

「健康」に関する区民アンケート調査

調査結果報告書

令和2年（2020年）3月

墨 田 区

目次

第1部 調査実施の概要	3
1 調査実施の目的	3
2 調査の方法等	3
3 回収結果	4
4 報告書の見方	5
5 標本誤差	6
第2部 一般区民調査結果	9
1 回答者自身について	9
(1) 性別	9
(2) 年齢	9
(3) 居住地域	10
(4) 職業	11
(4-1) 雇用形態	13
(4-2) 事業所規模	15
(5) 世帯構成	17
(6) 子どもの年齢	19
2 健康状態や意識について	20
(1) 健康状態	20
(2) 睡眠による休養	21
(3) 平均睡眠時間	22
(4) 余暇の充実度	24
(5) インターネット接続機器	25
(5-1) インターネットの利用時間	26
(6) 直近1か月間の不安、悩み、ストレスなどの状況	27
(6-1) 不安、悩み、ストレスなどの解消	28
(7) 現在の精神状態	29
(8) 悩みや相談相手の有無	38
(9) 悩みの相談相手(先)	39
(10) 自殺対策が自分自身に関わるという考え	40
3 食生活・栄養について	41
(1) 「食育」の認知度・関心度	41
(2) 朝食の頻度	43
(3) 食事の頻度	45
(4) 日頃の食生活で実践していること	48
(5) 適正な塩分の摂取量の認知度	50
(6) 外食や中食の利用頻度	51
(7) 食べ方への関心	54

(8)	食品に「栄養成分表示」がされていることの認知度	55
(8-1)	「栄養成分表示」の参考程度	56
4	身体を動かすことについて	57
(1)	日頃の身体活動の程度	57
(2)	1日の歩数計測状況	62
(2-1)	主に使用している計測器	63
(2-2)	1日の歩数	64
(3)	1週間の運動状況	65
(3-1)	運動の継続期間	66
5	たばこについて	67
(1)	「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」の認知度	67
(2)	受動喫煙の認知度	68
(2-1)	受動喫煙による影響	68
(3)	受動喫煙の機会	70
(4)	飲食店を選ぶ際の「禁煙」または「喫煙スペース」に対する基準	78
(5)	喫煙による影響についての認知度	79
(6)	喫煙状況	81
(6-1)	喫煙歴	83
(6-2)	平均喫煙本数	84
(6-3)	吸っている（吸っていた）たばこの種類	85
(6-4)	喫煙の際の意識	86
(6-5)	禁煙・減煙意向	87
(6-6)	禁煙・減煙のための考え	88
6	飲酒について	89
(1)	飲酒頻度	89
(1-1)	1日（回）の平均的な飲酒量	90
(2)	適度な飲酒量	91
(3)	多量・長期間の飲酒による影響	92
7	健康の自己管理について	93
(1)	身長・体重・BMI	94
(2)	自分の体型への理解	98
(3)	健康診査の受診状況	100
(3-1)	健康診査を受けない理由	102
(4)	職場・学校の取組	103
(5)	かかりつけ医の有無	104
(6)	かかりつけ薬局の有無	105
(7)	生活習慣病に関する認識	106
8	歯の健康について	112
(1)	口中の健康状態の満足度	112
(2)	歯の本数	113
(3)	糖尿病・喫煙による歯周病リスクの認知度	114

(4) かかりつけ歯科医の有無	115
(4-1) 治療以外の診査・処置の受診状況	116
(5) 「8020運動」の認知	117
9 感染症予防について	118
(1) 感染症予防のための帰宅時や食事前の手洗いの状況	118
(2) 感染症予防のための咳エチケットの心がけ	119
10 地域活動について	120
(1) 近所付き合いの程度	120
(2) 地域活動への参加状況	122
(3) 区の災害時の医療救護活動の認知度	130
11 子どもの健康について	132
(1) たばこの害等について子どもと話した経験	132
(2) 子どものかかりつけ医の有無	134
(3) 平日夜間救急・休日応急診療の認知度	134
12 健康づくりに関する意見、行政への要望について	135
(1) 健康づくりに関する意見、行政への要望	135

第3部 16～19歳調査結果 139

1 回答者自身について	139
(1) 性別	139
(2) 年齢・学年	140
(3) 居住地域	142
(4) 世帯構成	142
(5) 身長・体重・BMI	143
(6) 自分の体型への理解	145
(1) 朝食の頻度	146
(1-1) 朝食を食べないことがある理由	147
(2) 朝食や夕食を一緒に食べる相手	148
(3) 普段の食事内容	149
(4) 自分の食事に対する意識	150
(5) 間食の頻度	150
(5-1) 間食でよく食べるもの	151
3 歯の健康について	152
(1) かかりつけ歯科医の有無	152
(1-1) 治療以外でかかりつけ歯科医の受診状況	152
4 日ごろの生活について	153
(1) イライラや疲れを感じる程度	153
(2) 保健センターで、こころや体の健康に関する相談ができることの認知度	154
(3) 悩みの相談相手の有無	154
(4) 悩みの相談相手(先)	155
(5) 自殺対策が自分自身に関わるという考え	156

(6) 起床時間と就寝時間	157
(6-1) 就寝時間が24時以降になってしまう理由	159
(7) 余暇の過ごし方の充実度	160
(8) インターネット接続機器利用状況	161
(9) インターネットの利用時間	161
5 身体を動かすことについて	162
(1) 体を動かすことを好む程度	162
(2) スポーツの実施状況	163
6 たばこ・飲酒について	164
(1) 喫煙の状況	164
(1-1) 喫煙の頻度	164
(2) 「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」の認知度	165
(3) 喫煙による影響についての認知度	166
(4) 「受動喫煙」の認知度	167
(5) 受動喫煙の機会	167
(6) 飲食店を選ぶ際に「禁煙」または「喫煙スペース」に対する基準	171
(7) 喫煙に対するイメージ	172
(8) 飲酒の経験	173
(8-1) 飲酒の頻度	173
(9) 多量の飲酒を長期間続けることでの影響の認知度	174
7 感染症予防について	175
(1) 帰宅時や食事前の手洗いの状況	175
(2) 感染症予防のための咳エチケットの心がけ	176
8 日ごろの健康づくりについて	177
(1) 自分の健康への関心度	177
9 健康づくりに関する意見、行政への要望について	178
(1) 健康づくりに関する意見、行政への要望について	178

第4部 中学生調査結果 181

1 回答者自身について	181
(1) 性別	181
(2) 身長・体重・肥満度	182
(3) 自分の体型への理解	184
2 食事について	185
(1) 朝食の頻度	185
(1-1) 朝食を食べないことがある理由	186
(2) 朝食や夕食を一緒に食べる相手	187
(3) 普段の食事内容	188
(4) 自分の食事に対する意識	189
(5) おやつ（間食）を食べる頻度	189
(5-1) よく食べるおやつ（間食）	190

3	歯の健康について	191
	(1) かかりつけ歯科医の有無	191
	(1-1) 治療以外でのかかりつけ歯科医の受診状況	191
4	日ごろの生活について	192
	(1) イライラや疲れを感じる程度	192
	(2) 保健センターで、こころや体の健康に関する相談ができることの認知度	192
	(3) 気軽に相談できる人の有無	193
	(4) 悩みの相談先	194
	(5) 起床時間と就寝時間	195
	(5-1) 就寝時間が24時以降になってしまう理由	197
	(6) 余暇の過ごし方の充実度	197
	(7) インターネット接続機器利用状況	198
	(8) インターネット利用時間	199
	(9) 体を動かすことを好む程度	199
	(10) スポーツの実施状況	200
5	たばこ・飲酒について	201
	(1) 家族内の喫煙者の有無	201
	(2) 喫煙による影響で知っているもの	202
	(3) 「受動喫煙」の認知度	203
	(4) 喫煙に対するイメージ	204
	(5) 飲酒によって未成年のからだに影響が出ると知っているもの	205
6	感染症予防について	206
	(1) 帰宅時や食事前の手洗いの状況	206
7	日ごろの健康づくりについて	208
	(1) 自分の健康への関心度	208
資料編		211
1	調査票	211
	(1) 一般区民調査	211
	(2) 16～19歳調査	220
	(3) 中学生調査	225

第1部 調査実施の概要

第1部 調査実施の概要

1 調査実施の目的

平成28年3月に策定した『すみだ健康づくり総合計画』で掲げた「健康寿命を大きく伸ばし、誰もが健康に暮らすまちをつくる」をめざし、区民の健康寿命延伸を達成すべく、区民の健康意識や習慣などを把握するための基礎資料とする。

2 調査の方法等

調査は、下記の3対象へ、それぞれ調査票を分けて実施した。

- ①墨田区在住の20歳以上の男女（以下、『一般区民調査』）
- ②墨田区在住の中学卒業～19歳の男女（以下、『16～19歳調査』）
- ③墨田区内の区立学校に通う中学2年生の男女（以下、『中学生調査』）

調査設計ならびに回収状況は次のとおりである。

	一般区民調査
(1)対象	・墨田区在住の20歳以上の男女
(2)方法	・抽出方法：住民基本台帳からの層化2段無作為抽出 ・調査方法：郵送配布—郵送回収（礼状兼依頼のハガキ1回）
(3)期間	・令和元年11月1日～11月22日
(4)回収状況	・標本数：2,000人 ・有効回収数：882人（有効回収率：44.1%） ※インターネット回答160人（回答者に占める割合18.1%）
(5)内容	<ul style="list-style-type: none"> ・健康状態や意識について ・食生活・栄養について ・身体を動かすことについて ・たばこについて ・飲酒について ・健康の自己管理について ・歯の健康について ・感染症予防について ・地域活動について ・子どもの健康について ・回答者自身について

	16～19歳調査	中学生調査
(1)対象	・墨田区在住の中学卒業～19歳の男女	・区内の公立学校に通う中学2年生
(2)方法	・抽出方法：住民基本台帳からの層化2段無作為抽出 ・調査方法：郵送配布—郵送回収（礼状兼依頼のハガキ1回）	・抽出方法：区内公立中学校（全10校）から各学校1クラス ・調査方法：学校配布—学校回収
(3)期間	・令和元年11月1日～11月22日	・令和元年11月1日～11月22日
(4)回収状況	・標本数：350人 ・有効回収数：136人（有効回収率：38.9%）	・標本数：344人 ・有効回収数：325人（有効回収率：92.7%）
(5)内容	<ul style="list-style-type: none"> ・回答者自身について ・食事について ・歯の健康について ・日ごろの生活について ・身体を動かすことについて ・たばこ、飲酒について ・感染症予防について ・日ごろの健康づくりについて 	<ul style="list-style-type: none"> ・回答者自身について ・食事について ・歯の健康について ・日ごろの生活について ・たばこ、飲酒について ・感染症予防について ・日ごろの健康づくりについて

3 回収結果

(1) 一般区民調査

- ①標本数 2,000人
- ②有効回収数 882人
- ③有効回収率 44.1%
- ④性／年代別回収状況

	全 体			男 性			女 性		
	標本数 (人)	有効 回収数 (人)	有効 回収率 (%)	標本数 (人)	有効 回収数 (人)	有効 回収率 (%)	標本数 (人)	有効 回収数 (人)	有効 回収率 (%)
全 体	2,000	882	44.1	988	356	36.0	1012	497	49.1
20歳代	318	68	21.4	152	25	16.4	166	43	25.9
30歳代	420	154	36.7	213	63	29.6	207	91	44.0
40歳代	430	179	41.6	225	77	34.2	205	102	49.8
50歳代	315	136	43.2	164	60	36.6	151	76	50.3
60歳代	219	120	54.8	115	54	47.0	104	66	63.5
70歳代	209	136	65.1	92	58	63.0	117	78	66.7
80歳以上	89	49	55.1	27	16	59.3	62	33	53.2
無回答		40			3			8	

(2) 16～19歳調査

- ①標本数 350人
- ②有効回収数 136人
- ③有効回収率 38.9%
- ④性／年代別回収状況


	全 体			男 性			女 性		
	標本数 (人)	有効 回収数 (人)	有効 回収率 (%)	標本数 (人)	有効 回収数 (人)	有効 回収率 (%)	標本数 (人)	有効 回収数 (人)	有効 回収率 (%)
全 体	350	136	38.9	179	66	36.9	171	67	39.2

(3) 中学生調査

- ①標本数 344人
- ②有効回収数 325人
- ③有効回収率 92.7%

	全 体			男 性	女 性
	標本数 (人)	有効 回収数 (人)	有効 回収率 (%)	有効 回収数 (人)	有効 回収数 (人)
全 体	344	325	92.7	162	152

4 報告書の見方

- ①集計は、小数点以下第2位を四捨五入している。従って、数値の合計が100.0%ちょうどにならない場合がある。
- ②基数となるべき実数は、(n : number of casesの略)として表示している。
- ③回答の比率(%)は、その質問の回答者数を基数として算出した。従って、複数回答の設問は全ての比率を合計すると100.0%を超えることがある。
- ④本文や図表中の選択肢表記は、場合によって語句を短縮・簡略化している場合がある。
- ⑤図表中では、“-”を用いていることがある。それは回答者がいないことを表している。
- ⑥平成21年(一般区民調査のみ実施)と平成26年に実施した設問のうち、今回調査と比較できるものに関して比較を試みている。
- ⑦分析の軸(=表側)とした調査回答者の属性や設問は、無回答を除いている。そのため、各調査回答者の属性の基数の合計が全体と一致しない場合がある。
- ⑧分析の軸(=表側)とした調査回答者の属性や設問でnが少ないもの(25人未満)は、標本誤差が大きくなるため、参考として図示しているが、分析の対象からは除いている。
- ⑨時系列比較やクロス集計における分析の軸(=表側)が対になっている項目(例 性別など)の比較では、比率の差を中心に記述している。その表現は%ではなく、ポイントであらわすこととし、小数点以下第2位を四捨五入している。
- ⑩複数回答の設問のクロス集計については、数表を掲載している。その中で、で網掛けされている部分は、次の考え方による(表頭が「無回答」は網掛けを割愛)。
 - ・性別や設問間のクロス集計 全体(令和元年と表記部分)の比率に比べて10ポイント以上高いセル
 - ・性/年代別 男性であれば男性全体、女性であれば女性全体に比べて10ポイント以上高いセル
- ⑪統計数値を記述するにあたり、割での表記を用いている場合がある。その際の目安は、おおむね以下のとおりとしている。(小数点は四捨五入)

例	表現
19.5~20.4% (20.0%)	約2割 (2割)
20.5~23.4%	2割を超える
23.5~26.4%	2割台半ば
26.5~29.4%	3割近く

- ⑫一般区民調査において、ご自身のことについてたずねた、いわゆるフェイスシート(face sheet)は、実際の調査票では最後になっているが、本報告書では便宜上、最初に持っている。

5 標本誤差

この調査の結果をみる場合に、考慮すべき統計上の誤差がある。考慮すべき誤差（標本誤差）の大きさは、「回答者数（標本数）が少ないほど大きく」、また、「回答比率が低いほど大きく」なる。

下記の表は、今回の調査結果の標本誤差を示したものである。例えば、調査の中のある設問の回答数が882であり、Aと回答した人の比率が60%だった場合、その結果を全体（母集団）の結果として考える時に、「±4.67%の誤差がある、つまりAの回答比率は55.33～64.67%」とみることができる。

今回の調査結果の標本誤差は下記のようになる。

回答比率 (p) n	90%または 10%程度	80%または 20%程度	70%または 30%程度	60%または 40%程度	50%程度
882	±2.86%	±3.81%	±4.36%	±4.67%	±4.76%
700	±3.21%	±4.28%	±4.90%	±5.24%	±5.35%
500	±3.79%	±5.06%	±5.80%	±6.20%	±6.32%
300	±4.90%	±6.53%	±7.48%	±8.00%	±8.16%
100	±8.49%	±11.31%	±12.96%	±13.86%	±14.14%

※ 上表は $\frac{N-n}{N-1} \approx 1$ として算出している。なお、この表の計算式の信頼度は95%である。

注／この表の見方

標本誤差とは、今回のように全体（母集団）の中から一部を抽出して行う標本調査では、全体を対象に行った調査と比べ、調査結果に差が生じることがあり、その誤差のことをいう。この誤差は、標本の抽出方法や標本数によって異なるが、その誤差を数学的に計算することが可能である。その計算式を今回の調査に当てはめて算出したのが、上記の表である。

標本誤差は次式で得られ、①比率算出の基数（n）、②回答の比率（p）によって誤差幅が異なる。

$$\text{標本誤差} = \pm 2 \sqrt{2 \frac{N-n}{N-1} \times \frac{p(1-p)}{n}}$$

{

- N = 母集団数（20歳以上の人口）
（16歳～19歳の人口）
- n = 比率算出の基数（回答者数）
- p = 回答の比率（%）