

### 第3章 その他

#### 1. 実施経過

と き	主 な 内 容	
平成 22 年 10 月	○調査方法の検討	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 福島市健康推進課</li> <li>・ 福島県立医科大学医学部公衆衛生学講座</li> <li>・ 福島市教育委員会</li> <li>・ 各高等学校等</li> </ul>
平成 23 年 3 月～ 8 月	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 調査概要及び調査項目・内容(一般・学童)の検討</li> <li>○ 調査対象の選定</li> </ul>	
(5 月)	◎ 調査実施概要の報告 ＜第 1 回新ふくしまし健康づくり懇談会＞	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 福島市健康推進課</li> <li>・ 福島市健康づくり推進協議会委員</li> <li>・ 新ふくしまし健康づくりプラン懇談会委員</li> </ul>
	◎ 調査実施概要の協議 ＜第 1 回福島市健康づくり推進協議会＞	
10 月	●調査（一般・追跡）の実施	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 福島市健康推進課</li> <li>・ 委託業者</li> </ul>
	●調査（学童思春期）の実施	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 福島市健康推進課</li> <li>・ 各小中高等学校</li> </ul>
11 月	●調査（一般・学童思春期）の入力作業	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 委託業者</li> </ul>
12 月 平成 24 年 1 月	●調査の集計作業	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 福島市健康推進課</li> <li>・ 福島県立医科大学医学部公衆衛生学講座</li> </ul>
平成 24 年 1 月 20 日	◎ 調査の経過報告 ＜第 2 回新ふくしまし健康づくりプラン推進懇談会＞	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 福島市健康推進課</li> <li>・ 福島市健康づくり推進協議会委員</li> <li>・ 新ふくしまし健康づくり懇談会委員</li> </ul>
1 月 31 日	◎ 調査結果の経過報告 ＜第 2 回福島市健康づくり推進協議会＞	
2～3 月	●「福島市民の健康と生活習慣調査結果報告書」の作成、送付	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 福島市健康推進課</li> <li>・ 福島県立医科大学医学部公衆衛生学講座</li> </ul>
3 月 9 日	◎調査結果の報告・評価について ＜第 3 回新ふくしまし健康づくりプラン推進懇談会＞	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 福島市健康推進課</li> <li>・ 新ふくしまし健康づくりプラン懇談会委員</li> </ul>

○検討会   ◎協議会等   ●作業

2. 共同・協力機関

共同機関	福島県立医科大学医学部公衆衛生学講座 教授 安村 誠司 助手 齋藤 智子 保健技師 橋本 万里	
協力機関	<p>【小学校】(47校)</p> 福島市立第一小学校 福島市立第二小学校 福島市立第三小学校 福島市立第四小学校 福島市立清明小学校 福島市立三河台小学校 福島市立森合小学校 福島市立渡利小学校 福島市立南向台小学校 福島市立杉妻小学校 福島市立蓬莱小学校 福島市立蓬莱東小学校 福島市立清水小学校 福島市立北沢又小学校 福島市立御山小学校 福島市立岡山小学校 福島市立鎌田小学校 福島市立月の輪小学校 福島市立瀬上小学校 福島市立余目小学校 福島市立矢野目小学校 福島市立大笹生小学校 福島市立笹谷小学校 福島市立吉井田小学校 福島市立荒井小学校 福島市立佐倉小学校 福島市立佐原小学校 福島市立飯坂小学校 福島市立中野小学校 福島市立平野小学校 福島市立湯野小学校 福島市立松川小学校 福島市立水原小学校 福島市立金谷川小学校 福島市立下川崎小学校 福島市立鳥川小学校 福島市立大森小学校 福島市立平田小学校 福島市立野田小学校 福島市立庭坂小学校 福島市立庭塚小学校 福島市立水保小学校	福島市立飯野小学校 福島市立大久保小学校 福島市立青木小学校 福島大学附属小学校 桜の聖母学院小学校 <p>【中学校】(23校)</p> 福島市立第一中学校 福島市立第二中学校 福島市立第三中学校 福島市立第四中学校 福島市立岳陽中学校 福島市立渡利中学校 福島市立蓬莱中学校 福島市立清水中学校 福島市立信陵中学校 福島市立北信中学校 福島市立西信中学校 福島市立立子山中学校 福島市立大鳥中学校 福島市立平野中学校 福島市立西根中学校 福島市立松陵中学校 福島市立信夫中学校 福島市立野田中学校 福島市立吾妻中学校 福島市立飯野中学校 福島大学附属中学校 桜の聖母学院中学校 福島成蹊中学校 <p>【高等学校】(13校)</p> 福島県立福島高等学校 福島県立橘高等学校 福島県立福島商業高等学校 福島県立福島明成高等学校 福島県立福島工業高等学校 福島県立福島西高等学校 福島県立福島北高等学校 福島県立福島東高等学校 福島県立福島南高等学校 福島成蹊高等学校 松韻学園学法福島高等学校 桜の聖母学院高等学校 福島東稜高等学校 (順不同)

### 3. 調査票

調査票は、福島市民の健康と生活習慣調査の中から震災後の変化の質問を抜粋し掲載。

#### 一般・追跡対象者 調査票

『東日本大震災前』と『現在』を比べての生活習慣の変化についてお伺いします

問28 次の項目でそれぞれにあてはまるものに○をつけてください。

1	栄養・食生活	1. かなり良くなった	2. 多少良くなった	3. 変わらない	4. 多少悪くなった	5. かなり悪くなった
2	身体活動・運動習慣	1. かなり増えた	2. 多少増えた	3. 変わらない	4. 多少減った	5. かなり減った
3	休養・睡眠	1. かなり良くなった	2. 多少良くなった	3. 変わらない	4. 多少悪くなった	5. かなり悪くなった
4	飲酒	1. もとから飲まない	2. やめた	3. 変わらない	4. 減った	5. 増えた
5	たばこ	1. もとから吸わない	2. やめた	3. 変わらない	4. 減った	5. 増えた
6	その他	その他変化したことがあればご記入下さい ( )				

(1) 1. 栄養・食生活で、「多少悪くなった・かなり悪くなった」とお答えした方にお伺いします。

あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. 三食とれない 2. 朝食を食べない 3. 外食が増えた 4. 栄養バランスが悪くなった  
5. 間食が増えた 6. 食欲・食事量が増えた 7. 食欲・食事量が減った  
8. その他 ( )

(2) 2. 身体活動・運動習慣で、『多少減った・かなり減った』とお答えした方にお伺いします。

減った活動や習慣で、あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. ウォーキング・散歩 2. ジョギング・ランニング 3. 自転車・サイクリング  
4. 水泳・水中運動 5. ダンス・体操など 6. 球技(テニス・バレーボール・サッカーなど)  
7. 室内運動器具の利用(ルームランナー・ウェイトトレーニング・ダンベルなど)  
8. 階段の利用 9. ストレッチ 10. 筋肉トレーニング 11. 農作業  
12. 庭の手入れ・草むしり 13. その他 ( )

(3) 3. 休養・睡眠で、『多少悪くなった・かなり悪くなった』とお答えした方にお伺いします。  
あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. 集中できない 2. 気分が沈む 3. 眠れない・睡眠不足 4. 疲れる  
5. ストレスを感じる 6. 何事にも興味、関心が持てない。  
7. 次々と良くないことを考える。  
8. その他 ( )



『東日本大震災前』と『現在』をくらべて、健康状態や生活習慣で変わったことをお聞きします。

問14 震災を経験した後から、今も続いている変わったことや自立つようになったことはありますか。  
ある ない



次の項目であてはまるものすべてに○をつけてください。

1. 食欲がない
2. よく眠れない
3. おなかが痛い
4. 吐き気がする
5. 下痢をしている
6. 皮膚がかゆい
7. 目がかゆい
8. 頭が痛い
9. 尿の回数が増えた
10. 食べ過ぎる
11. なんとなく落ち着かない
12. 悩んでいることや困っていることがある
13. 荷となくからだがだるい
14. イライラしてらんぼうになる
15. かなしいこと、こわいことを思い出す
16. ひとりぼっちになった気がする
17. 自分のせいだと思ってしまう
18. 保健室の利用が増えた
19. 学校を休むことがある

問15 (1) 変化した食生活はありますか。

ある ない



次の項目であてはまるものすべてに○をつけてください

1. 三食とれない
2. 朝食を食べない
3. 外食が増えた
4. 栄養バランスが悪くなった
5. おやつが増えた
6. その他( )

(2) 減った活動・運動は、ありますか。

ある ない



次の項目であてはまるものすべてに○をつけてください

1. 球技(サッカー、バスケットボール、バレーボール、ハンドボール、野球、ソフトボール、テニス、ドッジボールなど)
2. 武道(剣道、柔道、空手)
3. 陸上
4. 水泳
5. ダンス・体操など
6. 外遊び
7. 登下校での歩行
8. 外の活動(イベント・行事など)
9. その他( )



