

令和3年度健康ふくしま21調査結果の概要

令和4年2月7日
健康づくり推進課

I 健康ふくしま21調査の目的

本調査は、第二次健康ふくしま21計画の最終評価等を実施するに当たり、目標項目の現状値を把握するため、福島県が福島県立医科大学に委託し、実施したものである。

調査方法は、県内7地域の人口割合に応じて、15歳以上の県民約10,000人を国政調査の調査区をベースに無作為抽出し、アンケート形式により行った。

調査者数：10,728人（4,724世帯）
調査方法：アンケートによる回答（郵送による配布・回収）
調査時期：令和3年6月～11月
質問項目数：21項目＋2項目（自由記述項目）
回答数（率）：5,467人（51.0%）

（※補足 本調査実施の経緯と来年度の見通し）

第二次健康ふくしま21計画の計画期間が令和5年度までに1年間延長されたことから、同計画の最終評価のために行う本調査は、令和4年度に実施する予定であるが、コロナ禍における県民の健康意識等を確認することができるものと考え、令和3年度も実施したものである。

令和4年度は改めて同様の調査規模で実施予定であり、来年度の調査実施時期に新型コロナウイルスの状況が落ち着いている場合、コロナ禍の今年度調査結果との比較検証も可能となる見込み。

II 調査結果のポイント

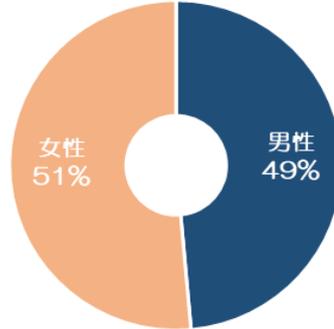
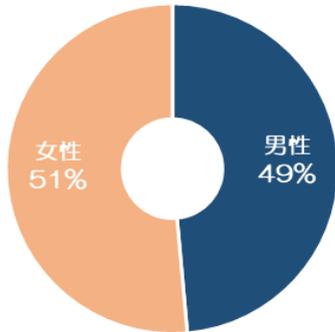
- 第二次健康ふくしま21計画の中間評価のため、平成30年度に実施した前回調査と比較すると、調査結果は概ね同様の傾向にあり、極端に変化した項目は見られなかった。
- 「喫煙の状況」については、改善が見られた。
- 「地域活動の状況」については、「何も参加していない」人の割合が上昇しており、新型コロナウイルス感染症の影響が要因のひとつと考えられる。
- 第二次健康ふくしま21計画の評価項目については、あまり改善していない項目や悪化している項目もあり、目標年度（令和4年度）に向け、複数項目で目標達成が厳しい見込み。

Ⅲ 回答者の構成（平成30年度との比較）

1 性別

【令和3年度】 総数=5,467人

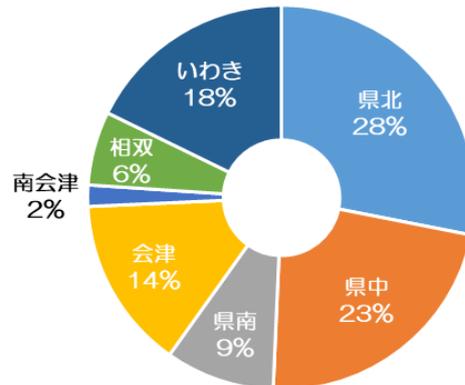
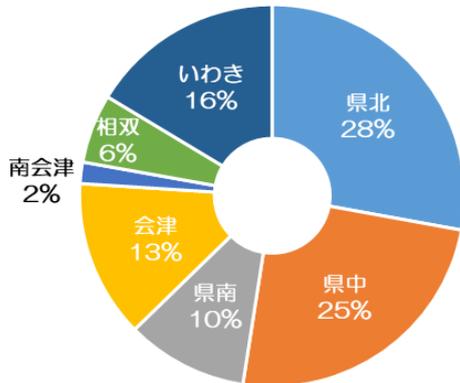
【平成30年度】 総数=4,066人



2 居住地域

【令和3年度】 総数=5,467人

【平成30年度】 総数=4,066人

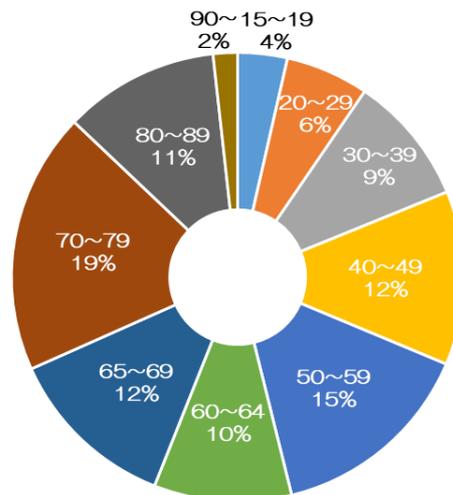
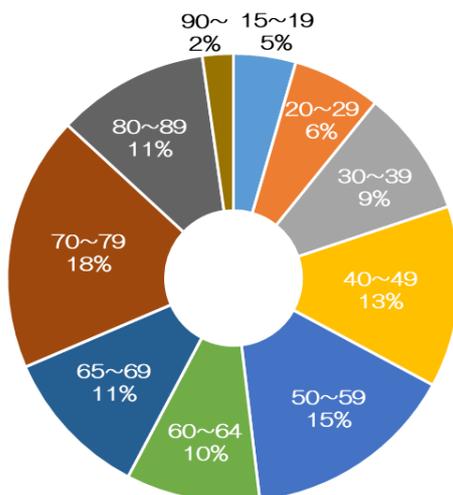


3 年代

【令和3年度】 総数=5,467人

【平成30年度】 総数=4,066人

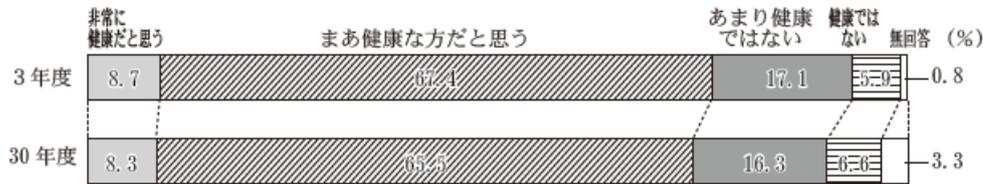
(単位：歳)



IV 主な調査結果

1 健康についての意識

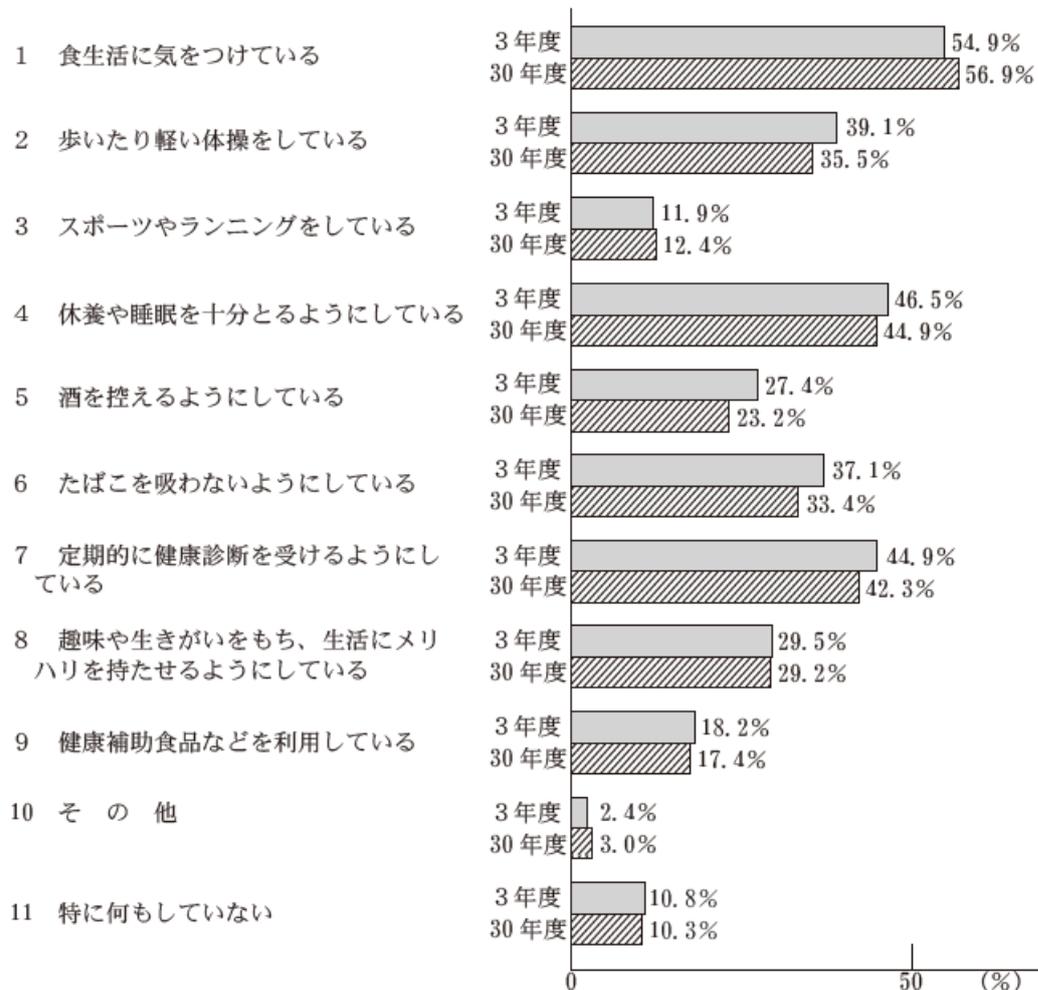
質問：あなたは、ふだん自分で健康だと思えますか。



- 令和3年度調査結果では、全体の76.1%の人が「非常に健康だと思える」又は「まあ健康な方だと思える」と答えています。
- 平成30年度と比較すると、健康だと思える人（「非常に健康だと思える」及び「まあ健康な方だと思える」）の割合は、2.3ポイント上昇しています。

2 健康づくりのために気をつけていること

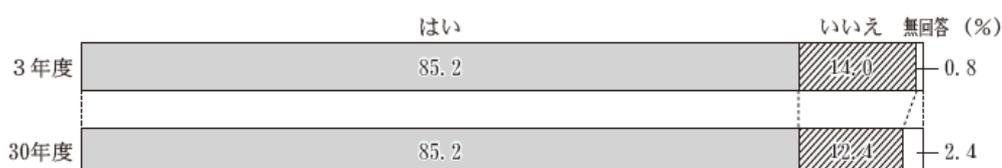
質問：あなたは、健康づくりのためにどのようなことに気をつけていますか。



- 令和3年度調査結果では、健康づくりに気をつけていることとして、「食生活」と答えた人が最も多く、全体の54.9%となっています。
- 以下、「休養や睡眠を十分とるようにしている」、「定期的に健康診断を受けるようにしている」が多く、平成30年度と同様の傾向にあります。
- 「特に何もしていない」と答えた人の割合は10.8%で、平成30年度と比較すると0.5ポイント上昇しています。

3 食生活（朝食）の状況

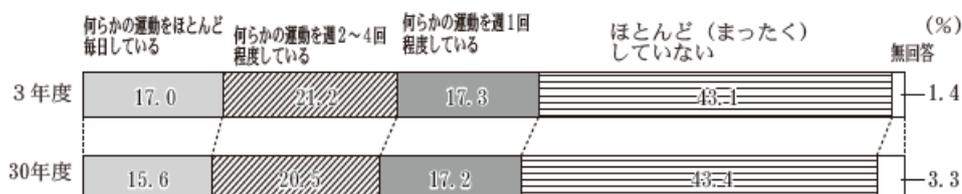
質問：あなたは、朝食をだいたい毎日とっていますか。



- 令和3年度調査結果では、全体の85.2%の人が「朝食をだいたい毎日とっている」と答えています。
- 平成30年度と比較すると、「とっている」と答えた人は同じ割合ですが、「とっていない」と答えた人の割合は、1.6ポイント上昇しています。

4 運動の状況

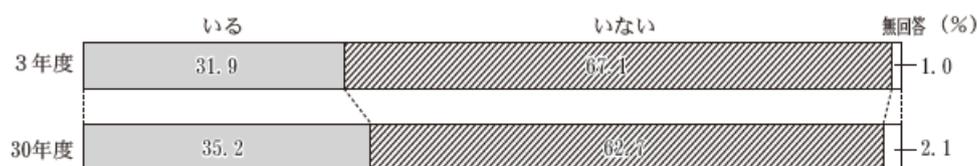
質問：最近1年間の運動状況について



- 令和3年度調査結果では、全体の55.5%の人が「何らかの運動をしている」と答えています。
- 平成30年度と比較すると、「何らかの運動をしている」と答えた人の割合は、2.2ポイント上昇しています。

5 喫煙の状況

質問：あなたの家族で、あなたを含めて、たばこを吸っている方はいますか。

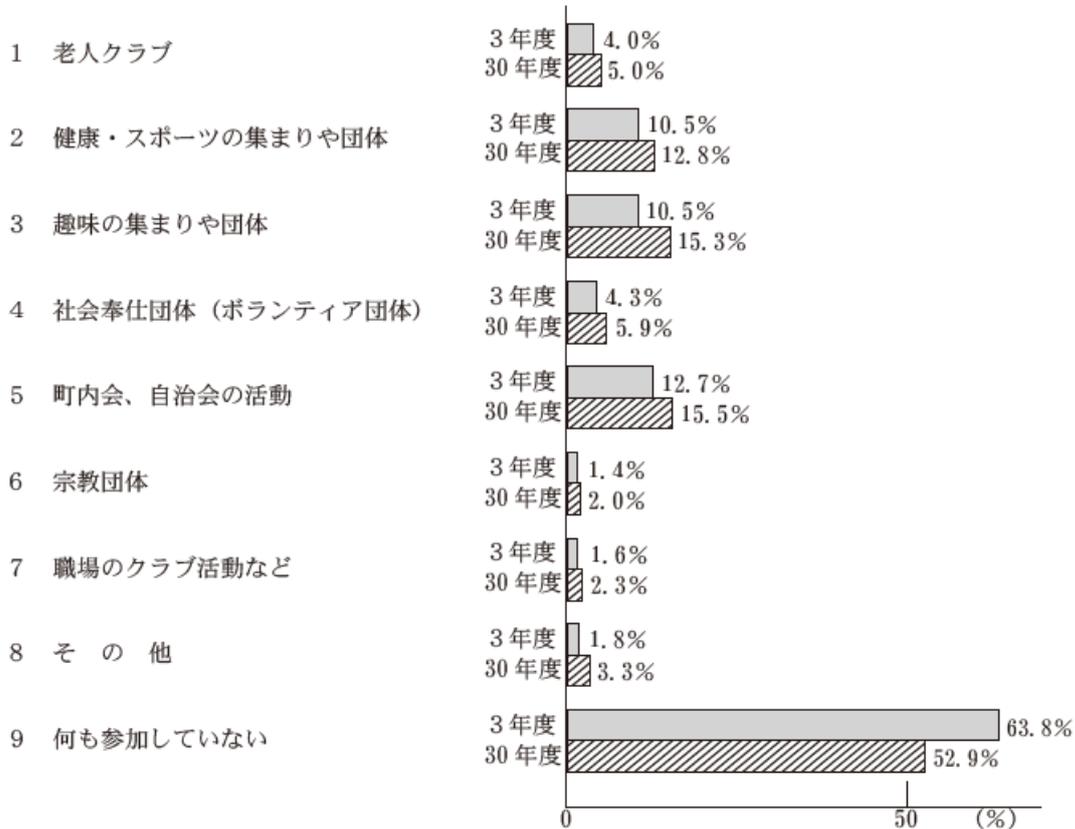


- 令和3年度調査結果では、全体の67.1%の人が「自身も含めて家族にたばこを吸っている人はいない」と答えています。

- 平成30年度と比較すると、「吸っている人がいない」と答えた人の割合は、4.4ポイント上昇しています。

6 地域活動の実施状況

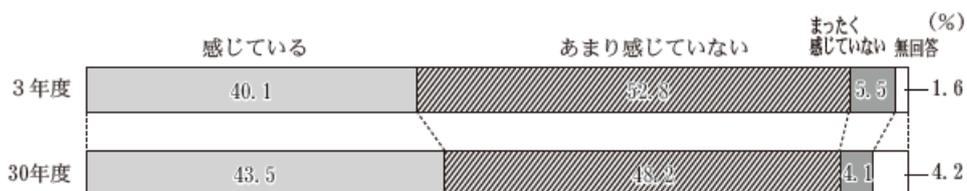
質問：あなたは何らかの地域活動を実施していますか。



- 令和3年度調査結果では、平成30年度と比較すると、全ての地域活動について、参加していると答えた人の割合が低下しています。
- 「何も参加していない」と答えた人の割合は、全体の63.8%で、平成30年度と比較すると、10.9ポイントと大きく上昇しています。

7 疲労の状況

質問：あなたは、疲れすぎたと感じていますか。



- 令和3年度調査結果では、全体の40.1%の人が「疲れすぎたと感じている」と答えています。
- 平成30年度と比較すると、「感じている」と答えた人の割合は、3.4ポイント低下しています。