

「都民の健康や地域とのつながりに関する意識・活動状況調査」調査項目（案）

資料4-3

令和2年度調査（案）		平成25年度調査		変更理由、必要性、備考等	区市町村における施策展開例
<b>1. 主観的健康感の状況</b>					
①	<p>あなたは御自分の健康状態をどのように感じていますか。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. よい</li> <li>2. まあまあよい</li> <li>3. あまりよくない</li> <li>4. よくない</li> </ol>	①	<p>あなたは御自分の健康状態をどのように感じていますか。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. よい</li> <li>2. まあまあよい</li> <li>3. あまりよくない</li> <li>4. よくない</li> </ol>	<p>■ 持病を持っていたとしても、自分の健康に対する実感（主観的健康感）としてよいと感じることは、健康づくりに対する前向きな姿勢ととらえることができる。</p> <p>■ 主観的健康感がよい状態で生活することは、QOLとともに健康寿命にも大きく影響すると考えられることから、健康づくりの基礎情報として把握するとともに、他の項目との相関を見る。</p> <p>■ これまでの多くの研究により、回答者のその後の死亡や身体機能状態の予測ができることが明らかになっている項目。よいと感じる人の割合が自治体によって差が出れば、直感的に何か問題があるということが、住民にもインパクトを持って認知されやすい。</p> <p>■ H25調査でクロス集計に使用（×問②-1、⑤、⑥、⑦、⑨-1、⑨-2）</p>	<p>■ 健康づくりの事業実施や普及啓発に活用</p> <p>※「主観的健康感」が高いほど生命予後が長いと指摘されている例）主観的健康感が高く、野菜の摂取量も平均以上だが歩行数が少ない ⇒歩行に関する事業の実施や普及啓発の強化など（自覚症状のないメタボ対策の強化など）</p>
<b>2. 地域のつながりに関する状況等</b>					
②	<p>あなたは、地域のひととの程度かかわりを持っていますか。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 相談し合える人がいる</li> <li>2. 立ち話をする人がいる</li> <li>3. あいさつをする人がいる</li> <li>4. つきあいはない</li> </ol>	⑥	<p>あなたは、地域のひととの程度かかわりを持っていますか。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 相談し合える人がいる</li> <li>2. 立ち話をする人がいる</li> <li>3. あいさつをする人がいる</li> <li>4. つきあいはない</li> </ol>	<p>■ 近所づきあいや住民同士の信頼感の多寡は、地域のつながりや絆に影響を与えるとともに、主観的健康感との相関がある項目であるため。</p> <p>■ H25調査でクロス集計に使用（×問①、⑤、⑨-1）</p>	<p>■ 地域活動への支援・活性化を通じた、住民の健康づくりの支援</p> <p>※近所づきあいや住民同士の信頼感の多寡は、主観的健康感と相関するとの指摘あり。</p>
③	<p>あなたは、お住いの地域において、あなたと違う世代の方と交流する機会がありますか。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. とてもある</li> <li>2. まあまあある</li> <li>3. あまりない</li> <li>4. ほとんどない</li> </ol>	⑦	<p>あなたは、お住いの地域において、あなたと違う世代の方と交流する機会がありますか。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. とてもある</li> <li>2. まあまあある</li> <li>3. あまりない</li> <li>4. ほとんどない</li> </ol>	<p>■ 近所づきあいや住民同士の信頼感の多寡は、地域のつながりや絆に影響を与えるとともに、主観的健康感との相関がある項目であるため。</p> <p>■ H25調査でクロス集計に使用（×問①、⑨-1）</p>	<p>■ 地域活動への支援・活性化を通じた、住民の健康づくりの支援</p> <p>※近所づきあいや住民同士の信頼感の多寡は、主観的健康感と相関するとの指摘あり。</p>
④	<p>あなたのお住いの地域は、困ったときに助け合い、支え合うと思いますか。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. そう思う</li> <li>2. どちらかといえばそう思う</li> <li>3. どちらかといえばそう思わない</li> <li>4. そう思わない</li> <li>5. わからない</li> </ol>	⑧	<p>あなたのお住いの地域は、困ったときに助け合い、支え合うと思いますか。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. そう思う</li> <li>2. どちらかといえばそう思う</li> <li>3. どちらかといえばそう思わない</li> <li>4. そう思わない</li> <li>5. わからない</li> </ol>	<p>■ 近所づきあいや住民同士の信頼感の多寡は、地域のつながりや絆に影響を与えるとともに、主観的健康感との相関がある項目であるため。</p> <p>■ H25調査でクロス集計に使用（×問⑨-1）</p>	<p>■ 地域活動への支援・活性化を通じた、住民の健康づくりの支援</p> <p>※近所づきあいや住民同士の信頼感の多寡は、主観的健康感と相関するとの指摘あり。</p>
<b>(変更)</b>	<p>あなたが地域におけるボランティア活動や趣味のグループに参加している場合、それはどのような活動内容ですか。※複数回答可</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. スポーツ・文化・芸術に関係した活動</li> <li>2. まちづくりのための活動</li> <li>3. 子供を対象とした活動</li> <li>4. 高齢者を対象とした活動</li> <li>5. 防犯・防災に関係した活動</li> <li>6. 自然や環境を守るための活動</li> <li>7. 食生活など生活習慣の改善のための活動</li> <li>8. 1～7以外の活動</li> <li>9. 参加していない→問⑨△</li> </ol>	⑨-1	<p>あなたが地域におけるボランティア活動や趣味のグループに参加している場合、それはどのような活動内容ですか。※複数回答可</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. スポーツ・文化・芸術に関係した活動</li> <li>2. まちづくりのための活動</li> <li>3. 子供を対象とした活動</li> <li>4. 高齢者を対象とした活動</li> <li>5. 防犯・防災に関係した活動</li> <li>6. 自然や環境を守るための活動</li> <li>7. 食生活など生活習慣の改善のための活動</li> <li>8. 1～7以外の活動</li> <li>9. 参加していない→問⑨△</li> </ol>	<p>■ 設問順序の変更に伴う所要の修正。</p> <p>■ 現プラン「社会環境整備」分野の参考指標の典拠であり、最終評価の際に必要。</p> <p>■ 地域のグループや団体に参加していない人は、参加している人に比べて死亡率が高いという研究結果があり、参加割合を増やすことにより、健康指標の改善が期待できる。</p> <p>■ H25調査でクロス集計に使用（×問①、⑥、⑦、⑧）</p>	<p>■ 地域活動への支援・活性化を通じた、住民の健康づくりの支援</p> <p>※近所づきあいや住民同士の信頼感の多寡は、主観的健康感と相関するとの指摘あり</p> <p>■ 住民参加の多いグループ・団体の特徴を踏まえて、健康づくり事業の企画に役立てる。</p>

「都民の健康や地域とのつながりに関する意識・活動状況調査」調査項目（案）

資料4-3

令和2年度調査（案）		平成25年度調査		変更理由、必要性、備考等	区市町村における施策展開例
(削除)	<p>（問⑨-1で1～8と回答した方へ） 参加しているグループ（団体）の数はいくつになりますか。</p> <p>1. 3グループ（団体）以上 2. 2グループ（団体） 3. 1グループ（団体）</p>	⑨-2	<p>（問⑨-1で1～8と回答した方へ） 参加しているグループ（団体）の数はいくつになりますか。</p> <p>1. 3グループ（団体）以上 2. 2グループ（団体） 3. 1グループ（団体）</p>	<p>■ H25調査結果から、参加グループ（団体）への参加の有無による主観的健康感への影響は確認できたが、参加グループ（団体）の数の多寡については、主観的健康感への大きな影響が見られなかったため削除。</p> <p>■ H25調査でクロス集計に使用（×問①）</p>	
(追加)	<p>（問⑤-1で1～8と回答した方へ） あなたが一番熱心に参加しているグループ（団体）にはどのくらいの頻度で参加していますか。</p> <p>⑤-2 1. 毎日 2. 週に3～4回 3. 週に1～2回 4. 月に数回 5. 1年に数回</p>			<p>■ グループ（団体）への参加頻度が、主観的健康感や異世代との交流状況、生活習慣改善の取組に相関するかを測るため。</p> <p>■ R2調査でのクロス集計の想定 → （×問①、③、⑧）</p>	<p>■ 地域活動への支援・活性化を通じた、住民の健康づくりの支援 ※近所づきあいや住民同士の信頼感の多寡は、主観的健康感と相関するとの指摘あり</p> <p>■ 参加頻度と主観的健康感などの相関の特徴を踏まえて、健康づくり事業の企画に役立てる。</p>
⑥	<p>あなたは、お住まいの区市町村が住民の健康づくりの取組に積極的であると思いますか。</p> <p>1. そう思う 2. どちらかといえばそう思う 3. どちらかといえばそう思わない 4. そう思わない 5. わからない</p>	⑩	<p>あなたは、お住まいの区市町村が住民の健康づくりの取組に積極的であると思いますか。</p> <p>1. そう思う 2. どちらかといえばそう思う 3. どちらかといえばそう思わない 4. そう思わない 5. わからない</p>	<p>■ 各自治体の健康づくりの取組を住民視点から評価でき、首長や議員にインパクトを持って認知されやすい普及啓発の工夫と強化の動機づけになる。</p>	<p>■ 住民に対する効果的な普及啓発の工夫、強化の動機付け</p> <p>■ 問⑦、⑧、⑨、⑩の結果から、強化すべき内容を啓発</p>
3. 健康づくりのための取組の実践状況等					
(変更)	<p>あなたはどのくらいの頻度で健診等（健康診断、健康診査及び人間ドック）を受けていますか。</p> <p>⑦-1 1. 毎年受けている 2. 2～3年に1回受けている 3. 4年以上前に受けた 4. 受けていない→問⑨ハ 5. わからない→問⑩ハ</p>	②-1	<p>あなたはどのくらいの頻度で健診等（健康診断、健康診査及び人間ドック）を受けていますか。</p> <p>1. 毎年受けている 2. 2～3年に1回受けている 3. 4年以上前に受けた 4. 受けていない→問⑨ハ 5. わからない→問⑩ハ</p>	<p>■ 設問順序の変更に伴う所要の修正。</p> <p>■ 特定健診・保健指導制度開始以降、40歳以上の健診は医療保険者の責務となり、各区市町村で把握できるのは、国保被保険者のみ。住民全体の健診受診状況は把握できず、保健衛生主管部局は、知りたいと考えている。不足しがちな中小企業の産業保健を補う地域・職域連携をすすめる取組の指標になる。</p> <p>■ H25調査でクロス集計に使用（×問①、⑤）</p>	<p>■ 分析に基づき、健診受診に対する普及啓発や働きかけ</p>
(変更)	<p>（問⑦-1で1～3と回答した方へ） どのような機会に健診等を受けましたか。※複数回答可</p> <p>⑦-2 1. 区市町村が実施した健診 2. 勤め先、又は健康保険組合等が実施した健診 3. 学校が実施した健診 4. 人間ドック（1～3以外の健診で行うもの） 5. その他</p>	②-2	<p>（問②-1で1～3と回答した方へ） どのような機会に健診等を受けましたか。※複数回答可</p> <p>1. 区市町村が実施した健診 2. 勤め先、又は健康保険組合等が実施した健診 3. 学校が実施した健診 4. 人間ドック（1～3以外の健診で行うもの） 5. その他</p>	<p>■ 設問順序の変更に伴う所要の修正。</p> <p>■ 特定健診・保健指導制度開始以降、40歳以上の健診は医療保険者の責務となり、各区市町村で把握できるのは、国保被保険者のみ。住民全体の健診受診状況は把握できず、保健衛生主管部局は、知りたいと考えている。不足しがちな中小企業の産業保健を補う地域・職域連携をすすめる取組の指標になる。</p>	<p>■ 分析に基づき、健診受診に対する普及啓発や働きかけ</p>

「都民の健康や地域とのつながりに関する意識・活動状況調査」調査項目（案）

資料4-3

令和2年度調査（案）	平成25年度調査	変更理由、必要性、備考等	区市町村における施策展開例
<p><b>(変更)</b></p> <p>毎日の生活で負担感のない程度に、日常生活の行動を少し変化させる習慣を継続することが、健康の維持・増進につながりますが、あなたは毎日の生活の中で実践していることがありますか。※複数回答可</p> <p>⑧</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 短い距離は歩くようにしている</li> <li>2. エスカレーターやエレベーターをやめて階段を使っている</li> <li>3. <b>栄養バランスを意識した食事を、1日3食取り入れている</b></li> <li>4. 野菜を食べるようにしている</li> <li>5. <b>間食を控えている</b></li> <li>5. 寝る前には食べないようにしている</li> <li>7. <b>食事のときには野菜を先に食べるようにしている</b></li> <li>6. <b>喫煙しない、又は禁煙している</b></li> <li>7. <b>休肝日を設けるなど過度な飲酒を控えている</b></li> <li>8. <b>睡眠時間を十分にとっている</b></li> <li>9. <b>気分転換などをしてストレスをため込み過ぎない</b></li> <li>10. <b>丁寧な歯みがきを心がけている</b></li> <li>11. その他</li> <li>12. 特に何もしていない</li> </ol>	<p>毎日の生活で負担感のない程度に、日常生活の行動を少し変化させる習慣を継続することが、健康の維持・増進につながりますが、あなたは毎日の生活の中で実践していることがありますか。※複数回答可</p> <p>⑤</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 短い距離は歩くようにしている</li> <li>2. エスカレーターやエレベーターをやめて階段を使っている</li> <li>3. 食事は腹八分目をしている</li> <li>4. 野菜を食べるようにしている</li> <li>5. 間食を控えている</li> <li>6. 寝る前には食べないようにしている</li> <li>7. 食事のときには野菜を先に食べるようにしている</li> <li>8. その他</li> <li>9. 特に何もしていない</li> </ol>	<p>■<b>腹八分目の食事は、規則正しい食生活を実践するための一部であることから、選択肢3を差し替え。</b></p> <p>■<b>間食は、食事だけでは摂取できない栄養素を補う面もあるため、選択肢5を削除。</b></p> <p>■<b>野菜を先に食べることは、選択肢4の手段の一つであるため削除。</b></p> <p>■<b>領域2（生活習慣の改善）を意識し、選択肢6～10を追加。</b></p> <p>■<b>現プランでは、生活習慣を改善するため、日常生活の中で負担感なく健康づくりに取り組むことの重要性を示している。都民、区市町村に本調査結果を提供し、包括で取組を促す予定。今後、本調査結果に基づいた区市町村の更なる取組が反映される余地があると考え。</b></p> <p>■<b>H25調査でクロス集計に使用（×問①、②-1、⑥）</b></p>	<p>■負担感なく生活習慣改善の実践を促す取組の展開</p>
<p><b>(変更)</b></p> <p>あなたは、成人(20歳以上)の1日あたりの野菜の摂取量について、<b>国が健康づくりのために推奨している量が「350g以上」であることを知っていますか。</b></p> <p>(目安：おひたし、きんぴらごぼう、サラダなどの小鉢一皿や、トマト(中)1/2個、きゅうり2/3本がそれぞれ60～70g程度)</p> <p>⑨</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>知っている</b></li> <li>2. <b>知らない</b></li> </ol>	<p>あなたは、成人(20歳以上)の1日あたりの野菜の摂取量について、健康づくりのために推奨されている量はどのくらいだと思いますか。</p> <p>(目安：おひたし、きんぴらごぼう、サラダなどの小鉢一皿や、トマト(中)1/2個、きゅうり2/3本がそれぞれ60～70g程度)</p> <p>③</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 150g以上</li> <li>2. 250g以上</li> <li>3. 350g以上</li> <li>4. 450g以上</li> <li>5. 550g以上</li> </ol>	<p>■<b>より正確に認知度を測るため、質問文を修正。</b></p> <p>■<b>「1日の野菜摂取量350g以上」は、現プランの「栄養・食生活」分野の目標指標の一つであり、都民、区市町村に本調査結果を提供し、包括で取組を促す予定。前回調査の認知度は男性約4割、女性約5割であり、今後、区市町村の取組の改善が反映される余地があると考え。</b></p>	<p>■野菜摂取の必要性の普及啓発</p> <p>■野菜の摂取量を知るためのリーフレット活用による「手ばかり」技術の普及（野菜の摂取量が一目で分かる技術）</p> <p>■問⑨の結果を活用し、自治体内の健康づくり推進主体の相互連携による働きかけ（望ましい食生活を実践しやすい環境の整備）</p>
<p><b>(変更)</b></p> <p>あなたは、成人(20～64歳)の1日あたりの歩数について、<b>国が健康づくりのために推奨している量が「8,000歩以上」であることを知っていますか。</b></p> <p>(目安：約10分の歩行が約1,000歩)</p> <p>⑩</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>知っている</b></li> <li>2. <b>知らない</b></li> </ol>	<p>あなたは、成人(20～64歳)の1日あたりの歩数について、健康づくりのために推奨されている量はどのくらいだと思いますか。</p> <p>(目安：10分以上の歩行が約1,000歩)</p> <p>④</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 4,000歩以上</li> <li>2. 6,000歩以上</li> <li>3. 8,000歩以上</li> <li>4. 10,000歩以上</li> </ol>	<p>■<b>より正確に認知度を測るため、質問文を修正。</b></p> <p>■歩数計等により自己測定が可能であり、ウォーキングマップ配布による普及啓発やウォーキングイベントなどの事業実施等、区市町村の取組成果が反映されやすい項目であり、今後、区市町村の取組の改善が反映される余地があると考え。</p>	<p>■ウォーキングマップ配布等による普及啓発及びウォーキングイベントなどの事業実施</p> <p>■歩きやすい街づくりの推進</p> <p>■問⑩の結果を活用し、自治体内の健康づくり推進主体の相互連携による働きかけ（身体活動量を増加しやすい環境の整備）</p>

注) 区市町村別に上記項目を把握できる調査はない。