

「健康と安全・安心な暮らし」に関する 市民アンケート調査 **令和元7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、府中市では令和3年度に「第3次府中市保健計画」「第3次府中市食育推進計画」を策定しました。計画期間6年間の令和8年度までの推進、評価指標を把握するため、健康と安全・安心な暮らし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20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21,000名の方を対象に実施します。令和元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4次府中市保健計画・第4次食育推進計画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。

令和7年〇月 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■

- 宛名のご本人が、ご回答をしていただきますようお願いいたします。
(ご本人がやむを得ず回答できない場合は、本アンケートの返信は不要です)。
- 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。
- “○”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。
- 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。
- 一部世代の方には該当しない・質問されても意味がなさそうな選択肢などが含まれていますが、幅広い世代の方に同じ調査票を用いた調査をするためですので、ご容赦ください。
- 回答は、書面もしくは別紙の二次元コードよりお願いいたします。
書面での回答につきましては、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、**令和7年〇月〇日(〇)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

■体からの健康について

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 あまり健康ではない | 4 健康ではない |
|----------|-----------|-------------|----------|

問2 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 | 「精神疾患」追加 |

問3 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 | |

■こころの健康について

問4 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1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5 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。(○は1つずつ)

		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)	何をするの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6 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。(○は1つずつ)

		あてはまらない	どちらかといえばあてはまらない	どちらともいえない	どちらかといえばあてはまる	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7 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？（○は1つずつ）

		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8 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	2 受けていない
---------	----------

問8-1 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（ ）	

問8-1の後には問9へお進みください。

問8-2 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 8-3 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 8-4 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 9 へ)	2 役立てていない (問 8-5 へ)
------------------	---------------------

問 8-5 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 ()

☆☆ ここからは全員の方がお答えください ☆☆

3 身体からだを動かすことについて

問 9 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 1 回以上	2 2~3 日に 1 回程度	3 週に 1 回程度
4 月に 1~2 回程度	5 ほとんど外出しない	

問 10 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 日
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 11 現在、1 回 30 分以上の軽く汗をかく運動(またはそれ以上に激しい運動)を実施していますか。(1 つだけに○)

1 ほぼ毎日	2 週に 4~5 回	3 週に 2~3 日
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	

削除

~~問 12 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~~

問 13 平均的な1週間にテレビやスマートフォン、タブレット、パソコン等をみる時間は、1日平均してどれくらいでしたか。平日と休日に分けて、数字を記載してください（見えない場合は「0」と書いてください）。

平日：____時間____分

休日：____時間____分

4 体型について

~~削除 問14 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■

~~一般的に言われる標準体重(BMI【肥満指数】22前後)は病気にかかりにくいと言われていたため、府中市ではこの体重を「元気体重」と呼んでいます。~~

問15 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

BMIの算出方法 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m) これが22前後なら元気体重

5 食事について

問16 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17へ) | 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16-1 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17 主食(ごはん・パン・麺など)・主菜(肉・魚・卵・大豆製品など)・副菜(野菜・きのこ・いも・海藻など)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 ほとんどない | |



問18 1日に一度はどなたかと一緒に食事をする日が、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 ほとんどない | |

問 19 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。

毎食野菜を食べるようにしましょう。



問 20 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、黒米など、季節によって様々な野菜が作られています。



問 追加 あなたは、減塩を意識した食生活を送っていますか。(1つだけに○)

1 減塩を意識している。
2 減塩を意識した食生活を送っていないが、今後実践してみたい。
3 減塩を意識した食生活を送っていないが、今後も実践するつもりはない。

6 口の健康について

問 21 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 22 あなたは「8020(ハチマルニイマル)運動」※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歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という運動です。

問 23 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ていねいに歯みがきをしている
- 5 その他 ()
- 6 特に何もしていない

問 追加 あなたは、かかりつけ歯科医で定期健診、歯石除去を受けていますか

- 1 はい 2 いいえ

問 追加 あなたは、歯と口の健康と全身の健康との関係について知っていますか。
(知っているものすべてに○)

- 1 糖尿病 2 心疾患 3 脳梗塞 4 早産・低体重児出産
- 5 誤嚥性肺炎 6 喫煙

7 たばこ・飲酒について

問 24 あなたは、これまでにたばこ（電子たばこを含む）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 24—1 へ)
- 2 過去に吸っていたことがある }
- 3 まったく吸ったことがない → (問 25 へ)

問 24—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 24—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 25 あなたは週に何日ぐらい、お酒を飲みますか。（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 25 で、「1～6」に○をつけられた方は問 25—1 へ、「7～8」に○をつけられた方は次ページの問 26 におすすみください)

問 25-1 お酒を飲まれる方にお伺いします。1日にどのくらい飲まれますか。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 (5%) 中瓶1本 (500ml)
- ワイン (14%) 1杯 (180ml)
- 焼酎 (25%) 0.6 合 (110ml)
- ウィスキー (43%) ダブル (60ml)
- 缶チューハイ (7%) 1本 (350ml)
- 缶チューハイ (5%) 1.5本 (520ml)



8 社会参加について

問 26 友人やご近所の方、別居のご家族や親戚とおつきあいの状況についてうかがいます。(1)(2)のそれぞれの質問について、当てはまる番号に1つずつ○をつけてください。
 ※該当する関係の方がいない場合(別居の家族・親戚がいないなど)は、「5(月に1回より少ない/全くない)」に○をしてください。
 ※SNSとは、LINE、インスタグラム等のことです。

	週に 2回以上	週に 1回程度	月に 2~3回	月に 1回程度	月に 1回より 少ない/ 全くない
(1)友人や近所の方と、会ったり、電話で話すことはどのくらいありますか(電子メールやファックス、SNSを含む)	1	2	3	4	5
(2)別居の家族や親戚と、会ったり、電話で話すことはどのくらいありますか(電子メールやファックス、SNSを含む)	1	2	3	4	5

問 27 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1つずつ)

		そう思う	どちらかと言うと そう思う	どちらかと言うと いえない	どちらかと言うと 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 28 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1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 29 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1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) シニアクラブ（65歳以上の方のみお答えください）	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 30 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 30-1 次の場所は、今のあなたにとって居場所になっていますか。(あてはまるもの全てに○)

1 自分の部屋	2 家庭(実家や親族の家を含む)	3 学校(卒業した学校を含む)
4 職場(過去の職場も含む)	5 地域(現在住んでいる場所やそこにある施設など)	6 インターネット空間
7 その他 ()		

問 31 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 元気いっぱいサポーターである	2 内容を知っている
3 言葉を聞いたことがある	4 はじめて聞いた(知らない)

■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 追加 今後、健康づくりの取組として、**やってみたい活動(すでに行っている活動)や興味のある活動はありますか。**

1 こころの健康づくり	2 からだの健康づくり
3 定期的な健(検)診を受診する	4 地域のつながりを強化する
5 健康情報を周囲に発信する	6 健康づくり事業の企画運営をする

問 32 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。
(○は1つずつ)

	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歳代の若者	1	2	3	4
(2)20~40歳代くらいの人	1	2	3	4
(3)50~60歳代くらいの人	1	2	3	4
(4)70歳代かそれより高齢の人	1	2	3	4

問 33 普段の生活の中で寂しさを感じるものがどのくらいありますか。(1つだけに○)

- | | | | |
|--------|---------|---------|----------|
| 1 よくある | 2 たまにある | 3 あまりない | 4 ほとんどない |
|--------|---------|---------|----------|

問 34 あなたはお住まいの地域から孤立していると感じることがどのくらいありますか。(1つだけに○)

- | | | | |
|--------|---------|---------|----------|
| 1 よくある | 2 たまにある | 3 あまりない | 4 ほとんどない |
|--------|---------|---------|----------|

9 健康危機管理について

問 35 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。

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() | |

問 追加 防災のために取り組んでいることは何ですか。(○はいくつでも)

【R5 世論調査 8問10】

- | | |
|-------------------------|---------------------------|
| 1. 住宅の耐震化・家具転倒防止対策をしている | 2. 食糧・水・生活用品等を備蓄している |
| 3. 非常持出袋を用意している | 4. 避難場所・避難所を確認している |
| 5. 情報の入手手段を複数知っている | 6. 防災ハンドブック等を見て防災知識を深めている |
| 7. 家族との連絡手段を決めている | 8. 何もしていない |
| 9. その他() | |

問 追加 前問で2とお答えの方

【R5 世論調査 8問10-1】

- どのようなものを備蓄していますか。(○はいくつでも)
- | | |
|-------------|----------------------|
| 1. 食料品・飲料水 | 2. 簡易トイレ、トイレトーパー、おむつ |
| 3. 懐中電灯 | 4. スマートフォン等のバッテリー |
| 5. 常備薬、お薬手帳 | 6. 口腔ケア用品 |
| 7. その他() | |

問 追加 ローリングストックを実践していますか。

- | | |
|--------|---------|
| 1 している | 2 していない |
|--------|---------|

ローリングストックとは、普段の食料品を少し多めに買い置きしておき、賞味期限を考えて使

った分を補充する方法です。一定量の食料品を備蓄することが可能で普段から食べなれている食品のため災害時でも安心して食べられます。

項目追加 感染症対策について

問 追加 新型コロナウイルス感染症の流行前後で感染症に対する意識に変化はありましたか。

- | | | |
|------|------|---------|
| 1 ある | 2 ない | 3 わからない |
|------|------|---------|

問 追加 感染症対策として行っていることはありますか。（〇はいくつでも）

- | | |
|--------------|-------------------|
| 1. 手洗い（手指消毒） | 2. マスクの着用（席エチケット） |
| 3. 予防接種 | 4. 換気 |
| 5. 人混みを避ける | 6. 感染症の流行情報を得る |
| 7. その他（ | ） |

問 追加 新型コロナウイルス感染症の流行後、あなたの心情や考えに変化がありましたか。
コロナウイルス感染症流行後から回答時点までのあなたの気持ちをお答えください
（〇はいくつでも）

- | | |
|-----------------------------------|------------------------------------|
| 1. 不安を強く感じるようになった | 2. 家族以外の人とつながりがなくなり、孤独を感じた |
| 3. 家族関係の悪化や家族との考え方の違いに悩まされるようになった | 4. 感染症対策を過剰に意識するようになりストレスを感じた |
| 5. 家で過ごす時間が増え、家族と過ごす時間の大切さを再確認した | 6. 在宅勤務や時差出勤の機会が増え働き方について考えるようになった |
| 8. みんなもつらくて不安なんだと思いつらい気持ちが少し軽くなった | 9. 特に変化はなかった |
| 10. その他（ | ） |

問 追加 新型コロナウイルス感染症の流行後、あなたの健康意識に変化はありましたか

- | | |
|-----------------|----------|
| 1. 健康への関心が高まった | 2. かわらない |
| 3. 健康への関心が低くなった | 4. わからない |

問 追加 新型コロナウイルス感染症の流行後、どのような地域生活課題がありますか

- | | |
|---------------------|--------------------|
| 1. 高齢者の交流の機会の減少 | 2. 外出自粛による高齢者のフレイル |
| 3. 障害のある人との交流の機会の減少 | 4. 地域での子育て支援活動の減少 |
| 5. 近隣者との関係の希薄化 | 6. 地域活動の減少 |
| 7. デジタル化への対応格差 | 8. 経済状況の格差拡大 |
| 9. その他（ | ） |

10 インターネットなどの使用について

問 36 あなたは、以下の機器を使用していますか。（あてはまるものすべてに○）

1 いずれの機器も持っていない・使っていない → 問37へ	
2 パソコン	3 スマートフォン
4 タブレット端末 (iPadなど)	5 携帯電話

2～5 どのいずれかに○をつけた方は次の問 36-1 をお答えください。

問36-1 ソーシャルネットワークサービス（SNS）の使用状況についておうかがいします。
以下のサービスを使用する頻度は次のうちどれにあてはまりますか（○は1つずつ）

		ほぼ毎日	週に数回	月に数回以下	使わない
(1)	ライン（LINE）でメッセージのやりとりをする	1	2	3	4
(2)	ラインで送られてくる情報を閲覧する	1	2	3	4
(3)	フェイスブックを使って投稿する	1	2	3	4
(4)	友人などのフェイスブックのページを閲覧する	1	2	3	4
(5)	ツイッターを使って投稿する	1	2	3	4
(6)	ツイッターで配信されている情報を閲覧する	1	2	3	4
(7)	インスタグラムを使って投稿する	1	2	3	4
(8)	友人などのインスタグラムの投稿を閲覧する	1	2	3	4

11 府中市の取り組みについて

問 37 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 38 ~~「生活困窮者自立支援制度」「福祉総合相談」~~を知っていますか。

1 知っている	2 知らない
---------	--------

~~削除 問 39 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
--------------------	-------------------

~~削除 問 40 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 41 あなたは、以下の相談窓口のことを知っていますか。(○は1つずつ)

		利用したことがあり、 知っており、	利用したことはないが、 知っているが、	知らない
(1)	健康推進課（保健センター3階） こころとからだに関する悩み 医療機関に関する案内などの相談	1	2	3
(2)	青少年総合相談 ひきこもりやニートなどの若者自身や その保護者が抱える悩みの相談	1	2	3
(3)	地域包括支援センター（市内11カ所） 高齢者に関する相談全般（介護、高齢者虐待など）	1	2	3
(4)	子育て世代包括支援センター「みらい」（宮町1丁目41番地 フォーリス3階） 子育てと家庭に関する相談 児童虐待についての対応と相談	1	2	3
(5)	生活援護福祉課（市役所2階） 生活の困りごとや仕事探しの相談 生活保護の相談	1	2	3
(6)	社会福祉協議会（ふれあい会館2階） 低所得者世帯、障がい者・介護を要する高齢者のいる世帯の 各種貸付に関する相談 制度では解決しにくい困りごとの相談	1	2	3

最後に、あなたご自身の基本属性についておたずねします。回答者の属性によって、ご意見や活動の状況がどのように異なるかを統計的に分析するために必要な情報となりますので、何卒ご理解くださいますようお願い申し上げます。ご回答は、個人のお名前と切り離してコンピュータで処理しますので、個人の情報外部にもれることは絶対にありません。

12 あなた自身のことについて

問 42 あなたの性別をお答えください。

1 男性 2 女性 3 答えない

問 43 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

※ 年齢が 55 歳以上の方は次ページの間 44 へお進みください。
54 歳以下の方は 16 ページの間 47 へお進みください。

問54の後ろ（最後）へ

＜このページは55歳以上の方がお答えください。54歳以下の方は次ページからお答えください＞

問44 55歳以上の方へ、あなたの日常の活動性と物忘れ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1つずつ) (54歳以下の方は回答不要です。問47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 <u>できますか</u>	1 はい	2 いいえ
(2)	日用品の買い物が <u>できますか</u>	1 はい	2 いいえ
(3)	自分で食事の用意が <u>できますか</u>	1 はい	2 いいえ
(4)	請求書の支払いが <u>できますか</u>	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 <u>できますか</u>	1 はい	2 いいえ
(6)	年金などの書類をかくことが <u>できますか</u>	1 はい	2 いいえ
(7)	新聞を読んでいますか	1 はい	2 いいえ
(8)	本や雑誌を読んでいますか	1 はい	2 いいえ
(9)	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
(10)	友達の家を訪ねることがあります	1 はい	2 いいえ
(11)	家族や友達の相談にのることはあります	1 はい	2 いいえ
(12)	病人を見舞うことは <u>できますか</u>	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	1 はい	2 いいえ

問45 歩く速度が遅くなってきたと感じますか。(1つだけに○)

- | | | |
|------------|-----------|---------|
| 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46 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。

(1つだけに○)

- | | | |
|----------|----------|---------|
| 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 | |

☆☆ ここからは全員の方がお答えください ☆☆

問 47 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、
大学在学中を含む) | 4 答えたくない |

問 48 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。(1つだけに○)

- | | |
|------------------------------|---|
| 1 週に35時間以上働いている |  次ページ問 49 へ
おすすみください |
| 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 | |
| 4 仕事をしておらず、探していない | |

問 48-1 あなたの現在の雇用状況は、次のどれにあたりますか。(1つだけに○)

【自営の仕事】	
1 自営業主・自由業	2 家族従業(家業などの手伝い)
【雇われている方】	
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	
【団体等役員・その他】	
8 会社・団体等の職員	9 家庭での内職
10 その他()	

問 48-2 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 | 6 社会貢献・社会とのつながり |
| 2 借金の返済 | 7 時間に余裕があるため |
| 3 小遣い程度の収入 | 8 家族・知人などの勧め |
| 4 健康のため | 9 自分のスキルを活かせる |
| 5 生きがい | 10 その他() |

☆☆ ここからは全員の方がお答えください ☆☆

問 49 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 50 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 | 7 あなたの母 | |
| 8 配偶者の父 | 9 配偶者の母 | 10 祖父 | |
| 11 祖母 | 12 孫 | 13 その他() | |

問 51 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 |

問 52 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 53 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 54 世帯の合計収入は令和6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 | |

◆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。

[Empty space for writing comments and requests]

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/>)