

「都民の健康や地域とのつながりに関する意識・活動状況調査」調査項目（案）

オレンジ色セル：プラン 2 1（第三次）指標

令和 6 年度（案） 【設問数20】		前回：令和 2 年度 【設問数18】		備考（変更理由等）	
1 地域とのつながりに関する項目（7設問） ★新規2、一部修正3					
①	【自分の健康状態に対する意識】 あなたは、ご自分の健康状態をどのように感じていますか。（1つ） 1. よい 2. まあよい 3. あまりよくない 4. よくない	一部修正	①	【自分の健康状態に対する意識】 あなたは、ご自分の健康状態をどのように感じていますか。（1つ） 1. よい 2. まあまあよい 3. あまりよくない 4. よくない	【一部修正】 ■ 選択肢をプラン 2 1（第三次）指標「健康状態の評価（主観的健康感）」（健康に関する世論調査）と統一
②	【地域の人との付き合いの程度】 あなたは、地域の人とどの程度 <u>付き合い</u> を持っていますか。（1つ） 1. 相談し合える人がいる 2. 立ち話をする人がいる 3. あいさつをする人がいる 4. 付き合いはない	一部修正	②	【地域の人とのかかわりの程度】 あなたは、地域の人とどの程度かかわりを持っていますか。（1つ） 1. 相談し合える人がいる 2. 立ち話をする人がいる 3. あいさつをする人がいる 4. 付き合いはない	【一部修正】 ■ プラン 2 1（第三次）指標「地域の人々とのつながりがあると思う者の割合」を把握する。 ■ 「かかわり」より「付き合い」の方が回答者がイメージを持ちやすく、「付き合いはない」という選択肢と整合がとれるため修正
③	【地域の人との付き合いの満足感】 あなたは、②で回答した <u>地域の人との付き合いの程度</u> に満足していますか。（1つ） 1. そう思う 2. どちらかといえばそう思う 3. どちらかといえばそう思わない 4. そう思わない	新規	—	—	【新規】 ■ 「地域の人とのつながり」の質を測る設問 ■ 「つながりの有無だけでなく、それぞれが心地よいと思えるつながりがあることが重要」という推進会議での意見を踏まえ設定。
④	【困ったときの助け合い、支えあいの意識】 あなたのお住まいの地域は、困ったときに助け合い、支えあうと思いますか。（1つ） 1. そう思う 2. どちらかといえばそう思う 3. どちらかといえばそう思わない 4. そう思わない 5. わからない	変更なし	④	【困ったときの助け合い、支えあいの意識】 あなたのお住まいの地域は、困ったときに助け合い、支えあうと思いますか。（1つ） 1. そう思う 2. どちらかといえばそう思う 3. どちらかといえばそう思わない 4. そう思わない 5. わからない	【変更なし】 ■ 互報酬の規範（お互い様の精神）に関する設問。経年的な変化を把握する。

令和6年度（案） 【設問数20】		前回：令和2年度 【設問数18】		備考（変更理由等）
⑤	新規 【同じ世代の人との交流の機会の状況】 あなたは、お住まいの地域において、あなたと同じ世代の方と交流する機会がありますか。(1つ) 注：グループ活動等のほか、会った時に話をするなども含みます。 1. とてもある 2. まあまあある 3. あまりない 4. ほとんどない	—	—	【新規】 ■「⑥違う世代の人との交流の機会の状況」に対比する設問として追加する。
⑥	変更なし 【違う世代の人との交流の機会の状況】 あなたは、お住まいの地域において、あなたと違う世代の方と交流する機会がありますか。(1つ) 注：グループ活動等のほか、会った時に話をするなども含みます。 1. とてもある 2. まあまあある 3. あまりない 4. ほとんどない	③	【違う世代の人との交流の機会の状況】 あなたは、お住まいの地域において、あなたと違う世代の方と交流する機会がありますか。(1つ) 注：グループ活動等のほか、会った時に話をするなども含みます。 1. とてもある 2. まあまあある 3. あまりない 4. ほとんどない	【変更なし】 ■ネットワーク（橋渡し型ソーシャルキャピタル）に関する設問。経年的な変化を把握する。
⑦	一部修正 【社会活動への参加状況】 町内会や地域行事、ボランティア活動、スポーツや趣味などのグループ活動に参加していますか。どのような活動に、どのくらいの頻度で参加していますか。 注：ここでいう【活動】はオンライン上で実施するものを含みます。 【活動(ア～オ)】ごとに【頻度(1～6)】を選択して回答する。 【活動】 ア 町内会や地域行事などの活動 イ ボランティア活動 ウ スポーツ関係のグループ活動 エ 趣味関係のグループ活動 オ その他のグループ活動 【頻度】 1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. 参加していない	⑤-1	【地域のボランティア活動や趣味のグループ（団体）への参加状況】 あなたの地域におけるボランティア活動や趣味のグループ(団体)への参加状況についておたずねします。 あなたが参加している場合は、どのような活動内容ですか。(いくつでも) 1. スポーツ・文化・芸術に関係した活動 2. まちづくりのための活動 3. 子供を対象とした活動 4. 高齢者を対象とした活動 5. 防犯・防災に関係した活動 6. 自然や環境を守るための活動 7. 食生活など生活習慣の改善のための活動 8. 1～7以外の活動 9. 参加していない→問⑥へ	【一部修正】 ■プラン2 1（第三次）指標「いずれかの社会活動（就労・就学を含む）を行っている者の割合」を把握する。 ■健康日本2 1（第三次）の指標と整合をとるため、極力、国がベースライン値とする令和6年国民健康・栄養調査（案）に設問を合わせた。 ■オンライン上で実施する活動を含む社会活動の参加状況を調査するため、注釈にオンラインに関する記載を追加。

令和6年度（案） 【設問数20】		前回：令和2年度 【設問数18】		備考（変更理由等）
—	—	削除	【一番熱心に参加しているグループ（団体）】 ㊟-1で1～8と回答した方におたずねします。あなたが一番熱心に参加しているグループ(団体)は、どの活動ですか。(1つ) 1. スポーツ・文化・芸術に関係した活動 2. まちづくりのための活動 3. 子供を対象とした活動 4. 高齢者を対象とした活動 5. 防犯・防災に関係した活動 6. 自然や環境を守るための活動 7. 食生活など生活習慣の改善のための活動 8. 1～7以外の活動	【削除】 ■プラン2 1（第三次）の指標や施策等で用いていない。 ⇒調査項目削減による都民の負担軽減のため削除。
—	—	削除	【一番熱心に参加しているグループ（団体）への参加頻度】 ㊟-1で1～8と回答した方におたずねします。㊟-2で回答したグループ(団体)へは、どのくらいの頻度で参加していますか。(1つ) 1. ほぼ毎日 2. 週に3～4回 3. 週に1～2回 4. 月に数回 5. 年に数回	【削除】 ■㊟-2の削除に伴い本設問も削除

令和 6 年度（案） 【設問数20】		前回：令和 2 年度 【設問数18】		備考（変更理由等）
2 生活習慣に関する項目（8設問）★新規8				
⑧	新規 【<u>主食・主菜・副菜を組み合わせた食事</u>】 <u>ここ1カ月間、あなたは、主食、主菜、副菜の3つを組み合わせて食べることが1日に2回以上あるのは週に何日でしたか。(1つ)</u> <u>主食：ごはん、パン、麺類などの料理</u> <u>主菜：魚介類、肉類、卵類、大豆・大豆製品を主材料にした料理</u> <u>副菜：野菜類、海藻類、きのこ類を主材料にした料理</u> 1. <u>毎日</u> 2. <u>週6日</u> 3. <u>週5日</u> 4. <u>週4日</u> 5. <u>週3日</u> 6. <u>週2日</u> 7. <u>週1日</u> 8. <u>ない</u>	—	—	【新規】 ■ 栄養・食生活分野 ■ 指標「<u>主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合</u>」を区市町村別に把握し、区市町村の取組を推進 ■ 調査項目は、上記指標の出典とする健康に関する世論調査と整合をとる。
⑨	新規 【<u>運動習慣者の割合</u>】 <u>あなたは、1日30分以上の運動を週2回以上、1年以上継続していますか。ここでいう運動とは、スポーツやフィットネス（ウォーキングやヨガ、ストレッチのような軽く汗をかく運動を含む。）などの健康・体力の維持・増進を目的として、計画的・定期的に行うものを指します。(1つ)</u> <u>注：医師等から運動を禁止されている場合は、「2. いいえ」をお選びください。</u> 1. <u>はい</u> 2. <u>いいえ</u>	—	—	【新規】 ■ 身体活動・運動分野 ■ 指標「<u>運動習慣者の割合（1回30分以上の運動を週2日以上実施し、1年以上継続している者）</u>」を区市町村別に把握し、区市町村の取組を推進 ■ 調査項目は、上記指標の出典とする国民健康・栄養調査（身体状況調査票）を参考に作成
⑩	新規 【<u>睡眠で休養がとれている者の割合</u>】 <u>ここ1ヶ月間、あなたは睡眠で休養が充分とれていますか。(1つ)</u> 1. <u>充分とれている</u> 2. <u>まあまあとれている</u> 3. <u>あまりとれていない</u> 4. <u>まったくとれていない</u>	—	—	【新規】 ■ 休養・睡眠分野 ■ 指標「<u>睡眠で休養がとれている者の割合</u>」を区市町村別に把握し、区市町村の取組を推進 ■ 調査項目は、上記指標の出典とする健康に関する世論調査と整合をとる。
⑪	新規 【<u>睡眠時間が6～9時間(60歳以上は6～8時間)の者の割合</u>】 <u>ここ1ヶ月間、あなたの1日の平均睡眠時間はどのくらいでしたか。(1つ)</u> 1. <u>5時間未満</u> 2. <u>5時間以上6時間未満</u> 3. <u>6時間以上7時間未満</u> 4. <u>7時間以上8時間未満</u> 5. <u>8時間以上9時間未満</u> 6. <u>9時間以上</u>	—	—	【新規】 ■ 休養・睡眠分野 ■ 指標「<u>睡眠時間が6～9時間以上の者の割合</u>」を区市町村別に把握し、区市町村の取組を推進 ■ 調査項目は、上記指標の出典とする健康に関する世論調査と整合をとる。

令和6年度（案） 【設問数20】		前回：令和2年度 【設問数18】		備考（変更理由等）
⑫	新規 【生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合①】 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つ) 1. 毎日→⑫-1△ 2. 週5～6日→⑫-1△ 3. 週3～4日 →⑫-1△ 4. 週1～2日→⑫-1△ 5. 月に1～3日→⑫-1△ 6. 月に1日未満 7. やめた（1年以上やめている） 8. 飲まない（飲めない）	—	—	【新規】 ■ 飲酒分野 ■ 指標「生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合」を区市町村別に把握し、区市町村の取組を推進 ■ 調査項目は、上記指標の出典とする健康に関する世論調査と整合をとる。
⑫-1	新規 【生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合②】 あなたがお酒を飲む日は1日あたり、どれくらいの量を飲みますか。清酒に換算し、お答えください。(1つ) 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 注：清酒1合（アルコール度数15度・180ml）は、次の量にほぼ相当します。 ビール中瓶1本（アルコール度数5度・500ml） 焼酎0.6合（アルコール度数25度・約110ml） ワイン1/4本（アルコール度数14度・約180ml） ウイスキーダブル1杯（アルコール度数43度・60ml） 缶チューハイ1.5缶（アルコール度数5度・約520ml） 缶チューハイ1缶（アルコール度数7度・約350ml）	—	—	【新規】 ■ 飲酒分野 ■ 指標「生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合」を区市町村別に把握し、区市町村の取組を推進 ■ 調査項目は、上記指標の出典とする健康に関する世論調査と整合をとる。
⑬	新規 【20歳以上の者の喫煙率①】 あなたは、たばこを吸いますか。（1つ） 1. 毎日吸っている→⑬-1△ 2. ととき吸う日がある→⑬-1△ 3. 以前は吸っていたが、1か月以上吸っていない 4. 吸わない	—	—	【新規】 ■ 喫煙分野 ■ 指標「20歳以上の者の喫煙率」を区市町村別に把握し、区市町村の取組を推進 ■ 調査項目は、上記指標の出典とする国民生活基礎調査と整合をとる。

令和6年度（案） 【設問数20】		前回：令和2年度 【設問数18】		備考（変更理由等）
⑬-1	新規 【20歳以上の者の喫煙率②】 <u>現在、あなたが吸っているたばこ製品について、この中からあてはまるものをお選びください。（いくつでも）</u> 1. 紙巻きたばこ 2. 加熱式たばこ 3. その他 <u>注：加熱式たばことは、たばこ葉やたばこ葉を用いた加工品に火を点けずに、電気ヒーターで加熱などして吸う、新しいタイプのたばこです。たばこ葉の入った専用のスティック等を、専用の装置にセットして使用します。</u>	—	—	【新規】 ■喫煙分野 ■20歳以上の喫煙者の傾向を把握し、区市町村の取組を推進 ■調査項目は、国民健康・栄養調査と整合をとる。
—	削除 —	⑥	【お住まいの区市町村の健康づくり】 あなたは、お住まいの区市町村が住民の健康づくりの取組に積極的であると思いますか。（1つ） 1. そう思う 2. どちらかといえばそう思う 3. どちらかといえばそう思わない 4. そう思わない 5. わからない	【削除】 ■プラン2 1（第三次）の指標や施策等で用いていない。 ⇒調査項目削減による都民の負担軽減のため削除。
—	削除 —	⑦	【健診等の受診状況】 あなたの健康診断等の受診状況をおたずねします。あなたはどのくらいの頻度で健診等（健康診断、健康診査及び人間ドック）を受けていますか。（1つ） <u>注：次のようなものは健診等には含まれません。がん検診、妊産婦健診、歯の健診、病院や診療所で治療や診察としての検査</u> 1. 毎年受けている 2. 2～3年に1回受けている 3. 4年以上前に受けた 4. 受けていない→問⑧へ 5. わからない→問⑧へ	【削除】 ■「特定健康診査の実施率」を指標としており、本指標はKDBで区市町村の傾向を見ることができる。
—	削除 —	⑦-1	【受診の機会】 問⑦で1～3と回答した方におたずねします。どのような機会に健診等を受けましたか。（いくつでも） 1. 区市町村が実施した健診 2. 勤め先、又は健康保険組合等が実施した健診 3. 学校が実施した健診 4. 人間ドック（1～3以外の健診で行うもの） 5. その他	【削除】 ■⑦の削除に伴い本設問も削除

令和6年度（案） 【設問数20】		前回：令和2年度 【設問数18】		備考（変更理由等）
－	－	削除	⑧ 【実践している健康づくり】 毎日の生活で負担感のない程度に、健康づくりの取組を継続することが、健康の維持・増進につながりますが、あなたは毎日の生活の中で実践していることがありますか。（いくつか） 1. 短い距離は歩くようにしている 2. エスカレーターやエレベーターの代わりに階段を使うようにしている 3. 栄養バランスを意識した食事をとるようにしている 4. 野菜を食べるようにしている 5. 寝る前には食べないようにしている 6. 喫煙しない、又は禁煙している 7. 休肝日を設けるなど過度な飲酒を控えている 8. 睡眠時間を十分にとるようにしている 9. 気分転換などをしてストレスをため込み過ぎないようにしている 10. 丁寧な歯磨きを心がけている 11. 1～10以外の取組 12. 特に何もしていない	【削除】 ■プラン2 1（第三次）の指標や施策等で用いていない。 ⇒調査項目削減による都民の負担軽減のため削除。
－	－	削除	⑨ 【野菜の摂取量】 あなたは、成人(20歳以上)の1日あたりの野菜の摂取量について、国が健康づくりのために推奨している量が「350 g 以上」であることを知っていますか。（1つ） 目安：おひたし、きんぴらごぼう、サラダなどの小鉢一皿や、トマト(中)1/2個、きゅうり2/3本がそれぞれ70 g 程度 1. 知っている 2. 知らない	【削除】 ■プラン2 1（第三次）の指標や施策等で用いていない。 ⇒調査項目削減による都民の負担軽減のため削除。
－	－	削除	⑩ 【1日あたりの歩数】 あなたは、成人(20～64歳)の1日あたりの歩数について、国が健康づくりのために推奨している量が、「8,000歩以上」であることを知っていますか。（1つ） 目安：10分歩くと約1,000歩に相当 1. 知っている 2. 知らない	【削除】 ■プラン2 1（第三次）の指標や施策等で用いていない。 ⇒調査項目削減による都民の負担軽減のため削除。

令和 6 年度（案） 【設問数20】		前回：令和 2 年度 【設問数18】		備考（変更理由等）	
3 基本属性（5設問） ★新規、一部修正なし					
F1	【性別】 あなたの性別を教えてください。(1つ) 1. 男性 2. 女性 3. その他	変更なし	F1	【性別】 あなたの性別を教えてください。(1つ) 1. 男性 2. 女性 3. その他	【変更なし】
F2	【年齢】 あなたの年齢を教えてください。(1つ) 1. 20～29歳 2. 30～39歳 3. 40～49歳 4. 50～59歳 5. 60～64歳(60代前半) 6. 65～69歳(60代後半) 7. 70～74歳(70代前半) 8. 75～79歳(70代後半) 9. 80歳以上	変更なし	F2	【年齢】 あなたの年齢を教えてください。(1つ) 1. 20～29歳 2. 30～39歳 3. 40～49歳 4. 50～59歳 5. 60～64歳(60代前半) 6. 65～69歳(60代後半) 7. 70～74歳(70代前半) 8. 75～79歳(70代後半) 9. 80歳以上	【変更なし】
F3	【職業】 あなたのご職業は何ですか。(1つ) 1. 自営業(家族従業・家業手伝い・自由業) 2. 勤め(正社員・正規職員) 3. 勤め(派遣、契約・嘱託、パート・アルバイトなど) 4. 無職の主婦・主夫 5. 学生 6. その他の無職(年金生活など)	変更なし	F3	【職業】 あなたのご職業は何ですか。(1つ) 1. 自営業(家族従業・家業手伝い・自由業) 2. 勤め(正社員・正規職員) 3. 勤め(派遣、契約・嘱託、パート・アルバイトなど) 4. 無職の主婦・主夫 5. 学生 6. その他の無職(年金生活など)	【変更なし】
F4	【加入保険】 あなたが加入している健康保険は何ですか。(1つ) 1. 国民健康保険(区市町村・組合) 2. 健康保険組合・共済組合・船員保険 3. 全国健康保険協会管掌健康保険(協会けんぽ) 4. 後期高齢者医療制度 5. 未加入 6. 不明	変更なし	F4	【加入保険】 あなたが加入している健康保険は何ですか。(1つ) 1. 国民健康保険(区市町村・組合) 2. 健康保険組合・共済組合・船員保険 3. 全国健康保険協会管掌健康保険(協会けんぽ) 4. 後期高齢者医療制度 5. 未加入 6. 不明	【変更なし】
F5	【区市町村】 お住まいの区市町村名をご記入ください。	変更なし	—	【区市町村】 お住まいの区市町村名をご記入ください。	【変更なし】