

市民の皆さんの健康の現状を知るためにお聞きした「健康に関するアンケート」結果をお知らせします。

少子高齢化が進んでいる蒲郡市では、市民の皆さん一人ひとりが健康でいきいきと、いつまでも元気に過ごせるよう、健康プランづくりに取り組んでいます。

この健康プランを「市民に身近な計画」「市民が取り組みやすい計画」にしていきたいと考え、平成14年度から53人の市民の方にプランづくりをしていただいています。

そこで、このプランを市民の皆さんの健康の現状を踏まえた計画にするため、市民2,000人の方に「健康に関するアンケート」を実施しました。このアンケートでは、市民の皆さんに健康や生活習慣に関する35項目について回答していただき、回答を男女別・年齢別・地区別に集計しました。

今回は、その集計結果のうち、市民の健康に関する現状の代表的な項目についてお知らせします。



健康プラン をすすめる

調査の概要

対象者：20～89歳の市民2,000人（男性：1,000人 女性：1,000人）

調査方法：無記名方式で、郵送による発送、返送

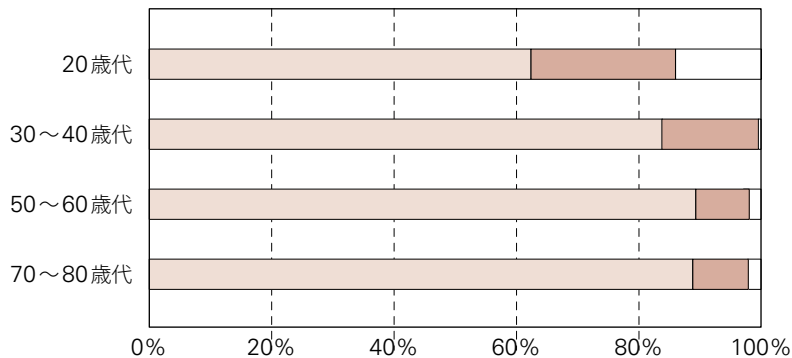
実施期間：平成14年10月24日～11月22日

回収率：男性42.9% 女性45.8% 計44.5%

アンケート結果

食事について

問 1日3食、食べていますか？



- 1日3食食べる
- 時々欠食する
- 毎日欠食する

健康を保つためには、1日3食バランスよく食べることが大切なのですが、20歳代の37.6%の方が「欠食する」と答えています。また「欠食する」と答えた方のうち、20～50歳代は約80%の方が「朝食」を、60歳代以上の方は約50%が「昼食」を欠食すると答えています。これでいいのでしょうか？

1

