



## 1 策定経過

### 令和4年(2022)度

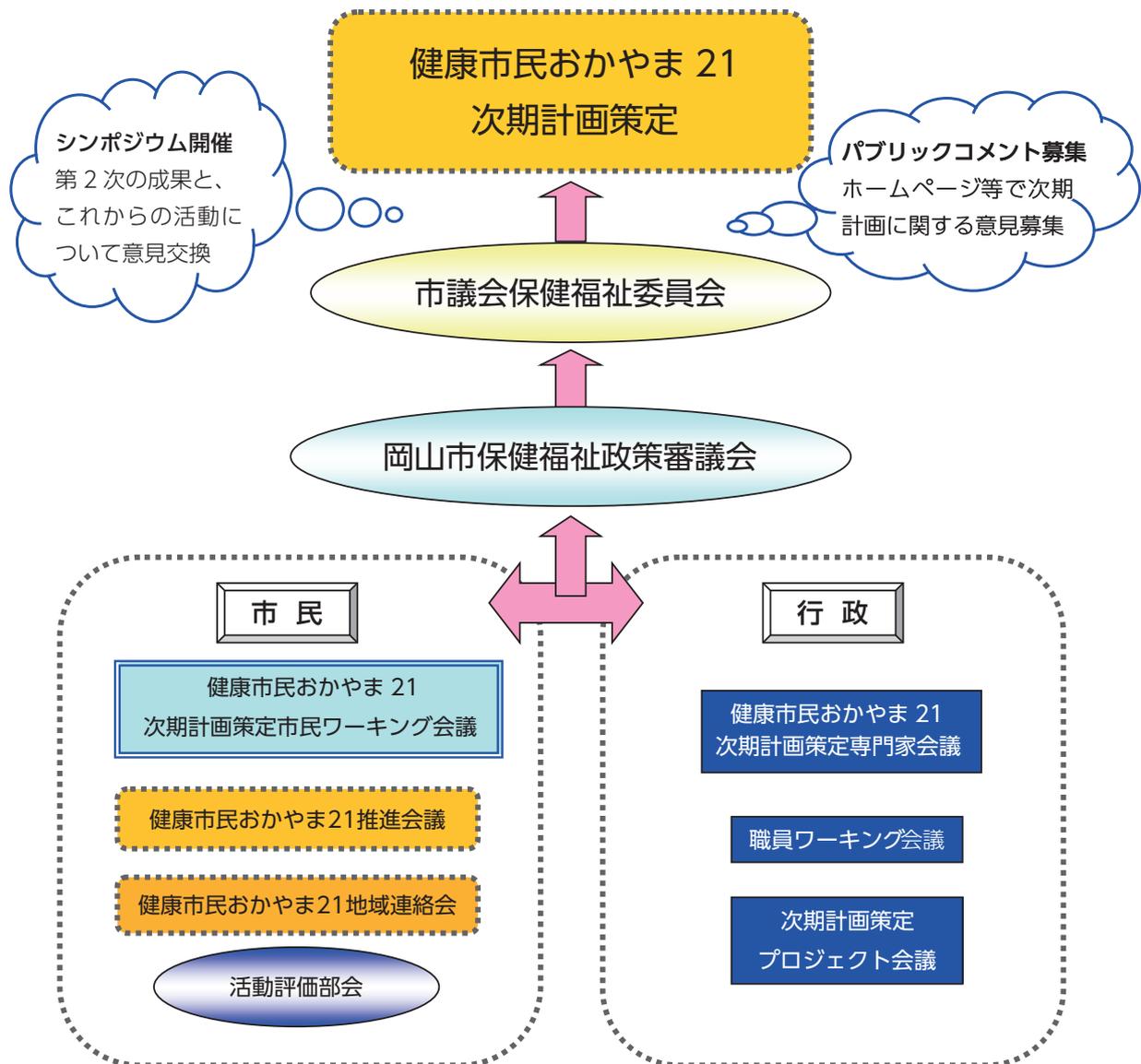
6月 8日	第1回健康市民おかやま21地域連絡会
8月 5日~26日	「健康市民おかやま21(第2次)最終評価アンケート」 調査実施
9月28日	第1回健康市民おかやま21推進会議
2月 1日	第1回健康市民おかやま21活動評価部会
2月28日	第2回健康市民おかやま21推進会議

### 令和5年(2023)度

5月	第1回健康市民おかやま21活動評価部会(書面会議)
6月14日	第1回健康市民おかやま21地域連絡会
6月20日	第1回職員ワーキング会議
7月 3日	第1回健康市民おかやま21推進会議
7月11日	第1回健康市民おかやま21次期計画専門家会議
8月 8日	第1回健康市民おかやま21次期計画策定市民ワーキング会議
8月 9日	第2回健康市民おかやま21次期計画専門家会議
8月31日	第2回職員ワーキング会議
10月 5日	第2回健康市民おかやま21次期計画策定市民ワーキング会議
11月 6日	岡山市保健福祉政策審議会
11月22日	市議会保健福祉・協働委員会
12月 1日~1月5日	パブリックコメント 「健康市民おかやま21(第3次)」について意見募集 用紙とホームページで市民から意見を募集
12月 8日	第2回健康市民おかやま21地域連絡会
1月22日	岡山市保健福祉政策審議会
2月 1日	市議会保健福祉・協働委員会
2月18日	健康市民おかやま21シンポジウム ~第2次の成果とこれからの伝える~

次期計画策定プロジェクト会議 計34回

## 2 策定経過図



### 3 策定に関わった組織

#### (1) 健康市民おかやま 2 1 推進会議

##### 健康市民おかやま 2 1 推進会議規約

###### (目的)

第 1 条 市民の健康と健康な地域の実現を目指して、市民、職域、行政等が連携を図り、「健康市民おかやま 2 1 (第 2 次)」を円滑に推進するため、関係団体、行政機関により健康市民おかやま 2 1 推進会議 (以下「推進会議」という。)を組織する。

###### (所掌事務)

第 2 条 推進会議は、健康市民おかやま 2 1 (第 2 次) の推進について、次に掲げる事項を所掌する。

- (1) 関係機関・団体が連携した健康づくり推進に関すること
- (2) 健康市民おかやま 2 1 (第 2 次) の普及啓発に関すること
- (3) 情報交換、活動の推進に関すること
- (4) その他この事業に必要な事項に関すること

###### (組織)

第 3 条 推進会議は、別表 1 に掲げる委員をもって構成する。

- 2 委員の任期は、2 年とする。補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。
- 3 オブザーバーの出席を認める。

###### (会長等)

第 4 条 推進会議に会長及び副会長 2 人を置き、委員の互選によりこれを定める。

- 2 会長は、推進会議を代表し、会務を総理する。
- 3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるときは、その職務を代理する。
- 4 会長、副会長は再任を妨げない。

###### (会議)

第 5 条 推進会議は、会長が必要に応じて招集し、推進会議の議長は、会長がこれに当たる。

###### (関係者の出席)

第 6 条 会長は、必要に応じて推進会議に関係者の出席を求め、説明又は意見を聴くことができる。

###### (部会等)

第 7 条 第 2 条の所掌事務に関する事項で課題により関係団体・組織ごとの部会・連絡会を置く。

###### (庶務)

第 8 条 推進会議の庶務は、岡山市保健所健康づくり課において行う。

###### (その他)

第9条 この規約に定めるもののほか、その他推進会議の運営等に関して必要な事項については、会長が別に定める。

附 則

- 1 この規約は、平成 21 年 8 月 12 日から施行し、平成 25 年 3 月 31 日限り、その効力を失う。
- 2 規約施行後、最初に選任される委員の任期は第 3 条第 2 項の規定にかかわらず、平成 23 年 3 月 31 日までとする。

附 則

- 1 この規約は、平成 24 年 3 月 19 日から施行し、平成 25 年 3 月 31 日限り、その効力を失う。

附 則

- 1 この規約は、平成 25 年 4 月 1 日から施行する。

別表 1

No.	氏 名	所 属	備 考
1	神田 秀幸	岡山大学大学院医歯薬学総合研究科 岡山大学医学部(公衆衛生学)	会長
2	村上 幸久	健康市民おかやま 2 1 中央地域推進委員会	
3	山内 静男	北市民健康づくり会議	
4	吉田 一宏	中区健康市民おかやま 2 1 推進会	
5	根木 克己	健康市民おかやま 2 1 東区地域推進会議	
6	服部 和憲	健康おかやま西 2 1 推進委員会	副会長
7	常國 紘平	いきいき南グループ	
8	内藤 秀夫	岡山市医師会	
9	宇治 秀樹	岡山市内医師会連合会	
10	横山 尚史	岡山市内歯科医師会連合会	
11	常國 紘平	岡山市薬剤師会	副会長
12	宇野 富美子	岡山県栄養士会岡山市支部	
13	原田 瞳	岡山県看護協会岡山支部	
14	石尾 正紀	NPO法人日本健康増進施設協会	
15	山本 利一	一般財団法人岡山市スポーツ協会	
16	深井 弘子	岡山市国公立園長会 (国公立幼稚園・認定こども園・保育園長会)	
17	古元 方人	岡山市小学校長会	
18	井上 英次	岡山市中学校長会	
19	友延 栄一	岡山市生涯学習課公民館振興室	

No.	氏名	所属	備考
20	森本 章男	岡山市社会福祉協議会	
21	安藤 文美	岡山市愛育委員協議会	
22	金光 弘子	岡山市栄養改善協議会	
23	小林 香織	岡山市おやこクラブネットワーク	
24	高田 清彦	健康保険組合連合会岡山連合会	
25	山口 達明	岡山県厚生農業協同組合連合会	
26	波多 伸司	岡山市食品衛生協会	
27	小山 恵子	岡山商工会議所	
28	森川 千代	NPO法人健康ライフネット	
29	松井 浩明	一般社団法人「健康生きがいづくりおかやま」	
30	高畑 陽子	岡山大学大学院保健学研究科	
31	多田 賢代	中国学園大学現代生活学部	
32	松岡 宏明	岡山市保健所	

## (2) 健康市民おかやま 2.1 推進会議部会

### 1) 規則

#### 健康市民おかやま 2.1 推進会議部会規則

##### (趣旨)

第1条 この規則は、健康市民おかやま 2.1 推進会議規約第7条の規定に基づき、設置する部会の名称、委員の定数その他必要な事項を定めるものとする。

##### (部会の名称及び主な検討分野)

第2条 部会の名称及び検討事項は、次のとおりとする。

名称	主な検討分野
普及啓発部会	イベントや広報計画含む普及啓発活動
活動評価部会	活動推進の評価に関すること

2 部会における検討事項は、健康市民おかやま 2.1 推進会議（以下「推進会議」という。）から委ねられた分野に関する事項とするほか、関連する事項について、必要に応じ、検討協議することができる。

##### (組織)

第3条 普及啓発部会は委員数 30 人以内をもって組織する。活動評価部会は委員数 10 人以内をもって組織する。

2 部会の委員は、推進会議を組織する団体が推薦する者、学識経験者、市民その他会長が必要と認める者で構成する。

- 3 部会の委員の任期は2年とする。ただし、補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。
- 4 部会における検討と推進会議における検討を円滑に行うため、部会委員は推進会議委員を兼任することができる。

(部会長等)

第4条 部会に部会長及び副部会長を置く。

- 2 部会長及び副部会長は、委員の互選によりこれを定める。
- 3 部会長は部会を代表し、会務を総務する。
- 4 副部会長は部会長を補佐し、部会長に事故があるときは、その職務を代理する。

(会議)

第5条 部会の会議は、部会長が招集する。

- 2 部会長は、必要に応じ、部会に関係者の出席を求め、説明又は意見を聞くことができる。

(報告)

第6条 推進会議から委ねられた事項については、必要に応じてその結果を推進会議に報告するものとする。

(庶務)

第7条 部会の庶務は、岡山市保健所健康づくり課において行う。

附則

- 1 この規則は、平成21年8月12日から施行する。
- 2 規則施行後、最初に選任された委員の任期は第3条第3項の規定に関らず、平成23年3月31日までとする。

附則

- 1 この規約は、平成25年4月1日から施行する。

## 2) 活動評価部会

### 委員名簿

No.	氏名	所属・役職
1	石尾 正紀	NPO 法人日本健康増進施設協会理事 株式会社岡山スポーツ会館営業部 本部長
2	富岡 加代子	岡山県栄養士会岡山市支部
3	友延 栄一	岡山市生涯学習課公民館振興室
4	中瀬 克己	吉備国際大学保健医療福祉学部看護学科 教授
5	服部 和憲	市民代表（健康おかやま西21推進委員会）
6	久松 隆史	岡山大学大学院医歯薬学総合研究科 公衆衛生学分野 准教授

### (3) 地域連絡会

#### 委員名簿

No.	氏名	所属
1	村上 幸久	健康市民おかやま21中央地域推進委員会
2	山内 静男	北市民健康づくり会議
3	吉田 一宏	中区健康市民おかやま21推進会
4	根木 克己	健康市民おかやま21東区地域推進会議
5	服部 和憲	健康おかやま西21推進委員会
6	常國 紘平	いきいき南グループ

### (4) 次期計画策定市民ワーキング会議

#### 委員名簿

No.	氏名	所属
1	神田 秀幸	岡山大学大学院医歯薬学総合研究科 岡山大学医学部（公衆衛生学）
2	辻 正子	健康市民おかやま21中央地域推進委員会
3	萩原 節子	北市民健康づくり会議
4	小林 芳江	中区健康市民おかやま21推進会
5	安藤 文美	健康市民おかやま21東区地域推進会議
6	服部 和憲	健康おかやま西21推進委員会
7	赤坂 裕子 杉山 真一	いきいき南グループ
8	内藤 秀夫	岡山市医師会
9	横山 尚史 熊代 直樹	岡山市内歯科医師会連合会
10	常國 紘平	岡山市薬剤師会
11	宇野 富美子	岡山県栄養士会岡山市支部
12	原田 瞳	岡山県看護協会岡山支部
13	深井 弘子	岡山市国公立園長会 (国公立幼稚園・認定こども園・保育園長会)
14	古元 方人	岡山市小学校長会
15	井上 英次	岡山市中学校長会
16	友延 栄一	岡山市生涯学習課公民館振興室
17	森本 章男	岡山市社会福祉協議会
18	安藤 文美	岡山市愛育委員協議会

No.	氏 名	所 属
19	金光 弘子 小竹 孝子	岡山市栄養改善協議会
20	小林 香織	岡山市おやこクラブネットワーク
21	高田 清彦	健康保険組合連合会岡山連合会
22	山口 達明	岡山県厚生農業協同組合連合会
23	波多 伸司	岡山市食品衛生協会
24	松井 浩明	一般社団法人「健康生きがいづくりおかやま」
25	高畑 陽子	岡山大学大学院保健学研究科
26	伊達 依桜菜	岡山大学医学部保健学科
27	長尾 優里依	
28	栗田 七海	
29	二宮 怜愛	
30	小野 嘉海	
31	小林 由依	
32	永海 あすか	
33	長子 希	
34	枝廣 志歩	
35	伊東 桜彩	
36	三谷 理貴	岡山大学医学部
37	久保 壮一郎	
38	井上 遥平	
39	藤原 新月	
40	牧山 祐希	
41	藤田 健文	
42	山村 容加	岡山大学院医歯薬学総合研究科 疫学・衛生学教室

## (5) 新計画策定専門家会議

### 委員名簿

No.	氏 名	所 属
1	中瀬 克己	吉備国際大学保健医療福祉学部 看護学科 教授
2	久松 隆史	岡山大学大学院医歯薬学総合研究科 公衆衛生学分野 准教授
3	松岡 宏明	岡山市保健所 所長
4	河本 幸子	岡山市保健所 医療専門監
5	兒玉 とも江	岡山市保健所 医療副専門監

## 4 健康市民おかやま 2 1 (第 2 次) 最終評価アンケート調査の概要

### (1) 調査の目的

健康増進計画である「健康市民おかやま 2 1 (第 2 次)」が令和 5 年度で最終年を迎えるにあたり、市民への浸透度や推進状況の評価を行い、次期健康増進計画の策定のための基礎資料として活用することを目的に実施しました。

### (2) 調査の対象

#### 【市民】

市内在住の満 20 歳以上の男女 8,000 人を住民基本台帳及び外国人登録データから無作為抽出

#### 【事業所】

市内で営業している事業所 600 力所を岡山企業年報から無作為抽出

#### 【飲食店】

市内で営業している飲食関係 400 力所を営業許可台帳から無作為抽出

### (3) 調査の方法

郵送による配付、回収。確認ハガキ送付

### (4) 調査の期間

令和 4 年 8 月 5 日 (金) ~ 令和 4 年 8 月 26 日 (金)

### (5) 回収結果

	市民	事業所	飲食店
発送数 (通)	8,000	600	400
不着数 (通)	37	1	10
有効回収数 (通)	2,892	341	129
回収率 (%)	36.3	56.9	34.1

### (6) その他

性や年齢区分における回収率のばらつきにおいては、性・年齢区分におけるそれぞれの母集団数に基づいて補正しています。

## 健康市民おやかやま21（第2次）健康なまちづくりにあなただの声を健康づくりに関する調査 ご協力をお願い

岡山市では、市民の皆様が健やかに生まれ育ち、健康で、心豊かに生きられるまを定め、平成25年に健康増進計画である「健康市民おやかやま21（第2次）」を策定し、市民の皆様と健康な地域づくりを推進してきました。

このアンケートは、皆様の健康状態や生活習慣などをお聞きし、「健康市民おやかやま21（第2次）」のこれまでの評価や、令和6年度から始まる新たな健康づくり計画を策定するための重要な基礎資料とするものです。

アンケートにご協力いただく方は、市内にお住まいの20歳以上の方（令和4年7月1日現在）の中から、無作為に選ばせていただいた8,000人の方です。

このアンケートは、無記名式であり、結果の集計はすべて数字で統計的に処理しますので、回答していただいた方にご迷惑をおかけすることは決してありません。

ご多忙中恐れ入りますが、調査の主旨をご理解いただき、ぜひご協力くださいますようお願いいたします。

令和4年8月 岡山市長 大森 雅夫

### \*\*\*\*ご記入に当たってのお願い\*\*\*\*

- ・回答にあてはまる番号を選び、その番号に○をつけるか、あてはまる数字を記入してください。また必要に応じて具体的な内容をご記入ください。○をつける数は、質問の指示に従ってください。
- ・回答は、原則として、宛名ご本人がご記入ください。もし、ご本人が記入できない場合、ご家族や代理の方がご本人の考えを聞きながらご記入ください。
- ・回答はすべて調査票にご記入ください。質問項目は表と裏にあります。
- ・調査票1枚目の右上にある番号は、あなたのお住まいの中学校区を示したもので、あなたのお名前が分かるものではありません。地域別の集計を行うために必要となりますので、消さないようお願いいたします。
- ・お手数ですが、同封の返信用封筒（切手不要）に入れて、**8月26日（金）までに**お近くのポストにご投函ください。

調査結果の公表等について

- ・ご回答いただいた内容については、当事業に関する目的以外には利用いたしません。
- ・本調査の結果は、統計的に処理した集計結果のみを公表し、個別の回答内容については一切公表しません。

※健康市民おやかやま21については、岡山市保健所のホームページに掲載しております

ので、ぜひご覧ください。 <https://www.city.okayama.jp/shisei/0000015168.html>

《問い合わせ先》

岡山市北区鹿田町一丁目1番1号

岡山市保健所 健康づくり課 健康増進係

電話086（803）-1263 平日9時～17時（12時～13時を除く）

FAX086（803）-1758



## 健康づくりに関する調査票

学区番号

回答はあてはまる番号を選び、その番号に○をつけるか、あてはまる数字を記入してください。

また必要に応じて具体的な内容をご記入ください。○をつける数は、質問の指示に従ってください。

### 問1. あなたの性別をお答えください。

1. 男性

2. 女性

### 問2. あなたの年齢をお答えください。（令和4年7月1日現在）

( ) 歳

### 問3. 現在のお仕事は何ですか。（○は1つ）

- |                   |              |
|-------------------|--------------|
| 1. 勤め人（会社員、公務員など） | 2. パート・アルバイト |
| 3. 自営業            | 4. 農林水産業     |
| 5. 家事従事者          | 6. 学生        |
| 7. 無職（退職者含む）      | 8. その他（ )    |

### 問4. あなたが同居されている家族はどなたですか。

あてはまるものすべてに○をつけてください。

- |                |                |
|----------------|----------------|
| 1. 配偶者（夫・妻）    | 2. 子（子の配偶者も含む） |
| 3. 親（配偶者の親も含む） | 4. 祖父・祖母       |
| 5. 孫           | 6. 兄弟・姉妹       |
| 7. その他（ )      | 8. なし（一人暮らし）   |

問5. 現在お住まいの地域には、どの程度居住していますか。(〇は1つ)

1. 5年未満	2. 5年以上20年未満
3. 20年以上50年未満	4. 50年以上

問6. 健康に関する以下の項目について、名称や内容をご存知ですか。

アからコまであてはまる番号をそれぞれ1つ選んで〇をつけてください。

	1. 内容を 知っている	2. 内容は知らない が、名称だけは 知っている	3. 内容も名称 も知らない
ア. 健康市民おかやま21	1	2	3
イ. OKAYAMA! 市民体操	1	2	3
ウ. ええとこ発見図	1	2	3
エ. かるうま減塩	1	2	3
オ. フレイル	1	2	3
カ. オーラルフレイル	1	2	3
キ. おかやまケンコーズ作戦	1	2	3
ク. COPD (慢性閉塞性肺疾患)	1	2	3
ケ. PHO (ポジティブヘルスオカヤマ)	1	2	3
コ. マインドフルネス	1	2	3

問7. 現在の健康状態をどのように感じていますか。(〇は1つ)

1. よい	2. まあまあよい	3. あまりよくない	4. よくない
-------	-----------	------------	---------

問8. 普段の食生活の状況についてお答えください。

各質問について、あてはまる方に〇をつけてください。

1. 食事は決まった時間に食べている	(はい)	•	いいえ)
2. 間食を控えている	(はい)	•	いいえ)
3. 食塩を控えている	(はい)	•	いいえ)
4. 野菜を多くとるようにしている	(はい)	•	いいえ)
5. 果物を週1回以上食べるようにしている	(はい)	•	いいえ)
6. ゆっくりよく噛んで食べている	(はい)	•	いいえ)
7. 地域の食材や郷土料理を食べるようにしている	(はい)	•	いいえ)
8. 食品ロス削減のための行動を行っている	(はい)	•	いいえ)

問9. あなたはふだん朝食をたべますか。(〇は1つ)

1. ほとんど毎日食べる	2. 週に4~5日食べる
3. 週に2~3日食べる	4. ほとんど食べない

問10. 食事の際、腹八分目の食事量を意識して食べていますか。(〇は1つ)

1. 腹八分目を意識して食べている
2. 意識しておらず、満腹になるまで食べている
3. 意識しておらず、少量しか食べていない

問 11. 主食（ごはん・パン・麺など）・主菜（肉・魚・卵・大豆製品などを使ったメインの料理）・副菜（野菜・きのこ・いも・海藻などを使った小鉢・小皿の料理）を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。（○は1つ）

1. ほぼ毎日                      2. 週に4～5日  
3. 週に2～3日                    4. ほとんどない

問 12. 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。（○は1つ）

1. いつもしている            2. 時々している  
3. あまりしない                4. いつもしない

<栄養成分表示 例>

てんぷら定食 --1食あたりの栄養成分--	
エネルギー	700kcal
たんぱく質	20g
脂質	23g
炭水化物	103g
食塩相当量	4.1g

問 13. 家族や友人と共に食事をすることが、1日1回以上が週に何回ありますか。（○は1つ）

1. ほとんど毎日                      2. 週に4～5日  
3. 週に2～3回                        4. ほとんどない

問 14. 定期的に自分の体重を確認していますか。

1. 確認している                      2. 確認していない

問 15. あなたの身長と体重をご記入ください。

身長（      ）cm                      体重（      ）kg

問 16. あなたは、日常生活の中で、身体を動かすことを意識していますか。

1. 意識している                      2. 意識していない

問 16で「1. 意識している」と答えた方にお聞きします。

問 17. 意識していることについてあてはまるものすべてに○をつけてください。

1. 毎日、買い物や散歩に出かける  
2. なるべく歩くようにしている  
3. 家事や仕事の合間に、意識的に身体を動かしている  
4. エレベーターやエスカレーターを使わず階段を利用する  
5. その他（                      ）

問 18. あなたは自分の1日の歩数を知っていますか。あてはまる方に○をつけ「1. 知っている」と答えた方は1日の平均歩数をご記入ください。

1. 知っている（      ）歩            2. 知らない

問 19. あなたは現在、1回につき30分以上の運動を、定期的に（週2回以上）、1年以上行っていますか。（複数の運動で週2回になっても可）

1. 行っている                        2. 行っていない

問 20. 以下のような方法で、運動に取り組んでいますか。（あてはまるものすべてに○をつけてください。）

1. スポーツクラブを利用している（ジム、水泳等）  
2. テレビ、ラジオ、動画サイト（YouTube等）、DVDなどを視聴して運動している  
3. 運動サークルや講座に所属している  
4. 個人趣味のスポーツをしている  
5. 30分以上の散歩（犬の散歩含む）をしている

問21. 公民館やふれあいセンター、福祉交流プラザ等で開催される、運動にまつわる催しを聞いたことがありますか。

1. ある                      2. ない

問22. あなたは、身体を動かそう（運動しよう）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。

1. いる                      2. いない

問23. 親子あるいは世代をまたいで、一緒に運動する機会（地区運動会、ラジオ体操、OKAYAMA！市民体操、うらじゃ等）はありますか。

1. ある                      2. ない

問24. あなたのお住まいの近くには、気軽に歩こうと思える環境があると思いますか。

1. あると思う              2. あると思わない

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。（○は1つ）

1. 大いにある              2. 多少ある  
3. あまりない              4. まったくない

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。  
あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. 家族                      2. 友人・知人  
3. 専門家（医療機関、相談機関含む）      4. ない

問27. あなたはタバコ（加熱式たばこを含む）を吸いますか。（○は1つ）

1. 吸う  
2. 現在禁煙中である（やめて一年未満）  
3. 以前は吸っていたが、一年以上やめている  
4. まったく吸ったことがない

問28. をお答えください。

問27で「1. 吸う」と答えた方にお聞きします。

問28. たばこ（加熱式たばこを含む）をやめたいと思っ

1. はい                      2. いいえ

問29. 最近1か月間、あなたは自分以外の人が吸っているたばこの煙を吸いこんでしまうような機会（受動喫煙）がありましたか。

次のア～ケのすべての場所について、あてはまる番号をそれぞれ

1つ選んで○をつけてください。

	1. ほぼ毎日	2. 週に数回程度	3. 週に1回程度	4. 月に1回程度	5. 全くなかった	6. 行かなかった
ア. 家庭	1	2	3	4	5	
イ. 職場	1	2	3	4	5	6
ウ. 飲食店	1	2	3	4	5	6
エ. 医療機関	1	2	3	4	5	6
オ. 行政機関	1	2	3	4	5	6
カ. 遊技場	1	2	3	4	5	6
キ. 公共交通機関	1	2	3	4	5	6
ク. 路上	1	2	3	4	5	
ケ. 公園・遊路	1	2	3	4	5	6

問30. ビール、日本酒、焼酎、ウィスキー、ワインなどのお酒類を飲みますか。(Oは1つ)

1. 週5回以上	2. 週1~4回
3. ほとんど、もしくは、まったく飲まない	

問30で、1. または2. と答えた方にお聞きします。

問31. 日本酒に換算して1日に平均してどれくらい飲んでいただけますか。

(Oは1つ)

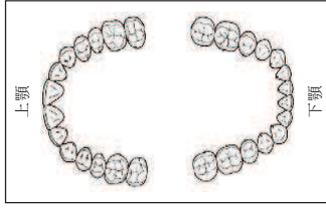
- |         |            |         |
|---------|------------|---------|
| 1. 1合未満 | 2. 1合~3合未満 | 3. 3合以上 |
|---------|------------|---------|

注) 日本酒 1合=ビール大ビン1本  
 =ワイン 200ml  
 =焼酎 0.6合(うすめずに 110ml)  
 =ウイスキーダブル(うすめずに 60ml)

問32. あなたの歯は、現在何本ありますか。

(親知らず、かぶせた歯、差し歯、根だけ残っている歯も含めます。ただし、成人の歯は、親知らずを除くと28本です。)

自分の歯は  本 ある



右の図は歯の数を数える際に参考にお使いください。

問33. 歯の健康について、気をつけていることはありませんか。

1. ある	2. ない
-------	-------

問34. 以下の内容について、日常生活の中であてはまるものすべてにOをつけてください。

1. 年1回以上、歯科検診を受けている
2. 年1回以上、歯石除去を受けている
3. 年1回以上、歯磨きの指導を受けている
4. 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
5. フッ素入りの歯みがき剤を使用している
6. フッ素洗口(フッ素洗口液(商品名: ムシ歯予防薬など)によるぶくぶくがいを)を実施している
7. 砂糖などの糖分を含む嗜好品・飲料は1日1回以下しかとらないようにしている
8. 喫煙しないようにしている
9. 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
10. お口の体操を実施している
11. 唾液腺マッサージを実施している
12. その他( )

問35. あなたの、口腔機能の状況についてお答えください。

各質問について、あてはまる方にOをつけてください。

1. 半年前に比べて、固いものが食べにくくなった	(はい)	(いいえ)
2. お茶や汁物等でむせることがある	(はい)	(いいえ)
3. 口の渇きが気になる	(はい)	(いいえ)

問36. 糖尿病が歯周病と関係していることを知っていますか。

1. はい	2. いいえ
-------	--------

あなたの日常生活の活動についてお聞きします。(問37～問40)

問37. お住まいの地域の活動(例: 町内会、老人会、子ども会、子ども会、地域ボランティア、PTAなど)にどの程度参加しましたか。(〇は1つ)

1. 年に数回～月に1回程度      2. 月に数回～週に1回程度  
3. 週に数回～毎日              4. 参加していない

問38. 今後、お住まいの地域の活動について、どのように考えていますか。(〇は1つ)

1. 今後は活動を増やしたい  
2. 現状と同じくらいの頻度で活動したい  
3. 今までは参加したことがなかったが、今後は参加してみたい  
4. 今までは参加していたが、今後は活動を控えたい(頻度を減らしたい)  
5. 今までと同様、参加したくない

問39. 趣味・教養・社会貢献などの活動(例: NPO活動、カルチャースクール、各種スポーツ、生涯学習、広域的なボランティア活動など)にどの程度参加しましたか。(〇は1つ)

1. 年に数回～月に1回程度      2. 月に数回～週に1回程度  
3. 週に数回～毎日              4. 参加していない

問40. 今後、趣味・教養・社会貢献などの活動について、どのように考えていますか。(〇は1つ)

1. 今後は活動を増やしたい  
2. 現状と同じくらいの頻度で活動したい  
3. 今までは参加したことがなかったが、今後は参加してみたい  
4. 今までは参加していたが、今後は活動を控えたい(頻度を減らしたい)  
5. 今までと同様、参加したくない

問41. 一般的に、ほとんどの人は信頼できると思いますか。(〇は1つ)

1. ほとんどの人は信頼できる      2. どちらかといえば信頼できる  
3. どちらかといえば信頼できない      4. 注意するに越したことはない

問42. あなたは、次にあげる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(家族を含む)がいますか。あてはまる方に〇をつけてください。

1. 専門的な職業の人(弁護士、医師、会計士など)・・・(いる・いない)  
2. 仕事上の問題について、よいアドバイスをしてくれる人  
    ・・・(いる・いない)  
3. 健康についてよく知っている人・・・(いる・いない)  
4. 病気になったときに、あなたのために買い物をしてくれる人  
    ・・・(いる・いない)  
5. かさばったものを動かしてくれたり、処分を手伝ってくれる人  
    ・・・(いる・いない)

問43. ア～ウについて、それぞれ1～7までのうち、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〇をつけてください。

	よくあてはまる←							→まったくあてはまらない						
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
ア. 私は、日常生活の困難や問題の解決策を見つげることができる	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
イ. 人生で生じる困難や問題のいくつかは、向き合い、取り組む価値があると、私は思う	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
ウ. 私は、日常生活の困難や問題を理解したり予測したりできる	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7

問 4 4. 現在のあなたの暮らし向きはいかがですか。(○は1つ)

1. 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. あまりゆとりがない
5. 全くゆとりがない	

以下は、新型コロナウイルス感染症に関連する質問です。

問 4 5. 健(検)診(特定健診、がん検診、職場の健診、人間ドック等)についてお聞きします。あてはまる方に○をつけてください。

	1. はい	2. いいえ
1. 受けるのが面倒である	1	2
2. 時間がかかると思う	1	2
3. どこを受診すればよいか迷う	1	2
4. 健(検)診機関で新型コロナウイルス感染症に感染することが心配	1	2
5. 健(検)診を受けなくても健康だと思う	1	2

問 4 6. 新型コロナウイルス感染症の感染拡大前(2020年3月)と比べて、年間を通して、趣味・教養・社会貢献などの活動(例：NPO活動、カルチャークール、各種スポーツ、生涯学習、ボランティア活動など)、ふだん利用している場への参加状況に変化はありましたか。

(○は1つ)

1. 特に変化なし	2. 回数を減らした
3. 参加しなくなっ	4. ふだんから参加していない

問 4 7. 新型コロナウイルス感染症の感染拡大前(2020年3月)と比べて、以下について変化がありましたか。アからシまであてはまる番号をそれぞれ1つ選んで○をつけてください。

	1. 増えた	2. 変わらない	3. 減った	4. ほとんどない
ア. 体重	1	2	3	
イ. 運動	1	2	3	4
ウ. 飲酒	1	2	3	4
エ. 喫煙	1	2	3	4
オ. 1日当たりの睡眠時間	1	2	3	
カ. 食事量(間食を含む)	1	2	3	
キ. 中食(スーパの惣菜等)の利用	1	2	3	4
ク. 家庭でのストレス	1	2	3	4
ケ. 家庭以外(仕事、学校、地域等)でのストレス	1	2	3	4
コ. 医療機関の受診	1	2	3	4
サ. 人との関わり合いの機会	1	2	3	4
シ. 人への信頼度	1	2	3	4

問 4 8. 比較的重視すべきと考えている健康情報は、どこからの情報ですか。あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. テレビ	2. 新聞・雑誌・書籍
3. インターネット上の情報	
4. SNS(ソーシャルネットワークサービス)	
5. 家族	6. 友人
7. 身近な人(近所の人など)	
8. 日常関わりのある専門家(かかりつけ医など)	
9. 広報誌	10. 地域の集会および会報
11. その他( )	

問 4 9 . 以下について、アからエまで、あてはまる番号をそれぞれ1つ選んで  
 ○をつけてください。

	1. とても 簡単	2. やや簡単	3. やや 難しい	4. とても 難しい	5. わからない/ あてはまらない
ア.運動、健康食品、栄養などの健康的な活動に関する情報を見つけるのは	1	2	3	4	5
イ.健康になるためのメディア(インターネット、新聞、雑誌)情報を理解するのは	1	2	3	4	5
ウ.どの生活習慣(飲酒、食生活、運動など)が自分の健康に関係しているかを判断するのは	1	2	3	4	5
エ.健康と充実感に影響を与えている生活習慣(飲酒、食生活、運動など)を変えるのは	1	2	3	4	5

**健康市民おかやま21（第2次）健康なまちづくりにあなたの声を健康づくりに関する調査 ご協力をお願い**

岡山市では、市民の皆様が健やかに生まれ育ち、健康で、心豊かに生きられるまちをめざして、平成25年に健康増進計画である「健康市民おかやま21（第2次）」を策定し、市民の皆様と健康な地域づくりに推進してまいりました。

このアンケートは、貴事業所の保健事業などについてお聞きし、「健康市民おかやま21（第2次）」のこれまでの評価や、令和6年度から始まる新たな健康づくり計画の策定、推進にあたって、産業保健と地域保健の連携づくりに役立てていきたいと考えております。アンケートにご協力いただく事業所は、市内にある事業所などの中から無作為に選ばせていただいた600ヶ所です。

このアンケートは、無記名式であり、結果の集計はすべて数字で統計的に処理しますので、回答していただいたことで、ご迷惑をおかけすることは決してありません。

ご多忙中恐れ入りますが、調査の主旨をご理解いただき、ぜひご協力くださいますようお願いいたします。

令和4年8月 岡山市長 大森 雅夫

**\*\*\*\*ご記入に当たってのお願い\*\*\*\***

- ・回答は、事業主や衛生管理者、もしくはそれに相当する方がご記入ください。
- ・回答はすべて調査票にご記入ください。質問項目は表と裏にあります。
- ・回答にあてはまる番号を選び、その番号に○をつけるか、あてはまる数字を記入してください。また必要に応じて具体的な内容をご記入ください。○をつける数は、質問の指示に従ってください。

・お手数ですが、同封の返信用封筒（切手不要）に入れて、**8月26日（金）までに**

お近くのポストにご投函ください。

調査結果の公表等について

- ・ご回答いただいた内容については、当事業に関する目的以外には利用いたしません。
- ・本調査の結果は、統計的に処理した集計結果のみを公表し、個別の回答内容については一切公表しません。

※健康市民おかやま21については、岡山市保健所のホームページに掲載しておりますので、ぜひご覧ください。 <https://www.city.okayama.jp/shisei/0000015168.html>



《問い合わせ先》

岡山市北区鹿田町一丁目1番1号

岡山市保健所 健康づくり課 健康増進係

電話086（803）-1263 平日9時～17時（12時～13時を除く）

FAX086（803）-1758



**健康づくりに関する調査票**

（事業所用）

回答はあてはまる番号を選び、その番号に○をしてください。○をつける数は、質問の指示に従ってください。また必要に応じて具体的な内容をご記入ください。

**問1. 産業分類は次のうちどれになりますか。**

（複数の種類がある場合は代表的なもの1つに○をつけてください）

1. 農業	2. 林業	3. 漁業
4. 鉱業	5. 建設業	6. 製造業
7. 電気・ガス・熱供給・水道業	8. 運輸・通信業	
9. 卸売・小売業・飲食店	10. 金融・保険業	
11. 不動産業	12. サービス業	

**問2. 従業員数は何人ですか。（非常勤も含む）（○は1つ）**

1. 1～4人	2. 5～9人	3. 10～19人
4. 20～29人	5. 30～49人	6. 50～99人
7. 100～199人	8. 200～299人	9. 300人以上

**問3. 常勤の従業員数は何人ですか。**

1. 49人以下	2. 50人以上
----------	----------

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（外部機関含む）などがいますか。

1. はい                      2. いいえ

問5. 貴社のがん検診への補助についてお聞きします。(○は1つ)

1. 常勤労働者および家族への金額の補助を行っている  
(例えば、職場健診の定期健診に含めて実施している。もしくは人間ドックなどの受診の際、金額の補助をする。など)
2. 常勤労働者のみ金額の補助を行っている  
(例えば、職場健診の定期健診に含めて実施している。もしくは人間ドックなどで受診の際、金額の補助をする。など)
3. 会社としての金額の補助は無い

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。(自治体やがん検診の種類によって対象年齢や金額が異なります)。この制度を知っていましたか。(○は1つ)

1. 制度を知っており、従業員やその家族に周知し、受診を勧めている
2. 制度は知っていたが、従業員やその家族への周知はしていない
3. 制度を知らなかった

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。

1. 設けている                      2. 設けていない

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せんか。

1. 必要になったことがある                      2. 必要になったことはない

問9. 従業員に対し、うつ状態、うつ病などについての正しい知識の啓発や研修などを行っていますか。

1. 行っている                      2. 行っていない

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。

1. 行っている                      2. 行っていない

問11. 従業員50人以上の事業所では、ストレスチェックが義務化されました(従業員50人未満は、努力義務)。貴社では、ストレスチェックを行っていますか。また、それが職場改善につながると感じますか。(○は1つ)

1. 実施したことで、職場改善につながった
2. 実施はしたが、職場改善には、まだ工夫が必要
3. 実施はしていないが、今後、実施を検討する予定
4. 実施する予定はない
5. わからない

問 1 2. 令和 2 年 4 月に全面施行された改正健康増進法において、多数の者が利用する全ての施設は「原則屋内禁煙」となり、受動喫煙防止対策が強化されたことを知っていますか。

1. 知っている      2. 知らない

問 1 2. で「1. 知っている」と答えた方にお聞きします。

問 1 3. 上記のことを、何で知りましたか。(あてはまるものすべてに○をつけてください。)

- 1. メディア(テレビ、新聞等)
- 2. インターネット
- 3. 行政機関のウェブサイトや広報物
- 4. 知人や同業者からの情報
- 5. 利用者からの情報
- 6. 加盟している団体(協会や組合等)

問 1 4. 令和 2 年 4 月以降、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。 (○は一つ)

- 1. 敷地内全面禁煙
- 2. 屋内禁煙
- 3. 喫煙専用室を設置
- 4. 加熱式たばこ専用喫煙室を設置
- 5. 他の事業所と共同の喫煙専用室を設置
- 6. とくにしていない

問 1 5. 岡山市では屋内禁煙のアピールに「空気のおいしい施設」ステッカーを申請により配布しています。その取り組みを知っていますか。

1. 知っている      2. 知らない

問 1 6. アルコール依存について、従業員に対し学ぶ機会(研修やパンフレット配布など)を設けていますか。

1. 設けている      2. 設けていない

問 1 7. 「**噛ミング30**」運動を知っていますか。

1. 知っている      2. 知らない

**【参考】「噛ミング30」運動とは…**  
 厚生労働省が「ひとくち30回以上噛む」ことを目標として、健全な食生活を推進するため提唱した運動です。30回というのは、窒息防止や五感での味わいを考慮し、従来から噛む回数の目途とされている回数です。十分に歯・口を使う食べ方を通じて食育推進を展開し、国民の健康増進を図ろうというものです。  
 出典：歯科保健と食育の在り方に関する検討会報告書(概要)  
 「歯・口の健康と食育～噛ミング30(カミングサンマル)を目指して～」平成21年7月13日より

問 1 8. 「**噛ミング30**」と銘打った運動に取り組んでいますか。(○は1つ)

- 1. 「噛ミング30」と銘打った運動に取り組んでいる
- 2. 「噛ミング30」と銘打ってはいないが、よく噛んで食べるなどを推進している
- 3. 取り組んでいないが、今後取り組む予定
- 4. 取り組んでいない

問 19. 職場の定期健康診断として、歯科検診を行っていますか。(○は1つ)

- |       |        |        |
|-------|--------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ | 3. 検討中 |
|-------|--------|--------|

問 20. 歯科の講話や保健指導を受ける機会を設けていますか。(あてはまるものをすべてに○をつけてください。)

- |                          |
|--------------------------|
| 1. 就業時間内に設けている           |
| 2. 就業時間外に設けている           |
| 3. イベントや公的な健診事業の紹介を行っている |
| 4. 社内誌やチラシを配布している        |
| 5. いずれも行っていない            |
| 6. その他 ( )               |

問 21. 岡山市では「健康市民おかやま 2 1 (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が、名称や内容をご存知ですか。

(○は1つ)

- |               |
|---------------|
| 1. 内容を知っている   |
| 2. 名称だけは知っている |
| 3. 知らない       |

「健康市民おかやま 2 1」については岡山市のホームページにも掲載しております。

問 22. 事業所の周辺地域（小中学校区単位、全市単位どちらでも）への貢献

についてお聞きします。

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。(○は1つ)

- |                                |
|--------------------------------|
| 1. 現在、取り組んでいる                  |
| 2. 現在は取り組んでいないが、今後取り組みたいと考えている |
| 3. 考えていない                      |

【参考】岡山市内の企業での事例

\*地域住民のウォーキング大会を開催

\*地域の健康まつりにブース出展

\*がん検診に関する情報提供

以下は、新型コロナウイルス感染症に関連する質問です。

問 23. 新型コロナウイルス感染症の感染拡大前（2020年3月）と比べて、職場全体の健康への関心は高まりましたか。(○は1つ)

- |         |          |         |
|---------|----------|---------|
| 1. 高まった | 2. 変わらない | 3. 低下した |
|---------|----------|---------|

問 24. 新型コロナウイルス感染症の感染拡大前（2020年3月）と比べて、

地域への貢献として「健康づくり」について取り組み意向は高ま

りましたか。(○は1つ)

- |         |          |         |
|---------|----------|---------|
| 1. 高まった | 2. 変わらない | 3. 低下した |
|---------|----------|---------|

問25. 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。アからキまであてはまる番号をそれぞれ1つ選んで○をつけてください。

	1. 増えた	2. 変わらない	3. 減った	4. わからない
ア. 運動習慣	1	2	3	4
イ. 肥満者(BMI25以上)	1	2	3	4
ウ. 健診受診率	1	2	3	4
エ. 健診結果の異常率 (がん検診結果が精密検査)	1	2	3	4
オ. 心の健康に問題を抱える人	1	2	3	4
カ. 長時間労働者	1	2	3	4
キ. 感染症の知識	1	2	3	4



問5. あなたのお店では、以下のような健康に配慮した料理を提供しています

か。(あてはまるものすべてに○をつけてください。)

1. 塩分控えめ	2. エネルギー控えめ
3. 脂質控えめ	4. 野菜たっぷり
5. カルシウムたっぷり	6. 量を調整できる
7. とくにしていない	

問6. 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）を提供していますか。

1. している	2. していない
---------	----------

問7. 地元の食材を使うなど、地産地消に取り組んでいますか。(○は1つ)

1. 大いに取り組んでいる	2. 少し取り組んでいる
3. 取り組んでいない	

問8. 令和2年4月に全面施行された改正健康増進法において、飲食店など多数の者が利用する全ての施設は「原則屋内禁煙」となり、受動喫煙防止対策が強化されたことを知っていますか。

1. 知っている	2. 知らない
----------	---------

問8で、「1. 知っている」と答えた方にお聞きします。

問9. 何で知りましたか。(あてはまるものすべてに○をつけてください。)

1. メディア（テレビ、新聞等）	2. インターネット
3. 行政機関のウェブサイトや広報物	4. 知人や同業者からの情報
5. 利用者からの情報	6. 加盟している団体（協会や組合等）

問10. 令和2年4月以降、あなたのお店の受動喫煙対策について教えてください

さい。(○は一つ)

1. 店内を全面禁煙
2. 喫煙可能室（※）(店内の全部、または一部)を設置 (※) 既存特定飲食提供施設に設置が可能です。
3. 喫煙専用室を設置
4. 加熱式たばこ専用喫煙室を設置
5. 喫煙目的店（喫煙目的室）を設置
6. 他の店舗と共同の喫煙専用室を設置
7. とくにしていない

問11. 岡山市では屋内禁煙のアピールに「空気のおいしい施設」ステッカーを申請により配布しています。その取り組みを知っていますか。

1. 知っている	2. 知らない
----------	---------