

# 「健康と安全・安心な暮らし」に関する 市民アンケート調査 **平成 31 年度**



## 《アンケートご協力についてのお願い》

皆さまには日頃より市政にご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。さて、府中市では平成 26 年度に「第 2 次健康ふちゅう 21」を策定しました。計画期間 6 年間の平成 32 年度までの推進、評価指標を把握するため、**健康と地域の安全に関する市民アンケート調査**を実施することになりました。お忙しいこととは存じますが、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力いただきますようお願い申し上げます。

この調査は 18 歳以上（平成 13 年 3 月 31 日以前に生まれた方）の市民の方から無作為に抽出した 19,300 名の方を対象に実施します。平成 28 年度の調査に回答して頂いた方にも経年比較のため実施させていただいております。

お答えいただいた内容については、統計的に処理をするため、個人の回答内容が他に漏れることや個人が特定されることはありません。

なお、調査と分析に関して、専門的見地からの協力・助言を得るため、地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター研究所と共同で実施致します。

※本調査結果は府中市施策の評価および地域保健に関する研究目的のみに利用させていただきます。アンケートの返信をもって、本アンケート結果内容を第 2 次健康ふちゅう 21 の推進及びモデル研究開発として活用することに同意されたものとみなします。

平成 31 年 X 月 府中市

＜協力＞東京都健康長寿医療センター研究所  
社会参加と地域保健研究チーム

## ■ ご記入にあたってのお願い ■

- 1 宛名の方ご本人が、ご回答をしていただきますようお願いいたします。
- 2 ご回答は、選択肢に○を付けてお選びいただく場合と数字などを具体的にご記入いただく場合がございます。
- 3 “○”をつける数については、“(1つだけに○)”、“(あてはまるものすべてに○)”などの案内がありますので、設問ごとの案内にしたがってください。
- 4 回答しにくい場合もあるとは思いますが、このアンケート調査は皆様の健康や暮らしの状況を把握させていただくための調査であり、回答を強制するものではありません。
- 5 ご記入がすみましたら、お手数ですが、同封の返信用封筒（切手不要）に入れて、

**平成 31 年●月●日（●）までにポストにご投函ください。**

＜問合せ先＞

府中市福祉保健部健康推進課 成人保健係

電話 042-368-6511 FAX 042-334-5549

健康推進課メールアドレス iryoc02@city.fuchu.tokyo.jp

# 1 あなたの健康状態について

## ■体の健康について

問1 あなたは、ご自分の健康状態をどのように感じていますか。(1つだけに○)

1 とても健康だ	2 まあ健康な方だ	3 あまり健康でない	4 健康ではない
----------	-----------	------------	----------

問2 あなたは、いつもとっている睡眠で休養が充分とれていると思いますか。(1つだけに○)

1 充分とれている	2 まあとれている	3 あまりとれていない
4 全くとれていない	5 わからない	

問3 55歳以上の方へ、あなたの日常の活動性についておうかがいします  
お元気な方には失礼な質問もあるかもしれませんが、どうぞお許してください。  
(○は一つずつ)(54歳以下の方は回答不要です。問7へお進みください)

(1)～(7)は、やろうと思えばできる場合 → 「はい」に○

(8)～(13)は、普段しない場合 → 「いいえ」に○

(1)	バスや電車を使って一人で外出できますか	1. はい	2. いいえ
(2)	日用品の買い物ができますか	1. はい	2. いいえ
(3)	自分で食事の用意ができますか	1. はい	2. いいえ
(4)	請求書の支払いができますか	1. はい	2. いいえ
(5)	銀行預金・郵便貯金の出し入れが自分でできますか	1. はい	2. いいえ
(6)	年金などの書類がかけますか	1. はい	2. いいえ
(7)	病人を見舞うことはできますか	1. はい	2. いいえ
(8)	新聞を読んでいますか	1. はい	2. いいえ
(9)	本や雑誌を読んでいますか	1. はい	2. いいえ
(10)	健康についての記事や番組に関心がありますか	1. はい	2. いいえ
(11)	友達の家を訪ねることがありますか	1. はい	2. いいえ
(12)	家族や友達の相談に乗ることはありますか	1. はい	2. いいえ
(13)	若い人に自分から話しかけることはありますか	1. はい	2. いいえ

問4 歩く速度が遅くなってきたと感じますか。(○は1つ)

1 とても遅くなった	2 少し遅くなった	3 変わらない
4 少し早くなった	5 早くなった	

問5 あなたは、健康の維持・増進を目的に行っていることはありますか。(どちらかに○)

1 ある	2 ない	➡ 問6へ
------	------	-------

副問5-1 それはどのようなことですか。(○はいくつでも)

1 定期的な運動	2 健康的な食事(健康補助食品などを含む)
3 趣味活動・就労	4 十分な睡眠(規則正しい生活)
5 定期的に健診を受診	6 その他( )

問6 普段の生活の中で「もの忘れ」をして困ることがどのくらいありますか。(○は1つ)

1 まったくない	2 ほとんどない	3 たまにある
4 ときどきある	5 よくある	

問7 半年前に比べて、物忘れが増えたと感じますか。(○は1つ)

1 増えた	2 少し増えた	3 変わらない
4 少し減った	5 減った	

## ■こころの健康について

問8 最近2週間のあなたの状態にもっとも近いものに○をつけてください。(○は一つずつ)

	最近2週間、私は・・・	ま っ た く な い	ほ ん の た ま に	半 分 以 下 の 期 間 を	半 分 以 上 の 期 間 を	ほ と ん ど い つ も	い つ も
(1)	明るく、楽しい気分で過ごした	1	2	3	4	5	6
(2)	落ち着いた、リラックスした気分で過ごした	1	2	3	4	5	6
(3)	意欲的で、活動的に過ごした	1	2	3	4	5	6
(4)	ぐっすりと休め、気持ちよくめざめた	1	2	3	4	5	6
(5)	日常生活の中に、興味のあることがたくさんあった	1	2	3	4	5	6

問9 過去30日の間にどれくらいの頻度で次のことがありましたか。

		全くない	少しだけ	ときどき	たいてい	いつも
(1)	神経過敏に感じましたか	1	2	3	4	5
(2)	絶望的だと感じましたか	1	2	3	4	5
(3)	そわそわ落ち着かなく感じましたか	1	2	3	4	5
(4)	気分が沈み込んで、何が起ころうとも気が晴れないように感じましたか	1	2	3	4	5
(5)	何をすることも骨折りだと感じましたか	1	2	3	4	5
(6)	自分は価値のない人間だと感じましたか	1	2	3	4	5

問10 あなたは、次のそれぞれについて、どのくらいあてはまりますか。

1つずつ○をつけて、お答えください。

		あてはまらない	あてはまらない どちらかといえば	いえない どちらとも	あてはまる どちらかといえば	あてはまる
(1)	困っていることを解決するために、自分と一緒に対処してくれる人が欲しい。	1	2	3	4	5
(2)	他人からの助言や援助を受けることに、抵抗がある。	1	2	3	4	5
(3)	困っていることを解決するために、他者からの助言や援助が欲しい。	1	2	3	4	5
(4)	自分は、人に相談したり援助を求める時、いつも心苦しさを感ずる。	1	2	3	4	5
(5)	自分が困っているときには、話を聞いてくれる人が欲しい。	1	2	3	4	5
(6)	人は誰でも、相談や援助を求められたら、わずらわしく感じると思う。	1	2	3	4	5

問11 あなたとまわりの人の「たすけあい」についておうかがいします。

(1) あなたの心配事や悩み事を聞いてくれる人はいますか。

(あてはまるものすべてに○)

1 配偶者・恋人	2 同居の親	3 別居の親	4 同居の子ども
5 別居の子ども	6 兄弟姉妹	7 親戚	8 近所の人
9 友人	10 その他 ( )	11 いない	

(2) あなたが病気で数日間寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人はいますか。  
(あてはまるものすべてに○)

1 配偶者・恋人	2 同居の親	3 別居の親	4 同居の子ども
5 別居の子ども	6 兄弟姉妹	7 親戚	8 近所の人
9 友人	10 その他 ( )	11 いない	

問12 以下のそれぞれの質問について、あなたはどの程度自信がありますか？

		全く当てはまらない	当てはまらない	まあ当てはまる	全くその通り
(1)	私は、誰かが私に反対しても自分が欲しいものを手にするための手段や方法を探することができる	1	2	3	4
(2)	目的を見失わず、ゴールを達成することは私にとって難しいことではない	1	2	3	4
(3)	予期せぬ出来事に遭遇しても私は効率よく対処できる自信がある	1	2	3	4
(4)	私は色々な才知(才能と知恵)に長けているので、思いがけない場面に出くわしてもどうやって切り抜ければよいのか分かる	1	2	3	4
(5)	自分の物事に対処する能力を信じているので、困難なことに立ち向かってでも取り乱したりしない	1	2	3	4
(6)	どんなことが起ころうとも、私はいつもその事に対処することができる	1	2	3	4

## 2 健(検)診について

問13 健康診査は、ご自身の健康状態を知り、生活習慣病を予防するためのものです。  
あなたは、定期的に健康診査・各種がん検診などを受けていますか。(1つだけに○)

1 受けている (問 14-1 以降へ)	2 受けていない (問 14-5 へ)
----------------------	---------------------

問14-1 どこで健康診査・各種がん検診を受けていますか。(あてはまるものすべてに○)

1 市	2 職場・学校	3 人間ドック	4 通院先の病院	5 その他
-----	---------	---------	----------	-------

問14-2 健康診査などの結果をご自身の生活習慣の改善に役立てていますか。  
(1つだけに○)

1 役立てている (問 14-3 へ)	2 役立てていない (問 15-4 へ)
---------------------	----------------------

問14-3 健康診査・各種がん検診を受けた理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

1 受診の通知が来たから	2 府中市の健診(検診)で受けられたから
3 職場の健診(検診)で受けられたから	4 健診(検診)を勧める情報(テレビ、広報誌等)を見聞きしたから
5 家族・友人等に勧められたから	6 年齢的に健診(検診)の必要性を感じたから
7 病気を早期に見つけるため	8 気になる症状があり、病気ではないことを確認するため
9 費用が安かったから	10 その他( )

(※ 問14-4は、問14-2で、健康診査結果を「2 役立てていない」とお答えになった方のみお答えください)

問14-4 役立てていない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

1 特に異常のある結果ではなかったから	2 結果説明がなかったから
3 結果説明はあったが、むずかしくてわかりにくかったから	4 結果はわかったが改善のための具体的な方法は教えてもらえなかったから
5 生活習慣の改善を継続できなかったから	6 その他( )

問15へおすすみください

(※ 問14-5は、問13で、定期的に健康診査を「2 受けていない」とお答えになった方のみお答えください)

問14-5 健診・検診を受けていない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

1 必要と思わないから	2 忙しいので受診できない、または時間が合わないから
3 受診方法がわからないから	4 結果を知りたくないから
5 医療機関で治療しているから	6 費用がかかるから
7 その他( )	

### 3 身体を動かすことについて

問15 ふだん、仕事、買い物、散歩、通院・通学などで外出する頻度はどれくらいですか。外出目的は問いません。(1つだけに○)

1 毎日2回以上	2 毎日1回	3 2~3日に1回程度	4 週に1回程度
5 月に1~2回程度	6 年に数回程度	7 ほとんど外出しない	

問16 あなたは、健康の維持・増進のために意識的に身体を動かすなどの運動(ウォーキング・ラジオ体操など1日30分以上)をどのくらいしていますか。(1つだけに○)

1 ほぼ毎日	2 週に4~5回	3 週に2~3回	4 週に1回程度
5 月に2~3回程度	6 月に1回程度	7 運動はしているが定期的ではない	8 運動はしていない

(※問16で、「1~7」に○をつけられた方は問17-1へ、「8」に○をつけられた方は問18におすすみください)

問17-1 どのくらいの期間継続していますか。(1つだけに○)

1 6か月未満	2 6か月以上1年未満	3 1年以上
---------	-------------	--------

問19へおすすみください

問18 運動していない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

1 どんな運動をしてよいのかわからないから	2 一緒にする仲間がない(1人でできない)から
3 忙しいから	4 必要と思わないから
5 病気や健康等の理由でできないから	6 気軽に運動できる場所がないから
7 面倒だから	8 運動が好きではないから
9 その他( )	

問19 自分の運動習慣について、今後どうしたいと思いますか。(1つだけに○)

1 もっと運動したい	2 今より運動量を減らしたい
3 このままでよい	4 考えたことがない・わからない

問20 あなたの体を動かしている状況や食生活について教えてください。回答にあたっては、以下の点にご注意ください。

**強い身体活動**とは身体的にきつと感じるようなかなり呼吸が乱れるような活動を意味します  
**中等度の身体活動**とは、身体的にやや負荷がかかり、少し息がはずむような活動を意味します  
 \*以下の質問では、1回につき少なくとも 10分間以上続けて行う身体活動についてのみ考えて、お答えください。

1) 平均的な1週間では、強い身体活動(重い荷物の運搬、自転車で坂道を上ること、ジョギング、テニスのシングルスなど)を行う日は何日ありますか?

週 ____ 日	1日 ____ 時間 ____ 分	*行っていない場合は「0」と書いてください
----------	-------------------	-----------------------

2) 平均的な1週間では、中等度の身体活動(軽い荷物の運搬、子供との鬼ごっこ、ゆっくり泳ぐこと、テニスのダブルス、カートを使わないゴルフなど)を行う日は何日ありますか? 歩行やウォーキングは含めないでお答えください。

週 ____ 日	1日 ____ 時間 ____ 分	*行っていない場合は「0」と書いてください
----------	-------------------	-----------------------

3) 平均的な1週間では、10分間以上続けて歩くことは何日ありますか?ここで、歩くとは仕事や日常生活で歩くこと、ある場所からある場所へ移動すること、あるいは趣味や運動としてのウォーキング、散歩など、すべてを含みます。

週 ____ 日	1日 ____ 時間 ____ 分	*行っていない場合は「0」と書いてください。
----------	-------------------	------------------------

4) 毎日座ったり寝転んだりして過ごしている時間はどのくらいですか？机に向かったり、友人とおしゃべりをしたり、読書をしたり、座ったり、寝転んでテレビを見たり、といったすべての時間を含みます。なお、睡眠時間は含めないでください。

1 日 _____ 時間 _____ 分
----------------------

## 4 体型について

問21 あなたは、ふだん体重のコントロールを心がけていますか。(1つだけに○)

1 はい	2 いいえ
------	-------

問22 あなたは、「元気体重」という言葉を知っていますか。(1つだけに○)

1 内容を知っている	2 言葉を聞いたことがある	3 初めて聞いた(知らない)
------------	---------------	----------------

### ■元気体重とは■

最も病気にかかりにくいと言われる身長と体重の関係を表したものです。一般的に言われる標準体重を府中市では「元気体重」と名づけて広めています。

問23 あなたのおよその身長、体重をお答えください。

1 身長	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	cm	記入例	170cm
2 体重	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	kg		65kg

## 5 食事について

問24 あなたは、朝食を食べる日が、週に何日ありますか。(1つだけに○)

1 毎日(問27へ)	2 週5~6日(問26-1へ)	3 週3~4日(問26-1へ)
4 週1~2日(問26-1へ)	5 ほとんど食べない(問26-1へ)	

問25 朝食を食べない日があるのはなぜですか。(1つだけに○)

1 朝食を食べる時間がない	2 食欲がない	3 朝食を食べる習慣がない
4 就労形態が不規則なため	5 準備・調達が面倒なため	6 食費を節約するため
7 その他( )		

問26 主食・主菜・副菜のそろった食事を1日に2回以上とる日は週にどのくらいありますか。(1つだけに○)

1 ほぼ毎日	2 週4~5日	3 週2~3日
4 週に1日程度	5 ほとんど食べない	



問27 一日に一度はどなたかと一緒に食事をとる日が、週に何日ありますか。(1つだけに○)

1 ほぼ毎日	2 週5～6日	3 週3～4日
4 週1～2日	5 ほとんど食べない	

問28 あなたは、ふだんの食事で野菜をどのくらい食べますか。

	ほとんど 食べない	付け合せ程度 (ミニトマト3個程度)	小鉢1皿程度	小鉢2皿程度	小鉢3皿以上
朝食(1つだけに○)					
昼食(1つだけに○)					
夕食(1つだけに○)					

※小鉢は、大人のこぶし大の皿(器)で、野菜の量は1皿70gに相当します。

※成人の野菜の摂取目標量は1日350g、小鉢5皿に相当します。

毎食食べるようにしましょう。



小鉢1皿の  
イメージ

問29 あなたは、府中産の農産物を意識的に食べていますか。(1つだけに○)

1 はい	2 いいえ
------	-------

※市内では、特産品の小松菜、わけねぎ、しいたけ、大房ぶどう「藤稔(ふじみのり)」、多摩川梨、黒米や季節によって様々な野菜が作られています。



## 6 口の健康について

問30 あなたは、自分の歯や歯肉などの口の健康状態についてどのように感じていますか。(1つだけに○)

1 健康だと思う	2 まあ健康だと思う	3 あまり健康だと思わない	4 健康だとは思わない
----------	------------	---------------	-------------

問31 あなたは「8020(ハチマルニイマル)」※を知っていますか。(1つだけに○)

1 内容を知っている	2 言葉を聞いたことがある	3 初めて聞いた(知らない)
------------	---------------	----------------

※8020(ハチマルニイマル)とは80歳になっても20本以上の自分の歯を保つという目標です。

問32 あなたは、歯や歯肉などの口の健康を保つために、ご自分でどのようなことに取り組んでいますか。(あてはまるものすべてに○)

1 鏡などを使って、月に1回以上歯や歯肉の様子を観察している
2 デンタルフロス(糸ようじ)や歯間ブラシを使用している
3 フッ素入りの歯みがき剤を使っている
4 1日1回は、10分程度の時間をかけて丁寧に歯みがきをしている
5 その他( )
6 特に何もしていない

## 7 たばこ・飲酒について

問33 あなたは、これまでにたばこを吸ったことがありますか。(1つだけに○)

1 現在吸っている (問35-1、2へ)
2 過去に吸っていたことがある (問35-1、2へ)
3 まったく吸ったことがない (問36へ)

問34-1 あなたは通常、1日に何本たばこを吸いますか。(吸っていましたか)  
注※ときどき吸う方は、吸うときの1日の本数をお答えください。

		本
--	--	---

問34-2 あなたは、何年くらいたばこを吸っていますか。(吸っていましたか)

		年
--	--	---

問35 あなたは週に何回ぐらい飲酒をしますか。(1つだけに○)

1 毎日飲む	2 週に5～6日	3 週に3～4日	4 週に1～2日
5 月に1～3日	6 月に1日未満	7 やめた	8 もともと飲まない・ 飲んだことがない

(※問36で、「1～6」に○をつけられた方は問36-1へ、「7～8」に○をつけられた方は問37におすすみください)

問36 1回にどのくらいの量の飲酒をしますか。下記※を参照して日本酒に換算してお答えください。(1つだけに○)

1 1合未満	2 1～2合未満	3 2～3合未満	4 3合以上
--------	----------	----------	--------

※ 日本酒1合に相当するアルコール分とは、

- ビール大ビン1本(633ml)
- ワイン2杯(120ml×2杯)
- ウイスキーダブル1杯(60ml)
- 焼酎(25度) 1杯(120ml)

また、缶ビール500mlは日本酒0.8合、  
350mlは日本酒0.5合に相当します。



## 8 社会参加について

問37 世間一般の人または近隣の人に対するあなたのお考えをお尋ねします。(○は一つずつ)

		そう思う	どちらかと言うと そう思う	どちらとも いえない	どちらかという と そう思わない	そう 思わない
(1)	一般的に人は信頼できる	1	2	3	4	5
(2)	多くの場合、人は他人の役に立とうとする	1	2	3	4	5
(3)	近隣の人には信頼できる	1	2	3	4	5
(4)	多くの場合、近隣の人には他人の役に立とうとする	1	2	3	4	5

問38 以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか。


(○は一つずつ)

		週に 1回 以上	月に 1～ 3回	年に 1～ 11回	年に 1回 未満	参加 して いない
(1)	ボランティア・市民活動の団体・NPO	1	2	3	4	5
(2)	スポーツ関係のグループやクラブ	1	2	3	4	5
(3)	趣味・学習・教養関係のグループ	1	2	3	4	5
(4)	老人クラブ	1	2	3	4	5
(5)	町内会・自治会	1	2	3	4	5
(6)	その他の団体や会等 具体的に( )	1	2	3	4	5

問39 あなたはこの1年間に、以下のような活動にどのくらい参加しましたか。  
個人で行っている活動も含みます。(○は一つずつ)

		週に1回以上	月に1〜3回	年に1〜11回	年に1回未満	参加しなかったが機会があれば参加したい	参加するつもりはない・できない
(1)	教育を支援する活動(学校支援ボランティアを含む)	1	2	3	4	5	6
(2)	子育てを支援する活動	1	2	3	4	5	6
(3)	まちづくりの活動(環境美化活動を含む)	1	2	3	4	5	6
(4)	防犯・防災・交通安全の活動	1	2	3	4	5	6
(5)	高齢者や障がい者などを支援する活動	1	2	3	4	5	6
(6)	健康づくりを支援する活動	1	2	3	4	5	6
(7)	スポーツ・文化芸術の体験を支援する活動(地域の行事や祭りを含む)	1	2	3	4	5	6
(8)	その他( )	1	2	3	4	5	6

問40 あなたには居場所と思えるところがありますか。

1 ある                      2 ない                       問41へ

副問40-1 それはどこですか。(あてはまるもの全てに○)

1 自分の部屋	2 家	3 学校・職場
4 地域の集会所・サロン	5 図書館・図書室	6 行きつけのお店(喫茶店等)
7 趣味の会・サークル等	8 その他( )	

問41 別居のご家族や親戚と、会ったり、一緒に出かけたりすることはどのくらいありますか。(1つだけに○)

1 週に6、7回(ほぼ毎日)	2 週に4、5回	3 週に2、3回
4 週に1回程度	5 月に2、3回	6 月に1回程度
7 月に1回より少ない	8 まったくない	9 別居の家族・親戚がいない

問4 2 別居のご家族や親戚と、電話で話すことはどのくらいありますか。

電子メール（ショートメール、LINE）やファックスでのやりとりも含みます。

（1つだけに○）

1 週に6、7回（ほぼ毎日）	2 週に4、5回	3 週に2、3回
4 週に1回程度	5 月に2、3回	6 月に1回程度
7 月に1回より少ない	8 まったくない	9 別居の家族・親戚がない

問4 3 あなたは、近所の方との程度おつきあいをされていますか。（1つだけに○）

1 お互いに訪問しあう人がいる	2 立ち話をする程度の人がある
3 あいさつをする程度の人がある	4 つきあいはない

問4 4 友人やご近所の方と会ったり、一緒に出かけたりすることはどのくらいありますか。

ただし仕事での付き合いは除きます。（1つだけに○）

1 週に6、7回（ほぼ毎日）	2 週に4、5回	3 週に2、3回
4 週に1回程度	5 月に2、3回	6 月に1回程度
7 月に1回より少ない	8 まったくない	

問4 5 友人やご近所の方と、電話で話すことはどのくらいありますか。電子メール（ショートメール、LINE）、ファックスでのやり取りも含みますが、仕事は除きます。

（1つだけに○）

1 週に6、7回（ほぼ毎日）	2 週に4、5回	3 週に2、3回
4 週に1回程度	5 月に2、3回	6 月に1回程度
7 月に1回より少ない	8 まったくない	

問4 6 あなたは、元気いっぱいサポーター※を知っていますか。（1つだけに○）

1 内容を知っている	2 言葉を聞いたことがある
3 はじめて聞いた（知らない）	4 元気いっぱいサポーターである

### ■元気いっぱいサポーターとは■

自分自身の健康を守る人たちや、府中市民の健康のために協力してくれる人たちなどに、「元気いっぱいサポーター」として登録していただき、全市民が自らの健康づくりを推進する「わ」を広げていく活動です。

問47 現在参加しているかどうかに関わらず、ご自身にとって精神的・身体的負担が大きいと感じる地域活動・余暇活動があれば○をつけてください。(○はいくつでも)  
(1~7に精神的・身体的負担を感じる活動がない場合は、8に○)

1 近所づきあい	2 自治会・町会
3 趣味・学習・教養関係のグループ	4 スポーツ関係のグループやクラブ
5 ボランティア・市民活動の団体・NPO	6 育児・子ども支援関係の組織 (PTA・育児サークル・子どものクラブ活動など)
7 老人会・老人(高齢者)クラブ	8 精神的・身体的負担を感じる活動はない

問48 近所づきあいや、地域活動・余暇活動の中で、あなたは、次のような年齢層の方と会話をする機会が、どのくらいありますか。ご家族や親戚、仕事関係の人は除きます。  
(1つだけに○)

	よくある	ときどきある	あまりない	全くない
(1)子どもや10代の若者	1	2	3	4
(2)20~40代くらいの人	1	2	3	4
(3)50~60代くらいの人	1	2	3	4
(4)70代かそれより高齢の人	1	2	3	4

## 9 健康危機管理について

問49 近年、自然災害や新たな感染症の流行等、生活に大きな影響を与える健康危機が多く発生しています。発生時は正しい情報を得て、適切な行動を取ることが重要です。大地震や、大雨・暴風などの災害関係情報の入手手段にはどのようなものを想定していますか。(あてはまるものすべてに○)

1 テレビ	2 ラジオ	3 インターネット
4 緊急速報メール・エリアメール	5 ご近所の方	6 防災行政無線(内容確認電話)
7 府中市のホームページ、配信メールサービス、公式ツイッター	8 家族	9 友人
10 ご近所の方	11 その他( )	

## 10 あなた自身のことについて

問50 あなたの性別をお答えください。(1つだけに○)

1 男性	2 女性
------	------

問5 1 あなたは何年何月生まれ、満何歳ですか。  
元号（または西暦）には○をつけてください。

- 1 大正  年  月 生まれ 満  歳  
 2 昭和  
 3 平成  
 4 西暦

問5 2 あなたは、学校に合計で何年通いましたか。（1つだけに○）

- |                                     |                  |
|-------------------------------------|------------------|
| 1 9年以下（中学卒業程度）                      | 2 10～12年（高校卒業程度） |
| 3 13年以上（短大・大学・大学院卒業程度、<br>大学在学中を含む） | 4 答えたくない         |

問5 3 あなたは現在、収入を伴う仕事（パート・アルバイト、家業の手伝い等を含む）をしていますか。（○は1つ）

- |                              |                     |
|------------------------------|---------------------|
| 1 週に35時間以上働いている              | → 問5 3-1<br>問5 3-2へ |
| 2 短時間（週35時間未満）、または不定期的に働いている |                     |
| 3 仕事はしていないが、探している            | → 問5 4へ             |
| 4 仕事をしておらず、探していない            |                     |

問5 3-1 あなたの現在の雇用状況は、次のどれにあたりますか。（○は1つ）

<b>【自営の仕事】</b>	
1. 自営業主・自由業	2. 家族従業（家業などの手伝い）
<b>【雇われている方】</b>	
3. 正規職員・正規従業員	4. パート・アルバイト・契約社員
5. 嘱託	6. 人材派遣企業の派遣社員
7. その他の雇用者	
<b>【団体等役員・その他】</b>	
8. 会社・団体等の職員	9. 家庭での内職
10. その他（ <input type="text"/> ）	

問5 3-2 あなたが、現在働いている理由は何ですか。（○はいくつでも）

- |                 |                          |
|-----------------|--------------------------|
| 1. 生活のための収入が欲しい | 6. 社会貢献・社会とのつながり         |
| 2. 借金の返済のため     | 7. 時間に余裕があるから            |
| 3. 小遣い程度の収入が欲しい | 8. 家族などの勧め               |
| 4. 健康のため        | 9. その他                   |
| 5. 生きがいを得たい     | （ <input type="text"/> ） |

問54 あなたには、現在、配偶者はいますか。(1つだけに○)

- |                   |        |        |      |
|-------------------|--------|--------|------|
| 1 いる(内縁関係、事実婚を含む) | 2 離別した | 3 死別した | 4 未婚 |
|-------------------|--------|--------|------|

問55 あなたは現在どなたと暮らしていますか。(あてはまるものすべてに○)

- |                        |          |          |
|------------------------|----------|----------|
| 1 一人暮らし(一緒に住んでいる人はいない) |          |          |
| 2 配偶者                  | 3 息子     | 4 娘      |
| 5 子の配偶者(婿、嫁)           | 6 あなたの父母 | 7 配偶者の父母 |
| 8 祖父                   | 9 祖母     | 10 孫     |
| 11 その他(具体的に： )         |          |          |

問56 あなたの世帯の、今の暮らし向きはいかがですか。(1つだけに○)

- |             |             |             |
|-------------|-------------|-------------|
| 1 非常にゆとりがある | 2 ややゆとりがある  | 3 どちらともいえない |
| 4 やや苦勞している  | 5 非常に苦勞している |             |

問57 世帯の合計収入は平成30年中(1年間)で、次のうちどれにあてはまりますか。(税引き前で)(1つだけに○)

- |                |               |
|----------------|---------------|
| 1 100万円未満      | 2 100~200万円未満 |
| 3 200~300万円未満  | 4 300~500万円未満 |
| 5 500~1000万円未満 | 6 1000万円以上    |
| 7 わからない・答えたくない |               |

問58 現在のお住まいは、次のどれにあたりますか。(1つだけに○)

- |                |               |             |
|----------------|---------------|-------------|
| 1 一戸建て持ち家      | 2 一戸建て借家      | 3 分譲マンション   |
| 4 賃貸マンション・アパート | 5 公営住宅(賃貸)    | 6 公社、公団(賃貸) |
| 7 社宅、寮、官舎      | 8 その他(具体的に： ) |             |

問59 あなたは、これまで、次のような病気や障害を持ったことがありますか。  
当てはまる番号すべてに○をつけてください。(ない場合は「10. 特になし」に○)

- |                  |                   |                       |
|------------------|-------------------|-----------------------|
| 1 高血圧            | 2 糖尿病             | 3 脳卒中(脳梗塞、脳出血、くも膜下出血) |
| 4 がん             | 5 肝臓病             | 6 心臓病(狭心症、心筋梗塞、不整脈など) |
| 7 視力障害(ほとんど見えない) | 8 聴力障害(ほとんど聞こえない) |                       |
| 9 その他( )         | 10 特になし           |                       |

問60 府中市にお住まいになってから、何年になりますか。(1つだけに○)

- |             |             |             |
|-------------|-------------|-------------|
| 1 1年未満      | 2 1年~3年未満   | 3 3年~5年未満   |
| 4 5年~10年未満  | 5 10年~20年未満 | 6 20年~30年未満 |
| 7 30年~50年未満 | 8 50年~60年未満 | 9 60年以上     |



# 1 1 府中市の取り組みについて

問 6 1 生活に困ったとき、どこに相談したら良いか知っていますか。

1 知っている	2 知らない
---------	--------

問 6 2 「せいかつこんきゆうしやじりつしえんせいど生活困窮者自立支援制度」を知っていますか。

1 知っている	2 知らない
---------	--------

問 6 3 就労支援（仕事を探す支援）の窓口がどこにあるか知っていますか。

1 知っている	2 知らない
---------	--------

問 6 4 あなたは介護について、どこに相談したら良いか知っていますか。

1 知っている	2 知らない
---------	--------

問 6 5 あなたは、以下の相談窓口のことを知っていますか。

		利用したことがある 知っており、	利用したことはない 知っているが、	知らない
(1)	健康推進課（保健センター3階）	1	2	3
(2)	多摩府中保健所（宮西町1-26-1）	1	2	3
(3)	地域生活支援センター（美好町1-7-2）	1	2	3
(4)	スクエア21 女性センター（住吉町1-84）	1	2	3
(5)	子ども・若者総合相談	1	2	3
(6)	高齢者支援課（市役所1階）	1	2	3
(7)	地域包括支援センター（市内11カ所）	1	2	3
(8)	市民相談室（市役所1階）	1	2	3
(9)	東京都ろうどう110番	1	2	3
(10)	子ども家庭支援センター「たっち」（宮町1-50 くるる3階）	1	2	3
(11)	教育センター（府中町1-32）	1	2	3
(12)	消費生活センター（ル・シーニュ6階）	1	2	3
(13)	生活援護課（市役所6階）	1	2	3
(14)	社会福祉協議会（ふれあい会館2階）	1	2	3
(15)	権利擁護センターふちゅう（ふれあい会館2階）	1	2	3
(16)	警視庁総合相談センター	1	2	3

## ◆ご意見・ご要望について◆

健康づくり事業について、今後、市に望むことや、  
ご意見がありましたらご記入ください。

.....

.....

.....

アンケートは以上です。ご協力ありがとうございました。

同封の返信用封筒（切手は不要です）に入れ、  
**●月●日（●）**までにポストにご投函ください。

アンケートの結果は、「広報ふちゅう」、市ホームページ等でお知らせします。  
(<http://www.city.fuchu.tokyo.jp/>)