

島田市健康づくりと食育に関する アンケート調査

【 課題分析資料 】

令和5年 5月

1 調査概要

1. 実施した調査について

	調査対象	調査方法	調査期間
①乳幼児保護者	1歳6か月児健康診査、3歳児健康診査来所の保護者	各種健康診査来所時に配布・回収	令和4年11月上旬～令和4年12月上旬
②幼保育園児保護者	島田市内の幼稚園・保育園に通う園児の保護者	施設配付・施設回収	令和4年11月中旬～令和4年12月上旬
③小学生	島田市立の小学校に通う小学校5年生	WEB回答画面の配信	令和4年11月1日～令和4年11月24日
④中学生	島田市立の中学校に通う中学校2年生	WEB回答画面の配信	令和4年11月1日～令和4年11月24日
⑤高校生	島田市内の高校に通う高校2年生	施設配付・施設回収	令和4年11月21日～令和4年11月29日
⑥成人/⑦高齢者	島田市在住の満20歳以上74歳以下の男女1,476人	郵送配付・郵送回収	令和4年11月24日～令和4年12月8日

2. 回収状況

	発送数・配付数	回収数	有効回収数 ^{※1}	有効回収率
乳幼児保護者	210	210	210	100.0%
②幼保育園児保護者	800	700	699	87.4%
③小学生	374	374	374	100.0%
④中学生	300	278	278	92.7%
⑤高校生	403	403	398	99.5%
⑥成人/⑦高齢者	1,500	685	685	45.7%

※1 有効回収数：回収票から全く回答がないもの（白票）を除いた数

2 調査結果の傾向について（前回調査比較）

●対象者の属性について

■総括コメント

- 前回調査と回答母数は異なるものの、中学生を除いて回収率は向上しており、統計学的に言えば、どちらも全体の集計結果において市民全体の意向を示していると断定できる水準の回収を得られている。
よって回答が多かった選択肢の変化等は、市民の意向・傾向の変化と判断できるが、当然母数が違えば1ポイントの重みは異なる。数値の比較については参考程度に把握し、細かい差異にとらわれることなく、支援に従事する職員の所感も踏まえた課題分析を推奨する。
- 家族構成について、高齢者の「ひとり暮らし」の割合が3.6%（H30）⇒13.3%（R4）と大きく増加した。ただし県の調査結果と大差はなく、本調査においても共食の頻度が低下したほかは大きな影響は見られなかった。
- 国が指摘する若年女性のやせの問題は、近年より若い児童生徒への波及が指摘されている。本調査の成人女性の「低体重」の割合は13.6%（R4）//13.3%（県）と大差はないが、高校生の女子生徒で前回調査からの増加が見られる。
- 国の調査では小学4～6年生のやせ願望が顕著にあらわれており、本市においても現状把握に努める必要がある。

1. 高校生/女性で低体重が増加 全体的にやせ願望が増加傾向か

- ◆ BMIをみると、高校生の女性では『低体重』の割合が18.7%（H30）⇒24.4%（R4）と増加。一方で、体型の認識をみると、高校生の女性では『やせている』の割合が7.5%（H30）⇒7.1%（R4）とほとんど変化が無い。
- ◆ BMIをみると、高校生の男性では『低体重』の割合が24.3%（H30）⇒23.6%（R4）、『普通』の割合が69.8%（H30）⇒69.8%（R4）、『肥満』の割合が5.6%（H30）⇒6.2%と横ばい、
成人では『低体重』の割合が10.0%（H30）⇒10.5%（R4）、『普通』の割合が70.8%（H30）⇒68.1%（R4）、『肥満』の割合が17.2%（H30）⇒19.9%と横ばい、
高齢者では『低体重』の割合が10.8%（H30）⇒8.9%（R4）、『普通』の割合が71.9%（H30）⇒70.7%（R4）、『肥満』の割合が13.8%（H30）⇒17.8%と横ばい…といずれも大きな変化は見られない。

●新しい調査項目の回答状況

Q. ダイエットの経験・目的

- ◆ ダイエットの経験については小学生、中学生とも「したことはない」が7割を超えている（小学生：72.2%、中学生：78.1%）。経験者の目的については「太り始めたから」が小学生で41.7%、中学生で58.3%などとなっている。また2割程度は「健康を維持したいから」と回答している（小学生：27.2%、中学生：11.7%）。
- ◆ 高校生は「きれいに（格好よく）なりたいから」が64.7%と6割を超えて最も多く、成人・高齢者は「健康を維持したいから」が3割を超えている（成人：29.4%、高齢者：37.8%）。

Q. 自分の血圧値について

- ◆ 自分の血圧値を「知っている」割合は成人で71.7%、高齢者で88.0%となっている。
- ◆ 血圧を測る頻度については、成人・高齢者とも「月に1回程度」が25%程度で最も多くなっており（成人：25.2%、高齢者：25.8%）、推奨されている「毎日朝晩2回」は成人で3.8%、高齢者で14.2%となっている。
- ◆ また、血圧を「全く測っていない」と回答した割合は成人で35.7%、高齢者で12.0%となっている。

●栄養・食生活について

■総括コメント

- 朝食を「毎日食べる」と回答している割合は乳幼児～高齢者まで細かい数値の差はあるが、概ね前回調査と同様の傾向を示している。大きく悪化しているものは無いが、中学生～成人までは8割程度で横ばいに推移しており、引き続き改善が求められる。成人の「毎日食べる」割合を県・国と比較すると、80.4%（R4）//84.1%（県）//79.0%（国）となっており、県平均よりも低い水準にあることがわかる。
- 朝食における共食の割合は、乳幼児・幼稚園児・中学生で増加しているが、小学生では「一人で食べる」＝孤食の増加が目立つ。またコロナ禍においては、全国的な傾向として「おうち時間」の増加がみられたが、今回のアンケートでは新型コロナウイルス感染症の影響で「共食の頻度が増えた」という回答は極少数となっている。栄養バランスの取れた食事の頻度も低下しており、新型コロナウイルス感染症による生活様式の変化は食生活においてはマイナスの影響が大きかったと考えられる。

- 食品の安全に関する知識について、『あると思う』と回答した割合は前回調査から大きく減少した。国と比較しても41.2%（R4）//76.6%（国）と低い水準にある。内訳をみると、女性の『ないと思う』が46.6%（R4）//16.6%（国）と多くなっている。
- 【食の安全性に対する不安・不信感の原因】については「海外産農産物、加工食品の生産工程、残留農薬など、目に見えないところでの安全性」を指摘する声が多い。世代別に見ると、乳幼児保護者においては各選択肢の回答率が低くなっており、また「不安や不信感はない」が2番目に多くなっている等、関心の低さが見受けられる。

1. 朝食の摂取状況は横ばいに推移、小学生の孤食が増加傾向

- ◆ 朝食を毎日食べると回答した人は、乳幼児の割合が94.7%（H30）⇒95.7%（R4）と増加、幼稚園児の割合が97.0%（H30）⇒95.7%（R4）と減少、小学生の割合が94.3%（H30）⇒90.4%（R4）と減少、中学生の割合が81.4%（H30）⇒83.5%（R4）と増加、高校生の割合が82.9%（H30）⇒81.4%（R4）と減少、成人（20～64歳）の割合が83.7%（H30）⇒80.4%（R4）と減少、高齢者（65～74歳）の割合が94.0%（H30）⇒95.6%（R4）と増加。
- ◆ 学生、高校生、成人（20～64歳）でいずれも8割程度。乳幼児～幼稚園児、小学生、高齢者（65歳以上）で9割程度と前回の調査と同様の傾向を示している。
- ◆ 朝食における共食の割合は、乳幼児の「家族と食べる」＋「兄弟（姉妹）だけで食べる」割合が80.7%（H30）⇒92.9%（R4）と増加。
幼稚園児の「家族と食べる」＋「兄弟（姉妹）だけで食べる」割合が86.5%（H30）⇒90.0%（R4）と増加。
中学生でも孤食が減少し「家族と食べる」＋「兄・姉・弟・妹だけで食べる」割合が64.3%（H30）⇒70.5%（R4）と増加した。一方で小学生においては「一人で食べる」割合が9.6%（H30）⇒17.9%（R4）と増加傾向にある。
- ◆ なお、成人・高齢者においても共食の頻度について「ほとんどない（ひとり暮らしも含む）」と回答した割合が、成人（20～64歳）の割合が11.2%（H30）⇒14.3%（R4）と増加、高齢者（65～74歳）の割合が7.2%（H30）⇒16.0%（R4）と増加しているが回答者の世帯構成として「ひとり暮らし」の割合が増加している影響と考えられる。

2. 食事のバランスは乳幼児～幼保育園児、成人で低下

- ◆ 1日に2回以上、主食・主菜・副菜を3つそろえて食べる頻度が「ほとんど毎日」は、乳幼児の割合が61.4%（H30）⇒53.3%（R4）と減少、幼保育園児の割合が61.3%（H30）⇒54.8%（R4）と減少、高校生の割合が54.8%（H30）⇒56.5%（R4）と増加、成人（20～64歳）の割合が59.3%（H30）⇒51.3%（R4）と減少、高齢者（65～74歳）の割合が73.7%（H30）⇒73.8%（R4）と横ばいに推移している。
- ◆ 高齢者（65～74歳）の適正体重の維持などに気をつけた食生活の実践状況が「いつも気をつけて実践している」の割合が9.6%（H30）⇒減塩などに気をつけた食生活の実践状況が「いつも実践している」の割合が36.9%（R4）と増加
- ◆ 高齢者（65歳以上）においては、生活習慣病予防に向けた食生活の実践状況について「いつも実践している」の割合が大きく増加し36.9%となっている。

3. 食の安全に関する危機意識が増大 一方、食育の関心は横ばいに推移

- ◆ 食品の安全に関する知識を持っていると思うかについては、『あると思う』（「十分にあると思う」＋「ある程度あると思う」）と回答した割合は、成人（20～64歳）の割合が40.9%（H30）⇒36.8%（R4）、高齢者（65～74歳）の割合が69.5%（H30）⇒49.8%（R4）といずれも減少した。
- ◆ 一方で新たに聞き取った調査項目において食の安全性について不安・不信感の原因を回答した割合は、成人（20～64歳）の割合が84.8%（R4）、高齢者（65～74歳）の割合が87.6%（R4）と、いずれも8割以上となっている。
- ◆ 「食品ロス」を『知っている』（「よく知っている」＋「ある程度知っている」）と回答した割合は、乳幼児の割合が45.0%（H30）⇒81.0%（R4）と増加、幼保育園児の割合62.6%（H30）⇒89.1%（R4）と増加、成人（20～64歳）の割合が66.0%（H30）⇒88.2%（R4）と増加、高齢者（65～74歳）の割合が77.2%（H30）⇒88.0%（R4）と増加といずれも8割超となり、特に乳幼児保護者は前回調査から大きく増加している。
- ◆ 一方で『食育に関心がある』（「関心がある」＋「どちらかといえば関心がある」）と回答した割合は、乳幼児の割合が85.4%（H30）⇒87.6%（R4）と増加、幼保育園児の割合が86.2%（H30）⇒86.3%（R4）と横ばい、高校生の割合が55.9%（H30）⇒50.0%（R4）と減少、成人（20～64歳）の割合が65.1%（H30）⇒66.3%（R4）と増加、高齢者（65～74歳）の割合が67.7%（H30）⇒62.2%（R4）と減少…などとなっており、多くの世代で横ばい、高校生以上においては微減傾向となっている。

●新しい調査項目の回答状況

Q. 食の安全性に対する不安・不信感の原因

- ◆ 乳幼児～幼保育園児保護者、成人・高齢者ともに「海外産農産物、加工食品の生産工程、残留農薬など、目に見えないところでの安全性」が最も多く、乳幼児保護者以外では6割を超えている（乳幼児：36.2%、幼保育園児：62.5%、成人：60.5%、高齢者：69.8%）。
- ◆ 乳幼児保護者は「不安や不信感はない」が2番目に多く、26.2%となっている。

Q. 参考にしている栄養成分表示項目

- ◆ 高校生、成人、高齢者とも「エネルギー」が最も多く、3割程度となっている（高校生：35.9%、成人：42.6%、高齢者：38.7%）。次いで高校生は「たんぱく質」が18.1%、成人は「脂質」が16.1%、高齢者は「食塩相当量」が23.1%などとなっている。
- ◆ 高校生、成人とも半数近くが「参考にしていない」と回答している（高校生：49.7%、成人：44.9%）。

Q. 家族で楽しく、一緒に食事をするために工夫していること

- ◆ 乳幼児～幼保育園児保護者において、「食事中はタブレットやスマホなどに触れないようにしている」（乳幼児：55.7%、幼保育園児：62.1%）、「目を合わせて、話をしながら食べている」（乳幼児：57.1%、幼保育園児：50.1%）が5割を超えて多くなっている。
- ◆ また、幼保育園児保護者においては、「調理や配膳、片付け等を家族で協力して行っている」も52.1%と5割を超えており、成長に合わせて食事の準備・片付けを通じて家庭内で食育を実施している様子がうかがえる。
- ◆ 小学生、中学生においても「食事中はスマートフォン等にふれないようにしている」が3割を超えて最も高くなっているが（小学生：36.9%、中学生：46.8%）、「特にない」の割合も3割を超えている（小学生：30.2%、中学生：35.6%）。

Q. おはしやお椀の正しい使い方や食事のマナーについて教わった経験

- ◆ 小学生、中学生、高校生とも「家族や親せきに教わった」が最も多く8割弱（小学生：71.1%、中学生：71.2%、高校生：75.4%）、次いで「幼稚園・保育園や学校の先生に教わった」が2割弱（小学生：18.2%、中学生：14.4%、高校生：16.8%）。「教わらなかったし、調べたこともない」が5～10%程度となっている（小学生：6.4%、中学生：10.4%、高校生：4.5%）。
- ◆ 小学生～高校生まで、ほとんど変化がなく、小学校以降で食器の使い方やマナーについて教わる機会が乏しいことがうかがえる。

Q. 新型コロナウイルスによる家族との食事回数の変化

- ◆ 小学生～高校生の約9割、成人・高齢者の8割程度が「特に変わらなかった」と回答しており（小学生：86.4%、中学生：89.6%、高校生：93.0%、成人：75.9%、高齢者：76.4%）、共食回数の変化はほとんどなかった。
- ◆ 成人については15.2%と約1割が『増えた（増えた+どちらかといえば増えた）』と回答しているが、6.9%と同程度『減った（減った+どちらかといえば減った）』という回答もあり、外出自粛・在宅時間の増加が共食につながったケースは極少数とみられる。

●運動・身体活動について

■総括コメント

- コロナ禍においては、外出自粛や接触回避の影響による運動機会の低下が懸念されたが、本調査の実施時点では、各世代の運動実施状況において著しい低下は見られず、乳幼児・幼保育園児においても、公共施設や公園等も変わらず利用されている。
- ただし、遊びの選択肢については乳幼児において読書の割合が増加し、幼保育園児ではゲーム・スマートフォンで遊ぶ割合が増加している等、屋内での遊びの状況に変化が見られた。
- ロコモティブシンドロームの認知状況は、成人・高齢者ともに認知が広まった様子は見られなかった。県と比較すると「知らなかった」の割合が69.9%（R4）//58.2%（県）となっている。今後は新たな健康課題である「フレイル」と合わせて予防策も含めた周知啓発が求められる。

1. 乳幼児・幼保育園児の遊び場は概ね変わらず 屋内の遊び内容に変化

- ◆ 遊ぶ場所については、「自分の家」が最も多く、乳幼児で 86.0% (H30) ⇒92.9% (R4)、幼保育園児で 94.0% (H30) ⇒94.0% (R4)、次いで「公園」が乳幼児で 62.6% (H30) ⇒61.0% (R4)、幼保育園児で 60.2% (H30) ⇒61.5% (R4)、「家の周り」が乳幼児で 53.2% (H30) ⇒51.9% (R4)、幼保育園児で 62.0% (H30) ⇒58.8% (R4) などとなっている。
- ◆ 遊びの内容については、乳幼児で「人形・ブロック・折り紙などのおもちゃで遊ぶ」が最も多く、68.4% (H30) ⇒71.9% (R4) となっている。また「本を見る」が 44.4% (H30) ⇒52.4% (R4) と増加しており、特に女兒においては 46.8% (H30) ⇒60.2% (R4) と大きく増加している。幼保育園児では「テレビ・DVD・動画を見る」が最も多く、73.6% (H30) ⇒78.3% (R4) となっている。また「ゲーム機・スマホゲームで遊ぶ」は、17.9% (H30) ⇒29.2% (R4) と最も増加幅が大きく、遊びの選択肢として児童にも広く普及していることがわかる。

2. 小学生（女子生徒）の運動習慣が増加 中学・高校は減少傾向

- ◆ 未成年における週3日以上運動・遊びを実施している割合は、小学生の割合が 71.5% (H30) ⇒80.2% (R4) と増加、中学生の割合が 81.4% (H30) ⇒78.1% (R4) と微減、高校生の割合が 62.7% (H30) ⇒58.5% (R4) と微減…などとなっている。
- ◆ 小学生においては、女子生徒で 66.5% (H30) ⇒78.1% (R4) と特に大きな変化がみられたが、中学・高校では性別の差異はみられない。

3. 成人の運動習慣が微増、外出（歩行）は減少傾向

- ◆ 成人の1回30分以上の運動の実施状況については、『週2日以上』が 31.9% (H30) ⇒34.3% (R4) と微増している。ただし、成人で 27.0% (H30) ⇒27.7% (R4) に対し、高齢者で 43.7% (H30) ⇒48.0% (R4) と高齢者の運動習慣の改善の影響が大きい。
- ◆ なお、ロコモティブシンドローム認知状況は、『知っている・聞いたことがある』が 28.2% (H30) ⇒28.9% (R4) と前回調査とほぼ変わらず、高齢者においてもほとんど変化が見られない。

●歯・口の健康について

■総括コメント

- 歯科保健においては、他の健康づくりと連動しての取組が重視されており、近年は「かかりつけ歯科医」の普及啓発や「オーラルフレイル」の予防が求められている。
- 調査結果を見ると、「年1回以上、定期的に歯科検診に通っている」と回答した割合がまた小学生～高校生まで、年齢が高くなるにつれて減少傾向にあることがわかる。
- オーラルフレイルの諸症状については、高齢者だけでなく、成人においても約半数が何かしらの症状を自覚していることがわかる。介護予防に向けた「フレイル」と同様に、早期からの予防対策が求められる。

1. 小中学生の歯磨き頻度が増加 歯科検診は進学するにつれて減少傾向

- ◆ 小学生の歯磨きのタイミングは、「朝食後」が最も多く、79.3%（H30）⇒83.9%（R4）と増加。次いで「寝る前」が75.1%（H30）⇒76.4%（R4）、「夕食後」が32.9%（H30）⇒48.4%（R4）などとなっている。
中学生でも同様の傾向を示しているが、小学生では「夕食後」の歯磨き、中学生では「寝る前」の歯磨きの増加幅がそれぞれ大きくなっている。
- ◆ 小学生～高校生で新たに聞き取った【1年に1回以上、定期的に歯科医院へ通っている割合】は、小学生で64.7%、中学生で50.4%、高校生で40.2%となっている。

2. 高齢者の咀嚼良好者の割合が増加 成人の歯科検診受診率も増加

- ◆ 成人・高齢者の歯の状況について、「何でも噛んで食べることができる」と回答した割合は、成人（20～64歳）の割合が87.6%（H30）⇒87.1%（R4）と横ばい、高齢者（65～74歳）の割合が65.9%（H30）⇒69.8%（R4）と増加している。
- ◆ 歯間部清掃用器具については、成人で「デンタルフロス」の使用率が22.7%（H30）⇒28.5%（R4）、「歯間ブラシ」の使用率が35.7%（H30）⇒40.9%（R4）とそれぞれ増加。
- ◆ 成人以上の年1回以上の定期的な歯科検診を受診する割合が34.5%（H30）⇒39.6%と増加した。なお、高齢者においては43.1%（H30）⇒39.6%（R4）と微減で、成人と同程度の水準となっている。

●新しい調査項目の回答状況

Q. 歯を磨くタイミング、磨く時間

- ◆ 食後の歯磨きについては小学生、中学生、高校生とも＜昼食後＞に「しない」割合が6割を超えて最も多く（小学生：60.7%、中学生：65.5%、高校生：62.3%）、次いで＜夕食後＞に「しない」が4割程度（小学生：43.0%、中学生：42.8%、高校生：46.5%）、＜朝食後＞に「しない」割合は小学生で14.7%、中学生で11.9%、高校生で6.0%などとなっている。
- ◆ なお、＜朝食前＞の歯磨きはいずれも7割程度が「しない」と回答しており、実施率が最も低くなっている（小学生：70.1%、中学生：65.1%、高校生：69.1%）。
- ◆ 最も普及しているのは＜寝る前＞の歯磨きで、磨く時間は「3分以内」が約3割で最も多く（小学生：32.9%、中学生：36.0%、高校生：28.6%）、次いで「5分以内」が約2割程度となっている（小学生：19.8%、中学生：23.7%、高校生：22.4%）。

Q. オーラルフレイルの症状の有無

- ◆ 成人では「口臭が気になる」が22.5%、「口の乾きが気になる」が12.3%「固いものが食べにくい」が10.5%、などとなっており、高齢者では「固いものが食べにくい」が28.9%、「口臭が気になる」が21.3%、「柔らかい物を選んで食べるようになった」が14.7%などとなっている。

●飲酒・喫煙について

■総括コメント

- 飲酒についてはコロナ禍を通じて全国的な課題となっており、総務省の「家計調査」では緊急事態宣言発出後から、主に家飲み用途の「酒類」の購入量が著しく増加している。今回の調査においても、成人の1週あたりの飲酒頻度が増加傾向にあり、国の方針に基づいた対策が求められる。
- また、飲酒が影響する病気として「アルコール中毒」、「肝硬変」は7割程度に認知されているものの、「脳卒中」、「がん」、「逆流性食道炎」といった様々なリスクはいずれも2割未満とほとんど認知されていないことも健康被害増加の要因となり得る。
- 喫煙については法改正の後押しもあり、全国的にゆっくりと、しかし着実に減少傾向にあり、今回の調査においても同様の傾向を示している。
- ただし、受動喫煙の被害は未だ深刻であり、県の調査と比較すると、成人の「職場」での受動喫煙が25.9%（R4）//17.9%（県）と県の調査よりも高い水準にある。

- また別途実施した乳幼児保護者の調査では、居者に喫煙者がおり、かつ屋内で喫煙する割合が26.5（H30）⇒42.2%（R4）と増加している。

1. 1日の平均飲酒量は横ばい 1週あたりの飲酒頻度は増加

- ◆ 1日の平均飲酒量が『2合以上』（「2合以上3合未満」＋「3合以上」）と回答した割合は、成人（20～64歳）の割合が21.7%（H30）⇒16.9%（R4）と減少、高齢者（65～74歳）の割合が15.3%（H30）⇒16.0%（R4）と横ばいとなっている。
- ◆ 1週あたりの飲酒頻度は『週3日以上』（「週3～5日」＋「週6～7日」）と回答した成人（20～64歳）の割合が23.0%（H30）⇒28.6%（R4）と増加、高齢者で「週6～7日」と回答した高齢者（65～74歳）の割合が25.7%（H30）⇒19.6%（R4）と減少している。

2. 喫煙者は着実に減少 ただし、乳幼児・成人の受動喫煙に課題あり

- ◆ 喫煙状況は、成人（20～64歳）で「吸っていたがやめた」の割合が13.4%（H30）⇒17.9%（R4）と増加、高齢者（65～74歳）で「吸っていたがやめた」の割合が24.6%（H30）⇒28.0%（R4）と増加、「吸わない」の割合が59.3%（H30）⇒63.6%（R4）と増加しており、喫煙者の割合は減少傾向にある。
- ◆ 受動喫煙については、経験した場所について「職場」と回答した成人（20～64歳）の割合が35.9%（H30）⇒25.9%（R4）と減少、乳幼児においては、同居している家族の中でたばこを吸う人が「いる」と回答した乳幼児の割合が39.8%（H30）⇒30.5%（R4）と減少。しかし同居する喫煙者の屋内での喫煙が26.5（H30）⇒42.2%（R4）と増加している。

乳幼児	1位 父親	2位 母親	3位 祖父	4位 祖母
幼保	父親	母親	祖父	その他
小学校	父親	母親	祖父	祖母
中学校	父親	母親	祖父	兄・姉・弟・妹
高校	父親	母親	祖父	祖母/兄弟・姉妹
成人	1位 職場	2位 路上	3位 飲食店	4位 家庭
高齢者	路上	職場	家庭	飲食店

※参考：各調査の受動喫煙の相手・場所の順位一覧

●新しい調査項目の回答状況

Q. 飲酒が影響する病気について、知っているもの

- ◆ 成人・高齢者ともに「急性アルコール中毒」（成人：73.7%、高齢者：65.3%）、「肝硬変」（成人：67.4%、高齢者：71.6%）が7割前後となっているものの、その他の「脳卒中」（成人：15.8%、高齢者：12.0%）、「がん」（成人：17.9%、高齢者：9.3%）、「逆流性食道炎」（成人：7.6%、高齢者：5.3%）等々の病気についてはいずれも認知度が2割未満となっている。
- ◆ 特に「認知症」に影響を及ぼすことは高齢者の4.9%しか認知されておらず、成人でも5.4%となっている。

Q. 禁煙外来の受診したいか

- ◆ 成人・高齢者ともに9割前後が「いいえ」と回答しており、受診する意向は非常に低い水準にある（成人：87.8%、高齢者：93.8%）。
- ◆ 禁煙意向について「いずれはやめたい」が3割程度（成人：33.8%、高齢者：25.0%）、「吸う本数を減らしたい」が2割程度（成人：21.6%、高齢者：18.8%）となっていることを踏まえると、医療機関への受診は心理的なハードルや費用負担を懸念する層が一定数含まれている可能性がある。

●こころの健康について

■総括コメント

- 全国的には有職女性の自殺が大きく増加しているが、今回の調査においては成人・および女性のストレスにおいて、前回調査からの大きな変化は見られなかった。
- ただし、悩みを「相談しない」割合は増加傾向にあり、「行政の相談窓口」の利用状況も1%程度と低い水準にある等、セーフティネットの構築において改善が求められる。
- 自殺対策ではコロナ禍の影響を踏まえた視点も重視されているが、感染症流行下における心情の変化を国の調査結果と比較すると「感染対策を過剰に意識するようになり、ストレスを感じた」が38.8%（R4）//40.7%（国）、次いで「不安を強く感じるようになった」が27.4%（R4）//46.2%（国）、「特に変化はなかった」が23.6%（R4）//16.6%（国）などとなっており、感染に対する不安よりも予防対策による窮屈さが勝っていたと考えられる。

- また、令和4年の全国の自殺者の状況については小中高生の自殺者が500人を超えて過去最多となっている。要因についてはコロナ禍の影響のほか、「様々な不安が増大している」といった推察に留まっている。
- 直近のストレスに関する小中学生の回答を見ると、小学生では「人間関係」、「家族」、「勉強」等、それぞれ前回より10ポイント弱増加しており、中学生では「勉強」が20ポイント以上、「将来のこと」が10ポイント弱増加。その他の項目も全体的に増加傾向にあり、ストレス要因が多岐にわたっていることがうかがえる。

1. ストレスの程度は大きく変わらず ただし小中学生のストレス要因が増加

- ◆ ストレスを感じた度合いについては、小中学生で5割程度、成人で7割程度、高齢者で6割弱とまで前回調査とほぼ同水準となっている。
- ◆ 一方でストレスの原因については、前回調査と比較すると、小学生で「勉強」・「家族」・「人間関係」が5～10ポイント程度増加、中学生で「勉強」・「将来」がそれぞれ10～20ポイント程度増加傾向にあり、ストレス要因が多岐にわたっていることがうかがえる。
- ◆ またストレス解消法についても「特になにもしなかった」と回答した割合が中学生で13.1%（H30）⇒21.1%（R4）と増加傾向にある。

2. 子育てのストレスも概ね変わらず 幼稚園児保護者は身内への相談が増加

- ◆ 子どもと過ごす時間を『楽しい（「とても楽しい」＋「やや楽しい」）』と感じる割合は乳幼児保護者で94.2%（H30）⇒92.4%（R4）、幼稚園児保護者は94.3%（H30）⇒94.9%（R4）と横ばいに推移している。
- ◆ ストレスの解消ができているか、という問いに対して「はい」と答えた割合は乳幼児保護者で83.0%（H30）⇒78.1%（R4）と減少、幼稚園児保護者は76.9%（H30）⇒75.7%（R4）と横ばいに推移している。
- ◆ 子育てで困った時や不安な時の相談先についても、「配偶者」「父母・兄弟姉妹」が6割を超えて多くなっており、全体の傾向としては前回調査から大きな変化は見られない。
- ◆ ただし、幼稚園児保護者においては「友人・仲間」へ相談する割合が70.7%（H30）⇒62.4%（R4）と減少し、「配偶者」への相談が68.2%（H30）⇒72.2%（R4）と微増傾向にある等、外出自粛の影響も垣間見える。

3. 悩みを相談しない割合が増加 行政の窓口利用も低迷

- ◆ ストレスや悩みの相談先については「相談しない」が成人で 16.5% (H30) ⇒17.9% (R4)、高齢者で 19.8% (H30) ⇒24.0% (R4) とそれぞれ増加傾向。また児童保護者と同様に「友人・知人」へ相談する割合が減少しており、成人で (H30) ⇒62.4% (R4)、高齢者で (H30) ⇒62.4% (R4) となっている。
- ◆ 「行政の相談窓口」については1%程度となっており、前回と同様低い水準にある。

4. 悩みを相談しない割合が増加 行政の窓口利用も低迷

- ◆ ストレスや悩みの相談先については「相談しない」が成人で 16.5% (H30) ⇒17.9% (R4)、高齢者で 19.8% (H30) ⇒24.0% (R4) とそれぞれ増加傾向。また児童保護者と同様に「友人・知人」へ相談する割合が減少しており、成人で (H30) ⇒62.4% (R4)、高齢者で (H30) ⇒62.4% (R4) となっている。
- ◆ 「行政の相談窓口」については1%程度となっており、前回と同様低い水準にある。

●新しい調査項目の回答状況

Q. 誰かに相談したり、助けを求めることにためらいがあるか

- ◆ 『ためらいがある』が成人で 40.6%、高齢者で 46.2%。『ためらいはない』が成人で 50.9%、高齢者で 39.1%となっている。

Q. こころの健康に不安を感じた時、医療機関を受診するか

- ◆ 成人・高齢者ともに「する」が約2割、「しない」が約3割、「わからない」が5割弱となっており、多くの人にとって、精神的な不調を感じた際の選択肢に拳がっていないことがうかがえる。
- ◆ 前述の【相談することに対するためらい】では『ためらいはない』が4～5割程度であったのに対し、医療機関の受診は敬遠されている現状がうかがえる。
- ◆ 受診しない理由については、「治療しなくても自然に治ると思うから」が最も多く、成人で 40.7%、高齢者で 56.4%。次いで「多少不安があっても重大な病気とは思わないから」が成人で 31.3%、高齢者で 49.1%などとなっており、メンタルヘルスに対する理解不足や精神疾患への先入観・偏見が見受けられる。

Q. 公的制度・サービスの認知度

- ◆ 成人・高齢者ともにくいのちの電話>は「内容まで知っていた」が約3割、「聞いたことがあるが、内容は知らない」が6割弱となっている。
- ◆ その他のサービスは大半が「知らなかった」と回答されており、<静岡県うちあけダイヤル LINE 相談>、<厚生労働省特設サイト「まもろうよ ころろ」>、<全国自死遺族総合支援センター>、<チャット相談 あなたのいばしょ>、<BOND プロジェクト LINE 相談>、<ゲートキーパー>はいずれも8割~9割が認知していないことがわかる。
- ◆ なお、<自殺予防週間(9/10 ~16)・自殺対策強化月間(3月)>については「聞いたことがあるが、内容は知らない」が24.1%となっているが、「内容まで知っていた」は4%程度となっている。

Q. 新型コロナウイルス感染症流行以降の心情・考えの変化

- ◆ 成人以上の全体で見ると「感染対策を過剰に意識するようになり、ストレスを感じた」が38.8%、次いで「不安を強く感じるようになった」が27.4%。「特に変化はなかった」が23.6%などとなっている。
- ◆ なお、別設問で【家族や身近な人の心情・考えの変化】についても質問しているが、回答内容はほぼ同じ傾向を示しており、国の先行調査でも同様の結果となっている。

●地域活動について

■総括コメント

- 地域活動の活性化は、世代間交流の促進や孤独・孤立の防止、地域の互助体制の強化等、様々な面から重要性が高まっている。
- 健康づくりにおいても、地域全体で取り組むことで習慣の定着を図るほか、交流や高齢者の活躍推進等による「社会的フレイル」の予防等、社会参加を前提としたアプローチが増加傾向にある。
- アンケート調査では、小中学生の域活動への参加率は減少しているものの、成人の「自治会」、「子ども会」等の参加は元に戻りつつある。
ただし、元の水準でも参加率は低い水準にあるため、若年層を中心に参加するメリットを明確に伝えることで、改善を図る必要がある。

1. 地域活動への参加状況はコロナ禍の影響大 ただし徐々に回復傾向か

- ◆ 地域活動やボランティア活動への参加状況は「参加していない」と回答した割合が、小学生で18.7%（H30）⇒40.6%（R4）と増加、中学生で34.5%（H30）⇒50.4%（R4）…と増加している。ただし高校生では「参加している」が32.0%（H30）⇒40.2%（R4）と増加しており、小中学生とは対照的に推移している。新型コロナウイルスの影響で活動の機会自体が縮小傾向にあり、全国的にも同様の傾向となっている。
- ◆ なお、県の調査結果では地域活動のほか、「趣味やおけいこ事」も含めて聞き取りをしており、性別・年代を問わず概ね4割前後が「何らかの活動を行っている」と回答している。
- ◆ また、成人・高齢者もそれぞれ「参加していない」が微増傾向にあるが、「祭り・行事」の参加が減少している一方で、「自治会」、「自主サークル活動」、「子ども会・育成会」は、割合としては少ないものの、前回調査とほぼ同水準となっており地域活動