

平成 29 年度「こころの健康度・生活習慣に関する調査」結果報告

1 目 的

こころの健康度・生活習慣に関する調査は、東日本大震災及び東京電力福島第一原子力発電所事故の体験やこれらの災害による避難生活により、多くの方が不安やストレスを抱えていることから、県民のこころやからだの健康状態と生活習慣などを正しく把握し、一人ひとりに寄り添った保健・医療・福祉に係る適切なケアを提供することを目的に開始された。平成 23 年度から平成 28 年度の調査結果を踏まえ、引き続きこころの健康状態及び生活習慣の推移を見守り、継続して支援を行うことを目的とした。

2 方 法

(1) 対 象

- ・平成 23 年 3 月 11 日から平成 24 年 4 月 1 日までに対象地域※に住民登録をしていた方(対象地域を転出後も対象とする)
- ・平成 29 年 4 月 1 日時点で避難区域等に住民登録をしていた方
- ・上記以外で基本調査の結果、必要と認められた方

対象者数:205,673 人(平成 30 年 10 月 31 日現在)

0 歳～3 歳用 :平成 26 年 4 月 2 日から平成 29 年 4 月 1 日までに生まれた方	3,608 人
4 歳～6 歳用 :平成 23 年 4 月 2 日から平成 26 年 4 月 1 日までに生まれた方	3,775 人
小 学 生 用 :平成 17 年 4 月 2 日から平成 23 年 4 月 1 日までに生まれた方	10,250 人
中 学 生 用 :平成 14 年 4 月 2 日から平成 17 年 4 月 1 日までに生まれた方	5,634 人
一 般 用 :平成 14 年 4 月 1 日以前に生まれた方	182,406 人

※対象地域:平成 23 年時に避難区域等に指定された市町村等

広野町、楡葉町、富岡町、川内村、大熊町、双葉町、浪江町、葛尾村、飯館村、南相馬市、田村市、川俣町、伊達市の一部(特定避難勧奨地点の属する区域)

(2) 方 法

ア 調査票

対象者の年齢区分に応じて調査票を送付し、一般用調査票は本人が、それ以外(中学生以下)は保護者等が回答した。ただし、中学生用調査票では一部が本人回答となっている。

イ 調査票送付日

平成 30 年 2 月 1 日より順次発送

ウ 調査回答方法

郵送又はオンラインによる回答

(オンライン回答期間は、平成 30 年 2 月 1 日から平成 30 年 4 月 30 日)

(3) 集計対象期間

平成 30 年 2 月 2 日から平成 30 年 10 月 31 日の回答までとした。

3 「こころの健康度・生活習慣に関する調査」集計結果概要

回答者数(回答率)は、0歳～3歳用が688人(19.1%)、4歳～6歳用が699人(18.5%)、小学生用が2,030人(19.8%)、中学生用が905人(16.1%)、一般用が36,561人(20.0%)であった。有効回答数(有効回答率)は、0歳～3歳用が687人(19.0%)、4歳～6歳用が699人(18.5%)、小学生用が2,024人(19.7%)、中学生用が905人(16.1%)、一般用が36,420人(20.0%)であった。

年齢区分ごとに、結果を集計した。なお、各項目に欠損値があるため、合計は上記有効回答数と一致しない場合がある。また、集計結果概要及び結果集計で示されている割合(%)は、端数処理を行っているため、合計が100%にならない場合がある。集計結果の詳細は、『6 平成29年度「こころの健康度・生活習慣に関する調査」結果集計』のとおり。

(1)子ども(0歳～3歳・4歳～6歳・小学生・中学生)の回答結果について

ア 回答者数(回答率)

子ども(0歳～3歳・4歳～6歳・小学生・中学生)の回答者数(回答率)は表1、図1のとおり。

表1 平成29年度 回答者数(回答率)および有効回答数(有効回答率)

年齢区分	回答者数(回答率)	有効回答数(有効回答率)
0歳～3歳	688(19.1)	687(19.0)
4歳～6歳	699(18.5)	699(18.5)
小学生	2,030(19.8)	2,024(19.7)
中学生	905(16.1)	905(16.1)
合計	4,322(18.6)	4,315(18.5)

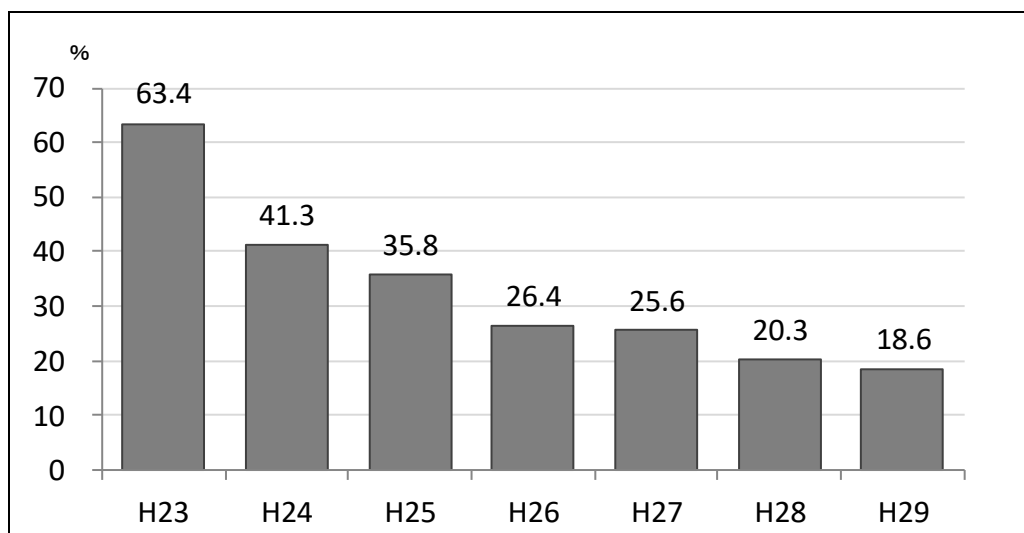


図1 子どもの回答率の推移

イ 普段の運動頻度

普段の運動頻度について、「ほとんど(運動を)していない」と回答したのは、2 歳～3 歳では 5.6%、4 歳～6 歳で 3.7%、小学生 32.1%、中学生 31.4%であった。未就学児の場合、平成 24 年度には 2 歳～3 歳で 26.7%、4 歳～6 歳で 15.0%であり、年々改善がみられた(図 2、3)。また、学童期以降でも、平成 23 年度には小中学生で半数であったことに対し年々改善がみられた(図 4、5)。

平成 29 年度の就学児童に対する全国調査(※1)によれば、(学校での体育授業を除く)1 週間の総運動時間が、60 分未満の割合は小学生の男児 6.4%、女児 11.6%、中学生の男子 6.5%、女子 19.4%であった。本調査とは単純に比較はできないものの、運動習慣が未だに全国水準に達していない可能性はある。

※1 スポーツ庁「平成 29 年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果」

http://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/kodomo/zencyo/1401184.htm

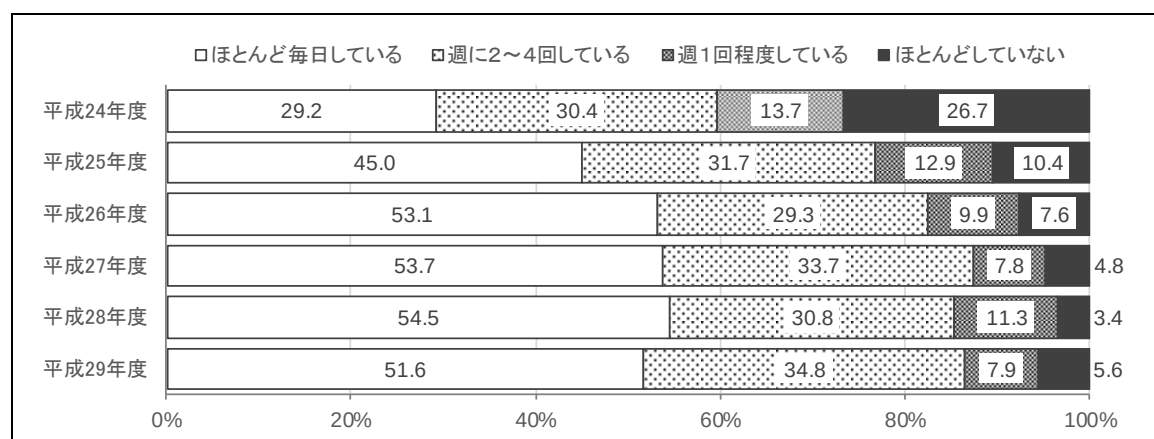


図2 普段の運動頻度の推移 2 歳～3 歳

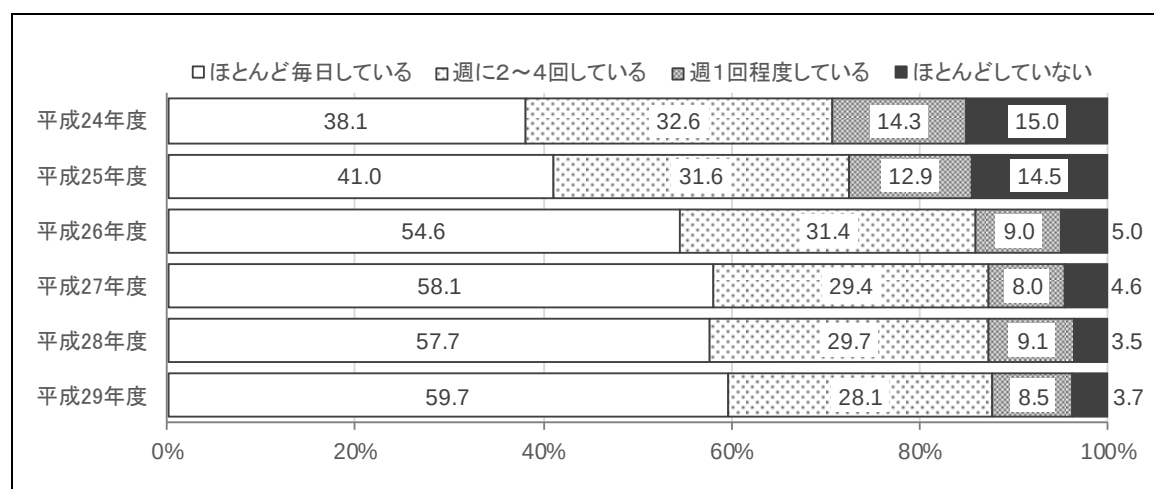


図3 普段の運動頻度の推移 4 歳～6 歳

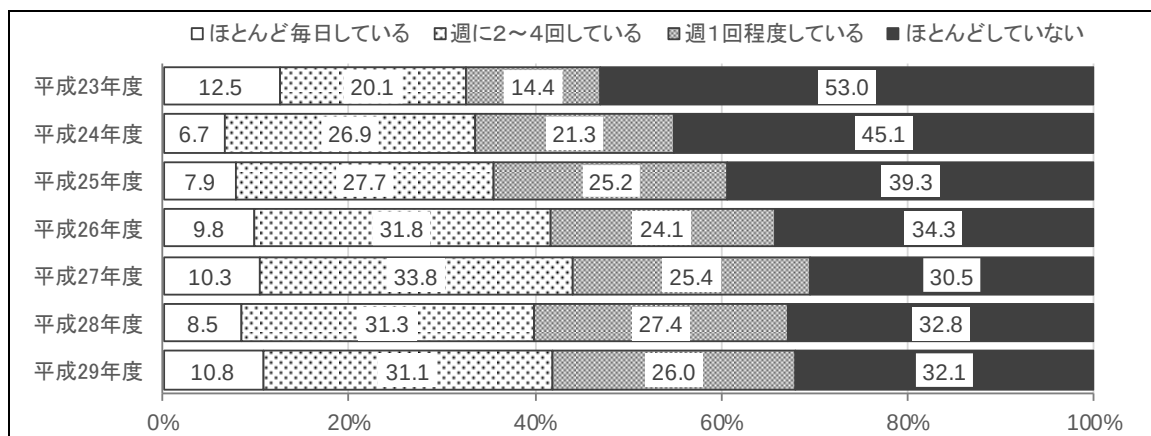


図4 普段の運動頻度の推移 小学生

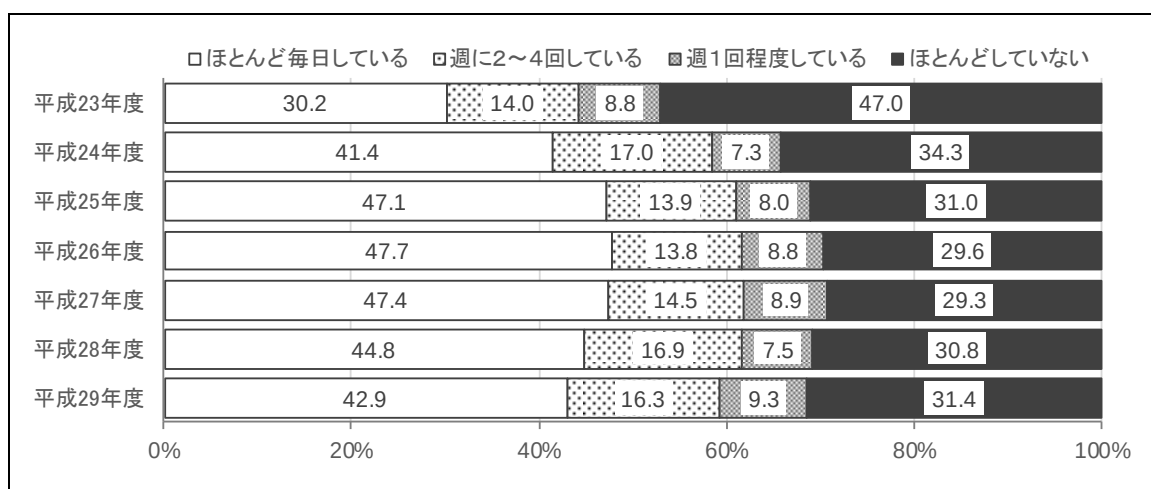


図5 普段の運動頻度の推移 中学生

ウ 情緒と行動（SDQ）16 点以上の割合

子どもの情緒と行動(子どもの情緒と行動に関するアンケート(SDQ 日本語版))は、保護者等が回答する質問紙で、何らかの問題行動等を有する子どものスクリーニングに用いられる。2008 年に報告された 4 歳から 12 歳を対象とした本邦の県外地域での先行研究(※2)により、そのカットオフ値は 16 点以上と考えられている。平成 29 年度調査結果では、同カットオフ値を用いたハイリスク率は 4 歳～6 歳 8.3%、7 歳～12 歳 11.9%、13 歳～15 歳 11.2%であった(図 6)。2008 年に報告された県外地域での調査(※2)におけるハイリスク率 9.5%に比べ、平成 23 年度はどの年代でも高く、とりわけ 4 歳～6 歳でのハイリスク率は 24.4%と高かった。その後どの年代においても減少し、平成 29 年度調査の結果、4 歳～6 歳において先行研究のハイリスク率を下回った。しかしながら就学以後の年代についてはまだ高い状況が続いており、最近 3～5 年ではあまり大きな変化がない(図 6)。また男女で比較すると、全般として男児の方が女児よりもハイリスク率が高い傾向にあるが、上記先行研究と一致している(図 7～図 9)。

調査時住居別(県内外)でハイリスク率を比較した場合では未就学児では大きな差はなく、小中学生では県外居住での割合が高かった(図 10)。県内居住の子どもに限った場合では、上記先行研究のハイリスク率とほぼ同程度であった。

【SDQについて】

子どもの情緒と行動に関する 25 項目について、それぞれ過去半年間にどれくらい当てはまるかを回答。得点が 16 点以上の場合、専門的な支援が必要と考えられる。

※2 Matsuishi T, et al. (2008) Scale properties of the Japanese version of the Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ): A study of infant and school children in community samples. Brain and Development. 30: 410-415.

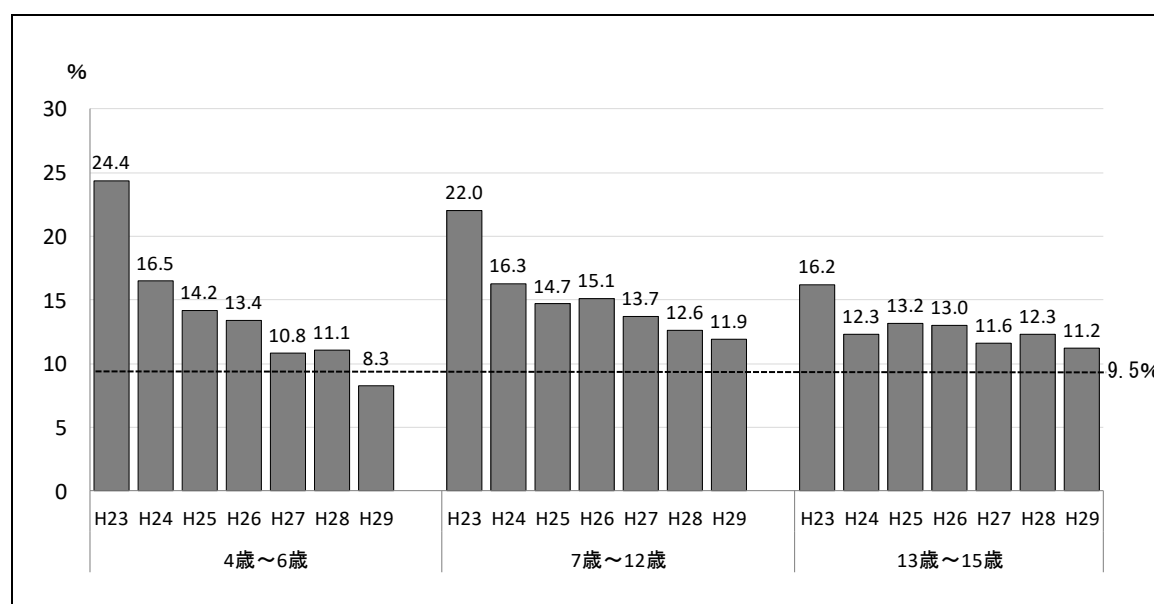


図6 子どもの情緒と行動（SDQ）16 点以上の割合の推移 全体

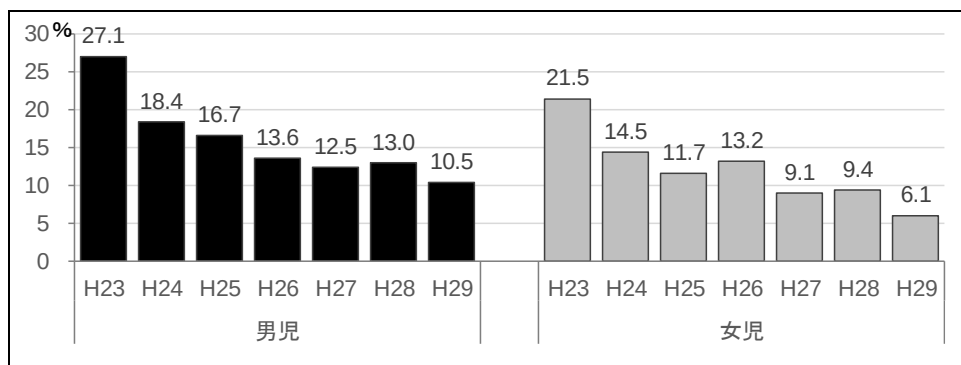


図7 子どもの情緒と行動（SDQ）16点以上の割合の推移 4歳～6歳

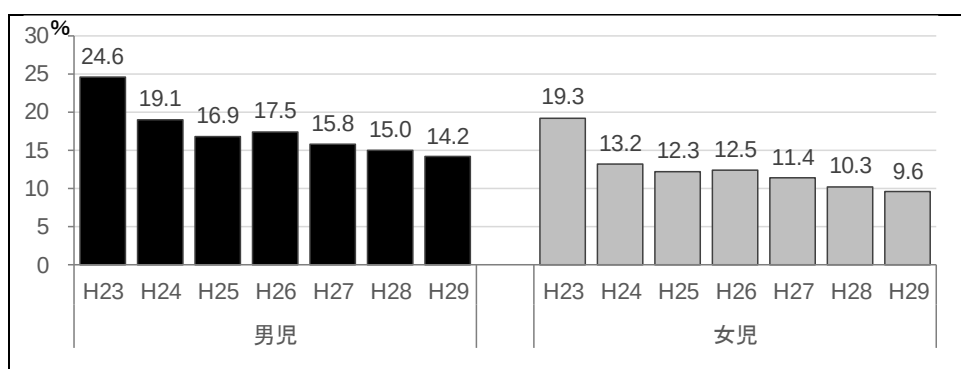


図8 子どもの情緒と行動（SDQ）16点以上の割合の推移 小学生

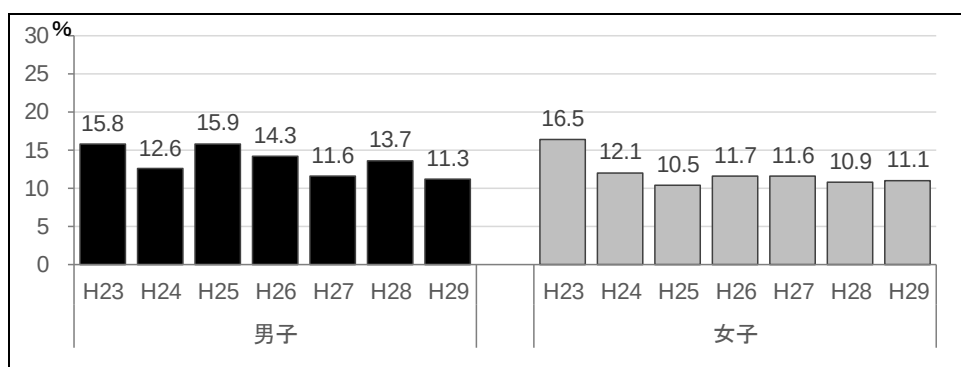


図9 子どもの情緒と行動（SDQ）16点以上の割合の推移 中学生

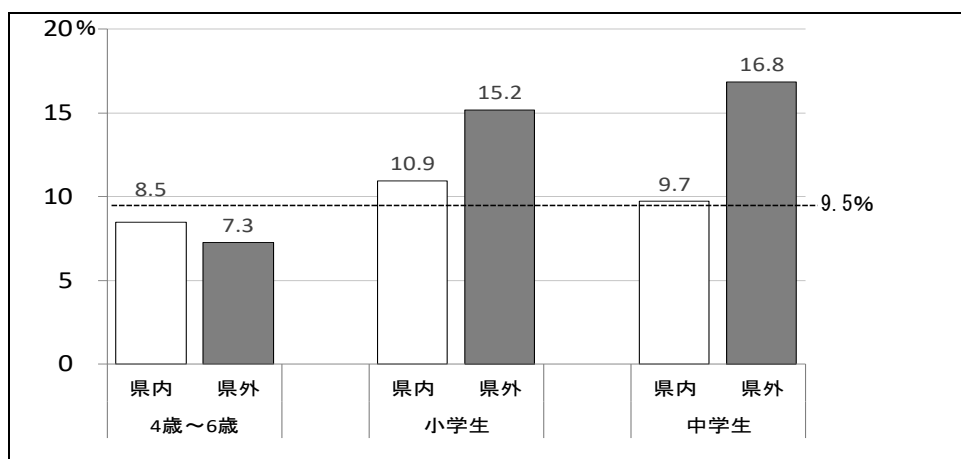


図10 平成29年度 子どもの情緒と行動（SDQ）16点以上の割合 調査時住所別

(2)一般（16 歳以上）の回答結果について

ア 回答率

一般(16 歳以上)の回答率は 20.0%であった。年次推移は図 11 のとおり。

また、年代別の回答率は図 12 のとおり。

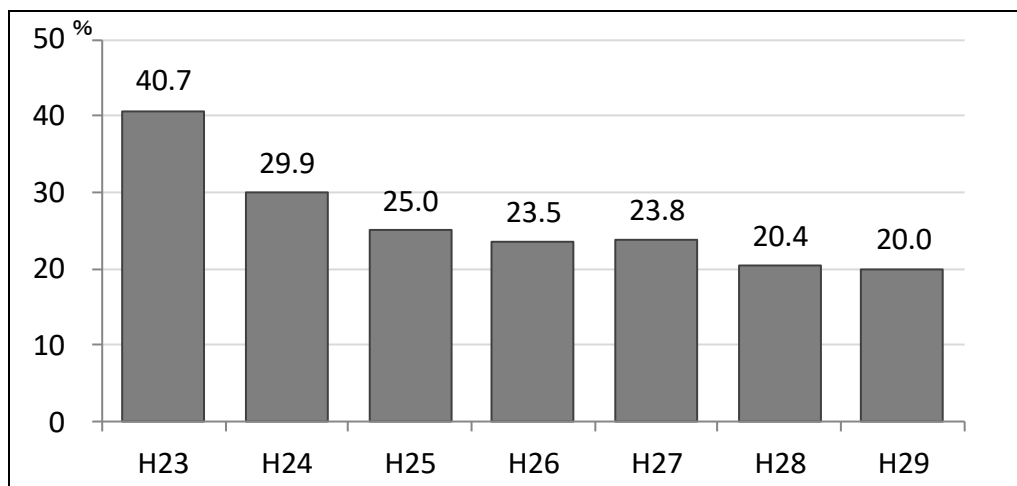


図11 一般の回答率の推移

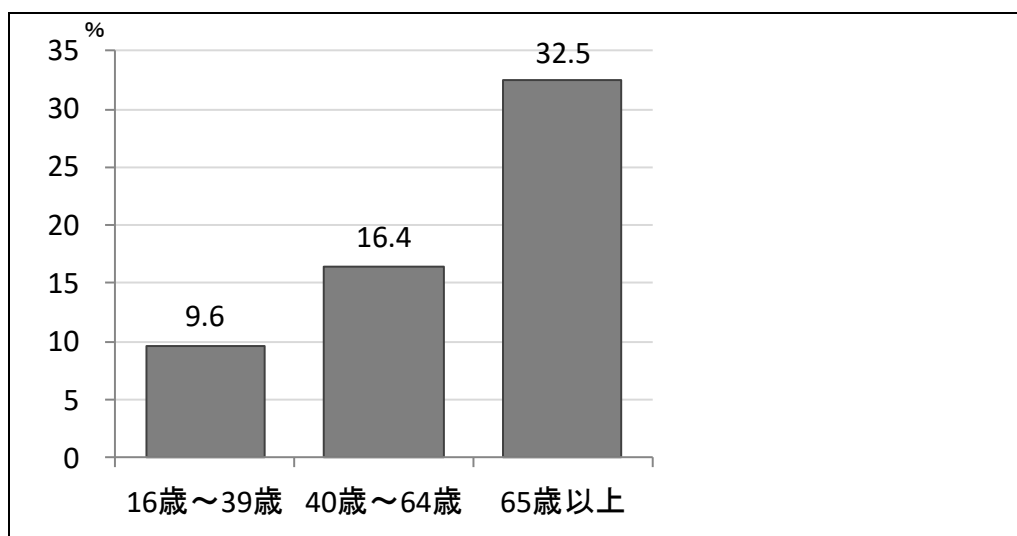


図12 平成 29 年度 一般の回答率 年代別

イ 主観的健康状態

平成 29 年度調査で「きわめて良好」および「良好」と答えた人は 21.2% であった。主観的な健康状態について回答した結果の年次推移は図 13 のとおりである。平成 23 年度は、「きわめて良好」および「良好」と答えた人は 17.8% であったが、年々わずかであるが上昇している。

同様に、「悪い」あるいは「きわめて悪い」と回答した割合は、平成 23 年度で 18.5% であったが、平成 29 年度には 15.9% と減少している。

平成 29 年度について、年代別の主観的健康状態を見てみると、年代が上がるごとに「悪い」あるいは「きわめて悪い」と回答した割合が上昇する傾向にあり、65 歳以上は 18.7% で 39 歳以下の 7.1% よりも高かった(図 14)。

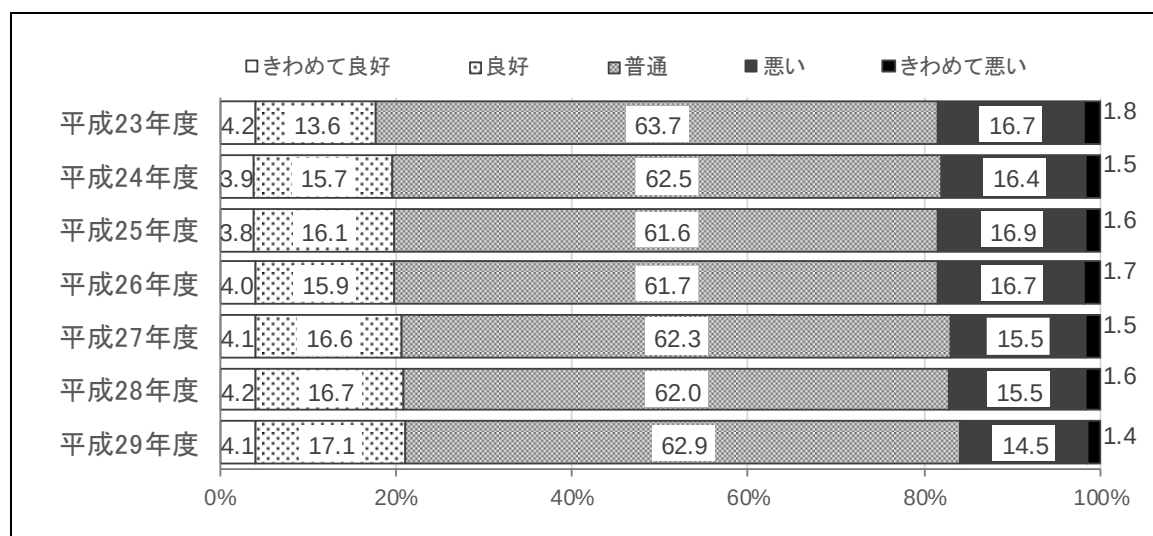


図13 一般の主観的健康状態の推移

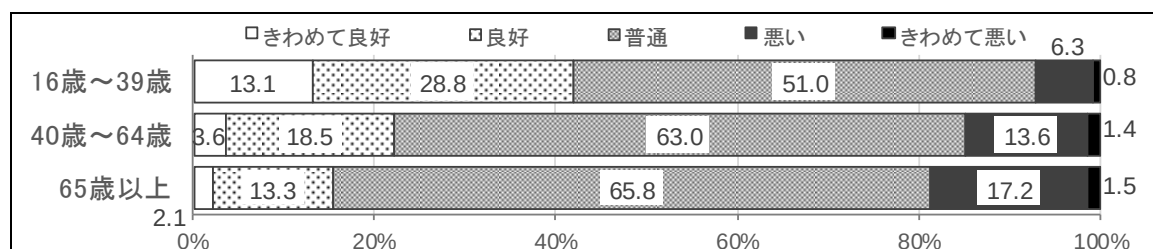


図14 平成 29 年度 一般の主観的健康状態 年代別

ウ 睡眠満足度

平成 29 年度で睡眠に「満足している」と回答した人は 40.7%であった。睡眠満足度の年次推移は図 15 のとおりである。平成 23 年度では 33.3%であり、年々増加する傾向がうかがえる。同様に「かなり不満」あるいは「非常に不満か、全く眠れなかった」と答えた人の割合も平成 23 年度の 19.9%から平成 29 年度は 13.9%まで減少している。一方で、約 6 割の人が未だに睡眠への不満感を持っている。

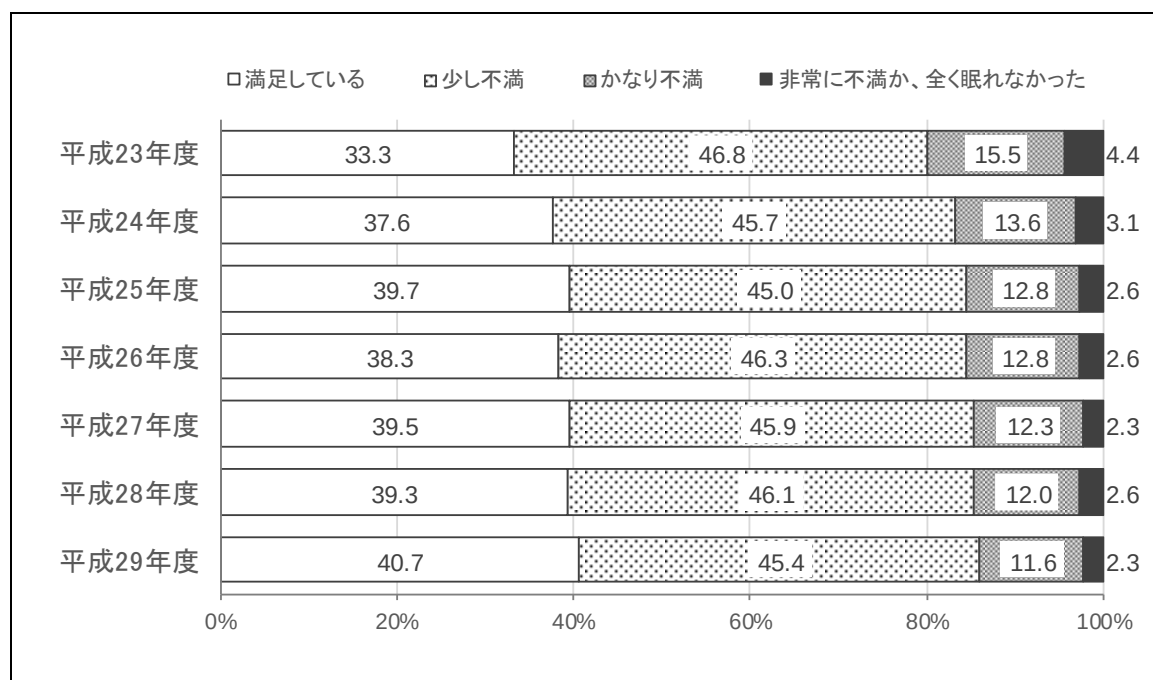


図15 一般の睡眠満足度の推移

工 普段の運動頻度

平成 29 年度は、「ほとんど(運動を)していない」と回答した人は 41.4%であった。運動頻度の年次推移は図 16 のとおりである。平成 23 年度には約半数が「ほとんど(運動を)していない」と回答しており、少しずつ運動頻度が上昇していることがわかる。

一方で、平成 29 年度には、運動を「ほとんど毎日している」あるいは「週に 2～4 回している」と回答した人の合計は 41.5%であった。同年度に行われた全国調査(※3)の結果によると、1 回 30 分以上の運動を週 2 回以上実施していると回答した人は 31.8%であり、運動習慣については全国水準か、あるいはそれ以上であることが伺われる。平成 29 年度について、調査時住所の違いで見てみると、県外居住者のほうが県内居住者に比べ運動頻度が少ない傾向にあった(図 17)。

※3 厚生労働省「平成 29 年国民健康・栄養調査報告」

<https://www.mhlw.go.jp/content/000451755.pdf>

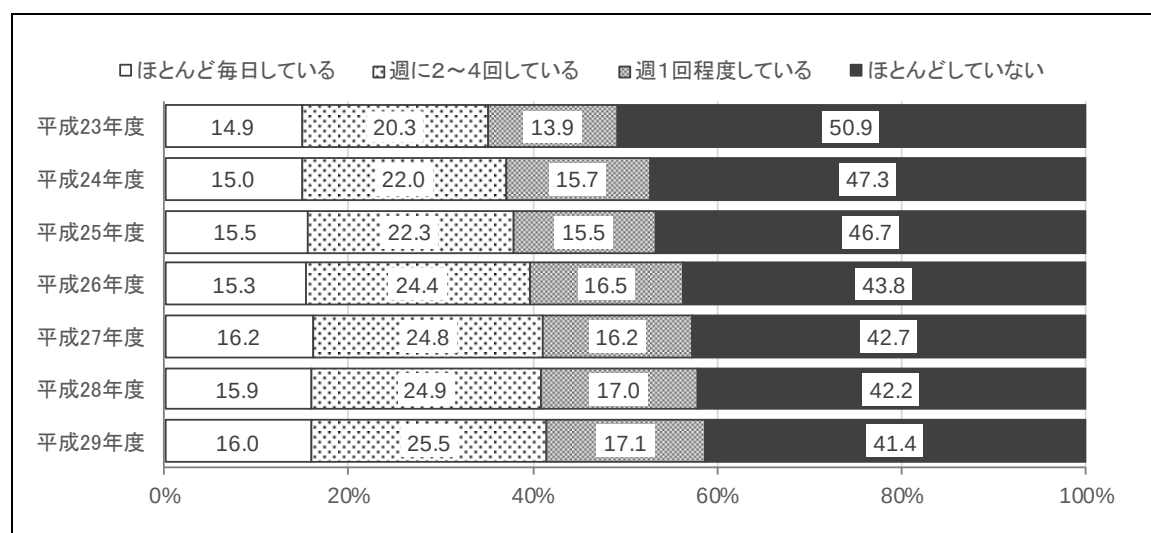


図16 一般の普段の運動頻度の推移

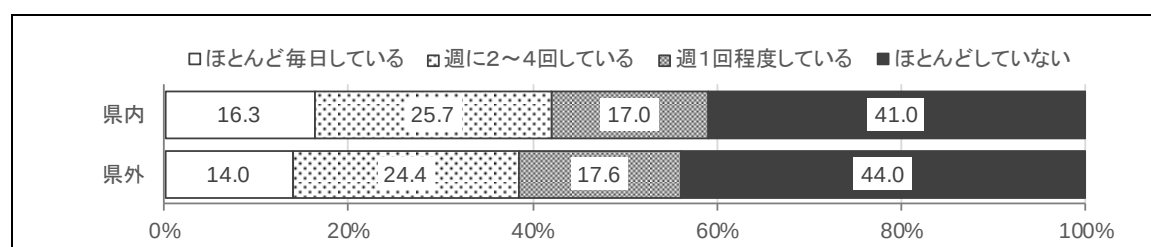


図17 平成 29 年度 一般の普段の運動頻度 調査時住所別

オ 喫煙割合

平成 29 年度調査における男性の喫煙率は 24.2%であった。喫煙者の男女別年次推移は図 18 のとおりである。平成 23 年度の喫煙率は 33.2%であり、図からも年々減少したことがわかる。同様に女性の喫煙率についても、平成 23 年度は 10.5%であったが、平成 29 年度には 6.8%に減少している。

平成 29 年度の全国調査(※3)で示された「現在習慣的に喫煙している者の割合(20 歳以上)」男性 29%、女性 7%という報告と比較すると、喫煙習慣がある人の割合は全国水準かそれ以下であると推察される。しかし「健康日本 21(第二次)」の目標 12%と比較すると依然として高い傾向にある。

※3 厚生労働省「平成 29 年国民健康・栄養調査報告」

<https://www.mhlw.go.jp/content/000451755.pdf>

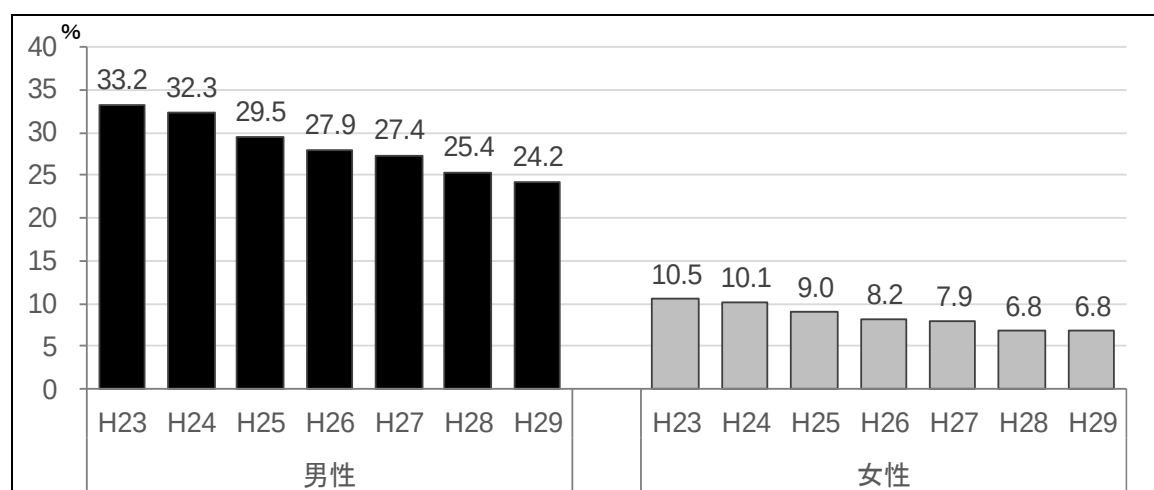


図18 一般の喫煙者の割合の推移 男女別

カ 問題飲酒（CAGE）2点以上の割合

平成 29 年度は、CAGE による問題飲酒の疑いのある人の割合、ハイリスク率（先行研究結果に基づき 2 点以上をカットオフ値）は、男性で 16.6%、女性で 8.8%であった。その年次推移は図 19 のとおりである。平成 24 年度は男性で 20.5%、女性で 10.5%であり、減少がみられた。年代別でみた場合には、男女とも 40 歳～64 歳で高かった（図 20）。また、調査時住所別（県内外）で比較すると、男女とも県外居住者のほうが高い傾向にあった（図 21）。

【CAGEについて】

飲酒の習慣に関する 4 項目について、その経験が過去 30 日間に「あった」または「なかった」のどちらかで回答。得点が 2 点以上の場合、ハイリスク飲酒の可能性があるとされている。

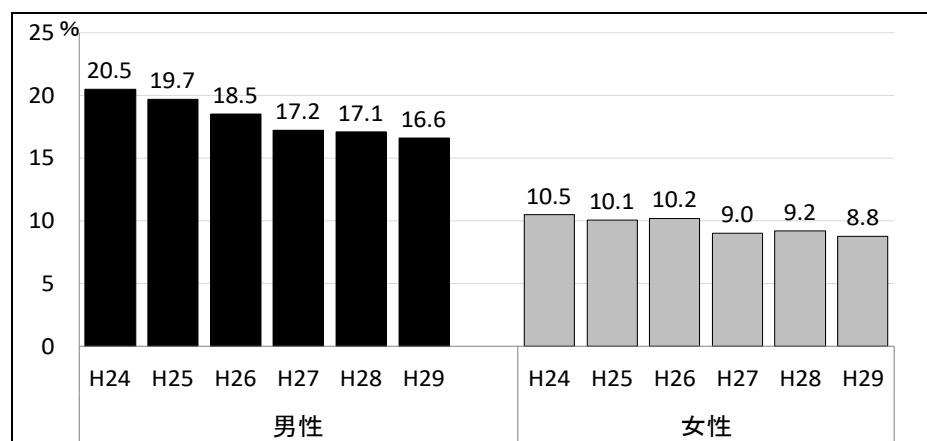


図 19 一般の問題飲酒（CAGE）2 点以上の割合の推移 男女別

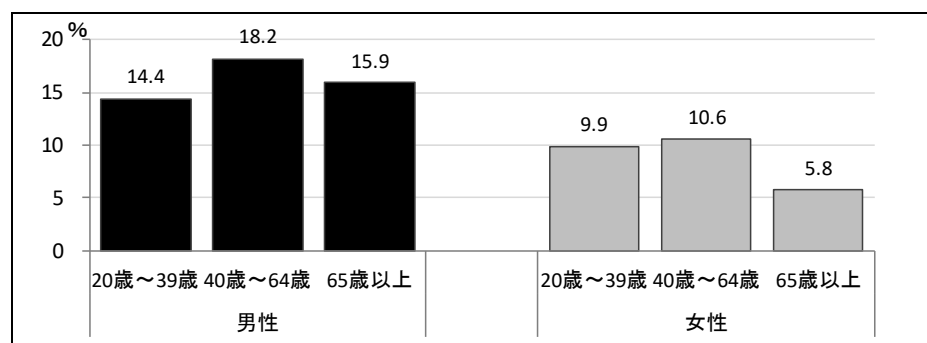


図 20 平成 29 年度 一般の問題飲酒（CAGE）2 点以上の割合 男女別年代別

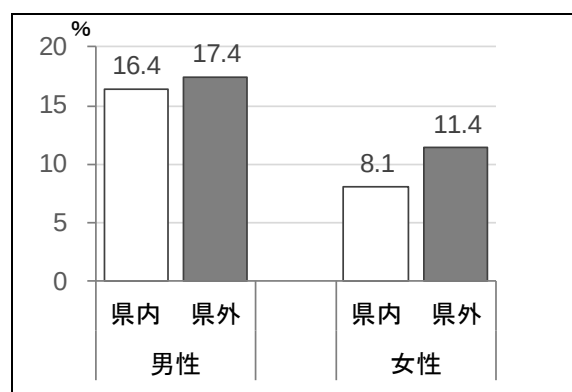


図 21 平成 29 年度 一般の問題飲酒（CAGE）2 点以上の割合 男女別調査時住所別

キ 気分の落ち込みや不安に関して支援が必要と考えられる人の割合

全般的な精神健康度について K6 を用いた調査では、先行研究に基づいて、13 点以上を気分障害(うつ病)や不安障害の可能性があるとするカットオフ値を用いた。平成 29 年度調査におけるハイリスク率は、全体で 6.4%であった。結果の年次推移は図 22 のとおりである。平成 23 年度は 14.6%と高かったが、その後平成 26 年度までに改善し、その後は 7%前後の数値で推移している。被災していない一般人口を対象とした先行研究(※4)における割合(3%)と比較すると、依然として高い値を示している。

男女別では、男性 5.8%、女性 6.9%と、女性での割合が高く、これは上記先行研究と一致している結果であった(図 23)。年代別では、年代が下がるごとに率が上昇する傾向にあった(図 24)。

居住地別(県内外)では、県内居住者が 6.0%であるのに対し、県外居住者は 9.0%と高かった(図 25)。

【K6 について】

気分の落ち込みや不安に関する 6 項目について、それぞれ過去 30 日間にどれぐらいの頻度であったかを回答。得点 13 点以上の場合、気分障害や不安障害の可能性があるとされている。

※4 川上憲人. 全国調査における K6 調査票による心の健康状態の分布と関連要因. 平成 18 年度厚生労働科学研究費補助金(統計情報高度利用総合研究事業)国民の健康状況に関する統計情報を世帯面から把握・分析するシステムの検討に関する研究. 分担研究書

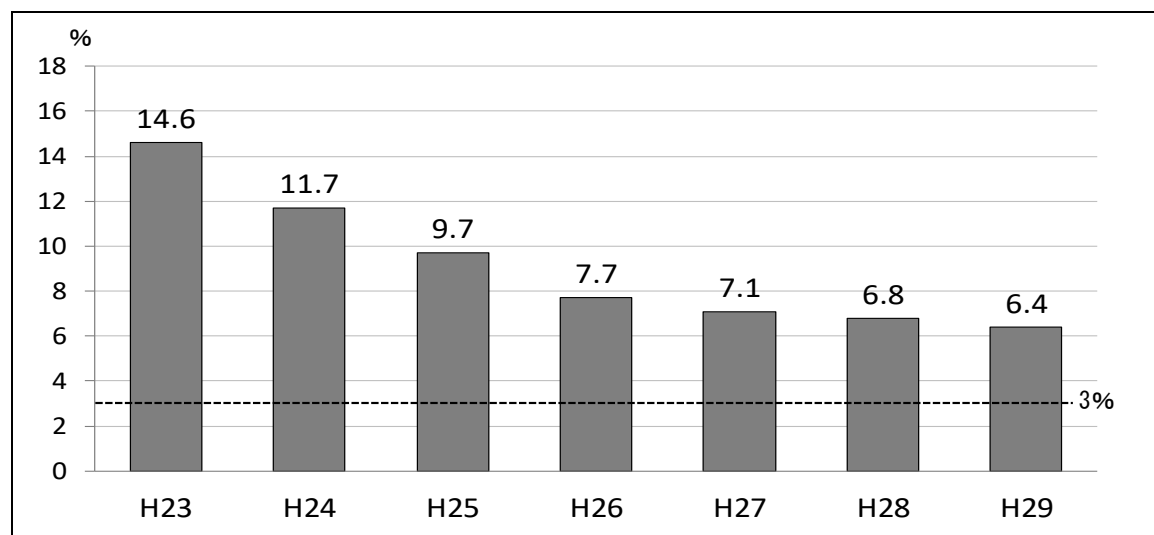


図22 一般の全般的精神健康度 (K6) 13 点以上の割合の推移

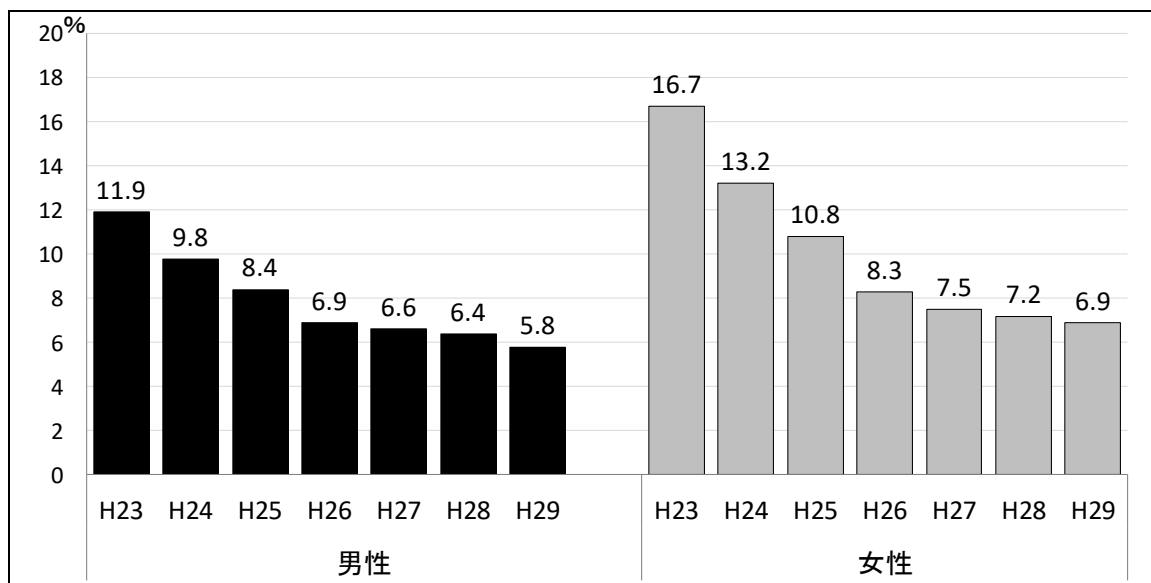


図23 一般の全般的精神健康度（K6）13点以上の割合の推移 男女別

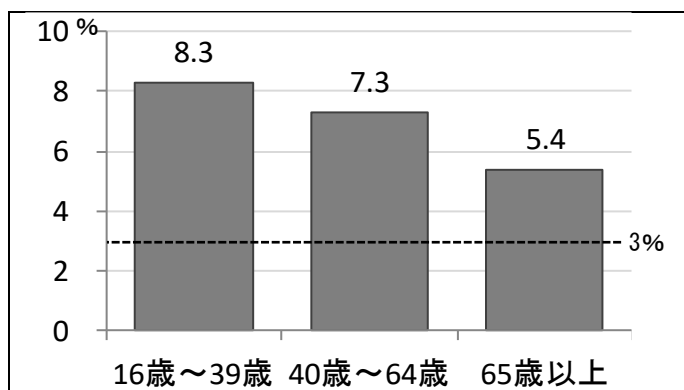


図24 平成29年度 一般の全般的精神健康度（K6）13点以上の割合 年代別

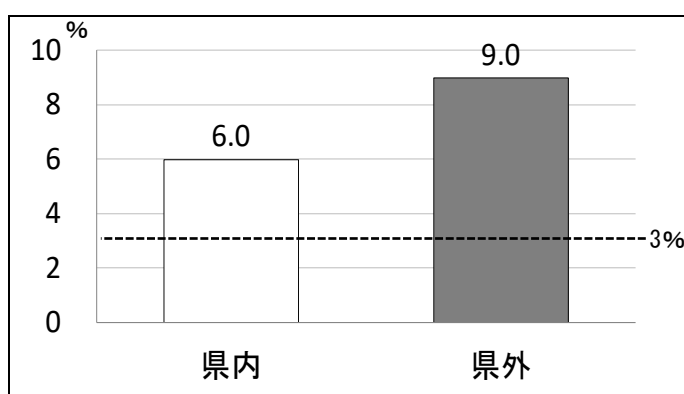


図25 平成29年度 一般の全般的精神健康度（K6）13点以上の割合 調査時住所別

ク 被災で生じた「トラウマ反応」に関して支援が必要と考えられる人の割合

本調査では、PCL(17 項目版と 4 項目版)を用いて被災者のトラウマ反応(心的外傷後ストレス障害:PTSD の症状群)の強さを測定した。たとえば思い出したくない記憶の想起や回避症状、神経過敏な状態等である。先行研究に基づき、PTSD の可能性がある人をスクリーニングするカットオフ値を用いた。ハイリスク率の年次推移は図 26 のとおりである。平成 26 年度、27 年度においては、対象住民の負担軽減のための調査項目減少のために本 PCL 項目は調査票に入っていない。その後、PCL 短縮版(4 項目版)が開発され、その信頼性および妥当性が検証されたため、平成 28 年度からはこれを用いた調査を再開した(当初用いた PCL 調査票におけるカットオフ値は 44 点以上、その後に用いられた短縮版のカットオフ値は 12 点以上)。そのため平成 23 年度～25 年度までの結果と 28 年度以降の結果は単純に比較できない点がある。

平成 29 年度調査では、ハイリスク率は 9.8%であり、前年度とほとんど変わらなかった。単純に比較は出来ないものの、平成 23 年度は 2 割を超えるハイリスク率であり、平成 25 年度には 15.8%まで減少したことを考えると、緩やかに減少傾向にあることがうかがえる。一方で、男女別の年次推移は、各年度とも女性の率が高い(図 27)。これは多くの先行研究と一致した傾向である。

年代別の比較は図 28 のとおりである。年代が上がるごとにハイリスク率も上昇している。しかし、この結果についても概ね先行研究と一致している。調査時住所別(県内外)の比較は図 29 のとおりである。他の多くの結果と同様に、県内に比べ県外居住者のハイリスク率が高い。

【PCL-4 について】

被災の体験に対して時々起こる問題や訴え(トラウマ反応)に関する 4 項目について、それぞれ過去 30 日間にどれくらいあったかを回答。得点 12 点以上の場合、PTSDの可能性があるとされている。

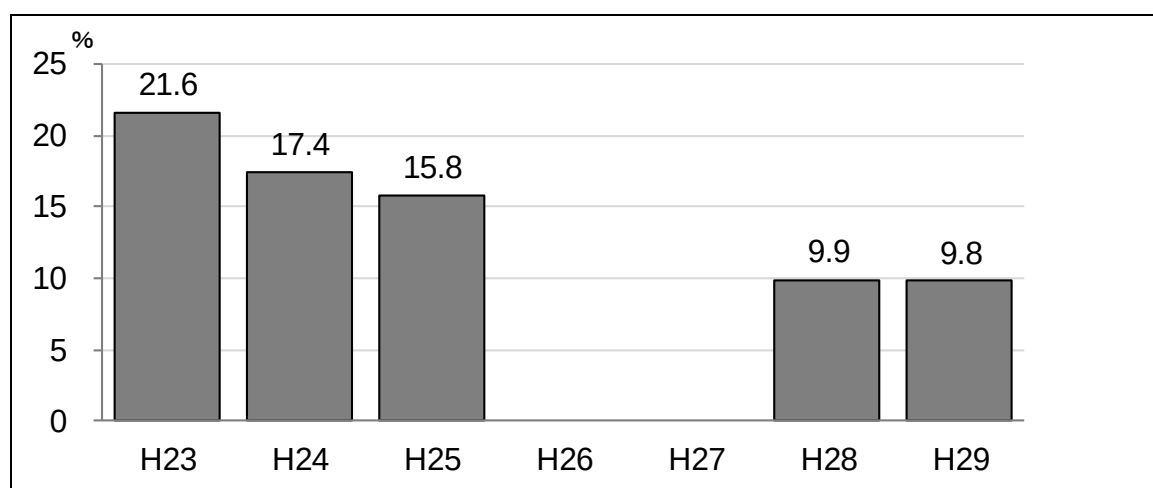


図26 一般のトラウマ反応 支援が必要な方の割合の推移

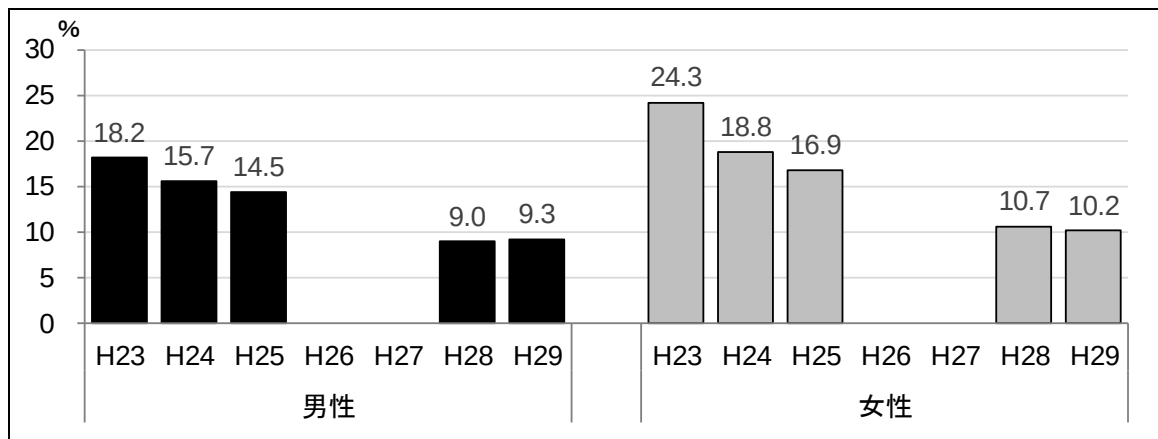


図27 一般のトラウマ反応 支援が必要な方の割合の推移 男女別

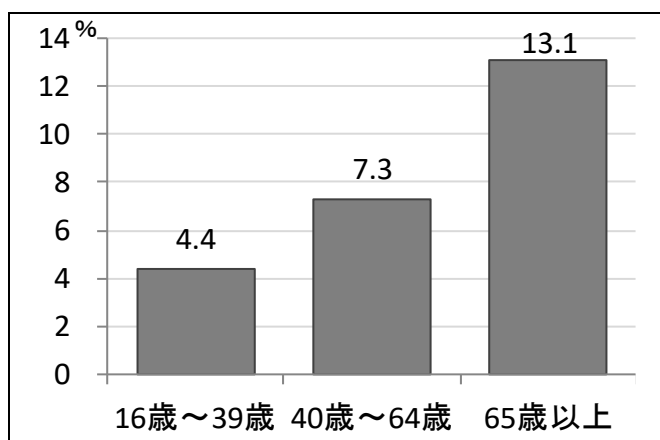


図28 平成 29 年度 一般のトラウマ反応（PCL-4）支援が必要な方の割合 年代別

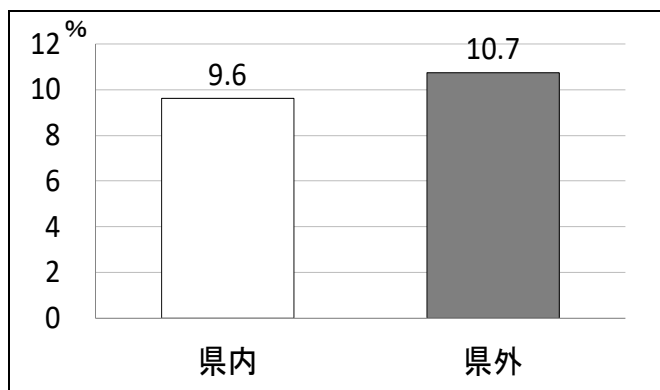


図29 平成 29 年度 一般のトラウマ反応（PCL-4）支援が必要な方の割合 調査時住所別

ケ 放射線の健康影響の認識

本調査では、放射線の及ぼす健康影響について、その可能性を問うことで住民個々のリスク認知を尋ねた。

放射線のもたらす長期的な影響(後年影響)に関する認識について、平成 29 年度調査では 33.9%の人が放射線影響(後年影響)の可能性がある(「可能性は高い」および「可能性は非常に高い」と回答した。平成 23 年度には 48.1%であったが、その割合は徐々に減少し、平成 26 年度には 31.4%にまで下がった。しかし、最近 4 年間は減少することなく推移している(図 30)。

次世代影響については、平成 29 年度調査では、37.2%の人が放射線影響(次世代影響)の可能性のある(「可能性は高い」および「可能性は非常に高い」と回答した(図 31)。平成 23 年度には回答者のうち 60.2%が放射線影響(次世代影響)の可能性があると回答した。後年影響と同様に、その割合は徐々に減少し、平成 26 年度には 38.0%にまで下がった。しかしその後、最近 4 年間は減少することなく推移している。

また後年影響、次世代影響のそれぞれについて、調査時住所別(県内外別)のリスク認知の比較(平成 29 年度)では、いずれの影響についても、県外居住者のほうが高い傾向にあった(図 32、図 33)。

※平成 29 年度調査では、それぞれのリスク認知で、「可能性は極めて低い」、「可能性は非常に高い」を選択した者の割合が、前年度に比べ大きく減少している。これは、質問様式を変更したことによる影響(バイアス)も考えられる(②-44 ページ参照)。

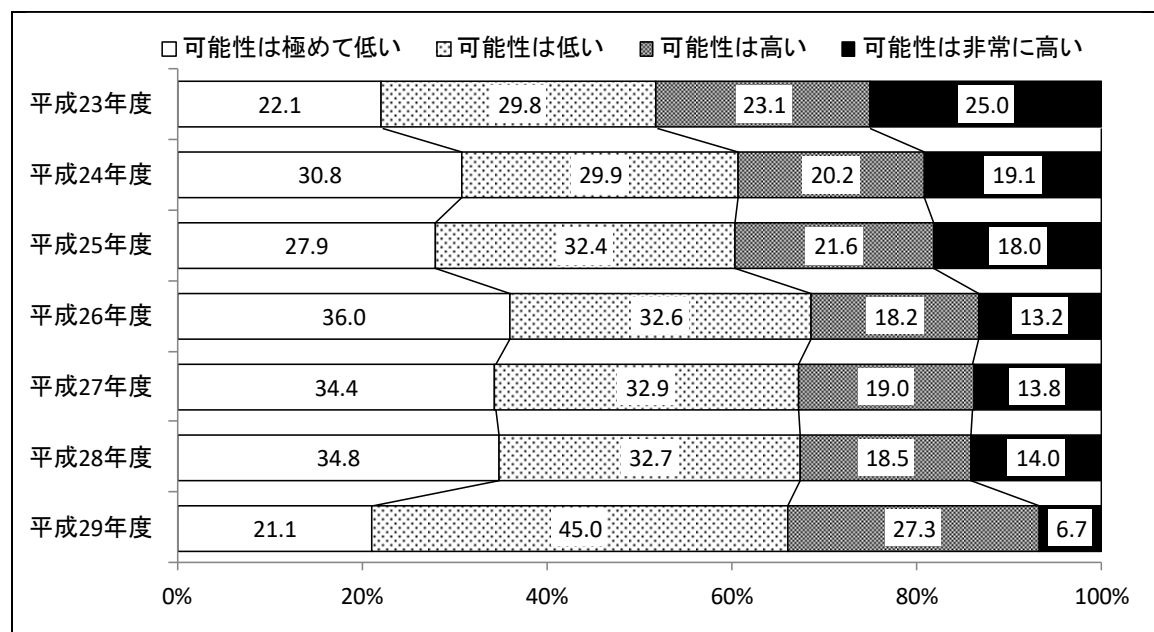


図30 一般の放射線リスク認知（後年影響）の割合の推移

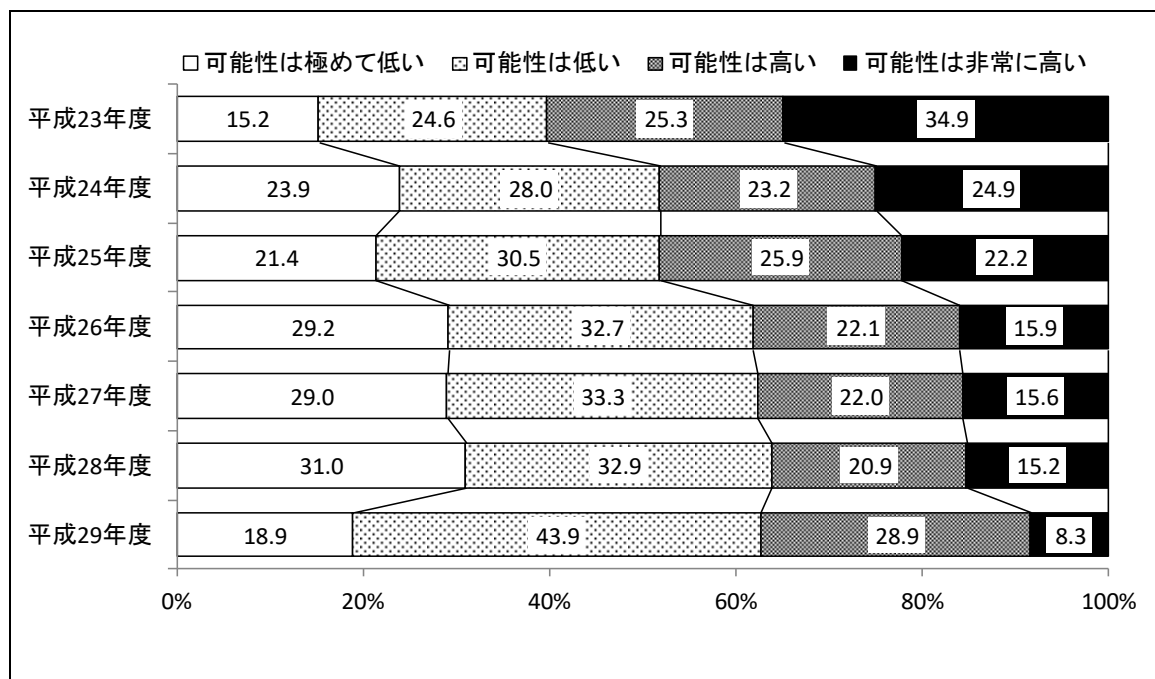


図31 一般の放射線リスク認知（次世代影響）の割合の推移

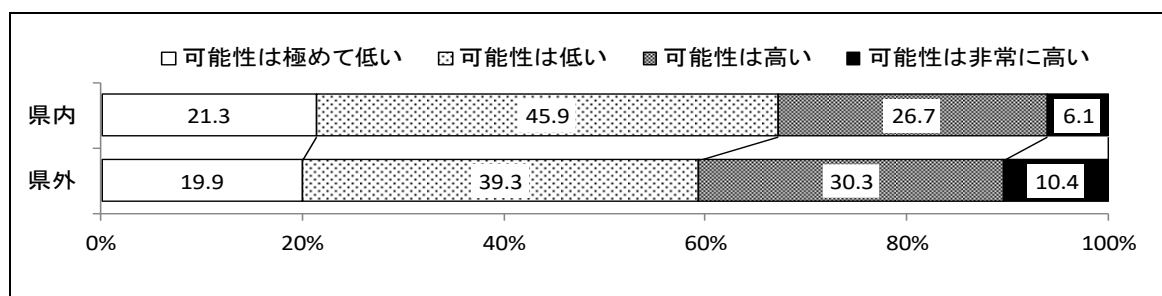


図32 平成29年度 一般の放射線リスク認知（後年影響）の割合 調査時住所別

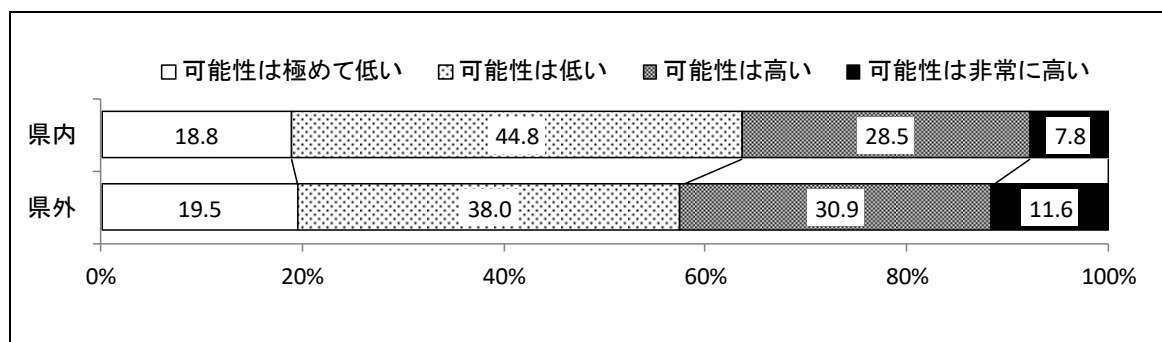


図33 平成29年度 一般の放射線リスク認知（次世代影響）の割合 調査時住所別

コ 相談先

相談先(現在、こころや身体の問題が生じた場合、相談できる身近な人や各種機関はありますか)についての回答状況は図 34 のとおり。31,165 人(88.3%)が「ある」と回答している一方で、「相談できる人や機関はない」と答えた人もまた 4,115 人(11.7%)いた。本質問を追加した平成 26 年度調査では、27.3%が「相談できる人や機関はない」と答えており、4 年間で相談先のない人の割合は半数以下に減少した。

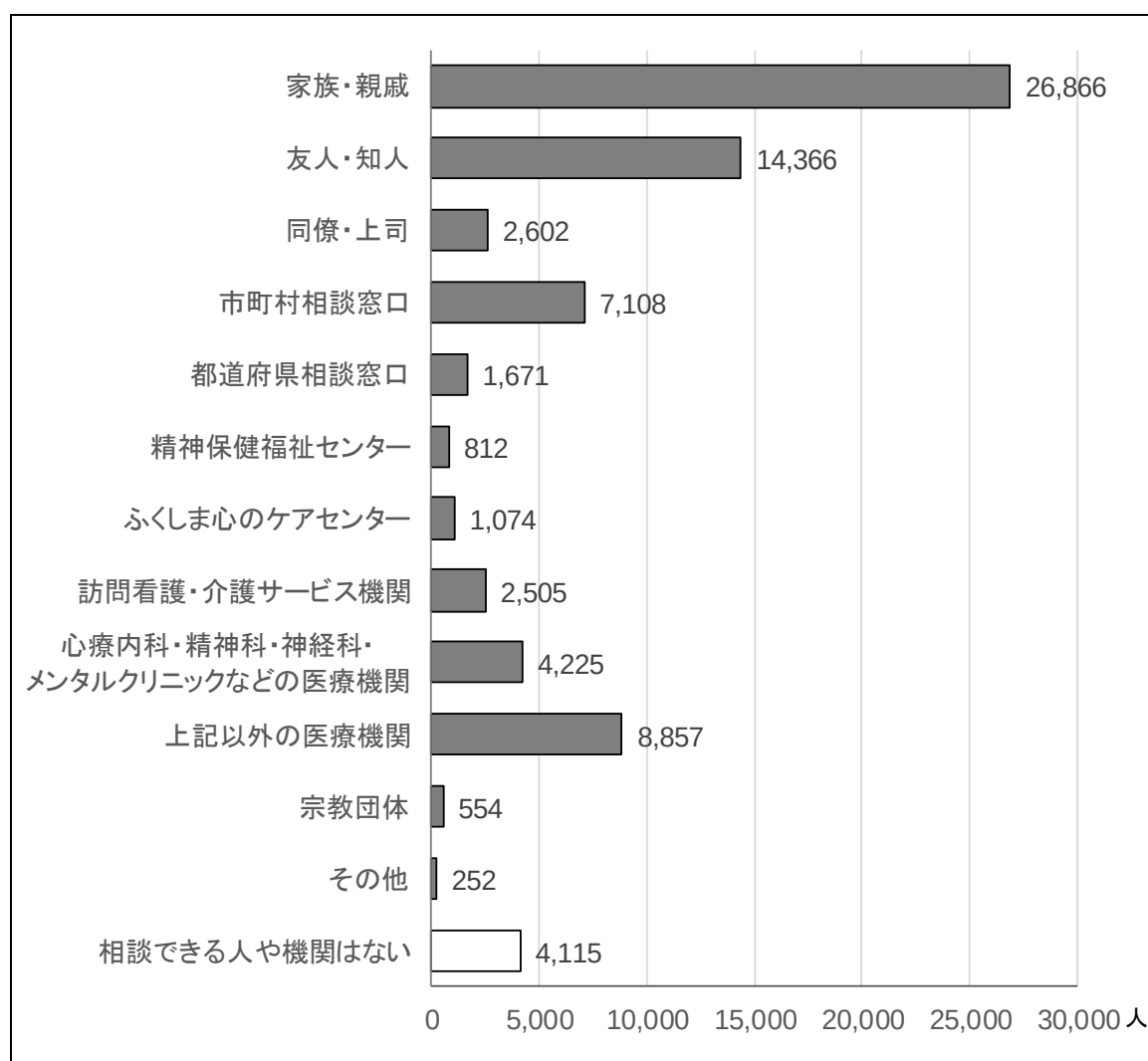


図34 平成 29 年度 一般の心身の問題についての相談先（複数回答）

4「こころの健康度・生活習慣に関する調査」支援概要

健康調査の結果をフィードバックし自身の健康管理に役立ててもらふことと、こころの健康度及び生活習慣上、相談・支援の必要があると判断された方々に、状況把握と改善のための助言及び保健・医療機関につなぐことを目的として支援を実施した。

(1) 支援対象

平成 29 年度「こころの健康度・生活習慣に関する調査」の回答者のうち、電話や文書による相談・支援が必要だと判断された方。

なお、本報告では、平成 30 年 10 月 31 日までに調査回答があり、同年 12 月 31 日までに支援を実施した方を集計対象とした。

(2) 個人結果通知

平成 30 年 8 月 31 日までに回答があった方に対し、自身のこころの健康度と生活習慣の状況を把握し、健康管理に役立ててもらふため、回答があった方の回答状況とそれに対するアドバイスを記載した結果通知書を同年 9 月及び 10 月に送付した。

調査票区分別の発送数と項目内容は表 2 のとおりである。

表 2 個人結果通知の発送数

調査票区分	発送数	通知項目
0歳～3歳	685	身長、体重、食習慣(1 歳以上)、運動習慣(2 歳以上)、就寝時刻
4歳～6歳	696	身長、体重、食習慣、運動習慣、就寝時刻、こころと行動のストレス反応(SDQ ^{※1})
小学生	2,019	
中学生	904	
一般	36,225	肥満度(BMI ^{※2})、食習慣、運動習慣、睡眠、こころのストレス反応(K6 ^{※3})

^{※1}SDQ: 子どもの情緒と行動に関する尺度

^{※2}BMI: Body Mass Index (調査票内の身長及び体重から算出)

^{※3}K 6: 気分の落ち込みや不安など、全般的な精神健康状態に関する尺度

なお、子どもの結果通知書には参考として、調査票記入日の月齢の身長体重標準値を記載。

(3) 支援対象者の選定基準及び支援方法

ア 支援対象者の選定基準

緊急性の高さや状態の重症度に応じ、表 3、表 4 のとおり支援基準を設定した。

表 3 子どもの支援対象者選定基準

		情緒と行動 (SDQ)	相談先の有無、発達の問題、通園通学の問題	欄外・自由記載
選 定 基 準	基 準 I	1) SDQ (20 点以上) 2) SDQ (16 点以上) かつ相談先「なし」 かつ学校「30 日以上 欠席」	1) 発達の悩み「あり」かつ相談先「なし」 2) PTSD「あり」またはうつ状態「あり」 3) 学校「30 日以上欠席」かつ相談先「なし」、または学校 「30 日以上欠席」かつ専門機関への相談「なし」 4) 4～6 歳で園「休んだことあり」かつ相談先「なし」	専門職に より 緊急度を 判断
	基 準 II	3) SDQ (16 点以上)	5) 発達の悩み「あり」かつ専門機関への相談「なし」 6) 学校「30 日未満欠席」 かつ相談先・専門機関への相談「なし」 7) 4～6 歳で園「休んだことあり」かつ専門機関への相談「なし」	

表 4 一般の支援対象者選定基準

		精神健康	メディカル コントロール	睡眠障害	精神 疾患	喫煙・飲酒	欄外・自由記載
選 定 基 準	基 準 I	1) K6 (14 点以上) 2) K6 (13 点) かつ PCL-4 (12 点以上)	1) 高血圧もしくは糖尿病 「あり」通院「なし」かつ① BMI27.5 以上、②飲酒量 1 日平均 3 合 2) 飲酒量 1 日平均 3 合以 上かつ CAGE4 点				専門職に より緊急 度を判断
	基 準 II	3) K6 (10 点以上) 4) PCL-4 (12 点以上)	3) 1) の①②以外 4) 1,2) 以外で、体重増加 3kg 以上/年かつ BMI27.5 以上	精神疾患「なし」 かつ睡眠の質「か なり不満」以上か つ睡眠の経験「日 中の気分がめい る・活動低下あ り」	精神疾患 「あり」か つ 通 院 「なし」ま たは「未 記入」	1) 飲酒量 1 日平均 3 合 以 上 かつ CAGE2 点、 3 点	
	基 準 III		5) 1,2) 以外で、体重増加 3kg 以上/年かつ BMI25.0 以上 27.5 未満			2) 他の支援 基準以外の うち、CAGE 2 点以上ま たは、プリン クマン指数 200 以上	

※支援基準該当者でブリンクマン指数 200 以上には禁煙の呼びかけを実施

イ 支援方法

① 基準Ⅰ

基準Ⅰの対象者には、臨床心理士、保健師、看護師等による「こころの健康支援チーム」が電話をかけて相談対応を行った。電話支援では対象者の健康状態に関して聞き取りを行うとともに、対象者が現在抱える問題を確認し、必要に応じて保健・医療機関等への受診勧奨を行った(以下、電話支援)。

② 基準Ⅱ

基準Ⅱの対象者には、電話支援希望を確認するハガキを送付した。返信されたハガキに電話支援希望の記載がある方、もしくは返信内容から支援が必要と判断された方には、電話支援を行った。

③ 基準Ⅲ

基準Ⅲの対象者には、生活習慣の改善を促すためのパンフレットを送付した。

※選定基準の標記変更について

前年度報告まで、「電話による支援」「文書による支援」「パンフレット送付のみ」としていたが、「支援基準Ⅰ」「支援基準Ⅱ」「支援基準Ⅲ」に標記変更した。変更は標記のみで、支援区分や支援内容についてはこれまで通りである。

5「こころの健康度・生活習慣に関する調査」支援結果概要

(1) 電話による支援

ア 子ども

(ア) 支援者数

基準Ⅰ及び基準Ⅱによる子どもの支援対象者数及び支援実施者数は図 35 のとおり。子どもの支援対象者は 585 人、回答者に対する割合は 13.5%であった。そのうち電話支援対象者は 217 人であった。また、電話支援対象者のうち、支援を実施できた電話支援実施者数は 162 人であった。

電話支援対象者の基本属性については表 5 のとおり。電話支援対象者数の性別については、男児・男子が 124 人(57.1%)であり、女児・女子が 93 人(42.9%)であった。また、居住地域については、福島県内が 152 人(70.0%)であり、福島県外が 65 人(30.0%)であった。

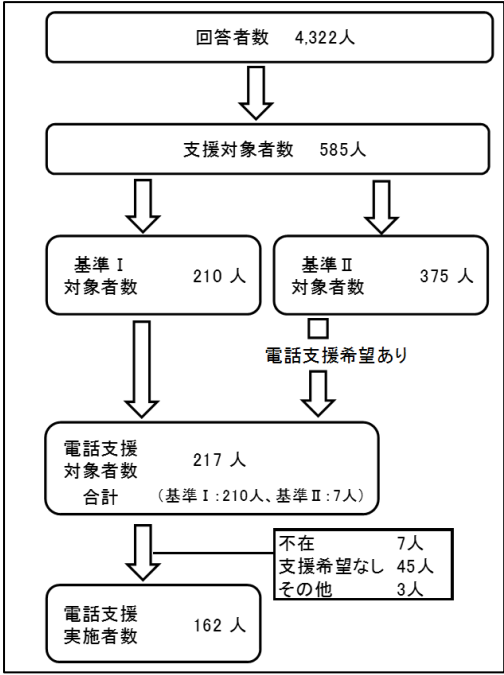


図 35 子どもの支援対象者数及び支援実施者数

表 5 電話支援対象者の基本属性（子ども）					人数（割合）
電話支援対象者数	全体 217	0歳～3歳 8	4歳～6歳 19	小学生 121	中学生 69
男児・男子	124（57.1%）	5（62.5%）	13（68.4%）	69（57.0%）	37（53.6%）
女児・女子	93（42.9%）	3（37.5%）	6（31.6%）	52（43.0%）	32（46.4%）
県内	152（70.0%）	6（75.0%）	13（68.4%）	87（71.9%）	46（66.7%）
県外	65（30.0%）	2（25.0%）	6（31.6%）	34（28.1%）	23（33.3%）
電話支援実施者数	162	5	15	89	53
県内	111（68.5%）	4（80.0%）	10（66.7%）	64（71.9%）	33（62.3%）
県外	51（31.5%）	1（20.0%）	5（33.3%）	25（28.1%）	20（37.7%）

・平成29年度調査発送時点の住所

(イ) 支援結果

電話支援対象者に対して、調査回答の訴えに基づき、現在問題になっていることについて電話により聞き取りを行った。平成 24 年度から平成 29 年度までの子どもの相談内容は図 36 のとおり。

平成 24 年度は、「被災による不安、放射線・被ばく等の不安」の割合が最も高かったが、それ以降は、「学校に関すること」の割合が最も高かった。

人数（割合）					
平成24年度 電話支援 実施者数 623人	平成25年度 電話支援 実施者数 473人	平成26年度 電話支援 実施者数 327人	平成27年度 電話支援 実施者数 250人	平成28年度 電話支援 実施者数 181人	平成29年度 電話支援 実施者数 162人
被災による不安、放射線・被ばく等の不安 147人(23.6%)	学校に関すること 70人(14.8%)	学校に関すること 49人(15.0%)	学校に関すること 54人(21.6%)	学校に関すること 23人(12.7%)	学校に関すること 29人(17.9%)
学校に関すること 136人(21.8%)	怒り・イライラ・暴力 52人(11.0%)	身体面の健康 29人(8.9%)	身体面の健康 15人(6.0%)	怒り・イライラ・暴力 10人(5.5%)	身体面の健康 13人(8.0%)
身体面の健康 102人(16.4%)	身体面の健康 32人(6.8%)	怒り・イライラ・暴力 27人(8.3%)	睡眠 9人(3.6%)	身体面の健康 9人(5.0%)	怒り・イライラ・暴力 11人(6.8%)
怒り・イライラ・暴力 90人(14.4%)	被災による不安、放射線・被ばく等の不安 25人(5.3%)	被災による不安、放射線・被ばく等の不安 19人(5.8%)	怒り・イライラ・暴力 8人(3.2%)	睡眠 4人(2.2%)	睡眠 9人(5.6%)
抑うつ 83人(13.3%)	抑うつ 23人(4.9%)	睡眠 11人(3.4%)	食習慣 4人(1.6%)	食習慣 4人(2.2%)	食習慣 6人(3.7%)

図 36 電話支援対象者の相談内容（子ども）

※平成 23 年度は、集計方法が異なるため、記載していない。

初回電話支援時の状況は、表 6 のとおり。電話支援実施者のうち、支援継続が 17 人(10.5%)、単回支援が 131 人(80.9%)、詳細不明が 4 人(2.5%)、支援希望なしが 10 人(6.2%)であった。

表 6 初回電話支援時の状況（子ども）					
人数（割合）					
電話支援実施者数	全体 162	0歳～3歳 5	4歳～6歳 15	小学生 89	中学生 53
支援継続	17 (10.5%)	1 (20.0%)	1 (6.7%)	7 (7.9%)	8 (15.1%)
単回支援	131 (80.9%)	4 (80.0%)	13 (86.7%)	73 (82.0%)	41 (77.4%)
詳細不明	4 (2.5%)	0 (0.0%)	1 (6.7%)	2 (2.2%)	1 (1.9%)
支援希望なし	10 (6.2%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	7 (7.9%)	3 (5.7%)

・支援継続 : 体調不良や震災時の影響を強く受けている方、社会・学校不適応や孤立している方など、やや心配が残るため、保健・医療機関等への受診勧奨や外部機関への情報提供など継続的な支援につなぐ必要があると判断されたもの

・単回支援 : 体調や環境面で状態の改善が確認できた場合や、サポート資源の利用があった場合など、自身で対処がなされていると判断されたもの

・詳細不明 : 何らかの理由で状況確認が困難だったもの

・支援希望なし: 支援は必要ないと、対象者から申し出があったもの

※支援結果分類の標記変更について
前年度報告まで「経過観察1」「経過観察2」「経過観察3」としていた標記を、分類内容に合わせ、それぞれ「単回支援」「支援継続」「詳細不明」に変更している。

電話支援実施者への支援の結果、支援継続とした理由の内訳は表 7 のとおり。子どもの体調不良(精神)が 8 人(47.1%)で最も多く、次いで学校不適応が 6 人(35.3%)であった。

表 7 支援継続の判断理由（子ども）

人数（割合）

支援継続の件数		全体 17	0歳～3歳 1	4歳～6歳 1	小学生 7	中学生 8
子ども	体調不良(身体)	4 (23.5%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	3 (42.9%)	1 (12.5%)
	体調不良(精神)	8 (47.1%)	1 (100.0%)	1 (100.0%)	3 (42.9%)	3 (37.5%)
	学校不適応	6 (35.3%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	2 (28.6%)	4 (50.0%)
	その他	2 (11.8%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (14.3%)	1 (12.5%)
養育者	体調不良(精神)	2 (11.8%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (14.3%)	1 (12.5%)
	その他	1 (5.9%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (12.5%)

・内訳は延べ数

電話支援実施者への支援の対応内容については表 8 のとおり。傾聴が 118 人(72.8%)、受診勧奨が 5 人(3.1%)、生活習慣指導が 3 人(1.9%)、心理教育が 14 人(8.6%)であった。

表 8 電話支援の対応内容（子ども）

人数（割合）

電話支援実施者数	全体 162	0歳～3歳 5	4歳～6歳 15	小学生 89	中学生 53
傾聴	118 (72.8%)	5 (100.0%)	14 (93.3%)	58 (65.2%)	41 (77.4%)
受診勧奨	5 (3.1%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	4 (4.5%)	1 (1.9%)
生活習慣指導	3 (1.9%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (1.1%)	2 (3.8%)
心理教育	14 (8.6%)	0 (0.0%)	1 (6.7%)	8 (9.0%)	5 (9.4%)
その他(状況確認のみ等)	32 (19.8%)	0 (0.0%)	1 (6.7%)	22 (24.7%)	9 (17.0%)

電話支援実施者への支援後の対応については表 9 のとおり。外部連絡が 1 人(0.6%)であり、文書送付が 2 人(1.2%)であった。

表 9 電話支援後の対応（子ども）

人数（割合）

電話支援実施者数	全体 162	0歳～3歳 5	4歳～6歳 15	小学生 89	中学生 53
外部連絡	1 (0.6%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (1.1%)	0 (0.0%)
文書送付	2 (1.2%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	2 (2.2%)	0 (0.0%)
他部門の対応	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)

・外部連絡 : 対象者の状況から、市町村、ふくしま心のケアセンター等との情報共有を行ったもの

・文書送付 : こころのケア登録医師を受診するための紹介状や一覧表、県外での医療機関や相談機関の情報、かかりつけの医師に宛てた情報提供書等を支援対象者へ送付したもの

・他部門の対応: 基本調査に関する質問や甲状腺検査についてなど、放射線医学県民健康管理センターの他部門での対応を行ったもの

イ 一般

(ア) 支援者数

基準Ⅰ及び基準Ⅱによる一般の支援対象者数及び支援実施者数は図 37 のとおり。一般の支援対象者は 12,111 人、回答者に対する割合は 33.1%であった。そのうち電話支援対象者は「こころ」「生活習慣」合わせて 2,680 人であった。

電話支援対象者の性別及び年代の分布は表 10 のとおり。こころの対象者のうち、男性は 996 人(41.5%)であり、女性は 1,404 人(58.5%)であった。生活習慣の対象者のうち、男性は 212 人(75.7%)であり、女性は 68 人(24.3%)であった。

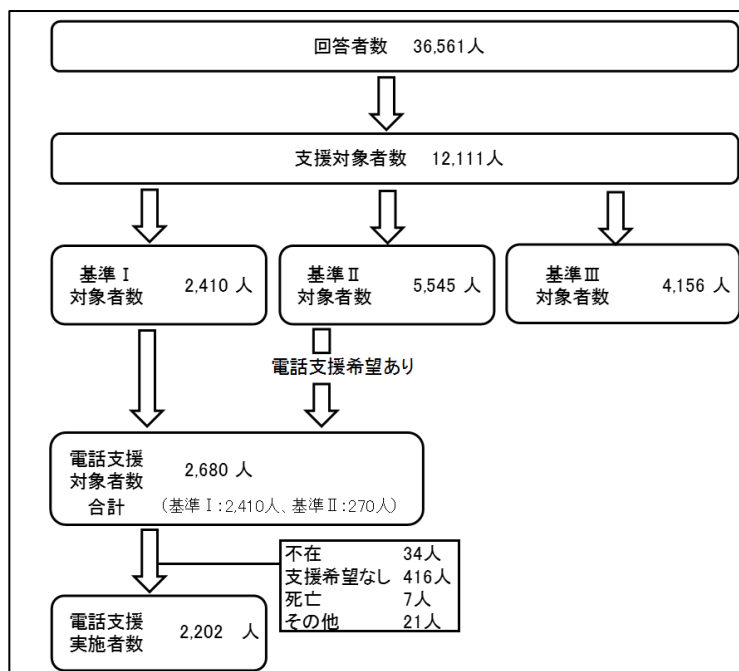


図 37 一般の支援対象者数及び支援実施者数

表 10 電話支援対象者の性別及び年代の分布（一般）

人数（割合）

年代	こころ			生活習慣		
	全体	男性	女性	全体	男性	女性
10代	53	20 (37.7%)	33 (62.3%)	1	1 (100.0%)	0 (0.0%)
20代	117	43 (36.8%)	74 (63.2%)	11	5 (45.5%)	6 (54.5%)
30代	206	81 (39.3%)	125 (60.7%)	35	20 (57.1%)	15 (42.9%)
40代	244	99 (40.6%)	145 (59.4%)	45	36 (80.0%)	9 (20.0%)
50代	308	136 (44.2%)	172 (55.8%)	61	45 (73.8%)	16 (26.2%)
60代	477	216 (45.3%)	261 (54.7%)	89	73 (82.0%)	16 (18.0%)
70代	529	230 (43.5%)	299 (56.5%)	27	23 (85.2%)	4 (14.8%)
80代以上	466	171 (36.7%)	295 (63.3%)	11	9 (81.8%)	2 (18.2%)
合計	2,400	996 (41.5%)	1,404 (58.5%)	280	212 (75.7%)	68 (24.3%)

・平成29年4月1日現在

調査時の住所状況については表 11 のとおり。こころの支援対象者数のうち、福島県内が 1,949 人(81.2%)であり、福島県外が 451 人(18.8%)であった。生活習慣の対象者の内訳は表 12 のとおり。

また、電話支援対象者数のうち、支援を実施できた電話支援実施者数は 2,202 人であった。

表 11 電話支援対象者の調査時住所状況（県内外） 人数（割合）

	全体	こころ	生活習慣
電話支援対象者数	2,680	2,400	280
県内	2,172 (81.0%)	1,949 (81.2%)	223 (79.6%)
県外	508 (19.0%)	451 (18.8%)	57 (20.4%)
電話支援実施者数	2,202	1,974	228
県内	1,794 (81.5%)	1,610 (81.6%)	184 (80.7%)
県外	408 (18.5%)	364 (18.4%)	44 (19.3%)

・平成29年度調査発送時点の住所

表 12 生活習慣の対象者の内訳 人数（割合）

	全体	肥満のみ	アルコールのみ	肥満、アルコール どちらも	睡眠
電話支援対象者数	280	170	93	8	9
県内	223 (79.6%)	135 (79.4%)	74 (79.6%)	6 (75.0%)	8 (88.9%)
県外	57 (20.4%)	35 (20.6%)	19 (20.4%)	2 (25.0%)	1 (11.1%)
電話支援実施者数	228	137	76	8	7
県内	184 (80.7%)	106 (77.4%)	65 (85.5%)	6 (75.0%)	7 (100.0%)
県外	44 (19.3%)	31 (22.6%)	11 (14.5%)	2 (25.0%)	0 (0.0%)

・平成29年度調査発送時点の住所

(イ) 支援結果

調査回答の訴えに基づき、現在問題になっていることについて電話により聞き取りを行った。平成 24 年度から平成 29 年度までの一般の相談内容は図 38 のとおり。

平成 24 年度から平成 29 年度まで、「身体面の健康」「睡眠」「抑うつ」の順で高い割合となった。

人数（割合）					
平成24年度 電話支援 実施者数 5,991人	平成25年度 電話支援 実施者数 3,913人	平成26年度 電話支援 実施者数 3,053人	平成27年度 電話支援 実施者数 2,567人	平成28年度 電話支援 実施者数 2,382人	平成29年度 電話支援 実施者数 2,202人
身体面の健康 2,761人(46.1%)	身体面の健康 1,913人(48.9%)	身体面の健康 1,279人(41.9%)	身体面の健康 1,145人(44.6%)	身体面の健康 1,090人(45.8%)	身体面の健康 986人(44.8%)
睡眠 2,349人(39.2%)	睡眠 1,593人(40.7%)	睡眠 865人(28.3%)	睡眠 798人(31.1%)	睡眠 699人(29.3%)	睡眠 613人(27.8%)
抑うつ 1,417人(23.7%)	抑うつ 765人(19.6%)	抑うつ 485人(15.9%)	抑うつ 342人(13.3%)	抑うつ 231人(9.7%)	抑うつ 240人(10.9%)
家族関係 1,058人(17.7%)	住環境 751人(19.2%)	将来への不安 342人(11.2%)	食習慣 236人(9.2%)	食習慣 227人(9.5%)	将来への不安 226人(10.3%)
住環境 1,049人(17.5%)	家族関係 726人(18.6%)	家族関係 302人(9.9%)	将来への不安 235人(9.2%)	家族関係 192人(8.1%)	家族関係 179人(8.1%)

図 38 電話支援対象者の相談内容（一般）

※平成 23 年度は、集計方法が異なるため、記載していない。

初回電話支援時の状況は、表 13 のとおり。電話支援実施者のうち、支援継続が 171 人(7.8%)、単回支援が 1,924 人(87.4%)、詳細不明が 45 人(2.0%)、支援希望なしが 62 人(2.8%)であった。

表 13 初回電話支援時の状況（一般）				人数（割合）	
電話支援実施者数	全体 2,202	こころ 1,974	生活習慣 228		
支援継続	171 (7.8%)	153 (7.8%)	18 (7.9%)		
単回支援	1,924 (87.4%)	1,720 (87.1%)	204 (89.5%)		
詳細不明	45 (2.0%)	45 (2.3%)	0 (0.0%)		
支援希望なし	62 (2.8%)	56 (2.8%)	6 (2.6%)		
・支援継続 : 体調不良や震災時の影響を強く受けている方、社会・学校不適応や孤立している方など、やや心配が残るため、保健・医療機関等への受診勧奨や外部機関への情報提供など継続的な支援につなぐ必要があると判断されたもの ・単回支援 : 体調や環境面で状態の改善が確認できた場合や、サポート資源利用の利用があった場合など、自身で対処がなされていると判断されたもの ・詳細不明 : 何らかの理由で状況確認が困難だったもの ・支援希望なし: 支援は必要ないと、対象者から申し出があったもの ※支援結果分類の標記変更について 前年度報告まで「経過観察1」「経過観察2」「経過観察3」としていた標記を、分類内容に合わせ、それぞれ「単回支援」「支援継続」「詳細不明」に変更している。					

電話支援の結果、支援継続とした理由の内訳は表 14 のとおり。体調不良(身体)が 109 人(63.7%)と最も多く、次いで体調不良(精神)が 80 人(46.8%)であった。

表 14 支援継続の判断理由(一般)

支援継続の件数	人数(割合)					
	全体 171		こころ 153		生活習慣 18	
体調不良(身体)	109	(63.7%)	96	(62.7%)	13	(72.2%)
体調不良(精神)	80	(46.8%)	77	(50.3%)	3	(16.7%)
社会不適応	5	(2.9%)	5	(3.3%)	0	(0.0%)
孤立	9	(5.3%)	9	(5.9%)	0	(0.0%)
その他	11	(6.4%)	11	(7.2%)	0	(0.0%)

・内訳は延べ数

電話支援実施者への支援の対応内容については、表 15 のとおり。傾聴が 1,949 人(88.5%)、受診勧奨が 133 人(6.0%)、生活習慣指導が 351 人(15.9%)、心理教育が 113 人(5.1%)、電話での情報提供が 26 人(1.2%)であった。

表 15 電話支援の対応内容(一般)

電話支援実施者数	人数(割合)					
	全体 2,202		こころ 1,974		生活習慣 228	
傾聴	1,949	(88.5%)	1,732	(87.7%)	217	(95.2%)
受診勧奨	133	(6.0%)	77	(3.9%)	56	(24.6%)
生活習慣指導	351	(15.9%)	211	(10.7%)	140	(61.4%)
心理教育	113	(5.1%)	111	(5.6%)	2	(0.9%)
電話での情報提供	26	(1.2%)	19	(1.0%)	7	(3.1%)
その他(状況確認のみ等)	189	(8.6%)	188	(9.5%)	1	(0.4%)

・内訳は延べ数

電話支援実施者への支援後の対応については、表 16 のとおり。外部連絡が 5 人(0.2%)、文書送付が 21 件(1.0%)であった。

表 16 電話支援後の対応(一般)

電話支援実施者数	人数(割合)					
	全体 2,202		こころ 1,974		生活習慣 228	
外部連絡	5	(0.2%)	5	(0.3%)	0	(0.0%)
文書送付	21	(1.0%)	20	(1.0%)	1	(0.4%)
他部門の対応	1	(0.0%)	1	(0.1%)	0	(0.0%)

・外部連絡 : 対象者の状況から、市町村、ふくしま心のケアセンター等との情報共有を行ったもの

・文書送付 : こころのケア登録医師を受診するための紹介状や一覧表、県外での医療機関や相談機関の情報、かかりつけの医師に宛てた情報提供書等を支援対象者へ送付したもの

・他部門の対応: 基本調査に関する質問や甲状腺検査についてなど、放射線医学県民健康管理センターの他部門での対応を行ったもの

(2) パンフレット送付による支援

基準Ⅲにより 4,156 人に、それぞれ該当するパンフレットの送付を行った。パンフレット内容の内訳は、肥満が 330 人、飲酒が 1,227 人、喫煙が 2,599 人であった。

(3) まとめ

- ・ 子どもの支援において、初回電話支援時の状況は、社会・学校不適應や孤立している等の理由でやや心配が残ると判断された「支援継続」は 17 人(10.5%)であった。相談内容について割合が高かったものは「学校に関すること」であった。支援の対応内容は「傾聴」が最も多く、次いで「心理教育」であった。
- ・ 一般の支援において、初回電話支援時の状況で「支援継続」と判断されたものは、こころの電話支援実施者で 153 人(7.8%)であり、生活習慣の電話支援実施者で 18 人(7.9%)であった。相談内容について割合が高かったものは「身体面の健康」「睡眠」であった。支援の対応内容は「傾聴」が最も多く、次いで「生活習慣指導」であった。
- ・ 「子ども」においても「一般」においても「支援継続」と判断された場合や対象者の希望があった場合については、電話支援による継続的な状況確認を行うほか、社会資源の紹介や外部機関への情報提供を行うなど地域保健医療機関へとつないだ。また、電話支援を実施できなかった方には、当センターで作成した「こころの健康度と生活習慣サポートブック」を送付し、心身の健康へのセルフチェックを促すとともに、「こころの健康度・生活習慣に関する調査」の専用ダイヤル及び各種相談窓口を案内した。

6 平成29年度「こころの健康度・生活習慣に関する調査」結果集計

(1)0歳～3歳

				人数	割合
回答形式	(有効回答	687人)	・紙	574	83.6%
			・オンライン	113	16.4%
性別	(有効回答	687人)	・男児	367	53.4%
(平均年齢 1.9歳)			・女児	320	46.6%
調査時住所別	(有効回答	687人)	・県内	626	91.1%
			・県外	61	8.9%
問1 健康状態について	(有効回答	682人)	・きわめて良好	314	46.0%
			・良好	266	39.0%
			・普通	100	14.7%
			・悪い	2	0.3%
			・きわめて悪い	0	0.0%
問2 身長 男児	1歳 (有効回答	109人)	平均身長	77.7	cm
	2歳 (有効回答	97人)	平均身長	87.7	cm
	3歳 (有効回答	111人)	平均身長	95.6	cm
女児	1歳 (有効回答	89人)	平均身長	76.6	cm
	2歳 (有効回答	79人)	平均身長	87.1	cm
	3歳 (有効回答	94人)	平均身長	94.5	cm
体重 男児	1歳 (有効回答	119人)	平均体重	10.2	kg
	2歳 (有効回答	106人)	平均体重	12.5	kg
	3歳 (有効回答	118人)	平均体重	14.8	kg
女児	1歳 (有効回答	99人)	平均体重	9.8	kg
	2歳 (有効回答	91人)	平均体重	12.5	kg
	3歳 (有効回答	103人)	平均体重	14.0	kg
問3 睡眠時間と昼寝の有無					
1)睡眠時間	(有効回答	685人)	平均睡眠時間	9時間56分	
	(有効回答	685人)	平均就寝時刻	午後9時06分	
	(有効回答	685人)	平均起床時刻	午前7時03分	
2)昼寝の有無	(有効回答	686人)	・いいえ	63	9.2%
			・はい	623	90.8%
	(有効回答	607人)	平均昼寝時間	1時間51分	
問4 普段の運動頻度について	(有効回答	428人)	・ほとんど毎日している	221	51.6%
			・週に2～4回している	149	34.8%
			・週1回程度している	34	7.9%
			・ほとんどしていない	24	5.6%
問5 最近1か月間の食事について					
1. 魚介類を食べる日は、週に3日以上ですか	(有効回答	658人)	・はい	340	51.7%
			・いいえ	318	48.3%
2. 漬物以外の野菜・海藻・きのこ類をほぼ毎食食べますか	(有効回答	658人)	・はい	448	68.1%
			・いいえ	210	31.9%
3. 果物をほぼ毎日食べますか	(有効回答	658人)	・はい	429	65.2%
			・いいえ	229	34.8%
4. 大豆製品をほぼ毎日食べますか	(有効回答	658人)	・はい	457	69.5%
			・いいえ	201	30.5%
5. 乳製品をほぼ毎日とりますか	(有効回答	658人)	・はい	536	81.5%
			・いいえ	122	18.5%
問6 育児に自信がもてない	(有効回答	687人)	・はい	100	14.6%
			・いいえ	295	42.9%
			・何ともいえない	292	42.5%
問7 育児の悩みの有無	(有効回答	686人)	・はい	83	12.1%
			・いいえ	461	67.2%
			・どちらとも言えない	142	20.7%
問8 相談先について	(有効回答	685人)	・ある	667	97.4%
現在、育児について相談できる身近な人や			(家族)	637	-
各種機関はありますか			(近所の人)	76	-
			(友人)	462	-
			(医療機関)	115	-
			(児童相談所)	26	-
			(保健師・助産師)	116	-
			(保育士・幼稚園の先生)	241	-
			(その他)	23	-
			・相談できる人や機関はない	18	2.6%

(2) 4 歳～6 歳

				人数	割合
回答形式	(有効回答	699 人)	・紙	628	89.8%
			・オンライン	71	10.2%
性別	(有効回答	699 人)	・男児	352	50.4%
(平均年齢 5.0 歳)			・女児	347	49.6%
調査時住所別	(有効回答	699 人)	・県内	603	86.3%
			・県外	96	13.7%
問1 健康状態について	(有効回答	693 人)	・きわめて良好	270	39.0%
			・良好	301	43.4%
			・普通	119	17.2%
			・悪い	3	0.4%
			・きわめて悪い	0	0.0%
問2 身長 男児	4歳 (有効回答	103 人)	平均身長	102.6 cm	
	5歳 (有効回答	95 人)	平均身長	108.3 cm	
	6歳 (有効回答	125 人)	平均身長	116.1 cm	
女児	4歳 (有効回答	94 人)	平均身長	101.7 cm	
	5歳 (有効回答	96 人)	平均身長	109.2 cm	
	6歳 (有効回答	139 人)	平均身長	115.5 cm	
体重 男児	4歳 (有効回答	105 人)	平均体重	16.8 kg	
	5歳 (有効回答	98 人)	平均体重	18.1 kg	
	6歳 (有効回答	129 人)	平均体重	21.1 kg	
女児	4歳 (有効回答	95 人)	平均体重	16.1 kg	
	5歳 (有効回答	98 人)	平均体重	18.6 kg	
	6歳 (有効回答	140 人)	平均体重	21.2 kg	
問3 睡眠時間と昼寝の有無					
1) 睡眠時間	(有効回答	698 人)	平均睡眠時間	9時間37分	
	(有効回答	698 人)	平均就寝時刻	午後9時09分	
	(有効回答	698 人)	平均起床時刻	午前6時47分	
2) 昼寝の有無	(有効回答	697 人)	・いいえ	423	60.7%
			・はい	274	39.3%
	(有効回答	257 人)	平均昼寝時間	1時間35分	
問4 普段の運動頻度について	(有効回答	697 人)	・ほとんど毎日している	416	59.7%
			・週に2～4回している	196	28.1%
			・週1回程度している	59	8.5%
			・ほとんどしていない	26	3.7%
問5 最近1か月間の食事について					
1. 人と比較して食べる速度が速いほうですか	(有効回答	698 人)	・速い	64	9.2%
			・ふつう・遅い	634	90.8%
2. 砂糖入りの飲料をほぼ毎日飲みますか	(有効回答	698 人)	・はい	203	29.1%
			・いいえ	495	70.9%
3. 魚介類を食べる日は、週に3日以上ですか	(有効回答	699 人)	・はい	365	52.2%
			・いいえ	334	47.8%
4. 漬物以外の野菜・海藻・きのこ類をほぼ毎食食べますか	(有効回答	699 人)	・はい	455	65.1%
			・いいえ	244	34.9%
5. 果物をほぼ毎日食べますか	(有効回答	699 人)	・はい	370	52.9%
			・いいえ	329	47.1%
6. 大豆製品をほぼ毎日食べますか	(有効回答	697 人)	・はい	391	56.1%
			・いいえ	306	43.9%
7. 乳製品をほぼ毎日とりますか	(有効回答	698 人)	・はい	587	84.1%
			・いいえ	111	15.9%
8. 惣菜や弁当など調理された食品を、ほぼ毎日食べますか	(有効回答	696 人)	・はい	72	10.3%
			・いいえ	624	89.7%
9. ほぼ毎日外食をしていますか	(有効回答	698 人)	・はい	2	0.3%
			・いいえ	696	99.7%

				人数	割合
問6 子どもの情緒と行動について(SDQ)	(有効回答 699 人)	平均総合得点		8.4 点	
1) SDQ	(有効回答 352 人)	平均総合得点 男児		8.9 点	
	(有効回答 347 人)	平均総合得点 女児		7.8 点	
		・16点以上		58	8.3%
		(男児)		37	10.5%
		(女児)		21	6.1%
		・20点以上		13	1.9%
		(男児)		10	2.8%
		(女児)		3	0.9%
2) 困難の有無および程度	(有効回答 696 人)	・いいえ		563	80.9%
		・はい(ささいな困難)		102	14.7%
		・はい(明らかな困難)		26	3.7%
		・はい(深刻な困難)		5	0.7%
3) 困難による動揺の程度	(有効回答 129 人)	・まったくない		66	51.2%
		・すこしだけ		59	45.7%
		・かなり		2	1.6%
		・大いに		2	1.6%
4) 発達ころの問題	(有効回答 661 人)	・ある		126	19.1%
		(注意の欠如や多動)		13	-
		(自閉症スペクトラム障害)		25	-
		(知的発達の遅れ)		16	-
		(チック)		3	-
		(夜尿)		30	-
		(言葉の問題)		39	-
		(食事の問題)		42	-
		(睡眠の問題)		6	-
		(PTSD)		1	-
		(その他)		13	-
		・ない		535	80.9%
問7 保育園・幼稚園に行きたがらない この1年間に、行きたがらないことが理由で 休んだことはありましたか	(有効回答 698 人)	・ある		132	18.9%
		(休んだことはなかった)		92	69.7%
		(休んだことがあった)		40	30.3%
		・ない		548	78.5%
		・現在入園していない		18	2.6%
問8 相談先について 現在、育児について相談できる身近な人や 各種機関はありますか	(有効回答 695 人)	・ある		677	97.4%
		(家族)		639	-
		(近所の人)		107	-
		(友人)		495	-
		(医療機関)		110	-
		(児童相談所)		21	-
		(保健師・助産師)		78	-
		(保育士・幼稚園の先生)		443	-
		(その他)		31	-
		・相談できる人や機関はない		18	2.6%

(3)小学生

				人数	割合
回答形式	(有効回答	2,024 人)	・紙 ・オンライン	1,753 271	86.6% 13.4%
性別 (平均年齢 9.4 歳)	(有効回答	2,024 人)	・男児 ・女児	1,006 1,018	49.7% 50.3%
調査時住所別	(有効回答	2,024 人)	・県内 ・県外	1,557 467	76.9% 23.1%
問1 健康状態について	(有効回答	2,008 人)	・きわめて良好 ・良好 ・普通 ・悪い ・きわめて悪い	651 820 511 24 2	32.4% 40.8% 25.4% 1.2% 0.1%
問2 身長 男児	1年生 (有効回答	145 人)	平均身長	121.9 cm	
	2年生 (有効回答	178 人)	平均身長	127.3 cm	
	3年生 (有効回答	148 人)	平均身長	133.1 cm	
	4年生 (有効回答	162 人)	平均身長	138.6 cm	
	5年生 (有効回答	162 人)	平均身長	144.4 cm	
	6年生 (有効回答	163 人)	平均身長	151.9 cm	
女児	1年生 (有効回答	155 人)	平均身長	121.6 cm	
	2年生 (有効回答	199 人)	平均身長	126.9 cm	
	3年生 (有効回答	140 人)	平均身長	132.4 cm	
	4年生 (有効回答	141 人)	平均身長	137.2 cm	
	5年生 (有効回答	180 人)	平均身長	146.0 cm	
	6年生 (有効回答	147 人)	平均身長	150.9 cm	
体重 男児	1年生 (有効回答	148 人)	平均体重	24.1 kg	
	2年生 (有効回答	181 人)	平均体重	27.7 kg	
	3年生 (有効回答	149 人)	平均体重	31.7 kg	
	4年生 (有効回答	166 人)	平均体重	35.5 kg	
	5年生 (有効回答	164 人)	平均体重	38.6 kg	
	6年生 (有効回答	162 人)	平均体重	43.6 kg	
女児	1年生 (有効回答	162 人)	平均体重	23.2 kg	
	2年生 (有効回答	201 人)	平均体重	26.2 kg	
	3年生 (有効回答	143 人)	平均体重	29.9 kg	
	4年生 (有効回答	145 人)	平均体重	33.4 kg	
	5年生 (有効回答	179 人)	平均体重	39.1 kg	
	6年生 (有効回答	142 人)	平均体重	43.2 kg	
問3 睡眠時間	(有効回答	2,015 人)	平均睡眠時間	8時間52分	
	(有効回答	2,015 人)	平均就寝時刻	午後9時30分	
	(有効回答	2,016 人)	平均起床時刻	午前6時23分	
問4 普段の運動頻度について	(有効回答	2,015 人)	・ほとんど毎日している ・週に2～4回している ・週1回程度している ・ほとんどしていない	218 626 524 647	10.8% 31.1% 26.0% 32.1%
問5 最近1か月間の食事について					
1. 人と比較して食べる速度が速いほうですか	(有効回答	2,017 人)	・速い ・ふつう・遅い	261 1,756	12.9% 87.1%
2. 朝食を抜くことがよくありますか	(有効回答	2,021 人)	・はい ・いいえ	158 1,863	7.8% 92.2%
3. 砂糖入りの飲料をほぼ毎日飲みますか	(有効回答	2,021 人)	・はい ・いいえ	483 1,538	23.9% 76.1%
4. 魚介類を食べる日は、週に3日以上ですか	(有効回答	2,021 人)	・はい ・いいえ	914 1,107	45.2% 54.8%
5. 漬物以外の野菜・海藻・きのこ類をほぼ毎食食べますか	(有効回答	2,022 人)	・はい ・いいえ	1,405 617	69.5% 30.5%
6. 果物をほぼ毎日食べますか	(有効回答	2,021 人)	・はい ・いいえ	768 1,253	38.0% 62.0%
7. 大豆製品をほぼ毎日食べますか	(有効回答	2,019 人)	・はい ・いいえ	1,196 823	59.2% 40.8%
8. 乳製品をほぼ毎日とりますか	(有効回答	2,021 人)	・はい ・いいえ	1,754 267	86.8% 13.2%
9. 惣菜や弁当など調理された食品を、ほぼ毎日食べますか	(有効回答	2,022 人)	・はい ・いいえ	143 1,879	7.1% 92.9%
10. ほぼ毎日外食をしていますか	(有効回答	2,020 人)	・はい ・いいえ	6 2,014	0.3% 99.7%

				人数	割合
問6 子どもの情緒と行動について(SDQ)	(有効回答 2,020 人)	平均総合得点		8.5 点	
1) SDQ	(有効回答 1,004 人)	平均総合得点 男児		9.0 点	
	(有効回答 1,016 人)	平均総合得点 女児		7.9 点	
		・16点以上		241	11.9%
		(男児)		143	14.2%
		(女児)		98	9.6%
		・20点以上		94	4.7%
		(男児)		57	5.7%
		(女児)		37	3.6%
2) 困難の有無および程度	(有効回答 2,010 人)	・いいえ		1,502	74.7%
		・はい(ささいな困難)		408	20.3%
		・はい(明らかな困難)		80	4.0%
		・はい(深刻な困難)		20	1.0%
3) 困難による動揺の程度	(有効回答 502 人)	・まったくくない		151	30.1%
		・すこしだけ		318	63.3%
		・かなり		28	5.6%
		・大いに		5	1.0%
4) 発達ころの問題	(有効回答 1,876 人)	・ある		298	15.9%
		(注意の欠如や多動)		55	-
		(自閉症スペクトラム障害)		79	-
		(学習障害)		37	-
		(知的発達の遅れ)		43	-
		(言葉の問題)		43	-
		(チック)		35	-
		(夜尿)		46	-
		(食事の問題)		67	-
		(睡眠の問題)		14	-
		(うつ状態)		0	-
		(PTSD)		13	-
		(ひきこもり)		4	-
		(いじめ)		14	-
		(その他)		50	-
		・ない		1,578	84.1%
問7 学校に行きたがらない	(有効回答 2,014 人)	・ある		249	12.4%
この1年間に、行きたがらないことが理由で		(休んだことはなかった)		172	69.6%
休んだことはありましたか		(休んだことがあった(合計で30日未満))		67	27.1%
		(休んだことがあった(合計で30日以上))		8	3.2%
		・ない		1,765	87.6%
問8 相談先について	(有効回答 2,013 人)	・ある		1,933	96.0%
現在、子育てについて相談できる身近な人や		(家族)		1,767	-
各種機関はありますか		(近所の人)		295	-
		(友人)		1,290	-
		(医療機関)		257	-
		(児童相談所)		55	-
		(学校の先生)		989	-
		(スクールカウンセラー)		152	-
		(その他)		71	-
		・相談できる人や機関はない		80	4.0%

(4) 中学生

				人数	割合
回答形式	(有効回答	905 人)	・紙	808	89.3%
			・オンライン	97	10.7%
性別	(有効回答	905 人)	・男子	443	49.0%
(平均年齢 13.9 歳)			・女子	462	51.0%
調査時住所別	(有効回答	905 人)	・県内	714	78.9%
			・県外	191	21.1%
問1 健康状態について	(有効回答	598 人)	・きわめて良好	185	30.9%
			・良好	198	33.1%
			・普通	192	32.1%
			・悪い	17	2.8%
			・きわめて悪い	6	1.0%
問2 身長 男子	1年生 (有効回答	93 人)	平均身長	158.6 cm	
	2年生 (有効回答	86 人)	平均身長	163.9 cm	
	3年生 (有効回答	92 人)	平均身長	168.1 cm	
女子	1年生 (有効回答	117 人)	平均身長	153.4 cm	
	2年生 (有効回答	95 人)	平均身長	155.8 cm	
	3年生 (有効回答	107 人)	平均身長	156.6 cm	
体重 男子	1年生 (有効回答	93 人)	平均体重	48.1 kg	
	2年生 (有効回答	85 人)	平均体重	55.5 kg	
	3年生 (有効回答	92 人)	平均体重	57.3 kg	
女子	1年生 (有効回答	116 人)	平均体重	45.4 kg	
	2年生 (有効回答	93 人)	平均体重	50.3 kg	
	3年生 (有効回答	106 人)	平均体重	52.4 kg	
問3 睡眠					
1) 睡眠時間	(有効回答	588 人)	平均睡眠時間	7時間35分	
	(有効回答	588 人)	平均就寝時刻	午後10時53分	
	(有効回答	588 人)	平均起床時刻	午前6時28分	
2) 日頃の睡眠の満足度	(有効回答	595 人)	・十分だと思う	238	40.0%
			・やや足りない	294	49.4%
			・足りない	63	10.6%
問4 普段の運動頻度について	(有効回答	601 人)	・ほとんど毎日している	258	42.9%
			・週に2～4回している	98	16.3%
			・週1回程度している	56	9.3%
			・ほとんどしていない	189	31.4%
問5 最近1か月間の食事について					
1. 人と比較して食べる速度が速いほうですか	(有効回答	599 人)	・速い	125	20.9%
			・ふつう・遅い	474	79.1%
2. 朝食を抜くことがよくありますか	(有効回答	602 人)	・はい	68	11.3%
			・いいえ	534	88.7%
3. 夕食後1～2時間以内に床につきますか	(有効回答	600 人)	・はい	59	9.8%
			・いいえ	541	90.2%
4. 砂糖入りの飲料をほぼ毎日飲みますか	(有効回答	602 人)	・はい	164	27.2%
			・いいえ	438	72.8%
5. 魚介類を食べる日は、週に3日以上ですか	(有効回答	602 人)	・はい	291	48.3%
			・いいえ	311	51.7%
6. 漬物以外の野菜・海藻・きのこ類をほぼ毎食食べますか	(有効回答	602 人)	・はい	427	70.9%
			・いいえ	175	29.1%
7. 果物をほぼ毎日食べますか	(有効回答	601 人)	・はい	199	33.1%
			・いいえ	402	66.9%
8. 大豆製品をほぼ毎日食べますか	(有効回答	602 人)	・はい	377	62.6%
			・いいえ	225	37.4%
9. 乳製品をほぼ毎日とりますか	(有効回答	601 人)	・はい	501	83.4%
			・いいえ	100	16.6%
10. 惣菜や弁当など調理された食品を、ほぼ毎日食べますか	(有効回答	602 人)	・はい	84	14.0%
			・いいえ	518	86.0%
11. ほぼ毎日外食をしていますか	(有効回答	602 人)	・はい	1	0.2%
			・いいえ	601	99.8%

				人数	割合
問6 子どもの情緒と行動について(SDQ)	(有効回答 873 人)	平均総合得点		8.2 点	
1) SDQ	(有効回答 424 人)	平均総合得点 男子		8.5 点	
	(有効回答 449 人)	平均総合得点 女子		8.0 点	
		・16点以上		98	11.2%
		(男子)		48	11.3%
		(女子)		50	11.1%
		・20点以上		39	4.5%
		(男子)		22	5.2%
		(女子)		17	3.8%
2) 困難の有無および程度	(有効回答 866 人)	・いいえ		613	70.8%
		・はい(ささいな困難)		178	20.6%
		・はい(明らかな困難)		58	6.7%
		・はい(深刻な困難)		17	2.0%
3) 困難による動揺の程度	(有効回答 251 人)	・まったくない		55	21.9%
		・すこしだけ		150	59.8%
		・かなり		33	13.1%
		・大いに		13	5.2%
4) 発達ころの問題	(有効回答 836 人)	・ある		153	18.3%
		(注意の欠如や多動)		26	—
		(自閉症スペクトラム障害)		31	—
		(学習障害)		20	—
		(知的発達の遅れ)		17	—
		(チック)		9	—
		(不眠)		24	—
		(睡眠リズムの問題)		52	—
		(摂食障害)		8	—
		(PTSD)		19	—
		(うつ状態)		6	—
		(ひきこもり)		15	—
		(いじめ)		16	—
		(非行)		1	—
		(その他)		42	—
		・ない		683	81.7%
問7 学校に行きたがらない	(有効回答 870 人)	・ある		164	18.9%
この1年間に、行きたがらないことが理由で		(休んだことはなかった)		68	41.7%
休んだことはありましたか		(休んだことがあった(合計で30日未満))		64	39.3%
		(休んだことがあった(合計で30日以上))		31	19.0%
		・ない		706	81.1%
問8 相談先について	(有効回答 864 人)	・ある		821	95.0%
現在、子育てについて相談できる身近な人や		(家族)		721	—
各種機関はありますか		(近所の人)		75	—
		(友人)		532	—
		(医療機関)		99	—
		(児童相談所)		27	—
		(学校の先生)		346	—
		(スクールカウンセラー)		91	—
		(その他)		38	—
		・相談できる人や機関はない		43	5.0%

(5) 一般

				人数	割合
回答形式	(有効回答 36,420 人)	・紙		34,203	93.9%
		・オンライン		2,217	6.1%
性別	(有効回答 36,420 人)	・男性		16,517	45.4%
(平均年齢 62.4 歳)		・女性		19,903	54.6%
調査時住所別	(有効回答 36,420 人)	・県内		31,226	85.7%
		・県外		5,194	14.3%
問1 健康状態について	(有効回答 31,036 人)	・きわめて良好		1,275	4.1%
		・良好		5,312	17.1%
		・普通		19,508	62.9%
		・悪い		4,512	14.5%
		・きわめて悪い		429	1.4%
問2 身長と体重					
1) 身長、体重、BMI					
身長 男性	(有効回答 16,018 人)	平均身長		165.8 cm	
女性	(有効回答 19,057 人)	平均身長		153.1 cm	
体重 男性	(有効回答 16,031 人)	平均体重		66.5 kg	
女性	(有効回答 19,038 人)	平均体重		54.4 kg	
BMI 男性	(有効回答 15,890 人)	平均BMI		24.2 kg/m ²	
		・18.5 kg/m ² 未満		583	3.7%
		・18.5 kg/m ² 以上 25.0kg/m ² 未満		9,462	59.5%
		・25.0 kg/m ² 以上 27.5kg/m ² 未満		3,441	21.7%
		・27.5 kg/m ² 以上 30.0kg/m ² 未満		1,525	9.6%
		・30.0 kg/m ² 以上		879	5.5%
女性	(有効回答 18,796 人)	平均BMI		23.2 kg/m ²	
		・18.5 kg/m ² 未満		1,460	7.8%
		・18.5 kg/m ² 以上 25.0kg/m ² 未満		12,186	64.8%
		・25.0 kg/m ² 以上 27.5kg/m ² 未満		2,809	14.9%
		・27.5 kg/m ² 以上 30.0kg/m ² 未満		1,328	7.1%
		・30.0 kg/m ² 以上		1,013	5.4%
2) 体重変化	男性 (有効回答 15,778 人)	・3kg以上増えた		1,736	11.0%
		・ほぼ変わらない(±3kg以内)		12,737	80.7%
		・3kg以上減った		1,305	8.3%
	女性 (有効回答 18,835 人)	・3kg以上増えた		2,361	12.5%
		・ほぼ変わらない(±3kg以内)		15,030	79.8%
		・3kg以上減った		1,444	7.7%
問3 既往歴					
1) 高血圧 (または、血圧が高い)	(有効回答 35,398 人)	・ない		19,486	55.0%
		・ある		15,912	45.0%
		(現在通院している)		14,406	91.9%
		(現在通院していない)		1,266	8.1%
2) 糖尿病 (または、血糖が高い)	(有効回答 34,727 人)	・ない		29,144	83.9%
		・ある		5,583	16.1%
		(現在通院している)		4,890	89.6%
		(現在通院していない)		570	10.4%
3) 脂質異常症	(有効回答 34,725 人)	・ない		21,580	62.1%
		・ある		13,145	37.9%
		(現在通院している)		9,113	71.5%
		(現在通院していない)		3,628	28.5%
4) 精神疾患	(有効回答 34,997 人)	・ない		31,426	89.8%
		・ある		3,571	10.2%
		(現在通院している)		2,581	75.8%
		(現在は改善しているため、 通院はしていない)		477	14.0%
		(現在通院していない)		349	10.2%

			人数	割合
5) がん（白血病やリンパ腫を含む）	（有効回答 35,152 人）	・ない	32,665	92.9%
		・ある	2,487	7.1%
6) 脳卒中	（有効回答 35,222 人）	・ない	33,470	95.0%
		・ある	1,752	5.0%
		（脳こうそく）	1,186	－
		（脳出血）	230	－
		（くも膜下出血）	182	－
		（その他）	36	－
		（わからない）	166	－
7) 心臓病	（有効回答 35,504 人）	・ない	30,826	86.8%
		・ある	4,678	13.2%
		（心筋梗塞）	536	－
		（狭心症）	1,274	－
		（不整脈）	2,375	－
		（その他）	764	－
		（わからない）	318	－
8) 甲状腺疾患	（有効回答 35,156 人）	・ない	33,763	96.0%
		・ある	1,393	4.0%
		（甲状腺機能亢進症（バセドウ病））	299	－
		（甲状腺機能低下症）	554	－
		（その他）	514	－
問4 睡眠				
1) 睡眠時間	（有効回答 35,460 人）	平均睡眠時間 7時間03分		
2) 睡眠満足度	（有効回答 31,669 人）	・満足している	12,901	40.7%
		・少し不満	14,373	45.4%
		・かなり不満	3,661	11.6%
		・非常に不満か、全く眠れなかった	734	2.3%
3) 睡眠の経験				
1. 夜、床に入ってから寝つくまでの時間がかかる	（有効回答 31,237 人）	・ある	12,204	39.1%
		・ない	19,033	60.9%
2. 夜間、睡眠途中で目が覚める	（有効回答 31,342 人）	・ある	20,300	64.8%
		・ない	11,042	35.2%
3. 希望する起床時刻より早く目覚め、それ以上眠れない	（有効回答 30,693 人）	・ある	12,055	39.3%
		・ない	18,638	60.7%
4. 総睡眠時間が不足する	（有効回答 30,237 人）	・ある	11,036	36.5%
		・ない	19,201	63.5%
5. 日中の気分がめいる	（有効回答 29,968 人）	・ある	7,164	23.9%
		・ない	22,804	76.1%
6. 日中の身体的および精神的な活動が低下する	（有効回答 30,256 人）	・ある	8,233	27.2%
		・ない	22,023	72.8%
7. 日中の眠気	（有効回答 30,748 人）	・ある	14,873	48.4%
		・ない	15,875	51.6%
問5 普段の運動頻度について	（有効回答 35,811 人）	・ほとんど毎日している	5,729	16.0%
		・週に2～4回している	9,130	25.5%
		・週1回程度している	6,132	17.1%
		・ほとんどしていない	14,820	41.4%

			人数	割合
問6 喫煙	(有効回答 33,996 人)	・吸ったことがない	19,581	57.6%
		・やめた	9,366	27.6%
		・吸っている	5,049	14.9%
	(有効回答 4,793 人)	平均喫煙年数	32.2 年	
	(有効回答 4,886 人)	平均1日本数	15.9 本	
問7 飲酒				
1) アルコール飲料の飲酒	(有効回答 34,277 人)	・飲まない、または、ほとんど飲まない	18,513	54.0%
		・やめた	1,520	4.4%
		・飲む(月1回以上)	14,244	41.6%
2) 飲酒の頻度	(有効回答 13,608 人)	・週に1日	2,011	14.8%
		・週に2日	1,363	10.0%
		・週に3日	1,297	9.5%
		・週に4日	832	6.1%
		・週に5日	1,469	10.8%
		・週に6日	1,730	12.7%
		・週に7日	4,906	36.1%
3) 1日あたりの飲酒量	(有効回答 13,241 人)	平均飲酒量	1.1 合	
	(有効回答 34,277 人)	2合以上飲酒者	2,753	8.0%
4) 飲酒に関する経験				
1. 飲酒量を減らさなければならなかったと感じたことがありますか？	(有効回答 13,049 人)	・いいえ	9,173	70.3%
		・はい	3,876	29.7%
2. 他人があなたの飲酒を批難するので気にさわったことがありますか？	(有効回答 12,940 人)	・いいえ	11,787	91.1%
		・はい	1,153	8.9%
3. 自分の飲酒について悪いとか申し訳ないと感じたことがありますか？	(有効回答 12,962 人)	・いいえ	11,401	88.0%
		・はい	1,561	12.0%
4. 神経を落ち着かせたり、二日酔いを治すために、「迎え酒」をしたことがありますか？	(有効回答 12,960 人)	・いいえ	12,042	92.9%
		・はい	918	7.1%
		CAGE2点以上	1,815	14.1%
	(有効回答 8,780 人)	(男性)	1,455	16.6%
	(有効回答 4,110 人)	(女性)	360	8.8%
	(有効回答 583 人)	(20代)	46	7.9%
	(有効回答 905 人)	(30代)	135	14.9%
	(有効回答 1,407 人)	(40代)	237	16.8%
	(有効回答 1,924 人)	(50代)	272	14.1%
	(有効回答 4,025 人)	(60代)	615	15.3%
	(有効回答 4,046 人)	(70代以上)	510	12.6%
問8 食欲について	(有効回答 34,646 人)	・0日	27,213	78.5%
この2週間で、食欲がないことがどのくらいの頻度		・数日	5,854	16.9%
でありましたか		・半分以上	921	2.7%
		・ほとんど毎日	658	1.9%

			人数	割合
問9 最近1か月間の食事について				
1. 人と比較して食べる速度が速いほうですか		・速い	9,855	27.4%
(有効回答 35,924 人)		・ふつう・遅い	26,069	72.6%
2. 朝食を抜くことがよくありますか		・はい	5,182	14.4%
(有効回答 35,916 人)		・いいえ	30,734	85.6%
3. 間食または夜食をほぼ毎日とりますか		・はい	9,971	27.8%
(有効回答 35,807 人)		・いいえ	25,836	72.2%
4. 就寝前の2時間以内に夕食を週3回以上とりますか		・はい	7,681	21.5%
(有効回答 35,658 人)		・いいえ	27,977	78.5%
5. 魚介類を食べる日は、週に3日以上ですか		・はい	21,585	60.3%
(有効回答 35,804 人)		・いいえ	14,219	39.7%
6. 漬物以外の野菜・海草・きのこ類をほぼ毎食食べますか		・はい	24,238	67.5%
(有効回答 35,929 人)		・いいえ	11,691	32.5%
7. 果物をほぼ毎日食べますか		・はい	16,578	46.2%
(有効回答 35,869 人)		・いいえ	19,291	53.8%
8. 大豆製品をほぼ毎日食べますか		・はい	23,945	66.6%
(有効回答 35,979 人)		・いいえ	12,034	33.4%
9. 乳製品をほぼ毎日とりますか		・はい	22,878	63.8%
(有効回答 35,856 人)		・いいえ	12,978	36.2%
10. 惣菜や弁当など調理された食品を、ほぼ毎日食べますか		・はい	7,661	21.4%
(有効回答 35,822 人)		・いいえ	28,161	78.6%
問10 全般的な精神健康度について				
1) 精神健康度 (K6)	(有効回答 31,094 人)	平均点	4.2 点	
	(有効回答 14,190 人)	平均点 男性	4.0 点	
	(有効回答 16,904 人)	平均点 女性	4.4 点	
	(有効回答 14,190 人)	・13点以上 (男性)	1,993	6.4%
	(有効回答 16,904 人)	(女性)	830	5.8%
			1,163	6.9%
	(有効回答 552 人)	(10代)	37	6.7%
	(有効回答 1,462 人)	(20代)	124	8.5%
	(有効回答 2,325 人)	(30代)	198	8.5%
	(有効回答 2,974 人)	(40代)	255	8.6%
	(有効回答 3,715 人)	(50代)	306	8.2%
	(有効回答 8,574 人)	(60代)	402	4.7%
	(有効回答 11,492 人)	(70代以上)	671	5.8%
2) 日常生活への支障	(有効回答 31,922 人)	・全くない	21,140	66.2%
		・少しだけ	6,860	21.5%
		・ときどき	2,713	8.5%
		・たいてい	613	1.9%
		・いつも	596	1.9%
問11 ライフイベント ※複数回答				
この1年間に、あなたが経験した出来事で当てはまるもの		・避難指示解除に伴う帰還	4,358	—
		・避難指示解除に伴う帰還以外の転居	2,676	—
		・結婚	595	—
		・子ども・孫の誕生	3,648	—
		・自分の健康状態の悪化	9,910	—
		・家族の健康状態の悪化	5,609	—
		・家族の介護	3,891	—
		・配偶者・パートナーとの離婚	323	—
		・家族との別居	2,978	—
		・家族との死別	2,525	—
		・家族以外の大切な人との死別	5,989	—
		・進学	1,234	—
		・就職・転職	1,866	—
		・昇進・昇格	398	—
		・失業	1,419	—
		・退職	1,413	—
		・経済状況の悪化	4,123	—
		・自然災害による被災	1,437	—
		・対人関係のトラブルの増加	2,330	—
		・その他の重大な出来事	1,183	—
		・どれも当てはまらない	8,260	—

				人数	割合
問12 東日本大震災の体験およびトラウマ反応について					
1) 震災での経験	※複数回答	・地震		30,715	－
		・津波		6,039	－
		・原子力発電所事故		29,938	－
		・いずれもなし		747	－
2) トラウマ反応(PCL-4)	(有効回答 28,353 人)		平均点	6.7 点	
	(有効回答 13,086 人)		平均点 男性	6.6 点	
	(有効回答 15,267 人)		平均点 女性	6.7 点	
		・12点以上		2,776	9.8%
	(有効回答 13,086 人)	(男性)		1,218	9.3%
	(有効回答 15,267 人)	(女性)		1,558	10.2%
	(有効回答 545 人)	(10代)		11	2.0%
	(有効回答 1,407 人)	(20代)		53	3.8%
	(有効回答 2,250 人)	(30代)		120	5.3%
	(有効回答 2,898 人)	(40代)		187	6.5%
	(有効回答 3,591 人)	(50代)		289	8.0%
	(有効回答 8,012 人)	(60代)		635	7.9%
	(有効回答 9,650 人)	(70代以上)		1,481	15.3%
問13 現在の生活状況について					
1) 家族との生活状況					
震災のため、もともと同居していた家族と離れて生活していますか	(有効回答 34,649 人)	・はい		10,379	30.0%
		・いいえ		24,270	70.0%
2) 現在の同居者	※複数回答	・同居者はいない(ひとり暮らし)		5,070	－
		・配偶者・パートナー		20,470	－
		・未成年の子ども		4,836	－
		・成人した子ども		8,201	－
		・きょうだい		1,900	－
		・孫		3,687	－
		・父親		2,988	－
		・母親		4,899	－
		・配偶者・パートナーの父		1,552	－
		・配偶者・パートナーの母		1,798	－
		・祖父		478	－
		・祖母		954	－
		・その他の親戚		455	－
		・その他		1,394	－
3) 現在の住まい					
3-1) 現在の住まい	※複数回答	・借上住宅		2,361	－
		・仮設住宅		594	－
		・復興公営住宅		2,156	－
		・借家・アパート		3,709	－
		・親戚宅		720	－
		・持家		25,799	－
		・その他		361	－
3-2) 現在の避難状況	(有効回答 20,745 人)	・震災前の住所の家に住んでいる		8,611	41.5%
		・避難指示解除区域ではあるが、震災前とは違う住所の家に住んでいる		5,762	27.8%
		・避難指示解除区域に住んでいない		6,372	30.7%
4) 勤務形態	(有効回答 32,869 人)	・常勤・自営		9,027	27.5%
		・パート		2,942	9.0%
		・無職(学生・専業主婦・主夫を含む)		20,900	63.6%
5) 現在の暮らし向き	(有効回答 34,514 人)	・苦しい		3,625	10.5%
		・やや苦しい		8,325	24.1%
		・普通		20,408	59.1%
		・ややゆとりがある		1,629	4.7%
		・ゆとりがある		527	1.5%

		人数	割合
問14 放射線の健康影響			
1) 放射線の健康影響についての認識			
1 現在の放射線被ばくで、後年に生じる健康障害(例えば、がんの発症など)がどのくらい起こると思いますか (有効回答 31,238 人)	可能性は極めて低い	6,594	21.1%
	可能性は低い	14,042	45.0%
	可能性は高い	8,514	27.3%
	可能性は非常に高い	2,088	6.7%
2 現在の放射線被ばくで、次世代以降の人(将来生まれてくる自分の子や孫など)への健康影響がどれくらい起こると思いますか (有効回答 30,541 人)	可能性は極めて低い	5,775	18.9%
	可能性は低い	13,396	43.9%
	可能性は高い	8,824	28.9%
	可能性は非常に高い	2,546	8.3%
2) 日常生活への支障 (有効回答 31,707 人)	・しばしばあった	1,267	4.0%
この1か月間に、放射線に対する不安が原因で、	・時々あった	3,927	12.4%
日常生活に支障をきたすことはどれくらいありましたか	・まれにあった	5,840	18.4%
	・1度もなかった	20,673	65.2%
問15 相談先について (有効回答 35,280 人)	・ある	31,165	88.3%
こころや身体の問題が生じた場合、相談できる身近な人や各種機関はありますか	(家族・親戚)	26,866	—
	(友人・知人)	14,366	—
	(同僚・上司)	2,602	—
	(市町村相談窓口(市保健所、保健センター等))	7,108	—
	(都道府県相談窓口(都道府県保健所・保健福祉事務所等))	1,671	—
	(精神保健福祉センター)	812	—
	(ふくしま心のケアセンター)	1,074	—
	(訪問看護・介護サービス機関)	2,505	—
	(心療内科・精神科・神経科・メンタルクリニックなどの医療機関)	4,225	—
	(上記以外の医療機関(一般の内科、外科、眼科、耳鼻科、整形外科、産婦人科など))	8,857	—
	(宗教団体(神社、寺院や教会など))	554	—
	(その他)	252	—
	・相談できる人や機関はない	4,115	11.7%

平成 29 年度における放射線の健康影響の認識

問 14. 放射線の影響についてのあなたの考えをお尋ねします。

放射線のような、私たちの五感では感じることでないものが原因となった災害では、その健康へのリスクをどのように認識するかが、こころの健康状態に大きく影響すると言われています。

- 1) 放射線の健康への影響について、あなた自身はどのように感じて（考えて）いますか。
最も当てはまると思う数字を○で囲んでください。

		可能性は 極めて低い	可能性は 低い	可能性は 高い	可能性は 非常に高い
1	現在の放射線被ばくで、後年に生じる健康障害（例えば、がんの発症など）がどのくらい起こると思いますか。	1	2	3	4
2	現在の放射線被ばくで、次世代以降の人（将来生まれてくる自分の子や孫など）への健康影響がどれくらい起こると思いますか。	1	2	3	4

平成 28 年度における放射線の健康影響の認識

問 13. 放射線の影響についてのあなたの考えをお尋ねします。

放射線のような、私たちの五感では感じることでないものが原因となった災害では、その健康へのリスクをどのように認識するかが、こころの健康状態に大きく影響すると言われています。

- 1) 放射線の健康への影響について、あなた自身はどのように感じて（考えて）いますか。
最も当てはまると思う数字を○で囲んでください。

		可能性は 極めて低い			可能性は 非常に高い
1	現在の放射線被ばくで、後年に生じる健康障害（例えば、がんの発症など）がどのくらい起こると思いますか。	1	2	3	4
2	現在の放射線被ばくで、次世代以降の人（将来生まれてくる自分の子や孫など）への健康影響がどれくらい起こると思いますか。	1	2	3	4