

調査結果の概要

1 生活習慣について

(1) 現在の健康状態

「良い」と答えた人が 32.5%であり、以下、「普通」(32.3%)、「とても良い」(26.9%)、「あまり良くない」(5.9%)、「良くない」(0.8%)となっている。

性別では、「健康な状態」の割合は、男性が 93.0%、女性が 90.5%となっている。

(2) 朝食を食べる頻度

「毎日」が 83.7%であり、以下、「週 4 ~ 5 回」(9.4%)、「ほとんど食べない」(3.7%)、「週 2 ~ 3 回」(2.8%)となっている。

性別では、「毎日食べる」人は、男性が 81.2%、女性が 86.0%となっている。

(3) 夕食を食べる時刻

「午後 7 時 ~ 8 時台」が 53.2%、「午後 7 時前」が 38.8%となっている。

(4) 夕食をその時刻に食べる理由

夕食をその時刻に食べる主な理由は、「夕食がこの時間にできるため」(63.1%)、「塾や習い事、クラブ活動があるため」(26.1%)、「帰宅の遅い家族を待っているため」(5.9%)となっている。

(5) 飲食店、コンビニ、弁当屋、学食等の利用頻度

「ほとんど利用しない」が 77.5%、次いで「週 2 ~ 3 回程度」が 14.9%となっている。

性別では、「ほとんど利用しない」は、男性は 74.7%、女性は 80.0%となっている。

(6) 飲食店、コンビニ、弁当屋、学食等で食事として選ぶもの

食事としてよく選ぶものは、「おにぎりやサンドイッチ、牛丼、ラーメン、バーガーなど単品もの」が 78.5%であり、「幕の内弁当や定食のようにご飯とおかずを組み合わせたもの」が 26.7%となっている。

(7) 自分でできる調理法

「トースターやレンジ等で加熱する」が 92.1%、次いで「包丁を使って食材(野菜や果物、肉、魚など)を切る」が 67.2%、「炊飯器でご飯を炊く」が 62.4%となっている。

(8) 健診を受けた際の指導の有無

この 1 年間の状況については、「健診では特に指導されなかった」が 51.6%、「健診で指導され、精密検査を受けたり、治療を受けた」が 25.2%だった。「健診で指導されたが、何もしていない」は 8.6%となっている。

性別では、「健診で指導されたが、何もしていない」は、男性は 7.4%、女性は 9.7%であり、女性の方が多くなっている。

2 歯及び口腔^{くわう}の健康について

(1) 1日の歯みがき回数

「2回」が63.9%で最多であり、以下、「1回」(20.9%)、「3回」(9.9%)、「毎日ほしない」(3.4%)、「4回以上」(1.2%)の順となっている。

性別では、「3回以上」は、男性は10.3%、女性は11.9%となっている。

(2) フッ化物配合の歯磨き剤の使用状況

「いつも使っている」が48.7%、「時々使っている」が11.6%である一方、「使っていない」が21.6%となっている。

性別では、「使っている」人は、男性は58.5%、女性は61.6%となっている。

(3) 歯磨きの個人指導の状況

「歯科診療所(病院)で受けた」が23.7%、「学校で受けた」が9.4%である。「全く受けたことがない」は54.0%となっている。

3 こころの健康について

(1) 学校生活

学校は楽しいか聞いたところ、「楽しい」が60.6%、「どちらかといえば楽しい」が29.3%、「どちらかといえば楽しくない」が6.7%、「楽しくない」が3.1%となっている。

(2) 不眠の状況

この30日間の不眠の状況については、「まったくない」が42.2%、「めったにない」が29.5%である一方、「ときどきある」が22.0%、「ひんぱんにある」が6.2%となっている。

性別では、「ひんぱんにある」人は、男性は6.5%、女性は5.9%となっている。

(3) 不安・悩み・苦勞・ストレスの有無

この30日間の状況は、「多少あった」が35.6%と最多であり、以下、「あまりなかった」が30.5%、「まったくなかった」が17.3%となっている。「たくさんあった」は16.1%となっている。

性別では、「たくさんあった」人は、男性は12.8%、女性は19.1%となっている。

(4) 悩み事の相談相手

「友だち」が57.0%と最多であり、以下、「母親」(46.4%)、「父親」(16.2%)、「兄弟姉妹」(15.6%)となっている一方で、「誰にも相談しない」が15.6%、「悩みはない」が13.3%となっている。

(5) 2週間以上、気分が落ち込んだり、興味や楽しみがもてなかったこと

「まったくなかった」が48.7%、「ほとんどなかった」が23.8%である一方、「たまにあった」が20.8%、「何度もあった」が5.8%となっている。

性別では、「たまにあった」と「何度もあった」をあわせた「あった」人は、男性は22.1%、女性は30.6%となっている。

4 飲酒について

(1) 飲酒経験の有無

今までに少しでもお酒を飲んだことがある人は、24.7%となっている。
性別では、「ある」人は、男性は26.8%、女性は22.8%となっている。

(2) 飲酒の頻度

「最近は飲まない」は40.8%となっている。以下、「年に1～2回」(38.8%)、「月に1～2回」(14.2%)、「週に1～2回」(2.3%)の順となっている。
性別では、「最近は飲まない」は、男性は31.2%、女性は50.9%となっている。

(3) この30日間に飲酒した日数、飲酒状況

この30日間で少しでもお酒を飲んだ日数は、「0日」が58.8%、「1～2日」が32.0%となっている。性別では、「0日」は、男性は62.9%、女性は54.3%となっている。飲んだ経験がない人も含めた飲酒状況は、30日間で飲酒した日が1日以上である人は9.7%となっている。

(4) 飲酒の場面

「家族が食事の時にお酒を飲むときに一緒に飲んだことがある」が50.1%、「冠婚葬祭の時に飲んだことがある」が49.4%、「ひとりで飲んだことがある」が13.2%となっている。
性別では、「家族が食事の時にお酒を飲むときに一緒に飲んだことがある」人は、男性は45.2%、女性は55.2%と、女性の方が10.0ポイント多くなっている。

(5) 飲酒の量

「コップ1杯未満(ほんの少量)」が65.2%で最多であり、以下、「コップに1杯」(18.3%)、「コップに2杯」(8.1%)、「コップに3～5杯」(6.6%)となっている。
性別では、「コップ1杯未満(ほんの少量)」は、男性は66.2%、女性は64.1%となっている。

(6) 初めて飲酒した時期

「わからない」が24.3%で最多であり、次いで「小学校6年」(14.2%)となっている。
性別では、男女ともに「小学校6年」が最も多く、男性は13.6%、女性は14.9%となっている。

(7) 初めてお酒を飲んだきっかけ

「好奇心で」が46.9%、「親やその他家族のすすめ」が30.3%、「わからない」が20.9%となっている。

(8) お酒の入手方法

お酒の入手方法としては、「家にあるお酒を飲む」が74.1%で最多となっている。

(9) 家族でお酒を飲む人

「父親」が72.6%と最多であり、次いで「母親」が52.5%、「祖父母」が21.4%となっている。

(10) 未成年の友だちの飲酒者の有無

未成年の飲酒する友だちがいる人は、28.2%となっている。
性別では、「いる」人は、男性は25.1%、女性は31.0%となっている。

(1 1) 家族から飲酒をすすめられた経験の有無

家族から飲酒をすすめられた経験がある人は、10.6%となっている。
性別では、経験がある人は、男性は11.3%、女性は9.9%となっている。

(1 2) 学校における飲酒と健康についての教育

学校で飲酒について教わったことがある人は、80.9%となっている。
性別では、教わったことがある人は、男性は77.1%、女性は84.4%となっている。

(1 3) お酒の健康への影響についての認識

飲酒について、「害があると思う」と答えた人は55.7%であり、「多少は害があるだろうがたいしたことはないと思う」が23.8%となっている。
性別では、「害があると思う」は、男性は50.3%、女性は60.6%となっている。

(1 4) お酒と病気などの関係性に関する知識

「急性アルコール中毒になる」が83.7%、「アルコール依存症になる」が78.4%、「肝臓が悪くなる」が75.8%となっている。
性別では、「生まれてくる赤ちゃんの障害」と回答した人は、男性は31.9%、女性は48.4%と、女性の方が16.5ポイント多くなっている。

5 喫煙について

(1) 喫煙の経験の有無

今までにたばこを一口でも吸ったことがあると答えた人は、2.9%となっている。
性別では、「ある」は、男性は4.1%、女性は1.9%となっている。

(2) 初めて喫煙した時期

「中学校1年」が24.5%、「中学校2年」が23.5%となっている。
性別では、男性は「中学校1年」(31.6%)が最も多く、女性は「中学校2年」(31.0%)が最も多くなっている。

(3) 初めて喫煙したきっかけ

「友だちや仲間のすすめ」が41.8%で最多であり、次いで「好奇心で」(39.5%)、「いらいらしたから」(35.9%)となっている。
性別では、男性は、「友達や仲間のすすめ」(49.6%)が最も多く、女性は、「いらいらしたから」(61.2%)が最も多くなっている。

(4) たばこの入手方法

「誰かからもらった」が36.5%、次いで「家にあるたばこを吸った」が21.0%となっている。

(5) この30日間に喫煙した日数、喫煙状況

「0日」が64.6%で最も多く、次いで「毎日(30日間)」(13.3%)、「10~19日」(6.1%)の順となっている。性別では、「0日」は男性が70.2%、女性は54.0%となっている。
喫煙したことがない人も含めた喫煙状況は、喫煙した日数が1日以上である人は、0.9%となっている。

- (6) この30日間の喫煙本数
「この間吸っていない」が64.6%、次いで「10~14本」が6.3%となっている。
- (7) 禁煙への意識
「今は吸っていない」が57.5%であり、「やめたいと思う」は7.9%となっている。
性別では、「やめるつもりはない」は、男性は5.1%、女性は0%となっている。
- (8) 禁煙の相談相手
「友だち」が38.8%と最多であり、以下、「母親」(16.9%)、「先輩」(15.4%)、「父親」(14.6%)となっている。
- (9) 家族でたばこを吸う人
「誰も吸わない」が56.7%と最多であり、以下、「父親」(33.5%)、「祖父母」(7.2%)、「母親」(6.4%)となっている。
- (10) 未成年の友だちの喫煙者の有無
未成年の喫煙する友だちがいる人は、24.6%となっている。
性別では、「いない」人は、男性が70.0%、女性が79.7%と、女性の方が9.7ポイント多くなっている。
- (11) 学校におけるたばこと健康の教育
学校でたばこと健康について教わった人は、90.6%となっている。
性別では、教わった人は、男性が86.8%、女性が94.0%となっている。
- (12) たばこの健康に対する影響への意識
喫煙について、「害があると思う」と答えた人は93.9%であり、「害があると思わない」は3.9%となっている。性別では、「害があると思う」は、男性は92.0%、女性は95.6%となっている。

6 健康づくりについて

- (1) 健康に関する情報の入手先
「テレビ・ラジオ」が63.1%、「学校」が40.3%、「家族」が27.2%となっている。
- (2) 健康づくりへの取組について
「食生活に関すること」が46.4%、次いで「早寝早起きに関すること」が43.0%、「運動に関すること」が38.1%、「規則正しい生活に関すること」が18.7%となっている。
- (3) 健康づくりへの支援について
「食生活への支援」が59.6%、「家族の支え」が17.9%であり、次いで「睡眠への支援」、「医療・健診・予防接種」、「環境づくり」、「運動への支援」の順となっている。