

さいたま市  
健康についての調査  
結果報告書

平成 24 年 11 月





# 目次

---

調査の概要 .....	1
1 調査の目的 .....	3
2 調査設計 .....	3
3 回収結果 .....	3
4 報告書の見方 .....	4
総括 .....	5
調査結果 .....	19
1 はじめに、あなたご自身のことについて、おうかがいします。 .....	21
2 健康観、現在の健康状況について、おうかがいします。 .....	27
3 栄養・食生活について、おうかがいします。 .....	31
4 身体活動・運動について、おうかがいします。 .....	41
5 休養・こころの健康について、おうかがいします。 .....	51
6 たばこについて、おうかがいします。 .....	75
7 お酒（アルコール）について、おうかがいします。 .....	91
8 歯の健康について、おうかがいします。 .....	100
9 疾病予防・健康診断や検査について、おうかがいします。 .....	108
10 さいたま市の健康づくりに関する施策について、おうかがいします。 .....	135
調査票 .....	143

## 調査の概要

---



## 1 調査の目的

本調査は、市民の現在の健康状態や生活習慣、各種健（検）診の状況などをお聞きし、平成24年で計画終期を迎える「さいたま市ヘルスプラン21」の最終評価および次期計画策定の基礎資料とするために実施しました。

## 2 調査設計

調査地域：市内全域

調査対象者：市内在住の15歳以上の男女各2,500人 計5,000人

調査期間：平成24年6月1日～平成24年6月29日

調査方法：郵送配布・郵送回収による郵送調査方法

抽出方法：15～19歳、20～29歳、30～39歳、40～49歳、50～59歳、60～69歳、70歳以上の7階層に分け、無作為抽出（端数2名は70歳以上の男女に1人ずつ加算）

設問分野：健康観・健康状況、栄養・食生活、身体活動・運動、休養・こころの健康、たばこ、お酒、歯、疾病予防・健康診断、市の施策について

## 3 回収結果

	配布数(票)	有効回収数(票)	有効回収率(%)
15～19歳	714	261	36.6
20～29歳	714	247	34.6
30～39歳	714	299	41.9
40～49歳	714	298	41.7
50～59歳	714	358	50.1
60～69歳	714	440	61.6
70歳以上	716	486	67.9
年齢不詳	-	18	-
合計	5,000	2,407	48.1
参考(前回調査)	10,000	4,233	42.3

## 4 報告書の見方

回答結果の割合「%」は、有効回答数に対するそれぞれの回答数の割合を小数点以下第2位で四捨五入したものです。そのため、単数回答（複数の選択肢から1つの選択肢を選ぶ方式）であっても合計値が100%にならない場合があります。このことは、本報告書内の分析内容、グラフ、表にも反映しています。

複数回答（複数の選択肢から2つ以上の選択肢を選ぶ方式）の設問の場合、回答は選択肢ごとの有効回答に対して、それぞれの割合を示しています。そのため、合計が100%を超える場合があります。

図表中「無回答」とあるものは、回答が示されていない、または回答の判別が困難なものです。

図表中「n (number of case)」は、集計対象者総数（あるいは回答者限定設問の限定条件に該当する人）を表しています。

クロス集計については、対象の無回答者を除いて集計しています。

クロス集計の表については、下記のとおり横軸で見た際の第1位と第2位の回答を表しています。

第1位...	35.7	第2位...	30.0
--------	------	--------	------

本報告書においては、有意差検定による分析を行っています。

「有意差」とは、「統計的に『意』味の『有』る『差』」という意味で、本報告書における有意差検定は、平成14年調査（項目によっては平成17年調査）と今回調査の集計結果の間に統計的な差（有意差）があるかどうかを判断するために実施しています。

有意差は、割合（%）ではなく、標本数（n）に基づいて算出されるため、割合で差が見られたとしても、必ずしも統計的に差があるとは言えない可能性があるため、「統計的に差がないのに差があると判断する誤り」をおかさないために行っています。

## 総括

---





## さいたま市ヘルスプラン 2.1 評価結果概要

### (1) 目標の達成状況

「さいたま市ヘルスプラン 2.1」で定めた指標について、全 106 項目のうち目標値に達した (A) のは 13 項目 (12.3%)、また、目標値に達していないが改善傾向にある (B) が 43 項目 (40.6%) と、あわせて 52.9% が目標値に達成又は改善傾向にあるという結果となっています。また、変わらない (C) が 28 項目 (26.4%)、悪化している (D) が 19 項目 (17.9%)、評価困難 (E) が 3 項目 (2.8%) となっています。

目標値に達した (A) のは、健康管理分野の健康寿命の延伸、女性の乳がん・子宮がん検診の受診率、身体活動・運動分野における環境整備、たばこ分野における禁煙希望者及び未成年者の喫煙開始年齢 (小学生)、そしてアルコール分野における未成年者の飲酒開始年齢 (小学生) などとなっています。

また、目標値には達していないが改善傾向にある (B) のは、栄養・食生活の分野でのおいしく食事をしている人、身体活動・運動分野の運動習慣のある人、たばこ分野では喫煙している人、アルコール分野では毎日飲酒をしている人、歯の健康分野でむし歯のない幼児の割合や歯科健診受診者、健康管理分野の定期健康診査を受けていない人やがん検診受診者などとなっています。

一方で、悪化している (D) のは、栄養・食生活分野の野菜を毎日食べる人、休養・こころの健康づくり分野のストレスを感じている人、健康管理分野の生活習慣病による死亡率などとなっています。

全体的に、健康に関する知識や意識については改善が見られます。しかしながら、運動の継続など生活習慣改善の実施については 60 歳以上で改善傾向が見られますが、20～30 歳代の若い世代に大きな変化が見られませんでした。また、休養・こころの健康づくりに関しては全ての項目において改善が見られませんでした。

#### 目標の達成状況

(項目数)

評価区分 (策定時の値と直近値を比較)	全体		1 栄養 食生活	2 身体 活動・ 運動	3 休養・こころ の健康づくり	4 たばこ	5 アルコール	6 歯の 健康	7 健康 管理
	A 目標値に達した	13	12.3%	0	1	0	2	1	2
B 目標値に達していないが 改善傾向にある	43	40.6%	2	4	0	12	11	7	7
C 変わらない	28	26.4%	7	4	4	1	7	0	5
D 悪化している	19	17.9%	5	0	4	2	2	0	6
E 評価困難	3	2.8%	0	2	0	0	0	1	0
合計	106	100.0%	14	11	8	17	21	10	25

評価区分は国の健康日本 21 最終評価と同様のものを用いています。

E 評価困難は制度の変更などにより現状値の把握が困難なため評価ができないものを表しています。

## (2) 栄養・食生活について(31~40頁参照)

【背景】核家族化の進展、共働き家庭の増加、高齢者世帯の増加など世帯構造の変化に伴い生活スタイルも多様化しており、個人の食行動は社会環境に大きな影響を受けています。このような中、本市では平成20年に「さいたま市食育推進計画」を策定し、食育関係団体や学校・保育園・幼稚園等と食育の普及啓発を中心とした推進を図ってきました。

また、ポータルサイト「さいたま市食育ナビ」を開設し、簡単朝食レシピや地域の団体の取組みを紹介する等、情報の発信を行ってきました。

### 1日3食、楽しく、バランスのとれた食生活の推進

#### [1] 食生活の改善

朝食を毎日食べない人の割合は、20歳代男女及び30歳代男性が他の年代より高く、改善していません。また、1日3食食べる人の割合も20歳代男女及び30歳代男性で、増加傾向にはあるものの、有意な改善は見られません。自分にとって適切な食事の内容・量を知っている人の割合は、成人女性はほとんど改善が見られず、成人男性は悪化しています。野菜を毎食食べる人の割合は20歳代、30歳代男女で悪化していますが、これは全年代で同様の傾向があり、食育に関する調査実施時(平成23年7月)の野菜の価格高騰の影響も考えられるところではありますが、20歳代30歳代の野菜摂取の頻度は少なくなっています。

#### [2] 食環境の向上

特定給食施設<sup>1</sup>や小規模給食施設<sup>2</sup>で栄養成分表示をしている割合は、目標値には達しないものの、大幅に増加しています。

<sup>1</sup>特定給食施設：特定かつ多数の人に対して継続的に食事を提供する施設のうち、栄養管理が必要なものとして厚生労働省令で定める施設で、1回100食以上又は1日250食以上の食事を提供する施設。

<sup>2</sup>小規模給食施設：特定給食施設以外で、特定多数人に対して1回50食以上又は1日100食以上の食事を提供する施設。

【課題】1日3食食べる人の全体での割合は82.6%(31頁参照)となっており、おいしく楽しく食事をしている人の割合も前回調査に比べて増加しています(32頁参照)が、若い世代の朝食の欠食や野菜摂取の頻度が低いことが課題であることから、若い世代からの正しい食習慣の形成に向けた取組みを引き続き推進していく必要があります。

## 栄養・食生活 関連指標一覧

目標指標	さいたま市					国(最終評価)		
	ベース値 (H14年)	中間値 (H17年)	達成状況	目標値	評価	現状	目標	
おいしく楽しく食事をして いる人の割合	全体	46.3%	44.1%	52.9%	55%以上	B		
	20歳代男性	48.9%	48.1%	44.5%	25%以下	C	33.0%	15%以下
朝食を毎日食べない人の 割合	30歳代男性	36.7%	42.5%	36.5%	25%以下	C	29.2%	15%以下
	20歳代女性	35.9%	43.8%	36.0%	25%以下	C		
	20歳代男性	53.8%	55.2%	61.1%	65%以上	C		
1日3食食べる人の割合	30歳代男性	66.0%	64.5%	67.3%	80%以上	C		
	20歳代女性	64.5%	61.9%	71.9%	80%以上	C		
	成人男性	40.9%	34.1%	34.6%	50%以上	D	75.0%	80%以上
自分にとって適切な食事の 内容・量を知っている人の割合	成人女性	44.2%	40.5%	42.2%	50%以上	C	78.2%	80%以上
	20歳代男性	22.0%	25.9%	11.9%	40%以上	D		
野菜を毎食食べる人の割合	20歳代女性	23.6%	25.6%	19.4%	40%以上	D		
	30歳代男性	25.0%	23.1%	13.4%	40%以上	D		
	30歳代女性	26.2%	29.0%	16.1%	40%以上	D		
	特定給食施設や小規模給 食施設で栄養成分表示を している割合	関係施設		65.0%	81.9%	100%	B	

太枠で囲った、色が付いている項目は、重点プログラムに設定されている指標です。

出典：さいたま市「食育に関する調査」  
さいたま市保健所調べ

### (3) 身体活動・運動について(41~50頁参照)

【背景】高齢化社会の進展に伴い、健康増進・保持のため身体活動・運動の重要性はますます高まっています。本市では取り組みやすい運動としてウォーキングを推奨し、ウォーキングマップの作成やウォーキングイベントの紹介などを通じた普及啓発に努めています。

また、「さいたま市スポーツ振興まちづくり条例」の施行、「さいたま市スポーツ振興まちづくり計画」の策定により「一市民一スポーツ」を目標に推進しています。

#### 積極的な身体活動と生活習慣の推進

##### [1] 身体活動の活発化

意識的に体を動かしている人は、30~40歳代男性や20~40歳代女性でよく動かしている割合が低く、目標値に対して有意な改善は見られません。

##### [2] 運動習慣の定着

運動習慣があるという人の割合は、男女とも若い世代で低いものの、30~40歳代男性と20~40歳代女性に有意な改善が見られます。また、男女とも60~70歳代で運動習慣のある割合(45頁参照)が高くなっており、運動の種類としてはウォーキングが半数以上(47頁参照)となっています。また、運動習慣の条件は満たさないが、運動をしている人を含めると、全体では50%超の人が運動している(45頁参照)という結果になっています。

##### [3] 環境の整備

スポーツ振興会<sup>1</sup>は全行政区に設置され、目標値に達しています。

<sup>1</sup>スポーツ振興会：さいたま市の生涯スポーツの振興を図るため各区で組織するもの。

【課題】運動習慣があるという人は増加しています。特に男女とも60・70歳代で(45頁参照)で割合が高くなっています。一方、30~50歳代男性、20~50歳代女性で(45頁参照)運動習慣のある人の割合が低いことが課題となっていることから、忙しくて時間の取れない人たちでも運動に取り組めるような手法や支援のあり方について検討する必要があります。

#### 身体活動・運動 関連指標一覧

目標指標	さいたま市					国(最終評価)		
	ベース値 (H14年)	中間値 (H17年)	達成状況	目標値	評価	現状	目標	
意識的に体を動かしている人の割合	男性	29.0%	27.3%	29.4%	35%以上	C	58.7%	63%以上
	女性	21.8%	22.3%	20.5%	26%以上	C	60.5%	63%以上
	30~40歳代男性	14.9%	16.9%	19.0%	22%以上	C		
	20~40歳代女性	11.6%	11.4%	11.6%	17%以上	C		
運動習慣のある人の割合	男性	26.5%	26.6%	31.0%	36%以上	B	32.2%	39%以上
	女性	18.8%	19.2%	25.6%	27%以上	B	27.0%	35%以上
	30~40歳代男性	12.6%	15.2%	19.5%	19%以上	B		
	20~40歳代女性	7.9%	11.1%	13.4%	12%以上	B		
日常生活における1日の歩数	男性				9,200歩以上	E	7,243歩	9,200歩以上
	女性				8,300歩以上	E	6,481歩	8,300歩以上
スポーツ振興会が設置されている区の数	行政区		8区	10区	10区	A		

太枠で囲った、色が付いている項目は、重点プログラムに設定されている指標です。

国の目標は、「日頃から日常生活の中で、健康の維持・増進のために意識的に身体を動かすなどの運動<sup>1</sup>「いつもしている」と「時々している」割合の合算。

出典：さいたま市スポーツ振興課調べ

#### (4) 休養・こころの健康づくりについて(51~74頁参照)

【背景】仕事や人間関係などから生じる精神的ストレスにより、うつ病に代表される精神疾患が増加しています。また、自殺も大きな問題となっており、国全体で年間3万人を超える自殺者が出ていることから、平成18年10月に自殺対策基本法が施行され、これを基に自殺対策の指針として基本的かつ総合的な事柄を定めた自殺総合対策大綱が策定されました。本市においても、毎年200人を超える市民が自殺により亡くなっている状況を踏まえ、平成21年3月に「さいたま市自殺対策推進計画」を策定し、自殺対策を推進しています。

#### 上手にストレスを解消し、心身の疲労回復のための休養の推進

##### [1] ストレスの解消

ストレスを感じている人の割合は増加し、ストレスが解消できていない人の割合は有意な改善は見られません。また、相談相手のいない人の割合も、有意な改善は見られませんでした。

##### [2] 睡眠による休養の確保

睡眠により休養を十分にとれていない人の割合は、10~40歳代の男女ともに有意な改善は見られませんでした。また、睡眠時にアルコールを使用する人の割合が増加しています。

##### [3] 生きがい・やりがいのある生活の支援

生きがいを持っている人の割合は減少傾向にあります。一方で60歳以上の男女で、生きがいを持っている人の割合が増加しています。

【課題】20~50歳代の若い世代でストレスを感じている割合(51頁参照)が高く、特に男性では、ストレスの解消方法が「寝る」「お酒を飲む」が上位回答(58頁参照)となっていることや睡眠確保のためにアルコールを使用する人の割合(69頁参照)が増加していることから、上手なストレスの解消方法について普及させる必要があります。

また、睡眠による十分な休養をとれていない人が増加していることから、良質な睡眠のとり方について普及啓発を行う必要があります。

#### 休養・こころの健康づくり 関連指標一覧

目標指標		さいたま市					国(最終評価)	
		ベース値 (H14年)	中間値 (H17年)	達成状況	目標値	評価	現状	目標
ストレスを感じている人の割合	全体	63.9%	65.0%	70.3%	57%以下	D	61.3%	49%以下
ストレスが解消できていない人の割合	全体	30.7%	31.8%	30.8%	25%以下	C		
相談相手のいない人の割合		14.1%	15.5%	14.1%	10%以下	C		
睡眠により休養を十分とれない人の割合	全体	21.4%	22.0%	23.9%	18%以下	D	18.4%	21%以下
	10~40歳代男性	35.7%	34.9%	31.6%	28%以下	C		
	10~40歳代女性	35.8%	30.3%	32.7%	28%以下	C		
睡眠の確保のためにアルコールを使用する人の割合	成人	16.9%	16.6%	28.3%	15%以下	D	19.5%	13%以下
生きがいを持っている人の割合		71.2%	67.6%	66.6%	85%以上	D		

太枠で囲った、色が付いている項目は、重点プログラムに設定されている指標です。

## (5) たばこについて (75~90 頁参照)

【背景】喫煙は、多くの疾病の原因となり、たばこの煙は吸わない人の健康にも悪影響を与えることから、社会全体で受動喫煙防止、禁煙サポートの推進、未成年者の喫煙防止などの取組みが進められています。また、平成 15 年 5 月に施行された健康増進法において、「受動喫煙の防止」に関する規定が定められ、公共施設の禁煙化・分煙化は進んでいますが、職場や飲食店などの施設では今後更なる取組みが求められています。

### 防煙 (未成年)・分煙の推進と禁煙支援

#### [ 1 ] たばこの害についての理解向上

喫煙が及ぼす健康影響についての十分な知識がある人の割合は全体的に増加しています。一方、胃かいように関する知識については、有意な改善は見られない状況です。

#### [ 2 ] 分煙・禁煙・節煙の推進

健康増進法により受動喫煙防止対策が進んだことを反映し、分煙化・禁煙化を推進する人の割合が増加しています。また、喫煙をとりまく環境の変化により、喫煙者が減少するとともに、禁煙希望者が増加しています。

#### [ 3 ] 未成年者の喫煙防止 (防煙)

未成年者の喫煙率は減少しています。また、未成年者の喫煙開始時期については、小学生以下では目標を達成、中学生では有意な改善が見られるものの、16~19 歳で喫煙を開始した人の割合が高く、現在喫煙率の高い男性の 30 歳代で 48.4%、40 歳代で 65.7% がこの時期に喫煙を開始したと回答しています。(77 頁参照)

【課題】喫煙者が減少しています。一方で、未成年者の喫煙が課題となっており、引き続き受動喫煙防止や禁煙支援とともに、未成年者の喫煙防止に向けた取組みを推進していく必要があります。

### たばこ 関連指標一覧

目標指標	さいたま市					国(最終評価)		
	ベース値 (H14年)	中間値 (H17年)	達成状況	目標値	評価	現状	目標	
喫煙が及ぼす健康影響についての十分な知識がある人の割合	肺がん	85.0%	84.4%	89.2%	100%	B	87.5%	100%
	ぜんそく	62.7%	63.9%	70.8%	100%	B	62.8%	100%
	気管支炎	68.9%	70.7%	78.5%	100%	B	65.1%	100%
	心臓病	51.5%	56.8%	57.7%	100%	B	50.7%	100%
	脳卒中	45.1%	55.4%	60.2%	100%	B	50.9%	100%
	胃かいよう	37.3%	39.5%	35.8%	100%	C	35.1%	100%
	妊娠への影響	74.8%	75.0%	83.0%	100%	B	83.5%	100%
	歯周病	34.1%	40.6%	45.5%	100%	B	40.4%	100%
分煙化・禁煙化を推進する人の割合	全体	77.3%	71.0%	82.8%	100%	B		
禁煙・節煙希望者の割合	禁煙(成人)	26.3%	32.9%	35.1%	32%以上	A		
	節煙(成人)	50.4%	43.5%	38.8%	60%以上	D		
喫煙している人の割合	男性(成人)	38.3%	32.7%	24.8%	23%以下	B		
	女性(成人)	12.5%	10.7%	9.3%	8%以下	B		
未成年者の喫煙率	20歳未満	18.1%	6.2%	1.5%	なくす	B		
未成年者の喫煙開始年齢	小学生以下	24.1%	13.0%	0%	なくす	A		0%
	中学生	48.1%	60.9%	33.3%	なくす	B	1.6%(男性)	0%
							0.9%(女性)	0%
	16~19歳	27.8%	26.1%	66.7%	なくす	D	8.6%(男性)	0%
						3.8%(女性)	0%	

## (6) アルコールについて(91~99頁参照)

【背景】過度の飲酒は、生活習慣病の要因となり、アルコールへの依存を形成し、身体的・精神的健康を損なうとともに、医療費の増大など社会的にも大きな損失となります。

本市では、保健分野での啓発だけでなく、小中学校において未成年者の飲酒防止についての啓発も行っています。また、こころの健康センターでは、関係部署と連携した相談体制を整え、アルコール依存症の本人や家族からの相談に対応しています。

### 節度ある適度な飲酒の推進・未成年の禁酒

#### [1] 節度ある飲酒習慣の啓発

毎日飲酒をしている人の割合は、40~60歳代男性において改善している一方、多量飲酒者については有意な改善が見られません。

アルコールによる身体への影響に関する知識については、胃腸病、脂質異常症と心臓病を除き全般的に有意な改善が見られます。

#### [2] 未成年の飲酒防止

未成年者の飲酒の経験については大幅な改善が見られ、特に小学生以下や中学生で飲酒を開始した割合が大きく減少しています。また、16~19歳から飲酒を開始した人は20~60歳代男性で40~50%台、20~40歳代女性で30~40%台(95頁参照)となっています。

【課題】毎日飲酒をしている人の割合は減少し、適度な飲酒を心がける人が増加している傾向にあります。一方で、多量飲酒者の割合が増加しており、引き続き適度な飲酒について普及啓発を行う必要があります。

### アルコール 関連指標一覧

目標指標	さいたま市					国(最終評価)		
	ベース値 (H14年)	中間値 (H17年)	達成状況	目標値	評価	現状	目標	
毎日飲酒をしている人の割合	成人男性	34.3%	32.6%	30.2%	27%以下	B		
	40~60歳代男性	53.4%	40.8%	37.6%	32%以下	B		
多量飲酒者(一日平均3合以上)の割合	成人男性	3.6%	5.3%	4.9%	2.8%以下	C	4.8%	3.2%以下
	成人女性	1.7%	1.8%	2.9%	1.1%以下	C	0.4%	0.2%以下
	40歳代男性	5.8%	7.0%	8.8%	4.6%以下	C		
	50歳代男性	7.2%	9.7%	10.0%	5.8%以下	C		
	20~30歳代女性	3.2%	1.5%	4.6%	0.2%以下	C		
アルコールによる身体への影響について正しい知識のある人の割合	肝臓病		85.8%	89.1%	100%	B		
	胃腸病		54.1%	55.2%	100%	C		
	糖尿病		60.1%	65.7%	100%	B		
	肥満		57.7%	64.0%	100%	B		
	脂質異常症		52.7%	44.7%	100%	D		
	心臓病		48.1%	50.5%	100%	C		
	妊娠中の影響		72.1%	81.9%	100%	B		
	依存症		73.6%	85.5%	100%	B		
	脳障害		46.8%	51.1%	100%	B		
高血圧		58.2%	62.6%	100%	B			
未成年者の飲酒の経験	20歳未満	62.2%	36.3%	12.3%	なくす	B		
未成年者の飲酒開始年齢	小学生以下	23.1%	8.2%	0%	なくす	A		
	中学生	40.9%	23.9%	9.5%	なくす	B	8.0%(男性)	0%
	16~19歳						9.1%(女性)	0%
			33.9%	64.9%	90.5%	なくす	D	21.0%(男性)
						18.5%(女性)	0%	



## (7) 歯の健康について(100～107頁参照)

【背景】高齢化社会が進行していく中で、歯と口腔の健康づくりは、生涯にわたる健康の保持増進に欠くことのできないものであり、生活習慣病予防の面でも重要です。平成12年度からは、歯の健康寿命の延長のため、満80歳で20本以上の歯を残そうとする「8020運動」が厚生労働省や日本歯科医師会により推進されているところです。また、埼玉県においては、定期健診や予防処置、個々に応じたアドバイスなどを行う「かかりつけ歯科医」による支援を進めています。本市においても、平成18年度から1歳6か月児歯科健康診査時のフッ素塗布事業の開始や市内保育園への歯科巡回指導を実施するなど、乳幼児期からの歯科保健対策に取り組んでいます。

### むし歯と歯周病予防の推進

#### [1] 乳幼児・学齢期のむし歯

1歳6か月児及び3歳児歯科健康診査でむし歯のない幼児の割合は改善傾向にあります。また、小学生・中学生で未処置歯のある者の割合は大きく減少し、目標を達成しています。

#### [2] 成人期の歯周病予防

定期的な歯科健康診査や成人歯科健康診査の受診者は増加し、歯や口の状態が良くないという人は減少傾向にあります。1日1回は歯を丁寧に磨いている人や歯間部清掃用具を使用している人などの増加が見られるように、歯と口腔の健康を意識する人が増えています(105頁参照)。

【課題】歯の健康については概ね改善傾向にありますが、引き続き、歯科健康診査の受診や口腔機能の維持・向上に向けた動機付けを行っていくことが重要です。

### 歯の健康 関連指標一覧

目標指標		さいたま市					国(最終評価)	
		ベース値 (H14年)	中間値 (H17年)	達成状況	目標値	評価	現状	目標
1歳6か月児歯科健康診査でむし歯のない幼児の割合	1歳6か月	95.6%	96.2%	97.5%(H23)	100%	B		
3歳児歯科健康診査でむし歯のない幼児の割合	3歳児	63.8%	74.4%	82.4%(H23)	90%以上	B	77.1%	80%以上
3歳児で定期的にフッ素塗布を受けている幼児の割合	3歳児				増やす	E	64.6%	50%以上
小学生で未処置歯のある者の割合	小学生	27.9%	24.2%	16.2%	20%以下	A		
中学生で未処置歯のある者の割合	中学生	19.4%	17.6%	13.5%	14%以下	A		
定期的な歯科健康診査受診者の割合	全体	14.5%	18.5%	25.8%	30%以上	B	36.8%	30%以上
成人歯科健康診査受診者数	成人	1,879人	8,158人	10,378人(H23)	20,000人以上	B		
歯間部清掃用具の使用割合	40歳男女	33.3%	35.5%	44.6%(H21)	60%以上	B	44.6%	50%以上
	50歳男女	30.4%	31.3%	45.7%(H21)	60%以上	B	45.7%	50%以上
歯や口の状態が良くない人の割合	全体	58.2%	53.0%	40.4%	30%以下	B		

出典: 1歳6か月児歯科健診結果  
 ・ 3歳児歯科健診結果  
 ・ さいたま市教育委員会調べ  
 ・ 成人歯科健診結果

## (8) 健康管理について(25~30、108~134 頁参照)

【背景】平成20年度より、医療保険者による40歳以上の被保険者・被扶養者に対するメタボリックシンドロームに着目した特定健康診査・特定保健指導が実施されています。また、国民の死因の第一位となっている悪性新生物(がん)に関しては、平成19年4月にがん対策基本法が施行され、これに基づき「がん対策推進基本計画」が策定されるなど、がん対策の推進が図られてきています。

### 自分の健康管理と定期的な健康診査の推進

#### [1] 健康管理意識の向上

健康であると意識している人の割合が高まるとともに、定期的に健康診査を受けていない人が減少するなど、市民の健康に対する意識や行動が改善している傾向にあります。一方で、健康に配慮していない人の割合は20~40歳代の男性で改善しているものの、男女ともに他の年代と比較すると割合が高く(29頁参照)日頃運動ができていないこととの関連が高いと思われます。また、適正体重を維持している人の割合については、有意な改善は見られませんが、40歳代男性の肥満者の割合(26頁参照)については、改善傾向にあります。

#### [2] 生活習慣病の予防

悪性新生物(がん)、心疾患、脳血管疾患等の生活習慣病による死亡率が悪化しており、これは生活習慣病が高齢者に多い疾患であることから、高齢者の増加が主な要因と考えられます。各種がん検診について、市では医療機関と連携し各種検診の充実に努めており、乳がん、子宮がんの受診率は目標値を上回り、肺がん、大腸がん、胃がん検診についても受診率が向上しています。また、メタボリックシンドロームを知っている人の割合は目標値に達しているものの、特定健康診査の受診率に大きな変化はありませんでした。一方、特定保健指導の実施率は目標値には届かないものの大きな伸びを見せており、メタボリックシンドロームの予備群・該当者の減少割合の目標値に達しています。

【課題】男性の肥満者の割合が高いことや20歳代女性のやせの問題などが課題となっています。また、今後も各種健(検)診受診率の向上に努め、疾病の早期発見・早期治療の推進を図っていく必要があります。

#### 健康管理 関連指標一覧

目標指標	さいたま市					国(最終評価)		
	ベース値 (H14年)	中間値 (H17年)	達成状況	目標値	評価	現状	目標	
65歳の健康寿命	男性	16.07年	16.96年(H22)	伸ばす	A	70.42	延伸	
	女性	18.73年	19.72年(H22)	伸ばす	A	73.63	延伸	
健康であると意識している人の割合	全体	65.2%	64.7%	82.5%	80%以上	A		
健康に配慮していない人の割合	20~40歳代男性	28.4%	30.7%	22.8%	15%以下	B		
	20~40歳代女性	18.1%	20.9%	22.0%	10%以下	C		
適正体重を維持している人	20歳代女性のやせの者	23.6%	23.3%	25.2%	15%以下	C	22.3%	15%以下
	20~60歳代男性の肥満者	22.3%	23.5%	24.1%	14%以下	C	31.7%	15%以下
	40~60歳代女性の肥満者	16.6%	16.2%	15.2%	13%以下	C	21.8%	20%以下
定期的に健康診査を受けていない人の割合	全体	28.9%	24.4%	22.6%	20%以下	B		
	20~40歳代女性	44.4%	32.9%	32.8%	30%以下	B		

出典： 埼玉県算出データ

目標指標		さいたま市					国(最終評価)	
		ベース値 (H14年)	中間値 (H17年)	達成状況	目標値	評価	現状	目標
各種がん検診受診者	肺がん検診	21.7%	28.1%	26.5%(H23)	38%以上	B	24.9%(男性) 21.1%(女性)	1,540万人以上
	大腸がん検診	19.6%	24.2%	23.7%(H23)	30%以上	B	27.4%(男性) 22.6%(女性)	1,850万人以上
	胃がん検診	15.1%	17.1%	20.4%(H23)	30%以上	B	34.3%(男性) 26.3%(女性)	2,100万人以上
	乳がん検診	7.8%	11.3%	17.3%(H23)	15%以上	A	31.4%	1,600万人以上
	子宮がん検診	7.7%	10.2%	21.5%(H23)	15%以上	A	32.0%	1,860万人以上
生活習慣病による死亡率 (人口10万対)	悪性新生物 男性	225.1	246.2	258.1(H22)	下げる	D		
	悪性新生物 女性	145.6	149.2	169.5(H22)	下げる	D		
	心疾患 男性	105.7	108.6	134.6(H22)	下げる	D		
	心疾患 女性	91.8	107.1	123.0(H22)	下げる	D		
	脳血管疾患 男性	74.3	78.7	75.3(H22)	下げる	D		
	脳血管疾患 女性	68.1	75.0	73.3(H22)	下げる	D		
メタボリックシンドロームを知っている人の割合		91.1%(H19)		98.1%(H23)	95%以上	A		
特定健康診査の受診率・ 特定保健指導の実施率	特定健康診査	35.3%(H20)		33.0%(H22)	65%	C		
	特定保健指導	1.8%(H20)		25.0%(H22)	45%	B		
メタボリックシンドローム予備群・メタボリックシンドローム該当者の減少				11.8%(H22)	10%	A		

出典： 、 、 さいたま市国民健康保険課調べ  
厚生労働省人口動態統計  
「さいたま市 食育に関する調査」

## (9) 重点プログラムについて

### 1 朝食を大切に食習慣の定着と、食を通じた豊かなコミュニケーションの醸成

朝食は、栄養と生活リズムの両面から、一日のはじまりとして特に大切であるとの考え方から、朝食から始まる規則正しい生活を促す意識啓発活動や朝食を欠かさずするため、毎年10月を「朝ご飯を食べよう強化月間」と定め、簡単朝食レシピの作成配布等食育の取り組みと連携してきました。

調査によると、朝食摂取については、20歳代男女及び30歳代男性ではほとんど改善していませんが、10歳代女性がこの10年で大きく改善しています(34頁参照)。また、1日3食食べる人の割合でも20歳代男女及び30歳代男性で有意な改善が見られないことから、引き続き若い世代を中心とした朝食摂取と規則正しい食事について普及啓発に努める必要があります。

### 関連指標一覧

目標指標		さいたま市				
		ベース値 (H14年)	中間値 (H17年)	達成状況	目標値	評価
朝食を毎日食べない人の割合	20歳代男性	48.9%	48.1%	44.5%	25%以下	C
	30歳代男性	36.7%	42.5%	36.5%	25%以下	C
	20歳代女性	35.9%	43.8%	36.0%	25%以下	C
1日3食食べる人の割合	20歳代男性	53.8%	55.2%	61.1%	65%以上	C
	30歳代男性	66.0%	64.5%	67.3%	80%以上	C
	20歳代女性	64.5%	61.9%	71.9%	80%以上	C

## 2 上手なストレスの解消

こころの健康は体の健康と密接に関わり、また、社会生活を健全に営むうえでも重要であることから、適切なストレス解消方法や、ストレス蓄積による「うつ」に関して、職場や家庭での理解と、対応力を高める正しい知識の普及啓発に努めるとともに、相談窓口・相談事業の充実を図ってきました。

調査によると、ストレスを感じている人の割合は増加し、ストレスが解消できていない人の割合も有意な改善は見られません。また、相談相手のいない人の割合はこの10年間で変化が見られず、男性で相談相手がない割合が女性に比べて高くなっています（60頁参照）。さらに、睡眠時にアルコールを使用する人の割合がこの10年間で悪化しており、特に男性の40～70歳代で40%を超えています（68、69頁参照）。

そのため、引き続き、ストレスの解消方法や上手な睡眠のとり方について、働き盛りの男性を中心に普及啓発を図るとともに、気軽に相談できる周囲のサポート体制づくりに取り組んでいく必要があります。

### 関連指標一覧

目標指標		さいたま市				
		ベース値 (H14年)	中間値 (H17年)	達成状況	目標値	評価
ストレスが解消できていない人の割合	全体	30.7%	31.8%	31.3%	25%以下	C
相談相手のいない人の割合		14.1%	15.5%	14.1%	10%以下	C
睡眠の確保のためにアルコールを使用する人の割合	成人	16.9%	16.6%	28.3%	15%以下	D

## 3 働く世代の肥満予防

肥満は様々な生活習慣病の要因となります。また、若いころからの乱れた生活習慣の積み重ねが肥満を招くことになることから、生活習慣改善の必要性の啓発とともに、行動変容に向けた動機付けと具体的な取り組み方法に関する情報提供、環境づくりに努めてきました。

調査によると、20～60歳代男性の肥満者の割合については、有意な改善は見られません。また、意識的に体を動かしている男性の割合についても同様です。特に、30歳代男性で意識的に体を動かしている割合が低く（41頁参照）、肥満者の割合が高い傾向（25頁参照）がうかがえます。

そのため、引き続き、若い世代からの生活習慣の改善に向けて取り組んでいく必要があります。

### 関連指標一覧

目標指標		さいたま市				
		ベース値 (H14年)	中間値 (H17年)	達成状況	目標値	評価
適正体重を維持している人	20～60歳代男性の肥満者	22.3%	23.5%	24.1%	14%以下	C
意識的に体を動かしている人の割合	男性	29.0%	27.3%	29.4%	35%以上	C



## 調查結果

---

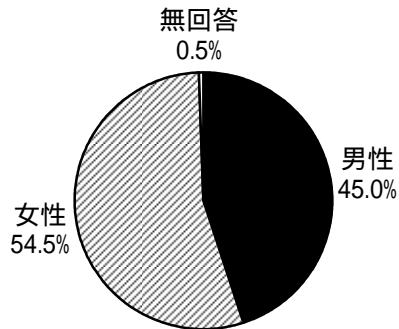


# 1 はじめに、あなたご自身のことについて、おうかがいします。

## 問1 あなたの性別を教えてください。( は1つだけ)

性別については、「男性」が45.0%、「女性」が54.5%で、「女性」が「男性」をやや上回っています。

問1(単数回答) n=2,407

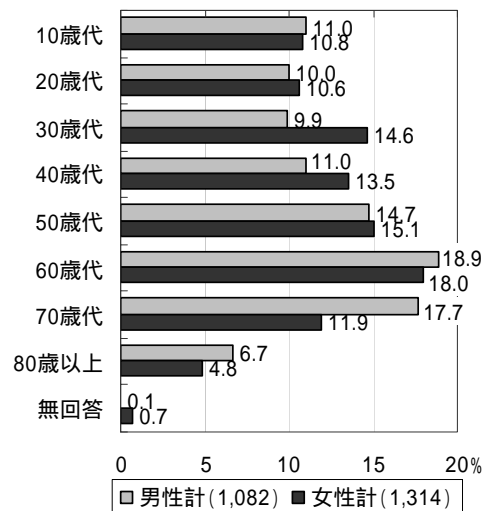
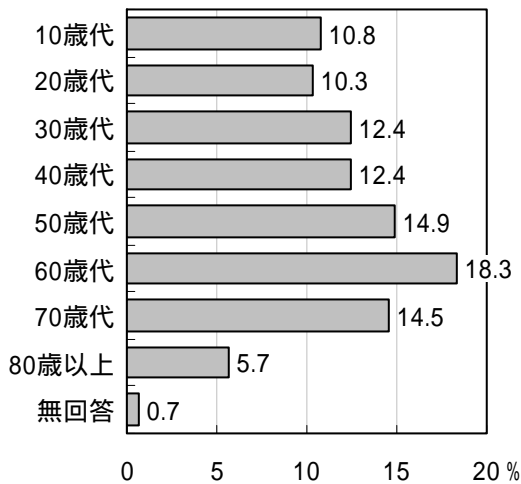


## 問2 あなたの年齢を教えてください。(平成24年6月1日現在の満年齢でお答えください)

年齢については、「60歳代」が18.3%で最も高く、次いで「50歳代」が14.9%、「70歳代」が14.5%となっています。

性別にみると、男女とも「60歳代」が最も高くなっており、特に、男性は50～70歳代が51.3%、女性は20～40歳代が38.7%と高くなっています。

問2(数量回答) n=2,407





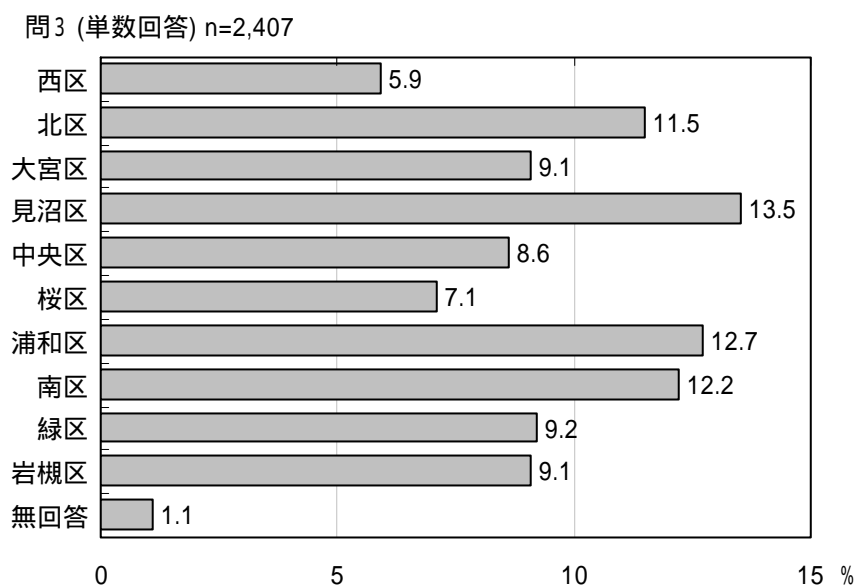
## 前回比較

前回と比較すると、回答者全体に占める男性の割合が前回に比べて 2.8 ポイント増加しています。また、女性の 40 歳代で 2.4 ポイント増加し、女性の 70 歳以上で 3.4 ポイント減少しています。

	今回	前回 (平成17年)	前々回 (平成14年)	今回-前回	今回-前々回	
全体(実数)	2,407	4,740	4,232	-2,333	-1,825	
全体に占める割合	男性計	45.0	42.2	44.6	2.8	0.4
	男性 / 10歳代	4.9	3.3	3.1	1.6	1.8
	20歳代	4.5	4.5	4.3	0.0	0.2
	30歳代	4.4	3.9	4.4	0.5	0.0
	40歳代	4.9	3.7	3.8	1.2	1.1
	50歳代	6.6	5.9	5.8	0.7	0.8
	60歳代	8.5	9.7	11.0	-1.2	-2.5
	70歳以上	11.0	11.2	12.1	-0.2	-1.1
	女性計	54.5	54.3	54.1	0.2	0.4
	女性 / 10歳代	5.9	4.4	4.0	1.5	1.9
	20歳代	5.8	7.4	7.1	-1.6	-1.3
	30歳代	8.0	6.5	6.4	1.5	1.6
	40歳代	7.4	5.0	6.6	2.4	0.8
	50歳代	8.3	8.0	7.7	0.3	0.6
	60歳代	9.8	10.5	10.6	-0.7	-0.8
	70歳以上	9.1	12.5	11.5	-3.4	-2.4
	無回答	0.5	3.4	1.3	-2.9	2.1

## 問3 あなたは、どちらにお住まいですか。

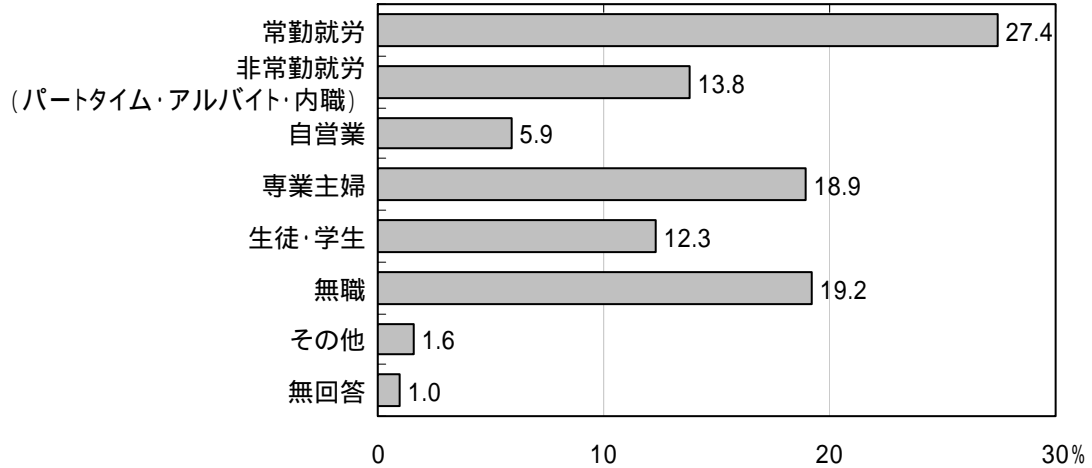
居住地区については、「見沼区」が 13.5% で最も高く、次いで「浦和区」が 12.7%、「南区」が 12.2% となっています。



#### 問4 現在のあなたの就労状況は、次のうちどれにあたりますか。( は1つだけ)

就労状況については、「常勤就労」が27.4%で最も高く、次いで「無職」が19.2%、「専業主婦」が18.9%となっています。

問4 (単数回答) n=2,407



性別年代別

性別年代別にみると、男性は10歳代で「生徒・学生」、20～50歳代で「常勤就労」、60歳以上で「無職」が多くなっています。また、女性は10歳代で「生徒・学生」、20歳代と40歳代、80歳以上をのぞく年代で「専業主婦」が多くなっています。

単位: %

	n数	常勤就労	非常勤就労 (パートタイム・ アルバイト・内職)	自営業	専業主婦	生徒・学生	無職	その他	無回答
全体	2,407	27.4	13.8	5.9	18.9	12.3	19.2	1.6	1.0
男性計	1,082	40.2	6.9	8.7	0.1	12.4	29.7	1.6	0.5
10歳代	119	6.7	0.0	0.0	0.0	91.6	0.0	1.7	0.0
20歳代	108	55.6	13.0	1.9	0.0	23.1	6.5	0.0	0.0
30歳代	107	84.1	5.6	4.7	0.0	0.0	3.7	0.9	0.9
40歳代	119	83.2	1.7	6.7	0.8	0.0	5.0	2.5	0.0
50歳代	159	73.6	4.4	11.3	0.0	0.0	10.1	0.0	0.6
60歳代	204	27.5	10.8	18.6	0.0	0.0	41.7	1.5	0.0
70歳代	192	2.6	11.5	8.3	0.0	0.0	74.5	2.6	0.5
80歳以上	73	0.0	2.7	9.6	0.0	0.0	82.2	4.1	1.4
女性計	1,314	17.1	19.4	3.7	34.5	12.3	10.5	1.7	0.8
10歳代	142	0.0	0.7	0.7	0.0	97.9	0.7	0.0	0.0
20歳代	139	52.5	8.6	0.7	15.1	15.8	4.3	2.9	0.0
30歳代	192	25.0	25.0	3.1	40.6	0.0	4.7	1.6	0.0
40歳代	178	23.6	38.8	3.4	30.3	0.0	1.7	1.1	1.1
50歳代	199	20.6	33.7	6.0	35.2	0.0	3.5	1.0	0.0
60歳代	236	7.6	22.0	8.1	45.3	0.0	13.6	1.7	1.7
70歳代	156	1.3	1.3	2.6	64.1	0.0	26.3	3.2	1.3
80歳以上	63	0.0	0.0	0.0	30.2	0.0	61.9	3.2	4.8

## 前回比較

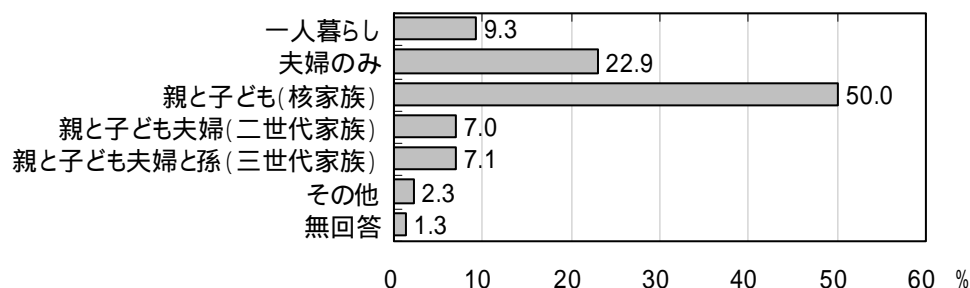
前回と比較すると、常勤就労の割合が 3.2 ポイント増加し、無職が 3.6 ポイント減少しています。

	今回	前回 (平成17年)	前々回 (平成14年)	今回-前回	今回-前々回
常勤就労	27.4	24.2	24.3	3.2	3.1
非常勤就労	13.8	12.5	12.4	1.3	1.4
自営業	5.9	7.0	7.7	-1.1	-1.8
専業主婦	18.9	17.0	19.8	1.9	-0.9
生徒・学生	12.3	10.9	8.7	1.4	3.6
無職	19.2	22.8	23.4	-3.6	-4.2
その他	1.6	1.9	1.7	-0.3	-0.1
無回答	1.0	3.6	2.1	-2.6	-1.1

## 問5 あなたのご家庭は、次のうちどれにあたりますか。( は1つだけ)

家族構成については、「親と子ども(核家族)」が 50.0%で半数を占めており、次いで「夫婦のみ」が 22.9%、「一人暮らし」が 9.3%となっています。

問5 (単数回答) n=2,407



## 前回比較

前回と比較すると、「親と子ども(核家族)」が 5.1 ポイント増加し、「親と子ども夫婦と孫(三世世代家族)」が 4.1 ポイント減少しています。

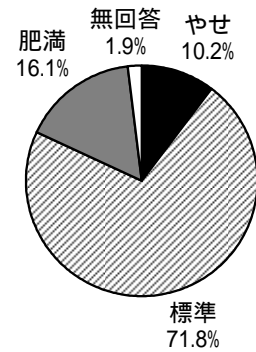
	今回	前回 (平成17年)	前々回 (平成14年)	今回-前回	今回-前々回
一人暮らし	9.3	9.1	7.8	0.2	1.5
夫婦のみ	22.9	23.0	24.1	-0.1	-1.2
親と子ども(核家族)	50.0	44.9	44.1	5.1	5.9
親と子ども夫婦(二世世代家族)	7.0	6.9	8.0	0.1	-1.0
親と子ども夫婦と孫(三世世代家族)	7.1	11.2	10.8	-4.1	-3.7
その他	2.3	1.8	2.9	0.5	-0.6
無回答	1.3	3.1	2.3	-1.8	-1.0

## 問6 あなたの身長と体重を教えてください。

BMI (数量回答) n=2,407

### BMI

BMIについては、「標準」が71.8%で最も高くなっています。一方、「肥満」が10%を超えています。

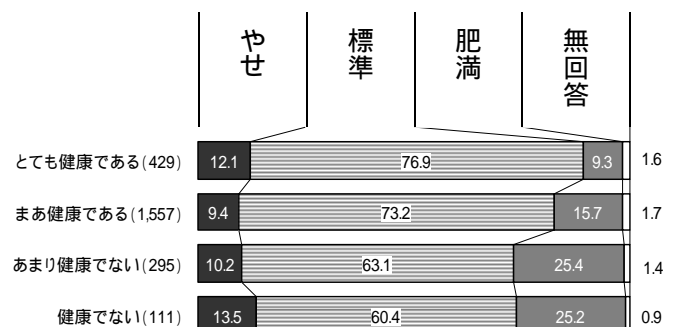
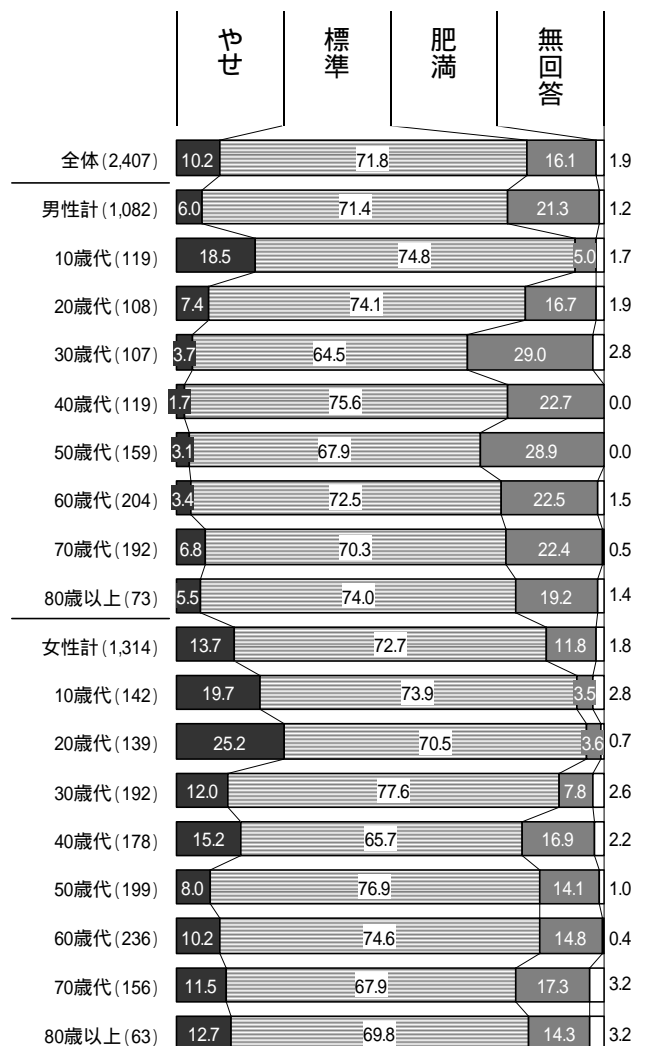


### 性別年代別

性別年代別にみると、男性の30歳代以降で「肥満」、女性の10~20歳代で「やせ」が多くなっています。

### 健康状態別

健康状態別にみると、健康でない層ほど「肥満」の割合が高くなっており、あまり健康でない層や健康でない層では「肥満」が25%超と高くなっています。



## 前回比較

前回と比較すると、男性の40歳代で「標準」が13.9ポイント増加し、「肥満」が13.3ポイント減少しています。また、女性の40歳代で「標準」が9.6ポイント減少しており、「やせ」が3.7ポイント、「肥満」が4.6ポイント増加しています。また、女性の60歳代で「肥満」が6.2ポイント減少しています。

	今回			前回(平成17年)			前々回(平成14年)			今回-前回			今回-前々回			
	やせ	標準	肥満	やせ	標準	肥満	やせ	標準	肥満	やせ	標準	肥満	やせ	標準	肥満	
全体	10.2	71.8	16.1	9.5	70.0	16.0	9.4	71.5	15.7	0.7	1.8	0.1	0.8	0.3	0.4	
全体に占める割合	男性計	6.0	71.4	21.3	5.3	72.3	20.8	6.3	72.9	19.5	0.7	-0.9	0.5	-0.3	-1.5	1.8
	男性 / 10歳代	18.5	74.8	5.0	15.3	77.1	7.0	14.6	74.6	10.8	3.2	-2.3	-2.0	3.9	0.2	-5.8
	20歳代	7.4	74.1	16.7	8.0	80.7	10.4	6.6	80.8	12.6	-0.6	-6.6	6.3	0.8	-6.7	4.1
	30歳代	3.7	64.5	29.0	4.8	71.5	23.7	3.2	73.4	22.9	-1.1	-7.0	5.3	0.5	-8.9	6.1
	40歳代	1.7	75.6	22.7	1.7	61.7	36.0	2.5	66.5	29.8	0.0	13.9	-13.3	-0.8	9.1	-7.1
	50歳代	3.1	67.9	28.9	1.8	71.8	25.4	2.5	77.0	19.7	1.3	-3.9	3.5	0.6	-9.1	9.2
	60歳代	3.4	72.5	22.5	2.2	72.9	23.6	3.4	70.8	24.5	1.2	-0.4	-1.1	0.0	1.7	-2.0
	70歳代	6.8	70.3	22.4	7.3	71.0	18.3	8.4	73.8	16.5	-0.5	-0.7	4.1	-1.6	-3.5	5.9
	80歳以上	5.5	74.0	19.2	-	-	-	18.2	65.9	9.8	-	-	-	-12.7	8.1	9.4
	女性計	13.7	72.7	11.8	13.1	71.3	12.7	12.1	72.0	13.0	0.6	1.4	-0.9	1.6	0.7	-1.2
	女性 / 10歳代	19.7	73.9	3.5	20.5	70.0	5.2	22.5	68.6	2.4	-0.8	3.9	-1.7	-2.8	5.3	1.1
	20歳代	25.2	70.5	3.6	23.3	67.6	4.8	23.6	70.1	3.7	1.9	2.9	-1.2	1.6	0.4	-0.1
	30歳代	12.0	77.6	7.8	15.6	74.6	6.5	16.2	76.4	5.2	-3.6	3.0	1.3	-4.2	1.2	2.6
	40歳代	15.2	65.7	16.9	11.5	75.3	12.3	8.9	78.3	10.7	3.7	-9.6	4.6	6.3	-12.6	6.2
	50歳代	8.0	76.9	14.1	6.9	80.5	12.1	7.1	76.6	14.8	1.1	-3.6	2.0	0.9	0.3	-0.7
60歳代	10.2	74.6	14.8	7.0	70.9	21.0	6.3	70.8	21.7	3.2	3.7	-6.2	3.9	3.8	-6.9	
70歳代	11.5	67.9	17.3	12.8	64.9	16.9	7.4	69.7	18.6	-1.3	3.0	0.4	4.1	-1.8	-1.3	
80歳以上	12.7	69.8	14.3	-	-	-	16.1	59.1	19.0	-	-	-	-3.4	10.7	-4.7	

## 2 健康観、現在の健康状況について、おうかがいします。

### 問7 現在、あなたは自分の健康状態をどのように感じていますか。( は1つだけ)

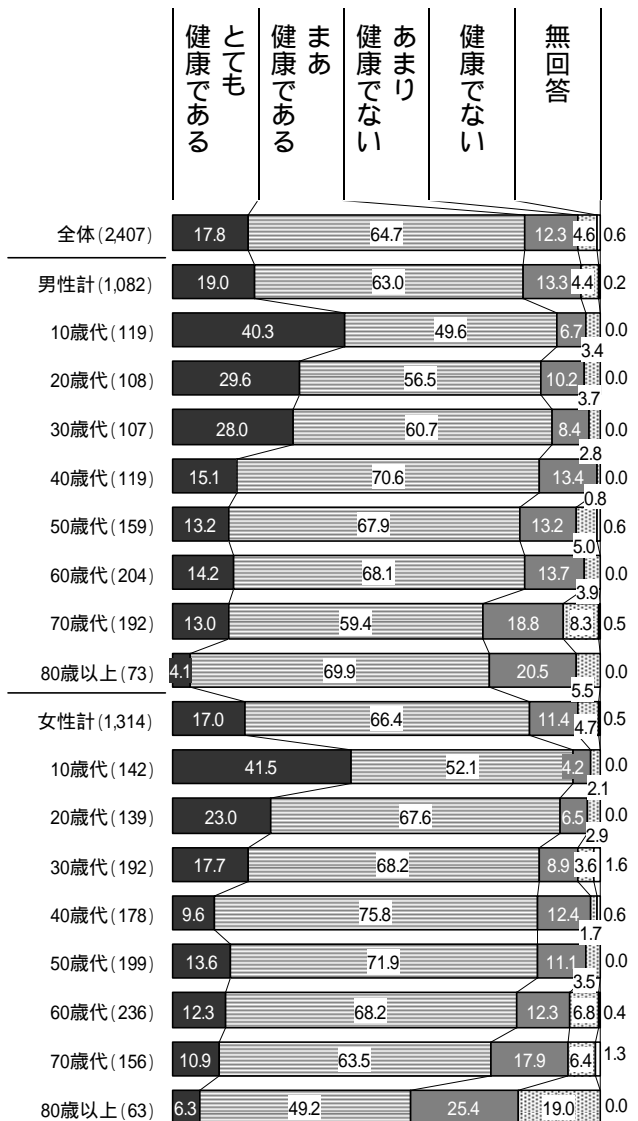
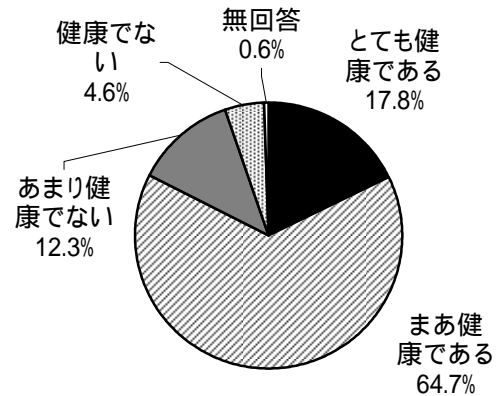
健康状態については、「とても健康である」と「まあ健康である」を合わせた『健康である』が82.5%となっています。

一方で、「あまり健康でない」と「健康でない」を合わせた『健康でない』が16.9%となっています。

#### 性別年代別

性別年代別にみると、男女とも10歳代では「とても健康である」が40%を超えているものの、その後高齢になるにつれて減少する傾向がうかがえます。特に、男性の70歳以上と女性の70歳代では『健康でない』が20%超、女性の80歳以上では44.4%と高くなっています。

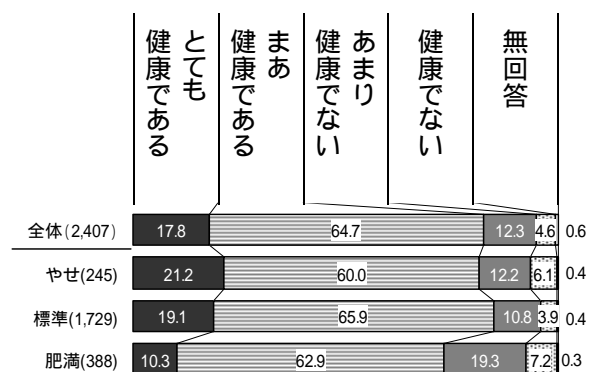
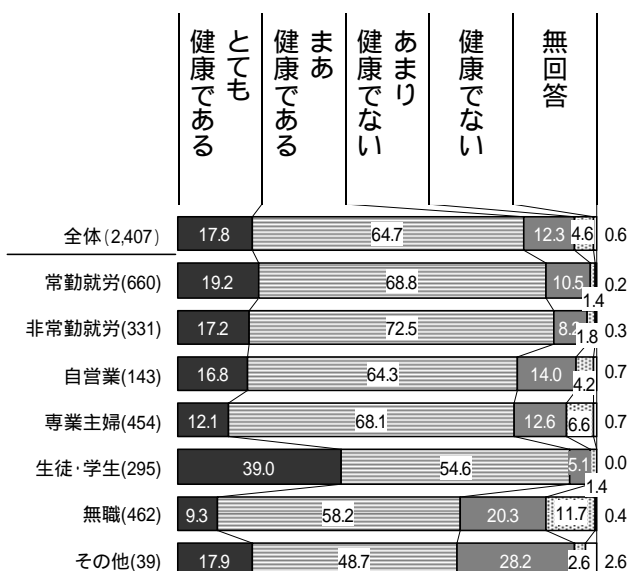
問7(単数回答) n=2,407



## 就労形態別、BMI別

就労形態別にみると、『健康である』が常勤就労、非常勤就労では90%弱、自営業や専業主婦では約80%となっています。また、生徒・学生では「とても健康である」が39.0%と他の就労形態の人に比べ高くなっています。一方で、無職では「とても健康である」が9.3%と最も低く、『健康でない』が32.0%と高くなっています。

BMI別にみると、やせや標準では「とても健康である」が20%前後であるのに対し、肥満では10%程度となっています。



## 前回比較

前回と比較すると、選択肢が変わっているため、直接的な比較はできませんが、『健康である』が82.5%と大きく増加しています。

	とても健康である	まあ健康である	あまり健康でない	健康でない	無回答
今回	17.8	64.7	12.3	4.6	0.6
前回(平成17年)	12.0	52.7	17.5	2.4	13.6
前々回(平成14年)	9.8	55.4	16.7	2.3	15.0
今回-前回	5.8	12.0	-5.2	2.2	-13.0
今回-前々回	8.0	9.3	-4.4	2.3	-14.4

前回選択肢

とても健康

まあ健康

疲労気味

病気がち

療養中

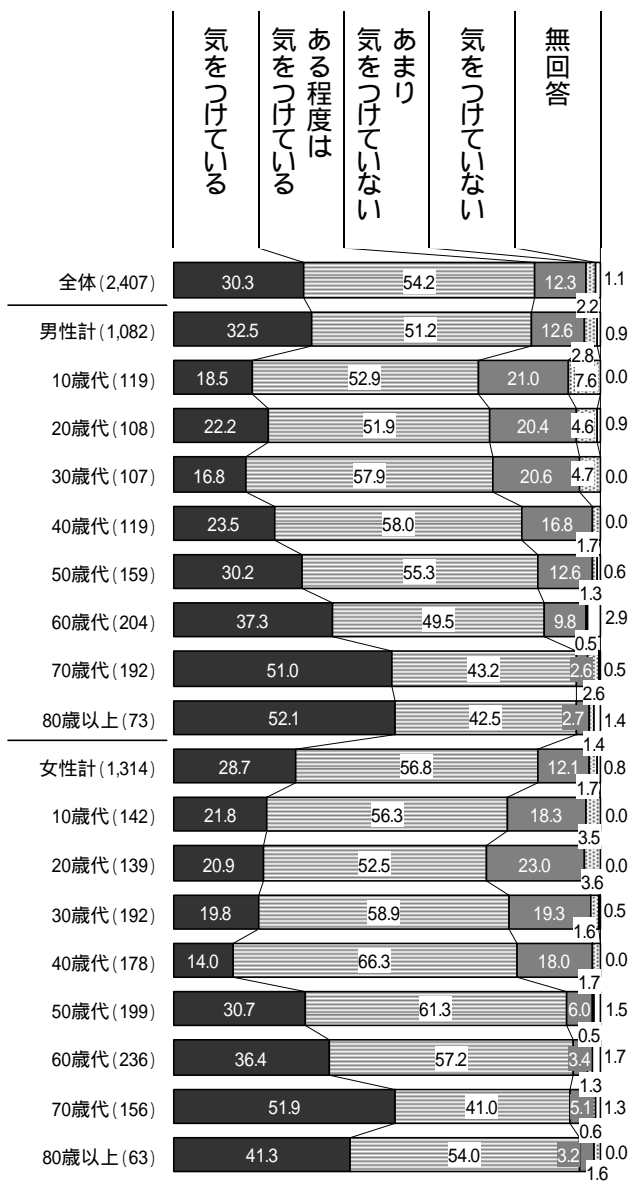
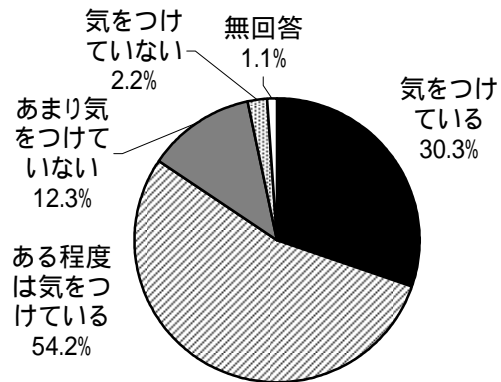
### 問8 あなたは、日頃、自分の健康に気をつけていますか。( は1つだけ)

健康に気をつけているかについては、「気をつけている」と「ある程度は気をつけている」を合わせた『気をつけている』が84.5%となっています。

#### 性別年代別

性別年代別にみると、男女とも高齢になるほど『気をつけている』の割合が高くなる傾向があり、40歳以上で80%を超えています。一方で、男女とも10~30歳代では、「気をつけていない」と「あまり気をつけていない」を合わせた『気をつけていない』が20%超となっており、他の年代よりも高くなっています。

問8(単数回答) n=2,407

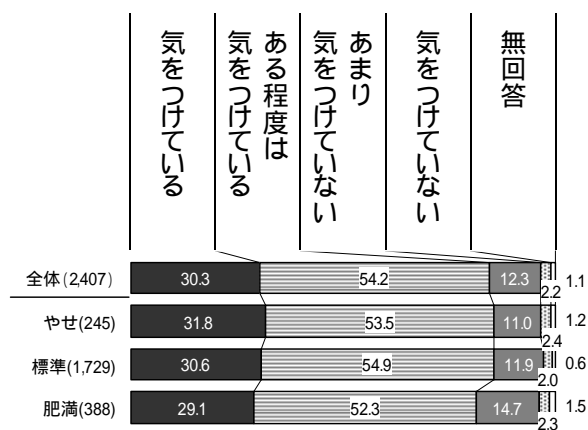
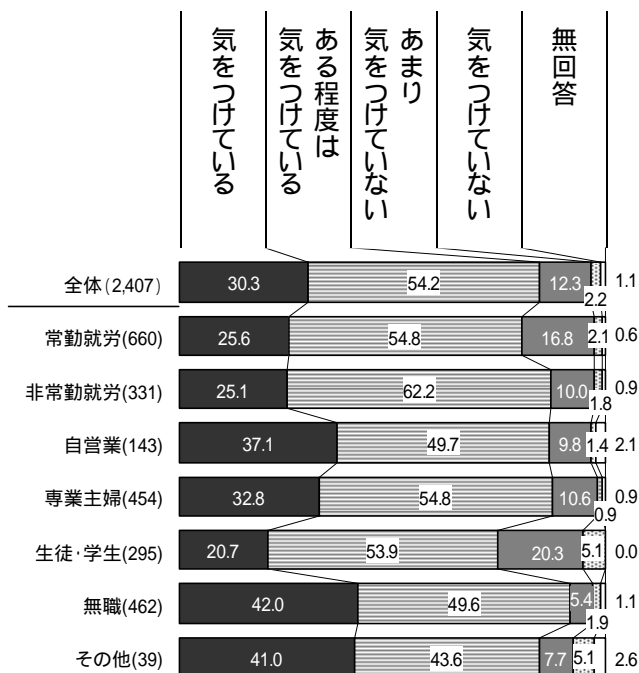




## 就労形態別、BMI別

就労形態別にみると、「気をつけている」が無職とその他で40%超、自営業で37.1%となっています。一方で、生徒・学生では『気をつけている』が74.6%と、他の就労状況の人と比べやや低く、「あまり気をつけていない」が20.3%となっています。

BMI別にみると、肥満で「あまり気をつけていない」の割合がやや高くなっているものの、特徴的な差はみられませんでした。



## 前回比較

前回と比較すると、『気をつけている』が若干増加しているものの、あまり変化はみられません。

	気をつけている	ある程度は気をつけている	あまり気をつけていない	気をつけていない
今回	30.3	54.2	12.3	2.2
前回(平成17年)	29.4	52.8	14.2	1.4
前々回(平成14年)	32.1	52.4	13.1	1.5
今回-前回	0.9	1.4	-1.9	0.8
今回-前々回	-1.8	1.8	-0.8	0.7

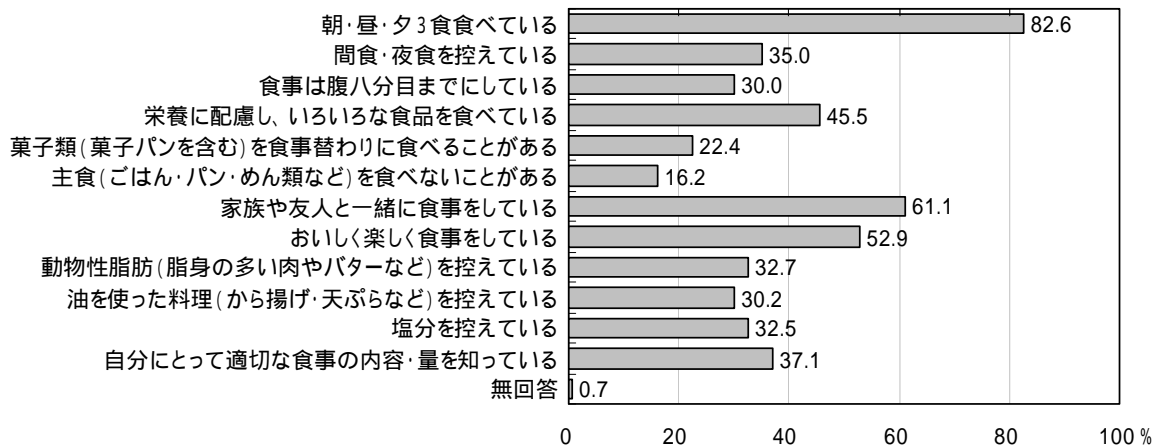
注)無回答は略

### 3 栄養・食生活について、おうかがいします。

#### 問9 現在の(日常)の食生活の状況をお答えください。( はあてはまるものすべて)

食生活の状況については、「朝・昼・夕3食食べている」が82.6%で最も高く、次いで「家族や友人と一緒に食事をしている」が61.1%、「おいしく楽しく食事をしている」が52.9%となっています。

問9 (複数回答) n=2,407



#### 性別年代別

性別年代別にみると、女性の20歳代をのぞくすべてで「朝・昼・夕3食食べている」、女性の20歳代では「家族や友人と一緒に食事をしている」が最も多くなっています。また、男女とも高齢になるほど、塩分や脂肪分などの栄養面に配慮する傾向がみられます。

単位: %

	n数	3朝・昼・夕食食べている	間食・夜食を控えている	食事は腹八分目までにしている	栄養に配慮し、いろいろな食品を食べている	菓子類(菓子パンを含む)を食事代わりに食べることがある	主食(ごはん・パン・めん類など)を食べないことがある	家族や友人と一緒に食事をしている	おいしく楽しく食事をしている	動物性脂肪(脂身の多い肉やバターなど)を控えている	油を使った料理(から揚げ・天ぷらなど)を控えている	塩分を控えている	自分にとって適切な食事の内容・量を知っている	無回答
全体	2,407	82.6	35.0	30.0	45.5	22.4	16.2	61.1	52.9	32.7	30.2	32.5	37.1	0.7
男性計	1,082	79.4	34.8	32.4	40.6	16.7	13.7	52.9	50.0	26.8	24.2	28.8	33.7	0.7
10歳代	119	83.2	17.6	25.2	31.1	26.1	8.4	75.6	60.5	8.4	9.2	5.0	26.9	0.0
20歳代	108	61.1	28.7	20.4	30.6	32.4	17.6	60.2	49.1	9.3	6.5	8.3	26.9	1.9
30歳代	107	67.3	15.9	12.1	27.1	19.6	12.1	49.5	50.5	9.3	8.4	10.3	12.1	1.9
40歳代	119	75.6	31.1	26.1	28.6	19.3	19.3	47.1	42.0	15.1	14.3	16.0	21.0	0.8
50歳代	159	78.0	38.4	27.7	37.1	7.5	13.2	53.5	45.3	21.4	22.0	24.5	30.8	0.6
60歳代	204	83.3	47.1	40.7	48.0	9.8	14.7	52.5	48.5	40.2	33.8	41.2	39.2	0.0
70歳代	192	88.5	41.7	46.9	54.7	11.5	12.0	45.8	52.6	45.3	44.8	54.2	52.1	0.5
80歳以上	73	91.8	46.6	52.1	60.3	21.9	11.0	37.0	54.8	53.4	38.4	54.8	50.7	1.4
女性計	1,314	85.6	35.3	28.1	49.7	27.2	18.3	68.3	55.7	37.5	35.3	35.8	40.0	0.2
10歳代	142	95.1	30.3	19.0	32.4	32.4	18.3	83.1	62.7	14.8	10.6	7.7	24.6	0.0
20歳代	139	77.9	28.8	16.5	36.7	39.6	27.3	74.1	62.6	18.0	18.7	12.2	26.6	0.0
30歳代	192	80.2	28.6	18.8	46.9	34.4	16.7	69.8	56.8	20.3	23.4	24.5	33.9	0.5
40歳代	178	80.3	30.9	20.8	48.9	37.1	28.7	79.8	59.0	30.9	26.4	28.1	36.5	0.0
50歳代	199	85.9	35.2	26.6	52.3	22.6	21.6	67.8	53.8	40.7	40.7	34.7	40.2	0.0
60歳代	236	88.6	44.5	38.6	58.5	17.8	11.4	59.7	50.4	62.7	55.5	58.1	52.5	0.0
70歳代	156	94.9	46.8	43.6	65.4	13.5	12.2	59.6	55.1	59.6	60.3	64.1	59.0	0.6
80歳以上	63	90.5	36.5	49.2	55.6	22.2	7.9	39.7	38.1	47.6	33.3	60.3	44.4	0.0

## 就労形態別、BMI別

就労形態別にみると、すべての就労形態で「朝・昼・夕3食食べている」の割合が最も高くなっているものの、自営業と専業主婦では60%台に止まっており、他の就労形態と比べ、やや低くなっています。また、塩分や脂肪分などの栄養面に対する配慮が、非常勤就労、自営業、専業主婦では10%前後であるのに対し、常勤就労や無職では20%を超えています。

BMI別にみると、すべての項目で「朝・昼・夕3食食べている」の割合が最も高くなっています。また、「自分にとって適切な食事の内容・量を知っている」では、最も高いやせで40.8%、最も低い肥満で29.1%と10ポイント以上の差がみられます。

単位:%

	n数	3朝食・昼・夕食べている	間食・夜食を控えている	食事は腹八分目までにしている	栄養に配慮し、いろいろな食品を食べている	菓子類(菓子パンを含む)を食事代わりに食べることもある	主食(ごはん・パン・めん類など)を食べないことがある	家族や友人と一緒に食事をしている	おいしく楽しく食事をしている	動物性脂肪(脂身の多い肉やバターなど)を控えている	油を使った料理(から揚げ・天ぷらなど)を控えている	塩分を控えている	自分にとって適切な食事の内容・量を知っている	無回答
全体	2,407	82.6	35.0	30.0	45.5	22.4	16.2	61.1	52.9	32.7	30.2	32.5	37.1	0.7
常勤就労	660	79.4	34.9	32.5	40.6	16.7	13.6	52.8	50.0	26.8	24.2	28.9	33.8	0.7
非常勤就労	331	83.2	17.6	25.2	31.1	26.1	8.4	75.6	60.5	8.4	9.2	5.0	26.9	0.0
自営業	143	61.1	28.7	20.4	30.6	32.4	17.6	60.2	49.1	9.3	6.5	8.3	26.9	1.9
専業主婦	454	67.3	15.9	12.1	27.1	19.6	12.1	49.5	50.5	9.3	8.4	10.3	12.1	1.9
生徒・学生	295	75.6	31.1	26.1	28.6	19.3	19.3	47.1	42.0	15.1	14.3	16.0	21.0	0.8
無職	462	78.0	38.4	27.7	37.1	7.5	13.2	53.5	45.3	21.4	22.0	24.5	30.8	0.6
その他	39	83.3	47.1	40.7	48.0	9.8	14.7	52.5	48.5	40.2	33.8	41.2	39.2	0.0
やせ	245	82.9	33.1	33.5	44.5	25.3	15.1	66.9	53.9	30.6	27.3	30.6	40.8	0.8
標準	1,729	82.8	35.7	30.4	46.4	22.4	16.0	62.0	53.6	33.0	30.8	32.5	38.8	0.5
肥満	388	82.0	33.5	28.1	43.0	20.4	18.0	54.9	50.3	33.0	30.4	34.8	29.1	0.0

## 前回比較

前回と比較すると、「おいしく楽しく食事をしている」が8.5ポイント増加しています。また、「自分にとって適切な食事の内容・量を知っている」で7.0ポイント、「動物性脂肪(脂身の多い肉やバターなど)を控えている」と「油を使った料理(から揚げ・天ぷらなど)を控えている」で6.0ポイント減少しています。

	今回	前回(平成17年)	前々回(平成14年)	今回-前回	今回-前々回
朝・昼・夕3食食べている	82.6	80.0	83.0	2.6	-0.4
家族や友人と一緒に食事をしている	61.1	57.4	60.4	3.7	0.7
おいしく楽しく食事をしている	52.9	44.4	49.1	8.5	3.8
栄養に配慮し、いろいろな食品を食べている	45.5	44.1	46.3	1.4	-0.8
自分にとって適切な食事の内容・量を知っている	37.1	44.1	45.0	-7.0	-7.9
間食・夜食を控えている	35.0	39.7	44.6	-4.7	-9.6
動物性脂肪(脂身の多い肉やバターなど)を控えている	32.7	38.7	41.9	-6.0	-9.2
塩分を控えている	32.5	36.8	40.2	-4.3	-7.7
油を使った料理(から揚げ・天ぷらなど)を控えている	30.2	36.2	41.2	-6.0	-11.0
食事は腹八分目までにしている	30.0	31.6	31.2	-1.6	-1.2
菓子類(菓子パンを含む)を食事代わりに食べることもある	22.4	19.2	19.4	3.2	3.0
主食(ごはん・パン・めん類など)を食べないことがある	16.2	14.4	11.5	1.8	4.7

**問10 あなたは、朝食をとっていますか。  
( は1つだけ)**

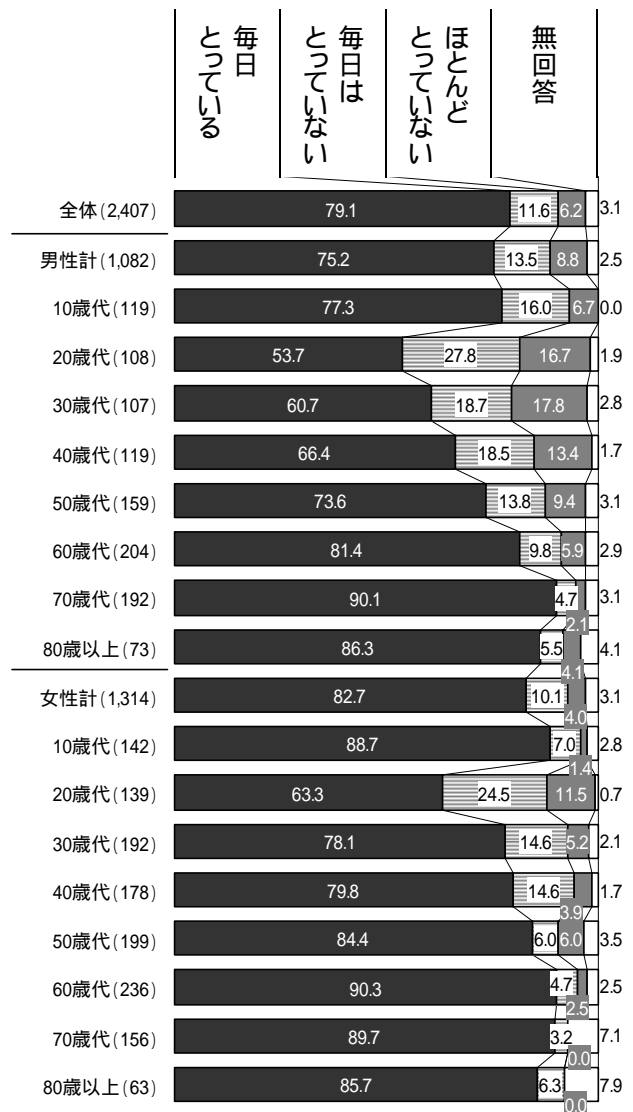
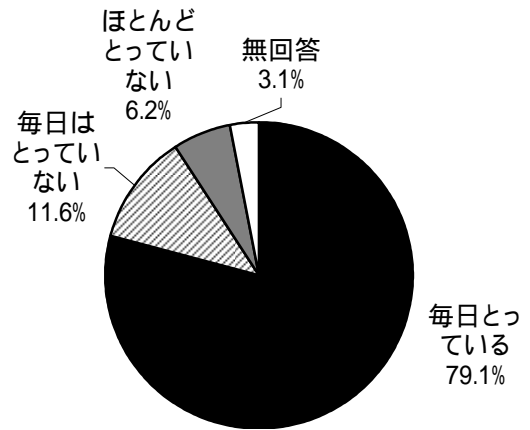
朝食をとっているかについては、「毎日とっている」が79.1%で最も高くなっています。

一方、「毎日とはっていない」と「ほとんどとはっていない」を合わせた『とはっていない』が17.8%となっています。

**性別年代別**

性別年代別にみると、「毎日とっている」が男性の10歳代では77.3%、女性の10歳代で88.7%と高くなっているものの、男性の20歳代で53.7%、女性の20歳代で63.3%と、大きく減少しています。

問10(単数回答) n=2,407



## 就労形態別、家族形態別

単位：%

就労形態別にみると、すべての就労形態で「毎日とっている」の割合が最も高くなっており、常勤就労と自営業及びその他以外では80%を超えています。しかし、常勤就労では「ほとんどとっていない」が11.2%と、他の就労状況の人と比べ、やや高くなっています。

家族形態別にみると、すべての家族形態で「毎日とっている」の割合が最も高くなっており、夫婦のみ世帯や三世代家族世帯では80%を超えています。しかし、一人暮らし世帯では「ほとんどとっていない」が12.0%と、他の家族形態と比べ、やや高くなっています。

	n数	毎日とっている	毎日とっていない	ほとんどとっていない	無回答
全体	2,407	79.1	11.6	6.2	3.1
常勤就労	660	70.3	16.1	11.2	2.4
非常勤就労	331	82.5	10.6	5.1	1.8
自営業	143	79.0	9.1	7.7	4.2
専業主婦	454	86.3	7.0	2.9	3.7
生徒・学生	295	81.0	13.9	3.4	1.7
無職	462	81.8	9.5	5.0	3.7
その他	39	76.9	15.4	2.6	5.1
一人暮らし世帯	225	70.2	15.6	12.0	2.2
夫婦のみ世帯	550	84.2	8.5	4.4	2.9
核家族世帯	1,203	78.5	12.2	6.2	3.2
二世代家族世帯	169	76.9	13.0	5.9	4.1
三世代家族世帯	172	84.3	9.9	4.1	1.7
その他	56	76.8	16.1	7.1	0.0

## 前回比較：（「毎日とっていない」と「ほとんどとっていない」の計）

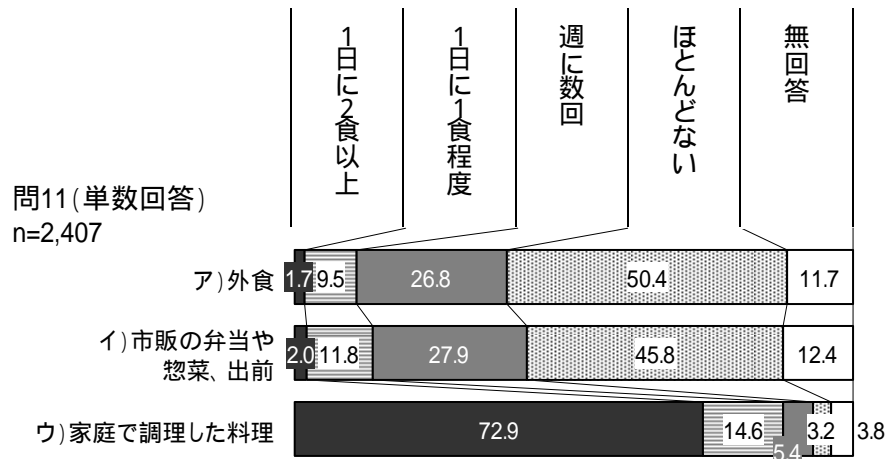
前回と比較すると、朝食を『とっていない』は、全体ではあまり大きく変わっていないものの、男性の30歳代で6.0ポイント、男性の20歳代で3.6ポイント減少しています。女性の20歳代は前回に比べると7.8ポイント減少しているものの、前々回に比べると0.1ポイントの増加となっています。また、女性の10歳代は前回に比べて24.9ポイントと大きく減少しています。

	今回	前回 (平成17年)	前々回 (平成14年)	今回-前回	今回-前々回
全体	17.8	18.7	15.9	-0.9	1.9
男性 / 20歳代	44.5	48.1	48.9	-3.6	-4.4
30歳代	36.5	42.5	36.7	-6.0	-0.2
女性 / 10歳代	8.4	33.3	23.0	-24.9	-14.6
20歳代	36.0	43.8	35.9	-7.8	0.1

問11 あなたは日常的にどのような食事を利用していますか。( はそれぞれ1つずつ)

日常の食事については、(ア) 外食と(イ) 市販の弁当や惣菜、出前では、「ほとんどない」が40%を超え、次いで「週に数回」が20%を超え比較的高くなっています。

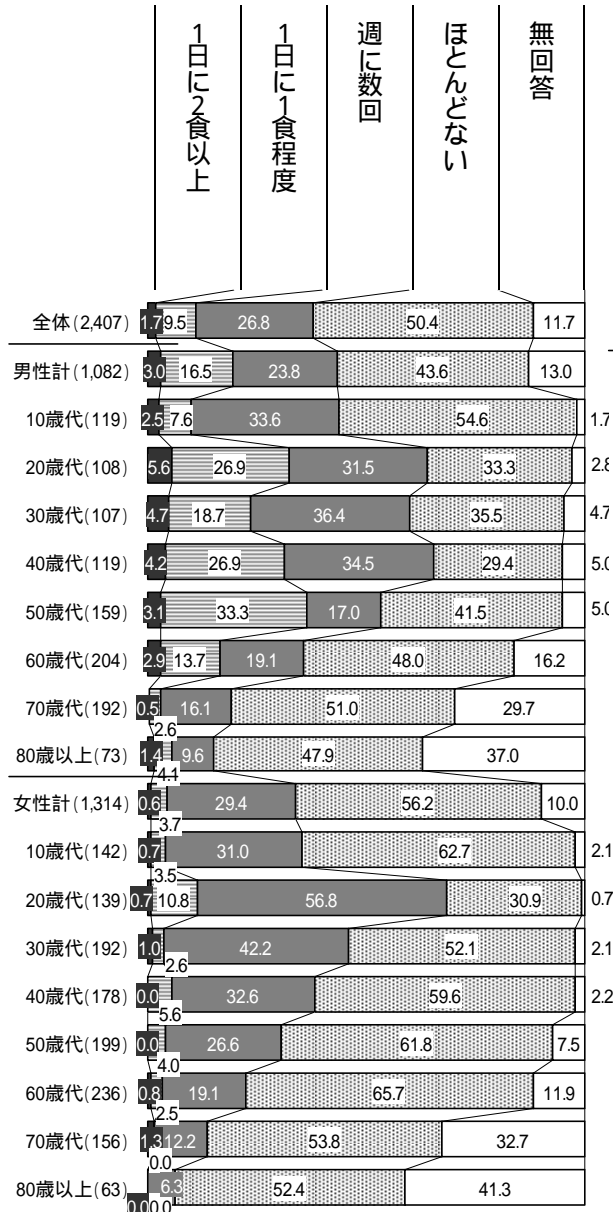
一方、(ウ) 家庭で調理した料理では、「1日に2食以上」が70%を超え、最も高くなっています。



## ア) 外食

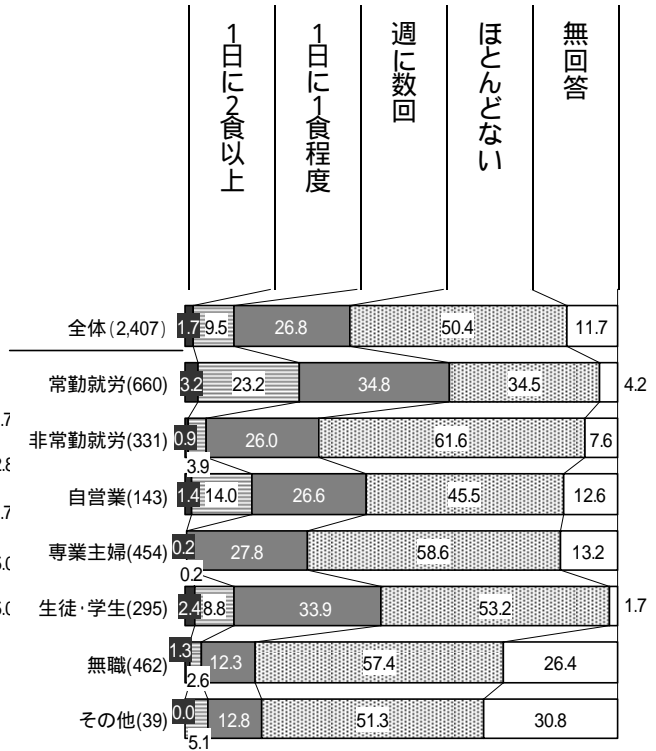
### 性別年代別

外食について、性別年代別にみると、男性では20～50歳代、女性では20歳で半数以上が、「週に数回」以上は外食していると回答しており、男女とも高齢になるほど外食をする機会が少なくなる傾向がうかがえます。



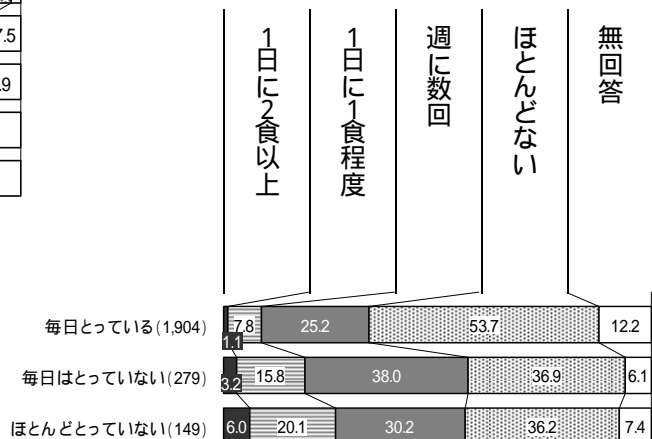
### 就労形態別

就労形態別にみると、1日1食以上外食する人が常勤就労では26.4%、自営業では15.4%、生徒・学生で11.2%となっています。また、「ほとんどない」が非常勤就労では61.6%、専業主婦や無職、生徒・学生では50%台となっています。



### 朝食の有無別

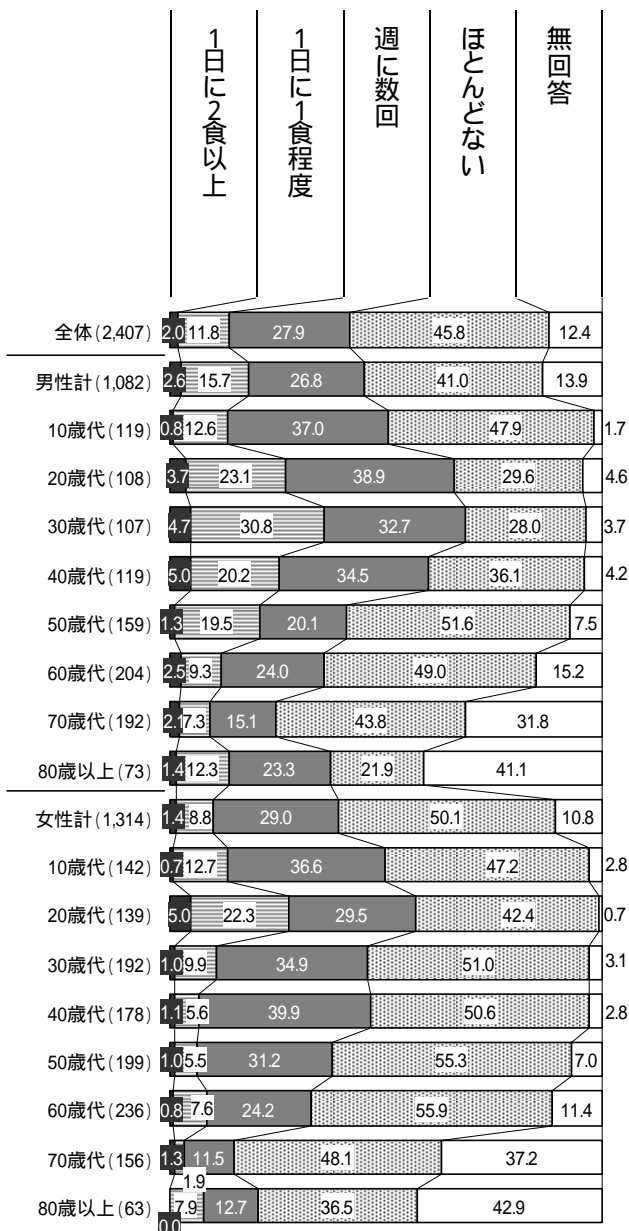
朝食の有無別にみると、朝食をとっていない層ほど、外食の頻度が高くなっています。



## イ) 市販の弁当や惣菜、出前

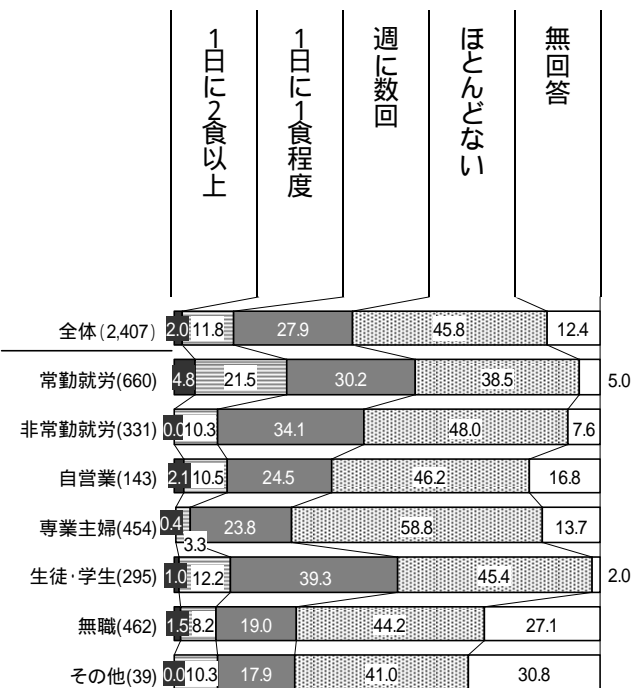
### 性別年代別

市販の弁当や惣菜、出前について、性別年代別にみると、男性では20～30歳代で60%超、女性では10～20歳代で半数以上が、「週に数回」以上は市販の弁当や惣菜、出前を利用していると回答しています。



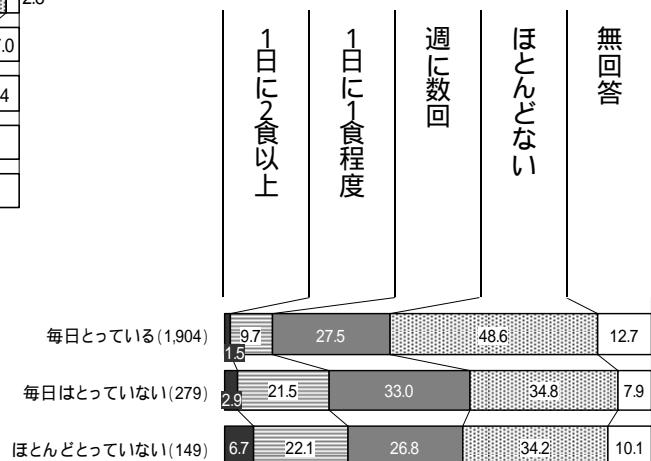
### 就労形態別

就労形態別にみると、「週に数回」以上市販の弁当や惣菜、出前を利用する人が、常勤就労や生徒・学生で50%超となっています。また、「ほとんどない」が専業主婦では58.8%と、他の就労形態の人と比べやや高くなっています。



### 朝食の有無別

朝食の有無別にみると、朝食をとっていない層ほど、市販の弁当や惣菜、出前の利用頻度が高くなっています。

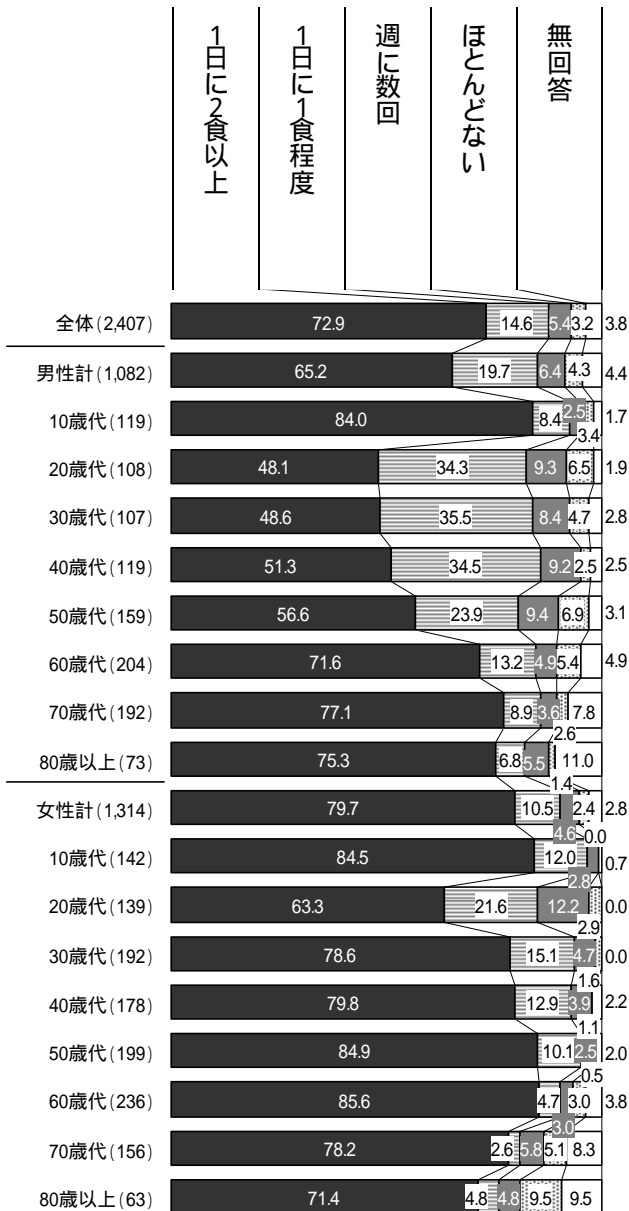




## ウ) 家庭で調理した料理

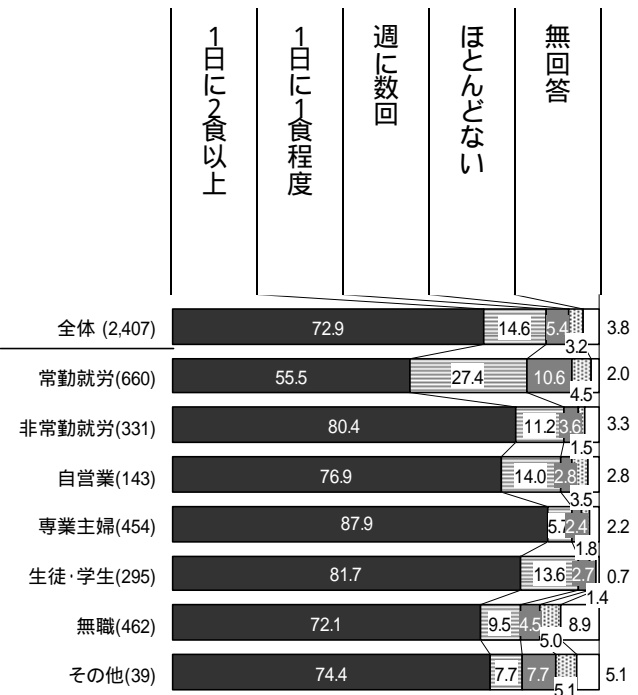
### 性別年代別

家庭で調理した料理について、性別年代別にみると、「1日2食以上」が男女とも10歳代では80%を超え高くなっているものの、男性では20～30歳代で半数以下、女性では20歳代で63.3%となっています。



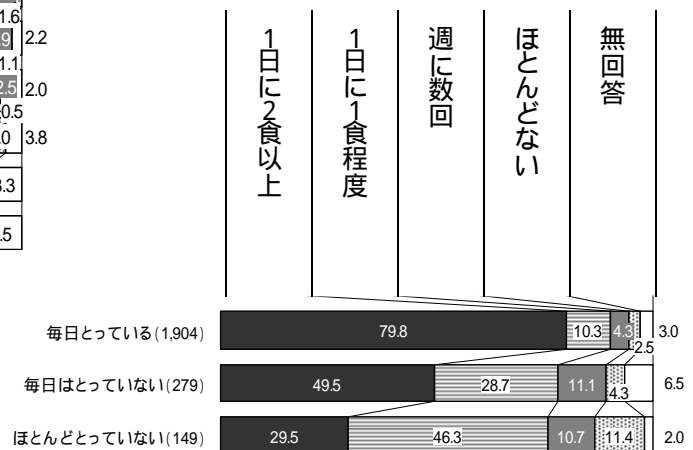
### 就労形態別

就労形態別にみると、「1日2食以上」が、常勤就労をのぞくすべての項目で、70%超と高くなっています。一方で、常勤就労では「1日2食以上」が55.5%に止まっています。



### 朝食の有無別

朝食の有無別にみると、朝食をとっている層ほど家庭で調理した料理を食べる頻度が高くなっています。



**問 12 あなたは、飲食店、レストラン、食品売場および職場（学校）の給食施設・食堂等のような場所で食品や料理の栄養成分表示を見たことがありますか。（は1つだけ）**

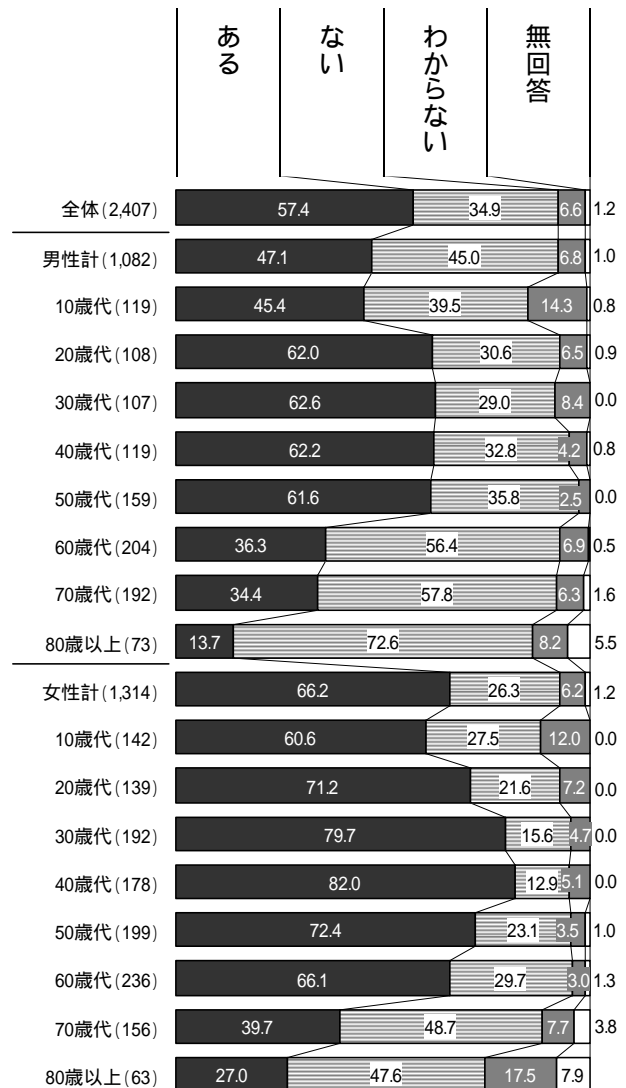
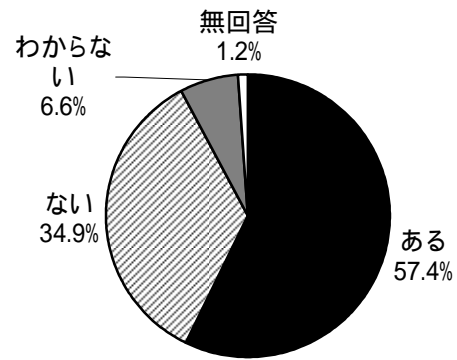
栄養成分表示を見たことがあるかについては、「ある」が57.4%と最も高くなっています。

一方、「ない」が34.9%と比較的高くなっています。

**性別年代別**

性別年代別にみると、全体として男性よりも女性で「ある」の割合が高くなっています。特に、男性の20～50歳では60%弱に止まっているのに対し、女性の20～50歳では70%超となっています。

問12 (単数回答) n=2,407



【問12で「1.ある」とお答えの方のみ】

問12-1 その場合、栄養成分を参考にしてメニューを選びますか。(は1つだけ)

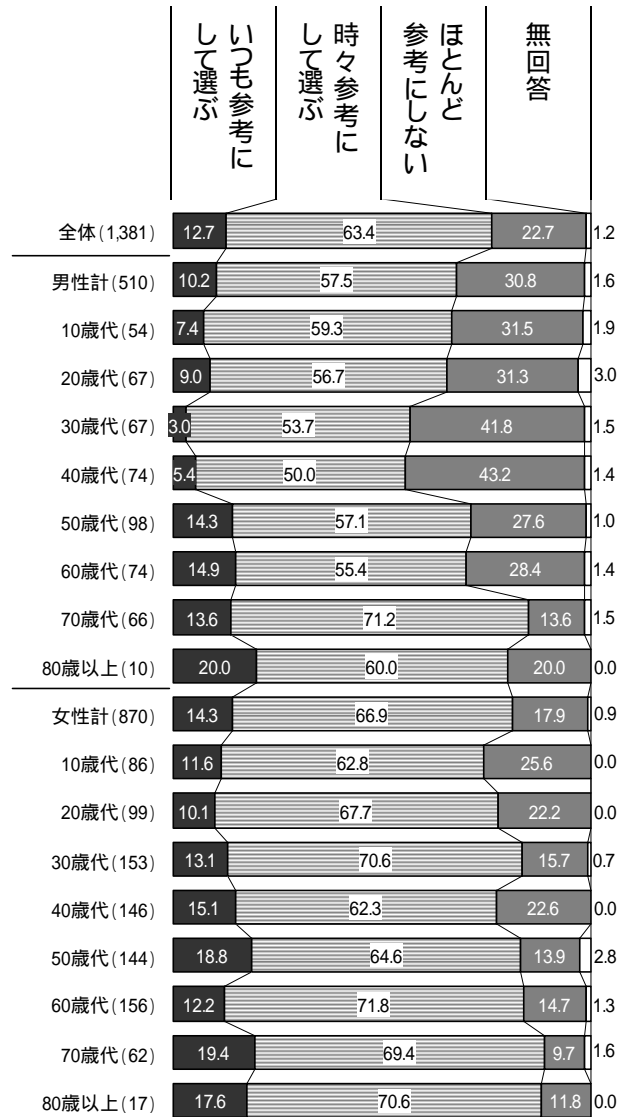
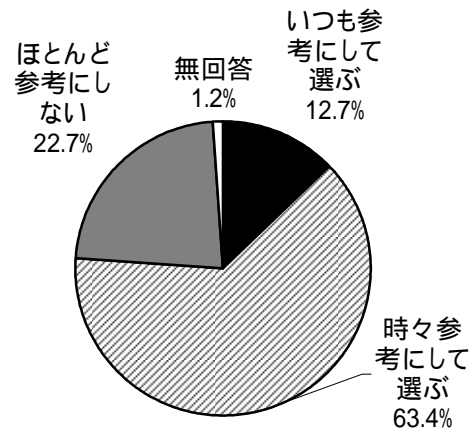
栄養成分を参考にするかについては、「いつも参考にして選ぶ」と「時々参考にして選ぶ」を合わせた『参考にして選ぶ』が76.1%となっています。

一方、「ほとんど参考にしない」は22.7%となっています。

性別年代別

性別年代別にみると、全体として男性よりも女性で『参考にして選ぶ』の割合が高くなっています。しかし、男性では高齢になるほど『参考にして選ぶ』が高くなる傾向があり、50～60歳代で70%超、70歳以上で80%超となっています。

問12-1(単数回答) n=1,381



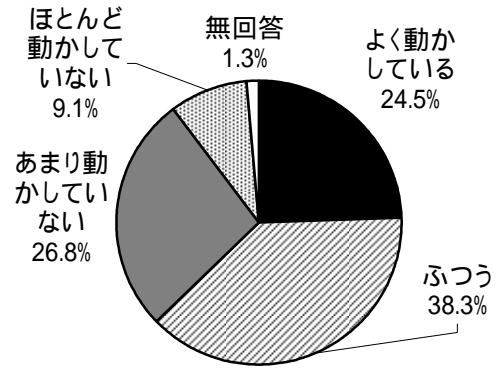
## 4 身体活動・運動について、おうかがいします。

### 問13 あなたは日頃から、意識的に体を動かしていますか。( は1つだけ)

日頃から、意識的に体を動かしているかについては、「ふつう」が 38.3%で最も高く、次いで「あまり動かしていない」が 26.8%となっています。

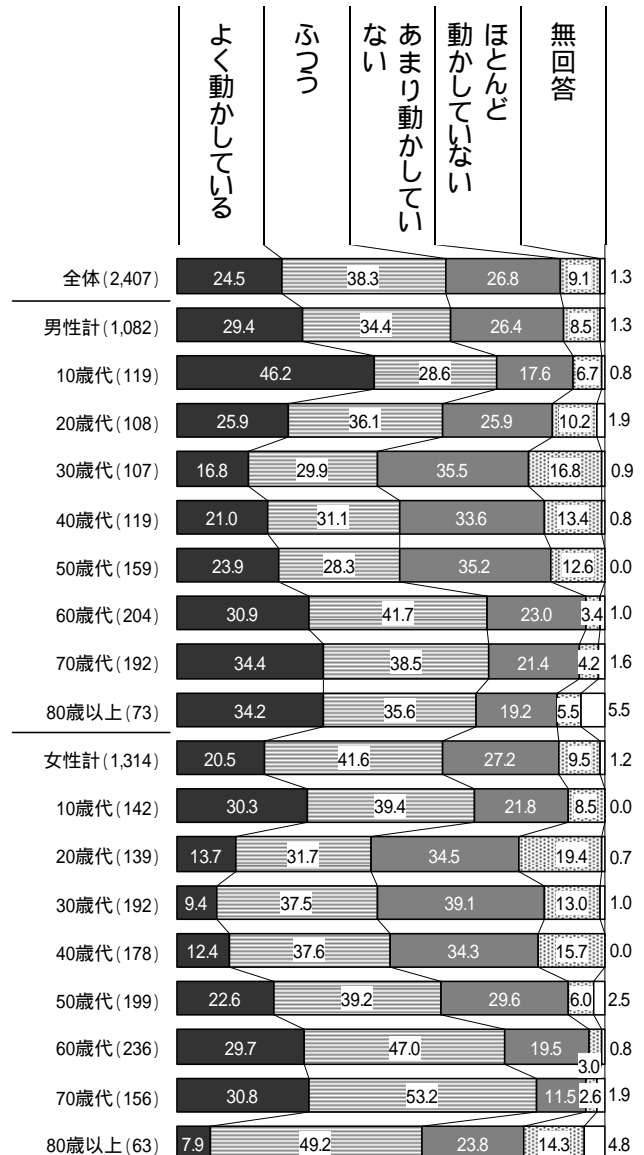
また、「あまり動かしていない」と「ほとんど動かしていない」を合わせた『動かしていない』が 35.9%と、やや高くなっています。

問13(単数回答) n=2,407



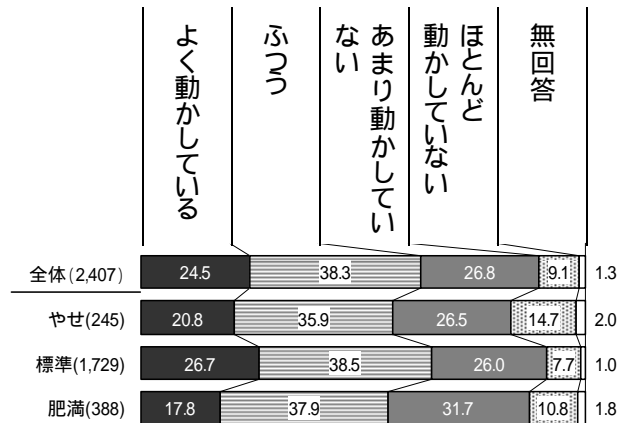
#### 性別年代別

性別年代別にみると、「よく動かしている」の割合が男性では10歳代で高く、20～50歳代で低くなり、60歳以上で再び高くなっています。女性も男性とほぼ同様の傾向となっているものの、80歳以上では『動かしていない』の割合が高くなっています。



## BMI別

BMI別にみると、「よく動かしている」が、最も高い標準で26.7%、最も低い肥満で17.8%と10ポイント弱の差がみられます。



## 前回比較：(「よく動かしている」の割合)

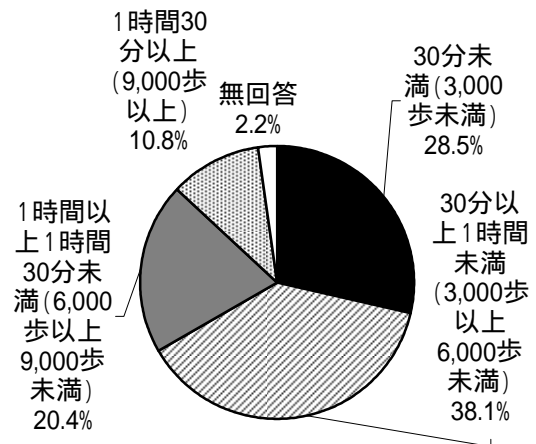
前回と比較すると、「よく動かしている」の割合は、男性の40歳代で3.3ポイント、女性の20歳代で3.5ポイント増加しています。特に、男性の40歳代は前々回と比較すると9.2ポイントの増加となっています。

	全体	男性計		女性計				
		30歳代	40歳代	20歳代	30歳代	40歳代		
今回	24.5	29.4	16.8	21.0	20.5	13.7	9.4	12.4
前回(平成17年)	24.5	27.3	16.1	17.7	22.3	10.2	12.1	12.3
前々回(平成14年)	25.0	29.0	17.6	11.8	21.8	8.3	12.5	14.2
今回-前回	0.0	2.1	0.7	3.3	-1.8	3.5	-2.7	0.1
今回-前々回	-0.5	0.4	-0.8	9.2	-1.3	5.4	-3.1	-1.8

**問 14 あなたは、ふだん通勤・買い物・散歩等の日常生活で歩く時間を合計すると、1日に何分くらい歩きますか。目安として10分=1,000歩でお考えください。(は1つだけ)**

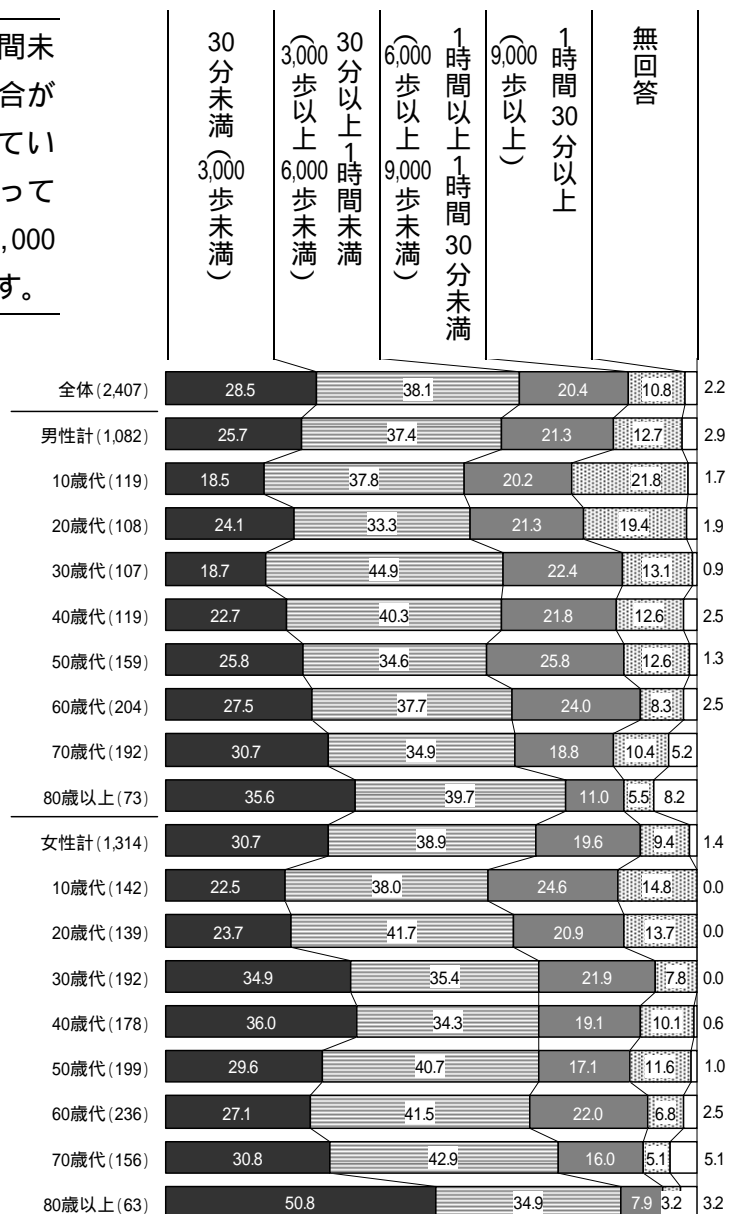
1日に何分くらい歩くかについては、「30分以上1時間未満(3,000歩以上6,000歩未満)」が38.1%で最も高く、次いで「30分未満(3,000歩未満)」が28.5%、「1時間以上1時間30分未満(6,000歩以上9,000歩未満)」が20.4%となっています。

問14(単数回答) n=2,407



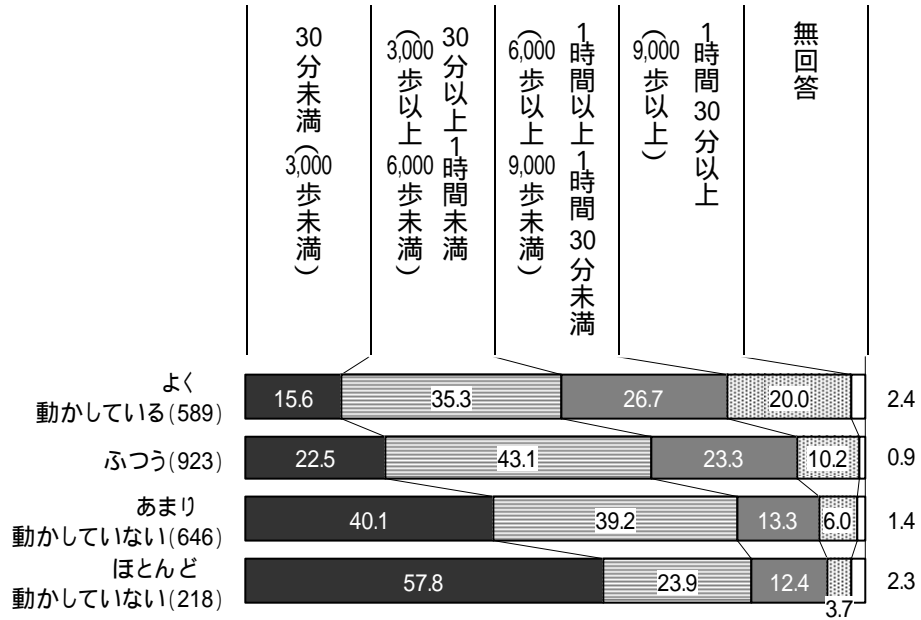
**性別年代別**

性別年代別にみると、「30分以上1時間未満(3,000歩以上6,000歩未満)」の割合が男性ではすべての年代で最も高くなっています。女性も男性とほぼ同様の傾向となっているものの、80歳以上では「30分未満(3,000歩未満)」が半数を超え高くなっています。



日頃体を動かしている頻度別

日頃体を動かしている頻度別にみると、動かしている層ほど1日に歩く時間は長く、動かしていない層ほど短くなっています。

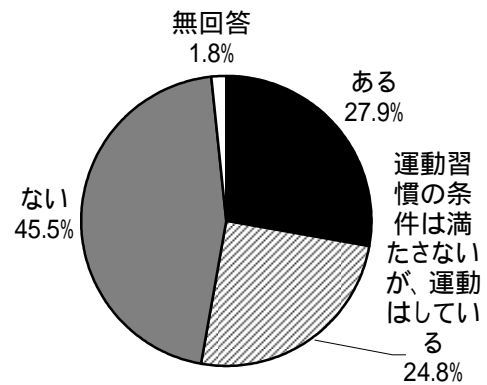


**問 15 あなたは運動習慣がありますか。**  
**( は1つだけ)**  
**(「運動習慣」とは、1回30分以上の運動をおおよそ週2回以上実施し、1年以上継続している場合をいいます。)**

運動習慣については、「ない」が45.5%と最も高くなっています。

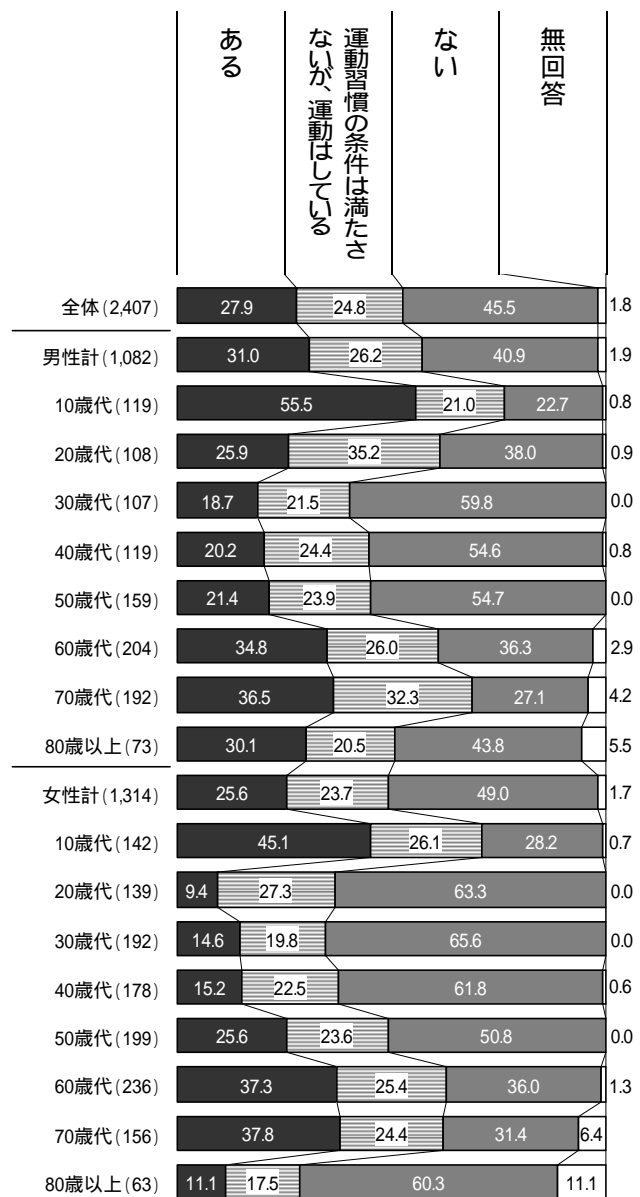
一方、「ある」は27.9%となっています。

問15(単数回答) n=2,407



**性別年代別**

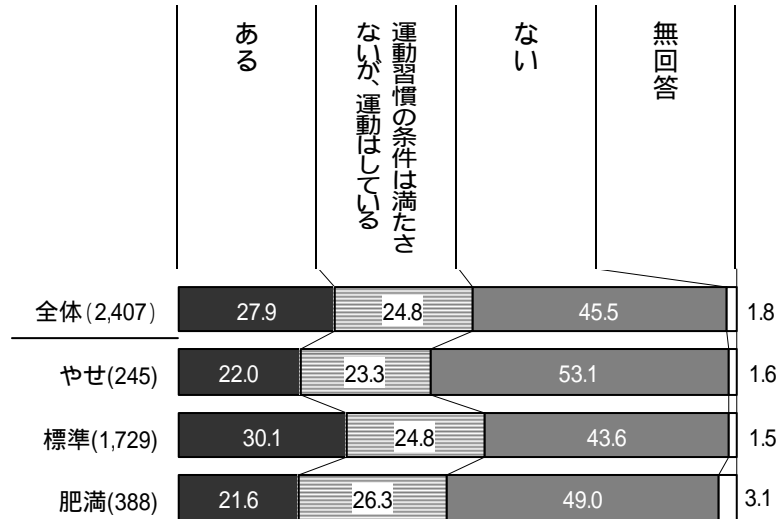
性別年代別にみると、男女とも10歳代で「ある」が他の年代に比べ、最も高くなっています。しかし、男性の30~50歳代、女性の20~50歳代と80歳以上では「ない」が半数を超えており、30~50歳代前後の世代で運動する機会が少なくなっていることがうかがえます。





## BMI別

BMI別にみると、「ある」が、最も高い標準で30.1%、最も低い肥満で21.6%と10ポイント弱の差がみられます。また、「ない」がやせで半数を超えています。



## 前回比較：(「ある」の割合)

前回と比較すると、運動習慣が「ある」割合は、男性の30歳代・40歳代ともに4.2ポイント、女性の30歳代で3.2ポイント増加しています。

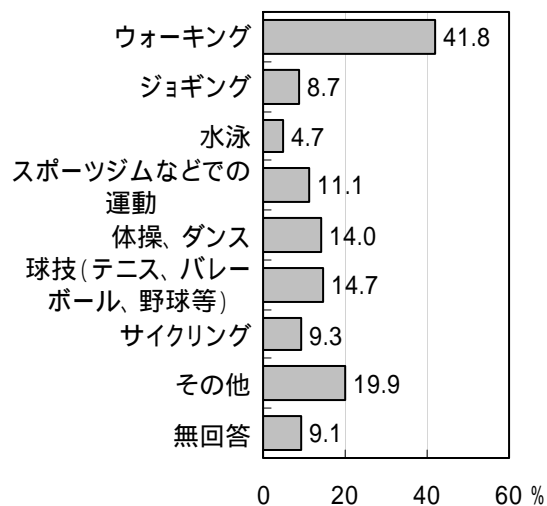
	全体	男性計		女性計				
		30歳代	40歳代	20歳代	30歳代	40歳代		
今回	27.9	31.0	18.7	20.2	25.6	9.4	14.6	15.2
前回(平成17年)	22.7	26.6	14.5	16.0	19.2	9.4	11.4	13.2
前々回(平成14年)	22.4	26.5	10.1	15.5	18.8	7.0	8.9	14.2
今回-前回	5.2	4.4	4.2	4.2	6.4	0.0	3.2	2.0
今回-前々回	5.5	4.5	8.6	4.7	6.8	2.4	5.7	1.0

【問 15 で「1. ある」「2. 運動習慣の条件は満たさないが、運動はしている」とお答えの方のみ】

問 15- 1 具体的に何をしていますか。  
( はあてはまるものすべて)

具体的に何をしているかについては、「ウォーキング」が 41.8%で最も高く、次いで「球技(テニス、バレーボール、野球等)」が 14.7%、「体操、ダンス」が 14.0%となっています。

問15 - 1(複数回答) n=1,269



性別年代別

性別年代別にみると、10 歳代では「球技(テニス、バレーボール、野球等)」の割合が高く、それ以降は「ウォーキング」が高くなっています。男性の 20~50 歳代では「ジョギング」、女性の 70 歳代では「体操、ダンス」も比較的高くなっています。

単位: %

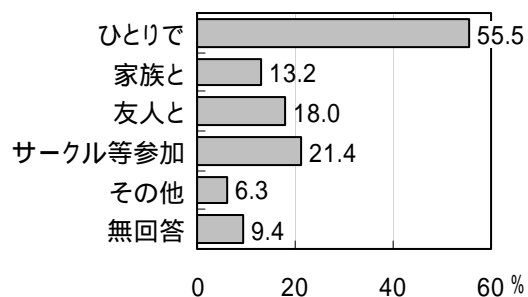
	n 数	ウォーキング	ジョギング	水泳	スポーツジムなどでの運動	体操、ダンス	球技(テニス、バレーボール、野球等)	サイクリング	その他	無回答
全体	1,269	41.8	8.7	4.7	11.1	14.0	14.7	9.3	19.9	9.1
男性計	618	42.2	12.1	5.3	9.5	6.0	18.0	9.7	20.9	10.4
10歳代	91	7.7	14.3	2.2	4.4	1.1	53.8	5.5	25.3	6.6
20歳代	66	28.8	24.2	9.1	12.1	1.5	24.2	12.1	19.7	7.6
30歳代	43	27.9	20.9	4.7	18.6	2.3	27.9	20.9	14.0	7.0
40歳代	53	32.1	18.9	3.8	9.4	3.8	17.0	9.4	13.2	18.9
50歳代	72	41.7	19.4	8.3	13.9	1.4	9.7	8.3	20.8	11.1
60歳代	124	60.5	8.1	5.6	9.7	8.9	6.5	8.1	21.8	8.1
70歳代	132	62.1	2.3	5.3	8.3	8.3	6.1	10.6	20.5	13.6
80歳以上	37	51.4	0.0	2.7	2.7	24.3	5.4	8.1	29.7	10.8
女性計	648	41.4	5.4	4.2	12.7	21.8	11.6	8.8	19.1	7.9
10歳代	101	14.9	9.9	0.0	2.0	22.8	42.6	15.8	23.8	5.9
20歳代	51	33.3	17.6	2.0	17.6	17.6	7.8	11.8	21.6	11.8
30歳代	66	33.3	7.6	1.5	10.6	18.2	6.1	13.6	25.8	4.5
40歳代	67	40.3	6.0	1.5	19.4	23.9	7.5	9.0	13.4	9.0
50歳代	98	41.8	2.0	2.0	24.5	23.5	7.1	8.2	17.3	10.2
60歳代	148	58.8	1.4	9.5	14.2	16.2	5.4	3.4	16.2	8.1
70歳代	97	52.6	3.1	8.2	4.1	30.9	4.1	6.2	17.5	6.2
80歳以上	18	44.4	0.0	0.0	5.6	22.2	0.0	5.6	27.8	5.6

【問 15 で「1. ある」「2. 運動習慣の条件は満たさないが、運動はしている」とお答えの方のみ】

問 15-2 どのような方としていますか。  
( はあてはまるものすべて)

誰と運動しているかについては、「ひとりで」が 55.5%で最も高く、次いで「サークル等参加」が 21.4%、「友人と」が 18.0%となっています。

問15 - 2(複数回答) n=1,269



性別年代別

性別年代別にみると、男女とも 10 歳代では「友人と」の割合が最も高く、それ以降は「ひとりで」が高くなっています。また、女性は 10 歳代と 40 歳以上で「サークル等参加」も高くなっています。

単位: %

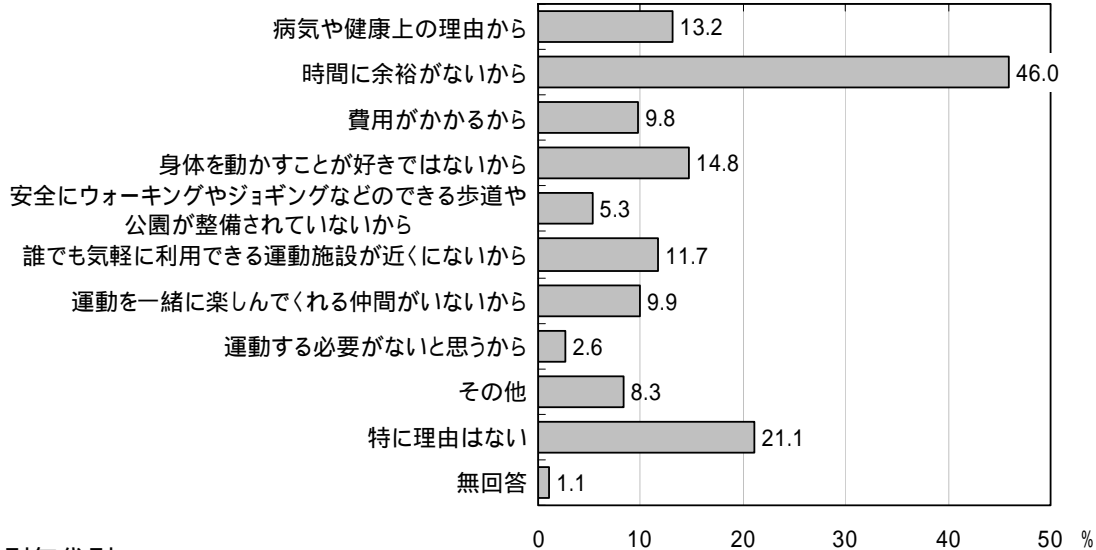
	n 数	ひとりで	家族と	友人と	サークル等参加	その他	無回答
全体	1,269	55.5	13.2	18.0	21.4	6.3	9.4
男性計	618	60.2	11.2	16.7	15.9	6.8	9.1
10歳代	91	20.9	2.2	33.0	28.6	26.4	13.2
20歳代	66	59.1	7.6	22.7	21.2	3.0	4.5
30歳代	43	69.8	4.7	25.6	14.0	4.7	0.0
40歳代	53	64.2	15.1	17.0	9.4	1.9	13.2
50歳代	72	70.8	8.3	5.6	9.7	6.9	11.1
60歳代	124	72.6	16.1	9.7	10.5	2.4	8.9
70歳代	132	68.9	15.9	14.4	14.4	1.5	8.3
80歳以上	37	48.6	13.5	8.1	21.6	8.1	10.8
女性計	648	50.9	15.0	19.3	26.7	5.9	9.7
10歳代	101	21.8	5.0	39.6	34.7	14.9	7.9
20歳代	51	62.7	25.5	17.6	15.7	0.0	7.8
30歳代	66	62.1	24.2	16.7	16.7	4.5	10.6
40歳代	67	56.7	19.4	14.9	20.9	6.0	11.9
50歳代	98	52.0	11.2	18.4	23.5	6.1	12.2
60歳代	148	55.4	16.2	18.2	29.1	3.4	9.5
70歳代	97	54.6	14.4	10.3	33.0	3.1	8.2
80歳以上	18	50.0	5.6	0.0	38.9	11.1	11.1

【問15で「3.ない」とお答えの方のみ】

問15-3 運動していない理由は何ですか。( はあてはまるものすべて)

運動していない理由については、「時間に余裕がないから」が46.0%で最も高く、次いで「特に理由はない」が21.1%、「身体を動かすことが好きではないから」が14.8%となっています。

問15-3 (複数回答) n=1,094



性別年代別

性別年代別にみると、男性では60歳代まで、女性では50歳代までは「時間に余裕がないから」の割合が最も高くなっています。また、男性の70歳以上と女性の80歳以上では「病気や健康上の理由から」、女性の60~70歳代では「特に理由はない」が高くなっています。

単位: %

	n数	病気や健康上の理由から	時間に余裕がないから	費用がかかるから	身体を動かすことが好きではないから	安全にウォーキングやジョギングなどのできる歩道や公園が整備されていないから	誰でも気軽に利用できる運動施設が近くにないから	運動を一緒に楽しんでもくれる仲間がいないから	運動する必要があると思うから	その他	特に理由はない	無回答
全体	1,094	13.2	46.0	9.8	14.8	5.3	11.7	9.9	2.6	8.3	21.1	1.1
男性計	443	13.1	47.0	8.1	12.2	4.7	10.8	9.9	4.5	6.3	21.7	0.9
10歳代	27	7.4	59.3	3.7	29.6	0.0	7.4	14.8	7.4	7.4	14.8	0.0
20歳代	41	2.4	65.9	7.3	9.8	9.8	12.2	19.5	12.2	7.3	12.2	0.0
30歳代	64	1.6	70.3	14.1	10.9	3.1	14.1	14.1	1.6	3.1	15.6	1.6
40歳代	65	4.6	58.5	16.9	16.9	6.2	12.3	9.2	1.5	7.7	15.4	0.0
50歳代	87	8.0	51.7	8.0	12.6	6.9	17.2	9.2	3.4	5.7	27.6	0.0
60歳代	74	13.5	36.5	4.1	8.1	5.4	6.8	9.5	5.4	2.7	32.4	2.7
70歳代	52	34.6	13.5	3.8	9.6	1.9	1.9	1.9	3.8	11.5	28.8	0.0
80歳以上	32	50.0	9.4	0.0	6.3	0.0	6.3	3.1	6.3	9.4	12.5	3.1
女性計	644	13.2	45.5	11.0	16.8	5.7	12.4	9.8	1.2	9.6	20.5	1.2
10歳代	40	5.0	52.5	7.5	25.0	7.5	22.5	10.0	0.0	2.5	25.0	0.0
20歳代	88	1.1	61.4	21.6	19.3	9.1	17.0	13.6	0.0	12.5	11.4	0.0
30歳代	126	6.3	59.5	8.7	11.1	4.0	9.5	11.1	1.6	13.5	15.1	2.4
40歳代	110	7.3	58.2	15.5	11.8	5.5	10.9	10.0	0.0	7.3	21.8	0.0
50歳代	101	11.9	50.5	13.9	24.8	7.9	19.8	10.9	3.0	7.9	19.8	0.0
60歳代	85	21.2	21.2	4.7	20.0	3.5	9.4	7.1	1.2	8.2	30.6	3.5
70歳代	49	28.6	12.2	4.1	14.3	2.0	2.0	6.1	2.0	10.2	30.6	2.0
80歳以上	38	57.9	5.3	0.0	7.9	5.3	5.3	0.0	2.6	13.2	13.2	2.6

**問 16 あなたは、ロコモティブシンドローム（運動器症候群）を知っていますか。（ は1つだけ）**

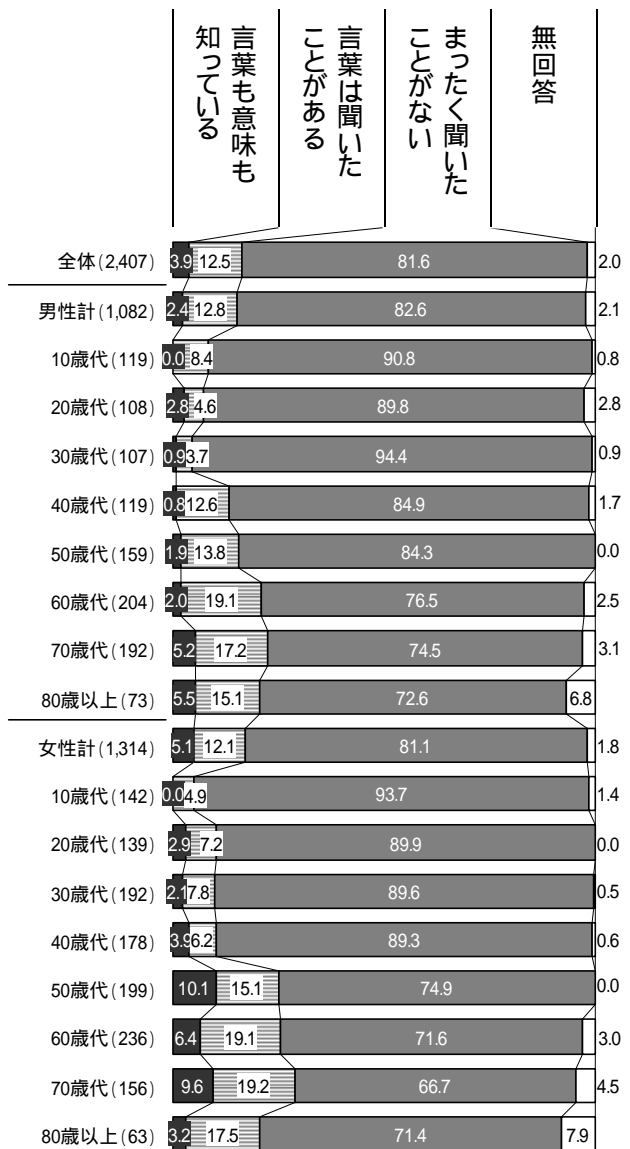
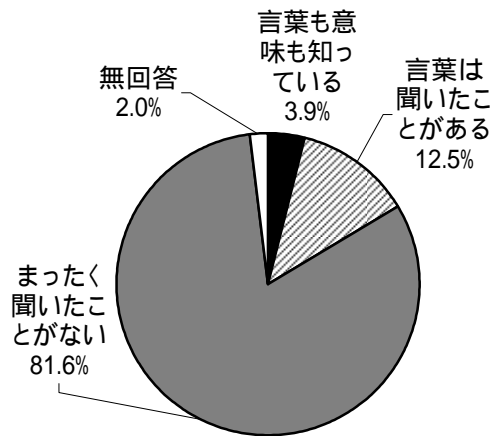
ロコモティブシンドロームとは、「運動器（足腰の骨や関節、筋力など）の障害」により「要介護になる」リスクの高い状態になることです。

ロコモティブシンドローム（運動器症候群）の認知度については、「まったく聞いたことがない」が 81.6%と最も高くなっています。

**性別年代別**

性別年代別にみると、男女ともすべての年代で「まったく聞いたことがない」の割合が最も高くなっています。また、男性では 40 歳以上、女性では 50 歳以上で、「言葉も意味も知っている」と「言葉は聞いたことがある」を合わせた『言葉は知っている』の割合が、やや高くなっています。

問16(単数回答) n=2,407



## 5 休養・こころの健康について、おうかがいします。

### 問17 あなたは、毎日の生活の中でイライラやストレスを感じることはありませんか。( は1つだけ)

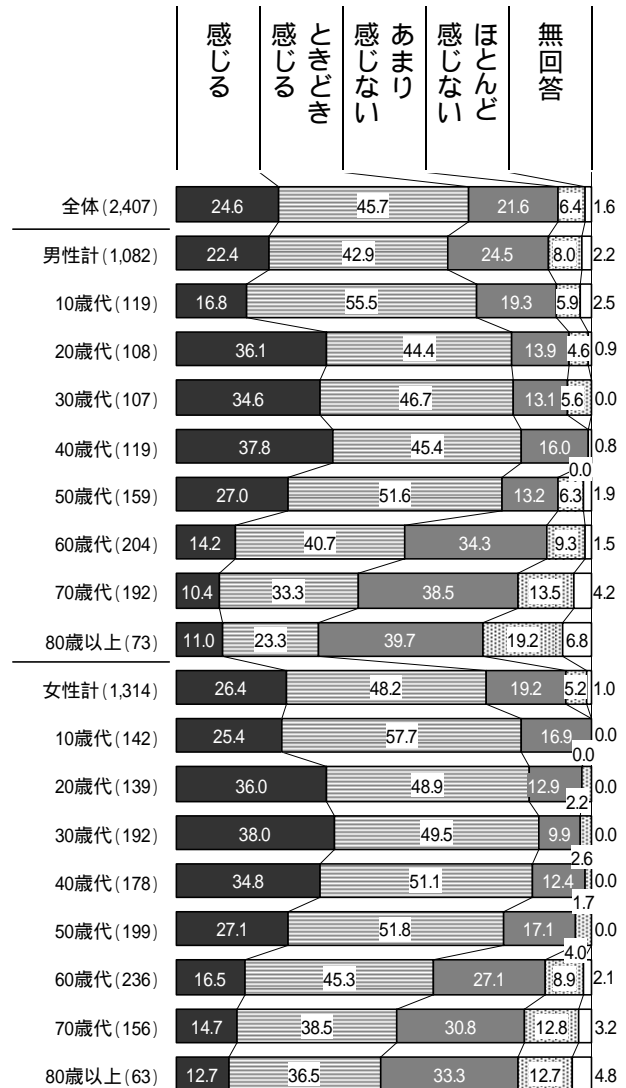
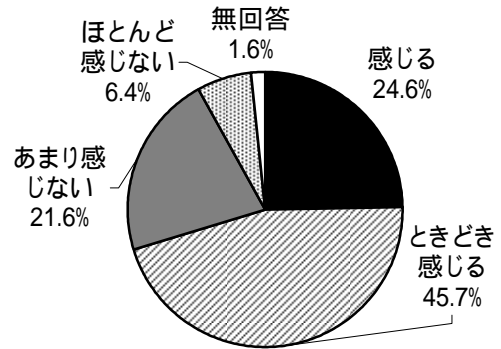
毎日の生活の中でストレスを感じるかについては、「感じる」と「ときどき感じる」を合わせた『感じる』が70.3%となっています。

一方、「あまり感じない」と「ほとんど感じない」を合わせた『感じない』は28.0%となっています。

#### 性別年代別

性別年代別にみると、男女とも20～50歳代で『感じる』が70%超と高くなっており、60歳代以降になるほどストレスを感じる人の割合が低くなる傾向がみられます。

問17(単数回答) n=2,407



## 就労形態別、家族形態別

就労形態別にみると、すべての就労形態で「ときどき感じる」の割合が最も高く、専業主婦や生徒・学生では半数を超えています。また、無職やその他では『感じる』が50%台に止まっているのに対し、常勤就労では80.8%と他の就労形態と比べ、やや高くなっています。

家族形態別にみると、すべての家族形態で「ときどき感じる」の割合が最も高くなっているものの、夫婦のみ世帯では37.8%と、やや低くなっています。また、核家族世帯や二世世代家族世帯、三世世代家族世帯では『感じる』が70%台で、一人暮らし世帯や夫婦のみ世帯と比べやや高くなっています。

単位: %

	n数	感じる	ときどき感じる	あまり感じない	ほとんど感じない	無回答
全体	2,407	24.6	45.7	21.6	6.4	1.6
常勤就労	660	34.1	46.7	15.3	3.3	0.6
非常勤就労	331	27.8	43.5	21.1	6.3	1.2
自営業	143	28.0	43.4	18.9	8.4	1.4
専業主婦	454	18.7	51.1	22.0	7.3	0.9
生徒・学生	295	21.4	57.3	18.6	2.0	0.7
無職	462	16.0	35.7	32.0	12.3	3.9
その他	39	25.6	33.3	30.8	5.1	5.1
一人暮らし世帯	225	22.7	43.6	22.2	10.2	1.3
夫婦のみ世帯	550	19.6	37.8	31.1	9.1	2.4
核家族世帯	1,203	27.5	49.5	17.6	4.7	0.7
二世世代家族世帯	169	26.0	44.4	20.1	7.1	2.4
三世世代家族世帯	172	21.5	49.4	20.9	4.7	3.5
その他	56	26.8	53.6	12.5	7.1	0.0

## 健康状態別、相談相手の有無別、睡眠時間別

健康状態別にみると、健康でない層ほど毎日の生活でのストレスをより感じています。

相談相手の有無別にみると、身近にいる層では「感じる」は23.0%と低くなっていますが、身近ではないがいるや、いない層では「感じる」が30%超と高くなっています。

睡眠時間別にみると、睡眠時間が短いほど、毎日の生活でのストレスを感じやすくなっており、特に6時間未満では31.3%が「感じる」としており高くなっています。

単位: %

	n数	感じる	ときどき感じる	あまり感じない	ほとんど感じない	無回答
とても健康である	429	17.0	42.0	28.4	12.4	0.2
まあ健康である	1,557	23.4	48.4	21.3	5.5	1.4
あまり健康でない	295	36.3	42.0	15.6	3.7	2.4
健康でない	111	38.7	34.2	16.2	4.5	6.3
身近にいる	1,677	23.0	47.5	22.2	6.4	0.8
身近ではないがいる	311	31.2	47.6	15.8	4.5	1.0
いない	340	31.2	37.9	20.6	7.9	2.4
6時間未満	830	31.3	47.0	16.6	3.7	1.3
6時間以上8時間未満	1,396	21.6	46.4	23.1	7.4	1.5
8時間以上	165	18.2	33.3	34.5	11.5	2.4

## 前回比較

前回と比較すると、ストレスを『感じる』が5.3ポイント増加しています。

	感じる	ときどき感じる	あまり感じない	ほとんど感じない
今回	24.6	45.7	21.6	6.4
前回 (平成17年)	19.8	45.2	25.4	7.2
前々回 (平成14年)	19.4	44.5	27.0	8.4
今回-前回	4.8	0.5	-3.8	-0.8
今回-前々回	5.2	1.2	-5.4	-2.0

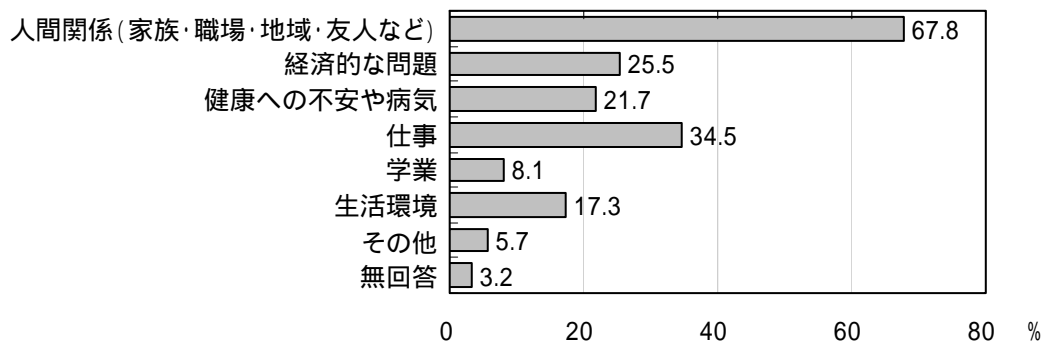
注) 無回答は略

【問17で「1.感じる」「2.ときどき感じる」とお答えの方のみ】

問17-1 　　どういふことにイライラやストレスを感じていますか。(はあてはまるものすべて)

ストレスを感じることは、「人間関係(家族・職場・地域・友人など)」が67.8%で最も高く、次いで「仕事」が34.5%、「経済的な問題」が25.5%となっています。

問17-1 (複数回答) n=1,694



性別年代別

性別年代別にみると、男女とも「人間関係(家族・職場・地域・友人など)」が最上位または第二位となっています。男性では、30～40歳代と60歳代で「仕事」、70歳以上では「健康への不安や病気」も高くなっています。また、女性も80歳以上では「健康への不安や病気」が高くなっています。

単位: %

	n数	人間関係(家族・職場・地域・友人など)	経済的な問題	健康への不安や病気	仕事	学業	生活環境	その他	無回答
全体	1,694	67.8	25.5	21.7	34.5	8.1	17.3	5.7	3.2
男性計	706	60.5	26.9	19.8	48.6	7.6	15.9	4.1	3.5
10歳代	86	66.3	14.0	3.5	7.0	46.5	25.6	7.0	1.2
20歳代	87	70.1	35.6	11.5	62.1	16.1	24.1	5.7	1.1
30歳代	87	69.0	32.2	9.2	70.1	0.0	8.0	1.1	2.3
40歳代	99	66.7	24.2	14.1	76.8	0.0	8.1	2.0	2.0
50歳代	125	68.0	28.8	12.8	62.4	0.0	12.0	3.2	4.8
60歳代	112	43.8	29.5	35.7	45.5	0.0	19.6	3.6	4.5
70歳代	84	44.0	26.2	44.0	17.9	0.0	15.5	4.8	7.1
80歳以上	25	44.0	16.0	48.0	8.0	0.0	16.0	12.0	8.0
女性計	981	73.3	24.4	23.0	24.3	8.6	18.1	6.7	3.0
10歳代	118	78.0	16.1	8.5	4.2	61.0	22.0	2.5	1.7
20歳代	118	68.6	21.2	14.4	50.0	8.5	19.5	8.5	4.2
30歳代	168	72.6	22.0	9.5	29.8	0.0	19.6	14.3	1.8
40歳代	153	82.4	39.2	15.7	35.3	1.3	15.0	3.3	4.6
50歳代	157	81.5	27.4	31.8	27.4	0.0	18.5	7.6	3.2
60歳代	146	69.2	27.4	34.9	15.8	0.0	15.8	4.8	4.1
70歳代	83	56.6	14.5	45.8	1.2	0.0	16.9	4.8	0.0
80歳以上	31	48.4	6.5	64.5	0.0	0.0	22.6	3.2	3.2



## 就労形態別、家族形態別

就労形態別にみると、自営業をのぞくすべての就労形態で「人間関係(家族・職場・地域・友人など)」、自営業では「仕事」の割合が最も高くなっています。また、常勤就労や非常勤就労では「仕事」、専業主婦や無職及びその他では「健康への不安や病気」、生徒・学生では「学業」の割合も高くなっています。

家族形態別では、すべての家族形態で「人間関係(家族・職場・地域・友人など)」の割合が最も高くなっています。また、一人暮らし世帯や核家族世帯、二世世代家族世帯、三世世代家族世帯では「仕事」、夫婦のみ世帯では「健康への不安や病気」も高くなっています。

単位: %

	n 数	人間 関係 (家族 ・ 職場 ・ 地域 ・ 友人 など)	経 済 的 な 問 題	健 康 へ の 不 安 や 病 気	仕 事	学 業	生 活 環 境	そ の 他	無 回 答
全体	1,694	67.8	25.5	21.7	34.5	8.1	17.3	5.7	3.2
常勤就労	533	72.2	24.6	12.0	68.7	0.4	11.6	3.0	2.4
非常勤就労	236	75.8	34.7	22.0	45.8	0.0	12.3	4.2	1.7
自営業	102	52.9	35.3	18.6	62.7	1.0	9.8	2.0	4.9
専業主婦	317	72.6	20.5	30.0	2.2	0.3	21.8	10.1	3.8
生徒・学生	232	72.8	16.8	6.0	6.5	57.3	22.4	5.6	1.3
無職	239	47.7	28.0	46.0	6.3	0.4	26.8	7.1	5.4
その他	23	43.5	30.4	34.8	17.4	0.0	17.4	26.1	17.4
一人暮らし世帯	149	58.4	28.2	32.9	46.3	1.3	28.9	4.0	3.4
夫婦のみ世帯	316	60.8	21.5	35.4	32.3	0.3	12.0	5.1	3.8
核家族世帯	926	70.0	26.2	16.1	34.7	11.8	16.4	6.3	2.5
二世世代家族世帯	119	69.7	21.8	10.1	28.6	6.7	24.4	7.6	4.2
三世世代家族世帯	122	77.0	24.6	23.8	29.5	13.1	16.4	2.5	5.7
その他	45	75.6	33.3	20.0	28.9	2.2	17.8	8.9	4.4

**【問 17 で「1.感じる」「2.ときどき感じる」とお答えの方のみ】**

**問 17-2 あなたはそのイライラやストレスを解消できていますか。( は 1つだけ)**

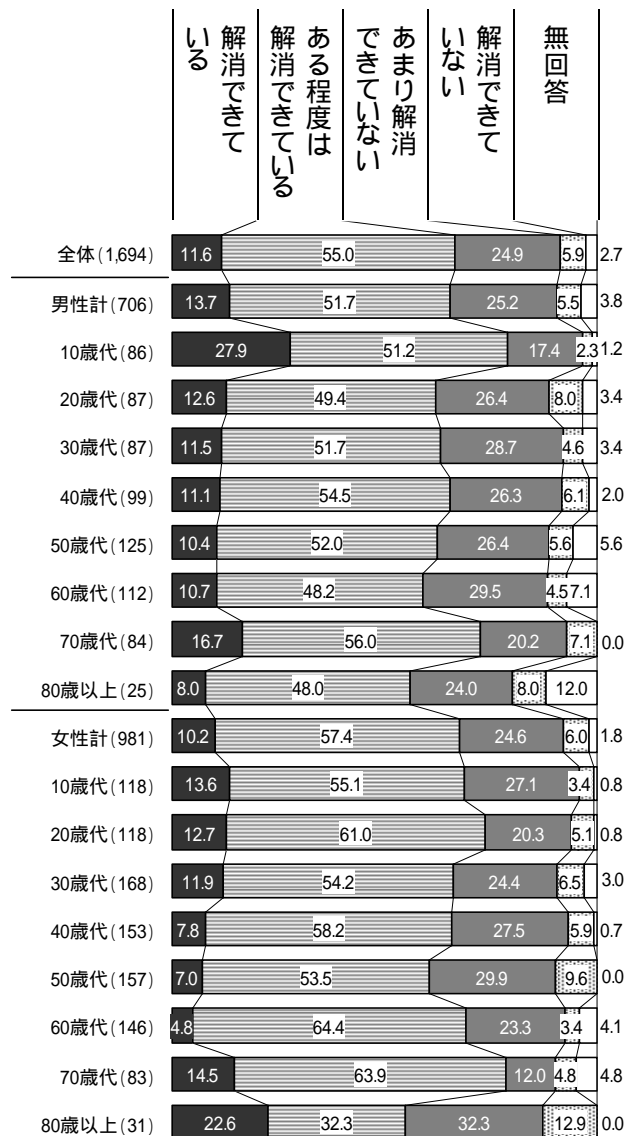
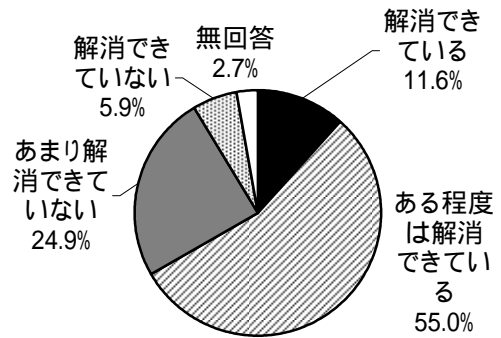
ストレスを解消できているかについては、「解消できている」と「ある程度は解消できている」を合わせた『解消できている』が 66.6%と比較的高くなっています。

一方、「あまり解消できていない」と「解消できていない」を合わせた『解消できていない』は 30.8%となっています。

**性別年代別**

性別年代別にみると、男性の 10 歳代と 70 歳代、女性の 20 歳代と 70 歳代では『解消できている』が 70%を超え、比較的高くなっています。

問17 - 2(単数回答) n=1,694



## 就労形態別、家族形態別

就労形態別にみると、すべての就労形態で「ある程度は解消できている」の割合が最も高くなっています。また、専業主婦や生徒・学生では『解消できている』が70%を超えているのに対し、無職では53.5%とやや低くなっています。

家族形態別にみると、すべての家族形態で「ある程度は解消できている」の割合が最も高くなっているものの、三世代家族世帯では半数を下回っており、やや低くなっています。また、一人暮らし世帯では「あまり解消できていない」が30.9%と他の家族形態と比べ、やや高くなっています。

単位：%

	n数	解消できている	ある程度は解消できている	あまり解消できていない	解消できていない	無回答
全体	1,694	11.6	55.0	24.9	5.9	2.7
常勤就労	533	10.7	55.7	26.1	5.4	2.1
非常勤就労	236	10.6	54.7	25.4	7.6	1.7
自営業	102	9.8	55.9	26.5	4.9	2.9
専業主婦	317	11.4	59.9	20.2	5.0	3.5
生徒・学生	232	18.5	57.3	20.7	2.6	0.9
無職	239	9.6	43.9	30.5	10.5	5.4
その他	23	13.0	56.5	21.7	4.3	4.3
一人暮らし世帯	149	10.1	50.3	30.9	7.4	1.3
夫婦のみ世帯	316	12.3	54.4	24.1	6.0	3.2
核家族世帯	926	12.0	56.4	23.4	5.7	2.5
二世代家族世帯	119	10.9	54.6	23.5	5.9	5.0
三世代家族世帯	122	13.1	49.2	28.7	6.6	2.5
その他	45	2.2	62.2	28.9	4.4	2.2

## 毎日の生活でのストレス別

毎日の生活でのストレス別にみると、「解消できている」が、ときどき感じる層では14.9%に対し、感じる層では5.6%と低くなっており、感じる層では「あまり解消できていない」や「解消できていない」が多くなっています。

単位：%

	n数	解消できている	ある程度は解消できている	あまり解消できていない	解消できていない	無回答
感じる	593	5.6	38.8	39.1	13.3	3.2
ときどき感じる	1,101	14.9	63.7	17.2	1.9	2.4

## 前回比較

前回と比較すると、『解消できている』は、今回が66.6%、前回は66.2%となっており、大きな変化はみられません。

	解消できている	ある程度は解消できている	あまり解消できていない	解消できていない
今回	11.6	55.0	24.9	5.9
前回 (平成17年)	10.0	56.2	24.8	7.0
前々回 (平成14年)	10.1	57.6	25.0	5.7
今回-前回	1.6	-1.2	0.1	-1.1
今回-前々回	1.5	-2.6	-0.1	0.2

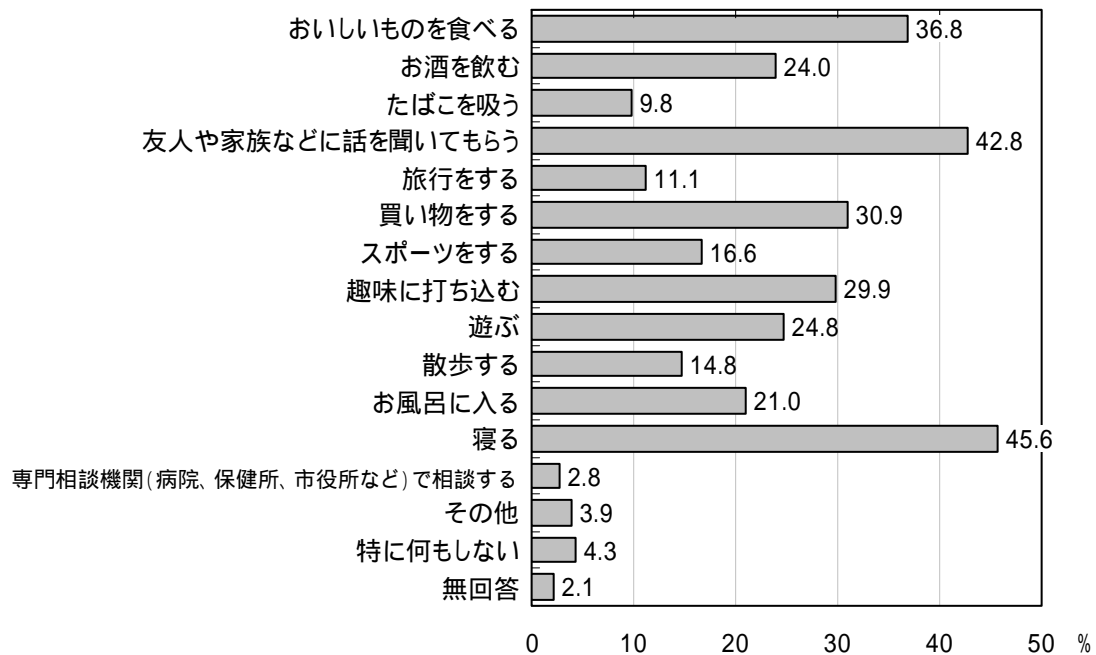
注)無回答は略

【問17で「1.感じる」「2.ときどき感じる」とお答えの方のみ】

問 17-3 イライラやストレスを解消するために、どのようなことをしますか。(はあてはまるものすべて)

ストレスを解消するためにしていることについては、「寝る」が45.6%で最も高く、次いで「友人や家族などに話を聞いてもらう」が42.8%、「おいしいものを食べる」が36.8%となっています。

問17-3 (複数回答) n=1,694



性別年代別、就労形態別、家族形態別

性別年代別にみると、男性では「寝る」、女性では「友人や家族などに話を聞いてもらう」と回答する人の割合が大きくなっています。また、男性の10歳代では「遊ぶ」、50歳代では「お酒を飲む」、70歳代では「趣味に打ち込む」、80歳以上では「散歩する」、女性の10歳代と80歳以上では「寝る」、20歳代では「おいしいものを食べる」も高くなっています。

	第1位	第2位	第3位	第4位	第5位
全体 (1,694)	寝る 45.6%	友人や家族などに話を聞いてもらう 42.8%	おいしいものを食べる 36.8%	買い物をする 30.9%	趣味に打ち込む 29.9%
男性計 (706)	寝る 48.7%	お酒を飲む 33.7%	趣味に打ち込む 33.7%	遊ぶ 26.8%	
10歳代 (86)	遊ぶ	寝る	スポーツをする	友人や家族などに話を聞いてもらう	趣味に打ち込む
20歳代 (87)	寝る	趣味に打ち込む	遊ぶ	おいしいものを食べる	友人や家族などに話を聞いてもらう
30歳代 (87)	寝る	遊ぶ	おいしいものを食べる	お酒を飲む	趣味に打ち込む
40歳代 (99)	寝る	お酒を飲む	趣味に打ち込む	おいしいものを食べる	遊ぶ
50歳代 (125)	お酒を飲む	寝る	趣味に打ち込む	友人や家族などに話を聞いてもらう	買い物をする
60歳代 (112)	寝る	お酒を飲む	趣味に打ち込む	散歩する	お風呂に入る
70歳代 (84)	趣味に打ち込む	散歩する	寝る	お酒を飲む	お風呂に入る
80歳以上 (25)	散歩する	寝る	お酒を飲む	旅行をする	
女性計 (981)	友人や家族などに話を聞いてもらう 57.8%	おいしいものを食べる 47.7%	寝る 43.6%	買い物をする 42.8%	趣味に打ち込む 27.3%
10歳代 (118)	寝る	友人や家族などに話を聞いてもらう	おいしいものを食べる	遊ぶ	趣味に打ち込む
20歳代 (118)	おいしいものを食べる	友人や家族などに話を聞いてもらう	買い物をする	寝る	遊ぶ
30歳代 (168)	友人や家族などに話を聞いてもらう	おいしいものを食べる	寝る	買い物をする	遊ぶ
40歳代 (153)	友人や家族などに話を聞いてもらう	おいしいものを食べる	寝る	買い物をする	お酒を飲む
50歳代 (157)	友人や家族などに話を聞いてもらう	おいしいものを食べる	買い物をする	寝る	趣味に打ち込む
60歳代 (146)	友人や家族などに話を聞いてもらう	趣味に打ち込む	買い物をする	散歩する	おいしいものを食べる
70歳代 (83)	友人や家族などに話を聞いてもらう	買い物をする	趣味に打ち込む	散歩する	おいしいものを食べる
80歳以上 (31)	寝る	友人や家族などに話を聞いてもらう	買い物をする	趣味に打ち込む	

## 就労形態別、家族形態別

就労形態別にみると、常勤就労、自営業、生徒・学生、無職では「寝る」、非常勤就労や専業主婦、その他では「友人や家族などに話を聞いてもらう」が最も高くなっています。また、常勤就労や自営業では「お酒を飲む」、非常勤就労や専業主婦、その他では「おいしいものを食べる」、生徒・学生では「遊ぶ」、無職では「散歩する」も高くなっています。

家族形態別にみると、一人暮らし世帯、核家族世帯、二世世代家族世帯では「寝る」、夫婦のみ世帯、三世世代家族世帯、その他では「友人や家族などに話を聞いてもらう」が最も高くなっています。

	第1位	第2位	第3位	第4位	第5位
常勤就労 (533)	寝る	お酒を飲む	おいしいものを食べる	友人や家族などに話を聞いてもらう	買い物をする
非常勤就労 (236)	友人や家族などに話を聞いてもらう	おいしいものを食べる	寝る	買い物をする	趣味に打ち込む
自営業 (102)	寝る	お酒を飲む	友人や家族などに話を聞いてもらう	趣味に打ち込む	お風呂に入る
専業主婦 (317)	友人や家族などに話を聞いてもらう	おいしいものを食べる	買い物をする	寝る	趣味に打ち込む
生徒・学生 (232)	寝る	遊ぶ	友人や家族などに話を聞いてもらう	おいしいものを食べる	趣味に打ち込む
無職 (239)	寝る	散歩する	趣味に打ち込む	お風呂に入る	お酒を飲む
その他 (23)	友人や家族などに話を聞いてもらう	おいしいものを食べる	寝る	散歩する	お酒を飲む
一人暮らし世帯 (149)	寝る	おいしいものを食べる	お酒を飲む	趣味に打ち込む	友人や家族などに話を聞いてもらう
夫婦のみ世帯 (316)	友人や家族などに話を聞いてもらう	寝る	趣味に打ち込む	おいしいものを食べる	買い物をする
核家族世帯 (926)	寝る	友人や家族などに話を聞いてもらう	おいしいものを食べる	買い物をする	趣味に打ち込む
二世世代家族世帯 (119)	寝る	おいしいものを食べる	友人や家族などに話を聞いてもらう	買い物をする	趣味に打ち込む
三世世代家族世帯 (122)	友人や家族などに話を聞いてもらう	寝る	おいしいものを食べる	買い物をする	趣味に打ち込む
その他 (45)	友人や家族などに話を聞いてもらう	寝る	おいしいものを食べる	お酒を飲む	趣味に打ち込む

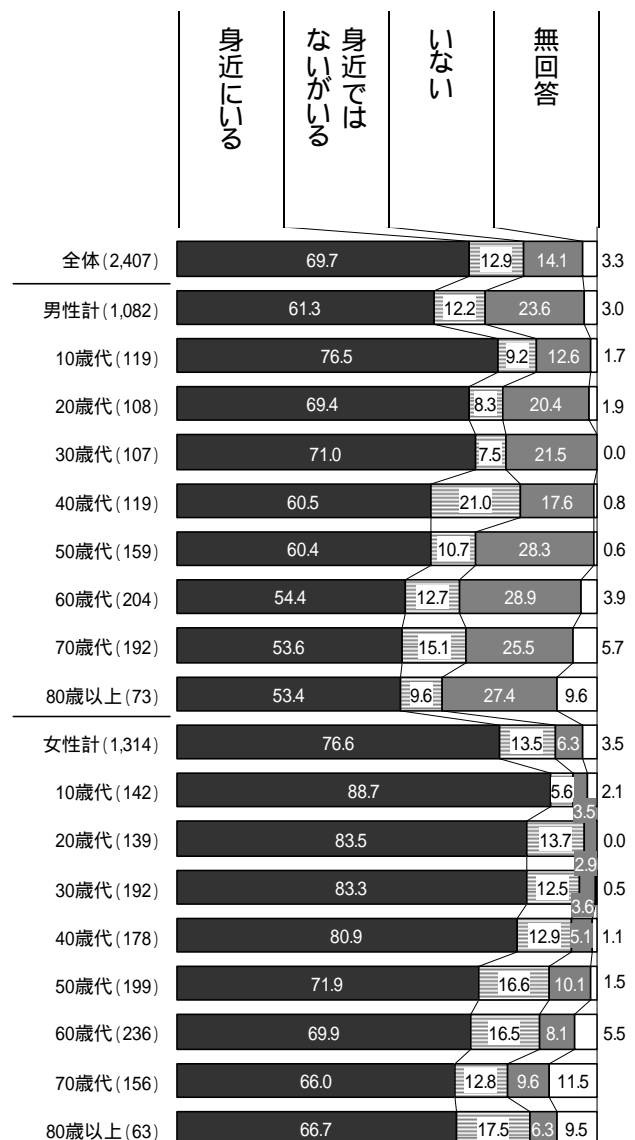
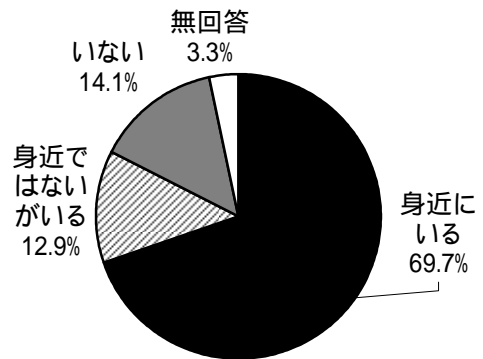
**問 18 日頃、自分の気持ちや悩みを打ち明けたり、相談にのってくれる人がいますか。( は1つだけ)**

相談相手がいるかについては、「身近にいる」が69.7%と最も高くなっています。  
一方、「いない」は14.1%となっています。

**性別年代別**

性別年代別にみると、男性よりも女性で「身近にいる」人が多くっており、特に女性の10～40歳代では80%を超えています。  
一方、男性は「いない」が23.6%と高くなっています。

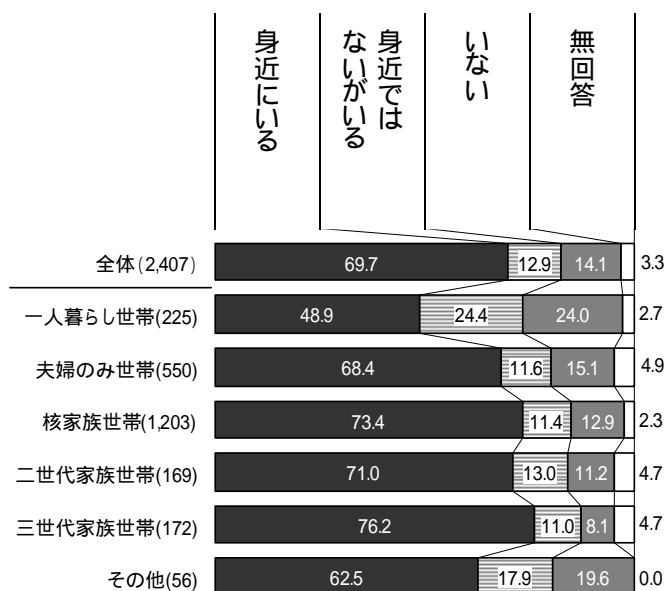
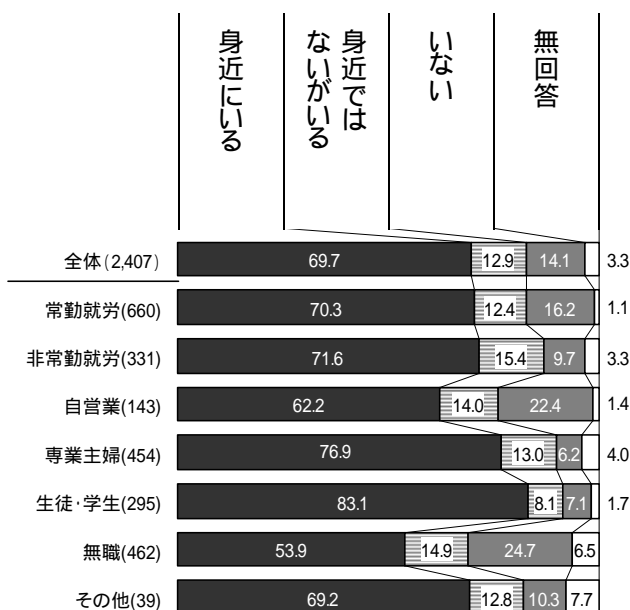
問18(単数回答) n=2,407



## 就労形態別、家族形態別

就労形態別にみると、「身近にいる」が生徒・学生では 83.1%、常勤就労、非常勤就労、専業主婦では 70%超となっています。一方で、自営業や無職では「いない」が 20%を超え、他の就労形態と比べやや高くなっています。

家族形態別にみると、一人暮らし世帯で「身近にいる」人が半数を下回り「いない」が 24.0%となっています。



## 前回比較

前回と比較すると、「身近にいる」が 4.2 ポイント増加しています。

	身近にいる	身近ではないがいる	いない
今回	69.7	12.9	14.1
前回(平成17年)	65.5	15.3	15.5
前々回(平成14年)	69.9	13.6	14.1
今回-前回	4.2	-2.4	-1.4
今回-前々回	-0.2	-0.7	0.0

注) 無回答は略

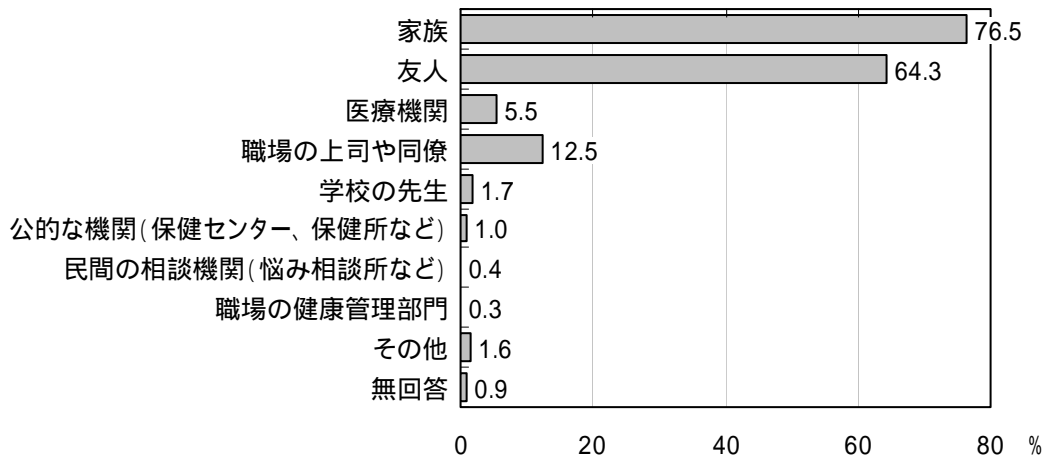


【問18で「1.身近にいる」「2.身近ではないがいる」とお答えの方のみ】

問18-1 相談にのってくれるのは誰ですか。( はあてはまるものすべて)

相談相手については、「家族」が76.5%で最も高く、次いで「友人」が64.3%、「職場の上司や同僚」が12.5%となっています。

問18-1 (複数回答) n=1,988



性別年代別

性別年代別にみると、男女とも「家族」や「友人」の割合が高くなっています。また、20～50歳代では「職場の上司や同僚」の割合も比較的高くなっています。

単位: %

	n数	家族	友人	医療機関	職場の上司や同僚	学校の先生	公的な機関 (保健センター、保健所など)	民間の相談機関 (悩み相談所など)	職場の健康管理部門	その他	無回答
全体	1,988	76.5	64.3	5.5	12.5	1.7	1.0	0.4	0.3	1.6	0.9
男性計	795	76.4	50.8	6.7	15.1	1.8	0.6	0.5	0.8	1.4	1.1
10歳代	102	68.6	89.2	1.0	4.9	10.8	2.0	0.0	0.0	0.0	1.0
20歳代	84	64.3	66.7	2.4	26.2	3.6	0.0	0.0	0.0	3.6	0.0
30歳代	84	83.3	48.8	1.2	28.6	0.0	0.0	0.0	0.0	1.2	0.0
40歳代	97	72.2	44.3	6.2	25.8	0.0	1.0	2.1	2.1	1.0	1.0
50歳代	113	74.3	41.6	8.0	27.4	0.0	1.8	0.0	1.8	0.0	0.0
60歳代	137	83.2	43.8	8.8	7.3	0.0	0.0	0.0	1.5	2.9	1.5
70歳代	132	81.8	39.4	12.9	2.3	0.0	0.0	1.5	0.0	0.8	2.3
80歳以上	46	80.4	30.4	10.9	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.2	4.3
女性計	1,185	76.6	73.4	4.7	10.8	1.7	1.2	0.3	0.0	1.7	0.6
10歳代	134	68.7	89.6	2.2	1.5	9.7	0.0	0.0	0.0	1.5	0.0
20歳代	135	74.8	85.2	1.5	20.7	3.0	0.0	0.0	0.0	4.4	1.5
30歳代	184	84.2	71.2	5.4	16.8	1.1	3.8	1.1	0.0	0.5	0.0
40歳代	167	81.4	74.3	3.0	21.0	0.6	1.2	0.0	0.0	0.0	0.6
50歳代	176	77.3	80.7	5.7	11.9	0.0	1.1	0.0	0.0	2.3	0.6
60歳代	204	73.0	72.1	6.4	4.9	0.0	0.5	0.5	0.0	0.5	0.5
70歳代	123	69.9	54.5	7.3	0.8	0.0	0.0	0.0	0.0	3.3	1.6
80歳以上	53	86.8	32.1	5.7	0.0	0.0	3.8	1.9	0.0	1.9	0.0

## 就労形態別

就労形態別にみると、生徒・学生をのぞくすべての就労形態で「家族」の割合が最も高く、次いで「友人」が高くなっています。また、生徒・学生では「友人」の割合が最も高くなっています。常勤就労や非常勤就労では「職場の上司や同僚」、自営業や無職では「医療機関」、生徒・学生では「学校の先生」の割合も比較的高くなっています。

単位：%

	n数	家族	友人	医療機関	職場の上司や同僚	学校の先生	公的な機関 (保健センター、保健所など)	民間の相談機関 (悩み相談所など)	職場の健康管理部門	その他	無回答
全体	1,988	76.5	64.3	5.5	12.5	1.7	1.0	0.4	0.3	1.6	0.9
常勤就労	546	75.5	59.0	2.6	32.4	0.2	0.2	0.0	1.1	0.7	0.7
非常勤就労	288	77.8	74.3	1.7	19.4	0.3	1.4	0.3	0.0	1.4	0.3
自営業	109	78.9	59.6	11.9	4.6	1.8	0.9	0.0	0.0	2.8	0.0
専業主婦	408	82.1	70.1	6.9	0.2	0.2	1.7	0.2	0.0	1.7	0.7
生徒・学生	269	65.4	89.2	1.1	1.9	10.4	0.7	0.0	0.0	1.9	0.4
無職	318	77.7	39.0	13.2	0.3	0.3	1.3	1.6	0.0	2.2	2.2
その他	32	78.1	59.4	9.4	3.1	0.0	0.0	3.1	0.0	3.1	0.0

## ストレス解消の有無別

ストレス解消の有無別にみると、解消できている層ほど「家族」や「友人」の割合が高くなっています。

単位：%

	n数	家族	友人	医療機関	職場の上司や同僚	学校の先生	公的な機関 (保健センター、保健所など)	民間の相談機関 (悩み相談所など)	職場の健康管理部門	その他	無回答
解消できている	173	80.9	69.4	2.3	13.3	1.7	1.7	0.0	0.0	2.3	0.6
ある程度は解消できている	834	76.5	68.5	5.0	15.6	1.7	1.0	0.2	0.2	1.1	0.5
あまり解消できていない	322	70.2	63.7	5.9	12.1	1.9	1.2	0.9	0.0	1.9	0.9
解消できていない	68	57.4	58.8	11.8	5.9	0.0	1.5	1.5	0.0	2.9	1.5

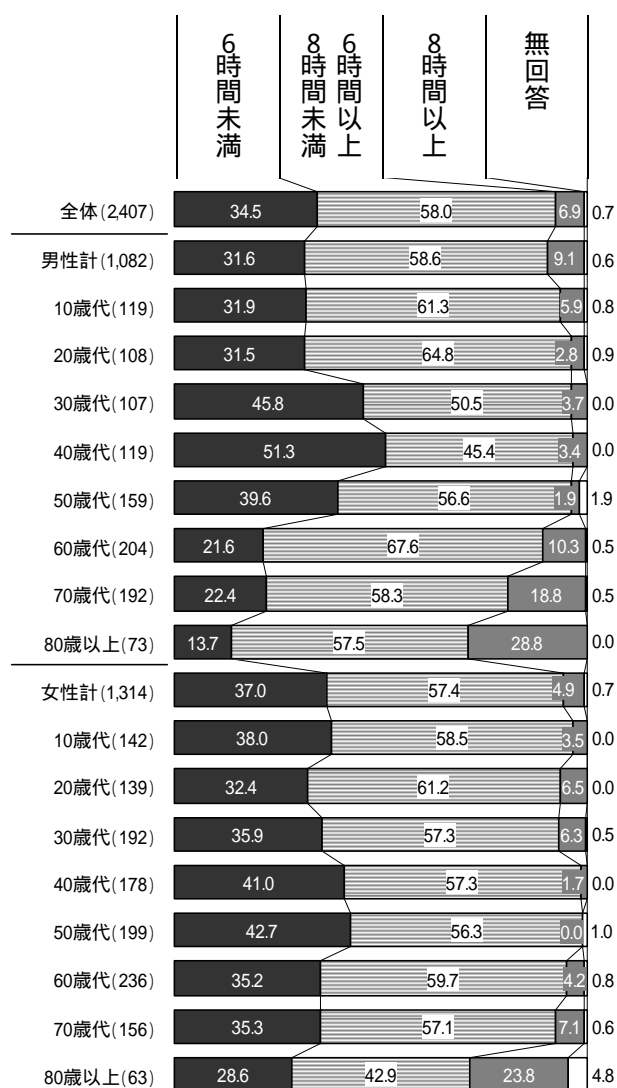
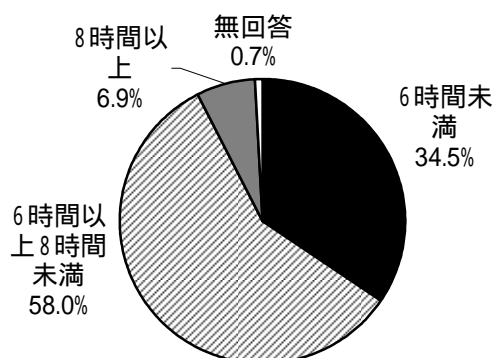
## 問 19 あなたの平均睡眠時間はどのくらいですか。( は1つだけ)

平均睡眠時間については、「6時間以上8時間未満」が58.0%となっています。

### 性別年代別

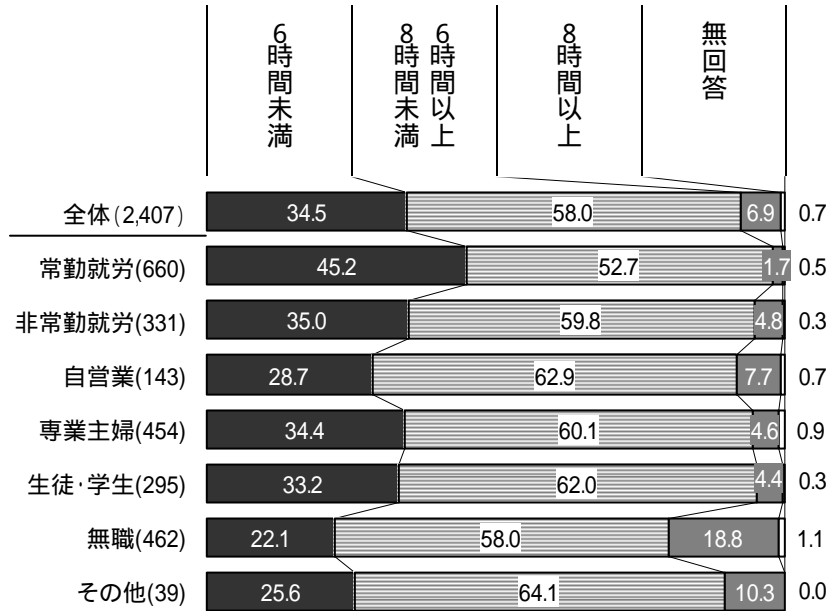
性別年代別にみると、男性の30～50歳代で「6時間未満」、男性の60歳以上と女性の80歳以上で「8時間以上」の割合が、他の年代よりも高くなっています。

問19(単数回答) n=2,407



## 就労形態別

就労形態別にみると、「6時間未満」が常勤就労では45.2%と、他の就労形態に比べやや高くなっています。



**問 20 睡眠で休養が十分とれていると  
思いますか。( は1つだけ)**

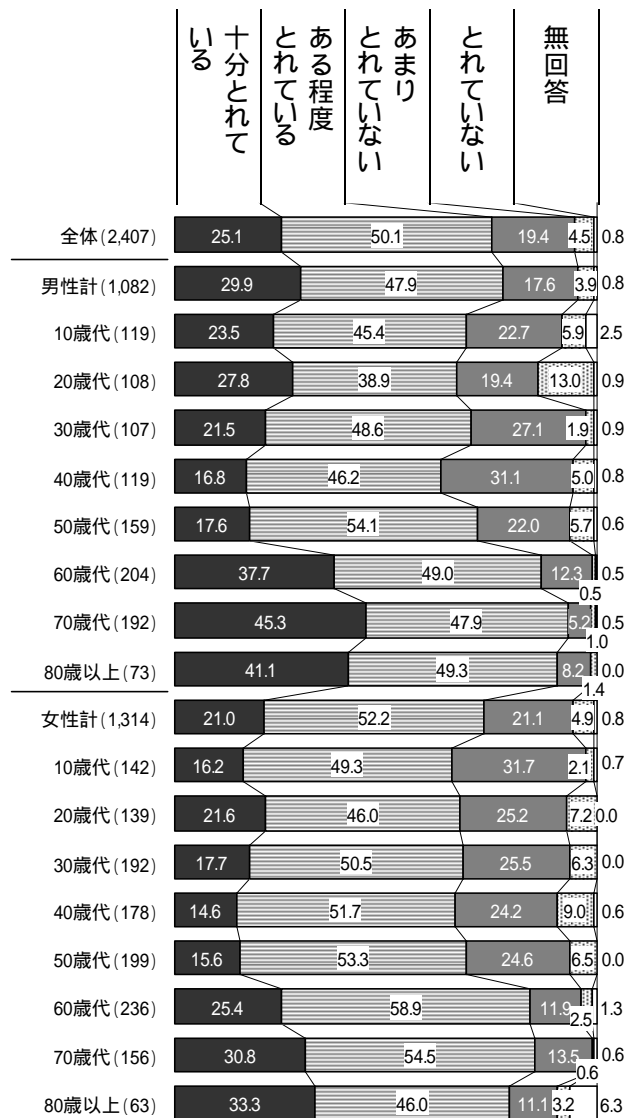
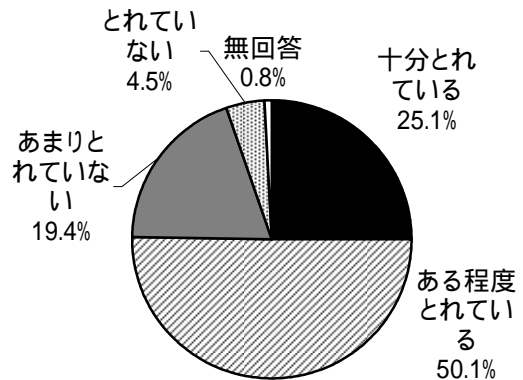
睡眠で休養が十分とれているかについては、「十分とれている」と「ある程度とれている」を合わせた『とれている』が 75.2% と比較的高くなっています。

一方、「あまりとれていない」と「とれていない」を合わせた『とれていない』が 23.9% と、比較的高くなっています。

**性別年代別**

性別年代別にみると、男性では 10～40 歳代、女性では 10～50 歳代で『とれていない』の割合が他の年代よりも高く、男女とも 60 歳以上で『とれている』が 80% 前後から 90% 台と高くなっています。

問20(単数回答) n=2,407

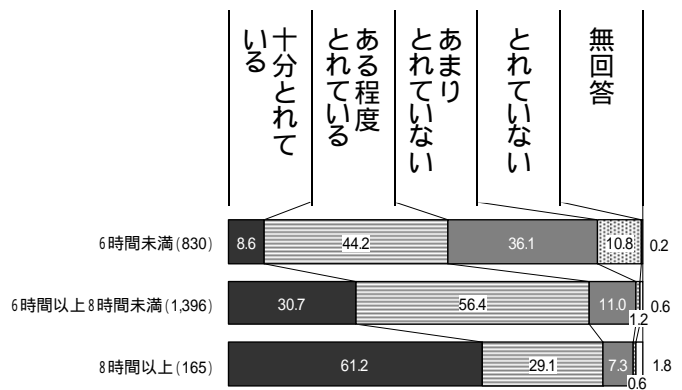
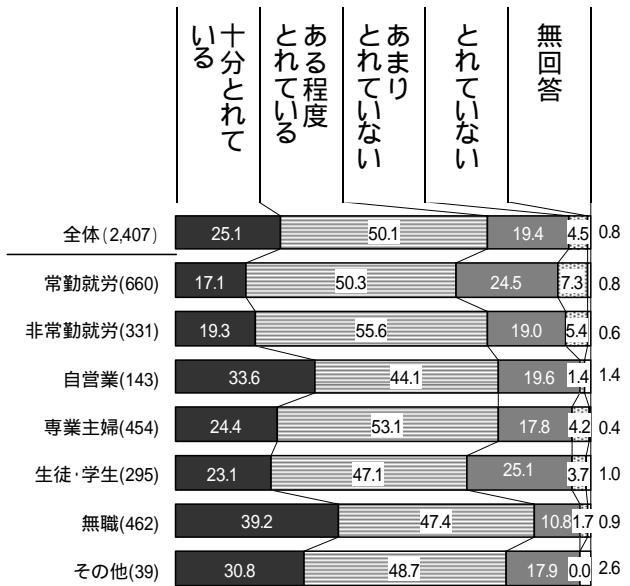


### 就労形態別

就労形態別にみると、自営業や無職では「十分とれている」が30%超と、他の就労形態と比べやや高くなっています。一方、常勤就労では「とれていない」が7.3%となっており、他の就労形態と比べやや高くなっています。

### 睡眠時間別

睡眠時間別にみると、睡眠時間が短いほど、十分な睡眠はとれていないとの回答が多くなっています。



### 前回比較

前回と比較すると、『とれていない』が男性の10歳代と女性で若干増加しているものの、男性の20歳代以降で減少しており、特に30歳代で11.3ポイント減少しています。

	今回			前回(平成17年)			前々回(平成14年)			今回-前回	今回-前々回
	あまりとれていない (1)	とれていない (2)	睡眠を十分とれない人の割合 A=(1)+(2)	あまりとれていない (3)	とれていない (4)	睡眠を十分とれない人の割合 B=(3)+(4)	あまりとれていない (5)	とれていない (6)	睡眠を十分とれない人の割合 C=(5)+(6)		
全体	19.4	4.5	23.9	17.6	4.3	22.0	17.4	4.0	21.4	1.9	2.5
男性 / 10歳代	22.7	5.9	28.6	19.1	7.0	26.1	25.4	10.8	36.2	2.5	-7.6
20歳代	19.4	13.0	32.4	24.1	10.4	34.4	25.3	9.3	34.6	-2.0	-2.2
30歳代	27.1	1.9	29.0	26.9	13.4	40.3	28.7	8.5	37.2	-11.3	-8.2
40歳代	31.1	5.0	36.1	29.1	8.6	37.7	27.3	7.5	34.8	-1.6	1.3
女性 / 10歳代	31.7	2.1	33.8	26.7	3.8	30.5	33.1	8.3	41.4	3.3	-7.6
20歳代	25.2	7.2	32.4	24.7	5.4	30.1	24.3	6.3	30.6	2.3	1.8
30歳代	25.5	6.3	31.8	22.5	5.5	28.0	30.6	6.6	37.2	3.8	-5.4
40歳代	24.2	9.0	33.2	27.7	5.5	33.2	27.8	6.4	34.2	0.0	-1.0

**問 21 眠りを助けるためにアルコールを飲んだりすることがありますか。飲む場合は、どの程度ですか。(は1つだけ)**

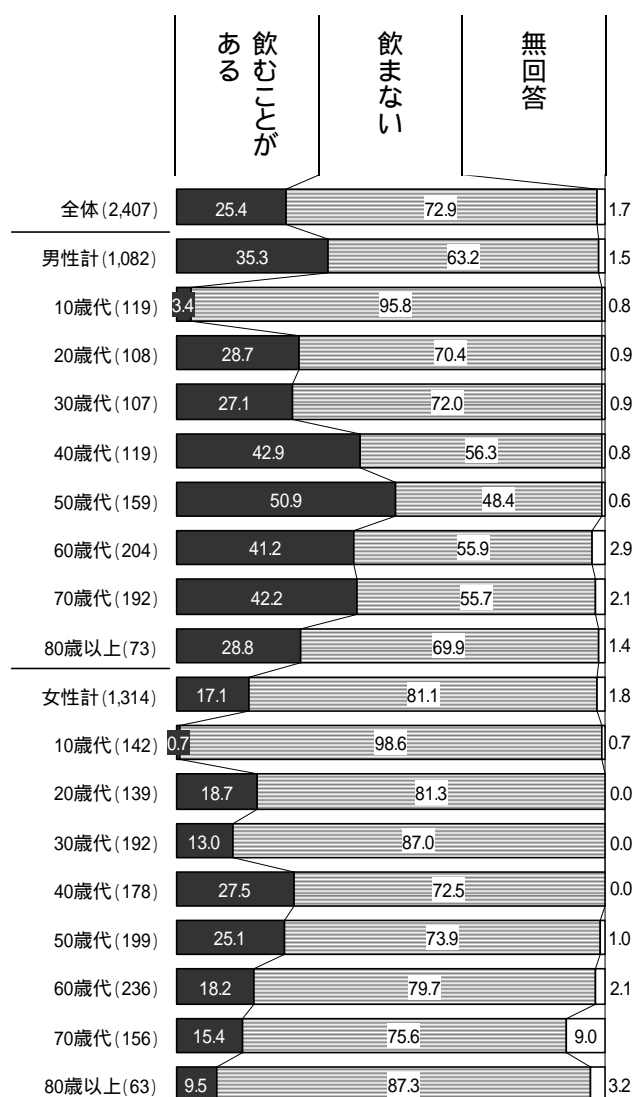
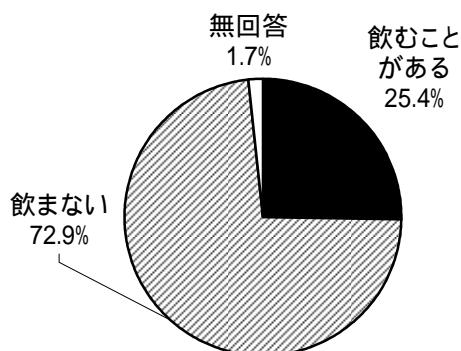
寝酒については、「飲まない」が72.9%となっています。

一方、「飲むことがある」が25.4%と比較的高くなっています。

**性別年代別**

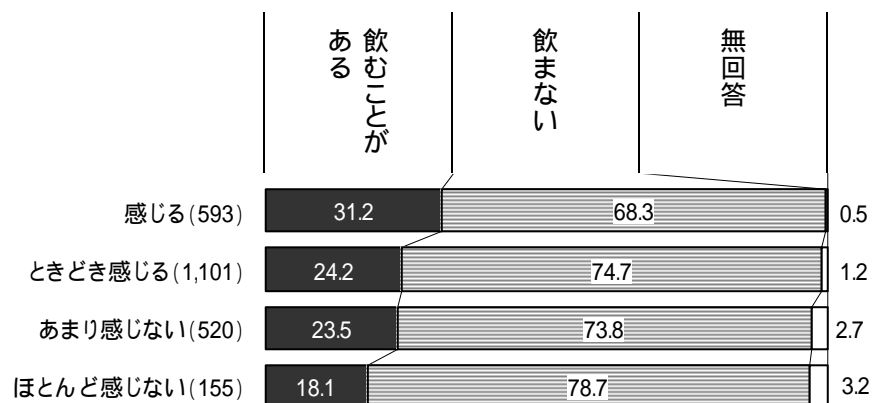
性別年代別にみると、女性よりも男性で「飲むことがある」人が多く、特に50歳代で50%超と半数を超えています。

問21(単数回答) n=2,407



毎日の生活でのストレス別

毎日の生活でのストレス別にみると、感じる層ほど「飲むことがある」が多くなっています。



前回比較 : (「飲むことがある」の割合)

前回と比較すると、アルコールを「飲むことがある」が8.8ポイント増加しています。

	アルコール	睡眠剤
今回	25.4	-
前回(平成17年)	16.6	9.5
前々回(平成14年)	睡眠剤やアルコール 16.9	
今回 - 前回	8.8	-



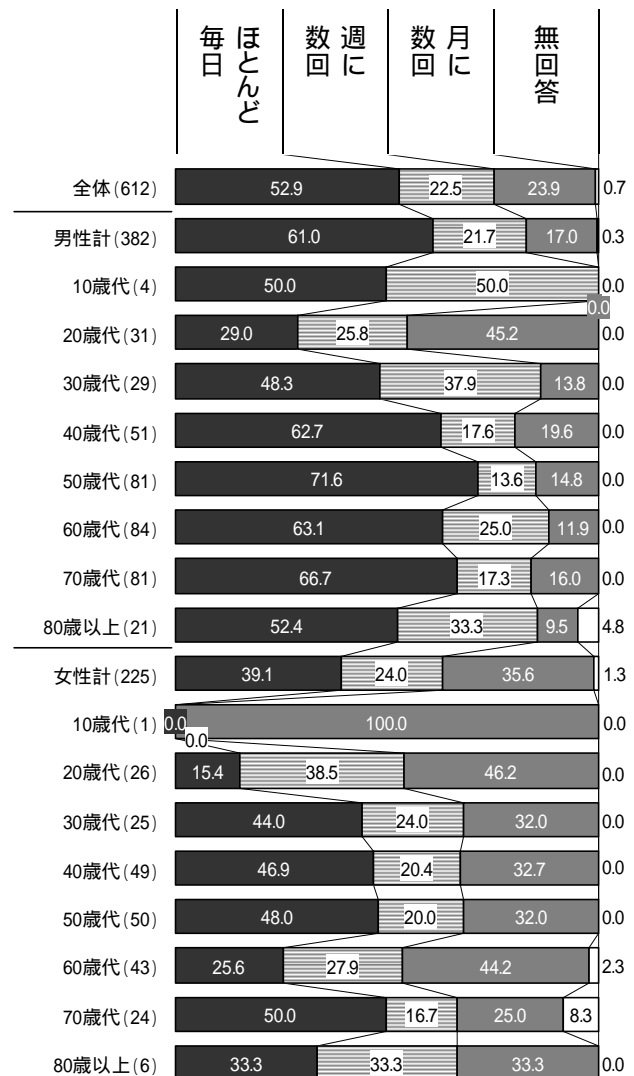
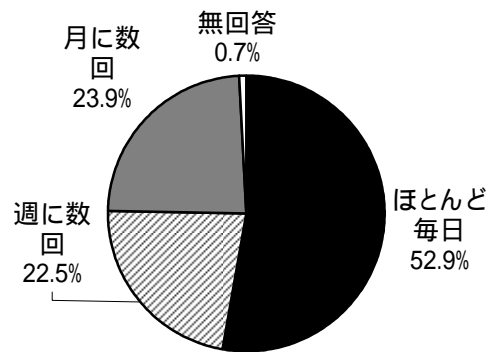
## 飲む場合の程度

寝酒の程度については、「ほとんど毎日」が52.9%と高くなっています。

### 性別年代別

性別年代別にみると、女性よりも男性で「ほとんど毎日」飲む人が多くっており、40～70歳代で60%超と高くなっています。

飲む場合の程度 (単数回答) n=612



**問 22 あなたは、生きがい・やりがいを  
持っていますか。( は1つだけ)**

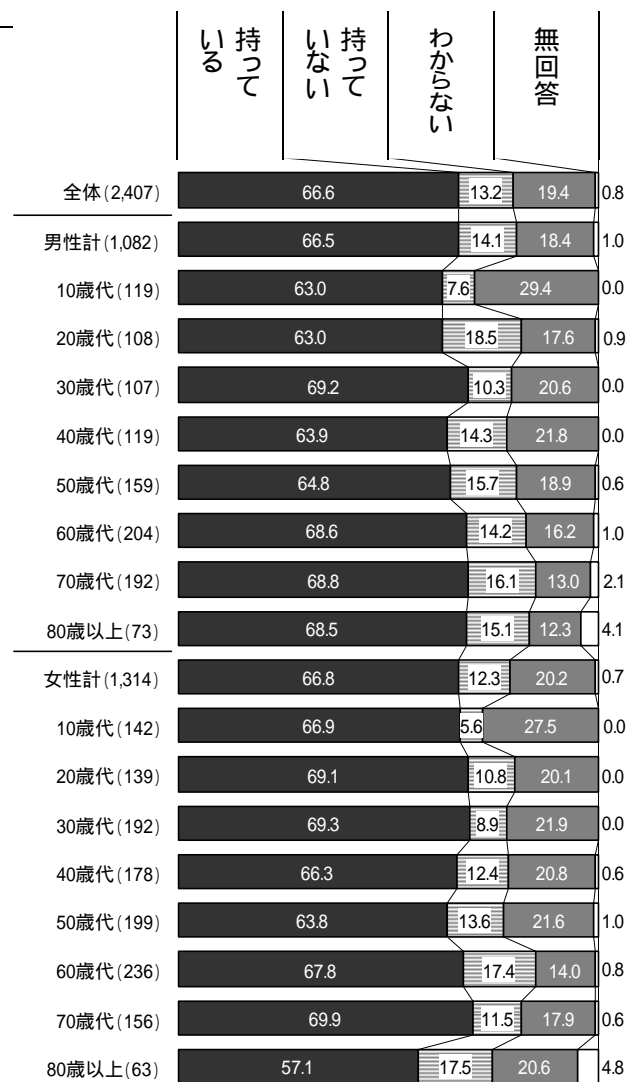
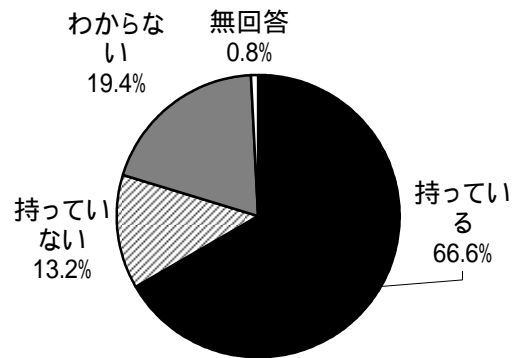
生きがい・やりがいを持っているかについては、「持っている」が66.6%と最も高くなっています。

一方、「持っていない」は13.2%となっています。

**性別年代別**

性別年代別では特徴的な差がみられませんでした。

問22(単数回答) n=2,407



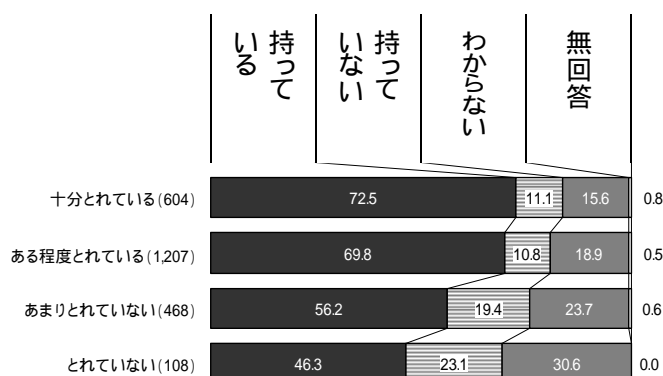
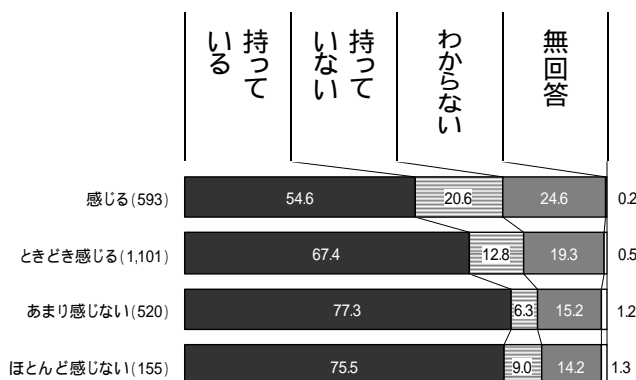
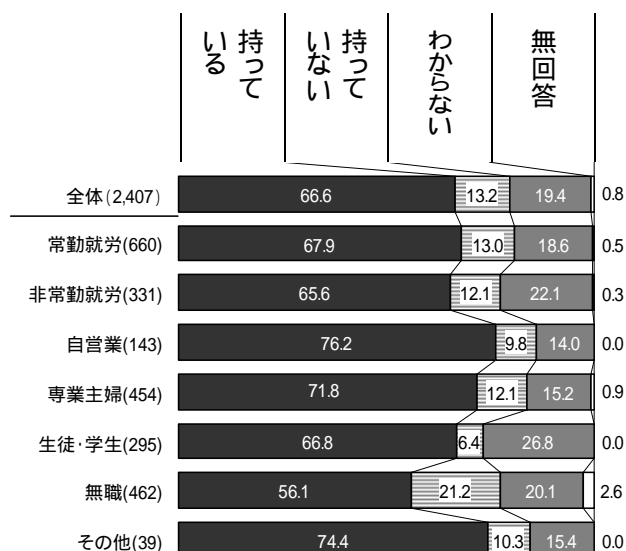
## 就労形態別

就労形態別にみると、自営業や専業主婦では「持っている」が70%超と、他の就労形態よりも比較的高くなっています。一方、無職では「持っていない」が21.2%と、やや高くなっています。

## 毎日の生活でのストレス別、十分な睡眠の摂取別

毎日の生活でのストレス別にみると、感じていない層ほど、生きがい・やりがいを持っている割合が高くなっています。

十分な睡眠の摂取別にみると、とれている層ほど、生きがい・やりがいを持っている割合が高くなっています。



## 前回比較：(「持っている」の割合)

前回と比較すると、「持っている」割合にあまり大きな変化はみられません。

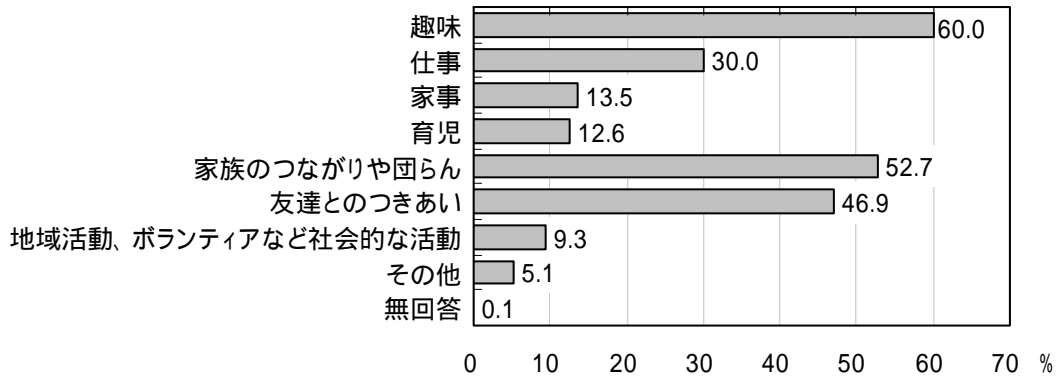
	持っている
今回	66.6
前回(平成17年)	67.6
前々回(平成14年)	71.2
今回-前回	-1.0
今回-前々回	-4.6

【問22で「1.持っている」とお答えの方のみ】

問22-1 それは具体的にどのようなことですか。( はあてはまるものすべて)

生きがい・やりがいについては、「趣味」が60.0%で最も高く、次いで「家族のつながりや団らん」が52.7%、「友達とのつきあい」が46.9%となっています。

問22-1 (複数回答) n=1,602



性別年代別

性別年代別では、男性では30～40歳代をのぞく年代で「趣味」、30～40歳代で「家族のつながりや団らん」、女性では10～20歳代で「友達とのつきあい」、30～50歳代で「家族のつながりや団らん」、60歳以上で「趣味」の割合が最も高くなっています。

単位: %

	n数	趣味	仕事	家事	育児	家族のつながりや団らん	友達とのつきあい	地域活動、ボランティアなど社会的な活動	その他	無回答
全体	1,602	60.0	30.0	13.5	12.6	52.7	46.9	9.3	5.1	0.1
男性計	719	67.0	36.4	6.0	5.7	48.7	36.6	10.6	5.0	0.1
10歳代	75	73.3	14.7	1.3	1.3	20.0	62.7	2.7	13.3	0.0
20歳代	68	70.6	35.3	2.9	7.4	45.6	42.6	4.4	5.9	0.0
30歳代	74	56.8	48.6	8.1	25.7	67.6	23.0	2.7	2.7	1.4
40歳代	76	50.0	50.0	6.6	14.5	69.7	22.4	7.9	2.6	0.0
50歳代	103	57.3	46.6	3.9	1.9	55.3	31.1	8.7	2.9	0.0
60歳代	140	75.7	42.9	9.3	2.1	50.0	32.1	10.7	3.6	0.0
70歳代	132	75.0	28.8	6.1	0.0	43.9	43.2	19.7	4.5	0.0
80歳以上	50	70.0	14.0	8.0	0.0	30.0	36.0	26.0	8.0	0.0
女性計	878	54.6	24.8	19.6	18.2	56.0	55.6	8.2	5.1	0.1
10歳代	95	65.3	5.3	3.2	0.0	33.7	74.7	7.4	18.9	0.0
20歳代	96	45.8	32.3	12.5	28.1	59.4	68.8	3.1	7.3	0.0
30歳代	133	39.8	26.3	24.8	57.9	60.2	44.4	2.3	1.5	0.0
40歳代	118	39.8	38.1	12.7	36.4	62.7	39.0	3.4	0.0	0.0
50歳代	127	48.8	35.4	21.3	6.3	66.1	49.6	13.4	3.9	0.0
60歳代	160	74.4	28.1	23.8	1.3	55.0	60.0	13.8	4.4	0.0
70歳代	109	64.2	8.3	31.2	1.8	52.3	63.3	13.8	2.8	0.0
80歳以上	36	61.1	2.8	25.0	2.8	47.2	47.2	2.8	8.3	2.8

## 就労形態別

就労形態別にみると、常勤就労や非常勤就労、専業主婦、その他では「家族のつながりや団らん」、自営業では「仕事」、生徒・学生や無職では「趣味」の割合が最も高くなっています。また、自営業や専業主婦、無職では「地域活動、ボランティアなど社会的な活動」が10%を超えており、他の就労形態と比べるとやや高くなっています。

単位：%

	n 数	趣味	仕事	家事	育児	家族の つながりや 団らん	友達との つきあい	地域活動、ボ ランティアなど 社会的な活動	その他	無回 答
全体	1,602	60.0	30.0	13.5	12.6	52.7	46.9	9.3	5.1	0.1
常勤就労	448	52.0	52.0	4.5	13.2	58.0	33.5	4.2	3.1	0.2
非常勤就労	217	56.2	53.0	12.4	15.2	63.1	49.3	8.8	1.8	0.0
自営業	109	56.0	73.4	13.8	4.6	44.0	34.9	17.4	2.8	0.0
専業主婦	326	58.0	1.5	35.9	28.5	65.3	56.4	11.3	2.5	0.0
生徒・学生	197	71.6	7.6	2.0	0.5	28.9	69.5	6.1	16.8	0.0
無職	259	73.0	5.0	10.0	1.5	41.7	41.7	13.9	6.2	0.4
その他	29	55.2	55.2	13.8	20.7	62.1	58.6	24.1	6.9	0.0

## 6 たばこについて、おうかがいします。

【次の問 23 は、喫煙経験についてお尋ねするものです。未成年の喫煙は法律により禁止されていますが、実態を明らかにし対策に役立てるため、未成年の方もお答えください。】

### 問 23 あなたは、たばこを吸いますか。 ( は1つだけ)

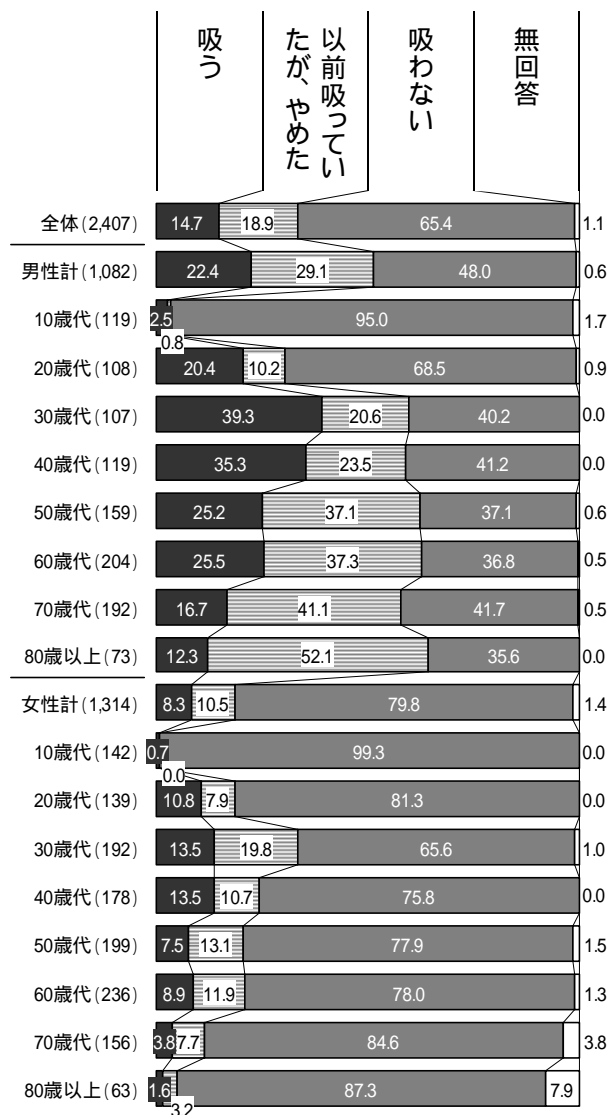
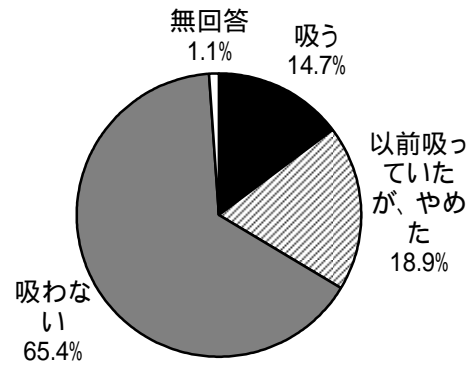
喫煙状況については、「吸わない」が65.4%と最も高くなっています。

一方、「吸う」は14.7%となっています。

#### 性別年代別

性別年代別にみると、女性よりも男性で「吸う」人が多く、30～40歳代で30%超と高くなっています。また、男性では50歳以上で「以前吸っていたが、やめた」の割合が高くなっています。

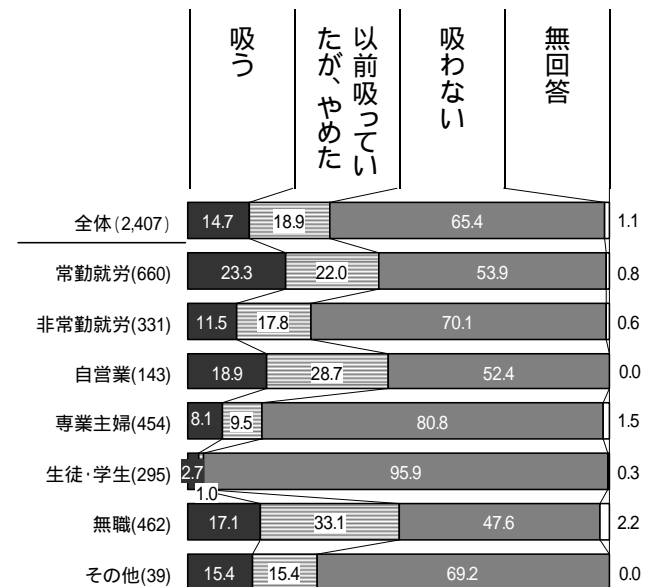
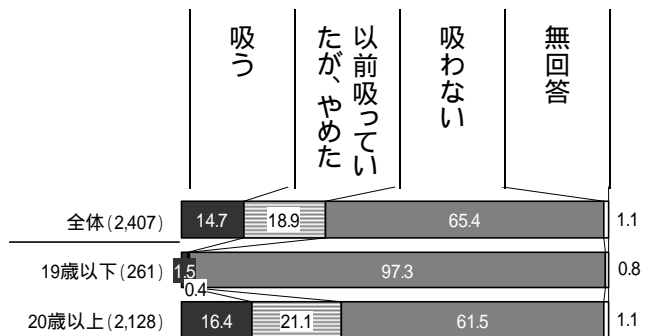
問23(単数回答) n=2,407



### 成年・未成年別、就労形態別

成年・未成年別にみると、19歳以下では「吸わない」が97.3%、20歳以上では「吸う」が16.4%、「以前吸っていたが、やめた」と「吸わない」人を合わせた『現在、吸っていない』が82.6%となっています。

就労形態別にみると、「吸う」が常勤就労で23.3%、と高くなっています。



### 前回比較：(「吸う」の割合)

前回と比較すると、20歳以上全体の喫煙状況は3.6ポイント減少しています。性別年代別にみると、男性はすべての年代で減少しており、特に50歳代で15.5ポイント、20歳代で14.5ポイント減少しています。女性は30・70歳代で増加しているものの、50歳代で7.0ポイント減少しています。19歳以下の喫煙状況は全体で4.7ポイント減少しています。

	今回	前回(平成17年)	前々回(平成14年)	今回-前回	今回-前々回
20歳以上全体	16.4	20.0	24.2	-3.6	-7.8
男性 / 20歳代	20.4	34.9	52.2	-14.5	-31.8
30歳代	39.3	44.1	48.9	-4.8	-9.6
40歳代	35.3	41.7	46.6	-6.4	-11.3
50歳代	25.2	40.7	42.6	-15.5	-17.4
60歳代	25.5	30.6	34.5	-5.1	-9.0
70歳代	16.7	22.4	29.9	-5.7	-13.2
80歳以上	12.3	-	23.5	-	-11.2
女性 / 20歳代	10.8	15.3	21.3	-4.5	-10.5
30歳代	13.5	13.0	14.8	0.5	-1.3
40歳代	13.5	16.2	18.5	-2.7	-5.0
50歳代	7.5	14.5	14.2	-7.0	-6.7
60歳代	8.9	9.2	8.3	-0.3	0.6
70歳代	3.8	3.5	6.6	0.3	-2.8
80歳以上	1.6	-	2.2	-	-0.6
19歳以下全体	1.5	6.2	18.1	-4.7	-16.6
男性 / 10歳代	2.5	8.3	25.4	-5.8	-22.9
女性 / 10歳代	0.7	4.8	12.4	-4.1	-11.7

【問 23 で「1. 吸う」「2. 以前吸っていたが、やめた」とお答えの方のみ】

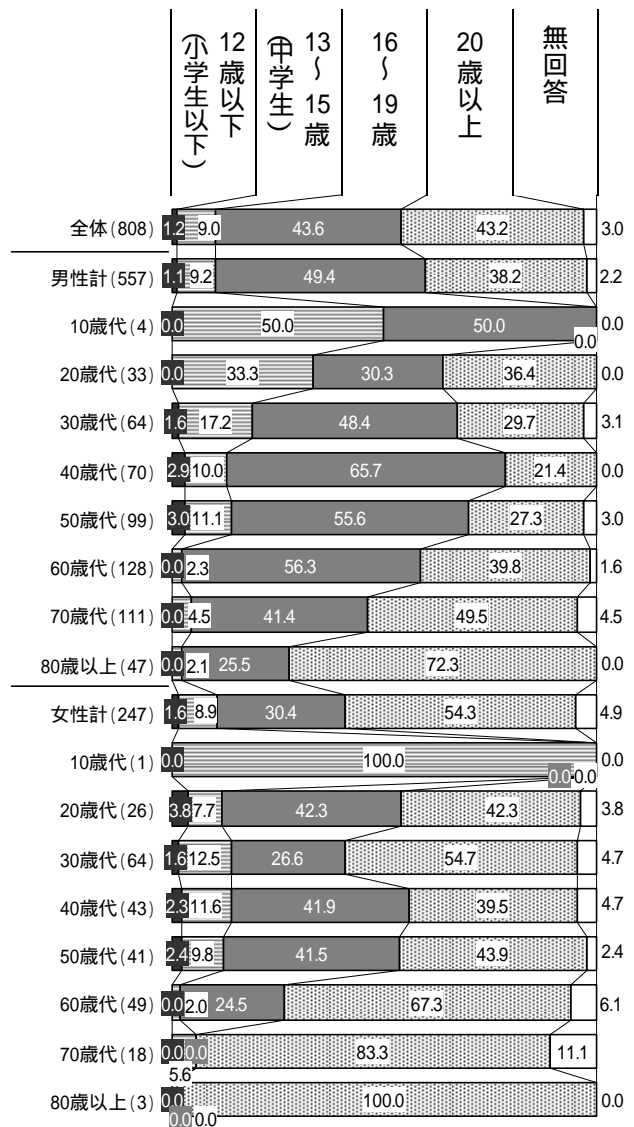
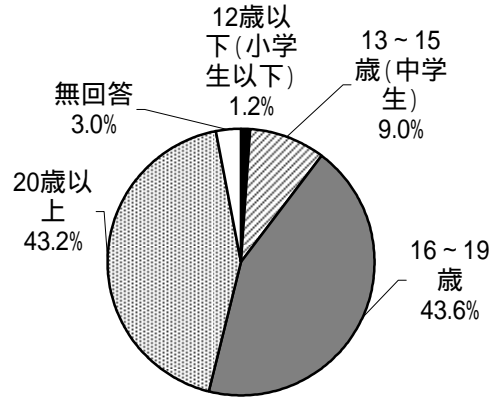
問 23- 1 はじめて、たばこを吸ったのは何歳ですか。( は1つだけ)

はじめて、たばこを吸った年齢については、「16～19歳」が43.6%で最も高く、次いで「20歳以上」が43.2%となっています。

性別年代別

性別年代別にみると、男性では「16～19歳」の割合が高くなっているものの、高齢になるほど「20歳以上」が高くなっています。また、女性では「20歳以上」が高くなっています。

問23 - 1(単数回答) n=808





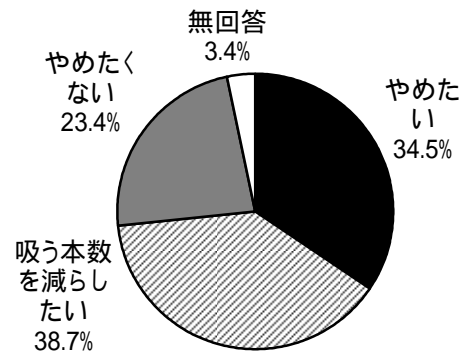
【問23で「1. 吸う」とお答えの方のみ】

問23 - 2 (単数回答) n=354

問23-2 あなたは、たばこをやめたいと思いますか。(は1つだけ)

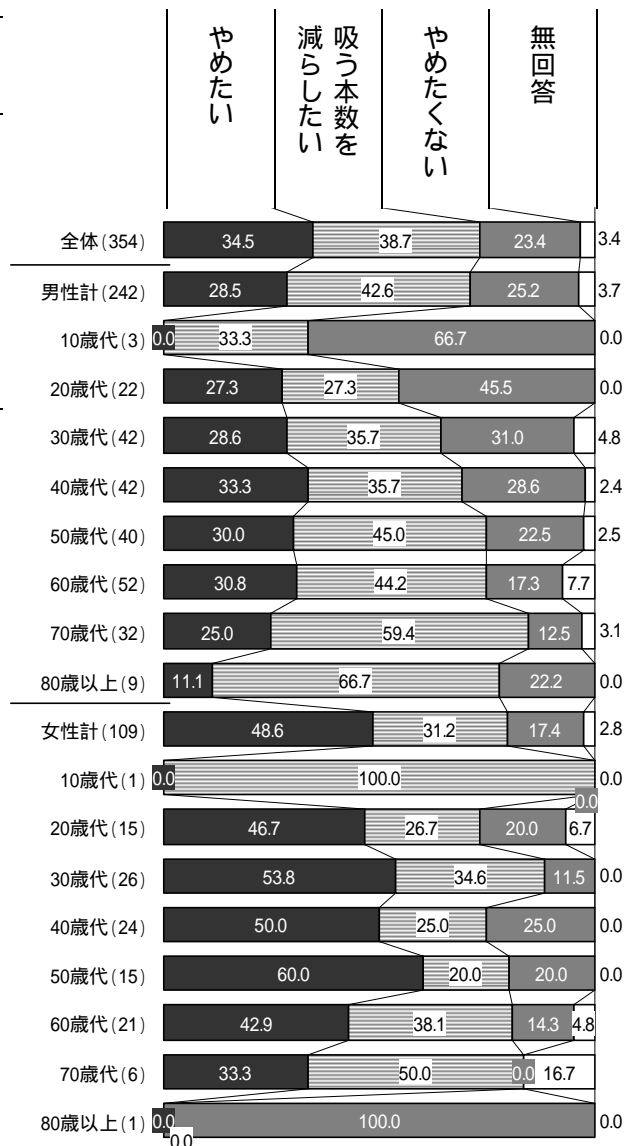
たばこをやめたいと思うかについては、「吸う本数を減らしたい」が38.7%で最も高く、次いで「やめたい」が34.5%となっています。

一方、「やめたくない」が23.4%となっています。



性別年代別

性別年代別にみると、男性よりも女性で「やめたい」人が多く、10歳代と80歳以上をのぞくすべての年代で多くなっています。また、男性では高齢になるほど「吸う本数を減らしたい」の割合が高くなる傾向がうかがえます。



前回比較

前回と比較すると、20歳以上で「やめたい」は2.2ポイントの増加、「吸う本数を減らしたい」は4.7ポイントの減少となっています。

	やめたい	吸う本数を減らしたい
今回	35.1	38.8
前回(平成17年)	32.9	43.5
前々回(平成14年)	26.3	50.4
今回-前回	2.2	-4.7
今回-前々回	8.8	-11.6

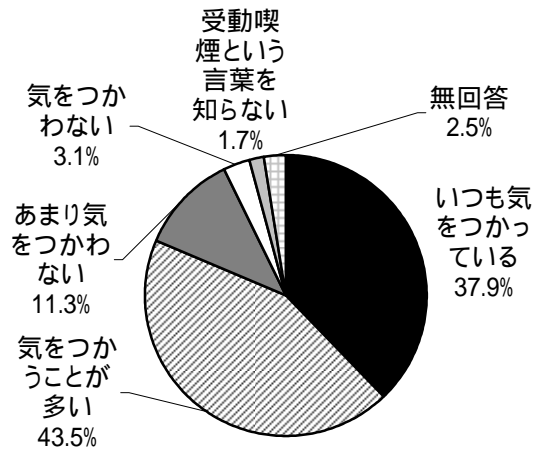
【問23で「1. 吸う」とお答えの方のみ】

問 23- 3 たばこを吸うときに周囲の人の受動喫煙に気がつかっていますか。( は1つだけ)

受動喫煙に気がつかっているかについては、「いつも気がつかっている」と「気がつかうことが多い」を合わせた『気がつかう』が81.4%となっています。

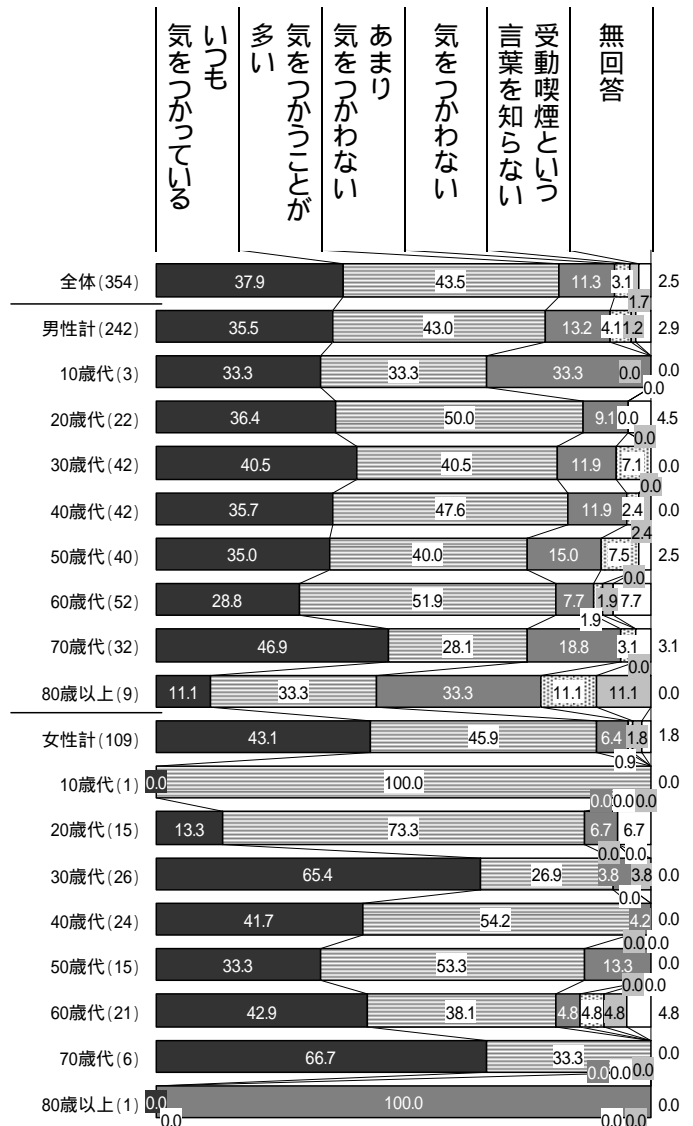
一方、「あまり気がつかわない」と「気がつかわない」を合わせた『気がつかわない』は14.4%となっています。

問23 - 3 (単数回答) n=354



性別年代別

性別年代別にみると、男性では10歳代と80歳以上をのぞくすべての年代で『気がつかう』が高くなっています。また、女性も男性とほぼ同様の傾向を示しており、80歳以上をのぞくすべての年代で『気がつかう』が高くなっています。

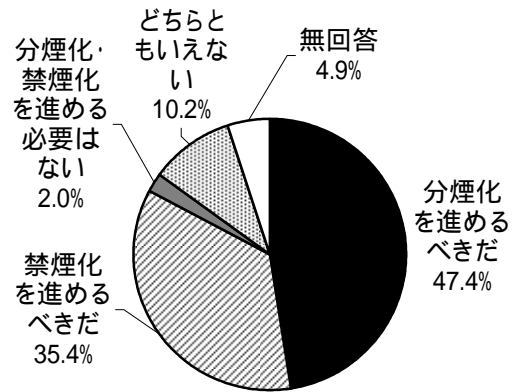


## 問 24 あなたは、分煙化・禁煙化を進めるべきだと思いますか。( は1つだけ)

分煙化・禁煙化については、「分煙化を進めるべきだ」が 47.4%で最も高く、次いで「禁煙化を進めるべきだ」が 35.4%となっています。

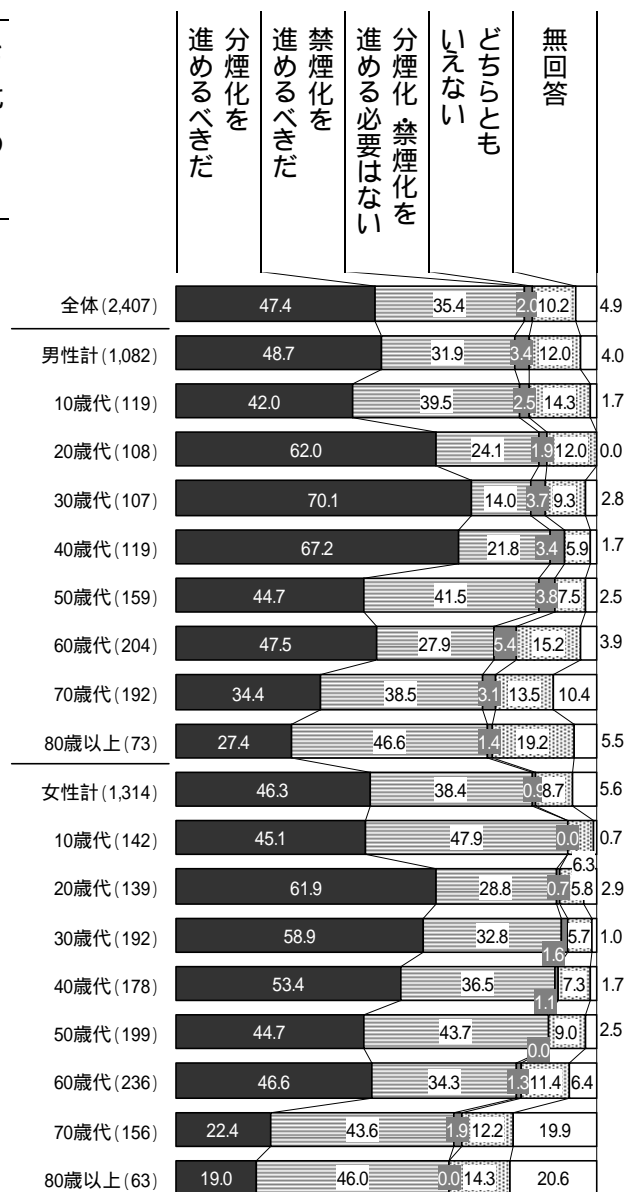
一方、「どちらともいえない」が 10.2%となっています。

問24 (単数回答) n=2,407



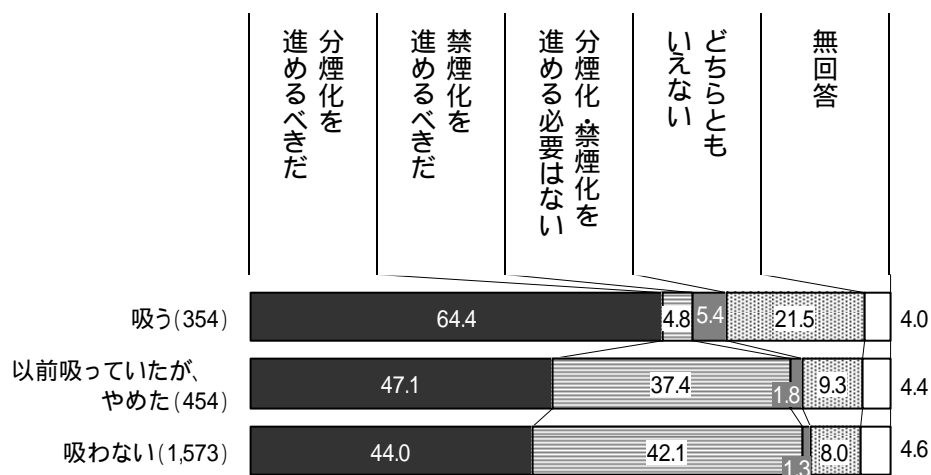
### 性別年代別

性別年代別にみると、男女とも「分煙化を進めるべきだ」の割合が高く、20～40歳代では半数以上となっています。特に、男性の30歳代では70%を超えています。



### 喫煙状況別

喫煙状況別にみると、吸う層では「分煙化を進めるべきだ」が64.4%と高くなっていますが、以前吸っていたが、やめた層と吸わない層では「禁煙化を進めるべきだ」が40%前後と高くなっています。



### 前回比較

前回と選択肢が異なるため、直接的な比較はできませんが、前回と比べると「禁煙化を進めるべきだ」と「分煙化を進めるべきだ」の割合が増加しています。

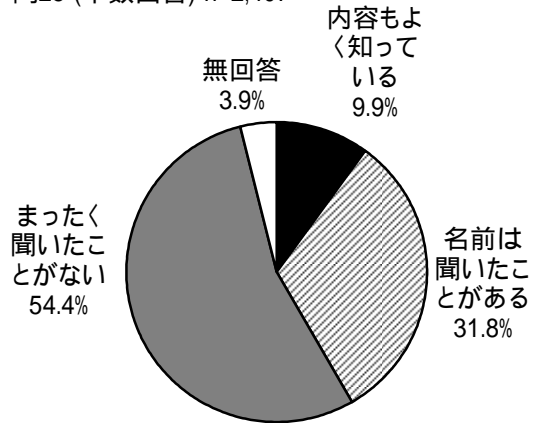
	分煙化を進めるべきだ	禁煙化を進めるべきだ
今回	47.4	35.4
前回(平成17年)	分煙化・禁煙化を進めるべきだ 71.0	
前々回(平成14年)	77.3	-

**問 25 あなたはCOPD(慢性閉塞性肺疾患)について知っていますか。(は1つだけ)**

COPDは病名ではなく、肺気腫や慢性気管支炎などの閉塞性肺疾患などの総称です。

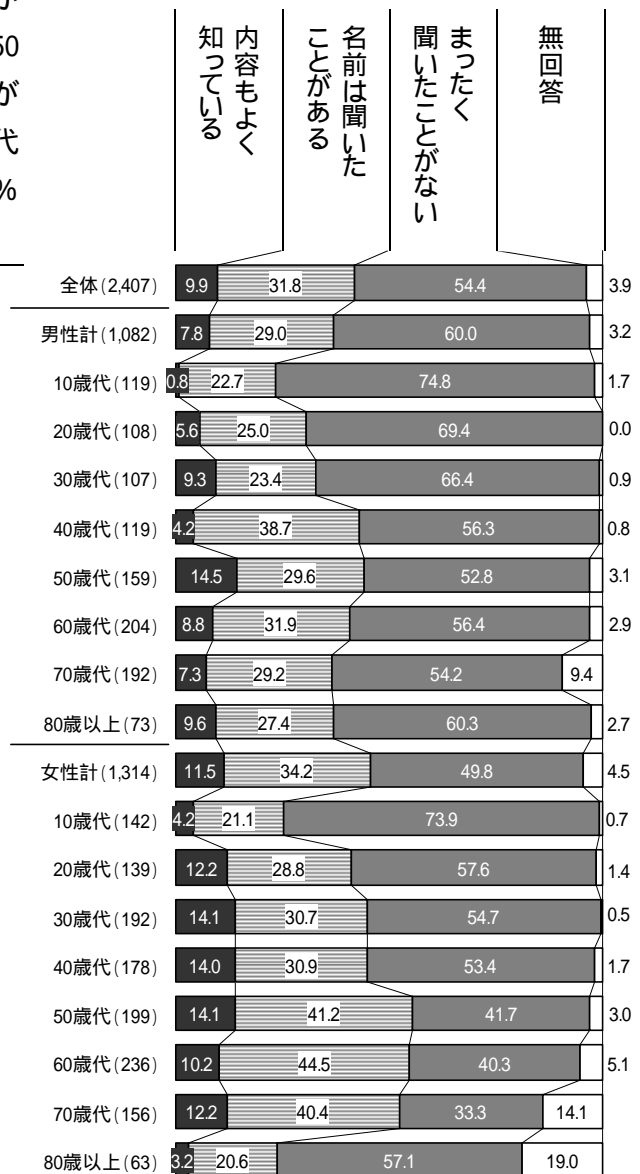
COPD(慢性閉塞性肺疾患)の認知度については、「まったく聞いたことがない」が54.4%と半数を超えています。

問25 (単数回答) n=2,407



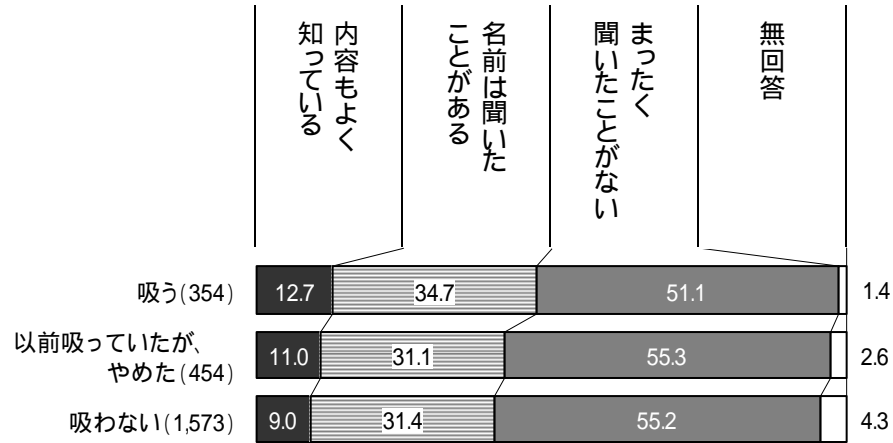
**性別年代別**

性別年代別にみると、男性ではすべての年代で「まったく聞いたことがない」の割合が最も高くなっています。また、女性では50~70歳代で「名前は聞いたことがある」がやや高くなっているものの、それ以外の年代では「まったく聞いたことがない」が50%超となっています。



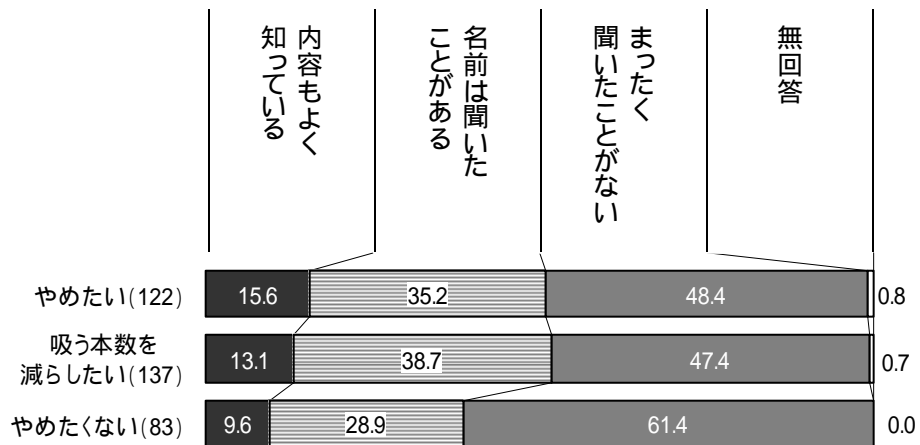
### 喫煙状況別

喫煙状況別にみると、吸う層ではわずかながらその他の層よりもCOPDの認知度は高くなっています。



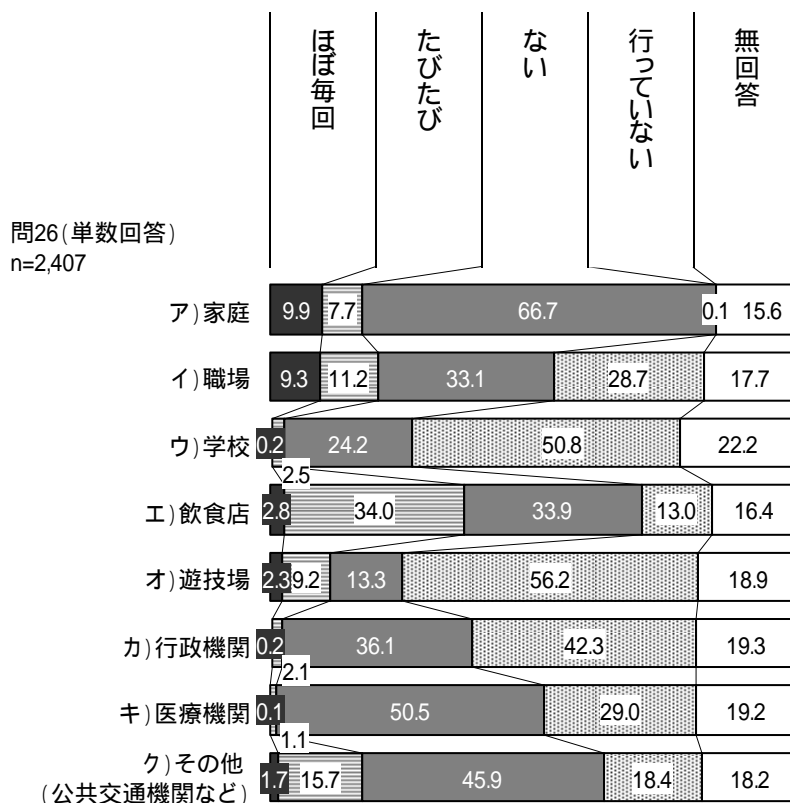
### 今後の禁煙の希望別

今後の禁煙の希望別にみると、やめたい層や吸う本数を減らしたい層では、COPDの認知度は高くなっています。



**問 26 あなたはこの1ヶ月間に以下の場所で、自分以外の人吸っていたたばこの煙を吸う機会がありましたか。( はそれぞれ1つずつ)**

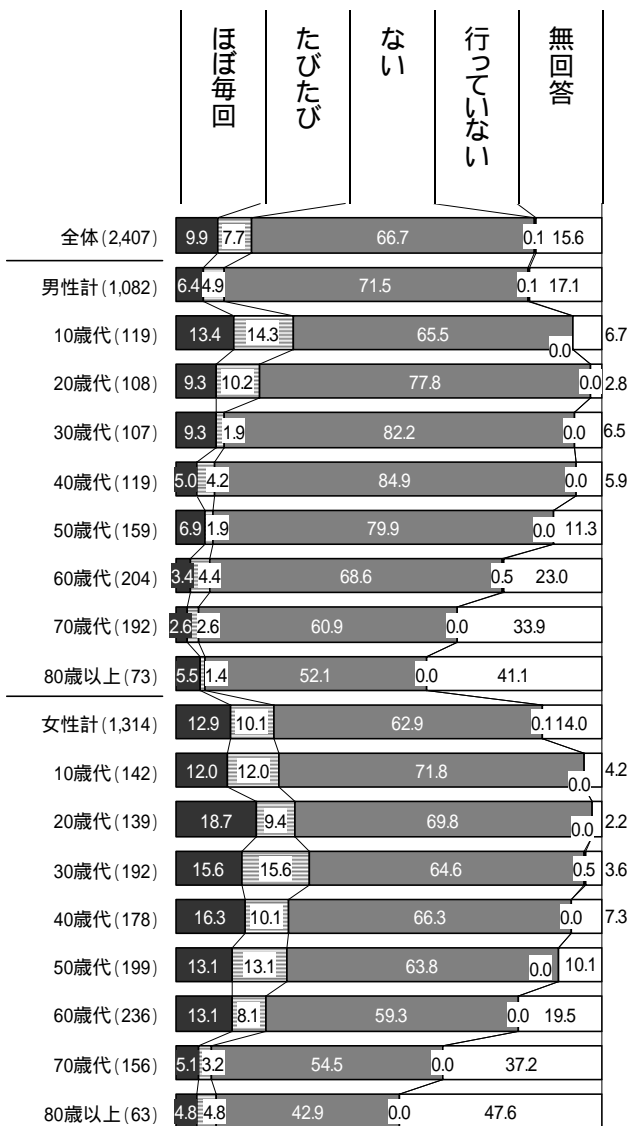
自分以外の人吸っていたたばこの煙を吸う機会については、(ア)家庭と(イ)職場において「ほぼ毎回」が10%弱となっています。また、(エ)飲食店において「たびたび」が34.0%となっています。



## ア) 家庭

性別年代別

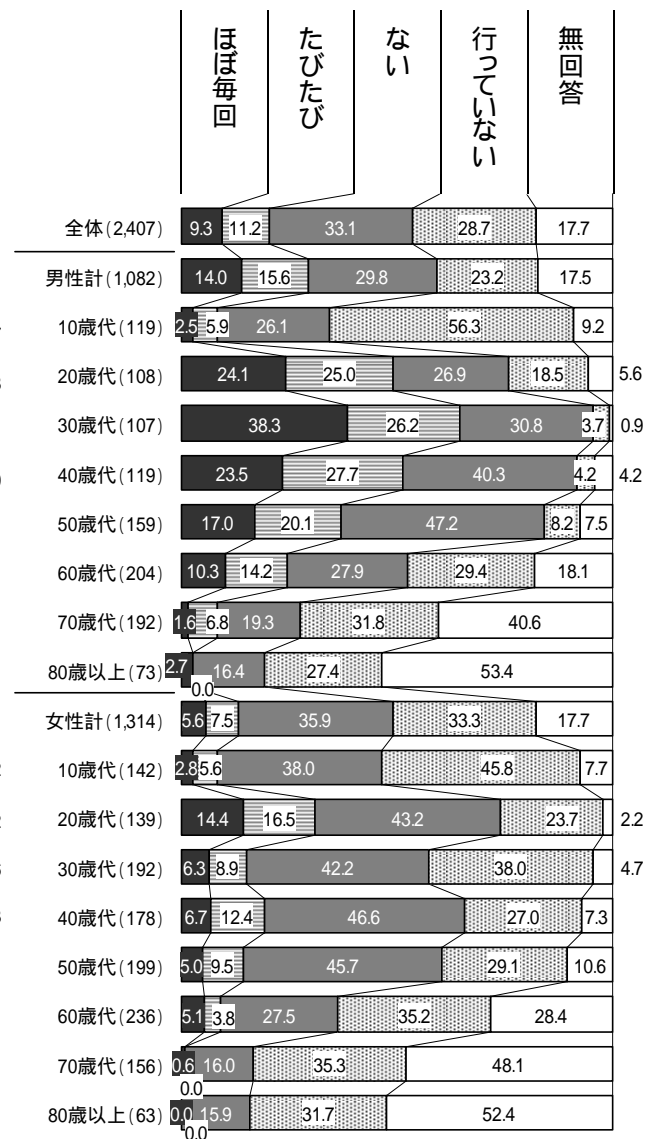
家庭について、性別年代別にみると、男女ともすべての年代で「ない」の割合が最も高くなっているものの、女性では10～60歳代で「ほぼ毎回」と「たびたび」を合わせて20%超が、たばこの煙を吸う機会があったと回答しています。



## イ) 職場

性別年代別

職場について、性別年代別にみると、男性では20～40歳代で「ほぼ毎回」と「たびたび」を合わせて半数近く、女性では20歳代で30.9%がたばこの煙を吸う機会があったと回答しています。

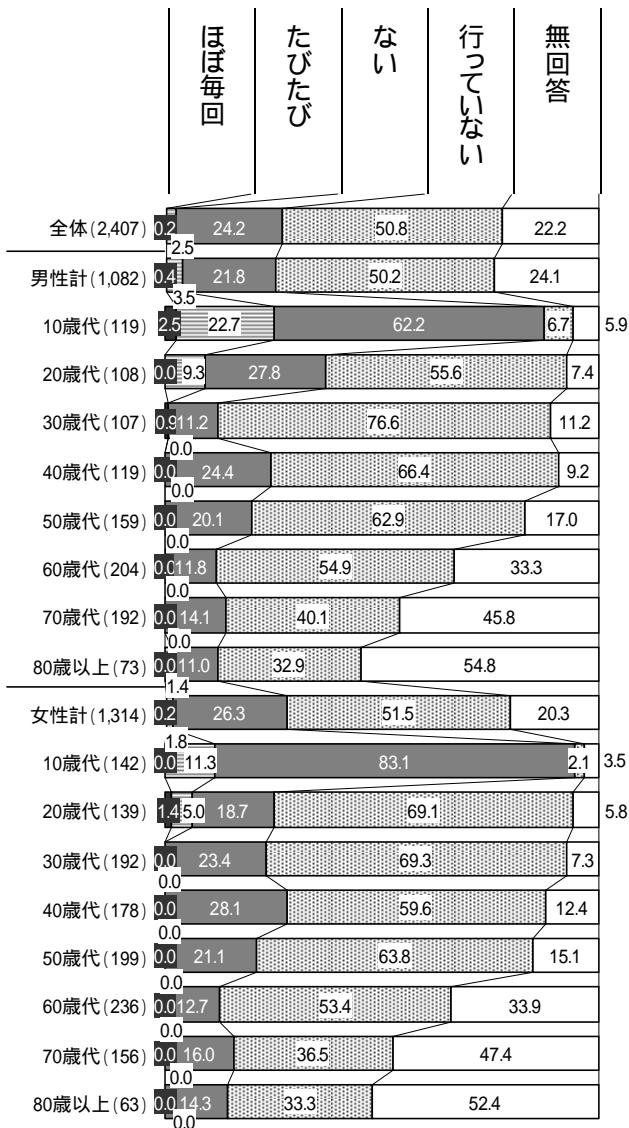




## ウ) 学校

性別年代別

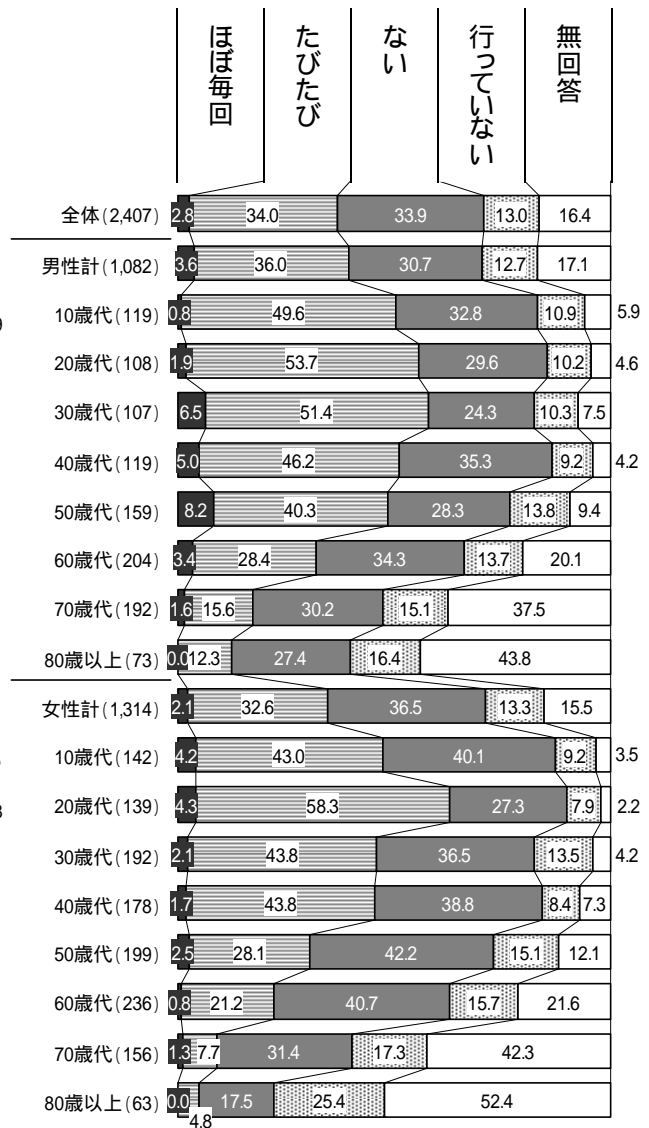
学校について、性別年代別にみると、男女とも10歳代をのぞくすべての年代で「行ってない」の割合が高くなっています。



## エ) 飲食店

性別年代別

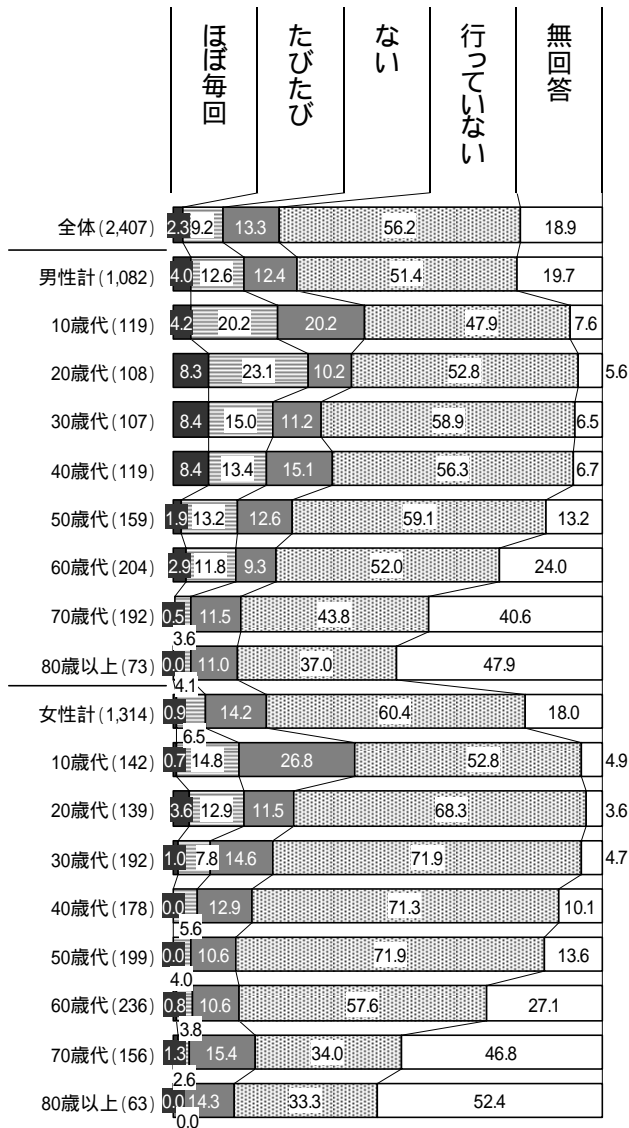
飲食店について、性別年代別にみると、男女とも10~40歳代で、「ほぼ毎回」と「たびたび」を合わせてたばこの煙を吸う機会があったと回答している割合が高く、特に女性の20歳代では60%を超えています。



## オ) 遊技場

性別年代別

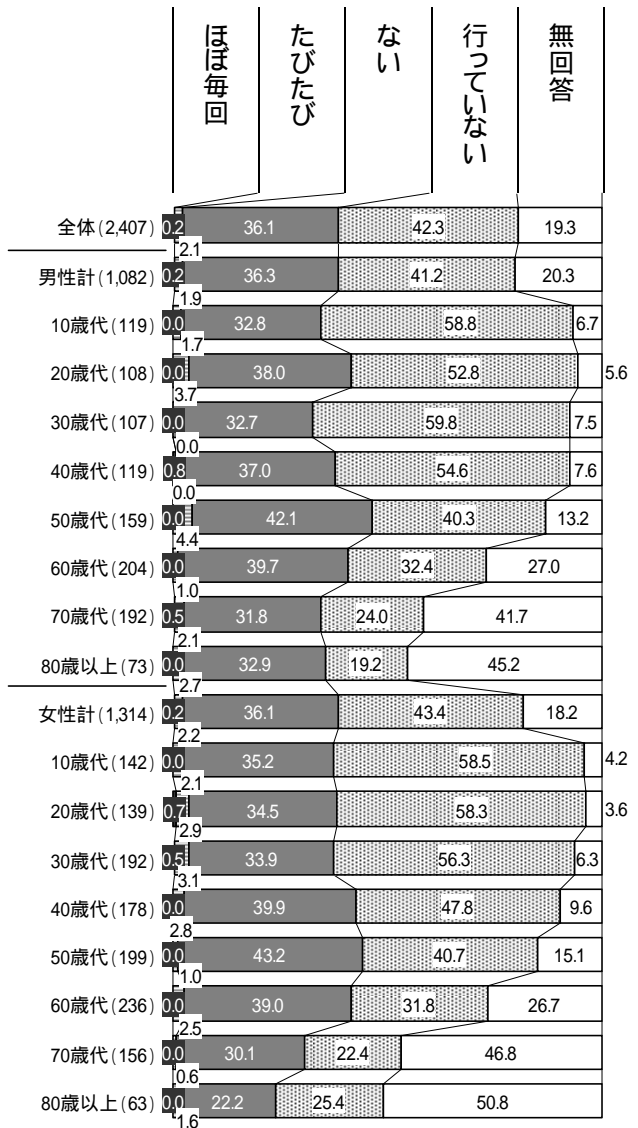
遊技場について、性別年代別にみると、男女ともすべての年代で「行っていない」の割合が高くなっています。



## カ) 行政機関

性別年代別

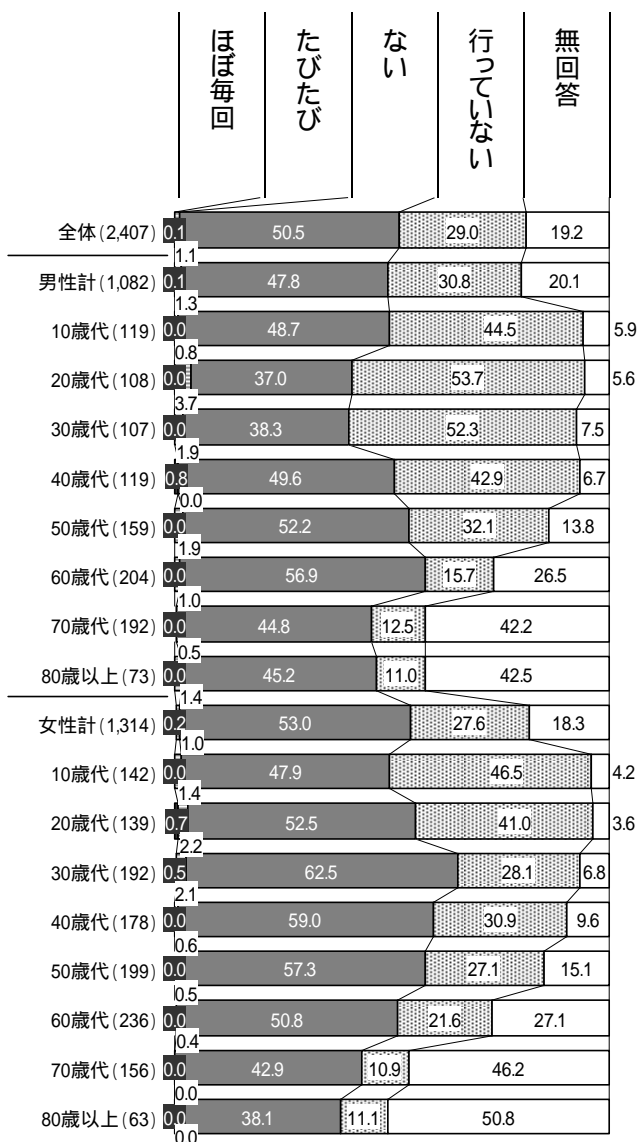
行政機関について、性別年代別にみると、男女ともすべての年代で「ない」または「行っていない」の割合が高くなっています。



## キ) 医療機関

性別年代別

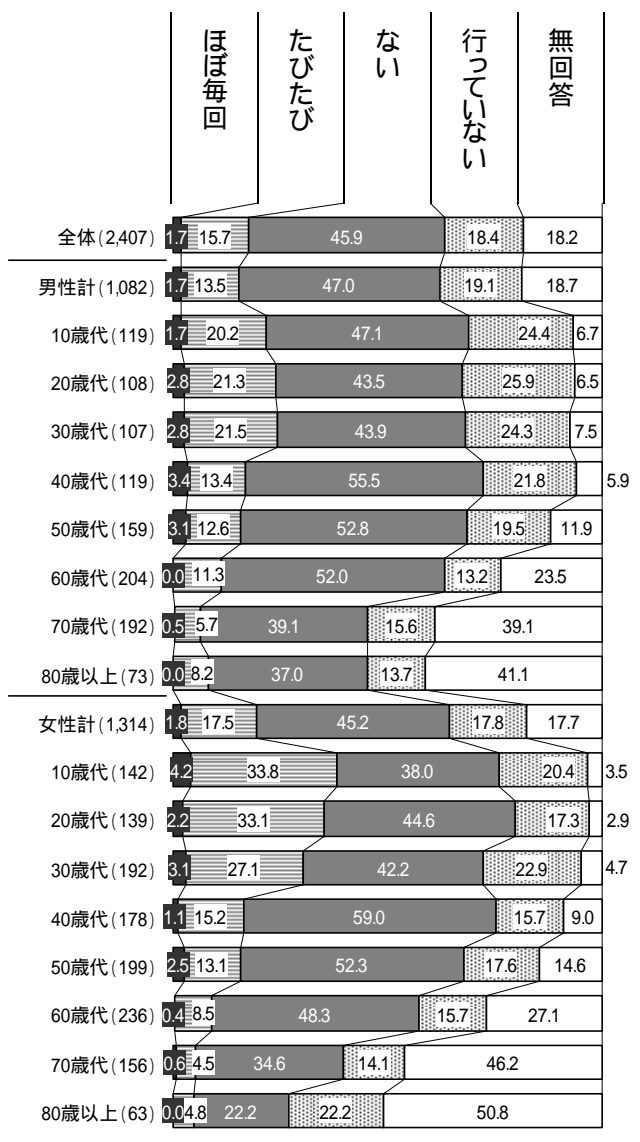
医療機関について、性別年代別にみると、男女ともすべての年代で「ない」または「行っていない」の割合が高くなっています。



## ク) その他 (公共交通機関など)

性別年代別

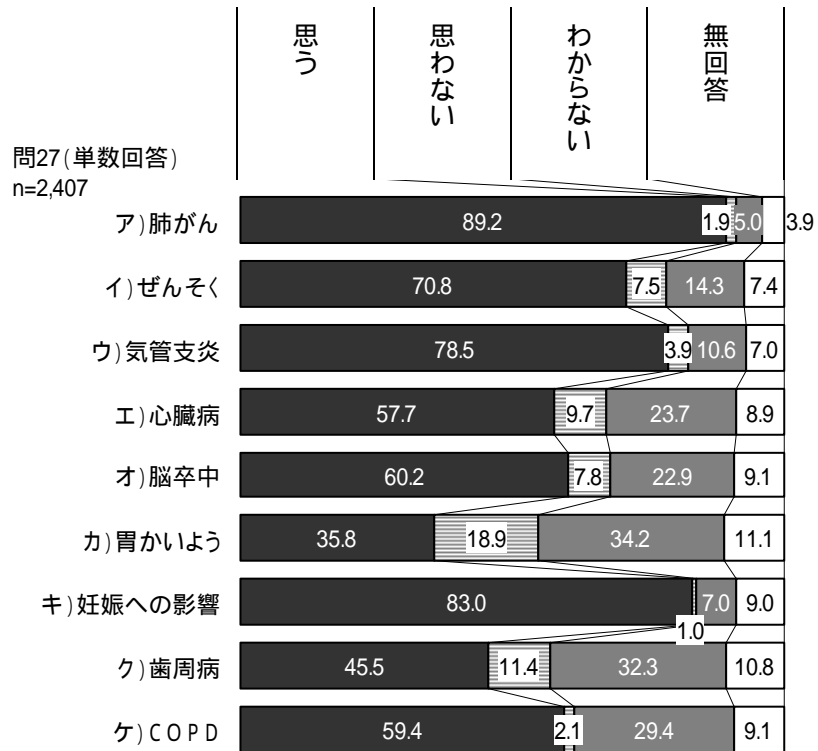
その他 (公共交通機関など) について、性別年代別にみると、男女ともすべての年代で「ない」の割合が高くなっているものの、「ほぼ毎回」と「たびたび」を合わせてたばこの煙を吸う機会があったと回答している割合が、男性の10~30歳代では20%超、女性の10~30歳代では30%超と、比較的高くなっています。



**問27 たばこを吸うと、ア～ケの病気についてかかりやすくなると思いますか。(はそれぞれ1つずつ)**

たばこを吸うと、病気にかかりやすくなると思うかについては、「思う」が(ア)肺がん、(キ)妊娠への影響で80%超と高くなっています。

一方、「思わない」が(カ)胃かいようで18.9%となっています。



**前回比較 : (「思う」の割合)**

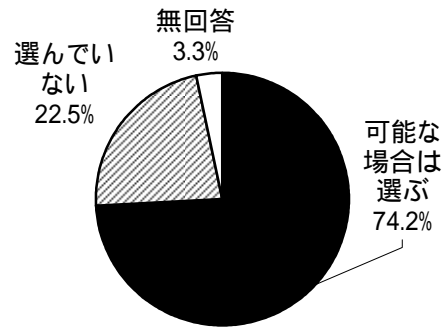
前回と比較すると、胃かいようのみ「思う」が減少しているものの、その他の疾病については「思う」が増加しており、特に妊娠への影響で8.0ポイント、気管支炎で7.8ポイント、ぜんそくで6.9ポイントの増加となっています。

	(ア) 肺がん	(イ) ぜんそく	(ウ) 気管支炎	(エ) 心臓病	(オ) 脳卒中	(カ) 胃かいよう	(キ) 妊娠への影響	(ク) 歯周病	(ケ) COPD
今回	89.2	70.8	78.5	57.7	60.2	35.8	83.0	45.5	59.4
前回(平成17年)	84.4	63.9	70.7	56.8	55.4	39.5	75.0	40.6	-
前々回(平成14年)	85.0	62.7	68.9	51.5	45.1	37.3	74.8	34.1	-
今回-前回	4.8	6.9	7.8	0.9	4.8	-3.7	8.0	4.9	-
今回-前々回	4.2	8.1	9.6	6.2	15.1	-1.5	8.2	11.4	-

**問 28 あなたは、人が多く集まる場所を利用する際に禁煙の施設を意識して選びますか。( は1つだけ)**

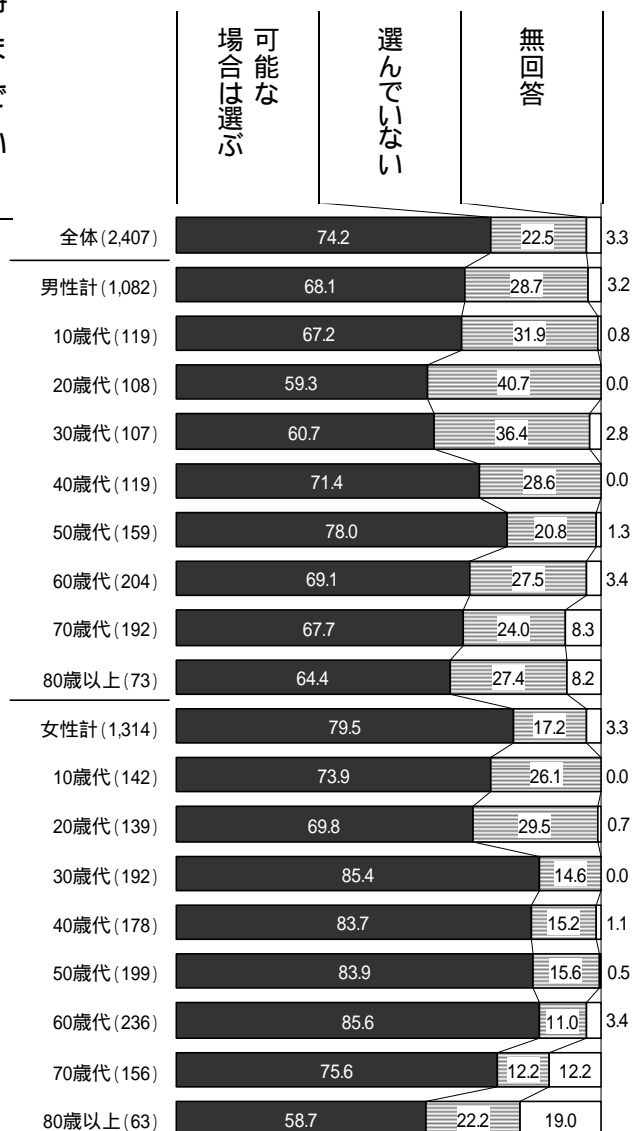
禁煙の施設を意識するかについては、「可能な場合は選ぶ」が74.2%となっています。  
一方、「選んでいない」が22.5%となっています。

問28 (単数回答) n=2,407



**性別年代別**

性別年代別にみると、男女ともすべての年代で「可能な場合は選ぶ」の割合が高く、特に女性の30～60歳代では80%を超えています。一方、男性では10～30歳代で「選んでいない」が30%を超え、やや高くなっています。



## 7 お酒（アルコール）について、おうかがいします。

【次の問 29 は、飲酒経験についてお尋ねするものです。未成年の飲酒は法律により禁止されていますが、実態を明らかにし対策に役立てるため、未成年の方もお答えください】

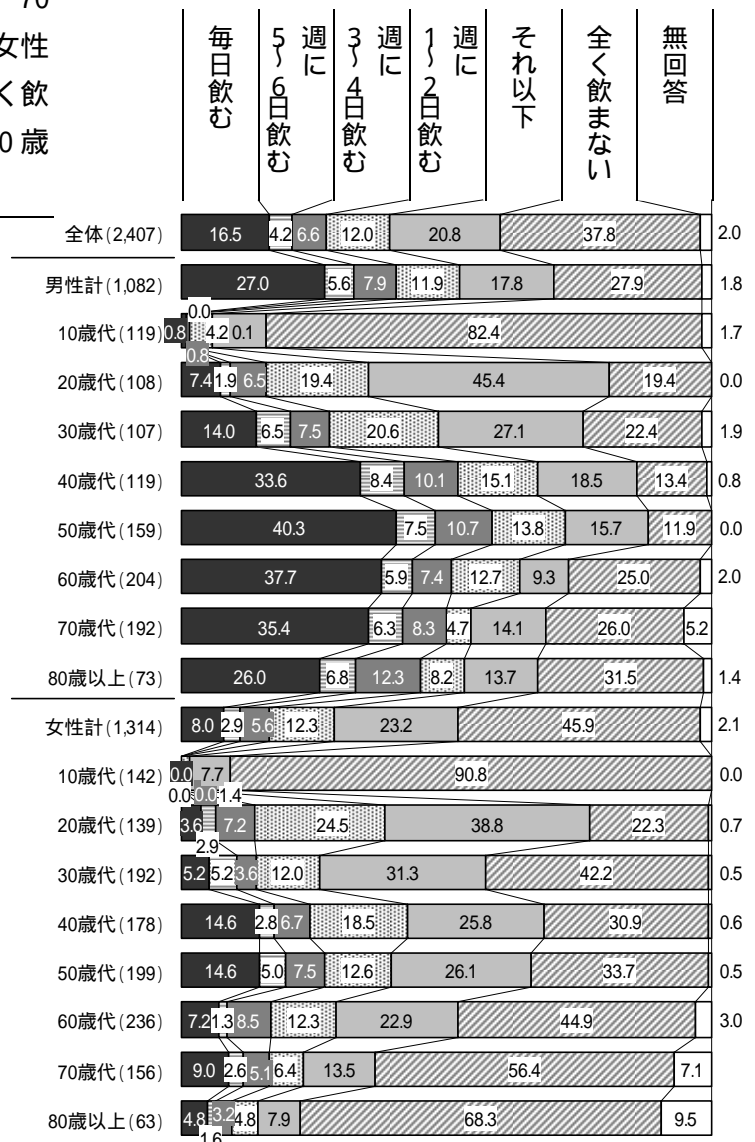
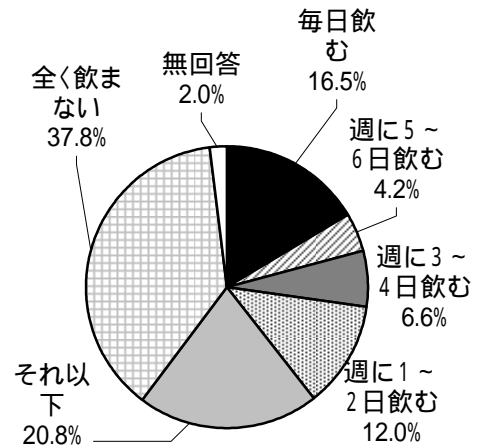
問 29 あなたは、お酒（洋酒、日本酒、ビールなど）をどの程度飲みますか。  
（ は1つだけ）

お酒を飲む頻度については、「全く飲まない」が 37.8%で最も高く、次いで「それ以下」が 20.8%、「毎日飲む」が 16.5%となっています。

### 性別年代別

性別年代別にみると、男女とも「全く飲まない」の割合が最も高くなっているものの、男性は「毎日飲む」人も多く、特に 40～70 歳代では 30%を超えています。また、女性は 10 歳代、30 歳代と 60 歳以降で「全く飲まない」が 50%超となっており、特に 10 歳代・70 歳以上で半数を超えています。

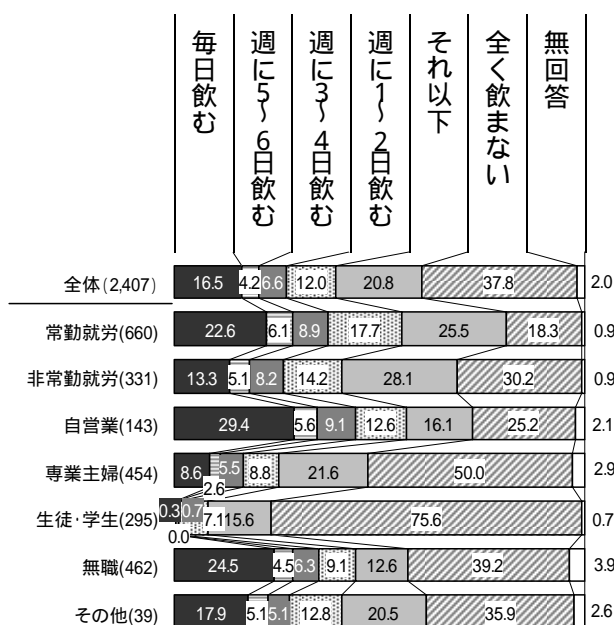
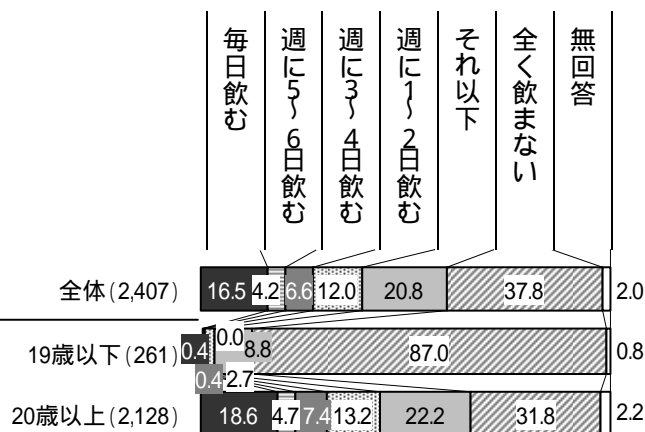
問29 (単数回答) n=2,407



### 成年・未成年別就労形態別

成年・未成年別にみると、19歳以下では「全く飲まない」が87.0%、20歳以上では「全く飲まない」が31.8%、週に3日以上飲む人が30.7%なっています。

就労形態別にみると、「毎日飲む」が自営業、常勤就労、無職で20%超となっており、特に週に3日以上飲む人は自営業で44.1%となっています。また、「全く飲まない」は生徒・学生で75.6%、専業主婦で半数と、他の就労形態と比べやや高くなっています。



### 前回比較 : (「毎日飲む」の割合)

前回と比較すると、毎日飲む割合は、全体で0.6ポイント減少しています。性別年代別にみると、男性の60歳代で5.3ポイント、40歳代で4.1ポイント減少しているものの、50歳代で若干増加しています。

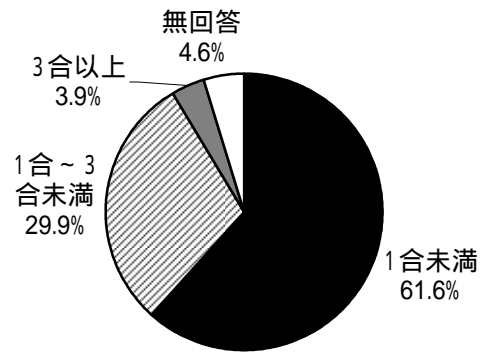
	全体 20歳以上	男性計			
		20歳以上	40歳代	50歳代	60歳代
今回	18.6	30.2	33.6	40.3	37.7
前回(平成17年)	19.2	32.6	37.7	39.3	43.0
前々回(平成14年)	19.5	34.3	36.0	43.9	45.1
今回-前回	-0.6	-2.4	-4.1	1.0	-5.3
今回-前々回	-0.9	-4.1	-2.4	-3.6	-7.4

【問 29 で「1. 毎日飲む」「2. 週に5～6日飲む」「3. 週に3～4日飲む」「4. 週に1～2日飲む」「5. それ以下」とお答えの方のみ】

問 29- 1 日本酒に換算して、1日平均してどれくらい飲んでいきますか。  
( は1つだけ)

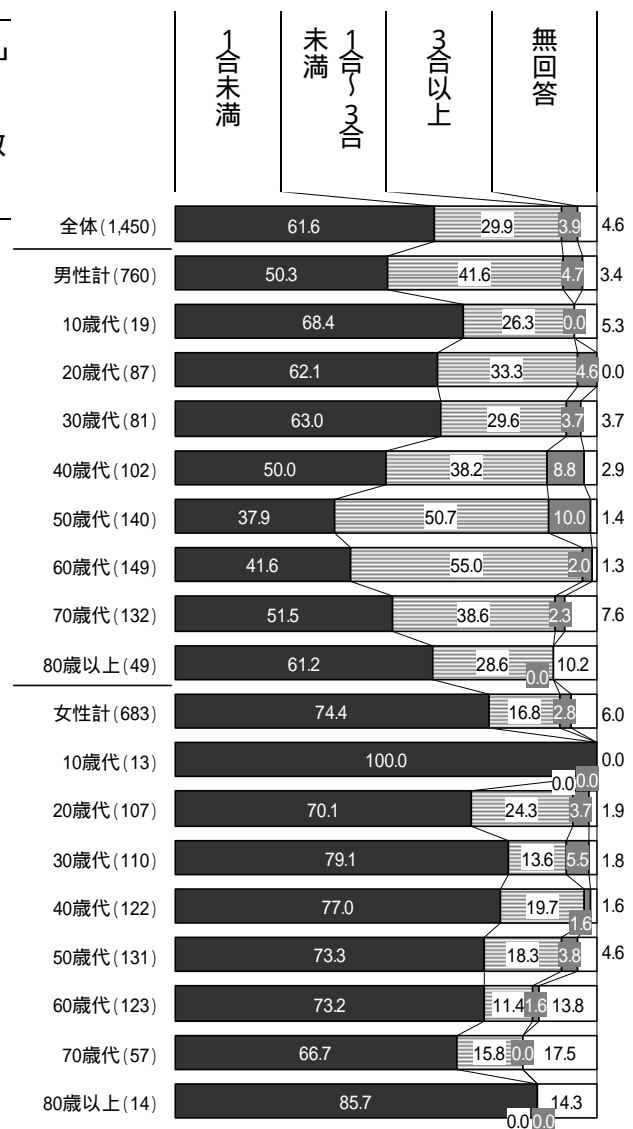
1日平均で飲む量については、「1合未満」が61.6%となっています。

問29 - 1(単数回答) n=1,450



性別年代別

性別年代別にみると、男女とも「1合未満」の割合が最も高いものの、男性では「1合～3合未満」も高く、特に50～60歳代で半数を超えています。

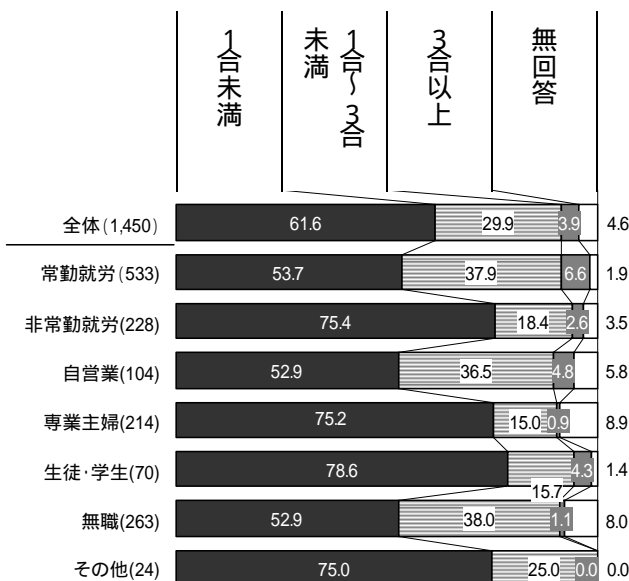
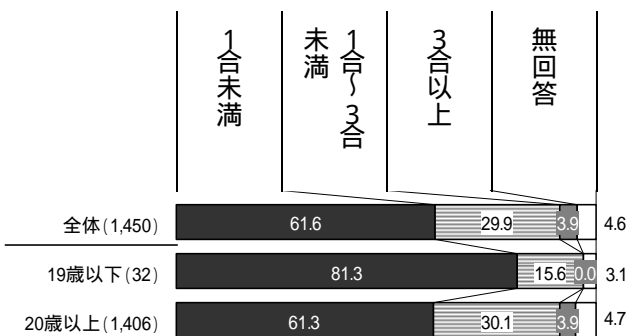




成年・未成年別、就労形態別

成年・未成年別にみると、19歳以下では「1合未満」が81.3%、20歳以上で61.3%となっています。

就労形態別にみると、非常勤職員や専業主婦、生徒・学生では「1合未満」が70%超となっており、また、常勤就労や自営業、無職では「1合～3合未満」が40%弱となっています。



前回比較 : (1日の飲酒量が「3合以上」の割合)

前回と比較すると、1日の飲酒量が3合以上の割合は、女性の30歳代で5.1ポイント増加しているものの、他に大きな変化はみられません。

	今回	前回 (平成17年)	前々回 (平成14年)	今回-前回	今回-前々回
全体	3.9	3.5	3.6	0.4	0.3
成人男性計 /	4.7	5.3	3.6	-0.6	1.1
40歳代	8.8	7.0	5.8	1.8	3.0
50歳代	10.0	9.7	7.2	0.3	2.8
成人女性計 /	2.8	1.8	1.7	1.0	1.1
20歳代	3.7	2.4	3.1	1.3	0.6
30歳代	5.5	0.4	3.2	5.1	2.3

【問 29 で「1. 毎日飲む」「2. 週に5～6日飲む」「3. 週に3～4日飲む」「4. 週に1～2日飲む」「5. それ以下」とお答えの方のみ】

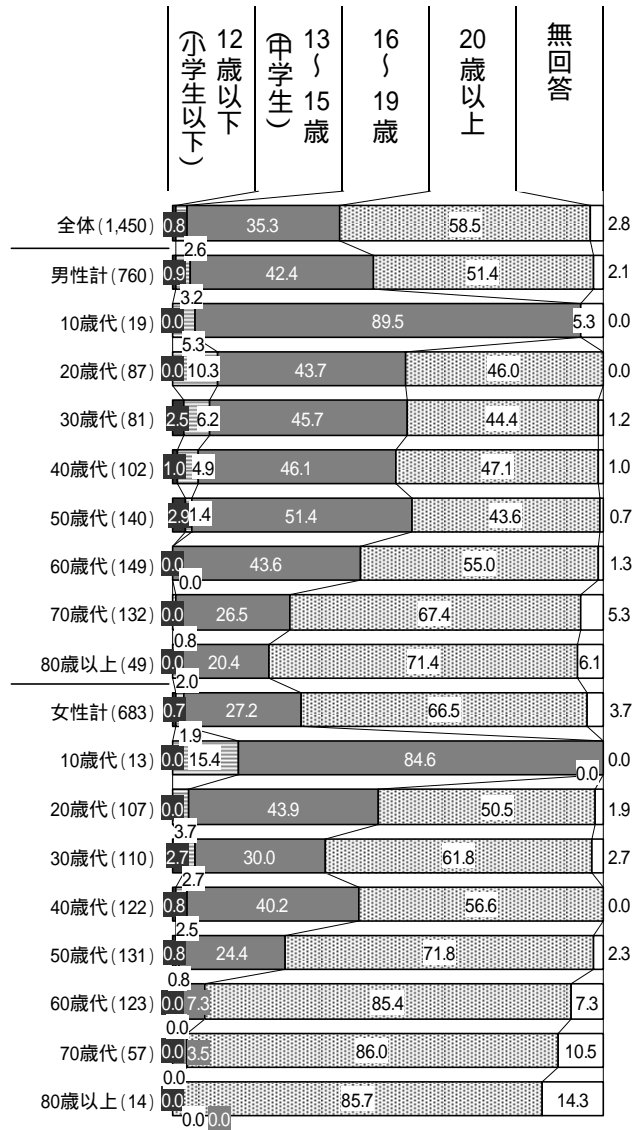
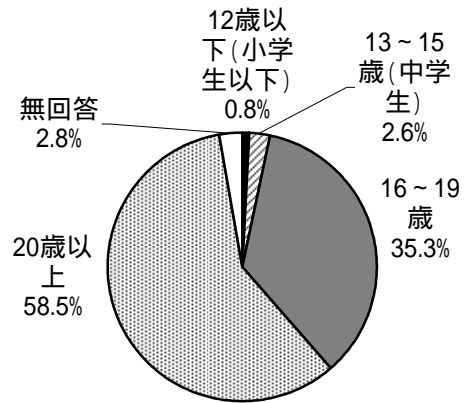
問 29- 2 お酒を飲み始めたのは、いつからですか。( は1つだけ)

お酒を飲み始めた時期については、「20歳以上」が 58.5%で最も高く、次いで「16～19歳」が 35.3%となっています。

性別年代別

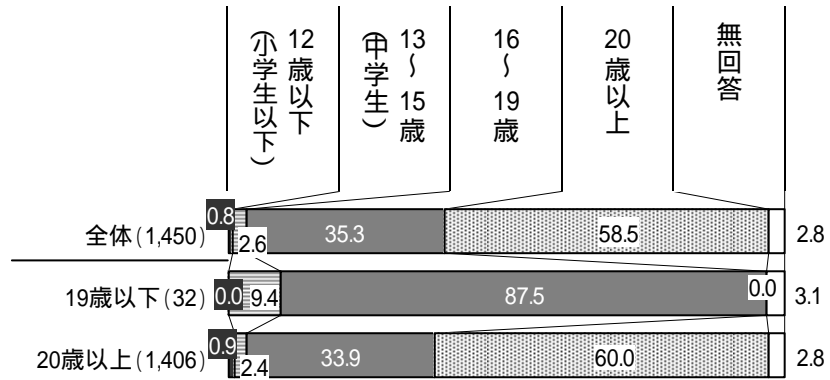
性別年代別にみると、男性では10歳代をのぞき、40歳代までは「16～19歳」と「20歳以上」がほぼ半数、50歳代は「16～19歳」が多く、60歳以上は「20歳以上」が多くなっています。また、女性は10歳代をのぞくすべての年代で「20歳以上」が多くなっています。

問29 - 2(単数回答) n=1,450



成年・未成年別

成年・未成年別にみると、19歳以下で中学生以前から飲み始めた人が9.4%で、87.5%が「16～19歳」となっています。20歳以上では、「20歳以上」が60.0%、「16～19歳」が33.9%となっています。



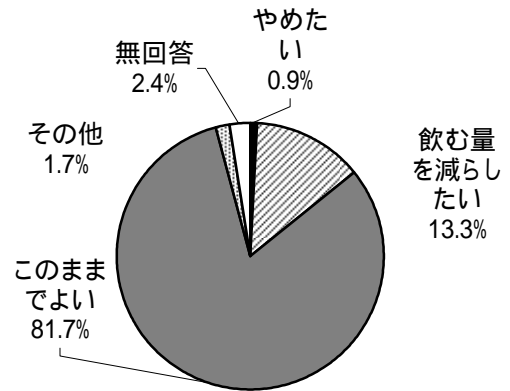
【問 29 で「1 . 毎日飲む」「2 . 週に5 ~ 6日飲む」「3 . 週に3 ~ 4日飲む」「4 . 週に1 ~ 2日飲む」「5 . それ以下」とお答えの方のみ】

問 29- 3 あなたは、今後、飲酒について、どのようにしたいと思いますか。( は1つだけ)

今後の飲酒の意向については、「このままでよい」が81.7%で最も高くなっています。

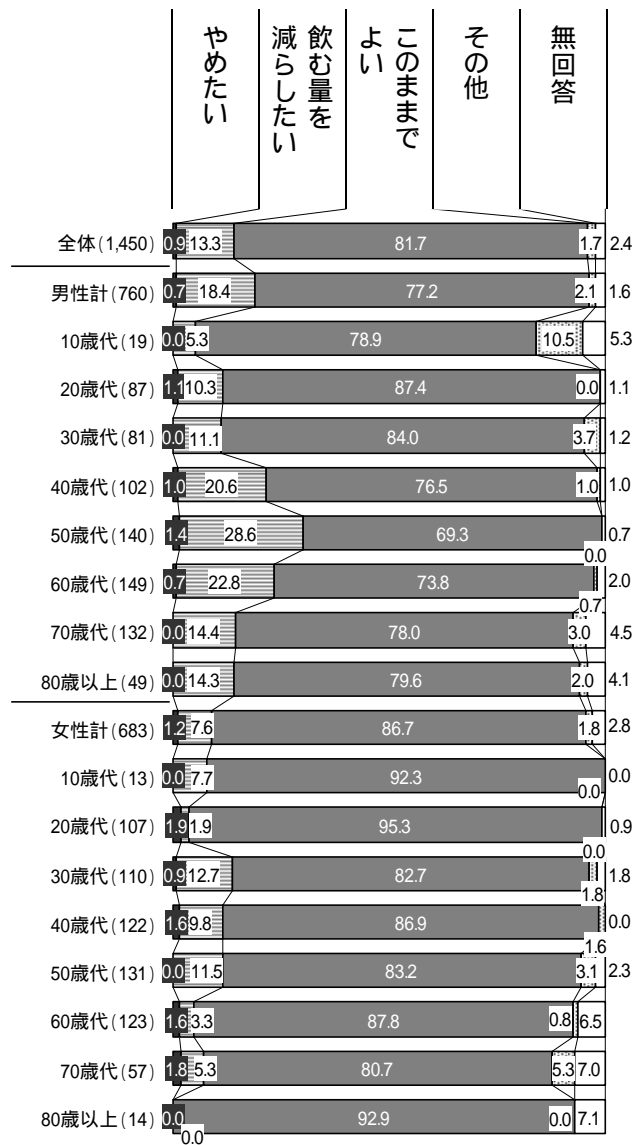
一方、「飲む量を減らしたい」が13.3%となっています。

問29 - 3(単数回答) n=1,450



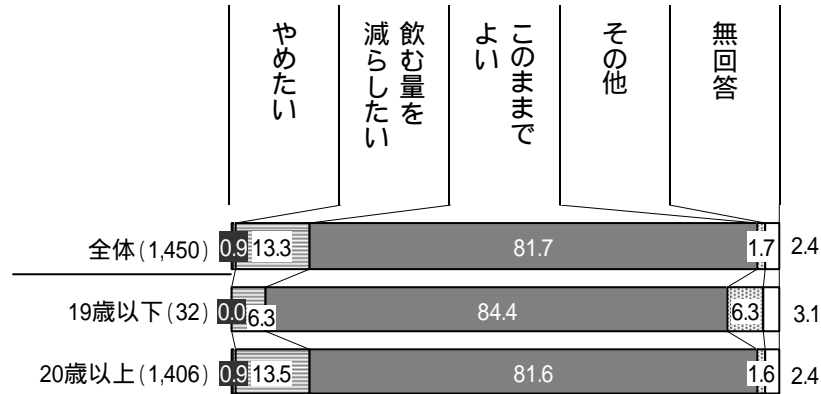
性別年代別

性別年代別にみると、男女ともすべての年代で「このままでよい」の割合が最も高くなっているものの、男性の40~60歳代では「飲む量を減らしたい」が20%超と、他の年代と比べやや高くなっています。



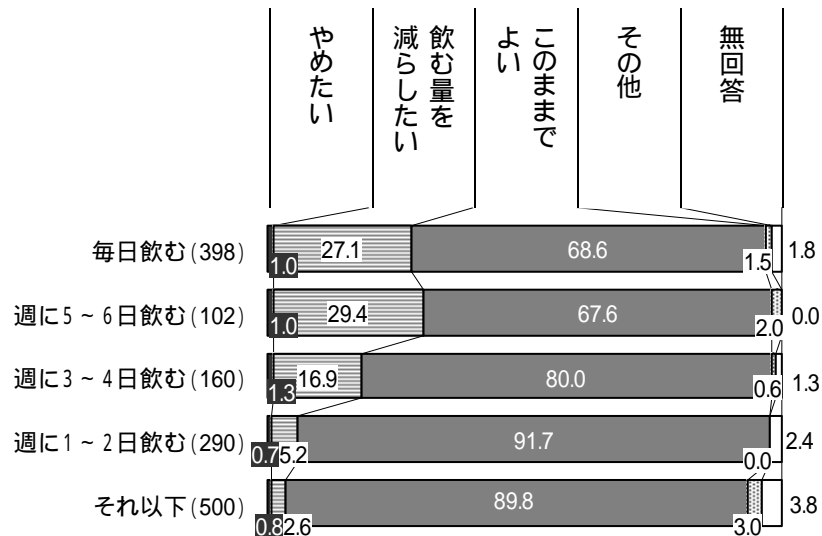
### 成年・未成年別

成年・未成年別にみると、「飲む量を減らしたい」で19歳以下が6.3%、20歳以上で13.5%と約7ポイントの差がみられます。



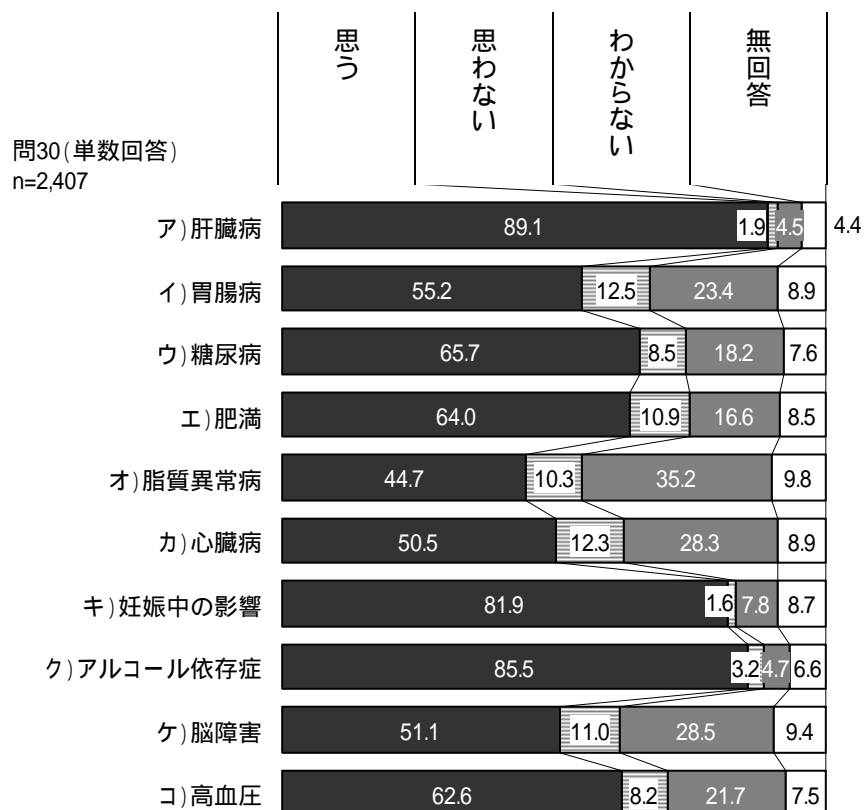
### 飲酒状況別

飲酒状況別にみると、飲酒頻度が高い層ほど、今後「飲む量を減らしたい」割合が高くなっています。しかし、毎日飲む層や週に5～6日飲む層でも60%超が「このままでよい」との回答となっています。



**問30 お酒を飲みすぎると、ア～コの病気についてかかりやすくなると思いますか。**  
**( はそれぞれ1つずつ)**

お酒を飲みすぎると、病気にかかりやすくなると思うかについては、「思う」の割合が(ア)肝臓病で89.1%、次いで(ク)アルコール依存症で85.5%、(キ)妊娠中の影響で81.9%となっています。



## 8 歯の健康について、おうかがいします。

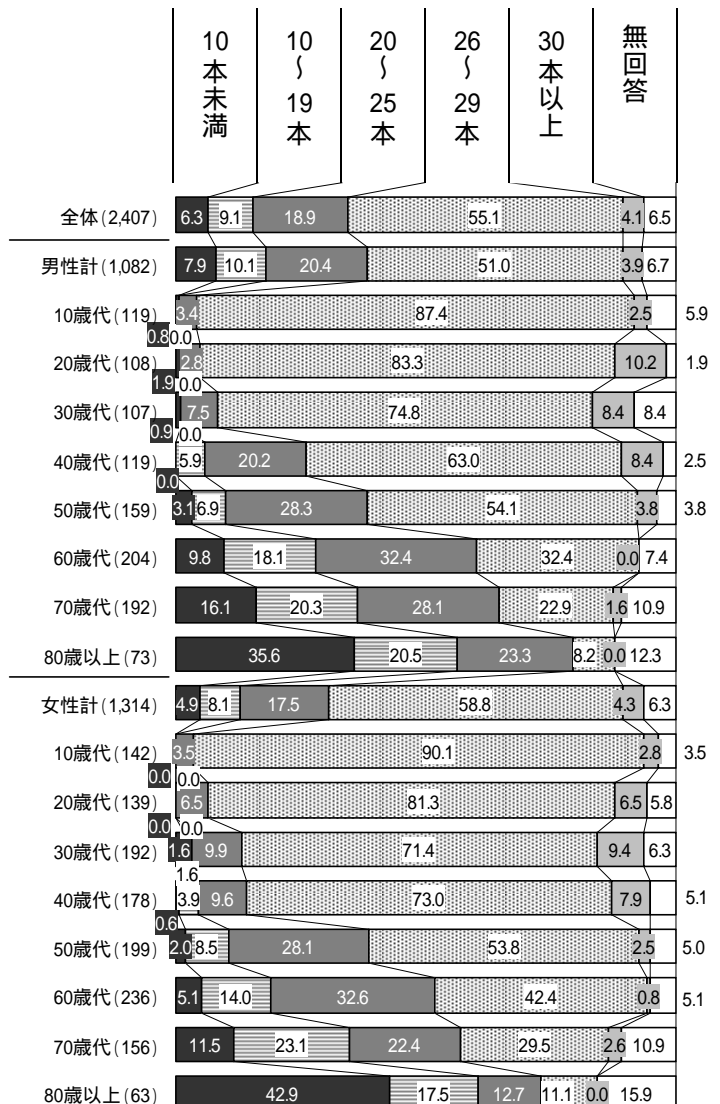
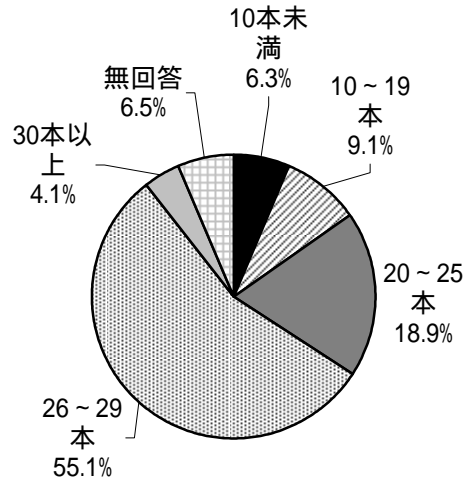
### 問31 自分の歯は何本ありますか。

歯の本数については、「26～29本」が55.1%で最も高くなっています。

#### 性別年代別

性別年代別にみると、男性よりも女性で歯の本数が多く、26本以上ある人の割合に約10ポイント弱の差がみられます。また、男女とも高齢になるほど歯の本数が減る傾向があり、60歳以上では26本以上ある人が半数を下回っています。

問31 (数量回答) n=2,407

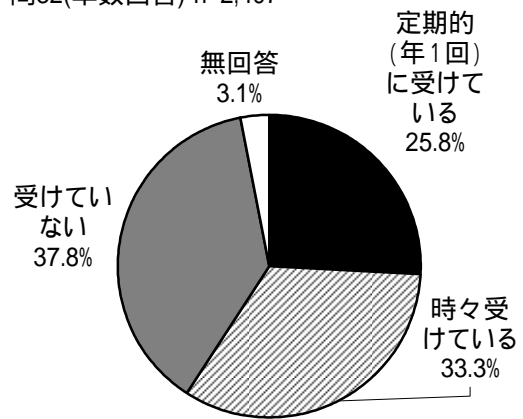


**問 32 歯科健診を受けていますか。(は1つだけ)**

歯科健診の受診状況については、「受けていない」が37.8%で最も高くなっています。

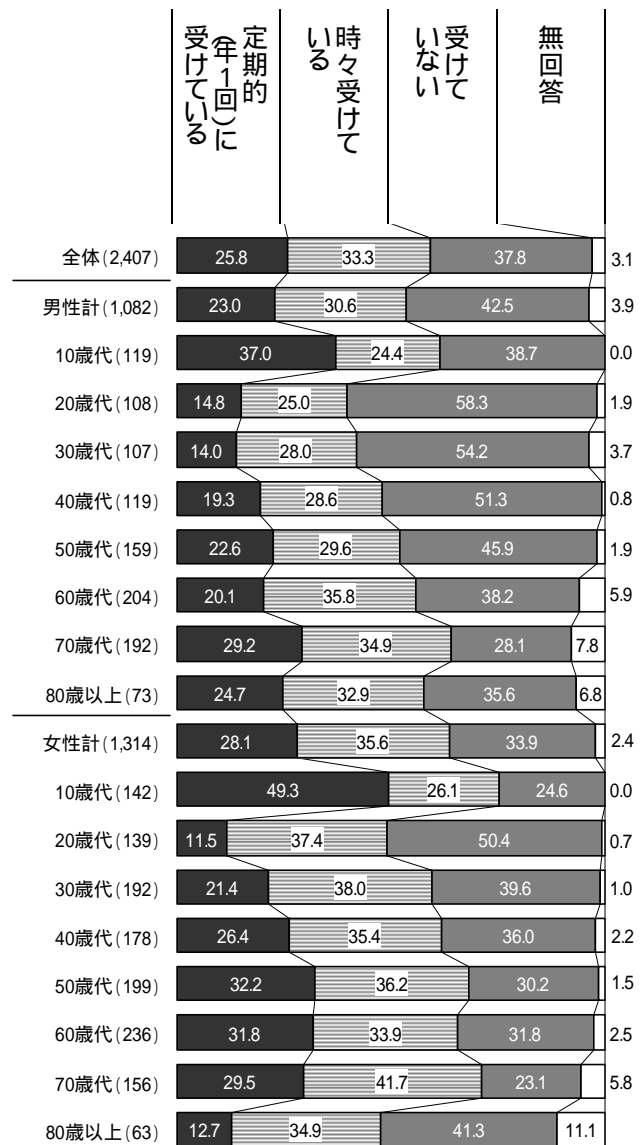
一方、「定期的(年1回)に受けている」が25.8%となっています。

問32(単数回答) n=2,407



**性別年代別**

性別年代別にみると、「定期的(年に1回)に受けている」と「時々受けている」を合わせた『受けている』の割合が、男女とも10歳代で高く、20歳代で一度低くなり、その後70歳代までは高くなる傾向があります。また、男性よりも女性で歯科健診を受ける人が多く、『受けている』が40~70歳代では60%を超えています。

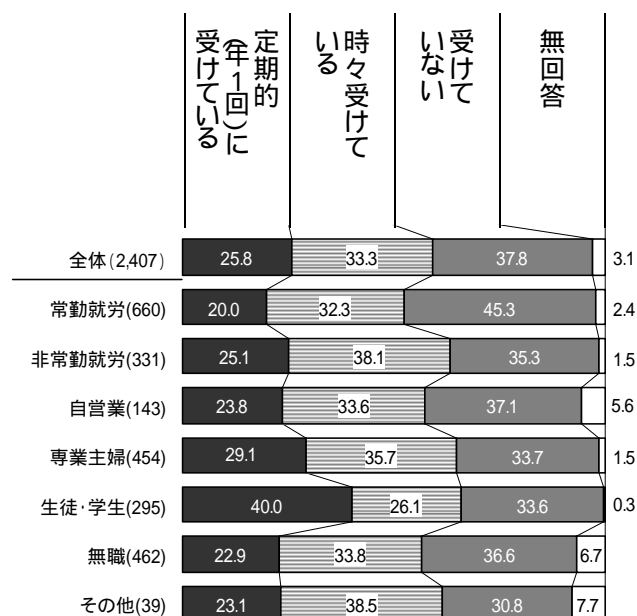




## 就労形態別

就労形態別にみると、生徒・学生で「定期的（年1回）に受けている」が40.0%と他の就労形態と比べ高くなっています。

また、常勤就労で「受けていない」が45.3%となっています。



## 前回比較 : (「定期的（年1回）に受けている」の割合)

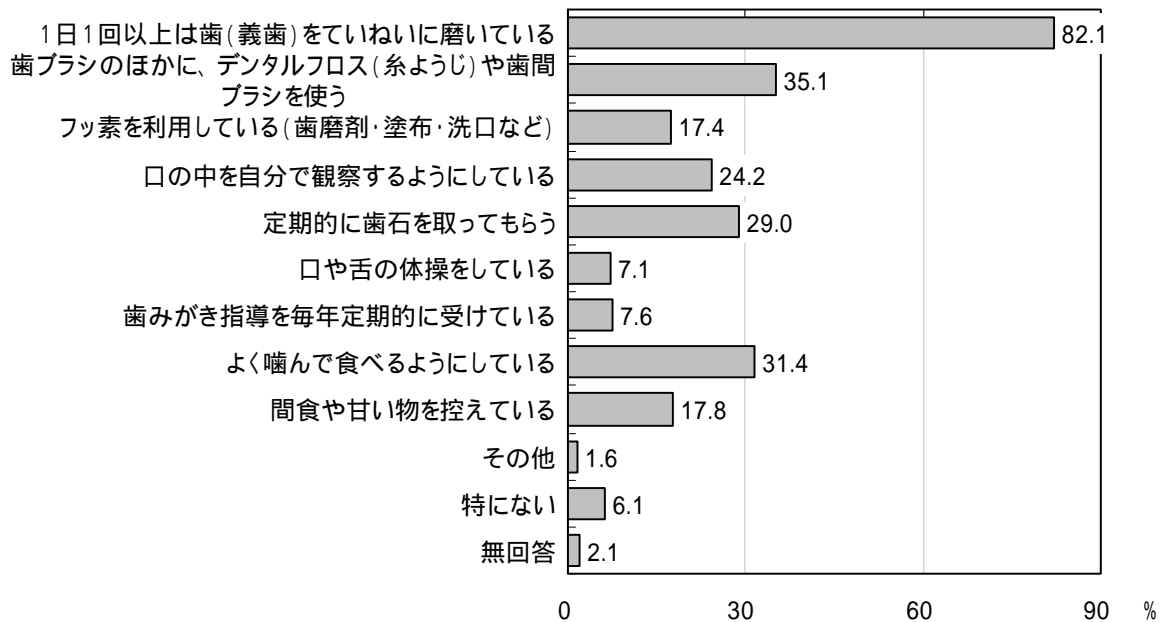
前回と比較すると、歯科健診の受診率は増加しており、特に男性の70歳代、女性の10歳代、50歳代以上で10ポイントを超えています。一方、男性の10歳代と女性の20歳代で3ポイント程度減少しています。

	今回	前回 (平成17年)	前々回 (平成14年)	今回-前回	今回-前々回
全体	25.8	18.5	14.5	7.3	11.3
男性計	23.0	17.5	13.7	5.5	9.3
男性 / 10歳代	37.0	40.1	36.9	-3.1	0.1
20歳代	14.8	12.3	6.6	2.5	8.2
30歳代	14.0	11.3	14.4	2.7	-0.4
40歳代	19.3	14.9	13.7	4.4	5.6
50歳代	22.6	18.2	9.8	4.4	12.8
60歳代	20.1	18.4	11.6	1.7	8.5
70歳代	29.2	14.9	14.7	14.3	14.5
80歳以上	24.7	-	12.1	-	12.6
女性計	28.1	19.3	15.0	8.8	13.1
女性 / 10歳代	49.3	36.7	42.6	12.6	6.7
20歳代	11.5	15.1	8.6	-3.6	2.9
30歳代	21.4	17.9	13.7	3.5	7.7
40歳代	26.4	16.6	14.2	9.8	12.2
50歳代	32.2	20.3	16.3	11.9	15.9
60歳代	31.8	20.4	15.6	11.4	16.2
70歳代	29.5	15.7	10.0	13.8	19.5
80歳以上	12.7	-	7.3	-	5.4

**問 33 歯や口の健康のために気をつけていることは何ですか。( はあてはまるものすべて)**

歯や口の健康のために気をつけていることについては、「1日1回以上は歯(義歯)をていねいに磨いている」が82.1%で最も高く、次いで「歯ブラシのほかに、デンタルフロス(糸ようじ)や歯間ブラシを使う」が35.1%、「よく噛んで食べるようにしている」が31.4%となっています。

問33 (複数回答) n=2,407



性別年代別

性別年代別にみると、男女ともすべての年代で「1日1回以上は歯（義歯）をていねいに磨いている」の割合が最も高くなっています。また、男性では10～20歳代と70歳以上で「よく噛んで食べるようにしている」、30～60歳代で「歯ブラシのほかに、デンタルフロス（糸ようじ）や歯間ブラシを使う」が高くなっています。女性では、10歳代と70歳以上で「よく噛んで食べるようにしている」、20歳代で「口の中を自分で観察するようにしている」、30～60歳代で「歯ブラシのほかに、デンタルフロス（糸ようじ）や歯間ブラシを使う」が高くなっています。

単位：%

	n数	ていねいに磨いている （義歯）を	歯間ブラシのほかに、 デンタルフロス（糸ようじ）や 歯間ブラシを使う	フッ素剤・塗布・洗口など （歯磨剤）を利用している	口の中を自分で 観察するようにしている	定期的に歯石を取ってもらう	口や舌の体操をしている	歯みがき指導を毎年 定期的に受けている	よく噛んで食べるように している	間食や甘い物を控えている	その他	特になし	無回答
全体	2,407	82.1	35.7	17.4	24.2	29.0	7.1	7.6	31.4	17.8	1.6	6.1	2.1
男性計	1,082	79.1	26.6	14.5	17.5	23.8	4.3	6.3	28.7	20.5	1.1	7.9	2.7
10歳代	119	79.0	10.1	22.7	21.0	10.1	1.7	4.2	27.7	10.1	0.0	11.8	0.0
20歳代	108	76.9	12.0	14.8	25.0	10.2	5.6	1.9	30.6	17.6	2.8	9.3	0.9
30歳代	107	79.4	21.5	11.2	8.4	16.8	3.7	4.7	14.0	4.7	0.0	8.4	2.8
40歳代	119	84.0	31.1	18.5	16.8	15.1	3.4	2.5	16.0	17.6	3.4	6.7	0.8
50歳代	159	79.2	36.5	12.6	19.5	25.2	3.8	8.2	22.6	22.0	0.6	8.2	1.3
60歳代	204	79.4	31.9	12.7	15.7	31.9	3.9	10.3	27.9	21.1	0.5	6.9	3.9
70歳代	192	73.4	31.3	14.1	17.7	38.0	6.3	8.3	41.1	33.3	0.5	7.3	5.7
80歳以上	73	87.7	27.4	9.6	15.1	27.4	5.5	4.1	53.4	31.5	2.7	4.1	4.1
女性計	1,314	84.6	42.1	19.8	29.7	33.5	9.6	8.8	33.6	15.6	2.1	4.6	1.5
10歳代	142	88.7	15.5	23.9	26.8	15.5	4.2	4.9	34.5	4.9	1.4	5.6	0.7
20歳代	139	86.3	23.0	16.5	32.4	15.1	7.2	0.7	29.5	10.1	0.7	10.1	0.0
30歳代	192	86.5	39.6	27.6	32.8	29.2	7.3	7.3	21.4	9.9	1.6	7.3	0.0
40歳代	178	85.4	50.0	25.3	28.1	39.3	6.7	6.7	19.7	9.6	1.7	1.7	0.6
50歳代	199	88.4	55.3	17.6	25.1	42.2	9.5	11.6	31.2	13.6	3.0	3.0	0.5
60歳代	236	86.9	51.7	17.8	28.4	44.9	13.6	12.3	38.6	22.9	1.7	2.1	1.3
70歳代	156	78.2	50.6	14.7	39.1	45.5	16.7	16.0	59.6	34.0	3.8	1.9	4.5
80歳以上	63	65.1	31.7	7.9	20.6	12.7	9.5	6.3	46.0	22.2	3.2	7.9	11.1

## 前回比較

今回の調査で上位5位となった項目について前回と比較すると、全体ではすべての項目で増加しています。性別年代別にみると、「歯ブラシのほかに、デンタルフロス(糸ようじ)や歯間ブラシを使う」は男性の50歳代、女性の50歳代、「よく噛んで食べるようにしている」は男性の40歳代、「定期的に歯石を取ってもらう」は女性の50歳代で10ポイント台の増加がみられます。

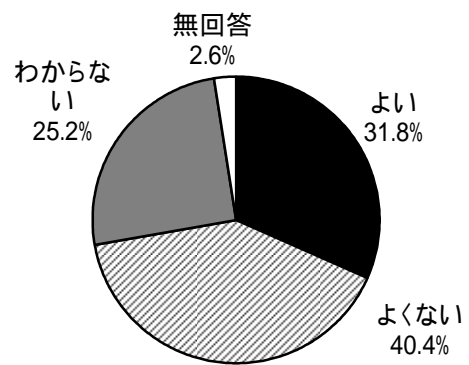
		全体	男性計		女性計			
			40歳代	50歳代		40歳代	50歳代	
1日1回以上は歯(義歯)をていねいに磨いている	今回	82.1	79.1	84.0	79.2	84.6	85.4	88.4
	前回(平成17年)	76.9	75.7	76.0	76.8	78.1	78.7	78.6
	前々回(平成14年)	75.9	75.5	74.5	73.8	76.5	74.7	82.8
	今回-前回	5.2	3.4	8.0	2.4	6.5	6.7	9.8
	今回-前々回	6.2	3.6	9.5	5.4	8.1	10.7	5.6
歯ブラシのほかに、デンタルフロス(糸ようじ)や歯間ブラシを使う	今回	35.1	26.6	31.1	36.5	42.1	50.0	55.3
	前回(平成17年)	25.7	18.1	25.1	24.3	31.5	43.4	38.0
	前々回(平成14年)	23.1	17.2	24.8	19.7	28.0	37.4	33.5
	今回-前回	9.4	8.5	6.0	12.2	10.6	6.6	17.3
	今回-前々回	12.0	9.4	6.3	16.8	14.1	12.6	21.8
よく噛んで食べるようにしている	今回	31.4	28.7	16.0	22.6	33.6	19.7	31.2
	前回(平成17年)	27.3	24.0	5.7	18.2	29.9	18.7	24.5
	前々回(平成14年)	29.4	27.3	18.6	20.5	31.2	17.8	32.6
	今回-前回	4.1	4.7	10.3	4.4	3.7	1.0	6.7
	今回-前々回	2.0	1.4	-2.6	2.1	2.4	1.9	-1.4
定期的に歯石を取ってもらう	今回	29.0	23.8	15.1	25.2	33.5	39.3	42.2
	前回(平成17年)	21.9	18.7	16.6	25.0	24.2	29.4	27.7
	前々回(平成14年)	17.7	16.1	14.3	18.4	19.0	21.4	25.8
	今回-前回	7.1	5.1	-1.5	0.2	9.3	9.9	14.5
	今回-前々回	11.3	7.7	0.8	6.8	14.5	17.9	16.4
口の中を自分で観察するようにしている	今回	24.2	17.5	16.8	19.5	29.7	28.1	25.1
	前回(平成17年)	19.5	14.0	12.6	14.3	24.2	31.1	25.1
	前々回(平成14年)	18.9	13.6	11.8	13.5	23.5	21.0	28.0
	今回-前回	4.7	3.5	4.2	5.2	5.5	-3.0	0.0
	今回-前々回	5.3	3.9	5.0	6.0	6.2	7.1	-2.9

### 問 34 自分の歯や口の状態について、どのように思っていますか。( は 1 つだけ)

自分の歯や口の状態で思うことについては、「よくない」が40.4%で最も高くなっています。

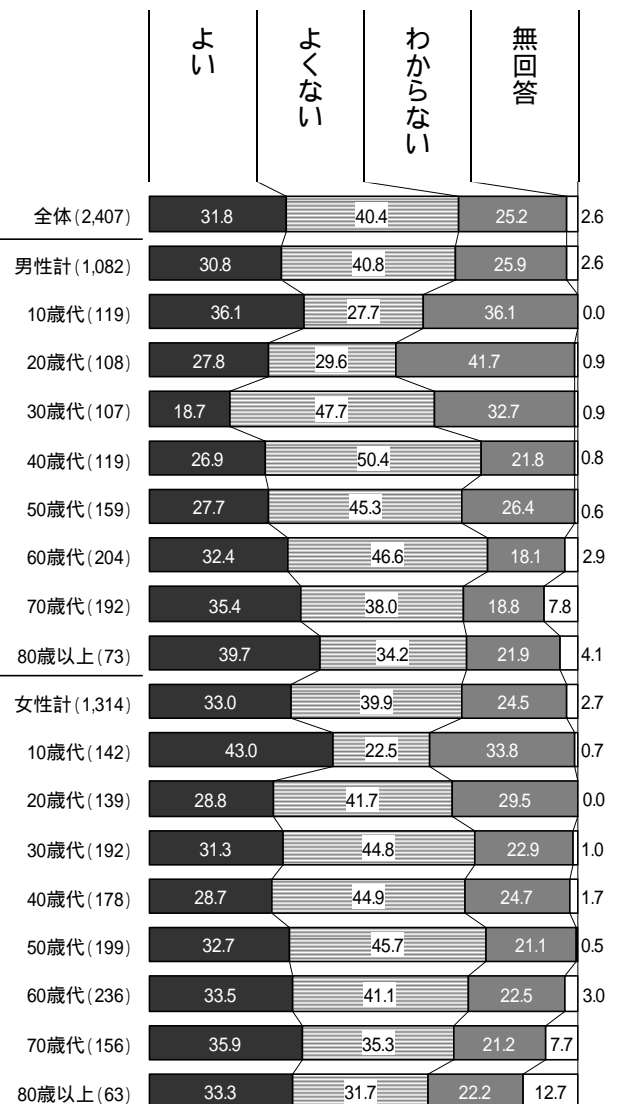
一方、「よい」が31.8%となっています。

問34(単数回答) n=2,407



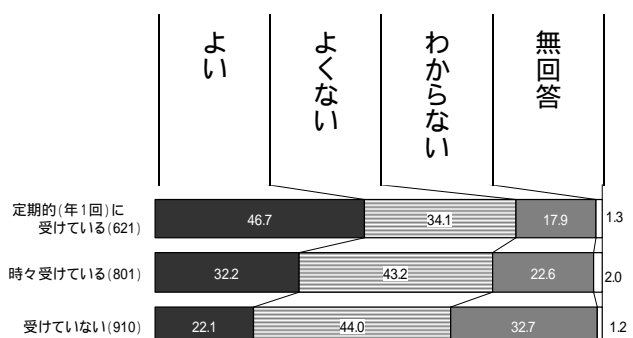
#### 性別年代別

性別年代別にみると、男性では10歳代と60歳以上で「よい」が30%超となっているものの、30歳代では18.7%と他の年代に比べて低くなっています。一方、女性では10歳代と70歳以上では「よい」と感じる人がやや多いものの、20~60歳代では「よくない」と感じる人が多くなっています。



#### 歯科健診の受診状況別

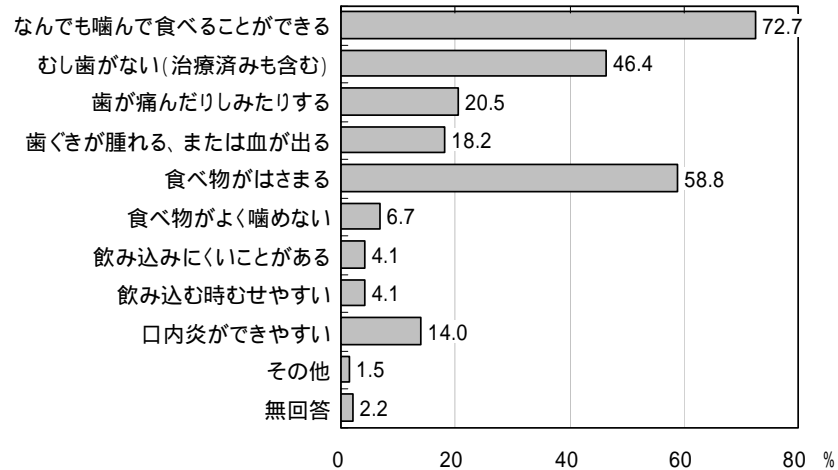
歯科健診の受診状況別にみると、定期健診を受けている層ほど、歯や口の状態は「よい」と回答しています。



**問 35 あなたの歯や口の状態についてあてはまるものをお答えください。( はあてはまるものすべて)**

歯や口の状態については、「なんでも噛んで食べることができる」が 72.7%で最も高く、次いで「食べ物がはさまる」が 58.8%、「むし歯がない(治療済みも含む)」が 46.4%となっています。

問35 (複数回答) n=2,407



**性別年代別**

性別年代別にみると、女性の 70 歳代をのぞき、男女ともすべての年代で「なんでも噛んで食べることができる」、女性の 70 歳代では「食べ物がはさまる」の割合が最も高く、男性の 50 歳代でも「食べ物がはさまる」の割合が高くなっています。また、男女とも 80 歳以上で飲み込みに問題を感じている人がやや多くなっています。

単位: %

	n 数	なんでも噛んで食べることができる	むし歯がない(治療済みも含む)	歯が痛んだりしみたりする	歯ぐきが腫れる、または血が出る	食べ物がはさまる	食べ物がよく噛めない	飲み込みにくいことがある	飲み込む時むせやすい	口内炎がしやすい	その他	無回答
全体	2,407	72.7	46.4	20.5	18.2	58.8	6.7	4.1	4.1	14.0	1.5	2.2
男性計	1,082	71.7	42.8	20.6	19.3	57.4	7.5	4.4	3.8	13.0	0.9	2.6
10歳代	119	78.2	63.9	16.0	14.3	37.8	1.7	4.2	2.5	20.2	1.7	0.8
20歳代	108	75.0	47.2	23.1	17.6	51.9	0.9	0.0	0.9	20.4	0.0	0.9
30歳代	107	73.8	37.4	24.3	20.6	56.1	0.9	3.7	0.0	13.1	1.9	1.9
40歳代	119	72.3	38.7	22.7	26.9	67.2	2.5	3.4	3.4	18.5	0.0	1.7
50歳代	159	64.2	45.9	21.4	24.5	64.2	8.2	3.8	1.9	13.2	1.3	0.6
60歳代	204	69.6	37.3	23.0	16.7	68.6	15.2	2.5	4.9	6.4	0.5	2.5
70歳代	192	73.4	38.5	18.8	16.7	53.6	9.9	6.3	5.7	12.5	0.5	6.8
80歳以上	73	69.9	35.6	12.3	19.2	46.6	15.1	16.4	12.3	1.4	2.7	4.1
女性計	1,314	73.7	49.5	20.4	17.0	59.7	5.9	3.9	4.3	14.8	2.0	1.8
10歳代	142	80.3	66.2	19.0	11.3	43.7	2.1	4.2	2.8	20.4	0.7	0.7
20歳代	139	80.6	43.9	28.1	18.7	50.4	0.7	2.9	1.4	27.3	3.6	0.0
30歳代	192	78.1	50.0	26.0	17.2	54.2	1.6	1.6	2.1	12.0	1.0	1.0
40歳代	178	78.1	49.4	23.6	16.3	70.8	3.4	2.8	2.8	11.2	2.2	1.1
50歳代	199	71.9	48.7	18.6	23.1	69.3	6.5	5.0	4.5	15.6	2.5	1.5
60歳代	236	69.9	47.9	19.5	16.9	70.3	7.6	3.4	4.2	13.1	0.8	1.3
70歳代	156	68.6	51.3	10.3	13.5	55.8	10.3	4.5	7.1	10.3	3.2	5.8
80歳以上	63	52.4	31.7	12.7	11.1	41.3	28.6	12.7	15.9	9.5	3.2	6.3

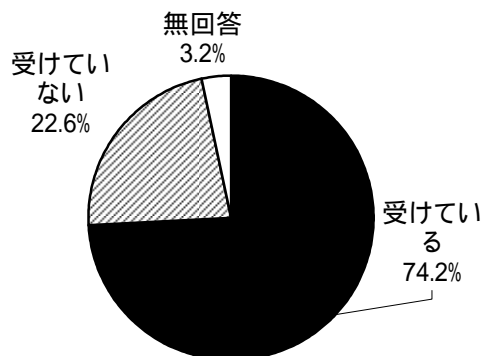
## 9 疾病予防・健康診断や検査について、おうかがいします。

### 問 36 あなたは、最近 1 年以内に健康診断や検査を受けていますか。( は 1 つだけ)

1 年以内の健康診断や検査の受診状況については、「受けている」が 74.2%となっています。

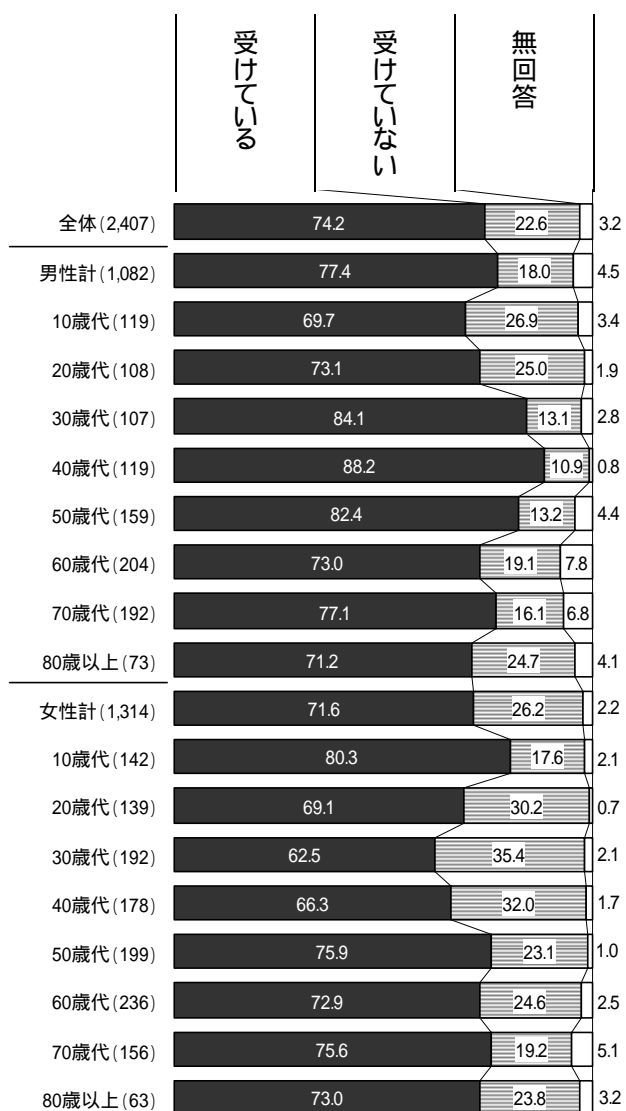
一方、「受けていない」が 22.6%となっています。

問36(単数回答) n=2,407



#### 性別年代別

性別年代別にみると、女性よりも男性で「受けている」の割合が高く、男性の 30～50 歳代では 80%を超えています。一方、女性では 20～40 歳代では「受けている」の割合が 60%台に止まっており、他の年代よりも低くなっています。



### 就労形態別、居住地区別、BMI別

就労形態別にみると、すべての就労形態で「受けている」が「受けていない」を上回っており、特に常勤就労では「受けている」が90.3%となっています。一方で、自営業では59.4%と最も低くなっています。

居住地区別にみると、すべての地区で「受けている」が「受けていない」を上回っています。しかし、岩槻区では「受けていない」が30.9%となっています。

BMI別にみると、すべての項目で「受けている」が「受けていない」を上回っており、やせから肥満になるほど、その割合が高くなっています。

単位：%

	n数	受けている	受けていない	無回答
全体	2,407	74.2	22.6	3.2
常勤就労	660	90.3	7.0	2.7
非常勤就労	331	68.0	29.9	2.1
自営業	143	59.4	35.7	4.9
専業主婦	454	64.5	33.9	1.5
生徒・学生	295	76.3	21.4	2.4
無職	462	69.3	24.5	6.3
その他	39	64.1	30.8	5.1
西区	142	76.1	19.7	4.2
北区	277	74.7	23.5	1.8
大宮区	218	78.0	19.3	2.8
見沼区	326	71.8	25.5	2.8
中央区	206	77.2	17.0	5.8
桜区	172	72.1	24.4	3.5
浦和区	305	79.3	18.0	2.6
南区	293	77.5	20.5	2.0
緑区	221	69.2	25.3	5.4
岩槻区	220	65.5	30.9	3.6
やせ	245	72.7	24.1	3.3
標準	1,729	74.1	22.8	3.0
肥満	388	77.6	18.6	3.9

### 健康に気をつけている度合い別

健康に気をつけている度合い別にみると、気をつけている層ほど、健康診断や検査を「受けている」割合が高くなっています。

単位：%

	n数	受けている	受けていない	無回答
気をつけている	730	79.7	16.7	3.6
ある程度は気をつけている	1,304	73.9	23.4	2.7
あまり気をつけていない	295	64.7	31.2	4.1
気をつけていない	52	57.7	40.4	1.9



前回比較 : (「受けている」の割合)

前回と比較すると、「受けている」割合は、男性の20歳代で6.6ポイント、30歳代で5.6ポイント増加しているものの、60歳代で6.0ポイント減少しています。また、女性では50歳代で4.1ポイント増加しているものの、40歳代で5.6ポイント減少しています。

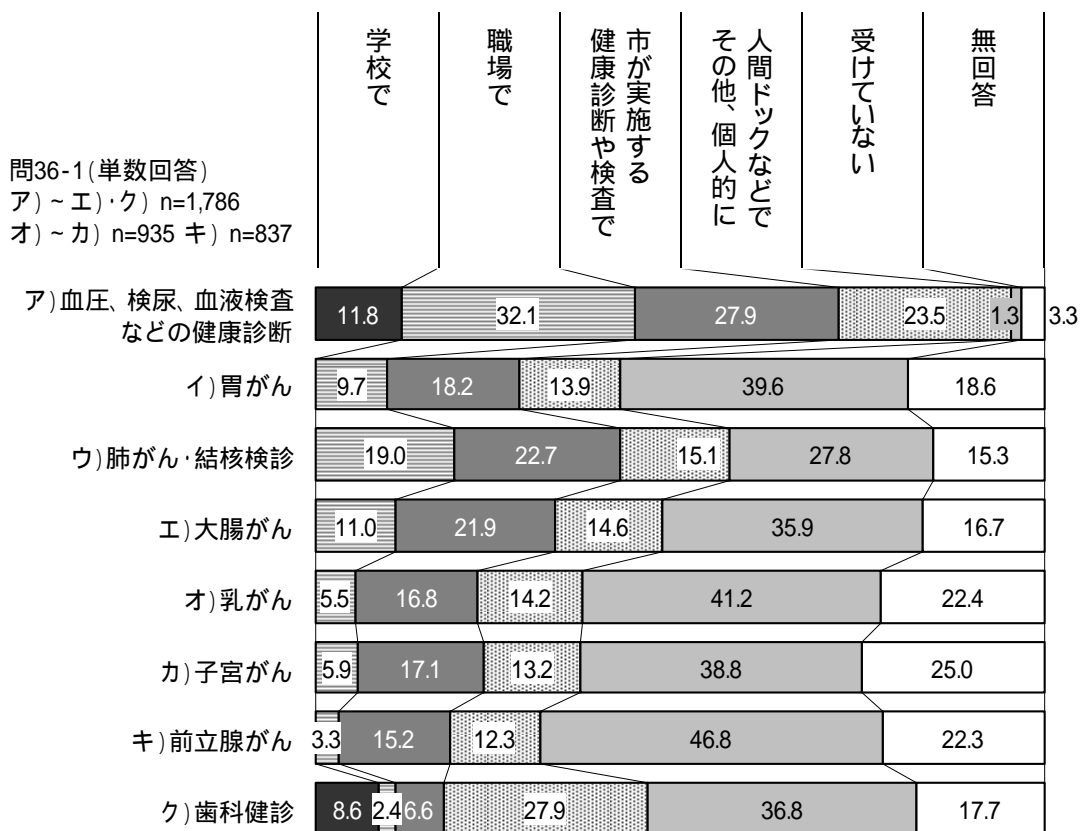
	今回	前回 (平成17年)	前々回 (平成14年)	今回-前回	今回-前々回
全体	74.2	74.2	70.0	0.0	4.2
男性計	77.4	77.3	74.8	0.1	2.6
男性 / 10歳代	69.7	68.2	70.0	1.5	-0.3
20歳代	73.1	66.5	73.6	6.6	-0.5
30歳代	84.1	78.5	76.1	5.6	8.0
40歳代	88.2	85.1	82.6	3.1	5.6
50歳代	82.4	84.6	78.3	-2.2	4.1
60歳代	73.0	79.0	74.2	-6.0	-1.2
70歳代	77.1	75.9	74.8	1.2	2.3
80歳以上	71.2	-	65.9	-	5.3
女性計	71.6	71.6	66.0	0.0	5.6
女性 / 10歳代	80.3	76.7	75.7	3.6	4.6
20歳代	69.1	71.0	55.8	-1.9	13.3
30歳代	62.5	59.0	48.7	3.5	13.8
40歳代	66.3	71.9	61.9	-5.6	4.4
50歳代	75.9	71.8	72.3	4.1	3.6
60歳代	72.9	73.1	69.2	-0.2	3.7
70歳代	75.6	75.2	75.1	0.4	0.5
80歳以上	73.0	-	70.1	-	2.9

【問 36 で「 1 . 受けている」とお答えの方のみ】

問 36-1 次にあげる健康診断や検査をどこで受けましたか。ア～クのそれぞれについてお答えください。( はそれぞれ1つずつ)

健康診断や検査を受診した場所については、「職場で」が(ア) 血圧、検尿、血液検査などの健康診断で 30%を超えています。

一方、「受けていない」については、(ウ) 肺がん・結核検診で 27.8%、(イ) 胃がんや(エ) 大腸がん、(カ) 子宮がん、(ク) 歯科健診で 30%超、(オ) 乳がんと(キ) 前立腺がんでは 40%超となっています。



オ) 乳がん、カ) 子宮がんは女性のみ。キ) 前立腺がんは男性のみ。

さいたま市では、イ) 胃がん、ウ) 肺がん・結核検診、エ) 大腸がん、オ) 乳がんは 40 歳以上、カ) 子宮がんは 20 歳以上、キ) 前立腺がんは 50 歳以上偶数年齢の方を対象に実施しています。

## ア) 血圧、検尿、血液検査などの健康診断

性別年代別

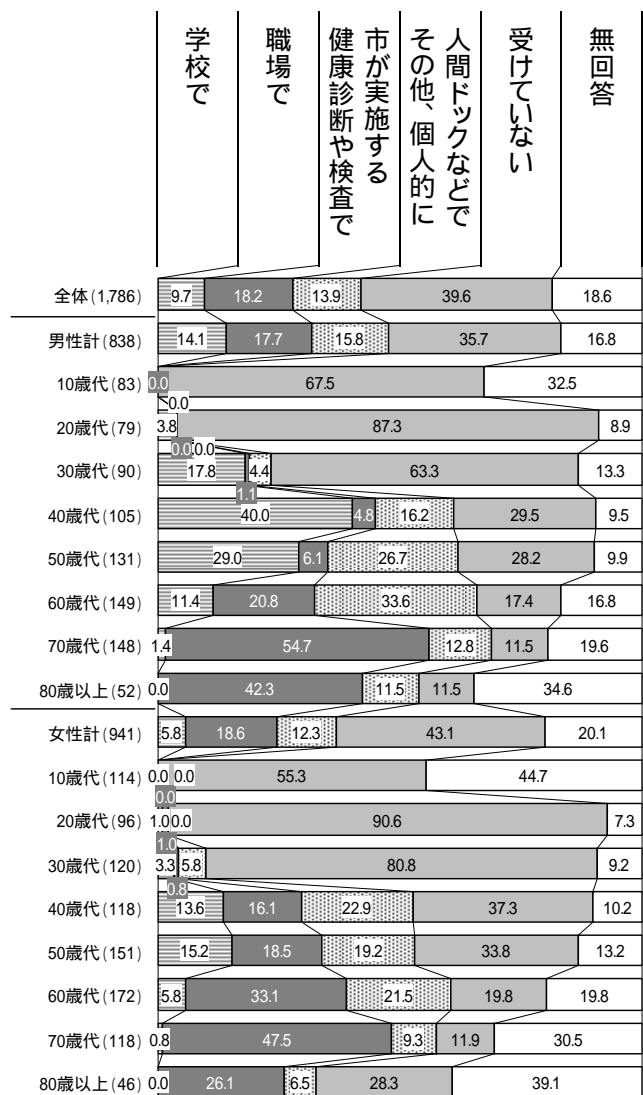
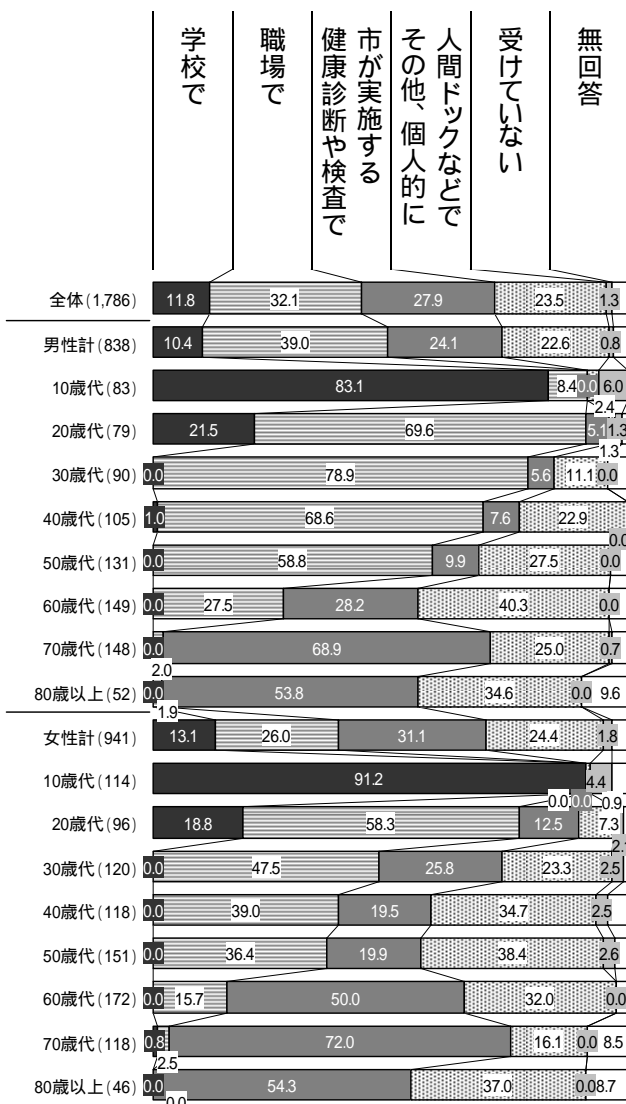
血圧、検尿、血液検査などの健康診断について、性別年代別にみると、男女とも10歳代では「学校で」、20～50歳代までは「職場で」、60歳以上では「市が実施する健康診断や検査で」の割合が高くなっています。

一方、男性の60歳代と80歳以上、女性の40～60歳代および80歳以上で「受けていない」の割合が、他の年代よりも高くなっています。

## イ) 胃がん

性別年代別

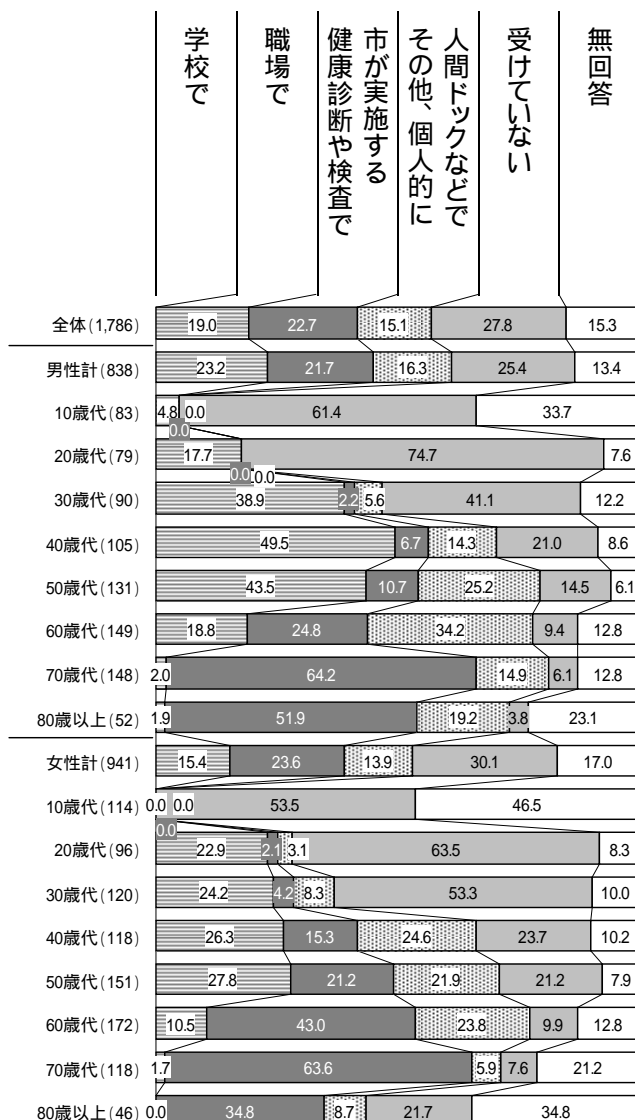
胃がんについて、性別年代別にみると、男女とも10～30歳代では「受けていない」が高く、半数以上を占め、特に男性の20歳代や女性の20～30歳代では80%を超えています。また、男性は40～50歳代では「職場で」、60歳代では「人間ドックなどでその他、個人的に」が高く、70歳以上では「市が実施する健康診断や検査で」が高くなっています。女性は、40～50歳と80歳以上で「受けていない」がわずかに高く、60～70歳代で「市が実施する健康診断や検査で」の割合が高くなっています。



## ウ) 肺がん・結核検診

性別年代別

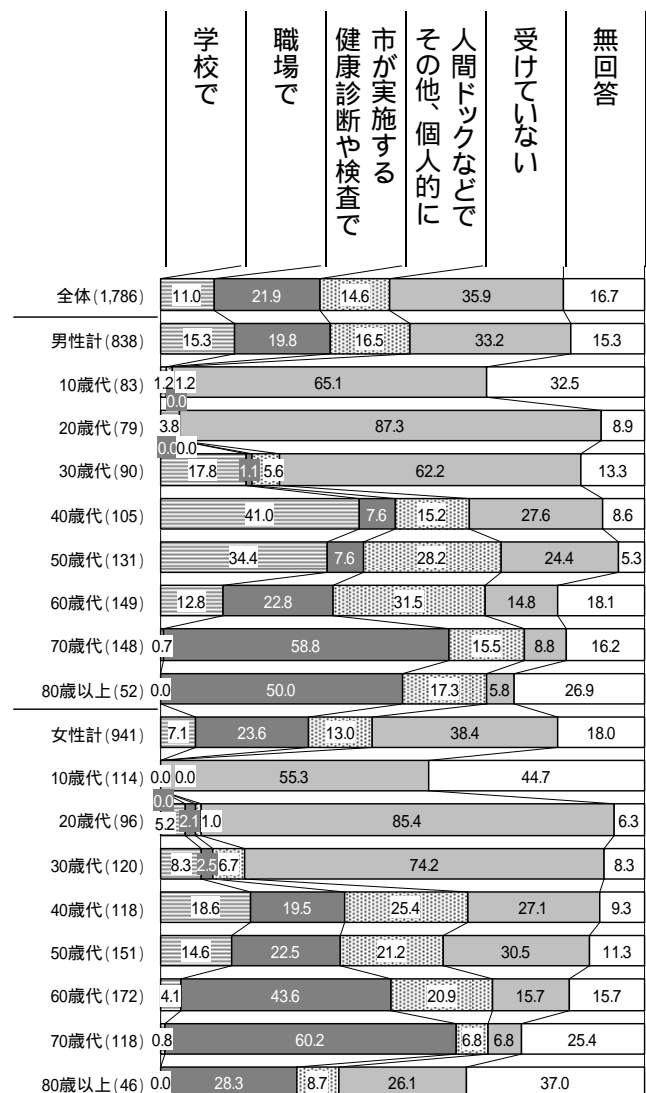
肺がん・結核検診について、性別年代別にみると、男女とも10～30歳代では「受けていない」が高く、半数近くを占め、特に男性の20歳代では70%、女性の20歳代では60%を超えています。また、男性の30～50歳代は「職場で」、男性の60歳代をのぞく、60歳以上では「市が実施する健康診断や検査で」の割合が高くなっています。



## エ) 大腸がん

性別年代別

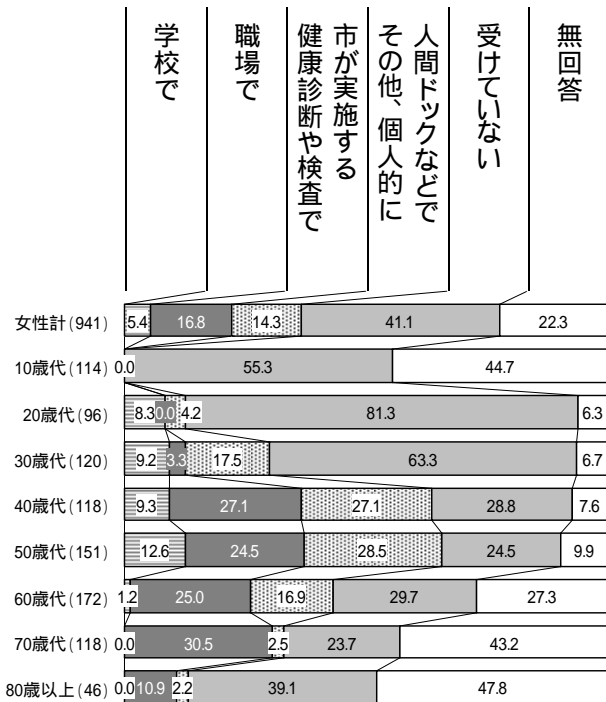
大腸がんについて、性別年代別にみると、男女とも10～30歳代では「受けていない」が高く、半数以上を占め、特に男女とも20歳代では80%、女性の30歳代では70%を超えています。また、男性は40～50歳代では「職場で」、60歳代では「人間ドックなどでその他、個人的に」が高く、70歳以上では「市が実施する健康診断や検査で」が高くなっています。女性は、40～50歳代で「受けていない」がわずかに高く、60歳以上で「市が実施する健康診断や検査で」の割合が高くなっています。



### オ) 乳がん (女性のみ)

年代別

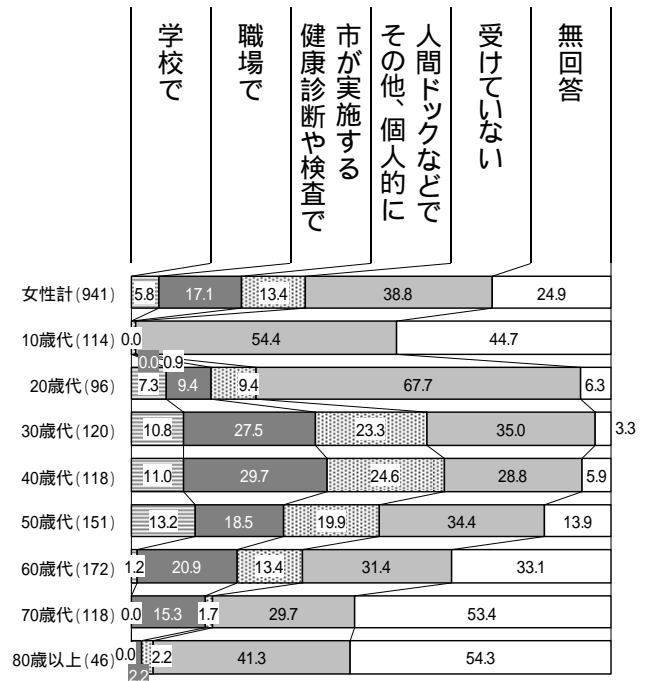
乳がんについて、年代別にみると、10～30歳代では「受けていない」が高く、半数以上を占め、特に20歳代では80%を超えています。また、40～50歳代では「市が実施する健康診断や検査で」や「人間ドックなどでその他、個人的に」、60～70歳代では「市が実施する健康診断や検査で」、80歳以上では「受けていない」の割合が高くなっています。



### カ) 子宮がん (女性のみ)

年代別

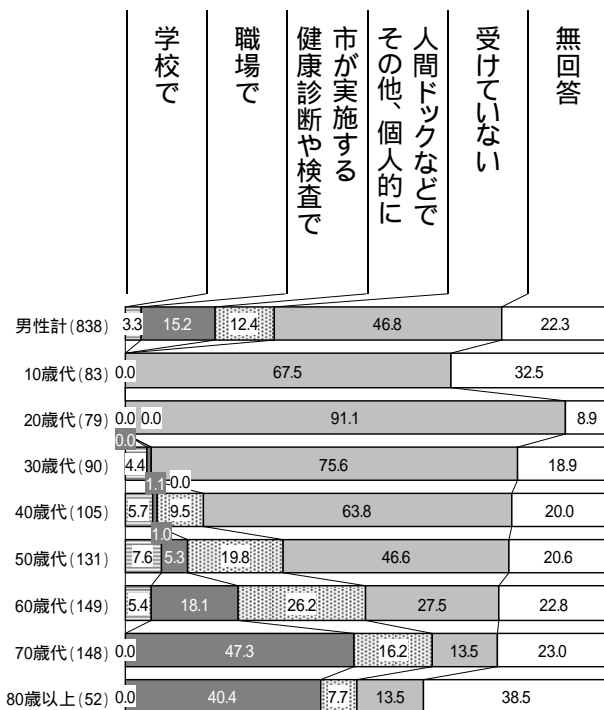
子宮がんについて、年代別にみると、10～20歳代では「受けていない」が高く、半数以上を占め、特に20歳代では60%を超えています。また、30歳代と50～70歳代では「受けていない」がわずかに高くなっているものの、「市が実施する健康診断や検査で」や「人間ドックなどでその他、個人的に」も高くなっています。このほか、40歳代では「市が実施する健康診断や検査で」、80歳以上では「受けていない」の割合が最も高くなっています。



## キ) 前立腺がん (男性のみ)

年代別

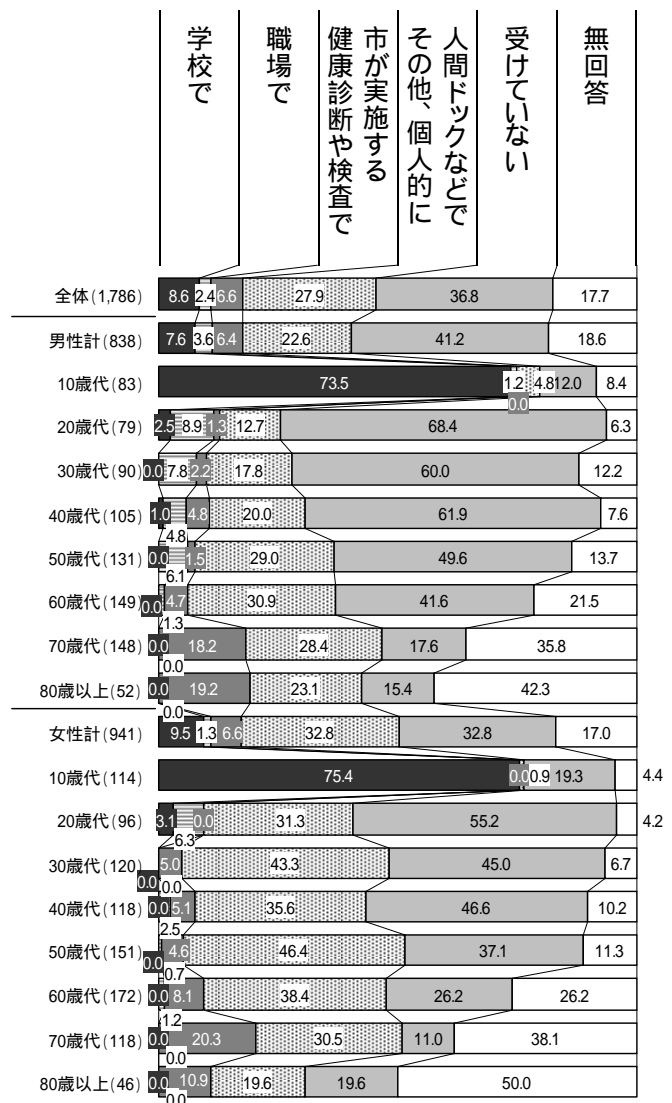
前立腺がんについて、年代別にみると、60歳代までは「受けていない」が高く、特に20歳代では90%、30歳代では70%を超えています。また、40～60歳代では「人間ドックなどでその他、個人的に」が年齢とともに高くなっているものの、70歳以上では「市が実施する健康診断や検査で」が高くなっています。



## ク) 歯科健診

性別年代別

歯科健診について、性別年代別にみると、男女とも10歳代では「学校で」が最も高く70%超となっています。しかし、男性では20～60歳代、女性では20～40歳代では「受けていない」が高く、特に男性の20～40歳代では60%を超えています。また、男性の70歳以上、女性の30歳代、50歳以上は「人間ドックなどでその他、個人的に」が高くなっています。



## 前回比較

前回と比較すると、(ア) 血圧、検尿、血液検査などの健康診断と(ク) 歯科健診で「市が実施する健康診断や検査で」が減少しており、特に歯科健診で 13.9 ポイント減少しています。一方、「その他、個人的に、人間ドックなどで」が 20.1 ポイント増加しています。

		学校で	職場で	市が実施する健康診断や検査で	その他、個人的に、人間ドックなどで	合計
ア) 血圧、検尿、血液検査などの健康診断	今回	11.8	32.1	27.9	23.5	95.3
	前回(平成17年)	9.5	26.7	31.0	22.4	89.6
	前々回(平成14年)	9.2	28.7	26.4	27.5	91.8
	今回-前回	2.3	5.4	-3.1	1.1	5.7
	今回-前々回	2.6	3.4	1.5	-4.0	3.5
イ) 胃がん	今回	0.0	9.7	18.2	13.9	41.8
	前回(平成17年)	-	8.3	17.9	13.4	39.6
	前々回(平成14年)	-	9.3	16.9	16.1	42.3
	今回-前回	-	1.4	0.3	0.5	2.2
	今回-前々回	-	0.4	1.3	-2.2	-0.5
ウ) 肺がん・結核検診	今回	0.0	19.0	22.7	15.1	56.8
エ) 大腸がん	今回	0.0	11.0	21.9	14.6	47.5
	前回(平成17年)	-	8.1	20.3	11.7	40.1
	前々回(平成14年)	-	8.8	18.4	14.2	41.4
	今回-前回	-	2.9	1.6	2.9	7.4
	今回-前々回	-	2.2	3.5	0.4	6.1
オ) 乳がん	今回	0.0	5.5	16.8	14.2	36.5
	前回(平成17年)	-	3.0	13.8	10.2	27.0
	前々回(平成14年)	-	2.5	10.9	11.8	25.2
	今回-前回	-	2.5	3.0	4.0	9.5
	今回-前々回	-	3.0	5.9	2.4	11.3
カ) 子宮がん	今回	0.0	5.9	17.1	13.2	36.2
	前回(平成17年)	-	3.0	12.5	11.4	26.9
	前々回(平成14年)	-	2.3	8.7	14.4	25.4
	今回-前回	-	2.9	4.6	1.8	9.3
	今回-前々回	-	3.6	8.4	-1.2	10.8
キ) 前立腺がん	今回	0.0	3.3	15.2	12.3	30.8
ク) 歯科健診	今回	8.6	2.4	6.6	27.9	45.5
	前回(平成17年)	-	1.4	20.5	7.8	29.7
	前々回(平成14年)	-	1.1	6.5	9.0	16.6
	今回-前回	-	1.0	-13.9	20.1	15.8
	今回-前々回	-	1.3	0.1	18.9	28.9

(ウ)肺がん・結核検診は、前回までは分けて聞いているため、今回の数値のみを掲載しています。

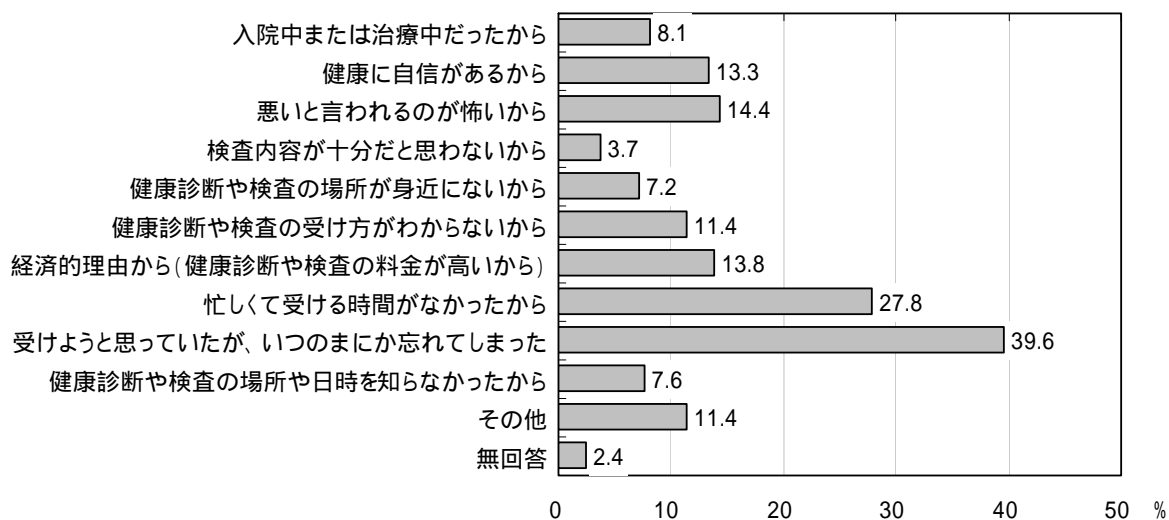
(キ)前立腺がんは、今回から新しくうかがっている項目です。

【問 36 で「 2 . 受けていない」とお答えの方のみ】

問 36- 2 受けていない理由は何ですか。( はあてはまるものすべて)

健康診断や検査を受診していない理由については、「受けようと思っていたが、いつのまにか忘れてしまった」が 39.6%で最も高く、次いで「忙しくて受ける時間がなかったから」が 27.8%、「悪いと言われるのが怖いから」が 14.4%となっています。

問36-2 (複数回答) n=543





性別年代別

性別年代別にみると、男女とも10歳代では「健康に自信があるから」、男性の20～40歳代と女性の20歳代では「忙しくて受ける時間がなかったから」、男性の50～70歳代と女性の30～70歳代では「受けようと思っていたが、いつのまにか忘れてしまった」の割合が最も高くなっています。また、女性の20歳代では「健康診断や検査の受け方がわからないから」の割合も高くなっています。

単位: %

	n数	入院中または治療中だったから	健康に自信があるから	悪いと言われるのが怖いから	検査内容が十分だと思わないから	健康診断や検査の場所が身近にないから	健康診断や検査の受け方がわからないから	検査の料金が(健康診断や)	忙しくて受ける時間がなかったから	いつのまにか忘れてしまった	健康診断や検査の場所や日時を知らなかったから	その他	無回答
全体	543	8.1	13.3	14.4	3.7	7.2	11.4	13.8	27.8	39.6	7.6	11.4	2.4
男性計	195	10.8	17.9	13.3	4.1	7.7	10.8	11.8	23.1	32.8	5.6	9.2	2.6
10歳代	32	3.1	34.4	6.3	3.1	21.9	15.6	9.4	31.3	3.1	18.8	12.5	3.1
20歳代	27	3.7	18.5	7.4	0.0	14.8	22.2	7.4	37.0	22.2	3.7	11.1	0.0
30歳代	14	0.0	7.1	21.4	0.0	7.1	28.6	21.4	50.0	14.3	7.1	7.1	0.0
40歳代	13	0.0	7.7	15.4	7.7	7.7	7.7	15.4	46.2	30.8	7.7	0.0	7.7
50歳代	21	9.5	9.5	14.3	0.0	4.8	4.8	14.3	23.8	57.1	4.8	9.5	0.0
60歳代	39	7.7	23.1	20.5	5.1	2.6	7.7	23.1	10.3	46.2	0.0	7.7	0.0
70歳代	31	25.8	16.1	12.9	6.5	0.0	3.2	3.2	9.7	51.6	0.0	6.5	6.5
80歳以上	18	33.3	5.6	11.1	11.1	0.0	0.0	0.0	0.0	27.8	5.6	16.7	5.6
女性計	344	6.7	10.5	15.1	3.5	7.0	11.9	14.5	30.8	43.6	8.4	12.8	2.3
10歳代	25	0.0	28.0	4.0	0.0	4.0	20.0	8.0	12.0	4.0	12.0	24.0	4.0
20歳代	42	2.4	11.9	19.0	0.0	14.3	42.9	23.8	42.9	26.2	33.3	11.9	2.4
30歳代	68	0.0	10.3	14.7	7.4	10.3	17.6	22.1	48.5	55.9	7.4	10.3	0.0
40歳代	57	3.5	7.0	21.1	3.5	5.3	5.3	17.5	38.6	52.6	8.8	8.8	0.0
50歳代	46	4.3	6.5	19.6	2.2	4.3	2.2	13.0	32.6	58.7	2.2	13.0	0.0
60歳代	58	13.8	5.2	10.3	3.4	6.9	0.0	6.9	20.7	48.3	0.0	13.8	3.4
70歳代	30	26.7	13.3	20.0	6.7	0.0	3.3	3.3	3.3	30.0	3.3	6.7	10.0
80歳以上	15	13.3	20.0	0.0	0.0	0.0	6.7	6.7	6.7	26.7	0.0	33.3	6.7

## 就労形態別

就労形態別にみると、常勤就労では「忙しくて受ける時間がなかったから」、非常勤就労、自営業、専業主婦、無職では「受けようと思っていたが、いつのまにか忘れてしまった」、生徒・学生では「健康に自信があるから」の割合が最も高くなっています。また、非常勤就労や専業主婦、無職では経済的理由をあげる人、常勤就労や生徒・学生では健康診断の場所・日時に関する情報不足などをあげる人も多くなっています。

単位：%

	n 数	入院中または治療中だったから	健康に自信があるから	悪いと言われるのが怖いから	検査内容が十分だと 思わないから	健康診断や検査の場所が 身近にないから	健康診断や検査の受け方が わからないから	健康診断や検査の受け方が わからないから	経済的理由から（健康診断や 検査の料金が高いから）	忙しくて受ける時間が なかったから	受けようと思っていたが、 いつのまにか忘れてしまった	健康診断や検査の 場所や日時を知らなかったから	その他	無回答
全体	543	8.1	13.3	14.4	3.7	7.2	11.4	13.8	27.8	39.6	7.6	11.4	2.4	
常勤就労	46	2.2	13.0	15.2	0.0	10.9	15.2	8.7	54.3	30.4	13.0	4.3	2.2	
非常勤就労	99	3.0	7.1	13.1	3.0	7.1	10.1	17.2	39.4	57.6	8.1	6.1	0.0	
自営業	51	5.9	9.8	15.7	5.9	2.0	5.9	9.8	35.3	52.9	3.9	5.9	0.0	
専業主婦	154	9.7	11.0	18.8	3.2	7.8	13.6	14.9	29.9	46.1	7.1	11.0	1.3	
生徒・学生	63	1.6	31.7	3.2	1.6	15.9	19.0	9.5	25.4	6.3	15.9	15.9	3.2	
無職	113	16.8	13.3	14.2	7.1	2.7	6.2	14.2	4.4	33.6	2.7	16.8	6.2	
その他	12	16.7	8.3	25.0	0.0	8.3	16.7	25.0	16.7	25.0	8.3	33.3	0.0	

## 健康状態別

健康状態別にみると、とても健康である層では「健康に自身があるから」が34.8%と他に比べて最も高くなっています。一方、健康でない層では「入院中または治療中だったから」が41.0%と高くなっています。

単位：%

	n 数	入院中または治療中だったから	健康に自信があるから	悪いと言われるのが怖いから	検査内容が十分だと 思わないから	健康診断や検査の場所が 身近にないから	健康診断や検査の受け方が わからないから	健康診断や検査の受け方が わからないから	経済的理由から（健康診断や 検査の料金が高いから）	忙しくて受ける時間が なかったから	受けようと思っていたが、 いつのまにか忘れてしまった	健康診断や検査の 場所や日時を知らなかったから	その他	無回答
とても健康である	92	0.0	34.8	7.6	2.2	8.7	16.3	7.6	25.0	32.6	7.6	13.0	1.1	
まあ健康である	348	4.3	10.6	15.2	4.3	7.2	11.2	13.5	31.0	43.7	8.0	11.2	2.3	
あまり健康でない	61	21.3	1.6	18.0	3.3	6.6	11.5	19.7	26.2	42.6	4.9	9.8	1.6	
健康でない	39	41.0	2.6	17.9	2.6	5.1	2.6	20.5	7.7	15.4	7.7	12.8	7.7	

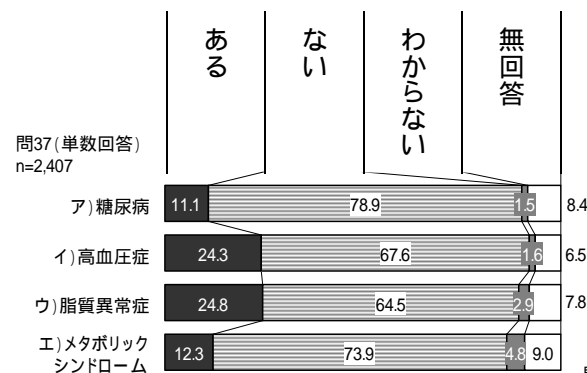
問 37 あなたはこれまでに、次にあげるア～エのような生活習慣病について、健診や医療機関で指摘を受けたことがありますか。( はそれぞれ1つずつ)

また、指摘を受けたことが「ある」方は、治療(通院による定期的な検査や生活習慣の改善指導を含む)を受けたことがありますか。( はそれぞれ1つずつ)

### 健診や医療機関で指摘を受けたことがあるか

指摘を受けたことがあるかについては、「ある」が(イ)高血圧症、(ウ)脂質異常症で20%を超えています。

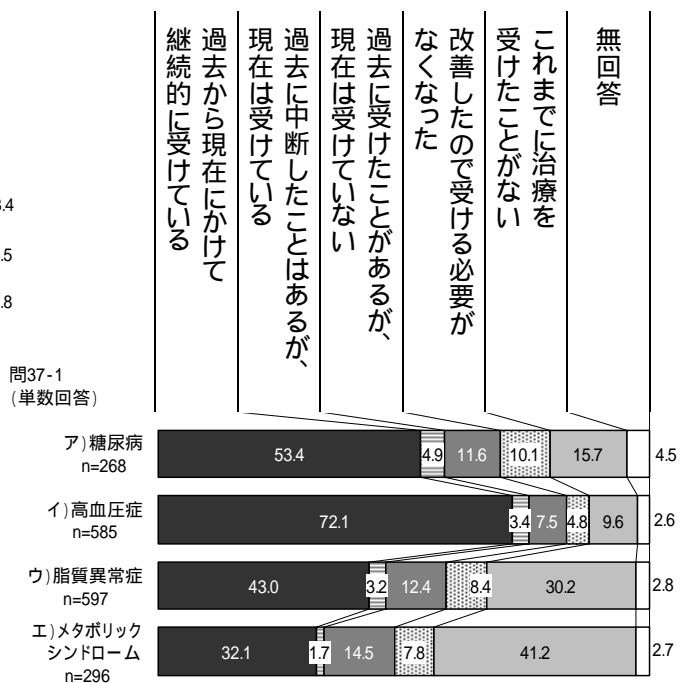
一方、「ない」は(ア)糖尿病、(エ)メタボリックシンドロームで70%を超えています。



### 指摘を受けたことがある方で、治療を受けたことがあるか

指摘を受けたことがある方で、治療を受けたことがあるかについては、「過去から現在にかけて継続的に受けている」が(イ)高血圧症で72.1%、次いで(ア)糖尿病で53.4%となっています。

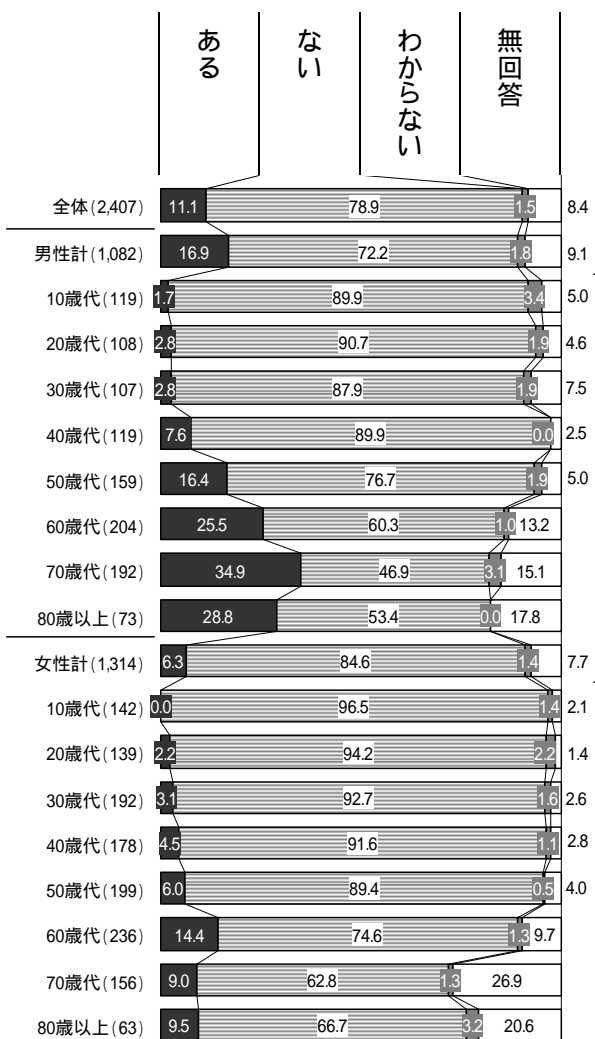
一方、「これまでに治療を受けたことがない」は(エ)メタボリックシンドロームで41.2%となっています。



## ア) 糖尿病（指摘）

性別年代別

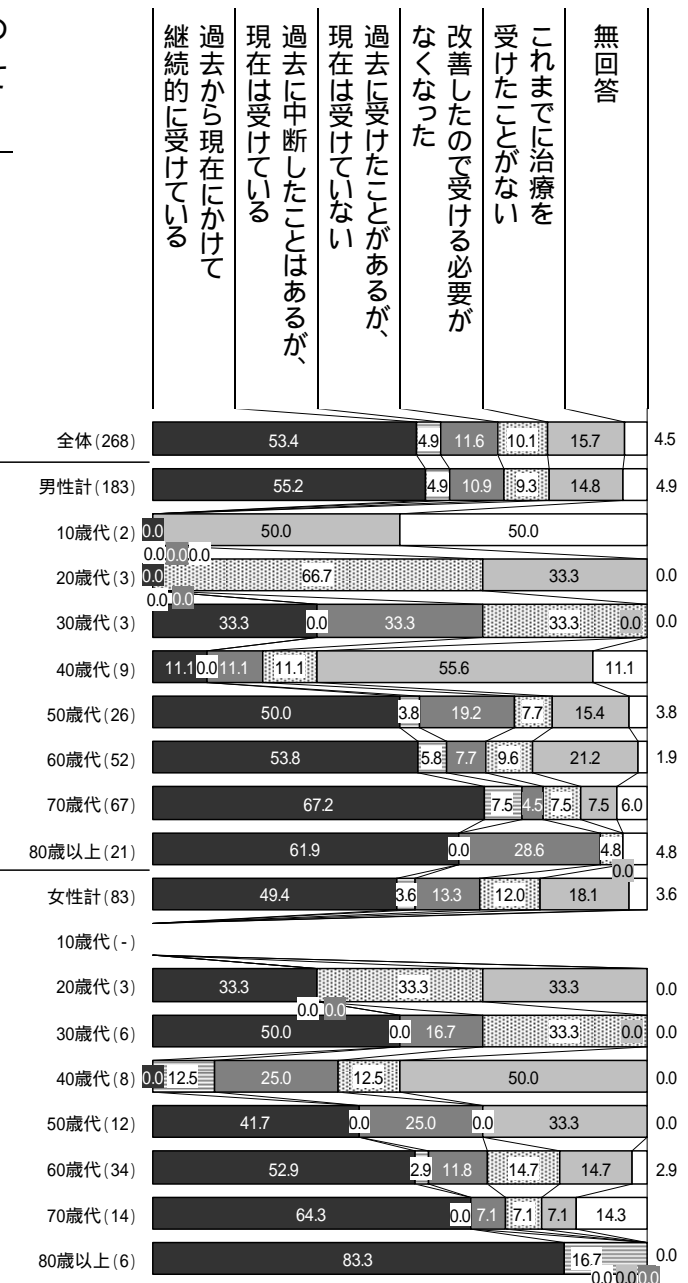
糖尿病について、性別年代別にみると、男性では70歳代まで年齢とともに「ある」と回答した人が多くなっており、70歳代では34.9%となっています。また、女性では60歳代で「ある」と回答した人の割合が14.4%と他の年代よりもやや高くなっているものの、それ以外の年代では10%未満となっています。



## ア) 糖尿病（治療）

性別年代別

糖尿病について、性別年代別にみると、男女とも50歳以上で「過去から現在にかけて継続的に受けている」の割合が高くなっています。



## ア) 糖尿病 (指摘)

就労形態別、居住地区別、BMI別

就労形態別にみると、すべての就労形態で「ない」の割合が最も高くなっているものの、自営業で69.2%、無職では半数程度と他の就労形態と比べ低くなっています。

居住地区別にみると、すべての地区で「ない」の割合が最も高く、北区や南区では80%を超えています。

BMI別にみると、すべての項目で「ない」の割合が最も高くなっているものの、肥満では68.0%となっており、「ある」が19.3%と高くなっています。

単位: %

	n数	ある	ない	わからない	無回答
全体	2,407	11.1	78.9	1.5	8.4
常勤就労	660	8.8	86.2	0.5	4.5
非常勤就労	331	7.3	85.8	1.8	5.1
自営業	143	16.8	69.2	2.1	11.9
専業主婦	454	6.6	82.4	1.5	9.5
生徒・学生	295	1.0	94.2	1.7	3.1
無職	462	27.1	53.7	2.4	16.9
その他	39	7.7	82.1	0.0	10.3
西区	142	12.7	73.2	4.2	9.9
北区	277	9.0	83.4	1.4	6.1
大宮区	218	13.3	77.1	2.3	7.3
見沼区	326	12.3	77.6	1.2	8.9
中央区	206	11.2	78.2	1.0	9.7
桜区	172	12.8	76.7	1.2	9.3
浦和区	305	11.8	79.3	0.7	8.2
南区	293	8.2	84.6	1.0	6.1
緑区	221	10.0	78.3	1.4	10.4
岩槻区	220	11.8	75.5	2.3	10.5
やせ	245	4.9	85.7	2.4	6.9
標準	1,729	10.2	80.7	1.4	7.7
肥満	388	19.3	68.0	1.8	10.8

## ア) 糖尿病 (治療)

就労形態別、居住地区別、BMI別

就労形態別にみると、指摘を受けた人のうち、非常勤就労と生徒・学生をのぞくすべての就労形態で「過去から現在にかけて継続的に受けている」の割合が最も高くなっています。

居住地区別にみると、指摘を受けた人のうち、すべての地区で「過去から現在にかけて継続的に受けている」の割合が最も高くなっています。

BMI別にみると、指摘を受けた人のうち、すべての項目で「過去から現在にかけて継続的に受けている」の割合が最も高くなっているものの、やせや標準と肥満を比べると、約15ポイントの差がみられます。

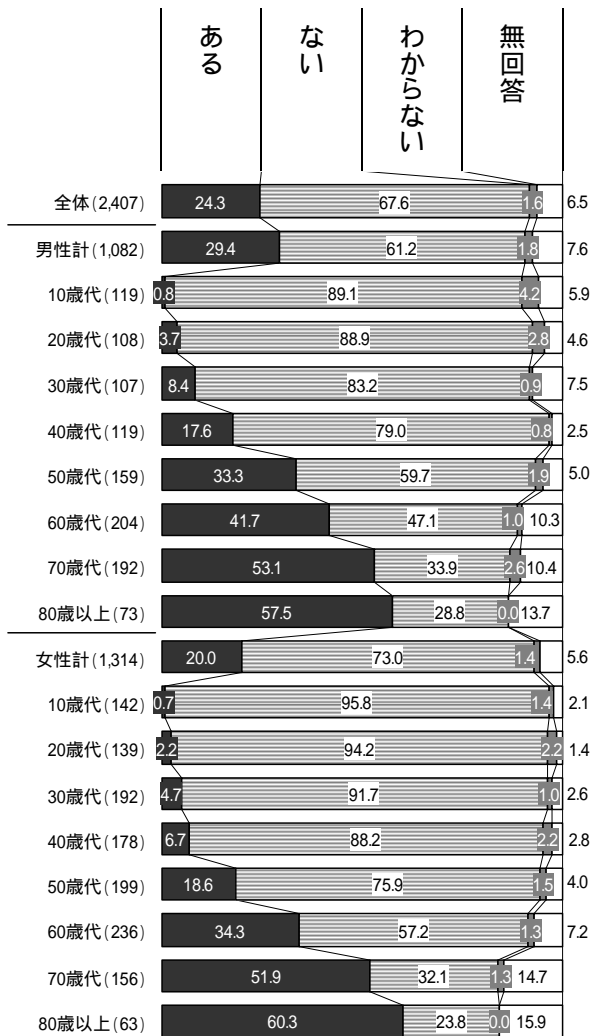
単位: %

	n数	過去から現在にかけて継続的に受けている	過去に中断しているが、現在は受けている	過去に受けていたが、現在は受けていない	改善しなくなった	これまで治療を受けていない	無回答
全体	268	53.4	4.9	11.6	10.1	15.7	4.5
常勤就労	58	39.7	3.4	12.1	20.7	22.4	1.7
非常勤就労	24	29.2	4.2	16.7	12.5	33.3	4.2
自営業	24	58.3	0.0	12.5	12.5	8.3	8.3
専業主婦	30	50.0	6.7	16.7	6.7	16.7	3.3
生徒・学生	3	0.0	0.0	0.0	0.0	66.7	33.3
無職	125	66.4	5.6	9.6	5.6	8.8	4.0
その他	3	33.3	0.0	0.0	0.0	33.3	33.3
西区	18	66.7	0.0	16.7	0.0	16.7	0.0
北区	25	48.0	0.0	16.0	12.0	20.0	4.0
大宮区	29	65.5	3.4	17.2	3.4	10.3	0.0
見沼区	40	52.5	0.0	2.5	22.5	12.5	10.0
中央区	23	60.9	0.0	4.3	17.4	13.0	4.3
桜区	22	45.5	18.2	9.1	9.1	9.1	9.1
浦和区	36	52.8	2.8	8.3	8.3	25.0	2.8
南区	24	45.8	4.2	25.0	12.5	12.5	0.0
緑区	22	45.5	13.6	4.5	4.5	27.3	4.5
岩槻区	26	53.8	7.7	15.4	3.8	11.5	7.7
やせ	12	50.0	0.0	8.3	16.7	16.7	8.3
標準	176	49.4	5.7	13.1	11.4	17.0	3.4
肥満	75	65.3	2.7	9.3	2.7	13.3	6.7

## イ) 高血圧症（指摘）

性別年代別

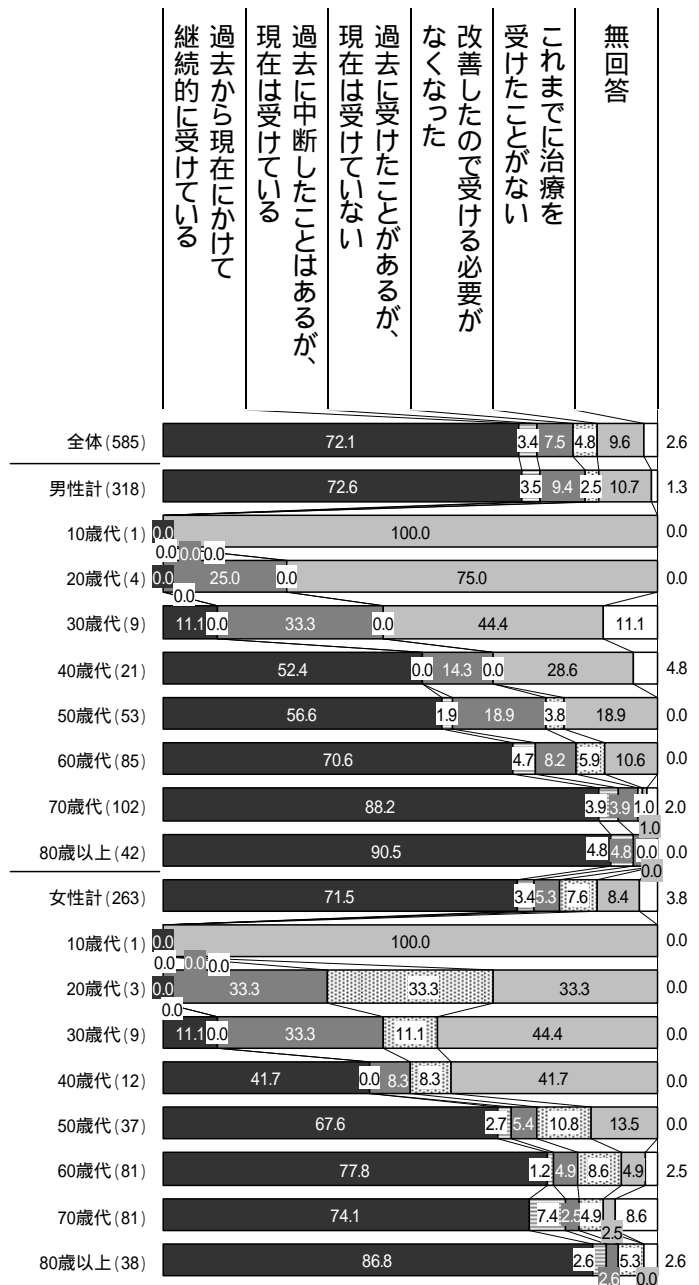
高血圧症について、性別年代別にみると、男女とも高齢になるほど「ある」と回答した人の割合が高くなっており、70歳以上では半数以上を占めています。



## イ) 高血圧症（治療）

性別年代別

高血圧症について、性別年代別にみると、男女とも40歳以上で「過去から現在にかけて継続的に受けている」の割合が高くなっていきます。



## イ) 高血圧症 (指摘)

就労形態別、居住地区別、BMI別

就労形態別にみると、無職をのぞくすべての就労形態で「ない」の割合が最も高く、無職では「ある」が半数弱と高くなっています。

居住地区別にみると、すべての地区で「ない」の割合が最も高く、北区や南区、緑区では70%を超えています。一方、桜区では「ある」の割合が30%を超えています。

BMI別にみると、すべての項目で「ない」の割合が最も高くなっているものの、肥満では47.9%となっており、「ある」が41.2%と高くなっています。

単位: %

	n数	ある	ない	わからない	無回答
全体	2,407	24.3	67.6	1.6	6.5
常勤就労	660	18.3	76.8	0.6	4.2
非常勤就労	331	17.5	75.8	1.8	4.8
自営業	143	29.4	58.7	2.8	9.1
専業主婦	454	25.8	67.0	1.8	5.5
生徒・学生	295	1.0	93.2	2.4	3.4
無職	462	48.7	37.0	2.2	12.1
その他	39	28.2	59.0	0.0	12.8
西区	142	25.4	66.9	2.8	4.9
北区	277	19.9	74.0	1.4	4.7
大宮区	218	29.8	62.4	0.9	6.9
見沼区	326	26.4	63.5	2.8	7.4
中央区	206	23.8	68.0	1.0	7.3
桜区	172	31.4	61.6	0.6	6.4
浦和区	305	26.6	67.9	0.3	5.2
南区	293	17.4	76.1	1.4	5.1
緑区	221	18.6	70.6	1.8	9.0
岩槻区	220	28.2	60.0	3.2	8.6
やせ	245	15.9	76.7	1.6	5.7
標準	1,729	21.7	71.0	1.3	5.9
肥満	388	41.2	47.9	3.1	7.7

## イ) 高血圧症 (治療)

就労形態別、居住地区別、BMI別

就労形態別にみると、指摘を受けた人のうち、生徒・学生をのぞくすべての就労形態で「過去から現在にかけて継続的に受けている」の割合が最も高くなっているものの、常勤就労では56.2%に止まっています。

居住地区別にみると、指摘を受けた人のうち、すべての地区で「過去から現在にかけて継続的に受けている」の割合が最も高くなっています。

BMI別にみると、指摘を受けた人のうち、すべての項目で「過去から現在にかけて継続的に受けている」の割合が最も高くなっています。また、やせでは「改善したので受ける必要がなくなった」、肥満では「これまでに治療を受けたことがない」の割合が、他の項目と比べやや高くなっています。

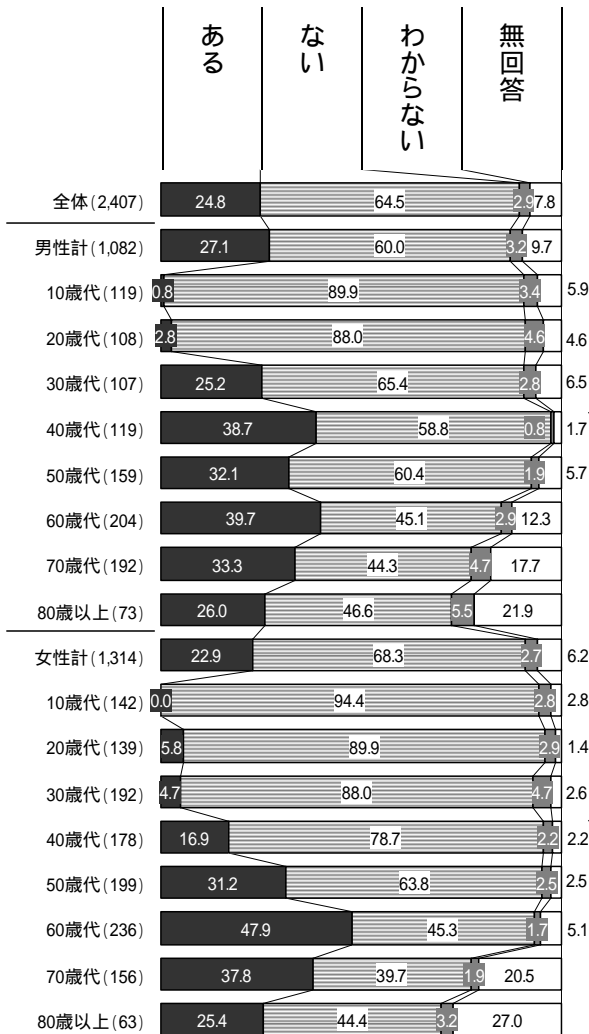
単位: %

	n数	過去から現在にかけて継続的に受けている	過去に中断しているが、現在は受けている	過去に受けていたことがあるが、現在は受けていない	改善したので受ける必要がなくなった	これまでに治療を受けたことがない	無回答
全体	585	72.1	3.4	7.5	4.8	9.6	2.6
常勤就労	121	56.2	2.5	13.2	5.8	20.7	1.7
非常勤就労	58	70.7	3.4	5.2	6.9	12.1	1.7
自営業	42	81.0	2.4	11.9	0.0	4.8	0.0
専業主婦	117	78.6	3.4	5.1	4.3	6.0	2.6
生徒・学生	3	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0
無職	225	77.8	3.6	5.3	5.3	4.9	3.1
その他	11	63.6	9.1	18.2	0.0	0.0	9.1
西区	36	83.3	0.0	8.3	5.6	2.8	0.0
北区	55	63.6	5.5	9.1	10.9	3.6	7.3
大宮区	65	76.9	1.5	10.8	3.1	6.2	1.5
見沼区	86	70.9	1.2	8.1	7.0	11.6	1.2
中央区	49	73.5	6.1	8.2	4.1	4.1	4.1
桜区	54	81.5	5.6	1.9	1.9	9.3	0.0
浦和区	81	75.3	3.7	4.9	2.5	11.1	2.5
南区	51	58.8	2.0	11.8	5.9	17.6	3.9
緑区	41	58.5	4.9	12.2	4.9	17.1	2.4
岩槻区	62	75.8	3.2	3.2	3.2	11.3	3.2
やせ	39	71.8	2.6	7.7	12.8	2.6	2.6
標準	376	71.8	3.2	8.5	5.1	9.8	1.6
肥満	160	71.9	3.8	5.6	2.5	11.3	5.0

## ウ) 脂質異常症（指摘）

性別年代別

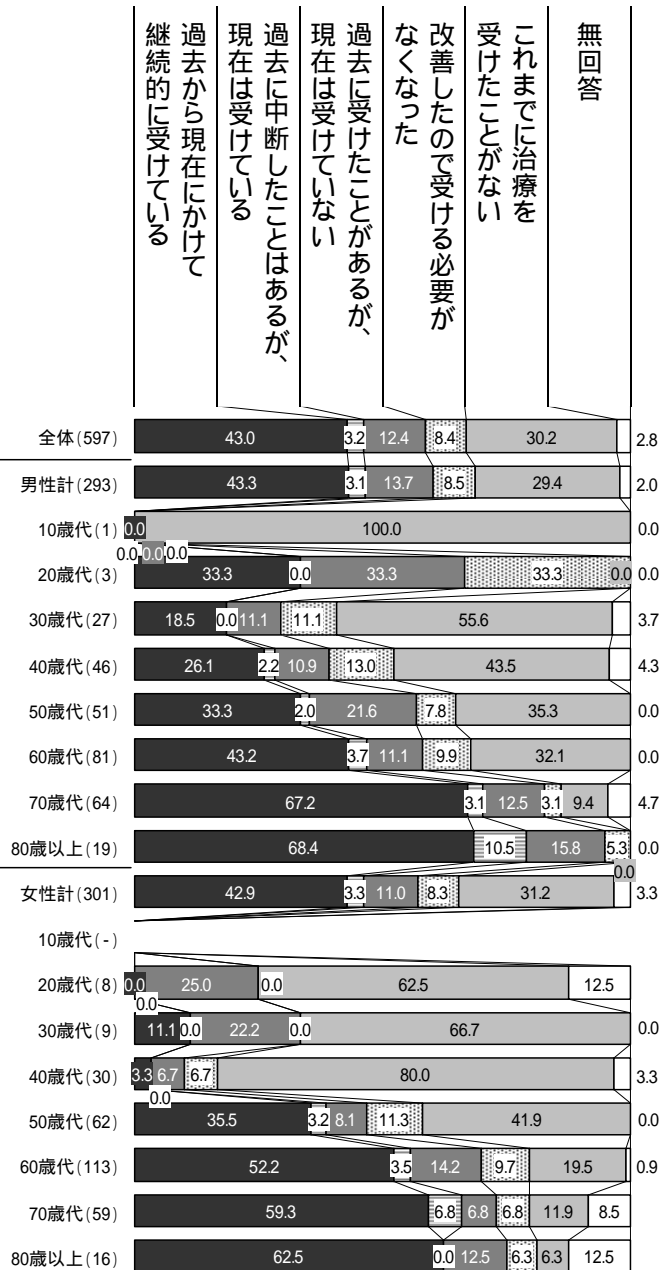
脂質異常症について、性別年代別にみると、男性では30歳代以降、女性では40歳代以降で「ある」と回答した人の割合が高まり、60歳代をピークに以降は徐々に低くなる傾向がうかがえます。



## ウ) 脂質異常症（治療）

性別年代別

脂質異常症について、性別年代別にみると、男性では30歳以上で、女性では50歳以上で「過去から現在にかけて継続的に受けている」の割合が高くなっています。





## ウ) 脂質異常症（指摘）

就労形態別、居住地区別、BMI別

就労形態別にみると、すべての就労形態で「ない」の割合が最も高くなっているものの、無職では45.2%と他の就労形態と比べてやや低くなっています。

居住地区別にみると、すべての地区で「ない」の割合が最も高く、特徴的な差がみられませんでした。

BMI別にみると、すべての項目で「ない」の割合が最も高くなっているものの、肥満では44.6%となっており、「ある」が41.0%と高くなっています。

単位：%

	n数	ある	ない	わからない	無回答
全体	2,407	24.8	64.5	2.9	7.8
常勤就労	660	26.1	68.3	1.2	4.4
非常勤就労	331	23.0	69.2	3.6	4.2
自営業	143	31.5	55.9	2.8	9.8
専業主婦	454	30.2	59.7	2.9	7.3
生徒・学生	295	0.0	93.6	2.7	3.7
無職	462	32.7	45.2	5.4	16.7
その他	39	23.1	61.5	2.6	12.8
西区	142	25.4	62.0	4.9	7.7
北区	277	23.5	67.9	3.2	5.4
大宮区	218	24.3	63.3	5.0	7.3
見沼区	326	25.2	61.7	3.1	10.1
中央区	206	24.8	65.0	1.5	8.7
桜区	172	23.3	66.9	2.3	7.6
浦和区	305	28.9	64.3	0.7	6.2
南区	293	28.0	64.5	2.0	5.5
緑区	221	21.3	67.0	2.7	9.0
岩槻区	220	20.0	63.2	5.0	11.8
やせ	245	12.7	77.6	2.4	7.3
標準	1,729	23.1	67.3	2.5	7.1
肥満	388	41.0	44.6	4.9	9.5

## ウ) 脂質異常症（治療）

就労形態別、居住地区別、BMI別

就労形態別にみると、常勤就労や非常勤就労では「これまでに治療を受けたことがない」、自営業や専業主婦、無職では「過去から現在にかけて継続的に受けている」の割合が最も高くなっています。

居住地区別にみると、指摘を受けた人のうち、北区をのぞくすべての地区で「過去から現在にかけて継続的に受けている」の割合が最も高く、北区では「これまでに治療を受けたことがない」の割合が高くなっています。BMI別にみると、指摘を受けた人のうち、やせをのぞくすべての項目で「過去から現在にかけて継続的に受けている」の割合が最も高く、やせでは「これまでに治療を受けたことがない」の割合が高くなっています。

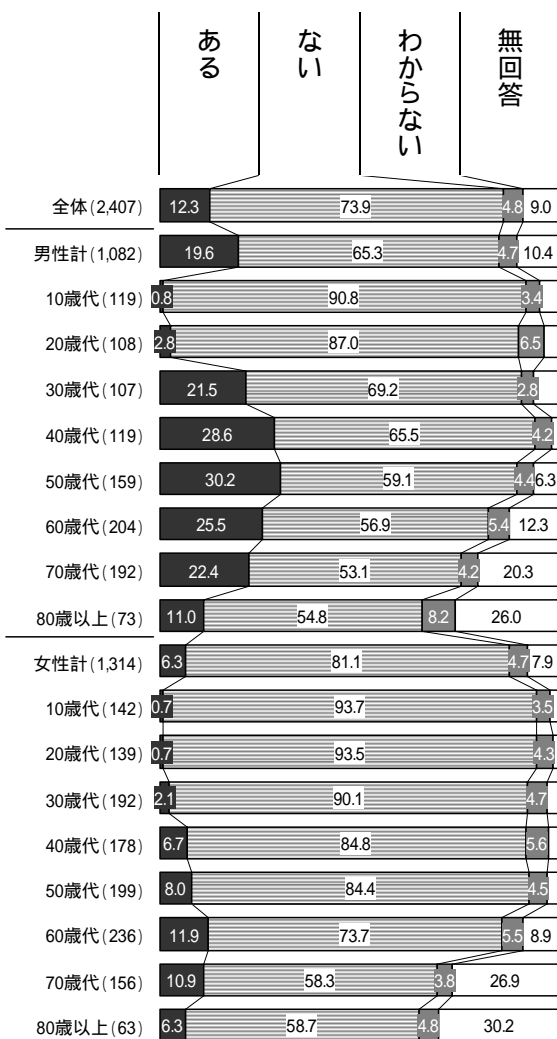
単位：%

	n数	過去から継続的に受けている	過去に受けていたが、現在は受けていない	過去に受けていたことがない	改善したため受ける必要がなくなった	これまでに治療を受けたことがない	無回答
全体	597	43.0	3.2	12.4	8.4	30.2	2.8
常勤就労	172	27.3	2.3	12.8	10.5	45.3	1.7
非常勤就労	76	30.3	1.3	21.1	6.6	39.5	1.3
自営業	45	62.2	0.0	8.9	2.2	24.4	2.2
専業主婦	137	51.1	5.1	7.3	10.2	24.1	2.2
生徒・学生	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
無職	151	55.6	4.0	13.2	7.3	15.9	4.0
その他	9	22.2	11.1	11.1	11.1	22.2	22.2
西区	36	41.7	5.6	16.7	0.0	33.3	2.8
北区	65	33.8	4.6	12.3	9.2	35.4	4.6
大宮区	53	50.9	5.7	3.8	5.7	30.2	3.8
見沼区	82	46.3	1.2	7.3	11.0	32.9	1.2
中央区	51	52.9	0.0	5.9	11.8	27.5	2.0
桜区	40	40.0	5.0	17.5	7.5	30.0	0.0
浦和区	88	46.6	3.4	15.9	5.7	23.9	4.5
南区	82	34.1	2.4	15.9	12.2	32.9	2.4
緑区	47	42.6	4.3	14.9	4.3	34.0	0.0
岩槻区	44	50.0	0.0	13.6	9.1	22.7	4.5
やせ	31	29.0	12.9	9.7	6.5	38.7	3.2
標準	399	41.1	2.0	12.8	10.3	31.3	2.5
肥満	159	49.1	4.4	11.9	4.4	27.0	3.1

## エ) メタボリックシンドローム（指摘）

性別年代別

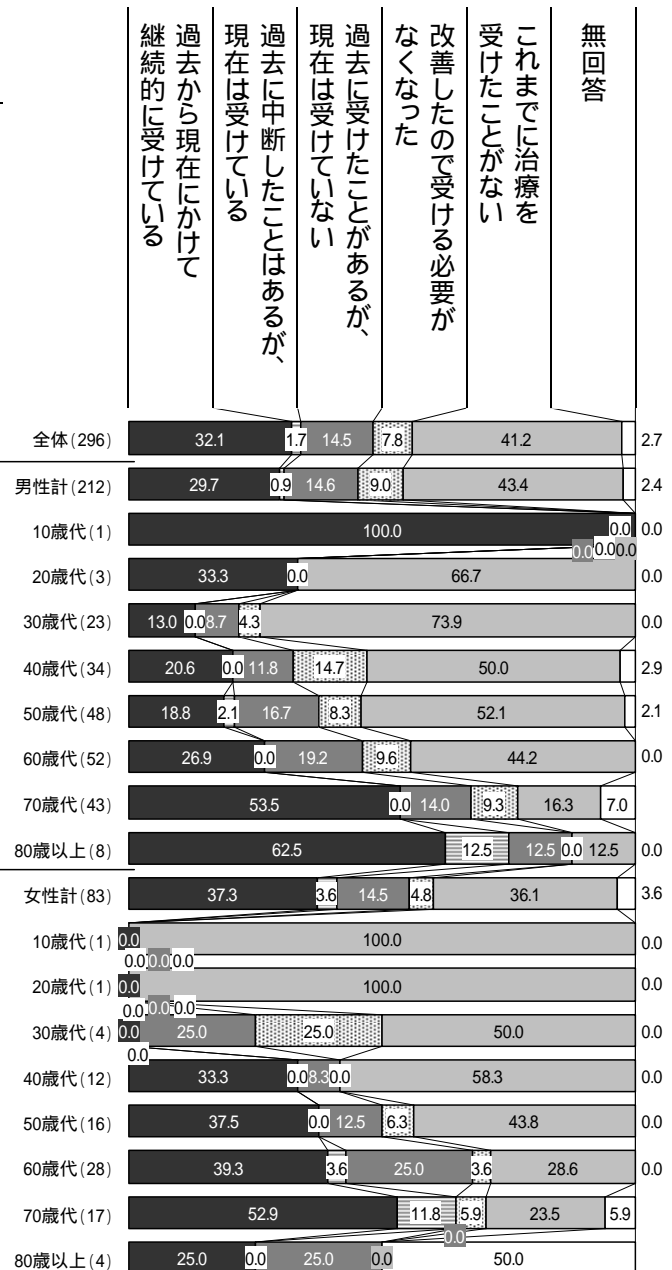
メタボリックシンドロームについて、性別年代別にみると、女性よりも男性で「ある」と回答した人の割合が高く、特に50歳代で30.2%となっています。一方、女性では60~70歳代で「ある」と回答した人の割合が10%超と他の年代よりやや高くなっているものの、50歳代までは「ない」と回答した人の割合が80%超となっています。



## エ) メタボリックシンドローム（治療）

性別年代別

メタボリックシンドロームについて、性別年代別にみると、男性では30歳以上で、女性では40~70歳代で高齢になるほど、「過去から現在にかけて継続的に受けている」の割合が高くなっています。



## エ) メタボリックシンドローム (指摘)

就労形態別、居住地区別、BMI別

就労形態別にみると、すべての就労形態で「ない」の割合が最も高くなっているものの、自営業で69.2%、無職では55.2%と他の就労形態と比べ低くなっています。

居住地区別にみると、すべての地区で「ない」の割合が最も高くなっているものの、南区では80.5%であるのに対し、西区や岩槻区では60%台に止まっています。

BMI別にみると、肥満で「ある」、やせと標準で「ない」の割合が最も高くなっています。

単位: %

	n数	ある	ない	わからない	無回答
全体	2,407	12.3	73.9	4.8	9.0
常勤就労	660	19.1	74.7	1.7	4.5
非常勤就労	331	9.4	80.1	5.7	4.8
自営業	143	11.9	69.2	4.2	14.7
専業主婦	454	7.9	77.3	5.3	9.5
生徒・学生	295	0.3	92.5	4.1	3.1
無職	462	17.1	55.2	8.4	19.3
その他	39	10.3	66.7	7.7	15.4
西区	142	14.8	65.5	9.2	10.6
北区	277	9.4	78.0	5.1	7.6
大宮区	218	9.6	75.7	7.3	7.3
見沼区	326	14.4	70.6	4.3	10.7
中央区	206	10.7	73.8	5.3	10.2
桜区	172	16.3	73.8	1.7	8.1
浦和区	305	14.1	75.4	3.6	6.9
南区	293	10.9	80.5	2.4	6.1
緑区	221	11.8	73.8	3.6	10.9
岩槻区	220	13.2	65.9	6.8	14.1
やせ	245	1.6	89.0	2.0	7.3
標準	1,729	6.7	80.8	3.9	8.6
肥満	388	44.3	35.1	10.3	10.3

## エ) メタボリックシンドローム (治療)

就労形態別、居住地区別、BMI別

就労形態別にみると、常勤就労や非常勤就労では「これまでに治療を受けたことがない」、自営業や専業主婦、無職では「過去から現在にかけて継続的に受けている」の割合が最も高くなっています。

居住地区別にみると、指摘を受けた人のうち、北区、中央区、緑区、岩槻区では「過去から現在にかけて継続的に受けている」、それら以外の地区で「これまでに治療を受けたことがない」の割合が最も高くなっています。

BMI別にみると、指摘を受けた人のうち、すべての項目で「これまでに治療を受けたことがない」の割合が最も高く、やせでは半数と高くなっています。

単位: %

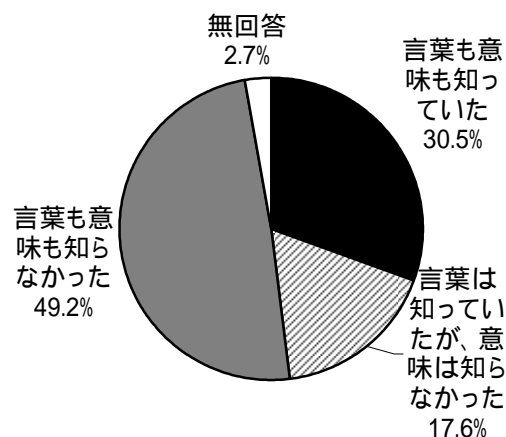
	n数	過去から現在にかけて継続的に受けている	過去に中断しているが、現在は受けている	過去に受けていたことがあが、現在は受けていない	改善したことで受ける必要がなくなった	これまでに治療を受けたことがない	無回答
全体	296	32.1	1.7	14.5	7.8	41.2	2.7
常勤就労	126	22.2	0.8	14.3	7.9	54.0	0.8
非常勤就労	31	22.6	3.2	22.6	0.0	45.2	6.5
自営業	17	64.7	0.0	5.9	5.9	23.5	0.0
専業主婦	36	41.7	2.8	11.1	8.3	33.3	2.8
生徒・学生	1	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0
無職	79	43.0	2.5	15.2	8.9	26.6	3.8
その他	4	0.0	0.0	0.0	50.0	25.0	25.0
西区	21	23.8	4.8	23.8	4.8	42.9	0.0
北区	26	30.8	3.8	7.7	26.9	30.8	0.0
大宮区	21	33.3	0.0	19.0	9.5	38.1	0.0
見沼区	47	27.7	0.0	8.5	10.6	51.1	2.1
中央区	22	40.9	0.0	22.7	4.5	31.8	0.0
桜区	28	28.6	3.6	7.1	0.0	53.6	7.1
浦和区	43	25.6	2.3	23.3	2.3	44.2	2.3
南区	32	28.1	3.1	15.6	6.3	43.8	3.1
緑区	26	42.3	0.0	15.4	7.7	34.6	0.0
岩槻区	29	44.8	0.0	6.9	6.9	31.0	10.3
やせ	4	25.0	0.0	25.0	0.0	50.0	0.0
標準	116	21.6	0.9	15.5	18.1	40.5	3.4
肥満	172	39.0	2.3	14.0	1.2	41.3	2.3

**問 38 健康寿命とは、「日常的に介護を必要としないで、自立した生活ができる生存期間」のことです。あなたはこの「健康寿命」という言葉を知っていましたか。( は1つだけ)**

「健康寿命」の認知度については、「言葉も意味も知らなかった」が 49.2%で約半数となっています。

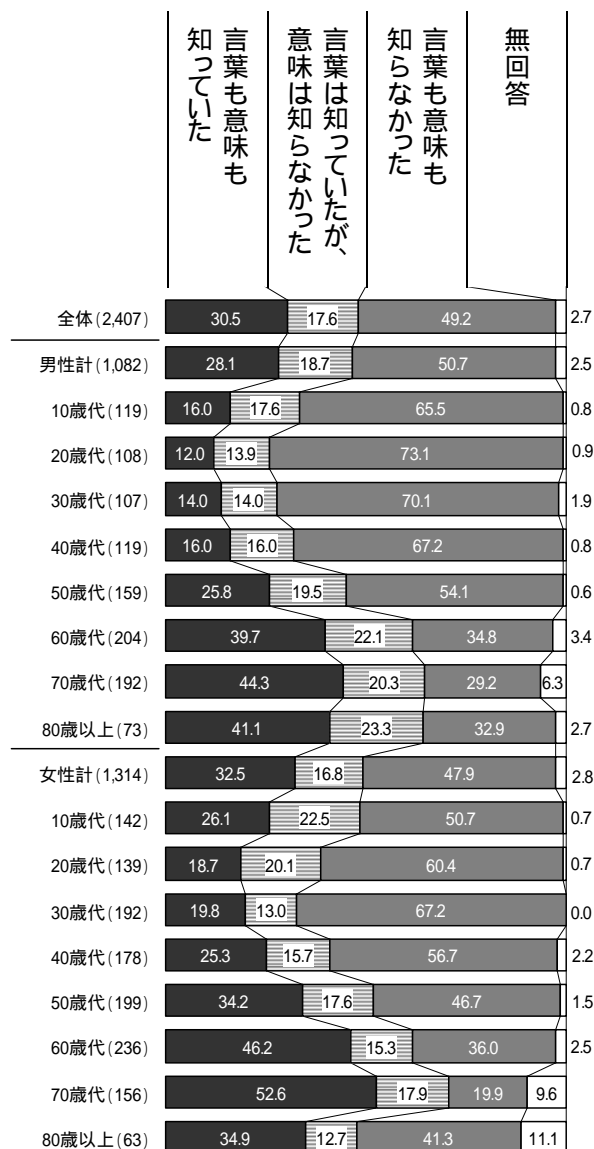
一方、「言葉も意味も知っていた」は 30.5% となっています。

問38(単数回答) n=2,407



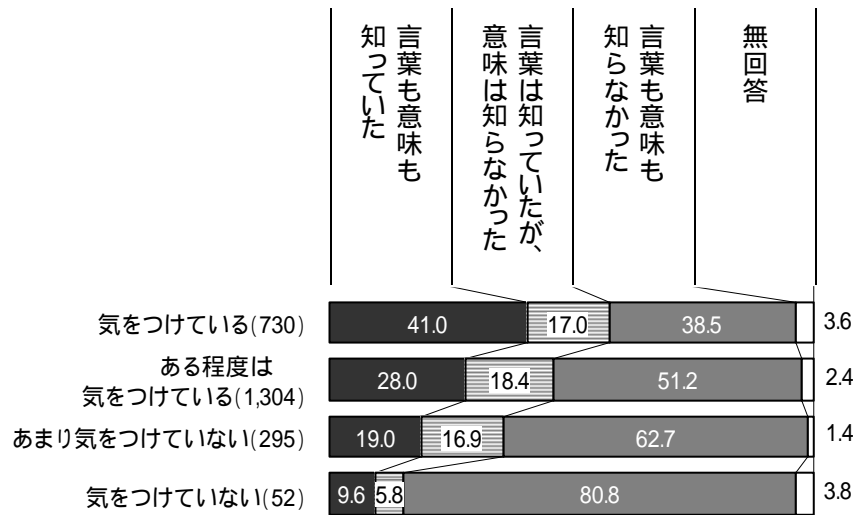
**性別年代別**

性別年代別にみると、男女とも 20 歳以降 70 歳代までは「言葉も意味も知っていた」の割合が高齢になるほど高くなっています。また、男性の 60 歳以上、女性の 60~70 歳代では、「言葉も意味も知っていた」と「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」を合わせた『言葉は知っていた』が 60%を超えています。



健康に気をつけている度合い別

健康に気をつけている度合い別にみると、気をつけている層ほど健康寿命の認知度は高くなっています。



**問 39 あなたは、健康寿命を延ばすために良い生活習慣を実践していますか。**

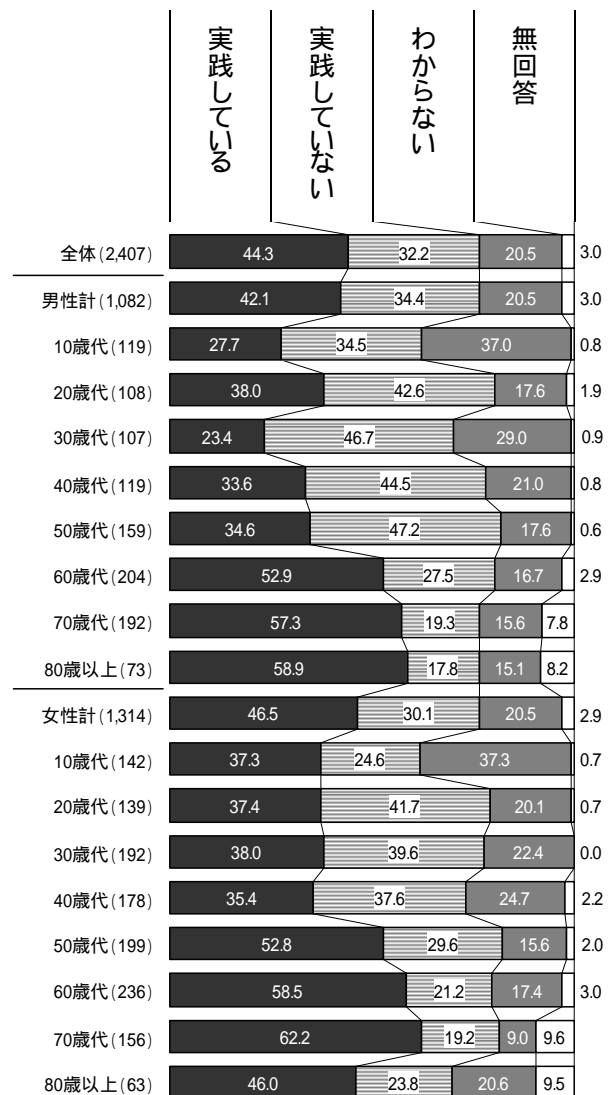
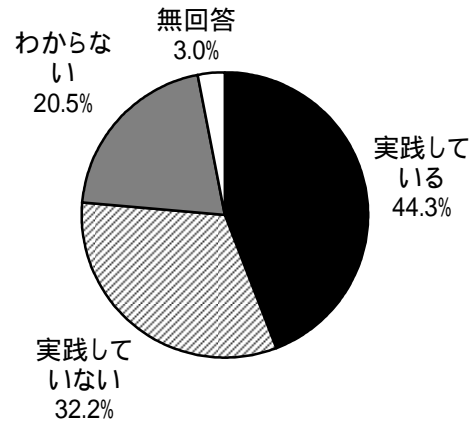
健康寿命を延ばすために良い生活習慣を実践しているかについては、「実践している」が44.3%となっています。

一方、「実践していない」は32.2%となっています。

**性別年代別**

性別年代別にみると、男性では50歳までの若い世代で「実践していない」が「実践している」を上回っており、60歳以上では「実践している」が「実践していない」を上回っています。また、女性では、20~40歳代で「実践していない」が「実践している」を上回っており、10歳代と50歳以上で「実践している」が「実践していない」を上回っています。

問39(単数回答) n=2,407



### 就労形態別、家族形態別

就労形態別にみると、常勤就労をのぞくすべての就労形態で「実践している」の割合が最も高くなっているものの、生徒・学生では36.3%に止まり、「わからない」が33.9%となっています。

家族形態別では、三世代家族世帯をのぞくすべての家族形態で「実践している」の割合が最も高く、夫婦のみ世帯では57.6%となっています。また、三世代家族世帯では「実践していない」が「実践している」をわずかに上回っています。

単位：%

	n数	実践している	実践していない	わからない	無回答
全体	2,407	44.3	32.2	20.5	3.0
常勤就労	660	35.6	44.5	18.6	1.2
非常勤就労	331	44.1	29.3	23.3	3.3
自営業	143	44.1	30.8	21.0	4.2
専業主婦	454	55.5	26.4	15.0	3.1
生徒・学生	295	36.3	29.5	33.9	0.3
無職	462	51.3	24.5	18.4	5.8
その他	39	53.8	20.5	17.9	7.7
一人暮らし世帯	225	38.7	36.9	20.4	4.0
夫婦のみ世帯	550	57.6	24.4	13.3	4.7
核家族世帯	1,203	41.6	33.6	23.1	1.7
二世世代家族世帯	169	37.9	36.7	23.1	2.4
三世代家族世帯	172	36.0	37.2	22.7	4.1
その他	56	42.9	26.8	21.4	8.9

### 健康状態別、健康に気をつけている度合い別

健康状態別にみると、健康であると感じている層ほど、良い生活習慣を「実践している」人が多くなっています。

健康に気をつけている度合い別にみると、気をつけている層ほど、良い生活習慣を「実践している」人が多くなっています。

単位：%

	n数	実践している	実践していない	わからない	無回答
とても健康である	429	52.9	23.8	21.2	2.1
まあ健康である	1557	45.3	31.5	20.4	2.8
あまり健康でない	295	30.8	44.7	20.0	4.4
健康でない	111	34.2	40.5	19.8	5.4
気をつけている	730	68.2	15.2	12.6	4.0
ある程度は気をつけている	1304	39.8	33.4	24.1	2.7
あまり気をつけていない	295	12.9	61.7	24.1	1.4
気をつけていない	52	7.7	65.4	23.1	3.8

【問 39 で「 2 . 実践していない」とお答えの方のみ】

問 39- 1 健康寿命を延ばすために良い生活習慣を実践することについてどう考えますか。( は1つだけ)

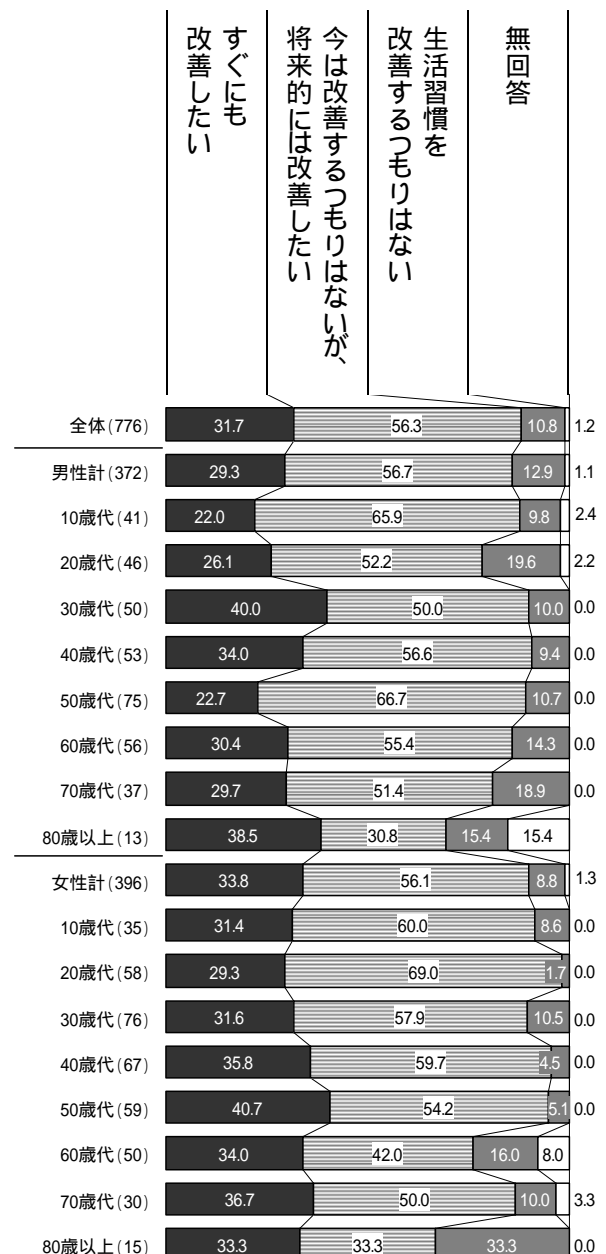
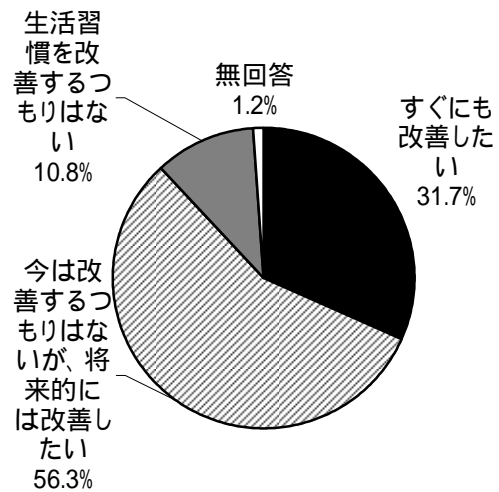
良い生活習慣を実践することに対する考えについては、「今は改善するつもりはないが、将来的には改善したい」が 56.3%で最も高くなっています。

一方、「生活習慣を改善するつもりはない」は 10.8%となっています。

性別年代別

性別年代別にみると、男女とも 70 歳代までは「今は改善するつもりはないが、将来的には改善したい」の割合が最も高く、男性の 80 歳以上では「すぐにも改善したい」が高くなっています。また、女性の 80 歳以上は「すぐにも改善したい」と「今は改善するつもりはないが、将来的には改善したい」が同程度となっています。

問39 - 1(単数回答) n=776





### 就労形態別、家族形態別

就労形態別にみると、すべての就労形態で「今は改善するつもりはないが、将来的には改善したい」の割合が最も高くなっています。また、無職では「生活習慣を改善するつもりはない」が21.2%で、他の就労形態よりも高くなっています。

家族形態別では、すべての家族形態で「今は改善するつもりはないが、将来的には改善したい」の割合が最も高くなっています。また、一人暮らし世帯や夫婦のみ世帯、核家族世帯などの世帯規模の小さな家族形態では、「生活習慣を改善するつもりはない」が10%を超え、他の家族形態よりもやや高くなっています。

単位：%

	n数	すぐにも改善したい	将来的には改善するつもりはないが、改善したい	今は改善するつもりはないが、生活習慣を改善する	無回答
全体	776	31.7	56.3	10.8	1.2
常勤就労	294	32.0	58.5	9.5	0.0
非常勤就労	97	32.0	60.8	6.2	1.0
自営業	44	20.5	56.8	18.2	4.5
専業主婦	120	42.5	49.2	7.5	0.8
生徒・学生	87	28.7	62.1	6.9	2.3
無職	113	25.7	51.3	21.2	1.8
その他	8	12.5	62.5	25.0	0.0
一人暮らし世帯	83	28.9	55.4	14.5	1.2
夫婦のみ世帯	134	36.6	51.5	11.2	0.7
核家族世帯	404	32.4	55.2	10.9	1.5
二世世代家族世帯	62	30.6	61.3	8.1	0.0
三世世代家族世帯	64	23.4	68.8	7.8	0.0
その他	15	40.0	40.0	20.0	0.0

### 健康に気をつけている度合い別

健康に気をつけている度合い別にみると、気をつけている層ほど「すぐにも改善したい」人が多くなっています。

単位：%

	n数	すぐにも改善したい	将来的には改善するつもりはないが、改善したい	今は改善するつもりはないが、生活習慣を改善する	無回答
気をつけている	111	45.0	43.2	9.9	1.8
ある程度は気をつけている	436	34.2	56.0	8.5	1.4
あまり気をつけていない	182	17.6	68.7	13.2	0.5
気をつけていない	34	23.5	44.1	32.4	0.0

10 さいたま市の健康づくりに関する施策について、おうかがいします。

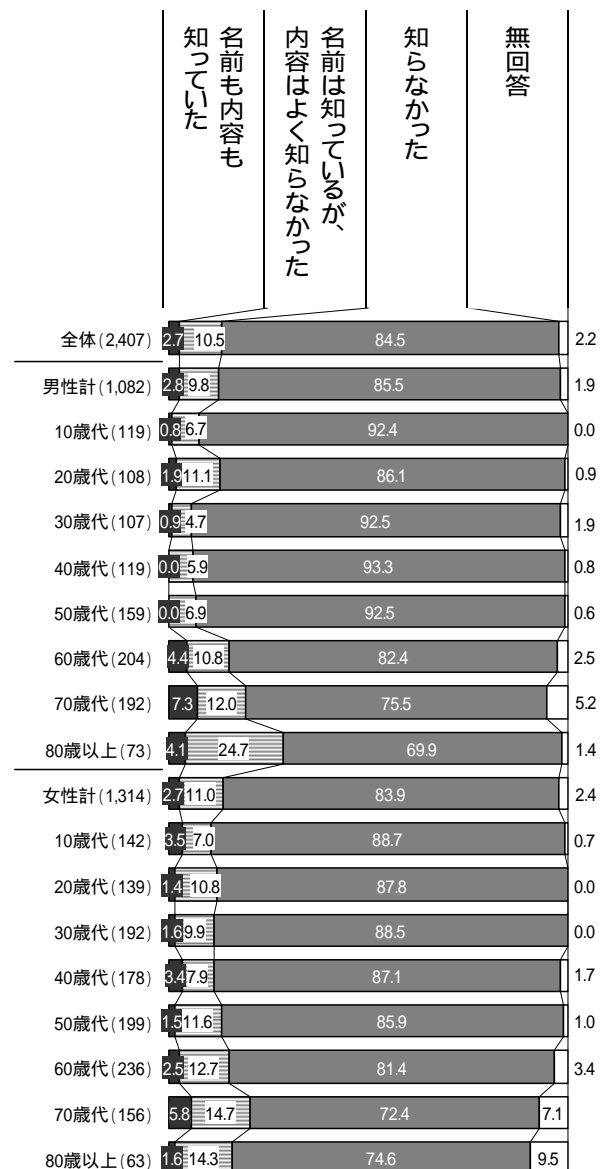
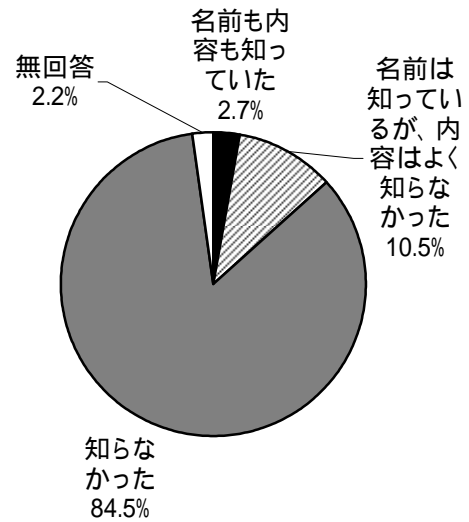
問40 あなたは、この「さいたま市ヘルスプラン21」をご存知でしたか。  
( は1つだけ)

「さいたま市ヘルスプラン21」の認知度については、「知らなかった」が84.5%となっています。

性別年代別

性別年代別にみると、男女ともすべての年代で「知らなかった」の割合が最も高くなっています。しかし、男性の20歳代と60歳以上、女性の20歳代と50歳以上では「名前は知っているが、内容はよく知らなかった」が10%を超えており、他の年代よりもやや高くなっています。

問40(単数回答) n=2,407

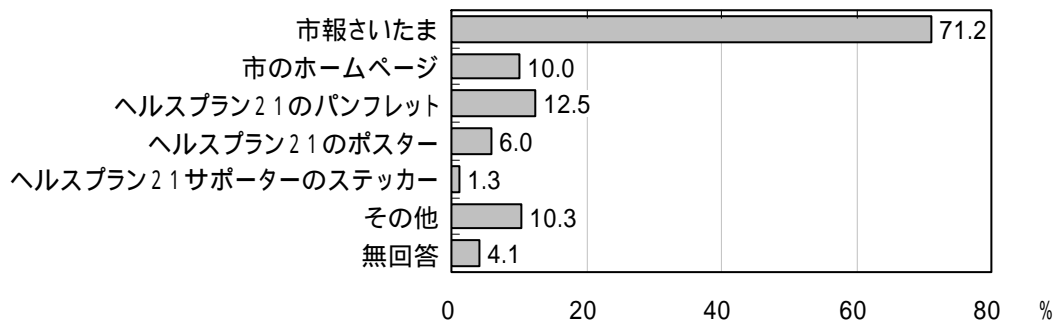


【問40で「1.名前も内容も知っていた」「2.名前は知っているが、内容はよく知らなかった」とお答えの方のみ】

問40-1 どちらで知りましたか。(はあてはまるものすべて)

「さいたま市ヘルスプラン21」を何で知ったかについては、「市報さいたま」が71.2%となっています。また、「市のホームページ」「ヘルスプラン21のパンフレット」において10%超となっています。

問40-1 (複数回答) n=319



性別年代別

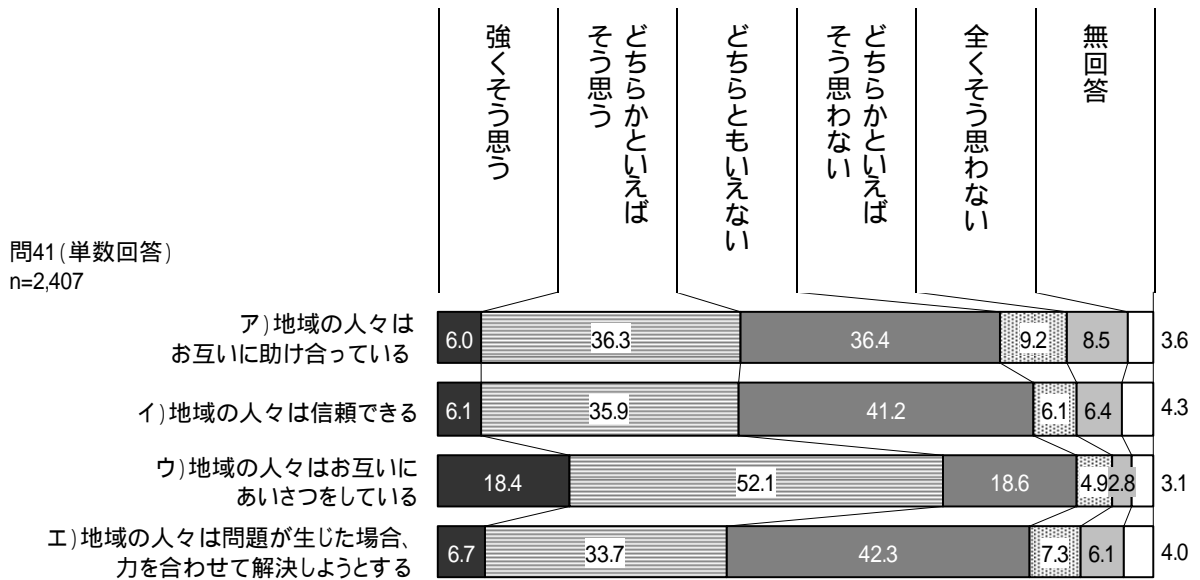
性別年代別にみると、男女ともほぼすべての年代で「市報さいたま」の割合が高くなっています。

単位: %

	n数	市報さいたま	市のホームページ	ヘルスプラン21のパンフレット	ヘルスプラン21のポスター	ヘルスプラン21サポーターのステッカー	その他	無回答
全体	319	71.2	10.0	12.5	6.0	1.3	10.3	4.1
男性計	136	71.3	11.8	14.0	4.4	1.5	9.6	3.7
10歳代	9	66.7	22.2	0.0	0.0	0.0	22.2	0.0
20歳代	14	35.7	28.6	7.1	7.1	0.0	42.9	0.0
30歳代	6	33.3	33.3	33.3	0.0	0.0	16.7	0.0
40歳代	7	85.7	14.3	0.0	0.0	0.0	14.3	0.0
50歳代	11	63.6	27.3	0.0	0.0	0.0	0.0	18.2
60歳代	31	64.5	3.2	19.4	9.7	6.5	3.2	3.2
70歳代	37	89.2	0.0	18.9	5.4	0.0	5.4	2.7
80歳以上	21	85.7	14.3	14.3	0.0	0.0	0.0	4.8
女性計	180	71.1	8.9	11.1	6.7	0.6	11.1	4.4
10歳代	15	0.0	13.3	13.3	13.3	0.0	60.0	0.0
20歳代	17	58.8	17.6	5.9	5.9	0.0	17.6	0.0
30歳代	22	72.7	4.5	13.6	9.1	0.0	0.0	9.1
40歳代	20	70.0	20.0	15.0	10.0	0.0	10.0	0.0
50歳代	26	76.9	3.8	15.4	7.7	0.0	3.8	7.7
60歳代	36	97.2	5.6	5.6	8.3	2.8	2.8	0.0
70歳代	32	75.0	3.1	15.6	0.0	0.0	9.4	6.3
80歳以上	10	70.0	20.0	0.0	0.0	0.0	10.0	20.0

**問 41 あなたの住まいの地域についておたずねします。( はそれぞれ1つずつ)**

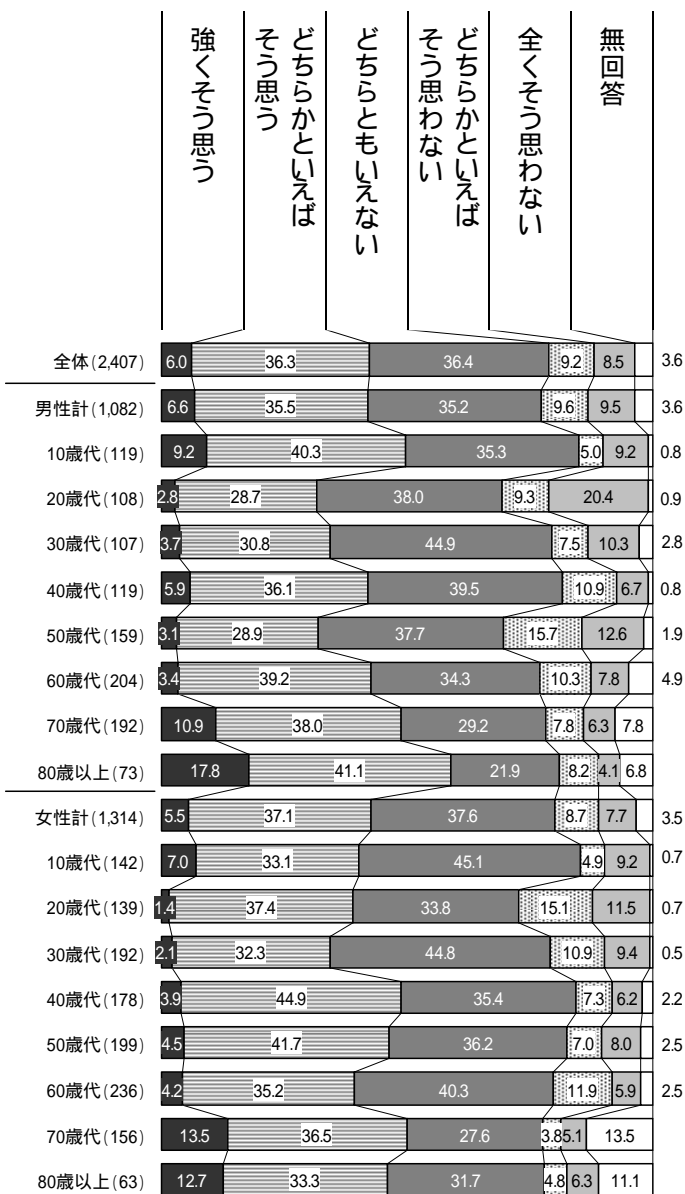
住まいの地域については、「強く思う」と「どちらかといえば思う」を合わせた『思う』の割合で(ウ)地域の人々はお互いにあいさつをしているが70.5%となっています。



## ア) 地域の人々はお互いに助け合っている

### 性別年代別

地域の人々はお互いに助け合っているかについて、性別年代別にみると、男性では70歳以上で「強くそう思う」の割合が10%を超えており、50歳代以降、高齢になるほど『そう思う』の割合が高くなっています。一方で、男性の20歳代では「全くそう思わない」が20.4%と、他の年代よりも高くなっています。また、女性では70歳以上で「強くそう思う」が10%を超え、他の年代よりもやや高くなっています。



### 家族形態別、居住地区別

家族形態別にみると、核家族世帯、三世帯家族世帯では「どちらかといえばそう思う」それら以外の家族形態では「どちらともいえない」の割合が最も高くなっています。また、一人暮らし世帯では「全くそう思わない」と「どちらかといえばそう思わない」を合わせた『そう思わない』が20%を超えています。

居住地区別にみると、西区、北区、大宮区、緑区、岩槻区では「どちらかといえばそう思う」、それら以外の地区では「どちらともいえない」の割合が最も高くなっています。また、大宮区と南区では『そう思わない』が20%を超えています。

単位: %

	n数	強くそう思う	どちらかといえばそう思う	いえない	どちらともいえない	全くそう思わない	無回答
全体	2,407	6.0	36.3	36.4	9.2	8.5	3.6
一人暮らし世帯	225	4.0	29.8	36.4	10.7	12.9	6.2
夫婦のみ世帯	550	6.0	34.2	39.1	8.5	6.9	5.3
核家族世帯	1,203	5.8	37.7	36.1	10.0	8.4	2.0
二世帯家族世帯	169	6.5	36.1	37.3	5.9	8.9	5.3
三世帯家族世帯	172	8.7	44.2	31.4	5.8	5.2	4.7
その他	56	3.6	30.4	32.1	8.9	21.4	3.6
西区	142	8.5	41.5	36.6	5.6	4.2	3.5
北区	277	6.5	38.6	35.0	8.7	9.4	1.8
大宮区	218	1.8	37.2	33.0	11.9	11.9	4.1
見沼区	326	5.2	36.5	37.1	8.9	9.2	3.1
中央区	206	3.9	36.9	37.4	8.7	9.2	3.9
桜区	172	5.8	34.3	39.5	6.4	7.6	6.4
浦和区	305	7.5	32.5	40.7	8.5	7.9	3.0
南区	293	5.5	30.4	37.9	12.6	9.9	3.8
緑区	221	6.8	42.1	30.3	9.5	8.6	2.7
岩槻区	220	8.6	37.7	36.8	7.7	4.1	5.0

### 健康状態別

健康状態別にみると、健康であると感じている層ほど、地域の人々はお互いに助け合っていると思う割合が高くなっています。

単位: %

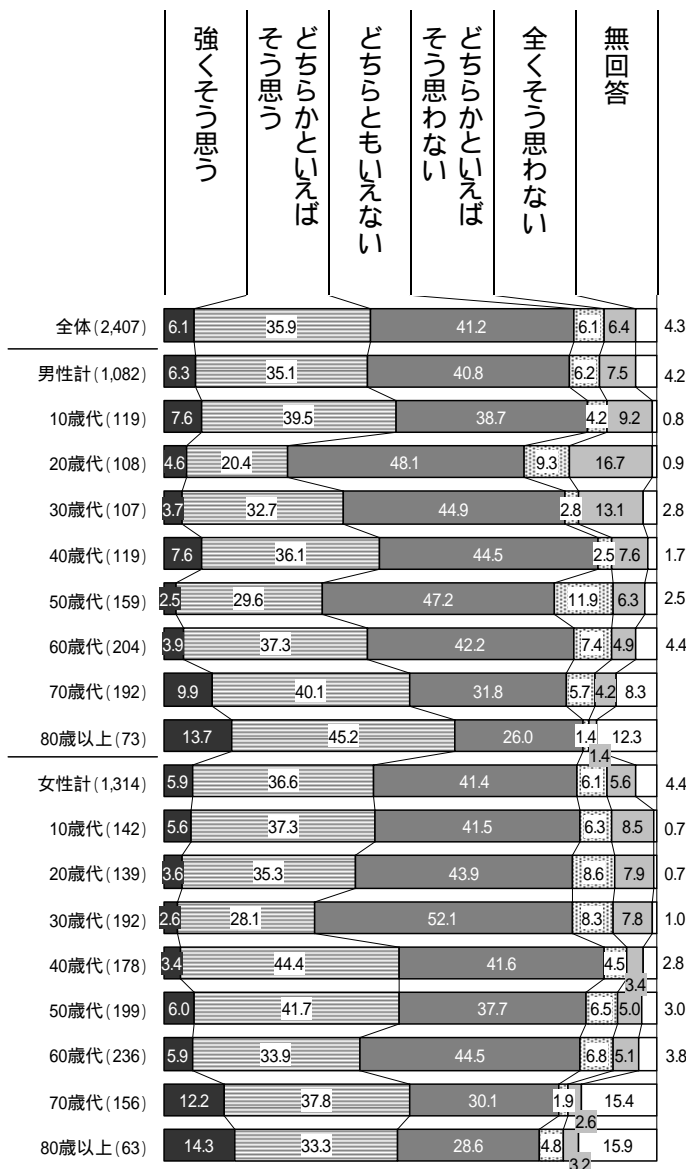
	n数	強くそう思う	どちらかといえばそう思う	いえない	どちらともいえない	全くそう思わない	無回答
とても健康である	429	8.9	36.8	35.9	7.7	7.7	3.0
まあ健康である	1,557	5.0	38.7	37.0	8.5	7.6	3.2
あまり健康でない	295	5.8	29.8	35.6	12.9	11.2	4.7
健康でない	111	8.1	18.9	36.0	12.6	17.1	7.2

## イ) 地域の人々は信頼できる

### 性別年代別

地域の人々は信頼できるかについて、性別年代別にみると、男性では80歳以上で「強くそう思う」が10%を超えており、20歳代と50歳代で『そう思う』の割合が低くなっています。

女性では70歳以上で「強くそう思う」が10%を超え、他の年代よりもやや高くなっています。また、10～30歳代と60歳代では「どちらともいえない」が高く、40～50歳代と70歳以上で「どちらかといえばそう思う」が高くなっています。



### 家族形態別、居住地区別

家族形態別にみると、二世世代家族世帯と三世世代家族世帯をのぞくすべての家族形態で「どちらともいえない」の割合が最も高く、二世世代家族世帯と三世世代家族世帯では「どちらかといえばそう思う」の割合が高くなっています。

居住地区別にみると、北区と緑区をのぞくすべての地区で「どちらともいえない」の割合が最も高く、北区と緑区では「どちらかといえばそう思う」の割合が高くなっています。

単位: %

	n 数	強くそう思う	どちらかといえばそう思う	どちらともいえない	どちらかといえばそう思わない	全くそう思わない	無回答
全体	2,407	6.1	35.9	41.2	6.1	6.4	4.3
一人暮らし世帯	225	5.3	25.3	40.0	9.8	10.7	8.9
夫婦のみ世帯	550	5.6	36.5	42.4	4.9	5.1	5.5
核家族世帯	1,203	6.1	37.5	41.1	6.4	6.3	2.6
二世世代家族世帯	169	7.1	37.9	37.3	5.9	7.1	4.7
三世世代家族世帯	172	8.1	40.7	36.6	4.7	2.9	7.0
その他	56	3.6	14.3	60.7	3.6	14.3	3.6
西区	142	7.0	38.7	39.4	7.0	3.5	4.2
北区	277	8.3	38.3	37.2	6.9	6.5	2.9
大宮区	218	1.8	37.6	39.9	6.0	9.6	5.0
見沼区	326	5.8	36.8	39.3	8.3	6.4	3.4
中央区	206	6.8	35.0	42.2	6.3	6.3	3.4
桜区	172	5.8	30.8	45.3	3.5	8.1	6.4
浦和区	305	5.9	37.4	43.9	3.6	5.2	3.9
南区	293	4.4	29.7	45.7	7.2	7.5	5.5
緑区	221	8.1	40.3	37.1	6.3	5.0	3.2
岩槻区	220	6.8	35.9	41.8	5.0	4.1	6.4

### 健康状態別

健康状態別にみると、健康であると感じている層ほど、地域の人々は信頼できると思う割合が高くなっています。

単位: %

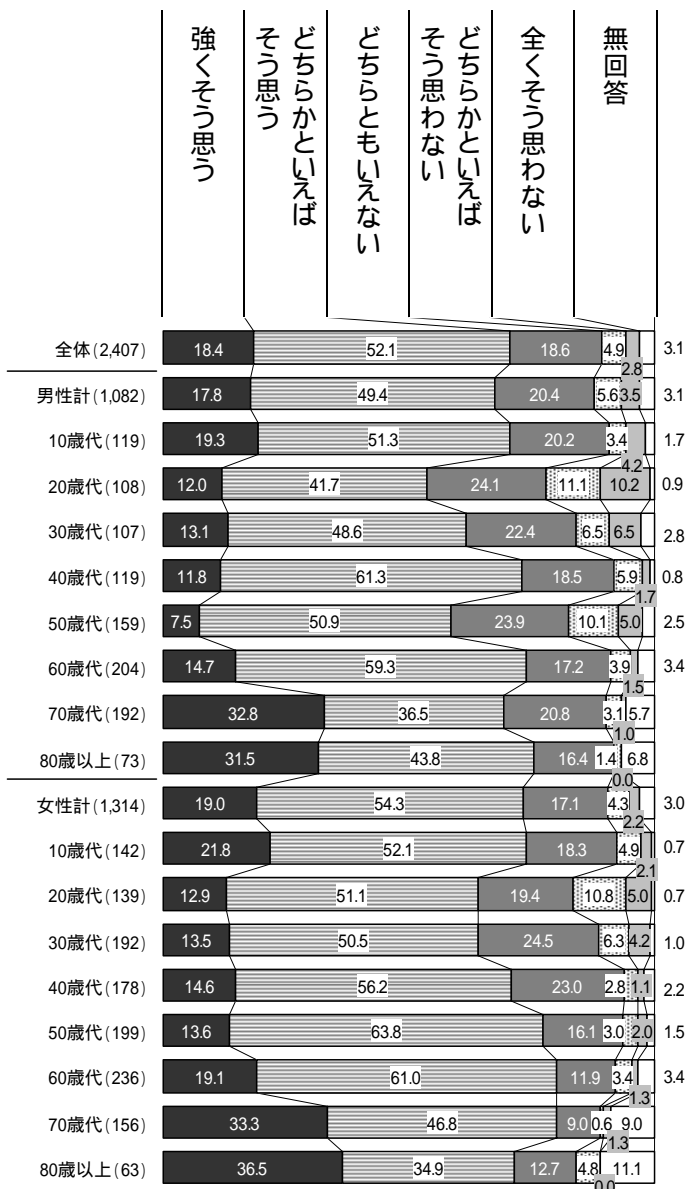
	n 数	強くそう思う	どちらかといえばそう思う	どちらともいえない	どちらかといえばそう思わない	全くそう思わない	無回答
とても健康である	429	8.9	35.9	40.6	4.4	7.0	3.3
まあ健康である	1,557	5.2	39.0	41.1	5.8	4.9	4.0
あまり健康でない	295	5.1	26.1	45.1	8.1	10.5	5.1
健康でない	111	9.9	18.9	35.1	12.6	14.4	9.0

## ウ) 地域の人々はお互いにあいさつをしている

### 性別年代別

地域の人々はお互いにあいさつをしているかについて、性別年代別にみると、男性では70歳以上で「強くそう思う」が30%を超え最も高くなっています。しかし、20歳代と50歳代では『そう思う』が他の年代よりもやや低くなっています。

女性では70歳以上で「強くそう思う」が30%を超え、他の年代よりも高くなっています。しかし、20～30歳代では『そう思う』が、他の年代よりもやや低くなっています。



## 家族形態別、居住地区別

家族形態別にみると、すべての家族形態で「どちらかといえばそう思う」の割合が最も高くなっているものの、一人暮らし世帯では36.0%に止まっています。

居住地区別にみると、すべての地区で「どちらかといえばそう思う」の割合が最も高くなっているものの、南区では半数を下回っており、他の地区よりもやや低くなっています。

単位: %

	n 数	強くそう思う	そう思う	どちらかといえば	どちらかともいえない	どちらかといえば	全くそう思わない	無回答
全体	2,407	18.4	52.1	18.6	4.9	2.8	3.1	
一人暮らし世帯	225	12.4	36.0	27.1	10.2	7.6	6.7	
夫婦のみ世帯	550	20.4	52.5	18.7	3.6	1.5	3.3	
核家族世帯	1,203	17.2	54.2	18.7	5.2	2.7	2.0	
二世世代家族世帯	169	20.7	55.0	13.6	2.4	4.1	4.1	
三世世代家族世帯	172	29.7	52.3	11.0	2.3	0.0	5.2	
その他	56	10.7	58.9	17.9	3.6	5.4	3.6	
西区	142	23.2	52.8	12.7	6.3	1.4	3.5	
北区	277	19.1	53.1	17.7	5.4	3.2	1.4	
大宮区	218	16.5	55.5	13.3	6.0	5.0	3.7	
見沼区	326	21.2	50.9	19.9	4.3	1.5	2.1	
中央区	206	18.0	52.4	19.9	4.9	3.4	1.5	
桜区	172	15.1	52.3	20.9	4.7	1.7	5.2	
浦和区	305	18.0	51.8	20.3	5.2	1.3	3.3	
南区	293	13.0	47.4	23.2	7.5	5.1	3.8	
緑区	221	21.7	51.6	17.6	3.2	3.6	2.3	
岩槻区	220	21.4	53.6	17.3	1.4	1.4	5.0	

## 健康状態別

健康状態別にみると、健康であると感じている層ほど、地域の人々はお互いにあいさつをしていると思う割合がやや高くなっています。

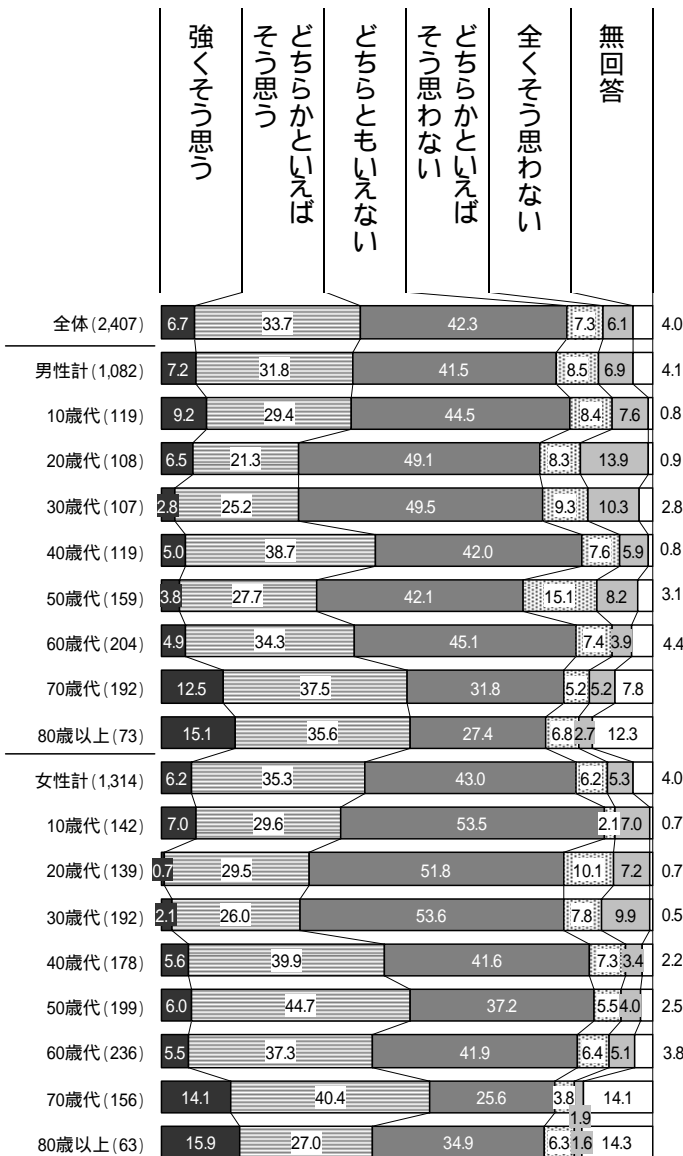
単位: %

	n 数	強くそう思う	そう思う	どちらかといえば	どちらかともいえない	どちらかといえば	全くそう思わない	無回答
とても健康である	429	20.5	51.0	18.6	5.4	1.9	2.6	
まあ健康である	1,557	17.7	54.1	18.0	4.8	2.6	2.8	
あまり健康でない	295	18.3	48.8	20.0	4.7	4.7	3.4	
健康でない	111	20.7	37.8	23.4	5.4	3.6	9.0	

## エ) 地域の人々は問題が生じた場合、力を合わせて解決しようとする

性別年代別

地域の人々は問題が生じた場合、力を合わせて解決しようとするかについて、性別年代別にみると、男女とも70歳以上で「強くそう思う」が10%を超え、他の年代よりもやや高くなっています。また、男性の10～60歳代と女性の10～30歳代と60歳代、80歳以上では「どちらともいえない」が最も高くなっています。



## 家族形態別、居住地区別

家族形態別にみると、すべての家族形態で「どちらともいえない」の割合が最も高くなっています。

居住地区別にみると、岩槻区をのぞくすべての地区で「どちらともいえない」の割合が最も高く、岩槻区では「どちらかといえばそう思う」が38.6%と高くなっています。

単位: %

	n数	強くそう思う	どちらかといえばそう思う	どちらともいえない	どちらかといえばそう思わない	全くそう思わない	無回答
全体	2,407	6.7	33.7	42.3	7.3	6.1	4.0
一人暮らし世帯	225	5.3	22.2	44.9	8.4	10.2	8.9
夫婦のみ世帯	550	7.3	37.1	40.2	6.2	4.2	5.1
核家族世帯	1,203	6.2	34.9	42.7	7.5	6.4	2.3
二世帯家族世帯	169	9.5	28.4	40.8	7.7	8.9	4.7
三世帯家族世帯	172	9.3	34.9	40.1	7.6	2.3	5.8
その他	56	1.8	28.6	55.4	5.4	5.4	3.6
西区	142	6.3	34.5	44.4	7.0	3.5	4.2
北区	277	7.2	36.5	41.5	6.1	6.1	2.5
大宮区	218	4.6	33.9	41.3	8.7	7.3	4.1
見沼区	326	5.5	34.0	40.2	9.2	6.7	4.3
中央区	206	6.8	32.0	44.7	7.3	5.8	3.4
桜区	172	5.8	29.1	44.8	8.7	4.7	7.0
浦和区	305	7.9	37.4	40.3	5.2	5.9	3.3
南区	293	5.5	26.6	47.1	9.9	7.2	3.8
緑区	221	9.5	33.5	43.9	5.0	5.0	3.2
岩槻区	220	7.3	38.6	38.2	4.5	5.5	5.9

## 健康状態別

健康状態別にみると、健康であると感じている層ほど、地域の人々は問題が生じた場合、力を合わせて解決しようと思う割合が高くなっています。

単位: %

	n数	強くそう思う	どちらかといえばそう思う	どちらともいえない	どちらかといえばそう思わない	全くそう思わない	無回答
とても健康である	429	9.1	31.2	43.8	7.2	5.6	3.0
まあ健康である	1,557	6.2	36.0	42.9	6.0	5.0	4.0
あまり健康でない	295	6.4	28.1	38.6	11.9	10.5	4.4
健康でない	111	3.6	25.2	38.7	13.5	11.7	7.2





調查票

---





**健康題、現在の健康状況について、おうかがいします。**

問7 現在、あなたは自分の健康状態をどのように感じていますか。(○は1つだけ)

1. とても健康である  
2. まあ健康である  
3. あまり健康でない  
4. 健康でない

問8 あなたは、日頃、自分の健康に気をつけていますか。(○は1つだけ)

1. 気をつけている  
2. ある程度は気をつけている  
3. あまり気をつけていない  
4. 気をつけていない

**栄養・食生活について、おうかがいします。**

問9 現在の(日常)の食生活の状況をお答えください。(○はあてはまるものすべて)

1. 朝・昼・夕3食食べている  
2. 朝食・夕食を控えている  
3. 食事は概分目までになっている  
4. 栄養に配慮し、いろいろな食品を食べている  
5. 菓子類(菓子パンを含む)を食事替わりに食べることがある  
6. 主食(ごはん・パン・めん類など)を食べないことがある  
7. 家族や友人と一緒に食事をしている  
8. おいしく楽しく食事をしている  
9. 動物性脂肪(脂身の多い肉やバターなど)を控えている  
10. 油を使った料理(から揚げ・天ぷらなど)を控えている  
11. 塩分を控えている  
12. 自分にとって適切な食事の内容・量を知らない

問10 あなたは、朝食をとっていますか。(○は1つだけ)

1. 毎日とっている  
2. 毎日とはっていない  
3. ほとんどとっていない

問11 あなたは日常的にどのような食事を利用していますか。(○はそれぞれ1つずつ)

	1日に2食以上	1日に1食程度	週に数回	ほとんどない
ア. 外食	1	2	3	4
イ. 市販の弁当や惣菜、出前	1	2	3	4
ウ. 家庭で調理した料理	1	2	3	4

問12 あなたは、飲食店、レストラン、食品売場および職場(学校)の給食施設・食堂等のような場所で食品や料理の栄養成分表示を見たことがありますか。(○は1つだけ)

1. ある  
2. ない  
3. わからない

**【問12で「1. ある」とお答えの方のみ】**

問12-1 その場合、栄養成分を参考にしてメニューを選びますか。(○は1つだけ)

1. いつも参考にしている  
2. 時々参考にしている  
3. ほとんど参考にしない

**身体活動・運動について、おうかがいします。**

問13 あなたは日頃から、意識的に体を動かしていますか。(○は1つだけ)

1. よく動かしている  
2. ぶつう  
3. あまり動かしていない  
4. ほとんど動かしていない

問14 あなたは、ふだん通勤・買い物・散歩等の日常生活で歩く時間を合計すると、1日に何分くらい歩きますか。目安として10分=1,000歩でお考えください。(○は1つだけ)

1. 30分未満  
(3,000歩未満)  
2. 30分以上1時間未満  
(3,000歩以上6,000歩未満)  
3. 1時間以上1時間30分未満  
(6,000歩以上9,000歩未満)  
4. 1時間30分以上  
(9,000歩以上)

問15 あなたは運動習慣がありますか。(○は1つだけ)

(「運動習慣」とは、1回30分以上の運動をおおよそ週2回以上実施し、1年以上継続している場合をいいます。)

1. ある  
2. 運動習慣の条件は満たさないが、運動はしている  
3. ない

**【問15で「1. ある」「2. 運動習慣の条件は満たさないが、運動はしている」とお答えの方のみ】**  
問15-1 具体的に何をしていますか。(○はあてはまるものすべて)

1. ウォーキング  
2. ジョギング  
3. 水泳  
4. スポーツジムなどの運動  
5. 体操、ダンス  
6. 球技(テニス、バレーボール、野球等)  
7. サイクリング  
8. その他( )

【問15で「1. ある」「2. 運動習慣の条件は満たさないが、運動はしている」とお答えの方のみ】  
問15-2 どのような方としていますか。(○はあてはまるものすべて)

1. ひとりで 2. 家族と 3. 友人と 4. サークル等参加 5. その他 ( )

【問15で「3. ない」とお答えの方のみ】

問15-3 運動していない理由は何ですか。(○はあてはまるものすべて)

1. 病気や健康上の理由から  
2. 時間に余裕がないから  
3. 費用がかかるから  
4. 身体を動かすことが好きではないから  
5. 安全にウォーキングやジョギングなどのできる歩道や公園が整備されていないから  
6. 誰でも気軽に利用できる運動施設が近くにないから  
7. 運動を一緒に楽しんでもくれる仲間がいないから  
8. 運動する必要があると思うから  
9. その他 ( )  
10. 特に理由はない

問16 あなたは、ロコモティブシンドローム※（運動器症候群）を知っていますか。

(○は1つだけ)

1. 言葉も意味も知っている 2. 言葉は聞いたことがある 3. まったく聞いたことがない

※ ロコモティブシンドロームとは、「運動器（足腰の骨や関節、筋力など）の障害」により「要介護になる」リスクの高い状態になることです。

### 休養・こころの健康について、おうかがいします。

問17 あなたは、毎日の生活の中でイライラやストレスを感じることがありますか。

(○は1つだけ)

1. 感じる 2. ときどき感じる 3. あまり感じない 4. ほとんど感じない

(問17-1へ)

(問18へ)

【問17で「1. 感じる」「2. ときどき感じる」とお答えの方のみ】  
問17-1 どのようなことによりイライラやストレスを感じていますか。

(○はあてはまるものすべて)

1. 人間関係（家族・職場・地域・友人など） 5. 学業  
2. 経済的な問題 6. 生活環境  
3. 健康への不安や病気 7. その他  
4. 仕事 ( )

【問17で「1. 感じる」「2. ときどき感じる」とお答えの方のみ】

問17-2 あなたはそのイライラやストレスを解消できていますか。(○は1つだけ)

1. 解消できている 3. あまり解消できていない  
2. ある程度は解消できている 4. 解消できていない

【問17で「1. 感じる」「2. ときどき感じる」とお答えの方のみ】

問17-3 イライラやストレスを解消するために、どのようなことをしますか。

(○はあてはまるものすべて)

1. おいしいものを食べる 9. 遊ぶ  
2. お酒を飲む 10. 散歩する  
3. たばこを吸う 11. お風呂に入る  
4. 友人や家族などに話を聞いてもらう 12. 寝る  
5. 旅行をする 13. 専門相談機関（病院、保健所、市役所など）で相談する  
6. 買い物をする 14. その他 ( )  
7. スポーツをする 15. 特に何もしない  
8. 趣味に打ち込む

問18 日頃、自分の気持ちや悩みを打ち明けたり、相談のつてくれる人がいますか。

(○は1つだけ)

1. 身近にいる 2. 身近ではないがいる 3. いない

【問18で「1. 身近にいる」「2. 身近ではないがいる」とお答えの方のみ】

問18-1 相談のつてくれるのは誰ですか。(○はあてはまるものすべて)

1. 家族 6. 公的な機関（保健センター、保健所など）  
2. 友人 7. 民間の相談機関（悩み相談所など）  
3. 医療機関 8. 職場の健康管理部門  
4. 職場の上司や同僚 9. その他 ( )  
5. 学校の先生

問19 あなたの平均睡眠時間はどのくらいですか。(○は1つだけ)

1. 6時間未満      2. 6時間以上8時間未満      3. 8時間以上

問20 睡眠で休養が十分とれていると思いますか。(○は1つだけ)

1. 十分とれている      3. あまりとれていない  
2. ある程度とれている      4. とれていない

問21 眠りを助けるためにアルコールを飲んだりすることがありますか。飲む場合は、どの程度ですか。(○はそれぞれ1つだけ)

1. 飲むことがある → 1. ほとんど毎日  
2. 飲まない      2. 週に数回  
3. 月に数回

問22 あなたは、生きがい・やりがいを持っていますか。(○は1つだけ)

1. 持っている      2. 持っていない      3. わからない

【問22で「1. 持っている」とお答えの方のみ】

問22-1 それは具体的にどのようなことですか。(○はあてはまるものすべて)

1. 趣味      5. 家族のつながりや団らん  
2. 仕事      6. 友達とのつきあい  
3. 家事      7. 地域活動、ボランティアなど社会的な活動  
4. 育児      8. その他 ( )

たばこについて、おうかがいします。

【次の問23は、喫煙経験についてお尋ねするものです。未成年の喫煙は法律により禁止されていますが、裏巻を明らかにし対策に役立てるため、未成年の方もお答えください。】

問23 あなたは、たばこを吸いますか。(○は1つだけ)

1. 吸う      2. 以前吸っていたが、やめた      3. 吸わない

(問23-1へ)

(問24へ)

【問23で「1. 吸う」「2. 以前吸っていたが、やめた」とお答えの方のみ】

問23-1 はじめて、たばこを吸ったのは何歳ですか。(○は1つだけ)

1. 12歳以下(小学生以下)      2. 13～15歳(中学生)      3. 16～19歳      4. 20歳以上

【問23で「1. 吸う」とお答えの方のみ】

問23-2 あなたは、たばこをやめたいと思いますか。(○は1つだけ)

1. やめたい      2. 吸う本数を減らしたい      3. やめたくない

【問23で「1. 吸う」とお答えの方のみ】

問23-3 たばこを吸うときに周囲の人の受動喫煙に気がつかっていますか。(○は1つだけ)

1. いつも気をつかっている      4. 気をつかわない  
2. 気をつかうことが多い      5. 受動喫煙という言葉を知らない  
3. あまり気をつかわない

問24 あなたは、分煙化・禁煙化を進めるときだと思いますか。(○は1つだけ)

1. 分煙化を進めるときだ      3. 分煙化・禁煙化を進める必要はない  
2. 禁煙化を進めるときだ      4. どちらともいえない

問25 あなたはCOPD※(慢性閉塞性肺疾患)について知っていますか。(○は1つだけ)

1. 内容もよく知っている      2. 名前は聞いたことがある      3. まったく聞いたことがない

※ COPDは病名ではなく、肺気腫や慢性気管支炎などの閉塞性肺疾患などの総称です。

問26 あなたはこの1ヶ月間に以下の場所で、自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会がありましたか。(○はそれぞれ1つずつ)

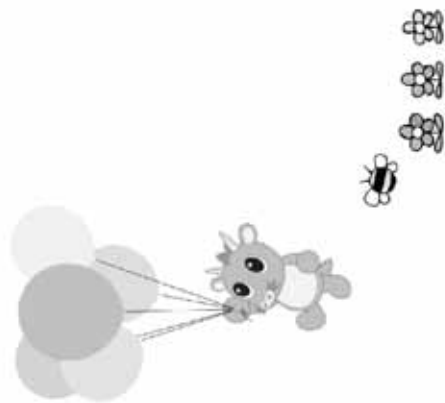
	ほぼ毎回	たびたび	ない	行っていない
ア. 家庭	1	2	3	
イ. 職場	1	2	3	4
ウ. 学校	1	2	3	4
エ. 飲食店	1	2	3	4
オ. 遊技場(ゲームセンター、パチンコなど)	1	2	3	4
カ. 行政機関(市役所、公民館など)	1	2	3	4
キ. 医療機関	1	2	3	4
ク. その他(公共交通機関など)	1	2	3	4

問27 たばこを吸うと、ア～ケの病気にいつてかかりやすくなると思いますか。  
(○はそれぞれ1つずつ)

	思 う	思 わない	わ かりな い
ア、肺がん	1	2	3
イ、ぜんそく	1	2	3
ウ、気管支炎	1	2	3
エ、心臓病	1	2	3
オ、脳卒中	1	2	3
カ、胃かいよう	1	2	3
キ、妊娠への影響（未熟児など）	1	2	3
ク、歯周病（歯ごうのうろろう）	1	2	3
ケ、COPD（慢性閉塞性肺疾患）	1	2	3

問28 あなたは、人が多く集まる場所を利用する際に禁煙の施設を意欲して選びますか。  
(○は1つだけ)

1. 可能な場合は遊ぶ	2. 選んでいない
-------------	-----------



**お酒（アルコール）について、おうかがいします。**

【次の問29は、飲酒経験についてお尋ねするものです。未成年の飲酒は法律により禁止されていますが、実態を明らかにし対策に役立てるため、未成年の方もお答えください】

問29 あなたは、お酒（洋酒、日本酒、ビールなど）をどの程度飲みますか。(○は1つだけ)

1. 毎日飲む	3. 週に3～4日飲む	5. それ以下
2. 週に5～6日飲む	4. 週に1～2日飲む	6. 全く飲まない

【問29で1～5をお答えの方のみ】

問29-1 日本酒に換算して茶、1日平均してどれくらい飲んでいただけますか。(○は1つだけ)

※日本酒1合 = ビール大ビン1本 = ワイン2杯 = ウイスキーダブル1杯  
(600ml) (120ml×2杯) (60ml)

※日本酒500mlは0.8合、350mlは0.5合、純酎(25度)1杯(120ml)は1合とします。

1. 1合未満	2. 1合～3合未満	3. 3合以上
---------	------------	---------

【問29で1～5をお答えの方のみ】

問29-2 お酒を飲み始めたのは、いつからですか。(○は1つだけ)

1. 12歳以下（小学生以下）	2. 13～15歳（中学生）	3. 16～19歳	4. 20歳以上
-----------------	----------------	-----------	----------

【問29で1～5をお答えの方のみ】

問29-3 あなたは、今後、飲酒について、どのようにしたいと思いますか。(○は1つだけ)

1. やめたい	3. このままでよい
2. 飲む量を減らしたい	4. その他（ ）

問30 お酒を飲みすぎると、ア～コの病気にいつてかかりやすくなると思いますか。  
(○はそれぞれ1つずつ)

	思 う	思 わない	わ かりな い
ア、肝臓病	1	2	3
イ、胃腸病	1	2	3
ウ、糖尿病	1	2	3
エ、肥満	1	2	3
オ、脂質異常症	1	2	3
カ、心臓病	1	2	3
キ、妊娠中の影響（胎児性アルコール症候群）	1	2	3
ク、アルコール依存症	1	2	3
ケ、脳障害（脳血管疾患や認知症など）	1	2	3
コ、高血圧	1	2	3



**歯の健康について、おうかがいします。**

問31 自分の歯は何本ありますか。

※視知らず、入れ歯、ブリッジ、インプラントは含みません。さし歯は含みます。  
 親知らずを除くと全部で28本が正常ですが、28本より多かったり少なかったりすることもあります。

自分の歯は  本ある

問32 歯科健診を受けていますか。(○は1つだけ)

1. 定期的(年1回)を受けている    2. 時々受けている    3. 受けていない

問33 歯や口の健康のために気をつけていることは何ですか。(○はあてはまるものすべて)

1. 1日1回以上は歯(義歯)を正しい歯ブラシで磨いている  
 2. 歯ブラシのほかに、デンタルフロス(糸ようじ)や歯間ブラシを使う  
 3. フッ素剤を利用している(歯磨剤・塗布・漱口など)  
 4. 口の中を自分で観察するようにしている  
 5. 定期的に歯石を取ってもらう  
 6. ロや舌の体操をしている  
 7. 歯みがき指導を毎年定期的に受けている  
 8. よく噛んで食べるようにしている  
 9. 間食や甘い物を控えている  
 10. その他( )  
 11. 特にない

問34 自分の歯や口の状態について、どのように思っていますか。(○は1つだけ)

1. よい    2. よくない    3. わからない

問35 あなたの歯や口の状態についてあてはまるものをお答えください。(○はあてはまるものすべて)

1. なんでも噛んで食べることができる    6. 食べ物がよく噛めない  
 2. むし歯がない(治療済みも含む)    7. 飲み込みにくいことがある  
 3. 歯が痛んだりしみたりする    8. 飲み込む時むせやすい  
 4. 歯ぐきが腫れる、または血が出る    9. 口内炎がでやすい  
 5. 食べ物がささまる    10. その他( )

**疾病予防・健康診断や検査について、おうかがいします。**

問36 あなたは、最近1年以内に健康診断や検査を受けていますか。(○は1つだけ)

1. 受けている    2. 受けていない  
 (問36-2へ)

【問36で「1. 受けている」とお答えの方のみ】

問36-1 次にあげる健康診断や検査をどこで受けましたか。ア～クのそれぞれについてお答えください。(○はそれぞれ1つずつ)

	学校 で	職場 で	健康 が 実 診 受 け る 機 構 で	その 他 の 場 所 で 受 け て い な い
ア. 血圧、糖尿、血球検査などの健康診断	1	2	3	4
イ. 胃がん		2	3	4
ウ. 肺がん・結核検査(胸部レントゲン)		2	3	4
エ. 大腸がん(便の潜血反応)		2	3	4
オ. 乳がん(女性のみ)		2	3	4
カ. 子宮がん(女性のみ)		2	3	4
キ. 前立腺がん(男性のみ)		2	3	4
ク. 歯科健診	1	2	3	4

【問36で「2. 受けていない」とお答えの方のみ】

問36-2 受けていない理由は何ですか。(○はあてはまるものすべて)

1. 入院中または治療中だったから  
 2. 健康に自信があるから  
 3. 悪いと言われるのが怖いから  
 4. 検査内容が十分だと思わないから  
 5. 健康診断や検査の場所が身近にないから  
 6. 健康診断や検査の受け方がわからないから  
 7. 経済的理由から(健康診断や検査の料金が高いから)  
 8. 忙しくて受ける時間がなかったから  
 9. 受けようと思ったが、いつのまにか忘れてしまった  
 10. 健康診断や検査の場所や日時を知らなかったから  
 11. その他( )

問37 あなたはこれまでに、次におけるア～エのような生活習慣病について、健診や医療機関で指  
 摘を受けたことがありますか。(○はそれぞれ1つずつ)  
 また、指摘を受けたことが「ある」方は、施設(通院による定期的な検査や生活習慣の改善  
 指導を含む)を受けたことがありますか。(○はそれぞれ1つずつ)

【指摘】		【治療】
ア、糖尿病 (境界型、糖尿病の気があ る、糖尿病になりかけてい る、血糖値が高い、なども 含みます)	1. ある 2. ない 3. わからない	1. 過去から現在にかけて 継続的に受けている 2. 過去に中断したことはあるが、 現在は受けている 3. 過去に受けたことがあるが、 現在は受けていない 4. 改善したので受ける必要がなくなった 5. これまでに治療を受けたことがない
イ、高血圧症 (境界型、血圧が高め、 血圧が高いなども含みま す)	1. ある 2. ない 3. わからない	1. 過去から現在にかけて 継続的に受けている 2. 過去に中断したことはあるが、 現在は受けている 3. 過去に受けたことがあるが、 現在は受けていない 4. 改善したので受ける必要がなくなった 5. これまでに治療を受けたことがない
ウ、脂質異常症 (コレステロールが高い、 中性脂肪が高いなども 含みます)	1. ある 2. ない 3. わからない	1. 過去から現在にかけて 継続的に受けている 2. 過去に中断したことはあるが、 現在は受けている 3. 過去に受けたことがあるが、 現在は受けていない 4. 改善したので受ける必要がなくなった 5. これまでに治療を受けたことがない
エ、メタボリックシンドローム症 (予備群と指摘された方 も含みます)	1. ある 2. ない 3. わからない	1. 過去から現在にかけて 継続的に受けている 2. 過去に中断したことはあるが、 現在は受けている 3. 過去に受けたことがあるが、 現在は受けていない 4. 改善したので受ける必要がなくなった 5. これまでに治療を受けたことがない

※メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪症候群のことです。

問38 健康寿命とは、「日常的に介護を必要としないで、自立した生活ができる生存期間」のこと  
 です。あなたはこの「健康寿命」という言葉を知っていましたか。(○は1つだけ)

1. 言葉も意味も知っていた 3. 言葉も意味も知らなかった  
 2. 言葉は知っていたが、意味は知らなかった

問39 あなたは、健康寿命を延ばすために良い生活習慣を実践していますか。

※バランスのとれた食事、適度な運動など良い生活習慣と考えるものを実践している場合は、  
 1を選んでも構いません。(○は1つだけ)

1. 実践している 2. 実践していない 3. わからない

【問39で「2. 実践していない」とお答えの方のみ】

問39-1 健康寿命を延ばすために良い生活習慣を実践することについてどう考えますか。  
 (○は1つだけ)

1. すぐにも改善したい 2. 今は改善するつもりはないが、将来的には改善したい 3. 生活習慣を改善するつもりはない

### さいたま市の健康づくりに関する施策について、おうかがいします。

「さいたま市ヘルスプラン21」とは、すべての市民が健康でいきいきとした生活を送ることが  
 できるよう策定した、健康づくりの行動計画です。この計画に基づき、市民・民間団体・事業所  
 と行政が一体となって、市民一人ひとりの健康づくりを支援する取り組みを進めています。  
 また、健康づくりは、地域での取り組みが今後ますます重要となると考えています。

問40 あなたは、この「さいたま市ヘルスプラン21」をご存知でしたか。(○は1つだけ)

1. 名前も内容も知っていた 3. 知らなかった  
 2. 名前は知っているが、内容はよく知らなかった

【問40で「1. 名前も内容も知っていた」「2. 名前は知っているが、内容はよく知らなかつ  
 た」とお答えの方のみ】

問40-1 どちらで知りましたか。(○はあてはまるものすべて)

1. 市報さいたま  
 2. 市のホームページ  
 3. ヘルスプラン21のパンフレット  
 4. ヘルスプラン21のポスター  
 5. ヘルスプラン21サポーターのステッカー  
 6. その他( )



さいたま市ヘルスプラン21サポーターステッカー

問41 あなたの住まいの地域についてお答えねします。(○はそれぞれ1つずつ)

	強くそう 思う	どちらかと いえばそう 思う	どちらかと いえない	どちらとも いえない	どちらかと いえばそう 思わない	全くそう 思わない
ア、地域の人々はお互いに 助け合っている	1	2	3	4	5	5
イ、地域の人々は信頼でき る	1	2	3	4	5	5
ウ、地域の人々はお互いに あいさつをしている	1	2	3	4	5	5
エ、地域の人々は問題が生 じた場合、力を合わせて 解決しようとする	1	2	3	4	5	5



## さいたま市



以上でアンケートは終了です。  
お忙しいところ、ご協力をいただきありがとうございます。

ご記入いただいた調査票は、同封の返信用封筒（切手不要）に入れて、6月29日（金）までにご投函くださいますよう、お願い申し上げます。