

# 令和5年度 健康づくり・口腔・食育に関するアンケート 御協力のお願い

日頃から京都市政に御理解と御協力をいただき、誠にありがとうございます。

本市では、京都ならではの地域力・文化力の強みを活かした健康づくりを市民ぐるみで推進する「健康長寿のまち・京都」や「食」を通して「人」、「家族」、「地域」、「世代」がつながり、すべての市民が生涯にわたって健康で心豊かに暮らすための食育の取組を市民の皆様と進めています。

このアンケートは、今後の健康づくり・口腔保健・食育に係る諸施策の一層の推進 の基礎資料とさせていただくものです。

アンケートに御協力いただく方は、市内にお住まいの15歳以上の方(令和5年4月1日現在)の中から無作為で選ばせていただいた5,000人の方です。

お答えいただいた内容は、統計資料を得る目的のみ使用し、皆様には不利益とならないように、秘密の保持には万全を期しておりますので、御協力をお願いいたします。

令和5年4月

京都市

#### 記入上のお願い

- (1) アンケート票は、封筒の宛名の方、御本人が記入してください。 ただし、何らかの事情で御本人が記入できない場合には、その方の状況がわかる方が代わりに記入してください。
- (2) 各質問項目については、あてはまる回答項目の番号に〇をつけるか、又はあてはまる数字等を記入してください。
- (3) 「その他」の回答項目を選択された場合は、「カッコ()」内に具体的な内容等を記入してください。

御記入いただいたアンケート票は、お手数ですが、同封の返信用封筒にて、<u>無記名の</u>まま切手を貼らずに *令和5年0月0日(0)* 

インターネットからの回答も可能です。

URL: https://www.shinsei.elg-front.jp/kyoto2/uketsuke/form.do?acs=r3health



インターネット回答用 ID

(例) a1234

※この ID は郵送回答とインターネット回答の重複を避けるためのものであり、 回答者個人を特定するものではありません。







≪このアンケートに関するお問い合わせ先≫

京都市保健福祉局健康長寿のまち・京都推進室

健康長寿企画課 担当: ●●、△△

TEL: 075-222-3411 FAX: 075-222-3416

# 健康づくりに関するアンケート票

| 問1                | 性別をお  | 答えくださ                               | い。  |                                   |                                       |       |             |              |           |       |
|-------------------|-------|-------------------------------------|---|-----------------------------------|---------------------------------------|-------|-------------|--------------|-----------|-------|
| 1                 | 男     | 2                                   | 女   | 3 4                               | 答えたくない                                | `     | 4           | その他(         |           | )     |
| 問2                | 令和5年  | 4月1日期                               | 見在の年齢                                     | はおいくつ                             | つですか。                                 |       |             |              |           |       |
| (                 |       | )歳                                  |   |                                   |                                       |       |             |              |           |       |
| 問3                | お住まい  | はどちらて                               | ごすか。                                      |                                   |                                       |       |             |              |           |       |
| 1                 | 北区    | 2                                   | 2 上京                                      | <u>X</u>                          | <b>3</b> 左京区                          |       | 4 中         | 京区           | <b>5</b>  | 東山区   |
| 6                 | 山科区   | 7                                   | 7 下京                                      | <u> </u>                          | 8 南区                                  |       | 9 右         | 京区(京北        | 除く)       |       |
| 10                | 右京区   | 京北 1                                | 1 西京                                      | 区(洛西管                             | 予内除く)                                 |       | 12 西        | 京区洛西管        | 内         |       |
| 13                | 伏見区   | (深草・酢                               | 上翻管内障                                     | 余く) <b>1</b> 4                    | 4 伏見区深江                               | 草管内   | <b>15</b> 1 | 犬見区醍醐        | 管内        |       |
| 問4<br>1<br>4<br>7 | 自営業   | <b>業は次のう</b><br>・自由業<br>主夫          | 2<br>5                                    | 会社員・                              |                                       |       |             | 従事者<br>アルバイト | )         |       |
|                   |       |                                     |   |                                   | 身長と体重は                                | 、お分か  | りであれ        | ば、小数点        | 第1位ま      | で、歯の数 |
| (5                | は、できれ | ば鏡を見て                               | お答えく                                      | ださい)。                             |                                       |       |             |              |           |       |
| 身县                | ₹     | Cl                                  | m   | <b>体重</b> _                       | · · · · · · · · · · · · · · · · · · · | _kg   | —           | , 歯の数        | <u></u> į | 植     |
|                   |       | (個人差<br>歯の数に<br>・被せ物<br>は数え<br>・根だに | きがあります<br>は整数で御<br>めをしてい<br>さます。<br>け残ってい | す)。<br>記入ください<br>る歯や差しむ<br>る歯も数える | 歯など、自分の                               | 歯の根が死 | 浅っている       | 5            | 大人の歯      | 並びの例  |

| 四6 | 家佐構成について | あてはまるものに〇をつけてください。 |
|----|----------|--------------------|
|    |          | めいはまるものにひをつけてください。 |

- 1 単身(一人暮らし)
- 2 同居者あり(同居している方すべてに○をつけてください。)

ア. 配偶者 イ. 子ども ウ. 親 エ. 孫 オ. 兄弟姉妹 カ. 祖父母 キ. その他(

#### 問7 現在の健康状態はいかがですか。

1 よい 2 まあよい 3 ふつう 4 あまりよくない 5 よくない

#### 問8 健康について関心がありますか。

- 1 ある →補間 8-1 ~2 ない3 どちらともいえない
- 問9 健康のために普段の生活で心がけていることはありますか(**あてはまる番号<u>すべてに</u>**〇を付けてくだ さい)。
  - 1 規則正しく朝・昼・夕の食事をとっている 2 塩分を取りすぎないようにしている
  - 3 野菜をたくさん食べるようにしている 4 肉・魚・卵・大豆製品を毎日食べている
  - 5 食べ過ぎないようにしている 6 適度に運動 (スポーツを含む) をするか身体を動かしている
  - 7 睡眠を十分にとっている
- √8 たばこを吸わない
- 9 お酒を飲み過ぎないようにしている
- 10 メレスをためないようにしている
- 11 丁寧に歯をみがく 12 歯間ブラシや糸ようじを使用する
- 13 ゆっくりよく噛んで食べる 14 定期的に健(検) 診を受ける
- 15 適正体重を維持する
- 16 特に何もしていない

17 その他(

調整中

問9 自分自身の普段の生活について、お答えください。

|                                | できている | 取り組みたいが<br>実行できない | 興味がなく<br>していない |
|--------------------------------|-------|-------------------|----------------|
| 規則正しく朝・昼・夕の食事をとる               | 1     | 2                 | 3              |
| 塩分を取りすぎない                      | 1     | 2                 | 3              |
| 野菜をたくさん食べる                     | 1     | 2                 | 3              |
| 肉・魚・卵・大豆製品を毎日食べる               | 1     | 2                 | 3              |
| 食べ過ぎない                         | 1     | 2                 | 3              |
| 適度に運動 (スポーツを含む) をするか<br>身体を動かす | 1     | 2                 | 3              |
| 睡眠を十分にとる                       | 1     | 2                 | 3              |
| たばこを吸わない                       | 1     | 2                 | 3              |
| お酒を飲み過ぎない                      | 1     | 2                 | 3              |
| ストレスをためない                      | 1     | 2                 | 3              |
| 丁寧に歯をみがく                       | 1     | 2                 | 3              |
| 歯間ブラシや糸ようじを使用する                | 1     | 2                 | 3              |
| ゆっくりよく噛んで食べる                   | 1     | 2                 | 3              |
| 定期的に健(検)診を受ける                  | 1     | 2                 | 3              |
| 適正体重を維持する                      | 1     | 2                 | 3              |

補問 9-1 上記以外で健康のために普段の生活で心がけていることがあればお答えください。

### 問10 以下の言葉を御存じか、お答えください。

|                | 意味を含めて<br>知っている | 聞いたことはあるが<br>良く知らない | 知らない |
|----------------|-----------------|---------------------|------|
| 健康寿命           | 1               | 2                   | 3    |
| フレイル           | 1               | 2                   | 3    |
| オーラルフレイル       | 1               | 2                   | 3    |
| ロコモティブシンドローム   | 1               | 2                   | 3    |
| COPD(慢性閉塞性肺疾患) | 1               | 2                   | 3    |

<sup>※</sup>それぞれの言葉の説明は、最後のページに掲載しています。

| 問 11                              | 社会活動に参加していますか。  |  |
|-----------------------------------|---|--|
| 1                                 | 参加している →補問11-1へ   | 2 コロナ禍だから参加していない   |
| 3                                 | コロナ禍になる前から参加していない   |  |
| 補問                                | 1 地蔵盆など地域の行事 2 子育   | ますか( <b>あてはまる番号<u>すべてに</u>Oをつけてください)</b> 。<br>てサークル <b>3</b> 自治会・町内会 <b>4</b> PTA活動<br>バー人材センター <b>7</b> すこやかクラブ(老人クラブ<br>運動クラブを含む) <b>9</b> 趣味の会<br>) |
| 問12<br>1<br>3<br>5<br>6<br>7<br>8 | 片脚立ちで靴下がはけない<br>階段を上がるのに手すりが必要である<br>15分くらい続けて歩けない<br>2kg程度の買物(1リットルの牛乳パ              | りますか ( <b>あてはまる番号<u>すべてに</u></b> 〇をつけてください)。  2 家の中でつまずいたり滑ったりする  4 横断歩道を青信号で渡りきれない  ック 2個程度) をして持ち帰るのが困難である 、布団の上げ下ろしなど) が困難である                       |
| 問13<br>1<br>3<br>4                | 過去1年間、運動(体操等、軽い運動も含む<br>定期的に行っている<br>行っていないが、今後行うつもりであっ<br>行っておらず、今後も行うつもりはない         | ト →補問 13-1 へ   |
| 1<br>3<br>5<br>7                  | 3-1 <b>どのような理由で行っていないのです</b> 1 取り組むきっかけがないから 3 時間が取れないから 5 めんどうだから 7 コロナ禍だから 9 その他( ) | か (あてはまる番号 <u>すべてに</u> Oをつけてください)。  2 運動場所等に関する情報がないから  4 健康面に不安があるから  6 一緒にする仲間がいないから  8 理由は特にない  |

◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆ここからは、「健康づくり」に関する質問です◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆

# 問14 1日当たり、おおよそ何歩歩いていますか。 ※ 10分間の歩行は、約1,000歩です。 (今より1,000歩多く歩くことで、健康寿命を延ばすことにつながります。) 1 3、000歩未満 2 3、000歩以上~5、000歩未満 3 5、000歩以上~6、000歩未満 5 7、000歩以上~8、000歩未満 4 6、000歩以上~7、000歩未満 6 8、000歩以上~8、500歩未満 7 8、500歩以上~9、000歩未満 8 9、000歩以上 問15 睡眠で休養が十分にとれていますか。 2 まあまあとれている 1 十分とれている **3** あまりとれていない **4** まったくとれていない 問16 過去1年間に、健診等(健康診断、健康診査又は人間ドック)を受けたことがありますか。 ※ がんのみの検診、妊産婦健診、歯の健診、病院や診療所で行う診療としての検査は含みません。 **1** ある 2 ない →補問16-1へ 補問16-1 どのような理由で受けなかったのですか(**あてはまる番号<u>すべてに</u>**〇をつけてください)。 1 知らなかったから 2 時間がとれなかったから 3 場所が遠いから 4 費用がかかるから 5 検査等(採血、胃カメラ等)に不安があるから 6 その時、医療機関に入院、又は通院していたから 7 毎年受ける必要性を感じないから 8 健康状態に自信があり、必要性を感じないから 9 心配な時はいつでも医療機関を受診できるから 10 かかりつけ医に診てもらっているので心配ないから 11 結果が不安なため、受けたくないから 12 めんどうだから ) 13 コロナ禍だから 14 その他(

#### 問17 定期的に受けているがん検診について教えてください(**あてはまる番号すべてに**〇をつけてください)。

**1** 胃がん検診 2 大腸がん検診 3 肺がん検診

4 乳がん検診

5 子宮がん検診 6 前立腺がん検診 7 受けているがん検診はない

8 コロナ禍だから、今は受けていない

| <ol> <li></li></ol>  |
|--|
| 3 もともと喫煙していない  |
|  |
| 補問 18−1 あなたが喫煙している製品についてお聞きします( <b>あてはまる番号<u>すべて</u>に○</b> をつけてく   |
| さい)。   |
| 1 紙巻たばこ※1 2 加熱式たばこ※2 3 電子たばこ 4 その他※3 (<br>   |
| <ul><li>※1 紙巻きたばことは、従来型のたばこです。</li><li>※2 わが国で販売されている加熱式たばこは、リルハイブリッド、アイコス、グロー、プルーム、パルズの5種類です。</li><li>※3 その他とは、葉巻、パイプたばこ、手巻きたばこ、かぎたばこ、かみたばこ、水パイプたばこ、キセルを指します。</li></ul> |
| 補問 18-2 喫煙をやめたいと思いますか。   |
| 1 やめたい 2 本数を減らしたい 3 やめたくない 4 わからない   |
|  |
| 問 19 過去 1 箇月に受動喫煙(他人の喫煙によりたばこの煙にさらされること)を受けた場所はありますか   |
| 1 ある →補問 24-1 へ 2 ない   |
|  |
| 補問19-1 受動喫煙を受けた場所は、どちらですか。 ( <b>あてはまる番号<u>すべてに</u>○を</b> つけてください。  |
| ※学校、飲食店、遊技場などに勤務していて、その職場で受動喫煙があった場合は、「2 職場」欄に〇をつけてください。   |
| 1 家庭 2 職場 3 学校 4 飲食店   |
| 5 遊技場(ゲームセンター、パチンコ、競馬場など) 6 行政機関(市役所など)  |
| 7 医療機関 8 公共交通機関 9 路上   |
| 10 子どもが利用する屋外の空間(公園など)   |
|  |
|  |
| 問 20 お酒を飲む頻度はどれぐらいですか。   |
| <b>1</b> 毎日 <b>2</b> 時々 <b>3</b> ほとんど飲まない(飲めない)  |
|  |
| <u>1 毎日 2 時々</u>   |
| ————————————————————————————————————   |
| → 1 ~ 2に○をつけた方は補問 20-1 へ<br>補問 20-1 飲酒日の 1日当たりの飲酒量はどれぐらいですか(日本酒に換算してお答えください)。  |
| ————————————————————————————————————   |

問 18 喫煙※されていますか。※喫煙には、紙巻きたばこの他、加熱式たばこ、電子たばこを含みます。

| <b>**</b> | *****                      | ここか         | らは、「口腔」     | に関する        | る質問です  | <b>†♦◆</b> | <b>***</b>        | <b>****</b>          | <b>*</b> |
|-----------|----------------------------|-------------|-------------|-------------|--------|------------|-------------------|----------------------|----------|
| 問 21      | かかりつけ歯科はあり                 | ますか。        | )           |             |        |            |                   |                      |          |
| 1         | ある                         | 2           | ない          |             |        | 3 わ        | からない              |                      |          |
| 問 22      | 過去1年間に歯科健診や歯               | <b>歯科治療</b> | を受けられまし     | したか。        |        |            |                   |                      |          |
| 1         | 歯科健診を受けた                   | 2           | 歯科治療を受      | 受けた         |        | 3 両        | 方とも受              | けた                   |          |
| 4         | 受けていない                     | 5           | コロナ禍だか      | いら、今        | は受けて   | いない        |                   |                      |          |
|           | 過去1年間に歯科医院で歯               |             |             |             |        |            |                   |                      |          |
| 1         | した <b>2</b>                | してい         | ない          | 3           | コロナ    | 禍だか        | ら、今は              | していない                |          |
|           | 現在のあなたの歯や口のロ               | 中の症状        | についてお聞き     | きします        | (あてはま  | る番号        | <u>すべてに</u> (     | ⊃をつけてく               | ださ       |
| 1         | 症状はない 2 歯が                 | が痛い         | 3 歯がし       | しみる         | 4 歯    | ぐきが        | 痛い、は              | れている                 |          |
| 5         | 歯みがき時などに歯ぐる                | きからと        | 出血する (      | 3 食べ        | 物が歯に   | はさま        | る                 |                      |          |
| 7         | ぐらぐらしている歯がる                | ある          | 8 入れ歯の      | の調子が        | わるい    | 9          | 口が乾燥              | する、ねば                | うく       |
| 10        | 口臭がある 11 口                 | の開け関        | 引めをすると 育    | 音がする        | 、痛む、   | 開けに        | < \ \ \           |                      |          |
| 12        | 味がわかりにくい 1                 | .3 その       | D他(         |             |        |            |                   | )                    |          |
|           | あなたが食べる (噛む・食<br>ってください) 。 | 次みこむ        | )時の状況につ     | ついてお        | 聞きします  | - (あて      | はまる <del>番り</del> | <b>身<u>すべてに</u>〇</b> | )をつ      |
| 1         | なんでもよく噛んで食べ                | ベスァ!        | こができる       |             |        |            |                   |                      |          |
| _         | 一部噛めない食べもの                 |             |             | 歩しで食        | べらわる   | )          |                   |                      |          |
| 3         | 噛めない食べものが多い                |             | · - · · · · |             |        | )          |                   |                      |          |
| 4         | 噛んで食べることができ                |             |             |             | •      | いる)        |                   |                      |          |
| _         | 飲みこみにくいことが。                |             | .,          |             | を良べて   | (いる)       |                   |                      |          |
| J         | BVOLCOVIC / A .C C Nac     | x \ 0) (    | V           | <b>U</b> 42 | いいいはく、 |            |                   |                      |          |
|           |                            |             |             |             |        |            |                   |                      |          |
|           |                            |             |             |             |        |            |                   |                      |          |

**1** 毎日4回以上 **2** 毎日3回 **3** 毎日2回 **4** 毎日1回

5 毎日ではないが、時々みがく 6 みがかない 7 歯がまったくない

問26 歯をみがく頻度はどのくらいですか(**あてはまる番号<u>すべてに</u>**〇をつけてください)。

- 問27 歯ブラシを用いた歯みがきに加えて行っている、歯と口の清掃はありますか(**あてはまる番号<u>すべて</u> に**○をつけてください)。
  - 1 歯間清掃用具 (デンタルフロスや歯間ブラシ等) を使って、歯と歯の間を清掃している
  - 2 舌を清掃している 3 行っていない
- 問 28 むし歯予防のためにフッ化物 (フッ素) を使用していますか (**あてはまる番号<u>すべてに</u>**〇をつけてください)。
  - 1 フッ化物入りの歯磨剤(いわゆるハミガキコ)を日常的に使用している
  - 2 フッ化物入りの洗口液 (マウスウォッシュ、オーラルリンス等) を日常的に使用している (学校や施設等で実施する場合も含む)
  - 3 継続的に、歯科医院でフッ化物の薬剤を歯の表面に塗った経験がある
  - 4 使用していない、経験がない
- 5 わからない
- 問 29 「歯と口の健康づくりのために」普段の生活で心がけていることはありますか (**あてはまる番号<u>すべ</u> てに**○を付けてください)。
  - 1 丁寧に歯をみがく(入れ歯のお手入れも含む) 2 歯間ブラシやデンタルフロスなどを使用する
  - 3 定期的に歯科健診や歯石除去を受ける 4 かかりつけ歯科を決めている
  - 5 ゆっくりよく噛んで食べる 6 間食や甘いものをとりすぎないようにする 7 栄養バランスのとれた食事をとる
  - 8 お口の体操をしたり、口を動かすようにしたりする(意識して声を出すなどを含む)
  - 9 たばこを吸わない、禁煙した 10 糖尿病などの全身疾患の医科的な治療・管理を受ける
  - 11 特に何もしていない
  - 12 その他( )

# ◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆ ここからは、「食育」に関する質問です◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆

- 問30 「食育」に関心がありますか?
  - 1 関心がある 2 どちらかといえば関心がある 3 どちらかといえば関心がない
  - 4 関心がない 5 「食育」という言葉も意味も知らない
- 問31 適正体重の維持や生活習慣病(糖尿病、高血圧、脂質異常症、肥満等)の予防、改善のために、「適切な食事」や「運動」を継続的に実施していますか。
  - 1 食事も運動も実施している 2 食事は実施しているが、運動は実施していない
  - 3 食事は実施していないが、運動は実施している 4 どちらも実施していない
  - 5 現在実施していないし、しようと思わない

- 問32 ふだん家族や友人と一緒に食事をしていますか。
- 1 している →補間 28-1 2 していない 3 コロナ禍だから、今はしていない

補問32-1 家族や友人と一緒に1日1回以上食事をする日がどのくらいありますか。

- 1 ほとんど毎日
- 2 週に4~5日 3 週に2~3日
- **4** 週に1日程度 **5** 週に1日程度より少ない
- 問33 主食・主菜・副菜を3つそろえた食事を1日に2回以上とる日が、どのくらいありますか。

- **1** ほとんど毎日 **2** 週 $4\sim5$ 日 **3** 週に $2\sim3$ 日 **4** ほとんどない
- 問34 ふだん朝食を食べますか。
  - 1 ほとんど毎日食べる 2 週4~5日食べる
- - 3 週2~3日食べる
- **4** ほとんど食べない
- 問35 1日当たりどのくらいの量の野菜をとっていますか。
  - ※ 一皿の目安は約70gです。右図参照。
  - 1 5 皿以上 (350 g) 2 4 皿 (280 g) 3 3 皿 (210 g)

- **4** 2皿 (140g) **5** 1皿 (70g) **6** とっていない



- 問36 あなたは、ふだん外食や食品を購入するときに、食品の表示(原材料・添加物・栄養成分・産地等) を参考にしていますか。
  - 1 いつもしている
- 2 時々している
- 3 あまりしていない
- **4** まったくしていない
- 問37 京都又は近郊で採れた農産物を日ごろから購入するようにしていますか。
  - 1 いつも購入している
- 2 なるべく購入している

3 購入していない

- 4 産地を気にしていない
- 問38 あなたは、ふだん食べ残しやごみを減らす工夫をしていますか。
  - ※ごみを減らす工夫の例
    - ・食材を使いきる ・食べ残さない ・買い過ぎない、外食時注文し過ぎない

- 2 時々している 1 している 3 何もしていない **4** ごみを減らす工夫がわからない 問39 あなたは、災害等に備えて水や食品を備蓄(買い置き)していますか。 1 している **2** していない
- 問40 京の食文化(行事食・おきまり料理・であいもん)をどの程度知っていますか。

※行事食等の例:節分の塩いわし、ひな祭りのちらし寿司、おはぎ・ぼた餅、水無月、8日にあらめの炊いたん、 月末のおから料理、生ぶしとふきの炊いたん、にしんなす

- 1 十分に知っている
- 2 ある程度知っている
- 3 あまり知らない
- **4** ほとんど知らない
- 問41 あなたは、安全な食生活を送るための、食品の安全性に関する基礎的な知識があると思いますか。

※食品の安全性に関する基礎的な知識:食中毒予防、食品の期限・アレルギー等の表示、健康食品等に関する知 識

- 1 十分にあると思う
- 2 ある程度あると思う
- 3 あまりないと思う
- **4** まったくないと思う

問42 アンケート調査の設問に関することについて、コロナ禍で控えられていることについて質問します。 (**あてはまる番号すべてに**〇をつけてください。)

#### 地域の集まりや活動など社会参加(問 11 関連) -

- 1 地蔵盆など地域の行事 2 子育てサークル 3 自治会・町内会 4 PTA活動
- 5 ボランティア活動 6 シルバー人材センター 7 すこやかクラブ(老人クラブ)
- 8 スポーツの会(スポーツ少年団や運動クラブを含む) 9 趣味の会
- 10 その他( )

#### がん検診、歯科健診、歯科治療の受診(問17、問18関連)

#### ≪がん検診≫

- 1 胃がん検診 2 大腸がん検診 3 肺がん検診 4 乳がん検診

- 5 子宮がん検診
  - 6 前立腺がん検診

#### ≪歯の健診≫

- 1 歯科健診
- 2 歯科治療

## 質問は以上です。御協力ありがとうございました。

#### ≪問 10 の言葉の説明≫

#### 健康寿命

健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間

#### フレイル

<u>年齢を</u>重ねることにより、からだやこころが弱った状態

### オーラルフレイル

「話す」「食べる」などの口腔機能が弱った状態

#### ロコモティブシンドローム

運動器(骨や関節、筋肉など)が衰えて、歩く・走る・立つ・座る・上がるなどの移動機能の低下をきたした状態

#### COPD(慢性閉塞性肺疾患)

たばこの煙など毒素の吸入により免疫反応が続いた結果、破壊された組織と増えたたんなどによる 気道閉鎖がおこりやすい状態のこと。

