

小児期からの生活習慣病予防に関する 研究報告書

－ 第5回調査 －



茨 城 県

(公財)茨城県総合健診協会
茨城県立健康プラザ

平成 31 年 3 月

はじめに

現在、我が国では、日々の生活習慣に起因する「がん」、「心疾患」、「脳血管疾患」などの「生活習慣病」が死亡原因の約 5 割を占めています。また、近年では小児期においても過食や運動不足等により、生活習慣病の危険因子である肥満や高脂血症等が増えていることが報告され、生涯を通じた生活習慣病予防の重要性が指摘されています。

そこで、健康プラザでは、平成元年度の出生児を対象に、「小児期からの生活習慣病予防に関する研究事業」として、これまで 4 回にわたり生活習慣等に関する調査を実施し、報告書や健康づくりのための教材を作成して参りました。

この度、20 歳代後半の生活習慣の現状と小児期の生活習慣との関連を検討するため、5 回目の調査を実施し、報告書としてとりまとめました。

就職や婚姻を機に生活環境が大きく変化する 20 歳代後半の調査は国内でも極めて限られており、今後の小児期における生活習慣病予防対策の資料の一つとして本報告書をご活用いただければ幸いです。

最後になりますが、この場をお借りして、本調査の実施にあたり多大なるご協力をいただきました対象者の皆様及びご家族、市町村、各関係機関の方々に厚く御礼申し上げます。

平成 31 年 3 月

(公財)茨城県総合健診協会
茨城県立健康プラザ
管理者 大田 仁史

目次

I. 概要	p.1
II. 回答者の属性	p.3
III. 調査結果の概要	p.5
IV. 集計表 ー基礎集計(男女別)ー	p.25
V. 参考資料	p.53
VI. 発表論文等	p.79
学会発表 等	
教材 等	

I . 概要

小児期からの生活習慣病予防に関する研究事業

目的

茨城県において平成元年度に出生した児について、これまでに4回(3歳時, 6歳時, 12歳時, 22歳時)にわたり健康に関するアンケート調査を行ってきた。今般, 20歳代後半を対象とした5回目の追跡調査を行うことにより, 小児期から成人期までの生活習慣及び生活習慣病の危険因子との関連を横断的・縦断的に検討し, 小児期からの生活習慣病予防に資する基礎資料を得ることを目的とした。

実施主体

茨城県, 茨城県立健康プラザ

研究期間

平成28年度～平成30年度

調査方法等

1) 対象者

平成4年10月から平成5年2月の間に, 県内で三歳児健康診査を受診した際に, 保護者が健康アンケートに回答した4,592人のうち, 平成23年に22歳時の健康アンケートを送付した3,517人を対象とした。そのうち, 送付先が不明な者など者を除いた3,493人を送付対象とした。

2) 調査時期

平成28年3月:アンケート発送(1回目)

平成29年8月:期日までに回答が得られなかった対象者(再通知)及び1回目に宛名不明で郵便物が戻ってきた対象者へアンケート紙面を発送

※宛名不明で郵便物が戻ってきた対象者へのアンケート紙面の発送については, 12歳時の住所または対象者の家族に問い合わせて把握した住所へ郵送した。

3) 調査方法

郵送配布, 郵送回収またはWeb回答

調査内容

1) アンケートの内容

身長, 体重, 血圧, 運動, 食事, 睡眠, 喫煙, 飲酒, その他日常の状況など生活習慣や健康に関する 53 項目で構成された自記式のアンケート(V. 参考資料参照)。

2) 健診データの収集

健康診断を受診した者については, 健康診断の結果について自記式にてアンケートへの転記を依頼した(V. 参考資料参照)。

研究倫理

本研究は, 茨城県疫学研究合同倫理審査委員会及び大阪大学医学部附属病院観察研究倫理審査委員会の承認を得て実施した。

その他

本研究の成果を公表する際には, 英文の通称として「Ibaraki Children's Cohort Study: IBACHIL」, 和文の通称として「茨チル研究」を用いることとしている。

20 歳代後半を対象とした 5 回目の追跡調査については, JSPS 科研費 16J10536 の助成を受け実施した。

Ⅱ．回答者の属性

有効回答数の男女内訳

表 1 に調査票の発送数と回収率, 表 2 に有効回答数の男女内訳を示した。平成 29 年 3 月に, 身長, 体重, 血圧, 運動, 食事, 睡眠, 喫煙, 飲酒, その他日常の状況など生活習慣や健康に関する 53 項目で構成された自記式のアンケート調査票を対象者 3,493 人に郵送し, 900 人(男性 394 人, 女性 506 人)から回答を得た(回答率:25.8%)。

表 1. 調査票発送・回収率等

アンケート送付数	3,493
有効回答数	900
宛名不明で戻ってきた数※	682

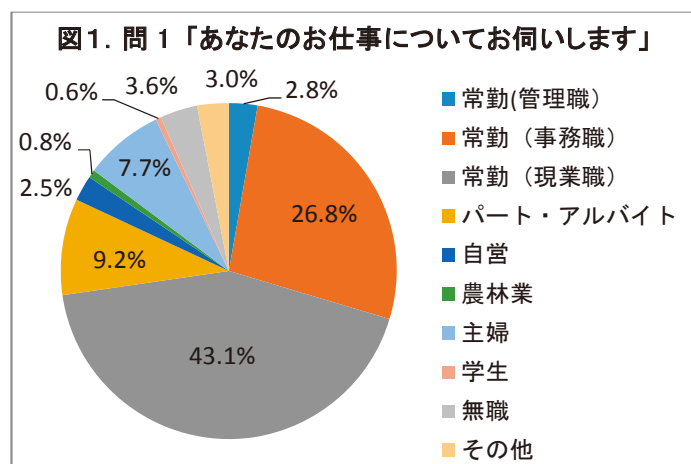
表 2. 有効回答数の男女内訳(人数)

男性、人数(%)	394(43.8)
女性、人数(%)	506(56.3)

※平成 28 年 3 月に発送したアンケート(1 回目)に対する宛名不明で郵便物が戻ってきた数を示した。このうち、256 人については、12 歳時の住所または対象者の家族に問い合わせた住所へ改めて発送した。

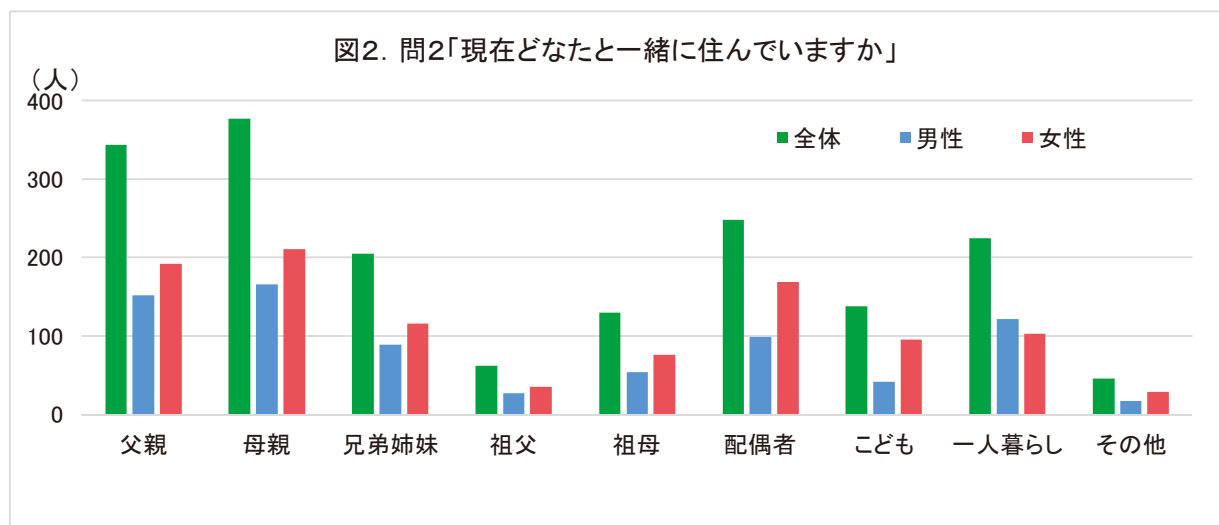
職業

現在の職業が、「常勤」の者は全体で 654 人(72.7%)であった(図1)。



居住形態

家族等と同居している者が 675 人(75.0%), 一人暮らしは 225 人(25.0%)であった(図2)。



市町村別のアンケート送付・回答者

市町村別のアンケート送付者及び回答者の人数は、下記のとおりである。

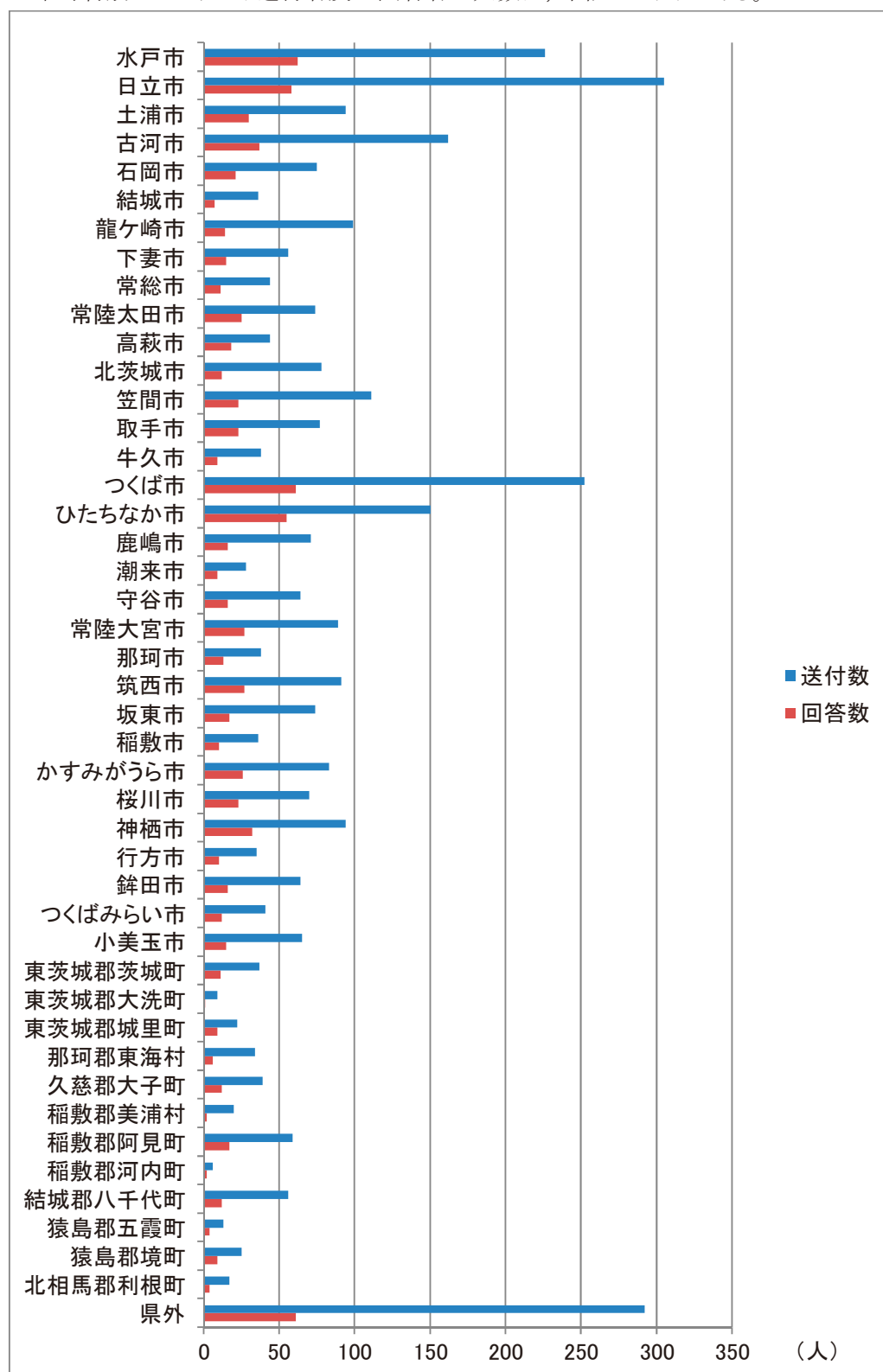


図3. アンケート送付・回答者の市町村別内訳

Ⅲ. 調査結果の概要

1. 体格指数(Body Mass Index)

- ・男性は女性よりも肥満の割合が高く、女性は男性よりもやせの割合が高い。

自記式の身長と体重から回答者の体格指数[body mass index(kg/m²):BMI]を算出した。そして、BMI の判定基準から対象者をやせ、普通、肥満の3群に分け、対象者の体格について検討した。

22歳時と比較した場合、27歳の肥満の割合は、男性で10.6%から18.3%に増加し、女性では5.2%から8.2%に増加した。同様に、やせの割合は、男性で11.0%から7.0%に減少したが、女性では18.8%から20.3%に増加した(図1、表1)。

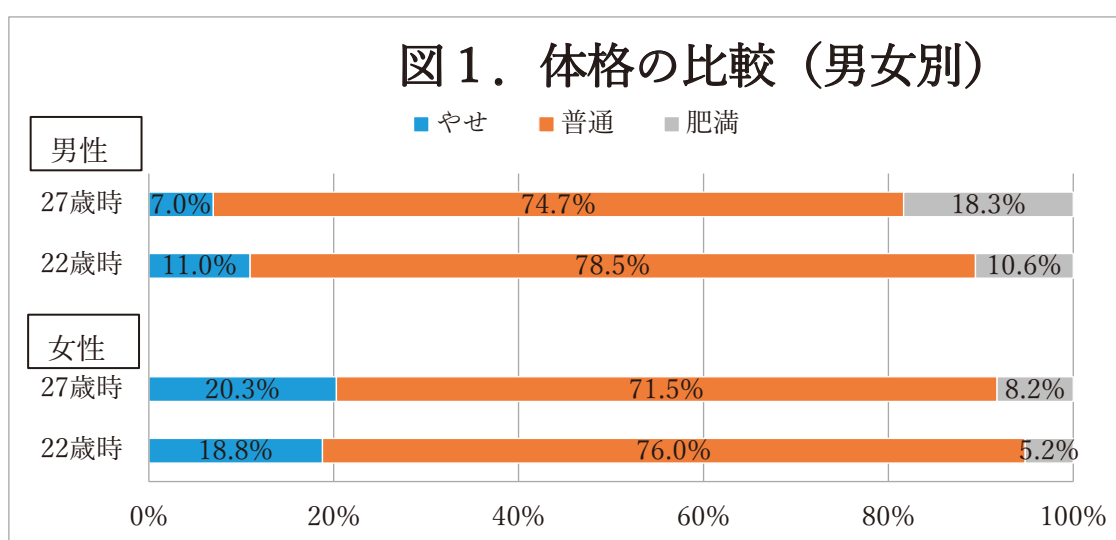


表1. 対象者のBMI(27歳時)

	BMI (kg/m ²)			平均	標準偏差
	18.5 未満	18.5～25.0 未満	25.0 以上		
	やせ	普通	肥満		
全体 (%)	128 (14.5)	645 (72.9)	112 (12.7)	21.7	3.6
男性 (%)	27 (7.0)	289 (74.7)	71 (18.3)	22.7	3.5
女性 (%)	101 (20.3)	356 (71.5)	41 (8.2)	21	3.5

BMI (body mass index) = 体重(kg) ÷ 身長(m)²

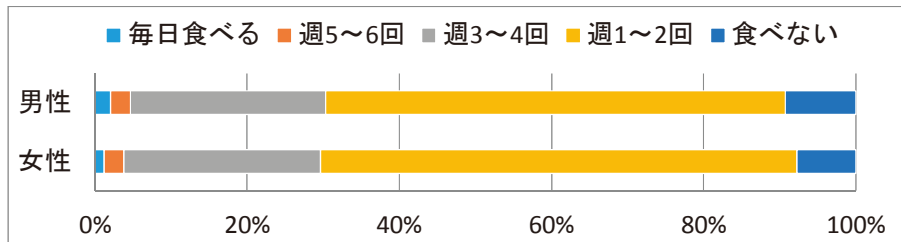
判定基準: やせ (BMI18.5kg/m² 未満), 普通 (BMI18.5 kg/m² 以上, 25.0 kg/m² 未満), 肥満 (BMI25.0 kg/m² 以上)

2. 食生活

① 食品の摂取頻度

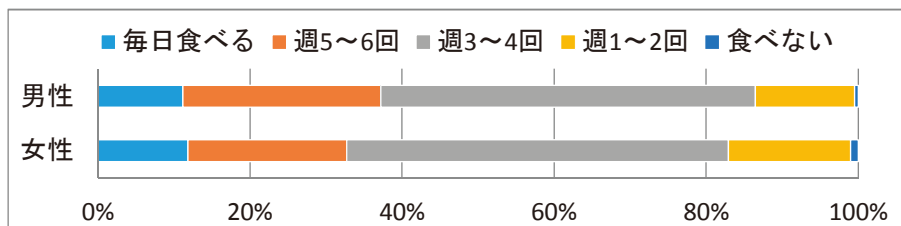
問 27-1. 魚は食べますか。

男女とも、週 1～2 回摂取する人の割合が高かった。



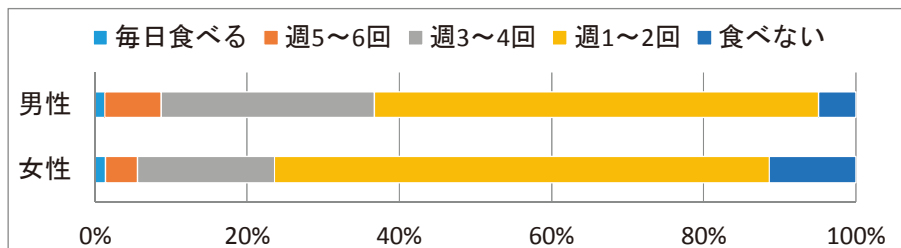
問 27-2. 肉は食べますか。

男女とも、週 3～4 回摂取する人の割合が高かった。



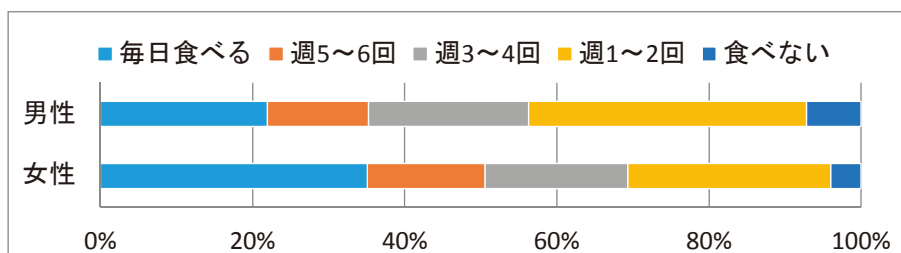
問 27-3. 植物油を使った料理(天ぷら、揚げ物など)は食べますか。

男女とも、週 1～2 回食べる人の割合が高かった。



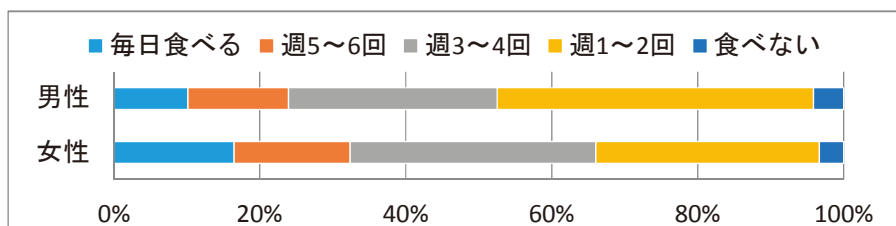
問 27-4. 牛乳または乳製品(ヨーグルト、チーズ等)は食べますか。

毎日食べる人の割合は、男性で 22.0%，女性で 35.1%であった。



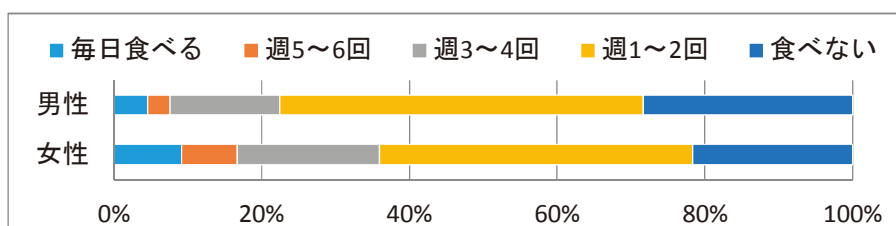
問 27-5. 大豆製品(豆腐, 油揚げ, 納豆, 煮豆等)は食べますか。

週 3 回以上食べる人の割合は, 男性で 52.6%, 女性で 66.1%であった。



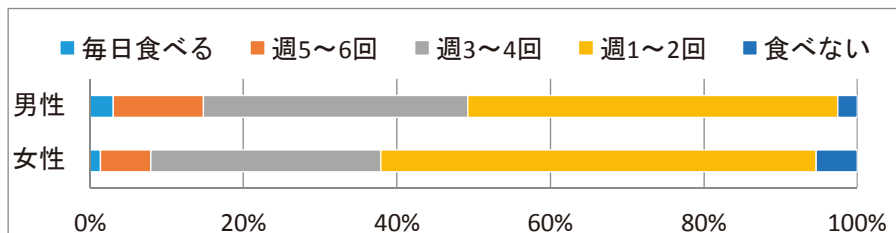
問 27-6. 果物は食べますか。

毎日食べる人の割合は, 男性で 4.6%, 女性で 9.2%であった。



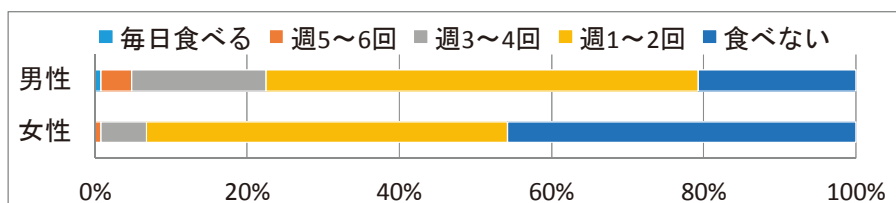
問 27-7. めん類(うどん, そば, ラーメン, パスタ等)は食べますか。

男女とも, 週 1~2 回食べる人の割合が高かった。



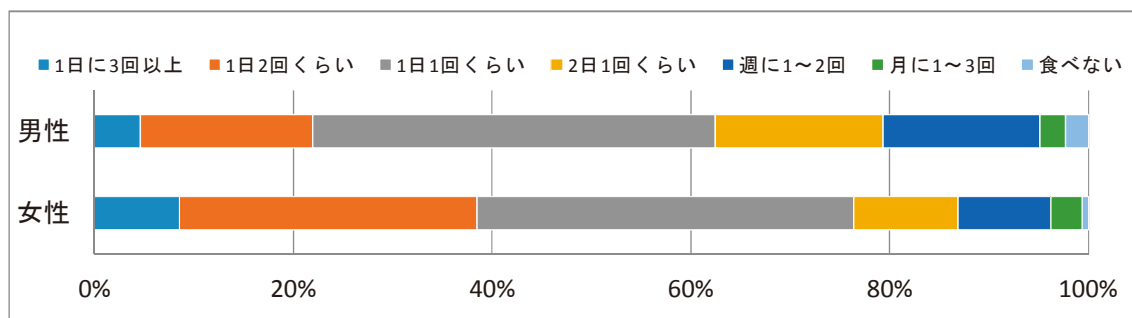
問 27-8. 丼物(牛丼, 親子丼, カツ丼, 天丼等)は食べますか。

男女とも, 週 1~2 回食べる人の割合が高く, 男性で 56.9%, 女性で 47.4%であった。



問 28. 野菜(漬物を除く)は食べますか。

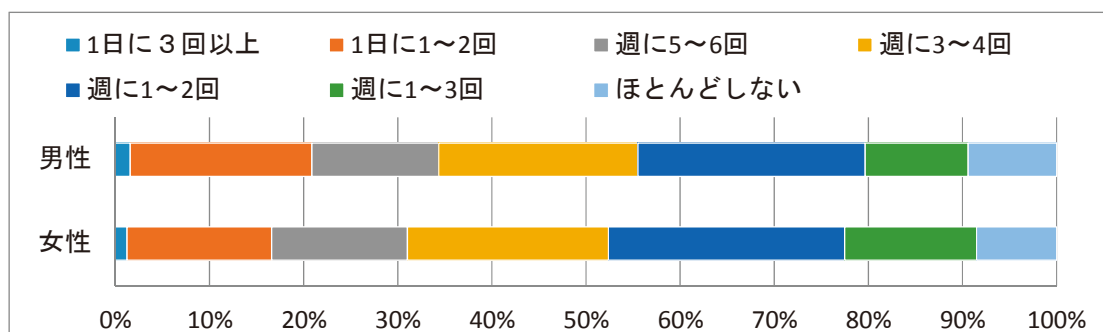
1日1回未満の人の割合は、男性で37.5%，女性で23.6%であった。



② 満腹まで食べる

問 15. ついついお腹いっぱい食べることはどれくらいありますか。

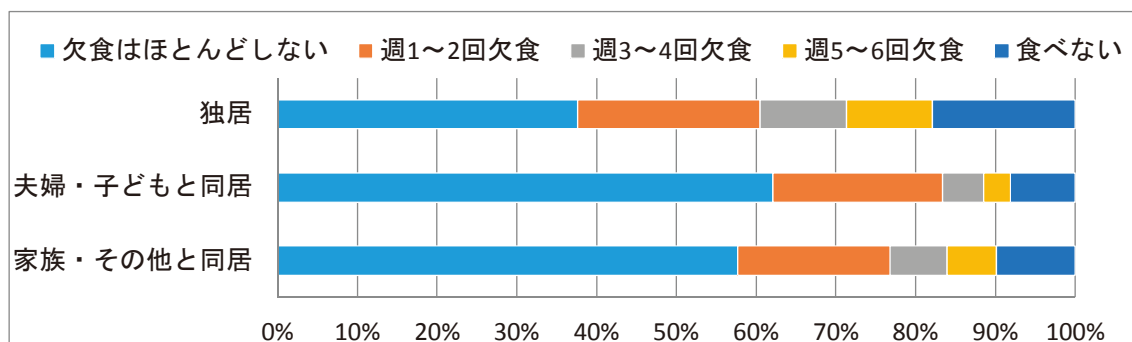
1日1回以上の人の割合は、男性で20.8%，女性で16.6%であった。



③ 朝食欠食

問 18. 朝食を欠食する(食べない)ことがありますか。

朝食を食べない人の割合は、独居で2割程度であったが、夫婦・子どもと同居、家族・その他と同居では1割弱であった。欠食はほとんどしない人の割合は、独居で37.7%，夫婦・子どもと同居、家族・その他と同居では6割程度であった。

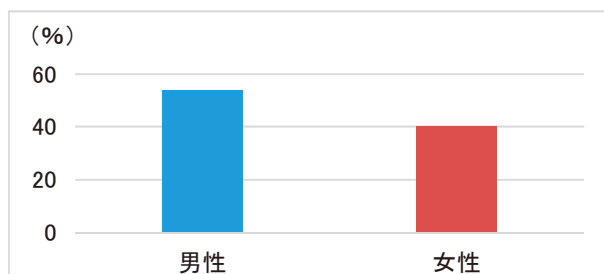


※複数回答

④ 食塩摂取行動

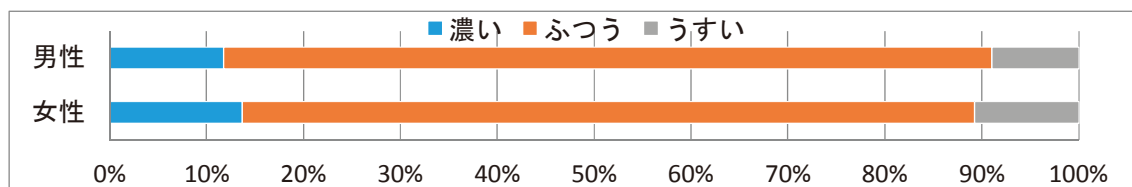
問 29. 味付けは濃い味を好む方ですか。

濃い味を好む人の割合は、男性で 54.2%，女性で 40.3%であった。



問 30. 「家での味付け」はどうですか。

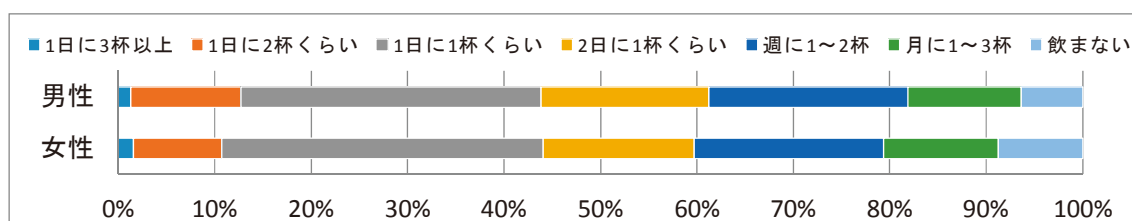
男女ともふつうの人の割合が高かった。家での味付けが濃い人の割合は、男性で 11.8%，女性で 13.7%であった。



問 31. 味噌汁は飲みますか。

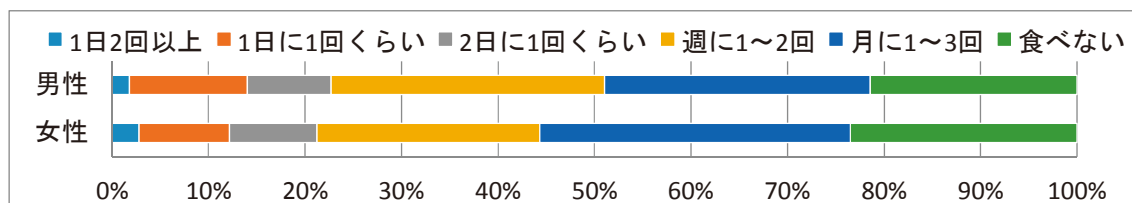
男女とも、1日に1杯くらい飲む人の割合が高く、男性で 31.1%，女性で 33.3%であった。

1日2杯以上飲む人の割合は、男性で 12.8%，女性で 10.7%であった。



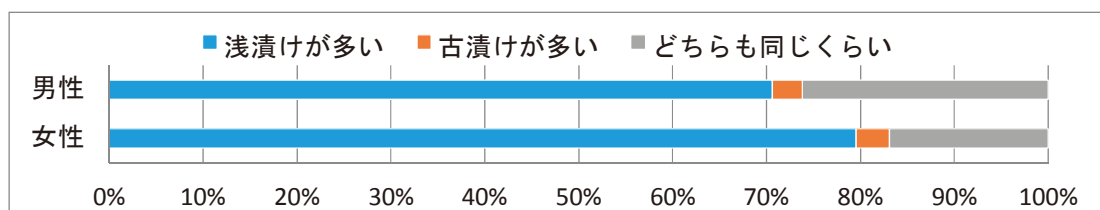
問 32. 漬物は食べますか。

1日2回以上食べる人の割合は、男性で 1.8%，女性で 2.8%であった。男性では週に1~2回食べる人の割合が高く 28.3%であり、女性では月に1~3回食べる人で 32.2%であった。



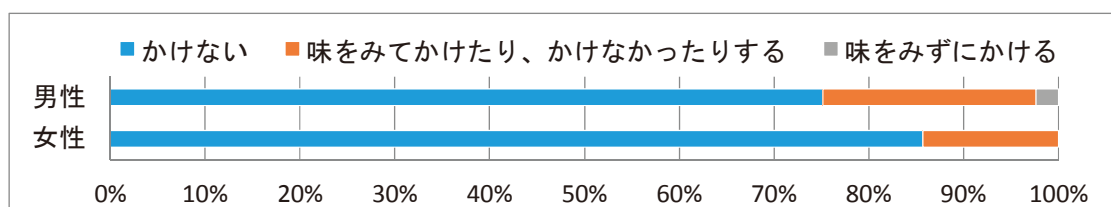
問 33. 漬物は「浅漬け」と「古漬け」ではどちらが多いですか。

男女とも浅漬けが多いと答えた人が多かった。



問 34. 漬物にしょうゆをかけますか。

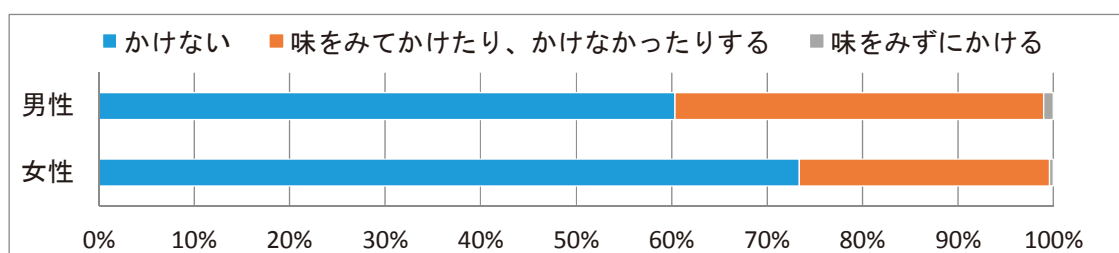
しょうゆをかける人の割合は、男性で 24.9%，女性で 14.3%であった。



※しょうゆをかける人は、味をみてかけたり、かけなかったりする、または、味をみずにかけると回答した人を合わせた人数である。

問 35. 味付けしたおかずに、さらにしょうゆ、ソース、塩などをかけますか。

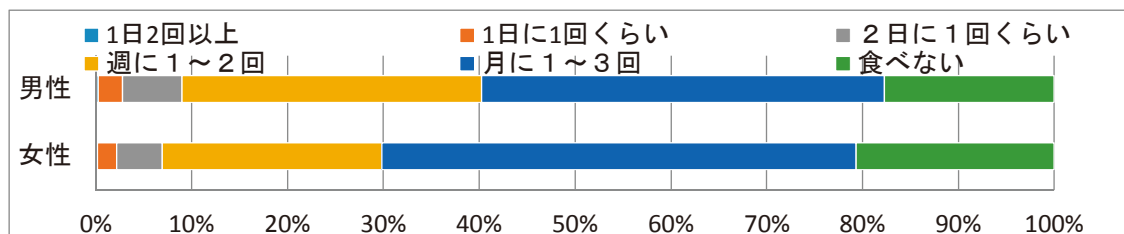
味付けしたおかずにさらにしょうゆ、ソース、塩などをかける人の割合は、男性で 39.6%，女性で 26.7%であった。



※味付けしたおかずにさらにしょうゆ、ソース、塩などをかける人は、味をみてかけたり、かけなかったりする、または、味をみずにかけると答えた人を合わせた人数である。

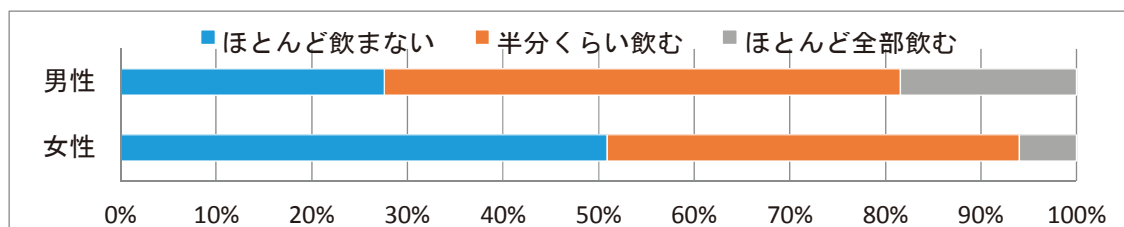
問 36. 「塩で味つけした加工品」(塩鮭, たらこ, 明太子, 塩辛, 塩納豆など) を食べますか。

男女とも月 1～3 回食べると答えた人が多かった。



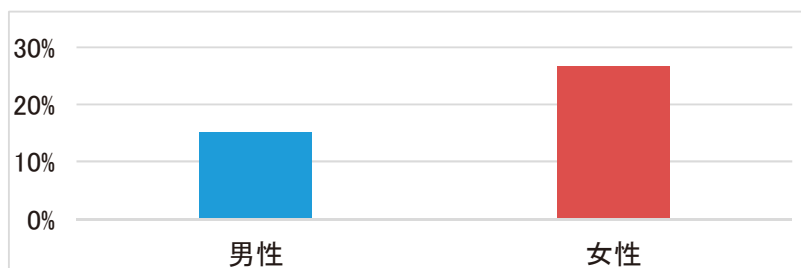
問 37. めん類(うどん, そば, ラーメンなど)を食べるとき, 汁(つけ汁を含む)を飲みますか。

めん類の汁をほとんど全部飲む人の割合は, 男性で18.4%, 女性で6.0%であった。ほとんど飲まないと答えた人は, 男性で27.6%, 女性で50.9%であった。



問 38. 塩分を控えることについて何か実行していますか。

塩分を控えることについて, 何か実行している人の割合は, 男性 15.3%, 女性 26.8%であった。



④-1 食塩摂取行動と自記式質問票の血圧値(男女別, 質問項目別)

食塩摂取行動と血圧値との関連について, 男性では, 味付けしたおかずにさらにしょうゆ, ソース, 塩などを, 味をみずにかける, または味をみてかけたり, かけなかったりする人で収縮期血圧が有意に高かった。女性では, 家での味付けが濃いまたはふつうの人で, 収縮期血圧が有意に高かった。

また, 拡張期血圧は, 男性では, めん類を食べるときに汁を半分, またはほとんど全部飲む人で高かった。女性では, 収縮期血圧と食塩摂取行動との関連は見られなかった。

④-2 食塩摂取行動と自記式質問票の収縮期血圧値(男女別、質問項目別)

収縮期血圧

	男性				女性			
	人数	平均値	標準偏差	p 値	人数	平均値	標準偏差	p 値
濃い味付けを好む	はい	120.6	9.7	0.51	85	107.6	12.6	0.64
	いいえ	119.4	10.9		155	108.4	12.3	
家での味付けは濃いまたはふつう	はい	120.1	10.0	0.97	210	108.9	12.2	0.01
	いいえ	120.0	13.8		29	102.6	13.2	
味噌汁を 1 日 2 杯以上飲む	はい	118.9	10.0	0.63	30	107.4	11.6	0.74
	いいえ	120.3	10.3		210	108.3	12.6	
漬物を 1 日 2 回以上食べる	はい	—	—	—	8	116.6	20.1	0.05
	いいえ	120.3	10.2		231	107.9	12.1	
漬物は古漬が多い、またはどちらも同じくらい	はい	121.0	9.2	0.49	39	108.1	11.3	0.97
	いいえ	119.4	10.5		194	108.1	12.7	
漬物にしょうゆを、味をみずにかける、または味をみてかけたり、か てかけたり、かけなかったりする	はい	121.6	8.5	0.33	31	106.9	10.2	0.52
	いいえ	119.3	10.6		203	108.4	12.8	
味付けしたおかずに、さらにしょうゆ、ソース、塩など を、味をみずにかける、または味をみてかけたり、か けなかったりする	はい	123.2	8.9	0.01	59	107.6	13.9	0.72
	いいえ	118.3	10.7		181	108.3	11.9	
塩で味つけた加工品(塩鮭、たらこ、明太子、塩 辛、塩納豆など)を週 1～2 回以上食べる	はい	120.0	10.2	0.85	62	109.7	14.0	0.27
	いいえ	120.3	10.4		179	107.7	11.8	
麺類(うどん、そば、ラーメンなど)を食べるとき、汁 (つけ汁を含む)を半分、またはほとんど全部飲む	はい	120.8	10.2	0.31	111	107.8	12.2	0.64
	いいえ	118.7	10.4		130	108.5	12.6	
塩分を控えることについて、過去に実行したが現在 は実行していない、または実行したことはない	はい	120.3	10.3	0.82	173	108.2	12.6	0.97
	いいえ	119.7	10.2		68	108.2	12.0	

※男性では、漬物を 1 日 2 回以上食べると答えた人数が少ないため、収縮期血圧値は表示せず。

④-3 食塩摂取行動と自記式質問票の拡張期血圧値(男女別、質問項目別)

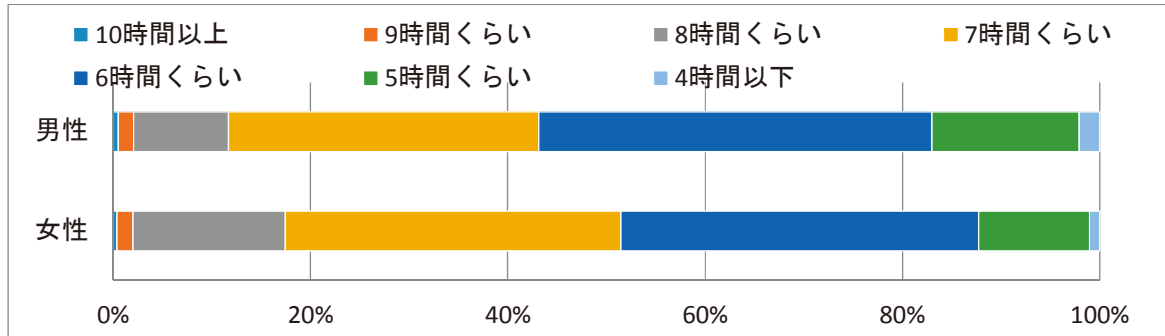
拡張期血圧	男性				女性				
	人数	平均値	標準偏差	p 値	人数	平均値	標準偏差	p 値	
濃い味付けを好む	はい	64	72.1	11.1	0.78	84	65.1	11.0	0.46
	いいえ	60	71.6	10.7		155	64.1	9.6	
家での味付けは濃いまたはふつう	はい	115	72.0	11.2	0.74	209	64.8	10.2	0.16
	いいえ	10	70.8	6.2		29	62.0	9.7	
味噌汁を1日2杯以上飲む	はい	14	71.0	9.4	0.70	30	63.1	7.8	0.44
	いいえ	112	72.2	11.1		209	64.6	10.4	
漬物を1日2回以上食べる	はい	2	—	—	—	8	62.7	9.8	0.63
	いいえ	124	72.1	10.9		230	64.5	10.2	
漬物は古漬が多い、またはどちらも同じくらい	はい	26	73.2	12.2	0.51	39	63.3	11.4	0.52
	いいえ	94	71.5	10.8		193	64.4	9.9	
漬物にしょうゆを、味をみずにかける、または味をみてかけたり、かけなかったりする	はい	25	73.2	11.0	0.51	31	62.6	10.6	0.34
	いいえ	96	71.6	11.1		202	64.5	10.1	
味付けしたおかずに、さらにしょうゆ、ソース、塩などを、味をみずにかける、または味をみてかけたり、かけなかったりする	はい	47	72.7	10.1	0.63	59	64.5	11.8	0.94
	いいえ	79	71.7	11.4		180	64.4	9.6	
塩で味つけた加工品(塩鮭、たらこ、明太子、塩辛、塩納豆など)を週1〜2回以上食べる	はい	51	72.3	11.0	0.85	61	65.7	10.0	0.28
	いいえ	75	71.9	10.9		179	64.1	10.2	
麺類(うどん、そば、ラーメンなど)を食べるとき、汁(つけ汁を含む)を半分、またはほとんど全部飲む	はい	91	73.2	11.2	0.07	111	64.5	10.9	0.99
	いいえ	35	69.2	9.8		129	64.5	9.5	
塩分を控えることについて、過去に実行したが現在は実行していない、または実行したことはない	はい	103	72.5	10.9	0.29	172	64.3	9.9	0.66
	いいえ	23	69.9	11.2		68	65.0	10.8	

※男性では、漬物を1日2回以上食べると答えた人数が少ないため、拡張期血圧値は表示せず。

3. 睡眠

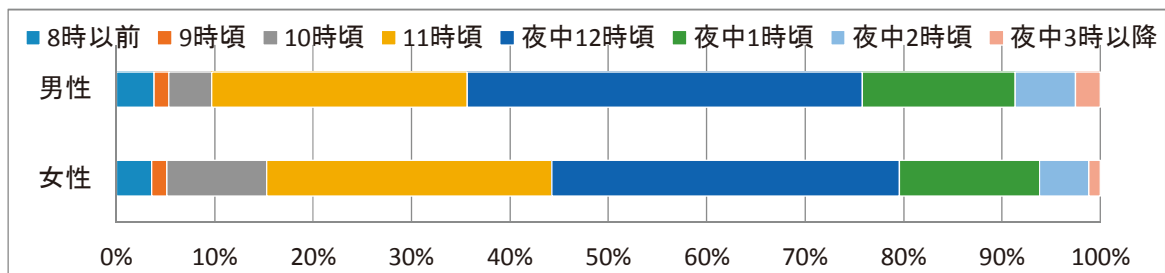
問 6. 1日の平均睡眠時間は何時間ですか。

男女とも、6時間と答えた人の割合が高く、男性で 39.9%、女性で 36.2%であった。



問 7. 普段何時頃に寝ますか。

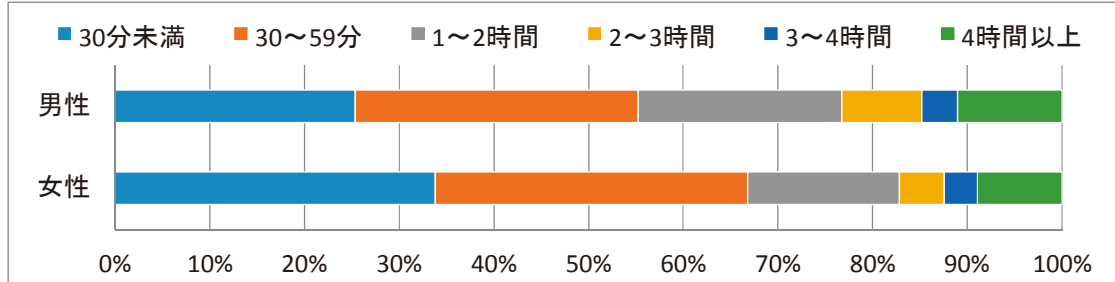
男女とも、夜中 12 時頃と答えた人の割合が高く、男性で 40.1%、女性で 35.4%であった。



4. 身体活動

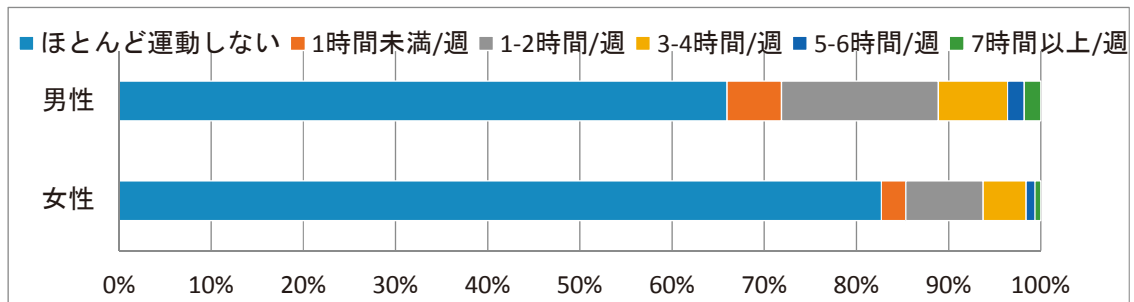
問 9. 1 日に歩行または同程度の軽度の身体活動をどのくらい行っていますか。

1 日に歩行または軽度の身体活動を行う時間が 30 分未満と答えた人の割合は、男性で 25.3%，女性で 33.8%であった。



問 10. 余暇で、スポーツや運動はどのくらいしていますか。

身体活動を行う時間は、男女ともほとんど運動しないと答えた人の割合が高く、男性で 66.0%，女性で 82.7%であった。

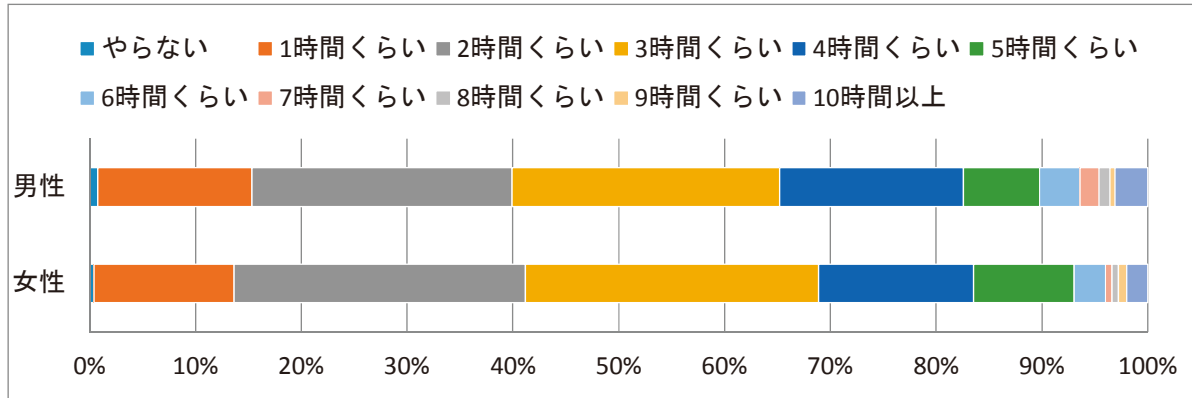


※ほとんど運動しないは、余暇で、スポーツや運動を、月 1～3 回またはほとんどしないと答えた人である。

5. 仕事や学業以外で、機器を扱う時間

問 12. 仕事や学業以外で、機器を扱う時間は、あわせてどのくらいですか。

男女とも、2 時間くらいから 3 時間くらいと答えた人が多かった。

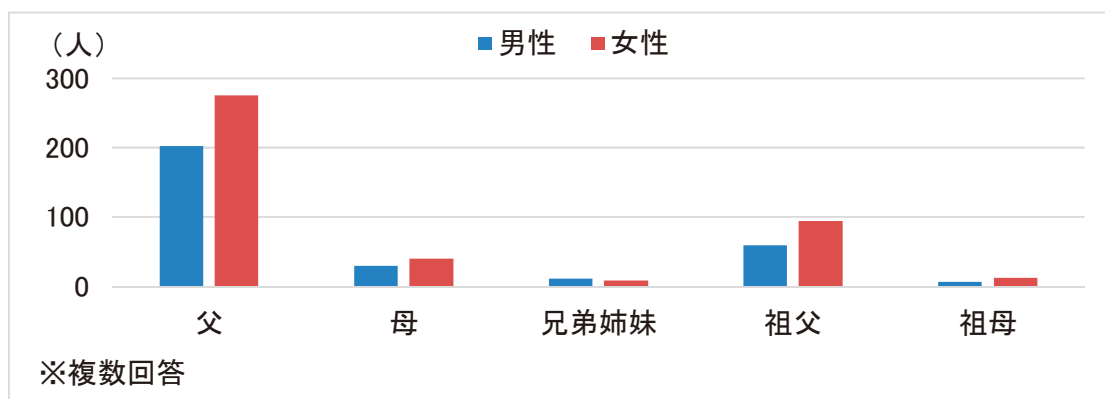


※機器：テレビ（ビデオ・DVD を含む）・パソコン（インターネット，メール，SNS，ブログ等を含む）・携帯電話（通話，メール，ウェブ，アプリ等を含む）・ゲーム・スマートフォン

6. 喫煙

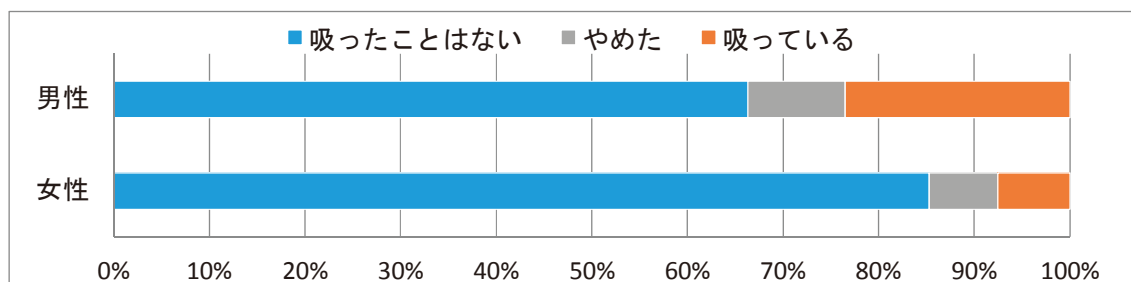
問 41. 小学生の頃に、家庭内でタバコを吸う人はいましたか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

男女とも、父親と答えた人が多く、男性で 203 人、女性で 276 人であった。



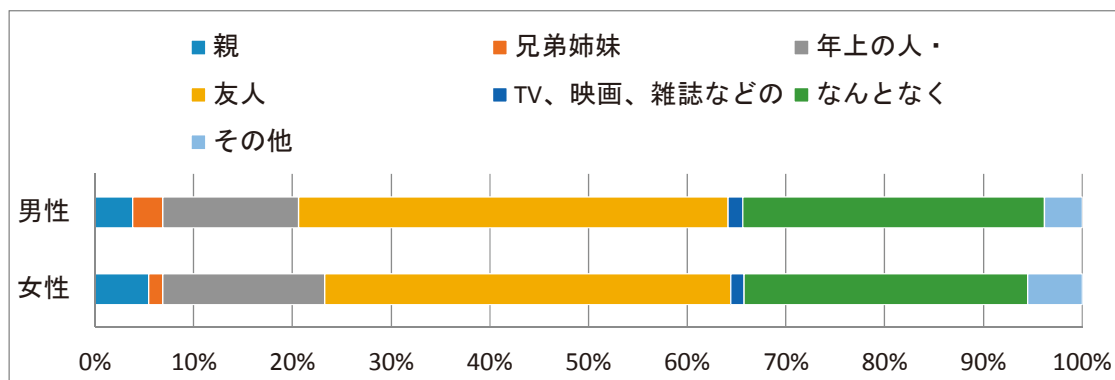
問 39. これまでに、あなたはタバコを吸っていますか。

タバコを吸っている人の割合は、男性で 23.5%，女性で 7.6%であった。



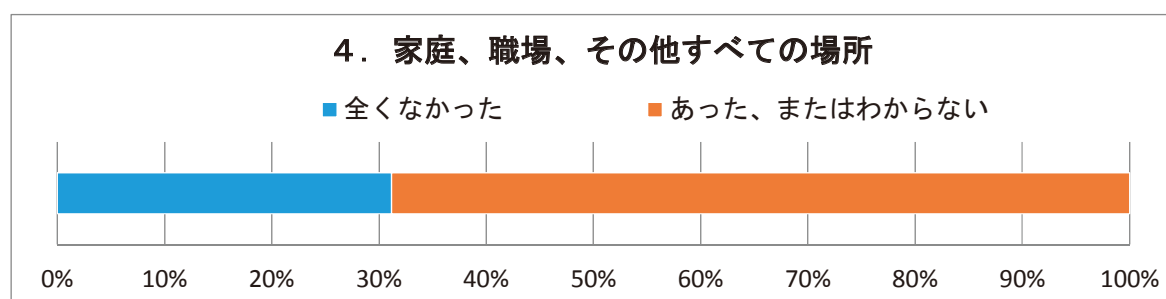
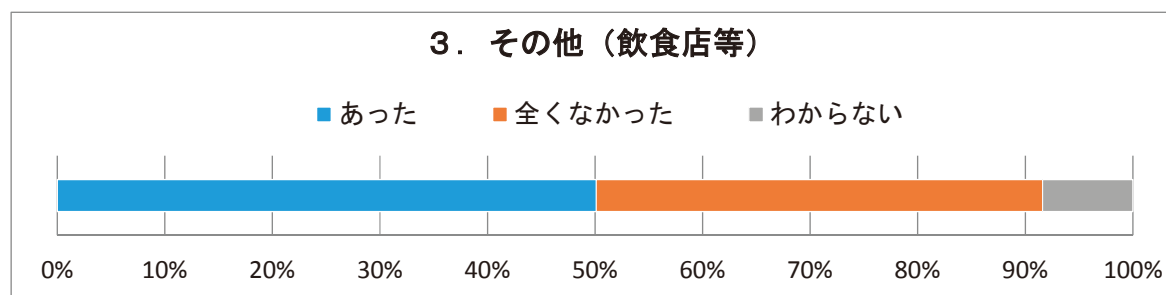
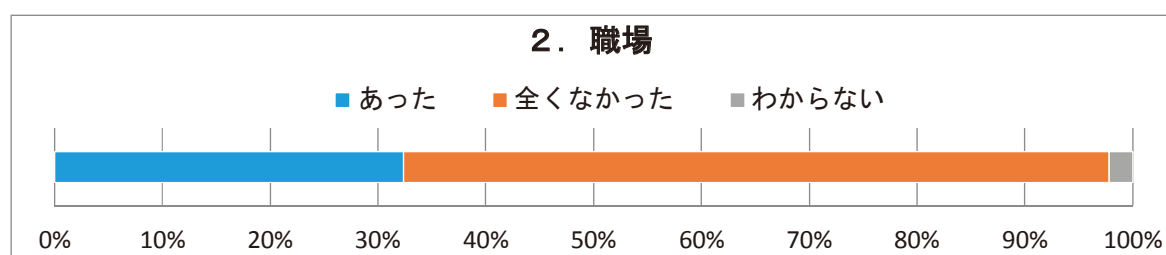
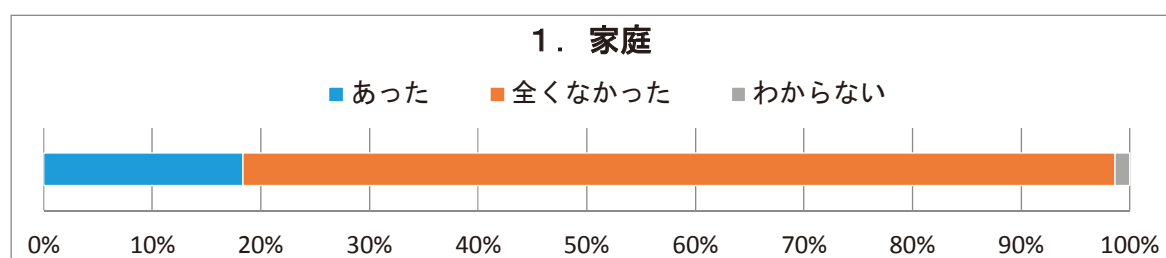
問 39-1. あなたがタバコを吸い始めたきっかけについて、最もあてはまるもの 1 つに○を付けてください。

男女とも、友人と答えた人の割合が高く、男性で 43.5%，女性で 41.1%であった。次いで、なんとなくが、男性で 30.5%，女性で 28.8%と多かった。



問 40. あなたはこの1週間に、自分以外の人が吸っていたタバコの煙を吸う機会がありましたか。

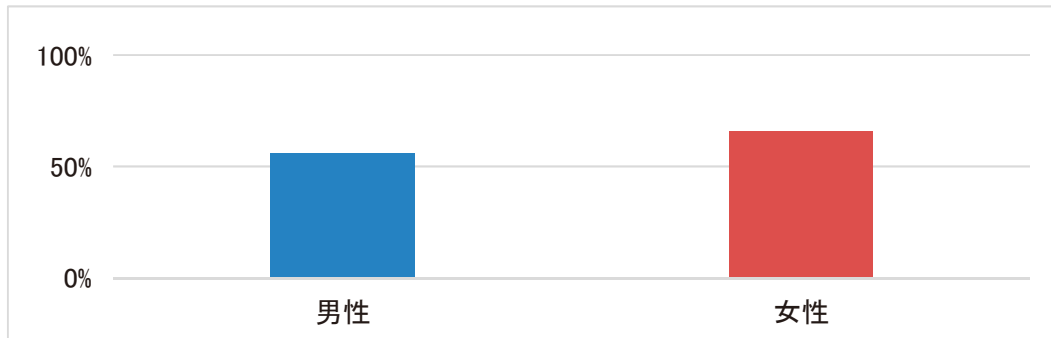
非喫煙者のうち、家庭で受動喫煙の機会があった人は18.0%、職場で32.3%、その他（飲食店等）50.1%であった。同様に、非喫煙者のうち、家庭、職場、その他（飲食店）の全てで、受動喫煙の機会が全くなかった人の割合は、31.1%であった。



7. 近視

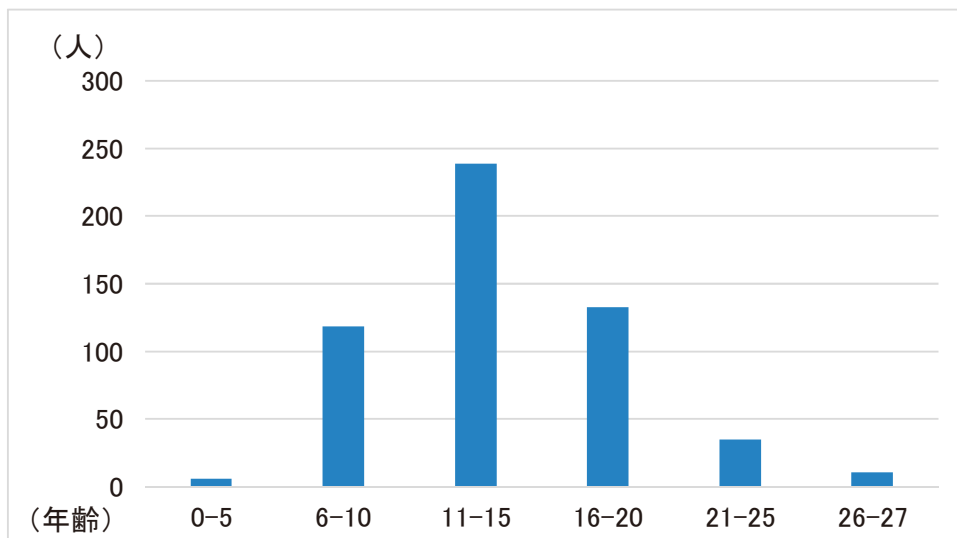
問 48. 近視(遠くの物が見えにくい状態)がありますか。

近視がある人の割合は、男性で 55.9%，女性で 65.7%であった。



問 48-1. 近視があると答えた者の近視が始まった年齢

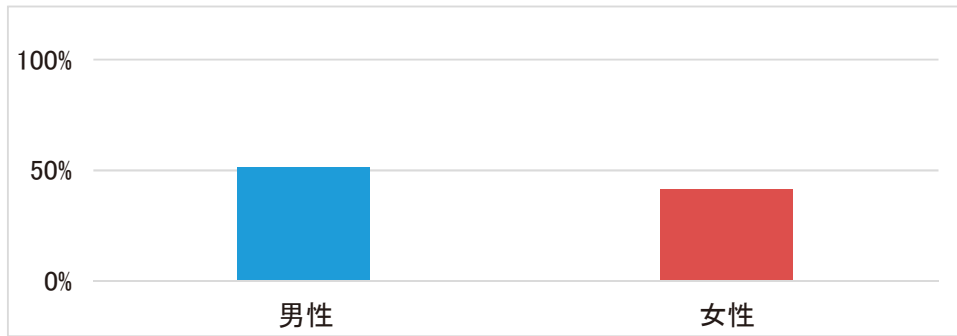
近視が始まった年齢は、11 歳から 20 歳で 68.5%を占めた。



8. 花粉症

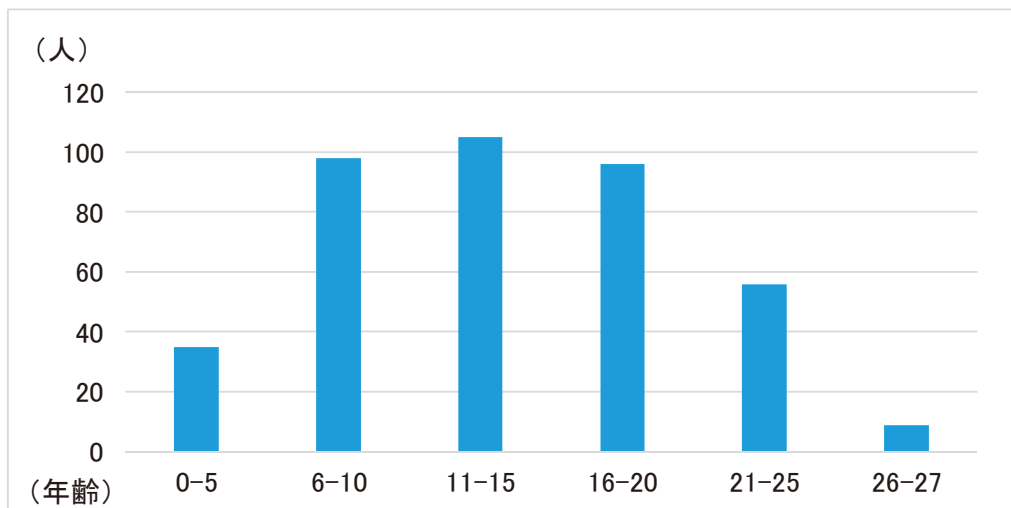
問 49. 花粉症はありますか。

花粉症がある人の割合は、男性で 51.4%，女性で 41.4%であった。



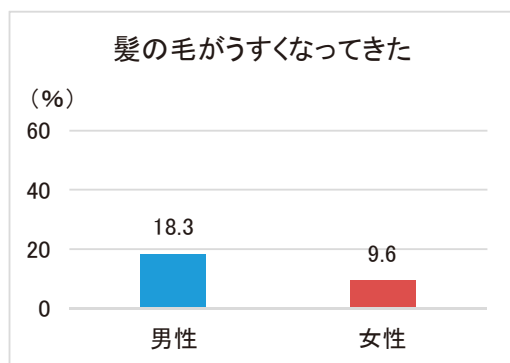
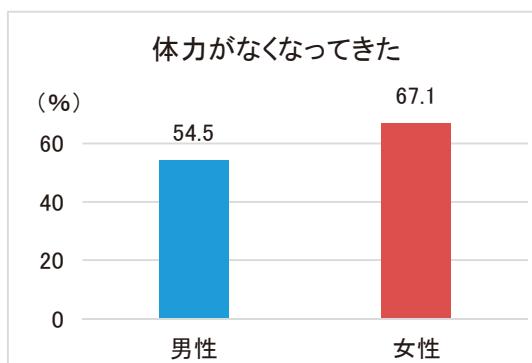
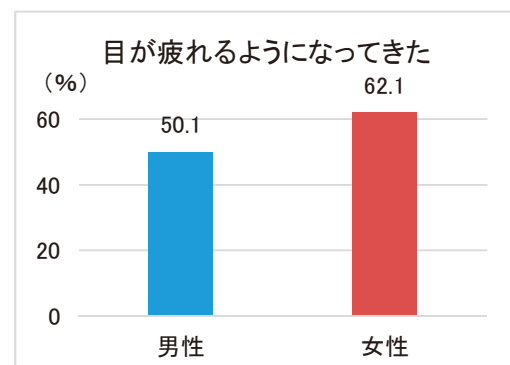
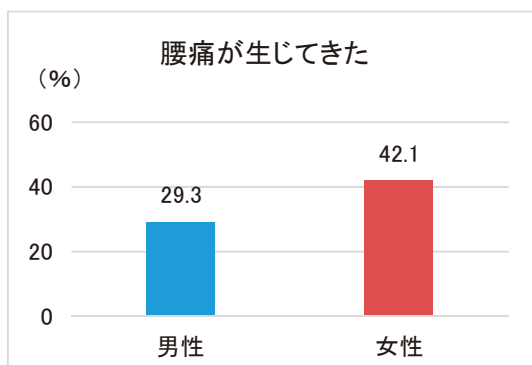
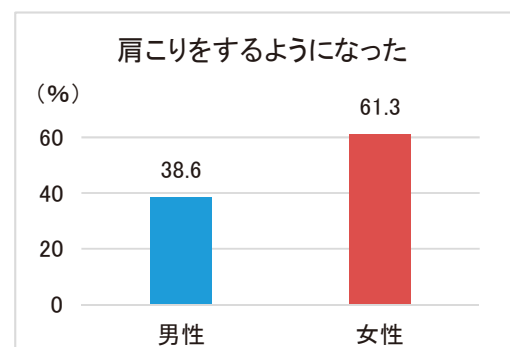
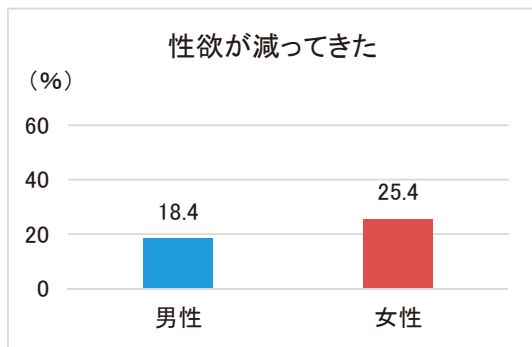
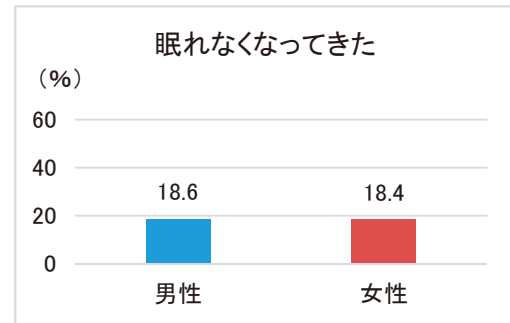
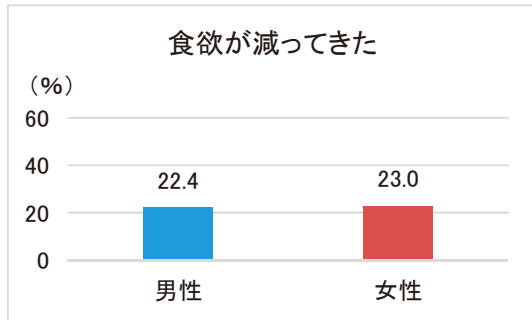
問 49-1. 花粉症があると答えた者の花粉症が始まった年齢

花粉症が始まった年齢は 11 歳から 20 歳で 50.4%を占めた。



9. 5年前の体調との比較

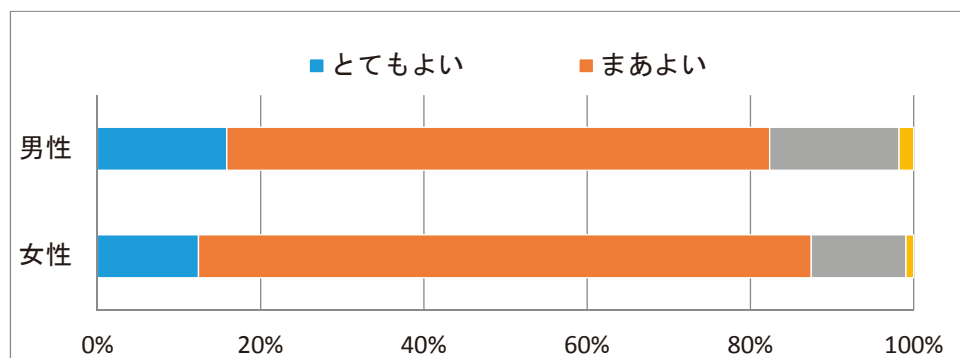
問 52. 以前(5年くらい前)と比べて以下のようなことがありますか



10. 主観的健康観

問 53. 現在の健康状態はどうですか。

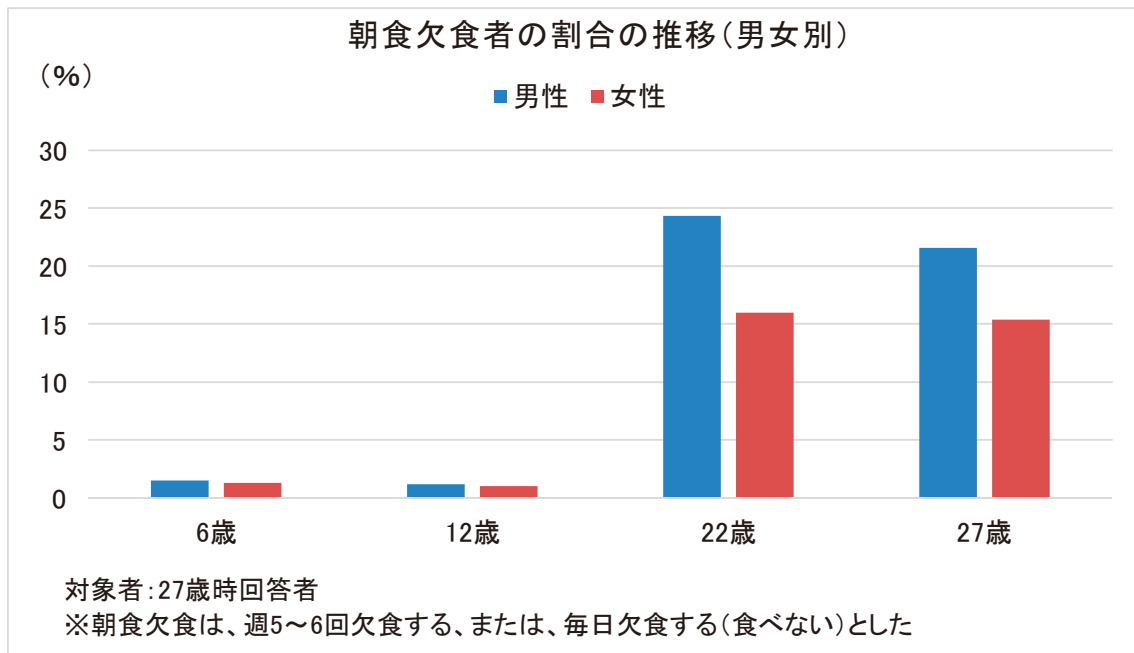
とてもよい, まあよいと答えた人の割合は, 男性で 82.4%, 女性で 87.5%であった。



11. 小児期の朝食欠食と27歳時の朝食欠食

朝食欠食者の推移

小児期までは、朝食欠食の割合は、男女とも1.0～1.5%程度であったが、22歳時で男性24.4%、女性16.0%に増加した。27歳時では男性21.6%、女性15.4%と割合は僅かに減少したが、大きな変化は見られなかった。



			6 歳	12 歳	22 歳	27 歳
男性	朝食欠食無	人	259	330	208	309
		%	98.5	98.8	75.6	78.4
	朝食欠食	人	4	4	67	85
		%	1.5	1.2	24.4	21.6
女性	朝食欠食無	人	309	390	294	428
		%	98.7	99.0	84.0	84.6
	朝食欠食	人	4	4	56	78
		%	1.3	1.0	16.0	15.4

IV. 集計表

—基礎集計(男女別)—

問 1. 現在の職業は何ですか。

		常勤 (管理職)	常勤 (事務職)	常勤 (現業職)	パート・ アルバイト	自営	農林業	主婦	学生	無職	その他	合計
全体	人	25	242	387	83	22	7	69	5	32	27	899
	%	2.8	26.8	43.1	9.2	2.5	0.8	7.7	0.6	3.6	3.0	100
男	人	15	98	212	20	14	5	0	1	17	11	393
	%	3.8	24.9	53.9	5.1	3.6	1.3	0	0.3	4.3	2.8	100
女	人	10	144	175	63	8	2	69	4	15	16	506
	%	2.0	28.5	34.6	12.5	1.6	0.4	13.6	0.8	3.0	3.2	100

問 1-1. 勤務形態はどちらですか。(主婦, 学生, 無職, その他 以外に回答した方)

		日勤	夜勤	その他 (交代勤務など)	合計
全体	人	647	11	116	774
	%	83.6	1.4	15.0	100
男	人	298	9	61	368
	%	81.0	2.5	17.0	100
女	人	349	2	55	406
	%	86.0	0.5	13.6	100

問 2. 現在どなたと一緒に住んでいますか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

		父親	母親	兄弟姉妹	祖父	祖母	配偶者	子ども	一人暮らし	その他
全体	人	344	377	205	62	130	248	138	225	46
	%	38.3	41.9	22.8	6.9	14.5	29.8	15.4	25.0	5.1
男	人	152	166	89	27	54	99	42	122	17
	%	38.7	42.2	22.7	6.9	13.7	25.2	10.7	31.0	4.3
女	人	192	211	116	35	76	169	96	103	29
	%	37.9	41.7	22.9	6.9	15.0	33.4	19.0	20.4	5.7

問 3-1. 実の兄の人数（人）

		0	1	2	3	合計
全体	人	587	266	44	2	899
	%	65.3	29.6	4.9	0.2	100
男	人	253	124	14	2	393
	%	64.4	31.6	3.6	0.5	100
女	人	334	142	30	0	506
	%	66.0	28.1	5.9	0	100

問 3-2. 実の姉の人数（人）

		0	1	2	3	4	合計
全体	人	638	228	28	4	1	899
	%	71.0	25.4	3.1	0.44	0.1	100
男	人	265	110	14	4	0	393
	%	67.4	28.0	3.6	1.02	0	100
女	人	373	118	14	0	1	505
	%	73.7	23.3	2.8	0	0.2	100

問 3-3. 実の弟の人数（人）

		0	1	2	3人以上	合計
全体	人	616	244	32	7	899
	%	68.5	27.1	3.6	0.8	100
男	人	279	101	12	1	393
	%	71.0	25.7	3.1	0.3	100
女	人	337	143	20	6	506
	%	66.6	28.3	4.0	1.2	100

問 3-4. 実の妹の人数（人）

		0	1	2	合計
全体	人	647	219	33	899
	%	72.0	24.4	3.7	100
男	人	283	94	16	393
	%	72.0	23.9	4.1	100
女	人	364	125	17	506
	%	71.9	24.7	3.4	100

問 4. 現在の身長と体重

		身長(cm)	体重(kg)
全体	平均	164.4	59.0
	標準偏差	8.7	12.1
	最大値	188.0	110.0
	最小値	142.0	36.0
男	平均	171.8	66.9
	標準偏差	6.0	10.8
	最大値	188.0	110.0
	最小値	153.0	43.0
女	平均	158.7	52.9
	標準偏差	5.6	9.2
	最大値	178.0	110.0
	最小値	142.0	36.0

Body mass index (BMI)

		BMI (kg/m ²)
全体	平均	21.7
	標準偏差	3.6
	最大値	43.0
	最小値	15.0
男	平均	22.7
	標準偏差	3.5
	最大値	43.0
	最小値	15.0
女	平均	21.0
	標準偏差	3.5
	最大値	43.0
	最小値	15.2

※問 4 の自記式の身長と体重から BMI を算出

問 5. 最近あるいは過去 1 年間での血圧

		最高血圧 (mmHg)	最低血圧 (mmHg)
全体	平均	112.4	67.1
	標準偏差	13.1	11.0
	最大値	160.0	100.0
	最小値	79.0	30.0
男	平均	120.3	72.0
	標準偏差	10.3	10.9
	最大値	145.0	100.0
	最小値	94.0	44.0
女	平均	108.1	64.5
	標準偏差	12.4	10.2
	最大値	160.0	100.0
	最小値	79.0	30.0

問 6. 1日の平均睡眠時間は何時間ですか。

		10 時間以上	9 時間くらい	8 時間くらい	7 時間くらい	6 時間くらい	5 時間くらい	4 時間以下	合計
全体	人	4	14	116	296	340	116	13	899
	%	0.4	1.6	12.9	32.9	37.8	12.9	1.5	100
男	人	2	6	38	124	157	59	8	394
	%	0.5	1.5	9.6	31.5	39.9	15.0	2.0	100
女	人	2	8	78	172	183	57	5	505
	%	0.4	1.6	15.5	34.1	36.2	11.3	1.0	100

問 7. 普段何時頃に寝ますか。

		8 時以前	9 時頃	10 時頃	11 時頃	夜中 12 時頃	夜中 1 時頃	夜中 2 時頃	夜中 3 時以降	合計
全体	人	33	14	68	248	336	133	49	16	897
	%	3.7	1.6	7.6	27.7	37.5	14.8	5.5	1.8	100
男	人	15	6	17	102	158	61	24	10	393
	%	3.8	1.5	4.3	26.0	40.2	15.5	6.1	2.5	100
女	人	18	8	51	146	178	72	25	6	504
	%	3.6	1.6	10.1	29.0	35.3	14.3	5.0	1.2	100

問 8. 同世代の同性と比較して歩く速度はどうですか。

		かなり速い	やや速い	ふつう	やや遅い	遅い	合計
全体	人	43	280	475	91	10	899
	%	4.8	31.2	52.8	10.1	1.1	100
男	人	24	141	202	23	4	394
	%	6.1	35.8	51.3	5.8	1.0	100
女	人	19	139	273	68	6	505
	%	3.8	27.5	54.1	13.5	1.2	100

問 9. 1 日に歩行または同程度の軽度の身体活動をどのくらい行っていますか。

		30 分未満	30～59 分	1～2 時間	2～3 時間	3～4 時間	4 時間以上	合計
全体	人	270	284	165	57	33	88	897
	%	30.1	31.7	18.4	6.4	3.7	9.8	100
男	人	99	117	84	33	15	43	391
	%	25.3	29.9	21.5	8.4	3.8	11.0	100
女	人	171	167	81	24	18	45	506
	%	33.8	33.0	16.0	4.7	3.6	8.9	100

問 10. 余暇で、スポーツや運動はどのくらいしていますか。

		週に 1 回以上	月に 1～3 回または ほとんどしない	合計
全体	人	226	672	898
	%	25.2	74.8	100
男	人	135	257	392
	%	34.4	65.6	100
女	人	91	415	506
	%	18.0	82.0	100

問 10-1. 週 1 回以上運動する者の 1 回あたりの時間

		1	2	3	4	5	6	7	合計
全体	人	99	55	39	6	9	7	8	223
	%	44.4	24.7	17.5	2.7	4.0	3.1	3.6	100
男	人	65	31	21	5	4	4	4	134
	%	48.5	23.1	15.7	3.7	3.0	3.0	3.0	100
女	人	34	24	18	1	5	3	4	89
	%	38.2	27.0	20.2	1.1	5.6	3.4	4.5	100

※0 時間と回答した 1 名を除く。

問 10-2. 週 1 回以上運動する者の運動の強度

		強度	中等度	合計
全体	人	95	124	219
	%	43.4	56.6	100
男	人	69	61	130
	%	53.1	46.9	100
女	人	26	63	89
	%	29.2	70.8	100

問 11. 通勤・通学は主に何を利用していますか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

		徒歩	鉄道・電車	バス	自家用車	オートバイ・ 原付	自転車	その他
全体	人	199	220	42	582	3	79	3
	%	22.1	24.5	4.7	64.7	0.3	8.8	0.3
男	人	88	99	14	243	3	45	2
	%	22.4	25.2	3.6	61.8	0.8	11.5	0.5
女	人	111	121	28	339	0	34	1
	%	21.9	23.9	5.5	67.0	0.0	6.7	0.2

問 12. 仕事や学業以外で、下記に費やす時間(機器を扱う時間)は、あわせてどのくらいですか。

「テレビ(ビデオ・DVDを含む)・パソコン(インターネット、メール、SNS、ブログ等を含む)・携帯電話
(通話、メール、ウェブ、アプリ等を含む)・ゲーム・スマートフォン」

		やらない	1 時間 くらい	2 時間 くらい	3 時間 くらい	4 時間 くらい	5 時間 くらい	6 時間 くらい	7 時間 くらい	8 時間 くらい	9 時間 くらい	10 時間 以上	合計
全体	人	5	124	235	239	142	76	30	10	7	6	22	896
	%	0.6	13.8	26.2	26.7	15.9	8.5	3.4	1.1	0.8	0.7	2.5	100
男	人	3	57	96	99	68	28	15	7	4	2	12	391
	%	0.8	14.6	24.6	25.3	17.4	7.2	3.8	1.8	1.0	0.5	3.1	100
女	人	2	67	139	140	74	48	15	3	3	4	10	505
	%	0.4	13.3	27.5	27.7	14.7	9.5	3.0	0.6	0.6	0.8	2.0	100

問 13. 1 日に何食食べますか。

		1 日 4 食 以上	1 日 3 食	1 日 2 食	1 日 1 食	合計
全体	人	13	674	207	5	899
	%	1.5	75.0	23.0	0.6	100
男	人	5	280	105	4	394
	%	1.3	71.1	26.7	1.0	100
女	人	8	394	102	1	505
	%	1.6	78.0	20.2	0.2	100

問 14. 食べる速さはどうですか。

		かなり速い	やや速い	ふつう	やや遅い	かなり遅い	合計
全体	人	74	323	360	126	17	900
	%	8.2	35.9	40.0	14.0	1.9	100
男	人	48	160	148	30	8	394
	%	12.2	40.6	37.6	7.6	2.0	100
女	人	26	163	212	96	9	506
	%	5.1	32.2	41.9	19.0	1.8	100

問 15. ついついお腹いっぱい食べることはどれくらいありますか。

		1 日に 3回以上	1 日に 1～2 回	週に 5～6 回	週に 3～4 回	週に 1～2 回	週に 1～3 回	ほとんどしない	合計
全体	人	12	154	126	191	222	114	80	899
	%	1.3	17.1	14.0	21.3	24.7	12.7	8.9	100
男	人	6	76	53	83	95	43	37	393
	%	1.5	19.3	13.5	21.1	24.2	10.9	9.4	100
女	人	6	78	73	108	127	71	43	506
	%	1.2	15.4	14.4	21.3	25.1	14.0	8.5	100

問 16. 子供や家族の食べ残しを食べることはどれくらいありますか。

		ほぼ毎日	週に 3～6 回	週に 1～2 回	月に 1～3 回	ほとんどない または食べない	合計
全体	人	28	28	83	106	648	893
	%	3.1	3.1	9.3	11.9	72.6	100
男	人	9	12	34	60	275	390
	%	2.3	3.1	8.7	15.4	70.5	100
女	人	19	16	49	46	373	503
	%	3.8	3.2	9.7	9.2	74.2	100

問 17. 自分で料理することがありますか。

		毎食	1日に 1～2 回	週に 5～6 回	週に 3～4 回	週に 1～2 回	月に 1～3 回	ほとんど しない	合計
全体	人	81	120	65	100	127	130	276	899
	%	9.0	13.4	7.2	11.1	14.1	14.5	30.7	100
男	人	6	23	17	35	60	72	181	394
	%	1.5	5.8	4.3	8.9	15.2	18.3	45.9	100
女	人	75	97	48	65	67	58	95	505
	%	14.9	19.2	9.5	12.9	13.3	11.5	18.8	100

問 18. 朝食を欠食する(食べない)ことがありますか。

		欠食は ほとんどない	週 1～2 回	週 3～4 回	週 5～6 回	毎食 (食べない)	合計
全体	人	483	186	68	60	103	900
	%	53.7	20.7	7.6	6.7	11.4	100
男	人	181	99	29	30	55	394
	%	45.9	25.1	7.4	7.6	14.0	100
女	人	302	87	39	30	48	506
	%	59.7	17.2	7.7	5.9	9.5	100

問 19. 夕方、夕食前に空腹を感じたとき、どうすることが多いですか。

		夕食まで待つ	軽い食べ物を食べる	好きなものを食べる	その他	合計
全体	人	278	491	108	17	894
	%	31.1	54.9	12.1	1.9	100
男	人	145	193	43	9	390
	%	37.2	49.5	11.0	2.3	100
女	人	133	298	65	8	504
	%	26.4	59.1	12.9	1.6	100

問 20. 夕食は、普段、何時頃に食べますか。

		午後 6 時 以前	午後 7 時頃	午後 8 時頃	午後 9 時頃	午後 10 時頃	午後 11 時頃	夜中 12 時頃
全体	人	50	336	268	128	52	18	2
	%	5.6	37.5	29.9	14.3	5.8	2.0	0.2
男	人	19	142	111	59	27	15	1
	%	4.8	36.1	28.2	15.0	6.9	3.8	0.3
女	人	31	194	157	69	25	3	1
	%	6.2	38.5	31.2	13.7	5.0	0.6	0.2

		夜中1時頃	夜中 2 時頃	夜中 3 時 以降	食べない	日によって 大幅に異なる	合計
全体	人	2	1	1	4	35	897
	%	0.2	0.1	0.1	0.5	3.9	100
男	人	2	1	1	0	15	393
	%	0.5	0.3	0.3	0.0	3.8	100
女	人	0	0	0	4	20	504
	%	0.0	0.0	0.0	0.8	4.0	100

※「日によって大幅に異なる」は、Web 回答者のみ

問 21. 夕食を外食することがありますか。

		毎日	週に 5～6 回	週に 3～4 回	週に 1～2 回	月に 1～3 回	ほとんど しない	合計
全体	人	19	31	62	282	329	175	898
	%	2.1	3.5	6.9	31.4	36.6	19.5	100
男	人	16	23	41	125	120	69	394
	%	4.1	5.8	10.4	31.7	30.5	17.5	100
女	人	3	8	21	157	209	106	504
	%	0.6	1.6	4.2	31.2	41.5	21.0	100

問 22. 夕方または夜に、主に油を多く使った料理(揚げ物やカレー等)を食べることがありますか。

		毎日	週に 5～6 回	週に 3～4 回	週に 1～2 回	月に 1～3 回	ほとんど しない	合計
全体	人	9	50	210	408	177	43	897
	%	1.0	5.6	23.4	45.5	19.7	4.8	100
男	人	7	32	131	162	51	10	393
	%	1.8	8.1	33.3	41.2	13.0	2.5	100
女	人	2	18	79	246	126	33	504
	%	0.4	3.6	15.7	48.8	25.0	6.6	100

問 23. 居酒屋等で飲み会をする機会はどのくらいありますか。

		週に 3～4 回	週に 1～2 回	月に 1～3 回	ほとんど しない	合計
全体	人	11	86	360	441	898
	%	1.2	9.6	40.1	49.1	100
男	人	9	47	167	171	394
	%	2.3	11.9	42.4	43.4	100
女	人	2	39	193	270	504
	%	0.4	7.7	38.3	53.6	100

※「毎日」、「週に 5～6 回」と答えた者は、0 人であった。

問 24. 間食を食べますか。(お菓子類・あめ・グミ・砂糖の入った飲料等を含む)

		1日3回 以上	1日2回 程度	1日1回	食べる習慣が ない	合計
全体	人	58	171	452	215	896
	%	6.5	19.1	50.5	24.0	100
男	人	23	49	179	141	392
	%	5.9	12.5	45.7	36.0	100
女	人	35	122	273	74	504
	%	6.9	24.2	54.2	14.7	100

問 24-1. お菓子を持ち歩いていますか(あめ・グミ・ガム等)。

		いつも 持ち歩いている	時々 持ち歩いている	持ち歩いて いない	合計
全体	人	86	215	439	740
	%	11.6	29.1	59.3	100
男	人	24	63	204	291
	%	8.3	21.7	70.1	100
女	人	62	152	235	449
	%	13.8	33.9	52.3	100

問 25. 夜食(夕方から寝るまでの間での間食)を食べますか。

		毎日	週に 5～6回	週に 3～4回	週に 1～2回	月に 1～3回	食べない	合計
全体	人	20	25	65	144	126	512	892
	%	2.2	2.8	7.3	16.1	14.1	57.4	100
男	人	10	10	35	65	57	213	390
	%	2.6	2.6	9.0	16.7	14.6	54.6	100
女	人	10	15	30	79	69	299	502
	%	2.0	3.0	6.0	15.7	13.8	59.6	100

問 26. あなたは食品の栄養表示を見ますか。

		いつも見る	時々見る	あまり見ない	合計
全体	人	120	402	367	889
	%	13.5	45.2	41.3	100
男	人	41	153	196	390
	%	10.5	39.2	50.3	100
女	人	79	249	171	499
	%	15.8	49.9	34.3	100

問 27. 現在の食生活についてお尋ねします。次の項目ごとに 1 つ〇で囲んでください。

問 27-1. 魚は食べますか。

		毎日食べる	週 5～6 回	週 3～4 回	週 1～2 回	食べない	合計
全体	人	14	23	230	550	75	892
	%	1.6	2.6	25.8	61.7	8.4	100
男	人	8	10	100	235	36	389
	%	2.1	2.6	25.7	60.4	9.3	100
女	人	6	13	130	315	39	503
	%	1.2	2.6	25.8	62.6	7.8	100

問 27-2. 肉は食べますか。

		毎日食べる	週 5～6 回	週 3～4 回	週 1～2 回	食べない	合計
全体	人	104	207	446	132	7	896
	%	11.6	23.1	49.8	14.7	0.8	100
男	人	44	102	193	51	2	392
	%	11.2	26.0	49.2	13.0	0.5	100
女	人	60	105	253	81	5	504
	%	11.9	20.8	50.2	16.1	1.0	100

問 27-3. 植物油を使った料理(天ぷら, 揚げ物など)は食べますか。

		毎日食べる	週 5～6 回	週 3～4 回	週 1～2 回	食べない	合計
全体	人	12	50	201	557	76	896
	%	1.3	5.6	22.4	62.2	8.5	100
男	人	5	29	110	229	19	392
	%	1.3	7.4	28.1	58.4	4.9	100
女	人	7	21	91	328	57	504
	%	1.4	4.2	18.1	65.1	11.3	100

問 27-4. 牛乳または乳製品(ヨーグルト, チーズ等)は食べますか。

		毎日食べる	週 5～6 回	週 3～4 回	週 1～2 回	食べない	合計
全体	人	262	130	176	277	48	893
	%	29.3	14.6	19.7	31.0	5.4	100
男	人	86	52	82	143	28	391
	%	22.0	13.3	21.0	36.6	7.2	100
女	人	176	78	94	134	20	502
	%	35.1	15.5	18.7	26.7	4.0	100

問 27-5. 大豆製品(豆腐, 油揚げ, 納豆, 煮豆等)は食べますか。

		毎日食べる	週 5～6 回	週 3～4 回	週 1～2 回	食べない	合計
全体	人	123	134	282	324	33	896
	%	13.7	15.0	31.5	36.2	3.7	100
男	人	40	54	112	170	16	392
	%	10.2	13.8	28.6	43.4	4.1	100
女	人	83	80	170	154	17	504
	%	16.5	15.9	33.7	30.6	3.4	100

問 27-6. 果物は食べますか。

		毎日食べる	週 5～6 回	週 3～4 回	週 1～2 回	食べない	合計
全体	人	64	50	155	406	220	895
	%	7.2	5.6	17.3	45.4	24.6	100
男	人	18	12	58	193	111	392
	%	4.6	3.1	14.8	49.2	28.3	100
女	人	46	38	97	213	109	503
	%	9.2	7.6	19.3	42.4	21.7	100

問 27-7. めん類(うどん, そば, ラーメン, パスタ等)は食べますか。

		毎日食べる	週 5～6 回	週 3～4 回	週 1～2 回	食べない	合計
全体	人	19	79	286	475	37	896
	%	2.1	8.8	31.9	53.0	4.1	100
男	人	12	46	135	189	10	392
	%	3.1	11.7	34.4	48.2	2.6	100
女	人	7	33	151	286	27	504
	%	1.4	6.6	30.0	56.8	5.4	100

問 27-8. 丼物(牛丼, 親子丼, カツ丼, 天丼等)は食べますか。

		毎日食べる	週 5～6 回	週 3～4 回	週 1～2 回	食べない	合計
全体	人	3	20	99	461	311	894
	%	0.3	2.2	11.1	51.6	34.8	100
男	人	3	16	69	223	81	392
	%	0.8	4.1	17.6	56.9	20.7	100
女	人	0	4	30	238	230	502
	%	0.0	0.8	6.0	47.4	45.8	100

問 28. 野菜(漬物を除く)は食べますか。

		1 日に 3 回以上	1 日 2 回 くらい	1 日 1 回 くらい	2 日 1 回 くらい	週に 1～2 回	月に 1～3 回	食べない	合計
全体	人	61	219	350	119	109	26	12	896
	%	6.8	24.4	39.1	13.3	12.2	2.9	1.3	100
男	人	18	68	159	66	62	10	9	392
	%	4.6	17.4	40.6	16.8	15.8	2.6	2.3	100
女	人	43	151	191	53	47	16	3	504
	%	8.5	30.0	37.9	10.5	9.3	3.2	0.6	100

問 29. 味付けは濃い味を好む方ですか。

		はい	いいえ	合計
全体	人	414	479	893
	%	46.4	53.6	100
男	人	211	178	389
	%	54.2	45.8	100
女	人	203	301	504
	%	40.3	59.7	100

問 30. 「家での味付け」はどうですか。

		濃い	ふつう	うすい	合計
全体	人	115	689	89	893
	%	12.9	77.2	10.0	100
男	人	46	309	35	390
	%	11.8	79.2	9.0	100
女	人	69	380	54	503
	%	13.7	75.6	10.7	100

問 31. 味噌汁は飲みますか。

		1 日に 3 杯以上	1 日に 2 杯くらい	1 日に 1 杯くらい	2 日に 1 杯くらい	週に 1～2 杯	月に 1～3 杯	飲まない	合計
全体	人	13	91	290	147	180	106	69	896
	%	1.5	10.2	32.4	16.4	20.1	11.8	7.7	100
男	人	5	45	122	68	81	46	25	392
	%	1.3	11.5	31.1	17.4	20.7	11.7	6.4	100
女	人	8	46	168	79	99	60	44	504
	%	1.6	9.1	33.3	15.7	19.6	11.9	8.7	100

問 32. 漬物は食べますか。

		1 日 2 回以上	1 日に 1 回くらい	2 日に 1 回くらい	週に 1～2 回	月に 1～3 回	食べない	合計
全体	人	21	95	80	227	270	202	895
	%	2.4	10.6	8.9	25.4	30.2	22.6	100
男	人	7	48	34	111	108	84	392
	%	1.8	12.2	8.7	28.3	27.6	21.4	100
女	人	14	47	46	116	162	118	503
	%	2.8	9.3	9.2	23.1	32.2	23.5	100

問 33. 漬物は「浅漬け」と「古漬け」ではどちらが多いですか。

		浅漬けが多い	古漬けが多い	どちらも同じくらい	合計
全体	人	649	29	180	858
	%	75.6	3.4	21.0	100
男	人	264	12	98	374
	%	70.6	3.2	26.2	100
女	人	385	17	82	484
	%	79.6	3.5	16.9	100

問 34. 漬物にしょうゆをかけますか。

		かけない	味をみてかけたり, かけなかったりする	味をみずに かける	合計
全体	人	702	155	9	866
	%	81.1	17.9	1.0	100
男	人	284	85	9	378
	%	75.1	22.5	2.4	100
女	人	418	70	0	488
	%	85.7	14.3	0.0	100

問 35. 味付けしたおかずに、さらにしょうゆ、ソース、塩などをかけますか。

		かけない	味をみてかけたり、 かけなかったりする	味をみずに かける	合計
全体	人	602	282	6	890
	%	67.6	31.7	0.7	100
男	人	236	151	4	391
	%	60.4	38.6	1.0	100
女	人	366	131	2	499
	%	73.4	26.3	0.4	100

問 36. 「塩で味つけた加工品」(塩鮭、たらこ、明太子、塩辛、塩納豆など)を食べますか。

		1 日 2 回以上	1 日に 1 回くらい	2 日に 1 回くらい	週に 1～2 回	月に 1～3 回	食べない	合計
全体	人	2	20	48	237	413	173	893
	%	0.2	2.2	5.4	26.5	46.3	19.4	100
男	人	1	10	24	122	164	69	390
	%	0.3	2.6	6.2	31.3	42.1	17.7	100
女	人	1	10	24	115	249	104	503
	%	0.2	2.0	4.8	22.9	49.5	20.7	100

問 37. めん類(うどん、そば、ラーメンなど)を食べるとき、汁(つけ汁を含む)を飲みますか。

		ほとんど 飲まない	半分くらい 飲む	ほとんど 全部飲む	合計
全体	人	364	428	102	894
	%	40.7	47.9	11.4	100
男	人	108	211	72	391
	%	27.6	54.0	18.4	100
女	人	256	217	30	503
	%	50.9	43.1	6.0	100

問 38. 塩分を控えることについて何か実行していますか。

		現在実行 している	過去に実行したが 現在は実行して いない	実行したことは ない	合計
全体	人	195	79	621	895
	%	21.8	8.8	69.4	100
男	人	60	35	297	392
	%	15.3	8.9	75.8	100
女	人	135	44	324	503
	%	26.8	8.8	64.4	100

問 39. これまでに、あなたはタバコを吸っていますか。

		吸ったことは ない	吸っている	やめた	合計
全体	人	689	130	76	895
	%	77.0	14.5	8.5	100
男	人	260	92	40	392
	%	66.3	23.5	10.2	100
女	人	429	38	36	503
	%	85.3	7.6	7.2	100

問 39-1. あなたがタバコを吸い始めたきっかけについて、最もあてはまるもの 1 つに○を付けてください。

		親	兄弟姉妹	年上の人・ 先輩	友人	TV, 映画, 雑誌などの 喫煙シーン	なんとなく	その他	合計
全体	人	9	5	30	87	3	61	9	204
	%	4.4	2.5	14.7	42.7	1.5	29.9	4.4	100
男性	人	5	4	18	57	2	40	5	131
	%	3.8	3.1	13.7	43.5	1.5	30.5	3.8	100
女性	人	4	1	12	30	1	21	4	73
	%	5.5	1.4	16.4	41.1	1.4	28.8	5.5	100

問 40-1. あなたはこの1週間に、自分以外の人が吸っていたタバコの煙を吸う機会がありましたか(家庭)

		ほとんど 毎日	時々 あった	全く なかった	わからない	合計
全体	人	58	119	668	13	858
	%	6.8	13.9	77.9	1.5	100
男	人	17	44	302	6	369
	%	4.6	11.9	81.8	1.6	100
女	人	41	75	366	7	489
	%	8.4	15.3	74.9	1.4	100

問 40-2. あなたはこの1週間に、自分以外の人が吸っていたタバコの煙を吸う機会がありましたか(職場)。

		ほとんど 毎日	時々 あった	全く なかった	わからない	合計
全体	人	101	227	514	21	863
	%	11.7	26.3	59.6	2.4	100
男	人	70	139	160	9	378
	%	18.5	36.8	42.3	2.4	100
女	人	31	88	354	12	485
	%	6.4	18.1	73.0	2.5	100

問 40-3. あなたはこの1週間に、自分以外の人が吸っていたタバコの煙を吸う機会がありましたか(その他(飲食店など))。

		ほとんど 毎日	時々 あった	全く なかった	わからない	合計
全体	人	14	436	328	74	852
	%	1.6	51.2	38.5	8.7	100
男	人	10	198	132	28	369
	%	2.7	53.7	35.8	7.6	100
女	人	4	238	196	46	484
	%	0.8	49.2	40.5	9.5	100

問 41. 小学生の頃に、家庭内でタバコを吸う人はいましたか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

		父	母	兄弟姉妹	祖父	祖母	いなかった
全体	人	479	70	21	155	20	338
	%	53.6	7.8	2.4	17.4	2.2	37.8
男	人	203	30	12	60	7	156
	%	51.9	7.7	3.1	15.4	1.8	39.9
女	人	276	40	9	95	13	182
	%	54.9	8.0	1.8	18.9	2.6	36.2

問 42. あなたは週に何日ぐらいお酒(清酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲みますか。

		毎日	週 5～6 日	週 3～4 日	週 1～2 日	月 1～3 日
全体	人	27	37	59	155	215
	%	3.0	4.1	6.6	17.3	24.0
男	人	18	24	42	80	86
	%	4.6	6.1	10.7	20.4	21.9
女	人	9	13	17	75	129
	%	1.8	2.6	3.4	14.9	25.7

		やめた (1年以上 やめている)	ほとんど 飲まない	飲めない	合計
全体	人	23	272	107	895
	%	2.6	30.4	12.0	100
男	人	7	100	35	392
	%	1.8	25.5	8.9	100
女	人	16	172	72	503
	%	3.2	34.2	14.3	48

問 42-1. お酒を飲む日は 1 日あたり、清酒に換算し、どれくらいの量を飲みますか。

(ビール・缶チューハイ 350ml 缶が清酒 0.5 合、日本酒コップ 1 杯 180ml が清酒 1 合に相当)

		1 合 (180ml) 未満	1 合以上 2 合 (360ml) 未満	2 合以上 3 合 (540ml) 未満	3 合以上 4 合 (720ml) 未満	4 合以上 5 合 (900ml) 未満	5 合 (900ml) 以上	合計
全 体	人	175	171	107	40	10	8	511
	%	34.3	33.5	20.9	7.8	2.0	1.6	100
男	人	77	88	68	15	2	6	256
	%	30.1	34.4	26.6	5.9	0.8	2.3	100
女	人	98	83	39	25	8	2	255
	%	38.4	32.6	15.3	9.8	3.1	0.8	100

問 43. 現在、あなたの年収(税込み)と同居している人(いれば)の年収(税込み)の合計はどのくらいですか。

		0～ 299 万円	300～ 599 万円	600～ 899 万円	900～ 1199 万円	1200～ 1499 万円	1500 万円 以上	分からない	合計
全 体	人	104	389	168	73	28	15	93	870
	%	12.0	44.7	19.3	8.4	3.2	1.7	10.7	100
男	人	43	185	73	30	12	4	35	382
	%	11.3	48.4	19.1	7.9	3.1	1.1	9.2	100
女	人	61	204	95	43	16	11	58	488
	%	12.5	41.8	19.5	8.8	3.3	2.3	11.9	100

※「分からない」は、Web 回答者のみ

問 44. 小学生の頃に、自家用車がありましたか。

		あった	なかった	合計
全 体	人	888	5	893
	%	99.4	0.6	100
男	人	386	4	390
	%	99.0	1.0	100
女	人	502	1	503
	%	99.8	0.2	100

問 44-1. 小学生の頃に、自家用車がありましたか(台)。

(問 44. で「あった」と答えた者)

		1	2	3	4	5	6	10 台以上	合計
全体	人	138	470	160	70	22	5	2	867
	%	15.9	54.2	18.5	8.1	2.5	0.6	0.2	100
男	人	65	205	69	21	13	2	1	376
	%	17.3	54.5	18.4	5.6	3.5	0.5	0.3	100
女	人	73	265	91	49	9	3	1	491
	%	14.9	54.0	18.5	10.0	1.8	0.6	0.2	100

問 45. あなたは、1 日に何回、歯を磨きますか。

		4 回以上	3 回	2 回	1 回	毎日 磨かない	合計
全体	人	27	287	421	136	21	892
	%	3.0	32.2	47.2	15.3	2.4	100
男	人	15	66	201	90	18	390
	%	3.9	16.9	51.5	23.1	4.6	100
女	人	12	221	220	46	3	502
	%	2.4	44.0	43.8	9.2	0.6	100

問 46. あなたは、1 日に何回、歯間ブラシを使っていますか。

		4 回以上	3 回	2 回	1 回	使って いない	合計
全体	人	2	30	82	132	647	893
	%	0.2	3.4	9.2	14.8	72.5	100
男	人	1	12	44	66	267	390
	%	0.3	3.1	11.3	16.9	68.5	100
女	人	1	18	38	66	380	503
	%	0.2	3.6	7.6	13.1	75.6	100

問 47. 歯を磨いた時に血が出ますか。

		いつも出る	たまに出る	出ない	合計
全体	人	32	391	471	894
	%	3.6	43.7	52.7	100
男	人	16	177	198	391
	%	4.1	45.3	50.6	100
女	人	16	214	273	503
	%	3.2	42.5	54.3	100

問 48. 近視(遠くの物が見えにくい状態)がありますか。

		ある	ない	合計
全体	人	548	344	892
	%	61.4	38.6	100
男	人	218	172	390
	%	55.9	44.1	100
女	人	330	172	502
	%	65.7	34.3	100

問 48-1. 問 48 で「ある」と答えた者の近視が始まった年齢

年齢(歳)		0-5	6-10	11-15	16-20	21-25	26-27	合計
全体	人	6	119	239	133	35	11	543
	%	1.1	21.9	44.0	24.5	6.4	2.0	100
男	人	2	33	92	68	14	6	215
	%	0.9	15.4	42.8	31.6	6.5	2.8	100
女	人	4	86	147	65	21	5	328
	%	1.2	26.2	44.8	19.8	6.4	1.5	100

問 49. 花粉症はありますか。

		ある	ない	合計
全体	人	408	483	891
	%	45.8	54.2	100
男	人	201	190	391
	%	51.4	48.6	100
女	人	207	293	500
	%	41.4	58.6	100

問 49-1. 問 49 で花粉症が「ある」と答えた者の花粉症が始まった年齢

年齢(歳)		0-5	6-10	11-15	16-20	21-25	26-27	合計
全体	人	35	98	105	96	56	9	399
	%	8.8	24.6	26.3	24.1	14.0	2.3	100
男	人	19	55	49	47	26	1	197
	%	9.7	27.9	24.9	23.9	13.2	0.5	100
女	人	16	43	56	49	30	8	202
	%	7.9	21.3	27.7	24.3	14.9	4.0	100

問 50. 普段の生活で、声を出して笑う機会はどのくらいありますか。

		ほぼ毎日	週 1～5 回 程度	月 1～3 回 程度	ほとんど ない	合計
全体	人	444	332	88	30	894
	%	49.7	37.1	9.8	3.4	100
男	人	164	157	51	21	393
	%	41.7	40.0	13.0	5.3	100
女	人	280	175	37	9	501
	%	55.9	34.9	7.4	1.8	100

問 51. 気軽に個人的に相談できる親しい友人や家族, 親せきは何人いますか。

		4人以上	3人	2人	1人	あまり いない	合計
全体	人	387	172	171	53	111	894
	%	43.3	19.2	19.1	5.9	12.4	100
男	人	148	74	72	29	70	393
	%	37.7	18.8	18.3	7.4	17.8	100
女	人	239	98	99	24	41	501
	%	47.7	19.6	19.8	4.8	8.2	100

問 52-1. 以前(5年くらい前)と比べて食欲が減ってきた。

		はい	いいえ	合計
全体	人	203	691	894
	%	22.7	77.3	100
男	人	88	305	393
	%	22.4	77.6	100
女	人	115	386	500
	%	23.0	77.1	100

問 52-2. 以前(5年くらい前)と比べて眠れなくなってきた。

		はい	いいえ	合計
全体	人	165	728	893
	%	18.5	81.5	100
男	人	73	320	393
	%	18.6	81.4	100
女	人	92	408	500
	%	18.4	81.6	100

問 52-3. 以前(5 年くらい前)と比べて性欲が減ってきた。

		はい	いいえ	合計
全体	人	198	691	889
	%	22.3	77.7	100
男	人	72	320	392
	%	18.4	81.6	100
女	人	126	371	497
	%	25.4	74.7	100

問 52-4. 以前(5 年くらい前)と比べて肩こりをするようになった,
または以前よりひどくなってきた。

		はい	いいえ	合計
全体	人	458	434	892
	%	51.4	48.7	100
男	人	151	240	391
	%	38.6	61.4	100
女	人	307	194	501
	%	61.3	38.7	100

問 52-5. 以前(5 年くらい前)と比べて腰痛が生じてきた,
または以前よりひどくなってきた。

		はい	いいえ	合計
全体	人	326	567	893
	%	36.5	63.5	100
男	人	115	277	392
	%	29.3	70.7	100
女	人	211	290	501
	%	42.1	57.9	100

52-6. 以前(5 年くらい前)と比べて目が疲れるようになってきた,
または以前よりひどくなってきた。

		はい	いいえ	合計
全体	人	508	386	894
	%	56.8	43.2	100
男	人	197	196	393
	%	50.1	49.9	100
女	人	311	190	501
	%	62.1	37.9	100

問 52-7. 以前(5 年くらい前)と比べて髪の毛がうすくなってきた,
または以前よりうすくなってきた。

		はい	いいえ	合計
全体	人	120	772	892
	%	13.5	86.6	100
男	人	72	321	393
	%	18.3	81.7	100
女	人	48	451	499
	%	9.6	90.4	100

問 52-8. 以前(5 年くらい前)と比べて体力がなくなってきた。

		1	2	合計
全体	人	550	344	894
	%	61.52	38.48	100
男	人	214	179	393
	%	54.5	45.6	100
女	人	336	165	501
	%	67.1	32.9	100

問 53. 現在の健康状態はどうか。

		とてもよい	まあよい	あまりよくない	よくない	合計
全体	人	124	636	120	12	892
	%	13.9	71.3	13.5	1.4	100
男性	人	62	260	62	7	391
	%	15.9	66.5	15.9	1.8	100
女性	人	62	376	58	5	501
	%	12.4	75.1	11.58	1.0	100

V. 参考資料

第 1～4 回調査

- 参考① 3 歳時 調査票
- 参考② 6 歳時 調査票
- 参考③ 12 歳時 調査票
- 参考④ 22 歳時 調査票

第 5 回調査

27 歳時調査 送付資料一式

- 参考⑤ 「研究への協力をお願い」
- 参考⑥ 「Web アンケートのご回答方法について」
- 参考⑦ 27 歳時 調査票

三歳児健康アンケート

最近では太りすぎ、やせすぎ、小児の成人病など、からだの発育の問題が増えています。これには幼児期からの生活習慣や食事、また家族の健康状態が関係していると考えられています。

このアンケートは、保健所と市町村のご協力により行います。三歳児の食事・遊び・発育状態と、ご家族の健康状態を知ることによって、今後、茨城県がよりよい三歳児の保健指導指針を作るための資料に用います。なお、書かれた内容については、個人の秘密を厳守しますので、ご心配なくご記入ください。

また、幼児の生活習慣や食事は、大人になってからの成人病と関連があります。そこで三歳児の生活習慣とその後の成長との関係を知るために、お子さんが小学校1年、中学校1年、高校1年になったときにお手紙を差し上げ、身長と体重をお聞きしたいと思いますので、ご協力をお願いいたします。

茨城県健康科学センター

<記入のしかた>

質問をよくお読みいただき、当てはまるところに○をつけてください。

または、() 内にご記入ください。

ご不明の点がございましたら、下記までお問い合わせ下さい。

茨城県健康科学センター調査研究部

電話:0292-43-4171(内線505, 544)

三歳児健診を受けた日	平成()年()月()日
------------	----------------

お子さんの氏名			
住 所	()市・町・村()番地		
生 年 月 日	平成()年()月()日		
性 別	男 女	第()子	

回答者の続柄	父・母・祖父・祖母・その他()
--------	------------------

参考① 3 歳時 調査票

参考① 3歳時 調査票

- 10 あなたからみてお子さんのからだつきはどうですか。1番近いものを選んでください。
- 1 とてもやせている 2 やせている
3 やややせている 4 ふつう
5 ややふとっている 6 ふとっている
7 とてもふとっている
- 11 あなたご自身は、これまでに食事制限(ダイエット)をしたことがありますか。
- 1 ある 2 現在している
3 ない
- 12 お子さんが起きるのは何時頃ですか。
- 1 6時前 2 6時台 3 7時台
4 8時台 5 9時以降
- 13 お子さんが寝るのは何時頃ですか。
- 1 8時前 2 8時台 3 9時台
4 10時台 5 11時以降
- 14 お子さんはからだの動かし方が活発なほうだと思いますか。
- 1 大変活発だ 2 活発だ
3 あまり活発でない 4 活発でない
- 15 どのような遊びをすることが多いですか。
- 1 外遊び(具体的に)
2 内遊び(具体的に)
- 16 お子さんは、誰と遊ぶことが多いですか。〈○印はいくつでも〉
- 1 1人で遊ぶ 2 友達 3 父
4 母 5 祖父 6 祖母
7 その他()
- 17 1日の食事の時間は決まっていますか。
- 1 いつも決まっている
2 だいたい決まっている
3 決まっていない
- 18 食べ物の好ききらいがありますか。
- 1 ある 2 ない

「1. ある」と答えた方に伺います。

なにが好きですか。

- 1 卵 2 肉 3 魚 4 野菜
5 ごはん 6 パン 7 めん類
8 牛乳 9 その他()

なにがきらいですか。

- 1 卵 2 肉 3 魚 4 野菜
5 ごはん 6 パン 7 めん類
8 牛乳 9 その他()

参考① 3歳時 調査票

19 次のうち、好んで食べるものは。〈○印はいくつでも〉

- | | | | | |
|------------------|---------------|------------|----------|--------|
| 1 するめ | 2 たこ | 3 油あげ | 4 フランスパン | 5 かまぼこ |
| 6 ほうれん草のおひたし | 7 きゅうり | 8 かたやきせんべい | 9 たくあん | |
| 10 りんご(すり下ろしでなく) | 11 以上のどれも好まない | | | |

20 おやつ、間食の回数は1日何回ですか。

- | | |
|----------|--------|
| 1 3回以上 | 2 2回程度 |
| 3 1日1回程度 | 4 食べない |

21 おやつでよく食べているものは何ですか。〈○印はいくつでも〉

- | | | | |
|-------------|------------|---------------|----------------|
| 1 ご飯 | 2 パン | 3 インスタントラーメン類 | 4 その他のめん類 |
| 5 ドーナツ | 6 ヨーグルト | 7 果物 | 8 ビスケット |
| 9 クッキー | 10 プリン、ゼリー | 11 飴、ガム | 12 スナック菓子(名前) |
| 13 せんべい | 14 まんじゅう | 15 チョコレート | 16 ケーキ |
| 17 アイスcream | 18 その他() | | |

22 夕食後から寝るまでにおやつ(デザート)をとる習慣がありますか。

- | | |
|------------|------------|
| 1 毎日食べる | 2 週に3～5回程度 |
| 3 週に1～2回程度 | 4 月に2～3回程度 |
| 5 月に1回以下 | |

23 お子さんの好きな食べ物のコマーシャルがありますか。あれば書いてください。

- | |
|------------|
| 1 ある(商品名) |
| 2 ない |

24 三歳児の1日必要カロリー(エネルギー)はどのくらいだと思いますか。

- | | |
|--------------|--------------|
| 1 800キロカロリー | 2 1000キロカロリー |
| 3 1400キロカロリー | 4 1800キロカロリー |
| 5 2000キロカロリー | |

25 最後に、お子さんの身長と体重の今までの記録についてお尋ねします。母子健康手帳を見て書いてください(手帳に記録のあるものだけで結構です)。

年 齢	測 定 日	身 長	体 重	胸 囲	頭 囲
出生時	平成 年 月 日	cm	kg	cm	cm
3～4カ月	平成 年 月 日	cm	kg	cm	cm
1歳頃	平成 年 月 日	cm	kg	cm	cm
1歳6カ月頃	平成 年 月 日	cm	kg	cm	cm
2歳頃	平成 年 月 日	cm	kg	cm	cm
3歳頃	平成 年 月 日	cm	kg	cm	cm

*ご協力まことにありがとうございました。同封の封筒でご返送下さいますよう、お願いいたします。

健康アンケート

最近では成人病の原因となる動脈硬化が、幼児期からの生活習慣、食事、体格に関連していることが知られています。このような観点から、平成4年に各保健所を通じて三歳児健康アンケートを実施したところ、多くの皆様からご協力いただきありがとうございました。当時、お子さんが小学1年、中学1年、高校1年になるときに再度アンケートを差し上げるをお願いいたしました。

このお願いに基づいて健康アンケートをお送りし、ご記入をお願いする次第です。前回、皆様からご協力いただいたアンケート結果については、幼児の保健対策に有効に利用させていただきました。

今回はお子さんの発育と生活習慣をうかがい、前回からの成長、生活習慣、食事の変化を知ることによって、さらにより良い保健指導の指針を作成したいと考えております。書かれた内容については、個人の秘密を厳守いたしますので、ご心配なくありのままをご記入ください。

ご趣旨をご理解のうえ、よろしくご協力いただきたくお願い申し上げます。

茨城県健康科学センター

〈記入の仕方〉

以下の質問はあなたのお子さん（現在5～6歳）についておたずねしています。あてはまるところに○をつけ、（ ）内にも記入してください。

ご不明の点がございましたら、下記までお問い合わせください。

茨城県健康科学センター調査研究部

電話 0120-310-393 内線 505または544

（通話料は無料です。）

お子さんの名前	
---------	--

Q1. 回答者であるあなたとお子さんとの続柄についておうかがいします。

1. 父 2. 母 3. 祖母 4. 祖父 5. その他

Q2. お父さんのお仕事についておうかがいします。

1. 常勤 2. パート 3. 自営 4. 農林漁業 5. 無職
6. 夜勤 7. その他

Q3. お母さんのお仕事についておうかがいします。

1. 常勤 2. パート 3. 自営 4. 農林漁業 5. 専業主婦
6. 無職 7. その他

Q4. 現在どなたと一緒に住んでいらっしゃいますか。

1. 父 2. 母 3. 兄弟姉妹 4. 祖父 5. 祖母 6. その他

参考② 6 歳時 調査票

Q5. あなたの住いについておうかがいします。

1. 持ち家 2. アパート 3. 借家 4. マンション

Q6. 昼間、お子さんの世話をするのはどなたですか。

1. 母 2. 父 3. 祖母 4. 祖父 5. 保育所
6. 幼稚園 7. その他

Q7. 今までの発育記録についておうかがいします。

母子手帳、保育園、幼稚園の記録をみて記入して下さい。

年齢	測定日			体重	身長
4歳頃	平成	年	月	()キロ	()センチ
5歳頃	平成	年	月	()キロ	()センチ
6歳頃	平成	年	月	()キロ	()センチ
歳頃*	平成	年	月	()キロ	()センチ
歳頃*	平成	年	月	()キロ	()センチ
歳頃*	平成	年	月	()キロ	()センチ
歳頃*	平成	年	月	()キロ	()センチ

*その他の測定値があればすべて記入してください。

Q8. ご両親の体重と身長についてご記入下さい。

1. 父親の体重 ()キロ 身長 ()センチ
2. 母親の体重 ()キロ 身長 ()センチ

Q9. 兄弟姉妹の体重と身長についてもご記入下さい。

	年齢	体重	身長
1. 男・女	()歳	()キロ	()センチ
2. 男・女	()歳	()キロ	()センチ
3. 男・女	()歳	()キロ	()センチ
4. 男・女	()歳	()キロ	()センチ
5. 男・女	()歳	()キロ	()センチ
6. 男・女	()歳	()キロ	()センチ

Q10. お子さんが起きるのは何時頃ですか。

1. 6時前 2. 6時台 3. 7時台 4. 8時台 5. 9時以降

Q11. お子さんが寝るのは何時頃ですか。

1. 8時前 2. 8時台 3. 9時台 4. 10時台 5. 11時以降

Q12. 家のなかで遊んでいることが多いですか。

1. 多い 2. どちらかといえば多い 3. どちらともいえない
4. どちらかというとき少ない

参考② 6 歳時 調査票

Q13. 平日に戸外で遊ぶ時間はどの位ですか。

1. 1時間未満 2. 1時間くらい 3. 2時間くらい 4. 3時間くらい
5. 4時間以上

Q14. ファミコンまたはコンピュータゲームを1日何時間くらいしますか。

1. 1時間以下 2. 2時間くらい 3. 3時間くらい 4. 4時間くらい
5. 5時間以上 6. 持っていない

Q15. お子さんはふだん（平日）1日にどれくらいの時間テレビを見ていますか。

1. 1時間以内 2. 2時間くらい 3. 3時間くらい 4. 4時間くらい
5. 5時間以上 6. まったく見ない

Q16. お子さんを食料品の買物に連れて行きますか。

1. めったに連れて行かない 2. 1カ月に1回くらい
3. 1カ月に2回くらい 4. 1週に1回くらい 5. 毎日

Q17. 食品について好きなものはなんですか。（○印はいくつでもよいです）

1. 卵 2. 肉 3. 魚 4. 野菜 5. 果物 6. ごはん 7. パン
8. 麺類 9. 牛乳

Q18. 食品について嫌いなものはなんですか。（○印はいくつでもよいです）

1. 卵 2. 肉 3. 魚 4. 野菜 5. 果物 6. ごはん 7. パン
8. 麺類 9. 牛乳

Q19. 早食（良く噛まないで飲み込む）の傾向がありますか。

1. あると思う 2. ややその傾向がある 3. その傾向はほとんどない
4. その傾向は全くない

Q20. 朝食についておうかがいします。朝食は毎日食べますか。

1. 毎日食べる 2. 週5～6回食べる 3. 週3～4回食べる 4. 週1～2回食べる
5. 食べない

Q21. 朝食はふだん何を食べますか。（○印はいくつでもよいです）

1. ごはん 2. パン 3. 麺類 4. 卵 5. 肉 6. 野菜 7. 味噌汁
8. 牛乳 9. ジュース類

Q22. 夕食を食べ終わるのにどの位の時間がかかりますか。

1. 15分以下 2. 15～30分 3. 30～45分 4. 60分位 5. 60分以上

Q23. 夕食の30分前に、お子さんがおなかがすいていると訴えたとき、どうすることが多いですか。

1. 軽い食べ物を与える 2. 夕食まで待たせる

参考② 6 歳時 調査票

Q24. おやつでよく食べるものはどれですか。(○印はいくつでもよいです)

1. ごはん 2. パン 3. インスタントラーメン 4. 麺類 5. ドーナツ
6. ヨーグルト 7. 果物 8. ビスケット 9. クッキー 10. プリン・ゼリー
11. 飴 12. ガム 13. スナック菓子 14. ジュース 15. せんべい 16. まんじゅう
17. チョコレート 18. ケーキ 19. アイスcream

Q25. おやつの回数は1日何回位ですか。

1. 1日3回以上 2. 1日2回程度 3. 1日1回 4. 食べる習慣がない

Q26. 上記の質問で1～3にお答えになった方についておうかがいします。

おやつについてはどうしていますか。

1. 時間を決めて与える 2. 欲しがる時に与える 3. 子どもに自由に食べさせている

Q27. 就寝前の間食はどうですか。

1. 毎日食べる 2. 週に3～5回程度食べる 3. 週に1～2回程度食べる
4. 月に2～3回程度食べる 5. 月に1回位食べる 6. 食べない

Q28. 5歳児の1日の必要熱量(カロリー)はどれですか。

1. 100～400キロカロリー 2. 500～900キロカロリー 3. 1000～1400キロカロリー
4. 1500～1700キロカロリー 5. 1800～2000キロカロリー

Q29. コレステロールを最も多く含む食品はどれですか。

1. バター(10グラム) 2. マーガリン(10グラム) 3. 卵の黄身(1個)
4. 卵の白身(1個) 5. さけの切り身(100グラム)

Q30. あなたは食品の栄養表示を見ますか。

1. いつも見る 2. 時々見る 3. あまり見ない

Q31. 昨日までの1週間以内に何回お子さんを連れて外食をしましたか。

1. した()回 2. しない

* ご協力ありがとうございました。同封の封筒で平成7年12月15日までにご返送くださいますようお願いいたします。また、何かご意見がございましたら、ご自由にお書き下さい。

.....

.....

.....

.....

保護者をご記入し、8 月 30 日までに返送してください

健康アンケートと小児生活習慣病予防健診結果の活用について

最近では生活習慣病の原因となる動脈硬化が、幼児期からの生活習慣、食事、体格に関連していることが知られています。このような観点から、平成 4 年に各保健所を通じて三歳児健康診査アンケートを実施し、さらに小学校入学時に再度アンケートを実施したところ多くの皆様からご協力をいただきありがとうございました。当時、中学 1 年、高校 1 年に達した時期に再度アンケートを差し上げるをお願いいたしました。

このお願いに基づいて、中学 1 年生の健康アンケートをお送りし、ご記入をお願いする次第です。前回、皆様からご協力いただいたアンケート結果については、幼児の保健対策に有効に利用させていただきました。

今回はお子さんの発育と生活習慣をうかがい、さらに学校で実施予定または行なわれている小児生活習慣病予防健診結果の活用を同意していただければ、前回からの成長、生活習慣、食事の変化と合わせてより良い保健指導の指針の作成が可能となります。書かれた内容については、個人の秘密を厳守いたしますので、ご心配なくありのままをご記入ください。

平成 14 年 8 月

茨城県健康科学センター
茨城県保健福祉部

〈記入の仕方〉

以下の質問はあなたのお子さん（現在 12-13 歳）のふだんの生活についておたずねします。あてはまるところに○をつけ、（ ）内にも記入してください。保護者をご記入ください。（お子さんの身長・体重等、分からない点は、お子さんに聞いてください）

ご不明の点がございましたら、下記までお問い合わせください。

〒310-0852 水戸市笠原町 9 9 3-2

茨城県健康科学センター調査研究部 細田・塚越

フリーダイヤル 0120-029243

問い合わせ時間 9 時～17 時（土・日除く）

お子さんの名前	
---------	--

問 1. 回答者であるあなたとお子さんの続柄についておうかがいします。

1. 父	2. 母	3. 祖母	4. 祖父	5. その他
------	------	-------	-------	--------

問 2. お父さんのお仕事についておうかがいします。

1. 常勤	2. パート	3. 自営	4. 農林漁業	5. 無職	6. 夜勤	7. その他
-------	--------	-------	---------	-------	-------	--------

問 3. お母さんのお仕事についておうかがいします。

1. 常勤	2. パート	3. 自営	4. 農林漁業	5. 専業主婦	6. 無職	7. その他
-------	--------	-------	---------	---------	-------	--------

参考③ 12 歳時 調査票

問 4. 現在どなたと一緒に住んでいますか。(すべてに○印)

1. 父 2. 母 3. 兄弟姉妹 4. 祖父 5. 祖母 6. その他

問 5. あなたの住いについておうかがいします。

1. 持ち家 2. アパート 3. 借家 4. マンション

問 6. 現在のお子さんの体重と身長についてご記入ください。

体重 () キロ 身長 () センチ

問 7. ご両親の体重と身長についてご記入ください。

1. 父親の体重 () キロ 身長 () センチ

2. 母親の体重 () キロ 身長 () センチ

問 8. 平日、お子さんが起きるのは何時ごろですか。

1. 6 時前 2. 6 時台 3. 7 時台 4. 8 時台 5. 9 時以降

問 9. 平日、お子さんが寝るのは何時ごろですか。

1. 9 時前 2. 9 時台 3. 10 時台 4. 11 時台 5. 12 時台
6. 1 時台 7. 2 時以降

問 10. 学校の運動部や地域でのスポーツクラブなどで定期的に運動を行なっていますか。

1. はいっている(運動名:) 2. はいっていない

問 10-1. (問 10 で「はいっている」と答えた方のみ) 学校の運動部等に 1 週間に平均して何日ぐらい参加していますか。

1. 1 日 2. 2 日 3. 3 日 4. 4 日 5. 5 日 6. 6 日 7. 7 日

問 10-2. (問 10 で「はいっている」と答えた方のみ) 学校の運動部等の 1 日あたり運動時間はどのくらいですか。

1. 1 時間くらい 2. 2 時間くらい 3. 3 時間くらい 4. 4 時間くらい
5. 5 時間以上

問 11. コンピュータゲームを 1 日何時間くらいしますか。

1. 1 時間以下 2. 2 時間くらい 3. 3 時間くらい 4. 4 時間くらい
5. 5 時間以上 6. まったくやらない 7. 持っていない

問 12. 電話や携帯電話を 1 日何時間くらいかけますか又は使用しますか。

1. 1 時間以下 2. 2 時間くらい 3. 3 時間くらい 4. 4 時間くらい
5. 5 時間以上 6. まったくやらない 7. 持っていない

問 13. テレビ(ビデオを含む)を 1 日何時間くらい見ますか。

1. 1 時間以内 2. 2 時間くらい 3. 3 時間くらい 4. 4 時間くらい
5. 5 時間以上 6. まったく見ない

問 14. 学習塾(家庭教師を含む)、習い事に通っていますか。

1. 通っている 2. 通っていない

問 15. 食品で好きな物はなんですか。(○印はいくつでも)

1. 卵 2. 肉 3. 魚 4. 野菜 5. 果物 6. ごはん 7. パン
8. 麺類 9. 牛乳 10. 豆類 11. 海藻類 12. きのこと 13. いも類

問 16. 食品で嫌いな物はなんですか。(○印はいくつでも)

1. 卵 2. 肉 3. 魚 4. 野菜 5. 果物 6. ごはん 7. パン
8. 麺類 9. 牛乳 10. 豆類 11. 海藻類 12. きのこと 13. いも類

参考③ 12 歳時 調査票

問 17. 早食いの傾向がありますか。

1. あると思う 2. ややその傾向がある 3. その傾向はほとんどない
4. その傾向は全くない

問 18. 朝食についておうかがいします。朝食は毎日食べますか。

1. 毎日食べる 2. 週 5～6 回食べる 3. 週 3～4 回食べる
4. 週に 1～2 回食べる 5. 食べない

問 18-1. (問 18 で「食べる」と答えた方のみ) 朝食はふだん何を食べますか。(○印はいくつでも)

1. ごはん 2. パン 3. 麺類 4. 卵 5. 肉 6. 野菜 7. 味噌汁
8. 牛乳 9. ジュース類 10. シリアル (コーンフレーク) 11. 菓子類
12. その他 ()

問 19. 夕食を食べ終わるのにどのくらい時間がかかりますか。

1. 15 分以下 2. 15～30 分 3. 30～45 分 4. 60 分位 5. 60 分以上

問 20. 夕食の 30 分前に、お子さんがおなかがすいていると訴えたとき、どうすることが多いですか。

1. 軽い食べ物を与える 2. 夕食まで待たせる 3. 自分で食べている

問 21. おやつ (間食) を食べますか。

1. 毎日食べる 2. 週に 5～6 回食べる 3. 週に 3～4 回食べる
4. 週に 1～2 回食べる 5. 食べない

問 21-1. (問 21 で「食べる」と答えた方のみ) おやつでよく食べる物はどれですか。(○印はいくつでも)

1. ごはん 2. パン 3. インスタントラーメン 4. 麺類 5. ドーナツ
6. ヨーグルト 7. 果物 8. ビスケット 9. クッキー 10. プリン・ゼリー
11. 飴 12. ガム 13. スナック菓子 14. ジュース・コーラ等の加糖清涼飲料水
15. お茶などの無糖清涼飲料水 16. スポーツドリンク 17. せんべい
18. まんじゅう 19. チョコレート 20. ケーキ 21. アイスcream 22. 牛乳
23. ファーストフード 24. その他 ()

問 22. 夜食はどうですか。

1. 毎日食べる 2. 週に 5～6 回食べる 3. 週に 3～4 回食べる
4. 週に 1～2 回食べる 5. 食べない

問 22-1. (問 22 で「食べる」と答えた方) 夜食でよく食べる物はどれですか。(○印はいくつでも)

1. ごはん 2. パン 3. インスタントラーメン 4. 麺類 5. ドーナツ
6. ヨーグルト 7. 果物 8. ビスケット 9. クッキー 10. プリン・ゼリー
11. 飴 12. ガム 13. スナック菓子 14. ジュース・コーラ等の加糖清涼飲料水
15. お茶などの無糖清涼飲料水 16. スポーツドリンク 17. せんべい
18. まんじゅう 19. チョコレート 20. ケーキ 21. アイスcream 22. 牛乳
23. ファーストフード 24. その他 ()

問 23. おやつはお子さん自身を買っていますか。

1. 買わない 2. 週に 5～6 回 3. 週に 3～4 回 4. 週に 1～2 回 5. 毎日

問 24. あなたは食品の栄養表示を見ますか。

1. いつも見る 2. 時々見る 3. あまり見ない

参考③ 12 歳時 調査票

問 25. お子さんの健康づくりのためにどんなことを心がけていますか。(○印はいくつでも)

1. 規則正しい生活を心がけている
2. 栄養や食事などの食生活に気をつける
3. 安全な食品を選ぶように心がける
4. 運動やスポーツをさせる
5. 運動やスポーツ以外に体を動かすようにさせている
6. 睡眠や休養をよくとらせる
7. 気分転換をさせる
8. テレビなどで健康に関する情報を見て、良く試すほうである
9. 未成年の飲酒が健康に及ぼす影響について話しあっている
10. 未成年の喫煙が健康に及ぼす影響について話しあっている
11. 特に心がけていることはない
12. その他 ()

<血液検査結果の活用についての同意>

あなたのお住まいの市町村の中学校で今年、小児生活習慣病予防健診が予定またはすでに行なわれています。以上うかがった生活習慣と今年の学校での小児生活習慣病予防健診（血液検査等）の結果をあわせることによって、あなたのお子さんのより具体的な生活習慣改善のポイントがわかります。健診結果の活用を同意していただければ、その特典として、お子さんの健康状態に応じた生活習慣の改善ポイントを個人通知いたします。お子さんの健康管理のためぜひお勧めします。

◆同意の有無についてご記入ください。なお、個人の秘密を厳守し、個人情報外部にもれることは一切ありません。

- | | |
|----------------------------|--------------|
| 1. 使用しても良い（健康管理のための個人結果希望） | 2. 使用しないでほしい |
|----------------------------|--------------|

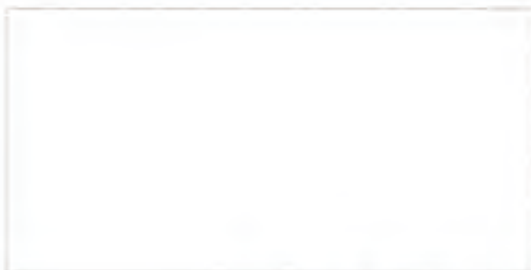
↓

保護者名

ご住所

○同意のあった方のみ小児生活習慣病健診の結果を茨城県総合健診協会から提供してもらいます。

*ご協力ありがとうございました。同封の封筒でご返送ください。ご協力をいただいた方には、粗品及びアンケートの集計結果について送付させていただきます。お子さんが高校1年に達する時期にもう一度、健康アンケートを実施させていただきますのでよろしくお願いします。



生活習慣に関するアンケートについて

私は、別紙「小児期からの生活習慣病予防に関する研究」への協力をお願いの内容を理解し、以下の項目の生活習慣に関するアンケートの活用について、同意して研究に協力しますので、アンケートに回答します。

- 1 今回のアンケート調査と過去の行ったアンケート調査を、茨城県立健康プラザが再解析します。
- 2 提供されたデータは、茨城県立健康プラザで管理して疫学研究に利用され、統計解析した結果が公表されますが、個人名が出ることはありません。
- 3 今回のアンケート調査への協力は、アンケートを提出したあとでも、茨城県立健康プラザへ連絡することで、その時点から撤回可能です。

※ 本人に代わって御家族の方がアンケートに答える場合には、本人の了解を得て、回答をお願いします。

記入日 平成 年 月 日

署名（アンケートに回答した方のお名前をご記入下さい）
ふりがな

本人との続柄 1 本人 2 父 3 母 4 祖父 5 祖母 6 その他（ ）

以下の質問について、あてはまるものに○印をつけて下さい。

○問 1. あなたのお仕事についてお伺いします。

- 1) 常勤 2) パート 3) 自営 4) 農林漁業 5) 学生 6) 無職
7) その他（ ）

○問 2. 現在どなたと一緒に住んでいますか？（あてはまるものすべてに○をつけて下さい）

- 1) 父 2) 母 3) 兄弟姉妹 4) 祖父 5) 祖母 6) 配偶者 7) こども
8) 一人暮らし 9) その他（ ）

○問 3. ダイエットしたいと思いますか？

- 1) したい 2) したくない 3) どちらでも良い

○問 4. 現在の体重と身長についてご記入ください。

体重（ ）キロ 身長（ ）センチ

○問 5. 自分の理想の体重は何キロと思いますか？

（ ）kg

○問 6. 現在の血圧をご記入ください。

最高血圧（ ）mmHg 最低血圧（ ）mmHg

参考④ 22 歲時 調查票

○問 7. 1 日の平均睡眠時間は何時間ですか？

- 1) 10 時間以上 2) 9 時間位 3) 8 時間位 4) 7 時間位 5) 6 時間位
6) 5 時間位 7) 4 時間以下

○問 8. 普段、何時頃に寝ますか？

- 1) 8 時以前 2) 9 時頃 3) 10 時頃 4) 11 時頃 5) 12 時頃 6) 1 時頃
7) 2 時頃 8) 3 時以降

○問9. 余暇でスポーツや運動（ウォーキングを含む）は平均して1週間にどのくらいしていますか？

- 1) 7時間以上 2) 5～6時間 3) 3～4時間 4) 1～2時間 5) ほとんどしない

○問 10. 仕事や学業以外で、下記に費やす時間（機器を扱う時間）はあわせてどのくらいですか？

「テレビ（ビデオ・DVDを含む）・パソコン（インターネット、メール、SNS、ブログ等を含む）
・携帯電話（通話、メール、ウェブ、アプリ等を含む）・ゲーム・スマートフォン」

- 1) やらない 2) 1時間位 3) 2時間位 4) 3時間位 5) 4時間位
6) 5時間位 7) 6時間位 8) 7時間位 9) 8時間以上

○問 11. 食べる速さはどうですか？

- 1) かなり早い 2) やや早い 3) ふつう 4) やや遅い 5) かなり遅い

○問 12. ついついお腹いっぱい食べるほうですか？

- 1) はい 2) いいえ

○問 13. 外食（学食、社食を含む）をすることがありますか。

- 1) 1日3回 2) 1日2回 3) 1日1回 4) 週に5~6回 5) 週に3~4回
6) 週に1~2回 7) ほとんどしない

○問 14. 自分で料理をすることがありますか？

- 1) 毎食 2) 1日に1~2回 3) 週に5~6回 4) 週に3~4回 5) 週に1~2回
6) 月に1~3回 7) ほとんどしない

○問 15. 朝食を欠食する（食べない）ことがありますか？

- 1) 毎日食べる 2) 週 1~2 回欠食する 3) 週 3~4 回欠食する
4) 週に 5~6 回欠食する 5) いつも食べない

(問 15 で 1, 2, 3, 4 と答えた方にお聞きします。)

○問 15-1. 朝食はふだん何を食べますか？（あてはまるものすべてに○をつけて下さい）

- 1) ごはん中心 2) パン中心 3) 麺類中心 4) シリアル(コーンフレーク)中心
5) 野菜、果物中心 6) その他 ()

○問 16. 夕食を食べ終わるのにどのくらい時間がかかりますか？

- 1) 15 分以下 2) 15～30 分 3) 30～45 分 4) 45 分～60 分 5) 60 分以上
6) 食べない

○問 17. 夕方、夕食前におなかがすいたとき、どうすることが多いですか？

- 1) 夕食まで待つ 2) 軽い食べ物を食べる 3)好きなものを食べている
4) その他 ()

○問 18. 夕食は、普段、何時頃に食べますか？

- 1) 午後6時以前 2) 7時頃 3) 8時頃 4) 9時頃 5) 10時頃 6) 11時頃
7) 夜中12時頃 8) 夜中1時頃 9) 夜中2時頃 10) 夜中3時以降 11) 食べない

参考④ 22 歳時 調査票

○問 19. 間食を食べますか？（菓子類・あめ・グミ等を含む）

- 1) 毎日食べる 2) 週に 5～6 回食べる 3) 週に 3～4 回食べる
4) 週に 1～2 回食べる 5) 食べない

○問 20. 夜食を食べますか？

- 1) 毎日食べる 2) 週に 5～6 回食べる 3) 週に 3～4 回食べる
4) 週に 1～2 回食べる 5) 食べない

○問 21. あなたは食品の栄養表示を見ますか？

- 1) いつも見る 2) 時々見る 3) あまり見ない

○問 22. 塩分を控えることについて何か実行していますか？

- 1) 現在実行している 2) 過去に実行したが現在は実行していない
3) 実行したことはない

○問 23. 現在の食生活についてお尋ねします。次の項目ごとに 1 つ○で囲んでください。

	毎日食べる	週 5～6 回	週 3～4 回	週 1～2 回	食べない
魚は食べますか	1	2	3	4	5
肉は食べますか	1	2	3	4	5
植物油を使った料理(天ぷら、揚げ物など)は食べますか	1	2	3	4	5
牛乳または乳製品(ヨーグルト、チーズ等)は食べますか	1	2	3	4	5
大豆製品(豆腐、油あげ、納豆、煮豆等)は食べますか	1	2	3	4	5
野菜(漬物を除く)は食べますか	1	2	3	4	5
果物は食べますか	1	2	3	4	5
麺類(うどん、そば、ラーメン、パスタなど)を食べますか	1	2	3	4	5

○問 24. 味噌汁は飲みますか？

- 1) 1 日 3 杯以上 2) 1 日 2 杯 3) 1 日 1 杯 4) 週 1～6 杯 5) あまり飲まない

○問 25. 漬物は食べますか？

- 1) 1 日 2 回以上 2) 1 日 1 回 3) 2 日に 1 回 4) 週に 1～2 回 5) 月に 1～2 回
6) あまり食べない

○問 26. 「麺類(うどん、そば、ラーメン)」を食べるとき、汁(そば湯を含む)を飲みますか？

- 1) ほとんど飲まない 2) 半分ぐらい飲む 3) ほとんど全部飲む

○問 27. 味付けしたおかずに、さらにしょうゆ、ソース、塩などをかけますか？

- 1) かけない 2) 味をみてかけたり、かけなかったりした 3) 味をみずにかける

○問 28. この 1 ヶ月間、あなたはタバコを吸っていますか？

- 1) 毎日吸う 2) 時々吸っている 3) 今は(ここ 1 ヶ月未満)吸っていない
4) 今は(ここ 1 ヶ月以上)吸っていない 5) まったく吸ったことがない

参考④ 22 歳時 調査票

(問 28 で 1.2.3.4 と答えた方にお聞きします。)

○問 28-1. あなたは、通常、1 日に何本のタバコを吸いますか。(吸っていましたか)

(「時々吸っている」方は、吸うときの 1 日の本数をお答えください)

() 本

○問 29. あなたはこの 1 週間に、自分以外の人のたばこの煙を吸う機会がありましたか?

1) ほとんど毎日 2) 時々あった 3) 全くなかった 4) わからない

○問 30. あなたは週に何日位お酒(清酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲みますか?

1) 毎日 2) 週 5~6 日 3) 週 3~4 日 4) 週 1~2 日 5) 月に 1~3 日
6) やめた(1 年以上やめている) 7) ほとんど飲まない 8) 飲めない

(問 30 で 1.2.3.4.5 と答えた方にお聞きします。)

○問 30-1. お酒を飲む日は 1 日あたり、清酒に換算し、どれくらいの量を飲みますか。

1) 1 合(180ml)未満 2) 1 合以上 2 合(360ml)未満 3) 2 合以上 3 合(540ml)未満
4) 3 合以上 4 合(720ml)未満 5) 4 合以上 5 合(900ml)未満 6) 5 合(900ml)以上

清酒 1 合(180ml) は、次の量にほぼ相当します。

ビール・発泡酒中瓶 1 本(約 500ml)、焼酎 20 度(135ml)、焼酎 35 度(80ml)、
チューハイ 7 度(350ml)、ウイスキーダブル 1 杯(60ml)、ワイン 2 杯(240ml)

○問 31. 学校教育は、どのくらいまで受けられましたか。または、うけていますか?

1) 中学校卒 2) 高校卒 3) 短大、専門学校卒 4) 短大、専門学校在学中
5) 大学在学中

○問 32. 結婚していますか?

1) 結婚していない 2) 結婚している

○問 33. あなたは、1 日に何回、歯を磨きますか?

1) 1 回 2) 2 回 3) 3 回 4) 4 回以上 5) 毎日磨かない

○問 34. あなたは、1 週間に何回、お風呂(シャワーを含む)にはいりますか?

1) 毎日 2) 週に 5~6 回 3) 週に 3~4 回 4) 週に 2 回以下

○問 35. 近所の人にあいさつをしますか?

1) する 2) しない

○問 36. 普段の生活で、声を出して笑う機会はどのくらいありますか?

1) ほぼ毎日 2) 週に 1~5 回程度 3) 月 1~3 回程度 4) ほとんどない

○問 37. 気軽に個人的に相談ができる親しい友人や家族、親戚は何人いますか?

1) 0 人 2) 1 人 3) 2 人 4) 3 人 5) 4 人以上

○問 38. 現在の健康状態はどうですか?

1) とてもよい 2) まあよい 3) あまりよくない 4) よくない

健康診断の結果について

○問 39. 健康診断の結果につきまして、平成 22 年 4 月~平成 24 年 3 月までの間に財団法人茨城県総合健康協会の健康診断を受診している場合は、その結果を集計解析に使用してもよろしいでしょうか?

1) 使用してもよい 2) 使用しないほしい

* これで健康に関するアンケートは終わりです。ご協力いただき、ありがとうございました。

記入漏れがないか、お確かめの上、8 月 31 日までにご返送下さい。

参考⑤「研究への協力のお願い」(表面)

平成 29 年 3 月 吉日

「小児期からの生活習慣病予防に関する研究」へのご協力のお願い

〇〇〇 〇〇〇 様におかれましては、かねてより茨城県が実施しております「小児期からの生活習慣病予防に関する研究」のアンケート調査にご協力いただきまして誠にありがとうございます。

この研究では、平成 4 年に皆様の保護者の方にアンケートにお答えいただいた後、引き続き小学校 1 年時、中学校 1 年時、22 歳時に再度アンケートを行っております。おかげさまで、これまでご協力いただいたアンケート調査の結果をもとに、裏面の資料を作成し、県民の皆様に研究の成果を活用していただいております。

今回は、これまでアンケート調査にご協力をいただいた皆様に、20 歳代後半の生活習慣に関するアンケート調査にご協力をお願いするものです。お答えいただいたアンケートをもとに、過去のアンケート結果を含めて分析し、小児期から成人期の生活習慣病予防に関する研究を行います。その成果を、皆様やお子さまの世代の健康づくりに役立てたいと考えております。このような長期にわたる追跡調査は先例が少なく、世界的にも貴重な研究となりますので、お忙しいところ大変恐縮ですが、ぜひご協力をお願いいたします。なお、ご協力いただいた方に粗品（クオカード 500 円分）を進呈させていただきます。クオカードの発送には、お時間をいただくことがあります。

今回の研究は、大阪大学が共同研究機関として参加し、〇〇〇 〇〇〇 様から Web を介して提供を受けた情報は、大阪大学のサーバーに一時保管し、その後、茨城県立健康プラザにおいて『茨城県立健康プラザ健康情報等管理及び利用規定』に則り、ネットワークに接続しない PC で厳重に管理されます。大阪大学に個人を特定できる情報は送られません。調査研究の結果については、集計結果のみを公表します。

恐縮ですが、ご回答は、[こちら](#)の QR コード、
又は、URL の回答フォームからお願いいたします。
回答に要する時間は、おおむね 10～15 分くらいですが、制限時間はありませんので、ご自分のペースでお進めください。また、記入漏れがないようご協力をお願いいたします。



<http://osku.jp/z015>

アクセスコード 〇〇〇〇〇〇〇〇

認証用コード ×××××

なお、郵送での提出を希望される場合には、上記の QR コード又は URL の問合せフォームから、あるいは下記の電話/FAX 番号へご連絡ください。早急に、アンケート用紙を送付いたします。

恐れ入りますが、x 月 x 日までにご回答がない場合には、再度お願いのご連絡をすることがあります。ご希望されない場合は、お手数ですが、下記へご連絡をお願いいたします。

*この「小児期からの生活習慣病予防に関する研究」へのご協力は、個人の自由意思によるものであり、回答の有無や、回答後に協力中止の意思表示をした場合でも、不利益を受けることはありません。また、協力中止の意思表示をされた場合は、それ以降に分析される研究からは除外致します。担当窓口までご連絡ください。



【郵送希望、事業についての問合せ、協力を中止する際の連絡先】

茨城県立健康プラザ 健康づくり情報部 担当：富田・益子

TEL：029-243-4216 FAX：029-244-4852

問い合わせ時間 9 時～17 時（土・日・祝日除く）

参考⑤「研究への協力のおかげ」(裏面)

小児期からの生活習慣病予防に関する研究の成果

第4回目(22歳時)のアンケート調査の結果をもとに作成した、研究の成果をご紹介します。
なお、これらは、茨城県立健康プラザのホームページからご覧になれます。

茨城県立健康プラザ

検索

両親向け啓発資料



祖父母向け啓発資料

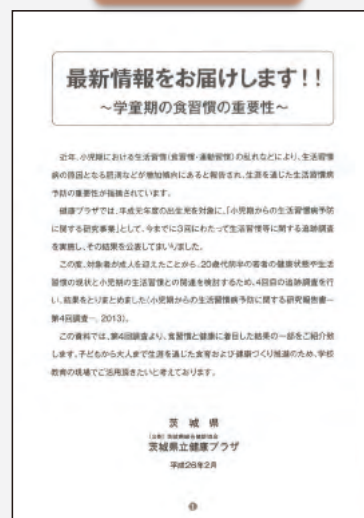


(http://www.hsc-i.jp/03_seikatsu/shounikeihatu.htm)

研究報告書



指導者向け資料



(http://www.hsc-i.jp/05_chousa/shouni_seikatu-yobou.htm)

(http://www.hsc-i.jp/03_seikatsu/shounikeihatu.htm)

参考⑥「Web アンケートのご回答方法について」(表面)

Web アンケートのご回答方法について

■ Web アンケートご回答の手順

1. 同封文書「小児期からの生活習慣病予防に関する研究」へのご協力のお願いに記された **QR コード**を
読み込むか、**URL**を入力してください。

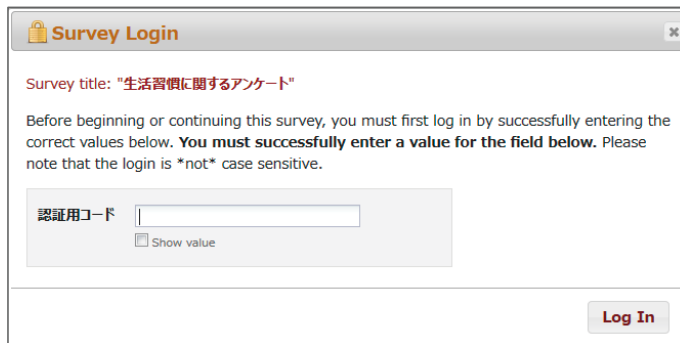
※**Web のブラウザ**は、**Firefox / Google Chrome / Safari** のいずれかを使用してください。
スマートフォンの機種によっては正常に動作しない場合があります。その場合には、アンケート用紙を
お送りいたしますので、お手数ですがお問合せください。

2. 同封文書「小児期からの生活習慣病予防に関する研究」へのご協力のお願いに記された**アクセスコー
ドと認証用コード**を入力してください。

- ・次のメッセージが表示されたら、**アクセスコード**を入力後、「**Submit**」をクリックします

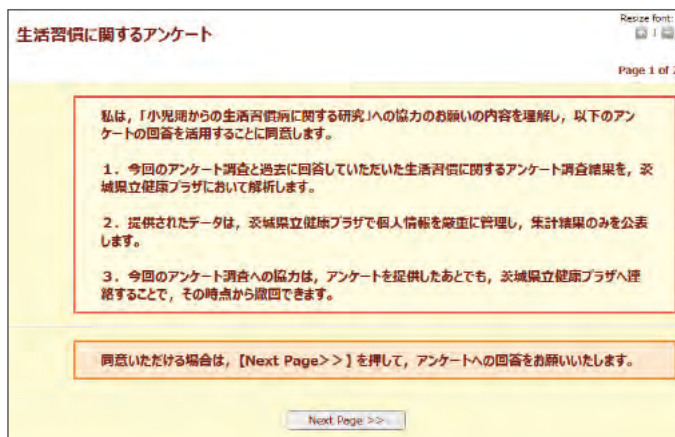


- ・次のメッセージが表示されたら、**認証用コード**を入力後、「**Log In**」をクリックします



3. アンケートが始まりますので、ご回答をお願いいたします。

※PC でご回答頂く場合、「**Enter キー**」を押すとアンケートが送信されてしまいますので、誤って「**Enter
キー**」を押さないよう注意してください。誤って押してしまった場合には、アンケート用紙をお送りい
たしますので、お手数ですがお問合せください。



(裏面に続きます)

参考⑥「Web アンケートのご回答方法について」(裏面)

4. アンケートの回答が終わりましたら, "Submit" をクリックして, 回答を送信してください。
※回答を送信した後は, 修正ができません。内容をよくご確認の上, "Submit" をクリックしてください。

■ Web ページ上の移動

- ・ "Next Page >>" をクリックすると先に進みます。

■ こんな表示が現れたら？

1. ERROR : The code entered was not valid! Please try again.

→ **アクセスコード**の入力間違いがありました。もう一度ご確認の上, 入力してください。

The screenshot shows the REDCap survey login interface. At the top, it says "Enter your access code to begin the survey:" followed by a text input field and a "Submit" button. Below this, a red error box contains the message: "ERROR: The code entered was not valid! Please try again." At the bottom, a note states: "Please note that the access code is *not* case sensitive."

2. ERROR : The login was not successful because the value entered was not correct. Try again.

→ **認証用コード**の入力間違いがありました。もう一度ご確認の上, 入力してください。

The screenshot shows a "Survey Login" window. The title bar says "Survey Login". Inside, the survey title is "生活習慣に関するアンケート". The text reads: "Before beginning or continuing this survey, you must first log in by successfully entering the correct values below. You must successfully enter a value for the field below. Please note that the login is *not* case sensitive." Below this, a red error box contains the message: "ERROR: The login was not successful because the value entered was not correct. Try again." Underneath the error box, there is a text input field labeled "認証用コード" and a "Show value" checkbox. At the bottom right, there is a "Log In" button.

3. Alert

This value you provided is not an integer. Please try again.

→直前に入力した項目が**全角**になっています。**半角の数字**でご回答ください。

The screenshot shows an "Alert" dialog box. The title bar says "Alert". The message inside reads: "This value you provided is not an integer. Please try again." At the bottom right, there is a "Close" button.

4. Alert

This value you provided is not a number. Please try again.

→直前に入力した項目が**全角**になっています。**半角の数字**でご回答ください。

The screenshot shows an "Alert" dialog box. The title bar says "Alert". The message inside reads: "This value you provided is not a number. Please try again." At the bottom right, there is a "Close" button.

生活習慣に関するアンケート

私は、「小児期からの生活習慣病予防に関する研究」への協力のお願いの内容を理解し、以下のアンケートの回答を活用することに同意します。

1. 今回のアンケート調査と過去に回答していただいた生活習慣に関するアンケート調査結果を、茨城県立健康プラザにおいて解析します。
2. 提供されたデータは、茨城県立健康プラザで個人情報を厳重に管理し、集計結果のみを公表します。
3. 今回のアンケート調査への協力は、アンケートを提出したあとでも、茨城県立健康プラザへ連絡することで、その時点から撤回できます。

記入日 平成 年 月 日

ふりがな

署名（お名前をご記入ください）

問1. 現在の職業は何ですか。

複数当てはまる場合には、最も時間をかけているもの一つに○印をつけてください。

- 1) 常勤（管理職） 2) 常勤（事務職） 3) 常勤（現業職） 4) パート・アルバイト 5) 自営
6) 農林業 7) 漁業 8) 主婦 9) 学生 10) 無職 11) その他（ ）

（問1で、1) 2) 3) 4) 5) 6) 7) と答えた方にお聞きます。）

問1-1. 勤務形態はどちらですか。

- 1) 日勤 2) 夜勤 3) その他（交代勤務など）

問2. 現在どなたと一緒に住んでいますか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

- 1) 父 2) 母 3) 兄弟姉妹 4) 祖父 5) 祖母 6) 配偶者 7) 子供 8) 一人暮らし 9) その他

問3. 実の兄弟姉妹が何人いますか。人数を記入してください。いない時は0を記入してください。

- 1) 兄（ ）人 2) 姉（ ）人 3) 弟（ ）人 4) 妹（ ）人

問4. 現在の身長と体重をご記入ください。

身長（ ）cm 体重（ ）kg

問5. 最近あるいは過去1年間での血圧をご記入ください。

わからないときは「わからない」の項目に○印をつけてください。

- 1) 最高血圧（ ）mmHg ・ 最低血圧（ ）mmHg 2) わからない

問6. 1日の平均睡眠時間は何時間ですか。

- 1) 10時間以上 2) 9時間くらい 3) 8時間くらい 4) 7時間くらい 5) 6時間くらい
6) 5時間くらい 7) 4時間以下

問7. 普段何時頃に寝ますか。

- 1) 8時以前 2) 9時頃 3) 10時頃 4) 11時頃 5) 夜中12時頃 6) 夜中1時頃
7) 夜中2時頃 8) 夜中3時以降

問8. 同年代の同性と比較して歩く速度はどうですか。

- 1) かなり速い 2) やや速い 3) ふつう 4) やや遅い 5) 遅い

参考⑦ 27 歳時 調査票

問9. 1 日に歩行または同程度の軽度の身体活動をどのくらい行っていますか。

- 1) 30 分未満 2) 30～59 分 3) 1～2 時間 4) 2～3 時間 5) 3～4 時間 6) 4 時間以上

問10. 余暇で、スポーツや運動はどのくらいしていますか。

- 1) 週に () 回, 1 回あたり () 分, (1)強度 ・ 2)中等度) の身体活動をしている
 ◆強度の身体活動とは, 身体的にきつと感じるような, かなり呼吸が乱れるような活動を意味します。
 (重い荷物の運搬, 自転車坂道を上ること, ジョギング, テニスのシングルスなど)
 ◆中等度の身体活動とは, 身体的にやや負荷がかかり, 少し息がはずむような活動を意味します。
 (軽い荷物の運搬, 子供との鬼ごっこ, ゆっくり泳ぐこと, テニスのダブルス, カートを使わないゴルフなど)
 2) 月に 1～3 回またはほとんどしない

問11. 通勤・通学は主に何を利用していますか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

- 1) 徒歩 2) 鉄道・電車 3) バス 4) 自家用車 5) オートバイ・原付 6) 自転車
 7) その他 ()

問12. 仕事や学業以外で, 下記に費やす時間(機器を扱う時間)は, あわせてどのくらいですか。
 「テレビ(ビデオ・DVDを含む)・パソコン(インターネット, メール, SNS, ブログ等を含む)・
 携帯電話(通話, メール, ウェブ, アプリ等を含む)・ゲーム・スマートフォン」

- 1) やらない 2) 1 時間くらい 3) 2 時間くらい 4) 3 時間くらい 5) 4 時間くらい
 6) 5 時間くらい 7) 6 時間くらい 8) 7 時間くらい 9) 8 時間くらい 10) 9 時間くらい
 11) 10 時間以上

問13. 1 日に何食食べますか。

- 1) 1 日 4 食以上 2) 1 日 3 食 3) 1 日 2 食 4) 1 日 1 食

問14. 食べる速さはどうですか。

- 1) かなり速い 2) やや速い 3) ふつう 4) やや遅い 5) かなり遅い

問15. ついついお腹いっぱい食べることはどれくらいありますか。

- 1) 1 日に 3 回以上 2) 1 日に 1～2 回 3) 週に 5～6 回 4) 週に 3～4 回 5) 週に 1～2 回
 6) 月に 1～3 回 7) ほとんどしない

問16. 子供や家族の食べ残しを食べることはどれくらいありますか。

- 1) ほぼ毎日 2) 週に 3～6 回 3) 週に 1～2 回 4) 月に 1～3 回 5) ほとんどないまたは食べない

問17. 自分で料理することがありますか。

- 1) 毎食 2) 1 日に 1～2 回 3) 週に 5～6 回 4) 週に 3～4 回 5) 週に 1～2 回
 6) 月に 1～3 回 7) ほとんどしない

問18. 朝食を欠食する(食べない)ことがありますか。

- 1) 欠食はほとんどない 2) 週 1～2 回欠食する 3) 週 3～4 回欠食する
 4) 週 5～6 回欠食する 5) 毎日欠食する(食べない)

問19. 夕方, 夕食前に空腹を感じたとき, 何をすることが多いですか。

- 1) 夕食まで待つ 2) 軽い食べ物を食べる 3) 好きなものを食べる 4) その他

問20. 夕食は, 普段, 何時頃に食べますか。

- 1) 午後 6 時以前 2) 7 時頃 3) 8 時頃 4) 9 時頃 5) 10 時頃 6) 11 時頃 7) 夜中 12 時頃
 8) 夜中 1 時頃 9) 夜中 2 時頃 10) 夜中 3 時以降 11) 食べない

問21. 夕食を外食することがありますか。

- 1) 毎日 2) 週に 5～6 回 3) 週に 3～4 回 4) 週に 1～2 回 5) 月に 1～3 回 6) ほとんどしない

問22. 夕方または夜に, 主に油を多く使った料理(揚げ物やカレー等)を食べることがありますか。

- 1) 毎日 2) 週に 5～6 回 3) 週に 3～4 回 4) 週に 1～2 回 5) 月に 1～3 回 6) ほとんどしない

問23. 居酒屋等で飲み会をする機会はどのくらいありますか。

- 1) 毎日 2) 週に 5～6 回 3) 週に 3～4 回 4) 週に 1～2 回 5) 月に 1～3 回 6) ほとんどしない

参考⑦ 27 歳時 調査票

問24. 間食を食べますか。(お菓子類・あめ・グミ・砂糖の入った飲料等を含む)

1) 1日3回以上 2) 1日2回程度 3) 1日1回 4) 食べる習慣がない

(問24で、1) 2) 3)と答えた方にお聞きます。)

問24-1. お菓子を持ち歩いていますか(あめ・グミ・ガム等)。

1) いつも持ち歩いている 2) 時々持ち歩いている 3) 持ち歩いていない

問25. 夜食(夕食から寝るまでの間での間食)を食べますか。

1) 毎日 2) 週に5~6回 3) 週に3~4回 4) 週に1~2回 5) 月に1~3回 6) 食べない

問26. あなたは食品の栄養表示を見ますか。

1) いつも見る 2) 時々見る 3) あまり見ない

問27. 現在の食生活についてお尋ねします。次の項目ごとに1つ〇で囲んでください。

	毎日食べる	週5~6回	週3~4回	週1~2回	食べない
魚は食べますか	1	2	3	4	5
肉は食べますか	1	2	3	4	5
植物油を使った料理(天ぷら、揚げ物など)は食べますか	1	2	3	4	5
牛乳または乳製品(ヨーグルト、チーズ等)は食べますか	1	2	3	4	5
大豆製品(豆腐、油あげ、納豆、煮豆等)は食べますか	1	2	3	4	5
果物は食べますか	1	2	3	4	5
めん類(うどん、そば、ラーメン、パスタ等)は食べますか	1	2	3	4	5
丼物(牛丼、親子丼、カツ丼、天丼等)は食べますか	1	2	3	4	5

問28. 野菜(漬物を除く)は食べますか。

1) 1日に3回以上 2) 1日2回くらい 3) 1日に1回くらい 4) 2日に1回くらい
5) 週に1~2回 6) 月に1~3回 7) 食べない

問29. 味付けは濃い味を好む方ですか。

1) はい 2) いいえ

問30. 「家での味付け」はどうですか。

1) 濃い 2) ふつう 3) うすい

問31. 味噌汁は飲みますか。

1) 1日3杯以上 2) 1日2杯くらい 3) 1日1杯くらい 4) 2日に1杯くらい
5) 週に1~2杯 6) 月に1~3杯 7) 飲まない

問32. 漬物は食べますか。

1) 1日2回以上 2) 1日に1回くらい 3) 2日に1回くらい 4) 週に1~2回 5) 月に1~3回
6) 食べない

問33. 漬物は「浅漬け」と「古漬け」ではどちらが多いですか。

1) 浅漬けが多い 2) 古漬けが多い 3) どちらも同じくらい

問34. 漬物にしょうゆをかけますか。

1) かけない 2) 味をみてかけたり、かけなかったりする 3) 味をみずにかける

問35. 味付けしたおかずに、さらにしょうゆ、ソース、塩などをかけますか。

1) かけない 2) 味をみてかけたり、かけなかったりする 3) 味をみずにかける

参考⑦ 27 歳時 調査票

問36. 「塩で味つけした加工品」(塩鮭, たらこ, 明太子, 塩辛, 塩納豆など)を食べますか。

- 1) 1日2回以上 2) 1日に1回くらい 3) 2日に1回くらい 4) 週に1~2回 5) 月に1~3回
6) 食べない

問37. めん類(うどん, そば, ラーメンなど)を食べるとき, 汁(つけ汁を含む)を飲みますか。

- 1) ほとんど飲まない 2) 半分くらい飲む 3) ほとんど全部飲む

問38. 塩分を控えることについて何か実行していますか。

- 1) 現在実行している 2) 過去に実行したが現在は実行していない 3) 実行したことはない

問39. これまでに, あなたはタバコを吸っていますか。

- 1) 吸ったことはない
2) 吸っている(____歳から吸い始めて, 1日____本吸っている)
3) やめた(____歳から吸い始めて, 1日____本吸っていたが, ____歳の時にやめた)

(問39で, 2)3)と答えた方にお聞きます。)

問39-1. あなたがタバコを吸い始めたきっかけについて, 最もあてはまるもの1つに○をつけてください。

- 1) 親 2) 兄弟姉妹 3) 年上の人・先輩 4) 友人 5) TV、映画、雑誌等の喫煙シーン
6) なんとなく 7) その他()

問40. あなたはこの1週間に, 自分以外の人吸っていたタバコの煙を吸う機会がありましたか。

次のアからウの場所について, あてはまる番号を1つ選んでください。

	ほとんど毎日	時々あった	全くなかった	わからない
ア. 家庭	1	2	3	4
イ. 職場	1	2	3	4
ウ. その他(飲食店など)	1	2	3	4

問41. 小学生の頃に, 家庭内でタバコを吸う人はいましたか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

- 1) 父 2) 母 3) 兄弟姉妹 4) 祖父 5) 祖母 6) いなかった

問42. あなたは週に何日ぐらいお酒(清酒, 焼酎, ビール, 洋酒など)を飲みますか。

- 1) 毎日 2) 週5~6日 3) 週3~4日 4) 週1~2日 5) 月に1~3日
6) やめた(1年以上やめている) 7) ほとんど飲まない 8) 飲めない

(問42で, 1)2)3)4)5)と答えた方にお聞きます。)

問42-1. お酒を飲む日は1日あたり, 清酒に換算し, どれくらいの量を飲みますか。

(ビール・缶チューハイ 350ml 缶が清酒 0.5 合、日本酒コップ 1 杯 180ml が清酒 1 合に相当します)

- 1) 1合(180ml)未満 2) 1合以上2合(360ml)未満 3) 2合以上3合(540ml)未満
4) 3合以上4合(720ml)未満 5) 4合以上5合(900ml)未満 6) 5合(900ml)以上

問43. 現在, あなたの年収(税込み)と同居している人(いれば)の年収(税込み)の合計はどのくらいですか。

- 1) 0~299万円 2) 300~599万円 3) 600~899万円 4) 900~1199万円 5) 1200~1499万円
6) 1500万円以上

問44. 小学生の頃に, 自家用車がありましたか。

- 1) あった(____台) 2) なかった

問45. あなたは, 1日に何回, 歯を磨きますか。

- 1) 4回以上 2) 3回 3) 2回 4) 1回 5) 毎日磨かない

問46. あなたは, 1日に何回, 歯間ブラシを使っていますか。

- 1) 4回以上 2) 3回 3) 2回 4) 1回 5) 使っていない

問47. 歯を磨いた時に血が出ますか。

- 1) いつも出る 2) たまに出る 3) 出ない

問48. 近視(遠くの物が見えにくい状態)がありますか。

- 1) ある(____歳頃から) 2) ない

問49. 花粉症はありますか。

- 1) ある (_____ 歳頃から) 2) ない

問50. 普段の生活で、声を出して笑う機会はどのくらいありますか。

- 1) ほぼ毎日 2) 週 1～5 回程度 3) 月 1～3 回程度 4) ほとんどない

問51. 気軽に個人的に相談ができる親しい友人や家族、親せきは何人いますか。

- 1) 4人以上 2) 3人 3) 2人 4) 1人 5) あまりいない

問52. 以前（5年くらい前）と比べて、以下のようなことがありますか。

次の項目ごとに、「はい」または「いいえ」に○印をつけてください。

- | | |
|-----------------------------------|----------|
| 1) 食欲が減ってきた。 | はい ・ いいえ |
| 2) 眠れなくなってきた。 | はい ・ いいえ |
| 3) 性欲が減ってきた。 | はい ・ いいえ |
| 4) 肩こりをするようになった、または以前よりひどくなってきた。 | はい ・ いいえ |
| 5) 腰痛が生じてきた、または以前よりひどくなってきた。 | はい ・ いいえ |
| 6) 目が疲れるようになってきた、または以前よりひどくなってきた。 | はい ・ いいえ |
| 7) 髪の毛がうすくなってきた、または以前よりうすくなってきた。 | はい ・ いいえ |
| 8) 体力がなくなってきた。 | はい ・ いいえ |

問53. 現在の健康状態はどうですか。

- 1) とてもよい 2) まあよい 3) あまりよくない 4) よくない

<健康診断の結果についての同意>

市町村や会社、学校などの健康診断を受診していますか。 1) はい 2) いいえ

市町村や会社、学校などの健康診断を受診している方は、その結果を下記に転記していただくと、大変役立ちます。

ご協力いただける場合は、下記「1) 同意する」に○をつけて、健診結果を転記してください。アンケート結果と併せて分析を行います。ご協力いただけない場合は、「2) 同意しない」に○をつけてください。

1) 同意する：健診結果を転記する

- ・身体計測 身長（ ）cm・体重（ ）kg
 - ・尿検査 糖（ ）・蛋白（ ）
 - ・血圧測定 最高血圧（ ）mmHg・最低血圧（ ）mmHg
 - ・血中脂質検査 総コレステロール（ ）mg/dL・HDL コレステロール（ ）mg/dL
LDL コレステロール（ ）mg/dL・中性脂肪（ ）mg/dL
 - ・肝機能検査 AST (GOT)（ ）U/L・ALT (GPT)（ ）U/L
γ-GT (γ-GTP)（ ）U/L
 - ・血糖検査 空腹時血糖（ ）mg/dL・HbA1c（ ）%
 - ・心電図検査（ ）
 - ・空腹で（食後 10 時間以上空けて）健診を受診した（ はい ・ いいえ ）
- * 検査を実施していない項目については、空欄のままで結構です。

2) 同意しない：健診結果を提供しない

*これで健康に関するアンケートは終わりです。ご協力いただき、ありがとうございました。

記入漏れがないか、お確かめの上、5月12日（金）までにご提出ください。

VI. 学会発表等

学会発表 等

【シンポジウム(国内学会)】

1. 佐田みずき. 茨城県が実施する小児期からの生活習慣病予防のための追跡研究について. **第 52 回日本循環器病予防学会学術集会**, 浦和. 2016.6.17-18.
2. Kazumasa Yamagishi, Mizuki Sata, Toshimi Sairenchi, Hiroyasu Iso, Hitoshi Ota. Lifestyles, environmental factors and consequent cardiovascular risk factors among children: Ibaraki Children's Cohort (IBACHIL) Study. **第 81 回日本循環器学会学術集会**, 金沢. 2017.3.17-19.

【国際学会】

3. Utako Murai, Kazumasa Yamagishi, Toshimi Sairenchi, Mizuki Sata, Atsuya Tomita, Keiko Suno, Nobue Takizawa, Fujiko Irie, Hiroshi Watanabe, Hiroyasu Iso, Hitoshi Ota. The association between watching food nutrition labels of mothers with 6-year-old children and subsequent behaviors of their children in adulthood: The Ibaraki Children's Cohort (IBACHIL) Study, Tsukuba Global Science Week 2017, Tsukuba. 2017.9.20-22.

【ポスター(国内学会)】

4. 佐田みずき, 山岸良匡, 西連地利己, 入江ふじこ, 渡辺宏, 磯博康, 大田仁史. 3 歳時の養育者の違いによる間食傾向の習慣化と 20 年後の肥満への影響: IBACHIL 研究. **第 72 回日本公衆衛生学会総会**, 津. 2013.10.23-25.
5. 佐田みずき, 山岸良匡, 西連地利己, 入江ふじこ, 渡辺宏, 磯博康, 大田仁史. 乳児期の栄養摂取法とその後の体格との関連: IBACHIL 研究. **第 24 回日本疫学会学術総会**, 仙台. 2014.1.23-25.
6. 佐田みずき, 山岸良匡, 西連地利己, 澤田宜行, 入江ふじこ, 渡辺宏, 磯博康, 大田仁史. 思春期における親の健康意識が, 22 歳までの喫煙経験に与える影響: IBACHIL 研究. **第 51 回日本循環器病予防学会学術集会**, 吹田. 2015.6.26-27.

【口演(国内学会)】

7. 佐田みずき, 山岸良匡, 西連地利己, 入江ふじこ, 渡辺宏, 磯博康, 大田仁史. 児童期におけるおやつとの与え方が, 22 歳時の体格に与える影響: IBACHIL 研究. **第 52 回日本循環器病予防学会学術集会**, 浦和. 2016.6.17-18.
8. 村井詩子, 山岸良匡, 西連地利己, 佐田みずき, 富田敦也, 須能恵子, 瀧澤伸枝, 入江ふじこ, 渡辺宏, 磯博康, 太田仁史. 若年成人の食品栄養表示を見る行動と食品摂取頻度や減塩意識との関連: IBACHIL 研究. **第 53 回日本循環器病予防学会学術集会**, 京都. 2017.6.16-17.

教材 等

22 歳時調査までの「小児期からの生活習慣病予防に関する研究」の成果

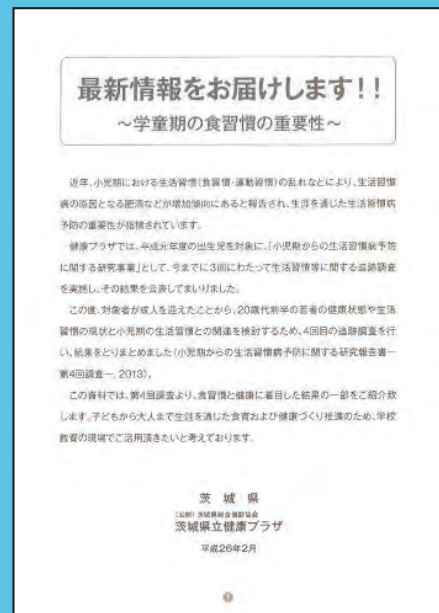
茨城県では、平成4年から「小児期からの生活習慣病予防に関する研究」を実施し、平成元年生まれの児に対して、計4回（3歳時、6歳時、12歳時、22歳時）にわたるアンケート調査を実施しました。その結果をもとに、報告書の作成や、小児生活習慣病予防に関する啓発資料・教材等を作成して、市町村や県民の皆様はその成果を還元しています。

平成24年度の研究報告書と指導者向け資料及び両親・祖父母向け啓発資料

【報告書】



【指導者向け資料】



【両親向け啓発資料】



【祖父母向け啓発資料】



平成 15 年度の研究報告書と小学生・中学生向け小児生活習慣病予防のための教材

小児期からの生活習慣病予防に
関する研究報告書

－小児肥満に関する追跡調査－

平 成 1 6 年 3 月

茨 城 県
茨城県健康科学センター

【報告書】

小児生活習慣病予防
のための教材〈小学生用〉



小児生活習慣病予防
のための教材〈中学生用〉



【教材】

平成 8 年度の研究報告書と指導者向け乳児肥満の予防テキスト

小児期からの成人病に関する研究報告書

茨 城 県
茨城県健康科学センター

【報告書】

幼児肥満の
予防テキスト
(指導者用)



茨城県・茨城県健康科学センター

【予防テキスト】

本研究は、茨城県「小児期からの生活習慣病予防に関する研究」として実施した。また本研究の一部は、下記の日本学術振興会特別研究員(DC2)科学研究費助成事業として実施した

研究種目:日本学術振興会特別研究員(DC2)

研究課題名:乳幼児期から成人期に至る長期コホート研究による生活習慣病予防のエビデンス構築(16J10536)

研究代表者:佐田みずき

研究期間:平成 28 年度～平成 29 年度

小児期からの生活習慣病予防に関する研究報告書
—第 5 回調査—

茨城県
(公財)茨城県総合健診協会
茨城県立健康プラザ
平成 31 年 3 月

〒310-0852 茨城県水戸市笠原町 993-2
電話:029-243-4171 FAX:029-243-9785

Copyright(C) 2019

茨城県. (公財)茨城県総合健診協会 茨城県立健康プラザ All rights reserved.

