

## IV 江東区民健康意識調査結果

### 1 調査概要

目的	『江東区健康プラン 21』計画策定の基礎資料とする
調査地域	江東区内全域
調査対象	① 満 18 歳以上の区民(一般区民調査) ② 満 12～17 歳の区民(中学・高校生調査) ③ 満 0～11 歳の区民の保護者(乳幼児・小学生調査)
抽出方法	住民基本台帳から無作為抽出
調査方法	① 一次調査 郵送配布・郵送回収 ② 二次調査 未返送者への訪問調査
調査期間	平成 14 年 10 月 18 日(金)～12 月 1 日(日)

### 2 回収結果

表 IV-1

	標本数(人)	有効回収数(人)	有効回収率 (%)
一般区民調査	1,500	1,045	69.7
中学・高校生調査	600	401	66.8
乳幼児・小学生調査	500	421	84.2
計	2,600	1,867	71.8

他の自治体の調査が 6 割未満であるのに比べ、高い回収率であった。  
特に乳幼児・小学生調査は 8 割を超えた。

### 3 調査の特色

調査対象を「一般区民」・「中学・高校生」・「乳幼児・小学生」の三階層にわけ、設問も各階層にあわせて設定した。また、設問内容を「健康日本 21」の指標設定分野ごとに設定した。主なものに、「健康づくり・生活習慣病・食生活と栄養・運動と身体活動・こころの健康・たばことアルコール・歯」の 7 分野がある。

## 4 調査結果の特徴

### (1) 高い健康づくりへの関心度

健康づくりへの関心度は、「一般区民」は、8割台半ばの人が「関心がある」と回答した。これに比べ「中学・高校生」は、「関心がある」は5割台半ばであった。また、健康づくりに関する考え方については、健康づくりに関心がある人ほど肯定する項目が多い傾向であった。

### (2) 実践はむずかしい

健康づくりの実践状況や、好ましい生活習慣の実践に関しては、高い認識や関心がありながらも、実践されていない項目が多い結果となった。「一般区民調査」では、「男性」の実践状況が少なく、特に20歳代・30歳代の少なさが目立った。また、「中学・高校生」も「一般区民」に比べ実践していない項目が多いことが分った。

### (3) 男性は、肥満に注意

「男性」のBMI<sup>5</sup>が全年代で標準を上回り、特に40歳代の男性は「肥満」が4割を超えた。またこの年代の適正体重の認知度は、どの年代より高いが、適正体重のコントロールの意向は、全年代の中で最低となった。

### (4) ストレスは、全ステージ（年齢層）で高率

こころの健康に関する分野では、乳幼児から成人まで「ストレスがある」が高い比率であった。特に、20歳代から50歳代までの年代は、8割台半ばから9割台強と高い結果となった。またストレスの高い人ほどこころと体の休養が取れていない結果であった。また、「中学・高校生」の中では、17歳女性のほぼ全員が「ストレスがあった」と回答し、14歳・16歳も9割強と高率となっていた。また「小学生」においても高く、男子は7割強であった。

---

<sup>5</sup> BMI (Body Mass Index) 体重(kg)÷(身長(m)×身長(m)) 標準 22  
やせ/ 18.5未満 普通/ 18.5以上25未満 肥満/ 25以上

**(5) 女子中高生の飲酒は家族から、そして高い飲酒率**

「中学・高校生調査」において、「女子」の方がたばこを吸った年齢も、アルコールを飲んだ年齢も「男子」より早いという結果であった。また飲酒のきっかけが、女子の場合、「家族に勧められて」「家族に飲む人がいる」などで高く、家庭環境の影響力が強いことがうかがえた。特に 17 歳の女子については、現在飲酒している割合が 55%と、男子の 40.7%を上回るとともに、国の女子の現状値の 35.9%も大幅に上回る結果となった。

**(6) 極めて少ない子どものための禁煙、4 割も禁煙失敗**

「乳幼児・小学生の保護者」に子どものための節酒の意向を聞いた結果、「考えたことがない」が 76%と高い結果であった。禁煙については、「考えたことがない」は 54%と節酒に比較すると低く、子どものために完全に禁煙した家庭は 6%強にとどまり、試みたができなかった家庭は 40%にのぼった。また、公共の場での分煙については、肯定派が全ての階層で 8 割を超えたが、特に「乳幼児・小学生の保護者」の層が高く、次いで、「中学・高校生」の層が続いた。たばこによる健康への悪影響の認知度や、禁煙の必要性の認知度は全体的に高く、「中学・高校生」も将来の喫煙の意向が低い点で、禁煙に対する社会的公認度はあると考えられる。しかしながら節酒については、「現在飲んでいる人」が 6 割強と高率であり、今後の節酒の意向も「病気になる限りしない」「節酒しない」の 2 項目がトップで約 5 割であった。

全体的な特徴について、以上 6 項目に関するもののほか、主な集計結果について次ページに具体的なデーターを掲載する。

図 IV-1

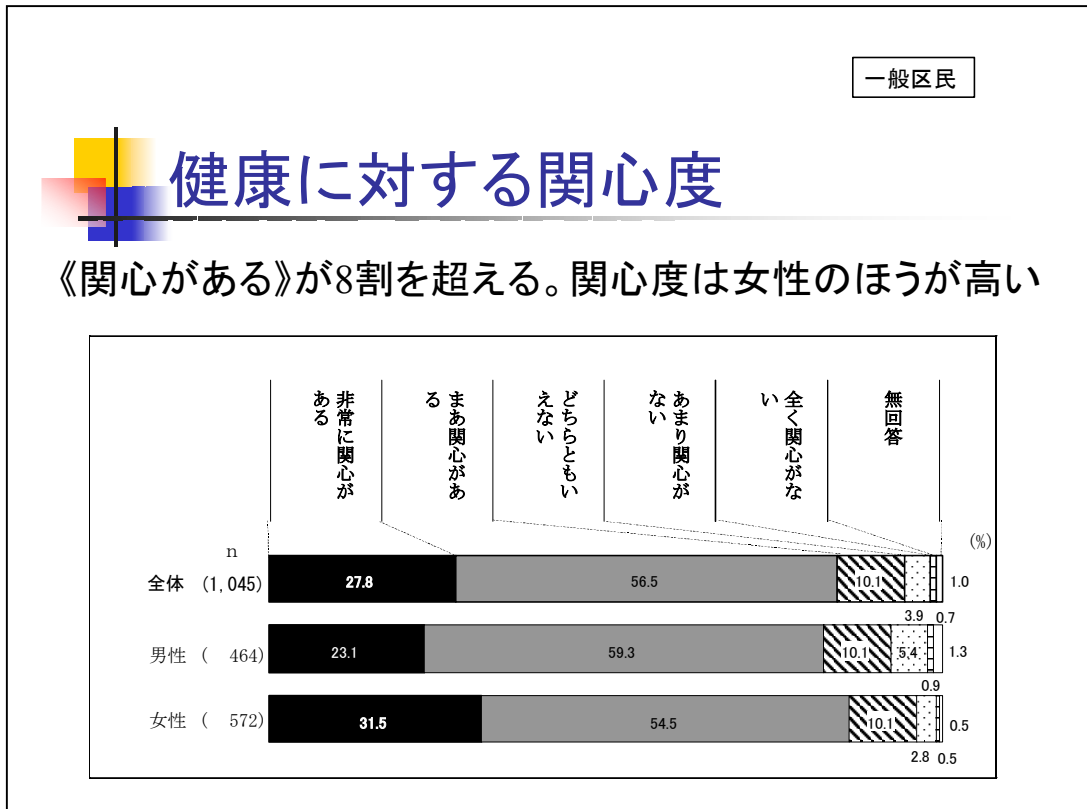


図 IV-2

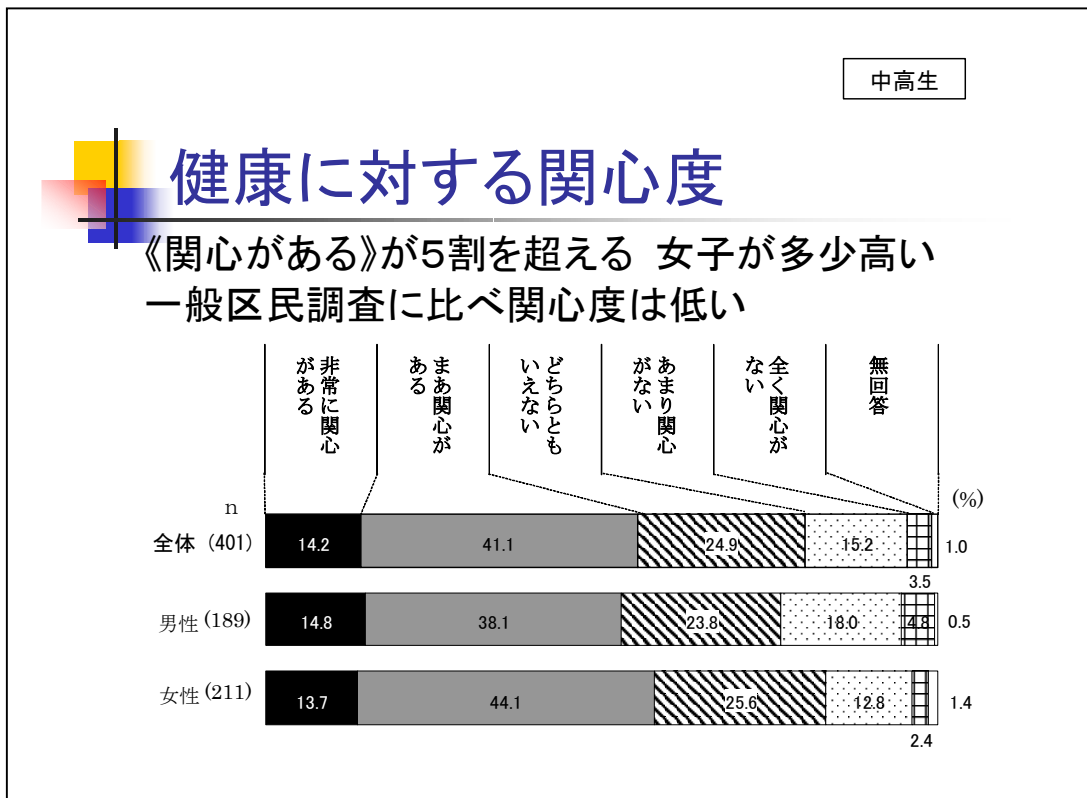


図 IV-3

## 健康に対する考え方(健康に対する関心度別)

一般区民

《関心がない》人は、肯定する項目が少ない

	《肯定派》 (「そう思う」+「まあそう思う」) 8割以上の項目	《否定派》 「あまりそう思わない」 +「そう思わない」 2割以上の項目
《関心がある》	① 自分の健康は、自分で守るものだ (97.5%) ② 将来介護が必要にならないようにしたい (96.0%) ③ 規則正しい食事をとることは重要だ (94.5%) ④ 歯を大切にすることが必要だ (93.1%) ⑤ 自分の生活の習慣を改めることも必要だ (90.9%) ⑥ 運動は、毎日を快適に過ごすために必要だ (88.8%) ⑦ 食が安全でないと健康を守るのはむずかしい (86.5%)	① 気をつけるより病気になってから病院に行く (78.7%) ② 好きな食べ物でもひかえる自信がある (24.8%)
《関心がない》	① 自分の健康は、自分で守るものだ (85.4%) ② 将来介護が必要にならないようにしたい (83.4%)	① 好きな食べ物でもひかえる自信がある (54.1%) ② 健康には、ある程度お金や時間が必要である (48.0%) ③ 気をつけるより病気になってから病院に行く (43.7%) ④ きれいな環境でなければ健康を守るのは難しい (31.3%)

図 IV-4



好ましい生活習慣(性・年代別)

一般区民

《実践派》は女性が全年代において男性を上回る  
男性 20・30 代を筆頭とする実践状況の改善が重点課題

	《実践派》(「いつもしている」+「ときどきしている」) 7割以上の項目	
	男 性	女 性
20歳未満	①趣味や楽しみを持って生活する (90.0%) ②自分や家族が作った料理を中心に食事をとる (80.0%) ③朝食をきちんと食べる (70.0%) ④映画やショッピングなど、外出の機会をもつ (70.0%)	①映画やショッピングなど、外出の機会をもつ (85.8%) ②自分や家族が作った料理を中心に食事をとる (85.7%) ③朝食をきちんと食べる (71.5%) ④趣味や楽しみを持って生活する (71.5%) ⑤糖分をひかえている (71.4%) ⑥料理や食事で、食品添加物や衛生面に気を配る (71.4%) ⑦家族で食事をしたり、会話をする機会をもつ (71.4%)
20歳代	①趣味や楽しみを持って生活する (73.8%)	①朝食をきちんと食べる (71.6%) ②映画やショッピングなど、外出の機会をもつ (70.4%)
30歳代		①自分や家族が作った料理を中心に食事をとる (83.3%) ②家族で食事をしたり、会話をする機会をもつ (82.2%) ③栄養のバランスや食事の品目を考えて食べる (74.4%) ④料理や食事で、食品添加物や衛生面に気を配る (72.2%) ⑤朝食をきちんと食べる (71.1%)
40歳代	①朝食をきちんと食べる (75.7%) ②自分や家族が作った料理を中心に食事をとる (74.3%) ③家族で食事をしたり、会話をする機会をもつ (71.6%)	①自分や家族が作った料理を中心に食事をとる (85.1%) ②家族で食事をしたり、会話をする機会をもつ (77.3%) ③朝食をきちんと食べる (77.2%) ④栄養のバランスや食事の品目を考えて食べる (70.3%)
50歳代	①朝食をきちんと食べる (81.6%) ②自分や家族が作った料理を中心に食事をとる (74.5%)	①朝食をきちんと食べる (93.6%) ②自分や家族が作った料理を中心に食事をとる (87.1%) ③栄養のバランスや食事の品目を考えて食べる (81.6%) ④家族で食事をしたり、会話をする機会をもつ (77.9%) ⑤料理や食事で、食品添加物や衛生面に気を配る (77.0%) ⑥食事の量を考えて食べる (73.4%) ⑦自分の体重の増減をまめにチェックする (72.5%) ⑧夜遅い時間のお酒や食事をひかえる (72.4%) ⑨薄味の食事を心がけ、塩からいものをひかえる (70.6%)
60歳代	①朝食をきちんと食べる (79.7%) ②自分や家族が作った料理を中心に食事をとる (78.6%) ③家族で食事をしたり、会話をする機会をもつ (70.8%)	①朝食をきちんと食べる (87.9%) ②自分や家族が作った料理を中心に食事をとる (87.1%) ③薄味の食事を心がけ、塩からいものをひかえる (83.4%) ④栄養のバランスや食事の品目を考えて食べる (79.6%) ⑤食事の量を考えて食べる (78.7%) ⑥意識して体を動かしたり運動をしたりする (75.0%) ⑦料理や食事で、食品添加物や衛生面に気を配る (75.0%) ⑧映画やショッピングなど、外出の機会をもつ (74.1%) ⑨自分の体重の増減をまめにチェックする (73.2%) ⑩夜遅い時間のお酒や食事をひかえる (73.1%) ⑪家族で食事をしたり、会話をする機会をもつ (71.3%) ⑫趣味や楽しみを持って生活する (70.4%)
70歳代	①自分や家族が作った料理を中心に食事をとる (88.9%) ②朝食をきちんと食べる (86.1%) ③食事の量を考えて食べる (77.8%) ④家族で食事をしたり、会話をする機会をもつ (75.0%) ⑤夜遅い時間のお酒や食事をひかえる (72.2%)	①朝食をきちんと食べる (78.9%) ②自分や家族が作った料理を中心に食事をとる (75.4%) ③薄味の食事を心がけ、塩からいものをひかえる (71.9%) ④食事の量を考えて食べる (71.9%) ⑤料理や食事で、食品添加物や衛生面に気を配る (70.1%)
80歳以上	①朝食をきちんと食べる (83.4%) ①自分や家族が作った料理を中心に食事をとる (83.4%) ③栄養のバランスや食事の品目を考えて食べる (77.8%)	①朝食をきちんと食べる (83.4%) ②自分や家族が作った料理を中心に食事をとる (77.8%)

図 IV-5

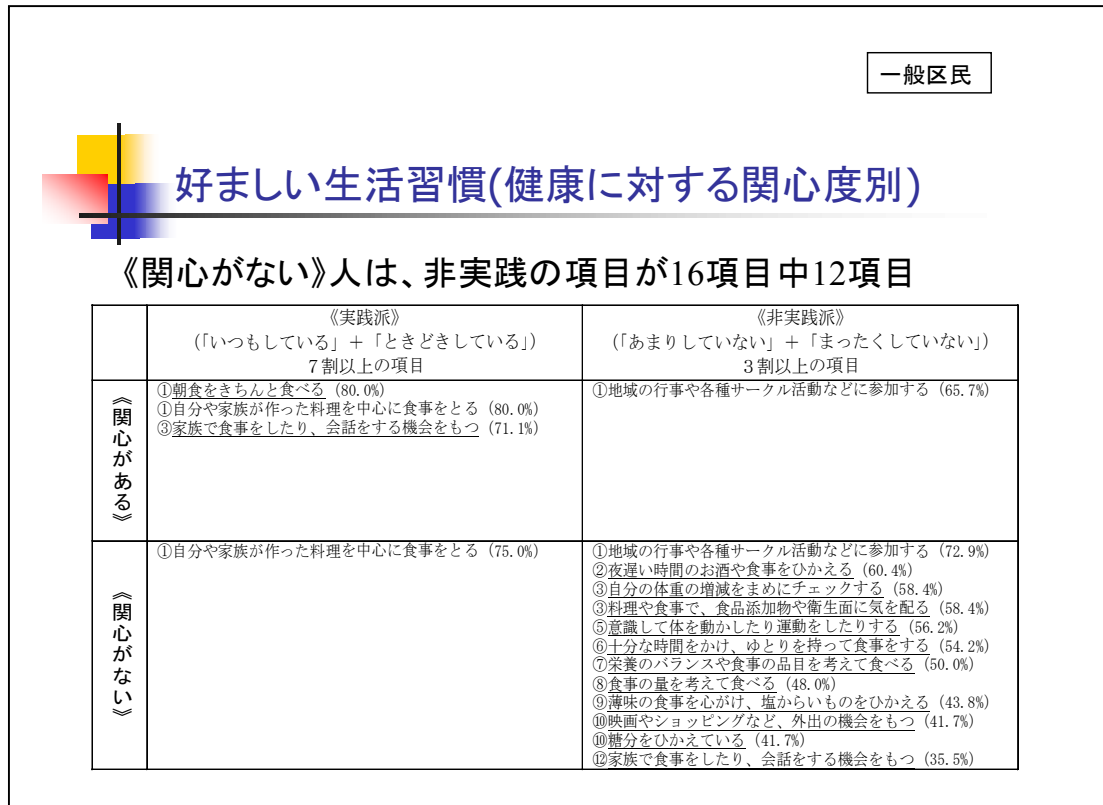


図 IV-6

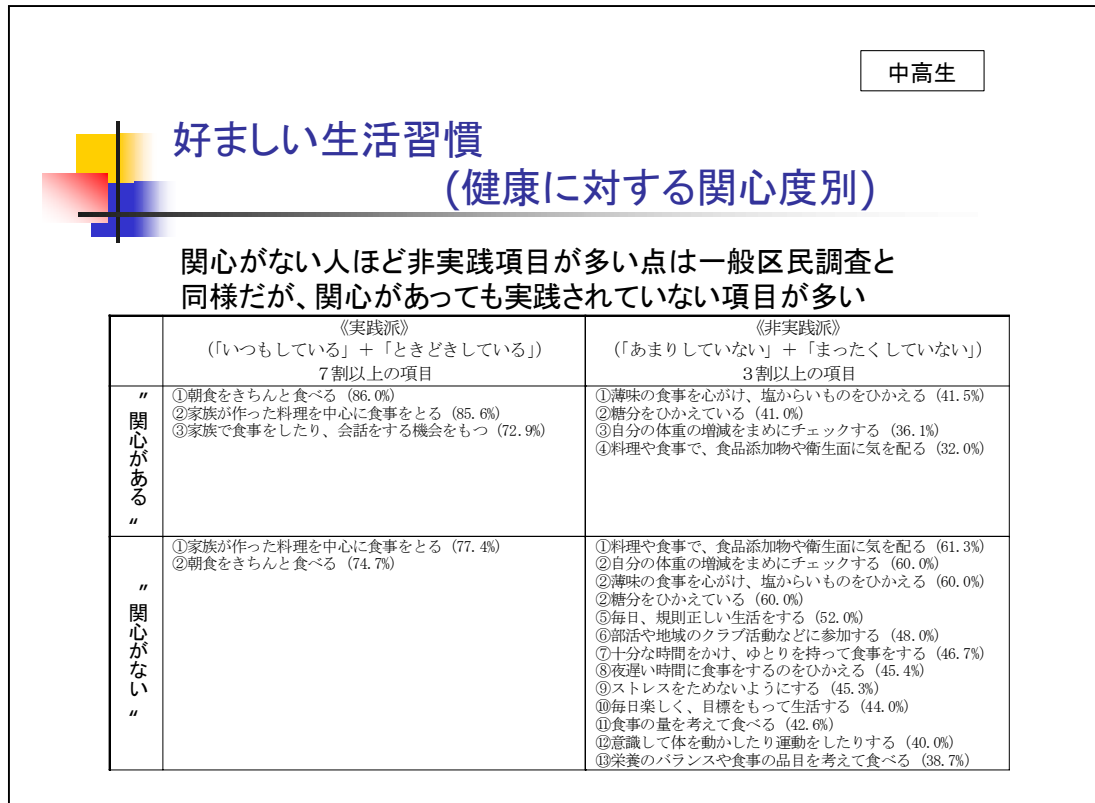


図 IV-7

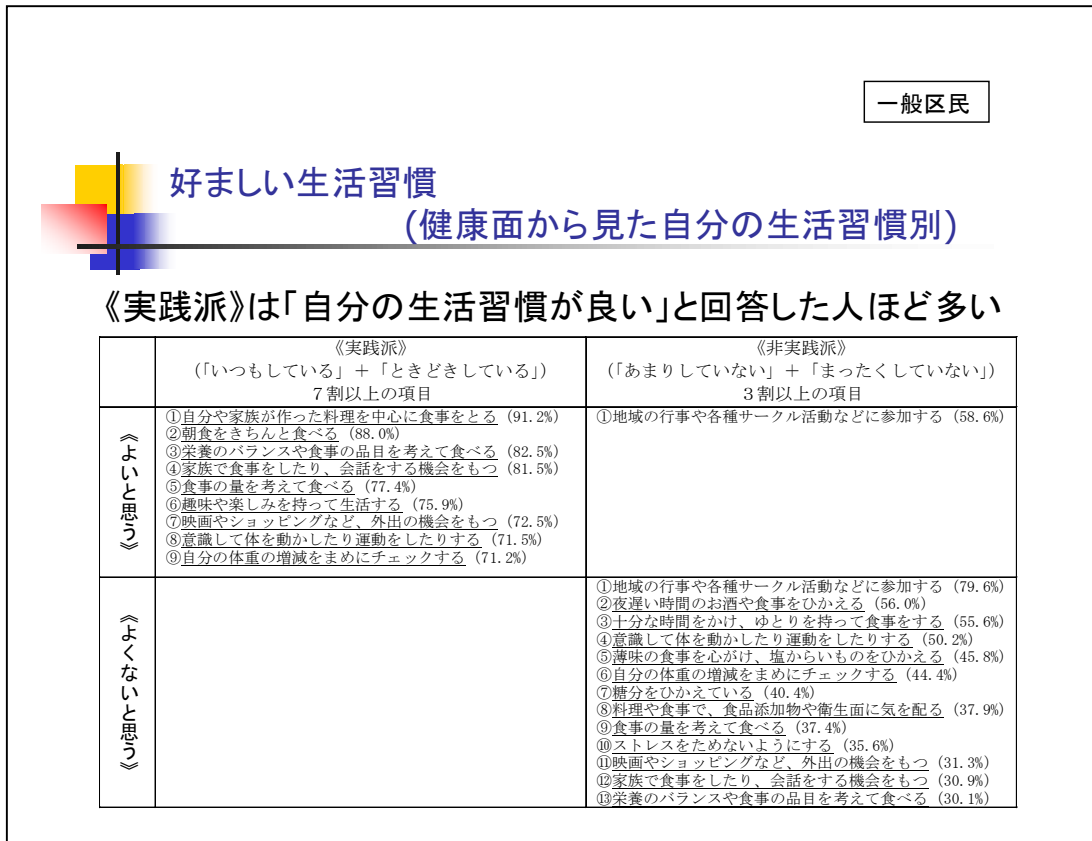


図 IV-8

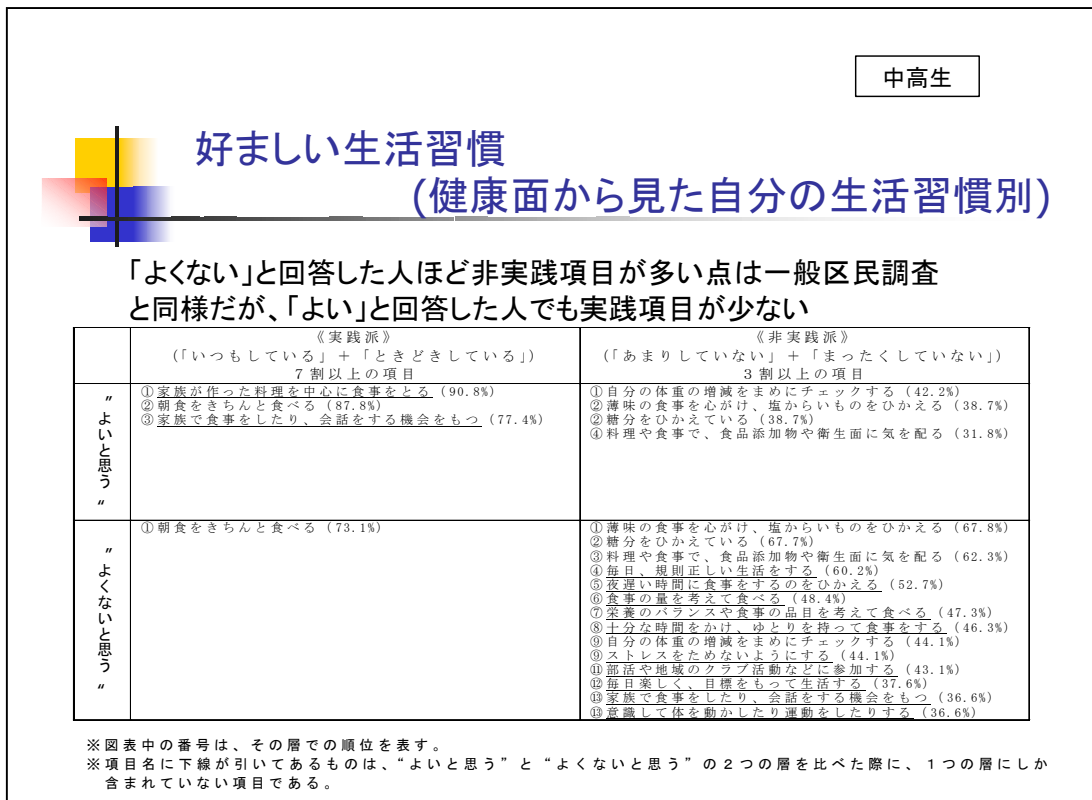


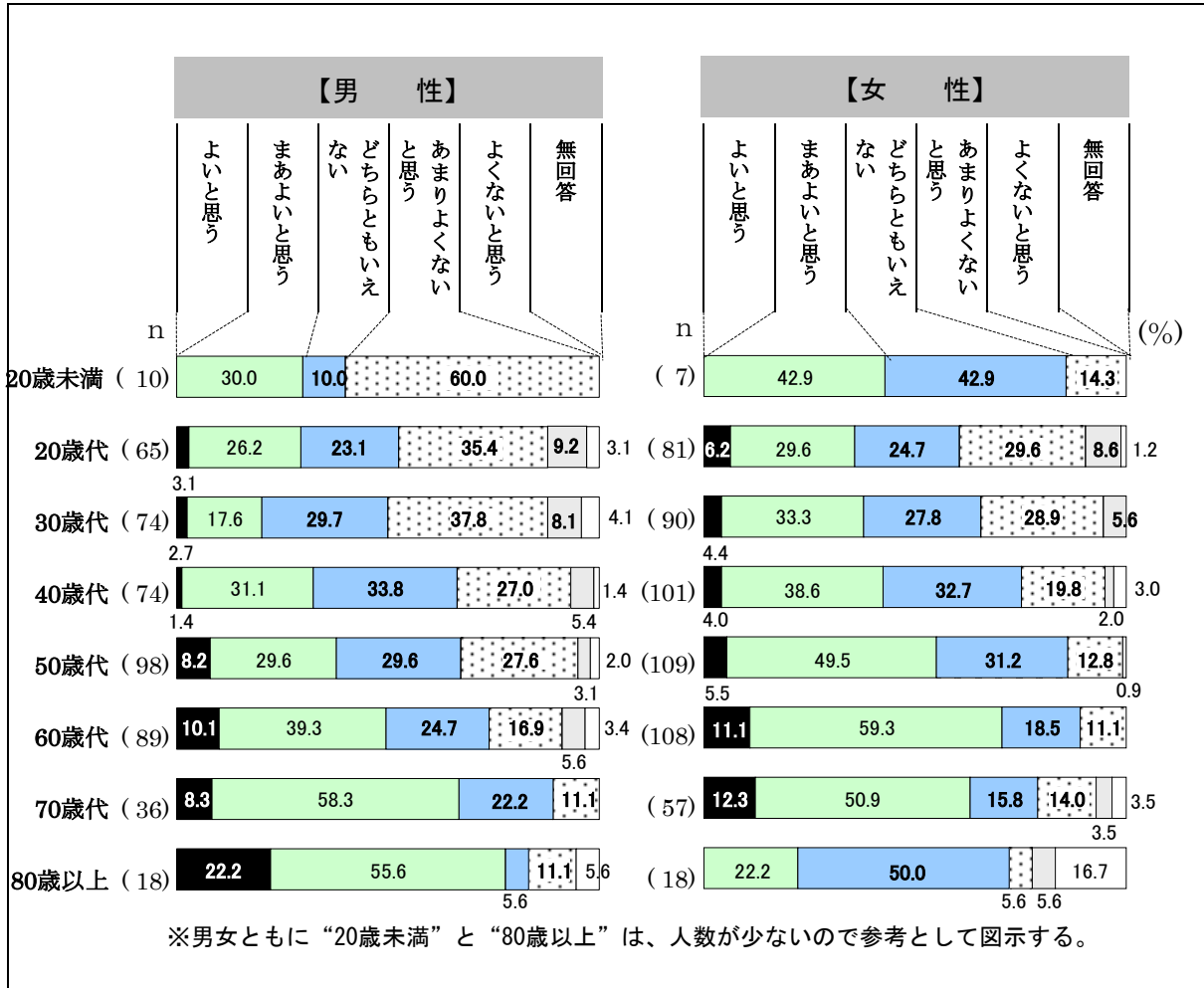
図 IV-9



# 健康面から見た自分の生活習慣

一般区民

《あまり良くない + 良くない》は、20・30代男性で高く、約45%



中高生

《あまり良くない + 良くない》は一般区民調査と異なり女子の方が多く、14・16・17歳で3割にのぼる

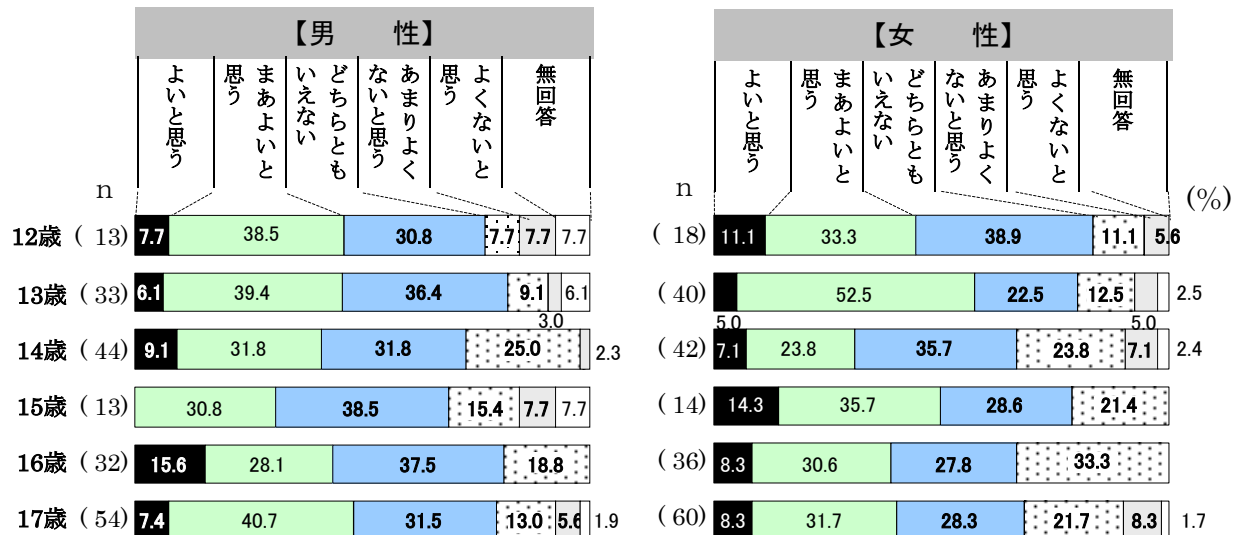


図 IV-10

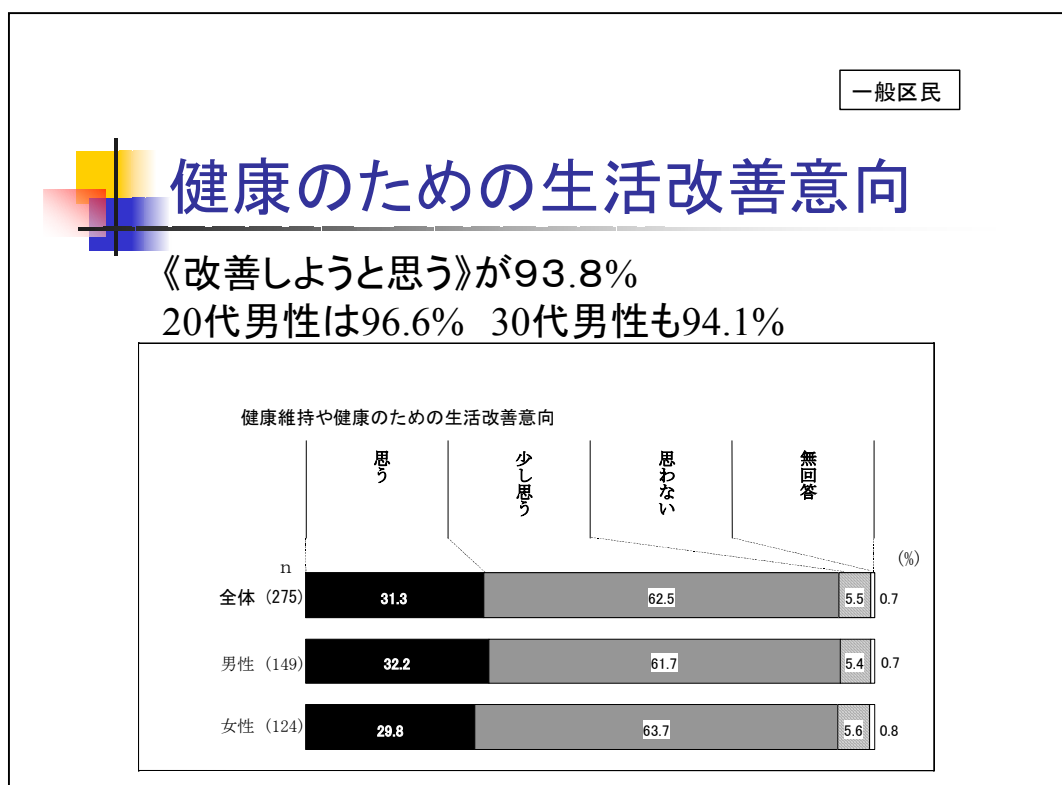


図 IV-11

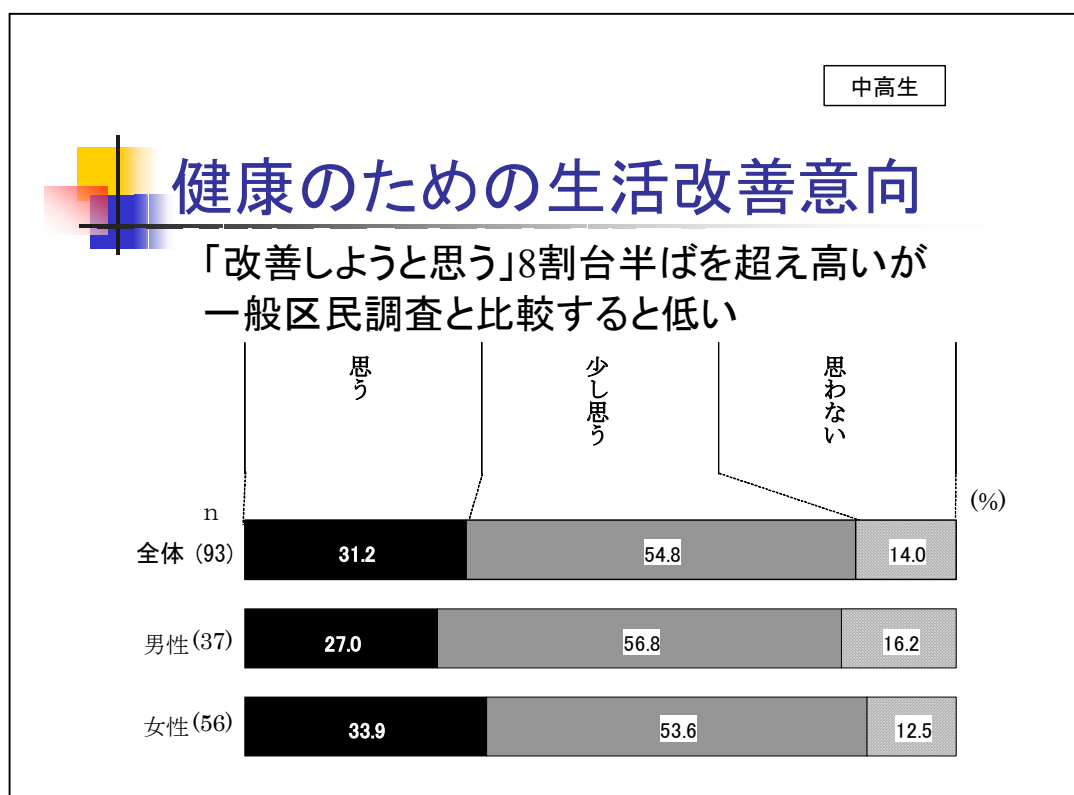


図 IV-12

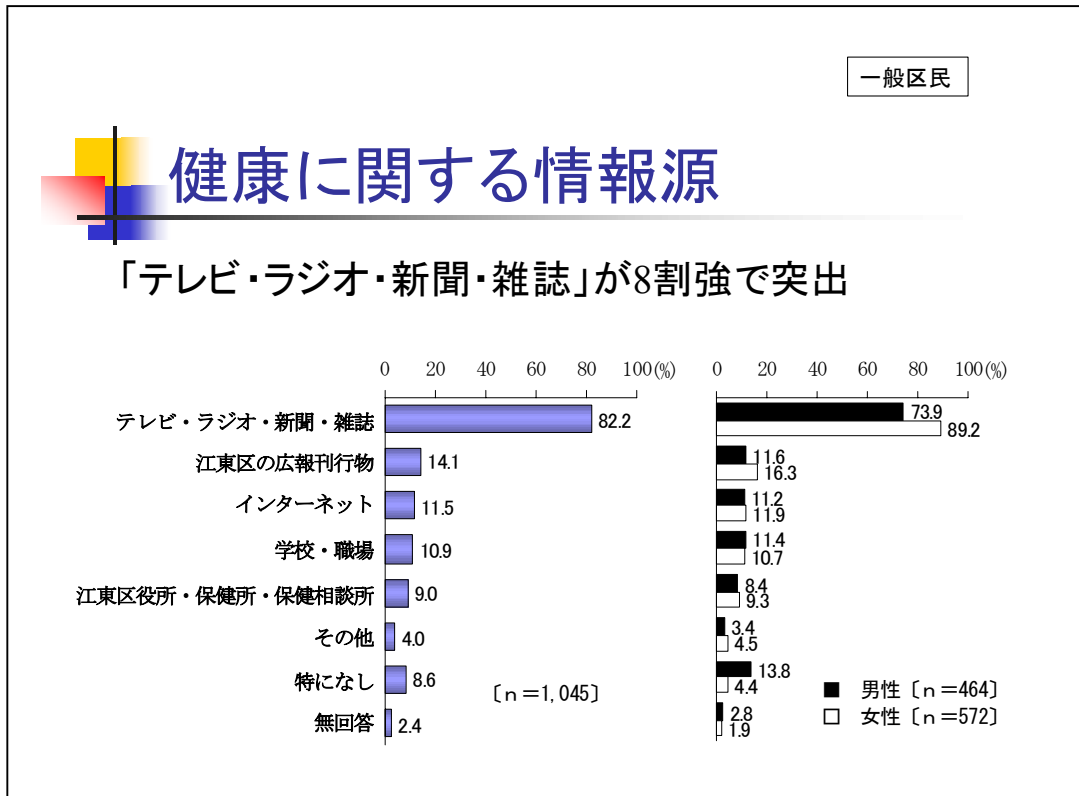


図 IV-13

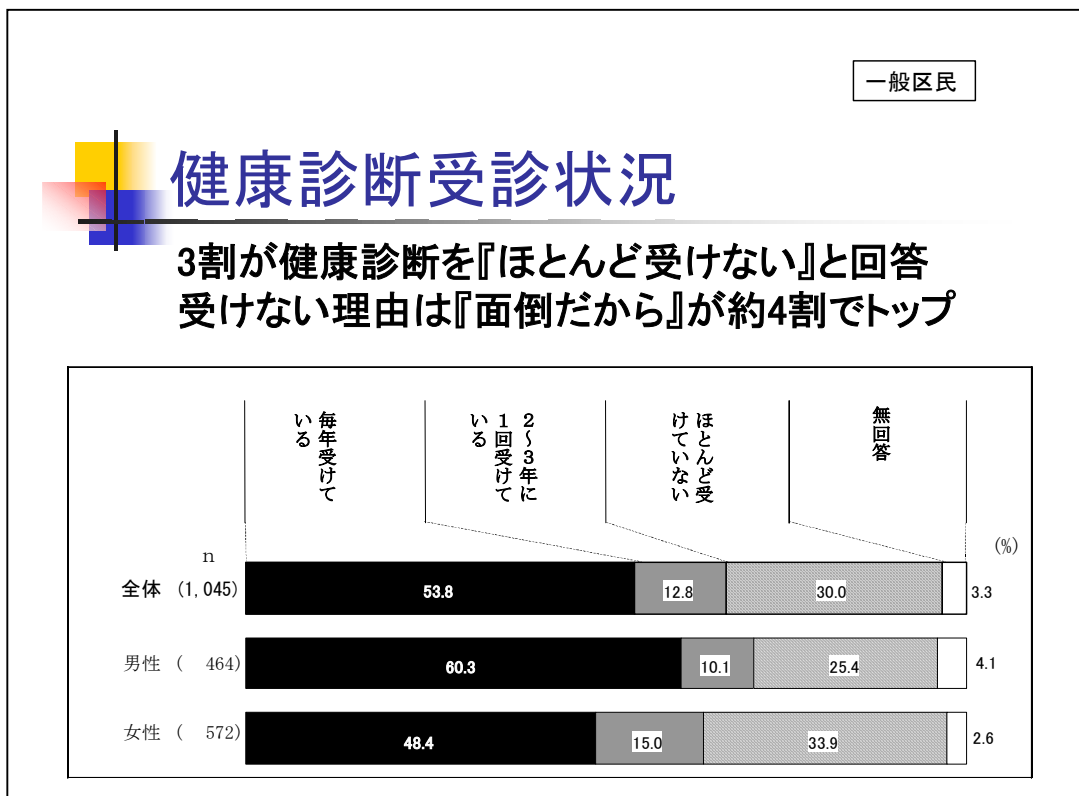


図 IV-14

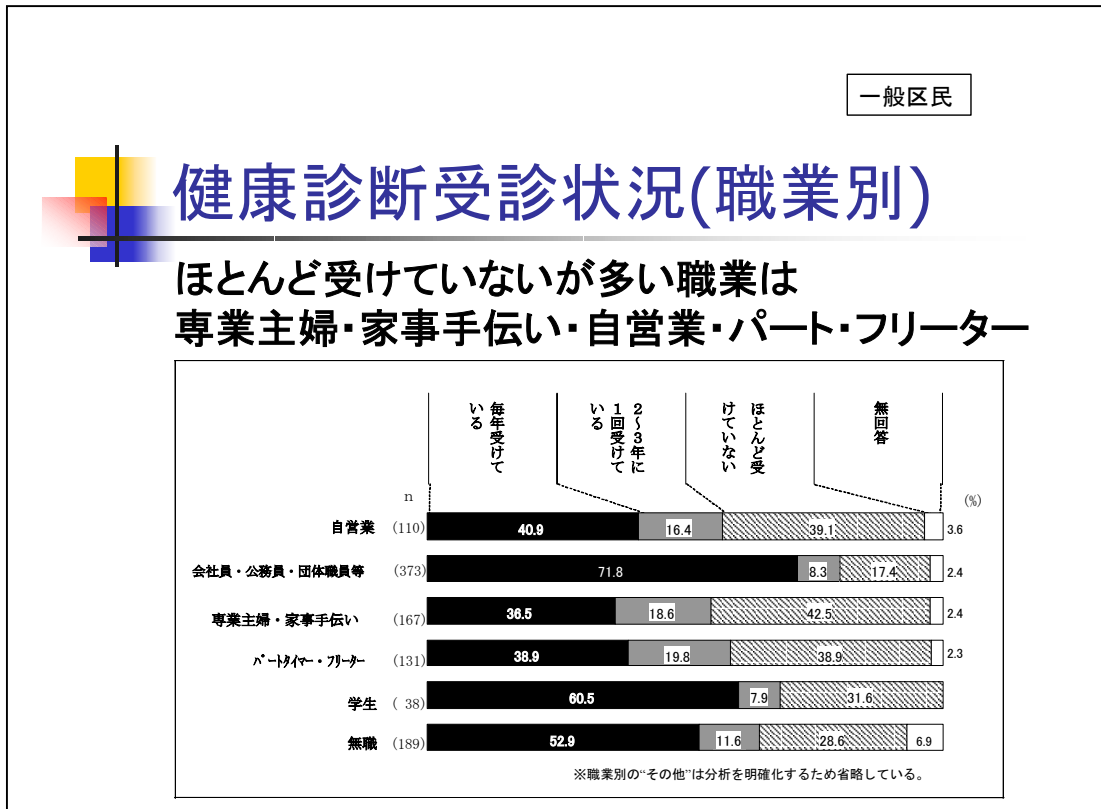


図 IV-15

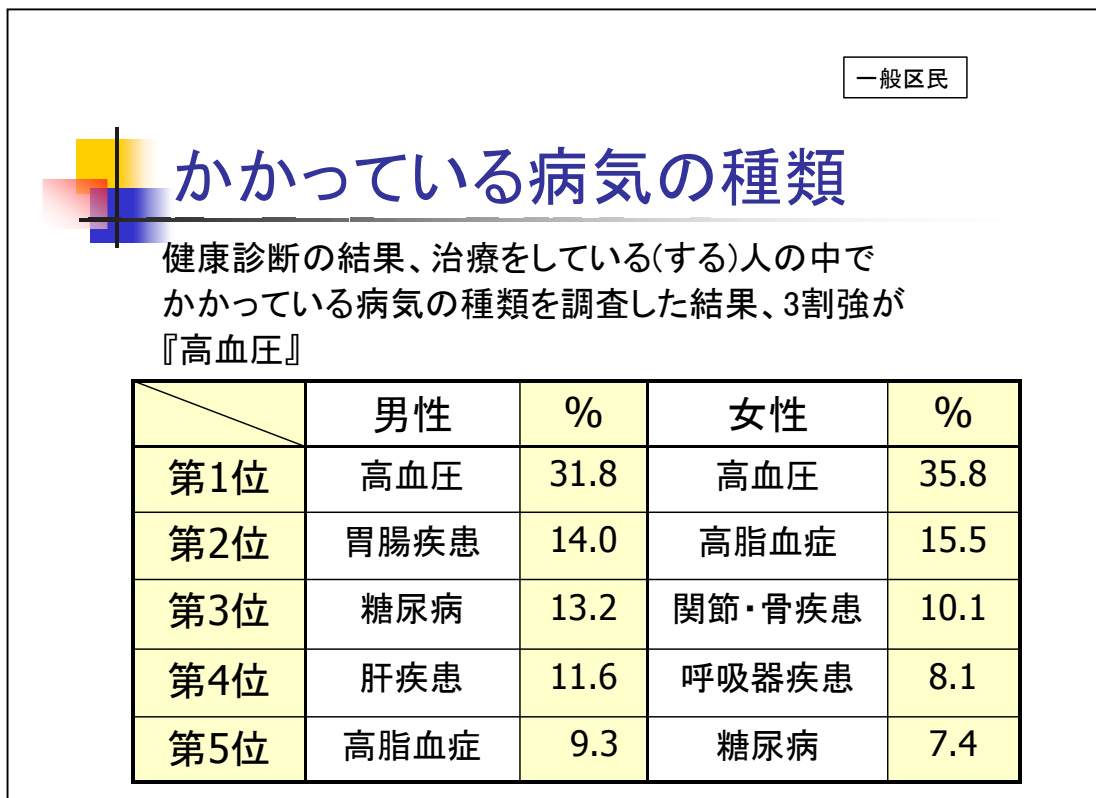


図 IV-16

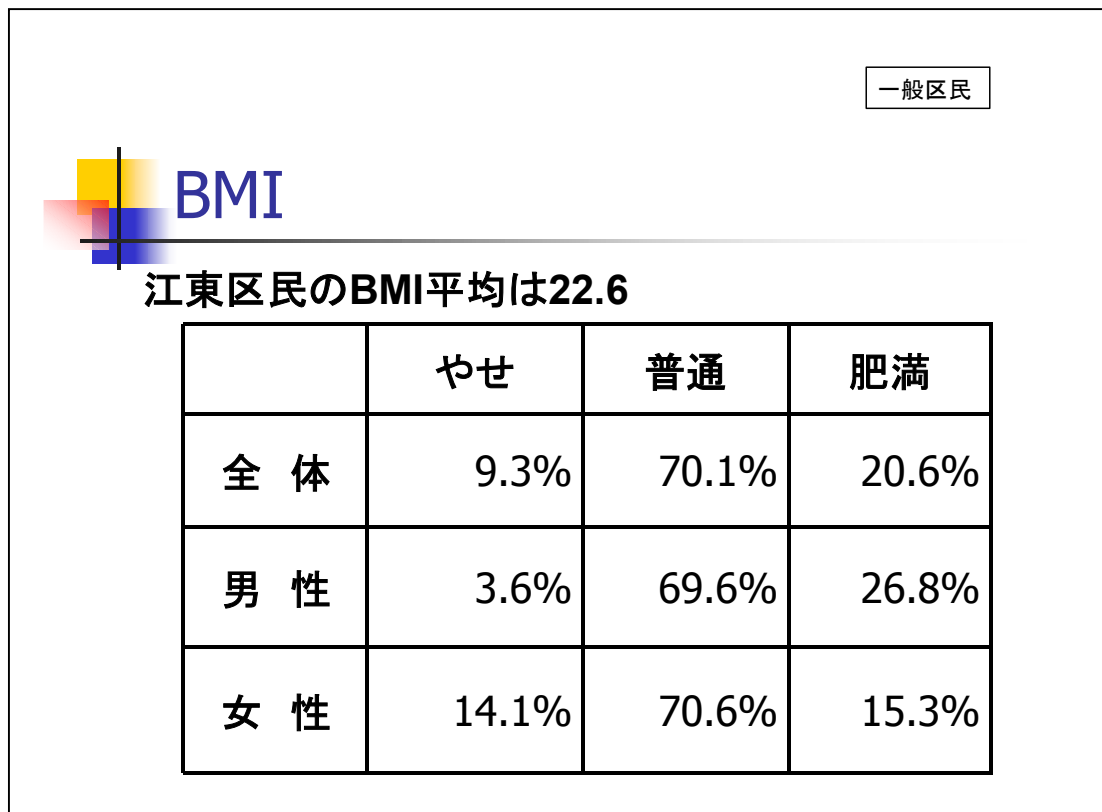


図 IV-17

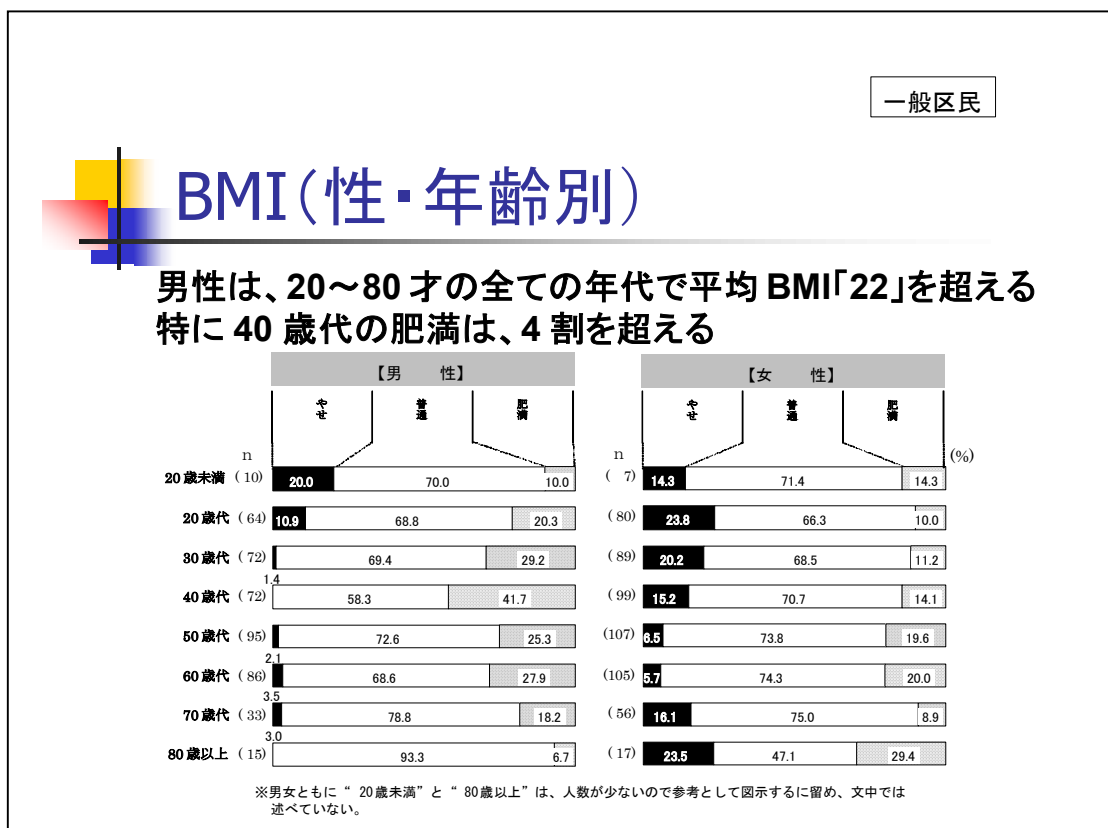


図 IV-18

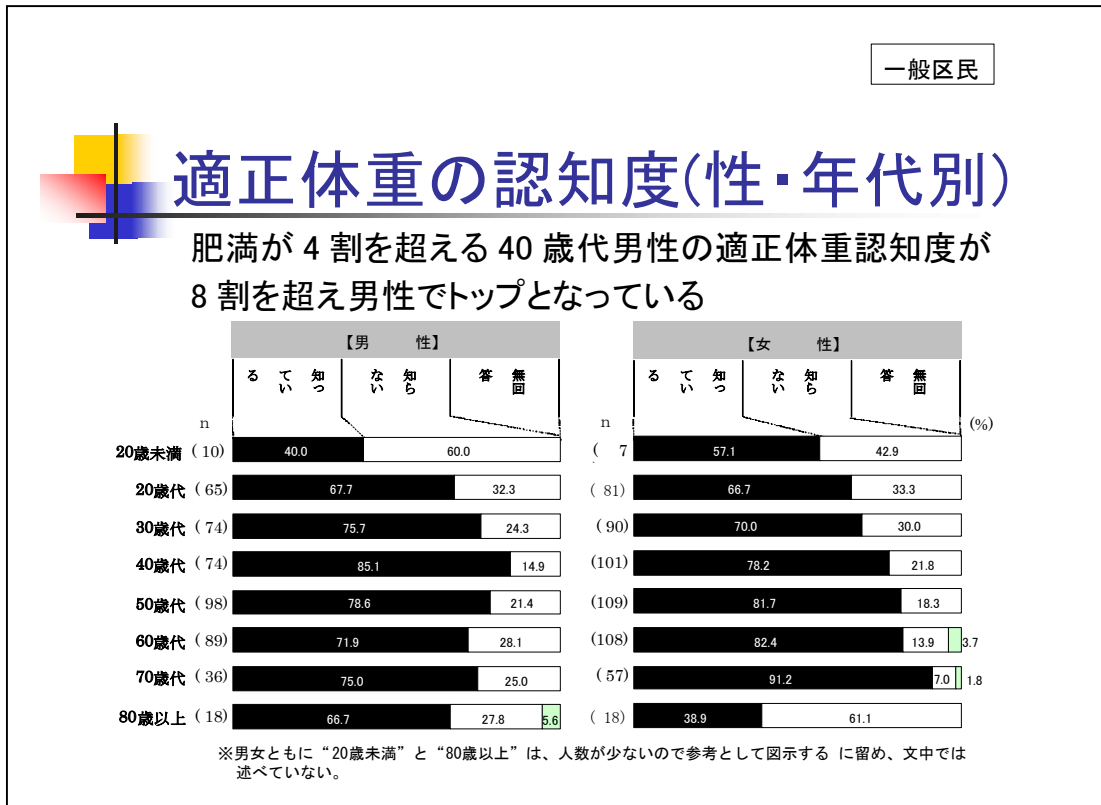


図 IV-19

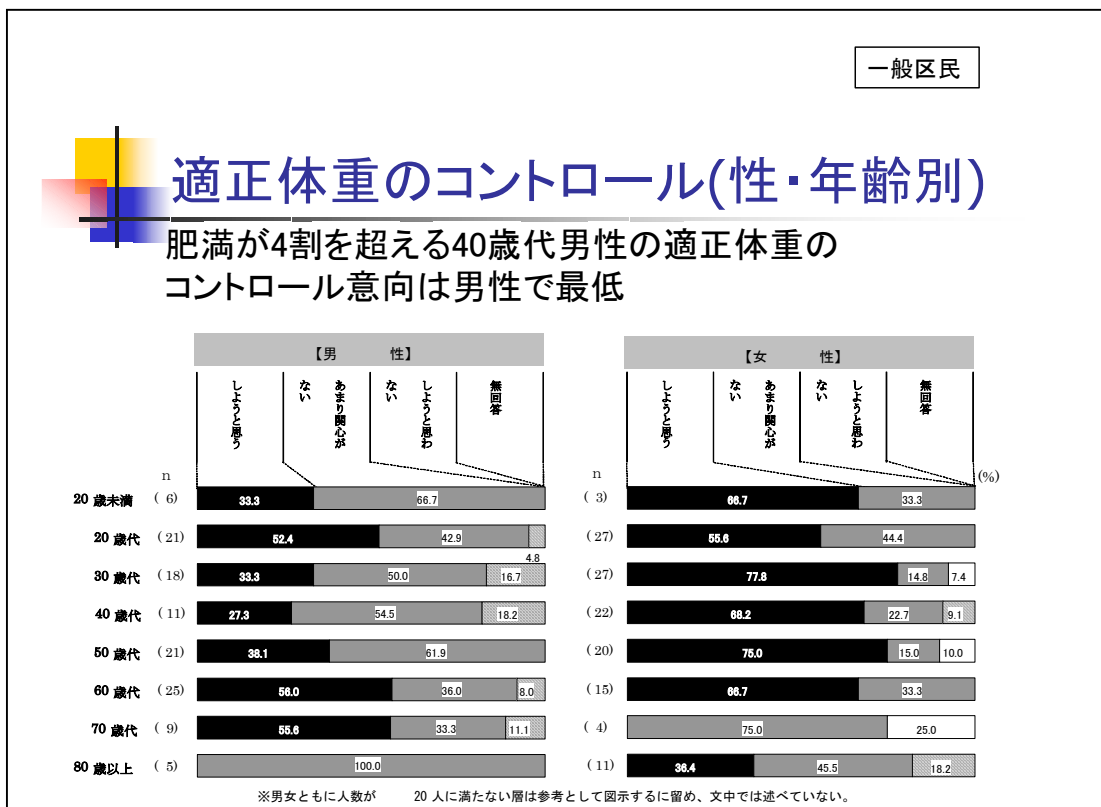


図 IV-20

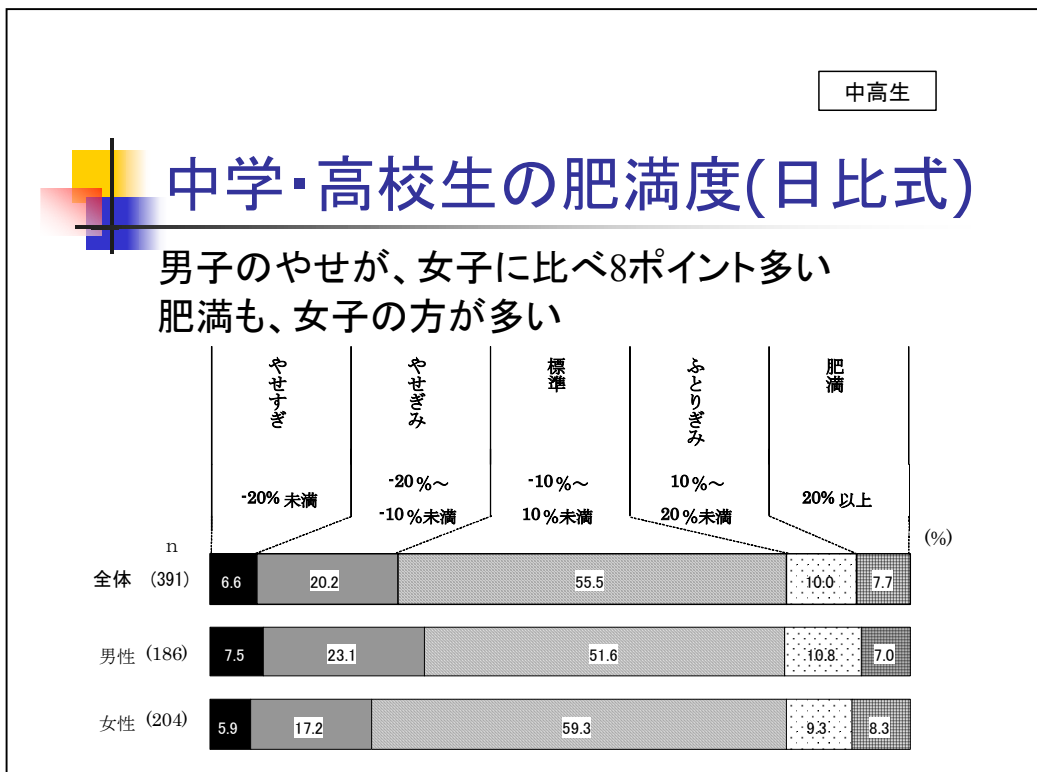


図 IV-21

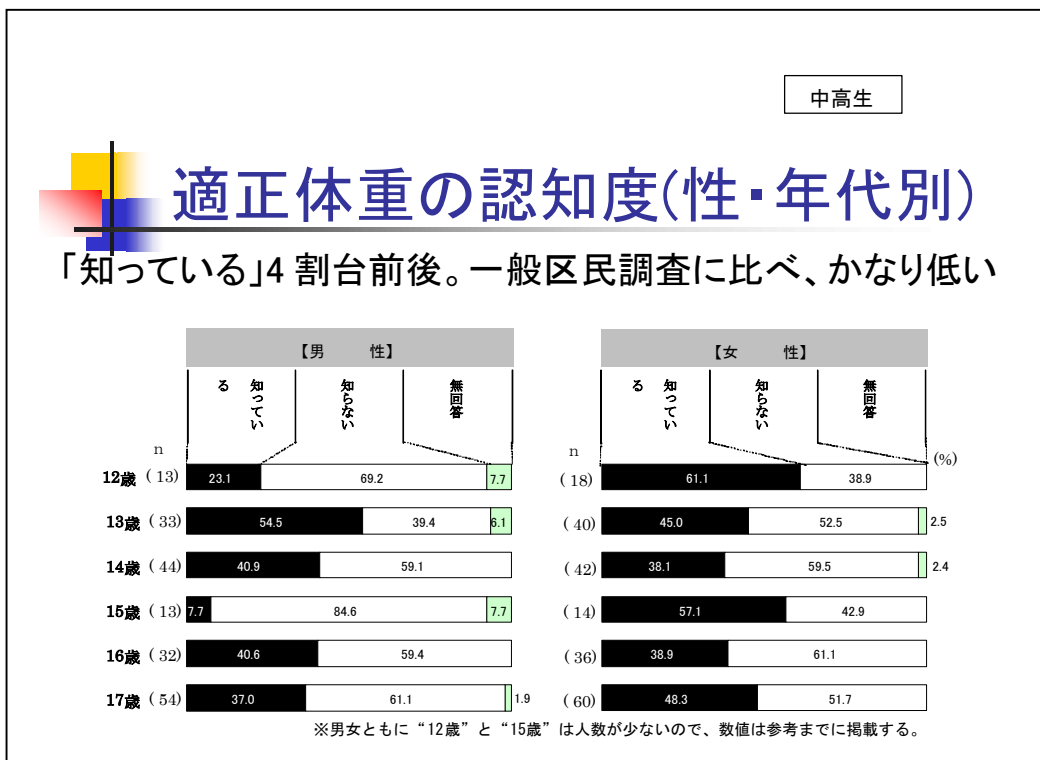


図 IV-22

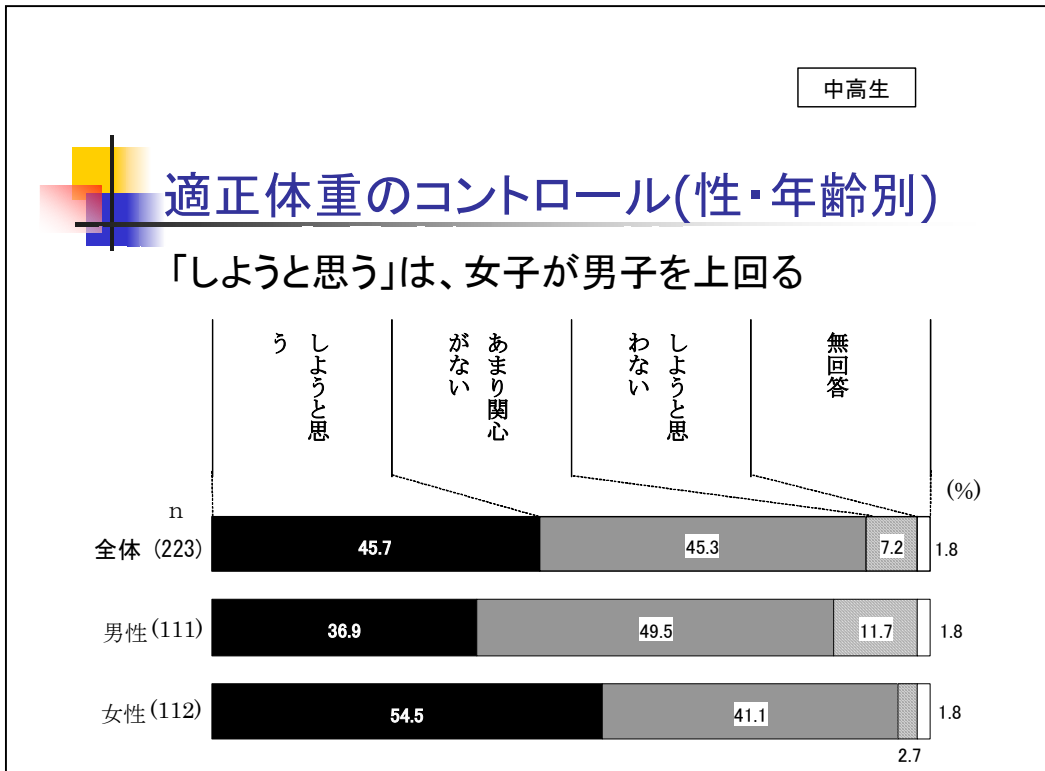


図 IV-23

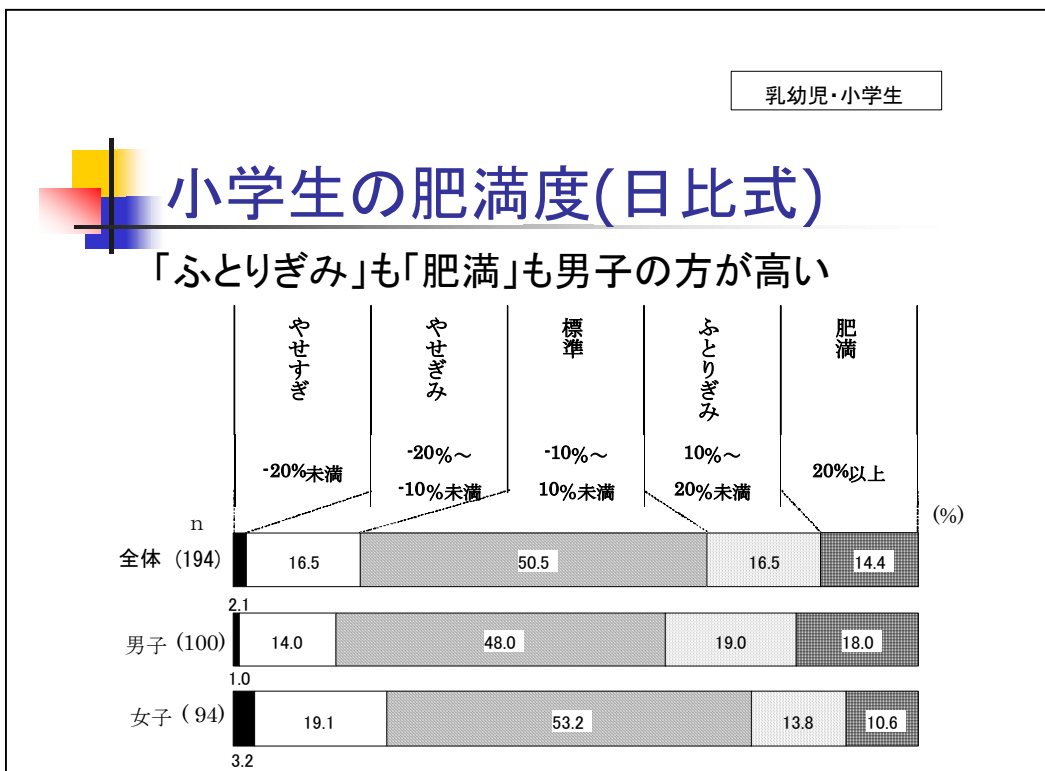


図 IV-24

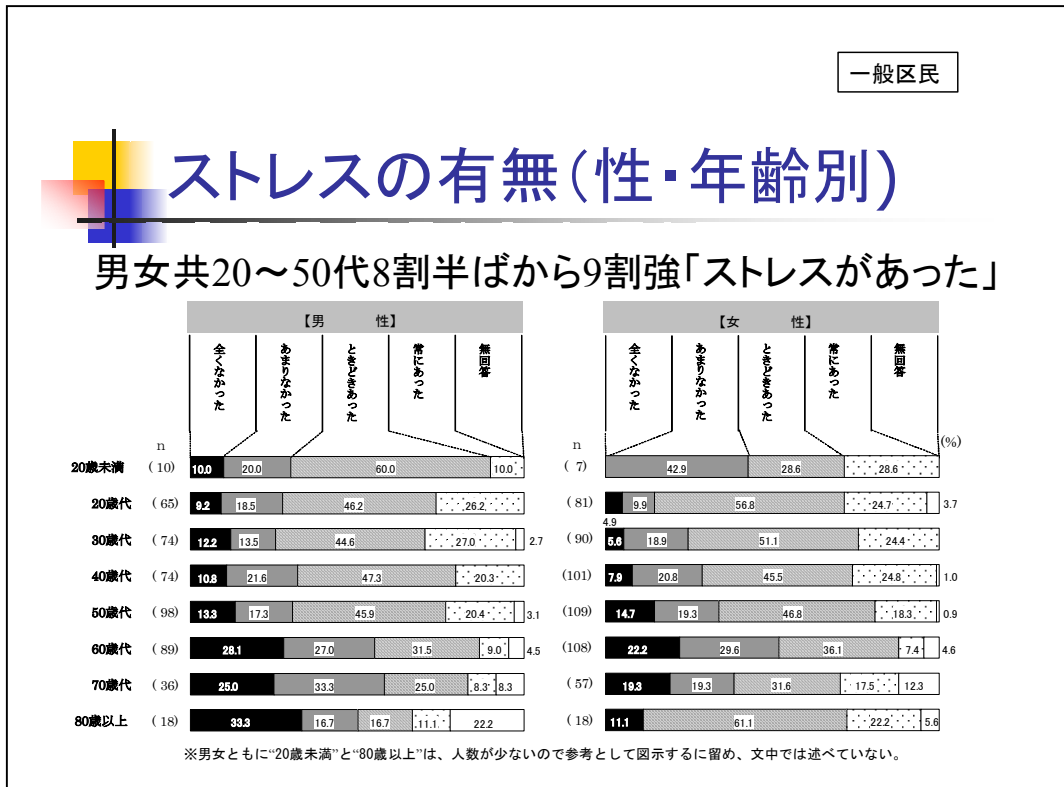


図 IV-25

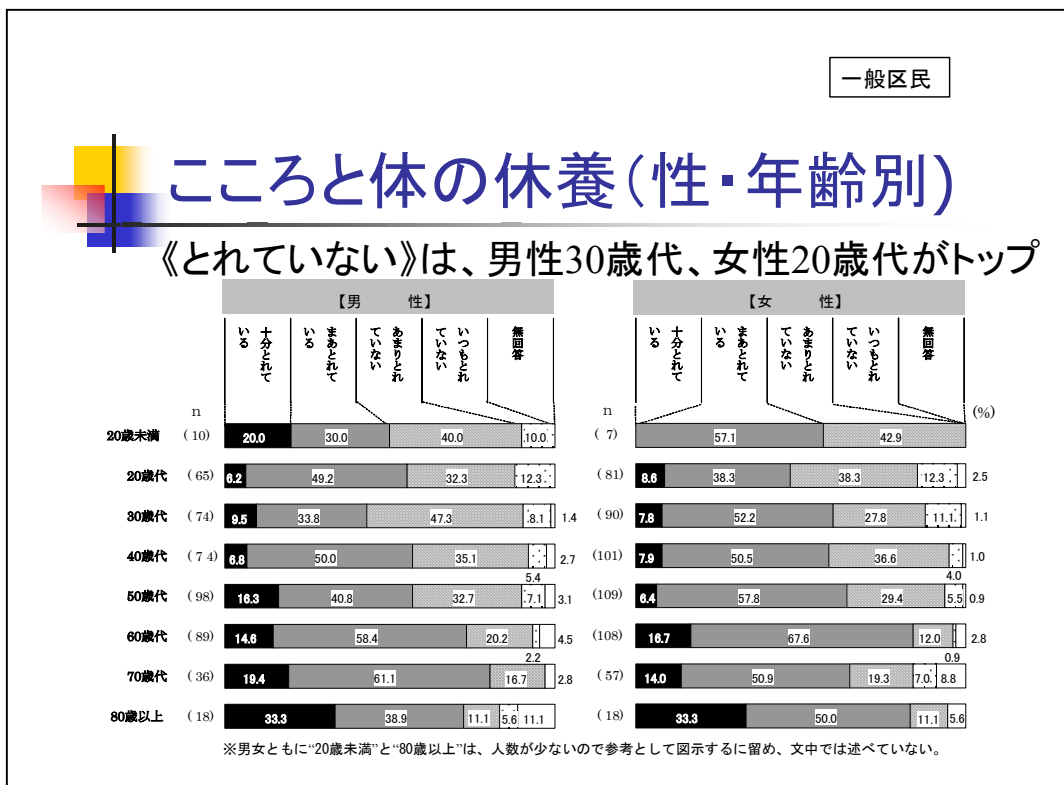


図 IV-26

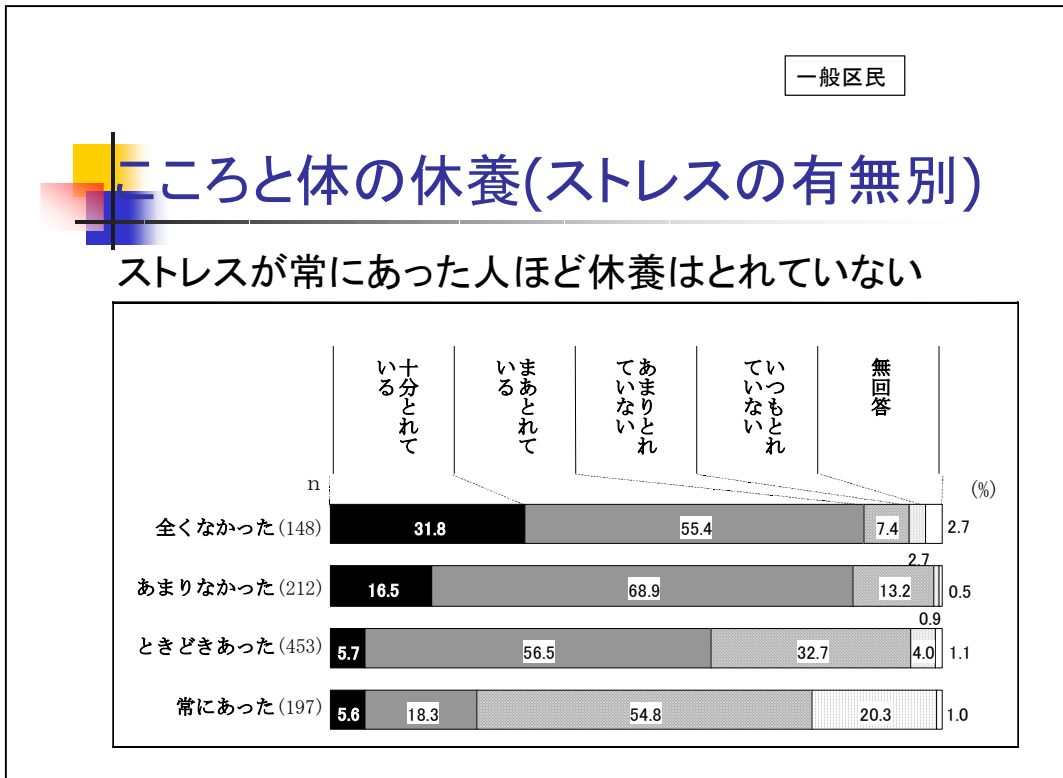


図 IV-27

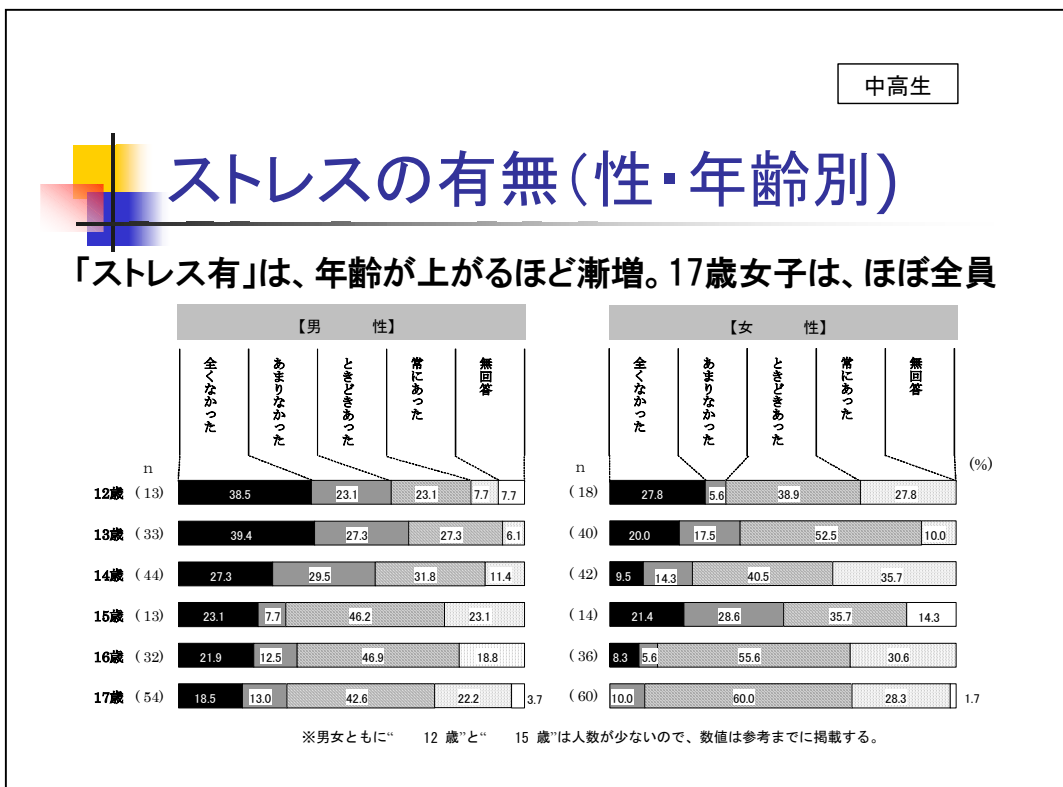


図 IV-28

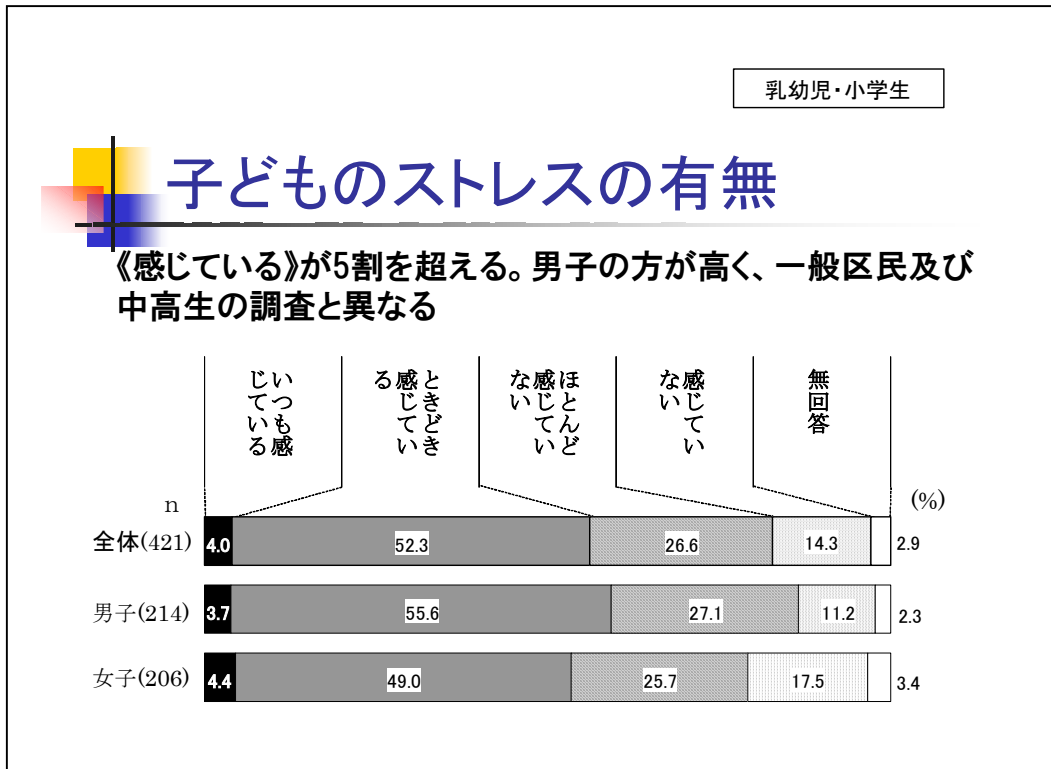


図 IV-29

