

## 健康市民おかやま21（第2次）の最終評価に係るアンケート項目（案）

対象：市民（20～85歳、8,000人）

	歯科保健 基本計画 の目標項目	アンケート項目（概要）	
		問	内容
属性		問1	あなたの性別をお答えください。
		問2	あなたの年齢をお答えください。
		問3	現在のお仕事は何ですか。
		問4	あなたが同居されている家族はどなたですか。
ソーシャルキャピタル		問5	現在のお住いの地域には、どの程度居住していますか。
21認知度		問6	「健康市民おかやま21（第2次）」という市民の健康づくり運動に取り組んでいます。名称や内容をご存じですか。 健康市民おかやま21の他、 <b>OKAYAMA!市民体操やフレイル、オーラルフレイル、COPD</b> についても聞く。
栄養		問7	現在の健康状態をどのように感じていますか。
		問8	普段の食生活の状況についてお答えください。
		問9	食事を1日3食とりますか。
		問10	あなたはふだん朝食を食べますか。
		問11	食事の際、腹八分目の食事量を意識して食べていますか。
		問12	主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日2回以上あるのは、週に何日ありますか。
		問13	あなたは、ふだん、外食をする時や食品を購入する時に栄養成分の表示を参考にしていますか。
		問14	食生活の改善について学ぶ機会がありますか。
		問15	家族や友人と共に食事をするのが、1日1回以上が週何回ありますか。
生活習慣病		問16	定期的に自分の体重を確認していますか。
		問17	20～29歳の方にお聞きします。あなたの身長と体重をご記入ください。
		問18	自分のふだんの血圧を知っていますか。
運動		問19	あなたは、日常生活の中で、歩くことや身体を動かすことを意識していますか。
		問20	あなたは、自分の1日の歩数を知っていますか。
		問21	あなたの1日の平均歩数はどのくらいですか。
		問22	あなたは現在、1回につき30分以上の運動を定期的に1年以上行っていますか。
		問23	あなたは、身体を動かそうと思った時、一緒に取り組んだり、サポートしてくれる人がいますか。
		問24	あなたのお住いの近くには、気軽に歩こうと思う環境があると思いますか。
こころ		問25	最近、1か月間で、不満、悩み、苦勞などによるストレスを感じたことがありますか。
		問26	ストレスを強く感じたとき、相談できる人や場所がありますか。
		問27	最近1か月間、あなたは睡眠で休養が充分とれていますか。
		問28	最近1か月間、あなたは眠るために睡眠薬や安定剤などの薬を使いましたか。
		問29	最近1か月間、あなたは眠るためにお酒を使いましたか。
たばこ		問30	あなたはたばこ（加熱式たばこを含む）を吸いますか。
		問31	たばこ（加熱式たばこを含む）をやめたいと思っていますか。
		問32	禁煙のための治療やニコチンパッチが医療保険で利用できることを知っていますか。
		問33	最近1か月間、あなたは自分以外に人が吸っているたばこの煙を吸い込んでしまうような機会がありましたか。
		問34	あなたは「慢性閉塞性肺疾患」という言葉やその意味を知っていますか。

## 健康市民おかやま21（第2次）の最終評価に係るアンケート項目（案）

対象：市民（20～85歳、8,000人）

	歯科保健 基本計画 の目標項目	アンケート項目（概要）
アルコール		問35 ゼールなどのお酒を飲みますか。
		問36 日本酒に換算して1日に平均してどれくらい飲んでいますか。
歯	○	問37 あなたの歯は、現在何本ありますか。 自分の歯は（ ）本ある
		問38 歯の健康について気をつけていることがありますか。 ある・ない
	○	問39 日常生活の中で気をつけていることに○をつけてください。 年1回以上、歯科検診を受けている 年1回以上、歯石除去を受けている 年1回以上、歯磨きの指導を受けている 歯間ブラシ・糸ようじ・デンタルフロスなどを使用している フッ素入りの歯磨き剤を使用している 砂糖などの糖分を含む嗜好品・飲料は1日1回までしかとらないようにしている 喫煙しないようにしている ガムやあめはシュガーレスのものを食べるようにしている <b>お口の体操や唾液腺マッサージを実施している←追加項目</b> その他
生活習慣病		問40 あなたは、過去1年間にがん検診を受けましたか。
ソーシャルキャピタル		問41 お住まいの地域の活動（町内会等）にどの程度参加しましたか。
		問42 今後、お住いの地域の活動について、どのように考えていますか。
		問43 趣味・教養などの活動にどの程度参加しましたか。
		問44 今後、趣味・教養などの活動について、どの程度考えていますか。
		問45 一般的に、ほとんどの人は信頼できると思いますか。
		問46 あなたは、人の助けが必要なときに、1週間以内に実際に手伝ってくれたり、情報を提供してくれる人がいますか。
こころ		問47 日常生活の中で、あなたの感じ方をもっともよく表している数字に○をつけてください。（問題の解決策を見つけることができる等）
	追加	現在のあなたの暮らし向きはいかがですか。
コロナ		問1 あなたの昨年度の健診の受診状況はどうですか。
		問2 昨年度は、年間を通して、趣味などの活動等、普段利用している場への参加状況に変化はありましたか。
		問3 比較的信用できると考えている健康情報は、どこからの情報ですか。
		問4 新型コロナウイルス感染症の感染拡大前と比べて、変化はありましたか。（体重、運動日数等）

## 健康市民おかやま21（第2次）の最終評価に係るアンケート項目（案）

対象：事業所（600か所）

	歯科保健 基本計画 の目標項目	アンケート項目（概要）	
属性		問1	産業分類は次のうちどれになりますか。
		問2	従業員数は何人ですか。（非常勤も含む）
		問3	常勤の従業員数は何人ですか。
従業員の健康づくり対策		問4	従業員の健康管理に関して、貴社では事業主や衛生管理者が相談できる機関、専門家などがいますか。
		問5	貴社のがん検診への補助についてお聞きます。
		問6	職場で受診する機会がない場合、住んでいる自治体でのがん検診を受けられます。この制度を知っていますか。
		問7	従業員が利用できる、健康に関する相談の機会を設けていますか。
メンタルヘルス		問8	従業員のうつ状態、うつ病などへの対応が必要になったことはありますか。
		問9	従業員に対し、うつ状態、うつ病などの正しい知識の啓発や研修などを行っていますか。
		問10	管理的立場の人に対し、部下のこころの健康に関する教育、研修を行っていますか。
		問11	貴社ではストレスチェックを行っていますか。
たばこ		問12	改正健康増進法において、多数の者が利用するすべての施設は「原則屋内禁煙」となったことを知っていますか。
		問13	何で知りましたか。
		問14	あなたの事業所の受動喫煙対策について教えてください。
		追加	「空気のおいしい施設」の取組を知っていますか。
アルコール		問15	アルコール依存について、従業員に対し学ぶ機会を設けていますか。
歯		問16	「噛ミング30」運動を知っていますか。 知っている・知らない
	○	問17	「噛ミング30」と銘打った運動に取り組んでいますか。 「噛ミング30」と銘打った運動に取り組んでいる 「噛ミング30」と銘打っていないが、よく噛んで食べることなどを推進している←追加項目 取り組んでいない 取り組んでいないが、今後取り組む予定
	○	問18	職場の定期健康診断として、歯科検診を実施していますか。 行っている・行っていない・検討中
21認知度		問19	「健康市民おかやま21（第2次）」の名称や内容をご存じですか。
地域		問20	地域への貢献として「健康づくり」に取り組んでいることはありますか。
コロナ		問1	新型コロナウイルス感染症の感染拡大前と比べて、職場全体の健康への関心は高まりましたか。
		問2	新型コロナウイルス感染症の感染拡大によって、従業員の健康にどのような影響が出ていますか。

# 健康市民おかやま21（第2次）の最終評価に係るアンケート項目（案）

対象：飲食店（400か所）

	歯科保健 基本計画 の目標項目	アンケート項目（概要）	
属性		問1	あなたのお店の業種は次のうちどれですか。
		問2	日常的に食べるような食事を提供しているお店ですか。
		問3	販売しているメニューや商品に栄養成分等の表示をしていますか。
		問4	栄養成分の表示をしていないのはなぜですか。
		問5	「栄養成分表示の店」の登録をしていますか。
		問6	以下のような点に配慮した料理を提供していますか。（塩分控えめ等）
		問7	お客様に対して健康や栄養に関する情報（リーフレットやポップの設置等）やサービスを提供していますか。
		問8	地元の食材を使うなど、地産地消に取り組んでいますか。
たばこ		問9	改正健康増進法において、多数の者が利用するすべての施設は「原則屋内禁煙」となったことを知っていますか。
		問10	何で知りましたか。
		追加	あなたのお店の受動喫煙対策について教えてください。
		追加	「空気のおいしい施設」の取組を知っていますか。