

健康に対する意識や行動に関する調査結果の状況

調査対象者の概要

調査対象者は、清音村の住民基本台帳に登録されていて、平成14年3月31日現在で20歳以上80歳未満の方を対象に、第1期と第2期に分けて調査を行いました。なお、調査票の配布・回収は清音村愛育委員のみなさんにご協力をいただきました。

〔第1期〕

第1期の調査は平成14年1月に調査を行いました。

20歳以上65歳未満の方を対象に、全数、無記名調査を行いました。

配布数	回収数	回収率(%)
3,385	3,023	89.3

調査票の配布数は3,385人で、回収数は3,023人、回収率は89.3%でした。

回収数	回答数	全く記入なし
3,023	2,970	53

回収された3,023人のうち、全く記入のない人が53人、何らかの記入があった人が2,970人でした。

回答数	有効回答
2,970	2,763

2,970人のうち、性、年齢階級、居住地区の全てに回答のあった有効回答数は2,763人でした。

〔第2期〕

第2期の調査は平成14年9月に調査を行いました。

65歳以上80歳未満の方を対象に、全数、記名調査を行いました。記名方法は、あらかじめ名前シールを貼った質問票を配布しました。

配布数	回収数	回収率%
833	790	94.8

調査票の配布数は833人で、回収数は790人、回収率は94.8%でした。

回収数	回答数	全く記入なし
790	780	10

回収された790人のうち、全く記入のない人が10人、何らかの記入があった人が780人でした。

回答数	有効回答
780	778

780人のうち、名前シールをはがして、性、年齢階級、居住地区が特定できなかった2人を除いた778人を有効回答者としました。

性別、地区別、年齢階級別の配布数、有効回答数、有効回答率を示します。

性別	配布数（人数）			有効回答数（人数）			有効回答率（%）		
	第1期	第2期	合計	第1期	第2期	合計	第1期	第2期	合計
男性	1,678	374	2,052	1,298	353	1,651	77.4	94.4	80.5
女性	1,707	459	2,166	1,465	425	1,890	85.8	92.6	87.3
合計	3,385	833	4,218	2,763	778	3,541	81.6	93.4	83.9

地区別	配布数（人数）			有効回答数（人数）			有効回答率（%）		
	第1期	第2期	合計	第1期	第2期	合計	第1期	第2期	合計
黒田	55	25	80	53	24	77	96.4	96.0	96.3
古地	94	29	123	76	28	104	80.9	96.6	84.6
上中島	831	189	1,020	610	176	786	73.4	93.1	77.1
柿木	1,476	302	1,778	1,253	281	1,534	84.9	93.0	86.3
軽部	484	167	651	418	157	575	86.4	94.0	88.3
三因	445	121	566	353	112	465	79.3	92.6	82.2
合計	3,385	833	4,218	2,763	778	3,541	81.6	93.4	83.9

年齢別	配布数（人数）			有効回答数（人数）			有効回答率（%）		
	第1期	第2期	合計	第1期	第2期	合計	第1期	第2期	合計
20-24	288		288	206		206	71.5		71.5
25-29	382		382	288		288	75.4		75.4
30-34	368		368	275		275	74.7		74.7
35-39	289		289	225		225	77.9		77.9
40-44	360		360	297		297	82.5		82.5
45-49	362		362	324		324	89.5		89.5
50-54	493		493	419		419	85.0		85.0
55-59	460		460	397		397	86.3		86.3
60-64	383		383	332		332	86.7		86.7
65-69		347	347		324	324		93.4	93.4
70-74		272	272		258	258		94.9	94.9
75-79		214	214		196	196		91.6	91.6
合計	3,385	833	4,218	2,763	778	3,541	81.6	93.4	83.9

第1期と第2期の有効回答数を合わせた3,541人を分析対象者としました。

現在および将来において関心のあること

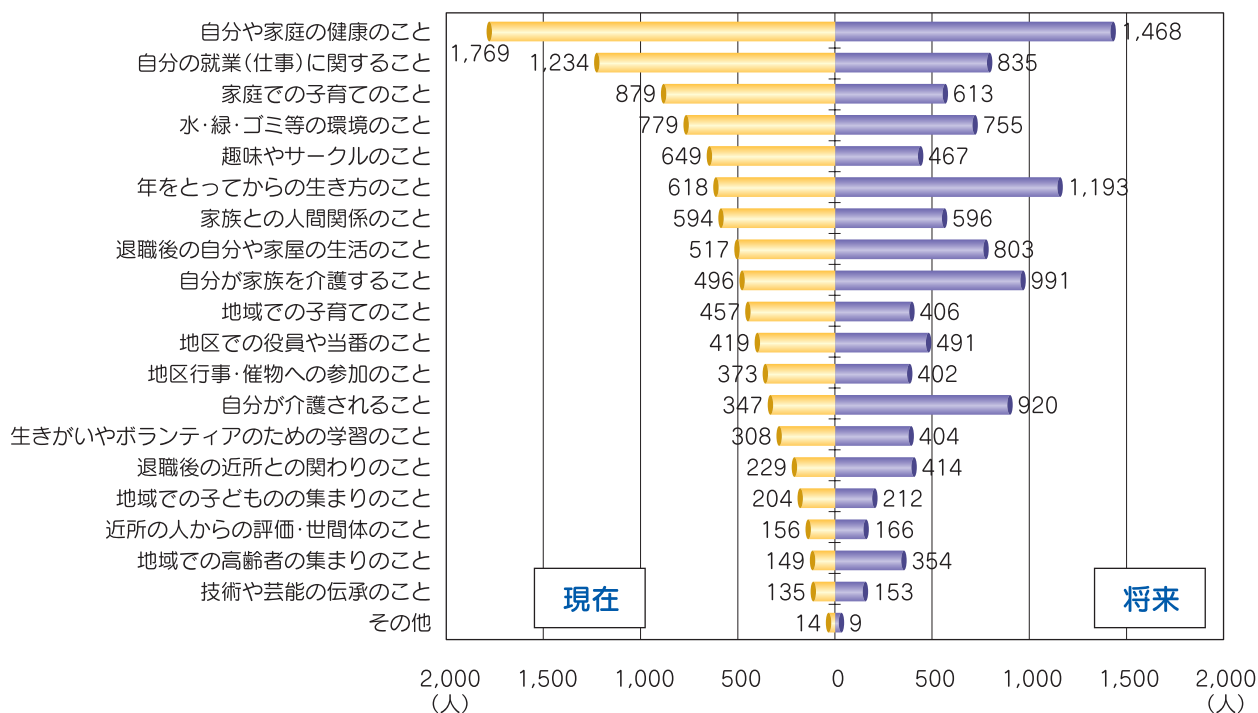
清音村にお住まいの方は、現在及び将来においてどのようなことに関心を持っているのでしょうか。

第1期調査の64歳以下と第2期調査の65歳以上では質問項目内容が若干異なっていますので、それぞれの結果についてみてみましょう。

【64歳以下】

今、下記のうち地域や家庭において関心のあることは何ですか。また将来（およそ10年後）は何が関心事になっていると思いますか。

- | | |
|--------------------------|----------------------|
| 1. 家庭での子育てのこと | 2. 地域での子育てのこと |
| 3. 自分の就業（仕事）に関すること | 4. 自分や家族の健康のこと |
| 5. 退職後の近所との関わりのこと | 6. 退職後の自分や家族の生活のこと |
| 7. 自分が家族を介護すること | 8. 自分が介護されること |
| 9. 趣味やサークルのこと | 10. 家族との人間関係のこと |
| 11. 年をとってからの生き方のこと | 12. 地域での子どもの集まりのこと |
| 13. 地域での高齢者の集まりのこと | 14. 地区行事・催物への参加のこと |
| 15. 地区での役員や当番のこと | 16. 近所の人からの評価・世間体のこと |
| 17. 生きがいやボランティアのための学習のこと | 18. 技術や芸能の伝承のこと |
| 19. 水・緑・ゴミ等の環境のこと | 20. その他（ ） |



図は、現在関心のあることに回答した人数の多い項目の順に並び替えたものです。

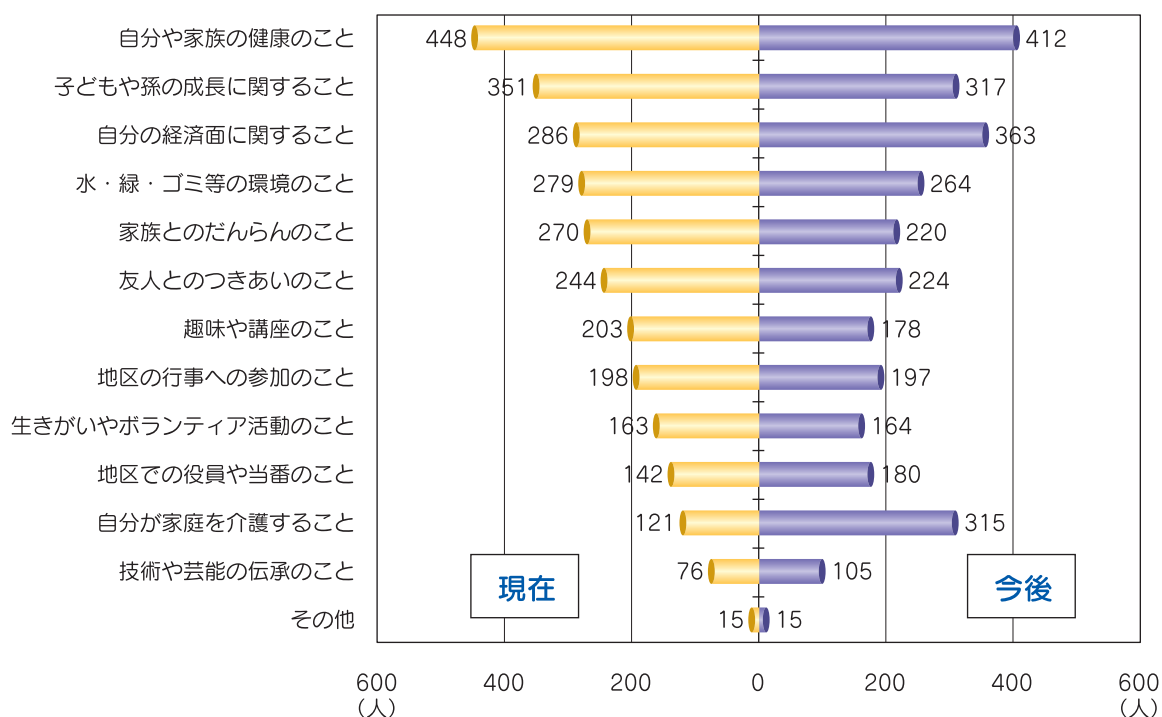
現在関心のある項目では「自分や家族の健康のこと」に1,769人（64.8%）が回答し、健康への関心が高いことがわかります。次いで、「自分の就業（仕事）に関すること」1,234人（44.7%）、「家庭での子育てのこと」879人（31.8%）、「水・緑・ゴミ等の環境のこと」779人（28.2%）、「趣味やサークルのこと」649人（23.5%）、「年をとってからの生き方のこと」618人（22.4%）となっていました。

将来関心のある項目でも「自分や家族の健康のこと」に1,468人（53.1%）が回答し、現在も将来も健康への関心が高いことがわかります。次いで、「年をとってからの生き方のこと」1,193人（43.2%）、「自分が家族を介護すること」991人（35.9%）、「自分が介護されること」920人（33.3%）、「自分の就業（仕事）に関すること」835人（30.2%）、「退職後の自分や家族の生活のこと」803人（29.1%）となっていました。

【65歳以上】

あなたは下記のうち地域や家庭において「現在」と「今後」で関心のあることは何ですか。

- | | |
|-------------------|--------------------------------|
| 1. 子どもや孫の成長に関すること | 2. 自分の経済面（年金・財産・収入等）に関する
こと |
| 3. 自分や家族の健康のこと | 4. 自分が家族を介護すること |
| 5. 友人とのつきあいのこと | 6. 趣味や講座のこと |
| 7. 家族とのだんらんのこと | 8. 地区の行事への参加のこと |
| 9. 地区での役員や当番のこと | 10. 生きがいやボランティア活動のこと |
| 11. 技術や芸能の伝承のこと | 12. 水・緑・ゴミ等の環境のこと |
| 13. その他 | |



現在関心のある項目では、65歳以上でも「自分や家族の健康のこと」に回答した人が448人（57.6%）と最も回答が多く、健康への関心が高いことがわかります。次いで、「子どもや孫の成長に関すること」351人（45.1%）、「自分の経済面に関すること」286人（36.8%）となっていました。

将来関心のある項目でも「自分や家族の健康のこと」に412人（53.0%）が回答し、現在も将来も健康への関心が高いことがわかります。次いで、「自分の経済面に関すること」363人（49.2%）、「自分が家族を介護すること」315人（40.5%）となっていました。

現在の健康状態について

先の質問では、現在及び将来において「自分や家族の健康のこと」が最も高い関心を示していました。では、現在の健康状態をどのように感じているのでしょうか。

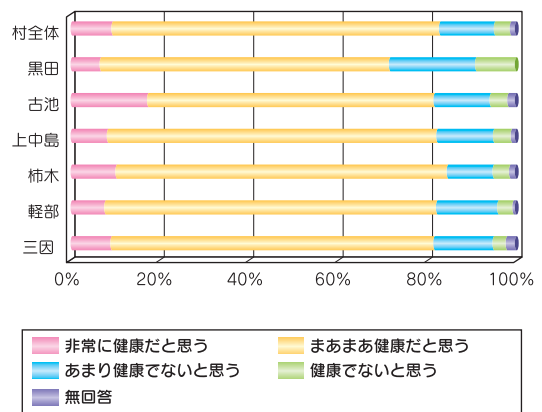
あなたは今の健康状態をどのように思いますか

- | | |
|---------------|--------------|
| 1.非常に健康だと思う | 2.まあまあ健康だと思う |
| 3.あまり健康でないと思う | 4.健康でないと思う |

【全体】

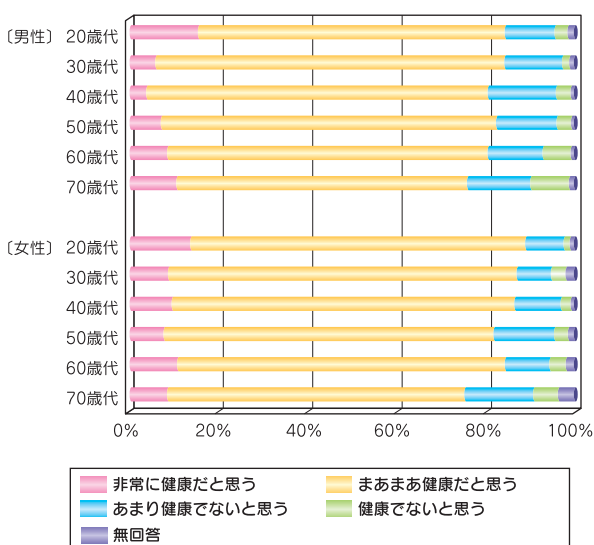
	人数	割合(%)
1.非常に健康だと思う	333	9.4
2.まあまあ健康だと思う	2,607	73.6
3.あまり健康でないと思う	430	12.1
4.健康でないと思う	128	3.6
無回答	43	1.2
合計	3,541	100.0

【地区別】



「非常に健康だと思う」「まあまあ健康だと思う」を合わせると2,940人（83.0%）でした。一方、「あまり健康ではないと思う」「健康ではないと思う」を合わせると558人（15.7%）でした。地区別では「非常に健康だと思う」と回答した人の割合が古池地区で最も高くなっていました。一方、「あまり健康ではないと思う」「健康ではないと思う」と回答した人の割合が黒田地区で高くなっていました。

【性別年齢階級別】



男性では、40歳代で「非常に健康だと思う」と回答した割合が最も少なくなっています。「あまり健康ではないと思う」「健康でないと思う」は年代が上がるにつれて増加する傾向にあります。

女性では、50歳代で「非常に健康だと思う」と回答した割合が最も少なくなっています。「あまり健康ではないと思う」「健康でないと思う」は年代が上がるにつれて増加する傾向にあります。

生きがいについて

みなさんは、どのように生きがいを感じられているのでしょうか。

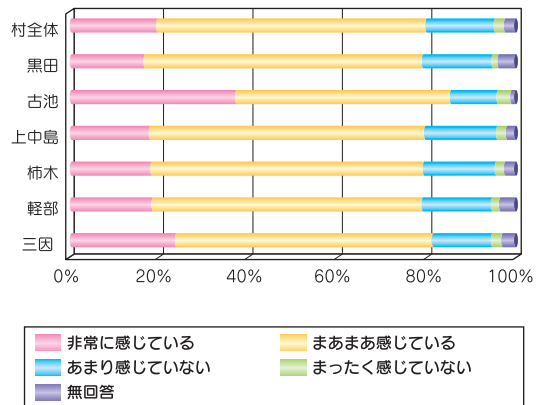
あなたは生きがいを感じていますか

- 1.非常に感じている
- 2.まあまあ感じている
- 3.あまり感じていない
- 4.まったく感じていない

【全体】

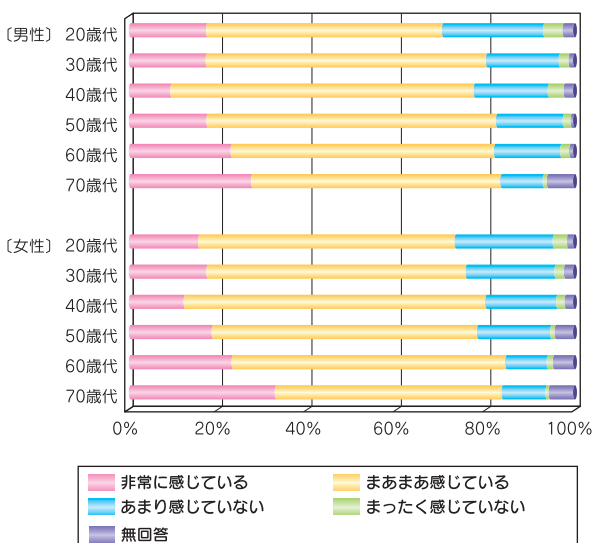
	人数	割合(%)
1.非常に感じている	696	19.7
2.まあまあ感じている	2,135	60.3
3.あまり感じていない	549	15.5
4.まったく感じていない	71	2.0
無回答	90	2.5
合計	3,541	100.0

【地区別】



「非常に感じている」「まあまあ感じている」を合わせると2,831人（80.0%）でした。一方、「あまり感じていない」「まったく感じていない」を合わせると620人（17.5%）でした。地区別では「非常に感じている」と回答した人の割合が古池地区で最も高くなっていました。

【性別年齢階級別】



男性では、40歳代で「非常に感じている」と回答した割合が最も少なくなっています。「あまり感じていない」「まったく感じていない」は20歳代に多く、全体としては、年代が上がるにつれて減少する傾向にあります。

女性でも、40歳代で「非常に感じている」と回答した割合が最も少なくなっています。「あまり感じていない」「まったく感じていない」は男性と同様、20歳代に多く、年代が上がるにつれて減少する傾向にあります。

ストレス状態について

みなさんは、どのようにストレスを解消できているのでしょうか。

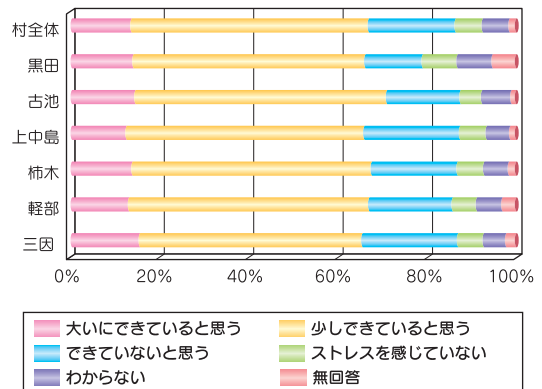
あなたはストレスを解消できていると思いますか

- 1.大いにできていると思う
- 2.少しできていると思う
- 3.できていないと思う
- 4.ストレスを感じていない
- 5.わからない

【全体】

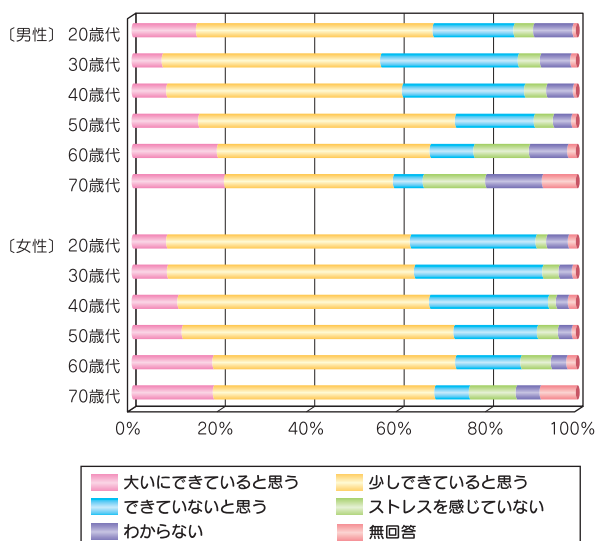
	人数	割合(%)
1.大いにできていると思う	482	13.6
2.少しできていると思う	1,893	53.5
3.できていないと思う	693	19.6
4.ストレスを感じていない	214	6.0
5.わからない	187	5.3
無回答	72	2.0
合計	3,541	100.0

【地区別】



「ストレスを感じていない」「大いにできていると思う」「少しできていると思う」を合わせると2,589人（73.1%）でした。一方、「できていないと思う」は693人（19.6%）でした。地区別では「できていないと思う」と回答した人の割合が黒田地区で最も低くなっていました。

【性別年齢階級別】



男性では、30歳代、40歳代に「できていないと思う」と回答した人の割合が高くなっていました。一方、70歳代では「できていないと思う」は最も少なくなっていました。

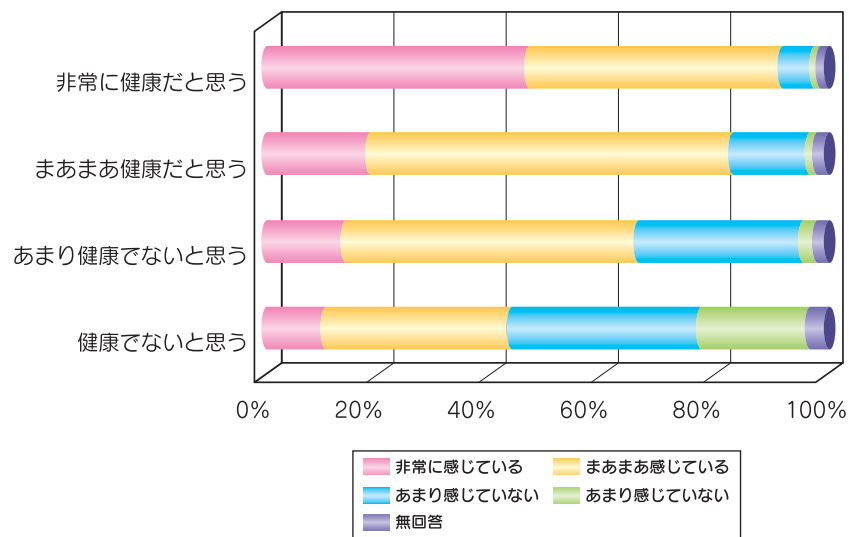
女性では、20歳代、30歳代で「できていないと思う」と回答した人の割合が高くなっていました。一方、70歳代では「できていないと思う」は最も少なくなっていました。

「健康状態」、「生きがい」、「ストレス解消」の項目同士の関連

これまでの「健康状態」、「生きがい」、「ストレス解消」の項目同士の関連をみてみましょう。

「あなたは今の健康状態をどのように思いますか」と「あなたは生きがいを感じていますか」との関連

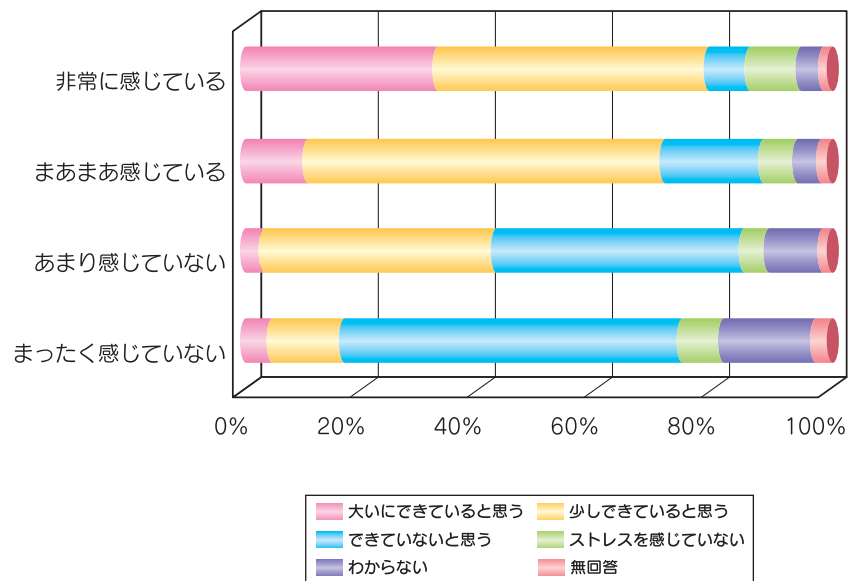
健康状態	生きがい	生きがいを感じている				生きがいを感じていない		合計
		非常に感じている	まあまあ感じている	あまり感じている	まったく感じている	無回答	割合	
非常に健康だと思う	人数	155	151	19	4	4	333	
	割合	46.5	45.3	5.7	1.2	1.2	100.0	
まあまあ健康だと思う	人数	464	1,705	356	32	50	2,607	
	割合	17.8	65.4	13.7	1.2	1.9	100.0	
あまり健康でないと思う	人数	59	227	126	10	8	430	
	割合	13.7	52.8	29.3	2.3	1.9	100.0	
健康でないと思う	人数	13	43	43	25	4	128	
	割合	10.2	33.6	33.6	19.5	3.1	100.0	
無回答	人数	5	9	5	0	24	43	
	割合	11.6	20.9	11.6	0.0	55.8	100.0	
合計	人数	696	2,135	549	71	90	3,541	
	割合	19.7	60.3	15.5	2.0	2.5	100.0	



今の健康状態を「非常に健康だと思う」と回答した人のうち、生きがいを「非常に感じている」(46.5%)、「まあまあ感じている」(45.3%)と91.8%の人が生きがいを感じていると回答しています。一方、「健康でないと思う」と回答した人のうち、生きがいを「あまり感じている」(33.6%)、「まったく感じている」(19.5%)と53.1%以上の人が生きがいを感じていませんでした。

「あなたは生きがいを感じていますか」と「あなたはストレスを解消できていると思いますか」との関連

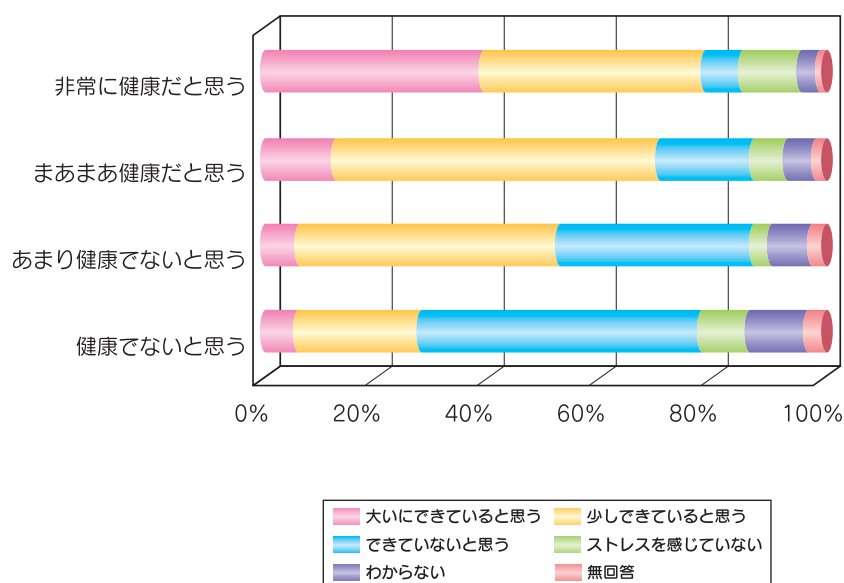
生きがい	ストレス解消		大いにできていると思う	少しできていると思う	できていないと思う	ストレスを感じていない	わからない	無回答	合計
			人数	割合					
非常に感じている	人数		227	323	49	62	26	9	696
	割合		32.6	46.4	7.0	8.9	3.7	1.3	100.0
まあまあ感じている	人数		227	1,305	356	123	89	35	2,135
	割合		10.6	61.1	16.7	5.8	4.2	1.6	100.0
あまり感じていない	人数		16	219	232	23	52	7	549
	割合		2.9	39.9	42.3	4.2	9.5	1.3	100.0
まったく感じていない	人数		3	9	41	5	11	2	71
	割合		4.2	12.7	57.7	7.0	15.5	2.8	100.0
無回答	人数		9	37	15	1	9	19	90
	割合		10.0	41.1	16.7	1.1	10.0	21.1	100.0
合計	人数		482	1,893	693	214	187	72	3,541
	割合		13.6	53.5	19.6	6.0	5.3	2.0	100.0



生きがいを「非常に感じている」と回答した人のうち、ストレスの解消を「大いにできている」(32.6%)、「少しできている」(46.4%)と79.0%の人が何らかのストレス解消ができていると回答しています。一方、生きがいを「まったく感じていない」と回答した人のうち、57.7%の人が「ストレス解消できていない」と回答していました。

「あなたは今の健康状態をどのように思いますか」と「あなたはストレスを解消できていると思いますか」
との関連

健康状態	ストレス解消	大いにできていると思う	少しできていると思う	できていないと思う	ストレスを感じていない	わからない	無回答	合計
非常に健康だと思う	人数	130	132	22	36	11	2	333
	割合	39.0	39.6	6.6	10.8	3.3	0.6	100.0
まあまあ健康だと思う	人数	318	1,518	452	150	128	41	2,607
	割合	12.2	58.2	17.3	5.8	4.9	1.6	100.0
あまり健康でないと思う	人数	24	202	150	14	30	10	430
	割合	5.6	47.0	34.9	3.3	7.0	2.3	100.0
健康でないと思う	人数	7	28	65	11	13	4	128
	割合	5.5	21.9	50.8	8.6	10.2	3.1	100.0
無回答	人数	3	13	4	3	5	15	43
	割合	7.0	30.2	9.3	7.0	11.6	34.9	100.0
合計	人数	482	1,893	693	214	187	72	3,541
	割合	13.6	53.5	19.6	6.0	5.3	2.0	100.0



今の健康状態を「非常に健康だと思う」と回答した人のうち、ストレス解消を「大いにできている」(39.0%)、「少しできている」(39.6%)と78.6%の人が何らかのストレス解消ができていると回答しています。一方、今の健康状態を「健康でないと思う」と回答した人のうち、50.8%の人が「ストレス解消できていない」と回答していました。

「健康だと感じている」「生きがいを感じている」「ストレス解消ができている」ということは、互いに密接に関連していることがわかりました。

これからの健康づくりは仲間づくり

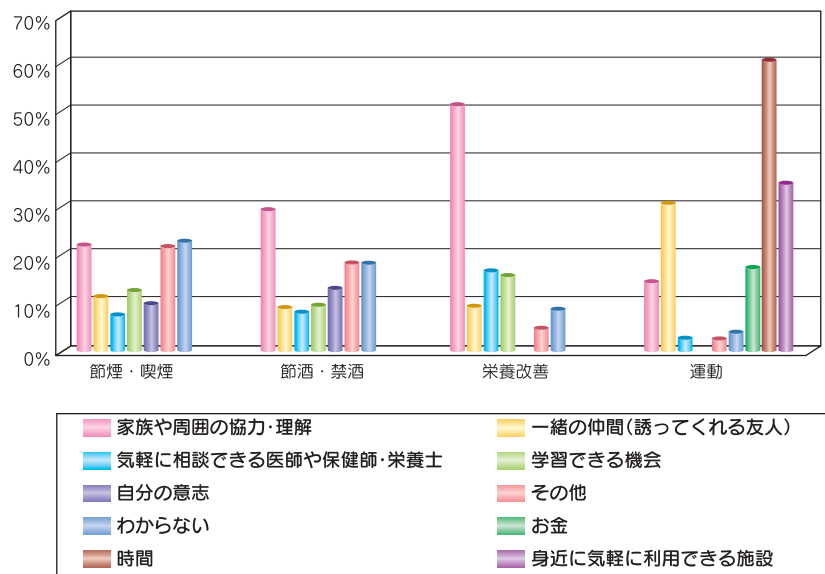
喫煙、飲酒、バランスのとれた食生活、運動について、現在は好ましい状況でないとお返した者のうち好ましい状況へ改善したいと回答している者の割合は以下の表のようになっています。

内 容	割合(%)
現在飲酒をしている人のうち節酒・禁酒をしたいと思っている人	27.1
現在たばこを吸っている人のうち節煙・禁煙をしたいと思っている人	61.7
現在運動をしていない人のうち運動をしたいと思っている人	62.3
現在バランスを考えて食事をしていない人のうち改善したいと思っている人	70.3

(割合の順に並び替えています)

割合の一番低い飲酒に関しても4人に1人程度、食生活では実に10人に7人は今の状況を好ましい状況にしたいと思っています。

節煙・禁煙、節酒・禁酒、食生活改善、運動をするときに必要なものは何かということについて、回答者の割合をグラフにしました。



グラフからわかるように、節煙・禁煙、節酒・禁酒、食生活改善となるにつれて、「家族や周囲の協力・理解」「一緒に仲間」という回答が増えています。これらのことから、今の状況を改善するには自分だけではなく他者の協力が必要不可欠であることがわかります。

このように自分以外の他者の協力が必要という状況はわかりましたが、そのためには先ほど述べたように、コミュニケーションが必要です。また、運動している人からの誘いかけも大切なことです。

では運動をしている人は近所の人を誘っているのでしょうか、住民の皆さんは近所に住んでいる方や友人とどの程度話をしているのでしょうか。

運動をするとき近所の人を誘っているか

運動している人は、運動をしていない人を誘っているのでしょうか。

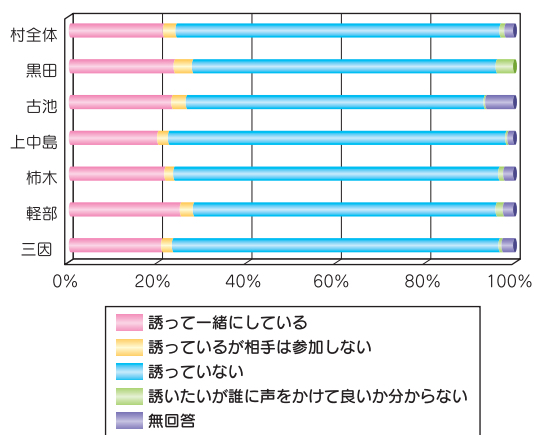
あなたが運動するとき、近所の人を誘っていますか

1. 誘って一緒にしている
2. 誘っているが相手は参加しない
3. 誘っていない
4. 誘いたいが誰に声をかけて良いかわからない

【全体】

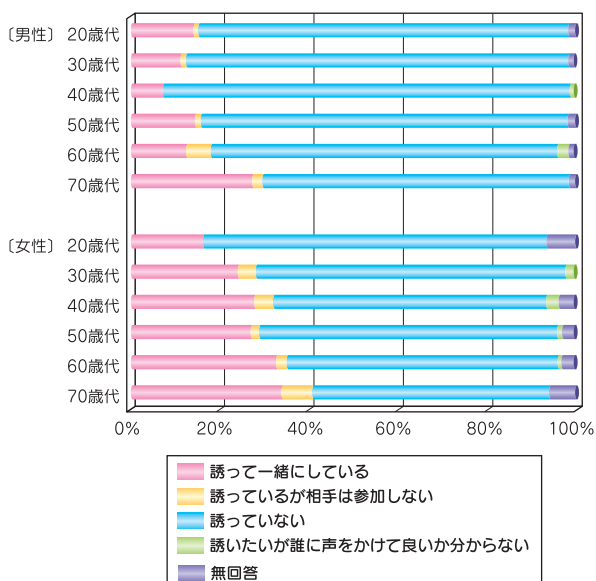
	人数	割合(%)
1. 誘って一緒にしている	274	21.7
2. 誘っているが相手は参加しない	34	2.7
3. 誘っていない	915	72.4
4. 誘いたいが誰に声をかけて良いかわからない	12	1.0
無回答	28	2.2
合計	1,263	100.0

【地区別】



「誘って一緒にしている」と回答した人が274人（21.7%）で、915人（72.4%）の人は「誘っていない」と回答しています。地区別ではほとんど差がありません。

【性別年齢階級別】



男性では、40歳代が誘っていない割合が最も多くなっています。70歳代は他の年代に比べて、誘っている割合が多くなっています。

女性では、年代が多くなるにつれて誘う割合が多くなっています。

近所の人と話をしている状況

日ごろ近所同士で話をしているのでしょうか。

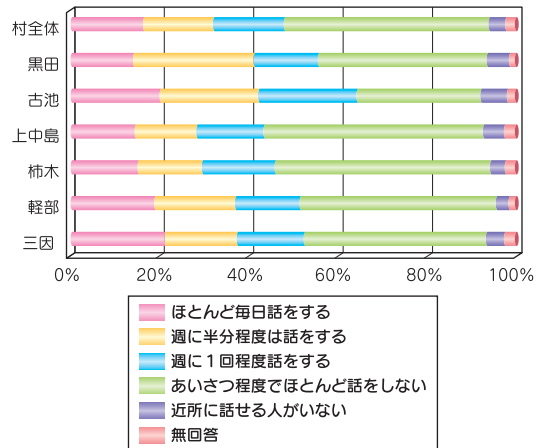
あなたは近所の人と話をしますか

- 1.ほとんど毎日話をする
- 2.週に半分程度は話をする
- 3.週に1回程度話をする
- 4.あいさつ程度でほとんど話をしない
- 5.近所に話せる人がいない

【全体】

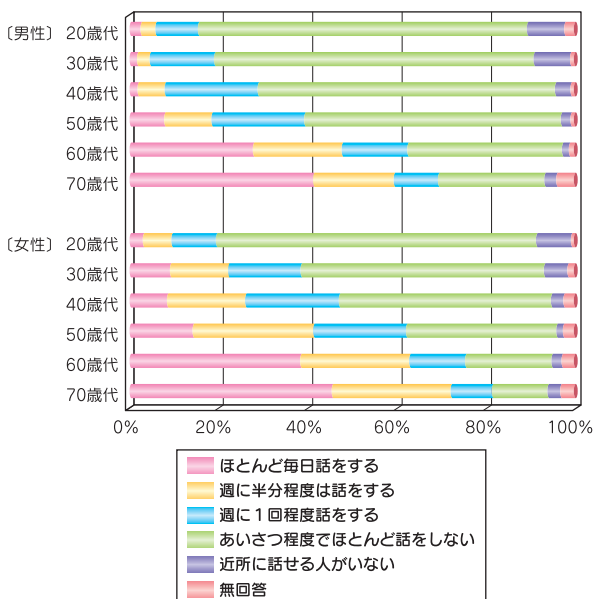
	人数	割合(%)
1.ほとんど毎日話をする	590	16.7
2.週に半分程度は話をする	557	15.7
3.週に1回程度話をする	554	15.6
4.あいさつ程度でほとんど話をしない	1,632	46.1
5.近所に話せる人がいない	126	3.6
無回答	82	2.3
合計	3,541	100.0

【地区別】



「あいさつ程度でほとんど話をしない」と回答した人が1,632人（46.1%）で最も多くなっています。「ほとんど毎日話をする」と「週に半分程度は話をする」を合わせると1,147人（32.4%）でした。地区別では「あいさつ程度でほとんど話をしない」と回答した人の割合が上中島地区、軽部地区で多くなっていました。

【性別年齢階級別】



男性では、年代が高くなるにつれて話をする割合が増えています。しかし、40歳代までは近所の人と話をすることがほとんどないことがわかります。

女性でも、年代が高くなるにつれて話をする割合が増えています。

男性に比べて女性のほうが近所の人と話をしているようです。