

健康づくりに関する市民意識調査

調査ご協力のお願い

市民の皆様には、日頃から市政にご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございます。
札幌市では、平成14年に策定した札幌市健康づくり基本計画「健康さっぽろ21」の評価と国の健康づくりの基本方針である「健康日本21（第二次）」を踏まえ、平成26年に『健康さっぽろ21（第二次）』を策定し、健康づくりに関するさまざまな取組を行っております。

この度、『健康さっぽろ21（第二次）』の現時点での取組の評価や今後の市民の皆様の健康づくりのあり方の検討における基礎資料とするため、皆様の日頃の生活習慣や健康意識などについてアンケート調査を行うことといたしました。

なお、調査の実施にあたっては、市内にお住まいの15歳から79歳までの方から無作為に選んだ5,000人の方を対象としております。

皆様からいただいたご回答は、調査の趣旨に沿って全て統計的に処理し、個々の回答結果を公表したり、目的以外の用途に使用することはありません。

ご多忙のところ大変恐縮に存じますが、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願いいたします。

平成〇〇年〇月

札幌市保健福祉局保健所健康企画課

ご記入にあたってのお願い

1. 調査票にお名前をご記入いただく必要はありません。
2. 調査票の記入は、原則封筒のあて名のご本人が行ってください。もしご自身で記入できない場合は、代理の方がご記入いただいても構いません。
3. この調査は、あなたの平均的な生活習慣についてお答えください。
4. ご回答は、質問文に記載している回答数（1つ、3つまで、いくつでも）に注意して、回答欄のあてはまる番号を○で囲んでください。ご回答が「その他」の場合は、番号に○をつけ、（ ）内に具体的にご記入ください。
5. 答えに漏れがないか最後にご確認の上、ご返送ください。また、回答できない質問がありましたら、空欄でかまいませんので、そのままご返送ください。

ご記入いただいた調査票は、平成29年●月●日（●）までに、同封の封筒に入れ、切手を貼らずにご返送くださるようお願いいたします。

調査についてのお問い合わせ

札幌市保健所健康企画課

電話：011-622-5151 FAX：011-622-7221

e-mail：kenkou-suishin@city.sapporo.jp

健康づくりに関する市民意識調査

<食事・食習慣について>

問1 あなたは、朝食を食べますか。次の中から**1つ選んで**お答えください。

- 1 ほぼ毎日食べる
- 2 週に4、5日食べる
- 3 週に2、3日食べる
- 4 ほとんど食べない

問2 あなたは、間食を食べますか。次の中から**1つ選んで**お答えください。

※ただし、糖尿病などの疾病により意識的に間食をとることで健康を維持している方は、「4 ほとんど食べない」を選んでください。

- 1 ほぼ毎日食べる
- 2 週に4、5日食べる
- 3 週に2、3日食べる
- 4 ほとんど食べない

問3 あなたは、現在のご自分の食事をどのように思いますか。次の中から**1つ選んで**お答えください。

- 1 大変よい
- 2 よい
- 3 少し問題がある
- 4 問題が多い

問4 あなたは、ご自分の食事について、今後どのようにしたいと思いますか。次の中から**1つ選んで**お答えください。

- 1 今よりよくしたい
- 2 今のままでよい
- 3 特に考えていない

問5 あなたは、1日の食事をどのようにとっていますか。次の中から**1つ選んで**お答えください。

- 1 ほぼ決まった時間に3回の食事をとっている
- 2 3回の食事はとっているが、時間は不規則であることが多い
- 3 3回の食事以外に、夜食を食べることが多い
- 4 食事は2回までのことが多い
- 5 食事の回数が不規則である

問6 あなたは、1回の食事で食べる量に気をつけていますか。次の中から**1つ選んで**お答えください。

- 1 多すぎないよう、少なすぎないように心がけている
- 2 特に気にしないで、食べたいだけ食べている
- 3 意識して食べる量を少なくしている

問7 あなたは、主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。次の中から**1つ選んで**お答えください。

- 1 ほとんど毎日
- 2 週に4、5日
- 3 週に2、3日
- 4 ほとんどない

問8 あなたは、飲食店やコンビニエンスストア等の外食料理店の料理やお弁当等の栄養成分表示を利用していますか。次の中から**1つ選んで**お答えください。

- 1 いつも利用している
- 2 ときどき利用している
- 3 利用していない

問9 あなたは、糖尿病、がん、高血圧などの病気が食事と深い関係にあることを知っていますか。次の中から**1つ選んで**お答えください。

- 1 よく知っている
- 2 だいたい知っている
- 3 あまりよく知らない
- 4 まったく知らない

問10 あなたは、自分の体重を量る習慣はどの程度ありますか。次の中から**1つ選んで**お答えください。

- 1 ほとんど毎日
- 2 週に数日程度
- 3 週に1日程度
- 4 ほとんどない

問11 あなたは、生活習慣病の予防や改善のために、普段から適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践していますか。次の中から**1つ選んで**お答えください。

- 1 いつも気をつけて実践している
- 2 気をつけて実践している
- 3 あまり気をつけて実践していない
- 4 全く気をつけて実践していない

問 12 あなたは、普段からゆっくりよく噛んで食べていますか。次の中から1つ選んでお答えください。

- 1 ゆっくりよく噛んで食べている
- 2 どちらかと言えばゆっくりよく噛んで食べている
- 3 どちらかと言えばゆっくりよく噛んで食べていない
- 4 ゆっくりよく噛んで食べていない

問 13 あなたが、噛んで食べる時の状態について、次の中から1つ選んでお答えください。

- 1 何でも噛んで食べることができる
- 2 一部噛めない食べ物がある
- 3 噛めない食べ物が多い
- 4 噛んで食べることはできない

問 14 あなたは、食べ物や飲み物が飲み込みにくく感じたり、食事中にむせたりすることがありますか。次の中から1つ選んでお答えください。

- 1 頻繁にある
- 2 ときどきある
- 3 めったにない
- 4 まったくない

問 15 あなたは、家族や友人、職場や地域の人などと食事をとることがどの位ありますか。次の中から1つ選んでお答えください。

- 1 ほぼ毎日（週5～7日）
 - 2 週に4、5日
 - 3 週に2、3日
 - 4 ほとんどない
- } → 問 16 へお進みください。

【問 15 で、「4 ほとんどない」を選んだ方におたずねします。】

問 15-1 あなたは、地域などで食事会等の機会があれば、参加したいと思いませんか。次の中から1つ選んでお答えください。

- 1 とてもそう思う
- 2 そう思う
- 3 どちらともいえない
- 4 あまりそう思わない
- 5 全くそう思わない

《すべての方がお答えください。》

＜食育について＞

次の「食育（しょくいく）」に関する説明文をお読みにになり、下の質問にお答えください。

生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるものであり、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実現することができる人間を育てること。（食育基本法より）

問 16 あなたは、「食育」に関心がありますか。次の中から1つ選んでお答えください。

- | | |
|-----------------|--------------------|
| 1 関心がある | } → 問 17 へお進みください。 |
| 2 どちらかといえば関心がある | |
| 3 どちらかといえば関心がない | |
| 4 関心がない | |
| 5 わからない | |

【問 16 で、「1」または「2」を選んだ方におたずねします。】

問 16-1 あなたは、「食育」のどのようなことについて関心がありますか。次の中からいくつでも選んでお答えください。

- | |
|-----------------------------------|
| 1 食生活・食習慣の改善 |
| 2 食品の安全性 |
| 3 自然の恩恵や生産者等への感謝・理解、農林漁業等に関する体験活動 |
| 4 環境との調和、食品ロスの削減や食品リサイクルに関する活動 |
| 5 食事に関するあいさつや作法 |
| 6 食を通じたコミュニケーション |
| 7 郷土料理、伝統料理等の優れた食文化の継承 |
| 8 その他（具体的に： _____） |
| 9 わからない |

《すべての方がお答えください。》

問 17 あなたは、日頃の健全な食生活を実践するにあたり、次の指針を参考にしていますか。あてはまるものを、3つまで選んでお答えください。

- | |
|---|
| 1 食事バランスガイド（1日に何をどれだけ食べたら良いかを示したもの） |
| 2 日本人の食事摂取基準（1日に必要なエネルギーや栄養素の目安を示したもの） |
| 3 6つの基礎食品群（栄養成分の類似している食品を6群に分類したもの） |
| 4 3色分類（食品の体内における主な働きを3つに分けて主な食品を分類したもの） |
| 5 札幌市食生活指針（弁当箱ダイエット法で、おおよそ自分の量が把握できるもの） |
| 6 その他の指針（具体的に： _____） |
| 7 特に参考にしていない |
| 8 わからない |

<地域との交流について>

問 18 あなたのお住まいの地域について、おたずねします。次のアからエの質問について、あてはまる番号を**1つ選んで**○印をつけてお答えください。

	1. 強くそう 思う	2. どちらか といえば そう思う	3. どちらと もいえな い	4. どちらか といえば そう思わ ない	5. 全くそう 思わない
ア あなたのお住まいの地域の人は、お互いに助け合っている	1	2	3	4	5
イ あなたのお住まいの地域の人は信頼できる	1	2	3	4	5
ウ あなたのお住まいの地域の人は、お互いにあいさつをしている	1	2	3	4	5
エ あなたのお住まいの地域では、問題が生じた場合、人々は力を合わせて解決しようとする	1	2	3	4	5

<健康・運動習慣について>

問 19 あなたが、知っている（聞いたことがある）ものを、次の中から**いくつでも選んで**お答えください。

1 健康増進法
2 健康日本 21（第二次）（二十一世紀における第二次国民健康づくり運動）
3 すこやか北海道 21 改訂版（北海道健康増進計画）
4 健康さっぽろ 21（第二次）（札幌市健康づくり基本計画）

問 20 あなたは、ご自分の健康状態をどのように感じていますか。次の中から**1つ選んで**お答えください。

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

問 21 あなたは、日頃から健康の維持・増進のために意識的に運動していますか。次の中から 1つ選んで お答えください。

ただし、学校の授業で行っているものは除きます。

- 1 週に3回以上している
- 2 週に1～2回している
- 3 月に2～3回している
- 4 月に1回している
- 5 ほとんどしていない

問 22 へお進みください。

【問 21 で「1」または「2」を選んだ方におたずねします。】

問 21-1 あなたは、1回30分以上の運動を、週に2回以上実施し、1年以上継続していますか。次の中から 1つ選んで お答えください。

- 1 している
- 2 していない

【問 21 で「5 ほとんどしていない」を選んだ方におたずねします。】

問 21-2 あなたが、運動をしない主な理由は何ですか。次の中から 1つ選んで お答えください。

- 1 必要ないと思うから
- 2 時間に余裕がないから
- 3 めんどうだから
- 4 体を動かすことが嫌いだから
- 5 医師から特に言われていないから
- 6 効果があるとは思えないから
- 7 病気や身体上の理由から
- 8 その他（具体的に： _____)

《すべての方がお答えください。》

問 22 あなたは、ロコモティブシンドロームという言葉と内容（意味）について、知っていますか。次の中から 1つ選んで お答えください。

- 1 言葉も内容も知っている
- 2 言葉を聞いたことはあるが、内容は知らない
- 3 言葉も内容も知らない（このアンケート調査で初めて知った場合を含みます。）

※ロコモティブシンドローム（運動器症候群、通称ロコモ）とは、骨や関節、筋肉など運動器の衰えが原因で、歩行や立ち座りなどの日常生活に障害をきたしている状態のことをいいます。

60 歳以上の方のみお答えください。

※60 歳未満の方は、問 25 へお進みください。

【60 歳以上の方におたずねします。】

問 23 日常生活での買い物や散歩などを含めた外出について、あなたはどれにあてはまりますか。次の中から **1つ選んで** お答えください。

- 1 自分から積極的に外出する方である
- 2 家族や他の人から誘われたり、仲間がいれば外出する方である
- 3 家族や他の人から誘われれば仕方なく外出する方である
- 4 家族や他の人から誘われても極力外出はしない方である
- 5 外出することはほとんどない

【60 歳以上の方におたずねします。】

問 24 あなたは、この 1 年間に、個人または友人と、あるいはグループや団体に自主的に行われている活動（俳句、体操、シルバー人材センター、学習会、緑化推進、まちづくり、交通安全、在宅老人の介護・家事援助、祭りや地域の催しものなど）に参加したことがありますか。次の中から **1つ選んで** お答えください。

- 1 参加したことがある
- 2 参加したことがない

《すべての方がお答えください。》

＜睡眠、悩み・ストレスについて＞

問 25 あなたの平均的な睡眠時間は、どのくらいですか。次の中から **1つ選んで** お答えください。

- 1 5 時間未満
- 2 5～6 時間
- 3 7～8 時間
- 4 9 時間以上

<たばこ・喫煙習慣について>

問 29 あなたは、たばこを吸いますか。次の中から 1つ選んでお答えください。

- 1 毎日吸っている
- 2 毎日ではないが週に1回以上吸っている
- 3 以前は吸っていたが、現在は吸っていない → 問 29-4 へお進みください。
- 4 吸わない → 問 30 へお進みください。

【問 29 で「1」または「2」を選んだ方におたずねします。】

問 29-1 あなたは、1日に平均して何本くらいのたばこを吸いますか。次の中から 1つ選んでお答えください。

- 1 10本未満
- 2 10～19本
- 3 20～29本
- 4 30～39本
- 5 40本以上

【問 29 で「1」または「2」を選んだ方におたずねします。】

問 29-2 あなたは、たばこをやめたいと思いますか。次の中から 1つ選んでお答えください。

- 1 すぐにでもやめたい
- 2 そのうちやめたい
- 3 本数を減らしたい
- 4 特に考えていない → 問 29-5 へお進みください。

【問 29-2 で「1」～「3」のいずれかを選んだ方におたずねします。】

問 29-3 あなたは、たばこを吸うのをやめる、本数を減らすためにどのような方法が必要だと思いますか。次の中から 1つ選んでお答えください。

- 1 医師などによるカウンセリングやニコチンガムによる禁煙指導
※ニコチンガムとは、喫煙をガムを噛むという形に置き換え、ニコチン摂取量を少しずつ減らしながら禁煙するための補助剤です。
- 2 職場などが分煙・禁煙対策を進めること
- 3 家族や友人などの協力
- 4 自分の力でやめられる
- 5 その他(具体的に:)

→ 問 29-5 へお進みください。

【問 29 で「3」を選んだ方におたずねします。】

問 29-4 あなたが、たばこを吸わなくなった（たばこをやめた）理由は何ですか。次の中からいくつでも選んでお答えください。

- | | |
|---|----------------------|
| 1 | 生活習慣病などの病気になったから |
| 2 | 喫煙が健康に及ぼす影響について学んだから |
| 3 | 同居の家族に子どもが生まれたから |
| 4 | 同居の家族に妊婦がいたから |
| 5 | たばこの価格（値段）が上がったから |
| 6 | その他（具体的に： _____） |
| 7 | 特にない |

—————▶ 問 29-5 へお進みください。

【問 29 で「1」～「3」のいずれかを選んだ方におたずねします。】

問 29-5 あなたは、何歳からたばこを吸い始めましたか。次の中から1つ選んでお答えください。

- | | | | |
|---|---------|---|---------|
| 1 | 15 歳以下 | 4 | 25～29 歳 |
| 2 | 16～19 歳 | 5 | 30 歳以上 |
| 3 | 20～24 歳 | | |

《すべての方がお答えください。》

＜たばこと健康との関わりについて＞

問 30 あなたは、COPDという言葉と内容（意味）について知っていますか。次の中から1つ選んでお答えください。

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 1 | 言葉も内容も知っている |
| 2 | 言葉を聞いたことはあるが、内容は知らない |
| 3 | 言葉も内容も知らない（このアンケート調査で初めて知った場合を含みます。） |

※COPD（慢性閉塞性肺疾患）とは、たばこなどの有害物質の吸入によって肺に慢性的に炎症が起き、空気の流れ（気流）が制限される結果、呼吸困難などの症状がみられる病気です。

問 31 あなたは、日頃利用する飲食店や遊技場などについて、その施設が禁煙もしくは喫煙であることを理由に、利用するかどうかを決めますか。次の中から1つ選んでお答えください。

- | | |
|---|---------------------|
| 1 | 禁煙が良いので、禁煙なら利用する |
| 2 | 喫煙が良いので、喫煙なら利用する |
| 3 | 禁煙が良いが、禁煙でも喫煙でも利用する |
| 4 | 喫煙が良いが、禁煙でも喫煙でも利用する |
| 5 | わからない |

問 32 あなたは、この1ヶ月の間に、自分以外の人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。次のアからコの場合について、**1つ選んで**お答えください。

※学校、飲食店、遊技場などに勤務していて、その職場で受動喫煙があった場合は、「イ 職場」欄に記入してください。

	1. ほぼ毎日	2. 週に数回 程度	3. 週に1回 程度	4. 月に1回 程度	5. 全くなか った	6. 行かなか った
ア 家庭	1	2	3	4	5	
イ 職場	1	2	3	4	5	6
ウ 学校	1	2	3	4	5	6
エ 飲食店	1	2	3	4	5	6
オ 遊技場 (ゲームセンター、 パチンコ、競馬場など)	1	2	3	4	5	6
カ 行政機関 (市役所、町村役場、 公民館など)	1	2	3	4	5	6
キ 医療機関	1	2	3	4	5	6
ク 公共交通機関	1	2	3	4	5	6
ケ 路上	1	2	3	4	5	6
コ 子どもが利用 する屋外の空間 (公園、通学路など)	1	2	3	4	5	6

問 33 受動喫煙による健康への影響について、あなたが知っているものを次の中から**いくつでも選んで**お答えください。

1 脳卒中
2 臭気・鼻への刺激感
3 肺がん
4 虚血性心疾患
5 乳幼児突然死症候群（SIDS）
6 喘息
7 知っているものはない

問 34 あなたは、受動喫煙の防止対策が今よりも推進されることを望む場所はありますか。
次の中からいくつでも選んでお答えください。

- | | |
|---------------------------|----------------------------|
| 1 家庭 | 7 医療機関 |
| 2 職場 | 8 公共交通機関 |
| 3 学校 | 9 路上 |
| 4 飲食店 | 10 子どもが利用する屋外の空間（公園、通学路など） |
| 5 遊技場（ゲームセンター、パチンコ、競馬場など） | 11 その他（具体的に： _____） |
| 6 行政機関（市役所、町村役場、公民館など） | 12 特にない |

<飲酒習慣について>

問 35 あなたは、お酒（アルコール）を飲みますか。次の中から1つ選んでお答えください。

- | | |
|------------|----------------|
| 1 週に6、7日飲む | 問 36 へお進みください。 |
| 2 週に4、5日飲む | |
| 3 週に1～3日飲む | |
| 4 たまに飲む | |
| 5 飲まない | |

【問 35 で「1」～「4」いずれかを選んだ方におたずねします。】

問 35-1 あなたは、1日にどのくらいお酒を飲んでいますか。次の中から1つ選んでお答えください。
なお、下記の表を参考に日本酒に置き換えてお答えください。

1 1合未満	*日本酒1合の相当量は下記の通り ・ビール中ビン1本（500mlの缶） ・ウイスキーダブル1杯 ・ウイスキー水割り2杯 ・焼酎お湯割り1杯 ・ワイングラス2杯
2 1～2合未満	
3 2～3合未満	
4 4～5合未満	
5 5合以上	

【問 35 で「1」～「4」のいずれかを選んだ方におたずねします。】

問 35-2 あなたは、お酒についてどのように考えていますか。次の中から1つ選んでお答えください。

- | |
|----------------------------|
| 1 やめたいと思っているが、なかなかやめられない |
| 2 量を減らそうと思っている |
| 3 現在の量が適当なので、このままでよいと思っている |
| 4 お酒を今より増やそうと思っている |

《すべての方がお答えください。》

＜健診について＞

問 36 あなたは、過去 1 年間に、健診（健康診断や健康診査）や人間ドッグを受けたことがありますか。次の中から **1つ選んで** お答えください。

※ただし、がんのみの検診、妊産婦検診、病院や診療所で行う診療としての検査は健診に含みません。

- | | |
|------|------------------|
| 1 ある | |
| 2 ない | → 問 37 へお進みください。 |

【問 36 で「1 ある」を選んだ方におたずねします。】

問 36-1 あなたは、健診の結果、肥満、高血圧症（血圧が高い）、糖尿病（血糖が高い）、血中の脂質異常 [総コレステロール、LDL（悪玉）コレステロールや中性脂肪が高い、または HDL（善玉）コレステロールが低い] に関する指摘を受けましたか。次の中から **1つ選んで** お答えください。

（健診結果にあわせて、書面に「血圧が高めなので塩分の摂取を控えましょう」「再検査を受けてください」等記載されている場合を含みます。）

- | | |
|-------|------------------|
| 1 はい | |
| 2 いいえ | → 問 37 へお進みください。 |

【問 36-1 で「1 はい」を選んだ方におたずねします。】

問 36-2 あなたは、どのような指摘を受けましたか。次の中から **いくつでも選んで** お答えください。

- | |
|---|
| 1 肥満 |
| 2 高血圧症（血圧が高い） |
| 3 糖尿病（血糖が高い） |
| 4 血中の脂質異常 [総コレステロール、LDL（悪玉）コレステロールや中性脂肪が高い、または HDL（善玉）コレステロールが低い] |

【問 36-1 で「1 はい」を選んだ方におたずねします。】

問 36-3 あなたは、指摘を受けたことについて、保健指導（食事や生活習慣の改善の指導）を受けましたか（医療機関で受けた指導も含みます）。

次の中から **1つ選んで** お答えください。

- | | |
|-------|--------------------|
| 1 はい | → 問 36-4 へお進みください。 |
| 2 いいえ | → 問 36-5 へお進みください。 |

【問 36-3 で「1 はい」を選んだ方におたずねします。】

問 36-4 あなたは、指導された内容を、どの程度実行していますか。

次の中から **1つ選んで** お答えください。

- | | |
|---|------------|
| 1 | おおむね実行している |
| 2 | 一部実行している |
| 3 | 実行していない |

—————▶ 問 37 へお進みください。

【問 36-3 で「2 いいえ」を選んだ方におたずねします。】

問 36-5 あなたは、最終的に、医療機関を受診するように勧められましたか。次の中から

ら **1つ選んで** お答えください。

- | | |
|---|---------------------------|
| 1 | はい |
| 2 | いいえ —————▶ 問 37 へお進みください。 |

【問 36-5 で「1 はい」を選んだ方におたずねします。】

問 36-6 あなたは、その後、医療機関を受診しましたか。次の中から **1つ選んで** お答え

ください。

- | | |
|---|-----|
| 1 | はい |
| 2 | いいえ |

《すべての方がお答えください。》

<ご自身の体型について>

問 37 あなたは、ご自分の体型についてどのように思っていますか。次の中から **1つ選んで**

お答えください。

- | | | | |
|---|----------|---|---------|
| 1 | ふとっている | 4 | 少しやせている |
| 2 | 少しふとっている | 5 | やせている |
| 3 | ふつう | | |

問 38 あなたの身長、体重について整数（小数第 1 位四捨五入）でご記入ください。

《回答例》

身長	1	5	8	cm
体重	0	6	2	kg

身長				cm
体重				kg

ここまでのご記入ありがとうございました。
次の 15 ページで最後となりますので、忘れずにご記入ください。

※最後に、ご回答いただいた結果を統計的に分析するために、ご回答者ご自身のことについておたずねします。

F 1 性別

- | | |
|---|----|
| 1 | 男性 |
| 2 | 女性 |

F 2 年齢

- | | |
|---|-----|
| 1 | 10代 |
| 2 | 20代 |
| 3 | 30代 |
| 4 | 40代 |
| 5 | 50代 |
| 6 | 60代 |
| 7 | 70代 |

F 3 職業（勤務形態）

- | | |
|---|-------------------------|
| 1 | どちらかといえば体を動かさない仕事に就いている |
| 2 | どちらかといえば体を動かす仕事に就いている |
| 3 | 専業主婦 |
| 4 | 中学・高校生以外の学生 |
| 5 | 高校生 |
| 6 | 中学生 |
| 7 | その他・無職 |

F 4 お住まいの区

- | | |
|----|-----|
| 1 | 中央区 |
| 2 | 北区 |
| 3 | 東区 |
| 4 | 白石区 |
| 5 | 厚別区 |
| 6 | 豊平区 |
| 7 | 清田区 |
| 8 | 南区 |
| 9 | 西区 |
| 10 | 手稲区 |

ご協力ありがとうございました。

本調査票は、同封の封筒（切手不要）に入れて〇月〇日（〇）頃までにポストに投函してください。