



令和元年度 高松市民の健康づくりに関する
調査結果報告書

高松市保健所保健対策課

I 調査の概要

1 調査の目的

本調査は、平成31年3月に策定した本市健康増進計画「高松市健康都市推進ビジョン 中間見直し版」の進捗状況や、健康づくりに関する市民の意識やニーズの変化などを把握することを目的として、アンケートを実施したものです。

2 調査項目

調査項目	質問内容
基本情報	性別、年齢、身長、体重、居住地域、居住年数、家族構成、職業、年収
健康状態	主観的健康状態、健康上の問題点、健康をより良くすることの実践状況、健康状態(移動の程度、身の回りの管理、ふだんの活動、痛み/不快感、不安/ふさぎ込み)、過去1か月間の状態
生活状況	健康づくりのための生活習慣、健康づくりへの関心、食生活に関する生活習慣、健康キーワードの認知度、ストレス状況と対処法、睡眠状況と睡眠時間、生活習慣と頻度、転倒に関する状況、喫煙習慣と禁煙意思の有無、適正飲酒量の理解、飲酒頻度と飲酒量、歯や口の健康状態とその健康づくり習慣、健康診断・各種がん検診の受診状況
地域活動	近所づきあいに関する意識、地域活動の有無

3 調査の対象

住民基本台帳を基に令和元年6月1日現在、18歳以上の市民から無作為抽出した男女3,000人

4 調査方法

調査期間：令和元年6月20日～7月19日

配布及び回収方法：郵送

5 回収状況

配布数 (A)	回収数 (B)	回収率(B/A) (C)	(B)のうち 有効回答数 (D)	配布数から見た有効率 (D/A)
3,000人	1,355人	45.2%	1,312人	43.7%

※年齢・性別の記入がなかったデータについては、今回の集計より除いています。

6 報告書の見方

- (1) 集計結果は全て小数点以下第2位を四捨五入して算出しており、百分率の合計が100%にならない場合があります。
- (2) 図中の選択肢の表記は、語句を短縮・簡略化している場合があります。

II 調査の結果

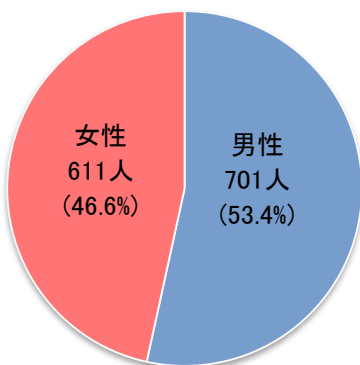
1 基本情報

(1) 性別・年齢

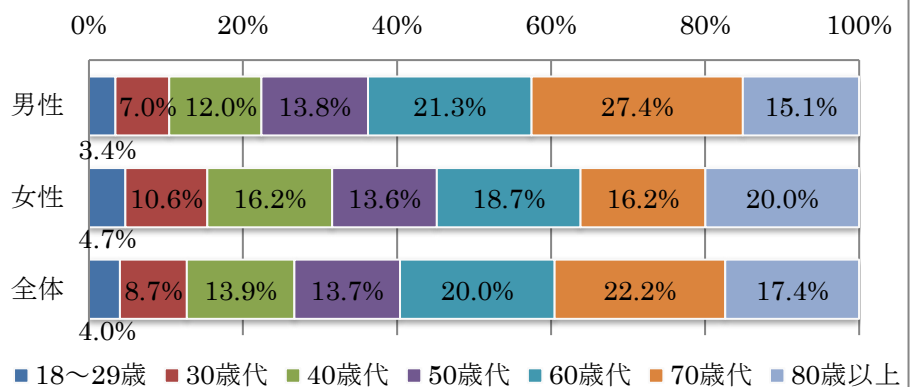
回答者の性別は、「男性」が53.4%、「女性」が46.6%で、「男性」が6.8ポイント上回っています。

また、回答者の年齢は、男性は「70歳代」が27.4%で最も高く、次いで「60歳代」(21.3%)「80歳代」(15.1%)となっています。また、女性は「80歳以上」が20.0%と最も高く、次いで「60歳代」(18.7%)、「40歳代」「70歳代」(16.2%)となっています。

調査回答者の性別



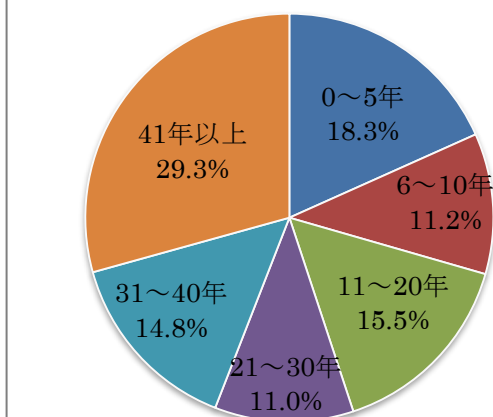
調査回答者の年齢割合



(2) 現在の地域での居住年数は何年ですか

居住年数は、「41年以上」が29.3%で最も高く、次いで「0~5年」(18.3%)、「11~20年」(15.5%)となっています。

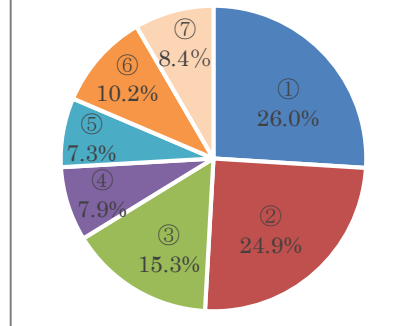
居住年数



(3) どちらの地区にお住まいですか

居住地区は、「日新・二番丁・四番丁・亀阜・栗林・花園・築地・新塩屋町・松島・女木・男木・木太地区」の割合が26.0%と最も高くなっています。

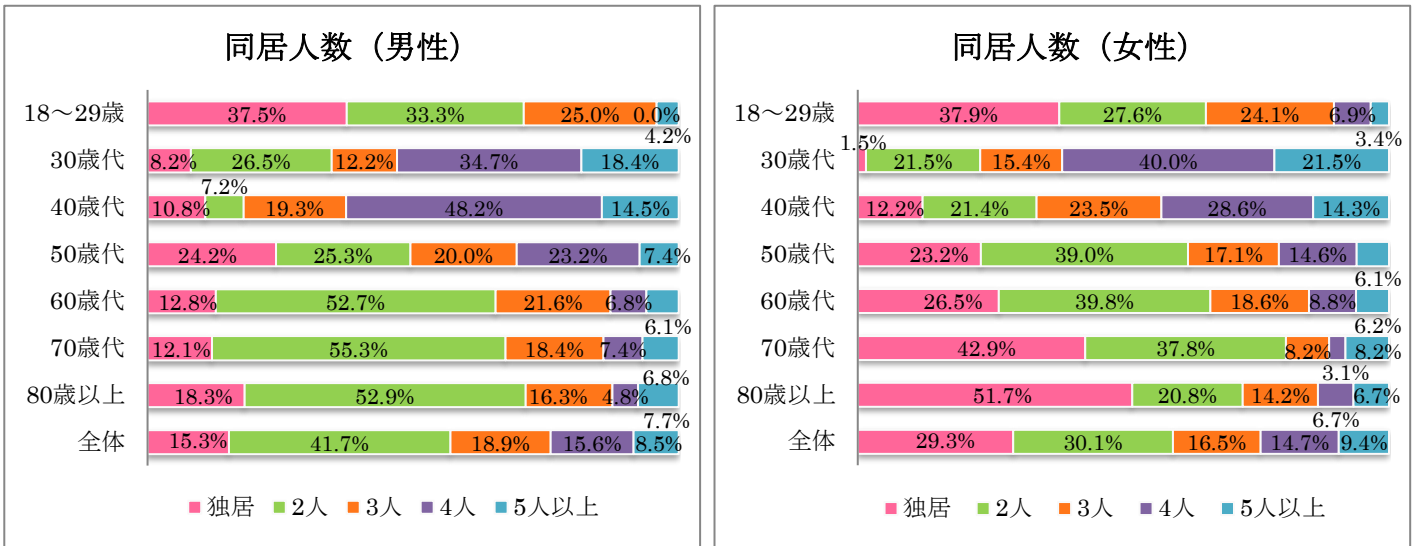
居住地区



①	日新・二番丁・四番丁・亀阜・栗林・花園・築地・新塩屋町・松島・女木・男木・木太地区
②	鶴尾・太田・林・三谷・仏生山・一宮・多肥地区
③	牟礼・庵治・古高松・屋島地区
④	川島・十河・東植田・西植田・前田・川添地区
⑤	香西・弦打・鬼無・下笠居地区
⑥	国分寺・川岡・円座・檀紙地区
⑦	塩江・香川・香南地区

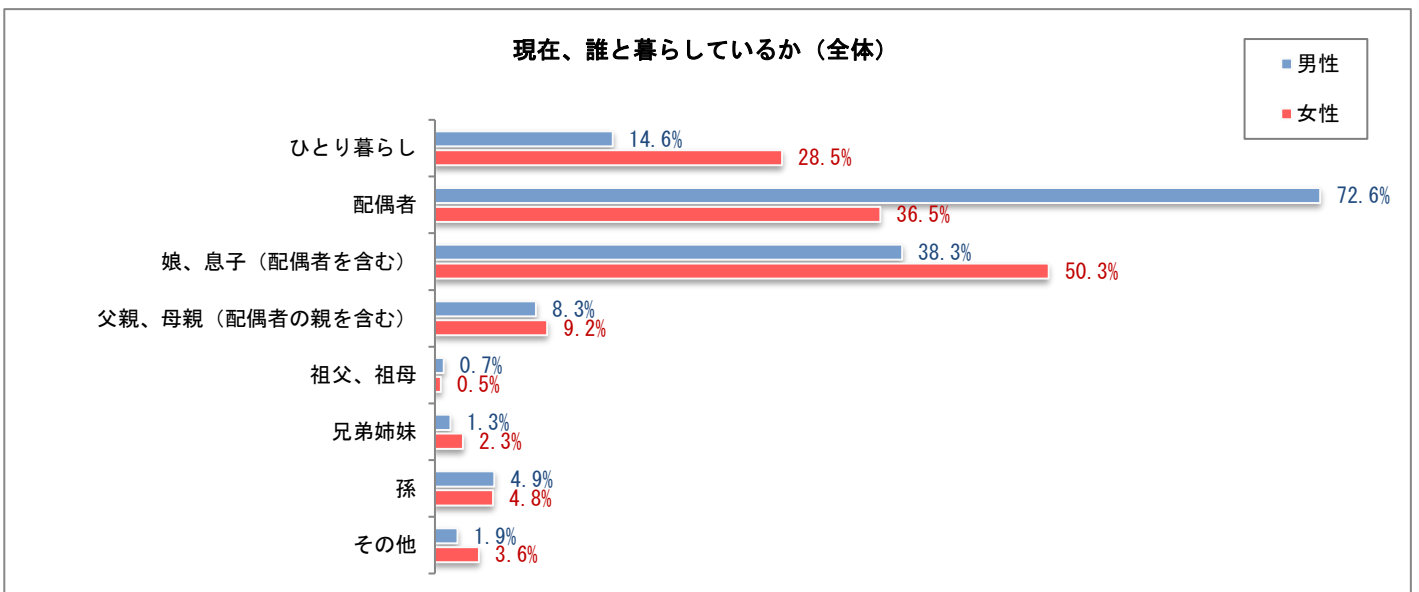
(4) 現在、あなた自身を含めて、何人暮らしですか

全体では、男性は「2人暮らし」という回答が41.7%と最も高く、次いで「3人」(18.9%)、「4人」(15.6%)となっています。女性では、「2人暮らし」という回答がそれぞれ30.1%と最も高く、次いで「独居」29.3%、「3人」(16.5%)となっています。年齢別にみると、年齢が高くなると男性では「2人暮らし」、女性では「独居」の割合が高くなる傾向があります。



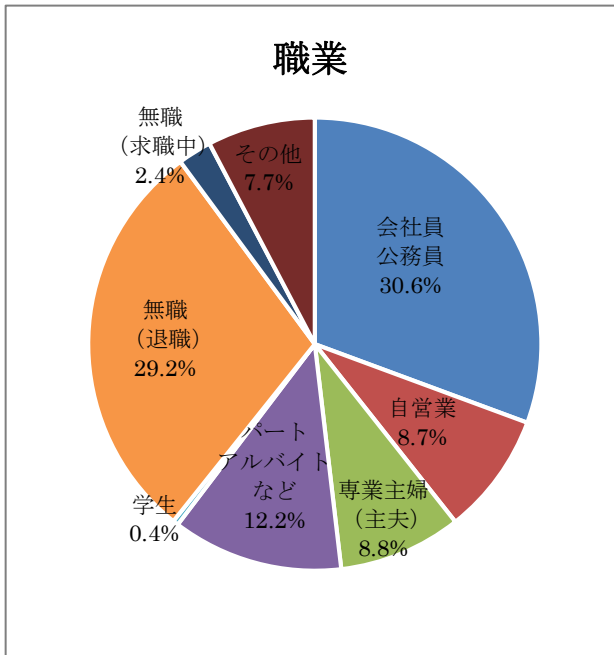
(5) 現在、誰と暮らしていますか (複数回答)

男性は「配偶者」が72.6%で最も高く、次いで「娘、息子(その配偶者を含む)」(38.3%)、「ひとり暮らし」(14.6%)となっています。女性は「娘、息子(その配偶者を含む)」が50.3%で最も高く、次いで「配偶者」(36.5%)、「ひとり暮らし」(28.5%)となっています。



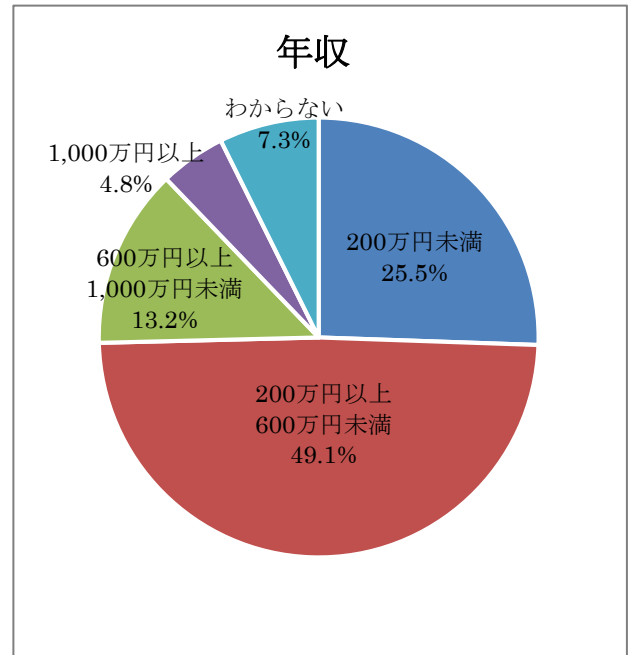
(6) 職業は何ですか

職業は、「会社員、公務員」が、30.6%で最も高くなっています。



(7) 世帯の過去1年間の年間収入は、おおよそいくらですか

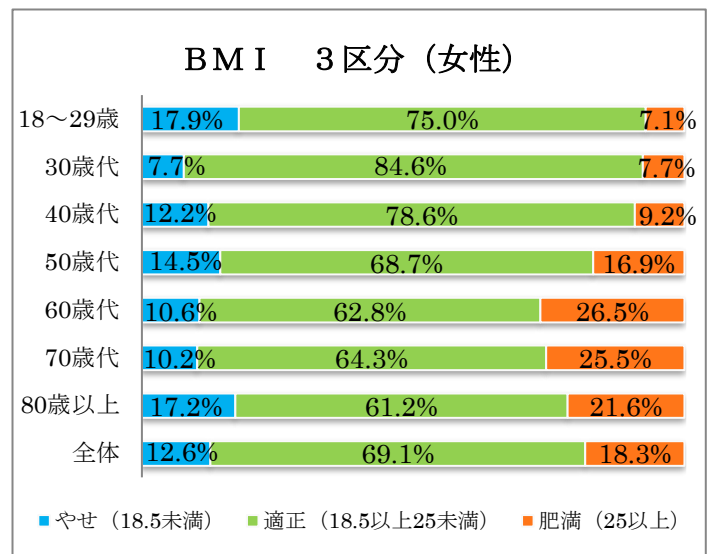
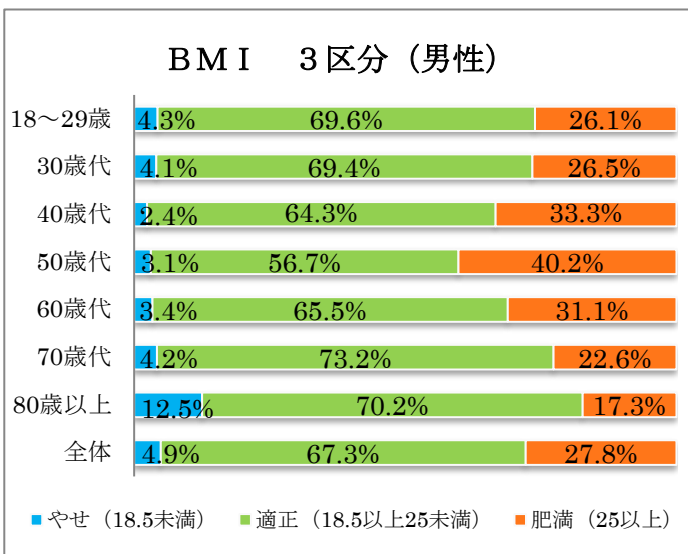
世帯の過去1年間の年間収入は、「200万円以上600万円未満」が49.1%と最も高くなっています。



(8) BMI

BMIは、「適正 (18.5以上 25未満)」が男性は67.3%、女性は69.1%で最も高く、次いで「肥満 (25以上)」(男性27.8%、女性18.3%)、「やせ (18.5未満)」(男性4.9%、女性12.6%)となっています。

男性では、50歳代で最も「肥満」の割合が高く、女性では、18～29歳と、80歳以上の年代で「やせ」の割合が高くなっています。

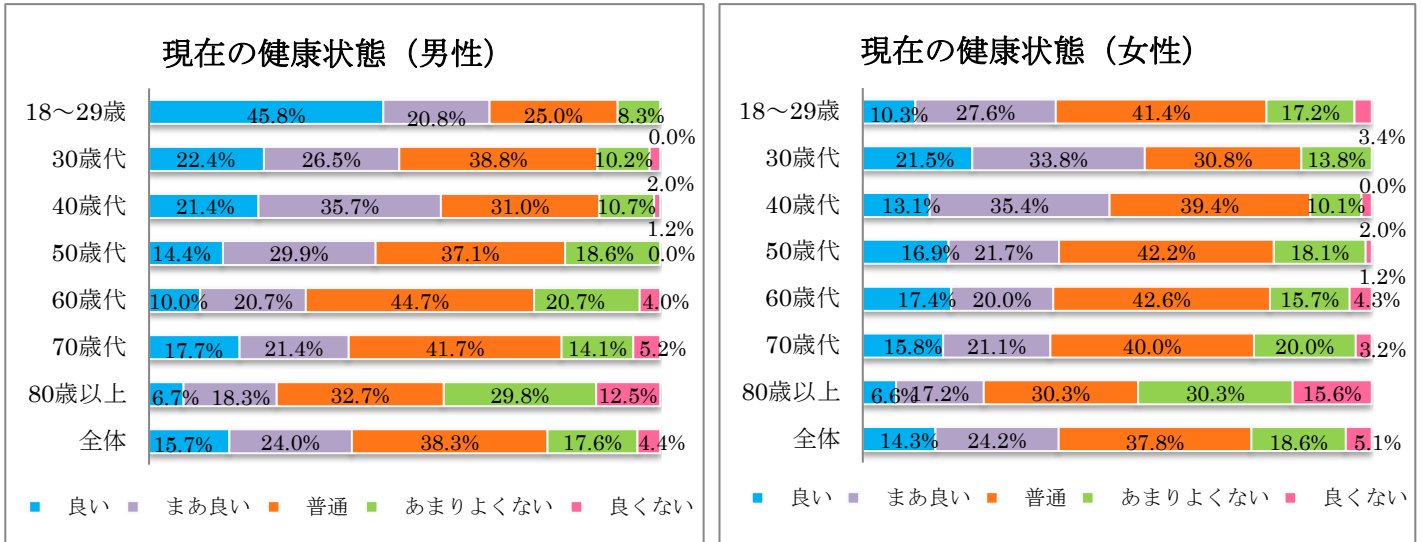


2 健康状態について

問1 現在の健康状態はいかがですか

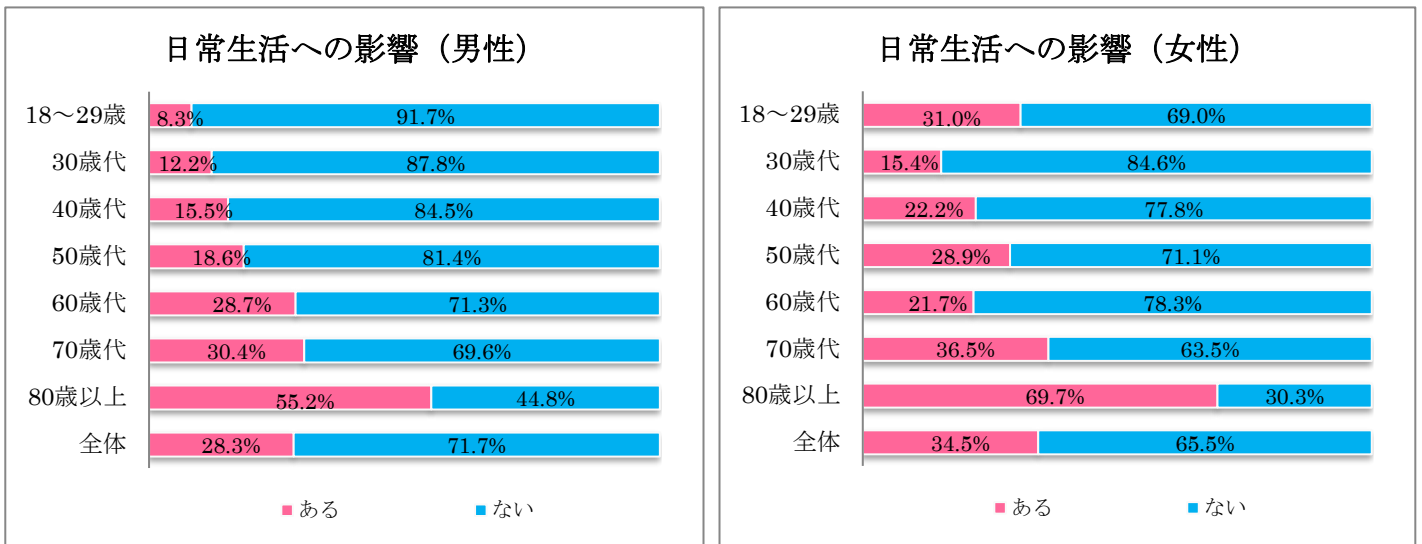
全体では、「普通」が男性は38.3%、女性は37.8%で最も高く、次いで「まあ良い」が男性24.0%、女性24.2%となっています。

年齢別でみると、男女とも年齢が高くなると「あまりよくない」「良くない」と回答する割合が高くなる傾向があります。



問2 現在、健康上の問題で日常生活に何か影響がありますか

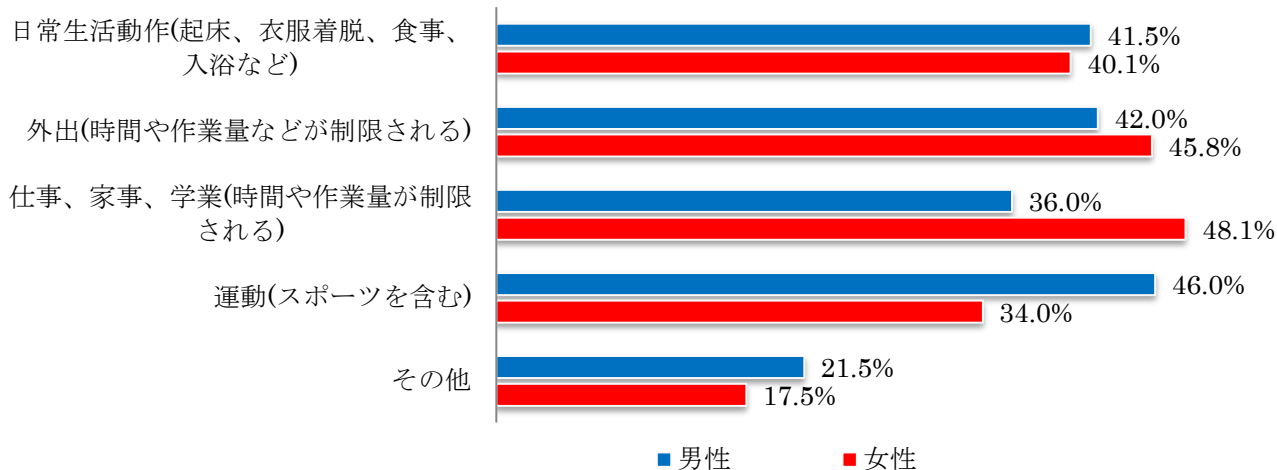
全体では、「影響がない」が男性は71.7%、女性は65.5%で、「男性」が6.2ポイント上回っています。年齢別では、年齢が高くなると「影響がある」と回答する人の割合が高くなる傾向があります。



問3 問2で「ある」と答えた方にお聞きします。それはどのようなことに影響がありますか
(複数回答)

男性は「運動（スポーツを含む）」が46.0%で最も高く、次いで「外出」（42.0%）「日常生活動作」（41.5%）となっています。女性は、「仕事、家事、学業」が48.1%で最も高く、次いで「外出」（45.8%）、「日常生活動作」（40.1%）となっています。

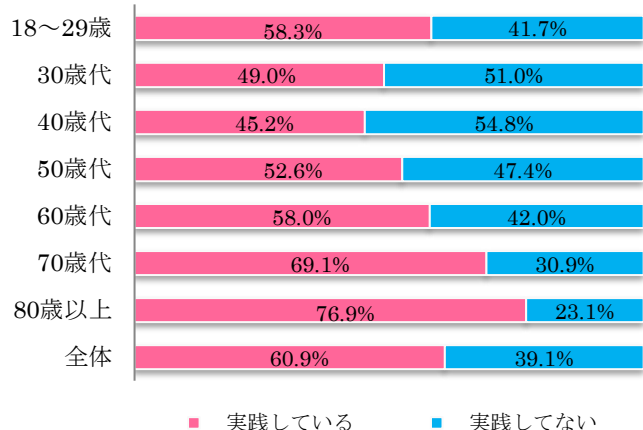
日常生活への影響の内容（全体）



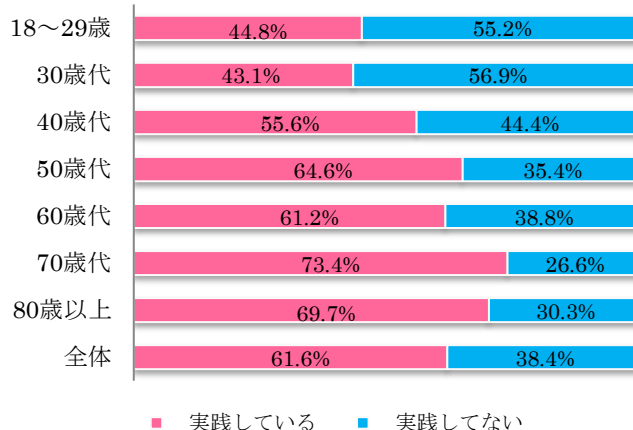
問4 自分の健康をより良くすることを、普段から実践していますか (複数回答)

全体では、男性は60.9%、女性は61.6%が「実践している」と回答しており、「実践している」の割合は、男女ともに、「70歳代」「80歳以上」の年代が高くなっています。

健康をより良くする取組（男性）



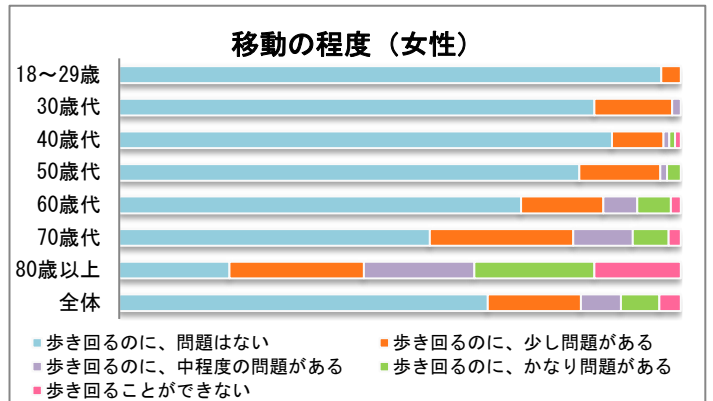
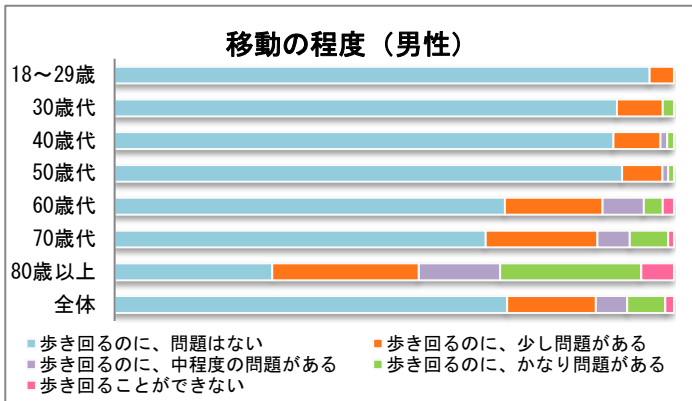
健康をより良くする取組（女性）



問5～問9で、あなた自身の現在の健康状態を最もよく表しているものはどれですか

問5 移動の程度について

「歩き回るのに、問題はない」と回答する人が60歳代以降に減少しており、歩き回るのに「少し」以上の問題があると回答する人は、男女ともに80歳以上になると大幅に増加しています。

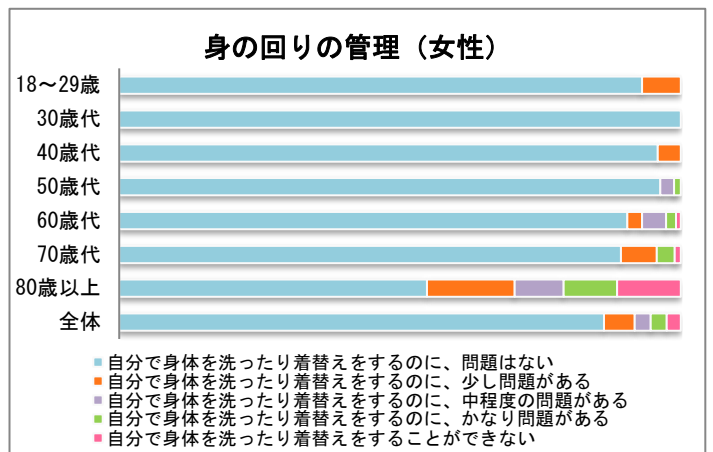
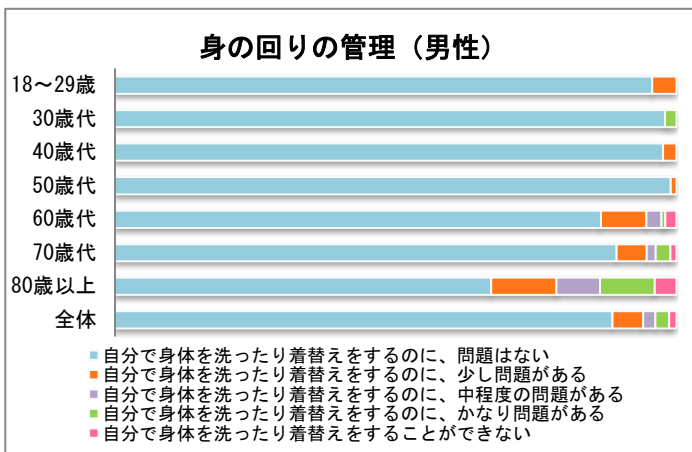


	歩き回るのに、問題はない	歩き回るのに、少し問題がある	歩き回るのに、中程度の問題がある	歩き回るのに、かなり問題がある	歩き回ることができない
18～29歳	95.7%	4.3%	0.0%	0.0%	0.0%
30歳代	89.8%	8.2%	0.0%	2.0%	0.0%
40歳代	89.2%	8.4%	1.2%	1.2%	0.0%
50歳代	90.7%	7.2%	1.0%	1.0%	0.0%
60歳代	69.8%	17.4%	7.4%	3.4%	2.0%
70歳代	66.3%	20.0%	5.8%	6.8%	1.1%
80歳以上	28.2%	26.2%	14.6%	25.2%	5.8%
全体	70.2%	15.9%	5.6%	6.8%	1.6%

	歩き回るのに、問題はない	歩き回るのに、少し問題がある	歩き回るのに、中程度の問題がある	歩き回るのに、かなり問題がある	歩き回ることができない
18～29歳	96.6%	3.4%	0.0%	0.0%	0.0%
30歳代	84.6%	13.8%	1.5%	0.0%	0.0%
40歳代	87.8%	9.2%	1.0%	1.0%	1.0%
50歳代	81.9%	14.5%	1.2%	2.4%	0.0%
60歳代	71.6%	14.7%	6.0%	6.0%	1.7%
70歳代	55.3%	25.5%	10.6%	6.4%	2.1%
80歳以上	19.7%	23.9%	19.7%	21.4%	15.4%
全体	65.6%	16.6%	7.1%	6.8%	3.8%

問6 身の回りの管理について

全体では、「自分で身体を洗ったり着替えをするのに、問題はない」が男性は88.6%、女性は86.3%で最も高く、「少し」以上の問題があると回答する人は、男女ともに80歳以上になると大幅に増加しています。

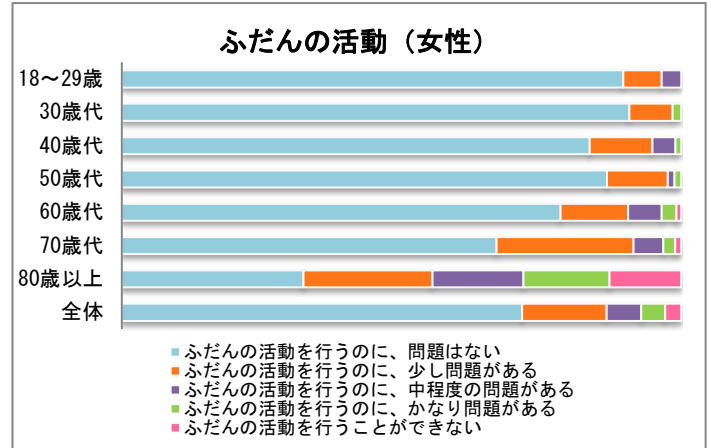
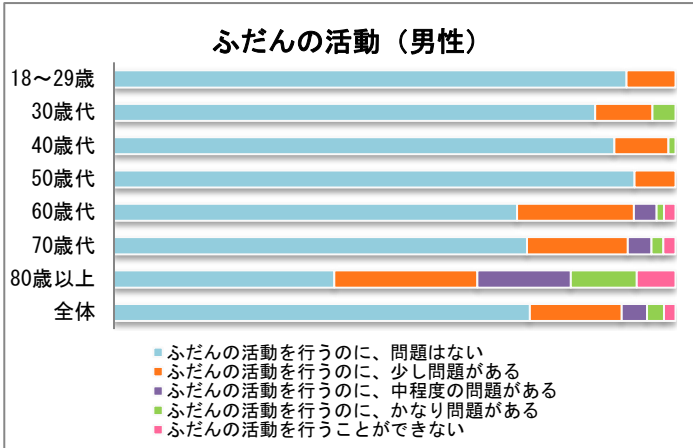


	自分で身体を洗ったり着替えをするのに、問題はない	自分で身体を洗ったり着替えをするのに、少し問題がある	自分で身体を洗ったり着替えをするのに、中程度の問題がある	自分で身体を洗ったり着替えをするのに、かなり問題がある	自分で身体を洗ったり着替えをすることができない
18～29歳	95.7%	4.3%	0.0%	0.0%	0.0%
30歳代	98.0%	0.0%	0.0%	2.0%	0.0%
40歳代	97.6%	2.4%	0.0%	0.0%	0.0%
50歳代	99.0%	1.0%	0.0%	0.0%	0.0%
60歳代	86.6%	8.1%	2.7%	0.7%	2.0%
70歳代	89.4%	5.3%	1.6%	2.7%	1.1%
80歳以上	67.0%	11.7%	7.8%	9.7%	3.9%
全体	88.6%	5.5%	2.2%	2.5%	1.3%

	自分で身体を洗ったり着替えをするのに、問題はない	自分で身体を洗ったり着替えをするのに、少し問題がある	自分で身体を洗ったり着替えをするのに、中程度の問題がある	自分で身体を洗ったり着替えをするのに、かなり問題がある	自分で身体を洗ったり着替えをすることができない
18～29歳	93.1%	6.9%	0.0%	0.0%	0.0%
30歳代	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
40歳代	95.9%	4.1%	0.0%	0.0%	0.0%
50歳代	96.4%	0.0%	2.4%	1.2%	0.0%
60歳代	90.5%	2.6%	4.3%	1.7%	0.9%
70歳代	89.4%	6.4%	0.0%	3.2%	1.1%
80歳以上	54.8%	15.7%	8.7%	9.6%	11.3%
全体	86.3%	5.5%	2.8%	2.8%	2.5%

問7 ふだんの活動について（例：仕事、勉強、家族・余暇活動）

全体では、「ふだんの活動を行うのに、問題はない」が男性は74.1%、女性は71.6%で最も高く、次いで「少し問題がある」（男性16.4%、女性15.1%）となっています。

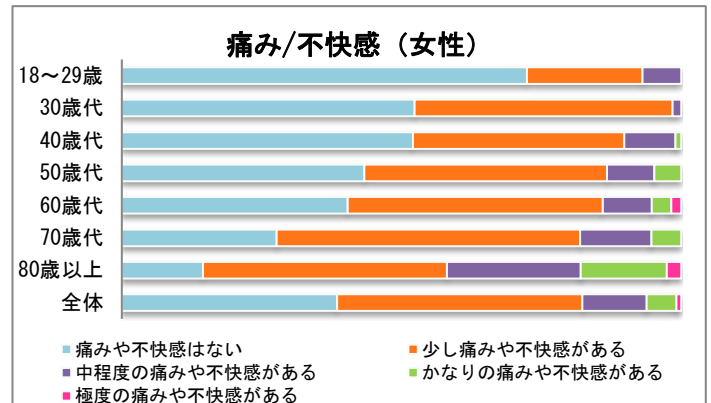
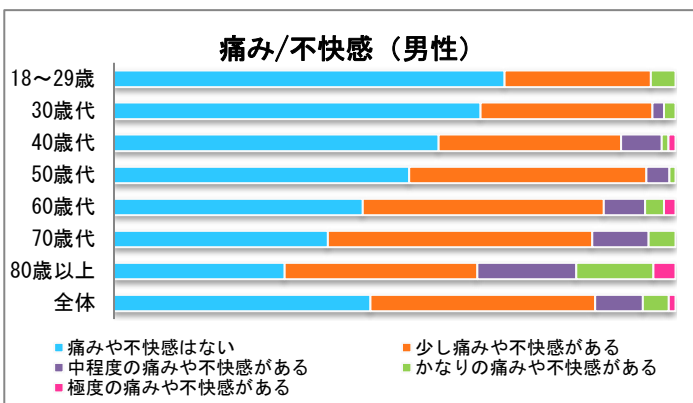


	ふだんの活動を行うのに、問題はない	ふだんの活動を行うのに、少し問題がある	ふだんの活動を行うのに、中程度の問題がある	ふだんの活動を行うのに、かなり問題がある	ふだんの活動を行うことができない
18～29歳	91.3%	8.7%	0.0%	0.0%	0.0%
30歳代	85.7%	10.2%	0.0%	4.1%	0.0%
40歳代	89.2%	9.6%	0.0%	1.2%	0.0%
50歳代	92.7%	7.3%	0.0%	0.0%	0.0%
60歳代	71.8%	20.8%	4.0%	1.3%	2.0%
70歳代	73.5%	18.0%	4.2%	2.1%	2.1%
80歳以上	39.2%	25.5%	16.7%	11.8%	6.9%
全体	74.1%	16.4%	4.5%	3.0%	2.0%

	ふだんの活動を行うのに、問題はない	ふだんの活動を行うのに、少し問題がある	ふだんの活動を行うのに、中程度の問題がある	ふだんの活動を行うのに、かなり問題がある	ふだんの活動を行うことができない
18～29歳	89.7%	6.9%	3.4%	0.0%	0.0%
30歳代	90.8%	7.7%	0.0%	1.5%	0.0%
40歳代	83.7%	11.2%	4.1%	1.0%	0.0%
50歳代	86.7%	10.8%	1.2%	1.2%	0.0%
60歳代	78.4%	12.1%	6.0%	2.6%	0.9%
70歳代	67.0%	24.5%	5.3%	2.1%	1.1%
80歳以上	32.5%	23.1%	16.2%	15.4%	12.8%
全体	71.6%	15.1%	6.1%	4.3%	2.8%

問8 痛み/不快感について

全体では、男性は「痛みや不快感はない」が45.7%で最も高く、次いで「少し痛みや不快感がある」（40.0%）、女性は「少し痛みや不快感がある」が43.8%で最も高く、次いで「痛みや不快感はない」（38.5%）となっています。

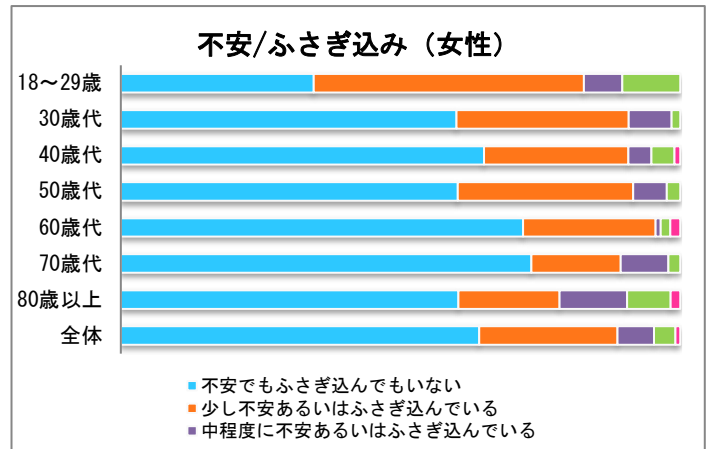
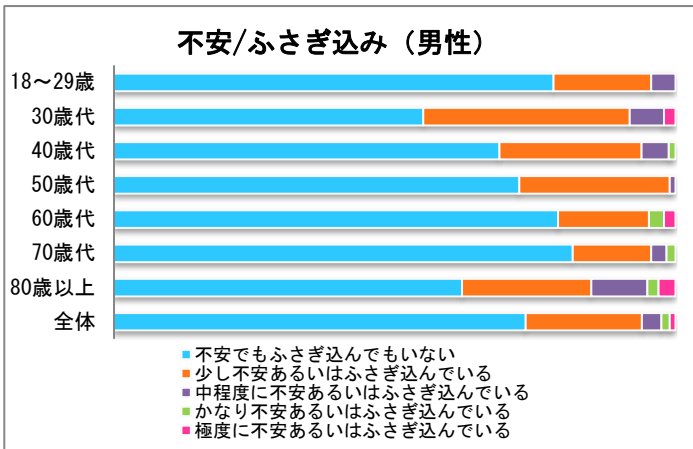


	痛みや不快感はない	少し痛みや不快感がある	中程度の痛みや不快感がある	かなりの痛みや不快感がある	極度の痛みや不快感がある
18～29歳	69.6%	26.1%	0.0%	4.3%	0.0%
30歳代	65.3%	30.6%	2.0%	2.0%	0.0%
40歳代	57.8%	32.5%	7.2%	1.2%	1.2%
50歳代	52.6%	42.3%	4.1%	1.0%	0.0%
60歳代	44.3%	43.0%	7.4%	3.4%	2.0%
70歳代	38.1%	47.1%	10.1%	4.8%	0.0%
80歳以上	30.4%	34.3%	17.6%	13.7%	3.9%
全体	45.7%	40.0%	8.5%	4.6%	1.2%

	痛みや不快感はない	少し痛みや不快感がある	中程度の痛みや不快感がある	かなりの痛みや不快感がある	極度の痛みや不快感がある
18～29歳	72.4%	20.7%	6.9%	0.0%	0.0%
30歳代	52.3%	46.2%	1.5%	0.0%	0.0%
40歳代	52.0%	37.8%	9.2%	1.0%	0.0%
50歳代	43.4%	43.4%	8.4%	4.8%	0.0%
60歳代	40.4%	45.6%	8.8%	3.5%	1.8%
70歳代	27.7%	54.3%	12.8%	5.3%	0.0%
80歳以上	14.5%	43.6%	23.9%	15.4%	2.6%
全体	38.5%	43.8%	11.5%	5.3%	0.8%

問9 不安/ふさぎ込みについて

全体では、「不安でもふさぎ込んでもない」が男性は73.3%、女性は64.0%で最も高く、次いで「少し不安あるいはふさぎ込んでいる」が男性20.7%、女性24.7%となっています。

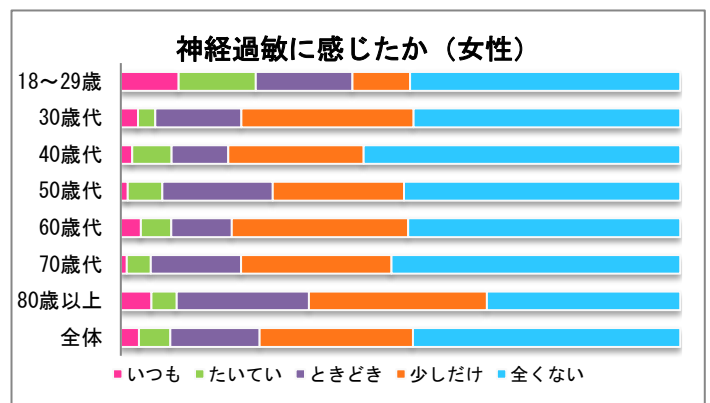
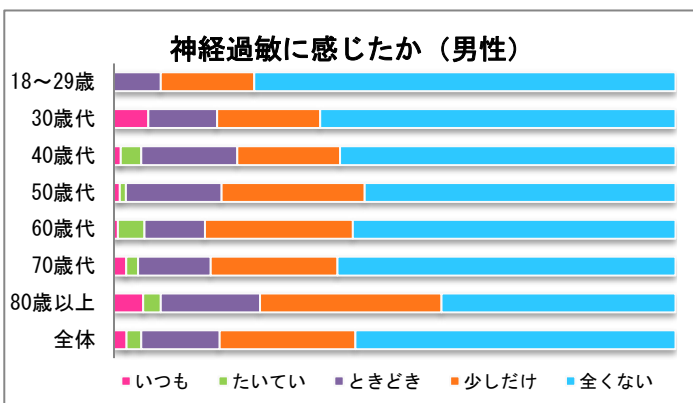


	不安でもふさぎ込んでもない	少し不安あるいはふさぎ込んでいる	中程度に不安あるいはふさぎ込んでいる	かなり不安あるいはふさぎ込んでいる	極度に不安あるいはふさぎ込んでいる
18~29歳	78.3%	17.4%	4.3%	0.0%	0.0%
30歳代	55.1%	36.7%	6.1%	0.0%	2.0%
40歳代	68.7%	25.3%	4.8%	1.2%	0.0%
50歳代	72.2%	26.8%	1.0%	0.0%	0.0%
60歳代	79.1%	16.2%	0.0%	2.7%	2.0%
70歳代	81.7%	14.0%	2.7%	1.6%	0.0%
80歳以上	62.0%	23.0%	10.0%	2.0%	3.0%
全体	73.3%	20.7%	3.5%	1.5%	1.0%

	不安でもふさぎ込んでもない	少し不安あるいはふさぎ込んでいる	中程度に不安あるいはふさぎ込んでいる	かなり不安あるいはふさぎ込んでいる	極度に不安あるいはふさぎ込んでいる
18~29歳	34.5%	48.3%	6.9%	10.3%	0.0%
30歳代	60.0%	30.8%	7.7%	1.5%	0.0%
40歳代	64.9%	25.8%	4.1%	4.1%	1.0%
50歳代	60.2%	31.3%	6.0%	2.4%	0.0%
60歳代	71.9%	23.7%	0.9%	1.8%	1.8%
70歳代	73.4%	16.0%	8.5%	2.1%	0.0%
80歳以上	60.3%	18.1%	12.1%	7.8%	1.7%
全体	64.0%	24.7%	6.5%	3.8%	0.8%

問10 下記のそれぞれの質問について過去1か月の間、どのようでしたか ア 神経過敏に感じましたか

全体では、「全くない」の割合が男性は57.0%、女性は47.8%で最も高く、次いで「少しだけ」が男性24.2%、女性27.4%、「ときどき」が男性14.0%、女性16.0%となっています。

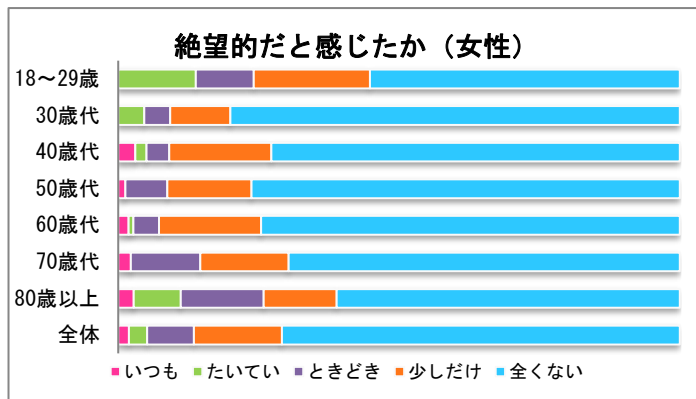
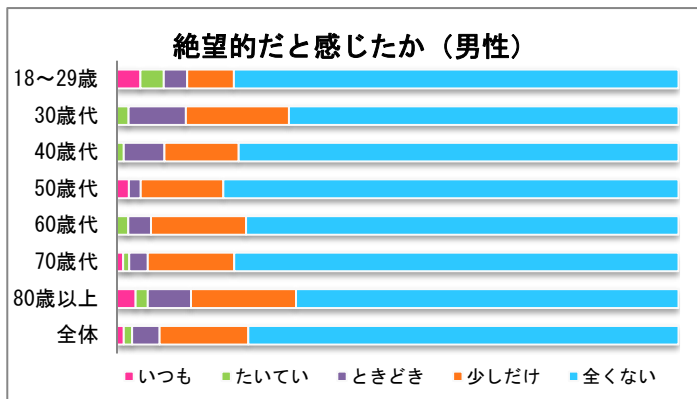


	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	全くない
18~29歳	0.0%	0.0%	8.3%	16.7%	75.0%
30歳代	6.1%	0.0%	12.2%	18.4%	63.3%
40歳代	1.2%	3.7%	17.1%	18.3%	59.8%
50歳代	1.1%	1.1%	17.0%	25.5%	55.3%
60歳代	0.7%	4.7%	10.8%	26.4%	57.4%
70歳代	2.2%	2.2%	12.9%	22.6%	60.2%
80歳以上	5.2%	3.1%	17.7%	32.3%	41.7%
全体	2.2%	2.7%	14.0%	24.2%	57.0%

	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	全くない
18~29歳	10.3%	13.8%	17.2%	10.3%	48.3%
30歳代	3.1%	3.1%	15.4%	30.8%	47.7%
40歳代	2.0%	7.1%	10.1%	24.2%	56.6%
50歳代	1.2%	6.2%	19.8%	23.5%	49.4%
60歳代	3.6%	5.4%	10.8%	31.5%	48.6%
70歳代	1.1%	4.3%	16.1%	26.9%	51.6%
80歳以上	5.5%	4.5%	23.6%	31.8%	34.5%
全体	3.2%	5.6%	16.0%	27.4%	47.8%

問10 - イ 絶望的だと感じましたか

全体では、「全くない」が男性は76.6%、女性は70.9%で最も高く、次いで「少しだけ」が男性15.8%、女性15.7%、「ときどき」が男性4.9%、女性8.3%となっています。

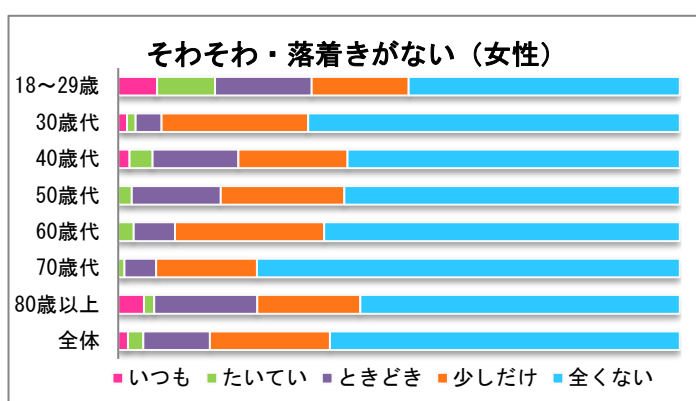
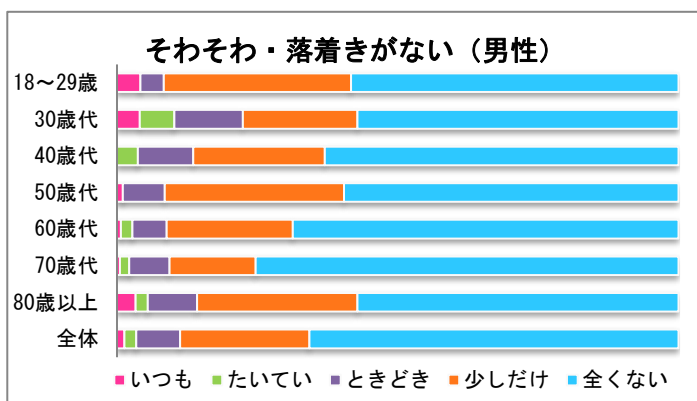


	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	全くない
18～29歳	4.2%	4.2%	4.2%	8.3%	79.2%
30歳代	0.0%	2.0%	10.2%	18.4%	69.4%
40歳代	0.0%	1.2%	7.2%	13.3%	78.3%
50歳代	2.1%	0.0%	2.1%	14.7%	81.1%
60歳代	0.0%	2.0%	4.1%	16.9%	77.0%
70歳代	1.1%	1.1%	3.3%	15.4%	79.1%
80歳以上	3.3%	2.2%	7.7%	18.7%	68.1%
全体	1.2%	1.5%	4.9%	15.8%	76.6%

	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	全くない
18～29歳	0.0%	13.8%	10.3%	20.7%	55.2%
30歳代	0.0%	4.6%	4.6%	10.8%	80.0%
40歳代	3.0%	2.0%	4.0%	18.2%	72.7%
50歳代	1.3%	0.0%	7.5%	15.0%	76.3%
60歳代	1.8%	0.9%	4.5%	18.2%	74.5%
70歳代	2.2%	0.0%	12.4%	15.7%	69.7%
80歳以上	2.8%	8.3%	14.8%	13.0%	61.1%
全体	1.9%	3.3%	8.3%	15.7%	70.9%

問10 - ウ そわそわしたり、落ち着きなく感じましたか

全体では、「全くない」が男性は65.7%、女性は62.3%で最も高く、次いで「少しだけ」が男性23.1%、女性21.3%、「ときどき」が男性7.8%、女性11.9%となっています。

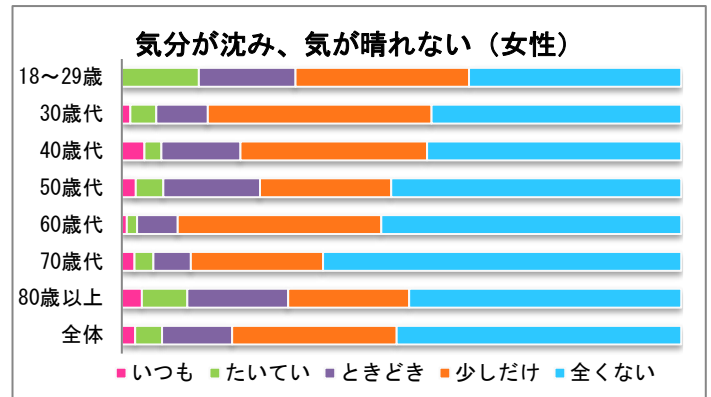
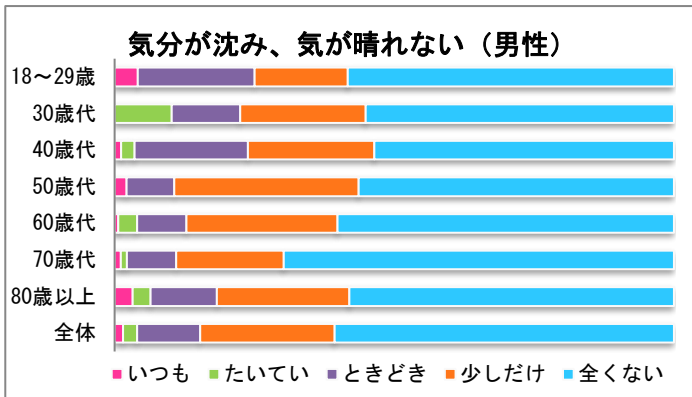


	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	全くない
18～29歳	4.2%	0.0%	4.2%	33.3%	58.3%
30歳代	4.1%	6.1%	12.2%	20.4%	57.1%
40歳代	0.0%	3.7%	9.9%	23.5%	63.0%
50歳代	1.1%	0.0%	7.4%	31.9%	59.6%
60歳代	0.7%	2.0%	6.1%	22.4%	68.7%
70歳代	0.5%	1.6%	7.1%	15.4%	75.3%
80歳以上	3.3%	2.2%	8.8%	28.6%	57.1%
全体	1.3%	2.1%	7.8%	23.1%	65.7%

	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	全くない
18～29歳	6.9%	10.3%	17.2%	17.2%	48.3%
30歳代	1.5%	1.5%	4.6%	26.2%	66.2%
40歳代	2.0%	4.1%	15.3%	19.4%	59.2%
50歳代	0.0%	2.4%	15.9%	22.0%	59.8%
60歳代	0.0%	2.8%	7.3%	26.6%	63.3%
70歳代	0.0%	1.1%	5.6%	18.0%	75.3%
80歳以上	4.6%	1.8%	18.3%	18.3%	56.9%
全体	1.7%	2.8%	11.9%	21.3%	62.3%

問10 - エ 気分が沈みこんで、何が起ころても、気が晴れないように感じましたか

全体では、「全くない」が男性は 60.7%、女性は 50.9%で最も高く、次いで「少しだけ」が男性 24.0%、女性 29.5%、「ときどき」が男性 11.3%、女性 12.5%となっています。

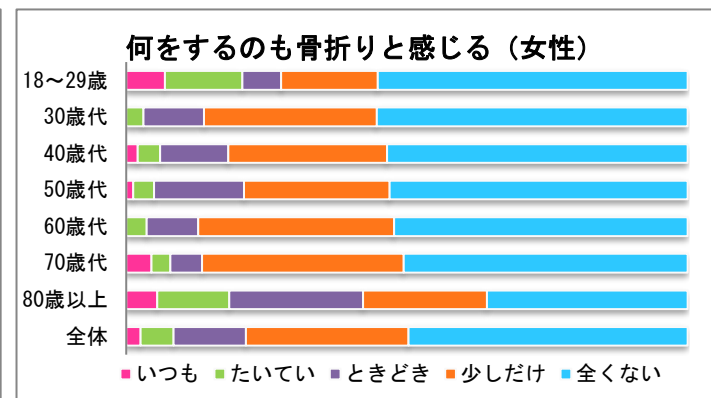
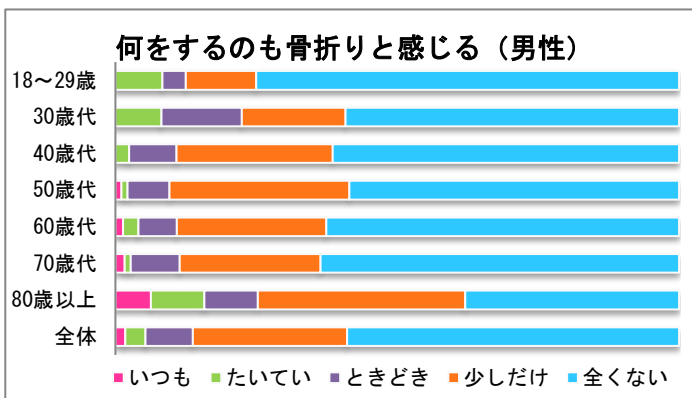


	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	全くない
18～29歳	4.2%	0.0%	20.8%	16.7%	58.3%
30歳代	0.0%	10.2%	12.2%	22.4%	55.1%
40歳代	1.2%	2.4%	20.2%	22.6%	53.6%
50歳代	2.1%	0.0%	8.5%	33.0%	56.4%
60歳代	0.7%	3.4%	8.8%	27.0%	60.1%
70歳代	1.1%	1.1%	8.8%	19.2%	69.8%
80歳以上	3.2%	3.2%	11.8%	23.7%	58.1%
全体	1.5%	2.5%	11.3%	24.0%	60.7%

	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	全くない
18～29歳	0.0%	13.8%	17.2%	31.0%	37.9%
30歳代	1.5%	4.6%	9.2%	40.0%	44.6%
40歳代	4.0%	3.0%	14.1%	33.3%	45.5%
50歳代	2.5%	4.9%	17.3%	23.5%	51.9%
60歳代	0.9%	1.8%	7.3%	36.4%	53.6%
70歳代	2.2%	3.4%	6.7%	23.6%	64.0%
80歳以上	3.6%	8.1%	18.0%	21.6%	48.6%
全体	2.4%	4.8%	12.5%	29.5%	50.9%

問10 - オ 何をするのも骨折りだと感じましたか

全体では、「全くない」が男性は 58.9%、女性は 49.7%で最も高く、次いで「少しだけ」が男性 27.4%、女性 28.9%、「ときどき」が男性 8.4%、女性 12.9%となっています。

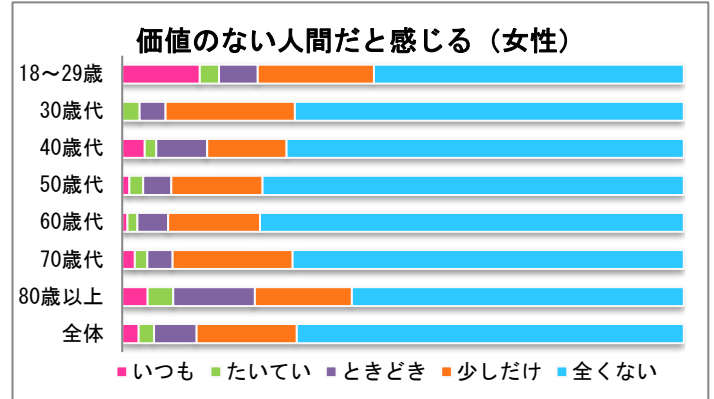
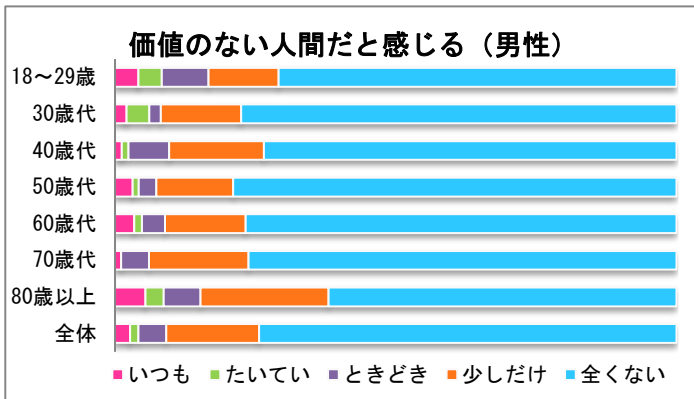


	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	全くない
18～29歳	0.0%	8.3%	4.2%	12.5%	75.0%
30歳代	0.0%	8.2%	14.3%	18.4%	59.2%
40歳代	0.0%	2.4%	8.4%	27.7%	61.4%
50歳代	1.1%	1.1%	7.4%	31.9%	58.5%
60歳代	1.4%	2.7%	6.8%	26.5%	62.6%
70歳代	1.6%	1.1%	8.7%	25.0%	63.6%
80歳以上	6.3%	9.5%	9.5%	36.8%	37.9%
全体	1.8%	3.6%	8.4%	27.4%	58.9%

	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	全くない
18～29歳	6.9%	13.8%	6.9%	17.2%	55.2%
30歳代	0.0%	3.1%	10.8%	30.8%	55.4%
40歳代	2.0%	4.0%	12.1%	28.3%	53.5%
50歳代	1.2%	3.7%	16.0%	25.9%	53.1%
60歳代	0.0%	3.7%	9.2%	34.9%	52.3%
70歳代	4.5%	3.4%	5.6%	36.0%	50.6%
80歳以上	5.5%	12.8%	23.9%	22.0%	35.8%
全体	2.6%	5.9%	12.9%	28.9%	49.7%

問10 — カ 自分は価値のない人間だと感じましたか

全体では、「全くない」が男性は74.3%、女性は68.9%で最も高く、次いで「少しだけ」が男性16.6%、女性17.9%、「ときどき」が男性4.9%、女性7.6%となっています。



	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	全くない
18～29歳	4.2%	4.2%	8.3%	12.5%	70.8%
30歳代	2.0%	4.1%	2.0%	14.3%	77.6%
40歳代	1.2%	1.2%	7.2%	16.9%	73.5%
50歳代	3.2%	1.1%	3.2%	13.7%	78.9%
60歳代	3.4%	1.4%	4.1%	14.4%	76.7%
70歳代	1.1%	0.0%	5.0%	17.7%	76.2%
80歳以上	5.4%	3.3%	6.5%	22.8%	62.0%
全体	2.7%	1.5%	4.9%	16.6%	74.3%

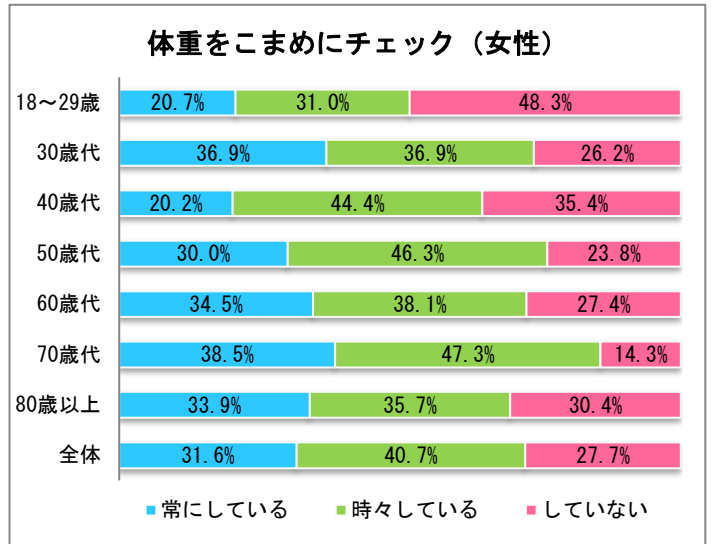
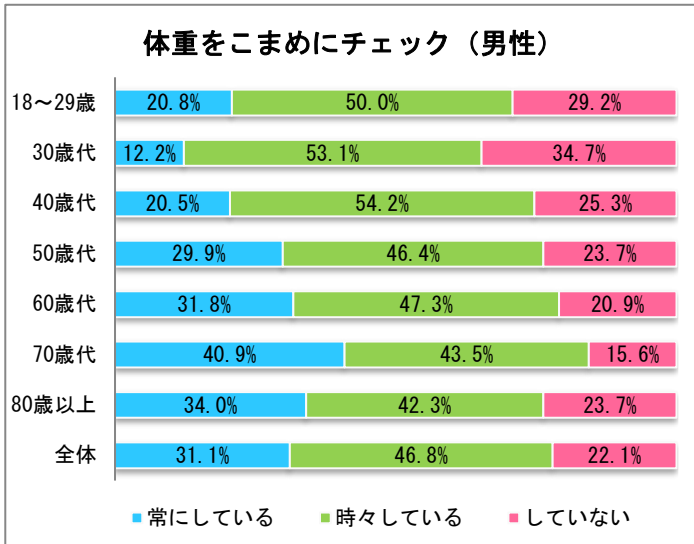
	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	全くない
18～29歳	13.8%	3.4%	6.9%	20.7%	55.2%
30歳代	0.0%	3.1%	4.6%	23.1%	69.2%
40歳代	4.0%	2.0%	9.1%	14.1%	70.7%
50歳代	1.3%	2.5%	5.0%	16.3%	75.0%
60歳代	0.9%	1.8%	5.5%	16.4%	75.5%
70歳代	2.2%	2.2%	4.5%	21.3%	69.7%
80歳以上	4.5%	4.5%	14.5%	17.3%	59.1%
全体	2.9%	2.7%	7.6%	17.9%	68.9%

3 最近1年間の、あなた自身の普段の生活について

問11 下記のことからをどの程度行っていますか

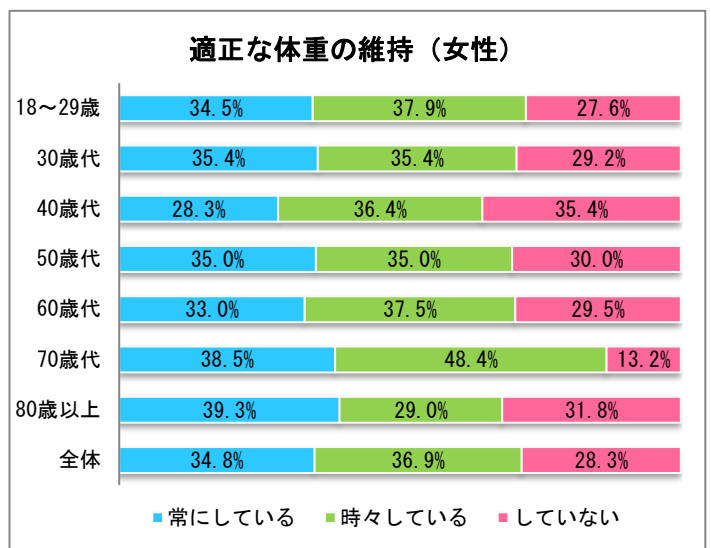
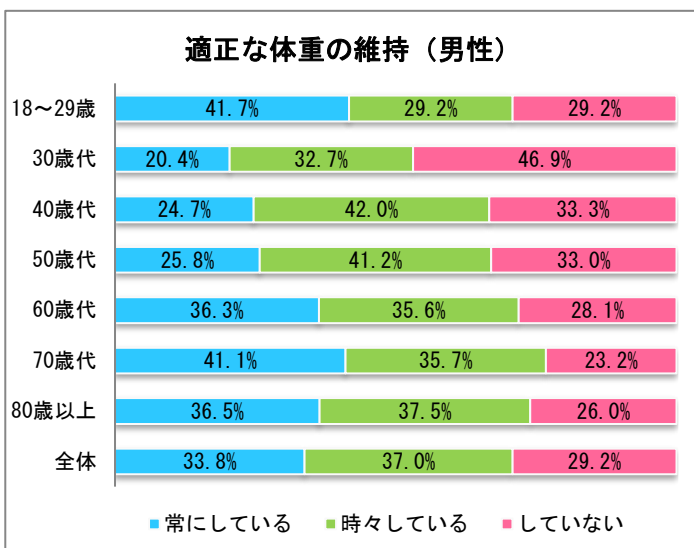
ア 自分の体重の増減をこまめにチェックする

全体では、「時々している」が男性は46.8%、女性は40.7%で最も高く、次いで「常にしている」が男性は31.1%、女性は31.6%となっています。



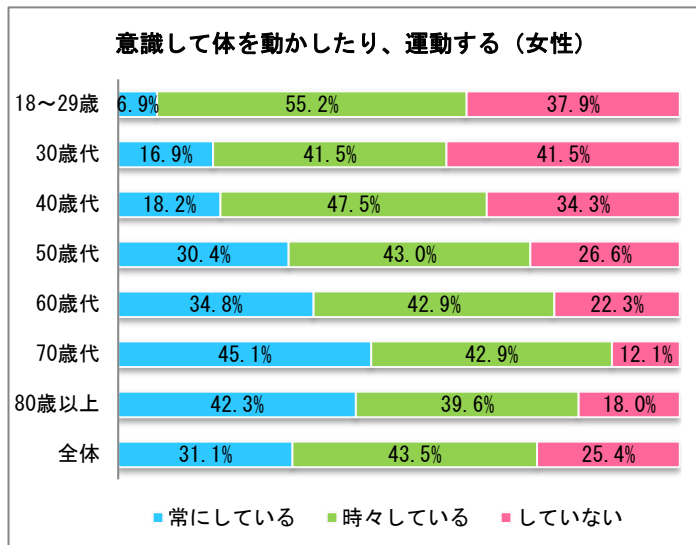
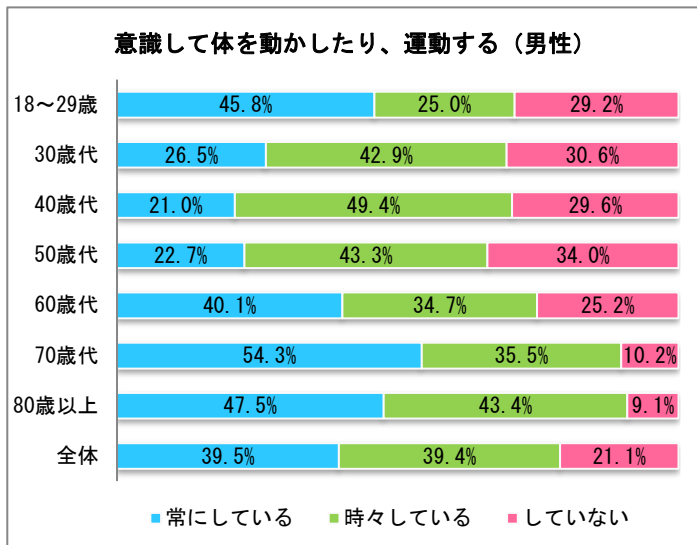
問11 イ 適正な体重（肥満や、極端なやせでない）を維持する

全体では、男性は「常にしている」「時々している」を合わせると70.8%であり、「していない」は29.2%となっています。女性も「常にしている」「時々している」が71.7%であり、「していない」は28.3%となっています。



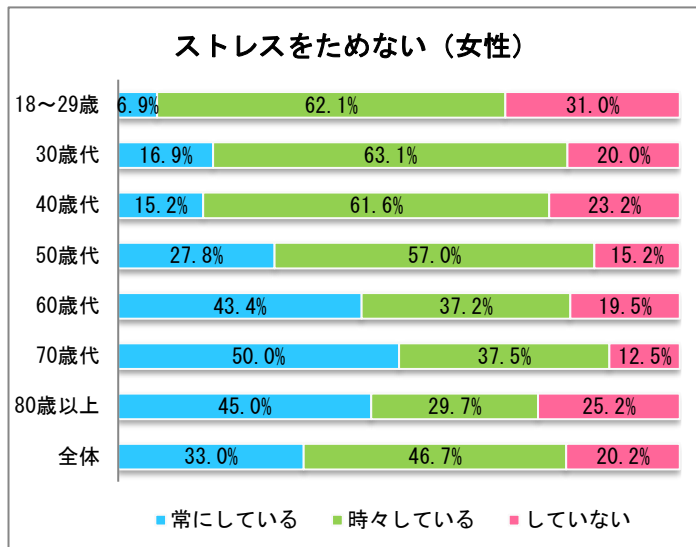
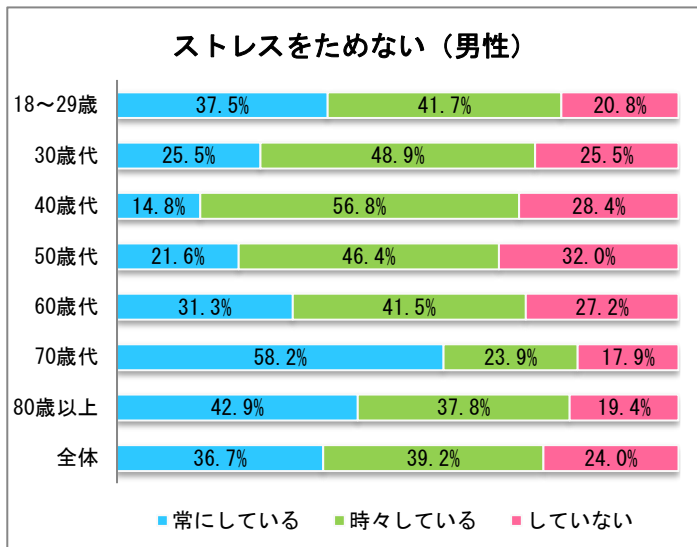
問11 - ウ 日常生活の中で意識して体を動かしたり、運動する

全体では、「常にしている」「時々している」を合わせると男性は78.9%、女性は74.6%であり、「常にしている」の年齢別の回答は男性、女性ともに70歳代が最も多くなっています。



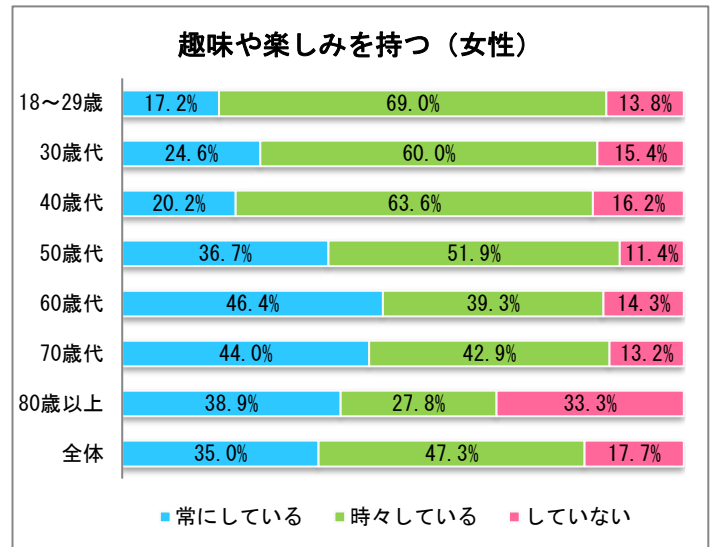
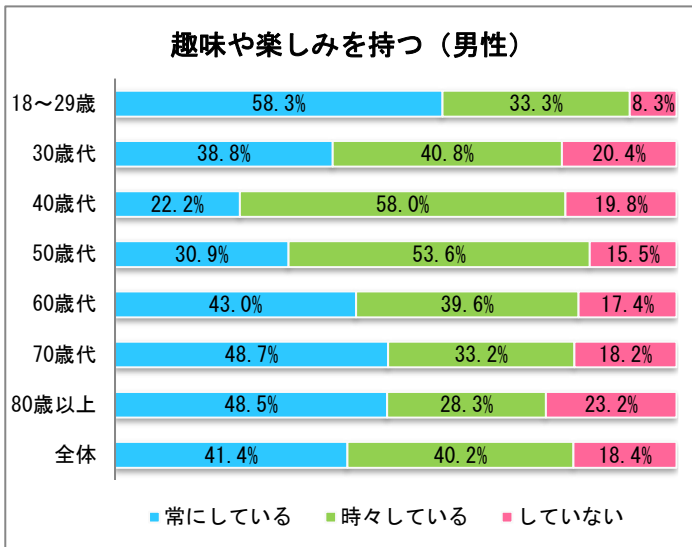
問11 - エ ストレスをためないようにする

全体では、「常にしている」「時々している」を合わせると男性は75.9%、女性は79.7%であり、「常にしている」の年齢別の回答は男性、女性ともに70歳代が最も多くなっています。



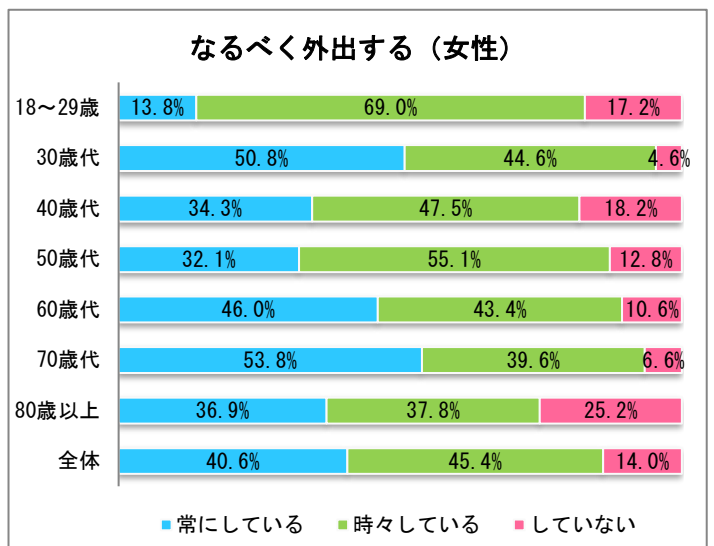
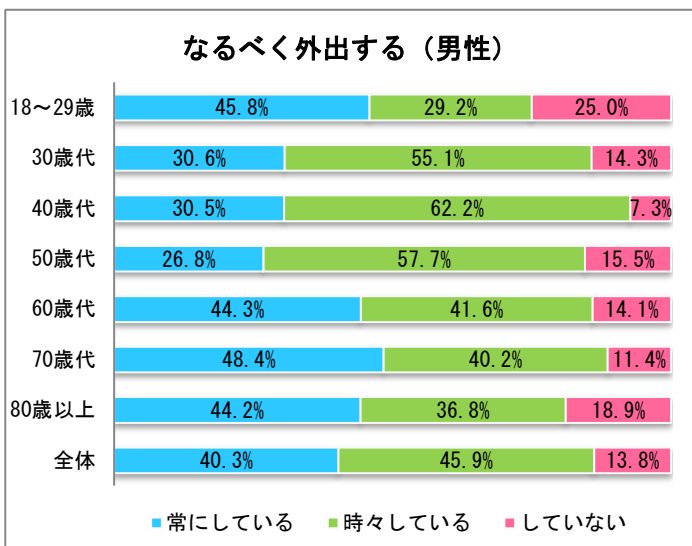
問11 一才 趣味や楽しみを持って生活する

全体では、「常にしている」「時々している」を合わせると男性は81.6%、女性は82.3%であり、「していない」の年齢別の回答は男性、女性ともに80歳以上が最も多くなっています



問11 一力 なるべく外出する機会を持つ

全体では、「時々している」が男性は45.9%、女性は45.4%で最も高く、次いで「常にしている」が男性40.3%、女性40.6%、「していない」が男性13.8%、女性14.0%となっています。

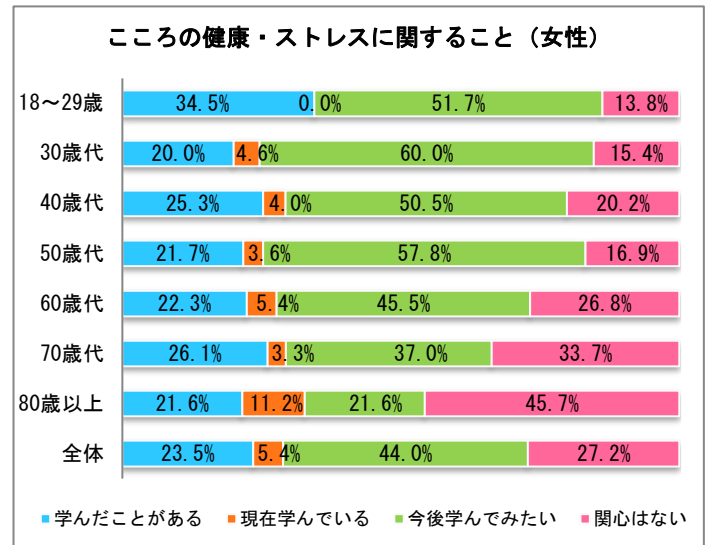
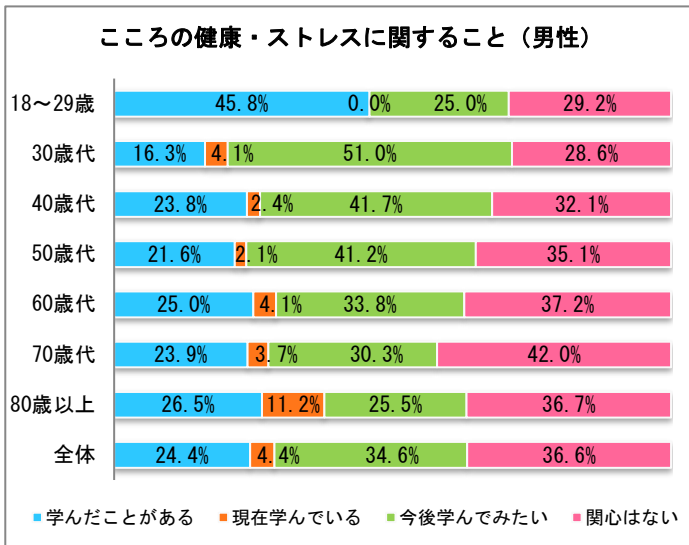


問 12 下記に掲げた内容の健康づくりに関することがらを学んでみたいですか

ア こころの健康やストレスに関すること

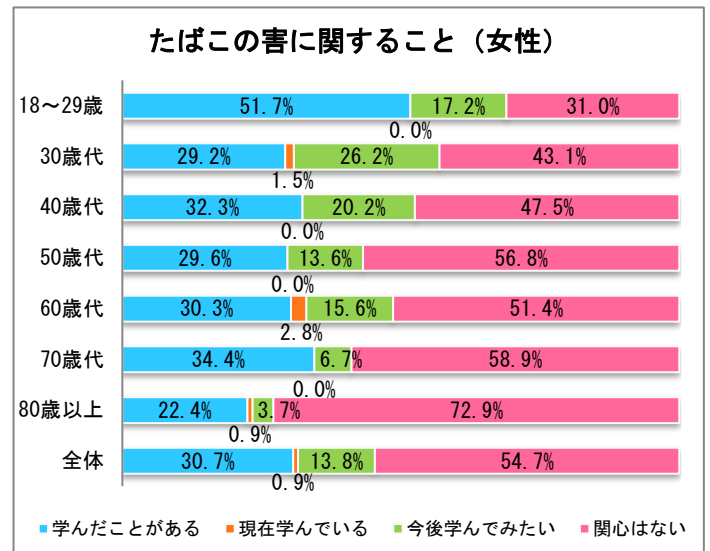
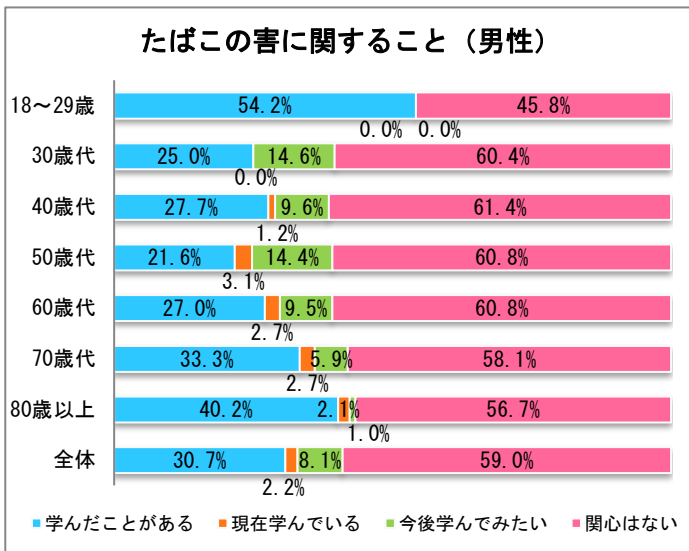
全体では、男性は「関心はない」が36.6%で、割合が高く、女性は「今後学んでみたい」（44.0%）の割合が高い結果でした。

男性・女性とも、比較的若い世代に「今後学んでみたい」という回答の割合が高い結果になりました。



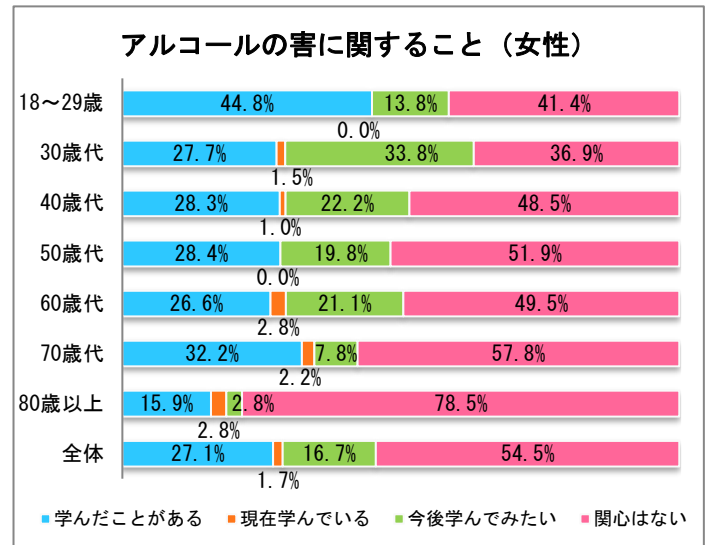
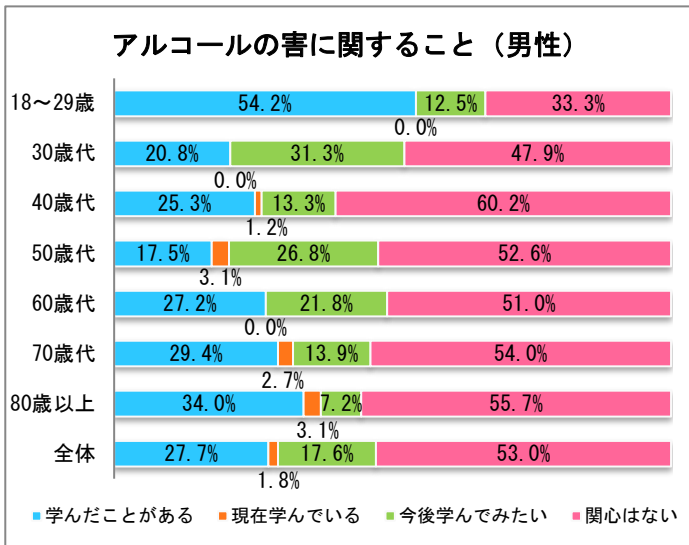
問 12 イ たばこの害に関すること

全体では、「関心はない」が男性は59.0%、女性は54.7%で最も高く、「学んだことがある」の回答は20歳代までの若い世代に多くなっています。



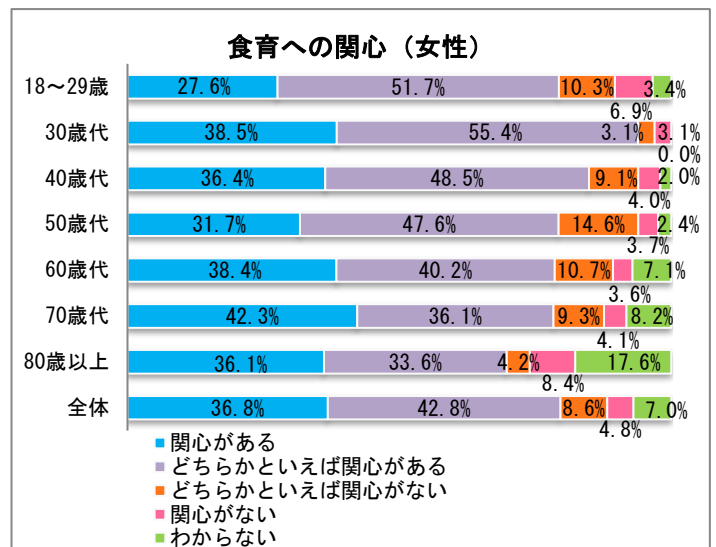
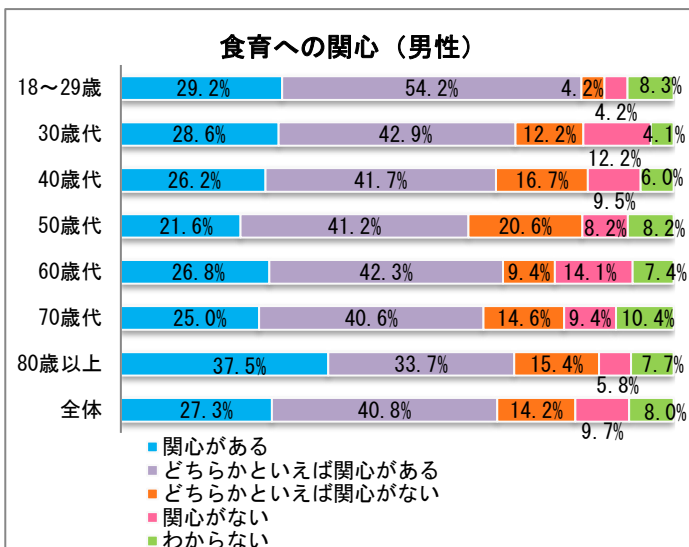
問12 ウ アルコールの害に関すること

全体では、「関心はない」が男性は53.0%、女性は54.5%で最も高く、次いで「学んだことがある」が男性27.7%、女性27.1%、「今後学んでみたい」が男性17.6%、女性16.7%となっています。



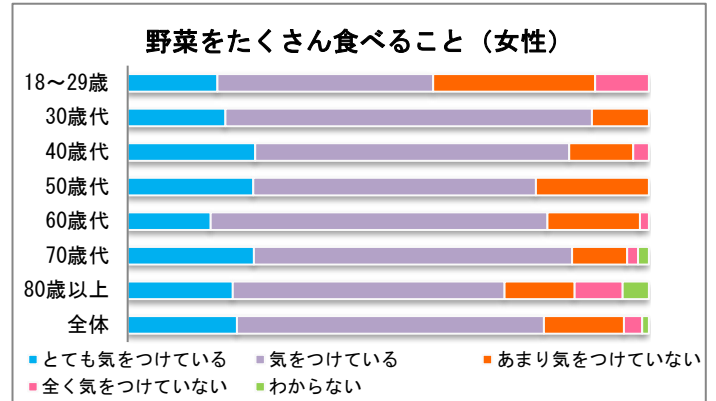
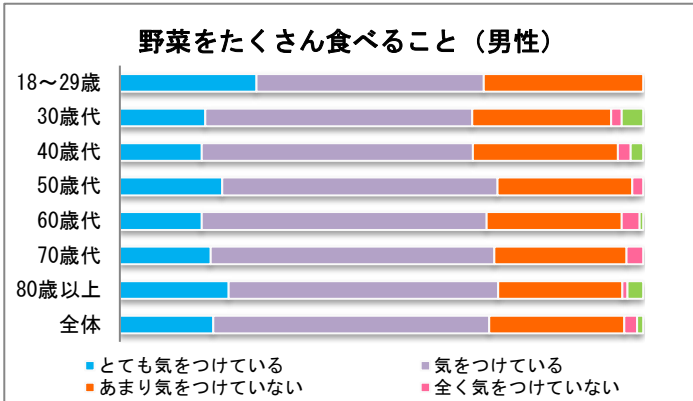
問13 食育に関心がありますか

全体では、「どちらかといえば関心がある」が男性は40.8%、女性は42.8%で最も高く、次いで「関心がある」が男性27.3%、女性36.8%となっています。



問14 野菜をたくさん食べるようにすることについて、どの程度気をつけていますか

全体では、「気をつけている」が男性は52.8%、女性は58.9%で最も高い結果でした。一方で、特に若い世代の女性で「あまり気をつけていない」という回答が多い結果になりました。



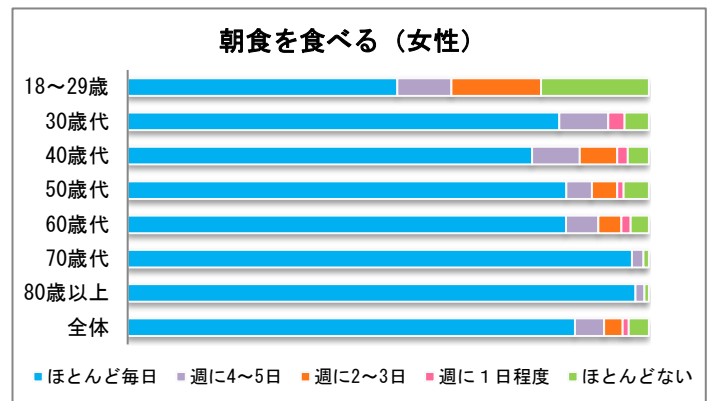
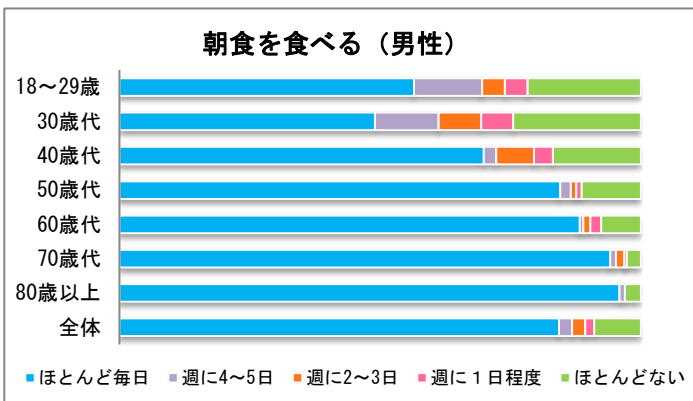
	とても気をつけている	気をつけている	あまり気をつけていない	全く気をつけていない	わからない
18～29歳	26.1%	43.5%	30.4%	0.0%	0.0%
30歳代	16.3%	51.0%	26.5%	2.0%	4.1%
40歳代	15.7%	51.8%	27.7%	2.4%	2.4%
50歳代	19.6%	52.6%	25.8%	2.1%	0.0%
60歳代	15.6%	54.4%	25.9%	3.4%	0.7%
70歳代	17.4%	54.2%	25.3%	3.2%	0.0%
80歳以上	20.8%	51.5%	23.8%	1.0%	3.0%
全体	17.8%	52.8%	25.8%	2.5%	1.2%

	とても気をつけている	気をつけている	あまり気をつけていない	全く気をつけていない	わからない
18～29歳	17.2%	41.4%	31.0%	10.3%	0.0%
30歳代	18.8%	70.3%	10.9%	0.0%	0.0%
40歳代	24.5%	60.2%	12.2%	3.1%	0.0%
50歳代	24.1%	54.2%	21.7%	0.0%	0.0%
60歳代	15.9%	64.6%	17.7%	1.8%	0.0%
70歳代	24.2%	61.1%	10.5%	2.1%	2.1%
80歳以上	20.2%	52.1%	13.4%	9.2%	5.0%
全体	21.0%	58.9%	15.3%	3.5%	1.3%

問15 下記のことからを、どの程度行っていますか

ア 朝食を食べる

全体では、「ほとんど毎日」が男性は84.3%、女性は85.8%で最も高い結果でした。一方で、「ほとんどない」という回答は、若い世代ほど多い傾向であることが分かりました。



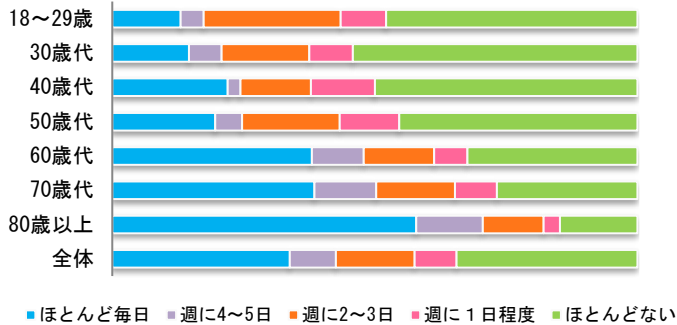
	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3日	週に1日程度	ほとんどない
18～29歳	56.5%	13.0%	4.3%	4.3%	21.7%
30歳代	49.0%	12.2%	8.2%	6.1%	24.5%
40歳代	69.9%	2.4%	7.2%	3.6%	16.9%
50歳代	84.5%	2.1%	1.0%	1.0%	11.3%
60歳代	88.3%	0.7%	1.4%	2.1%	7.6%
70歳代	94.1%	1.1%	1.6%	0.5%	2.7%
80歳以上	95.9%	1.0%	0.0%	0.0%	3.1%
全体	84.3%	2.5%	2.5%	1.8%	8.9%

	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3日	週に1日程度	ほとんどない
18～29歳	51.7%	10.3%	17.2%	0.0%	20.7%
30歳代	82.8%	9.4%	0.0%	3.1%	4.7%
40歳代	77.6%	9.2%	7.1%	2.0%	4.1%
50歳代	84.1%	4.9%	4.9%	1.2%	4.9%
60歳代	84.1%	6.2%	4.4%	1.8%	3.5%
70歳代	96.7%	2.2%	0.0%	0.0%	1.1%
80歳以上	97.4%	1.8%	0.0%	0.0%	0.9%
全体	85.8%	5.6%	3.5%	1.2%	3.9%

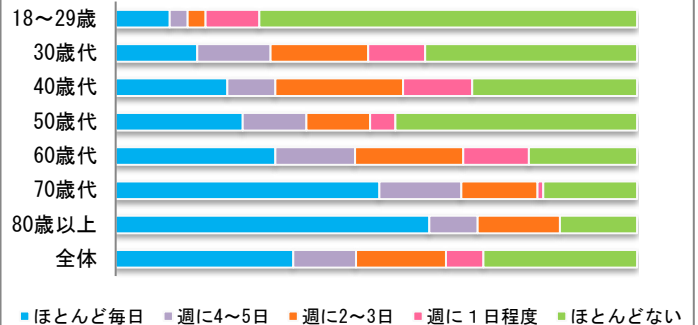
問15 — イ 朝食に野菜を食べる

全体では、男性は「ほとんどない」が34.4%で最も高く、次いで「ほとんど毎日」が33.8%、「週に2～3日」が15.0%となっています。女性は「ほとんど毎日」が34.1%で最も高く、次いで「ほとんどない」が29.4%、「週に2～3日」が17.2%となっています。

朝食に野菜を食べる（男性）



朝食に野菜を食べる（女性）



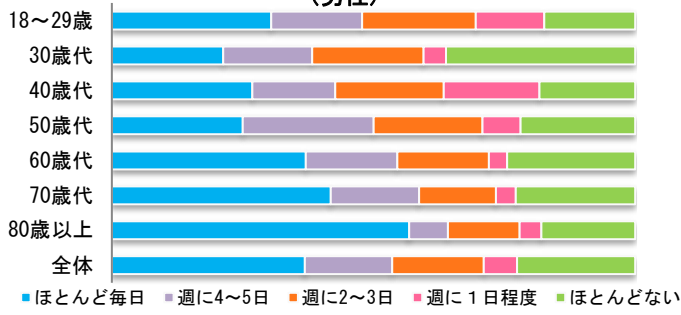
	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3日	週に1日程度	ほとんどない
18～29歳	13.0%	4.3%	26.1%	8.7%	47.8%
30歳代	14.6%	6.3%	16.7%	8.3%	54.2%
40歳代	22.0%	2.4%	13.4%	12.2%	50.0%
50歳代	19.6%	5.2%	18.6%	11.3%	45.4%
60歳代	38.0%	9.9%	13.4%	6.3%	32.4%
70歳代	38.5%	11.8%	15.0%	8.0%	26.7%
80歳以上	57.9%	12.6%	11.6%	3.2%	14.7%
全体	33.8%	8.8%	15.0%	8.0%	34.4%

	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3日	週に1日程度	ほとんどない
18～29歳	10.3%	3.4%	3.4%	10.3%	72.4%
30歳代	15.6%	14.1%	18.8%	10.9%	40.6%
40歳代	21.4%	9.2%	24.5%	13.3%	31.6%
50歳代	24.4%	12.2%	12.2%	4.9%	46.3%
60歳代	30.6%	15.3%	20.7%	12.6%	20.7%
70歳代	50.6%	15.7%	14.6%	1.1%	18.0%
80歳以上	60.2%	9.3%	15.7%	0.0%	14.8%
全体	34.1%	12.0%	17.2%	7.2%	29.4%

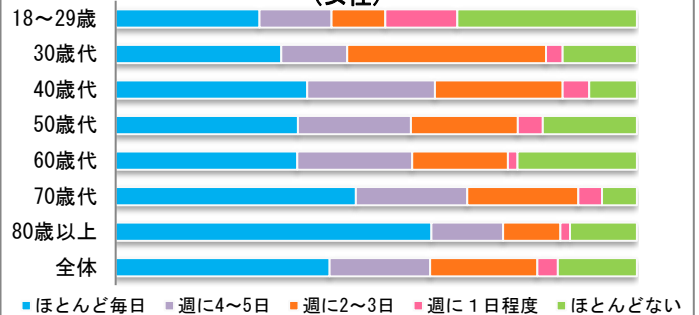
問15 — ウ 栄養のバランスや食事の量を考えて食べる

全体では、男性は「ほとんど毎日」が36.9%で最も高く、次いで「ほとんどない」が22.5%、「週に2～3日」が17.5%となっています。女性は「ほとんど毎日」が41.0%で最も高く、次いで「週に2～3日」が20.5%、「週に4～5日」が19.3%となっています。

栄養のバランスや食事の量を考えて食べる（男性）



栄養のバランスや食事の量を考えて食べる（女性）

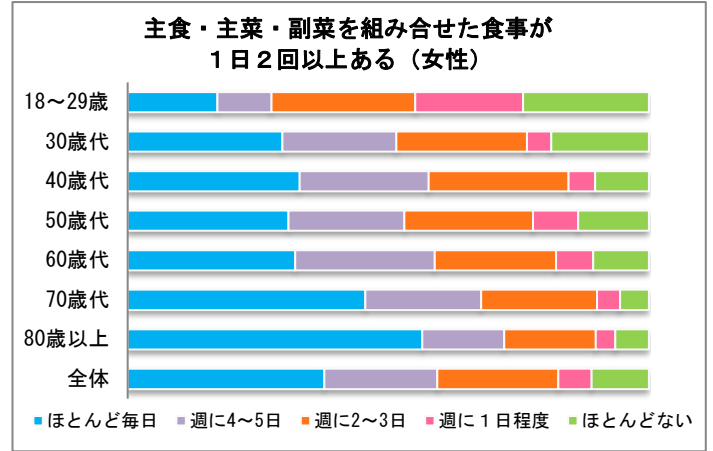
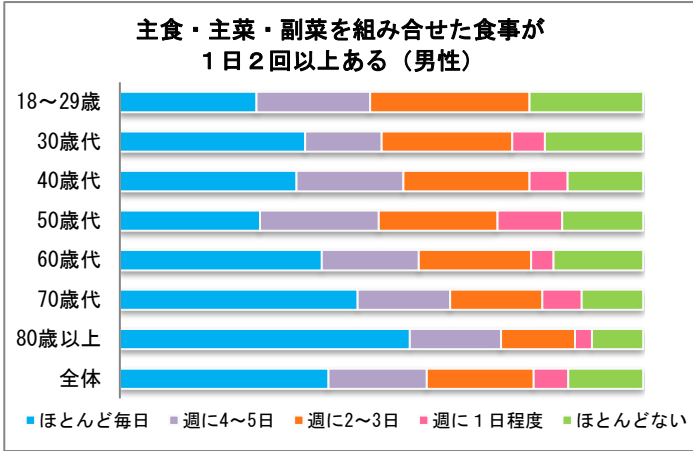


	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3日	週に1日程度	ほとんどない
18～29歳	30.4%	17.4%	21.7%	13.0%	17.4%
30歳代	21.3%	17.0%	21.3%	4.3%	36.2%
40歳代	26.8%	15.9%	20.7%	18.3%	18.3%
50歳代	25.0%	25.0%	20.8%	7.3%	21.9%
60歳代	37.1%	17.5%	17.5%	3.5%	24.5%
70歳代	41.8%	16.8%	14.7%	3.8%	22.8%
80歳以上	56.8%	7.4%	13.7%	4.2%	17.9%
全体	36.9%	16.7%	17.5%	6.4%	22.5%

	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3日	週に1日程度	ほとんどない
18～29歳	27.6%	13.8%	10.3%	13.8%	34.5%
30歳代	31.7%	12.7%	38.1%	3.2%	14.3%
40歳代	36.7%	24.5%	24.5%	5.1%	9.2%
50歳代	34.9%	21.7%	20.5%	4.8%	18.1%
60歳代	34.9%	22.0%	18.3%	1.8%	22.9%
70歳代	46.1%	21.3%	21.3%	4.5%	6.7%
80歳以上	60.6%	13.8%	11.0%	1.8%	12.8%
全体	41.0%	19.3%	20.5%	4.0%	15.2%

問15 — Ⅰ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上ある

全体では、「ほとんど毎日」が男性は39.9%、女性は37.7%で最も高く、次いで「週に2～3日」が男性20.4%、女性23.2%となっています。

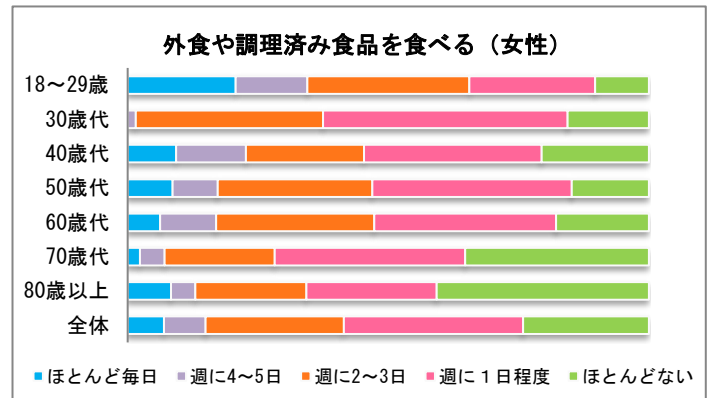
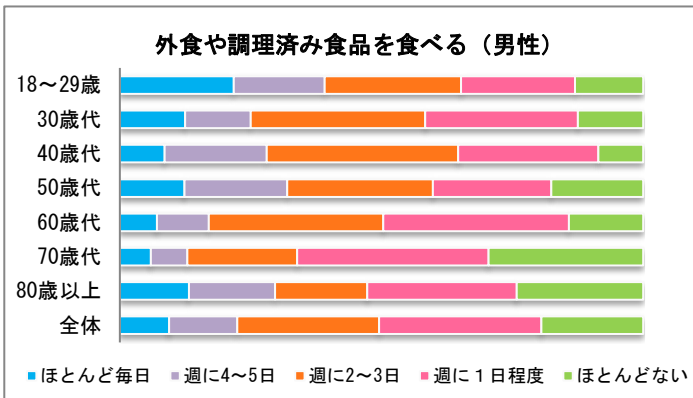


	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3日	週に1日程度	ほとんどない
18～29歳	26.1%	21.7%	30.4%	0.0%	21.7%
30歳代	35.4%	14.6%	25.0%	6.3%	18.8%
40歳代	33.7%	20.5%	24.1%	7.2%	14.5%
50歳代	26.8%	22.7%	22.7%	12.4%	15.5%
60歳代	38.6%	18.6%	21.4%	4.3%	17.1%
70歳代	45.5%	17.6%	17.6%	7.5%	11.8%
80歳以上	55.4%	17.4%	14.1%	3.3%	9.8%
全体	39.9%	18.8%	20.4%	6.6%	14.3%

	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3日	週に1日程度	ほとんどない
18～29歳	17.2%	10.3%	27.6%	20.7%	24.1%
30歳代	29.7%	21.9%	25.0%	4.7%	18.8%
40歳代	33.0%	24.7%	26.8%	5.2%	10.3%
50歳代	30.9%	22.2%	24.7%	8.6%	13.6%
60歳代	32.1%	26.8%	23.2%	7.1%	10.7%
70歳代	45.6%	22.2%	22.2%	4.4%	5.6%
80歳以上	56.5%	15.7%	17.6%	3.7%	6.5%
全体	37.7%	21.7%	23.2%	6.4%	11.0%

問15 — Ⅱ 外食や調理済み食品を食べる

全体では、「週に1日程度」が男性は31.0%、女性は34.4%で最も高く、次いで「週に2～3日」が男性27.1%、女性26.6%となっています。

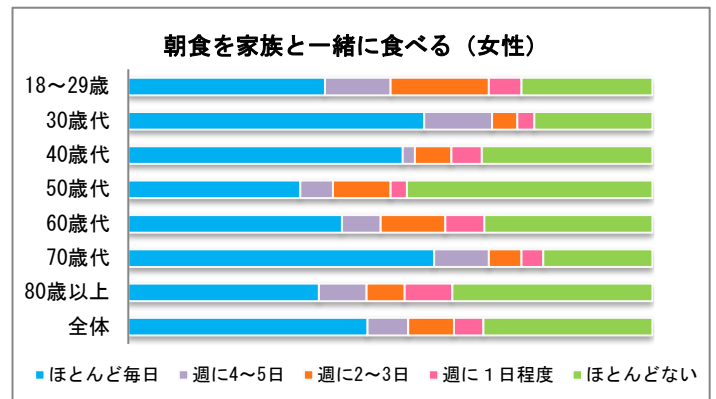
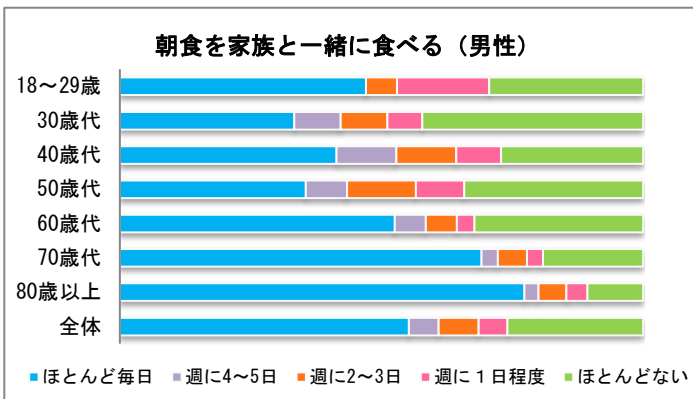


	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3日	週に1日程度	ほとんどない
18～29歳	21.7%	17.4%	26.1%	21.7%	13.0%
30歳代	12.5%	12.5%	33.3%	29.2%	12.5%
40歳代	8.5%	19.5%	36.6%	26.8%	8.5%
50歳代	12.4%	19.6%	27.8%	22.7%	17.5%
60歳代	7.1%	9.9%	33.3%	35.5%	14.2%
70歳代	5.9%	7.0%	21.0%	36.6%	29.6%
80歳以上	13.2%	16.5%	17.6%	28.6%	24.2%
全体	9.4%	13.0%	27.1%	31.0%	19.5%

	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3日	週に1日程度	ほとんどない
18～29歳	20.7%	13.8%	31.0%	24.1%	10.3%
30歳代	0.0%	1.6%	35.9%	46.9%	15.6%
40歳代	9.3%	13.4%	22.7%	34.0%	20.6%
50歳代	8.6%	8.6%	29.6%	38.3%	14.8%
60歳代	6.3%	10.7%	30.4%	34.8%	17.9%
70歳代	2.4%	4.7%	21.2%	36.5%	35.3%
80歳以上	8.3%	4.6%	21.3%	25.0%	40.7%
全体	6.9%	8.0%	26.6%	34.4%	24.1%

問15—カ 朝食を家族と一緒に食べる（家族と同居している方のみ）

全体では、「ほとんど毎日」が男性は55.2%、女性は45.6%で最も高く、次いで「ほとんどない」が男性25.9%、女性32.3%となっています。

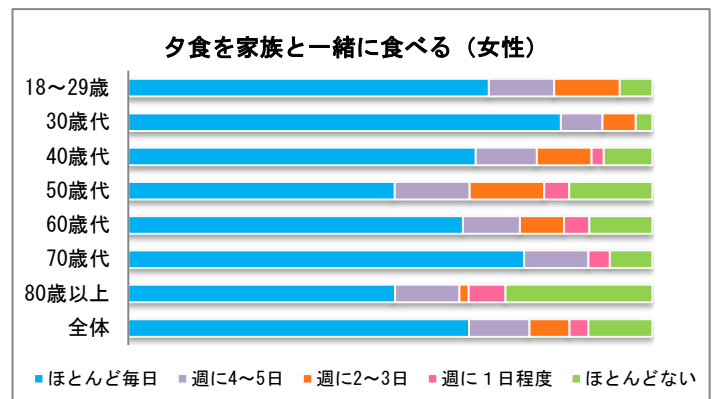
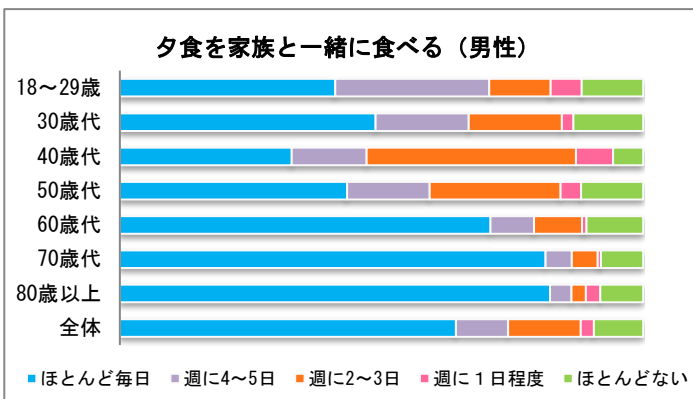


	ほとんど毎日	週に4~5日	週に2~3日	週に1日程度	ほとんどない
18~29歳	47.1%	0.0%	5.9%	17.6%	29.4%
30歳代	33.3%	8.9%	8.9%	6.7%	42.2%
40歳代	41.4%	11.4%	11.4%	8.6%	27.1%
50歳代	35.5%	7.9%	13.2%	9.2%	34.2%
60歳代	52.5%	5.9%	5.9%	3.4%	32.2%
70歳代	69.1%	3.1%	5.6%	3.1%	19.1%
80歳以上	77.3%	2.7%	5.3%	4.0%	10.7%
全体	55.2%	5.7%	7.6%	5.5%	25.9%

	ほとんど毎日	週に4~5日	週に2~3日	週に1日程度	ほとんどない
18~29歳	37.5%	12.5%	18.8%	6.3%	25.0%
30歳代	56.5%	12.9%	4.8%	3.2%	22.6%
40歳代	52.3%	2.3%	7.0%	5.8%	32.6%
50歳代	32.8%	6.3%	10.9%	3.1%	46.9%
60歳代	40.7%	7.4%	12.3%	7.4%	32.1%
70歳代	58.3%	10.4%	6.3%	4.2%	20.8%
80歳以上	36.4%	9.1%	7.3%	9.1%	38.2%
全体	45.6%	7.8%	8.7%	5.6%	32.3%

問15—キ 夕食を家族と一緒に食べる（家族と同居している方のみ）

全体では、「ほとんど毎日」が男性は64.2%、女性は65.0%で最も高く、次いで男性は「週に2~3日」が13.9%、女性は「ほとんどない」12.2%となっています。

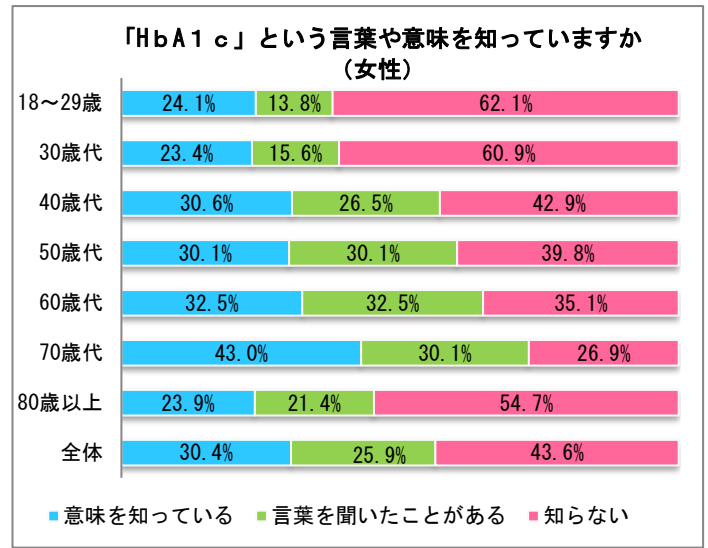
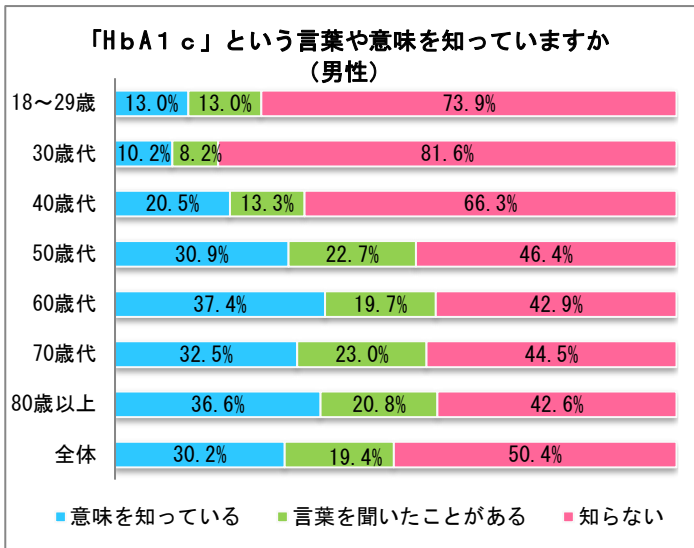


	ほとんど毎日	週に4~5日	週に2~3日	週に1日程度	ほとんどない
18~29歳	41.2%	29.4%	11.8%	5.9%	11.8%
30歳代	48.9%	17.8%	17.8%	2.2%	13.3%
40歳代	32.9%	14.3%	40.0%	7.1%	5.7%
50歳代	43.4%	15.8%	25.0%	3.9%	11.8%
60歳代	70.8%	8.3%	9.2%	0.8%	10.8%
70歳代	81.4%	5.0%	5.0%	0.6%	8.1%
80歳以上	82.2%	4.1%	2.7%	2.7%	8.2%
全体	64.2%	10.0%	13.9%	2.5%	9.4%

	ほとんど毎日	週に4~5日	週に2~3日	週に1日程度	ほとんどない
18~29歳	68.8%	12.5%	12.5%	0.0%	6.3%
30歳代	82.5%	7.9%	6.3%	0.0%	3.2%
40歳代	66.3%	11.6%	10.5%	2.3%	9.3%
50歳代	50.8%	14.3%	14.3%	4.8%	15.9%
60歳代	63.9%	10.8%	8.4%	4.8%	12.0%
70歳代	75.5%	12.2%	0.0%	4.1%	8.2%
80歳以上	50.9%	12.3%	1.8%	7.0%	28.1%
全体	65.0%	11.5%	7.7%	3.6%	12.2%

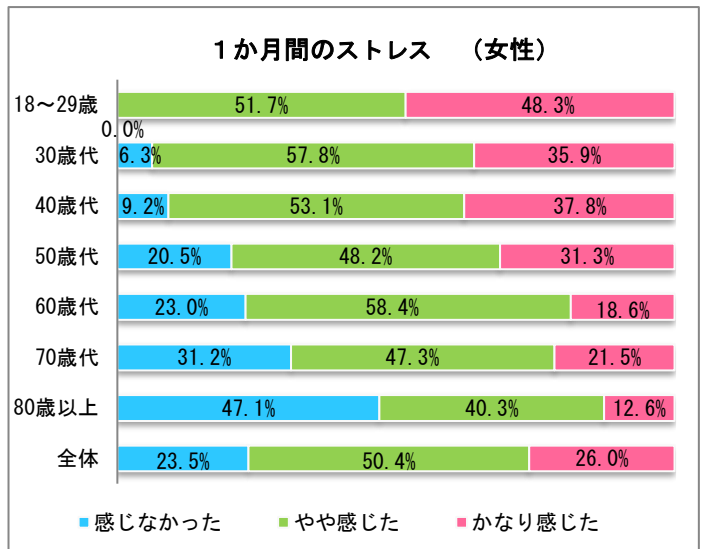
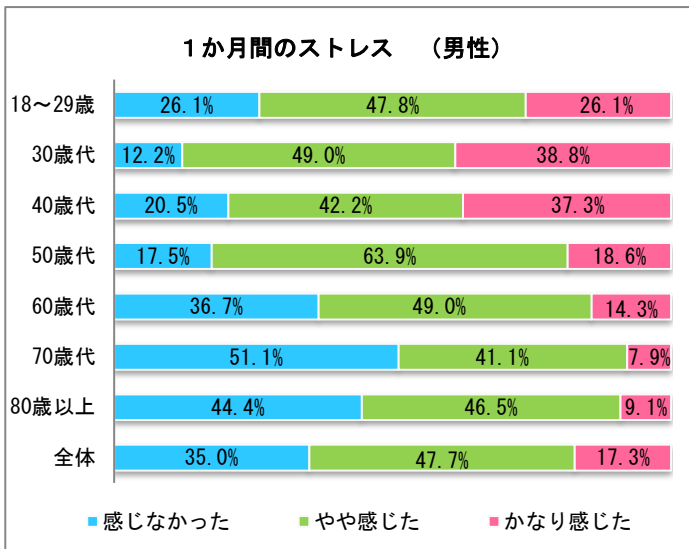
問 16 「HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）」という言葉や意味を知っていますか

全体では、「知らない」が男性は 50.4%、女性は 43.6%で最も高く、次いで「意味を知っている」が男性 30.2%、女性 30.4%、「言葉を聞いたことがある」が男性 19.4%、女性 25.9%となっています。



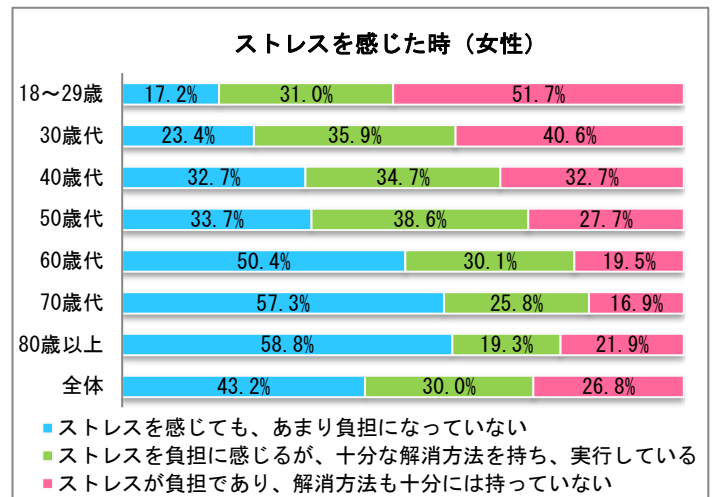
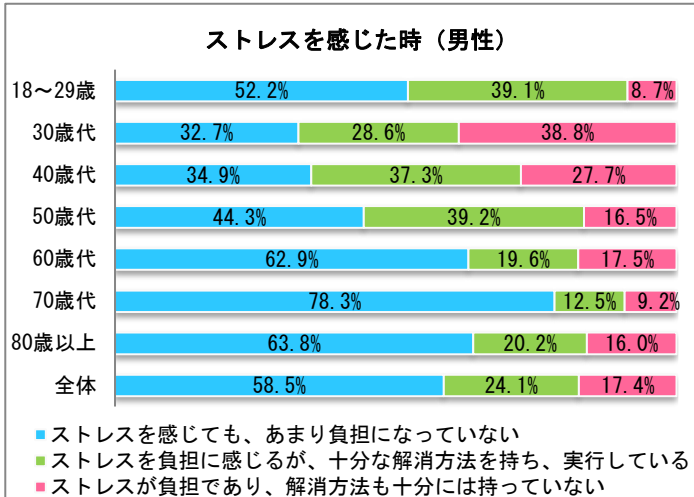
問 17 この1か月間にストレスを感じることがありましたか

全体では、「やや感じた」が男性は 47.7%、女性は 50.4%で最も高い結果でした。また、「かなり感じた」という回答は、若い年代ほど割合が高い傾向であることが分かりました。



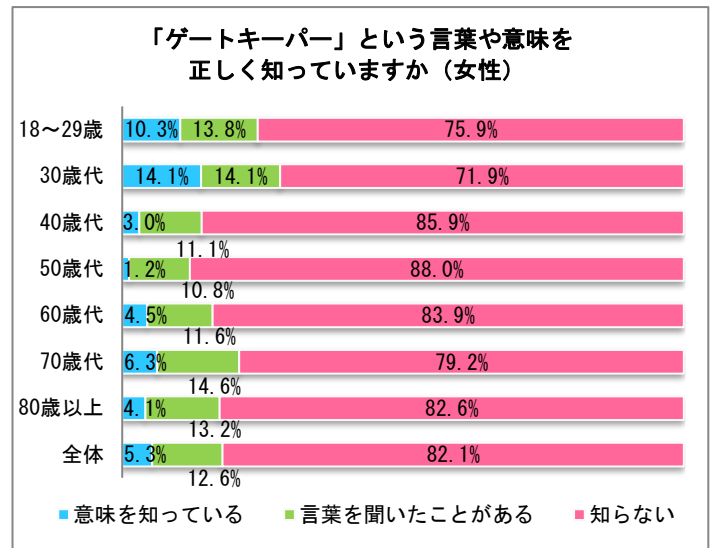
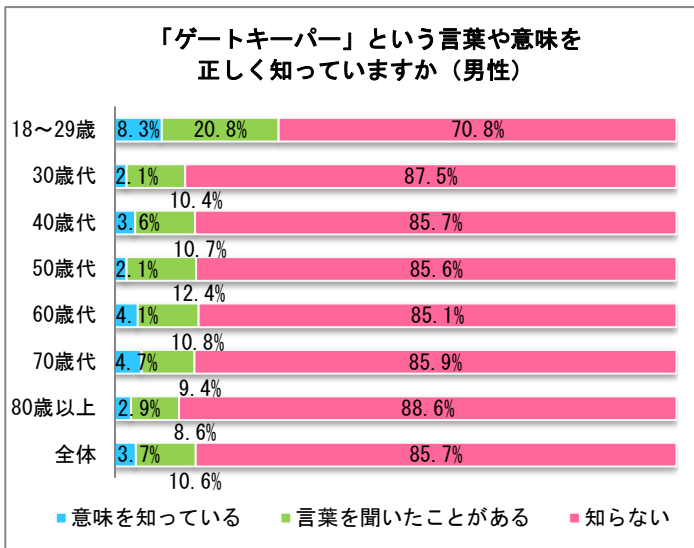
問 18 ストレスを感じた時は、どうしていますか

全体では、「ストレスを感じても、あまり負担になっていない」が男性は58.5%、女性は43.2%で最も高く、次いで「ストレスを負担に感じるが、十分な解消方法を持ち、実行している」が男性24.1%、女性30.0%の順で高い結果になりました。また、「ストレスが負担であり、解消法も十分には持っていない」が男性17.4%、女性26.8%となっています。



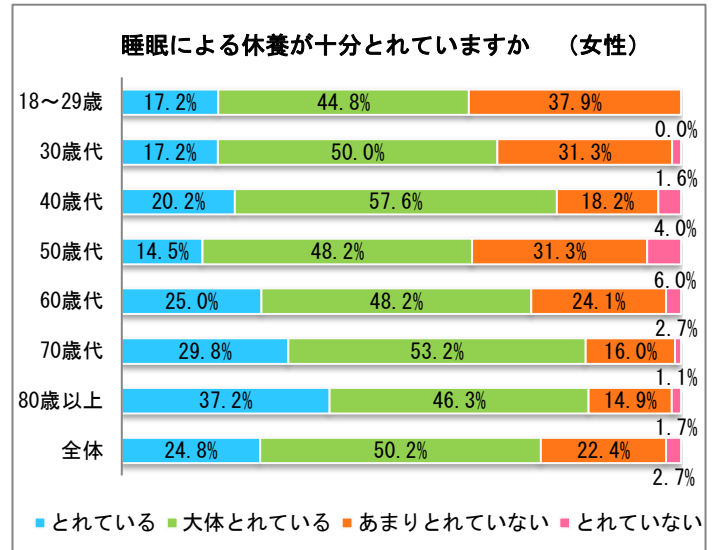
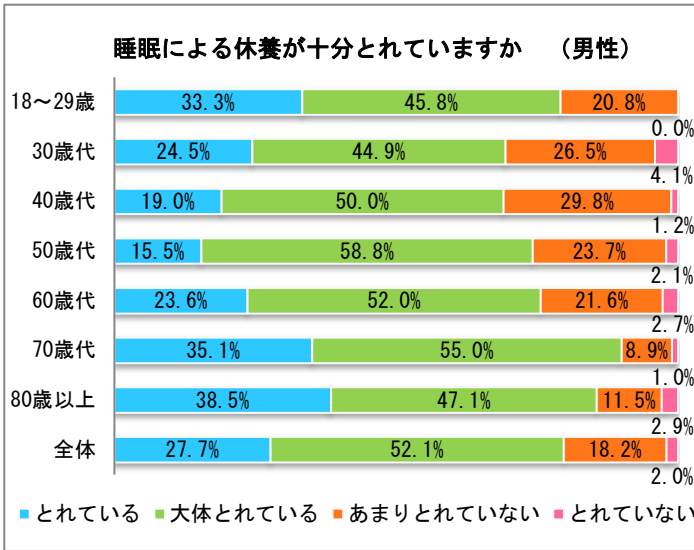
問 19 「ゲートキーパー」という言葉や意味を正しく知っていますか

全体では、「知らない」が男性は85.7%、女性は82.1%で最も高く、次いで「言葉を聞いたことがある」が男性10.6%、女性12.6%、「意味を知っている」が男性3.7%、女性5.3%となっています。



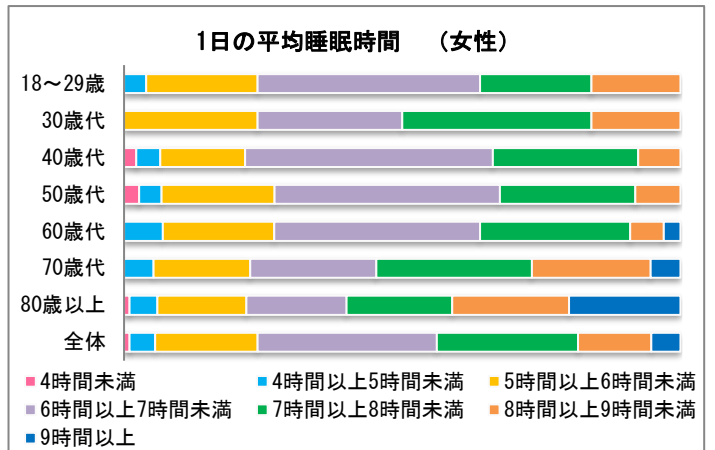
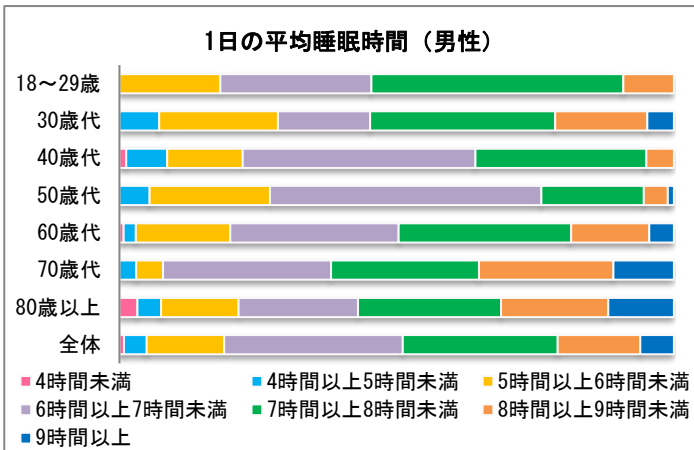
問 20 睡眠による休養が十分とれていますか

全体では、「大体とれている」が男性は 52.1%、女性は 50.2%で最も高く、次いで「とれている」が男性は 27.7%、女性は 24.8%となっています。



問 21 1日の平均睡眠時間は何時間ですか

全体では、「6時間以上7時間未満」が男性・女性ともに 32.2%で最も高く、次いで「7時間以上8時間未満」が男性 27.9%、女性 25.4%となっています。

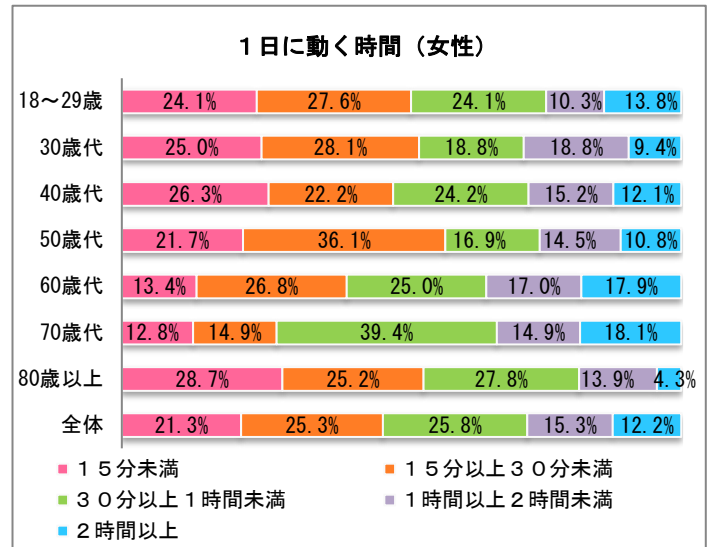
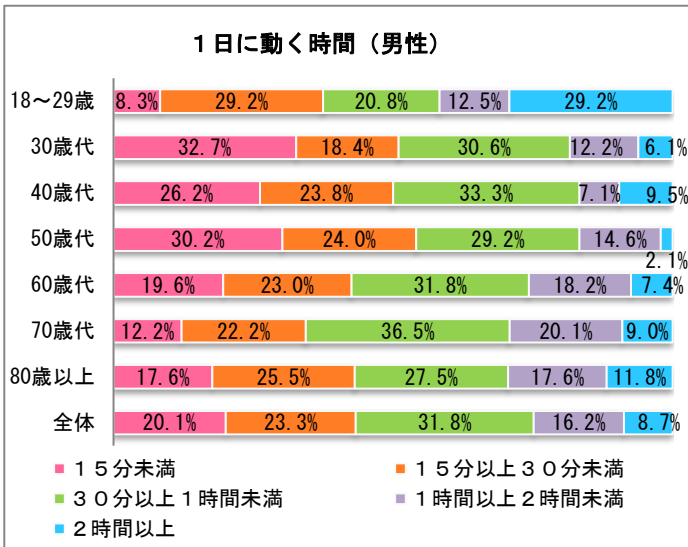


	4時間未満	4時間以上5時間未満	5時間以上6時間未満	6時間以上7時間未満	7時間以上8時間未満	8時間以上9時間未満	9時間以上
18～29歳	0.0%	0.0%	18.2%	27.3%	45.5%	9.1%	0.0%
30歳代	0.0%	7.1%	21.4%	16.7%	33.3%	16.7%	4.8%
40歳代	1.2%	7.4%	13.6%	42.0%	30.9%	4.9%	0.0%
50歳代	0.0%	5.4%	21.7%	48.9%	18.5%	4.3%	1.1%
60歳代	0.7%	2.2%	17.0%	30.4%	31.1%	14.1%	4.4%
70歳代	0.0%	3.0%	4.8%	30.3%	26.7%	24.2%	10.9%
80歳以上	3.2%	4.3%	14.0%	21.5%	25.8%	19.4%	11.8%
全体	0.8%	4.1%	14.0%	32.2%	27.9%	14.9%	6.0%

	4時間未満	4時間以上5時間未満	5時間以上6時間未満	6時間以上7時間未満	7時間以上8時間未満	8時間以上9時間未満	9時間以上
18～29歳	0.0%	4.0%	20.0%	40.0%	20.0%	16.0%	0.0%
30歳代	0.0%	0.0%	24.0%	26.0%	34.0%	16.0%	0.0%
40歳代	2.2%	4.3%	15.2%	44.6%	26.1%	7.6%	0.0%
50歳代	2.7%	4.1%	20.3%	40.5%	24.3%	8.1%	0.0%
60歳代	0.0%	7.0%	20.0%	37.0%	27.0%	6.0%	3.0%
70歳代	0.0%	5.3%	17.3%	22.7%	28.0%	21.3%	5.3%
80歳以上	1.0%	5.0%	16.0%	18.0%	19.0%	21.0%	20.0%
全体	1.0%	4.7%	18.4%	32.2%	25.4%	13.2%	5.2%

問 22 通勤・通学・買物のための徒歩や自転車での移動、家事・散歩（犬の散歩も含む）による歩行をあわせて、1日にどのくらい動きますか

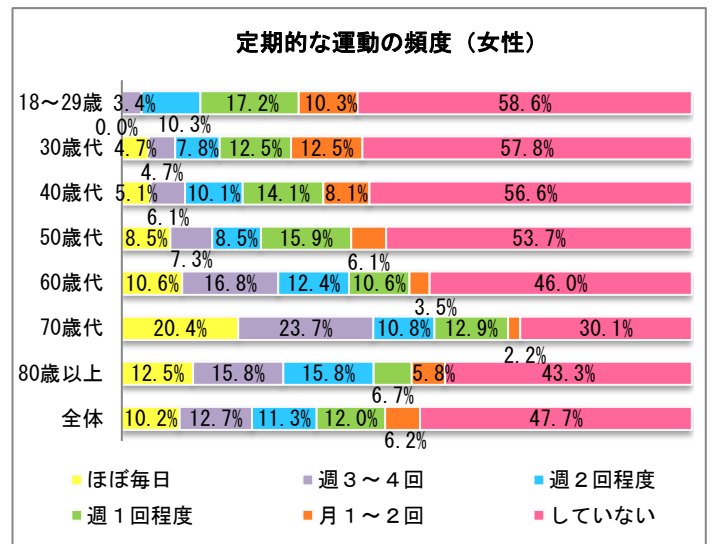
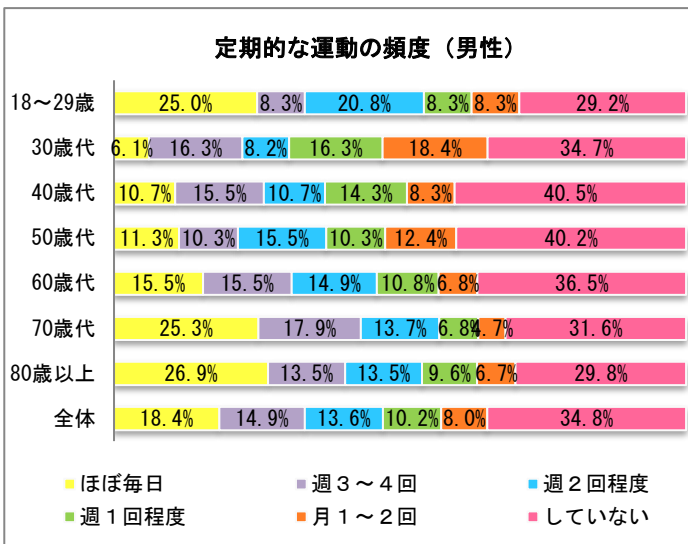
全体では、「30分以上1時間未満」が男性は31.8%、女性は25.8%で最も高く、次いで「15分以上30分未満」が男性23.3%、女性25.3%、「15分未満」が男性20.1%、女性21.3%となっています。



問 23 定期的な運動は、どのくらいの頻度で行っていますか

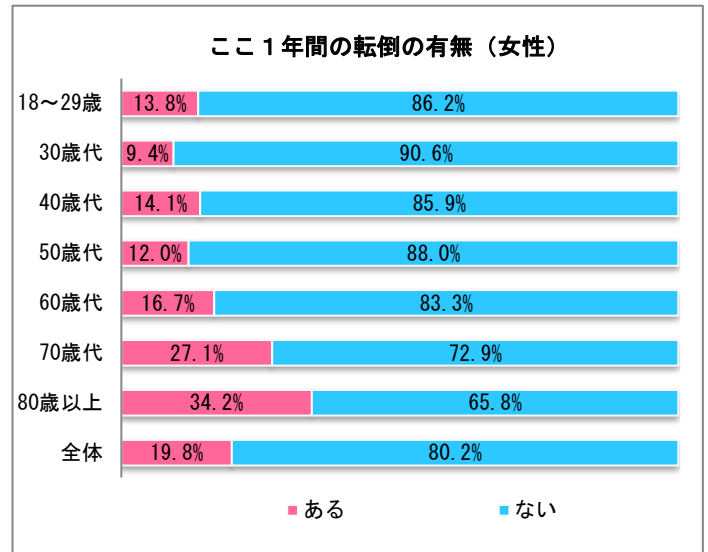
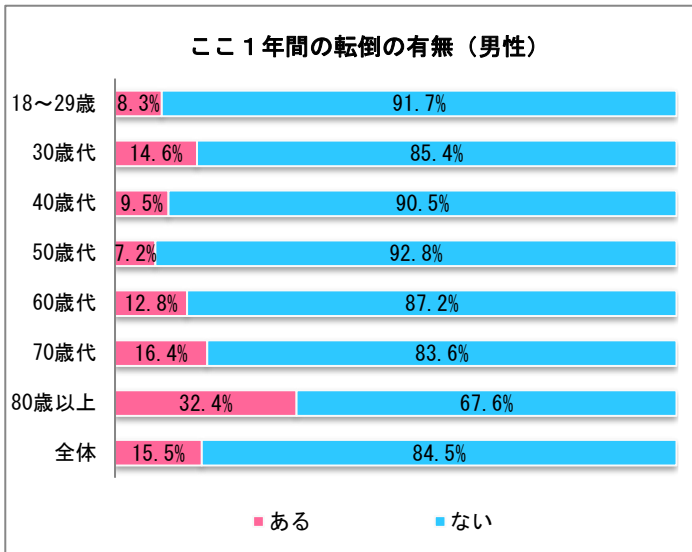
【注】ここでいう「運動」とは、「息が少し弾む程度の30分以上の運動」をいいます

全体では、「していない」が男性は34.8%、女性は47.7%で最も高く、次いで男性は「ほぼ毎日」が18.4%、「週3～4回」が14.9%、女性は「週3～4回」が12.7%、「週1回程度」が12.0%となっています。



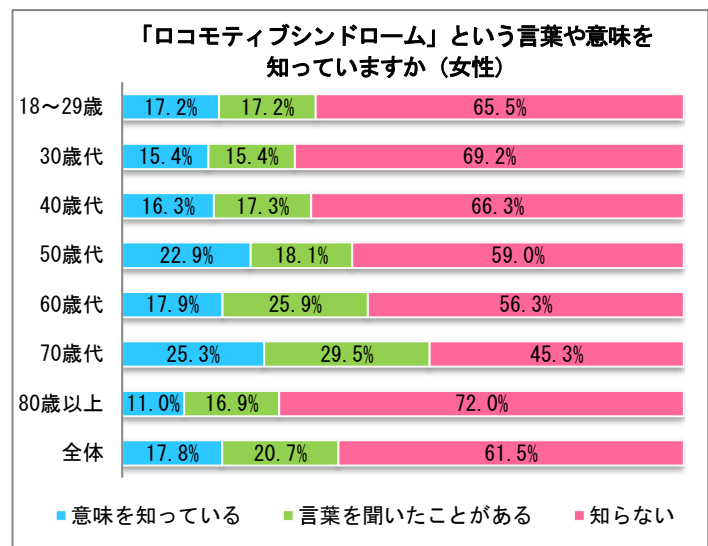
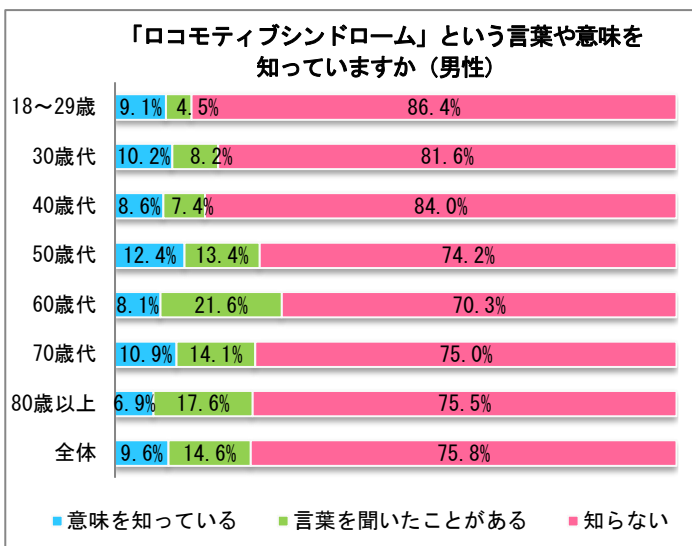
問 24 ここ1年間に転倒したことがありますか

全体では、「ある」が男性は15.5%、女性は19.8%で、80歳以上については男女とも3割以上が「ある」と回答していることが分かりました。



問 25 「ロコモティブシンドローム」という言葉や意味を知っていますか

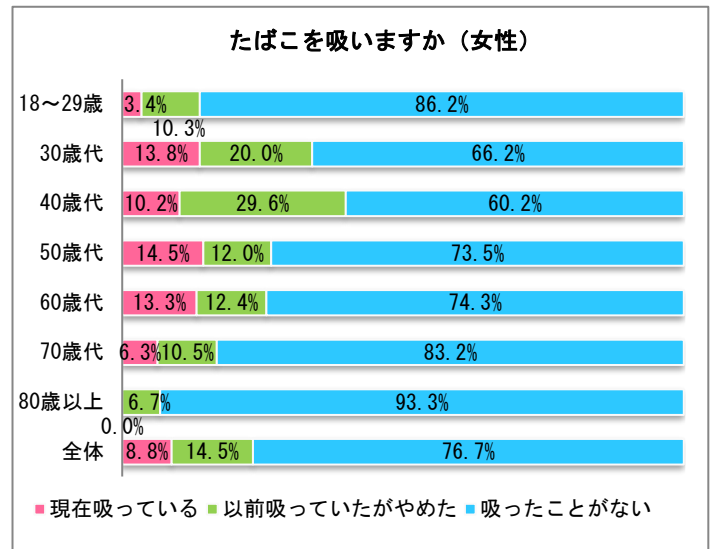
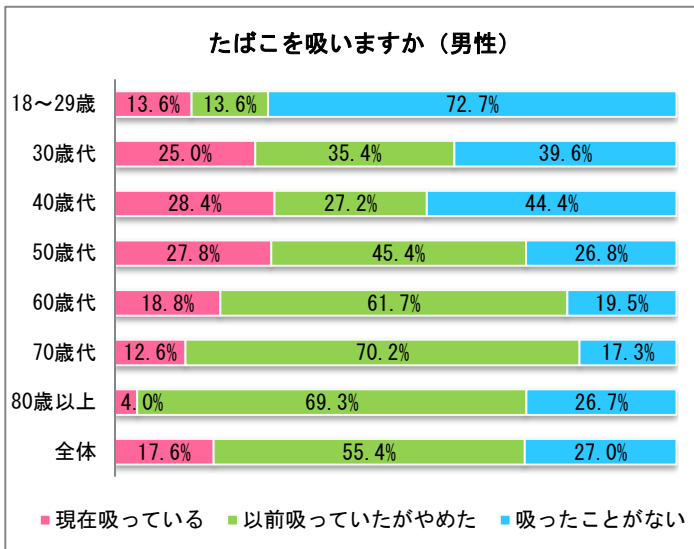
全体では、「知らない」が男性は75.8%、女性は61.5%で最も高く、次いで「言葉を聞いたことがある」が男性14.6%、女性20.7%、「意味を知っている」が男性9.6%、女性17.8%となっています。



問26 たばこを吸いますか

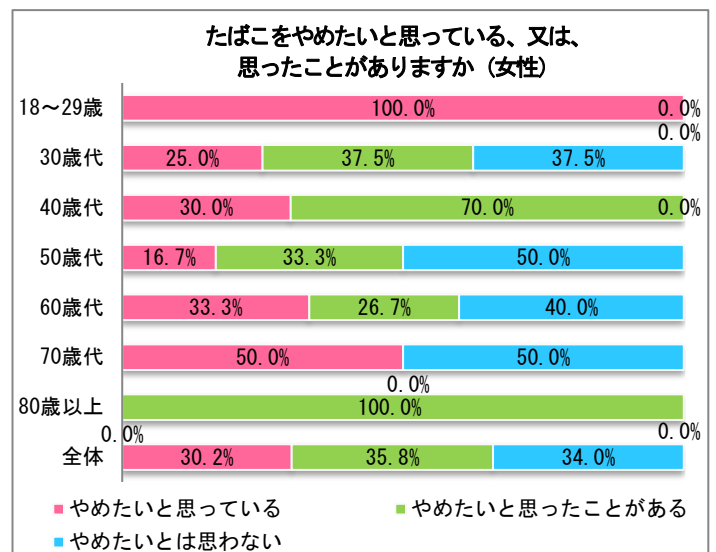
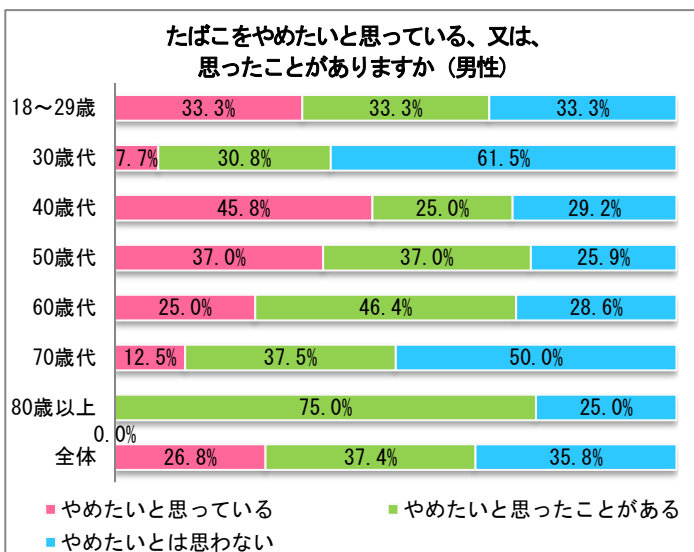
全体では、男性は「以前吸っていたがやめた」が55.4%で最も高く、次いで「吸ったことがない」が27.0%、「現在吸っている」が17.6%となっています。

女性は「吸ったことがない」が76.7%で最も高く、次いで「以前吸っていたがやめた」が14.5%、「現在吸っている」が8.8%となっています。



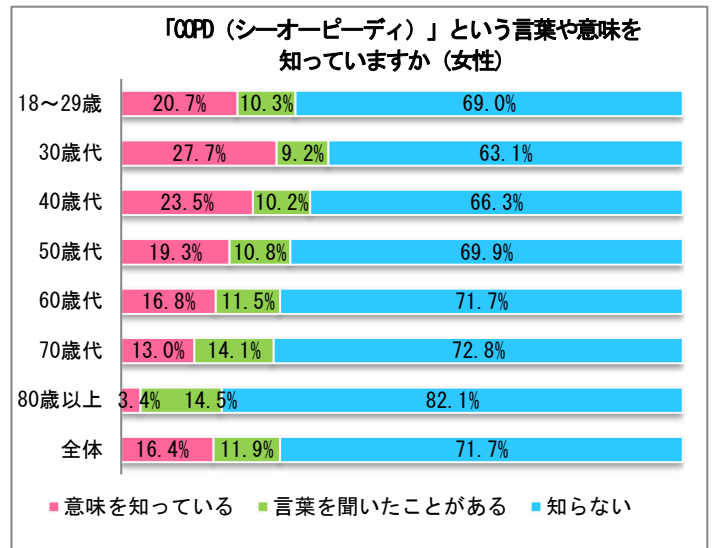
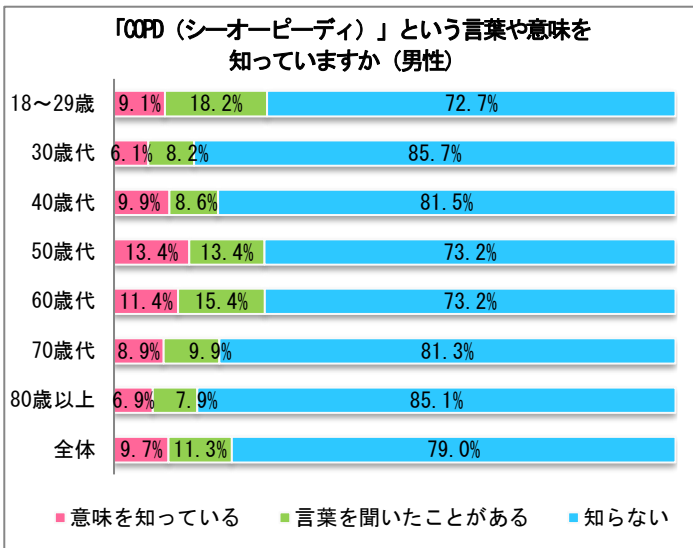
問27 問26で「現在吸っている」と答えた方にお聞きします たばこをやめたいと思っている、又は、思ったことがありますか

全体では、「やめたいと思ったことがある」が男性37.4%、女性35.8%で最も高く、一方で次に多いのは「やめたいとは思わない」が男性35.8%、女性34.0%となっています。



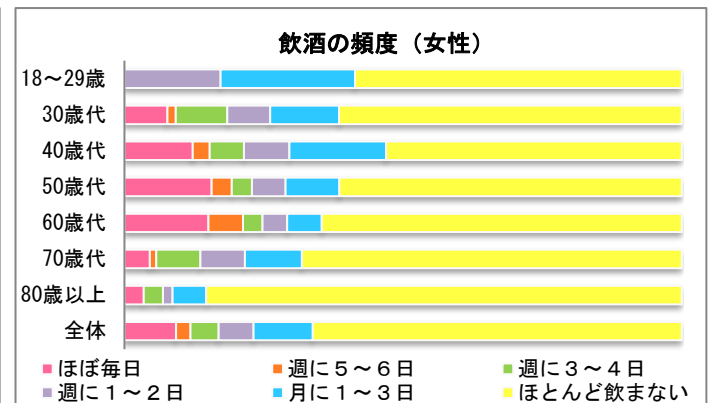
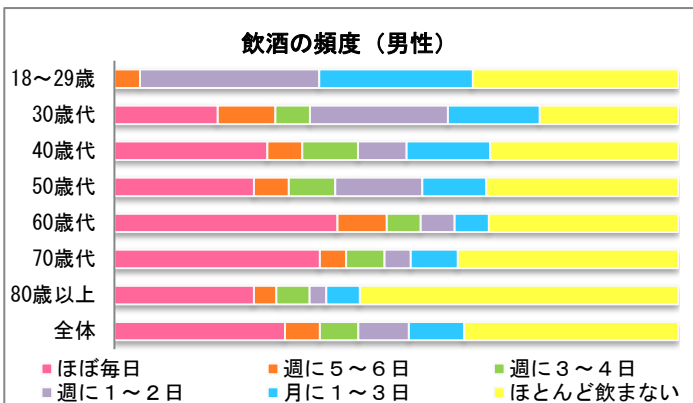
問 28 「COPD（シーオーピーディ）」という言葉や意味を知っていますか

全体では、「知らない」が男性は79.0%、女性は71.7%で最も高くなっています。性別・年代別では、若い世代の女性に比較的認知度が高い傾向があるという結果になりました。



問 29 どのくらいの頻度でお酒(日本酒、焼酎、ビール、洋酒、ワインなど)を飲みますか

全体では、「ほとんど飲まない」が男性は37.9%、女性は66.2%で最も高く、次いで男性は「ほぼ毎日」30.2%、女性は「月に1～3日」(10.6%)が多くなっています。



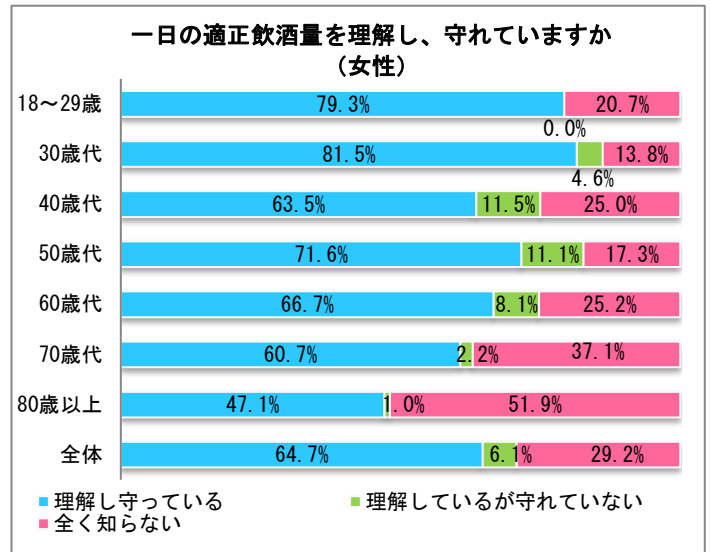
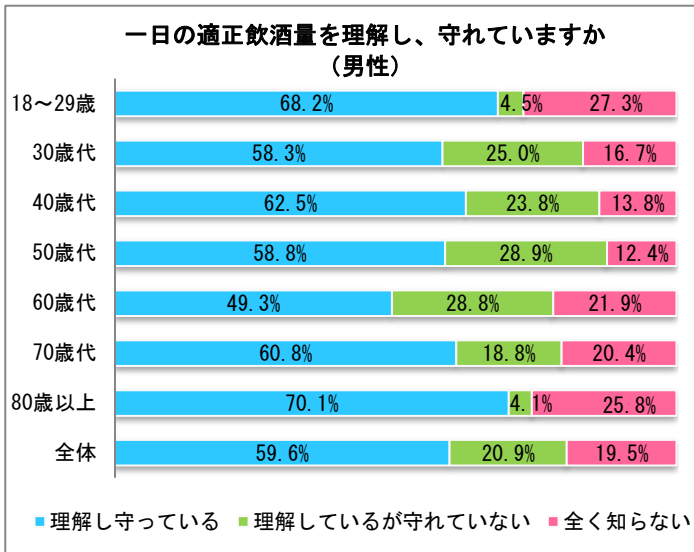
	ほぼ毎日	週に5～6日	週に3～4日	週に1～2日	月に1～3日	ほとんど飲まない
18～29歳	0.0%	4.5%	0.0%	31.8%	27.3%	36.4%
30歳代	18.4%	10.2%	6.1%	24.5%	16.3%	24.5%
40歳代	27.2%	6.2%	9.9%	8.6%	14.8%	33.3%
50歳代	24.7%	6.2%	8.2%	15.5%	11.3%	34.0%
60歳代	39.6%	8.7%	6.0%	6.0%	6.0%	33.6%
70歳代	36.5%	4.7%	6.8%	4.7%	8.3%	39.1%
80歳以上	24.8%	4.0%	5.9%	3.0%	5.9%	56.4%
全体	30.2%	6.2%	6.8%	9.0%	9.8%	37.9%

	ほぼ毎日	週に5～6日	週に3～4日	週に1～2日	月に1～3日	ほとんど飲まない
18～29歳	0.0%	0.0%	0.0%	17.2%	24.1%	58.6%
30歳代	7.7%	1.5%	9.2%	7.7%	12.3%	61.5%
40歳代	12.2%	3.1%	6.1%	8.2%	17.3%	53.1%
50歳代	15.7%	3.6%	3.6%	6.0%	9.6%	61.4%
60歳代	15.0%	6.2%	3.5%	4.4%	6.2%	64.6%
70歳代	4.5%	1.1%	8.0%	8.0%	10.2%	68.2%
80歳以上	3.4%	0.0%	3.4%	1.7%	6.0%	85.3%
全体	9.3%	2.5%	5.1%	6.3%	10.6%	66.2%

問 30 「節度ある適度な飲酒」を理解し、守れていますか

普段お酒を飲まない方は、「1 理解している」又は「3 全く知らない」のいずれか

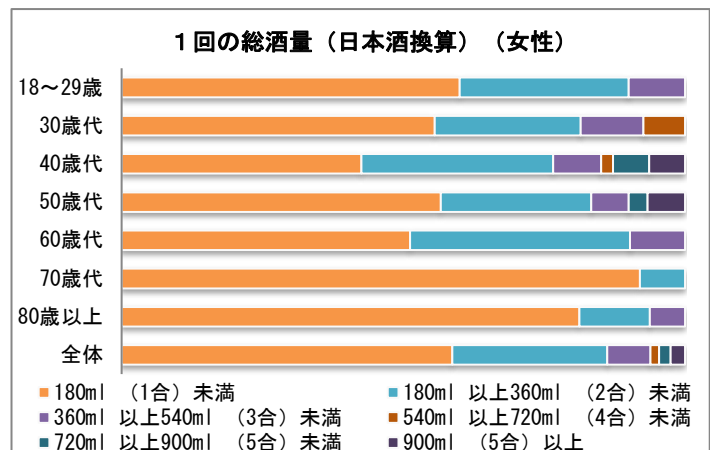
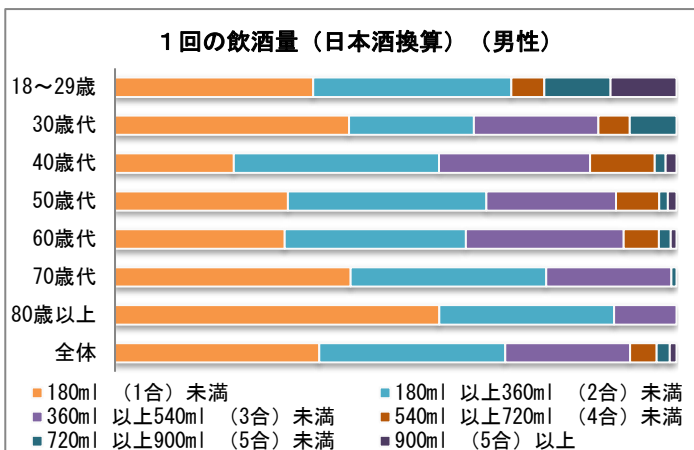
全体では、「理解し守っている」が男性は 59.6%、女性は 64.7%で最も高い一方で、男性の働き盛り世代で「理解しているが守れていない」の回答が、女性や他の世代と比較して割合が高くなっています。



問 31 普段、お酒を飲む方にお聞きします

お酒を飲む日は、日本酒に換算すると、1回にどれくらいの量を飲みますか

全体では、「180ml (1合) 未満」が男性は 36.4%、女性は 58.7%で最も高く、次いで「180ml 以上 360ml (2合) 未満」が男性 33.1%、女性 27.6%となっています。

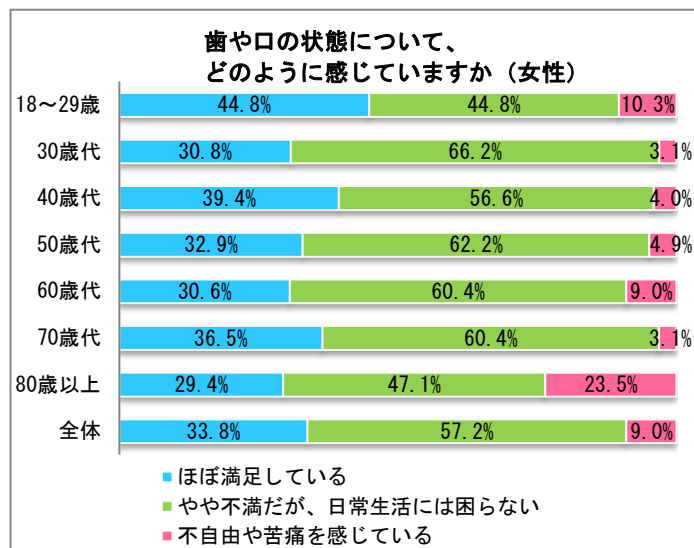
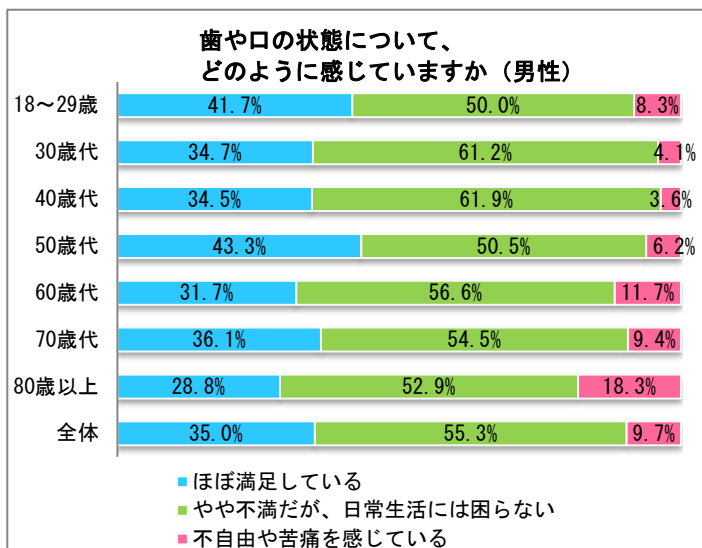


	180ml (1合) 未満	180ml 以上360ml (2合) 未満	360ml 以上540ml (3合) 未満	540ml 以上720ml (4合) 未満	720ml 以上900ml (5合) 未満	900ml (5合) 以上
18～29歳	35.3%	35.3%	0.0%	5.9%	11.8%	11.8%
30歳代	41.7%	22.2%	22.2%	5.6%	8.3%	0.0%
40歳代	21.2%	36.5%	26.9%	11.5%	1.9%	1.9%
50歳代	30.8%	35.4%	23.1%	7.7%	1.5%	1.5%
60歳代	30.2%	32.3%	28.1%	6.3%	2.1%	1.0%
70歳代	42.0%	34.8%	22.3%	0.0%	0.9%	0.0%
80歳以上	57.8%	31.1%	11.1%	0.0%	0.0%	0.0%
全体	36.4%	33.1%	22.2%	4.7%	2.4%	1.2%

	180ml (1合) 未満	180ml 以上360ml (2合) 未満	360ml 以上540ml (3合) 未満	540ml 以上720ml (4合) 未満	720ml 以上900ml (5合) 未満	900ml (5合) 以上
18～29歳	60.0%	30.0%	10.0%	0.0%	0.0%	0.0%
30歳代	55.6%	25.9%	11.1%	7.4%	0.0%	0.0%
40歳代	42.6%	34.0%	8.5%	2.1%	6.4%	6.4%
50歳代	56.7%	26.7%	6.7%	0.0%	3.3%	6.7%
60歳代	51.2%	39.0%	9.8%	0.0%	0.0%	0.0%
70歳代	92.0%	8.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
80歳以上	81.3%	12.5%	6.3%	0.0%	0.0%	0.0%
全体	58.7%	27.6%	7.7%	1.5%	2.0%	2.6%

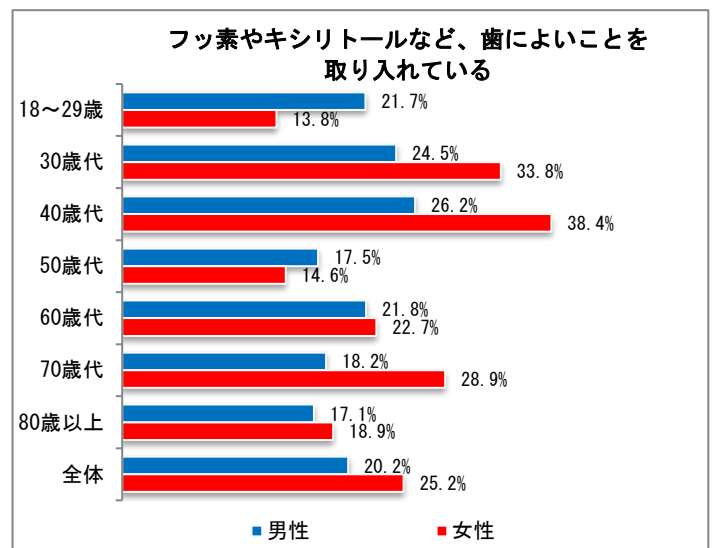
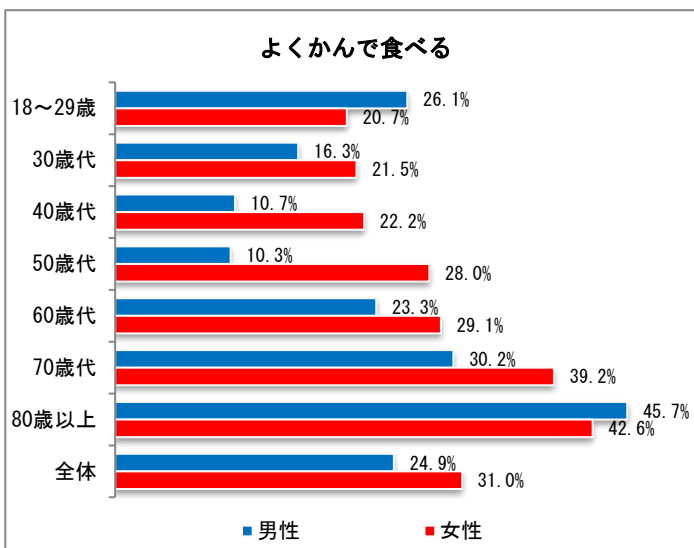
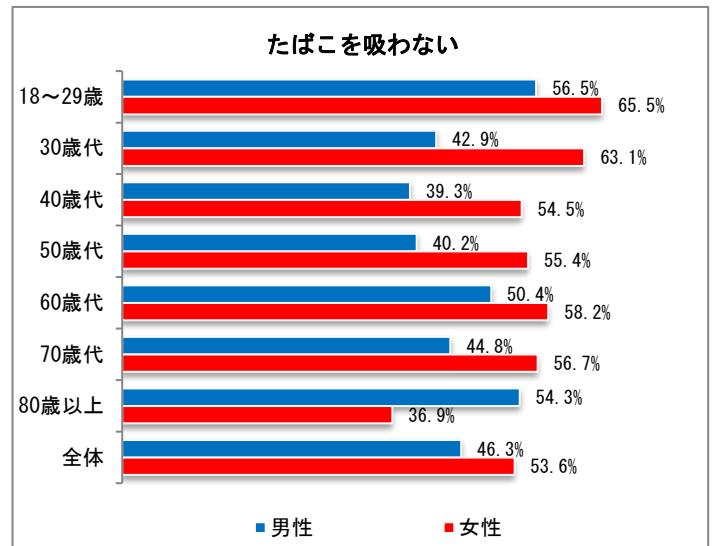
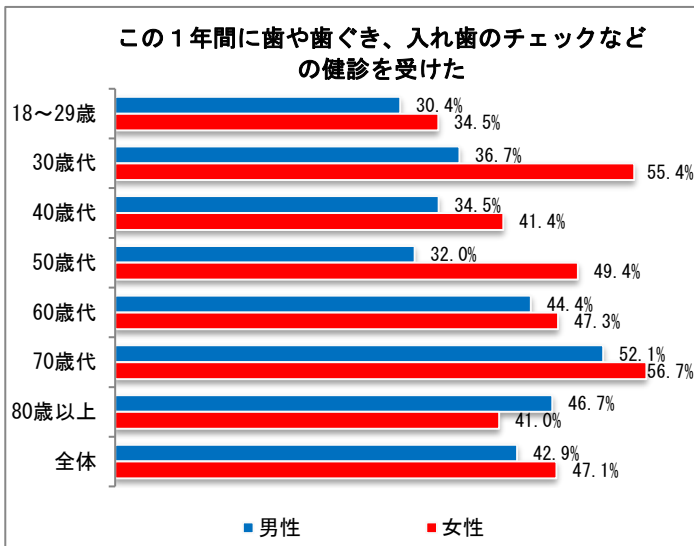
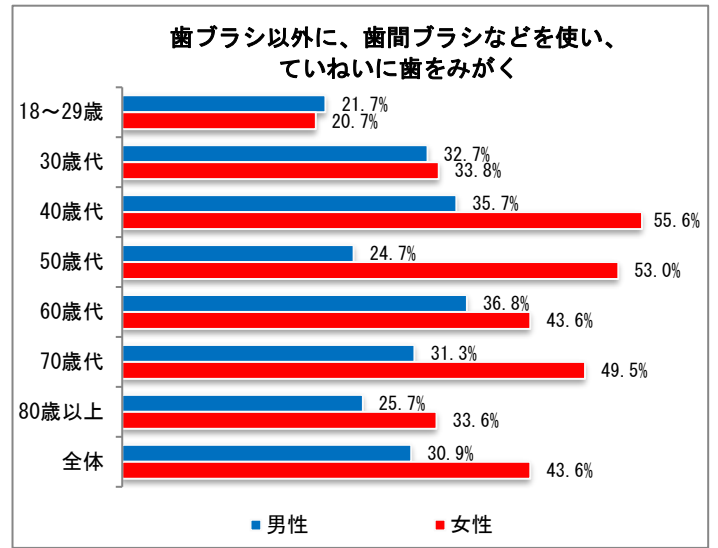
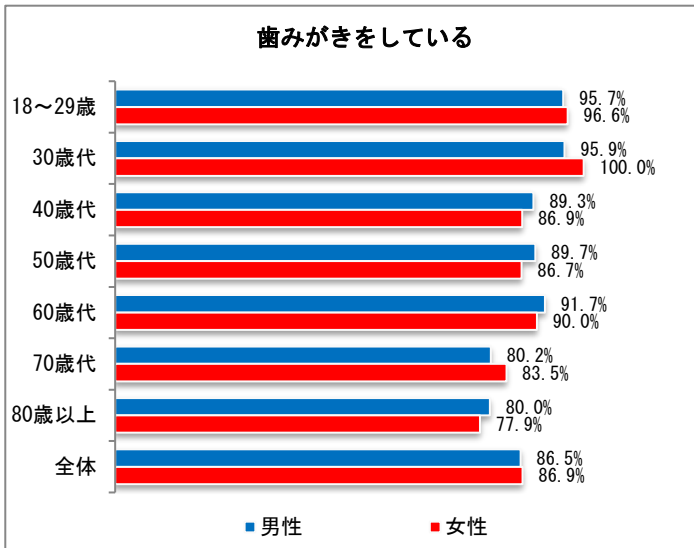
問 32 歯や口の状態について、どのように感じていますか

全体では、「やや不満だが、日常生活には困らない」が男性は 55.3%、女性は 57.2%で最も高く、次いで「ほぼ満足している」が男性 35.0%、女性 33.8%となっています。



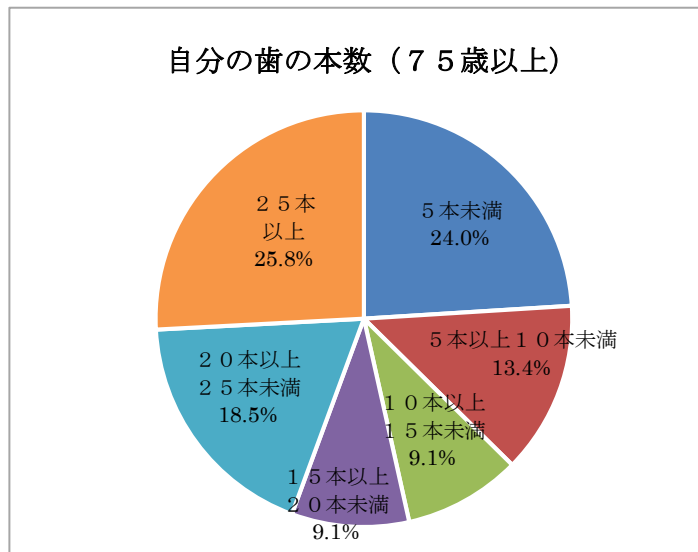
問 33 歯や歯ぐきの健康のために、普段どのようなことをしていますか（複数回答）

全体的に「女性」が「男性」より口腔内の健康に対する意識が高い傾向にあります。



問 34 75 歳以上の方にお聞きします。現在、ご自分の歯は何本ありますか

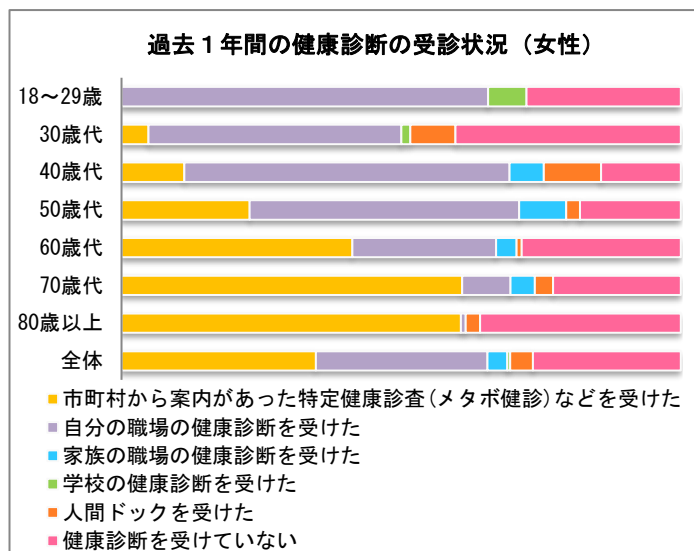
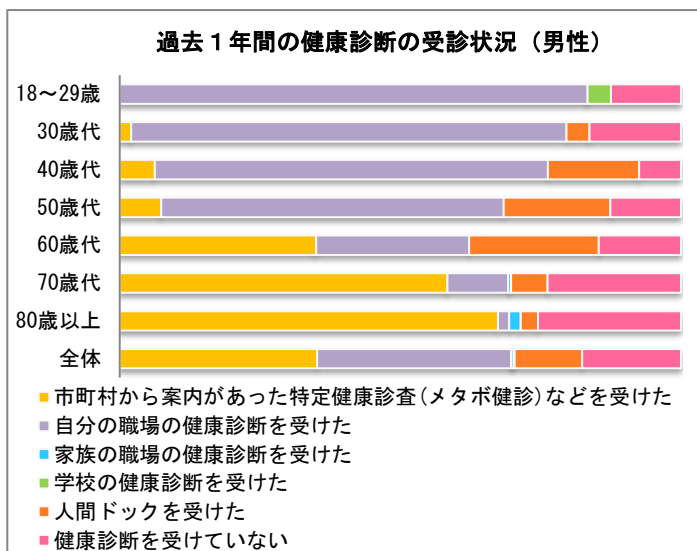
75 歳以上の回答者の中で、37.4%の方が、自分の歯の本数が10本未満であり、また一方で、25.8%の方が25本以上の歯を有しているという結果になりました。



問 35 過去1年間に、健康診断を受けたことがありますか

全体では、男性では82.3%の方が市や職場や学校などで実施される健診を受けており、「健診を受けていない」人は17.7%となっています。

女性は73.6%の方が同様に健診を受けており、「健診を受けていない」人は26.4%と未受診者の割合は、男性より多い結果になっています

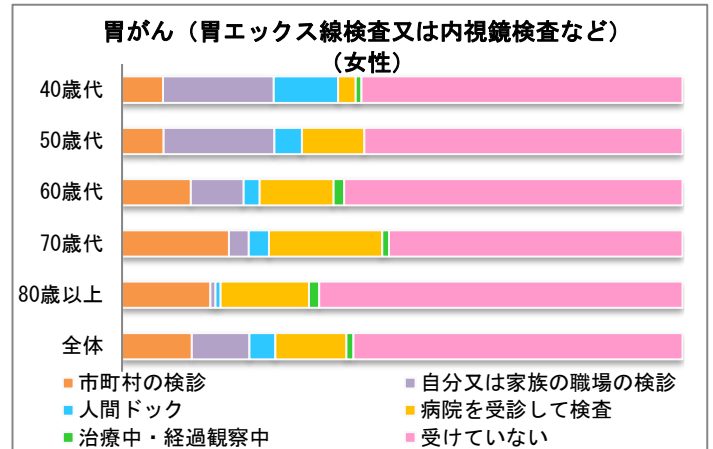
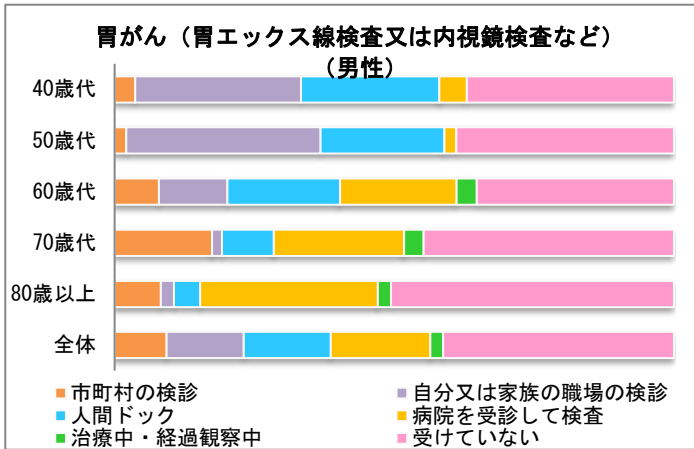


	市町村から案内があった特定健康診査(メタボ健診)などを受けた	自分の職場の健康診断を受けた	家族の職場の健康診断を受けた	学校の健康診断を受けた	人間ドックを受けた	健康診断を受けていない
18~29歳	0.0%	83.3%	0.0%	4.2%	0.0%	12.5%
30歳代	2.0%	77.6%	0.0%	0.0%	4.1%	16.3%
40歳代	6.3%	70.0%	0.0%	0.0%	16.3%	7.5%
50歳代	7.4%	61.1%	0.0%	0.0%	18.9%	12.6%
60歳代	35.0%	27.3%	0.0%	0.0%	23.1%	14.7%
70歳代	58.4%	10.8%	0.5%	0.0%	6.5%	23.8%
80歳以上	67.3%	2.0%	2.0%	0.0%	3.1%	25.5%
全体	35.2%	34.6%	0.4%	0.1%	12.0%	17.7%

	市町村から案内があった特定健康診査(メタボ健診)などを受けた	自分の職場の健康診断を受けた	家族の職場の健康診断を受けた	学校の健康診断を受けた	人間ドックを受けた	健康診断を受けていない
18~29歳	0.0%	65.5%	0.0%	6.9%	0.0%	27.6%
30歳代	4.8%	45.2%	0.0%	1.6%	8.1%	40.3%
40歳代	11.2%	58.2%	6.1%	0.0%	10.2%	14.3%
50歳代	22.9%	48.2%	8.4%	0.0%	2.4%	18.1%
60歳代	41.3%	25.7%	3.7%	0.0%	0.9%	28.4%
70歳代	60.9%	8.7%	4.3%	0.0%	3.3%	22.8%
80歳以上	60.7%	0.9%	0.0%	0.0%	2.6%	35.9%
全体	34.7%	30.7%	3.6%	0.5%	4.1%	26.4%

問36 40歳以上の方にお聞きします。過去1年間に次のがん検診をどこで受けましたか
ア 胃がん（胃エックス線検査又は内視鏡検査など）

全体では、「受けていない」が男性は41.3%、女性は58.7%で最も高く、次いで「病院を受診して検査」（男性17.8%、女性12.6%）の割合が多くなっています。

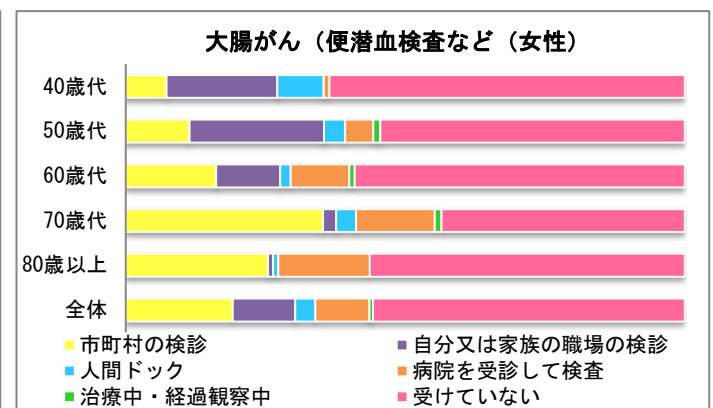
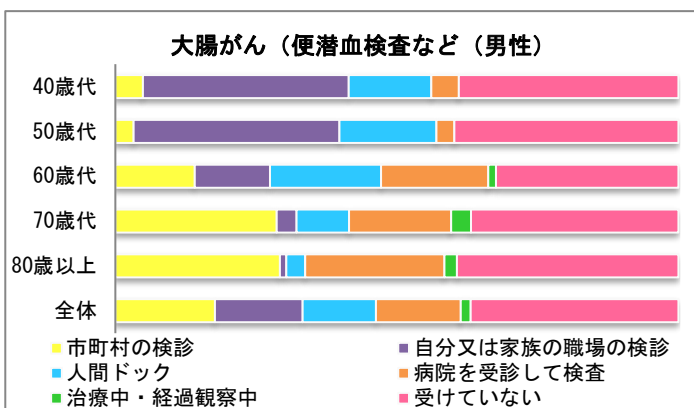


	市町村の検診	自分又は家族の職場の検診	人間ドック	病院を受診して検査	治療中・経過観察中	受けていない
40歳代	3.7%	29.6%	24.7%	4.9%	0.0%	37.0%
50歳代	2.1%	34.7%	22.1%	2.1%	0.0%	38.9%
60歳代	7.9%	12.2%	20.1%	20.9%	3.6%	35.3%
70歳代	17.4%	1.7%	9.3%	23.3%	3.5%	44.8%
80歳以上	8.2%	2.4%	4.7%	31.8%	2.4%	50.6%
全体	9.3%	13.8%	15.6%	17.8%	2.3%	41.3%

	市町村の検診	自分又は家族の職場の検診	人間ドック	病院を受診して検査	治療中・経過観察中	受けていない
40歳代	7.3%	19.8%	11.5%	3.1%	1.0%	57.3%
50歳代	7.4%	19.8%	4.9%	11.1%	0.0%	56.8%
60歳代	12.3%	9.4%	2.8%	13.2%	1.9%	60.4%
70歳代	19.0%	3.6%	3.6%	20.2%	1.2%	52.4%
80歳以上	15.7%	0.9%	0.9%	15.7%	1.9%	64.8%
全体	12.4%	10.3%	4.6%	12.6%	1.3%	58.7%

問36 — イ 大腸がん（便潜血検査など）

全体では、「受けていない」が男性は36.9%、女性は55.8%で最も高く、次いで「市町村の検診」（男性17.7%、女性19.2%）の割合が多くなっています。

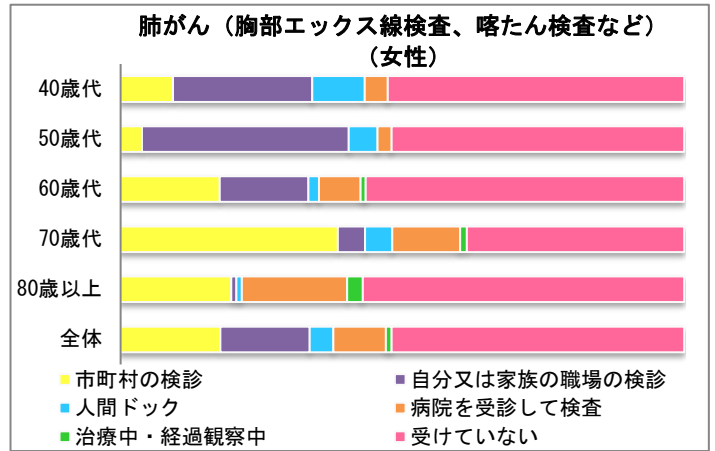
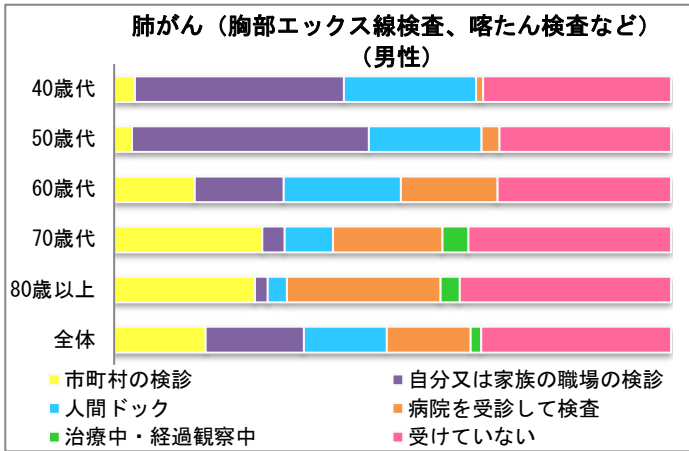


	市町村の検診	自分又は家族の職場の検診	人間ドック	病院を受診して検査	治療中・経過観察中	受けていない
40歳代	4.9%	36.6%	14.6%	4.9%	0.0%	39.0%
50歳代	3.2%	36.6%	17.2%	3.2%	0.0%	39.8%
60歳代	14.1%	13.4%	19.7%	19.0%	1.4%	32.4%
70歳代	28.7%	3.5%	9.4%	18.1%	3.5%	36.8%
80歳以上	29.2%	1.1%	3.4%	24.7%	2.2%	39.3%
全体	17.7%	15.6%	13.0%	15.1%	1.7%	36.9%

	市町村の検診	自分又は家族の職場の検診	人間ドック	病院を受診して検査	治療中・経過観察中	受けていない
40歳代	7.3%	19.8%	8.3%	1.0%	0.0%	63.5%
50歳代	11.4%	24.1%	3.8%	5.1%	1.3%	54.4%
60歳代	16.2%	11.4%	1.9%	10.5%	1.0%	59.0%
70歳代	35.3%	2.4%	3.5%	14.1%	1.2%	43.5%
80歳以上	25.5%	0.9%	0.9%	16.4%	0.0%	56.4%
全体	19.2%	11.2%	3.6%	9.7%	0.6%	55.8%

問36 — ウ 肺がん（胸部エックス線検査、喀たん検査など）

全体では、「受けていない」が男性は34.1%、女性は51.9%で最も高くなっています。どの世代でも、女性は男性よりも受診率が低いことが分かります。

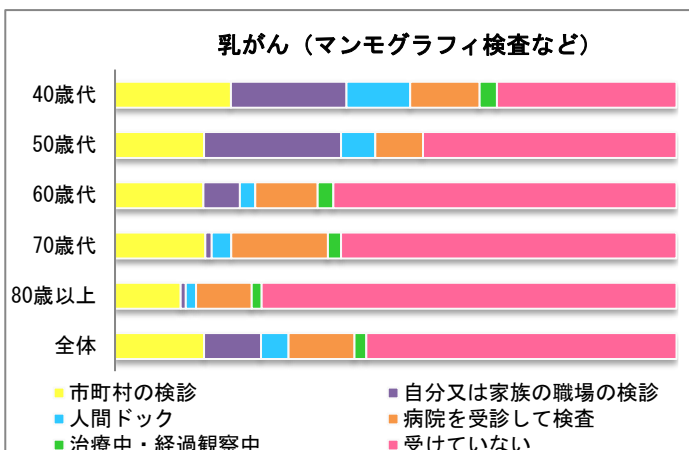


	市町村の検診	自分又は家族の職場の検診	人間ドック	病院を受診して検査	治療中・経過観察中	受けていない
40歳代	3.8%	37.5%	23.8%	1.3%	0.0%	33.8%
50歳代	3.2%	42.6%	20.2%	3.2%	0.0%	30.9%
60歳代	14.5%	15.9%	21.0%	17.4%	0.0%	31.2%
70歳代	26.6%	4.0%	8.7%	19.7%	4.6%	36.4%
80歳以上	25.3%	2.3%	3.4%	27.6%	3.4%	37.9%
全体	16.4%	17.7%	14.9%	15.0%	1.9%	34.1%

	市町村の検診	自分又は家族の職場の検診	人間ドック	病院を受診して検査	治療中・経過観察中	受けていない
40歳代	9.3%	24.7%	9.3%	4.1%	0.0%	52.6%
50歳代	3.8%	36.7%	5.1%	2.5%	0.0%	51.9%
60歳代	17.6%	15.7%	1.9%	7.4%	0.9%	56.5%
70歳代	38.6%	4.8%	4.8%	12.0%	1.2%	38.6%
80歳以上	19.6%	0.9%	0.9%	18.7%	2.8%	57.0%
全体	17.7%	15.8%	4.2%	9.3%	1.1%	51.9%

問37 40歳以上の女性の方にお聞きします 過去2年間に乳がん（マンモグラフィ検査など）をどこで受けましたか

全体では、「受けていない」が55.3%で最も高く、次いで「市町村の検診」（15.9%）、「病院を受診して検査」（11.8%）となっています。年齢別では、年齢が高くなると「受けていない」の割合が高くなっています。

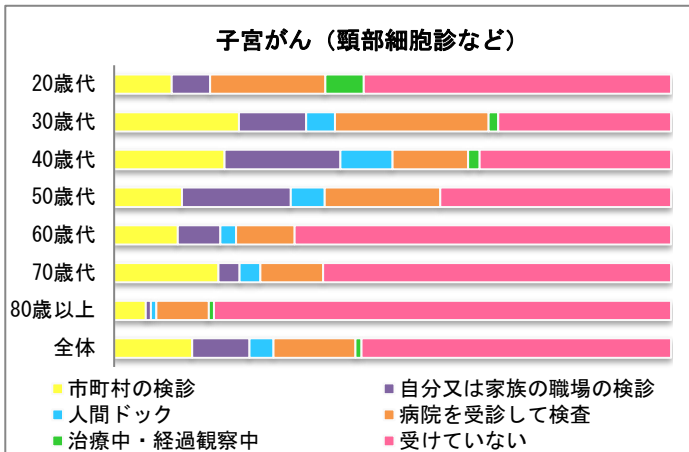


	市町村の検診	自分又は家族の職場の検診	人間ドック	病院を受診して検査	治療中・経過観察中	受けていない
40歳代	20.6%	20.6%	11.3%	12.4%	3.1%	32.0%
50歳代	15.9%	24.4%	6.1%	8.5%	0.0%	45.1%
60歳代	15.7%	6.5%	2.8%	11.1%	2.8%	61.1%
70歳代	16.1%	1.1%	3.4%	17.2%	2.3%	59.8%
80歳以上	11.7%	0.9%	1.8%	9.9%	1.8%	73.9%
全体	15.9%	10.1%	4.9%	11.8%	2.1%	55.3%

**問 38 20歳以上の女性の方にお聞きします
過去2年間に子宮がん（頸部細胞診など）をどこで受けましたか**

全体では、「受けていない」が55.6%で最も高く、次いで「病院を受診して検査」（14.7%）、「市町村の検診」（14.0%）、となっています。

年齢別では、30歳以降は年齢が高くなると、「受けていない」割合が高くなる傾向にあります。

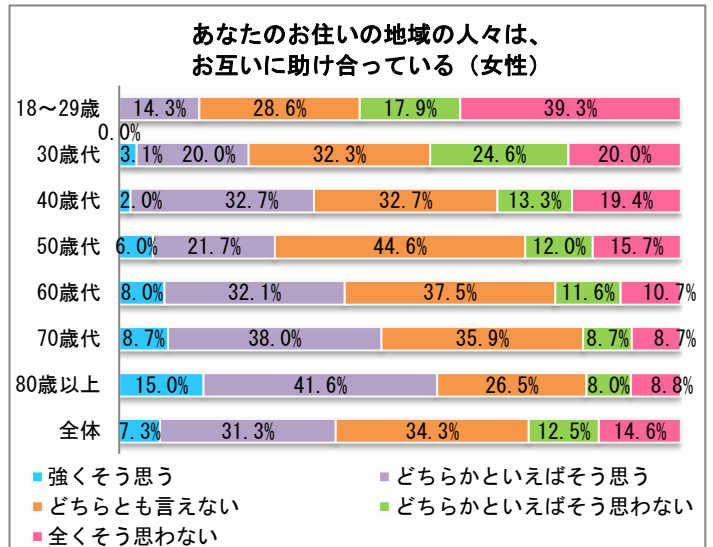
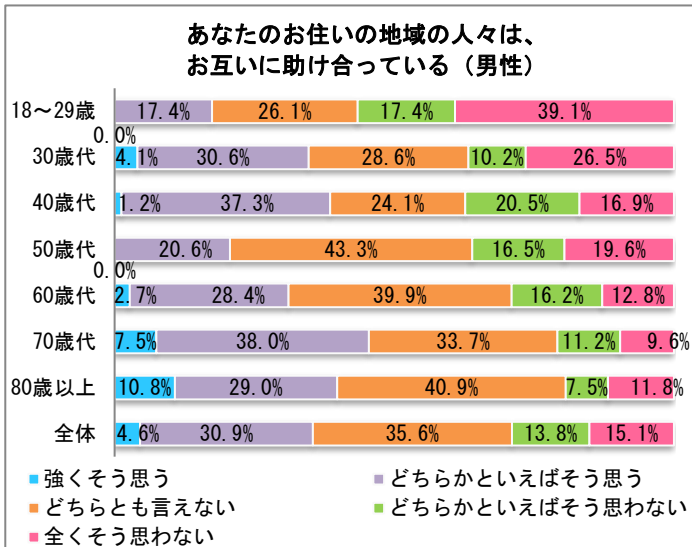


	市町村の検診	自分又は家族の職場の検診	人間ドック	病院を受診して検査	治療中・経過観察中	受けていない
20歳代	10.3%	6.9%	0.0%	20.7%	6.9%	55.2%
30歳代	22.4%	12.1%	5.2%	27.6%	1.7%	31.0%
40歳代	19.8%	20.8%	9.4%	13.5%	2.1%	34.4%
50歳代	12.2%	19.5%	6.1%	20.7%	0.0%	41.5%
60歳代	11.4%	7.6%	2.9%	10.5%	0.0%	67.6%
70歳代	18.8%	3.8%	3.8%	11.3%	0.0%	62.5%
80歳以上	5.7%	0.9%	0.9%	9.4%	0.9%	82.1%
全体	14.0%	10.3%	4.3%	14.7%	1.1%	55.6%

4 あなたの地域での活動や近所づきあいについて

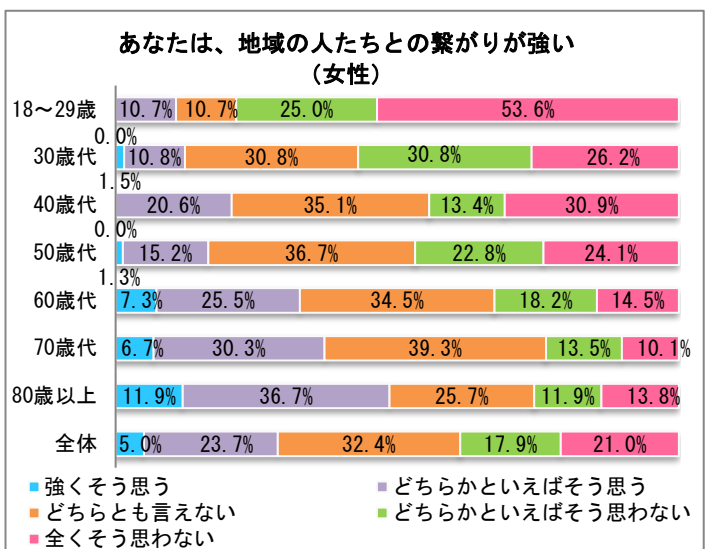
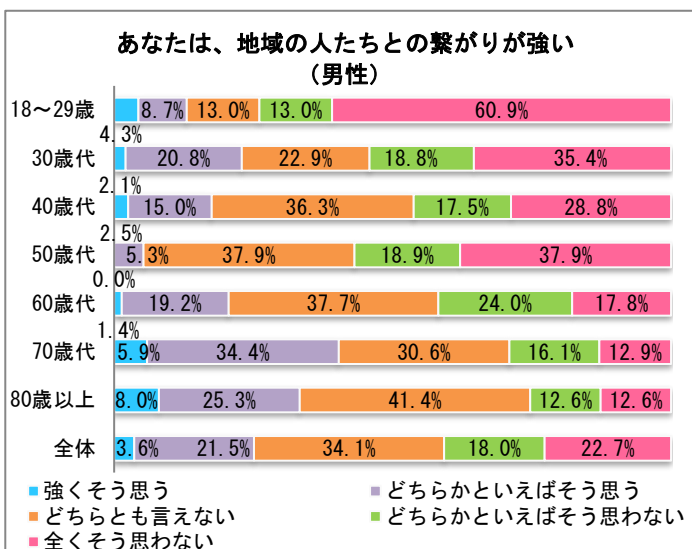
問39 近所づきあいについて、どのように感じていますか ア あなたのお住いの地域の人々は、お互いに助け合っている

全体では、「どちらとも言えない」が男性は35.6%、女性は34.3%で最も高く、次いで「どちらかといえばそう思う」が男性は30.9%、女性は31.3%、「全くそう思わない」が男性は15.1%、女性は14.6%となっています。「全くそう思わない」は年齢が高くなるとともに減少する傾向にあります。



問39 — イ あなたは、地域の人たちとの繋がりが強い

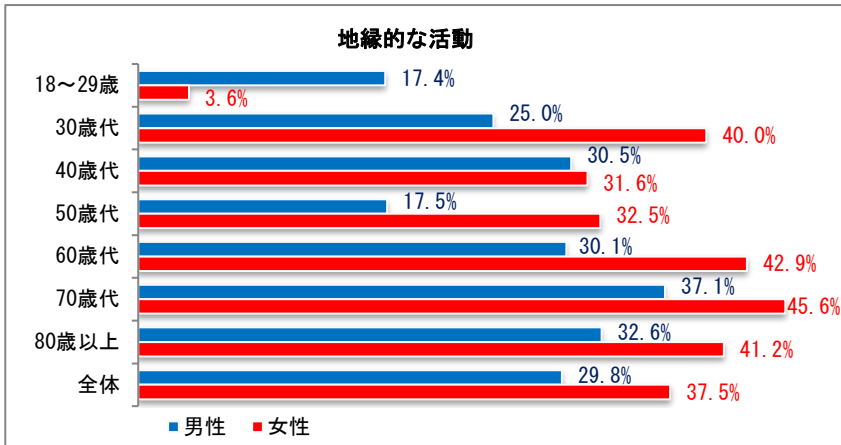
全体では、「どちらとも言えない」が男性は34.1%、女性は32.4%で最も高く、若い世代ほど「全くそう思わない」の割合が高い傾向にあります。



問 40 現在、地域で下記のような活動をしていますか

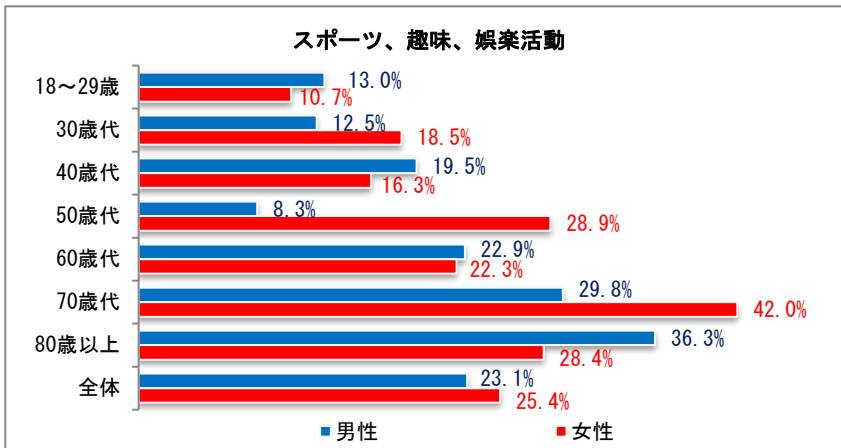
ア 地縁的な活動（自治会、町内会、婦人会、老人クラブ、保健委員会、食生活改善推進協議会、青年団、子ども会 など）

全体では、「男性」は29.8%、「女性」は37.5%で、「女性」が7.7ポイント上回っています。



問 40 イ スポーツ、趣味、娯楽活動（各種スポーツ、芸術文化活動、生涯学習 など）

全体では、「男性」は23.1%、「女性」は25.4%で、「女性」が2.3ポイント上回っています。



問 40 ウ ボランティア、NPO、市民活動（まちづくり、高齢者・障がい者福祉、子育て支援、スポーツ指導、美化、防犯、防災、環境、国際協力、提言活動 など）

全体では、「男性」は17.5%、「女性」は15.7%で、「男性」が1.8ポイント上回っています。

