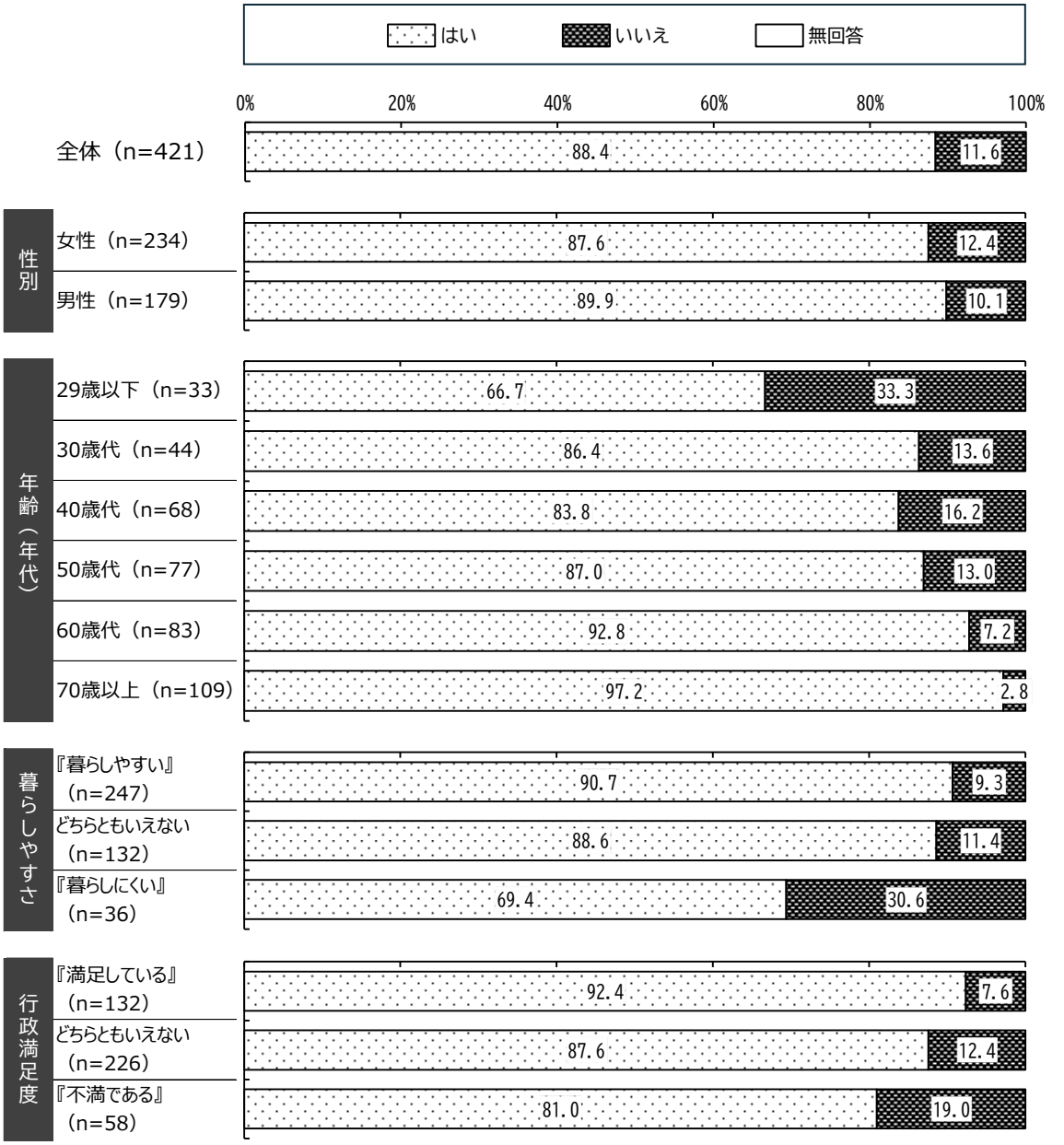
５．健康づくりについて

（１）朝食の摂取状況

【問10】 毎日朝食を食べますか。（○は１つ）

朝食の摂取状況は、「はい」が88.4%、「いいえ」が11.6%となっている。

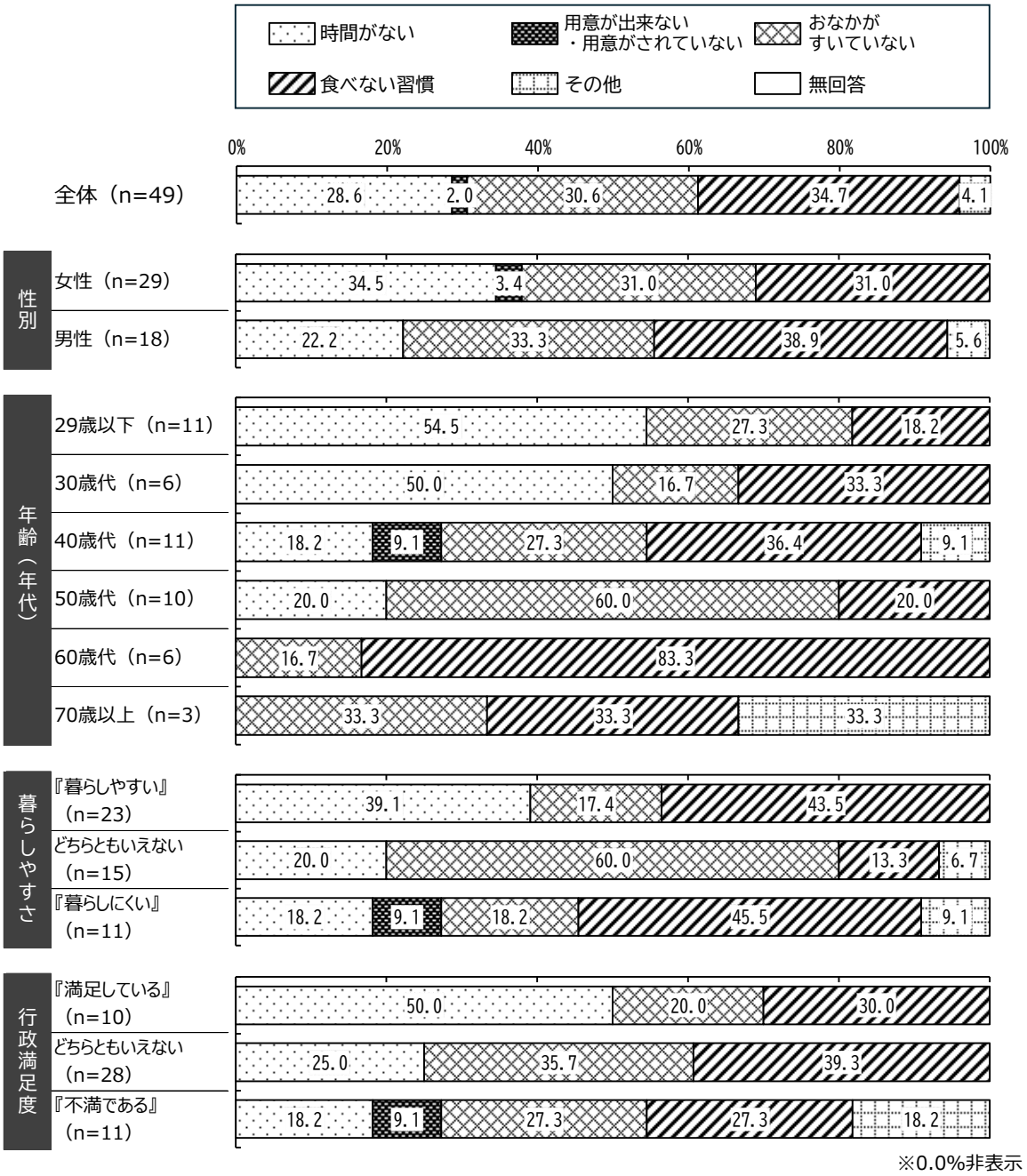


※0.0%非表示

（２）朝食を食べない理由

【問10-１】 朝食を食べない理由は何ですか。（○は主な理由の１つ）

朝食を食べない理由は、「食べない習慣」が34.7％と最も多く、次いで「おなかがすいていない」が30.6％、「時間がない」が28.6％などとなっている。

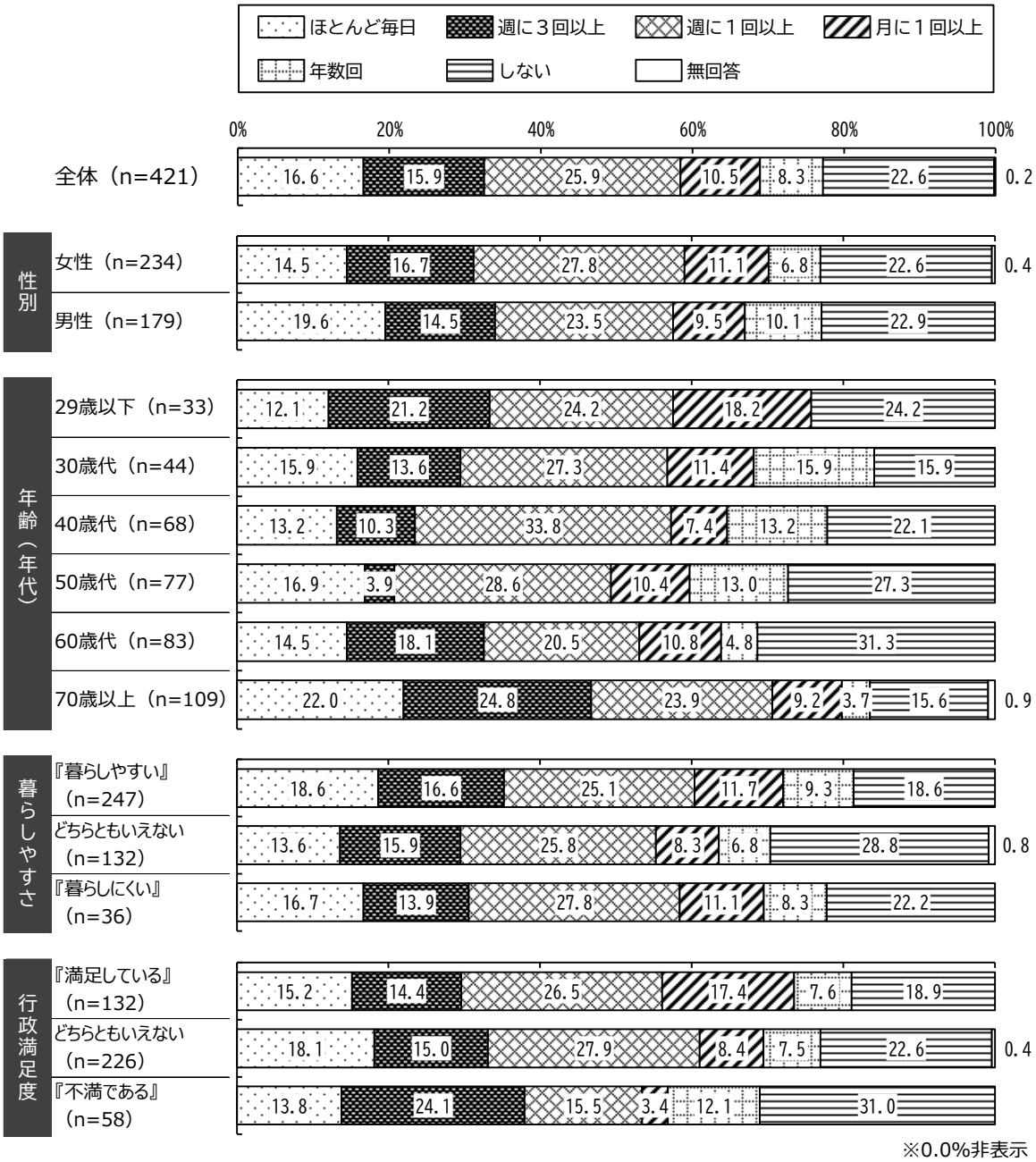


※0.0%非表示

（３）運動・スポーツ（ウォーキングや散歩等の軽い運動を含む）の頻度

【問11】 運動・スポーツ（ウォーキングや散歩といった軽い運動を含む）をどの程度行っていますか。（○は１つ）

運動・スポーツをどの程度行っているかは、「週に１回以上」が25.9％と最も多く、次いで「しない」が22.6％、「ほとんど毎日」が16.6％などとなっている。

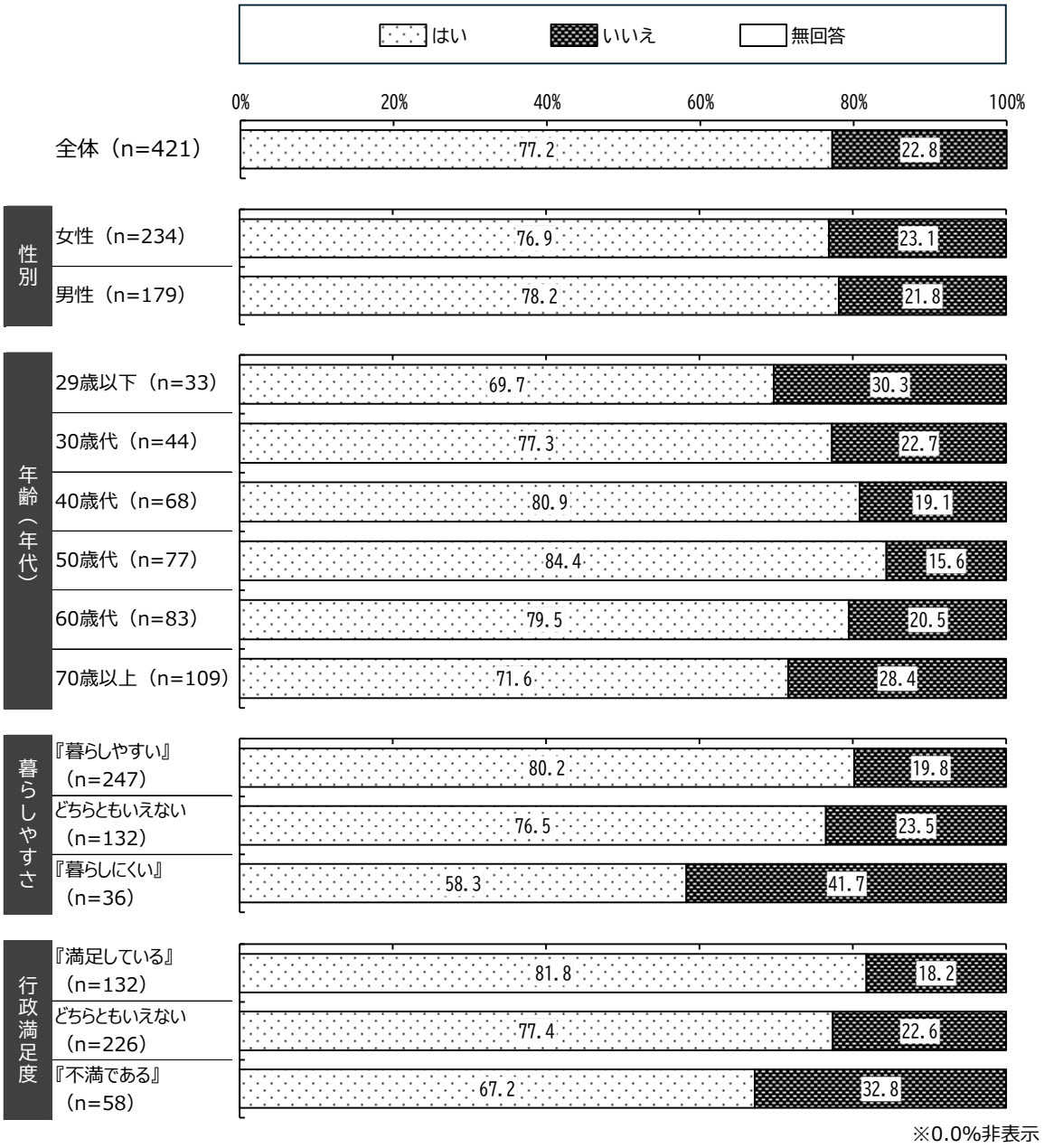


※0.0%非表示

（４）健康診断・人間ドックの受診状況

【問12】 １年に１回、健康診断や人間ドック等を受けていますか。（○は１つ）

健康診断・人間ドックの受診状況は、「はい」が77.2%、「いいえ」が22.8%となっている。



※0.0%非表示

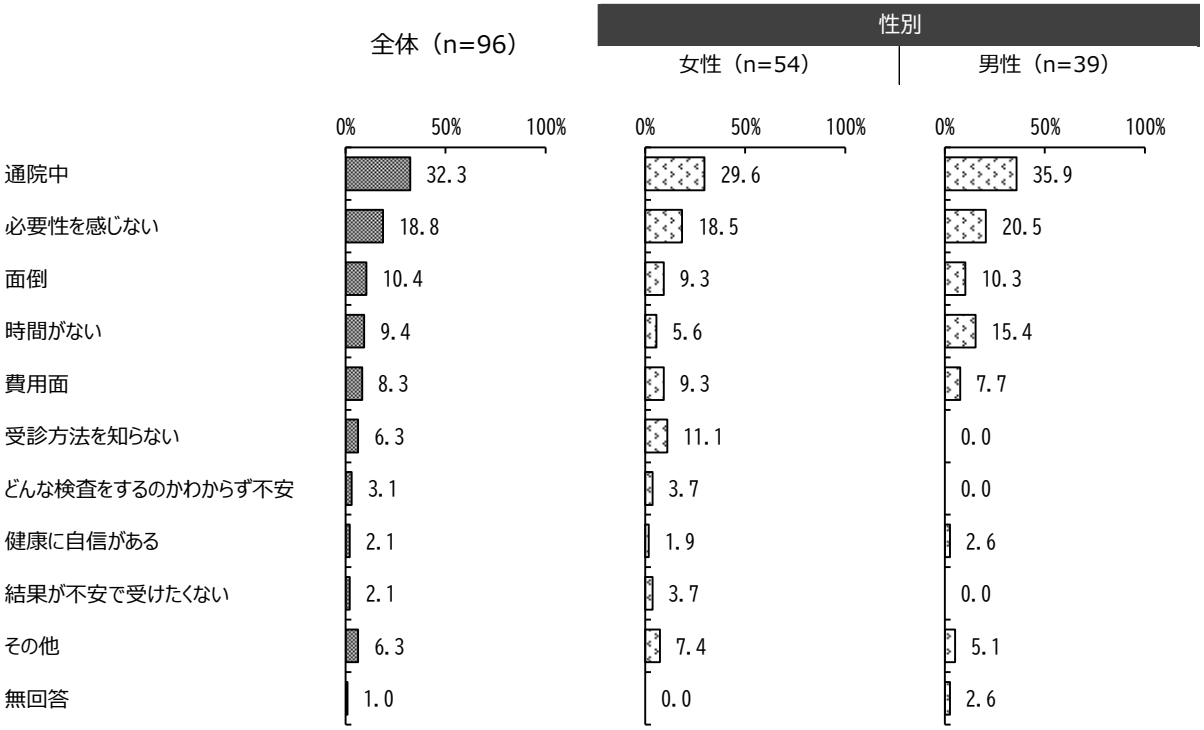
（５）健康診断・人間ドックを受けていない理由

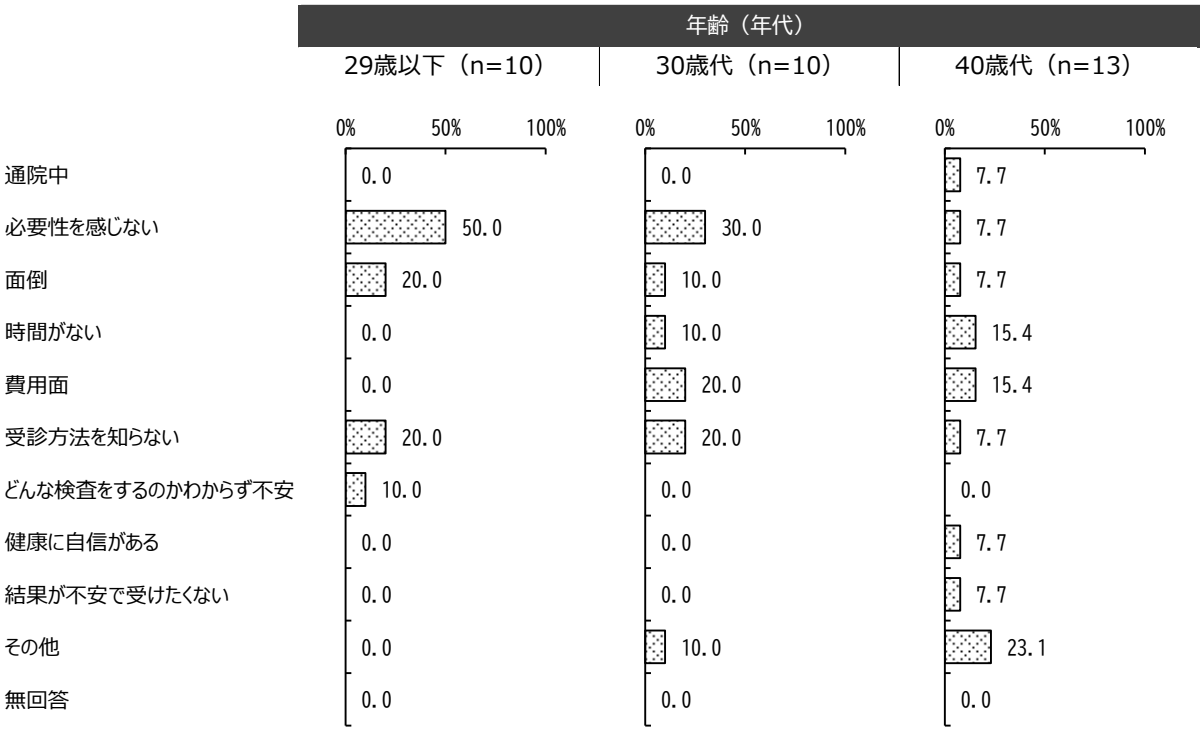
【問12-１】 受けていない理由は何ですか。（○は主な理由の1つ）

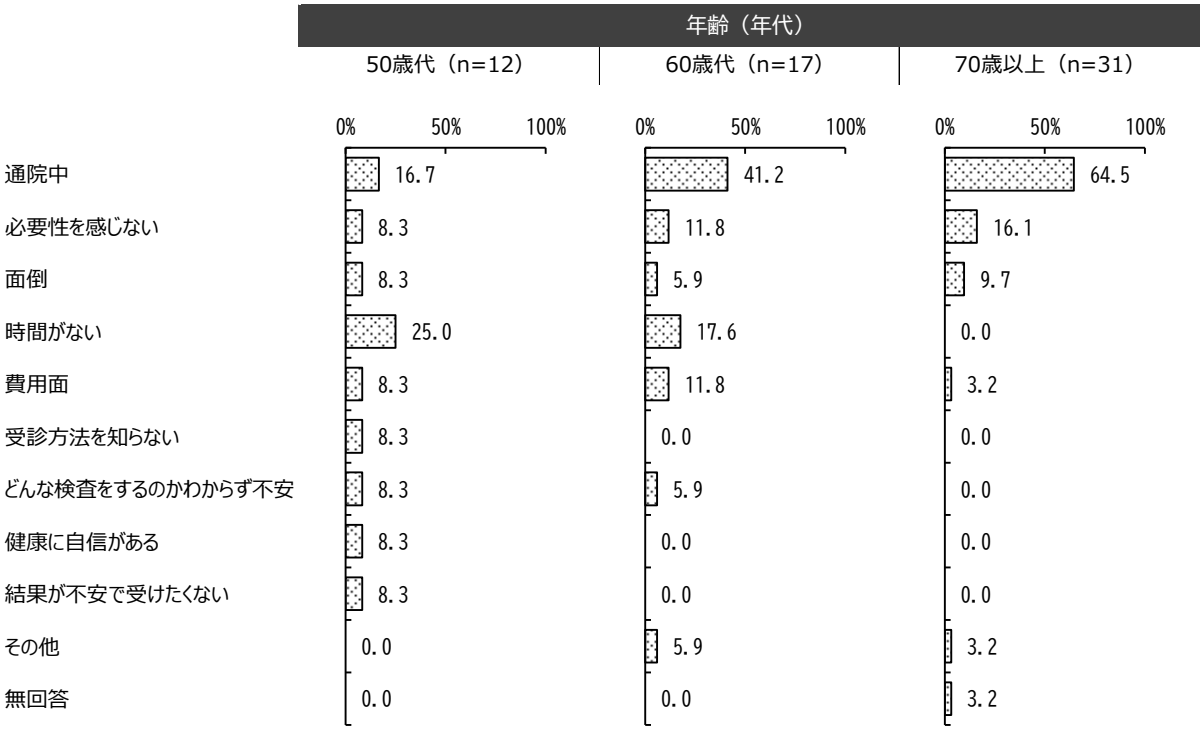
健康診断・人間ドックを受けていない理由は、「通院中」が32.3％と最も多く、次いで「必要性を感じない」が18.8％、「面倒」が10.4％などとなっている。

性別でみると、「受診方法を知らない」（女性11.1％、男性0.0％）、「時間がない」（女性5.6％、男性15.4％）などで差がみられる。

年齢別でみると、年齢（年代）が上がるにつれて「通院中」の割合が多くなっている。



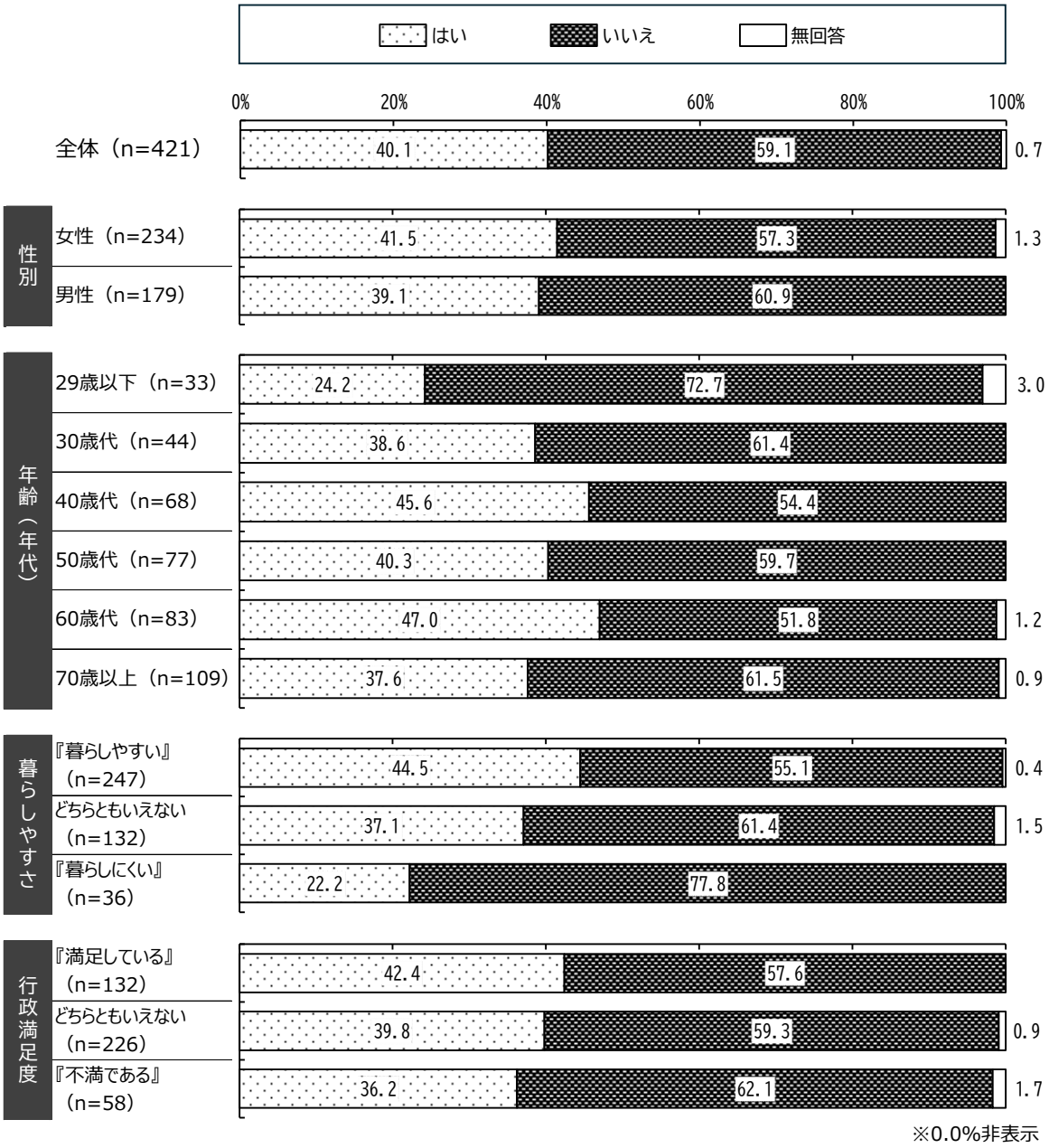

年齢（年代）
29歳以下（n=10）
30歳代（n=10）
40歳代（n=13）
0%
50%
100%
通院中
必要性を感じない
面倒
時間がない
費用面
受診方法を知らない
どんな検査をするのかわからず不安
健康に自信がある
結果が不安で受けたくない
その他
無回答
0.0
50.0
20.0
0.0
0.0
20.0
10.0
0.0
0.0
0.0
0.0
0.0
30.0
10.0
10.0
20.0
20.0
0.0
0.0
0.0
10.0
0.0
7.7
7.7
7.7
15.4
15.4
7.7
0.0
7.7
7.7
23.1
0.0


年齢（年代）
50歳代（n=12）
60歳代（n=17）
70歳以上（n=31）
0%
50%
100%
通院中
必要性を感じない
面倒
時間がない
費用面
受診方法を知らない
どんな検査をするのかわからず不安
健康に自信がある
結果が不安で受けたくない
その他
無回答
16.7
8.3
8.3
25.0
8.3
8.3
8.3
8.3
8.3
0.0
0.0
41.2
11.8
5.9
17.6
11.8
0.0
5.9
0.0
0.0
5.9
0.0
64.5
16.1
9.7
0.0
3.2
0.0
0.0
0.0
0.0
3.2
3.2

（６）がん検診の受診状況

【問13】 １年に１回、がんの早期発見のためのがん検診を受けていますか。（○は１つ）

がん検診の受診状況は、「はい」が40.1%、「いいえ」が59.1%となっている。



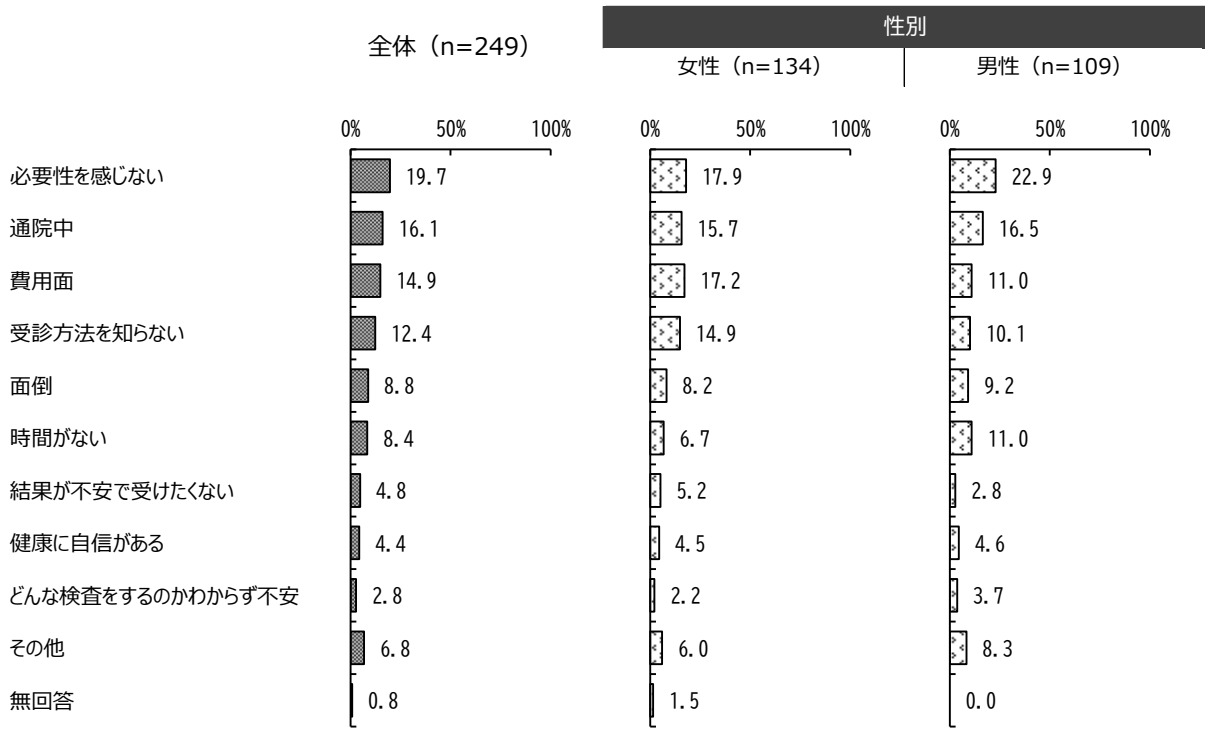
※0.0%非表示

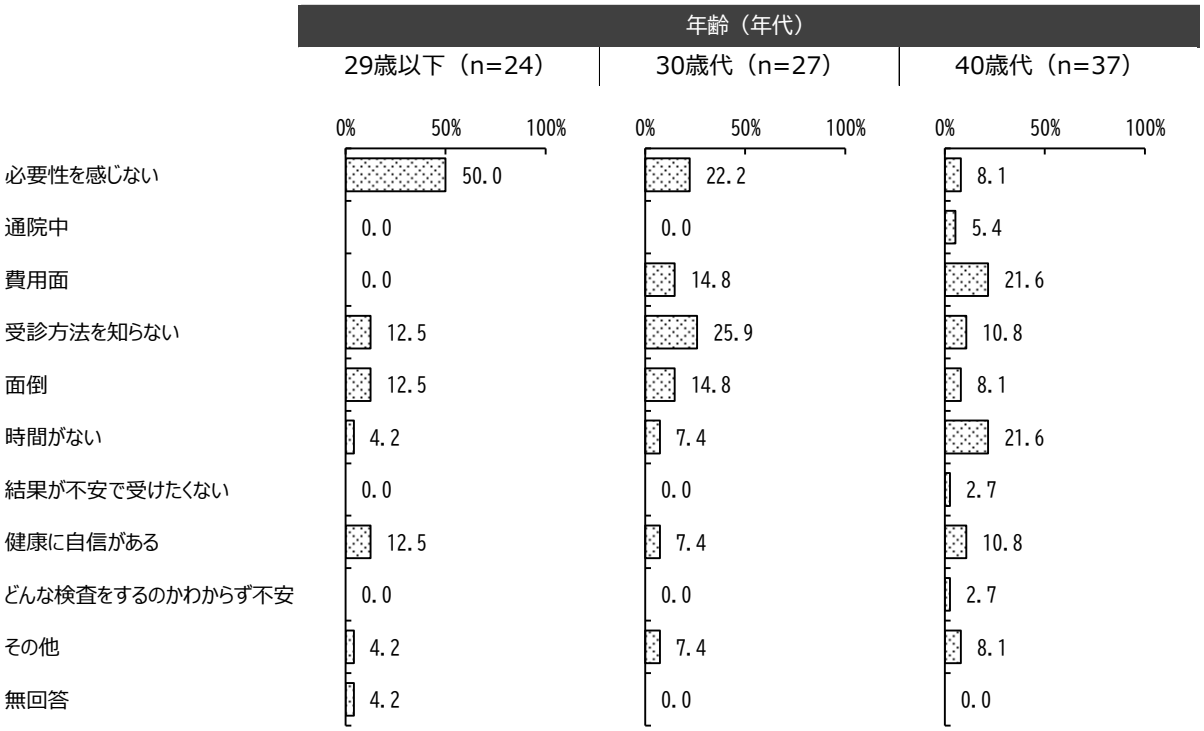
（７）がん検診を受けていない理由

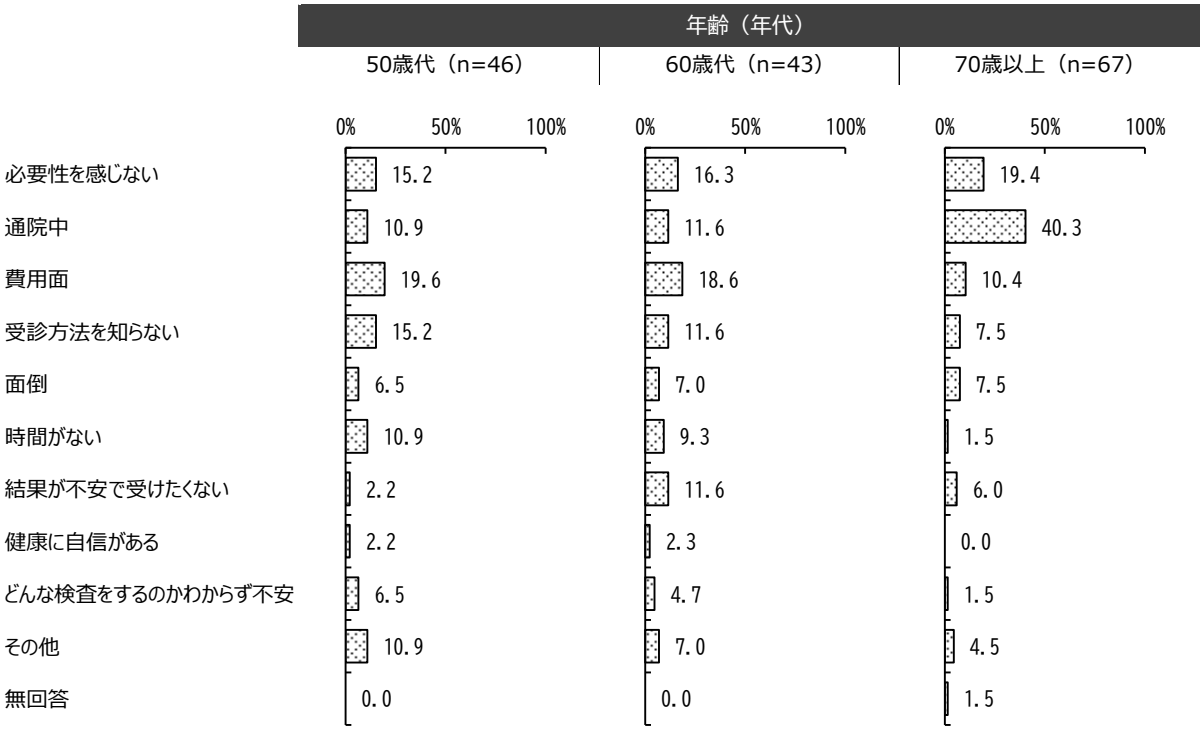
【問13-１】 受けていない理由はなんですか。（○は主な理由の1つ）

がん検診を受けていない理由は、「必要性を感じない」が19.7％と最も多く、次いで「通院中」が16.1％、「費用面」が14.9％、「受診方法を知らない」が12.4％などとなっている。

年齢別でみると、29歳以下で「必要性を感じない」が50.0％、70歳以上で「通院中」が40.3％などとなっている。




年齢（年代）
29歳以下（n=24）
30歳代（n=27）
40歳代（n=37）
0%
50%
100%
必要性を感じない
50.0
22.2
8.1
通院中
0.0
0.0
5.4
費用面
0.0
14.8
21.6
受診方法を知らない
12.5
25.9
10.8
面倒
12.5
14.8
8.1
時間がない
4.2
7.4
21.6
結果が不安で受けたくない
0.0
0.0
2.7
健康に自信がある
12.5
7.4
10.8
どんな検査をするのかわからず不安
0.0
0.0
2.7
その他
4.2
7.4
8.1
無回答
4.2
0.0
0.0


年齢（年代）
50歳代（n=46）
60歳代（n=43）
70歳以上（n=67）
0%
50%
100%
必要性を感じない
15.2
16.3
19.4
通院中
10.9
11.6
40.3
費用面
19.6
18.6
10.4
受診方法を知らない
15.2
11.6
7.5
面倒
6.5
7.0
7.5
時間がない
10.9
9.3
1.5
結果が不安で受けたくない
2.2
11.6
6.0
健康に自信がある
2.2
2.3
0.0
どんな検査をするのかわからず不安
6.5
4.7
1.5
その他
10.9
7.0
4.5
無回答
0.0
0.0
1.5