

令和5年度「県民健康調査」こころの健康度・生活習慣に関する調査 結果報告

1 目 的

こころの健康度・生活習慣に関する調査は、東日本大震災及び東京電力福島第一原子力発電所事故の体験やこれらの災害による避難生活により、多くの方が不安やストレスを抱えていることから、県民のこころやからだの健康状態と生活習慣などを正しく把握し、一人ひとりに寄り添った保健・医療・福祉に係る適切なケアを提供することを目的としている。

2 方 法

(1) 対 象

- ・ 平成 23 年 3 月 11 日から平成 24 年 4 月 1 日までに対象地域※に住民登録をしていた方
(対象地域を転出後も対象とする)
- ・ 令和 5 年 4 月 1 日時点で対象地域に住民登録をしていた方
- ・ 上記以外で基本調査の結果、必要と認められた方

対象者数 : 190,748 人(令和 6 年 10 月 31 日現在)

0 歳～3 歳用 : 令和 2 年 4 月 2 日から令和 5 年 4 月 1 日までに生まれた方	2,044 人
4 歳～6 歳用 : 平成 29 年 4 月 2 日から令和 2 年 4 月 1 日までに生まれた方	2,643 人
小 学 生 用 : 平成 23 年 4 月 2 日から平成 29 年 4 月 1 日までに生まれた方	6,789 人
中 学 生 用 : 平成 20 年 4 月 2 日から平成 23 年 4 月 1 日までに生まれた方	5,125 人
一 般 用 : 平成 20 年 4 月 1 日以前に生まれた方	174,147 人

※対象地域: 平成 23 年時に避難区域等に指定された市町村等

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

(2) 方 法

ア 調査票

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

イ 調査票送付日

令和 6 年 1 月 29 日より順次発送

ウ 調査回答方法

郵送又はオンラインによる回答

(オンラインによる回答期間は、調査票到着日から令和 6 年 4 月 30 日まで)

(3) 集計対象期間

調査開始から令和 6 年 10 月 31 日の回答までとした。

3 こころの健康度・生活習慣に関する調査 集計結果概要

子ども(0歳～3歳、4歳～6歳、小学生、中学生)と一般の年齢区分ごとに結果を集計した。なお、各項目に欠損値があるため、合計は有効回答数と一致しない場合がある。また、端数処理を行っているため、割合の合計が100%にならない場合がある。

年次推移は、「新型コロナウイルス感染症の流行による生活への支障」に関する設問を除き、1年目(または2年目)の平成23年度(または平成24年度)、5年目の平成27年度、10年目の令和2年度、令和3年度、令和4年度、当該年の令和5年度で図示した。

(1)子ども(0歳～3歳・4歳～6歳・小学生・中学生)の回答結果について

ア 回答者数(回答率)

令和5年度の子ども(0歳～3歳・4歳～6歳・小学生・中学生)の回答者数(回答率)、有効回答数(有効回答率)は表1、図1のとおりである。また、オンライン回答の割合は、0歳～3歳53.2%、4歳～6歳45.4%、小学生48.8%、中学生44.8%で、いずれも割合としては過去最高であった。

表1 令和5年度 回答者数(回答率)および有効回答数(有効回答率)

年齢区分	回答者数(回答率)	有効回答数(有効回答率)
0歳～3歳	219(10.7)	218(10.7)
4歳～6歳	216(8.2)	216(8.2)
小学生	645(9.5)	644(9.5)
中学生	581(11.3)	581(11.3)
合計	1,661(10.0)	1,659(10.0)

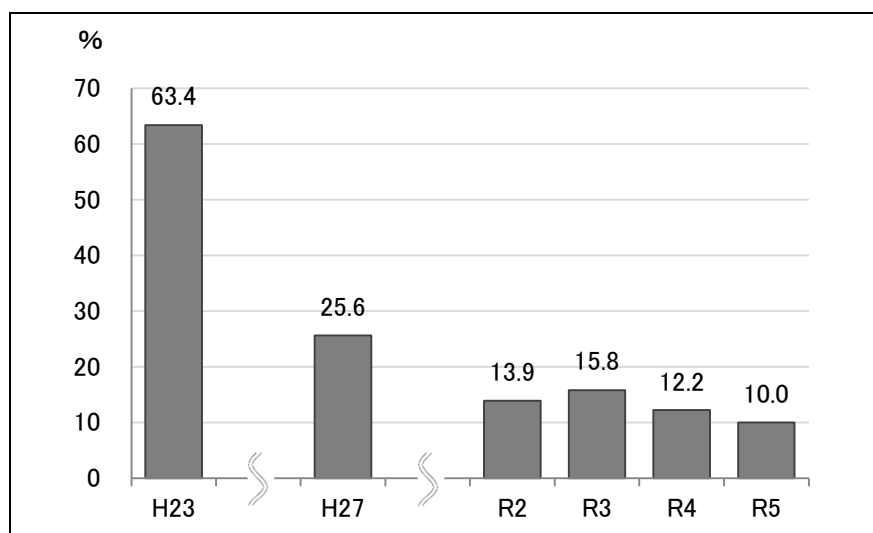


図1 子どもの回答率の推移

イ 普段の運動頻度

令和 5 年度の普段の運動頻度について、「ほとんどしていない」と回答した子どもの割合は、2 歳～3 歳 2.3%、4 歳～6 歳 2.3%、小学生 34.4%、中学生 33.6%であった(図 2～5)。

児童生徒に対する全国調査(※1)によれば、(学校での体育授業を除く)1 週間の総運動時間が、60 分未満の割合は小学生(5 年生)の男児 9.0%、女児 16.2%、中学生(2 年生)の男子 11.3%、女子 25.1%であり、回答者や質問および回答の方法が異なるため単純な比較はできないものの、引き続き、運動頻度の経過をみていく必要がある。

※1 スポーツ庁「令和 5 年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果」第 1 章調査結果の概要

https://www.mext.go.jp/sports/content/20231218-spt_sseisaku02-000032954_12.pdf

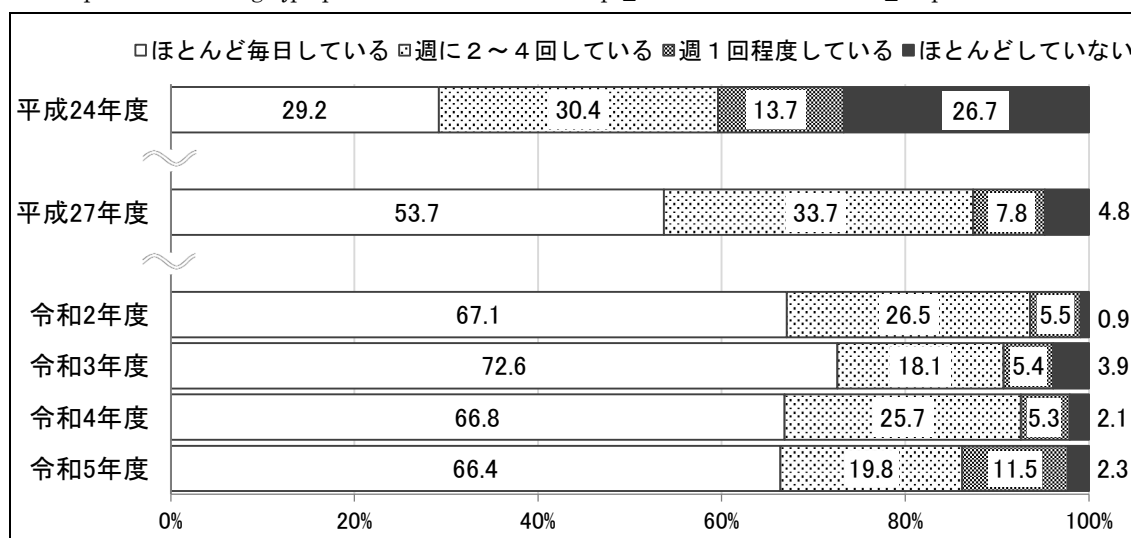


図 2 普段の運動頻度の推移 2 歳～3 歳

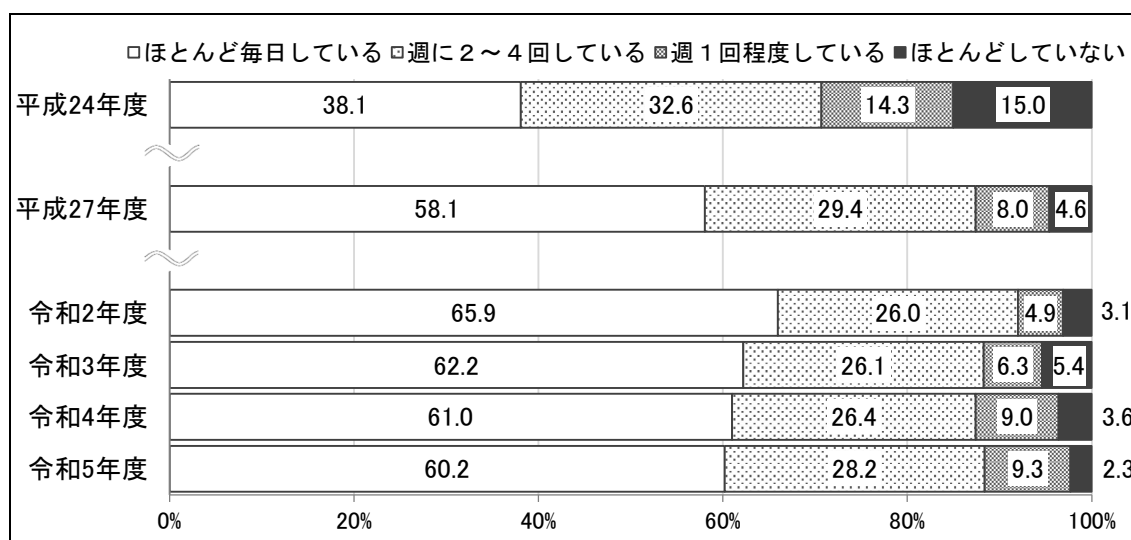


図 3 普段の運動頻度の推移 4 歳～6 歳

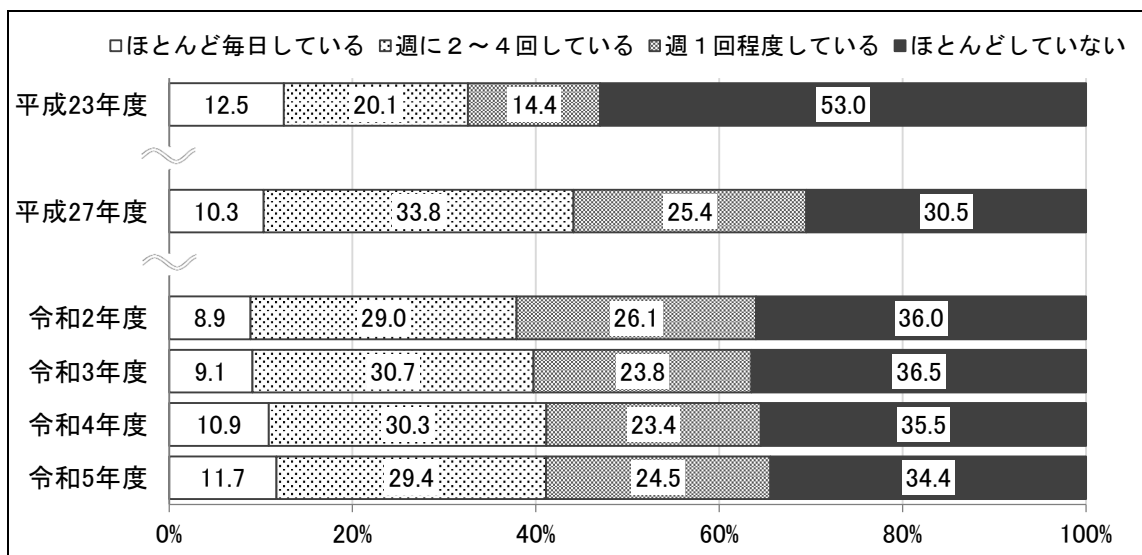


図4 普段の運動頻度の推移 小学生

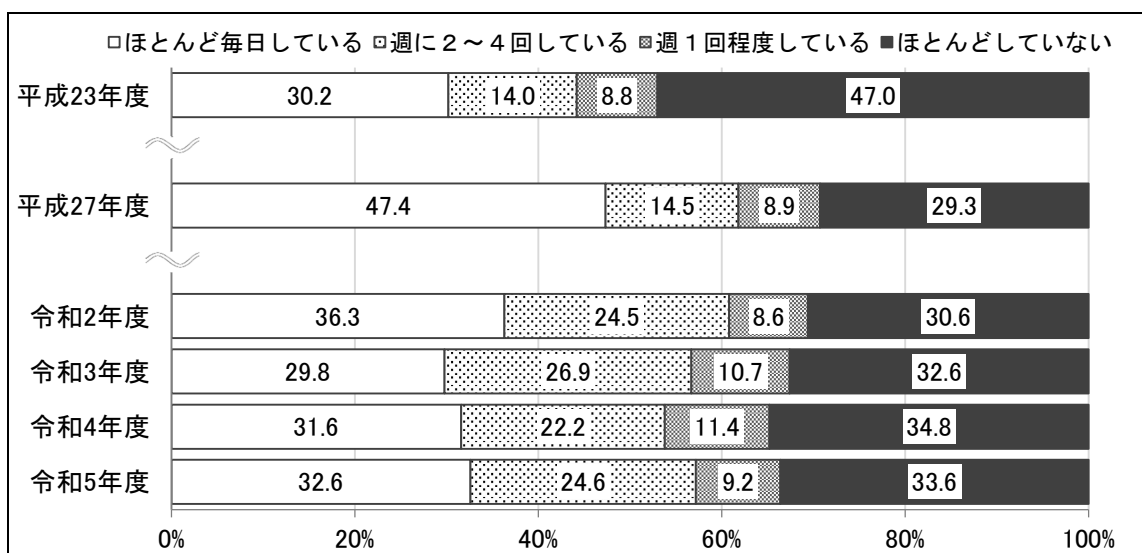


図5 普段の運動頻度の推移 中学生

ウ 情緒と行動（SDQ）16 点以上の割合

子どもの情緒と行動について SDQ（先行研究に基づきカットオフ値は 16 点）を用いて測定した。令和 5 年度で情緒や行動の問題等を有するハイリスクの子どもの割合（16 点以上）は、4 歳～6 歳 9.7%、小学生 10.7%、中学生 8.4%であった（図 6）。

被災していない子どもを対象とした調査（※2）で報告されたハイリスクの子どもの割合 9.5%に比べ、平成 23 年度はどの年代でも高く、とりわけ 4 歳～6 歳は 24.4%と高かった。その後、全ての年代で減少し、先行研究のハイリスクの子どもの割合とほとんど変わらない程度まで改善している（図 6）。男女別は図 7～9、調査時住所別は図 10 のとおり。

【SDQ について】

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

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

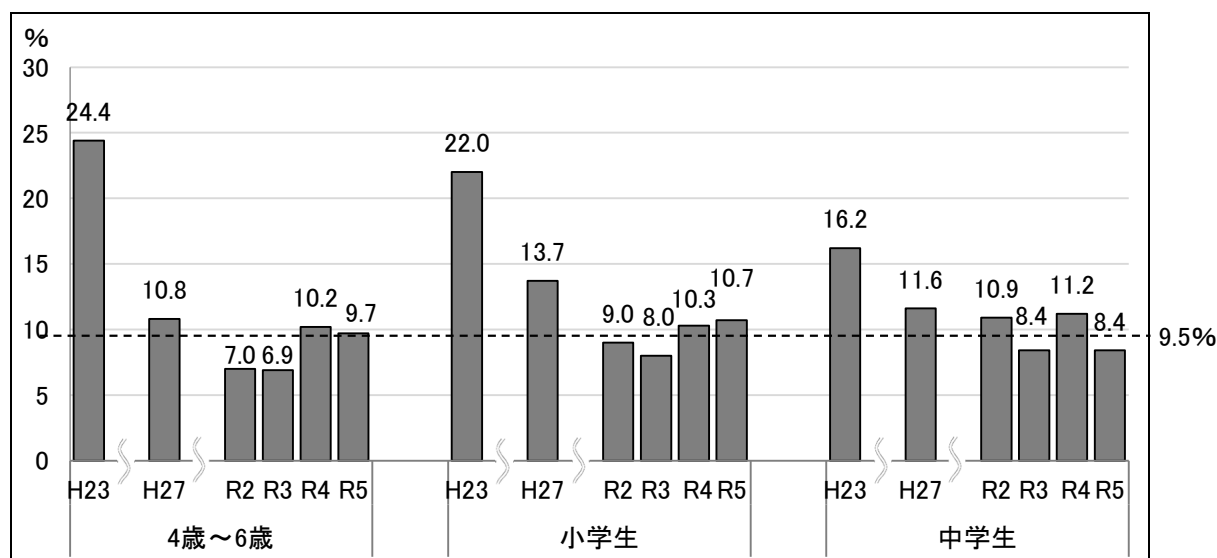


図 6 子どもの情緒と行動（SDQ）16 点以上の割合の推移 全体

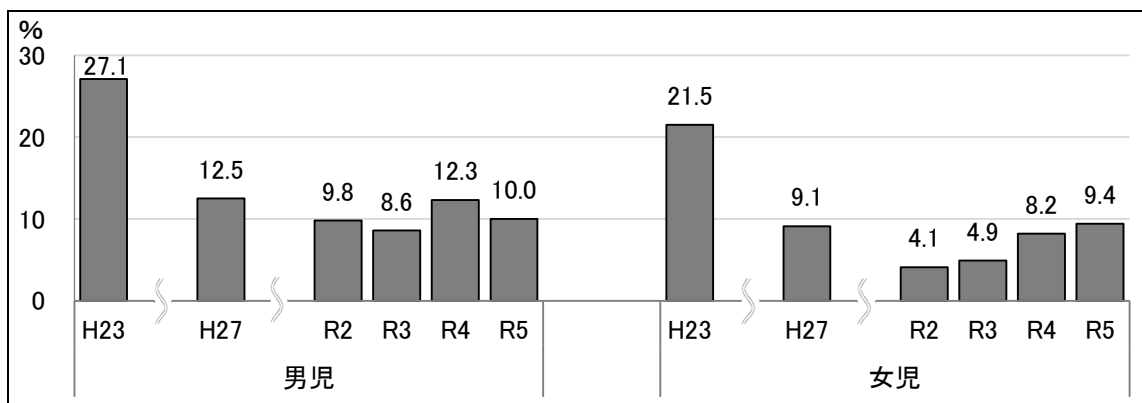


図7 子どもの情緒と行動（SDQ）16点以上の割合の推移 4歳～6歳 男女別

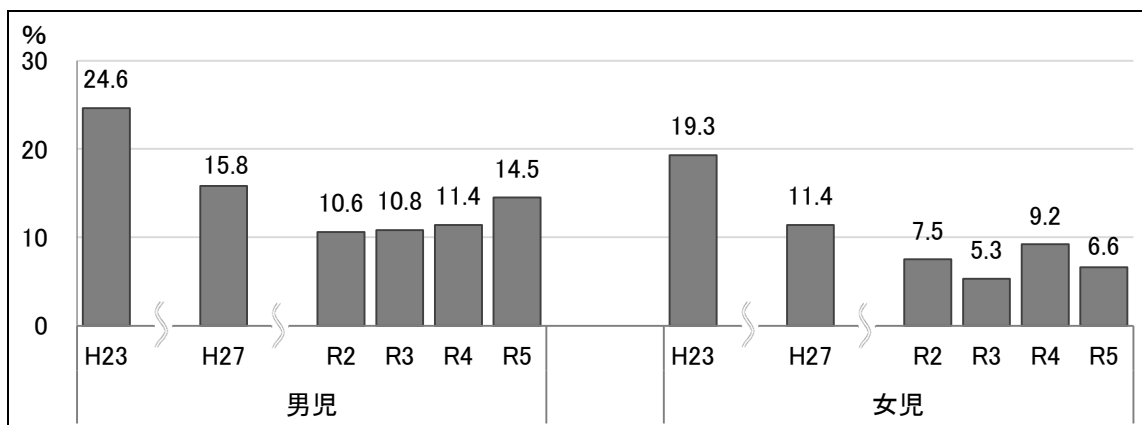


図8 子どもの情緒と行動（SDQ）16点以上の割合の推移 小学生 男女別

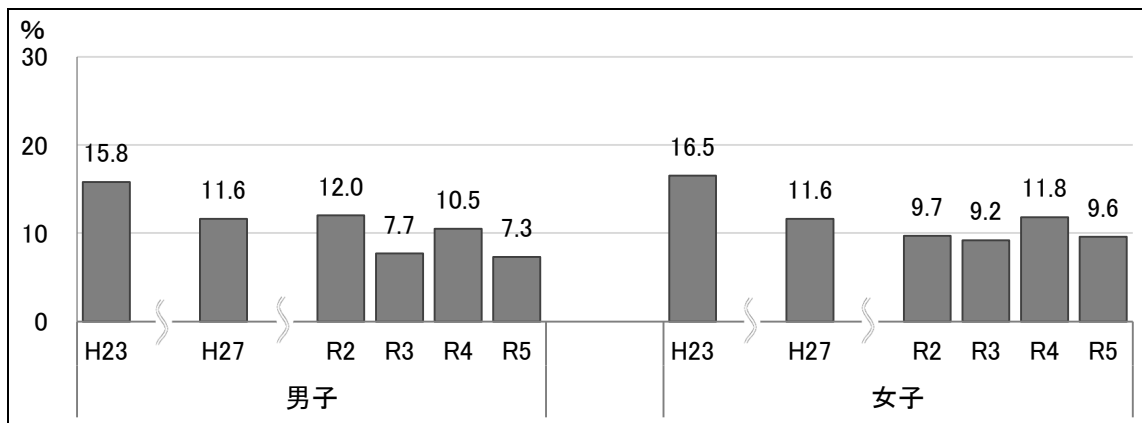


図9 子どもの情緒と行動（SDQ）16点以上の割合の推移 中学生 男女別

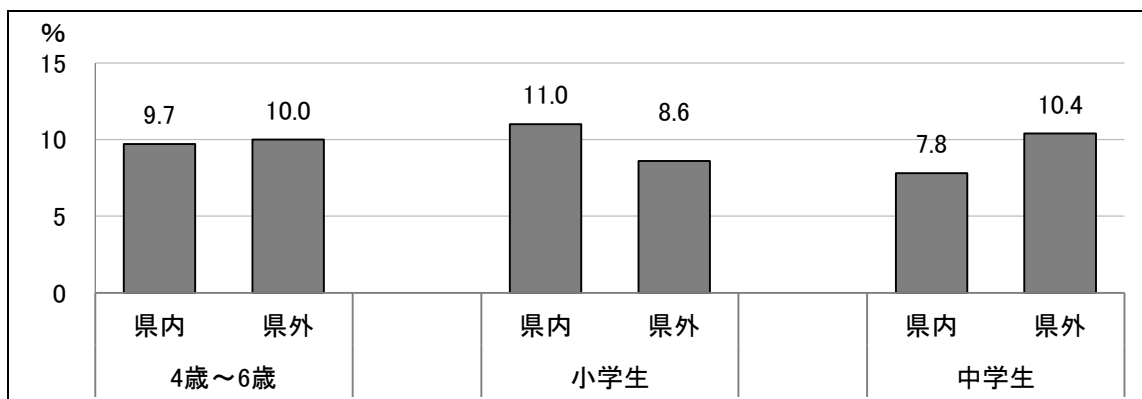


図10 令和5年度 子どもの情緒と行動（SDQ）16点以上の割合 調査時住所別

エ 新型コロナウイルス感染症の流行による生活への支障

令和 5 年度では、新型コロナウイルス感染症の流行による生活への支障について、「ある程度あった」または「非常にあった」と回答した子どもの割合は、0 歳～3 歳 24.3%、4 歳～6 歳 27.2%、小学生 25.0%、中学生本人 34.3%、中学生保護者※25.5%であった。全ての年代で影響を受けた子どもの割合は令和 4 年度と比べ低くなった(図 11)。

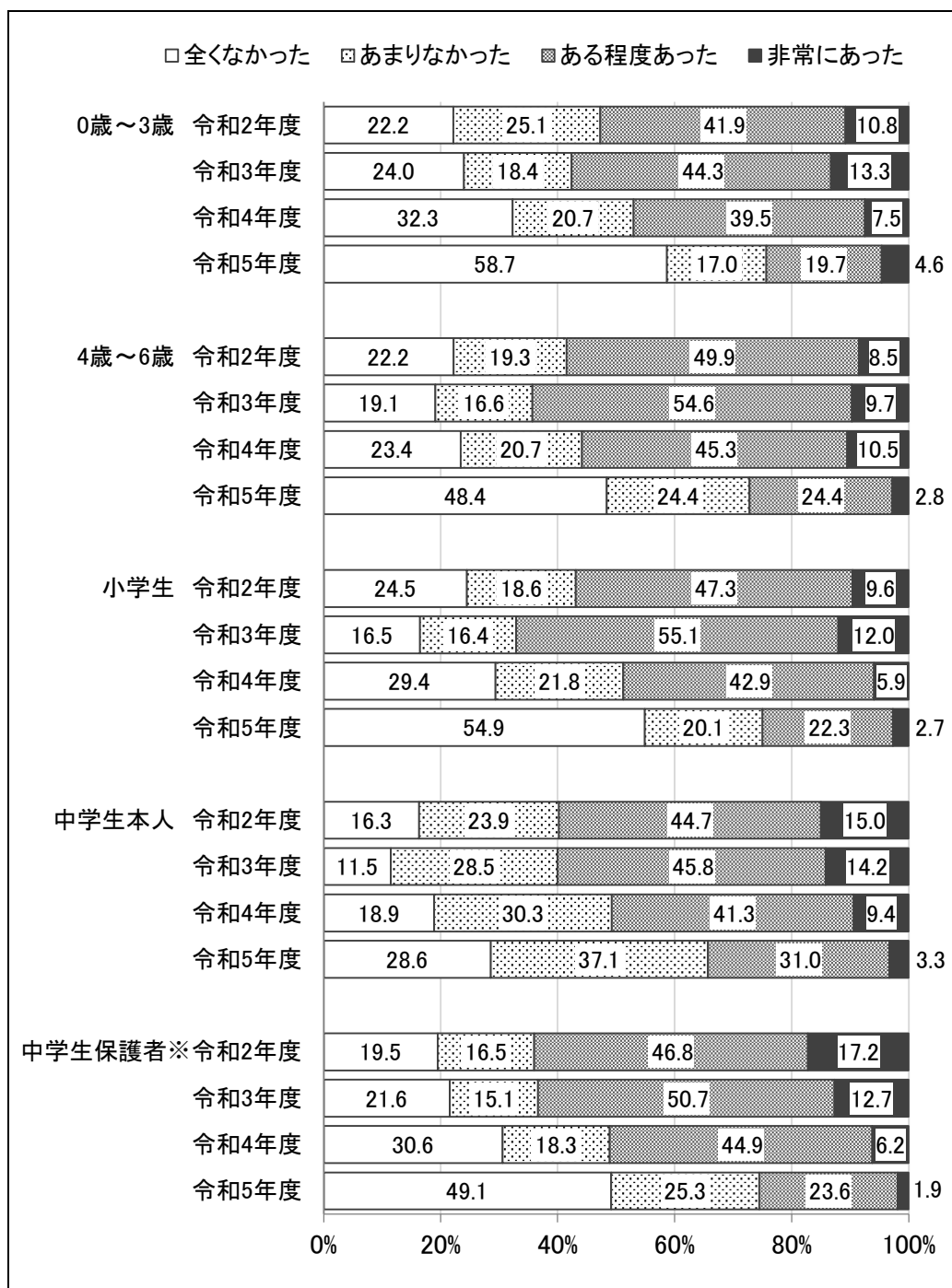


図 11 子どものコロナ流行による生活への支障の推移

※保護者からみた子どもの支障

(2)一般（16 歳以上）の回答結果について

ア 回答者数（回答率）

令和 5 年度の一般（16 歳以上）の回答者数（回答率）は 31,372 人（18.0%）であり、有効回答数（有効回答率）は 31,257 人（17.9%）であった（図 12）。また、年代別の回答者数（回答率）は 16 歳～39 歳が 3,794 人（8.0%）、40 歳～64 歳が 8,283 人（13.7%）、65 歳以上が 19,295 人（29.2%）であった（図 13）。平成 28 年度からオンライン回答を導入し、令和 5 年度のオンライン回答の割合は過去最高の 22.7%であった。

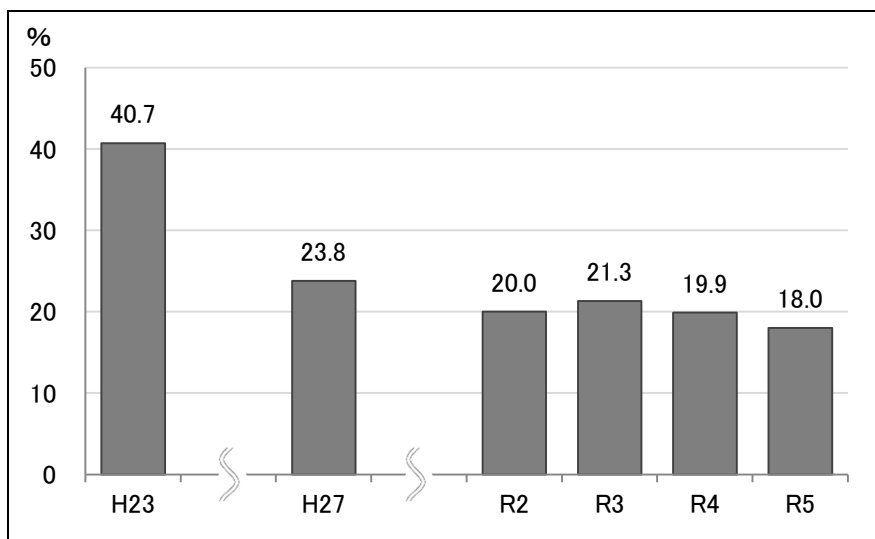


図 12 一般の回答率の推移

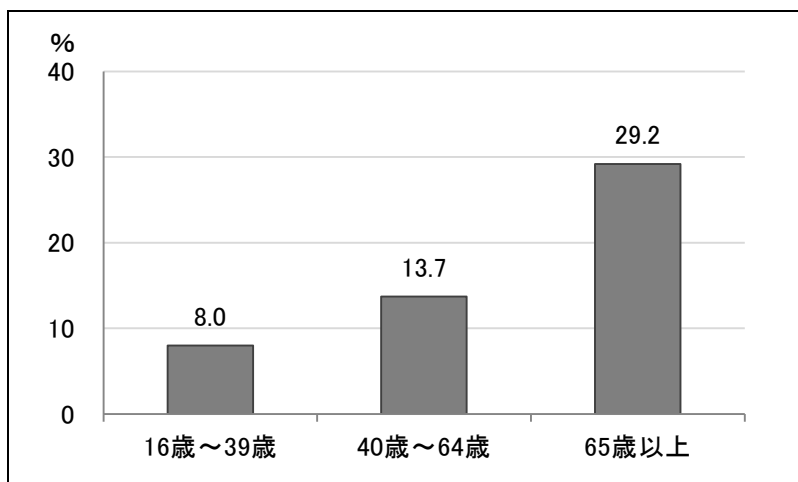


図 13 令和 5 年度 一般の回答率 年代別

イ 主観的健康状態

令和 5 年度の主観的健康状態について、「きわめて良好」または「良好」と回答した人の割合は 29.4%であった(図 14)。年代別では、年代が下がるほど「きわめて良好」または「良好」と回答した人の割合が高く、65 歳以上の 23.2%に対し、16 歳～39 歳は 51.9%であった(図 15)。

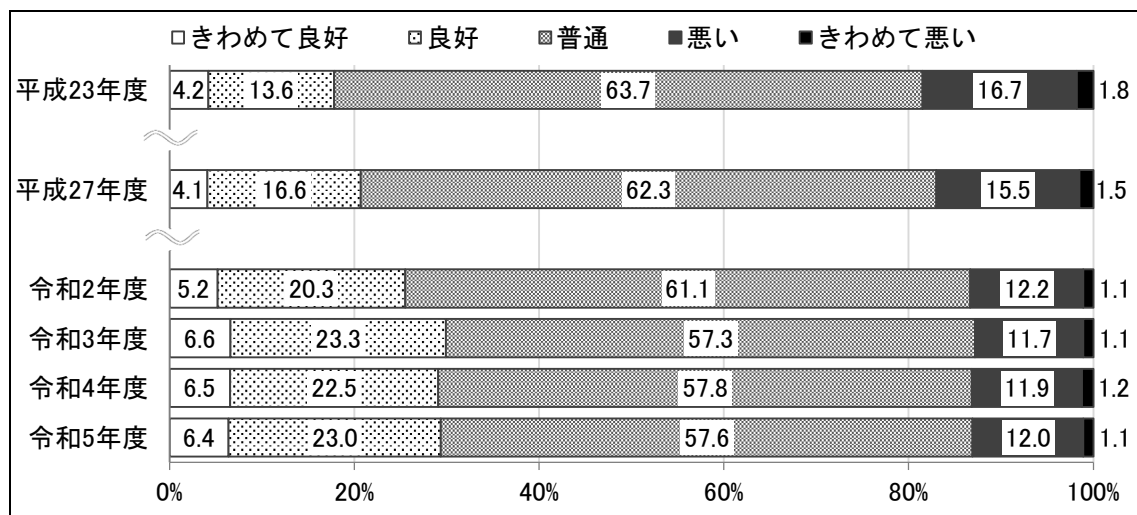


図 14 一般の主観的健康状態の推移

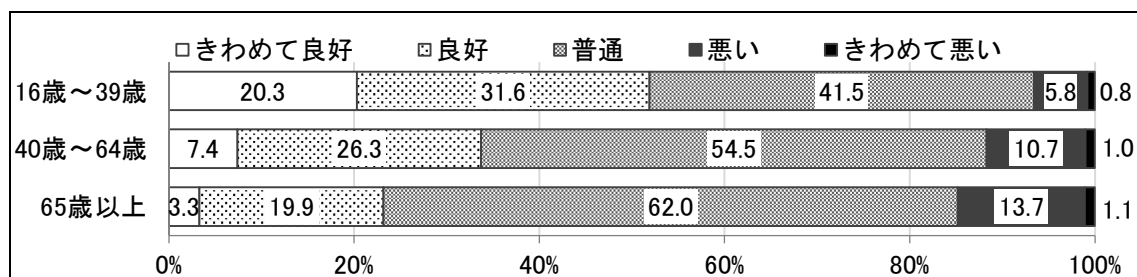


図 15 令和5年度 一般の主観的健康状態 年代別

ウ 睡眠満足度

令和 5 年度の睡眠満足度について、「満足している」と回答した人の割合は 37.9%であった。一方、13.8%の人が「かなり不満」または「非常に不満か、全く眠れなかった」と回答した(図 16)。

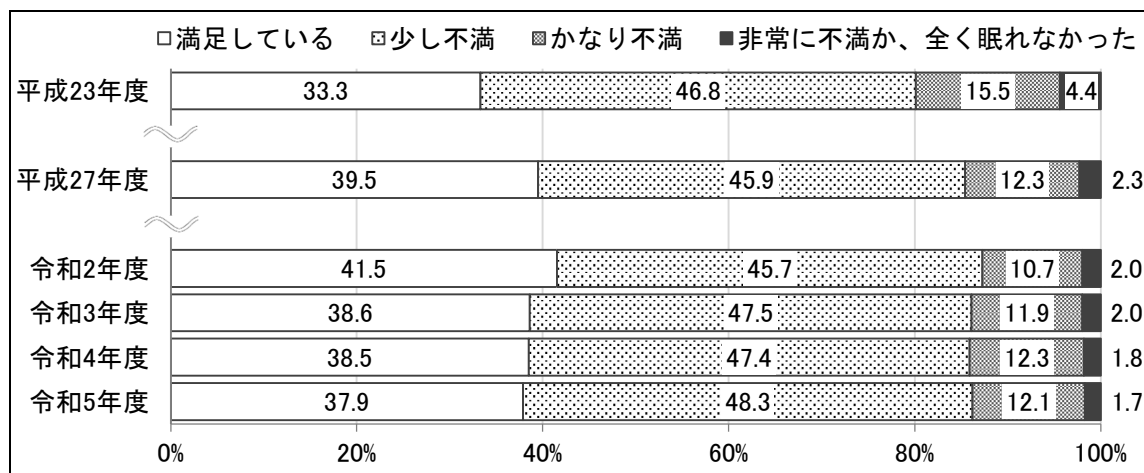


図 16 一般の睡眠満足度の推移

エ 普段の運動頻度

令和5年度の普段の運動頻度について、「ほとんど毎日している」または「週に2～4回している」と回答した人の割合は43.9%であった(図17)。全国調査(※3)の結果によると、1週間の運動日数が2日以上と回答した人(20歳以上)の割合は44.8%であり、単純な比較はできないものの、運動習慣については全国水準と同等であることがうかがわれる。また、調査時住所別では、県内居住者のほうが運動頻度はやや高かった(図18)。

※3 厚生労働省「令和5年国民健康・栄養調査報告」

<https://www.mhlw.go.jp/content/001435374.pdf>

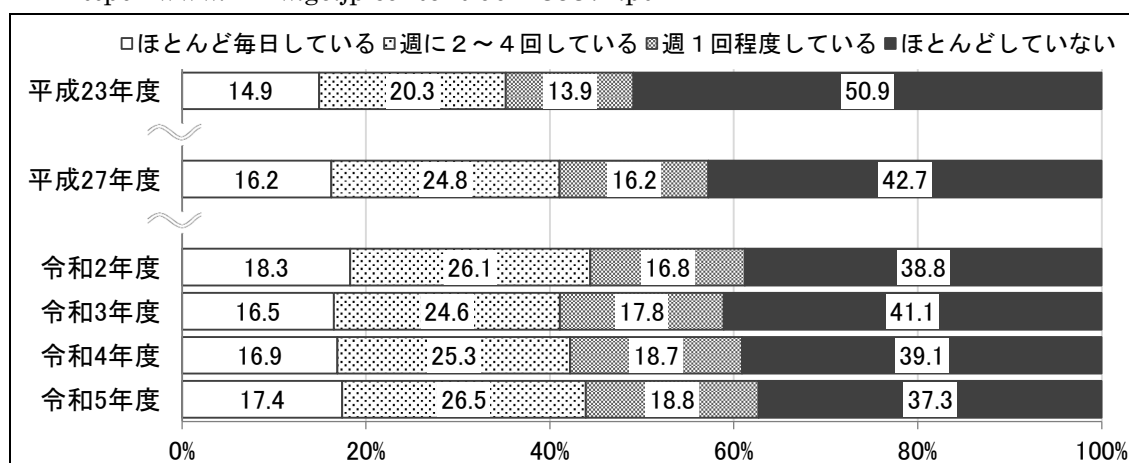


図17 一般の普段の運動頻度の推移

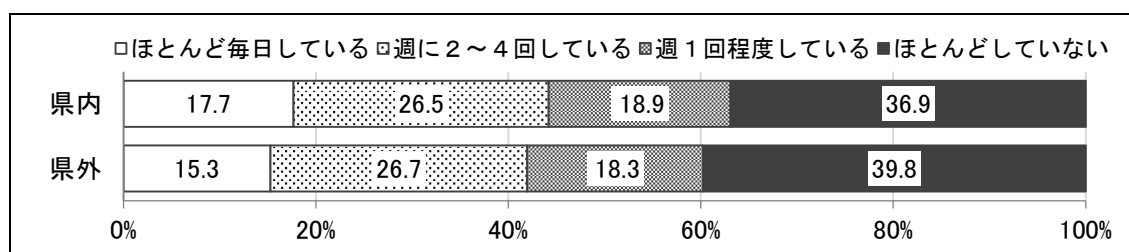


図18 令和5年度 一般の普段の運動頻度 調査時住所別

オ 喫煙割合

令和5年度の喫煙割合は13.4%(男性21.3%、女性6.1%)であった(図19)。「健康日本21」の目標12%に向けて、継続して注視していく必要がある。

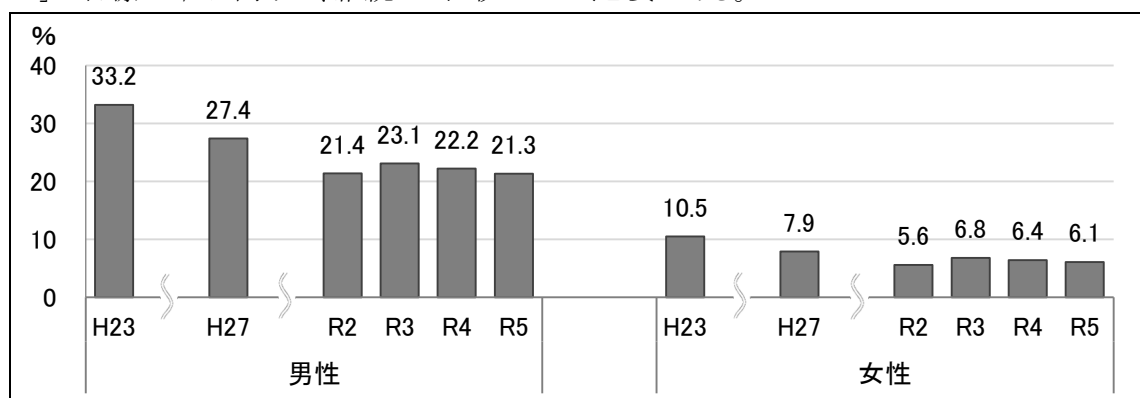


図19 喫煙者の割合の推移 男女別

カ 問題飲酒（CAGE）2点以上の割合

問題となるような飲酒行動（問題飲酒）について CAGE（先行研究に基づきカットオフ値は 2 点）を用いて測定した。

令和 5 年度の問題飲酒のハイリスクの人の割合（2 点以上）は、男性 13.9%、女性 6.5%であり、それぞれ減少傾向にあったが、女性で割合が若干上昇した（図 20）。男女別年代別では、男女とも 40 歳～64 歳の割合が高かった（図 21）。また、男女別調査時住所別では、男女とも県外居住者のほうがやや高かった（図 22）。

【CAGE について】

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

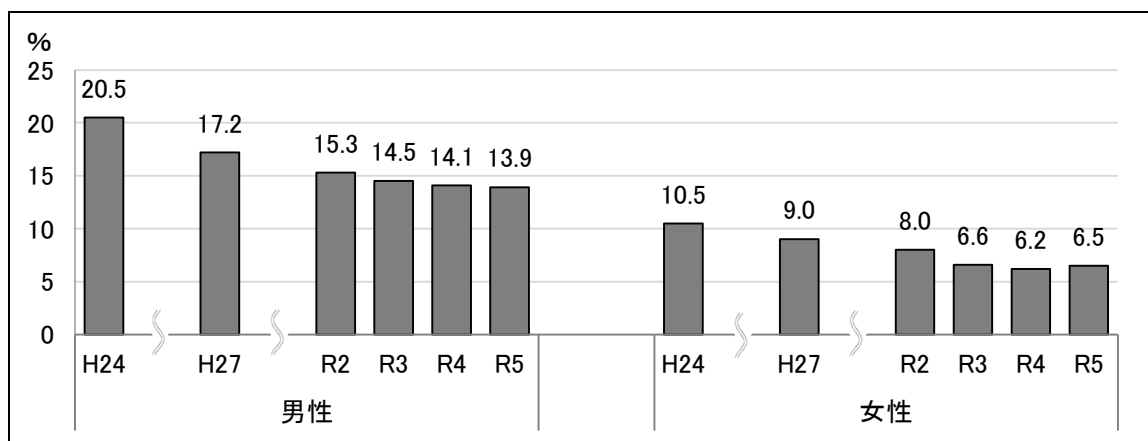


図 20 問題飲酒（CAGE）2点以上の割合の推移 男女別

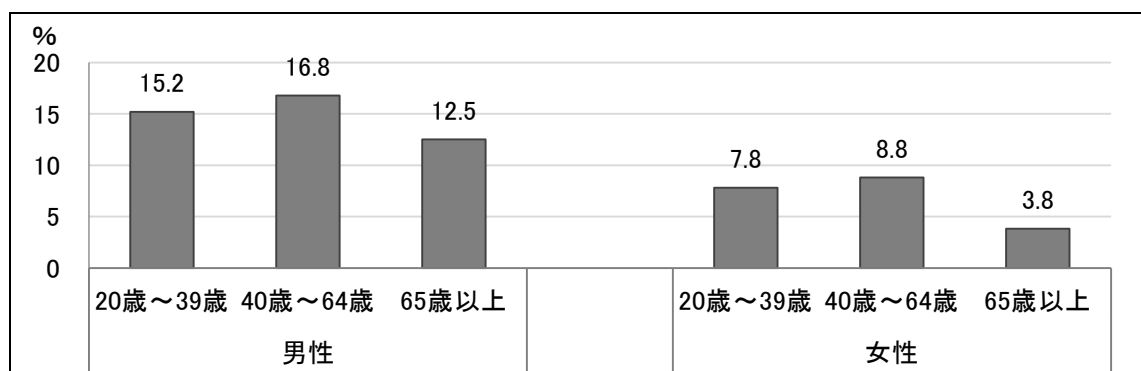


図 21 令和 5 年度 問題飲酒（CAGE）2点以上の割合 男女別年代別

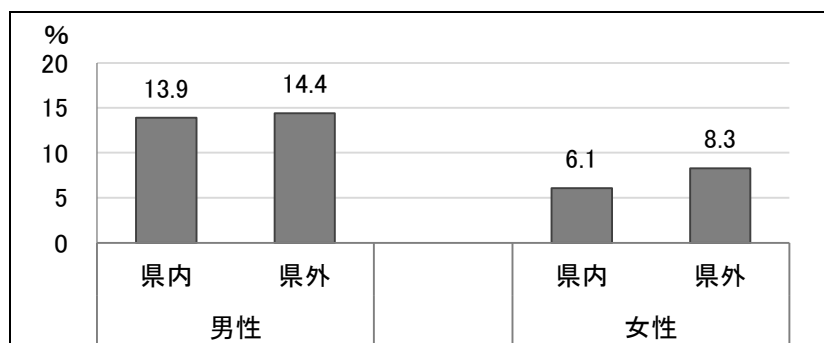


図 22 令和 5 年度 問題飲酒（CAGE）2点以上の割合 男女別調査時住所別

キ 気分の落ち込みや不安に関して支援が必要と考えられる人の割合

全般的な精神健康度、気分障害(うつ病)や不安障害の可能性について K6(先行研究に基づきカットオフ値は 13 点)を用いて測定した。

令和 5 年度の気分障害や不安障害のハイリスクの人の割合(13 点以上)は、全体で 5.4%であった(図 23)。被災していない一般人口を対象とした先行研究(※4)における割合(3%)と比較しても高い値を示している。男女別では、男性 4.8%、女性 5.9%と、女性の割合が高く(図 24)、年代別では、高齢者より若年者のほうが高い傾向にあった(図 25)。調査時住所別では、県内居住者が 5.0%であるのに対し、県外居住者は 7.7%と高かった(図 26)。

【K6 について】

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

※4 川上憲人、古川壽亮. 全国調査における K6 調査票による心の健康状態の分布と関連要因. 平成 18 年度厚生労働科学研究費補助金(統計情報高度利用総合研究事業)「国民の健康状況に関する統計情報を世帯面から把握・分析するシステムの検討に関する研究」分担研究報告書, 2007.

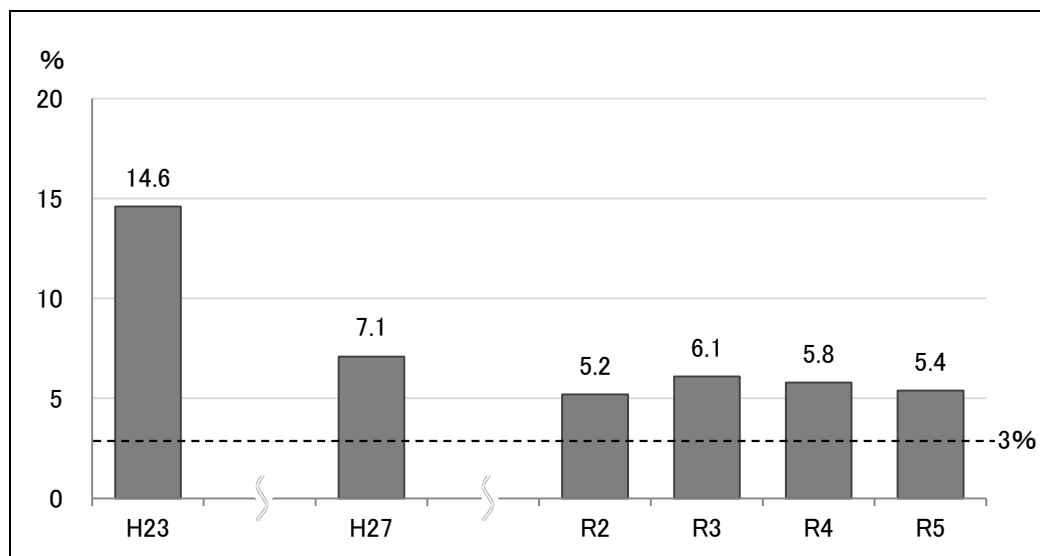


図 23 一般の全般的精神健康度 (K6) 13 点以上の割合の推移

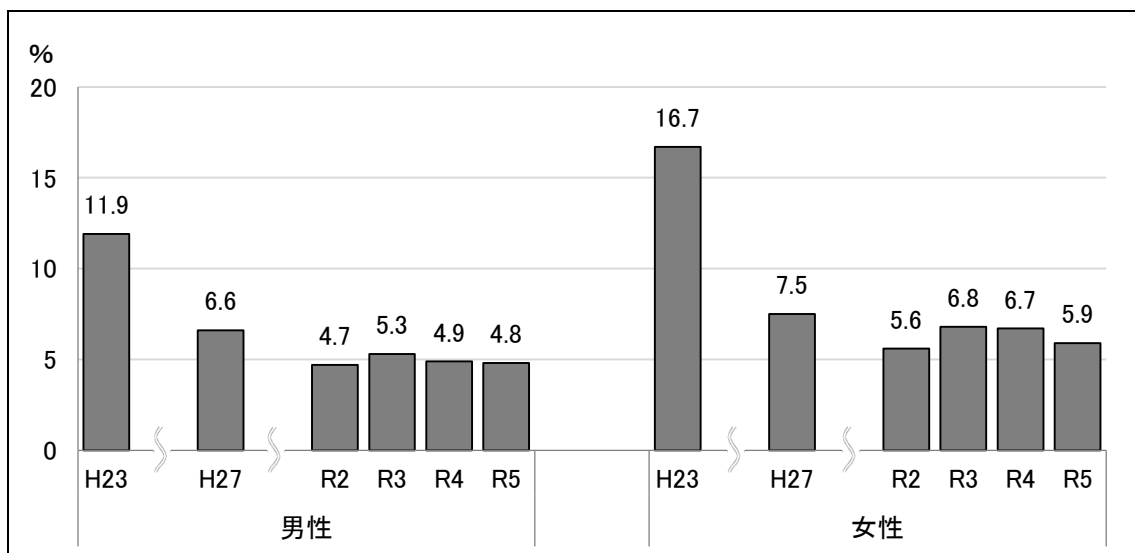


図 24 一般の全般的精神健康度 (K6) 13 点以上の割合の推移 男女別

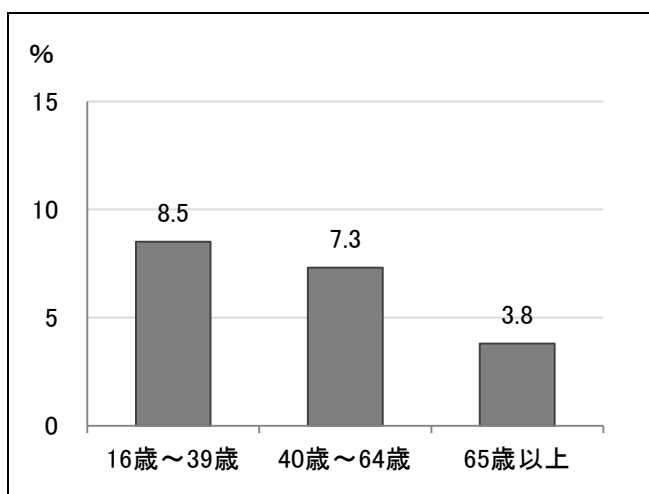


図 25 令和 5 年度 一般の全般的精神健康度 (K6) 13 点以上の割合 年代別

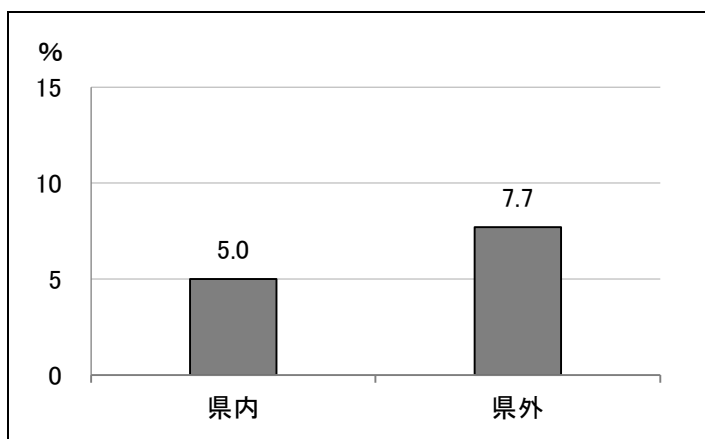


図 26 令和 5 年度 一般の全般的精神健康度 (K6) 13 点以上の割合 調査時住所別

ク 新型コロナウイルス感染症の流行による生活への支障

令和 5 年度の新型コロナウイルス感染症の流行による生活への支障について、「非常にあった」または「ある程度あった」と回答した人の割合は 26.5%であり(図 27)、令和 4 年度と比べ低くなった。男女別では、男性 26.0%、女性 27.0%でやや女性のほうが高かった(図 28)。年代別では、16 歳～39 歳 23.4%、40 歳～64 歳 31.1%、65 歳以上 25.1%であった(図 29)。

また、新型コロナウイルス感染症の流行による生活への支障の有無別(支障なし:全くなかった/あまりなかった、支障あり:ある程度あった/非常にあった)で K6 ハイリスク(13 点以上)の人の割合を比較すると、支障ありと回答した K6 ハイリスクの人の割合が高く(図 30)、全般的精神健康度によって大きな違いがみられた。

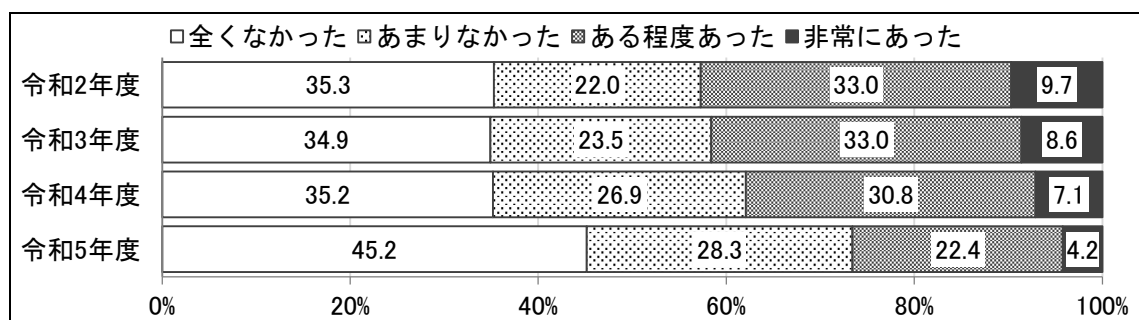


図 27 一般のコロナ流行による生活への支障の推移 全体

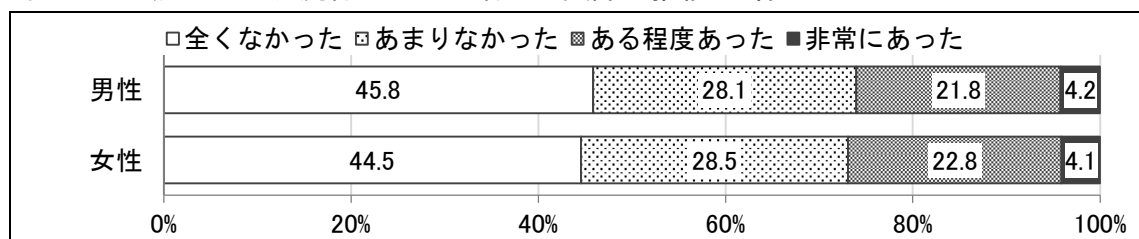


図 28 令和 5 年度 一般のコロナ流行による生活への支障 男女別

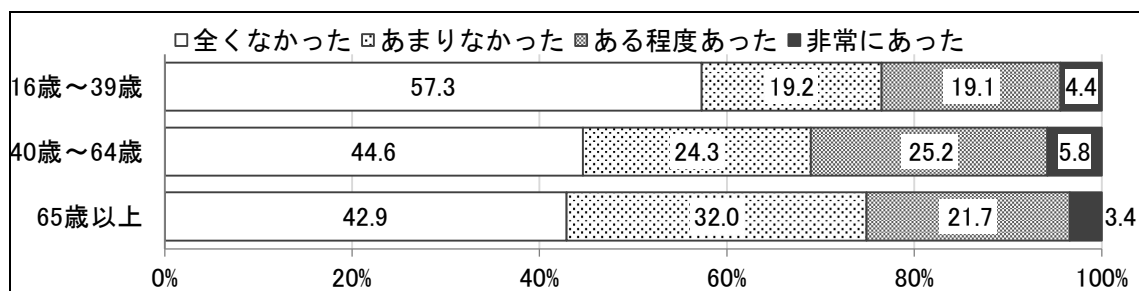


図 29 令和 5 年度 一般のコロナ流行による生活への支障 年代別

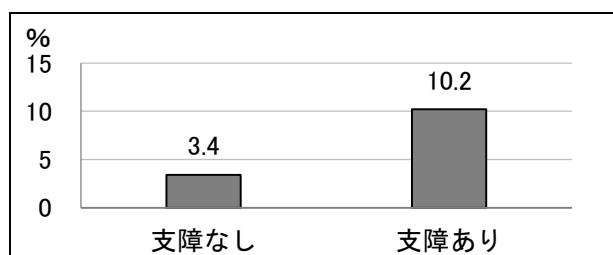


図 30 令和 5 年度 一般のコロナ流行による生活への支障有無別の全般的精神健康度 (K6) 13 点以上の割合

ケ 放射線の健康影響の認識

令和5年度の放射線の次世代への健康影響の認識(リスク認知)について、「可能性は高い」または「可能性は非常に高い」と回答した人の割合は19.7%であり(図31)、減少傾向にある。また、調査時住所別では、県外居住者のほうがリスク認知の影響が高い傾向にあった(図32)。

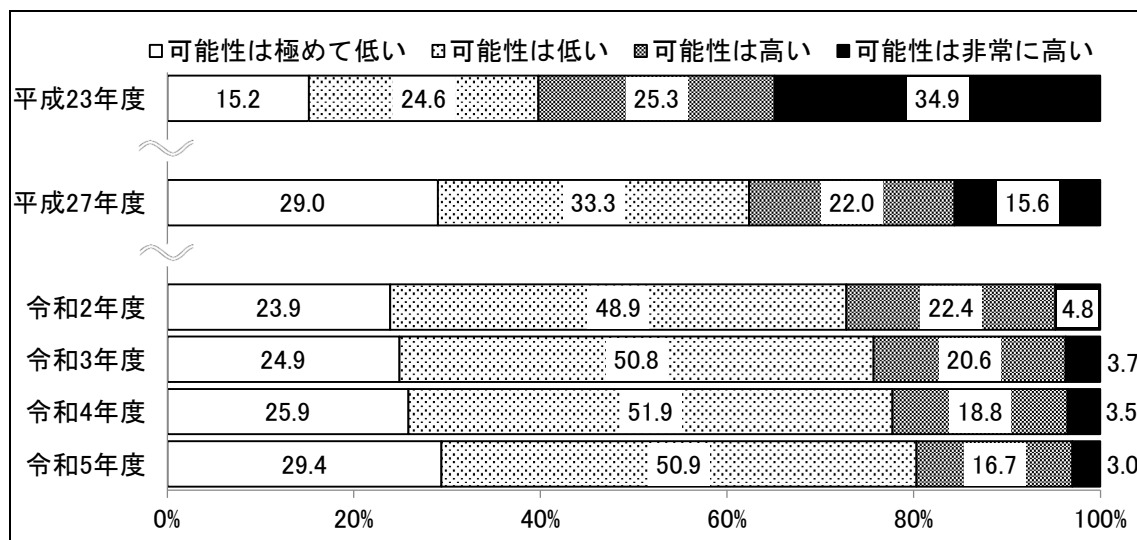


図31 一般の放射線の次世代への健康影響の認識（リスク認知）の割合の推移

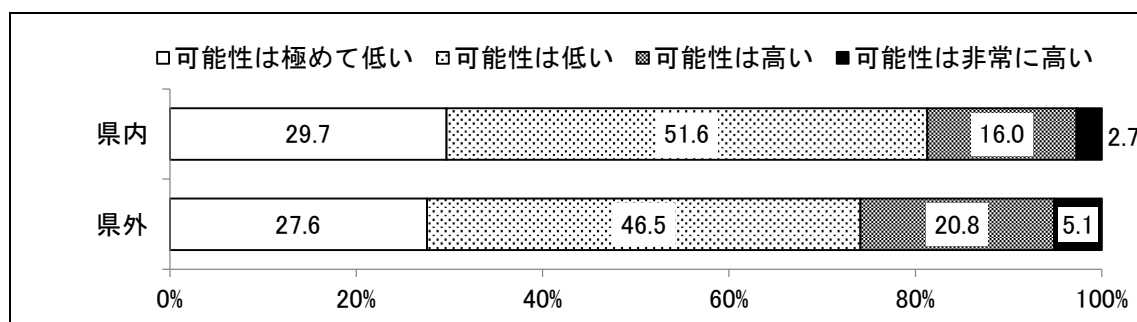


図32 令和5年度 一般の放射線の次世代への健康影響の認識（リスク認知）の割合 調査時住所別

コ 相談先

令和5年度の相談先(現在、こころや身体の問題が生じた場合、相談できる身近な人や各種機関はありますか)について、「相談できる人や機関はない」と回答した人は5,289人(17.3%)であった。

(3)まとめ

子どもに対する調査結果から、SDQ でみた情緒や行動の問題等を抱えている可能性が高い子どもの割合は、先行研究のハイリスクの子どもの割合とほとんど変わらない程度まで改善している。震災を経験していない子どもの対象者が増えたことも改善の一因かもしれないが、今後も注視していく必要がある。

一般(16 歳以上)については、コロナ禍による生活への支障が減じたためか、運動習慣は若干改善している。問題飲酒の割合については男性で穏やかな減少傾向が認められたが、女性ではやや上昇した。K6 でみた全般的精神健康度については、令和 4 年度と比べわずかにハイリスク割合の改善がみられたものの、被災していない一般人口のそれに比べると高い割合が持続している。また、若年者と県外居住者の K6 ハイリスク割合が高い傾向は持続している。一方で、放射線の健康影響に関しては、令和 5 年度ではおよそ 8 割の住民が放射線の次世代への健康影響について「可能性は低い」または「可能性は極めて低い」と回答しており、それを懸念する住民割合の減少傾向は続いている。

4 こころの健康度・生活習慣に関する調査 支援概要

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

(1) 支援対象

令和 5 年度こころの健康度・生活習慣に関する調査の回答者のうち、電話や文書による相談・支援が必要だと判断された方。

なお、本報告では、令和 6 年 10 月 31 日までに回答があり、同年 12 月 31 日までに支援を実施した方を集計対象とした。

(2) 個人結果通知

令和 6 年 8 月 31 日までに回答があった方に対し、自身のこころの健康度と生活習慣の状況を把握し、健康管理に役立ててもらふため、回答があった方の回答状況とそれに対するアドバイスを記載した個人結果通知書を同年 7 月及び 9 月に送付した。

調査票区分別の発送数と項目内容は表 2 のとおり。

表 2 令和 5 年度 個人結果通知書の発送数

調査票区分	発送数	通知項目
0 歳～3 歳	219	身長、体重、運動習慣(2 歳以上)
4 歳～6 歳	216	身長、体重、運動習慣、こころと行動のストレス反応(SDQ※ ¹)
小学生	644	
中学生	580	
一般	31,120	肥満度(BMI※ ²)、運動習慣、睡眠、こころのストレス反応(K6※ ³)

※¹ SDQ:子どもの情緒と行動に関する尺度

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

※³ K6:気分の落ち込みや不安など、全般的な精神健康状態に関する尺度

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

(3) 支援対象者の選定基準及び支援方法

ア 支援対象者の選定基準

緊急性の高さや状態の重症度に応じ、表 3、4 のとおり支援基準を設定し、支援の充実を図った。

表 3 令和 5 年度 子どもの支援対象者選定基準

		情緒と行動(SDQ)	相談先の有無、発達の問題	欄外・自由記載
選 定 基 準	基準Ⅰ	1)SDQ(20 点以上)	発達の悩み「あり」かつ相談先「なし」	専門職により 緊急度を判断
	基準Ⅱ	2)SDQ(16 点以上)		

表 4 令和 5 年度 一般の支援対象者選定基準

		精神健康	身体健康	睡眠障害	精神疾患	飲酒	欄外・自由記載
選 定 基 準	基準Ⅰ	1)K6 (13 点以上)	1)高血圧もしくは糖尿病「あり」通院「なし」、かつ①BMI27.5 以上あるいは②過去 1 年間健診受診「なし」のいずれか				専門職により緊急度を判断
	基準Ⅱ	2)K6 (10 点以上)	2)1)以外の高血圧もしくは糖尿病「あり」通院「なし」	精神疾患「なし」 かつ睡眠の質「かなり不満」以上	精神疾患「あり」 かつ通院「なし」 または「未記入」		
	基準Ⅲ		3)1)2)以外 BMI25.0 以上かつ 過去 1 年間健診受診なし			CAGE 2 点以上	

※支援基準該当者で喫煙者には禁煙の呼びかけを実施

イ 支援方法

① 基準Ⅰ

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

② 基準Ⅱ

基準Ⅱの対象者には、電話支援希望を確認するハガキを送付した。返信されたハガキに電話支援希望の記載がある方、もしくは返信内容から支援が必要と判断された方には、電話支援を行った。なお、「身体健康」「睡眠障害」の対象者には当センターで作成した「こころの健康度と生活習慣セルフサポートブック」を同封した。

③ 基準Ⅲ

基準Ⅲの対象者には、「こころの健康度と生活習慣セルフサポートブック」を送付した。

5 こころの健康度・生活習慣に関する調査 支援結果概要

(1) 電話による支援

ア 子ども

(ア) 支援者数

基準Ⅰ及び基準Ⅱによる子どもの支援対象者数及び支援実施者数は図 33 のとおり。なお、電話支援のほとんどは対象者の保護者に対して行われた。回答者数に対する電話支援実施者数の割合は4.1%であり、令和4年度の5.4%から減少した。電話支援対象者数に対する電話支援実施者数の割合は70.1%であり、令和4年度の73.8%から減少した。

また、電話支援実施者の男女別、調査時住所別は表5、6のとおり。

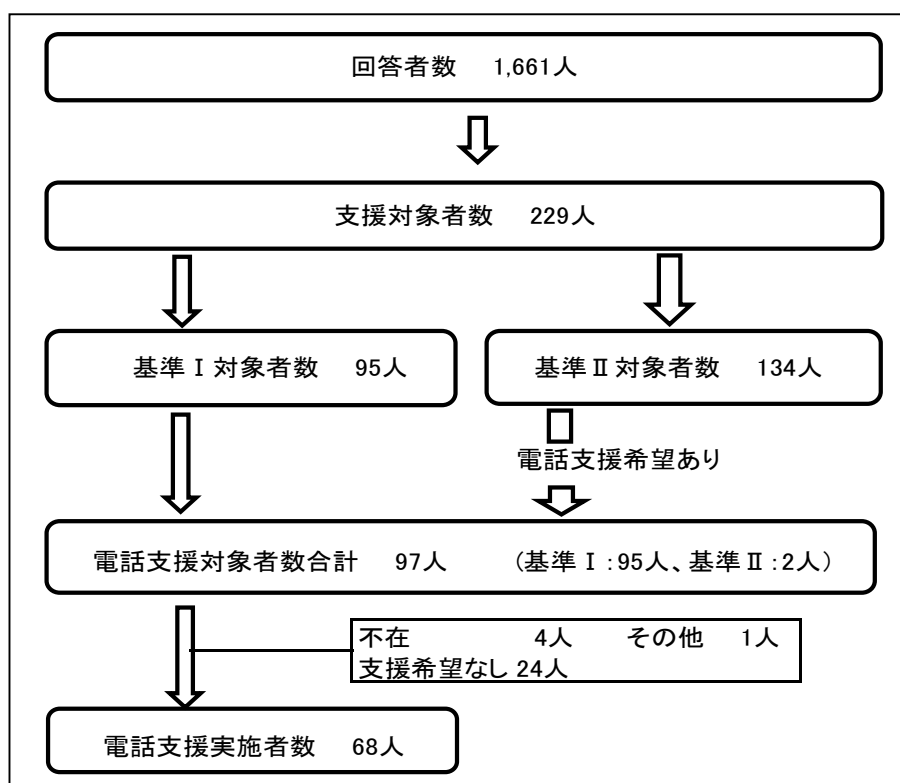


図 33 令和5年度 子どもの支援対象者数及び支援実施者数

表 5 令和5年度 電話支援実施者の男女別（子ども）

区 分	男児・男子	女児・女子	合計
全 体	38 (55.9%)	30 (44.1%)	68
0歳～3歳	4 (44.4%)	5 (55.6%)	9
4歳～6歳	4 (66.7%)	2 (33.3%)	6
小学生	12 (60.0%)	8 (40.0%)	20
中学生	18 (54.5%)	15 (45.5%)	33

表 6 令和5年度 電話支援実施者の調査時住所別（子ども）

区 分	県内	県外	合計
全 体	56 (82.4%)	12 (17.6%)	68
0歳～3歳	8 (88.9%)	1 (11.1%)	9
4歳～6歳	6 (100.0%)	0 (0.0%)	6
小学生	18 (90.0%)	2 (10.0%)	20
中学生	24 (72.7%)	9 (27.3%)	33

(イ) 支援結果

調査回答の訴えに基づき、現在問題になっていることについて電話により聞き取りを行った。子どもの相談内容は表 7 のとおり。また、令和 5 年度電話支援の相談内容具体例は表 8 のとおり。

表 7 電話支援の相談内容（子ども）

人数（割合）

平成24年度	平成27年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度
被災による不安、放射線・被ばく等の不安 147人 (23.6%)	学校に関すること 54人 (21.6%)	学校に関すること 25人 (26.3%)	学校に関すること 38人 (35.5%)	学校に関すること 35人 (29.7%)	学校に関すること 22人 (32.4%)
学校に関すること 136人 (21.8%)	身体面の健康 15人 (6.0%)	日常生活や習慣 18人 (18.9%)	怒り・イライラ・暴力 15人 (14.0%)	身体面の健康 15人 (12.7%)	日常生活や習慣 9人 (13.2%)
身体面の健康 102人 (16.4%)	睡眠 9人 (3.6%)	怒り・イライラ・暴力 12人 (12.6%)	日常生活や習慣 14人 (13.1%)	日常生活や習慣 13人 (11.0%)	身体面の健康 6人 (8.8%)
怒り・イライラ・暴力 90人 (14.4%)	怒り・イライラ・暴力 8人 (3.2%)	睡眠 9人 (9.5%)	将来への不安 9人 (8.4%)	怒り・イライラ・暴力 11人 (9.3%)	睡眠 6人 (8.8%)
抑うつ 83人 (13.3%)	食習慣 4人 (1.6%)	身体面の健康 食習慣 各6人 (6.3%)	睡眠 8人 (7.5%)	睡眠 8人 (6.8%)	将来への不安 5人 (7.4%)

※平成 23 年度は、集計方法が異なるため、平成 24 年度より記載

※延べ相談内容件数

表 8 令和 5 年度 電話支援の相談内容具体例（子ども）

学校に関すること	【小学生】 ・クラス替えがあるので、春は気持ちが不安定になる ・発達障害の診断がつき、支援学級になったことで落ち着いた 【中学生】 ・プリントなど提出物を出し忘れることが多い
日常生活や習慣	【0 歳～3 歳】 ・トイレトレーニングがうまくいかない 【小学生、中学生】 ・夜遅くまでゲームばかりしていて、勉強をしない
身体面の健康	【4 歳～6 歳、小学生】 ・不注意の傾向があり、けがが多い 【小学生】 ・気分の浮き沈みがあり、学校を休んでしまうことがある 【中学生】 ・受験への不安から、よく頭痛を訴える

睡眠	【小学生】 ・不登校になり、昼夜逆転傾向である 【小学生、中学生】 ・夜、動画を観ることをやめられず、寝る時間が遅くなっている
将来への不安	【4歳～6歳】 ・小学校に上がる際に、友達ができるか心配 【小学生】 ・集中力がないので、周りについていけないか心配
その他	【4歳～6歳】 ・パニックになってしまう程ではないが、地震をととても怖がる 【小学生】 ・家族が亡くなったショックで、食欲がなく、一人で泣いていることがある

電話支援では、傾聴、受診勧奨、生活習慣指導、心理教育などの対応を行った。初回電話支援時の状況は、表 9 のとおり。電話支援の結果、支援継続とした理由は、子どもの体調不良(身体、精神)や学校不適応、保護者の体調不良(身体、精神)などであった。

電話支援実施者への支援後の対応としては、医療機関の情報等について文書送付を行った(1人)。

表 9 令和 5 年度 初回電話支援時の状況 (子ども) 人数 (割合)

区 分	支援継続	単回支援	詳細不明	支援希望なし	合計
全 体	7 (10.3%)	51 (75.0%)	6 (8.8%)	4 (5.9%)	68
0歳～3歳	1 (11.1%)	4 (44.4%)	4 (44.4%)	0 (0.0%)	9
4歳～6歳	1 (16.7%)	5 (83.3%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	6
小学生	3 (15.0%)	15 (75.0%)	1 (5.0%)	1 (5.0%)	20
中学生	2 (6.1%)	27 (81.8%)	1 (3.0%)	3 (9.1%)	33

- ・支援継続：体調不良や震災時の影響を強く受けている方、社会・学校不適応や孤立している方など、やや心配が残るため、保健・医療機関等への受診勧奨や外部機関への情報提供など継続的な支援につなぐ必要があると判断されたもの
- ・単回支援：体調や環境面で状態の改善が確認できた場合や、サポート資源の利用があった場合など、自身で対処がなされていると判断されたもの
- ・詳細不明：何らかの理由で状況確認が困難だったもの
- ・支援希望なし：支援は必要ないと、対象者から申し出があったもの

イ 一般

(ア) 支援者数

基準Ⅰ及び基準Ⅱによる一般の支援対象者数及び支援実施者数は図 34 のとおり。回答者数に対する電話支援実施者数の割合は 6.2%であり、令和 4 年度の 6.7%と比べやや減少した。電話支援対象者数に対する電話支援実施者数の割合は 76.3%であり、令和 4 年度の 77.7%から若干減少した。

電話支援実施者の男女別年代別は表 10、回答者における電話支援実施者の割合年代別は表 11 のとおり。電話支援実施者の調査時住所別は表 12 のとおり。

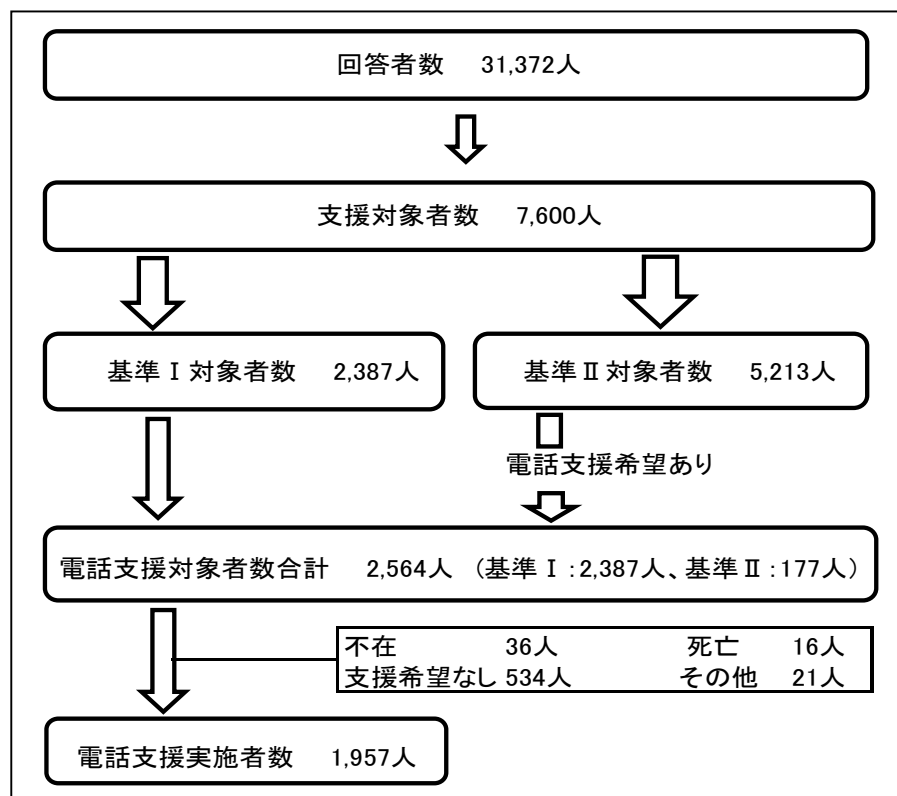


図 34 令和 5 年度 一般の支援対象者数及び支援実施者数

表 10 令和 5 年度 電話支援実施者の男女別年代別（一般）

区 分	16歳～39歳	40歳～64歳	65歳以上	合計
全 体	251 (12.8%)	630 (32.2%)	1,076 (55.0%)	1,957
こころ				
男性	87 (12.7%)	244 (35.7%)	352 (51.5%)	683
女性	128 (14.3%)	254 (28.3%)	515 (57.4%)	897
生活習慣				
男性	27 (10.7%)	88 (34.8%)	138 (54.5%)	253
女性	9 (7.3%)	44 (35.5%)	71 (57.3%)	124

表 11 令和 5 年度 回答者における電話支援実施者の割合年代別（一般）

回答者数	16歳～39歳 3,794	40歳～64歳 8,283	65歳以上 19,295	合計 31,372
電話支援 実施者数 (割合)	251 (6.6%)	630 (7.6%)	1,076 (5.6%)	1,957 (6.2%)

表 12 令和 5 年度 電話支援実施者の調査時住所別（一般）

区 分	県内	県外	合計
全 体	1,590 (81.2%)	367 (18.8%)	1,957
こころ	1,276 (80.8%)	304 (19.2%)	1,580
生活習慣	314 (83.3%)	63 (16.7%)	377

(イ) 支援結果

調査回答の訴えに基づき、現在問題になっていることについて電話により聞き取りを行った。一般の相談内容は表 13 のとおり。また、令和 5 年度電話支援の相談内容の具体例は表 14 のとおり。

表 13 電話支援の相談内容（一般）

人数（割合）

平成24年度	平成27年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度
身体面の健康 2,761人 (46.1%)	身体面の健康 1,145人 (44.6%)	身体面の健康 866人 (44.0%)	身体面の健康 1,233人 (48.1%)	身体面の健康 1,086人 (46.6%)	身体面の健康 831人 (42.5%)
睡眠 2,349人 (39.2%)	睡眠 798人 (31.1%)	睡眠 583人 (29.6%)	睡眠 680人 (26.5%)	睡眠 551人 (23.6%)	睡眠 436人 (22.3%)
抑うつ 1,417人 (23.7%)	抑うつ 342人 (13.3%)	抑うつ 296人 (15.0%)	抑うつ 451人 (17.6%)	抑うつ 371人 (15.9%)	抑うつ 268人 (13.7%)
家族関係 1,058人 (17.7%)	食習慣 236人 (9.2%)	食習慣 249人 (12.7%)	運動 333人 (13.0%)	運動 293人 (12.6%)	運動 243人 (12.4%)
住環境 1,049人 (17.5%)	将来への不安 235人 (9.2%)	運動 245人 (12.4%)	食習慣 272人 (10.6%)	食習慣 270人 (11.6%)	食習慣 238人 (12.2%)

※平成 23 年度は、集計方法が異なるため、平成 24 年度より記載

※延べ相談内容件数

表 14 令和 5 年度 電話支援の相談内容具体例（一般）

身体面の健康	・高血圧があり、体重を減らしたいが、具体的にどうすればよいかわからない ・腰痛やひざの痛みがあるため、家族の介護をするのが大変 ・仕事上のストレスから体調を崩してしまった
睡眠	・薬を飲んでいるため、寝つきはよいが、途中で目が覚めてしまう ・2～3 時間ごとに目が覚めてしまう ・朝、よく眠れたという感じがなく、日中の眠気がある
抑うつ	・うつ病で精神科・心療内科を受診した ・外に出かけるのが億劫で、何もしたくないと感ずることがある ・職場の人間関係に悩み、気持ちが落ち込んでしまう

運動	・家でラジオ体操をしている ・新型コロナウイルス流行後、ジムへ行かなくなり、運動不足である ・仕事で動いているが、それ以外で運動はしていない
食習慣	・糖尿病があるので、食事についてどのような点に気をつければよいか知りたい ・ストレスがたまると、暴飲暴食をしてしまう ・仕事が忙しく、食事は外食やコンビニの弁当が多くなっている
その他	・能登半島地震のニュースをテレビで見ると、東日本大震災の時のことを思い出し、動悸がして気持ちが沈んでしまうので、一時的にメディアに触れないようにしていた ・震災後、これまで縁のない土地に移ったのだが、知り合いがおらず、日々寂しさを感じている

電話支援では、受診勧奨や生活習慣指導、心理教育などの対応を行った。初回電話支援時の状況は、表 15 のとおり。電話支援の結果、支援継続とした理由(延べ数)は、体調不良(身体)が 87 人と最も多く、次いで体調不良(精神)が 86 人であった。

電話支援実施者への支援後の対応としては、医療機関情報等の文書送付などを行った(3 人)。

表 15 令和 5 年度 初回電話支援時の状況(一般)

区 分	支援 継続	単回 支援	詳細 不明	支援希望 なし	合計
全 体	171 (8.7%)	1,737 (88.8%)	20 (1.0%)	29 (1.5%)	1,957
こころ	160 (10.1%)	1,377 (87.2%)	17 (1.1%)	26 (1.6%)	1,580
生活習慣	11 (2.9%)	360 (95.5%)	3 (0.8%)	3 (0.8%)	377

- ・支援継続：体調不良や震災時の影響を強く受けている方、社会・学校不適応や孤立している方など、やや心配が残るため、保健・医療機関等への受診勧奨や外部機関への情報提供など継続的な支援につなぐ必要があると判断されたもの
- ・単回支援：体調や環境面で状態の改善が確認できた場合や、サポート資源の利用があった場合など、自身で対処がなされていると判断されたもの
- ・詳細不明：何らかの理由で状況確認が困難だったもの
- ・支援希望なし：支援は必要ないと、対象者から申し出があったもの

(2) パンフレット送付による支援

基準Ⅲにより 1,656 人(身体健康 789 人、飲酒 867 人)に、「こころの健康度と生活習慣セルフサポートブック」の送付を行った。

(3) 入電による相談対応

令和 5 年度支援期間中の「ここから調査専用ダイヤル」への入電件数は 798 件であった。入電内容の内訳(延べ数 934 件)は、電話支援時不在だった対象者からの折り返しが 432 件、相談が 152 件、調査に関する問い合わせ等が 272 件、その他が 78 件であった。

調査に関する問い合わせ等については、令和 4 年度と同様、主に調査票の発送後に基本情報の変更や調査の記入方法などが多かった。また、一年を通して相談の入電があり、主に自身や家族の健康に関する内容、職場や友人等との人間関係に関する内容が多かった。

(4) まとめ

子どもの支援において、回答者数に対する電話支援実施者数の割合は 4.1%であり、令和 4 年度の 5.4%から減少した。また、相談内容の割合が高かったのは「学校に関すること」「日常生活や習慣」「身体面の健康」であり、令和 4 年度とほぼ同様の傾向であった。初回電話支援時の結果から、体調不良(身体、精神)や学校不適応などの理由で心配が残るため「支援継続」と判断された方は 7 人(10.3%)であった(令和 4 年度は 16 人(13.6%))。

一般の支援において、回答者数に対する電話支援実施者の割合は 6.2%であり、令和 4 年度の 6.7%と比べやや減少した。また、相談内容の割合が高かったのは「身体面の健康」「睡眠」「抑うつ」であり、令和 4 年度と同様の傾向であった。初回電話支援時の結果から、「支援継続」と判断された方は、こころの電話支援実施者 160 人、生活習慣の電話支援実施者 11 人の計 171 人(8.7%)であった(令和 4 年度は 176 人(7.6%))。

子どもにおいても一般においても、「支援継続」と判断された場合や対象者の希望があった場合は、電話支援による継続的な状況確認や社会資源の紹介を行った。また、電話がつかないなどの理由により電話支援を実施できなかった場合には、当センターで作成した「こころの健康度と生活習慣セルフサポートブック」を送付し、心身の健康へのセルフチェックを促すとともに、「ここから調査専用ダイヤル」および各種相談窓口を案内した。

6 令和5年度「県民健康調査」こころの健康度・生活習慣に関する調査 結果集計

(1) 0歳～3歳

				人数	割合
回答形式	(有効回答 218 人)	・紙		102	46.8%
		・オンライン		116	53.2%
性別 (平均年齢 1.9 歳)	(有効回答 218 人)	・男児		108	49.5%
		・女児		110	50.5%
調査時住所別	(有効回答 218 人)	・県内		211	96.8%
		・県外		7	3.2%
問1 健康状態について	(有効回答 218 人)	・きわめて良好		116	53.2%
		・良好		72	33.0%
		・普通		28	12.8%
		・悪い		2	0.9%
		・きわめて悪い		0	0.0%
問2 身長と体重					
身長 男児	1歳 (有効回答 31 人)	平均身長	76.9 cm		
	2歳 (有効回答 31 人)	平均身長	86.7 cm		
	3歳 (有効回答 40 人)	平均身長	96.1 cm		
女児	1歳 (有効回答 38 人)	平均身長	76.9 cm		
	2歳 (有効回答 29 人)	平均身長	86.4 cm		
	3歳 (有効回答 40 人)	平均身長	93.6 cm		
体重 男児	1歳 (有効回答 34 人)	平均体重	10.2 kg		
	2歳 (有効回答 32 人)	平均体重	12.2 kg		
	3歳 (有効回答 40 人)	平均体重	14.6 kg		
女児	1歳 (有効回答 39 人)	平均体重	9.9 kg		
	2歳 (有効回答 30 人)	平均体重	11.8 kg		
	3歳 (有効回答 40 人)	平均体重	14.4 kg		
問3 普段の運動頻度について	(有効回答 131 人)	・ほとんど毎日している		87	66.4%
		・週に2～4回している		26	19.8%
		・週1回程度している		15	11.5%
		・ほとんどしていない		3	2.3%
問4 育児に自信がもてない	(有効回答 218 人)	・はい		36	16.5%
		・いいえ		99	45.4%
		・何ともいえない		83	38.1%
問5 育児の悩みがある	(有効回答 218 人)	・はい		35	16.1%
		・いいえ		144	66.1%
		・どちらとも言えない		39	17.9%
問6 相談先について	(有効回答 218 人)				
現在、育児について相談できる身近な人や 各種機関はありますか		・ある		207	95.0%
		・相談できる人や機関はない		11	5.0%
問7 新型コロナウイルス感染症の流行による 生活への支障	(有効回答 218 人)	・全くなかった		128	58.7%
		・あまりなかった		37	17.0%
		・ある程度あった		43	19.7%
		・非常にあった		10	4.6%

(2) 4 歳～6 歳

				人数	割合
回答形式	(有効回答	216 人)	・紙 ・オンライン	118 98	54.6% 45.4%
性別 (平均年齢 4.9 歳)	(有効回答	216 人)	・男児 ・女児	110 106	50.9% 49.1%
調査時住所別	(有効回答	216 人)	・県内 ・県外	206 10	95.4% 4.6%
問1 健康状態について	(有効回答	216 人)	・きわめて良好 ・良好 ・普通 ・悪い ・きわめて悪い	106 82 27 1 0	49.1% 38.0% 12.5% 0.5% 0.0%
問2 身長と体重					
身長 男児	4歳	(有効回答 34 人)	平均身長	102.4 cm	
	5歳	(有効回答 44 人)	平均身長	110.7 cm	
	6歳	(有効回答 31 人)	平均身長	115.2 cm	
女児	4歳	(有効回答 34 人)	平均身長	99.5 cm	
	5歳	(有効回答 31 人)	平均身長	106.4 cm	
	6歳	(有効回答 39 人)	平均身長	115.2 cm	
体重 男児	4歳	(有効回答 34 人)	平均体重	16.6 kg	
	5歳	(有効回答 44 人)	平均体重	19.6 kg	
	6歳	(有効回答 32 人)	平均体重	20.8 kg	
女児	4歳	(有効回答 34 人)	平均体重	15.3 kg	
	5歳	(有効回答 32 人)	平均体重	17.6 kg	
	6歳	(有効回答 39 人)	平均体重	20.4 kg	
問3 普段の運動頻度について	(有効回答	216 人)	・ほとんど毎日している ・週に2～4回している ・週1回程度している ・ほとんどしていない	130 61 20 5	60.2% 28.2% 9.3% 2.3%
問4 子どもの情緒と行動について					
1) SDQ	(有効回答	216 人)	・平均総合得点	8.8 点	
	(有効回答	110 人)	・平均総合得点 男児	9.4 点	
	(有効回答	106 人)	・平均総合得点 女児	8.2 点	
			・16点以上	21	9.7%
			(男児)	11	10.0%
			(女児)	10	9.4%
	(有効回答	206 人)	(県内)	20	9.7%
	(有効回答	10 人)	(県外)	1	10.0%
2) 発達こころの問題	(有効回答	215 人)	・ある ・ない	28 187	13.0% 87.0%
問5 相談先について	(有効回答	215 人)	・ある ・相談できる人や機関はない	208 7	96.7% 3.3%
現在、育児について相談できる身近な人や 各種機関はありますか					
問6 新型コロナウイルス感染症の流行による 生活への支障	(有効回答	213 人)	・全くなかった ・あまりなかった ・ある程度あった ・非常にあった	103 52 52 6	48.4% 24.4% 24.4% 2.8%

(3) 小学生

				人数	割合
回答形式	(有効回答	644 人)	・紙	330	51.2%
			・オンライン	314	48.8%
性別	(有効回答	644 人)	・男児	338	52.5%
(平均年齢 9.6 歳)			・女児	306	47.5%
調査時住所別	(有効回答	644 人)	・県内	574	89.1%
			・県外	70	10.9%
問1 健康状態について	(有効回答	638 人)	・きわめて良好	257	40.3%
			・良好	226	35.4%
			・普通	151	23.7%
			・悪い	3	0.5%
			・きわめて悪い	1	0.2%
問2 身長と体重					
身長 男児	1年生 (有効回答	49 人)	平均身長	121.0 cm	
	2年生 (有効回答	53 人)	平均身長	127.0 cm	
	3年生 (有効回答	52 人)	平均身長	134.3 cm	
	4年生 (有効回答	44 人)	平均身長	140.2 cm	
	5年生 (有効回答	41 人)	平均身長	144.0 cm	
	6年生 (有効回答	90 人)	平均身長	152.1 cm	
女児	1年生 (有効回答	43 人)	平均身長	121.8 cm	
	2年生 (有効回答	41 人)	平均身長	126.8 cm	
	3年生 (有効回答	53 人)	平均身長	132.8 cm	
	4年生 (有効回答	48 人)	平均身長	139.2 cm	
	5年生 (有効回答	35 人)	平均身長	147.3 cm	
	6年生 (有効回答	77 人)	平均身長	151.2 cm	
体重 男児	1年生 (有効回答	53 人)	平均体重	23.2 kg	
	2年生 (有効回答	54 人)	平均体重	28.3 kg	
	3年生 (有効回答	52 人)	平均体重	33.3 kg	
	4年生 (有効回答	44 人)	平均体重	37.2 kg	
	5年生 (有効回答	41 人)	平均体重	40.5 kg	
	6年生 (有効回答	89 人)	平均体重	44.8 kg	
女児	1年生 (有効回答	43 人)	平均体重	23.5 kg	
	2年生 (有効回答	41 人)	平均体重	26.9 kg	
	3年生 (有効回答	52 人)	平均体重	30.7 kg	
	4年生 (有効回答	47 人)	平均体重	35.9 kg	
	5年生 (有効回答	34 人)	平均体重	42.5 kg	
	6年生 (有効回答	77 人)	平均体重	42.6 kg	
問3 普段の運動頻度について	(有効回答	642 人)	・ほとんど毎日している	75	11.7%
			・週に2～4回している	189	29.4%
			・週1回程度している	157	24.5%
			・ほとんどしていない	221	34.4%
問4 子どもの情緒と行動について					
1) SDQ	(有効回答	642 人)	・平均総合得点	8.3 点	
	(有効回答	337 人)	・平均総合得点 男児	9.0 点	
	(有効回答	305 人)	・平均総合得点 女児	7.6 点	
			・16点以上	69	10.7%
			(男児)	49	14.5%
			(女児)	20	6.6%
	(有効回答	572 人)	(県内)	63	11.0%
	(有効回答	70 人)	(県外)	6	8.6%
2) 発達こころの問題	(有効回答	640 人)	・ある	107	16.7%
			・ない	533	83.3%
問5 相談先について	(有効回答	639 人)			
現在、子育てについて相談できる身近な人や			・ある	608	95.1%
各種機関はありますか			・相談できる人や機関はない	31	4.9%
問6 新型コロナウイルス感染症の流行による	(有効回答	636 人)	・全くなかった	349	54.9%
生活への支障			・あまりなかった	128	20.1%
			・ある程度あった	142	22.3%
			・非常にあった	17	2.7%

(4) 中学生

				人数	割合
回答形式	(有効回答 581 人)	・紙		321	55.2%
		・オンライン		260	44.8%
性別 (平均年齢 13.9 歳)	(有効回答 581 人)	・男子		288	49.6%
		・女子		293	50.4%
調査時住所別	(有効回答 581 人)	・県内		447	76.9%
		・県外		134	23.1%
問1 健康状態について	(有効回答 423 人)	・きわめて良好		141	33.3%
		・良好		133	31.4%
		・普通		137	32.4%
		・悪い		12	2.8%
		・きわめて悪い		0	0.0%
問2 身長と体重					
身長 男子	1年生 (有効回答 63 人)	平均身長	159.6 cm		
	2年生 (有効回答 57 人)	平均身長	166.8 cm		
	3年生 (有効回答 78 人)	平均身長	168.0 cm		
女子	1年生 (有効回答 68 人)	平均身長	154.0 cm		
	2年生 (有効回答 87 人)	平均身長	156.3 cm		
	3年生 (有効回答 69 人)	平均身長	155.9 cm		
体重 男子	1年生 (有効回答 62 人)	平均体重	50.6 kg		
	2年生 (有効回答 56 人)	平均体重	56.5 kg		
	3年生 (有効回答 78 人)	平均体重	59.2 kg		
女子	1年生 (有効回答 67 人)	平均体重	44.8 kg		
	2年生 (有効回答 84 人)	平均体重	49.4 kg		
	3年生 (有効回答 67 人)	平均体重	52.1 kg		
問3 普段の運動頻度について	(有効回答 423 人)	・ほとんど毎日している		138	32.6%
		・週に2～4回している		104	24.6%
		・週1回程度している		39	9.2%
		・ほとんどしていない		142	33.6%
問4 新型コロナウイルス感染症の流行による生活への支障(本人からみた支障)	(有効回答 423 人)	・全くなかった		121	28.6%
		・あまりなかった		157	37.1%
		・ある程度あった		131	31.0%
		・非常にあった		14	3.3%
問5 子どもの情緒と行動について					
1) SDQ	(有効回答 580 人)	・平均総合得点	8.1 点		
	(有効回答 288 人)	・平均総合得点 男子	7.9 点		
	(有効回答 292 人)	・平均総合得点 女子	8.2 点		
		・16点以上 (男子)	49	8.4%	
		(女子)	21	7.3%	
			28	9.6%	
	(有効回答 446 人)	(県内)	35	7.8%	
	(有効回答 134 人)	(県外)	14	10.4%	
2) 発達こころの問題	(有効回答 575 人)	・ある	88	15.3%	
		・ない	487	84.7%	
問6 相談先について	(有効回答 576 人)				
現在、子育てについて相談できる身近な人や各種機関はありますか		・ある	535	92.9%	
		・相談できる人や機関はない	41	7.1%	
問7 新型コロナウイルス感染症の流行による生活への支障(保護者からみた子どもの支障)	(有効回答 576 人)	・全くなかった	283	49.1%	
		・あまりなかった	146	25.3%	
		・ある程度あった	136	23.6%	
		・非常にあった	11	1.9%	

(5) 一般

			人数	割合
回答形式	(有効回答 31,257 人)	・紙 ・オンライン	24,165 7,092	77.3% 22.7%
性別 (平均年齢 64.4 歳)	(有効回答 31,257 人)	・男性 ・女性	14,845 16,412	47.5% 52.5%
調査時住所別	(有効回答 31,257 人)	・県内 ・県外	26,779 4,478	85.7% 14.3%
問1 健康状態について	(有効回答 28,559 人)	・きわめて良好 ・良好 ・普通 ・悪い ・きわめて悪い	1,827 6,562 16,456 3,414 300	6.4% 23.0% 57.6% 12.0% 1.1%
16歳～39歳	(有効回答 3,285 人)	・きわめて良好 ・良好 ・普通 ・悪い ・きわめて悪い	668 1,037 1,364 190 26	20.3% 31.6% 41.5% 5.8% 0.8%
40歳～64歳	(有効回答 7,843 人)	・きわめて良好 ・良好 ・普通 ・悪い ・きわめて悪い	577 2,063 4,278 843 82	7.4% 26.3% 54.5% 10.7% 1.0%
65歳以上	(有効回答 17,431 人)	・きわめて良好 ・良好 ・普通 ・悪い ・きわめて悪い	582 3,462 10,814 2,381 192	3.3% 19.9% 62.0% 13.7% 1.1%
問2 身長と体重				
身長 男性	(有効回答 14,656 人)	平均身長	166.5 cm	
身長 女性	(有効回答 16,069 人)	平均身長	153.6 cm	
体重 男性	(有効回答 14,671 人)	平均体重	67.1 kg	
体重 女性	(有効回答 16,078 人)	平均体重	54.4 kg	
BMI 男性	(有効回答 14,603 人)	平均BMI	24.1 kg/m ²	
BMI 女性	(有効回答 15,963 人)	平均BMI	23.0 kg/m ²	
問3 既往歴				
1)高血圧 (または、血圧が高い)	(有効回答 30,326 人)	・ない ・ある	15,989 14,337	52.7% 47.3%
2)糖尿病 (または、血糖が高い)	(有効回答 29,777 人)	(現在通院している) (現在通院していない) ・ない ・ある	12,931 1,294 24,433 5,344	90.9% 9.1% 82.1% 17.9%
3)精神疾患	(有効回答 29,785 人)	(現在通院している) (現在通院していない) ・ない ・ある	4,887 403 26,839 2,946	92.4% 7.6% 90.1% 9.9%
4)過去1年間の健診受診	(有効回答 30,391 人)	(現在通院している) (現在は改善しているため、通院はしていない) (現在通院していない) ・はい ・いいえ	2,115 478 292 23,124 7,267	73.3% 16.6% 10.1% 76.1% 23.9%

			人数	割合
問4 睡眠満足度	(有効回答 28,437 人)	・満足している	10,783	37.9%
		・少し不満	13,725	48.3%
		・かなり不満	3,452	12.1%
		・非常に不満か、全く眠れなかった	477	1.7%
問5 普段の運動頻度について	(有効回答 30,828 人)	・ほとんど毎日している	5,352	17.4%
		・週に2～4回している	8,184	26.5%
		・週1回程度している	5,789	18.8%
		・ほとんどしていない	11,503	37.3%
県内	(有効回答 26,396 人)	・ほとんど毎日している	4,676	17.7%
		・週に2～4回している	6,999	26.5%
		・週1回程度している	4,980	18.9%
		・ほとんどしていない	9,741	36.9%
県外	(有効回答 4,432 人)	・ほとんど毎日している	676	15.3%
		・週に2～4回している	1,185	26.7%
		・週1回程度している	809	18.3%
		・ほとんどしていない	1,762	39.8%
問6 生活状況について				
1)現在の居住地	(有効回答 30,919 人)	・福島県	26,186	84.7%
		・福島県以外	4,733	15.3%
2)現在一人暮らしですか	(有効回答 30,877 人)	・はい	5,750	18.6%
		・いいえ	25,127	81.4%
3)現在仕事についていますか	(有効回答 30,791 人)	・はい	12,555	40.8%
		・いいえ(学生、専業主婦・主夫を含む)	18,236	59.2%
問7 喫煙	(有効回答 29,685 人)	・吸ったことがない	17,020	57.3%
		・やめた	8,685	29.3%
		・吸っている	3,980	13.4%
	(有効回答 14,266 人)	(男性)	3,038	21.3%
	(有効回答 15,419 人)	(女性)	942	6.1%

			人数	割合
問8 飲酒について				
1) 飲酒	(有効回答 29,471 人)	・飲まない、または、ほとんど飲まない	15,992	54.3%
		・やめた	1,509	5.1%
		・飲む(月1回以上)	11,970	40.6%
2) 飲酒に関する経験				
1. 飲酒量を減らさなければならなかったと感じたことがありますか	(有効回答 11,264 人)	・いいえ	8,180	72.6%
		・はい	3,084	27.4%
2. 他人があなたの飲酒を非難するので気にさわったことがありますか	(有効回答 11,225 人)	・いいえ	10,514	93.7%
		・はい	711	6.3%
3. 自分の飲酒について悪いとか申し訳ないと感じたことがありますか	(有効回答 11,217 人)	・いいえ	10,098	90.0%
		・はい	1,119	10.0%
4. 神経を落ち着かせたり、二日酔いを治すために、「迎え酒」をしたことがありますか	(有効回答 11,216 人)	・いいえ	10,620	94.7%
		・はい	596	5.3%
	(有効回答 11,172 人)	・CAGE2点以上	1,298	11.6%
	(有効回答 7,698 人)	(男性)	1,073	13.9%
	(有効回答 3,474 人)	(女性)	225	6.5%
男性	(有効回答 525 人)	(20歳～39歳)	80	15.2%
	(有効回答 2,303 人)	(40歳～64歳)	386	16.8%
	(有効回答 4,870 人)	(65歳以上)	607	12.5%
女性	(有効回答 590 人)	(20歳～39歳)	46	7.8%
	(有効回答 1,404 人)	(40歳～64歳)	123	8.8%
	(有効回答 1,480 人)	(65歳以上)	56	3.8%
男性	(有効回答 6,666 人)	(県内)	924	13.9%
	(有効回答 1,032 人)	(県外)	149	14.4%
女性	(有効回答 2,826 人)	(県内)	171	6.1%
	(有効回答 648 人)	(県外)	54	8.3%
問9 全般的な精神健康度(K6)について				
	(有効回答 27,185 人)	平均点	4.0 点	
	(有効回答 13,000 人)	平均点 男性	3.8 点	
	(有効回答 14,185 人)	平均点 女性	4.3 点	
		・13点以上	1,461	5.4%
	(有効回答 13,000 人)	(男性)	628	4.8%
	(有効回答 14,185 人)	(女性)	833	5.9%
	(有効回答 3,273 人)	(16歳～39歳)	279	8.5%
	(有効回答 7,762 人)	(40歳～64歳)	570	7.3%
	(有効回答 16,150 人)	(65歳以上)	612	3.8%
	(有効回答 23,206 人)	(県内)	1,153	5.0%
	(有効回答 3,979 人)	(県外)	308	7.7%

			人数	割合
問10	新型コロナウイルス感染症の流行について			
	生活への支障	(有効回答 29,944 人)		
		・全くなかった	13,523	45.2%
		・あまりなかった	8,476	28.3%
		・ある程度あった	6,695	22.4%
		・非常にあった	1,250	4.2%
	男性	(有効回答 14,332 人)		
		・全くなかった	6,570	45.8%
		・あまりなかった	4,029	28.1%
		・ある程度あった	3,130	21.8%
		・非常にあった	603	4.2%
	女性	(有効回答 15,612 人)		
		・全くなかった	6,953	44.5%
		・あまりなかった	4,447	28.5%
		・ある程度あった	3,565	22.8%
		・非常にあった	647	4.1%
	16歳～39歳	(有効回答 3,753 人)		
		・全くなかった	2,152	57.3%
		・あまりなかった	721	19.2%
		・ある程度あった	715	19.1%
		・非常にあった	165	4.4%
	40歳～64歳	(有効回答 8,147 人)		
		・全くなかった	3,637	44.6%
		・あまりなかった	1,980	24.3%
		・ある程度あった	2,056	25.2%
		・非常にあった	474	5.8%
	65歳以上	(有効回答 18,044 人)		
		・全くなかった	7,734	42.9%
		・あまりなかった	5,775	32.0%
		・ある程度あった	3,924	21.7%
		・非常にあった	611	3.4%
	K6 13点以上	(有効回答 19,338 人)		
		・支障なし: 全くなかった/あまりなかった	651	3.4%
		(有効回答 6,935 人) ・支障あり: ある程度あった/非常にあった	708	10.2%
	支障を受けた出来事	※複数回答		
		・自分の健康状態の悪化	5,135	—
		・家族の健康状態の悪化	4,146	—
		・家族の介護	1,646	—
		・配偶者・パートナーとの離婚・離別	143	—
		・家族との別居	370	—
		・家族との死別	1,011	—
		・家族以外の人との死別	1,668	—
		・就職・転職	363	—
		・失業	255	—
		・退職	303	—
		・経済状況の悪化	3,003	—
		・対人関係のトラブルの増加	958	—
		・その他の重大な出来事	1,110	—

		人数	割合
問11 放射線の健康影響			
1)放射線の健康影響についての認識	(有効回答 27,861 人)		
現在の放射線被ばくで、次世代以降の人(将来生まれてくる自分の子や孫など)への健康影響がどれくらい起こると思いますか	・可能性は極めて低い ・可能性は低い ・可能性は高い ・可能性は非常に高い	8,189 14,181 4,642 849	29.4% 50.9% 16.7% 3.0%
県内 (有効回答 23,841 人)	・可能性は極めて低い ・可能性は低い ・可能性は高い ・可能性は非常に高い	7,079 12,313 3,807 642	29.7% 51.6% 16.0% 2.7%
県外 (有効回答 4,020 人)	・可能性は極めて低い ・可能性は低い ・可能性は高い ・可能性は非常に高い	1,110 1,868 835 207	27.6% 46.5% 20.8% 5.1%
2)日常生活への支障	(有効回答 28,100 人)		
この1か月間に、放射線に対する不安が原因で、日常生活に支障をきたすことはどれくらいありましたか	・しばしばあった ・時々あった ・まれにあった ・1度もなかった	487 1,672 3,638 22,303	1.7% 6.0% 12.9% 79.4%
問12 相談先について	(有効回答 30,585 人)		
こころや身体の問題が生じた場合、相談できる身近な人や各種機関はありますか	・ある ・相談できる人や機関はない	25,296 5,289	82.7% 17.3%