

新型コロナウイルス感染症 の健康づくりへの影響

令和 3 年度船橋市市民意識調査結果

1. 「船橋市市民意識調査」の概要

市民の声を聞く課で実施する「令和3年度船橋市市民意識調査」（以下、「市民意識調査」という。）で、健康づくりに関する新型コロナウイルス感染症の影響について、**新型コロナウイルス感染症の拡大前（令和2年2月以前）と比較し**、生活習慣や身体の変化の有無について調査した。

- (1) 調査対象 船橋市在住の満18歳以上の男女3,000人
住民基本台帳から、性別、年齢、地域などを考慮して無作為抽出
- (2) 調査方法 郵送法（郵送配布—郵送回収）
- (3) 調査時期 令和3年9月10日（金）～9月30日（木）
- (4) 有効回収数 1,485人（回収率49.5%）

2. 市民意識調査結果概要

(1) 健康状態	➤ 「よい」、「まあよい」と回答した人が52.4%と5割超。
(2) 食事の量	➤ 「増加した」、「やや増加した」と回答した人が15.9%。 ➤ 「やや減少した」、「減少した」と回答した人が11.7%。
(3) 体重	➤ 「増加した(3kg以上)」と回答した人が10.4%。 ➤ 「減少した(3kg以上)」と回答した人が3.9%。 ➤ 性別年代別でみると「減少した(3kg以上)」では、女性18～29歳で9.0%と割合が最も高かった。
(4) 体力	➤ 「やや低下した」、「低下した」と回答した人が48.3%と5割弱。
(5) 運動量	➤ 「やや減少した」、「減少した」と回答した人が44.9%と4割超。 ➤ 減少した理由は、「友人や知人と外で会う機会がなくなった(減った)から」(63.3%)、「旅行や外食の機会がなくなった(減った)から」(57.5%)、「コロナにかかるのが不安で外に出なくなったから」(48.7%)の順になっている。
(6) 睡眠時間	➤ 「増加した」、「やや増加した」と回答した人が15.2%。 ➤ 「やや減少した」、「減少した」と回答した人が15.6%。 ➤ 年齢が下がるにつれ、「増加した」、「やや増加した」と回答する割合が高くなる傾向。

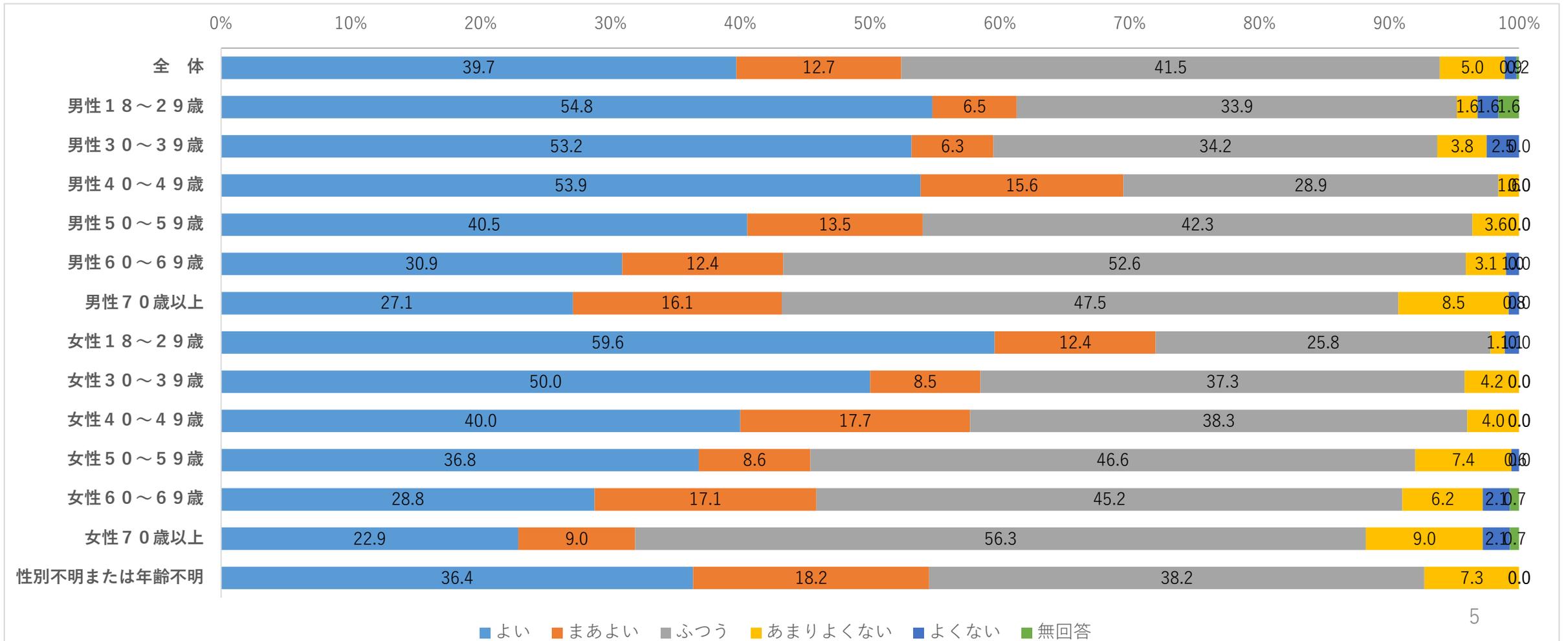
2. 市民意識調査結果概要

<p>(7) 不満、悩み、苦労、ストレスなどの有無</p>	<ul style="list-style-type: none">➤ 「大いにあった」、「多少あった」と回答した人が68.4%と7割弱。➤ 性別年代別で見ると、女性50～59歳（81.0%）、女性30～39歳（80.5%）と8割超。
<p>(8) 喫煙量</p>	<ul style="list-style-type: none">➤ 「もともと吸わない」と回答した人が85.1%。➤ 「増加した」、「やや増加した」と回答した人が3.2%。➤ 「やや減少した」、「減少した」と回答した人が2.1%。➤ 喫煙習慣のある人で性別年代別で見ると、「増加した」割合が女性30～39歳で30.8%と最も高かった。
<p>(9) 飲酒量</p>	<ul style="list-style-type: none">➤ 「もともと飲まない」と回答した人が39.7%。➤ 「やや減少した」、「減少した」と回答した人が16.3%。➤ 「増加した」、「やや増加した」と回答した人が11.3%。➤ 飲酒習慣のある人で性別年代別で見ると、「減少した」割合が女性18～29歳で41.9%と最も高かった。
<p>(10) 医療機関受診状況</p>	<ul style="list-style-type: none">➤ 「定期的に受診している」と回答した人が45.1%と最も高く、次いで「そもそも受診していない」（27.5%）、「受診を控えている」（23.4%）が2割を超え、「受診を中断」（1.8%）となっている。

3. 市民意識調査結果（1）健康状態

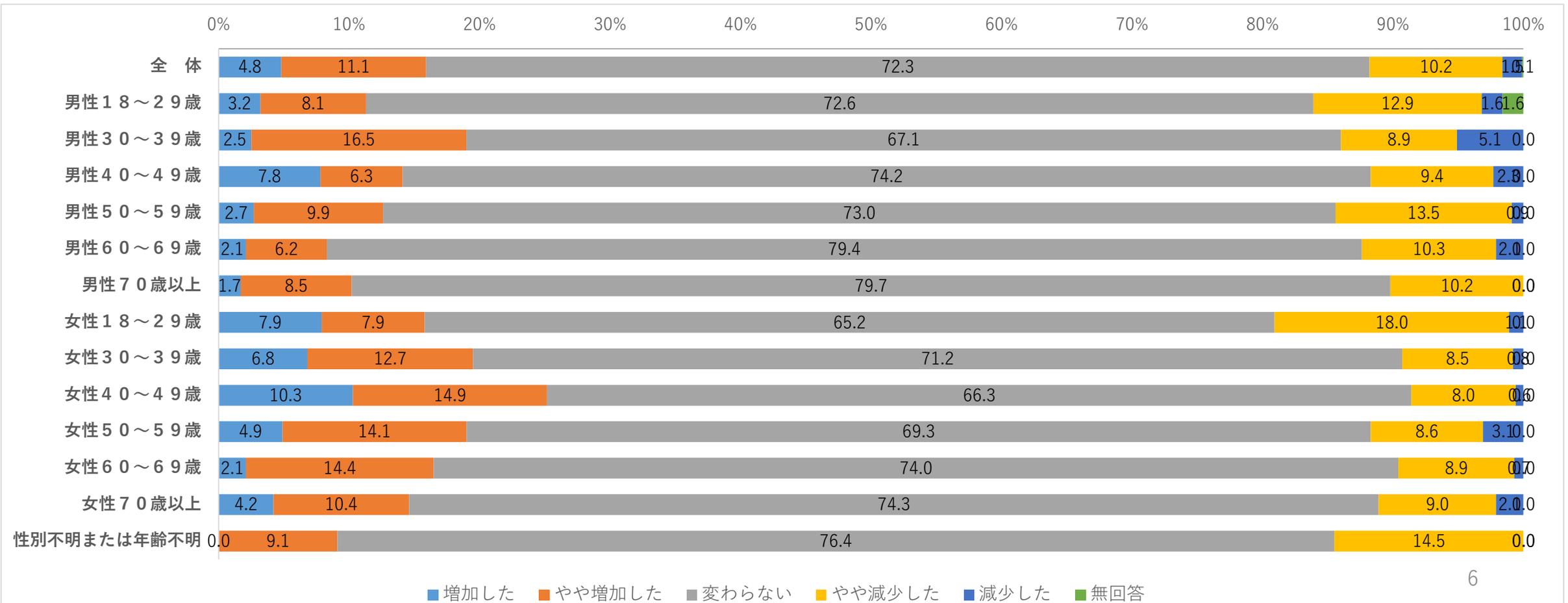
健康状態について聞いたところ、「よい」（39.7%）と「まあよい」（12.7%）を合わせた『よい人』の割合は、52.4%と5割を超えている。

男性・女性共に年齢が下がるに従い、「よい」の割合が高くなっている。



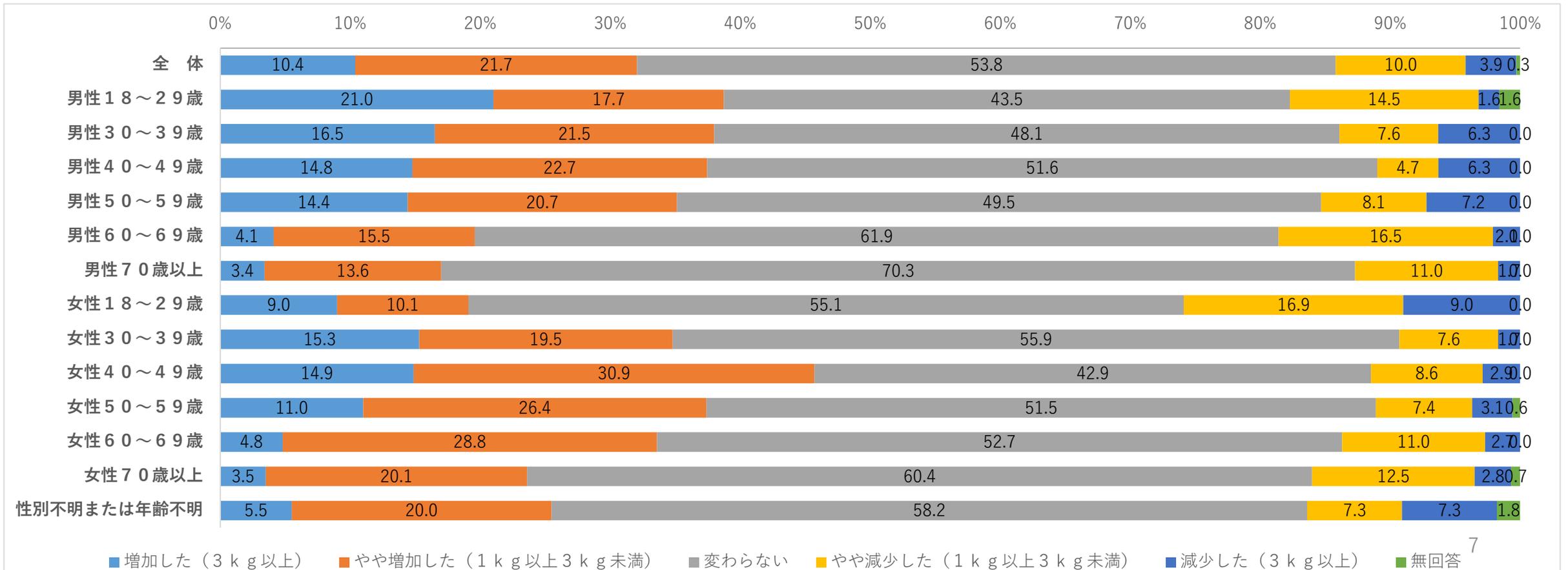
3. 市民意識調査結果（2）食事の量

食事の量の変化について聞いたところ、「変わらない」の割合が72.3%と最も高くなっている。性年代別にみると、女性で「増加した」・「やや増加」したと答える割合が高い傾向。女性18～29歳で、「やや減少した」・「減少した」を合わせた『減少した人』の割合が19.1%と最も高い。



3. 市民意識調査結果（3）体重

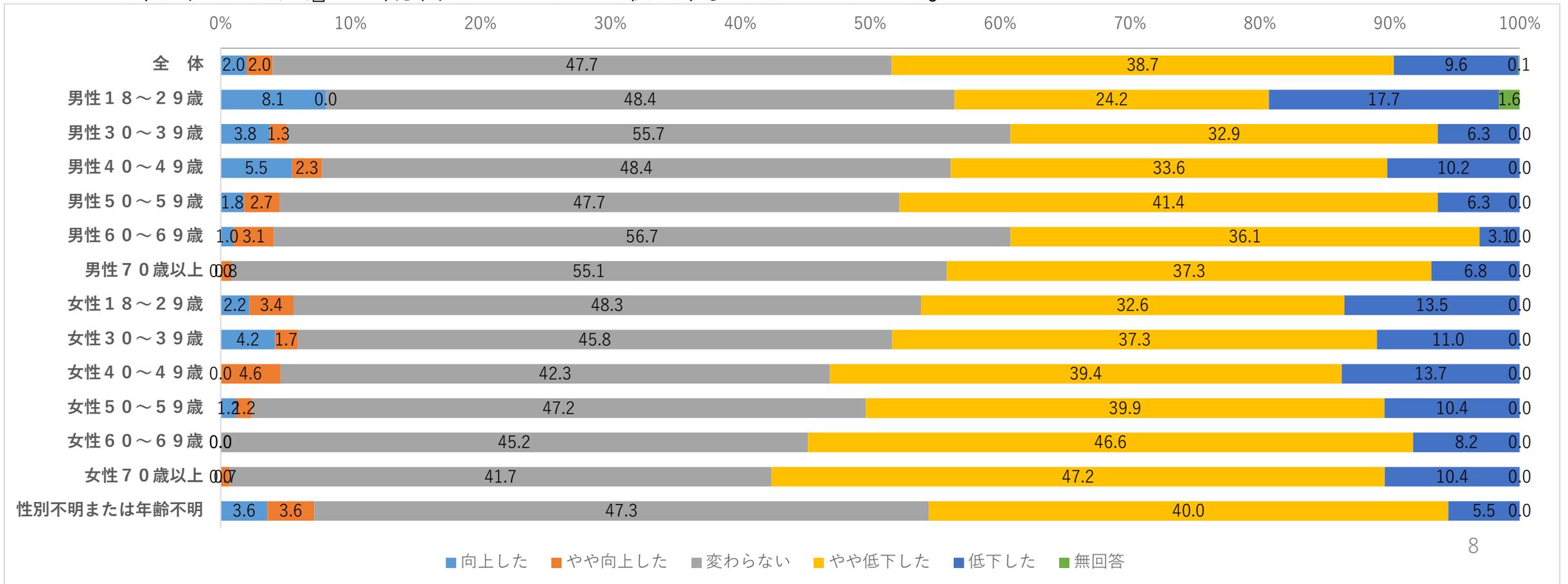
体重の変化について聞いたところ、「変わらない」の割合が53.8%と最も高くなっている。「増加した（3kg以上）」と「やや増加した（1～3kg）」を合わせた『増加した人』の割合は32.1%、「やや減少した（1～3kg）」・「減少した（3kg以上）」を合わせた『減少した人』の割合は13.9%となっている。性年代別にみると、女性18～29歳で、「やや減少した」・「減少した」を合わせた『減少した人』の割合が25.9%と最も高い。女性40～49歳では「増加した」・「やや増加した」を合わせた『増加した人』の割合が45.8%で最も高く、「変わらない」（42.9%）を上回っている。



3. 市民意識調査結果（4）体力

体力の変化について聞いたところ、「やや低下した」と「低下した」を合わせた『低下した人』の割合は、48.3%と5割弱になっている。

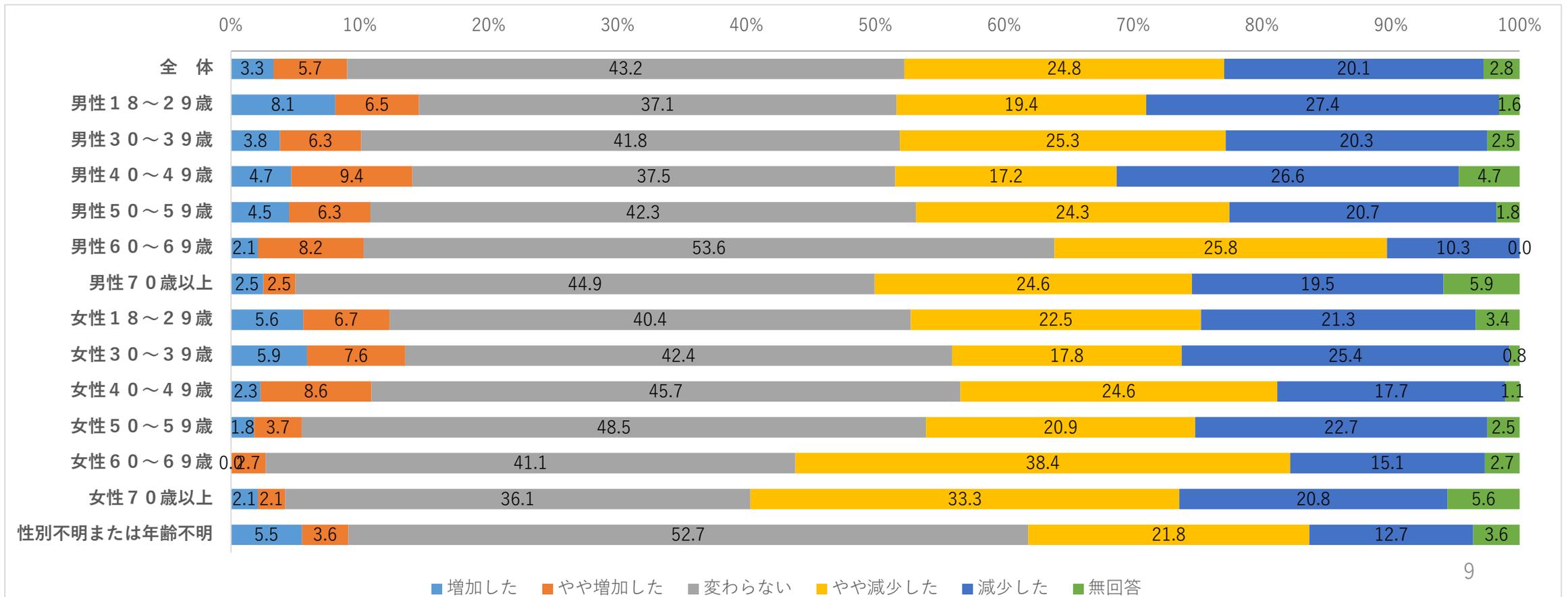
性年代別にみると、『低下した人』の割合は、女性70歳以上で57.6%と最も高く、女性では年齢が上がるにつれて『低下した人』の割合が高くなる傾向があり、男性では、男性50～59歳が『低下した人』の割合が47.7%と最も高くなっている。



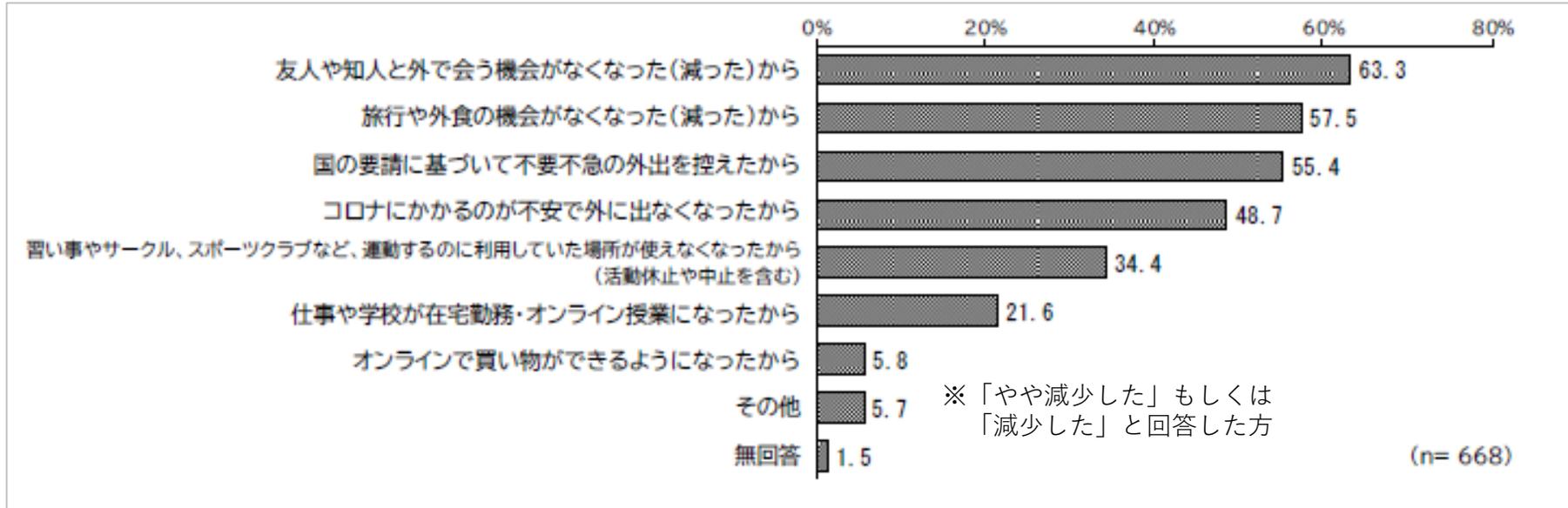
3. 市民意識調査結果（5）運動量

運動量（身体活動量）の増減について聞いたところ、「やや減少した」と「減少した」を合わせた『減少した人』の割合は、44.9%となっている。「変わらない」の割合は、43.2%となっている。

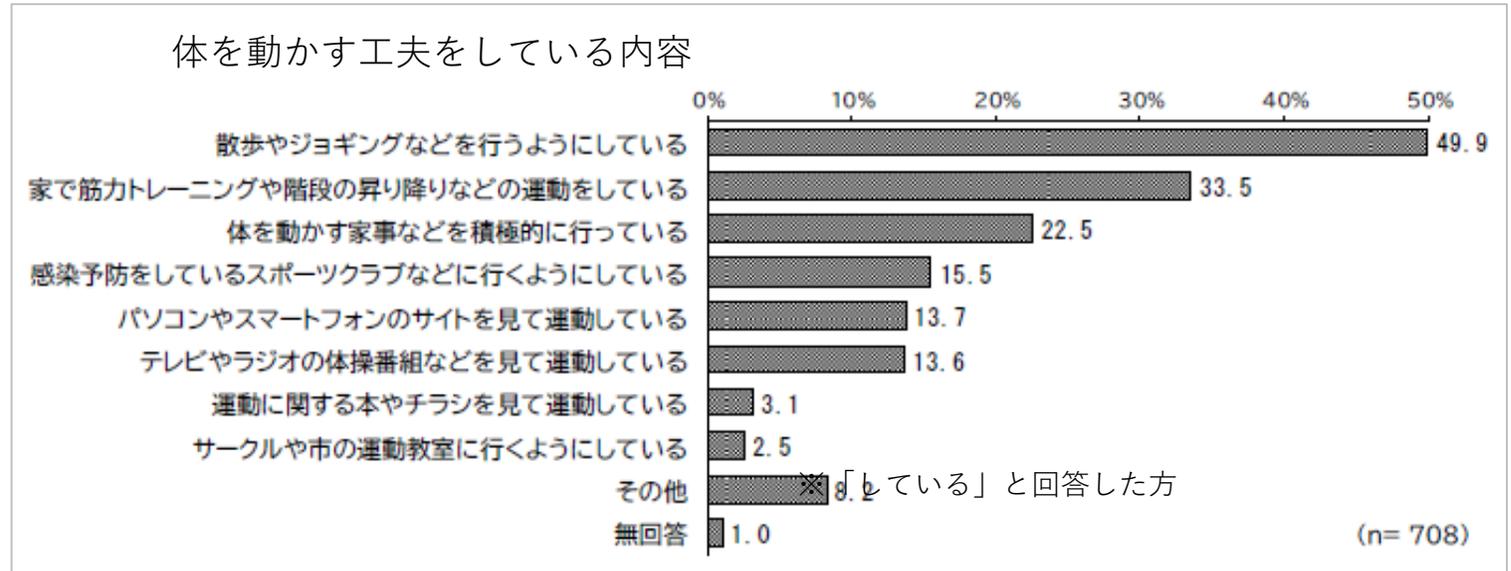
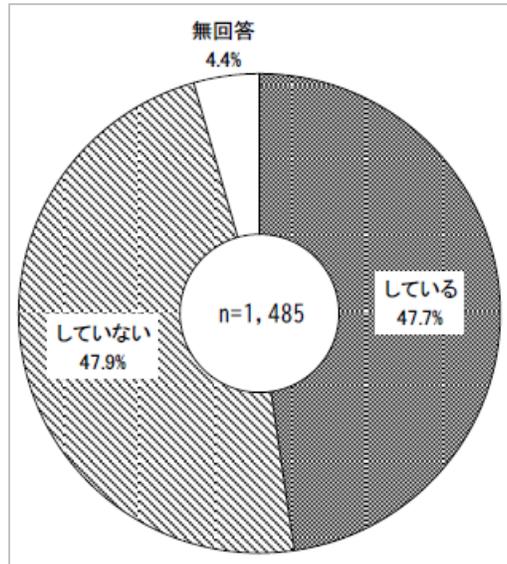
性年代別にみると、『減少した人』の割合は、女性70歳以上で54.1%と最も高くなっており、次いで女性60～69歳で53.5%となっており、5割を超えている。



運動量（身体活動量）が減少した理由

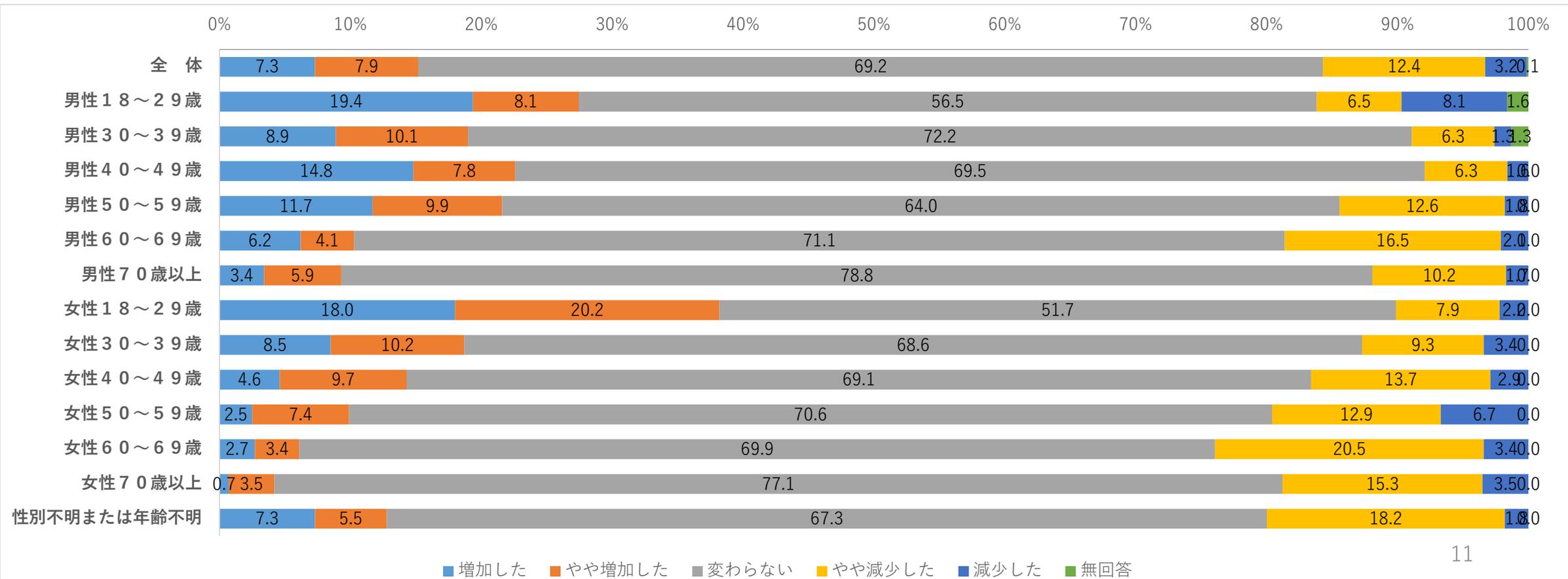


コロナ禍で体を動かす工夫



3. 市民意識調査結果（6）睡眠時間

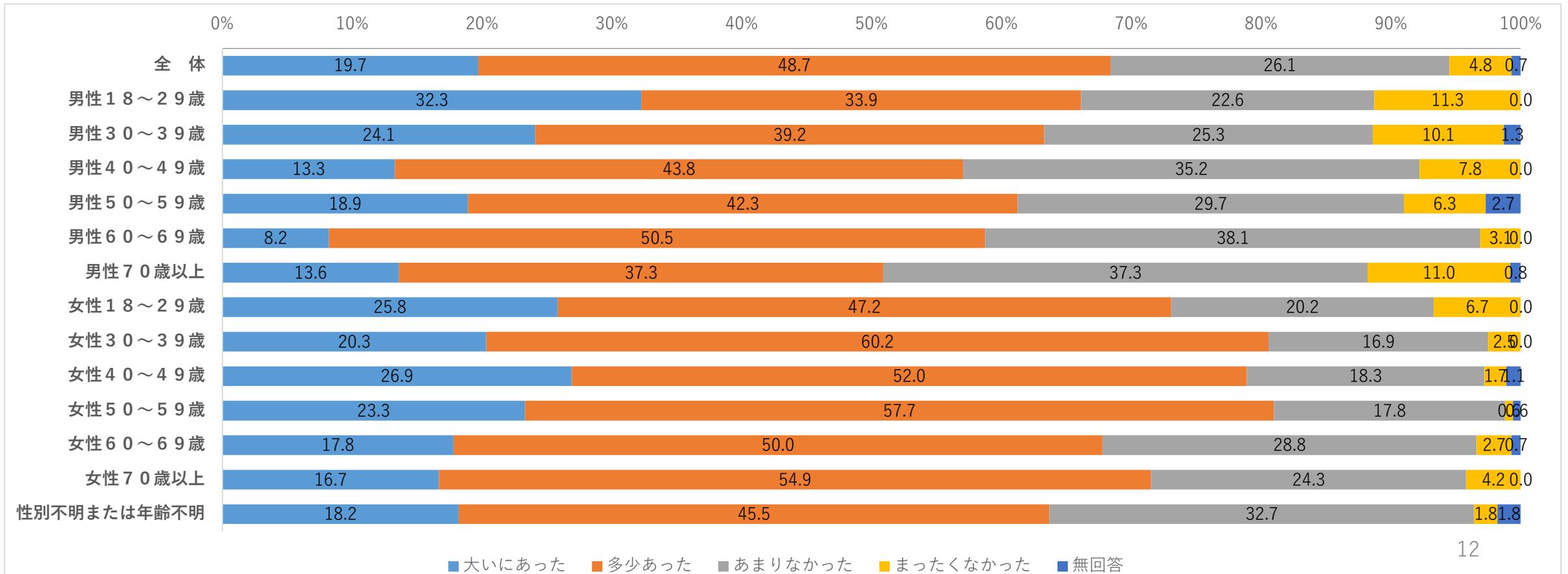
睡眠時間の変化について聞いたところ、「変わらない」の割合が69.2%と最も高くなっている。次いで、「やや減少した」（12.4%）、「やや増加した」（7.9%）と続いている。性年代別にみると、女性18～29歳で、「増加した」・「やや増加した」を合わせた『増加した人』の割合が38.2%と最も高い。『増加した人』の割合は男女共に年齢が下がるにつれて高くなる傾向となっている。



3. 市民意識調査結果（7）不満、悩み、苦労、ストレスなどの有無

この1か月間に不満、悩み、苦労、ストレスなどがあつたかについて聞いたところ、「大いにあつた」と「多少あつた」を合わせた『あつた人』の割合は、68.4%となっている。一方、「あまりなかつた」と「まったくなかつた」を合わせた『なかつた人』の割合は、30.9%となっている。

性年代別にみると、「大いにあつた」の割合は、男性18～29歳で32.3%と最も高くなつている。『あつた人』の割合は、女性50～59歳で81.0%と最も高く、次いで女性30～39歳で80.5%、女性40～49歳で78.9%と続いている。

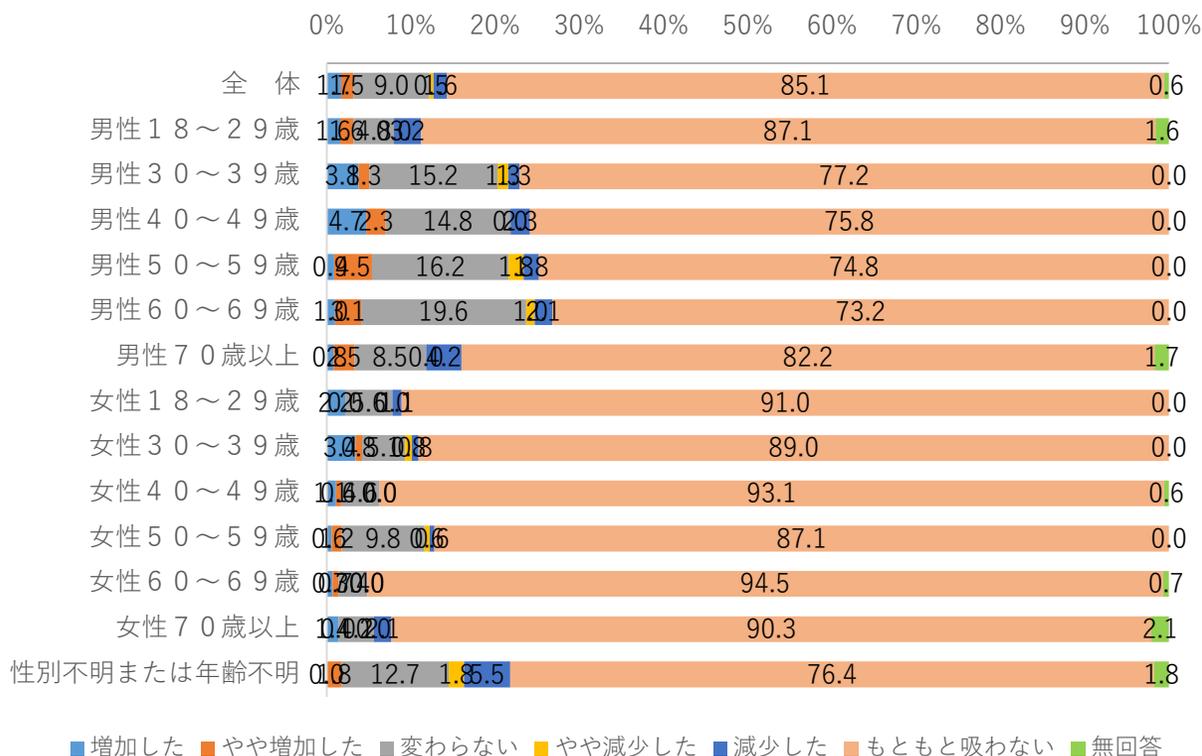


3. 市民意識調査結果（8）喫煙量

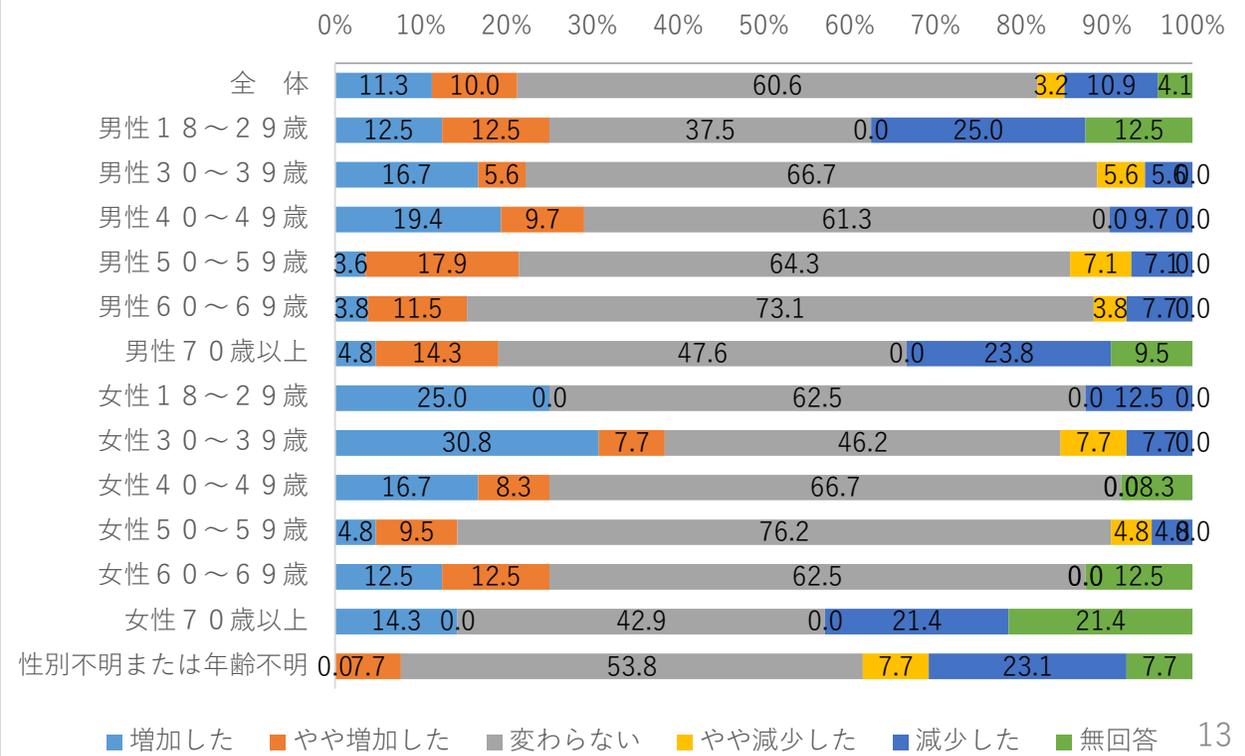
喫煙量の増減について聞いたところ、「もともと吸わない」は85.1%、「変わらない」は9.0%、「増加した」と「やや増加した」合わせた『増加した人』の割合は3.2%、「やや減少した」と「減少した」を合わせた『減少した人』の割合は2.1%となっている。

喫煙習慣にある人についてみると、「変わらない」は60.6%、『増加した人』の割合は21.3%、『減少した人』の割合は14.0%となっている。さらに性別年代別にみると、女性30～39歳で『増加した人』の割合が38.5%と最も高くなっている。

【総数】



【喫煙習慣のある人（n=221）】



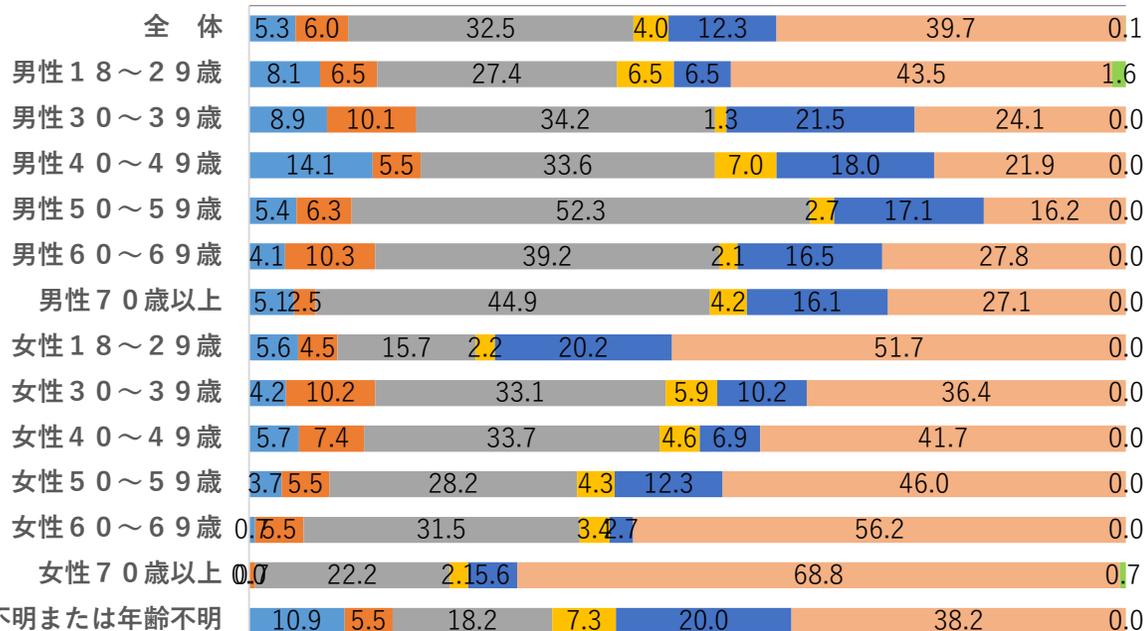
3. 市民意識調査結果（9）飲酒量

飲酒量の増減について聞いたところ、「もともと飲まない」は39.7%、「変わらない」は32.5%、「やや減少した」と「減少した」を合わせた『減少した人』の割合は16.3%、「増加した人」と「やや増加した」合わせた『増加した人』の割合は、11.3%となっている。

飲酒習慣にある人についてみると、「変わらない」は53.9%、『減少した人』の割合は27.1%、『増加した人』の割合は18.6%となっている。さらに性別年代別にみると、男性18歳～29歳では、『増加した人』の割合が25.7%と最も高く、『減少した人』の割合（22.9%）上回っている。女性18歳～29歳では、『減少した人』の割合が46.5%と最も高くなっている。

【総数】

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%



■ 増加した ■ やや増加した ■ 変わらない ■ やや減少した ■ 減少した ■ もともと飲まない ■ 無回答

【飲酒習慣のある人 (n=895)】

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%



■ 増加した ■ やや増加した ■ 変わらない ■ やや減少した ■ 減少した ■ もともと飲まない ■ 無回答

3. 市民意識調査結果（10）医療機関受診状況

病気やけがの治療や健診・がん検診受診のため、医療機関（病院や医院）に行くのを控えたかについて聞いたところ、「定期的に受診している」の割合が45.1%と最も高く、次いで、「そもそも受診していない」（27.5%）、「受診を控えている」（23.4%）が2割を超え、「受診を中断」は1.8%となっている。

性別年代別にみると、「受診を控えている」割合は、女性40～49歳で37.7%と最も高く、次いで女性30～39歳で34.7%となっており、全体的に男性より女性の方が高い傾向となっている。また、年齢が上がるに従い、「定期的に受診している」の割合が高くなっている。

