

## 【資料2】

令和5年12月18日  
杉並区健康づくり推進協議会

# 杉並区生活習慣行動調査について

## 1 調査目的

この調査は、区民の生活習慣・行動の状況を詳細に把握し、「人生100年時代」を自分らしく健やかに生きることが出来るまちの実現に向けた取組を推進するための基礎資料を得ることを目的とする。

## 2 調査の方法等

- (1) 調査地域 杉並区全域
- (2) 調査対象 杉並区在住の令和5年7月3日現在満20歳以上の区民
- (3) 調査対象数 3,000人（男1,393人 女1,507人）  
有効回収数 1,296人（有効回収率 43.2%）（男490人 女799人）
- (4) 抽出方法 住民基本台帳からの無作為抽出
- (5) 調査方法 郵送配布、郵送回収またはインターネット回答  
（礼状兼回答依頼のはがき1回）
- (6) 調査票 調査票を使用
- (7) 調査期間 令和5年7月13日～8月31日
- (8) 報告書発行 令和5年12月下旬予定（報告書約200ページ）

## 3 調査の内容

- (1) 健康状態
- (2) 食生活・栄養
- (3) 身体活動・運動
- (4) 休養・こころの健康
- (5) 喫煙
- (6) アルコール
- (7) 病歴
- (8) 歯科保健
- (9) 受診・受療行動
- (10) 住まいの衛生
- (11) 食品衛生
- (12) 健康づくりを進めるうえで期待すること

※概要は別紙のとおり

## 4 その他

生活習慣行動調査は3年毎に実施している。