

## 平成29年度「こころの健康度・生活習慣に関する調査」実施計画（案）

## 1 目的

平成23年度から平成28年度の調査結果を踏まえ、引き続きこころの健康状態及び生活習慣の推移を見守るため、平成29年度においても質問紙調査を実施する。

また、支援が必要と思われる回答者を対象に電話等による支援を行うとともに、市町村等と連携し、効果的な支援を実施する。

## 2 対象者

平成23年時指定の避難区域等の住民

215,296人（平成29年6月6日現在）

〔避難区域等〕

広野町、榑葉町、富岡町、川内村、大熊町、双葉町、浪江町、葛尾村、飯舘村  
南相馬市、田村市、川俣町、伊達市の一部（特定避難勧奨地点関係地区）

## 3 実施計画

## (1) 調査方法

ア 調査票：自記式又は保護者記載

調査区分

区分	対象者	備考
0歳～3歳	平成26年4月2日から 平成29年4月1日までに生まれた方	保護者回答
4歳～6歳	平成23年4月2日から 平成26年4月1日までに生まれた方	保護者回答
小学生	平成17年4月2日から 平成23年4月1日までに生まれた方	保護者回答
中学生	平成14年4月2日から 平成17年4月1日までに生まれた方	保護者回答 （一部自記式）
一般	平成14年4月1日以前に生まれた方	自記式

イ 調査票送付日：平成30年2月上旬より順次発送

ウ 調査回答方法：郵送又はオンライン（パソコン、スマートフォン等）

（オンラインは平成28年度より実施）

## (2) 主な調査項目

ア 現在のこころとからだの健康状態について

イ 生活習慣（食生活、睡眠、喫煙、運動など）について

ウ 現在の生活状況について（「一般」）

## (3) 生活習慣病予防等のための取組み

今年度の調査案内時や調査結果通知時において「ふくしま健民アプリ」を活用し、県民自身が健康に関心を持ち、楽しく運動習慣を身につける等、生活習慣改善のきっかけとなるよう取組みを行う。

#### 4 調査後の対応

- (1) 回答内容を、医科大学の医師等が評価・分析する。こころの健康及び生活習慣上、相談・支援の必要があると判断された方には、臨床心理士や保健師・看護師等による「こころの健康支援チーム」が電話支援等を行う。
- (2) 電話支援等により医師の診察が必要と判断された場合は、県内医療機関の「登録医師（※登録医師について参照）」を紹介する。また、継続的な支援が必要な場合には、避難元の市町村等と連携し、必要な支援を検討・提供する。
- (3) 登録医師の判断により、さらに専門家によるこころのケアが必要と判断された場合には、医科大学等（通常の診療行為）で対応する。具体的には、小児においては「こどもの心診療センター」、それ以外は「心身医療科」で対応する。
- (4) こころの健康支援チームが放射線に関する相談を受け、当該専門医師等の対応が必要と判断された場合には、医科大学の教員による「放射線健康相談チーム」において対応する。また、放射線の影響による健康相談等のうち、直接診察が必要な場合には、専門医師等による対応を検討する。

#### ※ 登録医師について

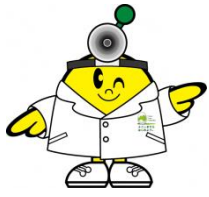
こころの健康度・生活習慣に関する調査等の結果、精神科・小児科等の医師による診察が必要だと判断された場合に、その診療にあたる医師。

#### ○ 登録に必要な条件

医科大学が主催、または認定する講習会等を受講していること

#### ○ 登録数（平成 29 年 7 月 31 日現在）

130名（81 医療機関）



最後まで読むと  
100ポイントもらえるよ!

# ふくしま 健民アプリ

を活用して  
楽しく運動習慣を身につけましょう!!

## Q 軽い運動が生活習慣病の予防に効果的と聞いたけど本当?

A はい。軽く汗をかく程度で持続的にできる運動は、肥満や糖尿病など生活習慣病の予防に効果的です。また、骨や関節が丈夫になったり、日常生活の動作がスムーズになります。さらに、軽い運動は脳の神経伝達物質を活性化させるため、認知症予防やうつ予防にもつながります。

## Q 具体的にはどんな運動をすればいいの?

A 少し早く歩くなど、軽く汗をかく運動を1日30分毎日行うことが理想です。一度に行えなくても、毎日3食の後に10分ずつ運動するなど出来るタイミングで毎日続けることをおすすめします。家事なども良い運動になります。とにかく座りっぱなしの時間を減らしましょう!

持病のある方は、  
運動の前に  
お医者さんに  
相談してね。



## 「ふくしま健民アプリ」を活用しましょう!

普段どれだけ歩いているのかを把握するために、スマートフォンのアプリ

「ふくしま健民アプリ」を活用してみたいかがでしょうか。

日々の歩行活動が自動で記録されるだけでなく、歩数に応じて福島県内のおすすめ観光スポットのバーチャル体験ができたり、協力店で特典が受けられたりと多くの機能があります。

詳しくは裏面をご覧ください。

裏面で「ふくしま健民アプリ」のポイントが獲得できます。

ここまでお読みになった皆様へ



# ふくしま 健民アプリ

100ポイントを  
プレゼント!

こころの健康度・生活習慣に関する調査にご回答いただくと、  
お手元に届く結果通知書で、さらに200ポイントをプレゼント!

簡単!

二次元コードを  
読み込めば  
**今すぐ  
始められる!**

楽しい!

**ご当地キャラ  
と旅感覚で  
ウォーキング!**

お得!

基準達成で  
**ふくしま健民  
カードGET!**

iPhone端末の場合

App Store  
からダウンロード



Android端末の場合

Google Play  
で手に入れよう



©2017 Apple Inc. All rights reserved. Apple, Apple ロゴ, iPhone は  
米国その他の国で登録された Apple Inc. の商標です。App Store は  
Apple Inc. のサービスマークです。  
\*Android, Google Play, Google Play ロゴは, Google Inc. の商標です。



※画面は利用イメージです。

協力店1,200店舗以上!  
続々拡大中!  
画面をお店で見せて  
**お得な特典をGET!**



## ポイント獲得方法

①「ふくしま健民アプリ」をお持ちでない場合、上記の二次元コードからアプリをダウンロードし、初期設定を行ってください。

### 【初期設定方法】

- ・ふくしま健民アプリを起動するとアプリ起動画面が表示されます。
- ・起動画面の「利用を開始する」をタップし、「利用規約」に「同意する」をタップすると、「設定画面」が表示されます。
- ・「設定画面」で、市町村、性別、年齢を入力し、キャラクターを選択してニックネームを登録するとアプリのメイン画面が表示され、歩数カウントが始まります。

②ミッション一覧から【県民健康調査「こころの健康度・生活習慣に関する調査」の案内を読む!】を選択し、カメラマークをタップして下の二次元コードを読み込みます。



見本

- ・「ふくしま健民アプリ」は18歳以上の方が対象となります。
- ・ポイント獲得期限は、平成30年8月31日までとなっております。

お問い合わせ

「ふくしま健民カード」事務局

(株式会社・プロジェ内 ふくらボ! 編集部)

TEL) 024-927-0021 (FAX) 024-900-3666

詳しくはホームページで!

ふくしま健民カード 検索

http://kushima.jp



健康長寿ふくしま推進事業

県民健康調査「こころの健康度・生活習慣に関する調査」  
結果報告書の集計誤りについて

平成26・27年度の県民健康調査「こころの健康度・生活習慣に関する調査」結果報告書及び結果概要の一部に集計誤りがありました。報告書作成のための調査結果集計作業での絞り込み及びデータクレンジング作業の誤りによるものです。お詫びするとともに、以下のとおり訂正いたします（訂正箇所：下線の部分）。

なお、これにより、個別対象者への支援や調査結果通知等には影響ありません。

訂正資料：平成26年度県民健康調査「こころの健康度・生活習慣に関する調査」結果報告書（第23回検討委員会資料4-3）

〔訂正後〕

●ページ④-26・④-43問8子どもの情緒と行動について

2) 子どもが情緒、集中力、行動、他人との付き合いのいずれか1つ以上の領域において困難を抱えているかについて、「いいえ」が858人(66.4%)、「はい(ささいな困難)」が320人(24.7%)、「はい(明らかな困難)」が94人(7.3%)、「はい(深刻な困難)」が21人(1.6%)であった。

3) 2)で「はい」と回答した者のうち、子どもがその困難によって動揺したり、悩んだりしているかについて、「まったくない」が72人(17.2%)、「すこしだけ」が278人(66.3%)、「かなり」が53人(12.6%)、「大いに」が16人(3.8%)であった。

●ページ④-27・④-43問9学校について

学校(学校に行きたくないことがありますか)について、「ある」が193人(15.3%)、「ない」が1,065人(84.7%)であった。

〔訂正前〕

●ページ④-26・④-43問8子どもの情緒と行動について

2) 子どもが情緒、集中力、行動、他人との付き合いのいずれか1つ以上の領域において困難を抱えているかについて、「いいえ」が866人(66.3%)、「はい(ささいな困難)」が323人(24.7%)、「はい(明らかな困難)」が96人(7.4%)、「はい(深刻な困難)」が21人(1.6%)であった。

3) 2)で「はい」と回答した者のうち、子どもがその困難によって動揺したり、悩んだりしているかについて、「まったくない」が72人(17.0%)、「すこしだけ」が282人(66.5%)、「かなり」が54人(12.7%)、「大いに」が16人(3.8%)であった。

●ページ④-27・④-43問9学校について

学校(学校に行きたくないことがありますか)について、「ある」が199人(15.7%)、「ない」が1,072人(84.3%)であった。



問8 SDQ	人数	割合
2) 困難の有無の程度 (有効回答 1,293人)	858	66.4%
・いい	320	24.7%
・はい(ささいな困難)	94	7.3%
・はい(明らかな困難)	21	1.6%
・はい(深刻な困難)	72	17.2%
3) 困難による動揺の程度 (有効回答 419人)	278	66.3%
・まったくくない	53	12.6%
・すこしだけ	16	3.8%
・かなり	193	15.3%
・大いに	1,065	84.7%
問9 学校に行きたがらない (有効回答 1,258人)	193	15.3%
・ある	1,065	84.7%
・ない		

●ページ④-34・④-45 問 11 (現在の) 生活状況について

3) 現在の住まい(複数回答)は、「借上住宅」が9,147人、「仮設住宅」が5,596人、「復興公営住宅」が428人、「借家・アパート」が5,170人、「親戚宅」が952人、「持家」が21,666人、「その他」が596人であった。

5) 現在のくらし向きを経済的にみてどう感じているかについては、「苦しい」が4,724人(11.0%)、「やや苦しい」が9,843人(22.9%)、「普通」が25,394人(59.2%)、「ややゆとりがある」が2,144人(5.0%)、「ゆとりがある」が785人(1.8%)であった。

問8 SDQ	人数	割合
2) 困難の有無の程度 (有効回答 1,306人)	866	66.3%
・いい	323	24.7%
・はい(ささいな困難)	96	7.4%
・はい(明らかな困難)	21	1.6%
・はい(深刻な困難)	72	17.0%
3) 困難による動揺の程度 (有効回答 424人)	282	66.5%
・まったくくない	54	12.7%
・すこしだけ	16	3.8%
・かなり	199	15.7%
・大いに	1,072	84.3%
問9 学校に行きたがらない (有効回答 1,271人)	199	15.7%
・ある	1,072	84.3%
・ない		

●ページ④-34・④-45 問 11 (現在の) 生活状況について

3) 現在の住まい(複数回答)は、「借上住宅」が9,147人、「仮設住宅」が134人、「復興公営住宅」が14人、「借家・アパート」が431人、「親戚宅」が322人、「持家」が300人、「その他」が478人であった。

5) 現在のくらし向きを経済的にみてどう感じているかについては、「苦しい」が4,533人(10.9%)、「やや苦しい」が9,557人(22.9%)、「普通」が24,703人(59.3%)、「ややゆとりがある」が2,112人(5.1%)、「ゆとりがある」が768人(1.8%)であった。

問11 現在の生活状況について

人数	割合
3)現在の住まい ※複数回答	
・借上住宅	9,147
・仮設住宅	5,596
・復興公営住宅	428
・借家・アパート	5,170
・親戚宅	952
・持家	21,666
・その他	596
5)現在のくらし向き (有効回答 42,890人)	
・苦しい	4,724
・やや苦しい	9,843
・普通	25,394
・ややゆとりがある	2,144
・ゆとりがある	785
	11.0%
	22.9%
	59.2%
	5.0%
	1.8%

問11 現在の生活状況について

人数	割合
3)現在の住まい ※複数回答	
・借上住宅	9,147
・仮設住宅	134
・復興公営住宅	14
・借家・アパート	431
・親戚宅	322
・持家	300
・その他	478
5)現在のくらし向き (有効回答 41,673人)	
・苦しい	4,533
・やや苦しい	9,557
・普通	24,703
・ややゆとりがある	2,112
・ゆとりがある	768
	10.9%
	22.9%
	59.3%
	5.1%
	1.8%

訂正資料：平成27年度県民健康調査「こころの健康度・生活習慣に関する調査」結果概要（第27回検討委員会資料4-2）

〔訂正後〕

- ページ④-5 4) 中学生
- ・ 睡眠時間は、平均で7時間7分であり、平成26年度調査（7時間9分）とほぼ同程度であった。

〔訂正前〕

- ページ④-5 4) 中学生
- ・ 睡眠時間は、平均で7時間12分であり、平成26年度調査（7時間9分）とほぼ同程度であった。

訂正資料：平成27年度県民健康調査「こころの健康度・生活習慣に関する調査」結果報告書（第27回検討委員会資料4-3）

〔訂正後〕

- ページ④-25・④-44 問3 睡眠について
- 1) 睡眠時間は、平均で7時間7分であった。

問3 睡眠

1) 睡眠時間 (有効回答 855人) ・平均睡眠時間 7時間7分

- ページ④-35・④-46 問11 (現在の) 生活状況について
- 3) 現在の住まい(複数回答)は、「借上住宅」が7,066人、「仮設住宅」が4,212人、「復興公営住宅」が920人、「借家・アパート」が4,954人、「親戚宅」が944人、「持家」が25,001人、「その他」が581人であった。

5) 現在のくらし向きを経済的にみてどう感じているかについては、「苦しい」が4,033人(9.4%)、「やや苦しい」が9,210人(21.4%)、「普通」が26,602人(61.8%)、「ややゆとりがある」が2,322人(5.4%)、「ゆとりがある」が893人(2.1%)であった。

〔訂正前〕

- ページ④-25・④-44 問3 睡眠について
- 1) 睡眠時間は、平均で7時間12分であった。

問3 睡眠

1) 睡眠時間 (有効回答 823人) ・平均睡眠時間 7時間12分

- ページ④-35・④-46 問11 (現在の) 生活状況について
- 3) 現在の住まい(複数回答)は、「借上住宅」が7,066人、「仮設住宅」が125人、「復興公営住宅」が10人、「借家・アパート」が416人、「親戚宅」が375人、「持家」が273人、「その他」が444人であった。

5) 現在のくらし向きを経済的にみてどう感じているかについては、「苦しい」が3,908人(9.3%)、「やや苦しい」が8,968人(21.4%)、「普通」が25,854人(61.7%)、「ややゆとりがある」が2,285人(5.5%)、「ゆとりがある」が873人(2.1%)であった。



問11 現在の生活状況について	人数	割合
3)現在の住まい ※複数回答		
・借上住宅	7,066	—
・仮設住宅	4,212	—
・復興公営住宅	920	—
・借家・アパート	4,954	—
・親戚宅	944	—
・持家	25,001	—
・その他	581	—
5)現在のくらし向き (有効回答 43,060人)	4,033	9.4%
・苦しい		
・やや苦しい	9,210	21.4%
・普通	26,602	61.8%
・ややゆとりがある	2,322	5.4%
・ゆとりがある	893	2.1%

問11 現在の生活状況について	人数	割合
3)現在の住まい ※複数回答		
・借上住宅	7,066	—
・仮設住宅	125	—
・復興公営住宅	10	—
・借家・アパート	416	—
・親戚宅	375	—
・持家	273	—
・その他	444	—
5)現在のくらし向き (有効回答 41,888人)	3,908	9.3%
・苦しい		
・やや苦しい	8,968	21.4%
・普通	25,854	61.7%
・ややゆとりがある	2,285	5.5%
・ゆとりがある	873	2.1%