

○平成28年度兵庫県健康づくり実態調査項目【13、15、18歳用】(案)

※「新規」と記載している項目は他自治体や国調査で取り入れられている項目を参考に記載しています。
 前回23年度調査項目と入れ替える場合の参考としてください。

項目	質問文	出典	国)健康日本21(第2次)目標値(○で示す)	県)健康づくり実施計画目標値のデータソースとなった項目(○で示す)	H28(案)※「新規」H28に新たに追加する項目	【参考】H23実態調査に入っている項目を○で示す。(H28とH23で比較可能)
1. 総合的な健康状態(健康寿命の延伸と健康格差の縮小の実現に関する目標)						
1	主観的健康度 現在の自分の健康状態はだおう思いますか 1 よい 2 まあよい 3 ふつう 4 あまりよくない 5 よくない	厚生労働省「国民生活基礎調査」(平成22年)			○	○
2. 主要な生活習慣病の発症予防と重症化予防に関する目標						
(1)がん						
(2)循環器疾患						
(3)糖尿病						
3. 社会生活を営むために必要な機能の維持向上に関する目標						
(1)こころの健康について						
2	悩みやストレス この30日の間に、不安・悩み・苦勞・ストレスはどの程度ありましたか。(1つ) 1 たくさんあった 2 多少あった 3 あまりなかった 4 まったくなかった			○	○	○
3	相談者 悩み事があった時は誰に相談しますか。(あてはまるものすべて) 1 父親 2 母親 3 兄弟姉妹 4 友だち 5 学校の先生 6 先輩 7 悩み相談センターなど(電話、面接) 8 その他 9 誰にも相談しない 10 悩みはない			○	○	○
4	不定愁訴 ○学校にいる間に眠くなることがありますか ○学校にいる間に「だるい」「勉強に集中できない」「頭がぼーっとする」など感じる ことがありますか ○少しのことでイライラして腹が立つことがありますか 1 ない 2 ときどきある 3 よくある 4 ほとんど毎日ある				○ (新規)	
4. 健康を支え、守るための環境整備						
5	ソーシャルキャピタル(地域のつながりの強化) あなたにとって、ご自分と地域の人たちとのつながりは強い方だと思いますか。ひとつだけ○をつけてください。 1 強い方と思う 2 どちらかといえば強い方と思う 3 どちらかといえば弱い方と思う 4 弱い方と思う 5 わからない	内閣府「少子化対策と家族・きずなに関する意識調査」	○		○ (新規)	
6	健康に関する情報入手経路について ふだんの生活や健康に関する情報をどこから手に入れていますか。(多い順に2つまでその順番に番号を書いてください。) 1 テレビ・ラジオ 2 新聞、本 3 家族 4 友だち 5 学校 6 パソコンを使ったインターネット 7 携帯電話を使ったインターネット 8 その他()				○ (新規)	
5. 栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙及び歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善に関する項目						
(1)栄養・食生活の関する状況について						
7	朝食について 朝食を毎日食べますか。(お菓子や飲み物だけの場合は、回数から除いて回答ください)(1つ) 1 毎日食べる 2 週4～5回は食べる 3 週2～3回は食べる 4 ほとんど食べない				○	○
8	欠食 この30日間に、欠食をした(食事を抜いた)ことがありましたか? 1 毎日1食以上(週7食以上)欠食した 2 週4食以上7食未満欠食した 3 週2食以上4食未満欠食した 4 週2食未満欠食した 5 欠食しなかった				○ (新規)	
9	便秘 大便是どのように出ますか。 1 毎日ほとんど同じ時間に出る 2 毎日出るが、同じ時間ではない 3 ときどき出ない日がある 4 出ない日が何日か続くことがある				○ (新規)	
(2)身体活動・運動について						
10	運動について この30日間に、学校の体育の授業以外に、何かスポーツや運動をしましたか。 1 0日 2 1か2日 3 3～5日 4 6～9日 5 10～19日 6 20～29日 7 毎日	未成年者の健康課題および生活習慣に関する全国調査研究G(2014)			○ (新規)	

項目	質問文	出典	国)健康日本21(第2次)目標値(○で示す)	県)健康づくり実施計画目標値のデータソースとなった項目(○で示す)	H28(案)※「新規」H28に新たに追加する項目	【参考】H23実態調査に入っている項目を○で示す。(H28とH23で比較可能)
(3)休養・睡眠について						
11	睡眠の質評価 この30日間に、あなたの睡眠の質を全体としてどのように評価しますか。 1非常によい 2 かなりよい 3 かなり悪い 4非常に悪い	未成年者の健康課題および生活習慣に関する全国調査研究G(2014)			○ (新規)	
12	平均睡眠時間 この30日間に、1日平均して何時間くらい眠りましたか。 あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。 1 5時間未満 2 5～6時間未満 3 6～7時間未満 4 7～8時間未満 5 8～9時間未満 6 9時間以上	未成年者の健康課題および生活習慣に関する全国調査研究G(2014)			○ (新規)	
13	就寝時間 この30日間に、夜、寝床につく平均時間は何時くらいでしたか。 1 午後10時前 2 午後10時～11時より前 3 午後11時～12時より前 4 午前0時～1時より前 5 午前1～2時より前 6 午前2時以降				○ (新規)	
14	睡眠の障害 あなたの睡眠の確保の妨げとなっていることは何ですか。あてはまる番号すべて選んで○印をつけてください。 1勉強 2課外活動(部活動等) 3通勤・通学の所要時間 4睡眠環境(音、照明など) 5就寝前に携帯電話、メール、ゲームなどに熱中すること 9その他 10特に困っていない	厚生労働省「国民健康栄養調査」(平成27年)に準拠			○ (新規)	
(4)喫煙						
15	習慣的喫煙の有無 あなたの今の様子に最も近いものを1つだけ選んで、数字に○をつけてください。 1今までにたばこを吸ったことはない 2たばこを吸ったことはあるが、現在は吸っていない。 3 ときどきたばこを吸っている 4習慣的にたばこを吸っている			○	○ (新規)	○
16	喫煙開始時期 あなたがたばこを初めて吸ったのはいつ頃ですか。(1つ) 1 小学校入学前 2 小学校1～3年 3 小学校4年 4 小学校5年 5 小学校6年 6 中学校1年 7 中学校2年 8 中学校3年 9 高校1年 10 高校2年 11 高校3年 12 わからない				○ (新規)	○
17	禁煙の意志 今、たばこをやめたいと思いますか。(1つ) 1 実際やめようと取り組んだことがある 2 やめたいと思う 3 本数をへらしたい 4 やめるつもりはない 5 わからない 6 今は吸っていない				○ (新規)	○
18	たばこ教育 今までに学校でたばこと健康について教わりましたか。(1つ) 1 はい 2 いいえ 3 おぼえていない				○ (新規)	○
19	たばこに対する意識 たばこを吸うと身体に害があると思いますか。(1つ) 1 害があると思わない 2 害があると思う 3 多少はあるだろうが大したことはないと思う 4 わからない				○ (新規)	○
20	受動喫煙に対する意識 他人のたばこの煙はあなたにとって有害であると思いますか。 1 そう思わない 2 おそらくそう思わない 3 おそらくそう思う 4 そう思う				○ (新規)	
(5)飲酒						
21	飲酒経験 あなたはお酒をどのくらいの頻度で飲みますか。(お酒とは日本酒だけではなくビール、日本酒、焼酎、ワイン、ジン、ウイスキー、ブランデー、ウォッカ、パーボンといったアルコール類をまとめた表現だと思ってください。以下も同じです。 1 飲まない 2 年に1、2回 3 月に1、2回 4 週末ごとに 5 週に数回 6 毎日			○	○ (新規)	○
22	飲酒禁止に対する意識 あなたは、未成年者の飲酒禁止をどう思いますか。自分の気持ちに近いもの1つに○をつけてください。 1 当然だと思う 2 しかたないことだと思う 3 成人が飲めて、未成年者が飲めないのはおかしいと思う 4 法律で決める必要はなく、個人の好きにさせればよいと思う				○ (新規)	
23	飲酒の身体への影響 お酒を飲むと身体に影響があると思いますか。(1つ) 1 かえって健康によいと思う 2 体に良くも悪くもないと思う 3 多少は害があるだろうがたいしたことはないと思う 4 害があると思う 5 わからない				○ (新規)	○

	項目	質問文	出典	国)健康日本21(第2次)目標値(○で示す)	県)健康づくり実施計画目標値のデータソースとなった項目(○で示す)	H28(案)※「新規」H28に新たに追加する項目	【参考】H23実態調査に入っている項目を○で示す。(H28とH23で比較可能)
(6)歯・口腔の健康について							
24	歯みがきの回数	歯みがきを1日に何回しますか。(1つ) 1 1回 2 2回 3 3回 4 4回以上 5 毎日ではない				○ (新規)	○
25	歯周病の知識(症状編)	次のうち、歯周病の症状だと思うことはありますか。(あてはまるものすべて) 1 歯ぐきからの出血 2 歯ぐきの腫れ 3 口臭 4 分からない				○ (新規)	
26	歯周病の知識(関連編)	次のうち、歯周病と関連があると思うことはありますか。(あてはまるものすべて) 1 生まれてくる赤ちゃんに影響がある 2 肺炎や糖尿病などの全身の病気に影響がある 3 たばこは歯周病と関連がある 4 分からない				○ (新規)	
27	口の中で気になること	この1年間に口の中で気になることはありましたか。(あてはまるものすべて) 1 歯の着色 2 歯並び 3 歯ぐきからの出血 4 歯の痛み 5 顎の痛み 6 口臭 7 特になし				○ (新規)	
(7)感染症予防に関すること(県独自項目)							
(8)健康づくりに対する意識・行動							
28	健康への関心	あなたは健康であることに関心がありますか。 1 とても関心がある 2 関心がある 3 どちらでもない 4 あまり関心がない 5 まったく関心がない				○ (新規)	
(9)メディア							
29	インターネットの時間(学校のある日)	この30日間に、あなたは学校のある日に1日平均どのくらいの時間、インターネット(パソコン、携帯、スマートフォン等を通して使うインターネットサービスで、ゲームやメールなども含む)をしましたか？ 1 まったくしなかった 2 1時間未満 3 1～2時間未満 4 2～3時間未満 5 3～5時間未満 6 5時間以上				○ (新規)	
30	インターネットの時間(学校のない日)	この30日間に、あなたは学校の休みの日(部活だけの日も含む)に1日平均どのくらいの時間、インターネット(パソコン、携帯、スマートフォン等を通して使うインターネットサービスで、ゲームやメールなども含む)をしましたか？ 1 まったくしなかった 2 1時間未満 3 1～2時間未満 4 2～3時間未満 5 3～5時間未満 6 5時間以上				○ (新規)	
基本属性・社会的決定要因							
31	性別	性別 男 女				○	○
32	学年	学年は何年生ですか。				○	○
33	年齢	何歳ですか。				○	○
34	地区	お住まいの市町名を記入してください。()				○	○