

「第2次健康おたる21」最終評価 アンケート調査報告書（高校生）

令和5年●月

小樽市

目 次

I 調査の概要

- i) 調査の目的・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
- ii) 調査対象及び調査方法等・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
- iii) 調査の項目・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
- iv) 回収結果・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
- v) 本報告書の見方について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2

II 調査の結果

- i) 回答者の属性について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 3
- ii) 食生活の実態と栄養に関する知識について・・・・・・・・・・ 3
- iii) たばこ・アルコールに関する摂取実態と知識について・・ 6
- iv) エイズ（後天性免疫不全症候群）及び妊娠や避妊に関する知識について・・ 8
- v) ストレス・相談相手の有無・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 9

資料

- 依頼文（高等学校）
- 依頼文（高校生）
- アンケート

I 調査の概要

i)調査の目的

本調査は、市民の健康に関する意識及び行動を把握し、既存資料とあわせて次期小樽市健康増進計画に反映させることを目的とする。

ii)調査対象及び調査方法等

調査対象	小樽市内の高校に在学中の男女
サンプル数	市内8校
調査方法	各高校に依頼し、回収
調査期間	令和4年1月25日～2月18日

iii)調査の項目

回答者の属性について（4問）

食生活の実態と栄養に関する知識について（7問）

たばこ・アルコールに関する摂取実態と知識について（5問）

エイズ（後天性免疫不全症候群）及び妊娠や避妊に関する知識について（2問）

ストレス・相談相手の有無について（6問）

iv)回収結果

配布数	320
回収数	255 (79.7%)
有効回収数（率）	254 (79.4%)

回収状況表

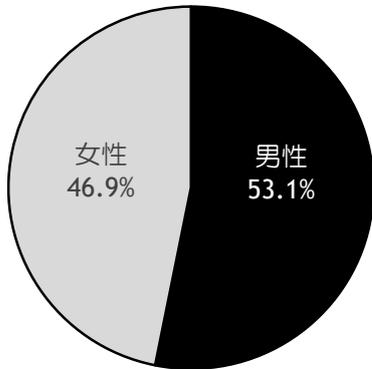
		配布数	有効回収数	有効回収率
合計数		320	254	79.4%
性別	男性	****	135	****
	女性	****	119	****

v)本報告書の見方について

- 比率は全て百分率（%）で表し、小数点以下第2位を四捨五入して算出した。
- 基数となるべき実数は、n=〇〇〇として掲載し、各比率はnを100として算出した。
- 男女間でのカイ二乗検定を行い、P<0.01を有意差あり、P<0.05を傾向ありとした。
- その他の回答については、自由記載となっており、記載どおりに掲載した。

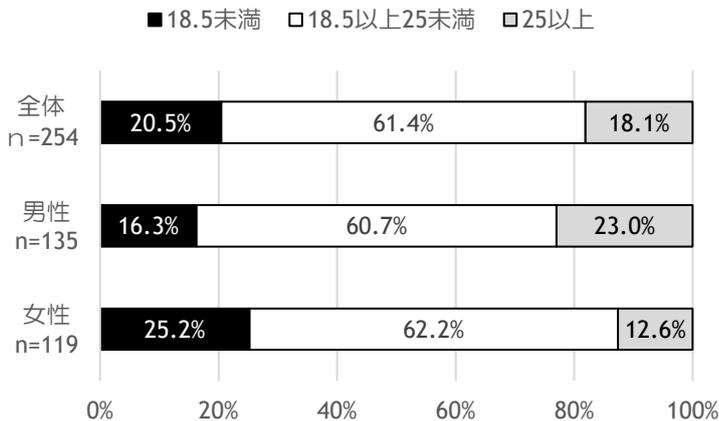
II 調査の結果

i) 回答者の属性について



アンケートに回答した方の性別は、男性 135 人 (53.1%)、女性 119 人 (46.9%) であった。平均学年 1.72 学年

BMI について

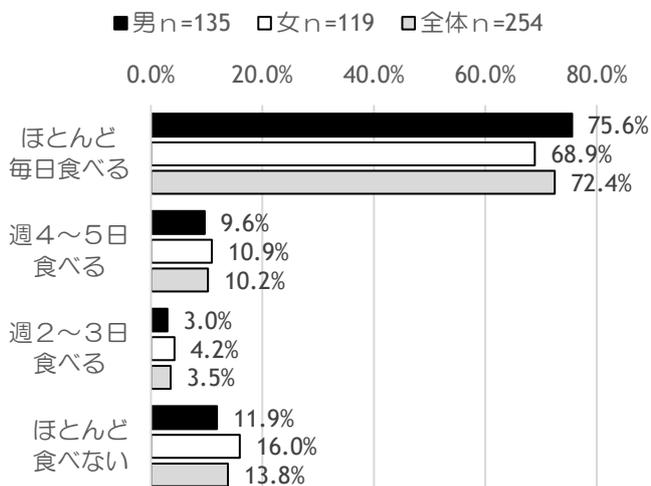


BMI25 以上の肥満の方は男性に多い傾向がみられた。(P<0.05)

ii) 食生活の実態と栄養に関する知識について

問1 朝食の摂取状況について

「あなたは、普段朝食を食べますか。該当する番号を一つ選んで○印をつけてください。」

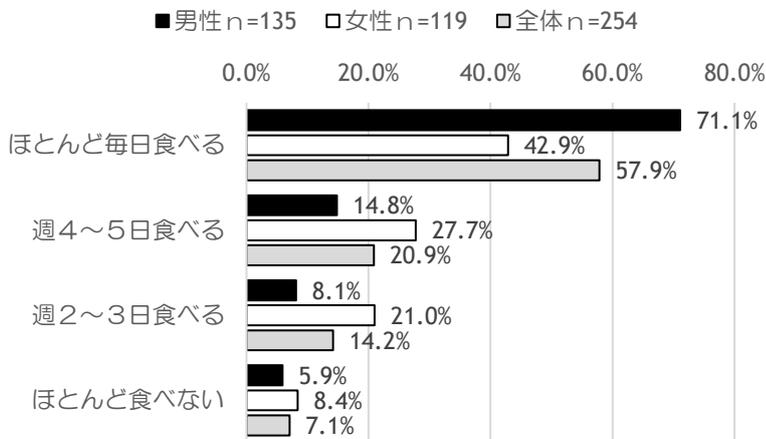


習慣的に朝食を「ほとんど毎日食べる」と回答した方の割合は、全体で 72.4%、男性が 75.6%、女性が 68.9% であった。

朝食の摂取状況について、男女間で有意な差はなかった。

問2 食事のバランスについて

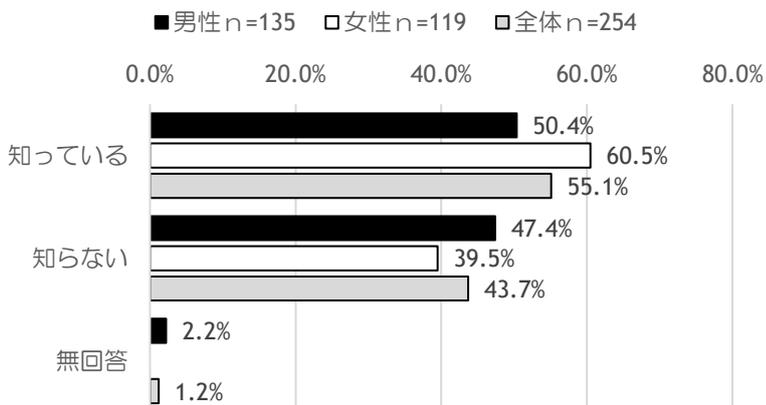
「あなたは、1日に2回以上、主食、主菜、副菜の全てをそろえて食事をするのが、週に何日ありますか。該当する番号を一つ選んで○印をつけてください。」



主食、主菜、副菜をそろえた食事を1日2回以上「ほとんど毎日食べる」と回答した方の割合は、全体で57.9%、男性が71.1%、女性が42.9%であり、女性より男性で高かった。(P<0.01)

問3 食事バランスガイドの認知度について

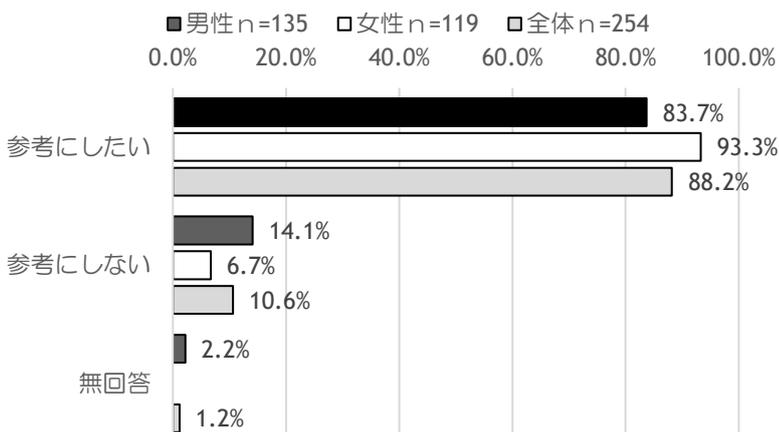
「あなたは、「食事バランスガイド」について知っていますか。該当する番号を一つ選んで○印をつけてください。」



食事バランスガイドを「知っている」と回答した方の割合は、全体で55.1%、男性が50.4%、女性が60.5%であった。

問4 食事バランスガイドの活用について

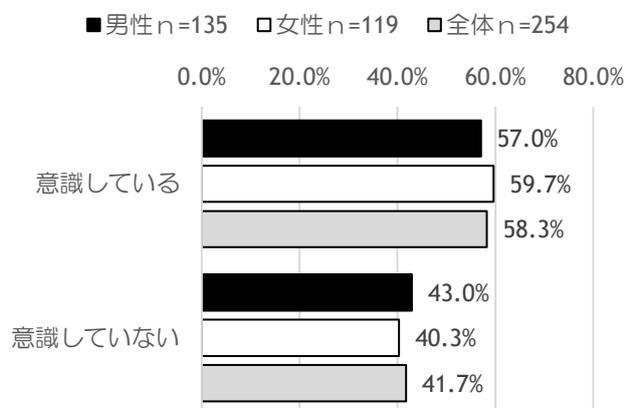
「あなたは、「食事バランスガイド」を参考にしたいと思いませんか。該当する番号を一つ選んで○印をつけてください。」



食事バランスガイドを「参考にしたい」と回答した方の割合は、全体で88.2%、男性が83.7%、女性が93.3%であった。

問5 食生活で意識していることについて

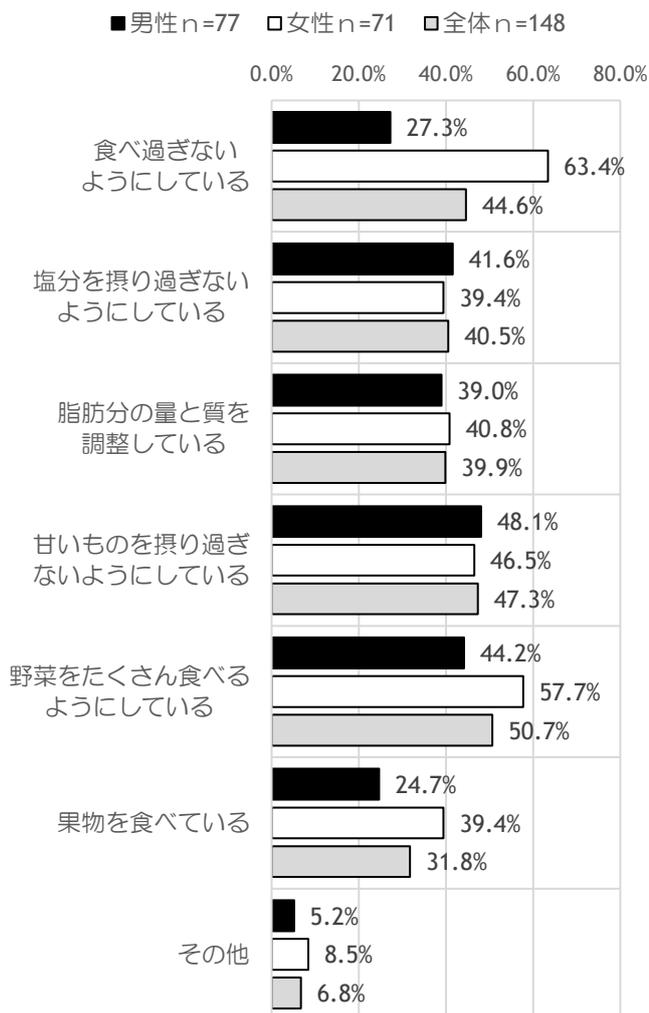
「あなたは、生活習慣病の予防や改善のために、普段から食生活に気をつけるように意識していますか。該当する番号を一つ選んで○印をつけてください。」



普段から食生活に気をつけるように「意識している」と回答した方の割合は、全体で58.3%、男性が57.0%、女性が59.7%であり、男女とも約6割であった。

問6 食生活で意識していることについて

「問5で「1」を選んだ方にお尋ねします。それはどのようなことですか。該当する番号を全て選んで○印をつけてください。」



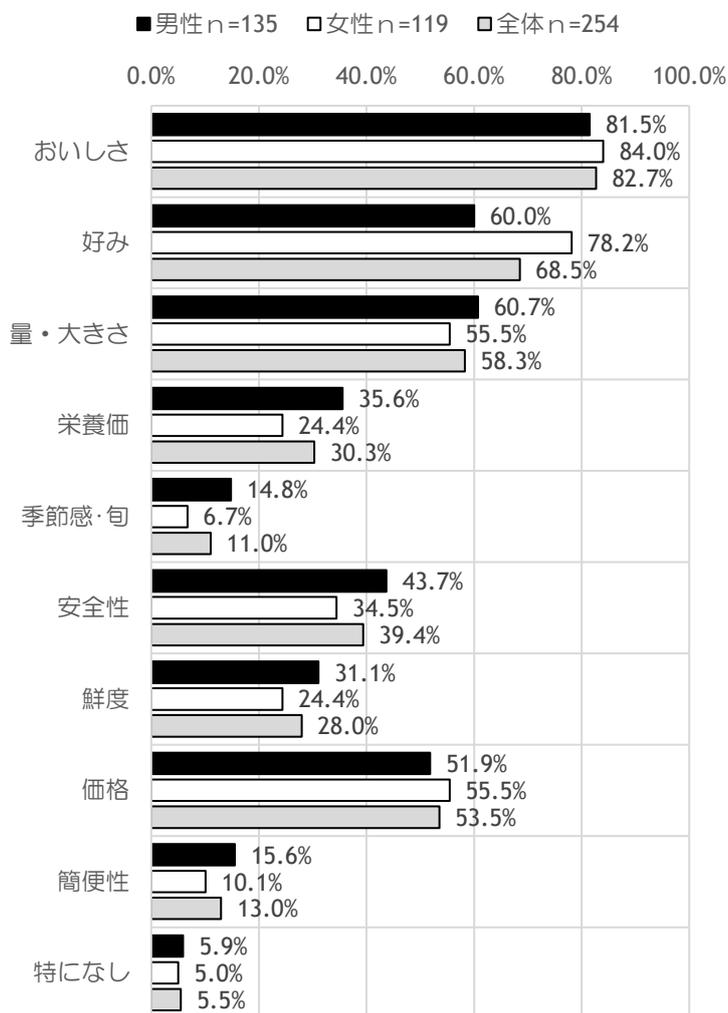
その他の回答（自由記載 6件）

- ・無添加、オーガニック
- ・なるべくバランスよく献立を作る
- ・糖質制限
- ・摂取カロリー
- ・大豆食品をたくさん食べている
- ・その日の活動量や体の状態に合わせて摂る

普段から食生活を「意識している」と回答した方のうち、女性では「食べ過ぎないようにしている」と回答した方が63.4%で最も多かった。男性では「甘いものを摂り過ぎないようにしている」と回答した方が48.1%で最も多かった。

問7 食品を選ぶ際に重視することについて

「あなたは、普段食品を選択する際にどのようなことを重視していますか。該当する番号を全て選んで○印をつけてください。」



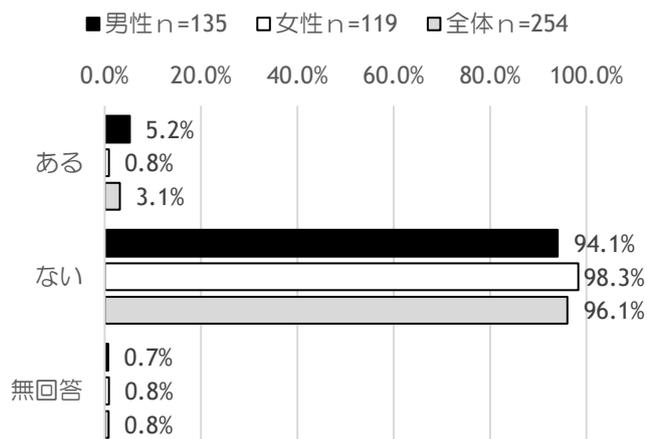
食品を選ぶ際に重視していることについて、全体では「おいしさ」が82.7%で最も多く、次いで「好み」が68.5%、「量・大きさ」が58.3%と多かった。

「季節感・旬」や「簡便性」を重視すると回答した方は少なく、どちらも1割程度であった。

iii) たばこ・アルコールに関する摂取実態と知識について

問8 タバコの喫煙経験について

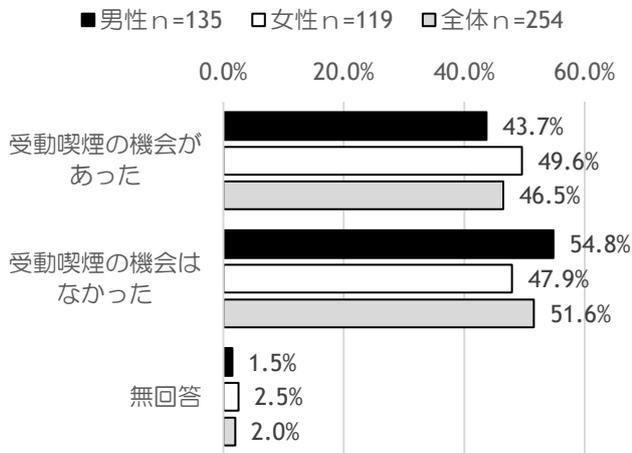
「あなたは、これまでにたばこを吸ったことがありますか。該当する番号を一つ選んで○印をつけてください。」



喫煙経験が「ある」と回答した方の割合は、全体で3.1%、男性が5.2%、女性が0.8%であった。喫煙経験が「ある」と回答した方の割合は、男性の方が高い傾向にあった。(P<0.05)

問9 受動喫煙について

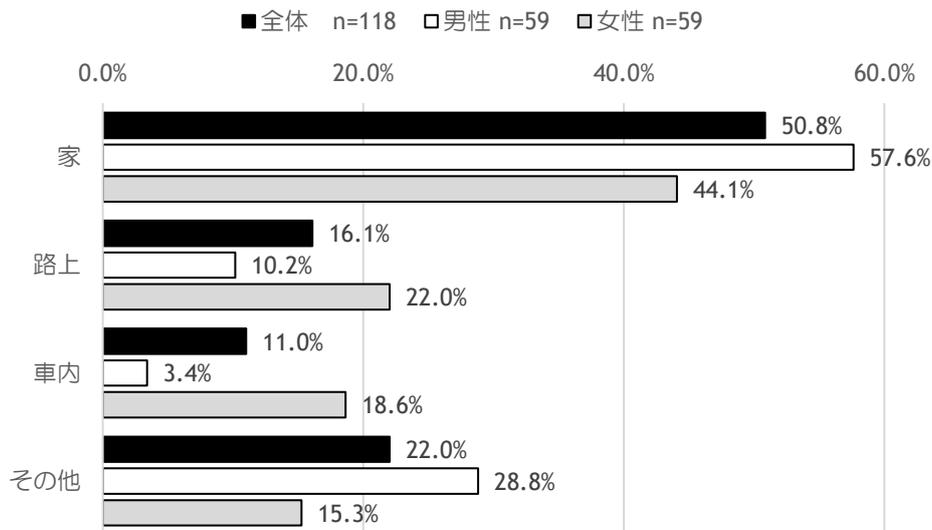
「あなたは、この1か月間に、自分以外の方が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。該当する番号を一つ選んで○印をつけてください。」



受動喫煙の機会が「ある」と回答した方の割合は、全体で46.5%、男性が43.7%、女性が49.6%であった。受動喫煙の機会が「ある」と回答した方の割合は、男女間で有意な差はなかった。

問10 受動喫煙の場所について

「問9で「1」と回答した方にお尋ねします。それは具体的にどのような場所でしたか。」



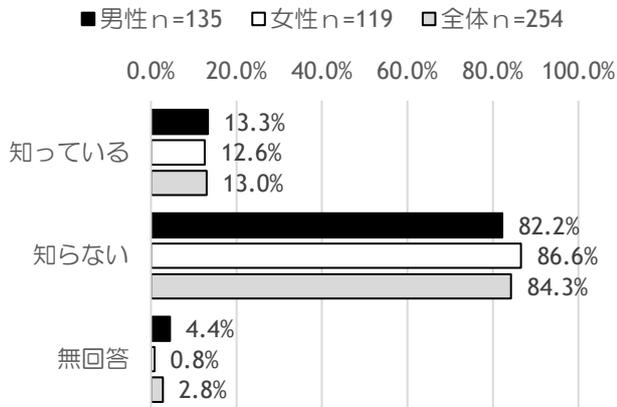
受動喫煙の場所について、「家」が最も多く、全体で44.1%、男性が50.8%、女性が57.6%であった。

その他の回答（27件）

- ・コンビニ（7件）
- ・公共交通機関の乗り場（6件）
- ・アルバイト先（3件）
- ・飲食店（2件）
- ・友人宅（2件）
- ・駅前（2件）
- ・パチンコ店（1件）
- ・公共の場（1件）
- ・自動車学校の外（1件）
- ・喫煙所の前（1件）
- ・複合商業施設など人が多くいるところ（1件）

問11 COPD(慢性閉塞性肺疾患)について

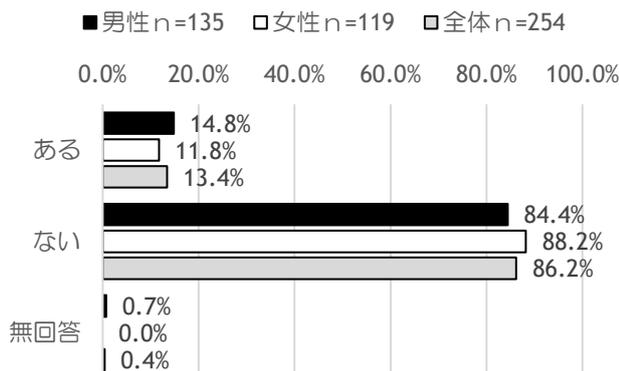
「あなたは、「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」という病気を知っていますか。該当する番号を一つ選んで○印をつけてください。」



「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」を「知っている」と回答した方の割合は、全体で13.0%、男性が13.3%、女性が12.6%であった。「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」を「知っている」と回答した方の割合は、男女間で有意な差はなかった。

問12 飲酒経験について

「あなたは、これまでにお酒を飲んだことがありますか。該当する番号を一つ選んで○印をつけてください。」

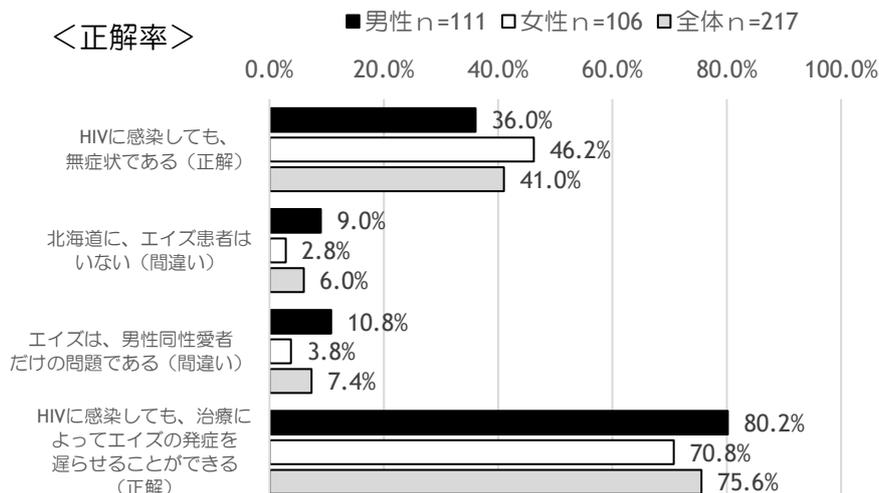


飲酒経験が「ある」と回答した方の割合は、全体で13.4%、男性が14.8%、女性が11.8%であった。飲酒経験が「ある」と回答した方の割合は、男女間で有意な差はなかった。

iv) エイズ(後天性免疫不全症候群)及び妊娠や避妊に関する知識について

問13 エイズ(後天性免疫不全症候群)に関する知識について

「エイズ（後天性免疫不全症候群）について、あなたが、正しいと思うものを全て選んで○印をつけてください。」

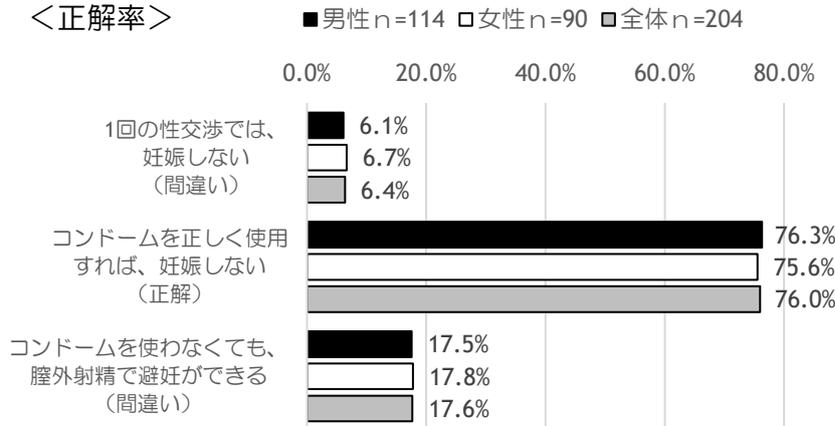


「HIVに感染しても、無症状である」の正解率が低い傾向にあった。

問 14 妊娠や避妊の知識について

「妊娠や避妊について、あなたが、正しいと思うものを全て選んで○印をつけてください。」

<正解率>



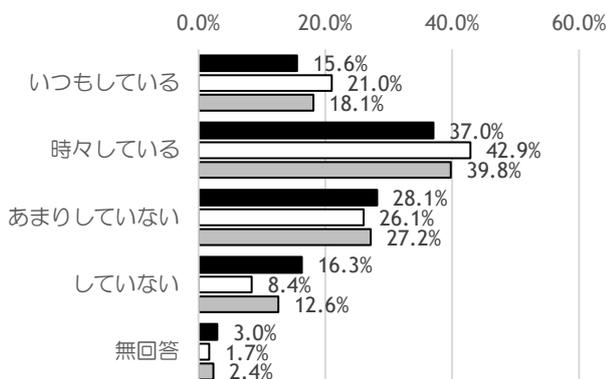
妊娠や避妊については、概ね正しい知識を得ていた。

v) ストレス・相談相手の有無について

問 15 ストレスや悩みなどについて

「あなたは、ストレスや悩みを周りの人に気軽に相談していますか。該当する番号を一つ選んで○印をつけてください。」

■男性 n=135 □女性 n=119 ▨全体 n=254

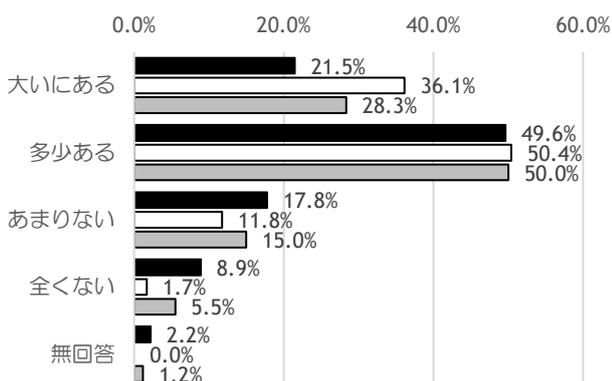


ストレスや悩みの相談を「いつもしている」、「時々している」と回答した方の割合は、全体で 57.9%、男性が 52.6%、女性が 63.9%であり、男女間で有意な差はみられなかった。

問 16 不満、悩み、苦勞、ストレスについて

「あなたは、この1か月に不満、悩み、苦勞、ストレスなどがありましたか。該当する番号を一つ選んで○印をつけてください。」

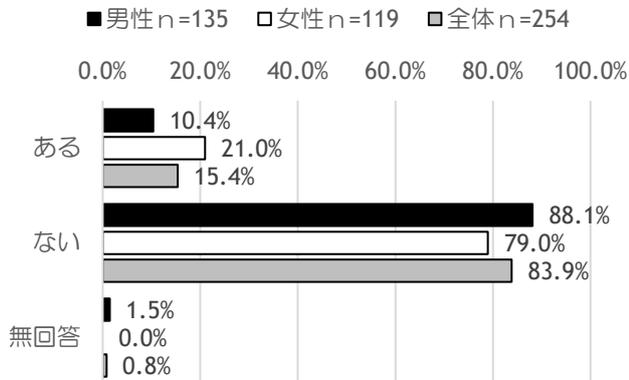
■男性 n=135 □女性 n=119 ▨全体 n=254



ストレス等が「大いにある」「多少ある」と回答した方の割合は、全体で 78.3%、男性が 71.1%、女性が 86.5%であった。ストレスの有無について、女性の方が有意に高かった。(P<0.01)

問 17 自殺を考えるような強いストレスについて

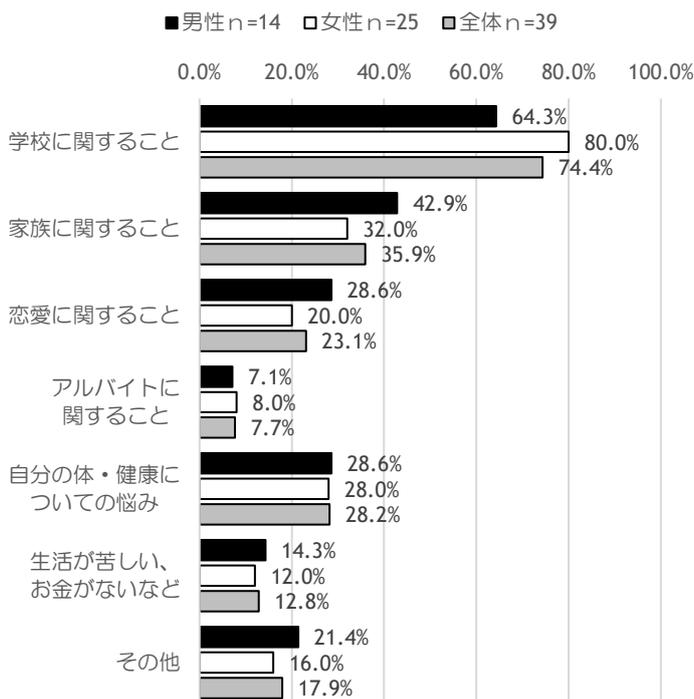
「この1年間に自殺を考えるような強いストレスを感じましたか。該当する番号を一つ選んで○印をつけてください。」



自殺を考えるような強いストレスを感じたことがあると回答した方の割合は、全体で15.4%、男性が10.4%、女性は21.0%であった。男性より女性の方が強いストレスを感じやすい傾向がみられた。(P<0.05)

問 18 自殺を考えるような強いストレスの原因について

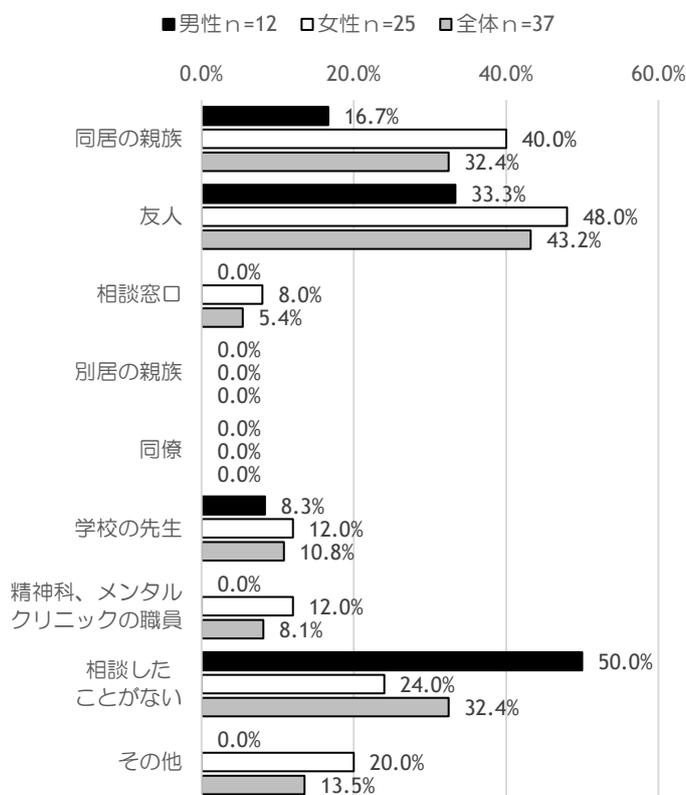
「問17で「1」と回答した方にお尋ねします。自殺を考えるような強いストレスを感じた原因は何ですか。該当するものを全て選んで○印をつけてください。」



自殺を考えるような強いストレスを感じたことがある原因として、「学校に関すること」が74.4%で最も多く、次いで「家族に関すること」が35.9%、「自分の体・健康についての悩み」が28.2%であった。ストレスを感じる原因として多い内容については、男女別での違いはみられなかった。

問 19 自殺の相談相手について

「問17で「1」と回答した方にお尋ねします。自殺を考えるような強いストレスを感じた時、誰に相談しましたか。該当するものを全て選んで○印をつけてください。」

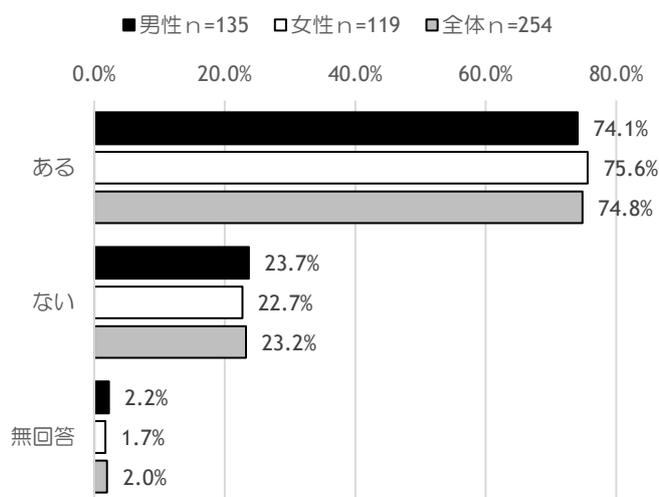


自殺を考えるような強いストレスを感じた時の相談相手について、「友人」と回答した方の割合が43.2%で最も多く、次に「同居の親族」「相談したことがない」が32.4%であった。

男女別でみると、男性は「相談したことがない」が50.0%で最も多く、女性は「友人」が48.0%で最も多かった。

問20 ストレスの対処方法について

「あなたは、ストレスをためないように自分なりの対処方法がありますか。該当する番号を一つ選んで○印をつけてください」



ストレスをためないように自分なりの対処方法があると回答した方の割合は、全体で74.8%、男性が74.1%、女性が75.6%であった。ストレスの対処方法について、男女間での有意差はみられなかった。