

小金井市保健福祉総合計画（健康増進計画）策定のための アンケート調査 ご協力をお願い

市民の皆様には日ごろから福祉行政にご協力いただき、ありがとうございます。
小金井市では、保健福祉に関する施策の総合的な推進を図るため、小金井市保健福祉総合計画を策定しています。保健福祉総合計画の中の一つとして、市民一人ひとりがいつまでも元気で、充実した人生を過ごすことができる社会づくりに向けて、「健康増進計画」を改定することとなりました。

このアンケート調査は、保健福祉総合計画の中の健康増進計画改定のための調査で、20歳以上の市民2,000人を対象に実施します。皆様の健康についての意識や考え方、生活習慣などについての実態を把握するとともに、ご意見、ご提言を広くお聞きし、計画改定に反映していきたいと考えております。

また、このアンケート調査に際しましてはプライバシーの保護に万全を期しておりますので、趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

平成28年12月

小金井市長 西岡 真一郎

ご記入にあたってのお願い

- この調査票には、**お名前・ご住所をご記入しないでください。**
- ご記入は、ご本人にお願いいたします。ご本人のご記入が困難な場合は、ご家族の方などがご本人のお考えをお聞きのうえ、またはご意向をくみ取ったうえで、代理でご記入をお願いいたします。
- お答えは、あてはまる回答の**番号に○**をつけてください。また、記入欄については、具体的にその内容をご記入ください。
- なお、本調査の結果は統計的に処理いたしますので、お答えいただいた方にご迷惑をおかけするようなことは一切ございません。思いのままをお答えいただきますようお願い申し上げます。
- ご記入いただいた調査票は、**12月22日（木）**までに、同封の封筒に入れて（切手を貼らずに）投函してください。ご協力の程よろしくようお願い申し上げます。

【調査に関するお問い合わせ先】

小金井市 福祉保健部 健康課（小金井市保健センター）
〒184-0015 貫井北町5-18-18
TEL：042-321-1240 FAX：042-321-6423

1. あなた（ご本人）について

F1 あなたの性別を教えてください。（〇は1つ）

- | | |
|-------|-------|
| 1. 男性 | 2. 女性 |
|-------|-------|

F2 あなたの年齢を教えてください。（〇は1つ）

- | | | | |
|------------|------------|-------------|------------|
| 1. 20～24 歳 | 5. 40～44 歳 | 9. 60～64 歳 | 13. 80 歳以上 |
| 2. 25～29 歳 | 6. 45～49 歳 | 10. 65～69 歳 | |
| 3. 30～34 歳 | 7. 50～54 歳 | 11. 70～74 歳 | |
| 4. 35～39 歳 | 8. 55～59 歳 | 12. 75～79 歳 | |

*平成 28 年（2016 年）12 月 1 日現在の年齢をお答えください。

F3 あなたはどちらにお住まいですか。（〇は1つ）

また、丁目を〔 〕内にご記入ください。

- | | |
|-------------|---------------|
| 1. 東町〔 〕丁目 | 6. 前原町〔 〕丁目 |
| 2. 梶野町〔 〕丁目 | 7. 本町〔 〕丁目 |
| 3. 関野町〔 〕丁目 | 8. 桜町〔 〕丁目 |
| 4. 緑町〔 〕丁目 | 9. 貫井北町〔 〕丁目 |
| 5. 中町〔 〕丁目 | 10. 貫井南町〔 〕丁目 |

F4 あなたの現在の家族構成を以下の中から教えてください。（〇は1つ）

- | | |
|---------------|-----------------|
| 1. 一人暮らし | 4. 三世帯世帯（親と子と孫） |
| 2. 夫婦二人暮らし | 5. その他（ ） |
| 3. 二世帯世帯（親と子） | |

F5 あなたの主な職業は何ですか。（〇は1つ）

- | | |
|-------------------------------------|-----------|
| 1. 自営業 | 4. 家事専業 |
| 2. 正規雇用（正社員など） | 5. 学生 |
| 3. 非正規雇用（契約社員、嘱託社員、パート、
アルバイトなど） | 6. 無職 |
| | 7. その他（ ） |

F6 あなたの身長と体重についてお答えください。数字でご記入ください。

身長	cm	体重	kg
----	----	----	----

F7 あなたが、現在治療している、または過去に診断されたことがある病気に○をつけてください。(○はそれぞれ1つ)

	現在治療している	過去に診断されたことがある	診断されたことがない
(1) 糖尿病	1	2	3
(2) 高血圧症	1	2	3
(3) 脂質異常症 (高脂血症)	1	2	3
(4) 脳卒中	1	2	3
(5) 心疾患	1	2	3
(6) 痛風	1	2	3
(7) 歯周病	1	2	3
(8) がん	1	2	3
(9) 骨粗しょう症	1	2	3
(10) COPD (慢性閉塞性肺疾患)	1	2	3
(11) 肝炎	1	2	3
(12) うつ病など心の病	1	2	3
(13) その他 ()	1	2	3

F8 あなたの普段の体調であてはまるものに○をつけてください。(○は1つ)

- | | |
|--------------|----------------|
| 1. ほぼ毎日調子はよい | 4. だいたい調子はよくない |
| 2. だいたい調子はよい | 5. ほぼ毎日調子はよくない |
| 3. どちらとも言えない | |

F8-1 F8で「4. だいたい調子はよくない」「5. ほぼ毎日調子はよくない」と回答した方におたずねします。

あなたの体調は、どのような状態ですか。(○はいくつでも)

- | | |
|----------------|---------------|
| 1. 常にだるい | 6. 不安になることが多い |
| 2. 朝すっきり起きられない | 7. 動悸、息切れ |
| 3. 頭痛や肩こり | 8. めまい |
| 4. 食欲がない | 9. 夜、なかなか眠れない |
| 5. イライラすることが多い | 10. その他 () |

2. 健診（検診）や生活習慣病について

問1 次の各種健診（検診）について、この1～2年の受診状況をお答えください。

（〇はそれぞれ1つ）

	市の健診（検診） を受診した	他の機関※で 受診した	受診していない
（1）健康診査	1	2	3
（2）人間ドック		2	3
（3）胃がん検診	1	2	3
（4）肺がん検診	1	2	3
（5）大腸がん検診	1	2	3
（6）子宮頸がん検診	1	2	3
（7）乳がん検診	1	2	3
（8）その他のがん検診	1	2	3
（9）骨粗しょう症検診	1	2	3
（10）歯科健診	1	2	3

※他の機関とは、職域等（職場や社会保険組合等）や個人的に受診した場合をいいます。

問1-1 問1で「受診していない」に1つでも回答した方におたずねします。

各種健診（検診）を受けなかった理由をお答えください。（〇は1つ）

1. 受ける時間がないから	5. ふだん医師に見てもらっているから
2. 受ける場所が分からないから	6. 心配なときは医療機関を受診できるから
3. 悪いところが見つかるのが怖いから	7. その他（ ）
4. 健康だから必要がないと思っているから	8. とくに理由はない

問2 各種健診（検診）の費用（自分で支払う費用）についておたずねします。受診する際、自分で支払う費用を設定することについて、あなたのお考えに最も近いものはどれですか。（〇は1つ）

※各種健診（検診）では、おおむね 5,000 円～10,000 円（平均 7,000 円）の費用がかかりますが、現在市では、乳がん検診（2,000 円）、胃がん検診（1,000 円）、肺がん検診（胸部エックス線検査 500 円、喀痰細胞診 500 円）を有料で実施しています。他の健診（検診）は無料です。

1. 当然である
2. 自分で支払う費用が発生するのはやむを得ない
3. 無料で実施すべきである

問3 受診する際に、自分で支払う費用の額は、どのくらいが妥当と考えますか。

(○は1つ)

1. 無料	5. 2,000 円～3,000 円未満
2. 500 円未満	6. 3,000 円以上
3. 500 円～1,000 円未満	7. よく分からない
4. 1,000 円～2,000 円未満	

3. 生活習慣予防について

問4 生活習慣病予防のために気をつけていることはありますか。(○はいくつでも)

1. 定期的に体重を測る	4. 規則正しい生活をしている
2. 食事のとり方に気をつけている	5. その他()
3. 定期的に運動をする	6. とくにない

問5 あなたは、次の病気について医師からどのように言われていますか。

(○はそれぞれ1つ)

	当てはまると 診断された	注意するよう 言われている	特に言われていない
(1) 糖尿病	1	2	3
(2) 脂質異常症(高脂血症)	1	2	3
(3) 高血圧症	1	2	3

4. 栄養・食習慣について

問6 食生活に関して、あなたがふだん、意識していることはどのようなことですか。

(○はいくつでも)

1. 野菜をなるべく食べるようにしている	7. 腹八分目を心がけている
2. 魚をなるべく食べるようにしている	8. よく噛んで食べるようにしている
3. 大豆製品をなるべく食べるようにしている	9. 楽しく食べるようにしている
4. 塩分をなるべくひかえるようにしている	10. その他()
5. 脂質をなるべくひかえるようにしている	11. とくにない
6. 糖分をなるべくひかえるようにしている	

問7 次の食事に関する項目について、あなたがふだんしていることをお答えください。

(○はいくつでも)

- | | |
|----------------------------------------------|------------------------|
| 1. 1日3食、食べている | 7. 間食をする |
| 2. 食事の時間はおおよそ決まっている | 8. 昼食は外食が多い |
| 3. 朝食を食べている | 9. 惣菜をよく利用する |
| 4. 主食と主菜 [※] と副菜を揃える等、栄養のバランスを考えている | 10. 甘い飲み物をよく飲む |
| 5. 1日350g(1日5皿)以上野菜を食べている | 11. 食品を購入する時、栄養成分表示を見る |
| 6. 食事の量を調整し、制限している | 12. その他() |
| | 13. とくにない |

※主食…ごはん、パン、麺類等

主菜…肉や魚、卵、大豆製品等のメイン料理 副菜…野菜、海草、きのこ類

問8 あなたは下の「食事バランスガイド」について知っていますか。

(○は1つ)

- | |
|----------------------------|
| 1. 内容を知っている |
| 2. 内容を知って参考にしている |
| 3. 言葉を聞いたことはあるが内容は知らない |
| 4. 知らない(今回の調査で初めて聞いた場合を含む) |

食事バランスガイド
あなたの食事は大丈夫？

1日分

分量	料理例
10分	ごはん(白米)1杯、お粥、うどん、そば、ラーメン、パン、餅、菓子類、お菓子類、お菓子類
15分	ごはん(中盛り)1杯、ごはん(小盛り)2杯、お粥、うどん、そば、ラーメン、パン、餅、菓子類、お菓子類
10分	野菜サラダ、煮野菜、ゆで野菜、炒め物、揚げ物、焼き物、お肉、お魚、お豆腐、お豆、お味噌汁
20分	野菜炒め、お肉炒め、お魚炒め、お豆腐炒め、お豆炒め、お味噌汁
10分	肉、お魚、お豆腐、お豆、お味噌汁
20分	肉、お魚、お豆腐、お豆、お味噌汁
20分	牛乳、ヨーグルト、チーズ、お豆腐、お豆、お味噌汁
10分	牛乳、ヨーグルト、チーズ、お豆腐、お豆、お味噌汁
10分	りんご、バナナ、みかん、お梅干し、お漬物、お干し菜、お漬物、お干し菜
10分	りんご、バナナ、みかん、お梅干し、お漬物、お干し菜、お漬物、お干し菜

※0.1gは1センチピンポイント(100分の1)の量

<資料：厚生労働省ホームページ>

5. 運動について

問9 あなたは、1日に30分以上、身体を動かすこと[※]を週2回以上行っていますか。
(○は1つ)

- | | |
|-----------------|-------------|
| 1. 1年以上前から続けている | 3. 最近、始めた |
| 2. 週に1回は行っている | 4. 特にやっていない |

※身体を動かすこととは、ウォーキング、スポーツ（水泳・球技など）、家の掃除、軽く息が上がる運動などです。

問9-1 問9で「4. 特にやっていない」と回答した方におたずねします。
身体を動かしていない理由についてお答えください。(○はいくつでも)

- | | |
|---------------|---------------------|
| 1. 運動する時間がない | 6. 健康や身体上の理由で運動できない |
| 2. 運動する場所がない | 7. 必要を感じない |
| 3. 一緒にする仲間がない | 8. その他() |
| 4. お金がかかる | 9. 特に理由はない |
| 5. 運動が嫌いだ | |

問10 平均すると、一日に何分歩いていますか。※参考：10分=1,000歩 (○は1つ)

- | | |
|------------------|---------------------|
| 1. 40分未満 | 4. 1時間20分以上1時間40分未満 |
| 2. 40分以上1時間未満 | 5. 1時間40分以上 |
| 3. 1時間以上1時間20分未満 | |

6. 休養・睡眠・こころの健康について

問11 ここ1か月間、あなたの1日の平均睡眠時間はどのくらいでしたか。(○は1つ)

- | | |
|----------------|----------------|
| 1. 5時間未満 | 4. 7時間以上～8時間未満 |
| 2. 5時間以上～6時間未満 | 5. 8時間以上～9時間未満 |
| 3. 6時間以上～7時間未満 | 6. 9時間以上 |

問12 ここ1か月間、あなたは睡眠で休養が十分とれていますか。(○は1つ)

- | | |
|--------------|---------------|
| 1. 十分とれている | 3. あまりとれていない |
| 2. まあまあとれている | 4. まったくとれていない |

問 12-1 問 12 で「3. あまりとれていない」「4. まったくとれていない」と回答した方におたずねします。

睡眠で休養が十分にとれていない理由についてお答えください。(○はいくつでも)

- | |
|------------------------------|
| 1. 自分が望む睡眠時間を確保できないから |
| 2. 睡眠の時間は長くても、朝起きるとだるいと感じるから |
| 3. なかなか寝つけないから |
| 4. 睡眠が浅く、時々目がさめるから |
| 5. その他 () |

問 13 ここ1か月間、仕事や家庭や交友などの不満、悩み、苦勞などによるストレスがありましたか。(○は1つ)

- | | |
|----------|-----------|
| 1. 大いにある | 3. あまりない |
| 2. 多少ある | 4. まったくない |

問 14 ストレスがあったときの対処法は次のうちどれですか。(○はいくつでも)

- | | |
|------------------------|------------------|
| 1. 積極的に問題の解決にとりくむ | 9. 楽観的に考えようとする |
| 2. 体を動かす | 10. お金を使うことで解消する |
| 3. リラクゼーションやマッサージなどに行く | 11. 酒を飲む |
| 4. 趣味(映画、旅行など)を楽しむ | 12. たばこを吸う |
| 5. テレビを見たり、音楽を聴く | 13. 食べる |
| 6. 家族や友人に悩みを聞いてもらう | 14. 眠る |
| 7. 解決をあきらめて放棄する | 15. その他 () |
| 8. 我慢して耐える | 16. とくにない |

問 15 あなたは、この1~2年で次のような心的苦痛がありましたか。(○はいくつでも)

- | | |
|---------------|----------------|
| 1. 何もする気になれない | 4. 自殺を考えたことがある |
| 2. 眠れない | 5. その他 () |
| 3. うつ病だと感じる | 6. とくにない |

問 16 あなたは、悩みやストレスや心的苦痛について誰かに相談していますか。

(○はいくつでも)

- | | |
|----------------|---------------------|
| 1. 家族 | 7. インターネットでの情報交換や相談 |
| 2. 友人・知人 | 8. その他 () |
| 3. 医療機関 | 9. 相談したいが相談できずにいる |
| 4. 職場の上司や学校の先生 | 10. どこに相談してよいかわからない |
| 5. 公的機関の相談窓口 | 11. 誰にも相談したくない |
| 6. 民間の相談機関 | |

問 17 ころの健康を保つためにどういう機関やしくみがあればいいと思いますか。
(○はいくつでも)

- | | |
|----------------------|-------------------|
| 1. 電話で相談できる | 4. 専門家に相談できる方法の周知 |
| 2. インターネットによる相談や情報提供 | 5. その他 () |
| 3. 同じ悩みを持つ人と話せる場所 | |

問 18 小金井市のWEBサイト・メンタルチェックシステム「ころの体温計」[※]を利用した
とがありますか。(○は1つ)

- | |
|--------------------|
| 1. 利用したことがある |
| 2. 利用したことはないが知っている |
| 3. 利用したことはない |

※「ころの体温計」は、パソコンや携帯電話などの端末機器からアクセスすると、匿名で本人のストレスや落ち込み度といったメンタルチェックができ、必要に応じて相談窓口を紹介することができるサイトです。本人モード、家族モード、赤ちゃんママモード、ストレス対処タイプテスト、アルコールチェックモードなどの様々な悩みに対する自己診断や相談先の紹介をすることができます。

7. 飲酒・喫煙について

問 19 あなたは、週に何日お酒(清酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲みますか。(○は1つ)

- | | |
|----------|-------------|
| 1. 毎日 | 4. 週1～2日 |
| 2. 週5～6日 | 5. 月に1～3日 |
| 3. 週3～4日 | 6. ほとんど飲まない |

問 19-1 お酒を飲む方におたずねします

お酒を飲む日は、清酒に換算して、1回あたりどのくらいの量を飲みますか。
(○は1つ)

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

換算表

日本酒	→	1合
ビール大びん1本(663ml)	→	1.35合
ビール中びん1本(500ml)	→	1合
ビール小びん1本(350ml)	→	0.7合
焼酎 35度(80ml)	→	1合
ウイスキーダブル1杯(60ml)	→	1合
ワイングラス2杯(240ml)	→	1合

問 20 あなたは、現在たばこを吸っていますか。

(○は1つ)

- | | |
|---------------------|----------------|
| 1. 吸っている | 3. 以前吸っていたがやめた |
| 2. 吸っているがやめようと思っている | 4. 吸っていない |

問 21 あなたは、喫煙が健康に与える影響について、どのようなことを知っていますか。

(○はいくつでも)

- | | | |
|--------------------|------------|------------|
| 1. がん | 5. ぜんそく | 9. 妊娠への影響 |
| 2. 虚血性心疾患 | 6. 気管支炎胃潰瘍 | 10. その他() |
| 3. 脳卒中 | 7. 糖尿病 | 11. 知らない |
| 4. COPD (慢性閉塞性肺疾患) | 8. 歯周病 | |

問 22 あなたは、受動喫煙が健康に影響[※]を与えることを知っていますか。(○は1つ)

※肺がん、虚血性心疾患、脳卒中、小児のぜんそく、乳幼児突然死症候群(SIDS)など。

- | | |
|----------|---------|
| 1. 知っている | 2. 知らない |
|----------|---------|

問 23 あなたの身の回りの受動喫煙対策についてどう感じていますか。

(○はそれぞれ1つ)

	満足	どちらかといえば満足	どちらかといえば不満	不満	わからない
(1) 公共施設	1	2	3	4	5
(2) 交通機関	1	2	3	4	5
(3) 医療機関	1	2	3	4	5
(4) 勤務先	1	2	3	4	5
(5) 飲食店	1	2	3	4	5
(6) 公園	1	2	3	4	5
(7) 道路	1	2	3	4	5

問 24 次の場所における受動喫煙対策についてどう思いますか。(○はそれぞれ1つ)

	禁煙にしたほうがよい	分煙にしたほうがよい	対策は必要ない	わからない
(1) 公共施設	1	2	3	4
(2) 交通機関	1	2	3	4
(3) 医療機関	1	2	3	4
(4) 勤務先	1	2	3	4
(5) 飲食店	1	2	3	4
(6) 公園	1	2	3	4
(7) 道路	1	2	3	4

問 25 受動喫煙を防止するにはどのような対策が必要だと思いますか。(〇はいくつでも)

1. 喫煙及び受動喫煙による健康被害の普及・啓発
2. 禁煙を希望する方への情報提供
3. 学校における教育の充実
4. 小金井市まちをきれいにする条例[※]の周知
5. 国、都、市による法整備
6. その他 ()

※小金井市まちをきれいにする条例では、第11条第2項において、「何人も、路上禁煙地区においては、道路上で喫煙してはならない。」と定めています。小金井市民に限らず、すべての人を対象としています。JR武蔵小金井・東小金井駅、西武多摩川線新小金井駅を中心としたエリアで、道路上での喫煙を終日禁止する「路上禁煙地区」を指定しています。小金井市のホームページにて「路上喫煙地区」を掲載しています。



<路面ステッカー>

8. 歯と口腔の健康について

問 26 あなたはふだん、歯や歯ぐきの健康のためにしているのは、どのようなことですか。(〇はいくつでも)

- | | |
|---------------------------------|------------------|
| 1. 定期的に歯科健診を受ける | 5. 歯間ブラシや糸ようじを使う |
| 2. 食後は歯を磨く | 6. 歯が痛んだらすぐ受診する |
| 3. 1日2回以上歯みがきをする | 7. その他 () |
| 4. 歯周病を予防(歯みがきや歯石除去等)するよう心がけている | 8. 特にしていない |

問 27 現在のあなたの歯の本数について教えてください。(〇は1つ)

1. 20本未満
2. 21本～25本未満
3. 25本以上

9. 保健医療サービスについて

問 28 健康に関する相談ごとは、ふだん、どこにされていますか。 (○はいくつでも)

1. 家族
2. 友人・知人・職場の同僚など
3. かかりつけ医
4. 職場や学校の医療相談室
5. 市の保健センターなど（保健所、地域包括センターなどの公共機関）
6. その他（ ）
7. とくにない

問 29 次のうち、あなたが「かかりつけ(主治医など)」を決めているものについてお答えください。 (○はいくつでも)

- | | |
|-------------|-------------|
| 1. かかりつけ医 | 3. かかりつけ薬局 |
| 2. かかりつけ歯科医 | 4. 特に決めていない |

問 30 お住まいの地域の医療サービスや危機管理体制についてお聞きします。

①地域の医療サービスや危機管理体制は充実していると思いますか。

②利用(参加)したことはありますか。

(○はそれぞれ1つ)

	①充実の実感				②利用(参加)経緯	
	充実している	どちらかといえば充実している	どちらかといえば充実していない	充実していない	利用(参加)したことがある	利用(参加)したことがない
(1) 市内の休日、夜間の医療体制	1	2	3	4	1	2
(2) 小児救急医療体制	1	2	3	4	1	2
(3) 救急医療体制	1	2	3	4	1	2
(4) 医療機関や相談窓口情報の周知	1	2	3	4	1	2
(5) 総合防災訓練(医療救護訓練) [※] などの実施	1	2	3	4	1	2

※医療救護訓練では、医師会、歯科医師会、薬剤師会、警察等と市民の協力を得ながら、実際の災害時を想定した医療にかかわる訓練を行います。

問 31 あなたが、習慣的にを行っている運動は次のうちどれですか。 (○はいくつでも)

- | | |
|---------------------------|------------------------|
| 1. ウォーキング、散歩 | 10. バドミントン、テニス、卓球 |
| 2. ジョギング | 11. ゲートボール、グラウンドゴルフ |
| 3. 水泳、水中運動 | 12. ラジオ体操・テレビ体操 |
| 4. サイクリング | 13. ストレッチ |
| 5. 登山、ハイキング | 14. エアロビクス |
| 6. ゴルフ | 15. ヨガ |
| 7. 野球、ソフトボール | 16. トレーニングマシンなどを使用した運動 |
| 8. サッカー、フットサル | 17. その他 () |
| 9. バレーボール、バスケットボール、ハンドボール | 18. 運動はしていない |

問 32 利用したことがある市内の施設は次のうちどれですか。 (○はいくつでも)

- | | |
|-------------|--------------------------|
| 1. 総合体育館 | 5. 市立小学校・中学校の体育館など |
| 2. 栗山公園運動施設 | 6. 都立公園(小金井公園、野川公園)の運動施設 |
| 3. 上水公園運動施設 | 7. その他 () |
| 4. 市テニスコート場 | 8. 利用したことはない |

問 33 日常的に運動を続けるには、どのようなことが必要だと思いますか。(○はいくつでも)

- | | |
|----------------|----------------|
| 1. 運動できる場所 | 5. 一緒に運動できる仲間 |
| 2. 運動指導者などの専門家 | 6. 自分を励ましてくれる人 |
| 3. 運動教室などの機会 | 7. その他 () |
| 4. 経済的負担が少ないこと | 8. 特に必要なことはない |

問 34 市民体育祭やチャレンジデーなどの市が開催するスポーツイベントに参加したことはありますか。 (○は1つ)

- | |
|--------------------|
| 1. 参加したことがある |
| 2. 知っているが参加したことはない |
| 3. 参加したことはない |

問 35 あなたは、隣近所との程度おつきあいをしていますか。 (○は1つ)

- | |
|-----------------------|
| 1. だれとでも親しく付き合っている |
| 2. 特定の人とは親しくしている |
| 3. たまに挨拶や立ち話等をする程度である |
| 4. ほとんど付き合いはない |
| 5. その他 () |

問 36 次のような活動について、あなたは現在取り組んでいますか。
また、今後やってみたい活動はありますか。

(それぞれ1つに○)

	で 現 在 取 り 組 ん で い る	て な 取 り 組 み た が い や で っ い	と 取 り 組 み た い と 思 わ な い
(1) 子どもや子育てを支援する活動	1	2	3
(2) 高齢者を支援する活動	1	2	3
(3) 障がいのある人を支援する活動	1	2	3
(4) 若者を支援する活動	1	2	3
(5) お祭りや運動会など、地域のレクリエーション活動	1	2	3
(6) 防災訓練など、防災・災害に関する活動	1	2	3
(7) 地域清掃・リサイクル、自然保護など、環境美化活動	1	2	3
(8) 自治会等の地域団体の活動	1	2	3
(9) 健康づくりに関する活動	1	2	3

問 37 どのような条件であれば、活動・参加したいと思いますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 活動情報の提供がある	7. 特技や知識が活かせる
2. 友人等といっしょに参加できる	8. 身体的な負担が少ない
3. 身近なところで活動できる	9. 経済的な負担が少ない
4. 活動時間や曜日が自由	10. その他 ()
5. 気軽に参加できる	11. 特にない
6. 適切な指導者やリーダーがいる	

問 38 市が実施している次の保健医療サービス(事業)に参加(利用)したことがありますか。「ない」と答えた方は、右側の設問についてお答えください。(○はそれぞれ1つ)

事業名	参加(利用)状況		認知度	
	ある	ない	知っている	知らない
(1) 健康診断	1	2	1	2
(2) 各種がん検診	1	2	1	2
(3) 成人歯科健診	1	2	1	2
(4) 肝炎ウイルス検診	1	2	1	2
(5) 骨粗しょう症検診	1	2	1	2
(6) 健康づくりフォローアップ教室 ※	1	2	1	2
(7) 栄養に関する相談や講習会	1	2	1	2
(8) 歯科に関する相談や講演会	1	2	1	2
(9) 医師による健康講演会	1	2	1	2

事業名	参加（利用）状況		認知度	
	ある	ない	知っている	知らない
(10) 成人健康相談	1	2	1	2
(11) 健康手帳の配布	1	2	1	2
(12) 休日診療・休日歯科診療（夜間含む）	1	2	1	2
(13) 予防接種事業（高齢者インフルエンザ、高齢者肺炎球菌）	1	2	1	2

※健康づくりフォローアップ教室とは、ライフステージに応じた生活習慣や行動を知り、健康づくりを促進することを目的とした教室です。いきいき健康教室や、20代からの理想のカラダづくり講座、親子健康教室、血管若返り教室、骨粗しょう症予防教室、糖尿病予防教室などがあります。

問 39 小金井市では、「だれもが安心して暮らせる思いやりのあるまち」の実現を目指しています。あなたは、小金井市は「だれもが安心して暮らせる思いやりのあるまち」だと思いますか。 (〇は1つ)

- | | |
|-----------------|-------------------|
| 1. そう思う | 3. どちらかといえばそう思わない |
| 2. どちらかといえばそう思う | 4. そう思わない |

10. 今後の保健医療の取り組みについて

問 40 今後、市ではどのような保健医療対策を、特に充実していくべきだと思いますか。 (〇は主なもの5つまで)

- | | |
|------------------------|---------------------------------|
| 1. 健康診査や各種検診 | 8. 休日診療・休日歯科診療（夜間含む） |
| 2. がん検診 | 9. 小児の救急医療体制 |
| 3. がん教育 | 10. 災害時の医療体制整備 |
| 4. 生活習慣病対策（運動・栄養）の取り組み | 11. 喫煙・受動喫煙への対策 |
| 5. 働き盛りの健康への支援 | 12. その他（ <input type="text"/> ） |
| 6. 口腔内の健康対策 | 13. とくにない |
| 7. こころの健康相談等 | |

問 40-1 問40で回答した充実していくべき項目のなかで具体例があれば、ご記入ください。

回答した番号	具体例

