つ)

1 6時より前	3 7時台	5 9時台
2 6時台	4 8時台	6 10時過ぎ

→ 問6-4-1へ

(問6-4で「5 9時台」または「6 10時過ぎ」と答えた方に質問します。)

問6-4-1 夕食を食べる時間が遅くなる理由は何ですか。(○は主なもの1つ)

1 塾・習い事	3 親の帰りが遅い
2 クラブ活動など	4 その他 ( )

【全ての方におたずねします。】

問7 あなたは、学校が休みの日に昼食を食べますか。

(夏休みなどの長期の休みも含みます。)

(○は1つ)

1 いつも食べる	4 朝食と昼食がいっしょになる
2 食べる方が多い	5 いつも食べない
3 食べない方が多い	

問8 あなたは、家で料理を作ったり、手伝ったりしますか。(○は1つ)

1 ほとんどしない	4 週に3~4日ぐらいする
2 月に1~2日ぐらいする	5 週に5~6日ぐらいする
3 週に1~2日ぐらいする	6 毎日する

問9 食事のときに、「いただきます」や「ごちそうさま」を言いますか。(○は1つ)

1 いつも言う	3 あまり言わない
2 ときどき言う	4 言わない

問10 食事を残したときに、「もったいない」と思いますか。(○は1つ)

1 とても思う	3 あまり思わない
2 まあまあ思う	4 思わない

問11 あなたは、おやつを食べますか。(○は1つ)

1 いつも食べる	→ 問11-1へ	3 食べない方が多い
2 食べる方が多い		4 いつも食べない

(問11で「1 いつも食べる」または「2 食べる方が多い」と答えた方に質問します。)

問11-1 次のうち、よく食べるものをお答えください。(○はいくつでも)

1	せんべい・スナック菓子	7	ファストフード(ハンバーガーやフライドチキンなど)
2	ドーナツ・ケーキ・クッキー	8	ヨーグルト・牛乳
3	アメ・チョコ・ガム・グミ	9	ジュース・コーラ・スポーツ飲料など
4	ゼリー・プリン・アイス	10	その他( )
5	パン・おにぎり		
6	カップめん		

【全ての方におたずねします。】

問12 あなたは、外食やスーパー・コンビニエンスストアなどで食品を買う時に、下図のような栄養表示を参考にしていますか。(○は1つ)

[栄養成分表示の例]

栄養成分表示 1個当たり	
エネルギー	32kcal
たんぱく質	1.4g
脂質	1.7g
炭水化物	2.9g
ナトリウム	79mg
食塩相当量	0.2g

[外食の場合]

○○定食 1食当たり	
エネルギー	594kcal
たんぱく質	22.5g
脂質	19.5g
糖質	74.9g
食塩	4.7g

- |            |                  |
|------------|------------------|
| 1 参考にしている  | 3 表示があることを知らなかった |
| 2 参考にしていない |                  |

問13 あなたは、スーパーやコンビニエンスストアで食品を買う時に、賞味期限を参考にしていますか。(○は1つ)

- |            |                        |
|------------|------------------------|
| 1 参考にしている  | 3 賞味期限が書かれていることを知らなかった |
| 2 参考にしていない |                        |

## <歯の健康について>

問14 あなたは、いつ歯みがきをしていますか。(○はいくつでも)

- |        |           |
|--------|-----------|
| 1 起床直後 | 4 夕食後     |
| 2 朝食後  | 5 就寝前     |
| 3 昼食後  | 6 その他 ( ) |

問15 歯医者さんには、むし歯を治してもらう以外に、定期検査やフッ素塗布などの理由で行きますか。(○は1つ)

- |              |                      |
|--------------|----------------------|
| 1 行く (年1回以上) | 2 行かない (この1年間行っていない) |
|--------------|----------------------|

問16 あなたは食べるときに、ゆっくりよくかむようにしていますか。(○は1つ)

- |                       |                       |
|-----------------------|-----------------------|
| 1 いつもゆっくりよくかむようにしている  | 3 だいたいゆっくりよくかむようにしている |
| 2 ときどきゆっくりよくかむようにしている | 4 ゆっくりよくかむことはない       |

アンケートは以上です。ご協力ありがとうございました。

---

# 健康に関するアンケート 報告書

平成 30 年 2 月

【発行】 大田区保健所 健康医療政策課  
〒144-8621 大田区蒲田 5-13-14  
☎ 03-5744-1682 (直通)

【調査委託】 株式会社サーベイリサーチセンター  
〒116-8581 中央区日本橋 3-13-5  
☎ 03-6826-4666 (直通)

---