

平成24年度「健康いしかわ21アンケート(食生活)」調査結果

●調査目的 町民の健康への意識や生活習慣の変化等を把握し、今後の健康づくりを推進していくうえでの施策に役立てることを目的に実施しました。

●調査対象者 石川町在住の20～80歳代までの男女1,750人を無作為抽出

●調査方法 保健協力員によるアンケートの配布ならびに回収

●回収状況 配布数 1,750通 回収数 1,593通 回収率 91%

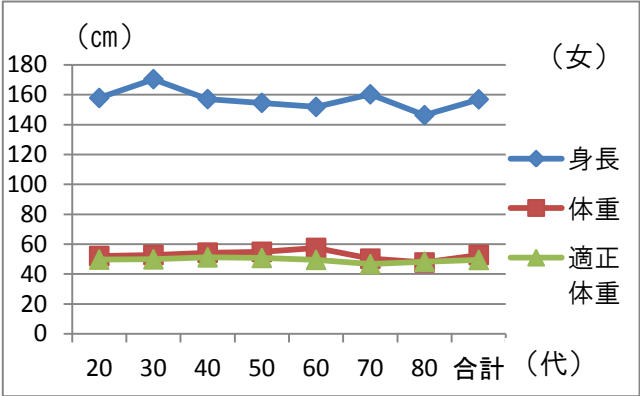
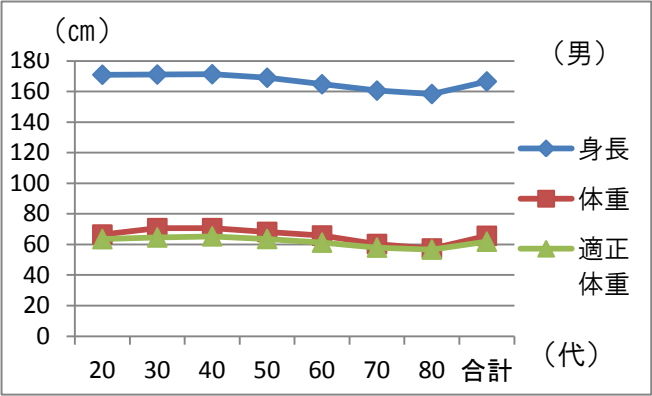
●回答者の構成(Q2)

男性		
年代	人数	割合%
20代	110	13%
30代	109	12%
40代	106	12%
50代	113	13%
60代	121	14%
70代	113	13%
80代	115	13%
合計	787	90%

女性		
年代	人数	割合%
20代	106	12%
30代	108	12%
40代	112	13%
50代	128	15%
60代	119	14%
70代	122	14%
80代	111	13%
合計	806	92%

●調査結果の表示方法
回答は各質問の回答者数(N)を基礎とした百分率(%)で示しています。
小数点第2位を四捨五入しているため、内訳の合計が100%にならない場合があります。

【Q9.10 身長、体重・適正体重】

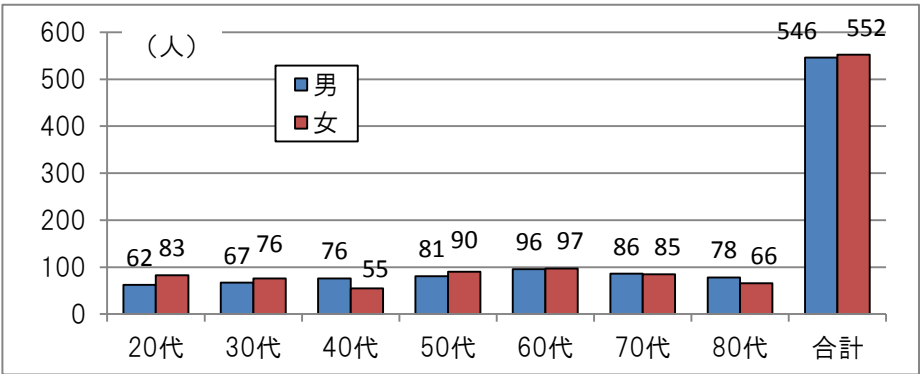
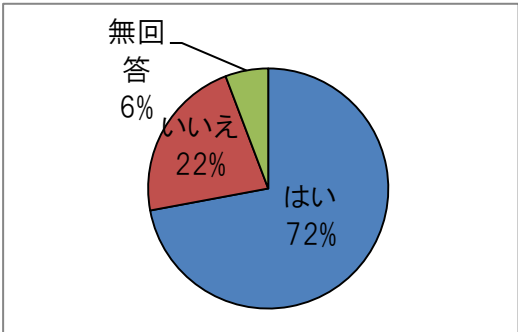


◆男女とも年代全て適正体重より、やや上回っている結果となりました。

【Q11 あなたは、適正体重を維持し、または適正体重に近づけようとしていますか。】

	合計	%
はい	1,148	72%
いいえ	353	22%
無回答	92	6%

N=1593



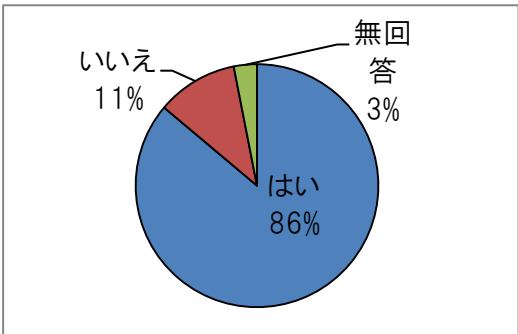
Q11で『はい』と答えた人数。

◆適正体重に近づけようとしていると答えた割合は7割でした。

【Q12 あなたは、『メタボリックシンドローム』という言葉を知っていますか。】

	合計	%
はい	1,372	86%
いいえ	172	11%
無回答	49	3%

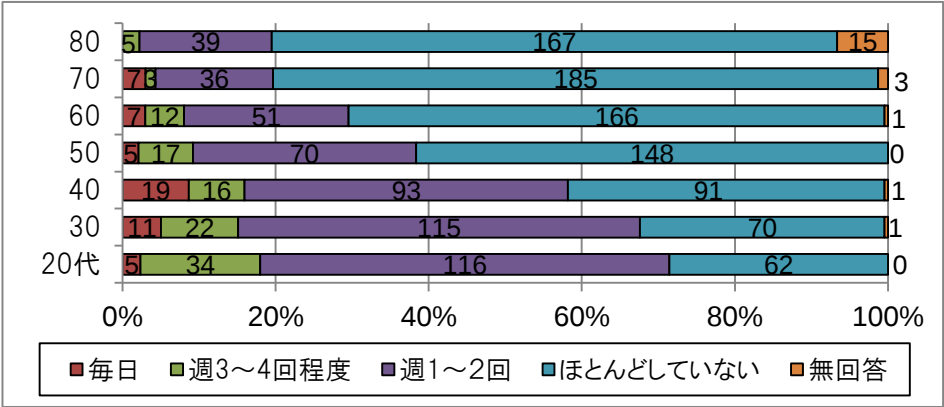
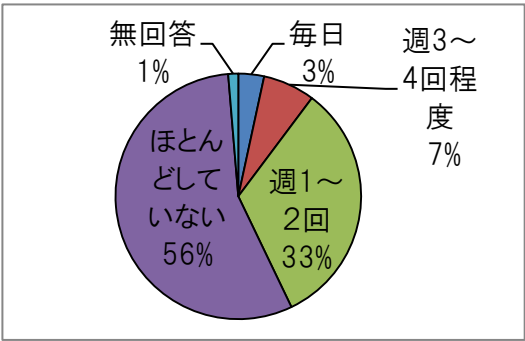
N=1593



【Q13 あなたはふだん、外食(出前や市販の弁当を含む)をすることがありますか。】

	合計	%
毎日	54	3%
週3～4回程度	109	7%
週1～2回	520	33%
ほとんどしていない	889	56%
無回答	21	1%

N=1593

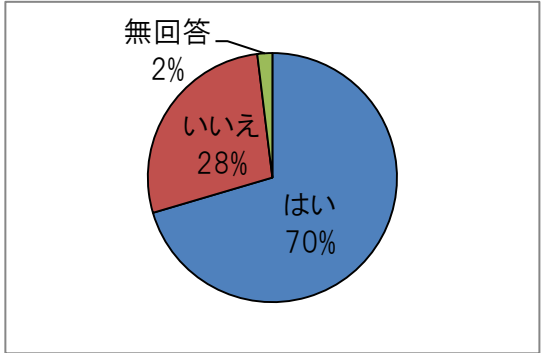


◆ほとんどしていないが半数を占めるが、20代～40代の若い世代は外食や市販品を食べる割合が高い結果となりました。

【Q14 あなたは食事の内容に気を付けて食べていますか。】

	合計	%
はい	1,122	70%
いいえ	440	28%
無回答	31	2%

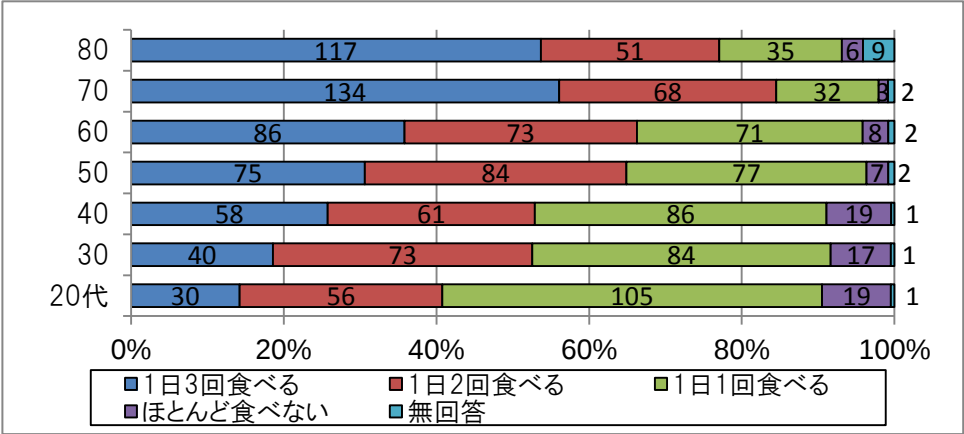
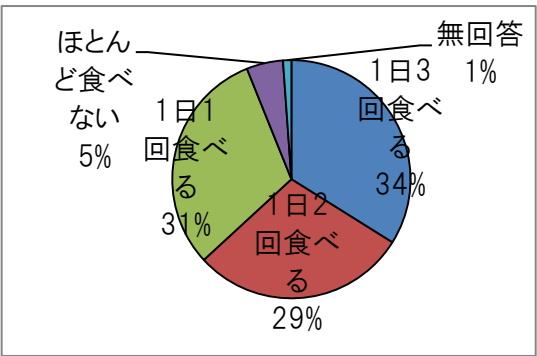
N=1593



◆全ての年代で気をつけている割合が高かったです。

【Q15 あなたはふだん、野菜を食べていますか。】

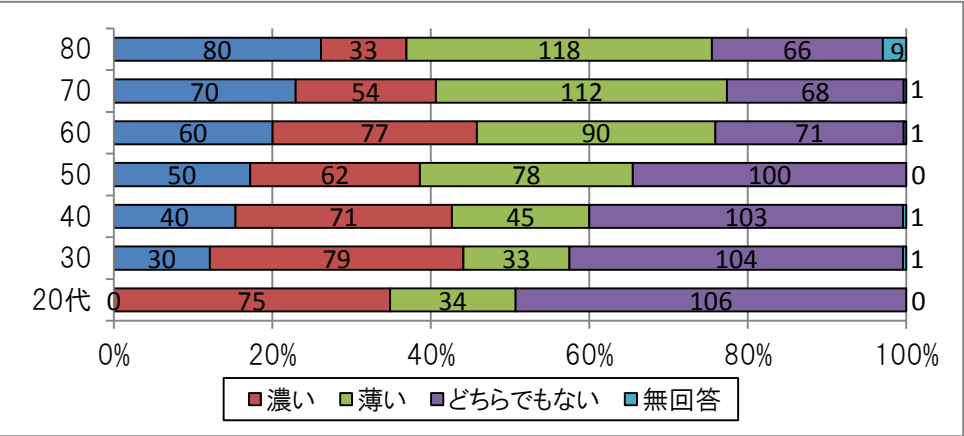
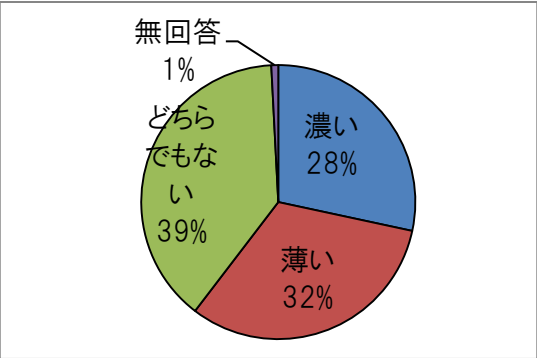
	合計	%
1日3回食べる	540	34%
1日2回食べる	466	29%
1日1回食べる	490	31%
ほとんど食べない	79	5%
無回答	18	1%



◆全体的には差が見えないが、年代別に見ると20～40代の若い世代や働き盛り世代の野菜不足の割合が高かったです。

【Q16 あなたがふだん食べている食事の味付けは濃いですか。】

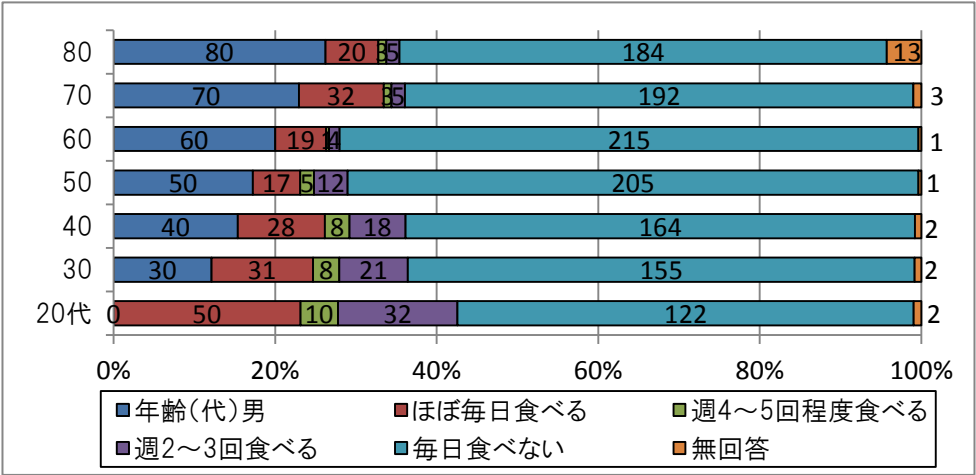
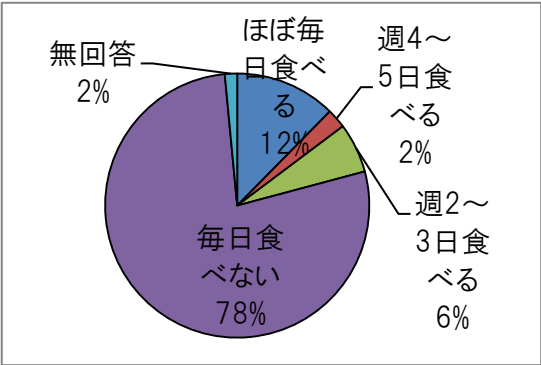
	合計	%
濃い	452	28%
薄い	510	32%
どちらでもない	618	39%
無回答	13	1%



◆若い世代は濃い味付けの割合が高く、年代が上がるにつれて薄味の割合が高くなる結果となりました。

【Q17 あなたは、ふだん油を使った料理を食べますか。】

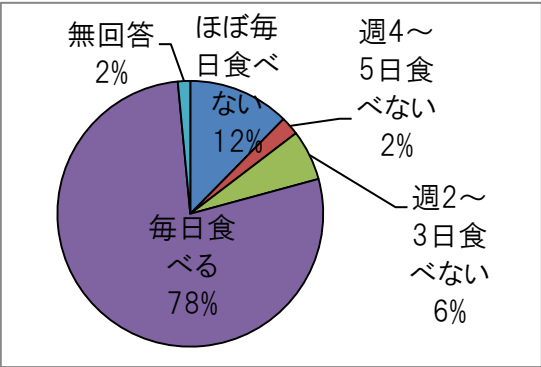
	合計	%
ほぼ毎日食べる	197	12%
週4～5日食べる	38	2%
週2～3日食べる	97	6%
毎日食べない	1,237	78%
無回答	24	2%



◆若い世代は毎日、油料理を食べると答えた割合が、他の年代より高い結果になりました。

【Q18 あなたはふだん、朝食を食べないことがありますか。】

	合計	%
ほぼ毎日食べない	197	12%
週4～5日食べない	36	2%
週2～3日食べない	98	6%
毎日食べる	1,238	78%
無回答	24	2%

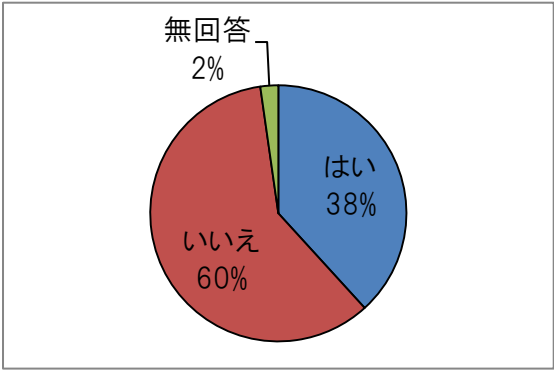


◆朝食は、全体的に毎日食べる割合が高かったですが、20代は毎日食べない割合も高い結果となりました。

【Q19 自分の食生活に問題があると思いますか。】

	合計	%
はい	609	38%
いいえ	948	60%
無回答	36	2%

N=1593

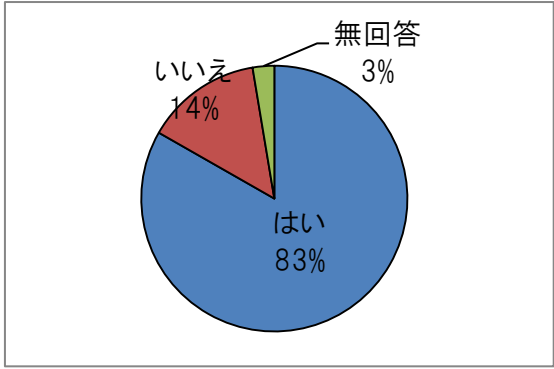


◆食生活に問題があると答えた割合が、約4割の結果になりました。

【Q20 自分の食生活を改善しようと思いますか。】

	合計	%
はい	507	83%
いいえ	86	14%
無回答	16	3%

N=609



◆自分の食生活に問題があると思うと答えた4割なかで、8割が改善が必要と思っているとなりました。