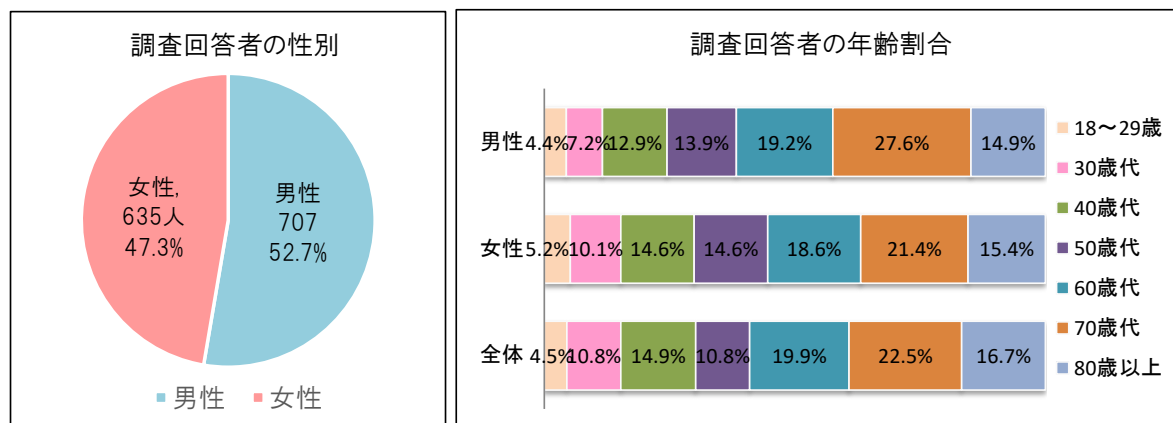


Ⅱ 調査の結果

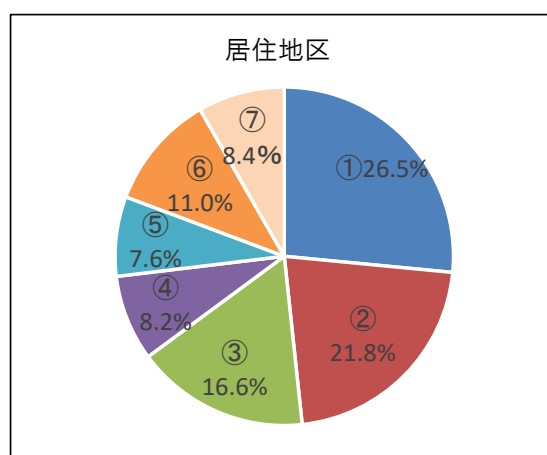
1 基本情報

(1) 性別・年齢

回答者の性別は、「男性」が52.7%、「女性」が47.3%であり、回答者の年齢は、男性、女性ともに「70歳代」の割合が最も多くなっています。



(2) どちらの地区にお住まいですか



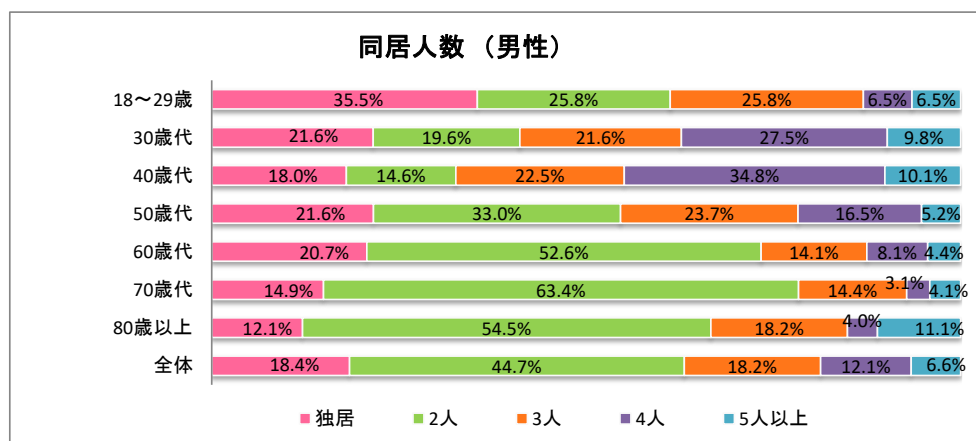
居住地区は、「日新・二番丁・四番丁・亀阜・栗林・花園・築地・新塩屋町・松島・女木・男木・木太地区」に居住する割合が最も多くなっています。

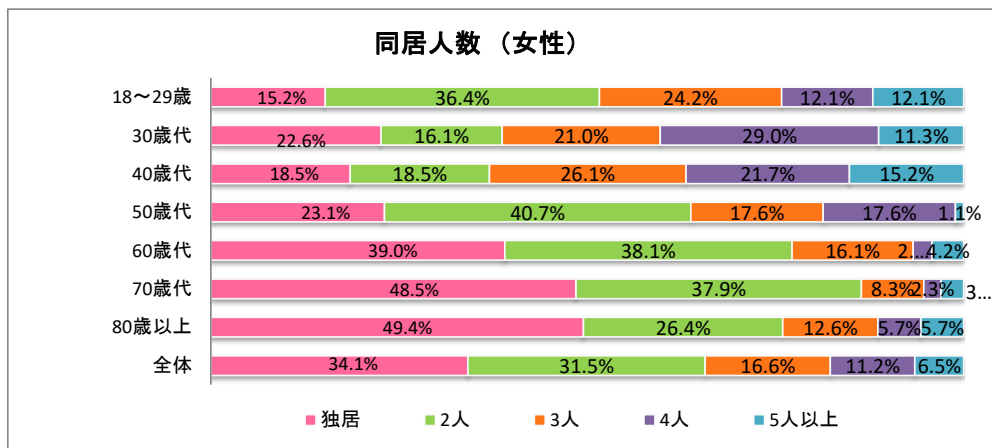
①	日新・二番丁・四番丁・亀阜・栗林・花園・築地・新塩屋町・松島・女木・男木・木太地区
②	鶴尾・太田・林・三谷・仏生山・一宮・多肥地区
③	牟礼・庵治・古高松・屋島地区
④	川島・十河・東植田・西植田・前田・川添地区
⑤	香西・弦打・鬼無・下笠居地区
⑥	国分寺・川岡・円座・檀紙地区
⑦	塩江・香川・香南地区

※①～⑦の地区の分類は、アンケート開始時期に行ったものです

(3) 現在、あなた自身を含めて、何人暮らしですか

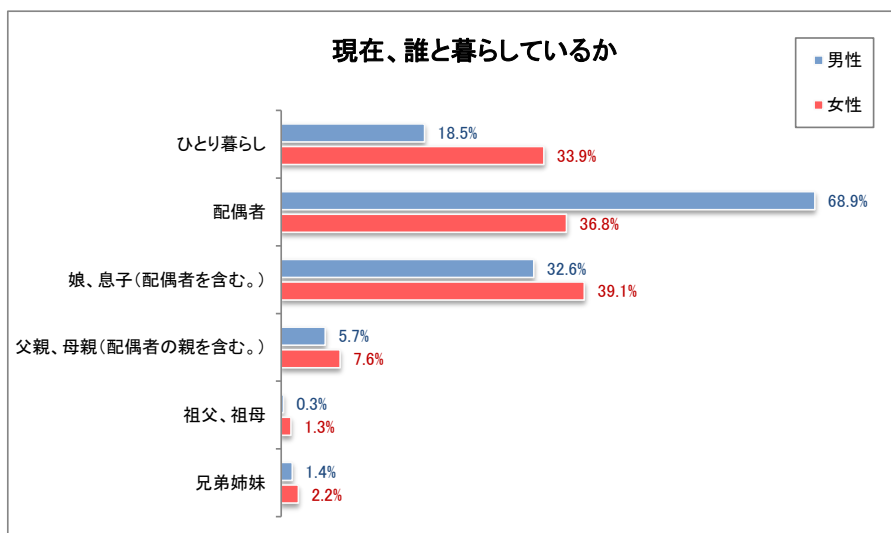
全体では、男性は「2人暮らし」という回答が44.7%と最も多くなっています。女性では、年齢とともに1人暮らしの割合が増加する傾向にあります。





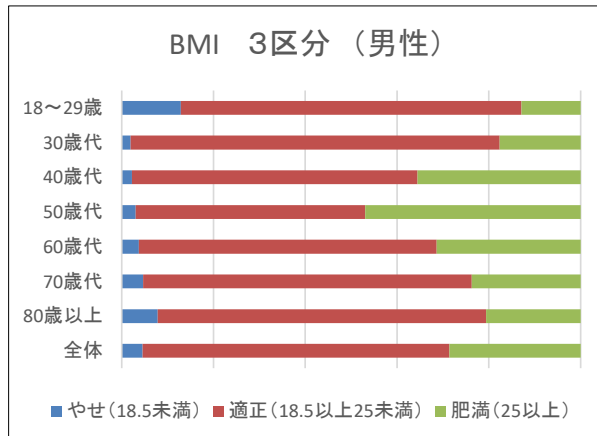
（４）現在、誰と暮らしていますか

男性は「配偶者」と回答した人が68.9%、女性は娘、息子（配偶者の親を含む。）と回答した人が39.1%とそれぞれ最も多くなっています。

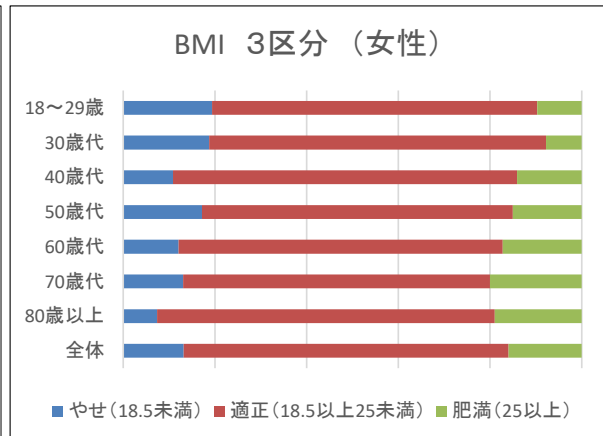


(5) BMI

BMIは、肥満や低体重（やせ）の判定に用いる指標です。全体では「適正（18.5以上25未満）」が最も多いものの、男性では40歳～50歳代で「肥満（25以上）」の割合が多く、女性では18歳～30歳代と50歳代で「やせ（18.5未満）」の割合が他の世代よりやや多い傾向にあります。



	やせ (18.5未満)	適正 (18.5以上25未満)	肥満 (25以上)
18～29歳	12.9%	74.2%	12.9%
30歳代	2.0%	80.4%	17.6%
40歳代	2.2%	62.2%	35.6%
50歳代	3.1%	50.0%	46.9%
60歳代	3.7%	64.9%	31.3%
70歳代	4.6%	71.6%	23.7%
80歳以上	7.8%	71.6%	20.6%
全体	4.6%	66.9%	28.6%

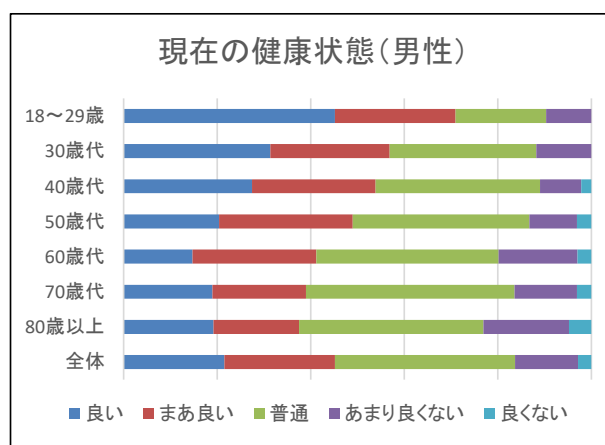


	やせ (18.5未満)	適正 (18.5以上25未満)	肥満 (25以上)
18～29歳	19.4%	71.0%	9.7%
30歳代	18.8%	73.4%	7.8%
40歳代	10.9%	75.0%	14.1%
50歳代	17.2%	67.7%	15.1%
60歳代	12.1%	70.7%	17.2%
70歳代	13.1%	66.9%	20.0%
80歳以上	7.4%	73.7%	18.9%
全体	13.2%	70.9%	15.9%

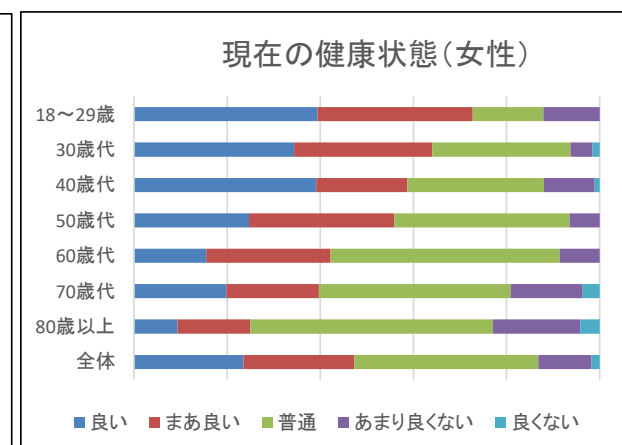
2 健康状態について

問1 現在の健康状態はいかがですか

自身の健康観に関する質問です。男女とも、年齢とともに健康状態が「良い」「まあ良い」と回答した割合が少なくなっています。



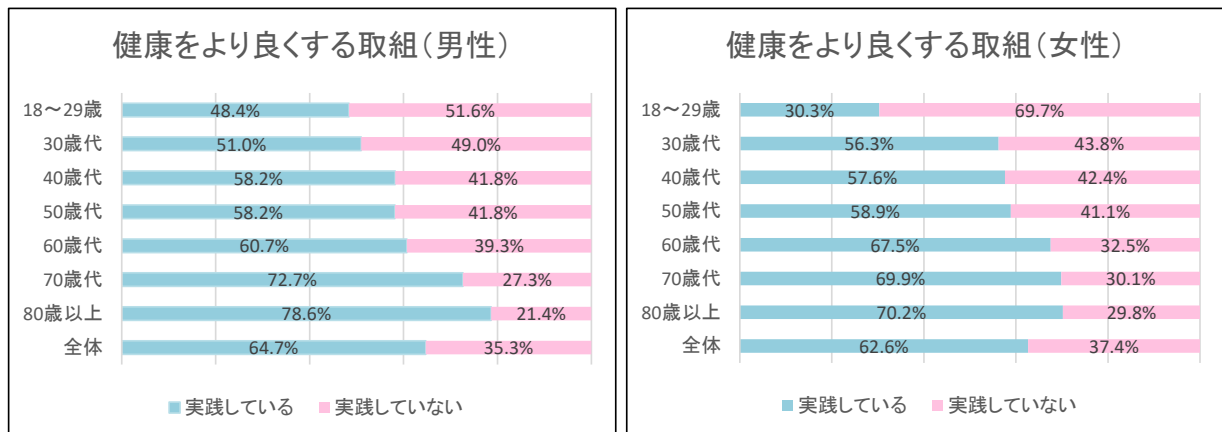
	良い	まあ良い	普通	あまり良くない	良くない
18～29歳	45.2%	25.8%	19.4%	9.7%	0.0%
30歳代	31.4%	25.5%	31.4%	11.8%	0.0%
40歳代	27.5%	26.4%	35.2%	8.8%	2.2%
50歳代	20.4%	28.6%	37.8%	10.2%	3.1%
60歳代	14.7%	26.5%	39.0%	16.9%	2.9%
70歳代	19.0%	20.0%	44.6%	13.3%	3.1%
80歳以上	19.2%	18.3%	39.4%	18.3%	4.8%
全体	21.5%	23.7%	38.5%	13.5%	2.8%



	良い	まあ良い	普通	あまり良くない	良くない
18～29歳	39.4%	33.3%	15.2%	12.1%	0.0%
30歳代	34.4%	29.7%	29.7%	4.7%	1.6%
40歳代	39.1%	19.6%	29.3%	10.9%	1.1%
50歳代	24.7%	31.2%	37.6%	6.5%	0.0%
60歳代	15.5%	26.7%	49.1%	8.6%	0.0%
70歳代	19.9%	19.9%	41.2%	15.4%	3.7%
80歳以上	9.4%	15.6%	52.1%	18.8%	4.2%
全体	23.5%	23.8%	39.5%	11.4%	1.7%

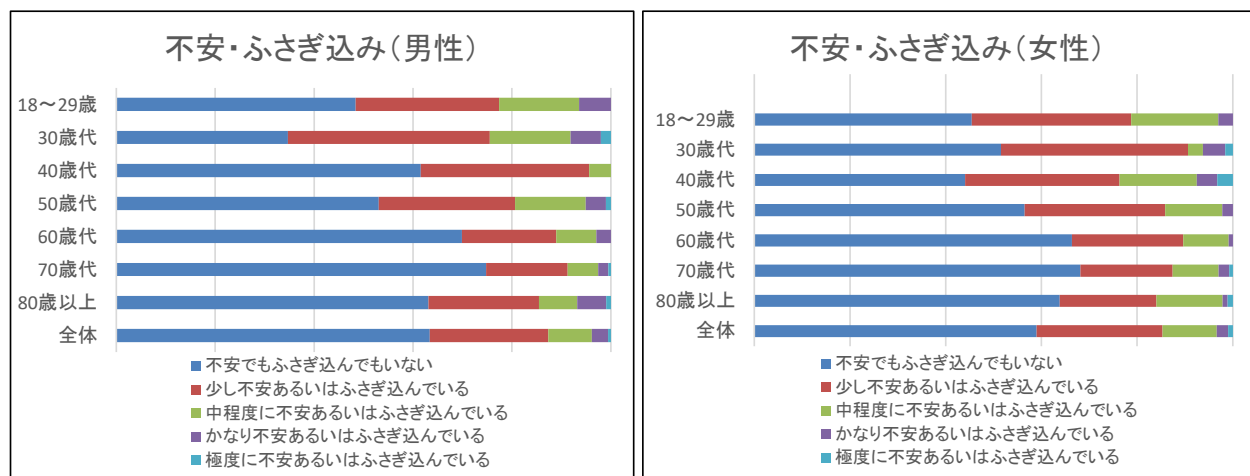
問2 自分の健康をより良くすることを、普段から実践していますか（複数回答）

全体では、男女ともに、「実践している」と回答した割合が6割以上となっています。また、年齢とともに「実践している」と回答した割合が多くなっています。



問3 不安/ふさぎ込みについて

全体では、男女ともに、「不安でもふさぎ込んでもいない」と回答した割合が約6割となっています。一方で、「少し不安あるいはふさぎ込んでいる」と回答した割合が男女ともに30歳代で最も多くなっています。

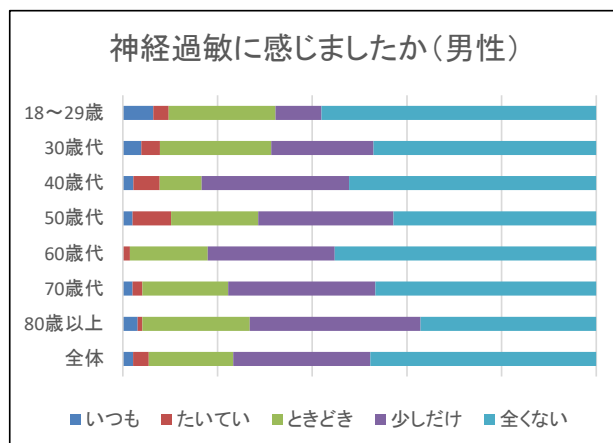


	不安でもふさぎ込んでもいない	少し不安あるいはふさぎ込んでいる	中程度に不安あるいはふさぎ込んでいる	かなり不安あるいはふさぎ込んでいる	極度に不安あるいはふさぎ込んでいる
18～29歳	48.4%	29.0%	16.1%	6.5%	0.0%
30歳代	34.7%	40.8%	16.3%	6.1%	2.0%
40歳代	61.5%	34.1%	4.4%	0.0%	0.0%
50歳代	53.1%	27.6%	14.3%	4.1%	1.0%
60歳代	69.9%	19.1%	8.1%	2.9%	0.0%
70歳代	74.7%	16.5%	6.2%	2.1%	0.5%
80歳以上	63.1%	22.3%	7.8%	5.8%	1.0%
全体	63.4%	23.9%	8.8%	3.3%	0.6%

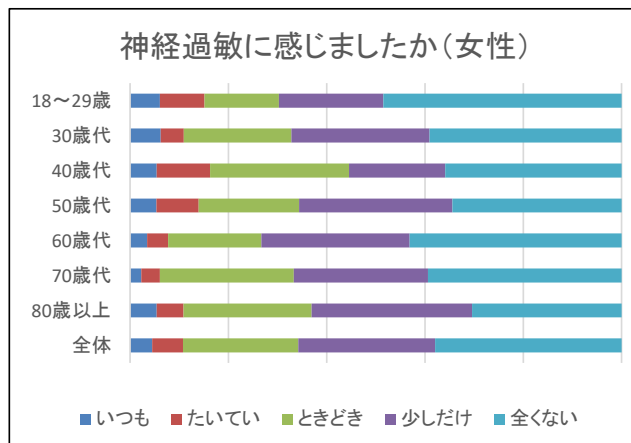
	不安でもふさぎ込んでもいない	少し不安あるいはふさぎ込んでいる	中程度に不安あるいはふさぎ込んでいる	かなり不安あるいはふさぎ込んでいる	極度に不安あるいはふさぎ込んでいる
18～29歳	45.5%	33.3%	18.2%	3.0%	0.0%
30歳代	51.6%	39.1%	3.1%	4.7%	1.6%
40歳代	44.1%	32.3%	16.1%	4.3%	3.2%
50歳代	56.5%	29.3%	12.0%	2.2%	0.0%
60歳代	66.4%	23.3%	9.5%	0.9%	0.0%
70歳代	68.1%	19.3%	9.6%	2.2%	0.7%
80歳以上	63.8%	20.2%	13.8%	1.1%	1.1%
全体	59.0%	26.3%	11.3%	2.4%	1.0%

問4 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、男女ともに「全くない」と回答した割合が最も多くなっています。一方で、「いつも」「たいてい」神経過敏に感じた、と回答した割合は、男女ともに40歳～50歳代でやや多い傾向にあります。



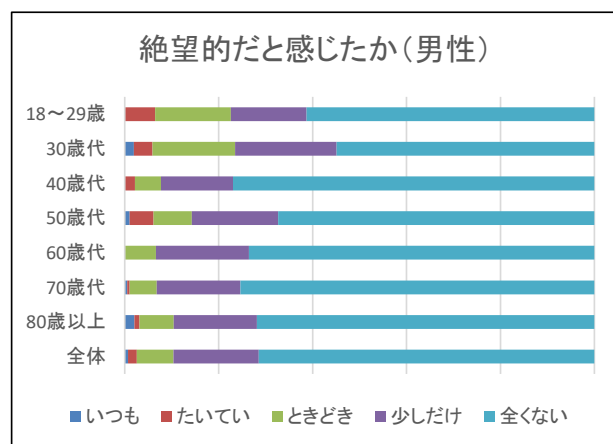
	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	全くない
18～29歳	6.5%	3.2%	22.6%	9.7%	58.1%
30歳代	3.9%	3.9%	23.5%	21.6%	47.1%
40歳代	2.2%	5.6%	8.9%	31.1%	52.2%
50歳代	2.0%	8.2%	18.4%	28.6%	42.9%
60歳代	0.0%	1.5%	16.4%	26.9%	55.2%
70歳代	2.1%	2.1%	18.1%	31.1%	46.6%
80歳以上	3.1%	1.0%	22.7%	36.1%	37.1%
全体	2.2%	3.3%	17.9%	29.0%	47.7%



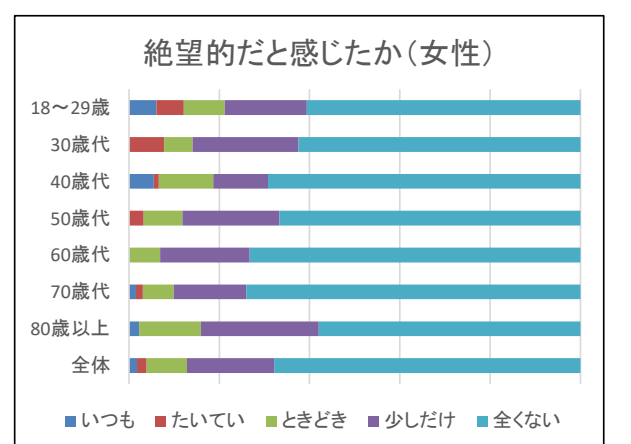
	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	全くない
18～29歳	6.1%	9.1%	15.2%	21.2%	48.5%
30歳代	6.3%	4.7%	21.9%	28.1%	39.1%
40歳代	5.4%	10.9%	28.3%	19.6%	35.9%
50歳代	5.4%	8.6%	20.4%	31.2%	34.4%
60歳代	3.4%	4.3%	19.0%	30.2%	43.1%
70歳代	2.3%	3.8%	27.3%	27.3%	39.4%
80歳以上	5.4%	5.4%	26.1%	32.6%	30.4%
全体	4.5%	6.3%	23.5%	27.8%	37.9%

問4 イ 絶望的だと感じましたか

全体では、男女ともに、「全くない」と回答した割合が最も多くなっています。「いつも」「たいてい」絶望的だと感じた、と回答した割合は、男女ともに、高齢者より若い世代で多い傾向にあります。



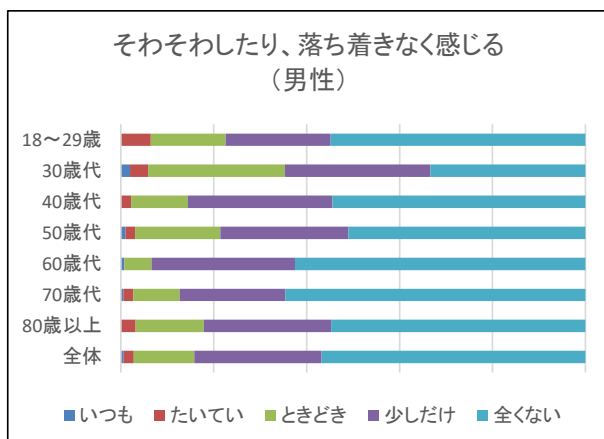
	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	全くない
18～29歳	0.0%	6.5%	16.1%	16.1%	61.3%
30歳代	2.0%	3.9%	17.6%	21.6%	54.9%
40歳代	0.0%	2.2%	5.5%	15.4%	76.9%
50歳代	1.0%	5.1%	8.2%	18.4%	67.3%
60歳代	0.0%	0.0%	6.6%	19.9%	73.5%
70歳代	0.5%	0.5%	5.8%	17.8%	75.4%
80歳以上	2.1%	1.0%	7.3%	17.7%	71.9%
全体	0.7%	1.9%	7.8%	18.2%	71.5%



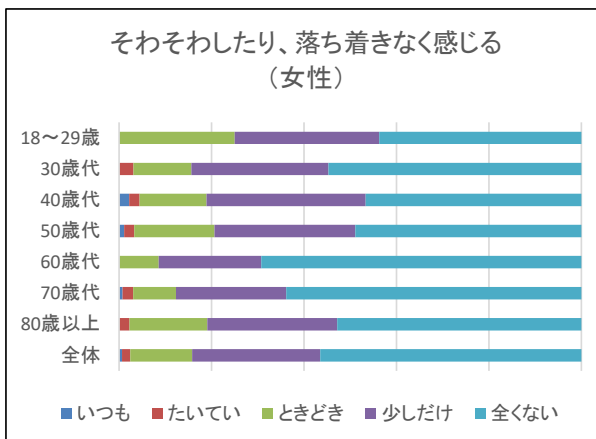
	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	全くない
18～29歳	6.1%	6.1%	9.1%	18.2%	60.6%
30歳代	0.0%	7.8%	6.3%	23.4%	62.5%
40歳代	5.5%	1.1%	12.1%	12.1%	69.2%
50歳代	0.0%	3.2%	8.6%	21.5%	66.7%
60歳代	0.0%	0.0%	6.9%	19.8%	73.3%
70歳代	1.5%	1.5%	6.9%	16.0%	74.0%
80歳以上	2.3%	0.0%	13.6%	26.1%	58.0%
全体	1.8%	2.1%	8.9%	19.3%	67.9%

問4－ウ そわそわしたり、落ち着きなく感じましたか

全体では、男女ともに、「全くない」と回答した割合が最も多くなっています。一方で、「いつも」「たいてい」「ときどき」そわそわしたり、落ち着きなく感じた、と回答した割合が、男性の30歳代でやや多い傾向にあります。



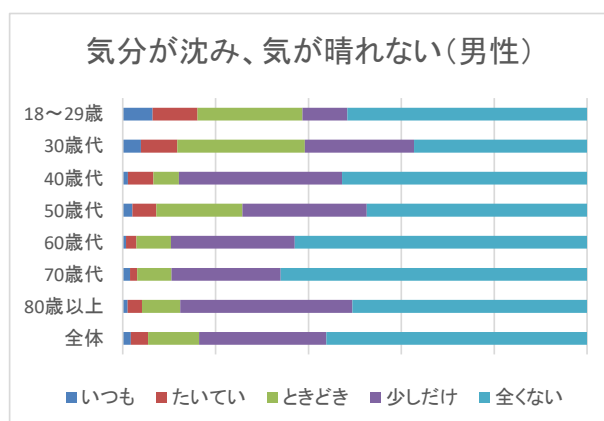
	1	2	3	4	5
18～29歳	0.0%	6.5%	16.1%	22.6%	54.8%
30歳代	2.0%	3.9%	29.4%	31.4%	33.3%
40歳代	0.0%	2.2%	12.2%	31.1%	54.4%
50歳代	1.0%	2.0%	18.4%	27.6%	51.0%
60歳代	0.7%	0.0%	5.9%	30.9%	62.5%
70歳代	0.5%	2.1%	10.1%	22.8%	64.6%
80歳以上	0.0%	3.2%	14.7%	27.4%	54.7%
全体	0.6%	2.2%	13.0%	27.4%	56.8%



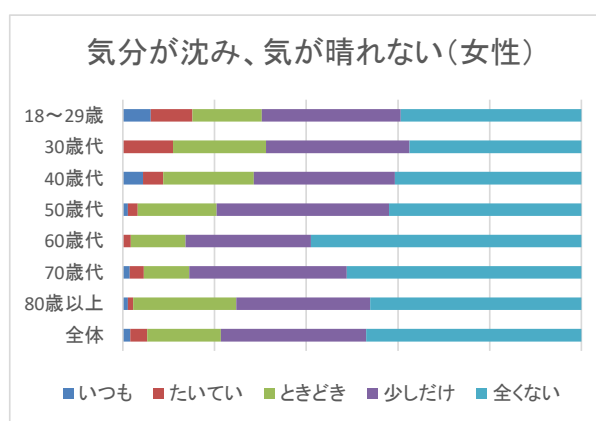
	1	2	3	4	5
18～29歳	0.0%	0.0%	25.0%	31.3%	43.8%
30歳代	0.0%	3.1%	12.5%	29.7%	54.7%
40歳代	2.2%	2.2%	14.4%	34.4%	46.7%
50歳代	1.1%	2.2%	17.4%	30.4%	48.9%
60歳代	0.0%	0.0%	8.5%	22.2%	69.2%
70歳代	0.8%	2.3%	9.2%	23.8%	63.8%
80歳以上	0.0%	2.2%	16.9%	28.1%	52.8%
全体	0.7%	1.8%	13.4%	27.7%	56.5%

問4－エ 気分が沈みこんで、何が起こっても、気が晴れないように感じましたか

全体では、男女ともに、「全くない」と回答した割合が最も多くなっています。一方で、「いつも」「たいてい」「ときどき」気分が沈み込んで、何が起こっても、気が晴れないように感じた、と回答した割合が、男女ともに、30歳代までの若い世代でやや多い傾向にあります。



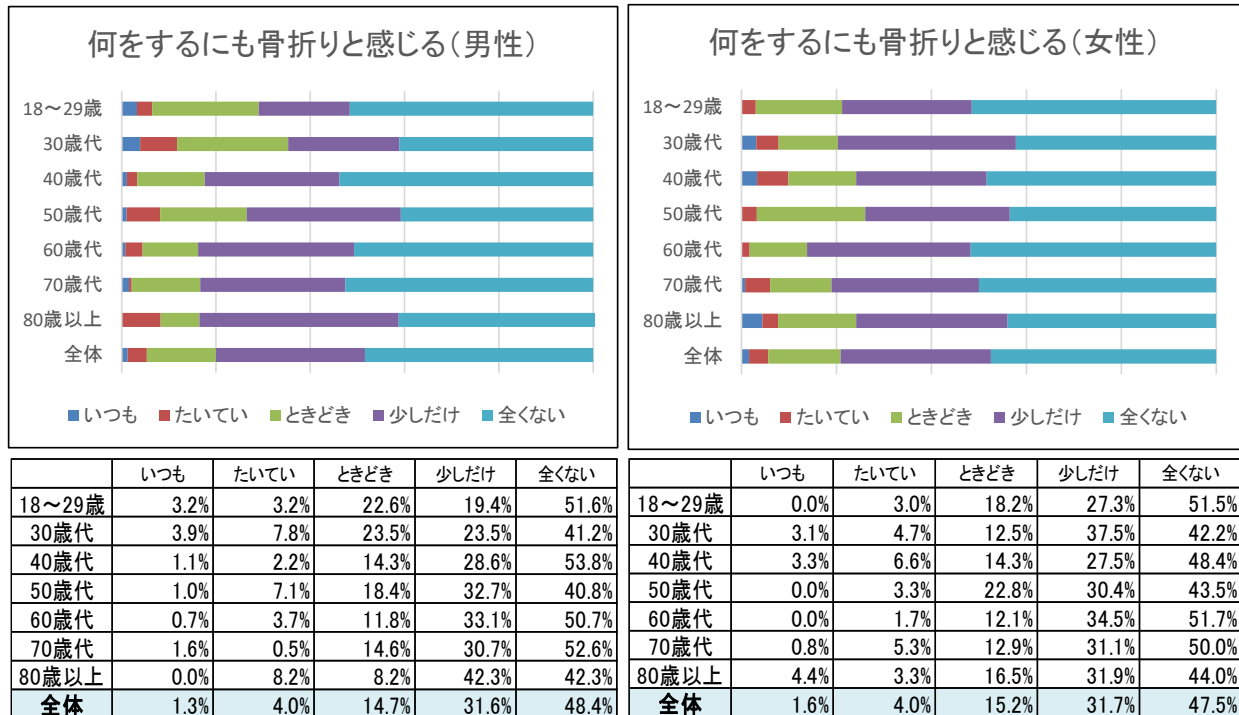
	1	2	3	4	5
18～29歳	6.5%	9.7%	22.6%	9.7%	51.6%
30歳代	3.9%	7.8%	27.5%	23.5%	37.3%
40歳代	1.1%	5.5%	5.5%	35.2%	52.7%
50歳代	2.1%	5.2%	18.6%	26.8%	47.4%
60歳代	0.7%	2.2%	7.4%	26.7%	63.0%
70歳代	1.6%	1.6%	7.3%	23.6%	66.0%
80歳以上	1.0%	3.1%	8.2%	37.1%	50.5%
全体	1.7%	3.8%	11.0%	27.4%	56.1%



	1	2	3	4	5
18～29歳	6.1%	9.1%	15.2%	30.3%	39.4%
30歳代	0.0%	10.9%	20.3%	31.3%	37.5%
40歳代	4.4%	4.4%	19.8%	30.8%	40.7%
50歳代	1.1%	2.2%	17.2%	37.6%	41.9%
60歳代	0.0%	1.7%	12.0%	27.4%	59.0%
70歳代	1.5%	3.1%	9.9%	34.4%	51.1%
80歳以上	1.1%	1.1%	22.5%	29.2%	46.1%
全体	1.6%	3.7%	16.0%	31.7%	46.9%

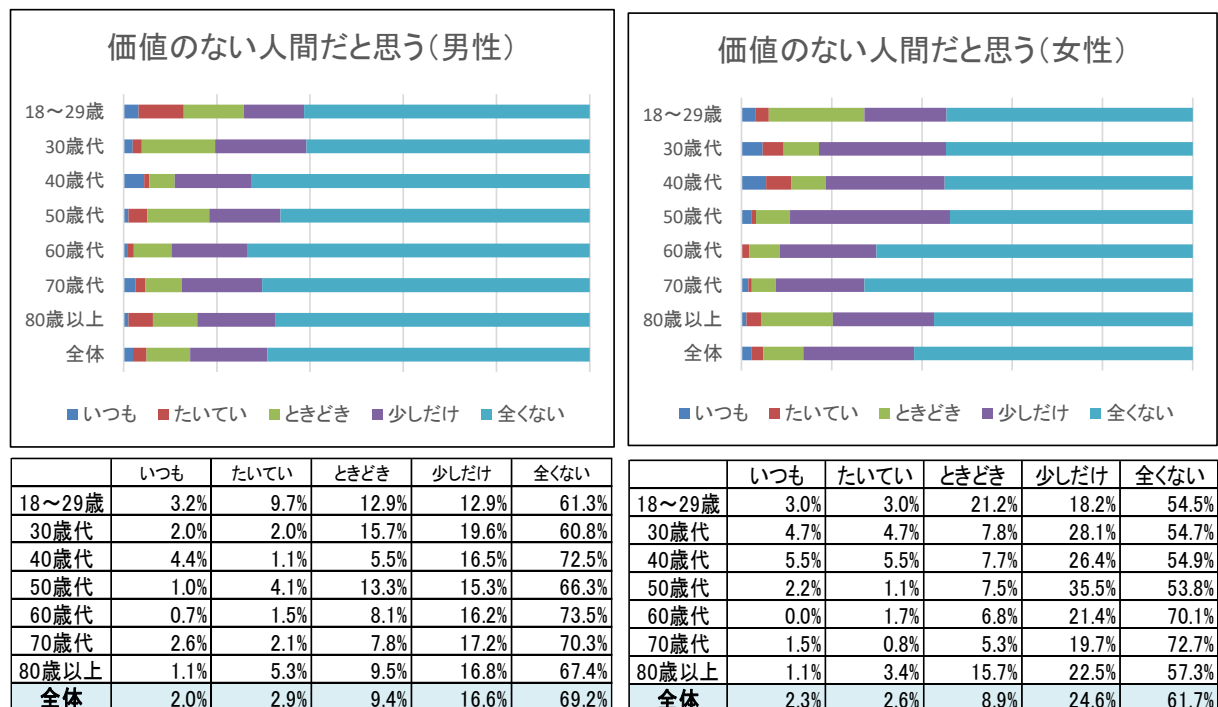
問4－オ 何をするのも骨折りだと感じましたか

全体では、男女ともに、「全くない」、と回答した割合が最も多くなっています。一方で、「いつも」「たいてい」何をするのも骨折りだと感じた、と回答した割合は、男性では30歳代、女性では40歳代でやや多い傾向にあります。



問4－カ 自分は価値のない人間だと感じましたか

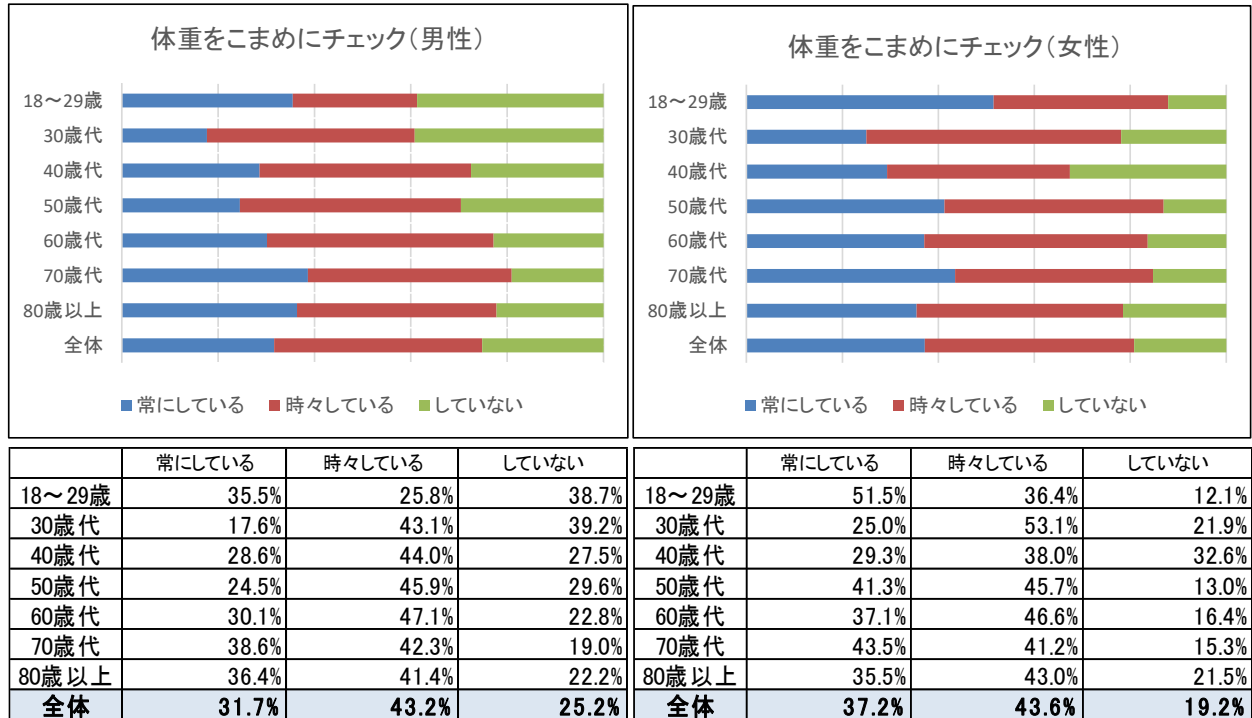
全体では、男女ともに、「全くない」と回答した割合が最も多く、年代別では60歳～70歳代で「全く感じない」と答える割合が他の世代よりやや多い傾向にあります。



3 最近1年間の、あなた自身の普段の生活について

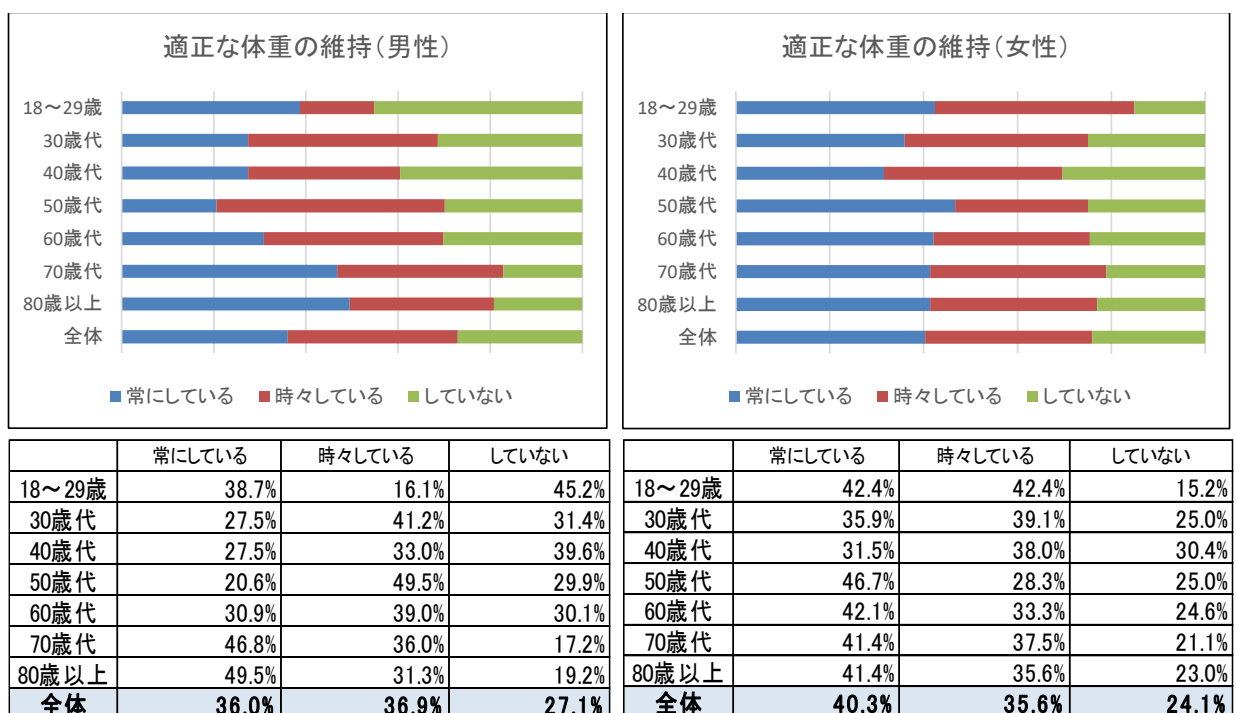
問5 下記のことがらをどの程度行っていますか ア 自分の体重の増減をこまめにチェックする

全体では、「常にしている」「時々している」と回答した割合が、男性では約7割、女性では約8割でした。また、女性においては、ほぼすべての年代で、体重の増減をこまめにチェックしている方の割合が男性よりも多い傾向にあります。



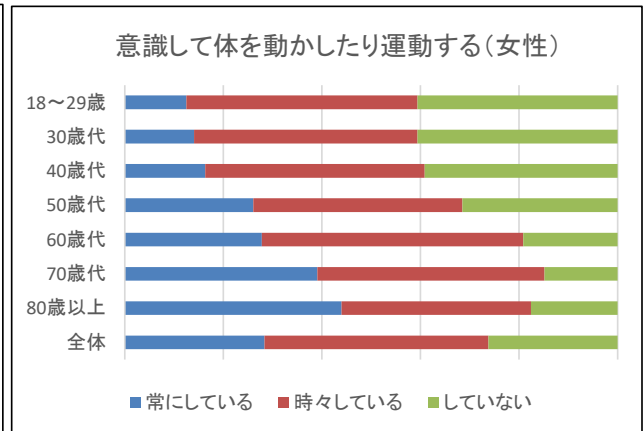
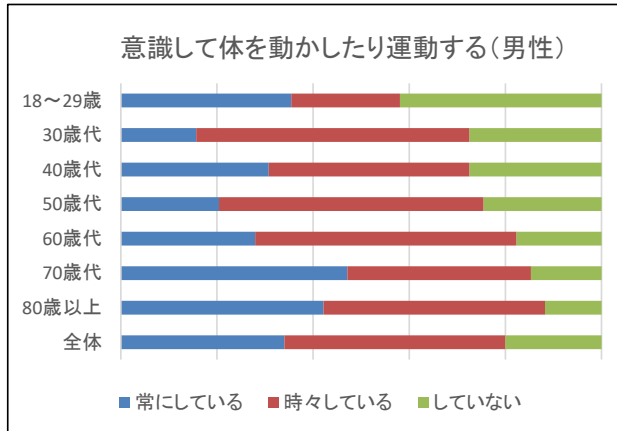
問5 イ 適正な体重（肥満や、極端なやせでない）を維持する

全体では、「常にしている」「時々している」と回答した割合が、男性、女性ともに7割以上という結果でした。また女性ではどの世代でも「常にしている」と答えている一方で、男性では30歳～50歳代において、「常にしている」と答えた人の割合が少ない傾向にあります。



問5－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」と回答した割合が、男性では8割、女性では7割以上という結果でした。男性・女性ともに、「常にしている」「時々している」と答える人の割合が年齢とともに増加する傾向にあります。

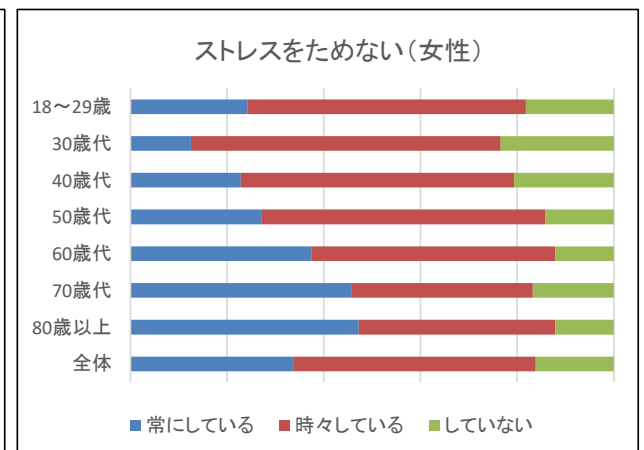
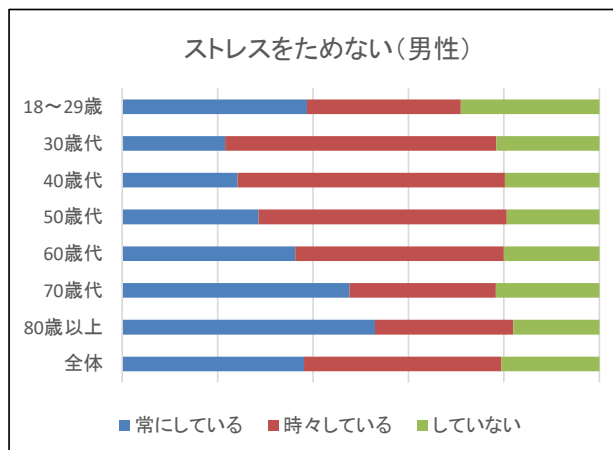


	常にしている	時々している	していない
18～29歳	35.5%	22.6%	41.9%
30歳代	15.7%	56.9%	27.5%
40歳代	30.8%	41.8%	27.5%
50歳代	20.4%	55.1%	24.5%
60歳代	27.9%	54.4%	17.6%
70歳代	47.1%	38.2%	14.7%
80歳以上	42.2%	46.1%	11.8%
全体	34.0%	46.0%	20.0%

	常にしている	時々している	していない
18～29歳	12.5%	46.9%	40.6%
30歳代	14.1%	45.3%	40.6%
40歳代	16.3%	44.6%	39.1%
50歳代	26.1%	42.4%	31.5%
60歳代	27.8%	53.0%	19.1%
70歳代	39.1%	46.1%	14.8%
80歳以上	44.0%	38.5%	17.6%
全体	28.3%	45.4%	26.2%

問5－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」と回答した割合が、男性、女性ともに約8割です。また、「常にしている」と答える人の割合は、男女ともに、30歳代以降、年齢とともに増加する傾向にあります。

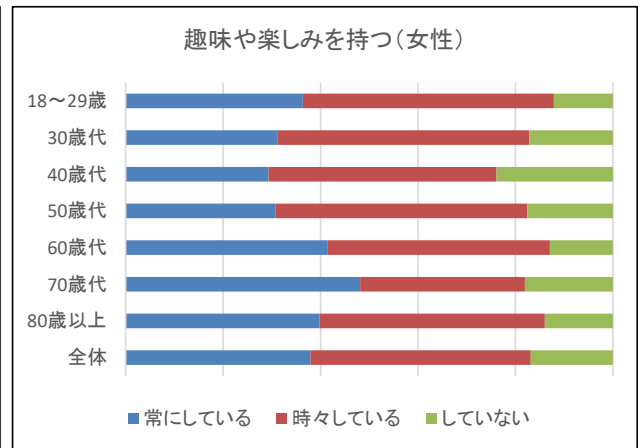
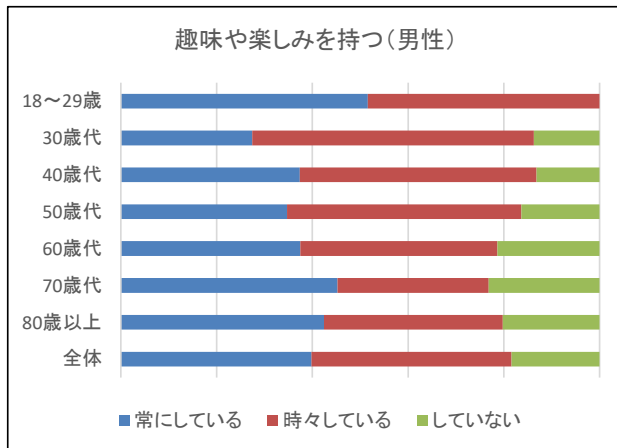


	常にしている	時々している	していない
18～29歳	38.7%	32.3%	29.0%
30歳代	21.6%	56.9%	21.6%
40歳代	24.2%	56.0%	19.8%
50歳代	28.6%	52.0%	19.4%
60歳代	36.3%	43.7%	20.0%
70歳代	47.6%	30.7%	21.7%
80歳以上	53.0%	29.0%	18.0%
全体	38.1%	41.3%	20.6%

	常にしている	時々している	していない
18～29歳	24.2%	57.6%	18.2%
30歳代	12.5%	64.1%	23.4%
40歳代	22.8%	56.5%	20.7%
50歳代	27.2%	58.7%	14.1%
60歳代	37.4%	50.4%	12.2%
70歳代	45.8%	37.4%	16.8%
80歳以上	47.3%	40.7%	12.1%
全体	33.7%	50.2%	16.2%

問5-オ 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」と回答した割合が、男性、女性ともに8割以上となっています。また、「常にしている」と答える人の割合は、男女ともに、30歳代以降、年齢とともに増加する傾向にあります。



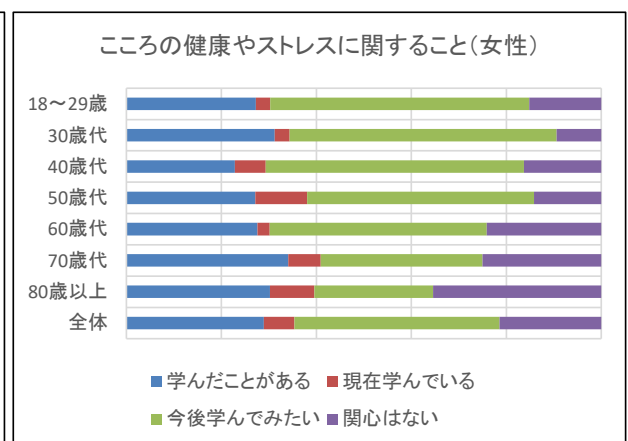
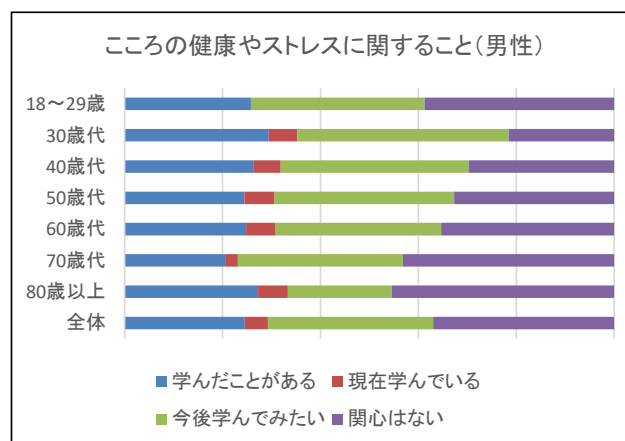
	常にしている	時々している	していない
18～29歳	51.6%	48.4%	0.0%
30歳代	27.5%	58.8%	13.7%
40歳代	37.4%	49.5%	13.2%
50歳代	34.7%	49.0%	16.3%
60歳代	37.5%	41.2%	21.3%
70歳代	45.3%	31.6%	23.2%
80歳以上	42.4%	37.4%	20.2%
全体	39.8%	41.8%	18.4%

	常にしている	時々している	していない
18～29歳	36.4%	51.5%	12.1%
30歳代	31.3%	51.6%	17.2%
40歳代	29.3%	46.7%	23.9%
50歳代	30.8%	51.6%	17.6%
60歳代	41.4%	45.7%	12.9%
70歳代	48.1%	33.8%	18.0%
80歳以上	39.8%	46.2%	14.0%
全体	37.9%	45.2%	16.9%

問6 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、「学んだことがある」「現在学んでいる」と回答した割合が、男女ともに約3割を占めており、男性では30歳代で、女性では70歳でやや多い傾向にあります。

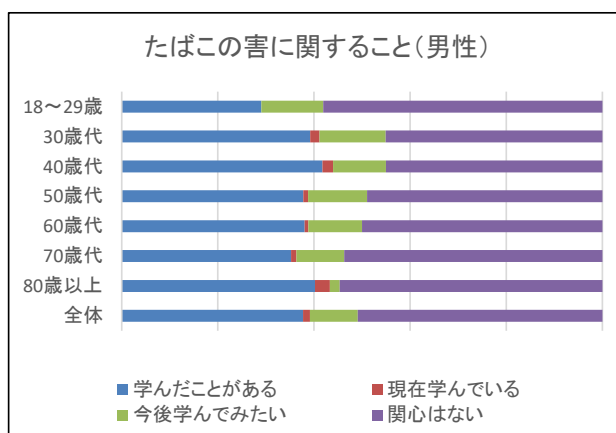


	学んだことがある	現在学んでいる	今後学んでみたい	関心はない
18～29歳	25.8%	0.0%	35.5%	38.7%
30歳代	29.4%	5.9%	43.1%	21.6%
40歳代	26.4%	5.5%	38.5%	29.7%
50歳代	24.5%	6.1%	36.7%	32.7%
60歳代	24.8%	6.0%	33.8%	35.3%
70歳代	20.5%	2.6%	33.7%	43.2%
80歳以上	27.3%	6.1%	21.2%	45.5%
全体	24.5%	4.8%	33.8%	36.9%

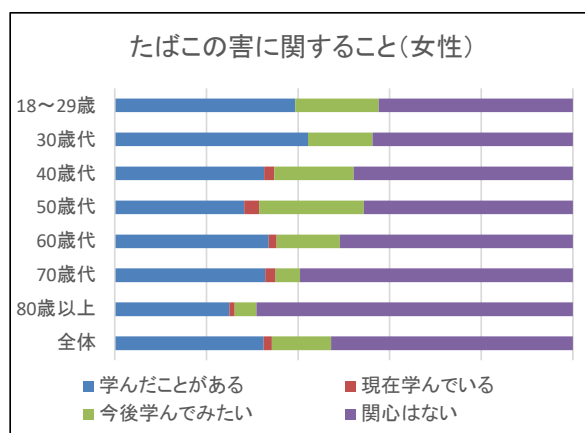
	学んだことがある	現在学んでいる	今後学んでみたい	関心はない
18～29歳	27.3%	3.0%	54.5%	15.2%
30歳代	31.3%	3.1%	56.3%	9.4%
40歳代	22.8%	6.5%	54.3%	16.3%
50歳代	27.2%	10.9%	47.8%	14.1%
60歳代	27.6%	2.6%	45.7%	24.1%
70歳代	34.1%	6.8%	34.1%	25.0%
80歳以上	30.2%	9.4%	25.0%	35.4%
全体	29.0%	6.4%	43.2%	21.4%

問6－イ たばこの害に関すること

「学んだことがある」「現在学んでいる」と回答した割合が、男性は約4割、女性は約3割であり、一方で「関心はない」と答えた割合も半数以上であり、健康教室や啓発等を引き続き行っていく必要があると思われます。



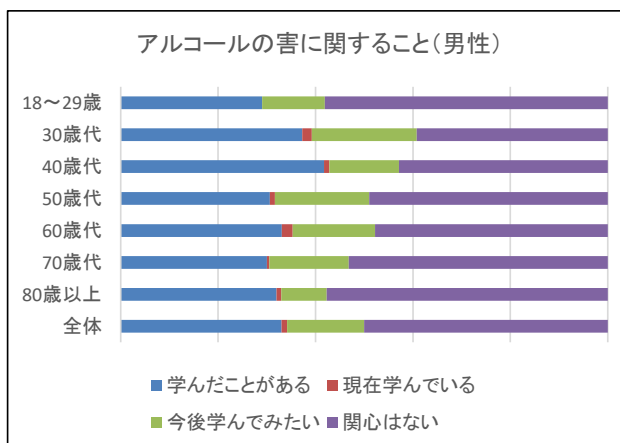
	学んだことがある	現在学んでいる	今後学んでみたい	関心はない
18～29歳	29.0%	0.0%	12.9%	58.1%
30歳代	39.2%	2.0%	13.7%	45.1%
40歳代	41.8%	2.2%	11.0%	45.1%
50歳代	37.8%	1.0%	12.2%	49.0%
60歳代	38.1%	0.7%	11.2%	50.0%
70歳代	35.3%	1.1%	10.0%	53.7%
80歳以上	40.2%	3.1%	2.1%	54.6%
全体	37.7%	1.4%	10.0%	50.9%



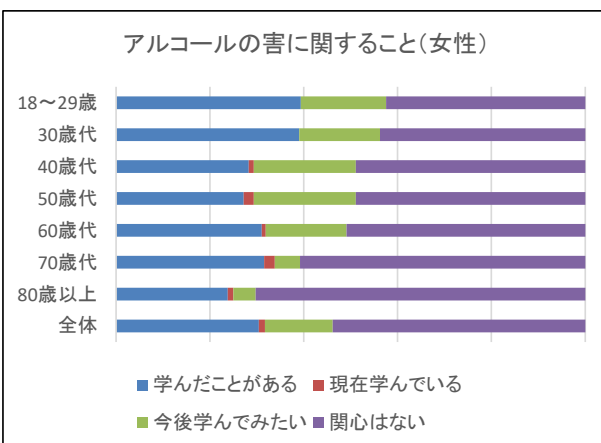
	学んだことがある	現在学んでいる	今後学んでみたい	関心はない
18～29歳	39.4%	0.0%	18.2%	42.4%
30歳代	42.2%	0.0%	14.1%	43.8%
40歳代	32.6%	2.2%	17.4%	47.8%
50歳代	28.3%	3.3%	22.8%	45.7%
60歳代	33.6%	1.7%	13.8%	50.9%
70歳代	32.8%	2.3%	5.3%	59.5%
80歳以上	25.0%	1.2%	4.8%	69.0%
全体	32.5%	1.8%	12.9%	52.8%

問6－ウ アルコールの害に関すること

全体では、「学んだことがある」と回答した割合が、男女ともに約3割であり、男性では30～40歳代で多い傾向にあります。女性では、年齢とともに「関心はない」と答えた割合が多くなっています。



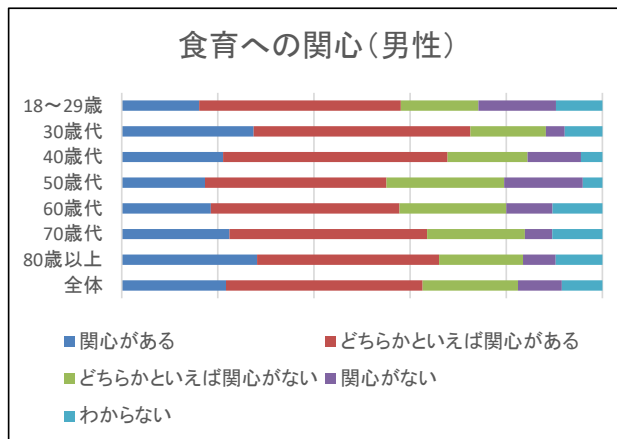
	学んだことがある	現在学んでいる	今後学んでみたい	関心はない
18～29歳	29.0%	0.0%	12.9%	58.1%
30歳代	37.3%	2.0%	21.6%	39.2%
40歳代	41.8%	1.1%	14.3%	42.9%
50歳代	30.6%	1.0%	19.4%	49.0%
60歳代	33.1%	2.2%	16.9%	47.8%
70歳代	30.0%	0.5%	16.3%	53.2%
80歳以上	32.0%	1.0%	9.3%	57.7%
全体	33.0%	1.2%	15.9%	50.0%



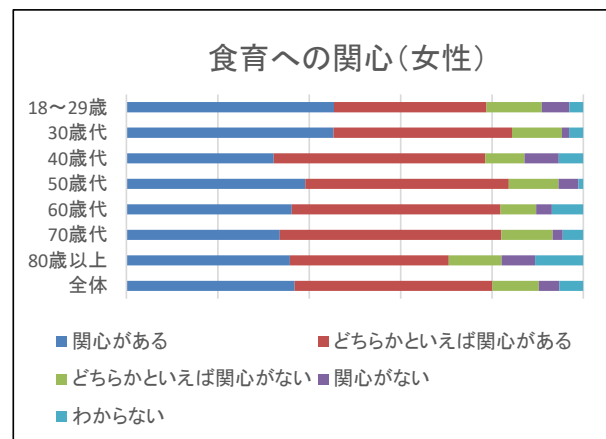
	学んだことがある	現在学んでいる	今後学んでみたい	関心はない
18～29歳	39.4%	0.0%	18.2%	42.4%
30歳代	39.1%	0.0%	17.2%	43.8%
40歳代	28.3%	1.1%	21.7%	48.9%
50歳代	27.2%	2.2%	21.7%	48.9%
60歳代	31.0%	0.9%	17.2%	50.9%
70歳代	31.5%	2.3%	5.4%	60.8%
80歳以上	23.8%	1.2%	4.8%	70.2%
全体	30.4%	1.3%	14.4%	53.8%

問7 食育に関心がありますか

全体では、「関心がある」「どちらかといえば関心がある」と回答した割合が、男性では約6割、女性では8割となっており、男性では、「関心がない」「どちらかといえば関心がない」と答えた年代が50～60歳代で多い傾向があります。



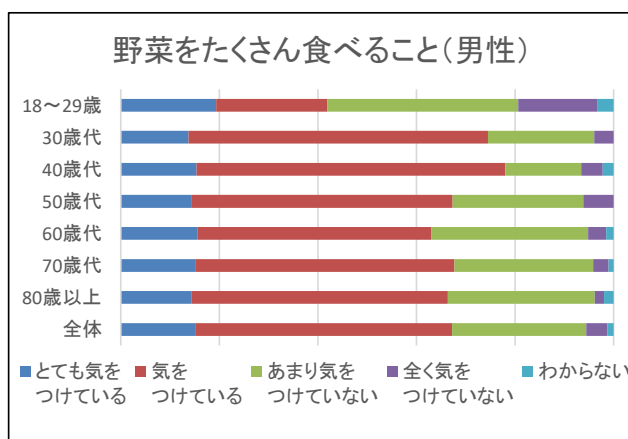
	関心がある	どちらかといえば関心がある	どちらかといえば関心がない	関心がない	わからない
18～29歳	16.1%	41.9%	16.1%	16.1%	9.7%
30歳代	27.5%	45.1%	15.7%	3.9%	7.8%
40歳代	21.1%	46.7%	16.7%	11.1%	4.4%
50歳代	17.3%	37.8%	24.5%	16.3%	4.1%
60歳代	18.5%	39.3%	22.2%	9.6%	10.4%
70歳代	22.4%	41.1%	20.3%	5.7%	10.4%
80歳以上	28.2%	37.9%	17.5%	6.8%	9.7%
全体	21.7%	40.9%	19.9%	9.1%	8.4%



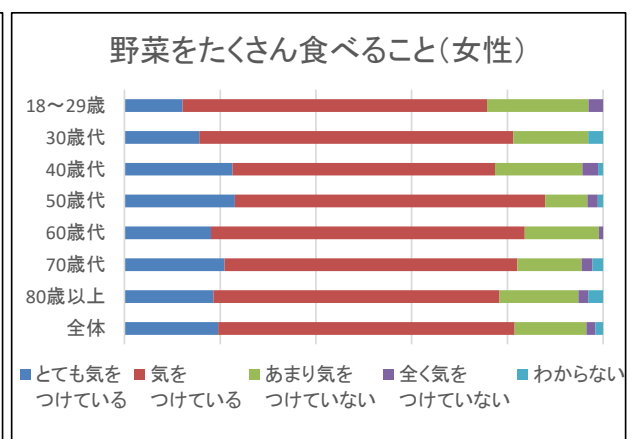
	関心がある	どちらかといえば関心がある	どちらかといえば関心がない	関心がない	わからない
18～29歳	45.5%	33.3%	12.1%	6.1%	3.0%
30歳代	45.3%	39.1%	10.9%	1.6%	3.1%
40歳代	32.3%	46.2%	8.6%	7.5%	5.4%
50歳代	39.1%	44.6%	10.9%	4.3%	1.1%
60歳代	36.2%	45.7%	7.8%	3.4%	6.9%
70歳代	33.6%	48.5%	11.2%	2.2%	4.5%
80歳以上	35.8%	34.7%	11.6%	7.4%	10.5%
全体	38.8%	43.2%	10.2%	4.5%	5.3%

問8 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、「とても気をつけている」「気をつけている」と回答した割合が、男性では約7割、女性では約8割となっています。男性では、「あまり気をつけていない」「全く気をつけていない」と答えた年代が50～60歳代でやや多い傾向にあります。



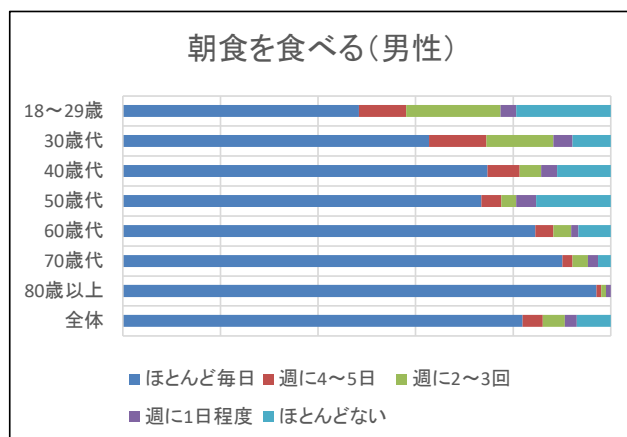
	とても気をつけている	気をつけている	あまり気をつけていない	全く気をつけていない	わからない
18～29歳	19.4%	22.6%	38.7%	16.1%	3.2%
30歳代	13.7%	60.8%	21.6%	3.9%	0.0%
40歳代	15.4%	62.6%	15.4%	4.4%	2.2%
50歳代	14.3%	53.1%	26.5%	6.1%	0.0%
60歳代	15.6%	47.4%	31.9%	3.7%	1.5%
70歳代	15.1%	52.6%	28.1%	3.1%	1.0%
80歳以上	14.4%	51.9%	29.8%	1.9%	1.9%
全体	15.1%	52.1%	27.2%	4.3%	1.3%



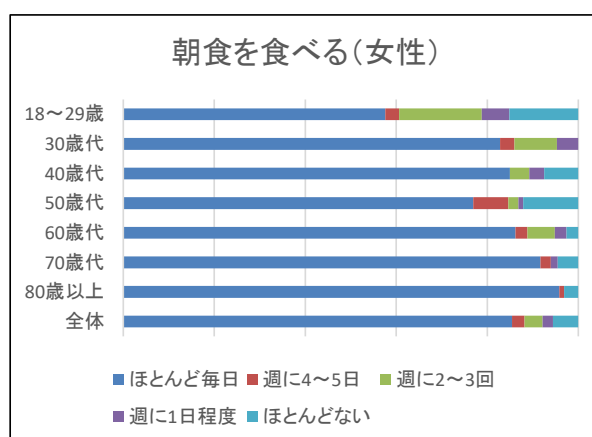
	とても気をつけている	気をつけている	あまり気をつけていない	全く気をつけていない	わからない
18～29歳	12.1%	63.6%	21.2%	3.0%	0.0%
30歳代	15.6%	65.6%	15.6%	0.0%	3.1%
40歳代	22.6%	54.8%	18.3%	3.2%	1.1%
50歳代	23.1%	64.8%	8.8%	2.2%	1.1%
60歳代	18.1%	65.5%	15.5%	0.9%	0.0%
70歳代	20.9%	61.2%	13.4%	2.2%	2.2%
80歳以上	18.6%	59.8%	16.5%	2.1%	3.1%
全体	19.6%	61.9%	15.0%	1.9%	1.6%

問9 下記のことがらを、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」と回答した割合が、8割以上となっています。「ほとんど毎日」「週に4～5日」と回答した割合は、年齢とともに多くなる傾向にあり、朝食を食べない人の割合は、若い世代で多い傾向にあります。



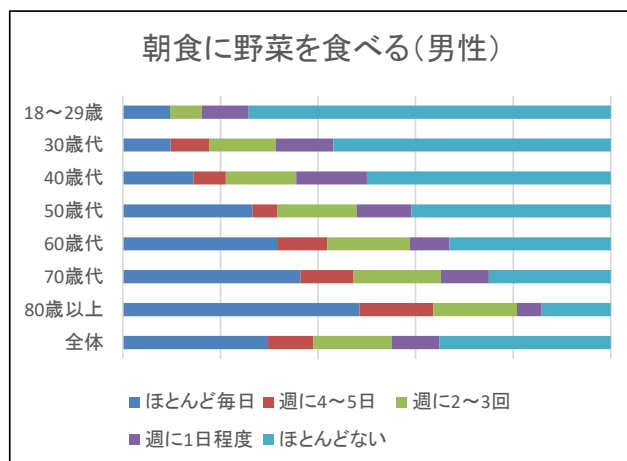
	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3回	週に1日程度	ほとんどない
18～29歳	48.4%	9.7%	19.4%	3.2%	19.4%
30歳代	62.7%	11.8%	13.7%	3.9%	7.8%
40歳代	74.7%	6.6%	4.4%	3.3%	11.0%
50歳代	73.5%	4.1%	3.1%	4.1%	15.3%
60歳代	84.6%	3.7%	3.7%	1.5%	6.6%
70歳代	90.1%	2.1%	3.1%	2.1%	2.6%
80歳以上	97.1%	1.0%	1.0%	1.0%	0.0%
全体	81.9%	4.1%	4.6%	2.4%	7.0%



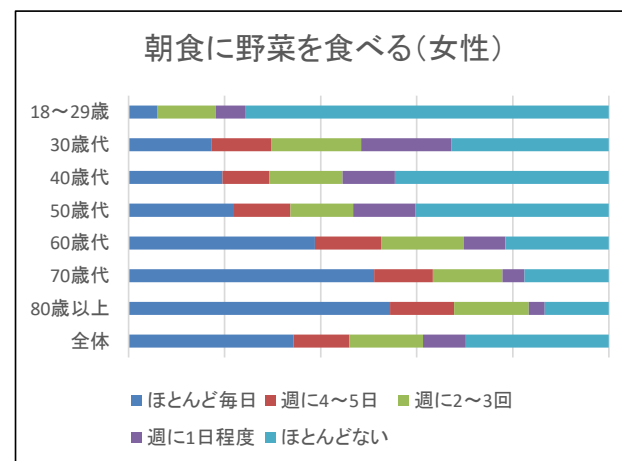
	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3回	週に1日程度	ほとんどない
18～29歳	57.6%	3.0%	18.2%	6.1%	15.2%
30歳代	82.8%	3.1%	9.4%	4.7%	0.0%
40歳代	84.9%	0.0%	4.3%	3.2%	7.5%
50歳代	76.9%	7.7%	2.2%	1.1%	12.1%
60歳代	86.2%	2.6%	6.0%	2.6%	2.6%
70歳代	91.7%	2.3%	0.0%	1.5%	4.5%
80歳以上	95.8%	1.0%	0.0%	0.0%	3.1%
全体	85.4%	2.7%	4.0%	2.2%	5.6%

問9 イ 朝食に野菜を食べる

全体では、「ほとんど毎日」と回答した割合が、約3割となっています。「ほとんど毎日」と答えた割合は、年齢とともに多くなる傾向にあり、朝食に野菜を食べない人の割合は、若い世代で多い傾向にあります。



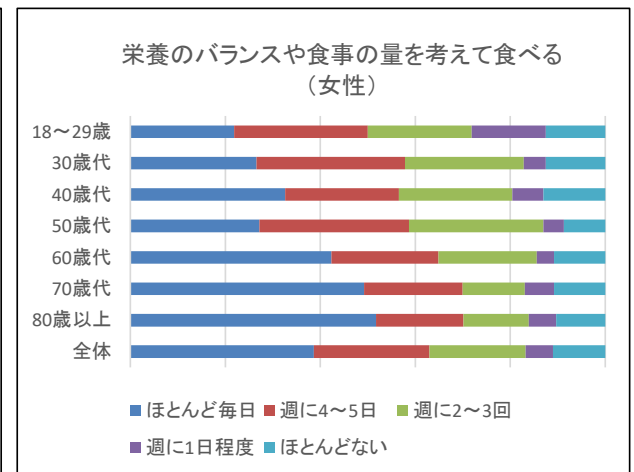
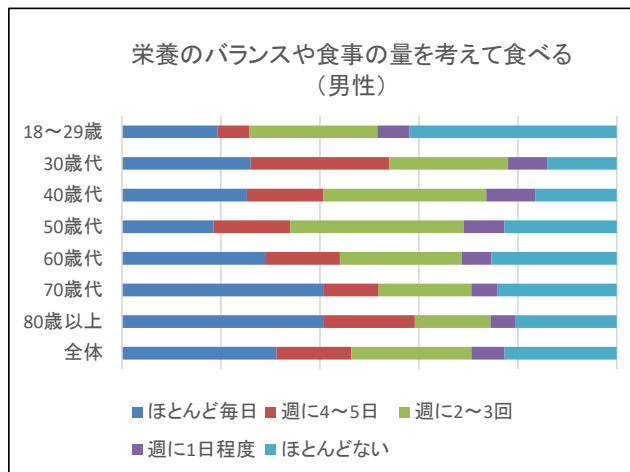
	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3回	週に1日程度	ほとんどない
18～29歳	9.7%	0.0%	6.5%	9.7%	74.2%
30歳代	9.8%	7.8%	13.7%	11.8%	56.9%
40歳代	14.4%	6.7%	14.4%	14.4%	50.0%
50歳代	26.5%	5.1%	16.3%	11.2%	40.8%
60歳代	31.6%	10.3%	16.9%	8.1%	33.1%
70歳代	36.4%	10.9%	17.9%	9.8%	25.0%
80歳以上	48.5%	15.2%	17.2%	5.1%	14.1%
全体	29.8%	9.3%	16.1%	9.7%	35.1%



	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3回	週に1日程度	ほとんどない
18～29歳	6.1%	0.0%	12.1%	6.1%	75.8%
30歳代	17.2%	12.5%	18.8%	18.8%	32.8%
40歳代	19.6%	9.8%	15.2%	10.9%	44.6%
50歳代	21.7%	12.0%	13.0%	13.0%	40.2%
60歳代	38.8%	13.8%	17.2%	8.6%	21.6%
70歳代	51.1%	12.2%	14.5%	4.6%	17.6%
80歳以上	54.4%	13.3%	15.6%	3.3%	13.3%
全体	34.3%	11.7%	15.4%	8.9%	29.8%

問9ーウ 栄養のバランスや食事の量を考えて食べる

全体では、「ほとんど毎日」と回答した割合が最も多くなっています。「ほとんど毎日」「週に4～5回」と答えた割合は男性では30歳代や70～80歳代で多く、女性では、年齢とともに多くなる傾向にあります。

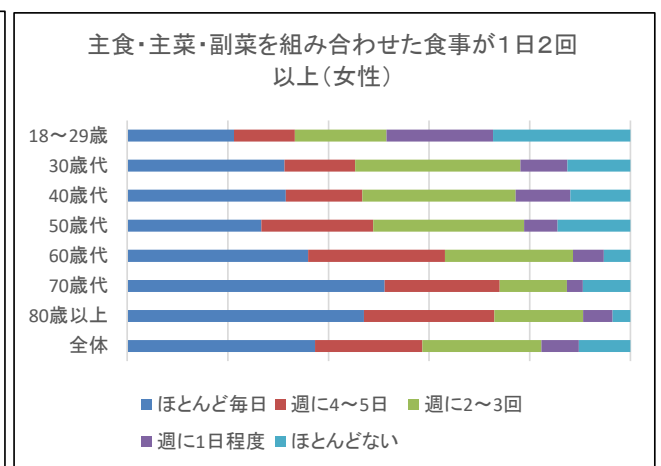
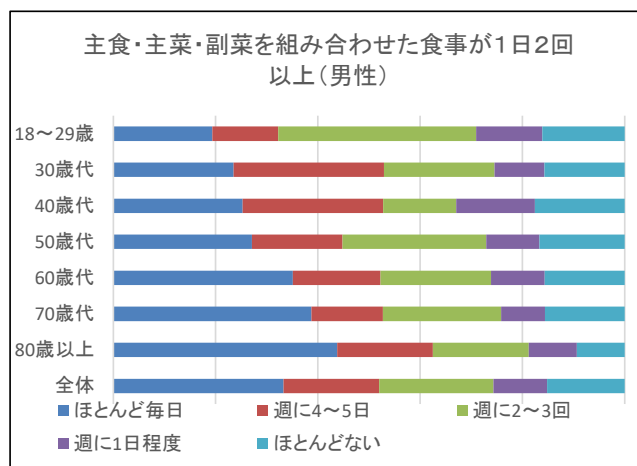


	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3回	週に1日程度	ほとんどない
18～29歳	19.4%	6.5%	25.8%	6.5%	41.9%
30歳代	26.0%	28.0%	24.0%	8.0%	14.0%
40歳代	25.3%	15.4%	33.0%	9.9%	16.5%
50歳代	18.6%	15.5%	35.1%	8.2%	22.7%
60歳代	29.1%	14.9%	24.6%	6.0%	25.4%
70歳代	40.6%	11.2%	18.7%	5.3%	24.1%
80歳以上	40.8%	18.4%	15.3%	5.1%	20.4%
全体	31.3%	15.1%	24.3%	6.7%	22.7%

	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3回	週に1日程度	ほとんどない
18～29歳	21.9%	28.1%	21.9%	15.6%	12.5%
30歳代	26.6%	31.3%	25.0%	4.7%	12.5%
40歳代	32.6%	23.9%	23.9%	6.5%	13.0%
50歳代	27.2%	31.5%	28.3%	4.3%	8.7%
60歳代	42.3%	22.5%	20.7%	3.6%	10.8%
70歳代	49.2%	20.8%	13.1%	6.2%	10.8%
80歳以上	51.7%	18.4%	13.8%	5.7%	10.3%
全体	38.7%	24.3%	20.2%	5.8%	11.0%

問9ーエ 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」と回答した割合が男性では約3割、女性では約4割で最も多くなっています。「ほとんど毎日」「週に4～5回」と答えた割合は男性では30歳未満の年代と50歳代でやや低い傾向にあり、女性では、年齢とともに多くなる傾向にあります。

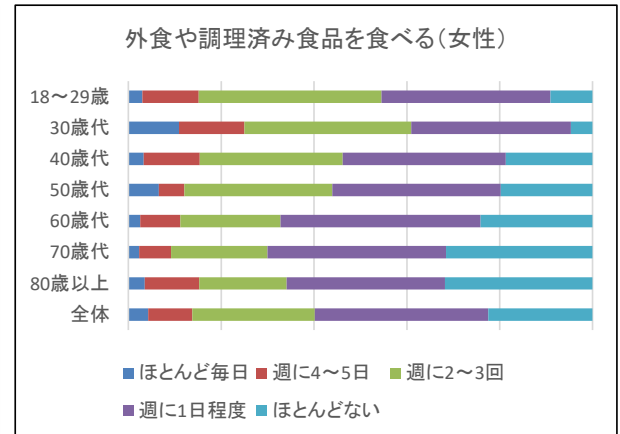
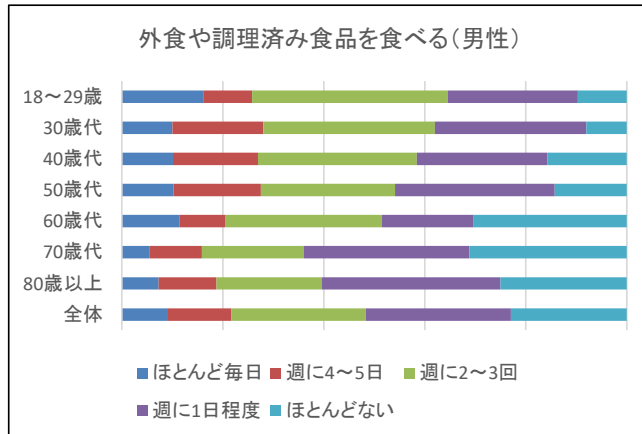


	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3回	週に1日程度	ほとんどない
18～29歳	19.4%	12.9%	38.7%	12.9%	16.1%
30歳代	23.5%	29.4%	21.6%	9.8%	15.7%
40歳代	25.3%	27.5%	14.3%	15.4%	17.6%
50歳代	27.1%	17.7%	28.1%	10.4%	16.7%
60歳代	35.1%	17.2%	21.6%	10.4%	15.7%
70歳代	38.7%	14.0%	23.1%	8.6%	15.6%
80歳以上	43.8%	18.8%	18.8%	9.4%	9.4%
全体	33.3%	18.7%	22.3%	10.5%	15.2%

	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3回	週に1日程度	ほとんどない
18～29歳	21.2%	12.1%	18.2%	21.2%	27.3%
30歳代	31.3%	14.1%	32.8%	9.4%	12.5%
40歳代	31.5%	15.2%	30.4%	10.9%	12.0%
50歳代	26.7%	22.2%	30.0%	6.7%	14.4%
60歳代	36.0%	27.2%	25.4%	6.1%	5.3%
70歳代	51.2%	22.8%	13.4%	3.1%	9.4%
80歳以上	47.1%	25.9%	17.6%	5.9%	3.5%
全体	37.4%	21.3%	23.6%	7.4%	10.2%

問9-オ 外食や調理済み食品を食べる

全体では、「週に1日程度」と回答した割合が男性では約3割、女性では約4割で最も多くなっています。「ほとんどない」と答えた割合は、男性では70歳代で最も多く、女性では、年齢とともに多くなる傾向にあります。

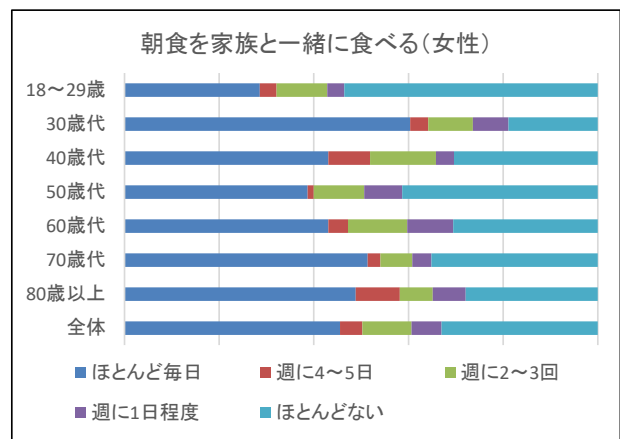
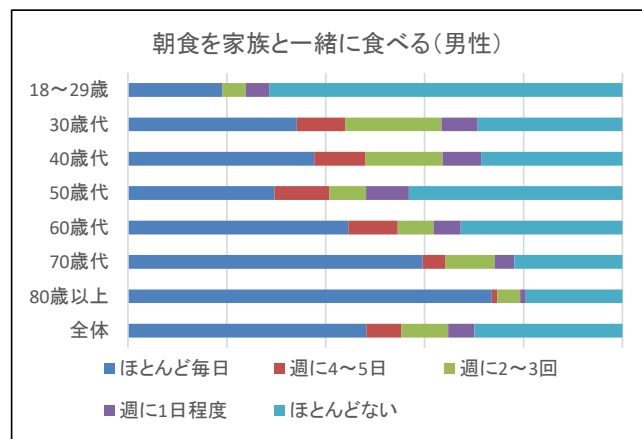


	ほとんど毎日	週に4~5日	週に2~3回	週に1日程度	ほとんどない
18~29歳	16.1%	9.7%	38.7%	25.8%	9.7%
30歳代	10.0%	18.0%	34.0%	30.0%	8.0%
40歳代	10.1%	16.9%	31.5%	25.8%	15.7%
50歳代	10.2%	17.3%	26.5%	31.6%	14.3%
60歳代	11.4%	9.1%	31.1%	18.2%	30.3%
70歳代	5.5%	10.4%	20.2%	32.8%	31.1%
80歳以上	7.3%	11.5%	20.8%	35.4%	25.0%
全体	9.0%	12.7%	26.7%	28.7%	23.0%

	ほとんど毎日	週に4~5日	週に2~3回	週に1日程度	ほとんどない
18~29歳	3.0%	12.1%	39.4%	36.4%	9.1%
30歳代	10.9%	14.1%	35.9%	34.4%	4.7%
40歳代	3.3%	12.1%	30.8%	35.2%	18.7%
50歳代	6.6%	5.5%	31.9%	36.3%	19.8%
60歳代	2.6%	8.6%	21.6%	43.1%	24.1%
70歳代	2.3%	6.9%	20.8%	38.5%	31.5%
80歳以上	3.5%	11.8%	18.8%	34.1%	31.8%
全体	4.3%	9.5%	26.4%	37.4%	22.5%

問9-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」と回答した割合が、男女ともに約5割と最も多くなっています。一方で、家族と同居していても「ほとんどない」と答えた割合は、男女ともに30歳未満と50歳代でやや多い傾向にあります。

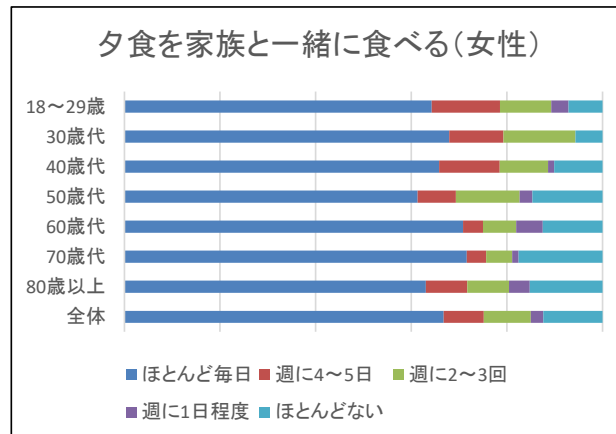
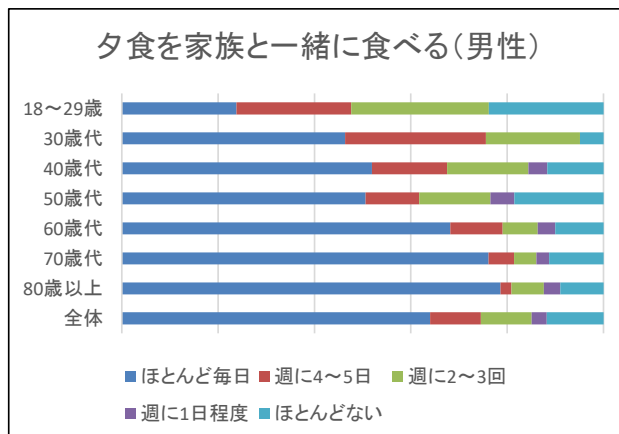


	ほとんど毎日	週に4~5日	週に2~3回	週に1日程度	ほとんどない
18~29歳	19.0%	0.0%	4.8%	4.8%	71.4%
30歳代	34.1%	9.8%	19.5%	7.3%	29.3%
40歳代	37.7%	10.4%	15.6%	7.8%	28.6%
50歳代	29.6%	11.1%	7.4%	8.6%	43.2%
60歳代	44.5%	10.0%	7.3%	5.5%	32.7%
70歳代	59.6%	4.6%	9.9%	4.0%	21.9%
80歳以上	73.6%	1.1%	4.6%	1.1%	19.5%
全体	48.2%	7.0%	9.5%	5.3%	29.9%

	ほとんど毎日	週に4~5日	週に2~3回	週に1日程度	ほとんどない
18~29歳	28.6%	3.6%	10.7%	3.6%	53.6%
30歳代	60.4%	3.8%	9.4%	7.5%	18.9%
40歳代	43.0%	8.9%	13.9%	3.8%	30.4%
50歳代	38.7%	1.3%	10.7%	8.0%	41.3%
60歳代	43.1%	4.2%	12.5%	9.7%	30.6%
70歳代	51.4%	2.7%	6.8%	4.1%	35.1%
80歳以上	48.8%	9.3%	7.0%	7.0%	27.9%
全体	45.5%	4.7%	10.4%	6.4%	33.0%

問9ーキ 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」と回答した割合が男性では約6割、女性では約7割で最も多くなっています。また、「ほとんどない」と答えた割合は男性では30歳未満で、女性では70歳代で最も多い傾向にあります。

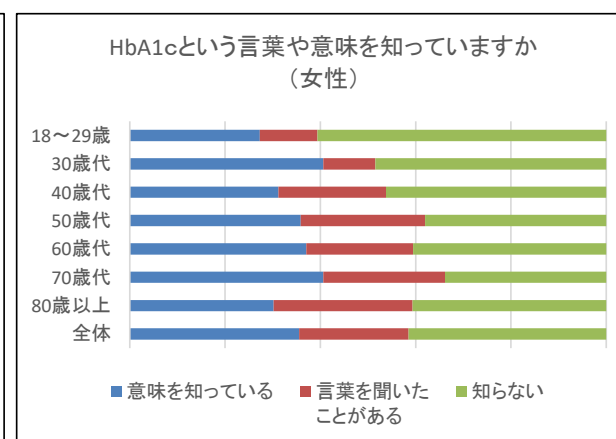
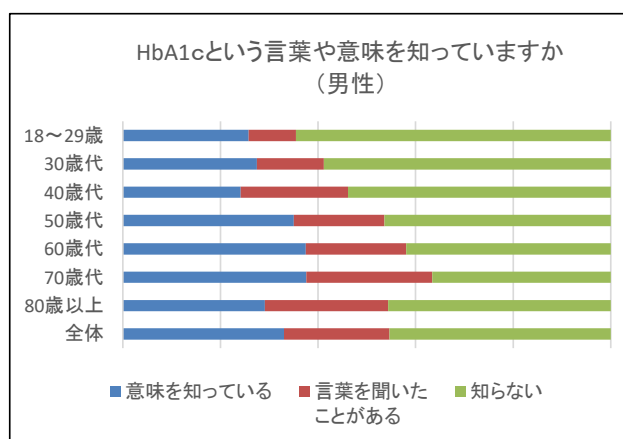


	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3回	週に1日程度	ほとんどない
18～29歳	23.8%	23.8%	28.6%	0.0%	23.8%
30歳代	46.3%	29.3%	19.5%	0.0%	4.9%
40歳代	51.9%	15.6%	16.9%	3.9%	11.7%
50歳代	50.6%	11.1%	14.8%	4.9%	18.5%
60歳代	68.2%	10.9%	7.3%	3.6%	10.0%
70歳代	76.2%	5.3%	4.6%	2.6%	11.3%
80歳以上	78.7%	2.2%	6.7%	3.4%	9.0%
全体	64.0%	10.5%	10.5%	3.2%	11.8%

	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3回	週に1日程度	ほとんどない
18～29歳	64.3%	14.3%	10.7%	3.6%	7.1%
30歳代	67.9%	11.3%	15.1%	0.0%	5.7%
40歳代	65.8%	12.7%	10.1%	1.3%	10.1%
50歳代	61.3%	8.0%	13.3%	2.7%	14.7%
60歳代	70.8%	4.2%	6.9%	5.6%	12.5%
70歳代	71.6%	4.1%	5.4%	1.4%	17.6%
80歳以上	63.0%	8.7%	8.7%	4.3%	15.2%
全体	66.7%	8.4%	9.8%	2.6%	12.4%

問10 「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

HbA1cとは、糖尿病の血糖コントロール状態を示すデータです。「意味を知っている」と回答した割合は、男性では40歳代で、女性では30歳代で最も少なく、「知らない」と答えた割合は、男女とも、30歳未満で最も多くなっています。

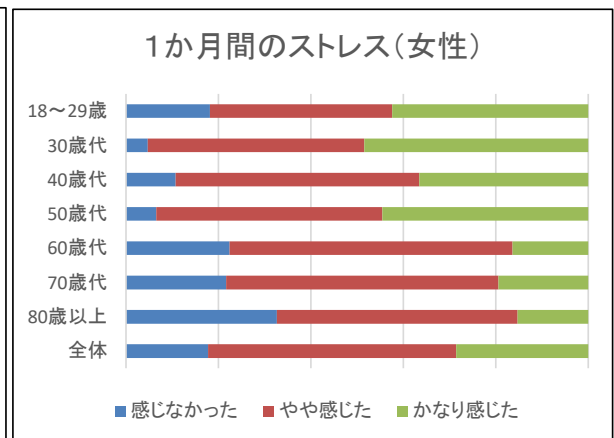
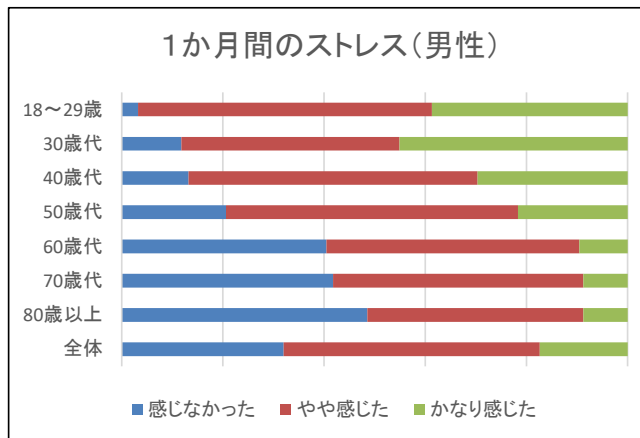


	意味を知っている	言葉を聞いたことがある	知らない
18～29歳	25.8%	9.7%	64.5%
30歳代	27.5%	13.7%	58.8%
40歳代	24.2%	22.0%	53.8%
50歳代	35.1%	18.6%	46.4%
60歳代	37.5%	20.6%	41.9%
70歳代	37.6%	25.8%	36.6%
80歳以上	29.1%	25.2%	45.6%
全体	33.0%	21.6%	45.4%

	意味を知っている	言葉を聞いたことがある	知らない
18～29歳	27.3%	12.1%	60.6%
30歳代	40.6%	10.9%	48.4%
40歳代	31.2%	22.6%	46.2%
50歳代	35.9%	26.1%	38.0%
60歳代	37.1%	22.4%	40.5%
70歳代	40.6%	25.6%	33.8%
80歳以上	30.2%	29.2%	40.6%
全体	35.6%	23.0%	41.5%

問1 1 この1か月間にストレスを感じることがありましたか

「やや感じた」「かなり感じた」と回答した割合が、男性では約7割で、若い世代ほど多くなっており、女性では、約8割となっており、30歳～50歳代で多くなっています。また、「感じなかった」と回答した割合が、男性では年齢とともに多くなる傾向にあります。

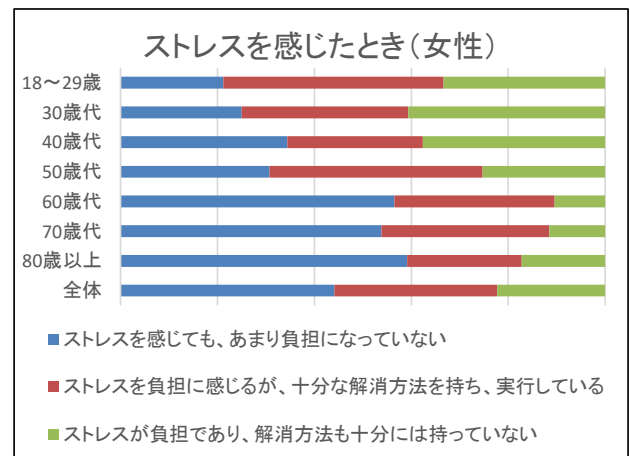
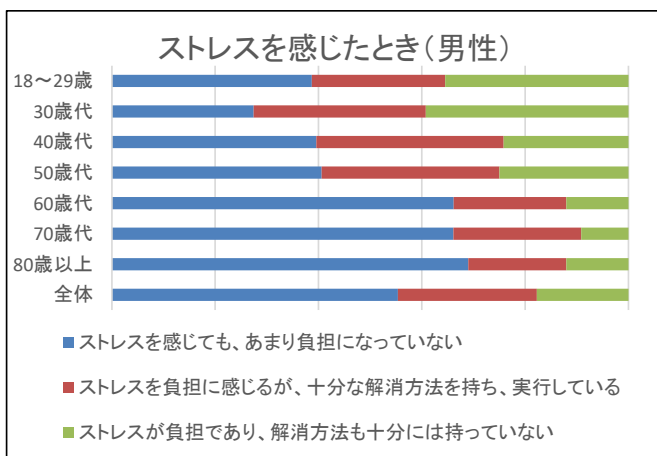


	感じなかった	やや感じた	かなり感じた
18～29歳	3.2%	58.1%	38.7%
30歳代	11.8%	43.1%	45.1%
40歳代	13.2%	57.1%	29.7%
50歳代	20.6%	57.7%	21.6%
60歳代	40.4%	50.0%	9.6%
70歳代	41.8%	49.5%	8.8%
80歳以上	48.5%	42.7%	8.7%
全体	32.0%	50.6%	17.4%

	感じなかった	やや感じた	かなり感じた
18～29歳	18.2%	39.4%	42.4%
30歳代	4.7%	46.9%	48.4%
40歳代	10.8%	52.7%	36.6%
50歳代	6.5%	48.9%	44.6%
60歳代	22.4%	61.2%	16.4%
70歳代	21.6%	59.0%	19.4%
80歳以上	32.7%	52.0%	15.3%
全体	17.8%	53.7%	28.6%

問12 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」という回答した割合が、男性では55.4%、女性では44.1%と最も多い割合を占めています。一方で、「ストレスが負担であり、解消方法も十分には持っていない」と回答した割合が、男女とも30歳代で約4割と最も多くなっています。

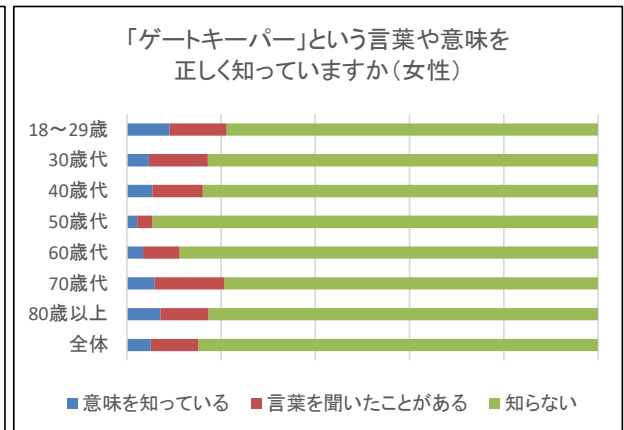
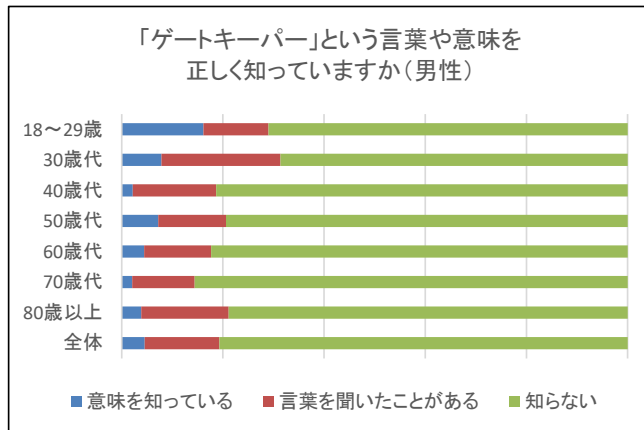


	ストレスを感じても、あまり負担になっていない	ストレスを負担に感じるが、十分な解消方法を持ち、実行している	ストレスが負担であり、解消方法も十分には持っていない
18～29歳	38.7%	25.8%	35.5%
30歳代	27.5%	33.3%	39.2%
40歳代	39.6%	36.3%	24.2%
50歳代	40.6%	34.4%	25.0%
60歳代	66.2%	21.8%	12.0%
70歳代	66.1%	24.7%	9.1%
80歳以上	69.0%	19.0%	12.0%
全体	55.4%	26.9%	17.7%

	ストレスを感じても、あまり負担になっていない	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	ストレスが負担であり、解消方法も十分には持っていない
18～29歳	21.2%	45.5%	33.3%
30歳代	25.0%	34.4%	40.6%
40歳代	34.4%	28.0%	37.6%
50歳代	30.8%	44.0%	25.3%
60歳代	56.5%	33.0%	10.4%
70歳代	53.8%	34.6%	11.5%
80歳以上	59.1%	23.7%	17.2%
全体	44.1%	33.6%	22.3%

問13 「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

ゲートキーパーとは、自殺の危険を示すサインに気付き、適切な対応を図ることができる人のことです。「適切な対応」とは、悩んでいる人に気付き、声を掛け、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る行動です。「意味を知っている」と回答した割合は、全体では男女ともに約5%にとどまっています。

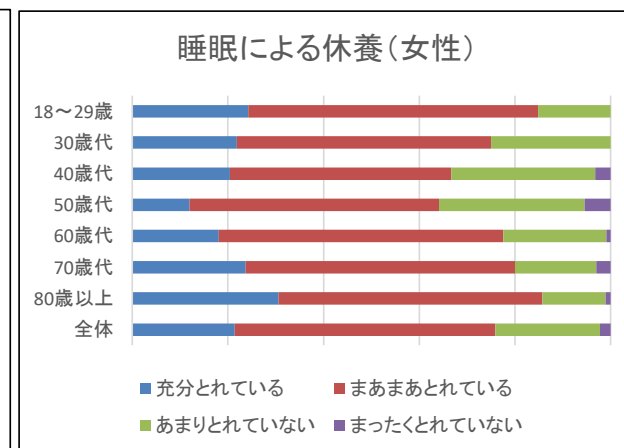
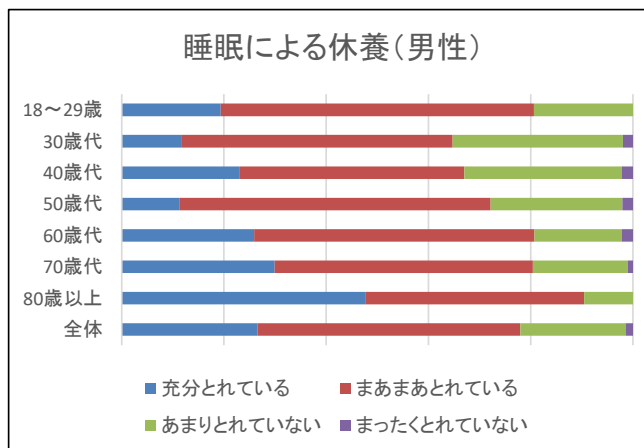


	意味を知っている	言葉を聞いたことがある	知らない
18～29歳	16.1%	12.9%	71.0%
30歳代	7.8%	23.5%	68.6%
40歳代	2.2%	16.5%	81.3%
50歳代	7.2%	13.4%	79.4%
60歳代	4.4%	13.2%	82.4%
70歳代	2.1%	12.4%	85.6%
80歳以上	3.8%	17.3%	78.8%
全体	4.5%	14.8%	80.7%

	意味を知っている	言葉を聞いたことがある	知らない
18～29歳	9.1%	12.1%	78.8%
30歳代	4.7%	12.5%	82.8%
40歳代	5.4%	10.8%	83.9%
50歳代	2.2%	3.3%	94.6%
60歳代	3.4%	7.8%	88.8%
70歳代	5.9%	14.8%	79.3%
80歳以上	7.1%	10.2%	82.7%
全体	5.1%	10.1%	84.8%

問14 睡眠による休養が十分とれていますか

全体では、男女ともに「まあまあとれている」と回答した割合が最も多く、約5割となっています。一方で、「あまりとれていない」と答えた割合は、男性では30歳代、女性では50歳代で最も多くなっています。

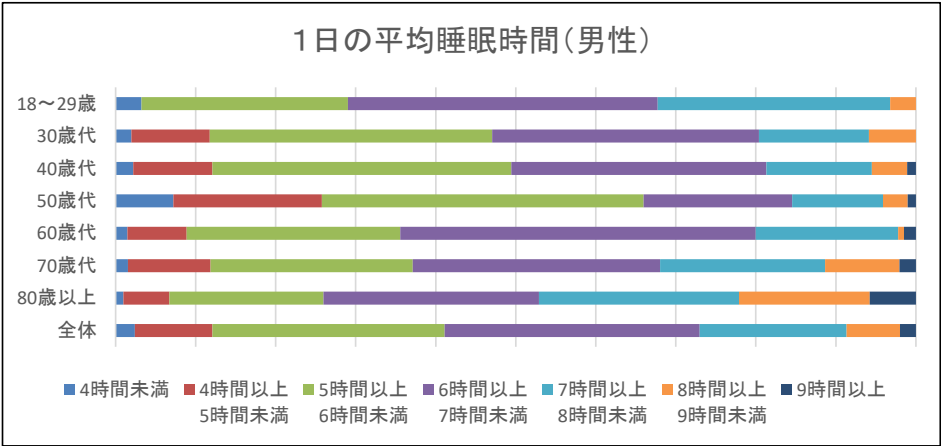


	充分とれている	まあまあとれている	あまりとれていない	まったくとれていない
18～29歳	19.4%	61.3%	19.4%	0.0%
30歳代	11.8%	52.9%	33.3%	2.0%
40歳代	23.1%	44.0%	30.8%	2.2%
50歳代	11.3%	60.8%	25.8%	2.1%
60歳代	25.9%	54.8%	17.0%	2.2%
70歳代	29.9%	50.5%	18.6%	1.0%
80歳以上	47.6%	42.9%	9.5%	0.0%
全体	26.6%	51.4%	20.6%	1.4%

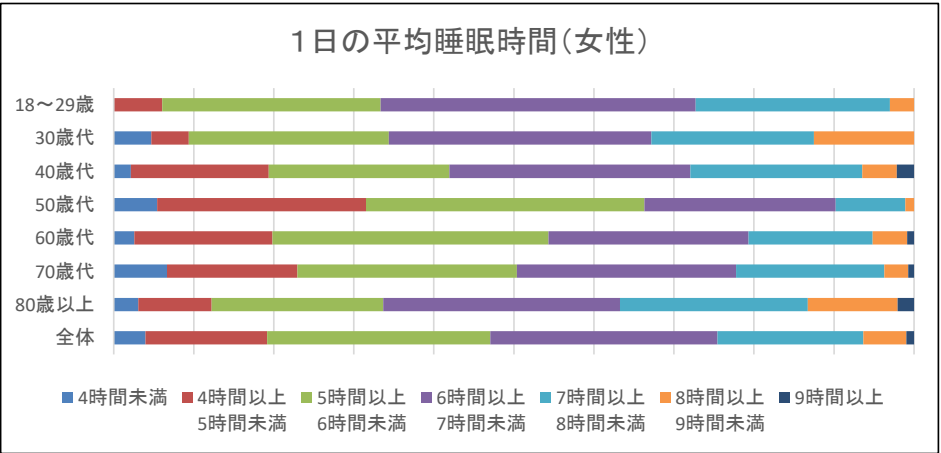
	充分とれている	まあまあとれている	あまりとれていない	まったくとれていない
18～29歳	24.2%	60.6%	15.2%	0.0%
30歳代	21.9%	53.1%	25.0%	0.0%
40歳代	20.4%	46.2%	30.1%	3.2%
50歳代	12.0%	52.2%	30.4%	5.4%
60歳代	18.1%	59.5%	21.6%	0.9%
70歳代	23.7%	56.3%	17.0%	3.0%
80歳以上	30.6%	55.1%	13.3%	1.0%
全体	21.4%	54.5%	21.9%	2.2%

問15 1日の平均睡眠時間は何時間ですか

全体では、男女ともに「6時間以上7時間未満」と回答した割合が最も多く、約3割となっています。一方で、「4時間未満」と答えた割合は、男性では50歳代、女性では70歳代で最も多くなっています。



	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	3.2%	0.0%	25.8%	38.7%	29.0%	3.2%	0.0%
30歳代	2.0%	9.8%	35.3%	33.3%	13.7%	5.9%	0.0%
40歳代	2.2%	9.9%	37.4%	31.9%	13.2%	4.4%	1.1%
50歳代	7.2%	18.6%	40.2%	18.6%	11.3%	3.1%	1.0%
60歳代	1.5%	7.4%	26.7%	44.4%	17.8%	0.7%	1.5%
70歳代	1.5%	10.3%	25.3%	30.9%	20.6%	9.3%	2.1%
80歳以上	1.0%	5.8%	19.2%	26.9%	25.0%	16.3%	5.8%
全体	2.4%	9.7%	29.0%	31.9%	18.3%	6.7%	2.0%

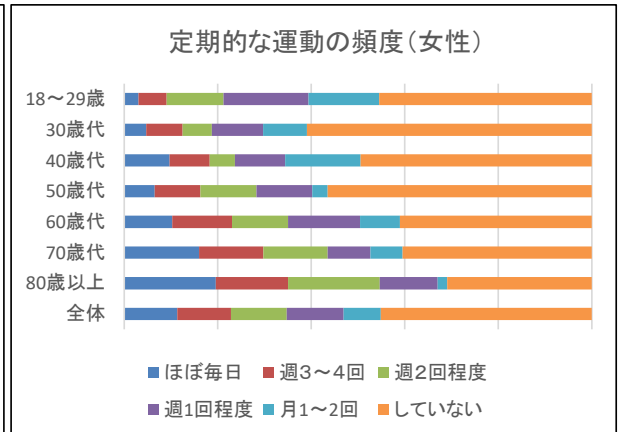
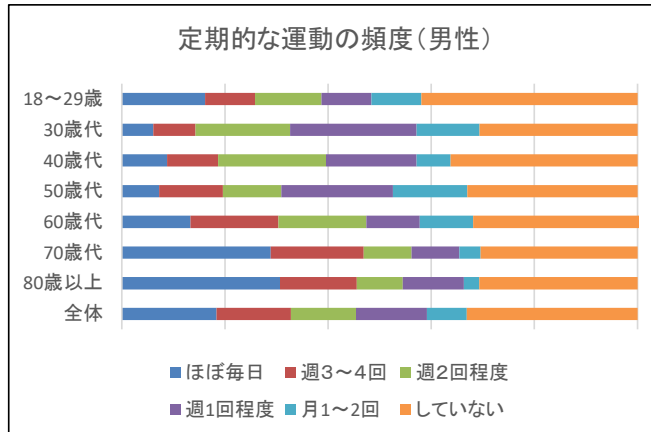


	4時間未満	4時間以上5時間未満	5時間以上6時間未満	6時間以上7時間未満	7時間以上8時間未満	8時間以上9時間未満	9時間以上
18～29歳	0.0%	6.1%	27.3%	39.4%	24.2%	3.0%	0.0%
30歳代	4.7%	4.7%	25.0%	32.8%	20.3%	12.5%	0.0%
40歳代	2.2%	17.2%	22.6%	30.1%	21.5%	4.3%	2.2%
50歳代	5.4%	26.1%	34.8%	23.9%	8.7%	1.1%	0.0%
60歳代	2.6%	17.2%	34.5%	25.0%	15.5%	4.3%	0.9%
70歳代	6.7%	16.3%	27.4%	27.4%	18.5%	3.0%	0.7%
80歳以上	3.1%	9.2%	21.4%	29.6%	23.5%	11.2%	2.0%
全体	4.0%	15.2%	27.9%	28.4%	18.2%	5.4%	1.0%

問16 定期的な運動は、どのくらいの頻度で行っていますか

【注】ここでの「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、男女ともに「していない」と回答した割合が最も多く、男性では33.1%、女性では45.1%となっています。また、週2回以上定期的な運動をしている人の割合が、30歳以上の女性では、年齢とともに多くなっています。

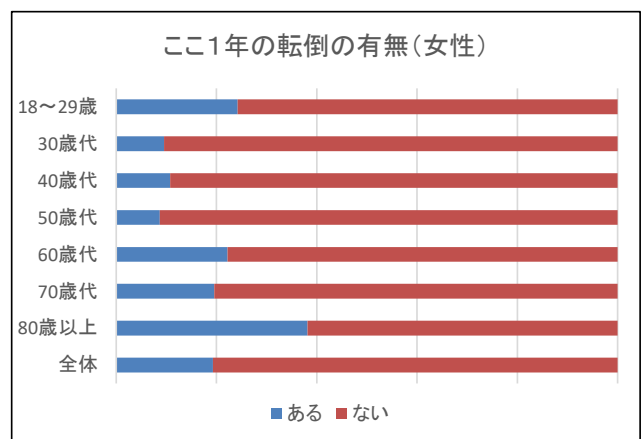
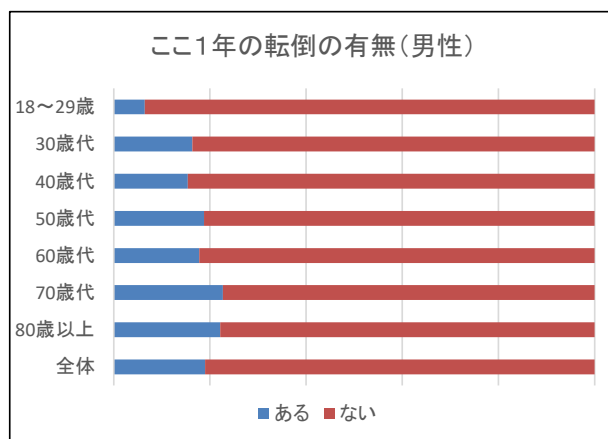


	ほぼ毎日	週3~4回	週2回程度	週1回程度	月1~2回	していない
18~29歳	16.1%	9.7%	12.9%	9.7%	9.7%	41.9%
30歳代	6.1%	8.2%	18.4%	24.5%	12.2%	30.6%
40歳代	8.8%	9.9%	20.9%	17.6%	6.6%	36.3%
50歳代	7.2%	12.4%	11.3%	21.6%	14.4%	33.0%
60歳代	13.3%	17.0%	17.0%	10.4%	10.4%	35.6%
70歳代	28.9%	18.0%	9.3%	9.3%	4.1%	30.4%
80歳以上	30.7%	14.9%	8.9%	11.9%	3.0%	30.7%
全体	18.3%	14.5%	12.6%	13.8%	7.7%	33.1%

	ほぼ毎日	週3~4回	週2回程度	週1回程度	月1~2回	していない
18~29歳	3.0%	6.1%	12.1%	18.2%	15.2%	45.5%
30歳代	4.7%	7.8%	6.3%	10.9%	9.4%	60.9%
40歳代	9.7%	8.6%	5.4%	10.8%	16.1%	49.5%
50歳代	6.5%	9.8%	12.0%	12.0%	3.3%	56.5%
60歳代	10.3%	12.8%	12.0%	15.4%	8.5%	41.0%
70歳代	16.0%	13.7%	13.7%	9.2%	6.9%	40.5%
80歳以上	19.6%	15.5%	19.6%	12.4%	2.1%	30.9%
全体	11.3%	11.5%	12.0%	12.1%	8.0%	45.1%

問17 ここ1年間に転倒したことがありますか

全体では、男女ともに「ない」と回答した割合が約8割と最も多くなっています。一方で、「ある」と答えた年代のうち、最も多かったのは、男性では70歳代、女性では80歳代以上となっています。

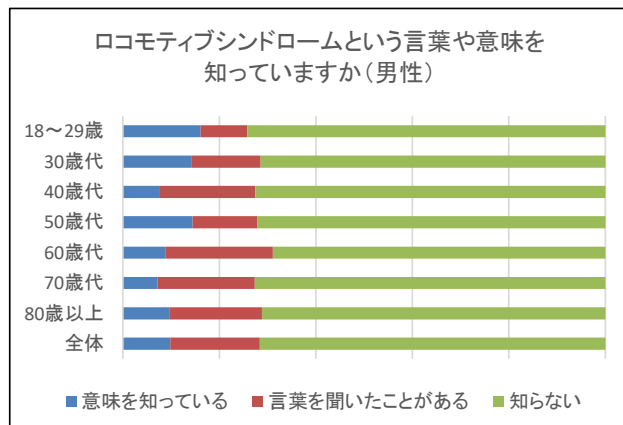


	ある	ない
18~29歳	6.5%	93.5%
30歳代	16.3%	83.7%
40歳代	15.4%	84.6%
50歳代	18.8%	81.3%
60歳代	17.8%	82.2%
70歳代	22.7%	77.3%
80歳以上	22.1%	77.9%
全体	19.0%	81.0%

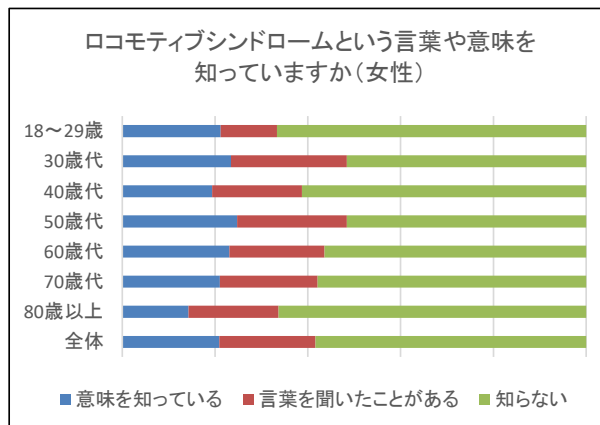
	ある	ない
18~29歳	24.2%	75.8%
30歳代	9.5%	90.5%
40歳代	10.8%	89.2%
50歳代	8.7%	91.3%
60歳代	22.2%	77.8%
70歳代	19.5%	80.5%
80歳以上	38.1%	61.9%
全体	19.3%	80.7%

問18 「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

ロコモティブシンドロームとは、骨や関節の病気、筋力やバランス能力の低下によって転倒・骨折しやすくなることで、自立した生活ができなくなり、介護が必要となる危険性が高い状態を指しています。「意味を知っている」と回答した割合は、全体では男性で約1割、女性では約2割という結果でした。



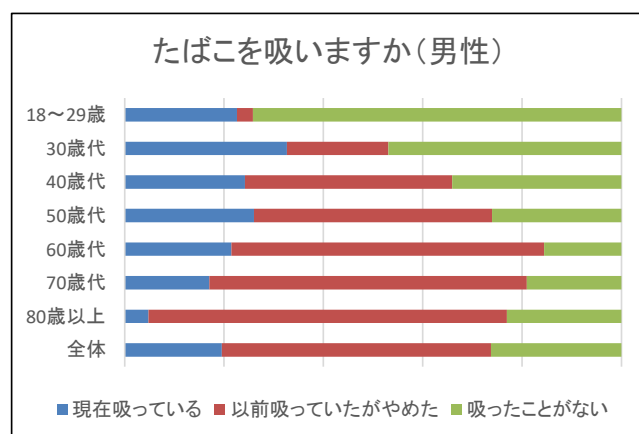
	意味を知っている	言葉を聞いたことがある	知らない
18～29歳	16.1%	9.7%	74.2%
30歳代	14.3%	14.3%	71.4%
40歳代	7.7%	19.8%	72.5%
50歳代	14.4%	13.4%	72.2%
60歳代	8.9%	22.2%	68.9%
70歳代	7.2%	20.1%	72.7%
80歳以上	9.6%	19.2%	71.2%
全体	9.8%	18.5%	71.6%



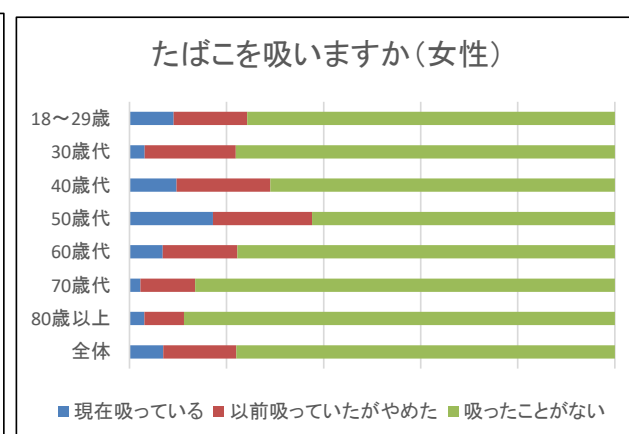
	意味を知っている	言葉を聞いたことがある	知らない
18～29歳	21.2%	12.1%	66.7%
30歳代	23.4%	25.0%	51.6%
40歳代	19.4%	19.4%	61.3%
50歳代	24.7%	23.7%	51.6%
60歳代	23.1%	20.5%	56.4%
70歳代	21.1%	21.1%	57.9%
80歳以上	14.3%	19.4%	66.3%
全体	20.9%	20.8%	58.3%

問19 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」と回答した割合が約5割、女性では「吸ったことがない」が約8割と最も多いという結果でした。また、年代別の喫煙率は、男性では30歳代、女性では50歳代で最も多くなっています。



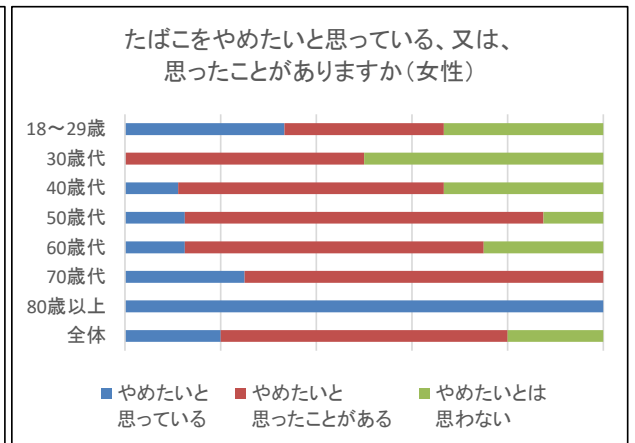
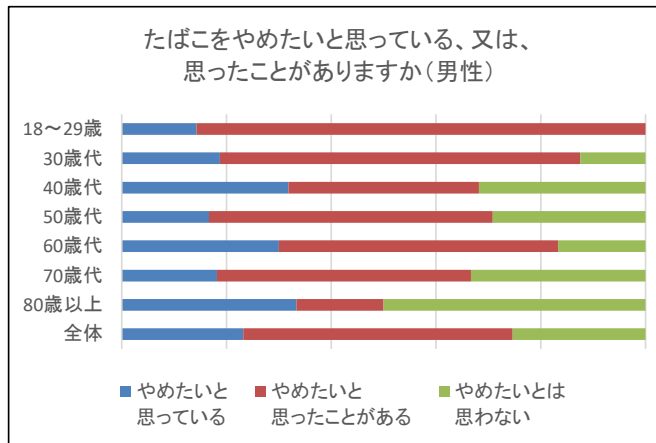
	現在吸っている	以前吸っていたがやめた	吸ったことがない
18～29歳	22.6%	3.2%	74.2%
30歳代	32.7%	20.4%	46.9%
40歳代	24.2%	41.8%	34.1%
50歳代	26.0%	47.9%	26.0%
60歳代	21.5%	63.0%	15.6%
70歳代	17.0%	63.9%	19.1%
80歳以上	4.8%	72.1%	23.1%
全体	19.6%	54.1%	26.3%



	現在吸っている	以前吸っていたがやめた	吸ったことがない
18～29歳	9.1%	15.2%	75.8%
30歳代	3.1%	18.8%	78.1%
40歳代	9.7%	19.4%	71.0%
50歳代	17.2%	20.4%	62.4%
60歳代	6.8%	15.4%	77.8%
70歳代	2.3%	11.3%	86.5%
80歳以上	3.1%	8.2%	88.8%
全体	7.0%	15.1%	78.0%

問20 問19で「現在吸っている」と答えた方にお聞きます
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、男女ともに「やめたいと思ったことがある」と回答した割合が最も多く、男性では約5割、女性では6割となっています。

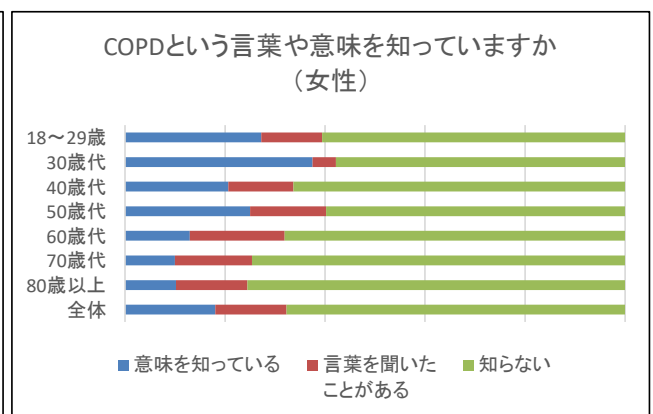
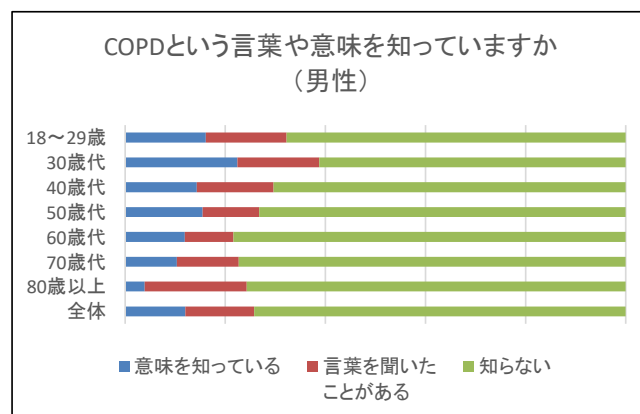


	やめたいと思っている	やめたいと思ったことがある	やめたいとは思わない
18～29歳	14.3%	85.7%	0.0%
30歳代	18.8%	68.8%	12.5%
40歳代	31.8%	36.4%	31.8%
50歳代	16.7%	54.2%	29.2%
60歳代	30.0%	53.3%	16.7%
70歳代	18.2%	48.5%	33.3%
80歳以上	33.3%	16.7%	50.0%
全体	23.2%	51.4%	25.4%

	やめたいと思っている	やめたいと思ったことがある	やめたいとは思わない
18～29歳	33.3%	33.3%	33.3%
30歳代	0.0%	50.0%	50.0%
40歳代	11.1%	55.6%	33.3%
50歳代	12.5%	75.0%	12.5%
60歳代	12.5%	62.5%	25.0%
70歳代	25.0%	75.0%	0.0%
80歳以上	100.0%	0.0%	0.0%
全体	20.0%	60.0%	20.0%

問21 「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

COPD（慢性閉塞性肺疾患）とは、たばこの煙などの吸入により免疫反応が続いた結果、破壊された組織と、増えた痰などによる気道閉鎖が起こりやすい状態のことを指します。「意味を知っている」と回答した割合は、全体では男性で約1割、女性では約2割となっています。年齢別では、男女ともに若い世代に比較的認知度が高い傾向となっています。

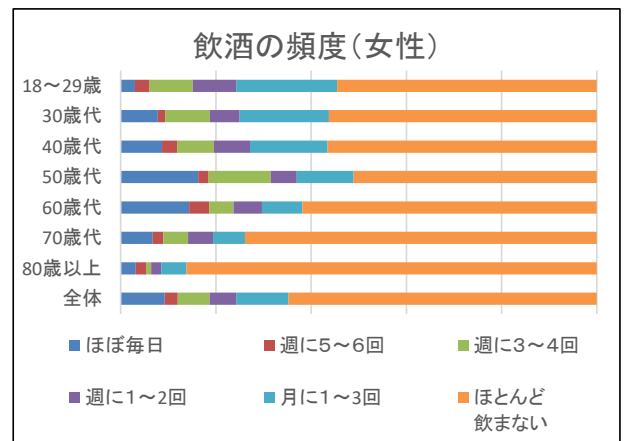
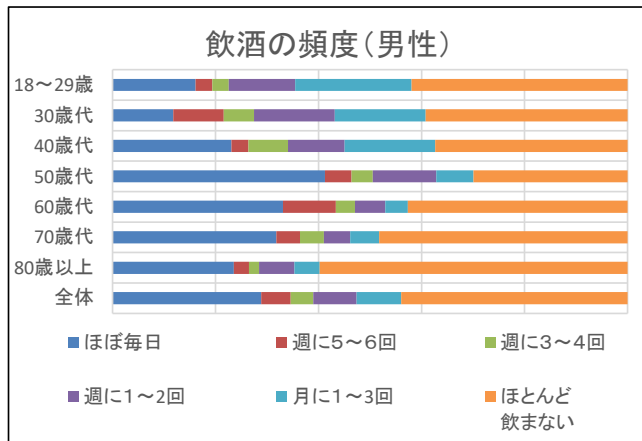


	意味を知っている	言葉を聞いたことがある	知らない
18～29歳	16.1%	16.1%	67.7%
30歳代	22.4%	16.3%	61.2%
40歳代	14.3%	15.4%	70.3%
50歳代	15.5%	11.3%	73.2%
60歳代	11.9%	9.7%	78.4%
70歳代	10.3%	12.4%	77.3%
80歳以上	3.9%	20.4%	75.7%
全体	12.0%	13.7%	74.2%

	意味を知っている	言葉を聞いたことがある	知らない
18～29歳	27.3%	12.1%	60.6%
30歳代	37.5%	4.7%	57.8%
40歳代	20.7%	13.0%	66.3%
50歳代	25.0%	15.2%	59.8%
60歳代	12.9%	19.0%	68.1%
70歳代	10.0%	15.4%	74.6%
80歳以上	10.2%	14.3%	75.5%
全体	18.1%	14.2%	67.7%

問22 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、男女ともに「ほとんど飲まない」と回答した割合が男性では44.0%、女性では64.8%と最も多く、次いで男性は「ほぼ毎日」が28.9%、女性は「月に1～3回」が11.0%となっています。

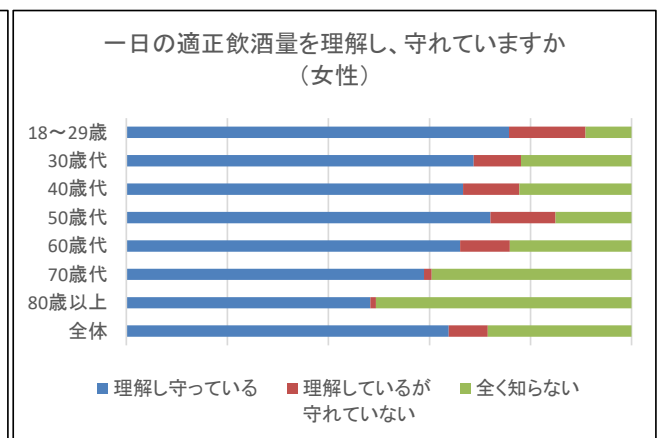
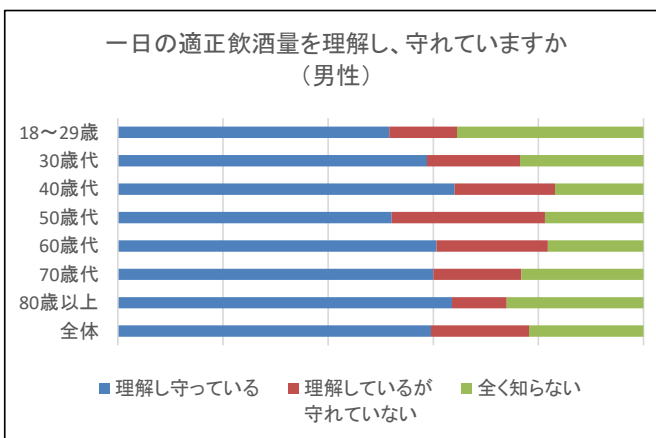


	ほぼ毎日	週に5～6回	週に3～4回	週に1～2回	月に1～3回	ほとんど飲まない
18～29歳	16.1%	3.2%	3.2%	12.9%	22.6%	41.9%
30歳代	11.8%	9.8%	5.9%	15.7%	17.6%	39.2%
40歳代	23.1%	3.3%	7.7%	11.0%	17.6%	37.4%
50歳代	41.2%	5.2%	4.1%	12.4%	7.2%	29.9%
60歳代	33.1%	10.3%	3.7%	5.9%	4.4%	42.6%
70歳代	31.8%	4.6%	4.6%	5.1%	5.6%	48.2%
80歳以上	23.5%	2.9%	2.0%	6.9%	4.9%	59.8%
全体	28.9%	5.7%	4.4%	8.4%	8.7%	44.0%

	ほぼ毎日	週に5～6回	週に3～4回	週に1～2回	月に1～3回	ほとんど飲まない
18～29歳	3.0%	3.0%	9.1%	9.1%	21.2%	54.5%
30歳代	7.8%	1.6%	9.4%	6.3%	18.8%	56.3%
40歳代	8.7%	3.3%	7.6%	7.6%	16.3%	56.5%
50歳代	16.3%	2.2%	13.0%	5.4%	12.0%	51.1%
60歳代	14.4%	4.2%	5.1%	5.9%	8.5%	61.9%
70歳代	6.7%	2.2%	5.2%	5.2%	6.7%	73.9%
80歳以上	3.2%	2.1%	1.1%	2.1%	5.3%	86.2%
全体	9.3%	2.7%	6.7%	5.6%	11.0%	64.8%

問23 「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、男女ともに「理解し守っている」と回答した割合が男性では59.6%、女性では63.8%と最も多く、次いで「(適正飲酒量を)全く知らない」男性は21.8%、女性は28.5%となっています。



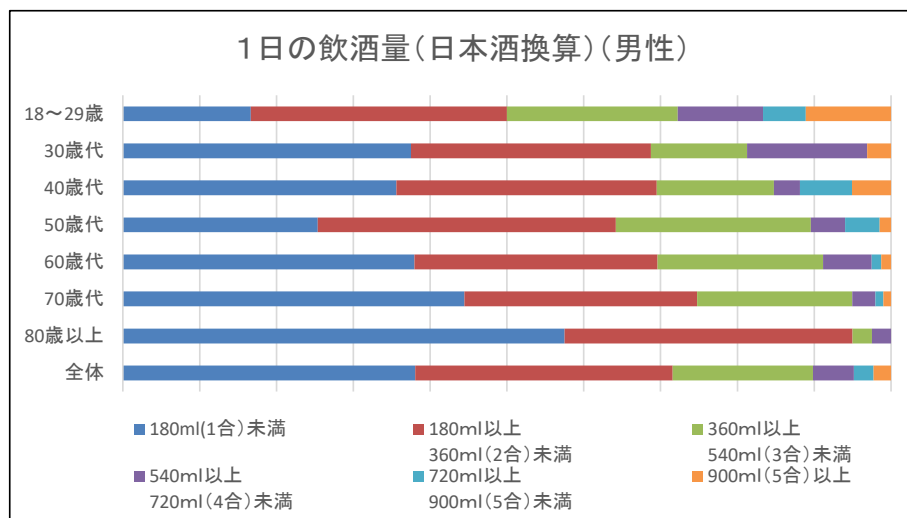
	理解し守っている	理解しているが守れていない	全く知らない
18～29歳	51.6%	12.9%	35.5%
30歳代	58.8%	17.6%	23.5%
40歳代	64.0%	19.1%	16.9%
50歳代	52.1%	29.2%	18.8%
60歳代	60.6%	21.2%	18.2%
70歳代	60.0%	16.8%	23.2%
80歳以上	63.5%	10.4%	26.0%
全体	59.6%	18.7%	21.8%

	理解し守っている	理解しているが守れていない	全く知らない
18～29歳	75.8%	15.2%	9.1%
30歳代	68.8%	9.4%	21.9%
40歳代	66.7%	11.1%	22.2%
50歳代	72.0%	12.9%	15.1%
60歳代	66.1%	9.8%	24.1%
70歳代	58.9%	1.6%	39.5%
80歳以上	48.3%	1.1%	50.6%
全体	63.8%	7.7%	28.5%

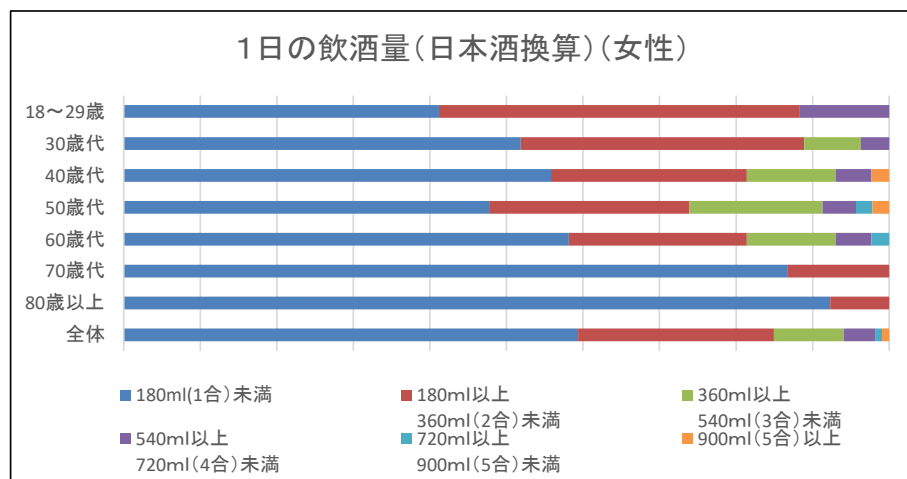
問24 普段、お酒を飲む方にお聞きします

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、男女ともに「180ml（一合）未満」と回答した割合が男性では38.1%、女性では59.4%と最も多く、次いで「180ml以上360ml（二合）未満」が男性は33.5%、女性は25.6%となっています。



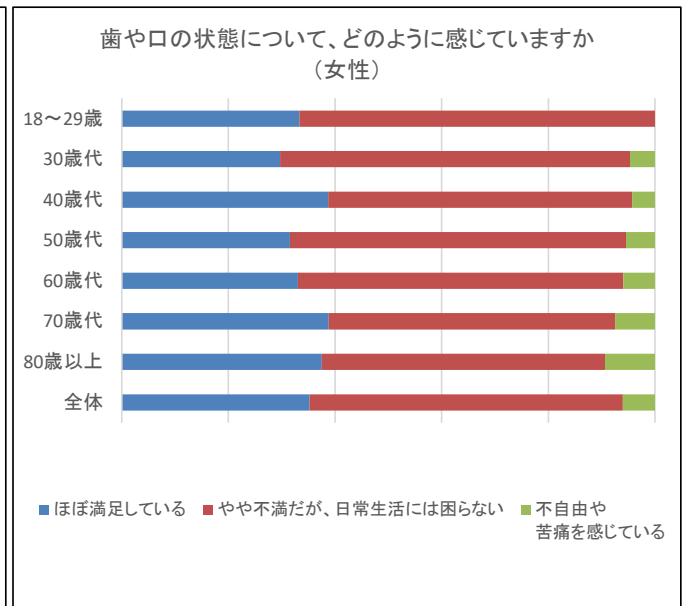
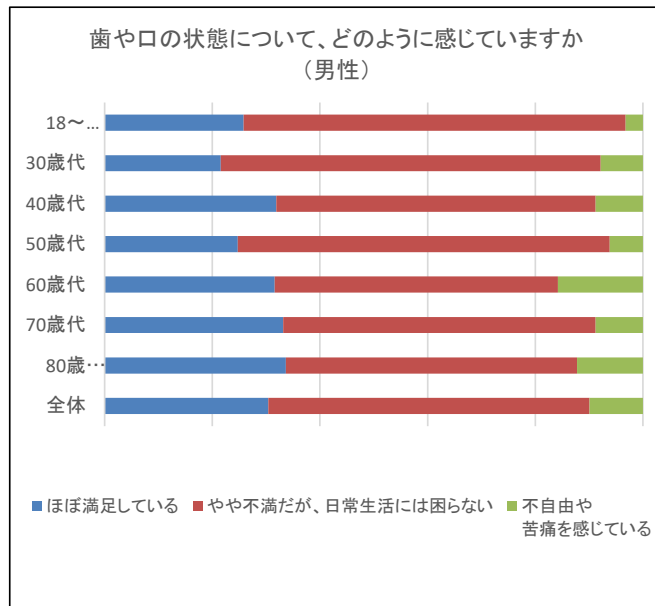
	180ml(1合)未満	180ml以上 360ml(2合)未満	360ml以上 540ml(3合)未満	540ml以上 720ml(4合)未満	720ml以上 900ml(5合)未満	900ml(5合)以上
18～29歳	16.7%	33.3%	22.2%	11.1%	5.6%	11.1%
30歳代	37.5%	31.3%	12.5%	15.6%	0.0%	3.1%
40歳代	35.6%	33.9%	15.3%	3.4%	6.8%	5.1%
50歳代	25.4%	38.8%	25.4%	4.5%	4.5%	1.5%
60歳代	38.0%	31.6%	21.5%	6.3%	1.3%	1.3%
70歳代	44.4%	30.3%	20.2%	3.0%	1.0%	1.0%
80歳以上	57.5%	37.5%	2.5%	2.5%	0.0%	0.0%
全体	38.1%	33.5%	18.3%	5.3%	2.5%	2.3%



	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	41.2%	47.1%	0.0%	11.8%	0.0%	0.0%
30歳代	51.9%	37.0%	7.4%	3.7%	0.0%	0.0%
40歳代	55.8%	25.6%	11.6%	4.7%	0.0%	2.3%
50歳代	47.8%	26.1%	17.4%	4.3%	2.2%	2.2%
60歳代	58.1%	23.3%	11.6%	4.7%	2.3%	0.0%
70歳代	86.7%	13.3%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
80歳以上	92.3%	7.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
全体	59.4%	25.6%	9.1%	4.1%	0.9%	0.9%

問25 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、男女ともに「やや不満だが、日常生活には困らない」と回答した割合が男性では59.7%、女性では58.7%と最も多く、次いで「ほぼ満足している」が男性は30.4%、女性は35.2%となっています。

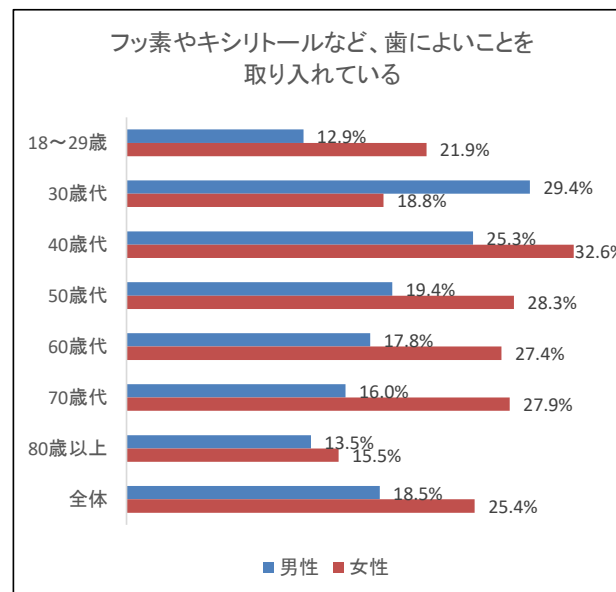
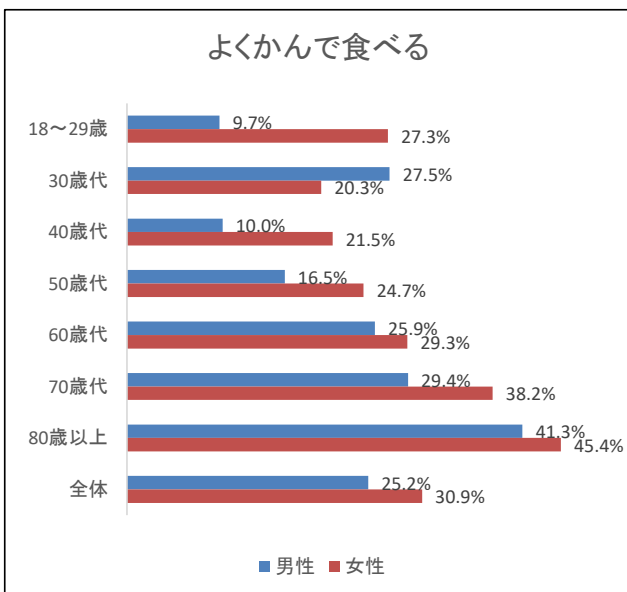
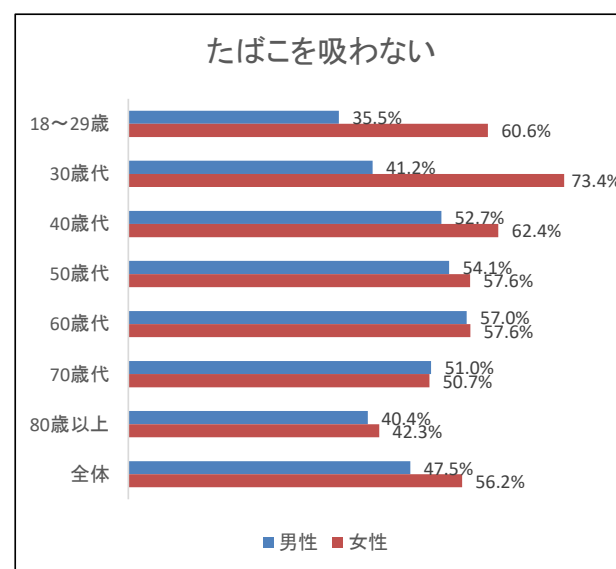
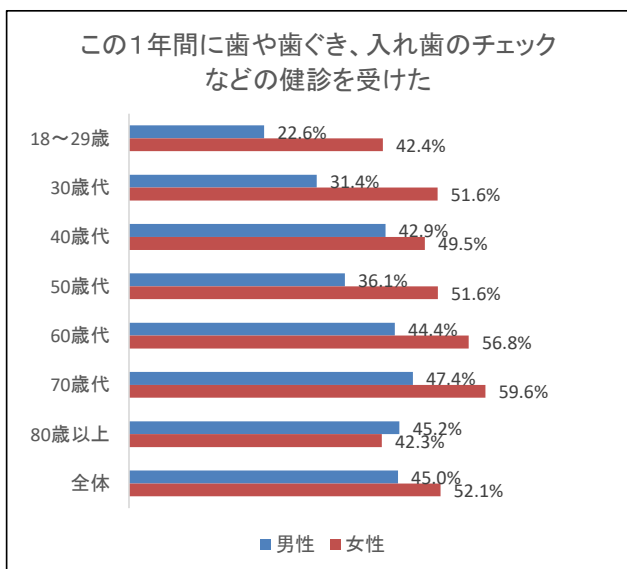
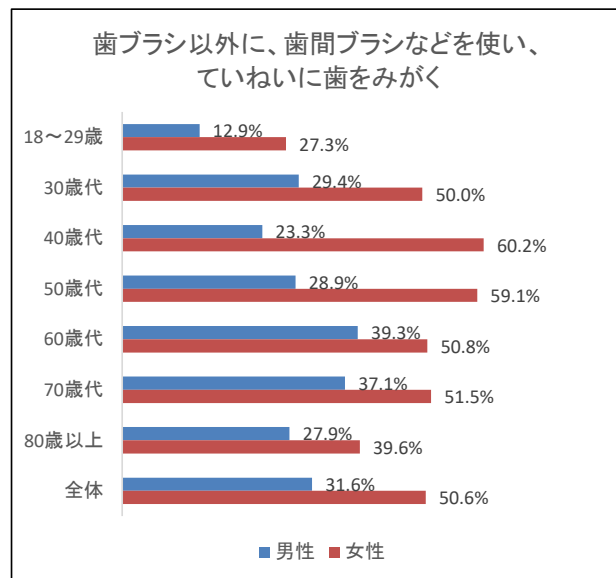
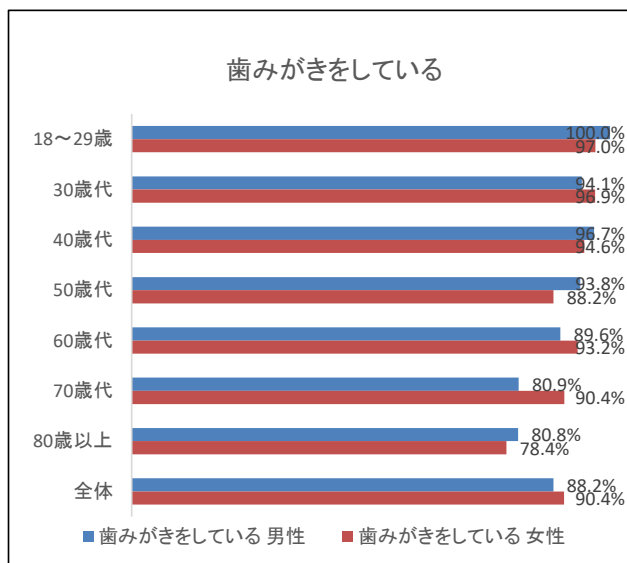


	ほぼ満足している	やや不満だが、日常生活には困らない	不自由や苦痛を感じている
18～29歳	25.8%	71.0%	3.2%
30歳代	21.6%	70.6%	7.8%
40歳代	31.9%	59.3%	8.8%
50歳代	24.7%	69.1%	6.2%
60歳代	31.6%	52.6%	15.8%
70歳代	33.2%	58.0%	8.8%
80歳以上	33.7%	54.1%	12.2%
全体	30.4%	59.7%	9.9%

	ほぼ満足している	やや不満だが、日常生活には困らない	不自由や苦痛を感じている
18～29歳	33.3%	66.7%	0.0%
30歳代	29.7%	65.6%	4.7%
40歳代	38.7%	57.0%	4.3%
50歳代	31.5%	63.0%	5.4%
60歳代	33.1%	61.0%	5.9%
70歳代	38.8%	53.7%	7.5%
80歳以上	37.5%	53.1%	9.4%
全体	35.2%	58.7%	6.0%

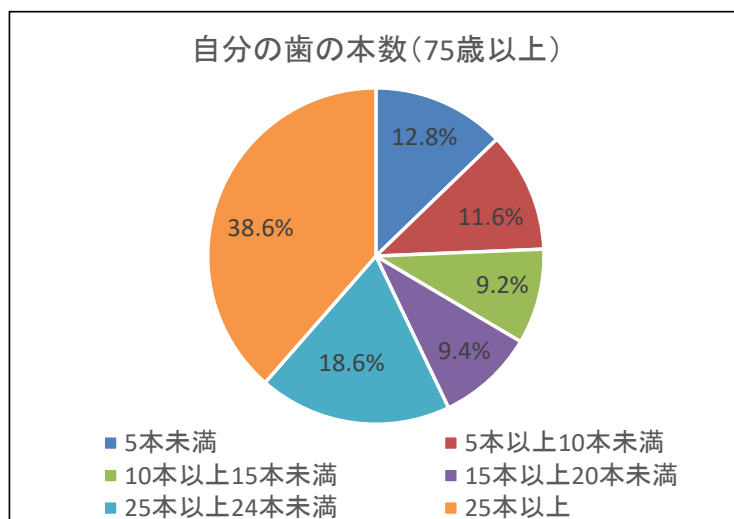
問26 歯や歯ぐきの健康のために、普段どのようなことをしていますか（複数回答）

「歯ブラシ以外に、歯間ブラシなどを使い、ていねいに歯をみがく」や「フッ素やキシリトールなど、歯によいことを取り入れている」の項目では、女性が男性より普段の生活に取り入れている割合が多い傾向があります。



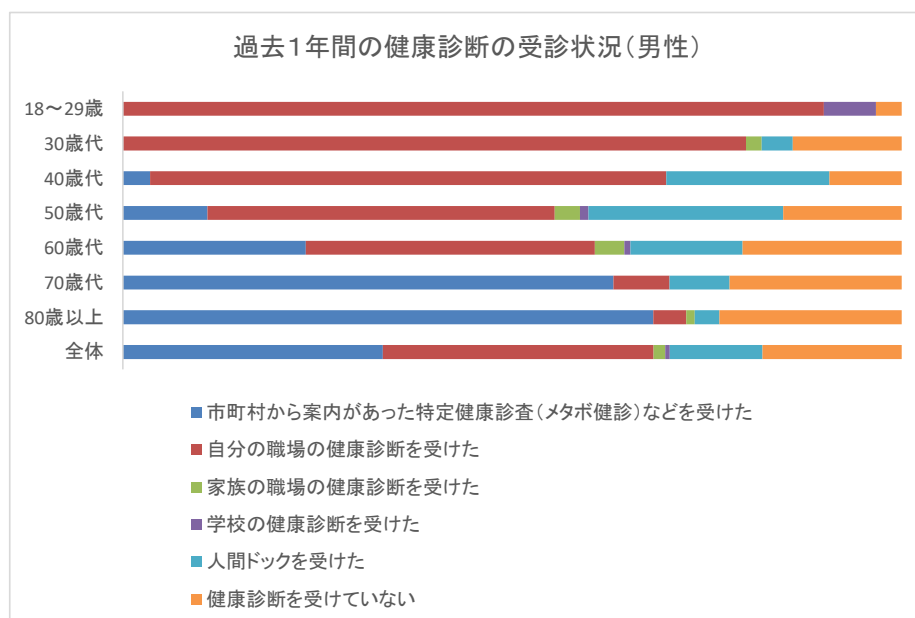
問27 75歳以上の方にお聞きします。現在、ご自分の歯は何本ありますか

全体では、12.8%以上の方が、自分の歯の本数が5本未満、38.6%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。



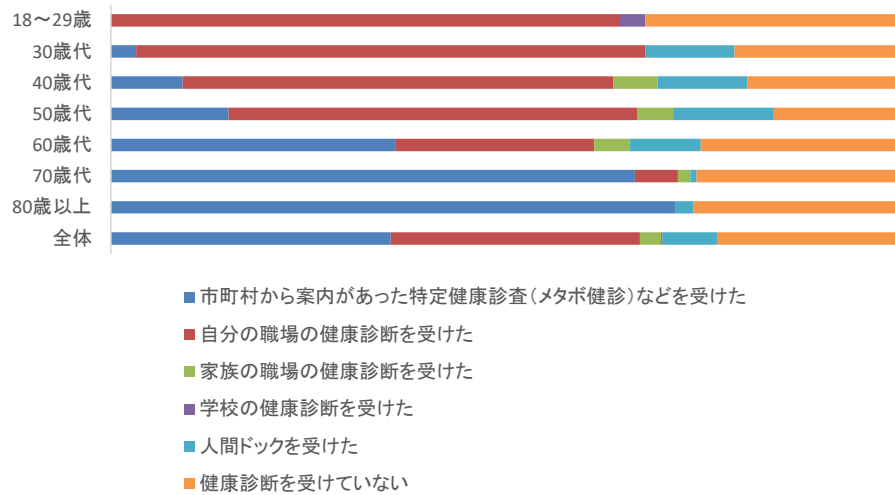
問28 過去1年間に、健康診断を受けたことがありますか

全体では、男性では82.1%の方が市や職場などで実施されている健診を受けており、「健診を受けていない」と回答した人は17.9%となっています。女性は76.8%の方が同様に健診を受けており、「健診を受けていない」と回答した人は23.2%と、未受診者の割合は男性より多い結果となっています。



	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%	90.0%	0.0%	6.7%	0.0%	3.3%
30歳代	0.0%	80.0%	2.0%	0.0%	4.0%	14.0%
40歳代	3.5%	66.3%	0.0%	0.0%	20.9%	9.3%
50歳代	10.9%	44.6%	3.3%	1.1%	25.0%	15.2%
60歳代	23.5%	37.1%	3.8%	0.8%	14.4%	20.5%
70歳代	63.0%	7.2%	0.0%	0.0%	7.7%	22.1%
80歳以上	68.1%	4.3%	1.1%	0.0%	3.2%	23.4%
全体	33.4%	34.7%	1.5%	0.6%	11.9%	17.9%

過去1年間の健康診断の受診状況(女性)



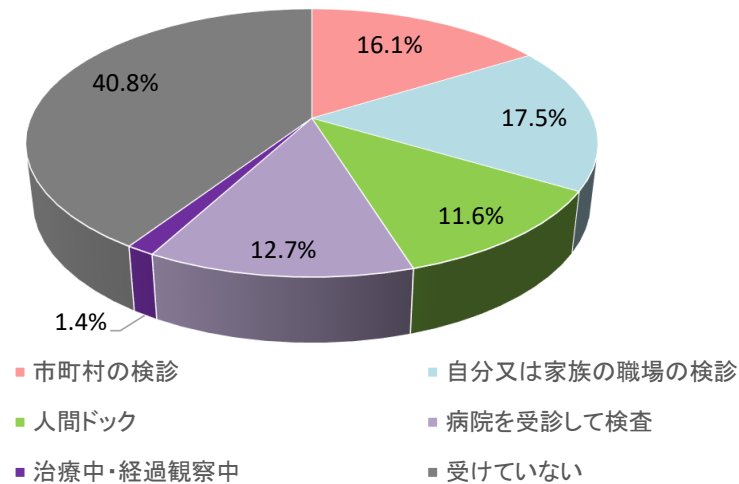
	市町村から案内があった特定健康診断(メタボ健診)などを受けた	自分の職場の健康診断を受けた	家族の職場の健康診断を受けた	学校の健康診断を受けた	人間ドックを受けた	健康診断を受けていない
18～29歳	0.0%	64.5%	0.0%	3.2%	0.0%	32.3%
30歳代	3.2%	64.5%	0.0%	0.0%	11.3%	21.0%
40歳代	9.1%	54.5%	5.7%	0.0%	11.4%	19.3%
50歳代	14.9%	51.7%	4.6%	0.0%	12.6%	16.1%
60歳代	36.0%	25.2%	4.5%	0.0%	9.0%	25.2%
70歳代	66.4%	5.5%	1.6%	0.0%	0.8%	25.8%
80歳以上	71.6%	0.0%	0.0%	0.0%	2.3%	26.1%
全体	35.5%	31.6%	2.7%	0.2%	6.9%	23.2%

問29 40歳以上の女性の方にお聞きます

過去2年間に乳がん検診（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」と回答した割合が40.8%と最も多く、次いで「市町村の検診を受けた」が16.1%となっています。市などの検診や医療機関に受診して乳がん検診を受けた方の割合の合計は、57.9%という結果でした。

過去2年間に乳がん検診（マンモグラフィ検査など）をどこで受けたか（40～69歳女性）

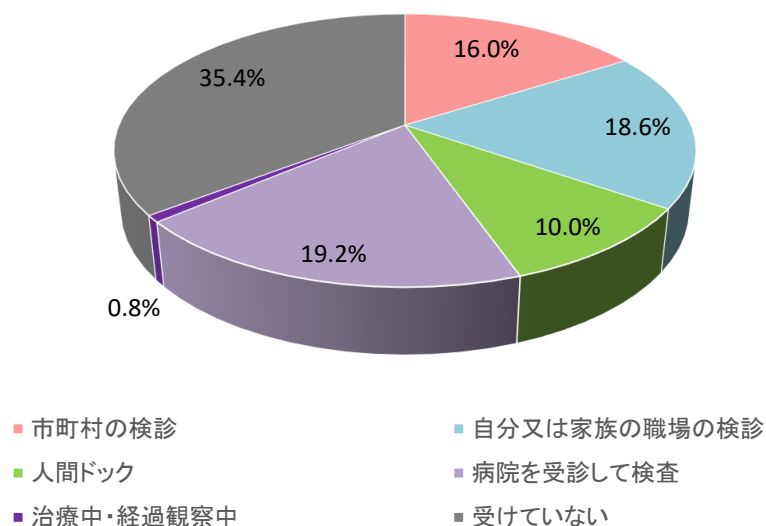


問30 20歳以上の女性の方にお聞きます

過去2年間に子宮頸がん検診（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」と回答した割合が35.4%と最も多く、次いで「病院を受診して検査を受けた」が19.2%となっています。市などの検診や医療機関で子宮がん検診を受けた方の割合の合計は、63.8%という結果でした。

過去2年間に子宮がん検診（頸部細胞診など）をどこで受けたか（20～69歳女性）

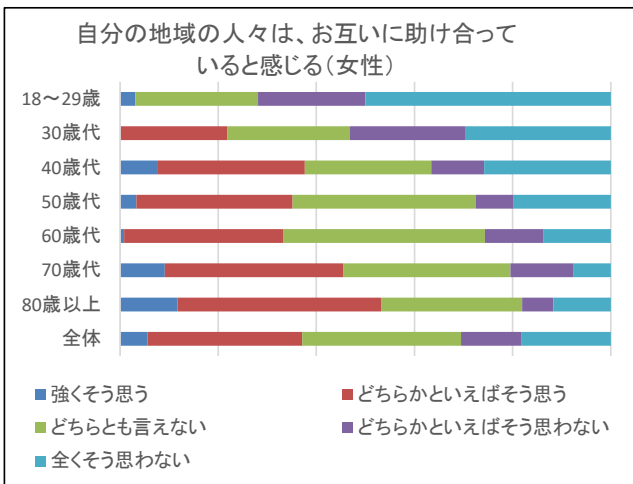
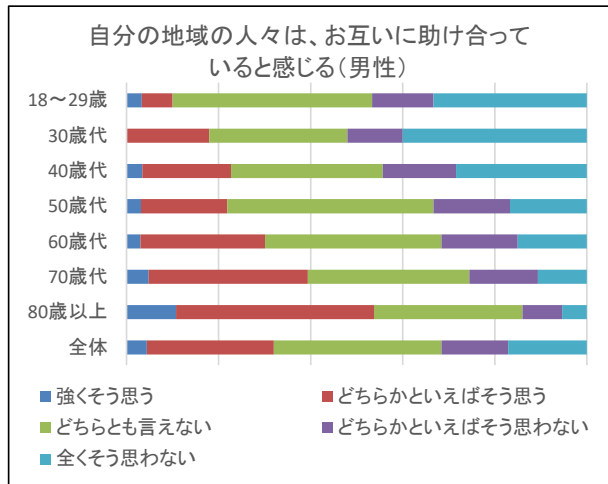


4 あなたの地域での活動や近所づきあいについて

問31 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、男女ともに「どちらとも言えない」と回答した割合が男性では36.4%、女性では32.4%と最も多く、次いで「どちらかといえばそう思う」と回答した割合は男性は27.6%、女性では31.5%となっています。

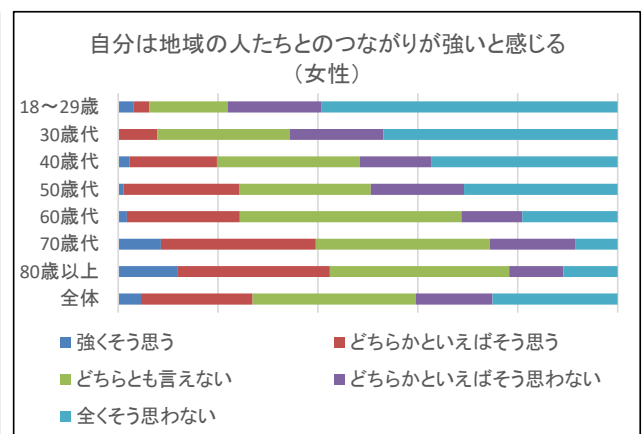
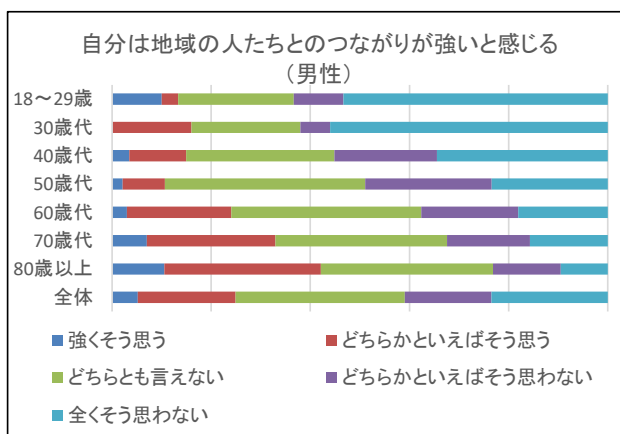


	強くそう思う	どちらかといえばそう思う	どちらとも言えない	どちらかといえばそう思わない	全くそう思わない
18～29歳	3.3%	6.7%	43.3%	13.3%	33.3%
30歳代	0.0%	18.0%	30.0%	12.0%	40.0%
40歳代	3.4%	19.3%	33.0%	15.9%	28.4%
50歳代	3.1%	18.8%	44.8%	16.7%	16.7%
60歳代	3.0%	27.1%	38.3%	16.5%	15.0%
70歳代	4.8%	34.6%	35.1%	14.9%	10.6%
80歳以上	10.8%	43.0%	32.3%	8.6%	5.4%
全体	4.4%	27.6%	36.4%	14.5%	17.1%

	強くそう思う	どちらかといえばそう思う	どちらとも言えない	どちらかといえばそう思わない	全くそう思わない
18～29歳	3.1%	0.0%	25.0%	21.9%	50.0%
30歳代	0.0%	21.9%	25.0%	23.4%	29.7%
40歳代	7.5%	30.1%	25.8%	10.8%	25.8%
50歳代	3.3%	31.9%	37.4%	7.7%	19.8%
60歳代	0.9%	32.5%	41.0%	12.0%	13.7%
70歳代	9.1%	36.4%	34.1%	12.9%	7.6%
80歳以上	11.7%	41.5%	28.7%	6.4%	11.7%
全体	5.6%	31.5%	32.4%	12.2%	18.3%

問31 イ あなたは、地域の人たちとのつながりが強い

全体では、男女ともに「どちらとも言えない」と回答した割合が男性では34.1%、女性では32.7%と最も多く、次いで「全くそう思わない」が男性は23.4%、女性は25.1%となっています。



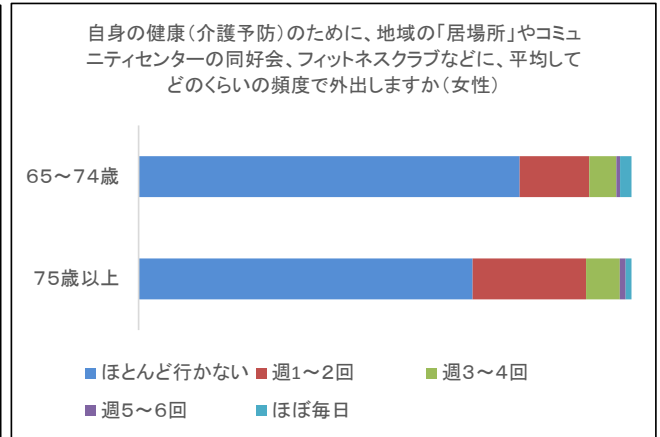
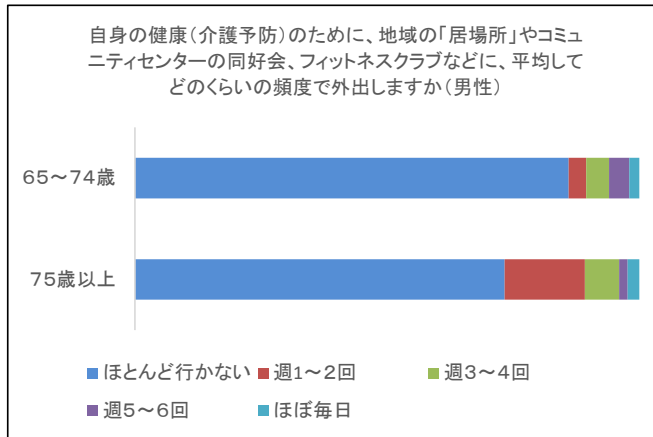
	強くそう思う	どちらかといえばそう思う	どちらとも言えない	どちらかといえばそう思わない	全くそう思わない
18～29歳	10.0%	3.3%	23.3%	10.0%	53.3%
30歳代	0.0%	16.0%	22.0%	6.0%	56.0%
40歳代	3.4%	11.5%	29.9%	20.7%	34.5%
50歳代	2.1%	8.5%	40.4%	25.5%	23.4%
60歳代	3.0%	21.1%	38.3%	19.5%	18.0%
70歳代	7.0%	25.9%	34.6%	16.8%	15.7%
80歳以上	10.5%	31.6%	34.7%	13.7%	9.5%
全体	5.2%	19.7%	34.1%	17.5%	23.4%

	強くそう思う	どちらかといえばそう思う	どちらとも言えない	どちらかといえばそう思わない	全くそう思わない
18～29歳	3.1%	3.1%	15.6%	18.8%	59.4%
30歳代	0.0%	7.8%	26.6%	18.8%	46.9%
40歳代	2.2%	17.6%	28.6%	14.3%	37.4%
50歳代	1.1%	23.1%	26.4%	18.7%	30.8%
60歳代	1.7%	22.6%	44.3%	12.2%	19.1%
70歳代	8.5%	31.0%	34.9%	17.1%	8.5%
80歳以上	12.0%	30.4%	35.9%	10.9%	10.9%
全体	4.6%	22.3%	32.7%	15.3%	25.1%

問32 65歳以上の方にお聞きします

自身の健康（介護予防）のために、地域の「居場所」やコミュニティセンターの同好会、フィットネスクラブなどに、平均してどのくらいの頻度で外出していますか
（調査時現在の状況を教えてください）

全体では、男女ともに「ほとんど行かない」と回答した割合が男性では79.9%、女性では72.0%と最も多く、次いで「週1～2回」が男性は9.4%、女性は19.0%となっており、男女ともに75歳以上の年齢層の方が、65～74歳の年齢層の方よりも割合が若干多い結果となっています。



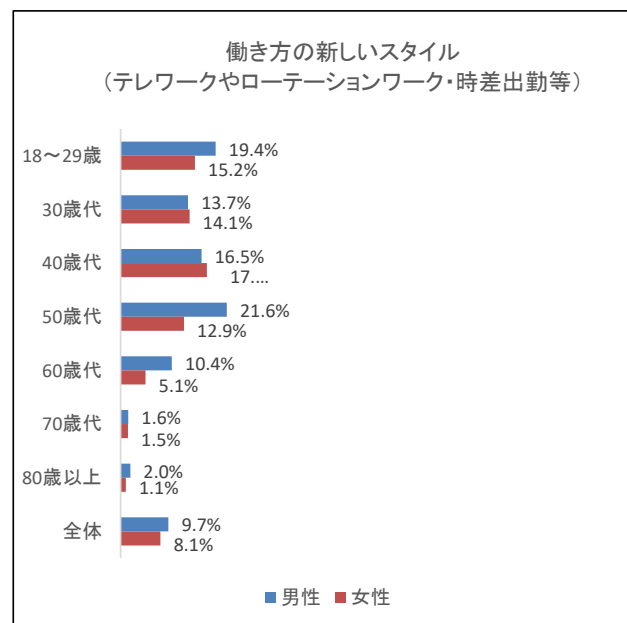
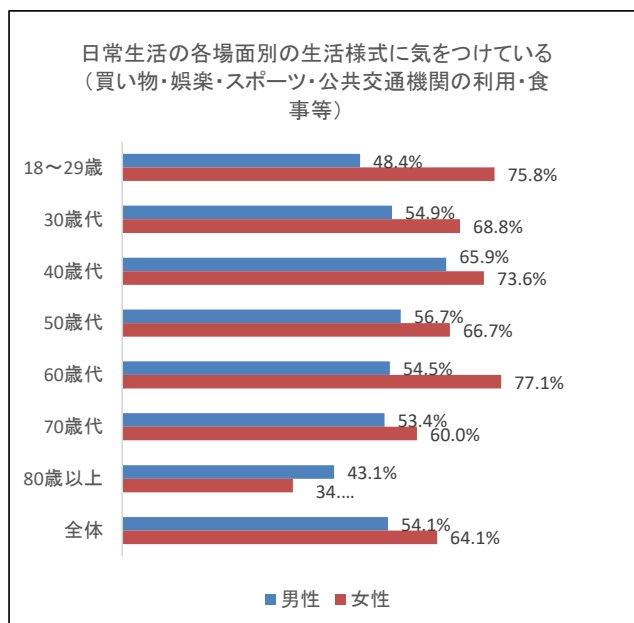
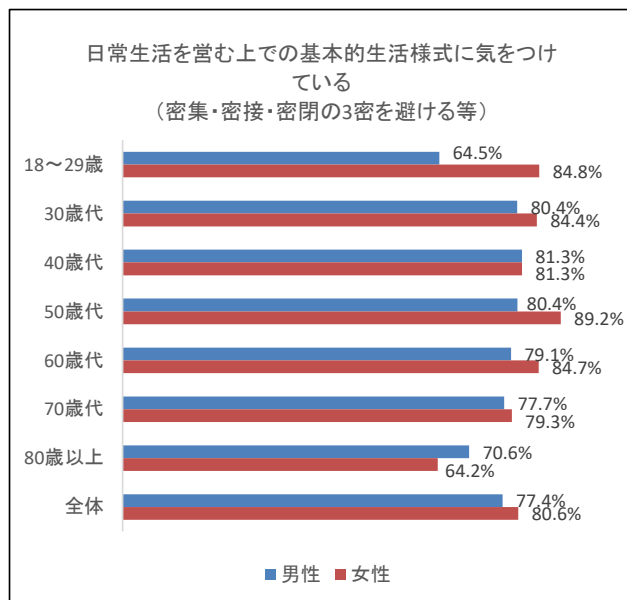
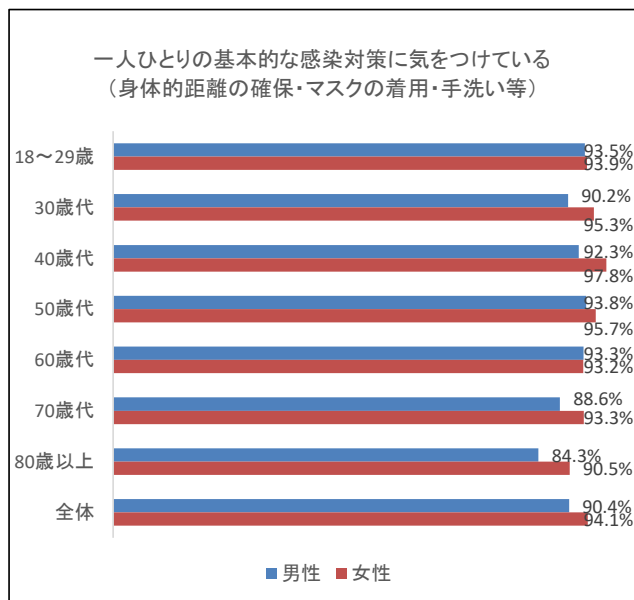
男性	ほとんど行かない	週1～2回	週3～4回	週5～6回	ほぼ毎日
65～74歳	85.9%	3.5%	4.5%	4.0%	2.0%
75歳以上	73.3%	15.9%	6.8%	1.7%	2.3%
全体	79.9%	9.4%	5.6%	2.9%	2.1%

女性	ほとんど行かない	週1～2回	週3～4回	週5～6回	ほぼ毎日
65～74歳	77.3%	14.1%	5.5%	0.8%	2.3%
75歳以上	67.7%	23.0%	6.8%	1.2%	1.2%
全体	72.0%	19.0%	6.2%	1.0%	1.7%

5 新型コロナウイルス感染症に関して

問 新型コロナウイルス感染症の発生後、「新しい生活様式」の中で気を付けていることはありますか

「一人ひとりの基本的な感染対策に気を付けている（身体的距離の確保・マスクの着用・手洗い等）」と回答した人は、どの世代でも概ね9割という結果でした。

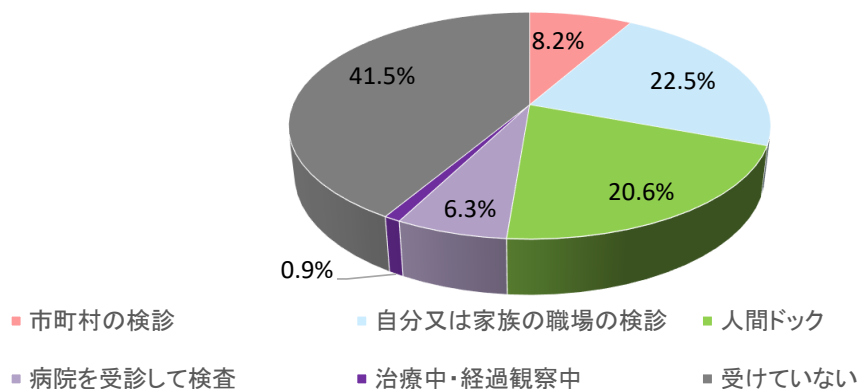


Ⅳ 追加調査の結果

問 過去1年間に胃がん検診（胃エックス線検査又は内視鏡検査など）をどこで受けましたか

全体では、「受けていない」と回答した割合が41.5%と最も多く、次いで「自分又は家族の職場の検診を受けた」という回答が22.5%となっています。市などの検診や医療機関など、どこかで胃がん検診を受けた方の割合の合計は、57.6%という結果でした。

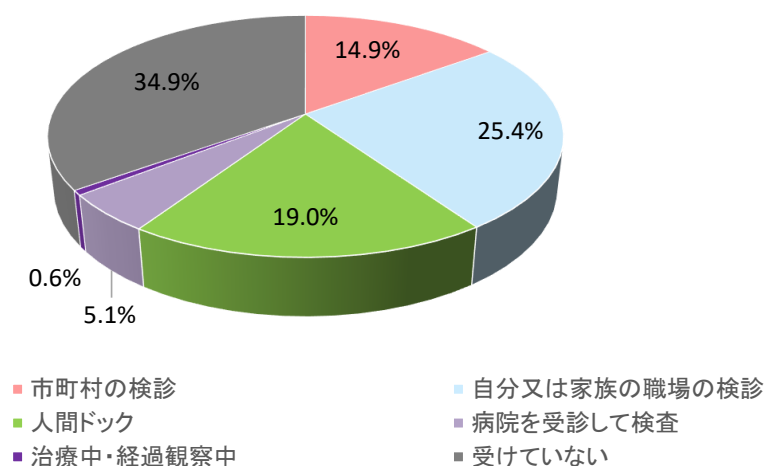
過去1年間※に胃がん検診をどこで受けたか（40～69歳）



問 過去1年間に大腸がん検診（便潜血検査など）をどこで受けましたか

全体では、「受けていない」と回答した割合が34.9%と最も多く、次いで「自分又は家族の職場の検診を受けた」という回答が25.4%となっています。市などの検診や医療機関等、どこかで大腸がん検診を受けた方の割合の合計は64.4%という結果でした。

過去1年間※に大腸がん検診をどこで受けたか（40～69歳）



問 過去1年間に肺がん検診（胸部エックス線検査、喀たん検査など）をどこで受けましたか

全体では、「受けていない」と回答した割合が30.8%と最も多く、次いで「自分又は家族の職場の検診を受けた」が32.7%となっています。市などの検診や医療機関等、どこかで大腸がん検診を受けた方の割合の合計は68.6%という結果でした。

