

## IV 調査票

### 1 区民向け調査

# 葛飾区保健医療実態調査

## アンケート調査ご協力をお願い

日頃から葛飾区の区政にご理解・ご協力をいただき、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」を策定し、区民の皆様が健康に生活できる期間である「健康寿命」の延伸を図るため、健康づくりや食育を推進しています。この計画は令和6年度に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、区民の皆様の食生活、健康状態、運動などの状況や健康に関するお考えなどをお伺いするためのアンケート調査を実施いたします。

この調査票は、区内にお住まいの満18歳以上の方の中から、2,400人の方方々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、ご協力くださいますよう、よろしくお願いいたします。

◇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名豊（愛知県名古屋市）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」をお読みいただき、ご記入をお願いいたします。

◇調査ご協力をお願いについては、「広報かつしか7月5日号」に掲載しております。

#### お問い合わせ先

##### ■調査票・回答方法などに関すること

株式会社名豊

電話 052-322-0071

##### ■調査の趣旨などに関すること

葛飾区健康部地域保健課

電話 03-3602-1231

【ご記入にあたってのお願い】

◇調査票の記入について

- この調査は封筒の宛名のご本人が対象となります。
- 記入は、黒のボールペンまたは鉛筆でお願いします。
- 設問に選択肢のあるものは、あてはまる番号に○をつけてください。お答えが「その他」にあてはまる場合は、（ ）内にご記入ください。
- 設問によって、○をつけていただく数を（ ）内に指定していますので、ご注意ください。
- 一部の方にのみ回答していただく場合があります。矢印に従ってお答えください。
- 回答が難しい設問については、ご回答いただかなくて構いません。

◇回答は郵送またはインターネットで行うことができます。

- 回答のご記入が終わりましたら、この調査票を同封の返信用封筒（切手不要）に入れて郵便ポストに投函してください。
- インターネットで回答した場合は、この調査用紙の提出は不要です。

◇インターネットで回答する方法

（パソコン、スマートフォンからご回答いただけます。）

URL： [https://www15.webcas.net/form/pub/websurvey/katsushika\\_kumin](https://www15.webcas.net/form/pub/websurvey/katsushika_kumin)

- 回答の際は、調査票1ページ目右上に記載されているパスワードを入力してください。
- パスワードは、調査票の重複を防ぐためのものであり、個人を特定するものではありません。



◇回答期限

- 令和5年8月4日（金）まで

## 葛飾区保健医療実態調査

問1 あなたが日頃、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 スマートフォンのアプリに体重や歩数など健康状態や活動量を記録している
- 8 その他 ( )
- 9 健康のために特に心がけていることはない

問2 健康の維持・増進のために、「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が、あなたは実行していますか。(○は1つだけ)

「生活活動」・・・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
- 7 その他 ( )

問3 健康の維持・増進のために、「運動」が推奨されていますが、あなたは実行していますか。(○は1つだけ)

「運動」・・・速歩(ウォーキング)、ジョギング、テニス、水泳などの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
- 7 その他 ( )

問4 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みます。

- |              |   |
|--------------|---|
| 1 毎日必ず外出する   |   |
| 2 ほとんど毎日外出する |   |
| 3 週に2～3回外出する |   |
| 4 週に1回程度外出する |   |
| 5 月に2～3回外出する |   |
| 6 ほとんど外に出ない  |   |
| 7 その他（       | ） |

問5 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6 あなたは、ご近所の方と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       |   |
| 2 お互いの家に行き来する    |   |
| 3 数日家を空ける時は声をかける |   |
| 4 会った時には立ち話をする   |   |
| 5 会った時には挨拶をする    |   |
| 6 付き合いはない        |   |
| 7 その他（           | ） |

問7-(1) 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(特定健診・長寿医療健診・葛飾区基本健診・健康づくり健診等)
- 2 勤め先の定期健康診断
- 3 人間ドックを受診
- 4 その他 ( )
- 5 受診していない

(問7-(1)で「5 受診していない」を選んだ方へ)

問7-(2) 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 健康に不安がないから
- 4 病気と言われるのがいやだから
- 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 ( )

問8-(1) 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 ( )
5 受診していない

(問8-(1)で「5 受診していない」を選んだ方へ)

問8-(2) 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 健康に不安がないから
4 病気と言われるのがいやだから
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 ( )

問9 あなたは、かかりつけ医を持っていますか。(○は1つだけ)

1 持っている
2 持っていない
3 持っていないが将来的には持ちたいと考えている
4 その他 ( )

問 10 あなたは、かかりつけ歯科医を持っていますか。(○は1つだけ)

- 1 持っている
- 2 持っていない
- 3 持っていないが将来的には持ちたいと考えている
- 4 その他 ( )

問 11 あなたは、かかりつけ薬局を持っていますか。(○は1つだけ)

- 1 持っている
- 2 持っていない
- 3 持っていないが将来的には持ちたいと考えている
- 4 その他 ( )

問 12 あなたは、朝食を食べていますか。(○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
- 2 週に1～2日は食べないことがある
- 3 週に3～4日は食べないことがある
- 4 朝食はほとんど食べない
- 5 その他 ( )

問 13 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
- 2 ときどき注意している
- 3 あまり注意していない
- 4 全く注意していない
- 5 その他 ( )

問 14 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)

※主食とはごはん、パン、麺類などの料理。主菜とは魚介類、肉類、大豆・大豆製品を主材料にした料理。副菜とは野菜類、海藻類、きのこ類を主材料にした料理

- |   |                               |
|---|-------------------------------|
| 1 | 野菜を毎食とるようにしている                |
| 2 | 食べ過ぎない                        |
| 3 | 1日2回以上主食・主菜・副菜を組み合わせた食事になっている |
| 4 | 1日3回、規則正しく食べる                 |
| 5 | 塩分をひかえるようにしている                |
| 6 | 就寝前2時間以内に飲食をしないようにしている        |
| 7 | カルシウムを多く含む食品を食べる              |
| 8 | 果物を毎日とるようにしている                |
| 9 | その他 ( )                       |

問 15 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。野菜料理では5皿分程度の量です。

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)

※野菜料理小鉢1皿の例(野菜70g分)

おひたし1皿

トマト(中くらいの大きさ)半分くらい

野菜がたくさん入ったスープやみそ汁1杯

野菜サラダ大皿1杯

- |   |         |   |        |   |        |
|---|---------|---|--------|---|--------|
| 1 | 小鉢1皿    | 2 | 小鉢2皿   | 3 | 小鉢3皿   |
| 4 | 小鉢4皿    | 5 | 小鉢5皿以上 | 6 | とっていない |
| 7 | その他 ( ) |   |        |   |        |

問 16 あなたは、ふだん食品を購入するときに栄養成分表示を確認していますか。

(○は1つだけ)

※栄養成分表示とはエネルギー(カロリー)、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量です。

- |   |            |
|---|------------|
| 1 | いつも確認している  |
| 2 | だいたい確認している |
| 3 | あまり確認していない |
| 4 | 全く確認していない  |
| 5 | その他 ( )    |



問 17 1日の食塩摂取量の目標は男性が7.5g未満、女性が6.5g未満です。

あなたが減塩のために実践していることは何ですか。(〇はいくつでも)

- |                             |   |
|-----------------------------|---|
| 1 栄養成分表示で食塩相当量を確認している       |   |
| 2 味をみてから調味料を使う              |   |
| 3 麺類の汁は半分以上残している            |   |
| 4 汁物は汁の量を少なめにして1日1回以下にしている  |   |
| 5 漬物や佃煮などの塩辛い食品は1日1回以下にしている |   |
| 6 減塩調味料や減塩食品を使っている          |   |
| 7 その他 (                     | ) |
| 8 特にない                      |   |

問 18 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。(〇は1つだけ)

- |           |   |
|-----------|---|
| 1 毎日2回以上  |   |
| 2 毎日1回    |   |
| 3 週4～6日   |   |
| 4 週2～3日   |   |
| 5 週1回     |   |
| 6 週1回未満   |   |
| 7 全く利用しない |   |
| 8 その他 (   | ) |

問 19 あなたは、持ち帰りの弁当や惣菜、宅配食やデリバリーをどのくらい利用していますか。(〇は1つだけ)

- |           |   |
|-----------|---|
| 1 毎日2回以上  |   |
| 2 毎日1回    |   |
| 3 週4～6日   |   |
| 4 週2～3日   |   |
| 5 週1回     |   |
| 6 週1回未満   |   |
| 7 全く利用しない |   |
| 8 その他 (   | ) |

問 20 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、ていねいに歯みがきをしている
- 2 デンタルフロスや歯間ブラシを使っている
- 3 フッ化物配合歯磨剤を使っている
- 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などの指導を受けている
- 7 歯科医院で歯石除去や歯のクリーニングなどの処置を受けている
- 8 歯周病予防のためにも喫煙しないようにしている
- 9 食生活に気を付けている
- 10 その他 ( )

問 21 あなたが、歯科を受診する(受診した)理由は何ですか。(○はいくつでも)

- 1 定期健診
- 2 歯石除去や歯のクリーニング
- 3 むし歯の治療
- 4 歯周病の治療
- 5 入れ歯やブリッジの治療
- 6 顎関節の治療
- 7 歯並びやかみ合わせの治療
- 8 その他 ( )

問 22-(1) あなたは喫煙しますか。(○は1つだけ)

- 1 吸っている
- 2 過去に吸っていた
- 3 吸わない
- 4 その他 ( )

(問 22-(1)で「1 吸っている」を選んだ方へ)

問 22-(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
- 3 その他 ( )

(問 22-(2)で「1 はい」を選んだ方へ)

問 22-(3) あなたは、どうしたら、禁煙できると思いますか。(○はいくつでも)

- 1 とともに禁煙に取り組む仲間がいる
- 2 禁煙を指導してくれる人がいる
- 3 周囲(家族など)の協力が得られる
- 4 たばこの害について正しく理解する
- 5 病院などの禁煙外来を利用する
- 6 その他 ( )
- 7 特になし

問 23 あなたは、葛飾区に喫煙禁止区域があることを知っていますか。

- 1 はい
- 2 いいえ
- 3 その他 ( )

※葛飾区では、JR 新小岩駅・金町駅・亀有駅・綾瀬駅及び京成立石駅・お花茶屋駅・堀切菖蒲園駅周辺の道路や駅前広場、区が管理する公園および児童遊園を喫煙禁止区域に指定しています。

これらの区域では、指定喫煙場所を除いて喫煙することはできません。

問 24 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 ( )
- 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 25-(1) 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)
- 6 その他 ( )

(問 25-(1)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 25-(2) 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
- 5 その他 ( )

問 26 あなたは、普段の生活の中で「自分の居場所がない」と感じることがありますか。  
(○は1つだけ)

- 1 いつも感じる
- 2 たまに感じる
- 3 あまり感じない
- 4 まったく感じない
- 5 その他 ( )

問 27-(1) ここ1か月間、あなたの1日の平均睡眠時間はどのくらいでしたか。  
(○は1つだけ)

- 1 5時間未満
- 2 5時間以上6時間未満
- 3 6時間以上7時間未満
- 4 7時間以上8時間未満
- 5 8時間以上9時間未満
- 6 9時間以上
- 7 その他 ( )

問 27-(2) あなたは、眠れない日が続く時がありますか。(○は1つだけ)

- 1 ある
- 2 ない
- 3 その他 ( )

(問 27-(2)で「1 ある」を選んだ方へ)

問 27-(3) 眠れない日が続く時は、どのように対応していますか。(○はいくつでも)

- 1 飲酒する
- 2 市販の睡眠薬を服用する
- 3 医師に相談する
- 4 家族・友人に相談する
- 5 入浴する
- 6 ゲームをする
- 7 インターネットやSNSなどを利用する
- 8 運動する
- 9 その他 ( )

問 28-(1) あなたは、普段の生活の中で、悩みやストレスがありますか。(○は1つだけ)

- |         |   |
|---------|---|
| 1 ある    |   |
| 2 ない    |   |
| 3 その他 ( | ) |

(問 28-(1)で「1 ある」を選んだ方へ)

問 28-(2) あなたの悩みやストレスの原因は何ですか。(○はいくつでも)

【自分の健康の問題】

- |         |        |   |
|---------|--------|---|
| 1 身体の病気 | 2 心の病気 |   |
| 3 その他 ( |        | ) |

【家庭の問題】

- |            |                |   |
|------------|----------------|---|
| 1 家族との人間関係 | 2 妊娠・出産        |   |
| 3 子育て      | 4 家族等の病気・介護・看病 |   |
| 5 その他 (    |                | ) |

【経済的な問題】

- |          |         |   |
|----------|---------|---|
| 1 収入減    | 2 事業不振  |   |
| 3 借金     | 4 失業・倒産 |   |
| 5 就職(求職) | 6 その他 ( | ) |

【勤務関係の問題】

- |           |         |   |
|-----------|---------|---|
| 1 職場の人間関係 | 2 長時間労働 |   |
| 3 仕事の不振   | 4 転勤    |   |
| 5 その他 (   |         | ) |

【恋愛関係の問題】

- |              |         |   |
|--------------|---------|---|
| 1 交際相手との人間関係 | 2 失恋    |   |
| 3 結婚を巡る悩み    | 4 その他 ( | ) |

【学校の問題】

- |            |            |   |
|------------|------------|---|
| 1 学業不振     | 2 受験進学・進路  |   |
| 3 いじめ      | 4 友人との人間関係 |   |
| 5 教師との人間関係 | 6 その他 (    | ) |

【その他】

- ( )

問 28-(3) 悩みやストレスを、誰に相談していますか。または、誰に相談したいと思いますか。(○はいくつでも)

- 1 家族や親族
- 2 友人や同僚
- 3 先生や上司
- 4 近所の人(自治町会の人、民生委員・児童委員など)
- 5 医療機関
- 6 区役所、保健センターなど
- 7 民間の相談機関(対面相談)
- 8 民間の相談機関(電話・メール・SNS 相談)
- 9 インターネット上、SNS 上だけのつながりの人
- 10 同じ悩みを抱える人
- 11 1～10 以外で相談している
- 12 相談したいが誰にも相談できない
- 13 相談したいがどこに相談したらよいかわからない
- 14 誰かに相談することに抵抗がある
- 15 相談する必要はないので誰にも相談していない
- 16 その他 ( )

問 28-(4) あなたは悩み、ストレスがある時、周囲の人にどのように対応してほしいですか。(○は1つだけ)

- 1 話を聴いてほしい
- 2 相談に乗ってほしい
- 3 心配していることを伝えながら、見守ってほしい
- 4 そっとしておいてほしい
- 5 その他 ( )

問 29-(1) あなたはこれまでに、自殺を考えたことはありますか。(○は1つだけ)

- |         |   |
|---------|---|
| 1 ある    |   |
| 2 ない    |   |
| 3 その他 ( | ) |

(問 29-(1)で「1 ある」を選んだ方へ)

問 29-(2) 自殺を考えた理由や原因はどのようなことでしたか。(○はいくつでも)

【自分の健康の問題】

- |         |        |   |
|---------|--------|---|
| 1 身体の病気 | 2 心の病気 |   |
| 3 その他 ( |        | ) |

【家庭の問題】

- |            |                |   |
|------------|----------------|---|
| 1 家族との人間関係 | 2 妊娠・出産        |   |
| 3 子育て      | 4 家族等の病気・介護・看病 |   |
| 5 その他 (    |                | ) |

【経済的な問題】

- |          |         |   |
|----------|---------|---|
| 1 収入減    | 2 事業不振  |   |
| 3 借金     | 4 失業・倒産 |   |
| 5 就職(求職) | 6 その他 ( | ) |

【勤務関係の問題】

- |           |         |   |
|-----------|---------|---|
| 1 職場の人間関係 | 2 長時間労働 |   |
| 3 仕事の不振   | 4 転勤    |   |
| 5 その他 (   |         | ) |

【恋愛関係の問題】

- |              |         |   |
|--------------|---------|---|
| 1 交際相手との人間関係 | 2 失恋    |   |
| 3 結婚を巡る悩み    | 4 その他 ( | ) |

【学校の問題】

- |            |            |   |
|------------|------------|---|
| 1 学業不振     | 2 受験進学・進路  |   |
| 3 いじめ      | 4 友人との人間関係 |   |
| 5 教師との人間関係 | 6 その他 (    | ) |

【その他】

- ( )



問 30 もし身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時、あなたはどのように対応しますか。(〇はいくつでも)

- 1 相談に乗らない、もしくは話題を変える
- 2 「頑張って生きよう」と励ます
- 3 「死んではいけない」と説得する
- 4 「つまらないことは考えるな」と叱る
- 5 「死にたいくらいつらいんだね」と共感を示す
- 6 耳を傾けてじっくりと話を聴く
- 7 医師などの専門家に相談を勧める
- 8 解決策を一緒に考える
- 9 一緒に相談機関を探す
- 10 その他 ( )
- 11 わからない

問 31 あなたが、自殺防止対策を推進したほうが良いと思う、対象(年代等)はどこだと思いますか。(〇はいくつでも)

- |                 |              |
|-----------------|--------------|
| 1 小・中・高校生(児童生徒) | 2 20歳代前半の若年層 |
| 3 中高年層          | 4 高齢者(65歳以上) |
| 5 会社員           | 6 自営業・自由業の方  |
| 7 主婦・主夫         | 8 その他 ( )    |
| 9 わからない         |              |

問 32 あなたが、葛飾区の自殺対策の取組についてご存じのものはありますか。(〇はいくつでも)

- 1 ゲートキーパー研修(ゲートキーパーとは、自殺の危険を示すサインに気づき、話を聞いて、必要な支援につなげる等、適切な対応ができる人のこと。その人材育成のための研修)
- 2 自殺予防に関する講演会
- 3 保健センターにおける こころの健康相談
- 4 相談窓口を掲載したリーフレットの配布
- 5 自殺対策に関するパネル展
- 6 こころの体温計(メンタルセルフチェックシステム)
- 7 自殺対策に関するホームページ
- 8 自殺対策に関する広報かつしかの特集記事
- 9 その他 ( )

問 33 あなたが、葛飾区の自殺対策の取組として効果的と思うものは何ですか。  
(〇はいくつでも)

- |                                |   |
|--------------------------------|---|
| 1 周りの人とのつながりや関係を築くための居場所をつくること |   |
| 2 本人の気持ちを尊重した適切な接し方等を啓発すること    |   |
| 3 ところの悩みや自殺のサインの気づき方等を啓発すること   |   |
| 4 自殺やうつ病に対する正しい認識について啓発すること    |   |
| 5 相談できる窓口や機関について周知すること         |   |
| 6 相談できる窓口や機関をつくること             |   |
| 7 自殺対策に取り組んでいる団体や機関の活動を周知すること  |   |
| 8 研修会や勉強会、シンポジウムを開催すること        |   |
| 9 その他 (                        | ) |

問 34 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。(〇は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    |   |
| 5 その他 (   | ) |

問 35 あなたが、健康について関心のあることは何ですか。(〇はいくつでも)

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

問 36 あなたは日頃、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 テレビ                                | 2 ラジオ               |
| 3 新聞                                 | 4 インターネット (SNS を除く) |
| 5 SNS (ツイッター、フェイスブック、YouTube、LINE 等) |                     |
| 6 葛飾区のホームページ                         | 7 広報かつしか            |
| 8 健康関連の書籍                            | 9 雑誌                |
| 10 健康に関する講演会や研修                      | 11 医療機関や薬局          |
| 12 職場                                | 13 看板や広告            |
| 14 家族、友人、知人からの情報                     |                     |
| 15 その他 (                             | )                   |
| 16 特になし                              |                     |

問 37 あなたは現在、医師から治療が必要と言われている病気がありますか。  
 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	①治療中	②治療していない
18 特にない		

問 38 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。

(自由記入)

問 39 あなたのお住いの地域はどちらですか。(○は1つだけ)

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

問 40 あなたの年齢、性別をお答えください。

満( )歳

- 1 男      2 女      3 その他

問 41 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( )cm

体重( )kg

問 42 あなたの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  
2 夫婦のみ  
3 親・子の二世帯家族  
4 親・子・孫の三世帯家族  
5 その他 ( )

問 43-(1) 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 | 2 土木・建設業        |
| 3 製造業      | 4 電気・ガス・水道・熱供給業 |
| 5 運輸・通信業   | 6 卸売・小売業        |
| 7 飲食店      | 8 金融・保険業        |
| 9 不動産業     | 10 サービス業        |
| 11 公務員     | 12 その他（ ）       |
| 13 学生      | 14 専業主婦（主夫）     |
| 15 無職      |                 |

（問 43-(1)で「1」～「12」を選んだ方へ）

問 43-(2) 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 |
| 2 常勤の職員・従業員      |
| 3 自営業            |
| 4 パート・アルバイト      |
| 5 契約社員、派遣社員、嘱託   |
| 6 その他（ ）         |

問 44 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                |
| 2 健康保険組合                |
| 3 共済組合                  |
| 4 全国健康保険協会管掌健康保険（協会けんぽ） |
| 5 後期高齢者医療制度（長寿医療制度）     |
| 6 未加入                   |
| 7 わからない                 |
| 8 その他（ ）                |

以上でアンケートは終わりです。ご協力ありがとうございました。

## 2 事業所向け調査

# 葛飾区保健医療実態調査

## アンケート調査ご協力をお願い

日頃から葛飾区の区政にご理解・ご協力をいただき、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」を策定し、区民の皆様が健康に生活できる期間である「健康寿命」の延伸を図るため、健康づくりや食育を推進しています。この計画は令和6年度に改定を予定しております。

計画の改定にあたり、新たに事業所を対象とした健康に関する施策の実施に向けた基礎資料とするため、貴事業所の従業員の皆様の健康管理や健康経営の取組状況等についてアンケート調査を実施いたします。

この調査票は、葛飾区内の従業員数が10名を超える事業所の中から700事業所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、ご協力くださいますようよろしくお願いいたします。

- ◇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名豊（愛知県名古屋市）が行います。
- ◇本調査は、事業主や主に労務や従業員の健康管理を担当している方にお答えいただくことを想定した質問となっております。
- ◇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」をお読みいただき、ご記入をお願いいたします。
- ◇調査ご協力については、「広報かつしか7月5日号」に掲載しております。

### お問い合わせ先

- 調査票・回答方法などに関すること

株式会社名豊

電話 052-322-0071

- 調査の趣旨などに関すること

葛飾区健康部地域保健課

電話 03-3602-1231

【ご記入にあたってのお願い】

◇調査票の記入について

- この調査は封筒の宛名の事業所が対象となります。
- 記入は、黒のボールペンまたは鉛筆でお願いします。
- 設問に選択肢のあるものは、あてはまる番号に○をつけてください。お答えが「その他」にあてはまる場合は、（ ）内にご記入ください。
- 設問によって、○をつけていただく数を（ ）内に指定していますので、ご注意ください。
- 一部の方にのみ回答していただく場合があります。矢印に従ってお答えください。
- 回答が難しい設問については、ご回答いただかなくて構いません。

◇回答は郵送またはインターネットで行うことができます。

- 回答のご記入が終わりましたら、この調査票を同封の返信用封筒（切手不要）に入れて郵便ポストに投函してください。
- インターネットで回答した場合は、この調査用紙の提出は不要です。

◇インターネットで回答する方法

（パソコン、スマートフォンからご回答いただけます。）

URL： [https://www15.webcas.net/form/pub/websurvey/katsushika\\_jigyo](https://www15.webcas.net/form/pub/websurvey/katsushika_jigyo)

- 回答の際は、調査票1ページ目右上に記載されているパスワードを入力してください。
- パスワードは、調査票の重複を防ぐためのものであり、事業所を特定するものではありません。



◇回答期限

- 令和5年8月4日（金）まで

# 葛飾区保健医療実態調査

問1 貴事業所の業種は次のうちのどれに当てはまりますか。(○は1つだけ)

- |            |                 |
|------------|-----------------|
| 1 農林水産業・鉱業 | 2 土木・建設業        |
| 3 製造業      | 4 電気・ガス・水道・熱供給業 |
| 5 運輸・通信業   | 6 卸売・小売業        |
| 7 飲食店      | 8 金融・保険業        |
| 9 不動産業     | 10 サービス業        |
| 11 公務      | 12 その他 ( )      |

問2 貴事業所の従業員数は次のうちのどれに当てはまりますか。(○は1つだけ)

- |           |          |          |
|-----------|----------|----------|
| 1 19人以下   | 2 20~29人 | 3 30~39人 |
| 4 40~49人  | 5 50~59人 | 6 60~69人 |
| 7 70~79人  | 8 80~89人 | 9 90~99人 |
| 10 100人以上 |          |          |

※従業員とは常用労働者(①又は②のいずれかに該当する者)のことを指します。

- ① 期間を定めずに雇われている者
- ② 1か月以上の期間を定めて雇われている者

なお、労働者派遣事業の適正な運営の確保及び派遣労働者の保護等に関する法律に基づいて労働者派遣事業を行う事業所から貴事業所に派遣されている労働者は常用労働者に含めませんが、労働者派遣事業を行う事業所においては、他社に派遣している労働者を常用労働者に含めてください。

問3 従業員が加入している主たる健康保険は何ですか。(○は1つだけ)

- |           |
|-----------|
| 1 協会けんぽ   |
| 2 健康保険組合  |
| 3 共済組合    |
| 4 国民健康保険  |
| 5 その他 ( ) |



問4 貴事業所における健康づくりの取組について、項目ごとにお答えください。

(○はそれぞれ1つだけ)

	取組中	今後取り組みたい	取り組む予定はない
1 各種費用の補助（人間ドック受診、健康測定機器の購入、予防接種等）			
2 民間の健康管理サービス（アプリや医療専門職の相談等）の利用			
3 保養施設等、従業員が利用する福利厚生制度に加入			
4 自社で実施する健康づくりの取組（スポーツ大会等）への参加促進			
5 健康づくりに関する勉強会の実施			
6 外部（区・協会けんぽ等）が実施する健康づくりに関する講演会や研修会への参加			
7 社内のコミュニケーションが推進される仕組みづくり			
8 健康増進に向けた職場環境の整備（運動・休憩場所、健康測定機器の設置等）			
9 定期健康診断の実施			
10 がん検診の実施			
11 健康相談の実施			
12 メンタルヘルス相談の実施			
13 健康づくりに関する情報の提供			
14 健康づくりの実践に伴う表彰やインセンティブ制度の導入			

具体的な取組状況についてお聞かせください。

問5 年1回の定期健康診断（雇い入れ時健康診断・人間ドックを含む）の従業員の受診状況を把握していますか。（○は1つだけ）

- |        |   |
|--------|---|
| 1 はい   |   |
| 2 いいえ  |   |
| 3 その他（ | ） |

問6 定期健診の事後措置として実施していることは何ですか。（○はいくつでも）

- |                   |   |
|-------------------|---|
| 1 健康診断結果の従業員への通知  |   |
| 2 再検査または精密検査受診の勧奨 |   |
| 3 健康診断結果に基づく保健指導  |   |
| 4 医師等からの意見聴取      |   |
| 5 その他（            | ） |
| 6 特に実施していない       |   |

問7 40歳以上の従業員の特定健診の受診状況を把握していますか。（○は1つだけ）

- |        |   |
|--------|---|
| 1 はい   |   |
| 2 いいえ  |   |
| 3 その他（ | ） |

問8 健康診断の結果、要指導及び要医療になった従業員の状況を把握していますか。（○は1つだけ）

- |        |   |
|--------|---|
| 1 はい   |   |
| 2 いいえ  |   |
| 3 その他（ | ） |

問9 協会けんぽや健康保険組合等と連携していますか。（○はいくつでも）

- |                                           |   |
|-------------------------------------------|---|
| 1 協会けんぽ等に事業所の健診結果を提供している                  |   |
| 2 協会けんぽ等が実施しているサービス等を利用している               |   |
| 3 40歳以上で特定保健指導の対象となった従業員が、協会けんぽ等の指導を受けている |   |
| 4 就業時間中の特定保健指導受診を認める等、特定保健指導の実施率向上に協力している |   |
| 5 その他（                                    | ） |
| 6 特に連携していない                               |   |

問 10 職場で実施しているがん検診はありますか。○はいくつでも)

- 1 胃がん検診
- 2 肺がん検診
- 3 大腸がん検診
- 4 乳がん検診
- 5 子宮頸がん検診
- 6 その他 ( )
- 7 特に実施していない

問 11-(1) 従業員にストレスチェックを実施していますか。

また、ストレスチェック結果から従業員のストレス状況を把握していますか。  
(○は1つだけ)

※ストレスチェックとは、事業者が労働者に対して行う心理的な負担の程度を把握するための検査をいいます。

- 1 把握している
- 2 把握していない
- 3 ストレスチェックを実施していない
- 4 その他 ( )

(問 11-(1)で「1 把握している」と回答した方へ)

問 11-(2) ストレスチェック結果の値が高い従業員やメンタル面などの相談を希望する従業員が利用できる相談体制はありますか。(○は1つだけ)

- 1 ある
- 2 ない
- 3 その他 ( )

問 12 従業員の健康の維持・増進を進めるため、外部の専門家等を活用していますか。次のうち、当てはまるものを教えてください。(○はいくつでも)

- 1 協会けんぽ等の保健師・看護師
- 2 東京産業保健総合支援センターの支援事業
- 3 地域産業保健センターの支援事業
- 4 産業医・産業保健師・産業看護師等(地域の医療機関の医師等を含む)
- 5 東京商工会議所の健康経営アドバイザーなど、中小企業診断士・社会保険労務士
- 6 区の保健師・栄養士・歯科衛生士
- 7 その他 ( )
- 8 特に行っていない

問 13 従業員に対して健康に関する情報の提供を定期的に行っていますか。次のうち、当てはまるものを教えてください。(○はいくつでも)

- |   |           |   |
|---|-----------|---|
| 1 | ポスターの掲示   |   |
| 2 | 朝礼        |   |
| 3 | 会議        |   |
| 4 | 社内メール・社内報 |   |
| 5 | 社内放送      |   |
| 6 | その他 (     | ) |
| 7 | 特に行っていない  |   |

問 14 従業員に対して病気の治療と仕事の両立支援のための取組として、行っていることはありますか。(○はいくつでも)

- |   |                                                                              |   |
|---|------------------------------------------------------------------------------|---|
| 1 | 体調や通院等の事情に応じた柔軟な勤務が可能となる取組を行っている<br>(短時間勤務・時間単位休暇・フレックス勤務等)                  |   |
| 2 | 健康状態に応じ、就業上必要な配慮を検討する体制や仕組みがある<br>(両立支援プランや職場復帰支援プランの作成、業務内容や職場の変更、残業時間の制限等) |   |
| 3 | 産業医をはじめとした産業保健スタッフや従業員の治療先である医療機関との連携体制がある                                   |   |
| 4 | 人事労務担当者・上司・同僚等の社内関係者の理解・協力を得るための取組を行っている<br>(社内研修・講演会等)                      |   |
| 5 | 常時、治療と仕事の両立支援のための情報を提供している(相談窓口等)                                            |   |
| 6 | その他 (                                                                        | ) |
| 7 | 特に行っていない                                                                     |   |

問 15 従業員向けの健康の維持・増進に向けた運動に関する取組として、行っていることはありますか。(○はいくつでも)

- |   |                                  |   |
|---|----------------------------------|---|
| 1 | 福利厚生としてスポーツクラブ等と連携している           |   |
| 2 | スポーツイベントや教室を開催している               |   |
| 3 | 職場内での体操やストレッチ、階段利用等を奨励している       |   |
| 4 | 社内サークルへの補助を行っている(活動場所提供、活動費用補助等) |   |
| 5 | その他 (                            | ) |
| 6 | 特に行っていない                         |   |

問 16 従業員向けの健康的な食事等に関する取組として、行っていることはありますか。  
(○はいくつでも)

- 1 栄養バランスに配慮した食事や仕出弁当を提供できる環境を整備している
- 2 健康的な食事等に関する情報提供をしている  
(ポスター掲示、資料配布、メール、講座等)
- 3 栄養士による相談窓口の設置や紹介をしている
- 4 スマホアプリ等を活用した食事の記録・評価・助言等の支援体制の整備を行っている
- 5 朝食を提供している
- 6 その他 ( )
- 7 特に行っていない

問 17 従業員の喫煙・禁煙対策に関する取組として、行っていることはありますか。  
(○はいくつでも)

- 1 禁煙デーを設定している
- 2 産業医、産業保健師、けんぽ協会等への相談利用を促進している
- 3 喫煙の害について従業員に周知している
- 4 禁煙をテーマにした社内イベントを実施している
- 5 その他 ( )
- 6 特に行っていない

問 18 受動喫煙防止に関する取組として、行っていることはありますか。  
(○は1つだけ、また、選んだ回答に応じて、次の設問にもご回答ください)

- 1 敷地内全域で喫煙を禁止している  
↳禁煙であることを掲示している  
(1 はい 2 いいえ)
- 2 屋内は禁煙とし、屋外に喫煙場所を設置している  
↳喫煙場所は、受動喫煙が周囲へ生じないように配慮することを促している  
(ポスター掲示等)  
(1 はい 2 いいえ)  
↳喫煙場所は、従業員や来所者が喫煙以外立ち入らない場所(敷地の奥等)に設置している  
(1 はい 2 いいえ)  
↳喫煙場所に喫煙できる旨を掲示している  
(1 はい 2 いいえ)
- 3 屋内に喫煙場所を設置している  
↳喫煙場所の煙が禁煙場所に流れないようにしている  
(1 はい 2 いいえ)  
↳喫煙場所に喫煙できる旨を掲示している  
(1 はい 2 いいえ)
- 4 その他 ( )

問 19 「健康経営」を知っていますか。(○は1つだけ)

※「健康経営」・・・従業員等の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践すること

- 1 言葉も意味も知っている
- 2 言葉は聞いたことがある
- 3 知らない

問 20 「健康経営」の取組状況をお聞かせください。(○は1つだけ)

- 1 取り組んでいる
- 2 今後取り組みたい
- 3 関心はある
- 4 取り組む予定はない
- 5 その他 ( )

区へのご意見・ご要望についてお聞かせください。

問 21 従業員の健康の保持・増進に取り組むにあたり、区の支援で必要だと思うものはどれですか。(○はいくつでも)

- 1 健康に関する情報提供
- 2 健康づくりのノウハウの提供
- 3 取組事例の紹介
- 4 取組実践のための相談
- 5 健康づくりの専門家や講師等の紹介・派遣
- 6 インセンティブの提供
- 7 事業所の表彰、認定制度
- 8 補助金、助成金
- 9 その他 ( )
- 10 特に必要はない

問 22 事業所での健康管理について、お困り事やご意見、ご要望があればぜひお聞かせください。

(自由記入)

以上でアンケートは終わりです。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  
令和6年（2024年）3月

葛飾区 健康部

〒125-0061 葛飾区青戸4-15-14  
TEL：03-3602-1222  
FAX：03-3602-1298







この冊子は、印刷用の紙へリサイクルできます。