

目次

第1章 調査の概要.....	1
第2章 調査結果.....	4
1 回答者の属性.....	4
(1)性別.....	4
(2)年齢.....	8
(3)同居家族の有無.....	10
(4)職業.....	11
2 健康意識・健康管理.....	12
(1)回答者の体格.....	12
(2)身長と体重のバランスに対する意識.....	19
(3)金銭的な暮らし向き.....	21
(4)自身の健康状態.....	22
(5)生活習慣病予防のために実践していること.....	23
(6)身体測定(体重・血圧)の頻度.....	25
(7)ICTの活用.....	28
(8)健康診査の受診状況.....	31
(9)健診結果による生活習慣改善への取り組み状況.....	33
(10)健康診査を受けない理由.....	34
(11)がん検診の受診状況.....	35
(12)がん検診を受けない理由.....	38
(13)糖尿病が進行すると起きる障害についての認知.....	39
(14)COPD(慢性閉塞性肺疾患)の認知状況.....	40
(15)ロコモティブシンドローム(運動器症候群)の認知状況.....	42
(16)健康に関する情報の入手経路.....	44
3 栄養・食生活.....	45
(1)朝食を食べる頻度.....	45
(2)バランスのよい食事の頻度.....	53
(3)バランスのよい夕食の頻度.....	57
(4)野菜を食べる頻度.....	62
(5)果物を食べる頻度.....	70
(6)食塩摂取の目標量の認知状況.....	73
(7)減塩意識.....	75
(8)ゆっくりよく噛んで食べているか.....	79
(9)外食や市販の弁当、総菜の利用頻度.....	83
(10)食品表示の確認頻度.....	86
(11)栄養成分表示を参考にしているか.....	88
(12)食品を購入する際に重視すること.....	91

4 食育	93
(1)食育への関心度	93
(2)1日の全ての食事を1人で食べる頻度	96
(3)家族と一緒に朝食を食べる頻度	98
(4)家族と一緒に夕食を食べる頻度	101
(5)地域や所属等での食事会等への参加意向	104
(6)北九州市内産や福岡県産の購入状況	106
(7)産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選んでいるか	108
(8)農林漁業体験への参加	110
(9)季節や地域の行事食の喫食状況	112
(10)郷土料理や伝統料理を食べる頻度	114
(11)食文化を受け継いでいるか	116
(12)食事を自分で準備しているか	118
(13)生ごみを減らすために行っていること	121
(14)環境に配慮した農林水産物・食品の選択	123
(15)食品の安全性に関する基礎的な知識	126
(16)健康な食生活の妨げとなっているもの	128
(17)災害時に備えた非常用の食料の準備状況	130
5 身体活動・運動	131
(1)身体活動の頻度・時間	131
6 休養・こころの健康	135
(1)睡眠・休養について	135
7 喫煙	138
(1)喫煙状況	138
(2)禁煙をしようと思った理由	142
(3)禁煙への関心度	143
(4)禁煙外来や禁煙支援の利用意向	145
(5)家でたばこを吸う際に気をつけていること	146
(6)喫煙により影響を及ぼす可能性がある疾患の認知状況	147
(7)受動喫煙の機会	149
8 飲酒	152
(1)飲酒状況	152
(2)1回の飲酒量	154
9 歯と口腔の健康	157
(1)残存歯数	157
(2)咀嚼状況	160
(3)歯ぐきの状態	161
(4)歯科健康診査の受診状況	162
(5)歯周病(歯周疾患)検診受診料の妥当性	164

(6) 歯・歯ぐきや口の健康と全身の健康との関係についての認知状況.....	165
(7) 毎日の食事がおいしいと思うか.....	168
10 社会参加・生きがい.....	169
(1) 地域活動や生きがい.....	169
(2) 新型コロナウイルス感染症の影響.....	172
11 北九州市の健康づくり及び食育についての意見等.....	173
参考資料 調査に使用した調査票.....	195
1 未就学児・小学生.....	195
2 13～18 歳.....	200
3 19 歳以上.....	209