

令和4年度健康ふくしま21調査結果の概要

令和4年11月30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、目標項目の現状値の把握等のため、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：10,633人（4,769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4年5月～10月
質問項目数：24項目（うち2項目は自由記述項目）
回答数(率)：4,212人（39.6%）

（※補足 本調査実施の経過）

第二次健康ふくしま21計画の中間評価を実施するに当たり、平成30年度に同様の規模で本調査を実施している。

また、令和3年度においても、令和4年度に新型コロナウイルス感染症の状況が落ち着いている場合、コロナ禍前後の県民の健康意識等を比較検証できる可能性があったため、同様の規模で実施していた。

なお、実際には、本年度においてもコロナ禍は継続しており、令和3年度との比較検証やコロナ禍の影響を受けていない県民の健康意識の把握等を行うことは困難であった。

II 調査結果のポイント

- 令和3年度調査及び平成30年度調査と比較すると、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みられなかった。
- 「喫煙の状況」については、平成30年度との比較で喫煙者の減少がみられた令和3年度調査よりも更に減少した。
- 「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、令和3年度よりも減少したが、平成30年度と比較すると大きく増加したままであり、今年度も新型コロナウイルス感染症の影響を受けているものとみられる。
- 第二次健康ふくしま21計画の評価項目については、令和3年度と比較すると、概ね改善傾向にあるが、目標値を達成した項目はなかった。

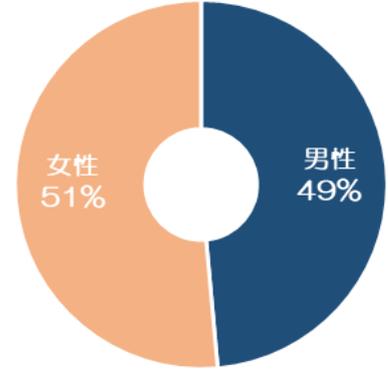
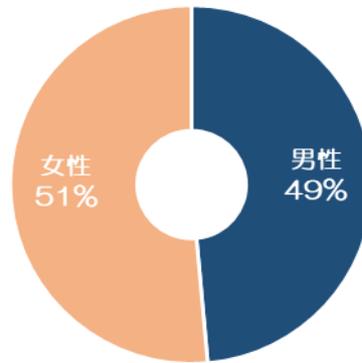
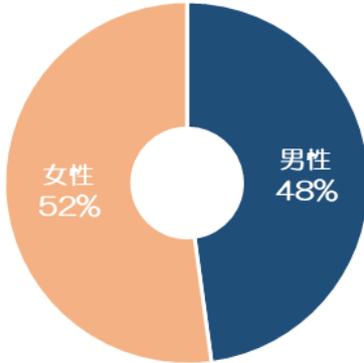
Ⅲ 回答者の構成（過年度との比較）

1 性別

【R4】総数 4,212 人

【R3】総数 5,467 人

【H30】総数 4,066 人

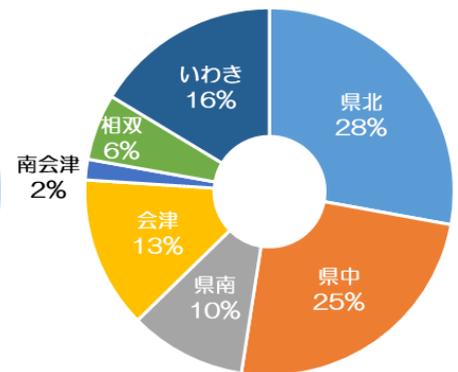
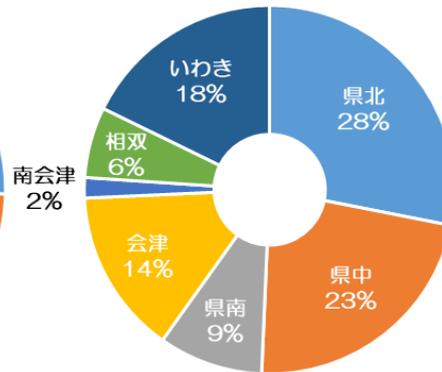
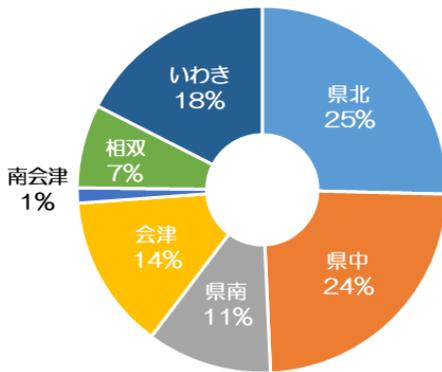


2 居住地域

【R4】総数 4,212 人

【R3】総数 5,467 人

【H30】総数 4,066 人

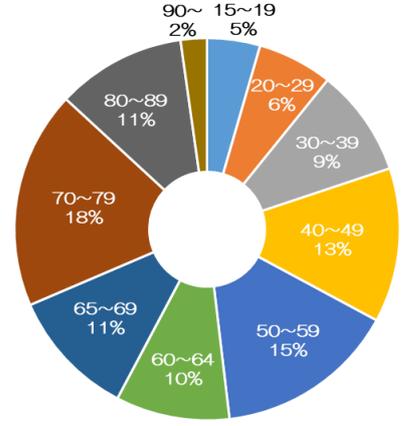
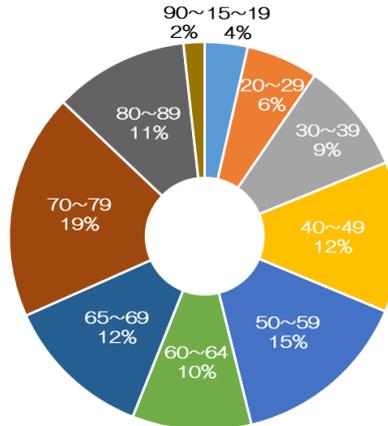
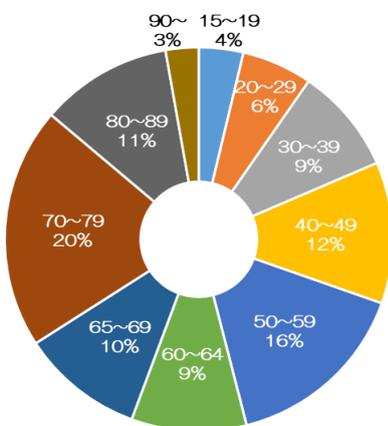


3 年代（単位：歳）

【R4】総数 4,212 人

【R3】総数 5,467 人

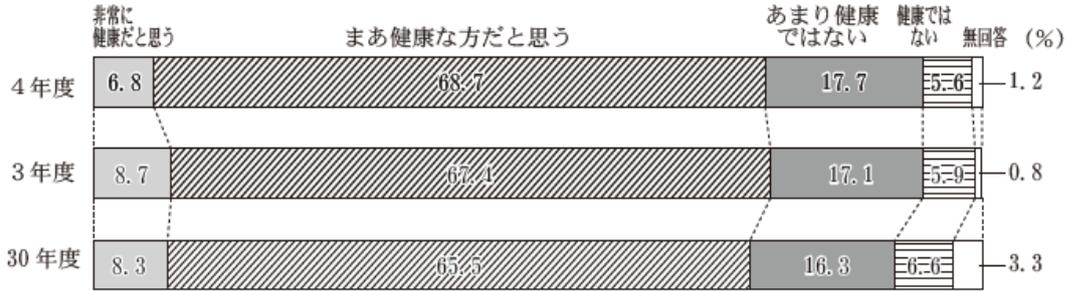
【H30】総数 4,066 人



IV 主な調査結果

1 健康についての意識

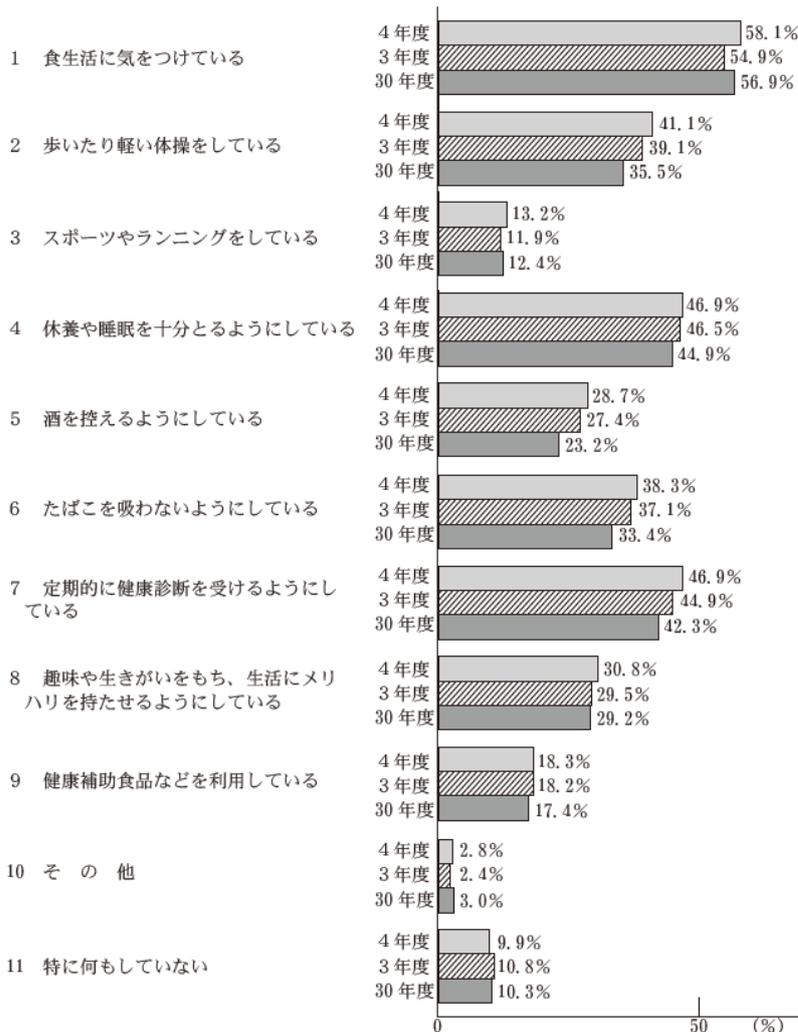
質問：あなたは、ふだん自分で健康だと思えますか。



- 令和4年度調査結果では、全体の75.5%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。
- 令和3年度と比較すると0.6ポイント減少、平成30年度と比較すると1.7ポイント増加しています。

2 健康づくりのために気をつけていること

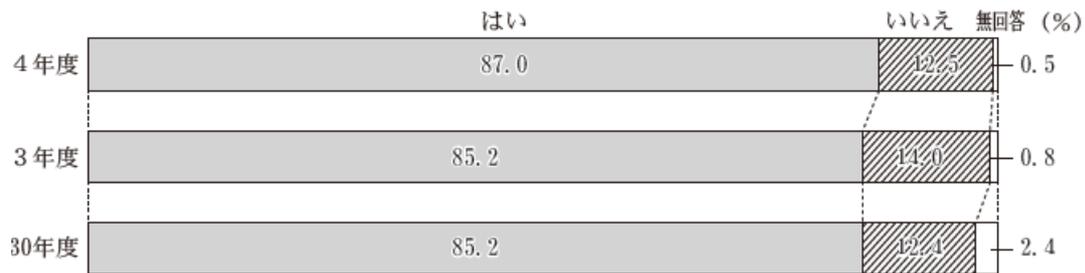
質問：あなたは、健康づくりのためにどのようなことに気をつけていますか。



- 令和4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58.1%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、令和3年度及び平成30年度も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9.9%で、令和3年度及び平成30年度よりも減少しています。

3 食生活（朝食）の状況

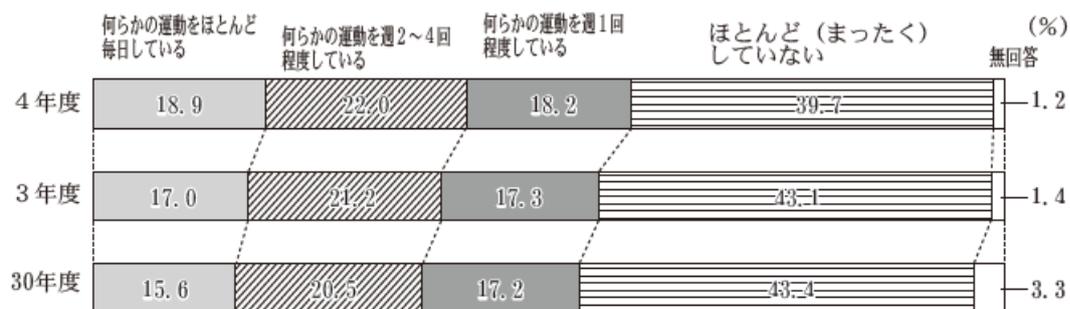
質問：あなたは、朝食をだいたい毎日とっていますか。



- 令和4年度調査結果では、全体の87.0%の人が「朝食をだいたい毎日とっている」と答えています。
- 令和3年度及び平成30年度と比較すると、1.8ポイント増加しています。

4 運動の状況

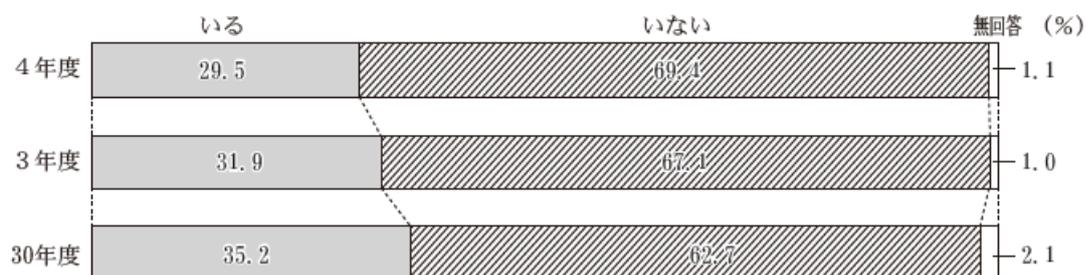
質問：最近1年間の運動状況について



- 令和4年度調査結果では、全体の59.1%の人が「何らかの運動をしている」と答えています。
- 令和3年度と比較すると0.6ポイント増加、平成30年度と比較すると5.8ポイント増加しており、運動習慣の増加傾向がみられます。

5 喫煙の状況

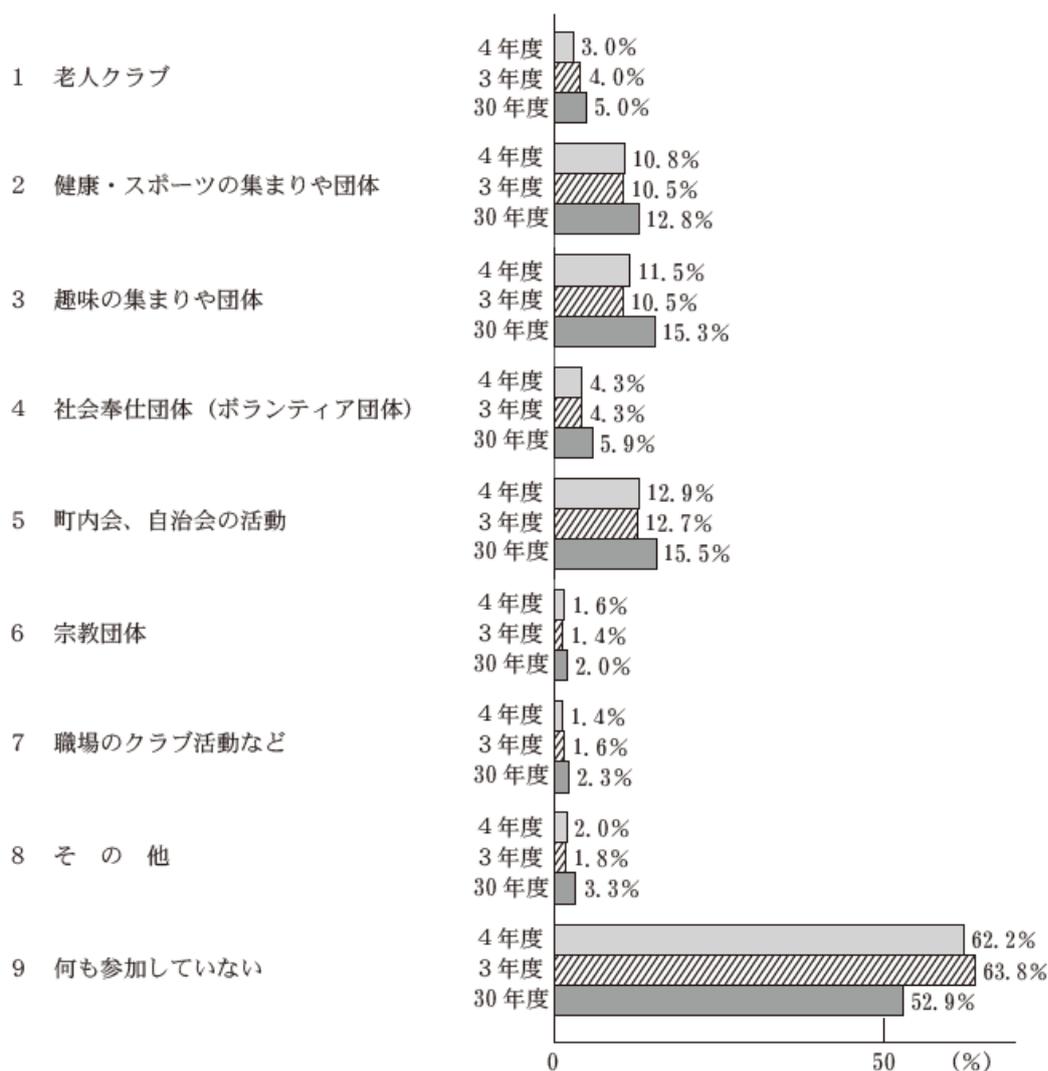
質問：あなたの家族で、あなたを含めて、たばこを吸っている方はいますか。



- 令和4年度調査結果では、全体の69.4%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。
- 令和3年度と比較すると2.3ポイント増加、平成30年度と比較すると6.7ポイント増加しており、喫煙していない方が増えている傾向がみられます。

6 地域活動の実施状況

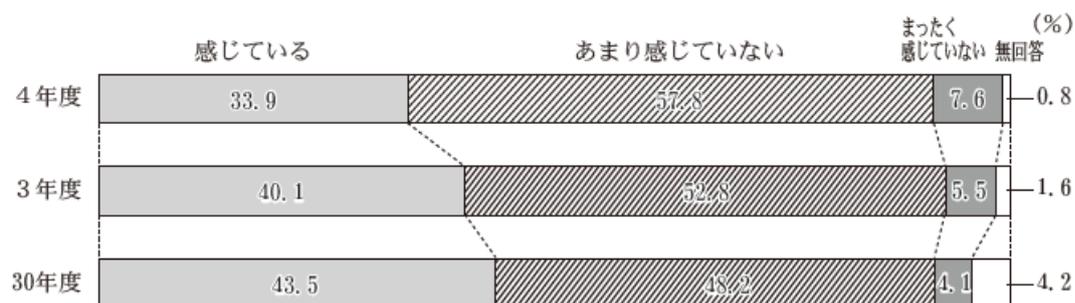
質問：あなたは何らかの地域活動を実施していますか。



- 地域活動の実施状況の割合は、各年度とも同様の傾向がみられます。
- 令和4年度調査結果では、全体の62.2%の人が「何も参加していない」と答えています。
- 令和3年度と比較すると1.6ポイント減少、平成30年度と比較すると、9.3ポイント増加しており、今年度においてもコロナ禍の影響により、地域活動が従前より行われていないものとみられます。

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4年度調査結果では、全体の33.9%の人が「疲れすぎたと感じている」と答えています。
- 令和3年度と比較すると6.2ポイント減少、平成30年度と比較すると9.6ポイント減少しており、疲れを感じている方の減少傾向がみられます。