

資料編（自由回答一覧）

問18 (健康診断を受けていない理由を教えてください。)

	年齢	内容
男性	20歳未満	学生だから
		受けるタイミングが悪かった
		受け方がわからない
	20代	受けたことがない
		健康診断の案内が無いため
		職場の健康診断があれば受けるが、転職などでタイミングが合わず受けられていない。
		受ける機会があれば受ける
	30代	よく入院するため、その時にいろいろ調べる
	40代	お金がないから
		持病の検査がある為
		お金がない
		不調を感じないから
	50代	腰痛がひどく動けない
		受けたいがなかなか足が向かない
		受けるタイミングがない
65歳～70歳未満	会社でうけた	
	会社が変わったため	
70歳～75歳未満	常時病院へ通院している	
	コロナ禍などがあったため	
75歳以上	コロナの為	
	特になし	
	病院で受けているから	
女性	20歳未満	学校で集団の内科検診を受けているから。
		学生だから
		受けてくださいと言われてたり、ハガキが届いていないため
		面倒くさい。金ない
	20代	精神疾患等でそういう場に行くことや人と会うことが困難なため
		現在経済的に困っており改善中のためお金に余裕がないから
	30代	妊娠中
		コロナ禍で病院受診を控えていたから
		妊娠したりだったので
	40代	行こうと思っているが、なかなか行動に移せない
		受けても受けなくても病気になる割合が同じだから
		インフルエンザやコロナ等の病人が出たりしてタイミングを逃すことが多い
	50代	難聴障害者で何を言っているのかわからないし付き添いしてくれる人もいないし眩暈もあるので受診するのがこわいため
		検診のタイミングが合わなかった
	60歳～65歳未満	コロナのため
65歳～70歳未満	忘れてしまう	
	通院の病院で定期で受けている	
	病院で時々受けている	
	コロナ	
	何らかの症状があれば受ける	
	コロナの為、人ごみにでたくない	

70歳～75歳未満	なんとなく
75歳以上	コロナがあったから
	身体障がいのため外出がままならない

問18 (胃がん検診を受けていない理由を教えてください。)

	年齢	内容
男性	20代	受けたことがない。
		案内が無いため
		存在を知らなかった
		健康診断を受けるタイミングで受けたい
		対象外
		年齢
		受けたことがないあまり関心がない
	30代	受ける機会がここ1,2年からで日程が合わないため
		人間ドックの項目に入っておらず、受けるために追加費用がかかるから。 健康診断のメニューに含まれてないため。
	40代	お金がないから
		持病の検査があるため
		受け方がわからない
		お金がかかるから
		お金がない
	50代	不調を感じないから
		職場の健康診断を毎年受けているから。
		どこで受診するのかわからない
		胃カメラを受けているから
		健診、胃カメラ受診
		腰痛がひどく動けない
		胃カメラを受けているから
		胃と大腸交互に受ける
	2年に一度受けてる	
	60歳～65歳未満	受けるタイミングがない
		人間ドックを受けているから
	65歳～70歳未満	胃カメラだけです
		2～3年ごとに受ける
		会社が変わったため
		有料だから
	70歳～75歳未満	胃の違和感がない、食欲もある
		特定にない
	75歳以上	コロナ禍などがあったため
		医師からの指示がないため
		毎月通院しているので
		コロナの為
		バリウムが飲みにくい
特になし		

		20歳で宣告されてしょうがないから
	年齢不明	ドックで風邪ひき
女性	20代	無料で受けていい/受けるべき時期がわからないため
		特に気にならない
		町や学校の検診にないから
		精神疾患等でそういう場に行くことや人と会うことが困難なため
		まだ、受ける年齢ではないので
		まだ検診の年齢じゃない
		職場の健康診断に項目が入っていないため(35歳以上が対象)
		年齢的に必要ないと考えていた
		その年齢じゃないから
		若いから
		現在経済的に困っており改善中のためお金の余裕がないから
	お金がないから	
	30代	人間ドックの補助金がでる年齢ではないから。 (35歳になっていない)
		バリウム・カメラが苦手を受信するのが負担
		やってと案内がないか、
		対象年齢外
		毎年やっていたが、前回の胃カメラが苦しかったので今年は無理にはやらなかった。
		検診項目にないから
		受けたことがない
		お金がかかるから
		対象じゃない
		健康診断の項目にないので
		特に意識していなかった
		まだ受ける年齢ではないと、特定健診で言われたのでやってません。
		健康診断の項目になかった為
		健康診断の項目に年齢的な意味合いで含まれていない
		受けたことがない
		受けたことがない
		対象年齢に達していないのでお金がかかる
	コロナ禍で病院受診を控えていたから	
	まだ受ける必要性を感じないから	
	受けたことがない	
	年齢的にまだ大丈夫かなと思ったから。	
	40代	胃カメラ検査の予約がとれた時
		必要性を感じないから
		胃カメラが怖い
		昨年咳がありできなかった
行こうと思っているが、なかなか行動に移せない		
費用がかかる		
家族の体調や自分の体調が悪く受けられないことがある		
怖いから		
50代	検診後予定があり受けていない	
	不調を感じないから	
	バリウムの後便秘になる	

		金銭的なことできびしい
		検診のタイミングが合わなかった
		コロナのため流行で胃カメラに制限があり再開した現在もそのままになってしまった
	60歳～65歳未満	麻酔アレルギーだから
		コロナで
		コロナのため
	65歳～70歳未満	病院で受けているから
		忘れてしまう
		通院中の病院で定期的に受けている
		血圧が高い時があるから
		2年に一回受けている
		おっくう
		必要と思うが先延ばししてしまう
		2年に一度受けてる
		胃全摘
	70歳～75歳未満	以前、検査して当分受けなくてよいと言われた
		毎年受ける必要はないと言われた
		バリウムが気持ち悪かった
		タイミング
		なんとなく
		最近4年ぶりに受けた
		バリウム、胃カメラが苦手
	75歳以上	検査の飲み物が辛くて受けられない
		胃カメラ2年に一回受けている
		受ける機会と少しめんどう
		手術で治ったため
		コロナがあったから
		身体障がいのため外出がままならない
性別不明	30代	受ける機会がない

問18 (大腸がん検診を受けていない理由を教えてください。)

	年齢	内容
男性	20代	受けたことがない
		案内が無い
		存在を知らなかった
		問36の答えと同じ
		対象外
		年齢
		受けたことがないあまり関心がない
		受ける機会がここ1,2年からで日程が合わない
	30代	受ける機会がないから
		人間ドックの項目に入っておらず、受けるために追加費用がかかるから。
		健康診断のメニューに含まれてないため。
	40代	お金がないから

		持病の検査がある為
		受け方がわからない
		お金がかかるから
		お金がない
		不調を感じないから
	50代	検便検査を受けているから
	50代	職場で毎年健康診断を受けているから。
	50代	医者を受ける必要はないと言われたから。
	50代	医者の指摘が無いので
	50代	腰痛がひどく動けない
	50代	胃と大腸交互に受ける
	50代	去年カメラを受けた
	50代	2~3年に一回受けている
	50代	受けるタイミングがない
	60歳~65歳未満	人間ドックの検査項目にないから。
	60歳~65歳未満	人間ドックを受けているから
	60歳~65歳未満	飲料液が苦痛
	65歳~70歳未満	一度も受けたことないを追加した方が良いと思います
	65歳~70歳未満	2~3年ごとに受ける
	65歳~70歳未満	会社が変わったため
	65歳~70歳未満	近いうち受ける
	65歳~70歳未満	有料だから
	65歳~70歳未満	3年ごとで良いという話を聞いている
	65歳~70歳未満	腹の違和感がない、便通もよい
	70歳~75歳未満	特定にない
	70歳~75歳未満	コロナ禍などがあったため
	70歳~75歳未満	3年に一回のペース
	75歳以上	毎月通院しているので
	75歳以上	コロナの為
	75歳以上	人間ドック受けてる
	75歳以上	指摘された時のみ
	75歳以上	受けろと言われたことがない
	75歳以上	水を多く飲むことが苦手
女性	20代	精神疾患等でそういう場に行くことや人と会うことが困難なため
		まだ受ける年齢ではない。
		まだ検診年齢じゃない
		職場の健康診断に項目が入っていないため (35歳以上が対象)
		年齢的に必要ないと考えていた
		その年齢じゃないから
		若いから
		現在経済的に困っており改善中のためお金の余裕がないから
		お金がないから
		無料で受けていい/受けるべき時期がわからないため
		特に気にならない
	町や学校の検診にないから	
	30代	人間ドックの補助金がでる年齢ではないから。 (35歳になっていない)
30代	受けるタイミングがない	

女性	30代	やってと言われた事ないから
		対象年齢外
		やってみたいけど、人間ドックだけでも高いのと、金銭的にお金がかかるからやっていない。
		検診項目にないから
		受けたことがない。今のところ必要性がわからない
		お金がかかるから
		対象じゃない
		医師に勧められていないから
		健康診断の項目にないので
		少し抵抗がある
		健康診断の項目になかった為
		検査は受けたいが大変そう
		健康診断で年齢的な意味合いで含まれていない
		検査した病院で、次は5年後で良いといわれたため。
		受けたことがない
		対象年齢に達していないのでお金がかかる
		負担額がでるから
		まだ受ける必要性を感じないから
		受けたことがない
		年齢的にまだ大丈夫かなと思ったから。
受診メニューにはない（年齢が対象外）		
40代	生理と重なり受けられない時がある。	
	こわい	
	特に症状がなく検査は希望していない	
	胃カメラが怖い	
	行こうと思っているが、なかなか行動に移せない	
	費用がかかる	
	検査後の体調不良が心配で受けづらい	
	まだ必要ないと思っている	
下剤飲むの嫌、便取るの嫌		
50代	検便検査で、異状がない為	
	大便をとるのが大変で便秘もちなので、めんどうのため	
	生理とかち合ったため	
	なんとなく	
	人間ドックで便検査が異常なので	
	金銭的なことできびしい	
	特に深く考えていなかった	
	受けたことない。まだ若いから	
検診のタイミングが合わなかった		
60歳～65歳未満	コロナのため	
	痔があるため	
65歳～70歳未満	忘れてしまう	
	2年に一回通院の病院で定期で受ける	
	機会が中々ない	
	以前受けたが大変な思いをしたからもっと楽にできるといい	
	おっくう	
必要と思うが先延ばししてしまう		

女性		カメラの検診を受けたい
		健診の受け方に戸惑いがある
		ポリープが見つかったので
		去年から受け毎年が良いか考え中。今年は受けます
	70歳～75歳未満	医師の指導で4～5年に1回で良いと
		以前、検査して当分受けなくてよいと言われた
		今回受けます
		来年から受ける予定である
		受ける手続きが面倒
		なんとなく
		一度も受けていない
	75歳以上	予算の関係
		提出するとき忘れる
		受ける機会と少しめんどろ
		症状があるかないか
検便		
身体障がいのため外出がままならない		
性別不明	30代	提出日忘れて
		受ける機会がない

問18 (肺がん検診を受けていない理由を教えてください。)

	年齢	内容
男性	20代	受けたことがない
		案内が無い
		存在を知らなかった
		問36の答えと同じ
		対象外
		年齢
		受けたことがないあまり関心がない
	30代	受ける機会がここ1,2年からで日程が合わないため
		受ける機会がないから
		人間ドックの項目に入っておらず、受けるために追加費用がかかるから。 健康診断のメニューに含まれてないため。
	40代	お金がないから
		受け方がわからない
		お金がかかるから
		お金がない
	50代	不調を感じないから
		人間ドックでレントゲン写真を撮っているから。
		職場で毎年健康診断を受けているから。
		腰痛がひどく動けない
		タバコ吸わないので
		たばこをやめたから
		CT検査をしたりしなかったり
検診にないから		

男性		今のところ異常がないから	
		受けるタイミングがない	
	60歳～65歳未満	人間ドックの検査項目にないから。 人間ドックを受けているから	
	65歳～70歳未満	レントゲンです。 会社が変わったため 有料だから 仕事をしていても息苦しいことない	
	70歳～75歳未満	特定にない コロナ禍などがあったため	
	75歳以上	コロナの為 人間ドック受けてる	
	女性	20代	精神疾患等でそういう場に行くことや人と会うことが困難なため まだ受ける年齢ではないので、 まだ検診年齢じゃない 職場の健康診断に項目が入っていないため（35歳以上が対象） 年齢的に必要ないと考えていた その年齢じゃないから 若いから 現在経済的に困っており改善中のためお金の余裕がないから お金がないから 無料で受けていい/受けるべき時期がわからないため 特に気にならない 町や学校の検診にないから
		30代	人間ドックの補助金がでる年齢ではないから。（35歳になっていない） 受けるタイミングがない 言われた事ないから 無料でできないから 受けたことがない。 お金がかかるから 対象じゃない 健康診断の項目にないので 健康診断の項目になかった為 健康診断で年齢的な意味合いで含まれていない 受けたことがない 負担額がでるから まだ受ける必要性を感じないから 受けたことがない 年齢的にまだ大丈夫かなと思ったから。 受診メニューにはない（もしくは年齢が対象外）
		40代	どんな検査がわからない 特に検査は必要ないと考えるから。タバコを吸わないから 行こうと思っているが、なかなか行動に移せない 費用がかかる まだ必要ないと思っている 病院の待ち時間が嫌
		50代	どんな検診か分からないから。

女性		なんとなく
		今年度から受けるつもり
		たばこ吸ったことがない、まだ若いから
		検診のタイミングが合わなかった
	60歳～65歳未満	コロナのため
	65歳～70歳未満	忘れてしまう
		おっくう
		特に問題なし
		必要と思うが先延ばししてしまう
		受けたことがない
	70歳～75歳未満	検診する場で受けたりできなかつたり
		毎年受けたいがタイミングを逃してしまう
		毎年受ける必要はないといわれた
		受けたことない
		来年から受ける予定である
	75歳以上	なんとなく
		受けるのと少しめんどろ
		何かあったら検査する
		町からの検診は受けている
		受けたことがない
	身体障がいのため外出がままならない	

問18 (子宮頸がん検診を受けていない理由を教えてください。)

	年齢	内容
女性	20代	精神疾患等でそういう場に行くことや人と会うことが困難なため
		子宮頸がん検査は2年に一回なので毎年は受けてない
		年齢的に必要ないと考えていた
		怖い
		現在経済的に困っており改善中のためお金に余裕がないから
		お金がないから
		恥ずかしい
		面倒だから
		2年に1度の検診が推奨されているから
	30代	助成がある時に受けている
		検査が痛くて怖い思いをしたことがあるから
		可能なら毎年受けたいが、毎年ではなく2年に1度が望ましいと説明され、受診券も2年に1度しか届かないから。
		出産したから
		受けたことがない
		2年に1回受けている
		妊婦検診で産婦人科に行っていたので
		2年に1度
	妊娠したため	
	40代	2年に一回しかおりないから
		市町村から2年に一度の案内だから。
	2年に一度	

女性		2年に一回にしている
		行こうと思っているが、なかなか行動に移せない
		生理不順のためにタイミングが合わない
		助成がある年齢のときのみ受診
		タイミングを合わせられなかった
		病院の待ち時間が辛い
		産後
	50代	婦人科検診も受けられる人間ドックの予約がとりづらいから。
		2年に一度の受診で良いとの事。
		2年ごとだから
		人間ドックと別日のため
		検診のタイミングが合わなかった
		2年に一度
		忘れて
	60歳～65歳未満	手術摘出したから
		コロナのため
		特に問題ないと思うから
		先延ばして忘れた
		2年に一度受けている
	65歳～70歳未満	子宮を摘出しているので
	忘れてしまう	
	子宮全摘出したため受けない	
	2年に一回	
	2年に1度受診	
	2年に1度	
	おっくう	
	必要と思うが先延ばししてしまう	
	2年に一度	
	2年に一度	
	ハガキが来たら行く	
	おっくうだから	
70歳～75歳未満	おっくうである	
	検診通知が2年に一度。	
	なんとなく	
	受けたことない	
	受けたことがないから	
	町の検診で該当する年に受けている	
	受ける手続きが面倒	
	なんとなく	
	去年受けた	
	なんとなく恥ずかしくて	
	2年に一度受けている	
	タイミングが合わない	
75歳以上	検診の人数制限があるから	
	病院選びの為	
	2年に1回	
	特に変わったことがないから	

	町からの検診は受けている
	身体障がいのため外出がままならない
	コロナ流行中だけうけなかった

問18 (乳がん検診を受けていない理由を教えてください。)

	年齢	内容
女性	20代	精神疾患等でそういう場に行くことや人と会うことが困難なため
		年齢的に必要ないと考えていた
		怖い
		現在経済的に困っており改善中のためお金の余裕がないから
		お金がないから
		恥ずかしい
		面倒だから
		対象でない(年齢で)
	30代	受けるタイミングがない
		検診の対象のところにかかれてないから
		無料じゃないから
		可能なら毎年受けたいが、毎年ではなく2年に1度が望ましいと説明され、受診券も2年に1度しか届かないから。
		出産したから
		受けたことがない
		対象じゃない
		授乳中だから
		負担額がでるから
		妊婦検診で産婦人科に行っていたので
		忘れてしまって
	一回も受けたことがない	
	40代	去年から受けるようになった。
		2年に一度
		2年に一回にしている
		行こうと思っているが、なかなか行動に移せない
		肩こりが重症化して腕が上がらず中止した
		助成がある年齢のときのみ受診
		タイミングを合わせられなかった
		なし
		病院の待ち時間が嫌
		産後
	50代	受けたいが、婦人科検診もできる人間ドックの予約がとりづらい
		難聴障害者のため付き添ってくれる人がいないため大変
		2年に一度の受診で良いとの事。
		2年ごとだから
		2年に一回市町村から無料
		人間ドックと別日のため
検診のタイミングが合わなかった		
乳がん術後定期健診で受ける		
2年に一度		

女性		忘れて
	60歳～65歳未満	先延ばして忘れた
	65歳～70歳未満	忘れてしまう
		時間が空いた時に受ける
		2年に一回
		うけたことがない。
		2年に1度受診
		2年に1度
		おっくう
		必要と思うが先延ばししてしまう
		2年に一度
	2年に一度	
	70歳～75歳未満	おっくうである
		検診通知が2年に一度
		なんとなく
		受けたことない
		自分でチェックしているから
		町の検診で該当する年に受けている
		受ける手続きが面倒
		なんとなく
		なんとなく恥ずかしくて
		2年に一度受けている
	タイミングが合わない	
	75歳以上	病院選びの為
		2年に1回
		特に変わったことがないから
		町からの検診は受けている
身体障がいのため外出がままならない		
コロナ期間受けなかったのでR6より受ける予約中		

問71 (健康づくり・食育に対するあなたの意見をお聞かせください。)

	年齢	内容
男性	20歳未満	若い頃から生活習慣を整えることが大事
		運動する。野菜も食べる。栄養をとる。
		運動することは大切だと思います。また食生活の改善も必要になってくると思います。
		一人でやると不安なので何人かでやる。運動のイベントを増やす。
		運動してその分しっかり食べてそしてしっかり寝る。このことは小学生のころから意識している。健康面に関しては誰にも負けないほど健康であるのには自信がある。大人になってもこのことはずっと意識していきたい。
		体育館、野球場などもっと気軽に運動できる施設を増やしてほしい。
		健康づくりに関して兼久海浜公園でもっと気軽に歩いたりすることが出来るような設備があると利用しやすくなる感じる。広報「かでな」内で運動初心者や日頃座位行動が多い人でも気軽に実践することができるストレッチ紹介等のコーナーがあると、やってみたい、気軽に生活内に活かすことができるかなと考えました。
	20代	・沖縄の郷土料理を（インスタント食品等）配布 ・野国総管まつりで郷土料理の出店設置 ・ウォーキング大会の継続実施 ・嘉手納町の歴史的場所、観光地を学べるウォーキング

男性	30代	子供向けの食育イベントがあれば参加したい
		毎日の運動習慣があると気持ちが晴れる
		運動と食事の両面から改善しないとなかなかうまくいかない。
		健康に関心のない人はいくらイベントを開催しても参加しないので、学校教育のアプローチが大切だと思う。 また学校以上に家庭での食育はかなり重要と感じるが、上記の通り親が健康に頓着がないと子供にも影響があるのでアプローチするなら親世代だと思われる。
		食が細くなってきた父に十分な量のたんぱく質を取らせることに困っています。世代別にニーズに合った情報が届くとありがたいと思います。(例)幼児期→好き嫌いで困っている成年期→部活や運動で体を作ることに興味があった。老年期→衰える身体にどんな栄養が必要か。食べやすくする工夫の情報が欲しい。
		重度の知的、身体障がい者で全面介助ですので母親が見てわかるものをチェックしました。
	40代	運動する場所やイベント事多くても良いと思う
		病気になる前に対策をとることが大事。 病院代の負担額を上げる事により、健康への意識をさせる事が大事。
		健康は各自でいろいろ考えながら出来ることを取り組んだら良いと思います
		特にありません。よろしく願います。
		食べ過ぎ、飲み過ぎを防ぎたい
		食育では食品添加物について教える必要がある。海外との比較等
		健康づくりのために町民が気軽に利用できる運動できる施設を増やしてほしい。(トレーニングジムのように器具がたくさんある、サウナを併設している施設)食育に関してはイベントや普及活動をもっと行って料理教室など学びの場があるとよい。
		嘉手納町において食育の取り組みを行っていることは知らなかった。平日は仕事があり参加することは難しい。
		町に子どもを増やす。子供をつくりやすい環境作り。そうすれば自然と体を動かす。まず子ども、年配者はその後
		働き方(本当は働かせ方といった方が良いと思うが)改革しないといかんと思う(忙しすぎる人が多いのでは)。本人次第といえばそれまでだが、皆に申すこし余裕があればそれなりに運動とかすると思うのだが。
	まずは日常生活に関わる。食品添加物の危険性を町民に知らせ広め健康に意識させることが先ではないかと思います。以上	
	50代	知識が無いので解らないですね。
小学生の授業において、ファストフード、スナック菓子などの危険性、食べ過ぎ、喫煙、アルコールに関する害についての教育が必要だと思います。		
本人の意識次第のため、本人の情報量により判断がされ、行動が決まる 情報を得る努力が必要である大切だと思います。		
日本の食材等に関する食品添加物や農薬などの異常な使用をもっと国民に分かりやすく理解してもらう必要があると感じる。 世界的に見ても多くの添加物が使用されており、一部では日本国民は添加物の実験台にされているのではとの声もある。(そのためにガンの発生率が世界一) 学校給食などは虫などの混入があると過剰に反応する輩が多いため農薬をふんだんに使用した食材が使われていると聞いた。		
アンケートが長すぎます。		

男性	60歳～65歳未満	食育も健康づくりも、どんな対策を講じても各自が危機意識を持たないと効果がない。これは国の領域かもしれないが、例えば国保は誰でも最新医療を安価で受けられる素晴らしい制度であるが、果たして一律3割負担でいいのか。一律にすることで健康管理に緊張感がなくなっているのではないかと。利用頻度に応じて負担率が上がるとなると、健康に対する意識は高まると思う。それによって受診を控える（本来受けるべき診療を。健康に関しては「やるべき事」はほとんどの人が知っていると思います。あとは動機付けをどうするかだと思います。「外見」「見た目の良さ」「美」を追求する過程で健康に結びつけるのもありかだと思います。）リスクがあるならそれは別の方法で救えるようにすればいいのかなと考えます。あと健康増進センターの利用時間（コスト的に難しいと思いますが様々な働き方をしている人もいると思うので、例えば5:00～23:00とかあくまで希望です。無理言ってすみません）の拡大もできれば利用しやすいです。
		健康づくり、食育についてはつまるところ自分自身の意識によるものであると思う。（行政としてPRは必要であると思うが）
		歩数チャレンジアプリで町内で使えるアプリの開発
		嘉手納町から全国へ「のぐにいも」という呼び方を発信してほしい。（さつまいもは間違い）
		わからない。自分で気を付ける。アンケートする、書く集中がない。
		塩分を控える。
		嘉手納町の取り組みで、町民の健康寿命を延ばし、活力ある社会を築くためという事で、策定している「健康・食育かでな21」についてどのように見直して町民への意識を活かしていくか大切だと思います。私も日頃の生活を意識して生活していきたいと感じています。日頃の取り組みに感謝します。
	60歳～65歳未満	自身の意識が一番重要なので、自分の体の事を知るような検査等を定期的の実施する事が必要だと思う。
		町民の実体験談を町民広報誌に掲載して、そねな大切さを啓蒙し、町民を励ましてほしい。
		まず、家族の事すこやかとの他の行動を思いとする。自分も行動するべきでしょう。体を動かしていつでも行けるのであれば運動、食育につながるのでしょうか。沢山笑いましょう。終わりますありがとさん！
		コロナ前はカテナドームのトレーニングセンターで8年ほどウエイトトレーニング（ベンチプレス110Kg）やっていたのですが、バイク転倒と職場で転倒で肩を痛めて今現在は月曜日は肘膝腹筋千回、アプローラー25回4セット、チューブ引き5分～10分、ストレッチ15分、スクワット20回×3膝上げ100×3火曜日カエル足腹筋千回、ぶら下がり足上げ腹筋30×5セット木曜日逆手懸垂20回×5トレーニングの日は休肝日朝みそ汁一杯、米は昼の弁当だけ、夜はサラダとおかず。5年前の体重71kg、今65kg身体が軽く動きやすくなっている。半年、肩の痛みでトレーニング出来なくて体重落ちた。
		体重増加を今までどおり意識しながら料理も塩分控えめにする事。
		すべての町民が日々健康に過ごせるように町政に携わる職員の方々頑張ってください。よろしく願いいたします。
		運動すること、歩くこと、食すること ポジティブに健康一番を実践する
	65歳～70歳未満	健康の維持増進に、健康づくり食育に関する取り組みや情報は とても大事だと思います。
		一番に運動、二番に正しい時間食事、三番に、睡眠。
		自分の健康は自分で
		ウチナー料理(ゴーヤチャンプルー、イナムルチ、チキナー炒め、クーブイリチャー、アーサ汁、ナーペーラー、イカスミ汁、等々)を学校給食に入れる。
問14.16.19については、専門的用語で一般の人は知らないのが当たり前だと思います。認知率が低い結果は、アンケートしなくても予想できると思われしますので、もっと有効な質問に変更した方が良いと思います。		
頑張ってください		
食改さんの活動内容を広報かでなで配ってほしい。調理体験に参加したい。（土日祝日） 健康的に食事、運動を意識しながら実行することが重要だと思います。		

男性	70歳～75歳未満	<p>ユーチューブで健康に関する書物や参考になる情報を自分で取り込んで健康づくりに活かしている。健康は基本的に自分次第でよくも悪くもなる。例えばウォーキングだけでも認知症予防やストレス発散、体全体に良い影響を及ぼす。情報がうまく取り込めない人たちには役場が情報なり町広報誌なり、町民に広く知らせる必要がある。</p>
		<p>一番にはたばこをやめようとする本人の強い意志だと思いますが、私の経験からするとたばこに関しては喫煙者のいないことが一番効果があると思われます。</p>
		<p>特にありません。</p>
		<p>高齢者への健康器具の貸し出し等</p>
		<p>勉強になりました。健康管理に気を付けます。</p>
	70歳～75歳未満	<p>健康づくりに対する価値観を共有できる仲間がいたら前向きに考えるかもしれない。</p>
		<p>アンケート結果の公表(分析、評価、課題も含めて)</p>
		<p>食育は大事なことから町民への啓発活動が大切である。常時、広報活動としてメディア、YouTube、かたな便り等々常に町民の目に届くようにしたい。</p>
		<p>難しい</p>
		<p>若い時から、食事の食べ過ぎタバコ、酒の量(吸うか、量減らすか、飲むか、飲む量を減らすか)運動は、若い時代やり過ぎない程度行う、睡眠はよくとる。健康増進センターの小規模の施設を町に6(各区に)カ所に設ける。</p>
		<p>運動、野菜の摂取</p>
		<p>健康づくりは個人の意思と行政指導が必要。食育はお金が必要な人もいる。貧困者に補助を増やしては。</p>
		<p>高齢者になり健康面に不安を覚えています。ぜひ食育の指導を願いたい。</p>
		<p>特になし</p>
		<p>地域ぐるみの交流会</p>
		<p>子供達が食べ物に対して好き嫌いが多くならない様な学校給食の改善、工夫して欲しい。身体的な健康づくりも大事と思われるが心身の健康も大切なので適切な指導、対応等の取組みが行政に対処、検討してもらいたい。</p>
		<p>一人住まいの年寄りには食材を配ってほしい</p>
		<p>道の駅で無料配布している花木、肥料が大変すばらしいのですがそれを変更して(カテナ町カード)、ポンタカード、Tポイントカードみたいにポイントを考えて高い(健康ポイント)をゴミ袋等そのほか色々楽しいイベントに町民でイベントにしていけば毎月一回くらい、子供も大人も老人も1月は子供大会2月は老人の月3月は老人いろいろ考えてそういう工夫が出来そうです。</p>
		<p>できるだけ体を動かすようにする。健康食品を意識して取るようにする。</p>
		<p>今後4～5年に世界的食糧危機が起こると思われます。地球を大切に作る心を育てる必要があると思います。私たちの子、孫の時代とても心配です。公的な機関や政府自治体が特に意識する必要があると思います。</p>
		<p>一切酒、たばこをやらない。スマホを長時間使用しない(心の健康につながる)</p>
		<p>健康づくりは自己責任で他人に迷惑をかけないように実行すべき。その際、行政やマスコミ等の広報、啓発がとても重要な要素になると思う。</p>
		<p>町民の健康寿命伸ばす。食品の安全に関する情報。講習会など。広報でもっと町民に知らせてほしい。食品ロスをなくすためスーパー等に対し安く提供できるよう町から指導してもらいたい。</p>
		<p>高齢になると体を動かすことを心掛ける(可能であれば)筋力アップの話ではない。自分で行動可を目指す。食べすぎはダメ、消化できない。</p>
		<p>食育の食堂の開催。菜膳等も含む食堂等</p>
		<p>趣味やサークル(将棋)があれば参加したい。</p>
<p>健康づくりにはまず運動すること</p>		

男性		健康づくりに関してのみ・健康は大切だと思うがアンケートに問う内容だけでは自分の考えや正しい答えにならないような気がします。誰でも健康で安心して過ごしたいと考えるのは当然だと思います。しかしながら自分の人生なのでいろいろな選択があると思います。但し、行政が行っている取組みや健康診断（集団検診）などには大変感謝しています。多少は健康に留意するきっかけにはなっていると思います。
		特になし
		生物は動きとめる、死ぬだから常に動くようにしている。食べ物はなんでも好き嫌いせず食べる。
	75歳以上	できるだけ体を動かし食事は日に三度、酒はほどほどにそして一番はストレスは持たないようにした方がよいと思います。私自身若いころは無知の為健康に変な自身を持っていたので暴飲暴食したため体重が増え、また体を動かさなかったので最高92キロの体重を体験したことあるし辛かった時期あり。その為、50代の初期から糖尿病になりがんや心臓手術も受け現在に至る。問45が私自身の若いころに有ったら良かったのではないかと思います。
		運動と毎日野菜取る。
		生活習慣を整えられたら100歳まで生きられると思う。
		ジスタスの正会員で週5～6回利用している。今後も継続したい。これまで10数年続けている。
		毎日意識して睡眠7～8時間、朝食・夕食腹7～8分とり、後柔軟体操とウォーキング1万歩（時間が許す限り歩いている）目覚めた後ベッドの上で全身背伸びし、手足の指をグーパー30回と両手を伸ばして手首を逆に曲げたり、指を10本逆に折り曲げをしている。食事は白米、五色米ごはん、食パン等。サラダ、もずく、豆腐、バナナ、ヴィヒズ菌ヨーグルト、豆乳、牛乳、トマト、弁当、おかず、味噌汁を食している。
		飲みすぎ食べすぎに気を付け適度の運動（ゴルフ等）を心掛けている。
		特定検診後の町の指導について継続してもらいたい。
年齢不詳	嘉手納町のジムのマシンが少ない。無料化してほしい。	
女性	20歳未満	なるべく病院にかからないよう予防に力を入れる
		栄養が偏りすぎないようにすることが大事
		娘は障がいがあり母が代筆しています。
		町に公園など遊ぶ場所が少ない。中高生でも遊べる場所をつくるべき。居酒屋しかないから居酒屋を減らしてご飯屋さんなど子供も行けるお店を増やすべき。新町に若者向けのお店をいれるべき。居酒屋ばかりで新町がもったいない。
		高校も給食にしてほしい
	20代	栄養バランスを意識した食事
		20代だけど、食育や健康づくりに関して自分の体にも気を使わないといけないなと思いました。
		家庭での取り組みが必要。親から子へ教えていくのが1番身につくと思います
		普段自分自身で健康管理はできる限り意識しています。ただ、共働きで時間がなく、お弁当やお惣菜などに頼っており栄養面が気になります。子ども～お年寄りまで嘉手納町独自の配食サービスがあったら助かります。
		自己管理が大事
		未成年者へたばこの害を教える。禁煙したい人の支援。
		適度な運動と、運動量に見合った食事量を心掛ける、食べ過ぎに気を付ける。
		今のところ特に気にしていないけど、これから気にするようにしたい。
		健康づくりにもっと気を配っていけるようにこれからも情報発信してもらえると助かります。
		子どもの食育に関して親の意識改革が重要だと思うので企業等の取り組みがこれからの社会のために必要だと思う。
		道端での喫煙が嫌なので、喫煙可能な場所（喫煙所等）を増やして定めて欲しいです。
	30代	野菜を沢山とるようにすることと、運動をこまめにすることが大事かなと思います。
	子どもの栄養バランスについて気をつけたいので、講習会や講演会があれば参加してみたい。	

	<p>スポーツサークルで活動したり、ジムで頑張ったり、町のスポーツイベントに参加している人、喫煙していない人に対して、健康ポイント制度があれば、頑張るきっかけになると思う。健康ポイントでジムが割引になるとかあれば、会員になりやすく、会員になったら通うので、インストラクターから指導を受け、結果的に健康的になると思う。</p> <p>産業まつりでの食育イベントを増やす事やその時に子どもが食べやすく興味もつ食べ方があると子どもと一緒に取り組みやすい</p> <p>オーガニック食品を取り扱うお店が増え、また値段も買いやすい値段になると良いと思う。</p> <p>商品券をタダで頂ける機会が増えると生活にも余裕が出て、健康づくりができますと思います。商品券の配布率がNO.1の市町村になれば住みやすい町になると思います。</p> <p>ウォーキングやマラソンなどが町内の健康づくりのイベントとして行われているのは知っていますが、気持ちが向きません。ダンスや音楽に合わせたエクササイズなど、たまには楽しく身体をしっかりと動かせるようなことも企画してくれたら参加したいし、嬉しいです。</p> <p>外でウォーキングしたいけど日焼けがしたくなくできないので、屋根付きのウォーキングコースがほしい。</p> <p>運動する機会がないのできっかけとして無料の講座などをひらいて何回以上から受講料をとるなど、始めるきっかけをもらえると動きやすいと思う。</p> <p>可能であれば子宮・乳がん検診の案内を40歳以下とか高齢の方と別日にしてほしい。そのほうが若い子達が受けに行きやすくなると思いました。歯周疾患健診の助成を知りませんでした。郵送で助成券を1年に1回送るとかのシステムにしてほしいです。役場に足運んでまで受ける人は少なさそう。</p>
女性	<p>自分の体の調子に合わせた食べ物を食べる。 好き嫌いせず、色んなものを食べて、適量をまもる。</p> <p>特になし</p> <p>嘉手納町が発行している郷土料理の漫画冊子、とても良い取り組みだと思っています。イラストも好感度もてるキャラクターで、料理も美味しそう～食べたい！と思わせます。 全巻揃えて子供達に残していきたいと思っています！</p> <p>お知らせなどは、高齢者や文字を読まない人にはパッと見でわかりやすいシンプルな説明が必要かと思う。 </p> <p>沖縄の伝統の料理をこれからの子どもたちの世代にも残していきたい。 </p> <p>特定非営利活動法人「がんじゅうファミリー」の長嶺荒人先生の講演をもっと多くの方に聞いていただきたい。</p> <p>健康のための運動をしたい人もいますが、その施設が嘉手納町には、まだ少ないと思います。兼久を毎日散歩していますが、体力づくりするにも施設がありません。ウォーキングコースもありますが、歩道が整っていないのでキレイになったら良いと思います。また、花や木せっかくあっても名前もわからない。その木にどんな鳥がとまるとか少なくとも楽しみに繋がり、運動する人も増えてくれたらと期待します。</p> <p>生活の他の事へ家賃などへ、お金がかかり食の大切さが失われていく事が残念。3品のおかず作りはとても難しい。沖縄の収入ではやりくりが出来ない様になっている。</p> <p>健康食を意識したいのですが、物価高騰により健康食品も高値になっています。カップラーメン等も控えたいのですが。健康で安全な食品普及、需要供給の関係を見ておいしく安心、安い食品があれば嬉しいです。必要な労力を若い世代に教育しつつ畑仕事を手伝ってもらおうなど。</p> <p>私はまだ40代で食欲もありますし、体も動きます。今後、健康診断など受けていきたいと思いますが、個人の事は個人で管理するとして、高齢者の方、特に一人である方に対しての活動を行った方が良いと思います。そういった活動に少し興味がありますが、実際誰が一人で住んでいるか等、全くわかりません。児童に対しても思います。夜一人で食事をしているのかと思うと少し寂しいですね。私一人では勇気はできませんがそういった活動があるなら参加してみたいと思います。仕事もありますので、そんなには出来ないかもしれませんが。</p> <p>働いている人が利用できる健康教室（ヨガ、ピラティス）を通年で実施してほしい。</p>
40代	

女性	50代	健康づくりは意識していますが自宅の周りが暗くウォーキングするのは時間が遅くなるとやめています。（公園などに行くよりは自宅周辺が手軽に歩いて続けるため）しかし運動は好きなのでウォーキングできない日はストレッチしたり体は動かしている。食育の基本は家庭だと思っています。どんなに地域や学校が頑張っても家庭環境が影響してくると思います。嘉手納の給食費無料化した。とてもありがたいと聞いています。しかし一方で無料だから簡単に残す子が多いと聞いたこともあります。家庭がどれだけ子どもたちと食に関して会話しているかも重要かと思っています。
		各区にもっと運動ができる施設を増やしてほしい。食育には子供たちに朝ご飯を食べさせてほしい。食べてこない子供たちを多く知っています。子育て嘉手納町として子育てをしている家庭にお米の配布やお米券などがあっていいと思う。
		子供が中学のころまでは意識して気を付けていたので親も調子よかったと思う。子供が大きくなるにつれ健康づくり、食育の意識が薄れ親も高齢になっていきどンドン忙しくなっていき、ストレスに追いついていけない気がする。体力づくりを頑張りたいと思う今日のこの頃。
	大切な事なので、広報などでも新しい情報を発信して欲しい	
	知識を得る事、そして行動に移す事の手助けを自治体に求めます	
	町のオンライン診療、オンライン健康相談を有料でいいので作って欲しい	
	美味しいものを食べて、沢山寝る。 楽しい事をする	
	適度に運動して、年齢に合わせて過剰に食べ過ぎないこと。	
	PFOS問題が1番気になる。 PFOS対策など。	
	病気の治療や通院や娘の送迎や習い事をしていて毎日で忙しく、ストレス発散のためお菓子の爆食いすることがあります。ダメなこととはわかっていますが、どうしてもやめられません。でもいけないことなので、適度に運動や体を動かすことを意識して良質なお肉や野菜や果物を摂取するように心がけたいものです	
	最近、健康に良い食材いわゆる無農薬野菜や、無添加食品などのほうが高くてとても継続して摂取する事が困難。その反面、忙しい親世代の今、昔と比べて安く便利な食べ物が増えて調理しなくても気軽に食べられる食品や惣菜が身近にあるため結局はそこに頼る。食材を無駄にしないための工夫も結局手間が掛かり忙しい共働き世代には、どうしても時間優先になる。もっとお金にも時間にもゆとりある生活であれば、食育に重点を置けるのにと日々思います。	
	町内、タバコの吸い殻のポイ捨て、お菓子の袋や飲み物の缶のポイ捨てがとても多いと感じる、学校での食育をもっと頑張してほしい。タバコ、ゴミのポイ捨ては条例で決めてほしい	
	公園などに ストレッチ出来る物を 設置して欲しい。	
	子どもの発達障害の中には栄養素不足の子も居ると聞きました。 鉄や亜鉛、EPA?DHAをサプリメントで飲ませると別人のように落ち着いて教室に座ってられるようになった等です。 サプリメントは無理かもしれませんが、栄養(栄養素)不足を改善できる環境が広まればいいな、と思いました。 みらいチケットは良いアイデアだなーと思っています	
	広報誌や役場からのお知らせなどからの 情報を見逃していたりするので。 気を付けて見ていきたい。 食事と運動は永遠のテーマです!!簡単なようで難しい。	
知識があることにこしたことはないけれど、義務感にとらわれてしまうとストレスになるので、リラックスして気を付けられるものだけやっていけば良いと思います。		
バランスの取れた食生活を心掛けたい		
電子タバコとノンアルコールの低年齢化が気になります。		
自転車に乗るときに安全な道の確保		
町内にウォーキング等を楽しめる場所がないので、運動公園の整備をしてほしい。テニスの壁打ちスペースをもっと増やしてほしい。スカッシュ等の室内で楽しめる施設等。食育はまず家庭から始めていけないと思うので保育園児を持つ親等を対象に子どものお弁当づくり講座や相談コーナー等をやってみては?食べ物を残してもいい・・・嫌いなものを食べなくてもいいのでは食育としてどうなのか、と疑問だ。食べさせる工夫なども学べるといいと思う。親の学校、保育園などでの食事体験等もいいと思うが・・・		
食べ物で体、心は作られると思うので、子どもからの食育に力を入れてもらえるとうれしいです。		

	<p>嘉手納町食育まんが沖縄料理多数紹介され栄養やカロリー一体調を合わせる等わかりやすく読みやすく保管しています。今後の取り組みであればいいと思うのが1ポイントアドバイスすぐにでもできそうな内容があるとうれしいです。例えば「ツインタンパク質」動物性と植物性を組み合わせる食べ方。牛乳と豆乳を1対1でブレンドして飲むと効果的に摂取できる。他ひき肉と豆腐のハンバーグ等、テレビで見て簡単で取り入れています。「かん・たんカード」あるとうれしいですし便利です。</p> <p>健康・食育についていろいろな情報から学び気を付けているつもりですが、まだまだ知らないことが多く若いうちから食事の大切さ、正しい情報を知る機会を作り皆が健康な生活を遅れるといいです。健康診断の結果をみて食事、運動等まだまだ改善していなくては、と思っているところです。</p> <p>なんでもそうだと思いますが意識付け（動機付け）が大事かと・・・どこを見ても目に入る（広報）よう耳で聴けるような方法で取り組めたらと思います。（できる限り）</p> <p>物価高も伴い果物野菜などの購入を控えて安いお菓子類などを子供に与えてしまいます。食事もワンプレートものを好みます。好みが偏って欧米化してます。昔の人はイモとか少量の食事で100歳まで長生きしているのに現代人は食べすぎなのではと思っています、どうなんだろうか。</p> <p>食育は大人はもちろんだが幼少時や学生等から取り組むことが大事だと思う。家庭以外にも園や学校で時間を設けて教育してもらえると個々の意識向上に大きくつながると感じる。</p> <p>タバコ、酒もストレス解消でやめられない。でもやめないとと思っています。このアンケートを気にかけ減らす、やめるよう努力したいと思いました。</p>
女性	<p>日頃から、健康や食育を意識せず、摂っているので 町も発信に力を入れて町民に健康と食育について アピールすると、日頃から意識して摂る方が増えると思います。アンケートのみで終わらないと良いですね。</p> <p>健康づくり・食育は個人の意識の問題が重要であると思います。 その為には、幅広い広報活動や公演会を他の楽しいアトラクションと抱き合わせ開催できると参加したくなるかもしれません。 また、ゲーム感覚で学べると良いですね。 </p> <p>健康づくりの為に週2~3回は歩いて30分位の場所までは買物に行きます。往復で約5キロでしょうか？(冬場は寒いのでやはり怠けてしまいます)散歩が好きなので10年前から車を置いて歩きになりました。歩いてみて分かったのですが、安心して歩ける遊歩道があるといいなと感じました。又、公園とかも少ないような気がしました。どこかの国のように運動器具が整備されていたら散歩がてら少しの運動ができると思います。またヨガ的な体操や呼吸運動や筋肉運動など様々な健康運動をしている場所も必要な感じがしました。(大勢ですると何か楽しそうな感じですが)食育については、各家庭に気を付けて朝食づくりに力を入れてみたらいいかと思っています。</p> <p>毎日、野菜たっぷりのみそ汁を飲むことを心かける。野菜、魚を多くとる事を心掛けている。孫には野菜を多めに食べさせている。</p> <p>ながら運動、健康づくりに必要</p> <p>健康、食育、町民の健康寿命を延ばすと大変有意義な取り組みだと思います。子供さん達は、もちろん学校給食でバランスの取れた食事を提供され維持できても家庭内ではとなるとちょっと疑問です。私たち高齢者はちょっとしたことで骨折したり、気持ちと体とのギャップがありなんとなく不安です。食育についてなかなか人間生きて行く上で必要な栄養素が毎日摂取できてるか？というところではないと思います。町内には、スーパーも少ないですし、すぐに手元に届くわけではないので。伝統的な行事、伝統食はとても良いです。これまでは、仕出し弁当など食べない方だったのですが、それを利用した方が良かったと思いました。(ちょっとごま油足すと美味しくなれるし)まだまだコロナウイルス、インフルエンザ(警報発令中) 続くと思いますので体を温める薬草茶(ハーブ入り)を朝薄めて子供さん達に飲ませてみるのもいいと思いました。(スープに入れたり)</p> <p>健康で楽しい毎日を過ごすことが人間の幸福だと思う。健康な身体さえあれば何もいらぬ。</p> <p>骨密度の町での検査を増やしてほしい。年齢の対象者も増やしてほしい。更年期の相談、講習会、指導、食事の情報等</p> <p>兼久運動公園にウォーキングしながらできるスポットを作してほしい(足つぼロングロード、背筋を伸ばせる鉄棒、けんすい等)</p>
60歳~65歳未満	

女性	65歳～70歳未満	沖縄では洋食が中心になっているので昔ながらの食事、和食を広めたほうが良いと思います。減塩、運動の習慣も大事で車社会なので近くのスーパーなどは歩いて行くようにしていくのが大事。少しの距離は歩くとか。
		食と健康はとても大事なことでつながっていると思います。毎日の食べることで今の自分の体の状態が作られていると思います。少し意識するだけで大きな病気など予防できると思い情報も大事にしたいと思っています。
		塩分控えめ、薄味の食生活。レモンなどで変化のある食事にひとかけ。町民、地域などで楽しくリズムに乗って足、腰体操。近くのやまぶきさんのお昼はとても良いと思います。人気があり入店できたらラッキーです。家庭に近い料理がありおすすめ。スーパーの総菜売り場でやむを得ず揚げ物を買っていくのを見ると食生活は大事にして皆健康でいてほしい、と思ったりします。
		大人になって一時的に食生活が乱れたとしても習慣というものは身につけていると思うので、幼少期からバランスの良い食事をさせることを心掛けるべきだと思います。
		半年前に住むようになったので、町の事はわかりません。
		現在お金に困っている人達をもっと分かって欲しいです。ないから払えない、高くても買えない仕事を増やしたくても仕事がない。低所得者をもっと見直してもらいたい。今ではないが、私も金がなく子供に食べさせるのに精一杯の頃があったので町からもっと支援して欲しいです。
		定期的に、楽しく運動ができる教室があれば良いと思います。 例えば、誰でもできるような太極拳やヨガ、 又、ジャズダンスなど気軽に参加できる運動が1～2回あるといいですね。
	インスタント類が楽で簡単に作れる味付けあるが、やはり手間でも基本はやはり出汁作りが一番。かつお節、だしじゃこ、だし昆布、しいたけ汁、そしてほんの少しだけの塩	
	特になし	
	健康づくりで嘉手納町海浜公園は緑が少ないもっと木を植えて欲しい。北谷町の様に北谷町陸上競技場を歩く時、海まで回りながら歩くので夏場は木陰もあり助かります。予算がないのでしょうか？	
	若い夫婦にNHK「母乳」人間の母乳と動物の母乳の違い、暑い国に住む動物の母乳寒い国に住む動物の母乳。是非TVを見せたい番組。人の原点生き物原点。沖縄の野菜料理を「元気の素」地産地消費したいです。人々が元気、笑顔、健康やさしい嘉手納町民になりますように。	
	旧暦行事のたびに準備するのは負担	
	集団検診でも人間ドックでもどちらでも良いとし、助成すれば自分が受けたいとき検診することが出来ると思う。病気の早期発見が本人のためにはもちろん、行政の負担も減ると思う。まずは身体チェックの機会を増やしていくことと思う。町営の畑を作って退職した人や家で過ごしている人たちと一緒に畑（野菜作り）をして楽しみながら安全な食品を作って役所前とかで販売してほしい。	
	健康食育の大切さは知っているつもりですが、いざ毎日の生活の中で実行するのはむづかしい。しかし、なるべく努力するつもりです。過信は禁物です。	
	食事はすごく大切なことではあると思いますが、昭和の時代のように家庭で野菜が作れたりそれを支えて知恵を与えていたオバアたちがもういなくなり、郷土料理が本当に体にとっていいものだからそれを教えてくれる手段がなくなり伝承すらなくなりその代わりにコンビニで手軽に安く手に入りまた、沖縄は日本でファストフードが多くそれを口にするのが問題なのでは？それと大変なのは今の時代物価が次から次へと値上がりで暮らしを苦しめているのも問題では。大変な方にはそれなに・・・食育とはきれいな言葉現実は大変かも	
	子どもたちが遊べる遊具つき公園と並行して高齢者が運動できる運動器具の設置をお願いします。世代をこえて楽しく過ごせる場所になりと思います。	
	シェアができるスイミング教室、体操教室をやってほしい	
	たばこ、お酒を80歳で飲んでいても健康な人はいるし、たばこ食事運動に気を付けていても不健康な人はいるので、あまり健康推進に意欲がわきにくい。（今のところ）でもこども、孫には喫煙者にはなってほしくないので、こういう健康推進を市町村が取り上げたりするのは安心できます。少しずつでも協力したいです。うまく書けなくてすみません。	
	冷凍食品に頼りすぎ。料理する時間に追われて簡単にすますカップラーメンとか。これからは体に影響があるのかな。	

女性	70歳未満	<p>基地からのピーフォス、ピーフォアの汚染や排気ガスなどの健康被害がとても心配。</p> <p>現在、高血圧と診断されていますが、なるべく薬は服用せず食事での塩分摂取等気にしながら高血圧と向き合っています。病院でも服薬を進める先生と、なるべく飲まない方が良いとする先生もいらして少し混乱しています。私自身、薬を避けたい気持ちが強いのですがなかなか血圧が下がらず現状維持という状態です。</p> <p>町内にもっと地産野菜などを求めやすい場所が欲しい。健康面を考えた運動のできる公園があればいい。体に良い食事を食べさせてくれるお食事処があればいい。</p>
		<p>胆石の手術後に、自分に合う合わない食品を覚えて、料理したり買ったりしています。(なんでも食べられない食事は出来なくなっています。)食材に気を使わないと、下痢を伴って来るので注意することが多くなりました。(脂っこい食べ物は取らないようにしています。)又、菓子パンは太るイメージがあるので、なるべく食べない様にして、1個食べたら歩くようにしています。</p> <p>ふー体操や老人クラブのヒップホップ以外にも健康づくりサークルを作ってほしい。いつでも誰でも入れる仕組みをつくり、継続できる仕組みを。音楽に合わせて楽しめるダンス体操(リバイバルダンス等)</p> <p>ふー体操などロコモ体操をもっと多くの人に参加できるようにする。</p> <p>保育園、幼稚園、小中高校まで給食があると皆さんが助かると思います。体づくりが大切な年ですので良い食品をバランスのいい食事をせめて1日1回でも食べさせてあげたいと思います。(高校生まで)</p> <p>自分で漬けたものを食べている。(赤キャベツ、ピーツ、赤黄緑のピーマン、大根、キャベツ、キュウリ等)素粒水で塩こうじ、醤油こうじ作って料理に利用している。友人からは味噌こうじをもらっている。友人の畑で収穫したらきょうを漬けて友人に食べてもらっている。ビン詰めのを配っている。ニンニクを大量に買って自分の水飯釜で黒ニンニクを作って食べている。パパイヤを大量にもらう時は、しりしりして酢漬ける。サラダに入れて食べるとドレッシングは不要。このようにして、自分の身体に入れるものはなるべく自分で作って食っています。朝食は、オートミールチーズリゾットを食している。サンマやサバ、ツナ等、入れると美味しい。それに青野菜入れると目で楽しみ、チーズがコクを出す。カンダバーを入れてもうまい。野国総管の芋はもっとうまい芋ができるのではないかとひそかに思っています。研究中。葉っぱもツルも料理に利用出来るので災害の時代には必要ですね。</p> <p>加工食品の添加物が体に悪いと思われる成分が体に入らないようにもっと強化してほしい。マーガリン等(アメリカ、ヨーロッパ並みに)</p> <p>アンケートだけ多いが、行動がわからない?</p> <p>毎日バランスよく食事をする事だと思います。好き嫌いをなくす。</p> <p>小学校1年生から食と歯の関係性などを教えてほしい。毎年講座など。保育園では保護者といっしょに関わるようにしてほしい。</p> <p>毎日のウォーキング、食べ過ぎない、座りっぱなしの時間を減らす。</p> <p>一人暮らしのため買い物をして肉や魚は量が多すぎて半分は冷凍保存しなければならない面倒くささがあり、お惣菜で済まそうと思うけど、こしょうが使われていて胃が痛くなったりするのでタンパク質と野菜のバランスを考えても実行するのがむづかしい。</p> <p>眼底検査、聴覚検査を集団検診でできたらいいです。</p> <p>今年は散策をグループで歩こうと考えている。地産地消なのでもっと地元の商品について勉強したい。</p> <p>健康診断を受けるのもいいですが、一生通院することもできないので知らずに生活できればいいと私は思う。現在兄三人が糖尿フウセン治療、脳梗塞で入院治療中リハビリを受けているので心配ではありますが自分なりに気を付けているつもりです。薬が合わず大変な思いをしたことがありトラウマの部分もあります。*専門用語等は恥ずかしいのですが全然わかりません。生活するので一生懸命ですから。</p> <p>塩分、炭水化物、糖を減らせば健康でいられると思う。(運動することが大事である)カーブスに通っていて筋肉を付けることを心掛けている)夜のサンエーの総菜コーナーは半額シールのついたものを買うお年寄りでいっぱい。塩分が多いので心配です。もっと薄味にしてほしいです。一度から揚げを買ってあまり塩辛いので食べたことありますか、とクリームをいったことがあります。それ以来買っていません。</p>

女性	75歳以上	老若男女が健康づくりのできる器具のある公園があるといい。コミュニティーセンターを利用して食育の勉強会、調理実習などできるといいのでは。
		なるべく外食を避けたい。塩分が多い。電子レンジを使用したくない。できるだけ自分で作ったものを食べたい。無農薬の野菜を食べたいです。
		いつかは私たちの体は動かなくなります。長生きをしても自らの体を動かせなくなると、家族の負担（経済的、肉体的）は増すばかりです。健康はある程度、維持できてもその先のことがみなさん不安なのではないかと思います。
		アンケートが多い
	75歳以上	満80歳ですけど、頑張ってアンケート答えました。ぜひ活用して下さいませ。
		人間にとって食育とはとても重要な事だと思います。乳児の離乳食から味覚は生まれていると思います。母親の手作りで愛情を込めた味はずっと舌に残っていて成人後もきっと役に立つと思います。高価な食材だけではなく身近にある安全な材料で三度手作りの食を取れるのが健康の源だと私は思います。
		非課税になっている家庭には社会福祉協議会と連携しハガキでその家庭に食品がいきわたるようにして欲しい。他の市町村では配当していることも新聞でよく報道されていますが、嘉手納町民は豊かな人もいますと思いますが、まだまだ生活が苦しい人々もいらっしゃいますのでどうか町の行政の方で考えてください。
		毎日楽しく好きな食事をして心配事、くよくよせず体を動かし友人や知人とも会話をして日々健康で暮らしていきたいです。
		歩いて行ける自治会館での料理講習（かんたんでおいしい）例えば地元で食べられていた「ひらやーちー」や「ソーミンイリチー」「クファージュシー」「ウチナーそば」など簡単で早く作れて皆で試食してそれぞれの感想を言い合って終われると良いと思います。
		自分の体のことは自分が責任をもたなければならないので、よく調べて体にいいものを利用して悪いものは避けたいと思います。
身体をよく動かして何事も前向きでいきたいです。		
朝食は必ずとるようにする。味噌汁、魚、肉、ごはん		
適度に体江尾動かし油分、塩分、糖分を控える。		
個人的理由で健診は主治医の先生に相談して1年一度、骨粗、肺、心電図、血液検査、（3~4ヵ月に一度）乳がん、子宮がん健診は自分の体調時期に合わせて脳のMRI等全般的にやっているのも町の健診には、二重の放射能をあびる必要があるか疑問に思います。多少高額を出しても、信頼できる先生に体調の変化を相談して今後も健診していきたいと思います。		
年齢不詳	今の世の中は、あまりにも食事に関して安易に考えて行動している人（若い人が特に）が多いと感じる。低収入の人は今の物価高の中大変だと思います。学生も（小中学生又は高校生）も、せめて学校ではきちんと栄養のあるものを食べさせてほしい。それは絶対に行政に支えて頂きたいです。仕事をしている若い家族にも食の知識を知ってほしいと思っています。できれば、低収入の人（すべての世代）を少しでも支えて欲しい。（特に子供がいる世代）何を行うにも体が資本なので健康、食育の教育をさらに身近に行うことは大切だと思っています。	
性別不詳	30代	子どもたちと一緒に、食に関して学べるイベントや家族みんなで楽しめるスポーツ大会など少し増やして行って、宣伝も大きくしてそのイベントに参加したらプレゼントなどあったら、参加する人も多くなって街の活性化.町民同士のふれあいの場.健康と食に関して関心をもつ人が多くなると思います。
	50代	こういう紙代から X'mas イルミネーション電気代節約し、ロータリー内での酒飲み景品代に色々税金かけすぎ。物価高で卵¥300 近くもすれば買えない。税金のムダ使いから一番に考えてくれ！金もなくなれば昼の弁当は炊いた飯と100円くらいのレトルトカレーだけ健康づくりは税金給付金、又は旦那と離婚しながら夫婦一緒に住んで母子家庭手当ももらってる人いたり、生活保護者の無駄使い、パチンコする人、それぞれの人の性格を見抜くのも大変だが国民の声をまともに聞くようにしてください。酒飲まない人からすれば、お月見大会は必要ない大変迷惑うるさい。（一回行ってみたら苛々した）国民の声を聞いてくれ、誰が嘘で生保、母子家庭なのか徹底する様に!!ムダ金減らし国民が生活しやすい国をめざせ。自殺者日本国精神病日本国→国が悪い、一番悪い。母子家庭、生活保護→インチキ受給者徹底して調べて下さい。私の周り多いです。

性別不詳	60歳～65歳未満	健康づくりのため施設を充実してほしい。食品については産地と食品添加物等非常に気になる。しかし産地の関係の方々、食品業の方々の衰退を招く恐れがあるので声高に言えない一面もある。注意を發することもしてほしいが地方行政ができるか疑問はある。(でも頑張ってください)
	75歳以上	好きな物食べ過ぎないこと。炭水化物を取り過ぎないこと。寝る3時間前に食べ終わる?笑う
	年齢不詳	本人が入院中のためアンケート調査に協力できません。