

測定結果 623 (うち測定者確認可能分 467件)

平均	5.0	10～20代 (85名)	4.8
最高値	11.5 ※旭市民センター	30代 (97名)	4.7
最低値	2.0	40代 (107名)	4.7
		50代 (104名)	5.2
		60代 (74名)	5.6

男性	244名	女性	223名	部平均	
平均	4.7	平均	5.2	政策企画部	4.9
最高値	11.5	最高値	9.8	総務部	4.6
最低値	2.2	最低値	2	環境経済部	5.0
20代 (40名)	4.6	20代 (45名)	5.0	建設部	4.6
30代 (50名)	4.6	30代 (47名)	4.9	福祉保健部	5.1
40代 (53名)	4.5	40代 (54名)	5.0	福祉事務所	5.1
50代 (62名)	4.8	50代 (42名)	5.7	教育部	5.3
60代 (39名)	5.2	60代 (35名)	6.0	上下水道部	4.6
				そのほか部局	5.2

課平均

政策秘書課	4.3	社会福祉課	4.4
まちづくり推進課	5.0	子ども家庭課	5.0
財政課	5.4	第一保育所	5.6
総務課	4.3	第二保育所	5.6
危機管理課	4.9	教育総務課	5.2
市民課	4.8	教育総務課新しい学校づくり推進室	4.5
税務課	4.1	旭幼稚園	5.0
収納課	4.5	鉾田北幼稚園	5.3
旭市民センター	5.3	鉾田幼稚園	5.2
大洋市民センター	5.0	つばさ幼稚園	5.5
農業振興課	5.3	鉾田学校給食センター	5.2
商工観光課	4.7	指導課	5.9
生活環境課	4.8	生涯学習課	4.9
鉾田グリーンセンター	4.8	鉾田中央公民館	5.3
道路建設課	4.6	図書館	6.3
都市計画課	4.5	下水道課	4.2
健康増進課	5.1	水道課	5.2
介護保険課	4.8	会計課	5.2
保険年金課	5.6	議会事務局	5.2
		農業委員会事務局	5.3

最高値の方へのインタビュー

Q. 普段の食生活を教えてください。

A. 様々な種類の野菜をたくさん食べている。特にトマトが好き。

他にも海藻類を食べることが多い。

肉よりも魚（鮭や青魚）を食べている。 など

Q. 運動習慣を教えてください。

A. 体を動かすことが好きで、毎日30分～1時間程ウォーキングをしている。

土日はスポーツジムでウォーキングマシンやヨガ、ダンスレッスンで体を動かしており、ストレス解消になっている。

Q. そのほかの生活習慣で気を付けていることを教えてください。

A. 喫煙や飲酒はしていない。

朝は、太陽の光を浴びて体内リズムを整えることに気を付けている。