

# 健康づくりに関する市民意識調査

## \*\*\*調査ご協力をお願い\*\*\*

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。  
さて、札幌市ではこの度、平成26年に策定した『健康さっぽろ21（第二次）』の現時点での取組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29年11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. 回答する方が限定される質問があります。質問文上の【 】内及び「→」の表示をよく読んでお答えください。
6. 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11月27日（月）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

## <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 多すぎないように、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（ご飯、パン、麺類）・主菜（肉、魚、卵、大豆製品のおかず）・副菜（野菜、海藻などのおかず）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、加工食品（パン、豆腐、缶詰など）や外食料理のエネルギーや塩分など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など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 15-1 【問 15 で、「4 ほとんどない」を選んだ方におたずねします。】

あなたは、地域で食事会などの機会があれば、参加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 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。

- |   |     |                |
|---|-----|----------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>1 関心がある</li><li>2 どちらかといえば関心がある</li><li>3 どちらかといえば関心がない</li><li>4 関心がない</li><li>5 わからない</li></ul> | } → | 問 17 へお進みください。 |
|---|-----|----------------|

問 16-1 【問 16 で、「1」または「2」を選んだ方におたずねします。】

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。

- |  |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>1 食生活・食習慣の改善</li><li>2 食品の安全性</li><li>3 自然の恩恵や生産者などへの感謝・理解、農林漁業などに関する体験活動</li><li>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</li><li>5 食事に関するあいさつや作法</li><li>6 食を通じたコミュニケーション</li><li>7 郷土料理、伝統料理などの優れた食文化の継承</li><li>8 その他（具体的に： _____）</li><li>9 わからない</li></ul> |
|--|

《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。

- |   |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>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）</li><li>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）</li><li>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）</li><li>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）</li><li>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）</li><li>6 その他の指針（具体的に： _____）</li><li>7 特に参考にしていない</li><li>8 わからない</li></ul> |
|---|

<健康・運動習慣について>

問 18 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）
- 5 上記（1～4）の中で知っているものはない

問 19 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   | 4 あまりよくない |
| 2 まあよい | 5 よくない    |
| 3 ふつう  |           |

問 20 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 | } → 問 21 へお進みください。 |
| 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 20-1 【問 20 で「1」または「2」を選んだ方におたずねします。】

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 20-2 【問 20 で「5 ほとんどしていない」を選んだ方におたずねします。】

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 身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 21 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 24 へお進みください。

問 22 【60 歳以上の方におたずねします。】

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
- 2 家族や他の人から誘われたり、仲間がいれば外出する
- 3 家族や他の人から誘われれば仕方なく外出する
- 4 家族や他の人から誘われても極力外出はしない
- 5 外出することはほとんどない

問 23 【60 歳以上の方におたずねします。】

あなたは、**グループや団体などで自主的に行われている活動**に、この1年間で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

※**グループや団体などで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、在宅高齢者の介護・家事援助、祭りや地域の催しものなど

《すべての方がお答えください。》

＜地域との交流について＞

問 24 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

＜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



問 26 あなたは、この1か月間にストレスを感じ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 | おおいにある | → 問 27 へお進みください。 |
| 2 | 多少ある   |                  |
| 3 | あまりない  |                  |
| 4 | 全くない   |                  |

問 26-1 【問 26 で「1」～「3」のいずれかを選んだ方におたずねします。】

あなたが、悩んでいる時や相談したい時、あなたはだれ（どこ）に相談しますか。次の中から**いくつでも選ん**でお答えください。

- |    |                  |    |                                |
|----|------------------|----|--------------------------------|
| 1  | 配偶者（夫または妻）・パートナー | 11 | 医師、看護師やカウンセラー                  |
| 2  | 母親               | 12 | 保健センター                         |
| 3  | 父親               | 13 | インターネット                        |
| 4  | 兄弟姉妹             | 14 | その他（具体的に：                    ） |
| 5  | 子ども              | 15 | 相談する相手がいない                     |
| 6  | その他の親族           | 16 | 相談するところがわからない                  |
| 7  | 友人・知人            | 17 | 特に悩みごとはない                      |
| 8  | 近所の人             |    |                                |
| 9  | 学校の先生            |    |                                |
| 10 | 職場の同僚や上司         |    |                                |

≪すべての方がお答えください。≫

問 27 あなたは、いつもとっている睡眠で休養が十分にとれていると思いますか。次の中から**1つ選ん**でお答えください。

- |   |           |
|---|-----------|
| 1 | 十分とれている   |
| 2 | まあとれている   |
| 3 | あまりとれていない |
| 4 | 全くとれていない  |

問 28 あなたは、眠りを助けるために睡眠補助薬（睡眠薬・精神安定剤）を使ったり飲酒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 | 常にある   |
| 2 | しばしばある |
| 3 | ときどきある |
| 4 | めったにない |
| 5 | 全くない   |

## <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 29-1 【問 29 で「1」または「2」を選んだ方におたずねします。】

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 29-2 【問 29 で「1」または「2」を選んだ方におたずねします。】

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 29-3 【問 29-2 で「1」～「3」のいずれかを選んだ方におたずねします。】

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禁煙補助薬による禁煙治療  
※禁煙補助薬とは、ニコチンガムやニコチンパッチ（貼り薬）、たばこがおいしいと感じにくくする作用のある飲み薬で、禁煙初期にあらわれるニコチン切れの症状（離脱症状）を軽減して禁煙をサポートするものです。
- 2 職場などによる禁煙・分煙の推進
- 3 専門職の保健指導などによる禁煙支援
- 4 家族や友人などの協力
- 5 自分の力でやめられる
- 6 その他（具体的に： \_\_\_\_\_）

→ 問 29-5 へお進みください。

**問 29-4 【問 29 で「3」を選んだ方におたずねします。】**

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 29-5 【問 29 で「1」～「3」のいずれかを選んだ方におたずねします。】**

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（ゲームセンター、パチンコ、競馬場など）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 | どちらともいえない           |

問 32 あなたは、この1か月の間に、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、区役所な 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 上記（1～6）の中に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 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、区役所など）         | 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 35-1 【問 35 で「1」～「4」いずれかを選んだ方におたずねします。】

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 3～4合未満	
5 4～5合未満	
6 5合以上	

問 35-2 【問 35 で「1」～「4」のいずれかを選んだ方におたずねします。】

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、妊産婦健診、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 36-1 【問 36 で「1 ある」を選んだ方におたずねします。】

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」など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 36-2 【問 36-1 で「1 はい」を選んだ方におたずねします。】

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 36-3 【問 36-1 で「1 はい」を選んだ方におたずねします。】

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 36-4 【問 36-3 で「1 はい」を選んだ方におたずねします。】

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 36-5 【問 36-3 で「2 いいえ」を選んだ方におたずねします。】

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 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 36-6 【問 36-5 で「1 はい」を選んだ方におたずねします。】

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。》

問 37 あなたはこの1年間に歯科医院などで歯科健診を受けましたか。次の中から 1つ選んでお答えください。

- |       |          |
|-------|----------|
| 1 受けた | 2 受けていない |
|-------|----------|

＜ご自身の体型について＞

問 38 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 39 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。

裏面あり

※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 | どちらかといえば身体を動かさない仕事に就いている |
| 2 | どちらかといえば身体を動かす仕事に就いている   |
| 3 | 主婦・主夫                    |
| 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11月27日（月）までにポストに投函してください。



## 母子保健に関する市民意識調査

### \*\*\*調査ご協力をお願い\*\*\*

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。  
さて、札幌市ではこの度、平成26年に策定した『健康さっぽろ21(第二次)』の現時点での取組評価や今後の母子保健事業のあり方の検討における基礎資料とするため、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、市内にお住まいで平成29年5月30日から平成29年7月1日までにお生まれになったお子さんがいらっしゃる方の中から無作為に選んだ1,200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。

子育てなど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29年11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. 全ての質問は平成29年5月30日から平成29年7月1日までにお生まれになったお子さんについてお尋ねしています。
2. 調査票の記入は、原則としてそのお子さんを主に養育されている方をお願いいたします。その方のご回答が難しい場合には、その他のご家族にご協力いただいても構いません。なお、お名前をご記入いただく必要はありません。
3. 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。
4. 回答する方が限定される質問があります。質問文上の【 】内及び「→」の表示をよく読んでお答えください。
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11月27日(月)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

■ この調査票に記入する方は、お子さんからみてどのようなご関係ですか。

- |   |    |   |    |   |     |   |    |   |     |
|---|----|---|----|---|-----|---|----|---|-----|
| 1 | 母親 | 2 | 父親 | 3 | 祖父母 | 4 | 親戚 | 5 | その他 |
|---|----|---|----|---|-----|---|----|---|-----|

<喫煙・飲酒習慣について>

問1 お母さんは妊娠中に、たばこを吸っていましたか。

次の中から**1つ選んで**お答えください。

- |   |                   |
|---|-------------------|
| 1 | 以前と同じ本数を吸っていた     |
| 2 | 吸っていたが本数を減らした     |
| 3 | 以前は吸っていたが妊娠を機にやめた |
| 4 | もともと吸っていない        |
| 5 | わからない             |

問2 お母さんが妊娠中に、同居者の中でたばこを吸っている人がいましたか。

次の中から**1つ選んで**お答えください。

- |   |                                   |
|---|-----------------------------------|
| 1 | 吸っている人がおり、たばこの煙を吸わせないように配慮していなかった |
| 2 | 吸っている人はいたが、たばこの煙を吸わせないように配慮していた   |
| 3 | 吸っている人はいない                        |
| 4 | 同居人はいなかった                         |
| 5 | わからない                             |

問3 現在、お母さんや同居者の中でたばこを吸っている人がいますか。

次の中から**1つ選んで**お答えください。

- |   |                                     |
|---|-------------------------------------|
| 1 | 吸っている人がおり、子どもにたばこの煙を吸わせないように配慮していない |
| 2 | 吸っている人はいるが、子どもにたばこの煙を吸わせないように配慮している |
| 3 | 吸っている人はいない                          |
| 4 | わからない                               |

問4 お母さんは妊娠中に、お酒を飲んでいましたか。

次の中から**1つ選んで**お答えください。

- 1 週に3回以上
- 2 週に1～2回
- 3 月に1～2回
- 4 妊娠中に10回未満
- 5 飲んでいない
- 6 わからない

**<育児・医療について>**

問5 あなたは、育児に自信が持てないことがありますか。

次の中から**1つ選んで**お答えください。

- 1 自信がある
- 2 自信が持てないときがある
- 3 どちらともいえない
- 4 だいたい自信が持てない
- 5 いつも自信が持てない

問6 あなたは、子育ての中でどのようなことが心配ですか。

次の中から**いくつでも選んで**お答えください。

- 1 ミルクを飲まない
- 2 からだが小さい、体重が増えない
- 3 ミルクの飲みすぎ・肥満
- 4 首がすわらないなど、運動発達に関すること
- 5 目が合わない、抱きにくい
- 6 夜泣きが多い
- 7 アレルギーや湿疹がひどい
- 8 子育てに自信がない
- 9 その他(具体的に: \_\_\_\_\_ )
- 10 特にない

問7 あなたは、育児についての情報を、どのようなところから入手していますか。  
次の中からいくつでも選んでお答えください。

1 保健センター	8 児童相談所
2 市役所や区役所の窓口	9 友人・知人
3 テレビ・ラジオ	10 家族・親戚
4 インターネット	11 その他(具体的に: )
5 育児書・雑誌など	12 特にない
6 保育園・幼稚園・幼児教室などの先生	
7 医師や看護師などの医療関係者	

問8 育児について悩んだ時や相談したい時、あなたが相談するのはだれ(どこ)ですか。  
次の中からいくつでも選んでお答えください。

1 配偶者(夫または妻)・パートナー	11 保健センター
2 母親	12 児童相談所
3 父親	13 カウンセラー
4 兄弟姉妹	14 インターネット
5 その他の親族	15 ラジオ
6 友人・知人	16 その他(具体的に: )
7 近隣の人	17 相談する相手がいない
8 子育てサークル	18 特に悩みごとはない
9 保育園・幼稚園・幼児教室などの先生	
10 医療機関	

問9 あなたは、ゆったりとした気分でお子さんと過ごせる時間がありますか。

1 ある	2 ない
------	------

問10 あなたは、あなた自身がお子さんを虐待していると思うことがありますか。

(虐待とは：無視したり拒絶する、ミルクや母乳を与えない、身体をたたく、物を投げつける、外に出したり閉じ込める、口を手やものでふさぐ、身体をつかんではげしく揺さぶるなど)

1 ある	2 ない
------	------

問 11 お子さんのお父さんは、どのように育児に参加していますか。

次の中からいくつでも選んでお答えください。

- |    |                          |                    |
|----|--------------------------|--------------------|
| 1  | 子どもの遊び相手をしている            |                    |
| 2  | 育児の相談にのっている              |                    |
| 3  | 子どもをお風呂に入れている            |                    |
| 4  | 子どもにミルクなどを飲ませている         |                    |
| 5  | 子どもを寝かしつけている             |                    |
| 6  | 外出時に子どもの世話をする            |                    |
| 7  | 育児に関する悩みを聞いたり、話し相手になっている |                    |
| 8  | 家事を手伝っている                |                    |
| 9  | その他(具体的に: _____)         |                    |
| 10 | お父さんが主に育児を担っている          | } → 問 12 へお進みください。 |
| 11 | お父さんと同居していない             |                    |
| 12 | 育児に参加していない               |                    |

問 11-1 【問 11 で「1」～「9」のいずれかを選んだ方におたずねします。】

あなたは、お父さんの育児参加についてどの程度満足していますか。

次の中から1つ選んでお答えください。

- |   |            |
|---|------------|
| 1 | 満足している     |
| 2 | ほぼ満足している   |
| 3 | あまり満足していない |
| 4 | 満足していない    |

《すべての方がお答えください。》

問 12 あなたは、札幌市内には小児科の休日・夜間の救急医療機関があることを知っていますか。

- |   |       |   |      |
|---|-------|---|------|
| 1 | 知っている | 2 | 知らない |
|---|-------|---|------|

問 13 お子さんには、以下のかかりつけの医師がいますか。

次の中からいくつでも選んでお答えください。

- |   |     |   |                  |
|---|-----|---|------------------|
| 1 | 小児科 | 5 | 歯科               |
| 2 | 皮膚科 | 6 | その他(具体的に: _____) |
| 3 | 耳鼻科 | 7 | かかりつけの医師はいない     |
| 4 | 眼科  |   |                  |

問 14 あなたは、乳幼児の心肺蘇生法のしかたを知っていますか。

1 知っている

2 知らない

問 15 あなたは、お子さんを事故から守るために、どのようなことに注意を払っていますか。  
次の中から**いくつでも選んで**お答えください。

1 子どもだけにして家を留守にしない

2 子どもがベッドやソファなど高いところにいる時は、目を離さない

3 階段など段差がある所には、落ちないように工夫をしている

4 危ない物は子どもの手の届かないところに置くなどの工夫をしている

5 暖房機器やお湯などにより、やけどをしないように気をつけている

6 子どもが家の中の危険な場所に入らないようにしている

7 車の中に子どもだけにして置いていかない

8 その他（具体的に： \_\_\_\_\_ )

9 特になし

問 16 あなたは、乳幼児突然死症候群（SIDS）を知っていますか？

（SIDSはうつぶせ寝、喫煙などにより発症率が高くなることが言われています。）

1 はい

2 いいえ

問 17 あなたは、赤ちゃんがどうしても泣きやまない時などに、赤ちゃんの頭を前後にガクガクするほど激しく揺さぶることによって、脳障害が起きること（乳幼児揺さぶられ症候群）を知っていますか。

1 はい

2 いいえ

問 18 あなたは、低出生体重児（出生時の体重が 2,500 g 未満の新生児）が生まれる要因を知っていますか。

※低出生体重児は、母親や子どもの疾患の他、生活に起因する要因として、妊娠中の喫煙が要因と言われています。

1 知っている

2 知らない

問 19 育児について、あなたや家族の心身の健康に関することについてなどを各区にある保健センターで相談できることを知っていますか。

1 はい

2 いいえ

問 20 あなたは、乳幼児健康診査について、改善してほしいことはありますか。  
次の中から**3つまで選んで**お答えください。

1 実施日を増やしてほしい

2 受付時間を延ばしてほしい

3 医師や保健師などとゆっくり相談できるようにしてほしい

4 待ち時間を短縮してほしい

5 プライバシーに配慮してほしい

6 保健センター以外でも受けられるようにしてほしい

7 その他(具体的に:

)

8 特にない

ここまでのご記入ありがとうございました。  
次の7ページで最後となりますので、忘れずにご記入ください。

裏面あり

※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 年齢

1	19歳以下
2	20歳～24歳
3	25歳～29歳
4	30歳～34歳
5	35歳～39歳
6	40歳以上

F 2 職業

1	常勤（自営業を含む）
2	アルバイト、パートタイム
3	育児休業中
4	働いていない

F 3 お住まいの区

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

F 4 ご両親（配偶者・パートナーのご両親を含みます）と同居していますか。

1	同居している	2	同居していない
---	--------	---	---------

F 5 質問の対象のお子さんは第何子（何番目のお子さん）ですか。

第  子

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11月27日（月）までにポストに投函してください。



(10 か月児)

## 母子保健に関する市民意識調査

### \*\*\* 調査ご協力をお願い \*\*\*

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。  
さて、札幌市ではこの度、平成 26 年に策定した『健康さっぽろ 21 (第二次)』の現時点での取組評価や今後の母子保健事業のあり方の検討における基礎資料とするため、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、市内にお住まいで平成 28 年 11 月 29 日から平成 29 年 1 月 1 日までにお生まれになったお子さんがいらっしゃる方の中から無作為に選んだ 1,200 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。

子育てなど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 29 年 11 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. 全ての質問は平成 28 年 11 月 29 日から平成 29 年 1 月 1 日までにお生まれになったお子さんについてお尋ねしています。
2. 調査票の記入は、原則としてそのお子さんを主に養育されている方をお願いいたします。その方のご回答が難しい場合には、その他のご家族にご協力いただいても構いません。なお、お名前をご記入いただく必要はありません。
3. 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。
4. 回答する方が限定される質問があります。質問文上の【 】内及び「→」の表示をよく読んでお答えください。
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 11 月 27 日 (月) 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

■ この調査票に記入する方は、お子さんからみてどのようなご関係ですか。

- |   |    |   |    |   |     |   |    |   |     |
|---|----|---|----|---|-----|---|----|---|-----|
| 1 | 母親 | 2 | 父親 | 3 | 祖父母 | 4 | 親戚 | 5 | その他 |
|---|----|---|----|---|-----|---|----|---|-----|

<喫煙・飲酒習慣について>

問1 お母さんは妊娠中に、たばこを吸っていましたか。

次の中から**1つ選んで**お答えください。

- |   |                   |
|---|-------------------|
| 1 | 以前と同じ本数を吸っていた     |
| 2 | 吸っていたが本数を減らした     |
| 3 | 以前は吸っていたが妊娠を機にやめた |
| 4 | もともと吸っていない        |
| 5 | わからない             |

問2 お母さんが妊娠中に、同居者の中でたばこを吸っている人がいましたか。

次の中から**1つ選んで**お答えください。

- |   |                                   |
|---|-----------------------------------|
| 1 | 吸っている人がおり、たばこの煙を吸わせないように配慮していなかった |
| 2 | 吸っている人はいたが、たばこの煙を吸わせないように配慮していた   |
| 3 | 吸っている人はいない                        |
| 4 | 同居人はいなかった                         |
| 5 | わからない                             |

問3 現在、お母さんや同居者の中でたばこを吸っている人がいますか。

次の中から**1つ選んで**お答えください。

- |   |                                     |
|---|-------------------------------------|
| 1 | 吸っている人がおり、子どもにたばこの煙を吸わせないように配慮していない |
| 2 | 吸っている人はいるが、子どもにたばこの煙を吸わせないように配慮している |
| 3 | 吸っている人はいない                          |
| 4 | わからない                               |

問4 お母さんは妊娠中に、お酒を飲んでいましたか。

次の中から**1つ選んで**お答えください。

- 1 週に3回以上
- 2 週に1～2回
- 3 月に1～2回
- 4 妊娠中に10回未満
- 5 飲んでいない
- 6 わからない

**<育児・医療について>**

問5 あなたは、育児に自信が持てないことがありますか。

次の中から**1つ選んで**お答えください。

- 1 自信がある
- 2 自信を持てないときがある
- 3 どちらともいえない
- 4 だいたい自信が持てない
- 5 いつも自信が持てない

問6 あなたは、子育ての中でどのようなことが心配ですか。

次の中から**いくつでも選んで**お答えください。

- 1 ミルクを飲まない、離乳食がすすまないなど食事に関すること
- 2 からだが小さい、体重が増えない
- 3 ミルクの飲みすぎ、離乳食の食べすぎ、肥満など
- 4 自分力で移動（ずりばい・よつばい・座位のまま移動）しないなど、運動発達に関すること
- 5 かんしゃくがひどい、目が合わない、おとなしすぎる
- 6 歯が生えてこない
- 7 夜泣きが多い
- 8 アレルギーや湿疹がひどい
- 9 子育てに自信がない
- 10 その他（具体的に： \_\_\_\_\_ )
- 11 特になし

問7 あなたは、育児についての情報を、どのようなところから入手していますか。  
次の中からいくつでも選んでお答えください。

1 保健センター	8 児童相談所
2 市役所や区役所の窓口	9 友人・知人
3 テレビ・ラジオ	10 家族・親戚
4 インターネット	11 その他(具体的に: )
5 育児書・雑誌など	12 特にない
6 保育園・幼稚園・幼児教室などの先生	
7 医師や看護師などの医療関係者	

問8 育児について悩んだ時や相談したい時、あなたが相談するのはだれ(どこ)ですか。  
次の中からいくつでも選んでお答えください。

1 配偶者(夫または妻)・パートナー	11 保健センター
2 母親	12 児童相談所
3 父親	13 カウンセラー
4 兄弟姉妹	14 インターネット
5 その他の親族	15 ラジオ
6 友人・知人	16 その他(具体的に: )
7 近隣の人	17 相談する相手がいない
8 子育てサークル	18 特に悩みごとはない
9 保育園・幼稚園・幼児教室などの先生	
10 医療機関	

問9 あなたは、ゆったりとした気分でお子さんと過ごせる時間がありますか。

1 ある	2 ない
------	------

問10 あなたは、あなた自身がお子さんを虐待していると思うことがありますか。

(虐待とは:無視したり拒絶する、ミルクや母乳、離乳食を与えない、身体をたたく、物を投げつける、外に出したり閉じ込める、口を手やものでふさぐ、身体をつかんではげしく揺さぶるなど)

1 ある	2 ない
------	------

問 11 お子さんのお父さんは、どのように育児に参加していますか。

次の中からいくつでも選んでお答えください。

- |                            |                    |
|----------------------------|--------------------|
| 1 子どもの遊び相手をしている            |                    |
| 2 育児の相談にのっている              |                    |
| 3 子どもをお風呂に入れている            |                    |
| 4 子どもにミルクや離乳食を食べさせている      |                    |
| 5 子どもを寝かしつけている             |                    |
| 6 外出時に子どもの世話をする            |                    |
| 7 育児に関する悩みを聞いたり、話し相手になっている |                    |
| 8 家事を手伝っている                |                    |
| 9 その他(具体的に: _____)         |                    |
| 10 お父さんが主に育児を担っている         | } → 問 12 へお進みください。 |
| 11 お父さんと同居していない            |                    |
| 12 育児に参加していない              |                    |

問 11-1 【問 11 で「1」～「9」のいずれかを選んだ方におたずねします。】

あなたは、お父さんの育児参加についてどの程度満足していますか。

次の中から1つ選んでお答えください。

- |              |
|--------------|
| 1 満足している     |
| 2 ほぼ満足している   |
| 3 あまり満足していない |
| 4 満足していない    |

《すべての方がお答えください。》

問 12 あなたは、札幌市内には小児科の休日・夜間の救急医療機関があることを知っていますか。

- |         |        |
|---------|--------|
| 1 知っている | 2 知らない |
|---------|--------|

問 13 お子さんには、以下のかかりつけの医師がいますか。

次の中からいくつでも選んでお答えください。

- |       |                    |
|-------|--------------------|
| 1 小児科 | 5 歯科               |
| 2 皮膚科 | 6 その他(具体的に: _____) |
| 3 耳鼻科 | 7 かかりつけの医師はいない     |
| 4 眼科  |                    |

問 14 あなたは、乳幼児の心肺蘇生法のしかたを知っていますか。

1 知っている

2 知らない

問 15 あなたは、お子さんを事故から守るために、どのようなことに注意を払っていますか。  
次の中から**いくつでも選んで**お答えください。

1 子どもだけにして家を留守にしない

2 子どもがベッドやソファなど高いところにいる時は、目を離さない

3 階段など段差がある所には、落ちないように工夫をしている

4 危ない物は子どもの手の届かないところに置くなどの工夫をしている

5 暖房機器やお湯などにより、やけどをしないように気をつけている

6 子どもが家の中の危険な場所に入らないようにしている

7 車の中に子どもだけにして置いていかない

8 その他(具体的に:

)

9 特になし

問 16 あなたは、赤ちゃんがどうしても泣きやまない時などに、赤ちゃんの頭を前後にガクガクするほど激しく揺さぶることによって、脳障害が起きること(乳幼児揺さぶられ症候群)を知っていますか。

1 はい

2 いいえ

問 17 あなたは、低出生体重児(出生時の体重が 2,500 g 未満の新生児)が生まれる要因を知っていますか。

※低出生体重児は、母親や子どもの疾患の他、生活に起因する要因として、妊娠中の喫煙が要因とされています。

1 知っている

2 知らない

問 18 育児について、あなたや家族の心身の健康に関することについてなどを各区にある保健センターで相談できることを知っていますか。

1 はい

2 いいえ

問 19 あなたは、乳幼児健康診査について、改善してほしいことはありますか。  
次の中から**3つまで選んで**お答えください。

1 実施日を増やしてほしい

2 受付時間を延ばしてほしい

3 医師や保健師などとゆっくり相談できるようにしてほしい

4 待ち時間を短縮してほしい

5 プライバシーに配慮してほしい

6 保健センター以外でも受けられるようにしてほしい

7 その他(具体的に:

)

8 特にない

ここまでのご記入ありがとうございました。  
次の7ページで最後となりますので、忘れずにご記入ください。

裏面あり

※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 年齢

1	19 歳以下
2	20 歳～24 歳
3	25 歳～29 歳
4	30 歳～34 歳
5	35 歳～39 歳
6	40 歳以上

F 2 職業

1	常勤（自営業を含む）
2	アルバイト、パートタイム
3	育児休業中
4	働いていない

F 3 お住まいの区

1	中央区	5	厚別区	9	西 区
2	北 区	6	豊平区	10	手稲区
3	東 区	7	清田区		
4	白石区	8	南 区		

F 4 ご両親（配偶者・パートナーのご両親を含みます）と同居していますか。

1	同居している	2	同居していない
---	--------	---	---------

F 5 質問の対象のお子さんは第何子（何番目のお子さん）ですか。

第  子

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 11 月 27 日（月）までにポストに投函してください。



(1歳6か月児)

## 母子保健に関する市民意識調査

### \*\*\*調査ご協力をお願い\*\*\*

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。  
さて、札幌市ではこの度、平成26年に策定した『健康さっぽろ21(第二次)』の現時点での取組評価や今後の母子保健事業のあり方の検討における基礎資料とするため、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、市内にお住まいで平成28年3月31日から平成28年5月1日までにお生まれになったお子さんがいらっしゃる方の中から無作為に選んだ1,200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。

子育てなど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29年11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. 全ての質問は平成28年3月31日から平成28年5月1日までにお生まれになったお子さんについてお尋ねしています。
2. 調査票の記入は、原則としてそのお子さんを主に養育されている方をお願いいたします。その方のご回答が難しい場合には、その他のご家族にご協力いただいても構いません。なお、お名前をご記入いただく必要はありません。
3. 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。
4. 回答する方が限定される質問があります。質問文上の【 】内及び「→」の表示をよく読んでお答えください。
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11月27日(月)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

■ この調査票に記入する方は、お子さんからみてどのようなご関係ですか。

- |   |    |   |    |   |     |   |    |   |     |
|---|----|---|----|---|-----|---|----|---|-----|
| 1 | 母親 | 2 | 父親 | 3 | 祖父母 | 4 | 親戚 | 5 | その他 |
|---|----|---|----|---|-----|---|----|---|-----|

<喫煙・飲酒習慣について>

問1 お母さんは妊娠中に、たばこを吸っていましたか。

次の中から**1つ選んで**お答えください。

- |   |                   |
|---|-------------------|
| 1 | 以前と同じ本数を吸っていた     |
| 2 | 吸っていたが本数を減らした     |
| 3 | 以前は吸っていたが妊娠を機にやめた |
| 4 | もともと吸っていない        |
| 5 | わからない             |

問2 お母さんが妊娠中に、同居者の中でたばこを吸っている人がいましたか。

次の中から**1つ選んで**お答えください。

- |   |                                   |
|---|-----------------------------------|
| 1 | 吸っている人がおり、たばこの煙を吸わせないように配慮していなかった |
| 2 | 吸っている人はいたが、たばこの煙を吸わせないように配慮していた   |
| 3 | 吸っている人はいない                        |
| 4 | 同居人はいなかった                         |
| 5 | わからない                             |

問3 現在、お母さんや同居者の中でたばこを吸っている人がいますか。

次の中から**1つ選んで**お答えください。

- |   |                                     |
|---|-------------------------------------|
| 1 | 吸っている人がおり、子どもにたばこの煙を吸わせないように配慮していない |
| 2 | 吸っている人はいるが、子どもにたばこの煙を吸わせないように配慮している |
| 3 | 吸っている人はいない                          |
| 4 | わからない                               |

問4 お母さんは妊娠中に、お酒を飲んでいましたか。

次の中から**1つ選んで**お答えください。

- 1 週に3回以上
- 2 週に1～2回
- 3 月に1～2回
- 4 妊娠中に10回未満
- 5 飲んでいない
- 6 わからない

**<育児・医療について>**

問5 あなたは、育児に自信が持てないことがありますか。

次の中から**1つ選んで**お答えください。

- 1 自信がある
- 2 自信が持てないときがある
- 3 どちらともいえない
- 4 だいたい自信が持てない
- 5 いつも自信が持てない

問6 あなたは、子育ての中でどのようなことが心配ですか。

次の中から**いくつでも選んで**お答えください。

- 1 偏食する、好き嫌いが多いなど食事に関すること
- 2 からだが小さい、体重が増えない
- 3 ころばずに歩くことができないなど運動発達に関すること
- 4 言葉がおそい
- 5 夜泣きが多い
- 6 落ち着きがない
- 7 指しゃぶり
- 8 O脚
- 9 アレルギーや湿疹がひどい
- 10 子育てに自信がない
- 11 その他(具体的に: \_\_\_\_\_ )
- 12 特にない

問7 あなたは、育児についての情報を、どのようなところから入手していますか。  
次の中からいくつでも選んでお答えください。

1 保健センター	8 児童相談所
2 市役所や区役所の窓口	9 友人・知人
3 テレビ・ラジオ	10 家族・親戚
4 インターネット	11 その他(具体的に: )
5 育児書・雑誌など	12 特にない
6 保育園・幼稚園・幼児教室などの先生	
7 医師や看護師などの医療関係者	

問8 育児について悩んだ時や相談したい時、あなたが相談するのはだれ(どこ)ですか。  
次の中からいくつでも選んでお答えください。

1 配偶者(夫または妻)・パートナー	11 保健センター
2 母親	12 児童相談所
3 父親	13 カウンセラー
4 兄弟姉妹	14 インターネット
5 その他の親族	15 ラジオ
6 友人・知人	16 その他(具体的に: )
7 近隣の人	17 相談する相手がいない
8 子育てサークル	18 特に悩みごとはない
9 保育園・幼稚園・幼児教室などの先生	
10 医療機関	

問9 あなたは、ゆったりとした気分でお子さんと過ごせる時間がありますか。

1 ある	2 ない
------	------

問10 あなたは、あなた自身がお子さんを虐待していると思うことがありますか。

(虐待とは: 無視したり拒絶する、食事を与えない、身体をたたく、物を投げつける、外に出したり閉じ込める、口を手やものでふさぐ、身体をつかんでげしく揺さぶるなど)

1 ある	2 ない
------	------

問 11 お子さんのお父さんは、どのように育児に参加していますか。

次の中からいくつでも選んでお答えください。

- 1 子どもの遊び相手をしている
- 2 育児の相談にのっている
- 3 子どもをお風呂に入れている
- 4 子どもに食事を食べさせている
- 5 子どもを寝かしつけている
- 6 外出時に子どもの世話をする
- 7 育児に関する悩みを聞いたり、話し相手になっている
- 8 家事を手伝っている
- 9 その他（具体的に： \_\_\_\_\_ )
- 10 お父さんが主に育児を担っている
- 11 お父さんと同居していない
- 12 育児に参加していない

問 12 へお進みください。

問 11-1 【問 11 で「1」～「9」のいずれかを選んだ方におたずねします。】

あなたは、お父さんの育児参加についてどの程度満足していますか。

次の中から 1つ選んでお答えください。

- 1 満足している
- 2 ほぼ満足している
- 3 あまり満足していない
- 4 満足していない

《すべての方がお答えください。》

問 12 あなたは、札幌市内には小児科の休日・夜間の救急医療機関があることを知っていますか。

- |         |        |
|---------|--------|
| 1 知っている | 2 知らない |
|---------|--------|

問 13 お子さんには、以下のかかりつけの医師がいますか。

次の中から**いくつでも選んで**お答えください。

- |       |                |
|-------|----------------|
| 1 小児科 | 5 歯科           |
| 2 皮膚科 | 6 その他(具体的に: )  |
| 3 耳鼻科 | 7 かかりつけの医師はいない |
| 4 眼科  |                |

問 14 あなたは、乳幼児の心肺蘇生法のしかたを知っていますか。

- |         |        |
|---------|--------|
| 1 知っている | 2 知らない |
|---------|--------|

問 15 あなたは、お子さんを事故から守るために、どのようなことに注意を払っていますか。  
次の中から**いくつでも選んで**お答えください。

- |                                   |
|-----------------------------------|
| 1 子どもだけにして家を留守にしない                |
| 2 子どもがベッドやソファーなど高いところにいる時は、目を離さない |
| 3 階段など段差がある所には、落ちないように工夫をしている     |
| 4 危ない物は子どもの手の届かないところに置くなどの工夫をしている |
| 5 暖房機器やお湯などにより、やけどをしないように気をつけている  |
| 6 子どもが家の中の危険な場所に入らないようにしている       |
| 7 車の中に子どもだけにして置いていかない             |
| 8 その他(具体的に: )                     |
| 9 特にない                            |

問 16 あなたは、赤ちゃんがどうしても泣きやまない時などに、赤ちゃんの頭を前後にガクガクするほど激しく揺さぶることによって、脳障害が起きること(乳幼児揺さぶられ症候群)を知っていますか。

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

問 17 あなたは、低出生体重児（出生時の体重が 2,500 g 未満の新生児）が生まれる要因を知っていますか。

※低出生体重児は、母親や子どもの疾患の他、生活に起因する要因として、妊娠中の喫煙が要因とされています。

1 知っている

2 知らない

問 18 育児について、あなたや家族の心身の健康に関することについてなどを各区にある保健センターで相談できることを知っていますか。

1 はい

2 いいえ

問 19 あなたは、乳幼児健康診査について、改善してほしいことはありますか。

次の中から**3つまで選んで**お答えください。

1 実施日を増やしてほしい

2 受付時間を延ばしてほしい

3 医師や保健師などとゆっくり相談できるようにしてほしい

4 待ち時間を短縮してほしい

5 プライバシーに配慮してほしい

6 保健センター以外でも受けられるようにしてほしい

7 その他（具体的に：

）

8 特にない

ここまでのご記入ありがとうございました。  
次の7ページで最後となりますので、忘れずにご記入ください。

裏面あり

※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 年齢

1	19歳以下
2	20歳～24歳
3	25歳～29歳
4	30歳～34歳
5	35歳～39歳
6	40歳以上

F 2 職業

1	常勤（自営業を含む）
2	アルバイト、パートタイム
3	育児休業中
4	働いていない

F 3 お住まいの区

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

F 4 ご両親（配偶者・パートナーのご両親を含みます）と同居していますか。

1	同居している	2	同居していない
---	--------	---	---------

F 5 質問の対象のお子さんは第何子（何番目のお子さん）ですか。

第  子

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11月27日（月）までにポストに投函してください。



(3 歳児)

## 母子保健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。  
さて、札幌市ではこの度、平成 26 年に策定した『健康さっぽろ 21（第二次）』の現時点での取組評価や今後の母子保健事業のあり方の検討における基礎資料とするため、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、市内にお住まいで平成 26 年 10 月 3 日から平成 26 年 11 月 1 日までにお生まれになったお子さんがいらっしゃる方の中から無作為に選んだ 1,200 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。

子育てなど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 29 年 11 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. 全ての質問は平成 26 年 10 月 3 日から平成 26 年 11 月 1 日までにお生まれになったお子さんについてお尋ねしています。
2. 調査票の記入は、原則としてそのお子さんを主に養育されている方をお願いいたします。その方のご回答が難しい場合には、その他のご家族にご協力いただいても構いません。なお、お名前をご記入いただく必要はありません。
3. 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。
4. 回答する方が限定される質問があります。質問文上の【 】内及び「→」の表示をよく読んでお答えください。
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 11 月 27 日（月）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

■ この調査票に記入する方は、お子さんからみてどのようなご関係ですか。

- |   |    |   |    |   |     |   |    |   |     |
|---|----|---|----|---|-----|---|----|---|-----|
| 1 | 母親 | 2 | 父親 | 3 | 祖父母 | 4 | 親戚 | 5 | その他 |
|---|----|---|----|---|-----|---|----|---|-----|

<喫煙・飲酒習慣について>

問1 お母さんは妊娠中に、たばこを吸っていましたか。

次の中から**1つ選んで**お答えください。

- |   |                   |
|---|-------------------|
| 1 | 以前と同じ本数を吸っていた     |
| 2 | 吸っていたが本数を減らした     |
| 3 | 以前は吸っていたが妊娠を機にやめた |
| 4 | もともと吸っていない        |
| 5 | わからない             |

問2 お母さんが妊娠中に、同居者の中でたばこを吸っている人がいましたか。

次の中から**1つ選んで**お答えください。

- |   |                                   |
|---|-----------------------------------|
| 1 | 吸っている人がおり、たばこの煙を吸わせないように配慮していなかった |
| 2 | 吸っている人はいたが、たばこの煙を吸わせないように配慮していた   |
| 3 | 吸っている人はいない                        |
| 4 | 同居人はいなかった                         |
| 5 | わからない                             |

問3 現在、お母さんや同居者の中でたばこを吸っている人がいますか。

次の中から**1つ選んで**お答えください。

- |   |                                     |
|---|-------------------------------------|
| 1 | 吸っている人がおり、子どもにたばこの煙を吸わせないように配慮していない |
| 2 | 吸っている人はいるが、子どもにたばこの煙を吸わせないように配慮している |
| 3 | 吸っている人はいない                          |
| 4 | わからない                               |

問4 お母さんは妊娠中に、お酒を飲んでいましたか。

次の中から1つ選んでお答えください。

- 1 週に3回以上
- 2 週に1～2回
- 3 月に1～2回
- 4 妊娠中に10回未満
- 5 飲んでいない
- 6 わからない

#### <朝食について>

問5 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6 お子さんは、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

#### <育児・医療について>

問7 あなたは、育児に自信が持てないことがありますか。

次の中から1つ選んでお答えください。

- 1 自信がある
- 2 自信を持てないときがある
- 3 どちらともいえない
- 4 だいたい自信が持てない
- 5 いつも自信が持てない

問8 あなたは、子育ての中でどのようなことが心配ですか。

次の中からいくつでも選んでお答えください。

- |                                   |
|-----------------------------------|
| 1 偏食する、好き嫌が多いなど食事に関すること           |
| 2 からだが小さい、体重が増えない                 |
| 3 手を使わずに階段をのぼることができないなど運動発達に関すること |
| 4 言葉がおそい                          |
| 5 夜泣きが多い                          |
| 6 落ち着きがない                         |
| 7 指しゃぶり                           |
| 8 O脚                              |
| 9 アレルギーや湿疹がひどい                    |
| 10 排せつのしつけ                        |
| 11 子育てに自信がない                      |
| 12 その他(具体的に: )                    |
| 13 特にない                           |

問9 育児についての情報を、どのようなところから入手していますか。

次の中からいくつでも選んでお答えください。

- |                     |                  |
|---------------------|------------------|
| 1 保健センター            | 7 医師や看護師などの医療関係者 |
| 2 市役所や区役所の窓口        | 8 児童相談所          |
| 3 テレビ・ラジオ           | 9 友人・知人          |
| 4 インターネット           | 10 家族・親戚         |
| 5 育児書・雑誌など          | 11 その他(具体的に: )   |
| 6 保育園・幼稚園・幼児教室などの先生 | 12 特にない          |

問10 育児について悩んだ時や相談したい時、あなたが相談するのはだれ(どこ)ですか。

次の中からいくつでも選んでお答えください。

- |                     |                |
|---------------------|----------------|
| 1 配偶者(夫または妻)・パートナー  | 11 保健センター      |
| 2 母親                | 12 児童相談所       |
| 3 父親                | 13 カウンセラー      |
| 4 兄弟姉妹              | 14 インターネット     |
| 5 その他の親族            | 15 ラジオ         |
| 6 友人・知人             | 16 その他(具体的に: ) |
| 7 近隣の人              | 17 相談する相手がいない  |
| 8 子育てサークル           | 18 特に悩みごとはない   |
| 9 保育園・幼稚園・幼児教室などの先生 |                |
| 10 医療機関             |                |

問 11 あなたは、ゆったりとした気分でお子さんと過ごせる時間がありますか。

- |      |      |
|------|------|
| 1 ある | 2 ない |
|------|------|

問 12 あなたは、あなた自身がお子さんを虐待していると思うことがありますか。

(虐待とは：無視したり拒絶する、食事を与えない、身体をたたく、物を投げつける、外に出したり閉じ込める、口を手やものでふさぐ、身体をつかんではげしく揺さぶるなど)

- |      |      |
|------|------|
| 1 ある | 2 ない |
|------|------|

問 13 お子さんのお父さんは、どのように育児に参加していますか。

次の中から**いくつでも選んで**お答えください。

- |                            |                    |
|----------------------------|--------------------|
| 1 子どもの遊び相手をしている            |                    |
| 2 育児の相談にのっている              |                    |
| 3 子どもをお風呂に入れている            |                    |
| 4 子どもに食事を食べさせている           |                    |
| 5 子どもを寝かしつけている             |                    |
| 6 外出時に子どもの世話をする            |                    |
| 7 育児に関する悩みを聞いたり、話し相手になっている |                    |
| 8 家事を手伝っている                |                    |
| 9 その他（具体的に： _____）         |                    |
| 10 お父さんが主に育児を担っている         | } → 問 14 へお進みください。 |
| 11 お父さんと同居していない            |                    |
| 12 育児に参加していない              |                    |

問 13-1 【問 13 で「1」～「9」のいずれかを選んだ方におたずねします。】

あなたは、お父さんの育児参加についてどの程度満足していますか。

次の中から**1つ選んで**お答えください。

- |              |
|--------------|
| 1 満足している     |
| 2 ほぼ満足している   |
| 3 あまり満足していない |
| 4 満足していない    |

《すべての方がお答えください。》

問 14 あなたは、札幌市内には小児科の休日・夜間の救急医療機関があることを知っていますか。

- |         |        |
|---------|--------|
| 1 知っている | 2 知らない |
|---------|--------|

問 15 お子さんには、以下のかかりつけの医師がいますか。

次の中から**いくつでも選んで**お答えください。

- |       |                |
|-------|----------------|
| 1 小児科 | 5 歯科           |
| 2 皮膚科 | 6 その他(具体的に: )  |
| 3 耳鼻科 | 7 かかりつけの医師はいない |
| 4 眼科  |                |

問 16 あなたは、乳幼児の心肺蘇生法のしかたを知っていますか。

- |         |        |
|---------|--------|
| 1 知っている | 2 知らない |
|---------|--------|

問 17 あなたは、お子さんを事故から救うために、どのようなことに注意を払っていますか。

次の中から**いくつでも選んで**お答えください。

- |                                   |
|-----------------------------------|
| 1 子どもだけにして家を留守にしない                |
| 2 子どもがベッドやソファなど高いところにいる時は、目を離さない  |
| 3 階段など段差がある所には、落ちないように工夫をしている     |
| 4 危ない物は子どもの手の届かないところに置くなどの工夫をしている |
| 5 暖房機器やお湯などにより、やけどをしないように気をつけている  |
| 6 子どもが家の中の危険な場所に入らないようにしている       |
| 7 車の中に子どもだけにして置いていかない             |
| 8 その他(具体的に: )                     |
| 9 特にない                            |

問 18 あなたは、赤ちゃんがどうしても泣きやまない時などに、赤ちゃんの頭を前後にガクガクするほど激しく揺さぶることによって、脳障害が起きること（乳幼児揺さぶられ症候群）を知っていますか。

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

問 19 あなたは、低出生体重児（出生時の体重が 2,500 g 未満の新生児）が生まれる要因を知っていますか。

※低出生体重児は、母親や子どもの疾患の他、生活に起因する要因として、妊娠中の喫煙が要因と言われています。

- |         |        |
|---------|--------|
| 1 知っている | 2 知らない |
|---------|--------|

問 20 育児について、あなたや家族の心身の健康に関することについてなどを各区にある保健センターで相談できることを知っていますか。

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

問 21 あなたは、乳幼児健康診査について、改善してほしいことはありますか。

次の中から**3つまで選んで**お答えください。

- |                              |
|------------------------------|
| 1 実施日を増やしてほしい                |
| 2 受付時間を延ばしてほしい               |
| 3 医師や保健師などとゆっくり相談できるようにしてほしい |
| 4 待ち時間を短縮してほしい               |
| 5 プライバシーに配慮してほしい             |
| 6 保健センター以外でも受けられるようにしてほしい    |
| 7 その他（具体的に： _____）           |
| 8 特にない                       |

ここまでのご記入ありがとうございました。  
次の7ページで最後となりますので、忘れずにご記入ください。

裏面あり 

※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 年齢

1	19 歳以下
2	20 歳～24 歳
3	25 歳～29 歳
4	30 歳～34 歳
5	35 歳～39 歳
6	40 歳以上

F 2 職業

1	常勤（自営業を含む）
2	アルバイト、パートタイム
3	育児休業中
4	働いていない

F 3 お住まいの区

1	中央区	5	厚別区	9	西 区
2	北 区	6	豊平区	10	手稲区
3	東 区	7	清田区		
4	白石区	8	南 区		

F 4 ご両親（配偶者・パートナーのご両親を含みます）と同居していますか。

1	同居している	2	同居していない
---	--------	---	---------

F 5 質問の対象のお子さんは第何子（何番目のお子さん）ですか。

第  子

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 11 月 27 日（月）までにポストに投函してください。



# 10代の健康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。

さて、札幌市ではこの度、平成26年に策定した『健康さっぽろ21（第二次）』の現時点での取組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16歳から19歳までの方から無作為に選んだ3,000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29年11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. ご回答は、質問文に記載している回答数（1つ、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。
4. 回答する方が限定される質問があります。質問文上の【 】内及び「→」の表示をよく読んでお答えください。
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11月27日（月）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

<友人について>

問1 あなたは、今、よく話をする友人がどのくらいいますか。次の中から1つ選んでお答えください。

- |          |                   |
|----------|-------------------|
| 1 たくさんいる | 4 いないので欲しい        |
| 2 数人いる   | 5 いないが特に欲しいとは思わない |
| 3 ひとりいる  |                   |

問2 あなたには、今、彼または彼女がいますか。次の中から1つ選んでお答えください。

- |        |                   |
|--------|-------------------|
| 1 1人いる | 3 いないので欲しい        |
| 2 複数いる | 4 いないが特に欲しいとは思わない |

<悩みについて>

問3 あなたが、今悩んでいるのはどんなことですか。次の中からいくつでも選んでお答えください。

- |                     |             |
|---------------------|-------------|
| 1 友人のこと             |             |
| 2 異性のこと             |             |
| 3 家庭のこと             |             |
| 4 学校のこと             |             |
| 5 勉強など進学のこと         |             |
| 6 就職など将来のこと         |             |
| 7 職場のこと             |             |
| 8 健康のこと             |             |
| 9 趣味のこと             |             |
| 10 お金のこと            |             |
| 11 その他（具体的に： _____） |             |
| 12 特に悩んでいることはない     | 問4へお進みください。 |

問3-1 【問3で「12 特に悩んでいることはない」を選んだ以外の方にお聞きします。】

あなたが、今悩んでいることに対して、相談できる人はどなたですか。

次の中からいくつでも選んでお答えください。

- |            |                     |
|------------|---------------------|
| 1 父親       | 7 学校の先生             |
| 2 母親       | 8 彼、彼女              |
| 3 兄弟姉妹     | 9 職場の人              |
| 4 親族       | 10 その他（具体的に： _____） |
| 5 学校の友人    | 11 相談できる人はいない       |
| 6 学校以外での友人 |                     |

《すべての方がお答えください。》

＜たばこについて＞

問4 あなたは、未成年がたばこを吸うことについてどう思いますか。

次の中から**1つ選んで**お答えください。

- 1 吸うべきではない
- 2 悪いことだが、本人の自由だと思う
- 3 他人の迷惑にならなければ、悪いとは思わない
- 4 悪いことだとは思わない
- 5 わからない

問5 あなたは、たばこが健康にいろいろな影響を及ぼしていると思いますか。次の中から

**1つ選んで**お答えください。

- 1 影響を及ぼしていると思う
  - 2 少し影響を及ぼしていると思う
  - 3 影響はないと思う
  - 4 わからない
- 問6へお進みください。

問5-1 【問5で「1」または「2」を選んだ方におたずねします。】

たばこが関係している可能性が高い病気について、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 肺がん
- 2 喘息ぜんそく
- 3 気管支炎きかんしえん
- 4 心臓病
- 5 脳卒中のうそちゅう
- 6 胃潰瘍いはいよう
- 7 妊娠に関連した異常
- 8 歯周病ししゅうびょう
- 9 その他（具体的に： \_\_\_\_\_）
- 10 知っているものはない

《すべての方がお答えください。》

＜お酒について＞

問6 あなたは、未成年がお酒を飲むことについてどう思いますか。次の中から 1つ選んで お答えください。

- |                         |
|-------------------------|
| 1 飲むべきではない              |
| 2 悪いことだが、本人の自由だと思う      |
| 3 他人の迷惑にならなければ、悪いとは思わない |
| 4 悪いことだとは思わない           |
| 5 わからない                 |

＜薬物乱用について＞

※薬物乱用とは

薬物（医薬品）などを本来の目的から外れた使い方をしたり、不正に使うことをいいます。

問7 乱用が社会的な問題になっている薬物について、あなたが知っているものがありましたら、次の中から いくつでも選んで お答えください。

- |                     |
|---------------------|
| 1 シンナー              |
| 2 覚せい剤              |
| 3 大麻                |
| 4 LSD               |
| 5 アヘン               |
| 6 ヘロイン              |
| 7 コカイン              |
| 8 向精神薬（睡眠薬）         |
| 9 危険ドラッグ            |
| 10 その他（具体的に： _____） |
| 11 知っているものはない       |

問8 あなたは、覚せい剤などの薬物を使った場合、心や身体に次のような害があることを知っていましたか。次の（ア）、（イ）それぞれの質問について、 1つ選んで お答えください。

（ア）1回使っただけでも、異常に興奮したり、やる気がなくなったりする。（急性中毒と言います）

- |         |        |
|---------|--------|
| 1 知っている | 2 知らない |
|---------|--------|

（イ）自分の意志で止めるのが難しくなる。【依存症（精神依存、身体依存と言います）】

- |         |        |
|---------|--------|
| 1 知っている | 2 知らない |
|---------|--------|

問9 あなたは、薬物乱用について、学校の授業などで学んだことはありますか。  
次の中から**1つ選んで**お答えください。

- 1 ある
- 2 ない

問10 薬物を乱用することについて、あなたは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 絶対に使うべきでないし、許されることではない
- 2 一度くらいだったら、使っても大丈夫だと思う
- 3 他人に迷惑をかけなければ、使うのは個人の自由である
- 4 わからない

### <性について>

問11 あなたは、自分の身体を大切にしていますか。次の中から**1つ選んで**お答えください。

- 1 いつも大切にしている
- 2 傷つけてしまうことがたまにある
- 3 よく傷つけてしまう

問12 あなたは、性行動は相手の身体や心を傷つける可能性があると思いますか。  
次の中から**1つ選んで**お答えください。

- 1 可能性はあると思うが、特殊な場合だと思う
- 2 全ての場合ではないが、傷つける可能性は低くないと思う
- 3 かなりの確率で傷つけてしまうと思う

問 13 避妊法について、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 コンドーム
- 2 女性用コンドーム
- 3 IUD（子宮内避妊用具）／IUS（子宮内避妊システム）
- 4 基礎体温法
- 5 オギノ式
- 6 膣外射精ちつがいしゃき
- 7 ペッサリー
- 8 ピル
- 9 よく知らない

問 14 あなたが、適切と判断する避妊法を次の中からいくつでも選んでお答えください。

- 1 コンドーム
- 2 女性用コンドーム
- 3 IUD（子宮内避妊用具）／IUS（子宮内避妊システム）
- 4 基礎体温法
- 5 オギノ式
- 6 膣外射精ちつがいしゃき
- 7 ペッサリー
- 8 ピル
- 9 よく知らない

問 15 性感染症 (STD/STI) 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 クラミジアは性行為で感染する
- 2 ヘルペスは性行為で感染する
- 3 淋菌感染症 (淋病) は性行為で感染する
- 4 梅毒は性行為で感染する
- 5 尖圭コンジローマは性行為で感染する
- 6 性感染症には、ほとんど痛みやかゆみなどがないものもある
- 7 HIV (エイズ) は食器の共用では感染しない
- 8 HIV は風呂やプールでは感染しない
- 9 HIV は性行為で感染する
- 10 性感染症にかかっていると HIV に感染しやすくなる
- 11 コンドームの使用により性感染症の多くを予防することができる
- 12 ピルの使用では、性感染症を予防することはできない
- 13 知っているものはない → F 1 へお進みください。

問 15-1 【問 15 で「13 知っているものはない」を選んだ以外の方におたずねします。】

性感染症 (STD/STI) について、あなたはどこから知識を得ましたか。

次の中からいくつでも選んでお答えください。

- 1 両親
- 2 兄弟姉妹
- 3 学校の友人
- 4 学校以外での友人
- 5 学校の授業
- 6 テレビ
- 7 雑誌
- 8 インターネット
- 9 その他 (具体的に: \_\_\_\_\_)

ここまでのご記入ありがとうございました。  
次の 7 ページで最後となりますので、忘れずにご記入ください。

裏面あり

※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 16 歳 |
| 2 17 歳 |
| 3 18 歳 |
| 4 19 歳 |

F 3 あなたの学校

- |                    |
|--------------------|
| 1 高校生              |
| 2 大学生（短大を含む）       |
| 3 専門学校生            |
| 4 働いている            |
| 5 その他（具体的に： _____） |

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11月27日（月）までにポストに投函してください。