



政府統計

統計法に基づく国の
統計調査です。調査票
情報の秘密の保護に
万全を期します。

資料 4

R3.1.28

国民健康・栄養調査
企画解析検討会

令和3年国民健康・栄養調査

生活習慣調査票(案)

地区番号

--	--	--	--

市郡番号

--

世帯番号

--	--	--

世帯員番号

--	--

性別

1 男	2 女
-----	-----

年齢

--	--

(令和3年11月1日現在)

都道府県

保健所

厚生労働省

問1 あなたはたばこを吸いますか。あてはまる番号を1つ選んで○をつけて下さい。

- 1 毎日吸っている
 2 時々吸う日がある
 3 以前は吸っていたが、1ヶ月以上吸っていない
 4 吸わない
- 問2へ

(問1-1) 現在、あなたが吸っているたばこ製品について、あてはまる番号をすべて選んで○印をつけて下さい。

※ 加熱式たばことは、たばこ葉やたばこ葉を用いた加工品に火を点けずに、電気ヒーターで加熱などして吸う、新しいタイプのたばこです。たばこ葉の入った専用のスティック等を、専用の装置にセットして使用します。

- 1 紙巻たばこ
 2 加熱式たばこ
 3 その他

(問1-2) たばこをやめたいと思いますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 やめたい
 2 本数を減らしたい
 3 やめたくない
 4 わからない

問2 あなたはこの1ヶ月間に、望まずに自分以外の方が吸っていたたばこの煙を吸う機会(受動喫煙)がありましたか。次のアからコのすべての場所について、あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

※ 学校、飲食店、遊技場などに勤務していて、その職場で受動喫煙があった場合は、「イ 職場」欄に記入して下さい。

	1. ほぼ毎日	2. 週に数回程度	3. 週に1回程度	4. 月に1回程度	5. 全くなかった	6. 行かなかった
ア 家庭	1	2	3	4	5	/
イ 職場	1	2	3	4	5	6
ウ 学校	1	2	3	4	5	6
エ 飲食店	1	2	3	4	5	6
オ 遊技場 (ゲームセンター、 パチンコ、競馬場など)	1	2	3	4	5	6
カ 行政機関 (市役所、町村役場、公民 館など)	1	2	3	4	5	6
キ 医療機関	1	2	3	4	5	6
ク 公共交通機関	1	2	3	4	5	6
ケ 路上	1	2	3	4	5	6
コ 子供が利用する 屋外の空間 (公園、通学路など)	1	2	3	4	5	6

問3 あなたは週に何日位お酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲みますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- | | | | | | |
|---|---|------------|---|---|-----|
| ↓ | 1 | 毎日 | } | → | 問4へ |
| | 2 | 週5～6日 | | | |
| | 3 | 週3～4日 | | | |
| | 4 | 週1～2日 | | | |
| | 5 | 月に1～3日 | | | |
| | 6 | ほとんど飲まない | | | |
| | 7 | やめた | | | |
| | 8 | 飲まない（飲めない） | | | |

（問3で1, 2, 3, 4, 5と答えた方にお聞きします。）
（問3-1）お酒を飲む日は1日あたり、どれくらいの量を飲みますか。清酒に換算し、あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- | | | |
|---|---------------|----|
| 1 | 1合（180ml） | 未満 |
| 2 | 1合以上2合（360ml） | 未満 |
| 3 | 2合以上3合（540ml） | 未満 |
| 4 | 3合以上4合（720ml） | 未満 |
| 5 | 4合以上5合（900ml） | 未満 |
| 6 | 5合（900ml） | 以上 |

清酒1合（アルコール度数15度・180ml）は、次の量にほぼ相当します。

- ・ビール中瓶1本（アルコール度数5度・500ml）
- ・焼酎0.6合（アルコール度数25度・約110ml）
- ・ワイン1/4本（アルコール度数14度・約180ml）
- ・ウイスキーダブル1杯（アルコール度数43度・60ml）
- ・缶チューハイ1.5缶（アルコール度数5度・約520ml）
- ・缶チューハイ1缶（アルコール度数7度・約350ml）

問4 自分の歯※は何本ありますか。

※自分の歯には、親知らず、入れ歯、ブリッジ、インプラントは含みません。さし歯は含みます。親知らずを抜くと全部で28本が正常ですが、28本より多かたり少なかりすることもあります。0本の場合は、00と書いて下さい。

自分の歯は 本ある。

問5 あなたはこの1年間に、歯科検診を受けましたか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- | | |
|---|--------|
| 1 | 受けた |
| 2 | 受けていない |

問6 ここ1ヶ月間、あなたは睡眠で休養が充分とれていますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- | | |
|---|------------|
| 1 | 充分とれている |
| 2 | まあまあとれている |
| 3 | あまりとれていない |
| 4 | まったくとれていない |

問7 あなたがこの1年間に行ったボランティア活動（近隣の人への手助け・支援を含む）のうち、健康づくりに関係したものはありますか。
 あてはまる番号をすべて選んで○印をつけて下さい。
 ※ここでは、必ずしも無償に限らず、実費や謝礼をもらう等、有償のものも含めてお考えください。

- 1 食生活などの生活習慣の改善のための活動
- 2 スポーツ・文化・芸術に関係した活動
- 3 まちづくりのための活動
- 4 子どもを対象とした活動
- 5 高齢者を対象とした活動
- 6 防犯・防災に関係した活動
- 7 自然や環境を守るための活動
- 8 上記以外の活動
- 9 健康づくりに関係したものはなし
- 10 ボランティア活動はしていない

問8 あなたのこの1ヶ月間の体重及び生活習慣は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大前と比べて変化がありましたか。次のアからカについて、あてはまる番号を1つ選んでください。

	1. 増えた	2. 変わらない	3. 減った	4. もともとない※
ア 体重	1	2	3	—
イ 1週間の運動日数	1	2	3	4
ウ 運動を行う日の平均運動時間	1	2	3	4
エ 飲酒の頻度	1	2	3	4
オ 1日当たりの飲酒の量	1	2	3	4
カ 喫煙の頻度	1	2	3	4

※ もともとその習慣がない場合は、「4.もともとない」を選択してください

60歳未満の方は質問終了です。60歳以上の方は続けてお答えください。

問9 あなたは現在働いていますか。または、ボランティア活動、地域社会活動（町内会、地域行事など）、趣味やおけいこ事を行っていますか。
 あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 働いている・何らかの活動を行っている
- 2 いずれも行っていない

ご協力ありがとうございました。