

第4部 資料編

1. 健康に関するアンケート調査票

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、回答による不利益等は一切ございません。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本調査はインターネットを利用して回答することができます。インターネットで回答した方は、この調査票を返送する必要がありません。下記URLまたは二次元コードを読み取って、ホームページにアクセスしてください。

回答画面URL

<https://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo2/uketsuke/form.do?acs=r6otakenkoplan>

ID :

PASS :



- ②封筒のあて名の方がご回答ください。ただし、何らかのご事情でご本人が記入できない場合は、ご家族の方などの代筆も可能です。
- ③濃い鉛筆もしくは黒または青のボールペンで記入してください。
- ④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。
- ⑤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。
- ⑥「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。
- ⑦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、**令和6年9月30日(月)までに**、返信用封筒(無記名・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。(○は1つ)

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

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 |

基本情報4 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 大田区国民健康保険 | 5 共済組合 |
| 2 大田区以外の国民健康保険 | 6 後期高齢者医療制度 |
| 3 健康保険組合 | 7 その他() |
| 4 協会けんぽ | |

基本情報5 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 166.5 cm
体重	【 . kg】	記入例 64.5 kg

<健診・検診について>

問1 あなたはこの1年間に健康診断(健康診査)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1-1へ
----------	------------

(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1-1 その理由は何ですか。(〇はいくつでも)

- 1 定期的に検査を受けているので、健診の必要性を感じないから
- 2 以前の健診で問題なかったから
- 3 自分は健康だから、健診を受けなくても良いと思うから
- 4 調子が悪くなってから病院に行けばいいから
- 5 「健診を受ける必要がある」という認識がないから
- 6 恥ずかしい思いをする場面を避けたいから
- 7 結果を知るのが不安、怖いから
- 8 健診を受ける機会がないから
- 9 受診方法がわからないから
- 10 費用がかかるから
- 11 土、日、夜間に受診できる場所が少ないから
- 12 時間が取れなかったから
- 13 急用で予約をキャンセルし、そのままになってしまっているから
- 14 面倒だから
- 15 その他 ()

問2 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 | 2 知らない |
|---------|--------|

問3 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。
(〇はいくつでも)

- | | |
|----------|-----------------|
| 1 胃がん検診 | 4 子宮頸がん検診【女性のみ】 |
| 2 大腸がん検診 | 5 乳がん検診【女性のみ】 |
| 3 肺がん検診 | 6 いずれも受けていない |

↓
問3-1へ

(問3で「6 いずれも受けていない」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 定期的に検査を受けているので、検診の必要性を感じないから
- 2 以前の検診で問題なかったから
- 3 自分は健康だから、検診を受けなくても良いと思うから
- 4 調子が悪くなってから病院に行けばいいから
- 5 「検診を受ける必要がある」という認識がないから
- 6 恥ずかしい思いをする場面を避けたいから
- 7 結果を知るのが不安、怖いから
- 8 検診を受ける機会がないから
- 9 受診方法がわからないから
- 10 費用がかかるから
- 11 土、日、夜間に検診できるところが少ないから
- 12 時間が取れなかったから
- 13 急用で予約をキャンセルし、そのままになってしまっているから
- 14 面倒だから
- 15 その他 ()

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つずつ)

①喫煙とがん	1 知っている	2 知らない
②飲酒と食道がん、肝臓がん、咽頭がん	1 知っている	2 知らない
③肥満と食道がん、結腸がん、直腸がん	1 知っている	2 知らない
④HPV（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
⑤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
⑥B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思えますか。(〇は1つ)

- 1 思う 2 思わない 3 わからない

<食生活について>

問6 あなたは普段朝食をとっていますか。(〇は1つ)

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

問7 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。(○はいくつでも)

- | | |
|-----------------|--------------------|
| 1 食事は1日3回規則的にとる | 8 家族や友人と食卓を囲む機会を作る |
| 2 食べ過ぎない | 9 伝統的な食文化を大切にする |
| 3 減塩に気をつける | 10 旬のものを食べる |
| 4 脂肪をとり過ぎない | 11 近くの産地のものを選ぶ |
| 5 カルシウムの多い食品をとる | 12 その他 () |
| 6 栄養成分表示を参考にする | 13 意識していることはない |
| 7 食品をむだにしない | |

問8 あなたは、1日に2回以上、主食(ごはん、パン、麺類などの料理)、主菜(魚介類、肉類、卵類、大豆・大豆製品を主材料にした料理)、副菜(野菜類、海藻類、きのこ類を主材料にした料理)の3つを組み合わせる食べることが週に何日ありますか。最もあてはまるものをお答えください。(○は1つ)

- | | |
|----------|----------|
| 1 毎日 | 3 週に2～3日 |
| 2 週に4～6日 | 4 週に1日以下 |

問9 あなたは、ふだん、1日に野菜料理(野菜を主な材料とした料理)を皿数で数えると何皿食べていますか。最もあてはまるものをお答えください。1皿は、小鉢1個分程度と考えてください。(○は1つ)

- | | | |
|--------|--------|------------|
| 1 7皿以上 | 3 3～4皿 | 5 ほとんど食べない |
| 2 5～6皿 | 4 1～2皿 | |

問10 あなたは、果物を1日当たりどの程度の量、食べていますか。(○は1つ)



- | | | |
|----------------|----------------|------------|
| 1 200g以上 | 3 100g以上150g未満 | 5 食べない(0g) |
| 2 150g以上200g未満 | 4 100g未満 | |

<健康づくりについて>

問11 現在のあなたの健康状態はいかがですか。(○は1つ)

- | | | |
|---------|-------------|-----------|
| 1 とてもよい | 3 どちらともいえない | 4 あまりよくない |
| 2 よい | | 5 よくない |

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。(○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 どうすれば運動しようと思いますか。(○はいくつでも)

- | |
|--|
| 1 仲間と一緒に運動できる |
| 2 運動すると割引券などの優待が受けられる |
| 3 仕事や家事の間でできる運動を知る |
| 4 運動不足によって起こる病気を知る |
| 5 運動することで得られる効果を知る |
| 6 休みの日に運動イベントや運動する場所がある |
| 7 住んでいる地域の健康に関する課題を知る(生活している地域に高血圧の人が
多いなど) |
| 8 その他() |
| 9 運動するつもりはない |

問13 平均すると1日に合計で何歩くらい歩きますか。(10分=1,000歩)

※運動だけでなく、家事や仕事、犬の散歩等、日常生活における移動も含めます。

(○は1つ)

- | | | |
|------------------|------------------|------------------|
| 1 4,000歩未満 | 3 5,000~6,000歩未満 | 5 7,000~8,000歩未満 |
| 2 4,000~5,000歩未満 | 4 6,000~7,000歩未満 | 6 8,000歩以上 |

問14 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。(○はいくつでも)

<活動例>

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

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

<妊娠・出産について>

問15 妊娠・出産に関する相談ができる場所について、知っている場所はどこですか。
(○はいくつでも)

- | | |
|---------------|-----------------|
| 1 保健所（地域健康課） | 5 産婦人科 |
| 2 子ども家庭支援センター | 6 メール相談（妊娠SOS等） |
| 3 児童館 | 7 その他（ ） |
| 4 小児科 | 8 どこも知らない |

<こころの健康について>

問16 ここ1か月間、あなたの1日の平均睡眠時間は、どれくらいですか。(○は1つ)

- | | | | | | |
|---|------------|---|------------|---|------------|
| 1 | 5時間未満 | 3 | 6時間以上7時間未満 | 5 | 8時間以上9時間未満 |
| 2 | 5時間以上6時間未満 | 4 | 7時間以上8時間未満 | 6 | 9時間以上 |

問17 ここ1か月間、あなたは睡眠で休養が十分に取れていますか。(○は1つ)

- | | |
|-------------|--------------|
| 1 十分とれている | 3 あまりとれていない |
| 2 まあまあとれている | 4 まったくとれていない |

問18 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 常にあった
2 時々あった
- 問18-1へ
- 3 あまりなかった
4 まったくなかった

(問18で「1 常にあった」または「2 時々あった」と回答した方におたずねします。)

問18-1 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 家族や友人などの親しい人と話す | 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 | () |
| 5 食事や買い物などで発散する | 9 何もしていない |

問19 あなたはストレス等が長引いてところが不調なとき、だれかに相談できますか。
(○は1つ)

- 1 できる 2 できない 3 わからない

<自殺対策について>

問20 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 医療機関 | 3 民間団体 | 5 知っているものはない |
| 2 行政機関 | 4 産業医 | |

問21 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と聞く |
| 2 話題を変える |
| 3 「がんばって生きよう」と励ます |
| 4 医療機関への受診を促す |
| 5 相談窓口(行政機関、民間団体、産業医など)に相談するよう勧める |
| 6 何もしない |
| 7 どうしたらよいかわからない |

<アルコール・たばこについて>

問22 あなたは1日あたりどのくらいのお酒を飲みますか。(○は1つ)

<日本酒1合(180ml)と同じ量>

・ビール及び発泡酒：中瓶・缶(500ml)1本、缶(350ml)1.4本

・焼酎：0.5合 ・ワイン：2杯(240ml) ・ウイスキー：ダブル1杯

- | | |
|-----------------|---------------|
| 1 日本酒にして0.5合くらい | 4 日本酒にして2合くらい |
| 2 日本酒にして1合くらい | 5 日本酒にして3合以上 |
| 3 日本酒にして1.5合くらい | 6 飲酒の習慣はない |

問23 あなたはたばこを吸っていますか。※電子タバコ、加熱式タバコを含めます。
(○は1つ)

- | | | |
|-----------|---------------|------------|
| 1 現在吸っている | 2 以前吸っていたがやめた | 3 吸ったことはない |
|-----------|---------------|------------|

問24 1年以内に、受動喫煙を経験された場所があれば教えてください。(○はいくつでも)

- | |
|----------------------------|
| 1 路上及び事業所の敷地内屋外 |
| 2 飲食店内 |
| 3 自身が勤務する事業所内 |
| 4 学校、病院、児童福祉施設、行政機関の庁舎の敷地内 |
| 5 その他 () |
| 6 ない |

問25 「慢性閉塞性肺疾患（COPD）」について、あなたはこの病気を知っていましたか。この中からあてはまるものを1つお選びください。（○は1つ）

- 1 言葉だけでなく内容も知っている 2 言葉だけ知っている 3 知らない



COPD(慢性閉塞性肺疾患)とは

喫煙などが原因で気管支や肺に慢性の炎症が起こり空気の出し入れが障害される病気です。肺の生活習慣病とも呼ばれます。

<歯の健康について>

問26 デンタルフロスや歯間ブラシを週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27 歯周病について、以下のことを知っていますか。（○はそれぞれ1つずつ）

①喫煙は歯周病を進行させる要因である	1 知っている 2 知らない
②糖尿病に罹患している人は歯周病にかかりやすい	1 知っている 2 知らない
③歯周病は糖尿病自体に悪影響を及ぼす	1 知っている 2 知らない

問28 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29 オーラルフレイルを知っていますか。（○は1つ）

- 1 知っている ----->問29-1へ 2 知らない



オーラルフレイルとは

老化に伴う様々な口腔の状態（歯数・口腔衛生・口腔機能など）の変化に、口腔の健康への関心の低下や心身の予備能力低下も重なり、口腔の脆弱性が増加し、食べる機能障害へ陥り、さらにはフレイルに影響を与え、心身の機能低下にまでつながる一連の現象および過程のことをいいます。

(問29で「1 知っている」と回答した方におたずねします。)

問29-1 オーラルフレイル予防は誤えん性肺炎の予防も目的としています。
あなたは歯磨きなどの口腔ケアが誤えん性肺炎を予防す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



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。

<感染症対策について>

問30 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)

①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 2 知らない
②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
③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)

①血液検査で発見できる	1 知っている 2 知らない
②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
③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
④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

問32 あなたは感染症の予防のために以下のことを実践していますか。(○はいくつでも)

- 1 調理前、食事前、トイレの後などに手洗いまたは消毒をしている
- 2 咳・くしゃみなどの症状があるときに咳エチケット（マスクの着用、ハンカチで口を覆うなど）をしている
- 3 定期的に、窓やドアを開けて換気をしている
- 4 その他（ ）
- 5 何もしていない

<地域医療について>

問33 以下について、お答えください。(○はそれぞれ1つずつ)

①かかりつけ医	1 いる	2 いない
②かかりつけ歯科医	1 いる	2 いない
③かかりつけ薬局	1 いる	2 いない

(問33の②かかりつけ歯科医で「1 いる」と回答した方におたずねします。)

問33-1 かかりつけ歯科医で、年1回以上の定期検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
---------	----------

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)

①大田区子ども平日夜間救急室	1 知っている	2 知らない
②医師会や歯科医師会の療養所	1 知っている	2 知らない
③救急車を呼ぶかどうか迷った時の相談(＃7119)	1 知っている	2 知らない
④小児救急相談(＃8000)	1 知っている	2 知らない
⑤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 「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度をつけたり、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 あなたは在宅医療の制度や仕組みについて知っていますか。(○は1つ)

1 知っている	2 知らない
---------	--------

問37 大田区や東京都では、区民の誰もが身近な環境で診療や健康相談ができるよう、医療機関・相談窓口等に関する情報提供を実施しています。

あなたは、以下のサービスや情報誌等について知っていますか。(○はそれぞれ1つずつ)

①おおた医療BOOK	1 知っている	2 知らない
②在宅医療ガイドブック	1 知っている	2 知らない
③在宅医療相談窓口	1 知っている	2 知らない
④高齢者ほっとテレフォン	1 知っている	2 知らない
⑤東京都医療情報ネット (旧：東京都医療機関案内サービス「ひまわり」)	1 知っている	2 知らない

<生活衛生対策について>

問38 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

<すべての方におたずねします>

問39 心身ともに健やかな人生100年時代を送るためには、何が大切だと思いますか。ご自由にご記入ください。

問40 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。

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(無記名・切手は不要です)に入れ、

令和6年9月30日(月)までにご投かんください。

2. 健康に関するアンケート（小学6年生）調査票

健康に関するアンケート

ご記入にあたってのお願い

回答は名前を書かずにを行うため、誰が回答したかわかりません。この調査に回答するかどうかは、あなたの自由です。答えたくない設問だけを答えないこともできます。

- ①封筒のあて名の方がご回答ください。回答に困った時は、ご家族の方に相談しても大丈夫です。
- ②濃いえんぴつもしくは黒または青のボールペンで記入してください。
- ③ご回答は、身長・体重以外は選択肢の中から選んで○印をつけてください。
- ④「その他」を選んだ場合は、（ ）内にその内容をくわしく書いてください。
- ⑤設問によって回答する人が違う場合があります。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、令和6年10月18日（金）までに返信用封筒に入れて、**切手を貼らずに**ポストへ投かんしてください。

ご住所やお名前は書かないでください。

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。(○は1つ)

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

基本情報2 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	144.7cm
体重	【	.	kg】	記入例	37.3kg

<日頃の生活について>

問1 1日の睡眠時間(平日)はどのくらいですか。(○は1つ)

- | | |
|--------------|---------------|
| 1 6時間未満 | 3 9時間以上12時間未満 |
| 2 6時間以上9時間未満 | 4 12時間以上 |

問2 あなたは最近1か月間に、悩みや不安、ストレスなどを感じたことはありましたか。
(○は1つ)

- | | |
|-----------|-----------|
| 1 いつもあった | 3 あまりなかった |
| 2 ときどきあった | 4 なかった |

問3 運動やスポーツをどのくらいしていますか。(学校の体育の授業をのぞきます。)
(○は1つ)

- | | |
|-------------|-------------|
| 1 週に3日以上 | 3 月に1～3日くらい |
| 2 週に1～2日くらい | 4 しない |

問4 運動やスポーツをするときは、1日にどのくらいの時間しますか。(学校の体育の授業をのぞきます。)(○は1つ)

- | | |
|--------------|--------------|
| 1 30分未満 | 3 1時間以上2時間未満 |
| 2 30分以上1時間未満 | 4 2時間以上 |

問5 現在のあなたの健康状態はいかがですか。(○は1つ)

- | | | |
|---------|-------------|-----------|
| 1 とてもよい | 3 どちらともいえない | 4 あまりよくない |
| 2 よい | 5 よくない | |

問6 大人になっても健康でいるために、次のことに気を付けていますか。

(○はそれぞれ1つずつ)

	とても 気を付けて いる	少し 気を付けて いる	あまり 気を付けて いない	気を付けて いない
①体を動かす遊びをする	1	2	3	4
②TVやゲームの時間を決めている	1	2	3	4
③1日3食、栄養バランスよく 食べるようにしている	1	2	3	4
④菓子類を食べすぎない	1	2	3	4
⑤ジュースではなくお茶や水を飲む	1	2	3	4
⑥早寝早起きをする	1	2	3	4

<こころの健康について>

問7 小学校高学年のころから、からだやこころが変化することを知っていますか。

(○は1つ)

- 1 からだが変化することは知っている
- 2 こころが変化することは知っている
- 3 からだもこころも変化することを知っている
- 4 知らない

問8 あなたは困ったり悩んだとき、だれかに相談できますか。(○は1つ)

- 1 できる
- 2 できない
- 3 わからない

<食生活について>

問9 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)
- 2 食べる方が多い(週に3～4日)
- 3 食べない方が多い(週に1～2日)
- 4 いつも食べない

問10 あなたは、夕食をいつも食べますか。(○は1つ)

- | | |
|---|----------------|
| <ol style="list-style-type: none"> 1 いつも食べる(週に5日以上) 2 食べる方が多い(週に3～4日) | → 問10-1、問10-2へ |
| <ol style="list-style-type: none"> 3 食べない方が多い(週に1～2日) | → 問10-1へ |
| <ol style="list-style-type: none"> 4 いつも食べない | |

(問10で「1 いつも食べる(週に5日以上)」、「2 食べる方が多い(週に3～4日)」、「3 食べない方が多い(週に1～2日)」と回答した方におたずねします。)

問10-1 夕食は、主食(ごはん、パンなど)、主菜(肉、魚、卵、豆腐など)、副菜(野菜、きのこ、海藻など)の3つをそろえて食べていますか。(○は1つ)

- | | |
|-----------|------------|
| 1 いつも食べる | 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10で「1 いつも食べる(週に5日以上)」、または「2 食べる方が多い(週に3～4日)」と回答した方におたずねします。)

問10-2 夕食はいつも誰と食べることが多いですか。(○は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() |

ここから、再びすべての方にお聞きします。

問11 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 | 2 まあまあ思う | 3 あまり思わない | 4 思わない |
|---------|----------|-----------|--------|

<歯の健康について>

問12 歯医者さんには、むし歯を治してもらう以外に、定期検査やフッ素をぬってもらう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13 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 |
| 2 「たいてい」ゆっくりよくかむようにしている |
| 3 「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 |

問14 1本ずついねいに時間をかけた歯みがきをどれくらいしていますか。(○は1つ)

- | | | | |
|--------|----------|----------|----------|
| 1 ほぼ毎日 | 2 週に3～4日 | 3 週に1～2日 | 4 ほとんどない |
|--------|----------|----------|----------|

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。

健康に関するアンケート調査報告書

令和7年2月発行

【発行】大田区 健康政策部 健康医療政策課

〒144-8621 東京都大田区蒲田5-13-14

TEL:03-5744-1682

FAX:03-5744-1523