

令和5年度 健康づくり・**口腔保健**・食育に関するアンケート 御協力をお願い

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、**心身や歯と口の**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きます。

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

- 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。
- 各質問項目については、あてはまる回答項目の番号に○をつけるか、又はあてはまる数字等を記入してください。
- 「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、**無記名のまま切手を貼らずに、令和5年5月8日(月)まで**に御返送くださいますようお願いいたします。

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) 71234

※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。



京都市は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。

《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 **市民アンケート担当**

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 答えたくない 4 その他 ()

問2 **令和5年4月1日**現在の年齢はおいくつですか。

() 歳

問3 お住まいはどちらですか。

- 1 北区 2 上京区 3 左京区 4 中京区 5 東山区
6 山科区 7 下京区 8 南区 9 右京区 (京北除く)
10 右京区京北 11 西京区 (洛西管内除く) 12 西京区洛西管内
13 伏見区 (深草・醍醐管内除く) 14 伏見区深草管内 15 伏見区醍醐管内

問4 現在の職業は次のうちどれですか。

- 1 自営業・自由業 2 会社員・公務員 3 農林漁業従事者
4 主婦・主夫 5 学生 6 パート・アルバイト
7 無職 8 その他 ()

問5 身長、体重、歯の数をお教えてください (身長と体重は、お分かりであれば、小数点第1位まで、歯の数は、できれば鏡を見てお答えください)。

※ わからない場合は、 分からない にをお願いします。

身長: _____ . _____ cm 分からない

体重: _____ . _____ kg 分からない

歯の数: _____ **歯** 分からない

※ 親知らずを除く大人の歯 (永久歯) が生えそろうと28歯です (個人差があります)。歯の数は整数で御記入ください。

- ・被せ物をしている歯や差し歯など、自分の歯の根が残っている歯は数えます。
- ・根だけ残っている歯も数えます。
- ・取り外しのできる入れ歯やインプラントは数えません。



大人の歯並びの例

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（あてはまる番号すべてに○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）を日常的に使用している
- 2 フッ化物入りの洗口液（マウスウォッシュやオーラルリンス等）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（目安として年1回以上で複数年）歯科医院でフッ化物の薬剤を歯の表面に塗っている
- 4 使用していない・経験がない
- 5 わからない

問29 現在、入れ歯（総入れ歯や部分入れ歯）を使用していますか。

- 1 使用していない
- 2 使用している →補問 29-1、29-2 へ

補問 29-1 入れ歯の使用感についてお聞きします（あてはまる番号すべてに○をつけてください）。

- 1 満足している
- 2 使用時に痛みがある
- 3 はずれる
- 4 噛めない・噛みにくい
- 5 話しにくい
- 6 見た目が気になる
- 7 においが気になる
- 8 その他（ ）

補問 29-2 入れ歯の清掃についてお聞きします。

- 1 毎日清掃する
- 2 毎日ではないが時々清掃する
- 3 ほとんど又はまったく清掃しない

問30 「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（あてはまる番号すべてに○を付けてください）。

- 1 丁寧に歯をみがく（入れ歯の手入れも含む）
- 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 口の体操をしたり口を動かすようにする（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 特にない
- 12 その他（ ）

問37 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38 あなたは、日頃から環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいますか。

※ 環境に配慮した農林水産物・食品の例：農薬や化学肥料に頼らず生産された有機農産物、過剰包装でなくごみが少ない商品など

- | | |
|--------------|---------------|
| 1 いつも選んでいる | 2 時々選んでいる |
| 3 あまり選んでいない | 4 まったく選んでいない |

問39 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40 あなたは、ふだん食べ残しやごみを減らす（食品ロス削減の）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

- | | |
|------------|-------------------|
| 1 している | 2 時々している |
| 3 何もしていない | 4 ごみを減らす工夫がわからない |

問41 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42 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

※おきまり料理の例：8日にあらめの炊いたん、月末のおから料理

※であいもんの例：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 |

