

あま市健康づくり計画・食育推進計画
歯と口腔保健計画のための
アンケート調査
結果報告書

平成 28 年 3 月

あ ま 市

目 次

I	調査の概要	1
1	調査の目的	1
2	調査対象	1
3	調査期間	1
4	調査方法	1
5	回収状況	1
6	調査結果の表示方法	1
II	健康日本21計画および食育推進計画の指標の評価	2
1	健康日本21計画の指標の評価	2
2	食育推進計画の指標の評価	4
III	調査結果	5
A.	ご自身のことについておたずねします。	5
B.	栄養・食生活についてご質問します。	18
C.	身体活動・運動についてご質問します。	45
D.	健診・がん検診・たばこ・飲酒についてご質問をします。	58
E.	歯と口腔の健康についてご質問をします。	90
F.	こころの健康についてご質問をします。	98
G.	地域との交流についてご質問をします。	110

I 調査の概要

1 調査の目的

あま市では、「市民自ら健康づくりに取り組み、心身ともに健やかで、いきいきと笑顔で暮らせるまちづくり」を目指して、平成 24 年度から「あま市健康づくり計画・あま市食育推進計画」と「あま市歯と口腔保健計画」を推進しています。

この調査は、「あま市健康づくり計画・あま市食育推進計画」と「あま市歯と口腔保健計画」が平成 28 年度に計画期間が終了するにあたり、現状を把握し、計画全体の評価を行い、今後の新たな健康づくり活動に反映させるために実施するものです。

2 調査対象

あま市在住の 20 歳以上を無作為抽出

3 調査期間

平成 27 年 9 月 24 日から平成 27 年 10 月 5 日

4 調査方法

郵送による配布・回収

5 回収状況

配 布 数	有効回答数	有効回答率
3,000 通	1,285 通	42.8%

6 調査結果の表示方法

- ・回答は各質問の回答者数（N）を基数とした百分率（％）で示してあります。また、小数点以下第 2 位を四捨五入しているため、内訳の合計が 100.0%にならない場合があります。
- ・複数回答が可能な設問の場合、回答者が全体に対してどのくらいの比率であるかという見方になるため、回答比率の合計が 100.0%を超える場合があります。
- ・クロス集計の場合、無回答を排除しているため、クロス集計の有効回答数の合計と単純集計（全体）の有効回答数が合致しないことがあります。なお、クロス集計とは、複数項目の組み合わせで分類した集計のことで、複数の質問項目を交差して並べ、表やグラフを作成することにより、その相互の関係を明らかにするための集計方法です。
- ・調査結果を図表にて表示していますが、グラフ以外の表は、最も高い割合のものを  で網かけをしています。（無回答を除く）

Ⅱ あま市健康日本21計画および食育推進計画の指標の評価

あま市健康日本21計画および食育推進計画では、計画の進捗を評価する数値目標として、分野ごとに数値目標を設定しました。(★)は本計画策定時に実施したアンケート調査(平成23年3月)に基づくものです。また、(☆)はアンケート調査で把握していないものの、分野別の取り組みを実現できるよう、国や県計画に基づく指標や目標を勘案しながら、指標として設定しました。

これらの指標と、今回実施したアンケート調査とを比較し、あま市の現状を把握します。

1 あま市健康日本21計画の指標の評価

(1) 栄養と食生活

指標	対象	計画策定時	現状値	平成28年度 (目標値)
朝食を欠食する人の減少(★)	男性 20～29歳	36.1%	45.9%	25.0%以下
	男性 30～39歳	26.9%	30.4%	20.0%以下
	女性 20～29歳	20.0%	18.6%	15.0%以下

(2) 身体活動と運動

指標	対象	計画策定時	現状値	平成28年度 (目標値)
運動習慣者の増加(★)	男性 成人	25.9%	37.0%	30.0%以上
	女性 成人	19.6%	25.9%	25.0%以上

(3) こころの健康づくり

指標	対象	計画策定時	現状値	平成28年度 (目標値)
趣味を持つ人の増加(☆)	成人	-	69.3%	80.0%以上
睡眠による休養が十分にとれていない人の減少(☆)	成人	-	※20.1%	40.0%以下
ストレス解消法を持っている人の増加(☆)	成人	-	68.3%	70.0%以上

※「あまり取れていない」と「まったく取れていない」を回答した人

(4) 歯と口腔の健康づくり

指標	対象	計画策定時	現状値	平成28年度 (目標値)
歯間部清掃用器具を使用している人の増加(★)	成人	25.0%	26.9%	35.0%以上
歯みがきを1日2回以上している人の増加(★)	成人	61.9%	58.8%	75.0%以上

(5) がん（たばこを含む）

指標		対象	計画策定時	現状値	平成28年度 (目標値)
喫煙が及ぼす健康影響についての十分な知識を持っている人の増加(★)	がん	成人	76.1%	73.7%	100.0%
	心臓病	成人	32.9%	26.1%	70.0%以上
	ぜん息	成人	48.4%	49.8%	70.0%以上
	妊娠に関連した異常 (早産・低体重児など)	成人	51.6%	47.3%	100.0%
	脳卒中	成人	32.3%	26.7%	70.0%以上
	歯周病	成人	19.2%	17.1%	70.0%以上
	気管支炎	成人	47.8%	44.8%	70.0%以上
	胃かいよう 慢性閉塞性肺疾患 【COPD】 (肺機能低下)	成人	37.9%	34.4%	70.0%以上
喫煙者の減少(★)		男性 成人	27.3%	25.0%	20.0%以下
		女性 成人	7.4%	7.6%	5.0%以下

(6) アルコール

指標	対象	計画策定時	現状値	平成28年度 (目標値)
節度ある適度な飲酒の知識を持つ人の増加(★)	成人	-	38.8%	100.0%
※多量に飲酒する人の減少(★)	男性 成人	-	12.8%	3.6%以下
	女性 成人	-	8.4%	0.6%以下

※3合以上飲酒する人

2 食育推進計画の指標の評価

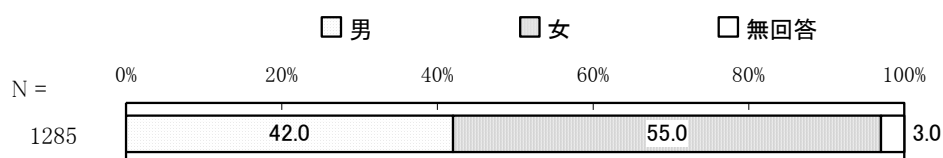
指標	対象	計画策定時	現状値	平成28年度 (目標値)
地産地消を知っている人の増加	成人	-	69.7%	70.0%以上

Ⅲ 調査結果

A. ご自身のことについておたずねします。

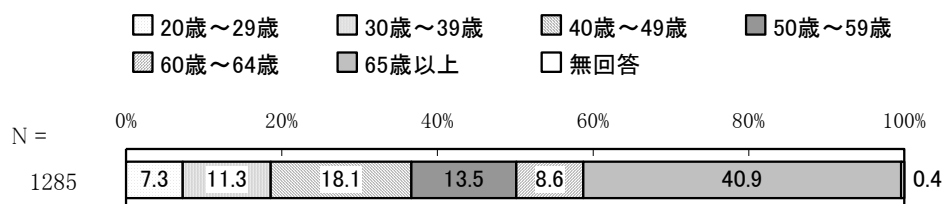
問1 性別を、次の中から1つ選んで○をつけてください。

「男」の割合が42.0%、「女」の割合が55.0%となっています。



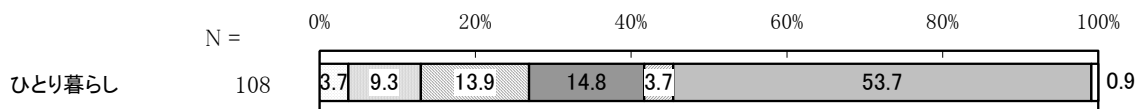
問2 年齢を、次の中から1つ選んで○をつけてください。

「65歳以上」の割合が40.9%と最も高く、次いで「40歳～49歳」の割合が18.1%、「50歳～59歳」の割合が13.5%となっています。



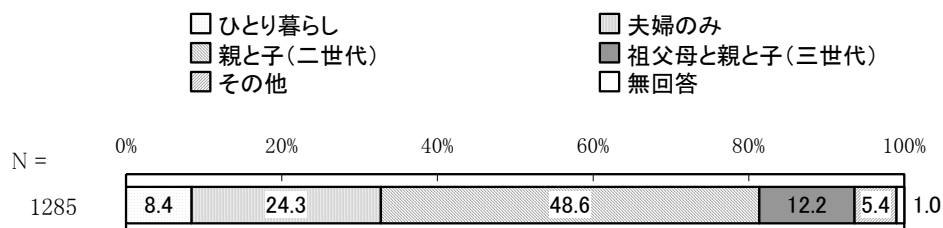
【ひとり暮らしの方の年齢】

ひとり暮らしの方では、「65歳以上」の割合が53.7%と最も高く、次いで「50歳～59歳」の割合が14.8%、「40歳～49歳」の割合が13.9%となっています。



問3 家族構成を、次の中から1つ選んで○をつけてください。

「親と子（二世代）」の割合が48.6%と最も高く、次いで「夫婦のみ」の割合が24.3%、「祖父母と親と子（三世代）」の割合が12.2%となっています。



問4 どこにお住まいですか。次の中から1つ選んで○をつけてください。

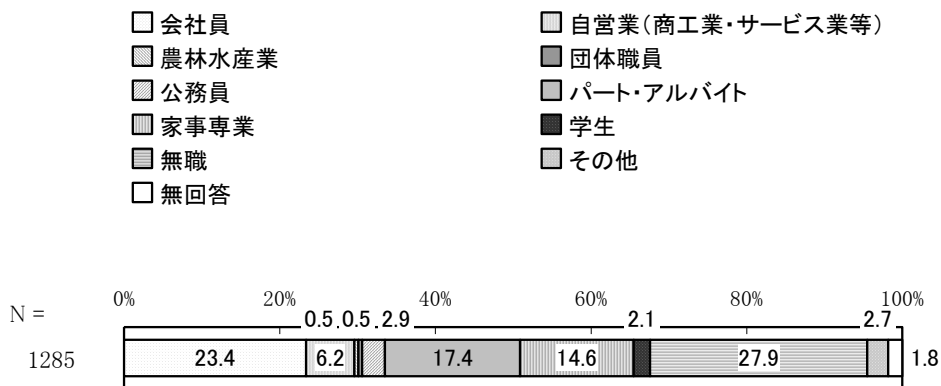
「甚目寺」の割合が11.4%と最も高くなっています。

N = 1285



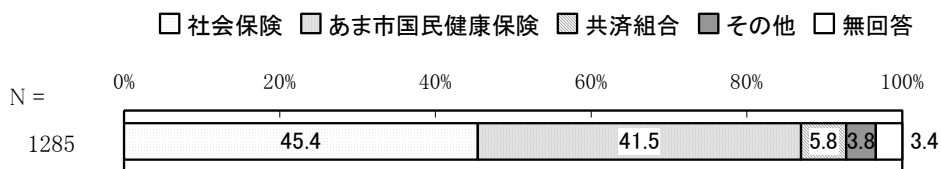
問5 職業を、次の中から1つ選んで○をつけてください。(兼業の方は主な職業を1つ選んでください。)

「無職」の割合が27.9%と最も高く、次いで「会社員」の割合が23.4%、「パート・アルバイト」の割合が17.4%となっています。



問6 加入している健康保険を、次の中から1つ選んで○をつけてください。

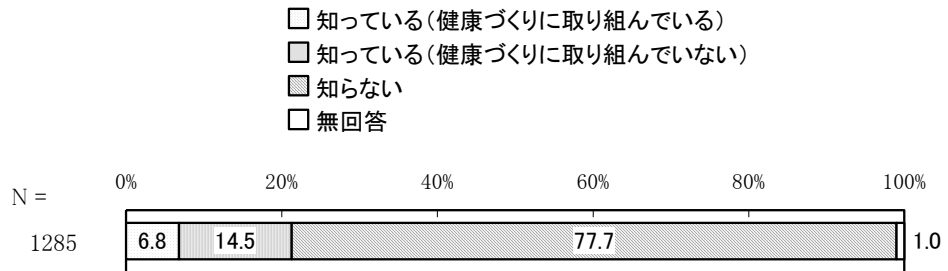
「社会保険」の割合が45.4%と最も高く、次いで「あま市国民健康保険」の割合が41.5%となっています。



問7 あま市で実施している「健康マイレージ事業」※を知っていますか。次の中から1つ選んで○をつけてください。

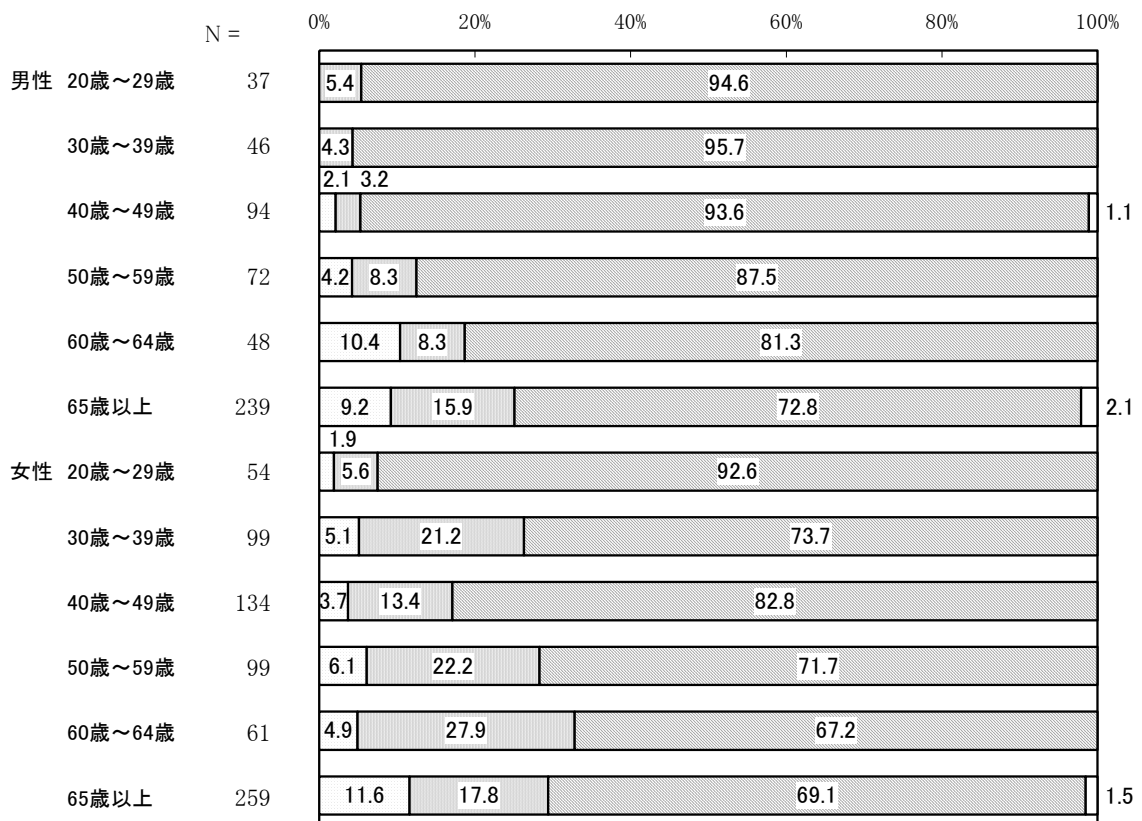
※健康マイレージ事業とは…市民の健康づくりを促進するため、健康づくりに取り組んだ方に、マイレージ（ポイント）を付与し、一定のマイレージ獲得者に特典（景品応募・優待カード交付）を進呈する事業

「知らない」の割合が77.7%と最も高く、次いで「知っている（健康づくりに取り組んでいない）」の割合が14.5%となっています。



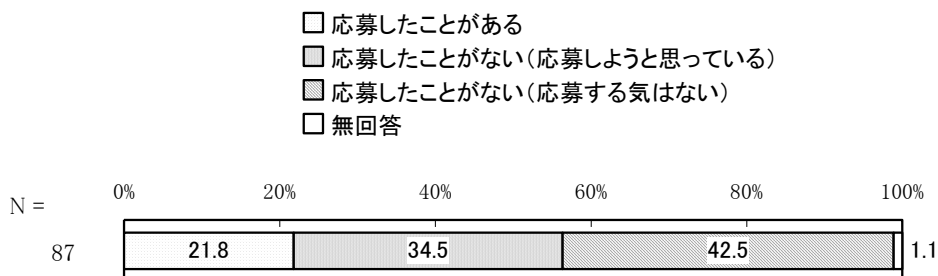
【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、女性の60歳～64歳で「知っている（健康づくりに取り組んでいない）」の割合が高くなっています。



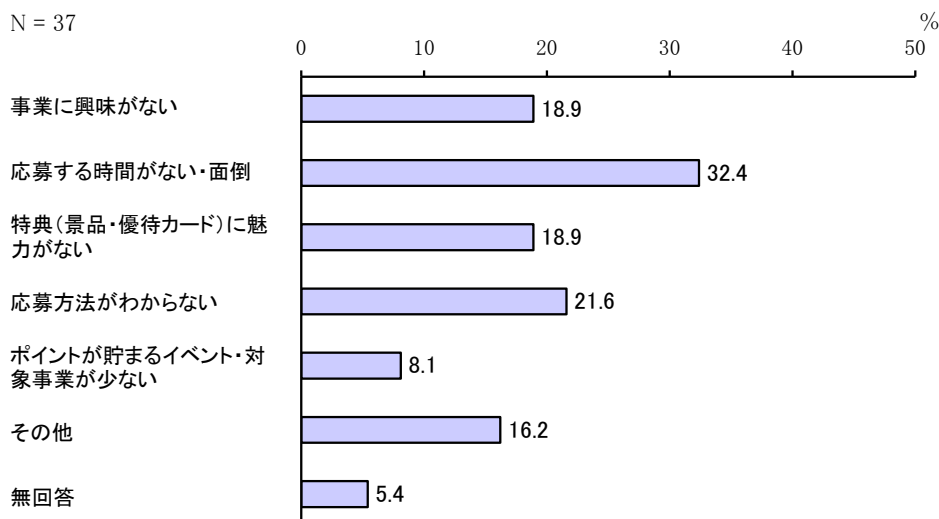
問7-1 問7で「1. 知っている（健康づくりに取り組んでいる）」とお答えになった方にお聞きします。次の中から1つ選んで○をつけてください。

「応募したことがない（応募する気はない）」の割合が42.5%と最も高く、次いで「応募したことがない（応募しようと思っている）」の割合が34.5%、「応募したことがある」の割合が21.8%となっています。



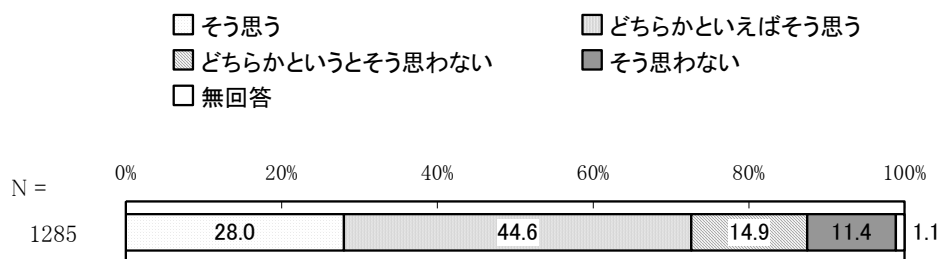
問7-2 問7-1で「3. 応募したことがない（応募する気はない）」とお答えになった方にお聞きします。応募しない理由は何ですか。次の中からあてはまるものを全て選んで○をつけてください。

「応募する時間がない・面倒」の割合が32.4%と最も高く、次いで「応募方法がわからない」の割合が21.6%、「事業に興味がない」、「特典（景品・優待カード）に魅力がない」の割合が18.9%となっています。



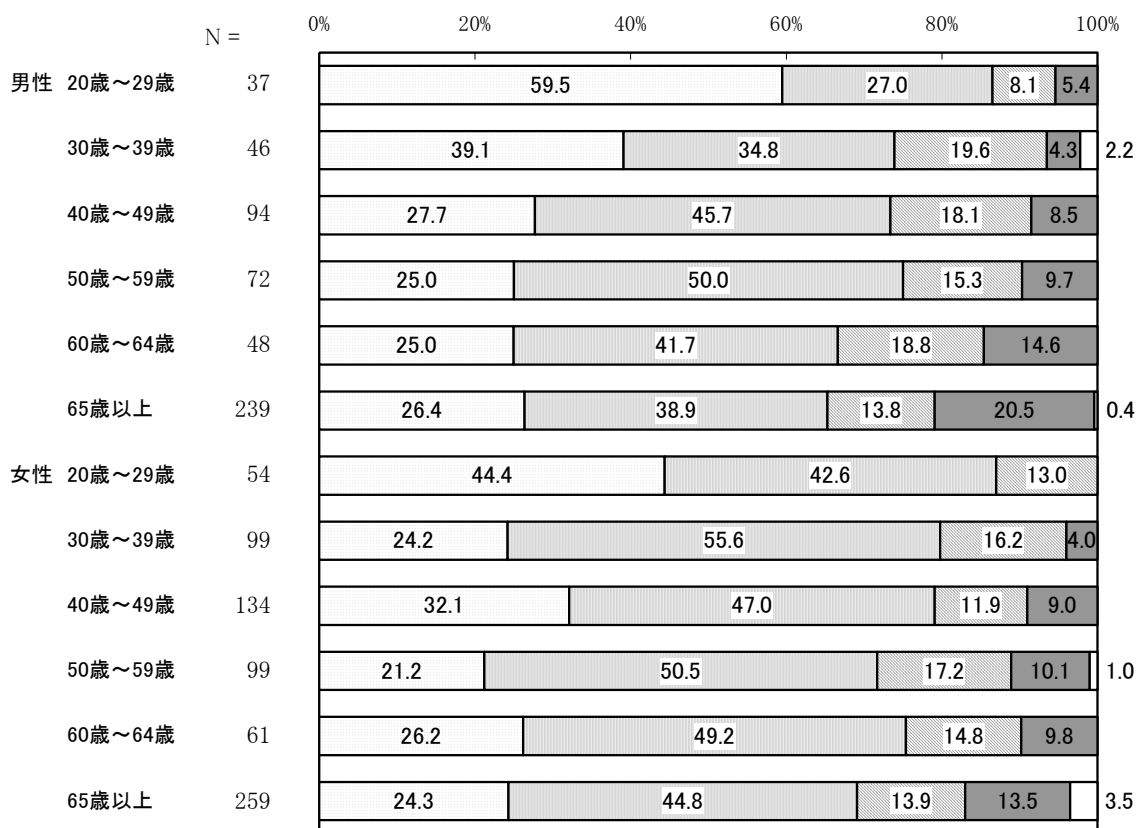
問 8 健康だと思いますか。次の中から 1 つ選んで○をつけてください。

「そう思う」と「どちらかといえばそう思う」を合わせた“そう思う”の割合が 72.6%、「どちらかというと思わない」と「そう思わない」を合わせた“そう思わない”の割合が 26.3%となっています。



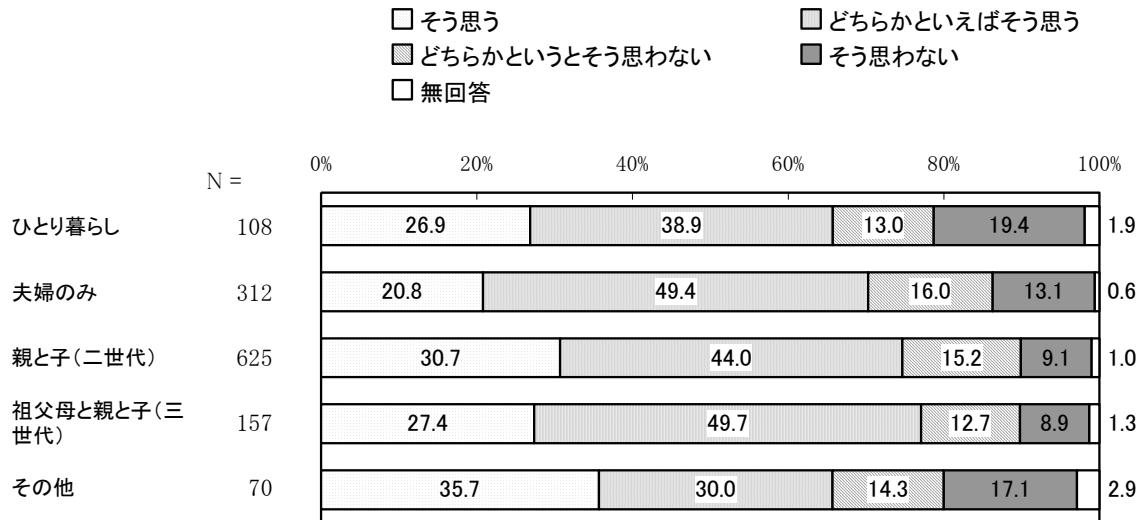
【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男女とも 20 歳～29 歳で“そう思う”の割合が高くなっています。



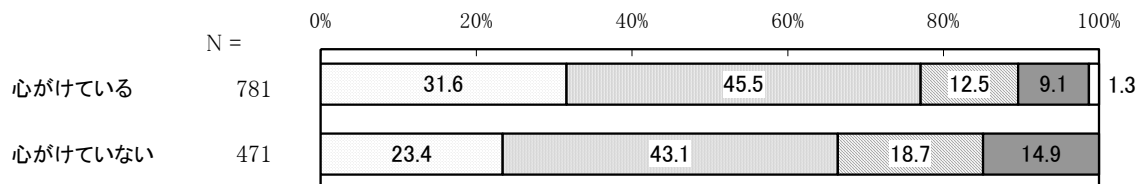
【家族構成別】

家族構成別でみると、世帯人数が増えるにつれ“そう思う”の割合が高くなる傾向がみられます。



【運動意識の有無別】

運動意識の有無別でみると、心がけていないに比べ、心がけているで“そう思う”の割合が高くなっています。



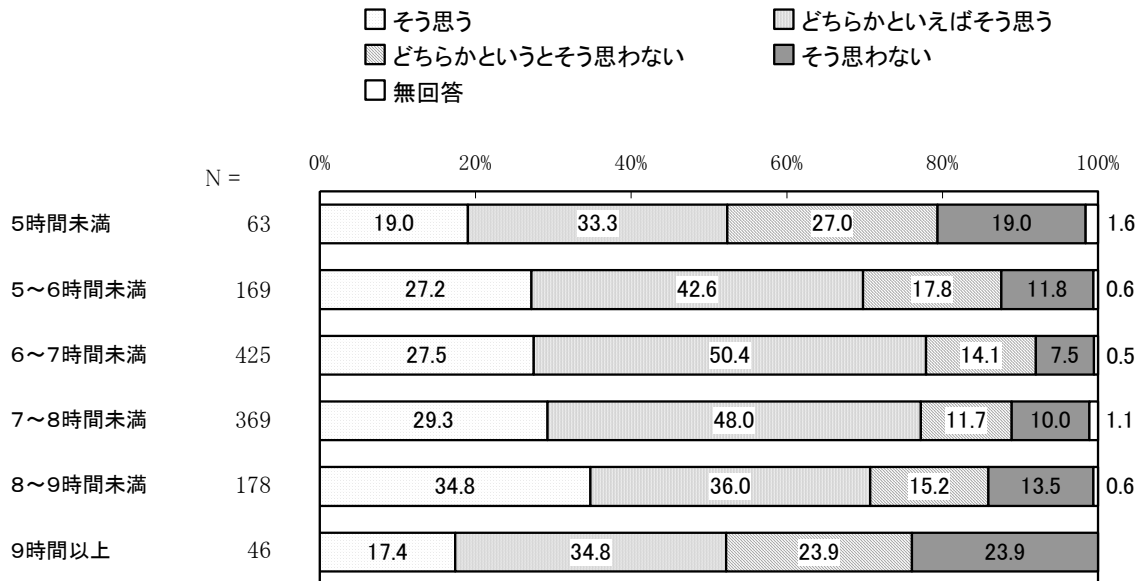
【自分の歯でかむことができるかどうか別】

自分の歯でかむことができるかどうか別でみると、十分に噛める人ほど“そう思う”の割合が高くなっています。



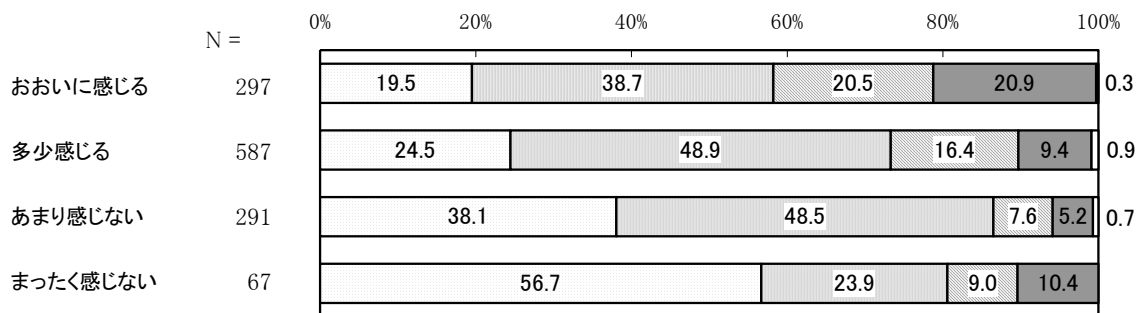
【睡眠時間別】

睡眠時間別でみると、他に比べ、6～8時間未満で“そう思う”の割合が高くなっています。



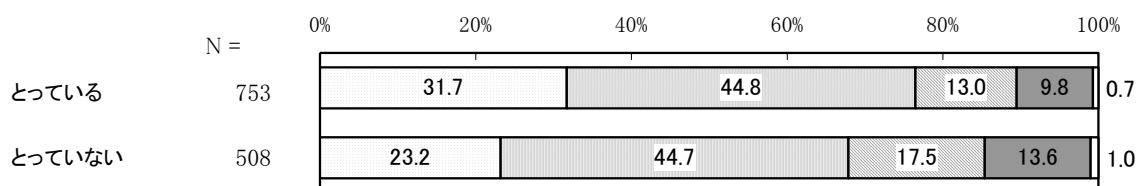
【ストレスの有無別】

ストレスの有無別でみると、他に比べ、あまり感じないで“そう思う”の割合が高くなっています。



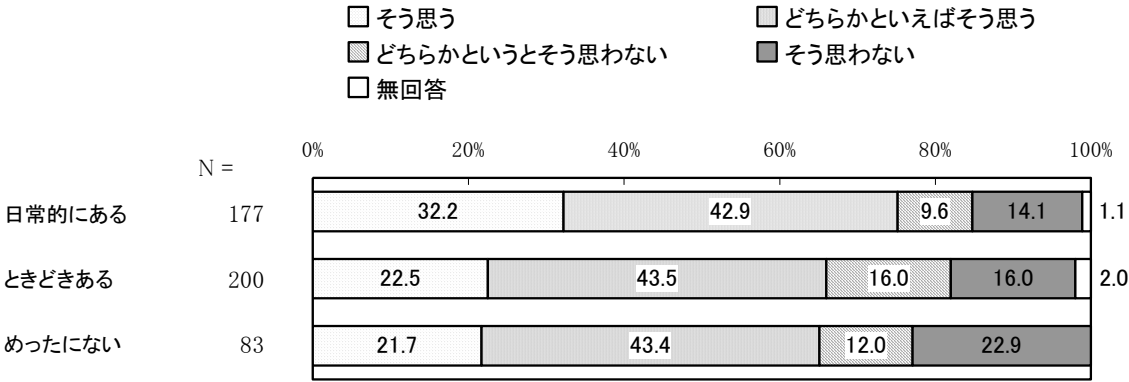
【家族や友人と食事をとっているかどうか別】

家族や友人と食事をとっているかどうか別でみると、とっていないに比べ、とっているで“そう思う”の割合が高くなっています。



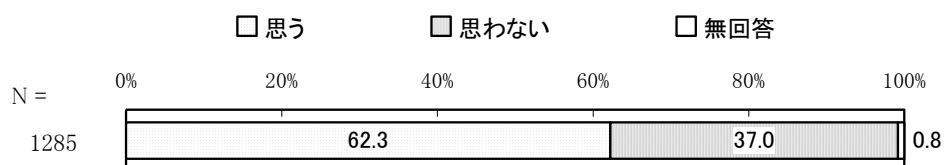
【ご近所との交流頻度別（65 歳以上の方）】

ご近所との交流頻度別でみると、他に比べ、日常的にあるで“そう思う”の割合が高くなっています。



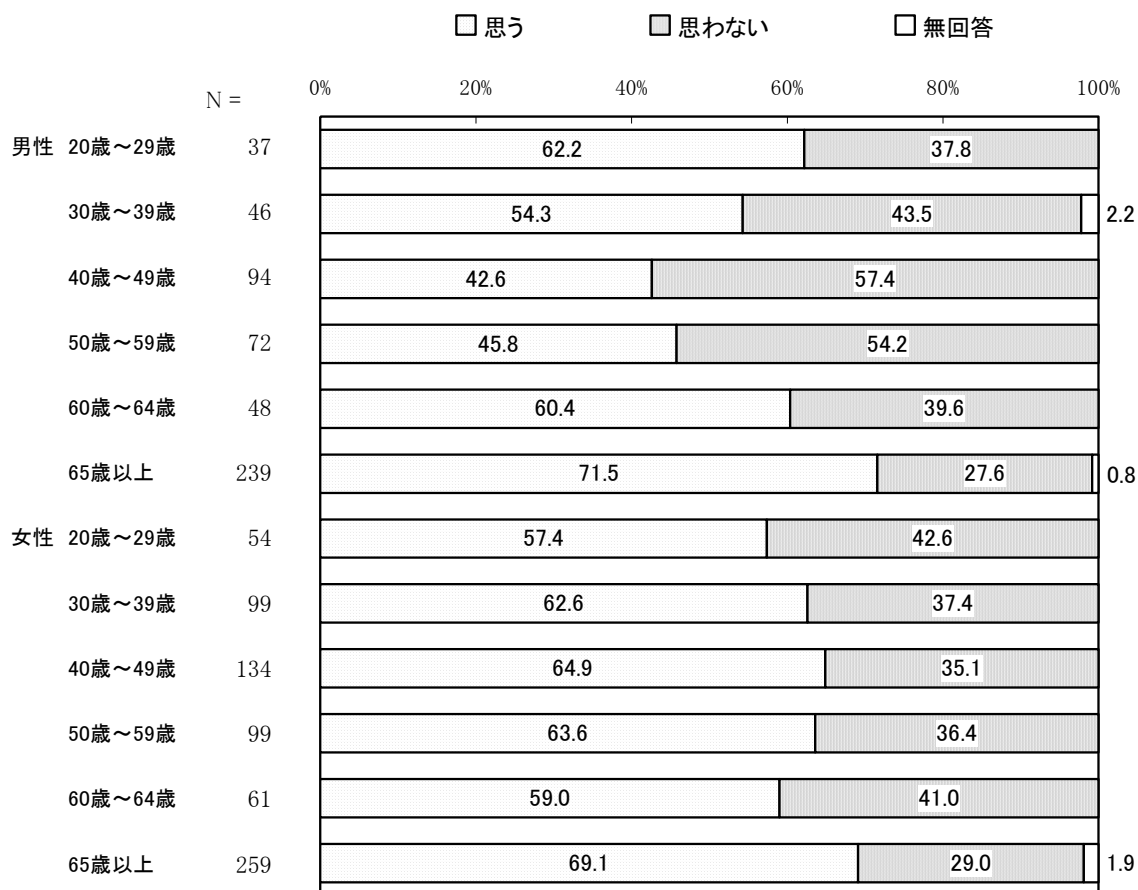
問9 現在、健康的な生活習慣を送っていると思いますか。どちらか1つ選んで○をつけてください。

「思う」の割合が62.3%、「思わない」の割合が37.0%となっています。



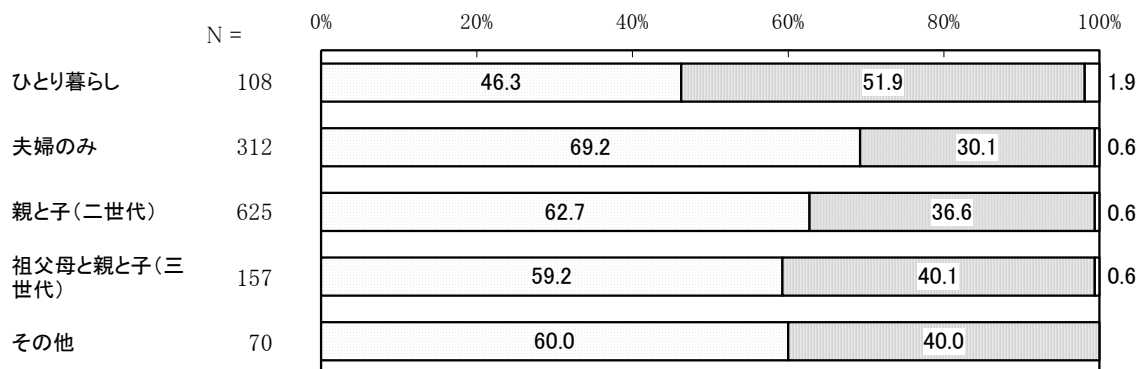
【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男性の65歳以上で「思う」の割合が高くなっています。



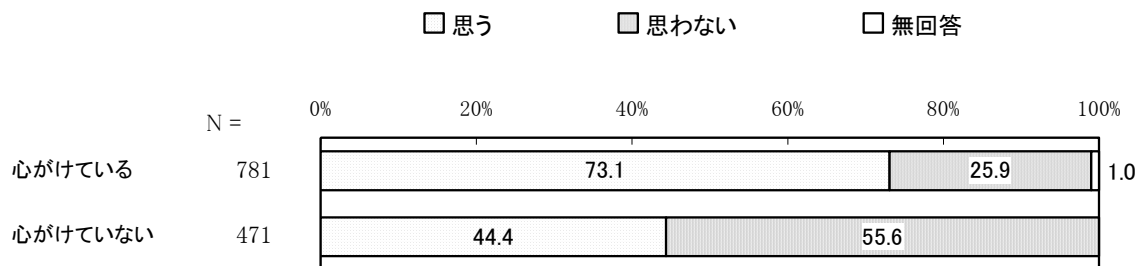
【家族構成別】

家族構成別でみると、他に比べ、夫婦のみで「思う」の割合が高くなっています。



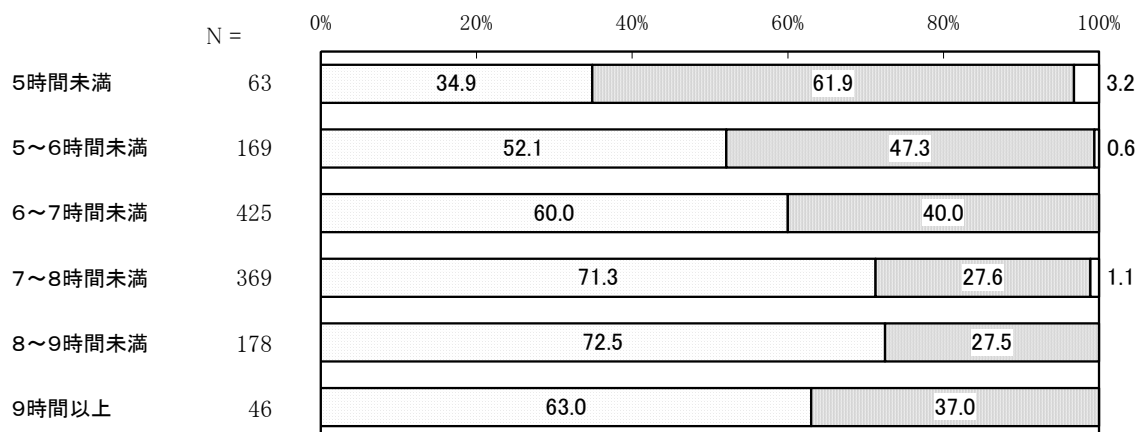
【運動意識の有無別】

運動意識の有無別でみると、心がけていないに比べ、心がけているで「思う」の割合が高くなっています。



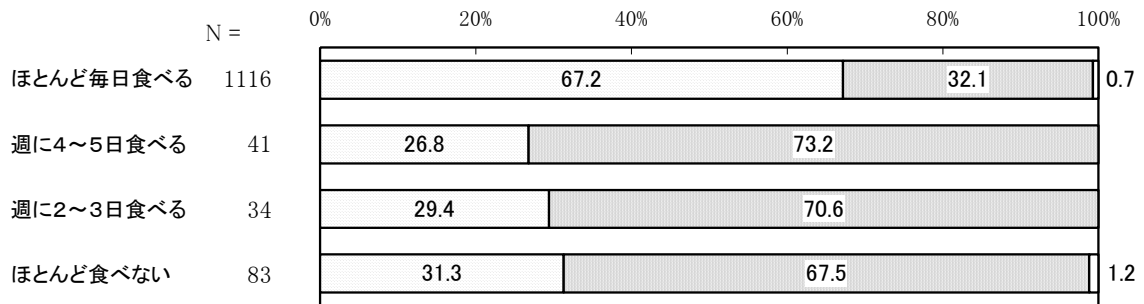
【睡眠時間別】

睡眠時間別でみると、他に比べ、9時間以上を除き、睡眠時間が長くなるにつれて「思う」の割合が高くなっています。



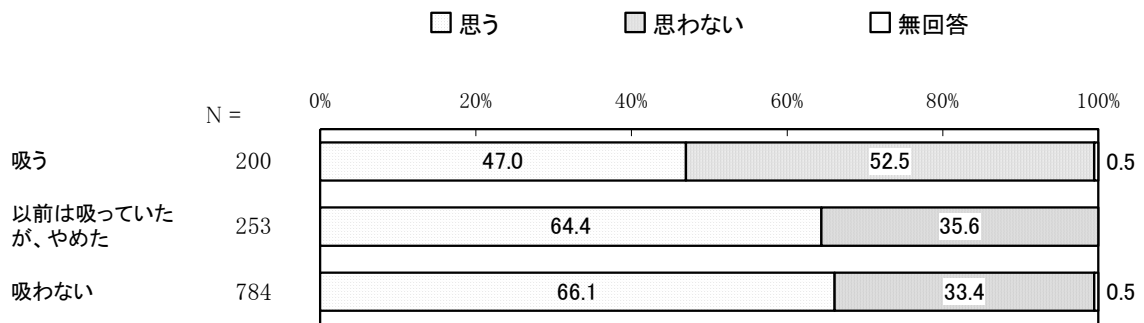
【朝食の摂取度別】

朝食の摂取度別でみると、他に比べ、ほとんど毎日食べるで「思う」の割合が高くなっています。



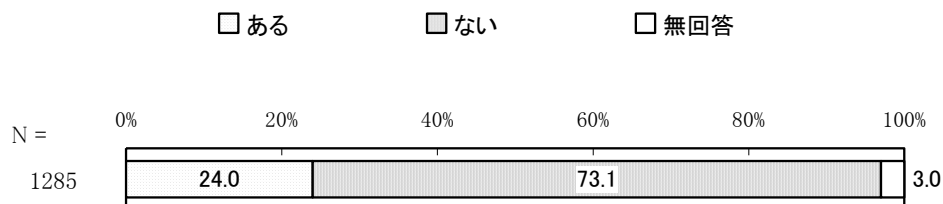
【喫煙習慣別】

喫煙習慣別でみると、他に比べ、吸うで「思う」の割合が低くなっています。



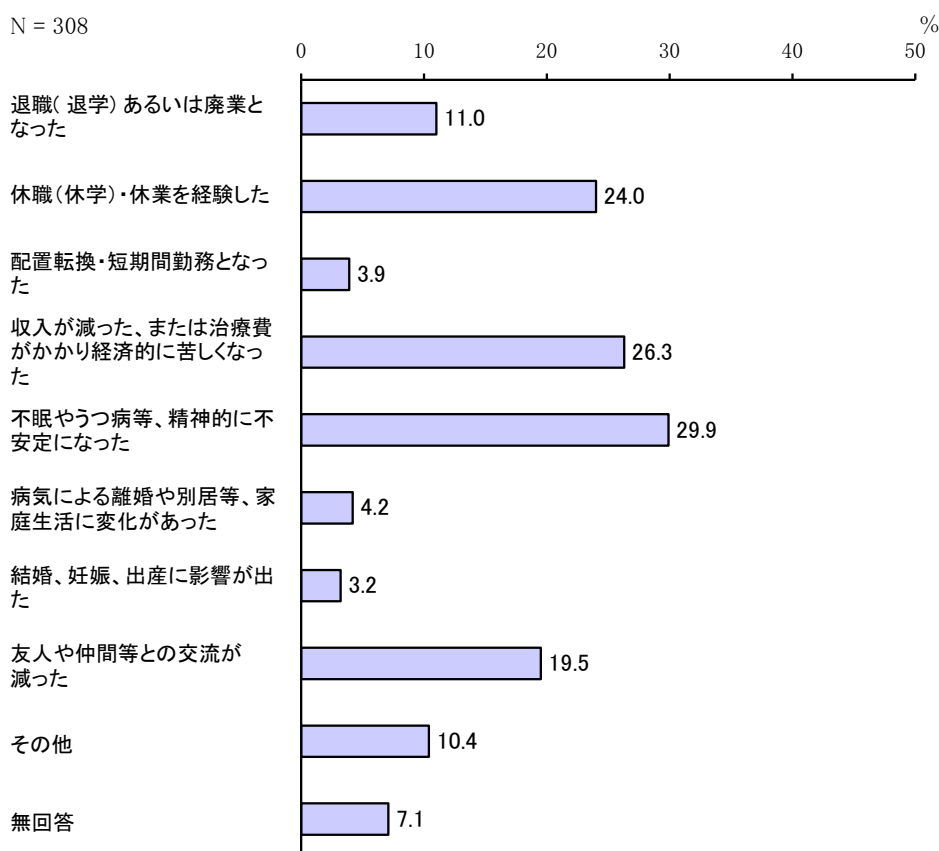
問 10 これまで、健康上の理由（病気や身体の障害）で仕事や学業について不安を感じたり、その後の生活に変化を与えたりするような出来事を経験したことがありますか。どちらか1つ選んで○をつけてください。

「ある」の割合が 24.0%、「ない」の割合が 73.1%となっています。



問 10－1 問 10 で「1. ある」とお答えになった方にお聞きします。どのような出来事でしたか。次の中からあてはまるものを全て選んで○をつけてください。

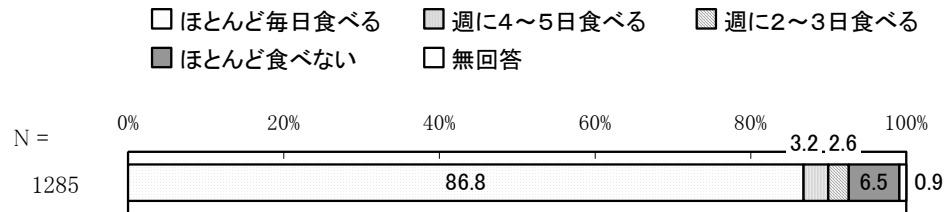
「不眠やうつ病等、精神的に不安定になった」の割合が 29.9%と最も高く、次いで「収入が減った、または治療費がかかり経済的に苦しくなった」の割合が 26.3%、「休職（休学）・休業を経験した」の割合が 24.0%となっています。



B. 栄養・食生活についてご質問します。

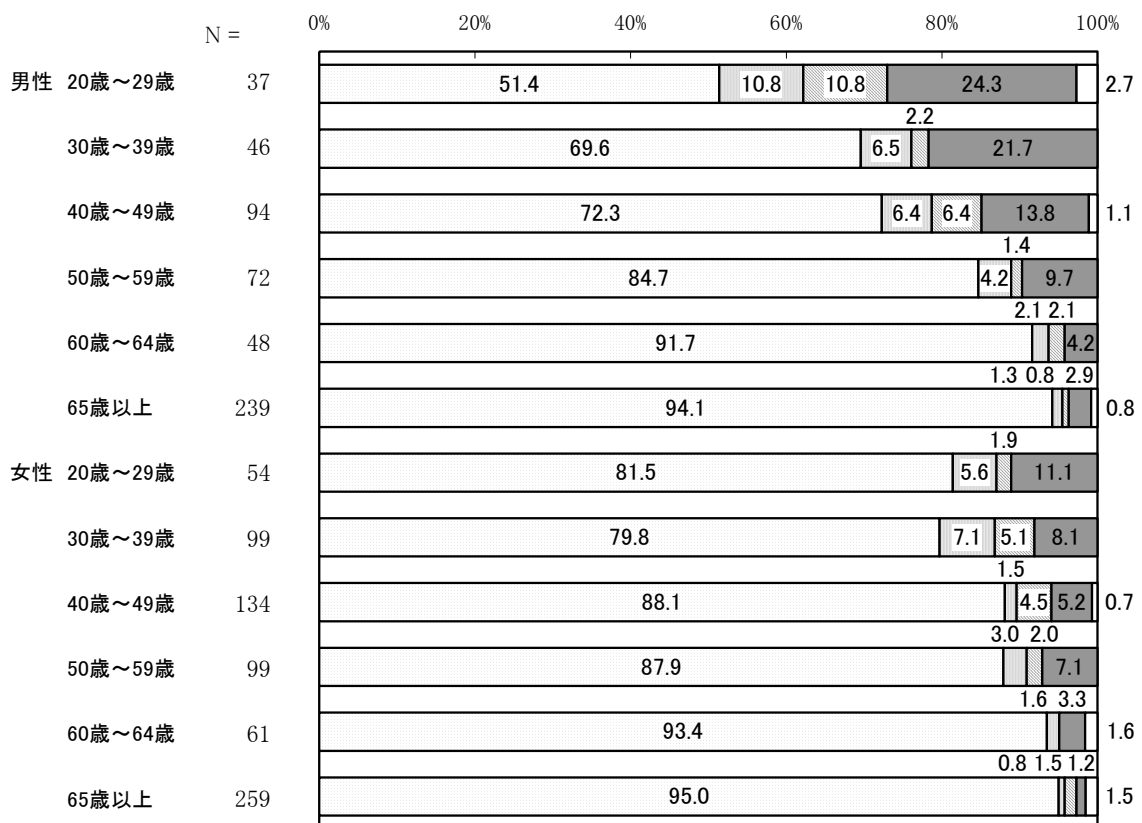
問 11 朝食を食べますか。次の中から1つ選んで○をつけてください。

「ほとんど毎日食べる」の割合が86.8%と最も高くなっています。



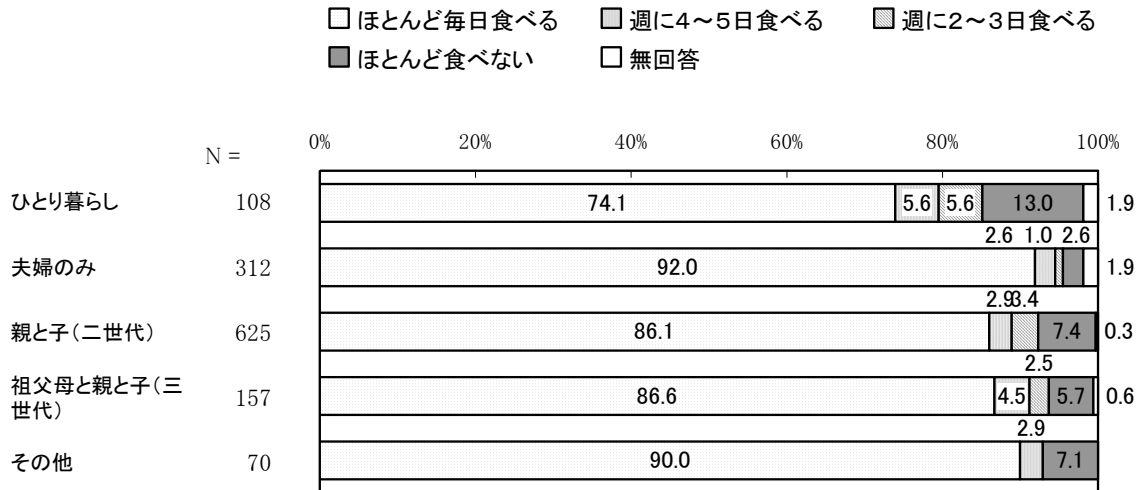
【性年齢別】

性年齢別でみると、男女とも年齢が高くなるにつれて「ほとんど毎日食べる」の割合が高くなる傾向がみられます。



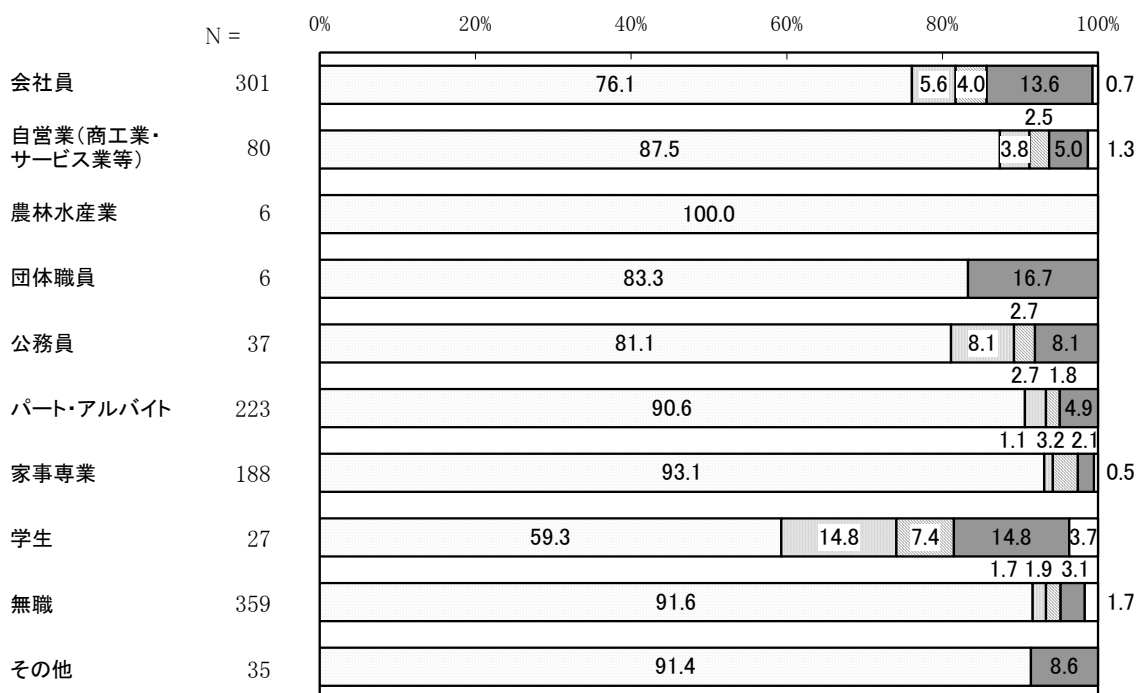
【家族構成別】

家族構成別でみると、他に比べ、夫婦のみで「ほとんど毎日食べる」の割合が高くなっています。



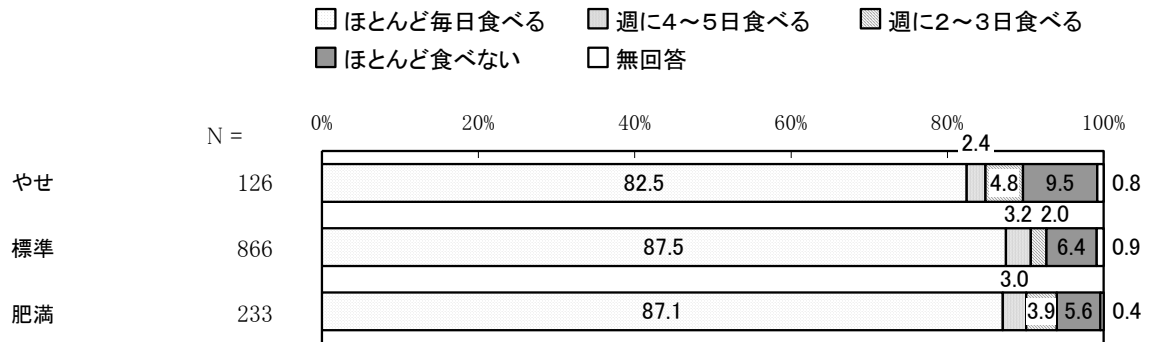
【職業別】

職業別でみると、他に比べ、会社員で「ほとんど毎日食べる」の割合が低くなっています。



【BMI別】

BMI別でみると、やせで「ほとんど毎日食べる」の割合が低くなっています。



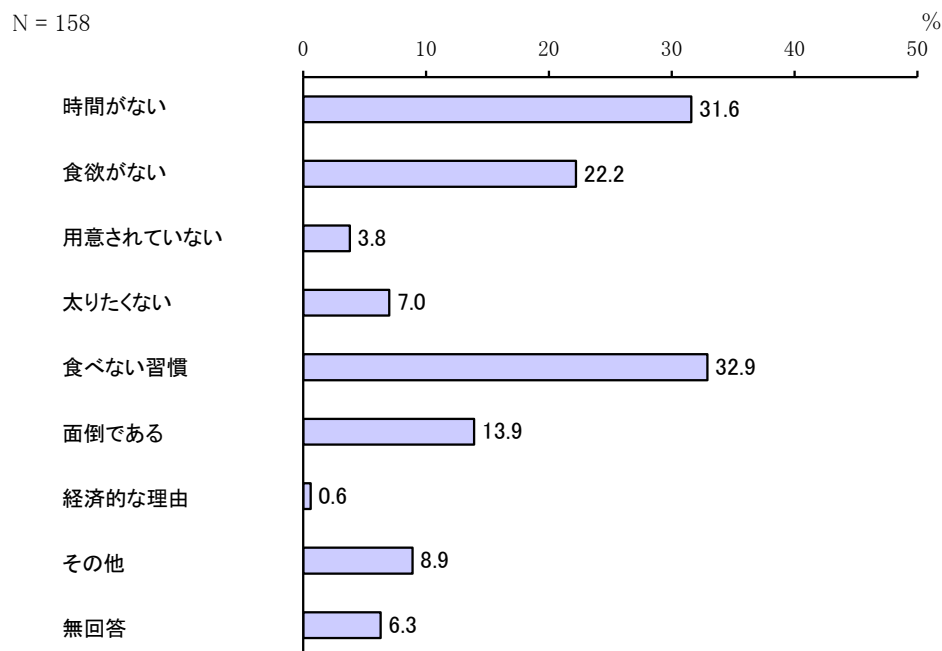
【睡眠時間別】

睡眠時間別でみると、睡眠時間が長くなるにつれて「ほとんど毎日食べる」の割合が高くなっています。



問 11－1 問 11 で「2、3 または 4. 朝食を毎日食べない」とお答えになった方にお聞きします。朝食を食べない理由を、次の中から 2 つまで選んで○をつけてください。

「食べない習慣」の割合が 32.9% と最も高く、次いで「時間がない」の割合が 31.6%、「食欲がない」の割合が 22.2% となっています。



【性年齢別】

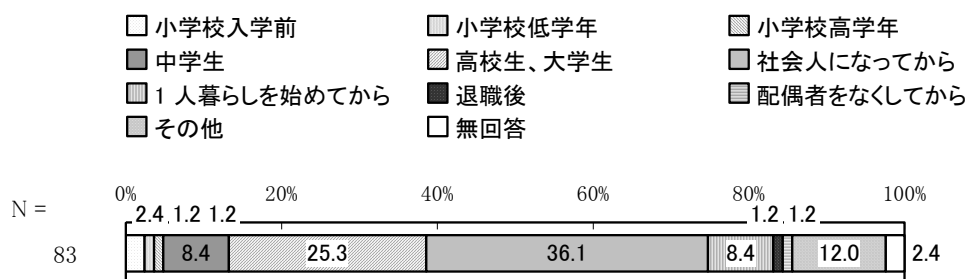
性年齢別でみると、他に比べ、男性の20歳～29歳、40歳～49歳、女性の30歳～39歳で「時間がない」の割合が高くなっています。また、女性の20歳～29歳で「食欲がない」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	有効回答数 (件)	時間がない	食欲がない	用意されていない	太りたくない	食べない習慣	面倒である	経済的な理由	その他	無回答
男性 20歳～29歳	17	47.1	29.4	—	5.9	35.3	23.5	—	11.8	—
30歳～39歳	14	42.9	14.3	—	—	28.6	21.4	7.1	14.3	14.3
40歳～49歳	25	48.0	20.0	—	8.0	28.0	8.0	—	—	4.0
50歳～59歳	11	18.2	18.2	—	9.1	45.5	—	—	9.1	9.1
60歳～64歳	4	—	—	50.0	—	50.0	25.0	—	—	—
65歳以上	12	—	8.3	16.7	16.7	33.3	16.7	—	8.3	8.3
女性 20歳～29歳	10	20.0	40.0	—	—	20.0	20.0	—	30.0	—
30歳～39歳	20	45.0	25.0	—	15.0	30.0	15.0	—	5.0	—
40歳～49歳	15	26.7	26.7	—	—	40.0	6.7	—	6.7	13.3
50歳～59歳	12	33.3	16.7	—	16.7	33.3	8.3	—	—	16.7
60歳～64歳	3	33.3	33.3	—	—	—	—	—	33.3	33.3
65歳以上	9	—	22.2	11.1	—	44.4	11.1	—	22.2	—

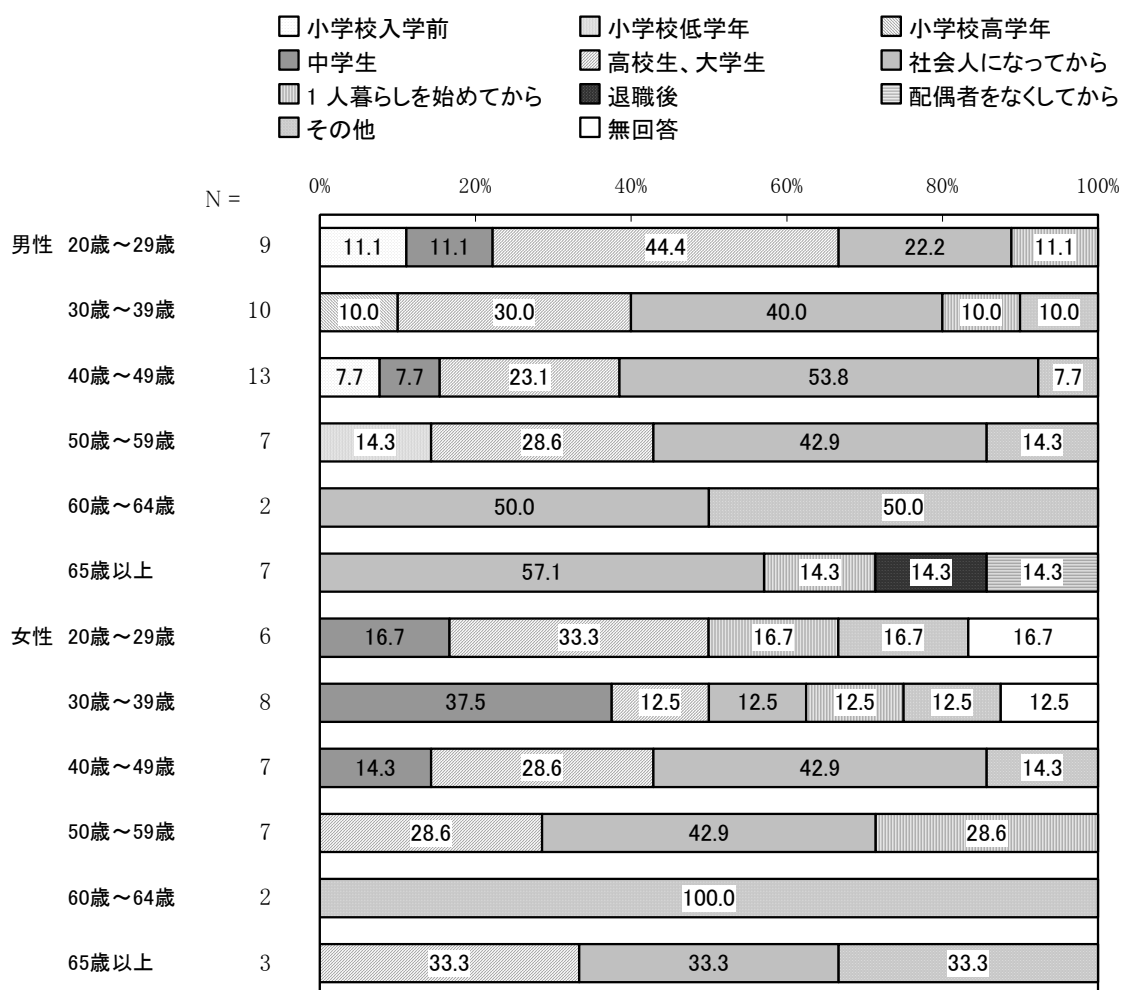
問 11－2 問 11 で「4. ほとんど食べない」とお答えになった方にお聞きします。いつから食べなくなりましたか。1つ選んで○をつけてください。

「社会人になってから」の割合が 36.1%と最も高く、次いで「高校生、大学生」の割合が 25.3%となっています。



【性年齢別】

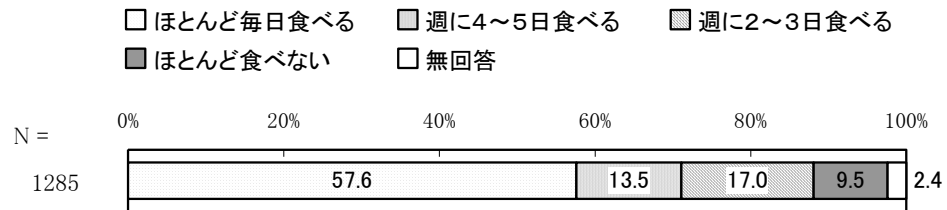
性年齢別でみると、他に比べ、男性の 30 歳～39 歳で「小学校高学年」の割合が高くなっています。



問 12 1日に2回以上主食・主菜・副菜※を3つそろえて食べることが週に何日ありますか。次の中から1つ選んで○をつけてください。

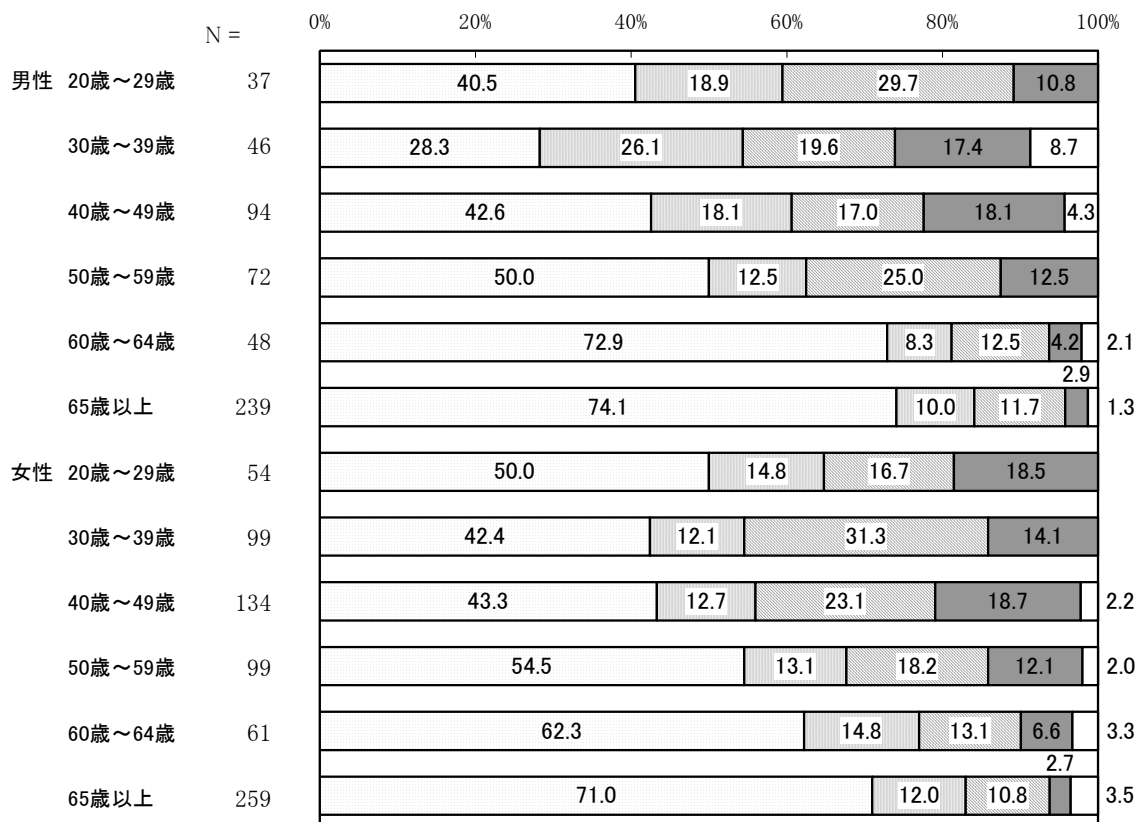
※主食…ごはん、パン、麺類等を主材料とする料理（主に炭水化物の供給源）
 ※主菜…肉、魚、卵、大豆及び大豆製品等を主材料とする料理（主にたんぱく質の供給源）
 ※副菜…野菜、きのこ、海藻等を主材料とする料理（主にビタミン、ミネラル、食物繊維の供給源）

「ほとんど毎日食べる」の割合が57.6%と最も高く、次いで「週に2～3日食べる」の割合が17.0%、「週に4～5日食べる」の割合が13.5%となっています。



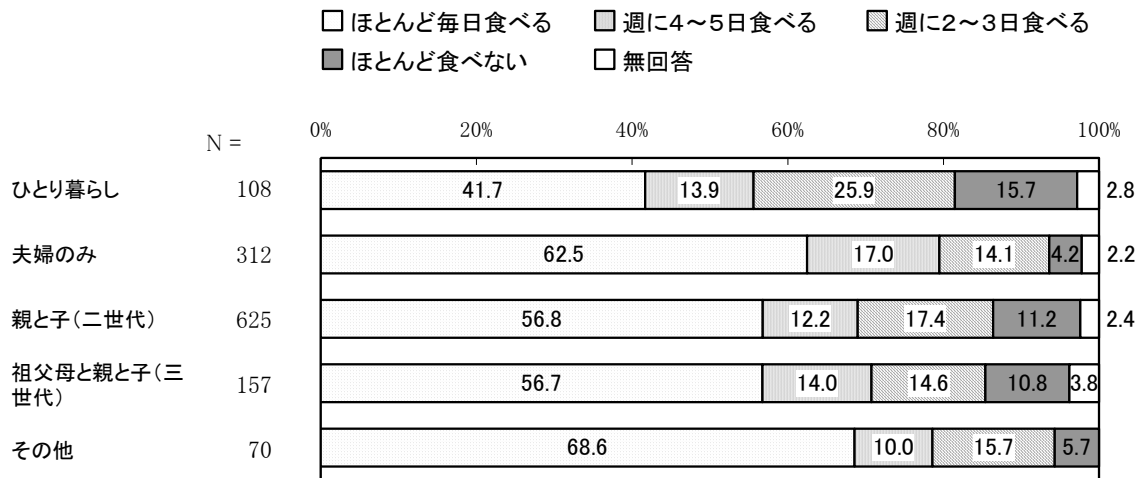
【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男性の60歳以上、女性の65歳以上で「ほとんど毎日食べる」の割合が高くなっています。



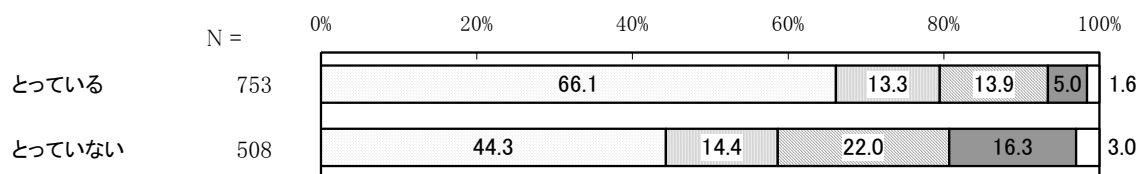
【家族構成別】

家族構成別でみると、他に比べ、夫婦のみで「ほとんど毎日食べる」の割合が高くなっています。



【家族や友人と食事をとっているかどうか別】

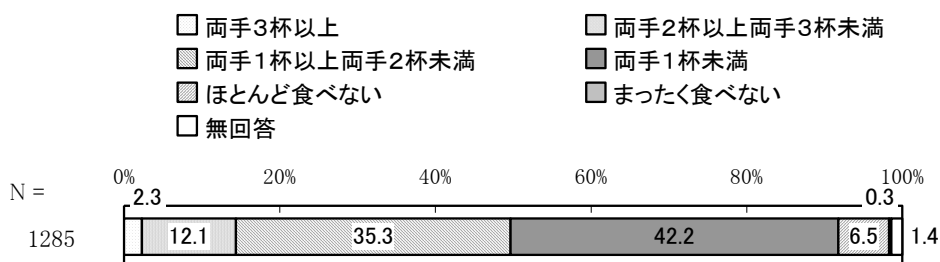
家族や友人と食事をとっているかどうか別でみると、とっていないに比べ、とっているで「ほとんど毎日食べる」の割合が高くなっています。



問 13 野菜を1日どのくらい食べていますか。生野菜の量で考えて、次の中から1つ選んで○をつけてください。

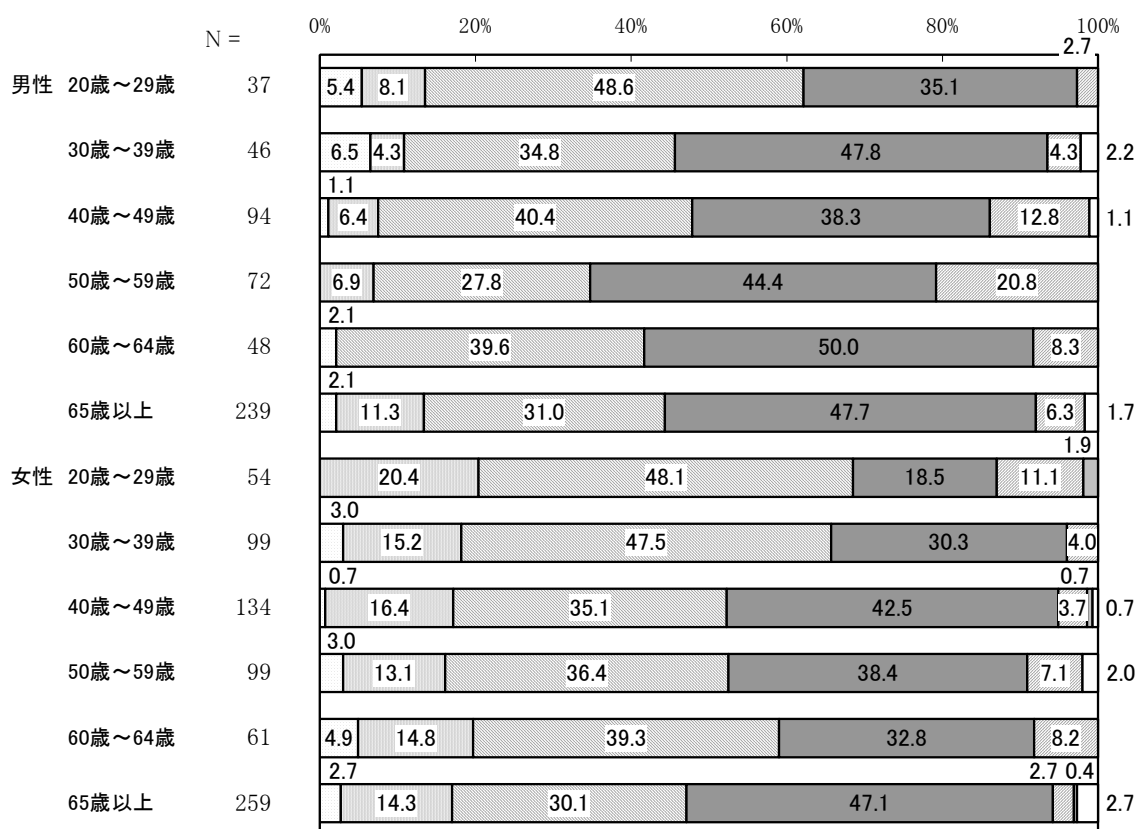
※1日の野菜摂取量の目安…生野菜で両手3杯以上、350g以上が目標

「両手1杯未満」の割合が42.2%と最も高く、次いで「両手1杯以上両手2杯未満」の割合が35.3%、「両手2杯以上両手3杯未満」の割合が12.1%となっています。



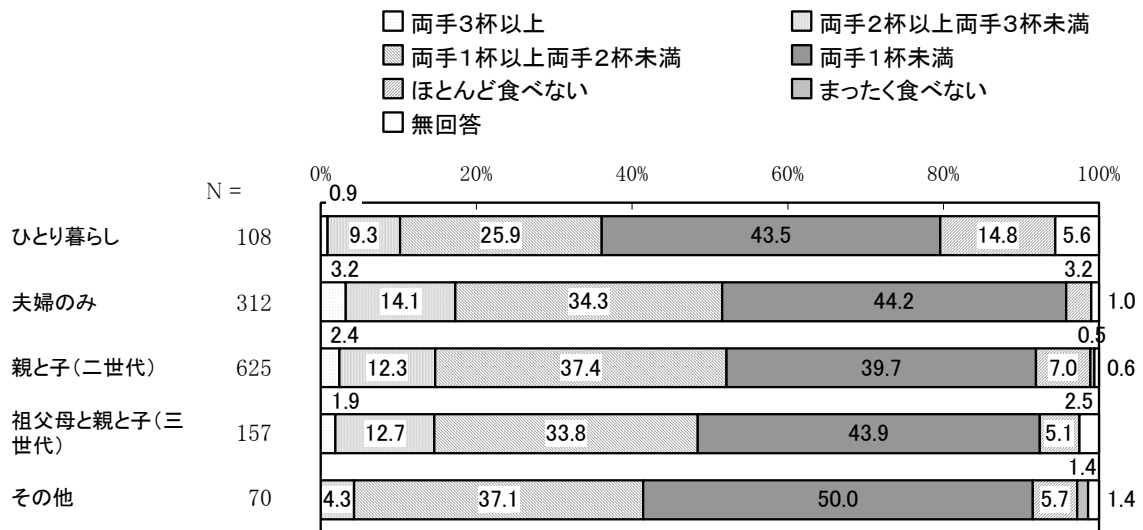
【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、女性の20歳～29歳で「両手1杯以上両手2杯未満」の割合が高くなっています。また、男性の30歳～39歳、60歳以上、女性の65歳以上で「両手1杯未満」の割合が高くなっています。



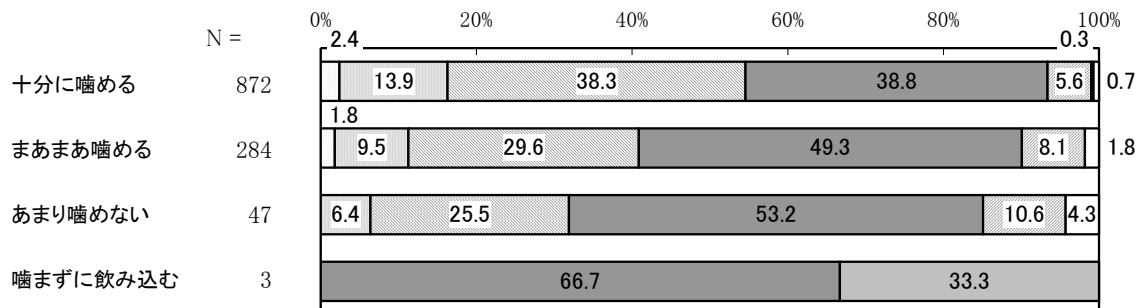
【家族構成別】

家族構成別でみると、他に比べ、ひとり暮らしで「ほとんど食べない」の割合が高くなっています。



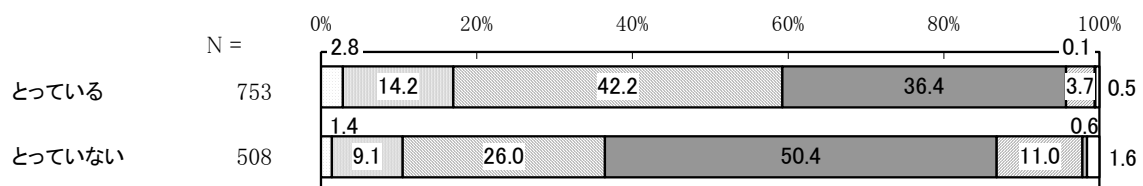
【自分の歯でかむことができるかどうか別】

自分の歯でかむことができるかどうか別でみると、十分に噛める人ほど野菜を食べる量が多くなっています。



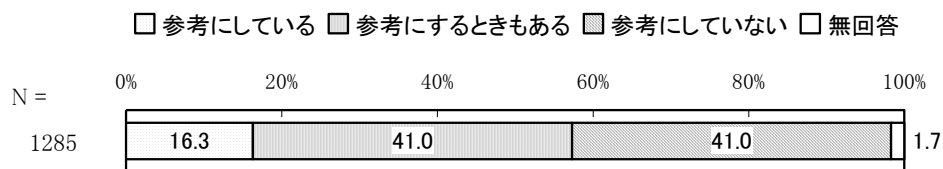
【家族や友人と食事をとっているかどうか別】

家族や友人と食事をとっているかどうか別でみると、とっていないに比べ、とっているで野菜を食べる量が多くなっています。



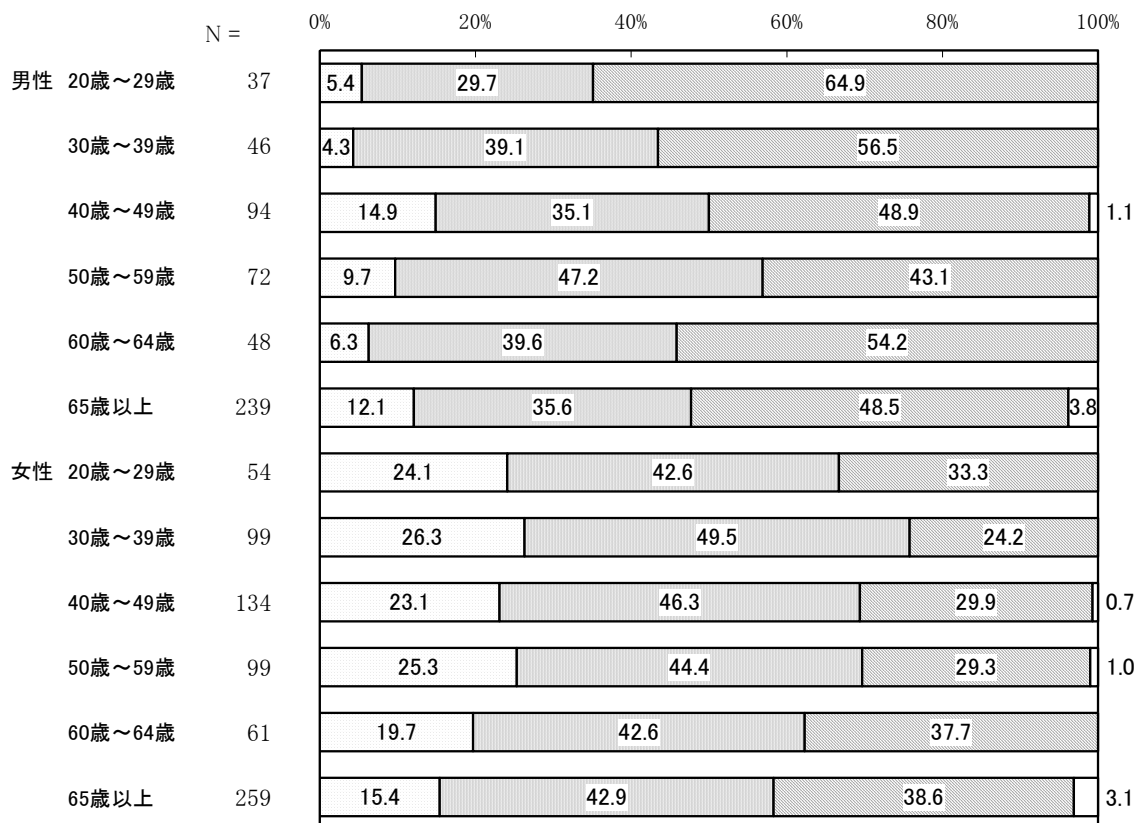
問 14 外食や食品を購入するとき、カロリー等の栄養成分表示を参考にしますか。次の中から 1 つ選んで○をつけてください。

「参考にするときもある」、「参考にしていない」の割合が 41.0%と最も高く、次いで、「参考にしている」の割合が 16.3%となっています。



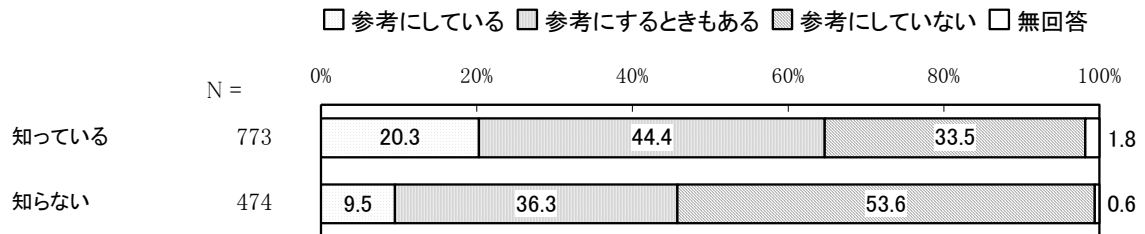
【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男性の 20 歳～29 歳で「参考にしていない」の割合が高くなっています。



【適正体重認知度別】

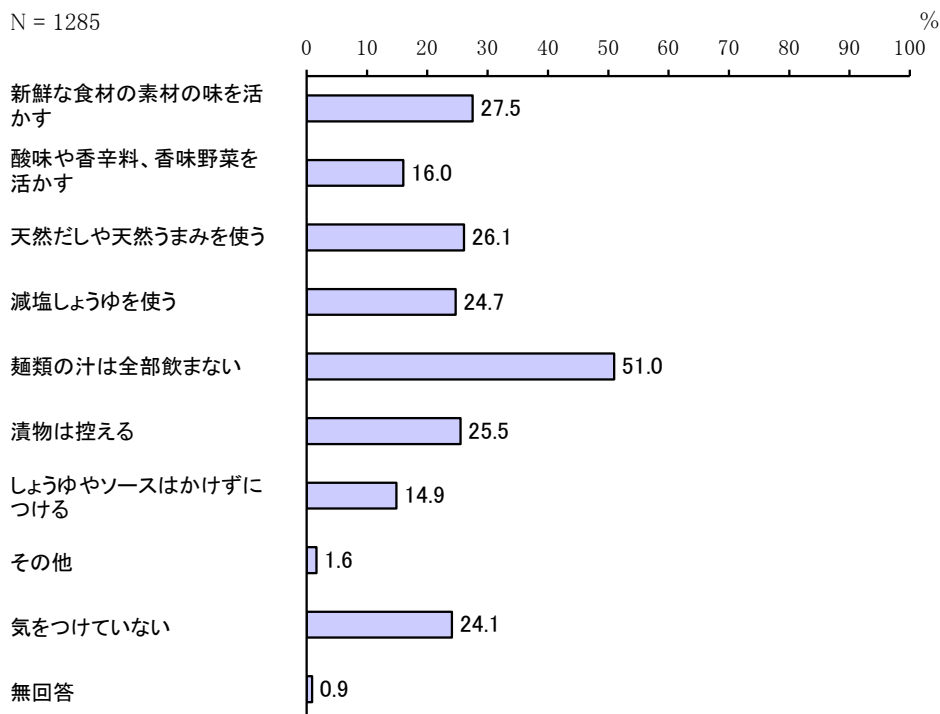
適正体重認知度別でみると、知らないに比べ、知っているで「参考になっている」、「参考にするときもある」の割合が高くなっています。



問 15 減塩について気をつけていることはありますか。次の中からあてはまるものを全て選んで○をつけてください。

「麺類の汁は全部飲まない」の割合が 51.0%と最も高く、次いで「新鮮な食材の素材の味を活かす」の割合が 27.5%、「天然だしや天然うまみを使う」の割合が 26.1%となっています。

N = 1285



【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、女性の 50 歳以上で「新鮮な食材の素材の味を活かす」の割合が高くなっています。また、男性の 30 歳～49 歳で「気をつけていない」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	有効回答数（件）	新鮮な食材の素材の味を活かす	酸味や香辛料、香味野菜を活かす	天然だしや天然うまみを使う	減塩しょうゆを使う	麺類の汁は全部飲まない	漬物は控える	しょうゆやソースはかけずにつける	その他	気をつけていない	無回答
男性 20 歳～29 歳	37	16.2	8.1	2.7	16.2	35.1	13.5	2.7	5.4	48.6	—
30 歳～39 歳	46	15.2	10.9	15.2	15.2	28.3	8.7	4.3	—	58.7	—
40 歳～49 歳	94	6.4	6.4	12.8	17.0	23.4	8.5	8.5	1.1	59.6	1.1
50 歳～59 歳	72	25.0	5.6	6.9	16.7	27.8	18.1	18.1	1.4	43.1	—
60 歳～64 歳	48	25.0	12.5	18.8	45.8	50.0	25.0	8.3	4.2	22.9	—
65 歳以上	239	24.7	14.6	20.9	30.5	46.0	28.0	11.3	1.7	25.1	1.7
女性 20 歳～29 歳	54	20.4	1.9	22.2	18.5	55.6	13.0	13.0	—	33.3	—
30 歳～39 歳	99	23.2	13.1	24.2	21.2	56.6	17.2	15.2	1.0	19.2	—
40 歳～49 歳	134	25.4	20.1	29.9	24.6	59.0	17.2	15.7	1.5	17.2	1.5
50 歳～59 歳	99	36.4	22.2	30.3	22.2	62.6	36.4	27.3	3.0	11.1	1.0
60 歳～64 歳	61	39.3	31.1	34.4	26.2	62.3	39.3	19.7	4.9	11.5	—
65 歳以上	259	39.4	23.2	42.1	27.8	62.9	39.0	19.3	0.8	7.7	1.2

【栄養表示参考度別】

栄養表示参考度別でみると、参考にしている人ほどその他と気をつけていないを除く全ての項目の割合が高くなる傾向がみられます。一方、参考にしない「気をつけていない」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	有効回答数（件）	新鮮な食材の素材の味を活かす	酸味や香辛料、香味野菜を活かす	天然だしや天然うまみを使う	減塩しょうゆを使う	麺類の汁は全部飲まない	漬物は控える	しょうゆやソースはかけずにつける	その他	気をつけていない	無回答
参考にしている	209	44.5	29.7	44.0	32.5	69.4	39.7	24.4	1.4	6.2	—
参考にするときもある	527	32.8	17.5	29.2	29.0	58.6	27.1	17.1	1.7	15.2	—
参考にしない	527	15.6	9.1	15.7	17.3	36.8	18.6	8.7	1.7	41.0	0.4

【家族や友人と食事をとっているかどうか別】

家族や友人と食事をとっているかどうか別でみると、とっていないに比べ、とっているでその他と気をつけていないを除く全ての項目の割合が高くなる傾向がみられます。一方、とっていないで「気をつけていない」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	有効回答数 (件)	新鮮な食材の 素材の味を活かす	酸味や香辛料、 野菜を活かす香味	天然だしや天然 まみを使うう	減塩しょうゆを使 う	麺類の汁は全部飲 まない	漬物は控える	しょうゆやソース はかけずにつける	その他	気をつけていない	無回答
とっている	753	31.9	19.0	31.7	28.3	57.4	28.8	15.7	1.6	17.9	0.1
とっていない	508	21.3	11.8	17.5	19.5	42.5	20.9	13.6	1.6	33.9	0.6

【飲酒の割合別】

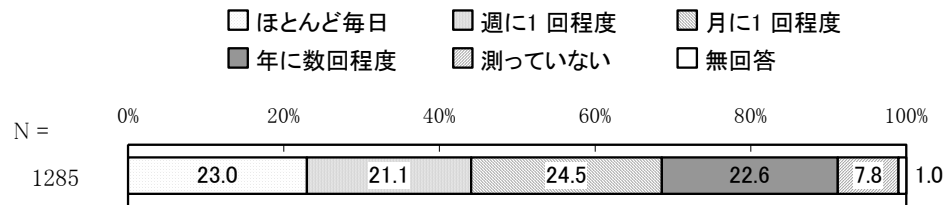
飲酒の割合別でみると、以前飲んでいたがやめた、全く飲まないで「気をつけていない」の割合が低くなっています。

単位：％

区分	有効回答数 (件)	新鮮な食材の 素材の味を活かす	酸味や香辛料、 野菜を活かす香味	天然だしや天然 まみを使うう	減塩しょうゆを使 う	麺類の汁は全部飲 まない	漬物は控える	しょうゆやソース はかけずにつける	その他	気をつけていない	無回答
毎日	210	23.3	10.5	17.6	24.8	41.4	16.7	12.4	2.4	34.8	—
週5～6回	66	27.3	18.2	15.2	28.8	34.8	22.7	12.1	1.5	31.8	—
週3～4回	60	36.7	15.0	26.7	25.0	48.3	23.3	13.3	3.3	16.7	1.7
週1～2回	93	28.0	19.4	29.0	29.0	58.1	17.2	14.0	2.2	26.9	—
月1～2回	98	32.7	17.3	21.4	21.4	49.0	27.6	15.3	1.0	29.6	—
ほとんど飲まない	274	28.8	17.9	24.8	20.8	53.6	27.7	14.6	2.2	25.2	0.7
以前飲んでいたがやめた	45	20.0	26.7	33.3	28.9	60.0	33.3	8.9	—	17.8	—
全く飲まない	386	26.9	14.5	32.9	25.6	55.4	29.0	17.4	0.8	17.6	0.8

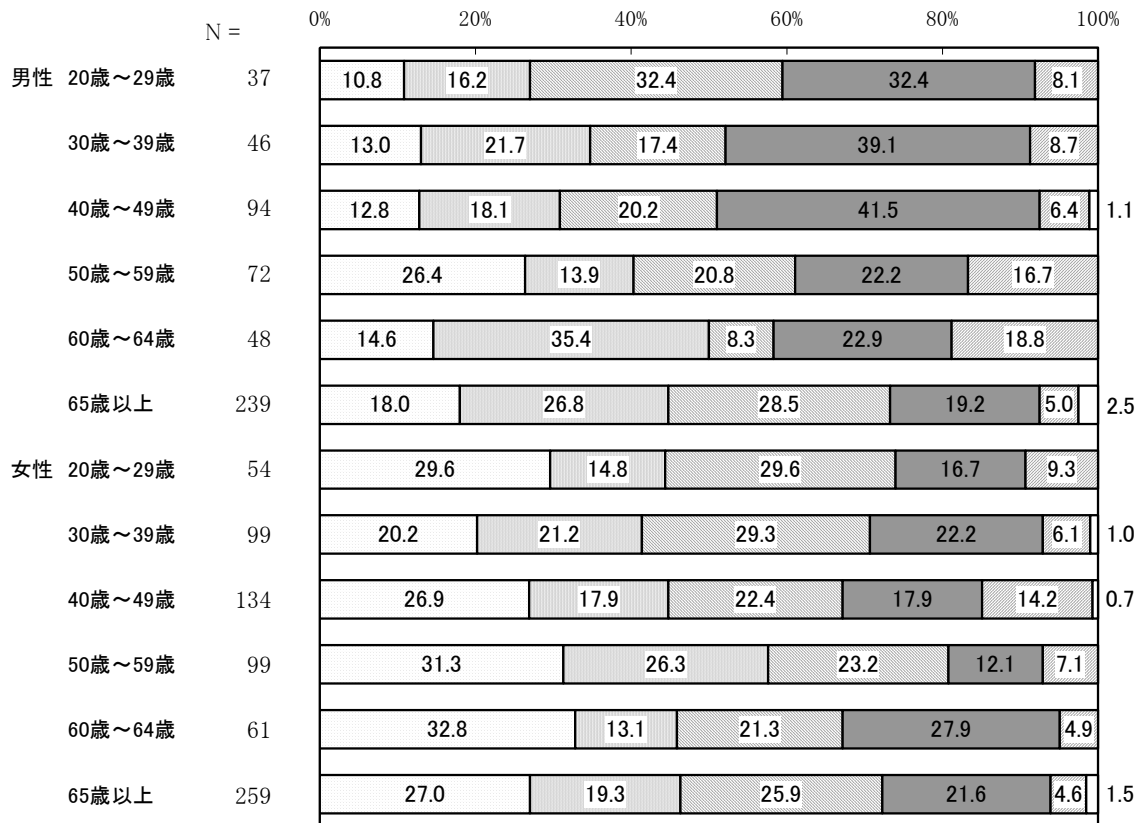
問 16 どのくらいの頻度で体重を測っていますか。次の中から1つ選んで○をつけてください。

「月に1回程度」の割合が24.5%と最も高く、次いで「ほとんど毎日」の割合が23.0%、「年に数回程度」の割合が22.6%となっています。



【性年齢別】

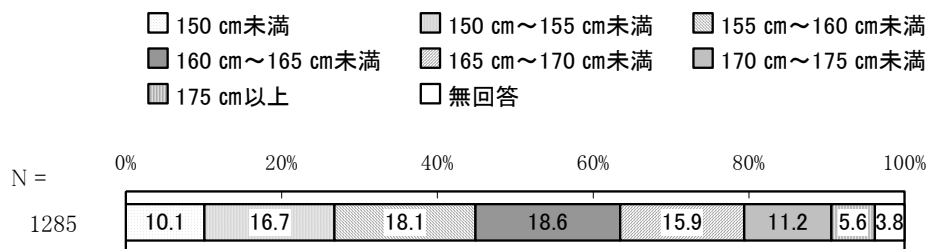
性年齢別でみると、他に比べ、男性の60歳～64歳で「週に1回程度」の割合が高くなっています。また、男性の30歳～49歳で「年に数回程度」の割合が高くなっています。



問 17 現在のあなたの身長と体重を記入してください。

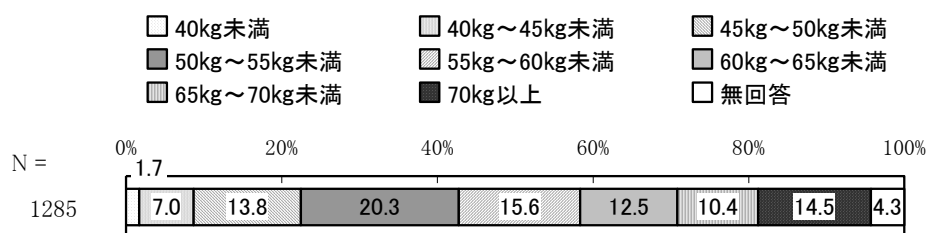
【身長】

「160 cm～165 cm未満」の割合が 18.6%と最も高く、次いで「155 cm～160 cm未満」の割合が 18.1%、「150 cm～155 cm未満」の割合が 16.7%となっています。



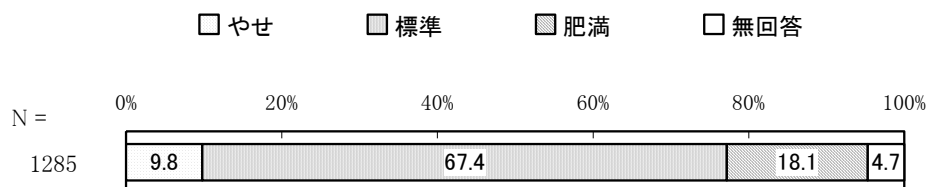
【体重】

「50 kg～55 kg未満」の割合が 20.3%と最も高く、次いで「55 kg～60 kg未満」の割合が 15.6%、「70 kg以上」の割合が 14.5%となっています。



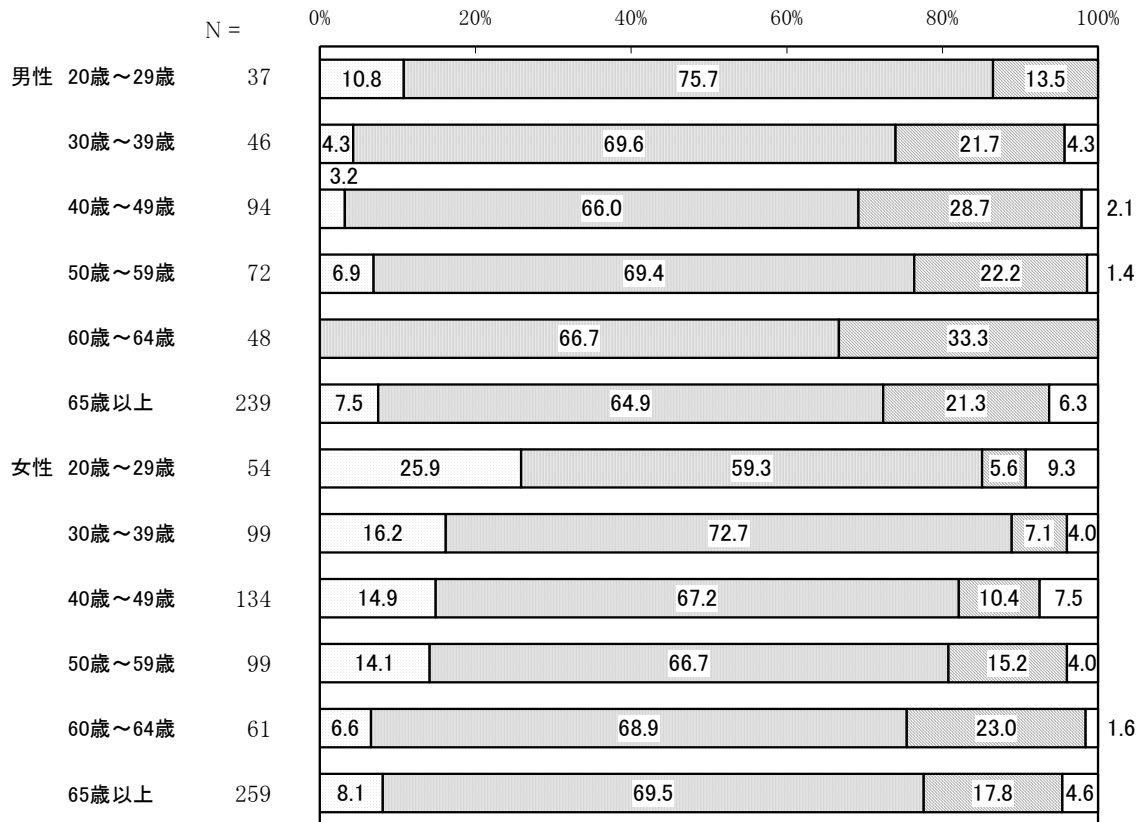
【BMI】

「標準」の割合が 67.4%と最も高く、次いで「肥満」の割合が 18.1%となっています。



【性年齢別】

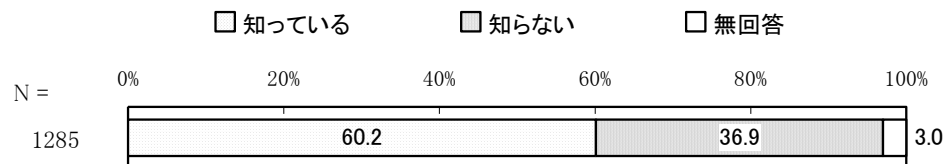
性年齢別でみると、他に比べ、女性の 20 歳～29 歳で「やせ」の割合が高くなっています。また、男性の 40 歳～49 歳、60 歳～64 歳で「肥満」の割合が高くなっています。



問 18 自分の適正体重※を知っていますか。どちらか 1 つ選んで○をつけてください。

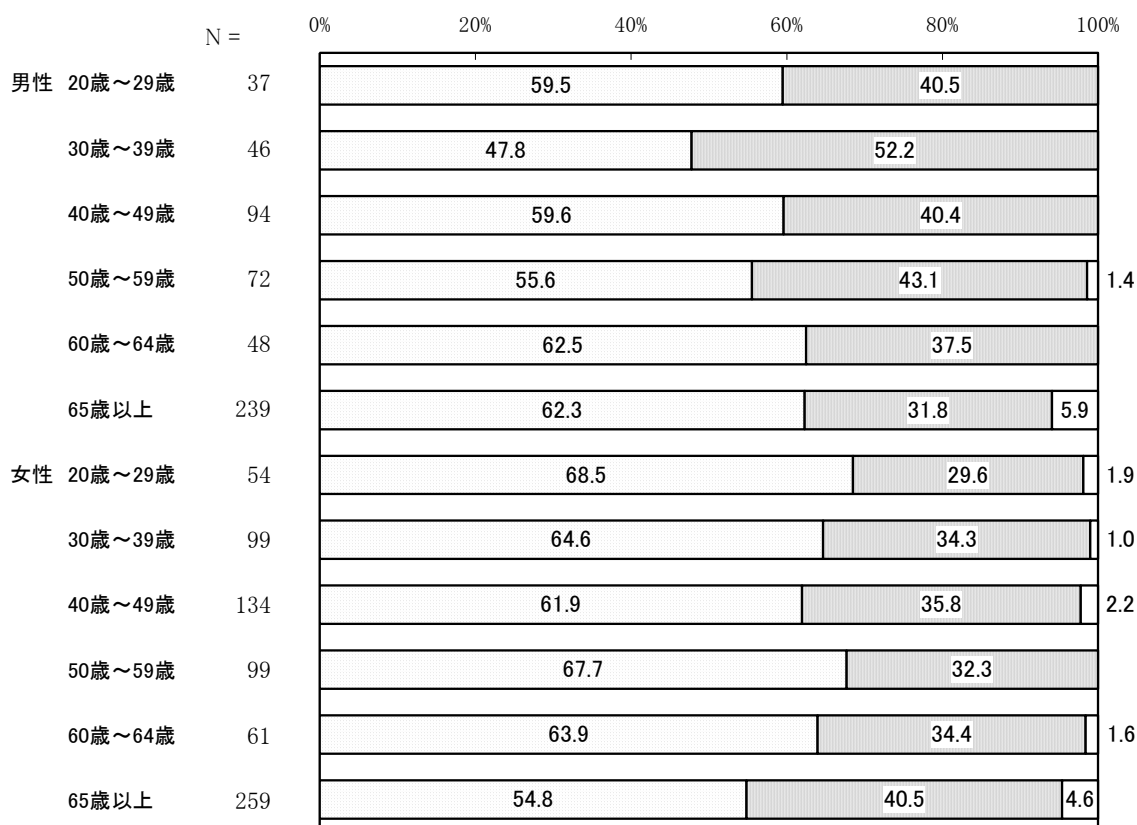
※適正体重 (kg) = 身長 (m) × 身長 (m) × 22 例) 身長 160cm の人の適正体重 = 1.6m × 1.6m × 22 = 56.3kg

「知っている」の割合が 60.2%、「知らない」の割合が 36.9%となっています。



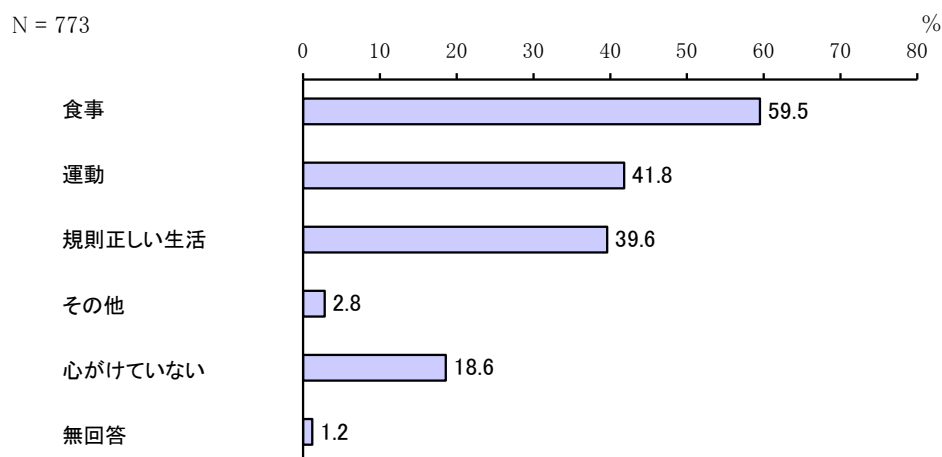
【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男性の 30 歳～39 歳で「知らない」の割合が高くなっています。



問 18－1 問 18 で「1. 知っている」とお答えになった方にお聞きします。適正体重を維持するために何か心がけていることはありますか。次の中からあてはまるものを全て選んで○をつけてください。

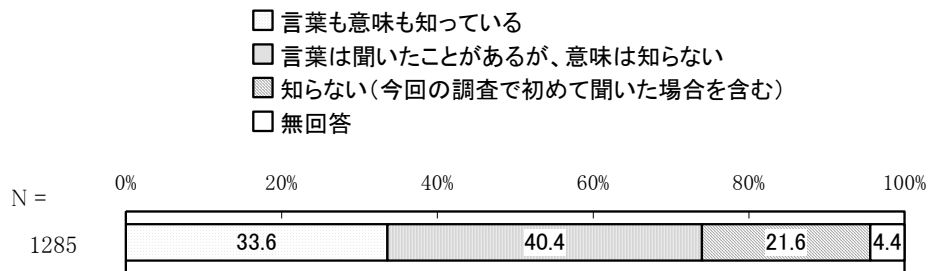
「食事」の割合が 59.5%と最も高く、次いで「運動」の割合が 41.8%、「規則正しい生活」の割合が 39.6%となっています。



問 19 食育※とは何かを知っていますか。次の中から1つ選んで○をつけてください。

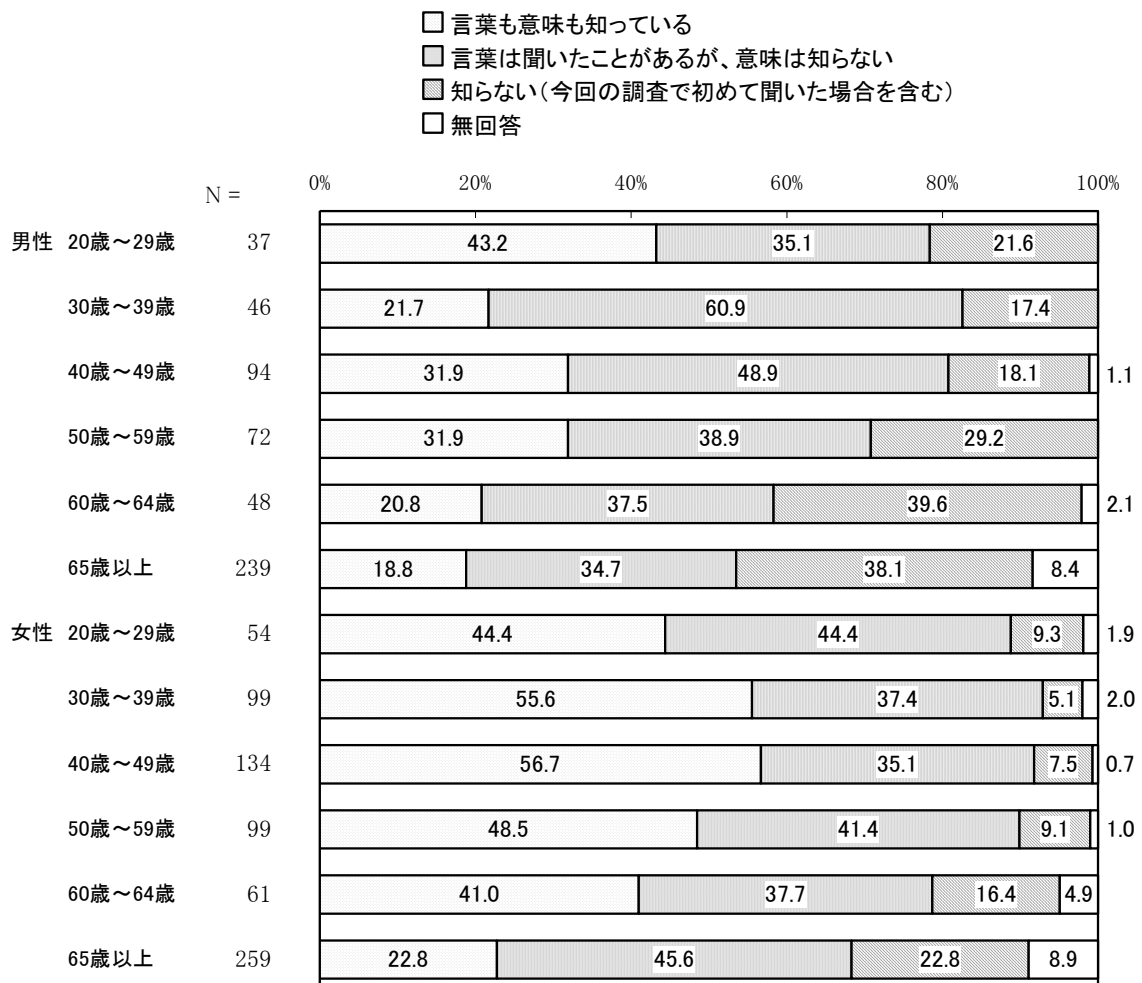
※食育とは…生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、様々な経験を通じて『食』に関する知識と『食』を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること

「言葉は聞いたことがあるが、意味は知らない」の割合が40.4%と最も高く、次いで「言葉も意味も知っている」の割合が33.6%、「知らない(今回の調査で初めて聞いた場合を含む)」の割合が21.6%となっています。



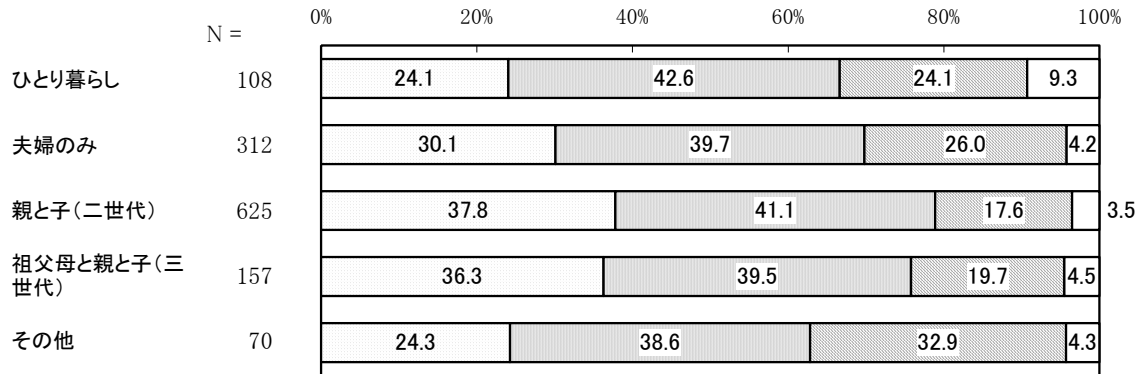
【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、女性の30歳～49歳で「言葉も意味も知っている」の割合が高くなっています。また、男性の60歳以上で「知らない(今回の調査で初めて聞いた場合を含む)」の割合が高くなっています。



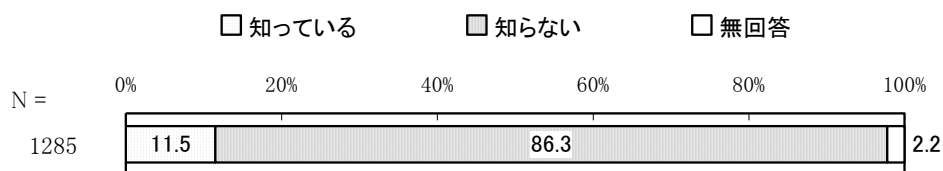
【家族構成別】

家族構成別でみると、他に比べ、親と子（二世代）、祖父母と親と子（三世代）で「言葉も意味も知っている」の割合が高くなっています。



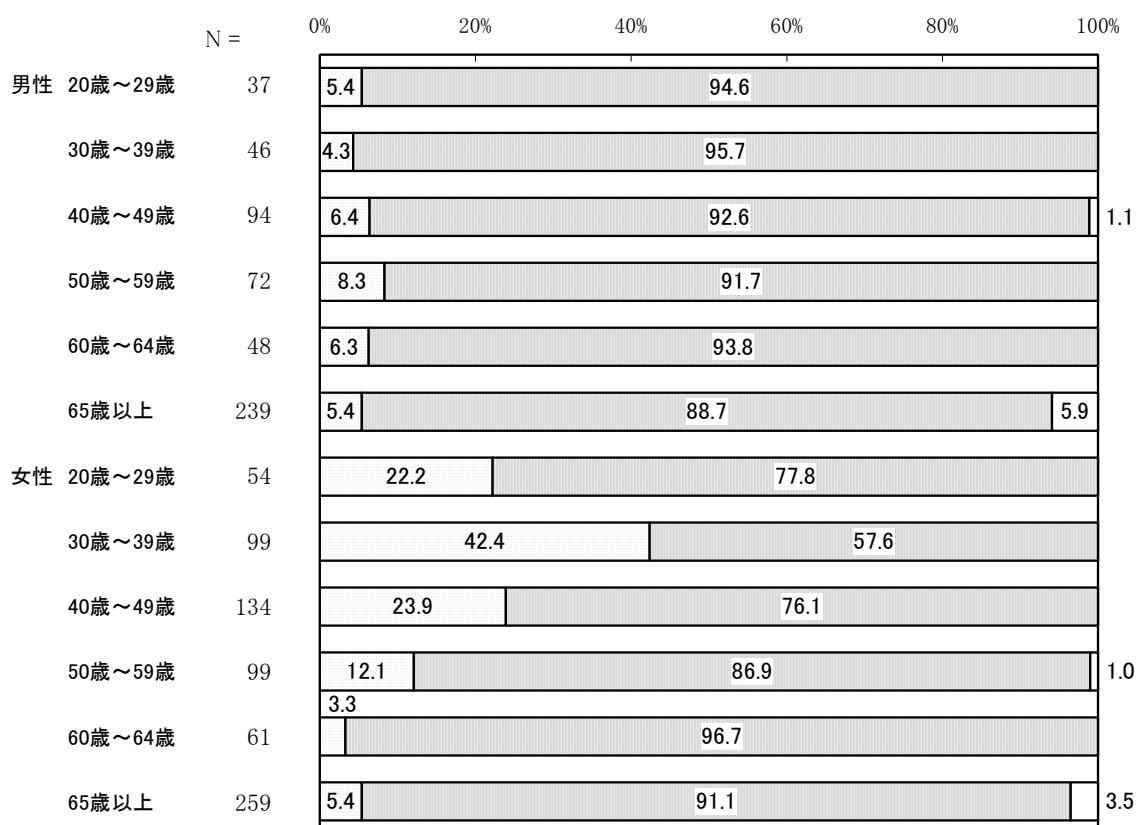
問 20 「毎月 19 日は食育の日」ということを知っていますか。どちらか 1 つ選んで○をつけてください。

「知っている」の割合が 11.5%、「知らない」の割合が 86.3%となっています。



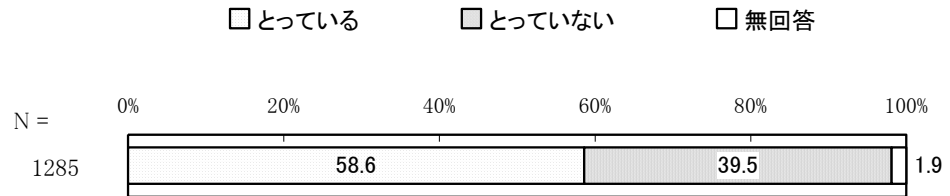
【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、女性の 30 歳～39 歳で「知っている」の割合が高くなっています。



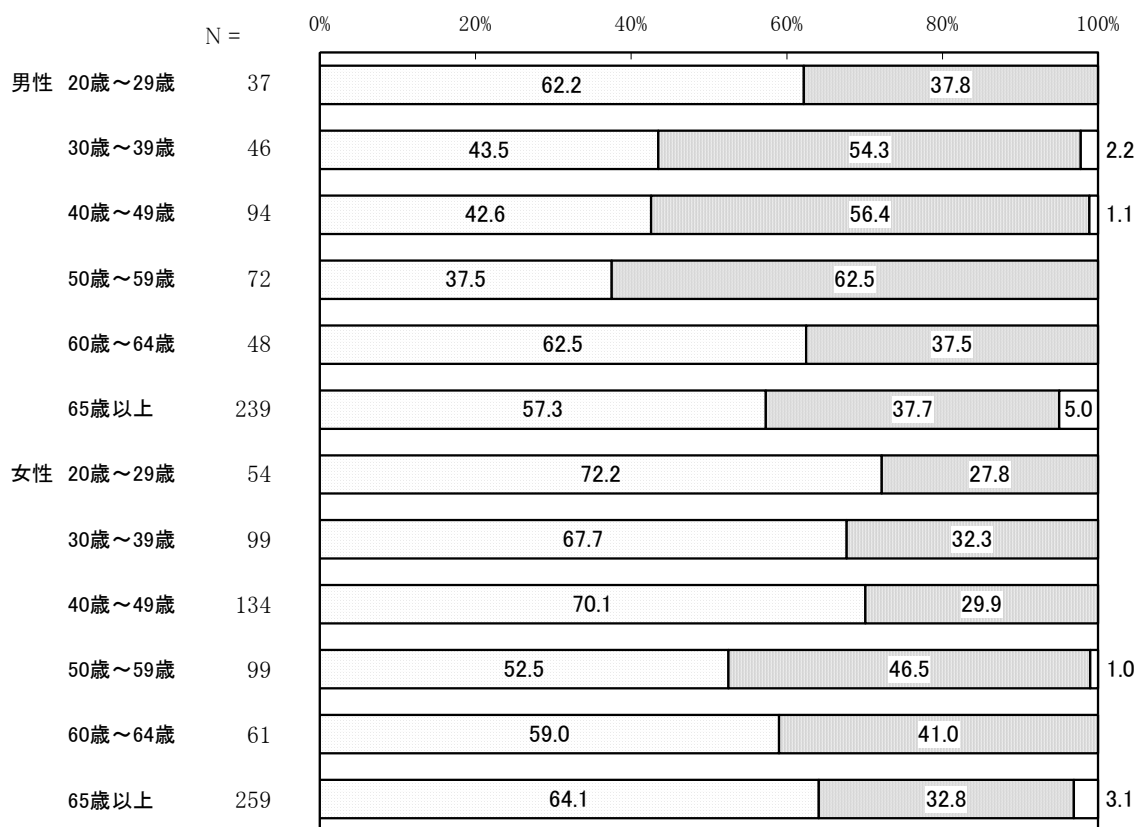
問 21 1日最低1回、家族や友人と一緒に、30分以上かけて楽しく食事をとっていますか。どちらか1つ選んで○をつけてください。

「とっている」の割合が58.6%、「とっていない」の割合が39.5%となっています。



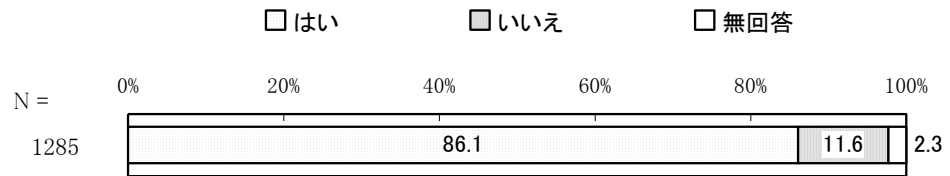
【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男性の30歳～59歳で「とっていない」の割合が高くなっています。



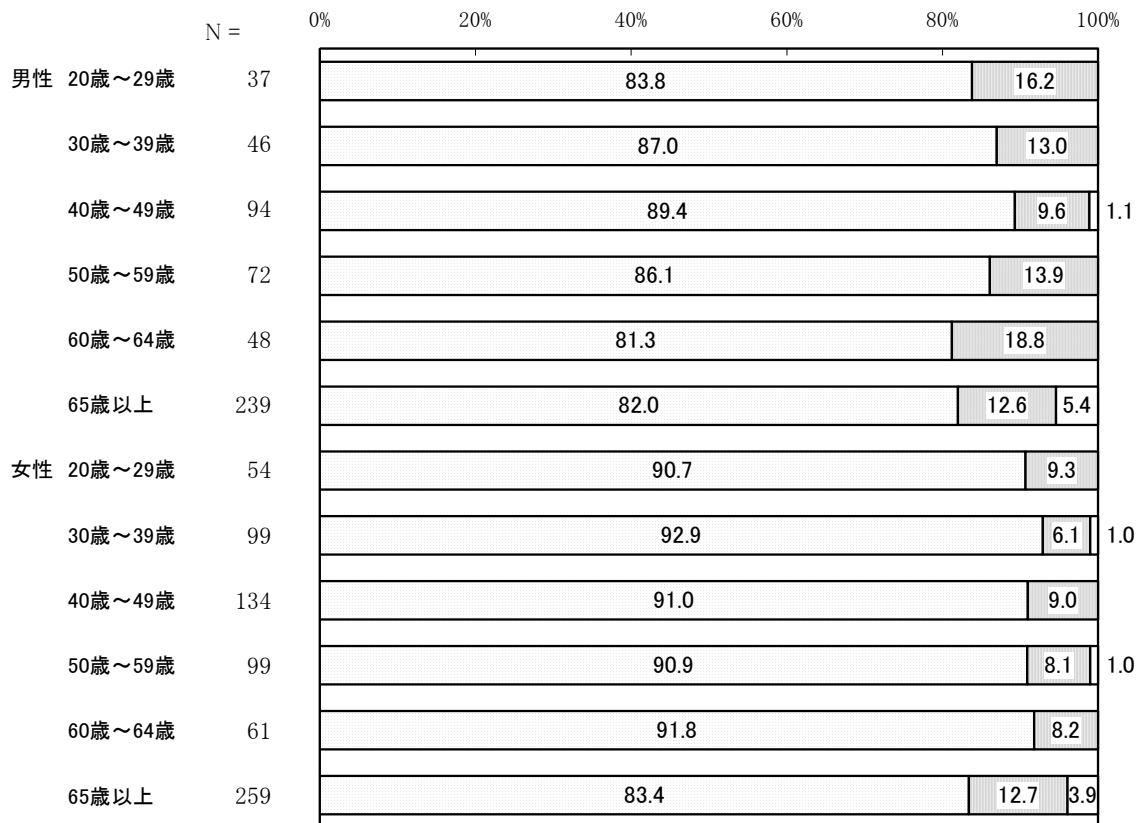
問 22 食材を無駄なく使い、食べ残しをしないように心がけていますか。どちらか 1 つ選んで○をつけてください。

「はい」の割合が 86.1%、「いいえ」の割合が 11.6%となっています。



【性年齢別】

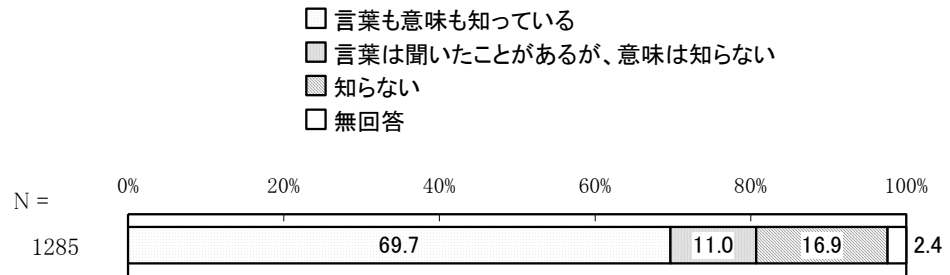
性年齢別でみると、大きな差異はみられません。



問 23 地産地消※とは何か知っていますか。次の中から1つ選んで○をつけてください。

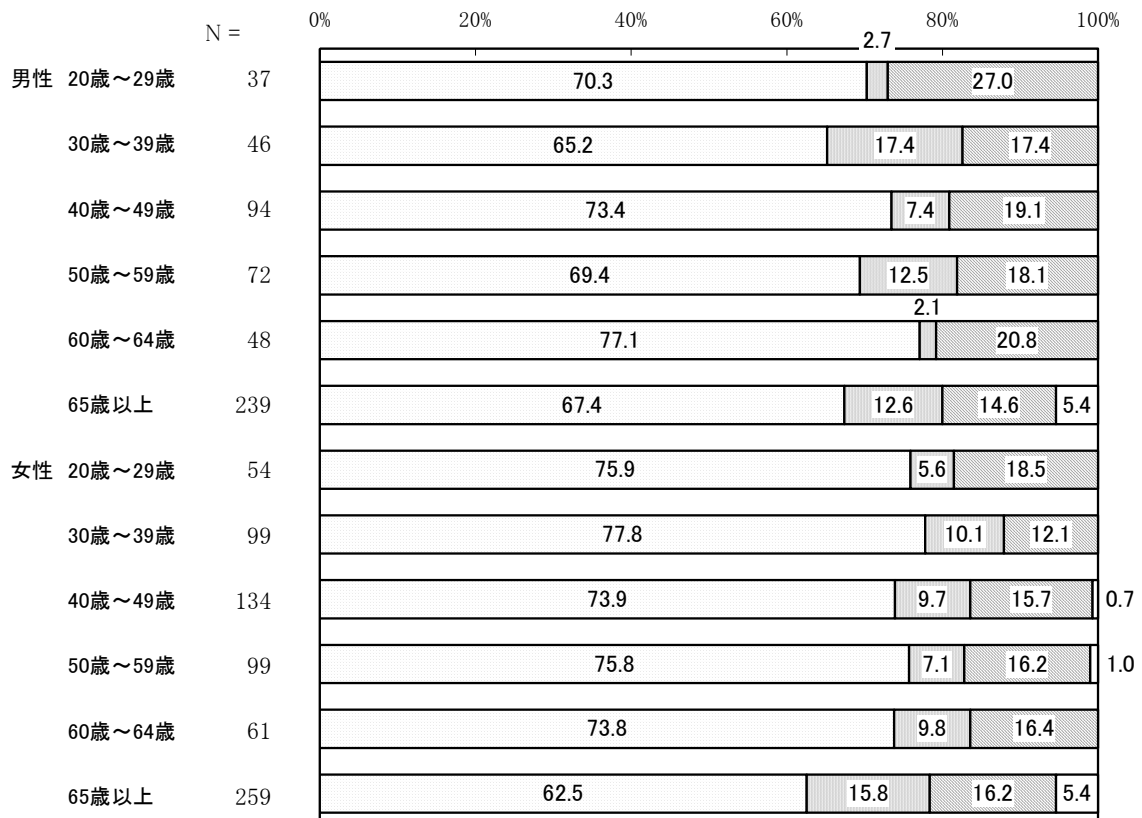
※地産地消とは…地域で生産された様々な生産物（農産物や水産物）をその地域で消費する取り組み（消費者は新鮮な生産物が入手できる等の効果がある。また、輸送距離が短いため、地球温暖化等の環境問題への貢献も期待される。）

「言葉も意味も知っている」の割合が 69.7%と最も高く、次いで「知らない」の割合が 16.9%、「言葉は聞いたことがあるが、意味は知らない」の割合が 11.0%となっています。



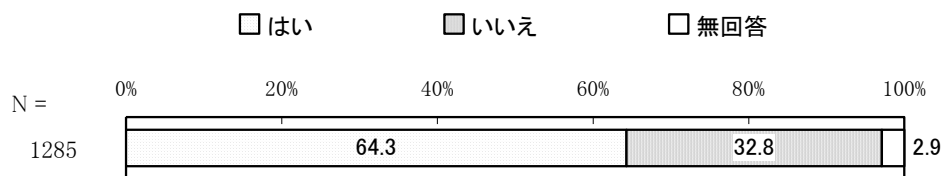
【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男性の 20 歳～29 歳で「知らない」の割合が高くなっています。



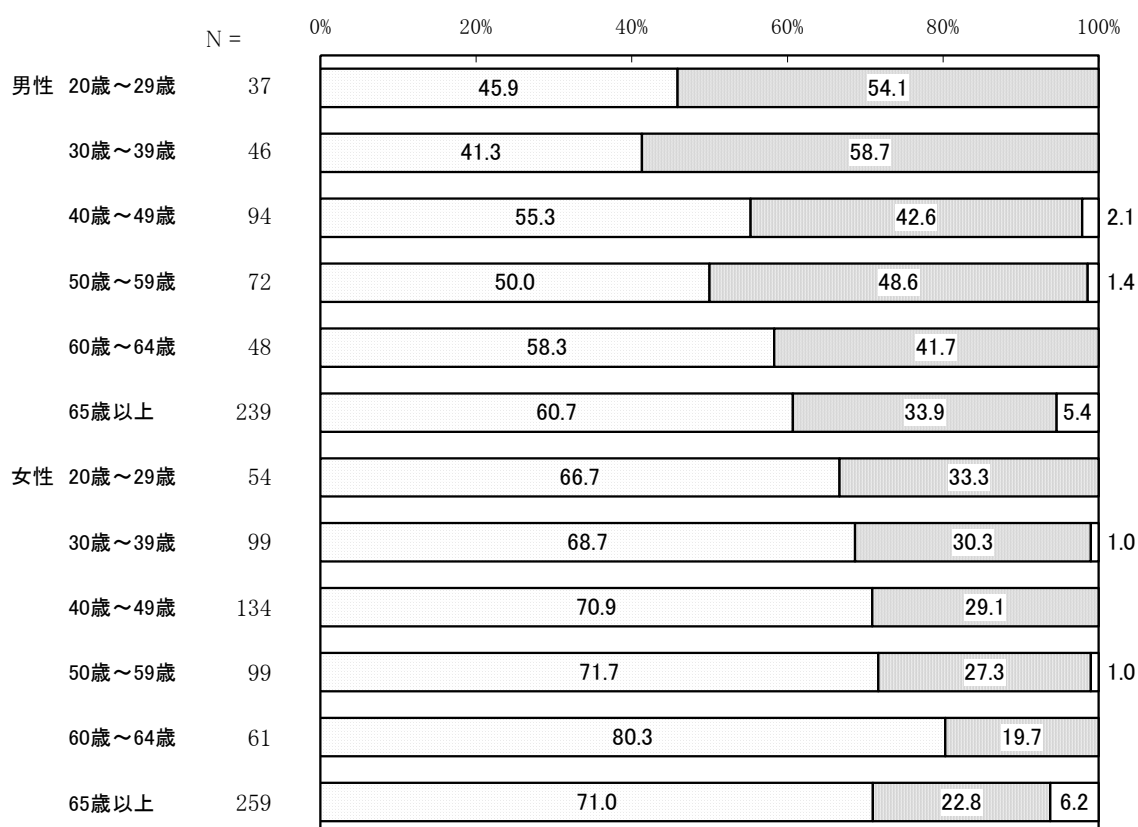
問 24 愛知県産農水産物（米、野菜、果物、肉、卵、魚等）を優先して購入したいと思いますか。どちらか1つ選んで○をつけてください。

「はい」の割合が64.3%、「いいえ」の割合が32.8%となっています。



【性年齢別】

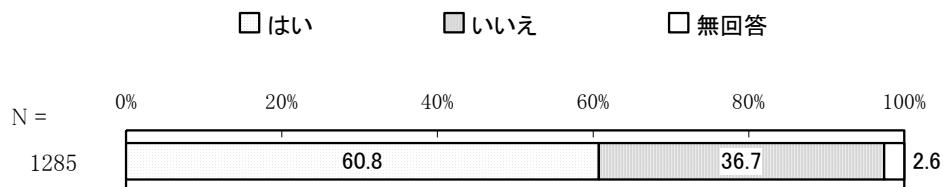
性年齢別でみると、65歳以上を除く女性で、年齢が高くなるにつれて「はい」の割合が高くなる傾向がみられます。



C. 身体活動・運動についてご質問します。

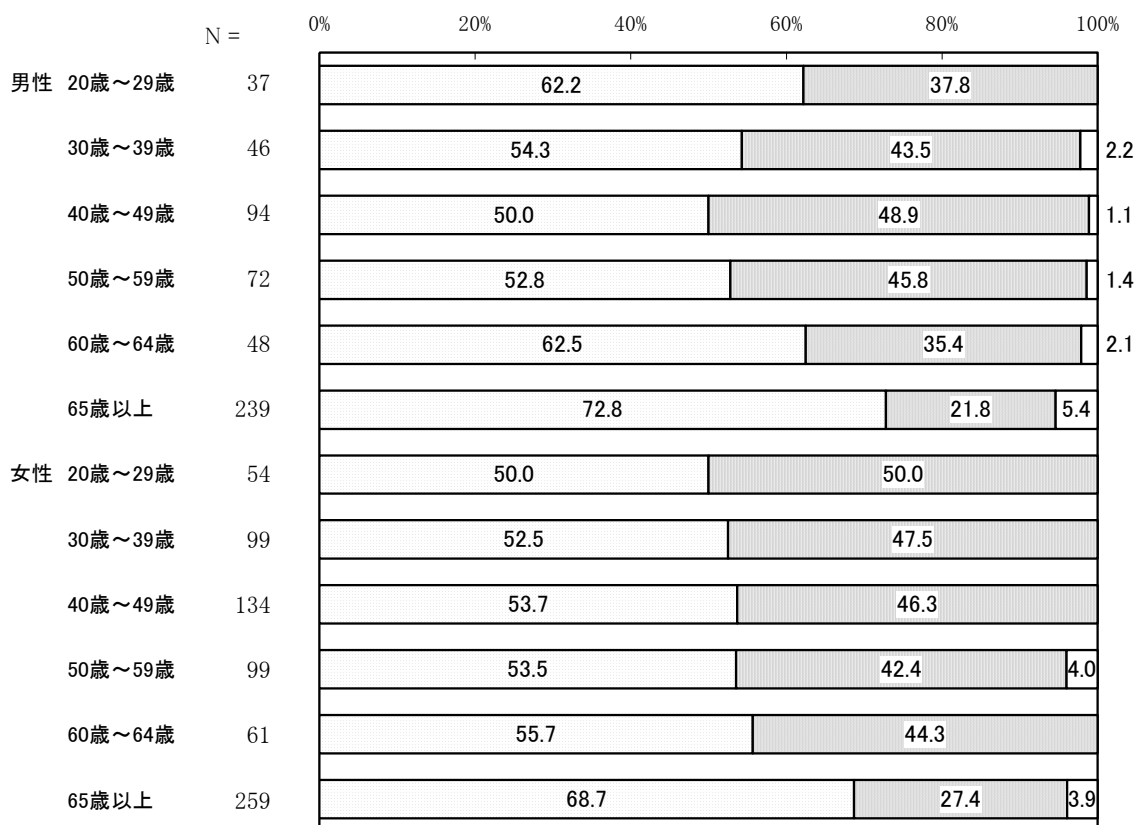
問 25 日常生活において、体を動かすように心がけていますか。（例えば、歩いて通勤や買い物に行く等）どちらか1つ選んで○をつけてください。

「はい」の割合が60.8%、「いいえ」の割合が36.7%となっています。



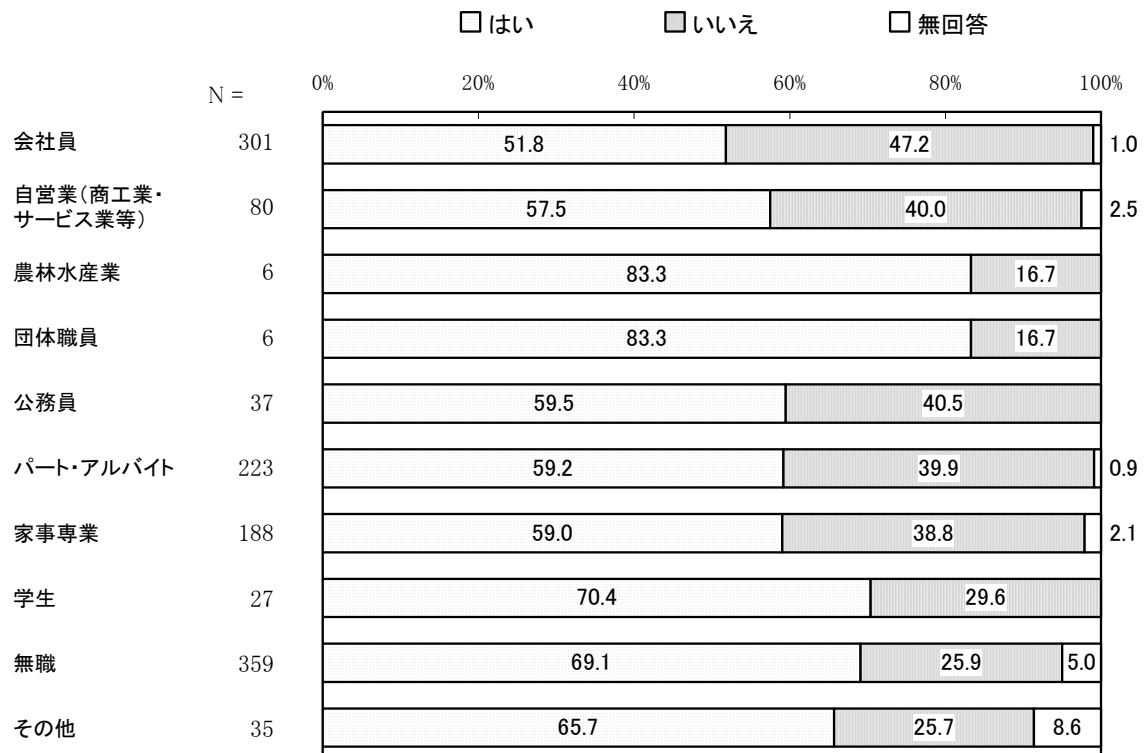
【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男女とも65歳以上で「はい」の割合が高くなっています。



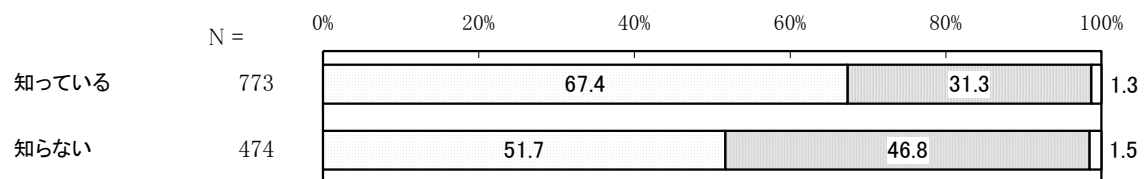
【職業別】

職業別でみると、他に比べ、学生、無職で「はい」の割合が高くなっています。



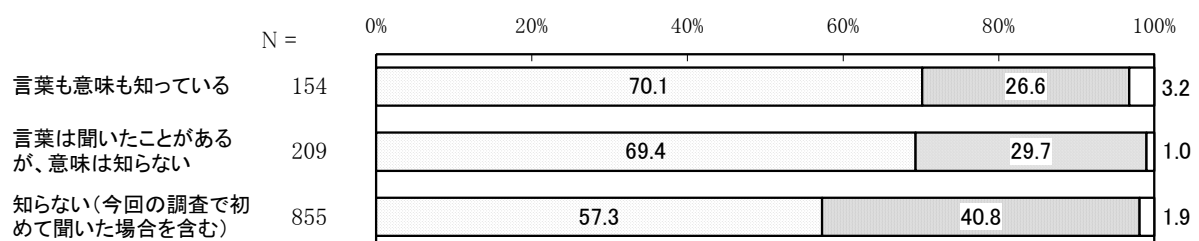
【適正体重認知度別】

適正体重認知度別でみると、知らないに比べ、知っているで「はい」の割合が高くなっています。



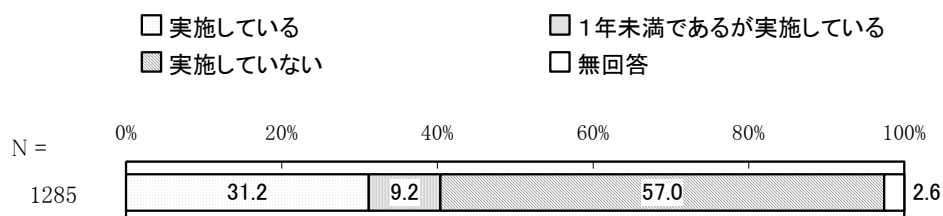
【ロコモティブシンドローム認知度別】

ロコモティブシンドローム認知度別でみると、知らない(今回の調査で初めて聞いた場合を含む)で「はい」の割合が低くなっています。



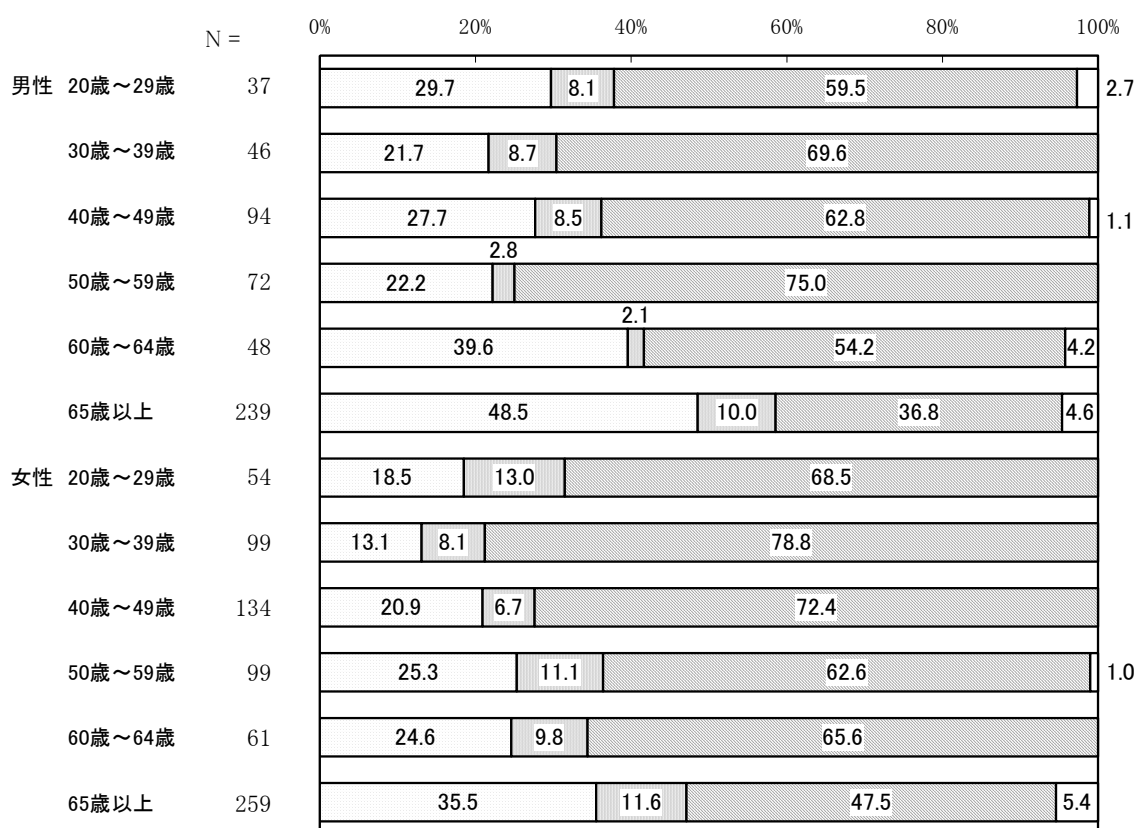
問 26 1 回 30 分以上で週 2 回以上の運動を 1 年以上実施していますか。次の中から 1 つ選んで○をつけてください。

「実施していない」の割合が 57.0%と最も高く、次いで「実施している」の割合が 31.2%となっています。



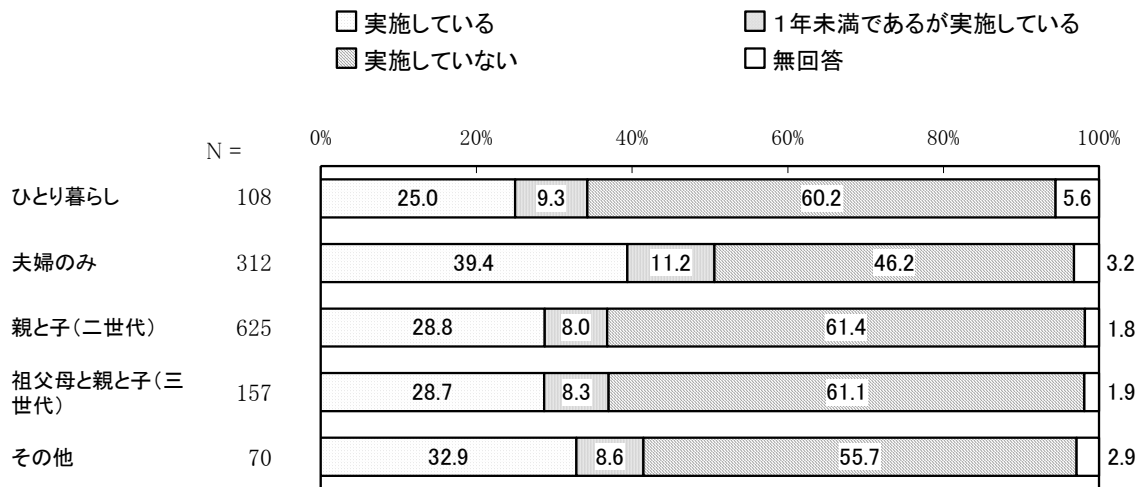
【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男女とも 65 歳以上で「実施している」の割合が高くなっています。



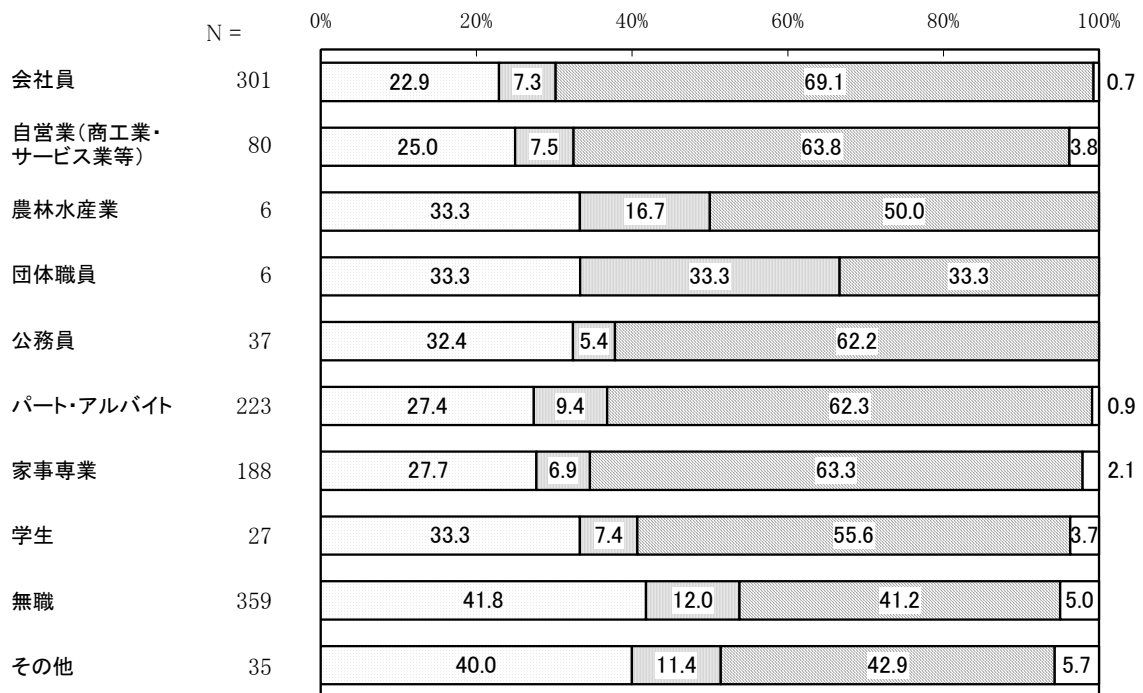
【家族構成別】

家族構成別でみると、他に比べ、夫婦のみで「実施している」の割合が高くなっています。



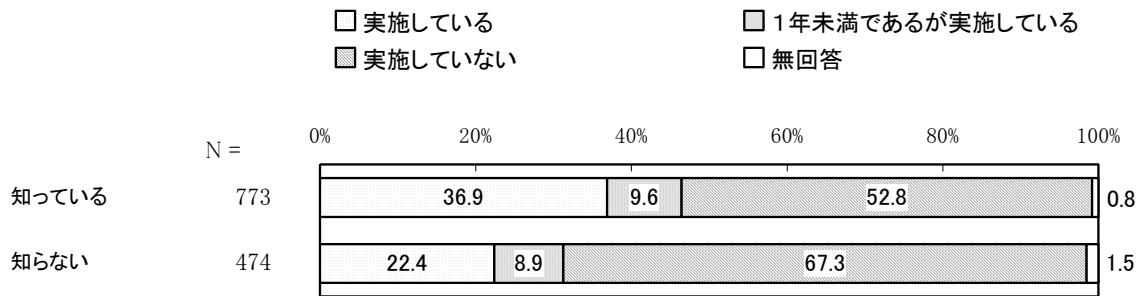
【職業別】

職業別でみると、他に比べ、無職で「実施している」の割合が高くなっています。



【適正体重認知度別】

適正体重認知度別でみると、知らないに比べ、知っているで「実施している」の割合が高くなっています。



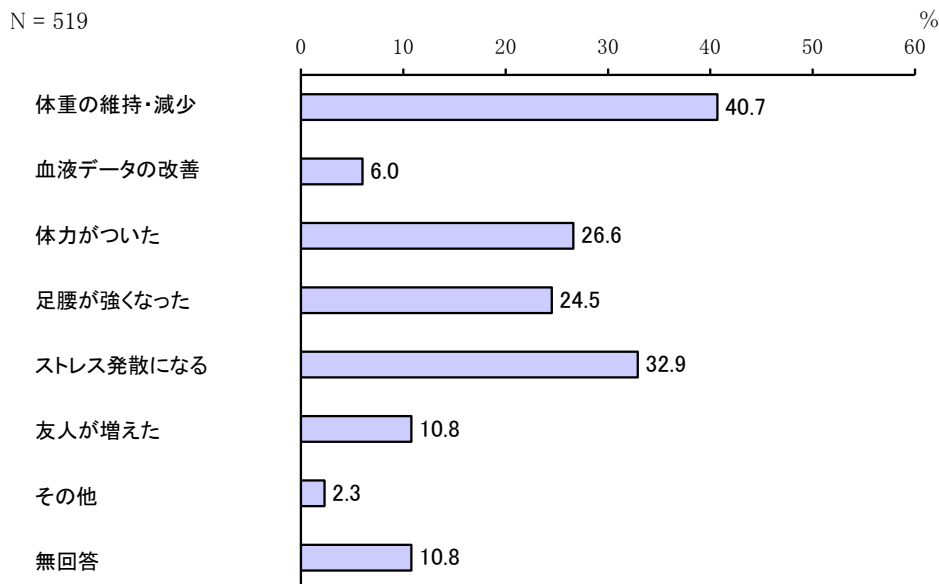
【ロコモティブシンドローム認知度別】

ロコモティブシンドローム認知度別でみると、他に比べ、言葉も意味も知っているで「実施している」の割合が高くなっています。



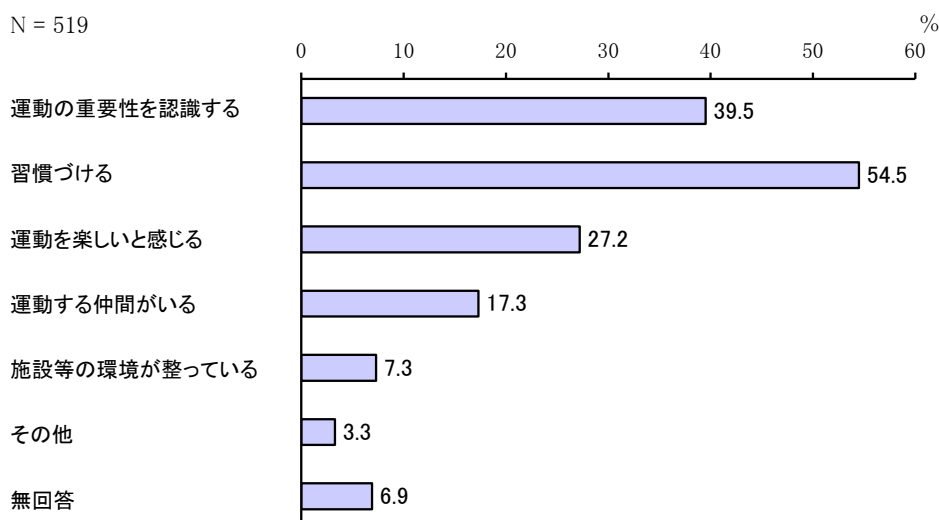
問 26－1 運動していてよかったことは何ですか。次の中から2つまで選んで○をつけてください。

「体重の維持・減少」の割合が40.7%と最も高く、次いで「ストレス発散になる」の割合が32.9%、「体力がついた」の割合が26.6%となっています。



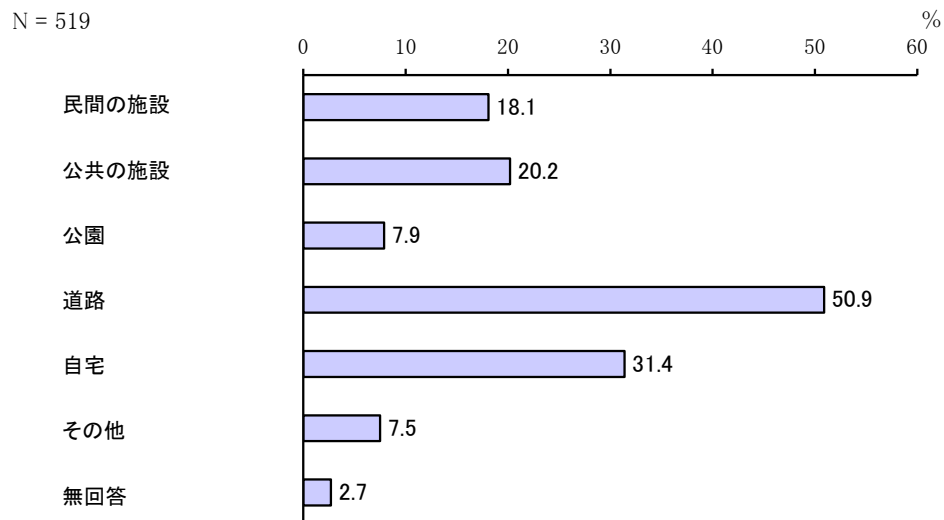
問 26－2 運動を続ける秘訣は何ですか。次の中から2つまで選んで○をつけてください。

「習慣づける」の割合が54.5%と最も高く、次いで「運動の重要性を認識する」の割合が39.5%、「運動を楽しんでいると感じる」の割合が27.2%となっています。



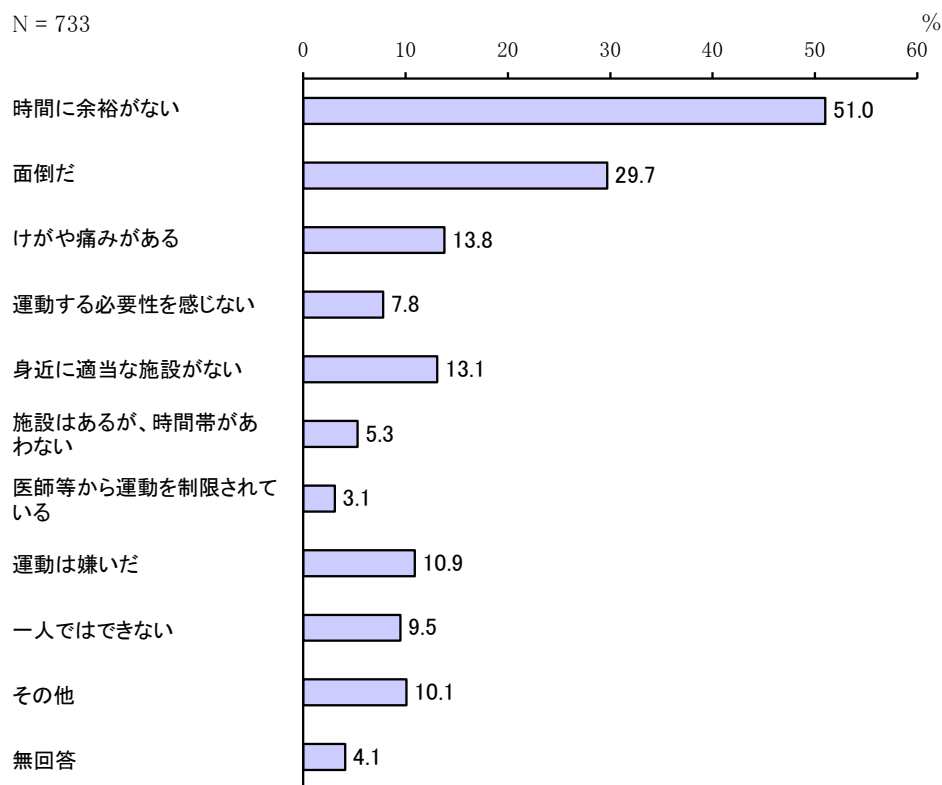
問 26－3 ふだん運動している場所はどこですか。次の中から2つまで選んで○をつけてください。

「道路」の割合が50.9%と最も高く、次いで「自宅」の割合が31.4%、「公共の施設」の割合が20.2%となっています。



問 26－4 問 26 で「3. 実施していない」とお答えになった方にお聞きします。運動をしていない理由は何ですか。次の中からあてはまるものを全て選んで○をつけてください。

「時間に余裕がない」の割合が 51.0%と最も高く、次いで「面倒だ」の割合が 29.7%、「けがや痛みがある」の割合が 13.8%となっています。



【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男女とも 65 歳以上で「けがや痛みがある」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	有効回答数 (件)	時間に余裕がない	面倒だ	けがや痛みがある	運動する必要性を感じない	身近に適切な施設がない	施設はあるが、時間帯があわない	医師等から運動を制限されている	運動は嫌いだ	一人ではできない	その他	無回答
男性 20 歳～29 歳	22	72.7	36.4	—	27.3	13.6	4.5	—	13.6	4.5	—	—
30 歳～39 歳	32	50.0	28.1	—	12.5	12.5	6.3	—	6.3	3.1	15.6	3.1
40 歳～49 歳	59	67.8	32.2	8.5	11.9	25.4	8.5	—	6.8	6.8	6.8	—
50 歳～59 歳	54	55.6	42.6	11.1	9.3	7.4	3.7	3.7	9.3	1.9	14.8	—
60 歳～64 歳	26	50.0	30.8	15.4	11.5	11.5	7.7	—	—	15.4	11.5	3.8
65 歳以上	88	17.0	22.7	22.7	15.9	10.2	1.1	5.7	5.7	6.8	9.1	10.2
女性 20 歳～29 歳	37	81.1	29.7	5.4	5.4	18.9	2.7	—	16.2	18.9	13.5	—
30 歳～39 歳	78	80.8	33.3	3.8	—	19.2	5.1	1.3	16.7	14.1	11.5	2.6
40 歳～49 歳	97	71.1	33.0	9.3	2.1	11.3	5.2	2.1	14.4	11.3	9.3	2.1
50 歳～59 歳	62	61.3	33.9	14.5	4.8	17.7	6.5	4.8	11.3	9.7	3.2	3.2
60 歳～64 歳	40	37.5	35.0	17.5	7.5	10.0	7.5	2.5	17.5	7.5	5.0	2.5
65 歳以上	123	19.5	14.6	27.6	6.5	8.1	5.7	5.7	9.8	12.2	13.8	9.8

【職業別】

職業別でみると、他に比べ、無職で「けがや痛みがある」の割合が高くなっています。また、学生で「運動する必要性を感じない」の割合が高くなっています。

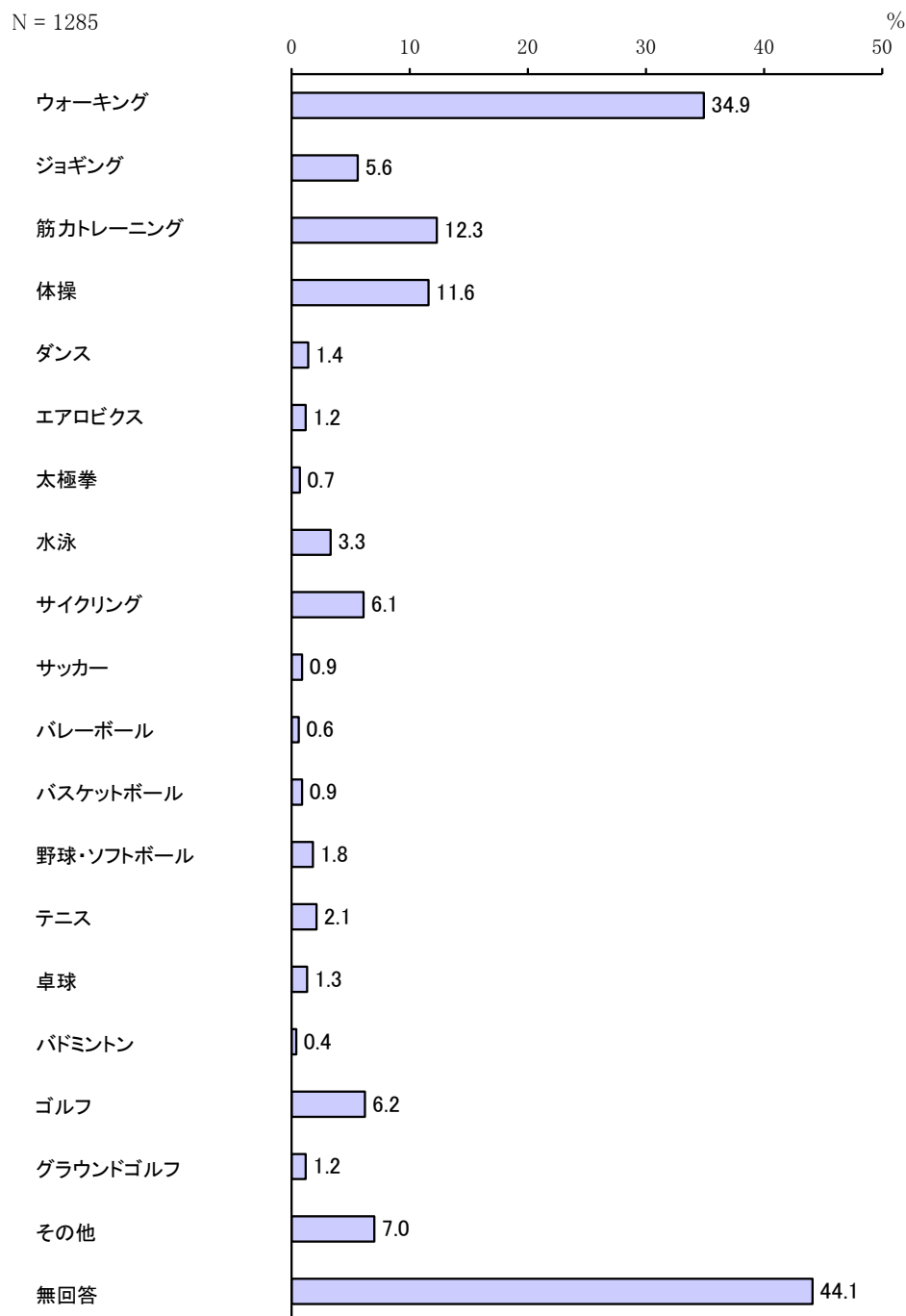
単位：％

区分	有効回答数 (件)	時間に余裕がない	面倒だ	けがや痛みがある	運動する必要性を感じない	身近に適切な施設がない	施設はあるが、時間帯があわない	医師等から運動を制限されている	運動は嫌いだ	一人ではできない	その他	無回答
会社員	208	70.2	29.8	7.7	10.6	19.2	6.7	1.0	6.3	9.6	7.7	1.0
自営業(商工業・サービス業等)	51	52.9	25.5	11.8	5.9	2.0	5.9	3.9	7.8	9.8	13.7	3.9
農林水産業	3	33.3	33.3	66.7	—	—	—	—	—	—	—	—
団体職員	2	50.0	50.0	—	—	—	—	—	—	—	50.0	—
公務員	23	73.9	34.8	13.0	4.3	8.7	17.4	—	21.7	4.3	8.7	—
パート・アルバイト	139	65.5	36.0	9.4	5.8	16.5	5.0	1.4	14.4	10.1	6.5	3.6
家事専業	119	44.5	31.1	11.8	4.2	8.4	4.2	4.2	15.1	14.3	13.4	5.0
学生	15	60.0	33.3	6.7	20.0	6.7	13.3	—	26.7	6.7	—	—
無職	148	10.8	23.6	29.1	8.8	11.5	2.0	7.4	10.1	7.4	12.2	9.5
その他	15	53.3	13.3	6.7	13.3	6.7	6.7	6.7	6.7	6.7	20.0	6.7

問 27 行っている運動と今後行ってみたい運動について番号でお答えください。

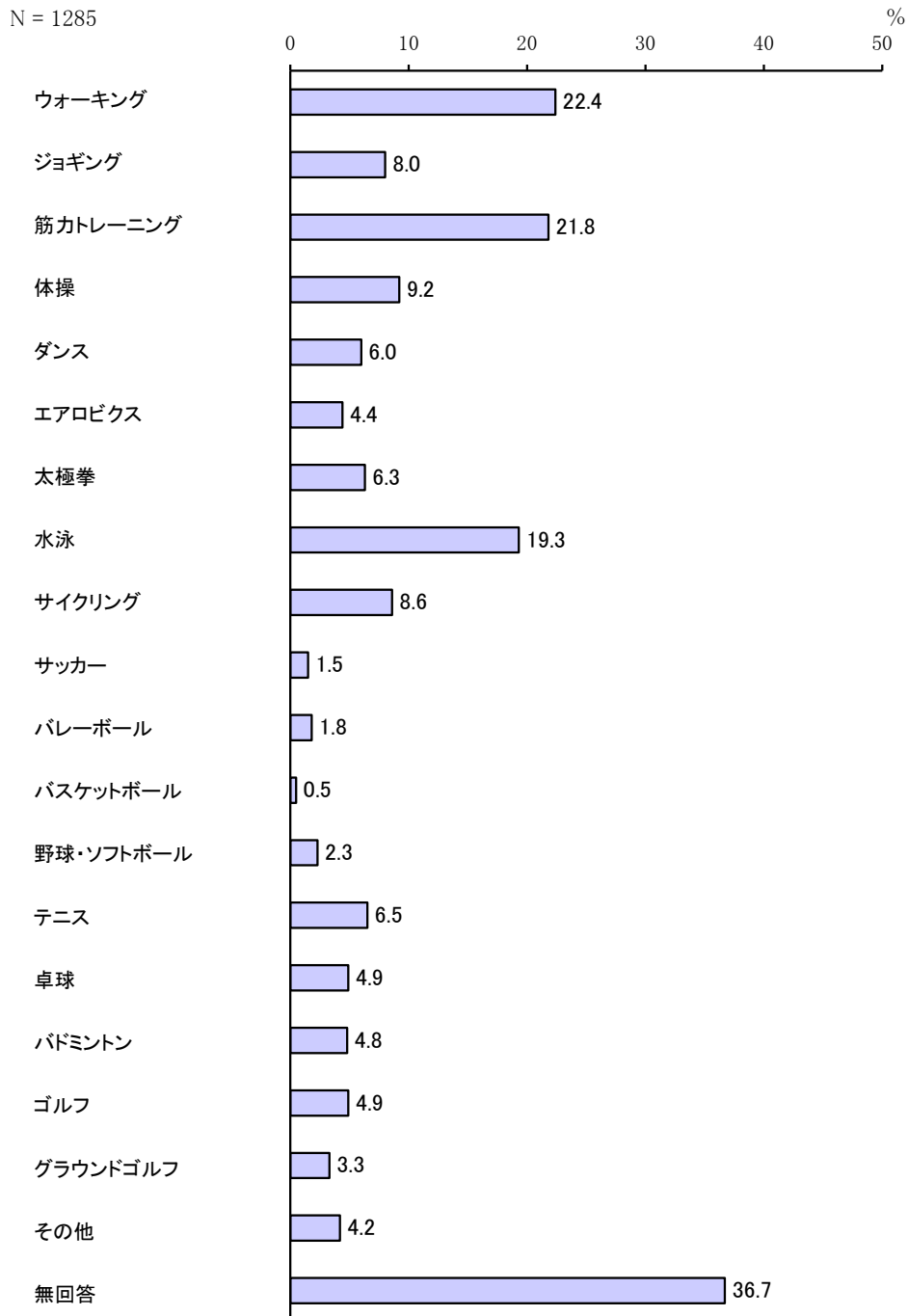
【現在、行っている運動について】

「ウォーキング」の割合が 34.9%と最も高く、次いで「筋力トレーニング」の割合が 12.3%、「体操」の割合が 11.6%となっています。



【今後、行ってみたい運動について】

「ウォーキング」の割合が22.4%と最も高く、次いで「筋力トレーニング」の割合が21.8%、「水泳」の割合が19.3%となっています。



【職業別】

職業別でみると、他に比べ、公務員で「太極拳」の割合が、学生で「野球・ソフトボール」の割合が高くなっています。

単位：％

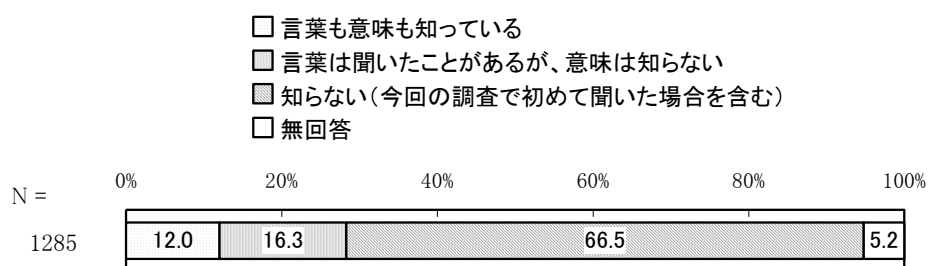
区分	有効回答数 (件)	ウォーキング	ジョギング	筋力トレーニング	体操	ダンス	エアロビクス	太極拳	水泳	サイクリング	サッカー
会社員	301	24.6	12.3	30.9	5.3	6.3	4.7	5.0	24.9	13.6	4.3
自営業(商工業・サービス業等)	80	18.8	5.0	22.5	7.5	8.8	2.5	6.3	13.8	11.3	2.5
農林水産業	6	16.7	—	16.7	16.7	—	—	16.7	—	—	—
団体職員	6	—	—	—	—	—	—	—	16.7	16.7	16.7
公務員	37	24.3	10.8	35.1	8.1	10.8	10.8	16.2	32.4	10.8	2.7
パート・アルバイト	223	30.9	7.2	24.2	14.3	7.6	7.2	9.4	23.8	6.7	—
家事専業	188	29.8	10.1	20.2	11.2	7.4	2.7	7.4	19.1	9.6	—
学生	27	7.4	3.7	33.3	—	14.8	7.4	7.4	29.6	11.1	3.7
無職	359	15.0	4.2	12.8	10.0	2.5	3.1	3.6	12.8	4.7	0.3
その他	35	2.9	14.3	14.3	2.9	5.7	2.9	2.9	8.6	8.6	—

区分	バレーボール	バスケットボール	野球・ソフトボール	テニス	卓球	バドミントン	ゴルフ	グラウンドゴルフ	その他	無回答
会社員	3.0	1.0	5.0	10.6	3.3	6.3	9.6	3.0	4.7	20.6
自営業(商工業・サービス業等)	1.3	1.3	1.3	2.5	3.8	2.5	2.5	2.5	6.3	46.3
農林水産業	—	—	—	—	—	—	—	—	—	66.7
団体職員	—	—	—	16.7	—	16.7	16.7	—	—	33.3
公務員	—	—	2.7	8.1	2.7	10.8	5.4	—	2.7	13.5
パート・アルバイト	2.2	0.4	1.3	7.2	5.4	6.3	5.8	2.7	6.7	26.0
家事専業	2.1	—	—	5.9	4.8	3.7	3.7	2.1	3.7	36.2
学生	3.7	3.7	11.1	14.8	3.7	14.8	7.4	7.4	7.4	18.5
無職	0.6	—	1.4	3.1	6.1	2.2	1.4	4.5	2.2	57.1
その他	2.9	2.9	2.9	2.9	8.6	8.6	—	8.6	5.7	48.6

問 28 ロコモティブシンドローム※を知っていますか。次の中から1つ選んで○をつけてください。

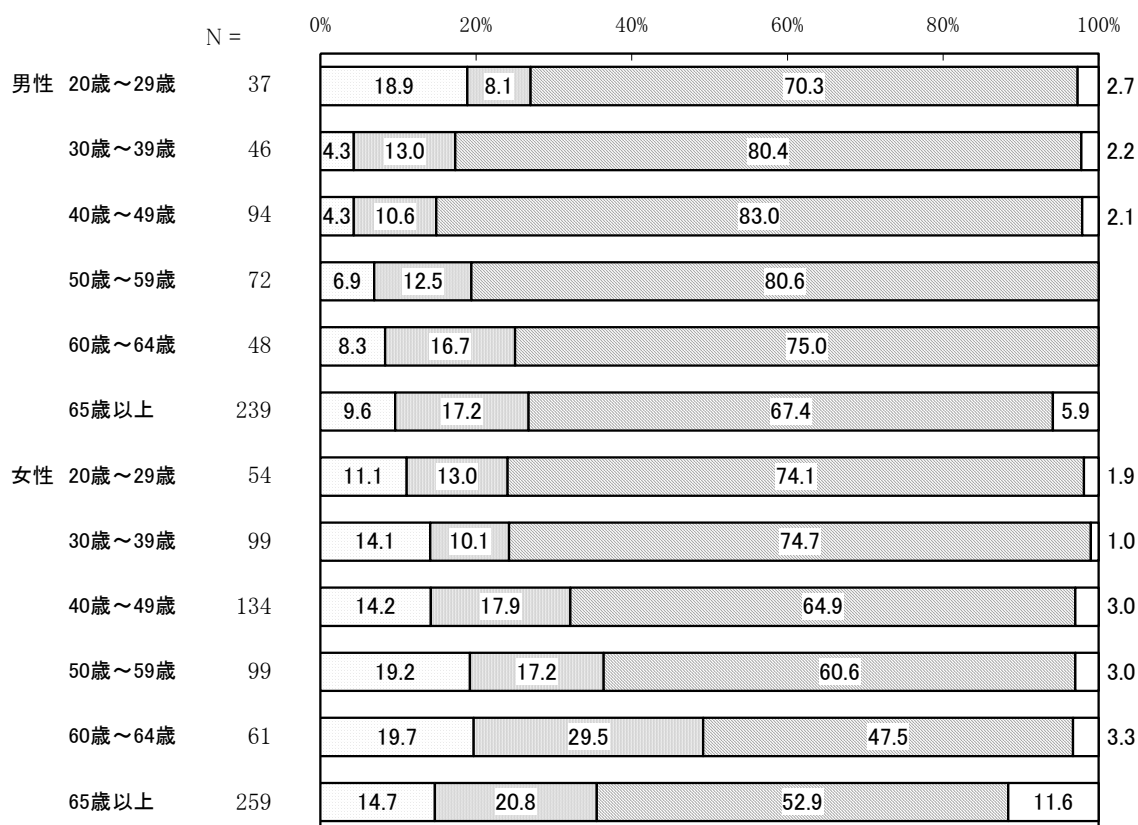
※ロコモティブシンドローム（運動器症候群）とは、運動器（骨・関節、筋肉等）の衰えにより、日常生活での自立度が低下し、要介護になる可能性の高い状態をいいます。歩行速度が遅い高齢者ほど、要介護状態になりやすいことが知られています。

「知らない（今回の調査で初めて聞いた場合を含む）」の割合が 66.5%と最も高く、次いで「言葉は聞いたことがあるが、意味は知らない」の割合が 16.3%、「言葉も意味も知っている」の割合が 12.0%となっています。



【性年齢別】

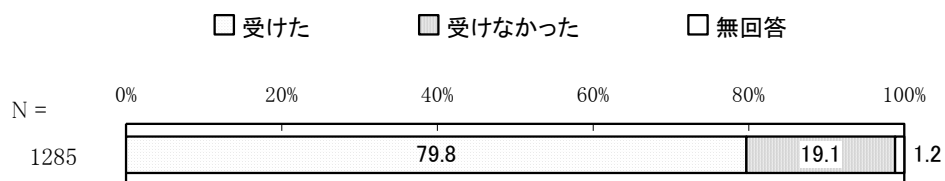
性年齢別でみると、他に比べ、男性の 20 歳～29 歳で「言葉も意味も知っている」の割合が高くなっています。また、女性の 60 歳～64 歳で「言葉は聞いたことがあるが、意味は知らない」の割合が高くなっています。



D. 健診・がん検診・たばこ・飲酒についてご質問をします。

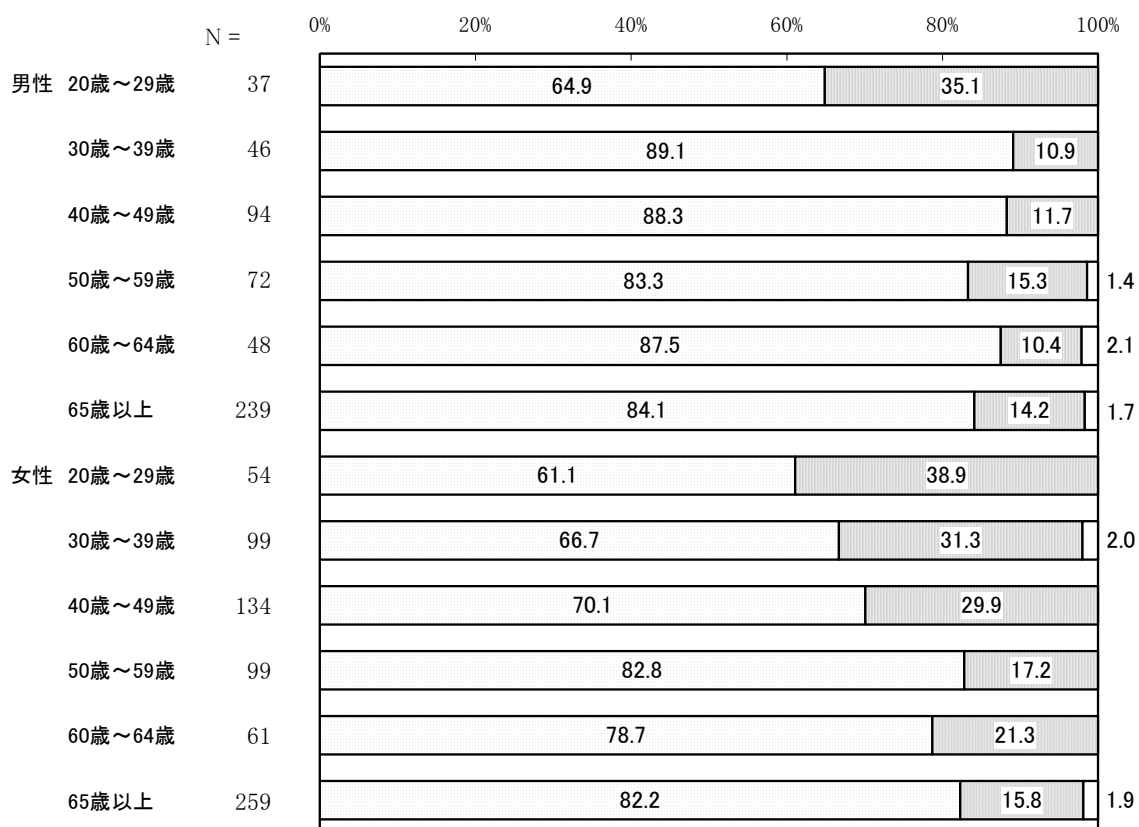
問 29 過去1年間に、健診（血液検査、尿検査、心電図検査等）や人間ドックを受けましたか。どちらか1つ選んで○をつけてください。

「受けた」の割合が79.8%、「受けなかった」の割合が19.1%となっています。



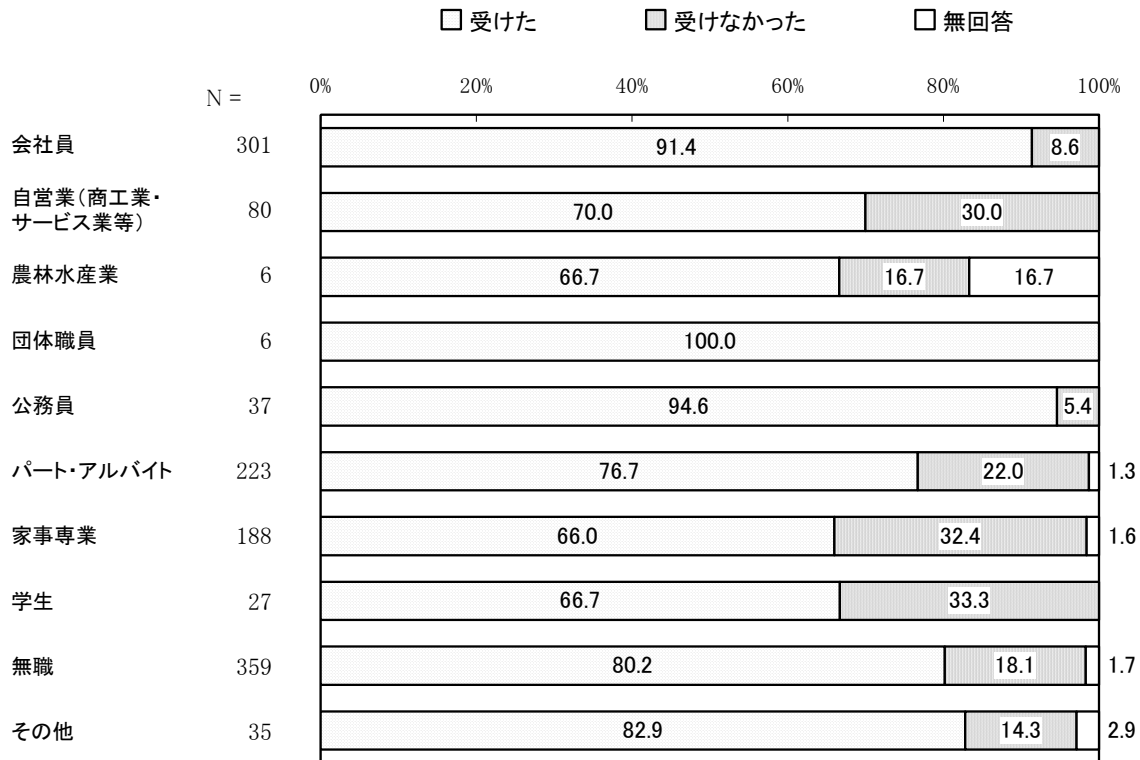
【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男女とも20歳～29歳で「受けた」の割合が低くなっています。



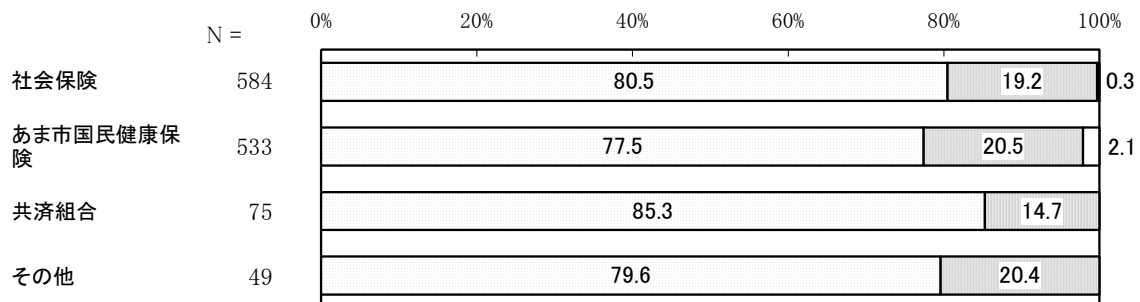
【職業別】

職業別でみると、他に比べ、自営業（商工業・サービス業等）、家事専業、学生で「受けなかった」の割合が高くなっています。



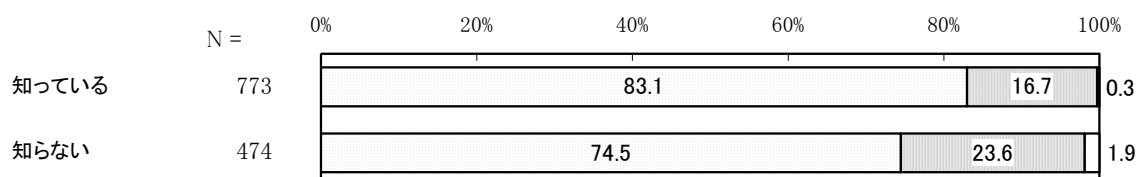
【健康保険別】

健康保険別でみると、大きな差異はみられません。



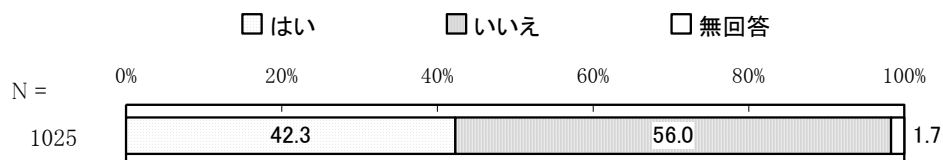
【適正体重認知度別】

適正体重認知度別でみると、知らないに比べ、知っているで「受けた」の割合が高くなっています。



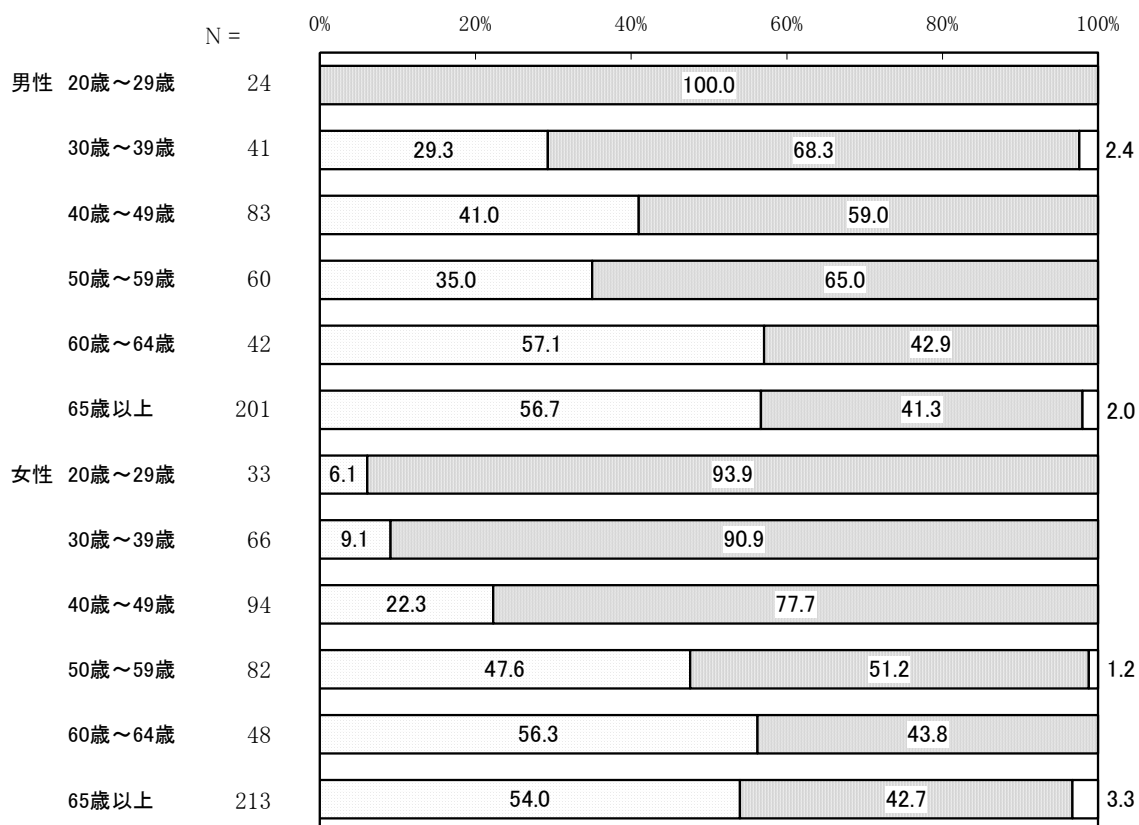
問 29－1 問 29 で「1. 受けた」とお答えになった方にお聞きします。健診の結果、肥満、高血圧（血圧が高い）、糖尿病（血糖が高い）、血中の脂質異常（コレステロール・中性脂肪が高い）に関する指摘を受け、医療機関での治療または保健指導を勧められましたか。どちらか 1 つ選んで○をつけてください。

「はい」の割合が 42.3%、「いいえ」の割合が 56.0%となっています。



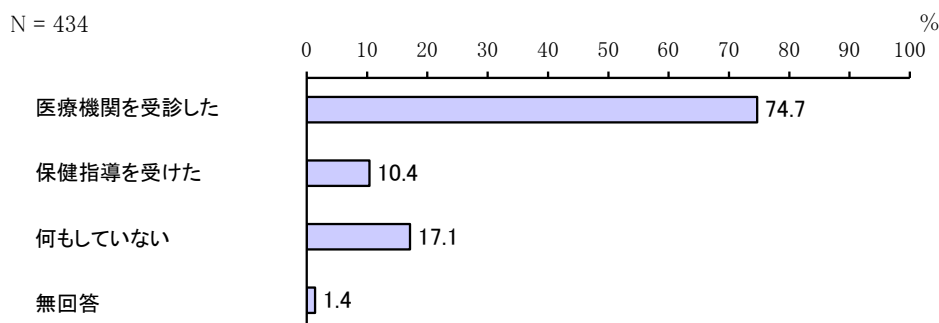
【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男女とも 60 歳以上で「はい」の割合が高くなっています。



問 29－2 問 29－1 で「1. はい」とお答えになった方にお聞きします。その後どうされましたか。次の中からあてはまるものを全て選んで○をつけてください。

「医療機関を受診した」の割合が 74.7%と最も高く、次いで「何もしていない」の割合が 17.1%、「保健指導を受けた」の割合が 10.4%となっています。



【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男性の 30 歳～39 歳、女性の 40 歳～49 歳で「保健指導を受けた」の割合が高くなっています。

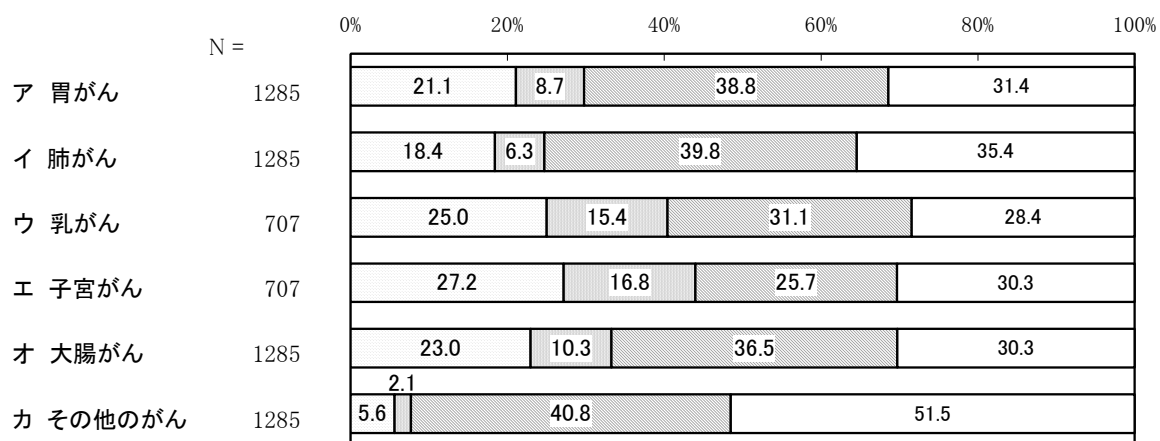
単位：％

区分	有効回答数 (件)	医療機関を受診した	保健指導を受けた	何もしていない	無回答
男性 20 歳～29 歳	—	—	—	—	—
30 歳～39 歳	12	41.7	33.3	33.3	—
40 歳～49 歳	34	38.2	23.5	44.1	—
50 歳～59 歳	21	81.0	9.5	19.0	—
60 歳～64 歳	24	75.0	12.5	16.7	—
65 歳以上	114	89.5	7.0	7.0	0.9
女性 20 歳～29 歳	2	—	50.0	50.0	—
30 歳～39 歳	6	—	33.3	66.7	—
40 歳～49 歳	21	42.9	14.3	42.9	—
50 歳～59 歳	39	66.7	7.7	25.6	—
60 歳～64 歳	27	77.8	7.4	14.8	—
65 歳以上	115	85.2	7.0	7.0	3.5

問 30 次のアからカのがん検診について、いつ頃受けたか次の中からあてはまるものを1つずつ選んで○をつけてください。

ア 胃がん、イ 肺がん、ウ 乳がん、オ 大腸がんで「5年以上受けていない」の割合が最も高くなっています。エ 子宮がん「1年以内に受けた（乳がん・子宮がんは2年以内）」の割合が最も高くなっています。

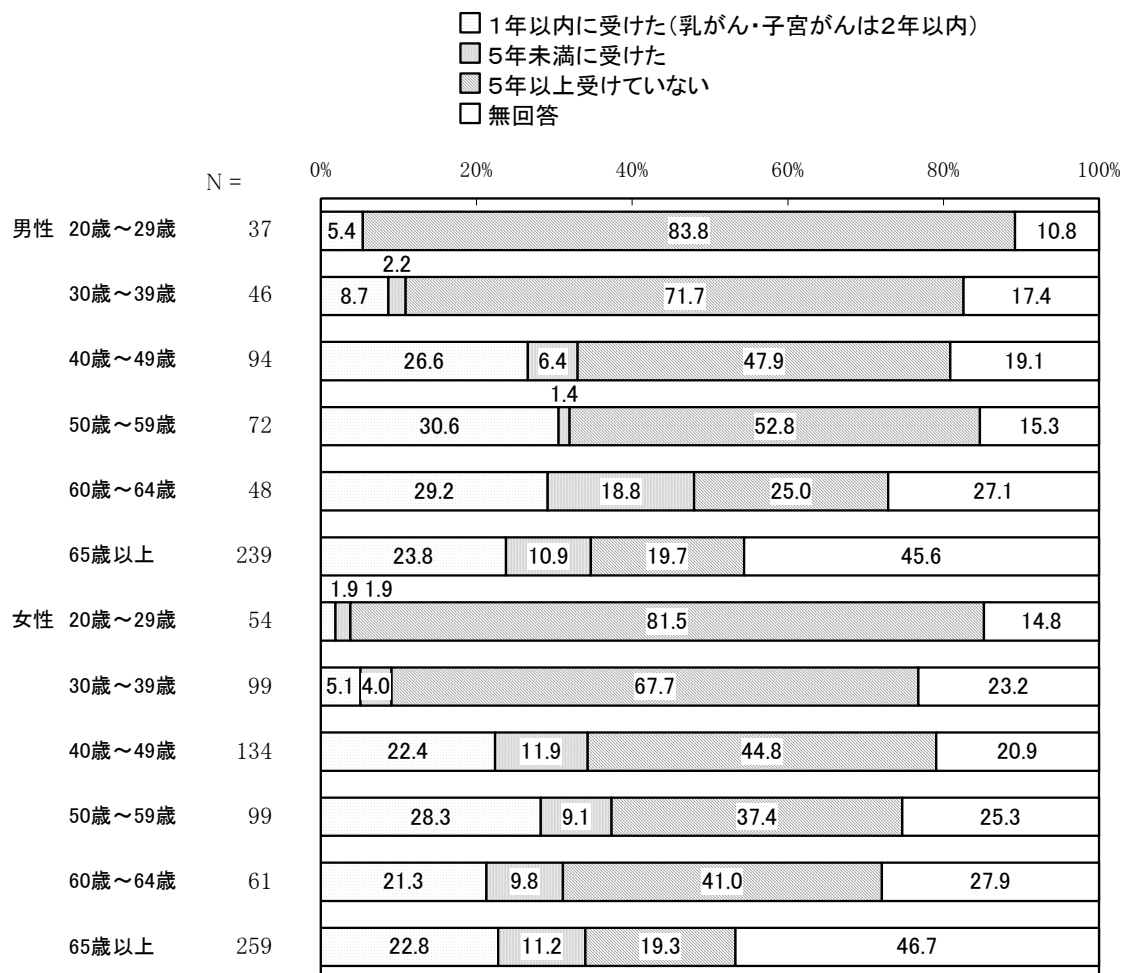
- ☐ 1年以内に受けた(乳がん・子宮がんは2年以内)
☐ 5年未満に受けた
☐ 5年以上受けていない
☐ 無回答



ア 胃がん

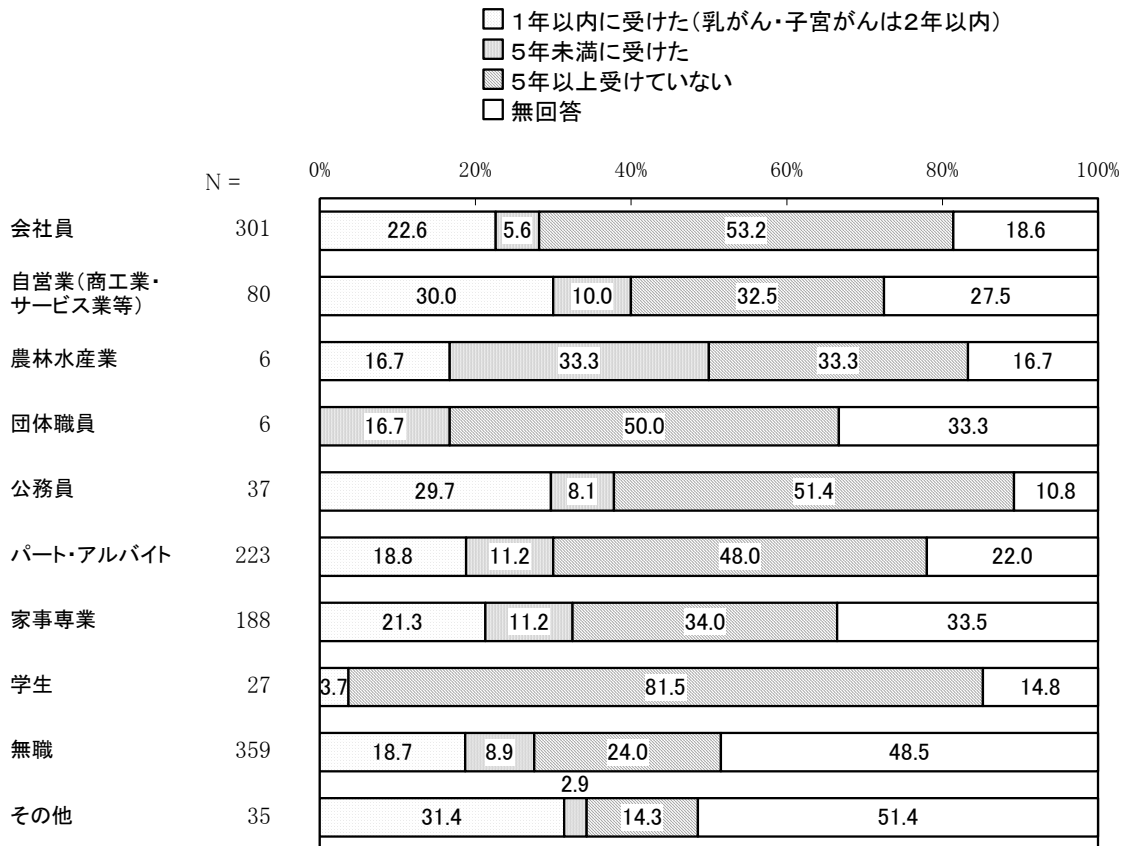
【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男女とも20歳～39歳で「5年以上受けていない」の割合が高くなっています。



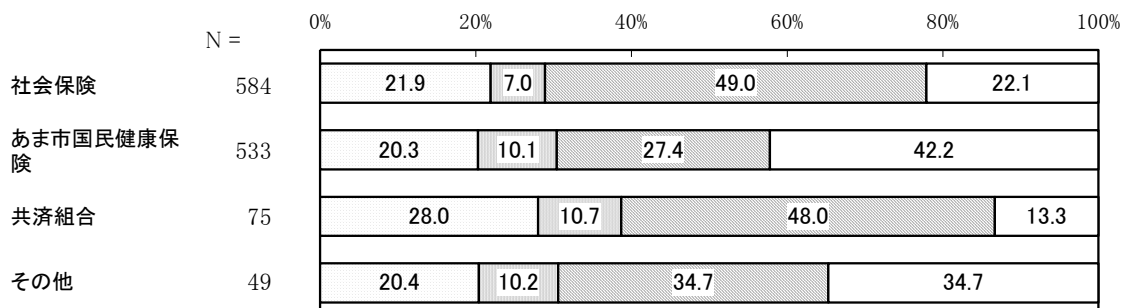
【職業別】

職業別でみると、他に比べ、自営業（商工業・サービス業等）、公務員で「１年以内に受けた（乳がん・子宮がんは２年以内）」の割合が高くなっています。



【健康保険別】

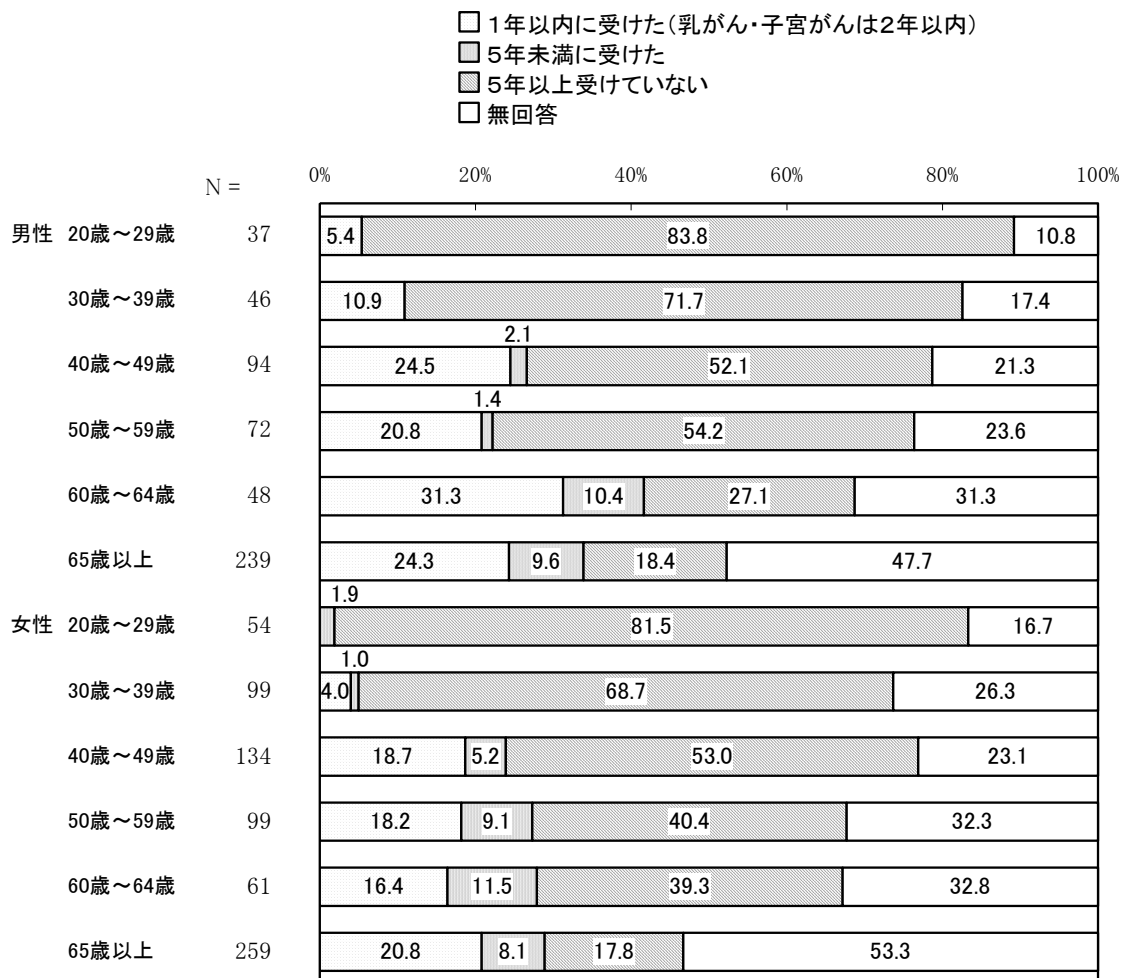
健康保険別でみると、他に比べ、共済組合で「１年以内に受けた（乳がん・子宮がんは２年以内）」の割合が高くなっています。



イ 肺がん

【性年齢別】

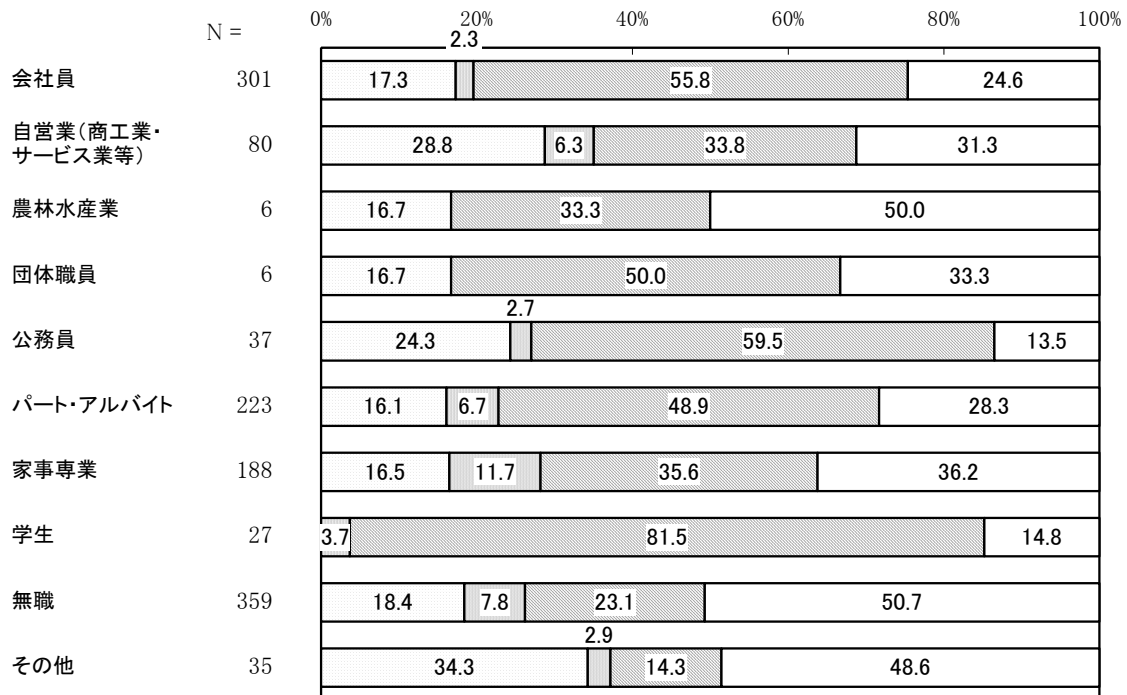
性年齢別でみると、他に比べ、男女とも 20 歳～39 歳で「5 年以上受けていない」の割合が高くなっています。



【職業別】

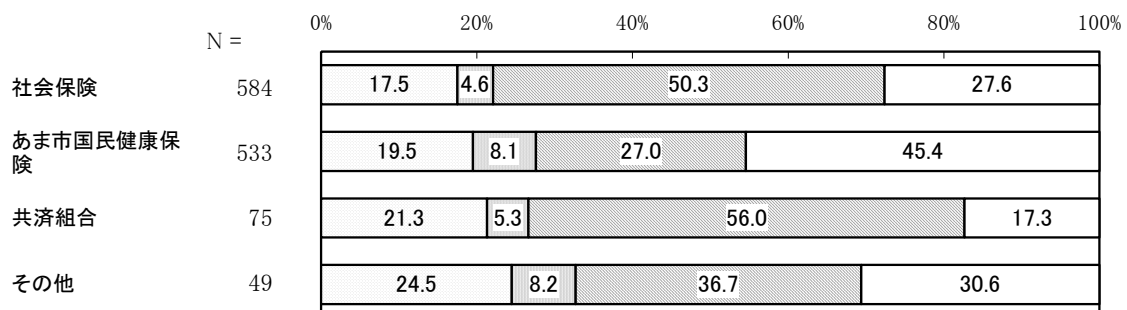
職業別でみると、他に比べ、自営業（商工業・サービス業等）、公務員で「1年以内に受けた（乳がん・子宮がんは2年以内）」の割合が高くなっています。

- ☐ 1年以内に受けた（乳がん・子宮がんは2年以内）
- ☐ 5年未満に受けた
- ☐ 5年以上受けていない
- ☐ 無回答



【健康保険別】

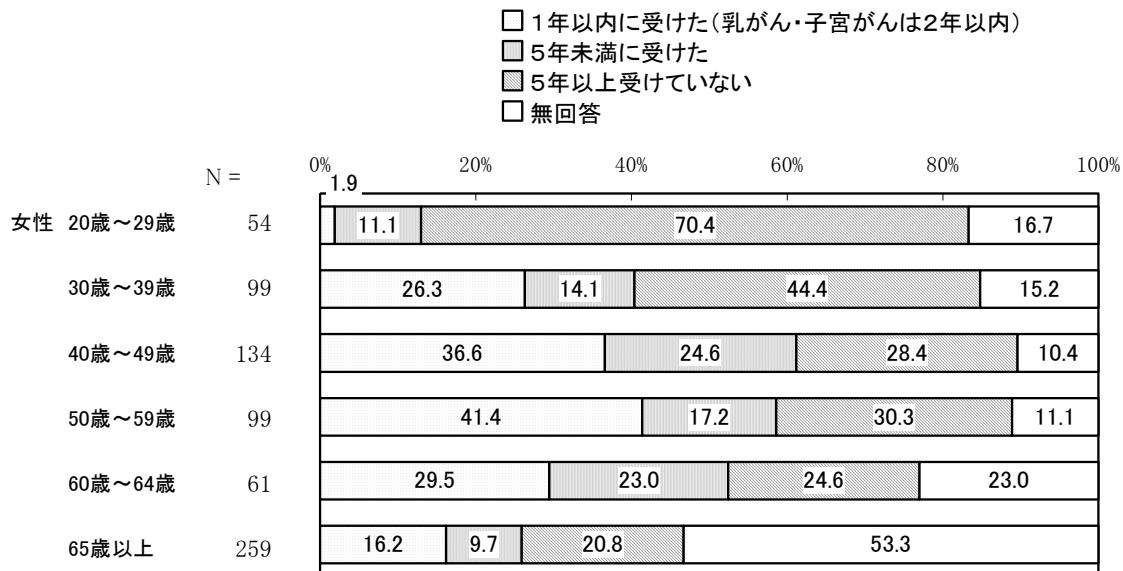
健康保険別でみると、他に比べ、社会保険、共済組合で「5年以上受けていない」の割合が高くなっています。



ウ 乳がん

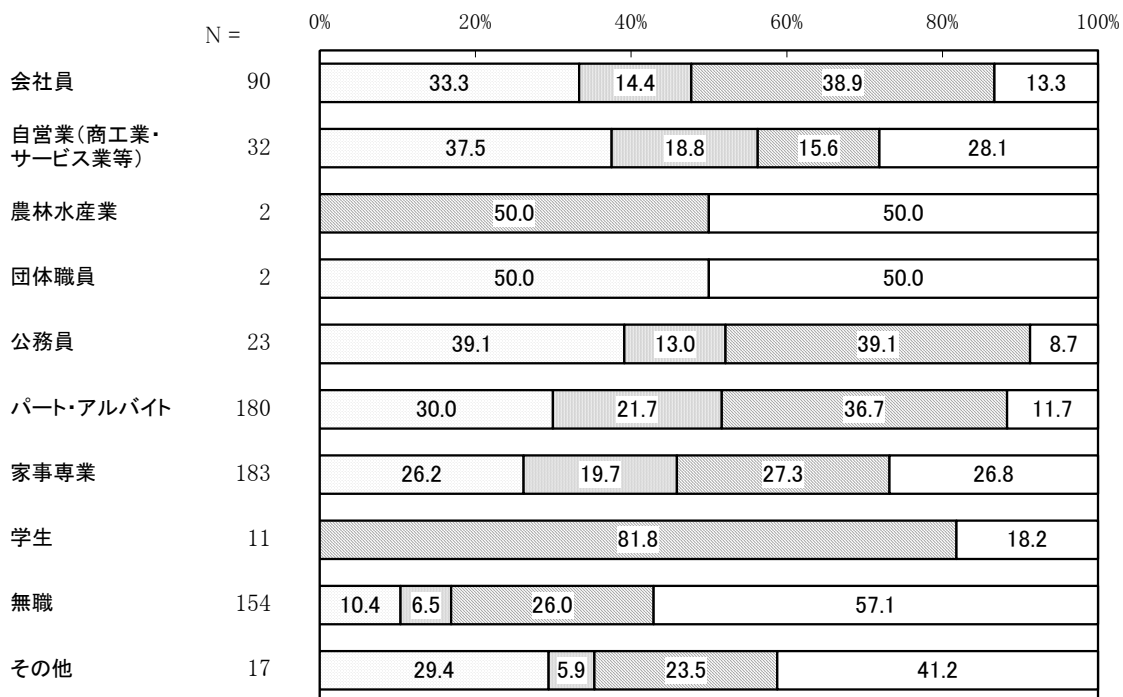
【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、女性の20歳～29歳で「5年以上受けていない」の割合が高くなっています。



【職業別】

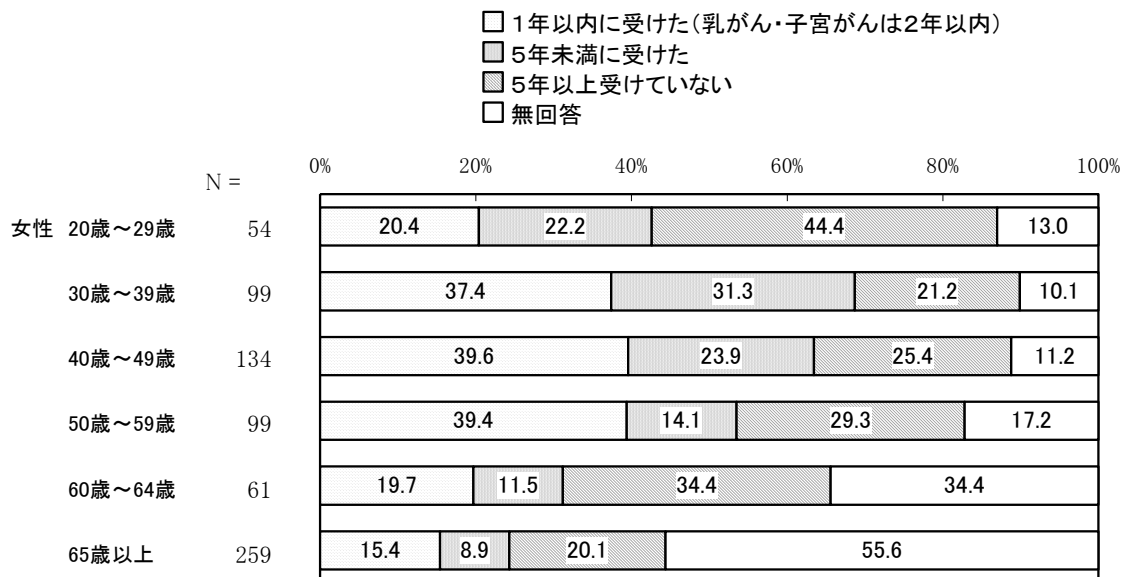
職業別でみると、他に比べ、学生で「5年以上受けていない」の割合が高くなっています。



エ 子宮がん

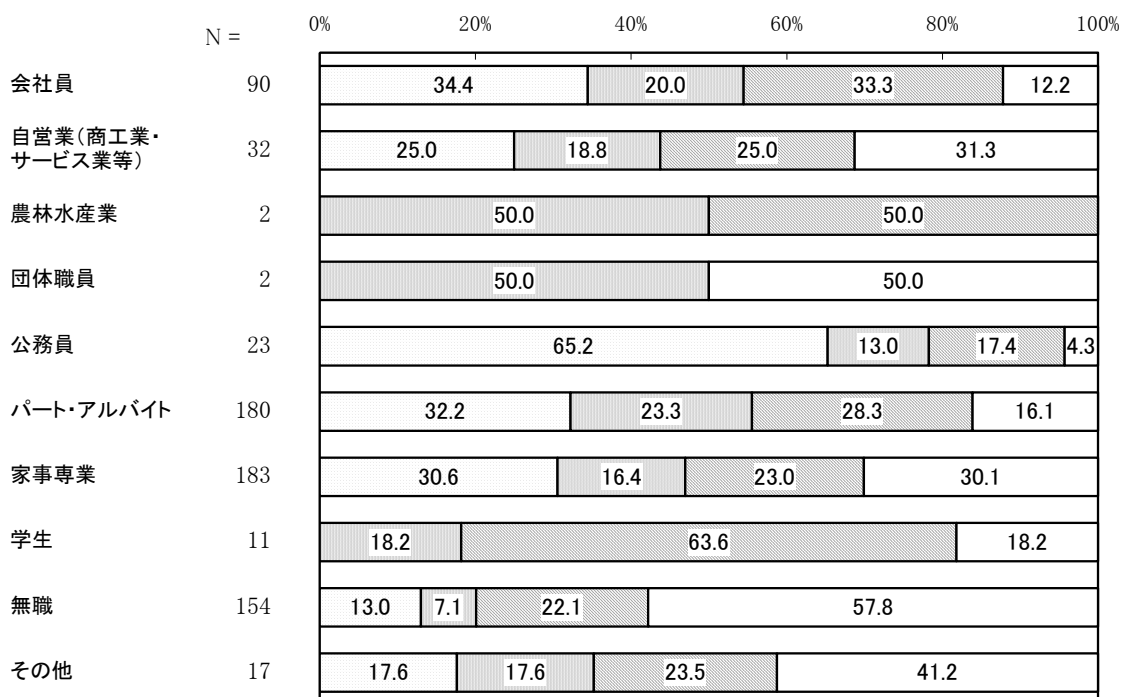
【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、女性の 20 歳～29 歳で「5 年以上受けていない」の割合が高くなっています。



【職業別】

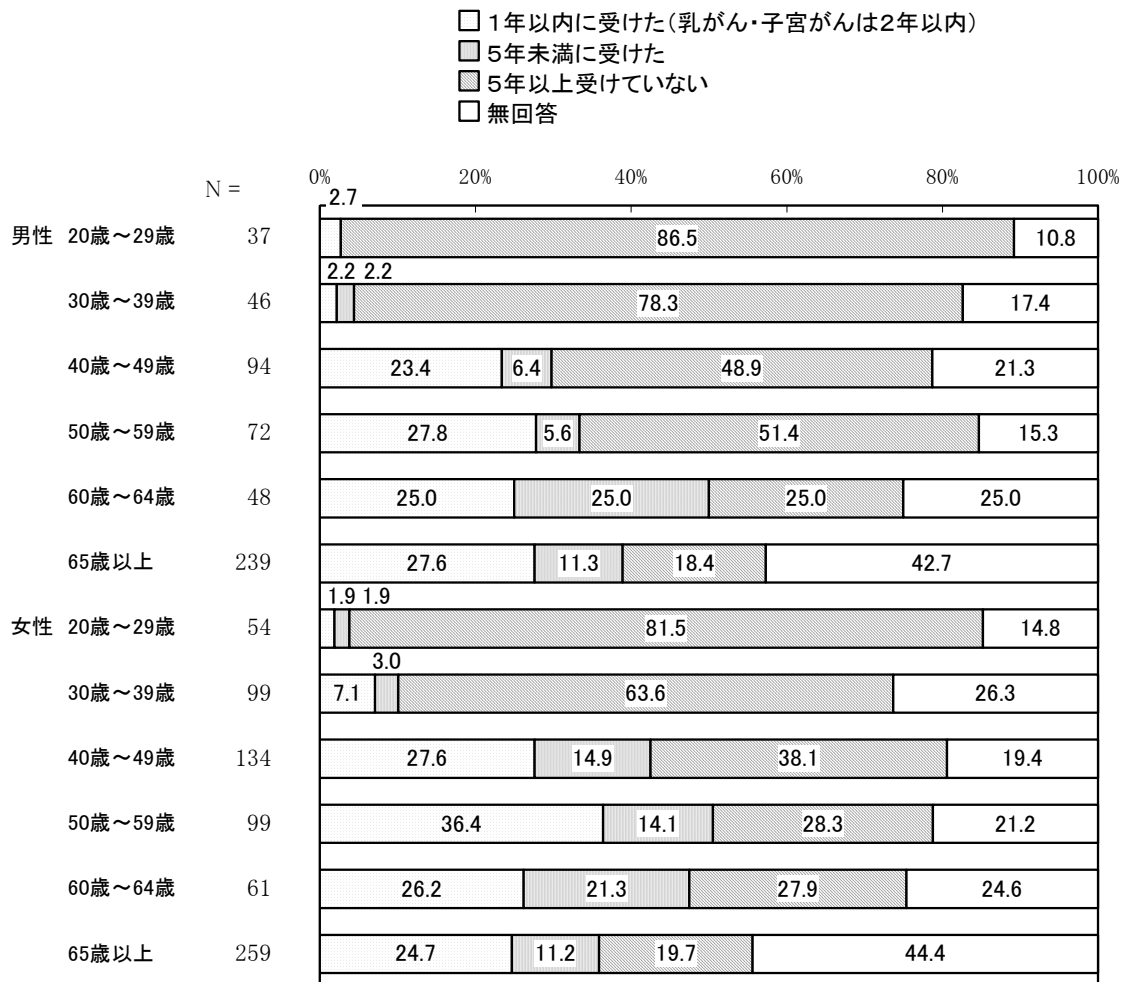
職業別でみると、他に比べ、公務員で「1 年以内に受けた（乳がん・子宮がんは 2 年以内）」の割合が高くなっています。



オ 大腸がん

【性年齢別】

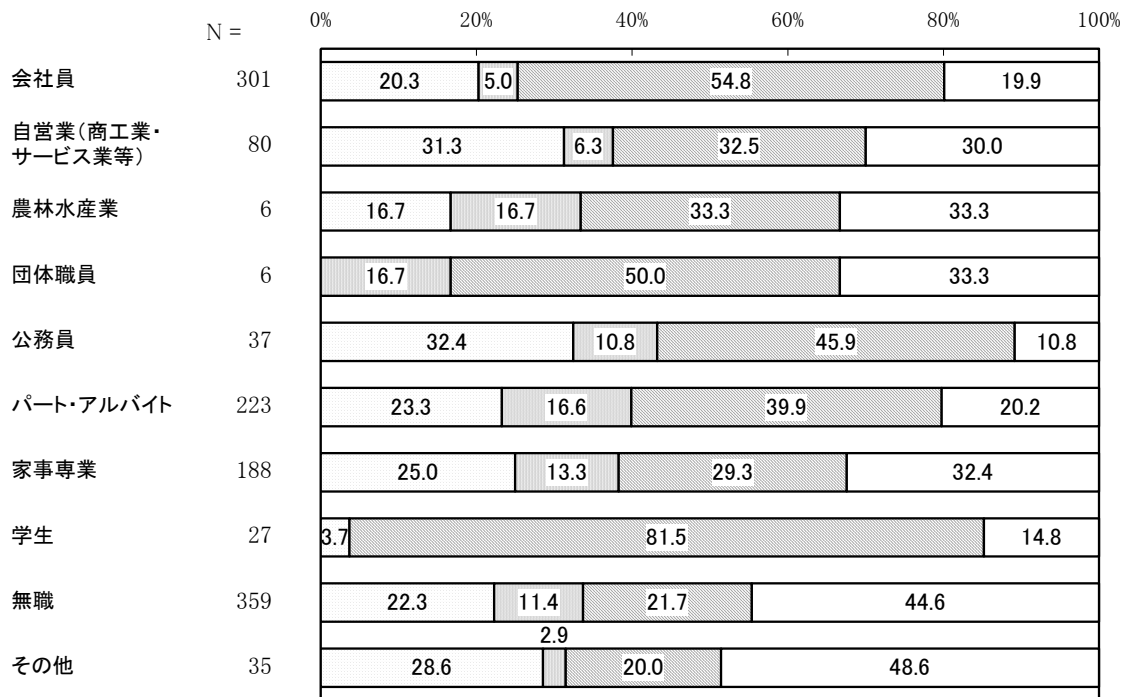
性年齢別でみると、他に比べ、男女とも 20 歳～39 歳で「5 年以上受けていない」の割合が高くなっています。



【職業別】

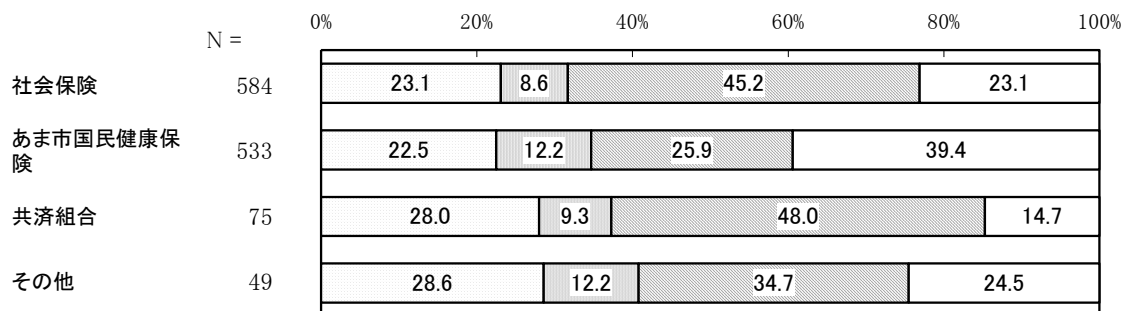
職業別でみると、他に比べ、自営業（商工業・サービス業等）、公務員で「1年以内に受けた（乳がん・子宮がんは2年以内）」の割合が高くなっています。

- ☐ 1年以内に受けた（乳がん・子宮がんは2年以内）
- ☐ 5年未満に受けた
- ☐ 5年以上受けていない
- ☐ 無回答



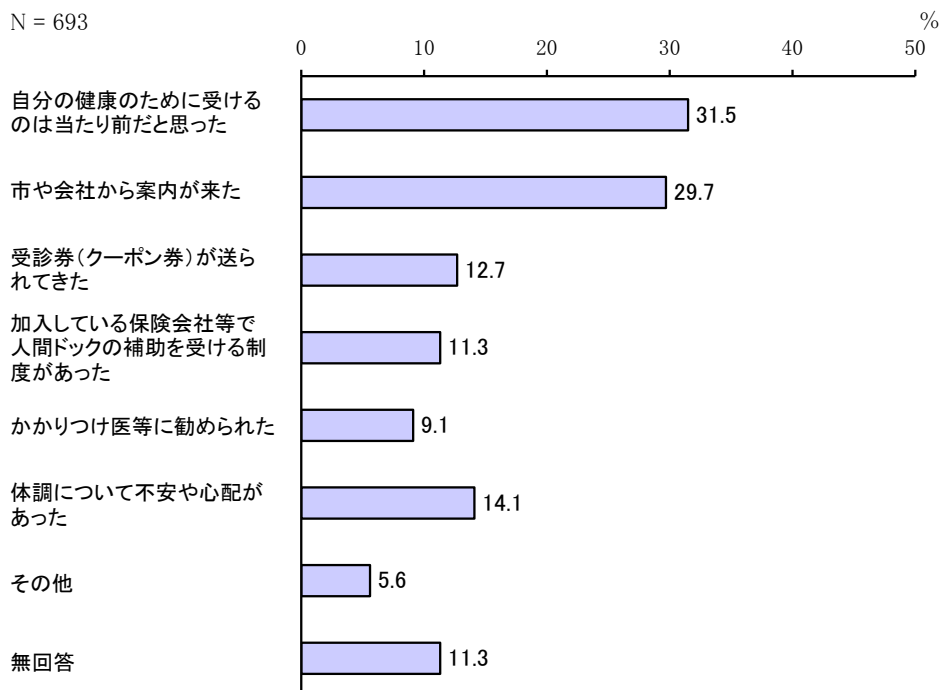
【健康保険別】

健康保険別でみると、他に比べ、社会保険、共済組合で「5年以上受けていない」の割合が高くなっています。



問 30－1 問 30 でいずれかのがん検診を「１年以内に受けた（乳がん・子宮がんは２年以内）」、「５年未満に受けた」とお答えになった方にお聞きします。どのようなきっかけで受けましたか。次の中からあてはまるものを全て選んで○をつけてください。

「自分の健康のために受けるのは当たり前だと思った」の割合が 31.5%と最も高く、次いで「市や会社から案内が来た」の割合が 29.7%、「体調について不安や心配があった」の割合が 14.1%となっています。



【性年齢別】

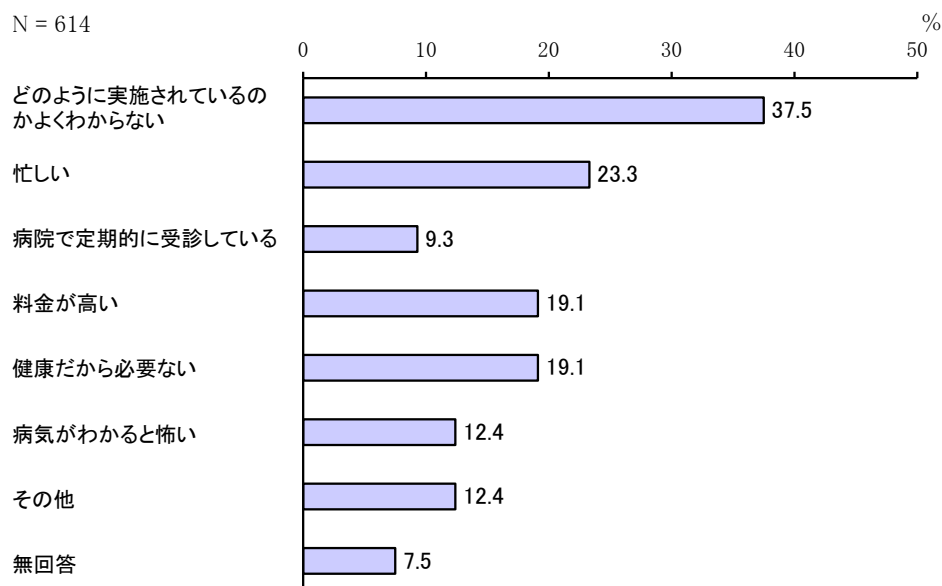
性年齢別でみると、他に比べ、男性の 65 歳以上で「自分の健康のために受けるのは当たり前だと思った」の割合が、男性の 50 歳～59 歳で「受診券（クーポン券）が送られてきた」の割合が高くなっています。また、女性の 50 歳～59 歳で「加入している保険会社等で人間ドックの補助を受ける制度があった」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	有効回答数（件）	自分の健康のために受けるのは当たり前だと思った	市や会社から案内が来た	受診券（クーポン券）が送られてきた	加入している保険会社等で人間ドックの補助を受ける制度があった	かかりつけ医等に勧められた	体調について不安や心配があった	その他	無回答
男性 20 歳～29 歳	2	—	100.0	—	—	—	—	—	—
30 歳～39 歳	8	12.5	37.5	—	12.5	—	12.5	12.5	12.5
40 歳～49 歳	39	20.5	56.4	5.1	23.1	2.6	5.1	—	5.1
50 歳～59 歳	30	13.3	50.0	13.3	26.7	6.7	3.3	3.3	—
60 歳～64 歳	32	31.3	53.1	3.1	15.6	3.1	9.4	—	6.3
65 歳以上	120	47.5	20.0	0.8	6.7	20.0	15.0	3.3	8.3
女性 20 歳～29 歳	24	4.2	33.3	12.5	—	4.2	16.7	12.5	20.8
30 歳～39 歳	76	14.5	25.0	26.3	17.1	5.3	10.5	13.2	11.8
40 歳～49 歳	104	24.0	34.6	27.9	11.5	5.8	21.2	8.7	6.7
50 歳～59 歳	70	31.4	32.9	18.6	22.9	5.7	18.6	10.0	2.9
60 歳～64 歳	38	42.1	28.9	28.9	5.3	5.3	13.2	—	13.2
65 歳以上	130	44.6	15.4	2.3	2.3	11.5	15.4	2.3	23.1

問 30－2 問 30 でいずれかのがん検診を「5 年以上受けていない」とお答えになった方にお聞きします。検診を受けなかった理由を、次の中からあてはまるもの全て選んで○をつけてください。

「どのように実施されているのかよくわからない」の割合が 37.5%と最も高く、次いで「忙しい」の割合が 23.3%、「料金が高い」、「健康だから必要ない」の割合が 19.1%となっています。



【性年齢別】

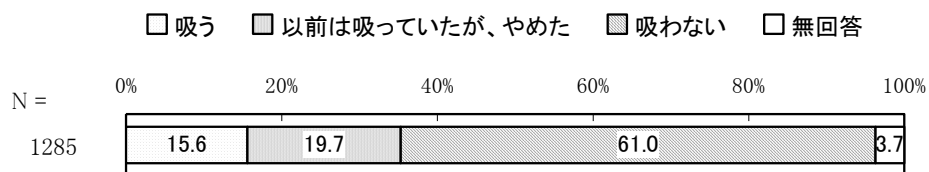
性年齢別でみると、他に比べ、男性の 20 歳～29 歳、60 歳～64 歳で「健康だから必要ない」の割合が、男性の 65 歳以上で「病院で定期的に受診している」の割合が高くなっています。また、女性の 20 歳～29 歳で「どのように実施されているのかよくわからない」の割合が、女性の 60 歳以上で「病院で定期的に受診している」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	有効回答数 (件)	どのよう に実施され ているのか よくわから ない	忙しい	病院で 定期的に 受診し ている	料 金 が 高 い	健康 だ か ら 必 要 な い	病 気 が わ か る と 怖 い	そ の 他	無 回 答
男性 20 歳～29 歳	32	56.3	21.9	—	6.3	40.6	3.1	15.6	—
30 歳～39 歳	37	59.5	18.9	—	16.2	24.3	2.7	21.6	5.4
40 歳～49 歳	57	47.4	35.1	5.3	17.5	12.3	5.3	7.0	7.0
50 歳～59 歳	44	50.0	31.8	9.1	25.0	29.5	11.4	4.5	4.5
60 歳～64 歳	15	26.7	26.7	6.7	13.3	40.0	20.0	13.3	—
65 歳以上	51	17.6	5.9	33.3	9.8	21.6	11.8	3.9	13.7
女性 20 歳～29 歳	45	68.9	20.0	2.2	28.9	20.0	6.7	6.7	—
30 歳～39 歳	73	52.1	21.9	1.4	35.6	11.0	8.2	12.3	4.1
40 歳～49 歳	84	38.1	36.9	—	22.6	14.3	20.2	14.3	1.2
50 歳～59 歳	56	25.0	30.4	5.4	25.0	14.3	21.4	12.5	12.5
60 歳～64 歳	33	6.1	15.2	24.2	12.1	21.2	21.2	15.2	15.2
65 歳以上	75	10.7	9.3	25.3	6.7	13.3	16.0	21.3	17.3

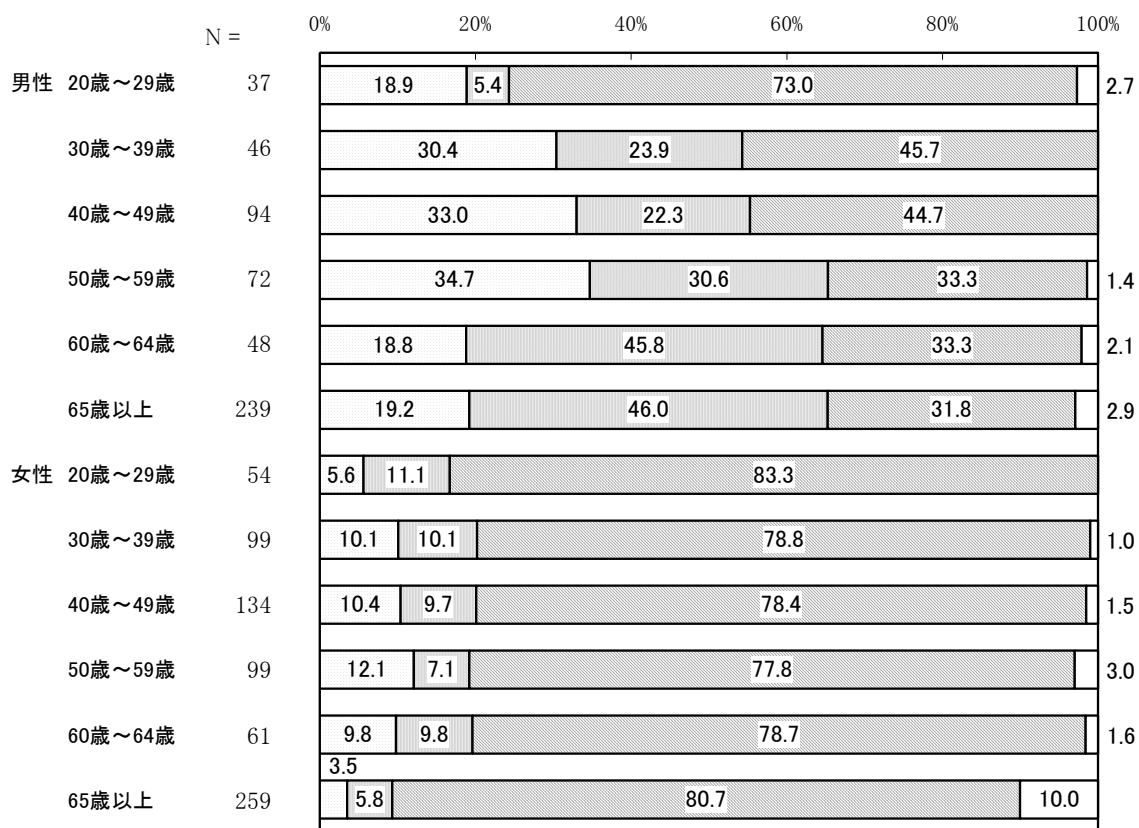
問 31 たばこを吸いますか。次の中から1つ選んで○をつけてください。また、吸う方は1日の本数もお答えください。

「吸わない」の割合が 61.0%と最も高く、次いで「以前は吸っていたが、やめた」の割合が 19.7%、「吸う」の割合が 15.6%となっています。



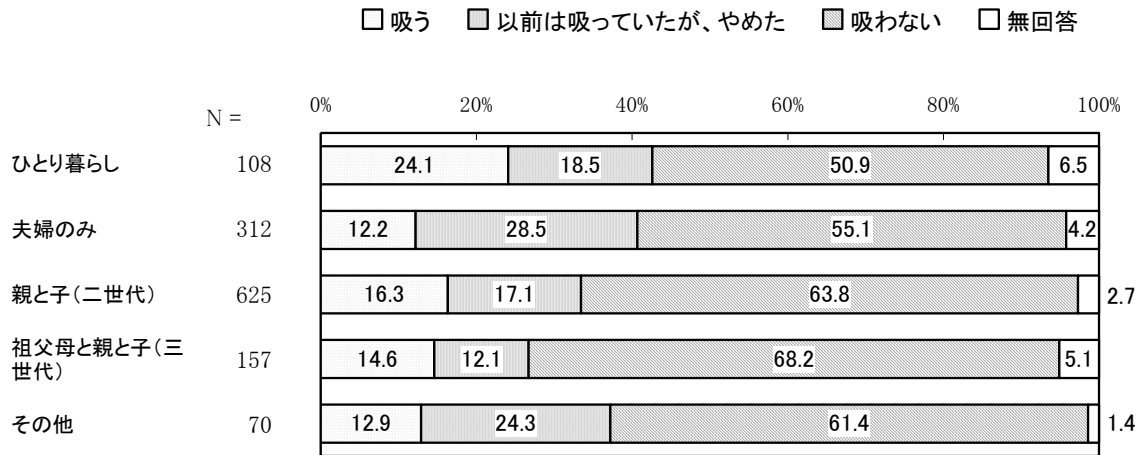
【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男性の39歳～59歳で「吸う」の割合が高くなっています。



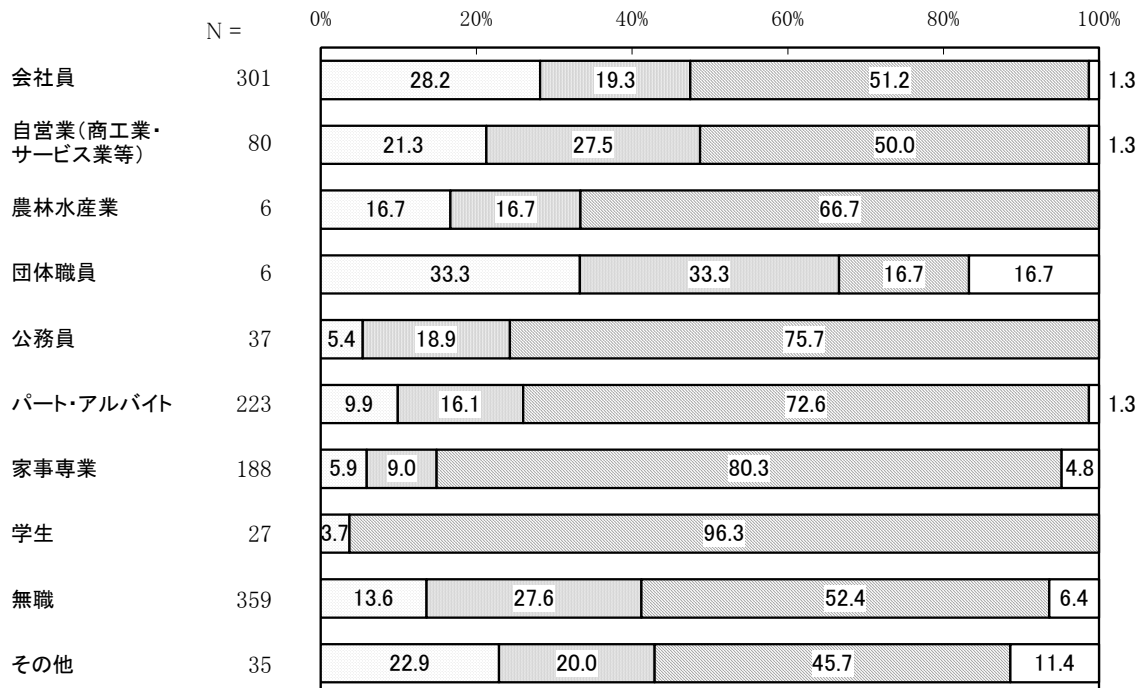
【家族構成別】

家族構成別でみると、他に比べ、ひとり暮らしで「吸う」の割合が高くなっています。また、親と子（二世代）、祖父母と親と子（三世代）で「吸わない」の割合が高くなっています。



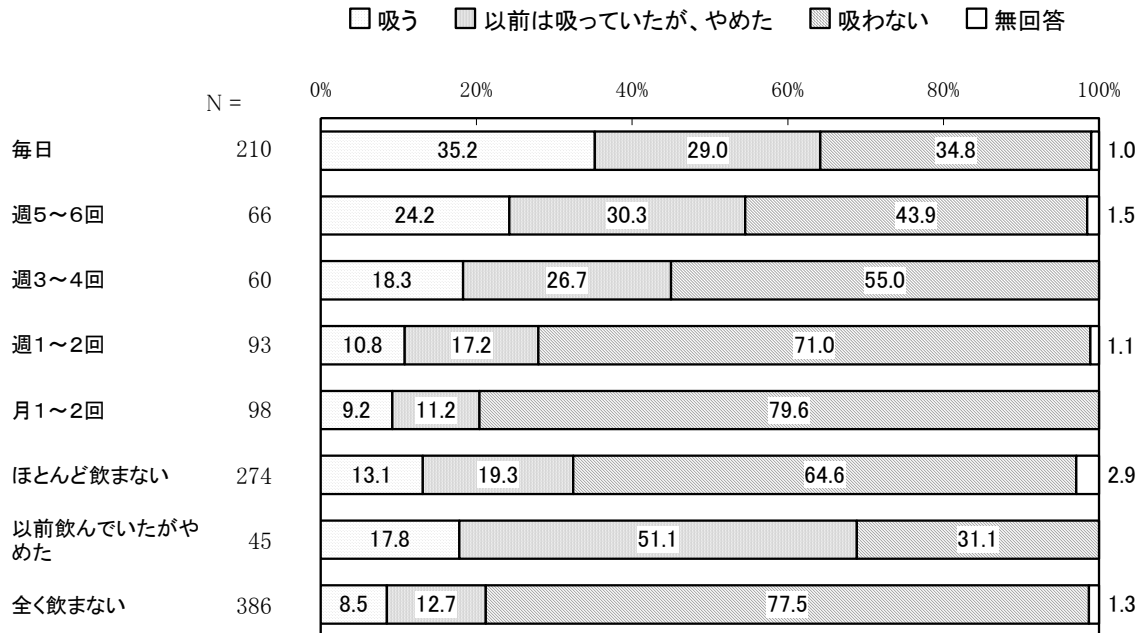
【職業別】

職業別でみると、他に比べ、会社員で「吸う」の割合が高くなっています。また、学生で「吸わない」の割合が高くなっています。



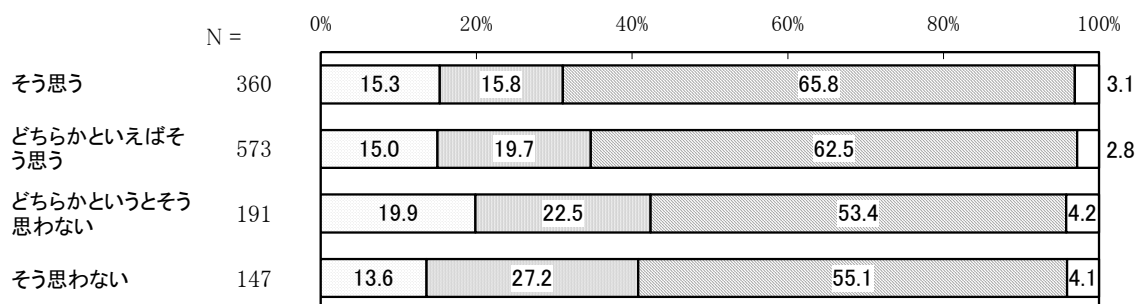
【飲酒習慣別】

飲酒習慣別でみると、毎日で「吸う」の割合が高くなっています。また、月1～2回、全く飲まないで「吸わない」の割合が高くなっています。



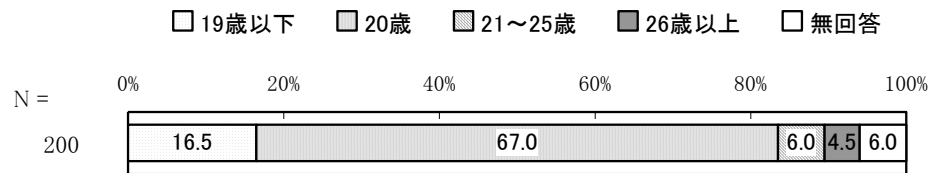
【健康と思うかどうか別】

健康と思うかどうか別でみると、他に比べ、そう思う、どちらかといえばそう思うで「吸わない」の割合が高くなっています。



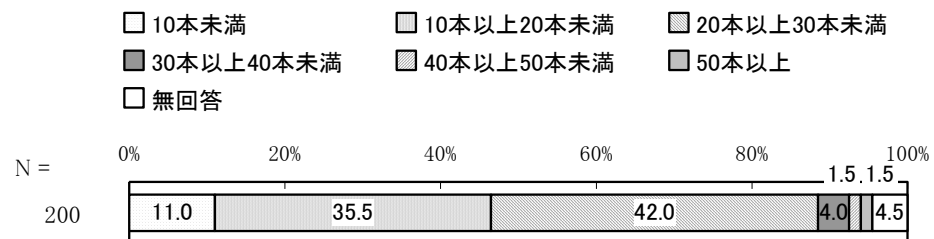
(1) 喫煙開始の年齢

「20 歳」の割合が 67.0%と最も高く、次いで「19 歳以下」の割合が 16.5%となっています。



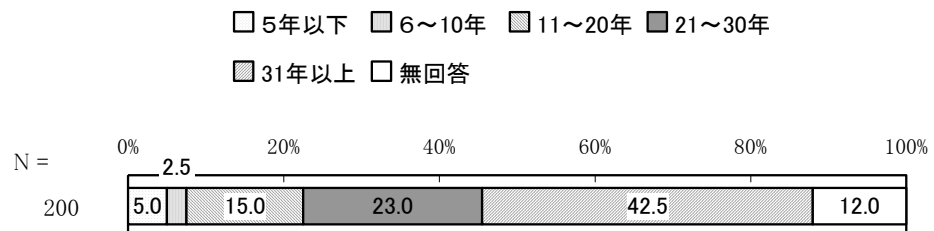
(2) 1日の喫煙本数

「20 本以上 30 本未満」の割合が 42.0%と最も高く、次いで「10 本以上 20 本未満」の割合が 35.5%、「10 本未満」の割合が 11.0%となっています。



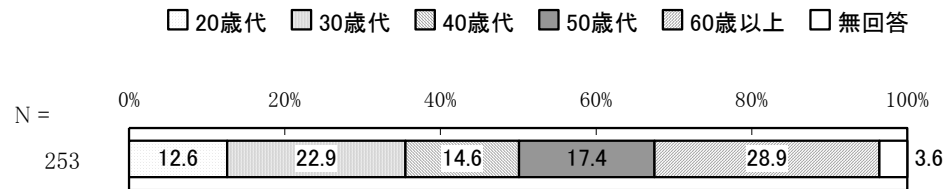
(3) 喫煙年数

「31 年以上」の割合が 42.5%と最も高く、次いで「21～30 年」の割合が 23.0%、「11～20 年」の割合が 15.0%となっています。



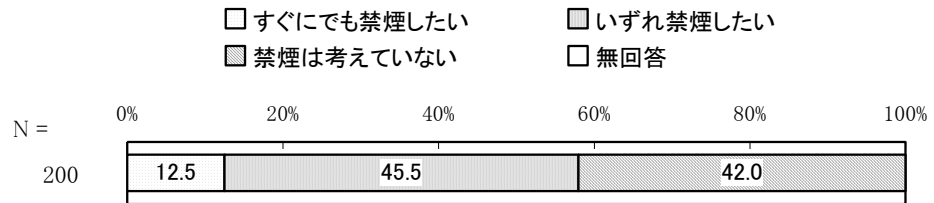
(4) 禁煙をした年齢

「60 歳以上」の割合が 28.9%と最も高く、次いで「30 歳代」の割合が 22.9%、「50 歳代」の割合が 17.4%となっています。



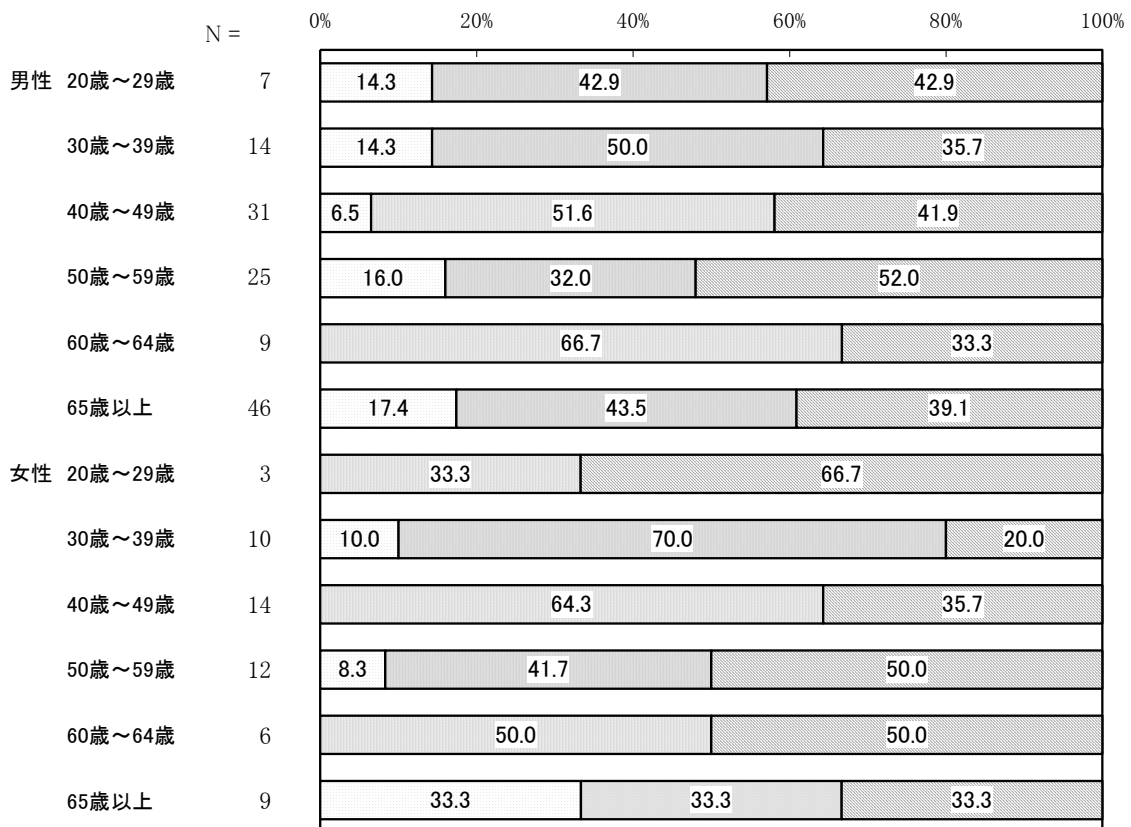
問 31－1 問 31 で「1. 吸う」とお答えになった方にお聞きします。禁煙したいと思いますか。次の中から 1 つ選んで○をつけてください。

「いずれ禁煙したい」の割合が 45.5%と最も高く、次いで「禁煙は考えていない」の割合が 42.0%、「すぐにでも禁煙したい」の割合が 12.5%となっています。



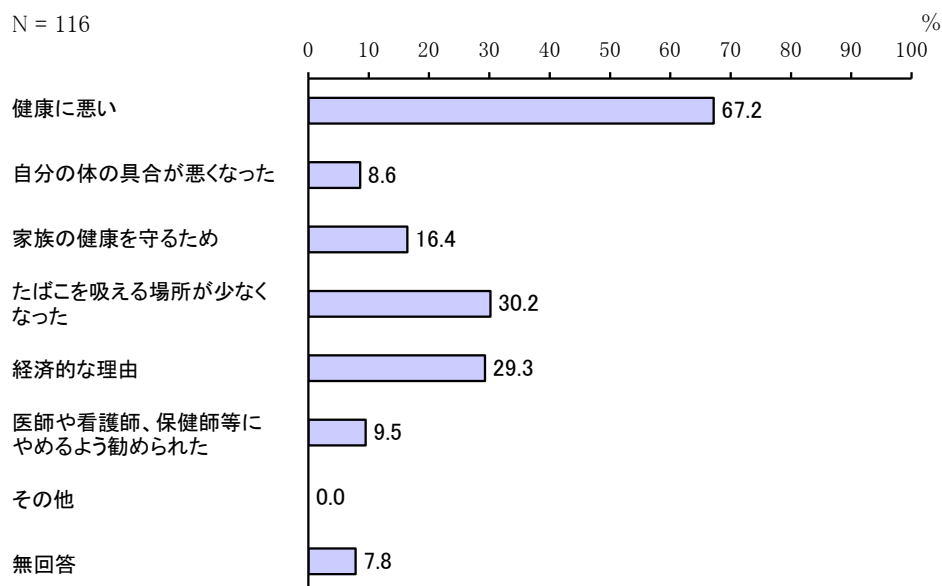
【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男女とも 50 歳～59 歳で「いずれ禁煙したい」の割合が低くなっています。



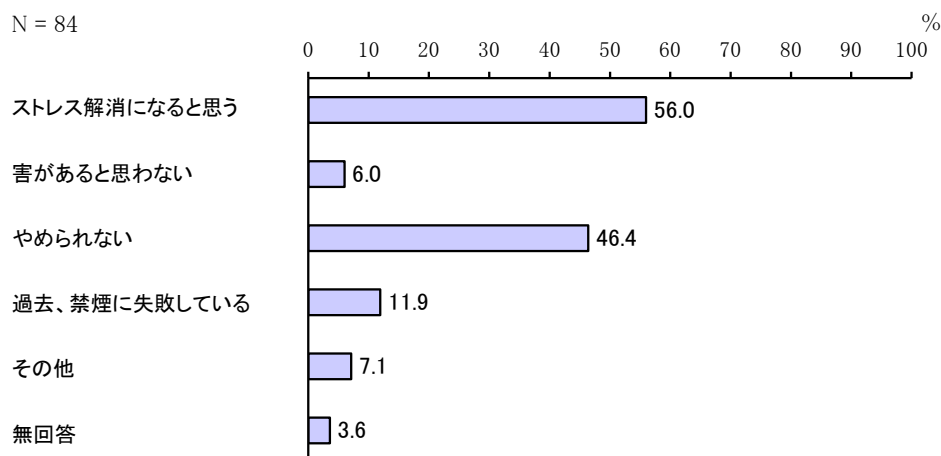
問 31－2 問 31－1 で「1. すぐにでも禁煙したい」または「2. いずれ禁煙したい」とお答えになった方にお聞きします。その理由は何ですか。次の中からあてはまるものの全て選んで○をつけてください。

「健康に悪い」の割合が 67.2% と最も高く、次いで「たばこを吸える場所が少なくなった」の割合が 30.2%、「経済的な理由」の割合が 29.3% となっています。



問 31－3 問 31－1 で「3. 禁煙は考えていない」とお答えになった方にお聞きします。
禁煙を考えていない理由を、次の中からあてはまるもの全て選んで○をつけてください。

「ストレス解消になると思う」の割合が 56.0%と最も高く、次いで「やめられない」の割合が 46.4%、「過去、禁煙に失敗している」の割合が 11.9%となっています。



【性年齢別】

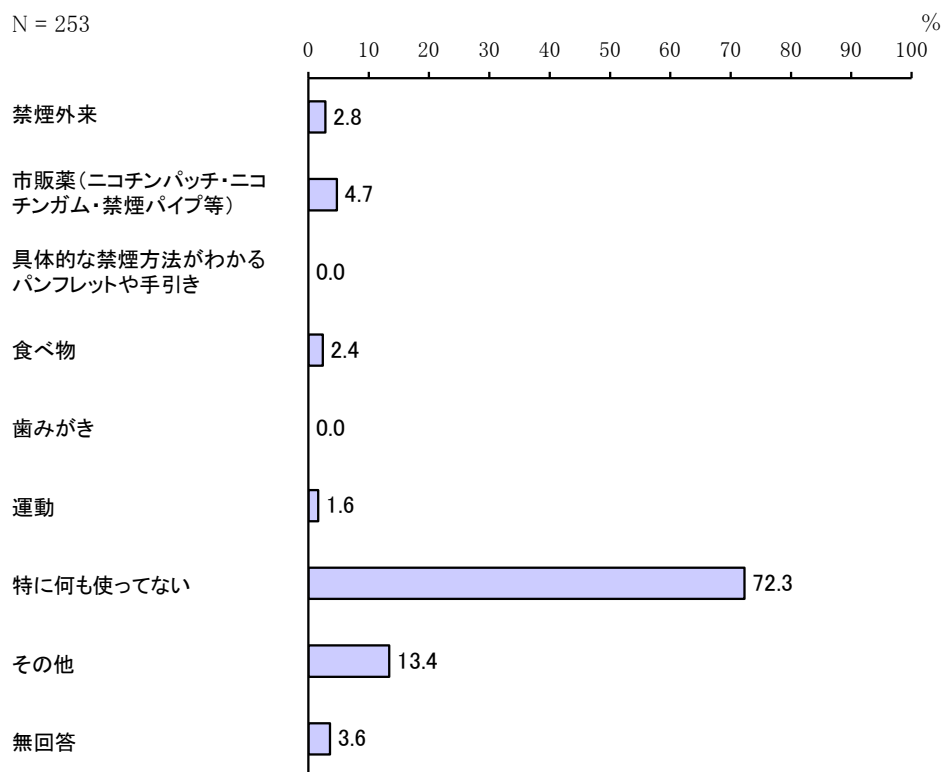
性年齢別でみると、他に比べ、男性の 40 歳～49 歳で「ストレス解消になると思う」の割合が、男性の 65 歳以上で「やめられない」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	有効回答数 (件)	ストレス 解消にな ると思う	害があると思わ ない	やめられ ない	過去、禁 煙に失敗し ている	その他	無回 答
男性 20 歳～29 歳	3	66.7	—	33.3	33.3	—	—
30 歳～39 歳	5	40.0	—	80.0	—	—	—
40 歳～49 歳	13	69.2	—	38.5	15.4	—	7.7
50 歳～59 歳	13	53.8	7.7	46.2	—	7.7	—
60 歳～64 歳	3	66.7	—	33.3	—	—	—
65 歳以上	18	50.0	11.1	55.6	16.7	5.6	11.1
女性 20 歳～29 歳	2	50.0	50.0	50.0	50.0	—	—
30 歳～39 歳	2	50.0	—	100.0	100.0	—	—
40 歳～49 歳	5	40.0	—	20.0	—	40.0	—
50 歳～59 歳	6	66.7	—	33.3	16.7	16.7	—
60 歳～64 歳	3	100.0	—	33.3	—	—	—
65 歳以上	3	—	—	100.0	—	—	—

問 31－4 問 31 で「2. 以前は吸っていた」とお答えになった方にお聞きします。どのような方法で禁煙しましたか。次の中からあてはまるもの全て選んで○をつけてください。

「特に何も使っていない」の割合が 72.3%と最も高くなっています。



【性年齢別】

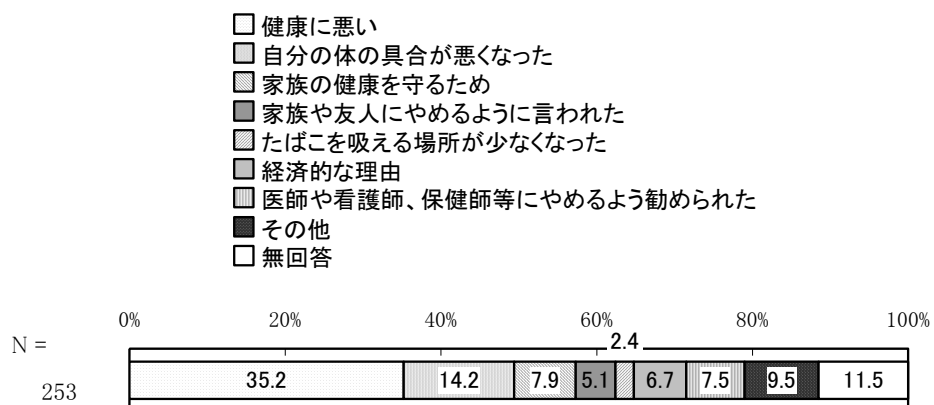
性年齢別でみると、他に比べ、男性の 30 歳～39 歳で「市販薬（ニコチンパッチ・ニコチンガム・禁煙パイプ等）」、「食べ物」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	有効回答数（件）	禁煙外来	市販薬（ニコチンパッチ・ニコチンガム・禁煙パイプ等）	具体的な禁煙方法がわかるパンフレットや手引き	食べ物	歯みがき	運動	特に何も使っていない	その他	無回答
男性 20 歳～29 歳	2	—	—	—	—	—	—	100.0	—	—
30 歳～39 歳	11	—	18.2	—	27.3	—	—	54.5	—	—
40 歳～49 歳	21	4.8	4.8	—	4.8	—	—	76.2	4.8	4.8
50 歳～59 歳	22	4.5	9.1	—	—	—	—	77.3	4.5	4.5
60 歳～64 歳	22	—	9.1	—	—	—	4.5	81.8	9.1	—
65 歳以上	110	2.7	3.6	—	0.9	—	2.7	70.9	17.3	2.7
女性 20 歳～29 歳	6	—	—	—	—	—	—	83.3	16.7	—
30 歳～39 歳	10	—	—	—	—	—	—	80.0	20.0	—
40 歳～49 歳	13	7.7	—	—	7.7	—	—	76.9	7.7	—
50 歳～59 歳	7	—	—	—	—	—	—	71.4	14.3	14.3
60 歳～64 歳	6	—	—	—	—	—	—	83.3	16.7	—
65 歳以上	15	6.7	6.7	—	—	—	—	46.7	26.7	13.3

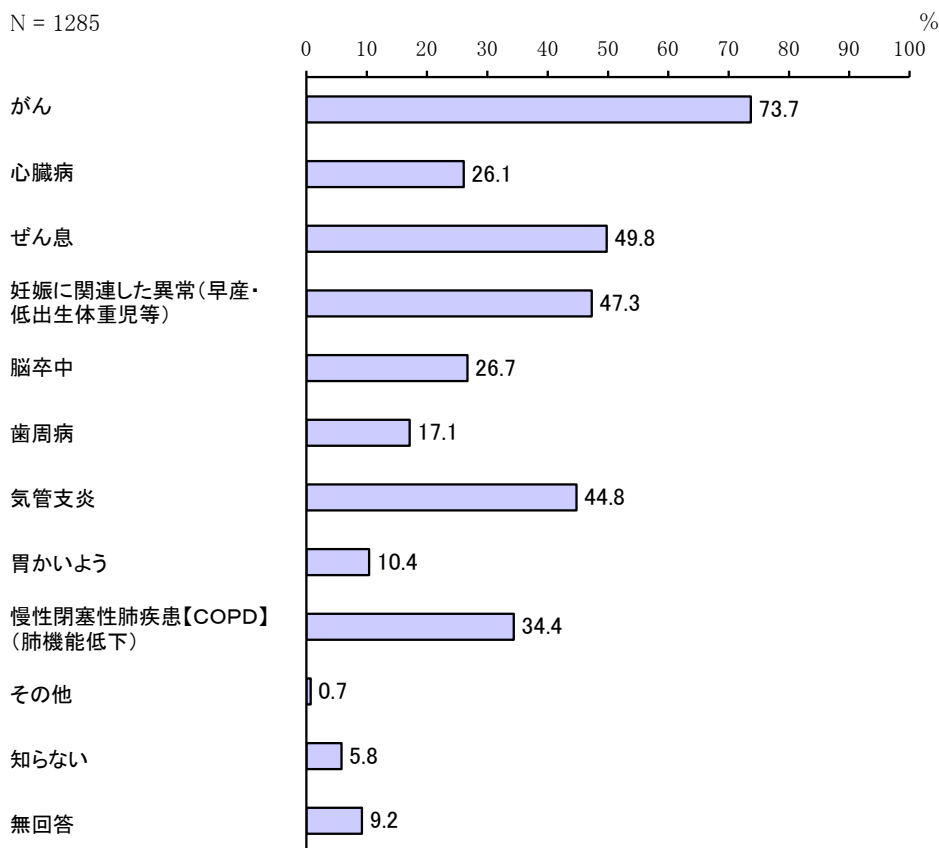
問 31－5 問 31 で「2. 以前は吸っていた」とお答えになった方にお聞きします。禁煙した理由は何ですか。次の中から 1 つ選んで○をつけてください。

「健康に悪い」の割合が 35.2%と最も高く、次いで「自分の体の具合が悪くなった」の割合が 14.2%となっています。



問 32 たばこを吸っている又は吸っている人がいることで、影響を受ける病気を知っていますか。知っているもの全て選んで○をつけてください。

「がん」の割合が73.7%と最も高く、次いで「ぜん息」の割合が49.8%、「妊娠に関連した異常（早産・低出生体重児等）」の割合が47.3%となっています。



【喫煙習慣別】

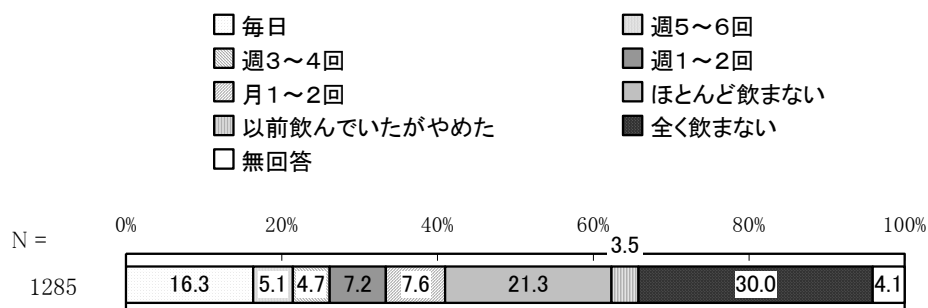
喫煙習慣別でみると、他に比べ、吸うで「がん」、「脳卒中」、「歯周病」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	有効回答数(件)	がん	心臓病	ぜん息	産・妊娠に関連した異常(早産・低出生体重児等)	脳卒中	歯周病	気管支炎	胃かいよう	慢性閉塞性肺疾患【COPD】(肺機能低下)	その他	知らない	無回答
吸う	200	80.5	39.0	57.5	51.5	44.0	27.5	53.5	16.0	40.0	1.0	3.5	5.0
以前は吸っていたが、やめた	253	73.9	34.8	55.3	40.7	31.6	19.8	50.6	15.4	37.5	0.8	5.9	5.1
吸わない	784	75.5	21.6	48.1	50.3	22.2	14.5	42.7	8.0	33.2	0.6	6.4	7.8

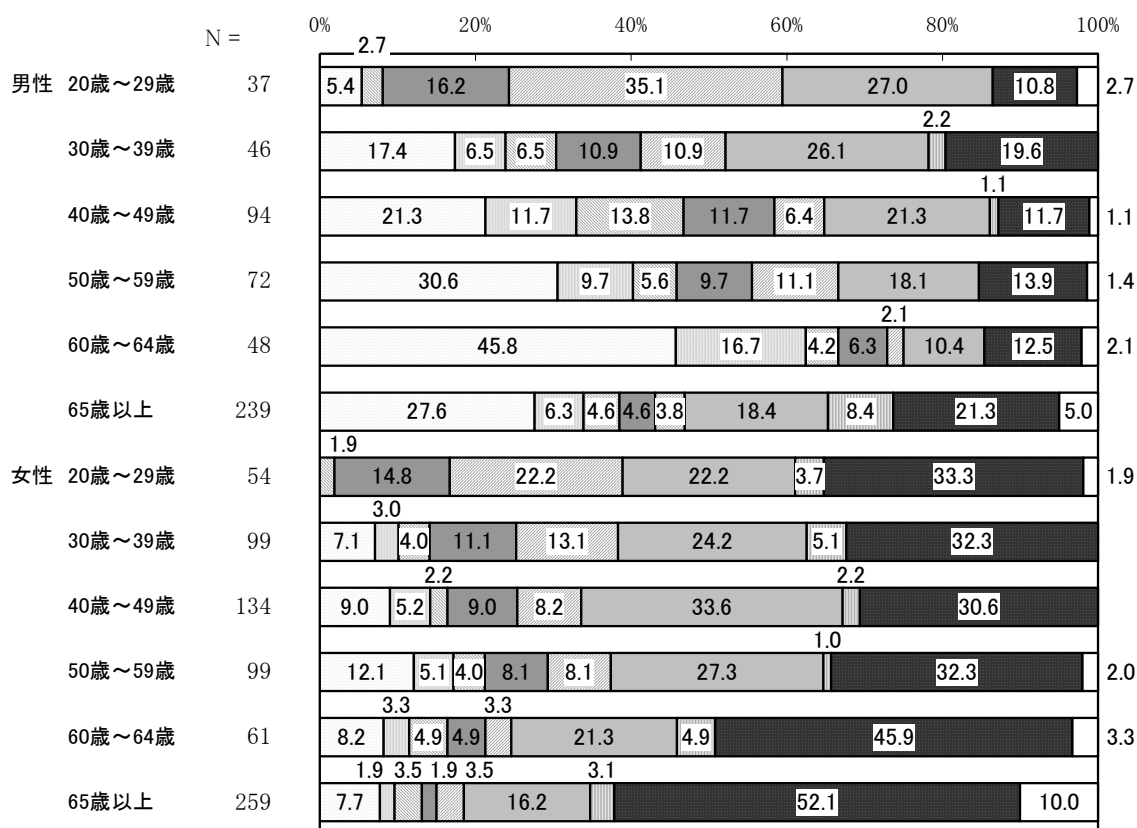
問 33 お酒（アルコール含有飲料）をどのくらいの割合で飲みますか。次の中から 1 つ選んで○をつけてください。

「全く飲まない」の割合が 30.0%と最も高く、次いで「ほとんど飲まない」の割合が 21.3%、「毎日」の割合が 16.3%となっています。



【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男性の 60 歳～64 歳で「毎日」の割合が、男性の 20 歳～29 歳で「月 1～2 回」の割合が高くなっています。また、女性の 20 歳～29 歳で「月 1～2 回」の割合が、女性の 40 歳～49 歳で「ほとんど飲まない」の割合が、女性の 65 歳以上で「全く飲まない」の割合が高くなっています。

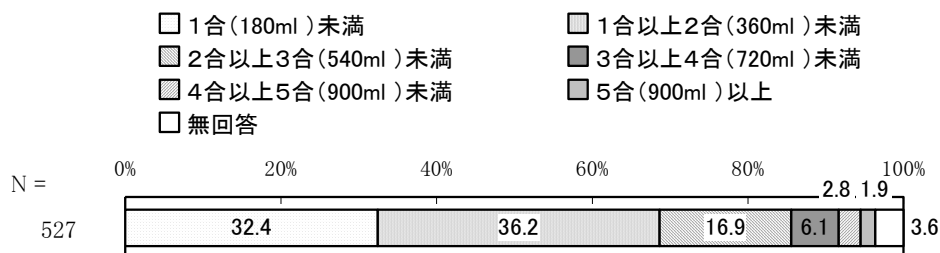


問 33－1 問 33 で「1～5 お酒を飲む」とお答えになった方にお聞きします。お酒を飲む量はどのくらいですか。清酒に換算し、次の中から 1 つ選んで○をつけてください。

※換算すると清酒 1 合とほぼ同等になるアルコール飲量の目安

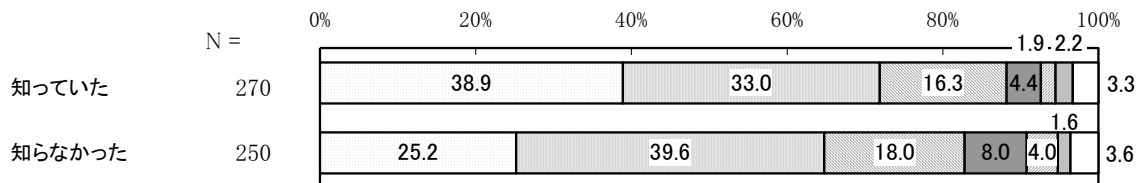
- ・ビール（5 %）500ml・ワイン（12%）200ml
- ・酎ハイ（7 %）350ml・ウイスキー、ブランデーダブル 60ml

「1 合以上 2 合（360ml）未満」の割合が 36.2%と最も高く、次いで「1 合（180ml）未満」の割合が 32.4%、「2 合以上 3 合（540ml）未満」の割合が 16.9%となっています。



【適度な飲酒量認知度別】

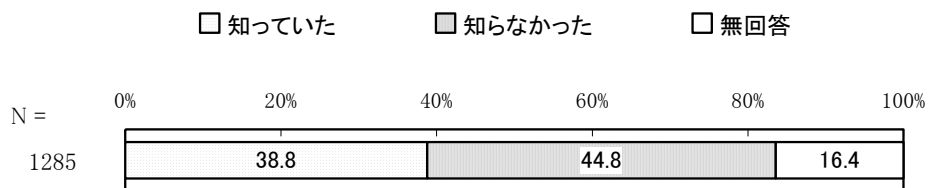
適度な飲酒量認知度別でみると、知らなかったに比べ、知っていたで「1 合（180ml）未満」の割合が高くなっています。



問 34 「節度ある適度な飲酒」として、1 日平均ビール 500ml 程度（純アルコールで約 20g※）とされていますが、あなたはこのことを知っていましたか。どちらか 1 つ選んで○をつけてください。

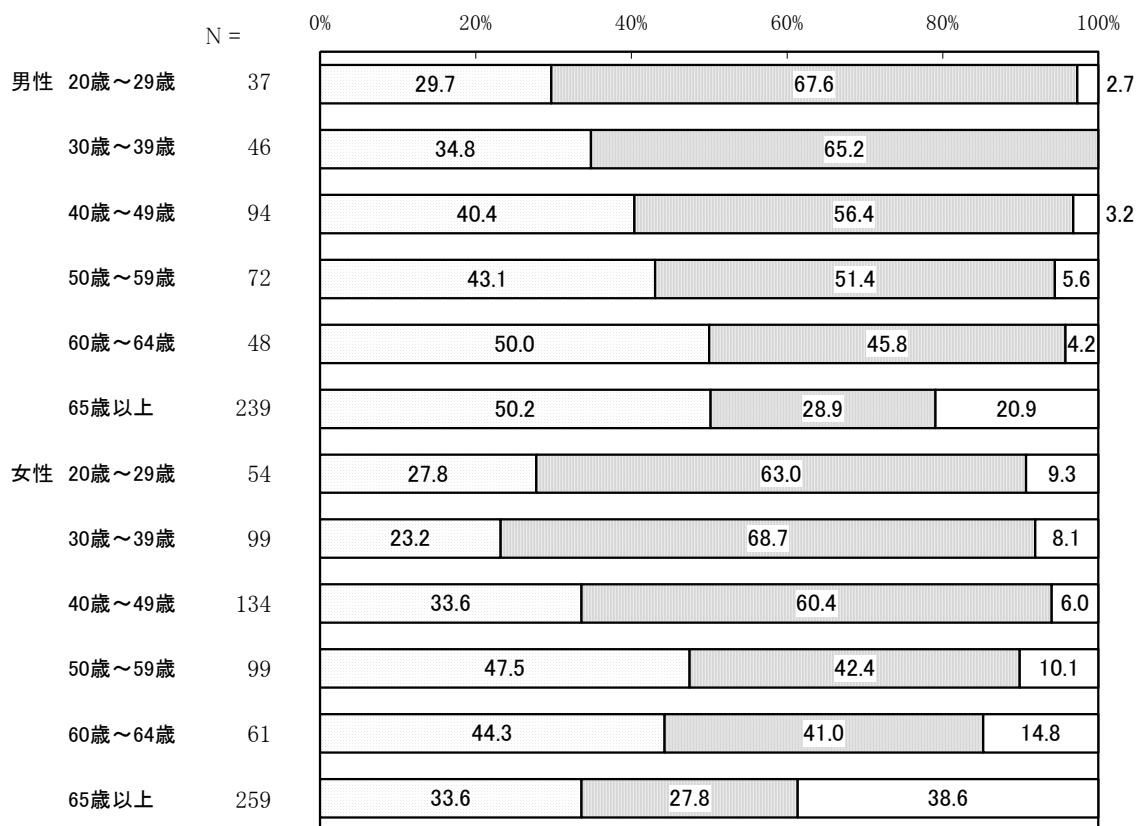
※純アルコール約 20g…日本酒 1 合、ワイン（12%）200ml、酎ハイ（7%）350ml、ウイスキー・ブランデーダブル 60ml、女性の場合は半分程度が適量です。

「知っていた」の割合が 38.8%、「知らなかった」の割合が 44.8%となっています。



【性年齢別】

性年齢別でみると、男性で年齢が高くなるにつれ「知っていた」の割合が高くなっています。また、女性の 50 歳～64 歳で「知っていた」の割合が高くなっています。

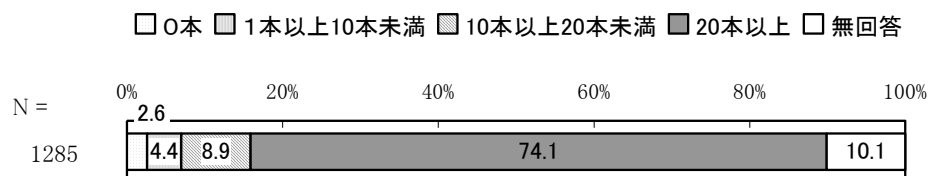


E. 歯と口腔の健康についてご質問をします。

問 35 現在、あなたの歯※は何本ありますか。歯の本数をご記入ください。

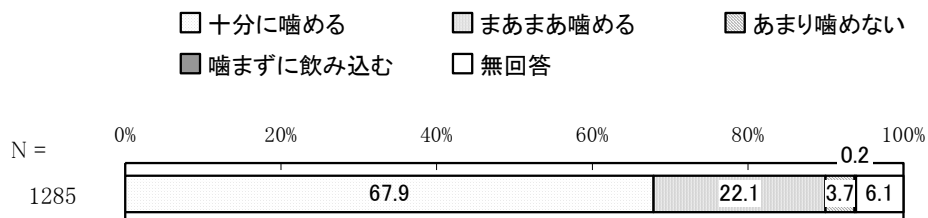
※大人の歯（永久歯）は、一般的に上下を合わせて親知らず（第三大臼歯）を含めて 32 本です。差し歯は自分の歯として考えます。入れ歯やインプラントは自分の歯として含まないでください。

「20 本以上」の割合が 74.1%と最も高くなっています。



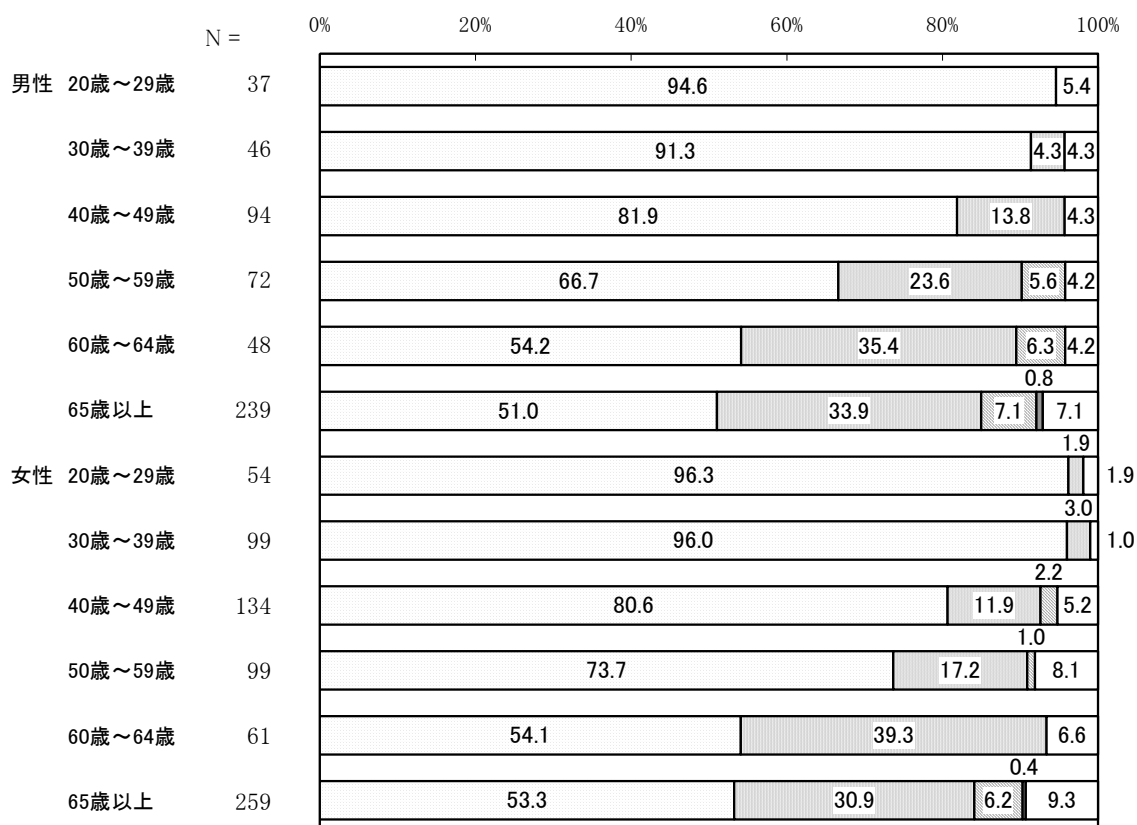
問 36 今の歯や入れ歯で噛んで食べることができますか。次の中から1つ選んで○をつけてください。

「十分に噛める」の割合が 67.9%と最も高く、次いで「まあまあ噛める」の割合が 22.1%となっています。



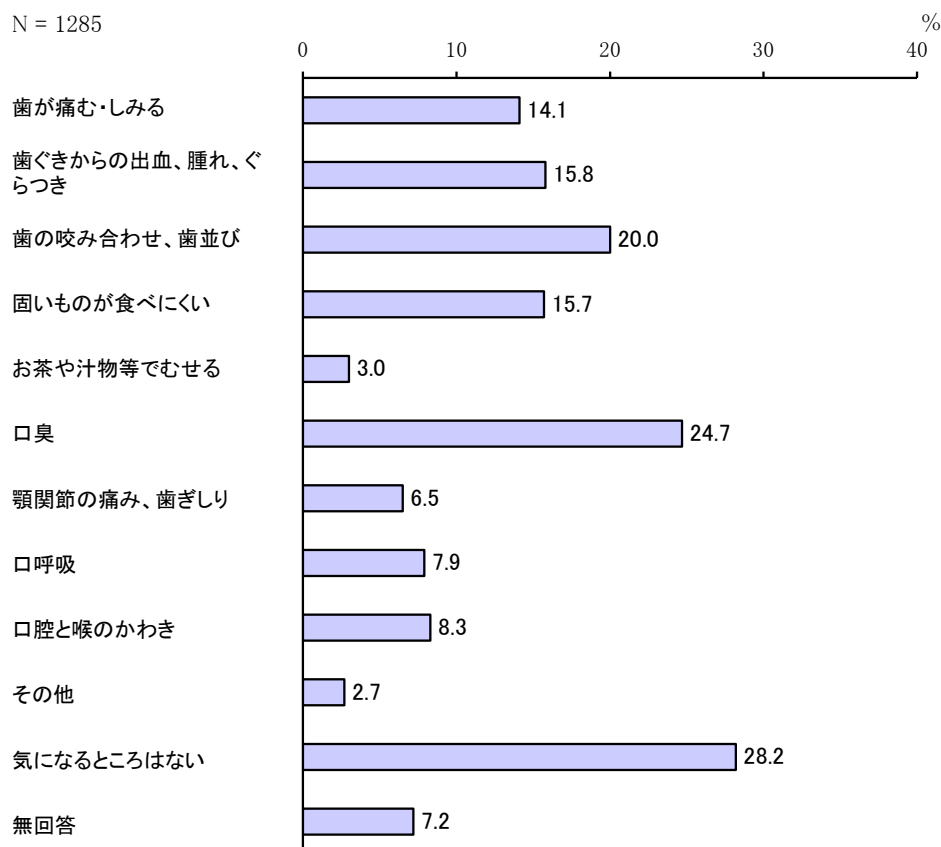
【性年齢別】

性年齢別でみると、男女ともに年齢が高くなるにつれ「十分に噛める」の割合が低くなっています。



問 37 歯と口腔で気になることはありますか。次の中からあてはまるもの全て選んで○をつけてください。

「気になるところはない」の割合が 28.2%と最も高く、次いで「口臭」の割合が 24.7%、「歯の噛み合わせ、歯並び」の割合が 20.0%となっています。



【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男性の 30 歳～39 歳で「歯が痛む・しみる」の割合が、男性の 65 歳以上で「固いものが食べにくい」の割合が高くなっています。また、女性の 20 歳～29 歳で「歯が痛む・しみる」の割合が高くなっています。

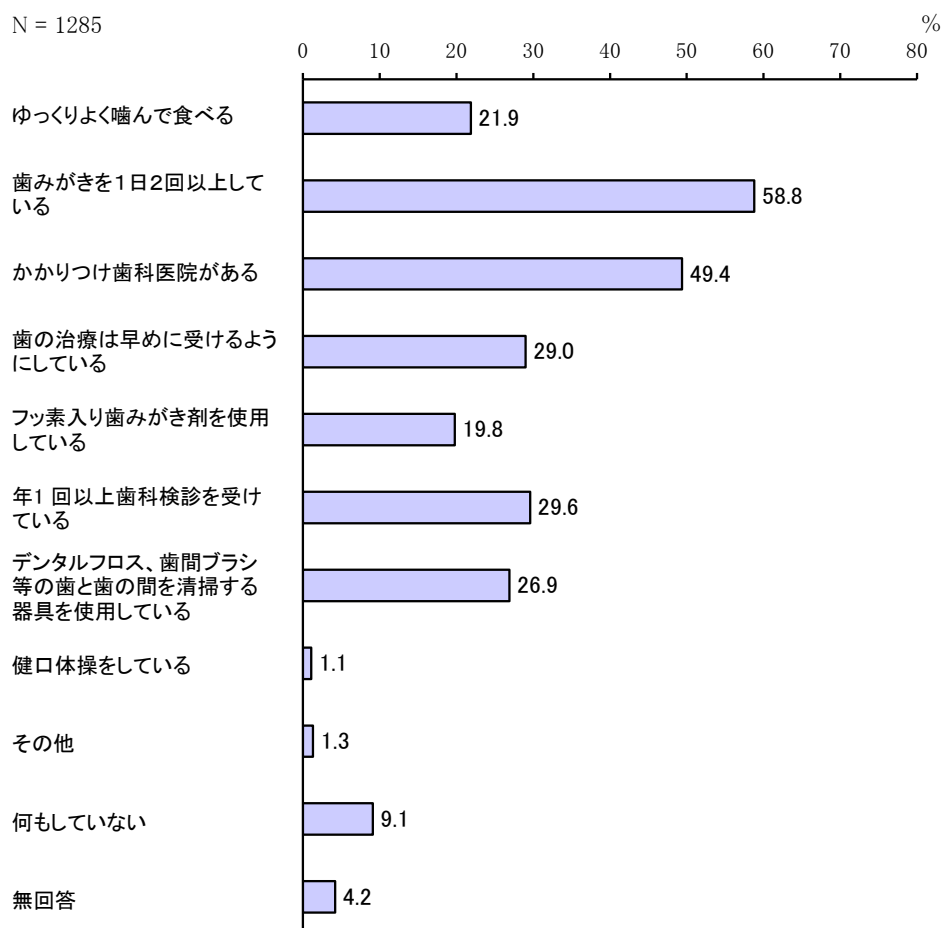
単位：％

区分	有効回答数 (件)	歯が痛む・しみる	歯ぐきからの出血、 腫れ、ぐらつき	歯の咬み合わせ、歯 並び	固いものが食べに くい	お茶や汁物等でむ せる	口臭	顎関節の痛み、歯ぎ しり	口呼吸	口腔と喉のかわき	その他	気になるところは ない	無回答
男性 20 歳～29 歳	37	13.5	21.6	13.5	—	—	18.9	8.1	8.1	2.7	2.7	45.9	2.7
30 歳～39 歳	46	23.9	21.7	21.7	4.3	2.2	37.0	13.0	8.7	4.3	4.3	28.3	—
40 歳～49 歳	94	13.8	7.4	23.4	4.3	—	26.6	6.4	9.6	4.3	4.3	37.2	1.1
50 歳～59 歳	72	18.1	22.2	27.8	16.7	4.2	33.3	6.9	6.9	8.3	2.8	29.2	4.2
60 歳～64 歳	48	6.3	16.7	22.9	22.9	—	39.6	4.2	8.3	14.6	4.2	33.3	2.1
65 歳以上	239	10.0	16.3	10.9	30.1	2.9	20.1	1.3	6.7	10.0	2.1	27.6	10.5
女性 20 歳～29 歳	54	29.6	22.2	25.9	—	1.9	27.8	16.7	16.7	3.7	3.7	22.2	1.9
30 歳～39 歳	99	21.2	19.2	32.3	1.0	1.0	24.2	19.2	11.1	6.1	2.0	21.2	1.0
40 歳～49 歳	134	14.9	15.7	29.9	6.7	1.5	26.9	11.9	9.0	7.5	3.0	27.6	2.2
50 歳～59 歳	99	23.2	21.2	22.2	10.1	4.0	35.4	8.1	12.1	5.1	2.0	24.2	6.1
60 歳～64 歳	61	13.1	16.4	21.3	14.8	6.6	36.1	1.6	13.1	14.8	3.3	24.6	6.6
65 歳以上	259	8.1	10.8	13.1	24.7	5.4	14.7	1.2	2.7	10.8	2.3	29.3	15.8

問 38 ご自分の歯と口腔の健康管理として、どのようなことを実践していますか。次の中からあてはまるもの全て選んで○をつけてください。

※健口体操…いつまでも食事をよく噛んで飲み込めることを目的に行う口の体操や唾液腺マッサージ等のこと

「歯みがきを1日2回以上している」の割合が58.8%と最も高く、次いで「かかりつけ歯科医院がある」の割合が49.4%、「年1回以上歯科検診を受けている」の割合が29.6%となっています。



【性年齢別】

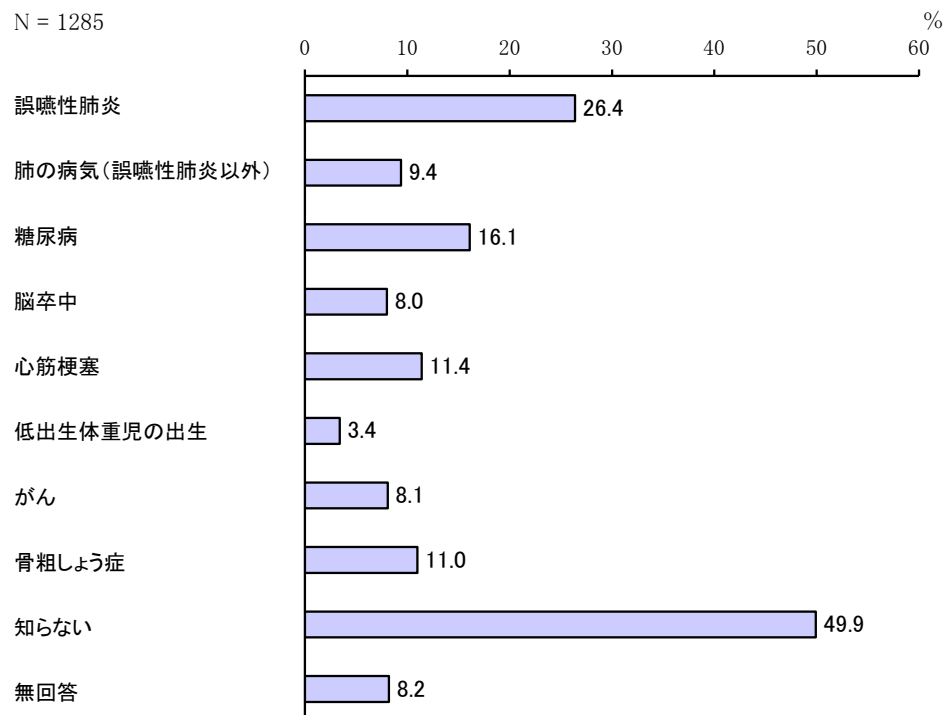
性年齢別でみると、他に比べ、男性の 65 歳以上で「ゆっくりよく噛んで食べる」の割合が高く、男性で年齢が高くなるにつれ「年 1 回以上歯科検診を受けている」の割合が高くなっています。また、女性の 20 歳～29 歳で「ゆっくりよく噛んで食べる」の割合が、女性の 40 歳～59 歳で「デンタルフロス、歯間ブラシ等の歯と歯の間を清掃する器具を使用している」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	有効回答数（件）	ゆっくりよく噛んで食べる	歯みがきを1日2回以上している	かかりつけ歯科医院がある	歯の治療は早めに受けるようにしている	フッ素入り歯みがき剤を使用している	年1回以上歯科検診を受けている	デンタルフロス、歯間ブラシ等の歯と歯の間を清掃する器具を使用している	健口体操をしている	その他	何もしていない	無回答
男性 20 歳～29 歳	37	13.5	54.1	21.6	8.1	13.5	8.1	8.1	—	—	27.0	—
30 歳～39 歳	46	10.9	54.3	17.4	10.9	13.0	13.0	17.4	—	4.3	21.7	—
40 歳～49 歳	94	12.8	43.6	24.5	19.1	22.3	14.9	17.0	—	1.1	20.2	—
50 歳～59 歳	72	9.7	47.2	44.4	26.4	13.9	18.1	18.1	—	1.4	12.5	1.4
60 歳～64 歳	48	16.7	45.8	43.8	35.4	20.8	29.2	16.7	2.1	—	14.6	—
65 歳以上	239	28.9	47.3	49.4	27.2	11.7	33.1	20.9	1.3	2.1	9.2	9.2
女性 20 歳～29 歳	54	35.2	63.0	51.9	27.8	20.4	27.8	35.2	—	1.9	1.9	—
30 歳～39 歳	99	23.2	76.8	49.5	28.3	30.3	39.4	22.2	1.0	—	5.1	—
40 歳～49 歳	134	14.9	73.1	55.2	30.6	33.6	33.6	42.5	0.7	2.2	6.0	2.2
50 歳～59 歳	99	20.2	66.7	54.5	35.4	20.2	32.3	43.4	2.0	2.0	5.1	2.0
60 歳～64 歳	61	26.2	57.4	62.3	41.0	23.0	29.5	34.4	3.3	1.6	4.9	4.9
65 歳以上	259	26.6	62.9	62.2	36.7	19.7	36.3	30.9	1.5	—	5.0	7.3

問 39 次の項目のうち、歯と口腔の健康と関連があることを知っているもの全て選んで○をつけてください。

「知らない」の割合が49.9%と最も高く、次いで「誤嚥性肺炎」の割合が26.4%、「糖尿病」の割合が16.1%となっています。



【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男性の 30 歳～39 歳で「糖尿病」の割合が低くなっています。
また、女性の 50 歳～64 歳で「誤嚥性肺炎」の割合が、女性の 60 歳～64 歳で「糖尿病」、「心筋
梗塞」の割合が高くなっています。

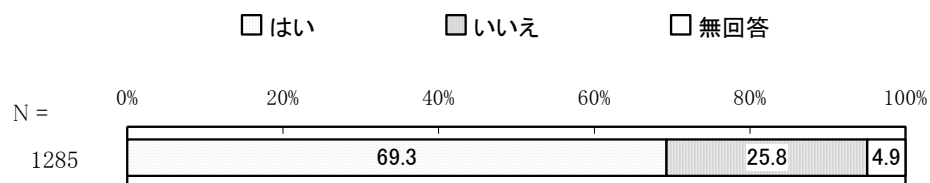
単位：％

区分	有効回答数 (件)	誤嚥性肺炎	肺の病気 (誤嚥性肺 炎以外)	糖尿病	脳卒中	心筋梗塞	生 低出生体重児の出	がん	骨粗しょう症	知らない	無回答
男性 20 歳～29 歳	37	16.2	5.4	10.8	8.1	8.1	5.4	8.1	8.1	73.0	—
30 歳～39 歳	46	10.9	4.3	2.2	2.2	8.7	—	8.7	6.5	67.4	—
40 歳～49 歳	94	11.7	6.4	9.6	7.4	9.6	3.2	4.3	11.7	71.3	2.1
50 歳～59 歳	72	18.1	8.3	13.9	4.2	8.3	—	5.6	5.6	69.4	2.8
60 歳～64 歳	48	20.8	2.1	16.7	4.2	8.3	2.1	10.4	4.2	66.7	—
65 歳以上	239	23.0	8.4	16.7	8.4	10.5	1.7	5.0	8.8	47.7	13.8
女性 20 歳～29 歳	54	27.8	14.8	18.5	14.8	14.8	13.0	9.3	18.5	57.4	1.9
30 歳～39 歳	99	26.3	10.1	13.1	7.1	12.1	9.1	9.1	10.1	51.5	3.0
40 歳～49 歳	134	26.1	10.4	18.7	10.4	15.7	4.5	9.0	6.7	55.2	1.5
50 歳～59 歳	99	44.4	12.1	25.3	12.1	12.1	6.1	17.2	13.1	34.3	5.1
60 歳～64 歳	61	44.3	8.2	31.1	11.5	21.3	3.3	14.8	16.4	24.6	6.6
65 歳以上	259	34.0	13.1	15.8	6.9	10.8	1.5	7.3	16.6	34.4	16.6

F. こころの健康についてご質問をします。

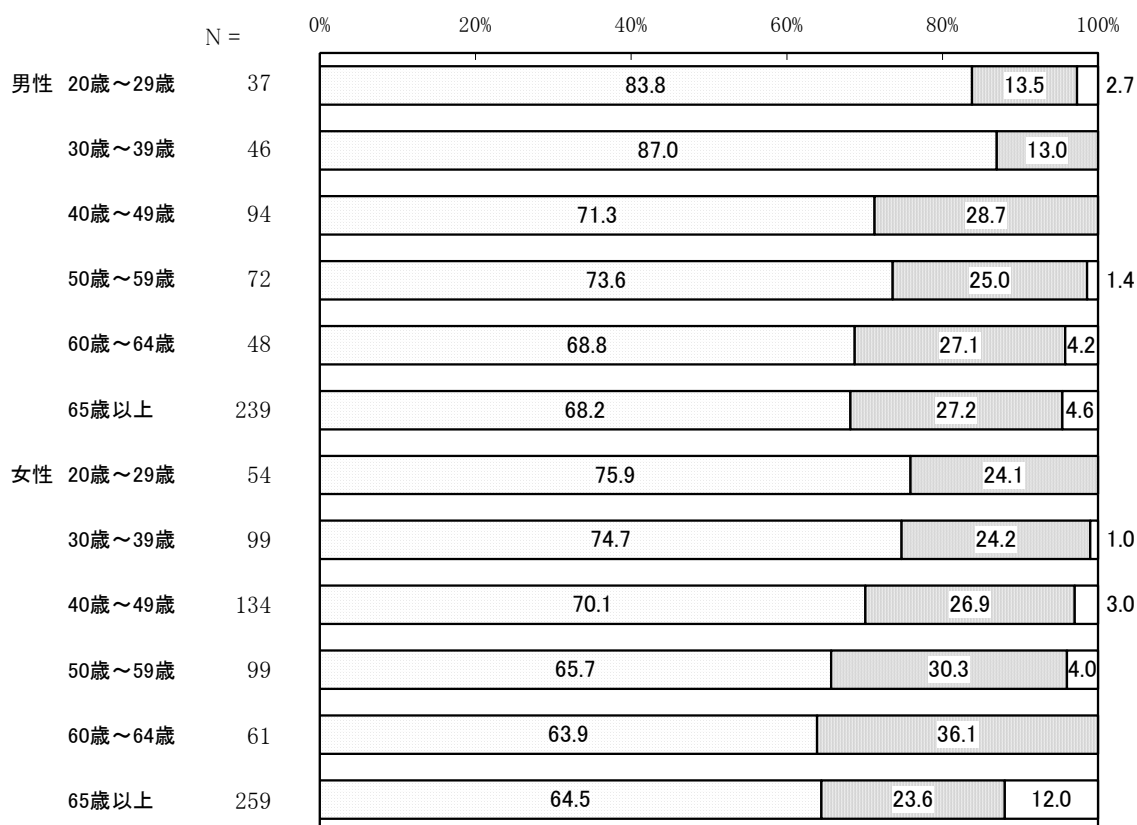
問 40 趣味はありますか。どちらか1つ選んで○をつけてください。

「はい」の割合が69.3%、「いいえ」の割合が25.8%となっています。



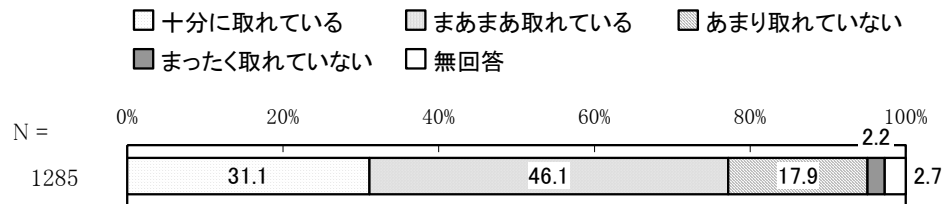
【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男性の20歳～39歳で「はい」の割合が高くなっています。また、女性で年齢が低くなるにつれ「はい」の割合が高くなる傾向がみられます。



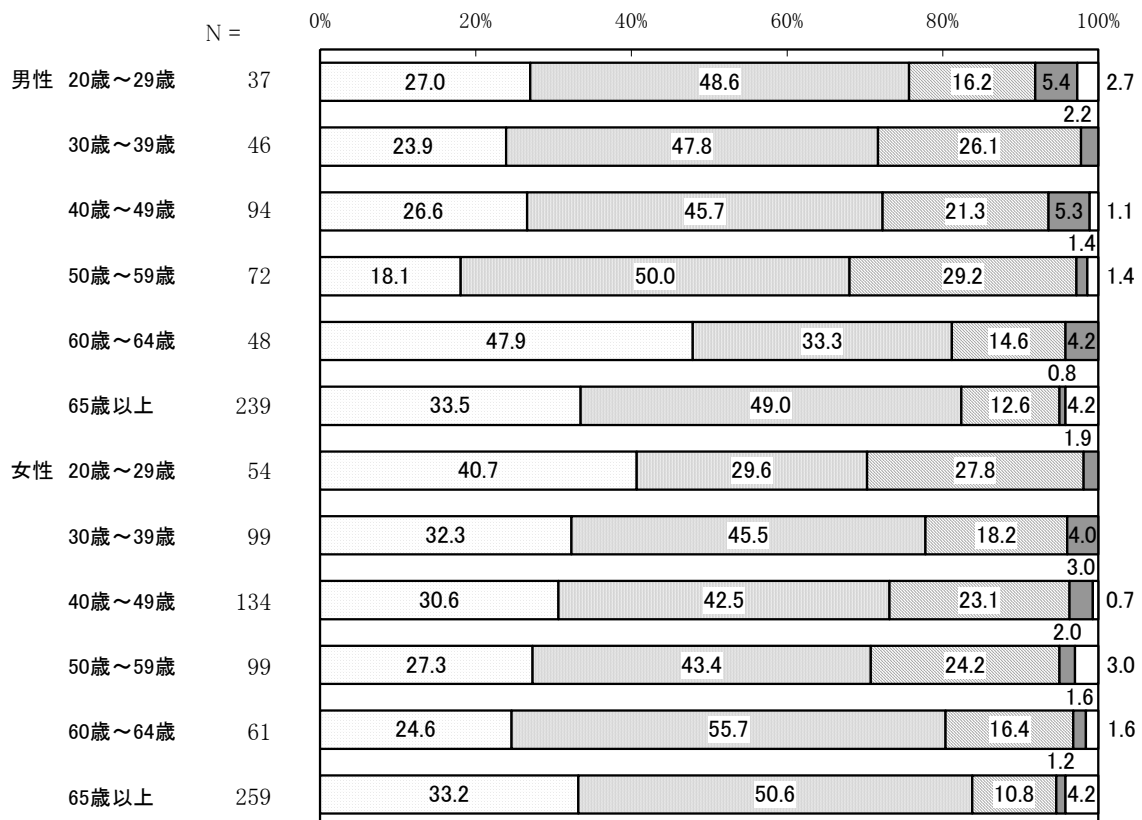
問 41 ここ 1 か月、睡眠で休養が十分に取れていますか。次の中から 1 つ選んで○をつけてください。

「十分に取れている」と「まあまあ取れている」をあわせた“取れている”の割合が 77.2%となっています。「あまり取れていない」と「まったく取れていない」をあわせた“取れていない”の割合が 20.1%となっています。



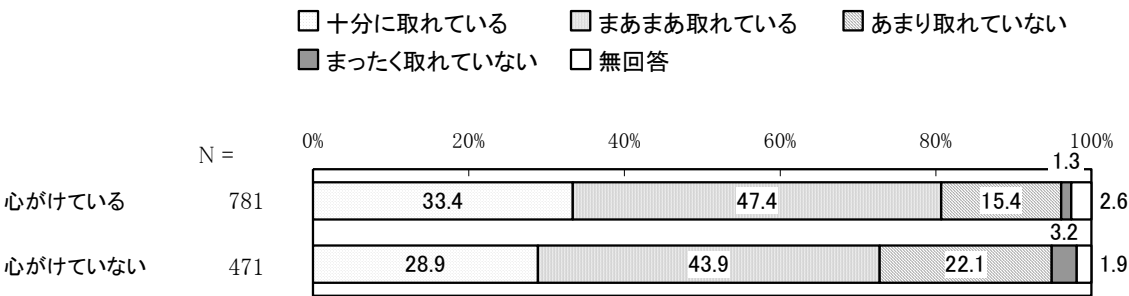
【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男女とも 60 歳以上で“取れていない”の割合が低くなっています。



【運動意識の有無別】

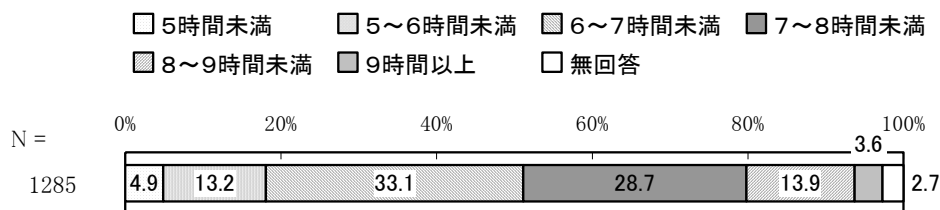
運動意識の有無別でみると、心がけていないに比べ、心がけているで“取れている”の割合が高くなっています。



問 42 1日の睡眠時間は平均（最近1か月間）して何時間くらいですか。また、ふだん何時頃寝ますか。

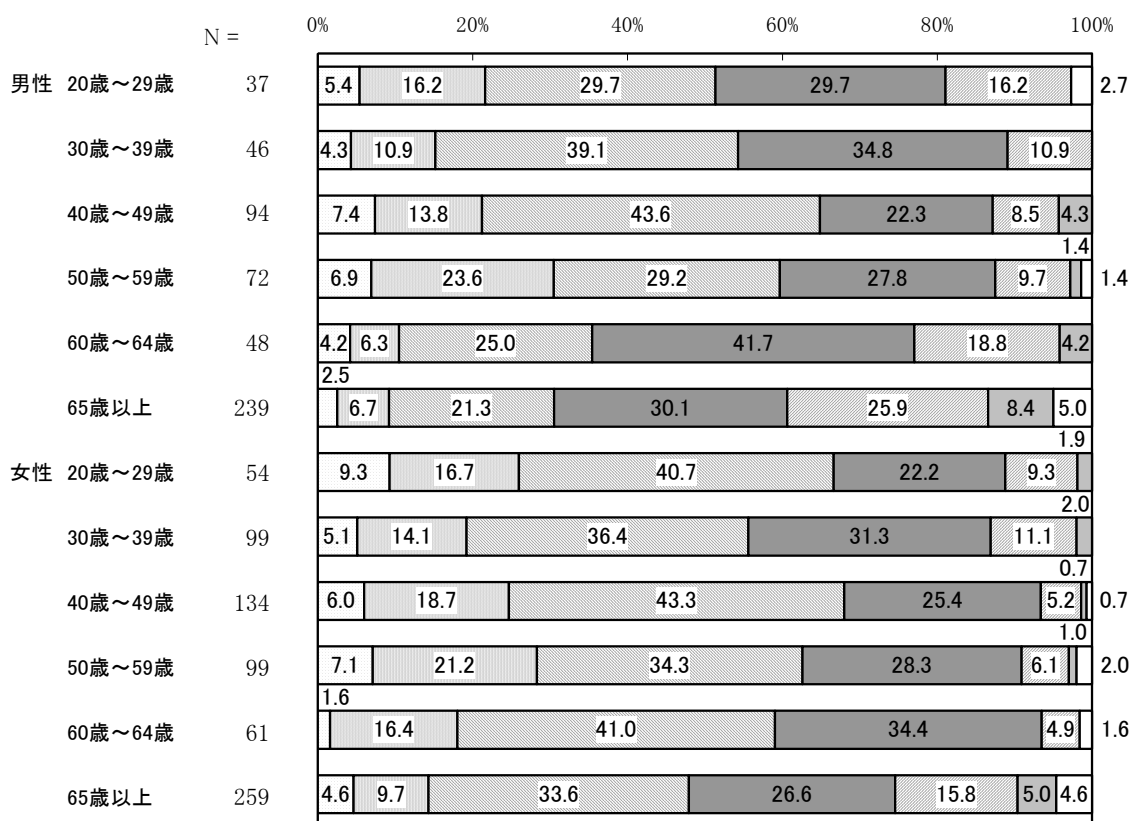
（1）睡眠時間

「6～7時間未満」の割合が33.1%と最も高く、次いで「7～8時間未満」の割合が28.7%、「8～9時間未満」の割合が13.9%となっています。



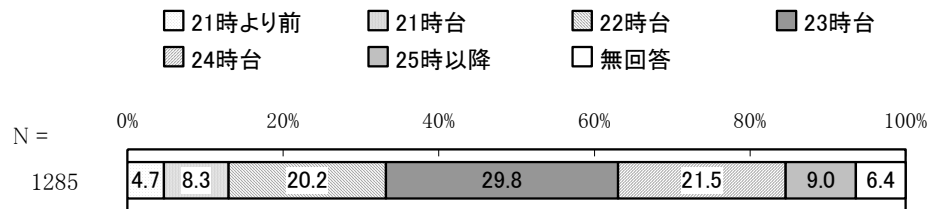
【生年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男女とも50歳代で6時間未満の割合が高くなっています。



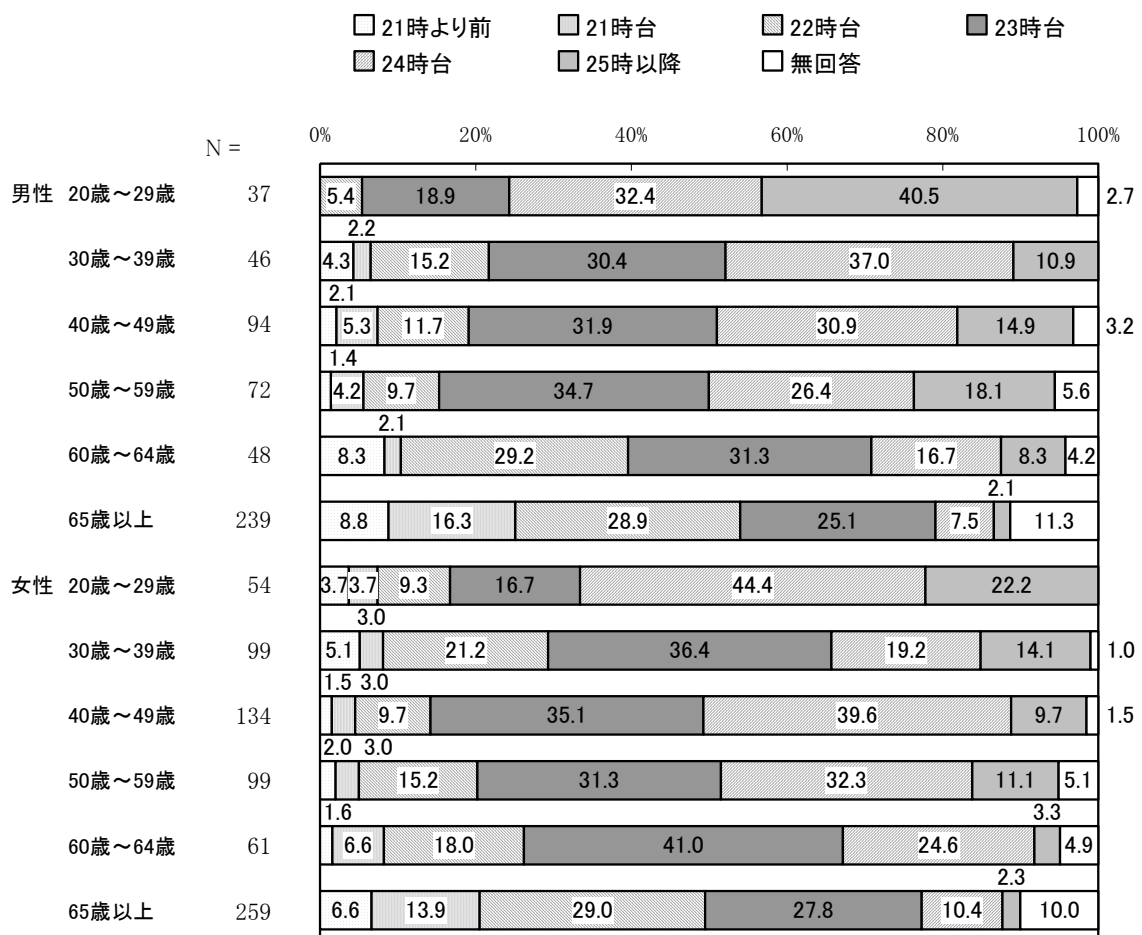
(2) 就寝時間

「23 時台」の割合が 29.8%と最も高く、次いで「24 時台」の割合が 21.5%、「22 時台」の割合が 20.2%となっています。



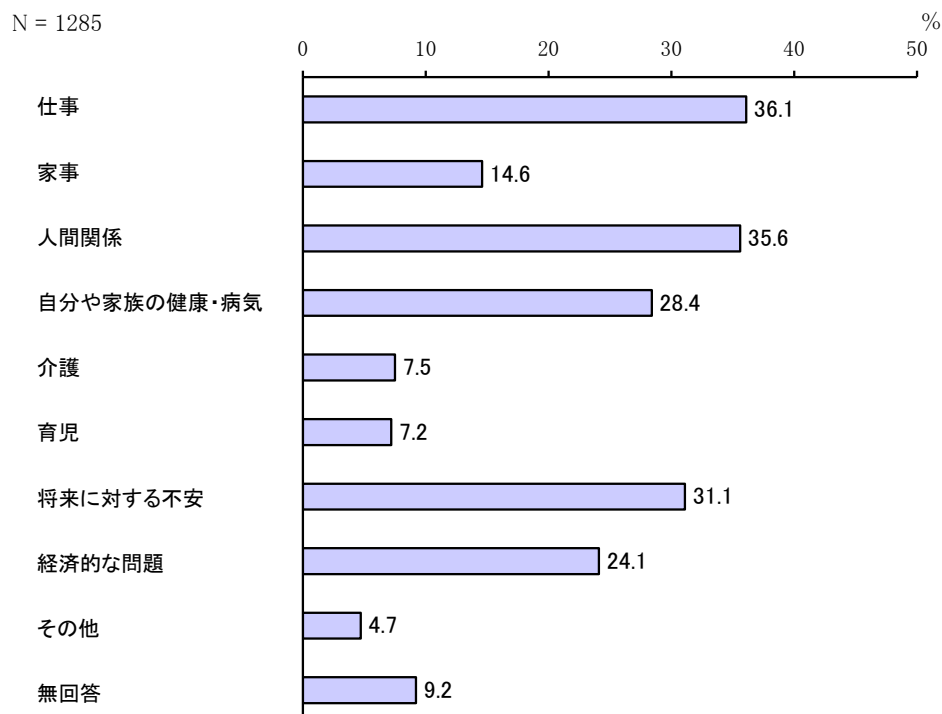
【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男性の 20 歳～29 歳で「25 時以降」の割合が高くなっています。また、女性の 20 歳～29 歳で「24 時台」、「25 時以降」の割合が高くなっています。



問 43 どんな時にストレスを感じますか。次の中からあてはまるものを全て選んで○をつけてください。

「仕事」の割合が 36.1%と最も高く、次いで「人間関係」の割合が 35.6%、「将来に対する不安」の割合が 31.1%となっています。



【性年齢別】

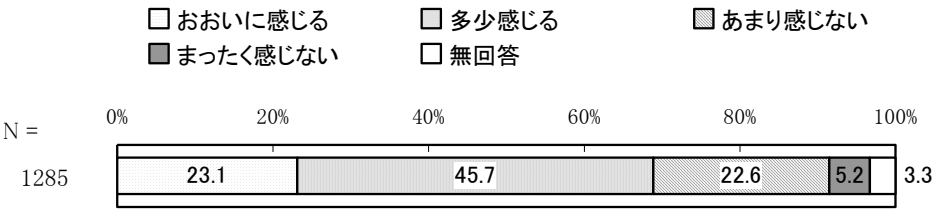
性年齢別でみると、他に比べ、男性の 30 歳～39 歳で「育児」の割合が、男性の 40 歳～49 歳で「人間関係」の割合が、男性の 30 歳～49 歳で「仕事」の割合が高くなっています。また、女性の 30 歳～39 歳で「家事」、「育児」の割合が、女性の 40 歳～49 歳で「人間関係」の割合が、女性の 50 歳～64 歳で「自分や家族の健康・病気」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	有効回答数 (件)	仕事	家事	人間関係	自分や 家族の健 康・病気	介護	育児	将来に 対する不安	経済的な 問題	その他	無回答
男性 20 歳～29 歳	37	59.5	—	35.1	5.4	—	5.4	27.0	27.0	13.5	8.1
30 歳～39 歳	46	82.6	6.5	39.1	8.7	—	13.0	23.9	26.1	4.3	6.5
40 歳～49 歳	94	80.9	4.3	46.8	18.1	5.3	3.2	31.9	25.5	—	2.1
50 歳～59 歳	72	65.3	4.2	40.3	20.8	1.4	1.4	31.9	27.8	5.6	5.6
60 歳～64 歳	48	47.9	2.1	29.2	35.4	6.3	—	31.3	29.2	4.2	10.4
65 歳以上	239	11.3	2.5	21.3	33.1	6.7	0.4	30.1	21.3	8.8	16.3
女性 20 歳～29 歳	54	50.0	18.5	44.4	14.8	—	14.8	40.7	16.7	1.9	3.7
30 歳～39 歳	99	47.5	39.4	44.4	17.2	2.0	42.4	25.3	28.3	2.0	2.0
40 歳～49 歳	134	46.3	32.1	51.5	22.4	8.2	20.1	33.6	31.3	2.2	—
50 歳～59 歳	99	46.5	17.2	39.4	46.5	11.1	—	36.4	25.3	5.1	4.0
60 歳～64 歳	61	29.5	26.2	37.7	44.3	13.1	1.6	39.3	27.9	1.6	4.9
65 歳以上	259	6.9	16.6	29.0	34.0	12.7	0.8	29.3	19.3	4.2	16.6

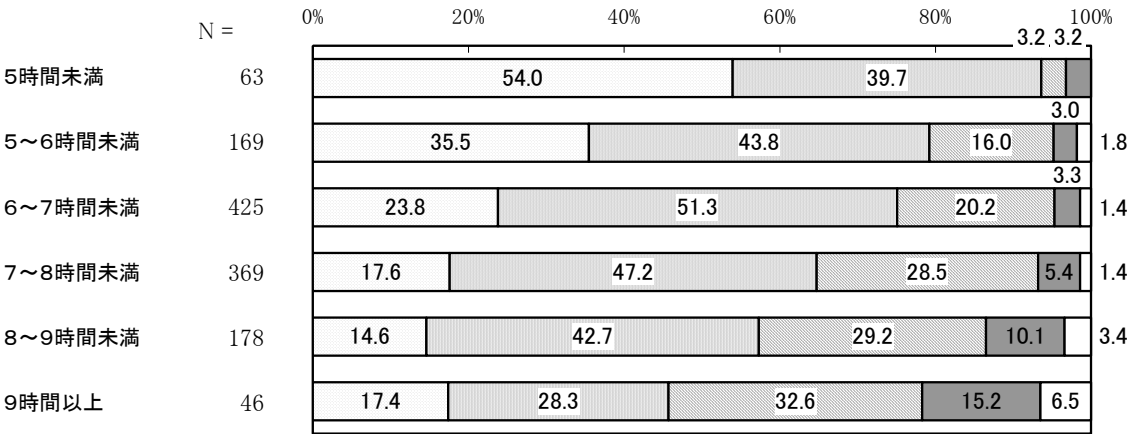
問 44 ここ 1 か月間に、ストレスを感じましたか。次の中から 1 つ選んで○をつけてください。

「おおいに感じる」と「多少感じる」をあわせた“感じる”の割合が 68.8%となっています。
「あまり感じない」と「まったく感じない」をあわせた“感じない”の割合が 27.8%となっています。



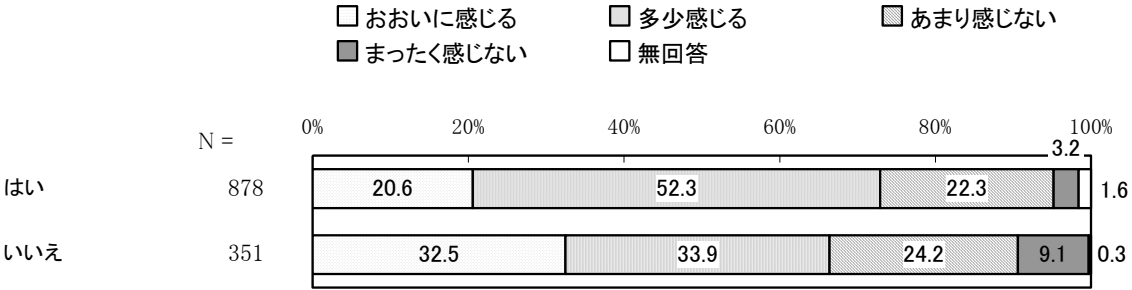
【睡眠時間別】

睡眠時間別でみると、睡眠時間が短くなるにつれて“感じる”の割合が高くなっています。



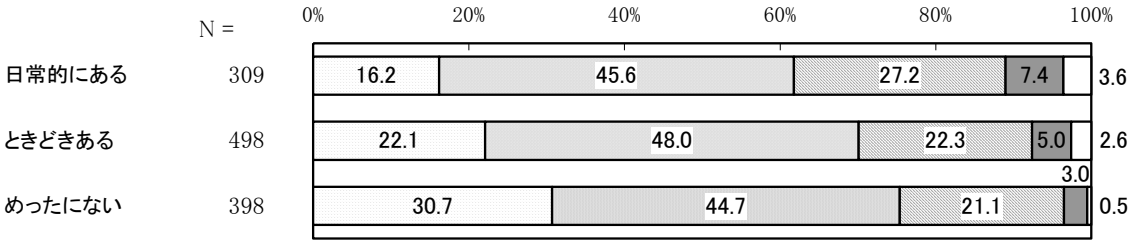
【ストレスの解消法の有無別】

ストレスの解消法の有無別でみると、いいえに比べ、はいで“感じる”の割合が高くなっています。



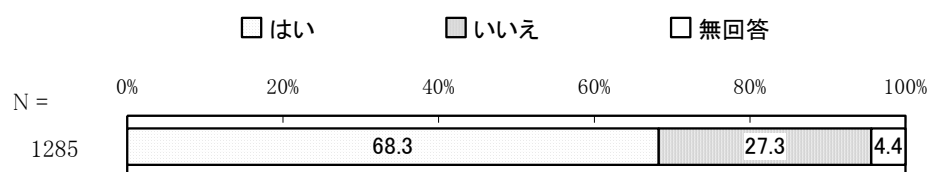
【ご近所との交流頻度別】

ご近所との交流頻度別でみると、交流頻度が多い人ほど“感じる”の割合が低くなっています。



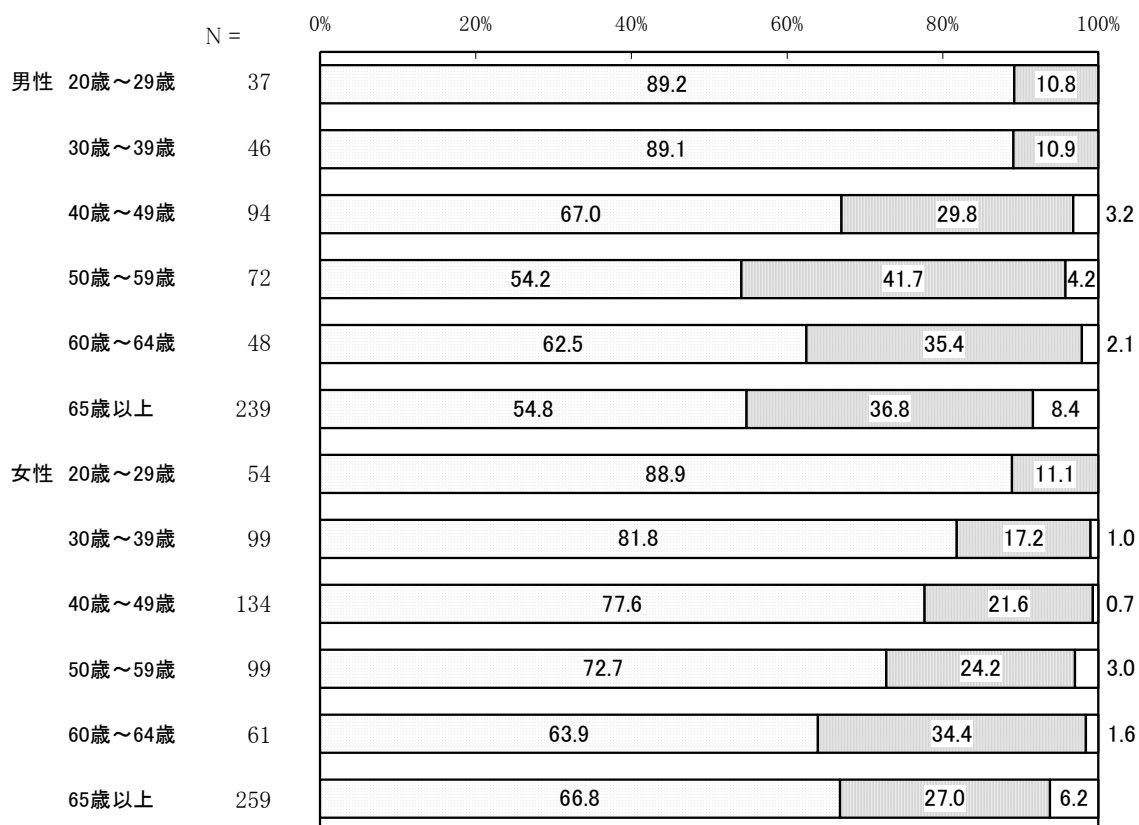
問 45 ストレス解消法はありますか。どちらか 1 つ選んで○をつけてください。

「はい」の割合が 68.3%、「いいえ」の割合が 27.3%となっています。



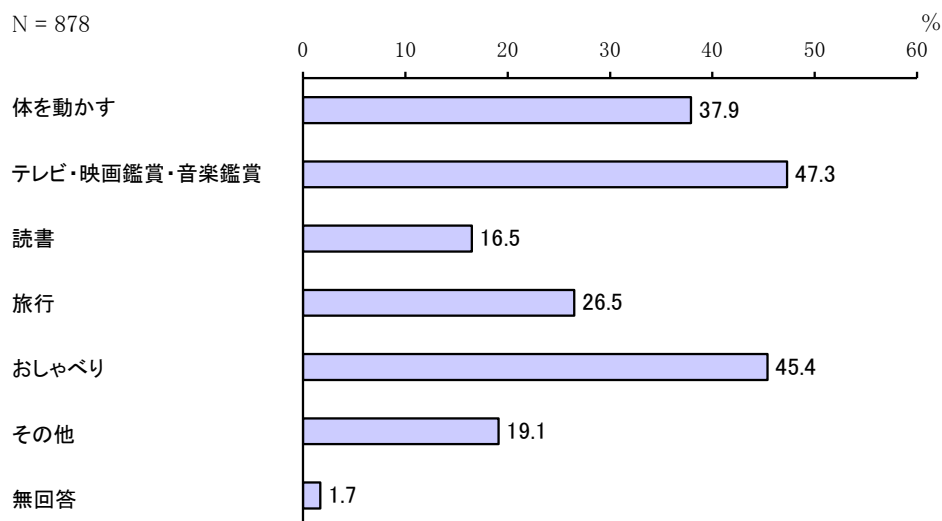
【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男性の 20 歳～39 歳で「はい」の割合が高くなっています。また、女性で年齢が高くなるにつれ「はい」の割合が低くなる傾向がみられます。



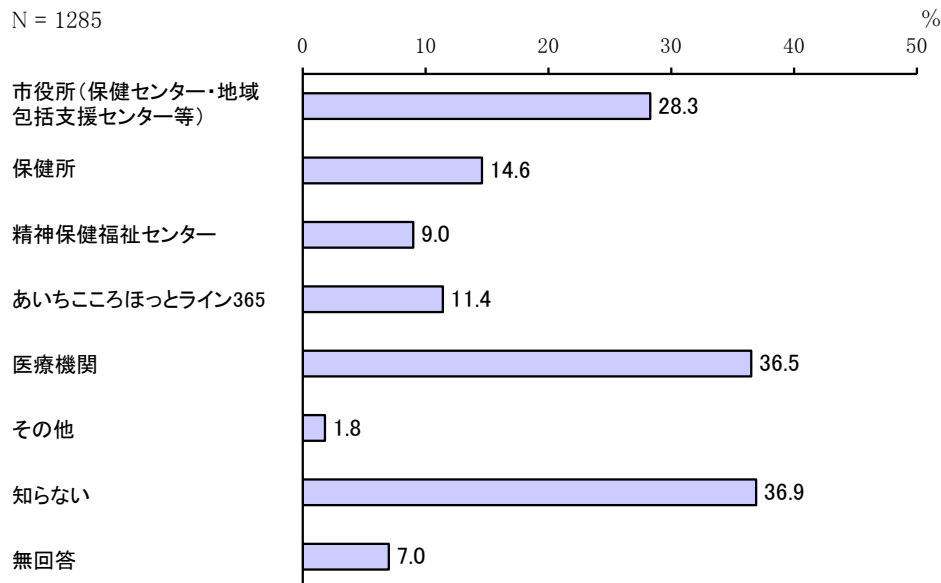
問 45－1 問 45 で「1. はい」とお答えになった方にお聞きします。どのような解消法ですか。次の中からあてはまるもの全て選んで○をつけてください。

「テレビ・映画鑑賞・音楽鑑賞」の割合が 47.3%と最も高く、次いで「おしゃべり」の割合が 45.4%、「体を動かす」の割合が 37.9%となっています。



問 46 心の悩みや病気に関する相談先について知っているもの全て選んで○をつけてください。

「知らない」の割合が 36.9%と最も高く、次いで「医療機関」の割合が 36.5%、「市役所（保健センター・地域包括支援センター等）」の割合が 28.3%となっています。



【職業別】

職業別でみると、他に比べ、公務員で「市役所（保健センター・地域包括支援センター等）」、「保健所」、「精神保健福祉センター」、「あいちこころほっとライン 365」、「医療機関」の割合が高くなっています。

単位：％

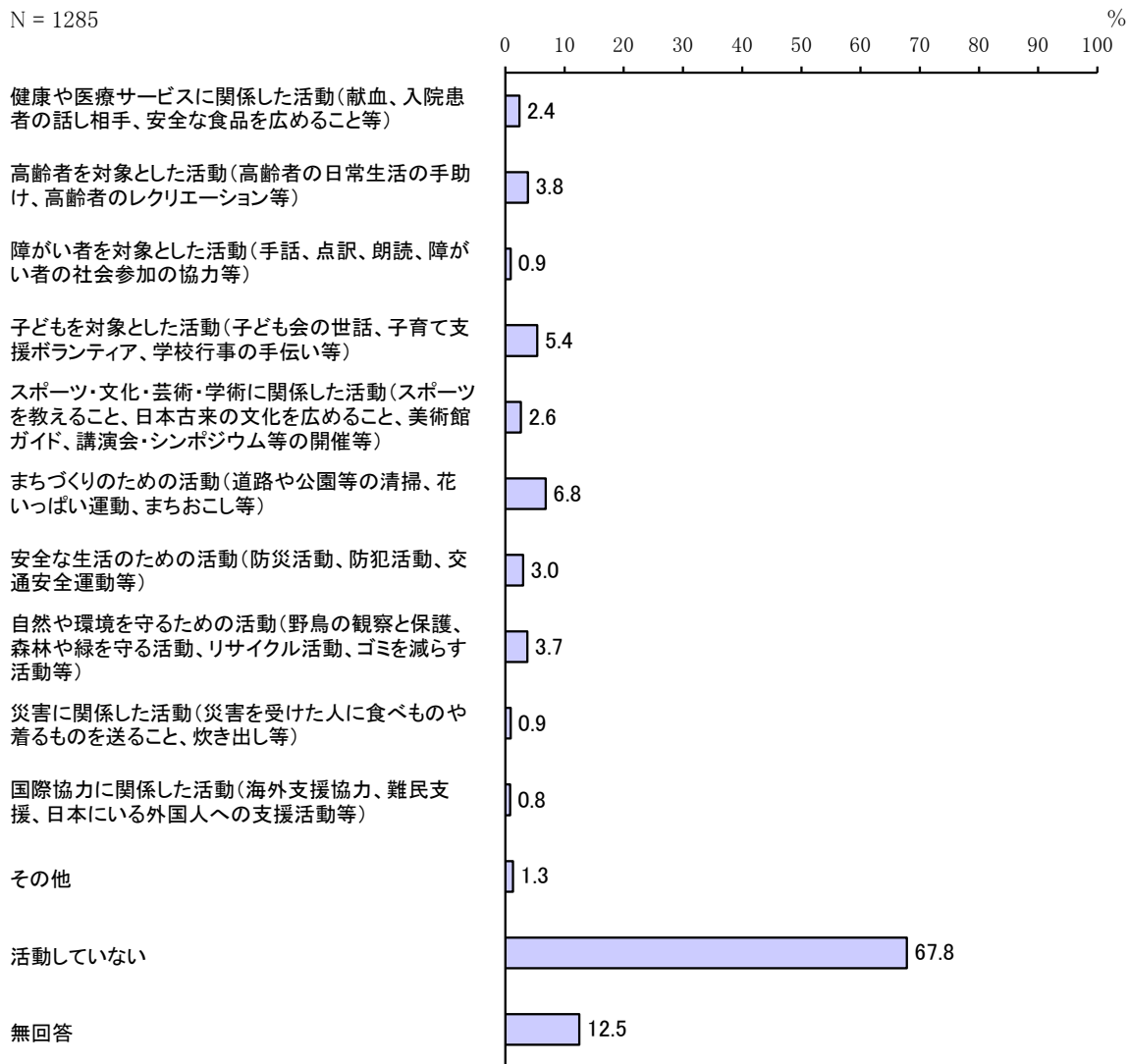
区分	有効回答数(件)	市役所(保健センター・地域包括支援センター等)	保健所	精神保健福祉センター	あいちこころほっとライン365	医療機関	その他	知らない	無回答
会社員	301	16.9	9.0	6.3	12.6	34.6	2.3	49.2	4.3
自営業(商工業・サービス業等)	80	23.8	13.8	5.0	6.3	35.0	—	43.8	5.0
農林水産業	6	50.0	16.7	33.3	—	33.3	—	50.0	—
団体職員	6	33.3	16.7	—	—	16.7	—	66.7	—
公務員	37	43.2	37.8	21.6	29.7	59.5	—	27.0	—
パート・アルバイト	223	32.7	19.7	9.0	18.4	37.2	1.3	34.5	2.2
家事専業	188	33.0	15.4	8.0	9.6	35.1	1.1	33.0	8.0
学生	27	18.5	18.5	11.1	18.5	29.6	3.7	48.1	—
無職	359	32.6	12.8	10.3	5.8	39.8	2.2	28.7	11.4
その他	35	25.7	22.9	14.3	14.3	22.9	2.9	28.6	20.0

G. 地域との交流についてご質問をします。

問 47 過去 1 年間、ボランティア活動をしたことがありますか。次の中からあてはまるもの全て選んで○をつけてください。

「活動していない」の割合が 67.8%と最も高くなっています。

N = 1285



【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、女性の40歳～49歳で「子どもを対象とした活動（子ども会の世話、子育て支援ボランティア、学校行事の手伝い等）」の割合が高くなっています。また、他に比べ、男女とも65歳以上で「活動していない」の割合が低くなっています。

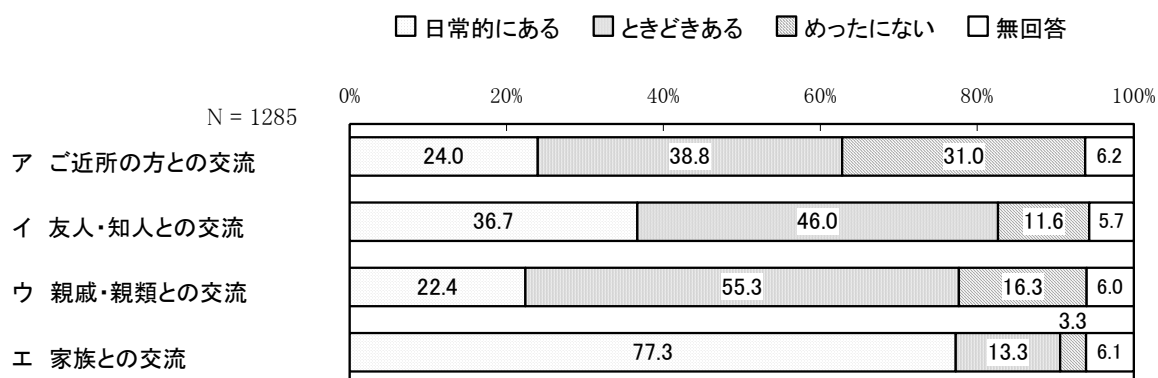
単位：％

区分	有効回答数（件）	健康や医療サービスに関係した活動（献血、入院患者の話し相手、安全な食品を広めること等）	高齢者を対象とした活動（高齢者の日常生活の手助け、高齢者のレクリエーション等）	障がい者を対象とした活動（手話、点訳、朗読、障がい者の社会参加の協力等）	子どもを対象とした活動（子ども会の世話、子育て支援ボランティア、学校行事の手伝い等）	スポーツ・文化・芸術・学術に関係した活動（スポーツを教えること、日本古来の文化を広めること、美術館ガイド、講演会・シンポジウム等の開催等）	まちづくりのための活動（道路や公園等の清掃、花いっぱい運動、まちおこし等）
男性 20歳～29歳	37	8.1	8.1	5.4	8.1	8.1	5.4
30歳～39歳	46	4.3	—	—	—	—	6.5
40歳～49歳	94	4.3	—	1.1	2.1	3.2	1.1
50歳～59歳	72	2.8	—	2.8	4.2	1.4	1.4
60歳～64歳	48	6.3	4.2	—	—	4.2	6.3
65歳以上	239	1.3	5.4	0.4	6.3	3.8	13.8
女性 20歳～29歳	54	3.7	1.9	3.7	3.7	3.7	3.7
30歳～39歳	99	1.0	—	—	9.1	2.0	3.0
40歳～49歳	134	3.0	1.5	—	14.9	2.2	6.0
50歳～59歳	99	4.0	2.0	1.0	5.1	1.0	7.1
60歳～64歳	61	—	4.9	1.6	4.9	3.3	8.2
65歳以上	259	0.4	8.1	0.4	1.5	1.5	5.8

区分	安全な生活のための活動（防災活動、防犯活動、交通安全運動等）	自然や環境を守るための活動（野鳥の観察と保護、森林や緑を守る活動、リサイクル活動、ゴミを減らす活動等）	災害に関係した活動（災害を受けた人に食べものや着るものを送ること、炊き出し等）	国際協力に関係した活動（海外支援協力、難民支援、日本にいる外国人への支援活動等）	その他	活動していない	無回答
男性 20歳～29歳	2.7	—	2.7	2.7	2.7	70.3	—
30歳～39歳	2.2	4.3	—	—	2.2	84.8	2.2
40歳～49歳	1.1	2.1	1.1	—	—	84.0	4.3
50歳～59歳	1.4	2.8	1.4	—	—	86.1	2.8
60歳～64歳	2.1	2.1	—	—	—	75.0	4.2
65歳以上	7.1	5.4	1.7	2.1	1.3	56.9	17.6
女性 20歳～29歳	—	—	—	—	—	81.5	7.4
30歳～39歳	—	5.1	1.0	1.0	1.0	82.8	1.0
40歳～49歳	1.5	3.0	—	—	0.7	69.4	6.7
50歳～59歳	4.0	2.0	1.0	1.0	5.1	72.7	6.1
60歳～64歳	—	6.6	—	—	1.6	72.1	9.8
65歳以上	3.5	4.6	0.8	0.8	1.5	54.1	27.0

問 48 次のアからエの人と、どの程度の交流がありますか。あてはまる番号を1つずつ選んで○をつけてください。

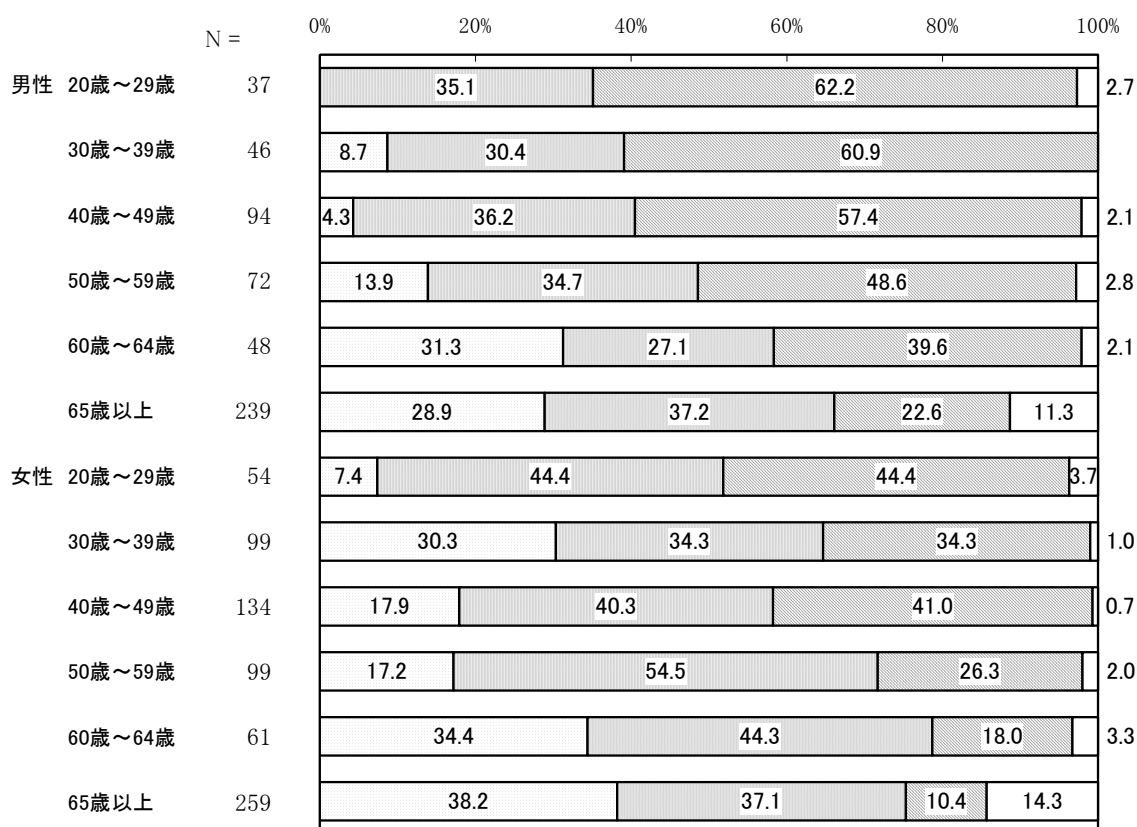
ア ご近所の方との交流、イ 友人・知人との交流、ウ 親戚・親類との交流で「ときどきある」の割合が最も高くなっています。エ 家族との交流では「日常的にある」の割合が最も高くなっています。



ア ご近所の方との交流

【性年齢別】

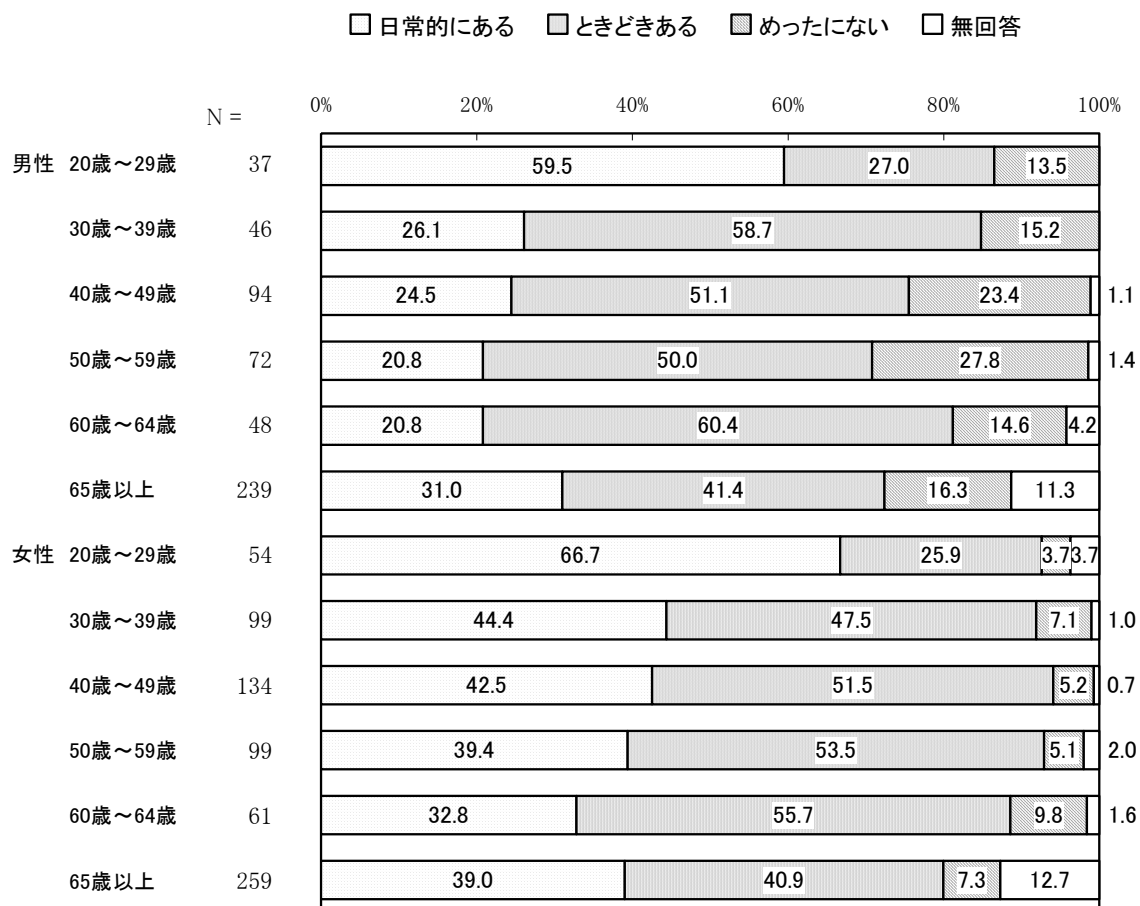
性年齢別でみると、他に比べ、男性の60歳以上で「日常的にある」の割合が高くなっています。また、女性の30歳～39歳、60歳以上で「日常的にある」の割合が高くなっています。



イ 友人・知人との交流

【性年齢別】

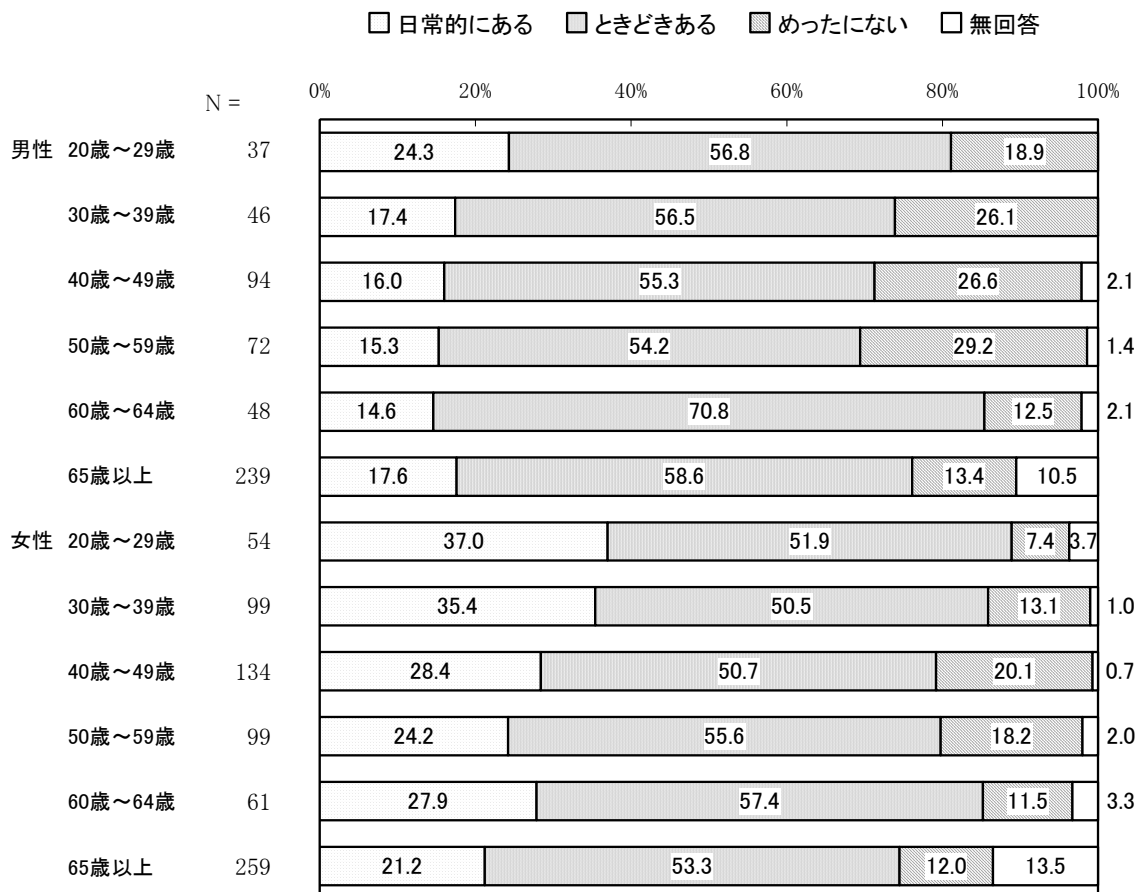
性年齢別でみると、他に比べ、男女とも 20 歳～29 歳で「日常的にある」の割合が高くなっています。



ウ 親戚・親類との交流

【性年齢別】

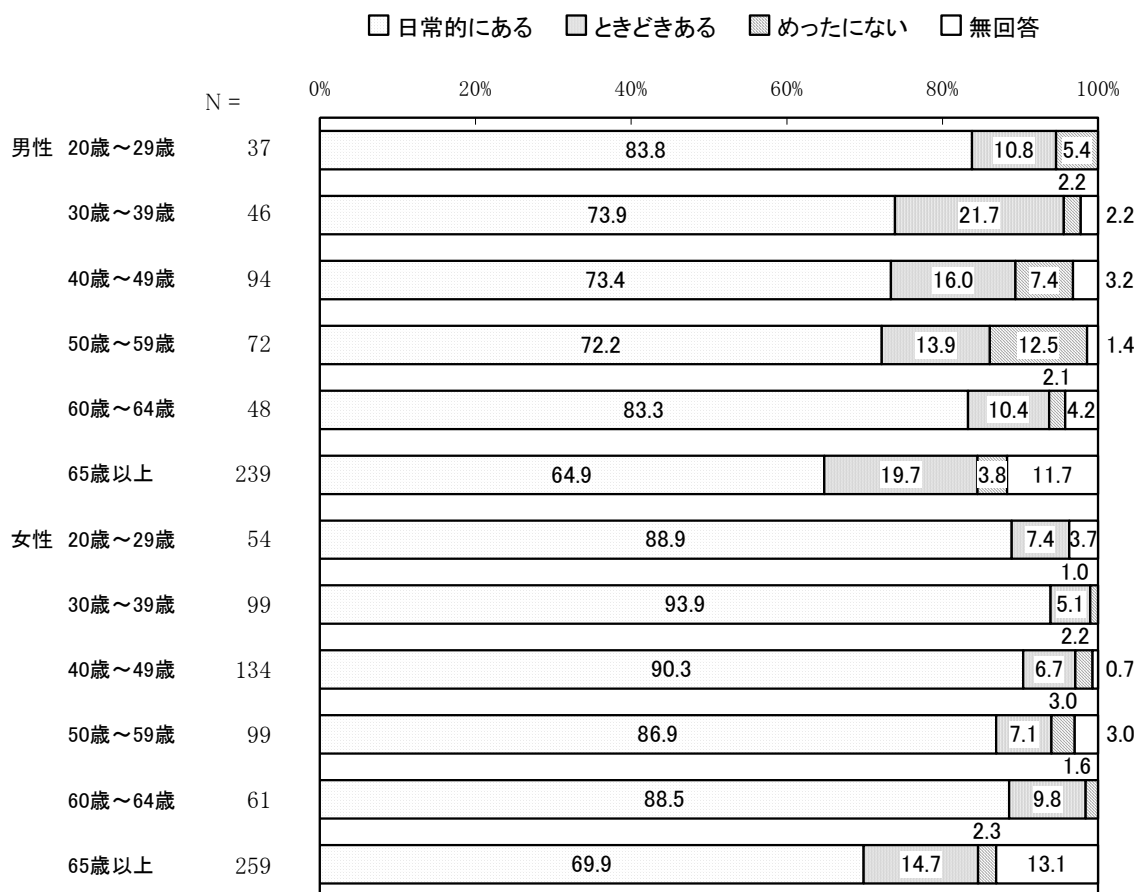
性年齢別でみると、他に比べ、男性の 20 歳～29 歳で「日常的にある」の割合が、男性の 60 歳～64 歳で「ときどきある」の割合が高くなっています。また、女性の 20 歳～39 歳で「日常的にある」の割合が高くなっています。



エ 家族との交流

【性年齢別】

性年齢別でみると、他に比べ、男性の30歳～59歳で「日常的にある」の割合が低くなっています。また、他に比べ、男女とも65歳以上で「日常的にある」の割合が低くなっています。



問 49 お住まいの地域についておたずねします。次のアからエの質問について、あてはまる番号を1つずつ選んで○をつけてください。

ア お住まいの地域ではお互いに助け合っていますか、イ お住まいの地域は信頼できますか、ウ お住まいの地域ではお互いにあいさつをしていますか
「強くそう思う」「どちらかという
とそう思う」をあわせた“そう思う”の割合がもっとも高くなっています。特にウ お住まいの
地域ではお互いにあいさつをしていますかでは“そう思う”の割合が77.5%となっています。

