

平成23年度

---

生活習慣に関するアンケート調査

---

報告書

平成24年3月

千葉県健康福祉部健康づくり支援課



## はじめに

生涯にわたり、健康で生きがいのある人生を送ることはすべての県民の願いです。

千葉県では、県民一人ひとりが健康に関心を持ち、生き生きとした生活を送ることができるよう、県の健康づくり施策の指針として健康増進計画『健康ちば 21』を策定し施策展開を図っているところです。

今年度は、『健康ちば 21』の評価や今後の健康づくり施策の具体的な検討の基礎資料とさせていただくため、『生活習慣に関するアンケート調査』を実施いたしました。

この調査は県内 30 市町村の住民基本台帳から無作為に抽出した 15 歳以上の男女合わせて 6,000 人を対象に県民の健康に関する知識や関心、実際の健康状態や自己管理の状況、日常の生活習慣、受動喫煙等について伺ったもので、このたび報告書を取りまとめました。

関係者の皆様に本報告書を健康づくり推進のために御活用いただくとともに、県民の方々にも御覧いただき健康について考えるきっかけとしていただければ幸いです。

終わりに、このアンケート調査に御回答をお寄せいただいた県民の皆様を始め、調査に御協力いただいた関係者の皆様に深くお礼申し上げます。

平成 24 年 3 月

千葉県健康福祉部健康づくり支援課

課 長 川 島 幸 雄



## 目 次

はじめに

I 調査概要 .....	1
II 調査結果 .....	7
1. あなたの健康 .....	12
2. 栄養・食生活 .....	41
3. 身体活動・運動 .....	49
4. 休養・心の健康づくり .....	60
5. たばこ .....	88
6. お酒（アルコール） .....	100
7. 歯 .....	108
8. がん .....	118
9. 健康診断 .....	129
10. 病気 .....	142
11. 健康に関する情報 .....	146
12. 受動喫煙の防止 .....	150
13. 設問間クロス集計データ .....	162
III 調査票 .....	175

