

VI. 使用した調査票

保健医療実態調査

アンケート調査ご協力のお願い

日頃から葛飾区の区政にご理解・ご協力を頂き、ありがとうございます。

葛飾区では、「かつしか健康実現プラン」（保健医療計画）を策定し、区民の健康づくりや食生活の改善に向けた取り組みを推進しています。この計画は平成30年度に計画の改定を予定しております。

計画の改定にあたり、今後の施策の参考とするために、区民の皆様の栄養や食生活、健康状態や運動などの意識の現状を把握するためのアンケート調査を実施いたします。

調査票は、区内にお住まいの満20歳以上の方の中から、2,400人の方を無作為に選び送付させていただいております。

今回のアンケート調査は、計画改定のための貴重な資料となるものです。お忙しいところ、お手数をおかけいたしますが、本アンケート調査の趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願いいたします。

◇調査票の送付、集計と分析は、区から委託を受けた株式会社エスピー研（千代田区）が行います。

◇回答は無記名です。また、ご回答いただいた内容は統計的に処理いたしますので、個々のご回答やプライバシーにかかわる内容が公表されることはありません。また調査目的以外には使用いたしません。

◇次ページの「ご記入にあたってのお願い」をよくお読みいただき、ご記入をお願いいたします。

◇調査のご協力のお願いについては、「広報かつしか6月25日号」に掲載しております。

■ 問い合わせ先：葛飾区健康部（保健所）地域保健課
電話（3602）1231

ご記入にあたってのお願い

- ① ご回答は、必ずあて名のご本人が記入してください。ご本人がお書きになれない場合は、ご家族の方などの代筆をお願いいたします。
- ② ご記入は、黒または青色のボールペンでお願いいたします。
- ③ あてはまる番号1つに○を付けてください。ただし、複数○を付ける質問がありますので質問の説明に注意し、記入してください。また（ ）内に必要な事項、 にあてはまる数字を記入してください。
- ④ 質問によっては、ご回答いただく方が限られる場合もあります。質問の説明に注意し、記入してください。
- ⑤ 調査票のご記入が終わりましたら、同封の返信用封筒に入れて、**7月21日(金)**までに切手を貼らずにご投函をお願いいたします。

問1 あなたは、ご自分の健康状態をどのように感じていますか。(○は1つだけ)

- 1 良い
- 2 まあよい
- 3 あまり良くない
- 4 良くない

問2 あなたが、過去1年以内に受診した健診(※)はどれですか。(○は1つだけ)

(※)「がん検診のみの受診」、「妊産婦健診」、「歯の健康診査」、「病院や診療所で行う診療としての検査」は、この質問での「健診」には含めずにお答えください。

- 1 葛飾区が実施している健康診査(特定健康診査・長寿(後期高齢者)医療健康診査・葛飾区基本健康診査等)
- 2 勤め先の定期健康診断
- 3 人間ドックを受診
- 4 その他
(具体的に)
- 5 過去1年以内に健診を受診していない

(問2で「5 過去1年以内に健診を受診していない」を選んだ方へ)

→問2-1 受診しなかった理由は何ですか。最もよくあてはまる番号に○を1つ付けてください。(○は1つだけ)

- 1 医療機関で治療中だから
- 2 忙しくて行けなかった
- 3 健康に不安がないので
- 4 病気と言われるのがいやなので
- 5 うっかりして忘れてしまった
- 6 どうすれば受診できるのかわからなかった
- 7 費用がかかるから
- 8 その他
(具体的に)

問3 あなたが過去1年以内に受診したがん検診は、次のうち、どれにあてはまりますか。
 どこで受診したか（1～5）、及びがん検診の種別（①～⑦）のあてはまる番号すべてに
 ○を付けてください。（○はいくつでも）

(記入例) ① 葛飾区が実施しているがん検診 ↳ [①胃 ②肺 ③乳 ④子宮 ⑤大腸 ⑥前立腺]	
1	葛飾区が実施しているがん検診 ↳ [①胃 ②肺 ③乳 ④子宮 ⑤大腸 ⑥前立腺]
2	勤め先のがん検診 ↳ [①胃 ②肺 ③乳 ④子宮 ⑤大腸 ⑥前立腺 ⑦その他]
3	人間ドックを受診 ↳ [①胃 ②肺 ③乳 ④子宮 ⑤大腸 ⑥前立腺 ⑦その他]
4	その他のがん検診 (具体的に)
5	過去1年以内になんか検診を受診していない

(問3で「5 過去1年以内になんか検診を受診していない」を選んだ方へ)

→ 問3-1 受診しなかった理由は何ですか。最もよくあてはまる番号に○を1つ付けてください。
 (○は1つだけ)

1	医療機関で治療中だから
2	忙しくて行けなかった
3	健康に不安がないので
4	病気と言われるのがいやなので
5	うっかりして忘れてしまった
6	どうすれば受診できるのかわからなかった
7	費用がかかるから
8	その他
	(具体的に)

問4 あなたは、かかりつけの医師（歯科医師を除く）または医療機関を決めていますか。
(○は1つだけ)

- 1 決めている
- 2 決めていない
- 3 決めていないが将来的には持ちたいと考えている

(問4で「1 決めている」を選んだ方へ)

→ 問4-1 そのかかりつけ医は、次のうちどれですか。(○は1つだけ)

- 1 区内の診療所（医院）
- 2 区外の診療所（医院）
- 3 区内の大学病院
- 4 区外の国公立・大学病院
- 5 区内の上記以外の病院
- 6 区外の上記以外の病院

問5 あなたは、かかりつけ歯科医を決めていますか。(○は1つだけ)

- 1 決めている
- 2 決めていない
- 3 決めていないが将来的には持ちたいと考えている

問6 あなたは、かかりつけ薬局を決めていますか。(○は1つだけ)

- 1 決めている
- 2 決めていない
- 3 決めていないが将来的には持ちたいと考えている

問7 あなたは日頃、健康のために心がけていることは何ですか。(○はいくつでも)

- 1 定期的に運動をする
- 2 定期的に健（検）診を受けるようにしている
- 3 健康講座などを受講している
- 4 酒やタバコを控えている
- 5 十分に睡眠や休養をとる
- 6 健康食品やサプリメントなどをよく利用している
- 7 その他
(具体的に)
- 8 健康のために特に心がけていることはない

問8 健康維持・増進のために、以下のような内容の「生活活動（日常生活で身体を動かすこと）」が推奨されています。あなたは、この内容を実行していますか。（○は1つだけ）

推奨内容：生活運動

日常生活で毎日合計60分（18～64歳。65歳以上は合計40分）くらい身体を動かす（階段を上る、子どもと遊ぶ、そうじをする、歩くなど）ような生活をする。

- | |
|--------------------------|
| 1 1年以上継続して実行している |
| 2 習慣的に実行している（1年未満） |
| 3 時々、実行している |
| 4 実行しようと思い、はじめたところ |
| 5 実行しようと考えている |
| 6 実行していないし、実行しようとも考えていない |

問9 健康維持・増進のために、以下のような内容の「運動」が推奨されています。あなたは、この内容を実行していますか。（○は1つだけ）

推奨内容：運動（速歩（ウォーキング）、ジョギング、テニス、水泳など）

1日30分以上の運動を週2日以上実施している。

- | |
|--------------------------|
| 1 1年以上継続して実行している |
| 2 習慣的に実行している（1年未満） |
| 3 時々、実行している |
| 4 実行しようと思い、はじめたところ |
| 5 実行しようと考えている |
| 6 実行していないし、実行しようとも考えていない |

問10 あなたは、朝食を食べますか。（○は1つだけ）

（※）菓子、果物、乳製品、嗜好飲料などだけの飲食や、錠剤などのサプリメント、栄養ドリンク剤だけの飲食は「朝食を食べない」とします。

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 1 朝食は必ず食べる | 3 週に3～4日は食べないことがある |
| 2 週に1～2日は食べないことがある | 4 朝食はほとんど食べない |

問11 あなたは、1週間のうちどのくらい家族や親しい人と一緒に食事していますか。

（○は1つだけ）

- | | |
|------------|-------------|
| 1 ほとんど毎日 | 3 週に2～3日程度 |
| 2 週に4～5日程度 | 4 ほとんどしていない |

問12 あなたは調理や食事をするとき、栄養バランスに注意していますか。(○は1つだけ)

- | | |
|--------------|--------------|
| 1 いつも注意している | 3 あまり注意していない |
| 2 ときどき注意している | 4 全く注意していない |

(問12で「1 いつも注意している」、「2 ときどき注意している」を選んだ方へ)

→ 問12-1 あなたは食事のとり方でどのようなことに気をつけていますか。(○はいくつでも)

- | |
|--------------------------------------|
| 1 野菜を毎食とるようにしている |
| 2 食べ過ぎない |
| 3 主食(※1)・主菜(※2)・副菜(※3)を組み合わせるようにしている |
| 4 1日3回、規則正しく食べる |
| 5 塩分をひかえめにする |
| 6 間食や夜食をひかえる |
| 7 脂肪をひかえめにする |
| 8 カルシウムを多く含む食品を食べる |
| 9 果物を毎日とるようにしている |
| 10 その他
(具体的に) |

(※1) 主食とは、ごはん、パン、麺類などの料理。

(※2) 主菜とは、魚介類、肉類、大豆・大豆製品を主材料にした料理。

(※3) 副菜とは、野菜類、海藻類、きのこ類を主材料にした料理。

問13 あなたは、1日の野菜摂取量の目標を知っていますか。(○は1つだけ)

(※) 1日の野菜摂取量の目標は350g以上(調理前の生の状態)です。

350gとは、大人の手で両手に山盛り1杯程度です。

- | | |
|---------|----------|
| 1 知っていた | 2 知らなかった |
|---------|----------|



(※) 両手山盛り1杯の例

問14 あなたは、ふだん1日でどれくらいの量の野菜をとっていますか。(○は1つだけ)

(※) 小鉢1皿：70g

- | | |
|--------|----------|
| 1 小鉢1皿 | 4 小鉢4皿 |
| 2 小鉢2皿 | 5 小鉢5皿以上 |
| 3 小鉢3皿 | 6 とっていない |



(※) 小鉢1皿の例

問15 あなたは、1日の食塩摂取量の目標を知っていますか。(○は1つだけ)

(※) 1日の食塩摂取量の目標は男性が8g未満、女性が7g未満です。

- | | |
|---------|----------|
| 1 知っていた | 2 知らなかった |
|---------|----------|

問16 あなたが減塩のために気をつけていることは何ですか。(○はいくつでも)

- | |
|--------------------------|
| 1 薄味を心がけている |
| 2 減塩しょうゆや減塩味噌などの減塩調味料を使う |
| 3 漬物など塩分の多い物をひかえる |
| 4 麺類などの汁やスープを残す |
| 5 栄養成分表示を確認する |
| 6 その他
(具体的に) |
| 7 特にない |

問17 あなたは、外食(飲食店での食事)をどのくらい利用していますか。(○は1つだけ)

- | | | |
|----------|---------|-----------|
| 1 毎日2回以上 | 4 週2~3日 | 6 週1回未満 |
| 2 毎日1回 | 5 週1回 | 7 全く利用しない |
| 3 週4~6日 | | |

問18 あなたは、持ち帰りの弁当や惣菜をどのくらい利用していますか。(○は1つだけ)

- | | | |
|----------|---------|-----------|
| 1 毎日2回以上 | 4 週2~3日 | 6 週1回未満 |
| 2 毎日1回 | 5 週1回 | 7 全く利用しない |
| 3 週4~6日 | | |

問19 あなたは、ふだん食品を購入するときに表示等を確認していますか。(○は1つだけ)

- | | |
|--------------|--------------|
| 1 いつも確認している | 3 あまり確認していない |
| 2 だいたい確認している | 4 全く確認していない |

(問19で「1 いつも確認している」、「2 だいたい確認している」を選んだ方へ)

→ 問19-1 どんな表示を確認していますか。(○はいくつでも)

- | | |
|----------------|-----------------|
| 1 賞味期限、消費期限 | 7 製造者名、販売者名 |
| 2 原材料名 | 8 保存方法 |
| 3 原産地(原産国、製造国) | 9 エネルギー(カロリー) |
| 4 添加物 | 10 食塩相当量(ナトリウム) |
| 5 遺伝子組換え食品表示 | 11 その他 |
| 6 アレルギー物質表示 | (具体的に) |

問20 あなたは、ふだんゆっくりよくかんで（一口30回程度）食べていますか。（○は1つだけ）

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

問21 あなたは、食事の食べ残しや食品の廃棄を減らすことを心がけていますか。（○は1つだけ）

- 1 心がけている
- 2 心がけていない

問22 あなたは、「かつしかの元気食堂」(※)という言葉を知っていますか。（○は1つだけ）

- 1 内容について知っている
- 2 名前を聞いたことはあるが、内容は知らない
- 3 知らない、わからない

（問22で「1 内容について知っている」を選んだ方へ）

→ 問22-1 「かつしかの元気食堂」を利用したことがありますか。（○は1つだけ）

- 1 利用したことがある
- 2 利用したことはない



(※)「かつしかの元気食堂」のシンボルマーク

問23 あなたは、普段の睡眠時間は足りていますか。（○は1つだけ）

- 1 十分足りている
- 2 ほぼ足りている
- 3 やや不足している
- 4 まったく不足している

問24 より充実した睡眠のために、実行していることは何ですか。（○はいくつでも）

- 1 しっかり朝食を食べている
- 2 朝、目が覚めたら日光を取り入れている
- 3 寝室の照明が明るすぎないようにしている
- 4 眠くなってから寝床に入り、起きる時間は遅らせないようにしている
- 5 就寝前には喫煙やカフェイン摂取を避けている
- 6 ぬるめの入浴など、自分に合ったリラックス方法を工夫している
- 7 就寝直前にはパソコンや携帯電話の操作などを避けている
- 8 その他
(具体的に)
- 9 特に何も行ってない

問25 あなたは、体を休めること以外に、趣味や運動、スポーツ、学習活動、地域活動などの余暇の過ごし方は充実していますか。(〇は1つだけ)

- | | |
|-------------|---------------|
| 1 非常に充実している | 3 あまり充実していない |
| 2 まあ充実している | 4 まったく充実していない |

問26 あなたは、毎日の生活の中で、悩みやストレスがありますか。(〇は1つだけ)

- | | |
|---------|----------|
| 1 よくある | 3 あまりない |
| 2 たまにある | 4 ほとんどない |

問27 あなたの悩みやストレスの原因は何ですか。(〇はいくつでも)

- | | |
|---------------------|---------------------------------|
| 1 家族との人間関係 | 13 育児 |
| 2 家族以外との人間関係 | 14 家事 |
| 3 恋愛・性に関すること | 15 教育(学業、受験及び進学を含む) |
| 4 結婚 | 16 子どもの結婚 |
| 5 離婚 | 17 就職(求職)に関すること |
| 6 いじめ、セクシュアル・ハラスメント | 18 自分の仕事 |
| 7 生きがいに関すること | 19 家族の仕事 |
| 8 自由にできる時間がない | 20 住まいや生活環境
(公害、安全及び交通事情を含む) |
| 9 収入・家計・借金など | 21 その他 |
| 10 自分の病気や介護 | (具体的に) |
| 11 家族の病気や介護 | 22 わからない |
| 12 妊娠・出産 | |

問28 悩みやストレスを、どのように相談していますか。(〇はいくつでも)

- | | |
|---|-------------------------------|
| 1 家族 | 9 インターネットを通じた交流の仲間 |
| 2 友人・知人 | 10 1～9以外で相談している
(職場の相談窓口等) |
| 3 職場の上司・同僚 | 11 相談したいが誰にも相談できないでいる |
| 4 公的な機関(保健所、福祉事務所、
精神保健福祉センター等)の相談窓口
(電話等での相談を含む) | 12 相談したいがどこに相談したらよいか
わからない |
| 5 民間の機関の相談窓口
(電話等での相談含む) | 13 相談する必要はないので誰にも相談して
いない |
| 6 病院・診療所の医師 | 14 その他 |
| 7 テレビ、ラジオ、新聞等の相談コーナー | (具体的に) |
| 8 メール相談の相談員 | |

問29 あなたは、ふだん（仕事のある日も含めて）外出することがありますか。（○は1つだけ）
（※）「外出」には家のまわりの散歩など近所も含まれます。

- | | |
|--------------|--------------|
| 1 毎日必ず外出する | 4 週に1回程度外出する |
| 2 ほとんど毎日外出する | 5 月に2～3回外出する |
| 3 週に2～3回外出する | 6 ほとんど外に出ない |

問30 あなたはこの1年間に、次のことを行いましたか。（○はいくつでも）

- | |
|---|
| 1 家族や友人と趣味・教養の活動（囲碁・盆栽・音楽・踊り・映画鑑賞・美術館めぐりなど） |
| 2 家族や友人と泊りがけの旅行 |
| 3 スポーツ・健康のために体を動かすこと（ウォーキング・体操などを含む） |
| 4 健康講話・栄養教室などへの参加 |
| 5 誕生日などの祝い事や正月のお祝い・集まり |
| 6 地域行事（町内会の催しやマンションの住民活動など） |
| 7 子育て支援・教育・文化（子育てグループ、青少年育成、子ども会など） |
| 8 高齢者のお手伝い |
| 9 その他の社会参加活動（地域の清掃、防犯、防災、リサイクル、その他） |
| 10 1～9のことは行っていない |

問31 あなたは、ご近所の方とはどのようにお付き合いをしていますか。（○はいくつでも）

- | | |
|------------------|----------------|
| 1 悩み事を相談する | 4 会った時には立ち話をする |
| 2 お互いの家に行き来する | 5 会った時には挨拶をする |
| 3 数日家を空ける時は声をかける | 6 付き合いはない |

問32 あなたは、別に住んでいる親族の方とはどのようにお付き合いされていますか。
（○は1つだけ）

（※）一番親しくお付き合いしている親族の方との関係をお書きください。

- | |
|---------------------------|
| 1 週に1～2回以上会っている |
| 2 月に1～2回以上会っている |
| 3 週に1～2回以上、電話やメールで連絡をしている |
| 4 月に1～2回以上、電話やメールで連絡をしている |
| 5 正月やお盆などの年中行事のときに会う |
| 6 冠婚葬祭のときに会う |
| 7 ここ数年連絡も取っていない |
| 8 別に住んでいる親族はいない |

問33 あなたは喫煙しますか。(○は1つだけ)

1 吸っている	→	問33-1、問33-2にお答えください
2 過去に吸っていた	→	問33-1にお答えください
3 吸わない	→	問34にお進みください

(問33で「1 吸っている」、「2 過去に吸っていた」を選んだ方へ)

問33-1 どのくらい吸っていますか(吸っていましたか)。

1日に	<input type="text"/>	本程度	(記入例)	<input type="text"/>	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	0	本程度
約	<input type="text"/>	年間	(記入例)	<input type="text"/>	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	5	年間

(問33で「1 吸っている」を選んだ方へ)

問33-2 あなたは禁煙したいと思っていますか。(○は1つだけ)

1 はい
2 いいえ

問34 あなたはこの1か月間に、他の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会がありましたか。
その場所についてあてはまる番号に○印をつけてください。(○はいくつでも)

1 家庭	
2 職場	
3 官公庁(区役所など)	
4 医療機関	
5 交通機関(駅・バスターミナル含む)	
6 レストランなどの飲食店	
7 喫茶店などの飲食店	
8 居酒屋などの飲食店	
9 理容室・美容室	
10 遊技場(ゲームセンター・パチンコ・カラオケなど)	
11 その他	
(具体的に)
12 他の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会はなかった	

問35 あなたはアルコールを飲みますか。(○は1つだけ)

- 1 ほぼ毎日のように飲む
- 2 週に4～5日飲む
- 3 週に1～2日飲む
- 4 月に1回程度飲む
- 5 ほとんど飲まない(飲めない)

(問35で「1 ほぼ毎日のように飲む」、「2 週に4～5日飲む」、「3 週に1～2日飲む」、「4 月に1回程度飲む」を選んだ方へ)

→ 問35-1 1日あたり、どれくらいの量を飲みますか。(○は1つだけ)

- 1 ビールをコップ1杯(200ml)程度
- 2 ビール500ml缶1本または日本酒1合または焼酎コップ半分
- 3 ビール500ml缶2～3本または日本酒2～3合または焼酎コップ1杯～1杯半程度
- 4 それ以上

問36 あなたが、歯や歯肉の健康を保つために行っていることは何ですか。(○はいくつでも)

- 1 1日1回は十分な時間(10分程度)をかけて、ていねいに歯磨きをしている
- 2 デンタルフロス(糸ようじ)や歯間ブラシを使っている
- 3 フッ素(フッ化物)入りの歯磨き剤を使っている
- 4 歯や歯肉を月に1回以上観察している
- 5 歯科医院で定期的に健診を受けている
- 6 歯科医院で歯みがき指導を受けている
- 7 歯科医院で歯石除去や歯のクリーニングを受けている
- 8 歯周病予防のためにも喫煙しないようにしている
- 9 甘いお菓子や飲み物を控えている
- 10 お口の健康の情報に注意している
- 11 よくかんで食べるようにしている
- 12 その他
(具体的に)
- 13 特に何も行ってない

問37 あなたが、むし歯や歯周病、入れ歯などの治療のほか、歯科を受診する理由は何ですか。
(○はいくつでも)

- | | |
|-----------------|--------------------|
| 1 定期健診 | 6 歯並びの治療 |
| 2 歯石除去や歯のクリーニング | 7 かむことや飲みこみについての相談 |
| 3 歯みがき指導 | 8 その他 |
| 4 粘膜の治療(口内炎など) | (具体的に) |
| 5 口臭の相談 | 9 特に受けていない |

問38 あなたのかんで食べる時の状態について、あてはまる番号に○を1つ付けてください。
(○は1つだけ)

- | |
|-------------------|
| 1 何でもかんで食べることができる |
| 2 かめない食べ物が一部ある |
| 3 かめない食べ物が多い |
| 4 かんで食べることはできない |

問39 あなたの食べ方や食事の様子について、あてはまる番号すべてに○を付けてください。
(○はいくつでも)

- | |
|------------------------|
| 1 半年前に比べて固いものが食べにくくなった |
| 2 お茶や汁物等でむせることがある |
| 3 口の渇きが気になる |
| 4 左右両方の奥歯でしっかりかみしめられない |
| 5 上記にあてはまるものはない |

問40 あなたが、健康について関心のあることは何ですか。(○はいくつでも)

- | | |
|---------------|----------------|
| 1 栄養 | 8 自分や家族の持病 |
| 2 運動 | 9 エイズ・性感染症 |
| 3 生活習慣病の予防と改善 | 10 妊娠・出産 |
| 4 適正体重・ダイエット | 11 食品や水の安全 |
| 5 禁煙 | 12 健康食品やサプリメント |
| 6 こころの健康 | 13 医薬品の使い方 |
| 7 予防接種 | 14 その他 |
| | (具体的に) |

問41 あなたは区からの健康に関する情報をどのように入手していますか。(〇はいくつでも)

1 広報かつしか	
2 ホームページ	
3 メールマガジン	
4 FMかつしか	
5 その他	
(具体的に)
6 区からの情報は特に入手していない	

問42 保健所(保健センター含む)が行っている次の保健サービスで、あなたが利用したいものは何ですか。(〇はいくつでも)

1 がん検診・健康診査	
2 予防接種やその情報	
3 妊娠や出産についての健診、相談、講座	
4 乳幼児の健康診査や育児相談	
5 医療費助成申請	
6 歯科相談・歯科健診	
7 生活習慣病予防などについての健康講座	
8 こころの健康についての相談や講座	
9 自分や家族の持病や健康についての相談	
10 栄養相談	
11 健康に関する総合相談(ホットラインかつしか)	
12 患者相談窓口	
13 エイズ、性感染症の検査	
14 結核やエイズなど性感染症予防に関すること	
15 水や食品の安全に関すること	
16 市販薬についての相談	
17 狂犬病予防・動物愛護に関すること	
18 その他	
(具体的に)
19 特にない	

問43 あなたは、次の言葉を知っていますか。知っているものすべてに○を付けてください。
(○はいくつでも)

- | |
|--|
| 1 ロコモティブシンドローム (ロコモ)
2 メタボリックシンドローム (メタボ)
3 COPD
4 フレイル
5 知っているものはない |
|--|

問44 あなたには現在、医師から治療が必要と言われている病気がありますか。(○は1つだけ)

1 ある	2 ない
------	------

(問44で「1 ある」を選んだ方へ)

→ 問44-1 それはどのような病気ですか。あてはまる病気の番号(1~17)と、その治療状況(①~②)に○を付けてください。(○はいくつでも)

(記入例) ① 高血圧症	① 治療中	② 治療していない
1 高血圧症	① 治療中	② 治療していない
2 糖尿病	① 治療中	② 治療していない
3 脂質異常症	① 治療中	② 治療していない
4 心臓病	① 治療中	② 治療していない
5 肝臓病	① 治療中	② 治療していない
6 アレルギー (アトピー・花粉症など)	① 治療中	② 治療していない
7 うつ病などの精神疾患	① 治療中	② 治療していない
8 がん	① 治療中	② 治療していない
9 歯肉炎・歯周病	① 治療中	② 治療していない
10 腎臓の病気	① 治療中	② 治療していない
11 目の病気	① 治療中	② 治療していない
12 耳の病気	① 治療中	② 治療していない
13 筋肉や骨の病気	① 治療中	② 治療していない
14 呼吸器系の病気	① 治療中	② 治療していない
15 消化器系の病気	① 治療中	② 治療していない
16 皮膚疾患	① 治療中	② 治療していない
17 その他 (具体的に)	① 治療中	② 治療していない

問45 葛飾区の保健医療施策に対するご意見・ご要望をお聞かせください。

最後に、あなたご自身のことについてお聞かせください。

F 1 あなたのお住まいはどちらですか。町名に○を付けてください。(○は1つだけ)

1 立石	9 お花茶屋	17 奥戸	25 東金町
2 東立石	10 白鳥	18 高砂	26 水元
3 四つ木	11 亀有	19 鎌倉	27 水元公園
4 東四つ木	12 西亀有	20 細田	28 東水元
5 宝町	13 青戸	21 柴又	29 南水元
6 堀切	14 新小岩	22 新宿	30 西水元
7 東堀切	15 東新小岩	23 金町	
8 小菅	16 西新小岩	24 金町浄水場	

F 2 あなたの年齢、性別をお答えください。

年齢	満	<div style="border: 1px dashed black; width: 40px; height: 20px; display: inline-block;"></div>	歳		(記入例) 満 <div style="border: 1px dashed black; width: 40px; height: 20px; display: inline-block; text-align: center; vertical-align: middle;"> <div style="border: 1px dashed black; width: 15px; height: 15px; display: inline-block; margin: 0 2px;">4</div> <div style="border: 1px dashed black; width: 15px; height: 15px; display: inline-block; margin: 0 2px;">0</div> </div> 歳
性別	1 男	(○は1つだけ)			
	2 女				

F 3 あなたの身長、体重をお答えください。(小数点第1位以下四捨五入)

身長	<div style="border: 1px dashed black; width: 40px; height: 20px; display: inline-block;"></div>	cm	(記入例) 身長162.4cm→	<div style="border: 1px dashed black; width: 40px; height: 20px; display: inline-block; text-align: center;"> <div style="border: 1px dashed black; width: 15px; height: 15px; display: inline-block; margin: 0 2px;">1</div> <div style="border: 1px dashed black; width: 15px; height: 15px; display: inline-block; margin: 0 2px;">6</div> <div style="border: 1px dashed black; width: 15px; height: 15px; display: inline-block; margin: 0 2px;">2</div> </div>	cm
体重	<div style="border: 1px dashed black; width: 40px; height: 20px; display: inline-block;"></div>	kg	(記入例) 体重 59.5kg→	<div style="border: 1px dashed black; width: 40px; height: 20px; display: inline-block; text-align: center;"> <div style="border: 1px dashed black; width: 15px; height: 15px; display: inline-block; margin: 0 2px;">6</div> <div style="border: 1px dashed black; width: 15px; height: 15px; display: inline-block; margin: 0 2px;">0</div> </div>	kg

F 4 あなたと同居しているご家族は、次のうちどれにあてはまりますか。(○は1つだけ)

1 単身	4 親・子・孫の三世代家族
2 夫婦のみ	5 その他
3 親・子の二世代家族	(具体的に)

F 5 あなたの勤め先(自宅・パート含む、派遣職員は派遣先)の業種は、次のうちどれにあてはまりますか。(○は1つだけ)

1 農林水産業・鉱業	9 不動産業
2 土木・建設業	10 サービス業
3 製造業	11 公務員
4 電気・ガス・水道・熱供給業	12 その他
5 運輸・通信業	(具体的に)
6 卸売・小売業	13 学生
7 飲食店	14 専業主婦(主夫)
8 金融・保険業	15 無職

(F 5で「1」～「12」を選んだ方へ)

→ F 5-1 あなたのお仕事は、次のうちどれにあてはまりますか。(○は1つだけ)

1 会社、団体などの経営者・役員	4 パート・アルバイト(学生は除く)
2 常勤の職員・従業員	5 契約社員、派遣社員、嘱託
3 自営業	6 その他
	(具体的に)

F 6 あなたが加入している健康保険は、次のうちどれですか。(○は1つだけ)

1 国民健康保険	6 船員保険
2 健康保険組合	7 後期高齢者医療制度(長寿医療制度)
3 共済組合	8 未加入
4 全国健康保険協会管掌健康保険 (協会けんぽ)	9 わからない
5 日雇労働者健康保険	10 その他
	(具体的に)

これで質問はすべて終わりです。ご協力ありがとうございました。

食育（食事）に関するアンケート（小学4年生）

あてはまるものを選び、しるしをつけてください。また、【 】内にも記入してください。

◎ あなたの性別は 1 男子 2 女子

Q 1. あなたは、週に何回朝食を食べていますか。1つだけしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	週7回	<input type="checkbox"/> 3	週1～3回
<input type="checkbox"/> 2	週4～6回	<input type="checkbox"/> 4	週0回

（Q1で「4 週0回」と答えた人へ）

Q1-1. 食べないのはどうしてですか。あてはまるもの全部にしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	食欲がないから	<input type="checkbox"/> 3	朝食を食べる習慣がないから
<input type="checkbox"/> 2	起きる時間が遅く、 朝食を食べる時間がないから	<input type="checkbox"/> 4	特に理由はない
		<input type="checkbox"/> 5	その他【 】

Q 2. あなたが今日の朝食で食べたもの全部にしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	ごはん めん パン (菓子パンは除く)	<input type="checkbox"/> 6	牛乳 ヨーグルト チーズ
<input type="checkbox"/> 2	みそ汁 スープ	<input type="checkbox"/> 7	菓子パン お菓子
<input type="checkbox"/> 3	肉 魚 卵 納豆 とろろ	<input type="checkbox"/> 8	その他 【 】
<input type="checkbox"/> 4	野菜 サラダ		
<input type="checkbox"/> 5	くだもの	<input type="checkbox"/> 9	食べていない

Q 3. あなたは、朝食を主にだれと食べていますか。1つだけしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	家族(親や祖父母)と食べる	<input type="checkbox"/> 3	一人で食べる
<input type="checkbox"/> 2	子ども(兄弟や姉妹)だけで食べる	<input type="checkbox"/> 4	その他【 】

Q 4. あなたは、夕食を主にだれと食べていますか。1つだけしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	家族(親や祖父母)と食べる	<input type="checkbox"/> 3	一人で食べる
<input type="checkbox"/> 2	子ども(兄弟や姉妹)だけで食べる	<input type="checkbox"/> 4	その他【 】

Q 5. あなたは、家族全員で夕食を食べることが週に何回ありますか。1つだけしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	週7回	<input type="checkbox"/> 3	週1～3回
<input type="checkbox"/> 2	週4～6回	<input type="checkbox"/> 4	週0回

Q 6. あなたの夕食は大人の家族(親や祖父母)と同じおかずですか。1つだけしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	たいてい、家族(親や祖父母)と 同じおかず	<input type="checkbox"/> 3	たいてい、大人と子どもは別の おかず
<input type="checkbox"/> 2	ときどき、大人と子どもは別の おかず		

Q7. あなたは、家での食事が楽しいですか。1つだけしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	楽しい	<input type="checkbox"/> 3	楽しくない
<input type="checkbox"/> 2	どちらでもない		

(Q7で「1 楽しい」と答えた人へ)

Q7-1. 楽しい理由であてはまるもの全部にしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	食事のときの会話が楽しいから	<input type="checkbox"/> 4	家での食事がおいしいから
<input type="checkbox"/> 2	家族といっしょに食べるから	<input type="checkbox"/> 5	特に理由はない
<input type="checkbox"/> 3	食べることが好きだから	<input type="checkbox"/> 6	その他【 】

Q8. あなたは、食事の時にあいさつ（いただきます・ごちそうさま）をしますか。1つだけしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	する	<input type="checkbox"/> 2	しない
----------------------------	----	----------------------------	-----

Q9. あなたは、食事の準備や片付けの手伝いをしていますか。1つだけしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	手伝っている	<input type="checkbox"/> 3	手伝っていない
<input type="checkbox"/> 2	ときどき手伝っている		

Q10. あなたは、外食にどのくらい行きますか。1つだけしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	ほとんど行かない	<input type="checkbox"/> 3	週に3回以上行く
<input type="checkbox"/> 2	週に1、2回行く		

Q11. あなたは、食べものによってアレルギーを引き起こす人がいることを知っていますか。1つだけしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	知っている	<input type="checkbox"/> 2	知らない
----------------------------	-------	----------------------------	------

(Q11で「1 知っている」と答えた人へ)

Q11-1. アレルギーを引き起こすことがある食べものはどれだと思えますか。

あてはまるもの全部にしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	卵	<input type="checkbox"/> 5	エビ・カニ
<input type="checkbox"/> 2	そば	<input type="checkbox"/> 6	落花生・ピーナッツ
<input type="checkbox"/> 3	小麦	<input type="checkbox"/> 7	大豆
<input type="checkbox"/> 4	牛乳	<input type="checkbox"/> 8	その他【 】

Q12. あなたは、普段（学校がある日）、何時ごろに寝て、何時ごろに起きますか。

寝る時間 : 【 】時【 】分ごろ

起きる時間 : 【 】時【 】分ごろ

ご協力ありがとうございました。

食育（食事）に関するアンケート（中学1年生）

あてはまるものを選び、しるしをつけてください。また、【 】内にも記入してください。

◎ あなたの性別は

<input type="checkbox"/> 1	男子	<input type="checkbox"/> 2	女子
----------------------------	----	----------------------------	----

Q1. あなたは、週に何回朝食を食べていますか。1つだけしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	週7回	<input type="checkbox"/> 3	週1～3回
<input type="checkbox"/> 2	週4～6回	<input type="checkbox"/> 4	週0回

（Q1で「4 週0回」と答えた人へ）

Q1-1. 食べないのはどうしてですか。あてはまるもの全部にしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	食欲がないから	<input type="checkbox"/> 3	朝食を食べる習慣がないから
<input type="checkbox"/> 2	起きる時間が遅く、 朝食を食べる時間がないから	<input type="checkbox"/> 4	特に理由はない
		<input type="checkbox"/> 5	その他【 】

Q2. あなたが今日の朝食で食べたもの全部にしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	ごはん めん パン (菓子パンは除く)	<input type="checkbox"/> 6	牛乳 ヨーグルト チーズ
<input type="checkbox"/> 2	みそ汁 スープ	<input type="checkbox"/> 7	菓子パン お菓子
<input type="checkbox"/> 3	肉 魚 卵 納豆 とうふ	<input type="checkbox"/> 8	その他 【 】
<input type="checkbox"/> 4	野菜 サラダ		
<input type="checkbox"/> 5	くだもの	<input type="checkbox"/> 9	食べていない

Q3. あなたは、朝食を主にだれと食べていますか。1つだけしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	家族(親や祖父母)と食べる	<input type="checkbox"/> 3	一人で食べる
<input type="checkbox"/> 2	子ども(兄弟や姉妹)だけで食べる	<input type="checkbox"/> 4	その他【 】

Q4. あなたは、夕食を主にだれと食べていますか。1つだけしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	家族(親や祖父母)と食べる	<input type="checkbox"/> 3	一人で食べる
<input type="checkbox"/> 2	子ども(兄弟や姉妹)だけで食べる	<input type="checkbox"/> 4	その他【 】

Q5. あなたは、家族全員で夕食を食べることが週に何回ありますか。1つだけしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	週7回	<input type="checkbox"/> 3	週1～3回
<input type="checkbox"/> 2	週4～6回	<input type="checkbox"/> 4	週0回

Q6. あなたの夕食は大人の家族（親や祖父母）と同じおかずですか。1つだけしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	たいてい、家族(親や祖父母)と同じおかず	<input type="checkbox"/> 3	たいてい、大人と子どもは別のおかず
<input type="checkbox"/> 2	ときどき、大人と子どもは別のおかず		

Q 7. あなたは、家での食事が楽しいですか。1つだけしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	楽しい	<input type="checkbox"/> 3	楽しくない
<input type="checkbox"/> 2	どちらでもない		

(Q 7で「1 楽しい」と答えた人へ)

Q 7-1. 楽しい理由であてはまるもの全部にしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	食事のときの会話が楽しいから	<input type="checkbox"/> 4	家での食事がおいしいから
<input type="checkbox"/> 2	家族といっしょに食べるから	<input type="checkbox"/> 5	特に理由はない
<input type="checkbox"/> 3	食べることが好きだから	<input type="checkbox"/> 6	その他【 】

Q 8. あなたは、食事の時にあいさつ（いただきます・ごちそうさま）をしますか。1つだけしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	する	<input type="checkbox"/> 2	しない
----------------------------	----	----------------------------	-----

Q 9. あなたは、食事の準備や片付けの手伝いをしていますか。1つだけしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	手伝っている	<input type="checkbox"/> 3	手伝っていない
<input type="checkbox"/> 2	ときどき手伝っている		

Q 10. あなたは、外食にどのくらい行きますか。1つだけしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	ほとんど行かない	<input type="checkbox"/> 3	週に3回以上行く
<input type="checkbox"/> 2	週に1、2回行く		

Q 11. あなたは、食べものによってアレルギーを引き起こす人がいることを知っていますか。1つだけしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	知っている	<input type="checkbox"/> 2	知らない
----------------------------	-------	----------------------------	------

(Q 11で「1 知っている」と答えた人へ)

Q 11-1. アレルギーを引き起こすことがある食べものはどれだと思いますか。

あてはまるもの全部にしるしをつけてください。

<input type="checkbox"/> 1	卵	<input type="checkbox"/> 5	エビ・カニ
<input type="checkbox"/> 2	そば	<input type="checkbox"/> 6	落花生・ピーナッツ
<input type="checkbox"/> 3	小麦	<input type="checkbox"/> 7	大豆
<input type="checkbox"/> 4	牛乳	<input type="checkbox"/> 8	その他【 】

Q 12. あなたは、普段（学校がある日）、何時ごろに寝て、何時ごろに起きますか。

寝る時間 :【 】時【 】分ごろ

起きる時間 :【 】時【 】分ごろ

ご協力ありがとうございました。

葛飾区保健医療実態調査報告書

平成 30 年（2018 年）3 月発行

企画・発行：葛飾区健康部

東京都葛飾区青戸 4-15-14

電話 03(3602)1222

集計・分析：株式会社 エスピー研

東京都千代田区飯田橋 3-11-20

電話 03(3239)0071（代表）

監 修：葛飾区健康医療推進協議会

この冊子は、印刷用の紙にリサイクルできます。