

平成 16 年新潟県中越大震災

# 山古志地域健康調査報告書

(単純集計)

平成 22 年 1 月

新潟大学医学部保健学科災害健康支援チーム  
新潟県長岡地域振興局健康福祉環境部  
新潟県長岡市山古志支所市民生活課  
新潟県精神保健福祉協会こころのケアセンター

## 目次

1. 平成21年調査結果の概要 .....	1
2. 調査結果 .....	3
1) 調査対象 .....	3
2) 健康状況 .....	5
3) 生活状況 .....	9
4) 交流・相談状況 .....	12
5) 心理精神状況 .....	13
(1)GHQ 各項目 .....	13
(2)SQD 各項目 .....	17
(3)GHQ 得点 .....	20
(4)SQD 得点 .....	22
【資料】 .....	25
※平成17年度健康調査票	
※平成18年度健康調査票	
※平成19年度健康調査票	
※平成20年度健康調査票	
※平成21年度健康調査票	

## 1 平成 21 年調査結果の概要

平成 16 年の中越大震災後、平成 17 年（以下、平成省略）から毎年山古志地域健康調査を実施し、21 年は最終年度となる。調査回収率は 21 年が 77.3%と最高であり、回収方法に一部訪問留め置き法を用い、再三調査協力を呼びかけたためと推測される。調査対象者は、女性が 53.0%とやや多く例年と同様である。

平均年齢は 62.9 歳で 19 年、20 年より低下したが、65 歳未満の回答者が増加したことによる。職業は、無職 24.0%、農業 16.6%、主婦 15.9%の順で、前年までと比べ勤労者が増加した。家屋の被害状況は、半壊 32.0%、全壊 29.4%であり、17 年は全壊が 4 割と高率であったが、転居者の増加や回答者の減少が割合の変化に影響したと考えられる。仮設住宅入居者は約 9 割で、避難期間は平均 2 年 2 カ月であった。

定期健診受診状況は、受診予定を含めると 83.9%で 18 年以降 8 割を超え高率である。震災後の気になる症状を自覚する人は 20.8%であり、19 年以降大きく減少した。具体的症状は「忘れっぽい」15.5%、「腰痛」10.2%、「根気がない」8.9%の順で多いが、20 年とほぼ横ばいであった。「目の疲れ」は 20 年まで該当者が 1 割を超えていたが、21 年は 8.7%に減少した。全体に身体状況は 19 年以降改善した。

震災後の疾患発症がある人は 16.2%であった。発症時期は、16 年 1.5%で以後徐々に増加し、21 年 5.1%と最も高かった。疾患の種類は、がん 3.0%、関節疾患 2.9%、高血圧症 2.7%の順であった。発症者の性別割合に差はなく、年齢は、65 歳未満 13.4%、65 歳以上 22.3%で加齢に伴い発症が増加した。16 年は 65 歳以上で高血圧症が多く見られ、17 年は全体で脳卒中、がんの発症が見られた。19 年は 65 歳以上でがんが最も多く、20 年、21 年は疾患が多岐に渡った。

食生活の変化がある人は 12.3%であり、17 年から大きく減少した。内訳は、食事量減少 13.4%、野菜増量 11.6%、薄い味付け 8.2%の順であり、農地の復興や生活改善が影響している可能性がある。運動習慣の変化がある人は 18.4%であり、17 年以降減少し続けた。内訳は、運動時間の減少 11.7%、動かなくなった 7.0%の順で回答者の世代や勤労者の運動不足などが推測される。飲酒の変化がある人は 6.6%で 19 年以降減少した。飲酒習慣は、飲酒なしが約半数であり、例年とほぼ同様であった。飲酒量は全体の約 2 割が適正飲酒であるが、1 割程度が適正量を超えていた。また午前中と昼食時の飲酒が 4.8%見られた。喫煙状況は非喫煙者が約 6 割で例年通りであった。21 年は「やめた」が 8.9%で、18 年以降最も高い割合であった。

睡眠状況は、睡眠時間 6~8 時間が 66.9%、睡眠充足度は十分が 42.3%であった。17 年と比べ睡眠時間 6 時間以下、8 時間以上の回答者が大きく減少し、睡眠充足度が十分、あまり足りていないの回答が減少した。休息時間は、十分、まあまあを合わせ 78.1%であり、17 年の 73.9%よりやや増加した。震災による生活変化が著しかった 17 年に比べ、適正な睡眠状況や休息が確保されている割合が高いと推測された。

交流状況は、隣近所や友人との交流が 7 割以上で保たれていた。一方、あまりない、ほとんどないを合わせると 19.4%で 17 年とほぼ同じ割合で高かった。外出の機会は買い物、お茶のみ、田畑の順で多いが、いずれも 20 年より減少し、回答者の世代が影響していると考えられた。相談状況は、相談者がいるが 79.0%で、全体に無効回答が多く例年より低率であった。専門家の相談希望は 6.5%と最も低かった。

心理精神状況では、GHQ-12 の全項目で 20 年より改善が見られなかった。GHQ 平均値は 2.6 点で 20 年の 2.3 点より高値であった。性別では男性が横ばいで、女性の得点が増加し、年齢区分では 65 歳以上の得点が増加していた。SQD では 9 項目中 8 項目で 19 年、20 年と引き続き改善が見られた。「イライラしたり怒りっぽくなっている」のみ 20 年より改善しなかったが、PTSD との関連は低いと考えられた。

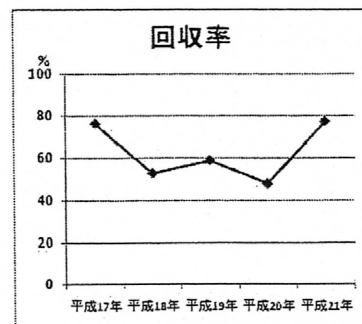
SQD 平均値は平成 17 年より改善し続け、21 年は 1.6 点で最低値であった。また、性別や年齢区分において差は見られなかった。一般心理状態は高齢者や女性の特性が反映されやすいと推測されるが、震災の心理的影響は 5 年間で大きく改善したと言える。

## 2 調査結果

### 1) 調査対象

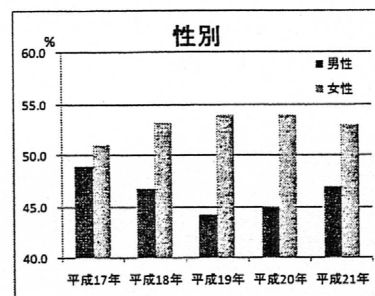
#### (1) 調査時期および配布数

	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
配布数(部)	1842	1381	1451	1243	1158
回収数(部)	1403	729	853	595	895
回収率(%)	76.2	52.8	58.8	47.9	77.3



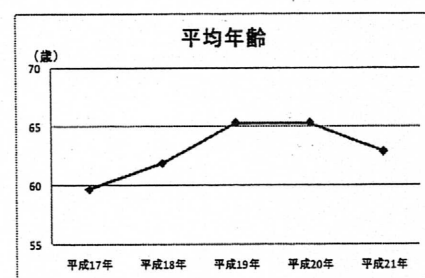
#### (2) 性別

	上段:人数 下段:(%)				
	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
男性	688 (49.0)	341 (46.8)	273 (44.2)	267 (44.9)	412 (47.0)
女性	715 (51.0)	388 (53.2)	333 (53.9)	321 (53.9)	464 (53.0)



#### (3) 年齢

年齢(歳)	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
平均±標準偏差	59.7 ±17.9	61.9 ±17.3	65.3 ±15.7	65.3 ±16	62.9 ±17.1
最小～最大	18～97	18～96	18～99	20～92	19～99



#### (4) 年齢区分

年齢(歳)	人(%)									
	平成17年		平成18年		平成19年		平成20年		平成21年	
65未満	745	(47.5)	346	(47.5)	363	(44.4)	236	(40.1)	419	(48.7)
65以上	657	(52.5)	383	(52.5)	455	(55.6)	352	(59.9)	442	(51.3)

#### 年齢区分(歳)

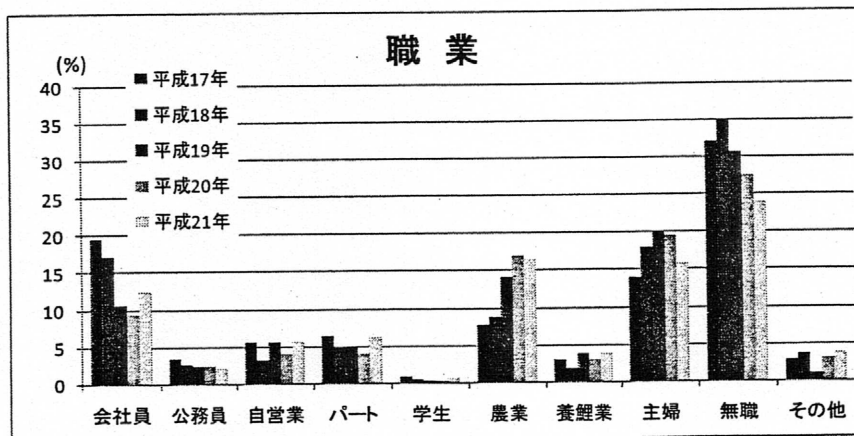
11 - 20	11	(0.8)	10	(1.4)	4	(0.5)	0	(0.0)	8	(0.9)
21 - 30	105	(7.5)	44	(6.0)	30	(3.7)	23	(3.9)	46	(5.3)
31 - 40	115	(8.2)	54	(7.4)	53	(6.5)	31	(5.3)	55	(6.4)
41 - 50	130	(9.3)	67	(9.2)	67	(8.2)	44	(7.5)	74	(8.6)
51 - 60	265	(18.9)	114	(15.6)	150	(18.3)	78	(13.3)	164	(19.0)
61 - 70	282	(20.1)	173	(23.7)	165	(20.2)	130	(22.1)	182	(21.1)
71 - 80	321	(22.9)	179	(24.6)	229	(28.0)	166	(28.2)	199	(23.1)
81 - 90	155	(11.1)	84	(11.5)	110	(13.4)	108	(18.4)	126	(14.6)
91+	18	(1.3)	4	(0.5)	10	(1.2)	8	(1.4)	7	(0.8)
合計	1402	(100.0)	729	(100.0)	818	(100.0)	588	(100.0)	861	(100.0)

## (5) 居住地区

地区	人(%)				
	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
種芋原	399 (28.4)	263 (36.1)	191 (31.3)	190 (31.9)	258 (28.8)
虫亀	294 (21.0)	122 (16.7)	154 (25.2)	129 (21.7)	222 (24.8)
竹沢	169 (12.0)	53 (7.3)	88 (14.4)	65 (10.9)	127 (14.2)
間内平	54 (3.8)	36 (4.9)	25 (4.1)	25 (4.2)	44 (4.9)
菖蒲	12 (0.9)	6 (0.8)	2 (0.3)	5 (0.8)	8 (0.9)
山中	43 (3.1)	29 (4.0)	17 (2.8)	19 (3.2)	32 (3.6)
油夫	38 (2.7)	24 (3.3)	15 (2.5)	11 (1.8)	15 (1.7)
桂谷	64 (4.6)	27 (3.7)	25 (4.1)	25 (4.2)	41 (4.6)
梶金	53 (3.8)	29 (4.0)	33 (5.4)	24 (4.0)	43 (4.8)
木箆	41 (2.9)	17 (2.3)	6 (1.0)	6 (1.0)	20 (2.2)
小松倉	43 (3.1)	12 (1.6)	14 (2.3)	16 (2.7)	20 (2.2)
大久保	38 (2.7)	28 (3.8)	7 (1.1)	6 (1.0)	13 (1.5)
池谷	73 (5.2)	44 (6.0)	16 (2.6)	18 (3.0)	20 (2.2)
檜木	78 (5.6)	39 (5.3)	25 (4.1)	29 (4.9)	32 (3.6)

## (6) 職業

	人(%)				
	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
会社員	274 (19.5)	125 (17.1)	66 (10.7)	56 (9.4)	111 (12.4)
公務員	48 (3.4)	20 (2.7)	15 (2.4)	15 (2.5)	18 (2.0)
自営業	78 (5.6)	23 (3.2)	35 (5.7)	24 (4.0)	51 (5.7)
パート	90 (6.4)	36 (4.9)	30 (4.9)	24 (4.0)	55 (6.1)
学生	13 (0.9)	4 (0.5)	1 (0.2)	1 (0.2)	6 (0.7)
農業	110 (7.8)	65 (8.9)	88 (14.2)	101 (17.0)	149 (16.6)
養鯉業	43 (3.1)	13 (1.8)	24 (3.9)	18 (3.0)	35 (3.9)
主婦	196 (14.0)	131 (18.0)	123 (19.9)	116 (19.5)	142 (15.9)
無職	450 (32.1)	256 (35.1)	190 (30.7)	164 (27.6)	215 (24.0)
その他	41 (2.9)	26 (3.6)	7 (1.1)	18 (3.0)	35 (3.9)
無効回答	101 (7.2)	30 (4.1)	39 (6.3)	58 (9.7)	78 (8.7)



## (7) 家屋の損壊状況および生活状況

項目	人 (%)	
	平成17年	平成21年
家屋の被害状況		
全壊	552 (39.3)	263 (29.4)
大規模半壊	152 (10.8)	107 (12.0)
半壊	415 (29.6)	286 (32.0)
一部損壊	234 (16.7)	187 (20.9)
被害なし	1 (0.1)	2 (0.2)
複数回答	3 (0.2)	0 (0.0)
無回答	46 (3.3)	50 (5.6)
仮設住宅入居		
入居者	1227 (87.5)	706 (89.7)
仮設住宅以外	153 (10.9)	48 (6.1)
その他	23 (1.6)	33 (4.2)

## 避難期間

平均2年2カ月±7カ月

(5カ月～3年2カ月)

無回答 188 (21.0)

	平成17年
今後の見通し	
見通しが立った	645 (46.0)
家族内で意見がまとまっていない	200 (14.3)
見通しが立たない	435 (31.0)
複数回答	3 (0.2)
無回答	120 (8.6)
世帯分類	
65歳以上独居	43 (3.1)
65歳以上夫婦	213 (15.2)
介護人がいる	92 (6.6)
2世帯	994 (70.8)
その他	61 (4.3)

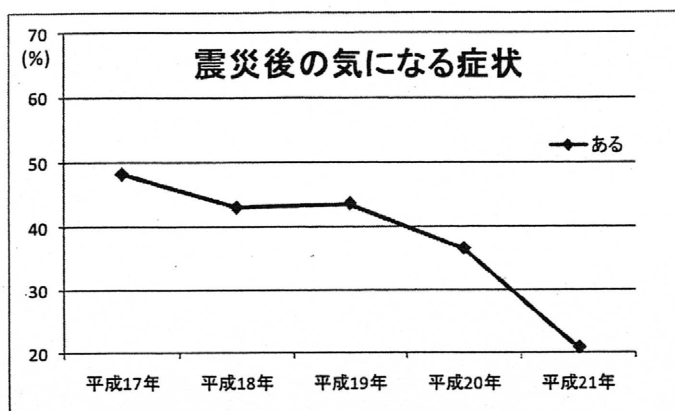
## 2) 健康状況

## (1) 定期健診受診状況

	人 (%)				
	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
定期健診 受けた	870 (62.0)	402 (55.1)	449 (72.7)	358 (60.2)	502 (56.1)
受ける予定	182 (13.0)	215 (29.5)	87 (14.1)	159 (26.7)	249 (27.8)
受けない	306 (21.8)	69 (9.5)	62 (10.0)	57 (9.6)	94 (10.5)
無効回答	45 (3.2)	43 (5.9)	20 (3.2)	21 (3.5)	50 (5.6)

(2) 震災後の自覚症状

	人(%)				
	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
震災後の気になる症状					
ある	677 (48.3)	314 (43.1)	270 (43.7)	218 (36.6)	186 (20.8)
なし	679 (48.4)	395 (54.2)	333 (53.9)	353 (59.3)	592 (66.1)
無効回答	47 (3.3)	20 (2.7)	15 (2.4)	24 (4.0)	117 (13.1)



(3) 震災後の体重変化 (平成17年のみ)

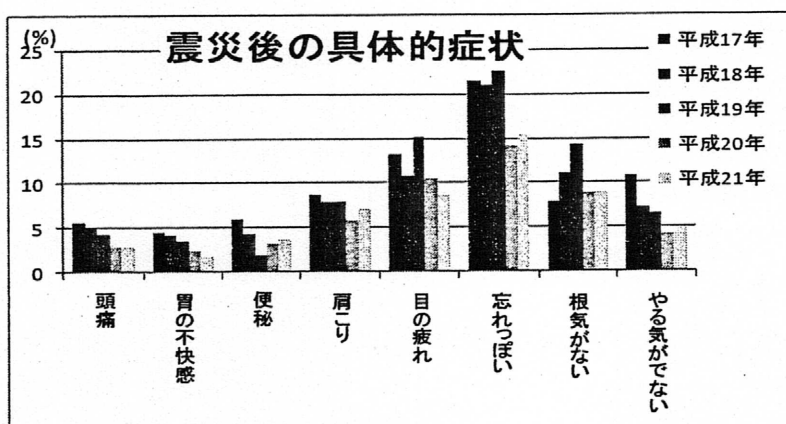
項目	人 (%)
体重の変化	
3キロ以上増えた	210 (15.0)
3キロ以上減った	158 (11.3)
変わらないまたは3キロ以内の増減	958 (68.3)
その他	77 (5.5)



(4) 震災後の具体的症状

人(%)

具体的症状	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
頭痛	80 (5.7)	38 (5.2)	27 (4.4)	17 (2.9)	26 (2.9)
めまい	-	23 (3.2)	20 (3.2)	26 (4.4)	23 (2.6)
舌のもつれ	-	8 (1.1)	13 (2.1)	6 (1.0)	3 (0.3)
手足のしびれ	-	38 (5.2)	55 (8.9)	41 (6.9)	46 (5.1)
手足のむくみ	-	18 (2.5)	18 (2.9)	12 (2.0)	17 (1.9)
息切れ	-	16 (2.2)	28 (4.5)	23 (3.9)	23 (2.6)
胸部痛	-	10 (1.4)	14 (2.3)	10 (1.7)	6 (0.7)
上腹部痛	-	3 (0.4)	0 (0.0)	2 (0.3)	3 (0.3)
腹痛	20 (1.4)	10 (1.4)	0 (0.0)	5 (0.8)	3 (0.3)
胃の不快感	64 (4.6)	31 (4.3)	22 (3.6)	14 (2.4)	16 (1.8)
食欲不振	-	11 (1.5)	10 (1.6)	12 (2.0)	11 (1.2)
下痢	25 (1.8)	13 (1.8)	12 (1.9)	3 (0.5)	7 (0.8)
便秘	84 (6.0)	32 (4.4)	32 (1.9)	19 (3.2)	33 (3.7)
のどの渇き	-	35 (4.8)	30 (4.9)	17 (2.9)	22 (2.5)
だるい	-	33 (4.5)	27 (4.4)	24 (4.0)	33 (3.7)
肩こり	123 (8.8)	58 (8.0)	49 (7.9)	34 (5.7)	63 (7.0)
目の疲れ	185 (13.2)	79 (10.8)	94 (15.2)	62 (10.4)	78 (8.7)
耳鳴り	61 (4.3)	30 (4.1)	28 (4.5)	19 (3.2)	31 (3.5)
髪が抜ける	35 (2.5)	19 (2.6)	19 (3.1)	4 (0.7)	16 (1.8)
腰痛	-	97 (13.3)	92 (14.9)	70 (11.8)	91 (10.2)
膝痛	-	70 (9.6)	65 (10.5)	48 (8.1)	62 (6.9)
体重増加	-	48 (6.6)	38 (6.1)	13 (2.2)	12 (1.3)
体重減少	-	27 (3.7)	25 (4.0)	17 (2.9)	23 (2.6)
肌荒れ	24 (1.7)	8 (1.1)	7 (1.1)	5 (0.8)	10 (1.1)
生理不順	17 (1.2)	2 (0.3)	3 (0.5)	3 (0.5)	6 (0.7)
忘れっぽい	301 (21.5)	153 (21.0)	146 (23.6)	84 (14.1)	139 (15.5)
根気がない	111 (7.9)	81 (11.1)	89 (14.4)	53 (8.9)	80 (8.9)
やる気がでない	151 (10.8)	53 (7.3)	41 (6.6)	25 (4.2)	44 (4.9)
関節痛	183 (13.0)	-	-	-	-
冷え症	33 (2.4)	-	-	-	-
ほてり、汗	64 (4.6)	-	-	-	-
その他	147 (10.5)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	34 (3.8)



(5)震災後の疾患発症（平成21年のみ）

疾患発症	疾患種類		人(%)	
	あり	なし	あり	なし
	あり	145 (16.2)	がん	21 (3.0)
	なし	618 (69.1)	関節	20 (2.9)
	無効回答	132 (14.7)	高血圧症	19 (2.7)
発症時期	16年	13 (1.5)	胃腸	15 (2.2)
	17年	26 (2.9)	心臓病	11 (1.6)
	18年	29 (3.2)	うつ病	11 (1.6)
	19年	37 (4.1)	不眠症	11 (1.6)
	20年	45 (5.0)	脳卒中	10 (1.4)
	21年	46 (5.1)	糖尿病	7 (1.0)
			脂質異常	5 (0.7)
			腎臓病	5 (0.7)
			肝臓病	1 (0.1)
			その他	45 (6.5)

	疾患発症	
	あり	なし
性別		
男性	67 (18.7)	291 (81.3)
女性	62 (16.1)	324 (83.9)
年齢(歳)		
65歳未満	52 (13.4)	337 (86.6)
65歳以上	77 (22.3)	269 (77.7)

(6)震災後最初に発症した疾患の種類と年齢層（平成21年のみ）

	平成16年(震災後)			平成17年			平成18年		
	65歳未満	65歳以上	全体	65歳未満	65歳以上	全体	65歳未満	65歳以上	全体
がん				2 (16.7)	2 (20.0)	4 (18.2)	2 (18.2)	2 (22.2)	4 (20.0)
関節									
高血圧症	0 (0.0)	6 (85.7)	6 (66.7)	1 (8.3)	1 (10.0)	2 (9.1)	3 (27.3)	0 (0.0)	3 (15.0)
胃腸				0 (0.0)	1 (10.0)	1 (4.5)	1 (9.1)	1 (11.1)	2 (10.0)
心臓病				1 (8.3)	1 (10.0)	2 (9.1)	0 (0.0)	1 (11.1)	1 (5.0)
うつ病				2 (16.7)	0 (0.0)	2 (9.1)	1 (9.1)	0 (0.0)	1 (5.0)
不眠症	0 (0.0)	1 (14.3)	1 (11.1)				0 (0.0)	2 (22.2)	2 (10.0)
脳卒中				1 (8.3)	2 (20.0)	3 (13.6)	0 (0.0)	1 (11.1)	1 (5.0)
糖尿病							1 (9.1)	0 (0.0)	1 (5.0)
脂質異常									
腎臓病									
肝臓病									
その他	2 (100.0)	0 (0.0)	2 (22.2)	5 (41.7)	3 (30.0)	8 (36.4)	3 (27.3)	2 (22.2)	5 (25.0)
計	2 (100.0)	7 (100.0)	9 (100.0)	12 (100.0)	10 (100.0)	22 (100.0)	11 (100.0)	9 (100.0)	20 (100.0)

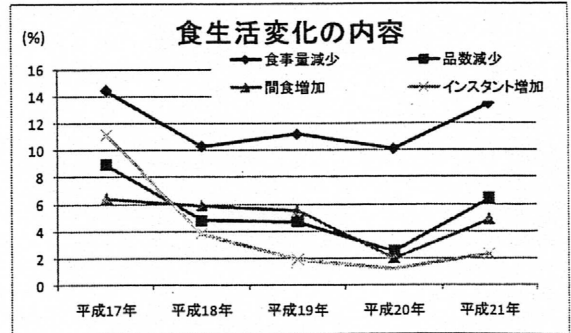
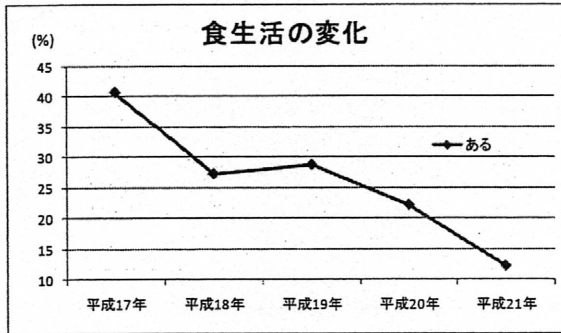
  

	平成19年			平成20年			平成21年		
	65歳未満	65歳以上	全体	65歳未満	65歳以上	全体	65歳未満	65歳以上	全体
がん	0 (0.0)	6 (33.3)	6 (21.4)	1 (11.1)	2 (10.5)	3 (10.7)	0 (0.0)	3 (13.6)	3 (9.4)
関節	0 (0.0)	2 (11.1)	2 (7.1)	0 (0.0)	5 (26.3)	5 (17.9)	2 (20.0)	3 (13.6)	5 (15.6)
高血圧症	2 (20.0)	1 (5.6)	3 (10.7)	1 (11.1)	1 (5.3)	2 (7.1)	1 (10.0)	1 (4.5)	2 (6.3)
胃腸	3 (30.0)	0 (0.0)	3 (10.7)				2 (20.0)	4 (18.2)	6 (18.8)
心臓病	2 (20.0)	0 (0.0)	2 (7.1)	1 (11.1)	2 (10.5)	3 (10.7)			
うつ病				1 (11.1)	1 (5.3)	2 (7.1)	0 (0.0)	2 (9.1)	2 (6.3)
不眠症				1 (11.1)	1 (5.3)	2 (7.1)			
脳卒中	0 (0.0)	1 (5.6)	1 (3.6)	0 (0.0)	1 (5.3)	1 (3.6)	1 (10.0)	1 (4.5)	2 (6.3)
糖尿病	0 (0.0)	1 (5.6)	1 (3.6)	0 (0.0)	2 (10.5)	2 (7.1)			
脂質異常	1 (10.0)	1 (5.6)	2 (7.1)				1 (10.0)	0 (0.0)	1 (3.1)
腎臓病				0 (0.0)	1 (5.3)	1 (3.6)	0 (0.0)	2 (9.1)	2 (6.3)
肝臓病							0 (0.0)	1 (4.5)	1 (3.1)
その他	2 (20.0)	6 (33.3)	8 (28.6)	4 (44.4)	3 (15.8)	7 (25.0)	3 (30.0)	5 (22.7)	8 (25.0)
計	10 (100.0)	18 (100.0)	28 (100.0)	9 (100.0)	19 (100.0)	28 (100.0)	10 (100.0)	22 (100.0)	32 (100.0)

### 3) 生活状況

#### (1) 食生活の状況

		人(%)				
		平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
食生活変化	ある	570 (40.6)	199 (27.3)	178 (28.8)	132 (22.2)	110 (12.3)
	なし	759 (54.1)	501 (68.7)	418 (67.6)	442 (74.3)	694 (77.5)
	無効回答	74 (5.3)	29 (4.0)	22 (3.6)	21 (3.5)	91 (10.2)
食生活変化の内容						
	食分量増加	91 (6.5)	42 (5.8)	43 (7.0)	17 (2.9)	30 (3.4)
	食分量減少	202 (14.4)	75 (10.3)	69 (11.2)	60 (10.1)	80 (13.4)
	品数増加	58 (4.1)	31 (4.3)	39 (6.3)	17 (2.9)	18 (3.0)
	品数減少	125 (8.9)	35 (4.8)	29 (4.7)	15 (2.5)	38 (6.4)
	野菜増量	105 (7.5)	58 (8.0)	101 (16.3)	69 (11.6)	69 (11.6)
	野菜減少	157 (11.2)	47 (6.4)	20 (3.2)	11 (1.8)	11 (1.8)
	間食増加	90 (6.4)	43 (5.9)	34 (5.5)	12 (2.0)	29 (4.9)
	間食減少	49 (3.5)	15 (2.1)	24 (3.9)	26 (4.4)	30 (5.0)
	味付け濃い	26 (1.9)	26 (3.6)	19 (3.1)	15 (2.5)	12 (2.0)
	味付け薄い	96 (6.8)	45 (6.2)	36 (5.8)	32 (5.4)	49 (8.2)
	インスタント増加	156 (11.1)	28 (3.8)	12 (1.9)	7 (1.2)	17 (2.9)
	その他	37 (2.6)	0 (0.0)	1 (0.2)	5 (0.8)	14 (2.4)



#### (2) 運動状況

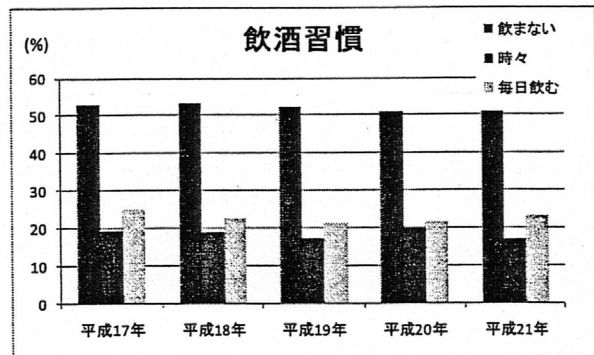
		人(%)				
		平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
運動習慣	ある	929 (66.3)	227 (31.1)	183 (29.6)	143 (24.0)	165 (18.4)
	なし	384 (27.4)	462 (63.4)	377 (61.0)	403 (67.7)	627 (70.1)
	無効回答	89 (6.3)	40 (5.5)	58 (9.4)	49 (8.2)	103 (11.5)
運動習慣変化の内容						
	運動時間増加	75 (5.3)	75 (10.3)	81 (13.1)	56 (9.4)	56 (6.3)
	運動時間減少	86 (6.1)	86 (11.8)	62 (10.0)	53 (8.9)	105 (11.7)
	回数増加	24 (1.7)	24 (3.3)	24 (3.9)	19 (3.2)	18 (2.0)
	回数減少	33 (2.4)	33 (4.5)	24 (3.9)	16 (2.7)	31 (3.5)
	動かなくなった	53 (3.8)	53 (7.3)	41 (6.6)	28 (4.7)	63 (7.0)
	その他	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (0.2)	12 (2.0)	16 (1.8)

(3) 飲酒状況

人(%)

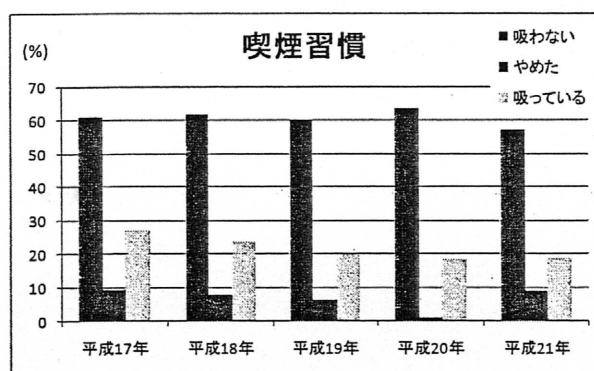
		平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
飲酒習慣	飲まない	740 (52.7)	389 (53.4)	323 (52.3)	304 (51.1)	456 (50.9)
	時々	271 (19.3)	137 (18.8)	107 (17.3)	120 (20.2)	151 (16.9)
	毎日飲む	353 (25.2)	165 (22.6)	132 (21.4)	129 (21.7)	206 (23.0)
	無効回答	39 (2.8)	38 (5.2)	56 (9.1)	42 (7.1)	82 (9.2)
飲酒変化	ある	187 (13.3)	72 (9.9)	70 (11.3)	46 (7.7)	59 (6.6)
	なし	1082 (77.1)	478 (65.6)	406 (65.7)	385 (64.7)	575 (64.2)
	無効回答	134 (9.6)	179 (24.6)	142 (23.0)	164 (27.6)	261 (29.2)
飲酒変化の内容	増量	52 (3.7)	17 (2.3)	20 (3.2)	6 (1.0)	13 (1.5)
	減量	59 (4.2)	28 (3.8)	21 (3.4)	22 (3.7)	34 (3.8)
	回数増加	47 (3.3)	13 (1.8)	14 (2.3)	3 (0.5)	14 (1.6)
	回数減少	44 (3.1)	13 (1.8)	10 (1.6)	17 (2.9)	23 (2.6)
	飲み始めた	10 (0.7)	4 (0.5)	4 (0.6)	1 (0.2)	6 (0.7)
	飲まなくなった	18 (1.3)	8 (1.1)	8 (1.3)	3 (0.5)	14 (1.6)
	その他	4 (0.3)	0 (0.0)	0 (0.0)	7 (1.2)	7 (0.8)

飲酒量		平成21年	
日本酒	～1合	43	(4.8)
	2合	32	(3.6)
	3合～	3	(0.3)
	無効回答	817	(91.3)
ビール・発泡酒	～500ml	84	(9.4)
	1L	24	(2.7)
	1.5L～	1	(0.1)
	無効回答	786	(87.8)
焼酎	～1杯	55	(6.1)
	2杯	26	(2.9)
	3杯～	5	(0.6)
	無効回答	809	(90.4)
ワイン	～2杯	2	(0.2)
	3杯	0	(0.0)
	4杯～	3	(0.3)
	無効回答	892	(99.7)
	飲酒時間帯		
	午前中	1	(0.4)
	昼食時	12	(4.4)
	午後	2	(0.7)
	夕食時	258	(93.8)
	寝る前	23	(8.4)



(4) 喫煙状況

		人(%)				
		平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
喫煙	吸わない	857 (61.1)	451 (61.9)	372 (60.2)	378 (63.5)	513 (57.3)
	やめた	131 (9.3)	58 (8.0)	39 (6.3)	5 (0.8)	80 (8.9)
	吸っている	377 (26.9)	172 (23.6)	122 (19.7)	108 (18.2)	167 (18.7)
	無効回答	38 (2.7)	48 (6.6)	85 (13.8)	104 (17.5)	135 (15.1)
喫煙変化の内容	本数増加	68 (4.8)	51 (7.0)	37 (6.0)	25 (4.2)	53 (5.9)
	本数減少	33 (2.4)	58 (8.0)	41 (6.6)	46 (7.7)	84 (9.4)
	吸い始めた	9 (0.6)	2 (0.3)	5 (0.8)	1 (0.2)	5 (0.6)



(5) 睡眠、休息の状況

				人(%)	
項目	平成17年	平成21年	項目	平成17年	平成21年
<b>睡眠時間</b>			<b>休息时间</b>		
6時間以下	162 (11.5)	50 (5.6)	十分ある	624 (44.5)	404 (45.1)
6~8時間	668 (47.6)	599 (66.9)	まあまあある	412 (29.4)	295 (33.0)
8時間以上	523 (37.3)	84 (9.4)	あまりない	211 (15.0)	95 (10.6)
好きだけ	1 (0.1)	0 (0.0)	休みたいが休めない	92 (6.6)	26 (2.9)
無回答	49 (3.5)	162 (18.1)	休みはいらぬ	5 (0.4)	2 (0.2)
			無回答	53 (3.8)	73 (8.2)
<b>睡眠の充足度</b>			<b>睡眠の変化の有無</b>		
十分	629 (44.8)	379 (42.3)	ある	478 (34.1)	
まあまあ	485 (34.6)	344 (38.4)	ない	849 (60.5)	
あまり足りていない	172 (12.3)	70 (7.8)	無回答	76 (5.4)	
不足	52 (3.7)	22 (2.5)	<b>睡眠変化の内容</b>		
無回答	65 (4.6)	80 (8.9)	増えた	157 (11.2)	
			減った	212 (15.1)	
			寝酒を飲むようになった	26 (1.9)	
			眠剤を飲むようになった	65 (4.6)	
			その他	52 (3.7)	

#### 4) 交流、相談状況

##### (1) 周囲との交流

	人(%)				
	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
隣近所、友人との交流					
しよつちゆう	502 (35.8)	257 (35.3)	216 (35.0)	218 (36.6)	297 (33.2)
時々	564 (40.2)	320 (43.9)	263 (42.6)	251 (42.2)	372 (41.6)
あまりない	190 (13.5)	85 (11.7)	75 (12.1)	65 (10.9)	120 (13.4)
ほとんどない	91 (6.5)	30 (4.1)	16 (2.6)	31 (5.2)	54 (6.0)
無効回答	56 (4.0)	37 (5.1)	48 (7.8)	30 (5.0)	52 (5.8)

##### (2) 外出の機会

項目	平成20年	平成21年
お茶のみ	267 (44.9)	316 (35.3)
田畑	293 (49.2)	342 (38.2)
老人クラブ	107 (18.0)	109 (12.2)
ゲートボール	45 (7.6)	62 (6.9)
いきいき会	83 (13.9)	96 (10.7)
にこにこ会	30 (5.0)	28 (3.1)
買い物	291 (48.9)	370 (41.3)
受診	152 (25.5)	168 (18.8)
通勤・通学	-	108 (12.1)
趣味・娯楽	-	167 (18.7)
飲み会	-	134 (15.0)
市の事業・ボランティア	31 (5.2)	47 (5.3)

##### (3) 相談状況

	人(%)				
	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
相談する人					
いる	1181 (84.2)	631 (86.6)	522 (84.5)	523 (87.9)	707 (79.0)
いない	167 (11.9)	58 (8.0)	49 (7.9)	43 (7.2)	62 (6.9)
無効回答	55 (3.9)	40 (5.5)	47 (7.6)	29 (4.9)	126 (14.1)
相談相手					
配偶者	450 (32.1)	260 (35.7)	235 (38.0)	255 (42.9)	344 (38.4)
親	226 (16.1)	132 (18.1)	85 (13.8)	87 (14.6)	154 (17.2)
兄弟	485 (34.6)	300 (41.2)	244 (39.5)	224 (37.6)	341 (38.1)
子供	663 (47.3)	386 (52.9)	333 (53.9)	351 (59.0)	440 (49.2)
親戚	552 (39.3)	280 (38.4)	246 (39.8)	239 (40.2)	291 (32.5)
友人	459 (32.7)	287 (39.4)	197 (31.9)	204 (34.3)	297 (33.2)
職場の同僚	115 (8.2)	78 (10.7)	45 (7.3)	48 (8.1)	72 (8.0)
区長	93 (6.6)	62 (8.5)	47 (7.6)	44 (7.4)	47 (5.3)
民生委員	39 (2.8)	34 (4.7)	38 (6.1)	39 (6.6)	39 (4.4)
社協・ボランティア	67 (4.8)	48 (6.6)	38 (6.1)	21 (3.5)	16 (1.8)
交番	40 (2.9)	34 (4.7)	19 (3.1)	20 (3.4)	9 (1.0)
山古志支所	67 (4.8)	53 (7.3)	41 (6.6)	7 (1.2)	24 (2.7)
隣・近所	-	-	-	-	192 (21.5)
その他	31 (2.2)	0 (0.0)	0 (0.0)	177 (29.7)	3 (0.3)

(4) 専門家への相談希望

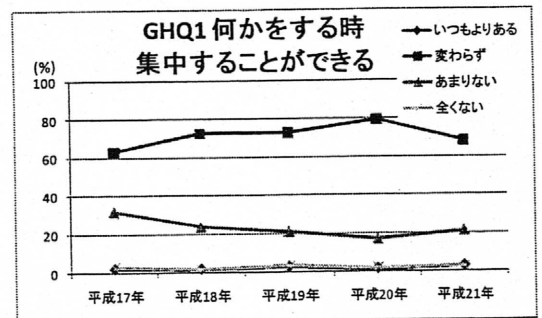
	人(%)				
	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
専門家の相談希望					
ある	141 (10.0)	97 (13.3)	98 (15.9)	79 (13.3)	58 (6.5)
なし	1173 (83.6)	536 (73.5)	414 (67.0)	417 (70.1)	696 (77.8)
無効回答	89 (6.3)	96 (13.2)	106 (17.2)	99 (16.6)	141 (15.8)
専門家に相談したい内容					
健康づくり	95 (6.8)	74 (12.0)	74 (12.0)	61 (10.3)	59 (6.6)
栄養	16 (1.1)	21 (3.4)	21 (3.4)	17 (2.9)	14 (1.6)
運動	13 (0.9)	14 (2.3)	14 (2.3)	21 (3.5)	11 (1.2)
こころ	30 (2.1)	26 (4.2)	26 (4.2)	28 (4.7)	17 (1.9)
口腔ケア	12 (0.9)	3 (0.5)	3 (0.5)	その他 5 (0.8)	その他 4 (0.4)

5) 心理精神状況 (GHQおよびSQD)

(1) GHQ各項目 (各図は無効回答を除く)

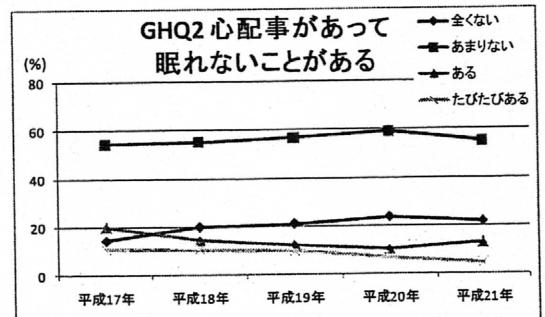
1 何かをする時、集中することができる 上段:人 下段:(%)

	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
いつもよりある	29 (2.1)	13 (1.8)	16 (2.6)	8 (1.5)	25 (2.8)
変わらず	843 (60.1)	502 (68.9)	408 (66.0)	437 (79.5)	611 (68.3)
あまりない	425 (30.3)	164 (22.5)	118 (19.1)	94 (17.1)	190 (21.2)
全くない	39 (2.8)	11 (1.5)	18 (2.9)	11 (2.0)	24 (2.7)
合計	1336 (95.2)	690 (94.7)	560 (90.6)	550 (92.4)	850 (95.0)
無効回答	67 (4.8)	39 (5.3)	58 (9.4)	45 (7.6)	45 (5.0)



2 心配事があるって眠れないことがある 上段:人 下段:(%)

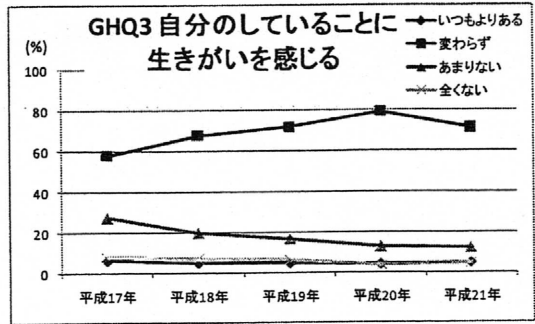
	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
全くない	193 (13.8)	137 (18.8)	120 (19.4)	132 (23.6)	194 (21.7)
あまりない	730 (52.0)	382 (52.4)	325 (52.6)	331 (59.1)	492 (55.0)
ある	268 (19.1)	99 (13.6)	71 (11.5)	58 (10.4)	116 (13.0)
たびたびある	147 (10.5)	73 (10.0)	56 (9.1)	39 (7.0)	43 (4.8)
合計	1338 (95.4)	691 (94.8)	572 (92.6)	560 (94.1)	845 (94.5)
無効回答	65 (4.6)	38 (5.2)	46 (7.4)	35 (5.9)	50 (5.6)



3 自分のしていることに生きがいを感じる

上段:人 下段:(%)

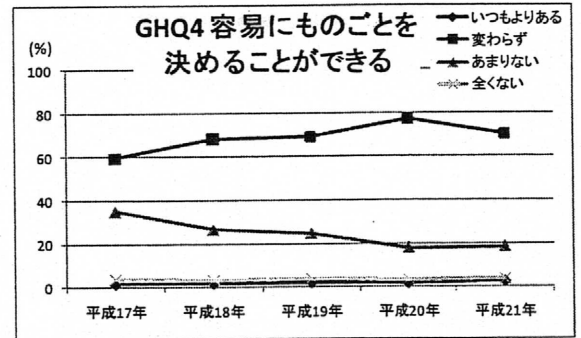
	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
いつもよりある	85 (6.1)	34 (4.7)	27 (4.4)	23 (4.2)	45 (5.0)
変わらず	788 (54.7)	449 (61.6)	403 (65.2)	429 (79.2)	639 (71.4)
あまりない	363 (25.9)	133 (18.2)	95 (15.4)	70 (12.9)	111 (12.4)
全くない	106 (7.6)	47 (6.4)	36 (5.8)	20 (3.7)	42 (4.7)
合計	1322 (94.2)	663 (90.9)	561 (90.8)	542 (91.1)	837 (93.5)
無効回答	81 (5.8)	66 (9.1)	57 (9.2)	53 (8.9)	58 (6.5)



4 容易にものごとを決めることができる

上段:人 下段:(%)

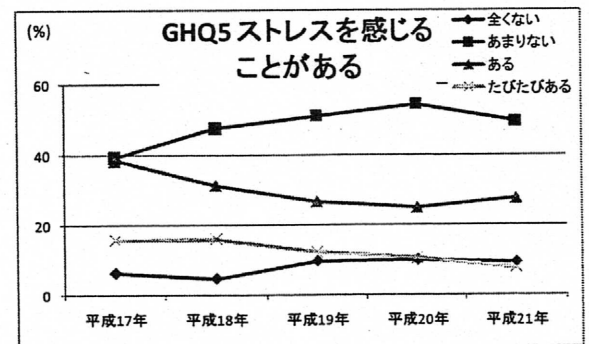
	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
いつもよりある	22 (1.6)	12 (1.6)	12 (1.9)	9 (1.6)	23 (2.6)
変わらず	791 (56.4)	471 (64.6)	394 (63.8)	428 (77.1)	628 (70.2)
あまりない	464 (33.1)	183 (25.1)	141 (22.8)	99 (17.8)	164 (18.3)
全くない	50 (3.6)	24 (3.3)	23 (3.7)	19 (3.4)	33 (3.7)
合計	1327 (94.6)	690 (94.7)	570 (92.2)	555 (93.3)	848 (94.7)
無効回答	76 (5.4)	39 (5.3)	48 (7.8)	40 (6.7)	47 (5.3)



5 ストレスを感じることもある

上段:人 下段:(%)

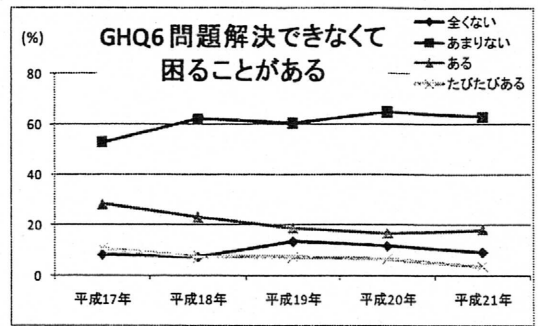
	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
全くない	84 (6.0)	33 (4.5)	54 (8.7)	55 (10.0)	82 (9.2)
あまりない	525 (37.4)	325 (44.6)	284 (46.0)	299 (54.4)	443 (49.5)
ある	514 (36.6)	215 (29.5)	149 (24.1)	137 (24.9)	247 (27.6)
たびたびある	211 (15.0)	110 (15.1)	69 (11.2)	59 (10.7)	70 (7.8)
合計	1334 (95.1)	683 (93.7)	556 (90.0)	550 (92.4)	842 (94.1)
無効回答	69 (4.9)	46 (6.3)	62 (10.0)	45 (7.6)	53 (5.9)





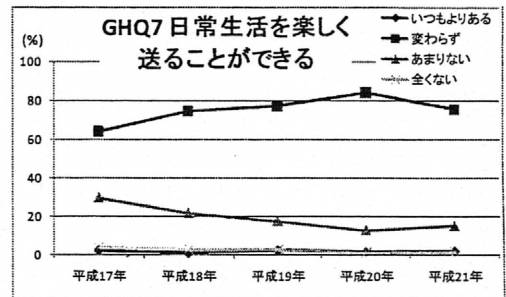
6 問題解決できなくて困ることがある 上段:人 下段:(%)

	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
全くない	110 (7.8)	49 (6.7)	75 (12.1)	64 (11.8)	83 (9.3)
あまりない	695 (49.5)	417 (57.2)	337 (54.5)	353 (64.9)	564 (63.0)
ある	372 (26.5)	155 (21.3)	104 (16.8)	91 (16.7)	162 (18.1)
たびたびある	139 (9.9)	50 (6.9)	41 (6.6)	36 (6.6)	33 (3.7)
合計	1316 (93.8)	671 (92.0)	557 (90.1)	544 (91.4)	842 (94.1)
無効回答	87 (6.2)	58 (8.0)	61 (9.9)	51 (8.6)	53 (5.9)



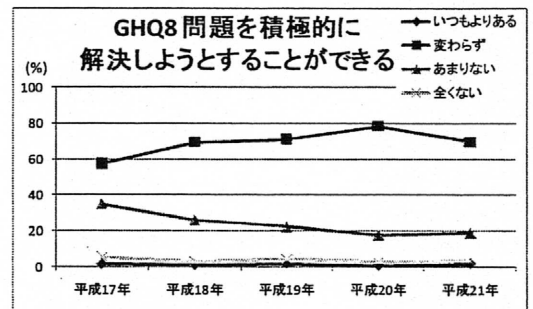
7 日常生活を楽しく送ることができる 上段:人 下段:(%)

	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
いつもよりある	32 (2.3)	6 (0.8)	14 (2.3)	10 (1.8)	24 (2.7)
変わらず	859 (61.2)	509 (69.8)	430 (69.6)	473 (84.2)	676 (75.5)
あまりない	398 (28.4)	148 (20.3)	98 (15.9)	72 (12.8)	135 (15.1)
全くない	51 (3.6)	19 (2.6)	16 (2.6)	7 (1.2)	15 (1.7)
合計	1340 (95.5)	682 (93.6)	558 (90.3)	562 (94.5)	850 (95.0)
無効回答	63 (4.5)	47 (6.4)	60 (9.7)	33 (5.5)	45 (5.0)



8 問題を積極的に解決しようとする事ができる 上段:人 下段:(%)

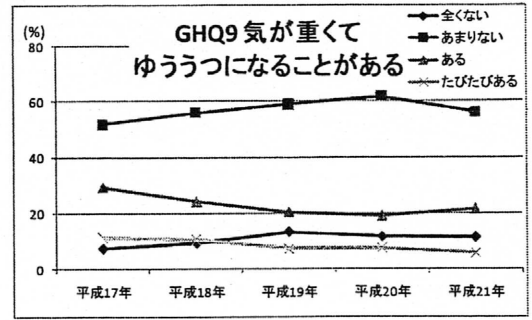
	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
いつもよりある	22 (1.6)	9 (1.2)	11 (1.8)	5 (0.9)	19 (2.1)
変わらず	748 (53.3)	473 (64.9)	394 (63.8)	430 (78.3)	624 (69.7)
あまりない	456 (32.5)	177 (24.3)	124 (20.1)	98 (17.9)	171 (19.1)
全くない	74 (5.3)	22 (3.0)	26 (4.2)	16 (2.9)	34 (3.8)
合計	1300 (92.7)	681 (93.4)	555 (89.8)	549 (92.3)	848 (94.7)
無効回答	103 (7.3)	48 (6.6)	63 (10.2)	46 (7.7)	47 (5.3)



9 気が重くてゆううつになることがある

上段:人 下段:(%)

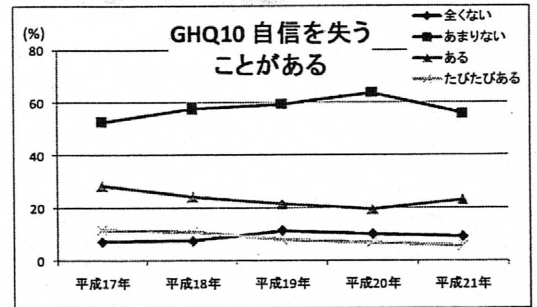
	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
全くない	97 (6.9)	65 (8.9)	75 (12.1)	64 (11.6)	102 (11.4)
あまりない	682 (48.6)	387 (53.1)	332 (53.7)	342 (61.8)	502 (56.1)
ある	387 (27.6)	167 (22.9)	115 (18.6)	105 (19.0)	192 (21.5)
たびたびある	151 (10.8)	73 (10.0)	41 (6.6)	42 (7.6)	52 (5.8)
合計	1317 (93.9)	692 (94.9)	563 (91.1)	553 (92.9)	848 (94.7)
無効回答	86 (6.1)	37 (5.1)	55 (8.9)	42 (7.1)	47 (5.3)



10 自信を失うことがある

上段:人 下段:(%)

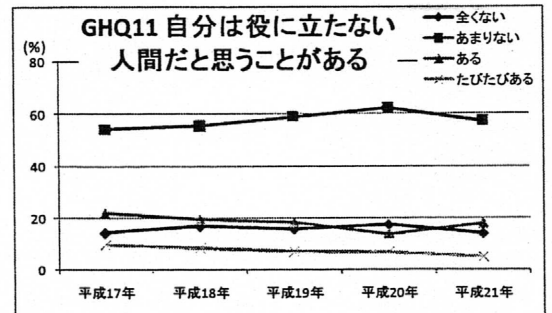
	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
全くない	94 (6.7)	51 (7.0)	62 (10.0)	54 (9.9)	81 (9.1)
あまりない	683 (48.7)	394 (54.0)	328 (53.1)	347 (63.7)	499 (55.8)
ある	370 (26.4)	166 (22.8)	119 (19.3)	106 (19.4)	208 (23.2)
たびたびある	152 (10.8)	73 (10.0)	44 (7.1)	38 (7.0)	50 (5.6)
合計	1299 (92.6)	684 (93.8)	553 (89.5)	545 (91.6)	838 (93.6)
無効回答	104 (7.4)	45 (6.2)	65 (10.5)	50 (8.4)	57 (6.4)



11 自分は役に立たない人間だと思ふことがある

上段:人 下段:(%)

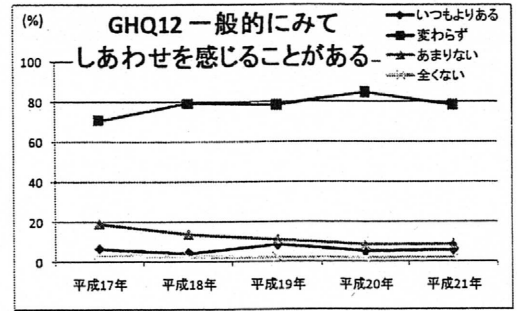
	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
全くない	188 (13.4)	116 (15.9)	89 (14.4)	96 (17.3)	126 (14.1)
あまりない	709 (50.5)	382 (52.4)	332 (53.7)	346 (62.3)	513 (57.3)
ある	286 (20.4)	133 (18.2)	102 (16.5)	77 (13.9)	160 (17.9)
たびたびある	126 (9.0)	57 (7.8)	39 (6.3)	36 (6.5)	44 (4.9)
合計	1309 (93.3)	688 (94.4)	562 (90.9)	555 (93.3)	843 (94.2)
無効回答	94 (6.7)	41 (5.6)	56 (9.1)	40 (6.7)	52 (5.8)



12 一般的にみてしあわせを感じることもある

上段:人 下段:(%)

	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
いつもよりある	85 (6.1)	31 (4.3)	46 (7.4)	29 (5.2)	52 (5.8)
変わらず	919 (65.5)	543 (74.5)	434 (70.2)	474 (84.6)	701 (78.3)
あまりない	247 (17.6)	93 (12.8)	62 (10.0)	46 (8.2)	78 (8.7)
全くない	51 (3.6)	18 (2.5)	12 (1.9)	11 (2.0)	18 (2.0)
合計	1302 (92.8)	685 (94.0)	554 (89.6)	560 (94.1)	849 (94.9)
無効回答	101 (7.2)	44 (6.0)	64 (10.4)	35 (5.9)	46 (5.1)

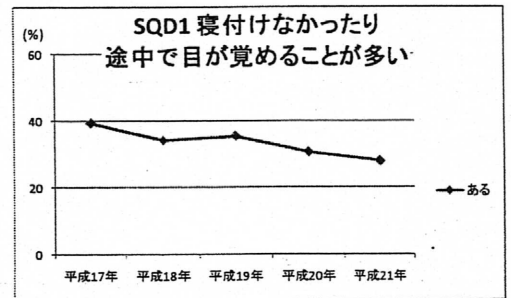


(2) SQD 各項目 (図は無効回答を除く)

1 寝付けなかったり途中で目が覚めることが多い

上段:人 下段:(%)

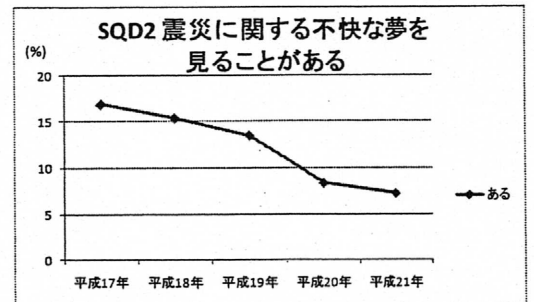
	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
ある	520 (37.1)	235 (32.2)	199 (32.2)	170 (30.6)	250 (27.9)
ない	804 (57.3)	454 (62.3)	363 (58.7)	386 (69.4)	595 (66.5)
合計	1324 (94.5)	689 (94.5)	562 (90.9)	556 (93.4)	845 (94.4)
無効回答	79 (5.6)	40 (5.5)	56 (9.1)	39 (6.6)	50 (5.6)



2 震災に関する不快な夢を見ることもある

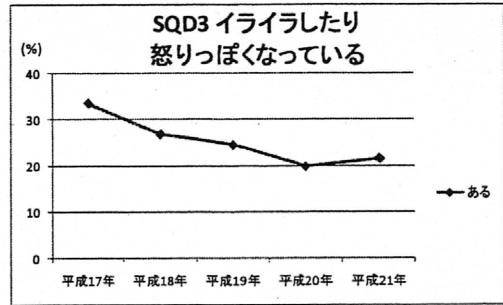
上段:人 下段:(%)

	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
ある	224 (16.0)	106 (14.5)	75 (12.1)	46 (8.3)	64 (7.2)
ない	1099 (78.3)	583 (80.0)	481 (77.8)	507 (91.7)	788 (88.0)
合計	1323 (94.5)	689 (94.5)	556 (90.0)	553 (92.9)	852 (95.2)
無効回答	80 (5.7)	40 (5.5)	62 (10.0)	42 (7.1)	43 (4.8)



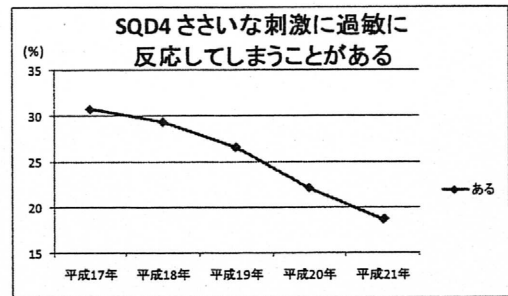
3 イライラしたり怒りっぽくなっている 上段:人 下段:(%)

	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
ある	442 (31.5)	184 (25.2)	136 (22.0)	110 (19.9)	193 (21.6)
ない	875 (62.4)	500 (68.6)	418 (67.6)	443 (80.1)	656 (73.3)
合計	1317 (93.8)	684 (93.8)	554 (89.6)	553 (92.9)	849 (94.9)
無効回答	86 (6.1)	45 (6.2)	64 (10.4)	42 (7.1)	46 (5.1)



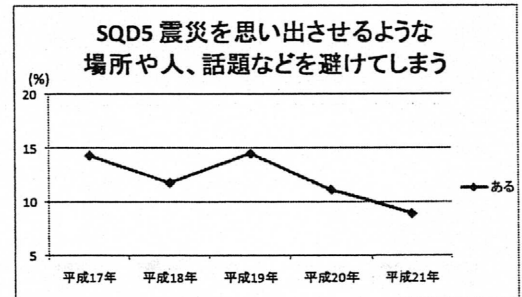
4 ささいな刺激に過敏に反応してしまうことがある 上段:人 下段:(%)

	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
ある	402 (28.7)	197 (27.0)	147 (23.8)	121 (22.1)	167 (18.7)
ない	904 (64.4)	473 (64.9)	405 (65.5)	426 (77.9)	665 (74.3)
合計	1306 (91.9)	670 (91.9)	552 (89.3)	547 (91.9)	832 (93.0)
無効回答	97 (6.9)	59 (8.1)	66 (10.7)	48 (8.1)	63 (7.0)



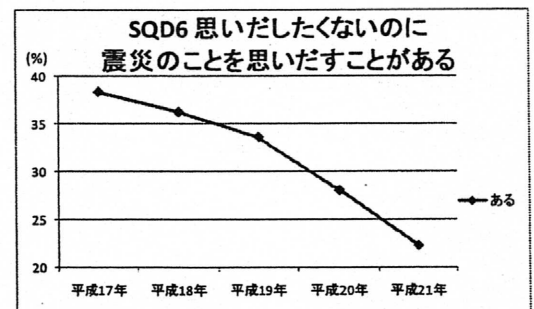
5 震災を思い出させるような場所や人、話題などを避けてしまう 上段:人 下段:(%)

	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
ある	190 (13.5)	81 (11.1)	81 (13.1)	61 (11.1)	80 (8.9)
ない	1133 (80.8)	606 (83.1)	477 (77.2)	487 (88.9)	771 (86.1)
合計	1323 (94.2)	687 (94.2)	558 (90.3)	548 (92.1)	851 (95.1)
無効回答	80 (5.7)	42 (5.8)	60 (9.7)	47 (7.9)	44 (4.9)



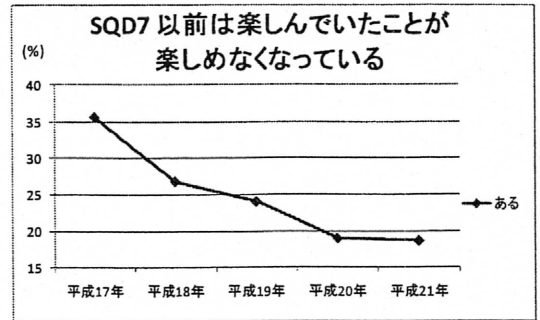
6 思いだしたくないのに震災のことを思いだすことがある 上段:人 下段:(%)

	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
ある	505 (36.0)	252 (34.6)	190 (30.7)	155 (28.0)	200 (22.3)
ない	811 (57.8)	443 (60.8)	375 (60.7)	398 (72.0)	651 (72.7)
合計	1316 (95.3)	695 (95.3)	565 (91.4)	553 (92.9)	851 (95.1)
無効回答	87 (6.2)	34 (4.7)	53 (8.6)	42 (7.1)	44 (4.9)



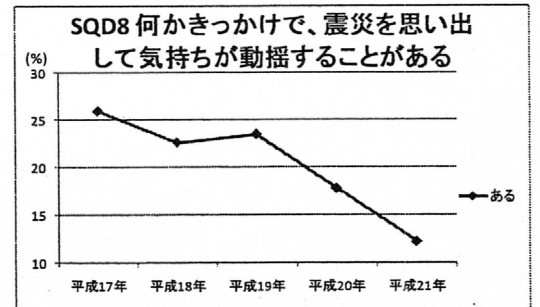
7 以前は楽しんでいたことが楽しめなくなっている 上段:人 下段:(%)

	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
ある	463 (33.0)	181 (24.8)	133 (21.5)	106 (19.0)	167 (18.7)
ない	837 (59.7)	494 (67.8)	420 (68.0)	452 (81.0)	680 (76.0)
合計	1300 (92.6)	675 (92.6)	553 (89.5)	558 (93.8)	847 (94.6)
無効回答	103 (7.3)	54 (7.4)	65 (10.5)	37 (6.2)	48 (5.4)



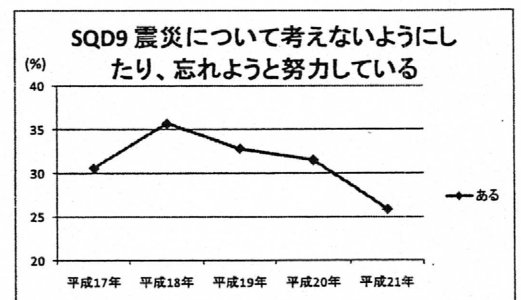
8 何かきっかけで、震災を思い出して気持ち動揺することがある 上段:人 下段:(%)

	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
ある	342 (24.4)	153 (21.0)	132 (21.4)	98 (17.8)	109 (12.2)
ない	977 (69.6)	524 (71.9)	430 (69.6)	453 (82.2)	737 (82.3)
合計	1319 (92.9)	677 (92.9)	562 (90.9)	551 (92.6)	846 (94.5)
無効回答	84 (6.0)	52 (7.1)	56 (9.1)	44 (7.4)	49 (5.5)



9 震災についてもう考えないようにしたり、忘れようと努力している 上段:人 下段:(%)

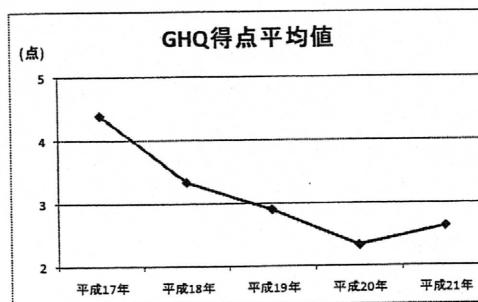
	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
ある	404 (28.8)	242 (33.2)	184 (29.8)	176 (31.5)	232 (25.9)
ない	916 (65.3)	436 (59.8)	376 (60.8)	382 (68.5)	615 (68.7)
合計	1320 (93.0)	678 (93.0)	560 (90.6)	558 (93.8)	847 (94.6)
無効回答	83 (5.9)	51 (7.0)	58 (9.4)	37 (6.2)	48 (5.4)



### (3) GHQ 得点

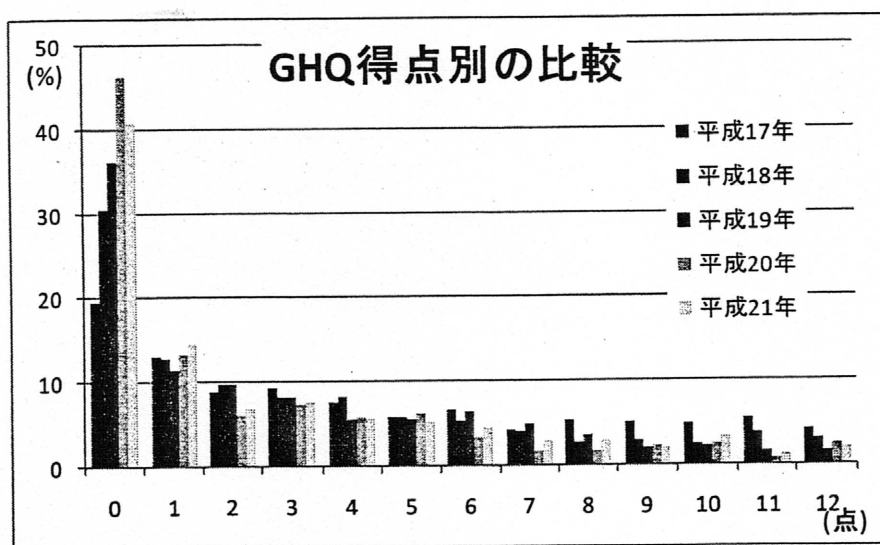
#### ① 全体平均値

	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
人数	1190	570	468	476	726
平均値(点)	4.39	3.34	2.9	2.33	2.63
標準偏差	3.83	3.58	3.28	3.21	3.32



#### ② GHQ 得点

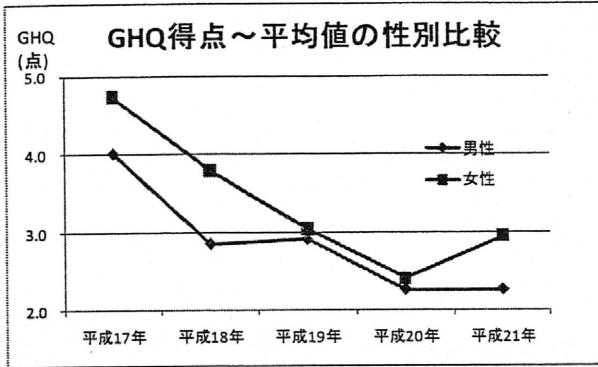
GHQ(点)	平成17年		平成18年		平成19年		平成20年		平成21年	
	人数	人(%)	人数	人(%)	人数	人(%)	人数	人(%)	人数	人(%)
0	231	(19.4)	175	(30.7)	170	(36.3)	220	(46.2)	297	(40.9)
1	153	(12.9)	73	(12.8)	54	(11.5)	63	(13.2)	106	(14.6)
2	105	(8.8)	56	(9.8)	46	(9.8)	29	(6.1)	50	(6.9)
3	111	(9.3)	46	(8.1)	39	(8.3)	35	(7.4)	54	(7.4)
4	91	(7.6)	46	(8.1)	26	(5.6)	28	(5.9)	41	(5.6)
5	68	(5.7)	33	(5.8)	26	(5.6)	30	(6.3)	38	(5.2)
6	80	(6.7)	30	(5.3)	30	(6.4)	16	(3.4)	33	(4.5)
7	50	(4.2)	23	(4.0)	23	(4.9)	8	(1.7)	21	(2.9)
8	64	(5.4)	16	(2.8)	17	(3.6)	8	(1.7)	22	(3.0)
9	61	(5.1)	17	(3.0)	10	(2.1)	11	(2.3)	15	(2.1)
10	59	(5.0)	15	(2.6)	11	(2.4)	12	(2.5)	24	(3.3)
11	66	(5.5)	22	(3.9)	8	(1.7)	4	(0.8)	9	(1.2)
12	51	(4.3)	18	(3.2)	8	(1.7)	12	(2.5)	16	(2.2)
	1190	(100.0)	570	(100.0)	468	(100.0)	476	(100.0)	726	(100.0)



③ GHQ 得点～平均値の性別比較

人数 平均 ± 標準偏差

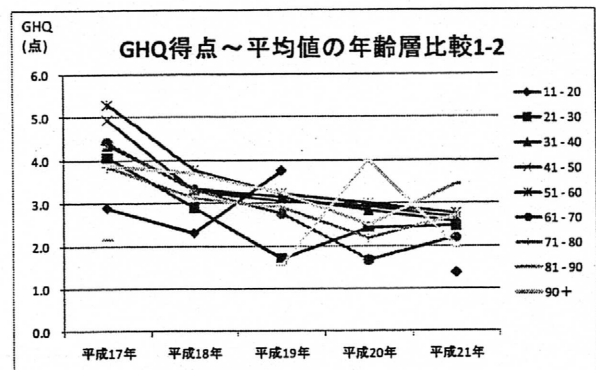
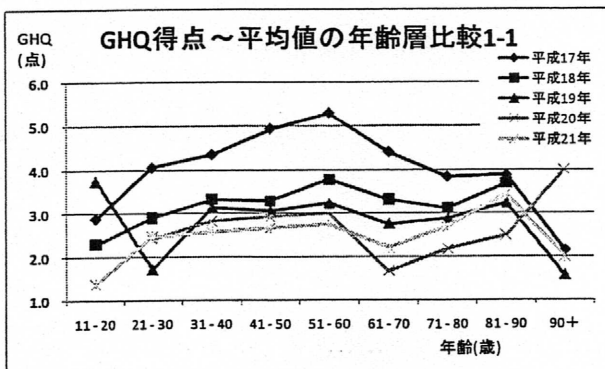
	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
性別 男性	575 4.0 ± 3.8	282 2.9 ± 3.3	276 2.9 ± 3.2	226 2.3 ± 3.3	359 2.3 ± 3.2
女性	606 4.7 ± 3.8	288 3.8 ± 3.8	328 3.1 ± 3.5	246 2.4 ± 3.2	363 3.0 ± 3.4
合計	1181 4.4 ± 3.8	570 3.3 ± 3.6	604 3.0 ± 3.4	472 2.3 ± 3.2	722 2.6 ± 3.3



④ GHQ 得点～平均値の年齢層別比較 1

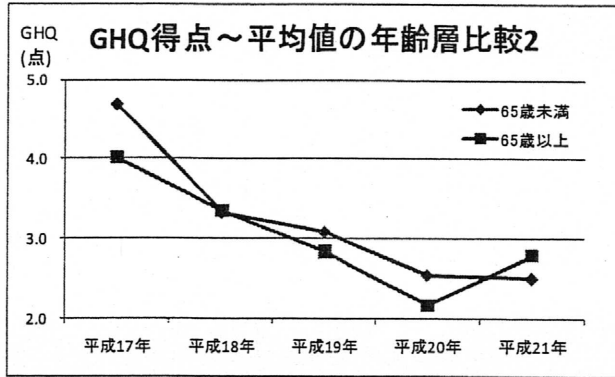
人数 平均 ± 標準偏差

年齢層(歳)	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
11-20	9 2.9 ± 2.6	10 2.3 ± 2.5	4 3.8 ± 3.0	0	8 1.4 ± 1.3
21-30	97 4.1 ± 3.4	42 2.9 ± 3.2	24 1.7 ± 2.9	21 2.4 ± 3.4	43 2.5 ± 3.3
31-40	105 4.4 ± 3.9	48 3.3 ± 3.8	42 3.1 ± 3.3	30 2.8 ± 3.3	49 2.6 ± 3.2
41-50	110 4.9 ± 4.1	56 3.3 ± 3.4	48 3.1 ± 3.9	40 2.9 ± 3.6	70 2.7 ± 3.5
51-60	236 5.3 ± 4.0	99 3.8 ± 3.9	108 3.2 ± 3.6	72 3.0 ± 3.5	145 2.8 ± 3.3
61-70	235 4.4 ± 3.8	137 3.3 ± 3.5	124 2.8 ± 3.2	115 1.7 ± 2.7	156 2.2 ± 3.1
71-80	267 3.8 ± 3.8	129 3.1 ± 3.6	172 2.9 ± 3.4	124 2.2 ± 3.2	149 2.7 ± 3.4
81-90	116 3.9 ± 3.4	49 3.7 ± 3.5	80 3.3 ± 3.3	69 2.5 ± 3.4	85 3.4 ± 3.7
90+	13 2.2 ± 1.7	0	7 1.6 ± 2.1	1 4.0	5 2.0 ± 2.5
合計	1188 4.4 ± 3.8	570 3.3 ± 3.6	609 2.9 ± 3.4	472 2.3 ± 3.2	710 2.6 ± 3.3



⑤ GHQ 得点～平均値の年齢層別比較 2

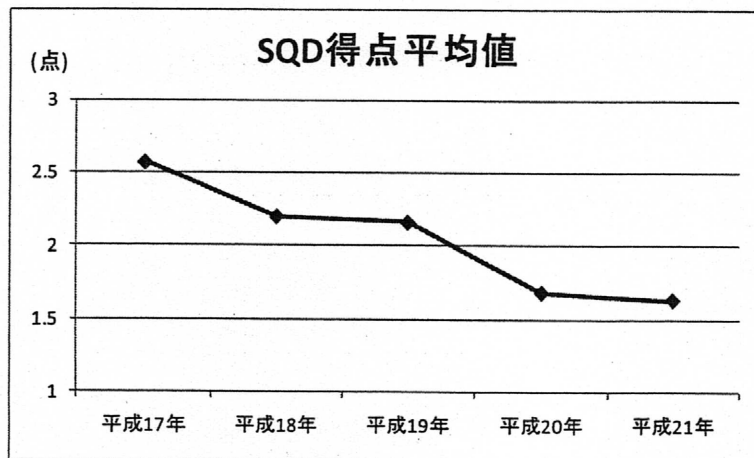
	平成17年		平成18年		平成19年		平成20年		平成21年	
65歳未満	650	4.7 ± 3.9	302	3.3 ± 3.6	267	3.1 ± 3.5	216	2.6 ± 3.3	380	2.5 ± 3.3
65歳以上	538	4.0 ± 3.7	268	3.3 ± 3.5	342	2.8 ± 3.3	256	2.2 ± 3.2	330	2.8 ± 3.4
	1188	4.4 ± 3.8	570	3.3 ± 3.6	609	2.9 ± 3.4	472	2.3 ± 3.2	710	2.6 ± 3.3



(4) SQD 得点

① SQD 全体平均値

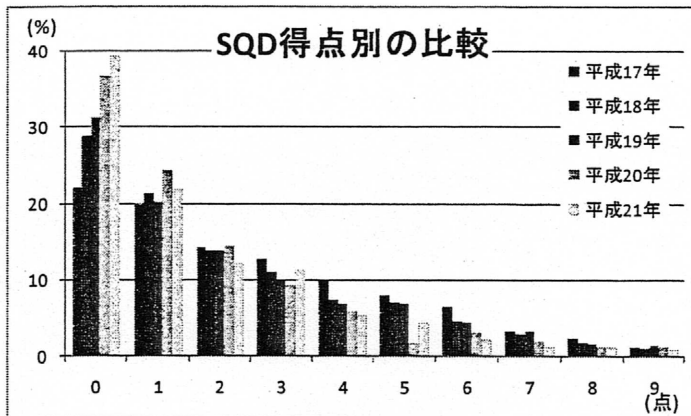
	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
人数	1221	595	632	487	774
平均値(点)	2.57	2.2	2.16	1.68	1.63
標準偏差	2.3	2.25	2.29	2.04	1.98





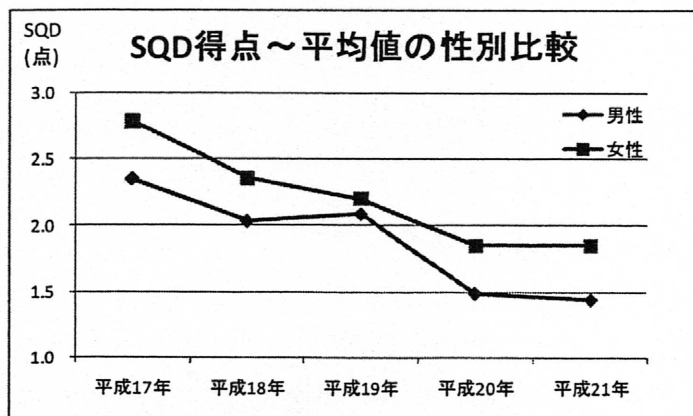
② SQD 得点

SQD(点)	平成17年		平成18年		平成19年		平成20年		平成21年	
	人数	人(%)	人数	人(%)	人数	人(%)	人数	人(%)	人数	人(%)
0	269	(22.0)	172	(28.9)	198	(31.3)	179	(36.8)	304	(39.3)
1	242	(19.8)	127	(21.3)	128	(20.3)	118	(24.2)	170	(22.0)
2	174	(14.3)	82	(13.8)	87	(13.8)	70	(14.4)	94	(12.1)
3	156	(12.8)	65	(10.9)	63	(10.0)	45	(9.2)	88	(11.4)
4	120	(9.8)	44	(7.4)	44	(7.0)	29	(6.0)	41	(5.3)
5	97	(7.9)	42	(7.1)	44	(7.0)	9	(1.8)	34	(4.4)
6	79	(6.5)	28	(4.7)	28	(4.4)	15	(3.1)	17	(2.2)
7	41	(3.4)	18	(3.0)	21	(3.3)	10	(2.1)	10	(1.3)
8	28	(2.3)	11	(1.8)	10	(1.6)	6	(1.2)	9	(1.2)
9	15	(1.2)	6	(1.0)	9	(1.4)	6	(1.2)	7	(0.9)
	1221	(100.0)	595	(100.0)	632	(100.0)	487	(100.0)	774	(100.0)



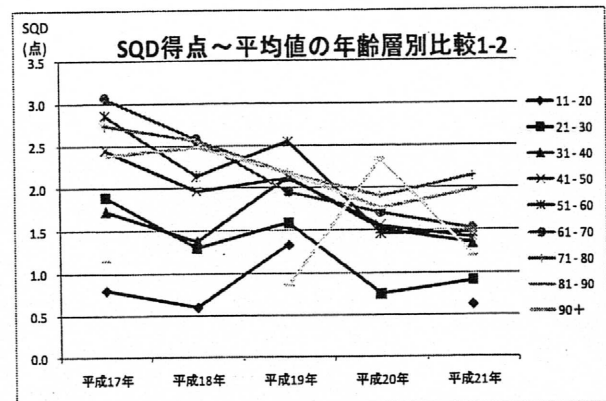
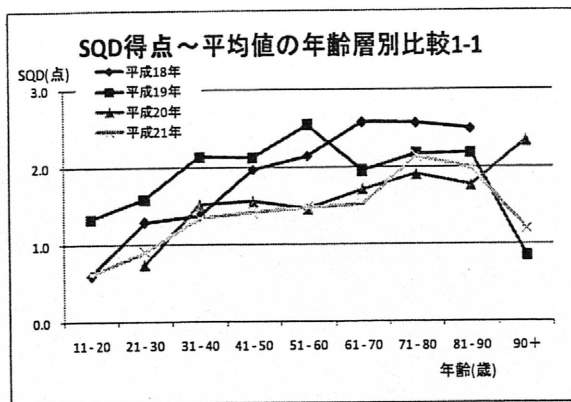
③ SQD 得点～平均値の性別比較

性別		平成17年		平成18年		平成19年		平成20年		平成21年	
		人数	平均 ± 標準偏差	人数	平均 ± 標準偏差	人数	平均 ± 標準偏差	人数	平均 ± 標準偏差	人数	平均 ± 標準偏差
男性		604	2.4 ± 2.2	292	2.0 ± 2.3	285	2.1 ± 2.3	230	1.5 ± 2.0	381	1.4 ± 1.9
女性		613	2.8 ± 2.4	303	2.4 ± 2.2	321	2.2 ± 2.3	256	1.8 ± 2.0	388	1.8 ± 2.0
合計		1217	2.6 ± 2.3	595	2.2 ± 2.2	606	2.1 ± 2.3	486	1.7 ± 2.0	769	1.6 ± 2.0



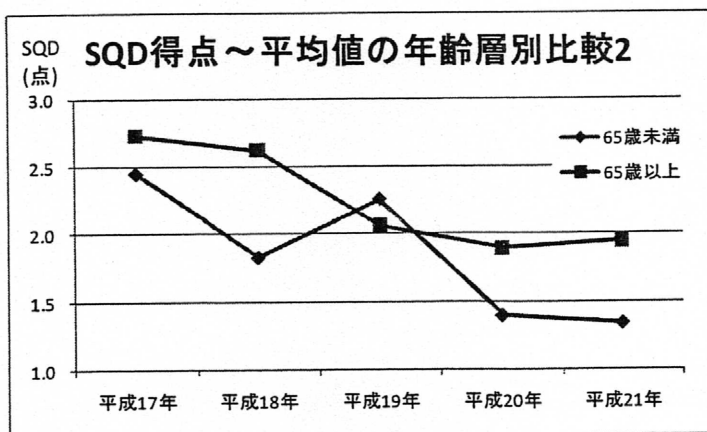
④ SQD 得点～平均値の年齢層別比較 1

年齢層(歳)	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
11-20	10 0.8 ± 0.9	10 0.6 ± 0.8	3 1.3 ± 0.6	0	8 0.6 ± 1.1
21-30	97 1.9 ± 1.9	44 1.3 ± 1.5	22 1.6 ± 2.0	20 0.8 ± 1.1	45 0.9 ± 1.3
31-40	109 1.7 ± 1.8	50 1.4 ± 2.0	45 2.1 ± 2.3	29 1.5 ± 1.9	52 1.3 ± 1.9
41-50	118 2.4 ± 2.2	61 2.0 ± 2.2	51 2.1 ± 2.6	41 1.6 ± 2.1	69 1.4 ± 2.1
51-60	240 2.9 ± 2.4	106 2.1 ± 2.2	110 2.5 ± 2.5	71 1.5 ± 1.8	148 1.5 ± 1.9
61-70	249 3.1 ± 2.5	139 2.6 ± 2.4	128 2.0 ± 1.9	119 1.7 ± 2.1	168 1.5 ± 1.9
71-80	258 2.7 ± 2.4	138 2.6 ± 2.4	162 2.2 ± 2.4	132 1.9 ± 2.1	168 2.1 ± 2.2
81-90	127 2.4 ± 2.1	47 2.5 ± 2.1	79 2.2 ± 2.2	72 1.8 ± 2.2	94 2.0 ± 2.0
90+	13 1.2 ± 1.4		7 0.9 ± 0.9	3 2.3 4.0	5 1.2 ± 1.6
合計	1221 2.6 ± 2.3	595 2.2 ± 2.2	607 2.1 ± 2.3	487 1.7 ± 2.0	757 1.6 ± 2.0



⑤ SQD 得点～平均値の年齢層別比較 2

	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
65歳未満	676 2.4 ± 2.3	317 1.8 ± 2.1	273 2.3 ± 2.4	214 1.4 ± 1.9	388 1.3 ± 1.9
65歳以上	545 2.7 ± 2.3	278 2.6 ± 2.3	334 2.1 ± 2.2	273 1.9 ± 2.2	369 1.9 ± 2.1
合計	1221 2.6 ± 2.3	595 2.2 ± 2.2	607 2.1 ± 2.3	487 1.7 ± 2.0	757 1.7 ± 2.0



# 資 料

## (17年度) あなたのこころとからだ、お元気ですか？

- あてはまる口に印をつけてください。(例：☑、☒、■)。
- 「その他（具体的に： ）とあるところは、できるだけ具体的にご記入ください。
- この用紙はできるだけご本人が回答ください。やむをえずご本人以外の方が回答される場合はご本人のことがよくわかる方に回答をお願いします。

## 問1 どなたの調査になるか教えてください。また記入される方はどなたですか。

- 1) 氏名： ( 才 )
- 2) 性別： 男 女
- 3) 職業：会社員 公務員 自営業 パート・アルバイト 学生 農業  
養鯉業 家事 無職 その他（具体的に
- 4) 記入者：本人 配偶者 親 子 その他（具体的に
- 5) ご本人以外が記入者の場合、ご本人と一緒に住んでいますか：同居 別居

## 問2 体のことについてお聞きします。

- 1) 今年に入ってから健診を受けましたか

受けた 受ける予定 受ける予定はない→3)へ



「受けた」「受ける予定」と答えた方にお聞きします。

- 2) どこで受けましたか、又は受ける予定ですか。当てはまるもの全てに印をつけてください。

1月の集会所での住民健診 6月の青葉台小学校での基本健診  
7月の新産体育館でのミニドック 市のシルバー健診 職場の健診  
ドック 診療所や医療機関 その他（具体的に

- 3) 定期的に通診している病気はありますか。

ある ない→5)へ



「ある」と答えた人にお聞きします。

- 4) 通診している病気で、当てはまるもの全てに印をつけてください。

高血圧症 高脂血症 糖尿病 心臓病 腎臓病 肝臓病  
胃腸の病気 関節の病気 精神科の病気 その他（具体的に

- 5) 気になる症状はありますか。

ある ない→問3へ



「ある」と答えた人にお聞きします。

- 6) 気になる症状で当てはまるもの全てに印をつけてください。

頭痛や頭重感 肩こり 目の疲れ 耳鳴り 関節痛 腹痛 胃の不快感  
便秘 下痢 冷え性 ほてったり汗をかく 肌が荒れる 髪が抜ける  
生理不順や月経困難 忘れっぽくなった やる気がでない 根気がない  
その他（具体的に

**問3 食生活のことについてお聞きします。**

1) 食生活で気をつけていることはありますか。

ある ない→3)へ

↓  
「ある」と答えた人にお聞きします。

2) 食生活で気をつけていることで当てはまるもの全てに印をつけてください。

- 3食規則正しく食べる 家族揃って食べる 腹八分目にする よく噛む  
バランスよく食べる 間食や夜食をしない 塩分を控える 油を控える  
野菜を多くする その他（具体的に

3) 去年の9月ごろと比べて、食生活のことで変わったことはありますか。

ある ない→問4へ

↓  
「ある」と答えた人にお聞きします。

4) 食生活の変化で当てはまるもの全てに印をつけてください。

- 食べる量が増えた 食べる量が減った 品数が増えた 品数が減った  
野菜の量が増えた 野菜の量が減った 間食が増えた 間食が減った  
味付けが濃くなった 味付けが薄くなった インスタント食品や惣菜が増えた  
その他（具体的に

**問4 お酒のことについてお聞きします。**

1) お酒を飲みますか(行事など特別な日は含まれません)。

飲まない→5)へ ときどき(週1日~6日)→5)へ 毎日飲む

↓  
「毎日飲む」と答えた人にお聞きします。種類と量・時間帯を教えてください。

2) 種類：日本酒 ビール・発泡酒 焼酎 ワイン  
その他（具体的に

3) 量：(1日に )

4) 飲む時間帯(当てはまるもの全てに印をつけてください。)

- 午前中 昼食時 午後 夕食時 寝る前  
その他（具体的に

5) 去年の9月ごろと比べて、お酒のことで変わったことはありますか。

ある ない→問5へ

↓  
「ある」と答えた人にお聞きします。

6) お酒の変化で当てはまるもの全てに印をつけてください。

- 量が増えた 量が減った 飲む回数が増えた 飲む回数が減った  
飲み始めた 飲まなくなった その他（具体的に

**問5 タバコのことについてお聞きします。**

1) タバコは吸いますか。  
吸わない やめた( 才から) 吸っている(1日に 本)

2) 去年の9月ごろと比べて、タバコのことによって変わったことはありますか。

ある ない→問6へ



**「ある」と答えた人にお聞きします。**

3) タバコの変化で当てはまるものに印をつけてください。

本数が増えた 本数が減った 吸い始めた やめた

**問6 おくちの中のことについてお聞きします。**

1) 歯磨きや入れ歯・おくちの中の手入れを、1日に何回していますか。

3回 2回 1回 ときどきする 全くしない

2) おくちの中で気になることはありますか。

ある ない→問7へ



**「ある」と答えた人にお聞きします。**

3) おくちの中の気になることで**当てはまるもの全てに印をつけてください。**

虫歯がある 歯や歯茎に痛みがある 歯茎から出血しやすい 歯茎がはれた  
歯茎がやせた におい(口臭)がある できもの(口内炎)がしやすい  
歯に食べかすが挟まりやすい 入れ歯が合わない その他(具体的に

**問7 仕事のことについてお聞きします。**

**※以下、この調査でいう「仕事」とは農作業・家事等を含んでいます。**

仕事にかかる通勤時間、仕事時間、休日はどのくらいですか。

- 1) 通勤時間：片道 分  
2) 勤務時間：1日 時間  
3) 時間外勤務：ひと月に 時間  
4) 休日：ひと月に 日

5) 去年の9月ごろと比べて、仕事のことによって変わったことはありますか。

ある ない→問8へ



**「ある」と答えた人にお聞きします。**

6) 仕事の変化で**当てはまるもの全てに印をつけてください。**

仕事時間が増えた 仕事時間が減った 休日が増えた 休日が減った  
通勤時間が増えた 通勤時間が減った 仕事を始めた 仕事をやめた  
勤め先が変わった その他(具体的に

**問8 運動のことについてお聞きします。**

1) 体を動かしていますか。

仕事以外にも動かしている 仕事で動かしている→5)へ 動かしていない→5)へ

↓  
「**仕事以外にも動かしている**」と答えた方にお聞きします。種類と時間をお聞かせください。

2) 種類：歩く（散歩、ウォーキング） 体操 その他（具体的に

3) 時間：（1回 \_\_\_\_\_ 分）

4) 頻度：（1週間に \_\_\_\_\_ 日）

5) 去年の9月ごろと比べて、体を動かすことで変わったことはありますか。

ある ない→問9へ

↓  
「**ある**」と答えた人にお聞きします。

6) からだを動かすことの変化で**当てはまるもの全てに印をつけてください。**

動く時間が増えた 動く時間が減った 回数が増えた 回数が減った  
動かなくなった その他（具体的に

**問9 体重のことについてお聞きします。**

1) 去年の9月ごろと比べて、体重は変わりましたか。

3kg以上増えた 3kg以上減った 変わらない、又は3kg未満の変動→問10へ

↓ ↓  
「**3kg以上増えた**」「**3kg以上減った**」と答えた人にお聞きします。

2) 変化した理由はなぜですか。

意識して（ダイエット等で） 無意識のうちに

**問10 休養のことについてお聞きします。**

1) ゆっくりと休息する時間はありますか。

十分ある まあまあある あまりない 休みたいが休めない 休みはらない

2) 自分の好きなことを楽しんでいますか。

十分楽しんでいる まあまあ楽しんでいる あまり楽しんでいない  
何をやっても楽しめない

3) 睡眠時間はどのくらいありますか。

（1日に \_\_\_\_\_ 時間）

↓  
4) 上記の時間で睡眠は足りていますか。

十分足りている まあまあ足りている あまり足りていない 不足している

5) 去年の9月ごろと比べて、睡眠のことで変わったことはありますか。

ある ない → 問11へ

↓  
「ある」と答えた人にお聞きします。

6) 睡眠の変化で当てはまるもの全てに印をつけてください。

- 睡眠時間が増えた      睡眠時間が減った      寝酒を飲むようになった  
眠剤を飲むようになった      その他（具体的に

**問11 ころとからだの元気度についてお聞きします。**

1) あなたのころとからだの元気に点数をつけるなら、**100点満点中何点だと思えますか。**  
からだ（      点/100点）      ころ（      点/100点）

去年の9月と比べて、ころとからだの負担は変わりましたか。

- 2) からだの負担：増えた      変わらない      減った  
3) ころの負担：増えた      変わらない      減った

**問12 ここ最近2週間の状態についてお聞きします。**

**深く考えずに、当てはまると思うものに印をつけてください。**

- 1) 何かをする時、集中することができますか。  
いつもよりもできる      いつもと変わらずにできる  
いつもよりできない      まったくできない
- 2) 心配事があって眠れないことがありますか。  
まったくない      あまりない      ある      たびたびある
- 3) 自分のしていることに、生きがいを感じていますか。  
いつもよりも感じる      いつもと変わらずに感じる  
いつもより感じない      まったく感じない
- 4) 容易に（さっさと）物事を決めることができますか。  
いつもよりもできる      いつもと変わらずにできる  
いつもよりできない      まったくできない
- 5) ストレスを感じることがありますか。  
まったくない      あまりない      ある      たびたびある
- 6) 問題を解決できなくて困ることがありますか。  
まったくない      あまりない      ある      たびたびある
- 7) 日常生活を楽しく送ることができますか。  
いつもよりもできる      いつもと変わらずにできる  
いつもよりできない      まったくできない



- 8) 問題を積極的に解決しようとすることができますか。  
いつもよりもできる      いつもと変わらずにできる  
いつもよりできない      まったくできない
- 9) 気が重くてゆううつになることがありますか。  
まったくない      あまりない      ある      たびたびある
- 10) 自信を失うことがありますか。  
まったくない      あまりない      ある      たびたびある
- 11) 自分は役に立たない人間だと思ふことがありますか。  
まったくない      あまりない      ある      たびたびある
- 12) 一般的にみてしあわせと感ずることがありますか。  
いつもよりある      いつもと変わらずにある      いつもよりない      まったくない
- 13) 睡眠はどうですか。寝つけなかつたり、途中で目が覚めることが多いですか。  
はい      いいえ
- 14) 震災に関する不快な夢を、見ることがありますか。  
はい      いいえ
- 15) イライラしたり、怒りっぽくなっていますか。  
はい      いいえ
- 16) ささいな刺激に、過敏に反応してしまうことがありますか。  
はい      いいえ
- 17) 震災を思い出させるような場所や人、話題などをさけてしまうことがありますか。  
はい      いいえ
- 18) 思い出したくないのに震災のことを思い出すことがありますか。  
はい      いいえ
- 19) 以前は楽しんでいたことが楽しめなくなっていますか  
はい      いいえ
- 20) 何かきっかけで、震災を思い出して気持ちが動揺することがありますか。  
はい      いいえ
- 21) 震災についてもう考えないようにしたり、忘れようと努力していますか。  
はい      いいえ

**問13 交流のことについてお聞きします。**

- 1) 隣近所と気軽に声を掛け合ったり、寄ったりしていますか。  
しょっちゅうある 時々ある あまりない ほとんどない
- 2) 困った時や心配事があった時、相談相手や様子を見に来てくれる人がいますか。  
はい いいえ→問14へ

↓  
**「はい」と答えた人にお聞きします。**

- 3) それはどのような方ですか。当てはまるもの全てに印をつけてください。  
配偶者 親 兄弟 子供 親戚 友人 職場の同僚  
区長 民生委員 社会福祉協議会・ボランティアセンター 交番  
山古志支所 その他(具体的に)

**問14 ご自宅の被害状況と今後の見通しについてお聞きします。**

- 1) 山古志地域内にあるご自宅の家屋の被害状況を教えてください。  
全壊 大規模半壊 半壊 一部損壊 被害なし
- 2) 今後の見通しについて教えてください。  
見通しが立った 家族内で意見がまとまっていない 見通しが立たない

**問15 専門家への相談のことについてお聞きします。**

- 1) ころやからだのことで、専門家の相談を希望されますか。  
希望する 希望しない→問16へ
- ↓  
**「希望する」と答えた人にお聞きします。**
- 2) どのようなことを相談したいですか。当てはまるもの全てに印をつけてください。  
健康のこと全般 栄養 運動 ころ お口の中のこと(口腔ケア)  
その他(具体的に)

※希望されない場合でも、調査の結果から必要と思われる方には支所の保健師よりご相談させていただきます。ご了承ください。

**問16 その他、お気づきの点やご要望など自由にお書きください。**

ありがとうございました。

※調査員記入欄

1 2 3 4 5 6

※ 調査員記入欄には記入しないで下さい

## (18年度) あなたのこころとからだ、お元気ですか？

- あてはまるところに○をつけてください。
- 「その他（具体的に： ）とあるところは、**できるだけ具体的にご記入ください。**
- この用紙はできるだけご本人が回答ください。やむをえずご本人以外の方が回答される場合はご本人のことがよくわかる方に回答をお願いします。

### 問1 どなたの調査になるかお聞きします。

- 1) 氏名： ( 才 )
- 2) 性別：1 男 2 女
- 3) 職業：1 会社員 2 公務員 3 自営業 4 パート・アルバイト 5 学生 6 農業  
7 養鯉業 8 主婦 9 無職 10 その他（具体的に )

### 問2 体のことについてお聞きします。

- 1) 今年度(平成18年4月以降)に市・職場・医療機関等で、健診を受けましたか  
1 受けた 2 受ける予定 3 受ける予定はない
- 2) 震災以後、新たに出てきた気になる症状はありますか。  
1 ある 2 ない → 問3へ

↓  
「ある」と答えた人にお聞きします。

- 3) 気になる症状で**当てはまるもの全てに○をつけてください。**

- 1 頭痛や頭重感 2 めまい 3 舌のもつれ 4 手足のしびれ 5 手足のむくみ 6 息切れ  
7 胸部痛 8 上腹部痛 9 腹痛 10 胃の不快感 11 食欲不振 12 下痢 13 便秘  
14 のどの渇き 15 だるい 16 肩こり 17 目の疲れ 18 耳鳴り 19 髪が抜ける  
20 腰痛 21 膝痛 22 3kg以上の体重増加 23 3kg以上の体重減少 24 肌が荒れる  
25 生理不順や月経困難 26 忘れっぽくなった 27 根気がない 28 やる気がでない  
29 その他（具体的に )

### 問3 食生活のことについてお聞きします。

- 1) 去年の6月ごろと比べて、食生活のことで変わったことはありますか。  
1 ある 2 ない → 問4へ

↓  
「ある」と答えた人にお聞きします。

- 2) 食生活の変化で**当てはまるもの全てに○をつけてください。**

- 1 食べる量が増えた 2 食べる量が減った 3 品数が増えた 4 品数が減った  
5 野菜の量が増えた 6 野菜の量が減った 7 間食が増えた 8 間食が減った  
9 味付けが濃くなった 10 味付けが薄くなった 11 インスタント食品や惣菜が増えた  
12 その他（具体的に )

**問4 お酒のことについてお聞きします。**

1) 普段、お酒を飲みますか(行事など特別な日は含まれません)。

- 1 飲まない    2 ときどき飲む(週1日~6日)    3 毎日飲む

2) 去年の6月ごろと比べて、お酒のことで変わったことはありますか。

- 1 ある    2 ない → 問5へ

↓  
「ある」と答えた人にお聞きします。

3) お酒の変化で当てはまるもの全てに○をつけてください。

- 1 量が増えた    2 量が減った    3 飲む回数が増えた    4 飲む回数が減った  
5 飲み始めた    6 飲まなくなった    7 その他(具体的に)

**問5 タバコのことについてお聞きします。**

1) タバコは吸いますか。

- 1 吸わない → 問6へ    2 やめた(    才から) → 問6へ    3 吸っている(1日に    本)

↓  
「吸っている」と答えた人にお聞きします。

2) 去年の6月ごろと比べて、当てはまるものに○をつけてください。

- 1 本数が増えた    2 本数が減った    3 吸い始めた

**問6 運動のことについてお聞きします。**

1) 去年の6月ごろと比べて、体を動かすこと(仕事以外)で変わったことはありますか。

- 1 ある    2 ない → 問7へ

↓  
「ある」と答えた人にお聞きします。

2) からだを動かすことの変化で当てはまるもの全てに○をつけてください。

- 1 動く時間が増えた    2 動く時間が減った    3 回数が増えた  
4 回数が減った    5 動かなくなった    6 その他(具体的に)

**問7 ここ最近2週間の状態についてお聞きします。**

**深く考えずに、当てはまると思うものに○をつけてください。**

1) 何かをする時、集中することができますか。

- 1 いつもよりもできる    2 いつもと変わらずにできる  
3 いつもよりできない    4 まったくできない

2) 心配事があって眠れないことがありますか。

- 1 まったくない    2 あまりない    3 ある    4 たびたびある

3) 自分のしていることに、生きがいを感じていますか。

- 1 いつもよりも感じる    2 いつもと変わらずに感じる  
3 いつもより感じない    4 まったく感じない

4) 容易に(さっさと)物事を決めることができますか。

- 1 いつもよりもできる    2 いつもと変わらずにできる  
3 いつもよりできない    4 まったくできない

- 5) ストレスを感じるがありますか。  
1 まったくない                      2 あまりない                      3 ある                                      4 たびたびある
- 6) 問題を解決できなくて困ることがありますか。  
1 まったくない                      2 あまりない                      3 ある                                      4 たびたびある
- 7) 日常生活を楽しく送ることができますか。  
1 いつもよりもできる              2 いつもと変わらずにできる  
3 いつもよりできない              4 まったくできない
- 8) 問題を積極的に解決しようとすることができますか。  
1 いつもよりもできる              2 いつもと変わらずにできる  
3 いつもよりできない              4 まったくできない
- 9) 気が重くてゆううつになることがありますか。  
1 まったくない                      2 あまりない                      3 ある                                      4 たびたびある
- 10) 自信を失うことがありますか。  
1 まったくない                      2 あまりない                      3 ある                                      4 たびたびある
- 11) 自分は役に立たない人間だと思ふことがありますか。  
1 まったくない                      2 あまりない                      3 ある                                      4 たびたびある
- 12) 一般的にみてしあわせと感ずることがありますか。  
1 いつもよりある                      2 いつもと変わらずにある  
3 いつもよりない                      4 まったくない
- 13) 睡眠はどうですか。寝つけなかつたり、途中で目が覚めることが多いですか。  
1 はい                                      2 いいえ
- 14) 震災に関する不快な夢を、見るがありますか。  
1 はい                                      2 いいえ
- 15) イライラしたり、怒りっぽくなっていますか。  
1 はい                                      2 いいえ
- 16) ささいな刺激に、過敏に反応してしまうがありますか。  
1 はい                                      2 いいえ
- 17) 震災を思い出させるような場所や人、話題などをさけてしまうがありますか。  
1 はい                                      2 いいえ
- 18) 思い出したくないのに震災のことを思い出しますか。  
1 はい                                      2 いいえ

19)以前は楽しんでいたことが楽しめなくなっていますか

- 1 はい    2 いいえ

20)何かきっかけで、震災を思い出して気持ちが動揺することがありますか。

- 1 はい    2 いいえ

21)震災についてもう考えないようにしたり、忘れようと努力していますか。

- 1 はい    2 いいえ

**問8 交流のことについてお聞きします。**

1) 隣近所や友人と気軽に声を掛け合ったり、寄ったりしていますか。

- 1 しょっちゅうある                      2 時々ある                      3 あまりない                      4 ほとんどない

2) 困った時や心配事があった時、相談する人や様子を見に来てくれる人がいますか。

- 1 はい    2 いいえ → **問9**へ



**「はい」と答えた人にお聞きします。**

3) それはどのような方ですか。 **当てはまるもの全てに○をつけてください。**

- 1 配偶者      2 親                      3 兄弟      4 子供                      5 親戚      6 友人      7 職場の同僚  
8 区長                      9 民生委員      10 社会福祉協議会・ボランティアセンター      11 交番  
12 山古志支所                      13 その他(具体的に )

**問9 専門家への相談のことについてお聞きします。**

1) ところやからだのことで、専門家の相談を希望されますか。

- 1 希望する                                      2 希望しない → **問10**へ



**「希望する」と答えた人にお聞きします。**

2) どのようなことを相談したいですか。 **当てはまるもの全てに○をつけてください。**

- 1 健康づくり      2 栄養                      3 運動      4 ところ      5 その他(具体的に )

※希望されない場合でも、調査の結果から必要と思われる方には支所の保健師よりご相談させていただきます。ご了承ください。

**問10 その他、お気づきの点やご要望など自由にお書きください。**

ありがとうございました。

※調査員記入欄

- 1      2      3

※ 調査員記入欄には記入しないで下さい

## (19年度) あなたのこころとからだ、お元気ですか？

- あてはまるところに○をつけてください。
- 「その他（具体的に： ）とあるところは、できるだけ具体的にご記入ください。
- この用紙はできるだけご本人が回答ください。やむをえずご本人以外の方が回答される場合はご本人のことがよくわかる方に回答をお願いします。

### 問1 どなたの調査になるかお聞きします。

- 1) 氏名： ( 才 )
- 2) 性別： 1 男 2 女
- 3) 職業： 1 会社員 2 公務員 3 自営業 4 パート・アルバイト 5 学生 6 農業  
7 養鯉業 8 主婦 9 無職 10 その他（具体的に )

### 問2 体のことについてお聞きします。

- 1) 今年度(平成19年4月以降)に市・職場・医療機関等で、健診を受けましたか  
1 受けた 2 受ける予定 3 受ける予定はない

- 2) 震災以後、新たに出てきた気になる症状はありますか。

1 ある 2 ない → 問3へ

↓  
「ある」と答えた人にお聞きします。

- 3) 気になる症状で当てはまるもの全てに○をつけてください。

- 1 頭痛や頭重感 2 めまい 3 舌のもつれ 4 手足のしびれ 5 手足のむくみ 6 息切れ  
7 胸部痛 8 上腹部痛 9 腹痛 10 胃の不快感 11 食欲不振 12 下痢 13 便秘  
14 のどの渇き 15 だるい 16 肩こり 17 目の疲れ 18 耳鳴り 19 髪が抜ける  
20 腰痛 21 膝痛 22 3kg以上の体重増加 23 3kg以上の体重減少 24 肌が荒れる  
25 生理不順や月経困難 26 忘れっぽくなった 27 根気がない 28 やる気がでない  
29 その他（具体的に )

### 問3 食生活のことについてお聞きします。

- 1) 去年の8月ごろと比べて、食生活のことで変わったことはありますか。

1 ある 2 ない → 問4へ

↓  
「ある」と答えた人にお聞きします。

- 2) 食生活の変化で当てはまるもの全てに○をつけてください。

- 1 食べる量が増えた 2 食べる量が減った 3 品数が増えた 4 品数が減った  
5 野菜の量が増えた 6 野菜の量が減った 7 間食が増えた 8 間食が減った  
9 味付けが濃くなった 10 味付けが薄くなった 11 インスタント食品や惣菜が増えた  
12 その他（具体的に )





- 5) ストレスを感じるがありますか。  
1 まったくない            2 あまりない            3 ある            4 たびたびある
- 6) 問題を解決できなくて困るがありますか。  
1 まったくない            2 あまりない            3 ある            4 たびたびある
- 7) 日常生活を楽しく送ることができますか。  
1 いつもよりもできる    2 いつもと変わらずにできる  
3 いつもよりできない    4 まったくできない
- 8) 問題を積極的に解決しようとすることができますか。  
1 いつもよりもできる    2 いつもと変わらずにできる  
3 いつもよりできない    4 まったくできない
- 9) 気が重くてゆううつになるがありますか。  
1 まったくない            2 あまりない            3 ある            4 たびたびある
- 10) 自信を失うがありますか。  
1 まったくない            2 あまりない            3 ある            4 たびたびある
- 11) 自分は役に立たない人間だと思うがありますか。  
1 まったくない            2 あまりない            3 ある            4 たびたびある
- 12) 一般的にみてしあわせとを感じるがありますか。  
1 いつもよりある            2 いつもと変わらずにある  
3 いつもよりない            4 まったくない
- 13) 睡眠はどうですか。寝つけなかったり、途中で目が覚めることが多いですか。  
1 はい                      2 いいえ
- 14) 震災に関する不快な夢を、見るがありますか。  
1 はい                      2 いいえ
- 15) イライラしたり、怒りっぽくなっていますか。  
1 はい                      2 いいえ
- 16) ささいな刺激に、過敏に反応してしまうがありますか。  
1 はい                      2 いいえ
- 17) 震災を思い出させるような場所や人、話題などをさけてしまうがありますか。  
1 はい                      2 いいえ
- 18) 思い出したくないのに震災のことを思い出すがありますか。  
1 はい                      2 いいえ

19)以前は楽しんでいたことが楽しめなくなっていますか

- 1 はい 2 いいえ

20)何かきっかけで、震災を思い出して気持ちが動揺することがありますか。

- 1 はい 2 いいえ

21)震災についてもう考えないようにしたり、忘れようと努力していますか。

- 1 はい 2 いいえ

**問8 交流のことについてお聞きします。**

1) 隣近所や友人と気軽に声を掛け合ったり、寄ったりしていますか。

- 1 しょっちゅうある 2 時々ある 3 あまりない 4 ほとんどない

2) 困った時や心配事があった時、相談する人や様子を見に来てくれる人がいますか。

- 1 はい 2 いいえ → 問9へ



「はい」と答えた人にお聞きします。

3) それはどのような方ですか。当てはまるもの全てに○をつけてください。

- 1 配偶者 2 親 3 兄弟 4 子供 5 親戚 6 友人 7 職場の同僚  
8 区長 9 民生委員 10 社会福祉協議会・ボランティアセンター 11 交番  
12 山古志支所 13 その他(具体的に )

**問9 専門家への相談のことについてお聞きします。**

1) ところやからだのことで、専門家の相談を希望されますか。

- 1 希望する 2 希望しない → 問10へ



「希望する」と答えた人にお聞きします。

2) どのようなことを相談したいですか。当てはまるもの全てに○をつけてください。

- 1 健康づくり 2 栄養 3 運動 4 ところ 5 その他(具体的に )

※希望されない場合でも、調査の結果から必要と思われる方には支所の保健師よりご相談させていただくことがあります。ご了承ください。

**問10 その他、お気づきの点やご要望など自由にお書きください。**

ありがとうございました。

※調査員記入欄

- 1 2 3

※ 調査員記入欄には記入しないで下さい

## (20年度) あなたのこころとからだ、お元気ですか？

- あてはまるところに○をつけてください。
- 「その他（具体的に： ）とあるところは、できるだけ具体的にご記入ください。
- この用紙はできるだけご本人が回答ください。やむをえずご本人以外の方が回答される場合はご本人のことがよくわかる方に回答をお願いします。

### 問1 どなたの調査になるかお聞きします。

- 1) 氏名： ( 才 )
- 2) 性別：1 男 2 女
- 3) 職業：1 会社員 2 公務員 3 自営業 4 パート・アルバイト 5 学生 6 農業  
7 養鯉業 8 主婦 9 無職 10 その他（具体的に )

### 問2 体のことについてお聞きします。

- 1) 今年度(平成20年4月以降)に市・職場・医療機関等で、健診を受けましたか  
1 受けた 2 受ける予定 3 受ける予定はない
- 2) 今年、新たに出てきた気になる症状はありますか。  
1 ある 2 ない→ 問3へ

「ある」と答えた人にお聞きします。

- 3) 気になる症状で当てはまるもの全てに○をつけてください。

- 1 頭痛や頭重感 2 めまい 3 舌のもつれ 4 手足のしびれ 5 手足のむくみ 6 息切れ
- 7 胸部痛 8 上腹部痛 9 腹痛 10 胃の不快感 11 食欲不振 12 下痢 13 便秘
- 14 のどの渇き 15 だるい 16 肩こり 17 目の疲れ 18 耳鳴り 19 髪が抜ける
- 20 腰痛 21 膝痛 22 3kg以上の体重増加 23 3kg以上の体重減少 24 肌が荒れる
- 25 生理不順や月経困難 26 忘れっぽくなった 27 根気がない 28 やる気がでない
- 29 その他（具体的に )

### 問3 食生活のことについてお聞きします。

- 1) 去年の8月ごろと比べて、食生活のことで変わったことはありますか。  
1 ある 2 ない→ 問4へ

「ある」と答えた人にお聞きします。

- 2) 食生活の変化で当てはまるもの全てに○をつけてください。

- 1 食べる量が増えた 2 食べる量が減った 3 品数が増えた 4 品数が減った
- 5 野菜の量が増えた 6 野菜の量が減った 7 間食が増えた 8 間食が減った
- 9 味付けが濃くなった 10 味付けが薄くなった 11 インスタント食品や惣菜が増えた
- 12 その他（具体的に )

**問4 お酒のことについてお聞きします。**

1) 普段、お酒を飲みますか(行事など特別な日は含まれません)。

- 1 飲まない    2 ときどき飲む(週1日~6日)    3 毎日飲む

2) 去年の8月ごろと比べて、お酒のことで変わったことはありますか。

- 1 ある    2 ない → 問5へ

↓  
「ある」と答えた人にお聞きします。

3) お酒の変化で当てはまるもの全てに○をつけてください。

- 1 量が増えた    2 量が減った    3 飲む回数が増えた    4 飲む回数が減った  
5 飲み始めた    6 飲まなくなった    7 その他(具体的に)

**問5 タバコのことについてお聞きします。**

1) タバコは吸いますか。

- 1 吸わない → 問6へ    2 やめた(オから) → 問6へ    3 吸っている(1日に 本)

↓  
「吸っている」と答えた人にお聞きします。

2) 去年の8月ごろと比べて、当てはまるものに○をつけてください。

- 1 本数が増えた    2 本数が減った    3 吸い始めた

**問6 運動のことについてお聞きします。**

1) 去年の8月ごろと比べて、体を動かすこと(仕事以外)で変わったことはありますか。

- 1 ある    2 ない → 問7へ

↓  
「ある」と答えた人にお聞きします。

2) からだを動かすことの変化で当てはまるもの全てに○をつけてください。

- 1 動く時間が増えた    2 動く時間が減った    3 回数が増えた  
4 回数が減った    5 動かなくなった    6 その他(具体的に)

**問7 ここ最近2週間の状態についてお聞きします。**

深く考えずに、当てはまると思うものに○をつけてください。

1) 何かをする時、集中することができますか。

- 1 いつもよりもできる    2 いつもと変わらずにできる  
3 いつもよりできない    4 まったくできない

2) 心配事があって眠れないことがありますか。

- 1 まったくない    2 あまりない    3 ある    4 たびたびある

3) 自分のしていることに、生きがいを感じていますか。

- 1 いつもよりも感じる    2 いつもと変わらずに感じる  
3 いつもより感じない    4 まったく感じない

4) 容易に(さっさと)物事を決めることができますか。

- 1 いつもよりもできる    2 いつもと変わらずにできる  
3 いつもよりできない    4 まったくできない

- 5) ストレスを感じるがありますか。  
1 まったくない                      2 あまりない                      3 ある                                  4 たびたびある
- 6) 問題を解決できなくて困るがありますか。  
1 まったくない                      2 あまりない                      3 ある                                  4 たびたびある
- 7) 日常生活を楽しく送ることができますか。  
1 いつもよりもできる              2 いつもと変わらずにできる  
3 いつもよりできない              4 まったくできない
- 8) 問題を積極的に解決しようとすることができますか。  
1 いつもよりもできる              2 いつもと変わらずにできる  
3 いつもよりできない              4 まったくできない
- 9) 気が重くてゆううつになるがありますか。  
1 まったくない                      2 あまりない                      3 ある                                  4 たびたびある
- 10) 自信を失うがありますか。  
1 まったくない                      2 あまりない                      3 ある                                  4 たびたびある
- 11) 自分は役に立たない人間だと思うがありますか。  
1 まったくない                      2 あまりない                      3 ある                                  4 たびたびある
- 12) 一般的にみてしあわせと感ずることがありますか。  
1 いつもよりある                      2 いつもと変わらずにある  
3 いつもよりない                      4 まったくない
- 13) 睡眠はどうですか。寝つけなかつたり、途中で目が覚めることが多いですか。  
1 はい                                      2 いいえ
- 14) 震災に関する不快な夢を、見るがありますか。  
1 はい                                      2 いいえ
- 15) イライラしたり、怒りっぽくなっていますか。  
1 はい                                      2 いいえ
- 16) ささいな刺激に、過敏に反応してしまうがありますか。  
1 はい                                      2 いいえ
- 17) 震災を思い出させるような場所や人、話題などをさけてしまうがありますか。  
1 はい                                      2 いいえ
- 18) 思い出したくないのに震災のことを思い出しますか。  
1 はい                                      2 いいえ

19)以前は楽しんでいたことが楽しめなくなっていますか

- 1 はい 2 いいえ

20)何かきっかけで、震災を思い出して気持ちが動揺することがありますか。

- 1 はい 2 いいえ

21)震災についてもう考えないようにしたり、忘れようと努力していますか。

- 1 はい 2 いいえ

**問8 交流のことについてお聞きします。**

1) 隣近所や友人と気軽に声を掛け合ったり、外出したりしていますか。

- 1 しょっちゅうある 2 時々ある 3 あまりない 4 ほとんどない

2) どのような機会に外出していますか？**当てはまるもの全てに○をつけてください。**

- 1 お茶のみ 2 田畑 3 老人クラブ 4 ゲートボール  
5 いきいき会 6 にこにこ会 7 買い物 8 受診  
9 ボランティアなど市の事業 10 その他(具体的に )

3) 困った時や心配事があった時、相談する人や様子を見に来てくれる人がいますか。

- 1 はい 2 いいえ → 問9へ



**「はい」と答えた人にお聞きします。**

4) それはどのような方ですか。**当てはまるもの全てに○をつけてください。**

- 1 配偶者 2 親 3 兄弟 4 子供 5 親戚 6 友人 7 職場の同僚  
8 区長 9 民生委員 10 社会福祉協議会 11 ボランティアセンター 12 交番  
13 山古志支所 14 隣・近隣 15 その他(具体的に )

**問9 専門家への相談のことについてお聞きします。**

1) ところやからだのことで、専門家の相談を希望されますか。

- 1 希望する 2 希望しない → 問10へ



**「希望する」と答えた人にお聞きします。**

2) どのようなことを相談したいですか。**当てはまるもの全てに○をつけてください。**

- 1 健康づくり 2 栄養 3 運動 4 ところ 5 その他(具体的に )

※希望されない場合でも、調査の結果から必要と思われる方には支所の保健師よりご相談させていただくことがあります。ご了承ください。

**問10 その他、お気づきの点やご要望など自由にお書きください。**

ありがとうございました。

## (21年度) あなたのこころとからだ、お元気ですか？

- あてはまるところに○をつけてください。
- その他（具体的に ）とあるところは、**できるだけ具体的にご記入ください。**
- この用紙はできるだけご本人が回答ください。やむをえずご本人以外の方が回答される場合はご本人のことがよくわかる方に回答をお願いします。

### 問1 どなたの調査になるかお聞きします。

- 1) 氏名： ( 才 )
- 2) 性別：1 男 2 女
- 3) 職業：1 会社員 2 公務員 3 自営業 4 パート・アルバイト 5 学生 6 農業  
7 養鯉業 8 主婦 9 無職 10 その他（具体的に ）

### 問2 体のことについてお聞きします。

- 1) 今年度(平成21年4月以降)に市・職場・医療機関等で、健診を受けましたか  
1 受けた 2 受ける予定 3 受ける予定はない
- 2) 今年、新たに出てきた気になる症状はありますか。  
1 ある 2 ない → 4)へ

↓  
「ある」と答えた人にお聞きします。

3) 気になる症状で**当てはまるもの全てに○をつけてください。**

- 1 頭痛や頭重感 2 めまい 3 舌のもつれ 4 手足のしびれ 5 手足のむくみ 6 息切れ  
7 胸部痛 8 上腹部痛 9 腹痛 10 胃の不快感 11 食欲不振 12 下痢 13 便秘  
14 のどの渇き 15 だるい 16 肩こり 17 目の疲れ 18 耳鳴り 19 髪が抜ける  
20 腰痛 21 膝痛 22 3kg以上の体重増加 23 3kg以上の体重減少 24 肌が荒れる  
25 生理不順や月経困難 26 忘れっぽくなった 27 根気がない 28 やる気がでない  
29 その他（具体的に ）

4) 被災してから現在まで、新たに発症した病気はありますか？

- 1 ある 2 ない → 問3へ

↓  
「ある」と答えた人にお聞きします。

5) いつごろ、どのような病気を発症しましたか。以下から該当するものを選び、下の欄に番号を記入してください。

- 1 高血圧症 2 高脂血症 3 糖尿病 4 心臓病 5 腎臓病 6 肝臓病 7 胃腸の病気  
8 関節の病気 9 がん 10 うつ病 11 不眠症 12 脳卒中 13 その他（具体的に）

いつごろ	どのような
例：平成(18)年(2)月ごろ	番号( ) 13 →具体的に(手を骨折)
平成( )年( )月ごろ	番号( ) 13 →具体的に( )
平成( )年( )月ごろ	番号( ) 13 →具体的に( )
平成( )年( )月ごろ	番号( ) 13 →具体的に( )

**裏面もあります。がんばって！**

**問3** ここ最近2週間(平成21年6月以降)の状態についてお聞きします。  
深く考えずに、当てはまると思うものに1つ○をつけてください。

- 1) 何かをする時、集中することができますか。  
1 いつもよりもできる      2 いつもと変わらずにできる  
3 いつもよりできない      4 まったくできない
  
- 2) 心配事があって眠れないことがありますか。  
1 まったくない      2 あまりない      3 ある      4 たびたびある
  
- 3) 自分のしていることに、生きがいを感じていますか。  
1 いつもよりも感じる      2 いつもと変わらずに感じる  
3 いつもより感じない      4 まったく感じない
  
- 4) 容易に(さっさと)物事を決めることができますか。  
1 いつもよりもできる      2 いつもと変わらずにできる  
3 いつもよりできない      4 まったくできない
  
- 5) ストレスを感じるがありますか。  
1 まったくない      2 あまりない      3 ある      4 たびたびある
  
- 6) 問題を解決できなくて困ることがありますか。  
1 まったくない      2 あまりない      3 ある      4 たびたびある
  
- 7) 日常生活を楽しく送ることができますか。  
1 いつもよりもできる      2 いつもと変わらずにできる  
3 いつもよりできない      4 まったくできない
  
- 8) 問題を積極的に解決しようとすることができますか。  
1 いつもよりもできる      2 いつもと変わらずにできる  
3 いつもよりできない      4 まったくできない
  
- 9) 気が重くてゆううつになることがありますか。  
1 まったくない      2 あまりない      3 ある      4 たびたびある
  
- 10) 自信を失うことがありますか。  
1 まったくない      2 あまりない      3 ある      4 たびたびある
  
- 11) 自分は役に立たない人間だと思うことがありますか。  
1 まったくない      2 あまりない      3 ある      4 たびたびある
  
- 12) 一般的にみてしあわせと感ずることがありますか。  
1 いつもよりある      2 いつもと変わらずにある  
3 いつもよりない      4 まったくない



13) 睡眠はどうか。寝つけなかったり、途中で目が覚めることが多いですか。

- 1 はい                      2 いいえ

14) 震災に関する不快な夢を、見ることがありますか。

- 1 はい                      2 いいえ

15) イライラしたり、怒りっぽくなっていますか。

- 1 はい                      2 いいえ

16) ささいな刺激に、過敏に反応してしまうことがありますか。

- 1 はい                      2 いいえ

17) 震災を思い出させるような場所や人、話題などをさけてしまうことがありますか。

- 1 はい                      2 いいえ

18) 思い出したくないのに震災のことを思い出すことがありますか。

- 1 はい                      2 いいえ

19) 以前は楽しんでいたことが楽しめなくなっていますか

- 1 はい                      2 いいえ

20) 何かきっかけで、震災を思い出して気持ちが動揺することがありますか。

- 1 はい                      2 いいえ

21) 震災についてもう考えないようにしたり、忘れようと努力していますか。

- 1 はい                      2 いいえ

**問4 運動のことについてお聞きします。**

1) 去年の8月ごろと比べて、体を動かすこと（仕事以外）で変わったことはありますか。

- 1 ある                      2 ない → 問5へ



「ある」と答えた人にお聞きします。

2) からだを動かすことの変化で当てはまるもの全てに○をつけてください。

- 1 動く時間が増えた      2 動く時間が減った      3 回数が増えた  
4 回数が減った          5 動かなくなった          6 その他（具体的に      )

**問5 タバコのことについてお聞きします。**

1) タバコは吸いますか。

- 1 吸わない → 問6へ      2 やめた（      才から） → 問6へ      3 吸っている（1日に      本）



「吸っている」と答えた人にお聞きします。

2) 去年の8月ごろと比べて、当てはまるものに1つ○をつけてください。

- 1 本数が増えた          2 本数が減った          3 吸い始めた

**裏面もあります。あともうちょっと！**



**問9 交流のことについてお聞きします。**

1) 隣近所や友人と気軽に声を掛け合ったり、外出したりしていますか。

- 1 しょっちゅうある      2 時々ある      3 あまりない      4 ほとんどない

2) どのような機会に外出していますか？**当てはまるもの全てに○をつけてください。**

- 1 お茶のみ      2 田畑      3 老人クラブ      4 ゲートボール  
5 いきいき会      6 にこにこ会      7 買い物      8 受診  
9 通勤・通学      10 趣味・娯楽      11 飲み会      12 ボランティアなど市の事業  
13 その他（具体的に      ）

3) 困った時や心配事があった時、相談する人や様子を見に来てくれる人がいますか。

- 1 はい      2 いいえ → **問10**へ



**「はい」と答えた人にお聞きします。**

4) それはどのような方ですか。**当てはまるもの全てに○をつけてください。**

- 1 配偶者      2 親      3 兄弟      4 子供      5 親戚      6 友人      7 職場の同僚  
8 区長      9 民生委員      10 社会福祉協議会      11 ボランティアセンター      12 交番  
13 山古志支所      14 隣・近所      15 その他(具体的に      )

**問10 ご自宅の被害状況と避難期間についてお聞きします。**

1) 震災時のご自宅の家屋の被害状況を教えてください。

- 1 全壊      2 大規模半壊      3 半壊      4 一部損壊      5 被害なし

2) 避難先を教えてください。

- 1 仮設住宅      2 子どもや親戚の家      3 その他（具体的に      ）

3) 避難してから山古志地域に帰ってきた時期と、避難していた期間を教えてください。

時期：平成（      ）年（      ）月      期間：約（      ）年（      ）か月

**問11 専門家への相談のことについてお聞きします。**

1) ころころからだのことで、専門家の相談を希望されますか。

- 1 希望する      2 希望しない



**「希望する」と答えた人にお聞きします。**

2) どのようなことを相談したいですか。**当てはまるもの全てに○をつけてください。**

- 1 健康づくり      2 栄養      3 運動      4 こころ      5 その他（具体的に      ）

※希望されない場合でも、調査の結果から必要と思われる方には支所の保健師よりご相談させていただくことがあります。ご了承ください。

**問12 その他、お気づきの点やご要望など自由にお書きください。**

お疲れさまでした。ありがとうございました。

山古志地域健康調査報告書

(単純集計)

平成17年～21年

発行日 平成22年1月

発行者 新潟県長岡市山古志支所市民生活課

〒947-0204 長岡市竹沢乙 461 電話 0258-59-2333