

---

令和4年度  
川崎市健康及び食育意識実態調査  
概要版

---

川崎市

## 調査の概要

■調査の対象者	川崎市在住の満20歳以上の男女	■発送数	3,500人
■抽出方法	住民基本台帳からの層化無作為抽出	■有効回収数	1,412人(有効回収率40.3%)
■調査方法	調査票を郵送・はがき督促1回 郵送又はWebによる回答	■調査期間	令和4年9月1日(木) ～9月20日(火)

## 回答者の属性

### ■性別

	件数	構成比	構成比 (無回答除)
男性	617	43.7%	44.1%
女性	769	54.5%	55.0%
答えたくない	12	0.8%	0.9%
無回答	14	1.0%	
全体(%ベース)	1,412	100.0%	1,398

### ■居住区

	件数	構成比	構成比 (無回答除)
川崎区	194	13.7%	13.9%
幸区	199	14.1%	14.2%
中原区	215	15.2%	15.4%
高津区	171	12.1%	12.2%
宮前区	188	13.3%	13.4%
多摩区	209	14.8%	14.9%
麻生区	224	15.9%	16.0%
無回答	12	0.8%	
全体(%ベース)	1,412	100.0%	1,400

### ■年代(性別)

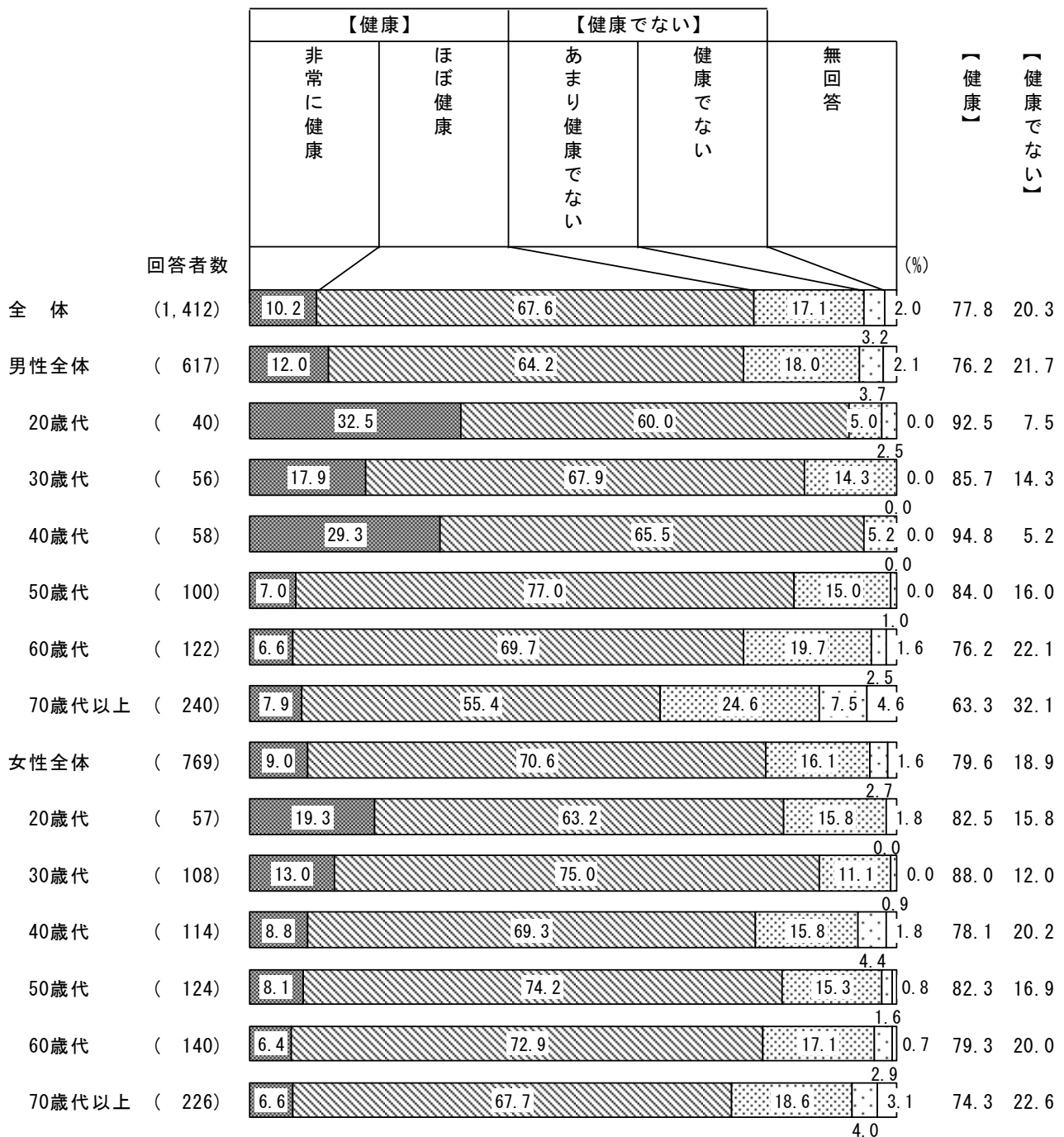
	全体		男性		女性		答えたくない		無回答	
	件数	構成比	件数	構成比	件数	構成比	件数	構成比	件数	構成比
20歳代	100	7.1%	40	6.5%	57	7.4%	3	25.0%	0	0.0%
30歳代	169	12.0%	56	9.1%	108	14.0%	5	41.7%	0	0.0%
40歳代	175	12.4%	58	9.4%	114	14.8%	3	25.0%	0	0.0%
50歳代	224	15.9%	100	16.2%	124	16.1%	0	0.0%	0	0.0%
60歳代	262	18.6%	122	19.8%	140	18.2%	0	0.0%	0	0.0%
70歳代以上	470	33.3%	240	38.9%	226	29.4%	0	0.0%	4	28.6%
無回答	12	0.8%	1	0.2%	0	0.0%	1	8.3%	10	71.4%
全体(%ベース)	1,412	100.0%	617	100.0%	769	100.0%	12	100.0%	14	100.0%

# 1. 健康状態・生活習慣・セルフケア

## 自分の健康状態

自分の健康状態については、「ほぼ健康」が 67.6%と最も高く、「非常に健康」(10.2%) と合わせた【健康】は 77.8%となっている。一方、【健康でない】(「あまり健康でない」と「健康でない」の合計) は 20.3%となっている。

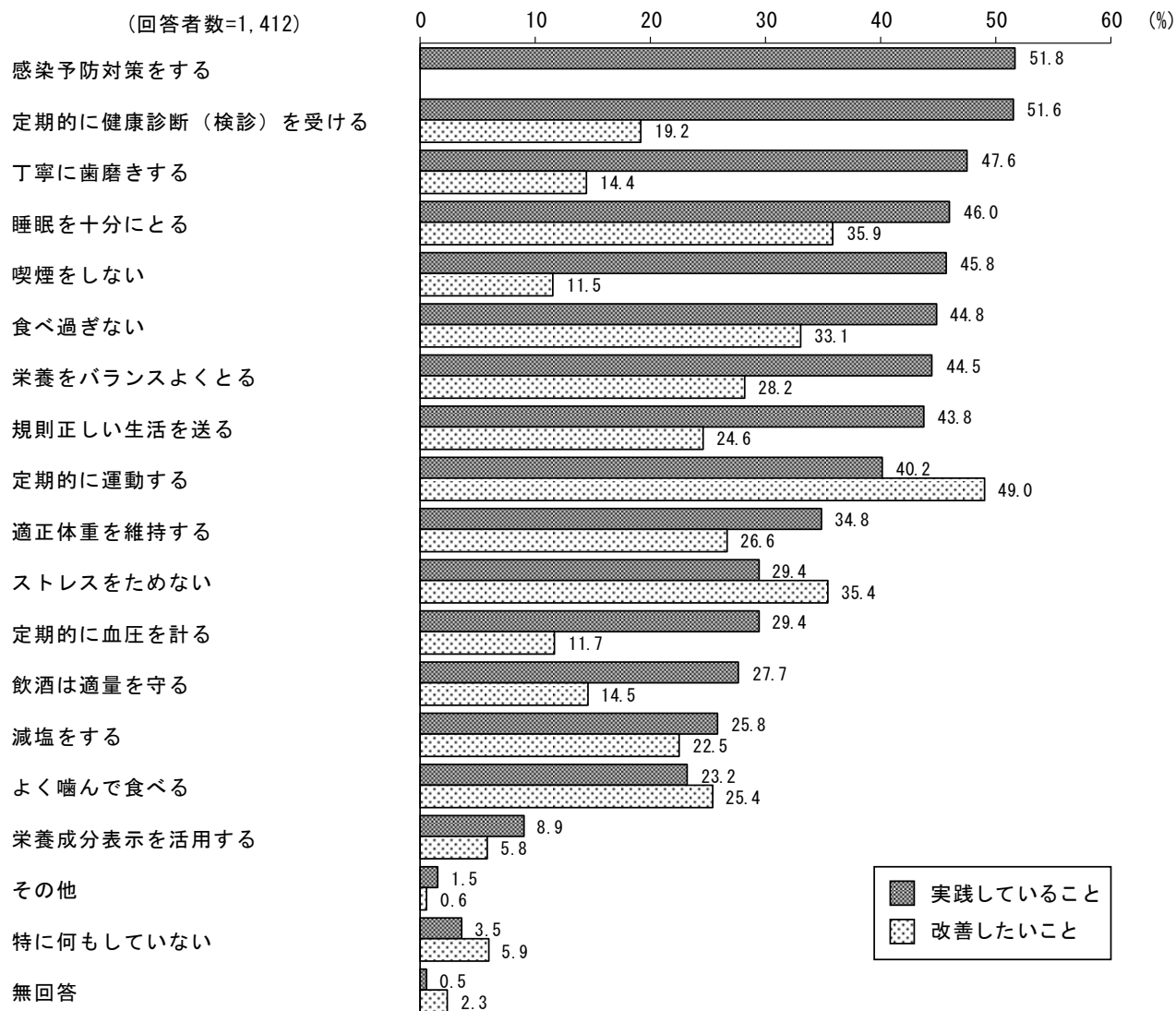
性別・年代別では、【健康】は男性 20 歳代 (92.5%)、男性 40 歳代 (94.8%) で 9 割を超え、同年代の女性を 1 割以上上回っている。一方、男性 70 歳代以上 (63.3%) は女性 70 歳代以上 (74.3%) を 11.0 ポイント下回り、男性全体 (76.2%) も女性全体 (79.6%) より低くなっている。



健康のために実践していること／健康のために改善したいこと

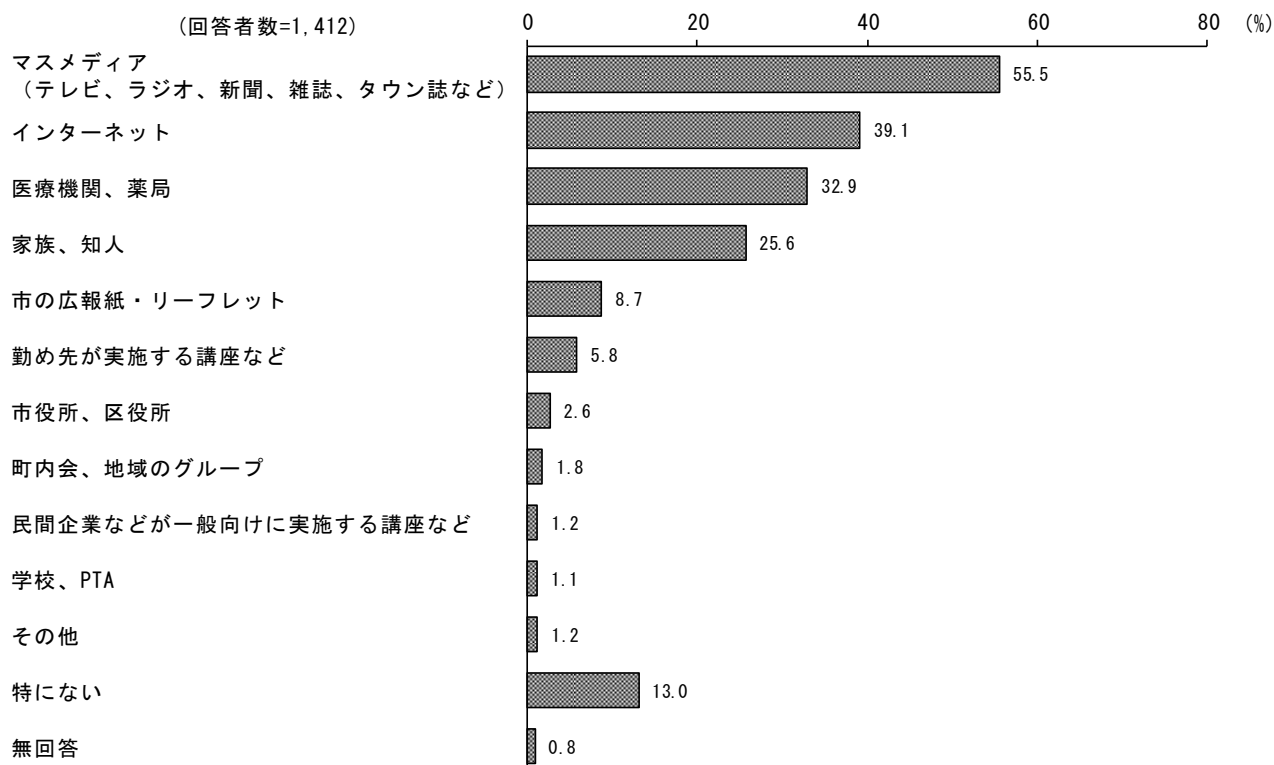
健康のために、現在意識して実践していることについては、「感染予防対策をする」が 51.8%と最も高く、次いで「定期的に健康診断（検診）を受ける」（51.6%）、「丁寧に歯磨きする」（47.6%）、「睡眠を十分にとる」（46.0%）の順となっている。

健康のために、改善したい（する必要がある）と思っていることについては、「定期的に運動する」が 49.0%と最も高く、次いで「睡眠を十分にとる」（35.9%）、「ストレスをためない」（35.4%）、「食べ過ぎない」（33.1%）の順となっている。



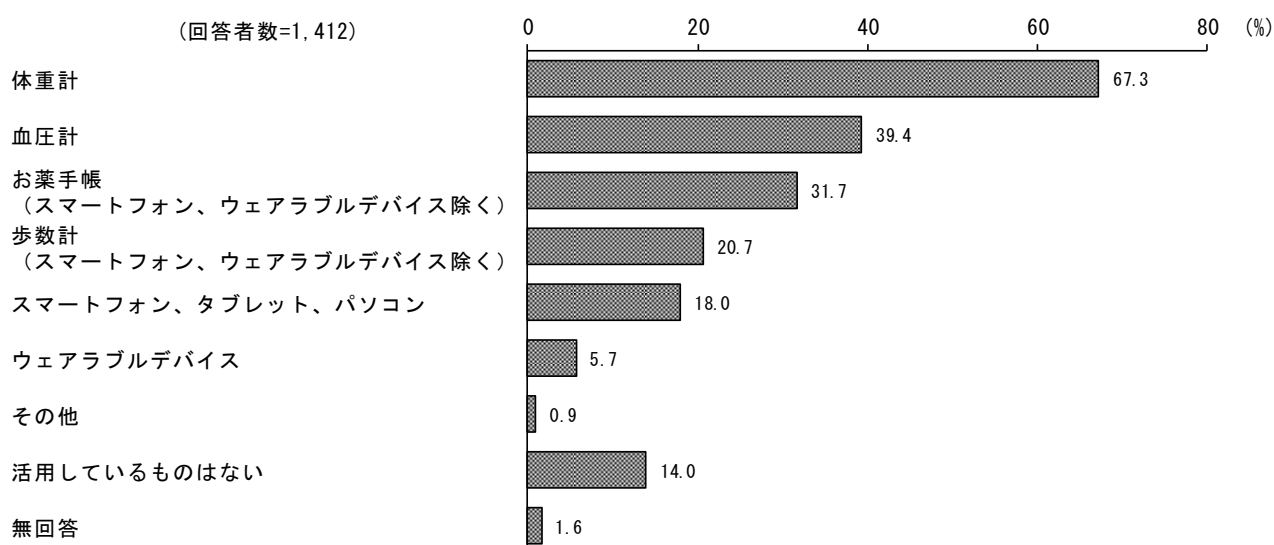
## 生活習慣病予防の情報源

生活習慣病予防の情報源については、「マスメディア（テレビ、ラジオ、新聞、雑誌、タウン誌など）」が55.5%と最も高く、次いで「インターネット」（39.1%）、「医療機関、薬局」（32.9%）、「家族、知人」（25.6%）の順となっている。



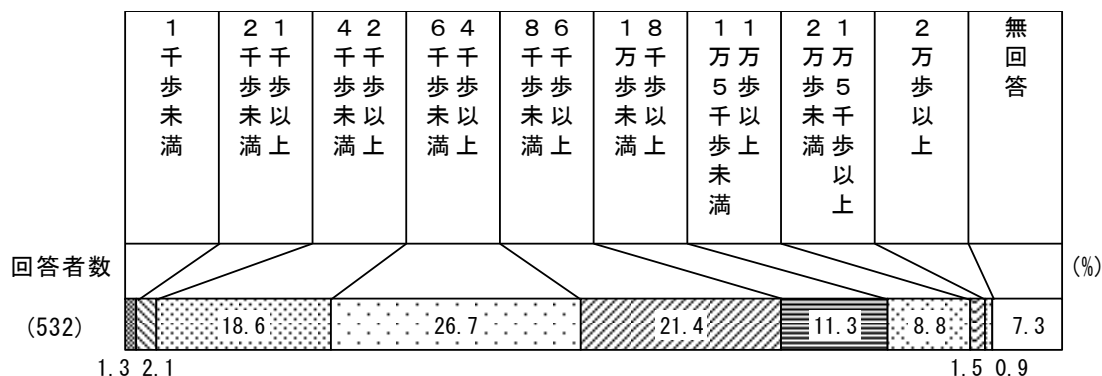
## 健康管理に活用しているもの

健康を管理するために、活用しているものについては、「体重計」が67.3%と最も高く、次いで「血圧計」（39.4%）、「お薬手帳（スマートフォン、ウェアラブルデバイス除く）」（31.7%）、「歩数計（スマートフォン、ウェアラブルデバイス除く）」（20.7%）の順となっている。



1か月の1日当たりの平均歩数

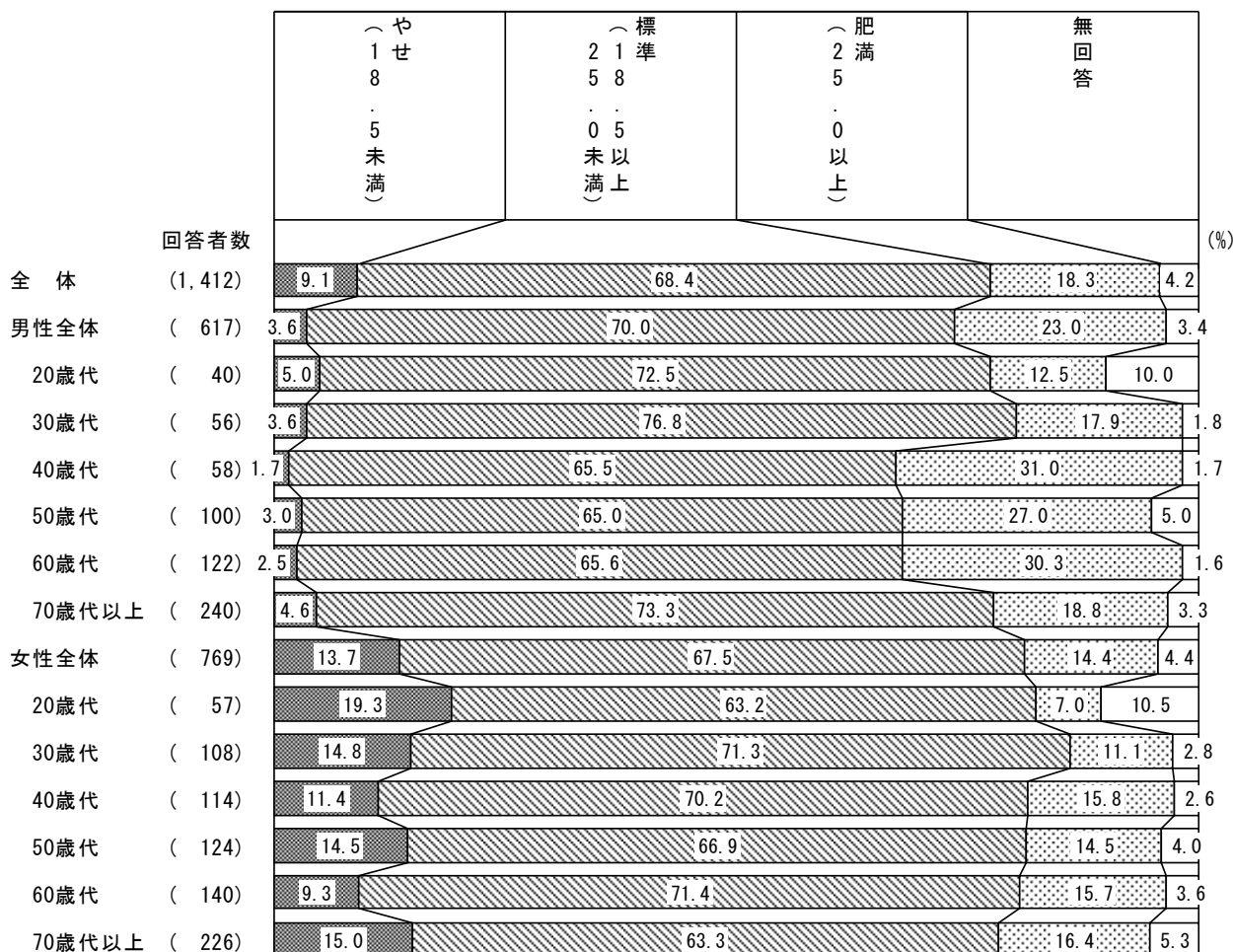
ここ1か月の1日当たりの平均歩数については、「4千歩以上6千歩未満」が26.7%と最も高くなっている。



BMI (体格指数)

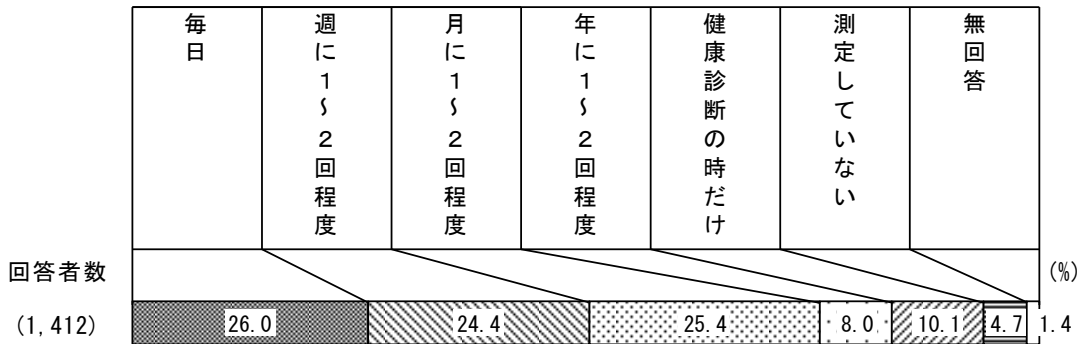
BMI (体格指数) については、「標準 (18.5以上25.0未満)」が68.4%と最も高く、次いで「肥満 (25.0以上)」(18.3%)、「やせ (18.5未満)」(9.1%)の順となっている。

性別・年代別では、男性はすべての年代で「肥満」が女性を上回り、40～60歳代は「肥満」が3割前後を占める。一方、女性は「やせ」がすべての年代で男性より高い。



体重測定の頻度

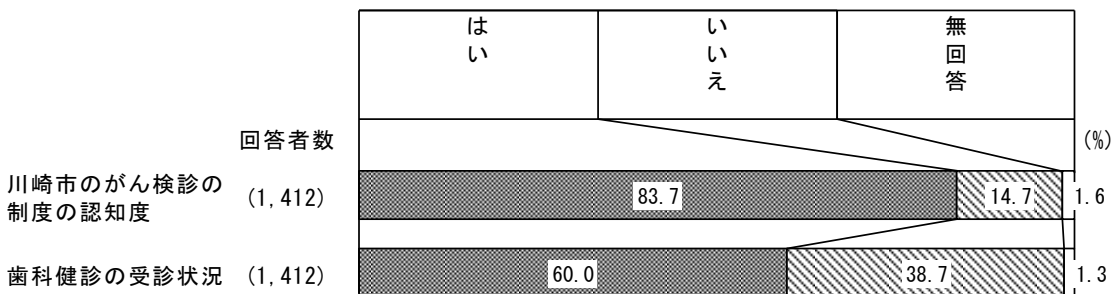
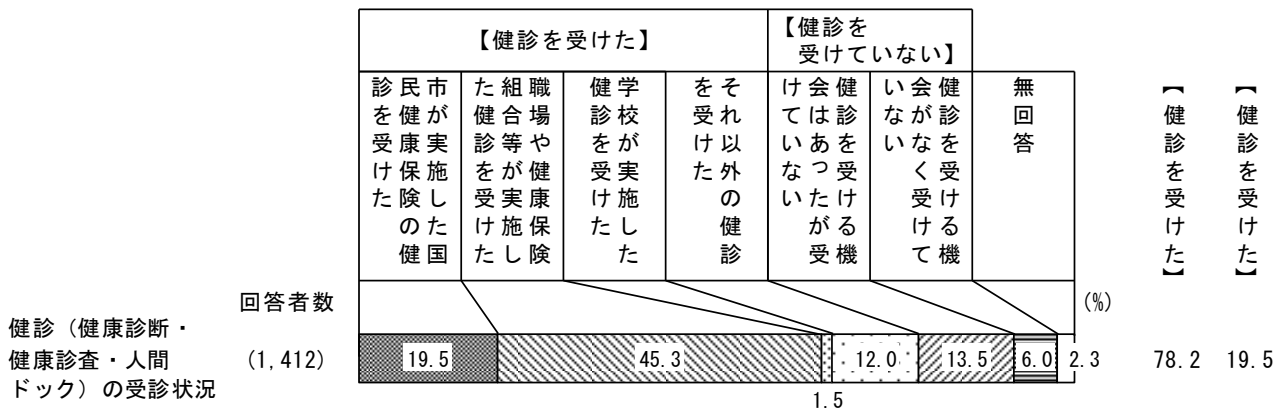
体重測定の高頻度については、「毎日」が 26.0%と最も高く、次いで「月に1～2回程度」(25.4%)、「週に1～2回程度」(24.4%)、「健康診断の時だけ」(10.1%)の順となっている。



健診・検診の受診状況

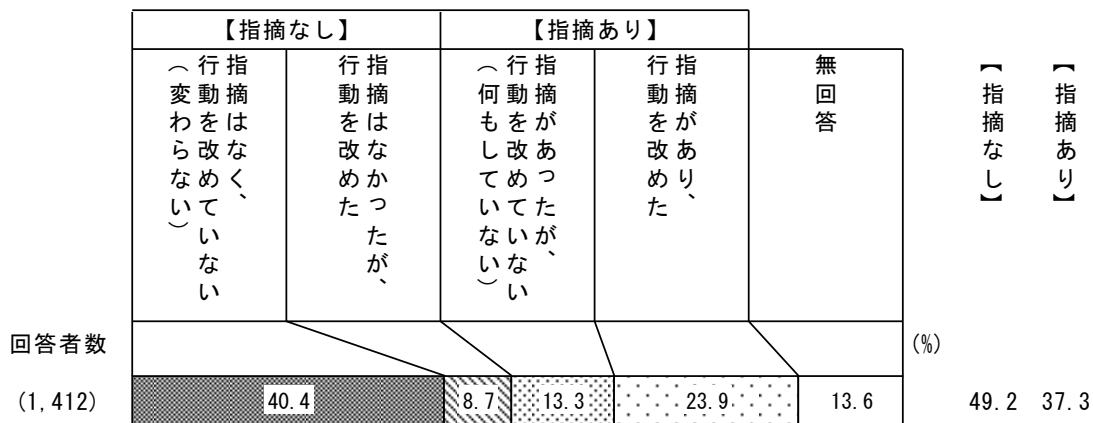
健診（健康診断・健康診査・人間ドック）の受診状況については、「職場や健康保険組合等が実施した健診を受けた」が 45.3%と最も高く、次いで「市が実施した国民健康保険の健診を受けた」(19.5%)、「健診を受ける機会があったが受けていない」(13.5%)、「それ以外の健診を受けた」(12.0%)の順となっている。

川崎市のがん検診の制度の認知度については、「はい」が 83.7%、「いいえ」が 14.7%となっている。歯科健診の受診状況については、「はい」が 60.0%、「いいえ」が 38.7%となっている。



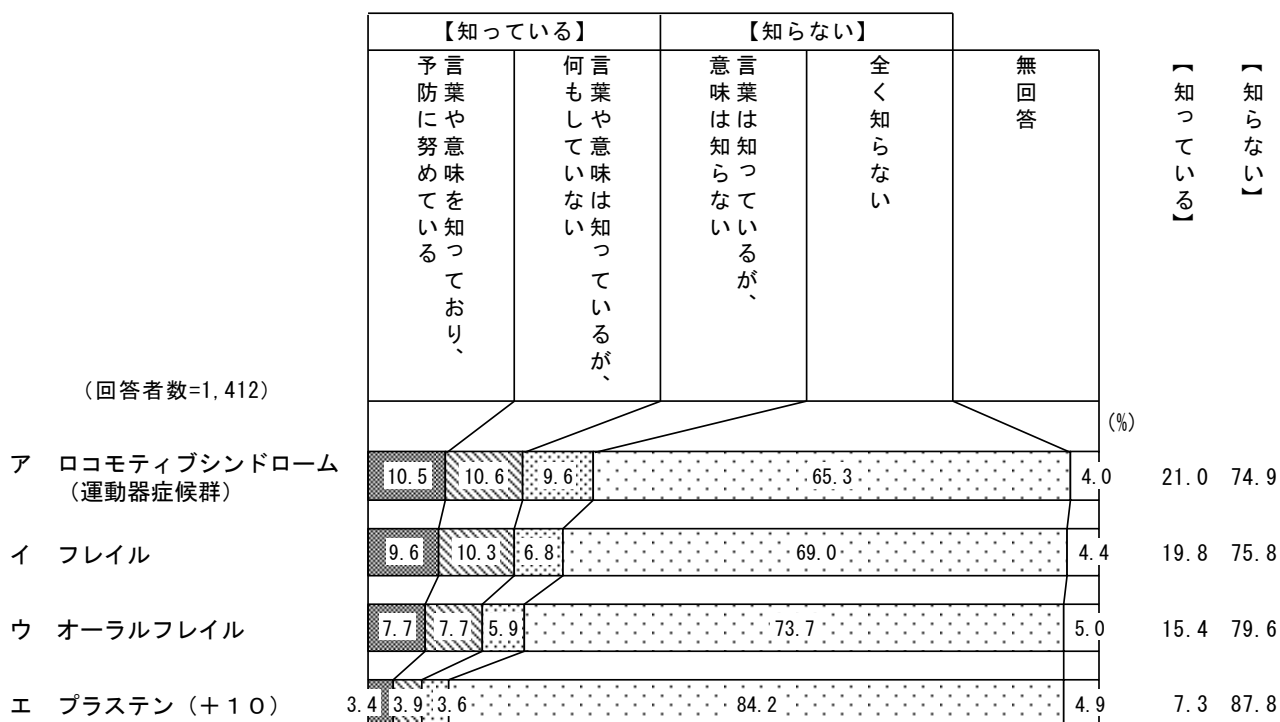
要観察・要医療などの指摘の有無

要観察・要医療などの指摘の有無については、「指摘はなく、行動を改めていない（変わらない）」が40.4%と最も高く、「指摘はなかったが、行動を改めた」（8.7%）と合わせた【指摘なし】は49.2%となっている。一方、「指摘があり、行動を改めた」（23.9%）と「指摘があったが、行動を改めていない（何もしていない）」（13.3%）を合わせた【指摘あり】は37.3%となっている。



各用語の認知度

4項目とも【知らない】が過半数を占めている。【知っている】は「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」が21.0%と最も高く、次いで「フレイル」（19.8%）、「オーラルフレイル」（15.4%）、「プラステン（+10）」（7.3%）の順となっている。

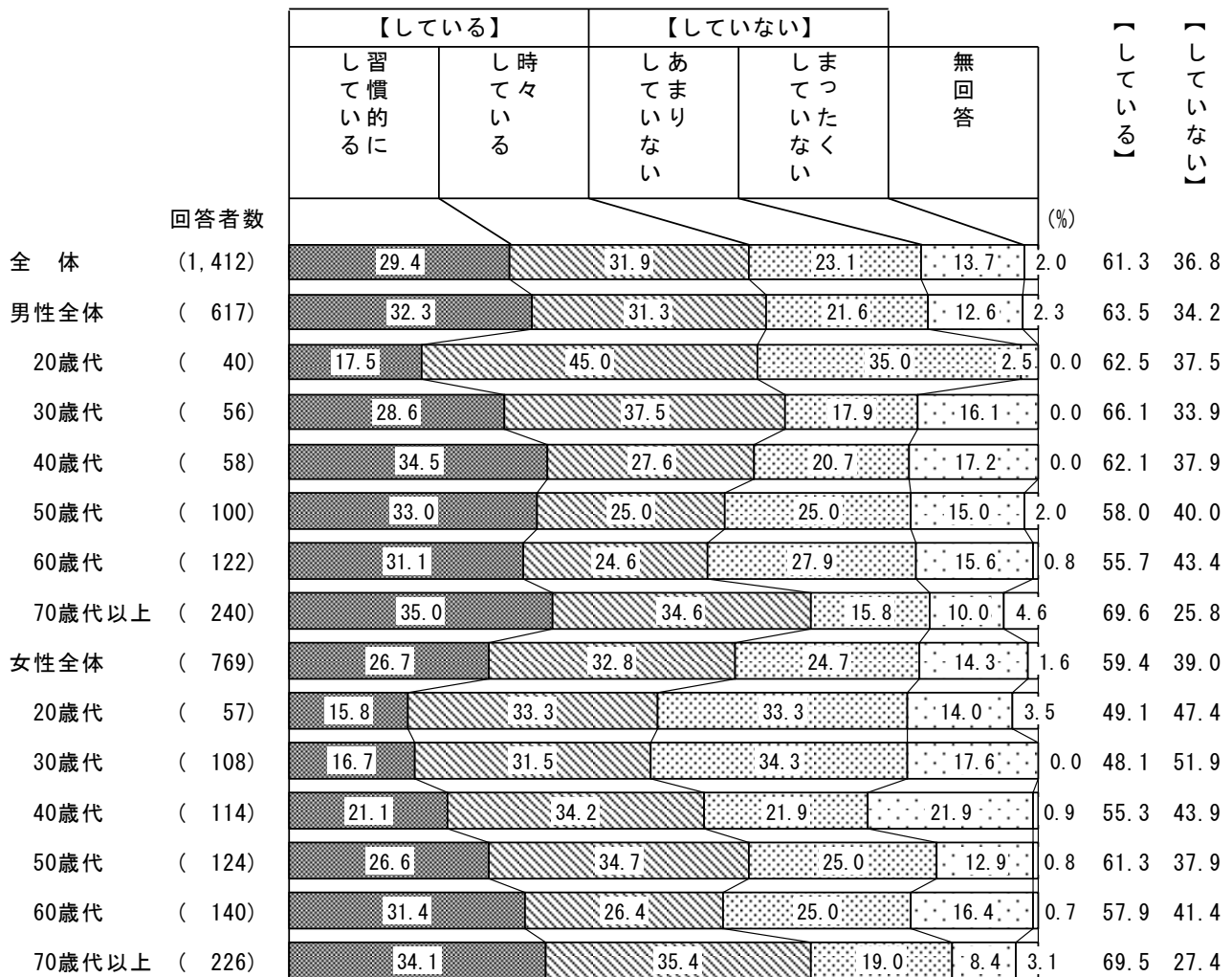




意識的な運動の有無

意識的な運動の有無については、「時々している」が31.9%と最も高く、「習慣的にしている」(29.4%)と合わせた【している】は61.3%となっている。一方、「あまりしていない」(23.1%)と「まったくしていない」(13.7%)を合わせた【していない】は36.8%となっている。

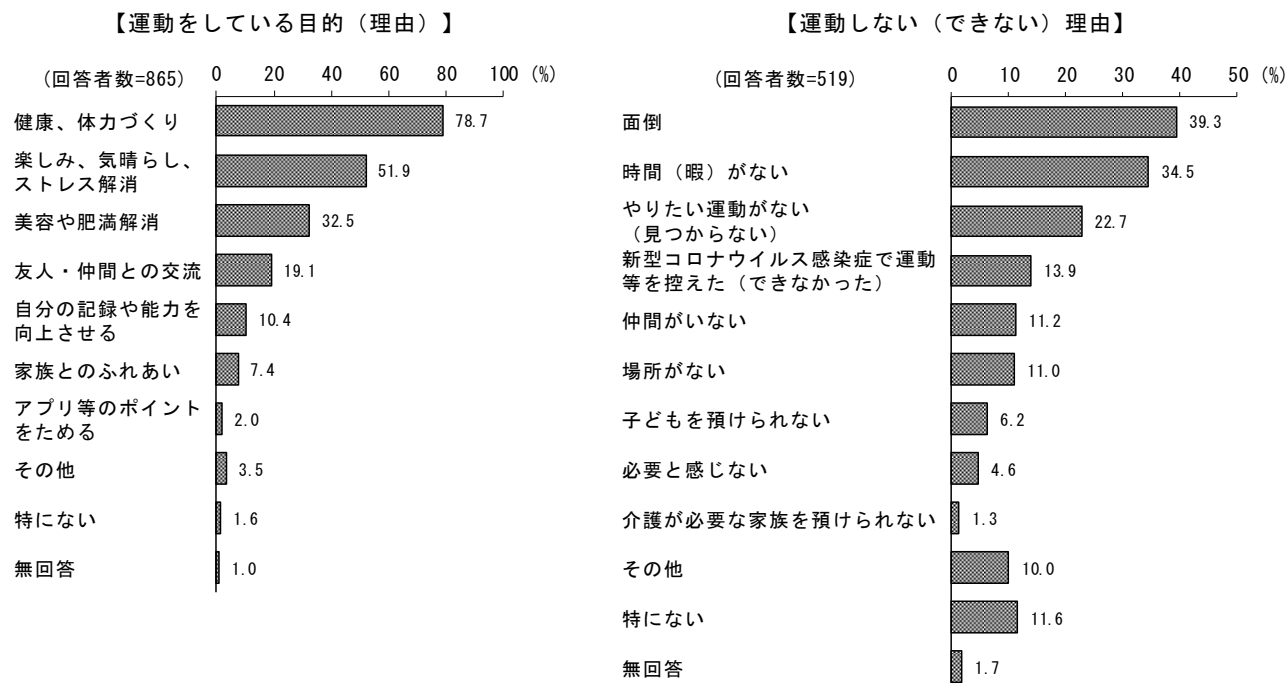
性別・年代別では、【している】は男女とも70歳代以上が最も高く、女性20～30歳代を除き過半数を占めている。一方、男性20歳代と女性20～30歳代は「習慣的にしている」が1割台と低く、女性30歳代は【していない】(51.9%)が5割を超えている。



運動をしている目的（理由）／運動しない（できない）理由

運動をしている目的（理由）については、「健康、体力づくり」が78.7%と最も高く、次いで「楽しみ、気晴らし、ストレス解消」（51.9%）、「美容や肥満解消」（32.5%）の順となっている。

また、運動しない（できない）理由については、「面倒」が39.3%と最も高く、次いで「時間（暇）がない」（34.5%）、「やりたい運動がない（見つからない）」（22.7%）の順となっている。



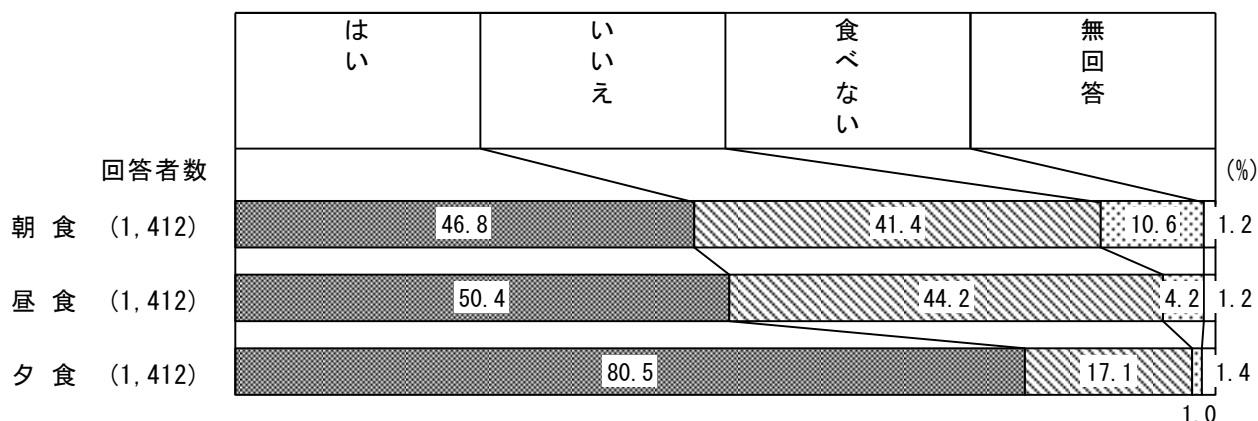
2. 食育・栄養・食生活

主食、主菜、副菜をそろえて食べること

朝食に主食・副菜・主菜をそろえて食べることについては、「はい」が46.8%、「いいえ」が41.4%、「朝食を食べない」が10.6%となっている。

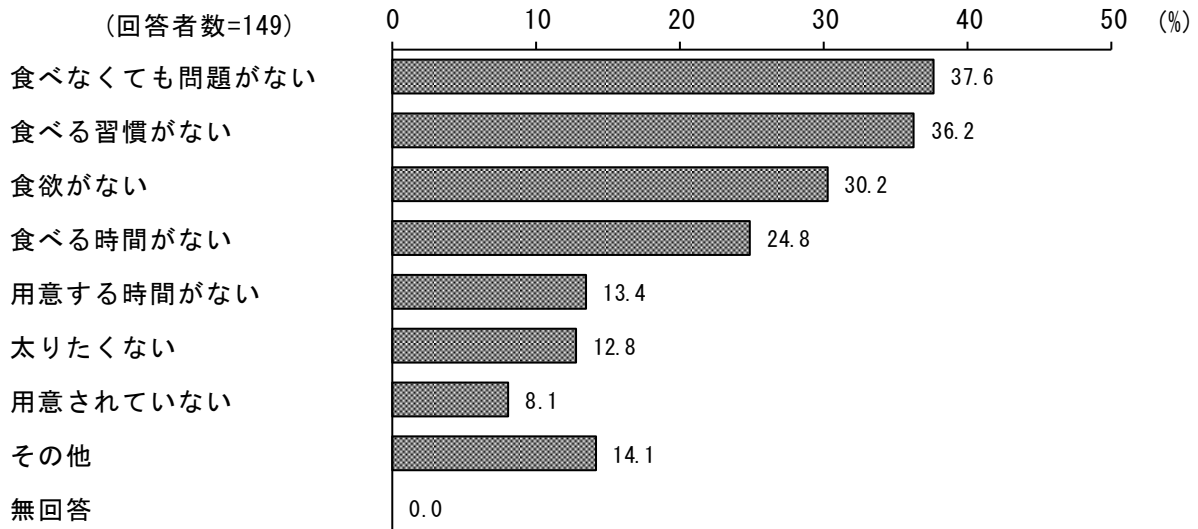
昼食に主食・副菜・主菜をそろえて食べることについては、「はい」が50.4%、「いいえ」が44.2%、「昼食を食べない」が4.2%となっている。

夕食に主食・副菜・主菜をそろえて食べることについては、「はい」が80.5%、「いいえ」が17.1%、「夕食を食べない」が1.0%となっている。



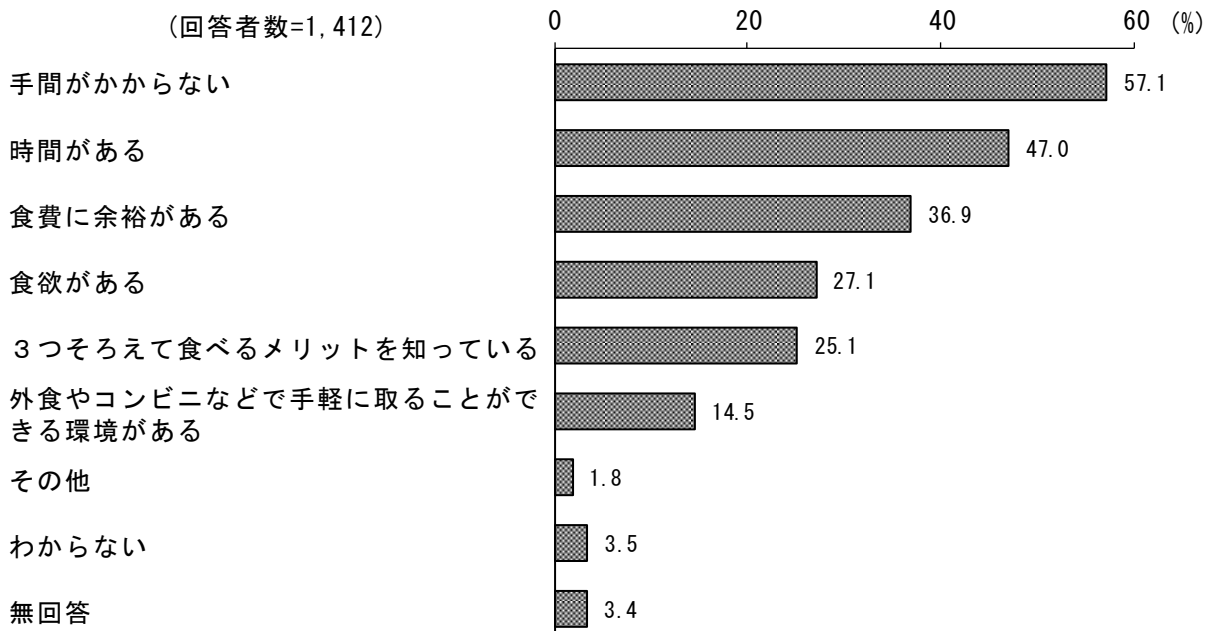
## 朝食を食べない理由

朝食を食べない理由については、「食べなくても問題がない」が 37.6%と最も高く、次いで「食べる習慣がない」(36.2%)、「食欲がない」(30.2%)の順となっている。



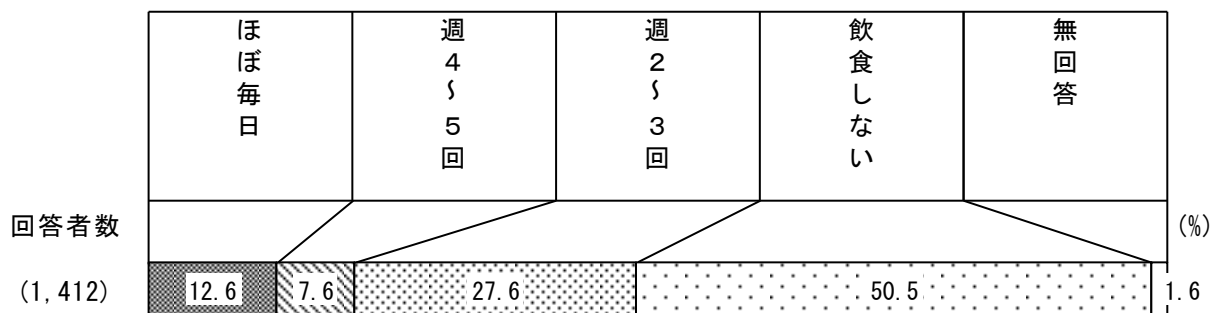
## 主食、主菜、副菜をそろえて食べるために必要なこと

主食、主菜、副菜をそろえて食べるために必要なことについては、「手間がかからない」が 57.1%と最も高く、次いで「時間がある」(47.0%)、「食費に余裕がある」(36.9%)、「食欲がある」(27.1%)の順となっている。



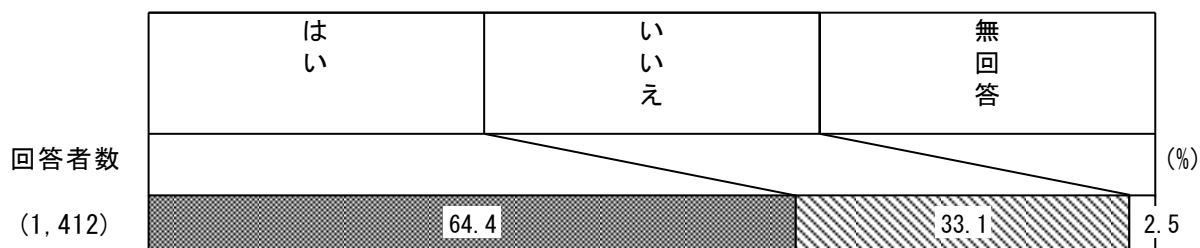
### 就寝前の食事や間食

就寝前の食事や間食については、「飲食しない」が50.5%と最も高く、次いで「週2～3回」(27.6%)、「ほぼ毎日」(12.6%)、「週4～5回」(7.6%)の順となっている。



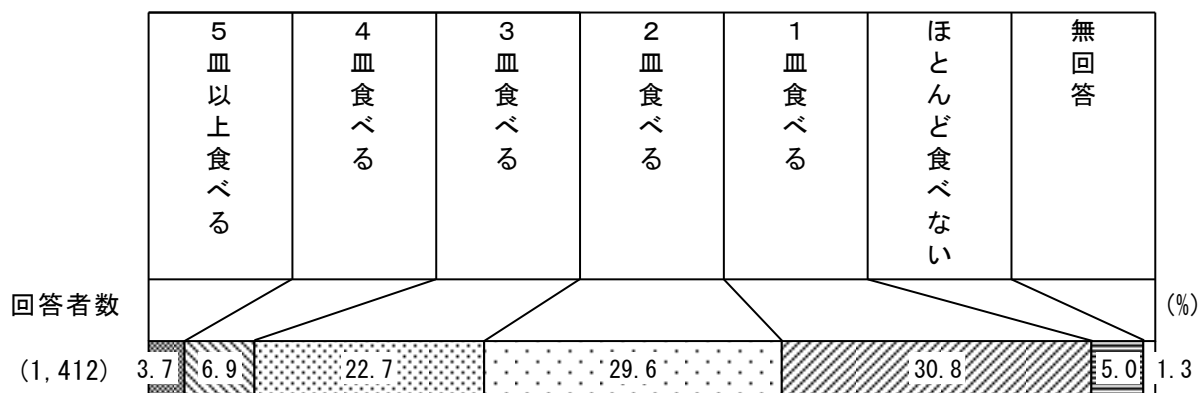
### 自分の適切な食事内容・量の認知度

自分の適切な食事内容・量の認知度については、「はい」が64.4%、「いいえ」が33.1%となっている。



### 1日あたりの野菜摂取量

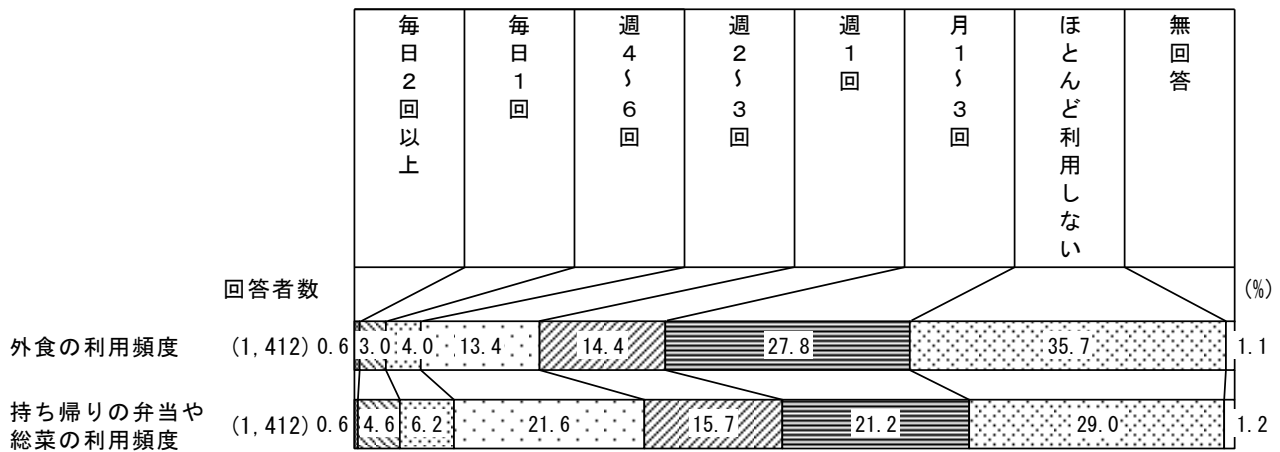
1日あたりの野菜摂取量については、「1皿食べる」が30.8%と最も高く、次いで「2皿食べる」(29.6%)、「3皿食べる」(22.7%)、「4皿食べる」(6.9%)の順となっている。一方、「ほとんど食べない」(5.0%)は1割未満となっている。



外食、持ち帰りの弁当や総菜の利用頻度

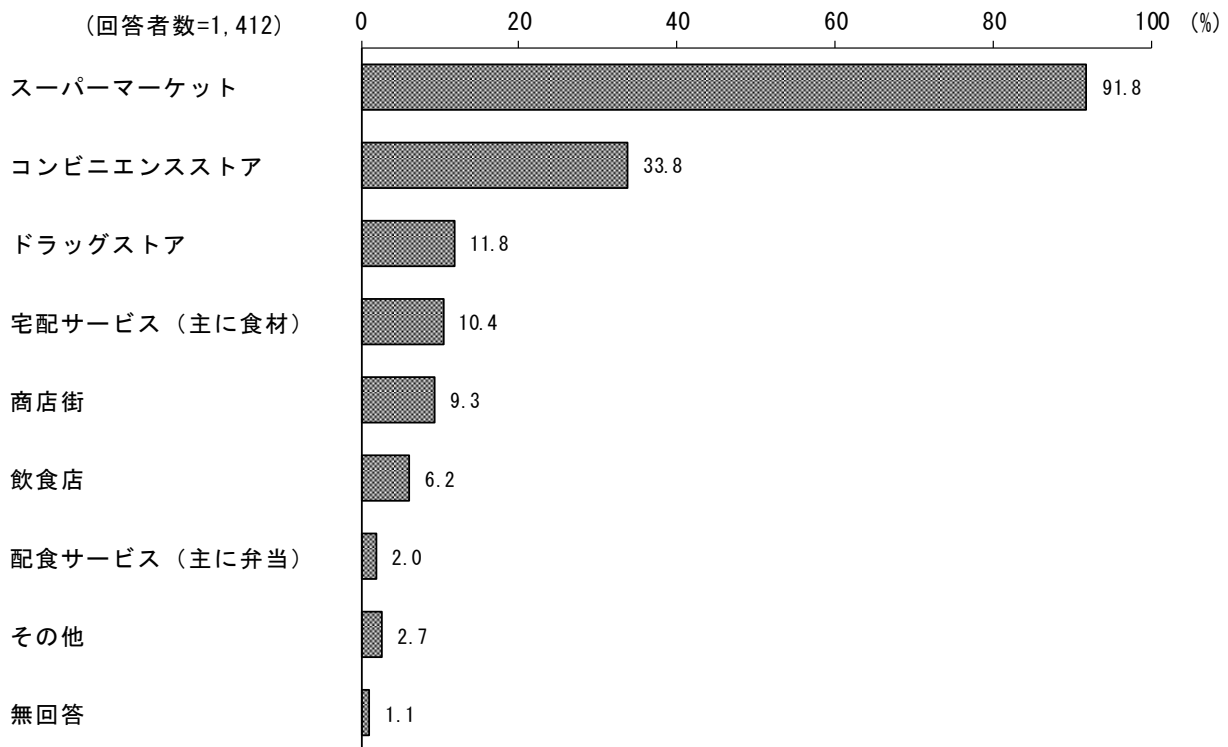
外食の利用頻度については、「ほとんど利用しない」が 35.7%と最も高く、次いで「月1～3回」(27.8%)、「週1回」(14.4%)、「週2～3回」(13.4%)の順となっている。

持ち帰りの弁当や総菜の利用頻度については、「ほとんど利用しない」が 29.0%と最も高く、次いで「週2～3回」(21.6%)、「月1～3回」(21.2%)、「週1回」(15.7%)の順となっている。



主な食品の購入場所

主な食品の購入場所については、「スーパーマーケット」が 91.8%と最も高く、次いで「コンビニエンスストア」(33.8%)、「ドラッグストア」(11.8%)、「宅配サービス (主に食材)」(10.4%)の順となっている。



食事のしかた

ア 外食と比べた家庭の味付けについては、「薄い」が54.8%と最も高く、次いで「同じ」(36.8%)、「濃い」(7.0%)の順となっている。

イ しょうゆやソースをかける頻度については、「時々かける」が57.0%と最も高く、次いで「ほとんどかけない」(18.0%)、「毎日1回はかける」(15.8%)、「よくかける(ほぼ毎食)」(8.1%)の順となっている。

ウ 汁物を食べる頻度については、「1日1杯くらい」が41.8%と最も高く、次いで「週2～3回」(31.4%)、「あまり食べない」(17.2%)、「1日2杯以上」(8.5%)の順となっている。

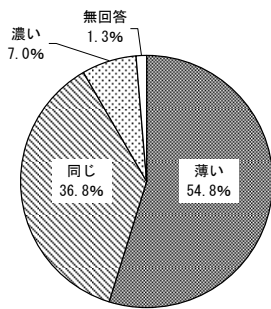
エ 漬物や梅干しを食べる頻度については、「あまり食べない」が36.6%と最も高く、次いで「週2～3回」(34.8%)、「1日1回くらい」(23.4%)、「1日2回以上」(4.2%)の順となっている。

オ あじの開き、塩鮭、みりん干しなどを食べる頻度については、「あまり食べない」が62.4%と最も高く、次いで「週2～3回」(30.0%)、「よく食べる」(6.3%)の順となっている。

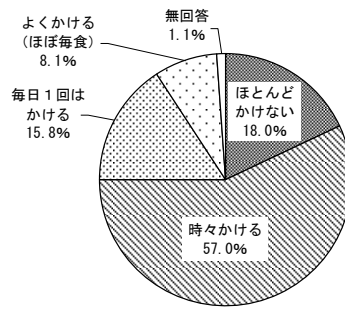
カ 麺類を食べる頻度については、「週1回以下」が50.5%と最も高く、次いで「週2～3回」(36.4%)、「食べない」(7.9%)、「ほぼ毎日」(4.2%)の順となっている。

キ 麺類の汁については、「少し飲む」が36.5%と最も高く、次いで「半分くらい飲む」(29.7%)、「ほとんど飲まない」(22.4%)、「全て飲む」(10.2%)の順となっている。

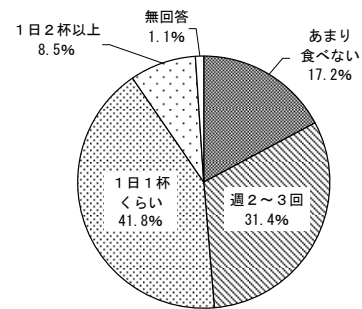
ア 家庭の味付け



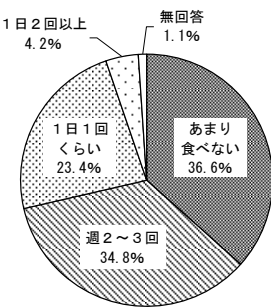
イ しょうゆやソースをかける頻度



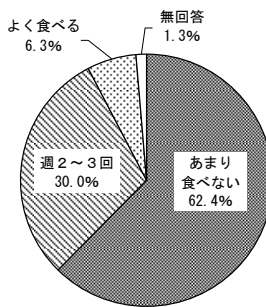
ウ みそ汁、スープなどの汁物を食べる頻度



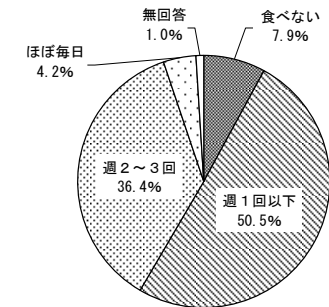
エ 漬物(キムチなどを含む)や梅干しを食べる頻度



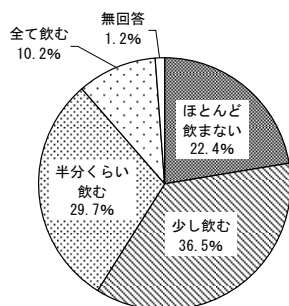
オ あじの開き、塩鮭、みりん干しなどを食べる頻度



カ 麺類(ラーメン・うどんなど)を食べる頻度



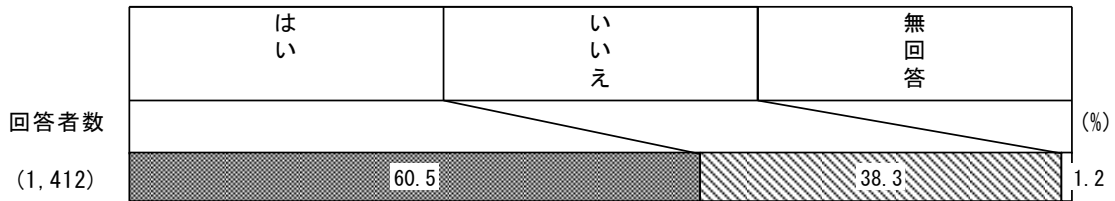
キ 麺類の汁



(回答者数=1,412)

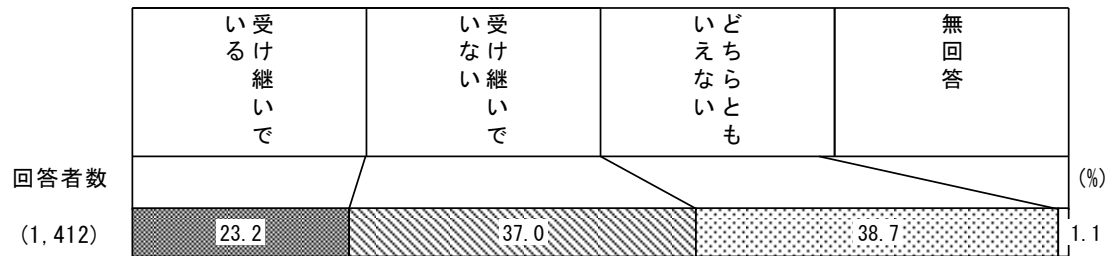
地産地消の実践

地産地消の実践については、「はい」が60.5%、「いいえ」が38.3%となっている。



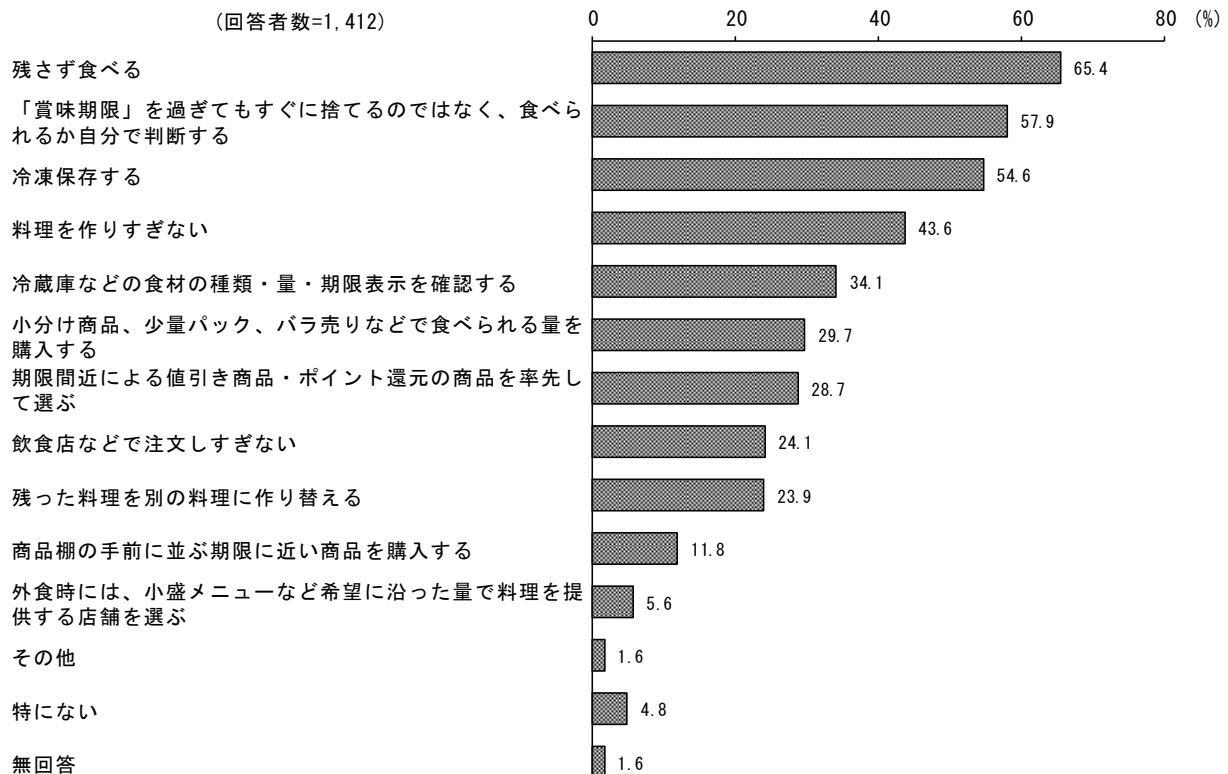
料理や味、食べ方・作法の継承

料理や味、食べ方・作法の継承については、「受け継いでいる」が23.2%、「受け継いでいない」が37.0%、「どちらともいえない」が38.7%となっている。



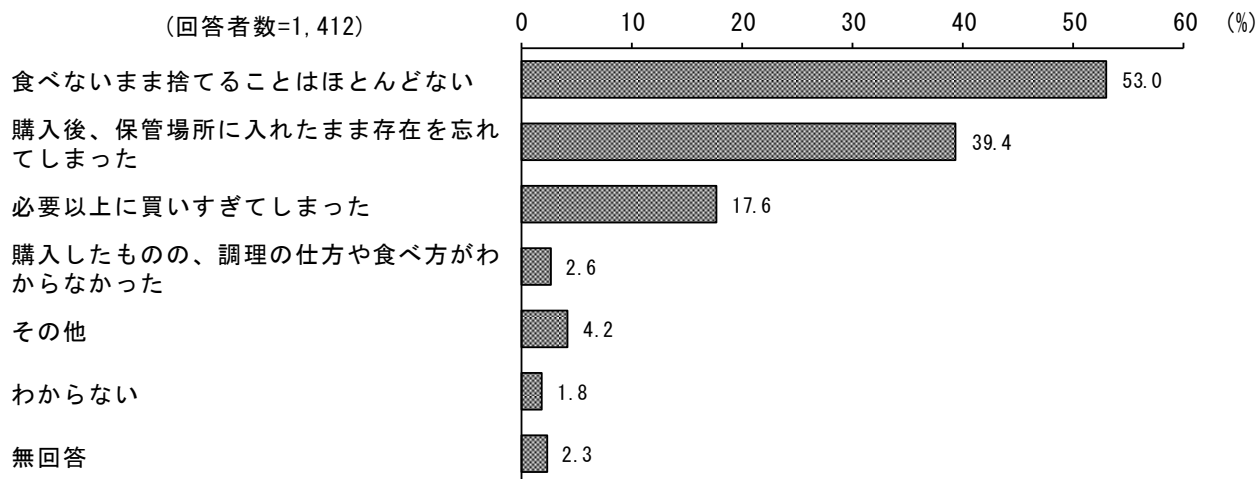
食品ロスを減らすために取り組んでいること

食品ロスを減らすために取り組んでいることについては、「残さず食べる」が65.4%と最も高く、次いで「賞味期限」を過ぎてもすぐに捨てるのではなく、食べられるか自分で判断する(57.9%)、「冷凍保存する」(54.6%)、「料理を作りすぎない」(43.6%)の順となっている。



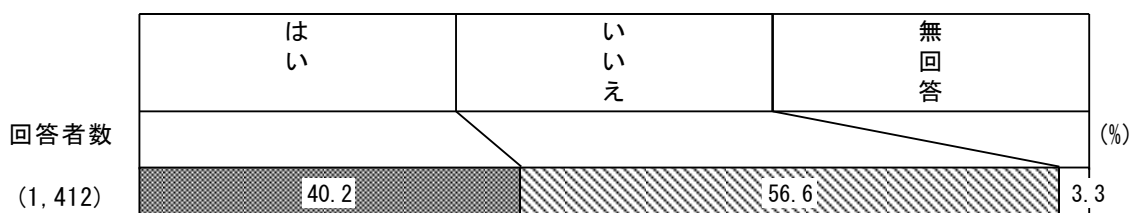
### 食品ロスの原因

食品ロスの原因については、「食べないまま捨てることはほとんどない」が 53.0%と最も高く、次いで「購入後、保管場所に入れたまま存在を忘れてしまった」(39.4%)、「必要以上に買いすぎてしまった」(17.6%)、「購入したものの、調理の仕方や食べ方がわからなかった」(2.6%)の順となっている。



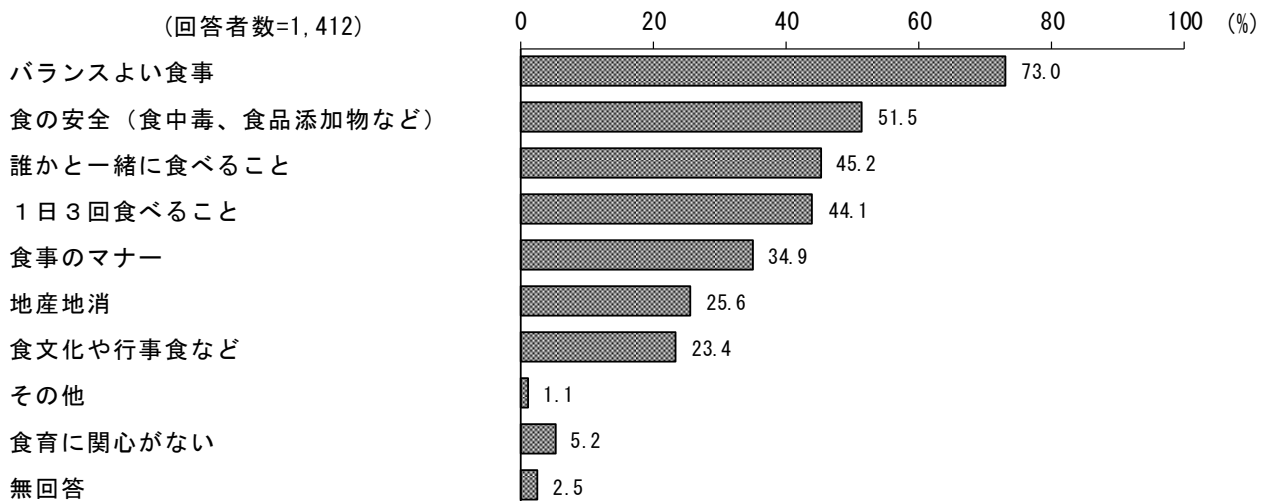
### 農林漁業体験の参加経験

農林漁業体験の参加経験については、「はい」が 40.2%、「いいえ」が 56.6%となっている。



### 食育について関心がある項目

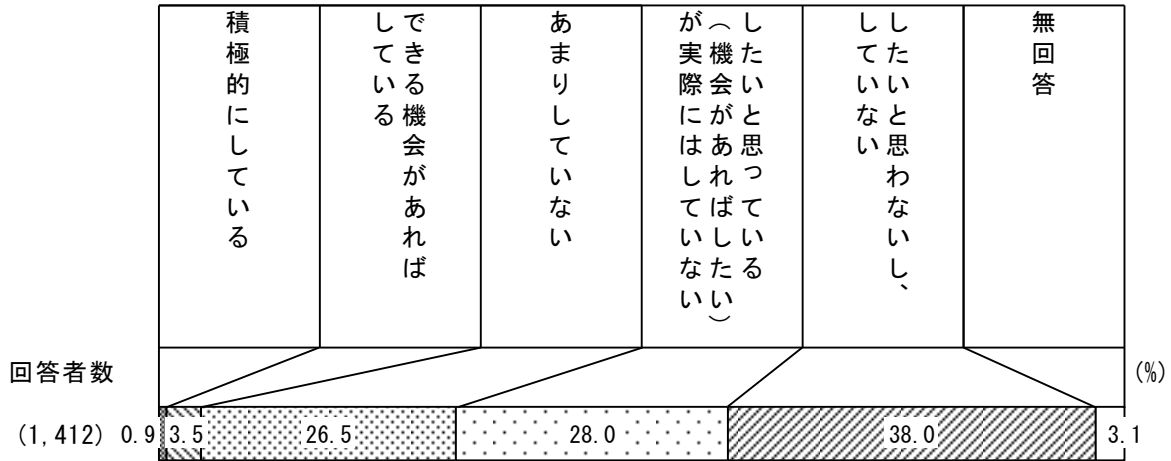
食育について関心がある項目については、「バランスよい食事」が 73.0%と最も高く、次いで「食の安全（食中毒、食品添加物など）」(51.5%)、「誰かと一緒に食べること」(45.2%)、「1日3回食べること」(44.1%)の順となっている。





食育に関する活動や行動の状況

食育活動への参加については、「したいと思わないし、していない」が38.0%と最も高く、次いで「したいと思っている(機会があればしたい)が実際にはしていない」(28.0%)、「あまりしていない」(26.5%)、「できる機会があれば積極的にしている」(3.5%)の順となっている。

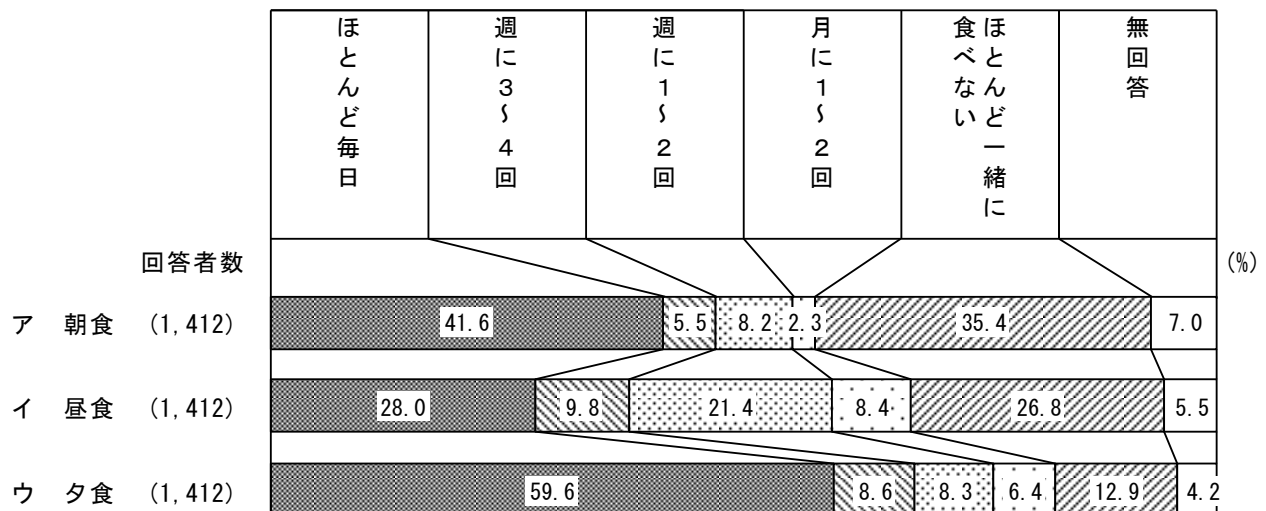


家族や友人・知人などとの食事の頻度

朝食については、「ほとんど毎日」が41.6%と最も高く、次いで「ほとんど一緒に食べない」(35.4%)、「週に1～2回」(8.2%)、「週に3～4回」(5.5%)の順となっている。

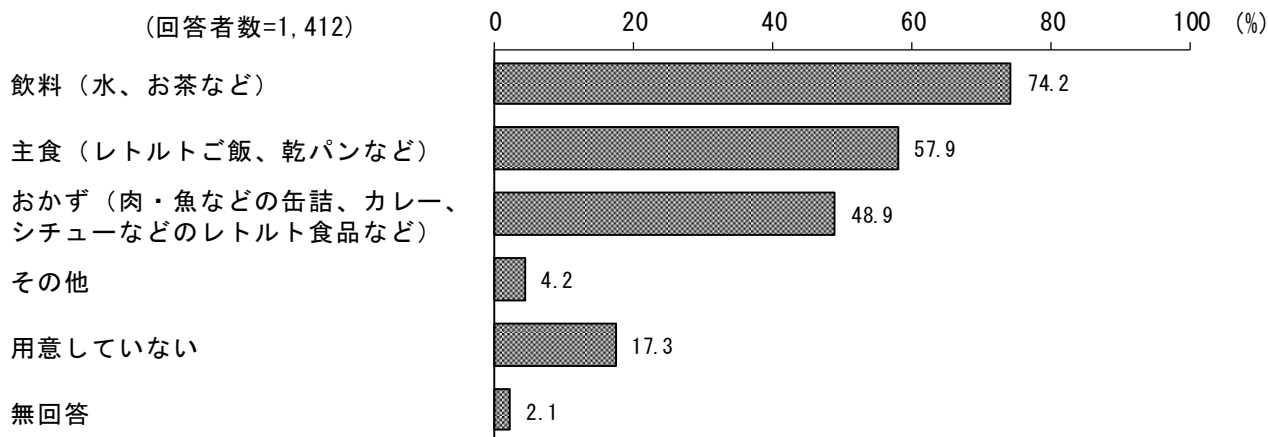
昼食については、「ほとんど毎日」が28.0%と最も高く、次いで「ほとんど一緒に食べない」(26.8%)、「週に1～2回」(21.4%)、「週に3～4回」(9.8%)の順となっている。

夕食については、「ほとんど毎日」が59.6%と最も高く、次いで「ほとんど一緒に食べない」(12.9%)、「週に3～4回」(8.6%)、「週に1～2回」(8.3%)の順となっている。



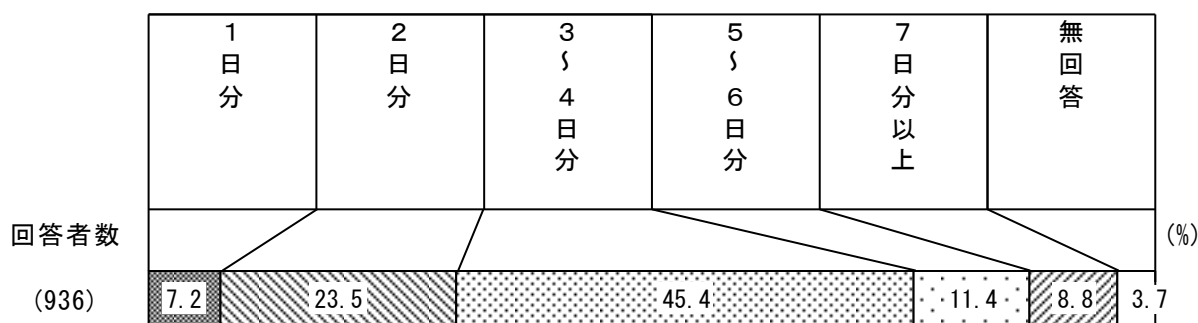
### 非常食の備蓄

非常食の備蓄については、「飲料（水、お茶など）」が74.2%と最も高く、次いで「主食（レトルトご飯、乾パンなど）」(57.9%)、「おかず（肉・魚などの缶詰、カレー、シチューなどのレトルト食品など）」(48.9%)の順となっている。



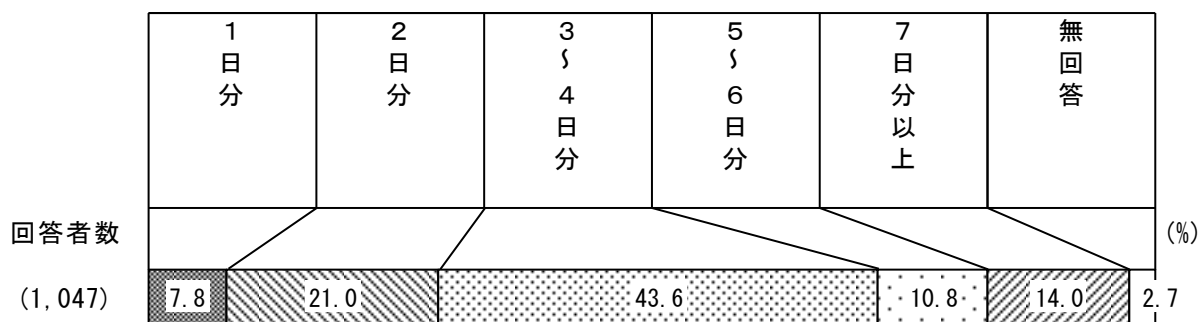
### 飲料水以外の食料の備蓄量

飲料水以外の食料の備蓄量については、「3～4日分」が45.4%と最も高く、次いで「2日分」(23.5%)、「5～6日分」(11.4%)の順となっている。



### 飲料水の備蓄量

飲料水の備蓄量については、「3～4日分」が43.6%と最も高く、次いで「2日分」(21.0%)、「7日分以上」(14.0%)の順となっている。

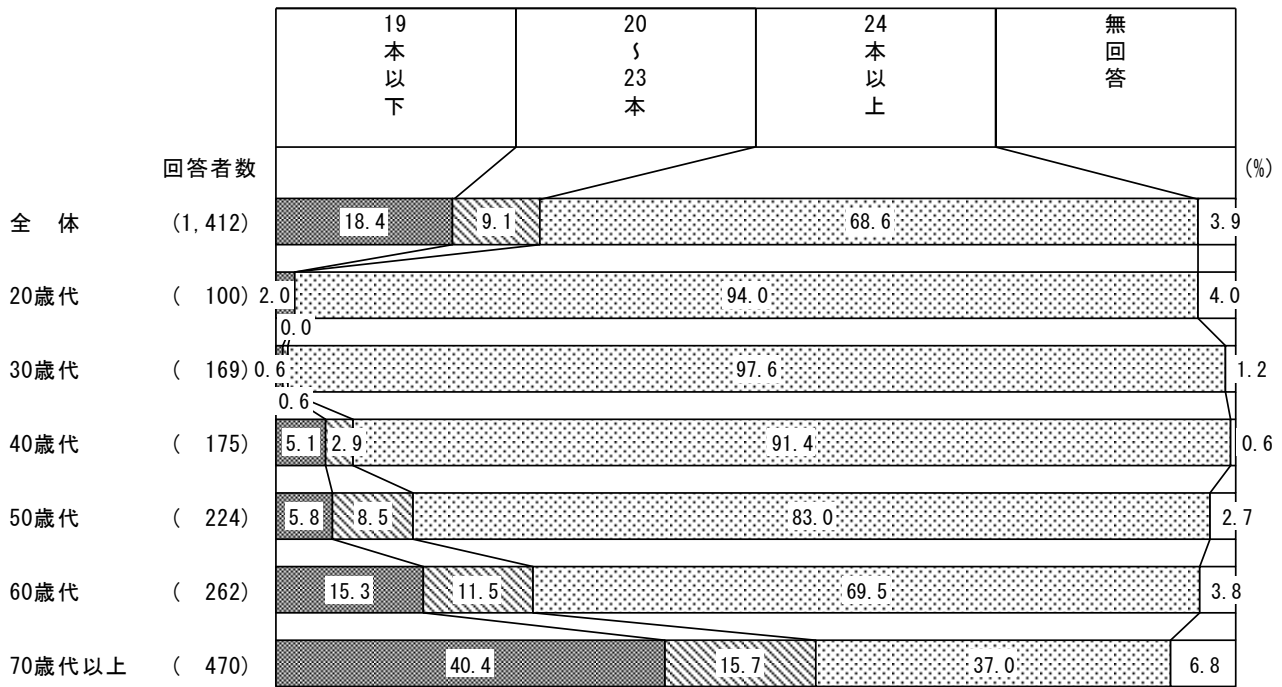


### 3. 歯と口の健康

#### 歯の本数

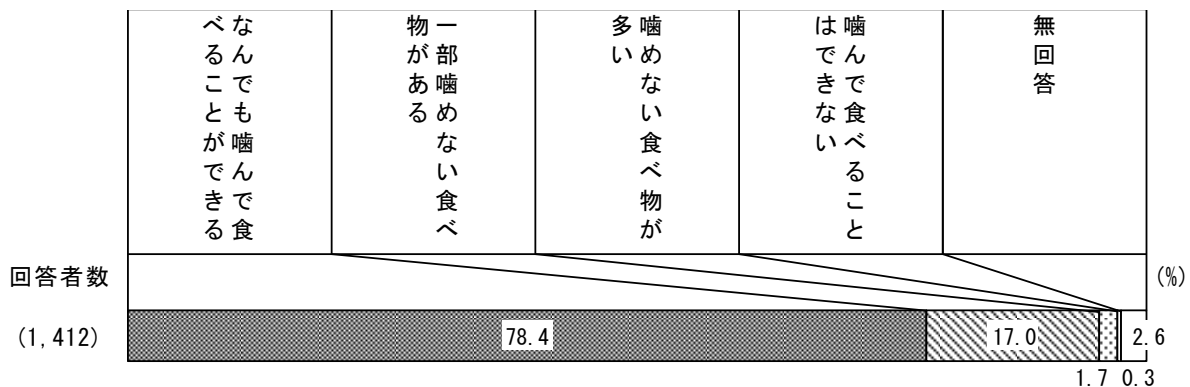
歯の本数については、「24本以上」が68.6%と最も高く、次いで「19本以下」(18.4%)、「20～23本」(9.1%)の順となっている。

年代別では、「24本以上」の割合は、年代が上がるとともに低くなっている。また、70歳代以上になると、40.4%の人が「19本以下」と回答している。



#### 噛んで食べる時の状態

噛んで食べる時の状態については、「なんでも噛んで食べることができる」が78.4%と最も高く、次いで「一部噛めない食べ物がある」(17.0%)、「噛めない食べ物が多い」(1.7%)、「噛んで食べることはできない」(0.3%)の順となっている。



食べ方や食事の様子

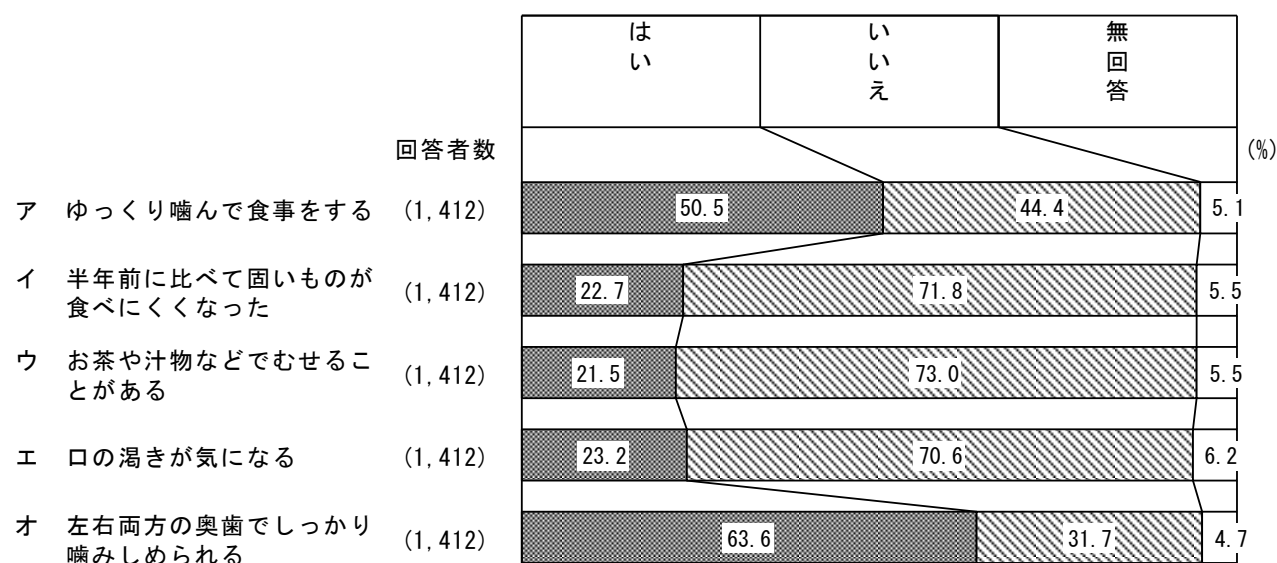
食べ方や食事の様子について、『ア ゆっくり噛んで食事をする』では、「はい」が 50.5%、「いいえ」が 44.4%となっている。

『イ 半年前に比べて固いものが食べにくくなった』では、「はい」が 22.7%、「いいえ」が 71.8%となっている。

『ウ お茶や汁物などでむせることがある』では、「はい」が 21.5%、「いいえ」が 73.0%となっている。

『エ 口の渴きが気になる』では、「はい」が 23.2%、「いいえ」が 70.6%となっている。

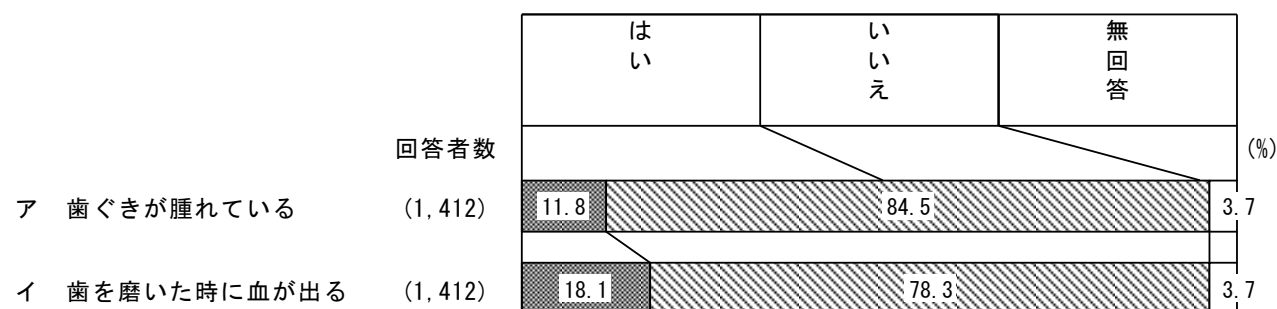
『オ 左右両方の奥歯でしっかり噛みしめられる』では、「はい」が 63.6%、「いいえ」が 31.7%となっている。



歯ぐきの状態

歯ぐきの状態について、『ア 歯ぐきが腫れている』では、「はい」が 11.8%、「いいえ」が 84.5%となっている。

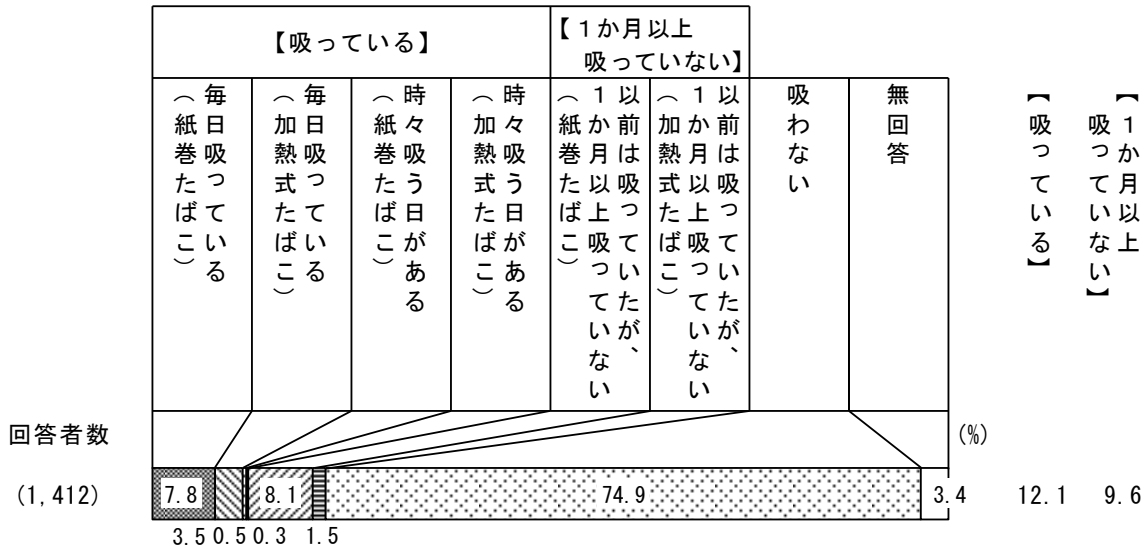
『イ 歯を磨いた時に血が出る』では、「はい」が 18.1%、「いいえ」が 78.3%となっている。



## 4. たばこ・アルコール

### 喫煙の状況

喫煙の状況については、「吸わない」が74.9%と最も高く、次いで「以前は吸っていたが、1か月以上吸っていない（紙巻たばこ）」（8.1%）、「毎日吸っている（紙巻たばこ）」（7.8%）、「毎日吸っている（加熱式たばこ）」（3.5%）の順となっている。

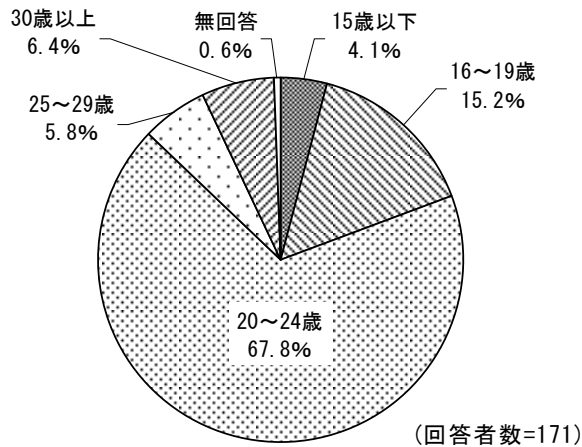


### たばこを吸うようになった年齢／1日の喫煙量

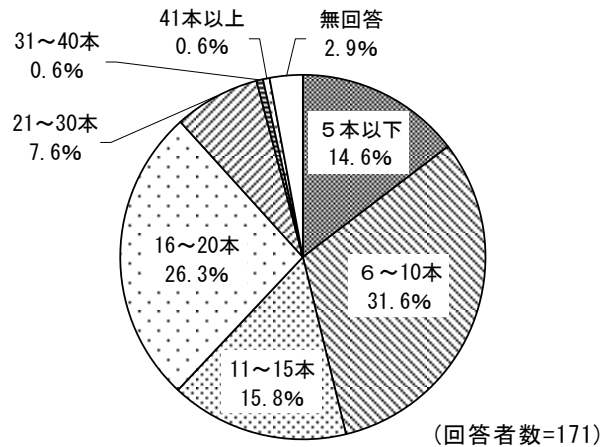
たばこを吸うようになった年齢については、「20～24歳」が67.8%と最も高く、次いで「16～19歳」（15.2%）、「30歳以上」（6.4%）の順となっている。

1日の喫煙量については、「6～10本」が31.6%と最も高く、次いで「16～20本」（26.3%）、「11～15本」（15.8%）の順となっている。

【たばこを吸うようになった年齢】



【1日の喫煙量】

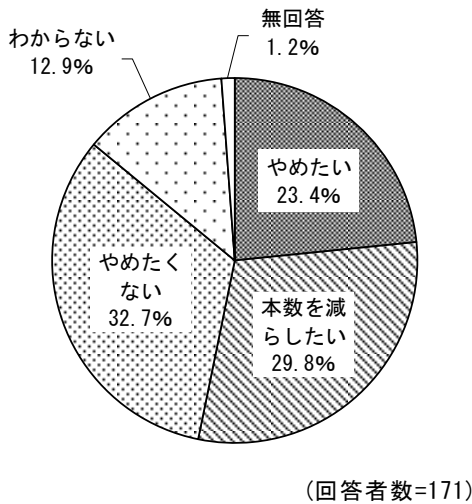


たばこをやめたいと思うか／たばこをやめられない理由

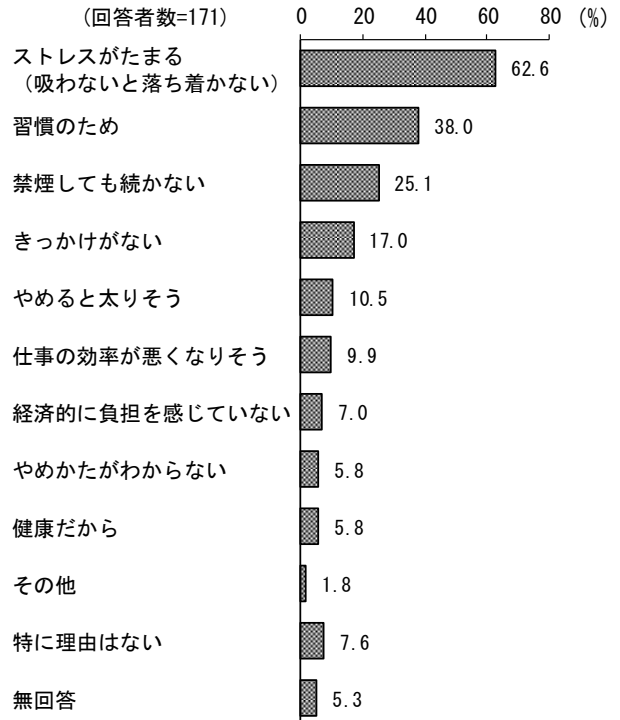
たばこをやめたいと思うかについては、「やめたくない」が 32.7%と最も高く、次いで「本数を減らしたい」(29.8%)、「やめたい」(23.4%)の順となっている。

たばこをやめられない理由については、「ストレスがたまる(吸わないと落ち着かない)」が 62.6%と最も高く、次いで「習慣のため」(38.0%)、「禁煙しても続かない」(25.1%)、「きっかけがない」(17.0%)の順となっている。

【たばこをやめたいと思うか】

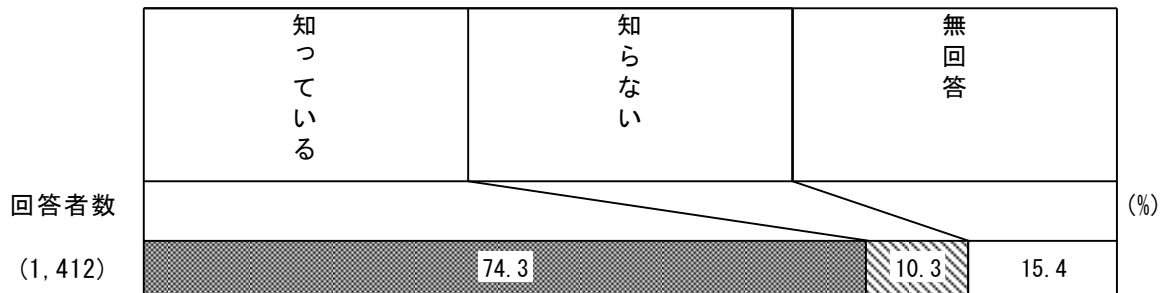


【たばこをやめられない理由】



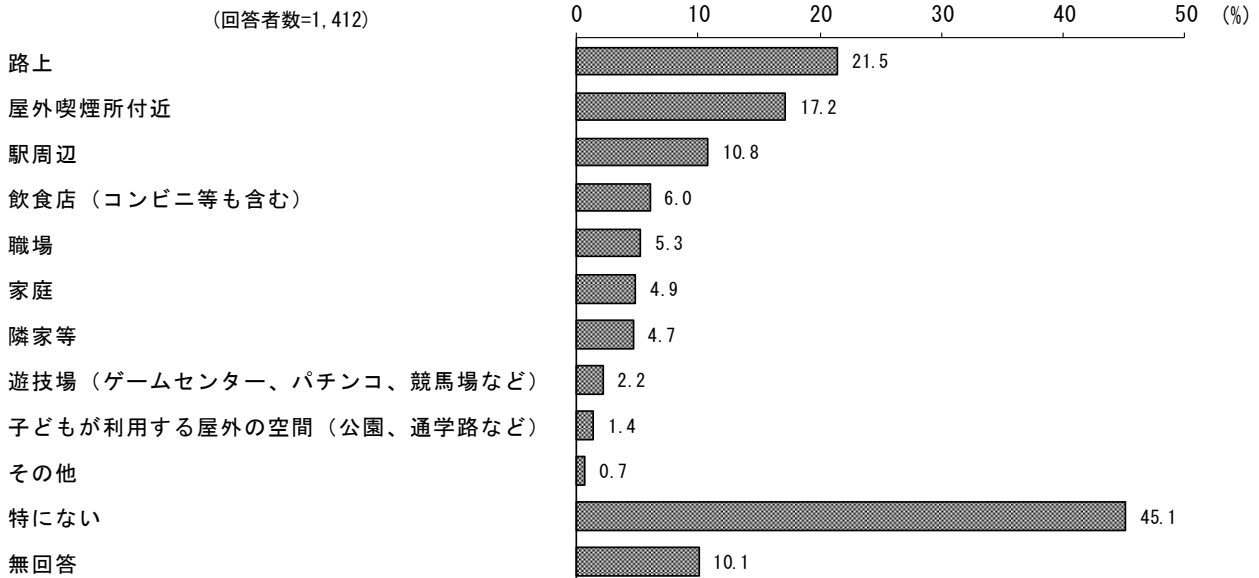
喫煙する際の配慮義務の認知

配慮義務の認知については、「知っている」が 74.3%、「知らない」が 10.3%となっている。



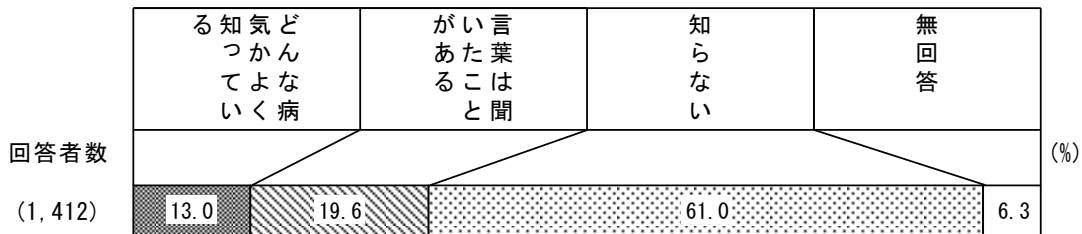
受動喫煙の機会が多いと感じた場所

受動喫煙の機会が多いと感じた場所については、「路上」が 21.5%と最も高く、次いで「屋外喫煙所付近」(17.2%)、「駅周辺」(10.8%)、「飲食店(コンビニ等も含む)」(6.0%)の順となっている。一方、「特にない」は 45.1%となっている。



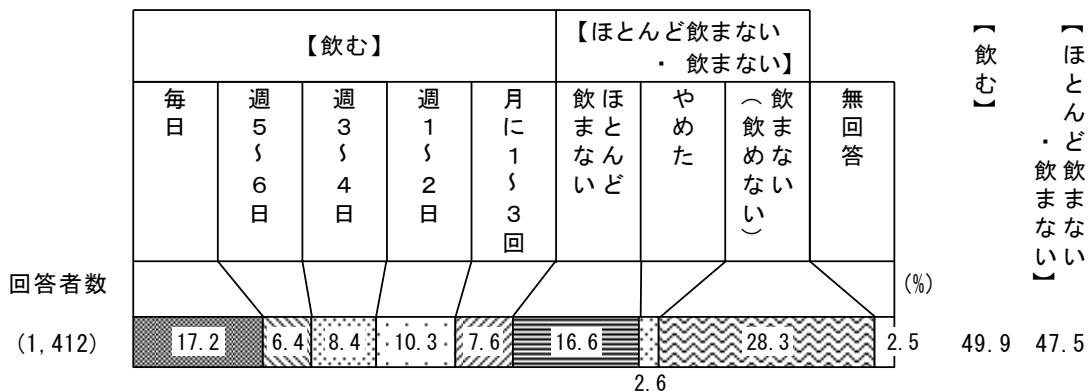
COPDという病気の認知度

COPDという病気の認知度については、「知らない」が 61.0%と最も高く、次いで「言葉は聞いたことがある」(19.6%)、「どんな病気かよく知っている」(13.0%)の順となっている。



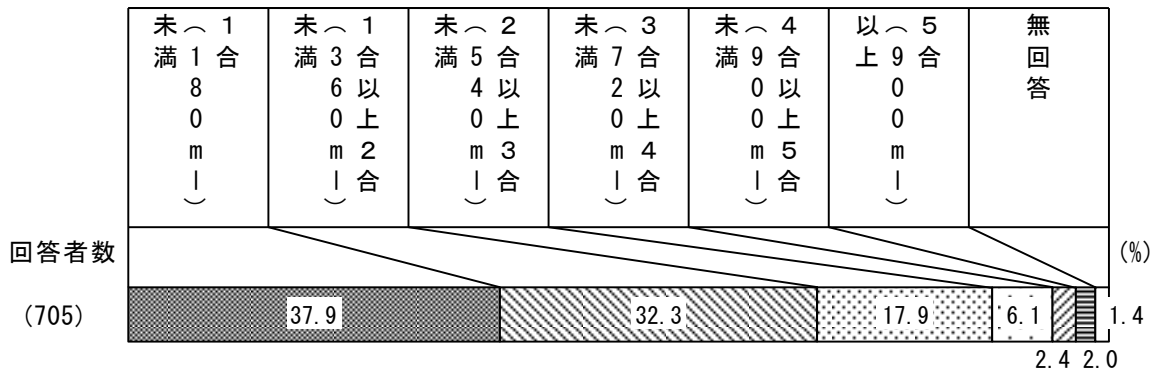
飲酒の状況

飲酒の状況については、「飲まない(飲めない)」が 28.3%と最も高く、次いで「毎日」(17.2%)、「ほとんど飲まない」(16.6%)、「週1~2日」(10.3%)の順となっている。



飲酒量

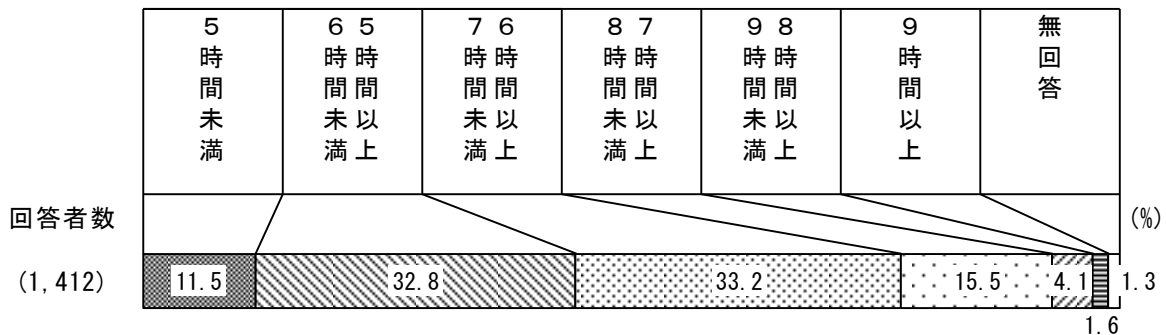
飲酒量については、「1合（180ml）未満」が 37.9%と最も高く、次いで「1合以上2合（360ml）未満」（32.3%）、「2合以上3合（540ml）未満」（17.9%）の順となっている。



5. 休養・こころの健康

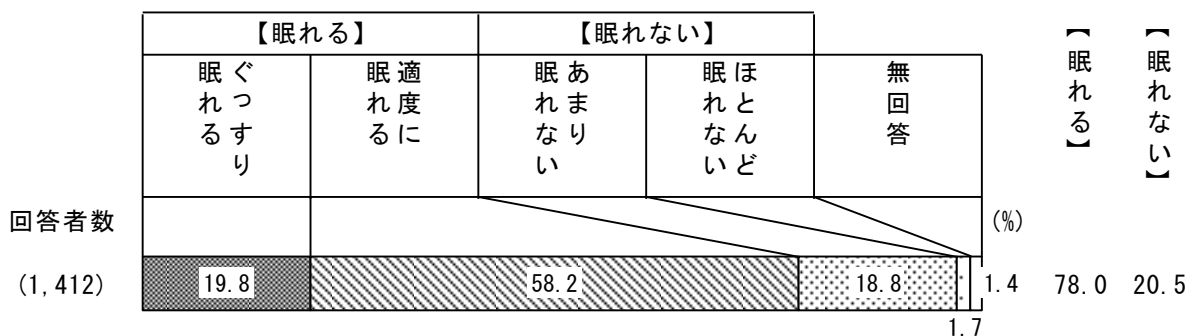
1日の平均睡眠時間

1日の平均睡眠時間については、「6時間以上7時間未満」が 33.2%と最も高く、次いで「5時間以上6時間未満」（32.8%）、「7時間以上8時間未満」（15.5%）、「5時間未満」（11.5%）の順となっている。



よく眠ることができているか

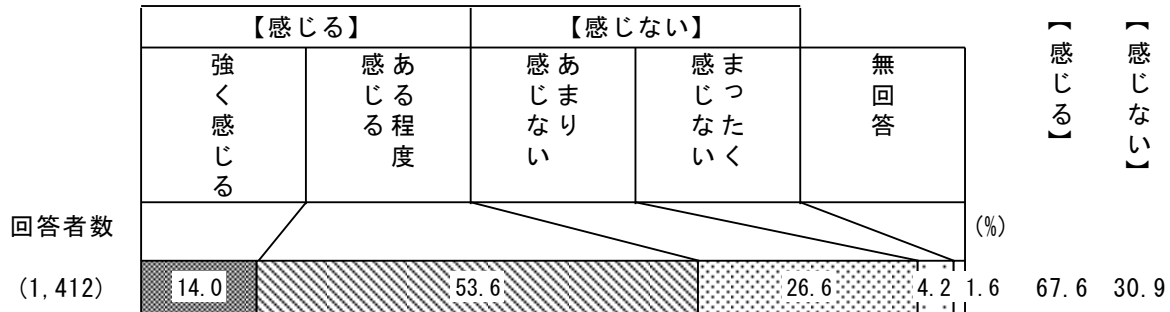
普段、よく眠ることができているかについては、「適度に眠れる」が 58.2%と最も高く、「ぐっすり眠れる」（19.8%）と合わせた【眠れる】は 78.0%となっている。一方、【眠れない】（「あまり眠れない」と「ほとんど眠れない」の合計）は 20.5%となっている。





ストレスを感じるか

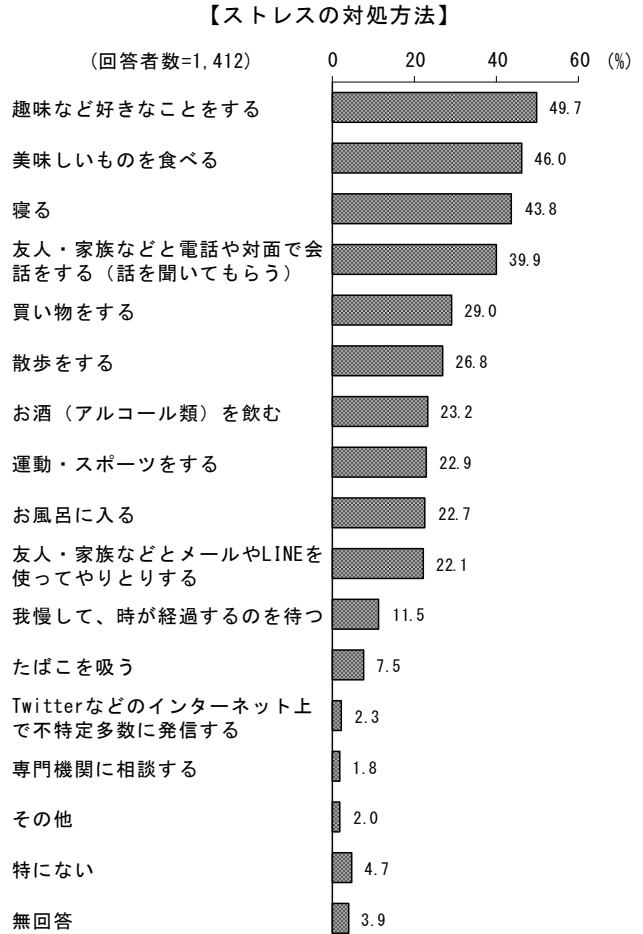
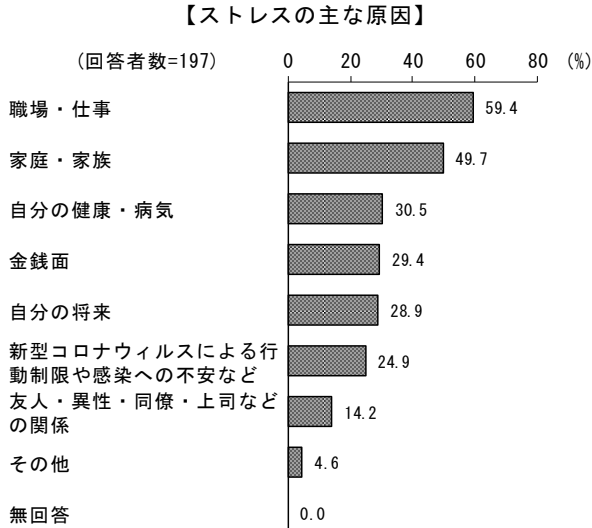
ストレスを感じるかについては、「ある程度感じる」が 53.6%と最も高く、「強く感じる」(14.0%)と合わせた【感じる】は 67.6%となっている。一方、【感じない】(「あまり感じない」と「まったく感じない」の合計)は 30.9%となっている。



ストレスの主な原因／ストレスの対処方法

ストレスの主な原因については、「職場・仕事」が 59.4%と最も高く、次いで「家庭・家族」(49.7%)、「自分の健康・病気」(30.5%)、「金銭面」(29.4%)の順となっている。

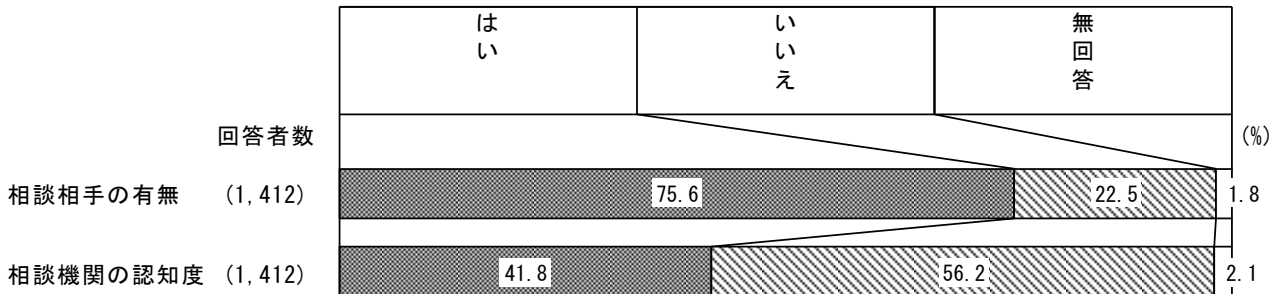
ストレスの対処方法については、「趣味など好きなことをする」が 49.7%と最も高く、次いで「美味しいものを食べる」(46.0%)、「寝る」(43.8%)、「友人・家族などと電話や対面で会話をする(話を聞いてもらう)」(39.9%)の順となっている。



相談相手の有無／相談機関の認知度

こころの健康や悩みについて相談できる人の有無については、「はい」が75.6%、「いいえ」が22.5%となっている。

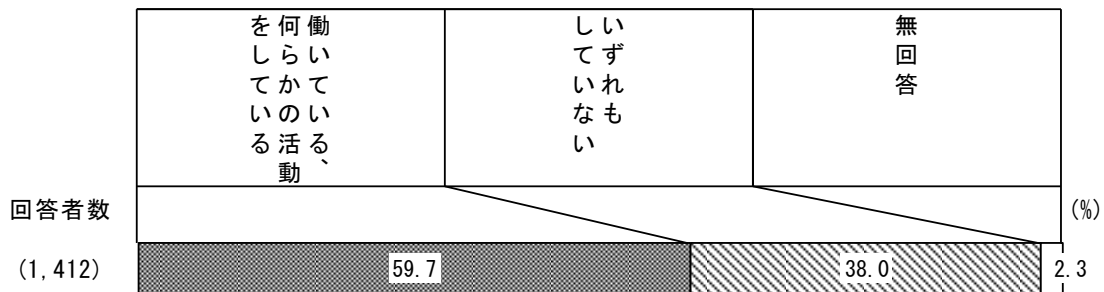
こころの健康や悩みを相談できる機関の認知度については、「はい」が41.8%、「いいえ」が56.2%となっている。



6. つながり

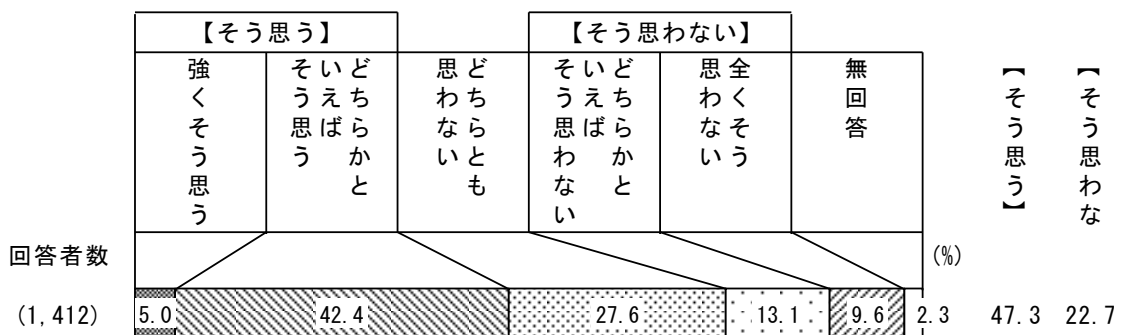
活動状況

仕事、ボランティア活動、地域社会活動、趣味の活動状況については、「働いている、何らかの活動をしている」が59.7%、「いずれもしていない」が38.0%となっている。



地域での協力状況

住んでいる地域で問題が生じた場合、人々が力を合わせて解決しようとするかについては、「どちらかといえばそう思う」が42.4%と最も高く、「強くそう思う」(5.0%)と合わせた【そう思う】は47.3%となっている。一方、「どちらとも思わない」は27.6%、「どちらかといえばそう思わない」(13.1%)と「全くそう思わない」(9.6%)を合わせた【そう思わない】は22.7%となっている。



## 7. 新型コロナウイルス感染症による生活の変化

### 新型コロナウイルス感染拡大による生活の変化

ア 間食の回数については、「変わらない」が67.5%と最も高く、次いで「増えた」(17.1%)、「減った」(13.5%)の順となっている。

イ 食事のバランスについては、「変わらない」が69.0%と最も高く、次いで「気をつけるようになった」(26.9%)、「気をつけなくなった」(2.4%)の順となっている。

ウ お酒の量については、「変わらない」が67.0%と最も高く、次いで「減った」(15.4%)、「増えた」(5.7%)の順となっている。

エ 身体活動・運動の機会については、「変わらない」が52.6%と最も高く、次いで「減った」(35.1%)、「増えた」(10.5%)の順となっている。

オ 体重については、「変わらない」が57.2%と最も高く、次いで「増えた」(26.1%)、「減った」(15.2%)の順となっている。

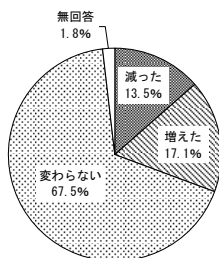
カ 睡眠の状況については、「変わらない」が81.4%と最も高く、次いで「眠れなくなった」(13.2%)、「眠れるようになった」(3.4%)の順となっている。

キ こころの健康については、「変わらない」が75.5%と最も高く、次いで「気持ちが落ち込むようになった」(20.5%)、「気持ちが落ち込まなくなった」(1.8%)の順となっている。

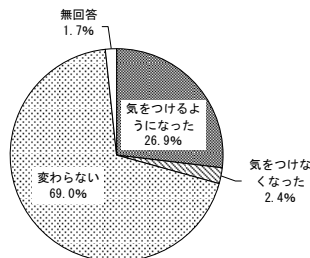
ク 健(検)診の受診状況については、「同様に受診した」が67.2%と最も高く、次いで「以前から受診していない」(15.9%)、「受診を控えるようになった」(13.2%)の順となっている。

ケ 人との交流については、「以前より減った」が66.7%と最も高く、次いで「変わらない」(29.6%)、「以前より増えた(オンラインツールの活用を含む)」(2.0%)の順となっている。

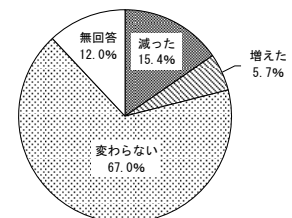
ア 間食の回数



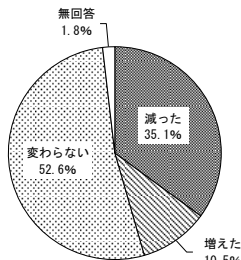
イ 食事のバランス



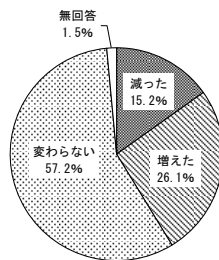
ウ お酒の量



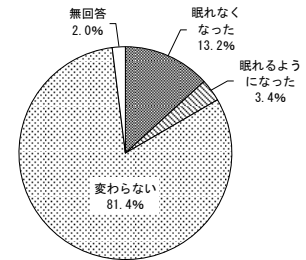
エ 身体活動・運動の機会



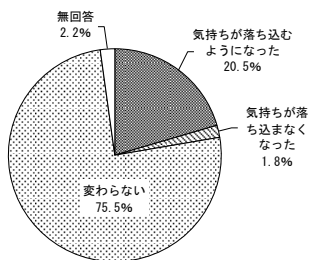
オ 体重



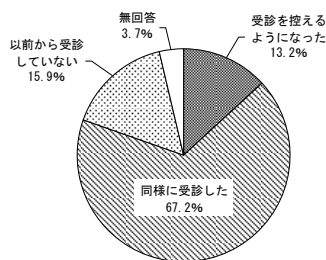
カ 睡眠の状況



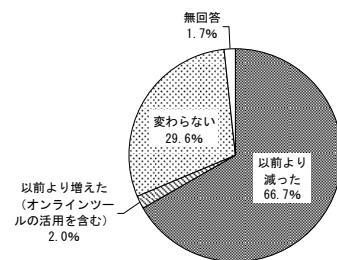
キ こころの健康



ク 健(検)診の受診状況



ケ 人との交流

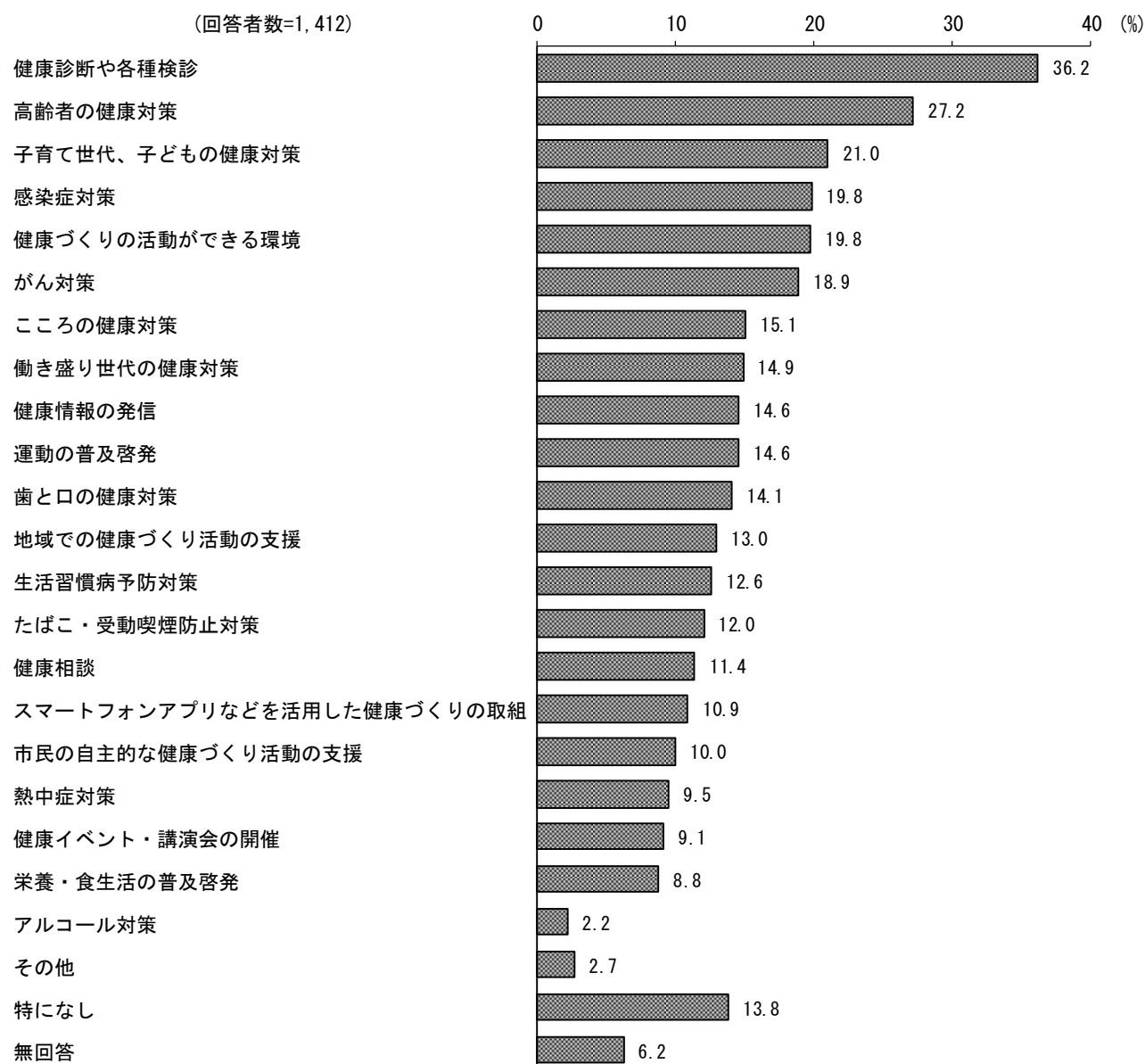


(回答者数=1,412)

## 8. 市への要望

### 川崎市に力をいれてほしい取組

健康づくり推進において今後、市に特に力をいれてほしい取組については、「健康診断や各種検診」が36.2%と最も高く、次いで「高齢者の健康対策」(27.2%)、「子育て世代、子どもの健康対策」(21.0%)、「感染症対策」「健康づくりの活動ができる環境」(19.8%)の順となっている。



令和4年度 川崎市健康及び食育意識実態調査 概要版  
令和5年3月

発行：川崎市 健康福祉局 保健医療政策部 健康増進担当  
川崎市川崎区宮本町1番地 電話 044-200-2411