

子育て世代に関するアンケート調査の結果について（速報版）

令和 5 年 1 月

坂戸市立市民健康センター



## 調査の概要

### (1) 目的

「第2次坂戸市健康なまちづくり計画」及び「坂戸市自殺対策計画」の評価、「第3次坂戸市健康なまちづくり計画」及び「次期坂戸市自殺対策計画」の策定にあたり、別に実施する市民アンケートでは傾向を把握しきれない子育て世代に関する日常の習慣や運動、食事、こころの健康等を含めた「健康」についての意識を把握することを目的として、「子育て世代に関するアンケート調査」を実施しています。

### (2) 調査期間

令和4年12月から令和5年2月まで

※妊婦（市民健康センターに妊娠届を提出した方）は、11月7日から開始

### (3) 調査対象者

#### ア 妊婦

市民健康センター母子健康手帳の交付を受けた約75名

#### イ パパママ講座参加者

令和4年12月13日、令和5年1月24日、2月11日実施分 約35名

#### ウ 乳幼児の保護者

乳幼児健診（3か月児、1歳6か月児、2歳児歯科・3歳児健診対象者の保護者） 約440名

総計：約550名

### (4) アンケート調査票

別に実施する「こころとからだの健康に関するアンケート」設問中、重点目標としている設問を主に選択し作成

### (5) 調査方法

#### ア 妊婦

母子健康手帳交付時に調査票を配布・回収、または、電子申請にて回答

#### イ パパママ講座参加者

教室参加者に調査票を配布・回収、または、電子申請にて回答

#### ウ 乳幼児の保護者

健診対象者への個別通知に調査票を同封し、健診当日に回収または、電子申請にて回答

(6) 配布数及び回収数、

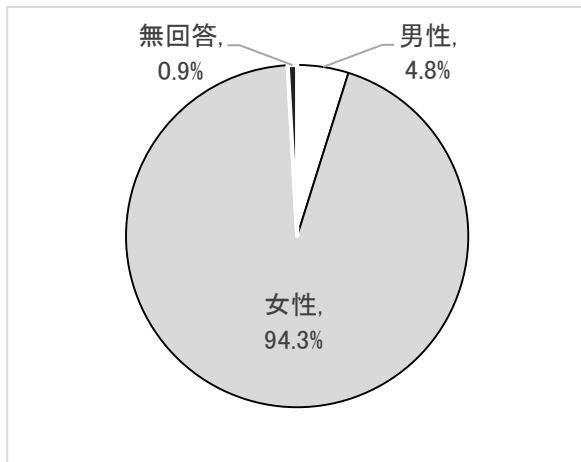
配布数	回収数	回収率
4 1 6	2 2 7	5 4 . 6 %

※上記は、令和5年1月27日時点の配布数及び回収数

# 1 あなた自身のことについて

## 問1 性別をお答えください。

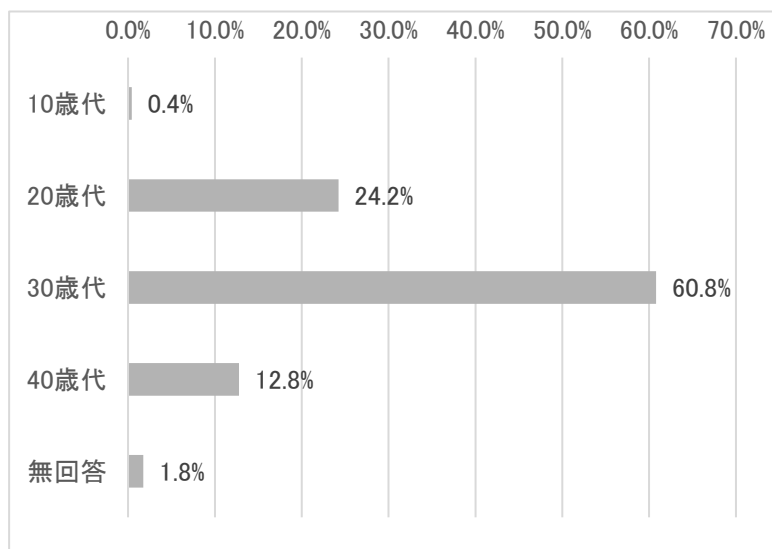
「男性」が4.8%、「女性」が94.3%となっています。



項目	度数	構成比
男性	11	4.8%
女性	214	94.3%
その他	0	0.0%
無回答	2	0.9%
合計	227	100.0%

## 問2 年齢をお答えください。(令和4年4月1日時点)

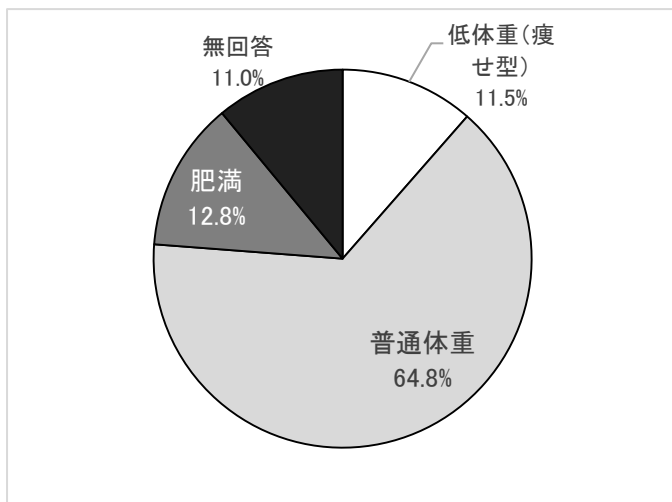
「30歳代」が60.8%と最も多く、次いで「20歳代」が24.2%、「40歳代」が12.8%となっています。



項目	度数	構成比
10歳代	1	0.4%
20歳代	55	24.2%
30歳代	138	60.8%
40歳代	29	12.8%
無回答	4	1.8%
合計	227	100.0%

### 問3 身長と体重をお答えください。

「普通体重」が64.8%と最も多く、次いで「肥満」が12.8%、「低体重(痩せ型)」が11.5%となっています。

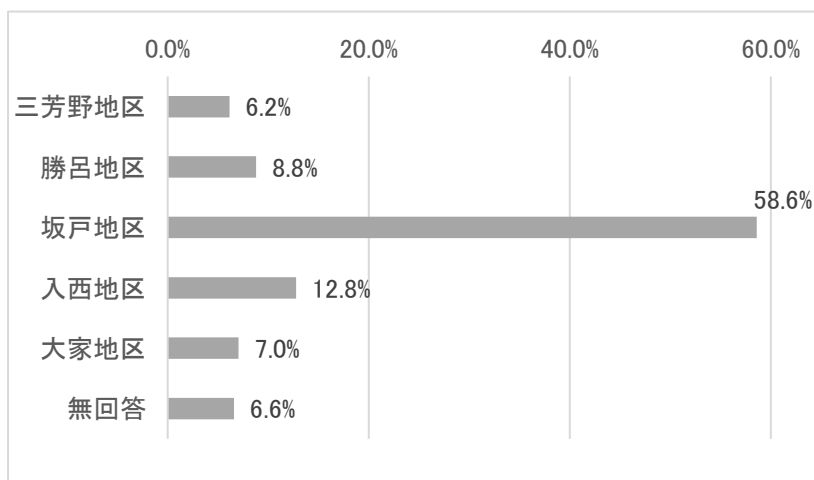


項目	度数	構成比
低体重(痩せ型)	26	11.5%
普通体重	147	64.8%
肥満	29	12.8%
無回答	25	11.0%
合計	227	100.0%

※低体重(痩せ型)18.5未満  
普通体重 18.5~25未満  
肥満 25以上

### 問4 住んでいる町名又は大字名をお答えください。

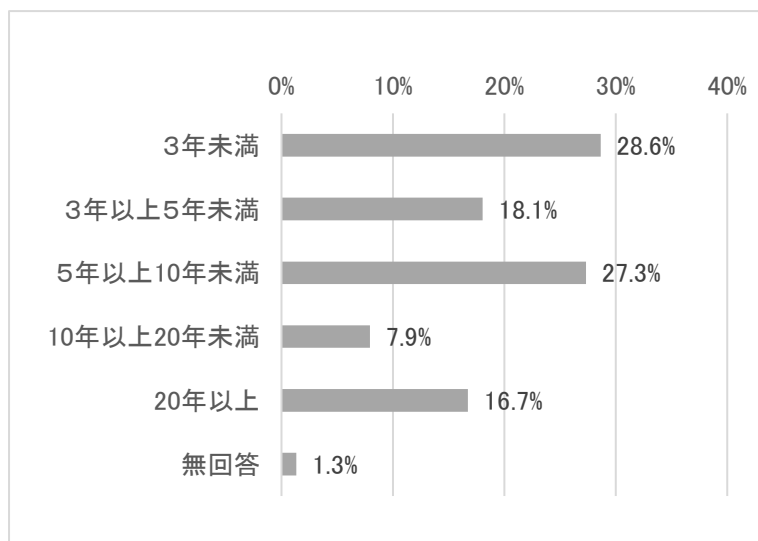
「坂戸地区」が58.6%と最も多く、次いで「入西地区」が12.8%、「勝呂地区」が8.8%となっています。



項目	度数	構成比
三芳野地区	14	6.2%
勝呂地区	20	8.8%
坂戸地区	133	58.6%
入西地区	29	12.8%
大家地区	16	7.0%
無回答	15	6.6%
合計	227	100.0%

### 問5 坂戸市での居住年数をお答えください。

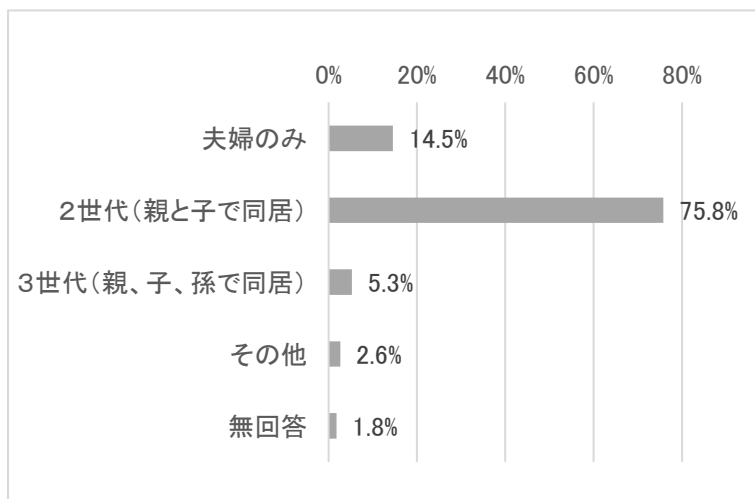
「3年未満」が28.6%と最も多く、次いで「5年以上10年未満」が27.3%、「3年以上5年未満」が18.1%となっています。



項目	度数	構成比
3年未満	65	28.6%
3年以上5年未満	41	18.1%
5年以上10年未満	62	27.3%
10年以上20年未満	18	7.9%
20年以上	38	16.7%
無回答	3	1.3%
合計	227	100.0%

### 問6 世帯構成をお答えください。

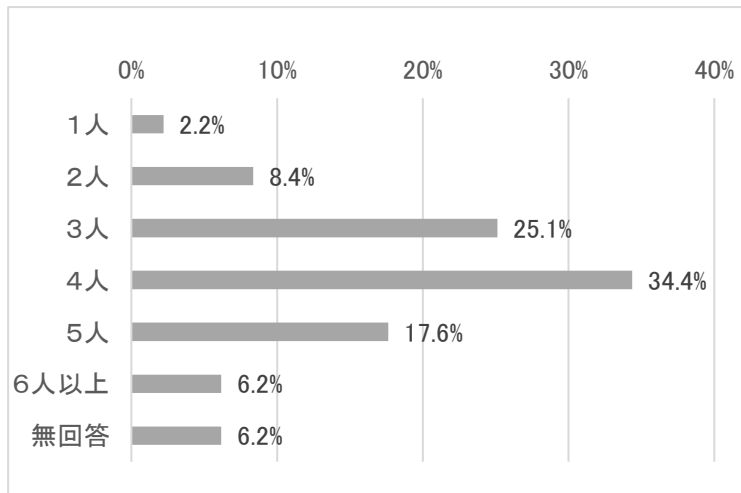
「2世代（親と子で同居）」が75.8%と最も多く、次いで「夫婦のみ」が14.5%、「3世代（親、子、孫で同居）」が5.3%となっています。



項目	度数	構成比
夫婦のみ	33	14.5%
2世代(親と子で同居)	172	75.8%
3世代(親、子、孫で同居)	12	5.3%
その他	6	2.6%
無回答	4	1.8%
合計	227	100.0%

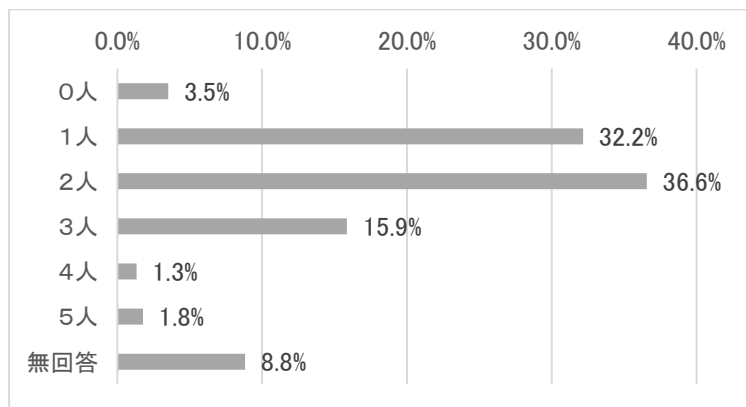
**問7 現在同居している人はあなたを含めて何人ですか。**

「4人」が34.4%と最も多く、次いで「3人」が25.1%、「5人」が17.6%となっています。



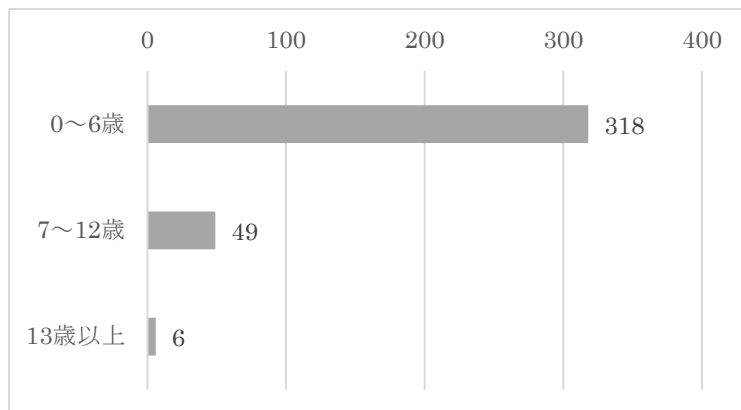
項目	度数	構成比
1人	5	2.2%
2人	19	8.4%
3人	57	25.1%
4人	78	34.4%
5人	40	17.6%
6人以上	14	6.2%
無回答	14	6.2%
合計	227	100.0%

うち、お子さん「2人」が36.6%と最も多く、次いで「1人」が32.2%、「3人」が15.9%となっています。



項目	度数	構成比
0人	8	3.5%
1人	73	32.2%
2人	83	36.6%
3人	36	15.9%
4人	3	1.3%
5人	4	1.8%
無回答	20	8.8%
合計	227	100.0%

お子さんの年齢は「0～6歳」が最も多いです。



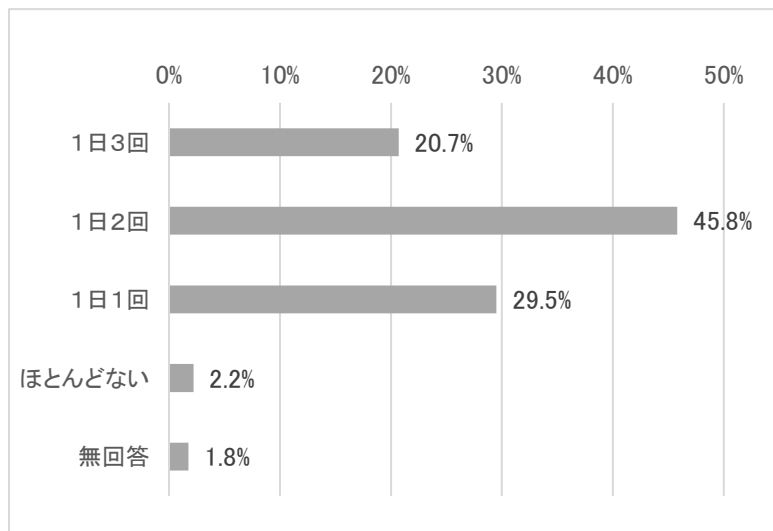
項目	度数	構成比
0～6歳	318	140.1%
7～12歳	49	21.6%
13歳以上	6	2.6%



## 2 食生活・栄養・食育について

### 問8 主食・主菜・副菜がそろった食事は1日何回ありますか。

「1日2回」が45.8%と最も多く、次いで「1日1回」が29.5%、「1日3回」が20.7%となっています。



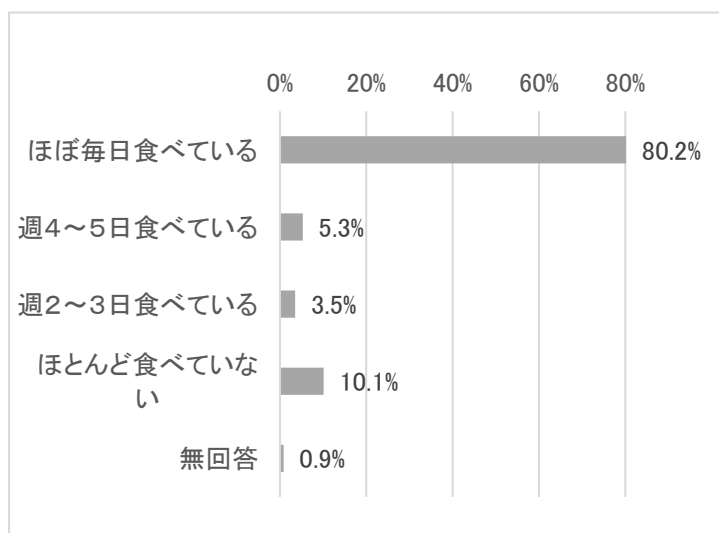
項目	度数	構成比
1日3回	47	20.7%
1日2回	104	45.8%
1日1回	67	29.5%
ほとんどない	5	2.2%
無回答	4	1.8%
合計	227	100.0%

#### 【参考】

主食：ごはん、パン、麺 主菜：肉、魚、卵、大豆製品の料理 副菜：野菜、海藻の料理

### 問9 普段、朝食を食べていますか。

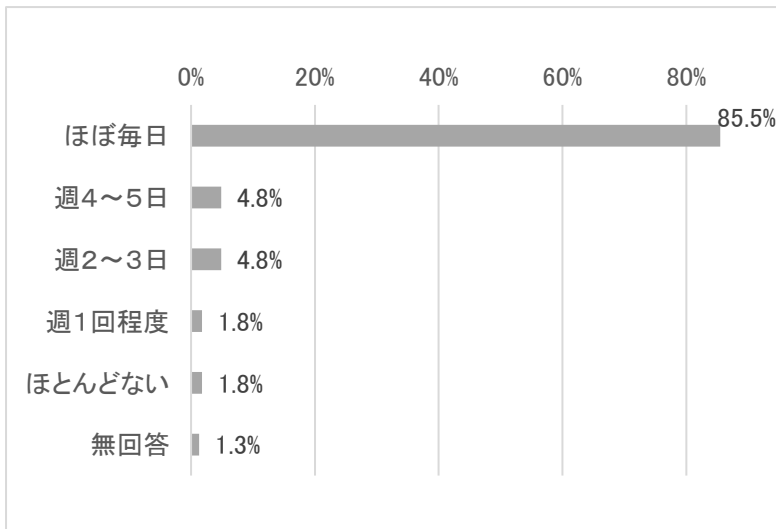
「ほぼ毎日食べている」が80.2%と最も多く、次いで「ほとんど食べていない」が10.1%、「週4~5日食べている」が5.3%となっています。



項目	度数	構成比
ほぼ毎日食べている	182	80.2%
週4~5日食べている	12	5.3%
週2~3日食べている	8	3.5%
ほとんど食べていない	23	10.1%
無回答	2	0.9%
合計	227	100.0%

### 問 10 家族や友人と食事をする日はどのくらいありますか。

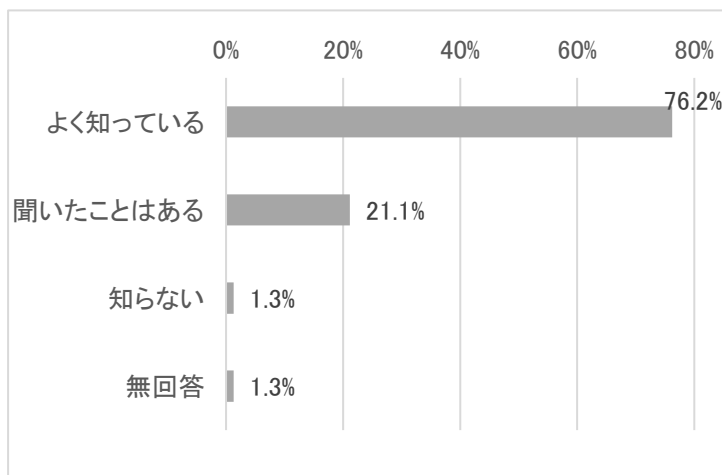
「ほぼ毎日」が 85.5%と最も多く、次いで「週 4～5 日」「週 2～3 日」が 4.8%、



項目	度数	構成比
ほぼ毎日	194	85.5%
週4～5日	11	4.8%
週2～3日	11	4.8%
週1回程度	4	1.8%
ほとんどない	4	1.8%
無回答	3	1.3%
合計	227	100.0%

### 問 11 葉酸（ようさん）というビタミンを知っていますか。

「よく知っている」が 76.2%と最も多く、次いで「聞いたことはある」が 21.1%、「知らない」が 1.3%となっています。

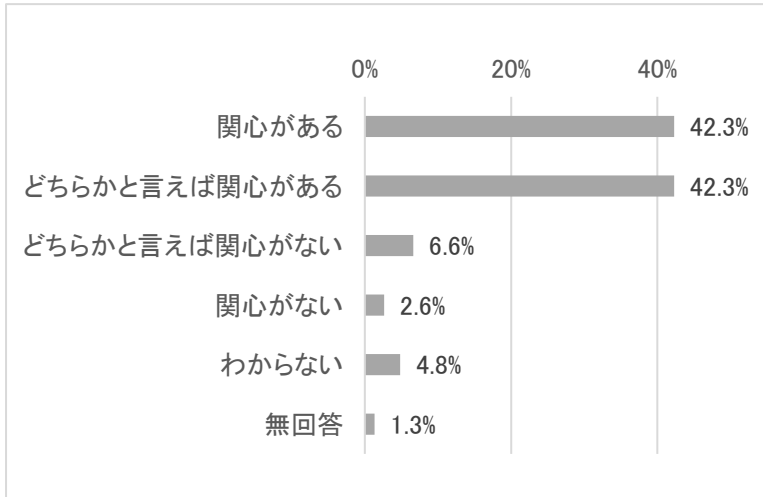


項目	度数	構成比
よく知っている	173	76.2%
聞いたことはある	48	21.1%
知らない	3	1.3%
無回答	3	1.3%
合計	227	100.0%

## 問 12 食育に関心がありますか。

「関心がある」「どちらかと言えば関心がある」が 42.3%と多く、合わせると 84.6%となっています。

また、「どちらかと言えば関心がない」「関心がない」を合わせると 9.2%となっています。



項目	度数	構成比
関心がある	96	42.3%
どちらかと言えば関心がある	96	42.3%
どちらかと言えば関心がない	15	6.6%
関心がない	6	2.6%
わからない	11	4.8%
無回答	3	1.3%
合計	227	100.0%

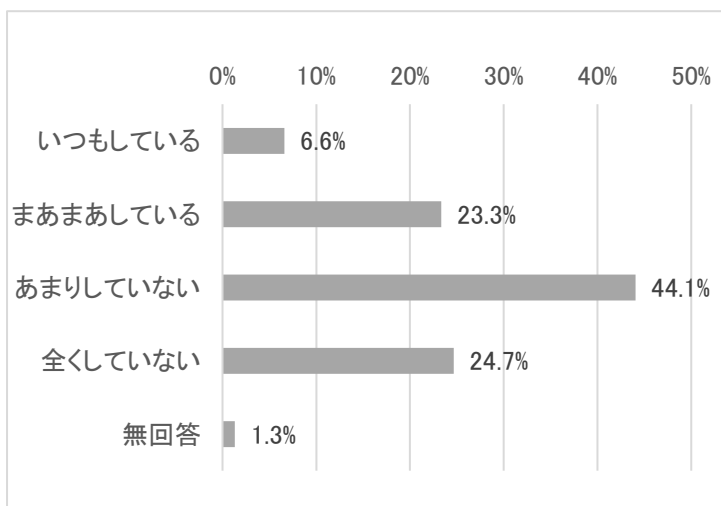
【参考】食育とは、単に望ましい食習慣のための知識を身に着けるだけでなく、食卓での一家団らんなどを通じて社会性を育んだり、食文化を理解したりすることを含む幅広い教育です。

### 3 運動について

#### 問 13 日ごろ、楽しく運動をしていますか。

「いつもしている」「まあまあしている」を合わせると 29.9%となっています。

また、「あまりしていない」「全くしていない」を合わせると 68.8%となっています。

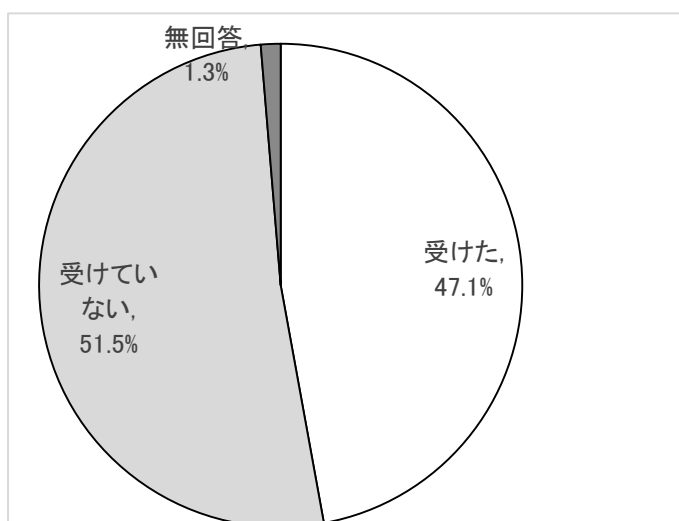


項目	度数	構成比
いつもしている	15	6.6%
まあまあしている	53	23.3%
あまりしていない	100	44.1%
全くしていない	56	24.7%
無回答	3	1.3%
合計	227	100.0%

### 4 身体のケアについて

#### 問 14 過去1年以内に、健診（職場や学校などの健康診断や特定健診、健康診査など）や人間ドックを受けましたか。 ※妊婦検診は含みません。

「受けた」が 47.1%、「受けていない」が 51.5%となっています。

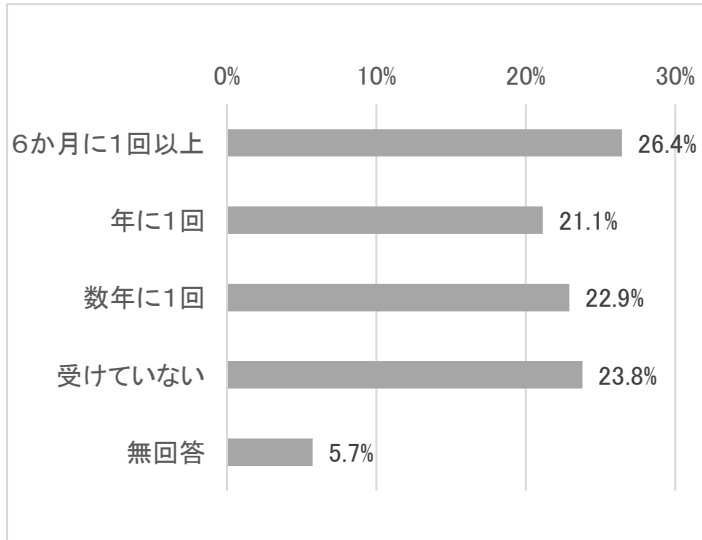


項目	度数	構成比
受けた	107	47.1%
受けていない	117	51.5%
無回答	3	1.3%
合計	227	100.0%

## 5 歯の健康について

### 問 15 定期的に歯科健診（クリーニング等を含む）を受けていますか。

「6か月に1回以上」が26.4%と最も多く、次いで「受けていない」が23.8%、「数年に1回」が22.9%となっています。



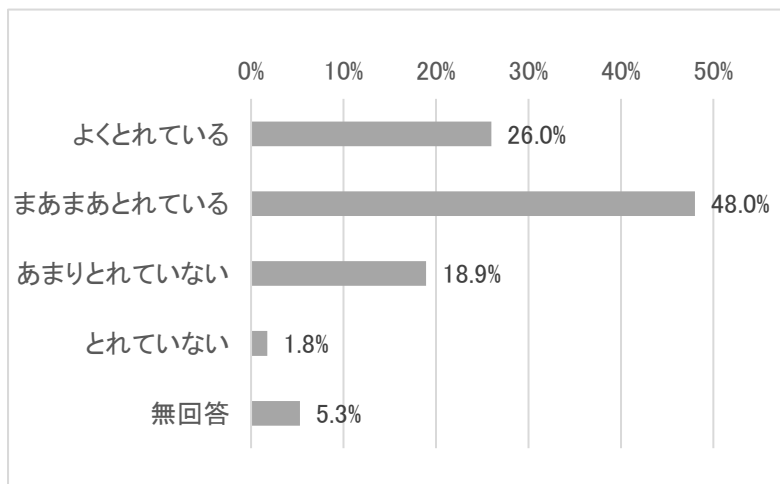
項目	度数	構成比
6か月に1回以上	60	26.4%
年に1回	48	21.1%
数年に1回	52	22.9%
受けていない	54	23.8%
無回答	13	5.7%
合計	227	100.0%

## 6 こころの健康について

### 問 16 睡眠による休養がとれていますか。

「まあまあとれている」が48.0%と最も多く、「よくとれている」と合わせると74.0%となっています。

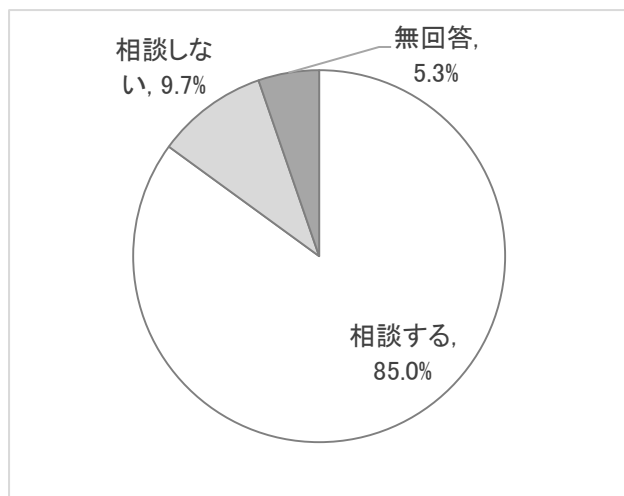
また、「あまりとれていない」「とれていない」を合わせると20.7%となっています。



項目	度数	構成比
よくとれている	59	26.0%
まあまあとれている	109	48.0%
あまりとれていない	43	18.9%
とれていない	4	1.8%
無回答	12	5.3%
合計	227	100.0%

**問 17 悩みやストレスを感じた時、だれかに相談しますか。**

「相談する」が 85.0%、「相談しない」が 9.7%となっています。

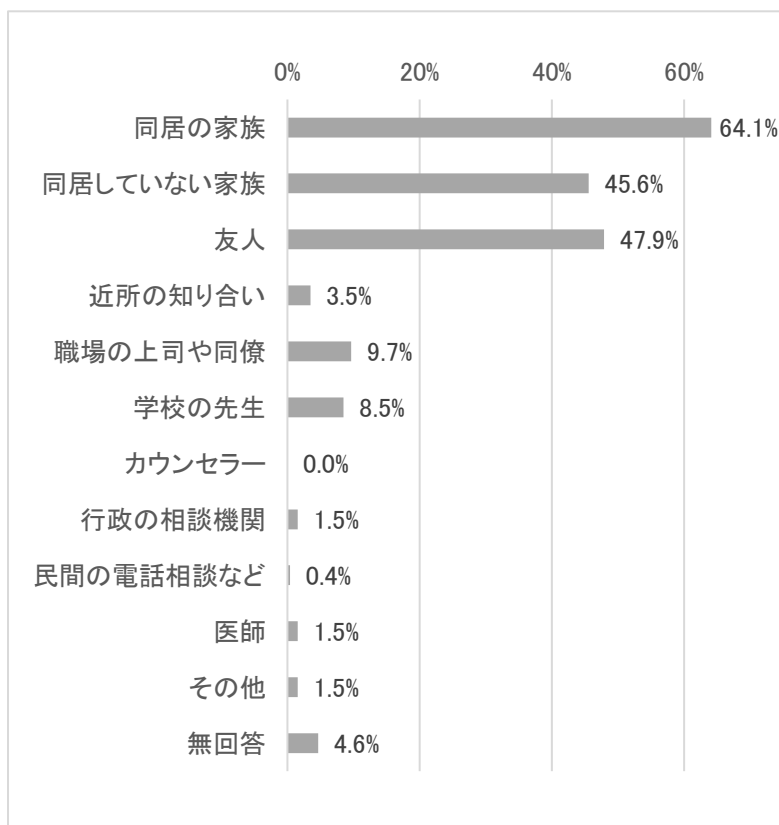


項目	度数	構成比
相談する	193	85.0%
相談しない	22	9.7%
無回答	12	5.3%
合計	227	100.0%

«問 17 において、「相談する」を選んだ方»

**問 18 相談相手はだれですか。(いくつでも)**

「同居の家族」が 64.1%と最も多く、次いで「友人」が 47.9%、「同居していない家族」が 45.6%となっています。



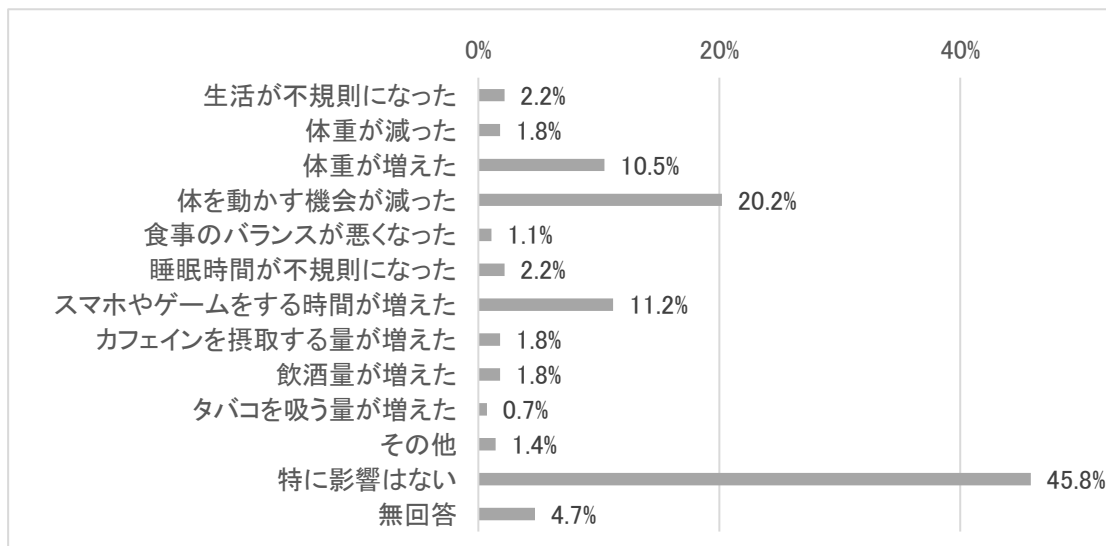
項目	度数	比率
同居の家族	166	64.1%
同居していない家族	118	45.6%
友人	124	47.9%
近所の知り合い	9	3.5%
職場の上司や同僚	25	9.7%
学校の先生	22	8.5%
カウンセラー	0	0.0%
行政の相談機関	4	1.5%
民間の電話相談など	1	0.4%
医師	4	1.5%
その他	4	1.5%
無回答	12	4.6%
回答者数	259	
非該当	18	
合計	277	

## 7 新型コロナウイルスの影響について

**問 19 新型コロナウイルス感染症の流行により、体調や生活習慣に影響はありましたか。(いくつでも)**

「体を動かす機会が減った」が 20.2%と最も多く、次いで「スマホやゲームをする時間が増えた」が 11.2%、「体重が増えた」が 10.5%となっています。

また、「特に影響はない」が 45.8%となっています。

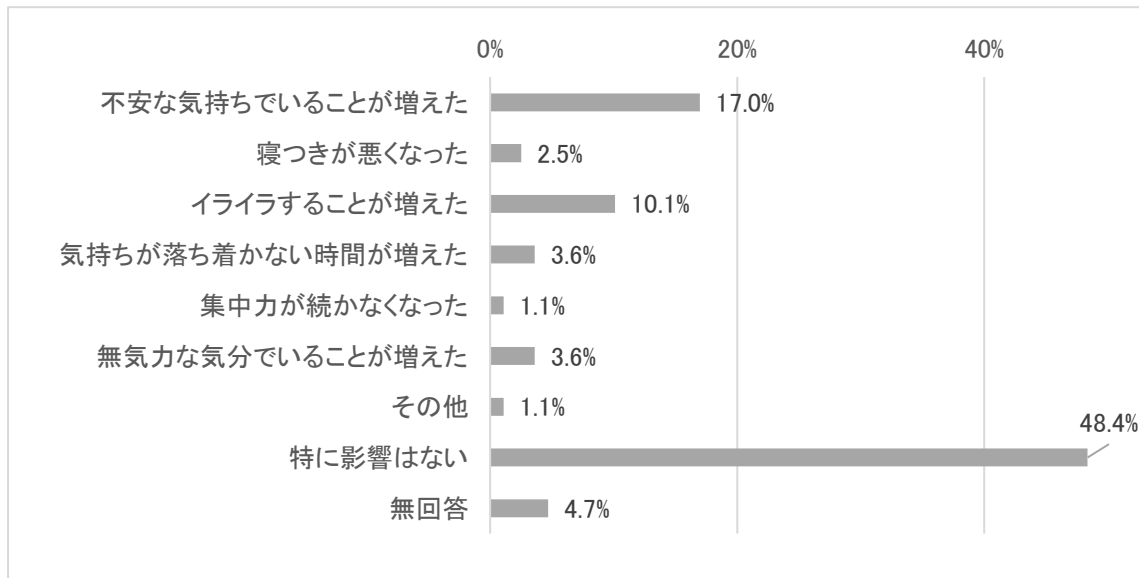


項目	度数	比率
生活が不規則になった	6	2.2%
体重が減った	5	1.8%
体重が増えた	29	10.5%
体を動かす機会が減った	56	20.2%
食事のバランスが悪くなった	3	1.1%
睡眠時間が不規則になった	6	2.2%
スマホやゲームをする時間が増えた	31	11.2%
カフェインを摂取する量が増えた	5	1.8%
飲酒量が増えた	5	1.8%
タバコを吸う量が増えた	2	0.7%
その他	4	1.4%
特に影響はない	127	45.8%
無回答	13	4.7%
回答者数	277	

**問 20 新型コロナウイルス感染症の流行により、精神面に影響はありましたか。(いくつでも)**

「不安な気持ちでいることが増えた」が 17.0%と最も多く、次いで「イライラすることが増えた」が 10.1%となっています。

また、「特に影響はない」が 48.4%となっています。



項目	度数	比率
不安な気持ちでいることが増えた	47	17.0%
寝つきが悪くなった	7	2.5%
イライラすることが増えた	28	10.1%
気持ちが落ち着かない時間が増えた	10	3.6%
集中力が続かなくなった	3	1.1%
無気力な気分でいることが増えた	10	3.6%
その他	3	1.1%
特に影響はない	134	48.4%
無回答	13	4.7%
回答者数	277	

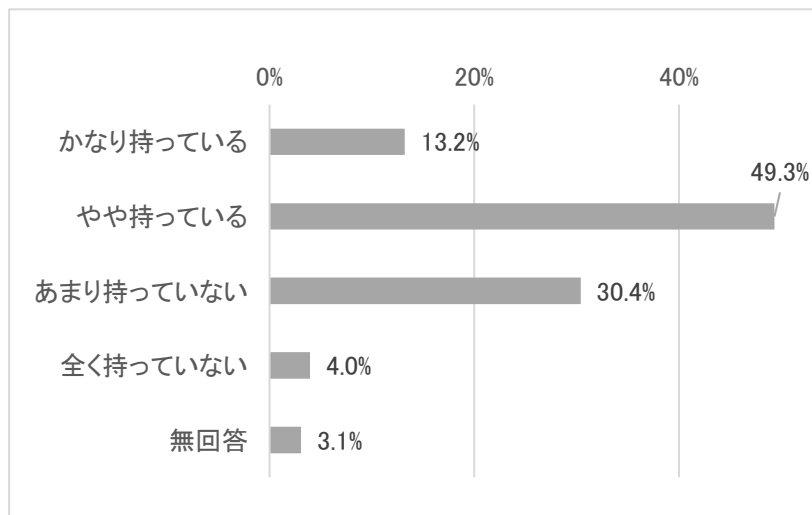


## 8 前向きな生き方について

### 問 21 夢・生きがい・目標を持っていますか。

「やや持っている」が 49.3%と最も多く、「かなり持っている」と合わせると 62.5%となっています。

また、「あまり持っていない」「全く持っていない」を合わせると 34.4%となっています。

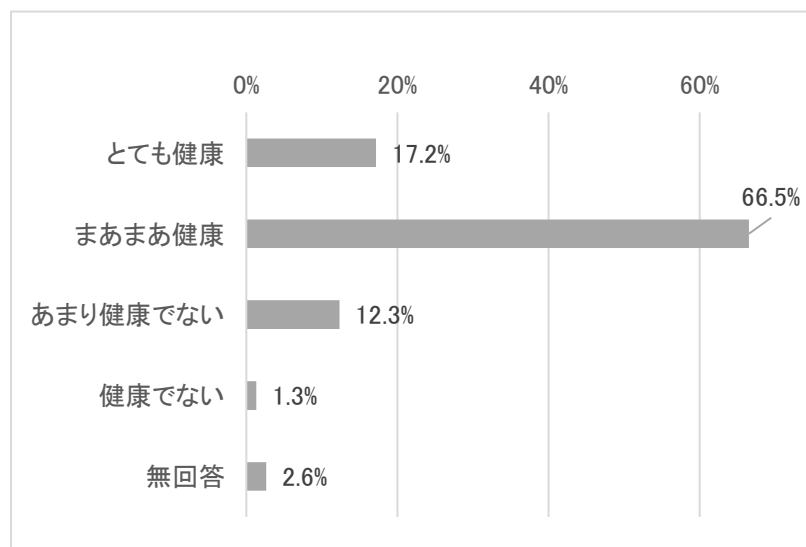


項目	度数	構成比
かなり持っている	30	13.2%
やや持っている	112	49.3%
あまり持っていない	69	30.4%
全く持っていない	9	4.0%
無回答	7	3.1%
合計	227	100.0%

### 問 22 普段自分で健康だと思いますか。

「まあまあ健康」が 66.5%と最も多く、「とても健康」と合わせると 83.7%となっています。

また、「あまり健康でない」「健康でない」を合わせると 13.6%となっています。

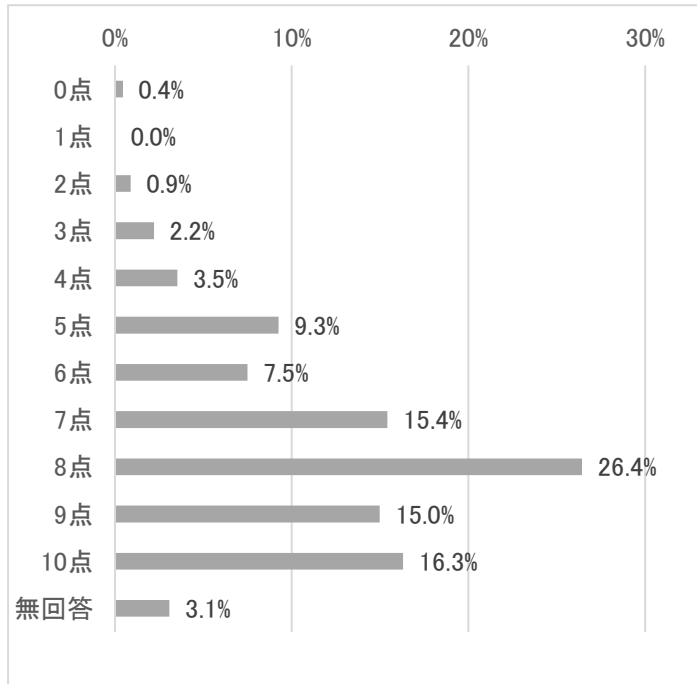


項目	度数	構成比
とても健康	39	17.2%
まあまあ健康	151	66.5%
あまり健康でない	28	12.3%
健康でない	3	1.3%
無回答	6	2.6%
合計	227	100.0%

**問 23 現在、あなた自身はどの程度幸せですか。「とても幸せ」を 10 点、「とても不幸」を 0 点とすると、何点くらいになると思いますか。**

「8 点」が 26.4%と最も多く、次いで「10 点」が 16.3%、「7 点」が 15.4%となっています。

「4 点以下」を合わせると 7%となっています。

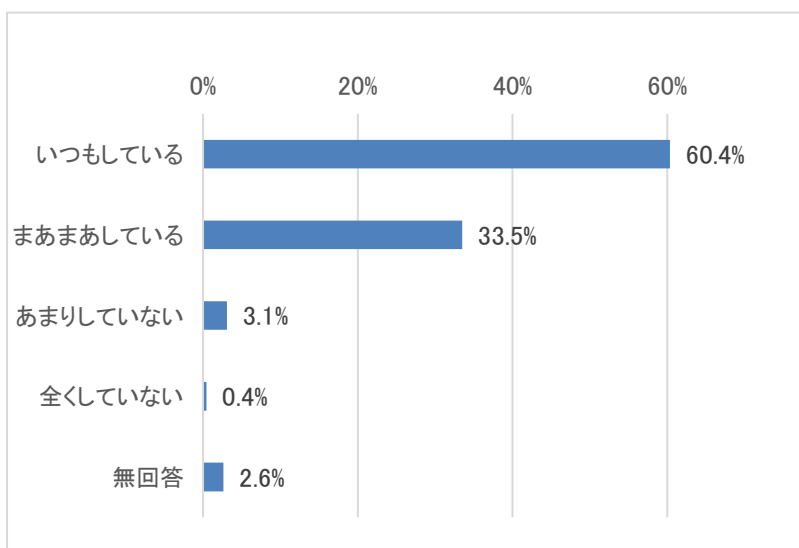


項目	度数	構成比
0 点	1	0.4%
1 点	0	0.0%
2 点	2	0.9%
3 点	5	2.2%
4 点	8	3.5%
5 点	21	9.3%
6 点	17	7.5%
7 点	35	15.4%
8 点	60	26.4%
9 点	34	15.0%
10 点	37	16.3%
無回答	7	3.1%
合計	227	100.0%

**問 24 身近な人にあいさつをしていますか。**

「いつもしている」が 60.4%と最も多く、「まあまあしている」と合わせると 93.9%となっています。

また、「あまりしていない」「全くしていない」を合わせると 3.5%となっています。

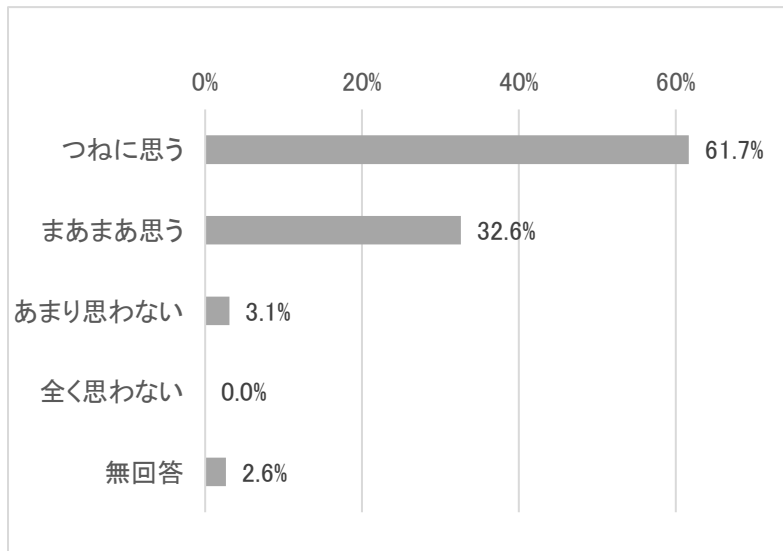


項目	度数	構成比
いつもしている	137	60.4%
まあまあしている	76	33.5%
あまりしていない	7	3.1%
全くしていない	1	0.4%
無回答	6	2.6%
合計	227	100.0%

**問 25 いつも家族や仲間に囲まれて生活していると思いますか。**

「つねに思う」が 61.7%と最も多く、「まあまあ思う」と合わせると 94.3%となっています。

また、「あまり思わない」「全く思わない」を合わせると 3.1%となっています。



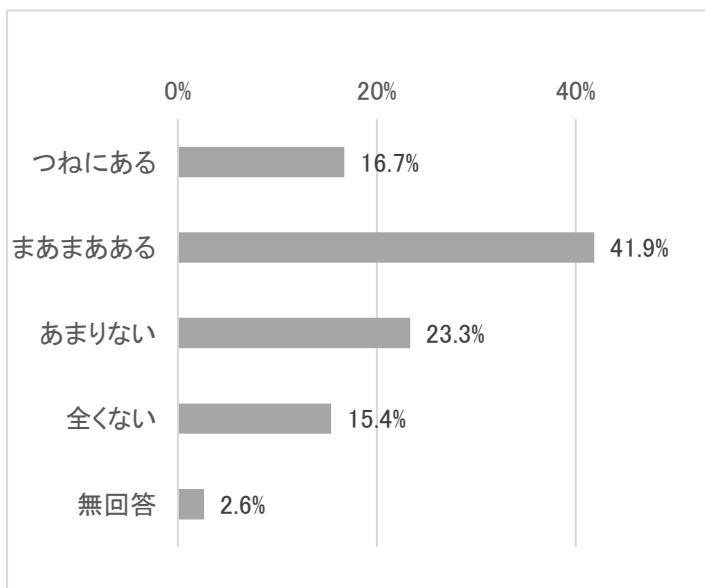
項目	度数	構成比
つねに思う	140	61.7%
まあまあ思う	74	32.6%
あまり思わない	7	3.1%
全く思わない	0	0.0%
無回答	6	2.6%
合計	227	100.0%

**9 お住まいの地域（主に自宅に近い範囲）環境について**

**問 26 いざという時、隣人などご近所に助け合える環境が身近にありますか。**

「まあまあある」が 41.9%と最も多く、「つねにある」と合わせると 58.6%となっています。

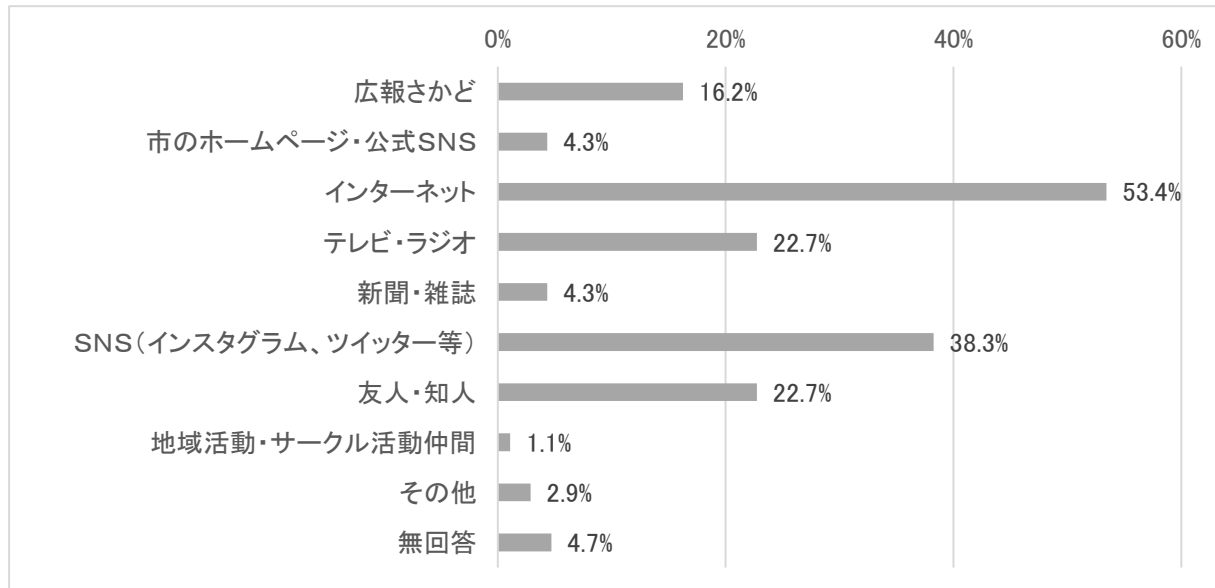
また、「あまりない」「全くない」を合わせると 38.7%となっています。



項目	度数	構成比
つねにある	38	16.7%
まあまあある	95	41.9%
あまりない	53	23.3%
全くない	35	15.4%
無回答	6	2.6%
合計	227	100.0%

**問 27. あなたは普段、健康に関する情報をどのような媒体を通じて入手していますか。(いくつでも)**

「インターネット」が 53.4%と最も多く、次いで「SNS（インスタグラム、ツイッター等）」が 38.3%、「テレビ・ラジオ」「友人・知人」22.7%となっています。



項目	度数	比率
広報さかど	45	16.2%
市のホームページ・公式SNS	12	4.3%
インターネット	148	53.4%
テレビ・ラジオ	63	22.7%
新聞・雑誌	12	4.3%
SNS(インスタグラム、ツイッター等)	106	38.3%
友人・知人	63	22.7%
地域活動・サークル活動仲間	3	1.1%
その他	8	2.9%
無回答	13	4.7%
回答者数	277	

## 10 自由記述

問 28 最後に健康づくりについて、日ごろ感じていることや心がけていること、その他ご意見がございましたらお書きください

- 子どもと一緒にウォーキング（ベビーカー）上の娘とサンテのプールで遊ぶ
- 食事、添加物の少ない物や薄味を心掛けている
- 今年の4月から幼稚園に娘が通うのですが、マスクを着用させたくないです。息が苦しいと言っている娘にマスクをつけさせるのは、かわいそうすぎます。
- 心が健康だと色々が上手くいく。不満やストレスを発散できる機会がもっとあるといい。でも子育て世代は忙しい。つつい自分のことは後回し。
- 子ども一緒に遊びながら運動したいのだが、坂戸は大型遊具がなく、とても不便。小学生より大きい子はどのように体力を使うのか。他市町村は市に1つは大型のものがあるのに。
- よく笑うこと
- なるべく生活リズムをくずさない（早寝早起き）
- お酒はあまり飲まないようにしています
- 歩ける時は歩いたり、子どもと公園で遊ぶ。食事は濃くならないように味付けには気を付けています。
- 睡眠時間の確保を最優先している
- なるべく無農薬の野菜を買う、調味料は添加物の入っていない天然なもの、公園などに行ってなるべく子供と外で遊ぶ（体を動かす）
- 笑顔で過ごすことを心掛けています
- 睡眠時間をけずりがちだが、意識的に寝ることも大切だと思い始めた
- ランニング、筋トレ
- 幼い子どもがいると、中々ウォーキングなどが難しい。土手沿いを歩いている人をたくさん見かけます。私は他県、他市から移住者なので、その光景は珍しく、いいなと思います。
- 早寝早起き、起きたらコップ1杯水をのむ。野菜中心に肉を食べる。できるだけ歩く（階段を使う）
- 若者が運動できるような場所を増やしてほしい。雨でも運動できる場所をつくってほしい。
- 近所に森林浴ができるような遊歩道がないです。公園のポイ捨てが多く、ガラス片やタバコ等、子どもが安全に遊べない。
- 子どもがいると、なかなか外に運動しに行けなくて、家で1人でだと続かないの

で、家でも簡単にできるようなものがあつたらいいなと思います。

- 子どもと散歩、時々家で筋トレ
- 少しでも動く、前向き生活する、おいしいものを食べる
- 朝の散歩と、8時間以上の睡眠を心がけています。

《以下、各設問において「その他」で記述されたご意見》

## 1 1 その他の自由記述

### 《「受けていない」を選んだ方》の記述

**問 14 過去1年以内に、健診（職場や学校などの健康診断や特定健診、健康診査など）や人間ドックを受けましたか。※妊婦検診は含みません**

- 育休中のため
- 妊娠
- 手間に思う
- 子育てで忙しく忘れていた
- なかなか時間が合わなかった
- 特に体調不良もないため
- 時間がない
- 今年受ける予定の為
- 面倒だから
- 専業主婦の為
- 時間とお金
- 気が付いたら月日が過ぎていた
- 面倒くさい
- 子ども預けられず
- 転職が続いた
- 機会がないから
- 後回しにしていた
- 料金が高い
- 市の対象年齢には当てはまらず、案内もないので
- 金銭的なことと一日中娘といるから
- 移動手段がない

## 《「受けていない」を選んだ方》の記述

問 15 定期的に歯科健診（クリーニング等を含む）を受けていますか。

- 子どもが小さいため
- 子育てで忙しい
- 時間がない
- 面倒くさい
- 行くひまがない
- 引っ越してきて、いい歯医者がわからない。忙しい
- 費用が大変
- 気にしていない
- 問題ない
- 子供優先
- 忘れている

問 18 相談相手はだれですか。

- 児童センターなどで知り合うお母さん
- 姉妹

問 19 新型コロナウイルス感染症の流行により、体調や生活習慣に影響はありましたか。

- テレワークが増えた
- 人と会えない
- 外出の機会が減った
- 外食が減った

問 20 新型コロナウイルス感染症の流行により、精神面に影響はありましたか。

- 楽しみが減った
- 時々心配になる
- 気にすること（感染など）が増えた

問 27 あなたは普段、健康に関する情報をどのような媒体を通じて入手していますか。

- 病院
- 親
- 本
- 職場
- 医療従事者