

## 令和3年度「こころの健康度・生活習慣に関する調査」結果報告

### 1 目 的

こころの健康度・生活習慣に関する調査は、東日本大震災及び東京電力福島第一原子力発電所事故の体験やこれらの災害による避難生活により、多くの方が不安やストレスを抱えていることから、県民のこころやからだの健康状態と生活習慣などを正しく把握し、一人ひとりに寄り添った保健・医療・福祉に係る適切なケアを提供することを目的としている。

### 2 方 法

#### (1) 対 象

- ・平成23年3月11日から平成24年4月1日までに対象地域<sup>※</sup>に住居登録をしていた方  
(対象地域を転出後も対象とする)
- ・令和3年4月1日時点で対象地域に住居登録をしていた方
- ・上記以外で基本調査の結果、必要と認められた方

対象者数:196,569人(令和4年10月31日現在)

0歳～3歳用	:平成30年4月2日から令和3年4月1日までに生まれた方	2,499人
4歳～6歳用	:平成27年4月2日から平成30年4月1日までに生まれた方	3,217人
小学生用	:平成21年4月2日から平成27年4月1日までに生まれた方	8,077人
中学生用	:平成18年4月2日から平成21年4月1日までに生まれた方	5,116人
一般用	:平成18年4月1日以前に生まれた方	177,660人

※対象地域:平成23年時に避難区域等に指定された市町村等

広野町、檜葉町、富岡町、川内村、大熊町、双葉町、浪江町、葛尾村、飯館村、南相馬市、田村市、川俣町、伊達市の一部(特定避難勧奨地点の属する区域)

#### (2) 方 法

##### ア 調査票

対象者の年齢区分に応じて調査票を送付し、一般用は本人が、中学生用以下は保護者等が回答した。ただし、中学生用調査票では一部が本人回答となっている。

また令和3年度調査票については、第40回「県民健康調査」検討委員会において決定された方向性を踏まえ、すなわち調査項目の多さが住民の負担になっている可能性を鑑み、大幅に項目数を削減し、全般的な精神健康度や睡眠状況、飲酒状況など支援に直接繋がる内容とした(結果として約半数の質問項目となった)。また、質問内容についても若干変更した(例:喫煙に加熱式タバコを含めたなど)。

##### イ 調査票送付日

令和4年1月28日より順次発送

##### ウ 調査回答方法

郵送又はオンラインによる回答

(オンラインによる回答期間は、調査票到着日から令和4年4月30日まで)

#### (3) 集計対象期間

調査開始から令和4年10月31日の回答までとした。

### 3 「こころの健康度・生活習慣に関する調査」集計結果概要

子ども(0歳～3歳、4歳～6歳、小学生、中学生)と一般の年齢区分ごとに結果を集計した。なお、各項目に欠損値があるため、合計は有効回答数と一致しない場合がある。また、端数処理を行っているため、割合の合計が100%にならない場合がある。

年次推移は、「新型コロナウイルス感染症の流行による生活への支障」に関する設問を除き、1年目(または2年目)の平成23年度(または平成24年度)、5年目の平成27年度、10年目の令和2年度、当該年の令和3年度で図示した。なお、これまでの10年間の結果は、第45回「県民健康調査」検討委員会(資料3-1)を参照。

#### (1)子ども(0歳～3歳・4歳～6歳・小学生・中学生)の回答結果について

##### ア 回答者数(回答率)

令和3年度の子ども(0歳～3歳・4歳～6歳・小学生・中学生)の回答者数(回答率)、有効回答数(有効回答率)は表1、図1のとおりである。また、オンライン回答の割合は、0歳～3歳35.0%、4歳～6歳35.8%、小学生31.2%、中学生29.5%で、いずれも過去最高だった。

表1 令和3年度 回答者数(回答率)および有効回答数(有効回答率)

年齢区分	回答者数(回答率)	有効回答数(有効回答率)
0歳～3歳	446(17.8)	446(17.8)
4歳～6歳	482(15.0)	481(15.0)
小学生	1,304(16.1)	1,300(16.1)
中学生	760(14.9)	760(14.9)
合計	2,992(15.8)	2,987(15.8)

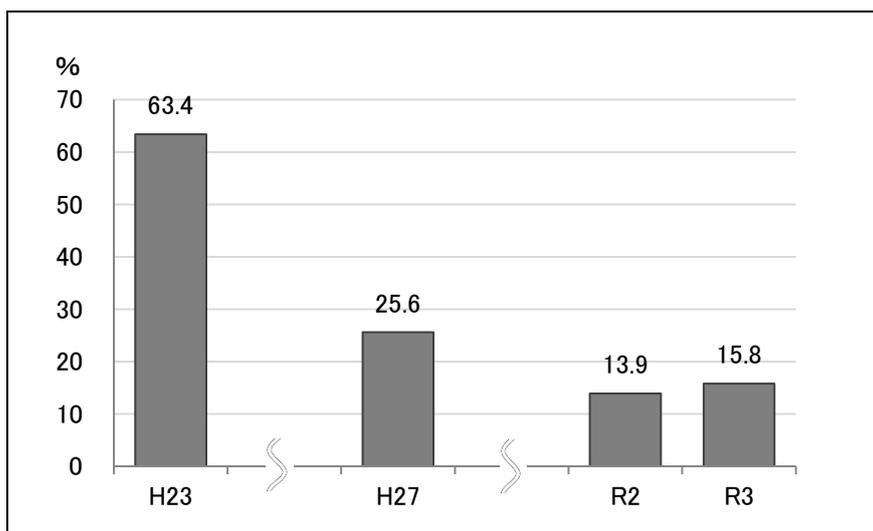


図1 子どもの回答率の推移

## イ 普段の運動頻度

令和3年度の普段の運動頻度について、「ほとんどしていない」と回答した子どもの割合は、2歳～3歳 3.9%、4歳～6歳 5.4%、小学生 36.5%、中学生 32.6%であった(図2～5)。

児童生徒に対する全国調査(※1)によれば、(学校での体育授業を除く)1週間の総運動時間が、60分未満の割合は小学生の男児8.8%、女児14.4%、中学生の男子7.8%、女子18.1%であり、単純な比較はできないものの、引き続き、運動頻度の経過をみていく必要がある。

※1 スポーツ庁「令和3年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果」第1章調査結果の概要

[https://www.mext.go.jp/sports/content/20211216-spt\\_sseisaku02-000019583\\_1.pdf](https://www.mext.go.jp/sports/content/20211216-spt_sseisaku02-000019583_1.pdf)

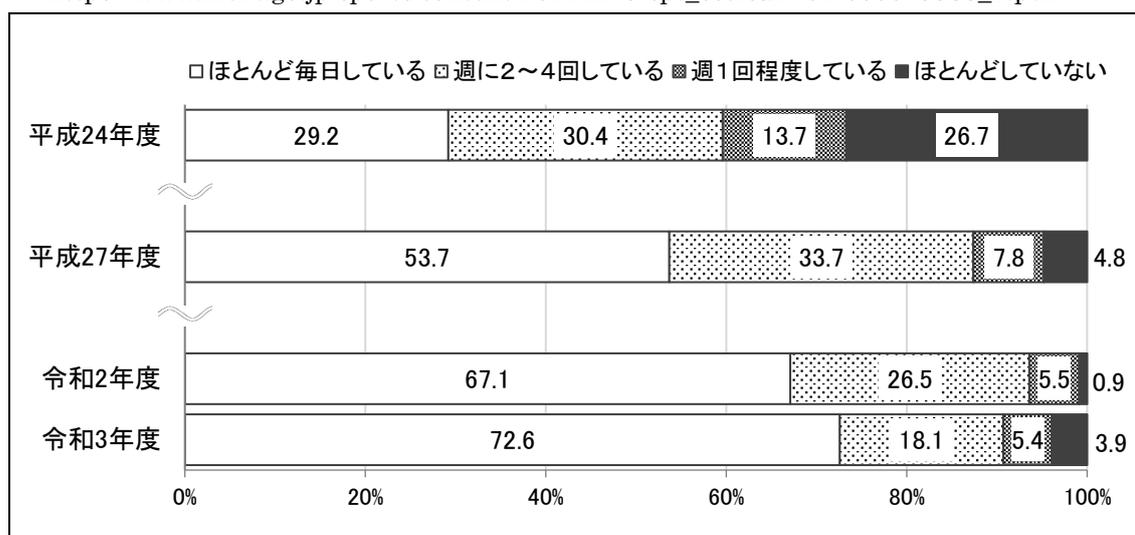


図2 普段の運動頻度の推移 2歳～3歳

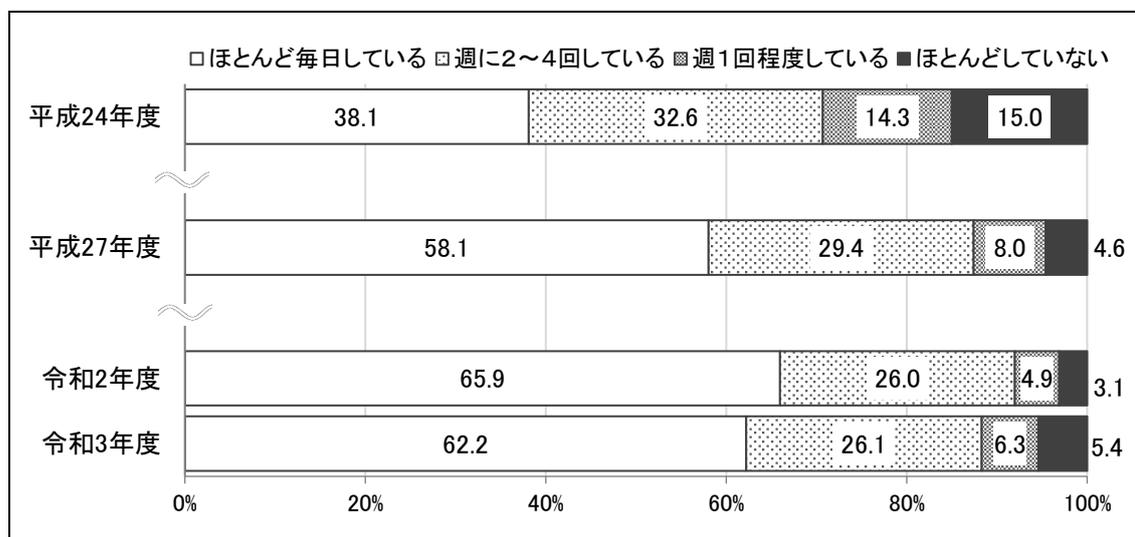


図3 普段の運動頻度の推移 4歳～6歳

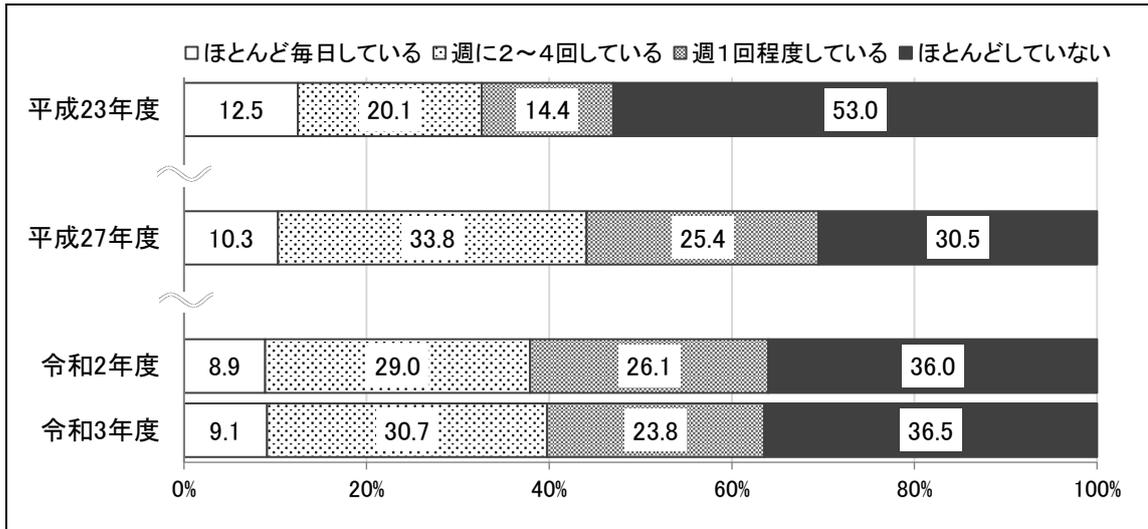


図4 普段の運動頻度の推移 小学生

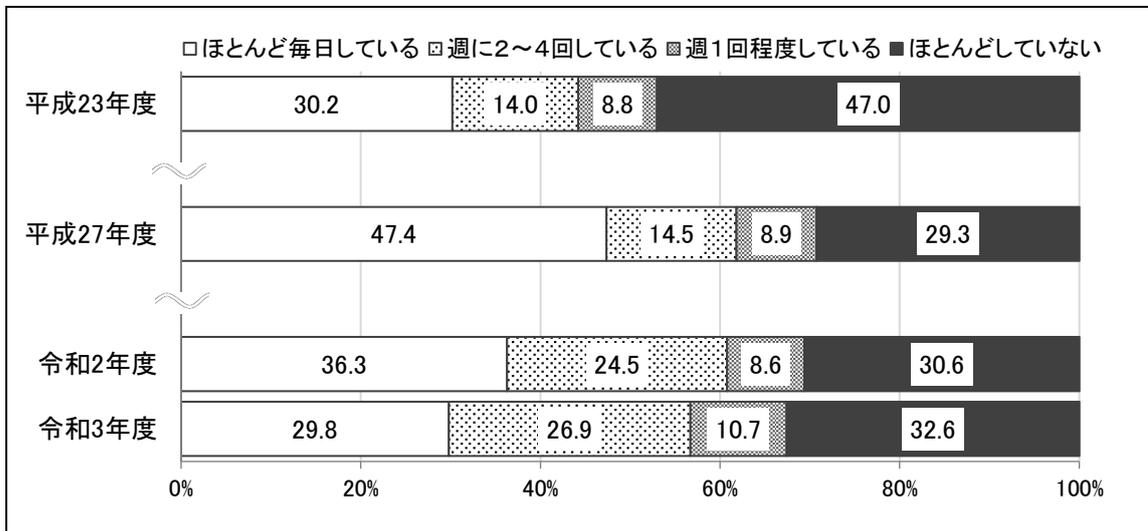


図5 普段の運動頻度の推移 中学生

## ウ 情緒と行動 (SDQ) 16 点以上の割合

子どもの情緒と行動について SDQ(先行研究に基づきカットオフ値は 16 点)を用いて測定した。令和 3 年度で何らかの問題行動等を有するハイリスクの子どもの割合(16 点以上)は、4 歳～6 歳 6.9%、小学生 8.0%、中学生 8.4%であった(図 6)。

被災していない子どもを対象とした調査(※2)で報告されたハイリスクの子どもの割合 9.5%に比べ、平成 23 年度はどの年代でも高く、とりわけ 4 歳～6 歳は 24.4%と高かった。その後、全ての年代で減少し、令和元年度以降は先行研究のハイリスクの子どもの割合とほとんど変わらない程度まで改善しており、令和 3 年度もこの傾向が続いている(図 6)。男女別では、全般として男児(子)のハイリスクの子どもの割合が高い傾向にあり、これは先行研究と一致している(図 7～9)。調査時住所別では、未就学児は県内居住のハイリスクの子どもの割合が高く、中学生では県外居住のハイリスクの子どもの割合が高かった(図 10)。

### 【SDQ について】

子どもの情緒と行動に関する 25 項目について、それぞれ過去半年間にどれくらい当てはまるかを保護者等が回答する質問項目である。得点が 16 点以上の場合、何らかの問題行動等を有し、専門的な支援が必要と考えられている。

※2 Matsuishi T, et al. (2008) Scale properties of the Japanese version of the Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ): A study of infant and school children in community samples. *Brain and Development*. 30: 410-415.

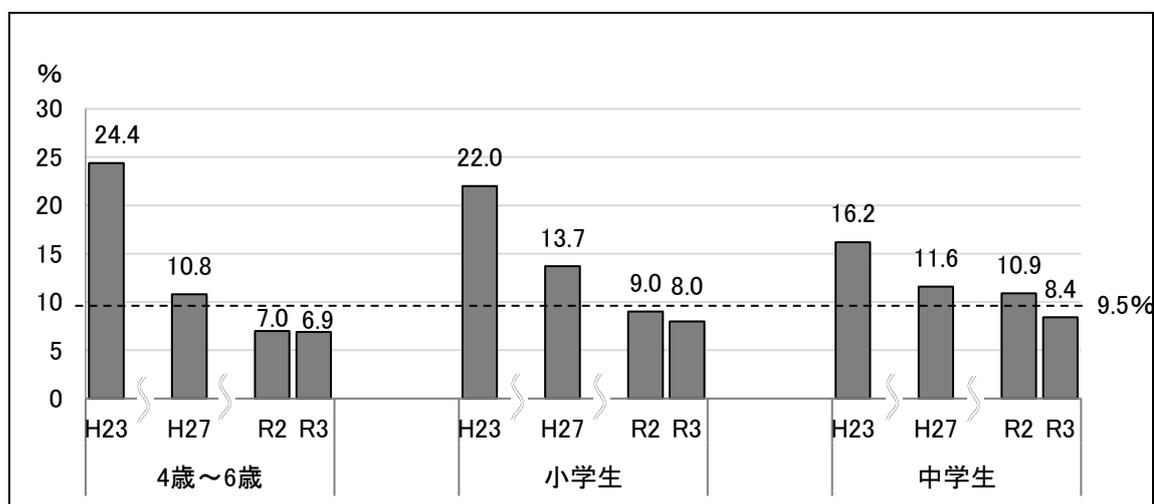


図 6 子どもの情緒と行動 (SDQ) 16 点以上の割合の推移 全体

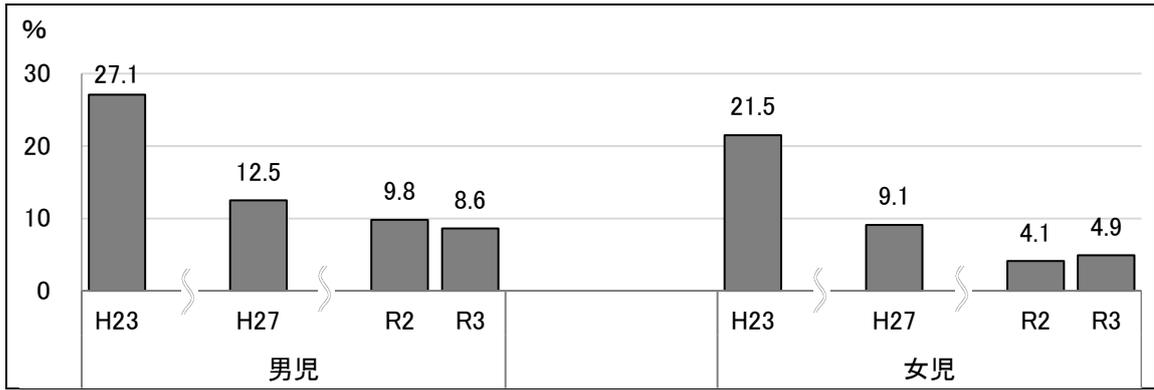


図7 子どもの情緒と行動（SDQ）16点以上の割合の推移 4歳～6歳 男女別

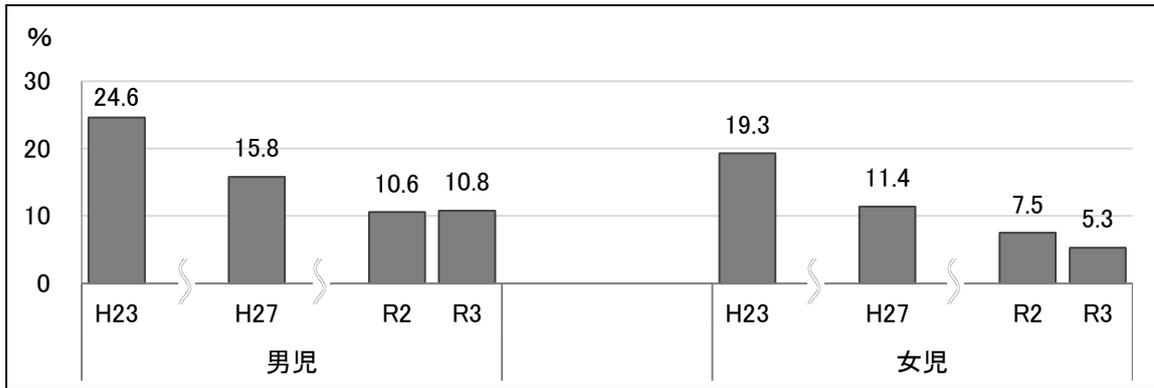


図8 子どもの情緒と行動（SDQ）16点以上の割合の推移 小学生 男女別

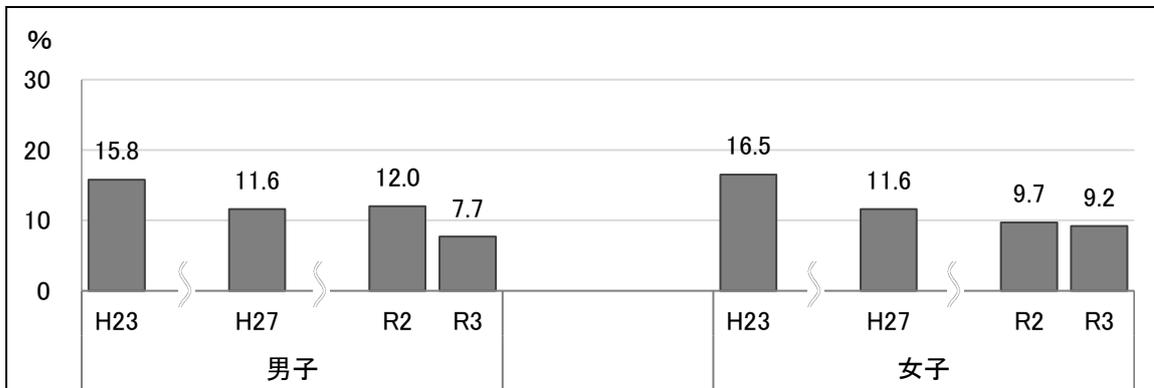


図9 子どもの情緒と行動（SDQ）16点以上の割合の推移 中学生 男女別

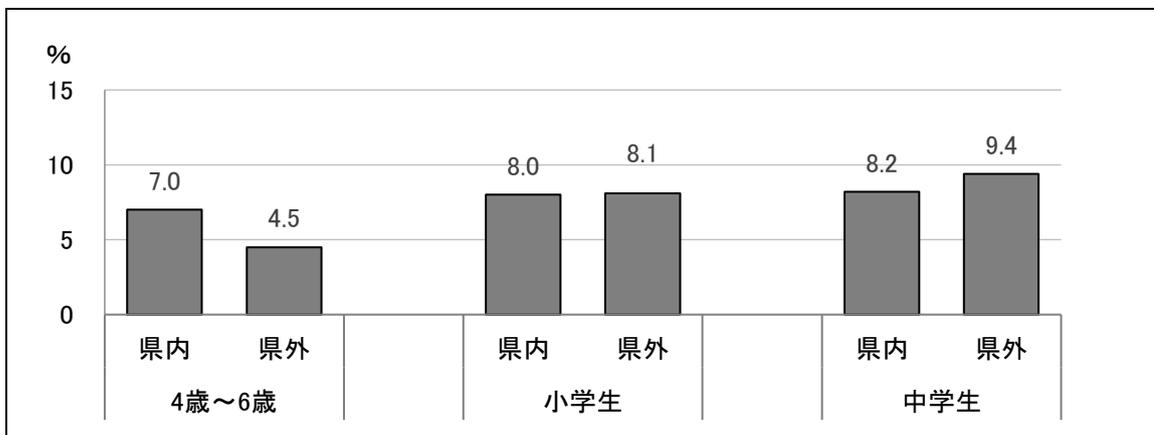


図10 令和3年度 子どもの情緒と行動（SDQ）16点以上の割合 調査時住所別

## エ 新型コロナウイルス感染症の流行による生活への支障

令和3年度では、新型コロナウイルス感染症の流行による生活への支障について、「ある程度あった」または「非常にあった」と回答した子どもの割合は、0歳～3歳 57.5%、4歳～6歳 64.3%、小学生 67.1%、中学生本人 60.1%、中学生保護者\*63.3%であった。概ね、前年度より影響を受けた子どもの割合が高かった(図11)。

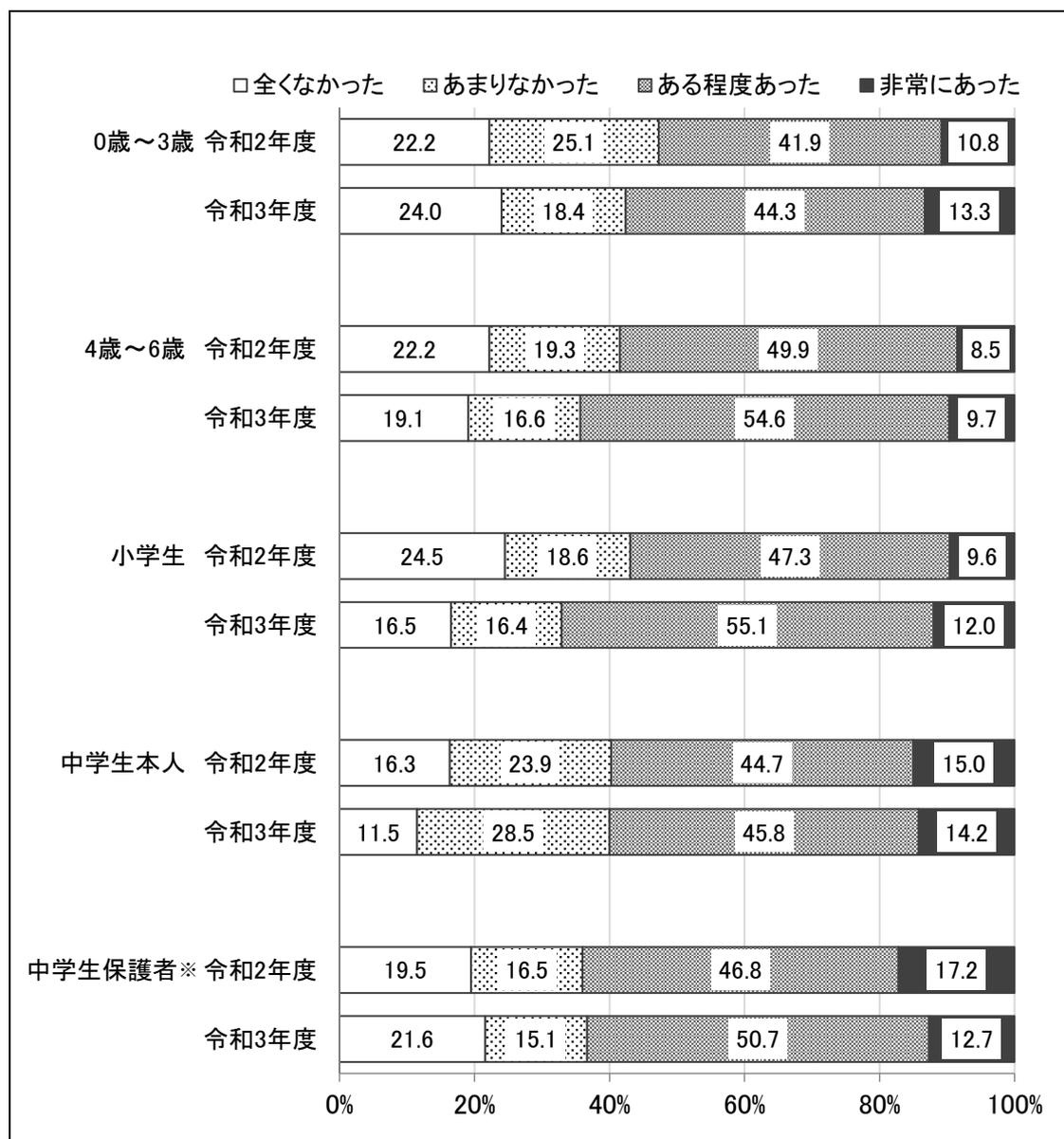


図11 子どものコロナ流行による生活への支障の推移

\*保護者からみた子どもの支障

## (2)一般（16歳以上）の回答結果について

### ア 回答者数（回答率）

令和3年度の一般（16歳以上）の回答者数（回答率）は37,891人（21.3%）であり、有効回答数（有効回答率）は37,762人（21.3%）であった（図12）。また、年代別の回答者数（回答率）は16歳～39歳が5,182人（10.5%）、40歳～64歳が10,848人（17.4%）、65歳以上が21,861人（33.3%）であった（図13）。平成28年度からオンライン回答を導入し、令和3年度のオンライン回答の割合は過去最高の16.1%であった。

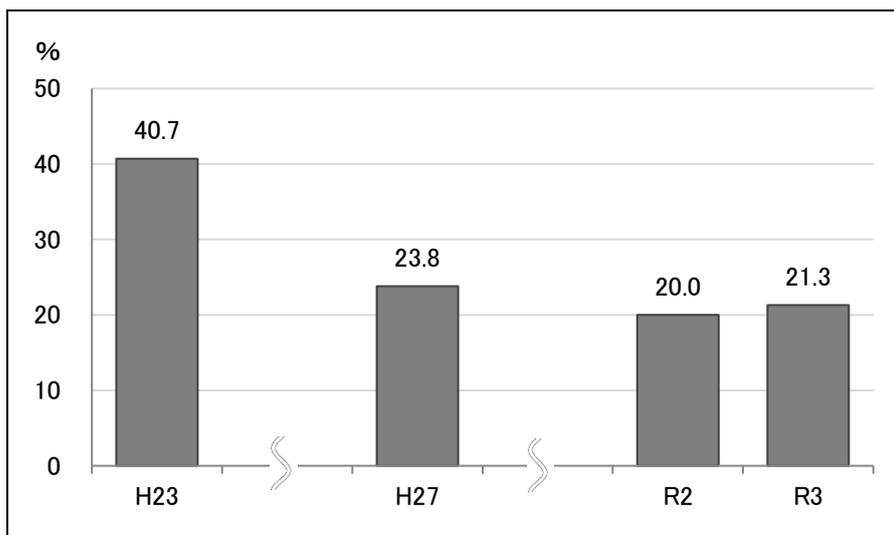


図12 一般の回答率の推移

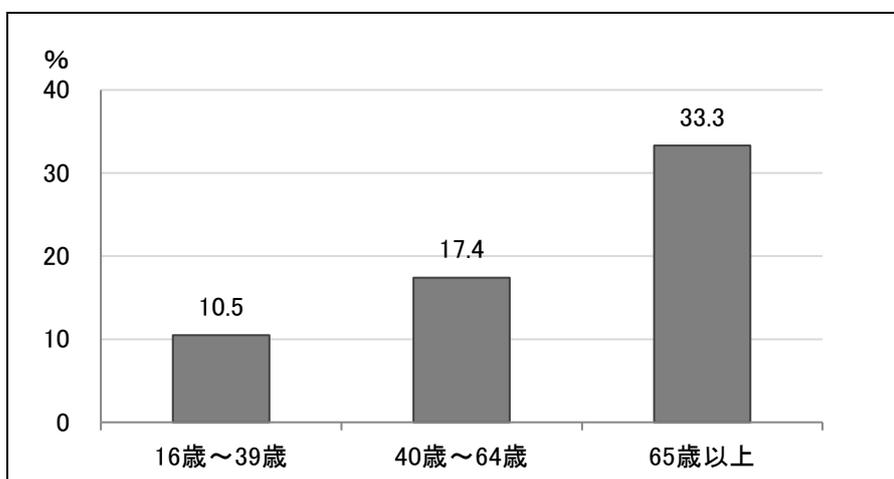


図13 令和3年度 一般の回答率 年代別

## イ 主観的健康状態

令和3年度の主観的健康状態について、「きわめて良好」または「良好」と回答した人の割合は29.9%であり、年々上昇した(図14)。年代別では、年代が下がるほど「きわめて良好」または「良好」と回答した人の割合が高く、65歳以上の22.8%に対し、16歳～39歳は52.7%であった(図15)。

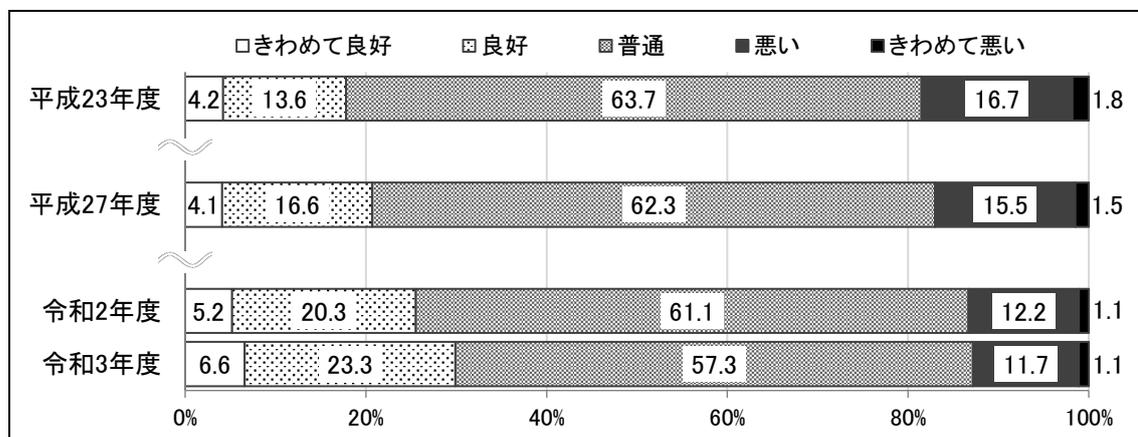


図14 一般の主観的健康状態の推移

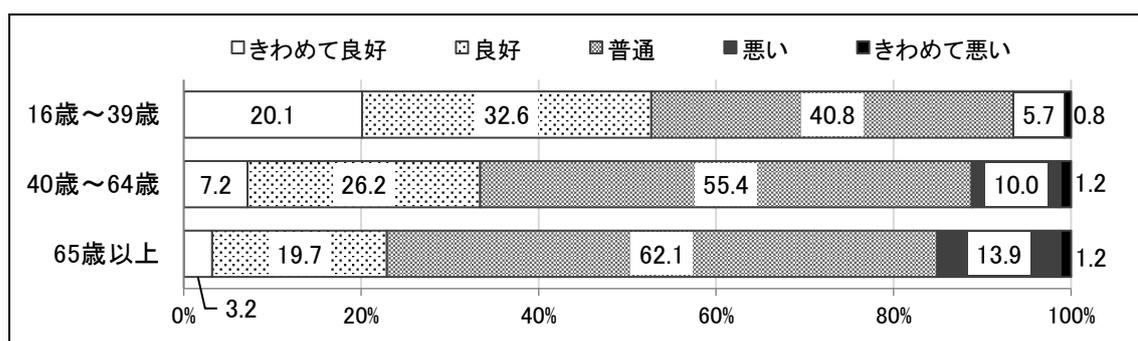


図15 令和3年度 一般の主観的健康状態 年代別

## ウ 睡眠満足度

令和3年度の睡眠満足度について、「満足している」と回答した人の割合は38.6%であった。一方、13.9%の人が「かなり不満」または「非常に不満か、全く眠れなかった」と回答した(図16)。

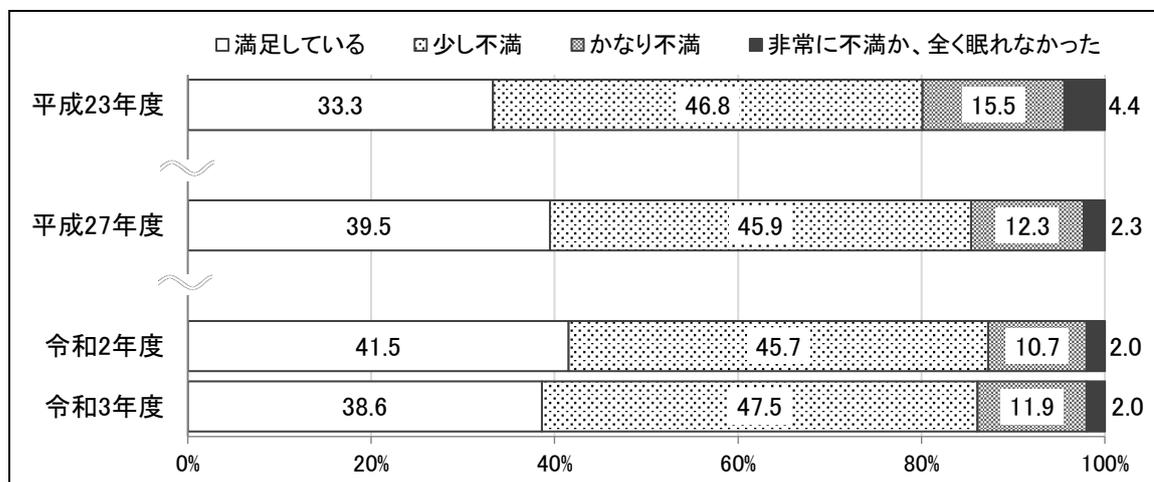


図16 一般の睡眠満足度の推移

## 工 普段の運動頻度

普段の運動頻度について、「ほとんど毎日している」または「週に2～4回している」と回答した人の割合は徐々に改善していたが、令和3年度は41.1%であった(図17)。全国調査(※3)の結果によると、1週間の運動日数が2日以上と回答した人の割合は40.6%であり、単純な比較はできないものの、運動習慣については全国水準と同等であることがうかがわれる。また、調査時住所別では、県内居住者のほうが運動頻度はやや高かった(図18)。

※3 厚生労働省「令和元年国民健康・栄養調査報告」

<https://www.mhlw.go.jp/content/000711007.pdf>

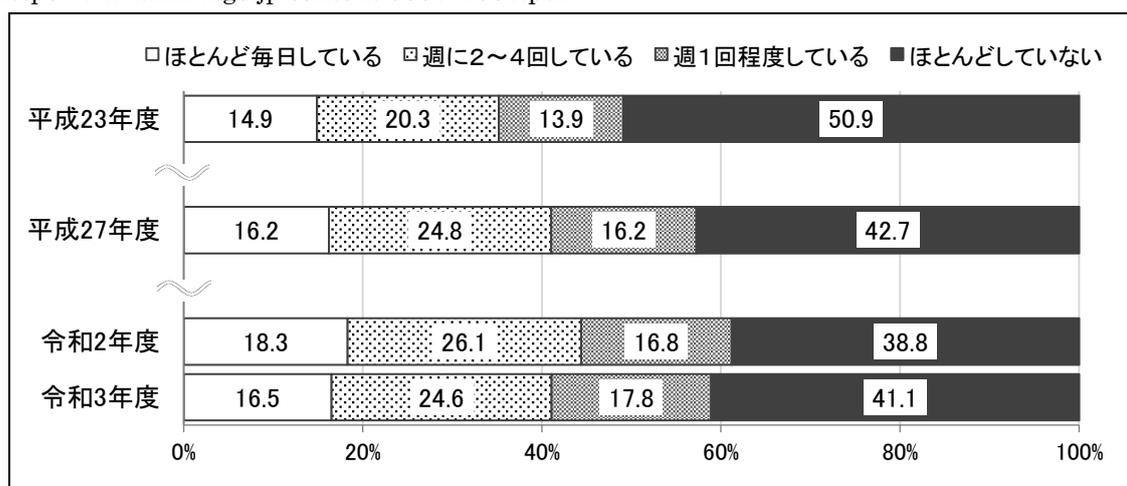


図17 一般の普段の運動頻度の推移

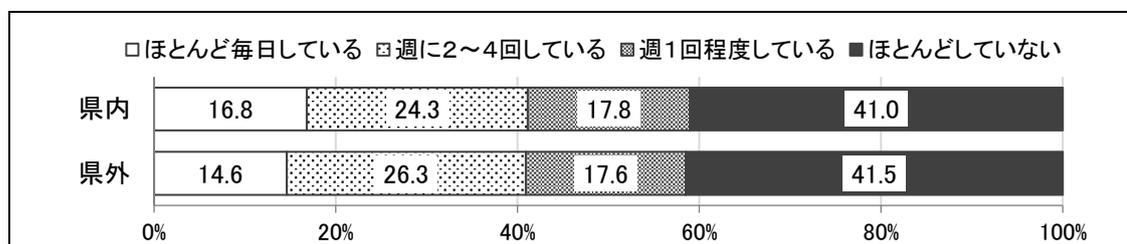


図18 令和3年度 一般の普段の運動頻度 調査時住所別

## 才 喫煙割合

令和3年度の喫煙割合は14.5%(男性23.1%、女性6.8%)であり、男女とも年々改善傾向がみられていたが、前年度より割合が若干高かった(図19)。「健康日本21(第二次)」の目標12%に向けて、継続して注視していく必要がある。

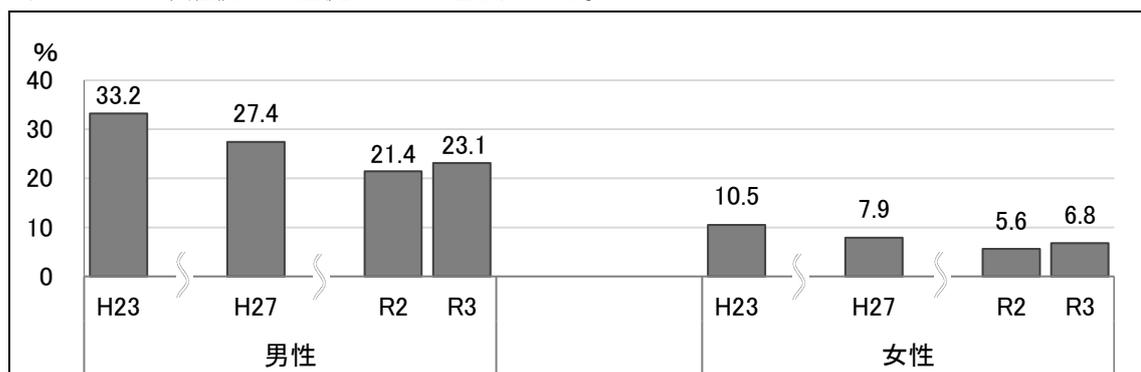


図19 喫煙者の割合の推移 男女別

## カ 問題飲酒（CAGE）2点以上の割合

問題となるような飲酒行動（問題飲酒）について CAGE（先行研究に基づきカットオフ値は 2 点）を用いて測定した。

令和 3 年度の問題飲酒のハイリスクの人の割合（2 点以上）は、男性 14.5%、女性 6.6%であり、それぞれ減少傾向にある（図 20）。男女別年代別では、男女とも 40 歳～64 歳の割合が高かった（図 21）。また、男女別調査時住所別では、男女とも県外居住者のほうがやや高かった（図 22）。

### 【CAGE について】

飲酒の習慣に関する 4 項目について、その経験が過去 30 日間に「あった」または「なかった」のどちらかで回答する質問項目である。得点が 2 点以上の場合、問題飲酒の可能性があるとされている。

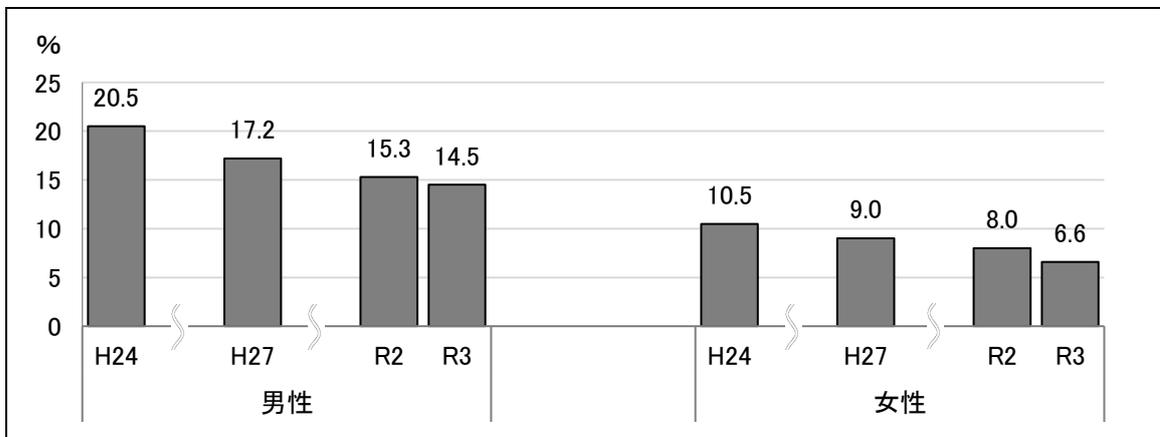


図 20 問題飲酒（CAGE）2点以上の割合の推移 男女別

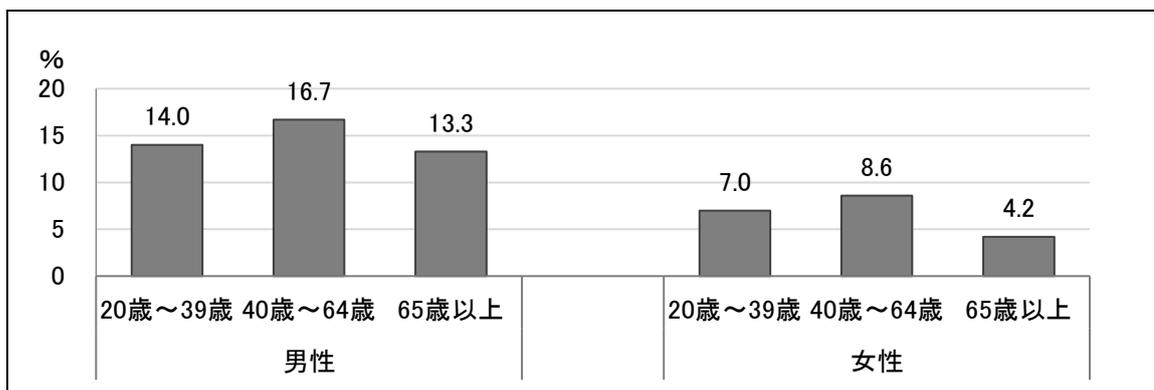


図 21 令和 3 年度 問題飲酒（CAGE）2点以上の割合 男女別年代別

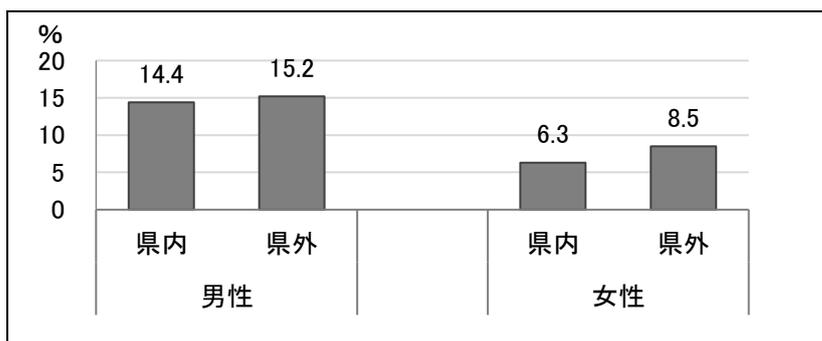


図 22 令和 3 年度 問題飲酒（CAGE）2点以上の割合 男女別調査時住所別

## キ 気分の落ち込みや不安に関して支援が必要と考えられる人の割合

全般的な精神健康度、気分障害(うつ病)や不安障害の可能性について K6(先行研究に基づきカットオフ値は 13 点)を用いて測定した。

令和 3 年度の気分障害や不安障害のハイリスクの人の割合(13 点以上)は、全体で 6.1%であった(図 23)。平成 23 年度は 14.6%と高かったハイリスクの人の割合は、その後改善傾向にあったが、令和 3 年度は再び上昇に転じた。被災していない一般人口を対象とした先行研究(※4)における割合(3%)と比較しても高い値を示している。男女別では、男性 5.3%、女性 6.8%と、女性の割合が高く(図 24)、年代別では、高齢者より若年者のほうが高い傾向にあった(図 25)。調査時住所別では、県内居住者が 5.7%であるのに対し、県外居住者は 8.3%と高かった(図 26)。

### 【K6 について】

気分の落ち込みや不安に関する 6 項目について、それぞれ過去 30 日間にどれくらいの頻度であったかを回答する質問項目である。得点が 13 点以上の場合、気分障害や不安障害の可能性があるとされている。

※4 川上憲人. 全国調査における K6 調査票による心の健康状態の分布と関連要因. 平成 18 年度厚生労働科学研究費補助金(統計情報高度利用総合研究事業)国民の健康状況に関する統計情報を世帯面から把握・分析するシステムの検討に関する研究. 分担研究書

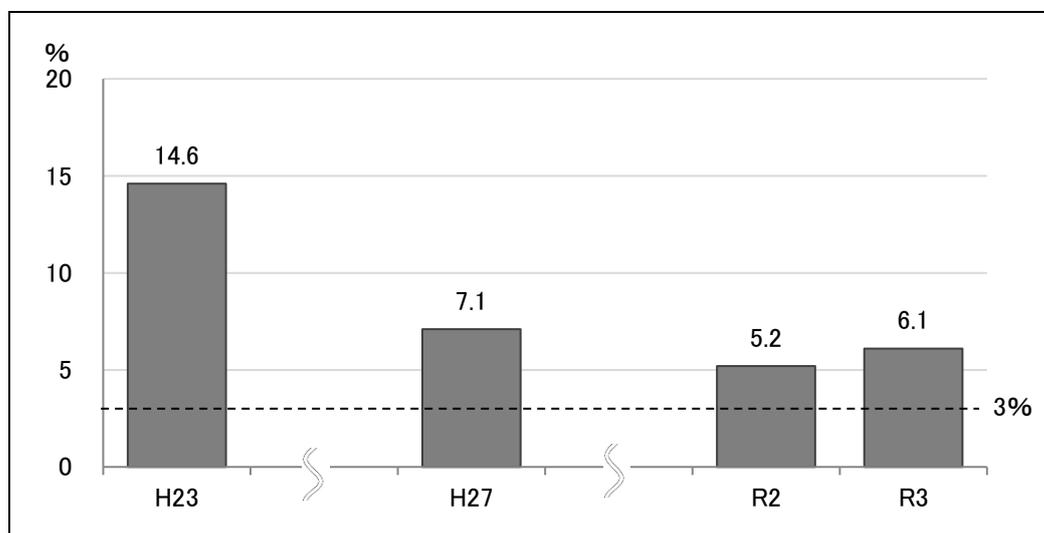


図 23 一般の全般的精神健康度 (K6) 13 点以上の割合の推移

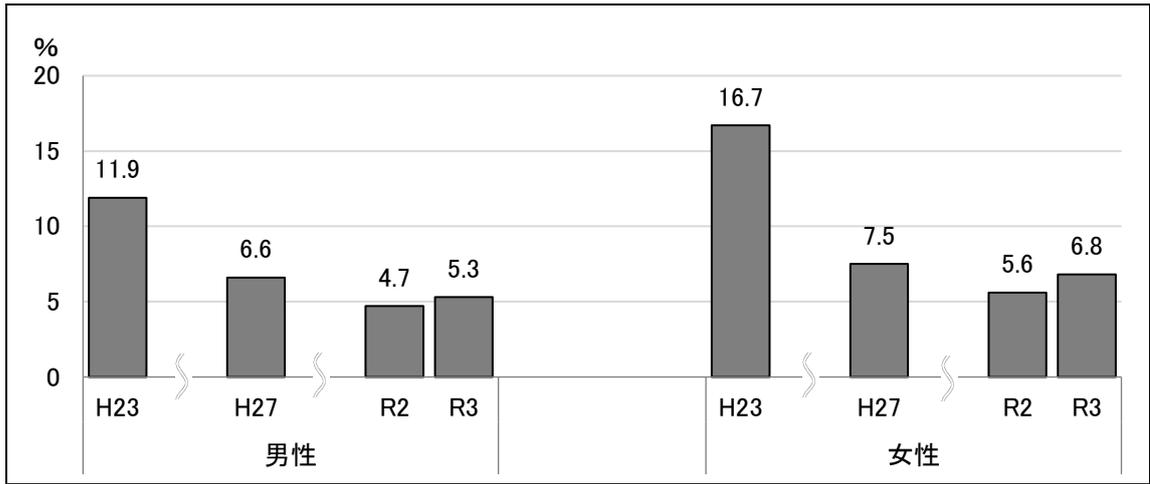


図 24 一般の全般的健康度 (K6) 13 点以上の割合の推移 男女別

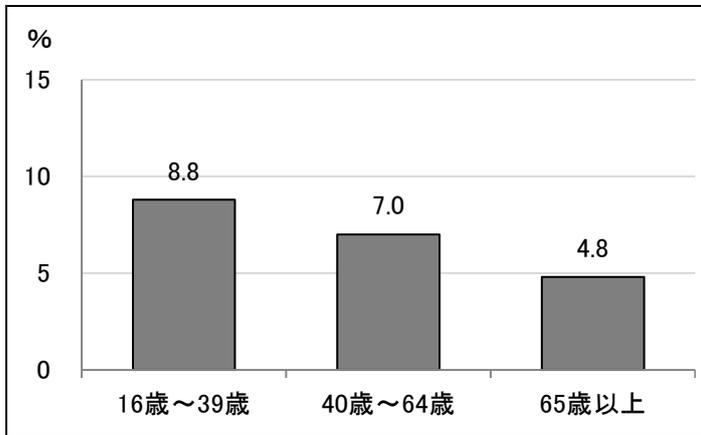


図 25 令和 3 年度 一般の全般的健康度 (K6) 13 点以上の割合 年代別

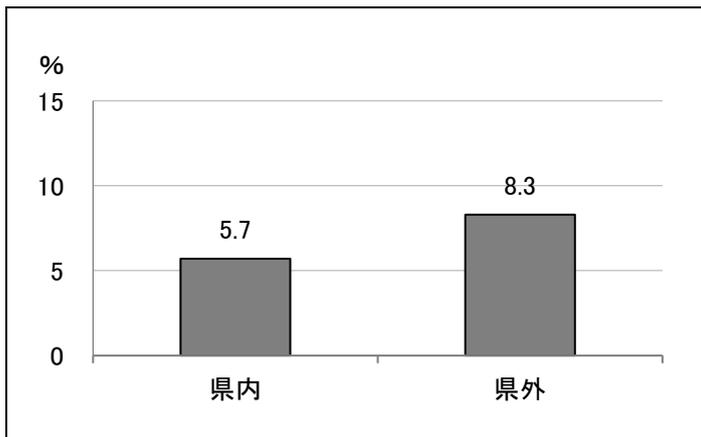


図 26 令和 3 年度 一般の全般的健康度 (K6) 13 点以上の割合 調査時住所別

## ク 新型コロナウイルス感染症の流行による生活への支障

令和3年度の新型コロナウイルス感染症による生活への支障について、「非常にあった」または「ある程度あった」と回答した人の割合は41.6%であり、これは本調査項目を導入した令和2年度とほとんど変わらなかった(図27)。男女別では、男性40.7%、女性42.4%でやや女性のほうが高かった(図28)。年代別では、16歳～39歳38.0%、40歳～64歳42.8%、65歳以上41.9%であった(図29)。

また、新型コロナウイルス感染症の流行による生活への支障の有無別(支障なし:全くなかった/あまりなかった、支障あり:ある程度あった/非常にあった)でK6ハイリスク(13点以上)の人の割合を比較すると、支障ありと回答したK6ハイリスクの人の割合が高く(図30)、令和2年度と同様に全般的な精神健康度によって大きな違いがみられた。

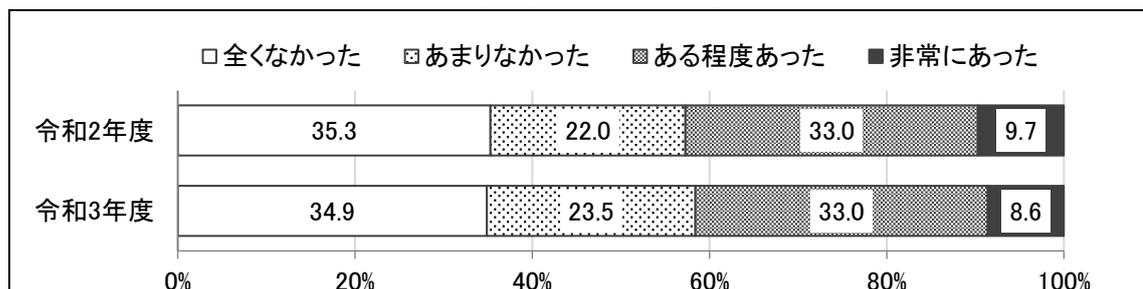


図27 一般のコロナ流行による生活への支障の推移 全体

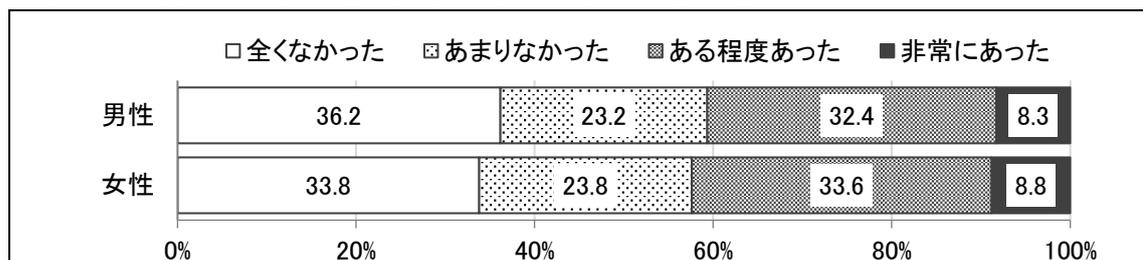


図28 令和3年度 一般のコロナ流行による生活への支障 男女別

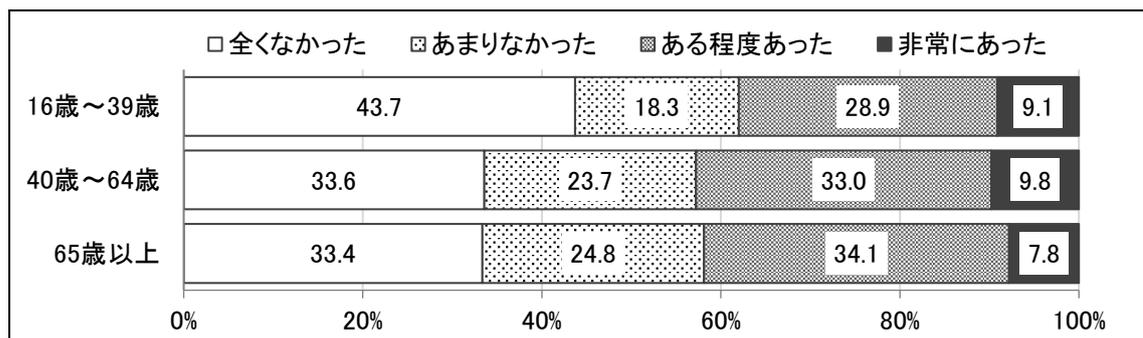


図29 令和3年度 一般のコロナ流行による生活への支障 年代別

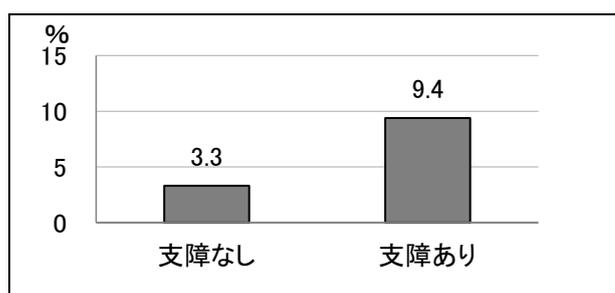


図30 令和3年度 一般のコロナ流行による生活への支障有無別の全般的な精神健康度(K6)13点以上の割合

## ケ 放射線の健康影響の認識

令和3年度の放射線の次世代への健康影響の認識(リスク認知)について、「可能性は高い」または「可能性は非常に高い」と回答した人の割合は24.3%であり(図31)、減少傾向にある。また、調査時住所別では、県外居住者のほうがリスク認知の影響が高い傾向にあった(図32)。

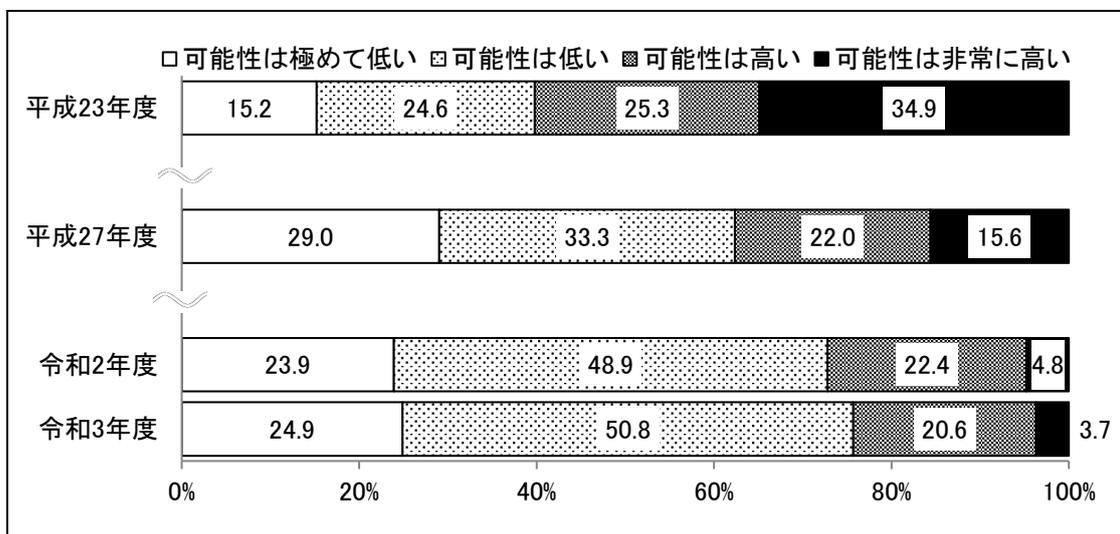


図31 一般の放射線の次世代への健康影響の認識(リスク認知)の割合の推移

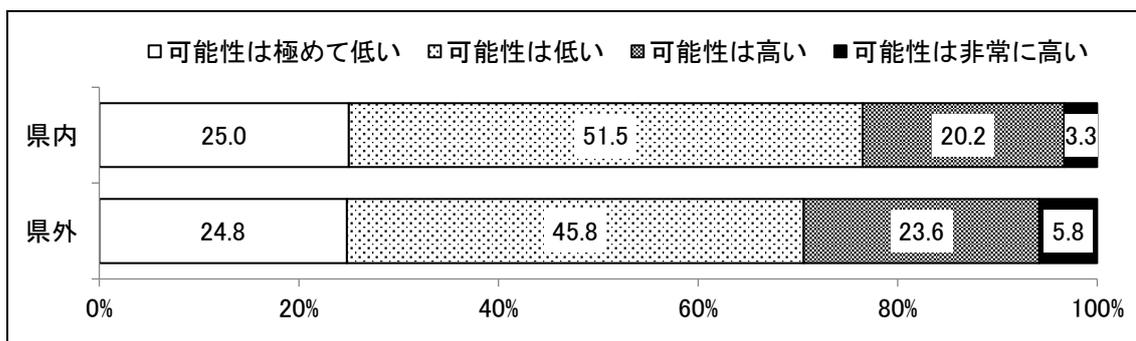


図32 令和3年度 一般の放射線の次世代への健康影響の認識(リスク認知)の割合 調査時住所別

## コ 相談先

令和3年度の相談先(現在、こころや身体の問題が生じた場合、相談できる身近な人や各種機関はありますか)について、「相談できる人や機関はない」と回答した人は6,947人(18.8%)であり、前年度の10.6%よりも増加した。

### (3)まとめ

本調査から、回答者の負担を軽減すべく調査票の質問項目を大幅に削減して実施し、毎年低下していた回答率が若干ながらも上昇に転じた。

子ども(15歳以下)については、運動習慣の改善が2歳～3歳は若干みられたものの、新型コロナウイルス感染症のパンデミックの影響もあってか、4歳～6歳以降の子どもについては運動習慣の改善はみられなかった。また、コロナ禍による生活への支障は、影響を受けた子どもの割合が概ね増加した。一方、子どもの情緒と行動(SDQ)については、年々改善傾向がみられている。震災から10年以上が経過し、震災を経験していない子どもの対象者が増えたことも改善の一因かもしれない。

一般(16歳以上)については、年々改善傾向がみられた睡眠状態や運動習慣、喫煙、全般的な精神健康度(K6)については、改善がみられなかった。全般的な精神健康度は、前年度よりも1ポイントほど悪化しており、実際、コロナ禍による生活への支障があった住民のほうが、支障がなかった住民に比べ顕著に悪く、コロナ禍の影響を示唆する結果であった。また、以前より続いていた若年者や県外居住者の全般的な精神健康度が悪い傾向は令和3年度も同様であった。喫煙については、令和3年度より、加熱式タバコを含めた設問に変更した影響もあってか、喫煙者の割合が若干増加した。また、相談先については、「相談できる人や機関はない」と回答した人が前年度に比べ増加した。なお、相談先の質問形式は、例示を省略する変更を行っている。

## 4 「こころの健康度・生活習慣に関する調査」支援概要

調査の結果をフィードバックし自身の健康管理に役立ててもらふことや、こころの健康度及び生活習慣上、相談・支援の必要があると判断された方々に、状況把握と改善のための助言及び保健・医療機関につなぐことを目的として支援を実施した。

### (1) 支援対象

令和 3 年度「こころの健康度・生活習慣に関する調査」の回答者のうち、電話や文書による相談・支援が必要だと判断された方。

なお、本報告では、令和 4 年 10 月 31 日までに回答があり、同年 12 月 31 日までに支援を実施した方を集計対象とした。

### (2) 個人結果通知

令和 4 年 8 月 31 日までに回答があった方に対し、自身のこころの健康度と生活習慣の状況を把握し、健康管理に役立ててもらふため、回答があった方の回答状況とそれに対するアドバイスを記載した個人結果通知書を同年 7 月及び 9 月に送付した。

調査票区分別の発送数と項目内容は表 2 のとおり。

表 2 令和 3 年度 個人結果通知書の発送数

調査票区分	発送数	通知項目
0 歳～3 歳	446	身長、体重、運動習慣(2 歳以上)
4 歳～6 歳	481	身長、体重、運動習慣、こころと行動のストレス反応(SDQ <sup>※1</sup> )
小学生	1,302	
中学生	757	
一般	37,661	肥満度(BMI <sup>※2</sup> )、運動習慣、睡眠、こころのストレス反応(K6 <sup>※3</sup> )

※1 SDQ:子どもの情緒と行動に関する尺度

※2 BMI:Body Mass Index(調査票内の身長及び体重から算出)

※3 K6:気分の落ち込みや不安など、全般的な精神健康状態に関する尺度

なお、子どもの結果通知書には参考として、調査票記入日の月齢の身長体重標準値を記載。

### (3) 支援対象者の選定基準及び支援方法

#### ア 支援対象者の選定基準

緊急性の高さや状態の重症度に応じ、表 3、4 のとおり支援基準を設定し、支援の充実を図った。

表 3 令和 3 年度 子どもの支援対象者選定基準

		情緒と行動(SDQ)	相談先の有無、発達の問題	欄外・自由記載
選 定 基 準	基準 I	1)SDQ(20 点以上)	発達の悩み「あり」かつ相談先「なし」	専門職により 緊急度を判断
	基準 II	2)SDQ(16 点以上)		

表4 令和3年度 一般の支援対象者選定基準

		精神健康	身体健康	睡眠障害	精神疾患	飲酒	欄外・自由記載
選定基準	基準Ⅰ	1)K6 (13点以上)	1)高血圧もしくは糖尿病「あり」通院「なし」、かつ①BMI27.5以上あるいは②過去1年間健診受診「なし」のいずれか	/	/	/	専門職により緊急度を判断
	基準Ⅱ	2)K6 (10点以上)	2)1)以外の高血圧もしくは糖尿病「あり」通院「なし」	精神疾患「なし」 かつ睡眠の質「かなり不満」以上	精神疾患「あり」 かつ通院「なし」 または「未記入」	/	
	基準Ⅲ	/	3)1)2)以外 BMI25.0以上かつ 過去1年間健診受診なし	/	/	CAGE 2点以上	/

※支援基準該当者で喫煙者には禁煙の呼びかけを実施

## イ 支援方法

### ① 基準Ⅰ

基準Ⅰの対象者には、公認心理師、保健師、看護師等による「ここから健康支援チーム」が電話をかけて相談対応を行った(以下、電話支援)。電話支援では対象者の健康状態に関して聞き取りを行うとともに、対象者が現在抱える問題を確認し、必要に応じて保健・医療機関等への受診勧奨を行った。

### ② 基準Ⅱ

基準Ⅱの対象者には、電話支援希望を確認するハガキを送付した。返信されたハガキに電話支援希望の記載がある方、もしくは返信内容から支援が必要と判断された方には、電話支援を行った。なお、「身体健康」「睡眠障害」の対象者にはパンフレットを同封した。

### ③ 基準Ⅲ

基準Ⅲの対象者には、生活習慣の改善を促すためのパンフレットを送付した。

## 5 「こころの健康度・生活習慣に関する調査」 支援結果概要

### (1) 電話による支援

#### ア 子ども

##### (ア) 支援者数

基準Ⅰ及び基準Ⅱによる子どもの支援対象者数及び支援実施者数は図 33 のとおり。

また、電話支援実施者の男女別、調査時住所別は表 5、6 のとおり。

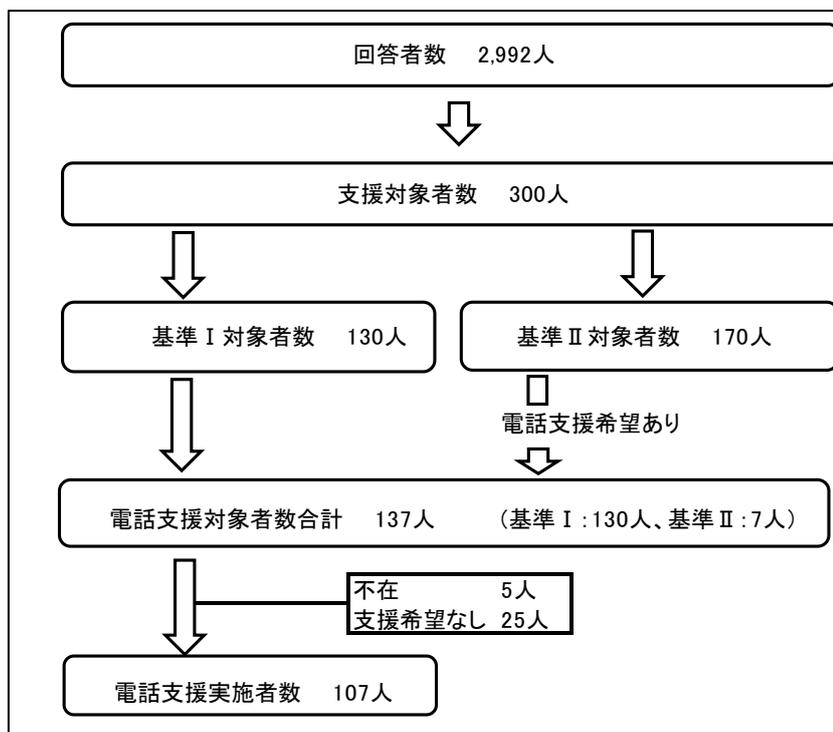


図 33 令和 3 年度 子どもの支援対象者数及び支援実施者数

表 5 令和 3 年度 電話支援実施者の男女別（子ども）

区分	男児・男子	女児・女子	合計
全体	54 (50.5%)	53 (49.5%)	107
0歳～3歳	8 (61.5%)	5 (38.5%)	13
4歳～6歳	3 (42.9%)	4 (57.1%)	7
小学生	26 (52.0%)	24 (48.0%)	50
中学生	17 (45.9%)	20 (54.1%)	37

表 6 令和 3 年度 電話支援実施者の調査時住所別（子ども）

区分	県内	県外	合計
全体	91 (85.0%)	16 (15.0%)	107
0歳～3歳	12 (92.3%)	1 (7.7%)	13
4歳～6歳	7 (100.0%)	0 (0.0%)	7
小学生	44 (88.0%)	6 (12.0%)	50
中学生	28 (75.7%)	9 (24.3%)	37

## (イ) 支援結果

調査回答の訴えに基づき、現在問題になっていることについて電話により聞き取りを行った。子どもの相談内容は、集計結果概要同様、平成 24 年度、平成 27 年度、令和 2 年度、令和 3 年度で表示した(表 7)。また、令和 3 年度電話支援の相談内容具体例は表 8 のとおり。

表 7 電話支援の相談内容（子ども）

人数（割合）			
平成24年度	平成27年度	令和2年度	令和3年度
被災による不安、放射線・被ばく等の不安 147人 (23.6%)	学校に関すること 54人 (21.6%)	学校に関すること 25人 (26.3%)	学校に関すること 38人 (35.5%)
学校に関すること 136人 (21.8%)	身体面の健康 15人 (6.0%)	日常生活や習慣 18人 (18.9%)	怒り・イライラ・暴力 15人 (14.0%)
身体面の健康 102人 (16.4%)	睡眠 9人 (3.6%)	怒り・イライラ・暴力 12人 (12.6%)	日常生活や習慣 14人 (13.1%)
怒り・イライラ・暴力 90人 (14.4%)	怒り・イライラ・暴力 8人 (3.2%)	睡眠 9人 (9.5%)	将来への不安 9人 (8.4%)
抑うつ 83人 (13.3%)	食習慣 4人 (1.6%)	身体面の健康 食習慣 各6人 (6.3%)	睡眠 8人 (7.5%)

※平成 23 年度は、集計方法が異なるため、平成 24 年度より記載

表 8 令和 3 年度 電話支援の相談内容具体例（子ども）

学校に関すること	<p>【4 歳～6 歳】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・集中力が続かず、他の園児がやっていることが出来ないことがある</li> </ul> <p>【小学生】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・不登校について、どのような対応をすればよいか</li> </ul> <p>【中学生】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・朝になると、頭痛や腹痛を訴え、学校を休んでしまう日が多い</li> </ul>
怒り・イライラ・暴力	<p>【0 歳～3 歳】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・イライラして奇声をあげたり、自分の頭を壁にぶつけたりする</li> </ul> <p>【小学生】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・家族に対してあざができるぐらい叩いたり、暴れることがあった</li> </ul> <p>【中学生】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・家族や友人に乱暴な言葉遣いをする</li> </ul>
日常生活や習慣	<p>【0 歳～3 歳】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・指吸いをやめさせたい</li> </ul> <p>【4 歳～6 歳、小学生、中学生】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ゲームをなかなかやめられない</li> </ul> <p>【中学生】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・人を怖がることもあり、家族と一緒にでないと外出できない</li> </ul>

将来への不安	<b>【4歳～6歳】</b> ・言葉がゆっくりでこの先が心配 <b>【小学生】</b> ・発達障害をもつ子どもの将来が不安 <b>【中学生】</b> ・高校へ行きたいという希望はあるが、勉強をしないので心配
睡眠	<b>【小学生】</b> ・不登校があり、昼夜逆転している <b>【中学生】</b> ・夜中に目が覚めたり、朝早く起きてしまったりする事がある
その他	<b>【4歳～6歳】</b> ・コロナの影響で、園での保育を制限され、負担を感じた <b>【中学生】</b> ・コロナで修学旅行がなくなり、落ち込んでいた

電話支援では、傾聴、受診勧奨、生活習慣指導、心理教育などの対応を行った。初回電話支援時の状況は、表 9 のとおり。電話支援の結果、支援継続とした理由は、子どもの体調不良(身体、精神)や、学校不適応、保護者の体調不良(身体、精神)などであった。

また、令和3年度は、外部機関との情報共有が必要だったケースはなかった。

表 9 令和3年度 初回電話支援時の状況(子ども)

人数(割合)

区分	支援継続	単回支援	詳細不明	支援希望なし	合計
全体	12 (11.2%)	89 (83.2%)	4 (3.7%)	2 (1.9%)	107
0歳～3歳	0 (0.0%)	12 (92.3%)	1 (7.7%)	0 (0.0%)	13
4歳～6歳	1 (14.3%)	6 (85.7%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	7
小学生	7 (14.0%)	40 (80.0%)	1 (2.0%)	2 (4.0%)	50
中学生	4 (10.8%)	31 (83.8%)	2 (5.4%)	0 (0.0%)	37

- ・支援継続 : 体調不良や震災時の影響を強く受けている方、社会・学校不適応や孤立している方など、やや心配が残るため、保健・医療機関等への受診勧奨や外部機関への情報提供など継続的な支援につなぐ必要があると判断されたもの
- ・単回支援 : 体調や環境面で状態の改善が確認できた場合や、サポート資源の利用があった場合など、自身で対処がなされていると判断されたもの
- ・詳細不明 : 何らかの理由で状況確認が困難だったもの
- ・支援希望なし : 支援は必要ないと、対象者から申し出があったもの

## イ 一般

### (ア) 支援者数

基準Ⅰ及び基準Ⅱによる一般の支援対象者数及び支援実施者数は図 34 のとおり。

電話支援実施者の男女別年代別は表 10、回答者における電話支援実施者の割合年代別は表 11 のとおり。電話支援実施者の調査時住所別は表 12、回答者における電話支援実施者の割合調査時住所別は表 13 のとおり。

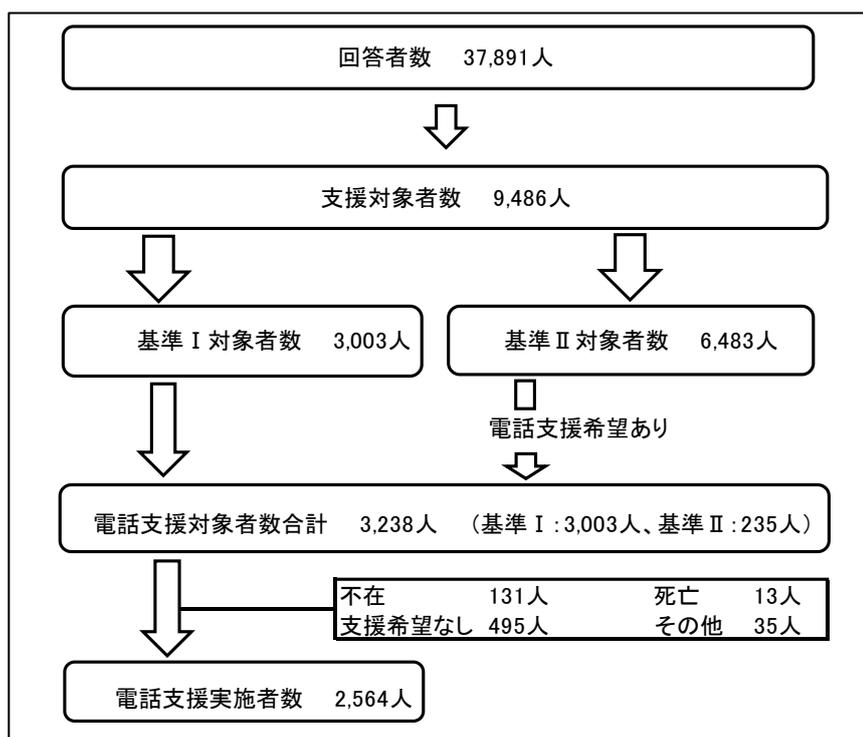


図 34 令和 3 年度 一般の支援対象者数及び支援実施者数

表 10 令和 3 年度 電話支援実施者の男女別年代別（一般）

区分	40歳未満	40歳～64歳	65歳以上	合計
全体	341 (13.3%)	783 (30.5%)	1,440 (56.2%)	2,564
<sub>こころ</sub>				
男性	117 (13.6%)	262 (30.4%)	483 (56.0%)	862
女性	181 (15.4%)	330 (28.1%)	662 (56.4%)	1,173
<sub>生活習慣</sub>				
男性	25 (7.7%)	130 (39.9%)	171 (52.5%)	326
女性	18 (8.9%)	61 (30.0%)	124 (61.1%)	203

表 11 令和 3 年度 回答者における電話支援実施者の割合年代別（一般）

回答者数	40歳未満	40歳～64歳	65歳以上	合計
	5,182	10,848	21,861	37,891
電話支援実施者数	341	783	1,440	2,564
(割合)	(6.6%)	(7.2%)	(6.6%)	(6.8%)

表 12 令和 3 年度 電話支援実施者の調査時住所別（一般）

区分	県内		県外		合計
全体	2,116	(82.5%)	448	(17.5%)	2,564
<sub>  </sub> ころ	1,666	(81.9%)	369	(18.1%)	2,035
生活習慣	450	(85.1%)	79	(14.9%)	529

表 13 令和 3 年度 回答者における電話支援実施者の割合調査時住所別（一般）

回答者数	県内	県外	合計
	32,817	5,074	37,891
電話支援 実施者数 (割合)	2,116 (6.4%)	448 (8.8%)	2,564 (6.8%)

### (イ) 支援結果

調査回答の訴えに基づき、現在問題になっていることについて電話により聞き取りを行った。一般の相談内容は、集計結果概要同様、平成 24 年度、平成 27 年度、令和 2 年度、令和 3 年度で表示した(表 14)。また、令和 3 年度電話支援の相談内容の具体例は表 15 のとおり。

表 14 電話支援の相談内容（一般）

	人数（割合）			
	平成24年度	平成27年度	令和2年度	令和3年度
身体面の健康	2,761人 (46.1%)	1,145人 (44.6%)	866人 (44.0%)	1,233人 (48.1%)
睡眠	2,349人 (39.2%)	798人 (31.1%)	583人 (29.6%)	680人 (26.5%)
抑うつ	1,417人 (23.7%)	342人 (13.3%)	296人 (15.0%)	451人 (17.6%)
家族関係	1,058人 (17.7%)	236人 (9.2%)	249人 (12.7%)	333人 (13.0%)
住環境	1,049人 (17.5%)	235人 (9.2%)	245人 (12.4%)	272人 (10.6%)

※平成 23 年度は、集計方法が異なるため、平成 24 年度より記載

表 15 令和 3 年度 電話支援の相談内容具体例（一般）

身体面の健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>・慢性的に胃が痛い</li> <li>・震災後からめまいや不安があり耳鼻科、心療内科で服薬治療をしている</li> <li>・高血圧、糖尿病で通院。服薬治療をしている</li> </ul>
睡眠	<ul style="list-style-type: none"> <li>・夜間は眠剤を毎日飲んで休む。飲まないと眠れない</li> <li>・眠剤を飲んで寝ているが早朝覚醒がある</li> <li>・仕事のことであれこれ考え込んでしまい、眠れないことがある</li> </ul>
抑うつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・不調の期間が続いたので、心療内科を受診したところ、うつ病と診断された</li> <li>・県外にいる息子家族との交流がなく落ち込む</li> <li>・気分の落ち込みがあって生活に支障がでることもあるが、周りの人も同じ状況だと思う</li> </ul>
運動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・散歩をしたいと思うが、暑くて行けない</li> <li>・新型コロナウイルス流行前は散歩していたが、今はしていない</li> <li>・仕事に就いてから、運動しなくなった</li> </ul>
食習慣	<ul style="list-style-type: none"> <li>・3食は食べるようにしているが全く食欲がない</li> <li>・薬の副作用で食欲が増し、体重が増えた</li> <li>・食事制限があり、それを守るのが大変</li> </ul>
その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・2022年3月16日の地震で、家の中がめちゃくちゃ。断水もあり、生活用水を運んだり片づけをしたりで忙しい</li> <li>・入院中の家族がいるが、コロナ禍で面会ができない</li> <li>・10年、20年後には帰還できると思っていたが、今は諦めている</li> </ul>

電話支援では、受診勧奨や生活習慣指導、心理教育などの対応を行った。初回電話支援時の状況は、表 16 のとおり。電話支援の結果、支援継続とした理由（延べ数）は、体調不良（精神）が 142 人と最も多く、次いで体調不良（身体）が 126 人であった。

電話支援実施者への支援後の対応としては、7 人について、市町村やふくしま心のケアセンターとの情報共有、本人への医療機関情報等の文書送付などを行った。

表 16 令和 3 年度 初回電話支援時の状況（一般）

区分	支援継続	単回支援	詳細不明	支援希望なし	合計
全体	255 (9.9%)	2,240 (87.4%)	45 (1.8%)	24 (0.9%)	2,564
<sub>  </sub> ころこ	243 (11.9%)	1,729 (85.0%)	43 (2.1%)	20 (1.0%)	2,035
<sub>  </sub> 生活習慣	12 (2.3%)	511 (96.6%)	2 (0.4%)	4 (0.8%)	529

- ・支援継続 : 体調不良や震災時の影響を強く受けている方、社会・学校不適應や孤立している方など、やや心配が残るため、保健・医療機関等への受診勧奨や外部機関への情報提供など継続的な支援につなぐ必要があると判断されたもの
- ・単回支援 : 体調や環境面で状態の改善が確認できた場合や、サポート資源の利用があった場合など、自身で対処がなされていると判断されたもの
- ・詳細不明 : 何らかの理由で状況確認が困難だったもの
- ・支援希望なし : 支援は必要ないと、対象者から申し出があったもの

## (2) パンフレット送付による支援

基準Ⅲにより2,842人に、それぞれ該当するパンフレットの送付を行った。パンフレット内容の内訳は、肥満が1,784人、飲酒が1,058人であった。

## (3) 入電による相談対応

令和3年度支援期間中の「ここから調査専用ダイヤル」への入電件数は945件であった。入電内容の内訳(延べ数978件)は、電話支援時不在だった対象者からの折り返しが530件、相談が181件、調査に関する問い合わせ等が145件、その他が122件であった。

調査に関する問い合わせ等については、主に調査票の発送後に基本情報の変更や調査の記入方法などが多かった。また、一年を通して相談の入電があり、主に自身や家族の健康に関する内容、職場や友人等との人間関係に関する内容が多かった。

## (4) まとめ

「子ども」の支援において、相談内容の割合が高かったのは「学校に関すること」、次いで「怒り・イライラ・暴力」「日常生活や習慣」であり、前年度と同様の傾向であった。初回電話支援時の状況で、社会・学校不適応や孤立しているなどの理由でやや心配が残ると判断された「支援継続」は12人(11.2%)であった。

「一般」の支援において、相談内容について割合が高かったのは「身体面の健康」「睡眠」「抑うつ」であり、前年度と同様の傾向であった。初回電話支援時の状況で、「支援継続」は、こころの電話支援実施者で243人(11.9%)であり、生活習慣の電話支援実施者で12人(2.3%)であった。

「子ども」においても「一般」においても「支援継続」と判断された場合や対象者の希望があった場合については、電話支援による継続的な状況確認や社会資源の紹介を行った。また、電話が繋がらないなどの理由により電話支援を実施できなかった場合には、当センターで作成した「こころの健康度と生活習慣セルフサポートブック」を送付し、心身の健康へのセルフチェックを促すとともに、「ここから調査専用ダイヤル」および各種相談窓口を案内した。

## 6 令和3年度「こころの健康度・生活習慣に関する調査」結果集計

### (1) 0歳～3歳

				人数	割合
回答形式	(有効回答 446人)	・紙	290	65.0%	
		・オンライン	156	35.0%	
性別 (平均年齢 1.8歳)	(有効回答 446人)	・男児	241	54.0%	
		・女児	205	46.0%	
調査時住所別	(有効回答 446人)	・県内	429	96.2%	
		・県外	17	3.8%	
問1 健康状態について	(有効回答 445人)	・きわめて良好	233	52.4%	
		・良好	163	36.6%	
		・普通	48	10.8%	
		・悪い	1	0.2%	
		・きわめて悪い	0	0.0%	
問2 身長 男児	1歳 (有効回答 72人)	平均身長	77.2 cm		
	2歳 (有効回答 74人)	平均身長	87.4 cm		
	3歳 (有効回答 70人)	平均身長	94.9 cm		
女児	1歳 (有効回答 67人)	平均身長	75.5 cm		
	2歳 (有効回答 60人)	平均身長	86.9 cm		
	3歳 (有効回答 55人)	平均身長	94.4 cm		
体重 男児	1歳 (有効回答 78人)	平均体重	10.3 kg		
	2歳 (有効回答 81人)	平均体重	12.5 kg		
	3歳 (有効回答 78人)	平均体重	14.5 kg		
女児	1歳 (有効回答 77人)	平均体重	9.6 kg		
	2歳 (有効回答 64人)	平均体重	12.3 kg		
	3歳 (有効回答 59人)	平均体重	14.3 kg		
問3 普段の運動頻度について	(有効回答 259人)	・ほとんど毎日している	188	72.6%	
		・週に2～4回している	47	18.1%	
		・週1回程度している	14	5.4%	
		・ほとんどしていない	10	3.9%	
問4 育児に自信がもてない	(有効回答 446人)	・はい	80	17.9%	
		・いいえ	187	41.9%	
		・何ともいえない	179	40.1%	
問5 育児の悩みの有無	(有効回答 446人)	・はい	59	13.2%	
		・いいえ	299	67.0%	
		・どちらとも言えない	88	19.7%	
問6 相談先について 現在、育児について相談できる身近な人や 各種機関はありますか	(有効回答 446人)	・ある	428	96.0%	
		・相談できる人や機関はない	18	4.0%	
問7 新型コロナウイルス感染症の流行による 生活への支障	(有効回答 445人)	・全くなかった	107	24.0%	
		・あまりなかった	82	18.4%	
		・ある程度あった	197	44.3%	
		・非常にあった	59	13.3%	

## (2) 4歳～6歳

				人数	割合
回答形式	(有効回答 481人)	・紙	309	64.2%	
		・オンライン	172	35.8%	
性別 (平均年齢 5.0歳)	(有効回答 481人)	・男児	257	53.4%	
		・女児	224	46.6%	
調査時住所別	(有効回答 481人)	・県内	459	95.4%	
		・県外	22	4.6%	
問1 健康状態について	(有効回答 477人)	・きわめて良好	256	53.7%	
		・良好	161	33.8%	
		・普通	59	12.4%	
		・悪い	1	0.2%	
		・きわめて悪い	0	0.0%	
問2 身長	男児	4歳 (有効回答 70人)	平均身長	102.8 cm	
		5歳 (有効回答 90人)	平均身長	108.4 cm	
		6歳 (有効回答 81人)	平均身長	116.2 cm	
	女児	4歳 (有効回答 62人)	平均身長	103.0 cm	
		5歳 (有効回答 77人)	平均身長	109.4 cm	
		6歳 (有効回答 73人)	平均身長	115.3 cm	
体重	男児	4歳 (有効回答 73人)	平均体重	16.9 kg	
		5歳 (有効回答 94人)	平均体重	18.6 kg	
		6歳 (有効回答 80人)	平均体重	21.9 kg	
	女児	4歳 (有効回答 64人)	平均体重	16.4 kg	
		5歳 (有効回答 79人)	平均体重	18.7 kg	
		6歳 (有効回答 77人)	平均体重	21.1 kg	
問3 普段の運動頻度について	(有効回答 479人)	・ほとんど毎日している	298	62.2%	
		・週に2～4回している	125	26.1%	
		・週1回程度している	30	6.3%	
		・ほとんどしていない	26	5.4%	
問4 子どもの情緒と行動について					
1) SDQ	(有効回答 481人)	・平均総合得点	8.4点		
	(有効回答 257人)	・平均総合得点 男児	8.9点		
	(有効回答 224人)	・平均総合得点 女児	7.8点		
		・16点以上	33	6.9%	
		(男児)	22	8.6%	
		(女児)	11	4.9%	
	(有効回答 459人)	(県内)	32	7.0%	
	(有効回答 22人)	(県外)	1	4.5%	
2) 発達ころの問題	(有効回答 479人)	・ある	53	11.1%	
		・ない	426	88.9%	
問5 相談先について	(有効回答 480人)	・ある	468	97.5%	
現在、育児について相談できる身近な人や 各種機関はありますか		・相談できる人や機関はない	12	2.5%	
問6 新型コロナウイルス感染症の流行による 生活への支障	(有効回答 476人)	・全くなかった	91	19.1%	
		・あまりなかった	79	16.6%	
		・ある程度あった	260	54.6%	
		・非常にあった	46	9.7%	

### (3) 小学生

		人数	割合
回答形式	(有効回答 1,300 人)	・紙 ・オンライン	895 68.8% 405 31.2%
性別 (平均年齢 9.8 歳)	(有効回答 1,300 人)	・男児 ・女児	638 49.1% 662 50.9%
調査時住所別	(有効回答 1,300 人)	・県内 ・県外	1,114 85.7% 186 14.3%
問1 健康状態について	(有効回答 1,288 人)	・きわめて良好 ・良好 ・普通 ・悪い ・きわめて悪い	552 42.9% 467 36.3% 257 20.0% 11 0.9% 1 0.1%
問2 身長	男児	1年生 (有効回答 77 人) 2年生 (有効回答 76 人) 3年生 (有効回答 69 人) 4年生 (有効回答 117 人) 5年生 (有効回答 123 人) 6年生 (有効回答 151 人)	平均身長 122.2 cm 平均身長 128.2 cm 平均身長 131.7 cm 平均身長 137.3 cm 平均身長 144.1 cm 平均身長 151.5 cm
	女児	1年生 (有効回答 87 人) 2年生 (有効回答 73 人) 3年生 (有効回答 62 人) 4年生 (有効回答 122 人) 5年生 (有効回答 136 人) 6年生 (有効回答 148 人)	平均身長 122.2 cm 平均身長 126.5 cm 平均身長 133.8 cm 平均身長 139.0 cm 平均身長 146.4 cm 平均身長 151.5 cm
体重	男児	1年生 (有効回答 77 人) 2年生 (有効回答 79 人) 3年生 (有効回答 69 人) 4年生 (有効回答 118 人) 5年生 (有効回答 123 人) 6年生 (有効回答 148 人)	平均体重 24.8 kg 平均体重 28.8 kg 平均体重 31.0 kg 平均体重 34.3 kg 平均体重 40.0 kg 平均体重 45.2 kg
	女児	1年生 (有効回答 90 人) 2年生 (有効回答 76 人) 3年生 (有効回答 63 人) 4年生 (有効回答 123 人) 5年生 (有効回答 135 人) 6年生 (有効回答 148 人)	平均体重 23.9 kg 平均体重 27.4 kg 平均体重 31.6 kg 平均体重 33.7 kg 平均体重 39.6 kg 平均体重 44.1 kg
問3 普段の運動頻度について	(有効回答 1,292 人)	・ほとんど毎日している ・週に2~4回している ・週1回程度している ・ほとんどしていない	117 9.1% 396 30.7% 308 23.8% 471 36.5%
問4 子どもの情緒と行動について			
1) SDQ	(有効回答 1,297 人)	・平均総合得点	7.8 点
	(有効回答 637 人)	・平均総合得点 男児	8.5 点
	(有効回答 660 人)	・平均総合得点 女児	7.3 点
		・16点以上	104 8.0%
		(男児)	69 10.8%
		(女児)	35 5.3%
	(有効回答 1,111 人)	(県内)	89 8.0%
	(有効回答 186 人)	(県外)	15 8.1%
2) 発達こころの問題	(有効回答 1,293 人)	・ある ・ない	174 13.5% 1,119 86.5%
問5 相談先について	(有効回答 1,297 人)	・ある ・相談できる人や機関はない	1,252 96.5% 45 3.5%
問6 新型コロナウイルス感染症の流行による生活への支障	(有効回答 1,292 人)	・全くなかった ・あまりなかった ・ある程度あった ・非常にあった	213 16.5% 212 16.4% 712 55.1% 155 12.0%

#### (4) 中学生

				人数	割合
回答形式	(有効回答	760人)	・紙	536	70.5%
			・オンライン	224	29.5%
性別 (平均年齢 13.9 歳)	(有効回答	760人)	・男子	384	50.5%
			・女子	376	49.5%
調査時住所別	(有効回答	760人)	・県内	597	78.6%
			・県外	163	21.4%
問1 健康状態について	(有効回答	544人)	・きわめて良好	201	36.9%
			・良好	166	30.5%
			・普通	169	31.1%
			・悪い	8	1.5%
			・きわめて悪い	0	0.0%
問2 身長 男子	1年生 (有効回答	89人)	平均身長	159.1 cm	
	2年生 (有効回答	96人)	平均身長	166.3 cm	
	3年生 (有効回答	80人)	平均身長	168.8 cm	
女子	1年生 (有効回答	92人)	平均身長	153.0 cm	
	2年生 (有効回答	86人)	平均身長	155.6 cm	
	3年生 (有効回答	93人)	平均身長	156.2 cm	
体重 男子	1年生 (有効回答	87人)	平均体重	49.0 kg	
	2年生 (有効回答	96人)	平均体重	56.4 kg	
	3年生 (有効回答	78人)	平均体重	59.1 kg	
女子	1年生 (有効回答	88人)	平均体重	46.6 kg	
	2年生 (有効回答	85人)	平均体重	49.7 kg	
	3年生 (有効回答	93人)	平均体重	51.3 kg	
問3 普段の運動頻度について	(有効回答	543人)	・ほとんど毎日している	162	29.8%
			・週に2~4回している	146	26.9%
			・週1回程度している	58	10.7%
			・ほとんどしていない	177	32.6%
問4 新型コロナウイルス感染症の流行による生活への支障(本人からみた支障)	(有効回答	541人)	・全くなかった	62	11.5%
			・あまりなかった	154	28.5%
			・ある程度あった	248	45.8%
			・非常にあった	77	14.2%
問5 子どもの情緒と行動について					
1)SDQ	(有効回答	747人)	・平均総合得点	7.8 点	
	(有効回答	379人)	・平均総合得点 男子	8.0 点	
	(有効回答	368人)	・平均総合得点 女子	7.7 点	
			・16点以上	63	8.4%
			(男子)	29	7.7%
			(女子)	34	9.2%
	(有効回答	588人)	(県内)	48	8.2%
	(有効回答	159人)	(県外)	15	9.4%
2)発達ところの問題	(有効回答	746人)	・ある	109	14.6%
			・ない	637	85.4%
問6 相談先について	(有効回答	748人)	・ある	701	93.7%
現在、子育てについて相談できる身近な人や各種機関はありますか			・相談できる人や機関はない	47	6.3%
問7 新型コロナウイルス感染症の流行による生活への支障(保護者からみた子どもの支障)	(有効回答	742人)	・全くなかった	160	21.6%
			・あまりなかった	112	15.1%
			・ある程度あった	376	50.7%
			・非常にあった	94	12.7%

## (5) 一般

		人数	割合
回答形式	(有効回答 37,762 人)	・紙 ・オンライン	31,664 83.9% 6,098 16.1%
性別 (平均年齢 62.9 歳)	(有効回答 37,762 人)	・男性 ・女性	17,724 46.9% 20,038 53.1%
調査時住所別	(有効回答 37,762 人)	・県内 ・県外	32,678 86.5% 5,084 13.5%
問1 健康状態について	(有効回答 34,439 人)	・きわめて良好 ・良好 ・普通 ・悪い ・きわめて悪い	2,271 6.6% 8,030 23.3% 19,725 57.3% 4,020 11.7% 393 1.1%
16歳～39歳	(有効回答 4,493 人)	・きわめて良好 ・良好 ・普通 ・悪い ・きわめて悪い	905 20.1% 1,465 32.6% 1,831 40.8% 258 5.7% 34 0.8%
40歳～64歳	(有効回答 10,303 人)	・きわめて良好 ・良好 ・普通 ・悪い ・きわめて悪い	741 7.2% 2,702 26.2% 5,704 55.4% 1,032 10.0% 124 1.2%
65歳以上	(有効回答 19,643 人)	・きわめて良好 ・良好 ・普通 ・悪い ・きわめて悪い	625 3.2% 3,863 19.7% 12,190 62.1% 2,730 13.9% 235 1.2%
問2 身長と体重			
身長 男性	(有効回答 17,484 人)	平均身長	166.5 cm
女性	(有効回答 19,601 人)	平均身長	153.6 cm
体重 男性	(有効回答 17,489 人)	平均体重	67.3 kg
女性	(有効回答 19,585 人)	平均体重	54.6 kg
BMI 男性	(有効回答 17,391 人)	平均BMI	24.2 kg/m <sup>2</sup>
女性	(有効回答 19,397 人)	平均BMI	23.1 kg/m <sup>2</sup>
問3 既往歴			
1) 高血圧 (または、血圧が高い)	(有効回答 36,348 人)	・ない ・ある	19,945 54.9% 16,403 45.1%
		(現在通院している)	14,721 90.7%
		(現在通院していない)	1,518 9.3%
2) 糖尿病 (または、血糖が高い)	(有効回答 35,649 人)	・ない ・ある	29,616 83.1% 6,033 16.9%
		(現在通院している)	5,433 91.9%
		(現在通院していない)	482 8.1%
3) 精神疾患	(有効回答 35,712 人)	・ない ・ある	32,188 90.1% 3,524 9.9%
		(現在通院している)	2,518 73.1%
		(現在は改善しているため、 通院はしていない)	593 17.2%
		(現在通院していない)	333 9.7%
4) 過去1年間の健診受診	(有効回答 36,506 人)	・はい ・いいえ	27,192 74.5% 9,314 25.5%

		人数	割合
問4 睡眠満足度	(有効回答 34,002 人)	・満足している	13,130 38.6%
		・少し不満	16,142 47.5%
		・かなり不満	4,052 11.9%
		・非常に不満か、全く眠れなかった	678 2.0%
問5 普段の運動頻度について	(有効回答 36,918 人)	・ほとんど毎日している	6,100 16.5%
		・週に2~4回している	9,077 24.6%
		・週1回程度している	6,571 17.8%
		・ほとんどしていない	15,170 41.1%
県内	(有効回答 31,928 人)	・ほとんど毎日している	5,369 16.8%
		・週に2~4回している	7,764 24.3%
		・週1回程度している	5,695 17.8%
		・ほとんどしていない	13,100 41.0%
県外	(有効回答 4,990 人)	・ほとんど毎日している	731 14.6%
		・週に2~4回している	1,313 26.3%
		・週1回程度している	876 17.6%
		・ほとんどしていない	2,070 41.5%
問6 生活状況について			
1)現在の居住地	(有効回答 37,033 人)	・福島県	31,712 85.6%
		・福島県以外	5,321 14.4%
2)現在一人暮らしですか	(有効回答 36,952 人)	・はい	6,431 17.4%
		・いいえ	30,521 82.6%
3)現在仕事についていますか	(有効回答 36,848 人)	・はい(仕事をしている)	15,340 41.6%
		・いいえ(学生、専業主婦・主夫を含む)	21,508 58.4%
問7 喫煙	(有効回答 35,947 人)	・吸ったことがない	20,367 56.7%
		・やめた	10,359 28.8%
		・吸っている	5,221 14.5%
		(有効回答 17,073 人) (男性)	3,939 23.1%
	(有効回答 18,874 人) (女性)	1,282 6.8%	

		人数	割合
問8 飲酒について			
1) 飲酒	(有効回答 35,722 人)	・飲まない、または、ほとんど飲まない	19,243 53.9%
		・やめた	1,816 5.1%
		・飲む(月1回以上)	14,663 41.0%
2) 飲酒に関する経験			
1. 飲酒量を減らさなければならないと感じたことがありますか	(有効回答 13,771 人)	・いいえ	9,899 71.9%
		・はい	3,872 28.1%
2. 他人があなたの飲酒を批難するので気にさわったことがありますか	(有効回答 13,728 人)	・いいえ	12,775 93.1%
		・はい	953 6.9%
3. 自分の飲酒について悪いとか申し訳ないと感じたことがありますか	(有効回答 13,720 人)	・いいえ	12,312 89.7%
		・はい	1,408 10.3%
4. 神経を落ち着かせたり、二日酔いを治すために、「迎え酒」をしたことがありますか	(有効回答 13,700 人)	・いいえ	12,947 94.5%
		・はい	753 5.5%
		CAGE2点以上	1,639 12.0%
	(有効回答 9,313 人)	(男性)	1,352 14.5%
	(有効回答 4,327 人)	(女性)	287 6.6%
男性	(有効回答 734 人)	(20歳～39歳)	103 14.0%
	(有効回答 3,129 人)	(40歳～64歳)	522 16.7%
	(有効回答 5,450 人)	(65歳以上)	727 13.3%
女性	(有効回答 841 人)	(20歳～39歳)	59 7.0%
	(有効回答 1,839 人)	(40歳～64歳)	159 8.6%
	(有効回答 1,647 人)	(65歳以上)	69 4.2%
男性	(有効回答 8,154 人)	(県内)	1,176 14.4%
	(有効回答 1,159 人)	(県外)	176 15.2%
女性	(有効回答 3,600 人)	(県内)	225 6.3%
	(有効回答 727 人)	(県外)	62 8.5%
問9 一般的な精神健康度について			
精神健康度(K6)	(有効回答 32,871 人)	平均点	4.2 点
	(有効回答 15,538 人)	平均点 男性	3.9 点
	(有効回答 17,333 人)	平均点 女性	4.5 点
		・13点以上	1,989 6.1%
	(有効回答 15,538 人)	(男性)	819 5.3%
	(有効回答 17,333 人)	(女性)	1,170 6.8%
	(有効回答 4,468 人)	(16歳～39歳)	393 8.8%
	(有効回答 10,179 人)	(40歳～64歳)	717 7.0%
	(有効回答 18,224 人)	(65歳以上)	879 4.8%
	(有効回答 28,391 人)	(県内)	1,618 5.7%
	(有効回答 4,480 人)	(県外)	371 8.3%

			人数	割合
問10	新型コロナウイルス感染症の流行について			
	生活への支障	(有効回答 35,817 人)		
			・全くなかった	12,501 34.9%
			・あまりなかった	8,425 23.5%
			・ある程度あった	11,825 33.0%
			・非常にあった	3,066 8.6%
	男性	(有効回答 17,017 人)		
			・全くなかった	6,154 36.2%
			・あまりなかった	3,944 23.2%
			・ある程度あった	5,514 32.4%
			・非常にあった	1,405 8.3%
	女性	(有効回答 18,800 人)		
			・全くなかった	6,347 33.8%
			・あまりなかった	4,481 23.8%
			・ある程度あった	6,311 33.6%
			・非常にあった	1,661 8.8%
	16歳～39歳	(有効回答 5,126 人)		
			・全くなかった	2,239 43.7%
			・あまりなかった	939 18.3%
			・ある程度あった	1,483 28.9%
			・非常にあった	465 9.1%
	40歳～64歳	(有効回答 10,612 人)		
			・全くなかった	3,561 33.6%
			・あまりなかった	2,514 23.7%
			・ある程度あった	3,500 33.0%
			・非常にあった	1,037 9.8%
	65歳以上	(有効回答 20,079 人)		
			・全くなかった	6,701 33.4%
			・あまりなかった	4,972 24.8%
			・ある程度あった	6,842 34.1%
			・非常にあった	1,564 7.8%
	全般的精神健康度(K6 13点以上)	(有効回答 18,411 人)	・支障なし:全くなかった/あまりなかった	607 3.3%
		(有効回答 13,207 人)	・支障あり:ある程度あった/非常にあった	1,243 9.4%
	支障を受けた出来事	※複数回答		
			・自分の健康状態の悪化	5,944 -
			・家族の健康状態の悪化	3,472 -
			・家族の介護	1,978 -
			・配偶者・パートナーとの離婚・離別	222 -
			・家族との別居	670 -
			・家族との死別	1,381 -
			・家族以外の大切な人との死別	2,815 -
			・就職・転職	733 -
			・失業	498 -
			・退職	527 -
			・経済状況の悪化	5,858 -
			・対人関係のトラブルの増加	1,726 -
			・その他の重大な出来事	3,191 -

		人数	割合
<b>問11 放射線の健康影響</b>			
放射線の健康影響についての認識			
1) 現在の放射線被ばくで、次世代以降の人(将来生まれてくる自分の子や孫など)への健康影響がどれくらい起こると思いますか	(有効回答 33,447 人)		
		・可能性は極めて低い	8,343 24.9%
		・可能性は低い	16,977 50.8%
		・可能性は高い	6,905 20.6%
		・可能性は非常に高い	1,222 3.7%
県内	(有効回答 28,927 人)		
		・可能性は極めて低い	7,223 25.0%
		・可能性は低い	14,907 51.5%
		・可能性は高い	5,839 20.2%
		・可能性は非常に高い	958 3.3%
県外	(有効回答 4,520 人)		
		・可能性は極めて低い	1,120 24.8%
		・可能性は低い	2,070 45.8%
		・可能性は高い	1,066 23.6%
		・可能性は非常に高い	264 5.8%
2) 日常生活への支障	(有効回答 33,748 人)		
この1か月間に、放射線に対する不安が原因で、日常生活に支障をきたすことはどれくらいありましたか		・しばしばあった	683 2.0%
		・時々あった	2,454 7.3%
		・まれにあった	4,946 14.7%
		・1度もなかった	25,665 76.0%
<b>問12 相談先について</b>			
こちらや身体の問題が生じた場合、相談できる身近な人や各種機関はありますか	(有効回答 36,884 人)		
		・ある	29,937 81.2%
		・相談できる人や機関はない	6,947 18.8%