

令和元年度「こころの健康度・生活習慣に関する調査」結果報告

1 目 的

こころの健康度・生活習慣に関する調査は、東日本大震災及び東京電力福島第一原子力発電所事故の体験やこれらの災害による避難生活により、多くの方が不安やストレスを抱えていることから、県民のこころやからだの健康状態と生活習慣などを正しく把握し、一人ひとりに寄り添った保健・医療・福祉に係る適切なケアを提供することを目的に開始された。平成 23 年度から平成 30 年度の調査結果を踏まえ、引き続きこころの健康状態及び生活習慣の推移を見守り、継続して支援を行うことを目的とした。

2 方 法

(1) 対 象

- ・平成 23 年 3 月 11 日から平成 24 年 4 月 1 日までに対象地域※に住民登録をしていた方(対象地域を転出後も対象とする)
- ・平成 31 年 4 月 1 日時点で避難区域等に住民登録をしていた方
- ・上記以外で基本調査の結果、必要と認められた方

対象者数:201,499 人(令和 2 年 10 月 31 日現在)

0 歳～3 歳用 :平成 28 年 4 月 2 日から平成 31 年 4 月 1 日までに生まれた方	3,071 人
4 歳～6 歳用 :平成 25 年 4 月 2 日から平成 28 年 4 月 1 日までに生まれた方	3,449 人
小学生用 :平成 19 年 4 月 2 日から平成 25 年 4 月 1 日までに生まれた方	9,272 人
中学生用 :平成 16 年 4 月 2 日から平成 19 年 4 月 1 日までに生まれた方	5,314 人
一般用 :平成 16 年 4 月 1 日以前に生まれた方	180,393 人

※対象地域:平成 23 年時に避難区域等に指定された市町村等

広野町、楡葉町、富岡町、川内村、大熊町、双葉町、浪江町、葛尾村、飯館村、南相馬市、田村市、川俣町、伊達市の一部(特定避難勧奨地点の属する区域)

(2) 方 法

ア 調査票

対象者の年齢区分に応じて調査票を送付し、一般用調査票は本人が、それ以外(中学生以下)は保護者等が回答した。ただし、中学生用調査票では一部が本人回答となっている。

イ 調査票送付日

令和 2 年 1 月 30 日より順次発送

ウ 調査回答方法

郵送又はオンラインによる回答

(オンラインによる回答期間は、令和 2 年 1 月 30 日から令和 2 年 3 月 31 日)

(3) 集計対象期間

令和 2 年 1 月 31 日から令和 2 年 10 月 31 日の回答までとした。

3 「こころの健康度・生活習慣に関する調査」集計結果概要

回答者数(回答率)は、0歳～3歳用が469人(15.3%)、4歳～6歳用が458人(13.3%)、小学生用が1,426人(15.4%)、中学生用が768人(14.5%)、一般用が34,572人(19.2%)であった。有効回答数(有効回答率)は、0歳～3歳用が468人(15.2%)、4歳～6歳用が457人(13.3%)、小学生用が1,419人(15.3%)、中学生用が766人(14.4%)、一般用が34,391人(19.1%)であった。

年齢区分ごとに結果を集計した。なお、各項目に欠損値があるため、合計は上記有効回答数と一致しない場合がある。また、集計結果概要及び結果集計で示されている割合(%)は、端数処理を行っているため、合計が100%にならない場合がある。集計結果の詳細は、『6 令和元年度「こころの健康度・生活習慣に関する調査」結果集計』のとおりである。

(1)子ども(0歳～3歳・4歳～6歳・小学生・中学生)の回答結果について

ア 回答者数(回答率)

子ども(0歳～3歳・4歳～6歳・小学生・中学生)の回答者数(回答率)は表1、図1のとおりである。

表1 令和元年度 回答者数(回答率)および有効回答数(有効回答率)

年齢区分	回答者数(回答率)	有効回答数(有効回答率)
0歳～3歳	469(15.3)	468(15.2)
4歳～6歳	458(13.3)	457(13.3)
小学生	1,426(15.4)	1,419(15.3)
中学生	768(14.5)	766(14.4)
合計	3,121(14.8)	3,110(14.7)

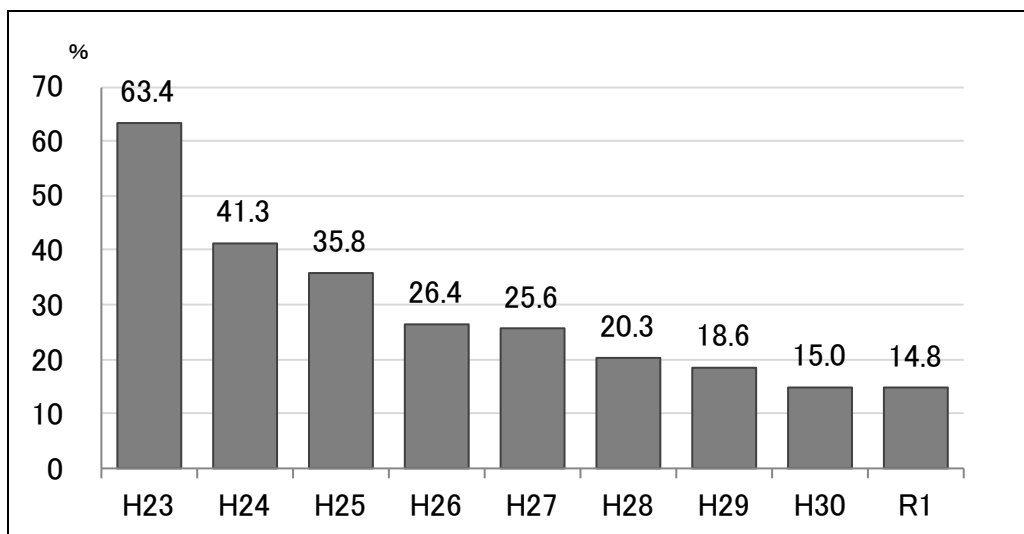


図1 子どもの回答率の推移

イ 普段の運動頻度

令和元年度調査では、普段の運動頻度について、「ほとんど(運動を)していない」と回答したのは、2歳～3歳では3.3%、4歳～6歳で2.0%、小学生33.8%、中学生33.7%であった。未就学児の場合、平成24年度には2歳～3歳で26.7%、4歳～6歳で15.0%であり、年々改善がみられた(図2、3)。また、学童期以降でも、平成23年度には小学生で53.0%、中学生で47.0%であり、改善がみられた(図4、5)。

令和元年度の就学児童に対する全国調査(※1)によれば、(学校での体育授業を除く)1週間の総運動時間が、60分未満の割合は小学生の男児7.6%、女児13.0%、中学生の男子7.5%、女子19.7%であった。学年等の対象属性がそれぞれ異なるため、単純な比較はできないものの、運動習慣が未だに全国水準に達していない可能性はある。

※1 スポーツ庁「令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果」第1章調査結果の概要

https://www.mext.go.jp/sports/content/20191225-spt_sseisaku02-000003330_4.pdf

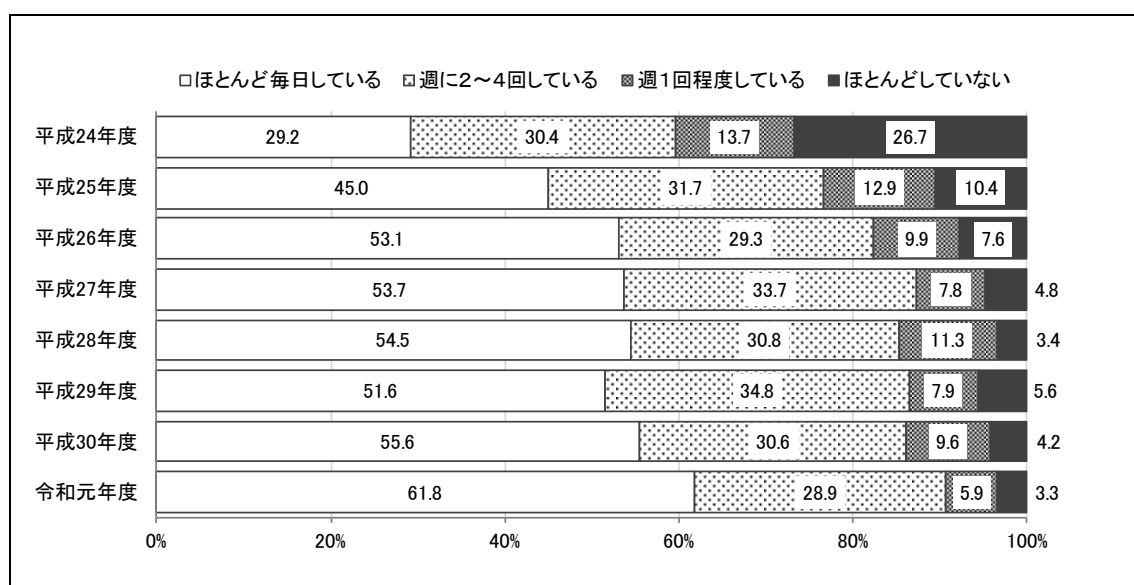


図2 普段の運動頻度の推移 2歳～3歳

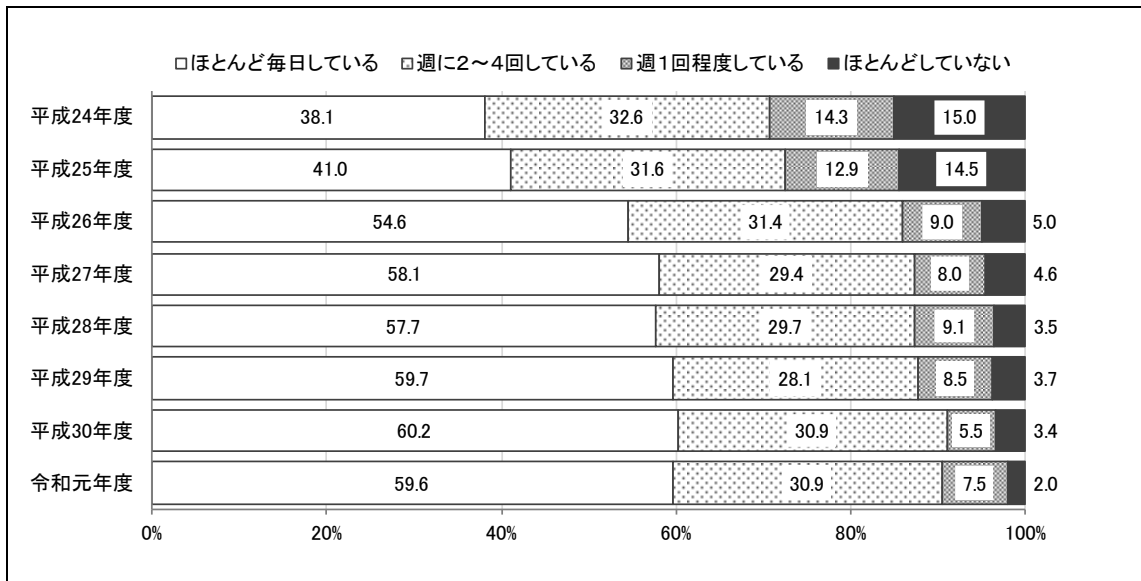


図3 普段の運動頻度の推移 4歳~6歳

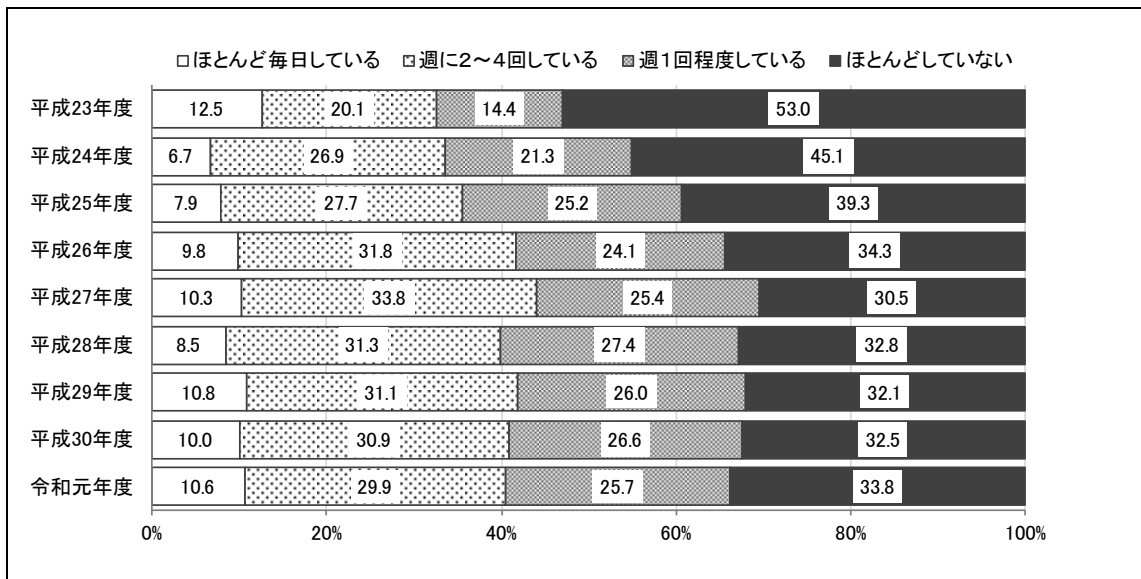


図4 普段の運動頻度の推移 小学生

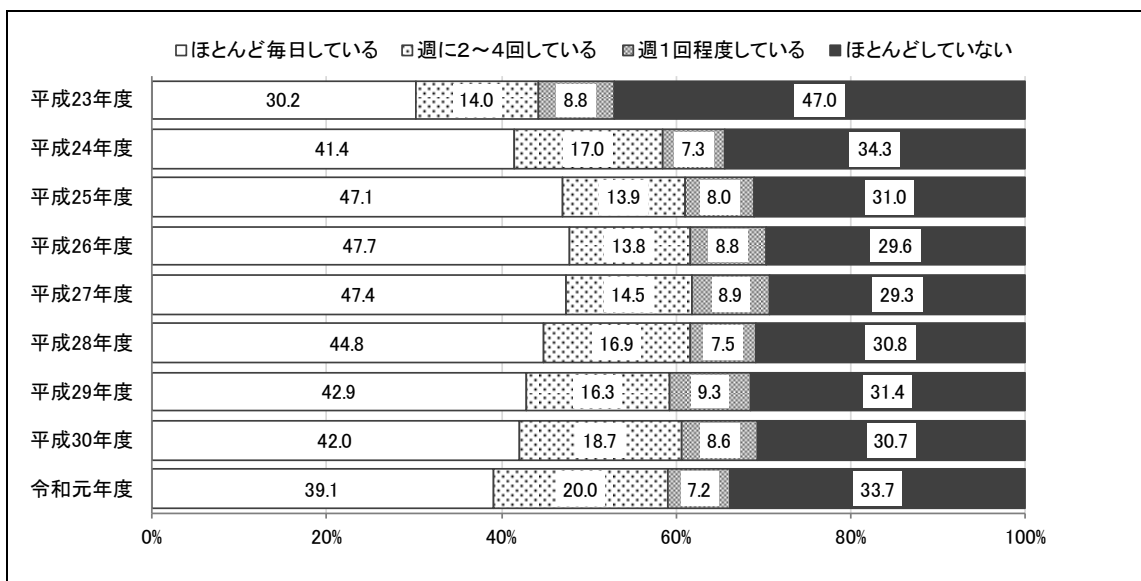


図5 普段の運動頻度の推移 中学生

ウ 情緒と行動（SDQ）16点以上の割合

子どもの情緒と行動について SDQ（先行研究に基づきカットオフ値は 16 点）を用いて測定した。令和元年度における何らかの問題行動等を有するハイリスク率（16 点以上）は、4 歳～6 歳 9.7%、小学生 10.2%、中学生 10.0%であった（図 6）。2008 年に報告された被災していない子どもを対象とした調査（※2）におけるハイリスク率 9.5%に比べ、平成 23 年度はどの年代でも高く、とりわけ 4 歳～6 歳でのハイリスク率は 24.4%と高かった。その後どの年代においてもハイリスク率は減少し、令和元年度調査の結果、先行研究のハイリスク率とほとんど変わらない程度にまで改善した（図 6）。また、男女で比較すると、全般として男児の方が女児よりもハイリスク率が高い傾向にあるが、上記先行研究と一致している（図 7～図 9）。

調査時住所別（県内外）でハイリスク率を比較した場合では、中学生では県外居住のハイリスク率が高かった（図 10）。

【SDQ について】

子どもの情緒と行動に関する 25 項目について、それぞれ過去半年間にどれくらい当てはまるかを保護者等が回答する質問項目である。得点が 16 点以上の場合、何らかの問題行動等を有し、専門的な支援が必要と考えられている。

※2 Matsuishi T, et al. (2008) Scale properties of the Japanese version of the Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ): A study of infant and school children in community samples. *Brain and Development*. 30: 410-415.

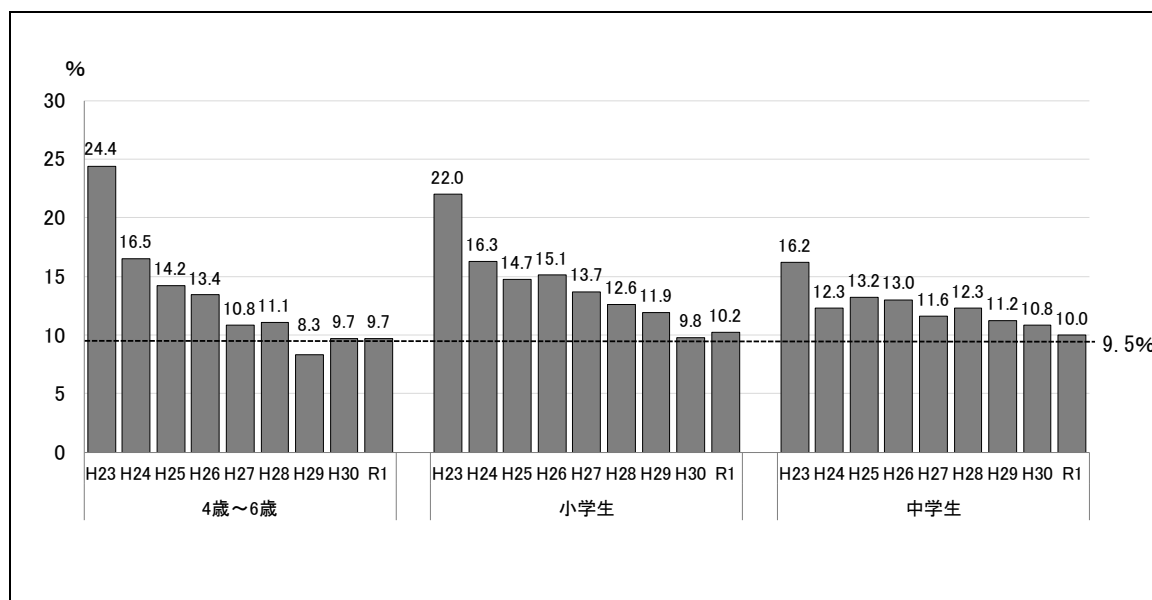


図6 子どもの情緒と行動（SDQ）16点以上の割合の推移 全体

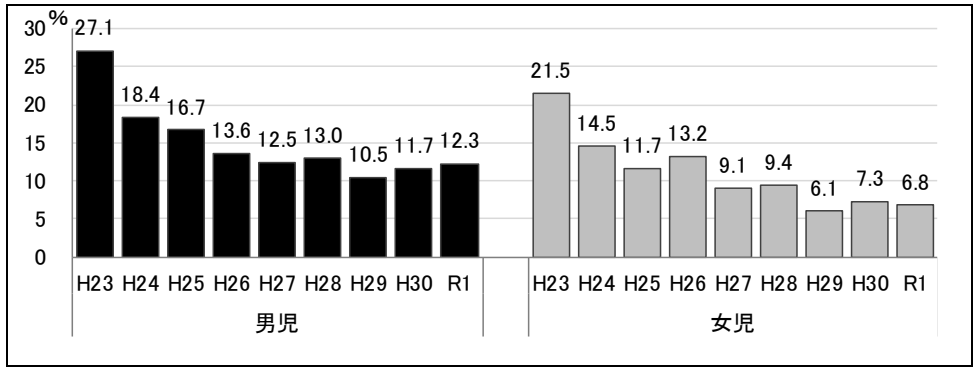


図7 子どもの情緒と行動（SDQ）16点以上の割合の推移 4歳～6歳

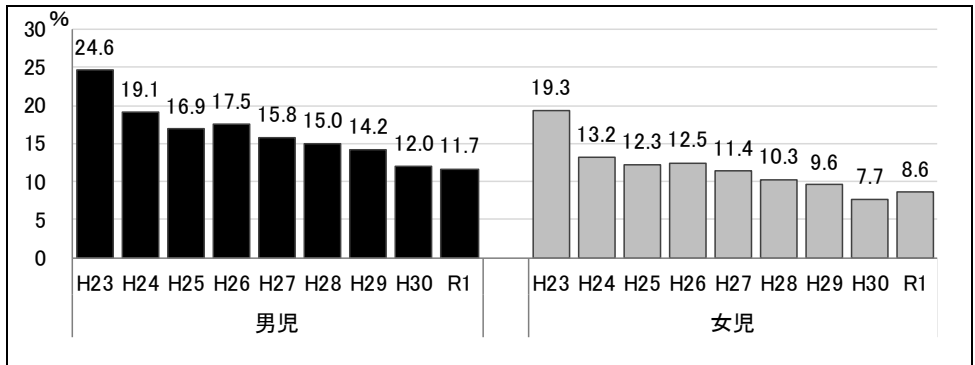


図8 子どもの情緒と行動（SDQ）16点以上の割合の推移 小学生

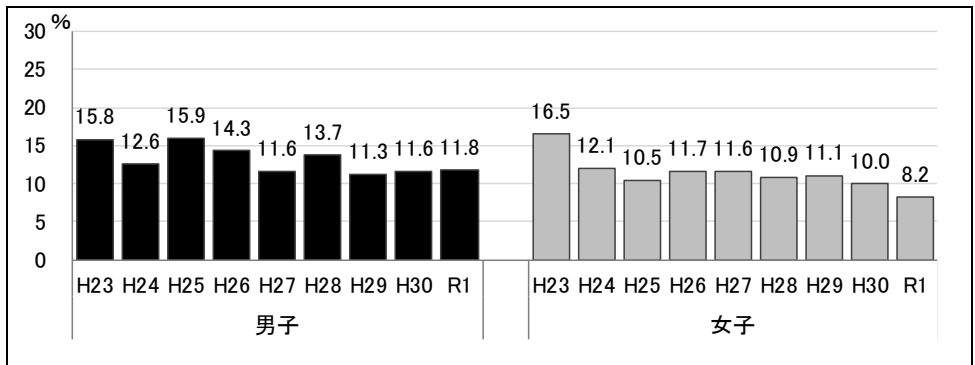


図9 子どもの情緒と行動（SDQ）16点以上の割合の推移 中学生

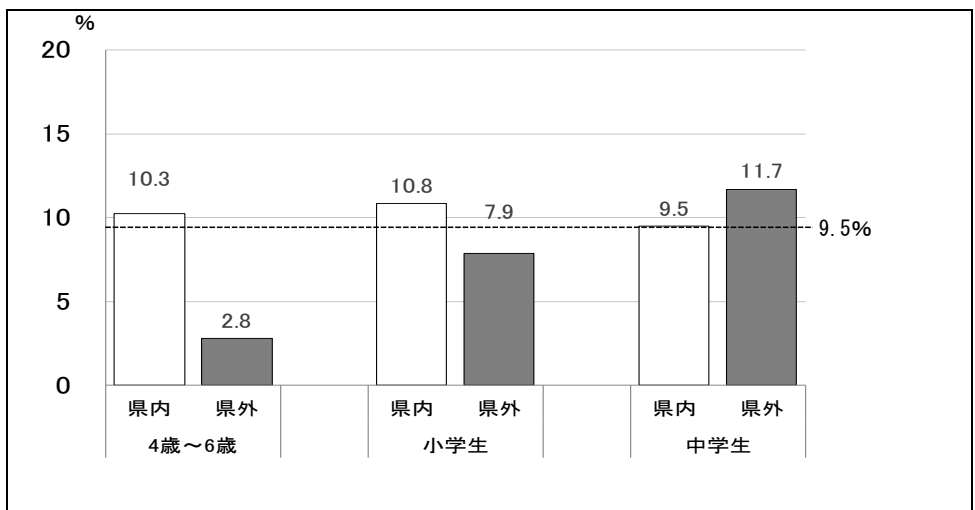


図10 令和元年度 子どもの情緒と行動（SDQ）16点以上の割合 調査時住所別

(2)一般（16歳以上）の回答結果について

ア 回答率

一般(16歳以上)の回答率は19.2%であった。年次推移は図11のとおりである。
また、年代別の回答率は図12のとおりである。

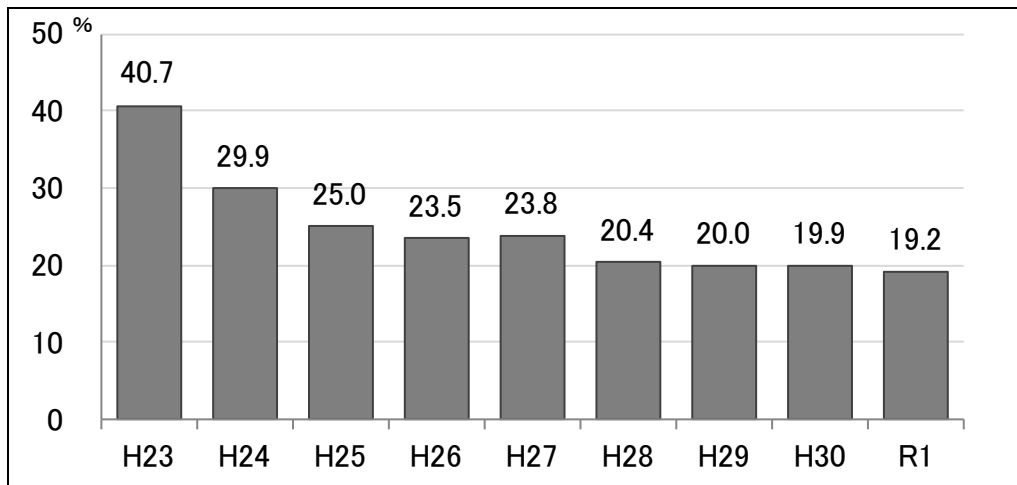


図11 一般の回答率の推移

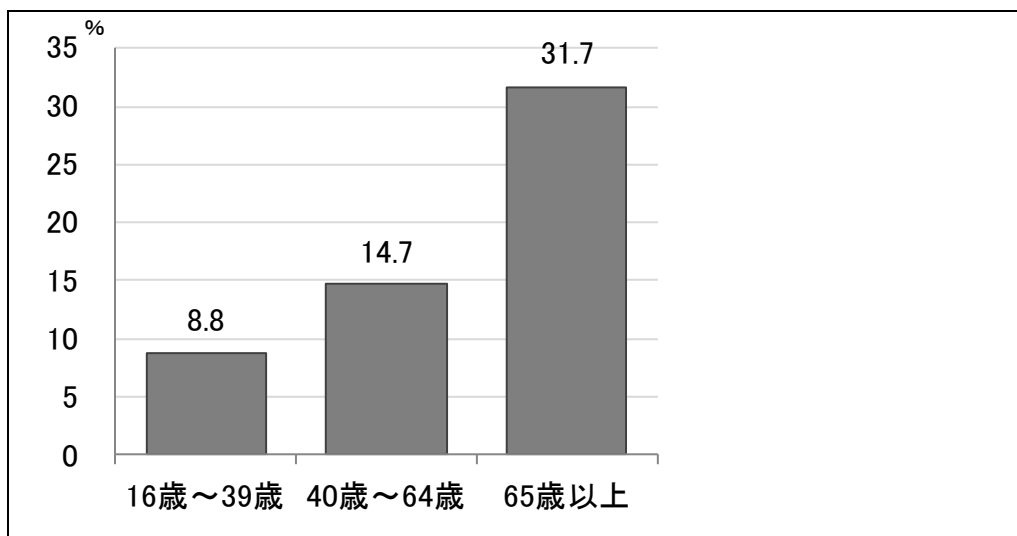


図12 令和元年度 一般の回答率 年代別

イ 主観的健康状態

令和元年度調査で「きわめて良好」および「良好」と答えた人は 24.4%であった。主観的健康状態について回答した結果の年次推移は図 13 のとおりである。平成 23 年度は、「きわめて良好」および「良好」と答えた人は 17.8%であったが、年々わずかであるが上昇している。

同様に、「悪い」あるいは「きわめて悪い」と回答した割合は、平成 23 年度で 18.5%であったが、令和元年度には 14.0%と減少している。

令和元年度について、年代別の主観的健康状態を見てみると、年代が上がるごとに「悪い」あるいは「きわめて悪い」と回答した割合が上昇する傾向にあり、65 歳以上は 16.3%で 39 歳以下の 6.6%よりも高かった(図 14)。

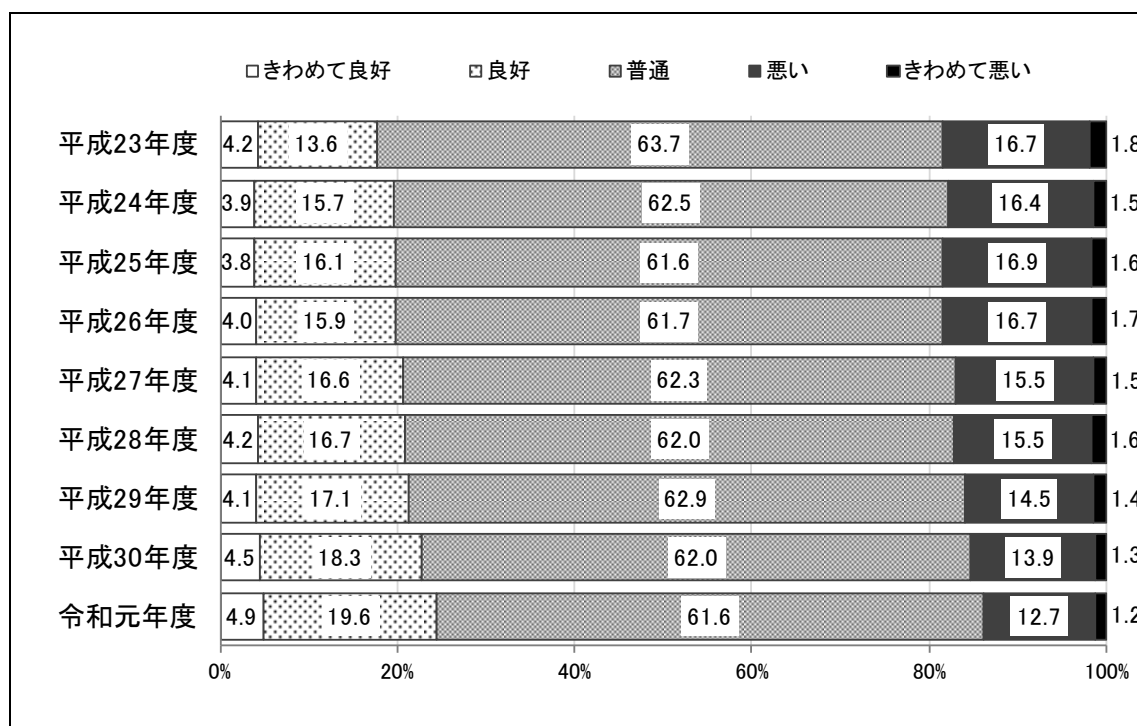


図13 一般の主観的健康状態の推移

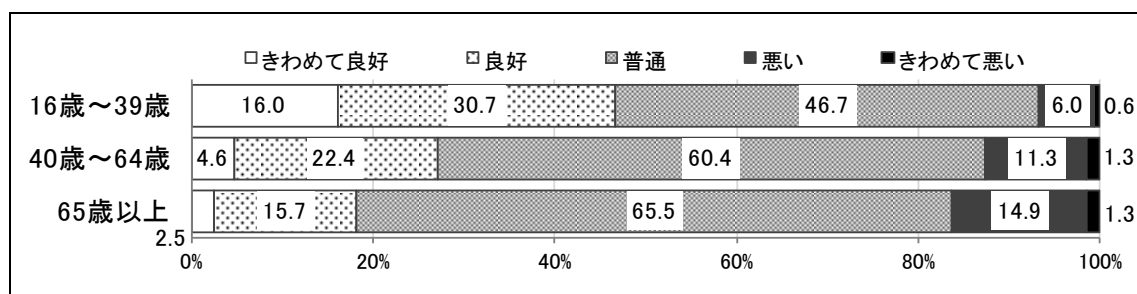


図14 令和元年度 一般の主観的健康状態 年代別

ウ 睡眠満足度

令和元年度で睡眠に「満足している」と回答した人は 41.9%であった。睡眠満足度の年次推移は図 15 のとおりである。平成 23 年度では 33.3%であり、年々徐々に増加する傾向がうかがえる。同様に「かなり不満」あるいは「非常に不満か、全く眠れなかった」と答えた人の割合も平成 23 年度の 19.9%から令和元年度は 12.5%まで減少している。一方で、約 6 割の人が未だに睡眠への不満感を持っている。

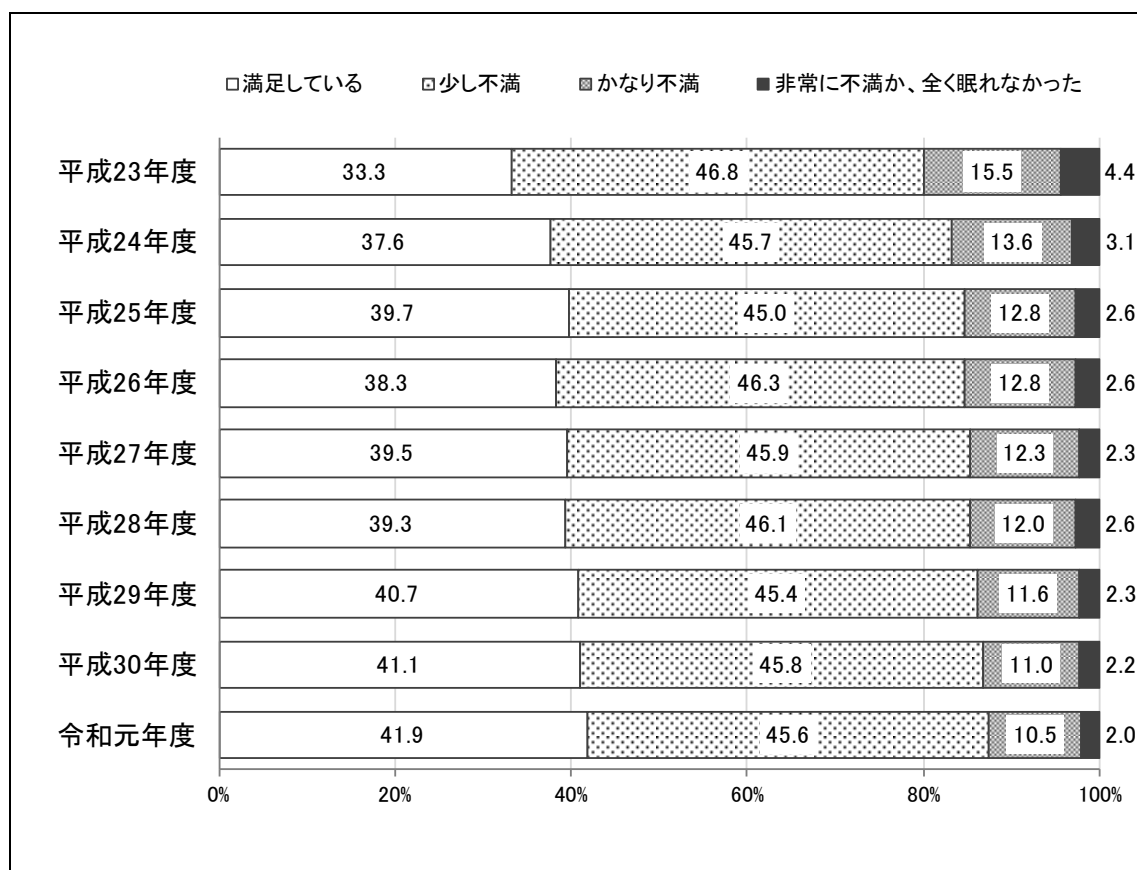


図15 一般の睡眠満足度の推移

工 普段の運動頻度

令和元年度は、「ほとんど(運動を)していない」と回答した人は 38.8%であった。運動頻度の年次推移は図 16 のとおりである。平成 23 年度には約半数が「ほとんど(運動を)していない」と回答しており、少しずつ運動頻度が上昇していることがわかる。

一方で、令和元年度には、運動を「ほとんど毎日している」あるいは「週に 2~4 回している」と回答した人の合計は 43.8%であった。令和元年度に行われた全国調査(※3)の結果によると、1 週間の運動日数が 2 日以上と回答した人は、40.6%であり、年齢等の対象属性がそれぞれ異なるため、単純な比較はできないものの、運動習慣については全国水準と同等であることがうかがわれる。

令和元年度について、調査時住所の違いで見ると、県外居住者のほうが県内居住者に比べ運動頻度が少ない傾向にあった(図 17)。

※3 厚生労働省「令和元年国民健康・栄養調査報告」

https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kenkou_eiyouchousa.html

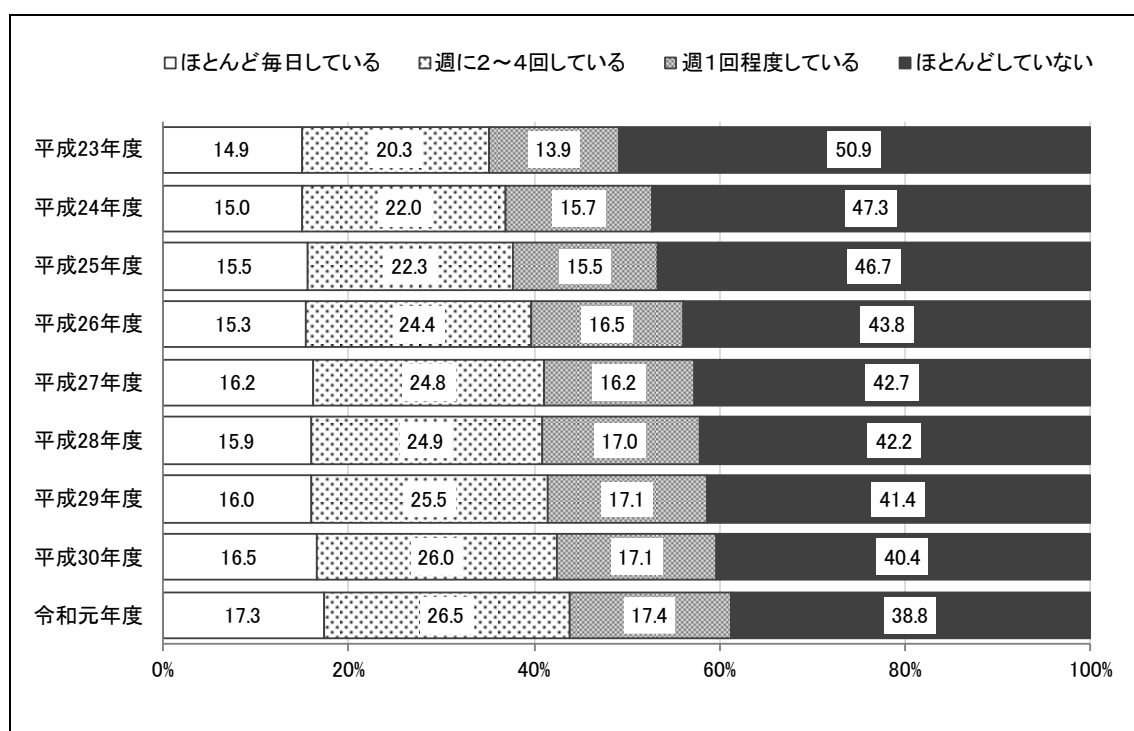


図16 一般の普段の運動頻度の推移

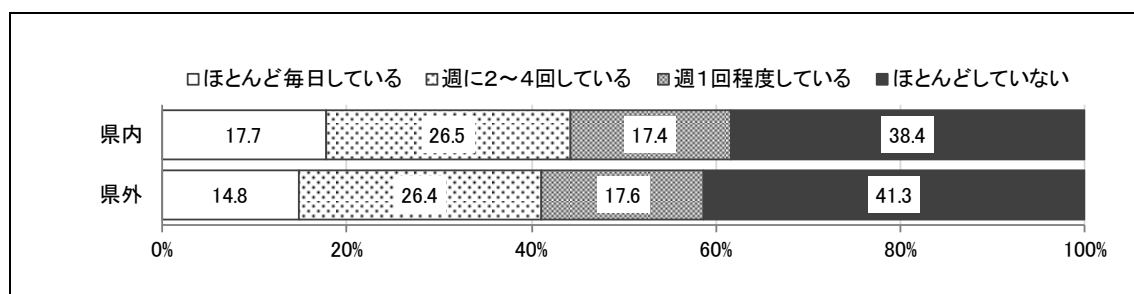


図17 令和元年度 一般の普段の運動頻度 調査時住所別

才 喫煙割合

令和元年度調査における喫煙率は男性 21.5%、女性 5.5%であった。喫煙者の男女別年次推移は図 18 のとおりである。平成 23 年度の男性の喫煙率は 33.2%、女性の喫煙率は 10.5%であり、図 18 からも年々減少したことがわかる。

令和元年度の全国調査(※3)で示された「現在習慣的に喫煙している者の割合(20 歳以上)」は、男性 27.1%、女性 7.6%であり、年齢等の対象属性がそれぞれ異なるため、単純な比較はできないものの、喫煙習慣がある人の割合は全国水準かそれ以下であると推察される。しかし「健康日本 21(第二次)」の目標 12%と比較すると依然として高い傾向にある。

※3 厚生労働省「令和元年国民健康・栄養調査報告」

https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kenkou_eiyou_chousa.html

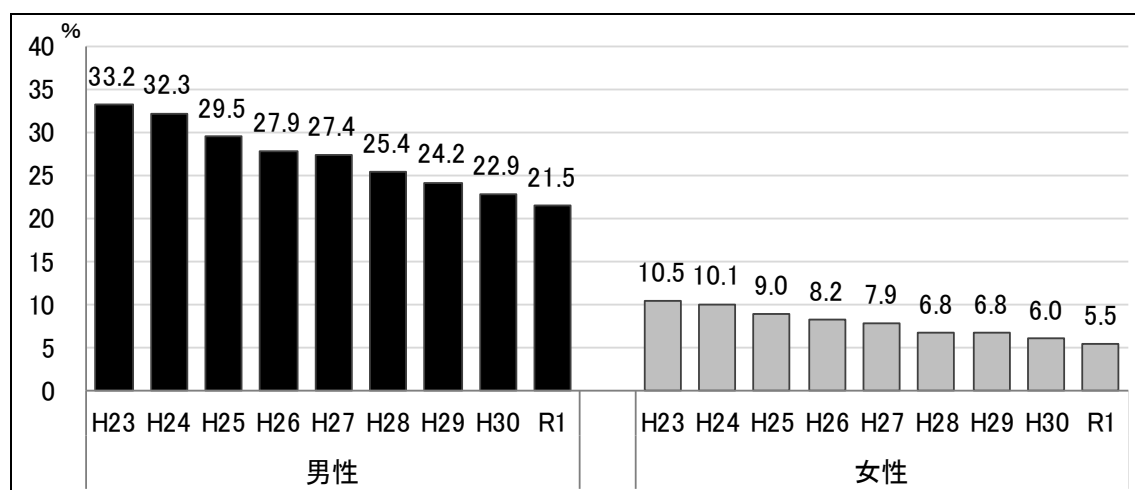


図18 喫煙者の割合の推移 男女別

カ 問題飲酒（CAGE）2点以上の割合

問題となるような飲酒行動（問題飲酒）について CAGE（先行研究に基づきカットオフ値は 2 点）を用いて測定した。令和元年度調査における問題飲酒のハイリスク率（2 点以上）は、男性で 16.7%、女性で 8.3%であった。その年次推移は図 19 のとおりである。平成 24 年度は男性で 20.5%、女性で 10.5%であり、それぞれ減少がみられた。年代別でみた場合には、40 歳～64 歳で高かった（図 20）。また、調査時住所別（県内外）で比較すると、男性では県内居住者、女性では県外居住者のほうが高い傾向にあった（図 21）。

【CAGE について】

飲酒の習慣に関する 4 項目について、その経験が過去 30 日間に「あった」または「なかった」のどちらかで回答する質問項目である。得点が 2 点以上の場合、問題飲酒の可能性があるとされている。

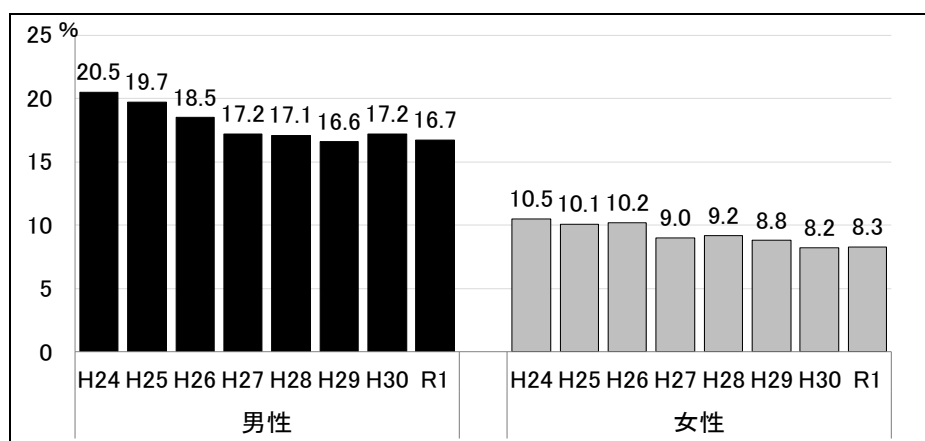


図19 問題飲酒（CAGE）2点以上の割合の推移 男女別

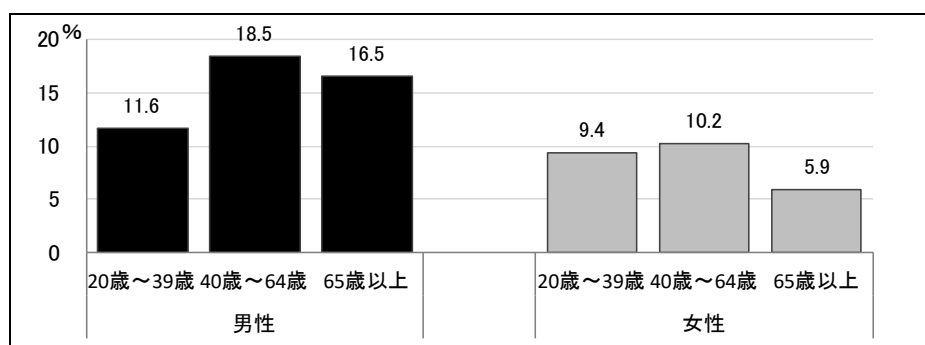


図20 令和元年度 問題飲酒（CAGE）2点以上の割合 男女別年代別

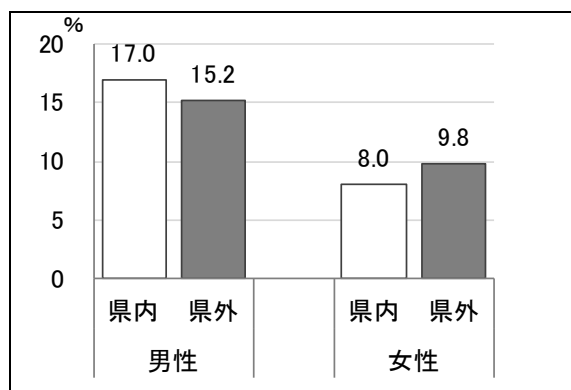


図21 令和元年度 問題飲酒（CAGE）2点以上の割合 男女別調査時住所別

キ 気分の落ち込みや不安に関して支援が必要と考えられる人の割合

全般的な精神健康度、気分障害(うつ病)や不安障害の可能性について K6(先行研究に基づきカットオフ値は13点)を用いて測定した。令和元年度調査における気分障害や不安障害のハイリスク率(13点以上)は、全体で5.0%であった。結果の年次推移は図22のとおりである。平成23年度は14.6%と高かったが、その後平成26年度までに大幅に改善し、その後は改善傾向が緩やかとなり現在に至っている。被災していない一般人口を対象とした先行研究(※4)における割合(3%)と比較すると、依然として高い値を示している。

男女別では、男性4.5%、女性5.4%と、女性の割合が高く、これは上記先行研究と一致している結果であった(図23)。年代別では、高齢者より若年者のほうが高い傾向にあり、これは先行研究とも、あるいは後述するトラウマ反応の程度とも一致しない結果であった(図24)。

調査時住所別(県内外)では、県内居住者が4.6%であるのに対し、県外居住者は7.2%と高かった(図25)。

【K6について】

気分の落ち込みや不安に関する6項目について、それぞれ過去30日間にどれぐらいの頻度であったかを回答する質問項目である。得点が13点以上の場合、気分障害や不安障害の可能性があるとされている。

※4 川上憲人, 全国調査における K6 調査票による心の健康状態の分布と関連要因. 平成18年度厚生労働科学研究費補助金(統計情報高度利用総合研究事業)国民の健康状況に関する統計情報を世帯面から把握・分析するシステムの検討に関する研究. 分担研究書

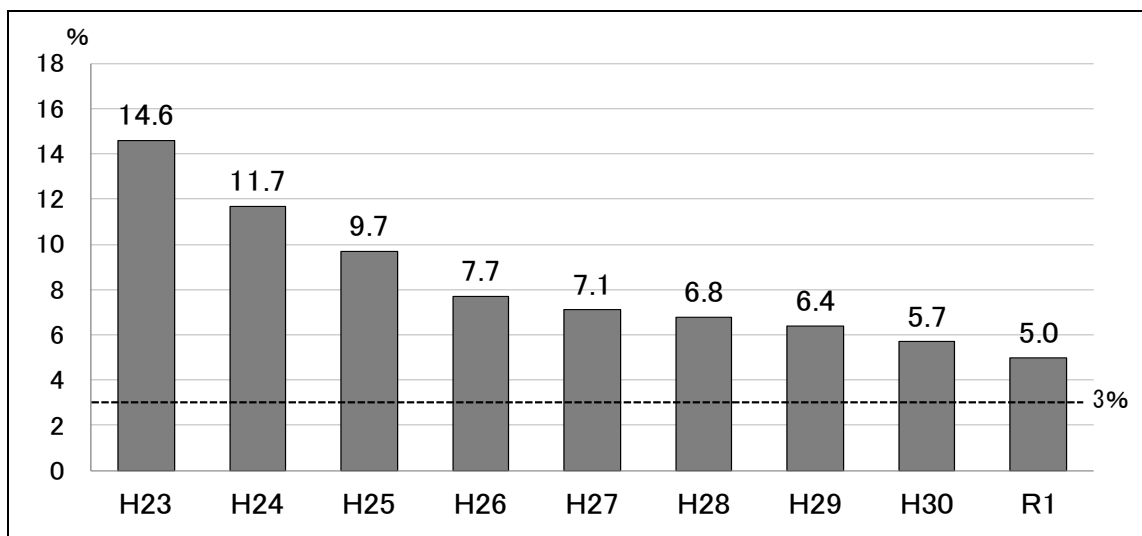


図22 一般の全般的な精神健康度 (K6) 13点以上の割合の推移

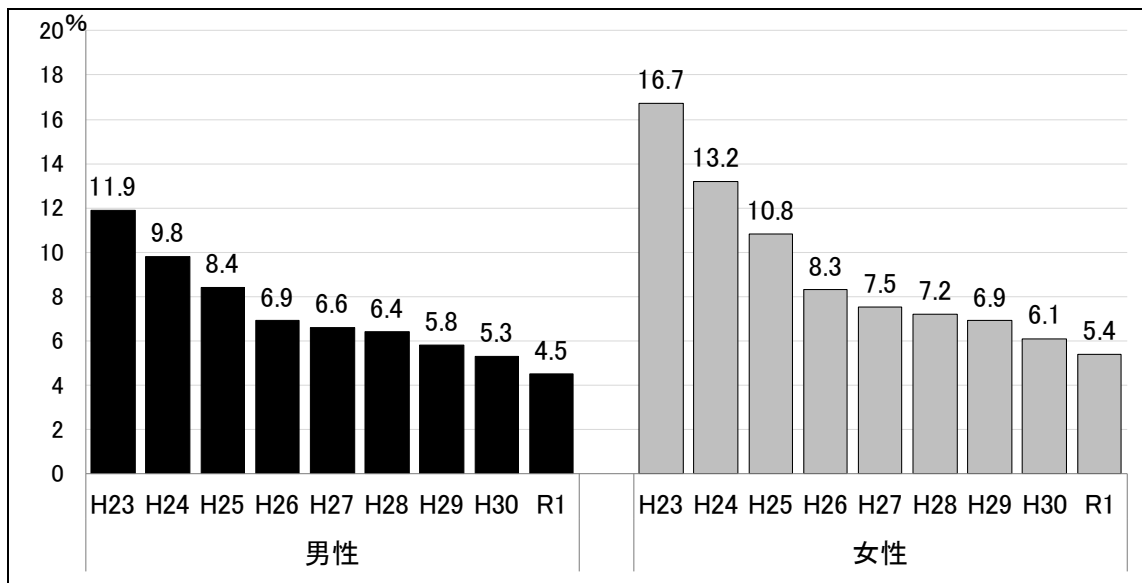


図23 一般の全般的精神健康度（K6）13点以上の割合の推移 男女別

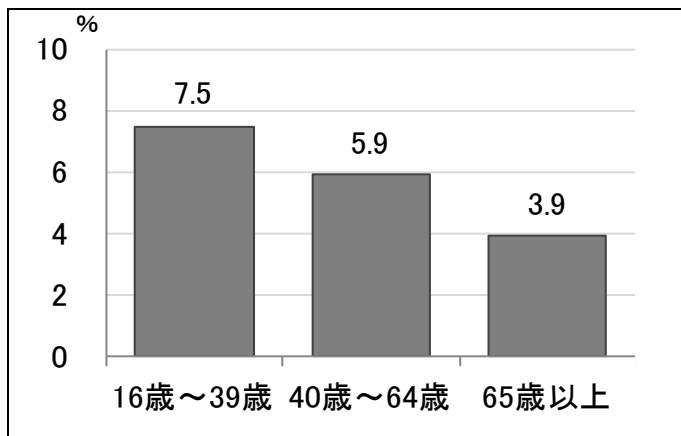


図24 令和元年度 一般の全般的精神健康度（K6）13点以上の割合 年代別

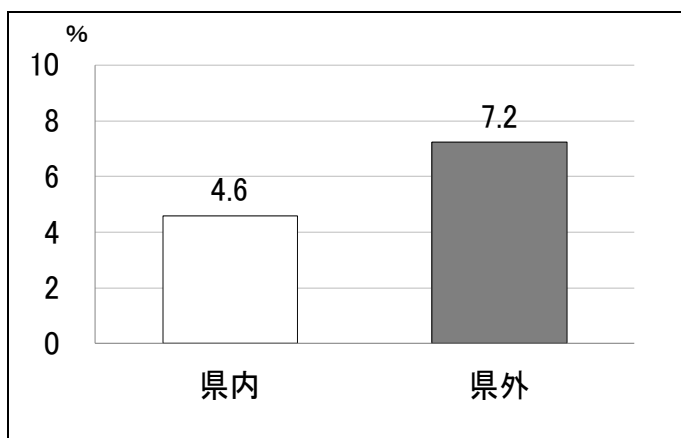


図25 令和元年度 一般の全般的精神健康度（K6）13点以上の割合 調査時住所別

ク 被災で生じた「トラウマ反応」に関して支援が必要と考えられる人の割合

被災者のトラウマ反応(心的外傷後ストレス障害(PTSD)のさまざまな症状)の強さについてPCLを用いて測定した。

平成26年度、27年度においては、調査項目削減による対象者の負担軽減のため本PCL項目は調査票に入っていない。その後4項目の短縮版(PCL-4)が開発され、その信頼性と妥当性が検証されたため、平成28年度からはこれを用いた調査を再開した。PTSDの可能性のある人をスクリーニングするカットオフ値は、先行研究に基づき、当初用いたPCLで44点、その後用いられたPCL-4で12点である。そのため、平成23年度～25年度までの結果と28年度以降の結果は単純に比較できない点がある。

令和元年度調査では、ハイリスク率(12点以上)は8.3%であり、PCL-4で測定を開始した平成28年度～30年度と比較して低かった(図26)。一方で、男女別の年次推移は、各年度とも女性のハイリスク率が高く(図27)、これは多くの先行研究と一致した傾向である。

年代別の比較は図28のとおりである。年代が上がるごとにハイリスク率も上昇しており、この結果についても概ね先行研究と一致している。調査時住所別(県内外)の比較は図29のとおりである。他の多くの結果と同様に、県内に比べ県外居住者のハイリスク率が高い。

【PCL-4について】

思い出したくない記憶の想起や回避症状、神経過敏な状態等、被災の体験に対して時々起こる問題や訴え(トラウマ反応)に関する4項目について、それぞれ過去30日間にどれくらいあったかを回答する質問項目である。得点が12点以上の場合、PTSDの可能性があるとされている。

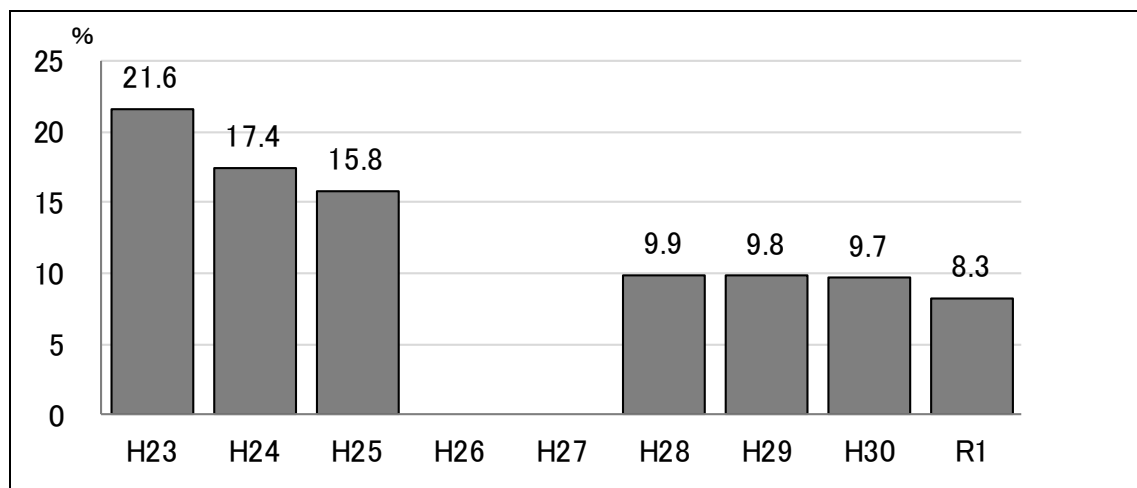


図26 一般のトラウマ反応 支援が必要な方の割合の推移

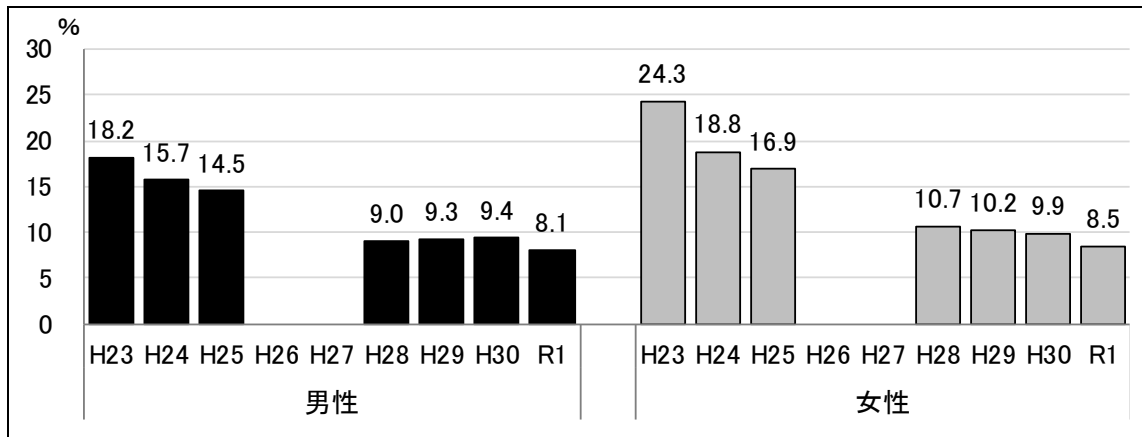


図27 一般のトラウマ反応 支援が必要な方の割合の推移 男女別

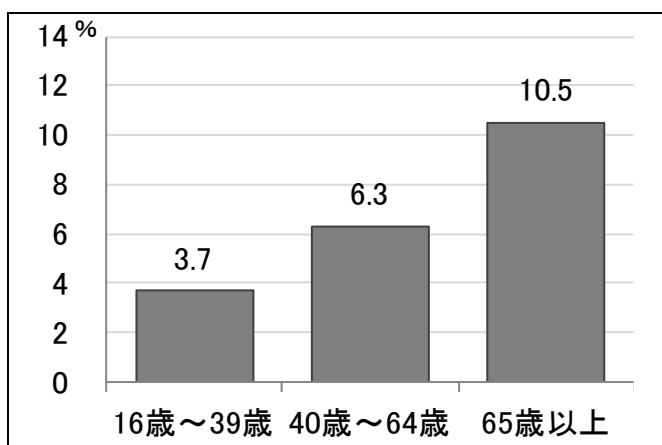


図28 令和元年度 一般のトラウマ反応（PCL-4）支援が必要な方の割合 年代別

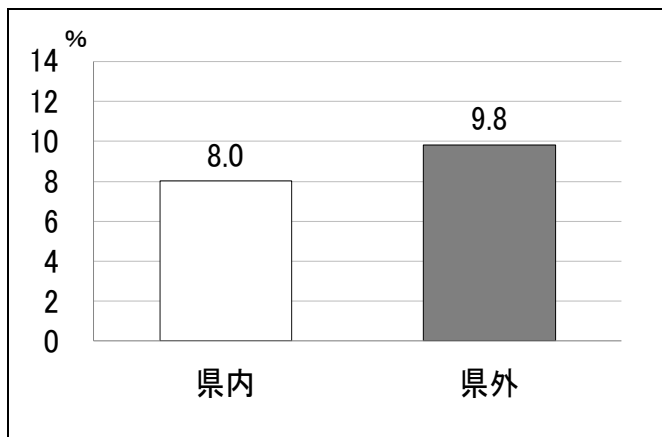


図29 令和元年度 一般のトラウマ反応（PCL-4）支援が必要な方の割合 調査時住所別

ケ 放射線の健康影響の認識

本調査では、放射線の及ぼす健康影響について、その可能性を問うことで住民個々のリスク認知を尋ねた。

放射線のもたらす長期的な影響(後年影響)に関する認識について、令和元年度調査では28.9%の人が放射線影響(後年影響)の可能性がある(「可能性は高い」および「可能性は非常に高い」と回答した。平成23年度には48.1%であったが、その割合は徐々に減少し、平成26年度には31.4%にまで下がった。その後5年間ほとんど変化が認められなかったものの、令和元年度には減少した(図30)。

次世代影響については、令和元年度調査では、30.4%の人が放射線影響(次世代影響)の可能性がある(「可能性は高い」および「可能性は非常に高い」と回答した。平成23年度には回答者のうち60.2%が放射線影響(次世代影響)の可能性があると回答した。後年影響と同様に、その割合は徐々に減少し、平成26年度には38.0%にまで下がった。その後5年間ほとんど変化が認められなかったものの、令和元年度には減少した(図31)。

また、後年影響、次世代影響のそれぞれについて、調査時住所別(県内外)のリスク認知の比較(令和元年度)では、いずれの影響についても、県外居住者のほうが若干高い傾向にあった(図32、図33)。

※平成29～令和元年度調査では、それぞれのリスク認知で、「可能性は極めて低い」、「可能性は非常に高い」を選択した者の割合が、平成28年度に比べ大きく減少している。これは、質問様式を変更したことによる影響(バイアス)も考えられる(②-44 ページ参照)。

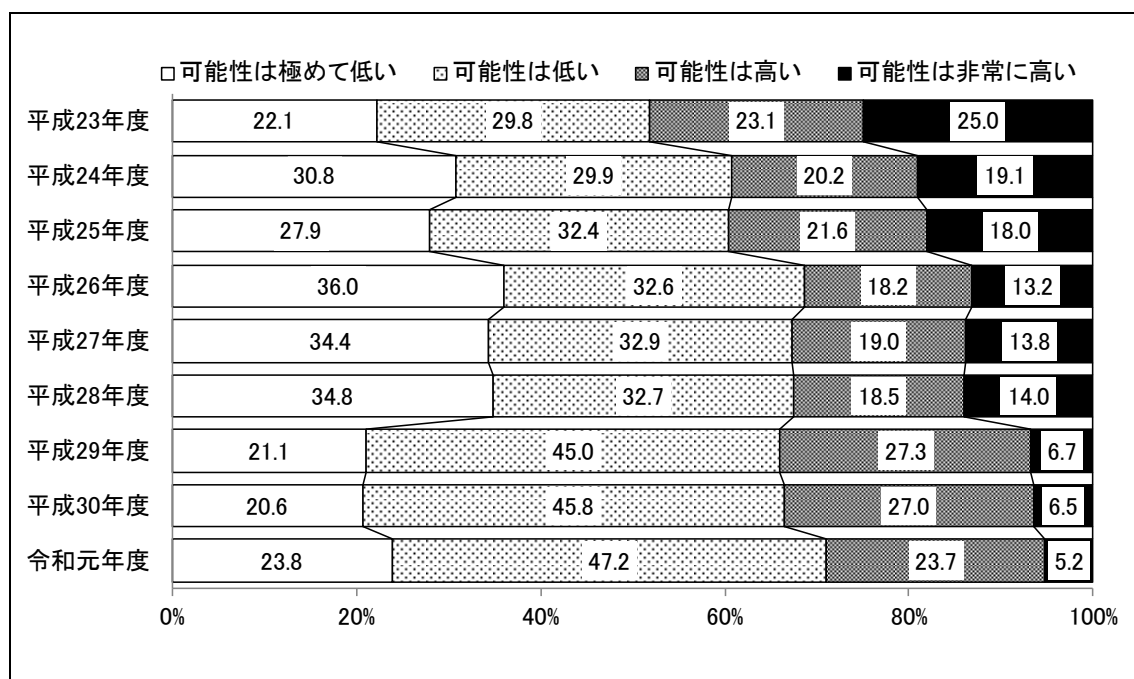


図30 一般の放射線リスク認知(後年影響)の割合の推移

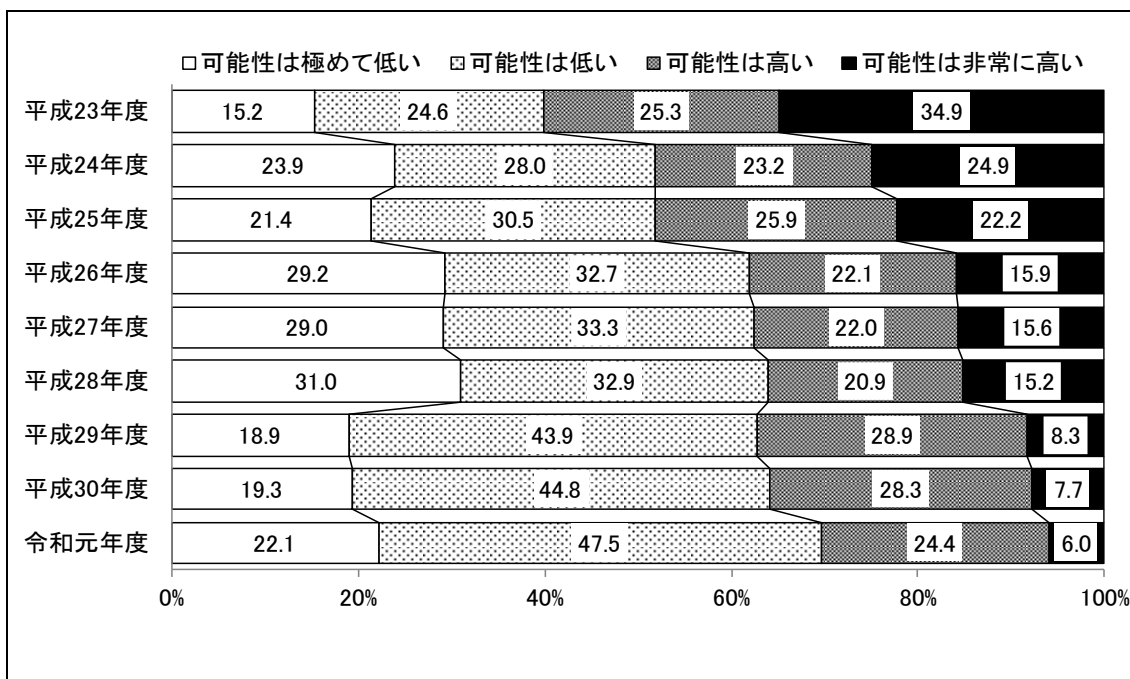


図31 一般の放射線リスク認知（次世代影響）の割合の推移

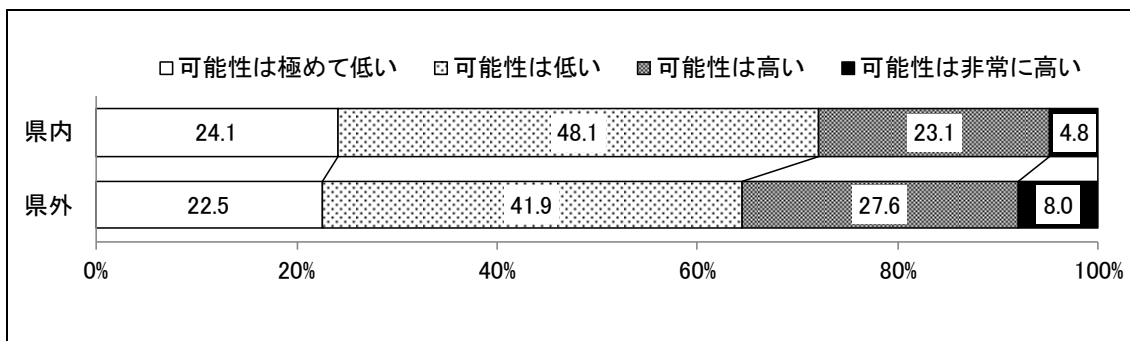


図32 令和元年度 一般の放射線リスク認知（後年影響）の割合 調査時住所別

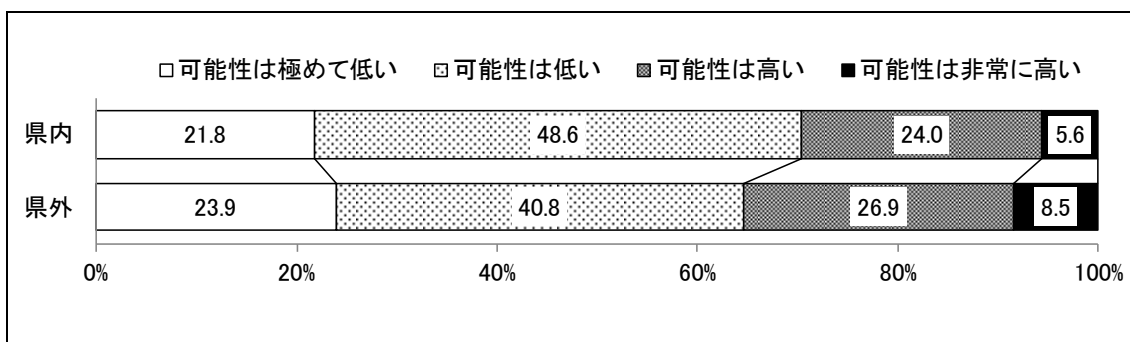


図33 令和元年度 一般の放射線リスク認知（次世代影響）の割合 調査時住所別

コ 相談先

相談先(現在、こころや身体の問題が生じた場合、相談できる身近な人や各種機関はありますか)についての回答状況は図 34 のとおりである。29,815 人(89.2%)が「ある」と回答している一方で、「相談できる人や機関はない」と答えた人もまた 3,610 人(10.8%)いた。

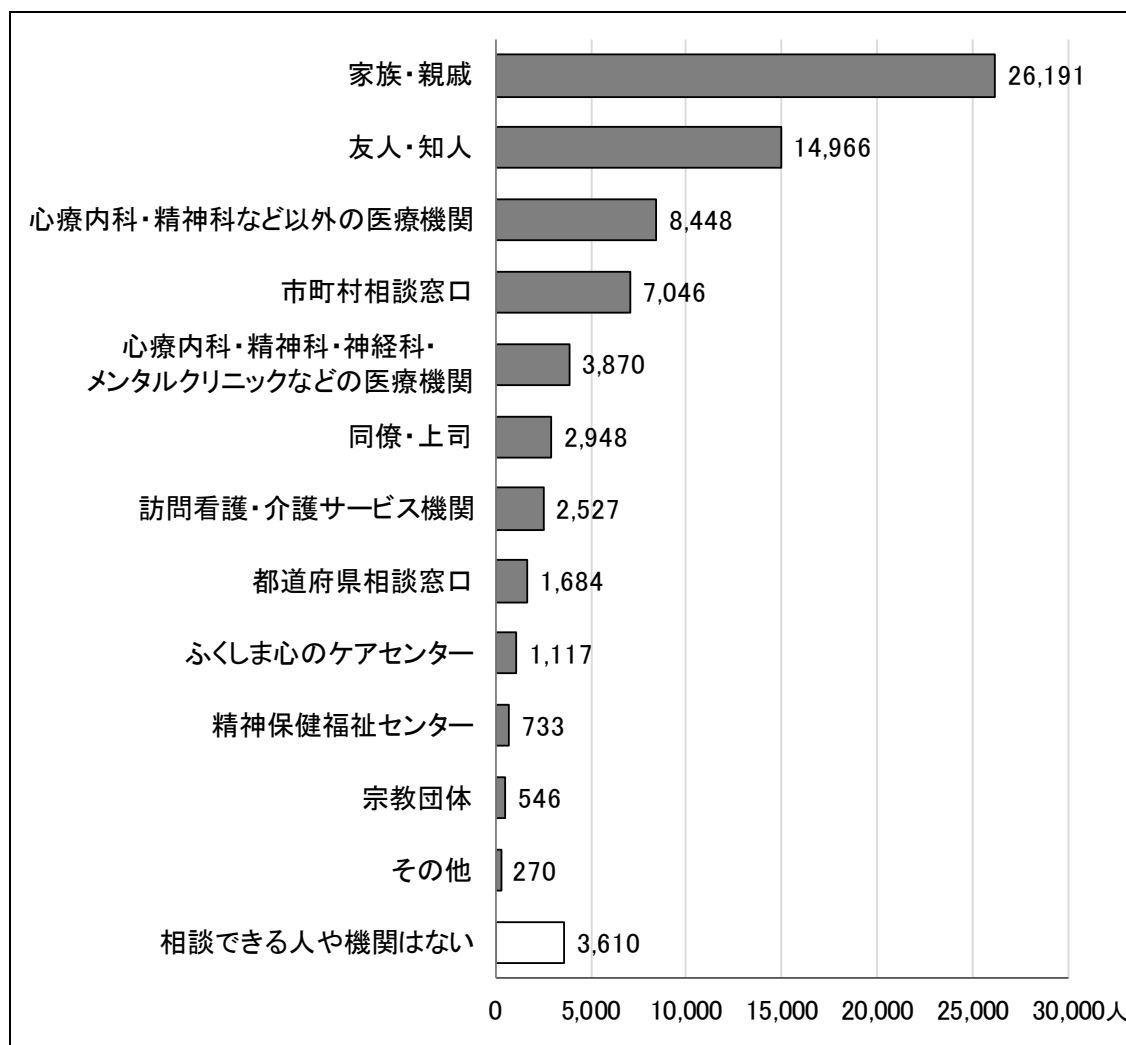


図34 令和元年度 一般の心身の問題についての相談先（複数回答）

4 「こころの健康度・生活習慣に関する調査」支援概要

健康調査の結果をフィードバックし自身の健康管理に役立ててもらふことと、こころの健康度及び生活習慣上、相談・支援の必要があると判断された方々に、状況把握と改善のための助言及び保健・医療機関につなぐことを目的として支援を実施した。

(1) 支援対象

令和元年度「こころの健康度・生活習慣に関する調査」の回答者のうち、電話や文書による相談・支援が必要だと判断された方。

なお、本報告では、令和2年10月31日までに調査回答があり、同年12月31日までに支援を実施した方を集計対象とした。

(2) 個人結果通知

令和2年8月31日までに回答があった方に対し、自身のこころの健康度と生活習慣の状況を把握し、健康管理に役立ててもらふため、回答があった方の回答状況とそれに対するアドバイスを記載した結果通知書を同年9月及び11月に送付した。

調査票区分別の発送数と項目内容は表2のとおりである。

表2 個人結果通知の発送数

調査票区分	発送数	通知項目
0歳～3歳	466	身長、体重、食習慣(1歳以上)、運動習慣(2歳以上)、就寝時刻
4歳～6歳	454	身長、体重、食習慣、運動習慣、就寝時刻、こころと行動のストレス反応(SDQ ^{*1})
小学生	1,411	
中学生	761	
一般	33,949	肥満度(BMI ^{*2})、食習慣、運動習慣、睡眠、こころのストレス反応(K6 ^{*3})

*1SDQ:子どもの情緒と行動に関する尺度

*2BMI:Body Mass Index(調査票内の身長及び体重から算出)

*3 K6:気分の落ち込みや不安など、全般的な精神健康状態に関する尺度

なお、子どもの結果通知書には参考として、調査票記入日の月齢の身長体重標準値を記載。

(3) 支援対象者の選定基準及び支援方法

ア 支援対象者の選定基準

緊急性の高さや状態の重症度に応じ、表3、表4のとおり支援基準を設定した。

表 3 子どもの支援対象者選定基準

		情緒と行動(SDQ)	相談先の有無、発達の問題、通園通学の問題	欄外・自由記載
選 定 基 準	基準 I	1)SDQ(20点以上) 2)SDQ(16点以上) かつ相談先「なし」 かつ学校「30日以上 欠席」	1)発達の悩み「あり」かつ相談先「なし」 2)PTSD「あり」またはうつ状態「あり」 3)学校「30日以上欠席」かつ相談先「なし」、または学校 「30日以上欠席」かつ専門機関への相談「なし」 4)4～6歳で園「休んだことあり」かつ相談先「なし」	専門職に より 緊急度を 判断
	基準 II	3)SDQ(16点以上)	5)発達の悩み「あり」かつ専門機関への相談「なし」 6)学校「30日未満欠席」 かつ相談先・専門機関への相談「なし」 7)4～6歳で園「休んだことあり」かつ専門機関への相談「なし」	

表 4 一般の支援対象者選定基準

		精神健康	メディカル コントロール	睡眠障害	精神 疾患	喫煙・飲酒	欄外・ 自由記載
選 定 基 準	基準 I	1)K6 (13点以上)	1)高血圧もしくは糖尿病 「あり」通院「なし」かつ① BMI27.5以上、②飲酒量 1日平均3合以上 2)飲酒量1日平均3合以 上かつCAGE4点	/	/	/	専門職に より緊急 度を判断
	基準 II	2)K6 (10点以上) 3)PCL-4 (12点以上)	3)1)の①②以外 4)1,2)以外で、体重増加 3kg以上/年かつBMI27.5 以上	精神疾患「なし」 かつ睡眠の質「か なり不満」以上か つ睡眠の経験「日 中の気分がめい る・活動低下あ り」	精神疾患 「あり」か つ通院 「なし」ま たは「未 記入」	1)飲酒量1 日平均3合 以上かつ CAGE2点、 3点	
	基準 III		5)1,2)以外で、体重増加 3kg以上/年かつBMI25.0 以上27.5未満	/	/	2)他の支援 基準以外の うち、CAGE 2点以上ま たは、プリン クマン指数 200以上	/

※支援基準該当者でブリンクマン指数200以上には禁煙の呼びかけを実施

イ 支援方法

① 基準Ⅰ

基準Ⅰの対象者には、臨床心理士、保健師、看護師等による「こころの健康支援チーム」が電話をかけて相談対応を行った。電話支援では対象者の健康状態に関して聞き取りを行うとともに、対象者が現在抱える問題を確認し、必要に応じて保健・医療機関等への受診勧奨を行った(以下、電話支援)。

② 基準Ⅱ

基準Ⅱの対象者には、電話支援希望を確認するハガキを送付した。返信されたハガキに電話支援希望の記載がある方、もしくは返信内容から支援が必要と判断された方には、電話支援を行った。なお、「メディカルコントロール」「睡眠障害」「飲酒」の対象者にはパンフレットを同封した。

③ 基準Ⅲ

基準Ⅲの対象者には、生活習慣の改善を促すためのパンフレットを送付した。

5 「こころの健康度・生活習慣に関する調査」支援結果概要

(1) 電話による支援

ア 子ども

(ア) 支援者数

基準Ⅰ及び基準Ⅱによる子どもの支援対象者数及び支援実施者数は図 35 のとおり。子どもの支援対象者は 457 人、回答者数に対する割合は 14.6%であった。そのうち電話支援対象者は 151 人であった。また、電話支援対象者のうち、支援を実施できた電話支援実施者数は 112 人であった。

電話支援対象者の基本属性については表 5 のとおり。電話支援対象者数の性別については、男児・男子が 84 人(55.6%)であり、女児・女子が 67 人(44.4%)であった。また、居住地域については、福島県内が 117 人(77.5%)であり、福島県外が 34 人(22.5%)であった。

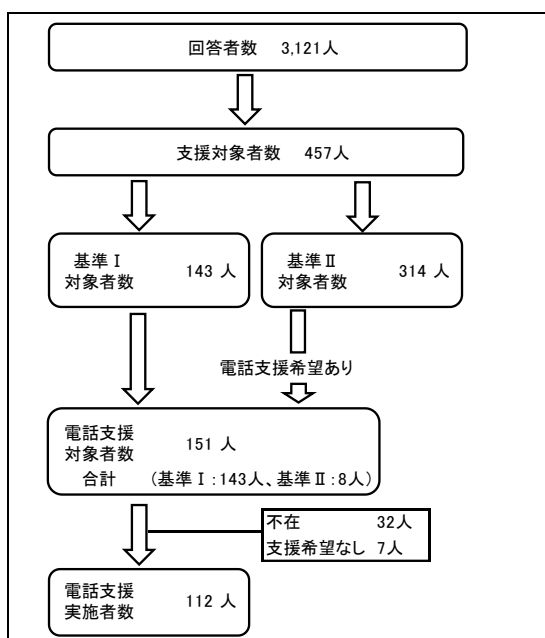


図 35 子どもの支援対象者数及び支援実施者数

表 5 電話支援対象者の基本属性（子ども） 人数（割合）

	全体	0歳～3歳	4歳～6歳	小学生	中学生
電話支援対象者数	151	13	20	64	54
男児・男子	84 (55.6%)	8 (61.5%)	15 (75.0%)	30 (46.9%)	31 (57.4%)
女児・女子	67 (44.4%)	5 (38.5%)	5 (25.0%)	34 (53.1%)	23 (42.6%)
県内	117 (77.5%)	12 (92.3%)	19 (95.0%)	49 (76.6%)	37 (68.5%)
県外	34 (22.5%)	1 (7.7%)	1 (5.0%)	15 (23.4%)	17 (31.5%)
電話支援実施者数	112	6	12	55	39
県内	84 (75.0%)	6 (100.0%)	11 (91.7%)	40 (72.7%)	27 (69.2%)
県外	28 (25.0%)	0 (0.0%)	1 (8.3%)	15 (27.3%)	12 (30.8%)

・令和元年度調査発送時点の住所

(イ) 支援結果

電話支援対象者に対して、調査回答の訴えに基づき、現在問題になっていることについて電話により聞き取りを行った。聞き取りの対象は、多くの場合、調査票に回答した保護者であった。平成 24 年度から令和元年度までの子どもの相談内容は図 36 のとおり。

平成 24 年度は、「被災による不安、放射線・被ばく等の不安」の割合が最も高かったが、それ以降は、「学校に関すること」の割合が最も高かった。

人数（割合）

平成24年度 電話支援 実施者数 623人	平成25年度 電話支援 実施者数 473人	平成26年度 電話支援 実施者数 327人	平成27年度 電話支援 実施者数 250人	平成28年度 電話支援 実施者数 181人	平成29年度 電話支援 実施者数 162人	平成30年度 電話支援 実施者数 138人	令和元年度 電話支援 実施者数 112人
被災による不安、放射線・被ばく等の不安 147人 (23.6%)	学校に関すること 70人 (14.8%)	学校に関すること 49人 (15.0%)	学校に関すること 54人 (21.6%)	学校に関すること 23人 (12.7%)	学校に関すること 29人 (17.9%)	学校に関すること 35人 (25.4%)	学校に関すること 29人 (25.9%)
学校に関すること 136人 (21.8%)	怒り・イライラ・暴力 52人 (11.0%)	身体面の健康 29人 (8.9%)	身体面の健康 15人 (6.0%)	怒り・イライラ・暴力 10人 (5.5%)	身体面の健康 13人 (8.0%)	身体面の健康 15人 (10.9%)	怒り・イライラ・暴力 14人 (12.5%)
身体面の健康 102人 (16.4%)	身体面の健康 32人 (6.8%)	怒り・イライラ・暴力 27人 (8.3%)	睡眠 9人 (3.6%)	身体面の健康 9人 (5.0%)	怒り・イライラ・暴力 11人 (6.8%)	食習慣 12人 (8.7%)	身体面の健康 9人 (8.0%)
怒り・イライラ・暴力 90人 (14.4%)	被災による不安、放射線・被ばく等の不安 25人 (5.3%)	被災による不安、放射線・被ばく等の不安 19人 (5.8%)	怒り・イライラ・暴力 8人 (3.2%)	睡眠 4人 (2.2%)	睡眠 9人 (5.6%)	睡眠 11人 (8.0%)	睡眠 9人 (8.0%)
抑うつ 83人 (13.3%)	抑うつ 23人 (4.9%)	睡眠 11人 (3.4%)	食習慣 4人 (1.6%)	食習慣 4人 (2.2%)	食習慣 6人 (3.7%)	怒り・イライラ・暴力 10人 (7.2%)	食習慣 7人 (6.3%)

図 36 電話支援対象者の相談内容（子ども）

※平成 23 年度は、集計方法が異なるため、記載していない。

初回電話支援時の状況は、表 6 のとおり。電話支援実施者のうち、支援継続が 20 人 (17.9%)、単回支援が 83 人 (74.1%)、詳細不明が 3 人 (2.7%)、支援希望なしが 6 人 (5.4%) であった。

電話支援実施者数	人数（割合）				
	全体 112	0歳～3歳 6	4歳～6歳 12	小学生 55	中学生 39
支援継続	20 (17.9%)	0 (0.0%)	2 (16.7%)	11 (20.0%)	7 (17.9%)
単回支援	83 (74.1%)	6 (100.0%)	10 (83.3%)	39 (70.9%)	28 (71.8%)
詳細不明	3 (2.7%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (1.8%)	2 (5.1%)
支援希望なし	6 (5.4%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	4 (7.3%)	2 (5.1%)

・支援継続 : 体調不良や震災時の影響を強く受けている方、社会・学校不適應や孤立している方など、やや心配が残るため、保健・医療機関等への受診勧奨や外部機関への情報提供など継続的な支援につなぐ必要があると判断されたもの

・単回支援 : 体調や環境面で状態の改善が確認できた場合や、サポート資源の利用があった場合など、自身で対処がなされていると判断されたもの

・詳細不明 : 何らかの理由で状況確認が困難だったもの

・支援希望なし: 支援は必要ないと、対象者から申し出があったもの

電話支援実施者への支援の結果、支援継続とした理由の内訳は表7のとおり。子どもの体調不良(精神)が10人(50.0%)で最も多く、次いで学校不適応が5人(25.0%)であった。また、聞き取りを行った保護者の状況により支援継続とした理由は、体調不良(身体)が2人(10.0%)、体調不良(精神)が2人(10.0%)であった。

支援継続の件数	全体 20	0歳～3歳 0	4歳～6歳 2	小学生 11	中学生 7	
子ども	体調不良(身体)	1 (5.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (14.3%)
	体調不良(精神)	10 (50.0%)	0 (0.0%)	2 (100.0%)	4 (36.4%)	4 (57.1%)
	学校不適応	5 (25.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	3 (27.3%)	2 (28.6%)
	その他	4 (20.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	4 (36.4%)	0 (0.0%)
保護者	体調不良(身体)	2 (10.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	2 (28.6%)
	体調不良(精神)	2 (10.0%)	0 (0.0%)	1 (50.0%)	0 (0.0%)	1 (14.3%)
	その他	1 (5.0%)	0 (0.0%)	1 (50.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)

電話支援実施者への支援の対応内容については表8のとおり。傾聴が77人(68.8%)、受診勧奨が2人(1.8%)、生活習慣指導が1人(0.9%)、心理教育が17人(15.2%)、電話での情報提供が3人(2.7%)であった。

電話支援実施者数	全体 112	0歳～3歳 6	4歳～6歳 12	小学生 55	中学生 39
傾聴	77 (68.8%)	4 (66.7%)	7 (58.3%)	38 (69.1%)	28 (71.8%)
受診勧奨	2 (1.8%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (1.8%)	1 (2.6%)
生活習慣指導	1 (0.9%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (2.6%)
心理教育	17 (15.2%)	1 (16.7%)	2 (16.7%)	11 (20.0%)	3 (7.7%)
電話での情報提供	3 (2.7%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	3 (5.5%)	0 (0.0%)
その他(状況確認のみ等)	36 (32.1%)	2 (33.3%)	6 (50.0%)	17 (30.9%)	11 (28.2%)

電話支援実施者への支援後の対応については表9のとおり。文書送付が6人(5.4%)であった。

電話支援実施者数	全体 112	0歳～3歳 6	4歳～6歳 12	小学生 55	中学生 39
外部連絡	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
文書送付	6 (5.4%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	5 (9.1%)	1 (2.6%)
他部門の対応	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)

イ 一般

(ア) 支援者数

基準Ⅰ及び基準Ⅱによる一般の支援対象者数及び支援実施者数は図 37 のとおり。一般の支援対象者は10,423人、回答者数に対する割合は30.1%であった。そのうち電話支援対象者は「こころ」「生活習慣」合わせて2,347人であった。

電話支援対象者の性別及び年代の分布は表 10 のとおり。こころの対象者のうち、男性は898人(42.3%)であり、女性は1,224人(57.7%)であった。生活習慣の対象者のうち、男性は161人(71.6%)であり、女性は64人(28.4%)であった。

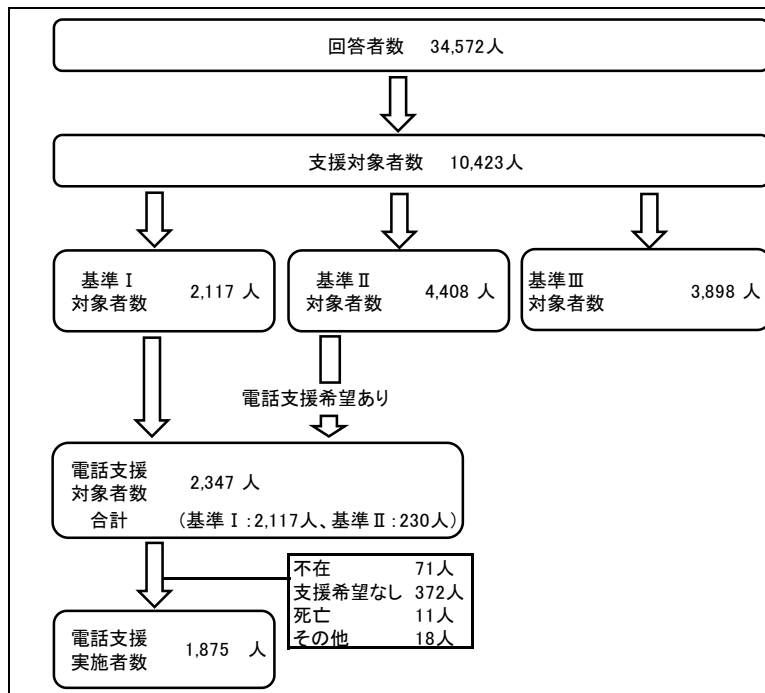


図 37 一般の支援対象者数及び支援実施者数

表 10 電話支援対象者の性別及び年代別の分布（一般）

年代	こころ			生活習慣			人数（割合）	
	全体	男性	女性	全体	男性	女性		
10代	44	17 (38.6%)	27 (61.4%)	2	2 (100.0%)	0 (0.0%)		
20代	138	47 (34.1%)	91 (65.9%)	12	6 (50.0%)	6 (50.0%)		
30代	144	52 (36.1%)	92 (63.9%)	27	20 (74.1%)	7 (25.9%)		
40代	228	99 (43.4%)	129 (56.6%)	39	28 (71.8%)	11 (28.2%)		
50代	244	116 (47.5%)	128 (52.5%)	39	29 (74.4%)	10 (25.6%)		
60代	339	160 (47.2%)	179 (52.8%)	65	49 (75.4%)	16 (24.6%)		
70代	477	210 (44.0%)	267 (56.0%)	32	20 (62.5%)	12 (37.5%)		
80代以上	508	197 (38.8%)	311 (61.2%)	9	7 (77.8%)	2 (22.2%)		
合計	2,122	898 (42.3%)	1,224 (57.7%)	225	161 (71.6%)	64 (28.4%)		

・令和元年4月1日現在

調査時の住所状況については表 11 のとおり。こころの支援対象者数のうち、福島県内が 1,707 人(80.4%)であり、福島県外が 415 人(19.6%)であった。

また、電話支援対象者数のうち、支援を実施できた電話支援実施者数は 1,875 人であった。

	全体	こころ	生活習慣
電話支援対象者数	2,347	2,122	225
県内	1,904 (81.1%)	1,707 (80.4%)	197 (87.6%)
県外	443 (18.9%)	415 (19.6%)	28 (12.4%)
電話支援実施者数	1,875	1,693	182
県内	1,544 (82.3%)	1,386 (81.9%)	158 (86.8%)
県外	331 (17.7%)	307 (18.1%)	24 (13.2%)

・令和元年度調査発送時点の住所

生活習慣の対象者の内訳は表 12 のとおりであった。

	全体	肥満のみ	アルコールのみ	肥満、アルコール どちらも	睡眠
電話支援対象者数	225	153	63	5	4
県内	197 (87.6%)	133 (86.9%)	55 (87.3%)	5 (100.0%)	4 (100.0%)
県外	28 (12.4%)	20 (13.1%)	8 (12.7%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
電話支援実施者数	182	120	55	4	3
県内	158 (86.8%)	104 (86.7%)	47 (85.5%)	4 (100.0%)	3 (100.0%)
県外	24 (13.2%)	16 (13.3%)	8 (14.5%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)

・令和元年度調査発送時点の住所

(イ) 支援結果

調査回答の訴えに基づき、現在問題になっていることについて電話により聞き取りを行った。平成24年度から令和元年度までの一般の相談内容は図38のとおり。

平成24年度から令和元年度まで、「身体面の健康」「睡眠」「抑うつ」の順で高い割合となった。

平成24年度 電話支援 実施者数 5,991人	平成25年度 電話支援 実施者数 3,913人	平成26年度 電話支援 実施者数 3,053人	平成27年度 電話支援 実施者数 2,587人	平成28年度 電話支援 実施者数 2,382人	平成29年度 電話支援 実施者数 2,202人	平成30年度 電話支援 実施者数 2,206人	令和元年度 電話支援 実施者数 1,875人
身体面の健康 2,761人 (46.1%)	身体面の健康 1,913人 (48.9%)	身体面の健康 1,279人 (41.9%)	身体面の健康 1,145人 (44.6%)	身体面の健康 1,090人 (45.8%)	身体面の健康 986人 (44.8%)	身体面の健康 961人 (43.6%)	身体面の健康 750人 (40.0%)
睡眠 2,349人 (39.2%)	睡眠 1,593人 (40.7%)	睡眠 865人 (28.3%)	睡眠 798人 (31.1%)	睡眠 699人 (29.3%)	睡眠 613人 (27.8%)	睡眠 603人 (27.3%)	睡眠 467人 (24.9%)
抑うつ 1,417人 (23.7%)	抑うつ 765人 (19.6%)	抑うつ 485人 (15.9%)	抑うつ 342人 (13.3%)	抑うつ 231人 (9.7%)	抑うつ 240人 (10.9%)	抑うつ 312人 (14.1%)	抑うつ 235人 (12.5%)
家族関係 1,058人 (17.7%)	住環境 751人 (19.2%)	将来への不安 342人 (11.2%)	食習慣 236人 (9.2%)	食習慣 227人 (9.5%)	将来への不安 226人 (10.3%)	将来への不安 191人 (8.7%)	運動 186人 (9.9%)
住環境 1,049人 (17.5%)	家族関係 726人 (18.6%)	家族関係 302人 (9.9%)	将来への不安 235人 (9.2%)	家族関係 192人 (8.1%)	家族関係 179人 (8.1%)	運動 172人 (7.8%)	食習慣 174人 (9.3%)

図38 電話支援対象者の相談内容（一般）

※平成23年度は、集計方法が異なるため、記載していない。

初回電話支援時の状況は、表13のとおり。電話支援実施者のうち、支援継続が149人(7.9%)、単回支援が1,628人(86.8%)、詳細不明が56人(3.0%)、支援希望なしが42人(2.2%)であった。

電話支援実施者数	全体 1,875	こころ 1,693	生活習慣 182
支援継続	149 (7.9%)	138 (8.2%)	11 (6.0%)
単回支援	1,628 (86.8%)	1,461 (86.3%)	167 (91.8%)
詳細不明	56 (3.0%)	55 (3.2%)	1 (0.5%)
支援希望なし	42 (2.2%)	39 (2.3%)	3 (1.6%)

電話支援の結果、支援継続とした理由の内訳は表 14 のとおり。体調不良(精神)が 84 人(56.4%)と最も多く、次いで体調不良(身体)が 66 人(44.3%)であった。

支援継続の件数	全体 149	こころ 138	生活習慣 11
体調不良(身体)	66 (44.3%)	60 (43.5%)	6 (54.5%)
体調不良(精神)	84 (56.4%)	80 (58.0%)	4 (36.4%)
社会不適應	5 (3.4%)	5 (3.6%)	0 (0.0%)
孤立	23 (15.4%)	21 (15.2%)	2 (18.2%)
その他	8 (5.4%)	4 (2.9%)	4 (36.4%)

・内訳は延べ数

電話支援実施者への支援の対応内容については、表 15 のとおり。傾聴が 1,472 人(78.5%)、受診勧奨が 108 人(5.8%)、生活習慣指導が 296 人(15.8%)、心理教育が 70 人(3.7%)、電話での情報提供が 37 人(2.0%)であった。

電話支援実施者数	全体 1,875	こころ 1,693	生活習慣 182
傾聴	1,472 (78.5%)	1,366 (80.7%)	106 (58.2%)
受診勧奨	108 (5.8%)	87 (5.1%)	21 (11.5%)
生活習慣指導	296 (15.8%)	183 (10.8%)	113 (62.1%)
心理教育	70 (3.7%)	69 (4.1%)	1 (0.5%)
電話での情報提供	37 (2.0%)	37 (2.2%)	0 (0.0%)
その他(状況確認のみ等)	298 (15.9%)	270 (15.9%)	28 (15.4%)

・内訳は延べ数

電話支援実施者への支援後の対応については、表 16 のとおり。外部連絡が 3 人(0.2%)、文書送付が 15 人(0.8%)であった。

電話支援実施者数	全体 1,875	こころ 1,693	生活習慣 182
外部連絡	3 (0.2%)	3 (0.2%)	0 (0.0%)
文書送付	15 (0.8%)	14 (0.8%)	1 (0.5%)
他部門の対応	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)

・外部連絡 :対象者の状況から、市町村、ふくしま心のケアセンター等との情報共有を行ったもの

・文書送付 :こころのケア登録医師を受診するための紹介状や一覧表、県外での医療機関や相談機関の情報、かかりつけの医師に宛てた情報提供書等を支援対象者へ送付したもの

・他部門の対応:基本調査に関する質問や甲状腺検査についてなど、放射線医学県民健康管理センターの他部門での対応を行ったもの

(2) パンフレット送付による支援

基準Ⅲにより 3,898 人に、それぞれ該当するパンフレットの送付を行った。パンフレット内容の内訳は、肥満が 346 人、飲酒が 1,226 人、喫煙が 2,326 人であった。

(3) まとめ

- ・ 子どもの支援において、初回電話支援時の状況は、社会・学校不適應や孤立している等の理由でやや心配が残ると判断された「支援継続」は 20 人(17.9%)であった。相談内容について割合が高かったものは「学校に関すること」であった。支援の対応内容は「傾聴」が最も多く、次いで「心理教育」であった。
- ・ 一般の支援において、初回電話支援時の状況で「支援継続」と判断されたものは、こころの電話支援実施者で 138 人(8.2%)であり、生活習慣の電話支援実施者で 11 人(6.0%)であった。相談内容について割合が高かったものは「身体面の健康」「睡眠」「抑うつ」であった。支援の対応内容は「傾聴」が最も多く、次いで「生活習慣指導」であった。
- ・ 「子ども」においても「一般」においても「支援継続」と判断された場合や対象者の希望があった場合については、電話支援による継続的な状況確認や社会資源の紹介を行ったほか、緊急性が非常に高いと判断された場合には、外部機関へ情報提供を行うなど地域保健医療機関へつないだ。また、電話が繋がらないなどの理由により電話支援を実施できなかった方には、当センターで作成した「こころの健康度と生活習慣サポートブック」を送付し、心身の健康へのセルフチェックを促すとともに、「こころの健康度・生活習慣に関する調査」の専用ダイヤル及び各種相談窓口を案内した。

6 令和元年度「こころの健康度・生活習慣に関する調査」結果集計

(1)0歳～3歳

		人数	割合
回答形式	(有効回答 468人)	・紙 382	81.6%
		・オンライン 86	18.4%
性別 (平均年齢 2.0歳)	(有効回答 468人)	・男児 240	51.3%
		・女児 228	48.7%
調査時住所別	(有効回答 468人)	・県内 441	94.2%
		・県外 27	5.8%
問1 健康状態について	(有効回答 462人)	・きわめて良好 229	49.6%
		・良好 179	38.7%
		・普通 51	11.0%
		・悪い 3	0.6%
		・きわめて悪い 0	0.0%
問2 身長	男児	1歳 (有効回答 66人) 平均身長 77.8 cm	
		2歳 (有効回答 65人) 平均身長 86.7 cm	
		3歳 (有効回答 84人) 平均身長 93.9 cm	
	女児	1歳 (有効回答 67人) 平均身長 77.1 cm	
		2歳 (有効回答 55人) 平均身長 86.8 cm	
		3歳 (有効回答 81人) 平均身長 94.7 cm	
体重	男児	1歳 (有効回答 69人) 平均体重 10.4 kg	
		2歳 (有効回答 73人) 平均体重 12.4 kg	
		3歳 (有効回答 88人) 平均体重 14.3 kg	
	女児	1歳 (有効回答 74人) 平均体重 10.0 kg	
		2歳 (有効回答 65人) 平均体重 12.0 kg	
		3歳 (有効回答 84人) 平均体重 14.3 kg	
問3 睡眠時間と昼寝の有無			
1)睡眠時間	(有効回答 468人)	平均睡眠時間	9時間50分
	(有効回答 468人)	平均就寝時刻	午後9時09分
	(有効回答 468人)	平均起床時刻	午前6時59分
2)昼寝の有無	(有効回答 465人)	・いいえ 46	9.9%
		・はい 419	90.1%
	(有効回答 412人)	平均昼寝時間	1時間57分
問4 普段の運動頻度について	(有効回答 304人)	・ほとんど毎日している 188	61.8%
		・週に2～4回している 88	28.9%
		・週1回程度している 18	5.9%
		・ほとんどしていない 10	3.3%
問5 最近1か月間の食事について			
1. 魚介類を食べる日は、週に3日以上ですか	(有効回答 441人)	・はい 221	50.1%
		・いいえ 220	49.9%
2. 漬物以外の野菜・海藻・きのこ類をほぼ毎食食べますか	(有効回答 441人)	・はい 315	71.4%
		・いいえ 126	28.6%
3. 果物をほぼ毎日食べますか	(有効回答 440人)	・はい 310	70.5%
		・いいえ 130	29.5%
4. 大豆製品をほぼ毎日食べますか	(有効回答 441人)	・はい 314	71.2%
		・いいえ 127	28.8%
5. 乳製品をほぼ毎日とりますか	(有効回答 440人)	・はい 359	81.6%
		・いいえ 81	18.4%
問6 育児に自信がもてない	(有効回答 468人)	・はい 76	16.2%
		・いいえ 215	45.9%
		・何ともいえない 177	37.8%
問7 育児の悩みの有無	(有効回答 468人)	・はい 60	12.8%
		・いいえ 310	66.2%
		・どちらとも言えない 98	20.9%
問8 相談先について	(有効回答 468人)	・ある 459	98.1%
現在、育児について相談できる身近な人や 各種機関はありますか		(家族) 443	-
		(近所の人) 57	-
		(友人) 319	-
		(医療機関) 95	-
		(児童相談所) 8	-
		(保健師・助産師) 99	-
		(保育士・幼稚園の先生) 192	-
		(その他) 17	-
		・相談できる人や機関はない 9	1.9%

(2) 4歳～6歳

		人数	割合
回答形式	(有効回答 457人)	・紙 ・オンライン	404 53 88.4% 11.6%
性別 (平均年齢 4.9歳)	(有効回答 457人)	・男児 ・女児	236 221 51.6% 48.4%
調査時住所別	(有効回答 457人)	・県内 ・県外	421 36 92.1% 7.9%
問1 健康状態について	(有効回答 455人)	・きわめて良好 ・良好 ・普通 ・悪い ・きわめて悪い	180 192 83 0 0 39.6% 42.2% 18.2% 0.0% 0.0%
問2 身長	男児	4歳 (有効回答 73人) 5歳 (有効回答 85人) 6歳 (有効回答 68人)	平均身長 102.9 cm 平均身長 110.0 cm 平均身長 117.0 cm
	女児	4歳 (有効回答 61人) 5歳 (有効回答 82人) 6歳 (有効回答 64人)	平均身長 102.0 cm 平均身長 108.8 cm 平均身長 115.1 cm
体重	男児	4歳 (有効回答 75人) 5歳 (有効回答 87人) 6歳 (有効回答 67人)	平均体重 16.7 kg 平均体重 19.1 kg 平均体重 21.5 kg
	女児	4歳 (有効回答 66人) 5歳 (有効回答 83人) 6歳 (有効回答 65人)	平均体重 16.2 kg 平均体重 18.6 kg 平均体重 20.6 kg
問3 睡眠時間と昼寝の有無			
1) 睡眠時間	(有効回答 456人) (有効回答 457人) (有効回答 456人)	平均睡眠時間 平均就寝時刻 平均起床時刻	9時間36分 午後9時10分 午前6時46分
2) 昼寝の有無	(有効回答 457人)	・いいえ ・はい 平均昼寝時間	261 196 1時間37分 57.1% 42.9%
問4 普段の運動頻度について	(有効回答 456人)	・ほとんど毎日している ・週に2～4回している ・週1回程度している ・ほとんどしていない	272 141 34 9 59.6% 30.9% 7.5% 2.0%
問5 最近1か月間の食事について			
1. 人と比較して食べる速度が速いほうですか	(有効回答 456人)	・速い ・ふつう・遅い	30 426 6.6% 93.4%
2. 砂糖入りの飲料をほぼ毎日飲みますか	(有効回答 456人)	・はい ・いいえ	157 299 34.4% 65.6%
3. 魚介類を食べる日は、週に3日以上ですか	(有効回答 456人)	・はい ・いいえ	234 222 51.3% 48.7%
4. 漬物以外の野菜・海藻・きのこ類をほぼ毎食食べますか	(有効回答 456人)	・はい ・いいえ	309 147 67.8% 32.2%
5. 果物をほぼ毎日食べますか	(有効回答 455人)	・はい ・いいえ	267 188 58.7% 41.3%
6. 大豆製品をほぼ毎日食べますか	(有効回答 455人)	・はい ・いいえ	273 182 60.0% 40.0%
7. 乳製品をほぼ毎日とりますか	(有効回答 456人)	・はい ・いいえ	401 55 87.9% 12.1%
8. 惣菜や弁当など調理された食品を、ほぼ毎日食べますか	(有効回答 456人)	・はい ・いいえ	42 414 9.2% 90.8%
9. ほぼ毎日外食をしていますか	(有効回答 456人)	・はい ・いいえ	1 455 0.2% 99.8%

				人数	割合
問6 子どもの情緒と行動について					
1)SDQ	(有効回答 455 人)	平均総合得点		8.6 点	
	(有効回答 235 人)	平均総合得点 男児		9.7 点	
	(有効回答 220 人)	平均総合得点 女児		7.5 点	
		・16点以上		44	9.7%
		(男児)		29	12.3%
		(女児)		15	6.8%
		・20点以上		12	2.6%
		(男児)		10	4.3%
		(女児)		2	0.9%
2) 困難の有無および程度	(有効回答 455 人)	・いいえ		352	77.4%
		・はい(ささいな困難)		85	18.7%
		・はい(明らかな困難)		14	3.1%
		・はい(深刻な困難)		4	0.9%
3) 困難による動揺の程度	(有効回答 101 人)	・まったくない		50	49.5%
		・すこしだけ		46	45.5%
		・かなり		4	4.0%
		・大いに		1	1.0%
4) 発達ころの問題	(有効回答 449 人)	・ある		90	20.0%
		(注意の欠如や多動)		12	-
		(自閉症スペクトラム障害)		16	-
		(知的発達の遅れ)		8	-
		(チック)		5	-
		(夜尿)		18	-
		(言葉の問題)		32	-
		(食事の問題)		35	-
		(睡眠の問題)		2	-
		(PTSD)		2	-
		(その他)		6	-
		・ない		359	80.0%
問7 保育園・幼稚園に行きたがらない	(有効回答 453 人)	・ある		107	23.6%
この1年間に、行きたがらないことが理由で		(休んだことはなかった)		87	81.3%
休んだことはありましたか		(休んだことがあった)		20	18.7%
		・ない		336	74.2%
		・現在入園していない		10	2.2%
問8 相談先について	(有効回答 454 人)	・ある		448	98.7%
現在、育児について相談できる身近な人や		(家族)		421	-
各種機関はありますか		(近所の人)		77	-
		(友人)		324	-
		(医療機関)		73	-
		(児童相談所)		14	-
		(保健師・助産師)		49	-
		(保育士・幼稚園の先生)		285	-
		(その他)		22	-
		・相談できる人や機関はない		6	1.3%

(3)小学生

		人数	割合
回答形式	(有効回答 1,419 人)	・紙 1,236	87.1%
		・オンライン 183	12.9%
性別 (平均年齢 9.7 歳)	(有効回答 1,419 人)	・男児 708	49.9%
		・女児 711	50.1%
調査時住所別	(有効回答 1,419 人)	・県内 1,089	76.7%
		・県外 330	23.3%
問1 健康状態について	(有効回答 1,415 人)	・きわめて良好 486	34.3%
		・良好 596	42.1%
		・普通 314	22.2%
		・悪い 15	1.1%
		・きわめて悪い 4	0.3%
問2 身長 男児	1年生 (有効回答 64 人)	平均身長	121.0 cm
	2年生 (有効回答 106 人)	平均身長	127.1 cm
	3年生 (有効回答 113 人)	平均身長	131.8 cm
	4年生 (有効回答 125 人)	平均身長	138.6 cm
	5年生 (有効回答 146 人)	平均身長	144.1 cm
	6年生 (有効回答 122 人)	平均身長	153.4 cm
女児	1年生 (有効回答 60 人)	平均身長	121.3 cm
	2年生 (有効回答 106 人)	平均身長	126.4 cm
	3年生 (有効回答 115 人)	平均身長	133.0 cm
	4年生 (有効回答 155 人)	平均身長	139.2 cm
	5年生 (有効回答 113 人)	平均身長	144.2 cm
	6年生 (有効回答 120 人)	平均身長	150.1 cm
体重 男児	1年生 (有効回答 66 人)	平均体重	23.6 kg
	2年生 (有効回答 109 人)	平均体重	27.0 kg
	3年生 (有効回答 112 人)	平均体重	30.4 kg
	4年生 (有効回答 128 人)	平均体重	34.9 kg
	5年生 (有効回答 146 人)	平均体重	39.3 kg
	6年生 (有効回答 122 人)	平均体重	45.4 kg
女児	1年生 (有効回答 68 人)	平均体重	24.3 kg
	2年生 (有効回答 109 人)	平均体重	25.9 kg
	3年生 (有効回答 116 人)	平均体重	30.5 kg
	4年生 (有効回答 155 人)	平均体重	33.8 kg
	5年生 (有効回答 113 人)	平均体重	37.5 kg
	6年生 (有効回答 115 人)	平均体重	42.2 kg
問3 睡眠時間	(有効回答 1,418 人)	平均睡眠時間	8時間48分
	(有効回答 1,418 人)	平均就寝時刻	午後9時36分
	(有効回答 1,419 人)	平均起床時刻	午前6時24分
問4 普段の運動頻度について	(有効回答 1,416 人)	・ほとんど毎日している 150	10.6%
		・週に2~4回している 424	29.9%
		・週1回程度している 364	25.7%
		・ほとんどしていない 478	33.8%
問5 最近1か月間の食事について			
1. 人と比較して食べる速度が速いほうですか	(有効回答 1,416 人)	・速い 183	12.9%
		・ふつう・遅い 1,233	87.1%
2. 朝食を抜くことがよくありますか	(有効回答 1,419 人)	・はい 72	5.1%
		・いいえ 1,347	94.9%
3. 砂糖入りの飲料をほぼ毎日飲みますか	(有効回答 1,419 人)	・はい 352	24.8%
		・いいえ 1,067	75.2%
4. 魚介類を食べる日は、週に3日以上ですか	(有効回答 1,418 人)	・はい 611	43.1%
		・いいえ 807	56.9%
5. 漬物以外の野菜・海藻・きのこ類をほぼ毎食食べますか	(有効回答 1,419 人)	・はい 975	68.7%
		・いいえ 444	31.3%
6. 果物をほぼ毎日食べますか	(有効回答 1,418 人)	・はい 546	38.5%
		・いいえ 872	61.5%
7. 大豆製品をほぼ毎日食べますか	(有効回答 1,419 人)	・はい 838	59.1%
		・いいえ 581	40.9%
8. 乳製品をほぼ毎日とりますか	(有効回答 1,418 人)	・はい 1,205	85.0%
		・いいえ 213	15.0%
9. 惣菜や弁当など調理された食品を、ほぼ毎日食べますか	(有効回答 1,417 人)	・はい 124	8.8%
		・いいえ 1,293	91.2%
10. ほぼ毎日外食をしていますか	(有効回答 1,419 人)	・はい 12	0.8%
		・いいえ 1,407	99.2%

			人数	割合
問6 子どもの情緒と行動について				
1) SDQ	(有効回答 1,418 人)	平均総合得点	8.2 点	
	(有効回答 708 人)	平均総合得点 男児	8.8 点	
	(有効回答 710 人)	平均総合得点 女児	7.7 点	
		・16点以上	144	10.2%
		(男児)	83	11.7%
		(女児)	61	8.6%
		・20点以上	44	3.1%
		(男児)	23	3.2%
		(女児)	21	3.0%
2) 困難の有無および程度	(有効回答 1,417 人)	・いいえ	1,110	78.3%
		・はい(ささいな困難)	236	16.7%
		・はい(明らかな困難)	56	4.0%
		・はい(深刻な困難)	15	1.1%
3) 困難による動揺の程度	(有効回答 305 人)	・まったくない	94	30.8%
		・すこしだけ	186	61.0%
		・かなり	17	5.6%
		・大いに	8	2.6%
4) 発達こころの問題	(有効回答 1,374 人)	・ある	235	17.1%
		(注意の欠如や多動)	45	-
		(自閉症スペクトラム障害)	76	-
		(学習障害)	19	-
		(知的発達の遅れ)	35	-
		(言葉の問題)	28	-
		(チック)	21	-
		(夜尿)	34	-
		(食事の問題)	61	-
		(睡眠の問題)	9	-
		(うつ状態)	2	-
		(PTSD)	4	-
		(ひきこもり)	4	-
		(いじめ)	4	-
		(その他)	43	-
		・ない	1,139	82.9%
問7 学校に行きたがらない	(有効回答 1,413 人)	・ある	204	14.4%
この1年間に、行きたがらないことが理由で		(休んだことはなかった)	147	72.1%
休んだことはありましたか		(休んだことがあった(合計で30日未満))	48	23.5%
		(休んだことがあった(合計で30日以上))	9	4.4%
		・ない	1,209	85.6%
問8 相談先について	(有効回答 1,408 人)	・ある	1,371	97.4%
現在、子育てについて相談できる身近な人や		(家族)	1,257	-
各種機関はありますか		(近所の人)	235	-
		(友人)	952	-
		(医療機関)	187	-
		(児童相談所)	35	-
		(学校の先生)	685	-
		(スクールカウンセラー)	122	-
		(その他)	65	-
		・相談できる人や機関はない	37	2.6%

(4) 中学生

		人数	割合
回答形式	(有効回答 766 人)	・紙 ・オンライン	675 88.1% 91 11.9%
性別 (平均年齢 13.9 歳)	(有効回答 766 人)	・男子 ・女子	378 49.3% 388 50.7%
調査時住所別	(有効回答 766 人)	・県内 ・県外	587 76.6% 179 23.4%
問1 健康状態について	(有効回答 496 人)	・きわめて良好 ・良好 ・普通 ・悪い ・きわめて悪い	187 37.7% 166 33.5% 135 27.2% 8 1.6% 0 0.0%
問2 身長 男子	1年生 (有効回答 78 人) 2年生 (有効回答 80 人) 3年生 (有効回答 69 人)	平均身長	160.7 cm 165.5 cm 167.3 cm
女子	1年生 (有効回答 95 人) 2年生 (有効回答 86 人) 3年生 (有効回答 85 人)	平均身長	154.3 cm 155.2 cm 156.3 cm
体重 男子	1年生 (有効回答 77 人) 2年生 (有効回答 80 人) 3年生 (有効回答 69 人)	平均体重	49.4 kg 52.8 kg 56.4 kg
女子	1年生 (有効回答 94 人) 2年生 (有効回答 85 人) 3年生 (有効回答 85 人)	平均体重	46.6 kg 48.4 kg 50.1 kg
問3 睡眠			
1) 睡眠時間	(有効回答 498 人)	平均睡眠時間	7時間37分
	(有効回答 498 人)	平均就寝時刻	午後10時56分
	(有効回答 498 人)	平均起床時刻	午前6時34分
2) 日頃の睡眠の満足度	(有効回答 497 人)	・十分だと思う ・やや足りない ・足りない	240 48.3% 207 41.6% 50 10.1%
問4 普段の運動頻度について	(有効回答 499 人)	・ほとんど毎日している ・週に2~4回している ・週1回程度している ・ほとんどしていない	195 39.1% 100 20.0% 36 7.2% 168 33.7%
問5 最近1か月間の食事について			
1. 人と比較して食べる速度が速いほうですか	(有効回答 497 人)	・速い ・ふつう・遅い	103 20.7% 394 79.3%
2. 朝食を抜くことがよくありますか	(有効回答 499 人)	・はい ・いいえ	56 11.2% 443 88.8%
3. 夕食後1~2時間以内に床につきますか	(有効回答 498 人)	・はい ・いいえ	55 11.0% 443 89.0%
4. 砂糖入りの飲料をほぼ毎日飲みますか	(有効回答 498 人)	・はい ・いいえ	134 26.9% 364 73.1%
5. 魚介類を食べる日は、週に3日以上ですか	(有効回答 498 人)	・はい ・いいえ	240 48.2% 258 51.8%
6. 漬物以外の野菜・海藻・きのこ類をほぼ毎食食べますか	(有効回答 499 人)	・はい ・いいえ	369 73.9% 130 26.1%
7. 果物をほぼ毎日食べますか	(有効回答 499 人)	・はい ・いいえ	156 31.3% 343 68.7%
8. 大豆製品をほぼ毎日食べますか	(有効回答 498 人)	・はい ・いいえ	278 55.8% 220 44.2%
9. 乳製品をほぼ毎日とりますか	(有効回答 499 人)	・はい ・いいえ	402 80.6% 97 19.4%
10. 惣菜や弁当など調理された食品を、ほぼ毎日食べますか	(有効回答 498 人)	・はい ・いいえ	72 14.5% 426 85.5%
11. ほぼ毎日外食をしていますか	(有効回答 498 人)	・はい ・いいえ	2 0.4% 496 99.6%

		人数	割合
問6 子どもの情緒と行動について			
1) SDQ	(有効回答 741 人)	平均総合得点	7.8 点
	(有効回答 364 人)	平均総合得点 男子	8.3 点
	(有効回答 377 人)	平均総合得点 女子	7.4 点
		・16点以上	74 10.0%
		(男子)	43 11.8%
		(女子)	31 8.2%
		・20点以上	29 3.9%
		(男子)	21 5.8%
		(女子)	8 2.1%
2) 困難の有無および程度	(有効回答 739 人)	・いいえ	566 76.6%
		・はい(ささいな困難)	118 16.0%
		・はい(明らかな困難)	37 5.0%
		・はい(深刻な困難)	18 2.4%
3) 困難による動揺の程度	(有効回答 169 人)	・まったくない	24 14.2%
		・すこしだけ	119 70.4%
		・かなり	18 10.7%
		・大いに	8 4.7%
4) 発達ころの問題	(有効回答 720 人)	・ある	105 14.6%
		(注意の欠如や多動)	23 -
		(自閉症スペクトラム障害)	36 -
		(学習障害)	14 -
		(知的発達の遅れ)	17 -
		(チック)	5 -
		(不眠)	19 -
		(睡眠リズムの問題)	30 -
		(摂食障害)	1 -
		(PTSD)	9 -
		(うつ状態)	3 -
		(ひきこもり)	9 -
		(いじめ)	6 -
		(非行)	1 -
		(その他)	25 -
		・ない	615 85.4%
問7 学校に行きたがらない	(有効回答 738 人)	・ある	127 17.2%
この1年間に、行きたがらないことが理由で		(休んだことはなかった)	60 47.2%
休んだことはありましたか		(休んだことがあった(合計で30日未満))	43 33.9%
		(休んだことがあった(合計で30日以上))	24 18.9%
		・ない	611 82.8%
問8 相談先について	(有効回答 734 人)	・ある	696 94.8%
現在、子育てについて相談できる身近な人や		(家族)	624 -
各種機関はありますか		(近所の人)	82 -
		(友人)	466 -
		(医療機関)	87 -
		(児童相談所)	20 -
		(学校の先生)	308 -
		(スクールカウンセラー)	71 -
		(その他)	27 -
		・相談できる人や機関はない	38 5.2%

(5) 一般

		人数	割合
回答形式	(有効回答 34,391 人)	・紙 ・オンライン	32,098 93.3% 2,293 6.7%
性別 (平均年齢 63.5 歳)	(有効回答 34,391 人)	・男性 ・女性	15,904 46.2% 18,487 53.8%
調査時住所別	(有効回答 34,391 人)	・県内 ・県外	29,672 86.3% 4,719 13.7%
問1 健康状態について	(有効回答 29,852 人)	・きわめて良好 ・良好 ・普通 ・悪い ・きわめて悪い	1,453 4.9% 5,839 19.6% 18,391 61.6% 3,798 12.7% 371 1.2%
問2 身長と体重			
1) 身長、体重、BMI			
身長 男性	(有効回答 15,592 人)	平均身長	165.9 cm
身長 女性	(有効回答 17,872 人)	平均身長	153.2 cm
体重 男性	(有効回答 15,611 人)	平均体重	66.5 kg
体重 女性	(有効回答 17,856 人)	平均体重	54.2 kg
BMI 男性	(有効回答 15,523 人)	平均BMI	24.1 kg/m ²
		・18.5 kg/m ² 未満	570 3.7%
		・18.5 kg/m ² 以上 25.0kg/m ² 未満	9,328 60.1%
		・25.0 kg/m ² 以上 27.5kg/m ² 未満	3,335 21.5%
		・27.5 kg/m ² 以上 30.0kg/m ² 未満	1,480 9.5%
		・30.0 kg/m ² 以上	810 5.2%
	女性 (有効回答 17,676 人)	平均BMI	23.1 kg/m ²
		・18.5 kg/m ² 未満	1,340 7.6%
		・18.5 kg/m ² 以上 25.0kg/m ² 未満	11,580 65.5%
		・25.0 kg/m ² 以上 27.5kg/m ² 未満	2,689 15.2%
		・27.5 kg/m ² 以上 30.0kg/m ² 未満	1,173 6.6%
		・30.0 kg/m ² 以上	894 5.1%
2) 体重変化			
	男性 (有効回答 15,311 人)	・3kg以上増えた ・ほぼ変わらない(±3kg以内) ・3kg以上減った	1,658 10.8% 12,398 81.0% 1,255 8.2%
	女性 (有効回答 17,672 人)	・3kg以上増えた ・ほぼ変わらない(±3kg以内) ・3kg以上減った	2,094 11.8% 14,221 80.5% 1,357 7.7%
問3 既往歴			
1) 高血圧 (または、血圧が高い)	(有効回答 33,552 人)	・ない ・ある (現在通院している) (現在通院していない)	18,405 54.9% 15,147 45.1% 13,821 92.6% 1,102 7.4%
2) 糖尿病 (または、血糖が高い)	(有効回答 32,949 人)	・ない ・ある (現在通院している) (現在通院していない)	27,536 83.6% 5,413 16.4% 4,871 91.7% 441 8.3%
3) 脂質異常症	(有効回答 32,934 人)	・ない ・ある (現在通院している) (現在通院していない)	20,519 62.3% 12,415 37.7% 8,894 73.6% 3,196 26.4%
4) 精神疾患	(有効回答 33,222 人)	・ない ・ある (現在通院している) (現在は改善しているため、 通院はしていない) (現在通院していない)	30,168 90.8% 3,054 9.2% 2,296 77.4% 398 13.4% 272 9.2%

			人数	割合
5) がん（白血病やリンパ腫を含む）	（有効回答 33,440 人）	・ない	30,888	92.4%
		・ある	2,552	7.6%
6) 脳卒中	（有効回答 33,512 人）	・ない	31,944	95.3%
		・ある	1,568	4.7%
		（脳こうそく）	1,087	—
		（脳出血）	173	—
		（くも膜下出血）	158	—
		（その他）	15	—
7) 心臓病	（有効回答 33,569 人）	（わからない）	149	—
		・ない	29,144	86.8%
		・ある	4,425	13.2%
		（心筋梗塞）	528	—
		（狭心症）	1,183	—
		（不整脈）	2,211	—
8) 甲状腺疾患	（有効回答 33,339 人）	（その他）	763	—
		（わからない）	290	—
		・ない	32,013	96.0%
		・ある	1,326	4.0%
		（甲状腺機能亢進症（バセドウ病））	266	—
		（甲状腺機能低下症）	511	—
		（その他）	499	—
問4 睡眠				
1) 睡眠時間	（有効回答 33,656 人）		平均睡眠時間 6時間57分	
2) 睡眠満足度	（有効回答 30,219 人）	・満足している	12,657	41.9%
		・少し不満	13,790	45.6%
		・かなり不満	3,180	10.5%
		・非常に不満か、全く眠れなかった	592	2.0%
3) 睡眠の経験				
1. 夜、床に入ってから寝つくまでの時間がかかる	（有効回答 29,586 人）	・ある	10,999	37.2%
		・ない	18,587	62.8%
2. 夜間、睡眠途中で目が覚める	（有効回答 29,779 人）	・ある	19,155	64.3%
		・ない	10,624	35.7%
3. 希望する起床時刻より早く目覚め、それ以上眠れない	（有効回答 29,168 人）	・ある	11,177	38.3%
		・ない	17,991	61.7%
4. 総睡眠時間が不足する	（有効回答 28,758 人）	・ある	10,170	35.4%
		・ない	18,588	64.6%
5. 日中の気分がめいる	（有効回答 28,532 人）	・ある	5,865	20.6%
		・ない	22,667	79.4%
6. 日中の身体的および精神的な活動が低下する	（有効回答 28,699 人）	・ある	6,947	24.2%
		・ない	21,752	75.8%
7. 日中の眠気	（有効回答 29,174 人）	・ある	13,509	46.3%
		・ない	15,665	53.7%
問5 普段の運動頻度について	（有効回答 33,581 人）	・ほとんど毎日している	5,812	17.3%
		・週に2～4回している	8,884	26.5%
		・週1回程度している	5,844	17.4%
		・ほとんどしていない	13,041	38.8%

		人数	割合
問6 喫煙	(有効回答 32,168 人)	・吸ったことがない	18,632 57.9%
		・やめた	9,341 29.0%
		・吸っている	4,195 13.0%
	(有効回答 4,028 人)	平均喫煙年数	33.7 年
	(有効回答 4,121 人)	平均1日本数	15.2 本
問7 飲酒			
1) アルコール飲料の飲酒	(有効回答 32,431 人)	・飲まない、または、ほとんど飲まない	17,532 54.1%
		・やめた	1,579 4.9%
		・飲む(月1回以上)	13,320 41.1%
2) 飲酒の頻度	(有効回答 12,761 人)	・週に1日	1,993 15.6%
		・週に2日	1,340 10.5%
		・週に3日	1,228 9.6%
		・週に4日	795 6.2%
		・週に5日	1,412 11.1%
		・週に6日	1,584 12.4%
		・週に7日	4,409 34.6%
3) 1日あたりの飲酒量	(有効回答 12,421 人)	平均飲酒量	1.1 合
	(有効回答 32,431 人)	2合以上飲酒者	2,483 7.7%
4) 飲酒に関する経験			
1. 飲酒量を減らさなければならぬと感じたことがありますか？	(有効回答 12,296 人)	・いいえ	8,712 70.9%
		・はい	3,584 29.1%
2. 他人があなたの飲酒を批難するので気にさわったことがありますか？	(有効回答 12,184 人)	・いいえ	11,117 91.2%
		・はい	1,067 8.8%
3. 自分の飲酒について悪いとか申し訳ないと感じたことがありますか？	(有効回答 12,203 人)	・いいえ	10,741 88.0%
		・はい	1,462 12.0%
4. 神経を落ち着かせたり、二日酔いを治すために、「迎え酒」をしたことがありますか？	(有効回答 12,199 人)	・いいえ	11,320 92.8%
		・はい	879 7.2%
		CAGE2点以上	1,708 14.1%
	(有効回答 8,275 人)	(男性)	1,386 16.7%
	(有効回答 3,869 人)	(女性)	322 8.3%
	(有効回答 594 人)	(20代)	44 7.4%
	(有効回答 701 人)	(30代)	91 13.0%
	(有効回答 1,259 人)	(40代)	199 15.8%
	(有効回答 1,560 人)	(50代)	231 14.8%
	(有効回答 3,547 人)	(60代)	527 14.9%
	(有効回答 4,483 人)	(70代以上)	616 13.7%
問8 食欲について	(有効回答 32,969 人)	・0日	26,791 81.3%
この2週間で、食欲がないことがどのくらいの頻度でありましたか		・数日	4,906 14.9%
		・半分以上	743 2.3%
		・ほとんど毎日	529 1.6%

		人数	割合
問9 最近1か月の食事について			
1. 人と比較して食べる速度が速いほうですか	・速い	9,155	27.0%
(有効回答 33,967 人)	・ふつう・遅い	24,812	73.0%
2. 朝食を抜くことがよくありますか	・はい	4,642	13.7%
(有効回答 33,963 人)	・いいえ	29,321	86.3%
3. 間食または夜食をほぼ毎日とりますか	・はい	9,441	27.9%
(有効回答 33,818 人)	・いいえ	24,377	72.1%
4. 就寝前の2時間以内に夕食を週3回以上とりますか	・はい	7,220	21.4%
(有効回答 33,750 人)	・いいえ	26,530	78.6%
5. 魚介類を食べる日は、週に3日以上ですか	・はい	20,355	60.2%
(有効回答 33,828 人)	・いいえ	13,473	39.8%
6. 漬物以外の野菜・海草・きのこ類をほぼ毎食食べますか	・はい	23,228	68.4%
(有効回答 33,953 人)	・いいえ	10,725	31.6%
7. 果物をほぼ毎日食べますか	・はい	16,369	48.3%
(有効回答 33,903 人)	・いいえ	17,534	51.7%
8. 大豆製品をほぼ毎日食べますか	・はい	23,054	67.8%
(有効回答 33,996 人)	・いいえ	10,942	32.2%
9. 乳製品をほぼ毎日とりますか	・はい	21,828	64.5%
(有効回答 33,824 人)	・いいえ	11,996	35.5%
10. 惣菜や弁当など調理された食品を、ほぼ毎日食べますか	・はい	7,183	21.3%
(有効回答 33,793 人)	・いいえ	26,610	78.7%
問10 全般的な精神健康度について			
1) 精神健康度(K6)	(有効回答 29,451 人)	平均点	3.8 点
	(有効回答 13,729 人)	平均点 男性	3.5 点
	(有効回答 15,722 人)	平均点 女性	4.0 点
	(有効回答 13,729 人)	・13点以上 (男性)	1,463 5.0%
	(有効回答 15,722 人)	(女性)	611 4.5%
	(有効回答 490 人)	(10代)	34 6.9%
	(有効回答 1,446 人)	(20代)	122 8.4%
	(有効回答 1,861 人)	(30代)	128 6.9%
	(有効回答 2,763 人)	(40代)	198 7.2%
	(有効回答 3,066 人)	(50代)	199 6.5%
	(有効回答 7,321 人)	(60代)	245 3.3%
	(有効回答 12,504 人)	(70代以上)	537 4.3%
2) 日常生活への支障	(有効回答 30,263 人)	・全くない	20,984 69.3%
		・少しだけ	6,167 20.4%
		・ときどき	2,133 7.0%
		・たいてい	503 1.7%
		・いつも	476 1.6%
問11 ライフイベント ※複数回答			
この1年間に、あなたが経験した出来事で当てはまるもの	・避難指示解除に伴う帰還	2,501	-
	・避難指示解除に伴う帰還以外の転居	1,904	-
	・結婚	517	-
	・子ども・孫の誕生	3,077	-
	・自分の健康状態の悪化	8,666	-
	・家族の健康状態の悪化	5,010	-
	・家族の介護	3,438	-
	・配偶者・パートナーとの離婚・離別	374	-
	・家族との別居	1,975	-
	・家族との死別	2,306	-
	・家族以外の大切な人との死別	5,285	-
	・進学	1,010	-
	・就職・転職	1,604	-
	・昇進・昇格	359	-
	・失業	963	-
	・退職	1,203	-
	・経済状況の悪化	3,597	-
	・自然災害による被災	3,426	-
	・対人関係のトラブルの増加	1,920	-
	・その他の重大な出来事	1,085	-
	・どれも当てはまらない	9,474	-

				人数	割合
問12 東日本大震災の体験およびトラウマ反応について					
1) 震災での経験	※複数回答		・地震	28,490	-
			・津波	5,451	-
			・原子力発電所事故	26,667	-
			・いずれもなし	975	-
2) トラウマ反応(PCL-4)	(有効回答 26,454 人)		平均点	6.5 点	
	(有効回答 12,360 人)		平均点 男性	6.4 点	
	(有効回答 14,094 人)		平均点 女性	6.5 点	
		・12点以上		2,189	8.3%
	(有効回答 12,360 人)	(男性)		995	8.1%
	(有効回答 14,094 人)	(女性)		1,194	8.5%
	(有効回答 472 人)	(10代)		14	3.0%
	(有効回答 1,384 人)	(20代)		54	3.9%
	(有効回答 1,733 人)	(30代)		63	3.6%
	(有効回答 2,634 人)	(40代)		150	5.7%
	(有効回答 2,907 人)	(50代)		209	7.2%
	(有効回答 6,816 人)	(60代)		434	6.4%
	(有効回答 10,508 人)	(70代以上)		1,265	12.0%
問13 現在の生活状況について					
1) 家族との生活状況					
震災のため、もともと同居していた家族と離れて生活していますか	(有効回答 32,733 人)		・はい	8,838	27.0%
			・いいえ	23,895	73.0%
2) 現在の同居者	※複数回答		・同居者はいない(ひとり暮らし)	5,009	-
			・配偶者(夫または妻)・パートナー	20,504	-
			・子ども(義理も含む)	12,288	-
			・孫	3,382	-
			・親(義理も含む)	6,272	-
			・祖父母	1,041	-
			・その他	1,347	-
3) 現在の住まい					
3-1) 現在の住まい	※複数回答		・持家	26,038	-
			・借家・アパート	3,856	-
			・借上住宅	865	-
			・復興公営住宅	1,940	-
			・親戚宅	536	-
			・仮設住宅	48	-
			・その他	400	-
3-2) 現在の避難状況	(有効回答 19,833 人)		・震災前の住所の家に住んでいる	9,044	45.6%
			・避難指示解除区域ではあるが、震災前とは違う住所の家に住んでいる	5,254	26.5%
			・避難指示解除区域に住んでいない	5,535	27.9%
4) 勤務形態	(有効回答 31,776 人)		・常勤・自営	9,033	28.4%
			・パート	2,870	9.0%
			・無職(学生・専業主婦・主夫を含む)	19,873	62.5%
5) 現在の暮らし向き	(有効回答 33,081 人)		・苦しい	3,008	9.1%
			・やや苦しい	7,741	23.4%
			・普通	20,093	60.7%
			・ややゆとりがある	1,655	5.0%
			・ゆとりがある	584	1.8%

		人数	割合
問14 放射線の健康影響			
1) 放射線の健康影響についての認識			
1 現在の放射線被ばくで、後年に生じる健康障害(例えば、がんの発症など)がどのくらい起こると思いますか (有効回答 29,238 人)	・可能性は極めて低い	6,973	23.8%
	・可能性は低い	13,809	47.2%
	・可能性は高い	6,932	23.7%
	・可能性は非常に高い	1,524	5.2%
2 現在の放射線被ばくで、次世代以降の人(将来生まれてくる自分の子や孫など)への健康影響がどれくらい起こると思いますか (有効回答 28,690 人)	・可能性は極めて低い	6,338	22.1%
	・可能性は低い	13,621	47.5%
	・可能性は高い	7,004	24.4%
	・可能性は非常に高い	1,727	6.0%
2) 日常生活への支障 (有効回答 29,159 人)			
この1か月間に、放射線に対する不安が原因で、日常生活に支障をきたすことはどれくらいありましたか	・しばしばあった	780	2.7%
	・時々あった	2,791	9.6%
	・まれにあった	4,745	16.3%
	・1度もなかった	20,843	71.5%
問15 相談先について (有効回答 33,425 人)			
このころや身体の問題が生じた場合、相談できる身近な人や各種機関はありますか	・ある	29,815	89.2%
	(家族・親戚)	26,191	-
	(友人・知人)	14,966	-
	(同僚・上司)	2,948	-
	(市町村相談窓口(市保健所、保健センター等))	7,046	-
	(都道府県相談窓口(都道府県保健所・保健福祉事務所等))	1,684	-
	(精神保健福祉センター)	733	-
	(ふくしま心のケアセンター)	1,117	-
	(訪問看護・介護サービス機関)	2,527	-
	(心療内科・精神科・神経科・メンタルクリニックなどの医療機関)	3,870	-
	(上記以外の医療機関(一般の内科、外科、眼科、耳鼻科、整形外科、産婦人科など))	8,448	-
	(宗教団体(神社、寺院や教会など))	546	-
	(その他)	270	-
・相談できる人や機関はない	3,610	10.8%	

平成 29 年度以降における放射線の健康影響の認識

問 14. 放射線の影響についてのあなたの考えをお尋ねします。

放射線のような、私たちの五感では感じることでできないものが原因となった災害では、その健康へのリスクをどのように認識するかが、こころの健康状態に大きく影響すると言われてしています。

- 1) 放射線の健康への影響について、あなた自身はどのように感じて（考えて）いますか。最も当てはまると思う数字を○で囲んでください。

		可能性は 極めて低い	可能性は 低い	可能性は 高い	可能性は 非常に高い
1	現在の放射線被ばくで、後年に生じる健康障害（例えば、がんの発症など）がどのくらい起こると思いますか。	1	2	3	4
2	現在の放射線被ばくで、次世代以降の人（将来生まれてくる自分の子や孫など）への健康影響がどれくらい起こると思いますか。	1	2	3	4

平成 28 年度における放射線の健康影響の認識

問 13. 放射線の影響についてのあなたの考えをお尋ねします。

放射線のような、私たちの五感では感じることでできないものが原因となった災害では、その健康へのリスクをどのように認識するかが、こころの健康状態に大きく影響すると言われてしています。

- 1) 放射線の健康への影響について、あなた自身はどのように感じて（考えて）いますか。最も当てはまると思う数字を○で囲んでください。

		可能性は 極めて低い			可能性は 非常に高い
1	現在の放射線被ばくで、後年に生じる健康障害（例えば、がんの発症など）がどのくらい起こると思いますか。	1	2	3	4
2	現在の放射線被ばくで、次世代以降の人（将来生まれてくる自分の子や孫など）への健康影響がどれくらい起こると思いますか。	1	2	3	4