

令和6年度広島県県民健康意識調査 調査項目（案）

問1 現在、健康上の問題で日常生活に何か影響がありますか。（回答は1つ）

- ① ある（次問へ）
- ② ない

問2 （問1で「①ある」を選んだ方におたずねします。）

それはなぜですか？もっとも大きい原因を教えてください。（回答は1つ）

- ① 病気やけが、障害があるから
- ② 病気やけがではないが、身体的な不調を感じるから
- ③ 病気やけがではないが、精神的（メンタル）な不調を感じるから
- ④ これといった原因はない
- ⑤ その他

問3 （問1で「①ある」を選んだ方におたずねします。）

それはどのようなことに影響がありますか。当てはまるものすべての番号に○をつけてください。

- ① 日常生活動作（起床、衣服着脱、食事、入浴など）
- ② 外出（時間や作業量などが制限される）
- ③ 仕事、家事、学業（時間や作業量などが制限される）
- ④ 運動（スポーツを含む）
- ⑤ その他

問4 あなたの現在の健康状態はいかがですか。（回答は1つ）

- ① よい
- ② まあよい
- ③ ふつう
- ④ あまりよくない
- ⑤ よくない

問5 日ごろから健康に気をつけるよう意識していますか。（回答は1つ）

- ① 気をつけている
- ② どちらかといえば気をつけている
- ③ どちらかという気をつけていない
- ④ 気をつけていない

問6 健康に関するICTツールを活用していますか。当てはまるものすべての番号に○をつけてください。

- ① 健康に関するアプリ（歩数、体重、食事記録、睡眠記録等）を活用している
- ② ウェアラブル端末を活用している
- ③ スマートフォンと連動した体重計を活用している
- ④ その他のICTツールを活用している（①～③以外）
- ⑤ 活用していない

ICTツール：スマートフォンのアプリや情報通信技術を利用したもの。
ウェアラブル端末：小型の携帯型コンピュータの一種で、パソコンやスマートフォンとは違い、体に身につけて持ち運び、そのままの状態で使用できるもの。腕時計型（スマートウォッチ）や眼鏡型（スマートグラス）、指輪型

問7 ふだん朝食を食べますか。（回答は1つ）

- ① 毎日食べる
- ② 週に4～5回は食べる
- ③ 週に2～3回は食べる
- ④ ほとんど食べない

問8 主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。（回答は1つ）

- ① ほとんど毎日
- ② 週に4～5日
- ③ 週に2～3日
- ④ ほとんどない

「主食」とは、米、パン、めん類などの穀類で、主として糖質エネルギーの供給源となるものです。
「主菜」とは、魚や肉、卵、大豆製品などを使った副食の中心となる料理で、主として良質たんぱく質や脂肪の供給源となるものです。
「副菜」とは、野菜などを使った料理で、主食と副菜に不足するビタミン、ミネラル、食物繊維などを補う重要な役割を果たしています。

問9 1週間あたりの運動日数は何日くらいですか。また、運動を行う日の平均運動時間や運動の継続年数について教えてください。

- 1週間あたりの運動日数：○日
運動を行う日の平均運動時間：○分
運動の継続年数：①1年未満 ②1年以上 ③運動をしていない

問10 ここ1週間（日曜・祝日を除く）で1日あたりどのくらいの時間歩いていますか。また1日あたり平均して何歩程度歩いていますか。

（歩数が不明な場合は空欄としてください）

- 時間○分
- 歩

問11 ここ1週間で、座ったり寝転んだりして過ごす時間が、1日平均してどのくらいありましたか。

座ったり寝転がったりして過ごす時間とは、机やパソコンに向かう時間（仕事、勉強や読書などを含む）、テレビを見ている時間、座って会話をする時間、車を運転する（または車に乗っている）時間、電車で座っている時間等を含みます。ただし、睡眠時間は含みません。

- 平日：約○時間○分
- 休日：約○時間○分

問12 ロコモティブシンドローム（運動器症候群）という言葉やその意味を知っていましたか。（回答は1つ）

- ① 言葉も意味もよく知っていた
- ② 言葉も知っていたし、意味も大抵知っていた
- ③ 言葉は知っていたが、意味はあまり知らなかった
- ④ 言葉は聞いたことがあるが、意味は知らなかった
- ⑤ 言葉も意味も知らなかった

問13 通いの場（地域の高齢者等が近くの集会所や公民館等に集まり、体操等の様々な活動を行っている場※）があることを知っていますか。（回答は1つ）

※「体操教室」や「サロン」という名称で活動している地域もあります。

- ① 知っている
- ② 知らない

問14 ここ1か月間、睡眠で休養が充分とれていますか。（回答は1つ）

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

問15 週に何日お酒を飲みますか。（回答は1つ）

- ① 毎日
- ② 週5～6日
- ③ 週3～4日
- ④ 週1～2日
- ⑤ 月1～3日
- ⑥ やめた（1年以上）
- ⑦ ほとんど飲まない（飲めない）
- ⑧ まったく飲まない

問16 前問で「①毎日」～「⑤月1～3日」を選んだ方におたずねします。1日にどのくらいの量を飲みますか。（回答は1つ）

- ① 1合（180ml）未満
- ② 1合以上2合（360ml）未満
- ③ 2合以上3合（540ml）未満
- ④ 3合以上4合（720ml）未満
- ⑤ 4合以上5合（900ml）未満
- ⑥ 5合（900ml）以上

※清酒1合（180ml）の換算率

- ・ビール・発泡酒で中瓶1本（500ml）
- ・焼酎20度（135ml）、35度（80ml）
- ・ワイン2杯（240ml）
- ・チューハイ7度（350ml）
- ・ウイスキーダブル1杯（60ml）

問17 あなたはたばこを吸いますか。（回答は1つ）

※たばことは、紙巻きたばこ、加熱式たばこ、その他のことをいう（電子たばこは含まない）。

- ① 毎日吸っている
- ② 時々吸う日がある
- ③ 以前は吸っていたが1か月以上吸っていない
- ④ 吸わない

問18 問17で「①毎日吸っている」または「②時々吸う日がある」を選んだ方におたずねします。

たばこをやめたいと考えていますか。（回答は1つ）

- ① やめたい
- ② できればやめたい
- ③ やめたいとは思わない

問19 「受動喫煙」とは、他人の喫煙によりたばこから発生した煙にさらされることをいいます。

あなたは、ここ3ヶ月くらいで受動喫煙にあったことがありますか。（回答は1つ）

- ① ある
- ② ない

問20 たばこが原因とされている慢性閉塞性肺疾患（COPD）という病気を知っていますか。（回答は1つ）

- ① どんな病気がよく知っている
- ② 名前は聞いたことがある
- ③ 知らない

問21 メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の予防や改善のために、適切な食事、定期的な運動、週に複数回の体重計測のいずれかを実践していますか。

- ① 実践して、半年以上継続している
- ② 実践しているが、半年未満である
- ③ とまどき気をつけているが、継続的ではない
- ④ 現在はしていないが、近いうちにしようと思っている
- ⑤ 現在していないし、しようと思わない

問22 腎臓の働きが低下する慢性腎臓病（CKD）という病気を知っていますか。（回答は1つ）

- ① どんな病気がよく知っている
- ② 名前は聞いたことがある
- ③ 知らない

問23 どのような社会活動（就労・就学を含む）を行っていますか。当てはまるすべての番号に○をつけてください。

（行っていない場合は⑧を選んでください。）

- ① 就労
- ② 就学
- ③ 自治会・町内会や地域行事への参加
- ④ ボランティア活動
- ⑤ スポーツや趣味関係のグループ活動（社会人チーム、地域のクラブ活動、サークル、サロンなど）
- ⑥ 通いの場
- ⑦ その他のグループ活動
- ⑧ 参加していない

問24 あなたにとって、ご自分と地域の人たちとのつながりは強い方だと思いますか。（回答は1つ）

- ① 強い方だと思う
- ② どちらかといえば強い方だと思う
- ③ どちらかといえば弱い方だと思う
- ④ 弱い方だと思う
- ⑤ わからない

問25 あなたの身長と体重の直近の測定数値を教えてください。

※小数点以下第1位まで記入してください。

身長 ○○○.○cm

体重 ○○.○Kg

問26 市区町村

※市町名を選択（広島市のみ区名も選択。）

問27 性別

- ① 男
- ② 女

問28 年齢

○歳（令和6年4月1日現在の満年齢）

問29 職業

- ① 自営業主 … 農林漁業、小規模の商業・工業・サービス業、飲食店、自由業の自営者
- ② 家族従業（家業手伝い） … 家族の方が営んでいる事業を継続的に手伝っている方
- ③ 経営・管理職 … 会社・団体の部長以上、官公庁の課長以上の方、校長など
- ④ 専門・技術職 … 病院勤務医、弁護士、税理士、研究員、食品・機械・建築・情報処理・医療等の技術者、看護師、保育士、デザイナーなど
- ⑤ 事務職 … 事務系・営業系事務員、事務機械オペレーターなど
- ⑥ 労務・技能職 … 工具・職人・大工、守衛、清掃員、運転手・車掌など
- ⑦ 販売・サービス職 … 店員、保険外交員、セールスマン、給仕、調理師、介護職員、理・美容師など
- ⑧ 無職の主婦・主夫
- ⑨ 学生
- ⑩ その他の無職

問30 世帯構造

- ① 単身
- ② 夫婦（パートナー）のみ
- ③ 夫婦（パートナー）と未婚の子
- ④ 夫婦（パートナー）と親
- ⑤ 三世帯世帯
- ⑥ その他