

資料1 令和3年度健康づくりに関する調査結果

1. 調査対象

町主催事業への参加者、社会福祉協議会主催事業への参加者、町営診療所利用者

2. 調査の実施期間

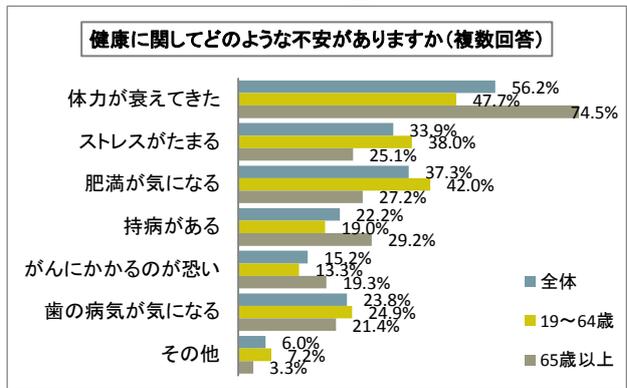
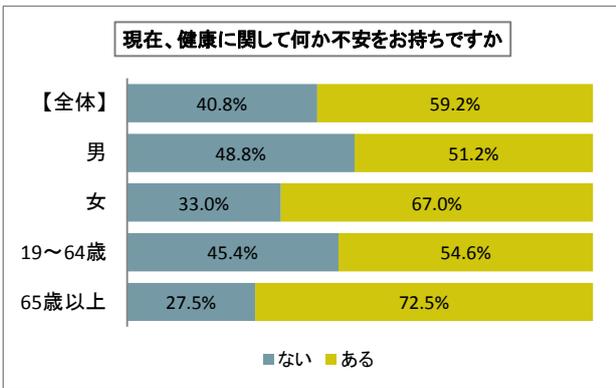
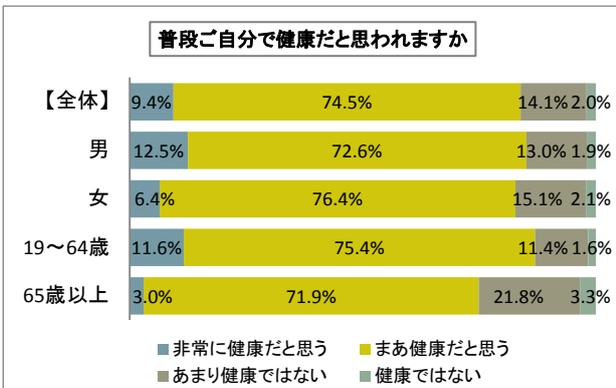
令和3年8月下旬～11月上旬

3. 回収状況

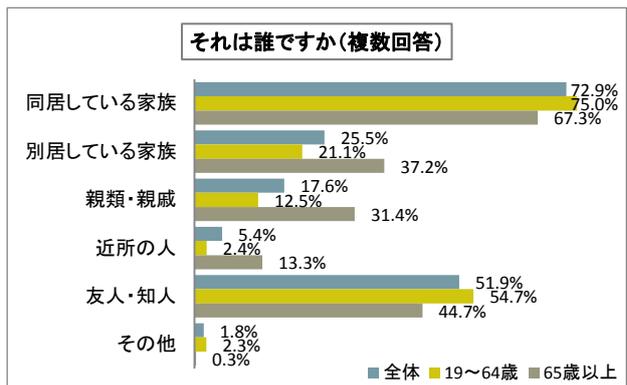
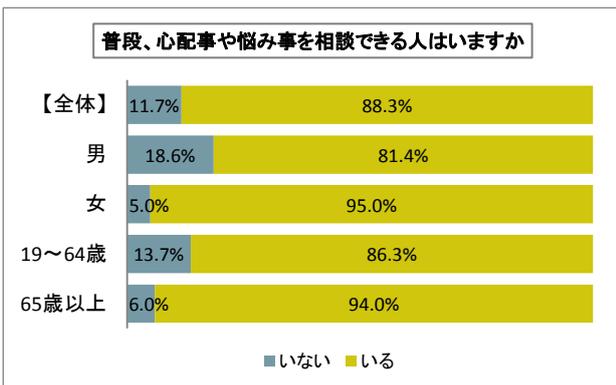
質問紙を1,317部配布・回収、うち白紙回答10部を除いた1,307部を有効回答とした。

4. 調査結果

4-1 健康状態（主観的健康感・健康に関する不安の有無）

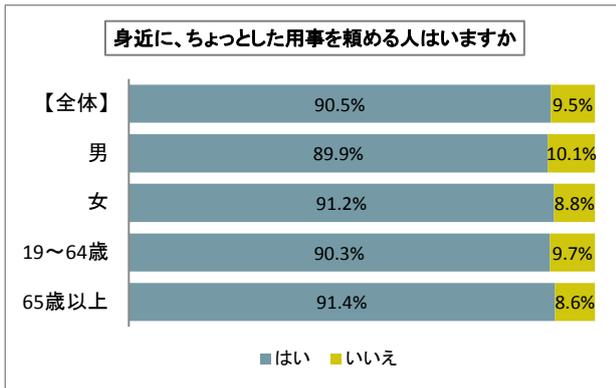


4-2 心配事や悩み事を相談できる人の有無

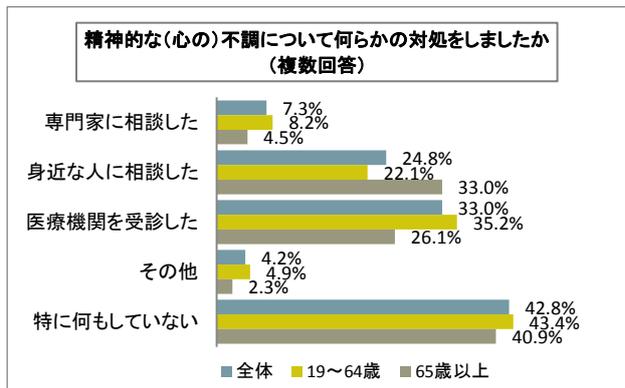
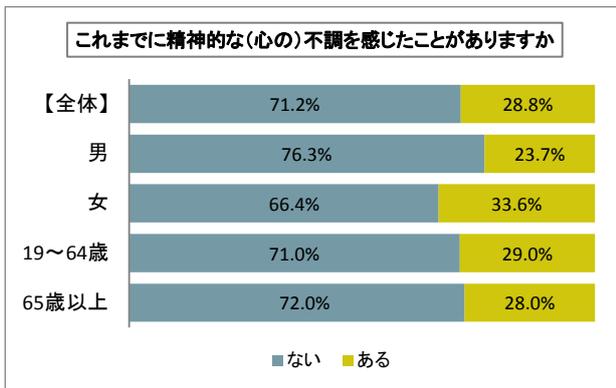


*「その他」：職場の上司、同僚、主治医、施設職員等

4-3 用事を頼める人の有無

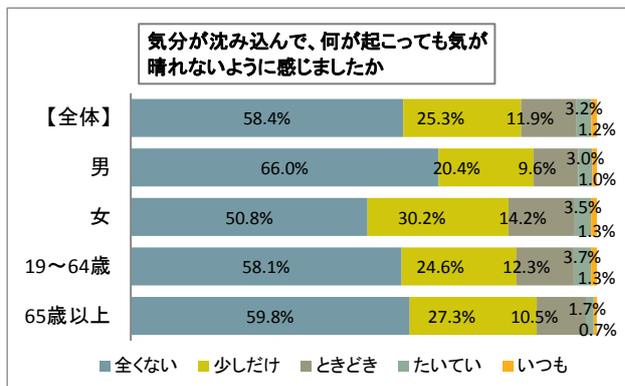
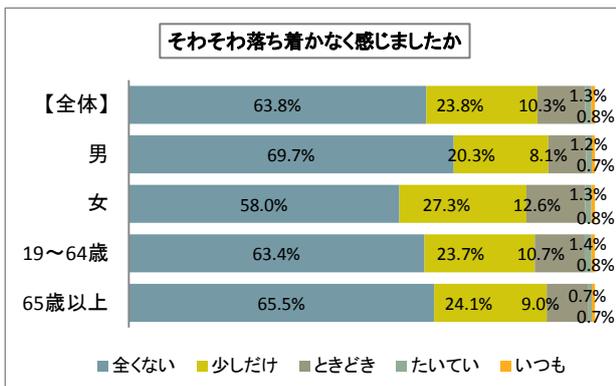
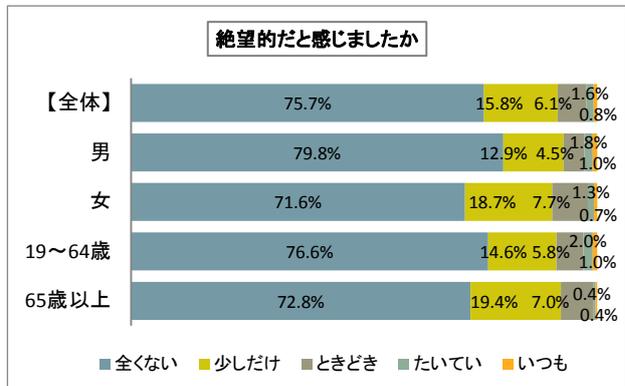
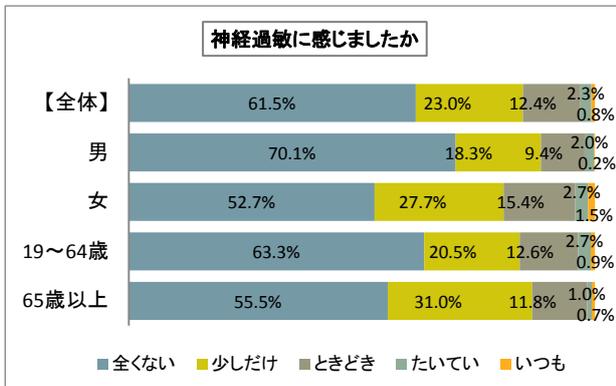


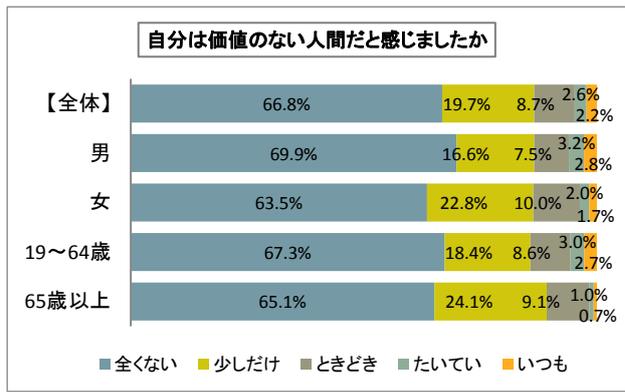
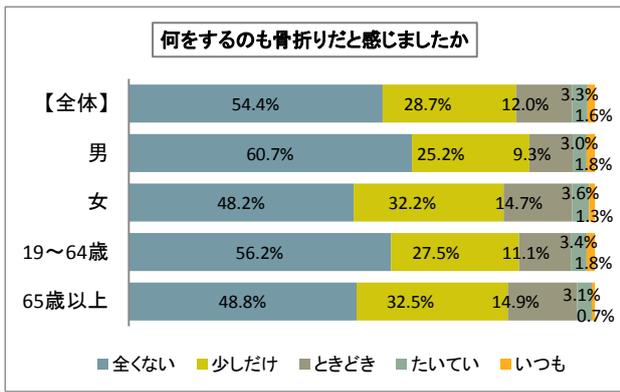
4-4 精神的な（心の）不調と対応



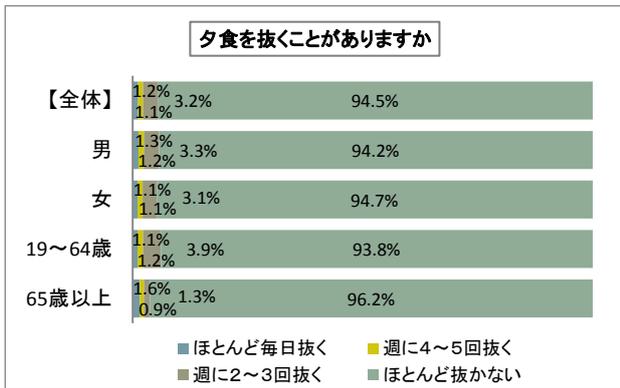
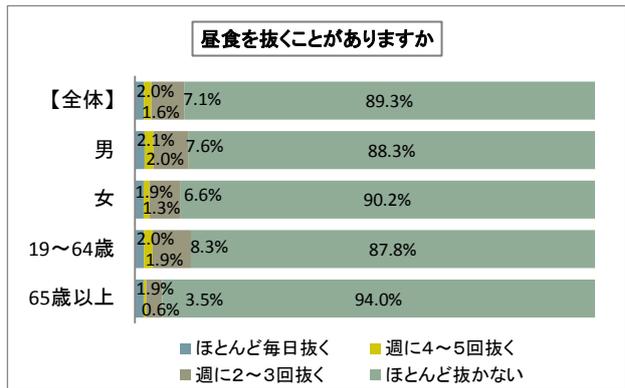
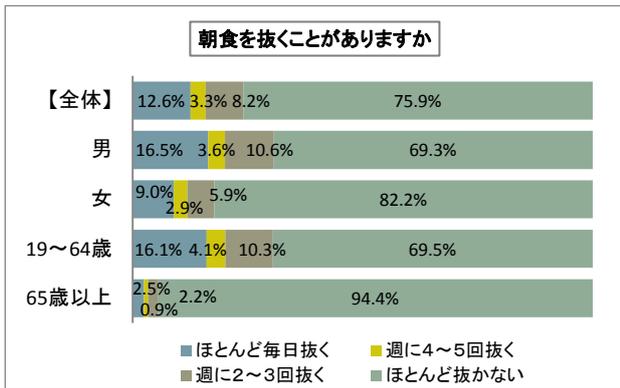
*「その他」：友人との会話・食事、環境を変える（退職・退学）、体験者の話を聞く、読書、ネット、時間が解決、好きなことをしてストレスを解消等

4-5 過去30日間における心の不調の頻度

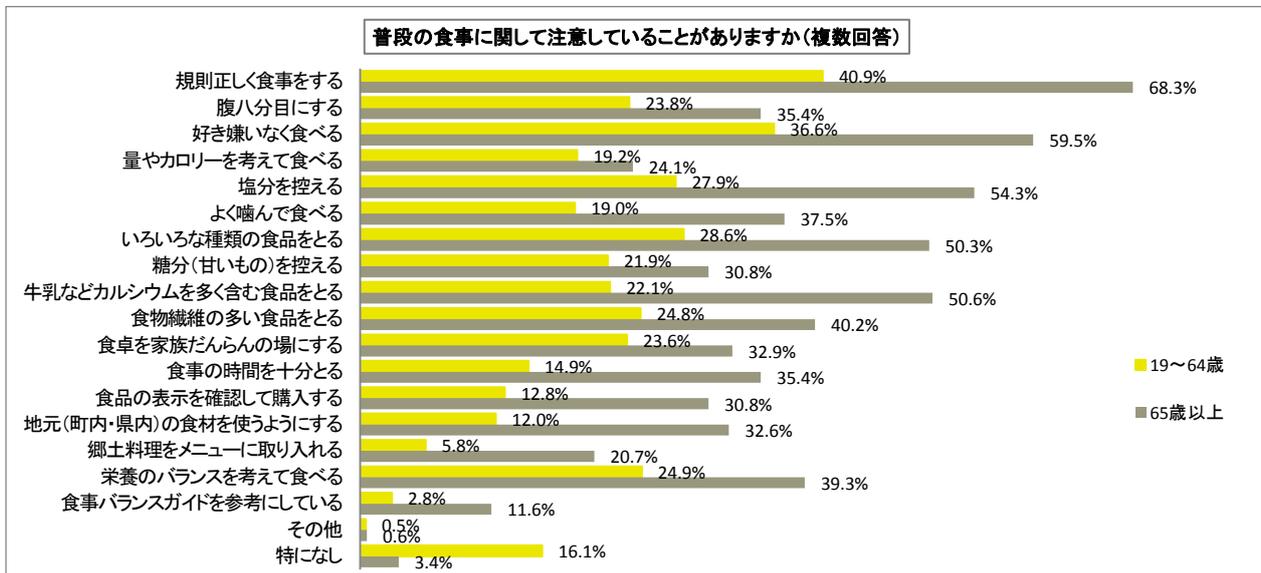




4-6 規則正しい食事

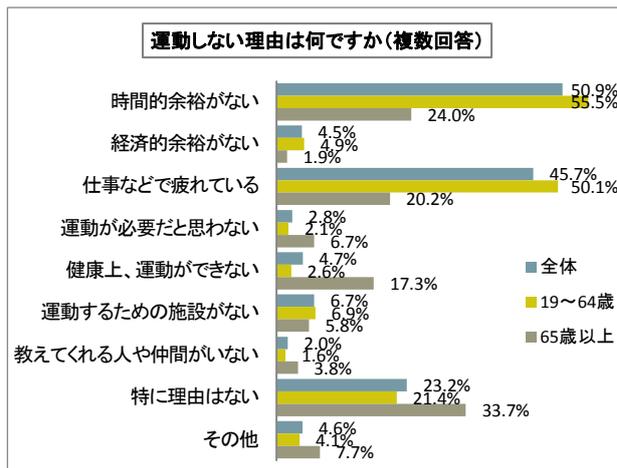
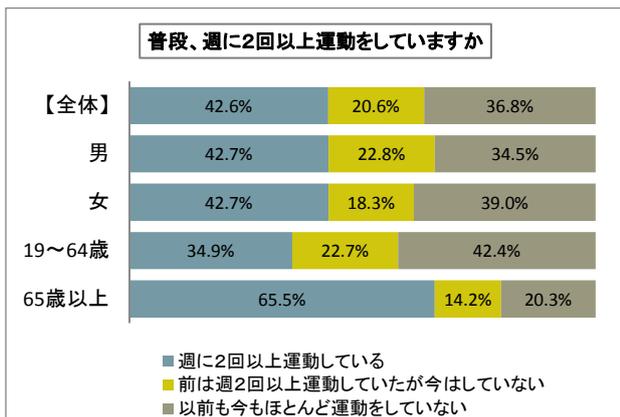


4-7 食事に関する注意

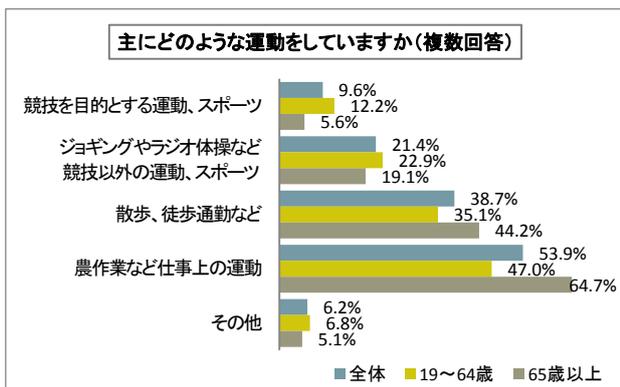


*「その他」：野菜を意識して食べる、たんぱく質を多く摂る、国産の食材を使う等

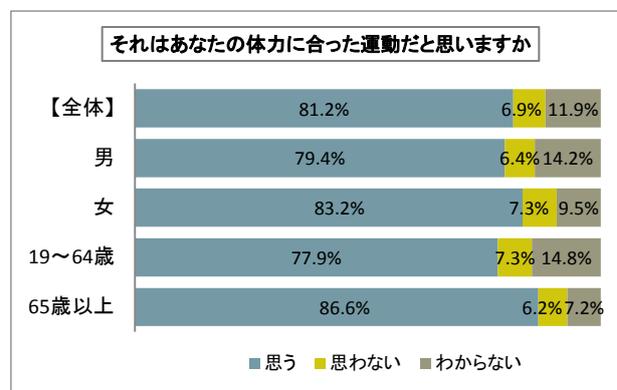
4-8 定期的な運動



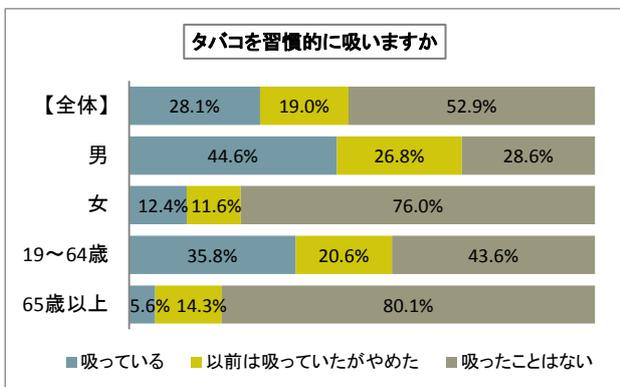
*「その他」：週1回は運動している、怪我、高齢、家族の介護、億劫、面倒くさい、コロナで集まらない等



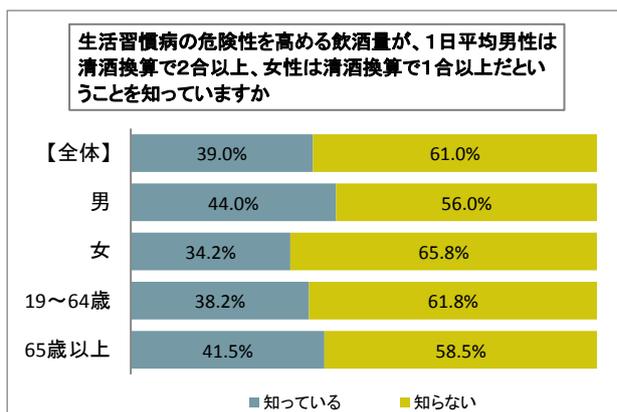
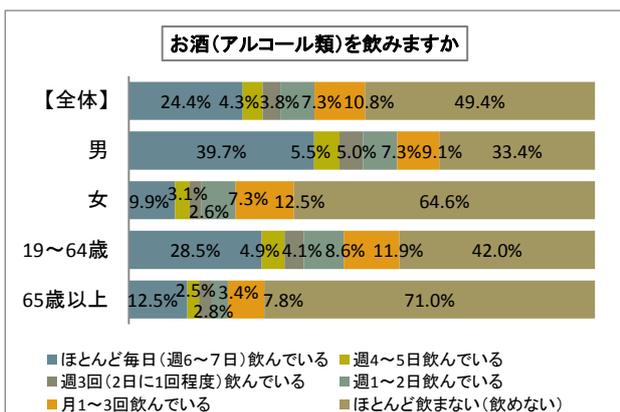
*「その他」：筋トレ、ストレッチ、フィットネス、軽体操、釣り、犬の散歩、フラフープ、家事、育児等



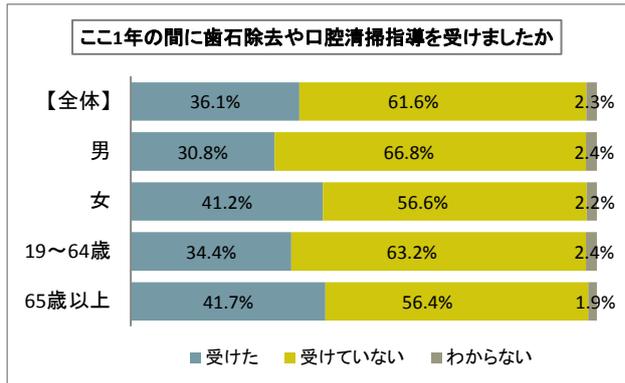
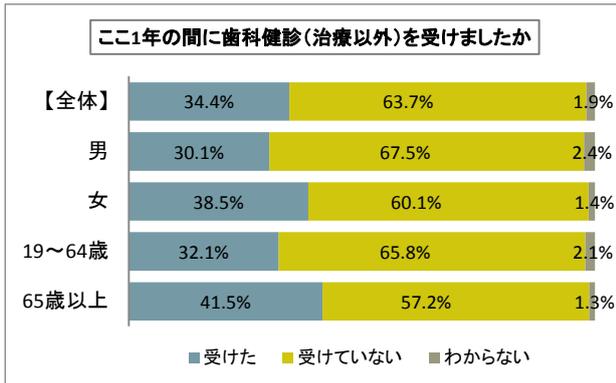
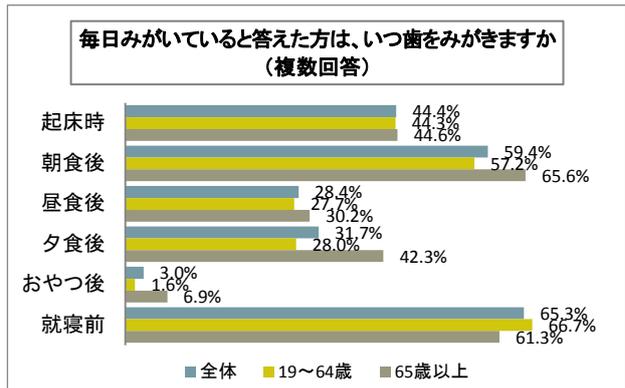
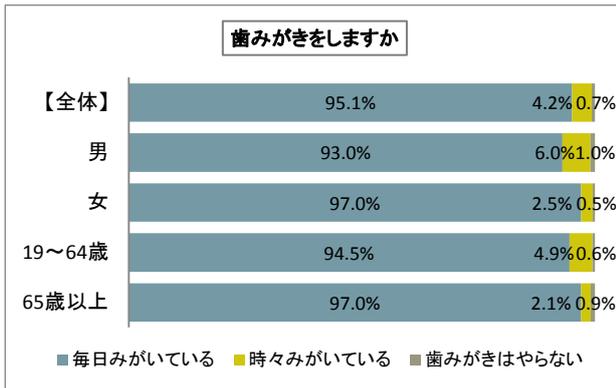
4-9 喫煙の状況



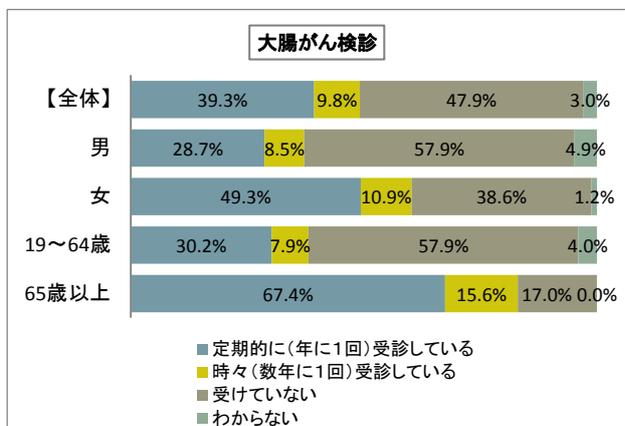
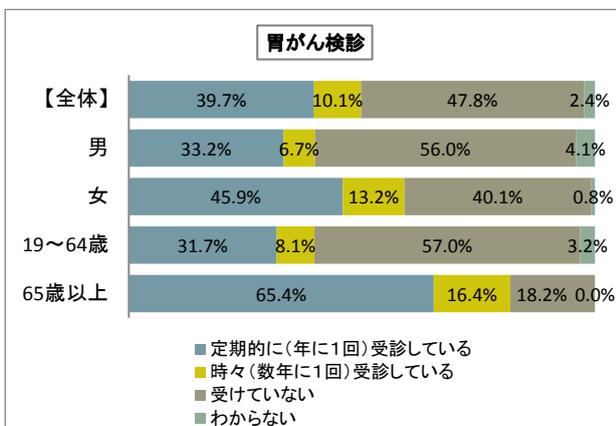
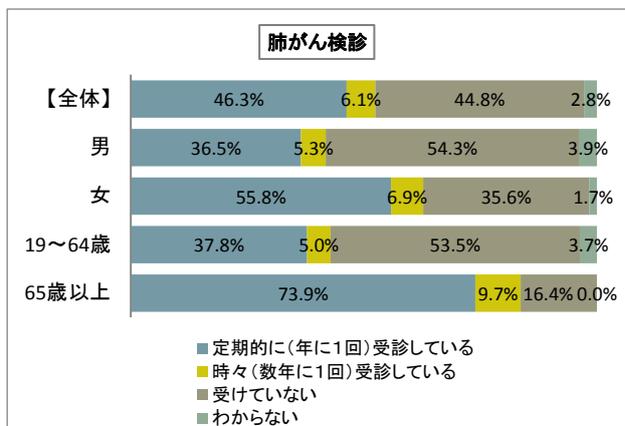
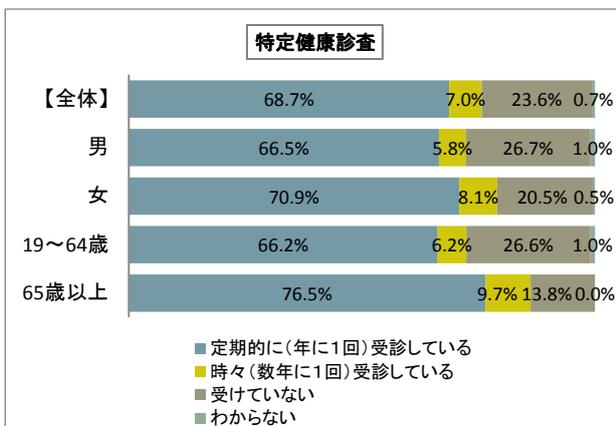
4-10 飲酒の状況

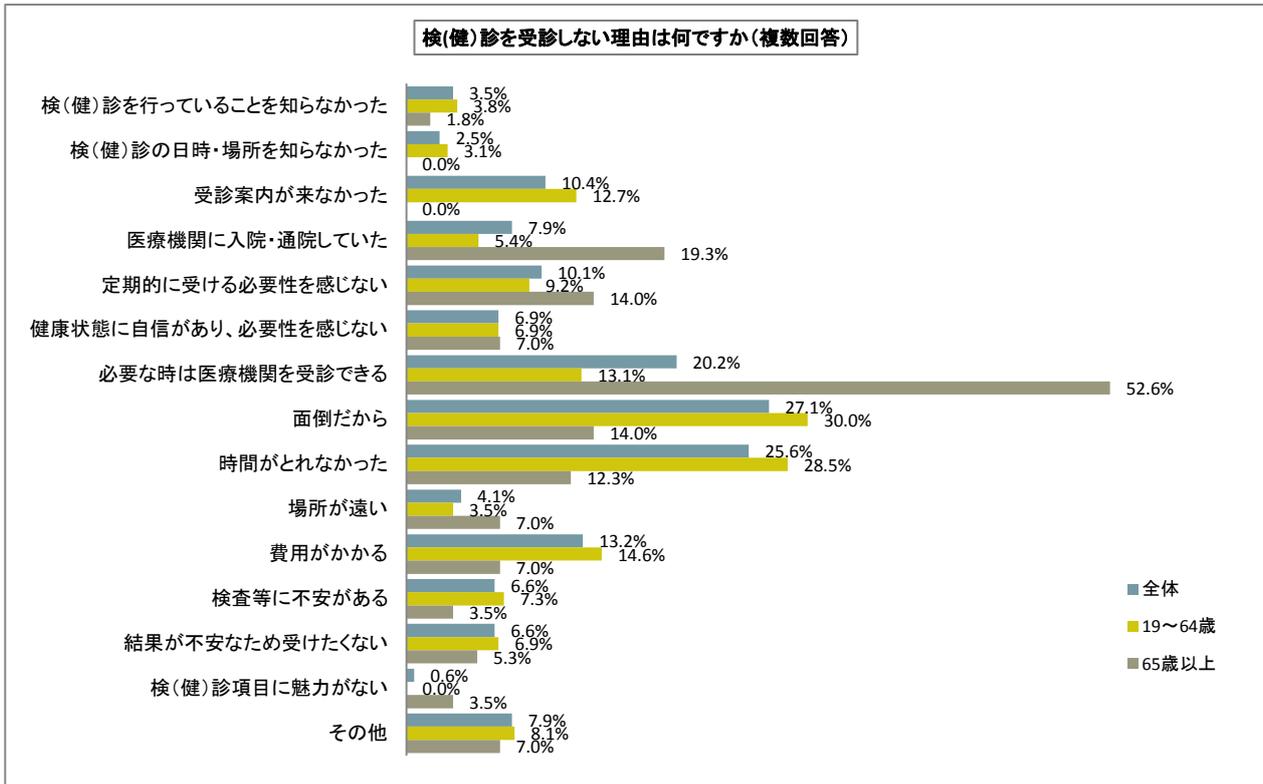
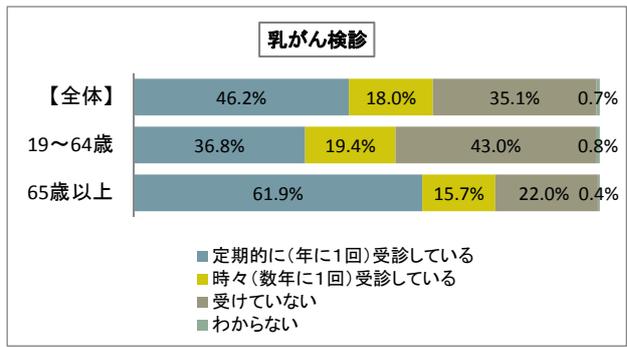
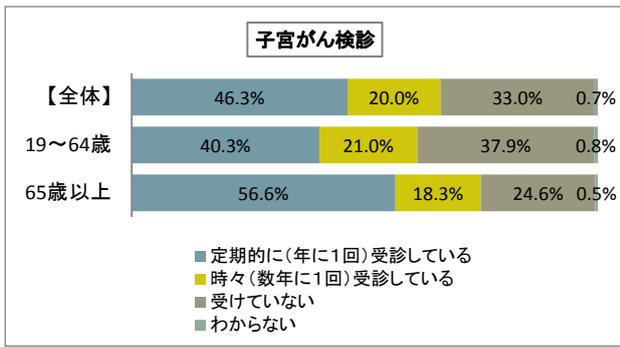


4-1-1 歯の習慣



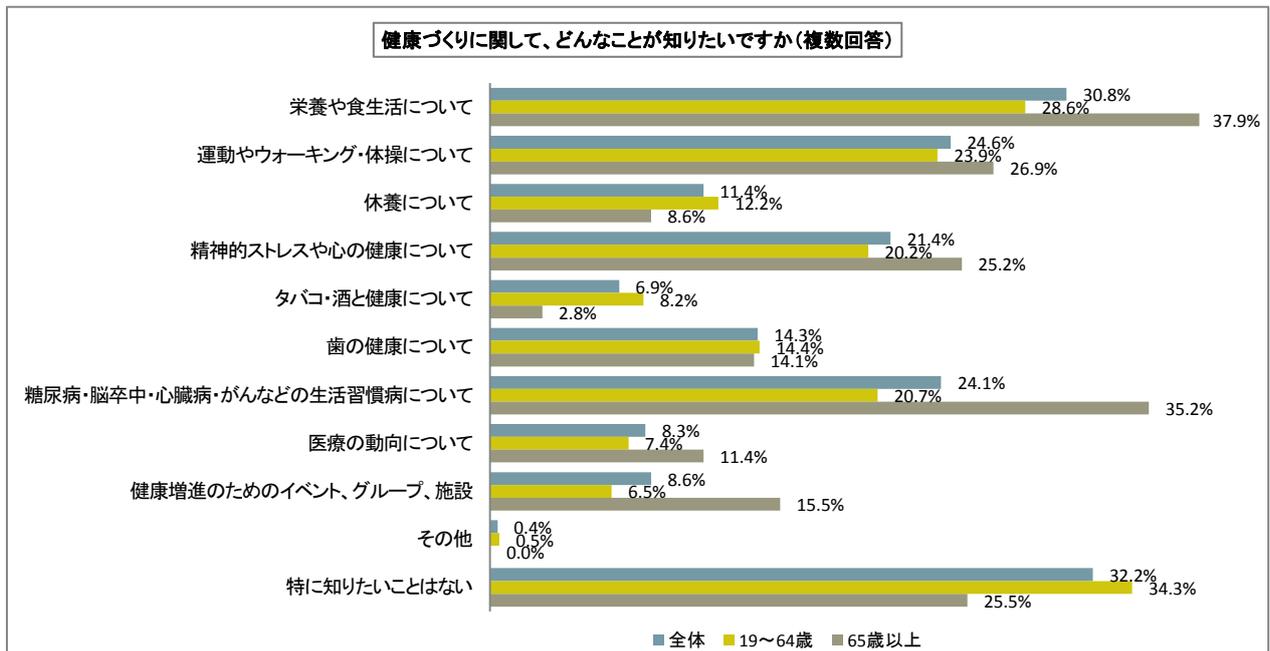
4-1-2 検(健)診（人間ドック・職場健診を含む）の受診状況





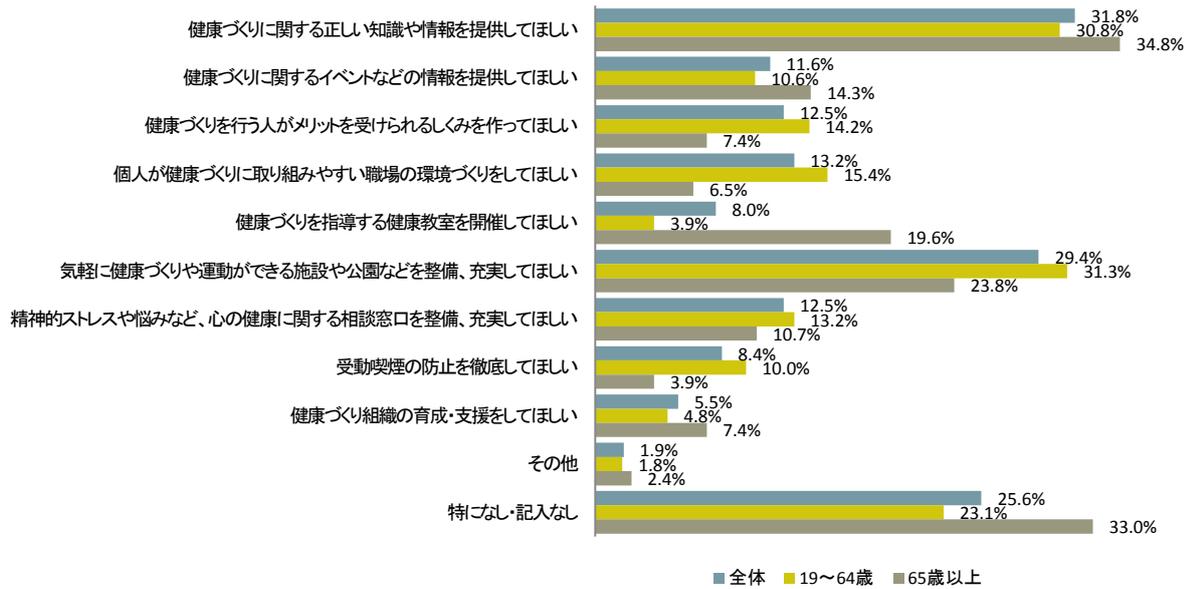
*「その他」：対象年齢外、病院で定期的に検査をしている、タイミングが合わなかった、ドックを受けたいが車が無い、コロナ感染が怖いため等

4-1-3 健康づくりに関する情報、要望



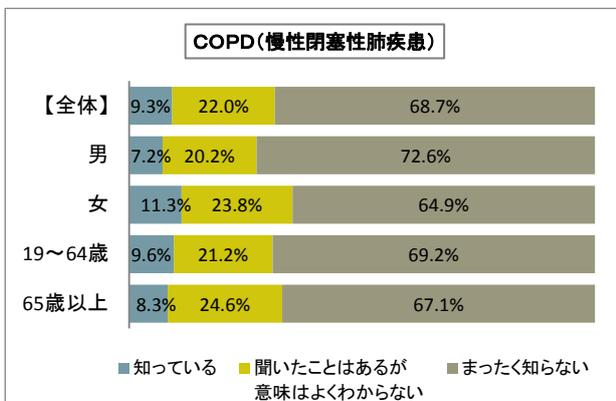
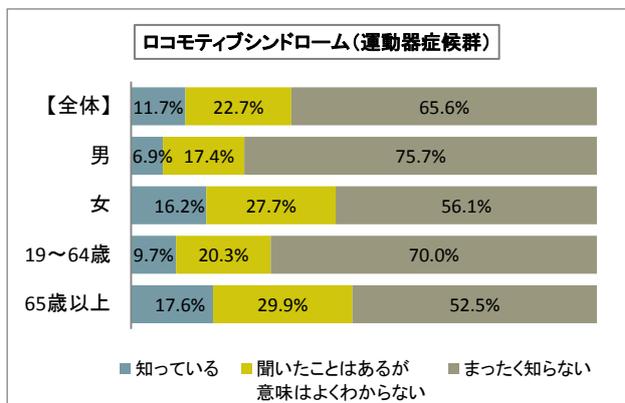
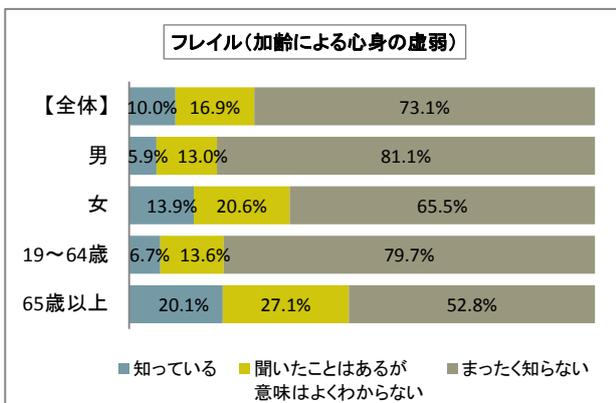
*「その他」：糖の摂り過ぎによる身体への影響、糖質制限や湿潤療法など従来の方法よりも良い治療法、老化について等

健康づくり対策に関して、どんなことを要望しますか(複数回答)

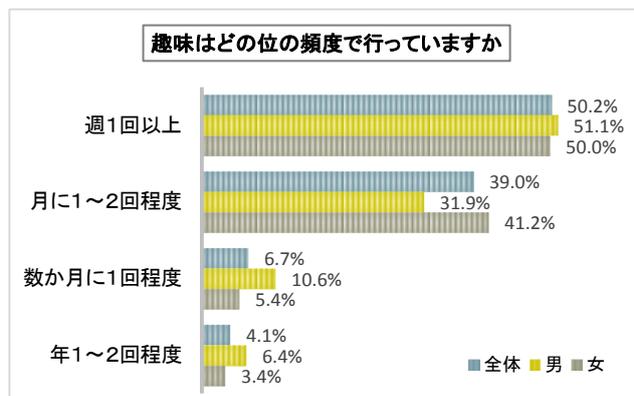
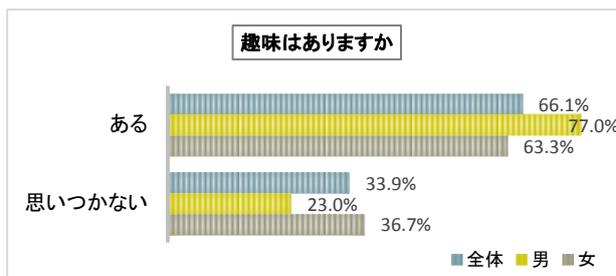
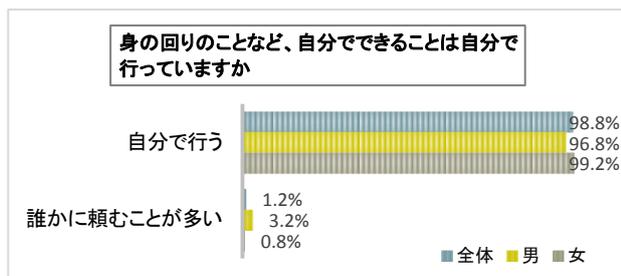


*「その他」：ネットで見られるような情報発信にしてほしい、同じような病気をした人の体験談を聞きたい、地域の仲間づくりを先導してほしい、子どもの遊べる公園が近くに欲しい、仕事中にできる健康づくり、低所得層に薬代を給付してほしい、経済面をきちんとしてほしい、ハタハタ館の運動器具が無くなって残念に思っているので代わりに使える所があれば広報やHPなどを利用して教えてほしい、プールなどがある運動施設を建ててほしい、喘息なので町内の野焼きを止めさせてほしい、秋田市でも活用できるような助成制度、健診結果の基準値の問題（20代と60代が同じ数値はおかしくないか）等

4-1-4 健康状態・疾患に関する用語の把握



4-15 現在65歳以上の方の普段の生活



4-16 八峰町の健康づくり事業に対する意見及び希望すること（自由記載）

- 健康に関する情報誌を発行してほしい。
- 気軽に集える場所があったらいいと思う。
- 働いている人達は、自治会の健康づくり教室などに参加できないのが残念である。
- 町内にトレーニングマシンをそろえて、町民が低料金で利用できる環境を整えて欲しい。
(能代市や三種町では、市立体育館や町営体育館にあるので参考になると思う)
- 秋北バスの廃止を止めて、今後も地域の足（交通）として存続してほしい。
- アリナスのような、町民が無料もしくは安価で使用できるトレーニングジムがあると嬉しい。
- 受動喫煙対策を町で進めているのであれば、町が率先して敷地内禁煙にすべき。町内の禁煙に取り組む事業者を増やすと言っているのに説得力がなく、参加する事業者を増やすことができない。
- 歯科健診についてのお知らせや、1年に1度受診できる案内を町から出してもらいたい。有料でも受けたいし、きっかけが欲しいので。
- 健康の為にウォーキングをしているが、中浜の中央公園のトイレを冬期間も使用させてほしい。薬を飲んでいる為トイレが近いこともあり、散歩の途中に使用したくてもカギがかかって入ることができず、近くにコンビニ（トイレ）もなく不便である。
- 簡単ではないが、悩みがあっても相談を避けている人に優しくアプローチしてもらえればありがたい。
- 閉園・閉校した施設に健康づくりに必要な用具や機材を用意して、町民が天候・曜日にかかわらず、気軽に運動ができるコミュニティセンターとして活用できるよう、早期に実現してほしい。
- 受動喫煙の防止が、まだまだ徹底されていない。屋外でも喫煙してはいけないことがどうすれば伝わるのか。吸わない人にとってはこの上なく不快であり、いまだにマナーの悪い人が多すぎる。田舎だからとか関係ない。
- 気軽に入れるフィットネス（運動できる場所）があるといい。
- 単発で事業を実施するのではなく、福祉保健分野に限らず他事業との連携等を行ってもいいと思う。
- もっと地元の食材について、詳しく教えてほしい。
- ハタハタ館のジムがなくなってしまい残念だ。
- 運動施設または公園等、地域の人達で交流できるように、元埴川小のグラウンド・体育館などを開放していただきたい。
- 高齢の人が多いため諦めてはいるが、もう少し若い人の事も考えてほしい。
- 街灯を増やしてほしい。
- 何度もハタハタ館の健康器具の修理をお願いしたが、いっこうになおることがなく残念だった。

- 農業中心の町なので、農薬の健康に与える影響も調べてはどうか。
- 町単独では難しいとは思いますが、安全に散歩できる歩道や自転車専用レーンがあれば良いと思う。
- 若い人も利用できる室内施設（ジム）があると、有料でも通いやすく嬉しく思う。
- 体の健康に関しての医療面は充実していると感じているが、精神面のサポートが不十分と感じている。メンタルヘルス、カウンセリング、コーチングなど心の相談窓口があると良い。特に仕事や家庭のストレスで病む人が多く、病む前の予防として、そういった専門家を事前に受診することを推進してほしい。病んだ人のサポートはあるが、病む前の予防が大切だと思う。
- 医者や専門家が正しいならば、どちらも長寿であるはずだが、そうならないのはどこかに問題があるのではないか。
- 子どもが歩いて遊びに行ける小さな公園が近くにない。親と祖父母と気軽に公園や散歩に出かけられたら、家族みんな健康に過ごせると思う。
- 関心の薄い若い世代にも、自分や家族の体、健康について考える機会があればと思う。
- 小さい子どものいる人たちが、気軽に運動できる施設がほしい。
- ヨガや軽体操などを受けたいが、時間的にいけない事が多いため、夜間（6時以降とか）にあったらよいと思う。
- 硬式テニスをやっているが、安価に借りられるとうれしい。
- 八峰町の主催で様々な検診を受けられるようになってきているのは、良いことだと思う。
- 様々な講座を企画して大変だと思うが、今後も事業運営に尽力してほしい。
- 今年度からドックの申込みが各個人にまかせられたが、病院に電話するのが少し敷居が高いように感じられ、億劫に思った。受診率低下につながらないことを願っている。普段から町民の健康に気を配っていただきありがたい。
- 年齢と共に膝とか悪くなるが、水の中のウォーキングとか良いと聞くので、出来れば夏冬利用できる温水プールがあればと常々思っている。
- カラオケの場所を作ってほしい。
- スポーツをやってほしい。
- 町で健康診断をやっていただき有難く思う。
- 健康づくりの方法はいろいろあるようだが、車の運転が出来ないので、参加することができず残念である。
- 技術研究職の開発・IT系の仕事が少ない。
- やることを最後までやり通してほしい。
- 満足している。
- 健康づくりは目立たなくて地味なものだが、それぞれの事業が広がりのないような感じがする。
- 年間スケジュール表など、常に見られる掲示物などはどうか？
- コロナが治まってきたら、年に1回位は健康づくりの講演など開催できないものか？
- 好きなように運動できる空間があればよい。
- そもそもこのアンケートにおいて、コロナウイルス関連の質問がないのが、町の意識の低さが感じられる。
- 風しん予防接種の無料券を女性にも欲しい
- 脳と足腰の老化が進んで入ったらどうなるかということが一番心配である。
- 若い時は登山、スキー、水泳をやっていたが、今はそれもなく、スキー、山登りのチャンスがあればやってもいいかなと思う。
- グループで年間を通して継続できるような運動・体を動かす活動の場が欲しい。
- 既にあるかもしれないが、気軽に精神的な事、身体的な事で相談できる相談窓口（電話・直接）があればいいと思う。小さな事でも、未然・予防的にも。
- 20代・30代の交流会等を作ってほしい。
- 大きい病院が欲しい。
- 予防のための健康づくりの教室だけではなく、病気になってしまった人のための健康づくり教室も欲しい。
- 自宅でできる健康づくりの教室を教えて欲しい。
- 新しい健康に関する情報を提供してほしい。（TVを見てると変化しているので）
- 普段の暮らしの中で、簡単にできる筋肉運動を教えてほしい。
- 年寄りはどこへ行くにも足がないので、車を出してくれれば参加出来る数が増える。