

**コロナ禍における世田谷区民の
健康に関する調査**

(速報版)

令和4年12月
世田谷区

目 次

I	調査実施の概要	3
1	調査の目的	3
2	調査対象	3
3	調査期間	3
4	調査方法	3
5	回収状況	3
6	調査結果の表示方法	4
II	調査結果	7
1	回答者の属性	7
(1)	性別	7
(2)	年齢	7
(3)	加入している医療保険	7
(4)	世帯年収	7
(5)	新型コロナウイルス感染症拡大前と比べた世帯年収の変化	8
(6)	同居者	8
(7)	子どもの有無	8
(8)	居住地域	9
2	健康状態や健康意識について	9
(1)	自身の健康状態	9
(2)	現在治療中の病気や症状	10
(3)	区の健康に関する情報の入手手段	11
(4)	健康を意識し取り組んでいることの有無	11
3	コロナ禍での健康管理について	12
(1)	身長・体重・BMI	12
(2)	新型コロナウイルス感染症拡大前と比べた体重の変化	12
(3)	感染を避けるために健（検）診や医療機関の受診を控えた経験	13
(4)	かかりつけ医・歯科医・薬局の有無	13
4	コロナ禍での不安や困りごとについて	14
(1)	新型コロナウイルス感染拡大についての不安感	14
(2)	新型コロナウイルスに感染する危険を身近に感じる程度	14
(3)	新型コロナウイルス感染拡大前と比べた精神的不安の増減	15
(4)	新型コロナウイルス感染拡大の長期化による心身の疲れ	15
(5)	コロナ禍で困ったこと	16
5	コロナ禍での働き方や学業について	17
(1)	職業	17
(1-1)	新型コロナウイルス感染症拡大後の職場の取組み	18
(1-2)	働き方の取組みの中で職場で定着すると思うもの	18

(1-3)	新型コロナウイルス感染症の影響により仕事や収入が減る不安を感じる程度	19
(1-4)	学校でのオンライン授業の実施状況	19
6	コロナ禍での生活の変化について	20
(1)	コロナ禍での食生活の変化	20
(2)	食生活改善への考え	21
(3)	コロナ禍での身体活動や運動の変化	22
(4)	運動習慣改善への考え	23
(4-1)	運動習慣の定着の妨げになっていること	23
(5)	コロナ禍での睡眠時間・質、飲酒量・喫煙量の変化	24
(6)	一週間の外出の頻度	25
(7)	コロナ禍での交流やおうち時間の変化	26
7	地域や人とのつながりについて	27
(1)	UCLA孤独感尺度	27
(2)	地域の人たちとのつながりの強さ	28
(3)	地域とのつながりやコミュニケーションのためにしたいこと	28
(4)	地域の活動により多くの人に参加するようになるために必要なこと	29
8	デジタル技術の利活用について	30
(1)	情報通信機器の使用頻度	30
(2)	新たな生活様式におけるスマートフォンやタブレットの不可欠さ	30
(3)	スマートフォンやタブレットの利用につながると思う条件	31
(4)	行政サービスのデジタル化で健康分野に望むこと	31
9	これからの健康づくりの取組みについて	32
(1)	地域社会の実現に向けて重要だと思う取組み	32
(2)	健康づくりの取組みを進めるにあたって必要なこと、考慮すべきこと	32
10	コロナ禍での子どもの健康面について	33
(1)	子どもの有無（再掲）	33
(1-1)	コロナ禍により子どもの健康面で困ったことや心配したこと	33
(2)	家庭や地域で子どもとかかわりを持つ方のコロナ禍における子どもの心身の変化で気づいたことや感じたこと	34

I 調査実施の概要

I 調査実施の概要

1 調査の目的

区が令和2年度に実施した「世田谷区民の健康づくりに関する調査」、「世田谷区における思春期世代等に対するこころとからだのアンケート調査」の結果に加えて、コロナ禍を経て区民の健康状態や健康意識等への影響が特に大きいと考えられる分野について調査を行い、「健康せたがやプラン（第三次）」の策定に向けた基礎資料を得ることを目的として実施する。

2 調査対象

15歳以上の区内在住者3,000人

3 調査期間

令和4年10月12日から令和4年11月2日

（調査期間後に郵送で届いた調査票についても、できる限り反映させた）

4 調査方法

郵送配布一郵送回答又はインターネット回答（はがきによるお礼を兼ねた勸奨を1回）

5 回収状況

	区全体	世田谷地域	北沢地域	玉川地域	砧地域	烏山地域
配布数（人）	3,000	833	514	733	526	394
回収数（人）	1,238	324	197	320	232	165
有効回答数（人）	1,238	324	197	320	232	165
有効回答率（%）	41.3	38.9	38.3	43.7	44.1	41.9

なお、回答方法別では郵送による回答が812件（構成比65.6%）、オンラインによる回答が426（構成比34.4%）であった。

6 調査結果の表示方法

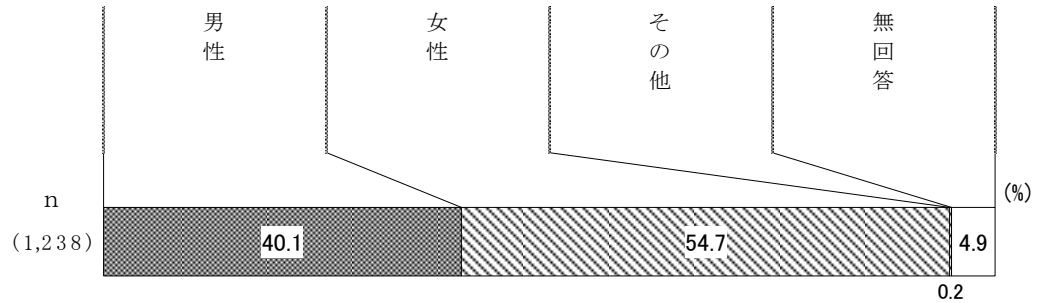
- (1) 集計は、小数点第2位を四捨五入している。したがって、数値の合計が100.0%にならない場合がある。
- (2) 基数となるべき実数（n：number of casesの略）は、設問に対する回答者数である。
- (3) 回答の比率（%）は、その質問の回答者数を基数として算出している。したがって、複数回答の設問は全ての比率を合計すると100.0%を超えることがある。
- (4) 本文や図表中の選択肢表記は、場合によって語句を短縮・簡略化している。
- (5) 図表中では、“—”を用いていることがある。それは回答者がいないことを表している。

II 調查結果

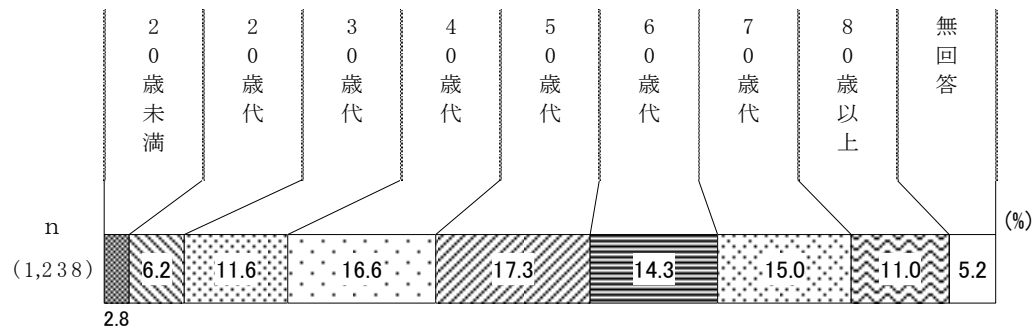
II 調査結果

1 回答者の属性

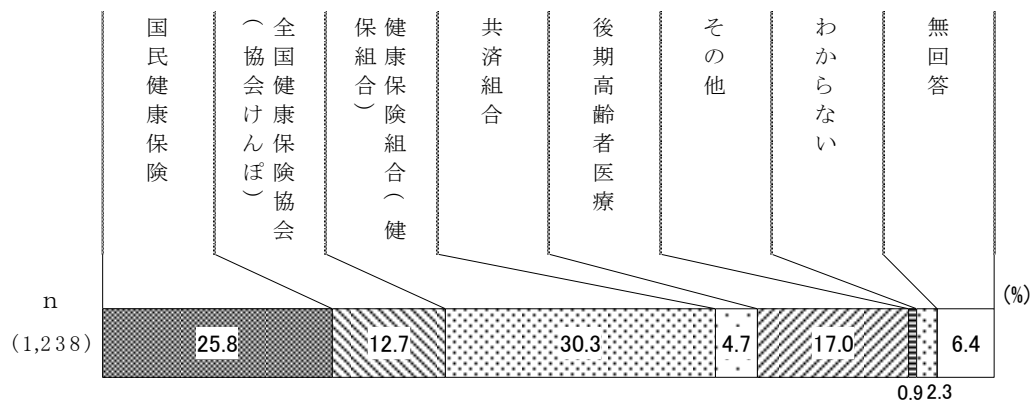
(1) 性別



(2) 年齢



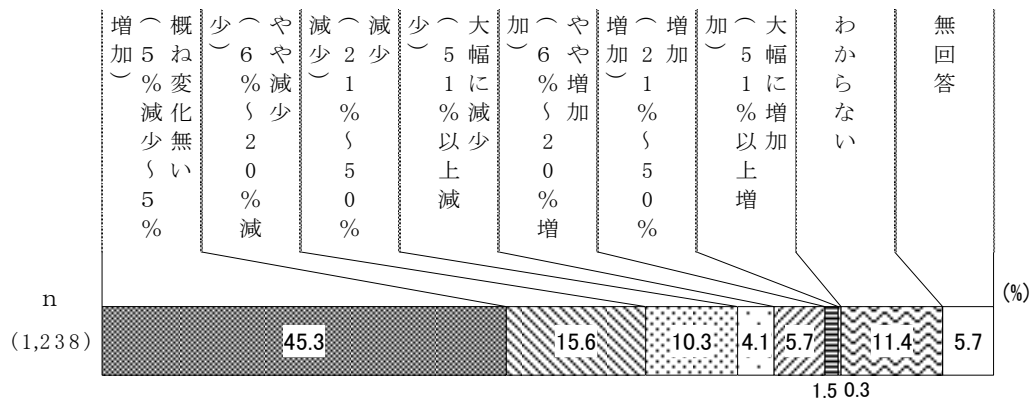
(3) 加入している医療保険



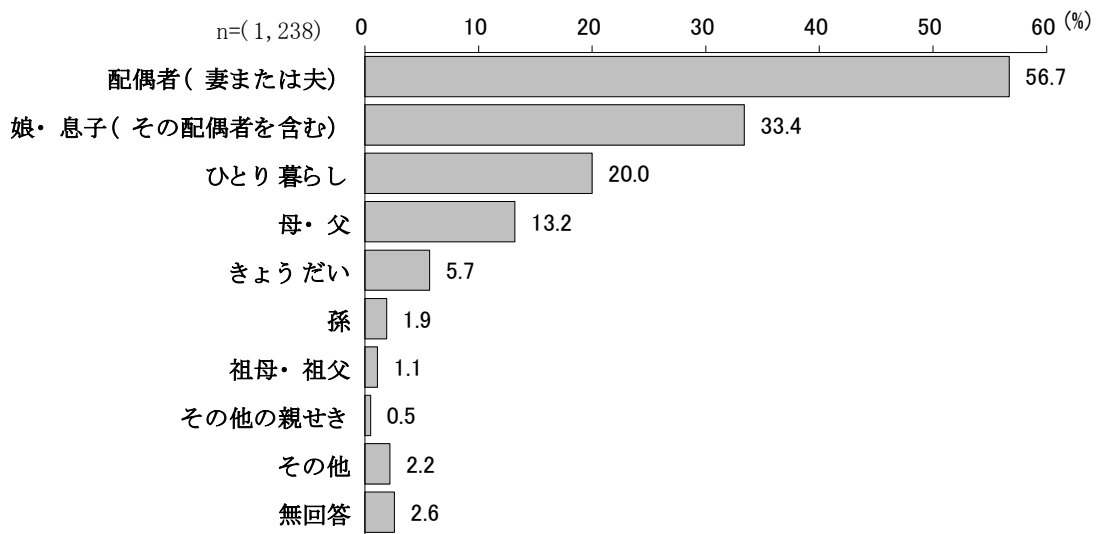
(4) 世帯年収



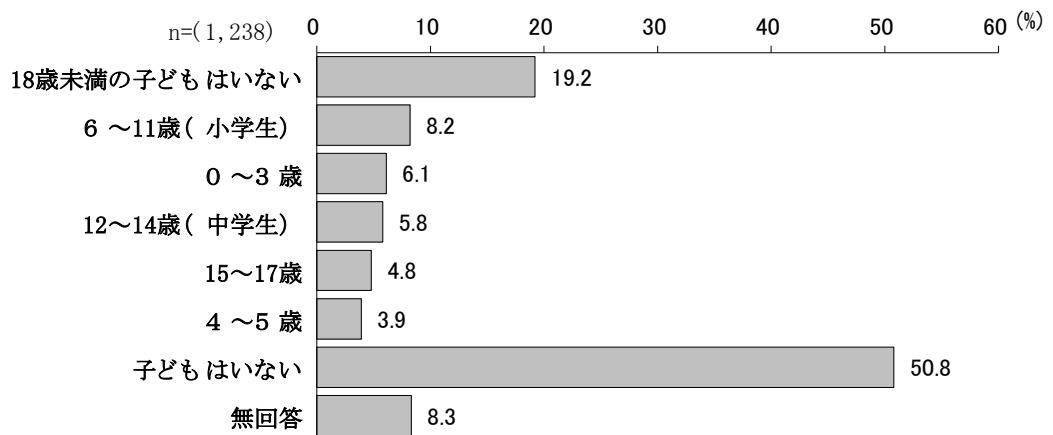
(5) 新型コロナウイルス感染症拡大前と比べた世帯年収の変化



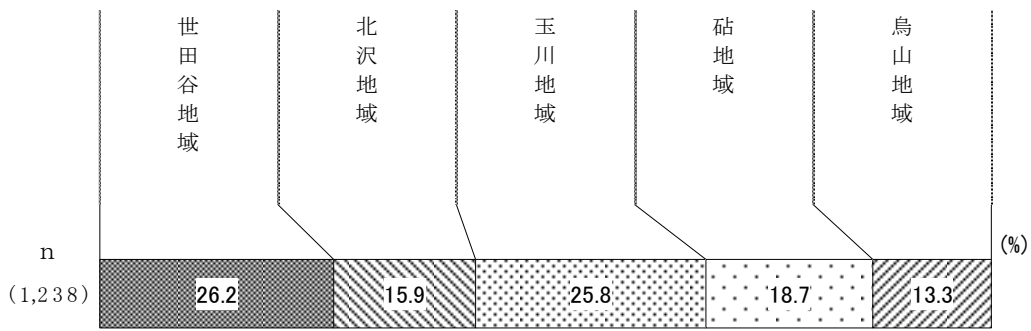
(6) 同居者



(7) 子どもの有無

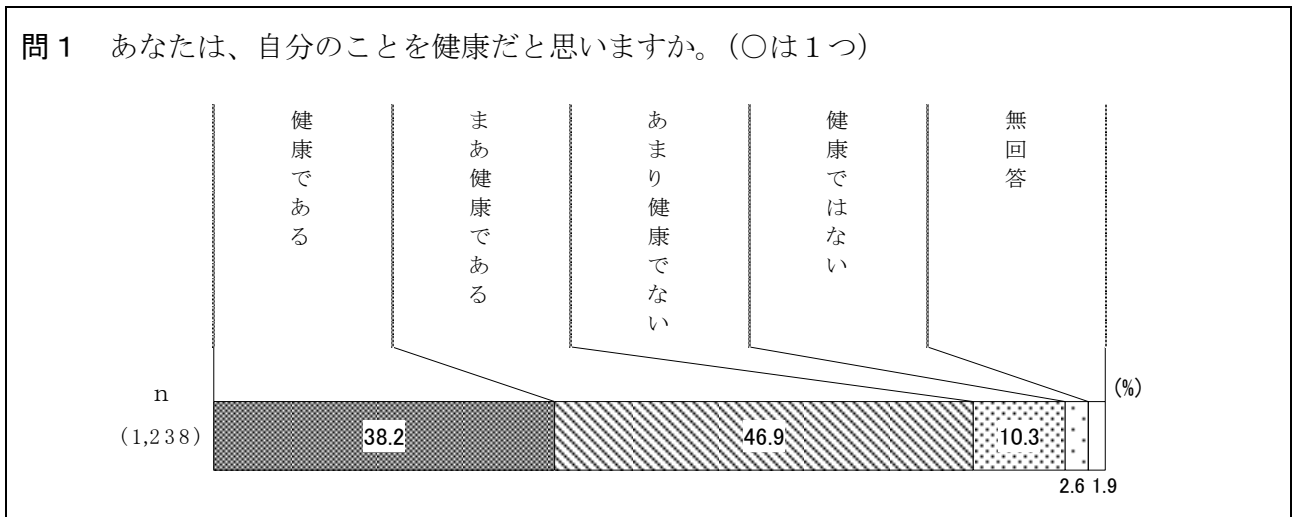


(8) 居住地



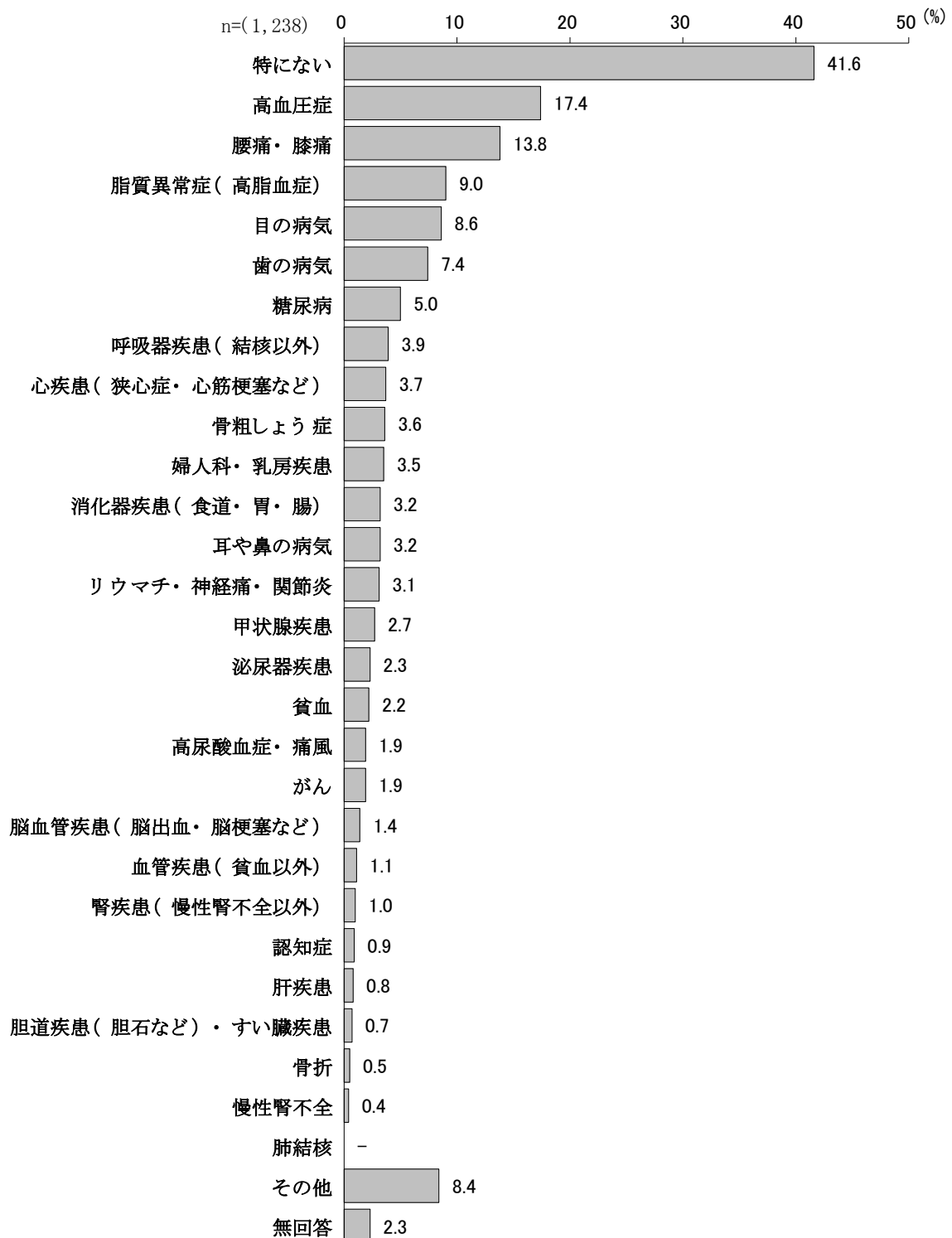
2 健康状態や健康意識について

(1) 自身の健康状態



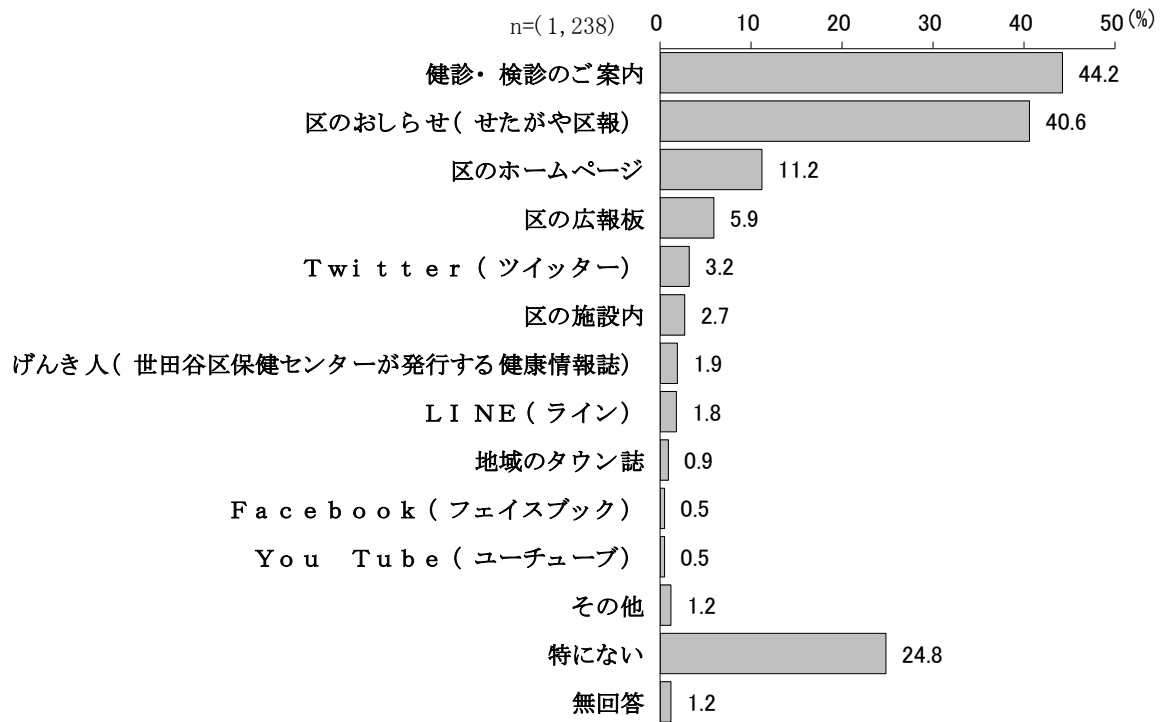
(2) 現在治療中の病気や症状

問2 現在、治療中の病気や症状はありますか。(○はあてはまるものすべて)



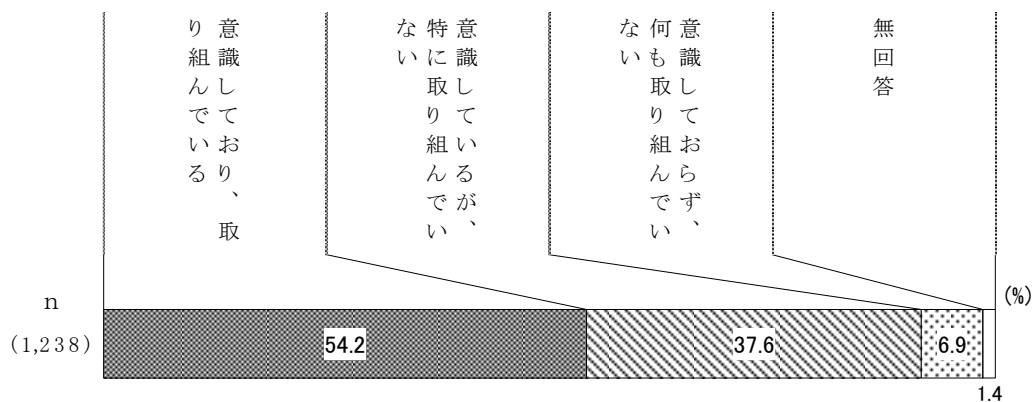
(3) 区の健康に関する情報の入手手段

問3 あなたは、普段、区からの健康に関する情報を主にどこで目にしたり、聞いたりしていますか。(〇はあてはまるものすべて)



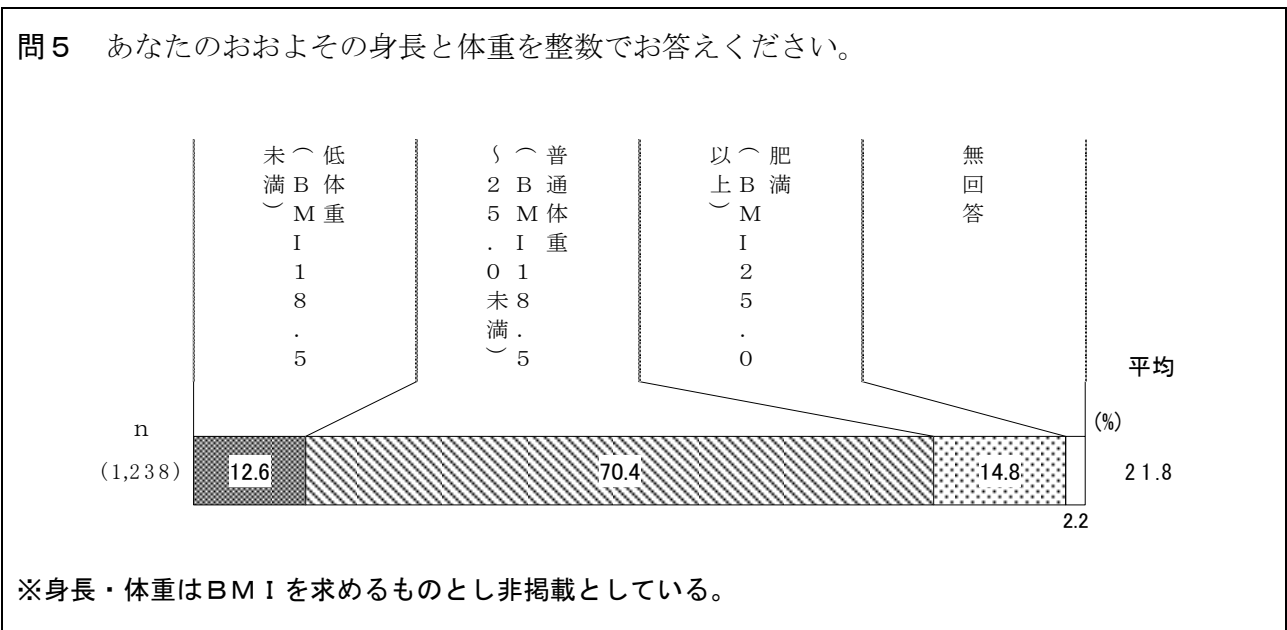
(4) 健康を意識し取り組んでいることの有無

問4 あなたは普段から健康を意識し、取り組んでいることはありますか。(〇は1つ)

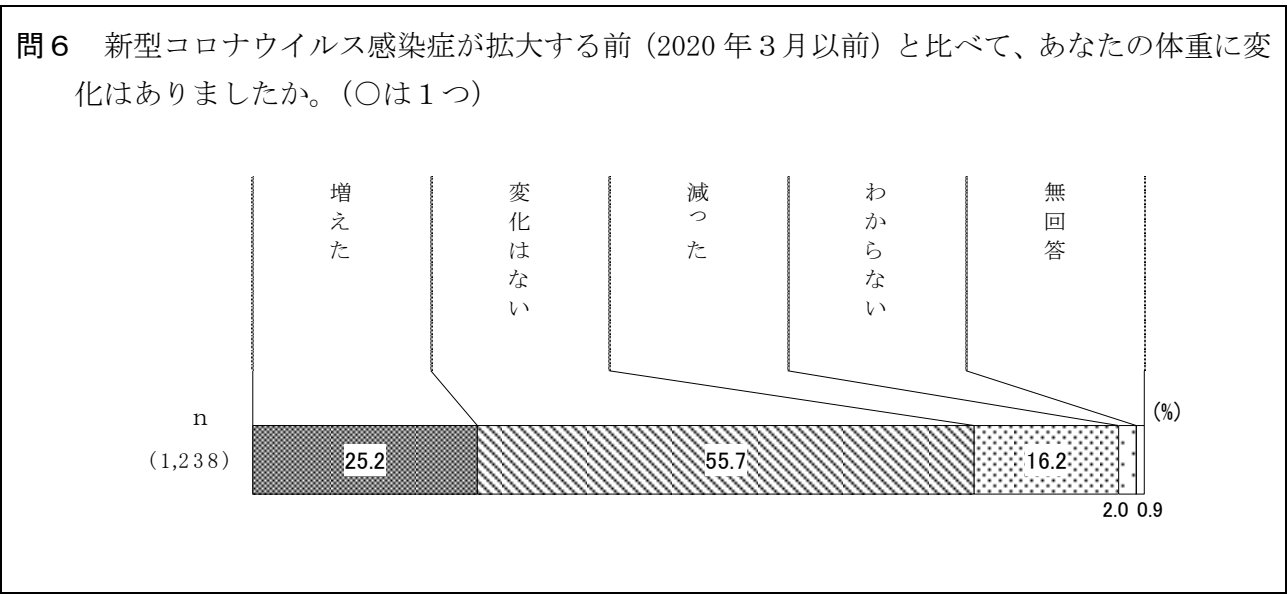


3 コロナ禍での健康管理について

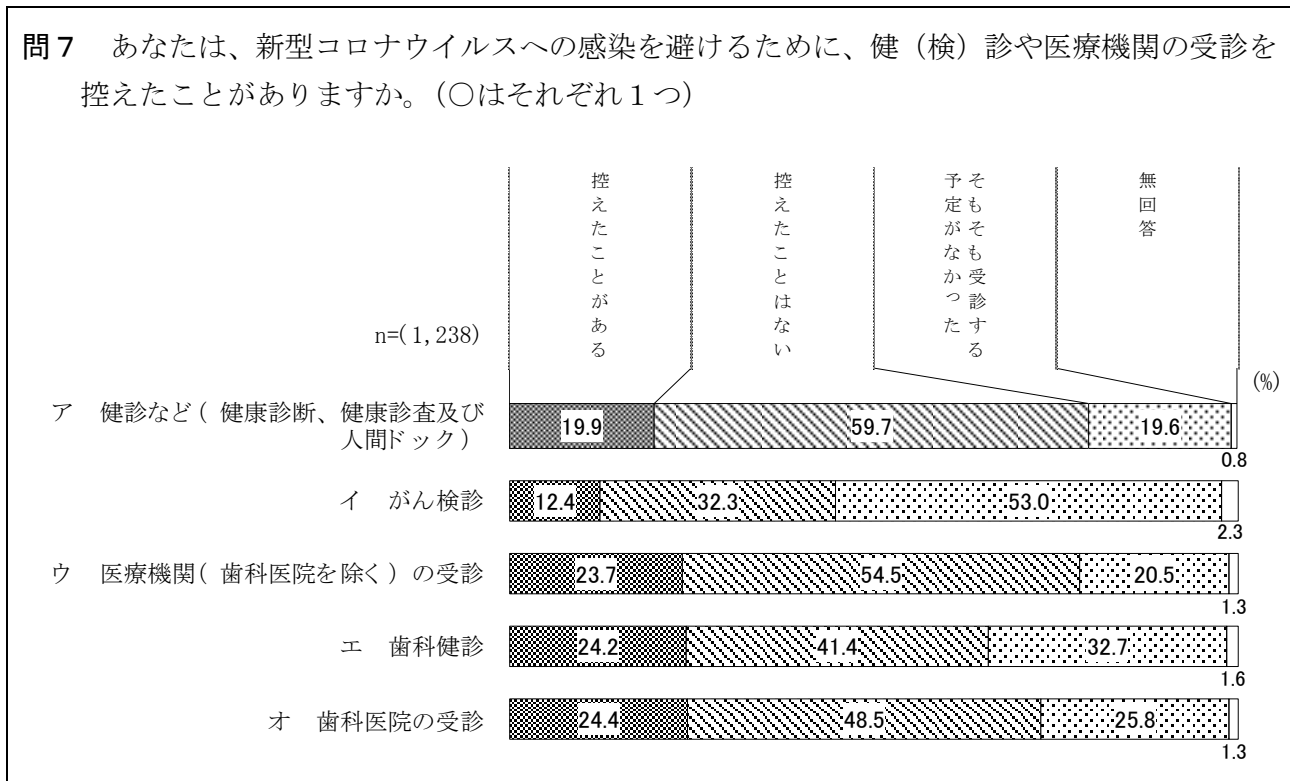
(1) 身長・体重・BMI



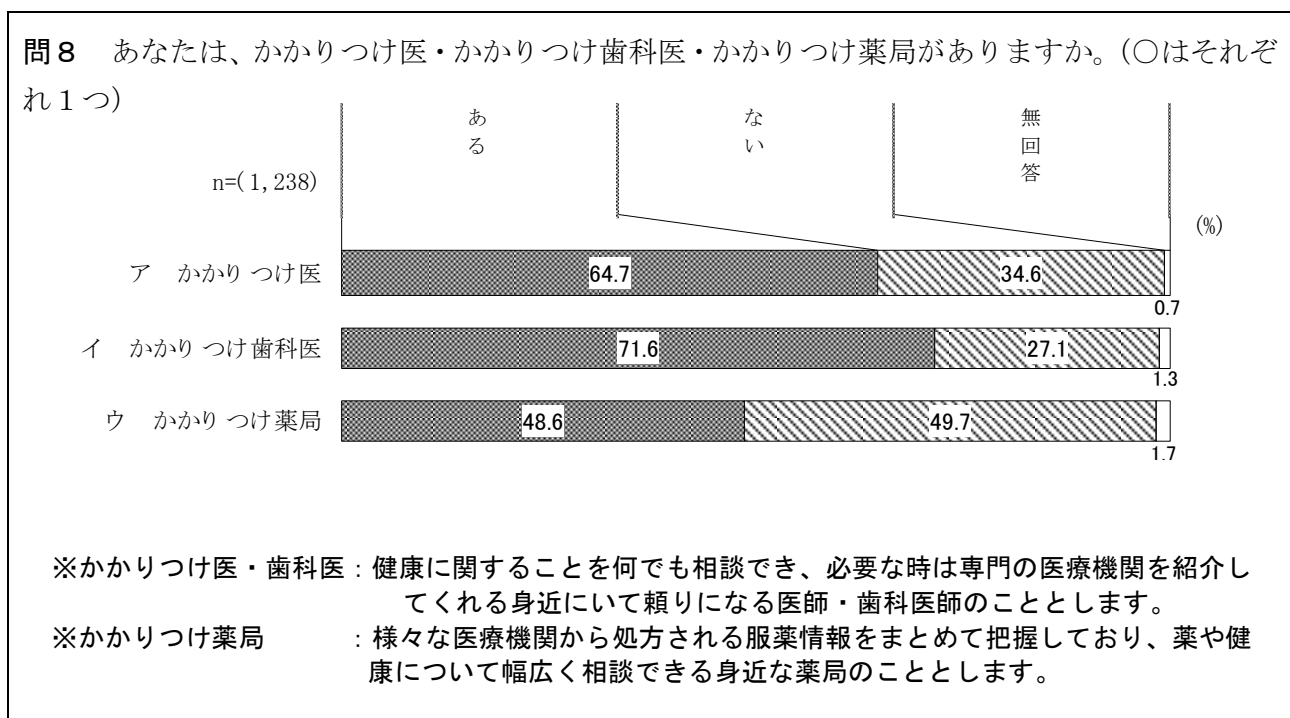
(2) 新型コロナウイルス感染症拡大前と比べた体重の変化



(3) 感染を避けるために健（検）診や医療機関の受診を控えた経験

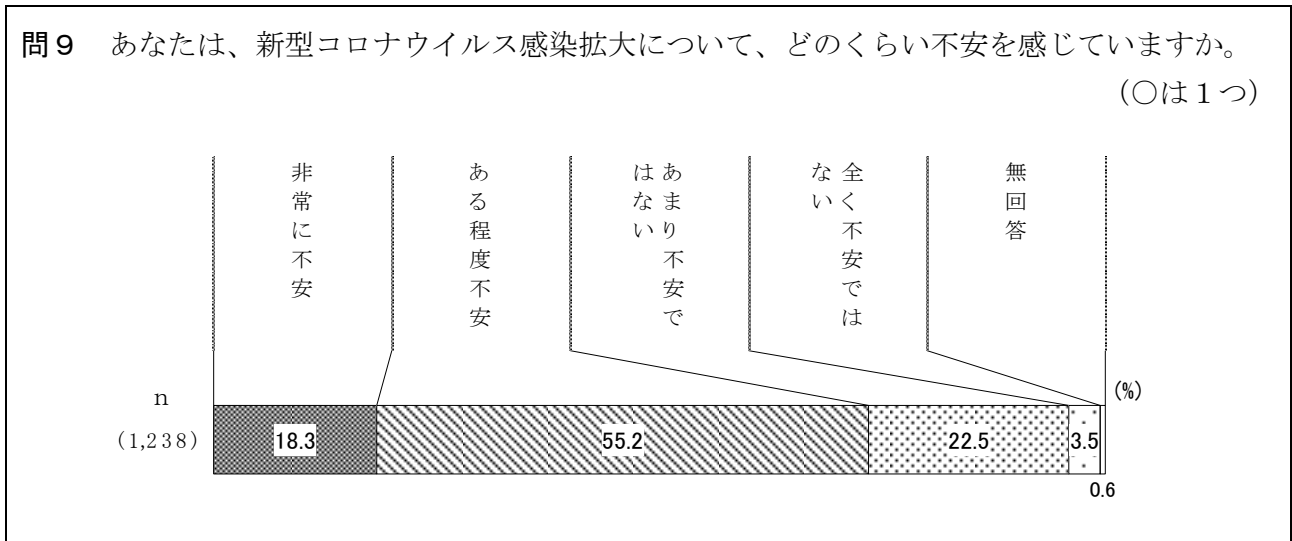


(4) かかりつけ医・歯科医・薬局の有無

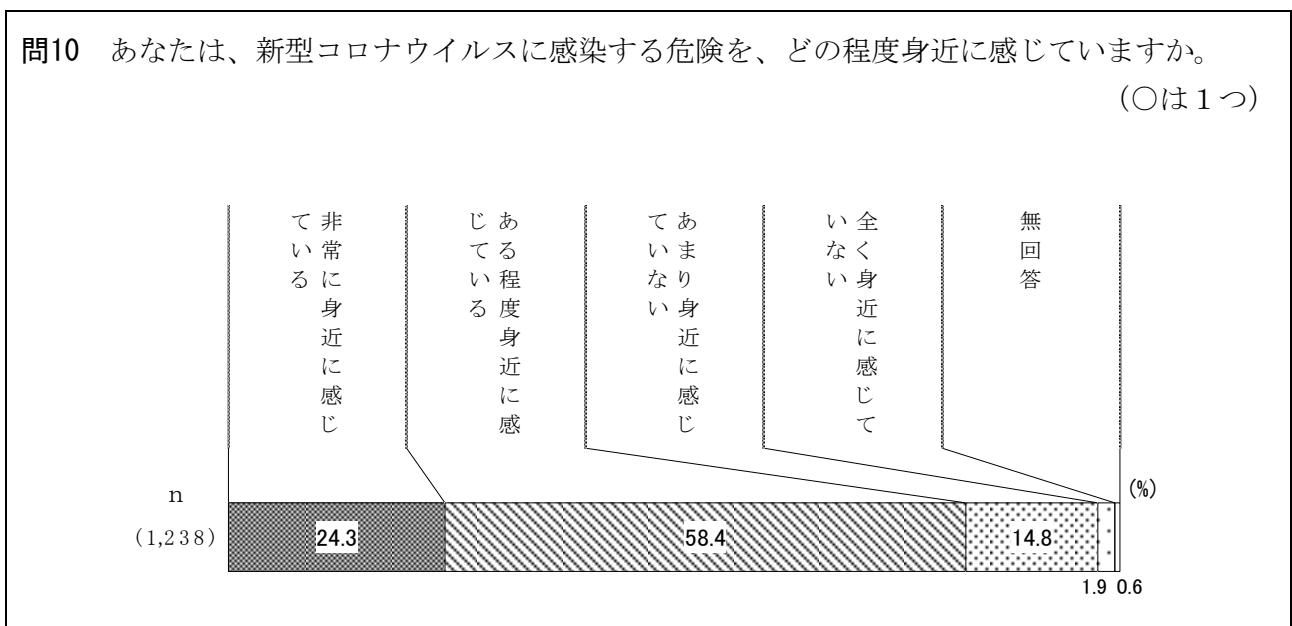


4 コロナ禍での不安や困りごとについて

(1) 新型コロナウイルス感染拡大についての不安感

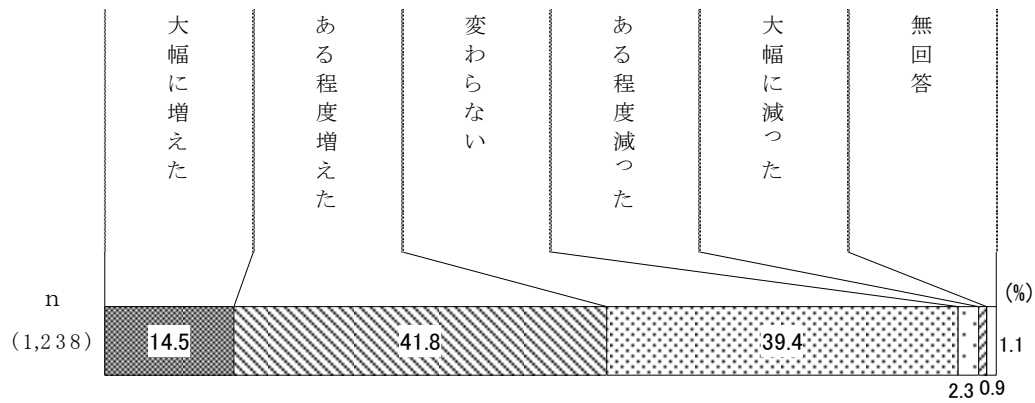


(2) 新型コロナウイルスに感染する危険を身近に感じる程度



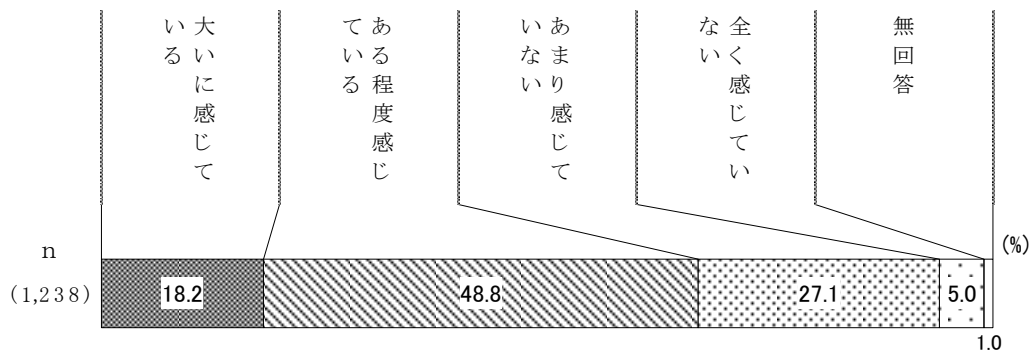
(3) 新型コロナウイルス感染拡大前と比べた精神的不安の増減

問11 あなたは、新型コロナウイルス感染症が拡大する前（2020年3月以前）と比べて、精神的な不安を感じるが増えましたか。それとも、減りましたか。（○は1つ）



(4) 新型コロナウイルス感染拡大の長期化による心身の疲れ

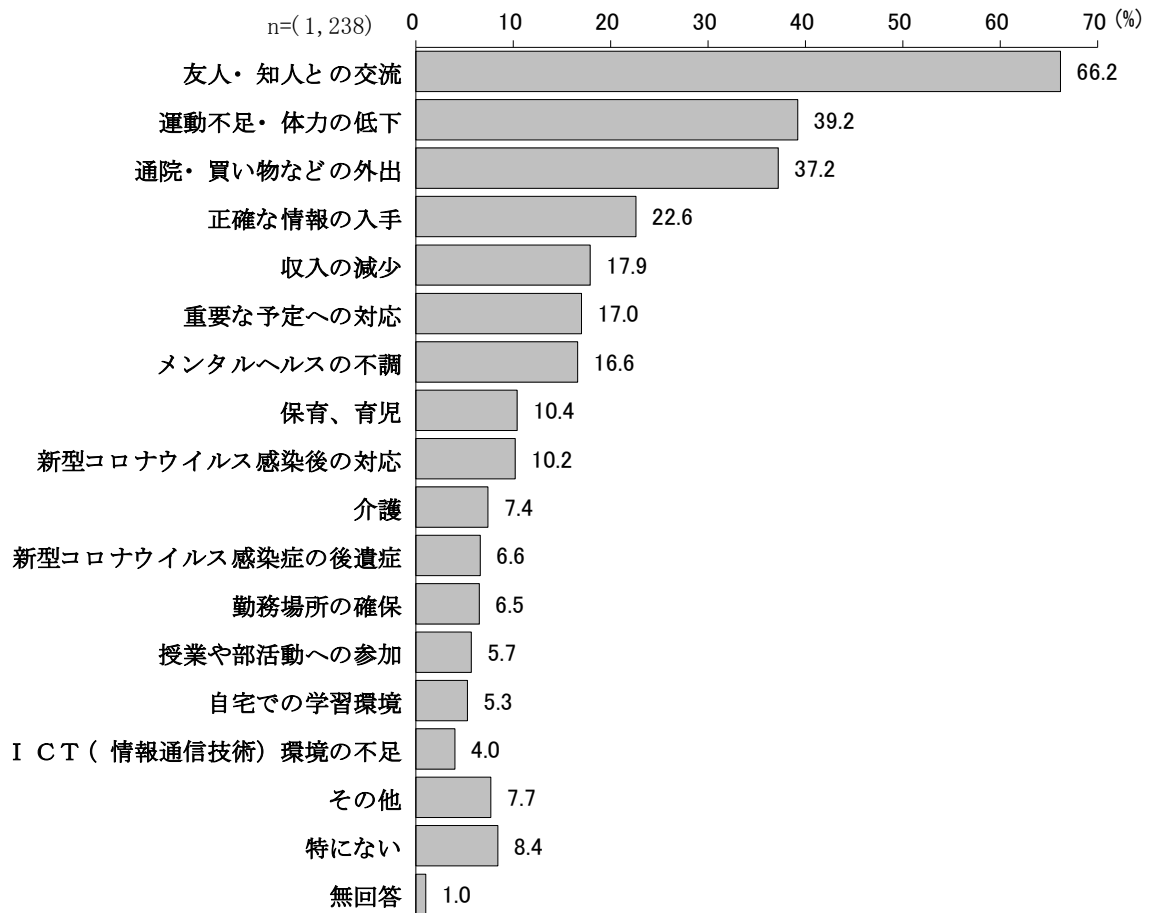
問12 あなたは、新型コロナウイルスの感染拡大が長期化し、日常生活でさまざまな制約が続く中で、心身の疲れを、どの程度感じていますか。（○は1つ）



(5) コロナ禍で困ったこと

問13 あなたが、コロナ禍で困ったことはどのようなことでしたか。

(○はあてはまるものすべて)

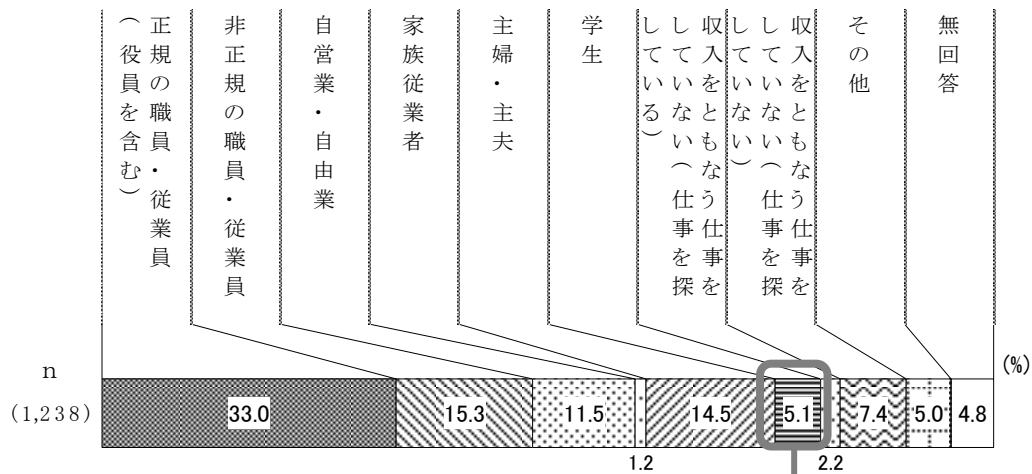


5 コロナ禍での働き方や学業について

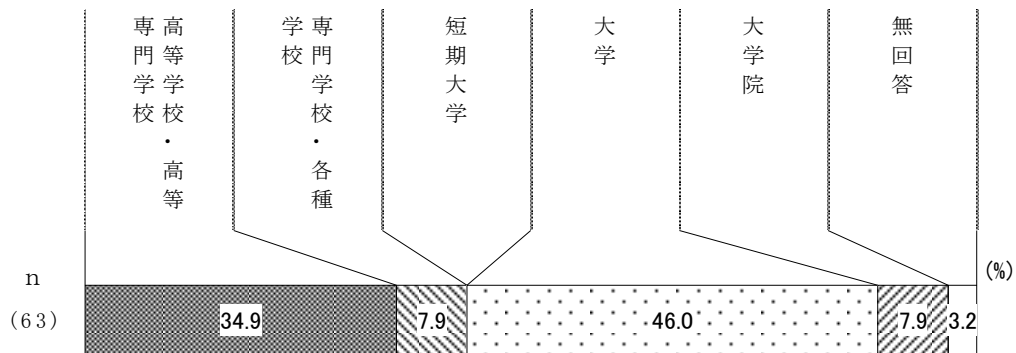
(1) 職業

問14 あなたの職業は何ですか。どれに当てはまるかわからない場合には、「9」に○をつけ、「その他」の欄にできるだけ具体的にお書きください。(○は1つ)

<職業>



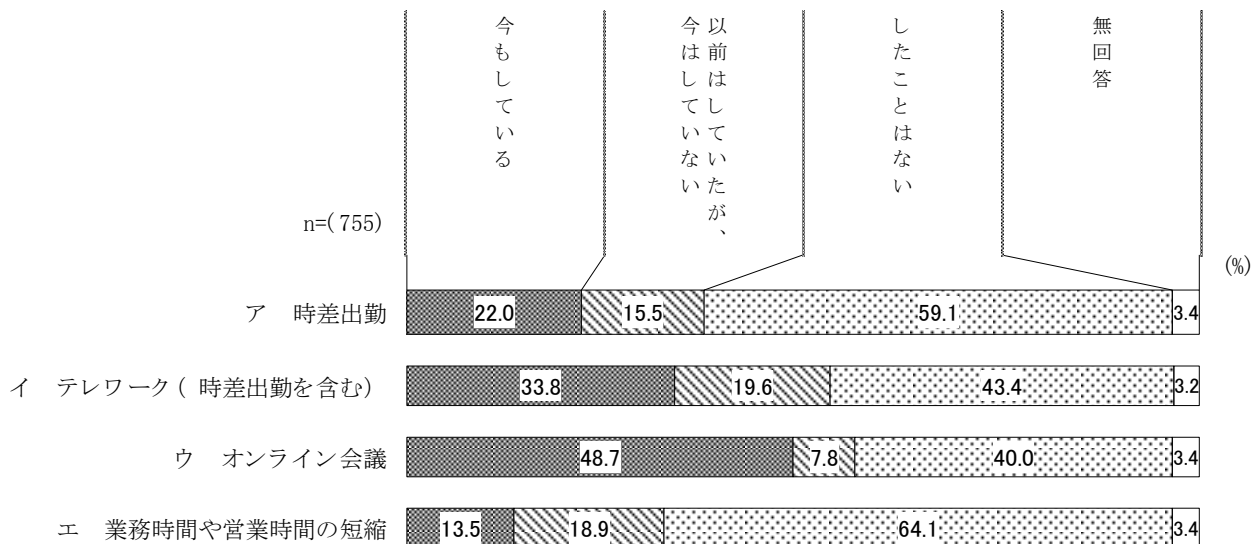
<通っている教育機関>



(1-1) 新型コロナウイルス感染症拡大後の職場の取組み

(問14で「1」～「4」を選ばれた方にうかがいます)

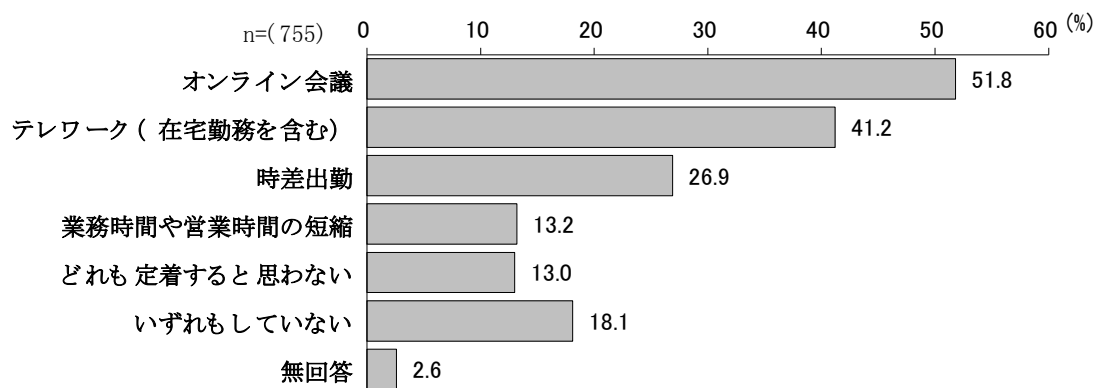
問14-1 あなたは、新型コロナウイルス感染症が拡大してから（2020年4月～5月頃以降）、次のような取組みをしていますか。（○はそれぞれ1つ）



(1-2) 働き方の取組みの中で職場で定着すると思うもの

(問14で「1」～「4」を選ばれた方にうかがいます)

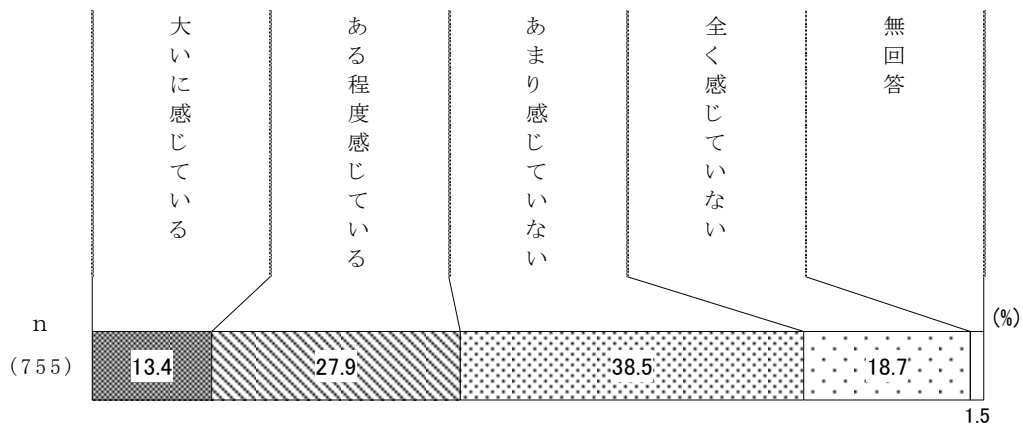
問14-2 働き方の取組みの中で、あなたの職場で定着すると思うものはどの取組みですか。（○はあてはまるものすべて）



(1-3) 新型コロナウイルス感染症の影響により仕事や収入が減る不安を感じる程度

(問14で「1」～「4」を選ばれた方にうかがいます)

問14-3 あなたは、新型コロナウイルス感染症の影響によって、今後、現在の仕事を失ったり、収入が減ったりする不安を、どの程度感じていますか。(〇は1つ)

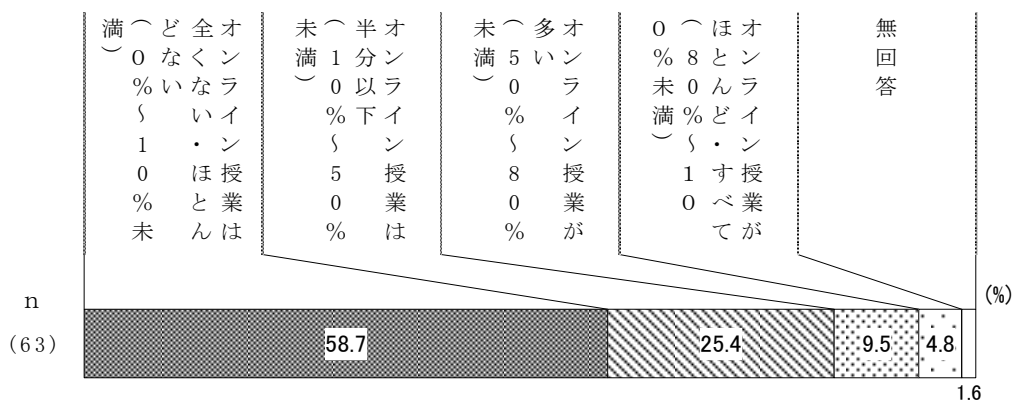


(1-4) 学校でのオンライン授業の実施状況

(問14で「6」を選ばれた方にうかがいます)

問14-4 あなたが通う学校では、現在、どの程度オンライン授業が行われていますか。

(〇は1つ)



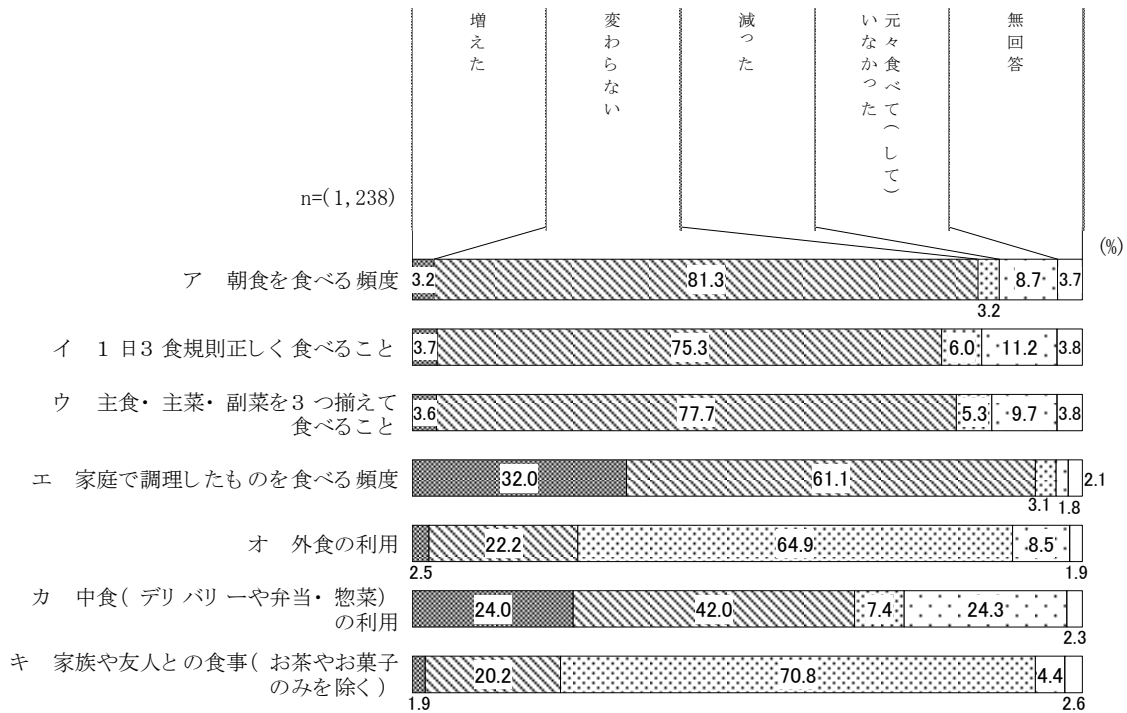
【全ての方におたずねします。】

6 コロナ禍での生活の変化について

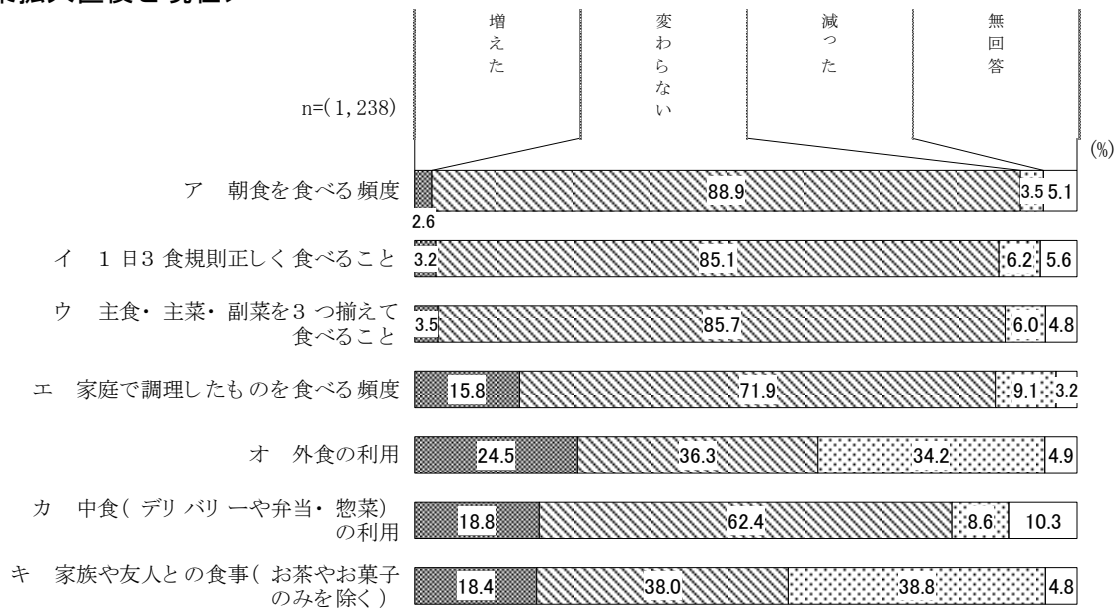
(1) コロナ禍での食生活の変化

問15 コロナ禍におけるあなたの食生活の変化を、＜感染拡大前と感染拡大直後＞、＜感染拡大直後と現在＞のそれぞれについてお答えください。(○はそれぞれ1つ)

＜感染拡大前と感染拡大直後＞



＜感染拡大直後と現在＞

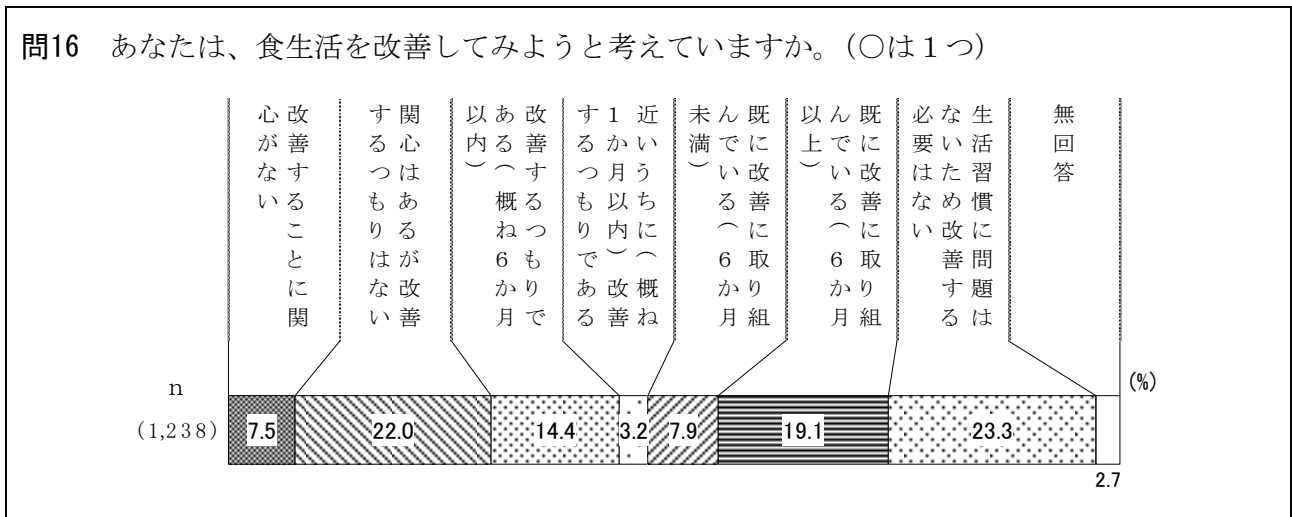


※主食：米、パン、めん類などの穀類

※主菜：肉・魚・卵・大豆製品などを使ったメインの料理

※副菜：野菜・きのこ・いも・海藻などを使った小鉢・小皿の料理

(2) 食生活改善への考え

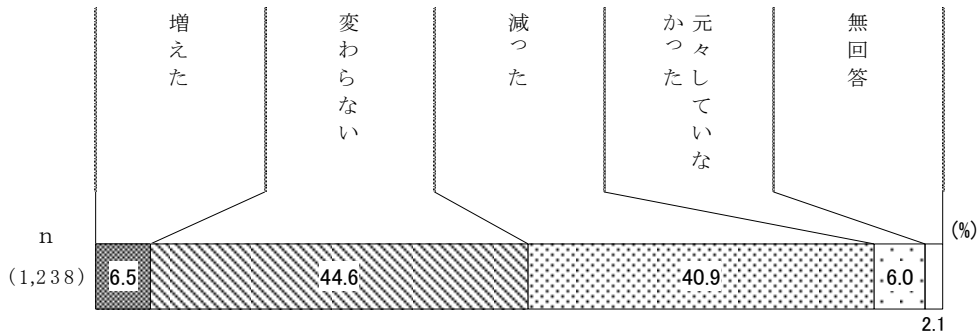


(3) コロナ禍での身体活動や運動の変化

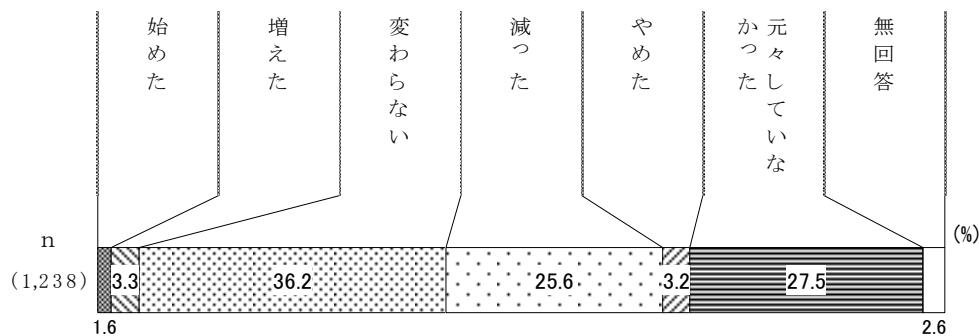
問17 コロナ禍におけるあなたの身体活動や運動の変化を、＜感染拡大前と感染拡大直後＞、＜感染拡大直後と現在＞のそれぞれについてお答えください。(○はそれぞれ1つ)

＜感染拡大前と感染拡大直後＞

ア 体を動かすこと（普通の歩行や犬の散歩、掃除、自転車に乗るなど）

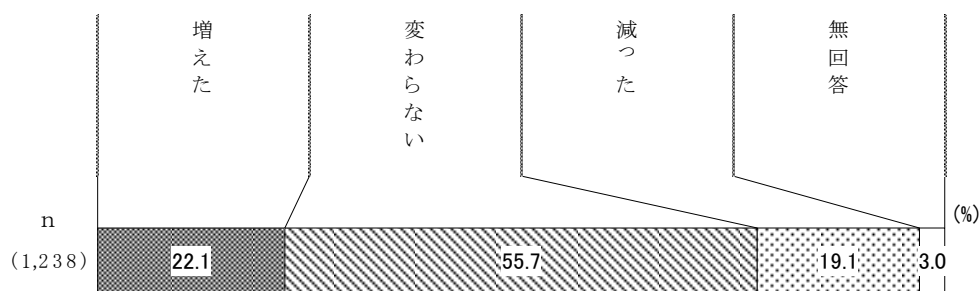


イ 「息が少しはずむ程度」の30分以上の運動（1日の合計）

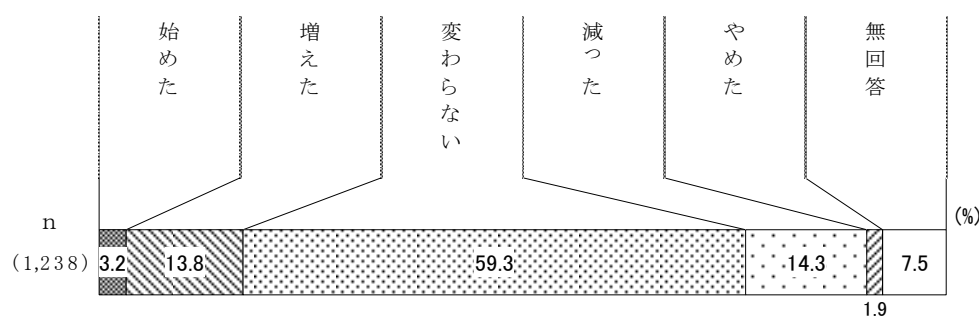


＜感染拡大直後と現在＞

ア 体を動かすこと（普通の歩行や犬の散歩、掃除、自転車に乗るなど）

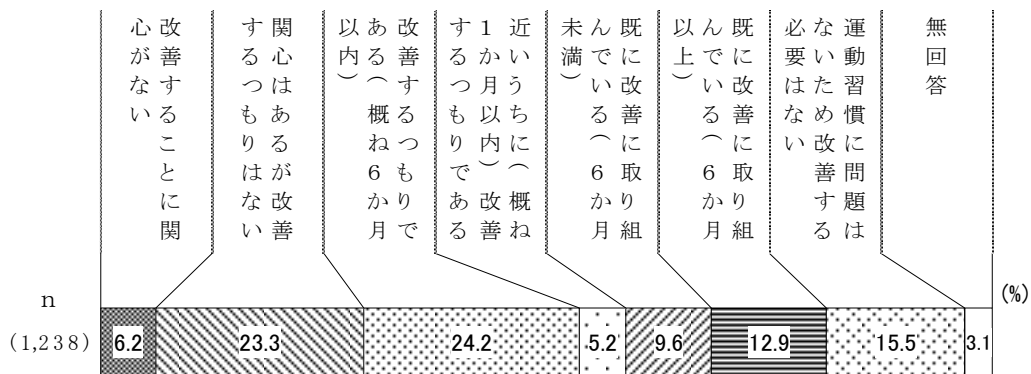


イ 「息が少しはずむ程度」の30分以上の運動（1日の合計）



(4) 運動習慣改善への考え

問18 あなたは、運動習慣を改善してみようと考えていますか。(○は1つ)

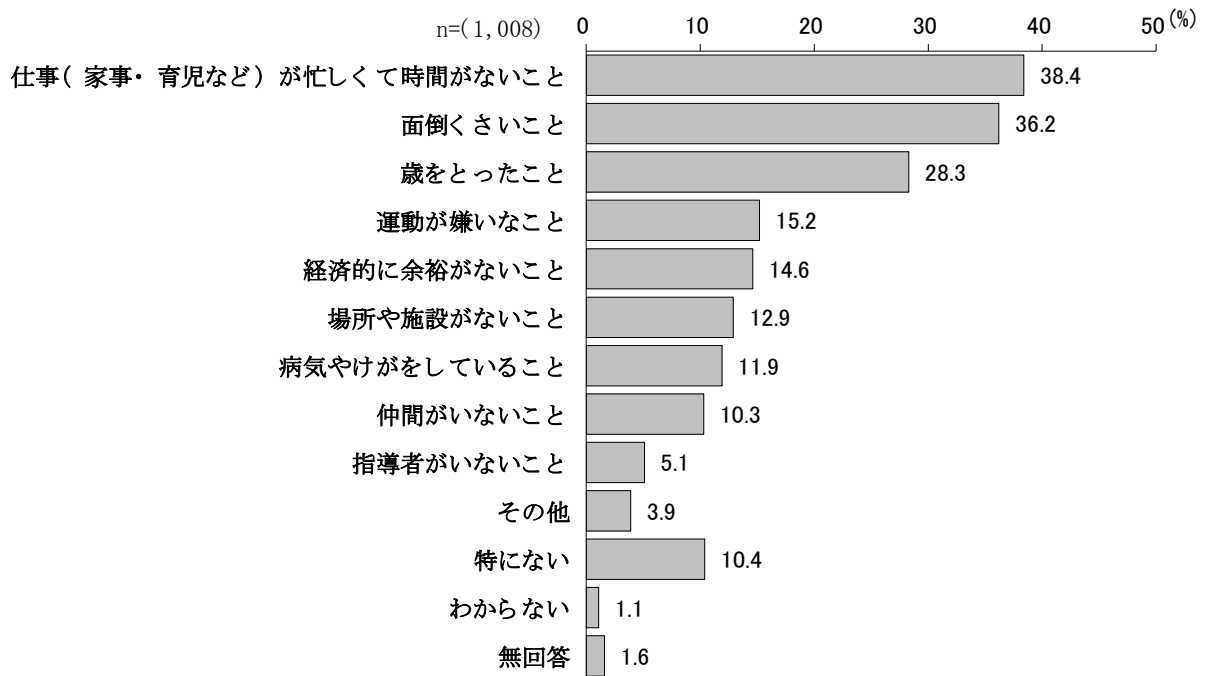


(4-1) 運動習慣の定着の妨げになっていること

(問18で「1」～「6」を選ばれた方にうかがいます)

問18-1 あなたの運動習慣の定着の妨げになっていることは何ですか。

(○はあてはまるものすべて)

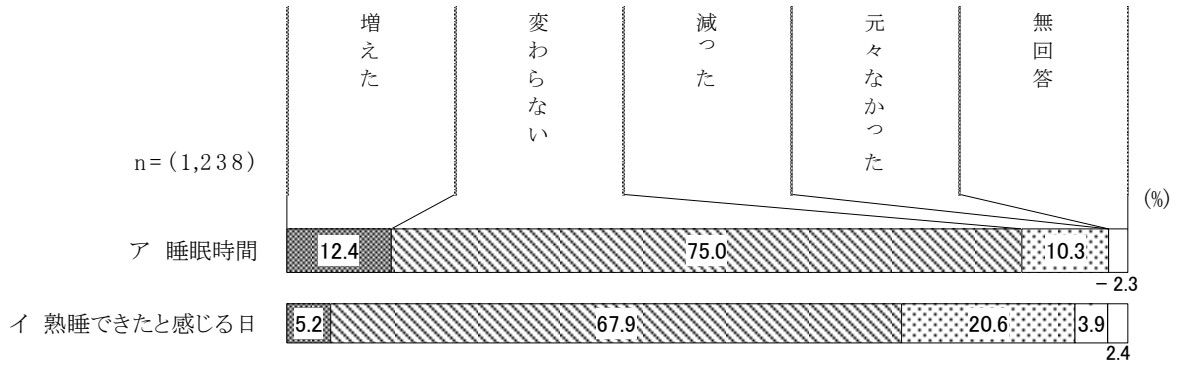


(5) コロナ禍での睡眠時間・質、飲酒量・喫煙量の変化

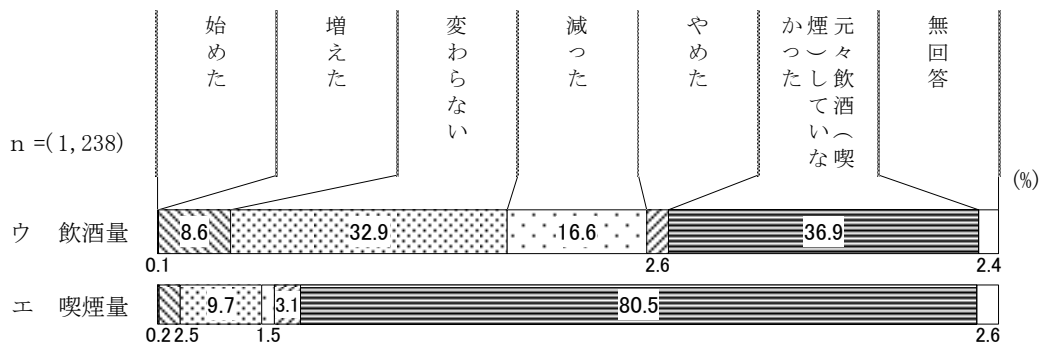
問19 コロナ禍におけるあなたの睡眠時間・質、飲酒量、喫煙量の変化を、＜感染拡大前と感染拡大直後＞、＜感染拡大直後と現在＞のそれぞれについてお答えください。

(○はそれぞれ1つ)

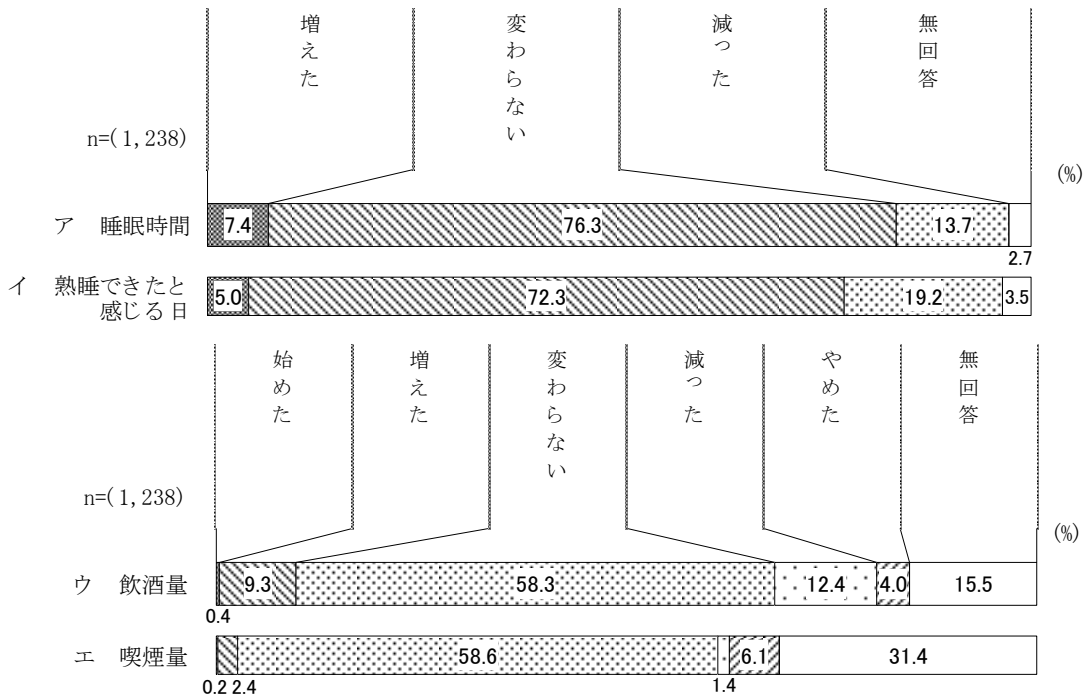
＜感染拡大前と感染拡大直後＞



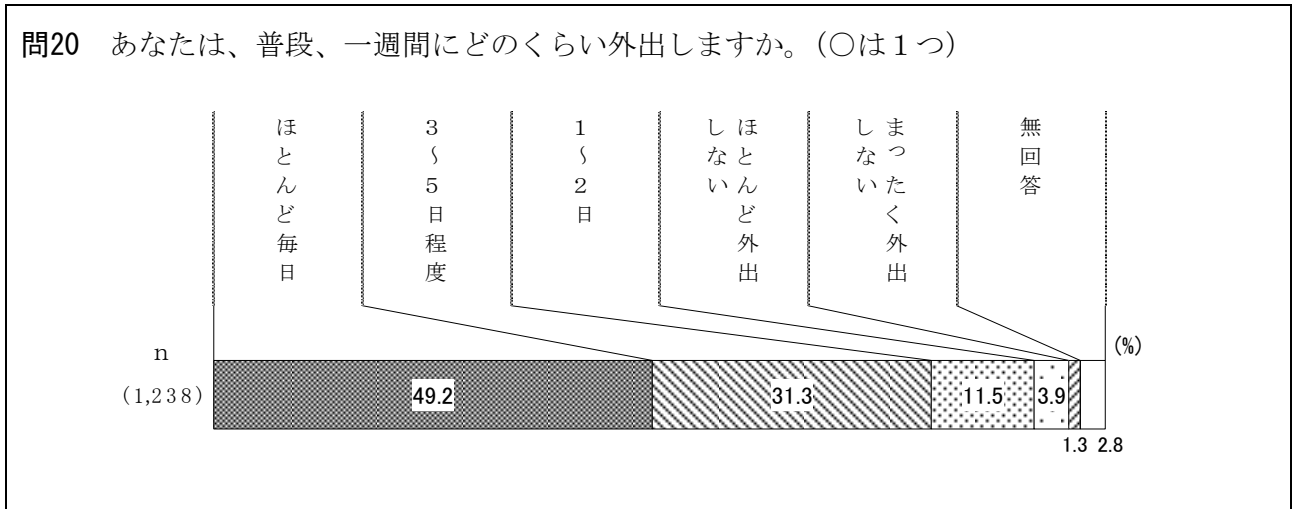
※「ア 睡眠時間」には、「元々なかった」という選択肢は設定していない。



＜感染拡大直後と現在＞



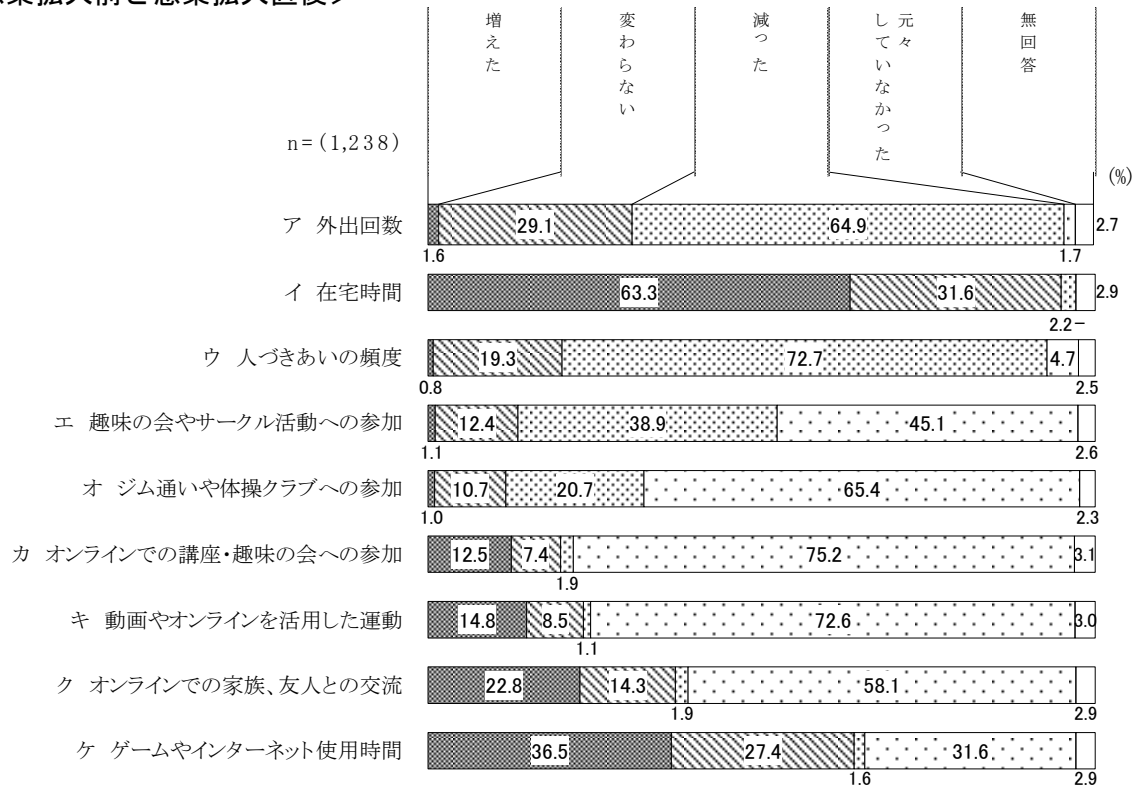
(6) 一週間の外出の頻度



(7) コロナ禍での交流やおうち時間の変化

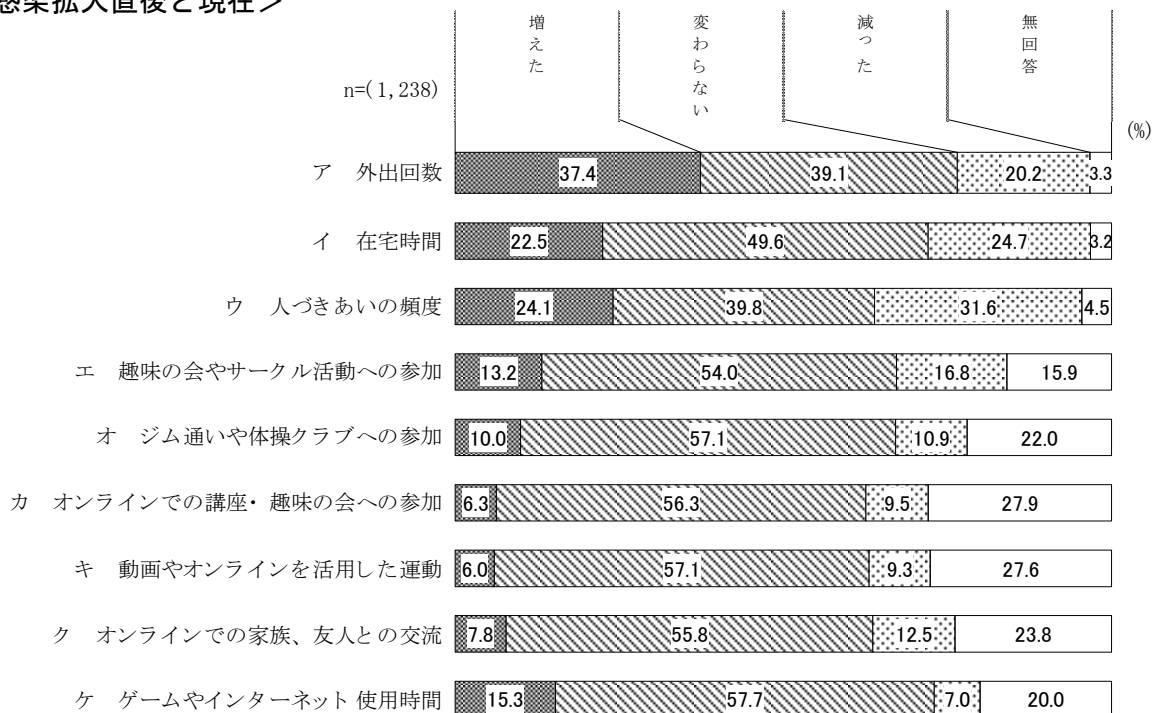
問21 コロナ禍におけるあなたの交流やおうち時間の変化を、＜感染拡大前と感染拡大直後＞、＜感染拡大直後と現在＞のそれぞれについてお答えください。(○はそれぞれ1つ)

＜感染拡大前と感染拡大直後＞



※「イ 在宅時間」には、「元々していなかった」という選択肢は設定していない。

＜感染拡大直後と現在＞



7 地域や人とのつながりについて

(1) UCLA 孤独感尺度

問22 以下の設問にお答えください。(○はそれぞれ1つ)

(1) 自分には人との付き合いがないと感じることがありますか。

決してない	11.1%	時々ある	38.8	無回答	3.0
ほとんどない	33.9	常にある	13.2		

(2) 自分は取り残されていると感じることがありますか。

決してない	16.7%	時々ある	27.1	無回答	3.0
ほとんどない	48.1	常にある	5.0		

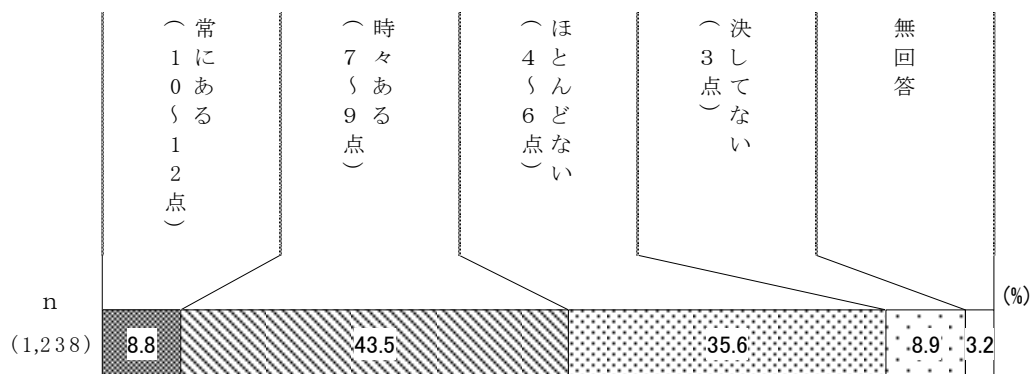
(3) 自分は他の人たちから孤立していると感じることがありますか。

決してない	19.2%	時々ある	24.6	無回答	3.2
ほとんどない	47.6	常にある	5.4		

<UCLA 孤独感尺度>

カリフォルニア大学ロサンゼルス校 (UCLA) のラッセルが、孤独という主観的な感情を間接的な質問により数値的に測定するために考案した「UCLA 孤独感尺度」の日本語版の3項目短縮版に基づくもので、3つの設問への回答をスコア化し、その合計スコアが高いほど孤独感が高いと評価する。

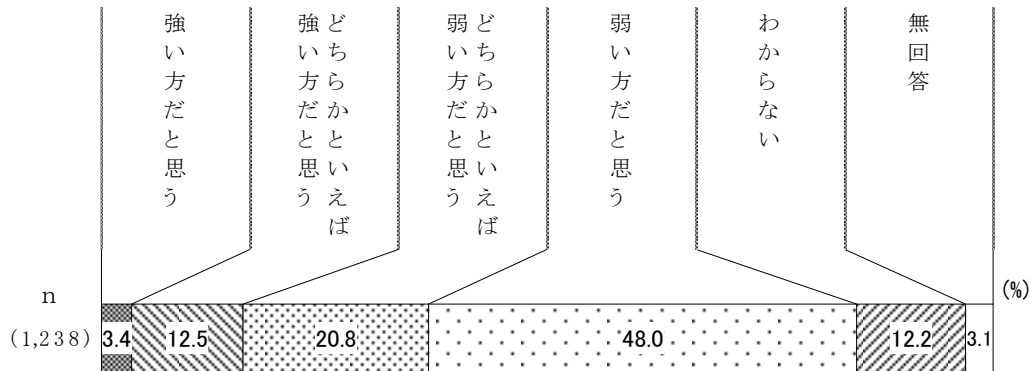
スコア化は、「決してない」を1点、「ほとんどない」を2点、「時々ある」を3点、「常にある」を4点とし、その合計スコアについては、「人々のつながりに関する基礎調査」(内閣官房孤独・孤立対策担当室)を参考に、「10~12点」(常にある)、「7~9点」(時々ある)、「4~6点」(ほとんどない)、「3点」(決してない)の4区分で整理している。



(2) 地域の人たちとのつながりの強さ

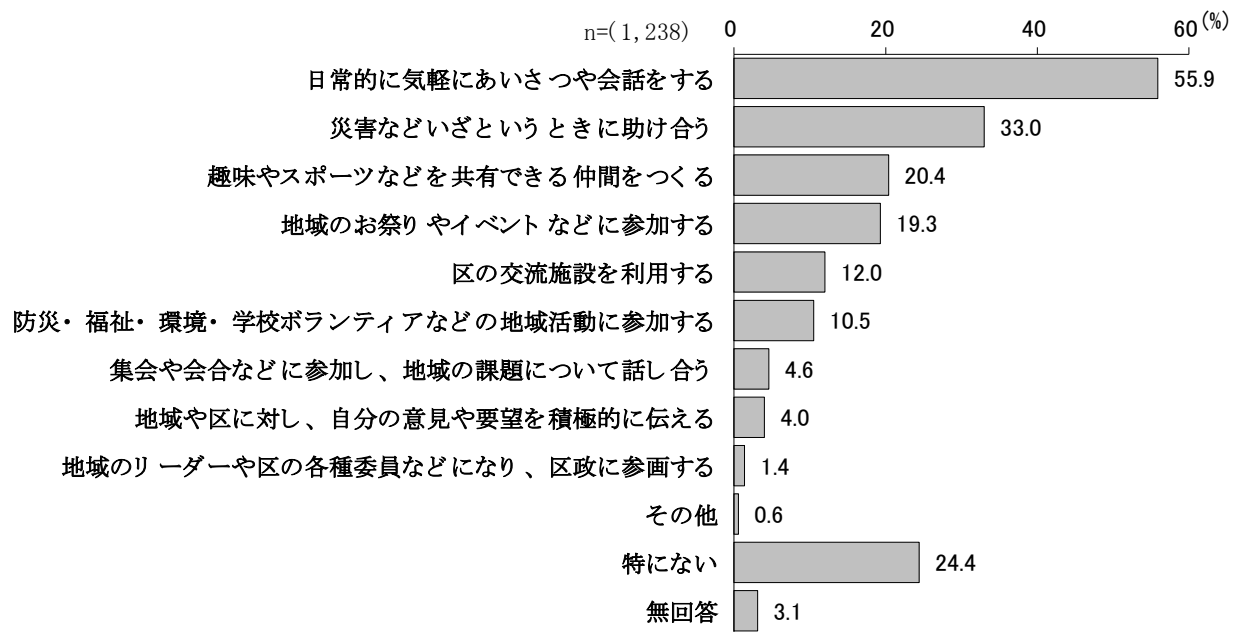
問23 あなたにとって、ご自分と地域の人たちとのつながりは、強い方だと思いますか。

(○は1つ)



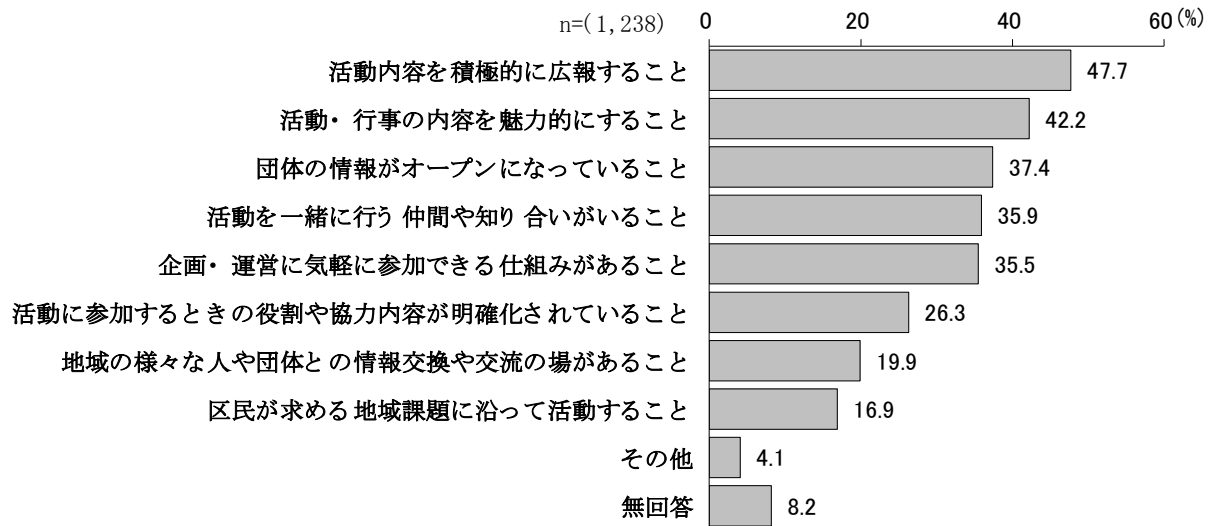
(3) 地域とのつながりやコミュニケーションのためにしたいこと

問24 あなたは、お住まいの地域とのつながりやコミュニケーションのために何かしたいと思うことがありますか。(○はあてはまるものすべて)



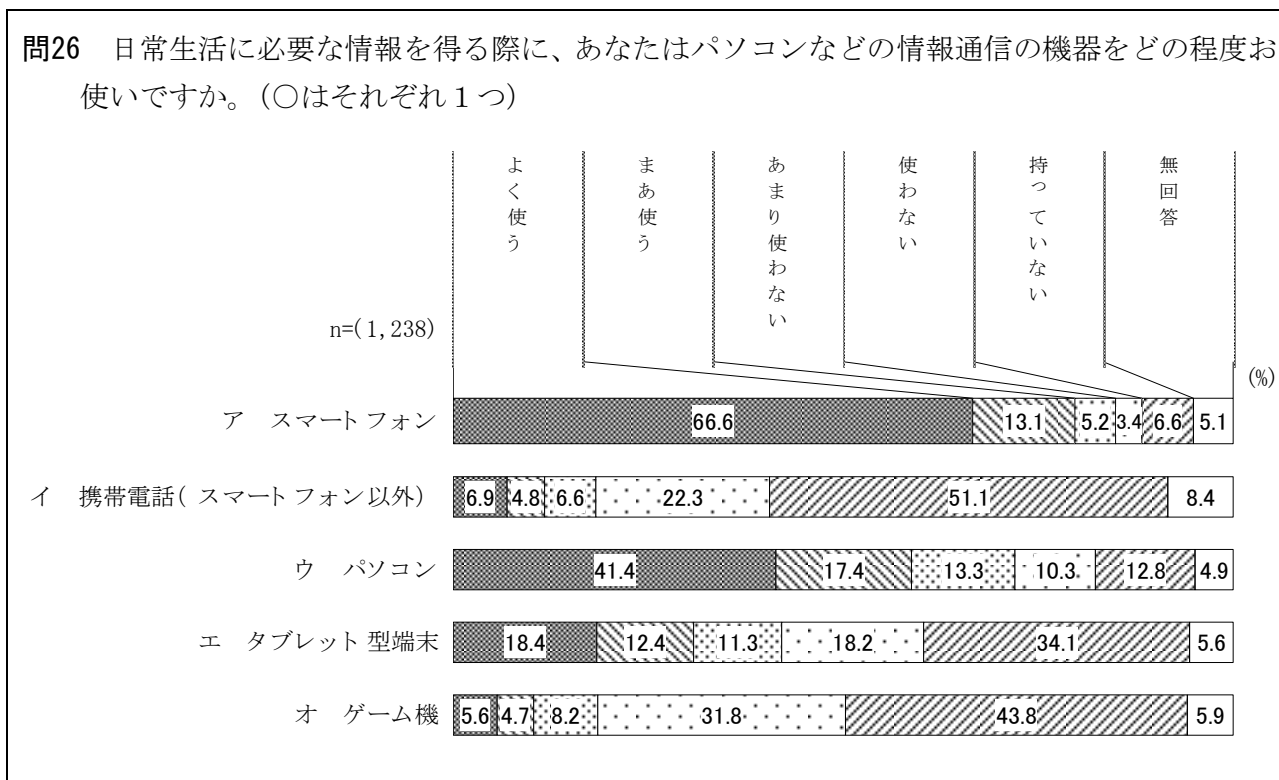
(4) 地域の活動により多くの人に参加するようになるために必要なこと

問25 防災・福祉・環境・学校ボランティアなど、地域の活動に、より多くの人に参加するようになるために必要なことは何だと思えますか。(〇はあてはまるものすべて)

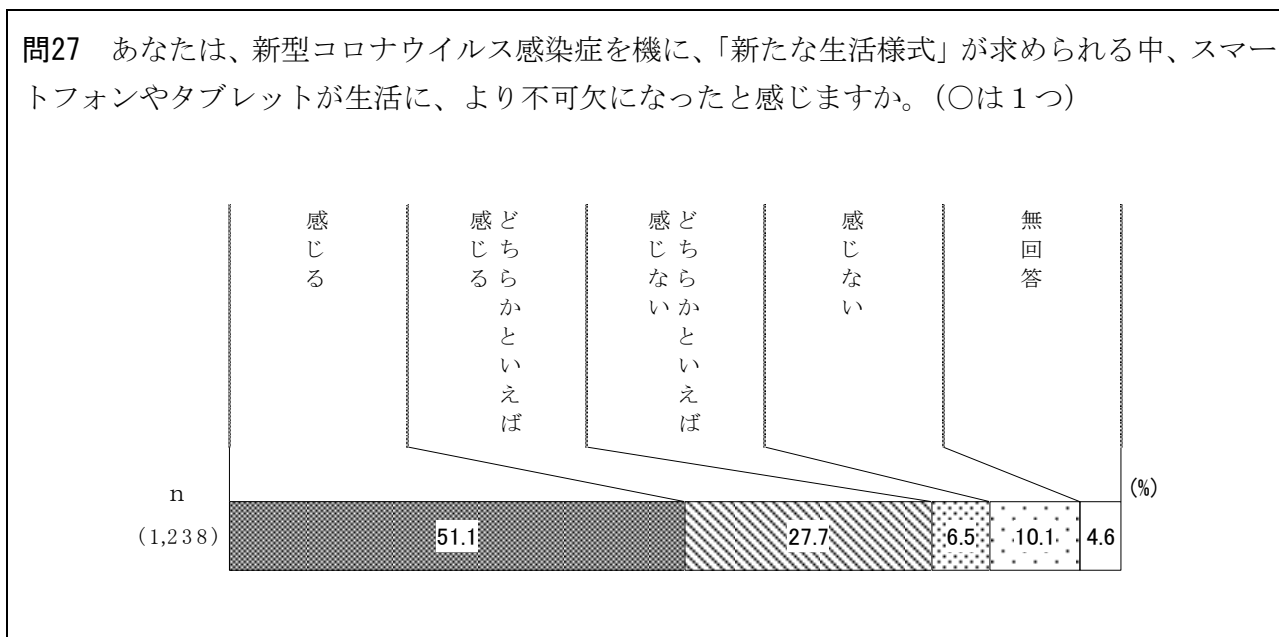


8 デジタル技術の利活用について

(1) 情報通信機器の使用頻度

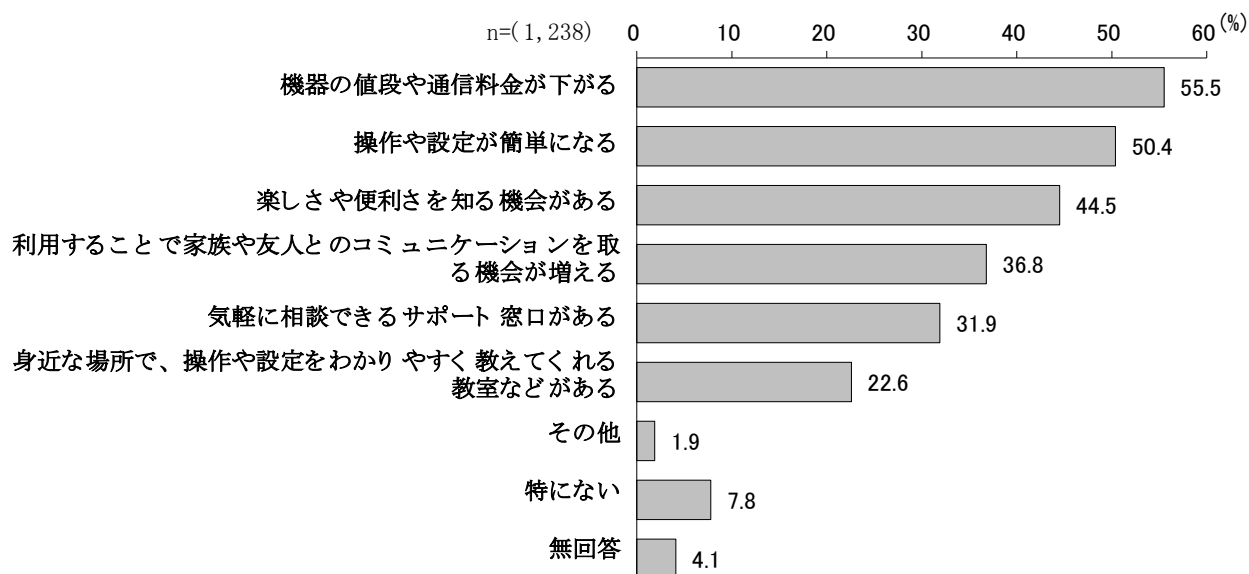


(2) 新たな生活様式におけるスマートフォンやタブレットの不可欠さ



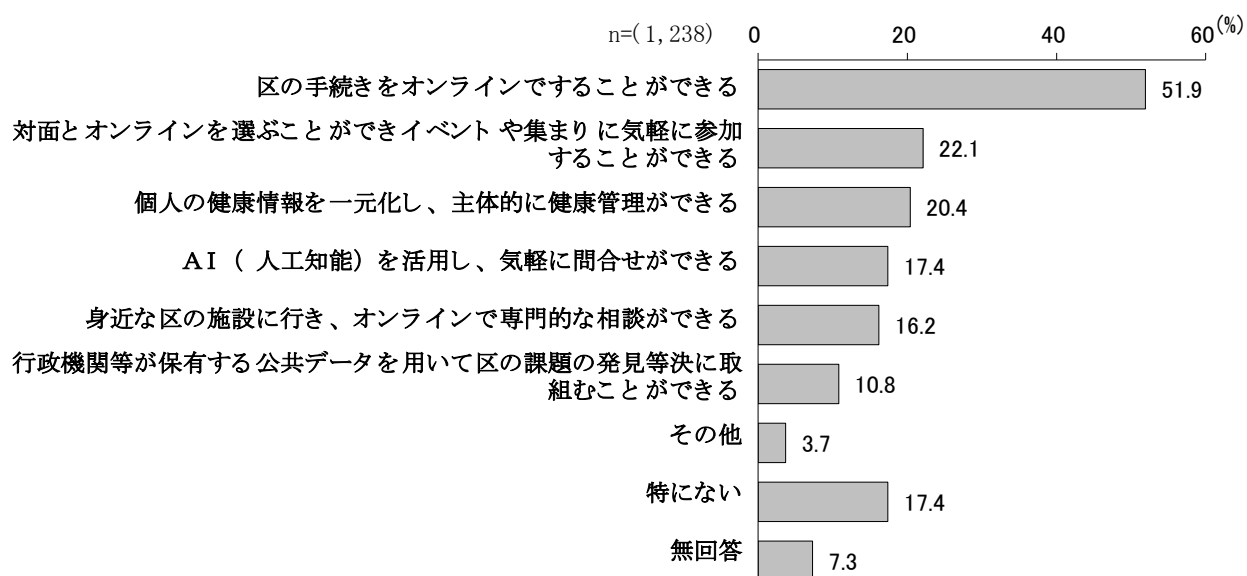
(3) スマートフォンやタブレットの利用につながると思う条件

問28 あなたは、どんなことがあればスマートフォンやタブレットの利用につながると思いますか。(〇はあてはまるものすべて)



(4) 行政サービスのデジタル化で健康分野に望むこと

問29 行政サービスの一層のデジタル化が求められている中で、今後、健康分野において望むことは何だと思いませんか。(〇はあてはまるものすべて)

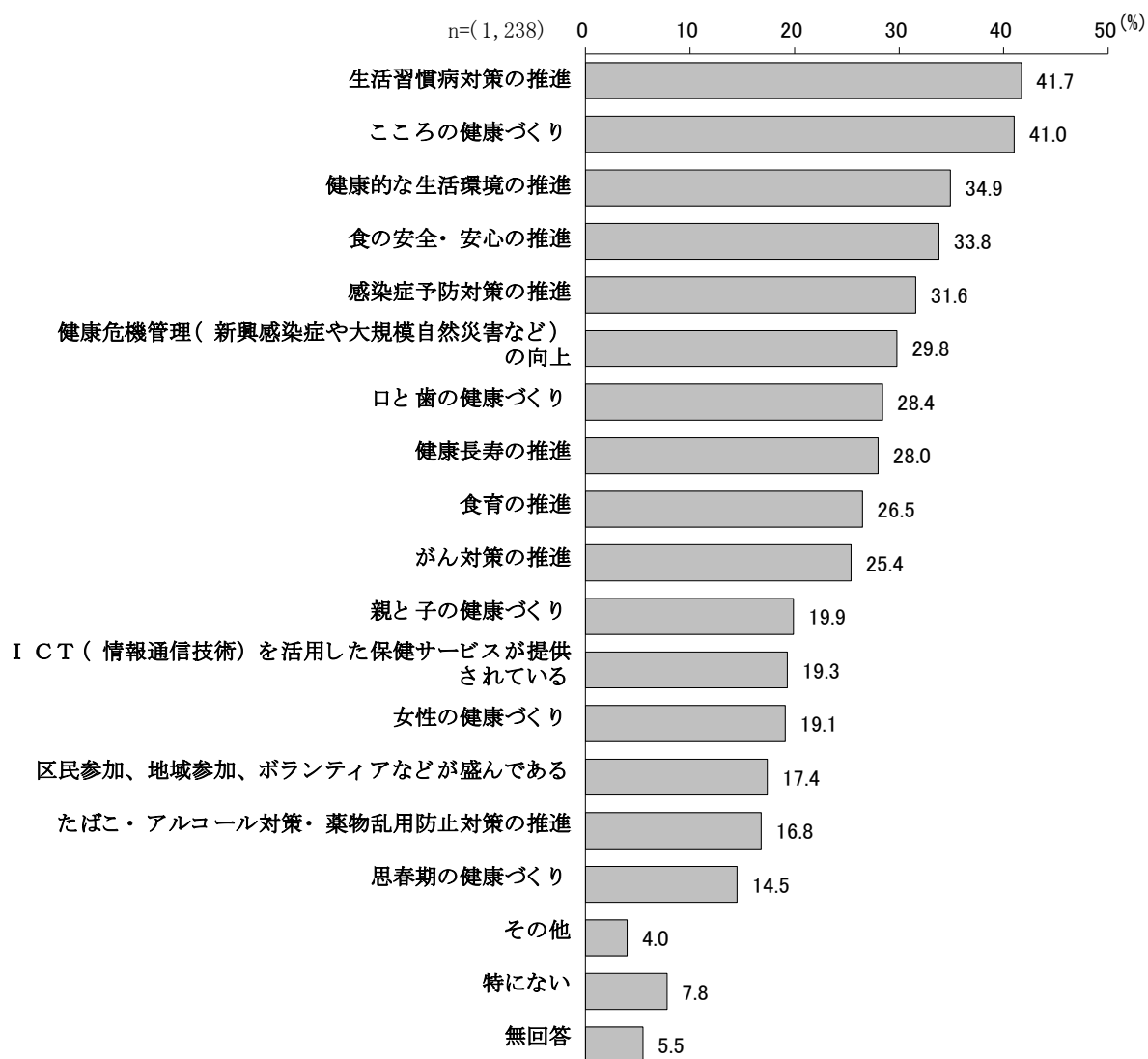


9 これからの健康づくりの取組みについて

(1) 地域社会の実現に向けて重要だと思う取組み

問30 区では、「世田谷区健康づくり推進条例」の趣旨を踏まえ、「区民が生涯にわたり健やかで
 ころ豊かに暮らすことができる地域社会の実現」を目指しています。

この地域社会の実現に向かうためには、あなたは、どのような取組みが重要だと思いますか。
 (○はあてはまるものすべて)



(2) 健康づくりの取組みを進めるにあたって必要なこと、考慮すべきこと

問31 区が、健康づくりの取組みを進めるにあたって必要なこと、考慮すべきことは何だと思いますか。ご自由にお書きください。

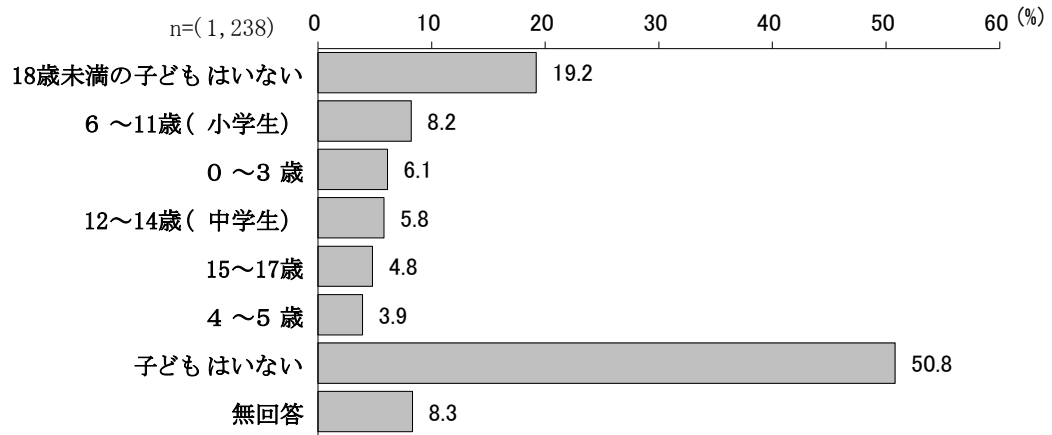
※記入数 約 350

記入内容の精査、整理・分類等を行い報告書に掲載予定。

10 コロナ禍での子どもの健康面について

(1) 子どもの有無 (再掲)

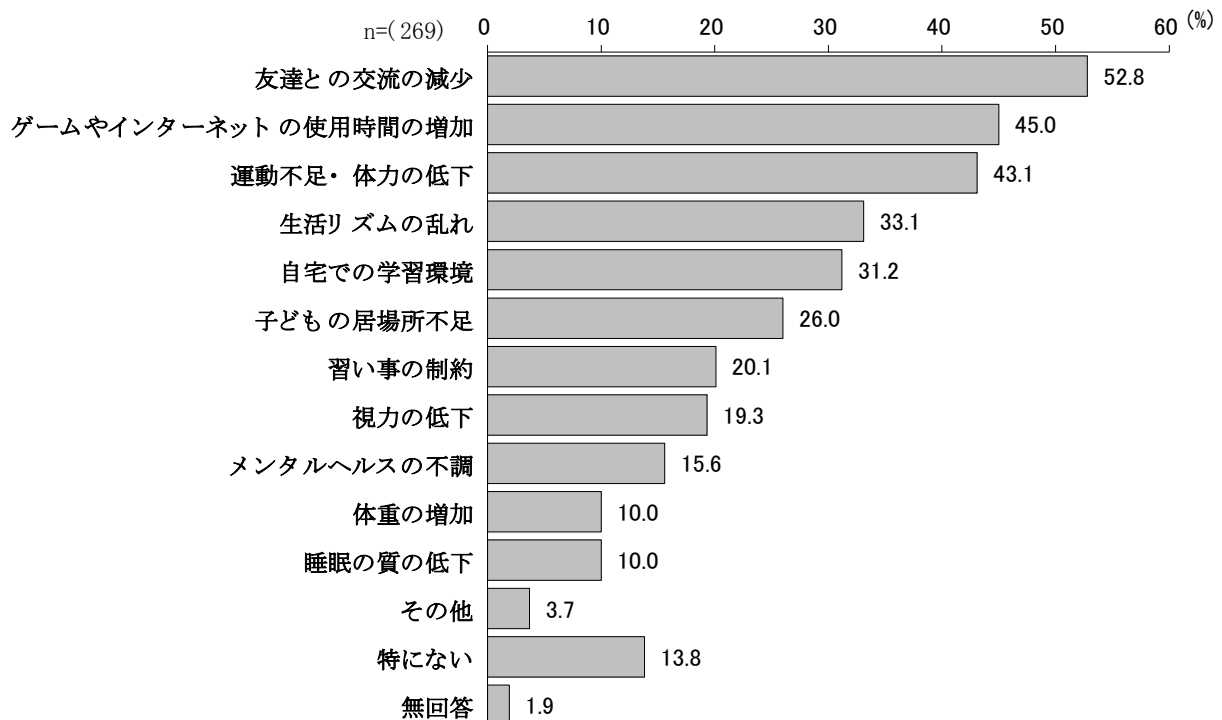
F 7 あなたの家庭には、子ども (18歳未満) はいますか。【令和4年4月1日基準】
(○はあてはまるものすべて)



(1-1) コロナ禍により子どもの健康面で困ったことや心配したこと

(F 7で「1」～「5」を選ばれた方にうかがいます)

F 7-1 コロナ禍で、あなたのご家庭のお子さんの健康面で困ったことや、心配したことはどのようなことでしたか。(○はあてはまるものすべて)



(2) 家庭や地域で子どもとかかわりを持つ方のコロナ禍における子どもの心身の変化で
気づいたことや感じたこと

F 8 日頃から家庭や地域で子どもとかかわりを持つ方で、コロナ禍における子どもの心身の変化に関して、気づいたことや感じたことなど、ご自由にお書きください。

※記入数 約 220

記入内容の精査、整理・分類等を行い報告書に掲載予定。