

# 資 料 編

# 資料編

## 1 計画策定の経過

日 程	内 容	
平成 30 年 6 月 22 日	第 1 回坂戸市健康なまちづくり計画 庁内策定・推進会議	①第 2 次坂戸市健康なまちづくり計画 に関連する事業の実施状況について
7 月 3 日	第 1 回坂戸市健康なまちづくり審議会	②第 2 次坂戸市健康なまちづくり計画 の中間評価及び見直しについて
7 月 20 日～ 8 月 9 日	こころとからだの健康に関する市民 アンケート調査	市内在住の満 15 歳以上の男女 1,050 人 を対象に無作為抽出し、郵送配布・郵送 回収にて実施
9 月 21 日	第 2 回坂戸市健康なまちづくり計画 庁内策定・推進会議	①市民アンケート調査の報告について
10 月 3 日	第 2 回坂戸市健康なまちづくり審議会	②計画骨子案について
10 月 29 日	第 3 回坂戸市健康なまちづくり計画 庁内策定・推進会議	①第 2 次坂戸市健康なまちづくり計画 中間年次改訂版（素案）について
11 月 16 日	第 3 回坂戸市健康なまちづくり審議会	
12 月 26 日 ～平成 31 年 1 月 25 日	坂戸市健康なまちづくり計画中間年次改訂（案）に対する意見公募 （市民コメント）	
2 月 4 日	第 4 回坂戸市健康なまちづくり計画 庁内策定・推進会議	①第 2 次坂戸市健康なまちづくり計画 中間年次改訂版（案）に係る市民コメ ント結果について ②第 2 次坂戸市健康なまちづくり計画 中間年次改訂版（最終案）について
2 月 18 日	第 4 回坂戸市健康なまちづくり審議会	①第 2 次坂戸市健康なまちづくり計画 中間年次改訂版（案）に係る市民コメ ント結果について ②第 2 次坂戸市健康なまちづくり計画 中間年次改訂版（最終案）について ③計画の策定に係る答申（案）について
2 月 25 日	坂戸市健康なまちづくり計画中間年次 改訂版について（答申）	
3 月	「坂戸市健康なまちづくり計画中間年 次改訂版」策定	

## 2 坂戸市健康なまちづくり審議会条例

平成 26 年 9 月 30 日

条例第 22 号

改正 平成 26 年 12 月 19 日条例第 32 号 平成 29 年 3 月 24 日条例第 4 号

(設置)

第 1 条 市が実施する健康なまちづくりに関する施策の推進を図るため、坂戸市健康なまちづくり審議会（以下「審議会」という。）を置く。

(所掌事務)

第 2 条 審議会は、市長の諮問に応じ、次に掲げる事項について調査審議する。

(1) 坂戸市健康なまちづくり計画（健康増進法（平成 14 年法律第 103 号）第 8 条第 2 項の規定に基づく坂戸市健康増進計画及び食育基本法（平成 17 年法律第 63 号）第 18 条第 1 項の規定に基づく坂戸市食育推進計画で構成される計画をいう。）の策定及びその推進に関すること。

(2) その他健康なまちづくりに関する施策の推進に関すること。

(組織)

第 3 条 審議会は、委員 17 人以内で組織する。

2 委員は、次に掲げる者のうちから市長が委嘱する。

- (1) 学識経験者
- (2) 健康に関する市民活動を行っている団体の構成員
- (3) 農業に従事する者
- (4) 食品の製造業又は加工業に従事する者
- (5) 坂戸市立小・中学校の校長又は教員
- (6) 公募に応じた市民
- (7) その他市長が必要と認める者

(任期)

第 4 条 委員の任期は、2 年とする。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

2 委員は、再任されることができる。

(会長及び副会長)

第 5 条 審議会に、会長及び副会長を置き、委員の互選により定める。

2 会長は、会務を総理し、審議会を代表する。

3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるときは、その職務を代理する。

(会議)

第 6 条 審議会の会議は、会長が招集し、その議長となる。

2 審議会は、委員の過半数が出席しなければ、会議を開くことができない。

3 審議会の議事は、出席委員の過半数で決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

4 審議会は、必要があると認めるときは、関係者の出席を求めて意見を聴くことができる。

(部会)

第 7 条 審議会に、その所掌事務を分掌させるため、次に掲げる部会を置く。

- (1) 健康増進部会
- (2) 食育推進部会

2 部会に属すべき委員は、市長が指名する。

- 3 部会に、部会長を置き、当該部会に属する委員の互選により定める。
- 4 部会長は、当該部会の事務を掌理する。
- 5 部会長に事故があるときは、当該部会に属する委員のうちから部会長があらかじめ指名する者が、その職務を代理する。
- 6 審議会は、その定めるところにより、部会の議決をもって審議会の議決とすることができる。
- 7 前条の規定は、部会の会議について準用する。この場合において、同条中「審議会」とあるのは「部会」と、同条第1項中「会長」とあるのは「部会長」と、同条第2項中「委員」とあるのは「当該部会に属する委員」と、同条第3項中「出席委員」とあるのは「出席した当該部会に属する委員」と読み替えるものとする。

(庶務)

第8条 審議会の庶務は、市民健康部市民生活課において処理する。

(委任)

第9条 この条例に定めるもののほか、審議会の運営に関し必要な事項は、市長が別に定める。

附 則

(施行期日)

- 1 この条例は、公布の日から施行する。

(任期の特例)

- 2 この条例の施行後最初に委嘱される委員の任期は、第4条第1項本文の規定にかかわらず、平成28年3月31日までとする。

(特別職の職員で非常勤のものの報酬及び費用弁償に関する条例の一部改正)

- 3 特別職の職員で非常勤のものの報酬及び費用弁償に関する条例(昭和31年坂戸町条例第15号)の一部を次のように改正する。

[次のよう] 略

附 則 (平成26年条例第32号) 抄

(施行期日)

- 1 この条例は、平成27年4月1日から施行する。

附 則 (平成29年条例第4号)

この条例は、平成29年4月1日から施行する。

### 3 坂戸市健康なまちづくり審議会委員名簿

NO	氏名	選出 区分	職業	所属部会	
				健康 増進	食育 推進
1	清水 要	1号	一般社団法人坂戸鶴ヶ島医師会 理事 社会医療法人刀仁会 坂戸中央病院 理事長	○	
2	川崎 剛	1号	坂戸鶴ヶ島歯科医師会 千代田歯科医院 医院長	○	
3	山王丸 靖子	1号	城西大学 薬学部 准教授		○
4	真殿 仁美	1号	城西大学 現代政策学部 准教授	○	
5	◎金子 嘉徳	1号	女子栄養大学 栄養学部 教授	○	
6	田中 久子	1号	女子栄養大学 栄養学部 教授		○
7	松本 勝	1号	明海大学 歯学部 准教授	○	○
8	重松 博	2号	市民みんなの健康づくりサポーター 「元気にし隊」隊長	○	
9	○亀田 康好	3号	シンボライズファーム亀田牧場 (酪農教育ファーム) 代表		○
10	弓削多 洋一	4号	弓削多醤油(株) 代表取締役		○
11	太田 正久	5号	坂戸市立入西小学校 校長 坂戸市立小・中学校食育推進委員会 会長		○
12	小田島 京子	6号	公募委員		○
13	青木 繁	6号	公募委員	○	

◎会長 ○副会長

## 4 諮問

坂市生発第 574 号  
平成30年7月3日

坂戸市健康なまちづくり審議会会長 様

坂戸市長 石 川 清

坂戸市健康なまちづくり計画の見直しについて（諮問）

坂戸市健康なまちづくり計画の見直しについて、坂戸市健康なまちづくり審議会条例第2条の規定により、貴審議会の意見を求めます。

## 5 答申

平成31年2月25日

坂戸市長 石川 清 様

坂戸市健康なまちづくり審議会  
会 長 金 子 嘉 徳

坂戸市健康なまちづくり計画の見直しについて（答申）

平成30年7月3日付け坂市生発第574号により諮問のありました坂戸市健康なまちづくり計画（以下「坂戸市健康なまちづくり計画中間年次改訂版」という。）の見直しについて、本審議会において慎重に審議した結果、次のとおり答申します。

答 申

この度まとめられた、第2次坂戸市健康なまちづくり計画中間年次改訂版につきましては、市民が健康な生活習慣の重要性について関心を高め、自ら、生涯にわたる健康づくりに努めるための事業を推進する計画として、概ね適正なものであると認められます。

なお、本審議会における別紙意見・要望について配慮され、基本理念に掲げた「誰もが幸福を感じ、自ら健康だと言える、日本一健康なまち さかど」の実現に向けて、市民、保健・医療・福祉等の各分野及び各関係機関等との連携による健康づくりの着実な推進が図られますことを期待するものであります。

意見・要望

- ・今後、ますます健康課題が多様化するものと考えられることから、市が推進する全ての政策分野において、市民一人ひとりが健康を意識した生活が送れるような施策の展開に努めること。
- ・本計画の着実な推進に努められるとともに、本計画の進捗状況の把握、評価を行い公表するとともに、必要に応じて見直しを行うこと。
- ・制度に変化が生じた場合は、計画の期間中であっても迅速に計画の見直しを図ること。
- ・本計画に基づく施策、事業の推進及び見直しに当たっては、市民の健康行動や意識の実態把握に努めること。

## 6 坂戸市健康なまちづくり計画庁内策定・推進会議設置規程

平成 25 年 7 月 8 日

訓令第 9 号

改正 平成 26 年 3 月 24 日訓令第 5 号 平成 27 年 3 月 25 日訓令第 5 号  
平成 29 年 3 月 24 日訓令第 1 号

(設置)

第 1 条 坂戸市健康なまちづくり計画（以下「計画」という。）の策定及び推進を図るため、坂戸市健康なまちづくり計画庁内策定・推進会議（以下「庁内会議」という。）を置く。

(所掌事務)

第 2 条 庁内会議の所掌事務は、次のとおりとする。

- (1) 計画の策定に関すること。
- (2) 計画の推進に関すること。

(組織)

第 3 条 庁内会議は、会長及び委員をもって組織する。

- 2 会長は、市民健康部長をもって充てる。
- 3 委員は、別表に掲げる職にある者をもって充てる。

(会長)

第 4 条 会長は、会務を総理する。

- 2 会長に事故があるときは、あらかじめ会長が指名する委員が、その職務を代理する。

(会議)

第 5 条 庁内会議の会議は、会長が招集し、その議長となる。

- 2 庁内会議は、必要があると認めるときは、関係職員の出席を求めて説明又は意見を聴くことができる。

(庶務)

第 6 条 庁内会議の庶務は、市民健康部市民生活課において処理する。

(委任)

第 7 条 この規程に定めるもののほか、庁内会議の運営に関し必要な事項は、会長が別に定める。

附 則

この訓令は、公布の日から施行する。

附 則（平成 26 年訓令第 5 号）

この訓令は、平成 26 年 4 月 1 日から施行する。

附 則（平成 27 年訓令第 5 号）

この訓令は、平成 27 年 4 月 1 日から施行する。

附 則（平成 29 年訓令第 1 号）

この訓令は、平成 29 年 4 月 1 日から施行する。

別表（第3条関係）

市長部局	防災安全課長 市民生活課長 健康保険課長 市民健康センター所長 子育て支援課長 保育課長 高齢者福祉課長 障害者福祉課長 農業振興課長 商工労政課長 維持管理課長
教育委員会	教育総務課長 学校教育課長 社会教育課長 スポーツ推進課長 教育センター所長 中央公民館長

## 7 アンケート調査票

### ●【あなた自身のことについて】

問1. 性別をお答えください。

1. 男性	2. 女性
-------	-------

問2. 年齢をお答えください。

歳
---

問3. 身長と体重をお答えください。【例】身長 159.5cm 体重 57.5kg

身長	cm	体重	kg
----	----	----	----

問4. 住んでいる町名又は大字名をお答えください。

【参考】千代田、鶴舞、清水町、につきい花みず木、西坂戸、紺屋など

--

問5. 坂戸市での居住年数をお答えください。

1. 3年未満	2. 3年以上5年未満	3. 5年以上10年未満
4. 10年以上20年未満	5. 20年以上・生まれてからずっと	

問6. 世帯構成をお答えください。

1. ひとり暮らし	2. 夫婦のみ	3. 2世代（親と子で同居）
4. 3世代（親、子、孫で同居）	5. その他	

問7. 現在同居している人はあなたを含めて何人ですか。

人
---

問8. 現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じていますか

1. 大変苦しい	2. やや苦しい	3. ふつう
4. ややゆとりがある	5. 大変ゆとりがある	

### ●【食生活・栄養・食育について】

問9. 主食・主菜・副菜がそろった食事は1日何回ありますか。

【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

1. 1日3回	2. 1日2回	3. 1日1回	4. ほとんどない
---------	---------	---------	-----------

問 10. 普段、朝食を食べていますか。

- |               |               |
|---------------|---------------|
| 1. ほぼ毎日食べている  | 2. 週4～5日食べている |
| 3. 週2～3日食べている | 4. ほとんど食べていない |

問 11. 家族や友人と食事をする日はどのくらいありますか。

- |          |           |          |
|----------|-----------|----------|
| 1. ほぼ毎日  | 2. 週4～5日  | 3. 週2～3日 |
| 4. 週1回程度 | 5. ほとんどない |          |

問 12. 自分で手作りの食事が準備できますか。

- |                 |                |
|-----------------|----------------|
| 1. できる          | 2. どちらかと言えばできる |
| 3. どちらかと言えばできない | 4. できない        |

問 13. 自分にとって適切な食事内容、量を知っていますか。

- |            |              |
|------------|--------------|
| 1. よく知っている | 2. だいたい知っている |
| 3. あまり知らない | 4. 全く知らない    |

問 14. 塩分をとりすぎないようにしていますか。

- |                  |                 |
|------------------|-----------------|
| 1. している          | 2. どちらかと言えばしている |
| 3. どちらかと言えばしていない | 4. していない        |

問 15. 普段、食料品の買い物（または食料品の入手）は容易ですか。

- |          |           |
|----------|-----------|
| 1. とても容易 | 2. まあまあ容易 |
| 3. 少し大変  | 4. とても大変  |

問 16. 外食するときや食品を購入するとき、カロリーや塩分などの栄養成分表示を見ますか。

- |           |           |
|-----------|-----------|
| 1. いつも見る  | 2. ときどき見る |
| 3. あまり見ない | 4. 全く見ない  |

問 17. 坂戸市で認定している「食を通じた健康づくり応援店」を知っていますか。

- |                    |                     |
|--------------------|---------------------|
| 1. 知っていて、利用したこともある | 2. 知っているが、利用したことはない |
| 3. 知らない            |                     |

問 18. よくかんで食べていますか。

- |              |               |
|--------------|---------------|
| 1. よくかんでいる   | 2. まあまあかんでいる  |
| 3. あまりかんでいない | 4. ほとんどかんでいない |

問 19. 家族と同居している方にお聞きします。朝食を家族の全員又はほとんどの人と一緒に食べることはどのくらいありますか。

- |          |           |          |
|----------|-----------|----------|
| 1. ほぼ毎日  | 2. 週4～5日  | 3. 週2～3日 |
| 4. 週1日程度 | 5. ほとんどない |          |

問 20. 家族と同居している方にお聞きします。夕食を家族の全員又はほとんどの人と一緒に食べることはどのくらいありますか。

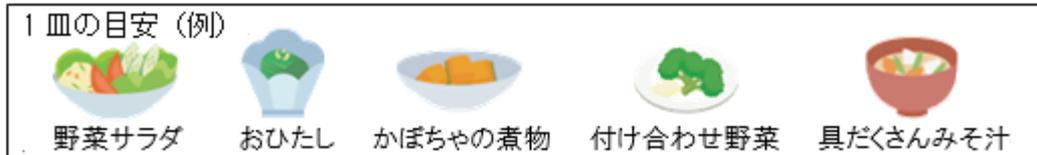
- |          |           |          |
|----------|-----------|----------|
| 1. ほぼ毎日  | 2. 週4～5日  | 3. 週2～3日 |
| 4. 週1日程度 | 5. ほとんどない |          |

問 21. 葉酸（ようさん）というビタミンを知っていますか。

- |            |             |         |
|------------|-------------|---------|
| 1. よく知っている | 2. 聞いたことはある | 3. 知らない |
|------------|-------------|---------|

問 22. 普段、1日に野菜料理（野菜を主な食材とした料理）を皿数で考えると何皿食べていますか ※1皿は小鉢1コ分と考えてください。

- |             |         |         |
|-------------|---------|---------|
| 1. ほとんど食べない | 2. 1～2皿 | 3. 3～4皿 |
| 4. 5～6皿     | 5. 7皿以上 |         |



問 23. 食育に関心がありますか。

【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。

- |          |                  |                  |
|----------|------------------|------------------|
| 1. 関心がある | 2. どちらかと言えば関心がある | 3. どちらかと言えば関心がない |
| 4. 関心がない | 5. わからない         |                  |

問 24. 日々の食事が、動植物の命や自然の恵みによって成り立っていることを感じることはありませんか。

- |             |            |                |
|-------------|------------|----------------|
| 1. いつも感じている | 2. 時々感じている | 3. あまり感じることはない |
| 4. ほとんど感じない | 5. わからない   |                |

問 25. 坂戸産の食材を利用していますか。

- |                    |                   |
|--------------------|-------------------|
| 1. 利用している          | 2. どちらかと言えば利用している |
| 3. どちらかと言えば利用していない | 4. 利用していない        |

●【運動について】

問 26. 日ごろ、意識的に身体を動かすようにしていますか。

- |          |            |          |
|----------|------------|----------|
| 1. ほぼ毎日  | 2. 週4～5日   | 3. 週2～3日 |
| 4. 週1日程度 | 5. ほとんどしない |          |

問 27. 日ごろ、楽しく運動をしていますか。

- |                  |                 |
|------------------|-----------------|
| 1. している          | 2. どちらかと言えばしている |
| 3. どちらかと言えばしていない | 4. していない        |

問 28. 平均して1日どのくらいの時間歩きますか。

- |                |                |
|----------------|----------------|
| 1. 2時間以上       | 2. 1時間以上～2時間未満 |
| 3. 30分以上～1時間未満 | 4. 30分未満       |
| 5. ほとんど歩かない    |                |

●【身体のケアについて】

問 29. 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。

1. 受けた	2. 受けていない(理由 )
--------	----------------

《20 歳以上の方のみお答え下さい》

問 30. 過去 1 年以内に、以下のがん検診を受けましたか。

(①～⑤それぞれ受けたものに○)

※国の基準により、胃がん・乳がん・子宮頸がん検診は 2 年に 1 度の受診となっていますので、それらについては 2 年以内に受診したかで回答してください。また、④と⑤については女性のみ回答してください。また、「受けていない」を回答した方は、理由も記入してください。

	職場の 検診で 受診	市が実施 する検診 で受診	人間ドッ クなどで 個人的に 受診	受けていない
①胃がん検診	1	2	3	4 → (理由 )
②肺がん検診	1	2	3	4 → (理由 )
③大腸がん検診	1	2	3	4 → (理由 )
④子宮頸がん検診	1	2	3	4 → (理由 )
⑤乳がん検診	1	2	3	4 → (理由 )

問 31. 健康診断などで異常が認められたとき、それに基づいて生活習慣を見直していますか。

1. 見直している	2. 見直したいがなかなかできない
3. 見直すつもりはない	4. 異常を認められたことがない

問 32. お酒を飲む頻度はどのくらいですか。

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. ほとんど飲まない
7. やめた	8. 飲まない (飲めない)	

《問 32 において 1～4 を選んだ方》

問 33. お酒を飲む日は 1 日あたり、どのくらいの量を飲みますか。

【換算】換算 \* 日本酒 1 合 (180ml) は、次の量に相当します。

●ビール中ビン 1 本 (500ml) ●焼酎 25 度 (110ml) ●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)

1. 1 合未満	2. 1 合以上 2 合未満	3. 2 合以上 3 合未満
4. 3 合以上 4 合未満	5. 4 合以上 5 合未満	6. 5 合以上

問 34. タバコを吸っていますか。

1. 吸っているがやめる気はない	2. 吸っているがやめたいと思う	3. 吸っていない
------------------	------------------	-----------

《問 34 において 1、2 を選んだ方》

問 35. 他人にタバコの煙を吸わせないようにしていますか。

- |                  |                 |
|------------------|-----------------|
| 1. している          | 2. どちらかと言えばしている |
| 3. どちらかと言えばしていない | 4. していない        |

問 36. COPD（慢性閉塞性肺疾患）を知っていますか。

【参考】COPD（慢性閉塞性肺疾患）とは、タバコの煙などの有害物質を長期に吸い込むことにより、息切れや呼吸困難を引き起こす肺の生活習慣病です。

- |            |             |         |
|------------|-------------|---------|
| 1. よく知っている | 2. 聞いたことはある | 3. 知らない |
|------------|-------------|---------|

●【歯の健康について】

問 37. 歯や歯ぐきについて気になることはありますか。（いくつでも）

- |                                 |              |              |
|---------------------------------|--------------|--------------|
| 1. 歯が痛む、しみる                     | 2. 歯ぐきの色     | 3. 歯ぐきの腫れ    |
| 4. 口臭                           | 5. 歯並び、かみ合わせ | 6. 歯の色       |
| 7. 唾液がでない                       | 8. 口が渇く      | 9. 歯ぐきから血が出る |
| 10. その他（                      ） | 11. 特になし     |              |

問 38. 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。

- |             |                                     |
|-------------|-------------------------------------|
| 1. 6か月に1回以上 | 2. 年に1回                             |
| 3. 数年に1回    | 4. 受けていない(理由                      ) |

問 39. 糸ようじ、歯間ブラシなどを使用して、歯と歯の間の清掃をしていますか。

- |               |              |
|---------------|--------------|
| 1. 毎回使用している   | 2. たまに使用している |
| 3. あまり使用していない | 4. 全く使用していない |

問 40. 歯周病を指摘されたことがありますか。

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

問 41. 歯周病が、糖尿病や心筋梗塞など身体の病気に影響を及ぼすことを知っていますか。

- |            |              |
|------------|--------------|
| 1. よく知っている | 2. だいたい知っている |
| 3. あまり知らない | 4. 全く知らない    |

●【こころの健康について】

問 42. 睡眠による休養がとれていますか。

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

問 43. 心身の疲労回復のための方法を持っていますか。

- |          |           |
|----------|-----------|
| 1. 持っている | 2. 持っていない |
|----------|-----------|

問 44. 悩みやストレスを感じた時、だれかに相談しますか。

- |         |          |
|---------|----------|
| 1. 相談する | 2. 相談しない |
|---------|----------|

《問 44 において 1 を選んだ方》

問 45. 相談相手はだれですか。(いくつでも)

- |            |              |              |
|------------|--------------|--------------|
| 1. 同居の家族   | 2. 同居していない家族 | 3. 友人        |
| 4. 近所の知り合い | 5. 職場の上司や同僚  | 6. 学校の先生     |
| 7. カウンセラー  | 8. 行政の相談機関   | 9. 民間の電話相談など |
| 10. 医師     | 11. その他( )   |              |

《問 44 において 2 を選んだ方》

問 46. 相談しない理由は何ですか。(いくつでも)

- |                  |                    |
|------------------|--------------------|
| 1. 相談するのは恥ずかしい   | 2. だれかに弱音を吐くべきではない |
| 3. だれにも迷惑をかけたくない | 4. 相談先を知らない        |
| 5. 相談する人がいない     | 6. その他( )          |

問 47. 「うつ病のサイン」を知っていますか。

【参考】○自分で感じる症状

気分が沈む、悲しい、イライラする、集中力がない、物事を悪い方へ考える、決断ができないなど

○周りから見てわかる症状

表情が暗い、涙もろくなった、落ち着きがない、飲酒量が増える、遅刻・欠勤が増えるなど

○身体に出る症状

眠れない、食欲がない、疲れやすい、下痢や便秘が続く、身体がだるい、頭痛、肩こりなど

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

問 48. もし、ご家族や親しい友人など身近な人の「うつ病のサイン」に気付いたとき、精神科などの医療機関へ相談することを勧めますか。

- |        |         |          |
|--------|---------|----------|
| 1. 勧める | 2. 勧めない | 3. わからない |
|--------|---------|----------|

問 49. ゲートキーパーという言葉を知っていますか。

【参考】ゲートキーパー（命の門番）とは、身近な人の自殺のサインに気づき、その人の話を受けとめ、適切な支援につなげ見守っていく人のことです。

- |            |             |         |
|------------|-------------|---------|
| 1. よく知っている | 2. 聞いたことはある | 3. 知らない |
|------------|-------------|---------|

●【前向きな生き方について】

問 50. 夢・生きがい・目標を持っていますか。

- |                   |                  |
|-------------------|------------------|
| 1. 持っている          | 2. どちらかと言えば持っている |
| 3. どちらかと言えば持っていない | 4. 持っていない        |

問 51. 自分らしい人生が送れていると思いますか。

1. 思う	2. どちらかと言えば思う
3. どちらかと言えば思わない	4. 思わない

問 52. 普段自分で健康だと思いますか。

1. とても健康	2. まあまあ健康
3. あまり健康でない	4. 健康でない

問 53. 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。

とても不幸 ←						→ とても幸せ					
0 点	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10 点	

問 54. 日常生活の中で買物や散歩などを含め、外出についてはどのようにしていますか。

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

問 55. 身近な人にあいさつをしていますか。

1. している	2. どちらかと言えばしている
3. どちらかと言えばしていない	4. していない

問 56. 地域活動（ボランティア、サークル、自治会活動など）に参加していますか。

1. ほぼ毎日	2. 週 1 回くらい	3. 月 1 回くらい
4. 数か月に 1 回くらい	5. ほとんどしない	

問 57. 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。

1. 思う	2. どちらかと言えば思う
3. どちらかと言えば思わない	4. 思わない

●【お住まいの地域（主に自宅に近い範囲）環境について】

問 58. いざという時、助け合える環境が身近にありますか。

1. ある	2. どちらかと言えばある
3. どちらかと言えばない	4. ない

問 59. あなたのお住まいの地域の人々は、お互いに助け合っていると思いますか。

1. 強くそう思う	2. どちらかと言えばそう思う
3. どちらとも言えない	4. どちらかと言えばそう思わない
5. 全くそう思わない	

問 60. 歩いていて気持ちの良いきれいな景観、楽しい景観などがありますか。

- |               |                |
|---------------|----------------|
| 1. 非常によく当てはまる | 2. やや当てはまる     |
| 3. あまり当てはまらない | 4. まったく当てはまらない |

問 61. 坂戸市に住み続けたいですか。

- |                |               |
|----------------|---------------|
| 1. 住み続けたい      | 2. できれば住み続けたい |
| 3. あまり住み続けたくない | 4. 住み続けたくない   |

問 62. 坂戸市では、市内3大学（女子栄養大学・城西大学・明海大学）や市民ボランティアなどと連携して葉酸プロジェクトや食育、運動による健康づくりなど、様々な取り組みを進めていますがどのように評価しますか。

- |                  |                   |
|------------------|-------------------|
| 1. よくやっている方だと思う  | 2. まあまあやっている方だと思う |
| 3. まだまだだと思う      | 4. 全くやっていないと思う    |
| 5. その取り組みをよく知らない |                   |

問 63. 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。

■■■以上で調査は終了です。ご協力ありがとうございました。■■■

高齢者及び障害者福祉施設等における口腔ケアに関するアンケート

■下記の設問について、該当するものに○又は記入をお願いします。

問1. 入所者（利用者）のうち、歯磨きやうがいなどの動作の自立度について、全体で100%になるように数字を記入してください。

- |                           |
|---------------------------|
| 1. 自分でできる（介助は不要）（      ）% |
| 2. 職員や家族の一部介助が必要（      ）% |
| 3. 職員や家族の全介助が必要（      ）%  |

問2. 入所者（利用者）の日常的な口腔ケア※を行っていますか。

- |          |                       |
|----------|-----------------------|
| 1. 行っている | 2. 行っていない ⇒問7へお進みください |
|----------|-----------------------|

※口腔ケアとは、歯磨きやうがいなどの口腔清掃、義歯の手入れ、咀嚼・嚥下のリハビリ、歯肉・頬部のマッサージ、口腔乾燥予防などのことで、職員による声掛けや見守り等によって自分自身で行う歯磨き等も含みます。

《問2において1を選んだ方》

問3. どのような口腔ケアを行っていますか。（複数回答可）

- |           |                                |                |
|-----------|--------------------------------|----------------|
| 1. 歯磨き    | 2. うがい                         | 3. 義歯の手入れ      |
| 4. 口腔の清拭  | 5. 咀嚼・嚥下のリハビリ                  | 6. 歯肉・頬部のマッサージ |
| 7. 口腔乾燥予防 | 8. その他（                      ） |                |

問4. 口腔ケアにはいつから取り組んでいますか。

年      月      頃から

問5. 口腔ケアの実施に関し、歯科医師・歯科衛生士等の専門職と連携を取っていますか。

- |          |                       |
|----------|-----------------------|
| 1. 取っている | 2. 取っていない ⇒問8へお進みください |
|----------|-----------------------|

《問5において1を選んだ方》

問6. どれくらいの頻度で連携を取っていますか。

- |                                |                    |
|--------------------------------|--------------------|
| 1. 不定期                         | 2. （      ）か月に1回程度 |
| 3. その他（                      ） |                    |

《問2において2を選んだ方》

問7. 口腔ケアを行っていない理由は何ですか。

- |             |                                |
|-------------|--------------------------------|
| 1. 職員不足     | 2. 方法がわからない                    |
| 3. 必要性を感じない | 4. その他（                      ） |

問8. 利用者の口腔内の状態はいかがですか。

- |       |           |         |
|-------|-----------|---------|
| 1. 良好 | 2. おおむね良好 | 3. やや不良 |
| 4. 不良 | 5. わからない  |         |



## 第2次坂戸市健康なまちづくり計画 中間年次改訂版

発 行／坂戸市

発行年月／平成31年3月

住 所／〒350-0292 坂戸市千代田一丁目1番1号

電 話／049-283-1331（代表）

F A X／049-283-3903

U R L／<http://www.city.sakado.lg.jp>





