資料５

市民の皆様の健康で心豊かな生活の実現のために、皆様の声を聞かせてください！

健康と食に関する市民意識調査【一般用】

～アンケート調査へのご協力のお願い～

市民の皆様には、日頃より市政発展のため、ご理解とご協力をいただき厚くお礼申し上げます。

さて、久喜市では、健康増進及び食育に関するご意見やご要望を広くお伺いし、今後の施策に反映させるため、アンケート調査を実施することといたしました。

この調査結果は、令和４年度に策定いたします「(仮称）第３次久喜市健康増進・食育推進計画及び第２次久喜市自殺対策計画（計画期間：令和５（２０２３）年度～令和９（２０２７）年度)」の基礎資料とさせていただきます。

お忙しいところ、誠に恐縮でございますが、調査の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。

令和３年１１月　　久喜市長　**梅田　修一**

◇◆ご記入にあたってのお願い◆◇

１　この市民意識調査は、久喜市にお住まいの１６歳以上の方２，０００人を無作為に抽出しています。なお、抽出基準日は１０月１日ですので、この日以降、市外への引越しなどの行き違いの場合は、何卒ご容赦ください。

２　お送りした封筒のあて名の方がご記入ください。

３　**お名前やご住所を書いていただく必要はありません。**調査結果については、すべて統計的に処理いたしますので、個人が特定されることはありません。また、調査結果を他の目的に使用することはありません。

４　ご記入が終わりましたら、同封の返信用封筒に回答用紙のみを入れ、切手を貼らずに**令和３年１２月１０日（金）まで**にご投函ください。また、電子申請サービスを利用される方は、右記のＱＲコードからご回答ください。

久喜市 KUKI

健幸・スポーツ都市 久喜

≪お問い合わせ先≫
久喜市役所　健康・子ども未来部
健康医療課　健康企画係
電 話：0480-22-1111（内線 3421･3422）
FAX：0480-22-3319
Ｅメール:kenkoiryo@city.kuki.lg.jp

第2次久喜市健康増進・食育推進計画とは？

〇市では、平成２４年３月に、健康増進法に基づく「久喜市健康増進計画」と食育基本法に基づく「久喜市食育推進計画」を策定し、それぞれ５年間推進してきました。健康と食は密接な関係にあり、健康づくりと食育を一体的に推進してきた経緯があります。
〇両計画は、計画全体を地域ぐるみで推進する体制づくりが、ともに必要であることから、健康づくりと食育を総合的かつ一体的に推進することで、計画の実効性がより高まることが期待されます。
　このため、国の方向性や本市の状況を踏まえ、「久喜市健康増進計画」と「久喜市食育推進計画」の第２次計画を一体化し、平成２９年３月に「第２次久喜市健康増進・食育推進計画」を策定し、推進しています。計画期間は、平成２９（２０１７）年度～令和４（２０２２）年度です。

計画の基本理念

笑顔あふれる 元気なまち 久喜市
～「健康づくり・食育」共に取り組む実践の輪を広げよう～

【基本方針】

1　健康寿命を延ばします
2　市民一人ひとりの生活様式に応じた取り組みを推進します
3　実践につながる市民主体の取り組みを推進します
4　健康づくりや食育を推進するための環境整備に努めます

久喜市自殺対策計画とは？

〇本計画は、平成２８（２０１６）年に改正された自殺対策基本法に基づき、国が定めた「大綱」や埼玉県自殺対策計画を踏まえ、本市の自殺対策の基本的な方向や具体的な推進策をまとめたものです。
〇本市の総合振興計画の大綱の１つである「子どもから高齢者まで、誰もが健康で安心して暮らせるまち」 の実現に向けた、自殺対策の基本となる計画です。
〇関連性の高い「第２次久喜市健康増進・食育推進計画」や「第２次地域福祉計画」等との整合性を保つとともに、その他の計画における各種施策及び事業と連携を図りながら自殺対策を総合的に推進します。

全体目標

２０２２年の自殺死亡者数を１９人以下とします。

※回答は●色の回答用紙にご記入ください。

あなたご自身のことについてお答えください。

問１　あなたの性別は。（１つ選ぶ）

１．男	２．女	３．その他（答えたくない）

問２　あなたの年齢は。（１つ選ぶ）

１．１０代	２．２０代	３．３０代	４．４０代
５．５０代	６．６０代	７．７０代	８．８０歳以上

問３　お住まいの地区は。（１つ選ぶ）

１．久喜地区	青毛・青葉・江面・太田袋・上清久・上町・上早見・北青柳・北中曽根・久喜北・久喜新・久喜中央・久喜東・久喜本・栗原・古久喜・下清久・下早見・所久喜・西・野久喜・原・樋ノ口・本町・南・除堀・吉羽・六万部
２．菖蒲地区	菖蒲町小林・菖蒲町上大崎・菖蒲町上栢間・菖蒲町河原井・菖蒲町三箇・菖蒲町柴山枝郷・菖蒲町下栢間・菖蒲町菖蒲・菖蒲町台・菖蒲町新堀
３．栗橋地区	新井・伊坂・河原代・北広島・狐塚・栗橋・栗橋北・栗橋中央・栗橋東・小右衛門・佐間・島川・高柳・中里・間鎌・松永・緑・南栗橋
４．鷲宮地区	上内・上川崎・久本寺・葛梅・栄・桜田・砂原・外野・中妻・西大輪・八甫・東大輪・鷲宮・鷲宮中央

問４　あなたの家族構成は。（１つ選ぶ）

１．単身世帯	２．夫婦のみ	３．二世代世帯（親と子）
４．三世代世帯（親と子と孫）	５．その他（　　）	

問５　あなたの職業は。（１つ選ぶ）

１．自営業	２．会社員（公務員・団体等の職員を含む）
３．パート・アルバイト・派遣等	４．学生
５．無職	６．その他（　　）

問６　あなたの身長と体重は。（小数点第１位まで）

身長　＿＿＿＿＿．＿＿ｃｍ　　体重　＿＿＿＿＿．＿＿ｋｇ

問７　あなたが理想と思う体重は。（小数点第１位まで）

体重　＿＿＿＿．＿＿ｋｇ

問８　あなたは、ご自身の体型をとう思っていますか。（１つ選ぶ）

１．太っている	２．少し太っている	３．ちょうどいい
４．少しやせている	５．やせている	

栄養・食生活についてお答えください。

問９　あなたは、自分にとっての適切な食事の量や内容を知っていますか。（１つ選ぶ）

１．知っている	２．知らない

適切な食事の量とは？

推定エネルギー必要量（kcal/日）　※身体活動レベルⅡ（ふつう）の場合

	15～17歳	18～29 歳	30～49 歳	50～64歳	65～74 歳	75 歳以上
男 性	２，８００	２，６５０	２，７００	２，６００	２，４００	２，１００
女 性	２，３００	２，０００	２，０５０	１，９５０	１，８５０	１，６５０

適切な食事の内容とは？

主食：米、パン、麺類などの穀物（主として糖質エネルギーの供給源）
主菜：肉や魚、卵、大豆製品などを使ったおかずの中心となる料理
（良質たんぱく質や脂肪の供給源）
副菜：野菜などを使った料理（主食と主菜に不足するビタミン、ミネラル、食物繊維を補う）が揃った食事

（出典：日本人の食事摂取基準２０２０年版）

問１０　普段の食生活で心がけていることはありますか。（あてはまるもの全て選ぶ）

１．塩分を減らす　２．糖分を減らす　３．油・油脂類を減らす
４．魚を多くとる　５．野菜・果物を多くとる　６．大豆・大豆製品を多くとる
７．乳製品を多くとる　８．量を腹八分目にする　９．規則正しい食事をする
10．よく噛み、ゆっくり食べる　11．地元でとれる野菜等を料理する
12．その他（　　）

問１１　あなたは、外食や食品を購入するときに栄養成分表示を参考にしていますか。（１つ選ぶ）

１．いつもしている	２．時々している
３．あまりしていない	４．していない

問１２　あなたは、食品を購入するとき、何を優先して選んでいますか。一番近いものを選んでください。（１つ選ぶ）

１．海外産を含めて一番低価格のものを購入する
２．国内産で一番低価格のものを購入する
３．産地や価格にこだわらず鮮度や味のよさそうなものを購入する
４．地元産を優先的に購入する
５．その他（　　）

問１３　あなたは朝食を食べていますか。（１つ選ぶ）

１．ほとんど毎日食べる　⇒　問１４にお進みください
２．週に４～５回食べる　⇒　問１４にお進みください
３．週に２～３回食べる　⇒　問１４にお進みください
４．ほとんど食べない　⇒　問１５にお進みください

問１４　**問１３で「１．ほとんど毎日食べる」「２．週に４～５回食べる」「３．週に２～３回食べる」と答えた方にお聞きします。**
１回の朝食でどのようなものを食べていますか。最も近いものを選んでください。（あてはまるもの全て選ぶ）

１．主食（ご飯、パン、麺類など）	
２．主菜（肉・魚・卵・納豆などたんぱく質を中心としたおかず）	
３．副菜（野菜・きのこ・いも・海藻などを中心にしたおかず）	
４．果物	５．味噌汁・スープなどの汁物
６．牛乳・ヨーグルトなどの乳製品	７．シリアル・コーンフレークなど
８．サプリメント	９．その他（　　）

【記入例】卵とレタスのサンドイッチは１・２・３を選ぶ
フルーツヨーグルトは４・６を選ぶ

問１５　**問１３で「４．ほとんど食べない」と答えた方にお聞きします。**
その理由はなんですか。（あてはまるもの全て選ぶ）

１．食べる時間がないから	２．食欲がないから	３．食べる習慣がないから
４．ダイエットのため	５．その他（　　）	

問１６　あなたは、２人以上で、楽しくゆっくり（３０分以上かけて）食べていますか。（１つ選ぶ）

１．ほとんど毎日食べる	２．週に４～５回食べる
３．週に２～３回食べる	４．ほとんど食べない

問１７　あなたは、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を１日２回以上食べていますか。（１つ選ぶ）

１．ほとんど毎日食べる	２．週に４～５回食べる
３．週に２～３回食べる	４．ほとんど食べない

【注意】「主食」とは米、パン、麺類などの穀類。「おかず」とは、主菜（肉や魚、卵、大豆製品などを使ったおかずの中心となる料理）や副菜（野菜などを使った料理）がそろったもの。

問１８　生活習慣病予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつける食生活をしていますか。（１つを選ぶ）

１．ほとんどしている	２．週に４～５回している
３．週に２～３回している	４．ほとんどしていない

問１９　食品ロス削減のための取り組みを普段から意識的に行っていますか。（１つ選ぶ）

１．行っている	２．行っていない

※「食品ロス」とは、まだ本来食べることができるにも関わらず捨てられた食品のことです。

問２０　あなたは、農業体験（野菜や米などの栽培・収穫など）をしたことがありますか。（１つ選ぶ）

１．子どもの頃に体験したことがある	⇒	問21にお進みください
２．大人になってから体験したことがある	⇒	問21にお進みください
３．体験したことがない	⇒	問22にお進みください
４．農業に従事している	⇒	問22にお進みください

問２１　**問２０で「１．子どもの頃に体験したことがある」「２．大人になってから体験したことがある」と答えた方にお聞きします。**

農業体験のあと、食への意識が高まりましたか。（１つ選ぶ）

１．高まった	２．特に変化はない	３．わからない

問２２　**問２０で「３．体験したことがない」「４．農業に従事している」と答えた方にお聞きします。**

あなたは、今後、農業体験をしたいと思いますか。（１つ選ぶ）

１．したい	２．したくない	３．わからない

問２３　あなたは、「食育」を知っていますか。（１つ選ぶ）

１．言葉も意味も知っている	２．言葉は知っているが、意味は知らない
３．言葉も意味も知らない	

食育とは、「自分の食について考える習慣」や「食に関するさまざまな知識」、「食を選ぶ判断力」を楽しく身につけるための学習などのことです。

問２４　あなたは、子どもたちや次の世代に伝えたいと思う家庭料理や伝統料理、行事料理がありますか。伝わっていると思うものも含めて回答してください。（１つ選ぶ）

１．伝えたい料理があり、伝えている
２．伝えたい料理があり、今後伝えたい
３．伝えたい料理があるが、今後伝えるつもりはない
４．伝えたい料理はない

あなたの運動習慣などについてお答えください。

問２５　あなたは、日常生活の中で、意識的に体を動かすなどの運動をしていますか。（１つ選ぶ）　例：ウォーキング、ストレッチなど

１．いつもしている	⇒	問２６にお進みください
２．時々している	⇒	問２６にお進みください
３．していない	⇒	問２７にお進みください

問２６　**問２５で「１．いつもしている」「２．時々している」と答えた方にお聞きします。**

① あなたは、１日３０分以上の運動をどれくらいしていますか。（１つ選ぶ）

１．ほとんど毎日	２．週に３～４回
３．週に１～２回	４．月に２～３回
５．月に１回程度	６．３０分以上の運動はしていない
７．その他（　　）	

② あなたは、どのような運動をしていますか。

主な運動を１つご記入ください⇒（　　）

※問28にお進みください。

問２７　**問２５で「３．していない」と答えた方にお聞きします。**

① あなたは、今後、定期的に運動をしたいと思いますか。（１つを選ぶ）

１．はい	２．いいえ

② **①で「１．はい」と答えた方にお聞きします。**
どのような運動をしたいですか。（１つを選ぶ）

１．具体的な運動名１つ⇒（　　）	２．わからない

問２８　あなたが運動をするとき、特に必要だと思うことはなんですか。
（あてはまるもの全て選ぶ）

１．一緒に運動する仲間	２．教室や講座などの情報	３．託児ができること
４．適切な指導	５．気軽に運動できる施設・場所	６．自分のやる気
７．その他（　　）		８．特にない

問２９　あなたは、１日およそ何歩くらい歩いていますか。

（　　）歩くらい

【換算例】歩数の目安は、歩いた距離を身長から１メートル差し引いた数で割ったものが歩数となります。
≪例≫　１ｍ７０ｃｍの人が、２ｋｍ（２，０００ｍ）歩いた場合
２，０００ｍ÷（１．７ｍ－１．０ｍ）＝２，８５７歩

あなたの休養（こころ）についてお答えください。

問３０　この１か月間、あなたは睡眠で休養が十分とれていますか。（１つ選ぶ）

１．十分とれている	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３１　あなたは眠れないときに睡眠補助品（睡眠薬・精神安定剤）やアルコールを飲むことがありますか。（１つ選ぶ）

１．ある	２．ない

問３２　あなたは、この１か月間に不満、悩み、苦労、ストレスなどがありましたか。
（１つ選ぶ）

１．多いにあった	⇒	問３３にお進みください
２．多少あった	⇒	問３３にお進みください
３．あまりなかった	⇒	問３４にお進みください
４．まったくなかった	⇒	問３４にお進みください

問３３　**問３２で「１．多いにあった」「２．多少あった」と答えた方にお聞きします。**
不満、悩み、苦労、ストレスはどのようなことが原因ですか。
（あてはまるもの全て選ぶ）

１．家族の問題	２．仕事関係の問題	３．学校関係の問題
４．病気などの健康の問題	５．経済的な問題	６．男女関係の問題
７．その他（　　）		

問３４　あなたは、日ごろの不満、悩み、苦労、ストレスなどを処理できていると思いますか。
（1つ選ぶ）

１．十分できている	⇒	問３５にお進みください
２．なんとかできている	⇒	問３５にお進みください
３．あまりできていない	⇒	問３６にお進みください
４．まったくできていない	⇒	問３６にお進みください
５．わからない	⇒	問３６にお進みください

問３５　**問３４で「１．十分できている」「２．なんとかできている」と答えた方にお聞きします。**
あなたは、日ごろの不満などをどのように処理していますか。
（あてはまるもの全て選ぶ）

１．家族や友人などに相談する	
２．保健所、市保健センター、病院などに相談する	
３．食べる、お酒を飲む、買い物をするなどで発散する	
４．趣味や運動などで発散する	５．休養をとる
６．その他（　　）	７．特に何もしていない

問３６　あなたは、趣味など楽しみや生きがいを持っていますか。（１つ選ぶ）

１．持っている	２．持っていない

問３７　あなたは、地域で行われている催し物やボランティア・団体活動など、何らかの地域活動に参加していますか。（１つ選ぶ）

１．参加している	２．参加していない

【「たばこ」、「お酒（アルコール）」の回答にあたって】

未成年の喫煙や飲酒は、法律で禁止されています。一方、若年期からの喫煙や飲酒が成長へ悪影響を与えたり、ニコチンやアルコール依存症、さらにはがんなどの生活習慣病への危険性を高めるともいわれています。

この項目では、未成年者の喫煙や飲酒に対する意識や現状を把握して、行政、学校、家庭やそれを取り巻く地域全体での今後の取り組みに対する方向性を見出すための資料にしたいと考えておりますので、**調査対象者が未成年者の方についても以下の質問にご回答をお願いします。**

たばこについてお答えください。

問３８　あなたは、たばこを吸いますか。（１つ選ぶ）　**※加熱式たばこ、電子たばこも含みます。**

１．吸う　⇒　問３９にお進みください
２．以前は吸っていたが、今は吸っていない　⇒　問４０にお進みください
３．以前から吸わない　⇒　問４１にお進みください

問３９　**問３８で「１．吸う」と答えた方にお聞きします。**

①　あなたは、１日平均何本吸っていますか。

（　　）本くらい

②　あなたは、今後、禁煙または節煙（本数を減らす）をしたいと思いますか。（１つ選ぶ）

１．禁煙したいと思っている	２．節煙したいと思っている
３．このままでよいと思っている	

※問４１にお進みください。

問４０　**問３８で「２．以前は吸っていたが、今は吸わない」と答えた方にお聞きします。**

あなたは、たばこを吸わなくなってからどれくらい経ちますか。

（　　）年（　　）か月

問４１　あなたは、喫煙が自分の健康に及ぼす影響（能動喫煙）について知っていますか。影響があると思われるものを選んでください。（あてはまるもの全て選ぶ）

１．肺がん	２．喘息	３．気管支炎	４．心臓病
５．脳卒中	６．胃潰瘍	７．妊娠に関連した異常	
８．歯周病	９．その他（　　）		10．わからない

問４２　あなたは、喫煙がたばこを吸っていない人の健康に及ぼす影響（受動喫煙）について知っていますか。影響があると思われるものを選んでください。（あてはまるもの全て選ぶ）

１．肺がん	２．喘息	３．気管支炎	４．心臓病
５．脳卒中	６．胃潰瘍	７．妊娠に関連した異常	
８．歯周病	９．その他（　　）		10．わからない

自分の意思でたばこを吸うことを「能動喫煙」といい、自分の意思とは関係なく、周囲のたばこの煙を吸わされてしまうことを「受動喫煙」といいます。

能動喫煙や受動喫煙は、ほぼすべてのがんに関連があるといわれています。がん以外にも、循環器疾患や呼吸器疾患、胃潰瘍や歯周病など、様々な疾患に関連があるといわれています。また、流産や早産、未熟児など、妊娠や出産に関する以上にも関連があるといわれています。

問４３　あなたは、効果の高い分煙について知っていますか。（１つを選ぶ）

１．知っている	２．知らない

問４４　**ご家族に、小・中学生や高校生がいる方にお聞きします。**

あなたは、たばこが健康に及ぼす影響についてご家族で話をしていますか。（１つを選ぶ）

１．積極的にしている	２．何回かしたことがある	３．まったくない

お酒（アルコール）についてお答えください。

問４５　あなたは、お酒を飲みますか。（１つ選ぶ）

１．飲む	⇒　問４７にお進みください
２．以前は飲んでいたが、今は飲んでいない	⇒　問４８にお進みください
３．以前から飲まない	⇒　問４８にお進みください

問４６　問４５で「１．飲む」と答えた方にお聞きします。

① あなたのお酒を飲む頻度はどれくらいですか。（１つ選ぶ）

１．毎日	２．週５～６日	３．週３～４日
４．週１～２日	５．月に１～３回	６．その他（　　）

② あなたは、１日あたりどれくらいの量を飲みますか。換算例を参考に日本酒に換算してお答えください。（１つ選ぶ）

１．１合以内	２．２合以内	３．３合以内	４．４合以内
５．５合以内	６．６合以内	７．わからない	

【換算例】　日本酒１合（１８０㎖）は、次の量にほぼ相当します。
●ビール中びん　１本　　●焼酎２０度（１３５㎖）
●ウィスキーシングル２杯（６０㎖）　　●ワイン（２００㎖）
●缶チューハイ　ロング缶１本（５００㎖）　※アルコール度数５％

③ あなたの飲酒は、節度ある適度な飲酒量におさまっていると思いますか。(1つ選ぶ)

１．思う	２．少し超えていると思う
３．かなり超えていると思う	４．わからない

【節度ある適度な飲酒量とは】
日本酒なら１合（１８０㎖）、ビールなら中びん１本（５００㎖）程度といわれています。
※女性、少量の飲酒で顔が赤くなる人、６５歳以上の高齢者においてはより少ない量が適当です。

問４７　**ご家族に、小・中学生や高校生がいる方にお聞きします。**
あなたは、飲酒が健康に及ぼす影響についてご家族で話をしていますか。

１．積極的にしている	２．何回かしたことがある	３．まったくない

あなたの歯の健康についてお答えください。

問４８　あなたは、歯みがきを１日に何回しますか。（１つ選ぶ）

１．３回以上	２．２回	３．１回	４．していない

問４９　あなたは、歯を磨くとき、歯ブラシ以外の清掃用具（フロス、歯間ブラシ等）を使用しますか。（１つ選ぶ）

１．使用している	２．使用していない

問５０ 現在、あなたの歯（入れ歯、差し歯でないもの）は何本ありますか。（１つ選ぶ）

１．全部ある（２８本以上）	２．ほとんどある（２０～２７本）
３．半分くらいある（１０～１９本）	４．ほとんどない（１～９本）
５．まったくない（０本）	

問５１　あなたは、フッ素がむし歯予防に効果があることを知っていますか。（１つ選ぶ）

１．知っている	２．知らない

問５２　あなたは、歯周病が生活習慣病などの全身の健康に影響を及ぼすことを知っていますか。（１つを選ぶ）

１．知っている	２．知らない

【歯周病による全身の健康への影響】
　最近の研究で、歯周病およびその原因である歯周病細菌が、心臓病や肺炎などの、全身の疾患と関係があることがわかってきました。歯周病予防や早期の治療は全身の健康のためにも大切です。

問５３　あなたは、この１年間に歯科健診や歯石除去、ブラッシング指導を受けましたか。（１つを選ぶ）

１．受けた	２．受けていない

あなたの健康づくりについてお答えください。

問５４　あなたは、適正な体重を保つため、食事の量や内容に気を付けていますか。（１つを選ぶ）

１．はい	２．いいえ

問５５　あなたは、適正な体重を保つため、運動の量や内容に気を付けていますか。（１つを選ぶ）

１．はい	２．いいえ

問５６　あなたは、「メタボリックシンドローム」という言葉を聞いたことがありますか。（１つを選ぶ）

１．ない
２．ある　⇒　内容を（１．知っている　　２．知らない）

【メタボリックシンドロームとは】
　メタボリックシンドロームとは、「内臓脂肪が蓄積することによって血圧、血糖値が高くなったり、血中の脂質異常を起こしてたりして、食事や運動などの生活習慣を改善しなければ心筋梗塞や脳卒中などが起こりやすくなる状態」のことです。

問５７　あなたは、病気や障がいの有無にかかわらず、ご自分の心身の状態をどのように感じていますか。（１つ選ぶ）

１．非常に健康である	２．健康である
３．あまり健康でない	４．健康でない

問５８　あなたが考える「健康な状態」とは、どのようなことですか。（１つ選ぶ）

１．心身に病気がない	２．心身に疲労がない
３．体が丈夫である（体力がある）	４．毎日を楽しく過ごすことができる
５．健康診断の結果がよい	６．その他（　　）

問５９　あなたは、病気の予防や健康の維持のために、日ごろ取り組んでいることは何ですか。（あてはまるものすべて選ぶ）

１．食事・栄養に気をつける	２．睡眠や休養を十分にとる
３．適度な運動をする	４．飲酒を控える
５．ストレスの解消や気分転換をする	６．たばこを吸わない
７．規則正しい生活をする	８．仲間との交流等を大切にする
９．その他（　　）	10．ない

問６０　あなたは、健康の保持増進に必要なことはどのようなことだと思いますか。（あてはまるものすべて選ぶ）

１．食事・栄養に気をつける	２．睡眠や休養を十分にとる
３．適度な運動をする	４．飲酒を控える
５．ストレスの解消や気分転換をする	６．たばこを吸わない
７．規則正しい生活をする	８．仲間との交流等を大切にする
９．その他（　　）	10．ない

問６１　あなたは、定期的に健康診断（特定健康診査・健康診査、職場・学校等での健康診断、人間ドックなど）を受けていますか（歯科健診を除く）。（１つ選ぶ）

１．受けている　⇒	問６２にお進みください。
２．受けていない　⇒	問６５にお進みください。

問６２　**問６１で、「１．受けている」と答えた方にお聞きします。**

① これまでの健康診断の結果、医療機関を受診するように言われたことがありますか。（１つを選ぶ）

１．ある	２．ない

② **①で「1. ある」と答えた方にお聞きします。**
その際、医療機関を受診したり、保健指導を受けましたか。（1つを選ぶ）

１．受けた	２．受けようと思ったが受けなかった
３．受けるつもりはなかった	

※問６４にお進みください。

問６３　**問６１で、「２．受けていない」と答えた方にお聞きします。**
受けていない理由は何ですか。（１つ選ぶ）

１．時間がないから	２．自覚症状がないから
３．めんどうだから	４．どこで受けたらよいかわからないから
５．その他（　　）	

問６４　あなたは、１年から２年に１度のペースで受けている「がん検診」がありますか。（人間ドック等を含む）。　（あてはまるもの全て選ぶ）

１．胃	２．肺	３．大腸	４．乳房
５．子宮	６．前立腺	７．その他（　　）	
８．受けていない			

問６５　あなたには、「かかりつけ医」がいますか。（１つ選ぶ）

１．いる	２．いない

問６６　あなたには、「かかりつけ歯科医」がいますか。（１つ選ぶ）

１．いる	２．いない

問６７　あなたには、「かかりつけ薬局」がありますか。（１つ選ぶ）

１．ある	２．ない

問６８　あなたは、「第２次久喜市健康増進・食育推進計画」を知っていますか。（１つ選ぶ）

１．内容までよく知っている	２．名前だけは知っている	３．知らない

あなたの自殺に関する意識についてお答えください。

問６９　令和２年中の全国の自殺者数は２１，０８１人でした。あなたは、全国的にこれほど多くの人が自殺で亡くなっていることを知っていますか。（１つ選ぶ）

１．知っている	２．知らない

問７０　あなたは、「ゲートキーパー」という言葉を知っていますか。（1つ選ぶ）

１．内容までよく知っている	２．言葉だけは知っている	３．知らない

【ゲートキーパーとは】
自殺の危険を示すサインや悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守ることができる人のことを「ゲートキーパー」と言います。

問７１　あなたは、自殺予防週間（９月１０日から１６日）、自殺対策強化月間（３月）があることを知っていますか。（１つ選ぶ）

１．内容までよく知っている	２．言葉だけは知っている	３．知らない

問７２　あなたは、悩み事を相談できる相手として誰が該当しますか。
（あてはまるもの全て選ぶ）

１．家族・親族	２．友人・恋人	３．学校（時代）の先生
４．職場の上司・同僚	５．その他の知人	６．カウンセラー・相談員
７．宗教関係者	８．公的機関の相談窓口	９．公的機関の相談窓口
10．医師・医療機関	11．法律の専門家	
12．誰にも相談しない・できない	13．その他（　　）	

問７３　あなたが、自殺予防対策として効果的だと思うものは何ですか。
（あてはまるもの３つまで）

１．相談窓口の周知
２．暮らしやこころなどの総合的な相談会の実施
３．身近な場所での相談しやすい体制整備
４．多重債務者・失業者の相談窓口の充実
５．いじめ電話相談等の窓口の充実
６．学校における相談体制の充実
７．小・中・高校生及び大学生等に対する自殺予防教育
８．教職員に対する普及啓発
９．ゲートキーパーの養成
10．家族等身近な人の見守りに対する支援
11．職場におけるメンタルヘルス対策
12．うつ病等についての普及啓発
13．インターネット等での自殺予防関連情報の提供
14．駅のホームドア・ホーム柵の整備
15．生活困窮者に対する支援
16．その他（　　）

問７４　あなたが、コロナ禍における自殺予防対策として効果的だと思うものは何ですか。
（あてはまるもの３つまで）

１．暮らしの不安や心の悩みに対する相談体制の強化
２．経済的な困窮問題についての相談体制の強化
３．生活困窮者への支援策の強化
４．厳しい経営状況に置かれている企業への支援策の強化
５．職場や学校でのいじめ防止対策　　６．コロナ差別防止のための啓発活動
７．社会からの孤立化を防ぐための取組　８．アルコールや薬物等の依存症対策の強化
９．その他（　　）

問７５　健康づくりや食育、自殺対策に関してのご意見・ご要望がございましたら、ご自由にご記入ください。

＊アンケートは以上です。ご協力、ありがとうございました。