

Ⅱ 結 果 の 内 容

《健康づくりの取組について》

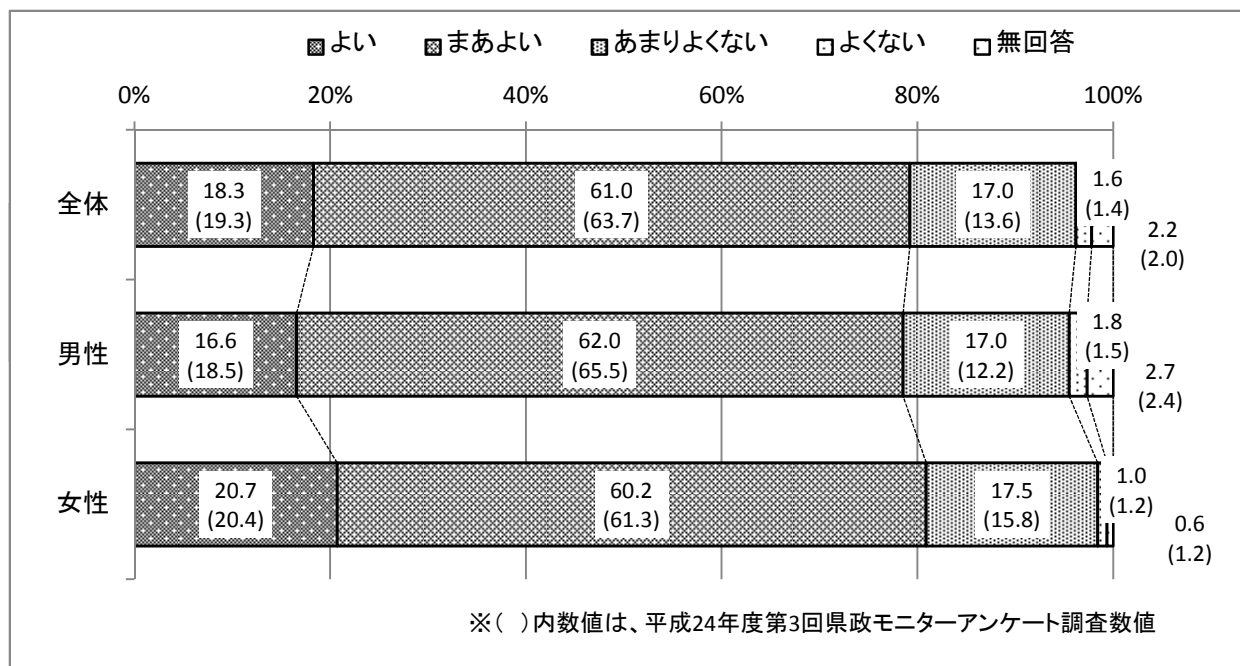
＜自分の健康状態について＞

「よい」と「まあよい」を合わせて約8割

問1 あなたは、ご自分の健康状態をどのように感じていますか。(○は1つ)

	H25年度 n=820		(参考)H24年度 n=869	
	回答数(人)	割合(%)	回答数(人)	割合(%)
よい	150	18.3	168	19.3
まあよい	500	61.0	554	63.7
あまりよくない	139	17.0	118	13.6
よくない	13	1.6	12	1.4
無回答	18	2.2	17	2.0

●自分の健康状態を「よい」、「まあよい」と感じている割合は79.3%であるが、前年度(83.0%)を下回る。



＜現在(またはこの1年間)に健康の維持・増進に関することで取り組んでいること＞
「運動に関すること」に関して「取り組んでいる」は約3割、「食生活に関すること」に「取り組んでいる」は4割超

問 2-1 あなたは、現在(またはこの1年間)、次の中で取り組んでいることがありますか。(項目ごとに○は1つ)

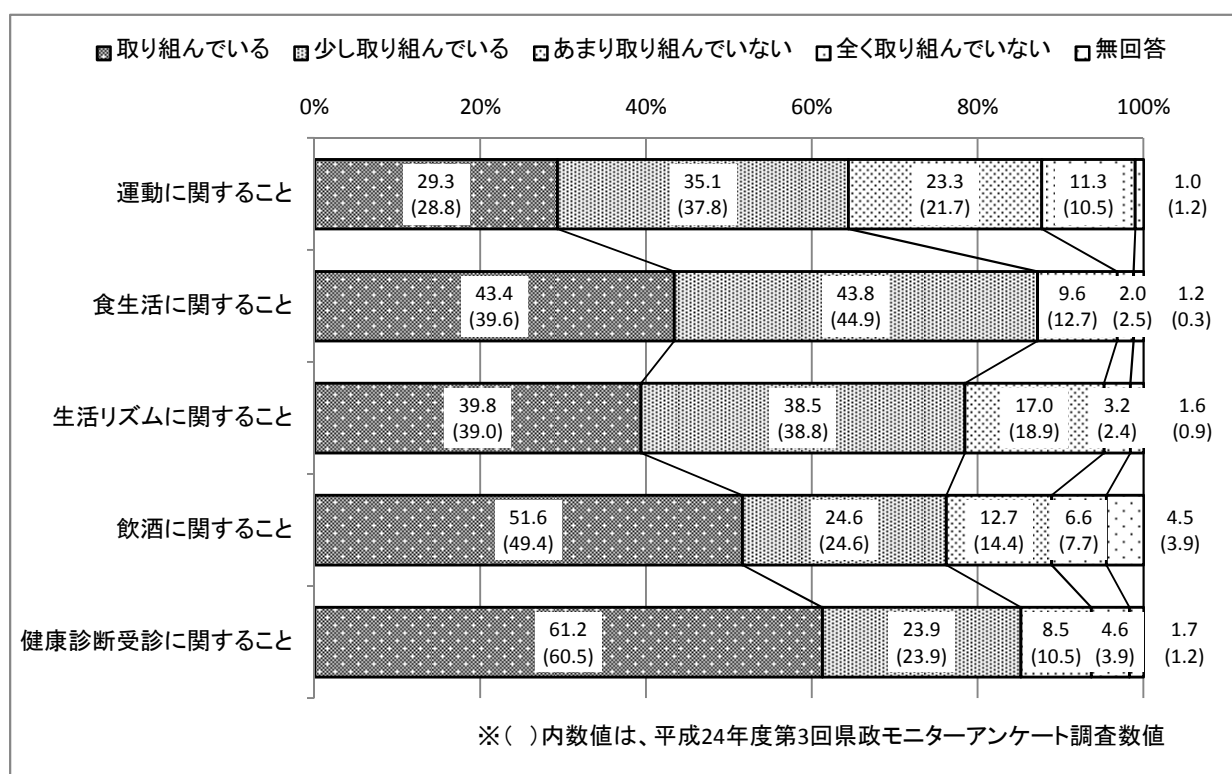
n=820	回答数(人)					割合(%)				
	取り組んでいる	少し取り組んでいる	あまり取り組んでいない	全く取り組んでいない	無回答	取り組んでいる	少し取り組んでいる	あまり取り組んでいない	全く取り組んでいない	無回答
運動に関すること	240	288	191	93	8	29.3	35.1	23.3	11.3	1.0
食生活に関すること	356	359	79	16	10	43.4	43.8	9.6	2.0	1.2
生活リズムに関すること	326	316	139	26	13	39.8	38.5	17.0	3.2	1.6
飲酒に関すること	423	202	104	54	37	51.6	24.6	12.7	6.6	4.5
健康診断受診に関すること	502	196	70	38	14	61.2	23.9	8.5	4.6	1.7
その他	86					10.5				

(参考)H24年度

n=869	回答数(人)					割合(%)				
	取り組んでいる	少し取り組んでいる	あまり取り組んでいない	全く取り組んでいない	無回答	取り組んでいる	少し取り組んでいる	あまり取り組んでいない	全く取り組んでいない	無回答
運動に関すること	250	329	189	91	10	28.8	37.8	21.7	10.5	1.2
食生活に関すること	344	390	110	22	3	39.6	44.9	12.7	2.5	0.3
生活リズムに関すること	339	337	164	21	8	39.0	38.8	18.9	2.4	0.9
飲酒に関すること	429	214	125	67	34	49.4	24.6	14.4	7.7	3.9
健康診断受診に関すること	526	208	91	34	10	60.5	23.9	10.5	3.9	1.2
その他	112					12.9				

●「取り組んでいる」こととしては、「健康診断受診に関すること」が61.2%と最も高く、次に「飲酒に関すること」(51.6%)が高い割合であり、いずれも前年度の割合を上回る。

●「運動に関すること」に「取り組んでいる」または「少し取り組んでいる」のは64.4%で前年度を下回るが、「食生活に関すること」に「取り組んでいる」または「少し取り組んでいる」のは87.2%で前年度を上回る。

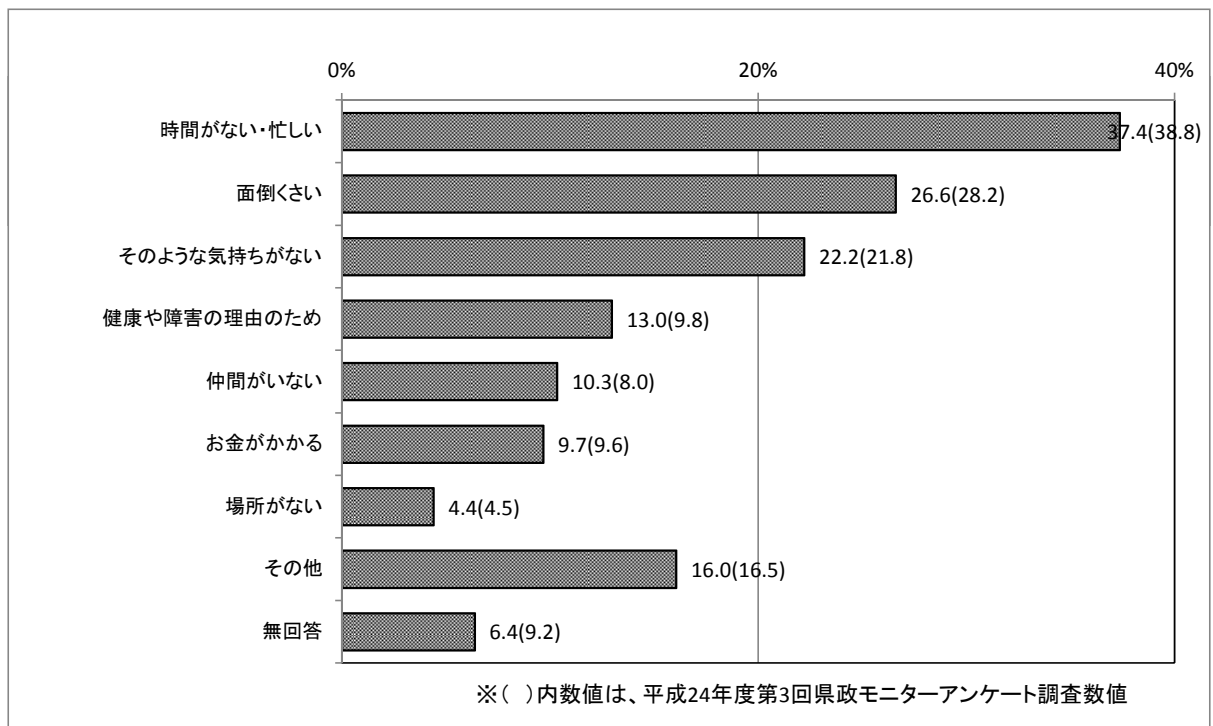


＜健康の維持・増進に関する取組を行わない理由＞
「時間がない・忙しい」が4割弱、「面倒くさい」が3割弱

問 問2の項目のうち、1項目でも「あまり取り組んでいない」「全く取り組んでいない」に○をした方は、その
2-2 理由をお答えください。(○はいくつでも)

	H25年度 n=455		(参考)H24年度 n=510	
	回答数(人)	割合(%)	回答数(人)	割合(%)
時間がない・忙しい	170	37.4	198	38.8
面倒くさい	121	26.6	144	28.2
そのような気持ちがない	101	22.2	111	21.8
健康や障害の理由のため	59	13.0	50	9.8
仲間がいない	47	10.3	41	8.0
お金がかかる	44	9.7	49	9.6
場所がない	20	4.4	23	4.5
その他	73	16.0	84	16.5
無回答	29	6.4	47	9.2

● 「時間がない・忙しい」が37.4%と最も高く、次に「面倒くさい」(26.6%)、「そのような気持ちがない」(22.2%)が高い割合となっている。上位3項目は前年度と同じ。



《仕事・社会参加、地域に関する実感》

＜公共的活動への参加度＞

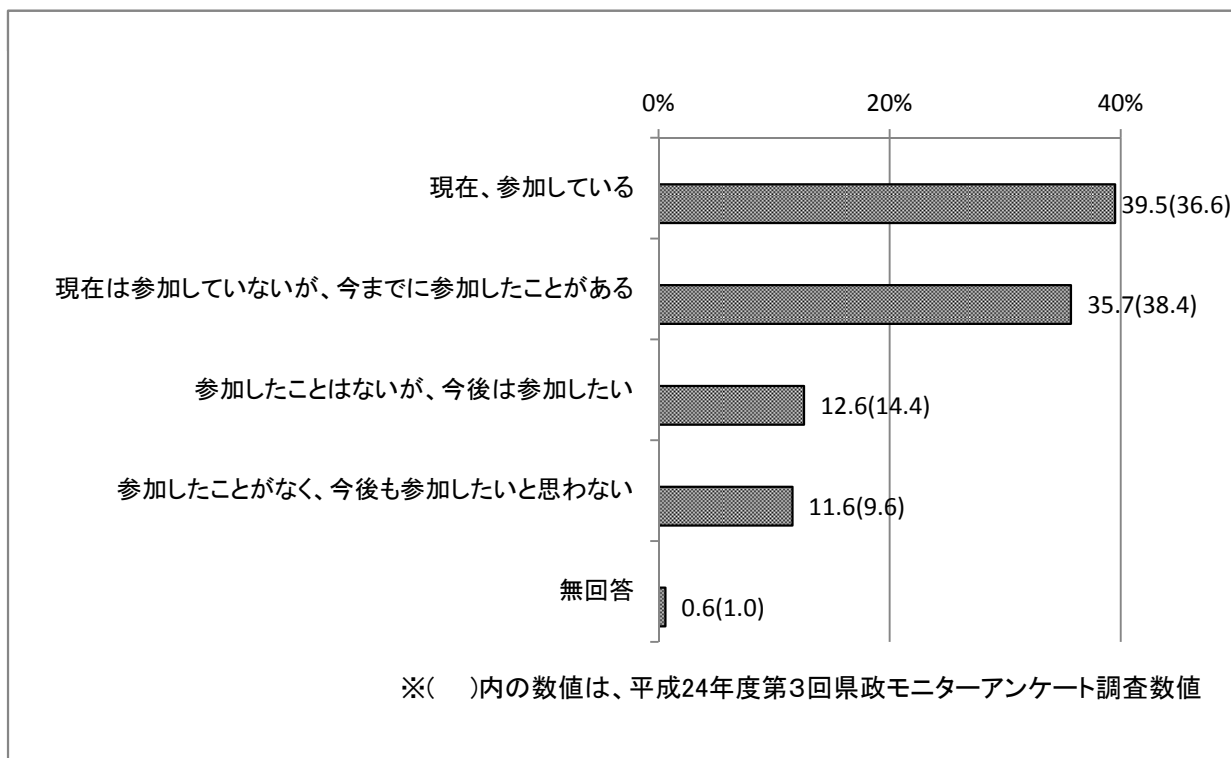
参加経験がある人(参加している・参加したことがある)は4分の3に上り、公共的活動への関心は前年度に引き続き高い水準にある。また、現在、参加している人の割合は順調に上昇している。

問3 あなたは、今までに公共的活動(※)に参加したことがありますか。(○は一つ)

※公共的活動には、NPO法人、公益法人、市民活動団体、ボランティア団体、企業などが社会一般の利益のために行う活動や自治会、消防団、公民館などが地域のために行う活動のほか、それらの活動を寄付により応援することを含みます。

	H25年度 n=820		(参考)H24年度 n=869	
	回答数(人)	割合(%)	回答数(人)	割合(%)
現在、参加している	324	39.5	318	36.6
現在は参加していないが、今までに参加したことがある	293	35.7	334	38.4
参加したことはないが、今後は参加したい	103	12.6	125	14.4
参加したことがなく、今後も参加したいと思わない	95	11.6	83	9.6
無回答	5	0.6	9	1.0

●前回調査で2番目であった「現在、参加している」が39.5%と最も高くなり、次に「現在は参加していないが、今までに参加したことがある」(35.7%)、「参加したことはないが、今後は参加したい」(12.6%)と続いている。



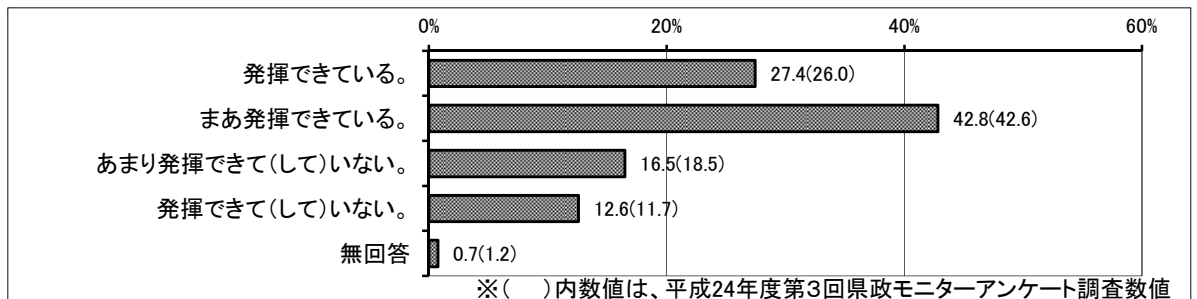
＜自分の能力の仕事や公共的活動での発揮＞

「発揮できている。」と「まあ発揮できている。」を合わせて約7割
(前回調査(H25.1実施)より1.6ポイント増)

問4 あなたは自分の能力が仕事(収入のあるもの)あるいは公共的活動の両方又はどちらかで発揮できていると思いますか。(○は1つ)

	平成25年度 n=820		(参考) 平成24年度 n=869	
	回答数(人)	割合(%)	回答数(人)	割合(%)
発揮できている。	225	27.4	226	26.0
まあ発揮できている。	351	42.8	370	42.6
あまり発揮できて(して)いない。	135	16.5	161	18.5
発揮できて(して)いない。	103	12.6	102	11.7
無回答	6	0.7	10	1.2

●「まあ発揮できている。」が42.8%と最も高く、次に「発揮できている」(27.4%)、「あまり発揮できて(して)いない。」(16.5%)と続いている。



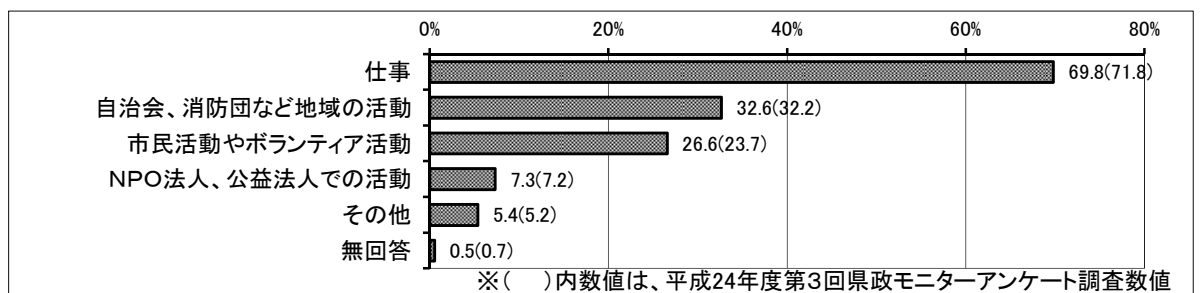
＜能力を発揮できていると思うもの＞

「仕事」が約7割、「自治会、消防団など地域の活動」が3割超

問4で①発揮できている、②まあ発揮できている、と答えた方にお伺いします。能力を発揮できていると思うものは何ですか。(○はいくつでも)

	平成25年度 n=576		(参考) 平成24年度 n=596	
	回答数(人)	割合(%)	回答数(人)	割合(%)
仕事	402	69.8	428	71.8
自治会、消防団など地域の活動	188	32.6	192	32.2
市民活動やボランティア活動	153	26.6	141	23.7
NPO法人、公益法人での活動	42	7.3	43	7.2
その他	31	5.4	31	5.2
無回答	3	0.5	4	0.7

●「仕事」が69.8%と最も高く、次に「自治会、消防団など地域の活動」(32.6%)、「市民活動やボランティア活動」(26.6%)と続いている。



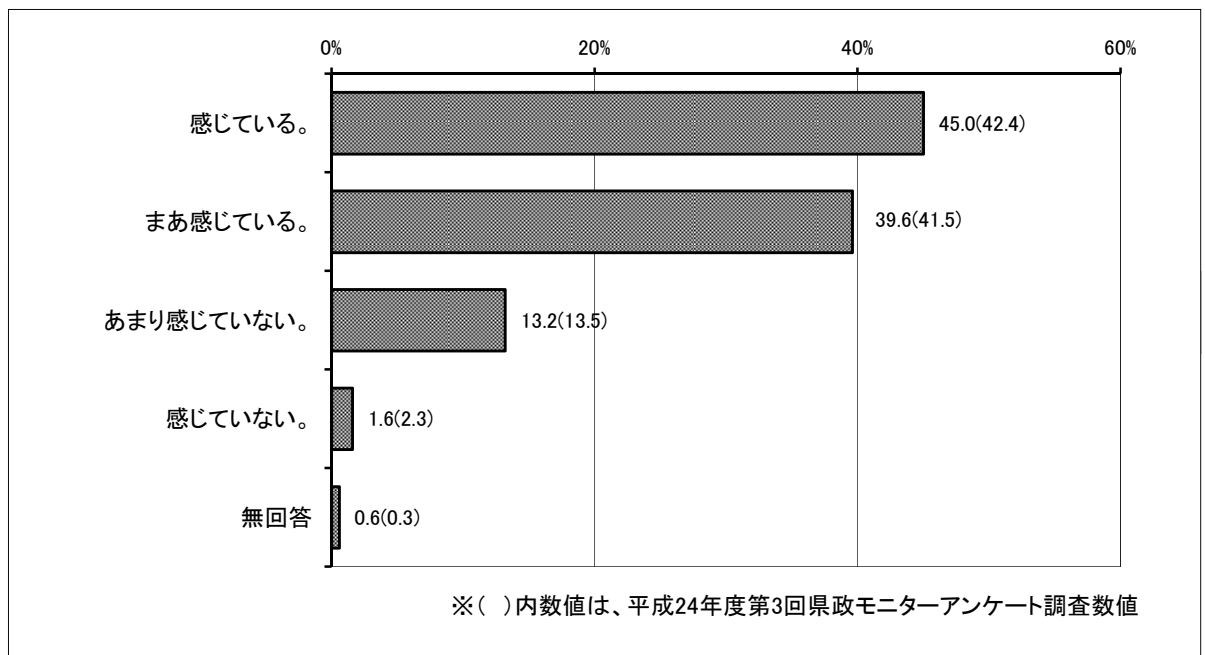
※「その他」としては「教育活動」、「介護」、「美化運動」、「文化活動」、「農作業」等の回答が見られた。

＜地域の景観や自然、文化などへの誇り＞
「感じている。」と「まあ感じている。」を合わせて8割超

問5 あなたは自分の暮らしている地域の景観や自然、文化などに誇りを感じていますか。(○は1つ)

	平成25年度 n=820		(参考) 平成24年度 n=869	
	回答数(人)	割合(%)	回答数(人)	割合(%)
感じている。	369	45.0	368	42.4
まあ感じている。	325	39.6	361	41.5
あまり感じていない。	108	13.2	117	13.5
感じていない。	13	1.6	20	2.3
無回答	5	0.6	3	0.3

●「感じている。」が45.0%と最も高く、次に「まあ感じている。」(39.6%)、「あまり感じていない。」(13.2%)と続いている。



《文化芸術活動に参加した人の割合》

＜文化芸術活動への参加＞

過去1年間に長野県内で文化芸術活動(鑑賞を含む)を行なった人は約6割で、前年度から微減。

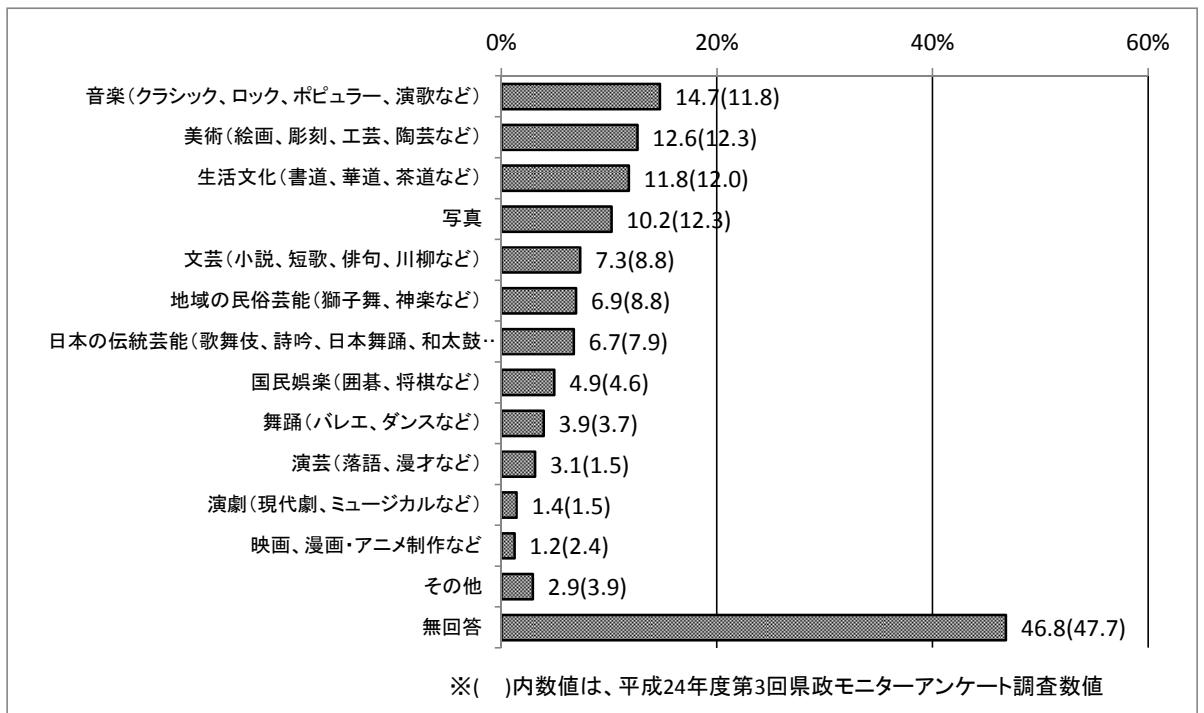
問6 あなたは過去1年間に長野県内で文化芸術活動(鑑賞を含む)を行ないましたか。(○は1つ)

	H25年度 n=820		(参考) H24年度 n=869	
	回答数(人)	割合(%)	回答数(人)	割合(%)
はい	491	59.9	543	62.5
いいえ	324	39.5	323	37.2
無回答	5	0.6	3	0.3

問6-A はい、と答えた方にお伺いします。あてはまるものをすべて選んでください。(○はいくつでも)

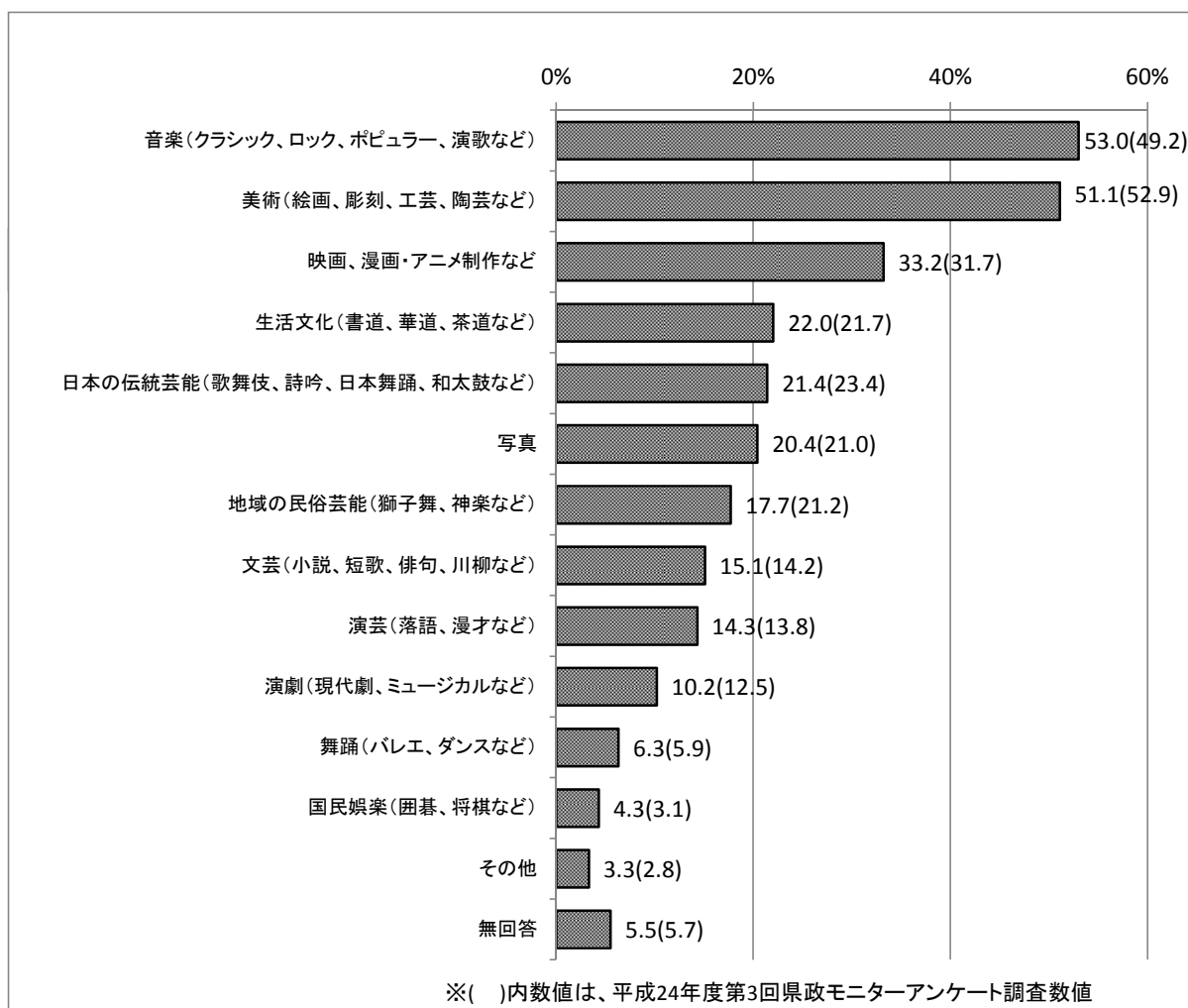
■ 自ら創作・参加する文化芸術活動を行なった	H25年度 n=491		(参考) H24年度 n=543	
	回答数(人)	割合(%)	回答数(人)	割合(%)
音楽(クラシック、ロック、ポピュラー、演歌など)	72	14.7	64	11.8
美術(絵画、彫刻、工芸、陶芸など)	62	12.6	67	12.3
生活文化(書道、華道、茶道など)	58	11.8	65	12.0
写真	50	10.2	67	12.3
文芸(小説、短歌、俳句、川柳など)	36	7.3	48	8.8
地域の民俗芸能(獅子舞、神楽など)	34	6.9	48	8.8
日本の伝統芸能(歌舞伎、詩吟、日本舞踊、和太鼓など)	33	6.7	43	7.9
国民娯楽(囲碁、将棋など)	24	4.9	25	4.6
舞踊(バレエ、ダンスなど)	19	3.9	20	3.7
演芸(落語、漫才など)	15	3.1	8	1.5
演劇(現代劇、ミュージカルなど)	7	1.4	8	1.5
映画、漫画・アニメ制作など	6	1.2	13	2.4
その他	14	2.9	21	3.9
無回答	230	46.8	259	47.7

●自ら創作・参加した文化芸術活動は「音楽」、「美術」、「生活文化」、「写真」が比較的多い。
上位4位の分野は前年度と同じ。



■ 文化芸術活動の鑑賞活動を行なった	平成25年度 n=491		(参考) 平成24年度 n=543	
	回答数(人)	割合(%)	回答数(人)	割合(%)
音楽(クラシック、ロック、ポピュラー、演歌など)	260	53.0	267	49.2
美術(絵画、彫刻、工芸、陶芸など)	251	51.1	287	52.9
映画、漫画・アニメ制作など	163	33.2	172	31.7
生活文化(書道、華道、茶道など)	108	22.0	118	21.7
日本の伝統芸能(歌舞伎、詩吟、日本舞踊、和太鼓など)	105	21.4	127	23.4
写真	100	20.4	114	21.0
地域の民俗芸能(獅子舞、神楽など)	87	17.7	115	21.2
文芸(小説、短歌、俳句、川柳など)	74	15.1	77	14.2
演芸(落語、漫才など)	70	14.3	75	13.8
演劇(現代劇、ミュージカルなど)	50	10.2	68	12.5
舞踊(バレエ、ダンスなど)	31	6.3	32	5.9
国民娯楽(囲碁、将棋など)	21	4.3	17	3.1
その他	16	3.3	15	2.8
無回答	27	5.5	31	5.7

●鑑賞活動は「音楽」が53.0%と最も高く、次に「美術」(51.1%)が高い割合となっている。
上位2位の分野は前年度と同じ。



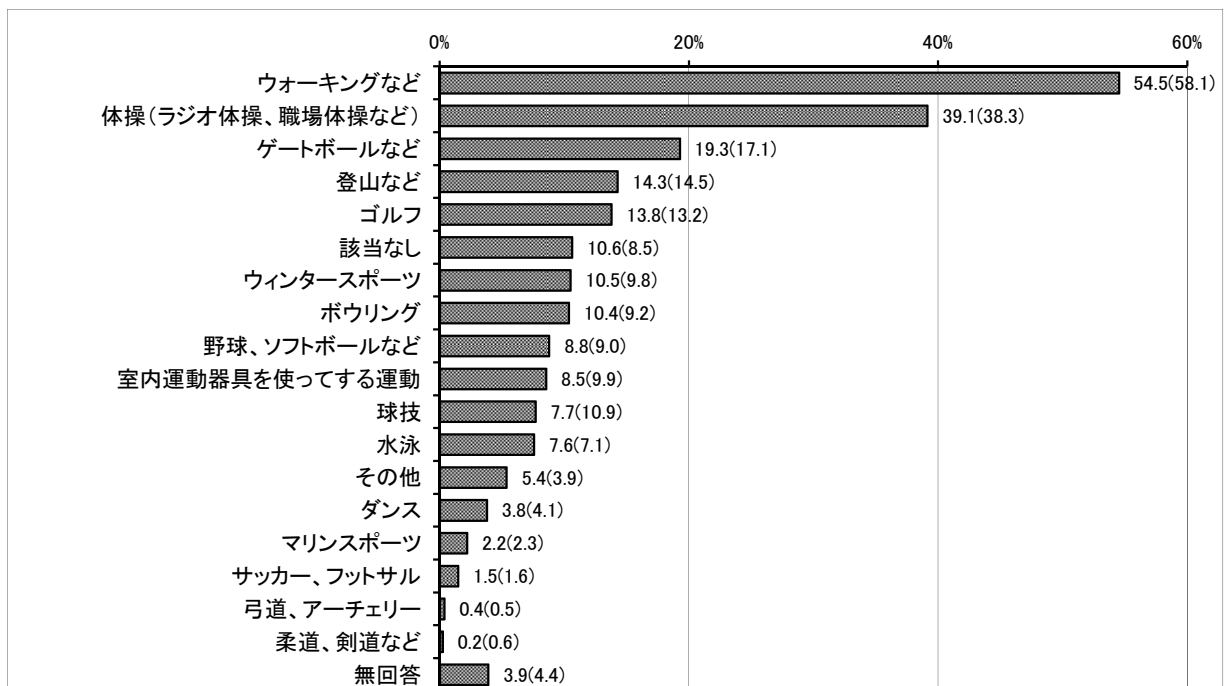
《運動・スポーツに関する実感》

＜手軽に運動・スポーツが取り組める種目が上位に＞
ウォーキング・ランニング等が5割超、体操が約4割。

問7 この中にあなたが過去1年間に行なった運動・スポーツがあればあげてください。学校の体育の授業として行なったものや、職業として行なったものは除きます。(〇は5つまで)

	平成25年度 n=820		(参考) 平成24年度n=869	
	回答数 (人)	割合 (%)	回答数 (人)	割合 (%)
ウォーキング(歩け歩け運動、散歩など)、ランニング(ジョギング)、陸上競技	447	54.5	505	58.1
体操(ラジオ体操、職場体操、美容体操、エアロビクス、縄跳びなど)	321	39.1	333	38.3
ゲートボール、グラウンドゴルフ、マレットゴルフ	158	19.3	149	17.1
登山(クライミングを含む)、キャンプ、ハイキング、ワンダーフォーゲル	117	14.3	126	14.5
ゴルフ	113	13.8	115	13.2
該当なし	87	10.6	74	8.5
ウィンタースポーツ(スキー、スノーボード、スケートなど)	86	10.5	85	9.8
ボウリング	85	10.4	80	9.2
野球、ソフトボール(キャッチボールなど含む。)	72	8.8	78	9.0
室内運動器具を使ってする運動	70	8.5	86	9.9
球技(バレーボール、バスケットボール、テニス、ソフトテニス、バドミントンなど)	63	7.7	95	10.9
水泳	62	7.6	62	7.1
その他	44	5.4	34	3.9
ダンス(フォークダンス、ジャズダンス、社交ダンス、民謡踊りなど)	31	3.8	36	4.1
マリンスポーツ(ボート、ヨット、カヌー、釣りなど)	18	2.2	20	2.3
サッカー、フットサル	12	1.5	14	1.6
弓道、アーチェリー	3	0.4	4	0.5
柔道、剣道、空手、すもう、ボクシング、レスリング	2	0.2	5	0.6
無回答	32	3.9	38	4.4

●「ウォーキング(歩け歩け運動、散歩など)、ランニング(ジョギング)、陸上競技」が54.5%と最も高く、次に「体操(ラジオ体操、職場体操、美容体操、エアロビクス、縄跳びなど)」(39.1%)が高い割合となっている。



※()内数値は、平成24年度第3回県政モニターアンケート調査数値

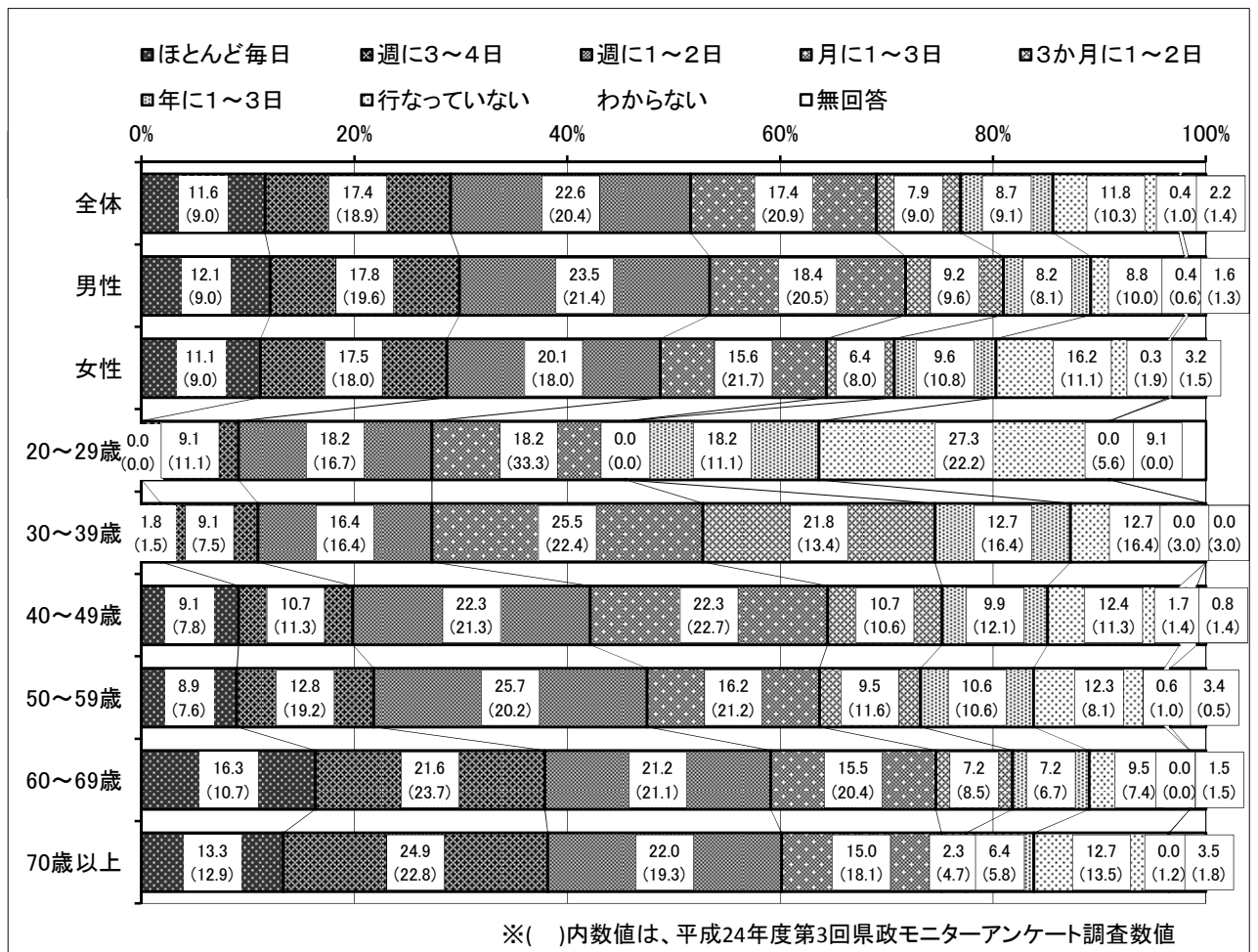
＜1年間のスポーツをした頻度＞

週1日以上運動・スポーツを行っている人が約5割。

問8 問7であげた種目を含め、あなたは過去1年間に運動・スポーツを何日ぐらい行ないましたか。
全く行なわなかった方もお答えください。(〇は1つ)

	平成25年度 n=820		(参考) 平成24年度 n=869	
	回答数(人)	割合(%)	回答数(人)	割合(%)
ほとんど毎日	95	11.6	78	9.0
週に3～4日	143	17.4	164	18.9
週に1～2日	185	22.6	177	20.4
月に1～3日	143	17.4	182	20.9
3か月に1～2日	65	7.9	78	9.0
年に1～3日	71	8.7	79	9.1
行なっていない	97	11.8	90	10.3
わからない	3	0.4	9	1.0
無回答	18	2.2	12	1.4

●週1回以上運動・スポーツを行っている人は女性より男性が多い。世代別では70歳以上が60.2%と最も多く、最も少ない20歳代、30歳代の27.3%を大幅に上回った。

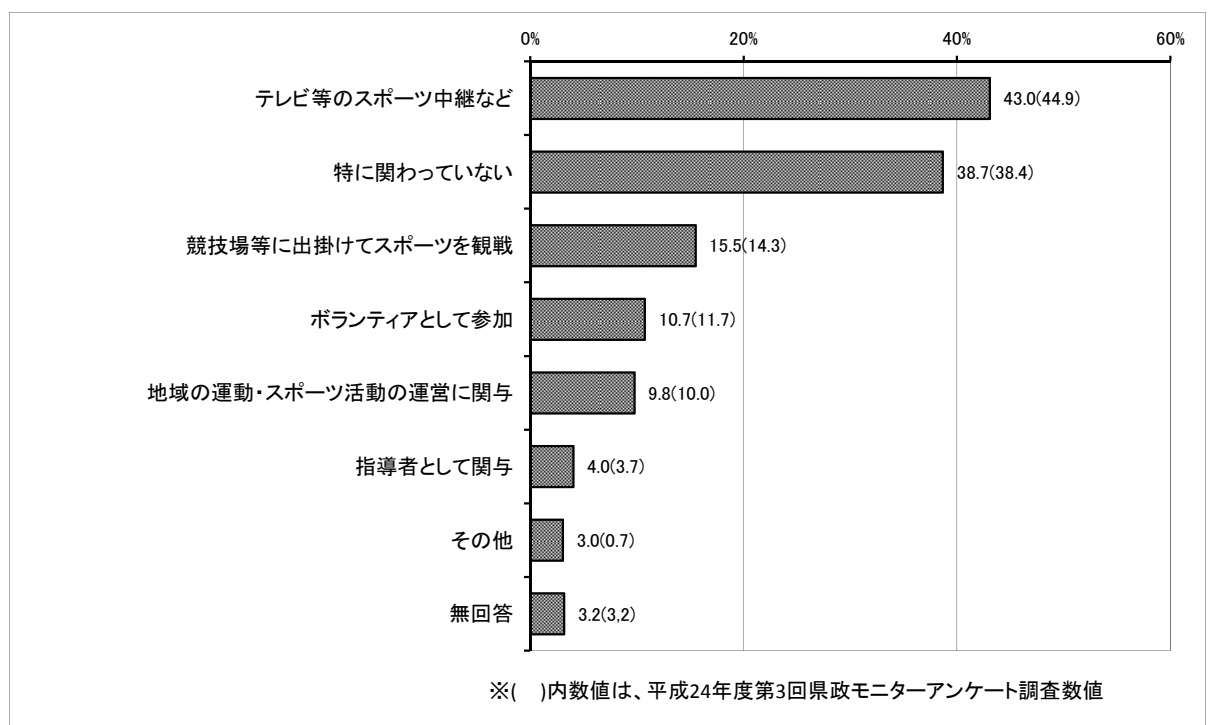


＜「する」以外のスポーツへの関わりとしては、テレビ等での視聴が多数＞
「テレビ等により日常的にスポーツ中継、スポーツ情報に接している」が4割超。

問9 あなたは自ら運動・スポーツをする以外に、運動・スポーツにどのような関わり方をしていますか。(〇はいくつでも)

	平成25年度 n=820		(参考) 平成24年度n=869	
	回答数 (人)	割合 (%)	回答数 (人)	割合 (%)
テレビ等により日常的にスポーツ中継、スポーツ情報に接している。	353	43.0	390	44.9
特に関わっていない	317	38.7	334	38.4
競技場等に出掛け、スポーツを観戦する。	127	15.5	124	14.3
各種運動・スポーツ行事、大会、教室等へボランティアとして参加している。	88	10.7	102	11.7
地域の運動・スポーツ活動の運営に携わっている。	80	9.8	87	10.0
指導者として関わっている。	33	4.0	32	3.7
その他	25	3.0	6	0.7
無回答	26	3.2	28	3.2

●「テレビ等により日常的にスポーツ中継、スポーツ情報に接している。」が43.0%と最も高く、「特に関わっていない」(38.7%)に続いて、「競技場等に出掛け、スポーツを観戦する。」(15.5%)となっている。



《信州ブランド戦略の認知度について》

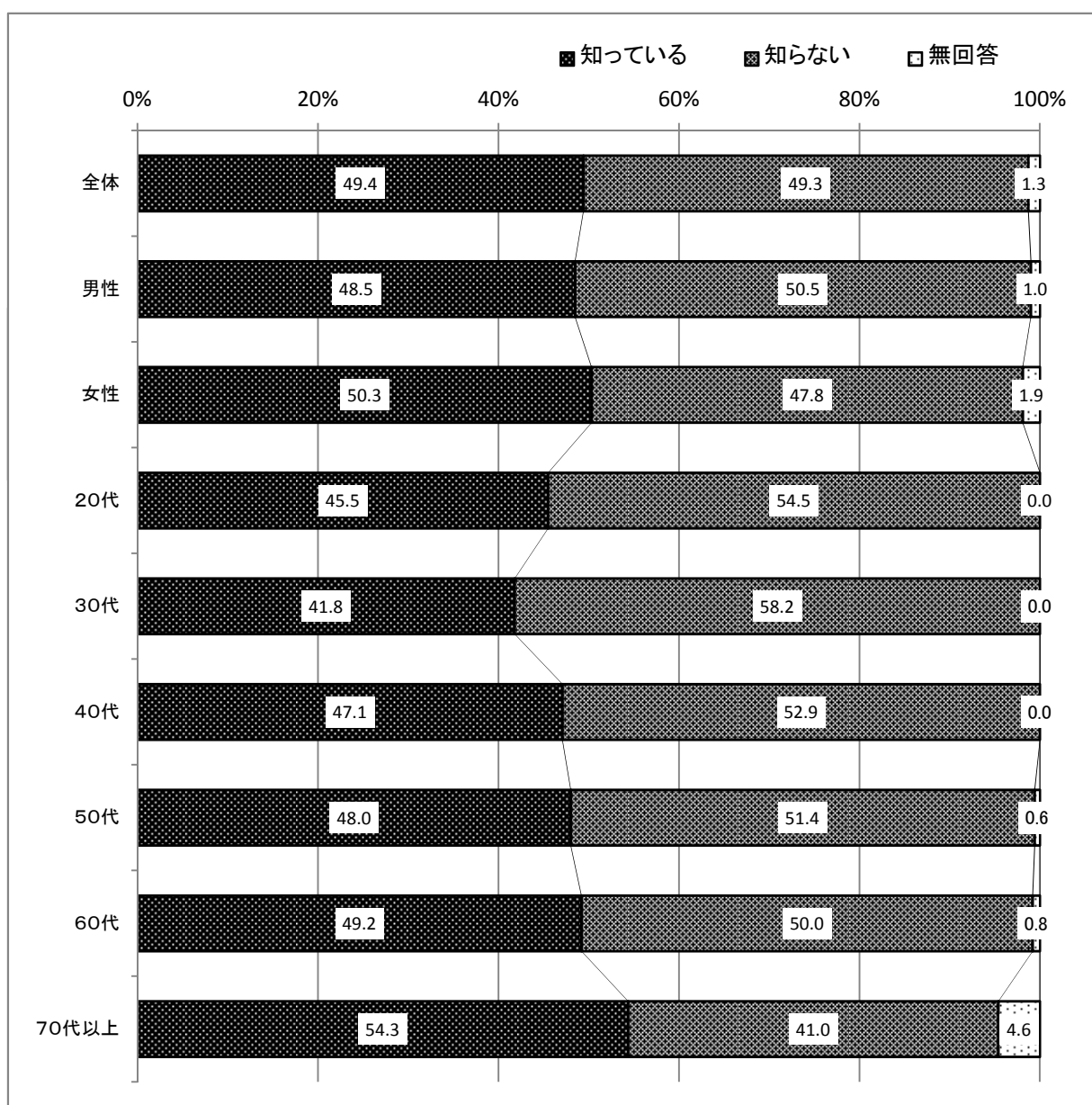
＜「しあわせ信州」の認知度について＞

「しあわせ信州」という言葉を「知っている(聞いたことがある)」が約5割

問10 「しあわせ信州」という言葉を知っていますか。または聞いたことがありますか。(〇はいくつでも)

	n= 820	回答数 (人)	割合 (%)
知っている(聞いたことがある)		405	49.4
知らない(聞いたことがない)		404	49.3
無回答		11	1.3

●「知っている(聞いたことがある)」が49.4%、「知らない(聞いたことがない)」が49.3%とほぼ同じ割合となっている。

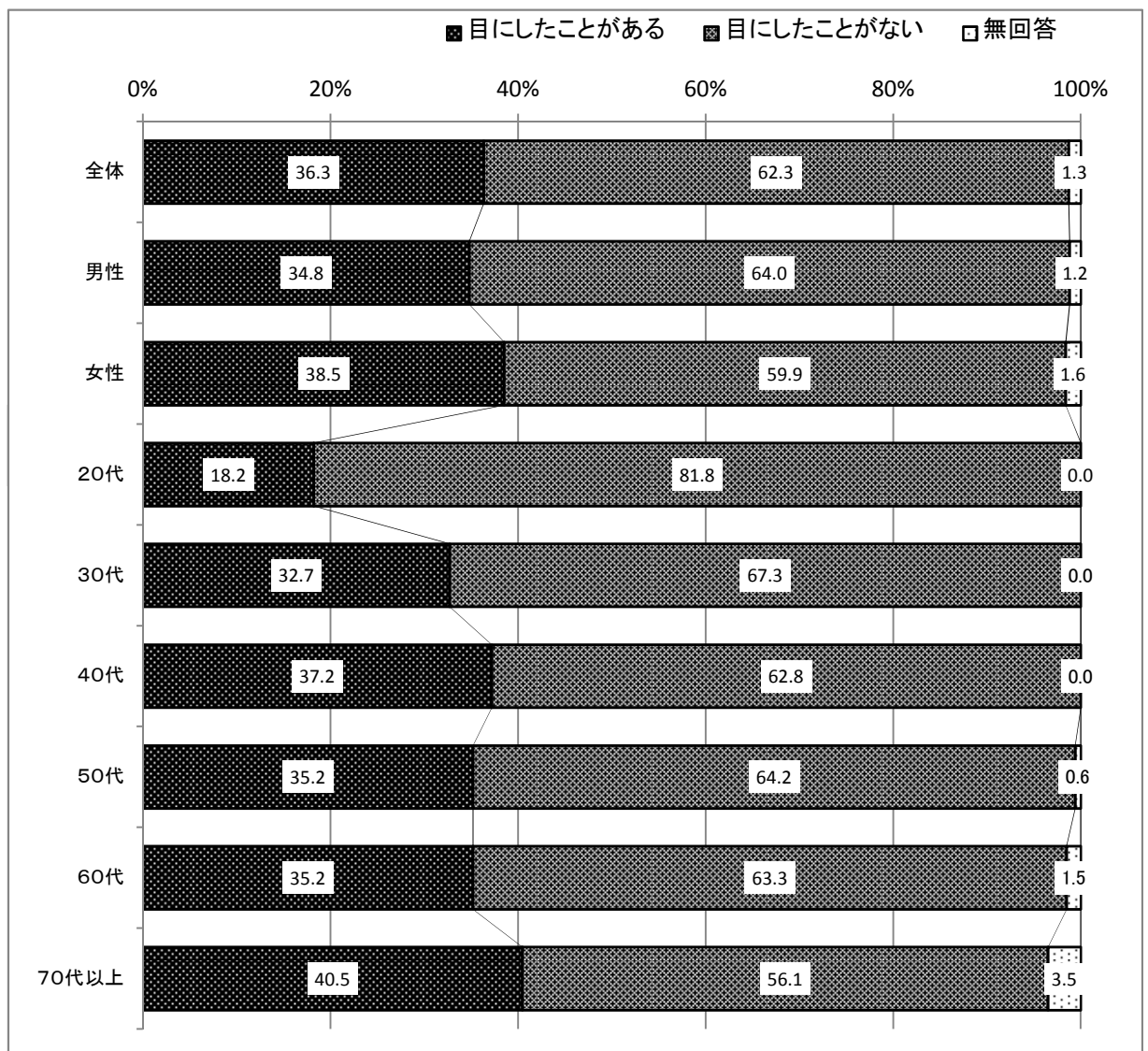


＜「信州ハートの認知度について」
「信州ハート」を「目にしたことがある」が4割弱

問11 あなたは「信州ハート」を目にしたことがありますか。(○は1つ)

	n= 820	回答数 (人)	割合 (%)
目にしたことがある		298	36.3
目にしたことがない		511	62.3
無回答		11	1.3

●「目にしたことがある」が36.3%。
年代別では、20代の認知度が18.2%と低い一方で、70代以上が40.5%と高くなっている。

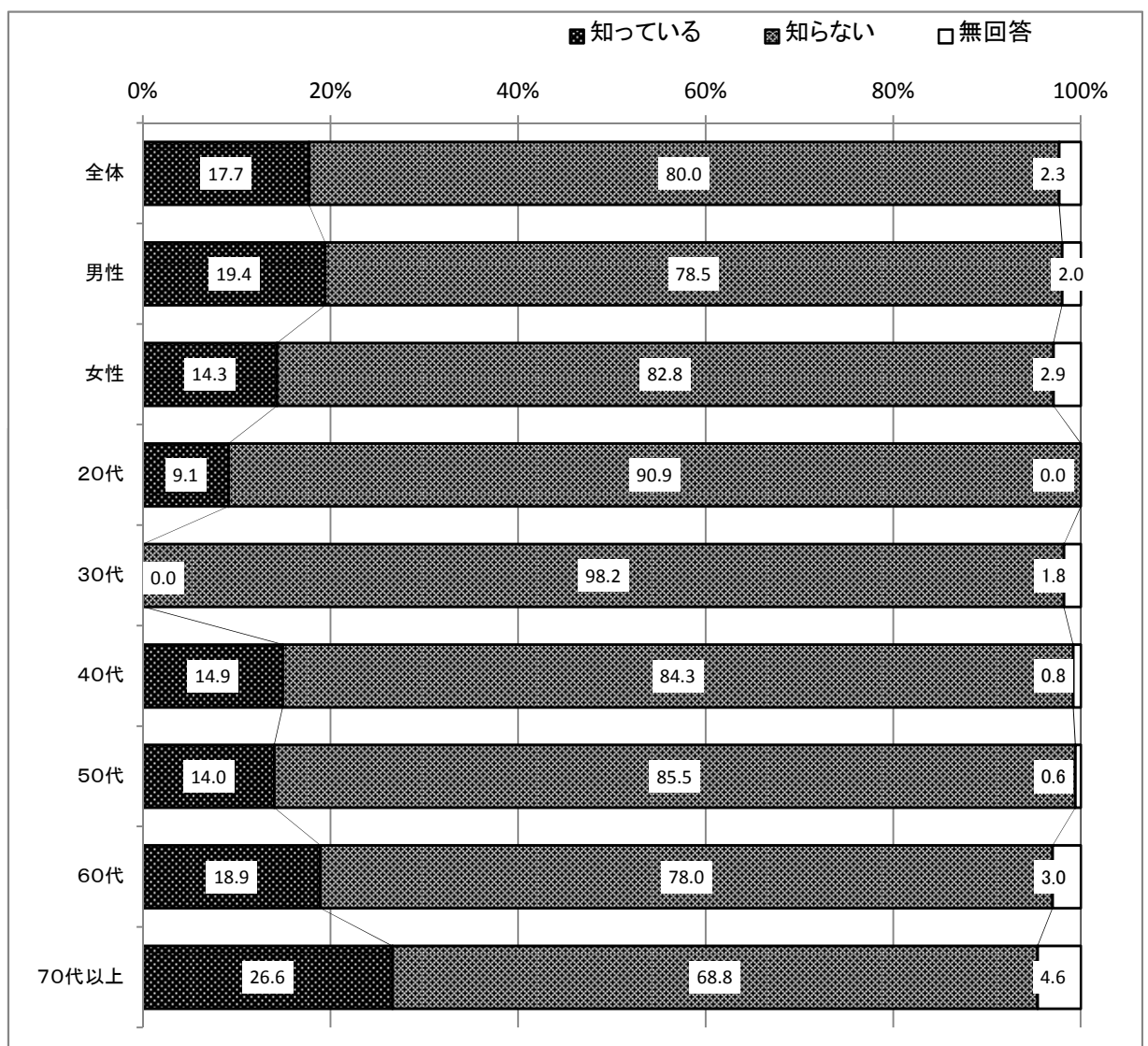


<「信州ハート」に込められた意味について>
「知っている」が約2割

問12 あなたは「信州ハート」に込められた意味を知っていますか(○は1つ)

	n= 820	回答数 (人)	割合 (%)
知っている		145	17.7
知らない		656	80.0
無回答		19	2.3

●「知っている」が17.7%となっている。年代別では、20代や30代で低く、70代以上が26.6%と比較的高い。



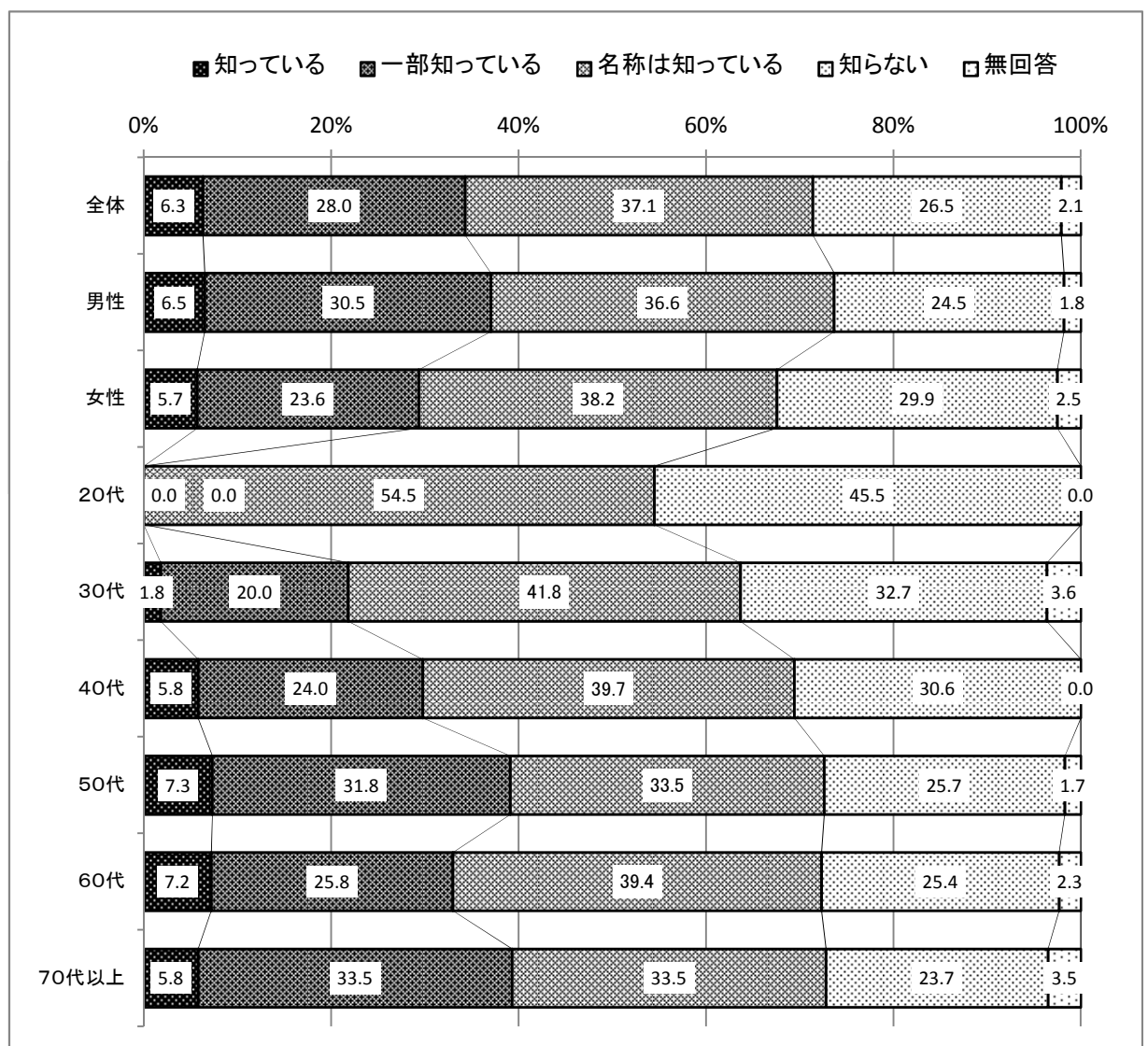
<「信州ブランド戦略」の認知度について>

3人に1人が何らかの内容について認知。「名称は知っている」も含めると約7割が認知。

問13 あなたは県がブランド戦略「信州ブランド戦略」を進めていることを知っていますか。(〇は1つ)

	n= 820	回答数(人)	割合(%)
内容も含め知っている		52	6.3
内容は一部知っている		230	28.0
名称は知っている		304	37.1
知らない(聞いたことがない)		217	26.5
無回答		17	2.1

●「内容も含め知っている」と「内容は一部知っている」「名称は知っている(聞いたことがある)」を合わせると71.4%となっている。また、内容を知っている人(一部含む)が34.3%、50代では39.1%となっている。



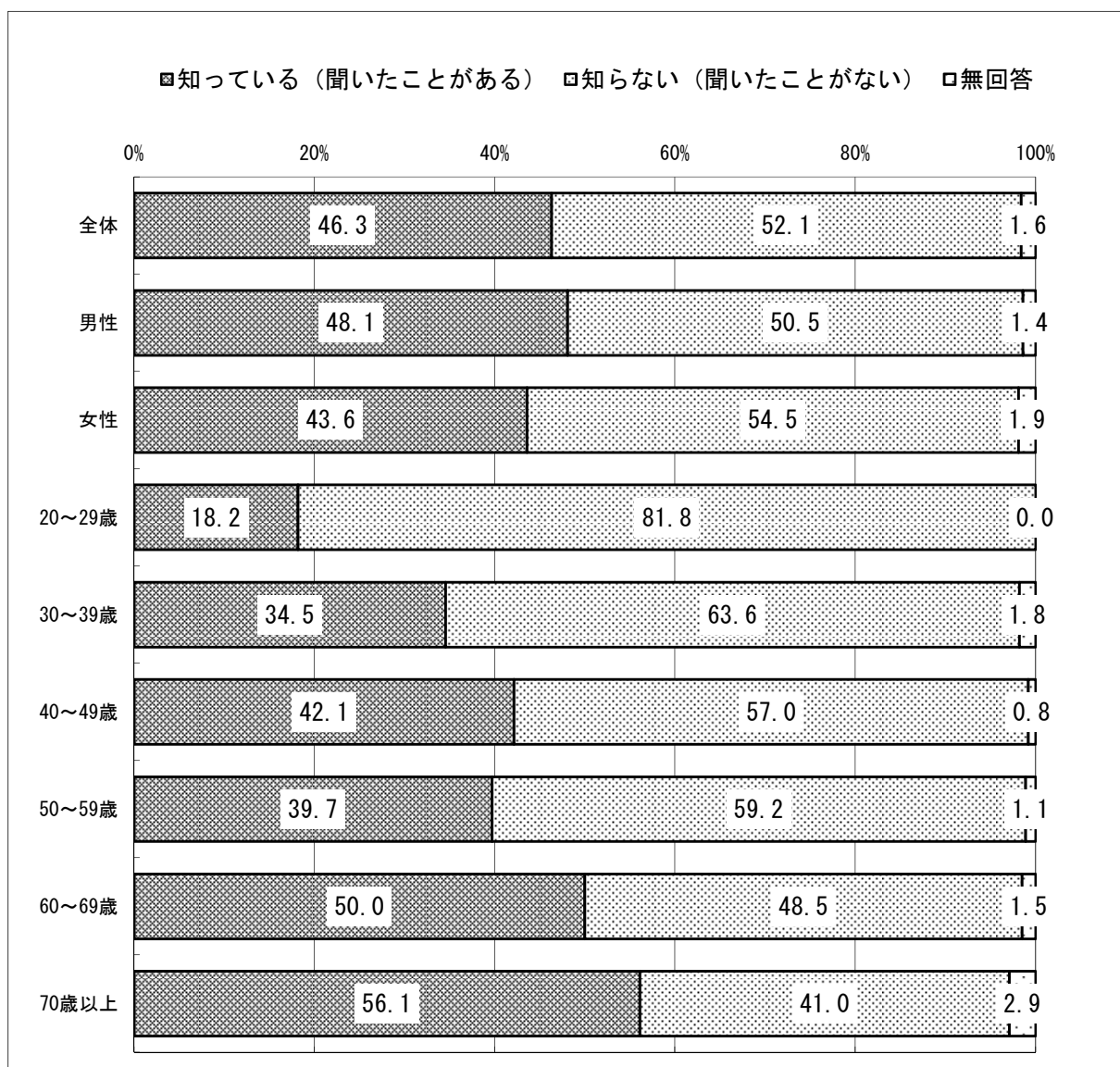
《しあわせ信州創造プラン（長野県総合5か年計画）の認知度について》

＜県がしあわせ信州創造プランを推進していることに関する認知度＞
「知っている(聞いたことがある)」が5割弱

問14 あなたは県が「しあわせ信州創造プラン(長野県総合5か年計画)」を推進していることを知っていますか。あてはまるものを選んでください。(○は1つ)

	n= 820	回答数 (人)	割合 (%)
知っている(聞いたことがある)		380	46.3
知らない(聞いたことがない)		427	52.1
無回答		13	1.6

- 「知っている(聞いたことがある)」が46.3%、「知らない(聞いたことがない)」が52.1%となっている。
- 年代が高い世代ほど認知度が高い傾向がある。

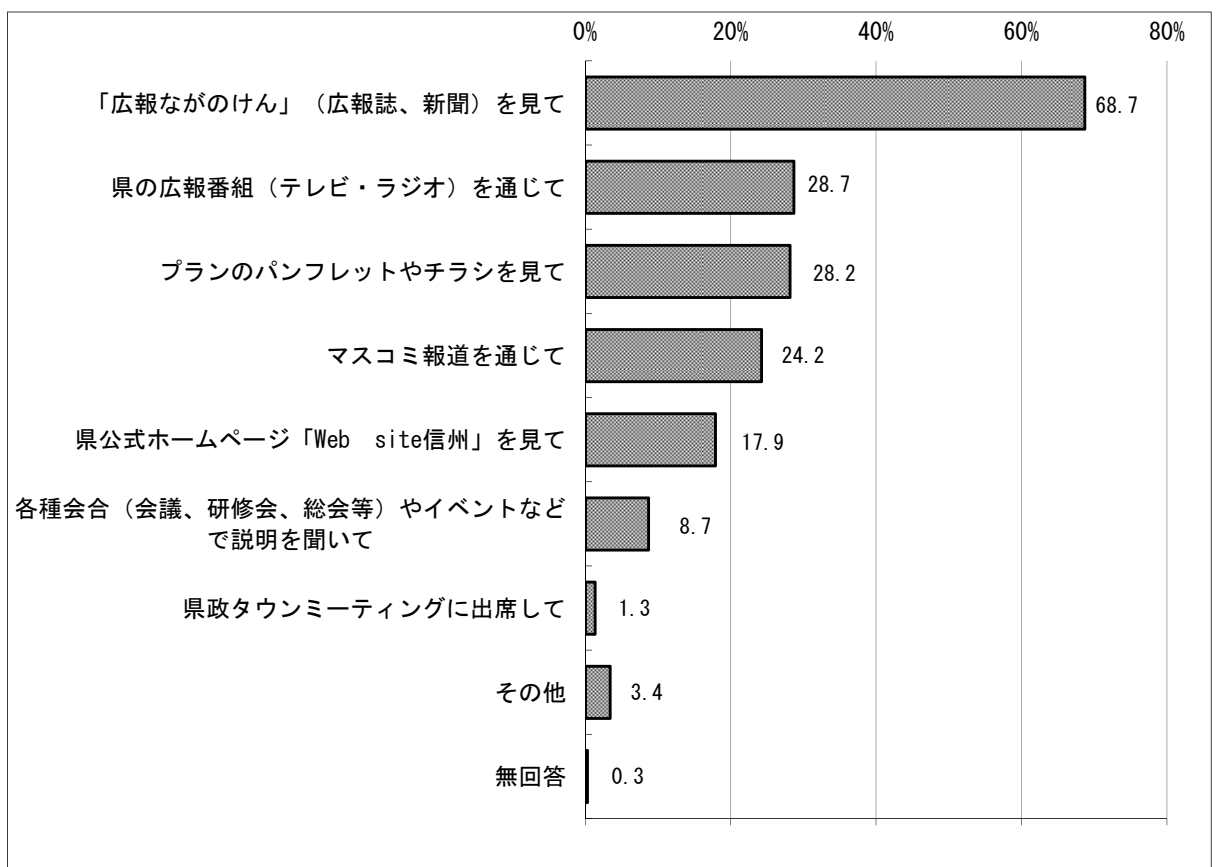


くしあわせ信州創造プランを知った経緯>
「広報ながのけん」(広報誌、新聞)を見て」が約7割

問15 問14で「①知っている」と答えた方にお伺いします。どのように知りましたか。次の中から○をつけてください。(○はいくつでも)

	n= 380	回答数 (人)	割合 (%)
「広報ながのけん」(広報誌、新聞)を見て		261	68.7
県の広報番組(テレビ・ラジオ)を通じて		109	28.7
プランのパンフレットやチラシを見て		107	28.2
マスコミ報道を通じて		92	24.2
県公式ホームページ「Web site信州」を見て		68	17.9
各種会合(会議、研修会、総会等)やイベントなどで説明を聞いて		33	8.7
県政タウンミーティングに出席して		5	1.3
その他		13	3.4
無回答		1	0.3

●「『広報ながのけん』(広報誌、新聞)を見て」が68.7%で最も高く、次に「県の広報番組(テレビ・ラジオ)を通じて」(28.7%)、「プランのパンフレットやチラシを見て」(28.2%)と続いている。



＜しあわせ信州創造プランの内容に関する認知度＞

「しあわせ信州創造プランを知っている」と答えた人のうち「内容まで知っている」と答えた人が5割超

問16 問14で「①知っている」と答えた方にお伺いします。あなたは「しあわせ信州創造プラン（長野県総合5か年計画）」をどの程度知っていますか。あてはまるものを選んでください。（○は1つ）

	n= 380	回答数 (人)	割合 (%)
名称は知っている		174	45.8
内容についてもある程度（一部でも）知っている		195	51.3
内容についてほとんど（全部）知っている		8	2.1
無回答		3	0.8

●「内容についてもある程度（一部でも）知っている」が51.3%で最も高く、「名称は知っている」が45.8%、「内容についてほとんど（全部）知っている」が2.1%となっている。

