

## 1 健康づくり推進事業

## ●活動実績

(R5.2 月末時点)

年度	健康づくり推進員 活動実績 (地区活動・全体活動)		地区活動 実人数
	回数	延べ人数	
元	47回 (地区活動 23回、月例 24回)	1,859人 (地区活動 535人、月例 1,324人)	364人
2	8回 (地区活動 8回)	124人 (地区活動 124人)	
3	23回 (地区活動 23回)	491人 (地区活動 491人)	
4	45回 (地区活動 24回、月例 21回)	1,055人 (地区活動 412人、月例 643人)	252人

## ●年代内訳

## &lt;地区活動&gt;

(R5.2 月末時点)

年度	64歳以下	65-69	70-74	75-79	80-84	85以上	計
元	43人	33人	99人	88人	70人	31人	364人
4	27人	41人	76人	62人	29人	17人	252人

## &lt;月例ウォーキング&gt;

(R5.2 月末時点)

年度	64歳以下	65-69	70-74	75-79	80-84	85以上	計
4	13人	32人	212人	127人	170人	76人	630人 (延べ)

(年齢不明 13名除く)

## ●今後の感染対策について

	時期	内容
マスク	令和5年4月～	個人の判断に任せる、強制はしない
手指消毒	令和5年4月～	これまで通り常備するが希望者のみ
検温	令和5年4月～	中止、口頭で体調確認
昼食を挟む活動	令和5年5月～	5月地区活動で試行的に実施、その後拡大予定
活動の定員増	令和5年4月～	地区の判断で調整可

## 2 多摩市食生活意識調査結果速報(小中学生)

### ●アンケート回収状況

調査対象	調査数(人)	回答数(人)	回答率(%)	実施時期・方法
市立小学校 6 年生	1,107	1,029	93.0	令和 4 年 9~12 月 □ゴフォーム
市立中学校 3 年生	1,027	927	90.3	

### ●主な分析結果

- ・朝食の摂取状況は小学生で94%、中学生で89%であり、全国調査と同様であった
- ・朝食、夕食を一人で食べる頻度は小学生に比べ中学生で大幅に増加し、全国調査と同様であった
- ・自身の体型認識では、小学生は「今のままがよい」の回答が最も高い割合であったが、中学生では「少しやせたい」の割合が最も高かった
- ・男女比較ではやせ願望を持つものが小学生女子で60%近くあり、中学生女子では70%を超えていた。「かなりやせたい」とした小学生女子が13%に対し、中学生女子では26%と大幅に増加していた。実際の体重が正常でも「やせたい」と思っているものが含まれていると考えられ、将来の骨粗しょう症リスクの増加など将来的な健康課題につながる調査結果であった
- ・実際にダイエットについて「自分で考えた内容で実施した」者が小学生女子で31.4%、中学生女子で42.7%であった