

令和4年度

第1回 県政モニターアンケート調査結果報告書



長野県

# 目 次

I	調査の概要	-----	1
II	結果の内容	-----	5
	【運動・スポーツに関する実感について】		
	問1	この1年間に行った運動・スポーツの種類	6
	問2	この1年間に運動・スポーツを行った日数	7
	問3	この1年間に運動・スポーツを行った理由	8
	問4	この1年間に行った運動・スポーツを週に1日以上できなかった理由	9
	問5	運動・スポーツをする以外の関わり方	10
	【文化芸術活動に関する実感について】		
	問6	文化芸術活動に参加した人の割合	11
	問7	住んでいる地域の文化的環境の満足度	13
	問8	地域の文化的環境の充実に必要な事項	14
	【長野県の森林・林業について】		
	問9	普段の暮らしの中で森林や木を身近に感じるとき	15
	問10	森林が持つ機能の中で期待するもの	16
	問11	森林の機能を適切に維持していくために必要なこと	17
	【健康づくりについて】		
	問12	自分の健康状態をどのように感じているか	18
	問13-1	健康の維持・増進に関して取り組んでいることについて	19
	問13-2	健康の維持や増進に関することに取り組まない理由	20
	問14	健康づくりを進める上で必要な環境づくり	21
	問15	コロナ禍での体調変化	22
	【消費生活に関する意識について】		
	問16	エシカル消費の認知度	23
	問17	エシカル消費の実践状況	24
	問18	エシカル消費の促進に向けて必要な取組	25
III	調査票	-----	26

# I 調査の概要

## 1 調査の目的・項目

県政の課題について「県政モニターアンケート調査」を実施しました。  
今回の調査においては次の5項目について18問を設定しました。

### (1) 運動・スポーツに関する実感について

「しあわせ信州創造プラン2.0」及び「第2次長野県スポーツ推進計画」の指標達成状況を把握するため、運動・スポーツへの取組状況、関わり方等を調査

### (2) 文化芸術活動に関する実感について

「しあわせ信州創造プラン2.0」及び「長野県文化芸術振興計画」の指標達成状況を把握するため、文化芸術活動への参加状況等を調査

### (3) 長野県の森林・林業について

次期「長野県森林づくり指針」の策定に向けた基礎資料とするため、森林・林業に対する考え等を調査

### (4) 健康づくりについて

「第2期信州保健医療総合計画」の指標達成状況を把握するため、自身の健康状態、健康づくりへの取組状況等を調査

### (5) 消費生活に関する意識について

「第3次長野県消費生活基本計画・消費者教育推進計画」の策定に向けた基礎資料とするため、消費生活に関する意識等を調査

## 2 調査の方法

(1) 調査地域：長野県全域

(2) 調査対象：県政モニター 1,248人

(現在の県政モニターは令和2年8月から登録)

(3) 調査方法：郵送又はインターネット

(4) 調査期間：令和4年5月31日(火)～令和4年6月14日(火)

## 3 回答状況

回答者数 862人 (回答率 69.1%)

### 【回答・募集方法別】

		回収数 (率)		回答方法内訳	
				郵送	インターネット
総数		回答者数 (A)	862人	473人	389人
		調査対象者 (B)	1,248人	586人	662人
		回収率 (A) / (B)	69.1%	80.7%	58.8%
募集方法内訳	公募	回答者数 (A)	19人	0人	19人
		調査対象者 (B)	33人	1人	32人
		回収率 (A) / (B)	57.6%	0.0%	59.4%
	無作為抽出	回答者数 (A)	843人	473人	370人
		調査対象者 (B)	1,215人	585人	630人
		回収率 (A) / (B)	69.4%	80.9%	58.7%

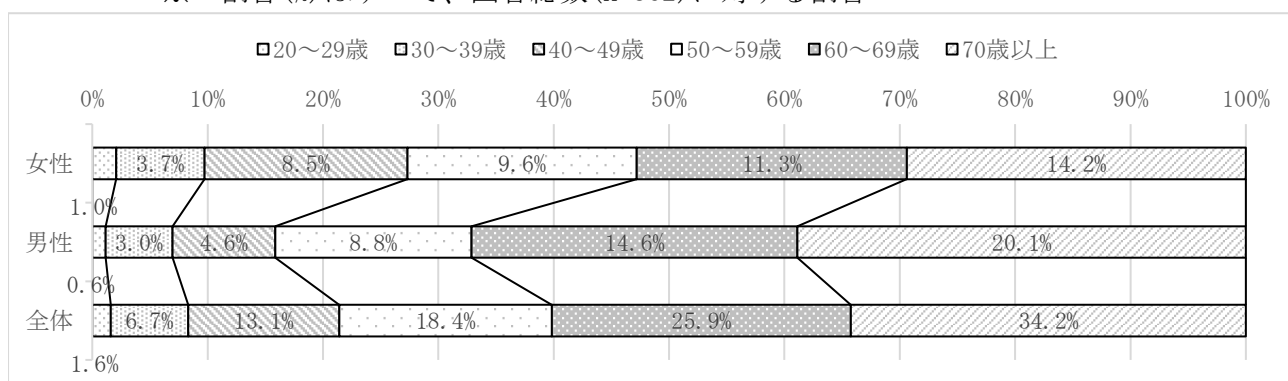
## 4 回答状況

【男女別・年代別】

(上段 回答者数：下段 割合)

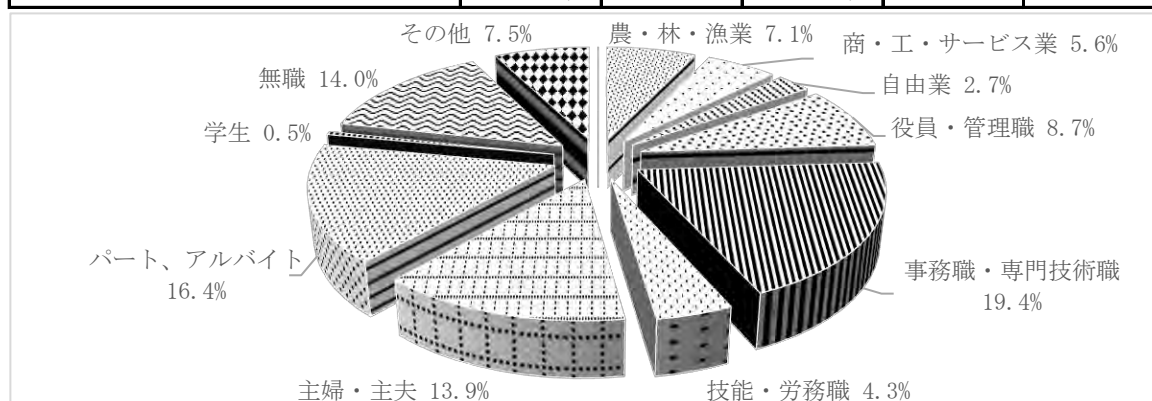
	総数	18～19歳	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70歳以上
総数	862人	-	14人	58人	113人	159人	223人	295人
	100.0%	-	1.6%	6.7%	13.1%	18.4%	25.9%	34.2%
男性	446人	-	5人	26人	40人	76人	126人	173人
	51.7%	-	0.6%	3.0%	4.6%	8.8%	14.6%	20.1%
女性	416人	-	9人	32人	73人	83人	97人	122人
	48.3%	-	1.0%	3.7%	8.5%	9.6%	11.3%	14.2%
不明	0人	-	-	-	-	-	-	-
	0.0%	-	-	-	-	-	-	-

※ 割合(%)はすべて、回答総数(n=862)に対する割合



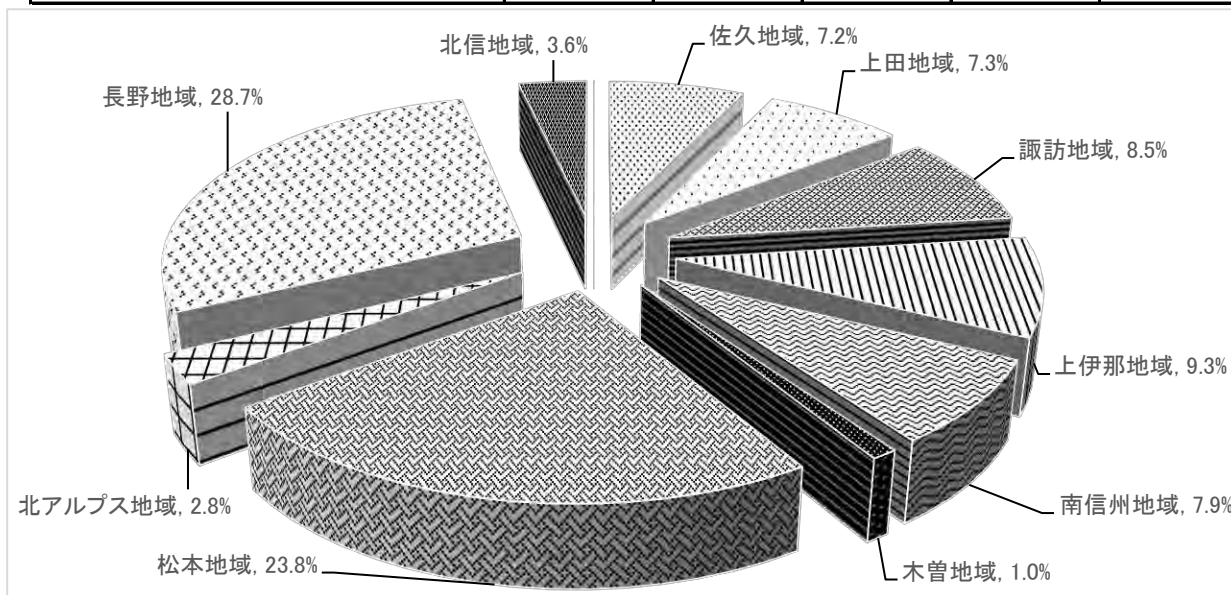
【職業別】

	県政モニター 登録者数		回答者数		回答率
	人数	割合	人数	割合	
農・林・漁業	84人	6.7%	61人	7.1%	72.6%
商・工・サービス業	91人	7.3%	48人	5.6%	52.7%
自由業	38人	3.0%	23人	2.7%	60.5%
役員・管理職	116人	9.3%	75人	8.7%	64.7%
事務職・専門技術職	251人	20.1%	167人	19.4%	66.5%
技能・労務職	59人	4.7%	37人	4.3%	62.7%
主婦・主夫	152人	12.2%	120人	13.9%	78.9%
パート、アルバイト	187人	15.0%	141人	16.4%	75.4%
学生	16人	1.3%	4人	0.5%	25.0%
無職	154人	12.3%	121人	14.0%	78.6%
その他	100人	8.0%	65人	7.5%	65.0%
不明	-	-	0人	0.0%	-
合計	1248人	100.0%	862人	100.0%	69.1%



## 【地域別】

	県政モニター 登録者数		回答者数		回答率
	人数	割合	人数	割合	
佐久地域	89人	7.1%	62人	7.2%	69.7%
上田地域	93人	7.5%	63人	7.3%	67.7%
諏訪地域	101人	8.1%	73人	8.5%	72.3%
上伊那地域	108人	8.7%	80人	9.3%	74.1%
南信州地域	102人	8.2%	68人	7.9%	66.7%
木曾地域	15人	1.2%	9人	1.0%	60.0%
松本地域	304人	24.4%	205人	23.8%	67.4%
北アルプス地域	44人	3.5%	24人	2.8%	54.5%
長野地域	352人	28.2%	247人	28.7%	70.2%
北信地域	40人	3.2%	31人	3.6%	77.5%
不明	—	—	0人	0.0%	—
合計	1248人	100.0%	862人	100.0%	69.1%



## 5 その他

- (1) 調査結果の割合は、百分率で表記した。百分率の値は、小数点以下第2位を四捨五入し、小数点以下第1位までを表示している。したがって、割合の合計が100%とならない場合がある。  
 なお、調査の設問には単数回答と複数回答があり、複数回答の場合には割合の合計が100%を上回ることがある。
- (2) 集計結果において、「無回答」とは、当該設問に対する回答（選択）が無いものを示す。  
 回答方法が1択の設問に対して、複数選択されているなど、正常な回答として扱えないものも「無回答」とする。
- (3) 「Ⅱ 結果の内容」中、設問の表記は、便宜上補足（選択肢の番号など）を加えている場合がある。  
 また、設問の選択肢で文字数が多いものについては、本文や図表中で便宜上短く省略している場合がある。

## Ⅱ 結果の内容

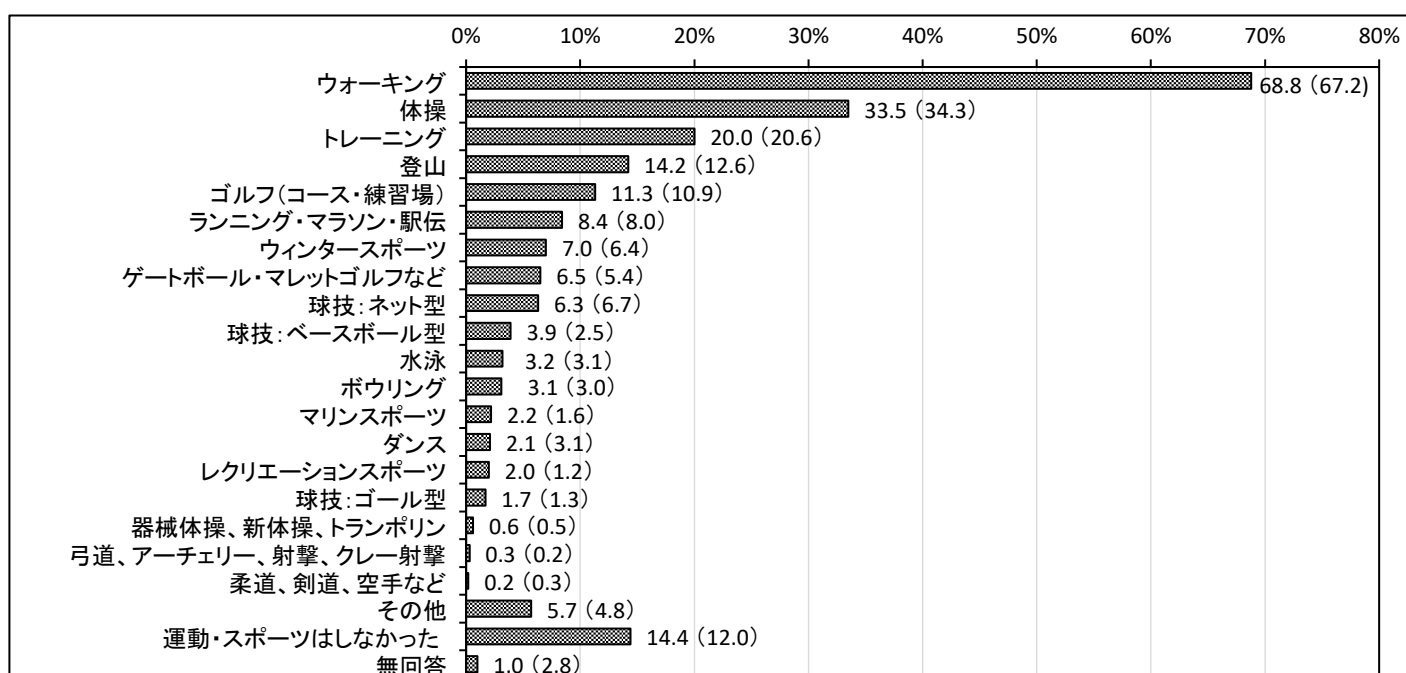
## 《運動・スポーツに関する実感について》

＜この1年間に行った運動・スポーツの種類＞  
「ウォーキング」が約7割、「体操」が3割超

問1 以下の中であなたがこの1年間に行った運動やスポーツがあれば、当てはまるものを選んでください。ただし、学校の体育の授業として行ったものや、職業として行ったものは除きます。(〇はいくつでも)「㊦この1年間に運動・スポーツはしなかった」に当てはまる場合は、問4へ進んでください。

	今回調査 n=862		(参考)前回 R3.2月調査 n=996	
	回答数 (人)	割合 (%)	回答数 (人)	割合 (%)
ウォーキング(散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩きなどを含む)	593	68.8	669	67.2
体操(ラジオ体操、ご当地オリジナル体操、職場体操、美容体操、エアロビクス、縄跳びなど)	289	33.5	342	34.3
トレーニング(筋肉トレーニング、トレッドミル、室内運動器具を使ってする運動など)	172	20.0	205	20.6
登山・トレッキング(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	122	14.2	125	12.6
ゴルフ(コース・練習場)	97	11.3	109	10.9
ランニング(ジョギング)・マラソン・駅伝	72	8.4	80	8.0
ウィンタースポーツ(スキー・スノーボード・スケート・アイスホッケー・カーリングなど)	60	7.0	64	6.4
ゲートボール・グラウンドゴルフ・マレットゴルフ・パターゴルフ・スナッグゴルフなど	56	6.5	54	5.4
球技:ネット型(バレーボール、テニス、バドミントン、卓球など)	54	6.3	67	6.7
球技:ベースボール型(野球(硬式・軟式)・ソフトボール(キャッチボールなど含む))	34	3.9	25	2.5
水泳(競泳・水球・飛込・アーティスティックスイミング、アクアエクササイズなど)	28	3.2	31	3.1
ボウリング	27	3.1	30	3.0
マリンスポーツ(ボート・カヌー・ヨット・水上スキー・ダイビング・サーフィン・釣りなど)	19	2.2	16	1.6
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・フラダンスなど)	18	2.1	31	3.1
レクリエーションスポーツ(ティーボール・インディアカ・スポーツチャンバラ・ポッチャ・スポーツ吹矢・ドッジボールなど)	17	2.0	12	1.2
球技:ゴール型(サッカー・フットサル、バスケットボールなど)	15	1.7	13	1.3
器械体操、新体操、トランポリン	5	0.6	5	0.5
弓道、アーチェリー、射撃、クレー射撃	3	0.3	2	0.2
柔道、剣道、空手、相撲、ボクシング、レスリング	2	0.2	3	0.3
その他	49	5.7	48	4.8
この1年間に運動・スポーツはしなかった	124	14.4	120	12.0
無回答	9	1.0	28	2.8

●「ウォーキング」が68.8%と最も高く、次いで「体操」(33.5%)、「トレーニング」(20.0%)となっており、昨年と同様の順位である。自分の生活リズムに合わせて身近で手軽にできる運動・スポーツが人気傾向である。



※( )内数値は、令和2年度第2回県政モニターアンケート調査数値

その他としては「サイクリング」、「太極拳」、「ヨガ」等の回答が見られた。



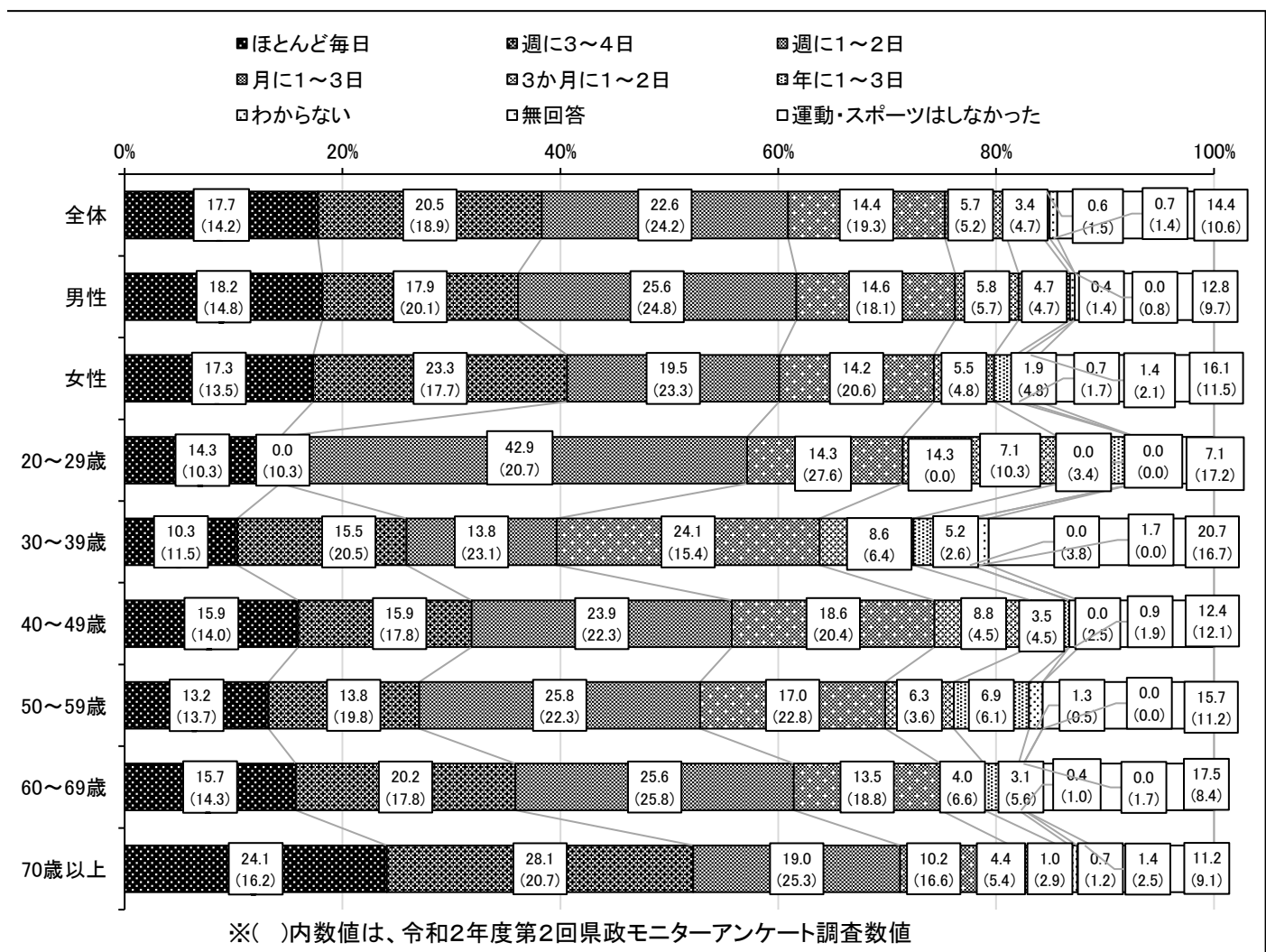
＜この1年間に運動・スポーツを行った日数＞  
週1日以上行っている人が約6割

問2 問1であげた種目を含め、あなたはこの1年間に運動・スポーツを何日程度行いましたか。当てはまるものを選んでください。(〇は1つ)

	今回調査 n=862		(参考)前回 R3.2月調査 n=996	
	回答数(人)	割合(%)	回答数(人)	割合(%)
① ほとんど毎日	153	17.7	141	14.2
② 週に3～4日	177	20.5	188	18.9
③ 週に1～2日	195	22.6	241	24.2
④ 月に1～3日	124	14.4	192	19.3
⑤ 3カ月に1～2日	49	5.7	52	5.2
⑥ 年に1～3日	29	3.4	47	4.7
⑦ わからない	5	0.6	15	1.5
無回答	6	0.7	14	1.4
この1年間に運動・スポーツはしなかった(※)	124	14.4	106	10.6

※問1で「この1年間に運動・スポーツはしなかった」を選択した人(124人)も含めて割合算出(R2年度は問2で「行っていない」を選択した人(106人)の数)

●「ほとんど毎日」(17.7%)「週に3～4日」(20.5%)「週に1～2日」(22.6%)を合わせて60.8%となり、週1日以上運動・スポーツを行っている人の割合は初めて60%を超えた。「週1日以上」の年齢別では、70歳以上が71.2%と一番高く、30歳代が一番低くなっている(昨年も70歳代が一番高かった)。特に30歳代の「週1日以上」が大幅に減少(前年比-15.5%)し、逆に「月に1～3日」が増加(前年比+8.7)した。



＜この1年間に運動・スポーツを行った理由＞

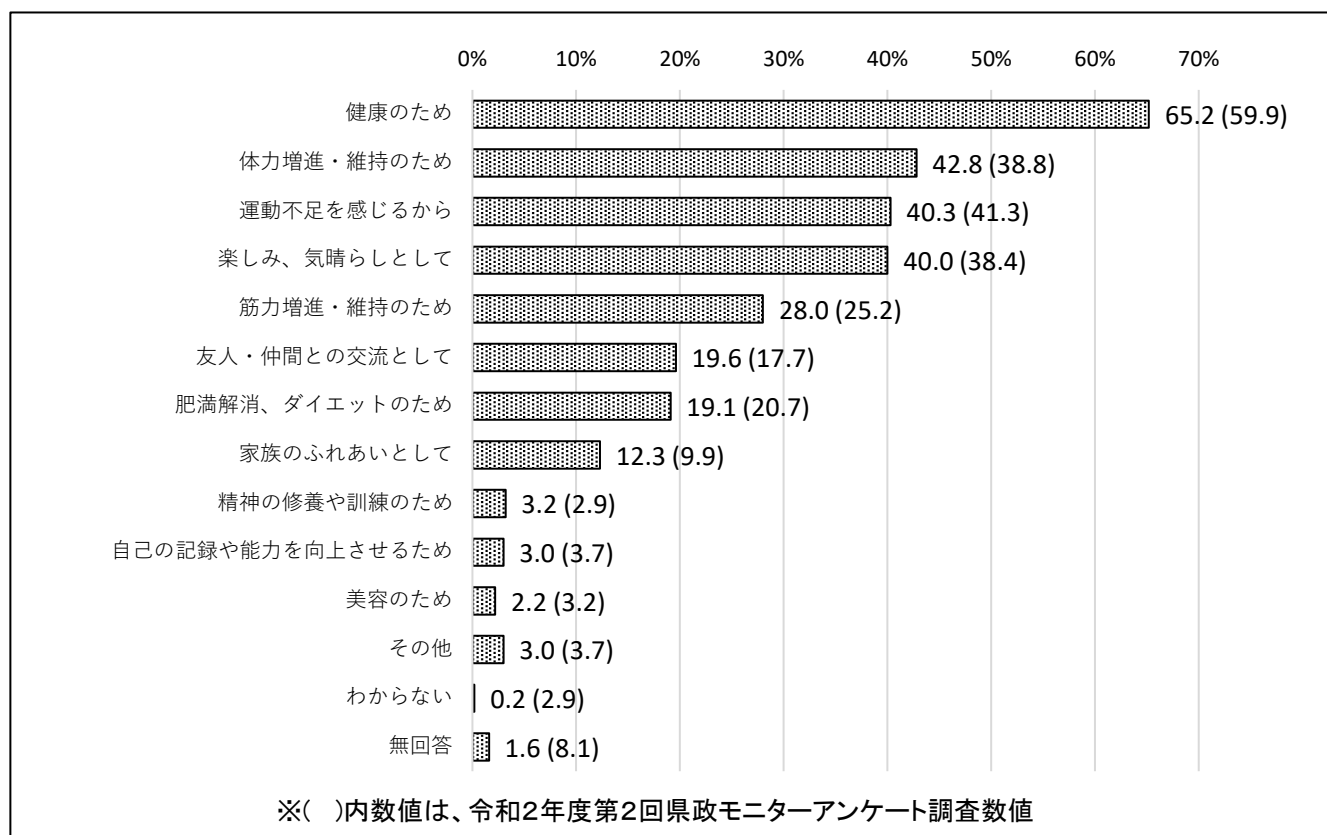
「健康のため」が6割超、「体力増進・維持のため」が4割超、「運動不足を感じるから」「楽しみ、気晴らしとして」がそれぞれ約4割

問3 この1年間に、あなたが運動やスポーツを実施したのはどのような理由からですか。当てはまるものを選んでください。（〇はいくつでも）

	今回調査 n=862		(参考) 前回 R3.2月調査 n=996	
	回答数(人)	割合(%)	回答数(人)	割合(%)
健康のため	562	65.2	597	59.9
体力増進・維持のため	369	42.8	386	38.8
運動不足を感じるから	347	40.3	411	41.3
楽しみ、気晴らしとして	345	40.0	382	38.4
筋力増進・維持のため	241	28.0	251	25.2
友人・仲間との交流として	169	19.6	176	17.7
肥満解消、ダイエットのため	165	19.1	206	20.7
家族のふれあいとして	106	12.3	99	9.9
精神の修養や訓練のため	28	3.2	29	2.9
自己の記録や能力を向上させるため	26	3.0	37	3.7
美容のため	19	2.2	32	3.2
その他	26	3.0	37	3.7
わからない	2	0.2	29	2.9
無回答	14	1.6	81	8.1
この1年間に運動・スポーツはしなかった(※)	124	14.4	—	—

※問1で「この1年間に運動・スポーツはしなかった」を選択した人(124人)も含めて割合を算出

●「健康のため」が65.2%と最も高く、次いで「体力増進・維持のため」(42.8%)、「運動不足を感じるから」(40.3%)、「楽しみ、気晴らしとして」(40.0%)となっている。前年調査では3番目の「体力増進・維持のため」と2番目の「運動不足を感じるから」が入れ替わり、健康志向の理由が上位となった。



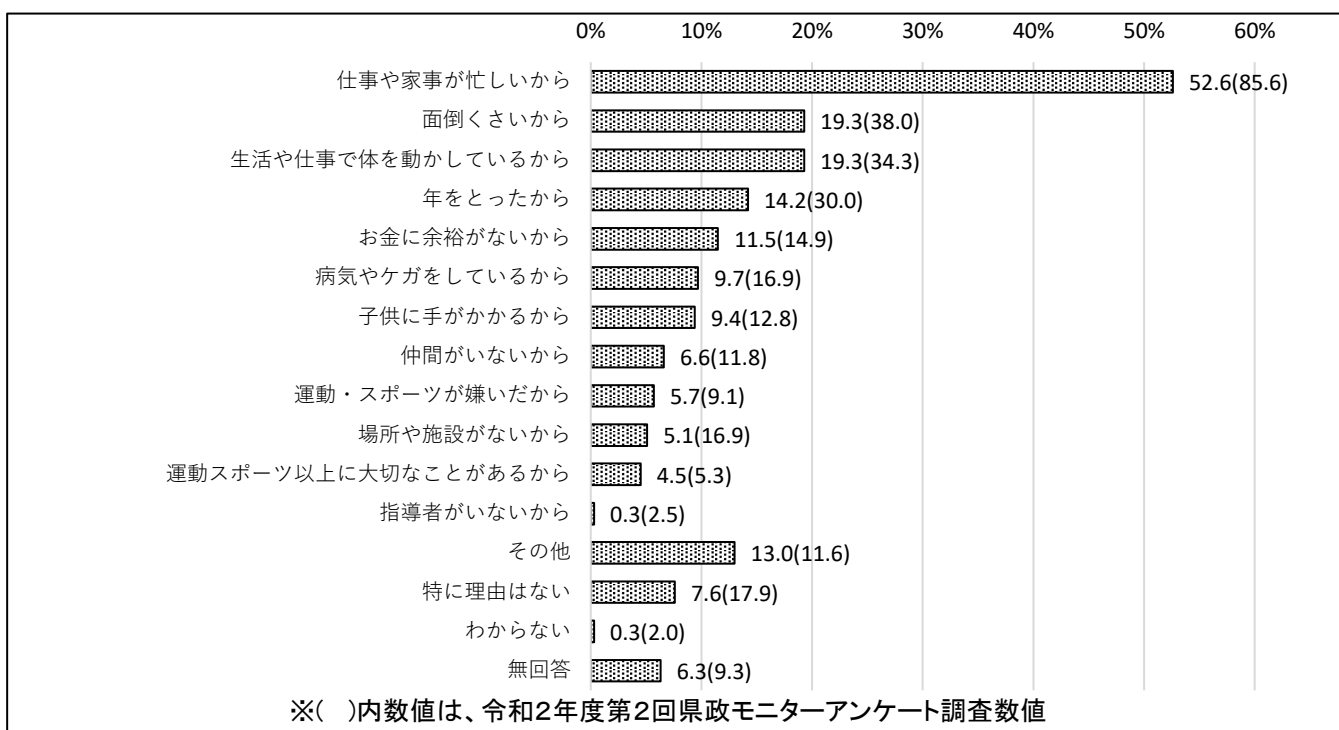
その他としては「犬の散歩」、「職場でラジオ体操など行っている」等の回答が見られた。

＜この1年間に行った運動・スポーツを週に1日以上できなかった理由＞  
「仕事や家事が忙しいから」が5割超、「面倒くさいから」「生活や仕事で体を動かしているから」が約2割

問4 問1で①または問2で④～⑦を回答した方に伺います。週に1日以上運動・スポーツを実施できなかった理由は何ですか。当てはまるものを選んでください。(〇はいくつでも)

	今回調査 n=331		(参考)前回 R3.2月調査 n=397	
	回答数(人)	割合(%)	回答数(人)	割合(%)
仕事や家事が忙しいから	174	52.6	340	85.6
面倒くさいから	64	19.3	151	38.0
生活や仕事で体を動かしているから	64	19.3	136	34.3
年をとったから	47	14.2	119	30.0
お金に余裕がないから	38	11.5	59	14.9
病気やケガをしているから	32	9.7	67	16.9
子供に手がかかるから	31	9.4	51	12.8
仲間がいないから	22	6.6	47	11.8
運動・スポーツが嫌いだから	19	5.7	36	9.1
場所や施設がないから	17	5.1	67	16.9
運動スポーツ以上に大切なことがあるから	15	4.5	21	5.3
指導者がいないから	1	0.3	10	2.5
その他	43	13.0	46	11.6
特に理由はない	25	7.6	71	17.9
わからない	1	0.3	8	2.0
無回答	21	6.3	37	9.3

● 「仕事や家事が忙しいから」が52.6%と最も高く、次いで「面倒くさいから」(19.3%)、「生活や仕事で体を動かしているから」(19.3%)の順となっている。特に「仕事や家事が忙しいから」・「生活や仕事で体を動かしているから」の割合の減少は、コロナ禍の影響もあり、家で過ごす時間の増加が原因の一つと考えられる。



その他としては「新型コロナウイルス感染症の影響」、「けがや病気のため」、「疲れているから」、「家族の介護」等の回答が見られた。

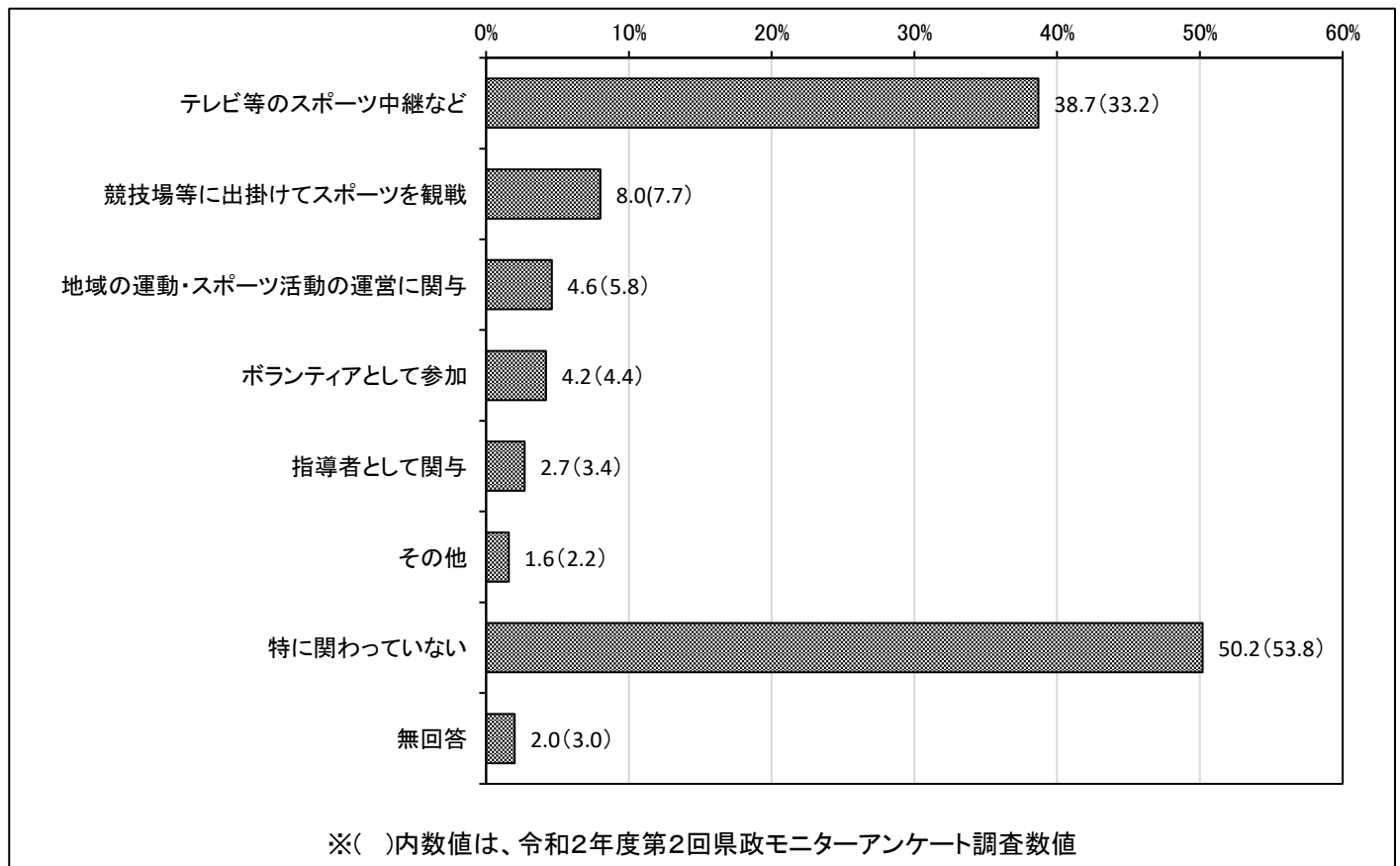
＜運動・スポーツをする以外の関わり方＞

「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」が約4割、「競技場等に出掛け、スポーツを観戦する」が約1割

問5 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。当てはまるものを選んでください。（〇はいくつでも）

	今回調査 n=862		(参考) 前回 R3.2月調査 n=996	
	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やスポーツ情報に接している	334	38.7	331	33.2
競技場等に出掛けて、スポーツを観戦している	69	8.0	77	7.7
地域の運動・スポーツ活動の運営に携わっている	40	4.6	58	5.8
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	36	4.2	44	4.4
指導者として関わっている	23	2.7	34	3.4
その他	14	1.6	22	2.2
特に関わっていない	433	50.2	536	53.8
無回答	17	2.0	30	3.0

●「テレビ等により日常的にスポーツ中継やスポーツ情報に接している」が38.7%と最も高く、次いで「競技場等に出掛けて、スポーツを観戦している」(8.0%)、「地域の運動・スポーツ活動の運営に携わっている」(4.6%)となっている。コロナ禍の影響で外出を控え、テレビ等の観戦が5.5ポイント増加。「特に関わっていない」は、昨年同様に約5割を占めている。



その他としては「子供や孫の応援、サポート」等の回答が見られた。

## 《文化芸術活動に関する実感》

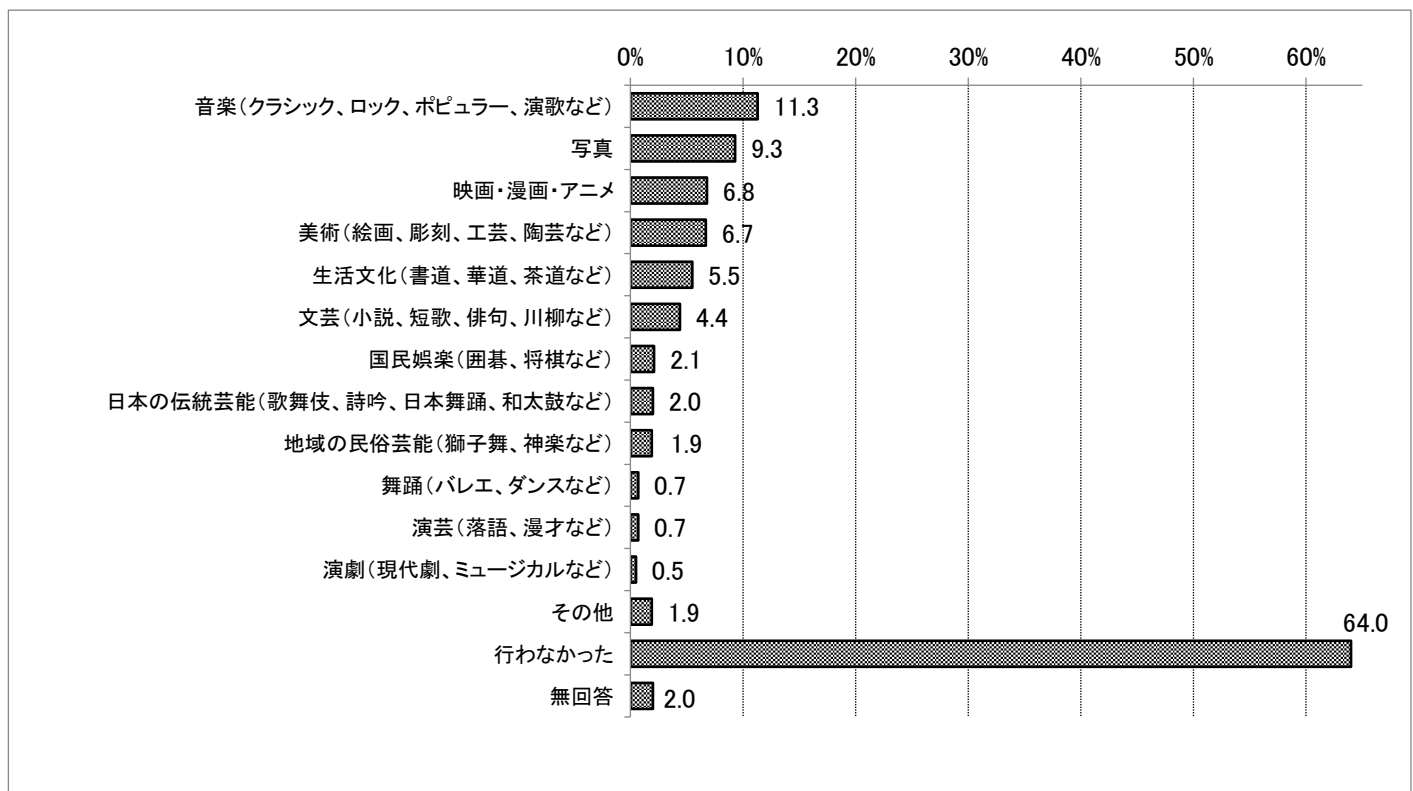
### ＜文化芸術活動に参加した人の割合＞

過去1年間に文化芸術活動(創作・参加)を行った人は3割超  
一方、過去1年間に文化芸術活動(鑑賞)を行った人は約7割

問6 以下の中で、あなたがこの1年間に行った文化芸術活動(鑑賞を含む)(※)について、当てはまるものをすべて選んでください。(✓はいくつでも、両方でも可)

■ 自ら創作・参加する文化芸術活動を行なった	n=862	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)		97	11.3
写真		80	9.3
映画・漫画・アニメ		59	6.8
美術(絵画、彫刻、工芸、陶芸など)		58	6.7
生活文化(書道、華道、茶道など)		47	5.5
文芸(小説、短歌、俳句、川柳など)		38	4.4
国民娯楽(囲碁、将棋など)		18	2.1
日本の伝統芸能(歌舞伎、詩吟、日本舞踊、和太鼓など)		17	2.0
地域の民俗芸能(獅子舞、神楽など)		16	1.9
舞踊(バレエ、ダンスなど)		6	0.7
演芸(落語、漫才など)		6	0.7
演劇(現代劇、ミュージカルなど)		4	0.5
その他		16	1.9
行わなかった		552	64.0
無回答		17	2.0

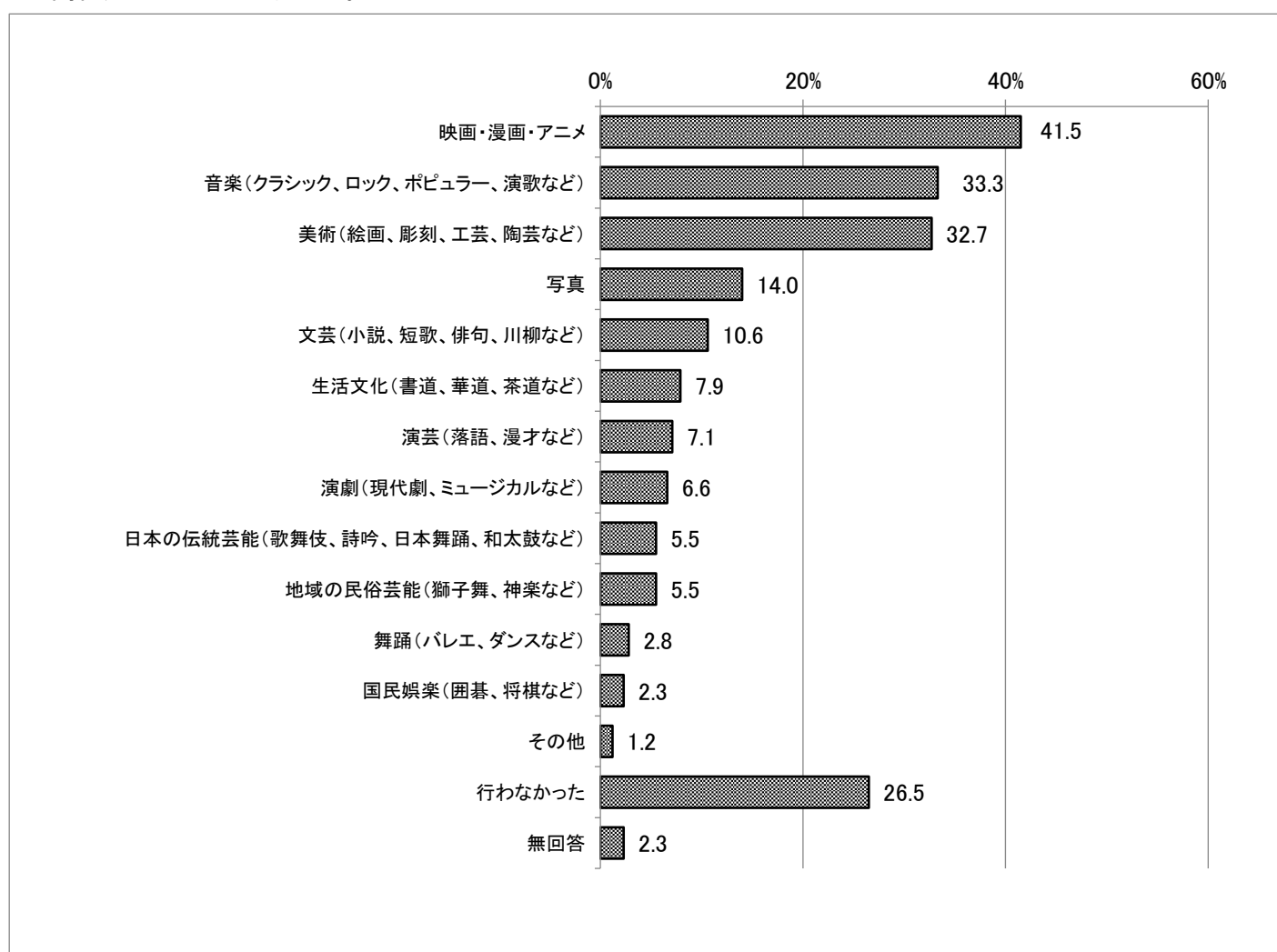
●自ら創作・参加した文化芸術活動は「音楽」(11.3%)が最も高く、次に「写真」(9.3%)、「映画・漫画・アニメ」(6.8%)と続いている。当該活動を行った人(回答数から「行わなかった」「無回答」を除いた数値(293人)の割合)は34.0%となった。



その他としては、「手芸」「大正琴」「フラワーアレンジメント」等の回答が見られた。

■ 文化芸術作品の鑑賞を行った	n=862	回答数(人)	割合(%)
映画・漫画・アニメ		358	41.5
音楽(クラシック、ロック、ポピュラー、演歌など)		287	33.3
美術(絵画、彫刻、工芸、陶芸など)		282	32.7
写真		121	14.0
文芸(小説、短歌、俳句、川柳など)		91	10.6
生活文化(書道、華道、茶道など)		68	7.9
演芸(落語、漫才など)		61	7.1
演劇(現代劇、ミュージカルなど)		57	6.6
日本の伝統芸能(歌舞伎、詩吟、日本舞踊、和太鼓など)		47	5.5
地域の民俗芸能(獅子舞、神楽など)		47	5.5
舞踊(バレエ、ダンスなど)		24	2.8
国民娯楽(囲碁、将棋など)		20	2.3
その他		10	1.2
行わなかった		228	26.5
無回答		20	2.3

●文化芸術作品の鑑賞は「映画・漫画・アニメ」が41.5%と最も高く、次に「音楽」(33.3%)、「美術」(32.7%)と続いている。当該活動を行った人(回答数から「行わなかった」「無回答」を除いた数値(614人)の割合)は71.2%となった。



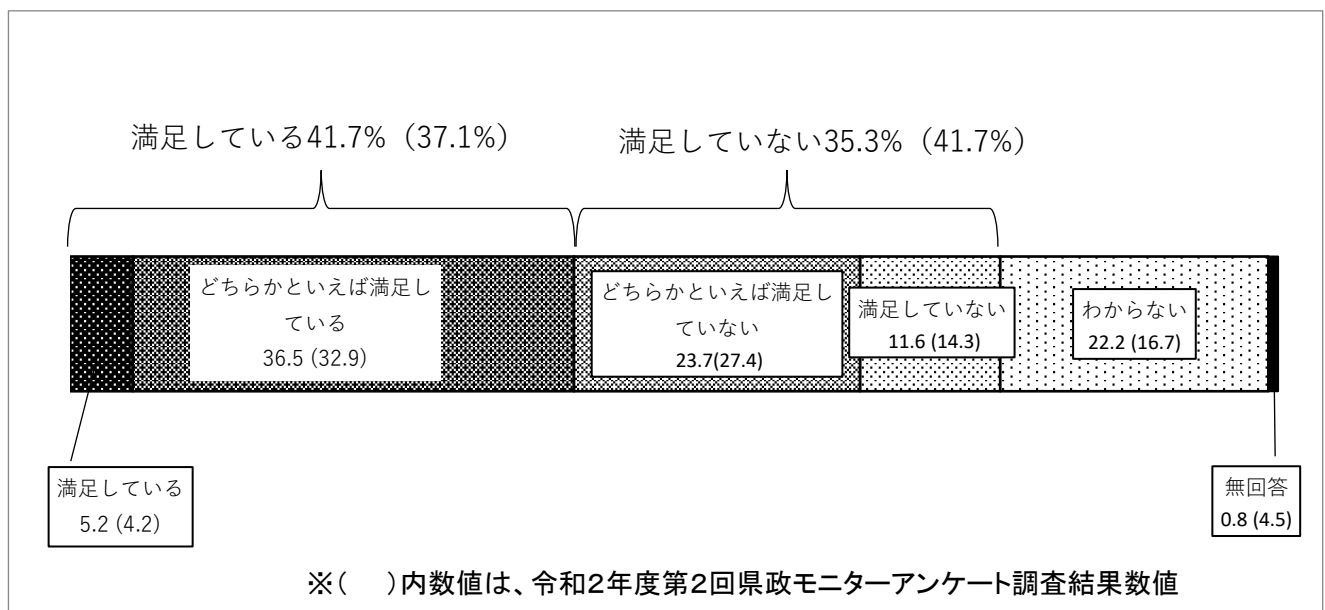
その他としては、「絵手紙展」「植物鑑賞」「刀剣鑑賞」等の回答が見られた。

<住んでいる地域の文化的環境の満足度>  
 「満足している」と「どちらかといえば満足している」を合わせて約4割

問7 あなたは、あなたが住んでいる市町村の文化的環境、例えば、鑑賞機会、創作・参加機会、文化財や伝統的まちなみの保存・整備などに満足していますか。当てはまるものを選んでください。(〇は1つ)

	今回調査 n=862		(参考)前回 R3.2月調査 n=995	
	回答数(人)	割合(%)	回答数(人)	割合(%)
満足している	45	5.2	42	4.2
どちらかといえば満足している	315	36.5	327	32.9
どちらかといえば満足していない	204	23.7	273	27.4
満足していない	100	11.6	142	14.3
わからない	191	22.2	166	16.7
無回答	7	0.8	45	4.5

●「どちらかといえば満足している」が36.5%と最も高く、次に「どちらかといえば満足していない」(23.7%)、「わからない」(22.2%)と続いている。



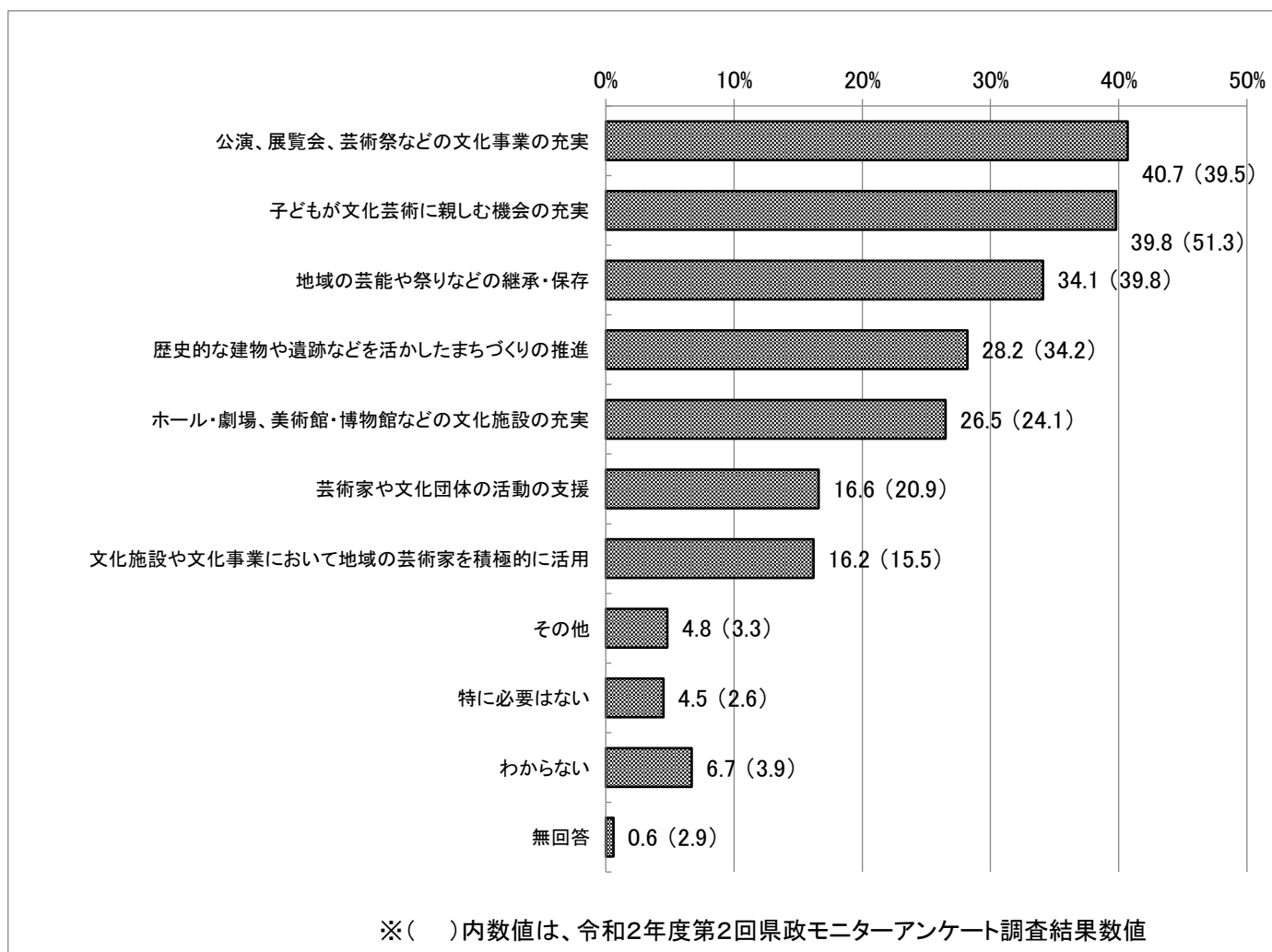
＜地域の文化的環境の充実に必要な事項＞

「公演、展覧会、芸術祭などの文化事業の充実」及び「子どもが文化芸術に親しむ機会の充実」が約4割

問8 あなたは、あなたが住んでいる市町村の文化的環境を満足できるものとするために、何が必要だと思いますか。当てはまるものを選んでください。(〇はいくつでも)

	今回調査 n=862		(参考)前回 R3.2月調査 n=995	
	回答数(人)	割合(%)	回答数(人)	割合(%)
公演、展覧会、芸術祭などの文化事業の充実	351	40.7	393	39.5
子どもが文化芸術に親しむ機会の充実	343	39.8	510	51.3
地域の芸能や祭りなどの継承・保存	294	34.1	396	39.8
歴史的な建物や遺跡などを活かしたまちづくりの推進	243	28.2	340	34.2
ホール・劇場、美術館・博物館などの文化施設の充実	228	26.5	240	24.1
芸術家や文化団体の活動の支援	143	16.6	208	20.9
文化施設や文化事業において地域の芸術家を積極的に活用	140	16.2	154	15.5
その他	41	4.8	33	3.3
特に必要はない	39	4.5	26	2.6
わからない	58	6.7	39	3.9
無回答	5	0.6	29	2.9

●「公演、展覧会、芸術祭などの文化事業の充実」が40.7%と最も高く、次に「子どもが文化芸術に親しむ機会の充実」(39.8%)、「地域の芸能や祭りなどの継承・保存」(34.1%)と続いている。



その他としては、「公演などの告知の充実」「伝統的技術を持つ職人への支援」「公共交通機関のアクセス向上」等の回答が見られた。



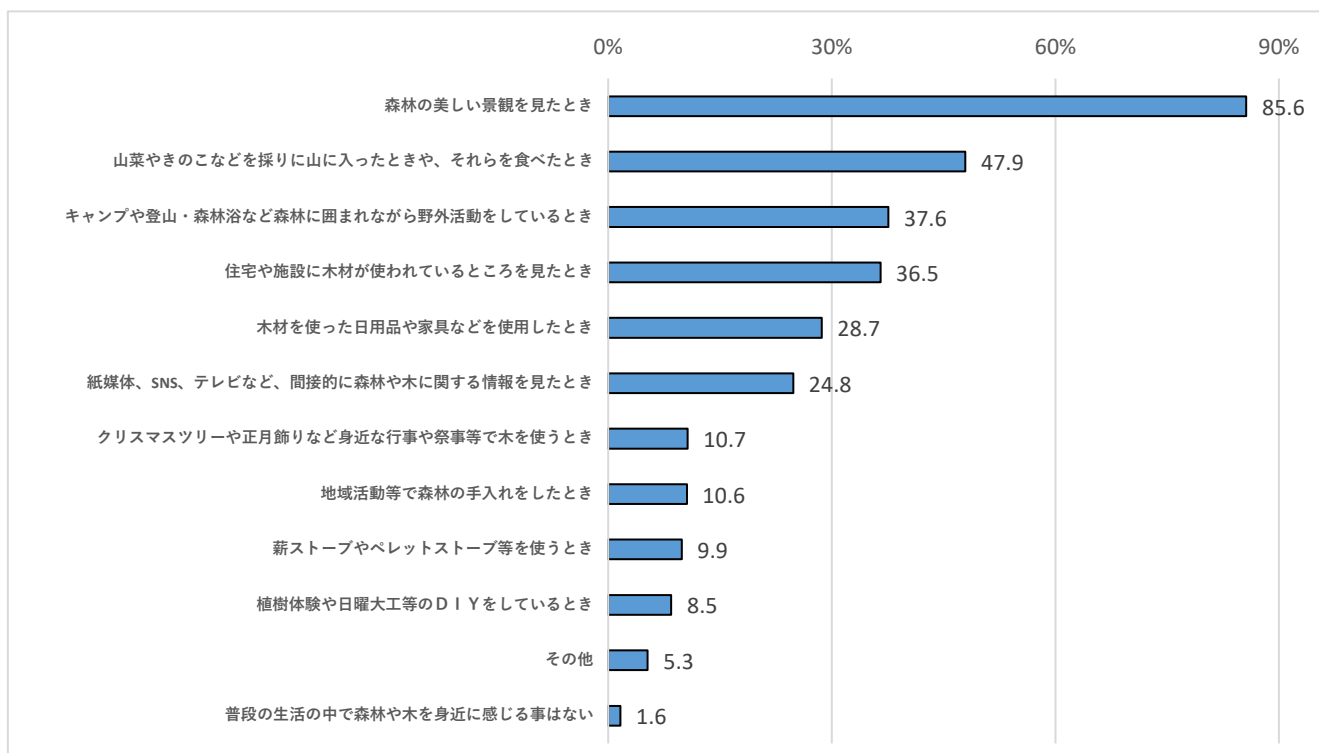
## 《長野県の森林・林業について》

＜普段の暮らしの中で森林や木を身近に感じる時＞  
「森林の美しい景観を見たとき」が8割超

問9 あなたが普段の暮らしの中で、森林や木を身近に感じる時はどんなときですか（〇はいくつでも）

	回答数 (人)	割合 (%)
	n=862	
森林の美しい景観を見たとき	738	85.6
山菜やきのこなどを採りに山に入ったときや、それらを食べたとき	413	47.9
キャンプや登山・森林浴など森林に囲まれながら野外活動をしているとき	324	37.6
住宅や施設に木材が使われているところを見たとき	315	36.5
木材を使った日用品や家具などを使用したとき	247	28.7
紙媒体、SNS、テレビなど、間接的に森林や木に関する情報を見たとき	214	24.8
クリスマスツリーや正月飾りなど身近な行事や祭事等で木を使うとき	92	10.7
地域活動等で森林の手入れをしたとき	91	10.6
薪ストーブやペレットストーブ等を使うとき	85	9.9
植樹体験や日曜大工等のDIYをしているとき	73	8.5
その他	46	5.3
普段の生活の中で森林や木を身近に感じる事はない	14	1.6

●「森林の美しい景観を見たとき」が85.6%と最も多く、次に「山菜やきのこなどを採りに山に入ったときや、それらを食べたとき」（47.9%）、「キャンプや登山・森林浴など森林に囲まれながら野外活動をしているとき」（37.6%）となっている。



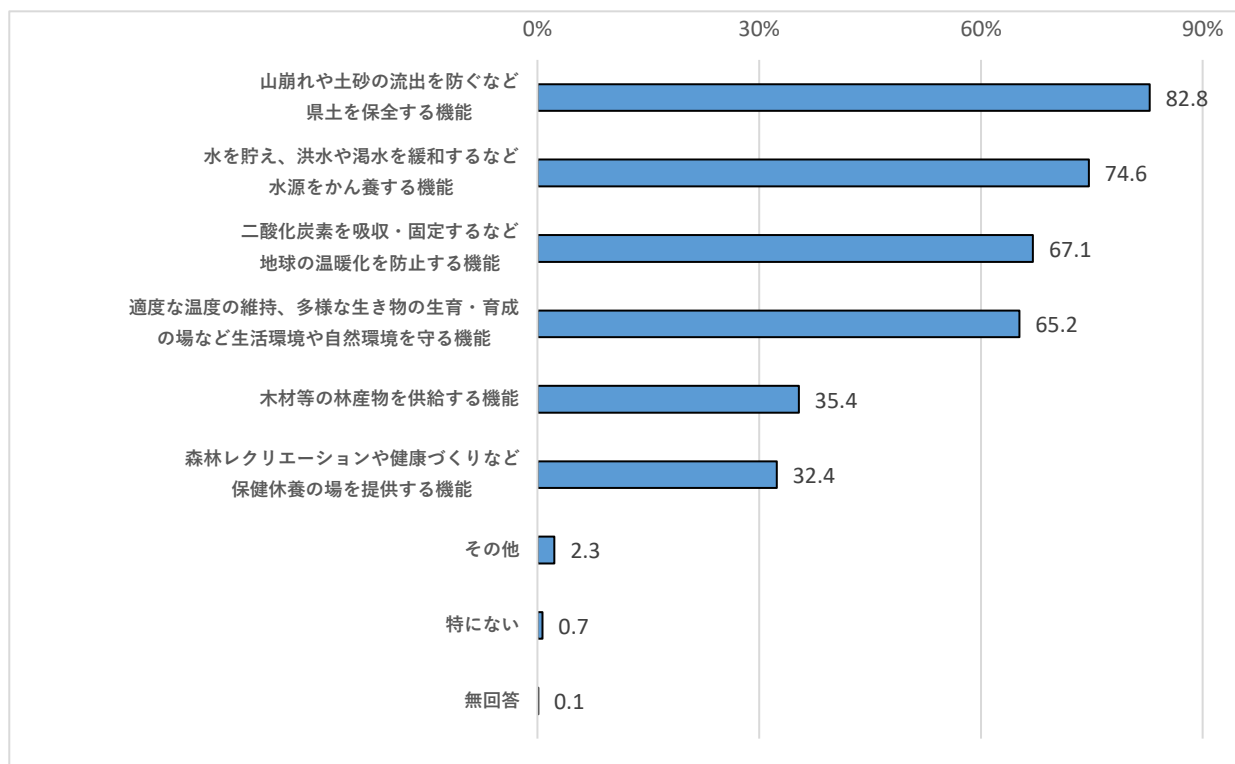
その他としては、「家の窓から木々が見える時」、「通勤時」、「庭木の剪定時」等の回答が見られた。

＜森林が持つ機能の中で期待するもの＞  
 「山崩れや土砂の流出を防ぐなど県土を保全する機能」が8割超

問10 森林が持つ機能の中であなたが期待しているものは何ですか。(〇はいくつでも)

	n=862	回答数 (人)	割合 (%)
山崩れや土砂の流出を防ぐなど県土を保全する機能		714	82.8
水を貯え、洪水や渇水を緩和するなど水源をかん養する機能		643	74.6
二酸化炭素を吸収・固定するなど地球の温暖化を防止する機能		578	67.1
適度な温度の維持、多様な生き物の生育・育成の場など生活環境や自然環境を守る機能		562	65.2
木材等の林産物を供給する機能		305	35.4
森林レクリエーションや健康づくりなど保健休養の場を提供する機能		279	32.4
その他		20	2.3
特にない		6	0.7
無回答		1	0.1

● 「山崩れや土砂の流出を防ぐなど県土を保全する機能」が82.8%と最も多く、次に「水を貯え、洪水や渇水を緩和するなど水源をかん養する機能」(74.6%)、「二酸化炭素を吸収・固定するなど地球の温暖化を防止する機能」(67.1%)となっている。



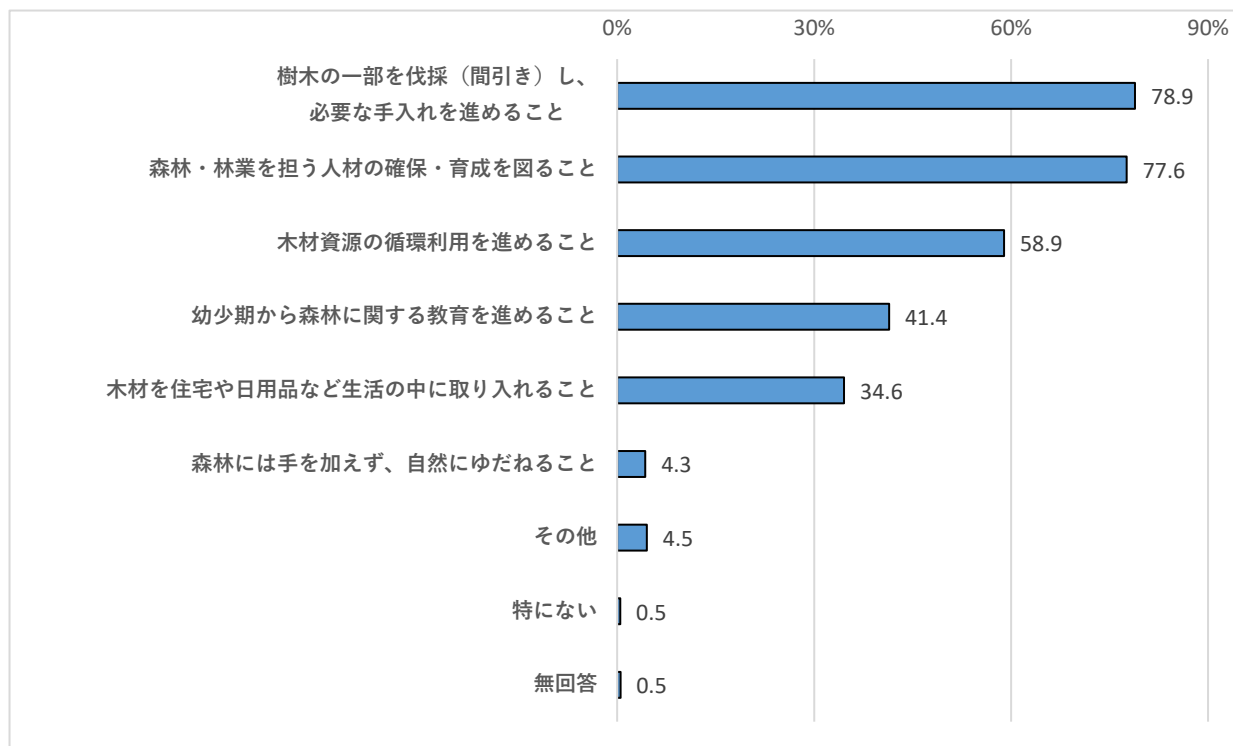
その他としては、「薪ストーブの薪として利用できること」、「野生動物の生活の場」、「森林を見て癒されること」等の回答がみられた。

＜森林の機能を適切に維持していくために必要なこと＞  
 「樹木の一部を伐採(間引き)し、必要な手入れを進めること」が約8割となり、僅差で「森林・林業を担う人材の確保・育成を図ること」が続く

問11 森林の機能を適切に維持していくために、あなたが特に必要だと思うことは何ですか。(〇はいくつでも)

	n=862	回答数 (人)	割合 (%)
樹木の一部を伐採(間引き)し、必要な手入れを進めること		680	78.9
森林・林業を担う人材の確保・育成を図ること		669	77.6
木材資源の循環利用を進めること		508	58.9
幼少期から森林に関する教育を進めること		357	41.4
木材を住宅や日用品など生活の中に取り入れること		298	34.6
森林には手を加えず、自然にゆだねること		37	4.3
その他		39	4.5
特にない		4	0.5
無回答		4	0.5

●「樹木の一部を伐採(間引き)し、必要な手入れを進めること」が78.9%と最も多く、次に「森林・林業を担う人材の確保・育成を図ること」(77.6%)、「木材資源の循環利用を進めること」(58.9%)となっている。



その他としては、「山に合った本来の樹木の植林」、「都市公園等の樹木の手入れ」、「松くい虫被害対策」等の回答がみられた。

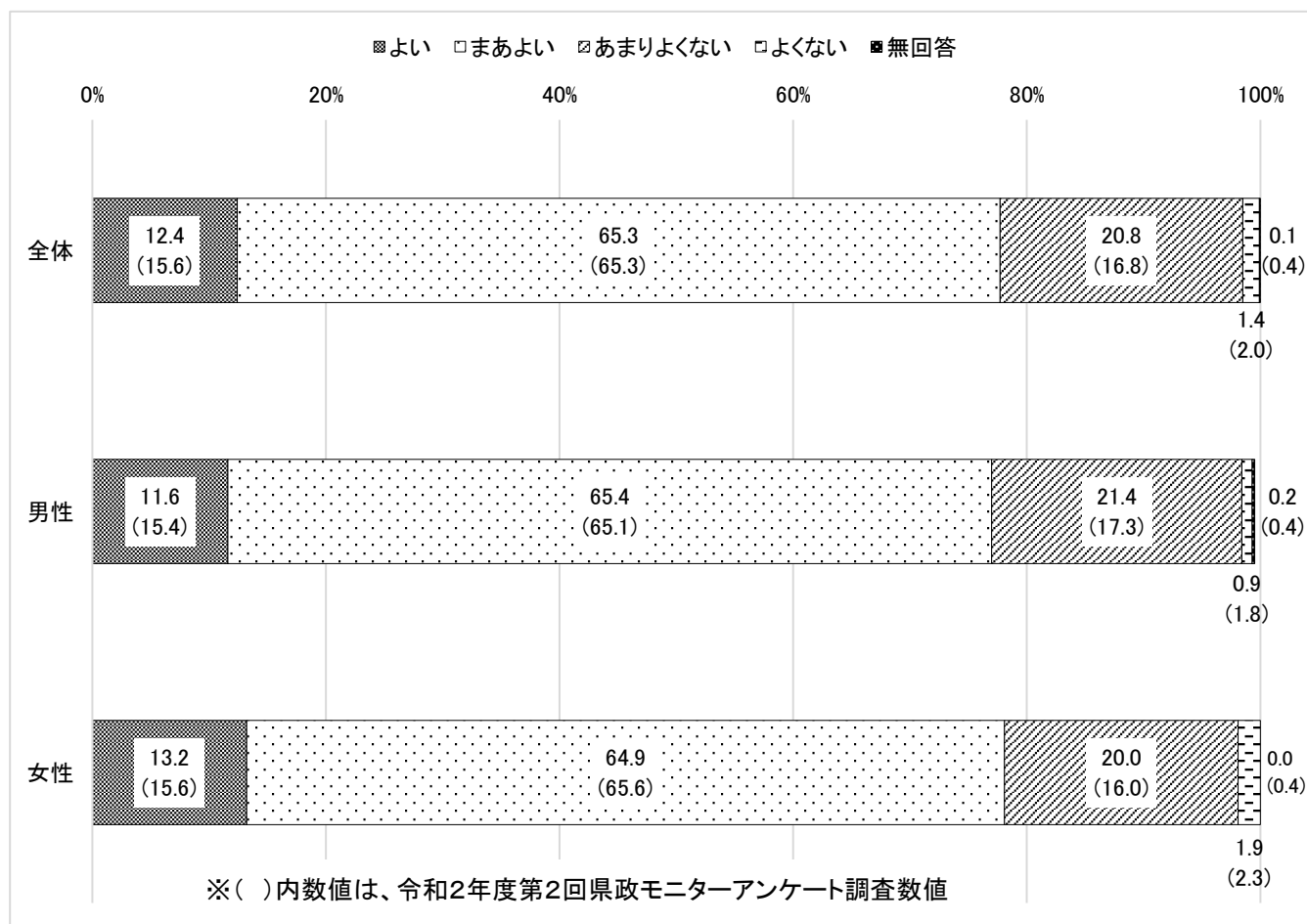
## 《健康づくりについて》

＜自分の健康状態をどのように感じているか＞  
「よい」、「まあよい」と感じている人は約8割

問12 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。当てはまるものを選んでください。(○は1つ)

	今回調査 n=862		(参考)前回 R3.2月調査 n=996	
	回答数(人)	割合(%)	回答数(人)	割合(%)
よい	107	12.4	155	15.6
まあよい	563	65.3	650	65.3
あまりよくない	179	20.8	167	16.8
よくない	12	1.4	20	2.0
無回答	1	0.1	4	0.4

●自分の健康状態を「よい」、「まあよい」と感じている割合は77.7%であり、前回調査(80.9%)より減少している。



<健康の維持・増進に関して取り組んでいることについて>

「健康診断受診に関すること」の「取り組んでいる」、「少し取り組んでいる」を合わせた割合が約9割

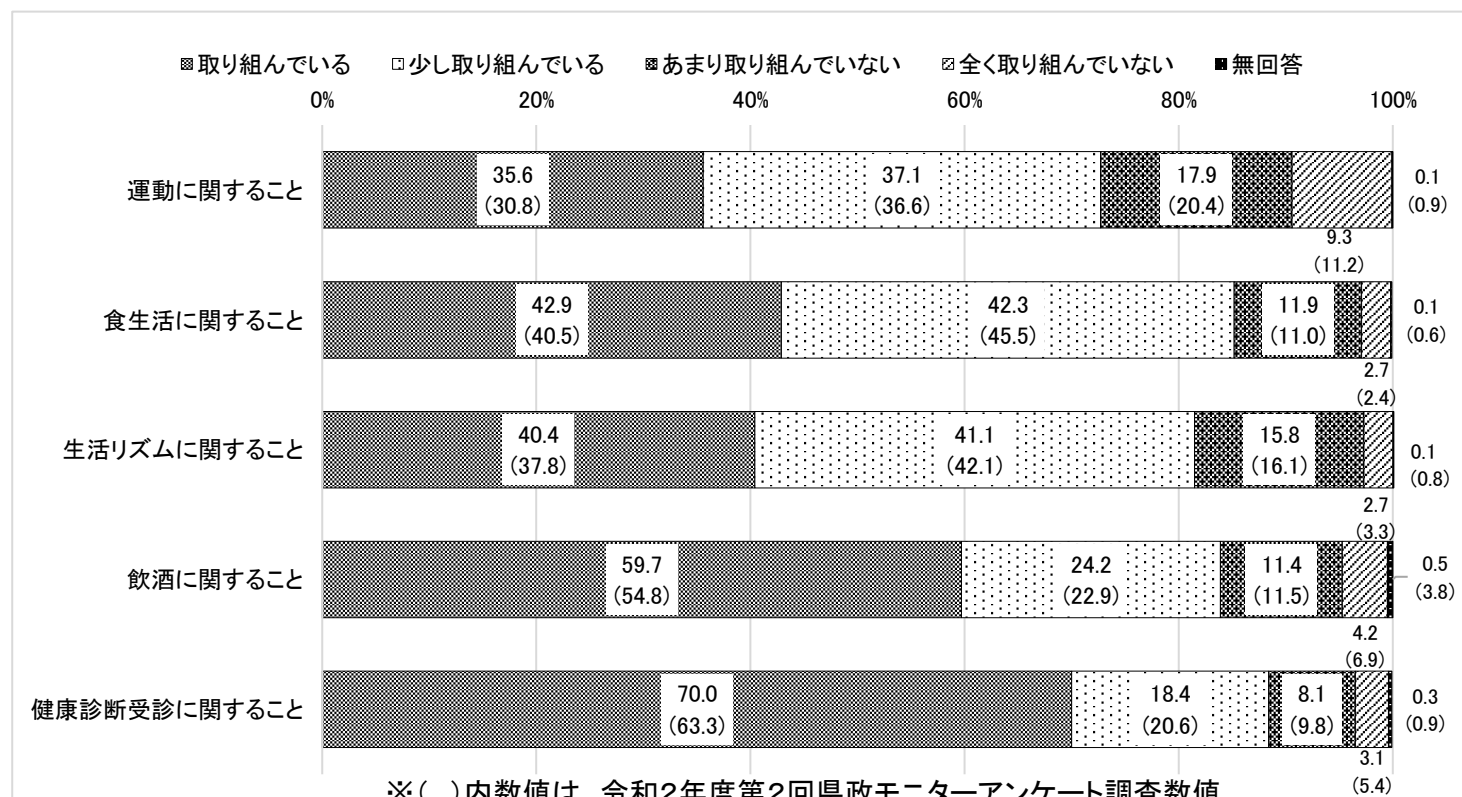
問 13-1 あなたは、現在(または過去1年間)、次の中で取り組んでいることがありますか。(1)から(5)のそれぞれについて、該当する番号に1つずつ○をつけてください。

	n=862					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	307	320	154	80	1	35.6	37.1	17.9	9.3	0.1
食生活に関すること	370	365	103	23	1	42.9	42.3	11.9	2.7	0.1
生活リズムに関すること	348	354	136	23	1	40.4	41.1	15.8	2.7	0.1
飲酒に関すること	515	209	98	36	4	59.7	24.2	11.4	4.2	0.5
健康診断受診に関すること	603	159	70	27	3	70.0	18.4	8.1	3.1	0.3

(参考)R3.2月調査

	n=996					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	307	365	203	112	9	30.8	36.6	20.4	11.2	0.9
食生活に関すること	403	453	110	24	6	40.5	45.5	11.0	2.4	0.6
生活リズムに関すること	376	419	160	33	8	37.8	42.1	16.1	3.3	0.8
飲酒に関すること	546	228	115	69	38	54.8	22.9	11.5	6.9	3.8
健康診断受診に関すること	630	205	98	54	9	63.3	20.6	9.8	5.4	0.9

- 「運動」「生活リズム」「飲酒」「健康診断受診」に関することについて「取り組んでいる」または「少し取り組んでいる」は、それぞれ72.7%、81.5%、83.9%、88.4%で、前回調査(67.4%、79.9%、77.7%、83.9%)を上回った。また、「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」人の割合は85.2%で前回調査(86.0%)を下回ったが8割を超えている。
- 「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70.0%と前回調査(63.3%)同様に最も高い。

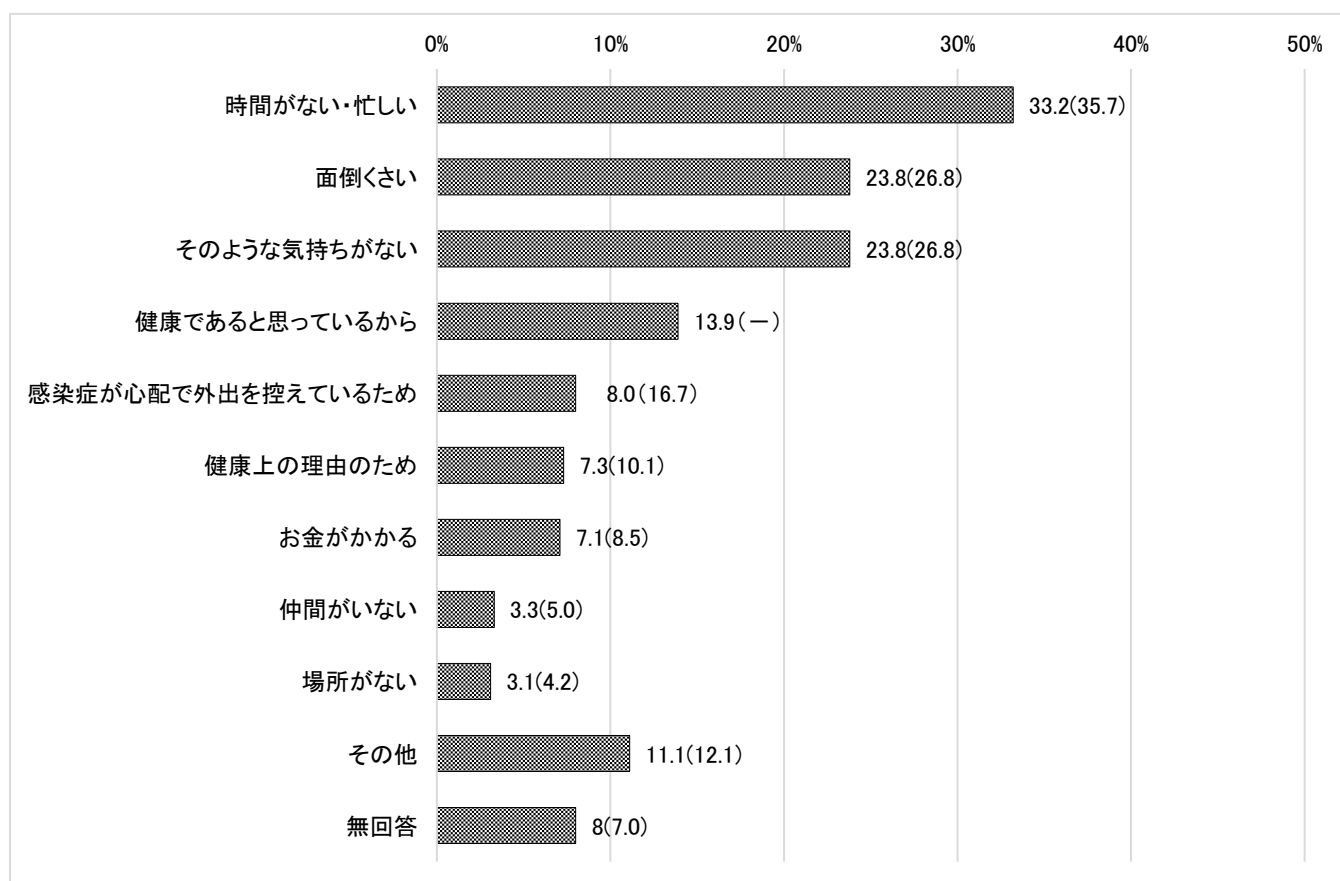


＜健康の維持や増進に関することに取り組まない理由＞  
「時間がない・忙しい」が3割超、「面倒くさい」、「そのような気持ちがない」が2割超

問 問13の(1)から(5)の項目の内、1項目でも③「あまり取り組んでいない」か④「全く取り組んでいない」  
13-2 に○をした方は、その理由を選んでください。(○はいくつでも)

	今回調査 n=425		(参考)前回 R3.2月調査 n=544	
	回答数(人)	割合(%)	回答数(人)	割合(%)
時間がない・忙しい	141	33.2	194	35.7
面倒くさい	101	23.8	146	26.8
そのような気持ちがない	101	23.8	146	26.8
健康であると思っているから	59	13.9	-	-
感染症が心配で外出を控えているため	34	8.0	91	16.7
健康上の理由のため	31	7.3	55	10.1
お金がかかる	30	7.1	46	8.5
仲間がいない	14	3.3	27	5.0
場所がない	13	3.1	23	4.2
その他	47	11.1	66	12.1
無回答	34	8.0	38	7.0

● 「時間がない・忙しい」が33.2%と最も高く、次に「面倒くさい」、「そのような気持ちがない」が23.8%で続いている。



※( )内数値は、令和2年度第2回県政モニターアンケート調査数値

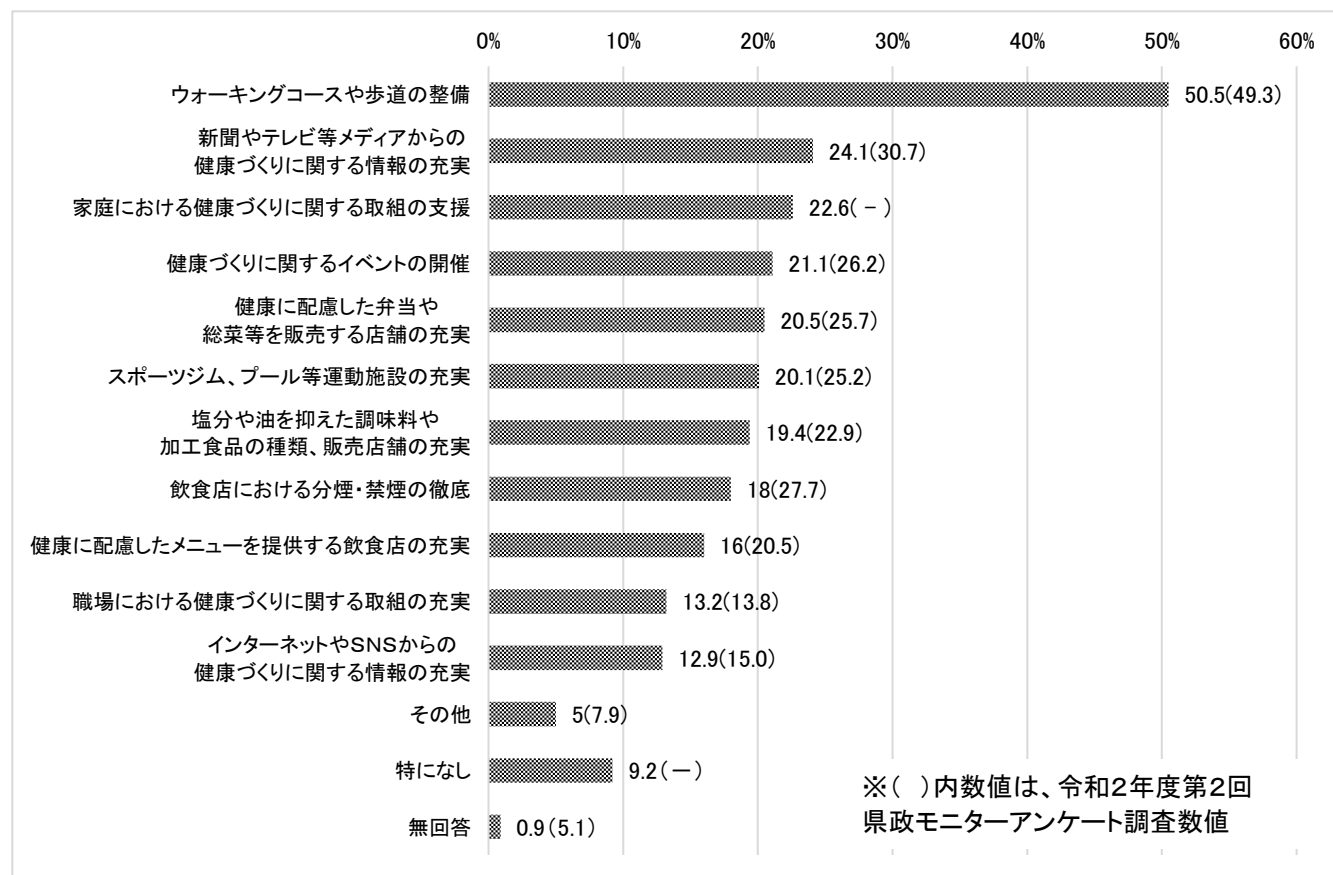
<健康づくりを進める上で必要な環境づくり>

「ウォーキングコースや歩道の整備」が約5割、「新聞やテレビ等メディアからの健康づくりに関する情報の充実」「家庭における健康づくりに関する取組の支援」が2割超

問14 あなたは、ご自身の健康づくりを進める上で、どのような環境づくりが必要だと思いますか。当てはまるものを選んでください。(〇はいくつでも)

	今回調査 n=862		(参考)前回 R3.2月調査 n=996	
	回答数(人)	割合(%)	回答数(人)	割合(%)
ウォーキングコースや歩道の整備	435	50.5	491	49.3
新聞やテレビ等メディアからの健康づくりに関する情報の充実	208	24.1	306	30.7
家庭における健康づくりに関する取組の支援	195	22.6	-	-
健康づくりに関するイベントの開催	182	21.1	261	26.2
健康に配慮した弁当や総菜等を販売する店舗の充実	177	20.5	256	25.7
スポーツジム、プール等運動施設の充実	173	20.1	251	25.2
塩分や油を抑えた調味料や加工食品の種類、販売店舗の充実	167	19.4	228	22.9
飲食店における分煙・禁煙の徹底	155	18.0	276	27.7
健康に配慮したメニューを提供する飲食店の充実	138	16.0	204	20.5
職場における健康づくりに関する取組の充実	114	13.2	137	13.8
インターネットやSNSからの健康づくりに関する情報の充実	111	12.9	149	15.0
その他	43	5.0	79	7.9
特になし	79	9.2	-	-
無回答	8	0.9	51	5.1

●「ウォーキングコースや歩道の整備」が、50.5%と最も高く、次に「新聞やテレビ等メディアからの健康づくりに関する情報の充実」(24.1%)、「家庭における健康づくりに関する取組の支援」(22.6%)が続いている。



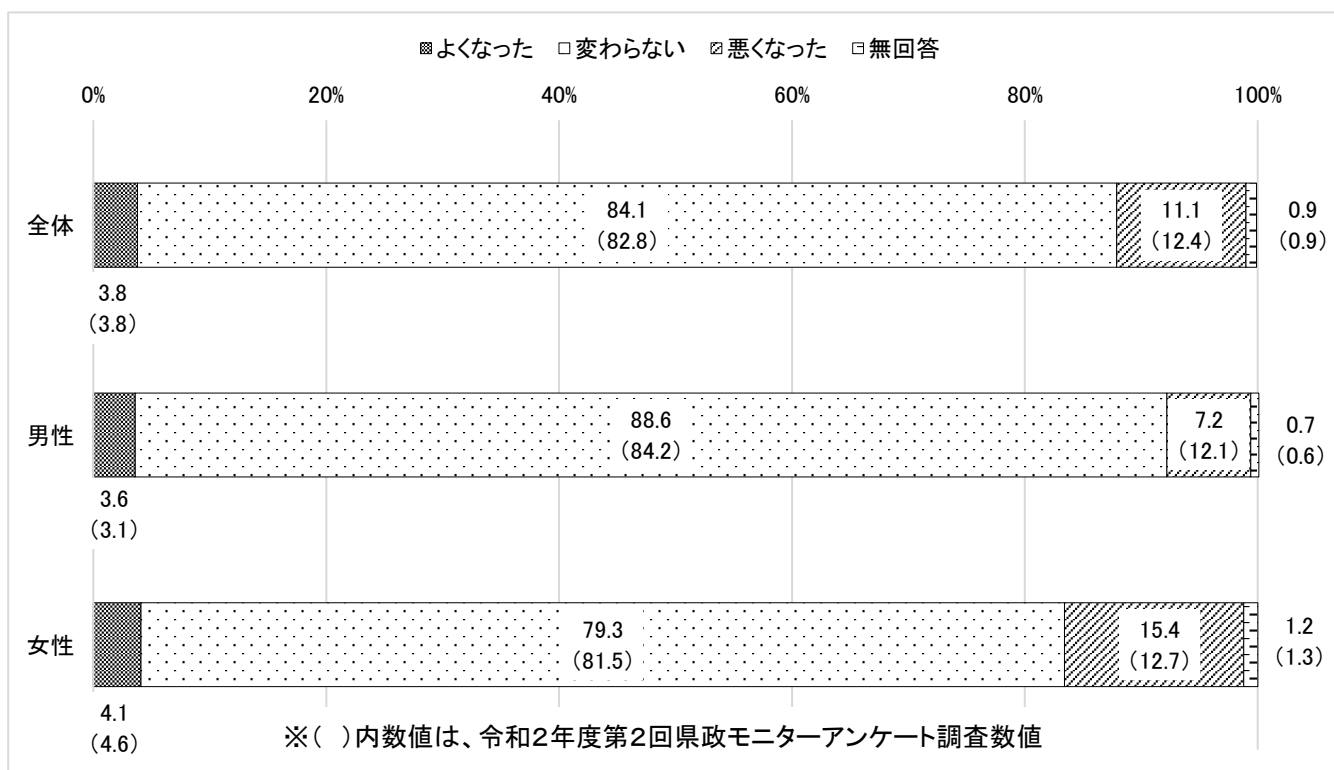
＜コロナ禍での体調変化＞

「変わらない」が8割超であり、「悪くなった」は前回調査から減少したものの依然として約1割

問15 あなたは、コロナ禍以前と比べ体調の変化をどのように感じていますか。当てはまるものを選んでください。(○は1つ)

	今回調査 n=862		(参考)前回 R3.2月調査 n=996	
	回答数(人)	割合(%)	回答数(人)	割合(%)
よくなった	33	3.8	38	3.8
変わらない	725	84.1	825	82.8
悪くなった	96	11.1	124	12.4
無回答	8	0.9	9	0.9

●コロナ禍での体調変化について、「変わらない」が84.1%と最も高かった。「悪くなった」は11.1%と前回調査の12.4%より減少したものの依然として約1割となっている。





## 《消費生活に関する意識について》

＜エシカル消費の認知度＞

「知らない」が5割超、「聞いたことがある」が約3割、「意味を知っている」が約1割

問16 エシカル消費をご存じですか。当てはまるものを選んでください。(○は1つ)

	回答数 (人)	割合 (%)
知らない	490	56.8
聞いたことがある	257	29.8
意味を知っている	110	12.8
無回答	5	0.6

●エシカル消費を「知らない」割合は56.8%、エシカル消費の「意味を知っている」又は「聞いたことがある」割合は合わせて42.6%となっている。



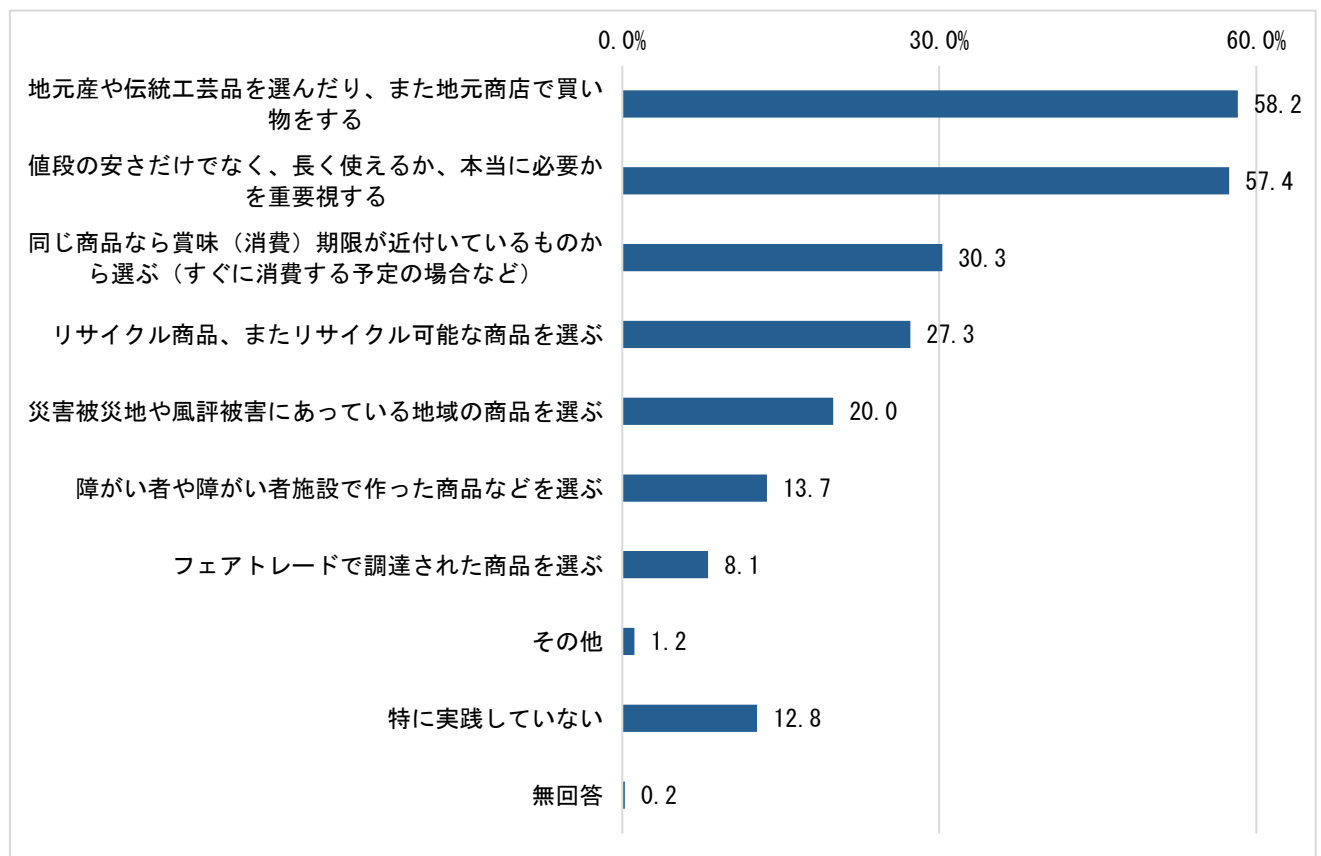
＜エシカル消費の実践状況＞

「地元産や伝統工芸品を選んだり、また地元商店で買い物をする」、「値段の安さだけでなく、長く使えるか、本当に必要かを重要視する」が約6割

問17 エシカル消費について、例として次のような取組みがありますが、普段の買い物の中で実践していることはありますか。当てはまるものを選んでください。(〇はいくつでも)

	回答数 (人)	割合 (%)
n=862		
地元産や伝統工芸品を選んだり、また地元商店で買い物をする	502	58.2
値段の安さだけでなく、長く使えるか、本当に必要かを重要視する	495	57.4
同じ商品なら賞味(消費)期限が近付いているものから選ぶ(すぐに消費する予定の場合など)	261	30.3
リサイクル商品、またリサイクル可能な商品を選ぶ	235	27.3
災害被災地や風評被害にあっている地域の商品を選ぶ	172	20.0
障がい者や障がい者施設で作った商品などを選ぶ	118	13.7
フェアトレードで調達された商品を選ぶ	70	8.1
その他	10	1.2
特に実践していない	110	12.8
無回答	2	0.2

●「地元産や伝統工芸品を選んだり、また地元商店で買い物をする」が58.2%と最も多く、次に「値段の安さだけでなく、長く使えるか、本当に必要かを重要視する」が57.4%となっている。「特に実践していない」は12.8%となっている。



その他としては、「省エネ製品を購入する」、「生産国を確認する」等の回答が見られた。

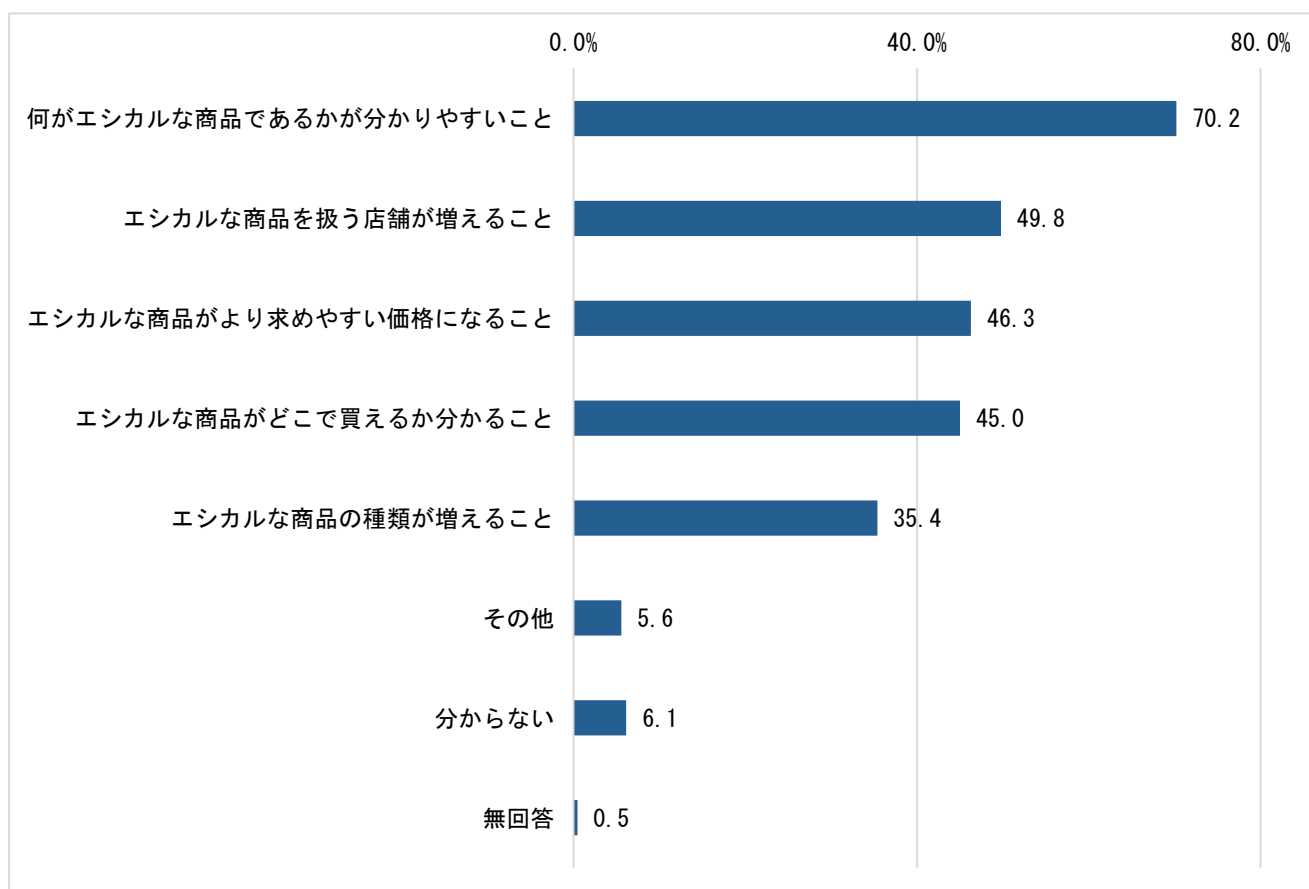
＜エシカル消費の促進に向けて必要な取組＞

「何がエシカルな商品であるかが分かりやすいこと」が約7割、「エシカルな商品を扱う店舗が増えること」が約5割

問18 エシカル消費を増やすためには、どのようなことが必要だと思いますか。当てはまるものを選んでください。(〇はいくつでも)

	n=862	回答数 (人)	割合 (%)
何がエシカルな商品であるかが分かりやすいこと		605	70.2
エシカルな商品を扱う店舗が増えること		429	49.8
エシカルな商品がより求めやすい価格になること		399	46.3
エシカルな商品がどこで買えるか分かること		388	45.0
エシカルな商品の種類が増えること		305	35.4
その他		48	5.6
分からない		53	6.1
無回答		4	0.5

●「何がエシカルな商品であるかが分かりやすいこと」が70.2%と最も多く、次いで「エシカルな商品を扱う店舗が増えること」、「エシカルな商品がより求めやすい価格になること」、「エシカルな商品がどこで買えるか分かること」が4割強～約5割となっている。



その他としては、「もっと分かりやすい言葉にする」、「理解できるように説明する」、「具体例や社会にとってのメリットを周知する」等の回答が見られた。

### Ⅲ 調 査 票

## 【運動・スポーツに関する実感について】

県では、平成30年3月、スポーツ振興のための具体的施策を定めた「第2次スポーツ推進計画(平成30年度～令和4年度)」を策定しました。

この計画では、統計指標とともに統計では把握しきれない県民の皆様の運動・スポーツに関する実施状況等についても指標にしており、基本目標の1つに、「する」「みる」「ささえる」スポーツ参画人口の拡大と定着化を設定しています。また、現在、「第3次スポーツ推進計画」の策定に向けた検討を行っております。

つきましては、県民の皆様の実施状況等を把握したいため、以下のとおり伺います。

問1 以下の中であなたがこの1年間に行った運動やスポーツがあれば、当てはまるものを選んでください。ただし、学校の体育の授業として行ったものや、職業として行ったものは除きます。(〇はいくつでも)  
「②この1年間に運動・スポーツはしなかった」に当てはまる場合は、問4へ進んでください。

- ① ウォーキング(散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩きなどを含む)
- ② ランニング(ジョギング)・マラソン・駅伝
- ③ トレーニング(筋肉トレーニング、トレッドミル、室内運動器具を使ってする運動など)
- ④ 体操(ラジオ体操、ご当地オリジナル体操、職場体操、美容体操、エアロビクス、縄跳びなど)
- ⑤ 器械体操、新体操、トランポリン
- ⑥ 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・フラダンスなど)
- ⑦ 水泳(競泳・水球・飛込・アーティスティックスイミング、アクアエクササイズなど)
- ⑧ 球技:ベースボール型(野球(硬式・軟式)・ソフトボール(キャッチボールなど含む))
- ⑨ 球技:ネット型(バレーボール、テニス、バドミントン、卓球など)
- ⑩ 球技:ゴール型(サッカー・フットサル、バスケットボールなど)
- ⑪ ゴルフ(コース・練習場)
- ⑫ ゲートボール・グラウンドゴルフ・マレットゴルフ・パターゴルフ・スナッグゴルフなど
- ⑬ ボウリング
- ⑭ レクリエーションスポーツ(ティーボール・インディアカ・スポーツチャンバラ・ボッチャ・スポーツ吹矢・ドッジボールなど)
- ⑮ 柔道、剣道、空手、相撲、ボクシング、レスリング
- ⑯ 登山・トレッキング(クライミング含む)、キャンプ、ハイキング、ワンダーフォーゲル
- ⑰ マリンスポーツ(ボート・カヌー・ヨット・水上スキー・ダイビング・サーフィン・釣りなど)
- ⑱ ウィンタースポーツ(スキー・スノーボード・スケート・アイスホッケー・カーリングなど)
- ⑲ 弓道、アーチェリー、射撃、クレ射撃
- ⑳ その他( )
- ㉑ この1年間に運動・スポーツはしなかった。(→問4へ)

問2 問1であげた種目を含め、あなたはこの1年間に運動・スポーツを何日程度行いましたか。当てはまるものを選んでください。(○は1つ)

- |          |            |
|----------|------------|
| ① ほとんど毎日 | ⑤ 3カ月に1～2日 |
| ② 週に3～4日 | ⑥ 年に1～3日   |
| ③ 週1～2日  | ⑦ わからない    |
| ④ 月に1～3日 |            |

問3 この1年間に、あなたが運動やスポーツを実施したのはどのような理由からですか。当てはまるものを選んでください。(○はいくつでも)

- |                    |                 |
|--------------------|-----------------|
| ① 健康のため            | ⑧ 家族のふれあいとして    |
| ② 体力増進・維持のため       | ⑨ 友人・仲間との交流として  |
| ③ 筋力増進・維持のため       | ⑩ 美容のため         |
| ④ 楽しみ、気晴らしとして      | ⑪ 肥満解消、ダイエットのため |
| ⑤ 運動不足を感じるから       | ⑫ その他( )        |
| ⑥ 精神の修養や訓練のため      | ⑬ わからない         |
| ⑦ 自己の記録や能力を向上させるため |                 |

問4 問1で②または問2で④～⑦を回答した方に伺います。週に1日以上運動・スポーツを実施できなかった理由は何ですか。当てはまるものを選んでください。(○はいくつでも)

- |                |                        |
|----------------|------------------------|
| ① 仕事や家事が忙しいから  | ⑨ 運動・スポーツが嫌いだから        |
| ② 子供に手がかかるから   | ⑩ 面倒くさいから              |
| ③ 病気やケガをしているから | ⑪ 運動・スポーツ以上に大切なことがあるから |
| ④ 年をとったから      | ⑫ 生活や仕事で体を動かしているから     |
| ⑤ 場所や施設がないから   | ⑬ その他( )               |
| ⑥ 仲間がないから      | ⑭ 特に理由はない              |
| ⑦ 指導者がいないから    | ⑮ わからない                |
| ⑧ お金に余裕がないから   |                        |

問5 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。当てはまるものを選んでください。(○はいくつでも)

- |                                      |  |
|--------------------------------------|--|
| ① 指導者として関わっている                       |  |
| ② 地域の運動・スポーツ活動の運営に関わっている             |  |
| 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 |  |
| ④ 競技場等に出掛けて、スポーツを観戦している              |  |
| ⑤ テレビ等により日常的にスポーツ中継やスポーツ情報に接している     |  |
| ⑥ その他( )                             |  |
| ⑦ 特に関わっていない                          |  |

## 【文化芸術活動に関する実感について】

文化芸術活動は、人生に彩りを与え「豊かな」ライフスタイルを実現するために重要な役割を果たしています。長野県では、文化芸術活動への参加者を増やすため、「長野県文化芸術振興計画(平成30年度～令和4年度)」に基づき、文化芸術施策に取り組んでいるところです。また、現在、次期計画の策定に向けた検討を行っております。

つきましては、今後の取組の参考とするため、以下のとおり伺います。

問6 以下の中で、あなたがこの1年間に行った文化芸術活動(鑑賞を含む)(※)について、当てはまるものすべてを選んでください。(✓はいくつでも、両方でも可)

※「文化芸術活動」とは、あなたが楽しさを感じ、感動を覚えたと感じる下記のような活動(又は鑑賞)をいいます。なお、音楽公演等のオンラインでの配信により、インターネット等で鑑賞する場合があります。(ただし、テレビでの音楽番組等の鑑賞は除きます)

	自ら創作・参加する文化芸術活動	文化芸術作品の鑑賞
① 音楽(クラシック・ロック・ポピュラー・演歌など)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
② 美術(絵画、彫刻、工芸、陶芸など)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
③ 写真	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
④ 演劇(現代劇、ミュージカルなど)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
⑤ 舞踊(バレエ、ダンスなど)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
⑥ 映画・漫画・アニメ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
⑦ 日本の伝統芸能(歌舞伎、詩吟、日本舞踊、和太鼓など)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
⑧ 地域の民俗芸能(獅子舞、神楽など)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
⑨ 演芸(落語、漫才など)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
⑩ 生活文化(書道、華道、茶道など)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
⑪ 文芸(小説、短歌、俳句、川柳など)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
⑫ 国民娯楽(囲碁、将棋など)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
⑬ その他 (具体的に: )	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
⑭ 行わなかった	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

問7 あなたは、あなたが住んでいる市町村の文化的環境、例えば、鑑賞機会、創作・参加機会、文化財や伝統的まちなみの保存・整備などに満足していますか。当てはまるものを選んでください。(○は1つ)

- ① 満足している
- ② どちらかといえば満足している
- ③ どちらかといえば満足していない
- ④ 満足していない
- ⑤ わからない

問8 あなたは、あなたが住んでいる市町村の文化的環境を満足できるものとするために、何が必要だと思いますか。当てはまるものを選んでください。(〇はいくつでも)

- ① ホール・劇場、美術館・博物館などの文化施設の充実
- ② 公演、展覧会、芸術祭などの文化事業の充実
- ③ 地域の芸能や祭りなどの継承・保存
- ④ 歴史的な建物や遺跡などを活かしたまちづくりの推進
- ⑤ 芸術家や文化団体の活動の支援
- ⑥ 文化施設や文化事業において地域の芸術家を積極的に活用
- ⑦ 子どもが文化芸術に親しむ機会の充実
- ⑧ 特に必要はない
- ⑨ その他(具体的に )
- ⑩ わからない

### 【長野県の森林・林業について】

県では、本県の森林の概ね100年先のあるべき姿と、それを実現するための10年間の方向性を「長野県森林づくり指針(平成23年度～令和4年度)」にて定めています。

現行の指針は、2年間の延長を経て、令和4年度末が最終年度となることから、次期指針の策定に向けた作業を進めています。

つきましては、森林が持つ機能の中で期待するものなどについて、皆様のお考えを以下のとおり伺います。

問9 あなたが普段の暮らしの中で、森林や木を身近に感じるときはどんなときですか(〇はいくつでも)

- ①森林の美しい景観を見たとき
- ②キャンプや登山・森林浴など森林に囲まれながら野外活動をしているとき
- ③住宅や施設に木材が使われているところを見たとき
- ④木材を使った日用品や家具などを使用したとき
- ⑤植樹体験や日曜大工等のDIYをしているとき
- ⑥紙媒体、SNS、テレビなど、間接的に森林や木に関する情報を見たとき
- ⑦山菜やきのこなどを採りに山に入ったときや、それらを食べたとき
- ⑧地域活動等で森林の手入れをしたとき
- ⑨薪ストーブやペレットストーブ等を使うとき
- ⑩クリスマスツリーや正月飾りなど身近な行事や祭事等で木を使うとき
- ⑪その他(具体的に )
- ⑫普段の生活の中で森林や木を身近に感じる事はない



問10 森林が持つ機能の中であなたが期待しているものは何ですか。(〇はいくつでも)

- ①山崩れや土砂の流出を防ぐなど県土を保全する機能
- ②水を貯え、洪水や渇水を緩和するなど水源をかん養する機能
- ③森林レクリエーションや健康づくりなど保健休養の場を提供する機能
- ④適度な温度の維持、多様な生き物の生育・育成の場など生活環境や自然環境を守る機能
- ⑤木材等の林産物を供給する機能
- ⑥二酸化炭素を吸収・固定するなど地球の温暖化を防止する機能
- ⑦その他(具体的に )
- ⑧特にない

問11 森林の機能を適切に維持していくために、あなたが特に必要だと思うことは何ですか。(〇はいくつでも)

- ①木材資源の循環利用を進めること
- ②樹木の一部を伐採(間引き)し、必要な手入れを進めること
- ③森林・林業を担う人材の確保・育成を図ること
- ④木材を住宅や日用品など生活の中に取り入れること
- ⑤幼少期から森林に関する教育を進めること
- ⑥森林には手を加えず、自然にゆだねること
- ⑦その他(具体的に )
- ⑧特にない

## 【健康づくりについて】

県では、平成30年3月、健康づくりの取組を進めていくための指針となる「第2期信州保健医療総合計画(第3次長野県健康増進計画)」(計画期間:平成30年度~令和5年度)を策定しました。

この計画では、県民の皆様とともに健康づくり県民運動「信州ACE(エース)プロジェクト」(※)を推進し、めざす到達点として統計指標とともに統計では把握できない県民の皆様に関する取組状況についても指標としております。

つきましては、県民の皆様健康づくりの状況について、以下のとおり伺います。

※ 「信州ACE(エース)プロジェクト」とは

生活習慣病の予防に効果のある「体を動かす:Action」「健診を受ける:Check」「健康に食べる:Eat」等に取り組み、世界一の健康長寿を目指す健康づくり県民運動です。

問12 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。当てはまるものを選んでください。(〇は1つ)

- ① よい
- ② まあよい
- ③ あまりよくない
- ④ よくない

問13 あなたは、現在(または過去1年間)、次の中で取り組んでいることがありますか。(1)～(5)のそれぞれについて、該当する番号に1つずつ○をつけてください。

(1) 運動(体を動かす)に関すること(スポーツ、ウォーキング、よく歩くこまめに動く、ラジオ体操など)

- ① 取り組んでいる
- ② 少し取り組んでいる
- ③ あまり取り組んでいない
- ④ 全く取り組んでいない

(2) 食生活に関すること(バランスよく食べる、減塩、野菜摂取など)

- ① 取り組んでいる
- ② 少し取り組んでいる
- ③ あまり取り組んでいない
- ④ 全く取り組んでいない

(3) 生活リズムに関すること(睡眠時間、早寝・早起きなど)

- ① 取り組んでいる
- ② 少し取り組んでいる
- ③ あまり取り組んでいない
- ④ 全く取り組んでいない

(4) 飲酒に関すること(過剰飲酒防止、休肝日など)

- ① 取り組んでいる(飲酒できない方はこちらを選択してください。)
- ② 少し取り組んでいる
- ③ あまり取り組んでいない
- ④ 全く取り組んでいない

(5) 健康診断受診に関すること(特定健診、職場健診、がん検診・人間ドックなど)

- ① 取り組んでいる
- ② 少し取り組んでいる
- ③ あまり取り組んでいない
- ④ 全く取り組んでいない

**問13の(1)から(5)の項目の内、1項目でも「③あまり取り組んでいない」か「④全く取り組んでいない」に○をした方は、その理由を選んでください。(○はいくつでも)**

- ① 健康上の理由のため
- ② 時間がない・忙しい
- ③ 場所がない
- ④ 面倒くさい
- ⑤ 仲間がいない
- ⑥ お金がかかる
- ⑦ そのような気持ちがない
- ⑧ 感染症が心配で外出を控えているため
- ⑨ 健康であると思っているから
- ⑩ その他(具体的に )

問14 あなたは、ご自身の健康づくりを進める上で、どのような環境づくりが必要だと思いますか。当てはまるものを選んでください。(○はいくつでも)

- ① ウォーキングコースや歩道の整備
- ② スポーツジム、プール等運動施設の充実
- ③ 健康に配慮したメニューを提供する飲食店の充実
- ④ 健康に配慮した弁当や惣菜等を販売する店舗の充実
- ⑤ 塩分や油を抑えた調味料や加工食品の種類、販売店舗の充実
- ⑥ 飲食店における分煙・禁煙の徹底
- ⑦ 新聞やテレビ等メディア(自治体の広報誌等も含む)からの健康づくりに関する情報の充実
- ⑧ インターネットやSNSからの健康づくりに関する情報の充実
- ⑨ 健康づくりに関するイベントの開催
- ⑩ 職場における健康づくりに関する取組の充実
- ⑪ 家庭における健康づくりに関する取組の支援
- ⑫ その他(具体的に )
- ⑬ 特になし

問15 あなたは、コロナ禍以前と比べ体調の変化をどのように感じていますか。当てはまるものを選んでください。(○は1つ)

- ① よくなった
- ② 変わらない
- ③ 悪くなった

問15で「③悪くなった」に○をした方は、その理由を具体的に記載してください。

### 【消費生活に関する意識について】

県では、「第2次長野県消費生活基本計画(※1)(平成30年度～令和4年度)」に基づき、公正で持続可能な消費社会を目指し、消費者の権利の確立と擁護と県民の消費生活における自立支援に取り組んでおります。また、より安全・安心な消費社会づくりを進めるため、第3次長野県消費生活基本計画の策定に向けた検討を行っております。

つきましては、消費活動に関する皆様の意識などについて、以下のとおり伺います。

(※1)「長野県消費生活基本計画」とは  
長野県消費生活条例第3条の規定により、県民及び関係機関の参加、協働による総合的な施策を推進するため策定するものです。

問16 エシカル消費(※2)をご存じですか。当てはまるものを選んでください。(○は1つ)

- ① 意味を知っている
- ② 聞いたことがある
- ③ 知らない

(※2)エシカル消費とは  
倫理的消費ともいい、価格や品質だけでなく、「地域」「社会」「人」「環境」などに配慮した消費行動のことです。例えば、地元産野菜の購入、災害被災地の地場産品の購入、省エネ家電製品の購入等があります。

問17 エシカル消費について、例として次のような取組みがありますが、普段の買い物の中で実践していることはありますか。当てはまるものを選んでください。(○はいくつでも)

- ① 地元産や伝統工芸品を選んだり、また地元商店で買い物をする
- ② 災害被災地や風評被害にあっている地域の商品を選ぶ
- ③ リサイクル商品、またリサイクル可能な商品を選ぶ
- ④ 値段の安さだけでなく、長く使えるか、本当に必要かを重要視する
- ⑤ 障がい者や障がい者施設で作った商品などを選ぶ
- ⑥ フェアトレード(※3)で調達された商品を選ぶ
- ⑦ 同じ商品なら賞味(消費)期限が近付いているものから選ぶ(すぐに消費する予定の場合など)
- ⑧ その他(具体的に )
- ⑨ 特に実践していない

(※3)フェアトレードとは  
開発途上国の原料や製品を適正な価格で継続的に購入することにより、安価な価格のために児童労働や過酷な労働環境に従事させられている人々の生活改善と自立を促すための取組です。  
主なものとして、チョコレート(カカオ)やコーヒーなどの製品に認証ラベルや表示がされていることがあります。

問18 エシカル消費を増やすためには、どのようなことが必要だと思いますか。当てはまるものを選んでください。(○はいくつでも)

- ① エシカルな商品がより求めやすい価格になること
- ② エシカルな商品がどこで買えるか分かること
- ③ 何がエシカルな商品であるかが分かりやすいこと
- ④ エシカルな商品の種類が増えること
- ⑤ エシカルな商品を扱う店舗が増えること
- ⑥ その他(具体的に )
- ⑦ 分からない

アンケートは以上で終了です。ご協力ありがとうございました。