

令和 4 (2022) 年度県民健康・栄養調査報告書

(健康・栄養調査)

令和 6 (2024) 年 3 月

栃 木 県

はじめに

人生 100 年時代を迎え、誰もがいきいきと暮らし、豊かで活力ある地域社会を築くためには、子どもから高齢者まで全てのライフステージに応じた健康づくりの取組みが重要です。

本県では、平成26(2014)年に「健康長寿とちぎづくり推進条例」を施行し、県民一人ひとりがその居住する地域にかかわらず、心身ともに健やかに歳を重ねていくことのできる「健康長寿日本一とちぎ」の実現を目指し、健康寿命の延伸と健康格差の縮小を目標に掲げ、生活習慣の改善と社会環境の整備に取り組んでおります。

今年度は、これらの取組みの評価や生活習慣の改善を促す効果的な施策などの県民の健康増進の総合的な推進に向けた基礎資料とするため、令和4年度県民健康・栄養調査として、就学前の子どもとその保護者を対象にした「子どもと家族の食生活等実態調査」、県内全ての高等学校(全日制)の2学年を対象にした「高校生の食生活等実態調査」、設定した単位区から層化無作為抽出した地域の1歳以上の県民を対象にした健康・栄養調査を行いました。

本調査結果では、就学前の子どもの肥満や高校生の性による体型の捉え方、働く世代における生活習慣病や高齢者における低栄養・フレイルに関連する食・生活習慣などの健康課題を把握し、とちぎ健康 21 プラン(2期計画)の最終評価や令和7年度から始まる次期プランの取組方策などの基礎資料に活用することとしております。また、県及び市町の保健医療福祉行政の取組はもとより、広く県民の皆様が生活習慣の改善や健康管理の改善支援など、多くの場面で有効に活用され、生活習慣病の発症予防と重症化予防に役立てられますことを期待しております。

結びに、調査の企画及び解析について御助言いただきました先生方並びに集計を担当くださった獨協医科大学公衆衛生学講座の先生方に御礼申し上げます。

そして、何より、この調査は、御協力いただきました世帯の皆様により成り立ったものであり、調査対象者の方々に対しまして、心より感謝申し上げます。

令和6(2024)年3月

栃木県保健福祉部長 岩佐 景一郎

目 次

第1部 調査の概要

1 調査の目的	1
2 調査の対象	1
3 集計客体	1
4 調査項目及び調査時期	6
5 調査要項	6
6 調査の機関と組織	8
7 結果の集計	8
8 本書利用上の留意点	8
9 調査票	12

第2部 単純集計結果

第1章 身体状況調査	49
第1節 身体計測（1歳以上）	49
第1-1表 身長・体重の平均値及び標準偏差（1歳以上、体重は妊婦除外）	49
第1-2表 BMIの平均値及び標準偏差（15歳以上、妊婦除外）	50
第1-3表 BMIの分布（15歳以上、妊婦除外）	51
第1-4表 学校保健統計調査方式による肥満区分（6-14歳）	52
第1-5表 腹囲の分布（20歳以上、妊婦除外）	52
第1-6表 薬の服用状況（20歳以上、妊婦除外）	53
第2節 血圧（20歳以上）	53
第2表 血圧の状況（2回測定値の平均値）	53
第3節 問診（20歳以上）	53
第3-1表 糖尿病（高血糖を含む）の有無	53
第3-1-1表 糖尿病治療の有無	53
第3-1-2表 投薬の有無	54
第3-1-3表 生活習慣改善の取組	54
第3-2表 運動の禁忌の有無	54
第3-2-1表 1週間の運動日数	54
第3-2-2表 運動を行う日の平均運動時間	55
第3-2-3表 運動の継続年数	55
第3-2-4表 運動習慣の状況	55
第3-3表 歩数の平均値及び標準偏差	55
第4節 血液検査（20歳以上）	56
第4-1表 血色素量	56
第4-2表 ヘマトクリット値	56
第4-3表 血清総たんぱく質値	56
第4-4表 血清アルブミン値	57
第4-5表 ヘモグロビンA1c	57
第4-6表 血糖値	58

第 4-7 表	血清総コレステロール値	58
第 4-8 表	血清 HDL- コレステロール値	58
第 4-9 表	血清 LDL- コレステロール値 (直接法)	59
第 4-10 表	血清中性脂肪 (トリグリセライド) 値	59
第 4-11 表	血清クレアチニン値	60
第 4-12 表	推算 GFR	60
第 4-13 表	血清鉄	60
第 4-14 表	TIBC (総鉄結合能)	61
第 4-15 表	AST (GOT)	61
第 4-16 表	ALT (GPT)	61
第 4-17 表	γ -GT (γ -GTP)	62
第 4-18 表	血清尿酸値	62
第 2 章	栄養素等摂取状況調査	63
第 1 節	1 日の朝・昼・夕の食事状況	63
第 1-1 表	朝食の食事状況	63
第 1-2 表	昼食の食事状況	64
第 1-3 表	夕食の食事状況	65
第 2 節	年代別栄養素等摂取状況	66
第 2 表	年代別栄養素等摂取状況	66
第 3 章	生活習慣調査	67
第 1 節	基本情報	67
第 1-1 表	保険の種類	67
第 1-2 表	世帯の人数	67
第 1-3 表	世帯の収入	67
第 2 節	体格	67
第 2 表	自己体格評価	67
第 3 節	健康に関する状況	68
1	健康状態	68
第 3-1 表	健康状態	68
第 3-2 表	心の健康状態	68
2	自己健康管理	68
第 3-3 表	健康診断・人間ドックの受診状況	68
第 3-4 表	高血圧・脂質異常症・糖尿病の罹患状況	68
第 2-4-1 表	高血圧	68
第 3-4-2 表	脂質異常症	69
第 3-4-3 表	糖尿病	69
第 3-5 表	高血圧・脂質異常症・糖尿病の治療状況	69
第 3-5-1 表	高血圧	69
第 3-5-2 表	脂質異常症	69
第 3-5-3 表	糖尿病	69
第 3-6 表	自己血圧管理	70

3	健康情報	70
	第 3-7 表 健康情報の入手先	70
	第 3-8 表 健康づくりアプリへの関心度	70
	第 3-9 表 健康教育受講の状況	71
	第 3-9-1 表 健康教育受講の有無	71
	第 3-9-2 表 健康教育を受けない理由	71
4	生活習慣病やフレイルの認知度	71
	第 3-10 表 脳卒中初期症状の認知度	71
	第 3-11 表 糖尿病の重症化予防の認知度	71
	第 3-11-1 表 食事と運動との関係	71
	第 3-11-2 表 体重・血圧・血中脂質との関係	72
	第 3-11-3 表 網膜症・腎症・神経障害との関係	72
	第 3-12 表 ロコモ・フレイル・COPD の認知度	72
	第 3-12-1 表 ロコモティブシンドロームの認知度	72
	第 3-12-2 表 フレイルの認知度	72
	第 3-12-3 表 COPD(慢性閉塞性肺疾患)の認知度	73
	第 3-13 表 フレイル予防の知識	73
5	がん検診及びがん治療に関する認知度	73
	第 3-14 表 がん検診申し込み手段	73
	第 3-15 表 がん治療に伴う社会環境への関心度	73
6	食物アレルギーの罹患状況と関心度	74
	第 3-16 表 アナフィラキシーショックの認識度	74
	第 3-17 表 食物アレルギーの罹患状況	74
	第 3-17-1 表 食物アレルギーの有無	74
	第 3-17-2 表 アレルゲンとなる食品の把握	74
	第 3-17-3 表 除去食品の判断基準	75
7	働く人の健康	75
	第 3-18 表 就労先の健康教育の状況	75
	第 3-19 表 就労先に期待する健康づくりの環境	75
8	新型コロナウイルス感染症の健康への影響	75
	第 3-20 表 新型コロナウイルス感染症発生前後の変化	75
	第 3-20-1 表 体重	75
	第 3-20-2 表 外食の利用	76
	第 3-20-3 表 持ち帰りの弁当や惣菜の利用	76
	第 3-20-4 表 フードデリバリーサービスの利用	76
	第 3-20-5 表 1 日当たりの睡眠時間	76
	第 3-20-6 表 1 週間当たりの喫煙の頻度	76
	第 3-20-7 表 1 日に吸うたばこの本数	76
	第 3-20-8 表 1 週間当たりの飲酒の日数	77
	第 3-20-9 表 1 日当たりの飲酒の量	77
	第 3-20-10 表 1 週間当たりの運動日数	77
	第 3-20-11 表 運動を行う日の平均運動時間	77

第4節 食に関する状況	77
1 食習慣	77
第4-1表 朝食の摂取状況	77
第4-2表 主食、主菜、副菜の摂取状況	78
2 食行動	78
第4-3表 食事に関する意識	78
第4-3-1表 食事の量及び質に関する意識	78
第4-3-2表 塩分に関する意識	78
第4-3-3表 油・脂肪に関する意識	78
第4-4表 野菜摂取に関する意識	78
第4-4-1表 野菜摂取量の意識	78
第4-4-2表 野菜を摂取できない理由	79
第4-5表 外食・中食の栄養成分表示利用状況	79
第4-5-1表 外食の栄養成分表示の利用状況	79
第4-5-2表 市販の弁当・惣菜の栄養成分表示の利用状況	79
第4-6表 健康食品の利用	79
第4-6-1表 健康食品の利用状況	79
第4-6-2表 健康食品の利用目的	80
第4-7表 食生活改善の行動状態	80
第4-8表 食生活の改善意識と行動変容時期の意識	80
第4-8-1表 食生活の改善意識	80
第4-8-2表 食生活の行動変容時期の意識	80
3 食環境	81
第4-9表 共食の状況	81
第4-10表 外食や中食の利用状況	81
第4-10-1表 外食の利用状況	81
第4-10-2表 中食の利用状況	81
第4-10-3表 フードデリバリーの利用状況	81
第4-10-4表 配食サービスの利用状況	82
第5節 運動	82
第5-1表 運動習慣改善の行動状態	82
第5-2表 運動習慣の改善意識と行動変容時期の意識	82
第5-2-1表 運動の改善意識	82
第5-2-2表 運動の行動変更時期の意識	82
第6節 休養	83
第6-1表 1日の平均睡眠時間	83
第6-2表 睡眠の質の状況	83
第6-3表 積極的な休養の状況	83
第7節 喫煙	83
1 喫煙者の状況	83
第7-1表 喫煙の有無	83
第7-1-1表 喫煙者のたばこの種類	84
第7-1-2表 喫煙量	84

第7-1-3表	喫煙者の禁煙に関する意識	84
2	受動喫煙の機会	84
第7-2-1表	家庭の受動喫煙	84
第7-2-2表	職場の受動喫煙	84
第7-2-3表	学校の受動喫煙	85
第7-2-4表	飲食店の受動喫煙	85
第7-2-5表	遊技場の受動喫煙	85
第7-2-6表	行政機関の受動喫煙	85
第7-2-7表	医療機関の受動喫煙	85
第7-2-8表	公共交通機関の受動喫煙	86
第7-2-9表	路上の受動喫煙	86
第7-2-10表	子供が利用する屋外の空間の受動喫煙	86
第7-2-11表	受動喫煙対策を強化する必要がある施設	86
第8節	飲酒	86
第8-1表	飲酒の頻度	86
第8-2表	飲酒量	87
第9節	歯科保健	87
1	口腔衛生	87
第9-1表	歯の本数	87
第9-2表	歯科健診の受診状況	87
第9-2-1表	歯科健診の受診の有無	87
第9-2-2表	歯科健診受診先	87
2	オーラルフレイル	88
第9-3表	歯や口の健康状態	88
第9-4表	口腔ケア用品の使用状況	88
第9-5表	咀嚼の状況	88
第9-6表	食事とオーラルフレイルの状況	88
第9-6-1表	ア ゆっくりよくかんで食事をする	88
第9-6-2表	イ 半年前に比べて固いものが食べにくくなった	89
第9-6-3表	ウ お茶や汁物等でむせることがある	89
第9-6-4表	エ 口の渴きが気になる	89
第9-6-5表	オ 左右両方の奥歯でしっかりかみしめられる	89
第10節	社会貢献	89
第10表	就労又は社会活動実施の状況	89

第3部 結果の概要

第1章	身体に関する状況	91
第1節	身体状況	91
第1-1-1表	体格	91
第1-1-2表	BMIと自己体格評価の関係	93
第1-1-3表	血圧の状況	94
第1-1-4表	メタボリックシンドロームの予備群と考えられる者と年齢の関係	96

第 1-1-5 表	高血圧区分と自己血圧管理の関係	97
第 1-1-6 表	血圧を下げる薬の内服者における高血圧の区分と食塩摂取量の関係	97
第 2 節	血液検査	98
第 1-2-1 表	血色素量	98
第 1-2-2 表	ヘモグロビン A1c	99
第 1-2-3 表	血清総コレステロール値	101
第 1-2-4 表	血清 HDL-コレステロール値	102
第 1-2-5 表	血清 LDL-コレステロール値	103
第 1-2-6 表	血清中性脂肪値	104
第 1-2-7 表	血清総たんぱく質値	105
第 1-2-8 表	血清アルブミン	106
第 1-2-9 表	eGFR	107
第 3 節	問診	109
第 1-3-1 表	糖尿病（高血糖を含む）の有無	109
第 1-3-2 表	糖尿病治療の有無	110
第 1-3-3 表	1 週間の運動日数	111
第 4 節	歩数	112
第 1-4-1 表	歩数	112
第 2 章	栄養摂取に関する状況	113
第 2-1 表	1 日エネルギー量	113
第 2-2 表	脂肪エネルギー比率	114
第 2-3 表	食塩摂取量	116
第 2-4 表	食塩摂取量と年齢の関係	117
第 2-5 表	野菜の摂取量	118
第 2-6 表	野菜 350g 以上摂取している者	120
第 2-7 表	果物の摂取量	121
第 2-8 表	果物 100g 以上を摂取している者	122
第 3 章	生活習慣に関する状況	124
第 1 節	健康	124
第 3-1-1 表	健康状態	124
第 3-1-2 表	健康診断・人間ドックの受診状況	126
第 3-1-3 表	健康診断・人間ドックの受診状況とがん治療の関係	128
第 3-1-4 表	高血圧、糖尿病、脂質異常症の罹患状況	130
第 3-1-5 表	各種疾病（高血圧・糖尿病・脂質異常症）の罹患状況と健康づくりアプリへの 関心度との関係	132
第 3-1-6 表	各種疾病（高血圧・糖尿病・脂質異常症）の罹患状況と脳卒中の初期症状の 認知度との関係	134
第 3-1-7 表	糖尿病の罹患状況と重症化予防の認知度（合併症）の関係	136
第 3-1-8 表	高血圧、糖尿病、脂質異常症の治療状況	137
第 3-1-9 表	就労先の健康教育の状況	139
第 3-1-10 表	就労先に期待する健康づくりの環境	140

第2節 食生活	141
第3-2-1表 朝食の摂取状況	141
第3-2-2表 主食、主菜、副菜の摂取状況	143
第3-2-3表 野菜摂取に関する意識	145
第3-2-4表 野菜摂取に関する意識と野菜の摂取量の関係	146
第3-2-5表 野菜摂取に関する意識と行動の関係	148
第3-2-6表 健康食品の利用目的	150
第3-2-7表 食生活の改善意識	152
第3-2-8表 外食の利用状況	153
第3-2-9表 中食の利用状況	155
第3節 運動	157
第3-3-1表 運動の改善意識	157
第3-3-2表 運動の改善意識と運動習慣の関係	158
第3-3-3表 運動の改善意識と目標歩数以上の者の割合の関係	159
第3-3-4表 歩数と健康づくりアプリへの関心度との関係	160
第4節 休養	162
第3-4-1表 1日の平均睡眠時間	162
第3-4-2表 睡眠の質の状況	164
第3-4-3表 睡眠の質と睡眠時間の関係	166
第5節 喫煙	167
第3-5-1表 喫煙の有無	167
第3-5-2表 喫煙状況とCOPDの認知度との関係	169
第3-5-3表 施設等の受動喫煙環境	171
第6節 飲酒	173
第3-6-1表 飲酒の頻度	173
第3-6-2表 飲酒量	175
第7節 歯科保健	176
第3-7-1表 歯の本数	176
第3-7-2表 歯科健診の受診状況	178
第3-7-3表 口腔ケア用品の使用状況	180
第3-7-4表 歯科検診の受診状況と歯・口腔内の健康状態との関係	182
第8節 社会参加	183
第3-8-1表 就労又は社会活動実施の状況	183
第3-8-2表 社会参加の状況と健康状態との関係	184

第1部 調査の概要

1 調査の目的

県民を対象にして、身体の状態、栄養素等摂取量及び生活習慣の状態を把握し、生活習慣病予防や重症化予防等の県民の健康増進の総合的な推進を図るための調査とする。

調査結果は、とちぎ健康 21 プラン及びとちぎ食育元気プランの策定や評価、各種施策への展開などの基礎資料とする。

2 調査の対象

令和 2 年国勢調査区のうち、後置番号が「1」又は「8」（一般調査区）の地区から層化無作為抽出した国民健康・栄養調査（県内 4 地区）を県民健康・栄養調査対象地区とし、併せて無作為抽出した 12 地区を加えた 16 地区のすべての世帯及び世帯員で、令和 4（2022）年 11 月 1 日（調査基準日）現在で 1 歳以上の者とした。

※ただし、以下の世帯及び世帯員は、対象から除外した。

○ 世帯

- ・ 世帯主が外国人である世帯
- ・ 3 食とも集団的な給食を受けている世帯

○ 世帯員

- ・ 1 歳未満
- ・ 疾病等の理由により流動状の食品や薬剤のみを摂取又は投与されている場合など通常の食事をしない者
- ・ 調査期間を通じて調査対象世帯に在住していない者（旅行、出張、単身赴任、入院、施設入所、出稼ぎ、預けた里子、その他別居）

3 集計客体

(1) 調査世帯及び実施者

	対象世帯数	対象者数（人）		実施世帯数	調査実施者数	身体状況調査実施者数	血液検査実施者数	栄養摂取状況調査実施者数	生活習慣調査（本票）実施者数	生活習慣調査（附票）実施者数
	（世帯）	（1 歳以上）	（20 歳以上）	（世帯）	（世帯）	（人）	（人）	（人）	（人）	（人）
県西	100	273	239	79	205	182	89	181	175	175
県東	83	213	178	72	185	170	89	163	150	150
県南	134	334	288	108	254	251	66	194	215	215
県北	122	303	256	56	149	104	42	109	122	123
安足	143	380	306	112	296	282	111	264	230	228
宇都宮	146	280	249	114	200	183	106	191	167	167
総数	728	1,783	1,516	526	1,289	1,172	503	1,102	1,059	1,058

(2) 身体状況調査・栄養摂取状況調査

ア 年齢階級別状況(対象者数)

		調査実施者		栄養摂取状況調査				身体状況調査									
		人数	%	人数	%	歩数測定		人数	%	身長		腹囲計測		問診		血液検査	
						人数	%			人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	1,289	100.0	1,102	100.0	845	100.0	1,172	100.0	1,163	100.0	929	100.0	557	100.0	503	100.0
	1-6歳	46	3.6	43	3.9	-	-	45	3.8	45	3.9	-	-	-	-	-	-
	7-14歳	92	7.1	86	7.8	-	-	90	7.7	90	7.7	-	-	-	-	-	-
	15-19歳	67	5.2	60	5.4	-	-	63	5.4	62	5.3	-	-	-	-	-	-
	20-29歳	66	5.1	50	4.5	43	5.1	55	4.7	53	4.6	50	5.4	26	4.7	25	5.0
	30-39歳	109	8.5	93	8.4	85	10.1	98	8.4	97	8.3	91	9.8	48	8.6	39	7.8
	40-49歳	189	14.7	157	14.2	147	17.4	168	14.3	165	14.2	157	16.9	83	14.9	75	14.9
	50-59歳	192	14.9	161	14.6	153	18.1	170	14.5	169	14.5	166	17.9	80	14.4	73	14.5
	60-69歳	173	13.4	146	13.2	139	16.4	161	13.7	161	13.8	156	16.8	99	17.8	87	17.3
	70歳以上	355	27.5	306	27.8	278	32.9	322	27.5	321	27.6	309	33.3	221	39.7	204	40.6
男性	総数	623	100.0	527	100.0	394	100.0	567	100.0	565	100.0	446	100.0	249	100.0	217	100.0
	1-6歳	22	3.5	21	4.0	-	-	21	3.7	21	3.7	-	-	-	-	-	-
	7-14歳	52	8.3	47	8.9	-	-	51	9.0	51	9.0	-	-	-	-	-	-
	15-19歳	30	4.8	26	4.9	-	-	28	4.9	28	5.0	-	-	-	-	-	-
	20-29歳	32	5.1	24	4.6	19	4.8	26	4.6	26	4.6	26	5.8	12	4.8	11	5.1
	30-39歳	51	8.2	43	8.2	39	9.9	46	8.1	45	8.0	40	9.0	19	7.6	13	6.0
	40-49歳	94	15.1	77	14.6	72	18.3	83	14.6	83	14.7	79	17.7	37	14.9	35	16.1
	50-59歳	97	15.6	81	15.4	75	19.0	86	15.2	85	15.0	84	18.8	36	14.5	31	14.3
	60-69歳	75	12.0	59	11.2	55	14.0	70	12.3	70	12.4	67	15.0	36	14.5	31	14.3
	70歳以上	170	27.3	149	28.3	134	34.0	156	27.5	156	27.6	150	33.6	109	43.8	96	44.2
女性	総数	666	100.0	575	100.0	451	100.0	605	100.0	598	100.0	483	100.0	308	100.0	286	100.0
	1-6歳	24	3.6	22	3.8	-	-	24	4.0	24	4.0	-	-	-	-	-	-
	7-14歳	40	6.0	39	6.8	-	-	39	6.4	39	6.5	-	-	-	-	-	-
	15-19歳	37	5.6	34	5.9	-	-	35	5.8	34	5.7	-	-	-	-	-	-
	20-29歳	34	5.1	26	4.5	24	5.3	29	4.8	27	4.5	24	5.0	14	4.5	14	4.9
	30-39歳	58	8.7	50	8.7	46	10.2	52	8.6	52	8.7	51	10.6	29	9.4	26	9.1
	40-49歳	95	14.3	80	13.9	75	16.6	85	14.0	82	13.7	78	16.1	46	14.9	40	14.0
	50-59歳	95	14.3	80	13.9	78	17.3	84	13.9	84	14.0	82	17.0	44	14.3	42	14.7
	60-69歳	98	14.7	87	15.1	84	18.6	91	15.0	91	15.2	89	18.4	63	20.5	56	19.6
	70歳以上	185	27.8	157	27.3	144	31.9	166	27.4	165	27.6	159	32.9	112	36.4	108	37.8

イ 地区(健康福祉センター及び宇都宮市)別状況(対象者数)

		総数		県西		県東		県南		県北		安足		宇都宮市	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	1,289	100.0	205	15.9	185	14.4	254	19.7	149	11.6	296	23.0	200	15.5
	1-6歳	46	100.0	7	15.2	9	19.6	10	21.7	4	8.7	8	17.4	8	17.4
	7-14歳	92	100.0	8	8.7	11	12.0	16	17.4	11	12.0	30	32.6	16	17.4
	15-19歳	67	100.0	14	20.9	10	14.9	9	13.4	5	7.5	25	37.3	4	6.0
	20-29歳	66	100.0	11	16.7	9	13.6	17	25.8	4	6.1	14	21.2	11	16.7
	30-39歳	109	100.0	20	18.3	16	14.7	31	28.4	14	12.8	16	14.7	12	11.0
	40-49歳	189	100.0	25	13.2	32	16.9	27	14.3	21	11.1	63	33.3	21	11.1
	50-59歳	192	100.0	28	14.6	26	13.5	35	18.2	17	8.9	53	27.6	33	17.2
	60-69歳	173	100.0	23	13.3	22	12.7	50	28.9	19	11.0	31	17.9	28	16.2
	70歳以上	355	100.0	69	19.4	50	14.1	59	16.6	54	15.2	56	15.8	67	18.9
男性	総数	623	100.0	103	16.5	89	14.3	118	18.9	73	11.7	144	23.1	96	15.4
	1-6歳	22	100.0	6	27.3	4	18.2	4	18.2	2	9.1	2	9.1	4	18.2
	7-14歳	52	100.0	4	7.7	6	11.5	10	19.2	5	9.6	18	34.6	9	17.3
	15-19歳	30	100.0	7	23.3	3	10.0	4	13.3	2	6.7	11	36.7	3	10.0
	20-29歳	32	100.0	7	21.9	4	12.5	7	21.9	3	9.4	6	18.8	5	15.6
	30-39歳	51	100.0	7	13.7	9	17.6	16	31.4	8	15.7	7	13.7	4	7.8
	40-49歳	94	100.0	12	12.8	17	18.1	11	11.7	11	11.7	32	34.0	11	11.7
	50-59歳	97	100.0	14	14.4	13	13.4	19	19.6	7	7.2	26	26.8	18	18.6
	60-69歳	75	100.0	13	17.3	9	12.0	21	28.0	7	9.3	13	17.3	12	16.0
	70歳以上	170	100.0	33	19.4	24	14.1	26	15.3	28	16.5	29	17.1	30	17.6
女性	総数	666	100.0	102	15.3	96	14.4	136	20.4	76	11.4	152	22.8	104	15.6
	1-6歳	24	100.0	1	4.2	5	20.8	6	25.0	2	8.3	6	25.0	4	16.7
	7-14歳	40	100.0	4	10.0	5	12.5	6	15.0	6	15.0	12	30.0	7	17.5
	15-19歳	37	100.0	7	18.9	7	18.9	5	13.5	3	8.1	14	37.8	1	2.7
	20-29歳	34	100.0	4	11.8	5	14.7	10	29.4	1	2.9	8	23.5	6	17.6
	30-39歳	58	100.0	13	22.4	7	12.1	15	25.9	6	10.3	9	15.5	8	13.8
	40-49歳	95	100.0	13	13.7	15	15.8	16	16.8	10	10.5	31	32.6	10	10.5
	50-59歳	95	100.0	14	14.7	13	13.7	16	16.8	10	10.5	27	28.4	15	15.8
	60-69歳	98	100.0	10	10.2	13	13.3	29	29.6	12	12.2	18	18.4	16	16.3
	70歳以上	185	100.0	36	19.5	26	14.1	33	17.8	26	14.1	27	14.6	37	20.0

ウ 職業別状況

	総数	専門的・ 技術的職業 従事者	管理的職業 従事者	事務 従事者	販売 従事者	サービス 職業従事者	保安職業 従事者	農業 従事者	林業 従事者	漁業 従事者
総数	1,289	125	41	95	53	100	9	16	1	0
男性	623	72	35	25	26	32	7	13	1	0
女性	666	53	6	70	27	68	2	3	0	0

	総数	運輸・機械 運転従事者	生産工程 従事者	家事 従事者	その他	保育園児	幼稚園児	その他の 幼児	小学校 低学年	小学校 中学年
総数	1,289	15	127	193	150	17	12	10	15	18
男性	623	13	98	12	108	9	6	4	8	12
女性	666	2	29	181	42	8	6	6	7	6

	総数	小学校 高学年	中学生	その他の 学生	不明
総数	1,289	27	39	54	172
男性	623	12	21	24	85
女性	666	15	18	30	87

(2) 生活習慣調査(本票)

ア 性・年齢・居住区別の対象者数

		総数		県西		県東		県南		県北		安足		宇都宮市	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	1,059	100.0	175	16.5	150	14.2	215	20.3	122	11.5	230	21.7	167	15.8
	20-24歳	33	100.0	7	21.2	6	18.2	5	15.2	0	0.0	9	27.3	6	18.2
	25-29歳	32	100.0	4	12.5	3	9.4	11	34.4	4	12.5	5	15.6	5	15.6
	30-34歳	49	100.0	9	18.4	5	10.2	12	24.5	6	12.2	9	18.4	8	16.3
	35-39歳	58	100.0	11	19.0	10	17.2	19	32.8	7	12.1	7	12.1	4	6.9
	40-44歳	85	100.0	8	9.4	16	18.8	12	14.1	9	10.6	30	35.3	10	11.8
	45-49歳	97	100.0	16	16.5	15	15.5	14	14.4	11	11.3	31	32.0	10	10.3
	50-54歳	95	100.0	16	16.8	12	12.6	15	15.8	8	8.4	24	25.3	20	21.1
	55-59歳	96	100.0	12	12.5	14	14.6	20	20.8	9	9.4	29	30.2	12	12.5
	60-64歳	86	100.0	10	11.6	10	11.6	25	29.1	8	9.3	18	20.9	15	17.4
	65-69歳	81	100.0	13	16.0	10	12.3	24	29.6	9	11.1	13	16.0	12	14.8
	70-74歳	140	100.0	26	18.6	19	13.6	25	17.9	24	17.1	26	18.6	20	14.3
	75-79歳	102	100.0	24	23.5	17	16.7	16	15.7	11	10.8	11	10.8	23	22.5
	80歳以上	105	100.0	19	18.1	13	12.4	17	16.2	16	15.2	18	17.1	22	21.0
男性	総数	502	100.0	86	17.1	72	14.3	98	19.5	58	11.6	111	22.1	77	15.3
	20-24歳	13	100.0	4	30.8	3	23.1	2	15.4	0	0.0	1	7.7	3	23.1
	25-29歳	18	100.0	3	16.7	1	5.6	4	22.2	3	16.7	5	27.8	2	11.1
	30-34歳	22	100.0	2	9.1	3	13.6	5	22.7	4	18.2	5	22.7	3	13.6
	35-39歳	27	100.0	5	18.5	5	18.5	11	40.7	3	11.1	2	7.4	1	3.7
	40-44歳	46	100.0	3	6.5	7	15.2	6	13.0	6	13.0	18	39.1	6	13.0
	45-49歳	44	100.0	9	20.5	9	20.5	5	11.4	4	9.1	13	29.5	4	9.1
	50-54歳	48	100.0	8	16.7	5	10.4	8	16.7	4	8.3	14	29.2	9	18.8
	55-59歳	48	100.0	6	12.5	8	16.7	11	22.9	3	6.3	12	25.0	8	16.7
	60-64歳	38	100.0	5	13.2	3	7.9	10	26.3	2	5.3	9	23.7	9	23.7
	65-69歳	33	100.0	8	24.2	4	12.1	11	33.3	3	9.1	4	12.1	3	9.1
	70-74歳	70	100.0	13	18.6	9	12.9	15	21.4	13	18.6	13	18.6	7	10.0
	75-79歳	47	100.0	13	27.7	10	21.3	5	10.6	5	10.6	5	10.6	9	19.1
	80歳以上	48	100.0	7	14.6	5	10.4	5	10.4	8	16.7	10	20.8	13	27.1
女性	総数	557	100.0	89	16.0	78	14.0	117	21.0	64	11.5	119	21.4	90	16.2
	20-24歳	20	100.0	3	15.0	3	15.0	3	15.0	0	0.0	8	40.0	3	15.0
	25-29歳	14	100.0	1	7.1	2	14.3	7	50.0	1	7.1	0	0.0	3	21.4
	30-34歳	27	100.0	7	25.9	2	7.4	7	25.9	2	7.4	4	14.8	5	18.5
	35-39歳	31	100.0	6	19.4	5	16.1	8	25.8	4	12.9	5	16.1	3	9.7
	40-44歳	39	100.0	5	12.8	9	23.1	6	15.4	3	7.7	12	30.8	4	10.3
	45-49歳	53	100.0	7	13.2	6	11.3	9	17.0	7	13.2	18	34.0	6	11.3
	50-54歳	47	100.0	8	17.0	7	14.9	7	14.9	4	8.5	10	21.3	11	23.4
	55-59歳	48	100.0	6	12.5	6	12.5	9	18.8	6	12.5	17	35.4	4	8.3
	60-64歳	48	100.0	5	10.4	7	14.6	15	31.3	6	12.5	9	18.8	6	12.5
	65-69歳	48	100.0	5	10.4	6	12.5	13	27.1	6	12.5	9	18.8	9	18.8
	70-74歳	70	100.0	13	18.6	10	14.3	10	14.3	11	15.7	13	18.6	13	18.6
	75-79歳	55	100.0	11	20.0	7	12.7	11	20.0	6	10.9	6	10.9	14	25.5
	80歳以上	57	100.0	12	21.1	8	14.0	12	21.1	8	14.0	8	14.0	9	15.8

イ 居住区別の世帯数

	総数		県西		県東		県南		県北		安足		宇都宮市	
	世帯	%	世帯	%	世帯	%	世帯	%	世帯	%	世帯	%	世帯	%
世帯数	516	100.0	79	15.3	70	13.6	105	20.3	54	10.5	110	21.3	98	19.0

(3) 生活習慣調査(附票)

性・年齢・居住区別の対象者数

		総数		県西		県東		県南		県北		安足		宇都宮市	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	1,058	100.0	175	16.5	150	14.2	215	20.3	123	11.6	228	21.6	167	15.8
	20-24歳	33	100.0	7	21.2	6	18.2	5	15.2	0	0.0	9	27.3	6	18.2
	25-29歳	32	100.0	4	12.5	3	9.4	11	34.4	4	12.5	5	15.6	5	15.6
	30-34歳	49	100.0	9	18.4	5	10.2	12	24.5	6	12.2	9	18.4	8	16.3
	35-39歳	58	100.0	11	19.0	10	17.2	19	32.8	7	12.1	7	12.1	4	6.9
	40-44歳	85	100.0	8	9.4	16	18.8	12	14.1	9	10.6	30	35.3	10	11.8
	45-49歳	97	100.0	16	16.5	15	15.5	14	14.4	11	11.3	31	32.0	10	10.3
	50-54歳	95	100.0	16	16.8	12	12.6	15	15.8	8	8.4	24	25.3	20	21.1
	55-59歳	96	100.0	12	12.5	14	14.6	20	20.8	9	9.4	29	30.2	12	12.5
	60-64歳	86	100.0	10	11.6	10	11.6	25	29.1	9	10.5	17	19.8	15	17.4
	65-69歳	81	100.0	13	16.0	10	12.3	24	29.6	9	11.1	13	16.0	12	14.8
	70-74歳	140	100.0	26	18.6	19	13.6	25	17.9	24	17.1	26	18.6	20	14.3
	75-79歳	102	100.0	24	23.5	17	16.7	16	15.7	11	10.8	11	10.8	23	22.5
	80歳以上	104	100.0	19	18.3	13	12.5	17	16.3	16	15.4	17	16.3	22	21.2
男性	総数	502	100.0	86	17.1	72	14.3	98	19.5	59	11.8	110	21.9	77	15.3
	20-24歳	13	100.0	4	30.8	3	23.1	2	15.4	0	0.0	1	7.7	3	23.1
	25-29歳	18	100.0	3	16.7	1	5.6	4	22.2	3	16.7	5	27.8	2	11.1
	30-34歳	22	100.0	2	9.1	3	13.6	5	22.7	4	18.2	5	22.7	3	13.6
	35-39歳	27	100.0	5	18.5	5	18.5	11	40.7	3	11.1	2	7.4	1	3.7
	40-44歳	46	100.0	3	6.5	7	15.2	6	13.0	6	13.0	18	39.1	6	13.0
	45-49歳	44	100.0	9	20.5	9	20.5	5	11.4	4	9.1	13	29.5	4	9.1
	50-54歳	48	100.0	8	16.7	5	10.4	8	16.7	4	8.3	14	29.2	9	18.8
	55-59歳	48	100.0	6	12.5	8	16.7	11	22.9	3	6.3	12	25.0	8	16.7
	60-64歳	38	100.0	5	13.2	3	7.9	10	26.3	3	7.9	8	21.1	9	23.7
	65-69歳	33	100.0	8	24.2	4	12.1	11	33.3	3	9.1	4	12.1	3	9.1
	70-74歳	70	100.0	13	18.6	9	12.9	15	21.4	13	18.6	13	18.6	7	10.0
	75-79歳	47	100.0	13	27.7	10	21.3	5	10.6	5	10.6	5	10.6	9	19.1
	80歳以上	48	100.0	7	14.6	5	10.4	5	10.4	8	16.7	10	20.8	13	27.1
女性	総数	556	100.0	89	16.0	78	14.0	117	21.0	64	11.5	118	21.2	90	16.2
	20-24歳	20	100.0	3	15.0	3	15.0	3	15.0	0	0.0	8	40.0	3	15.0
	25-29歳	14	100.0	1	7.1	2	14.3	7	50.0	1	7.1	0	0.0	3	21.4
	30-34歳	27	100.0	7	25.9	2	7.4	7	25.9	2	7.4	4	14.8	5	18.5
	35-39歳	31	100.0	6	19.4	5	16.1	8	25.8	4	12.9	5	16.1	3	9.7
	40-44歳	39	100.0	5	12.8	9	23.1	6	15.4	3	7.7	12	30.8	4	10.3
	45-49歳	53	100.0	7	13.2	6	11.3	9	17.0	7	13.2	18	34.0	6	11.3
	50-54歳	47	100.0	8	17.0	7	14.9	7	14.9	4	8.5	10	21.3	11	23.4
	55-59歳	48	100.0	6	12.5	6	12.5	9	18.8	6	12.5	17	35.4	4	8.3
	60-64歳	48	100.0	5	10.4	7	14.6	15	31.3	6	12.5	9	18.8	6	12.5
	65-69歳	48	100.0	5	10.4	6	12.5	13	27.1	6	12.5	9	18.8	9	18.8
	70-74歳	70	100.0	13	18.6	10	14.3	10	14.3	11	15.7	13	18.6	13	18.6
	75-79歳	55	100.0	11	20.0	7	12.7	11	20.0	6	10.9	6	10.9	14	25.5
	80歳以上	56	100.0	12	21.4	8	14.3	12	21.4	8	14.3	7	12.5	9	16.1

4 調査項目及び調査時期

(1) 調査項目及び対象年齢

本調査は、身体状況調査票・栄養摂取状況調査票・生活習慣調査票(本票)、生活習慣調査票(附票)からなり、調査項目及び調査対象は次のとおりとした。なお、年齢は、調査基準日現在の年齢とした。

ア 身体状況調査

- (ア) 身長、体重(満1歳以上)
- (イ) 腹囲(満20歳以上)
- (ウ) 血圧(満20歳以上)：収縮期(最高)血圧、拡張期(最低)血圧
- (エ) 血液検査(満20歳以上)
- (オ) 問診(服薬状況、運動)(満20歳以上)

イ 栄養摂取状況調査

- (ア) 世帯状況：氏名、性別、生年月日、妊婦(週数)・授乳婦別、仕事の種類
- (イ) 食事状況(1日)：家庭食・調理済み食・外食・給食・その他の区分
- (ウ) 食物摂取状況：料理名、食品名、使用量、廃棄量、世帯員ごとの案分比率
- (エ) 1日の身体活動量<歩数>(満20歳以上)

ウ 生活習慣調査

(ア) 本票

健康状態、食習慣、運動習慣、口腔の健康、受動喫煙、食物アレルギー、社会参加

(イ) 附票

食習慣、口腔の健康、休養、喫煙、喫煙・受動喫煙、飲酒、世帯収入、新型コロナウイルス感染拡大による生活習慣の変化

(2) 調査時期

令和4(2022)年9月～令和5(2023)年2月

ア 身体状況調査

地区の実情を考慮して、最も高い参加率を上げうる日時

イ 栄養摂取状況調査

日曜日及び祝日を除く任意の1日

ウ 生活習慣調査

令和4(2022)年9月～令和5(2023)年2月とし、身体状況調査、栄養摂取状況調査と併せ実施

5 調査要項

(1) 調査員の構成

調査員の構成は次のとおりとした。

ア 身体状況調査

医師、保健師、臨床検査技師、管理栄養士等

イ 栄養摂取状況調査

管理栄養士、栄養士等

ウ 生活習慣調査

管理栄養士、栄養士、保健師、事務職等

(2) 調査体制

保健所長を班長とする県民健康・栄養調査班を編成し、国民健康・栄養調査の方法に準じて実施した。

(3) 調査票の様式

- ア 身体状況調査票……………p. 22 参照
- イ 栄養摂取状況調査票……………p. 24 参照
- ウ 生活習慣調査票(本票)……………p. 39 参照
- エ 生活習慣調査票(附票)……………p. 51 参照

(4) 調査方法

ア 身体状況調査

被調査者を会場に集めて調査項目の計測及び問診を行った。なお、被調査者の都合が付かない場合、身長・体重・腹囲については調査員が家庭を訪問して計測したもの又は家族等の協力を得て計測したものをを用いた。

イ 栄養摂取状況調査

(ア) 食物摂取状況

調査日は祝祭日、冠婚葬祭その他特別に食物摂取に変化のある日を避け、被調査世帯においてなるべく通常の食事を摂る日に実施した。被調査者の積極的協力を得るため、調査開始前に被調査地区民に対し調査の趣旨を十分説明した。調査員が栄養摂取状況調査票を各世帯に配布し記入要領を十分説明したうえ、はかりを用いて計量し記入することとしたが、使用量が少なく計量困難なもの等については、目安量を記入することとした。

また、調査員は被調査世帯を直接訪問し、記入状況を点検するとともに、不備の是正や記入の説明にあたった。

(イ) 1日の身体活動量(歩数)

歩数計を用いた1日の身体活動量(歩数)の測定は、歩数計を被調査者に事前配布して歩数測定方法を説明し、これに従って測定後、1日の身体活動量(歩数)と歩数計の装着状況を被調査者が記録した。

ウ 生活習慣調査

栄養摂取状況調査と同時に生活習慣調査票を配布し、留め置き法による質問調査として対象者が記入した。

(5) 調査に関する秘密の保持

この調査は、世帯や個人の心身の状態や周囲の環境、生活習慣等について具体的な情報を取り扱うとともに、多数の関係者が携わる特色を有することから、対象者に係る情報を適切に取り扱い、その個人情報保護した。

6 調査の機関と組織

(1) 栃木県保健福祉部健康増進課

県民健康・栄養調査企画解析検討会(WG)を設置し、本調査の調査設計及びその解析について専門的な立場からの意見を聞き、企画立案及び集計、解析を実施した。

(2) 栃木県保健所及び宇都宮市保健所

保健所長を班長とする県民健康・栄養調査班を編成し、医師・管理栄養士・栄養士・保健師・臨床検査技師及び事務担当者等の調査員が調査を実施した。

7 結果の集計

- ・ 可能なものについては、前々回調査(平成 21(2009)年度第 7 回)及び前回調査(平成 28(2016)年度第 8 回)との比較を行った。
- ・ 栄養摂取状況調査は、「栄養素別摂取量」「食品分類別摂取量」ごとに集計を行った。
- ・ 身体状況調査、栄養摂取状況調査、生活習慣調査(本票)、生活習慣調査(附票)相互の関係を含め、結果をとりまとめた。

8 本書利用上の留意点

(1) 栄養素等摂取量の算出

「日本食品標準成分表 2010(科学技術庁資源調査会、現文部科学省資源室)」(以下、「成分表 2010」という。)を使用した。

栄養素等摂取量は、調理後(ゆで、油いため等)の成分値が成分表 2010 収載されている食品は、これを用いた。また、その他の食品については、成分表 2010 に収載されている調理による「重量変化率」を加味して算出した。

(2) 食品群分類

平成 28 年国民健康・栄養調査食品群別表のとおりとした。

なお、「バター(小分類 76)」と「動物性油脂(小分類 79)」は、動物性食品として取り扱っている。また、平成 13 年調査より、次の点について変更されている。

ア 分類

「ジャム」は「砂糖類」から「果実類」に、「味噌」は「豆類」から「調味料・香辛料類」に、「マヨネーズ」は「油脂類」から「調味料・香辛料類」に分類。

イ 重量

食品の重量は、調理を加味した数量となり、「米・加工品」の米は「めし」・「かゆ」など、「その他の穀類・加工品」の「干しそば」は「ゆでそば」など、「藻類」の「乾燥わかめ」は「水戻しわかめ」など、「嗜好飲料類」の「茶葉」は「茶浸出液」などで算出

(3) 食品群／栄養素等摂取量の分布

国民健康・栄養調査の結果からは、中央値(又は平均値)を情報として活用することはできるが、1日分の食事内容の調査であるため、習慣的な摂取量の分布曲線を得ることはできない。1日調査で得られる摂取量の分布曲線は、その幅がかなり広くなり、推定平均必要量未満の人の割合を過大に評価するおそれがあるため、注意が必要である。

(参考)「日本人の食事摂取基準(2015)」策定検討会報告書

(4) 食事内容

次の区分により集計した。

ア 家庭食

家庭で作った食事や弁当を食べた場合

イ 調理済み食

すでに調理されたものを買ってきたり、出前をとって家庭で食べた場合

ウ 外食

飲食店での食事及び家庭以外の場所でとった出前、お弁当を買って食べるなど、家庭で調理せず、食べる場所も家庭ではない場合(食事内容は「イ 調理済み食」と同じ)

エ 給食

- ・ 保育所・幼稚園給食(教職員は職場給食)
- ・ 学校給食(教職員は職場給食)
- ・ 職場給食

オ その他

- ・ 菓子、果物、乳製品、思考飲料などの食品のみを食べた場合
- ・ 錠剤などによる栄養素の補給、栄養ドリンク剤のみの場合
- ・ 食事をしなかった場合

(5) 肥満の判定

15歳以上における肥満度は、BMI (Body Mass Index, 次式) を用いて判定した。

$$\text{BMI} = \text{体重 (kg)} / (\text{身長 (m)})^2$$

男女とも BMI = 22 を標準とし、肥満の判定基準は下記のとおり。

判定	低体重	普通	肥満
BMI	18.5 未満	18.5 以上 25.0 未満	25.0 以上

〔日本肥満学会(2011年)による肥満の判定基準〕より)

6～14 歳における肥満度は、年齢別、身長別標準体重(学校保健統計調査方式による区分)から判定した。

学校保健統計調査方式による肥満度判定は下記のとおり。

判定	やせ傾向		普通	肥満傾向		
	-20%以下			+20%以上		
	高度やせ	軽度やせ		軽度肥満症	中等度肥満症	高度肥満症
肥満度	-30%以下	-30%超 -20%以下	-20%超 +20%未満	+20%以上 +30%未満	+30%以上 +50%未満	+50%以上

肥満度(過体重度)=(実測体重(kg)-身長別標準体重(kg))/身長別標準体重(kg)×100(%)

身長別標準体重(kg)=a×実測身長(cm)-b

	係数			
	男子		女子	
年齢	a	b	a	b
6	0.461	32.382	0.458	32.079
7	0.513	38.878	0.508	38.367
8	0.592	48.804	0.561	45.006
9	0.687	61.390	0.652	56.992
10	0.752	70.461	0.730	68.091
11	0.782	75.106	0.803	78.846
12	0.783	75.642	0.796	76.934
13	0.815	81.348	0.655	54.234
14	0.832	83.695	0.594	43.264

(参考)①財団法人日本学校保健会「児童生徒の健康診断マニュアル(改訂版)」(2006)、②村田光範、伊藤けい子：平成14年度厚生労働省厚生科学研究費補助金健康科学総合研究事業 小児の栄養・運動・休養からみた健康度指標と QOL に関する研究 身体活動からみた健康度指標と QOL に関する研究(2003)

(6) 血圧の分類

	収縮期血圧 (最高血圧) (mmHg)		拡張期血圧 (最低血圧) (mmHg)
至適血圧	< 120	かつ	< 80
正常血圧	120 - 129	かつ / または	80 - 84
正常高値血圧	130 - 139	かつ / または	85 - 89
I 度高血圧	140 - 159	かつ / または	90 - 99
II 度高血圧	160 - 179	かつ / または	100 - 109
III 度高血圧	≥ 180	かつ / または	≥ 110
収縮期高血圧	≥ 140	かつ	< 90

結果図表中の数値は、2 回の測定値の平均値。(「日本高血圧学会(2014 年)による血圧の分類」より)

(7) “メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の疑い”の判定

国民健康・栄養調査の血液検査では、空腹時採血が困難であるため、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の診断基準項目である空腹時血糖値及び中性脂肪値により判定はしない。したがって、本報告における判定についても以下のとおりとした。

ア メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)が強く疑われる者

腹囲が男性 85cm、女性 90cm 以上で、3 つの項目(血中脂質、 血圧、 血糖)のうち 2 つ以上の項目に該当する者。

イ メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の予備群と考えられる者

腹囲が男性 85cm、女性 90cm 以上で、3 つの項目(血中脂質、 血圧、 血糖)のうち 1 つに該当する者。

※「該当する」とは、下記の「基準」を満たしている場合、かつ/または「服薬」がある場合とする。

腹囲(ウエスト周囲径) 男性：85cm 以上 女性 90cm 以上			
項目	血中脂質	血圧	血糖
基準	・ HDL コレステロール値 40mg/dL 未満	・ 収縮期血圧値 130mmHg 以上 ・ 拡張期血圧値 85mmHg 以上	・ ヘモグロビン A1c(NGSP) 値 6.0% 以上
服薬	・ コレステロールを下げる薬 服用 ・ 中性脂肪(トリグリセライド) を下げる薬服用	・ 血圧を下げる薬服用	・ 血糖を下げる薬服用 ・ インスリン注射使用

(参考)厚生労働科学研究 健康科学総合研究事業「地域保健における健康診査の効率的なプロトコールに関する研究～健康対策指標検討研究班中間報告～」平成 17 年 8 月厚生労働省健康局がん対策・健康増進課/厚生労働省保険局総務課「平成 25 年度以降に実施される特定健康診査・特定保健指導における特定保健指導レベル判定値、受診勧奨判定値及びメタボリックシンドローム判定値等の取扱いについて」平成 24 年 11 月 13 日

(8) “糖尿病が強く疑われる者”、“糖尿病の可能性が否定できない者”の判定

ア 糖尿病が強く疑われる者

ヘモグロビン A1c の測定値があり、身体状況調査(6)(c)及び(7)に回答した者のうち、ヘモグロビン A1c(NGSP)値が 6.5%以上、又は、身体状況調査(7-1)現在、糖尿病治療の有無に「1 有」と回答した者。

イ 糖尿病の可能性を否定できない者

ヘモグロビン A1c の測定値がある者のうち、ヘモグロビン A1c(NGSP)値が 6.0%以上、6.5%未満で、“糖尿病が強く疑われる者”以外の者。

(9) その他

本調査結果に掲載している数値は四捨五入のため、内訳合計が総数と合わないことがある。国や過去の調査と比較するために無回答等を除いて考察しているが、結果には無回答を含む。

必要があれば適宜項目を追加する。

9 調査票

(1) 身体状況調査

令和4年県民健康・栄養調査
身体状況調査票

地区番号

世帯番号

性別 1 男 2 女

年齢 (令和4年 11月1日現在)

市都番号

世帯員番号

栃木 県

保健所

<p>[身体計測]</p> <p>(1)身長 (1歳以上) <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> cm <input type="text"/></p> <p>(2)体重 (1歳以上) <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> kg <input type="text"/></p> <p>(3)腹囲 (20歳以上) (へその高さ) <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> cm <input type="text"/></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> <p>計測方法</p> <p>1 調査員が測定</p> <p>2 被調査者が測定 (自己申告)</p> </div> <p>(4)血圧 (20歳以上)</p> <p>1回目</p> <p>収縮期 (最高) <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> mmHg 拡張期 (最低) <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> mmHg</p> <p>2回目</p> <p>収縮期 (最高) <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> mmHg 拡張期 (最低) <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> mmHg</p> <p>(5)血液検査実施の有無 (20歳以上) (検査項目は裏面に記載)</p> <p><input type="checkbox"/> 1 有 <input type="checkbox"/> 2 無</p> <p>→ 食後時間 (裏面参照) <input type="text"/></p> <p>[問診] (20歳以上)</p> <p>(6)現在、a からe の薬の使用の有無</p> <p>(a) 血圧を下げる薬 有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/></p> <p>(b) 脈の乱れに関する薬 有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/></p> <p>(c) コレステロールを下げる薬 有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/></p> <p>(d) 中性脂肪 (トリグリセリド) を下げる薬 有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/></p> <p>(e) 貧血治療のための薬 (鉄剤) 有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/></p>	<p>[問診] (20歳以上)</p> <p>(7)これまでに医療機関や健診で糖尿病といわれたことの有無 (「境界型である」、「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」などのようにいわれたことも含む)</p> <p><input type="checkbox"/> 1 有 <input type="checkbox"/> 2 無 →(8)へ</p> <p>↓</p> <p>(7-1)現在の糖尿病治療の有無 (通院による定期的な検査や生活習慣の改善指導を含む)</p> <p><input type="checkbox"/> 1 有 <input type="checkbox"/> 2 無 →(7-3)へ</p> <p>↓</p> <p>(7-2)現在の投薬 (インスリン注射または血糖を下げる薬)の有無</p> <p><input type="checkbox"/> 1 有 <input type="checkbox"/> 2 無</p> <p>↓</p> <p>(7-3)現在の生活習慣の改善の取り組みの有無</p> <p><input type="checkbox"/> 1 有 <input type="checkbox"/> 2 無</p> <p>(8)現在、医師等からの運動禁止の有無</p> <p><input type="checkbox"/> 1 有 <input type="checkbox"/> 2 無</p> <p>(9)運動習慣 (医師等から運動を禁止されている ((8)で「1 有」と回答した)者は記載不要)</p> <p>(a) 週間の運動日数 <input type="text"/> 日</p> <p>(b) 運動を行う日の平均運動時間 <input type="text"/> 時間 <input type="text"/> 分</p> <p>(c) 運動の継続年数</p> <p><input type="checkbox"/> 1 年未満 <input type="checkbox"/> 2 年以上</p>
---	---

※運動とは、スポーツやフィットネスなどの健康・体力の維持・増進を目的として、計画的・定期的に行うもの。

栃木 県

血液検査項目

1	血色素量
2	ヘマトクリット値
3	赤血球数
4	白血球数
5	血小板数
6	血糖値
7	ヘモグロビンA1c
8	総コレステロール
9	HDL - コレステロール
10	LDL - コレステロール
11	中性脂肪 (トリグリセライド)
12	総たんぱく質
13	アルブミン
14	クレアチニン
15	血清鉄
16	TIBC(総鉄結合能)
17	AST (GOT)
18	ALT (GPT)
19	γ - GT (γ - GTP)
20	尿酸

「食後時間」には、直前に飲食した時刻（食事を開始した時刻）から採血までの経過時間について、該当番号を記入する。直前の飲食とは、糖分を含む飲食物を摂取した場合である。

- | | |
|--------|-----------|
| ① 約30分 | ⑥ 約5～6時間 |
| ② 約1時間 | ⑦ 約7～8時間 |
| ③ 約2時間 | ⑧ 約9～10時間 |
| ④ 約3時間 | ⑨ 10時間以上 |
| ⑤ 約4時間 | |

(2) 栄養摂取状況調査

令和4年県民健康・栄養調査

栄養摂取状況調査票

地区番号

--	--	--	--

市郡番号

--

世帯番号

--	--	--

調査日

令和4年

--	--

 月

--	--

 日

栃木県

保健所

調査員氏名

確認者氏名

栃 木 県

I 世帯状況・ II 食事状況

「栄養摂取状況調査票の書き方」に沿って、記入してください。

I 世帯状況				
1.世帯員 番号	2.氏名	3.生年月日	4.性別	5.妊娠・授乳
01		1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 5 令和 年 月 日	1 男 2 女	1 妊娠している <input type="checkbox"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
02		1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 5 令和 年 月 日	1 男 2 女	1 妊娠している <input type="checkbox"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
03		1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 5 令和 年 月 日	1 男 2 女	1 妊娠している <input type="checkbox"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
04		1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 5 令和 年 月 日	1 男 2 女	1 妊娠している <input type="checkbox"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
05		1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 5 令和 年 月 日	1 男 2 女	1 妊娠している <input type="checkbox"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
06		1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 5 令和 年 月 日	1 男 2 女	1 妊娠している <input type="checkbox"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
07		1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 5 令和 年 月 日	1 男 2 女	1 妊娠している <input type="checkbox"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
08		1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 5 令和 年 月 日	1 男 2 女	1 妊娠している <input type="checkbox"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
09		1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 5 令和 年 月 日	1 男 2 女	1 妊娠している <input type="checkbox"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している

6. 仕事の 種類	Ⅱ 食事状況			身体状況	
	朝	昼	夕	1日の身体活動量(歩数) (20歳以上)	歩数計の装着状況 朝起きてから 寝るまで、ほぼずっと着けていま したか(入浴、水泳中などを除く)
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ (いずれかに、レ印をつけて下さい)
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ (いずれかに、レ印をつけて下さい)
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ (いずれかに、レ印をつけて下さい)
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ (いずれかに、レ印をつけて下さい)
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ (いずれかに、レ印をつけて下さい)
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ (いずれかに、レ印をつけて下さい)
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ (いずれかに、レ印をつけて下さい)
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ (いずれかに、レ印をつけて下さい)
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ (いずれかに、レ印をつけて下さい)

朝食	昼食①	昼食②	夕食	間食	予備
----	-----	-----	----	----	----

食物摂取状況調査

家族が食べたもの・飲んだもの（水以外）は全て記載して下さい				その料理は、誰がどの割合で食べましたか？ （残した分があれば「残食分」に書いて下さい）									
料理名	食品名	使用量 (重量または 目安量と その単位)	廃棄量	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	残食分
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	残

太枠内のみご記入下さい

1

調査員記入欄 (ここには、記入しないで下さい)

料理・調理番号	食品番号	調理コード	摂取量 (左記の家庭記録簿の 使用量・消費量を記入 ・外食の場合は、 「人前」)	率 分 比 率											
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	残		

朝食 | 昼食① | 昼食② | 夕食 | 間食 | 予備

食物摂取状況調査



家族が食べたもの・飲んだもの（水以外）は全て記載して下さい				その料理は、誰がどの割合で食べましたか？ （残した分があれば「残食分」に書いて下さい）								
料理名	食品名	使用量 （重量または 目安量と その単位）	廃棄量	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	残食分
				1	2	3	4	5	6	7	8	9

朝食	昼食①	昼食②	夕食	間食	予備
----	-----	-----	----	----	----

食物摂取状況調査



家族が食べたもの・飲んだもの(水以外)は全て記載して下さい				その料理は、誰がどの割合で食べましたか？ (残した分があれば「残食分」に書いて下さい)									
料理名	食品名	使用量 (重量または 目安量と その単位)	廃棄量	氏名 1	氏名 2	氏名 3	氏名 4	氏名 5	氏名 6	氏名 7	氏名 8	氏名 9	残食分 残

太枠内のみご記入下さい

2-2

調査員記入欄 (ここには、記入しないで下さい)															
料理 ・ 料理番号	食品番号				調理 コード	摂取量 (左記の家庭記録帳の 使用量・実分量を記 入・外食の場合は・ 「人前」)	率 分 比 率								
							1	2	3	4	5	6	7	8	9

朝食	昼食①	昼食②	夕食	間食	予備
----	-----	-----	----	----	----

食物摂取状況調査



家族が食べたもの・飲んだもの（水以外）は全て記載して下さい				その料理は、誰がどの割合で食べましたか？ （残した分があれば「残食分」に書いて下さい）									
料理名	食品名	使用量 （重量または 目安量と その単位）	廃棄量	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	残食分
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	残

太枠内のみご記入下さい

3

調査員記入欄 (ここには、記入しないで下さい)

料理・惣菜番号	食品番号	調理コード	摂取量 (左記の家庭記録用の 使用量・消費量を記入・ 外食の場合は、「人前」)	案 分 比 率																
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	残							

朝食 | 昼食① | 昼食② | 夕食 | 間食 | 予備

食物摂取状況調査

家族が食べたもの・飲んだもの（水以外）は全て記載して下さい				その料理は、誰がどの割合で食べましたか？ （残した分があれば「残食分」に書いて下さい）									
料理名	食品名	使用量 （重量または 目安量と その単位）	廃棄量	氏名 1	氏名 2	氏名 3	氏名 4	氏名 5	氏名 6	氏名 7	氏名 8	氏名 9	残食分

太枠内のみご記入下さい

4

調査員記入欄（ここには、記入しないで下さい）

料理・惣菜番号	食品番号	調理コード	摂取量 (左記の家庭記録欄の 使用量・実分量を記入・ 外食の場合は「人前」)	案 分 比 率											
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	残		

朝食	昼食①	昼食②	夕食	間食	予備
----	-----	-----	----	----	----

食物摂取状況調査

食事の種類	家族が食べたもの、飲んだもの(水以外)は全て記載して下さい				その料理は、誰がどの割合で食べましたか? (残した分があれば「残食分」に書いて下さい)									
	料理名	食品名	使用量 (重量または 目安量と その単位)	廃棄量	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	残食分
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	残

太枠内のみご記入下さい

5

調査員記入欄（ここには、記入しないで下さい）

和 理 ・ 惣 菜 番 号	食 品 番 号				調 理 コ ー ド	撰 取 票 （ 左 記 の 家 庭 記 録 類 の 使 用 票 ・ 票 類 票 を 記 入 ・ 外 食 の 場 合 は ・ 「 人 町 」 ）	案 分 比 率															
							1	2	3	4	5	6	7	8	9	残						

(3) 生活習慣調査(本票)

令和4(2022)年度県民健康・栄養調査

生活習慣調査票 (本票)

地区番号

市郡番号

世帯番号

世帯員番号

性別

年齢

 (令和4(2022)年11月1日現在)

栃木県 保健所

栃木県

問1 あなたの保険の種類は何ですか。(1つに○)

- | | |
|------------------|-------------------|
| 1 組合管掌健康保険(組合健保) | 2 全国健康保険協会(協会けんぽ) |
| 3 共済組合 | 4 国民健康保険(国保組合を含む) |
| 5 後期高齢者医療広域連合 | 6 その他 |

問2 あなたの現在の健康状態はいかがですか。(1つに○)

- 1 とてもよい 2 よい 3 ふつう 4 あまりよくない 5 よくない

問3 自分は太っていると思いますか。やせていると思いますか。(1つに○)

- 1 太っている 2 少し太っている 3 ちょうどよい(ふつう)
4 少しやせている 5 やせている

問4 あなたの健康づくりに影響を与えている情報源はどれですか。

(あてはまる番号すべてに○)

- | | |
|------------------------------------|-------------|
| 1 家族 | 2 友人・知人 |
| 3 パソコンによるインターネット情報や SNS 等 | |
| 4 スマートフォンやタブレットによるインターネット情報や SNS 等 | |
| 5 新聞・雑誌・TV・ラジオ | 6 県、市町等の広報紙 |
| 7 県、市町等の健康づくり教室、研修会、イベント等 | |
| 8 民間の健康づくり教室、研修会、イベント等 | |
| 9 その他 | 10 特になし |

問5 パソコンやスマートフォンなどで健康づくりのために使用している内容はありませんか。(あてはまる番号すべてに○)

- | | | |
|---------------------------|-------------|----------------|
| 1 体重管理 | 2 血圧管理 | 3 運動管理(歩数管理含む) |
| 4 食事管理 | 5 健康情報収集 | 6 睡眠管理 |
| 7 健診・検診の予約 | 8 健診・検診結果閲覧 | 9 その他 |
| 10 過去に使用したことはあるが今は使用していない | | |
| 11 必要ない | 12 分からない | |

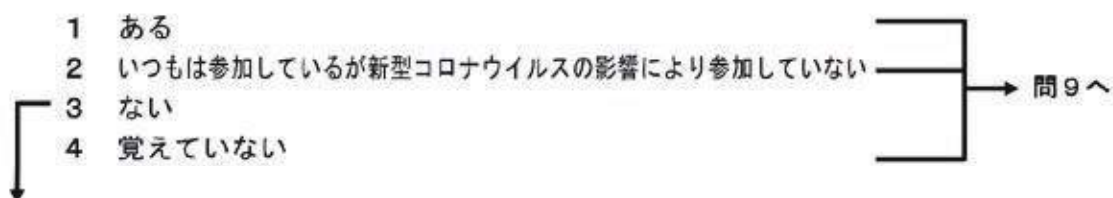
問6 あなたは、食習慣を改善してみようと思いますか。(1つに○)

- 1 改善することに関心がない
- 2 関心はあるが改善するつもりはない
- 3 改善するつもりである(概ね6か月以内)
- 4 近いうちに(概ね1か月以内)改善するつもりである
- 5 既に改善に取り組んでいる(6か月未満)
- 6 既に改善に取り組んでいる(6か月以上)

問7 あなたは、運動習慣を改善してみようと思いますか。(1つに○)

- 1 改善することに関心がない
- 2 関心はあるが改善するつもりはない
- 3 改善するつもりである(概ね6か月以内)
- 4 近いうちに(概ね1か月以内)改善するつもりである
- 5 既に改善に取り組んでいる(6か月未満)
- 6 既に改善に取り組んでいる(6か月以上)

問8 過去1年間に食事(栄養)や運動等の健康に関する教室や研修会、イベント等(WEBも含む)に参加したことはありますか。(1つに○)

- 1 ある
 - 2 いつもは参加しているが新型コロナウイルスの影響により参加していない
 - 3 ない
 - 4 覚えていない
- 

問8-1 問8で「3ない」と答えた方におたずねします。

参加しない理由はどのようなことですか。(あてはまる番号すべてに○)

- | | | |
|---------|---------------|---------|
| 1 時間がない | 2 開催する情報を知らない | 3 興味がない |
| 4 面倒くさい | 5 その他 | |

問9 過去1年間に、健康診断や人間ドックを受けたことがありますか。(1つに○)

※がンのみの検診、妊産婦健診の健康診査、病院や診療所で行う診療としての検査は健診に含みません。

- 1 ある
- 2 ない

問 10 がん検診の申込方法として、どのような方法が望ましいと思いますか。(1つに○)

- 1 電話 2 往復はがき
3 インターネット(スマートフォンやパソコン使用) 4 その他

問 11 あなたは、「がん」についてどのようなイメージをもっていますか。
(あてはまる番号すべてに○)

- 1 がん検診等による早期発見で治るがんがある
2 がんに関する情報は充実している
3 がんに関する相談先は充実している
4 がん患者の就労に関する相談先は充実している
5 働きながら治療できるがんも増えている(通学も含む)
6 生活習慣の改善で予防できるがんもある
7 特定の感染症の予防や治療で予防できるがんもある
8 長期入院する子どもは病院で教育を受けられる
9 女性特有のがん(子宮頸がん)の発症予防を助けるワクチンがある

問 12 朝食を食べますか。(1つに○)

- 1 ほとんど毎日食べる 2 週2～3日食べない
3 週4～5日食べない 4 ほとんど食べない

問 13 主食、主菜、副菜の3つを組み合わせて食べることが1日に2回以上あるのは週に何日ありますか。(1つに○)

主食：ごはん、パン、麺類などの料理
主菜：魚・肉・卵・大豆製品を主材料にした料理
副菜：野菜類、海藻類、きのこ類を主材料にした料理

- 1 ほとんど毎日 2 週に4～5日
3 週に2～3日 4 ほとんどない

問 14 あなたは食事についてどのようなことに気をつけていますか。
 (アからエのそれぞれの項目について、あてまる番号1つに○)

	1. はい	2. いいえ
ア 食事の質(栄養のバランス)や量	1	2
イ 塩分をひかえること	1	2
ウ 油や脂肪分をひかえること	1	2
エ 1日のうち1回は家族や友人等と一緒に食べる	1	2

問 15 野菜料理を1日350g(小鉢5皿)程度食べるように心がけていますか。
 (1つに○)

1 既にできている
 2 するつもりがある、努力すればできる
 3 気持ちはあるが難しい
 4 しない(できない)
 5 関心が無い

→ 問 16 へ

問 15-1 問 15で「3気持ちはあるが難しい」、「4しない(できない)」と答えた方
 におたずねします。

野菜の摂取の妨げになっていることは何ですか。(あてはまる番号すべてに○)

- 1 時間がない 2 外食が多い 3 自分を含め、家で用意をする者がいない
 4 経済的に余裕がない 5 面倒くさい 6 その他
 7 特にない

問 16 外食や市販の弁当・総菜を購入する時に、エネルギーやたんぱく質、食塩相当量
 等の値が記載された栄養成分表示を参考にしていますか。
 (ア、イのそれぞれの項目について、あてはまる番号1つに○)

※テイクアウト商品は市販の弁当・惣菜に含めます。

	1. いつも参考に している	2. ととき参考 にしている	3. あまり参考 していない	4. 全く参考 にしていない	5. 表示している を見たことがない
ア 外食	1	2	3	4	5
イ 市販の弁当・総菜 (調理済みの食品を自宅等 で食べる)	1	2	3	4	5

問 17 あなたは、サプリメントのような健康食品（健康の維持・増進に役立つと言われる成分を含む、錠剤、カプセル、粉末状、液状などに加工された食品）を食べたり、飲んだりしていますか。（1つに○）

- 1 はい
2 いいえ → 問 18 へ

問 17-1 問 17 で「1 はい」と答えた方におたずねします。
健康食品を利用する目的は何ですか。（あてはまる番号すべてに○）

- | | |
|---------------------|------------|
| 1 健康の保持・増進(ダイエット以外) | 2 たんぱく質の補充 |
| 3 ビタミンの補充 | 4 ミネラルの補充 |
| 5 ダイエット | 6 その他 |

問 18 定期的に血圧を測定していますか。（1つに○）

- | | |
|----------------|--------------|
| 1 ほとんど毎日測定している | 2 週3～4回測定する |
| 3 週1～2回測定する | 4 月に1回程度測定する |
| 5 年に1回測定する | 6 測定していない |

問 19 脳卒中について、救急車を呼ぶ必要がある次の症状を知っていますか。
（1つに○）

- ・ 顔の片側が下がり、顔がゆがむ
 - ・ 片側の腕と足の力が入らない、しびれる
 - ・ ロレツが回らない、言葉が出ない、会話がおかしい
 - ・ 経験したことのない激しい頭痛がする

- 1 全て知っている 2 知らない内容もある 3 全て知らない

問 20 あなたはこれまでに医療機関や健診で次の病気のことを言われたことがありますか。(アからウのそれぞれの項目について、あてはまる番号1つに○)

	1. ある	2. ない
ア 高血圧	1	2
イ 脂質異常症(中性脂肪・コレステロールの異常値を含む)	1	2
ウ 糖尿病(血糖値が高いも含む)	1	2

問 20-1 問 20 で「1 ある」と答えた病気についておたずねします。現在も通院を続けていますか。(それぞれの病気について、あてはまる番号1つに○)

	1. 通院経験はない	2. 通院中	3. 以前通院していたが、中断した	4. 通院は終了した
ア 高血圧症	1	2	3	4
イ 脂質異常症(中性脂肪・コレステロールの異常値を含む)	1	2	3	4
ウ 糖尿病(血糖値が高いも含む)	1	2	3	4

問 21 あなたは糖尿病について次のことを知っていますか。(アからウのそれぞれの項目について、あてはまる番号1つに○)

	1. 内容を知っている	2. 聞いたことがあるが内容は知らない	3. 知らない(今回の調査で初めて聞いた場合を含む)
ア 糖尿病の状態によっては、食事や運動の生活習慣を変えることで血糖値をコントロールできる。	1	2	3
イ 体重や血圧、血中脂質(中性脂肪やコレステロール)のコントロールは糖尿病の重症化を予防する	1	2	3
ウ 糖尿病が重症化すると網膜症(視力の低下)、腎症(透析)、神経障害等の合併症を引き起こす。	1	2	3

問 22 次のアからウのことについて、内容を知っていますか。

(アからウのそれぞれの項目について、あてはまる番号1つに○)

	1. 内容を知っている	2. 聞いたことがあるが内容は知らない	3. 知らない (今回の調査で初めて聞いた場合を含む)
ア ロコモ (ロコモティブシンドローム)	1	2	3
イ フレイル	1	2	3
ウ COPD (慢性閉塞性肺疾患)	1	2	3

問 23 高齢者の健康づくりについて、あなたはどのような取組が必要だと思いますか。
(あてはまる番号すべてに○)

- 1 多様な食品(10食品群)の摂取
- 2 口腔のケア
- 3 定期的な運動
- 4 人との交流の場への社会参加

問 24 歯や口の健康状態についておたずねします。(あてはまる番号すべてに○)

- | | |
|----------------------|-------------|
| 1 未治療または治療中の虫歯がある | 2 歯ぐきから出血する |
| 3 かめないものがある | 4 飲み込みにくい |
| 5 口を大きく開け閉めすると、あごが痛い | 6 口臭が気になる |
| 7 口がかわく | 8 その他の悩み |
| 9 特にない | |

問 25 歯ブラシによる歯磨きの他に歯や口の清掃を行っていますか。
(あてはまる番号すべてに○)

- 1 デンタルフロス・糸(付)ようじ・歯間ブラシなどの器具を使っている
- 2 舌を清掃している
- 3 その他
- 4 行っていない

問 26 自分の歯は何本ありますか。

自分の歯には、さし歯は含みますが、親知らず、入れ歯、ブリッジ、インプラントは含みません。
親知らずを抜くと全部で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。

() 本

問 27 あなたは、この1年間に歯科健康診査を受けましたか。(1つに○)

- 1 受けた
2 受けていない → 問 28 へ

問 27-1 問 27 で「1 受けた」と答えた方におたずねします。
歯科健康診査はどこでうけましたか。(1つに○)

- 1 かかりつけ歯科医 2 市町の健診会場 3 職場の健診会場 4 その他

問 28 アレルギー症状のひとつでもあるアナフィラキシーショックの内容を知っていますか。(1つに○)

- 1 内容を知っている 2 言葉を聞いたことがあるが内容は知らない
3 知らない(今回の調査で始めて聞いた場合を含む)

問 29 あなたは、これまでに食物アレルギーの原因(と思われる)食物を食べないように除去や、制限をしたことはありますか。(1つに○)

※医師の判断によらず自分でコントロールしている場合も含みます。

- 1 現在している
2 過去にしていたことはあるが、現在はしていない
3 今までにしたことはない → 問 30 へ

問 29-1 問 29 で「1 現在している 2 過去にしていたことはあるが、現在はしていない」と答えた方におたずねします。控えている食品(控えていた食品)を教えてください。(該当する番号をすべてに○)

1 えび	2 かに	3 小麦	4 そば	5 卵
6 乳	7 落花生(ピーナツ)	8 アーモンド	9 あわび	10 いか
11 いくら	12 オレンジ	13 カシューナッツ	14 キウイフルーツ	15 牛肉
16 くるみ	17 ごま	18 さけ	19 さば	20 大豆
21 鶏肉	22 バナナ	23 豚肉	24 まつたけ	25 もも
26 やまいも	27 りんご	28 ゼラチン	29 その他	

問 29-2 へ(裏面)

問 29-2 問 29 で「1 現在している 2 過去にしていたことはあるが、現在はしていない」と答えた方におたずねします。

控えている理由はなんですか。(あてはまる番号すべてに○)

- 1 医師の診断 2 自己判断 3 分からない

問 30 ここ 1 か月間に新型コロナウイルス以外の不満、悩み、苦勞などによるストレスはありましたか。(1つに○)

- 1 大いにある 2 多少ある 3 あまりない 4 まったくない

問 31 あなたは日々のストレスを積極的な休養(睡眠以外の活動)により解消できていますか。(1つに○)

※積極的休養とは：趣味やスポーツ、ボランティア活動、家族や友人との交流などで週休を積極的に過ごすこと

- 1 できている 2 したいができていない
3 できていない 4 する必要がない

問 32 受動喫煙防止を進める上で、対策の強化が必要と感じる施設はありますか。(あてはまる番号すべてに○)

- 1 飲食店 2 行政施設 3 商業施設
4 娯楽施設 5 職場 6 その他
7 特になし

問 33 あなたは自分の健康のために、食事や運動に気をつけた生活を送っていますか。
 (ア、イのそれぞれの項目について、あてはまる番号1つに○)

	1. はい	2. いいえ
ア 食事	1	2
イ 運動	1	2

問 33-1 問 33 で「2. いいえ」と回答した方におたずねします。
 何歳くらいから始めよう(始めていればよかった)と思っていますか。
 (「いいえ」と回答した項目について、あてはまる番号1つに○)

	1. 10代から	2. 20代から	3. 30代から	4. 40代から	5. 50代から	6. 60代から	7. 70代以上	8. 必要ない
ア 食事	1	2	3	4	5	6	7	8
イ 運動	1	2	3	4	5	6	7	8

問 34 あなたは現在働いていますか。または、ボランティア活動、地域社会活動(町内会、地域行事など)、趣味やおけいこ事を行っていますか。(1つに○)

- 1 働いている・何らかの活動を行っている
- 2 いずれも行っていない

問 35 あなたは、民間や公的機関による定期的な配食サービスをどのくらい利用していますか。(1つに○)

※配食サービスとは、1日分、1食分の食材や料理を定期的に自宅に配送してもらうこと

- 1 毎日2回以上
- 2 毎日1回
- 3 週4～6回
- 4 週2～3回
- 5 週1回
- 6 週1回未満
- 7 全く利用しない

(働いている人(パート、アルバイト含む)は続けてお答えください)

問 36 あなたの職場では、働く人の健康づくりに関する情報提供や取組(健康診断以外)を行っていますか。(1つに○)

(例) 食事や運動に関する講習会の開催、禁煙外来受診者への補助、朝礼等での健康づくりを目的とした体操の実施など

- 1 はい 2 いいえ 3 わからない

問 37 あなたの職場で、働く人に対する健康づくりのうち特に充実した方がよいと思うことはありますか。(あてはまる番号すべてに○)

- | | |
|-------------------------|--------------------|
| 1 健康に関するセミナー | 2 定期健診以外の健診(がん検診等) |
| 3 健康に配慮したメニューのある職場食堂・弁当 | 4 運動するための支援 |
| 5 個別の保健指導 | 6 健康情報の発信 |
| 7 その他 | 8 特になし |

御協力ありがとうございました。

(4) 生活習慣調査(附票)

令和4年県民健康・栄養調査

生活習慣調査票(附票)

地区番号	<input type="text"/>
市郡番号	<input type="text"/>
世帯番号	<input type="text"/>
世帯員番号	<input type="text"/>
性別	<input type="text" value="1 男 2 女"/>
年齢	<input type="text"/> (令和4年11月1日現在)

栃木県 _____ 保健所 _____

栃 木 県

問1 あなたは、外食（飲食店での食事）をどのくらい利用していますか。
あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- | | |
|----------|-----------|
| 1 毎日2回以上 | 5 週1回 |
| 2 毎日1回 | 6 週1回未満 |
| 3 週4～6回 | 7 全く利用しない |
| 4 週2～3回 | |

問2 あなたは、持ち帰りの弁当や惣菜をどのくらい利用していますか。
あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- | | |
|----------|-----------|
| 1 毎日2回以上 | 5 週1回 |
| 2 毎日1回 | 6 週1回未満 |
| 3 週4～6回 | 7 全く利用しない |
| 4 週2～3回 | |

問3 あなたは、フードデリバリーサービス（料理を注文し、配達を受けるサービス）をどのくらい利用していますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- | | |
|----------|-----------|
| 1 毎日2回以上 | 5 週1回 |
| 2 毎日1回 | 6 週1回未満 |
| 3 週4～6回 | 7 全く利用しない |
| 4 週2～3回 | |

問4 かんで食べるときの状態について、あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 何でもかんで食べることができる
- 2 一部かめない食べ物がある
- 3 かめない食べ物が多い
- 4 かんで食べることはできない

問 5 あなたの食べ方や食事の様子についておたずねします。次のアからオの質問について、それぞれあてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

	1. はい	2. いいえ
ア ゆっくりよくかんで食事をする	1	2
イ 半年前に比べて固いものが食べにくくなった	1	2
ウ お茶や汁物等でむせることがある	1	2
エ 口の渇きが気になる	1	2
オ 左右両方の奥歯でしっかりかみしめられる	1	2

問 6 ここ1ヶ月間、あなたの1日の平均睡眠時間はどのくらいでしたか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 5時間未満
- 2 5時間以上6時間未満
- 3 6時間以上7時間未満
- 4 7時間以上8時間未満
- 5 8時間以上9時間未満
- 6 9時間以上

問 7 ここ1ヶ月間、あなたは睡眠で休養が充分とれていますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 充分とれている
- 2 まあまあとれている
- 3 あまりとれていない
- 4 まったくとれていない

問 8 あなたはたばこを吸いますか。あてはまる番号を 1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 毎日吸っている
2 時々吸う日がある
3 以前は吸っていたが、1ヶ月以上吸っていない → 問 9 へ
4 吸わない

(問 8 - 1) 現在、あなたが吸っているたばこ製品について、あてはまる番号をすべて選んで○印をつけて下さい。(複数回答可)

※加熱式たばことは、たばこ葉やたばこ葉を用いた加工品に火を点けずに、電気ヒーターで加熱などして吸う、新しいタイプのたばこです。たばこ葉の入った専用のスティック等を、専用の装置にセットして使用します。

- 1 紙巻たばこ
2 加熱式たばこ → 問 8 - 3 へ
3 その他

(問 8 - 2) あなたは通常、1日に何本紙巻たばこを吸いますか。
(「ときどき吸う方」は吸うときの1日の本数をお答え下さい。)

--	--	--

 本

(問 8 - 3) たばこをやめたいと思いますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 やめたい
2 本数を減らしたい
3 やめたくない
4 わからない

問 9 あなたはこの1ヶ月間に、望まずに自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。次のアからコのすべての場所について、それぞれあてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

※学校、飲食店、遊技場などに勤務していて、その職場で受動喫煙があった場合は、「イ 職場」欄に記入して下さい。

	1. ほぼ毎日	2. 週に数回程度	3. 週に1回程度	4. 月に1回程度	5. 全くなかった	6. 行かなかった
ア 家庭	1	2	3	4	5	
イ 職場	1	2	3	4	5	6
ウ 学校	1	2	3	4	5	6
エ 飲食店	1	2	3	4	5	6
オ 遊技場 (ゲームセンター、 パチンコ、競馬場など)	1	2	3	4	5	6
カ 行政機関 (市役所、町村役場、 公民館など)	1	2	3	4	5	6
キ 医療機関	1	2	3	4	5	6
ク 公共交通機関	1	2	3	4	5	6
ケ 路上	1	2	3	4	5	6
コ 子供が利用する 屋外の空間 (公園、通学路など)	1	2	3	4	5	6

問 10 あなたは週に何日位お酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲みますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- | | | | | |
|---|---|------------|---|----------|
| ↓ | 1 | 毎日 | } | → 問 11 へ |
| | 2 | 週5～6日 | | |
| | 3 | 週3～4日 | | |
| | 4 | 週1～2日 | | |
| | 5 | 月に1～3日 | | |
| | 6 | ほとんど飲まない | | |
| | 7 | やめた | | |
| | 8 | 飲まない（飲めない） | | |

（問 10 で 1・ 2・ 3・ 4・ 5 と答えた方にお聞きします。）

（問 10 - 1 ） お酒を飲む日は1日あたり、どれくらいの量を飲みますか。
清酒に換算し、あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 1合（180ml）未満
- 2 1合以上2合（360ml）未満
- 3 2合以上3合（540ml）未満
- 4 3合以上4合（720ml）未満
- 5 4合以上5合（900ml）未満
- 6 5合（900ml）以上

清酒1合（アルコール度数15度・180ml）は、次の量にほぼ相当します。 ・ビール中瓶1本（アルコール度数5度・500ml） ・焼酎0.6合（アルコール度数25度・約110ml） ・ワイン1/4本（アルコール度数14度・約180ml） ・ウイスキーダブル1杯（アルコール度数43度・60ml） ・缶チューハイ1.5缶（アルコール度数5度・約520ml） ・缶チューハイ1缶（アルコール度数7度・約350ml）
--

問 11 あなたのこの1ヶ月間における体重及び生活習慣は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響により変化がありましたか。次のアからサについて、それぞれあてはまる番号を1つ選んで下さい。

- ※1 もともとその習慣がない場合は、「4.もともとない」を選択して下さい。
 ※2 運動とは、スポーツやフィットネスなどの健康・体力の維持・増進を目的として、計画的・定期的に行うものを言います。

	1. 増えた	2. 変わらない	3. 減った	4. もともとない※1
ア 体重	1	2	3	
イ 外食（飲食店での食事）の利用	1	2	3	4
ウ 持ち帰りの弁当や惣菜の利用	1	2	3	4
エ フードデリバリーサービスの利用	1	2	3	4
オ 1日当たりの睡眠時間	1	2	3	
カ 1週間当たりの喫煙の頻度	1	2	3	4
キ 1日に吸うたばこの本数	1	2	3	4
ク 1週間当たりの飲酒の日数	1	2	3	4
ケ 1日当たりの飲酒の量	1	2	3	4
コ 1週間当たりの運動※2 日数	1	2	3	4
サ 運動※2 を行う日の平均運動時間	1	2	3	4

【世帯主 または 世帯を代表する方が、世帯を代表して
 問1 2、問1 3にもお答え下さい。】

問 12 あなたの世帯についておたずねします。現在、何人でお住まいですか（乳幼児を含む。）。あなたを含めてお答え下さい。

		人
--	--	---

問 13 あなたの世帯の過去 1 年間の年間収入（税込み）はだいたいどれくらいになりますか。近い番号を 1 つ選んで○印をつけて下さい。

- | | | | |
|---|------------|----|--------------|
| 1 | 収入なし | 9 | 500~599 万円 |
| 2 | 50 万円未満 | 10 | 600~699 万円 |
| 3 | 50~99 万円 | 11 | 700~799 万円 |
| 4 | 100~149 万円 | 12 | 800~999 万円 |
| 5 | 150~199 万円 | 13 | 1000~1499 万円 |
| 6 | 200~299 万円 | 14 | 1500 万円以上 |
| 7 | 300~399 万円 | 15 | わからない |
| 8 | 400~499 万円 | | |

ご協力ありがとうございました。

第 2 部 単純集計結果

第1章 身体状況調査

第1節 身体計測(1歳以上)

第1-1表 身長・体重の平均値及び標準偏差(1歳以上、体重は妊婦除外)

身長及び体重では総数 1,170 名、男性 567 名、女性 603 名の計測を行った。なお、妊産婦は今回の調査対象者にいなかった。

	総数						男性						女性					
	身長(cm)			体重(kg)			身長(cm)			体重(kg)			身長(cm)			体重(kg)		
	人数	平均値	標準偏差	人数	平均値	標準偏差	人数	平均値	標準偏差	人数	平均値	標準偏差	人数	平均値	標準偏差	人数	平均値	標準偏差
総数	1,170	157.5	15.6	1,164	57.1	16.3	567	163.6	15.9	565	63.4	17.3	603	151.8	13	599	51.2	12.6
1歳	1	78.5	0	1	10	0	0	0	0	0	0	0	1	78.5	0	1	10	0
2歳	12	87.2	3.5	12	12.5	1.6	6	88.4	3.8	6	13.3	1.7	6	86	3	6	11.6	1.1
3歳	7	98.5	3.9	7	15.7	2.3	3	98.1	4.5	3	14.7	1.3	4	98.8	4.1	4	16.5	2.7
4歳	6	101.4	3.9	6	15.2	1.2	3	103.7	3.2	3	15.6	0.5	3	99.1	3.6	3	14.8	1.6
5歳	8	110.5	6.5	8	18.3	3.3	4	110	3.6	4	17.6	2.3	4	111	9.3	4	19	4.3
6歳	11	115.9	5.5	11	21.1	2.8	5	118.6	4.5	5	22.5	3.2	6	113.7	5.6	6	20	2.1
7歳	8	119.1	2.1	8	22.2	2.5	4	118.6	2.8	4	22.1	3.3	4	119.6	1	4	22.3	2.1
8歳	8	129.7	6.6	8	28.4	7.1	6	130.6	7.5	6	30.1	7.5	2	127.1	2.7	2	23.4	1.8
9歳	10	132.8	6.6	10	30.1	9	6	134.3	8.1	6	32.1	11.2	4	130.6	3.4	4	27.2	3.2
10歳	8	136.7	7	8	35.1	10.3	5	132.7	5.1	5	35	13.4	3	143.4	3.7	3	35.3	3.1
11歳	16	146	9.9	16	42.1	12.2	9	144.4	11.3	9	42	13.2	7	148	8	7	42.2	11.7
12歳	15	154.2	7.2	15	42.9	4.8	7	154.9	6.4	7	42.4	2.7	8	153.5	8.1	8	43.3	6.3
13歳	12	160	8	12	49.2	6.3	5	163.1	8.5	5	53.1	6.7	7	157.7	7.5	7	46.4	4.6
14歳	13	161.7	4.8	13	51.6	6.2	9	162.6	5.5	9	52.2	7.5	4	159.7	2.1	4	50.3	2
15歳	16	161.9	8	16	50.6	6.6	7	168.6	5.8	7	53.7	7.4	9	156.6	4.9	9	48.1	5
16歳	11	158.4	7.3	11	51	7.8	2	166.5	2.1	2	60.5	0.7	9	156.6	6.7	9	48.9	6.9
17歳	9	167.3	9.5	9	55.3	13.5	6	172.6	4.5	6	60.5	13.5	3	156.9	8.2	3	44.9	6
18歳	15	163.8	8.1	15	55.9	9.3	7	170.9	3.6	7	61.5	10.4	8	157.6	5.1	8	50.9	4.6
19歳	12	163.6	10.1	11	53.8	7.5	6	171.9	6.9	6	58.5	6.6	6	155.4	3.6	5	48	3.5
20歳	8	161.4	10.7	8	57.2	13.2	2	176.5	9.2	2	71	8.5	6	156.4	4.7	6	52.6	11.4
21歳	9	161.6	9.5	8	59.9	12.4	3	170.4	5.9	3	72.6	11.6	6	157.3	7.9	5	52.2	2.9
22歳	4	162	7.1	4	57	12	2	167.1	1.5	2	62.7	17.5	2	157	7.1	2	51.4	0.6
23歳	1	169.3	0	1	68.8	0	1	169.3	0	1	68.8	0	0	0	0	0	0	0
24歳	5	166.3	6.3	5	58.6	13.7	4	168.1	5.6	4	61.7	13.6	1	159	0	1	46	0
25歳	7	161.1	9.2	7	60.2	9.4	3	170.1	3.2	3	65.1	4.7	4	154.4	4.5	4	56.6	11.1
26-29歳	20	164.5	8.2	20	61.4	14.7	11	169.9	6.2	11	69.1	12.9	9	157.8	4.4	9	52	11.1
30-34歳	41	163.5	9.8	41	64.2	17.6	19	172.2	6.9	19	75.9	15.4	22	156	3.6	22	54.1	12.3
35-39歳	57	163.3	8.3	56	62.8	13.7	27	170	4.8	26	71.4	13.4	30	157.2	5.6	30	55.3	8.8
40-44歳	78	165.2	8.1	78	65.5	13.9	42	170.9	5.7	42	71.6	11.4	36	158.5	4.5	36	58.5	13.4
45-49歳	90	164.5	8.3	87	64.2	11.8	41	171.7	5.5	41	71.4	9.5	49	158.5	4.5	46	57.8	9.8
50-54歳	85	164.7	9.4	84	64.6	14.9	43	172.3	5.2	42	73.9	13.2	42	156.9	5.4	42	55.3	9.9
55-59歳	85	163.1	8.4	85	63.5	15	43	169.4	5.5	43	70.9	15	42	156.6	5.3	42	56	10.7
60-64歳	81	161.1	9.2	81	61.2	13	38	169	6.4	38	70.5	11	43	154.1	4.4	43	53.1	8.4
65-69歳	80	159.2	7.6	80	59.2	9.9	32	166	4.8	32	65.1	8	48	154.7	5.5	48	55.3	9.1
70-74歳	127	158.3	8.9	127	59.4	11.7	64	165	6.6	64	65.3	12.1	63	151.5	5	63	53.4	7.7
75歳以上	194	155.2	9.7	195	55.4	11.7	92	162.5	6.6	92	61.9	11.4	102	148.7	7	103	49.6	8.6

第 1-2 表 BMI の平均値及び標準偏差(15 歳以上、妊婦除外)

BMI (kg/m²) の平均値及び標準偏差では総数 23.2±3.8、男性 23.9±3.8、女性 22.5±3.7 であった。

	総数			男性			女性		
	人数	平均値	標準偏差	人数	平均値	標準偏差	人数	平均値	標準偏差
総数	1,028	23.2	3.8	493	23.9	3.8	535	22.5	3.7
15-19 歳	62	19.9	2.1	28	20.1	2.6	34	19.8	1.7
20-24 歳	26	21.8	3.3	12	23.1	3.8	14	20.7	2.6
25-29 歳	27	22.7	4.3	14	23.6	4.1	13	21.8	4.4
30-34 歳	41	23.8	5.3	19	25.6	5	22	22.2	5.2
35-39 歳	56	23.4	4	26	24.6	4.3	30	22.4	3.5
40-44 歳	78	23.9	4.3	42	24.5	3.6	36	23.2	4.9
45-49 歳	87	23.6	3.5	41	24.3	3.3	46	23	3.6
50-54 歳	84	23.6	4	42	24.8	4	42	22.5	3.7
55-59 歳	85	23.7	4.6	43	24.6	4.8	42	22.8	4.2
60-64 歳	81	23.4	3.4	38	24.6	2.9	43	22.4	3.5
65-69 歳	80	23.3	3	32	23.6	2.8	48	23	3.2
70-74 歳	127	23.6	3.3	64	23.8	3.4	63	23.3	3.3
75 歳以上	194	22.9	3.7	92	23.4	3.7	102	22.5	3.7

第 1-3 表 BMI の分布(15 歳以上、妊婦除外)

BMI (kg/m²) の分布のうち、18.5 未満は総数 9.8%、男性 7.2%、女性 12.1%、18.5 以上 25 未満は総数61.9%、男性 58.3%、女性 65.0%、25 以上は総数 28.7%、男性 34.3%、女性 23.1%であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,028	100	493	100	535	100
15.0 未満	3	0.3	0	0	3	0.6
15.0-15.5 未満	5	0.5	3	0.6	2	0.4
15.5-16.0 未満	4	0.4	2	0.4	2	0.4
16.0-16.5 未満	10	1	7	1.4	3	0.6
16.5-17.0 未満	10	1	3	0.6	7	1.3
17.0-17.5 未満	15	1.5	4	0.8	11	2.1
17.5-18.0 未満	19	1.8	7	1.4	12	2.2
18.0-18.5 未満	34	3.3	10	2	24	4.5
18.5-19.0 未満	29	2.8	9	1.8	20	3.7
19.0-19.5 未満	42	4.1	9	1.8	33	6.2
19.5-20.0 未満	38	3.7	10	2	28	5.2
20.0-20.5 未満	59	5.7	21	4.3	38	7.1
20.5-21.0 未満	42	4.1	13	2.6	29	5.4
21.0-21.5 未満	55	5.4	19	3.9	36	6.7
21.5-22.0 未満	58	5.6	33	6.7	25	4.7
22.0-22.5 未満	67	6.5	34	6.9	33	6.2
22.5-23.0 未満	55	5.4	25	5.1	30	5.6
23.0-23.5 未満	43	4.2	28	5.7	15	2.8
23.5-24.0 未満	50	4.9	32	6.5	18	3.4
24.0-24.5 未満	54	5.3	32	6.5	22	4.1
24.5-25.0 未満	45	4.2	22	4.5	23	4.3
25.0-25.5 未満	34	3.3	18	3.7	16	3
25.5-26.0 未満	42	4.1	27	5.5	15	2.8
26.0-26.5 未満	35	3.4	18	3.7	17	3.2
26.5-27.0 未満	29	2.8	16	3.2	13	2.4
27.0-27.5 未満	26	2.5	15	3	11	2.1
27.5-28.0 未満	21	2	15	3	6	1.1
28.0-28.5 未満	19	1.8	9	1.8	9	1.7
28.5-29.0 未満	14	1.4	7	1.4	7	1.3
29.0-29.5 未満	11	1.1	7	1.4	4	0.7
29.5-30.0 未満	11	1.1	7	1.4	4	0.7
30.0-30.5 未満	7	0.7	5	1	2	0.4
30.5-31.0 未満	8	0.8	5	1	3	0.6
31.0-31.5 未満	3	0.3	0	0	3	0.6
31.5-32.0 未満	6	0.6	4	0.8	2	0.4
32.0-32.5 未満	6	0.6	2	0.4	4	0.7
32.5-33.0 未満	3	0.3	3	0.6	0	0
33.0-33.5 未満	2	0.2	1	0.2	1	0.2
33.5-34.0 未満	5	0.5	3	0.6	2	0.4
34.0-34.5 未満	3	0.3	2	0.4	1	0.2
34.5-35.0 未満	2	0.2	2	0.4	0	0
35.0 以上	7	0.7	4	0.8	3	0.6

第 1-4 表 学校保健統計調査方式による肥満区分(6-14 歳)

肥満区分のうち、やせ傾向(-20%以下)は、総数 4%、男性 5.4%、女性 2.2%、普通(-20%超~+20%未満)は、総数 85.1%、男性 78.6%、女性 93.3%、肥満傾向(+20%以上)は、総数 11.0%、男性 16.1%、女性 4.4%であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	101	100	56	100	45	100
-30%以下	0	0	0	0	0	0
-30%超 -20%以下	4	4	3	5.4	1	2.2
-20%超 -10%以下	20	19.8	10	17.9	10	22.2
-10%超 0%未満	29	28.7	9	16.1	20	44.4
0%以上 +10%未満	28	27.7	20	35.7	8	17.8
+10%以上 +20%未満	9	8.9	5	8.9	4	8.9
+20%以上 +30%未満	4	4	4	7.1	0	0
+30%以上 +40%未満	2	2	1	1.8	1	2.2
+40%以上 +50%未満	2	2	1	1.8	1	2.2
+50%以上	3	3	3	5.4	0	0

第 1-5 表 腹囲の分布(20 歳以上、妊婦除外)

腹囲の分布のうち、メタボリックシンドロームの診断基準である 85cm 以上の男性は 63.2%、90cm 以上の女性は 22.3%であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	929	100	446	100	483	100
50(cm) 未満	0	0	0	0	0	0
50-55 未満	0	0	0	0	0	0
55-60 未満	3	0.3	0	0	3	0.6
60-65 未満	26	2.8	1	0.2	25	5.2
65-70 未満	37	4	9	2	28	5.8
70-75 未満	89	9.6	24	5.4	65	13.5
75-80 未満	130	14	39	8.7	91	18.8
80-85 未満	179	19.3	91	20.4	88	18.2
85-90 未満	180	19.4	105	23.5	75	15.5
90-95 未満	135	14.5	76	17	59	12.2
95-100 未満	70	7.5	49	11	21	4.3
100-105 未満	43	4.6	28	6.3	15	3.1
105-110 未満	19	2	11	2.5	8	1.7
110-115 未満	8	0.9	5	1.1	3	0.6
115-120 未満	7	0.8	5	1.1	2	0.4
120 以上	3	0.3	3	0.7	0	0

第1-6表 薬の服用状況(20歳以上、妊婦除外)

薬の服用状況のうち、血圧を下げる薬、脈の乱れに関する薬、コレステロールを下げる薬、中性脂肪を下げる薬、貧血治療のための薬、インスリン注射または血糖を下げる薬を1つ以上内服している者は、総数45.7%、男性48.6%、女性43.3%であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	554	100	247	100	307	100
使用なし	301	54.3	127	51.4	174	56.7
使用あり(1つ以上)	253	45.7	120	48.6	133	43.3
血圧を下げる薬	173	31.2	86	34.8	87	28.3
脈の乱れに関する薬	14	2.5	10	4	4	1.3
コレステロールを下げる薬	121	21.8	43	17.4	78	25.4
中性脂肪(トリグリセライド)を下げる薬	46	8.3	23	9.3	23	7.5
貧血治療のための薬(鉄剤)	11	2	3	1.2	8	2.6
インスリン注射または血糖を下げる薬	52	9.4	32	13	20	6.5

第2節 血圧(20歳以上)

第2表 血圧の状況(2回測定値の平均値)

血圧の状況のうち、I度高血圧以上の割合は、総数7.9%、男性8.2%、女性7.6%であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	532	100	231	100	301	100
至適血圧	134	25.2	34	14.7	100	33.2
正常血圧	291	54.7	139	60.2	152	50.5
正常高血圧	65	12.2	39	16.9	26	8.6
I度高血圧	34	6.4	15	6.5	19	6.3
II度高血圧	7	1.3	3	1.3	4	1.3
III度高血圧	1	0.2	1	0.4	0	0.0

第3節 問診(20歳以上)

第3-1表 糖尿病(高血糖を含む)の有無

医療機関や健診で糖尿病といわれたことのある者は、総数18.3%、男性22.9%、女性14.6%であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	557	100	249	100	308	100
有	102	18.3	57	22.9	45	14.6
無	453	81.3	191	76.7	262	85.1
無回答	2	0.4	1	0.4	1	0.3

第3-1-1表 糖尿病治療の有無

第3-1表で「有」と回答した者のうち、糖尿病治療を行っている者は、総数68.6%、男性70.2%、女性66.7%であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	102	100	57	100	45	100
有	70	68.6	40	70.2	30	66.7
無	32	31.4	17	29.8	15	33.3
無回答	0	0	0	0	0	0

第3-1-2表 投薬の有無

第3-1表で「有」と回答した者のうち、投薬を行っている者は、総数74.3%、男性80.0%、女性66.7%であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	70	100	40	100	30	100
有	52	74.3	32	80	20	66.7
無	18	25.7	8	20	10	33.3
無回答	0	0	0	0	0	0

第3-1-3表 生活習慣改善の取組

第3-1表で「有」と回答した者のうち、生活習慣の改善の取組を行っている者は、総数71.4%、男性60.0%、女性86.7%であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	70	100	40	100	30	100
有	50	71.4	24	60	26	86.7
無	19	27.1	15	37.5	4	13.3
無回答	1	1.4	1	2.5	0	0

第3-2表 運動の禁忌の有無

医師等からの運動の禁止の指示がある者は、総数1.6%、男性2.0%、女性1.3%であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	557	100	249	100	308	100
有	9	1.6	5	2	4	1.3
無	548	98.4	244	98	304	98.7
無回答	0	0	0	0	0	0

第3-2-1表 1週間の運動日数

1週間の運動日数のうち、週0日は、総数43.8%、男性42.6%、女性44.7%であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	548	100	244	100	304	100
0日/週	240	43.8	104	42.6	136	44.7
1日/週	35	6.4	15	6.1	20	6.6
2日/週	67	12.2	26	10.7	41	13.5
3日/週	38	6.9	15	6.1	23	7.6
4日/週	23	4.2	11	4.5	12	3.9
5日/週	27	4.9	12	4.9	15	4.9
6日/週	14	2.6	6	2.5	8	2.6
7日/週	94	17.2	51	20.9	43	14.1
無回答	10	1.8	4	1.6	6	2

第3-2-2表 運動を行う日の平均運動時間

運動を行う日の平均運動時間のうち、30分未満は、総数7.5%、男性5.7%、女性8.9%であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	548	100	244	100	304	100
30(分)未満	41	7.5	14	5.7	27	8.9
30-60 未満	96	17.5	45	18.4	51	16.8
60-120 未満	109	19.9	51	20.9	58	19.1
120-180 未満	36	6.6	16	6.6	20	6.6
180 以上	18	3.3	11	4.5	7	2.3
無回答	248	45.3	107	43.9	141	46.4

第3-2-3表 運動の継続年数

運動の継続年数のうち、「1年以上」は、総数45.3%、男性48.4%、女性42.8%であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	548	100	244	100	304	100
1年未満	56	10.2	23	9.4	33	10.9
1年以上	248	45.3	118	48.4	130	42.8
無回答	244	44.5	103	42.2	141	46.4

第3-2-4表 運動習慣の状況

運動習慣の状況うち、「運動習慣あり」は、総数34.6%、男性38.6%、女性31.5%であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	557	100	249	100	308	100
運動禁止	9	1.6	5	2	4	1.3
運動習慣なし	345	61.9	144	57.8	201	65.3
運動習慣あり	193	34.6	96	38.6	97	31.5
無回答	10	1.8	4	1.6	6	1.9

第3-3表 歩数の平均値及び標準偏差

歩数の平均値及び標準偏差では、総数6,031±3,777、男性6,491±4,092、女性5,632±3,437であった。

	総数	男性	女性
人数	833	387	446
平均値	6,031	6,491	5,632
標準偏差	3,777	4,092	3,437

第4節 血液検査(20歳以上)

第4-1表 血色素量

血色素量のうち、概ね標準値にある男性の割合は 89.0%(13.0 以上 18.0 未満)、女性 95.1%(11.0 以上 16 未満)であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	503	100	217	100	286	100
10.0(g/dL)未満	5	1	0	0	5	1.7
10.0-11.0 未満	9	1.8	1	0.5	8	2.8
11.0-12.0 未満	28	5.6	4	1.8	24	8.4
12.0-13.0 未満	94	18.7	19	8.8	75	26.2
13.0-14.0 未満	139	27.6	37	17.1	102	35.7
14.0-15.0 未満	119	23.7	66	30.4	53	18.5
15.0-16.0 未満	69	13.7	51	23.5	18	6.3
16.0-17.0 未満	35	7	34	15.7	1	0.3
17.0-18.0 未満	5	1	5	2.3	0	0
18.0 以上	0	0	0	0	0	0

SRL 検査機関標準値：男 13.5-17.6 女 11.3-15.2

第4-2表 ヘマトクリット値

ヘマトクリット値のうち、概ね標準値にある男性の割合は 90.7%(35.0 以上 50.0 未満)、女性 86.7%(30.0 以上 45.0 未満)であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	503	100.0	217	100.0	286	100.0
25.0(%)未満	0	0.0	0	0.0	0	0.0
25.0-30.0 未満	2	0.4	0	0.0	2	0.7
30.0-35.0 未満	12	2.4	2	0.9	10	3.5
35.0-40.0 未満	101	20.1	22	10.1	79	27.6
40.0-45.0 未満	243	48.3	84	38.7	159	55.6
45.0-50.0 未満	127	25.2	91	41.9	36	12.6
50.0 以上	18	3.6	18	8.3	0	0.0

SRL 検査機関標準値：男 39.8-51.8 女 33.4-44.9

第4-3表 血清総たんぱく質値

血清総たんぱく質値のうち、概ね標準値にある男性の割合は 98.2%(6.5 以上 8.5 未満)、女性 97.5%(6.5 以上 8.5 未満)であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	503	100	217	100	286	100
6.0(g/dL)未満	2	0.4	1	0.5	1	0.3
6.0-6.5 未満	5	1	1	0.5	4	1.4
6.5-7.0 未満	78	15.5	30	13.8	48	16.8
7.0-7.5 未満	229	45.5	98	45.2	131	45.8
7.5-8.0 未満	147	29.2	72	33.2	75	26.2
8.0-8.5 未満	38	7.6	13	6	25	8.7
8.5 以上	4	0.8	2	0.9	2	0.7

SRL 検査機関標準値：男女 6.7-8.3

第4-4表 血清アルブミン値

血清アルブミン値のうち、概ね標準値にある男性の割合は96.3%(3.8以上5.2未満)、女性98.2%(3.8以上5.2未満)であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	503	100	217	100	286	100
3.0(g/dL)未満	0	0	0	0	0	0
3.0-3.2未満	1	0.2	0	0	1	0.3
3.2-3.4未満	2	0.4	2	0.9	0	0
3.4-3.6未満	0	0	0	0	0	0
3.6-3.8未満	7	1.4	3	1.4	4	1.4
3.8-4.0未満	29	5.8	15	6.9	14	4.9
4.0-4.2未満	67	13.3	23	10.6	44	15.4
4.2-4.4未満	112	22.3	36	16.6	76	26.6
4.4-4.6未満	130	25.8	57	26.3	73	25.5
4.6-4.8未満	100	19.9	51	23.5	49	17.1
4.8-5.0未満	34	6.8	12	5.5	22	7.7
5.0-5.2未満	18	3.6	15	6.9	3	1
5.2以上	3	0.6	3	1.4	0	0

SRL 検査機関標準値：男女 3.8-5.2

第4-5表 ヘモグロビンA1c

ヘモグロビンA1cのうち、概ね標準値にある男性の割合は83.3%(4.5以上6.2未満)、女性90.0%(4.5以上6.2未満)であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	503	100	217	100	286	100
4.3(%)未満	0	0	0	0	0	0
4.3-4.5未満	0	0	0	0	0	0
4.5-4.7未満	1	0.2	1	0.5	0	0
4.7-4.9未満	7	1.4	3	1.4	4	1.4
4.9-5.1未満	28	5.6	9	4.1	19	6.6
5.1-5.3未満	65	12.9	26	12	39	13.6
5.3-5.4未満	56	11.1	32	14.7	24	8.4
5.4-5.5未満	47	9.3	15	6.9	32	11.2
5.5-5.6未満	54	10.7	25	11.5	29	10.1
5.6-5.7未満	47	9.3	17	7.8	30	10.5
5.7-5.8未満	40	8	13	6	27	9.4
5.8-5.9未満	39	7.8	21	9.7	18	6.3
5.9-6.0未満	25	5	4	1.8	21	7.3
6.0-6.1未満	22	4.4	12	5.5	10	3.5
6.1-6.2未満	8	1.6	3	1.4	5	1.7
6.2-6.3未満	4	0.8	1	0.5	3	1
6.3-6.4未満	10	2	5	2.3	5	1.7
6.4-6.5未満	6	1.2	3	1.4	3	1
6.5-6.6未満	7	1.4	5	2.3	2	0.7
6.6-6.8未満	8	1.6	5	2.3	3	1
6.8-7.0未満	5	1	3	1.4	2	0.7
7.0-7.2未満	5	1	4	1.8	1	0.3
7.2-7.4未満	6	1.2	4	1.8	2	0.7
7.4-7.6未満	2	0.4	0	0	2	0.7
7.6-7.8未満	2	0.4	1	0.5	1	0.3
7.8-8.0未満	1	0.2	0	0	1	0.3
8.0-8.2未満	0	0	0	0	0	0
8.2-8.4未満	0	0	0	0	0	0
8.4-8.6未満	4	0.8	2	0.9	2	0.7
8.6-8.8未満	2	0.4	1	0.5	1	0.3
8.8-9.0未満	0	0	0	0	0	0
9.0-9.2未満	0	0	0	0	0	0
9.2-9.4未満	2	0.4	2	0.9	0	0
9.4以上	0	0	0	0	0	0

SRL 検査機関標準値：男女 4.6-6.2

第4-6表 血糖値

血糖値のうち、概ね標準値にある男性の割合は77.9%(60以上120未満)、女性84.6%(60以上120未満)であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	503	100.0	217	100.0	286	100.0
40 (mg/dL) 未満	0	0.0	0	0.0	0	0.0
40-60 未満	1	0.2	1	0.5	0	0.0
60-80 未満	7	1.4	2	0.9	5	1.7
80-100 未満	231	45.9	98	45.2	133	46.5
100-120 未満	173	34.4	69	31.8	104	36.4
120-140 未満	53	10.5	28	12.9	25	8.7
140-160 未満	15	3.0	7	3.2	8	2.8
160-180 未満	9	1.8	5	2.3	4	1.4
180-200 未満	6	1.2	0	0.0	6	2.1
200-220 未満	5	1.0	4	1.8	1	0.3
220-240 未満	1	0.2	1	0.5	0	0.0
240-260 未満	0	0.0	0	0.0	0	0.0
260 以上	2	0.4	2	0.9	0	0.0

SRL 検査機関標準値：男女 70-109

第4-7表 血清総コレステロール値

血清総コレステロールのうち、概ね標準値にある男性の割合は69.2%(140以上220未満)、女性66.0%(140以上220未満)であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	503	100	217	100	286	100
120 (mg/dL) 未満	3	0.6	3	1.4	0	0
120-140 未満	12	2.4	8	3.7	4	1.4
140-160 未満	31	6.2	16	7.4	15	5.2
160-180 未満	80	15.9	47	21.7	33	11.5
180-200 未満	117	23.3	51	23.5	66	23.1
200-220 未満	111	22.1	36	16.6	75	26.2
220-240 未満	71	14.1	24	11.1	47	16.4
240-260 未満	45	8.9	22	10.1	23	8
260-280 未満	22	4.4	8	3.7	14	4.9
280-300 未満	6	1.2	2	0.9	4	1.4
300 以上	5	1	0	0	5	1.7

SRL 検査機関標準値：男女 150-219

第4-8表 血清HDL-コレステロール値

血清HDL-コレステロールのうち、概ね標準値にある男性の割合は83.9%(40以上90未満)、女性94.3%(40以上100未満)であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	503	100	217	100	286	100
30 (mg/dL) 未満	2	0.4	1	0.5	1	0.3
30-40 未満	25	5	23	10.6	2	0.7
40-50 未満	90	17.9	56	25.8	34	11.9
50-60 未満	111	22.1	51	23.5	60	21
60-70 未満	125	24.9	48	22.1	77	26.9
70-80 未満	71	14.1	16	7.4	55	19.2
80-90 未満	36	7.2	11	5.1	25	8.7
90-100 未満	26	5.2	7	3.2	19	6.6
100 以上	17	3.4	4	1.8	13	4.5

SRL 検査機関標準値：男 40-86 女 40-96

第4-9表 血清LDL-コレステロール値(直接法)

血清LDL-コレステロール値(直接法)のうち、概ね標準値にある男性の割合は72.0%(70以上140未満)、女性73.7%(70以上140未満)であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	503	100	217	100	286	100
40(mg/dL)未満	1	0.2	0	0	1	0.3
40-50未満	3	0.6	3	1.4	0	0
50-60未満	9	1.8	7	3.2	2	0.7
60-70未満	18	3.6	10	4.6	8	2.8
70-80未満	35	7	14	6.5	21	7.3
80-90未満	43	8.5	21	9.7	22	7.7
90-100未満	53	10.5	25	11.5	28	9.8
100-110未満	56	11.1	26	12	30	10.5
110-120未満	73	14.5	28	12.9	45	15.7
120-130未満	59	11.7	23	10.6	36	12.6
130-140未満	48	9.5	19	8.8	29	10.1
140-150未満	47	9.3	16	7.4	31	10.8
150-160未満	19	3.8	8	3.7	11	3.8
160-170未満	18	3.6	7	3.2	11	3.8
170-180未満	6	1.2	3	1.4	3	1
180-190未満	5	1	4	1.8	1	0.3
190-200未満	7	1.4	3	1.4	4	1.4
200-210未満	1	0.2	0	0	1	0.3
210-220未満	0	0	0	0	0	0
220以上	2	0.4	0	0	2	0.7

SRL 検査機関標準値：男女 70-139

第4-10表 血清中性脂肪(トリグリセライド)値

血清中性脂肪値のうち、概ね標準値にある男性の割合は62.7%(50以上170未満)、女性75.8%(50以上170未満)であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	503	100	217	100	286	100
20(mg/dL)未満	0	0	0	0	0	0
20-50未満	41	8.2	11	5.1	30	10.5
50-80未満	111	22.1	38	17.5	73	25.5
80-110未満	99	19.7	35	16.1	64	22.4
110-140未満	87	17.3	34	15.7	53	18.5
140-170未満	56	11.1	29	13.4	27	9.4
170-200未満	31	6.2	20	9.2	11	3.8
200以上	78	15.5	50	23	28	9.8

SRL 検査機関標準値：男女 50-149

第4-11表 血清クレアチニン値

血清クレアチニン値のうち、概ね標準値にある男性の割合は93.9%(0.6以上1.2未満)、女性90.6%(0.4以上0.8未満)であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	503	100	217	100	286	100
0.40(mg/dL)未満	1	0.2	0	0	1	0.3
0.40-0.50未満	24	4.8	0	0	24	8.4
0.50-0.60未満	90	17.9	5	2.3	85	29.7
0.60-0.70未満	118	23.5	20	9.2	98	34.3
0.70-0.80未満	108	21.5	56	25.8	52	18.2
0.80-0.90未満	79	15.7	61	28.1	18	6.3
0.90-1.00未満	44	8.7	40	18.4	4	1.4
1.00-1.20未満	28	5.6	27	12.4	1	0.3
1.20-1.40未満	5	1	4	1.8	1	0.3
1.40-1.60未満	2	0.4	1	0.5	1	0.3
1.60-1.80未満	2	0.4	2	0.9	0	0
1.80-2.00未満	0	0	0	0	0	0
2.00以上	2	0.4	1	0.5	1	0.3

SRL 検査機関標準値：男 0.61-1.04 女 0.47-0.79

第4-12表 推算GFR

推算GFRのうち、90以上の割合は、男性15.2%、女性20.3であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	503	100	217	100	286	100
15(mL/min/1.73m2)未満	1	0.2	0	0	1	0.3
15-30未満	3	0.6	1	0.5	2	0.7
30-60未満	87	17.3	37	17.1	50	17.5
60-90未満	321	63.8	146	67.3	175	61.2
90以上	91	18.1	33	15.2	58	20.3

第4-13表 血清鉄

血清鉄のうち、概ね標準値にある男性の割合は98.6%(40以上200未満)、女性90.5%(40以上160未満)であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	503	100	217	100	286	100
40(μ g/dL)未満	26	5.2	2	0.9	24	8.4
40-60未満	71	14.1	22	10.1	49	17.1
60-80未満	126	25	54	24.9	72	25.2
80-100未満	119	23.7	41	18.9	78	27.3
100-120未満	74	14.7	38	17.5	36	12.6
120-140未満	44	8.7	31	14.3	13	4.5
140-160未満	29	5.8	18	8.3	11	3.8
160-180未満	11	2.2	8	3.7	3	1
180-200未満	2	0.4	2	0.9	0	0
200以上	1	0.2	1	0.5	0	0

SRL 検査機関標準値：男 54-200 女 48-154

第 4-14 表 TIBC(総鉄結合能)

TIBC のうち、概ね標準値にある男性の割合は 89.9%(250 以上 400 未満)、女性 96.2%(200 以上 450 未満)であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	503	100	217	100	286	100
200($\mu\text{g/dL}$)未満	0	0	0	0	0	0
200-250 未満	10	2	6	2.8	4	1.4
250-300 未満	120	23.9	65	30	55	19.2
300-350 未満	221	43.9	89	41	132	46.2
350-400 未満	103	20.5	41	18.9	62	21.7
400-450 未満	37	7.4	15	6.9	22	7.7
450-500 未満	11	2.2	1	0.5	10	3.5
500 以上	1	0.2	0	0	1	0.3

SRL 検査機関標準値：男 253-365 女 246-410

第 4-15 表 AST(GOT)

AST のうち、概ね標準値にある男性の割合は 94.1%(10 以上 40 未満)、女性 95.4%(10 以上 40 未満)であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	503	100	217	100	286	100
5(IU/L)未満	0	0	0	0	0	0
5-10 未満	0	0	0	0	0	0
10-20 未満	146	29	49	22.6	97	33.9
20-30 未満	265	52.7	113	52.1	152	53.1
30-40 未満	66	13.1	42	19.4	24	8.4
40-50 未満	10	2	7	3.2	3	1
50 以上	16	3.2	6	2.8	10	3.5

SRL 検査機関標準値：男女 10-40

第 4-16 表 ALT(GPT)

ALT のうち、概ね標準値にある男性の割合は 87.5%(5 以上 40 未満)、女性 95.5%(5 以上 40 未満)であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	503	100	217	100	286	100
5(IU/L)未満	0	0	0	0	0	0
5-10 未満	23	4.6	3	1.4	20	7
10-20 未満	270	53.7	97	44.7	173	60.5
20-30 未満	121	24.1	63	29	58	20.3
30-40 未満	49	9.7	27	12.4	22	7.7
40-50 未満	18	3.6	11	5.1	7	2.4
50 以上	22	4.4	16	7.4	6	2.1

SRL 検査機関標準値：男女 5-40

第4-17表 γ -GT(γ -GTP)

γ -GTのうち、70以下の男性の割合は88.0%、30以下の女性の割合は79.0%であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	503	100	217	100	286	100
10(IU/L)未満	9	1.8	1	0.5	8	2.8
10-20未満	200	39.8	50	23	150	52.4
20-30未満	132	26.2	64	29.5	68	23.8
30-40未満	63	12.5	35	16.1	28	9.8
40-50未満	34	6.8	20	9.2	14	4.9
50-60未満	17	3.4	11	5.1	6	2.1
60-70未満	14	2.8	10	4.6	4	1.4
70-80未満	3	0.6	3	1.4	0	0
80以上	31	6.2	23	10.6	8	2.8

SRL 検査機関標準値：男 70 以下 女 30 以下

第4-18表 血清尿酸値

血清尿酸値のうち、概ね標準値にある男性の割合は84.4%(3.0以上7.0未満)、女性92.7%(2.0以上6.0未満)であった。

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	503	100	217	100	286	100
2.0(mg/dL)未満	1	0.2	0	0	1	0.3
2.0-3.0未満	23	4.6	5	2.3	18	6.3
3.0-4.0未満	76	15.1	13	6	63	22
4.0-5.0未満	151	30	37	17.1	114	39.9
5.0-6.0未満	144	28.6	74	34.1	70	24.5
6.0-7.0未満	77	15.3	59	27.2	18	6.3
7.0-8.0未満	25	5	23	10.6	2	0.7
8.0-9.0未満	3	0.6	3	1.4	0	0
9.0-10.0未満	3	0.6	3	1.4	0	0
10.0以上	0	0	0	0	0	0

SRL 検査機関標準値：男 3.7-7.0 女 2.5-7.0

第2章 栄養素等摂取状況調査

第1節 1日の朝・昼・夕の食事状況

第1-1表 朝食の食事状況

朝食の摂取状況のうち、「家庭食」は総数 65.3%、男性 62.6%、女性 67.8%で最も高く、次いで「調理済み食」が総数 17.4%、男性 19.0%、女性 16.0%で高かった。

		総数		1-6歳		7-14歳		15-19歳		20-24歳		25-29歳		30-34歳		35-39歳		40-44歳	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	1,102	100.0	43	100.0	86	100.0	60	100.0	26	100.0	24	100.0	44	100.0	49	100.0	75	100.0
	家庭食	720	65.3	23	53.5	59	68.6	40	66.7	13	50.0	11	45.8	18	40.9	25	51.0	42	56.0
	調理済み食	192	17.4	16	37.2	20	23.3	10	16.7	7	26.9	8	33.3	7	15.9	10	20.4	10	13.3
	外食	8	0.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	3.8	0	0.0	2	4.5	0	0.0	0	0.0
	給食	1	0.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	2.3	0	0.0	0	0.0
	欠食	181	16.4	4	9.3	7	8.1	10	16.7	5	19.2	5	20.8	16	36.4	14	28.6	23	30.7
	菓子・果物などのみ	113	10.3	3	7.0	5	5.8	3	5.0	1	3.8	0	0.0	5	11.4	10	20.4	15	20.0
	錠剤などのみ	3	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	何も食べない	65	5.9	1	2.3	2	2.3	7	11.7	4	15.4	5	20.8	11	25.0	4	8.2	8	10.7
男性	総数	527	100.0	21	100.0	47	100.0	26	100.0	11	100.0	13	100.0	22	100.0	21	100.0	40	100.0
	家庭食	330	62.6	12	57.1	33	70.2	15	57.7	4	36.4	6	46.2	7	31.8	10	47.6	19	47.5
	調理済み食	100	19.0	7	33.3	10	21.3	4	15.4	4	36.4	4	30.8	4	18.2	6	28.6	5	12.5
	外食	5	0.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	9.1	0	0.0	2	9.1	0	0.0	0	0.0
	給食	1	0.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	4.5	0	0.0	0	0.0
	欠食	91	17.3	2	9.5	4	8.5	7	26.9	2	18.2	3	23.1	8	36.4	5	23.8	16	40.0
	菓子・果物などのみ	56	10.6	2	9.5	3	6.4	2	7.7	1	9.1	0	0.0	3	13.6	5	23.8	10	25.0
	錠剤などのみ	1	0.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	何も食べない	34	6.5	0	0.0	1	2.1	5	19.2	1	9.1	3	23.1	5	22.7	0	0.0	6	15.0
女性	総数	575	100.0	22	100.0	39	100.0	34	100.0	15	100.0	11	100.0	22	100.0	28	100.0	35	100.0
	家庭食	390	67.8	11	50.0	26	66.7	25	73.5	9	60.0	5	45.5	11	50.0	15	53.6	23	65.7
	調理済み食	92	16.0	9	40.9	10	25.6	6	17.6	3	20.0	4	36.4	3	13.6	4	14.3	5	14.3
	外食	3	0.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	給食	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	欠食	90	15.7	2	9.1	3	7.7	3	8.8	3	20.0	2	18.2	8	36.4	9	32.1	7	20.0
	菓子・果物などのみ	57	9.9	1	4.5	2	5.1	1	2.9	0	0.0	0	0.0	2	9.1	5	17.9	5	14.3
	錠剤などのみ	2	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	何も食べない	31	5.4	1	4.5	1	2.6	2	5.9	3	20.0	2	18.2	6	27.3	4	14.3	2	5.7
		総数		45-49歳		50-54歳		55-59歳		60-64歳		65-69歳		70-74歳		75歳以上			
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
総数	総数	1,102	100.0	82	100.0	83	100.0	78	100.0	73	100.0	73	100.0	126	100.0	180	100.0		
	家庭食	720	65.3	50	61.0	49	59.0	40	51.3	43	58.9	55	75.3	95	75.4	157	87.2		
	調理済み食	192	17.4	7	8.5	13	15.7	18	23.1	18	24.7	10	13.7	21	16.7	17	9.4		
	外食	8	0.7	0	0.0	1	1.2	1	1.3	0	0.0	0	0.0	2	1.6	1	0.6		
	給食	1	0.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0		
	欠食	181	16.4	25	30.5	20	24.1	19	24.4	12	16.4	8	11.0	8	6.3	5	2.8		
	菓子・果物などのみ	113	10.3	18	22.0	14	16.9	14	17.9	9	12.3	8	11.0	6	4.8	2	1.1		
	錠剤などのみ	3	0.3	1	1.2	0	0.0	1	1.3	0	0.0	0	0.0	1	0.8	0	0.0		
	何も食べない	65	5.9	6	7.3	6	7.2	4	5.1	3	4.1	0	0.0	1	0.8	3	1.7		
男性	総数	527	100.0	37	100.0	42	100.0	39	100.0	31	100.0	28	100.0	63	100.0	86	100.0		
	家庭食	330	62.6	20	54.1	24	57.1	20	51.3	16	51.6	20	71.4	50	79.4	74	86.0		
	調理済み食	100	19.0	4	10.8	7	16.7	8	20.5	9	29.0	6	21.4	11	17.5	11	12.8		
	外食	5	0.9	0	0.0	0	0.0	1	2.6	0	0.0	0	0.0	1	1.6	0	0.0		
	給食	1	0.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0		
	欠食	91	17.3	13	35.1	11	26.2	10	25.6	6	19.4	2	7.1	1	1.6	1	1.2		
	菓子・果物などのみ	56	10.6	10	27.0	6	14.3	8	20.5	3	9.7	2	7.1	1	1.6	0	0.0		
	錠剤などのみ	1	0.2	0	0.0	0	0.0	1	2.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0		
	何も食べない	34	6.5	3	8.1	5	11.9	1	2.6	3	9.7	0	0.0	0	0.0	1	1.2		
女性	総数	575	100.0	45	100.0	41	100.0	39	100.0	42	100.0	45	100.0	63	100.0	94	100.0		
	家庭食	390	67.8	30	66.7	25	61.0	20	51.3	27	64.3	35	77.8	45	71.4	83	88.3		
	調理済み食	92	16.0	3	6.7	6	14.6	10	25.6	9	21.4	4	8.9	10	15.9	6	6.4		
	外食	3	0.5	0	0.0	1	2.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.6	1	1.1		
	給食	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0		
	欠食	90	15.7	12	26.7	9	22.0	9	23.1	6	14.3	6	13.3	7	11.1	4	4.3		
	菓子・果物などのみ	57	9.9	8	17.8	8	19.5	6	15.4	6	14.3	6	13.3	5	7.9	2	2.1		
	錠剤などのみ	2	0.3	1	2.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.6	0	0.0		
	何も食べない	31	5.4	3	6.7	1	2.4	3	7.7	0	0.0	0	0.0	1	1.6	2	2.1		

第1-2表 昼食の食事状況

昼食の摂取状況のうち、「家庭食」は総数50.8%、男性44.8%、女性56.3%で最も高く、次いで「調理済み食」が総数14.7%、女性15.8%、「給食」が男性19.9%で高かった。

		総数		1-6歳		7-14歳		15-19歳		20-24歳		25-29歳		30-34歳		35-39歳		40-44歳	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	1,102	100.0	43	100.0	86	100.0	60	100.0	26	100.0	24	100.0	44	100.0	40	100.0	75	100.0
	家庭食	560	50.8	12	27.9	4	4.7	33	55.0	15	57.7	11	45.8	20	45.5	30	61.2	40	53.3
	調理済み食	162	14.7	0	0.0	1	1.2	5	8.3	2	7.7	6	25.0	8	18.2	6	12.2	12	16.0
	外食	135	12.3	1	2.3	0	0.0	9	15.0	6	23.1	5	20.8	6	13.6	2	4.1	7	9.3
	給食	188	17.1	27	62.8	81	94.2	11	18.3	1	3.8	2	8.3	5	11.4	4	8.2	9	12.0
	欠食	57	5.2	3	7.0	0	0.0	2	3.3	2	7.7	0	0.0	5	11.4	7	14.3	7	9.3
	菓子・果物などのみ	29	2.6	2	4.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	4.5	2	4.1	2	2.7
	錠剤などのみ	1	0.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	何も食べない	27	2.5	1	2.3	0	0.0	2	3.3	2	7.7	0	0.0	3	6.8	5	10.2	5	6.7
男性	総数	527	100.0	21	100.0	47	100.0	26	100.0	11	100.0	13	100.0	22	100.0	21	100.0	40	100.0
	家庭食	236	44.8	4	19.0	3	6.4	13	50.0	7	63.6	5	38.5	7	31.8	12	57.1	18	45.0
	調理済み食	71	13.5	0	0.0	1	2.1	0	0.0	1	9.1	1	7.7	5	22.7	3	14.3	7	17.5
	外食	89	16.9	1	4.8	0	0.0	6	23.1	2	18.2	5	38.5	4	18.2	2	9.5	5	12.5
	給食	105	19.9	15	71.4	43	91.5	6	23.1	0	0.0	2	15.4	3	13.6	2	9.5	6	15.0
	欠食	26	4.9	1	4.8	0	0.0	1	3.8	1	9.1	0	0.0	3	13.6	2	9.5	4	10.0
	菓子・果物などのみ	10	1.9	1	4.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	4.5	0	0.0	1	2.5
	錠剤などのみ	1	0.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	何も食べない	15	2.8	0	0.0	0	0.0	1	3.8	1	9.1	0	0.0	2	9.1	2	9.5	3	7.5
女性	総数	575	100.0	22	100.0	39	100.0	34	100.0	15	100.0	11	100.0	22	100.0	28	100.0	35	100.0
	家庭食	324	56.3	8	36.4	1	2.6	20	58.8	8	53.3	6	54.5	13	59.1	18	64.3	22	62.9
	調理済み食	91	15.8	0	0.0	0	0.0	5	14.7	1	6.7	5	45.5	3	13.6	3	10.7	5	14.3
	外食	46	8.0	0	0.0	0	0.0	3	8.8	4	26.7	0	0.0	2	9.1	0	0.0	2	5.7
	給食	83	14.4	12	54.5	38	97.4	5	14.7	1	6.7	0	0.0	2	9.1	2	7.1	3	8.6
	欠食	31	5.4	2	9.1	0	0.0	1	2.9	1	6.7	0	0.0	2	9.1	5	17.9	3	8.6
	菓子・果物などのみ	19	3.3	1	4.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	4.5	2	7.1	1	2.9
	錠剤などのみ	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	何も食べない	12	2.1	1	4.5	0	0.0	1	2.9	1	6.7	0	0.0	1	4.5	3	10.7	2	5.7
	総数			45-49歳		50-54歳		55-59歳		60-64歳		65-69歳		70-74歳		75歳以上			
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
総数	総数	1,102	100.0	82	100.0	83	100.0	78	100.0	73	100.0	73	100.0	126	100.0	180	100.0		
	家庭食	560	50.8	39	47.6	33	39.8	32	41.0	40	54.8	42	57.5	86	68.3	123	68.3		
	調理済み食	162	14.7	10	12.2	14	16.9	18	23.1	9	12.3	20	27.4	19	15.1	32	17.8		
	外食	135	12.3	17	20.7	16	19.3	17	21.8	12	16.4	5	6.8	12	9.5	20	11.1		
	給食	188	17.1	12	14.6	14	16.9	5	6.4	9	12.3	3	4.1	5	4.0	0	0.0		
	欠食	57	5.2	4	4.9	6	7.2	6	7.7	3	4.1	3	4.1	4	3.2	5	2.8		
	菓子・果物などのみ	29	2.6	3	3.7	4	4.8	2	2.6	2	2.7	2	2.7	4	3.2	4	2.2		
	錠剤などのみ	1	0.1	0	0.0	0	0.0	1	1.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0		
	何も食べない	27	2.5	1	1.2	2	2.4	3	3.8	1	1.4	1	1.4	0	0.0	1	0.6		
男性	総数	527	100.0	37	100.0	42	100.0	39	100.0	31	100.0	28	100.0	63	100.0	86	100.0		
	家庭食	236	44.8	15	40.5	16	38.1	12	30.8	9	29.0	15	53.6	41	65.1	59	68.6		
	調理済み食	71	13.5	1	2.7	5	11.9	8	20.5	5	16.1	6	21.4	11	17.5	17	19.8		
	外食	89	16.9	14	37.8	9	21.4	11	28.2	9	29.0	4	14.3	8	12.7	9	10.5		
	給食	105	19.9	5	13.5	9	21.4	3	7.7	7	22.6	1	3.6	3	4.8	0	0.0		
	欠食	26	4.9	2	5.4	3	7.1	5	12.8	1	3.2	2	7.1	0	0.0	1	1.2		
	菓子・果物などのみ	10	1.9	1	2.7	2	4.8	2	5.1	0	0.0	2	7.1	0	0.0	0	0.0		
	錠剤などのみ	1	0.2	0	0.0	0	0.0	1	2.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0		
	何も食べない	15	2.8	1	2.7	1	2.4	2	5.1	1	3.2	0	0.0	0	0.0	1	1.2		
女性	総数	575	100.0	45	100.0	41	100.0	39	100.0	42	100.0	45	100.0	63	100.0	94	100.0		
	家庭食	324	56.3	24	53.3	17	41.5	20	51.3	31	73.8	27	60.0	45	71.4	64	68.1		
	調理済み食	91	15.8	9	20.0	9	22.0	10	25.6	4	9.5	14	31.1	8	12.7	15	16.0		
	外食	46	8.0	3	6.7	7	17.1	6	15.4	3	7.1	1	2.2	4	6.3	11	11.7		
	給食	83	14.4	7	15.6	5	12.2	2	5.1	2	4.8	2	4.4	2	3.2	0	0.0		
	欠食	31	5.4	2	4.4	3	7.3	1	2.6	2	4.8	1	2.2	4	6.3	4	4.3		
	菓子・果物などのみ	19	3.3	2	4.4	2	4.9	0	0.0	2	4.8	0	0.0	4	6.3	4	4.3		
	錠剤などのみ	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0		
	何も食べない	12	2.1	0	0.0	1	2.4	1	2.6	0	0.0	1	2.2	0	0.0	0	0.0		

第1-3表 夕食の食事状況

夕食の摂取状況のうち、「家庭食」は総数87.7%、男性86.5%、女性88.9%で最も高く、次いで「調理済み食」が総数8.5%、男性10.1%、女性7.1%で高かった。

	総数		1-6歳		7-14歳		15-19歳		20-24歳		25-29歳		30-34歳		35-39歳		40-44歳		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
総数	総数	1,102	100.0	43	100.0	86	100.0	60	100.0	26	100.0	24	100.0	44	100.0	40	100.0	75	100.0
	家庭食	967	87.7	39	90.7	76	88.4	57	95.0	18	69.2	21	87.5	35	79.5	41	83.7	62	82.7
	調理済み食	94	8.5	1	2.3	9	10.5	1	1.7	4	15.4	3	12.5	6	13.6	1	2.0	9	12.0
	外食	20	1.8	3	7.0	1	1.2	0	0.0	3	11.5	0	0.0	3	6.8	3	6.1	1	1.3
	給食	2	0.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	欠食	19	1.7	0	0.0	0	0.0	2	3.3	1	3.8	0	0.0	0	0.0	4	8.2	3	4.0
	菓子・果物などのみ	11	1.0	0	0.0	0	0.0	1	1.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	2.0	2	2.7
	錠剤などのみ	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	何も食べない	8	0.7	0	0.0	0	0.0	1	1.7	1	3.8	0	0.0	0	0.0	3	6.1	1	1.3
男性	総数	527	100.0	21	100.0	47	100.0	26	100.0	11	100.0	13	100.0	22	100.0	21	100.0	40	100.0
	家庭食	456	86.5	19	90.5	43	91.5	25	96.2	9	81.8	12	92.3	17	77.3	18	85.7	31	77.5
	調理済み食	53	10.1	0	0.0	4	8.5	0	0.0	2	18.2	1	7.7	4	18.2	1	4.8	6	15.0
	外食	9	1.7	2	9.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	4.5	1	4.8	1	2.5
	給食	1	0.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	欠食	8	1.5	0	0.0	0	0.0	1	3.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	4.8	2	5.0
	菓子・果物などのみ	6	1.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	4.8	1	2.5
	錠剤などのみ	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	何も食べない	2	0.4	0	0.0	0	0.0	1	3.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	2.5
女性	総数	575	100.0	22	100.0	39	100.0	34	100.0	15	100.0	11	100.0	22	100.0	28	100.0	35	100.0
	家庭食	511	88.9	20	90.9	33	84.6	32	94.1	9	60.0	9	81.8	18	81.8	23	82.1	31	88.6
	調理済み食	41	7.1	1	4.5	5	12.8	1	2.9	2	13.3	2	18.2	2	9.1	0	0.0	3	8.6
	外食	11	1.9	1	4.5	1	2.6	0	0.0	3	20.0	0	0.0	2	9.1	2	7.1	0	0.0
	給食	1	0.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	欠食	11	1.9	0	0.0	0	0.0	1	2.9	1	6.7	0	0.0	0	0.0	3	10.7	1	2.9
	菓子・果物などのみ	5	0.9	0	0.0	0	0.0	1	2.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	2.9
	錠剤などのみ	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	何も食べない	6	1.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	6.7	0	0.0	0	0.0	3	10.7	0	0.0
総数	総数	1,102	100.0	82	100.0	83	100.0	78	100.0	73	100.0	73	100.0	126	100.0	180	100.0		
	家庭食	967	87.7	71	86.6	73	88.0	68	87.2	60	82.2	65	89.0	114	90.5	167	92.8		
	調理済み食	94	8.5	8	9.8	5	6.0	9	11.5	11	15.1	5	6.8	10	7.9	12	6.7		
	外食	20	1.8	1	1.2	1	1.2	0	0.0	1	1.4	2	2.7	1	0.8	0	0.0		
	給食	2	0.2	1	1.2	1	1.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0		
	欠食	19	1.7	1	1.2	3	3.6	1	1.3	1	1.4	1	1.4	1	0.8	1	0.6		
	菓子・果物などのみ	11	1.0	1	1.2	2	2.4	1	1.3	1	1.4	1	1.4	1	0.8	0	0.0		
	錠剤などのみ	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0		
	何も食べない	8	0.7	0	0.0	1	1.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.6		
	男性	総数	527	100.0	37	100.0	42	100.0	39	100.0	31	100.0	28	100.0	63	100.0	86	100.0	
家庭食		456	86.5	30	81.1	37	88.1	32	82.1	25	80.6	24	85.7	55	87.3	79	91.9		
調理済み食		53	10.1	6	16.2	2	4.8	6	15.4	5	16.1	2	7.1	7	11.1	7	8.1		
外食		9	1.7	0	0.0	1	2.4	0	0.0	1	3.2	1	3.6	1	1.6	0	0.0		
給食		1	0.2	0	0.0	1	2.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0		
欠食		8	1.5	1	2.7	1	2.4	1	2.6	0	0.0	1	3.6	0	0.0	0	0.0		
菓子・果物などのみ		6	1.1	1	2.7	1	2.4	1	2.6	0	0.0	1	3.6	0	0.0	0	0.0		
錠剤などのみ		0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0		
何も食べない		2	0.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0		
女性		総数	575	100.0	45	100.0	41	100.0	39	100.0	42	100.0	45	100.0	63	100.0	94	100.0	
	家庭食	511	88.9	41	91.1	36	87.8	36	92.3	35	83.3	41	91.1	59	93.7	88	93.6		
	調理済み食	41	7.1	2	4.4	3	7.3	3	7.7	6	14.3	3	6.7	3	4.8	5	5.3		
	外食	11	1.9	1	2.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	2.2	0	0.0	0	0.0		
	給食	1	0.2	1	2.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0		
	欠食	11	1.9	0	0.0	2	4.9	0	0.0	1	2.4	0	0.0	1	1.6	1	1.1		
	菓子・果物などのみ	5	0.9	0	0.0	1	2.4	0	0.0	1	2.4	0	0.0	1	1.6	0	0.0		
	錠剤などのみ	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0		
	何も食べない	6	1.0	0	0.0	1	2.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.1		

第2節 年代別栄養素等摂取状況

第2表 年代別栄養素等摂取状況

栄養素摂取状況調査では、総数 1,102 名、男性 527 名、女性 575 名の計測を行った。なお、g /1,000kcal 当たりの食塩相当量は総数 5.2g、男性 5.0g、女性 5.3g で、脂肪エネルギー比率は総数 28.4%、男性 27.4%、女性 29.2%であり、女性がいずれも高値であった。

		総数	1-6 歳	7-14 歳	15-19 歳	20-24 歳	25-29 歳	30-34 歳	35-39 歳	40-44 歳	45-49 歳	50-54 歳	55-59 歳	60-64 歳	65-69 歳	70-74 歳	75 歳以上	
総数	総数	人	1,102	43	86	60	26	24	44	49	75	82	83	78	73	73	126	180
	エネルギー	kcal	1,859	1,210	1,956	1,991	1,682	1,920	1,916	1,742	1,810	1,805	1,789	1,979	1,955	1,845	1,965	1,878
	たんぱく質	g	67.2	41.2	69.8	70.6	59.3	67.9	65.0	61.3	61.2	63.4	66.7	69.9	69.7	70.0	74.9	70.1
	脂質	g	58.8	37.5	64.6	64.9	52.0	61.5	63.8	54.8	61.6	56.3	55.0	62.9	62.2	59.8	61.9	55.5
	炭水化物	g	248.8	173.3	266.2	270.5	232.2	263.4	250.5	232.5	236.0	237.9	232.2	260.1	262.8	239.3	260.1	259.2
	食塩相当量	g	9.4	5.0	8.1	9.5	8.5	10.9	9.2	8.7	8.7	8.8	9.0	10.2	10.4	10.3	10.5	10.1
	食塩相当量	g/1,000 kcal	5.2	4.1	4.2	4.8	5.3	6.0	5.3	5.3	5.0	5.1	5.2	5.2	5.5	5.7	5.3	5.4
	脂肪エネルギー比率	%	28.4	27.6	29.6	29.2	28.6	28.7	29.7	28.3	30.7	28.5	27.5	28.3	28.3	29.3	28.3	26.3
男性	総数	人	527	21	47	26	11	13	22	21	40	37	42	39	31	28	63	86
	エネルギー	kcal	2,098	1,245	2,094	2,492	1,988	2,244	2,327	2,168	1,964	2,123	2,002	2,163	2,199	2,083	2,190	2,077
	たんぱく質	g	74.2	41.1	74.5	86.9	67.7	80.2	76.1	71.4	66.2	73.1	72.1	74.6	75.4	78.6	80.2	77.6
	脂質	g	64.3	36.7	68.8	79.4	55.5	72.4	78.5	65.4	65.2	62.8	62.1	67.8	66.7	61.4	67.7	57.4
	炭水化物	g	281.1	183.8	286.1	343.4	285.9	305.1	302.4	290.1	258.2	283.9	260.1	277.6	296.5	267.6	286.8	287.4
	食塩相当量	g	10.3	5.1	8.4	11.5	9.8	11.4	11.1	10.2	9.3	10.5	9.5	10.4	11.8	11.3	11.8	11.0
	食塩相当量	g/1,000 kcal	5.0	4.1	4.0	4.6	5.1	5.2	5.0	4.8	4.9	5.2	4.9	4.8	5.5	5.5	5.4	5.4
	脂肪エネルギー比率	%	27.4	26.2	29.5	28.3	25.9	28.9	29.7	27.1	29.7	27.1	28.0	28.0	26.4	26.2	27.7	24.7
女性	総数	人	575	22	39	34	15	11	22	28	35	45	41	39	42	45	63	94
	エネルギー	kcal	1,640	1,177	1,790	1,608	1,457	1,536	1,506	1,421	1,633	1,543	1,571	1,796	1,774	1,696	1,740	1,695
	たんぱく質	g	60.8	41.3	64.2	58.1	53.1	53.3	54.0	53.7	55.5	55.5	61.1	65.3	65.5	64.6	69.6	63.3
	脂質	g	53.7	38.3	59.7	53.8	49.4	48.6	49.2	46.9	57.5	51.0	47.7	58.0	58.8	58.7	56.1	53.8
	炭水化物	g	219.2	163.2	242.2	214.7	192.9	214.2	198.6	189.3	210.6	200.1	203.7	242.6	238.0	221.6	233.4	233.5
	食塩相当量	g	8.5	4.9	7.7	7.9	7.5	10.4	7.3	7.6	8.0	7.5	8.5	10.0	9.4	9.6	9.1	9.3
	食塩相当量	g/1,000 kcal	5.3	4.1	4.4	5.0	5.5	6.8	5.5	5.7	5.0	5.0	5.5	5.7	5.4	5.8	5.3	5.5
	脂肪エネルギー比率	%	29.2	29.0	29.8	29.9	30.6	28.4	29.8	29.2	31.9	29.7	26.9	28.7	29.6	31.2	28.8	27.9

第3章 生活習慣調査

第1節 基本情報

第1-1表 保険の種類

[問1 あなたの保険の種類は何ですか。]

保険の種類のうち、国民健康保険は、総数 30.7%、男性 29.3%、女性 32.0%で最も高かった。

	総数		1 組合管掌健康保険(組合健保)		2 全国健康保険協会(協会けんぽ)		3 共済組合		4 国民健康保険(国保組合を含む)		5 後期高齢者医療広域連合		6 その他		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	158	14.9	297	28.0	74	7.0	325	30.7	180	17.0	17	1.6	8	0.8
男性	502	100.0	86	17.1	136	27.1	37	7.4	147	29.3	82	16.3	12	2.4	2	0.4
女性	557	100.0	72	12.9	161	28.9	37	6.6	178	32.0	98	17.6	5	0.9	6	1.1

第1-2表 世帯の人数

[問12 あなたの世帯についておたずねします。現在、何人でお住まいですか(乳幼児を含む。)。あなたを含めてお答え下さい。]

世帯の人数のうち、「2人」は、総数 37.1%、男性 41.7%が最も高く、「1人」は女性 48.7%が最も高かった。

	総数		1人		2人		3人		4人		5人		6人		7人		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	523	100.0	101	19.3	194	37.1	99	18.9	81	15.5	29	5.5	14	2.7	3	0.6	2	0.4
男性	408	100.0	45	11.0	170	41.7	86	21.1	64	15.7	27	6.6	12	2.9	3	0.7	1	0.2
女性	115	100.0	56	48.7	24	20.9	13	11.3	17	14.8	2	1.7	2	1.7	0	0.0	1	0.9

第1-3表 世帯の収入

[問13 あなたの世帯の過去1年間の年間収入(税込み)はだいたいどれくらいになりますか。]

世帯の収入のうち、「300~399万」は、総数 11.7%、男性 13.2%が最も高く、「200~299万」は女性 13.9%が最も高かった。

	総数		1 収入なし		2 50万円未満		3 50~99万円		4 100~149万円		5 150~199万円		6 200~299万円		7 300~399万円		8 400~499万円	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	523	100.0	7	1.3	3	0.6	15	2.9	21	4.0	33	6.3	54	10.3	61	11.7	53	10.1
男性	408	100.0	2	0.5	2	0.5	3	0.7	8	2.0	22	5.4	38	9.3	54	13.2	45	11.0
女性	115	100.0	5	4.3	1	0.9	12	10.4	13	11.3	11	9.6	16	13.9	7	6.1	8	7.0
	総数		9 500~599万円		10 600~699万円		11 700~799万円		12 800~999万円		13 1,000~1,499万円		14 1,500万円以上		15 わからない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	523	100.0	47	9.0	43	8.2	33	6.3	41	7.8	38	7.3	11	2.1	57	10.9	6	1.1
男性	408	100.0	40	9.8	38	9.3	30	7.4	38	9.3	34	8.3	10	2.5	39	9.6	5	1.2
女性	115	100.0	7	6.1	5	4.3	3	2.6	3	2.6	4	3.5	1	0.9	18	15.7	1	0.9

第2節 体格

第2表 自己体格評価

[問3 自分は太っていると思いますか。やせていると思いますか。]

体格に対する自己評価のうち、「太っている」「少し太っている」は総数 52.6%、男性 52.8%、女性 52.4%で、「やせている」「少しやせている」は総数 11.6%、男性 12.4%、女性 10.8%であった。

	総数		1 太っている		2 少し太っている		3 ちょうどよい(ふつう)		4 少しやせている		5 やせている		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	204	19.3	353	33.3	380	35.9	61	5.8	61	5.8	0	0.0
男性	502	100.0	87	17.3	178	35.5	175	34.9	26	5.2	36	7.2	0	0.0
女性	557	100.0	117	21.0	175	31.4	205	36.8	35	6.3	25	4.5	0	0.0

第3節 健康に関する状況

1 健康状態

第3-1表 健康状態

[問2 あなたの現在の健康状態はいかがですか。]

現在の健康状態のうち、「あまりよくない」、「よくない」は総数9.8%、男性10.8%、女性9.0%であった。

	総数		1 とてもよい		2 よい		3 ふつう		4 あまりよくない		5 よくない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	82	7.7	301	28.4	572	54.0	89	8.4	15	1.4	0	0.0
男性	502	100.0	32	6.4	148	29.5	268	53.4	46	9.2	8	1.6	0	0.0
女性	557	100.0	50	9.0	153	27.5	304	54.6	43	7.7	7	1.3	0	0.0

第3-2表 心の健康状態

[問30 ここ1か月間に新型コロナウイルス以外の不満、悩み、苦勞などによるストレスはありましたか。]

新型コロナウイルス以外のストレスの状況のうち、「大いにある」は、総数14.5%、男性14.5%、女性14.5%であった。

	総数		1 大いにある		2 多少ある		3 あまりない		4 まったくない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	154	14.5	450	42.5	324	30.6	130	12.3	1	0.1
男性	502	100.0	73	14.5	198	39.4	147	29.3	84	16.7	0	0.0
女性	557	100.0	81	14.5	252	45.2	177	31.8	46	8.3	1	0.2

2 自己健康管理

第3-3表 健康診断・人間ドックの受診状況

[問9 過去1年間に、健康診断や人間ドックを受けたことがありますか。※がンのみの検診、妊産婦健診の健康診査、病院や診療所で行う診療としての検査は健診に含みません。]

健康診断・人間ドックの受診状況のうち、「ない」は総数30.1%、男性26.7%、女性33.2%であった。

	総数		1 ある		2 ない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	739	69.8	319	30.1	1	0.1
男性	502	100.0	368	73.3	134	26.7	0	0.0
女性	557	100.0	371	66.6	185	33.2	1	0.2

第3-4表 高血圧・脂質異常症・糖尿病の罹患状況

[問20 あなたはこれまでに医療機関や健診で次の病気のことを言われたことがありますか。]

第3-4-1表 高血圧

高血圧のうち、「ある」は、総数37.0%、男性42.4%、女性32.1%であった。

	総数		1 ある		2 ない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	392	37.0	664	62.7	3	0.3
男性	502	100.0	213	42.4	289	57.6	0	0.0
女性	557	100.0	179	32.1	375	67.3	3	0.5

第3-4-2表 脂質異常症

脂質異常症(中性脂肪・コレステロールの異常値を含む)のうち、「ある」は、総数 36.5%、男性 36.3%、女性 36.8%であった。

	総数		1 ある		2 ない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	387	36.5	664	62.7	8	0.8
男性	502	100.0	182	36.3	317	63.1	3	0.6
女性	557	100.0	205	36.8	347	62.3	5	0.9

第3-4-3表 糖尿病

糖尿病(血糖値が高いも含む)のうち、「ある」は、総数 13.2%、男性 17.1%、女性 9.7%であった。

	総数		1 ある		2 ない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	140	13.2	909	85.8	10	0.9
男性	502	100.0	86	17.1	412	82.1	4	0.8
女性	557	100.0	54	9.7	497	89.2	6	1.1

第3-5表 高血圧・脂質異常症・糖尿病の治療状況

第3-5-1表 高血圧

[問20-1 問20で「1 ある」と答えた病気についておたずねします。現在も通院を続けていますか。]

第3-4-1表で「ある」と回答した者のうち、「通院経験はない」「以前通院していたが、中断した」は、総数 19.4%、男性 23.0%、女性 15.1%であった。

	総数		1 通院経験はない		2 通院中		3 以前通院していたが、中断した		4 通院は終了した		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	392	100.0	62	15.8	306	78.1	14	3.6	10	2.6	0	0.0
男性	213	100.0	41	19.2	158	74.2	8	3.8	6	2.8	0	0.0
女性	179	100.0	21	11.7	148	82.7	6	3.4	4	2.2	0	0.0

第3-5-2表 脂質異常症

[問20-1 問20で「1 ある」と答えた病気についておたずねします。現在も通院を続けていますか。]

第3-4-2表で「ある」と回答した者のうち、「通院経験はない」「以前通院していたが、中断した」は、総数 36.9%、男性 43.4%、女性 31.3%であった。

	総数		1 通院経験はない		2 通院中		3 以前通院していたが、中断した		4 通院は終了した		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	387	100.0	132	34.1	228	58.9	11	2.8	15	3.9	1	0.3
男性	182	100.0	72	39.6	94	51.6	7	3.8	8	4.4	1	0.5
女性	205	100.0	60	29.3	134	65.4	4	2.0	7	3.4	0	0.0

第3-5-3表 糖尿病

[問20-1 問20で「1 ある」と答えた病気についておたずねします。現在も通院を続けていますか。]

第3-4-3表で「ある」と回答した者のうち、「通院経験はない」「以前通院していたが、中断した」は、総数 26.4%、男性 25.6%、女性 27.8%であった。

	総数		1 通院経験はない		2 通院中		3 以前通院していたが、中断した		4 通院は終了した		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	140	100.0	31	22.1	98	70.0	6	4.3	5	3.6	0	0.0
男性	86	100.0	19	22.1	61	70.9	3	3.5	3	3.5	0	0.0
女性	54	100.0	12	22.2	37	68.5	3	5.6	2	3.7	0	0.0

第3-6表 自己血圧管理

[問18 定期的に血圧を測定していますか。]

定期的な血圧測定の実況のうち、「測定していない」は、総数27.8%、男性24.9%、女性30.3%であった。

	総数		1 ほとんど毎日測定している		2 週3~4回測定する		3 週1~2回測定する		4 月に1回程度測定する		5 年に1回測定する		6 測定していない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	167	15.8	59	5.6	103	9.7	242	22.9	189	17.8	294	27.8	5	0.5
男性	502	100.0	84	16.7	27	5.4	41	8.2	129	25.7	94	18.7	125	24.9	2	0.4
女性	557	100.0	83	14.9	32	5.7	62	11.1	113	20.3	95	17.1	169	30.3	3	0.5

3 健康情報

第3-7表 健康情報の入手先

[問4 あなたの健康づくりに影響を与えている情報源はどれですか。]

健康づくりに影響を与える情報源のうち、「家族」、「新聞・雑誌・TV・ラジオ」が総数41.5%、「家族」が男性45.0%、「新聞・雑誌・TV・ラジオ」が女性44.9%で最も高かった。

	総数		1 家族		2 友人・知人		3 パソコンによるインターネット情報やSNS等		4 スマートフォンやタブレットによるインターネット情報やSNS等		5 新聞・雑誌・TV・ラジオ		6 県、市町等の広報誌		7 県、市町等の健康づくり教室、研修会、イベント等		8 民間の健康づくり教室、研修会、イベント等		9 その他		10 特になし		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	439	41.5	296	28.0	179	16.9	401	37.9	440	41.5	81	7.6	50	4.7	34	3.2	41	3.9	143	13.5	7	0.7
男性	502	100.0	226	45.0	101	20.1	98	19.5	166	33.5	190	37.8	38	7.6	17	3.4	7	1.4	24	4.8	75	14.9	4	0.8
女性	557	100.0	213	38.2	195	35.0	81	14.5	233	41.8	250	44.9	43	7.7	33	5.9	27	4.8	17	3.1	68	12.2	3	0.5

第3-8表 健康づくりアプリへの関心度

[問5 パソコンやスマートフォンなどで健康づくりのために使用している内容はありますか。]

健康づくりへのパソコン・スマートフォンの活用状況のうち、「運動管理(歩数管理含む)」が総数24.9%、男性25.5%、女性24.4%で最も高く、「必要ない」は総数20.1%、男性21.9%、女性18.5%であった。

	総数		1 体重管理		2 血圧管理		3 運動管理(歩数管理含む)		4 食事管理		5 健康情報収集		6 睡眠管理		7 健診・検診の予約	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	103	9.7	72	6.8	264	24.9	68	6.4	148	14.0	58	5.5	97	9.2
男性	502	100.0	45	9.0	39	7.8	128	25.5	33	6.6	57	11.4	34	6.8	41	8.2
女性	557	100.0	58	10.4	33	5.9	136	24.4	35	6.3	91	16.3	24	4.3	56	10.1
	総数		8 健診・検診結果閲覧		9 その他		10 過去に使用したことはあるが今は使用していない		11 必要ない		12 分からない		無回答		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	45	4.2	58	5.5	75	7.1	213	20.1	202	19.1	17	1.6	17	1.6
男性	502	100.0	23	4.6	28	5.6	32	6.4	110	21.9	91	18.1	11	2.2	11	2.2
女性	557	100.0	22	3.9	30	5.4	43	7.7	103	18.5	111	19.9	6	1.1	6	1.1

第3-9表 健康教育受講の状況

第3-9-1表 健康教育受講の有無

[問8 過去1年間に食事(栄養)や運動等の健康に関する教室や研修会、イベント等(WEBも含む)に参加したことはありますか。]

健康に関する催しへの参加状況のうち、「ない」が総数84.4%、男性86.9%、女性82.2%で最も高かった。

	総数		1 ある		2 いつもは参加しているが新型コロナウイルスの影響により参加していない		3 ない		4 覚えていない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	121	11.4	21	2.0	894	84.4	23	2.2	0	0.0
男性	502	100.0	47	9.4	5	1.0	436	86.9	14	2.8	0	0.0
女性	557	100.0	74	13.3	16	2.9	458	82.2	9	1.6	0	0.0

第3-9-2表 健康教育を受けない理由

[問8-1 問8で「3 ない」と答えた方におたずねします。参加しない理由はどのようなことですか。]

第3-9-1表で「ない」と回答した者のうち、「時間がない」が総数36.4%、女性41.5%で最も高く、「興味がない」が男性33.5%で最も高かった。

	総数		1 時間がない		2 開催する情報を知らない		3 興味がない		4 面倒くさい		5 その他		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	894	100.0	325	36.4	202	22.6	256	28.6	188	21.0	127	14.2	3	0.3
男性	436	100.0	135	31.0	101	23.2	146	33.5	98	22.5	50	11.5	2	0.5
女性	458	100.0	190	41.5	101	22.1	110	24.0	90	19.7	77	16.8	1	0.2

4 生活習慣病やフレイルの認知度

第3-10表 脳卒中初期症状の認知度

[問19 脳卒中について、救急車を呼ぶ必要がある次の症状を知っていますか。(・顔の片側が下がり、顔がゆがむ・片側の腕と足の力が入らない、しびれる・ロレツが回らない、言葉が出ない、会話がおかしい・経験したことのない激しい頭痛がする)]

脳卒中の初期段階の把握のうち、「知らない内容もある」「全て知らない」は、総数58.8%、男性64.4%、女性53.8%であった。

	総数		1 全て知っている		2 知らない内容もある		3 全て知らない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	434	41.0	536	50.6	87	8.2	2	0.2
男性	502	100.0	179	35.7	269	53.6	54	10.8	0	0.0
女性	557	100.0	255	45.8	267	47.9	33	5.9	2	0.4

第3-11表 糖尿病の重症化予防の認知度

[問21 あなたは糖尿病について次のことを知っていますか。]

第3-11-1表 食事と運動との関係

[ア 糖尿病の状態によっては、食事や運動の生活習慣を変えることで血糖値をコントロールできる。]

糖尿病の認識のうち、「聞いたことがあるが内容は知らない」「知らない」は、総数39.5%、男性45.0%、女性34.5%であった。

	総数		1 内容を知っている		2 聞いたことがあるが内容は知らない		3 知らない(今回の調査で初めて聞いた場合を含む)		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	636	60.1	356	33.6	62	5.9	5	0.5
男性	502	100.0	274	54.6	190	37.8	36	7.2	2	0.4
女性	557	100.0	362	65.0	166	29.8	26	4.7	3	0.5

第3-11-2表 体重・血圧・血中脂質との関係

[イ 体重や血圧、血中脂質(中性脂肪やコレステロール)のコントロールは糖尿病の重症化を予防する。]

糖尿病の認識のうち、「聞いたことがあるが内容は知らない」「知らない」は、総数 48.2%、男性 52.4%、女性 44.5%であった。

	総数		1 内容を知っている		2 聞いたことがあるが内容は知らない		3 知らない(今回の調査で初めて聞いた場合を含む)		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	542	51.2	372	35.1	139	13.1	6	0.6
男性	502	100.0	236	47.0	187	37.3	76	15.1	3	0.6
女性	557	100.0	306	54.9	185	33.2	63	11.3	3	0.5

第3-11-3表 網膜症・腎症・神経障害との関係

[ウ 糖尿病が重症化すると網膜症(視力の低下)、腎症(透析)、神経障害等の合併症を引き起こす。]

糖尿病の認識のうち、「聞いたことがあるが内容は知らない」「知らない」は、総数 42.8%、男性 48.6%、女性 37.5%であった。

	総数		1 内容を知っている		2 聞いたことがあるが内容は知らない		3 知らない(今回の調査で初めて聞いた場合を含む)		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	600	56.7	327	30.9	120	11.9	6	0.6
男性	502	100.0	255	50.8	176	35.1	68	13.5	3	0.6
女性	557	100.0	345	61.9	151	27.1	50	10.4	3	0.5

第3-12表 ロコモ・フレイル・COPDの認知度

[問22 次のアからウのことについて、内容を知っていますか。(ア ロコモティブシンドローム、イ フレイル、ウ COPD(慢性閉塞性肺疾患))]

第3-12-1表 ロコモティブシンドロームの認知度

ロコモティブシンドロームの認知のうち、「聞いたことがあるが内容は知らない」「知らない」は、総数 84.9%、男性 90.4%、女性 79.9%であった。

	総数		1 内容を知っている		2 聞いたことがあるが内容は知らない		3 知らない(今回の調査で初めて聞いた場合を含む)		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	157	14.8	253	23.9	646	61.0	3	0.3
男性	502	100.0	47	9.4	100	19.9	354	70.5	1	0.2
女性	557	100.0	110	19.7	153	27.5	292	52.4	2	0.4

第3-12-2表 フレイルの認知度

フレイルの認知のうち、「聞いたことがあるが内容は知らない」「知らない」は、総数 86.3%、男性 90.2%、女性 82.7%であった。

	総数		1 内容を知っている		2 聞いたことがあるが内容は知らない		3 知らない(今回の調査で初めて聞いた場合を含む)		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	142	13.4	172	16.2	742	70.1	3	0.3
男性	502	100.0	48	9.6	66	13.1	387	77.1	1	0.2
女性	557	100.0	94	16.9	106	19.0	355	63.7	2	0.4

第3-12-3表 COPD(慢性閉塞性肺疾患)の認知度

COPDの認知のうち、「聞いたことがあるが内容は知らない」「知らない」は、総数87.0%、男性90.0%、女性84.4%であった。

	総数		1 内容を知っている		2 聞いたことがあるが内容は知らない		3 知らない(今回の調査で初めて聞いた場合を含む)		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	132	12.5	207	19.5	715	67.5	5	0.5
男性	502	100.0	49	9.8	89	17.7	363	72.3	1	0.2
女性	557	100.0	83	14.9	118	21.2	352	63.2	4	0.7

第3-13表 フレイル予防の知識

[問23 高齢者の健康づくりについて、あなたはどのような取組が必要だと思いますか。]

高齢者の健康づくりに必要な取組のうち、「定期的な運動」は、総数84.5%、男性83.7%、女性85.3%で最も高かった。

	総数		1 多様な食品(10食品群)の摂取		2 口腔のケア		3 定期的な運動		4 人との交流の場への社会参加		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	566	53.4	577	54.5	895	84.5	690	65.2	4	0.4
男性	502	100.0	260	51.8	219	43.6	420	83.7	284	56.6	3	0.6
女性	557	100.0	306	54.9	358	64.3	475	85.3	406	72.9	1	0.2

5 がん検診及びがん治療に関する認知度

第3-14表 がん検診申し込み手段

[問10 がん検診の申込方法として、どのような方法が望ましいと思いますか。]

望ましいがん検診の申込方法のうち、「インターネット(スマートフォンやパソコン使用)」が総数38.4%、男性39.0%、女性37.9%で最も高かった。

	総数		1 電話		2 往復はがき		3 インターネット(スマートフォンやパソコン使用)		4 その他		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	238	22.5	320	30.2	407	38.4	83	7.8	11	1.0
男性	502	100.0	93	18.5	169	33.7	196	39.0	40	8.0	4	0.8
女性	557	100.0	145	26.0	151	27.1	211	37.9	43	7.7	7	1.3

第3-15表 がん治療に伴う社会環境への関心度

[問11 あなたは、「がん」についてどのようなイメージをもっていますか。]

がんに対する意識のうち、「がん患者の就労に関する相談先は充実している」が総数2.9%、男性3.8%、女性2.2%、次いで、「がんに関する相談先は充実している」が総数8.1%、男性8.8%、女性7.5%の順に低かった。

	総数		1 がん検診等による早期発見で治るがんがある		2 がんに関する情報は充実している		3 がんに関する相談先は充実している		4 がん患者の就労に関する相談先は充実している		5 働きながら治療できるがんも増えている(通学も含む)		6 生活習慣の改善で予防できるがんもある		7 特定の感染症の予防や治療で予防できるがんもある		8 長期入院する子どもは病院で教育を受けられる		9 女性特有のがん(子宮頸がん)の発症予防を助けるワクチンがある		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	953	90.0	142	13.4	86	8.1	31	2.9	307	29.0	514	48.5	143	13.5	190	17.9	412	38.9	22	2.1
男性	502	100.0	449	89.4	76	15.1	44	8.8	19	3.8	130	25.9	221	44.0	57	11.4	49	9.8	98	19.5	15	3.0
女性	557	100.0	504	90.5	66	11.8	42	7.5	12	2.2	177	31.8	293	52.6	86	15.4	141	25.3	314	56.4	7	1.3

6 食物アレルギーの罹患状況と関心度

第3-16表 アナフィラキシーショックの認識度

[問28 アレルギー症状のひとつでもあるアナフィラキシーショックの内容を知っていますか。]

アナフィラキシーショックの認識のうち、「聞いたことがあるが内容は知らない」「知らない」は、総数40.8%、男性47.8%、女性34.4%であった。

	総数		1 内容を知っている		2 言葉を聞いたことがあるが内容は知らない		3 知らない(今回の調査で初めて聞いた場合を含む)		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	625	59.0	316	29.8	116	11.0	2	0.2
男性	502	100.0	262	52.2	171	34.1	69	13.7	0	0.0
女性	557	100.0	363	65.2	145	26.0	47	8.4	2	0.4

第3-17表 食物アレルギーの罹患状況

第3-17-1表 食物アレルギーの有無

[問29 あなたは、これまでに食物アレルギーの原因(と思われる)食物を食べないよう除去や、制限をしたことはありますか。※医師の判断によらず自分でコントロールしている場合も含まれます。]

アレルギーの原因食物の除去のうち、「現在している」は、総数5.9%、男性4.0%、女性7.5%であった。

	総数		1 現在している		2 過去にしていたことはあるが、現在はしていない		3 今までにしたことはない(23-1は無回答)		4 3 または 無回答だが29-1に回答あり		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	62	5.9	51	4.8	943	89.0	1	0.1	2	0.2
男性	502	100.0	20	4.0	18	3.6	463	92.2	1	0.2	0	0.0
女性	557	100.0	42	7.5	33	5.9	480	86.2	0	0.0	2	0.4

第3-17-2表 アレルゲンとなる食品の把握

[問29-1 問29で「1 現在している」「2 過去にしていたことはあるが、現在はしていない」と答えられた方におたずねします。控えている食品(控えていた食品)を教えてください。]

アレルギーの原因食物の除去のうち、「えび」は、総数14.9%、男性23.1%で最も高く、「さば」は女性14.7%で最も高かった。

	総数		1 えび		2 かに		3 小麦		4 そば		5 卵		6 乳		7 落花生(ピーナッツ)		8 アーモンド		9 あわび		10 いか	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	114	100.0	17	14.9	10	8.8	3	2.6	10	8.8	11	9.6	6	5.3	1	0.9	1	0.9	2	1.8	4	3.5
男性	39	100.0	9	23.1	6	15.4	2	5.1	2	5.1	4	10.3	2	5.1	1	2.6	0	0.0	2	5.1	3	7.7
女性	75	100.0	8	10.7	4	5.3	1	1.3	8	10.7	7	9.3	4	5.3	0	0.0	1	1.3	0	0.0	1	1.3
	総数		11 いくら		12 オレンジ		13 カシューナッツ		14 キウイフルーツ		15 牛肉		16 くるみ		17 ごま		18 さけ		19 さば		20 大豆	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	114	100.0	3	2.6	1	0.9	0	0.0	13	11.4	1	0.9	0	0.0	1	0.9	2	1.8	16	14.0	1	0.9
男性	39	100.0	1	2.6	0	0.0	0	0.0	3	7.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	2.6	5	12.8	0	0.0
女性	75	100.0	2	2.7	1	1.3	0	0.0	10	13.3	1	1.3	0	0.0	1	1.3	1	1.3	11	14.7	1	1.3
	総数		21 鶏肉		22 パナナ		23 豚肉		24 まつたけ		25 もも		26 やまいも		27 リンゴ		28 ゼラチン		29 その他		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	114	100.0	2	1.8	4	3.5	3	2.6	0	0.0	9	7.9	9	7.9	10	8.8	0	0.0	38	33.3	1	0.9
男性	39	100.0	1	2.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	2.6	2	5.1	1	2.6	0	0.0	12	30.8	0	0.0
女性	75	100.0	1	1.3	4	5.3	3	4.0	0	0.0	8	10.7	7	9.3	9	12.0	0	0.0	26	34.7	1	1.3

第3-17-3表 除去食品の判断基準

[問 29-2 問 29 で「1 現在している」「2 過去にしていたことはあるが、現在はしていない」と答えた方におたずねします。控えている理由はなんですか。]

第3-17-1表で「現在している」「過去にしていたことはあるが、現在はしていない」と回答した者のうち、「自己判断」は、総数 72.8%、男性 79.5%、女性 69.3%であった。

	総数		1 医師の診断		2 自己判断		3 分からない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	114	100.0	30	26.3	83	72.8	4	3.5	0	0.0
男性	39	100.0	6	15.4	31	79.5	3	7.7	0	0.0
女性	75	100.0	24	32.0	52	69.3	1	1.3	0	0.0

7 働く人の健康

第3-18表 就労先の健康教育の状況

[問 36 あなたの職場では、働く人の健康づくりに関する情報提供や取組(健康診断以外)を行っていますか。(例)食事や運動に関する講習会の開催、禁煙外来受診者への補助、朝礼等での健康づくりを目的とした体操の実施など]

職場における健康づくりに関する取組のうち、「いいえ」は、総数 32.5%、男性 33.3%、女性 31.8%であった。

	総数		1 はい		2 いいえ		3 わからない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	223	21.1	344	32.5	103	9.7	389	36.7
男性	502	100.0	131	26.1	167	33.3	56	11.2	148	29.5
女性	557	100.0	92	16.5	177	31.8	47	8.4	241	43.3

第3-19表 就労先に期待する健康づくりの環境

[問 37 あなたの職場で、働く人に対する健康づくりのうち特に充実した方がよいと思うことはありますか。]

職場において充実されるべき健康づくりの取組のうち、「特になし」は、総数 31.8%、男性 33.1%、女性 30.7%で最も高かった。

	総数		1 健康に関するセミナー		2 定期健診以外の健診(がん検診等)		3 健康に配慮したメニューのある職場食堂・弁当		4 運動するための支援		5 個別の保健指導		6 健康情報の発信		7 その他		8 特になし		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	48	4.5	168	15.9	92	8.7	119	11.2	40	3.8	73	6.9	10	0.9	337	31.8	390	36.8
男性	502	100.0	35	7.0	92	18.3	54	10.8	70	13.9	26	5.2	44	8.8	7	1.4	166	33.1	149	29.7
女性	557	100.0	13	2.3	76	13.6	38	6.8	49	8.8	14	2.5	29	5.2	3	0.5	171	30.7	241	43.3

8 新型コロナウイルス感染症の健康への影響

第3-20表 新型コロナウイルス感染症発生前後の変化

[問 11 あなたのこの1ヶ月間における体重及び生活習慣は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響により変化がありましたか。※1 もともとその習慣がない場合は、「4. もともとない」を選択して下さい。※2 運動とは、スポーツやフィットネスなどの健康・体力の維持・増進を目的として、計画的・定期的に行うものを言います。]

第3-20-1表 体重

体重のうち、「増えた」は、総数 15.5%、男性 13.1%、女性 17.6%であった。

	総数		1 増えた		2 変わらない		3 減った		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	164	15.5	789	74.6	96	9.1	9	0.9
男性	502	100.0	66	13.1	391	77.9	41	8.2	4	0.8
女性	556	100.0	98	17.6	398	71.6	55	9.9	5	0.9

第3-20-2表 外食の利用

外食の利用のうち、「増えた」は、総数2.6%、男性3.2%、女性2.2%であった。

	総数		1 増えた		2 変わらない		3 減った		4 もともとない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	28	2.6	460	43.5	316	29.9	250	23.6	4	0.4
男性	502	100.0	16	3.2	240	47.8	131	26.1	113	22.5	2	0.4
女性	556	100.0	12	2.2	220	39.6	185	33.3	137	24.6	2	0.4

第3-20-3表 持ち帰りの弁当や惣菜の利用

持ち帰りの弁当や惣菜の利用のうち、「増えた」は、総数9.9%、男性8.8%、女性11.0%であった。

	総数		1 増えた		2 変わらない		3 減った		4 もともとない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	105	9.9	641	60.6	92	8.7	215	20.3	5	0.5
男性	502	100.0	44	8.8	315	62.7	34	6.8	107	21.3	2	0.4
女性	556	100.0	61	11.0	326	58.6	58	10.4	108	19.4	3	0.5

第3-20-4表 フードデリバリーサービスの利用

フードデリバリーサービスの利用のうち、「増えた」は、総数1.1%、男性1.0%、女性1.3%であった。

	総数		1 増えた		2 変わらない		3 減った		4 もともとない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	12	1.1	125	11.8	28	2.6	889	84.0	4	0.4
男性	502	100.0	5	1.0	66	13.1	12	2.4	418	83.3	1	0.2
女性	556	100.0	7	1.3	59	10.6	16	2.9	471	84.7	3	0.5

第3-20-5表 1日当たりの睡眠時間

1日当たりの睡眠時間のうち、「減った」は、総数6.4%、男性4.6%、女性8.1%であった。

	総数		1 増えた		2 変わらない		3 減った		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	31	2.9	901	85.2	68	6.4	58	5.5
男性	502	100.0	13	2.6	439	87.5	23	4.6	27	5.4
女性	556	100.0	18	3.2	462	83.1	45	8.1	31	5.6

第3-20-6表 1週間当たりの喫煙の頻度

1週間当たりの喫煙の頻度のうち、「増えた」は、総数0.9%、男性1.4%、女性0.5%であった。

	総数		1 増えた		2 変わらない		3 減った		4 もともとない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	10	0.9	190	18.0	9	0.9	845	79.9	4	0.4
男性	502	100.0	7	1.4	141	28.1	6	1.2	346	68.9	2	0.4
女性	556	100.0	3	0.5	49	8.8	3	0.5	499	89.7	2	0.4

第3-20-7表 1日に吸うたばこの本数

1日に吸うたばこの本数のうち、「増えた」は、総数0.9%、男性1.2%、女性0.5%であった。

	総数		1 増えた		2 変わらない		3 減った		4 もともとない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	9	0.9	185	17.5	12	1.1	848	80.2	4	0.4
男性	502	100.0	6	1.2	139	27.7	9	1.8	346	68.9	2	0.4
女性	556	100.0	3	0.5	46	8.3	3	0.5	502	90.3	2	0.4

第3-20-8表 1週間当たりの飲酒の日数

1週間当たりの飲酒の日数のうち、「増えた」は、総数1.6%、男性1.6%、女性1.6%であった。

	総数		1 増えた		2 変わらない		3 減った		4 もともとない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	17	1.6	474	44.8	51	4.8	510	48.2	6	0.6
男性	502	100.0	8	1.6	292	58.2	23	4.6	176	35.1	3	0.6
女性	556	100.0	9	1.6	182	32.7	28	5.0	334	60.1	3	0.5

第3-20-9表 1日当たりの飲酒の量

1日当たりの飲酒の量のうち、「増えた」は、総数1.1%、男性1.2%、女性1.1%であった。

	総数		1 増えた		2 変わらない		3 減った		4 もともとない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	12	1.1	480	45.4	50	4.7	508	48.0	8	0.8
男性	502	100.0	6	1.2	294	58.6	23	4.6	174	34.7	5	1.0
女性	556	100.0	6	1.1	186	33.5	27	4.9	334	60.1	3	0.5

第3-20-10表 1週間当たりの運動日数

1週間当たりの運動日数のうち、「減った」は、総数13.3%、男性12.9%、女性13.7%であった。

	総数		1 増えた		2 変わらない		3 減った		4 もともとない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	65	6.1	531	50.2	141	13.3	315	29.8	6	0.6
男性	502	100.0	22	4.4	280	55.8	65	12.9	133	26.5	2	0.4
女性	556	100.0	43	7.7	251	45.1	76	13.7	182	32.7	4	0.7

第3-20-11表 運動を行う日の平均運動時間

運動を行う日の平均運動時間のうち、「減った」は、総数13.2%、男性12.7%、女性13.7%であった。

	総数		1 増えた		2 変わらない		3 減った		4 もともとない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	59	5.6	505	47.7	140	13.2	348	32.9	6	0.6
男性	502	100.0	19	3.8	264	52.6	64	12.7	152	30.3	3	0.6
女性	556	100.0	40	7.2	241	43.3	76	13.7	196	35.3	3	0.5

第4節 食に関する状況

1 食習慣

第4-1表 朝食の摂取状況

[問12 朝食を食べますか。]

朝食喫食状況のうち、食べないことがある(「週2~3日食べない」「週4~5日食べない」「ほとんど食べない」)は、総数16.5%、男性18.4%、女性14.9%であった。

	総数		1 ほとんど毎日食べる		2 週2~3日食べない		3 週4~5日食べない		4 ほとんど食べない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	884	83.5	50	4.7	22	2.1	103	9.7	0	0.0
男性	502	100.0	410	81.7	25	5.0	11	2.2	56	11.2	0	0.0
女性	557	100.0	474	85.1	25	4.5	11	2.0	47	8.4	0	0.0

第4-2表 主食・主菜・副菜の摂取状況

[問13 主食、主菜、副菜の3つを組み合わせて食べることが1日に2回以上あるのは週に何日ありますか。(主食：ごはん、パン、麺類などの料理、主菜：魚・肉・卵・大豆製品を主材料にした料理、副菜：野菜類、海藻類、きのこ類を主材料にした料理)]

主食、主菜、副菜の摂取状況のうち、1日に2回以上主食、主菜、副菜の3つを組み合わせて食べていない(「週4～5日」「週2～3日」「ほとんどない」)は、が総数47.0%、男性46.6%、女性47.4%であった。

	総数		1 ほとんど毎日		2 週に4～5日		3 週に2～3日		4 ほとんどない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	561	53.0	196	18.5	200	18.9	102	9.6	0	0.0
男性	502	100.0	268	53.4	91	18.1	93	18.5	50	10.0	0	0.0
女性	557	100.0	293	52.6	105	18.9	107	19.2	52	9.3	0	0.0

2 食行動

第4-3表 食事に関する意識

[問14 あなたは食事についてどのようなことに気をつけていますか。]

第4-3-1表 食事の量及び質に関する意識

食事の質(栄養のバランス)や量のうち、「いいえ」は、総数20.8%、男性26.9%、女性15.3%であった。

	総数		1 はい		2 いいえ		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	836	78.9	220	20.8	3	0.3
男性	502	100.0	365	72.7	135	26.9	2	0.4
女性	557	100.0	471	84.6	85	15.3	1	0.2

第4-3-2表 塩分に関する意識

塩分をひかえることのうち、「いいえ」は、総数28.8%、男性34.7%、女性23.5%であった。

	総数		1 はい		2 いいえ		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	752	71.0	305	28.8	2	0.2
男性	502	100.0	326	64.9	174	34.7	2	0.4
女性	557	100.0	426	76.5	131	23.5	0	0.0

第4-3-3表 油・脂肪に関する意識

油や脂肪分をひかえることのうち、「いいえ」は、総数29.8%、男性38.0%、女性22.4%であった。

	総数		1 はい		2 いいえ		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	737	69.6	316	29.8	6	0.6
男性	502	100.0	308	61.4	191	38.0	3	0.6
女性	557	100.0	429	77.0	125	22.4	3	0.5

第4-4表 野菜摂取に関する意識

第4-4-1表 野菜摂取量の意識

[問15 野菜料理を1日350g(小鉢5皿)程度食べるように心がけていますか。]

野菜料理の摂取のうち、「気持ちはあるが難しい」が総数34.7%、男性33.5%、女性35.9%で最も高かった。

	総数		1 既にできている		2 するつもりがある、努力すればできる		3 気持ちはあるが難しい		4 しない(できない)		5 関心が無い		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	241	22.8	291	27.5	368	34.7	73	6.9	83	7.8	3	0.3
男性	502	100.0	117	23.3	110	21.9	168	33.5	49	9.8	57	11.4	1	0.2
女性	557	100.0	124	22.3	181	32.5	200	35.9	24	4.3	26	4.7	2	0.4

第4-4-2表 野菜を摂取できない理由

[問15-1 問15で「3 気持ちはあるが難しい」、「4 しない(できない)」と答えた方におたずねします。野菜の摂取の妨げになっていることは何ですか。]

第4-4-1表で「気持ちはあるが難しい」「しない(できない)」と回答した者のうち、「時間がない」は総数27.0%、女性34.4%で最も高く、「特にない」は男性23.5%で最も高かった。

	総数		1 時間がない		2 外食が多い		3 自分を含め、家で用意をする者がいない		4 経済的に余裕がない		5 面倒くさい		6 その他		7 特にない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	441	100.0	119	27.0	22	5.0	72	16.3	52	11.8	113	25.6	91	20.6	83	18.8	9	2.0
男性	217	100.0	42	19.4	19	8.8	46	21.2	29	13.4	49	22.6	37	17.1	51	23.5	4	1.8
女性	224	100.0	77	34.4	3	1.3	26	11.6	23	10.3	64	28.6	54	24.1	32	14.3	5	2.2

第4-5表 外食・中食の栄養成分表示利用状況

[問16 外食や市販の弁当・惣菜を購入する時に、エネルギーやたんぱく質、食塩相当量等の値が記載された栄養成分表示を参考にしていますか。※テイクアウト商品は市販の弁当・惣菜に含めます。]

第4-5-1表 外食の栄養成分表示の利用状況

外食の際の栄養成分表示の参考のうち、「あまり参考にしていない」は総数30.1%、男性30.3%、女性30.0%で最も高かった。

	総数		1 いつも参考にしている		2 ときどき参考にしている		3 あまり参考にしていない		4 全く参考にしていない		5 表示しているのを見たことがない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	93	8.8	244	23.0	319	30.1	245	23.1	142	13.4	16	1.5
男性	502	100.0	34	6.8	94	18.7	152	30.3	141	28.1	72	14.3	9	1.8
女性	557	100.0	59	10.6	150	26.9	167	30.0	104	18.7	70	12.6	7	1.3

第4-5-2表 市販の弁当・惣菜の栄養成分表示の利用状況

外食の際の栄養成分表示の参考のうち、「ときどき参考にしている」は総数28.9%、女性32.9%で最も高く、「あまり参考にしていない」は男性28.3%で最も高かった。

	総数		1 いつも参考にしている		2 ときどき参考にしている		3 あまり参考にしていない		4 全く参考にしていない		5 表示しているのを見たことがない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	141	13.3	306	28.9	281	26.5	239	22.6	85	8.0	7	0.7
男性	502	100.0	48	9.6	123	24.5	142	28.3	135	26.9	49	9.8	5	1.0
女性	557	100.0	93	16.7	183	32.9	139	25.0	104	18.7	36	6.5	2	0.4

第4-6表 健康食品の利用

第4-6-1表 健康食品の利用状況

[問17 あなたは、サプリメントのような健康食品(健康の維持・増進に役立つと言われる成分を含む、錠剤、カプセル、粉末状、液状などに加工された食品)を食べたり、飲んだりしていますか。]

健康食品の摂取のうち、「はい」は総数35.2%、男性30.9%、女性39.1%であった。

	総数		1 はい		2 いいえ (17-1は無回答)		3 いいえ または 無回答だが17-1に回答あり		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	373	35.2	686	64.8	0	0.0	0	0.0
男性	502	100.0	155	30.9	347	69.1	0	0.0	0	0.0
女性	557	100.0	218	39.1	339	60.9	0	0.0	0	0.0

第4-6-2表 健康食品の利用目的

[問17-1 問17で「1 はい」と答えた方におたずねします。健康食品を利用する目的は何ですか。]

第4-6-1表で「はい」と回答した者のうち、「健康の保持・増進(ダイエット以外)」は総数64.6%、男性65.8%、女性63.8%で最も高かった。

	総数		1 健康の保持・増進(ダイエット以外)		2 たんぱく質の補充		3 ビタミンの補充		4 ミネラルの補充		5 ダイエット		6 その他		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	373	100.0	241	64.6	40	10.7	135	36.2	46	12.3	34	9.1	44	11.8	1	0.3
男性	155	100.0	102	65.8	21	13.5	56	36.1	21	13.5	9	5.8	17	11.0	1	0.6
女性	218	100.0	139	63.8	19	8.7	79	36.2	25	11.5	25	11.5	27	12.4	0	0.0

第4-7表 食生活改善の行動状態

[問6 あなたは、食習慣を改善してみようと思いませんか。]

食習慣の改善意識のうち、「関心はあるが改善するつもりはない」が総数28.4%、男性28.9%、女性28.0%で最も高かった。

	総数		1 改善することに関心がない		2 関心はあるが改善するつもりはない		3 改善するつもりである(概ね6か月以内)		4 近いうちに(概ね1か月以内)改善するつもりである		5 既に改善に取り組んでいる(6か月未満)		6 既に改善に取り組んでいる(6か月以上)		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	198	18.7	301	28.4	191	18.0	42	4.0	112	10.6	215	20.3	0	0.0
男性	502	100.0	101	20.1	145	28.9	95	18.9	15	3.0	51	10.2	95	18.9	0	0.0
女性	557	100.0	97	17.4	156	28.0	96	17.2	27	4.8	61	11.0	120	21.5	0	0.0

第4-8表 食生活の改善意識と行動変容時期の意識

第4-8-1表 食生活の改善意識

[問33 あなたは自分の健康のために、食事や運動に気をつけた生活を送っていますか。]

健康のための意識的な食事の状況のうち、「いいえ」は、総数26.8%、男性33.5%、女性20.8%であった。

	総数		1 はい		2 いいえ		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	773	73.0	284	26.8	2	0.2
男性	502	100.0	334	66.5	168	33.5	0	0.0
女性	557	100.0	439	78.8	116	20.8	2	0.4

第4-8-2表 食生活の行動変容時期の意識

[問33-1 問33で「2 いいえ」と回答した方におたずねします。何歳くらいから始めよう(始めていればよかった)と思っていますか。]

第4-8-1表で「いいえ」と回答した者のうち、「必要ない」は、総数21.8%、男性26.8%、女性14.7%であった。

	総数		1 10代から		2 20代から		3 30代から		4 40代から		5 50代から		6 60代から		7 70代以上		8 必要ない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	284	100.0	19	6.7	25	8.8	55	19.4	47	16.5	42	14.8	27	9.5	5	1.8	62	21.8	2	0.7
男性	168	100.0	10	6.0	15	8.9	28	16.7	23	13.7	24	14.3	19	11.3	3	1.8	45	26.8	1	0.6
女性	116	100.0	9	7.8	10	8.6	27	23.3	24	20.7	18	15.5	8	6.9	2	1.7	17	14.7	1	0.9

3 食環境

第4-9表 共食の状況

[問14 あなたは食事についてどのようなことに気をつけていますか。(エ 1日のうち1回は家族や友人等と一緒に食べること)]

1日のうち1回は家族や友人等と一緒に食べるもののうち、「いいえ」は、総数31.4%、男性36.5%、女性26.8%であった。

	総数		1 はい		2 いいえ		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	722	68.2	332	31.4	5	0.5
男性	502	100.0	316	62.9	183	36.5	3	0.6
女性	557	100.0	406	72.9	149	26.8	2	0.4

第4-10表 外食や中食の利用状況

第4-10-1表 外食の利用状況

[問1 あなたは、外食(飲食店でのご飯)をどのくらい利用していますか。]

外食の利用頻度のうち、「週1回未満」「全く利用しない」は、総数68.2%、男性61.0%、女性74.6%であった。

	総数		1 毎日2回以上		2 毎日1回		3 週4~6回		4 週2~3回		5 週1回		6 週1回未満		7 全く利用しない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	5	0.5	14	1.3	33	3.1	117	11.1	164	15.5	445	42.1	276	26.1	4	0.4
男性	502	100.0	3	0.6	12	2.4	28	5.6	62	12.4	89	17.7	187	37.3	119	23.7	2	0.4
女性	556	100.0	2	0.4	2	0.4	5	0.9	55	9.9	75	13.5	258	46.4	157	28.2	2	0.4

第4-10-2表 中食の利用状況

[問2 あなたは、持ち帰りの弁当や惣菜をどのくらい利用していますか。]

持ち帰りの弁当や惣菜の利用頻度のうち、「週1回未満」「全く利用しない」は、総数51.5%、男性49.2%、女性53.6%であった。

	総数		1 毎日2回以上		2 毎日1回		3 週4~6回		4 週2~3回		5 週1回		6 週1回未満		7 全く利用しない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	11	1.0	29	2.7	71	6.7	217	20.5	185	17.5	320	30.2	225	21.3	0	0.0
男性	502	100.0	9	1.8	20	4.0	45	9.0	99	19.7	82	16.3	134	26.7	113	22.5	0	0.0
女性	556	100.0	2	0.4	9	1.6	26	4.7	118	21.2	103	18.5	186	33.5	112	20.1	0	0.0

第4-10-3表 フードデリバリーの利用状況

[問3 あなたは、フードデリバリーサービス(料理を注文し、配達を受けるサービス)をどのくらい利用していますか。]

持ち帰りの弁当や惣菜の利用頻度のうち、「週1回未満」「全く利用しない」は、総数98.0%、男性97.3%、女性98.7%であった。

	総数		1 毎日2回以上		2 毎日1回		3 週4~6回		4 週2~3回		5 週1回		6 週1回未満		7 全く利用しない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	1	0.1	2	0.2	5	0.5	7	0.7	6	0.6	116	11.0	921	87.1	0	0.0
男性	502	100.0	1	0.2	2	0.4	4	0.8	2	0.4	5	1.0	53	10.6	435	86.7	0	0.0
女性	556	100.0	0	0.0	0	0.0	1	0.2	5	0.9	1	0.2	63	11.3	486	87.4	0	0.0

第4-10-4表 配食サービスの利用状況

[問35 あなたは、民間や公的機関による定期的な配食サービスをどのくらい利用していますか。※配食サービスとは、1日分、1食分の食材や料理を定期的に自宅に配送してもらうこと]

配食サービスの利用頻度の状況のうち、「全く利用しない」は、総数94.7%、男性94.2%、女性95.2%であった。

	総数		1 毎日2回以上		2 毎日1回		3 週4~6回		4 週2~3回		5 週1回		6 週1回未満		7 全く利用しない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	1	0.1	5	0.5	10	0.9	15	1.4	16	1.5	8	0.8	1,003	94.7	1	0.1
男性	502	100.0	1	0.2	4	0.8	7	1.4	6	1.2	4	0.8	7	1.4	473	94.2	0	0.0
女性	557	100.0	0	0.0	1	0.2	3	0.5	9	1.6	12	2.2	1	0.2	530	95.2	1	0.2

第5節 運動

第5-1表 運動習慣改善の行動状態

[問7 あなたは、運動習慣を改善してみようと思いませんか。]

運動習慣の改善意識のうち、「関心はあるが改善するつもりはない」が総数26.5%、男性27.5%、女性25.7%で最も高かった。

	総数		1 改善することに関心がない		2 関心はあるが改善するつもりはない		3 改善するつもりである(概ね6か月以内)		4 近いうちに(概ね1か月以内)改善するつもりである		5 既に改善に取り組んでいる(6か月未満)		6 既に改善に取り組んでいる(6か月以上)		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	145	13.7	281	26.5	232	21.9	68	6.4	86	8.1	242	22.9	5	0.5
男性	502	100.0	77	15.3	138	27.5	112	22.3	22	4.4	33	6.6	119	23.7	1	0.2
女性	557	100.0	68	12.2	143	25.7	120	21.5	46	8.3	53	9.5	123	22.1	4	0.7

第5-2表 運動習慣の改善意識と行動変容時期の意識

第5-2-1表 運動の改善意識

[問33 あなたは自分の健康のために、食事や運動に気をつけた生活を送っていますか。]

健康のための意識的な運動の状況のうち、「いいえ」は、総数42.2%、男性41.4%、女性42.9%であった。

	総数		1 はい		2 いいえ		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	609	57.5	447	42.2	3	0.3
男性	502	100.0	294	58.6	208	41.4	0	0.0
女性	557	100.0	315	56.6	239	42.9	3	0.5

第5-2-2表 運動の行動変更時期の意識

[問33-1 問33で「2 いいえ」と回答した方におたずねします。何歳くらいから始めよう(始めていればよかった)と思っていますか。]

第5-2-1表で「いいえ」と回答した者のうち、「必要ない」は、総数14.5%、男性19.7%、女性10.0%であった。

	総数		1 10代から		2 20代から		3 30代から		4 40代から		5 50代から		6 60代から		7 70代以上		8 必要ない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	447	100.0	28	6.3	49	11.0	93	20.8	80	17.9	60	13.4	54	12.1	13	2.9	65	14.5	5	1.1
男性	208	100.0	12	5.8	26	12.5	40	19.2	29	13.9	25	12.0	27	13.0	6	2.9	41	19.7	2	1.0
女性	239	100.0	16	6.7	23	9.6	53	22.2	51	21.3	35	14.6	27	11.3	7	2.9	24	10.0	3	1.3

第6節 休養

第6-1表 1日の平均睡眠時間

[問6 ここ1ヶ月間、あなたの1日の平均睡眠時間はどのくらいでしたか。]

1日の平均睡眠時間のうち、「5時間未満」は、総数7.9%、男性7.4%、女性8.5%であった。

	総数		1 5時間未満		2 5時間以上 6時間未満		3 6時間以上 7時間未満		4 7時間以上 8時間未満		5 8時間以上 9時間未満		6 9時間以上		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	84	7.9	306	28.9	400	38.4	181	17.1	67	6.3	13	1.2	1	0.1
男性	502	100.0	37	7.4	138	27.5	202	40.2	77	15.3	39	7.8	9	1.8	0	0.0
女性	556	100.0	47	8.5	168	30.2	204	36.7	104	18.7	28	5.0	4	0.7	1	0.2

第6-2表 睡眠の質の状況

[問7 ここ1ヶ月間、あなたは睡眠で休養が充分とれていますか。]

睡眠による休養の自己評価のうち、「あまりとれていない」「まったくとれていない」は、総数21.7%、男性18.9%、女性24.1%であった。

	総数		1 充分とれている		2 まあまあとれている		3 あまりとれていない		4 まったくとれていない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	230	21.7	598	56.5	206	19.5	23	2.2	1	0.1
男性	502	100.0	113	22.5	294	58.6	84	16.7	11	2.2	0	0.0
女性	556	100.0	117	21.0	304	54.7	122	21.9	12	2.2	1	0.2

第6-3表 積極的な休養の状況

[問31 あなたは日々のストレスを積極的な休養(睡眠以外の活動)により解消できていますか。※積極的な休養とは：趣味やスポーツ、ボランティア活動、家族や友人との交流などで週休を積極的に過ごすこと]

積極的な休養の状況のうち、「したいができていない」「できていない」は、総数37.8%、男性36.8%、女性38.8%であった。

	総数		1 できている		2 したいができていない		3 できていない		4 する必要がない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	598	56.5	265	25.0	136	12.8	59	5.6	1	0.1
男性	502	100.0	285	56.8	104	20.7	81	16.1	32	6.4	0	0.0
女性	557	100.0	313	56.2	161	28.9	55	9.9	27	4.8	1	0.2

第7節 喫煙

1 喫煙者の状況

第7-1表 喫煙の有無

[問8 あなたはたばこを吸いますか。]

喫煙の有無のうち、「毎日吸っている」「時々吸う日がある」は、総数17.6%、男性27.9%、女性8.2%であった。

	総数		1 毎日吸っている		2 時々吸う日がある		3 以前は吸っていたが、1ヶ月以上吸っていない		4 吸わない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	180	17.0	6	0.6	89	8.4	783	74.0	0	0.0
男性	502	100.0	137	27.3	3	0.6	69	13.7	293	58.4	0	0.0
女性	556	100.0	43	7.7	3	0.5	20	3.6	490	88.1	0	0.0

第7-1-1表 喫煙者のたばこの種類

[問8-1 現在、あなたが吸っているたばこ製品についておたずねします]

たばこ製品の種類のうち、「紙巻たばこ」は、総数 68.3%、男性 66.4%、女性 73.9%で最も高かった。

	総数		1 紙巻たばこ		2 加熱式たばこ		3 その他		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	186	100.0	127	68.3	67	36.0	1	0.5	1	0.5
男性	140	100.0	93	66.4	56	40.0	0	0.0	0	0.0
女性	46	100.0	34	73.9	11	23.9	1	2.2	1	2.2

第7-1-2表 喫煙量

[問8-2 あなたは通常、1日に何本紙巻たばこを吸いますか。(「ときどき吸う方」は吸うときの1日の本数をお答え下さい。)]

喫煙量のうち、「21-30本」「31-40本」「41本以上」は、総数 7.8%、男性 9.7%、女性 2.9%であった。

	総数		1-10本		11-20本		21-30本		31-40本		41本以上		(再掲) 21本以上	無回答		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	127	100.0	59	46.5	58	45.7	6	4.7	4	3.1	0	0.0	10	7.9	0	0.0
男性	93	100.0	35	37.6	49	52.7	5	5.4	4	4.3	0	0.0	9	9.7	0	0.0
女性	34	100.0	24	70.6	9	26.5	1	2.9	0	0.0	0	0.0	1	2.9	0	0.0

第7-1-3表 喫煙者の禁煙に関する意識

[問8-3 たばこをやめたいと思いますか。]

喫煙の意向のうち、「やめたい」は、総数 22.0%、男性 18.6%、女性 32.6%であった。

	総数		1 やめたい		2 本数を減らしたい		3 やめたくない		4 わからない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	186	100.0	41	22.0	65	34.9	47	25.3	31	16.7	2	1.1
男性	140	100.0	26	18.6	53	37.9	40	28.6	20	14.3	1	0.7
女性	46	100.0	15	32.6	12	26.1	7	15.2	11	23.9	1	2.2

2 受動喫煙の機会

第7-2-1表 家庭の受動喫煙

[問9 あなたはこの1ヶ月間に、望まずに自分以外の方が吸っていたたばこの煙を吸う機会(受動喫煙)がありましたか。※学校、飲食店、遊技場などに勤務していて、その職場で受動喫煙があった場合は、「イ職場」欄に記入して下さい。]

受動喫煙の機会のうち、「ほぼ毎日」「週に数回程度」「週に1回程度」「月に1回程度」は、総数 12.7%、男性 7.8%、女性 17.3%であった。

	総数		1 ほぼ毎日		2 週に数回程度		3 週に1回程度		4 月に1回程度		5 全くなかった		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	66	6.2	36	3.4	18	1.7	15	1.4	904	85.4	19	1.8
男性	502	100.0	21	4.2	11	2.2	4	0.8	3	0.6	454	90.4	9	1.8
女性	556	100.0	45	8.1	25	4.5	14	2.5	12	2.2	450	80.9	10	1.8

第7-2-2表 職場の受動喫煙

受動喫煙の機会のうち、「ほぼ毎日」「週に数回程度」「週に1回程度」「月に1回程度」は、総数 16.0%、男性 21.6%、女性 10.9%であった。

	総数		1 ほぼ毎日		2 週に数回程度		3 週に1回程度		4 月に1回程度		5 全くなかった		6 行かなかった		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	67	6.3	42	4.0	19	1.8	41	3.9	493	46.6	383	36.2	13	1.2
男性	502	100.0	49	9.8	28	5.6	9	1.8	22	4.4	234	46.6	151	30.1	9	1.8
女性	556	100.0	18	3.2	14	2.5	10	1.8	19	3.4	259	46.6	232	41.7	4	0.7

第7-2-3表 学校の受動喫煙

受動喫煙の機会のうち、「ほぼ毎日」「週に数回程度」「週に1回程度」「月に1回程度」は、総数0.4%、男性0.6%、女性0.2%であった。

	総数		1 ほぼ毎日		2 週に数回程度		3 週に1回程度		4 月に1回程度		5 全くなかった		6 行かなかった		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	1	0.1	2	0.2	1	0.1	0	0.0	172	16.3	865	81.8	17	1.6
男性	502	100.0	1	0.2	2	0.4	0	0.0	0	0.0	81	16.1	407	81.1	11	2.2
女性	556	100.0	0	0.0	0	0.0	1	0.2	0	0.0	91	16.4	458	82.4	6	1.1

第7-2-4表 飲食店の受動喫煙

受動喫煙の機会のうち、「ほぼ毎日」「週に数回程度」「週に1回程度」「月に1回程度」は、総数10.0%、男性11.6%、女性8.6%であった。

	総数		1 ほぼ毎日		2 週に数回程度		3 週に1回程度		4 月に1回程度		5 全くなかった		6 行かなかった		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	1	0.1	12	1.1	17	1.6	76	7.2	599	56.6	344	32.5	9	0.9
男性	502	100.0	1	0.2	9	1.8	12	2.4	36	7.2	278	55.4	161	32.1	5	1.0
女性	556	100.0	0	0.0	3	0.5	5	0.9	40	7.2	321	57.7	183	32.9	4	0.7

第7-2-5表 遊技場の受動喫煙

受動喫煙の機会のうち、「ほぼ毎日」「週に数回程度」「週に1回程度」「月に1回程度」は、総数3.3%、男性4.4%、女性2.3%であった。

	総数		1 ほぼ毎日		2 週に数回程度		3 週に1回程度		4 月に1回程度		5 全くなかった		6 行かなかった		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	1	0.1	3	0.3	12	1.1	19	1.8	195	18.4	818	77.3	10	0.9
男性	502	100.0	1	0.2	2	0.4	8	1.6	11	2.2	109	21.7	365	72.7	6	1.2
女性	556	100.0	0	0.0	1	0.2	4	0.7	8	1.4	86	15.5	453	81.5	4	0.7

第7-2-6表 行政機関の受動喫煙

受動喫煙の機会のうち、「ほぼ毎日」「週に数回程度」「週に1回程度」「月に1回程度」は、総数1.2%、男性1.4%、女性1.1%であった。

	総数		1 ほぼ毎日		2 週に数回程度		3 週に1回程度		4 月に1回程度		5 全くなかった		6 行かなかった		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	0	0.0	1	0.1	1	0.1	11	1.0	491	46.4	543	51.3	11	1.0
男性	502	100.0	0	0.0	1	0.2	1	0.2	5	1.0	240	47.8	249	49.6	6	1.2
女性	556	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	6	1.1	251	45.1	294	52.9	5	0.9

第7-2-7表 医療機関の受動喫煙

受動喫煙の機会のうち、「ほぼ毎日」「週に数回程度」「週に1回程度」「月に1回程度」は、総数2.1%、男性2.0%、女性2.2%であった。

	総数		1 ほぼ毎日		2 週に数回程度		3 週に1回程度		4 月に1回程度		5 全くなかった		6 行かなかった		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	1	0.1	0	0.0	2	0.2	19	1.8	762	72.0	263	24.9	11	1.0
男性	502	100.0	1	0.2	0	0.0	2	0.4	7	1.4	352	70.1	134	26.7	6	1.2
女性	556	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	12	2.2	410	73.7	129	23.2	5	0.9

第7-2-8表 公共交通機関の受動喫煙

受動喫煙の機会のうち、「ほぼ毎日」「週に数回程度」「週に1回程度」「月に1回程度」は、総数1.0%、男性1.4%、女性0.7%であった。

	総数		1 ほぼ毎日		2 週に数回程度		3 週に1回程度		4 月に1回程度		5 全くなかった		6 行かなかった		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	0	0.0	1	0.1	0	0.0	10	0.9	406	38.4	631	59.6	10	0.9
男性	502	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	7	1.4	203	40.4	286	57.0	6	1.2
女性	556	100.0	0	0.0	1	0.2	0	0.0	3	0.5	203	36.5	345	62.1	4	0.7

第7-2-9表 路上の受動喫煙

受動喫煙の機会のうち、「ほぼ毎日」「週に数回程度」「週に1回程度」「月に1回程度」は、総数14.0%、男性15.0%、女性13.2%であった。

	総数		1 ほぼ毎日		2 週に数回程度		3 週に1回程度		4 月に1回程度		5 全くなかった		6 行かなかった		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	9	0.9	16	1.5	30	2.8	93	8.8	788	74.5	110	10.4	12	1.1
男性	502	100.0	8	1.6	9	1.8	13	2.6	45	9.0	366	72.9	53	10.6	8	1.6
女性	556	100.0	1	0.2	7	1.3	17	3.1	48	8.6	422	75.9	57	10.3	4	0.7

第7-2-10表 子供が利用する屋外の空間の受動喫煙

受動喫煙の機会のうち、「ほぼ毎日」「週に数回程度」「週に1回程度」「月に1回程度」は、総数3.7%、男性3.0%、女性4.1%であった。

	総数		1 ほぼ毎日		2 週に数回程度		3 週に1回程度		4 月に1回程度		5 全くなかった		6 行かなかった		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	2	0.2	5	0.5	8	0.8	23	2.2	494	46.7	516	48.8	10	0.9
男性	502	100.0	1	0.2	2	0.4	3	0.6	9	1.8	249	49.6	232	46.2	6	1.2
女性	556	100.0	1	0.2	3	0.5	5	0.9	14	2.5	245	44.1	284	51.1	4	0.7

第7-2-11表 受動喫煙対策を強化する必要がある施設

[問32 受動喫煙防止を進める上で、対策の強化が必要と感じる施設はありますか。]

受動喫煙対策を強化する必要がある施設のうち、「特になし」が最も高かったが、強化が必要と感じる施設では、「飲食店」は、総数36.8%、男性34.5%、女性39.0%で最も高かった。

	総数		1 飲食店		2 行政施設		3 商業施設		4 娯楽施設		5 職場		6 その他		7 特になし		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	390	36.8	193	18.2	275	26.0	318	30.0	171	16.1	50	4.7	496	46.8	7	0.7
男性	502	100.0	173	34.5	97	19.3	128	25.5	137	27.3	86	17.1	30	6.0	243	48.4	4	0.8
女性	557	100.0	217	39.0	96	17.2	147	26.4	181	32.5	85	15.3	20	3.6	253	45.4	3	0.5

第8節 飲酒

第8-1表 飲酒の頻度

[問10 あなたは週に何日位お酒(清酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲みますか。]

飲酒の頻度のうち、「毎日」「週5~6日」「週3~4日」「週1~2日」「月に1~3日」は、総数42.1%、男性55.3%、女性30.3%であった。

	総数		1 毎日		2 週5~6日		3 週3~4日		4 週1~2日		5 月1~3日		6 ほとんど飲まない		7 やめた		8 飲まない(飲めない)		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	204	19.3	45	4.3	63	6.0	66	6.2	67	6.3	175	16.5	31	2.9	407	38.5	0	0.0
男性	502	100.0	147	29.3	30	6.0	43	8.6	34	6.8	23	4.6	72	14.3	24	4.8	129	25.7	0	0.0
女性	556	100.0	57	10.3	15	2.7	20	3.6	32	5.8	44	7.9	103	18.5	7	1.3	278	50.0	0	0.0

第8-2表 飲酒量

[問10-1 問10で1,2,3,4,5と答えた方にお聞きします。

お酒を飲む日は1日あたり、清酒に換算し、どれくらいの量を飲みますか。]

飲酒量のうち、「1合以上2合(360ml)未満」「2合以上3合(540ml)未満」「3合以上4合(720ml)未満」「4合以上5合(900ml)未満」「5合(900ml)以上」は、総数63.1%、男性72.8%、女性47.1%であった。

	総数		1合(180ml)未満		2合以上2合(360ml)未満		3合以上3合(540ml)未満		4合以上4合(720ml)未満		5合以上5合(900ml)未満		6合(900ml)以上		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	445	100.0	159	35.7	145	32.6	91	20.4	24	5.4	13	2.9	8	1.8	5	1.1
男性	277	100.0	71	25.6	99	35.7	68	24.5	22	7.9	10	3.6	3	1.1	4	1.4
女性	168	100.0	88	52.4	46	27.4	23	13.7	2	1.2	3	1.8	5	3.0	1	0.6

第9節 歯科保健

1 口腔衛生

第9-1表 歯の本数

[問26 自分の歯は何本ありますか。自分の歯には、さし歯は含みますが、親知らず、入れ歯、ブリッジ、インプラントは含みません。親知らずを抜くと全部で28本が正常ですが、28本より多かかったり少なかったりすることもあります。]

自分の歯の本数のうち、「28本以上」は、総数37.4%、男性36.9%、女性37.9%であった。

	総数		0本		1-9本		10-19本		20-27本		28本以上		(再掲)20本以上		(再掲)24本以上		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	42	4.0	65	6.1	125	11.8	420	39.7	396	37.4	816	77.1	710	67.0	11	1.0
男性	502	100.0	20	4.0	36	7.2	65	12.9	191	38.0	185	36.9	376	74.9	336	66.9	5	1.0
女性	557	100.0	22	3.9	29	5.2	60	10.8	229	41.1	211	37.9	440	79.0	374	67.1	6	1.1

第9-2表 歯科健診の受診状況

第9-2-1表 歯科健診の受診の有無

[問27 あなたは、この1年間に歯科健康診査を受けましたか。]

歯科健診の受診状況のうち、「受けていない」は、総数54.4%、男性63.1%、女性46.5%であった。

	総数		1 受けた		2 受けていない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	483	45.6	576	54.4	0	0.0
男性	502	100.0	185	36.9	317	63.1	0	0.0
女性	557	100.0	298	53.5	259	46.5	0	0.0

第9-2-2表 歯科健診受診先

[問27-1 問27で「1 受けた」と答えた方におたずねします。歯科健康診査はどこで受けましたか。]

第9-2-1表で「受けた」と回答した者のうち、「かかりつけ歯科医」は、総数96.5%、男性96.8%、女性96.3%で最も高かった。

	総数		1 かかりつけ歯科医		2 市町の健診会場		3 職場の健診会場		4 その他		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	483	100.0	466	96.5	4	0.8	7	1.4	2	0.4	4	0.8
男性	185	100.0	179	96.8	0	0.0	3	1.6	0	0.0	3	1.6
女性	298	100.0	287	96.3	4	1.3	4	1.3	2	0.7	1	0.3

2 オーラルフレイル

第9-3表 歯や口の健康状態

[問24 歯や口の健康状態についておたずねします。(あてはまる番号すべてに○)]

歯や口の健康状態の認識のうち、「特にない」は、総数44.2%、男性42.0%、女性46.1%であったが、半数以上は口腔の健康課題があった。

	総数		1 未治療または治療中の虫歯がある		2 歯ぐきから出血する		3 かめないものがある		4 飲み込みにくい		5 口を大きく開け閉めすると、あごが痛い		6 口臭が気になる		7 口がかわく		8 その他の悩み		9 特にない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	201	19.0	137	12.9	137	12.9	29	2.7	42	4.0	159	15.0	118	11.1	66	6.2	468	44.2	11	1.0
男性	502	100.0	109	21.7	71	14.1	66	13.1	20	4.0	15	3.0	81	16.1	59	11.8	28	5.6	211	42.0	7	1.4
女性	557	100.0	92	16.5	66	11.8	71	12.7	9	1.6	27	4.8	78	14.0	59	10.6	38	6.8	257	46.1	4	0.7

第9-4表 口腔ケア用品の使用状況

[問25 歯ブラシによる歯磨きの他に歯や口の清掃を行っていますか。(あてはまる番号すべてに○)]

歯ブラシ以外による歯や口の清掃のうち、「行っていない」は、総数30.6%、男性39.0%、女性23.0%であった。

	総数		1 デンタルフロス・糸(付)ようじ・歯間ブラシなどの器具を使っている		2 舌を清掃している		3 その他		4 行っていない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	563	53.2	313	29.6	68	6.4	324	30.6	1	0.1
男性	502	100.0	217	43.2	115	22.9	35	7.0	196	39.0	1	0.2
女性	557	100.0	346	62.1	198	35.5	33	5.9	128	23.0	0	0.0

第9-5表 咀嚼の状況

[問4 かんで食べる時の状態についておたずねします。]

咀嚼の状況のうち、「一部かめない食べ物がある」「かめない食べ物が多い」「かんで食べることはできない」は、総数18.7%、男性18.9%、女性18.6%であった。

	総数		1 何でもかんで食べることができる		2 一部かめない食べ物がある		3 かめない食べ物が多い		4 かんで食べることはできない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	860	81.3	181	17.1	16	1.5	1	0.1	0	0.0
男性	502	100.0	407	81.1	86	17.1	9	1.8	0	0.0	0	0.0
女性	556	100.0	453	81.5	95	17.1	7	1.3	1	0.2	0	0.0

第9-6表 食事とオーラルフレイルの状況

[問5 あなたの食べ方や食事の様子についておたずねします。]

第9-6-1表 ア ゆっくりよくかんで食事をする

食べ方や食事の状況のうち、「いいえ」は、総数43.2%、男性48.6%、女性38.3%であった。

	総数		1 はい		2 いいえ		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	600	56.7	457	43.2	1	0.1
男性	502	100.0	258	51.4	244	48.6	0	0.0
女性	556	100.0	342	61.5	213	38.3	1	0.2

第9-6-2表 イ 半年前に比べて固いものが食べにくくなった

食べ方や食事時の状況のうち、「はい」は、総数 19.7%、男性 19.1%、女性 20.1%であった。

	総数		1 はい		2 いいえ		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	208	19.7	848	80.2	2	0.2
男性	502	100.0	96	19.1	406	80.9	0	0.0
女性	556	100.0	112	20.1	442	79.5	2	0.4

第9-6-3表 ウ お茶や汁物等でむせることがある

食べ方や食事時の状況のうち、「はい」は、総数 19.9%、男性 19.1%、女性 20.7%であった。

	総数		1 はい		2 いいえ		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	211	19.9	845	79.9	2	0.2
男性	502	100.0	96	19.1	406	80.9	0	0.0
女性	556	100.0	115	20.7	439	79.0	2	0.4

第9-6-4表 エ 口の渇きが気になる

食べ方や食事時の状況のうち、「はい」は、総数 16.7%、男性 14.9%、女性 18.3%であった。

	総数		1 はい		2 いいえ		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	177	16.7	878	83.0	3	0.3
男性	502	100.0	75	14.9	427	85.1	0	0.0
女性	556	100.0	102	18.3	451	81.1	3	0.5

第9-6-5表 オ 左右両方の奥歯でしっかりかみしめられる

食べ方や食事時の状況のうち、「いいえ」は、総数 35.8%、男性 36.9%、女性 34.9%であった。

	総数		1 はい		2 いいえ		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,058	100.0	675	63.8	379	35.8	4	0.4
男性	502	100.0	316	62.9	185	36.9	1	0.2
女性	556	100.0	359	64.6	194	34.9	3	0.5

第10節 社会貢献

第10表 就労又は社会活動実施の状況

[問 34 あなたは現在働いていますか。または、ボランティア活動、地域社会活動(町内会、地域行事など)、趣味やおけいこ事を行っていますか。]

就労又は社会活動実施の状況のうち、「いずれも行っていない」は、総数 25.4%、男性 19.9%、女性 30.3%であった。

	総数		1 働いている・何らかの活動を行っている		2 いずれも行っていない		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,059	100.0	790	74.6	269	25.4	0	0.0
男性	502	100.0	402	80.1	100	19.9	0	0.0
女性	557	100.0	388	69.7	169	30.3	0	0.0

第 3 部 結果の概要

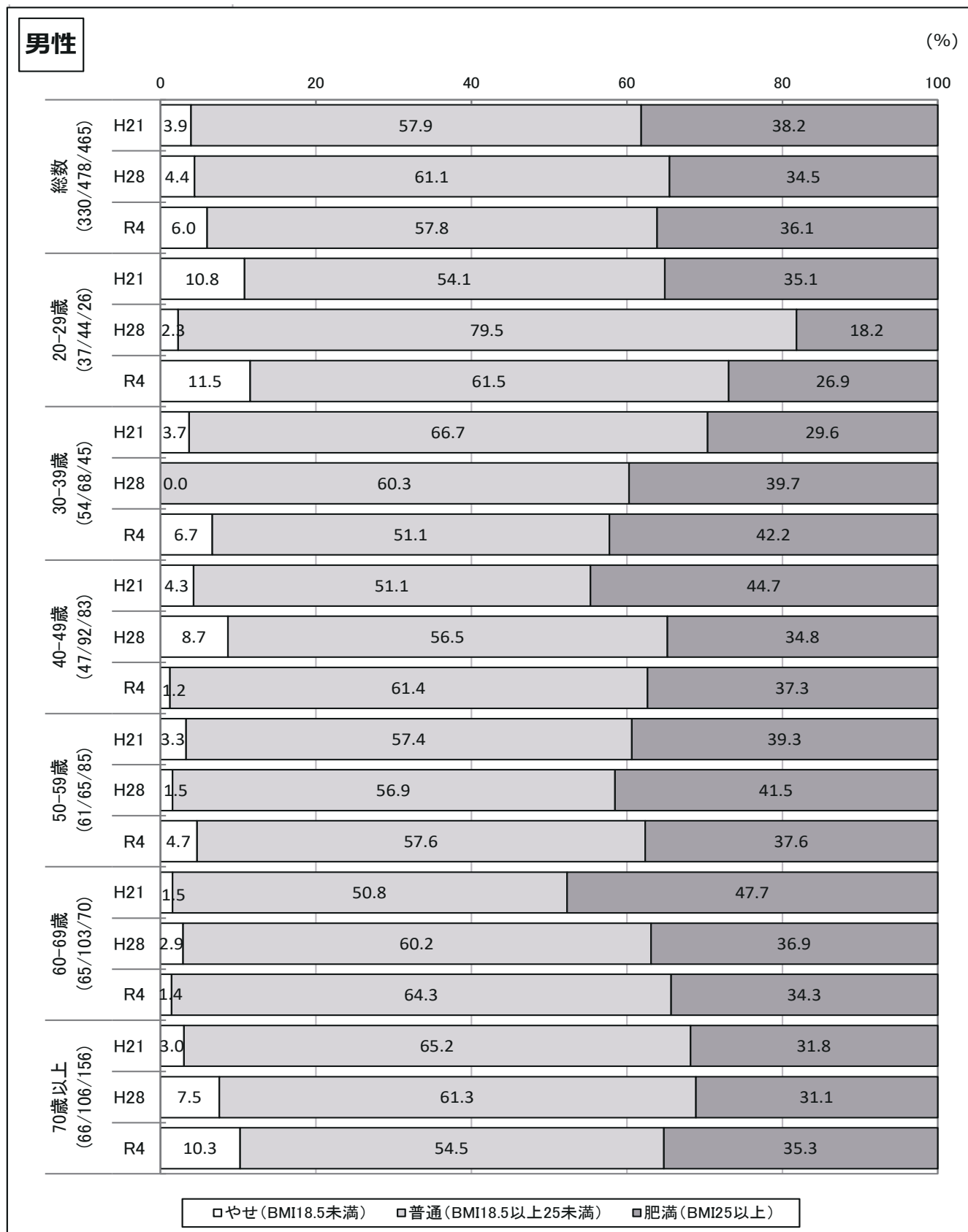
第1章 身体に関する状況

第1節 身体状況

第1-1-1表 体格

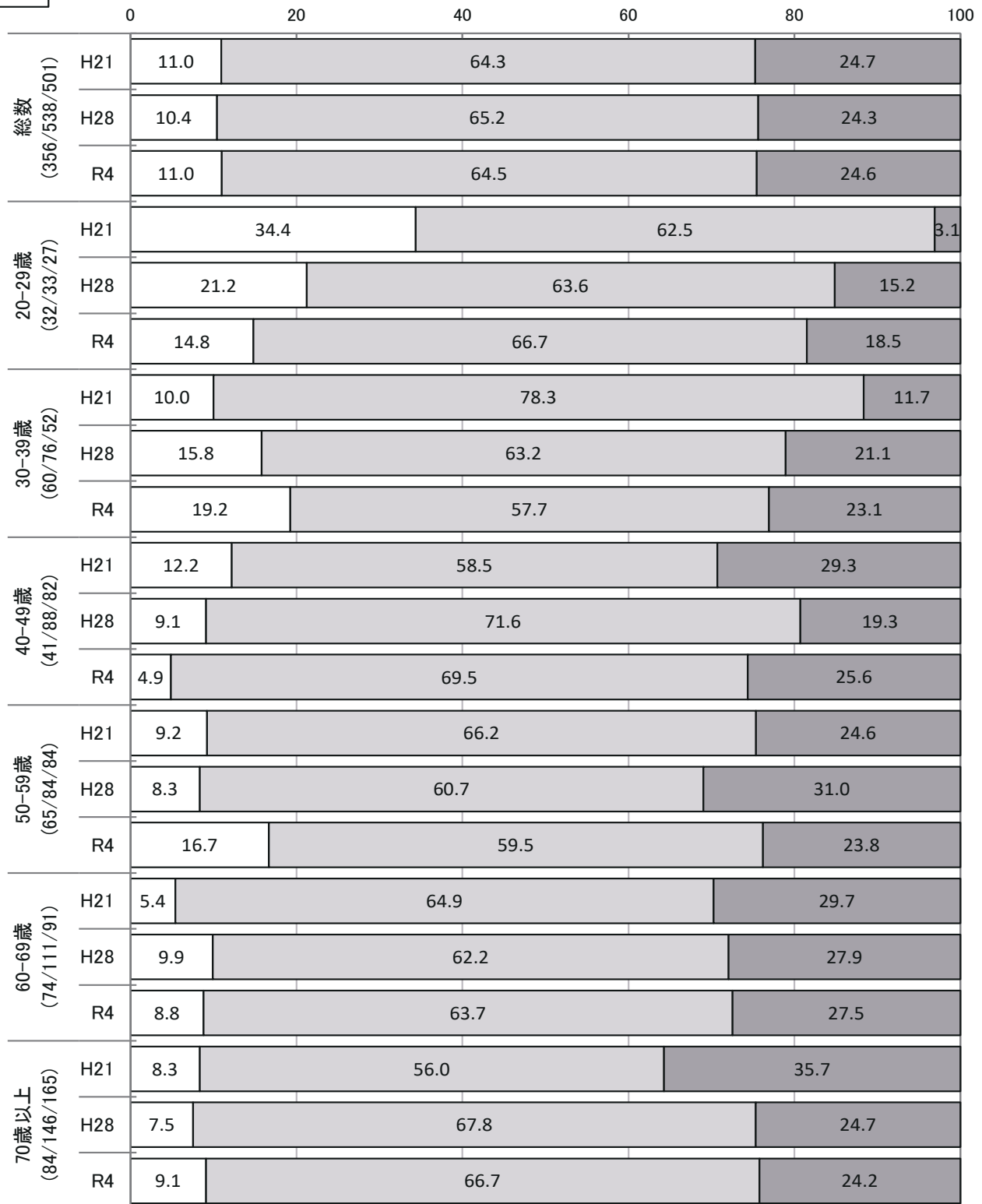
男性の肥満者は36%、女性の肥満者は25%で前回調査から横ばい

男性の肥満者の割合は36.1%、女性の肥満者の割合は24.6%で、前々回調査(平成21年度)および前回調査(平成28年度)から横ばいであった。性・年代別にみると、男性は20歳代でやせの者の割合が11.5%で前回調査より9.2%増加した。一方、女性のやせの者の割合は、20歳代で14.8%、30歳代で19.2%であり、それぞれ6.4%減少、3.4%増加した。



女性

(%)



□ やせ (BMI18.5未満) □ 普通 (BMI18.5以上25未満) □ 肥満 (BMI25以上)

第1-1-2表 BMIと自己体格評価の関係

女性では、現在の体格（体重）よりも太っていると感じる傾向

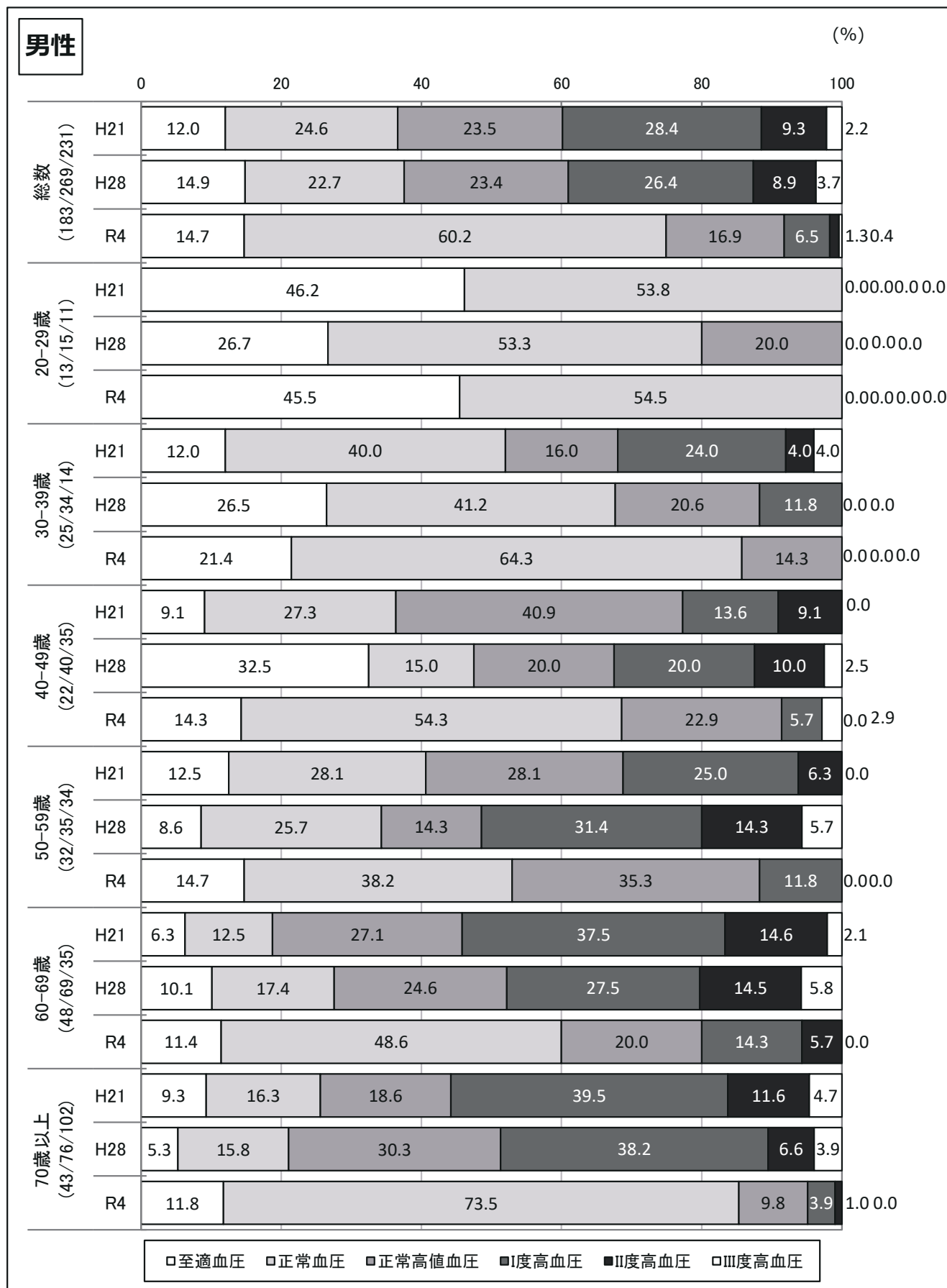
現在の体格と自己による体格評価について、性別にみると、男性では概ね一致している一方で、女性ではやせ（BMI18.5未満）の者が「ちょうどよい（ふつう）」と回答する者の割合が高く、普通（BMI18.5以上25未満）の者が「少し太っている」や「太っている」と回答する者の割合が高かった。

			太っている		少し太っている		ちょうどよい (ふつう)		少しやせている		やせている		
			人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
男性	総数	やせ (BMI18.5未満)	0	0.0	0	0.0	1	3.7	4	14.8	22	81.5	
		普通 (BMI18.5以上25未満)	5	1.9	89	33.7	138	52.3	20	7.6	12	4.5	
		肥満 (BMI25以上)	72	43.6	76	46.1	15	9.1	2	1.2	0	0.0	
	20-29歳	やせ (BMI18.5未満)	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	33.3	2	66.7	
		普通 (BMI18.5以上25未満)	1	6.7	4	26.7	8	53.3	1	6.7	1	6.7	
		肥満 (BMI25以上)	2	28.6	4	57.1	0	0.0	1	14.3	0	0.0	
	30-39歳	やせ (BMI18.5未満)	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	33.3	2	66.7	
		普通 (BMI18.5以上25未満)	0	0.0	9	40.9	12	54.5	1	4.5	0	0.0	
		肥満 (BMI25以上)	13	68.4	6	31.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
	40-49歳	やせ (BMI18.5未満)	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	100.0	
		普通 (BMI18.5以上25未満)	3	5.9	23	45.1	19	37.3	3	5.9	3	5.9	
		肥満 (BMI25以上)	15	50.0	12	40.0	3	10.0	0	0.0	0	0.0	
	50-59歳	やせ (BMI18.5未満)	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	25.0	3	75.0	
		普通 (BMI18.5以上25未満)	0	0.0	21	42.9	23	46.9	2	4.1	3	6.1	
		肥満 (BMI25以上)	18	56.3	12	37.5	2	6.3	0	0.0	0	0.0	
	60-69歳	やせ (BMI18.5未満)	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	100.0	
		普通 (BMI18.5以上25未満)	1	2.3	14	32.6	25	58.1	1	2.3	2	4.7	
		肥満 (BMI25以上)	7	31.8	13	59.1	2	9.1	0	0.0	0	0.0	
	70歳以上	やせ (BMI18.5未満)	0	0.0	0	0.0	1	6.7	1	6.7	13	86.7	
		普通 (BMI18.5以上25未満)	0	0.0	18	21.4	51	60.7	12	14.3	3	3.6	
		肥満 (BMI25以上)	17	30.9	29	52.7	8	14.5	1	1.8	0	0.0	
	女性	総数	やせ (BMI18.5未満)	0	0.0	0	0.0	19	34.5	19	34.5	17	30.9
			普通 (BMI18.5以上25未満)	25	7.8	113	35.2	162	50.5	15	4.7	6	1.9
			肥満 (BMI25以上)	76	62.3	40	32.8	6	4.9	0	0.0	0	0.0
20-29歳		やせ (BMI18.5未満)	0	0.0	0	0.0	1	25.0	2	50.0	1	25.0	
		普通 (BMI18.5以上25未満)	0	0.0	6	33.3	11	61.1	1	5.6	0	0.0	
		肥満 (BMI25以上)	5	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
30-39歳		やせ (BMI18.5未満)	0	0.0	0	0.0	4	40.0	3	30.0	3	30.0	
		普通 (BMI18.5以上25未満)	4	13.3	14	46.7	12	40.0	0	0.0	0	0.0	
		肥満 (BMI25以上)	8	66.7	4	33.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
40-49歳		やせ (BMI18.5未満)	0	0.0	0	0.0	2	50.0	1	25.0	1	25.0	
		普通 (BMI18.5以上25未満)	4	7.3	26	47.3	23	41.8	1	1.8	1	1.8	
		肥満 (BMI25以上)	21	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
50-59歳		やせ (BMI18.5未満)	0	0.0	0	0.0	7	50.0	3	21.4	4	28.6	
		普通 (BMI18.5以上25未満)	11	22.0	15	30.0	24	48.0	0	0.0	0	0.0	
		肥満 (BMI25以上)	12	60.0	7	35.0	1	5.0	0	0.0	0	0.0	
60-69歳		やせ (BMI18.5未満)	0	0.0	0	0.0	0	0.0	5	62.5	3	37.5	
		普通 (BMI18.5以上25未満)	2	3.4	22	37.9	32	55.2	2	3.4	0	0.0	
		肥満 (BMI25以上)	15	62.5	9	37.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
70歳以上		やせ (BMI18.5未満)	0	0.0	0	0.0	5	33.3	5	33.3	5	33.3	
		普通 (BMI18.5以上25未満)	4	3.6	30	27.3	60	54.5	11	10.0	5	4.5	
		肥満 (BMI25以上)	15	37.5	20	50.0	5	12.5	0	0.0	0	0.0	

第1-1-3表 血圧の状況

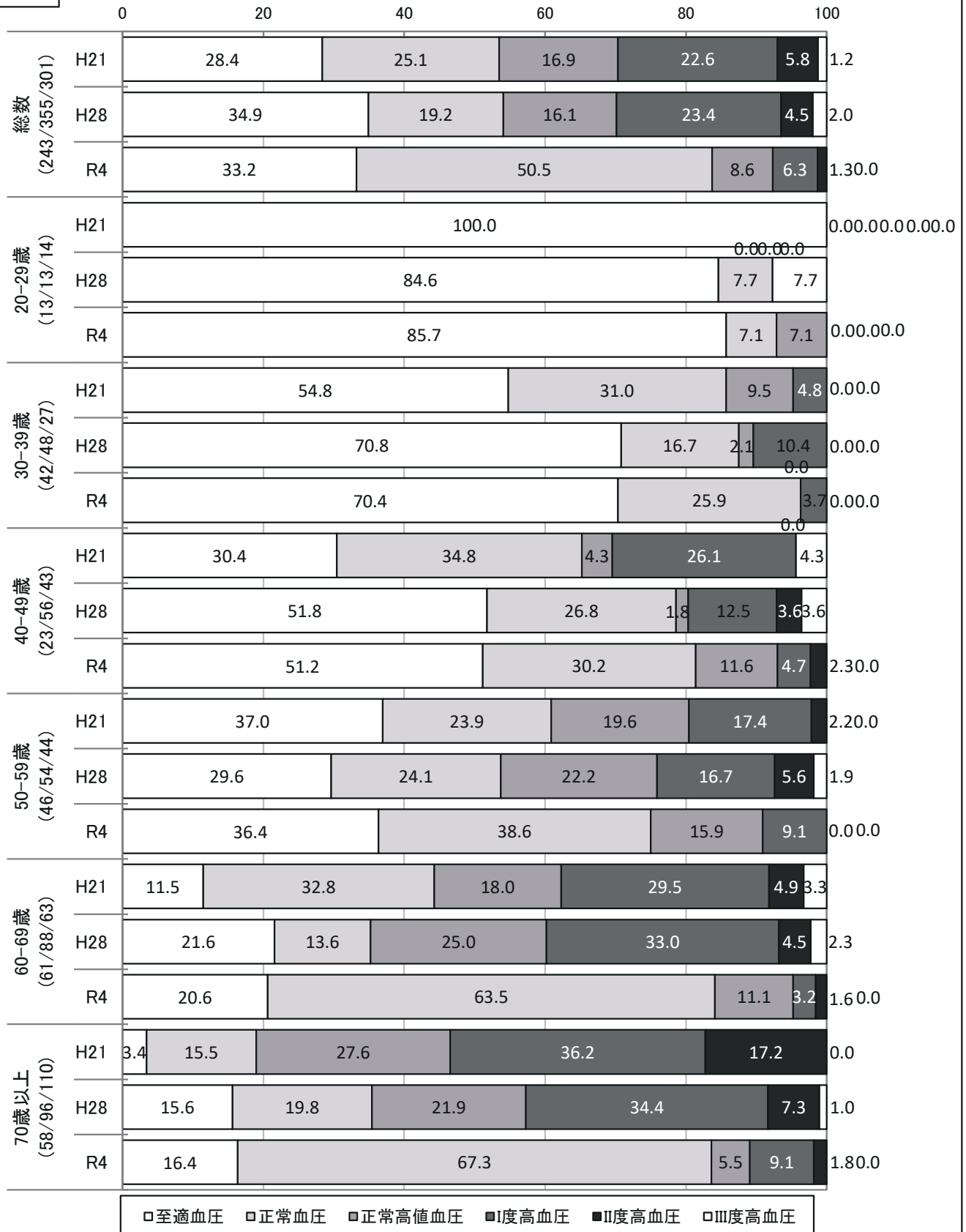
高血圧である者の割合は、前回調査と比較して大きく減少

収縮期血圧の状況を見ると、男女ともに高血圧者の割合は前々回調査（平成21年度）および前回調査（平成28年度）と比較して大きく減少し、男性が8.2%、女性が7.6%であり、それぞれ30.8%、22.3%減少した。



女性

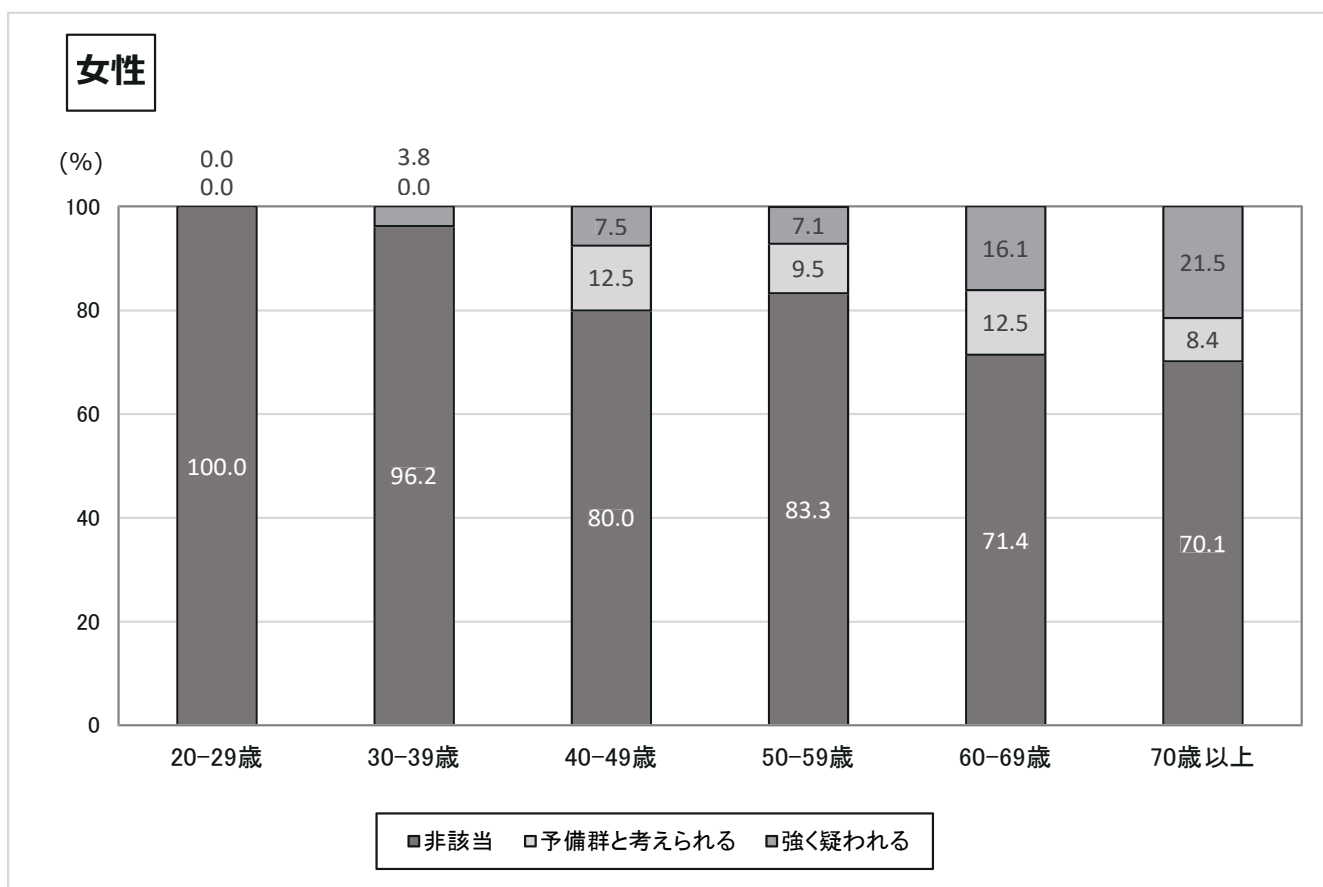
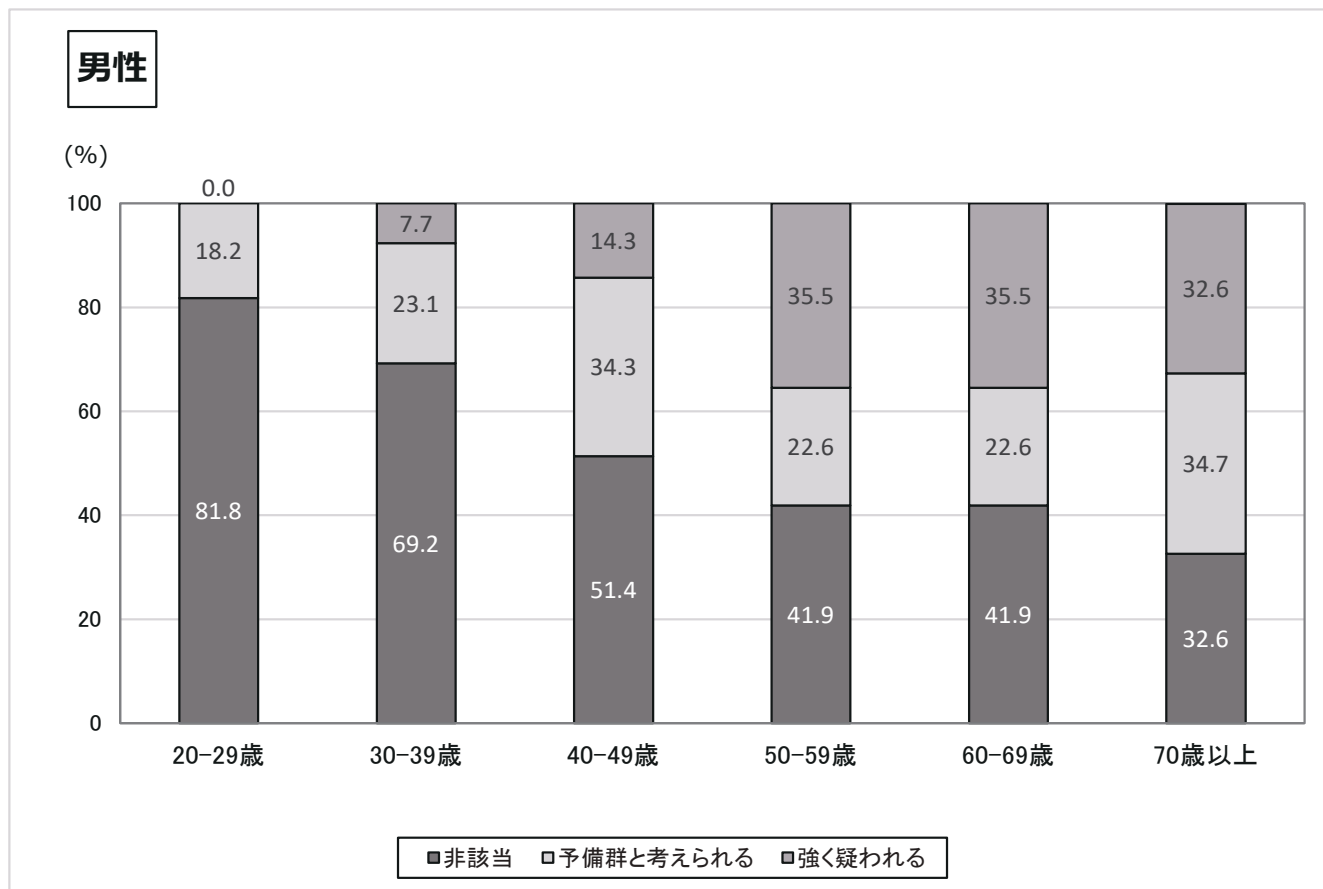
(%)



第1-1-4表 メタボリックシンドロームの予備群と考えられる者と年齢の関係

メタボリックシンドロームが疑われる者（予備群含めて）の割合は、男女とも年齢が上がるにつれて増加

メタボリックシンドロームが疑われる者（予備群含めて）の割合は、男女ともに年齢が上がるにつれて増加する。ただし、男性では50歳以上で5割を超える一方で、女性では70歳以上で3割程度にとどまっている。



第1-1-5表 高血圧区分と自己血圧管理の関係

高血圧者、正常高値血圧者は月に1回以上血圧を測定している者の割合が多い

正常高値血圧者もしくは高血圧者は、月に1回以上血圧を測定する者の割合が、男性7割以上、女性7割程度であった。そのうちほとんど毎日測定している者の割合は、男女ともに2～3割程度であった。

		ほとんど毎日測定している		週3～4回測定する		週1～2回測定する		月に1回程度測定する		年に1回測定する		測定していない	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男性	総数	45	19.7	12	5.2	19	8.3	70	30.6	40	17.5	43	18.8
	至適血圧	1	2.9	2	5.9	2	5.9	12	35.3	5	14.7	12	35.3
	正常血圧	31	22.3	6	4.3	10	7.2	40	28.8	26	18.7	26	18.7
	正常高値血圧	9	23.7	2	5.3	4	10.5	12	31.6	9	23.7	2	5.3
	I度高血圧	3	21.4	1	7.1	2	14.3	5	35.7	0	0.0	3	21.4
	II度高血圧	1	33.3	0	0.0	1	33.3	1	33.3	0	0.0	0	0.0
	III度高血圧	0	0.0	1	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
女性	総数	45	15.1	14	4.7	43	14.4	63	21.1	52	17.4	82	27.4
	至適血圧	5	5.1	3	3.0	6	6.1	14	14.1	28	28.3	43	43.4
	正常血圧	29	19.2	7	4.6	31	20.5	35	23.2	18	11.9	31	20.5
	正常高値血圧	5	19.2	2	7.7	5	19.2	7	26.9	2	7.7	5	19.2
	I度高血圧	6	31.6	2	10.5	1	5.3	4	21.1	3	15.8	3	15.8
	II度高血圧	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	75.0	1	25.0	0	0.0
	III度高血圧	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0

第1-1-6表 血圧を下げる薬の内服者における高血圧の区分と食塩摂取量の関係

血圧に関係なく、男女ともに6g/日以上の食塩を摂取している者が8割以上

高血圧者、非高血圧者に関わらず、6g/日以上の食塩を摂取している者の割合が、男性で80.0～100%、女性で75.0～89.5%と高い状況であった。

*日本高血圧学会が高血圧者に推奨している

		6.0 (g) 未満		6.0以上	
		人数	%	人数	%
男性	至適血圧	4	11.8	30	88.2
	正常血圧	7	5.1	129	94.9
	正常高値血圧	1	2.6	38	97.4
	I度高血圧	3	20.0	12	80.0
	II度高血圧	0	0.0	3	100.0
	III度高血圧	1	100.0	0	0.0
女性	至適血圧	20	20.0	80	80.0
	正常血圧	21	13.9	130	86.1
	正常高値血圧	5	19.2	21	80.8
	I度高血圧	2	10.5	17	89.5
	II度高血圧	1	25.0	3	75.0
	III度高血圧	0	0.0	0	0.0

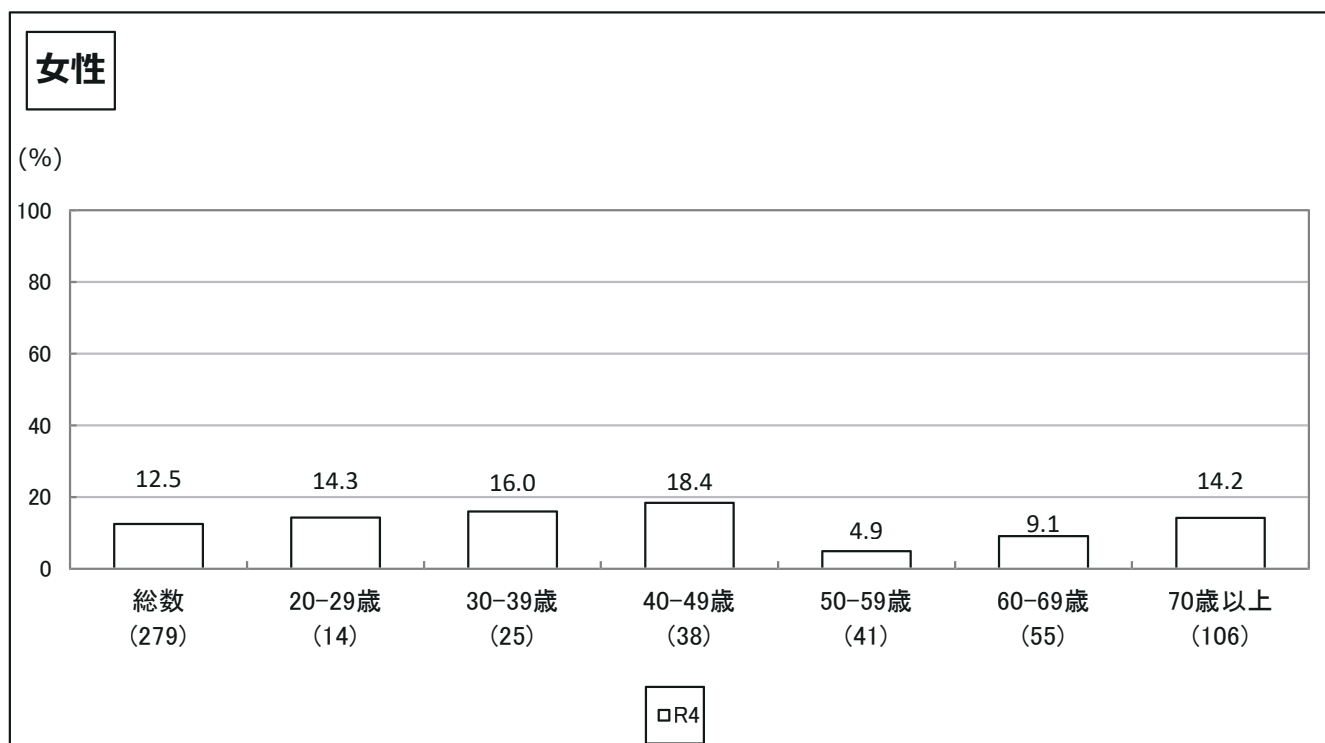
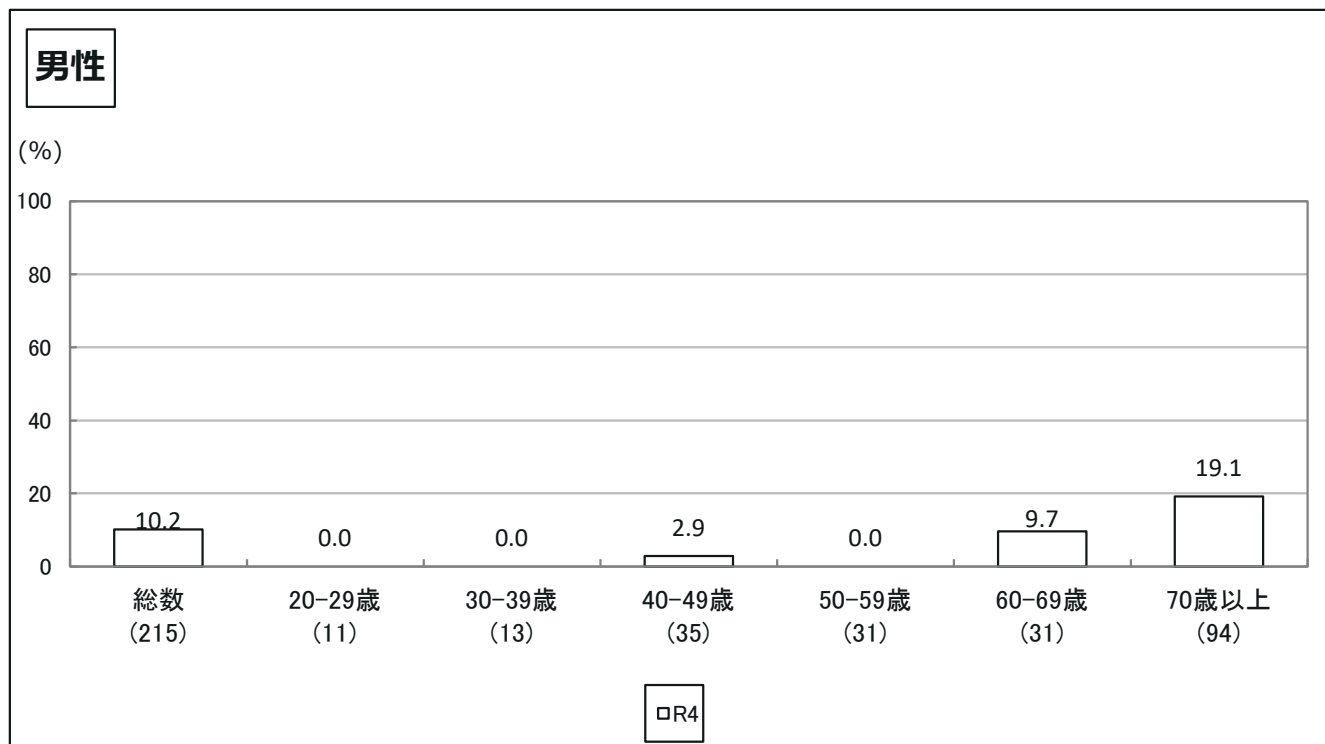
※色付きは70%を超える部分

ただし、1人しかいない層はどちらも色を付けていない

第2節 血液検査
 第1-2-1表 血色素量

血色素量値低値者の割合は20-40歳代女性と70歳以上の男女が多い

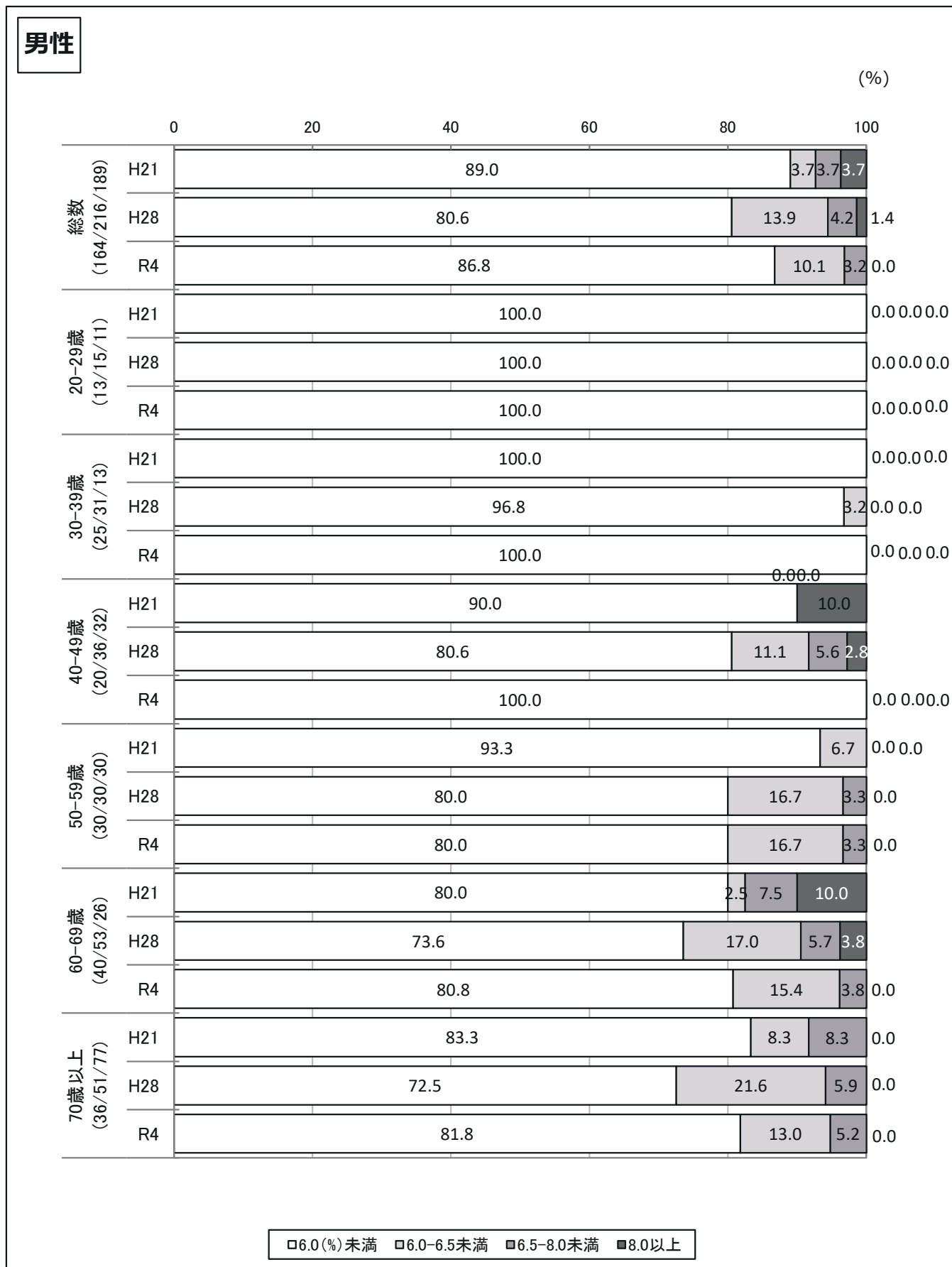
血色素量低値者（男性 13.0g/dl未満、女性 12.0g/dl未満）の割合は、女性では20歳代が14.3%、30歳代が16.0%、40歳代が18.4%であり、70歳以上においては男性が19.1%、女性が14.2%であり、ともに高い状況であった。



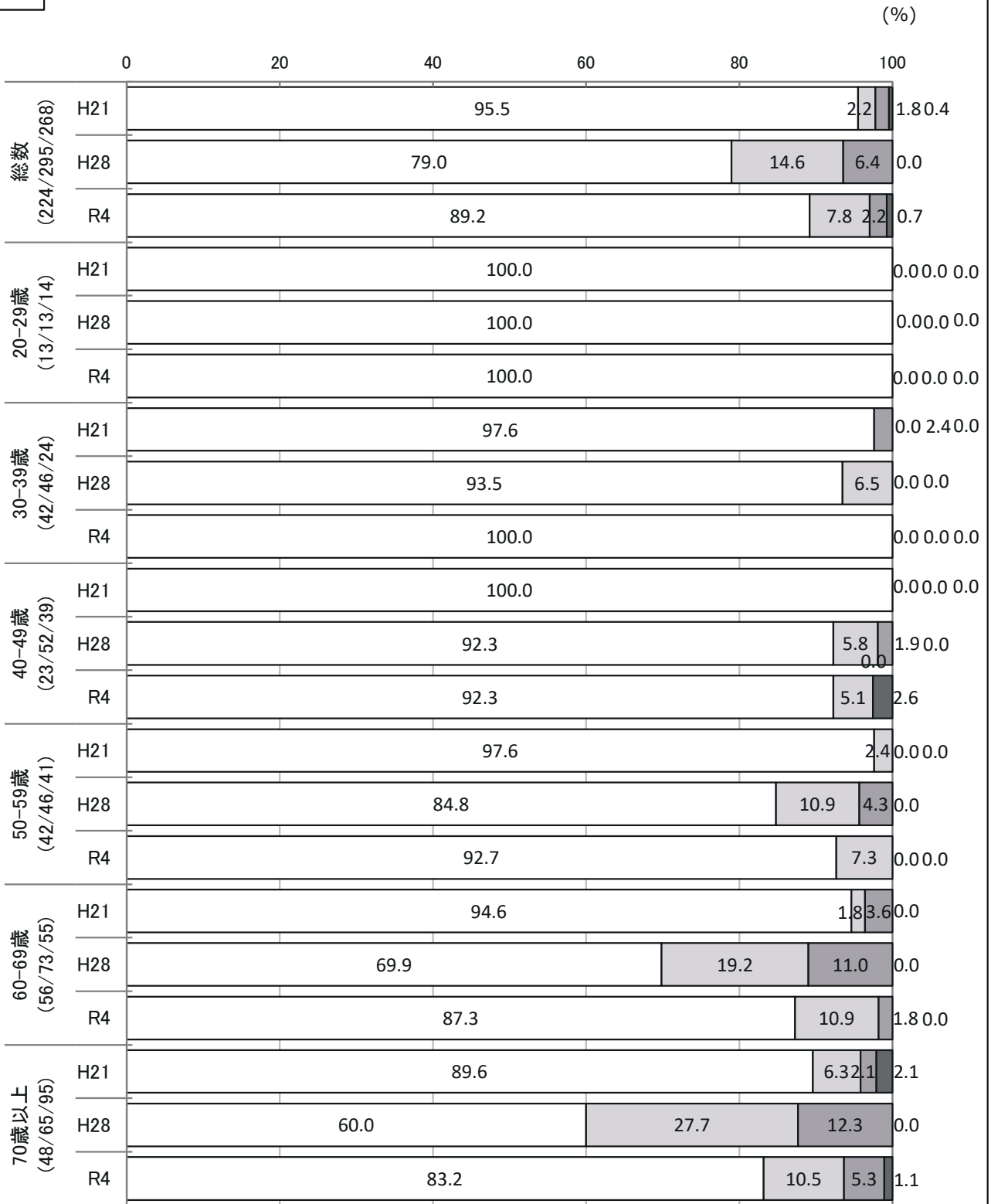
第1-2-2表 ヘモグロビンA1c

ヘモグロビンA1c値(NGSP)高値者の割合は男女ともに前回調査より減少

成人におけるヘモグロビンA1c(NGSP)高値者(6.5%以上)の者の割合は、男性3.2%、女性2.9%で、前回調査(平成28年度)と比較して、それぞれ2.4%、3.5%改善した。



女性

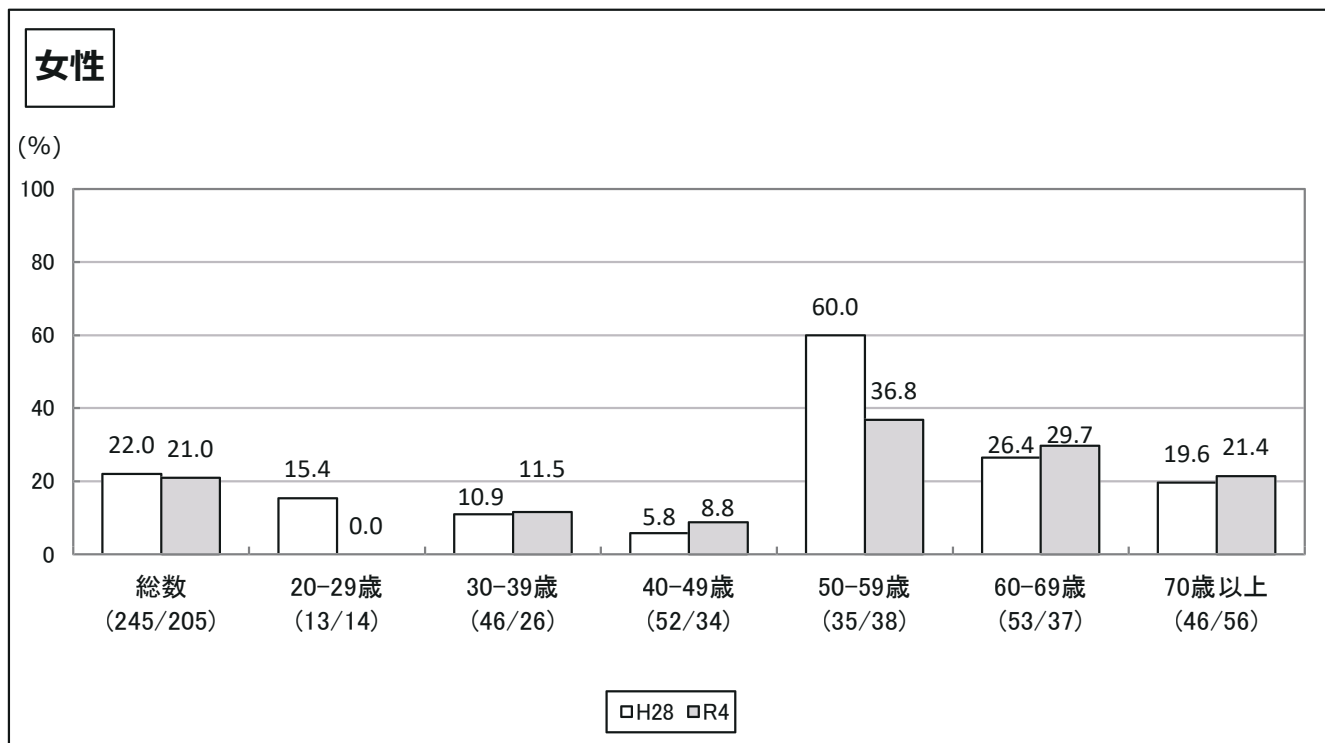
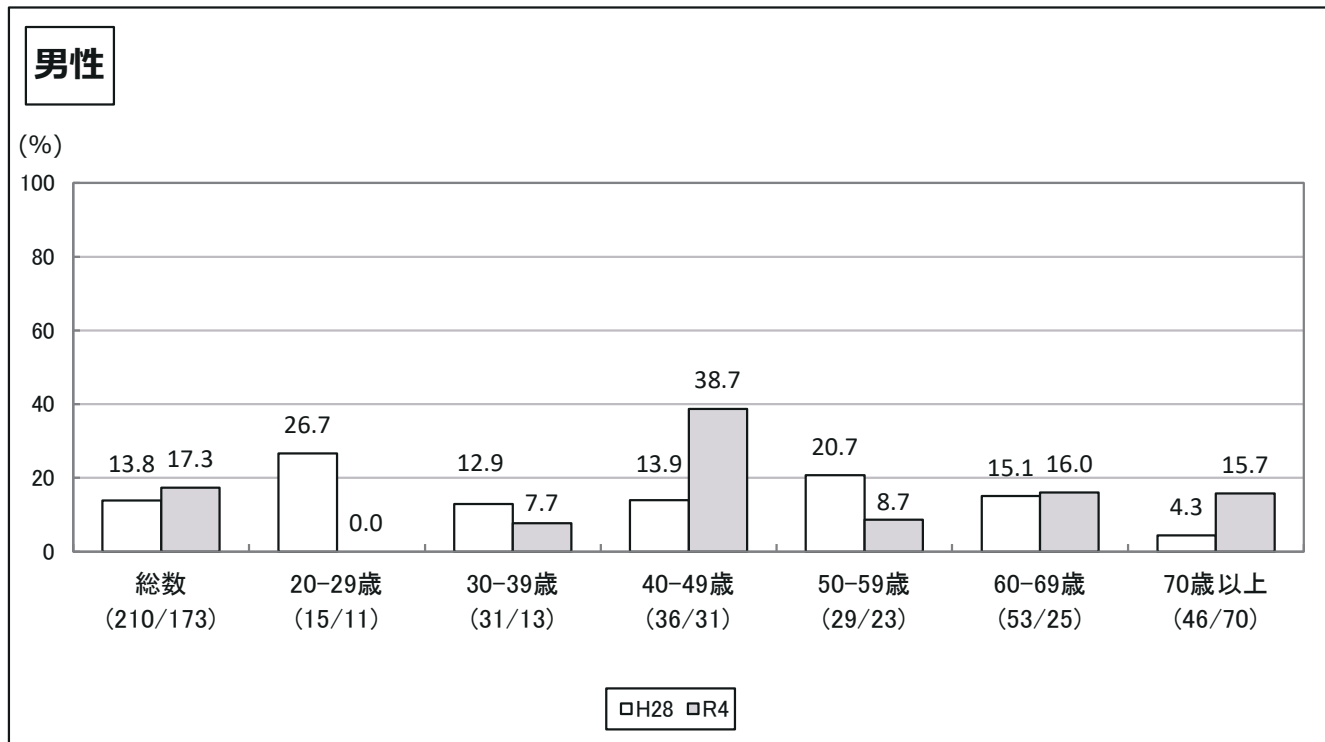


□6.0(%)未満 □6.0-6.5未満 ■6.5-8.0未満 ■8.0以上

第1-2-3表 血清総コレステロール値

総コレステロール値高値者の割合は、男性で増加傾向

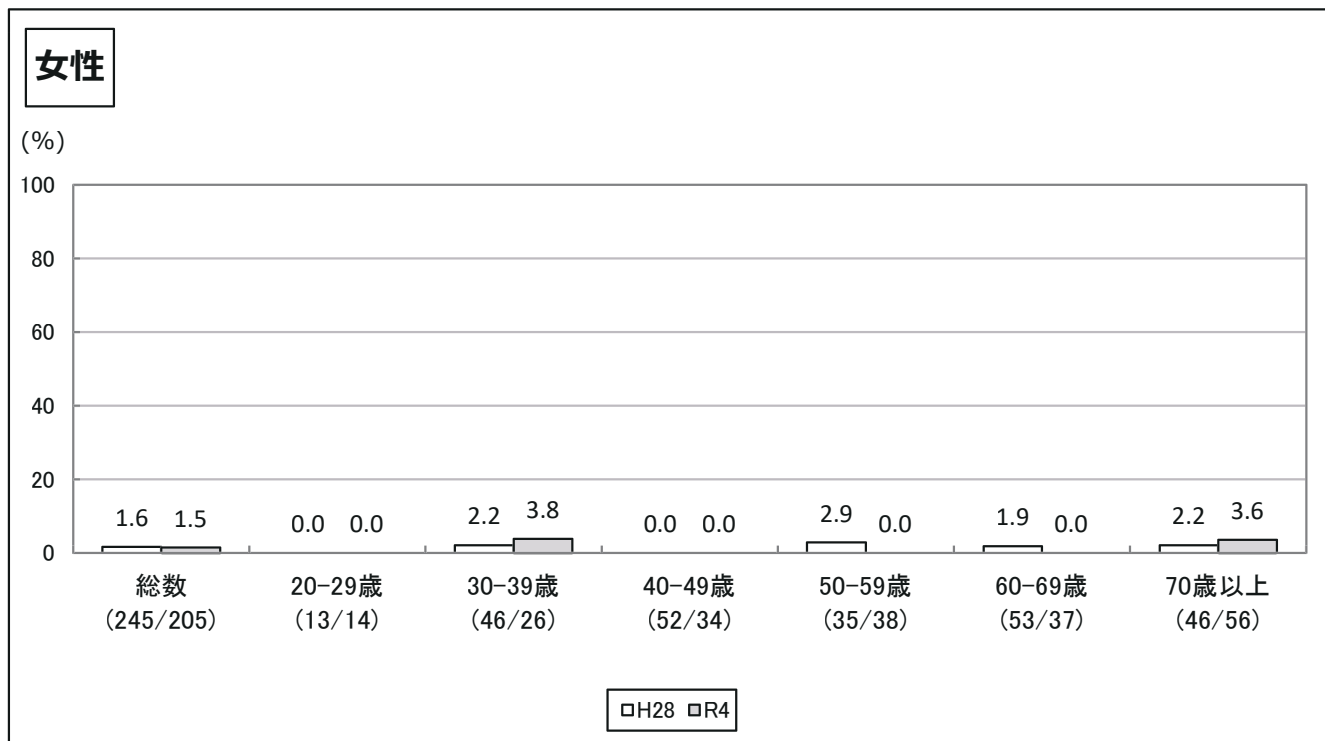
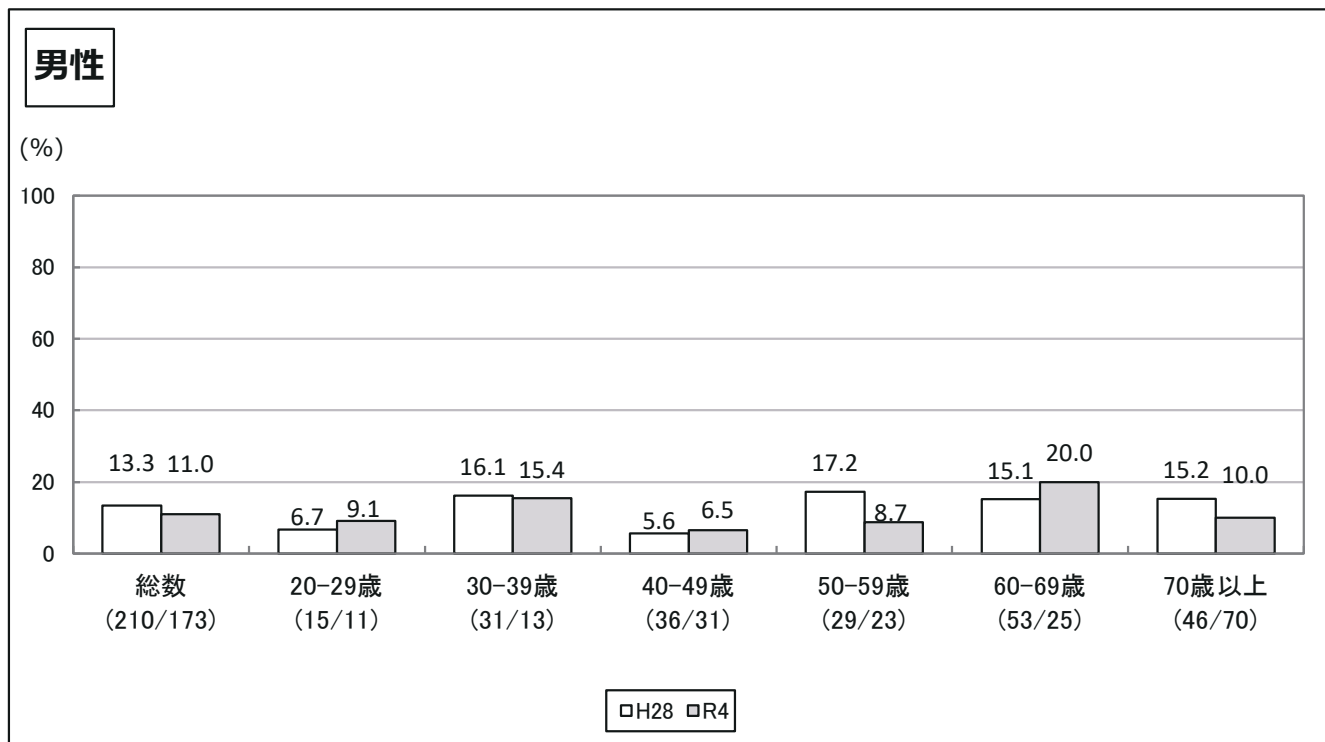
総コレステロール高値者（240mg/dl以上の者）の割合は、男性17.3%、女性21.0%で、前回調査（平成28年度）と比較して、それぞれ3.5%悪化、1.0%改善した。性・年代別にみると、男性では40歳代が38.7%、70歳以上が15.7%であり、それぞれ24.8%、11.4%の悪化が認められた。その一方で、20歳代が高値者なし、50歳代が8.7%であり、それぞれ26.7%、12.0%の改善が認められた。女性では20歳代が高値者なし、50歳代が36.8%であり、それぞれ15.4%、23.2%の改善が認められた。



第1-2-4表 血清HDL-コレステロール値

HDL-コレステロール値低値者の者の割合は、前回調査より男性で減少傾向

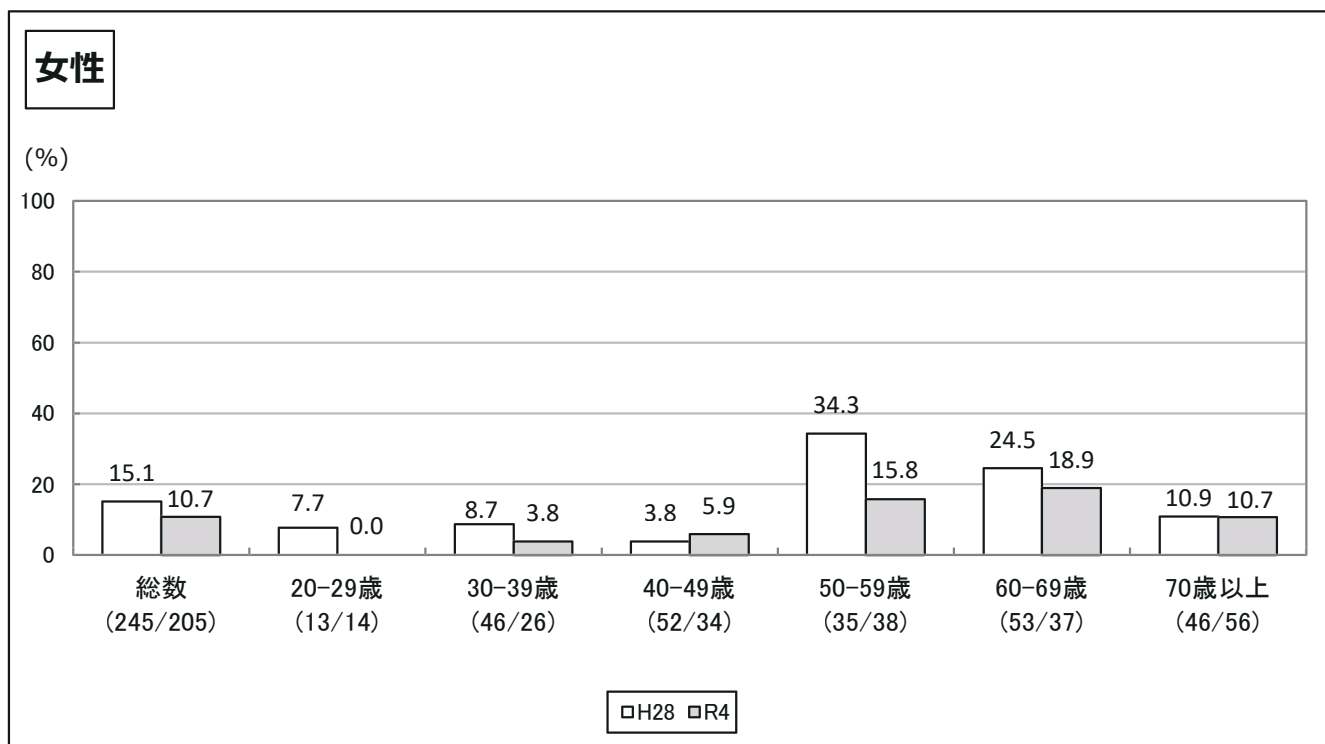
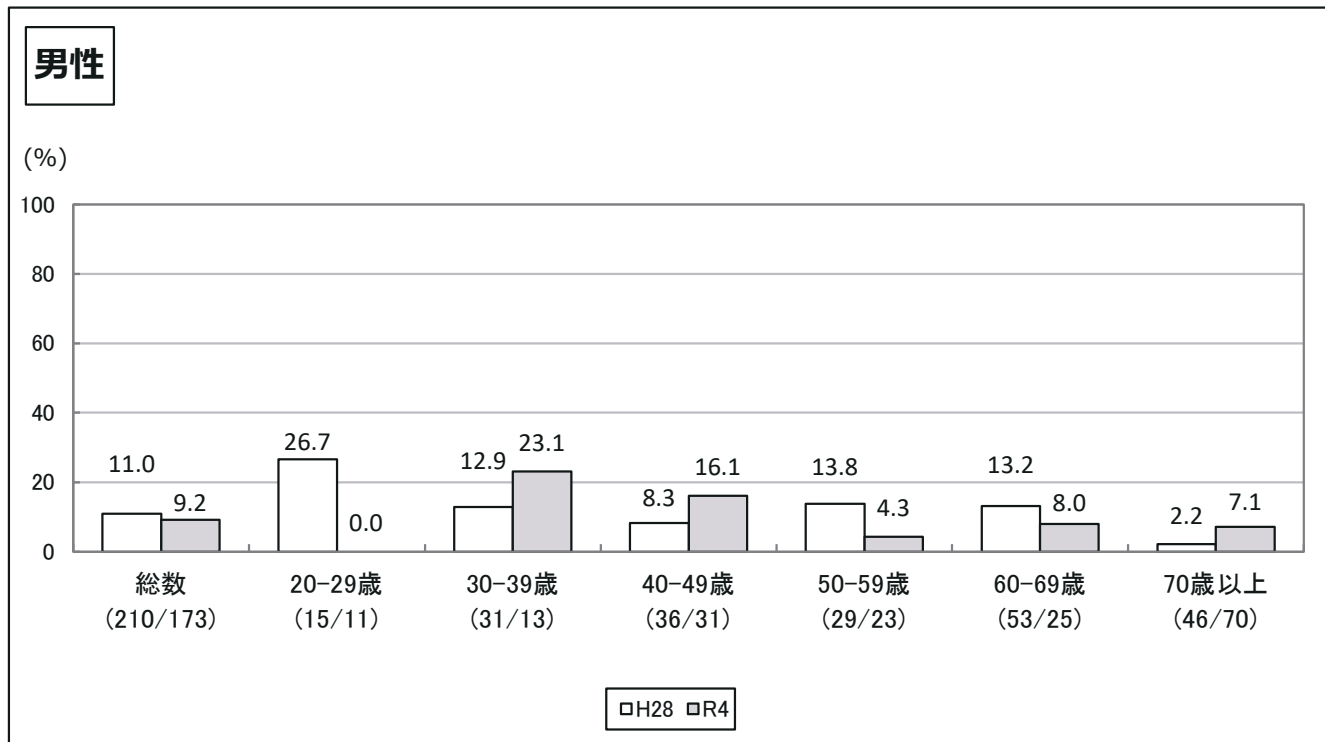
HDL-コレステロール低値者（40mg/dl未満の者）の割合は、男性11.0%、女性1.5%で、前回調査（平成28年度）と比較して、それぞれ2.3%、0.1%改善した。性・年代別にみると、男性では50歳代が8.7%、70歳以上が10.0%であり、それぞれ8.5%、5.2%の改善が認められたが、60歳代では20.0%であり、4.9%の悪化が認められた。



第1-2-5表 血清LDL-コレステロール値

LDL-コレステロール値高値者の者の割合は、前回調査より男女ともに減少傾向

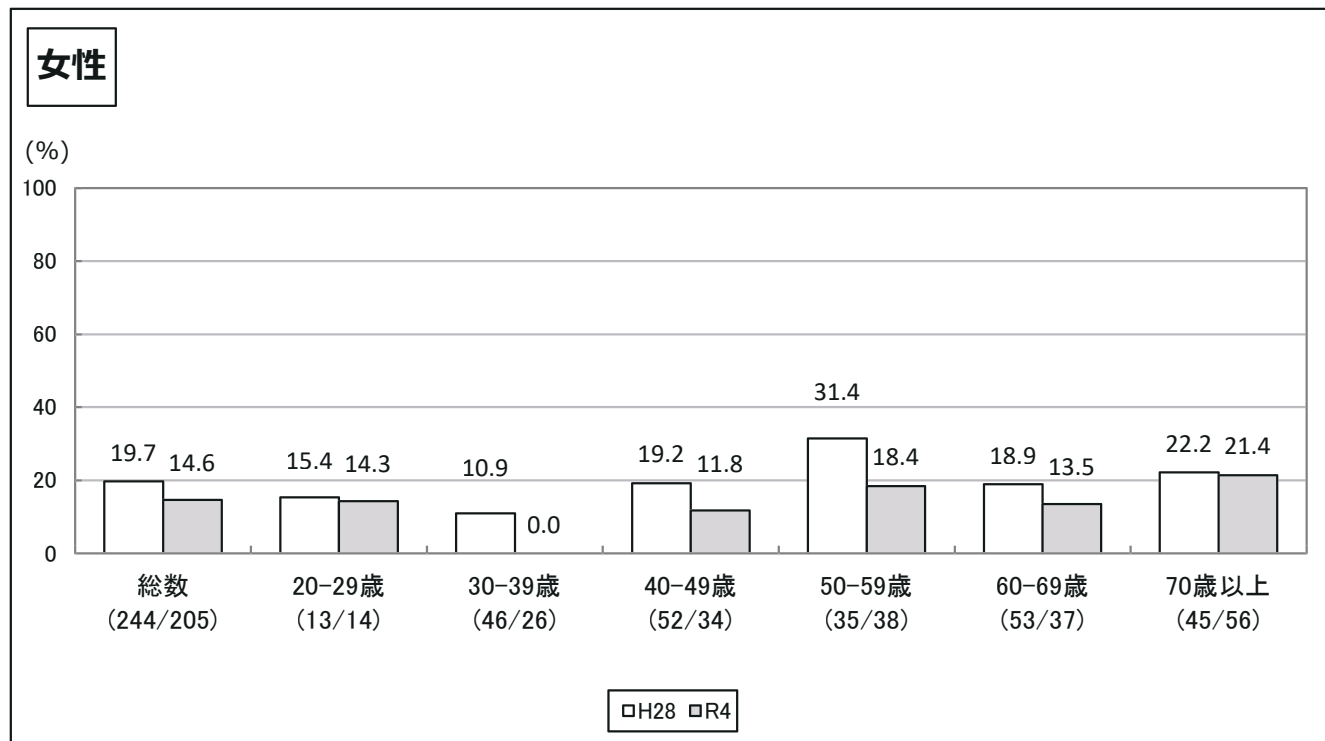
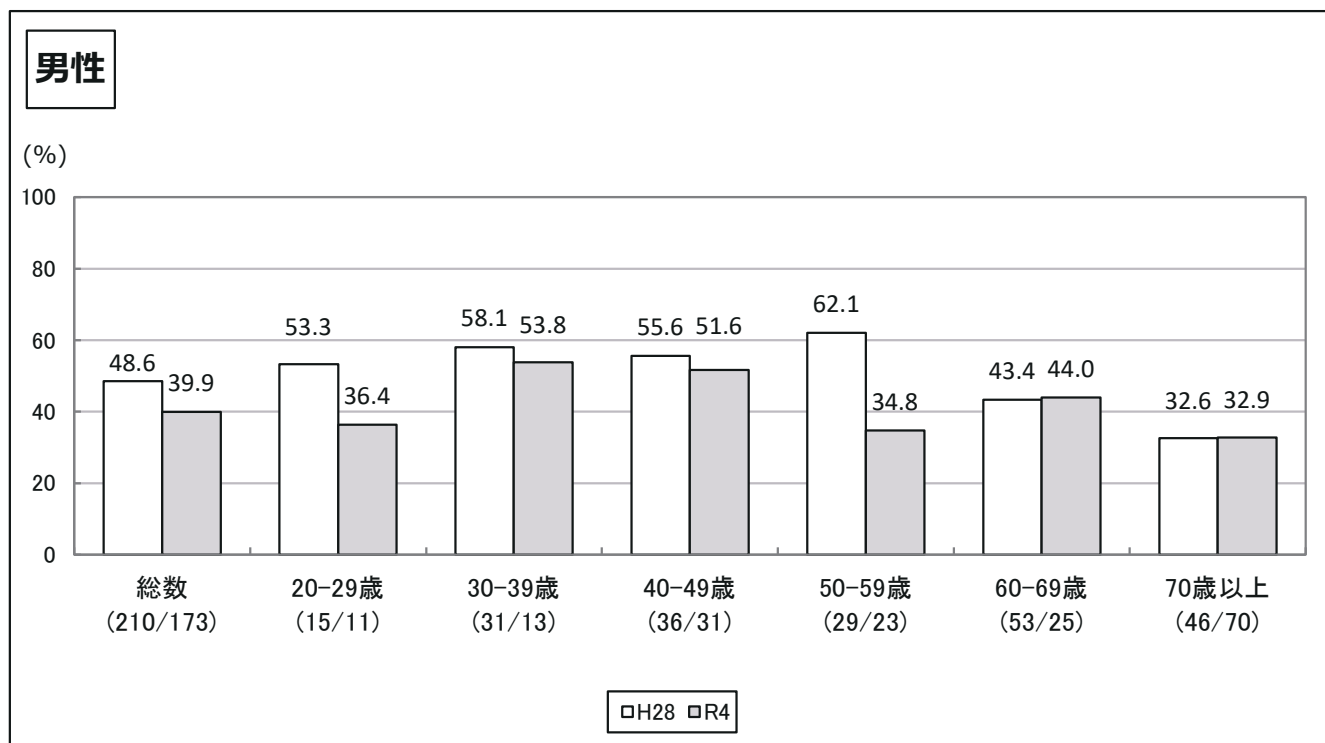
LDL-コレステロール高値者（160mg/dl以上の者）の割合は、男性9.2%、女性10.7%で、前回調査（平成28年度）と比較して、それぞれ1.8%、4.4%改善した。性・年代別にみると、男性では20歳代が高値者なし、50歳代が4.3%であり、それぞれ26.7%、9.5%の改善が認められた。その一方で、30歳代が23.1%、40歳代が16.1%であり、それぞれ10.2%、7.8%の悪化が認められた。女性では20歳代が高値者なし、50歳代が5.8%であり、それぞれ7.7%、18.5%の改善が認められた。



第1-2-6表 血清中性脂肪値

血清中性脂肪（トリグリセリド）値高値者の者の割合は、前回調査より男女ともに減少傾向

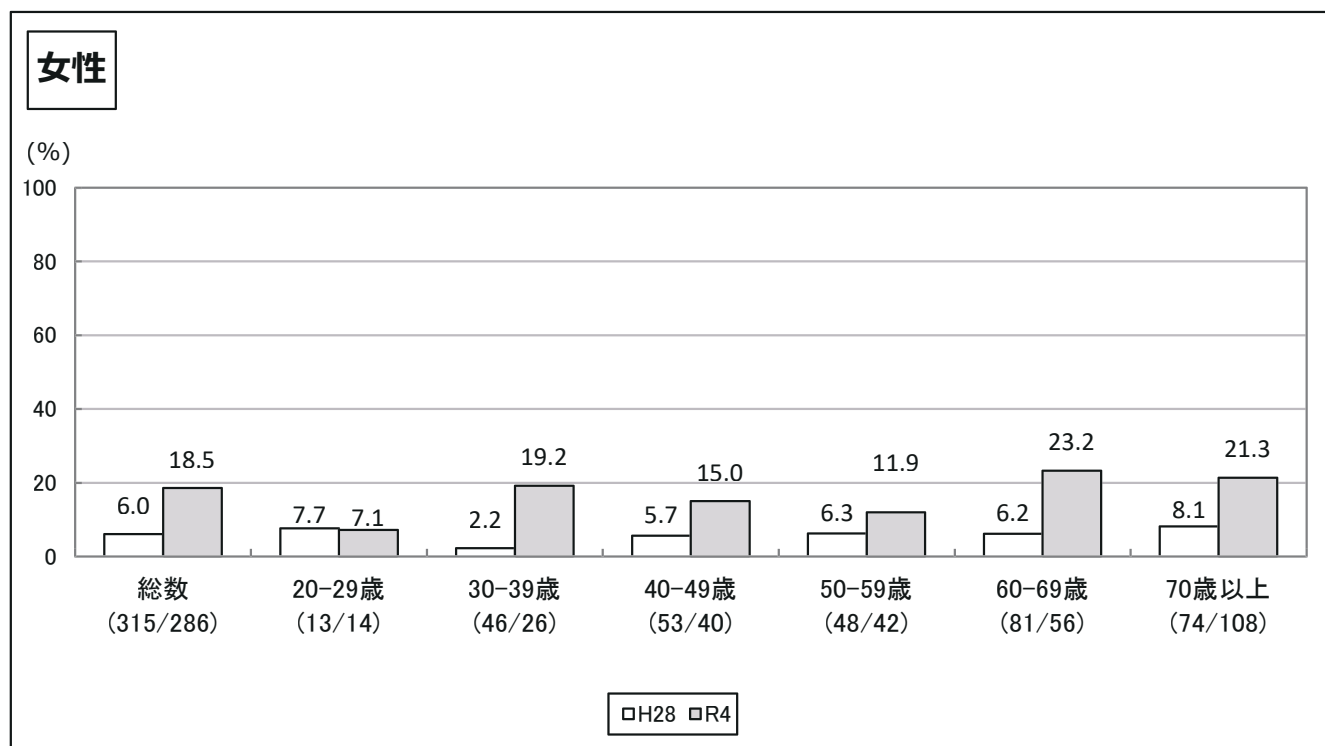
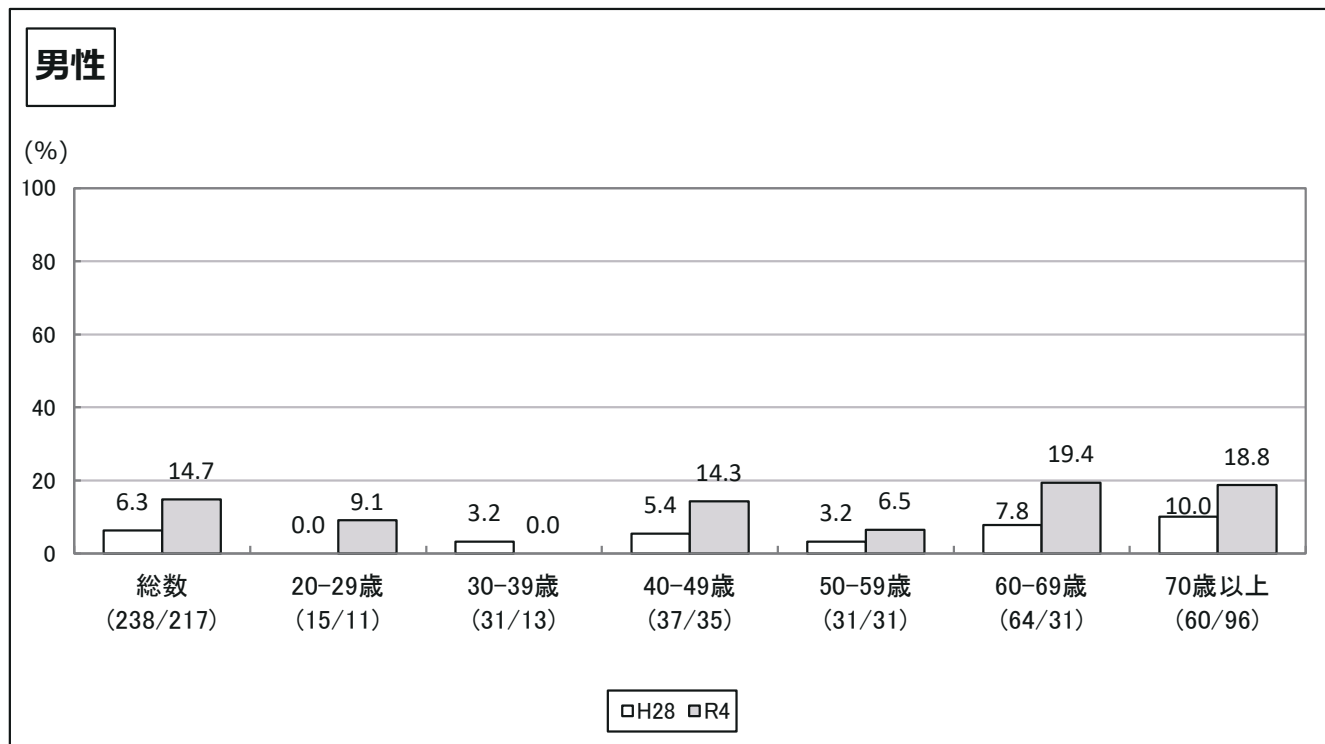
血清中性脂肪（トリグリセリド）高値者（150mg/dl以上の者）の割合は、男性39.9%、女性14.6%で、前回調査（平成28年度）と比較して、それぞれ8.7%、5.1%改善した。性・年代別にみると、男性では20歳代が36.4%、50歳代が34.8%であり、それぞれ16.9%、27.3%の改善が認められた。女性では30歳代が高値者なし、50歳代は18.4%であり、それぞれ10.9%、13.0%の改善が認められた。



第1-2-7表 血清総たんぱく質値

血清総たんぱく質値低値者の者の割合は、前回調査より男女ともに増加傾向

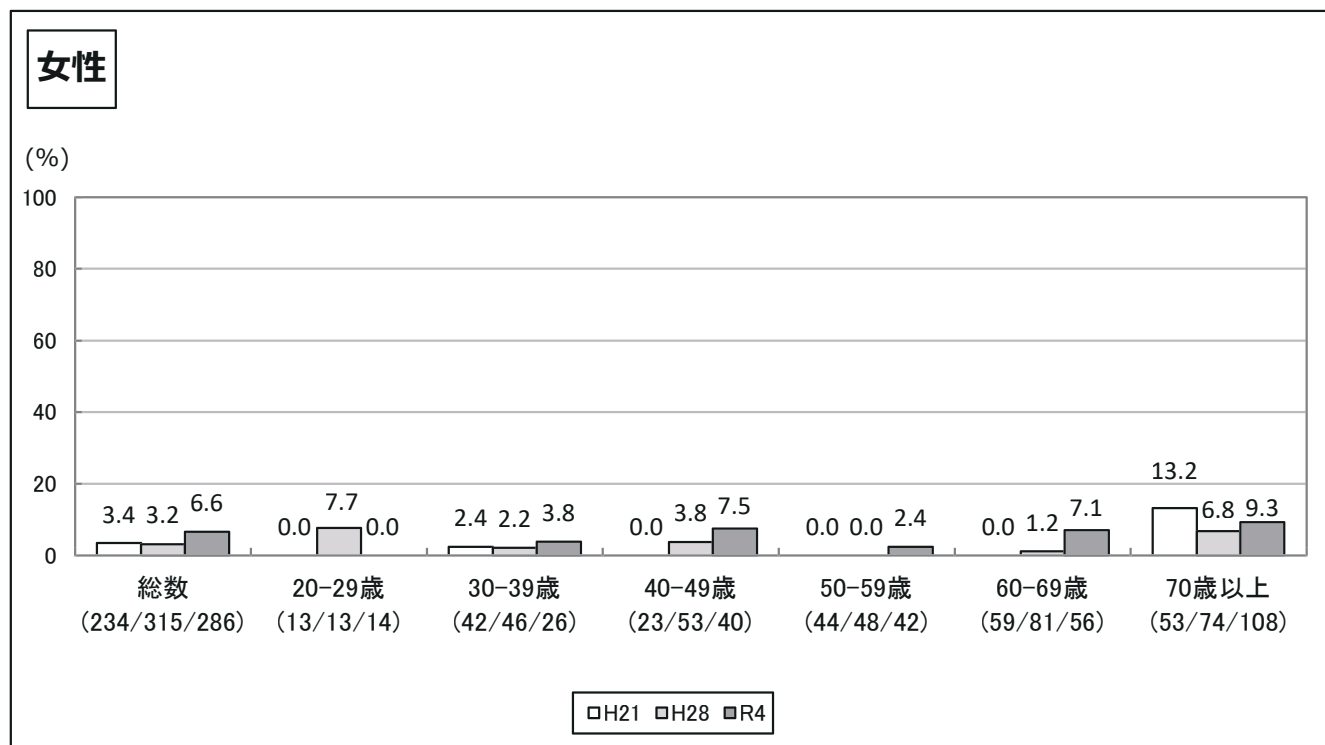
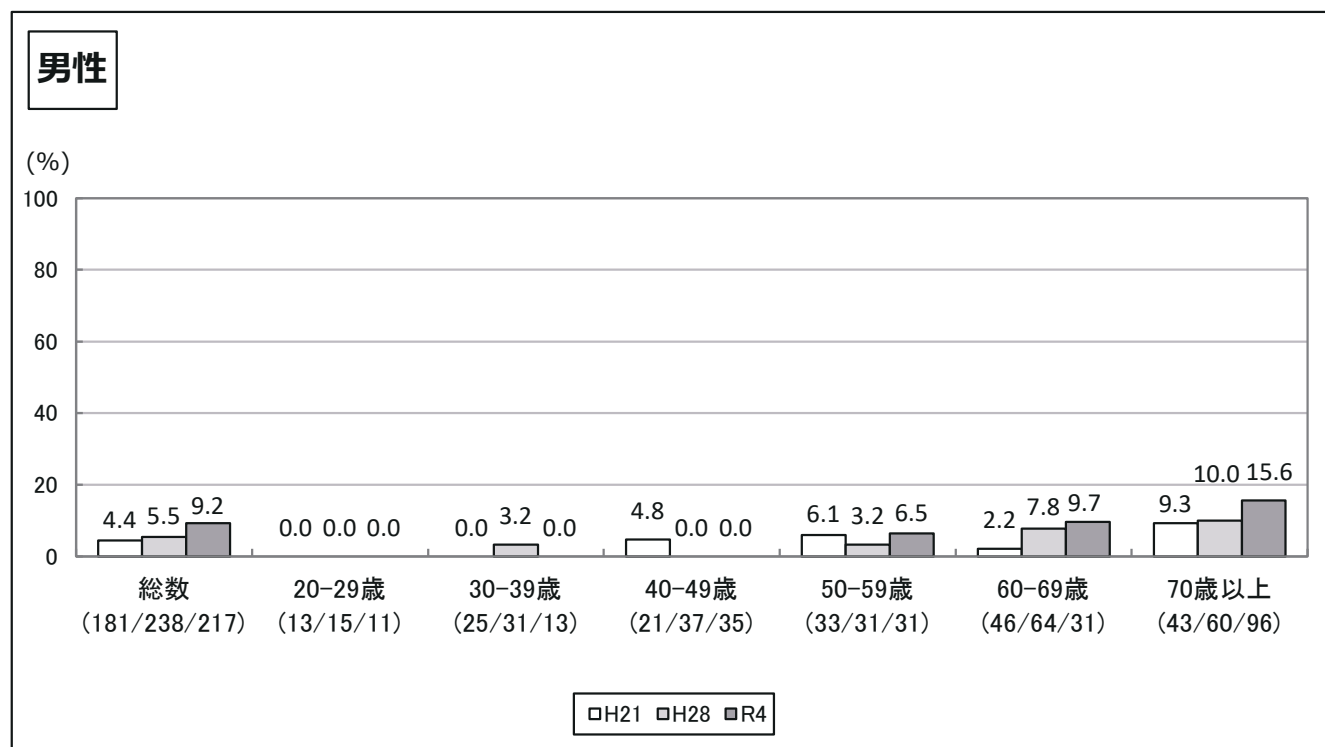
血清総たんぱく質低値者（7.0g/dl未満の者）の割合は、男性14.7%、女性18.5%で、前回調査（平成28年度）と比較して、それぞれ8.4%、12.5%悪化した。性・年代別にみると、男性では20歳代が9.1%、40歳代が14.3%、60歳代が19.4%、70歳以上が18.8%であり、それぞれ9.1%、8.9%、11.6%、8.8%の悪化が認められた。女性でも30歳代が19.2%、40歳代が15.0%、60歳代が23.2%、70歳以上が21.3%であり、それぞれ17.0%、9.3%、17.0%、13.2%の悪化が認められた。



第1-2-8表 血清アルブミン

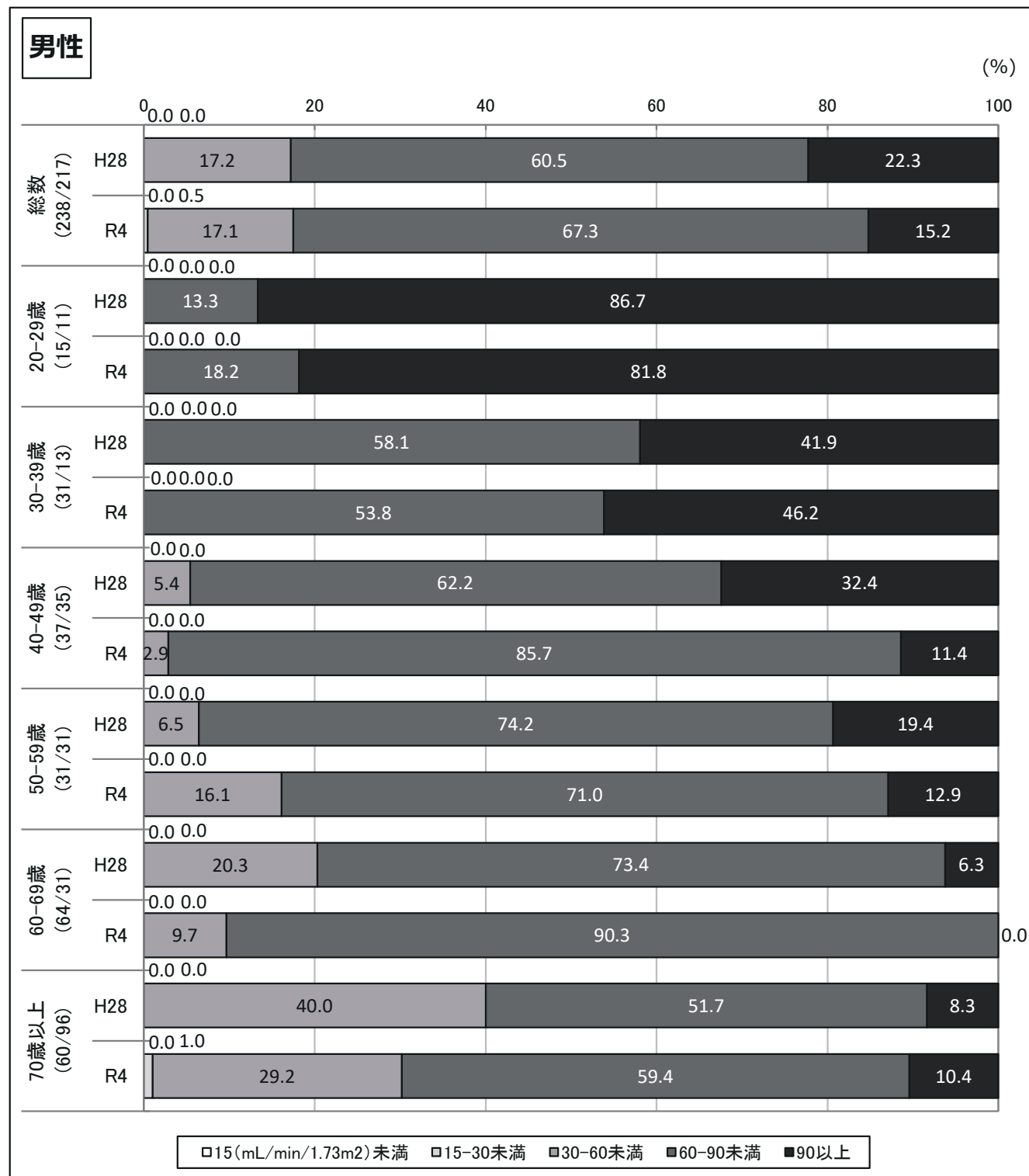
血清アルブミン値低値者の者の割合は、前回調査より男女ともに増加傾向

血清アルブミン低値者（4.0g/dl未満の者）の割合は、男性9.2%、女性6.6%で、前回調査（平成28年度）と比較して、それぞれ3.7%、3.4%悪化した。性・年代別にみると、男性では70歳以上が15.6%、女性では60歳代が7.1%であり、それぞれ5.6%、5.9%の悪化が認められた。



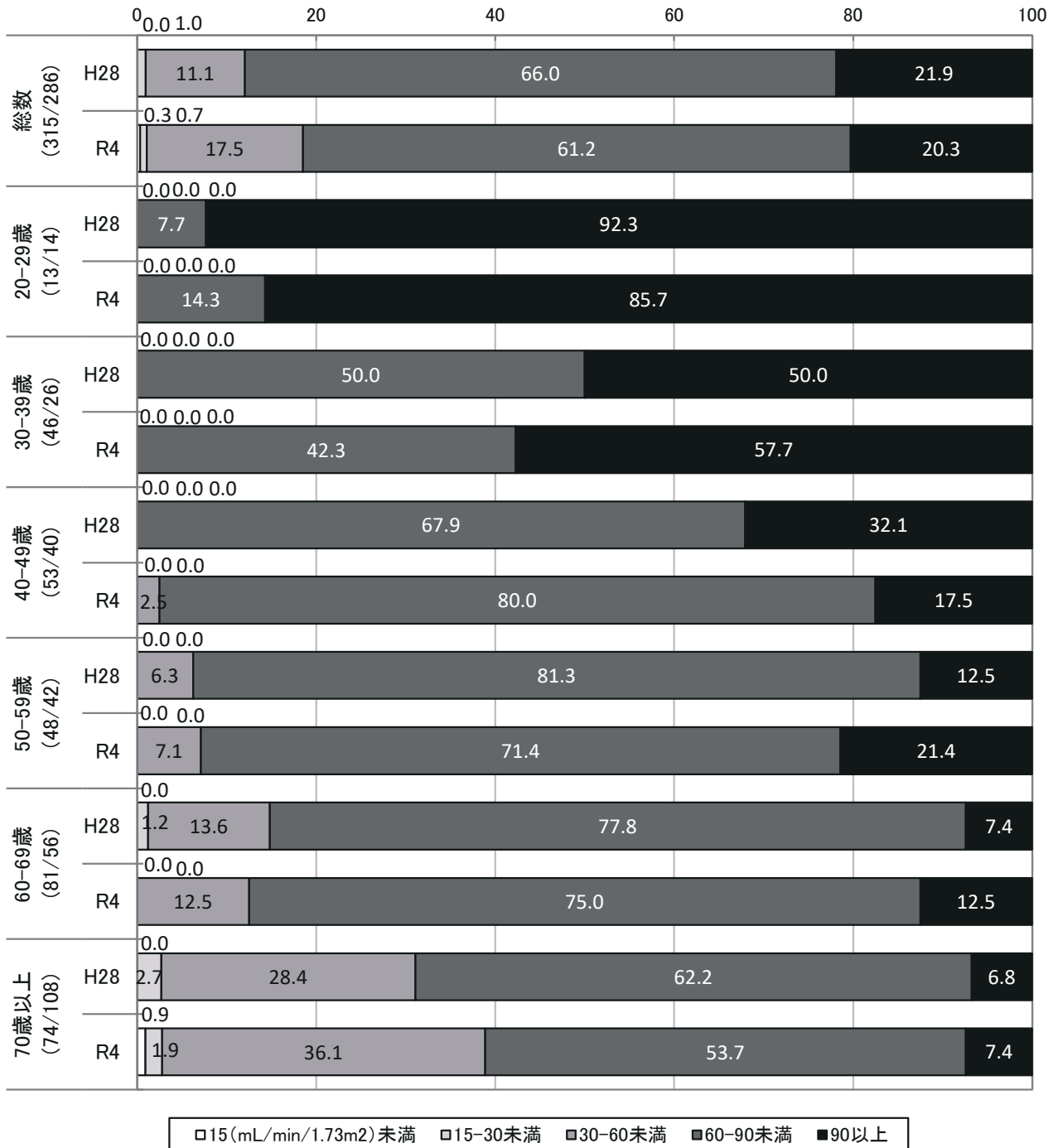
推算 GFR は G3 以上に該当する者は女性で増加

慢性腎臓病 (CKD) を評価する推算 GFR (推算糸球体濾過量 ; ml/分/1.73m²) の分類は、軽度低下である G3 以上の者が、男性17.6%、女性18.5%で、前回調査 (平成28年度) と比較して、それぞれ0.4%、6.4%の悪化を認めた。性・年代別にみると、男性では50歳代が16.1%、60歳代が9.7%、70歳以上が30.2%であり、それぞれ9.6%悪化、10.6%の改善、9.8%の改善が認められた。一方で女性では、70歳以上が38.9%であり、7.8%の悪化が認められた。



女性

(%)

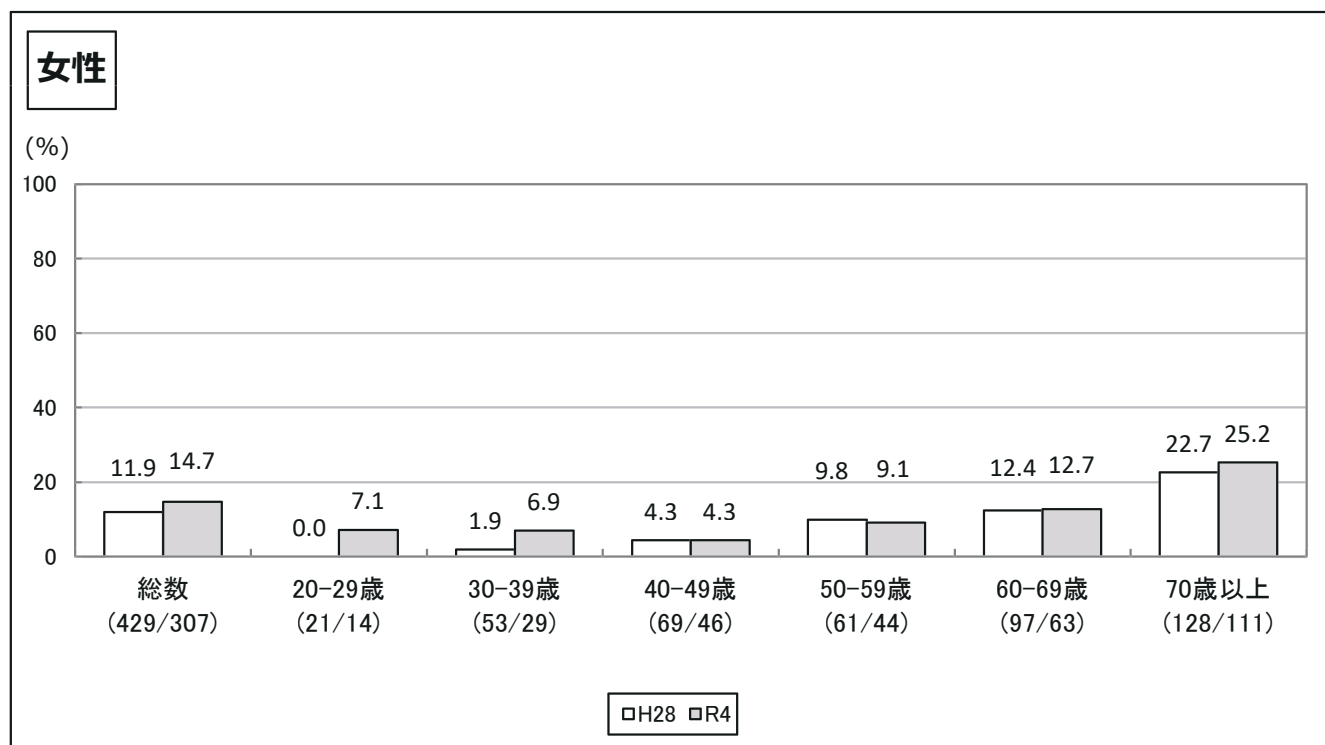
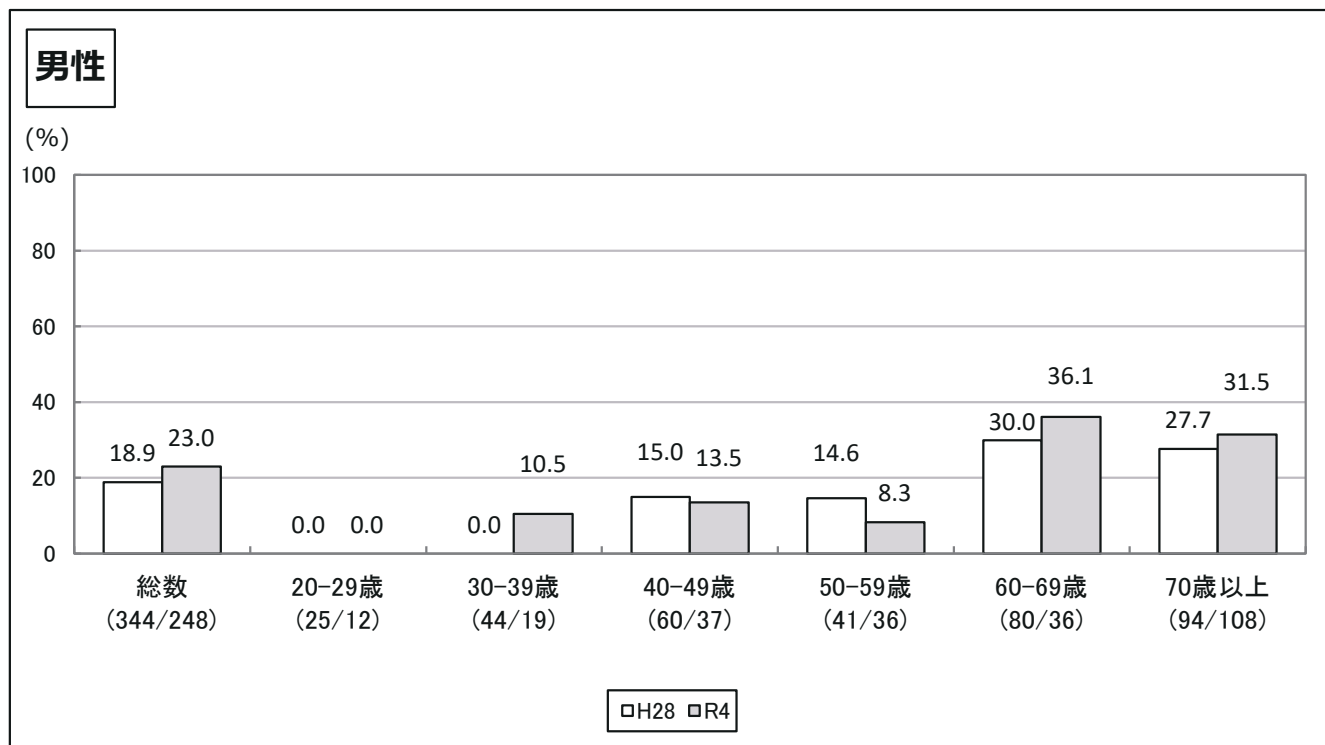


第3節 問診

第1-3-1表 糖尿病(高血糖を含む)の有無

糖尿病を指摘された者の割合は、男女ともに増加傾向

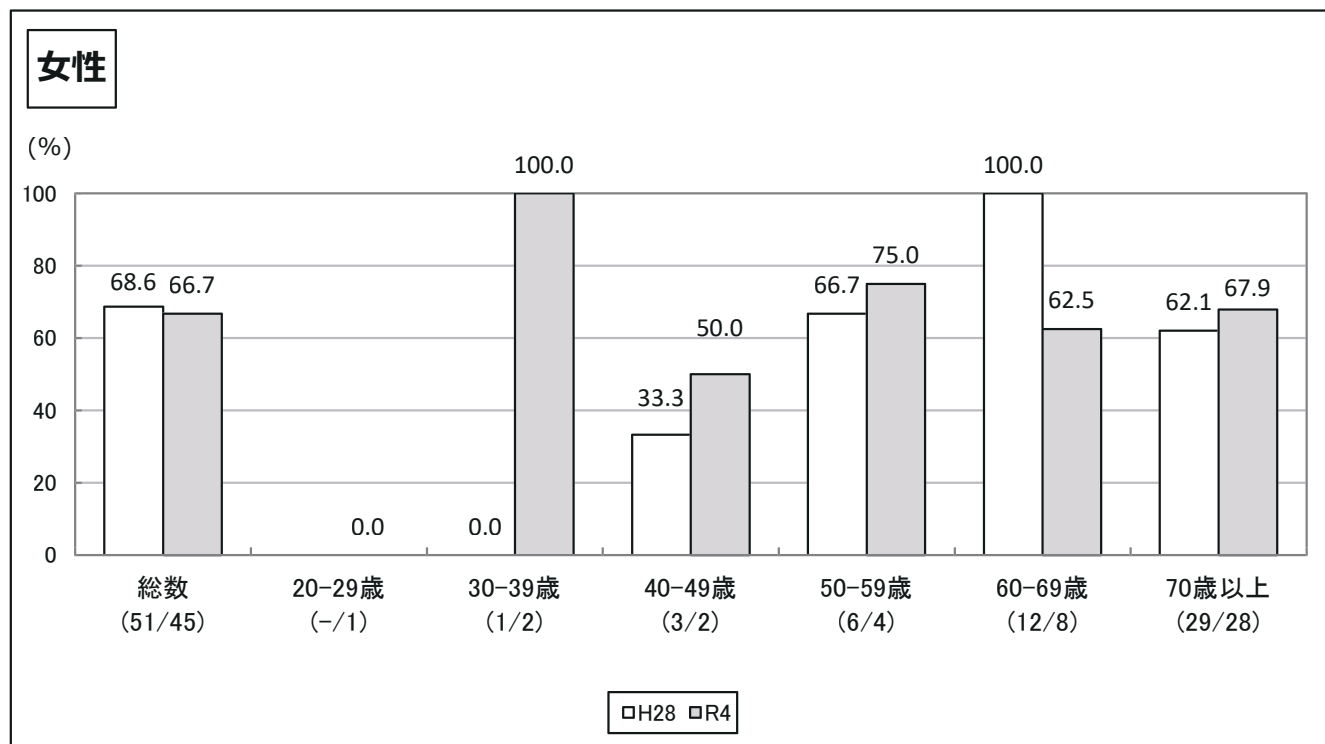
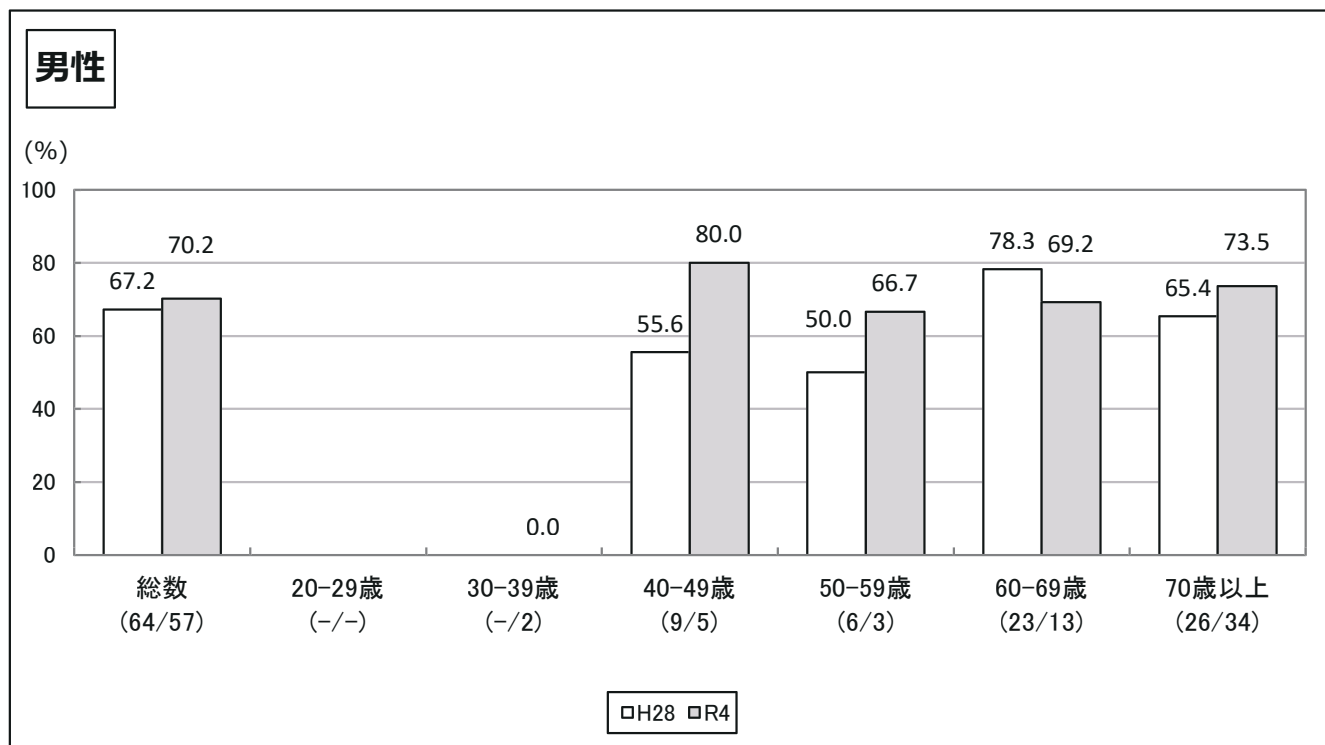
糖尿病を指摘された者の割合は、男性23.0%、女性14.7%で、前回調査(平成28年度)と比較して、それぞれ4.1%、2.8%の悪化が認められた。性・年代別にみると、男性では30歳代が10.5%、50歳代が8.3%であり、それぞれ10.5%の悪化、6.3%の改善がみられた。一方で女性では、20歳代が7.1%、30歳代が6.9%であり、それぞれ7.1%、5.0%の悪化が認められた。



第1-3-2表 糖尿病治療の有無

糖尿病を指摘された者のうち治療している者の割合は男女ともに7割程度

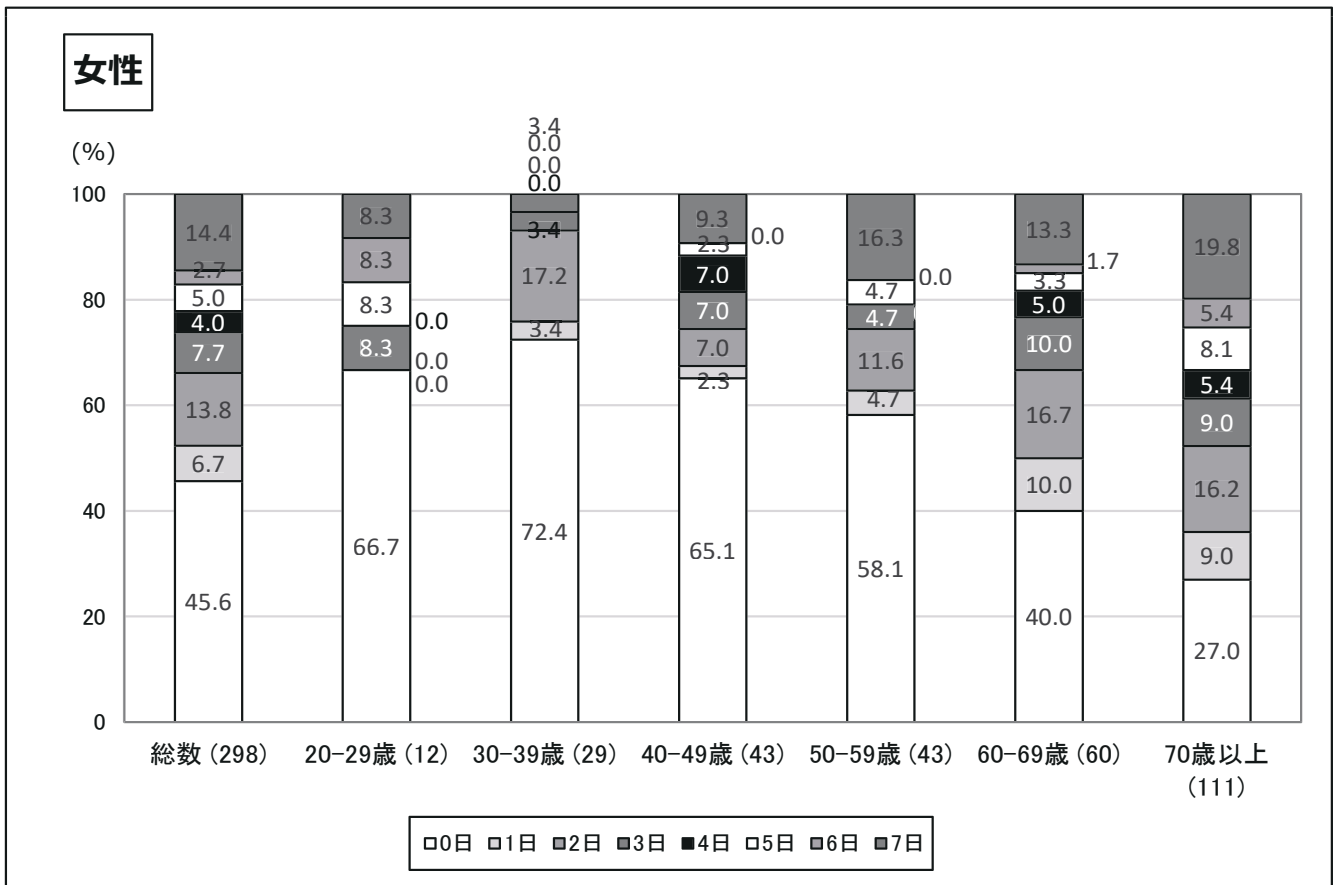
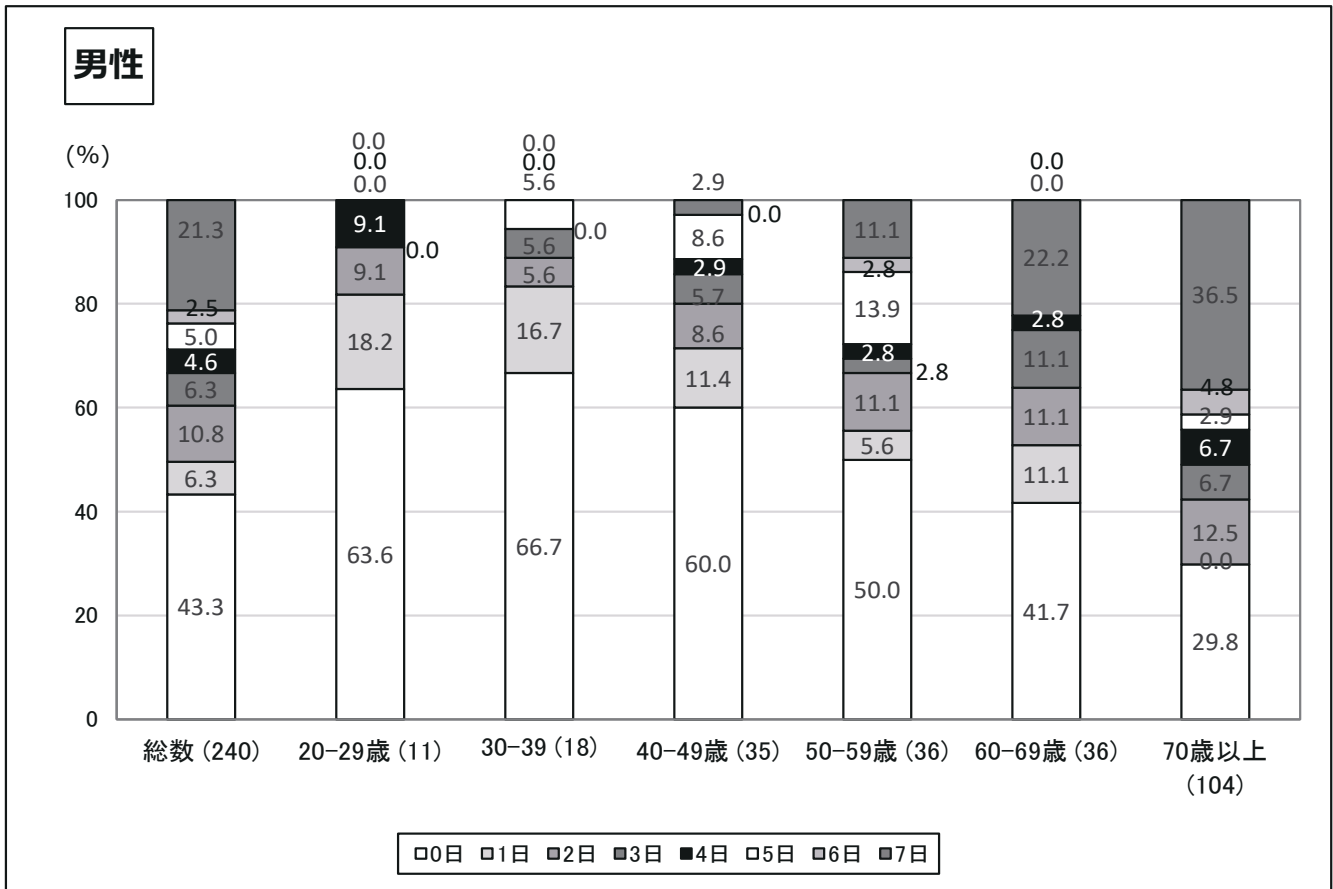
糖尿病を指摘された者のうち治療している者の割合は、男性で70.2%、女性で66.7%で前回調査(平成28年度)と比較して、それぞれ3.0%の改善、0.9%の悪化が認められた。



第1-3-3表 1週間の運動日数

男女ともに20～40歳代で1週間の運動日数が0日の者の割合が6割を超えている

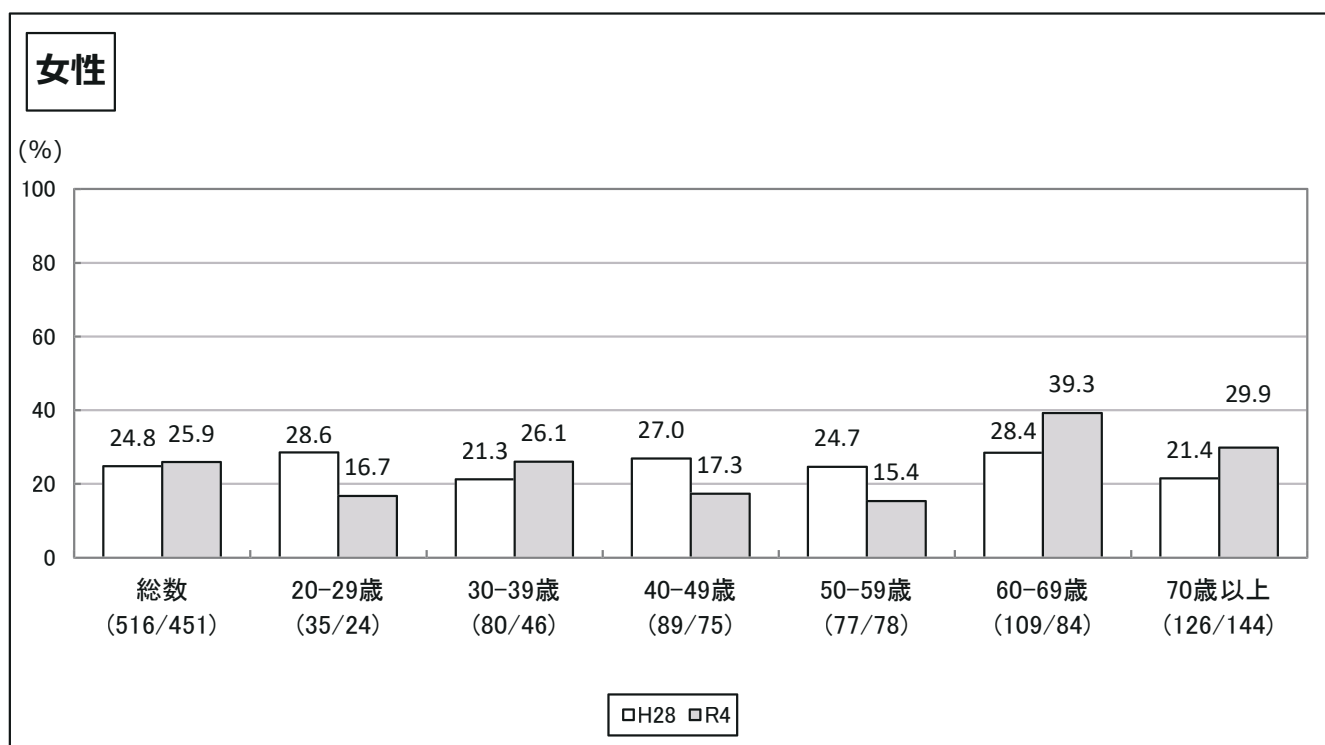
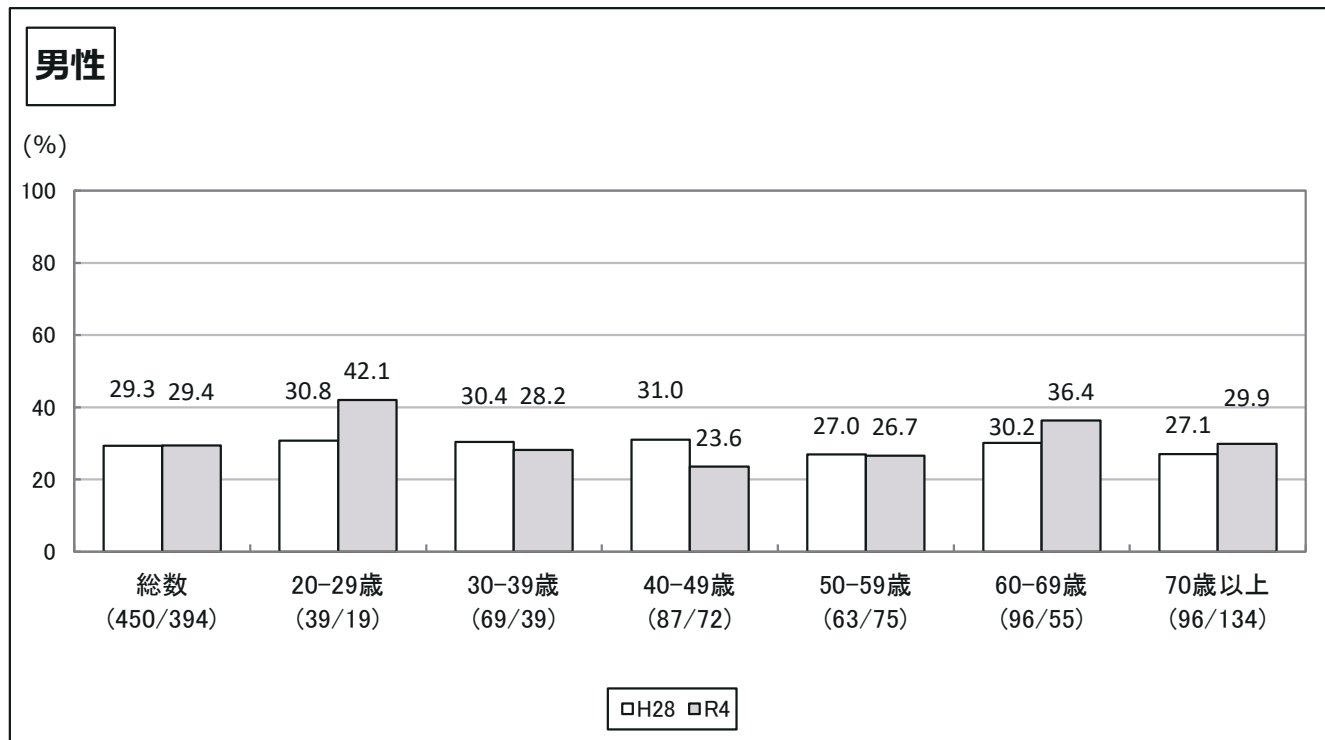
1週間の運動日数が0日の者の割合は、男女ともに20歳代の者が最も多く、20歳代の男性63.6%、女性66.7%、30歳代の男性66.7%、女性72.4%、40歳代の男性60.0%、女性65.1%であった。なお、70歳代男性29.8%、女性27.0%であり、年齢が高いほど運動していない者の割合が少なかった。



第4節 歩数
第1-4-1表 歩数

歩数の目標値を超えている者の割合は男女とも3割程度

歩数の目標値※を超えている者の割合は男性は29.4%、女性は25.9%であり、前回調査（平成28年度）と比較して、それぞれ0.1%、1.1%の改善が認められた。性・年代別にみると、男性では20歳代が42.1%、40歳代が23.6%であり、それぞれ11.3%の改善、7.4%の悪化が認められた。女性では20歳代が16.7%、40歳代が17.3%、50歳代が15.4%であり、それぞれ11.9%、9.7%、9.3%の悪化が認められ、その一方で、60歳代が39.3%、70歳以上が29.9%であり、10.9%、8.5%の改善が認められた。

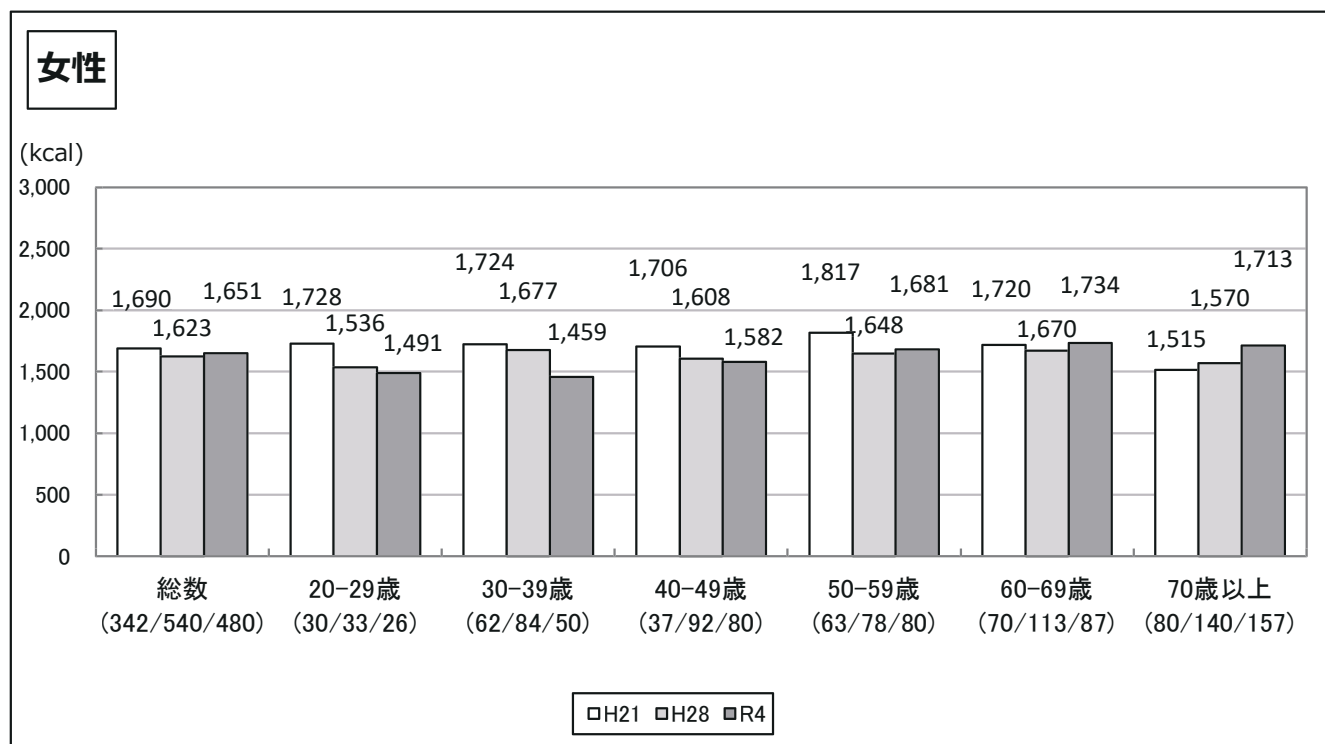
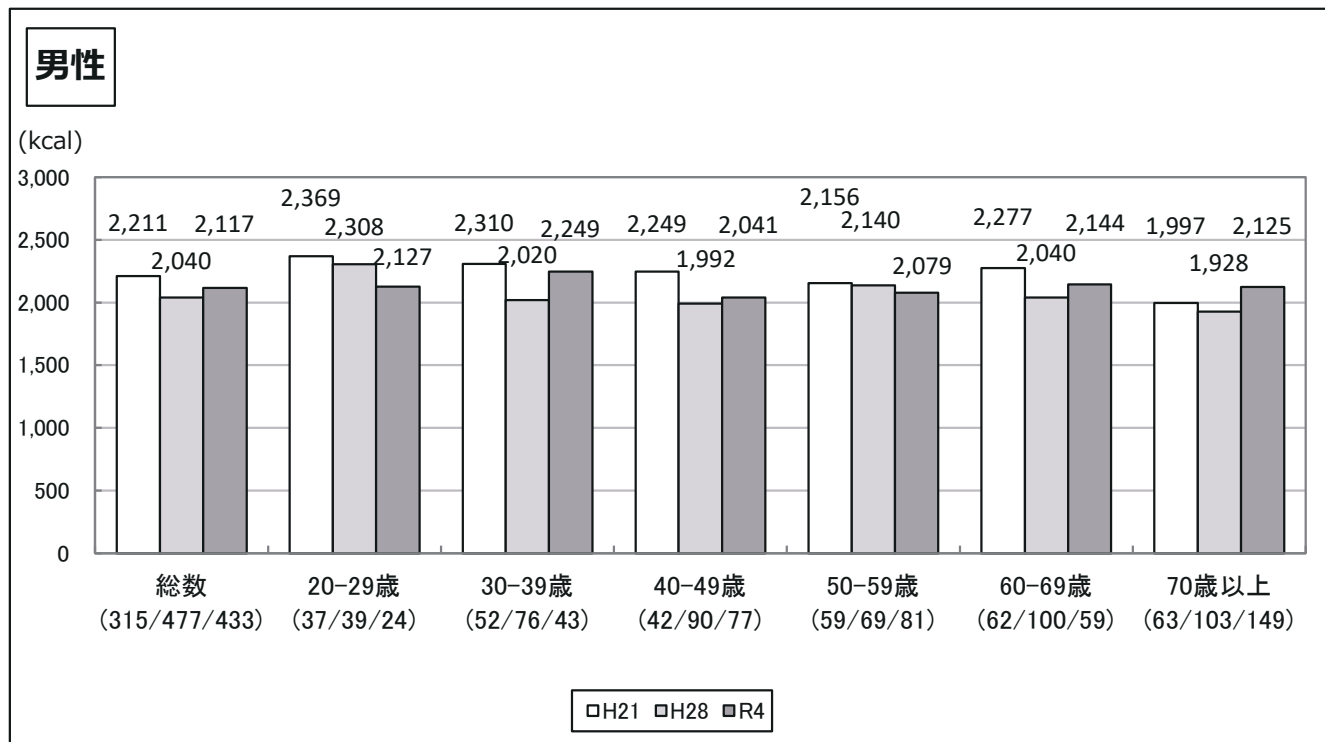


第2章 栄養摂取に関する状況

第2-1表 1日エネルギー量

エネルギー摂取量は、全体的に微増

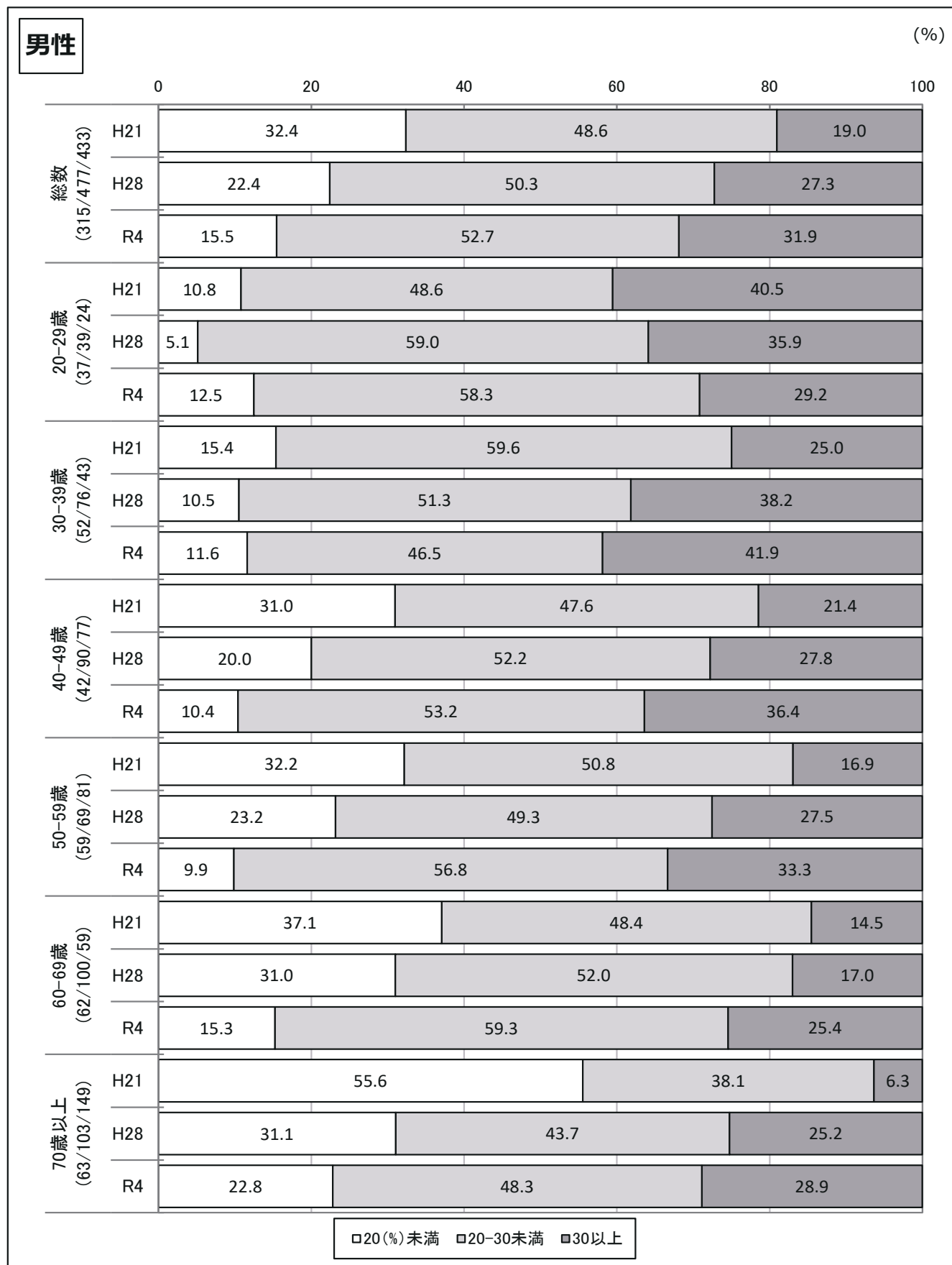
エネルギー摂取量を性別にみると、男性2,117kcal/日、女性1,651kcal/日で、前回調査（平成28年度）と比較してそれぞれ77kcal/日、28kcal/日増加した。性・年代別にみると、男性では、20歳代が2,127kcal/日、30歳代が2,249kcal/日、70歳以上が2,125kcal/日であり、それぞれ181kcal/日の減少、229kcal/日の増加、197kcal/日の増加が認められた。女性では、30歳代が1,459kcal/日、70歳以上が1,713kcal/日であり、それぞれ218kcal/日の減少、143kcal/日の増加が認められた。



第2-2表 脂肪エネルギー比率

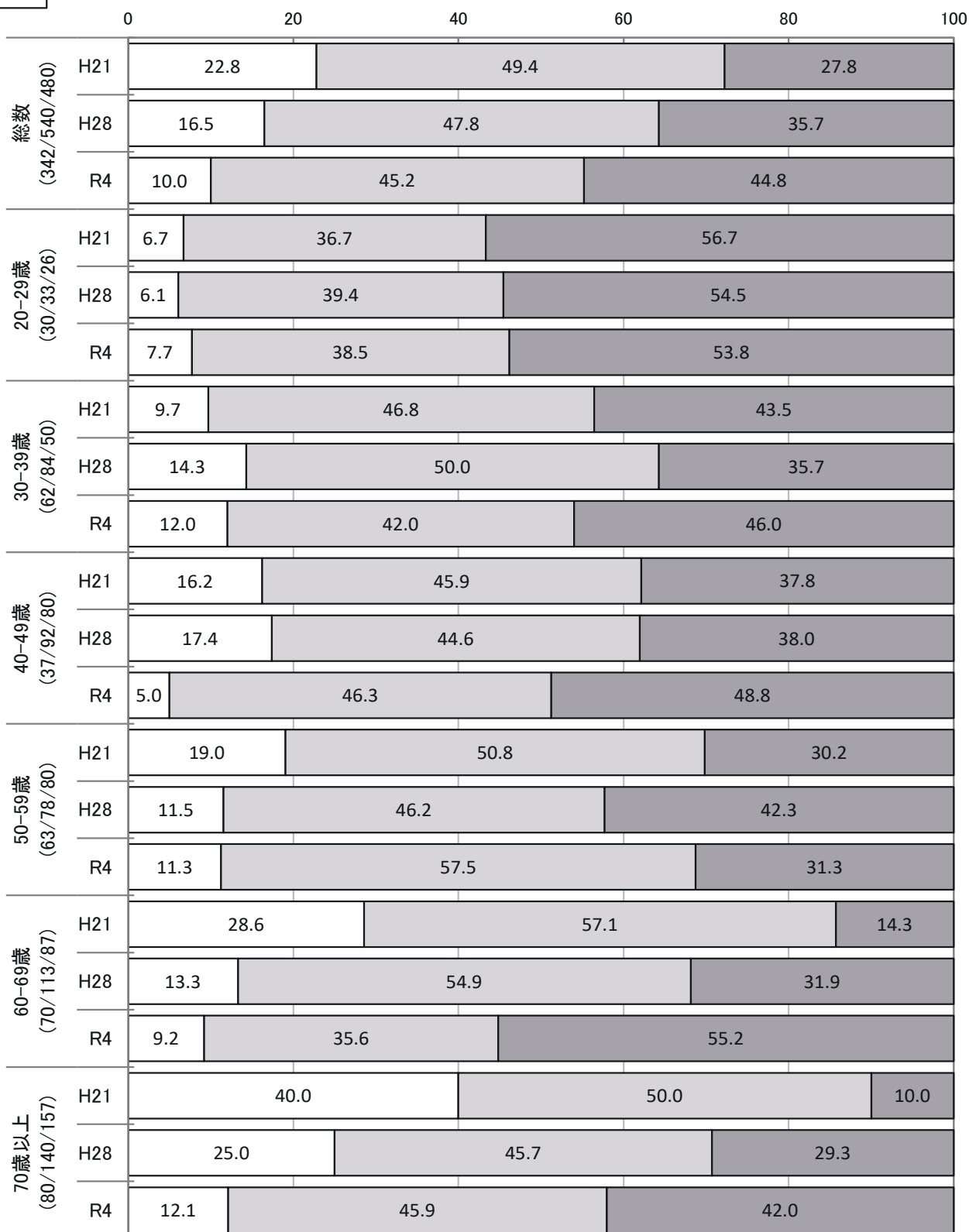
男女ともに摂取エネルギーに占める脂肪エネルギー比率30%以上の者の割合が増加

摂取エネルギーに占める脂肪エネルギー比率が30%以上の者の割合が、男性31.9%、女性44.8%であり前回調査（平成28年度）と比較して、それぞれ4.6%、9.1%の増加が認められた。特に女性においては、年代別にみると、30歳代が46.0%、40歳代が48.8%、60歳代が55.2%、70歳以上が42.0%であり、それぞれ10.3%、10.8%、23.3%、12.7%の増加が認められた。



女性

(%)

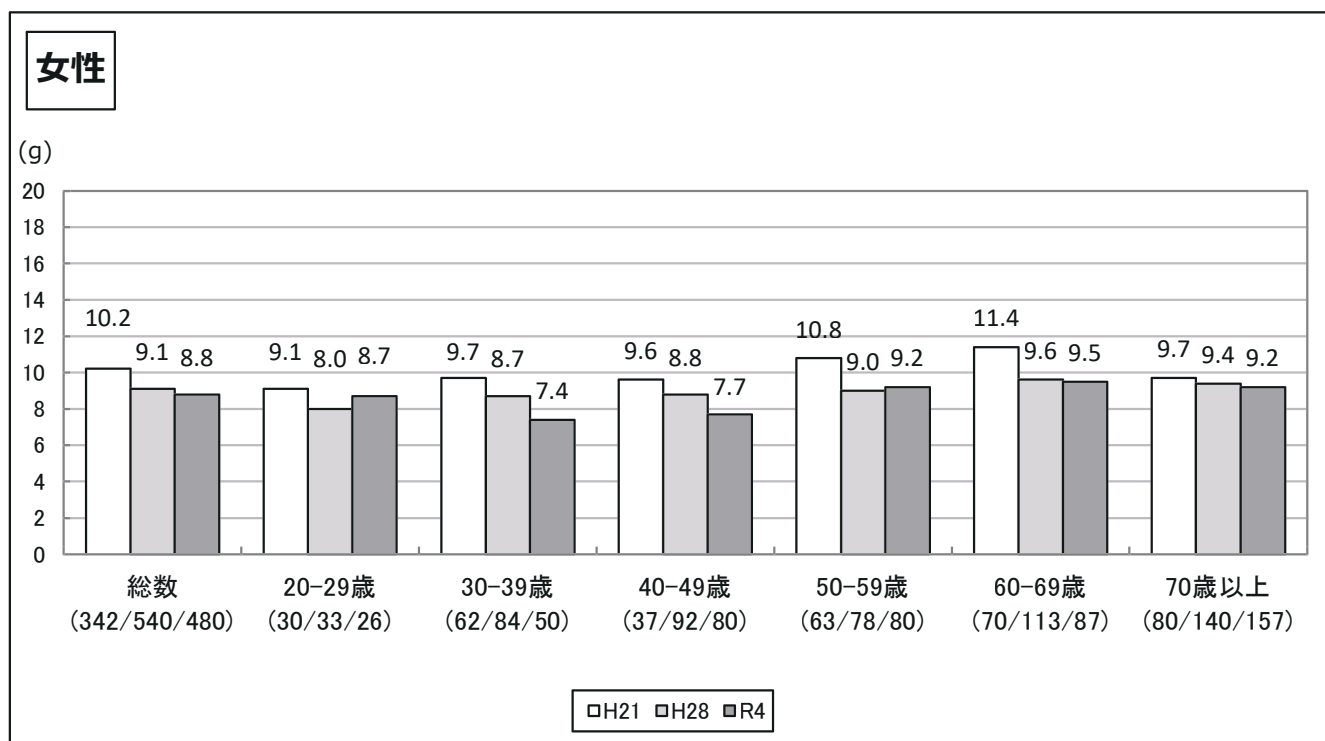
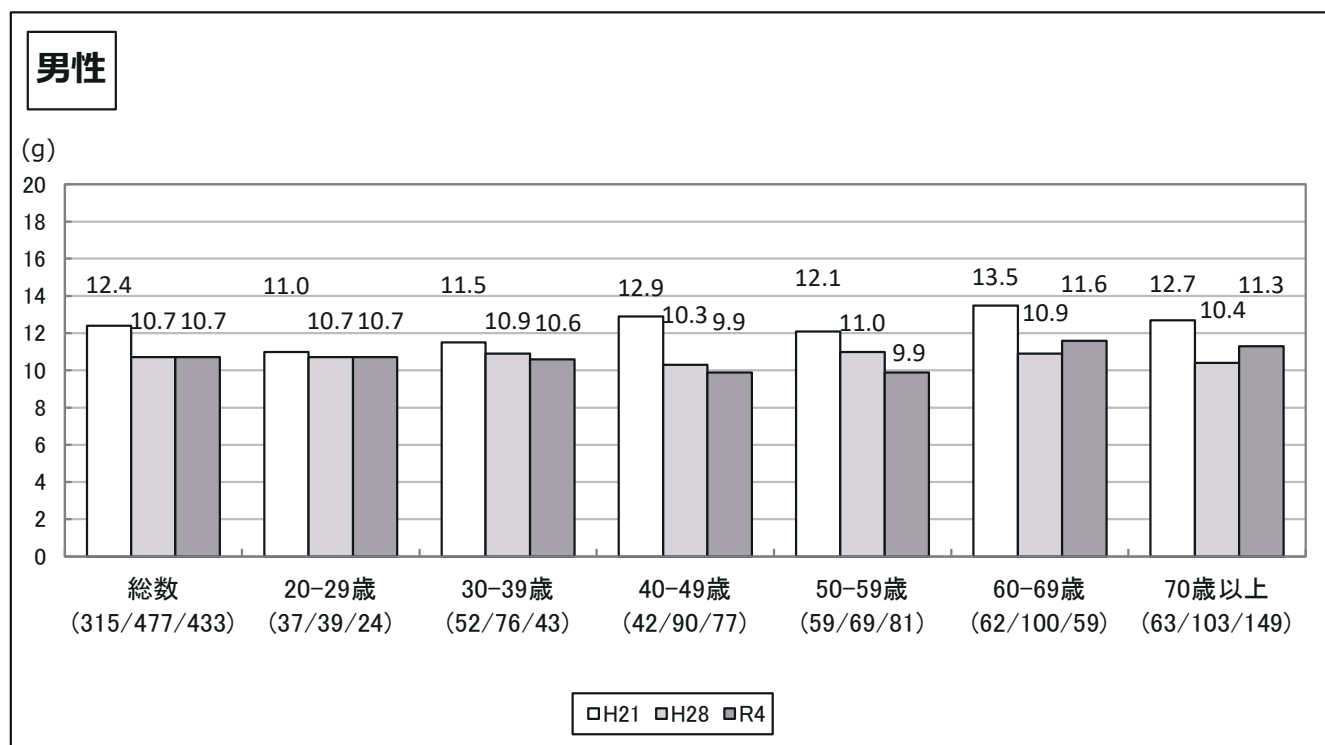


□20%未満 □20-30%未満 □30%以上

第2-3表 食塩摂取量

食塩の平均摂取量は女性でわずかに減少

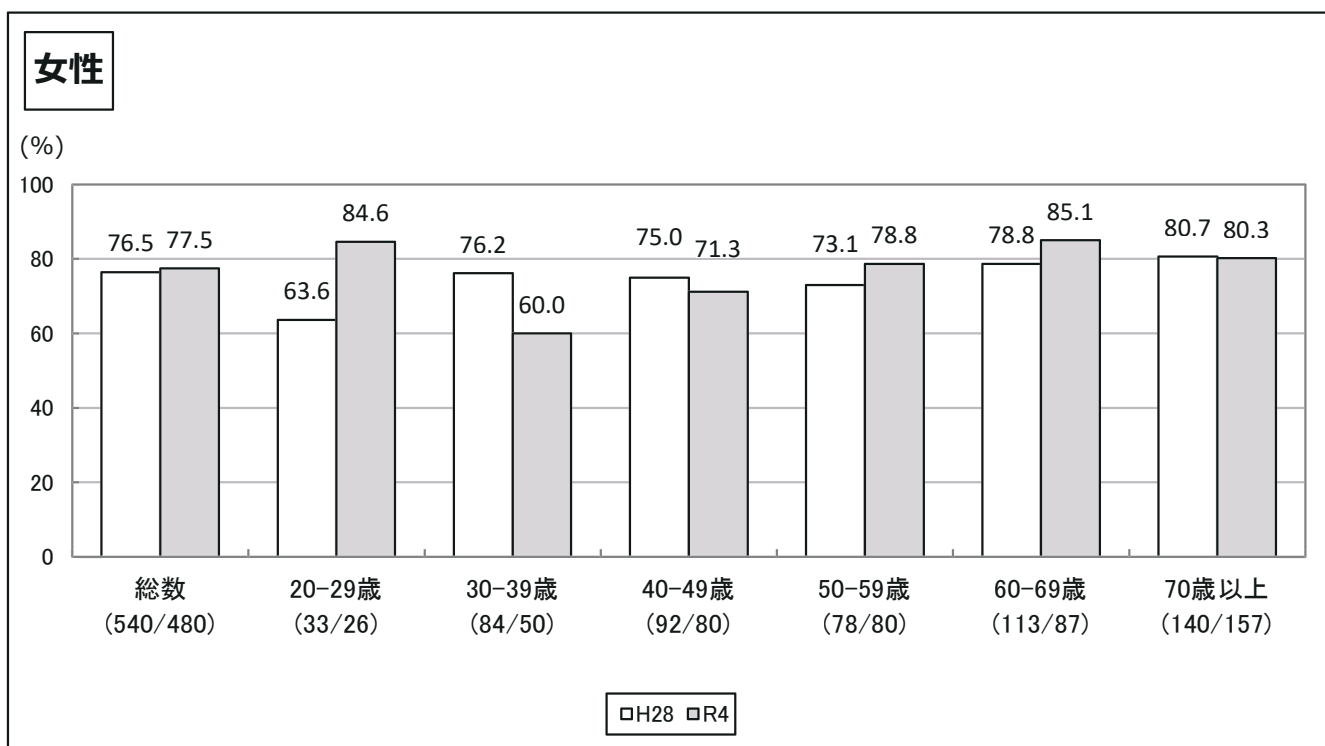
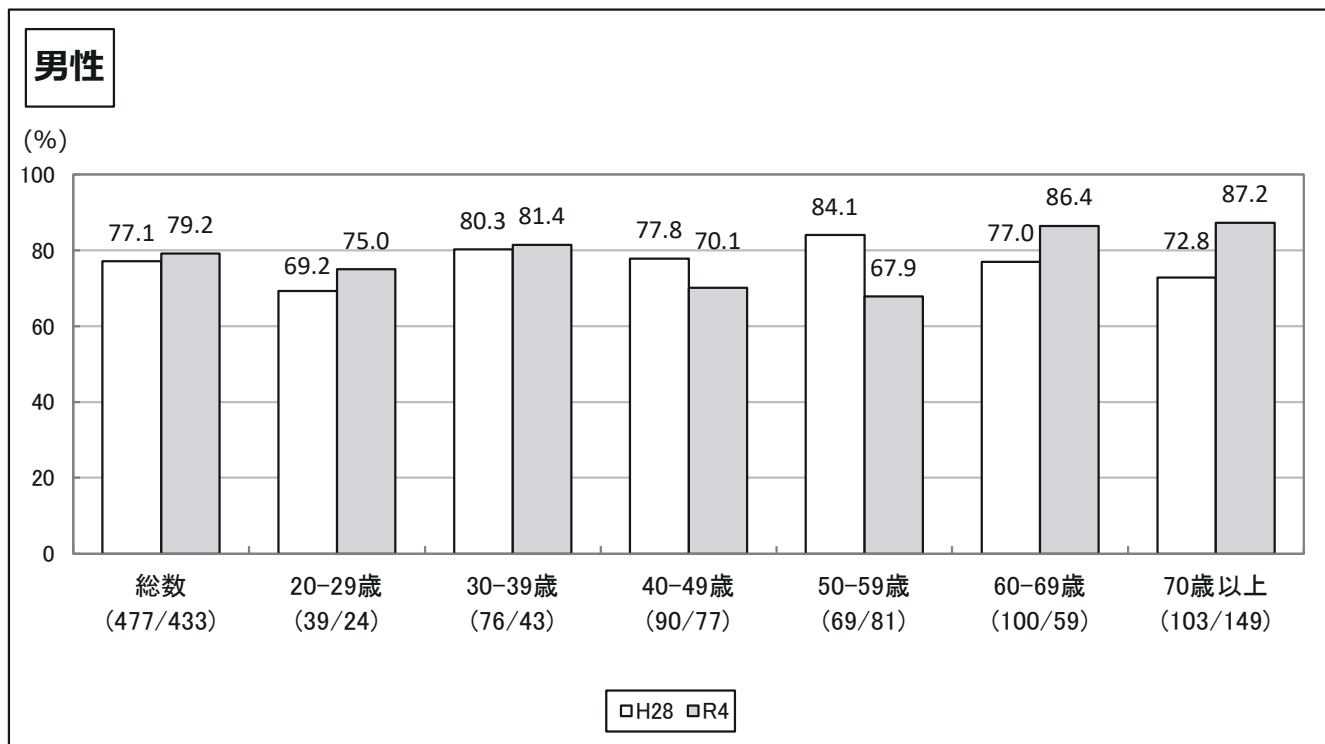
食塩の平均摂取量は男性10.7g、女性8.8gで、前回調査（平成28年度）と比較して、女性で0.3gの減少が認められた。性・年代別にみると、男性では、50歳代が9.9g、60歳代が11.6g、70歳以上が11.3gであり、それぞれ1.1gの減少、0.7gの増加、0.9gの増加が認められた。女性では、20歳代が8.7g、30歳代が7.4g、40歳代が7.7gであり、0.7gの増加、1.3gの減少、1.1gの減少が認められた。



第2-4表 食塩摂取量と年齢の関係

食塩の目標量を達成できていない者の割合は男女ともに8割程度

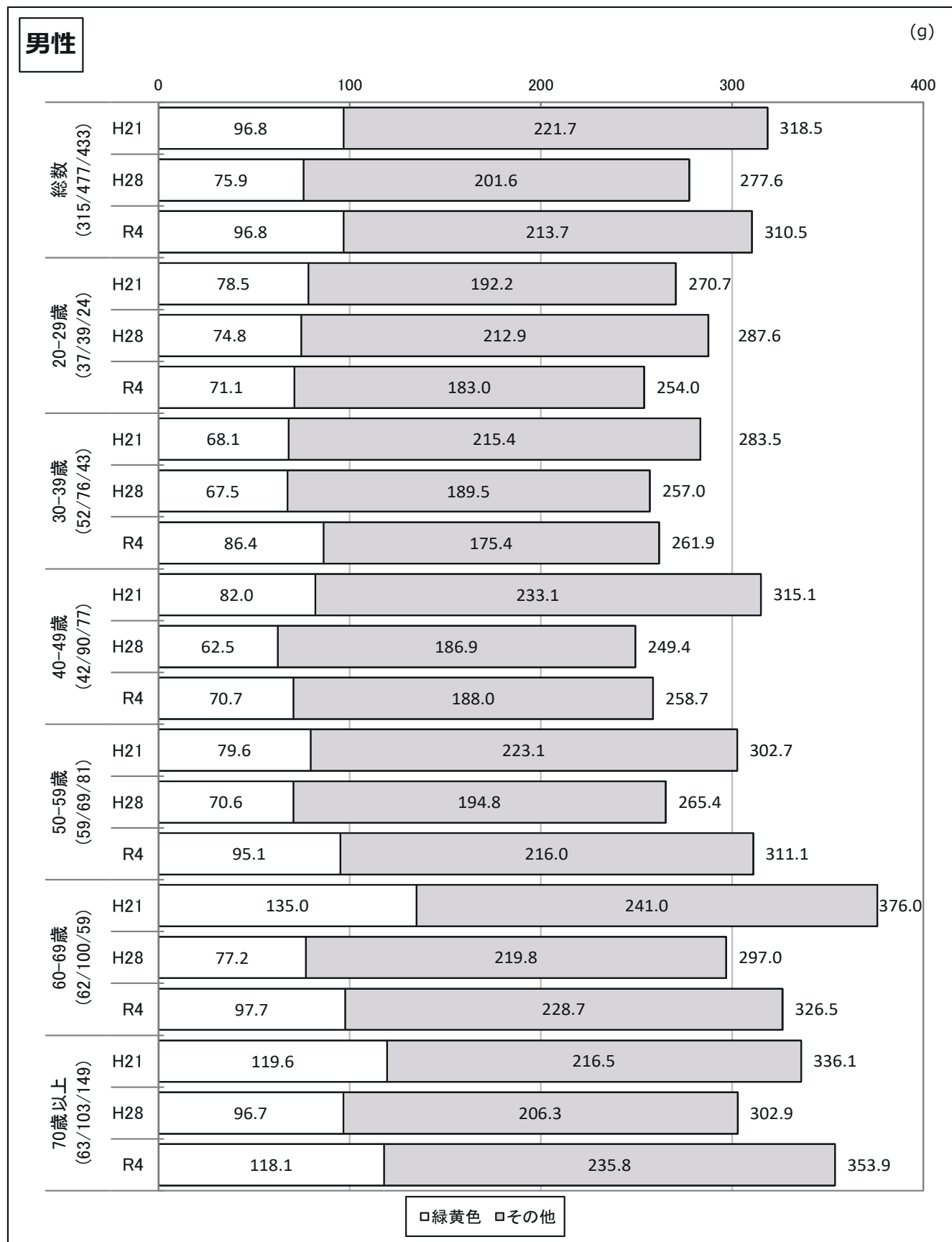
食塩の目標摂取量※を達成できていない者の割合は、男性79.2%、女性77.5%であり、前回調査(平成28年度)より、それぞれ2.1%、1.0%の悪化が認められた。性・年代別にみると、男性では、20歳代が75.0%、60歳代が86.4%、70歳以上が87.2%であり、それぞれ5.8%、9.4%、14.4%の悪化を認めた。その一方で、40歳代が70.1%、50歳代が67.9%であり、それぞれ7.7%、16.2%の改善が認められた。女性では、20歳代が84.6%、30歳代が60.0%であり、それぞれ21.0%の悪化、16.2%の改善が認められた。



第2-5表 野菜の摂取量

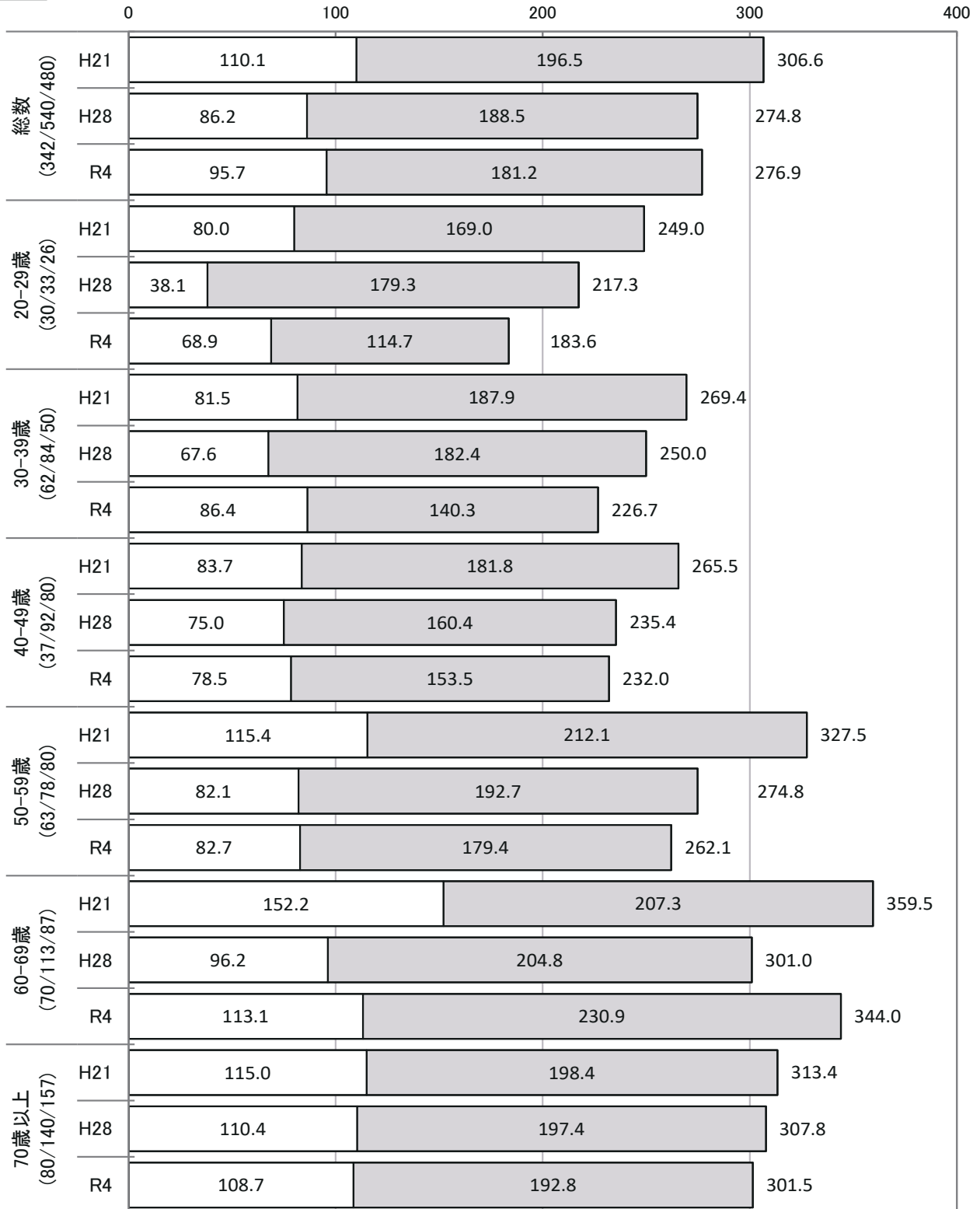
野菜の平均摂取量は男性で増加傾向

野菜の平均摂取量は、男性310.5g、女性276.9gで、前回調査（平成28年度）と比較して、男性で32.9gの増加が認められた。男女ともに、年齢が上がるにつれて摂取量が多くなる傾向が見られた。性・年代別にみると、20歳代で、男性254.0g、女性183.6gであり、男女ともに前回調査より30g以上の減少が認められた。一方で、男性では50歳代が311.1g、70歳以上が353.9gであり、それぞれ30g～50g以上の増加、女性では60歳代が344.0gであり、30g以上の増加が認められた。



女性

(g)

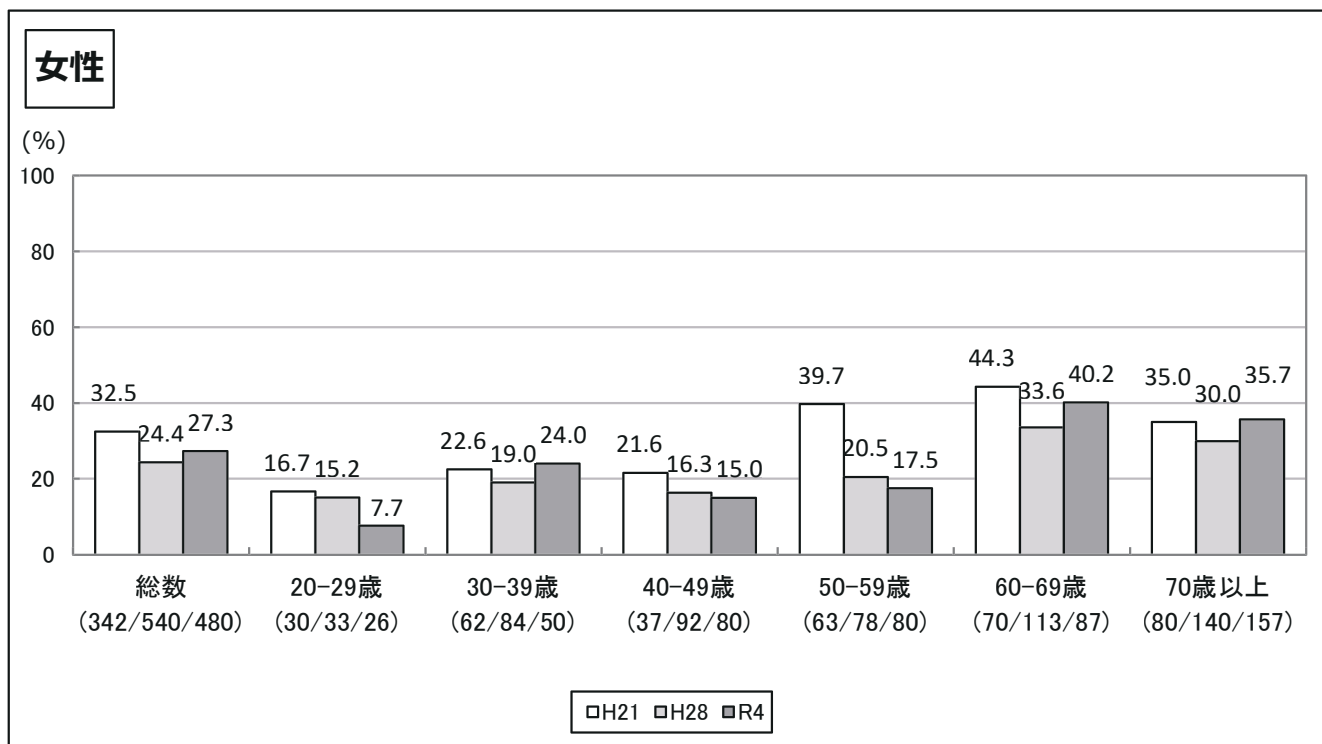
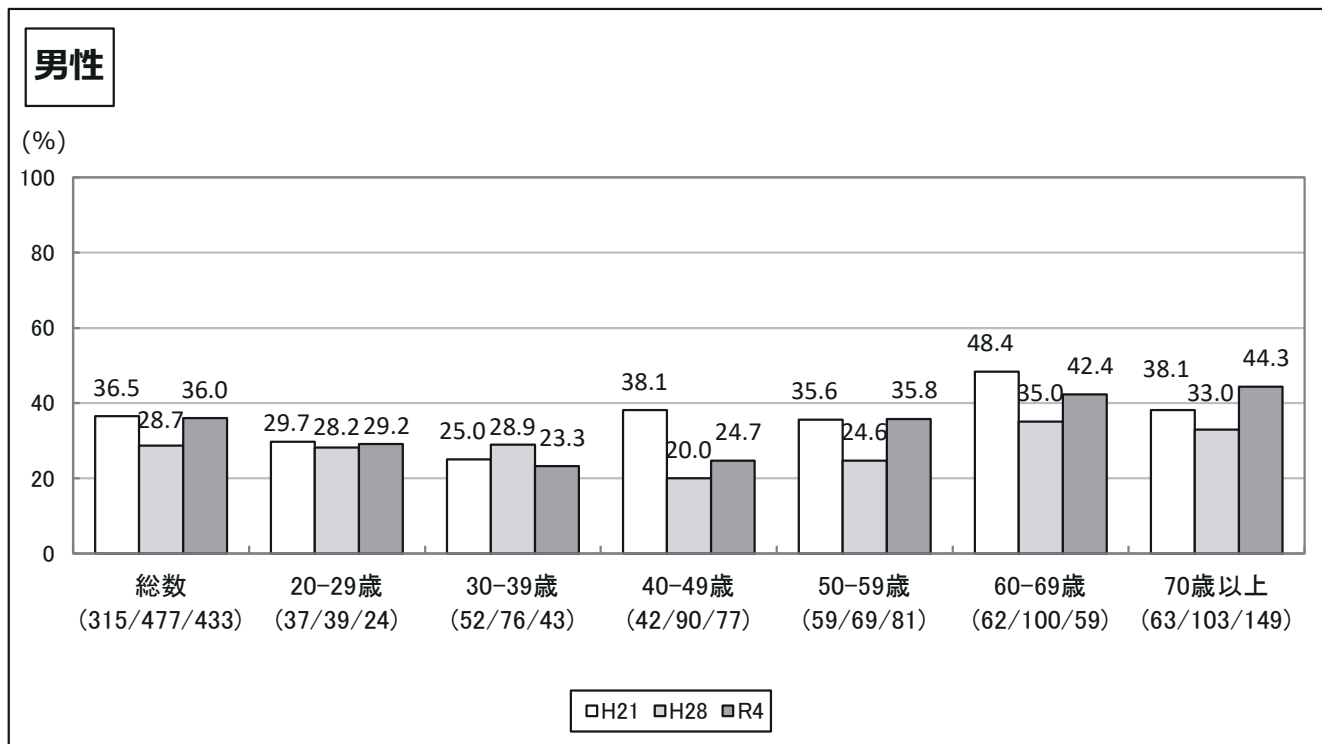


□緑黄色 □その他

第2-6表 野菜350g以上摂取している者

野菜摂取量の目標値（350g以上）を摂取している者の割合は、男女ともに増加

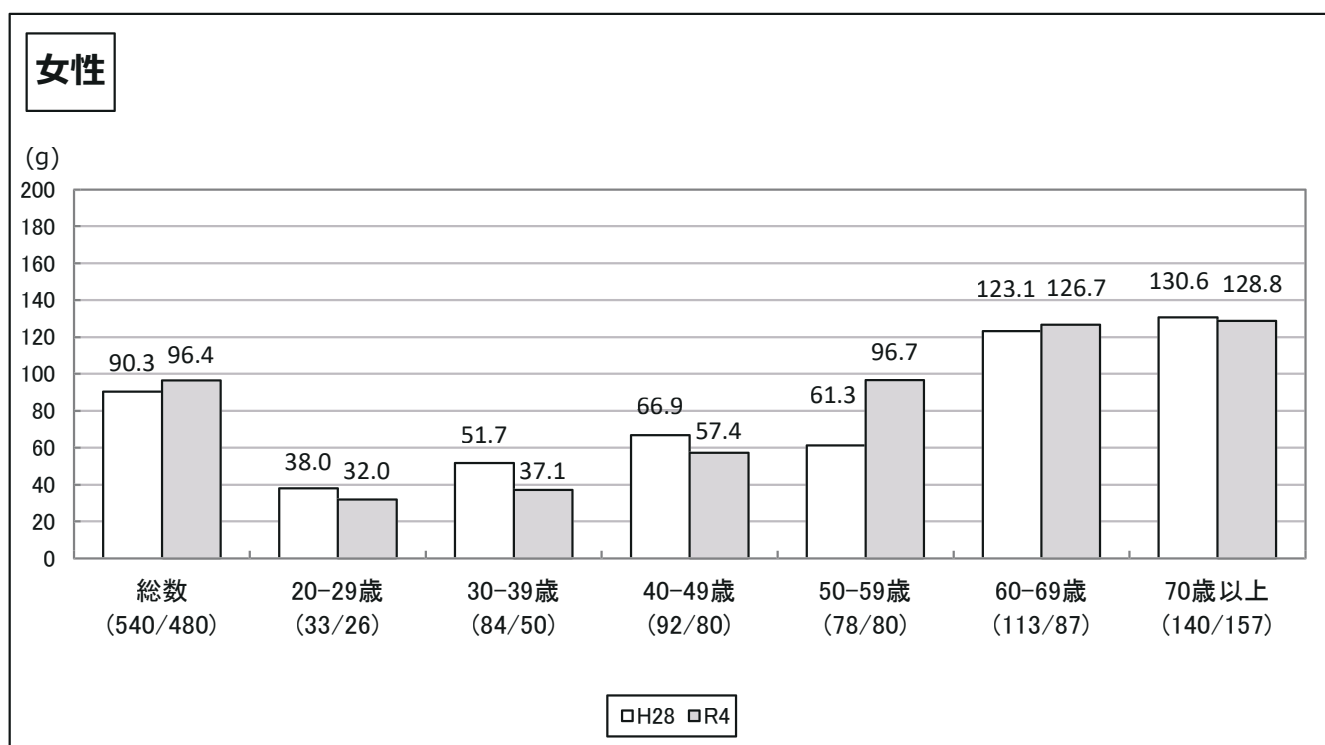
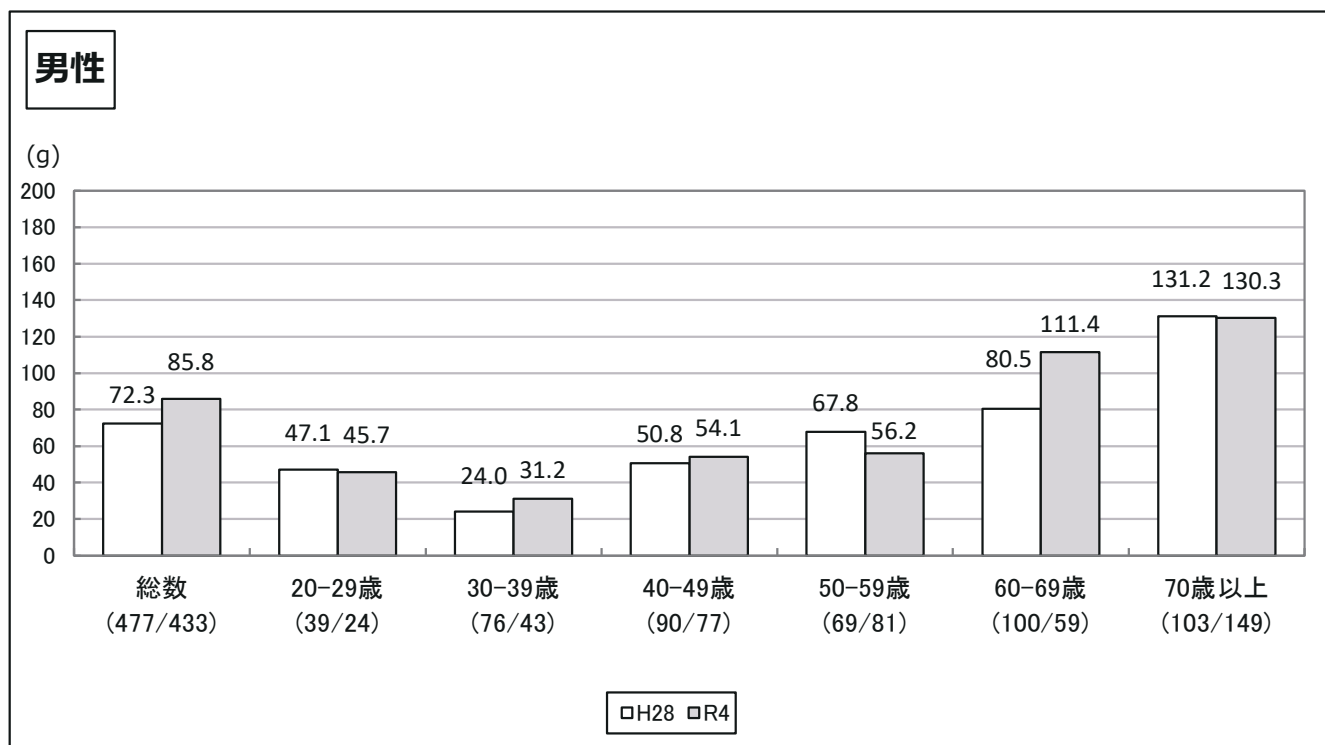
野菜摂取量の目標値（350g以上）を摂取している者の割合は、男性36.0%、女性27.3%で前回調査（平成28年度）と比較して、それぞれ7.3%、2.9%の改善が認められた。性・年代別に見ると、男性では50歳代が35.8%、60歳代が42.4%、70歳以上が44.3%であり、それぞれ11.2%、7.4%、11.3%の改善が認められ、女性では20歳代が7.7%、60歳代が40.2%、70歳以上が35.7%であり、それぞれ7.5%の悪化、6.6%の改善、5.7%の改善が認められた。



第2-7表 果物の摂取量

果物の平均摂取量は、男女ともに年齢が上がるにつれて多くなる傾向

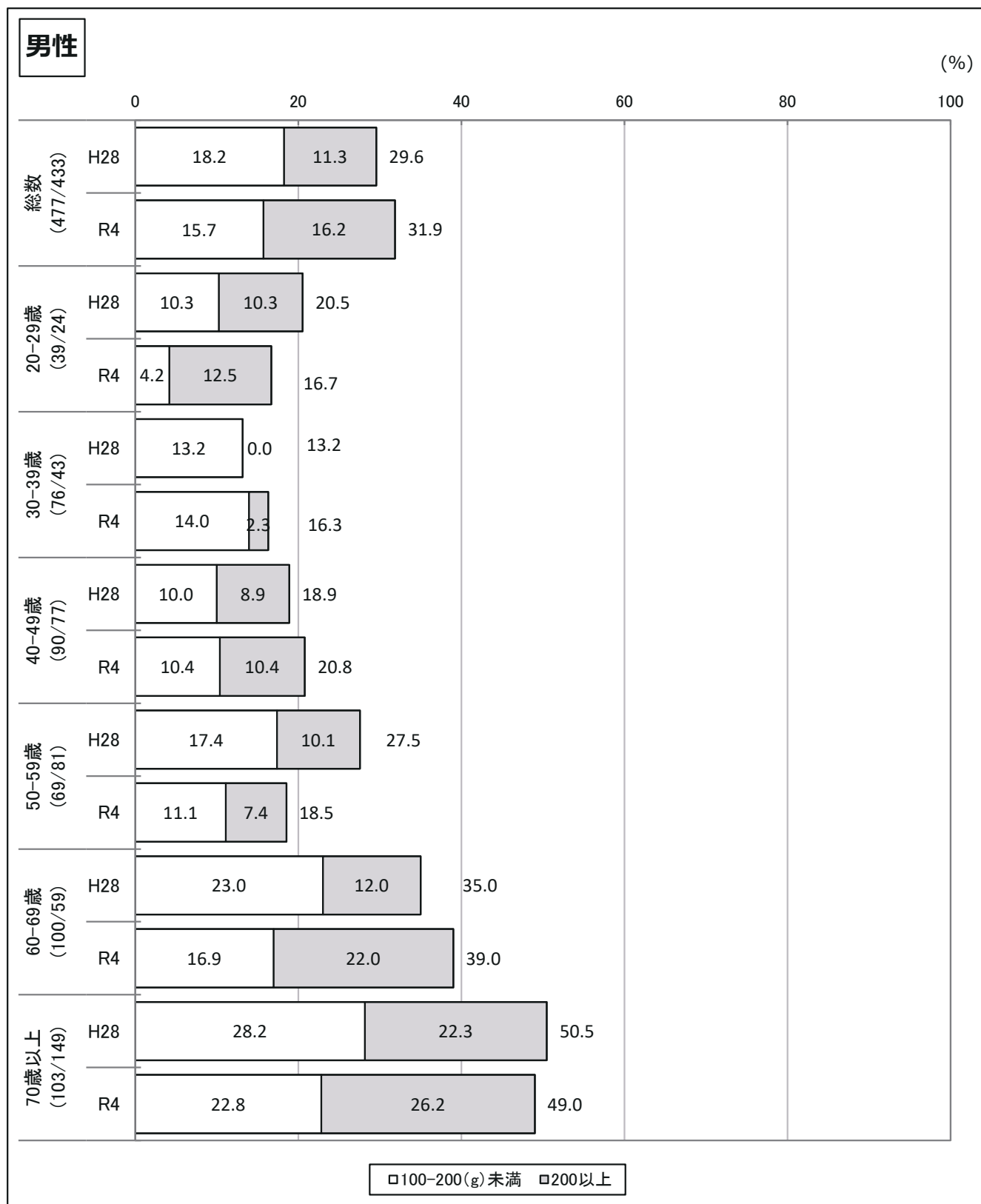
果物の平均摂取量は、男性85.8g、女性96.4gと前回調査（平成28年度）と比較してそれぞれ13.5g、6.1gの増加が認められた。男女ともに、年齢が上がるにつれて摂取量が多くなる傾向が見られた。性・年代別にみると、男性では30歳代が31.2g、60歳代が111.4gであり、それぞれ7.2g、29.5gの増加が認められた。一方で女性では30歳代が37.1g、50歳代が96.7gであり、それぞれ14.6gの減少、35.4gの増加が認められた。



第2-8表 果物100g以上を摂取している者

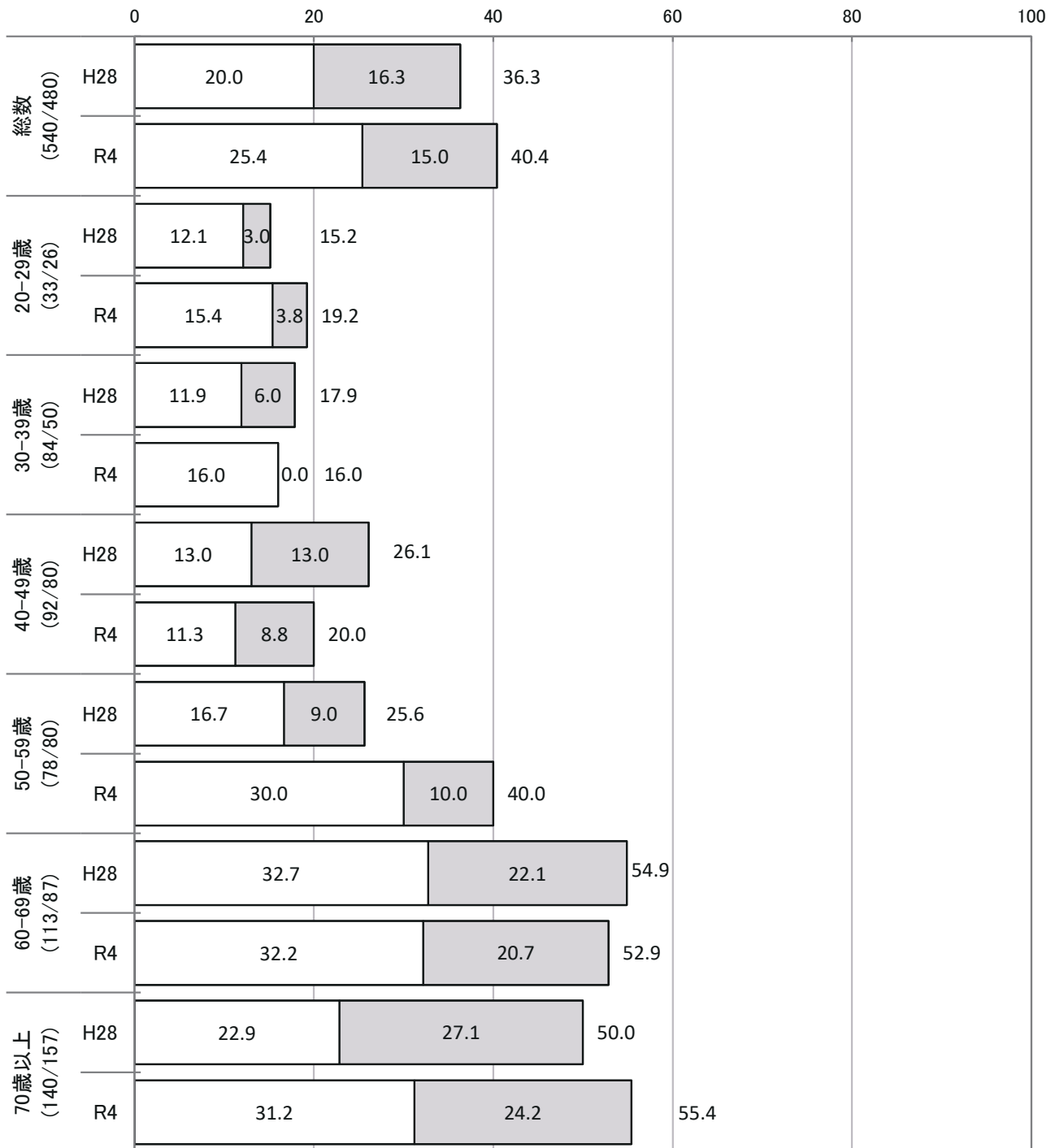
果物を100g以上摂取している者の割合は、男性3割、女性4割程度

果物を100g以上摂取している者の割合は、男性31.9%、女性40.4%で、前回調査（平成28年度）と比較してそれぞれ2.3%、4.1%の改善が認められた。男女ともに、年齢が上がるにつれて、100g以上摂取する者の割合が高くなり、70歳以上では、男女ともに100g以上摂取する者の割合が5割程度にのぼった。



女性

(%)



□100-200(g)未満 □200以上

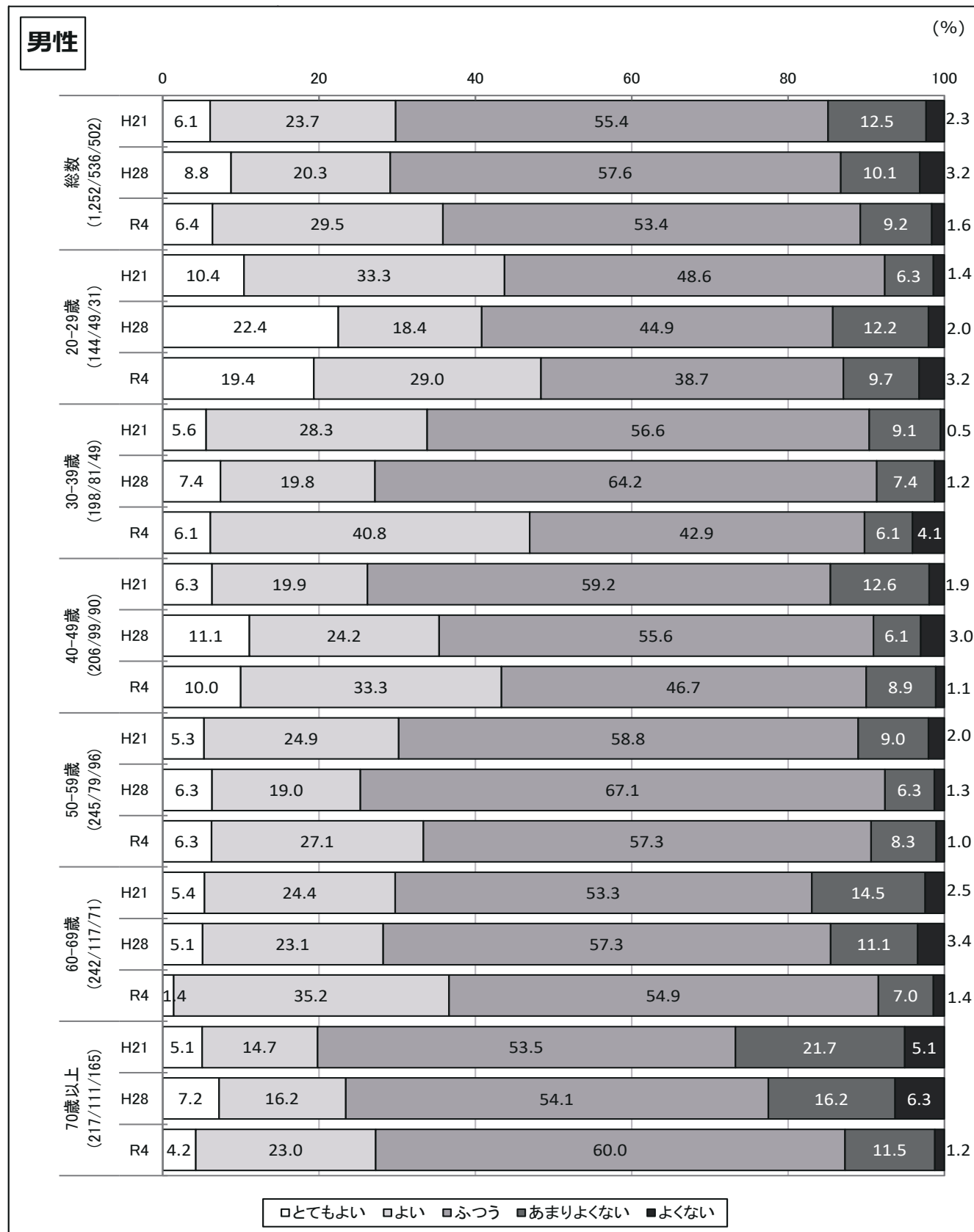
第3章 生活習慣に関する状況

第1節 健康

第3-1-1表 健康状態

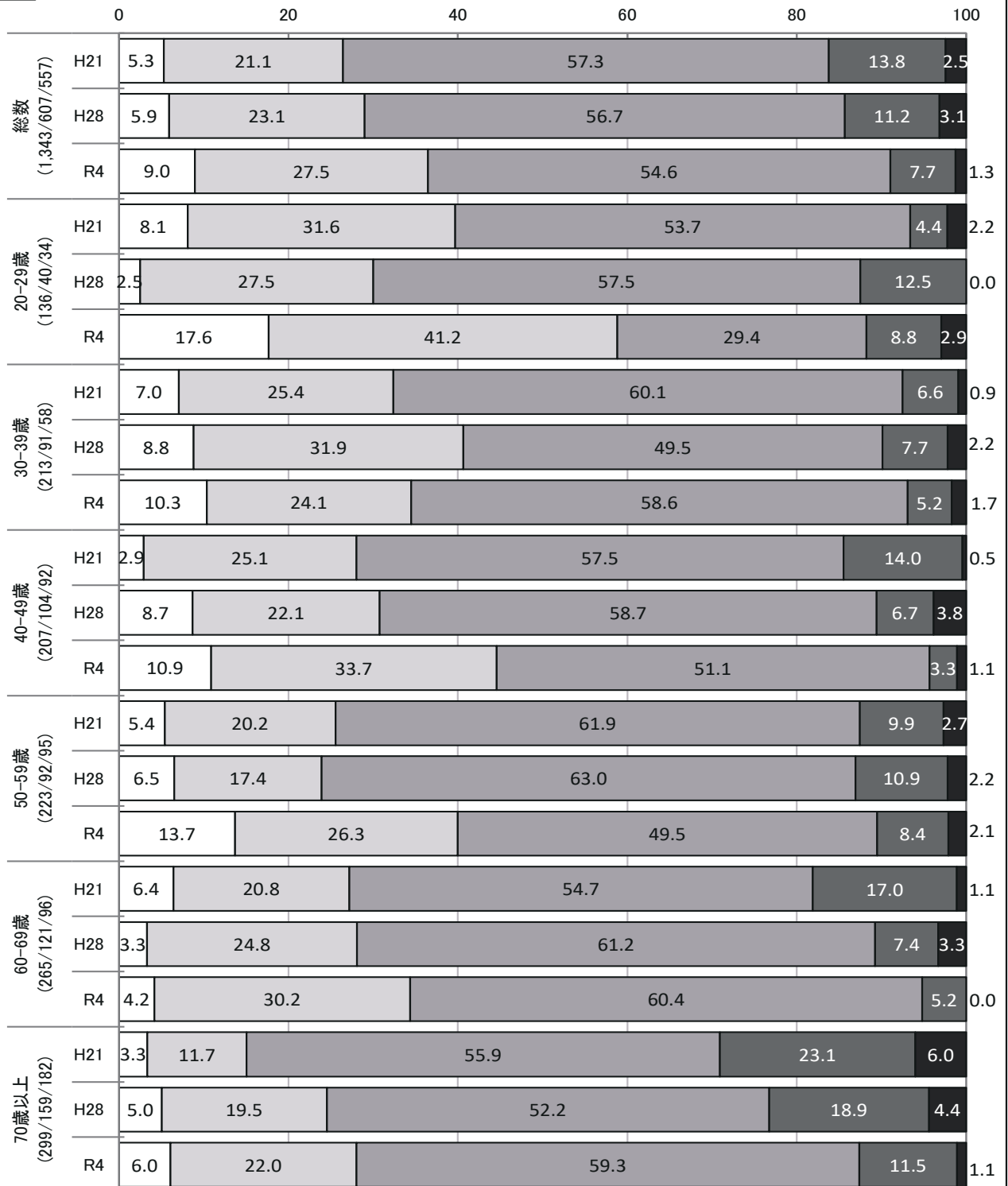
現在の健康状態が、自己判断に基づき、「よい」、「とてもよい」と回答した者の割合は男女ともに3～4割程度

現在の健康状態が、自己判断に基づき、「よい」、「とてもよい」と回答した者の割合は、男性で35.9%、女性で36.5%である、前々回調査（平成21年度）および前回調査（平成28年度）と比較して、男女ともに7%程度増加していた。



女性

(%)

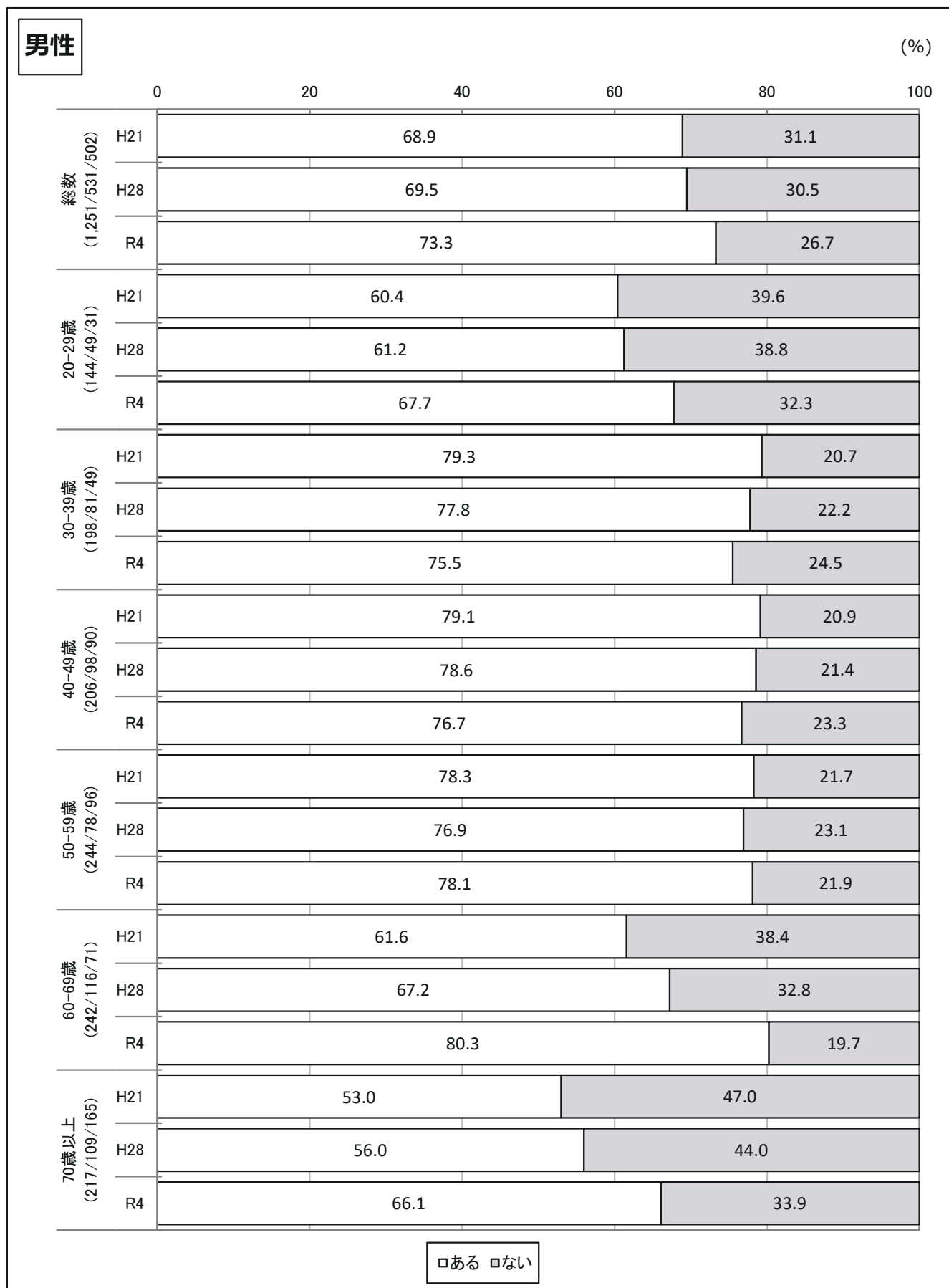


□とてもよい □よい □ふつう ■あまりよくない ■よくない

第3-1-2表 健康診断・人間ドックの受診状況

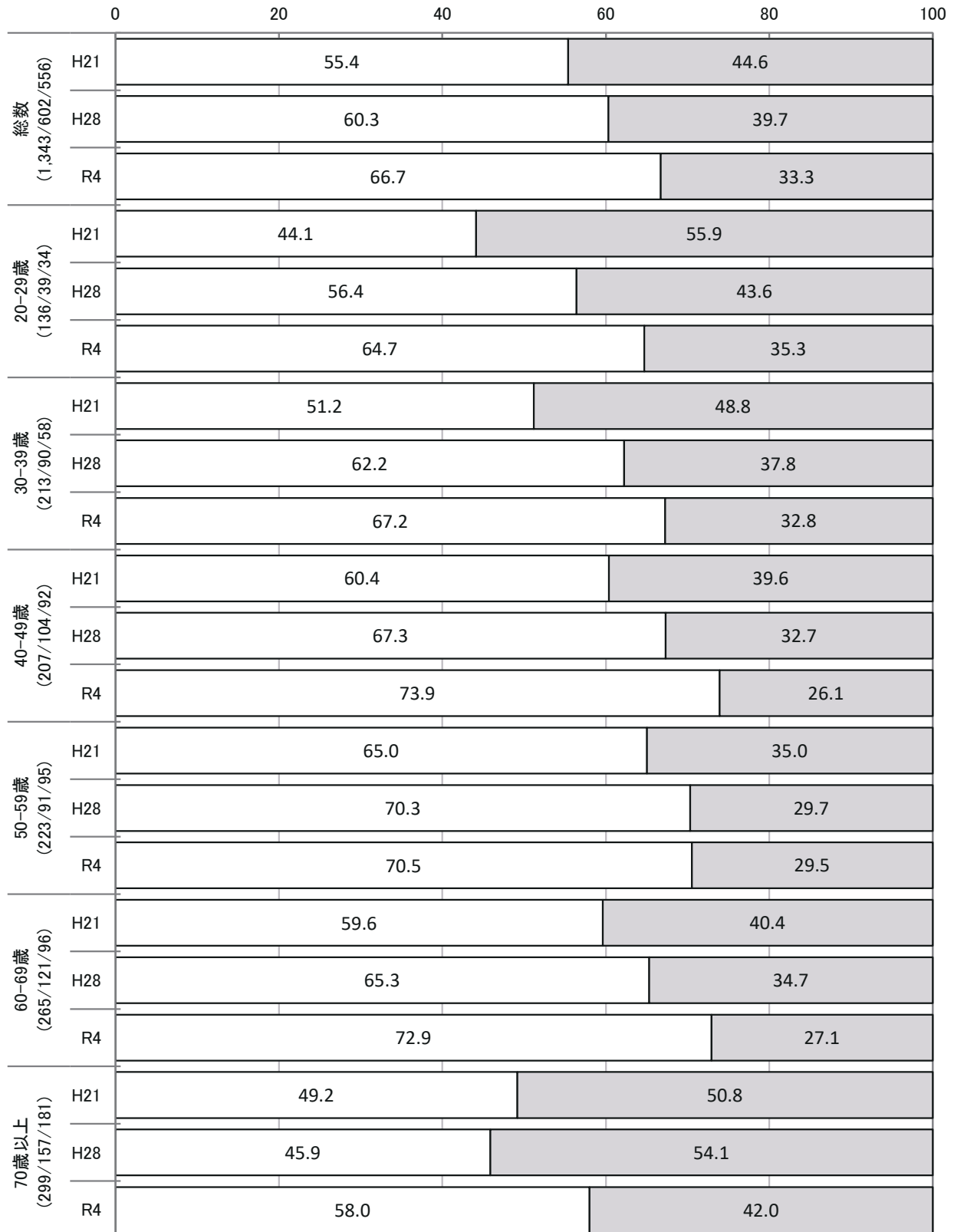
過去1年間に健康診断や人間ドックを受診した者の割合は、男女ともに7割程度

過去1年間に健康診断や人間ドックを受診した者の割合は、30～60歳代は7割から8割程度である一方で、男女ともに20歳代と70歳以上で、前々回調査（平成21年度）及び前回調査（平成28年度）と同様、低いという特徴が継続していた。ただし、20歳代および70歳以上において過去調査と比較して増加傾向が認められている。



女性

(%)

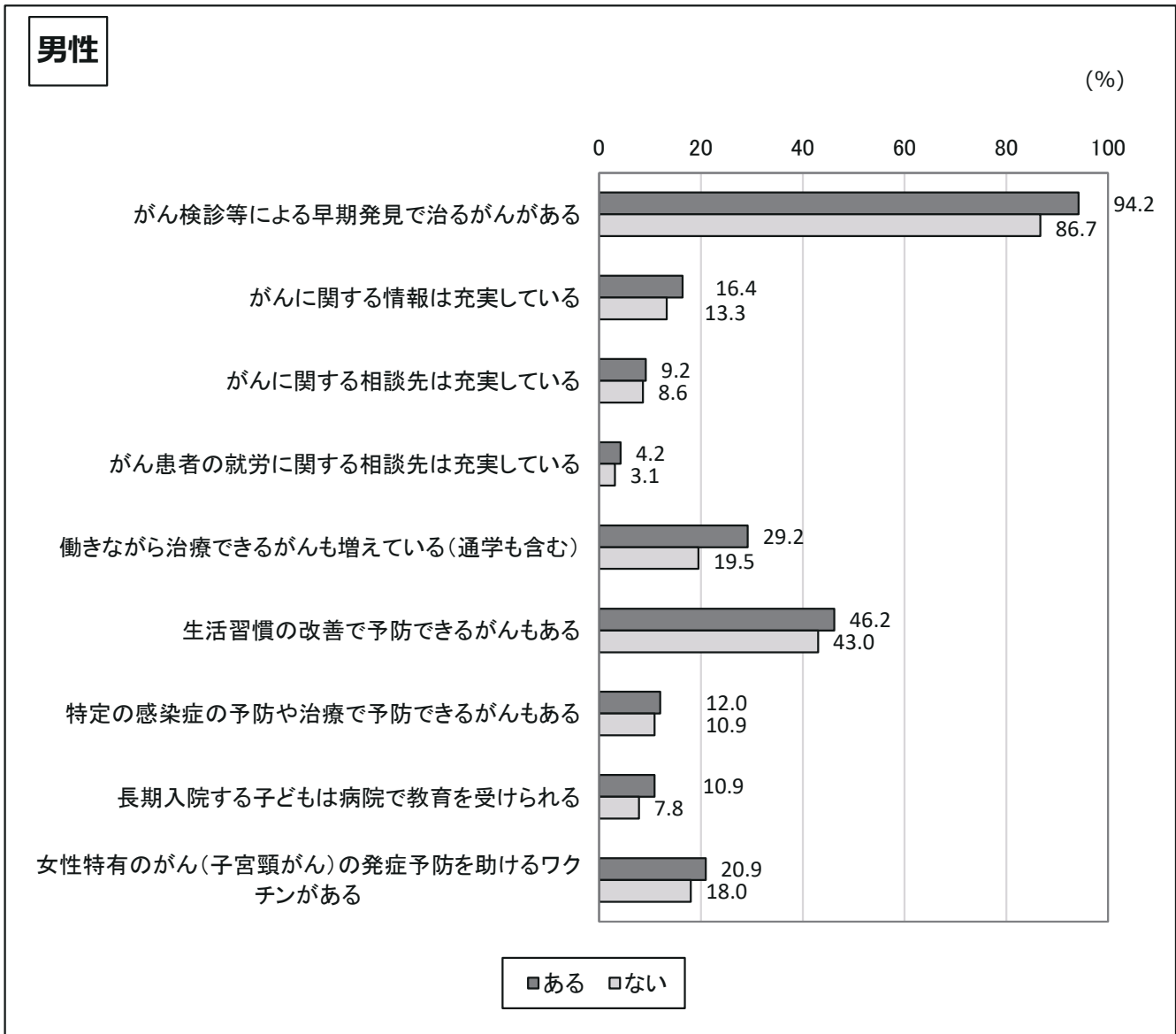


□ある □ない

第3-1-3表 健康診断・人間ドックの受診状況とがん治療の関係

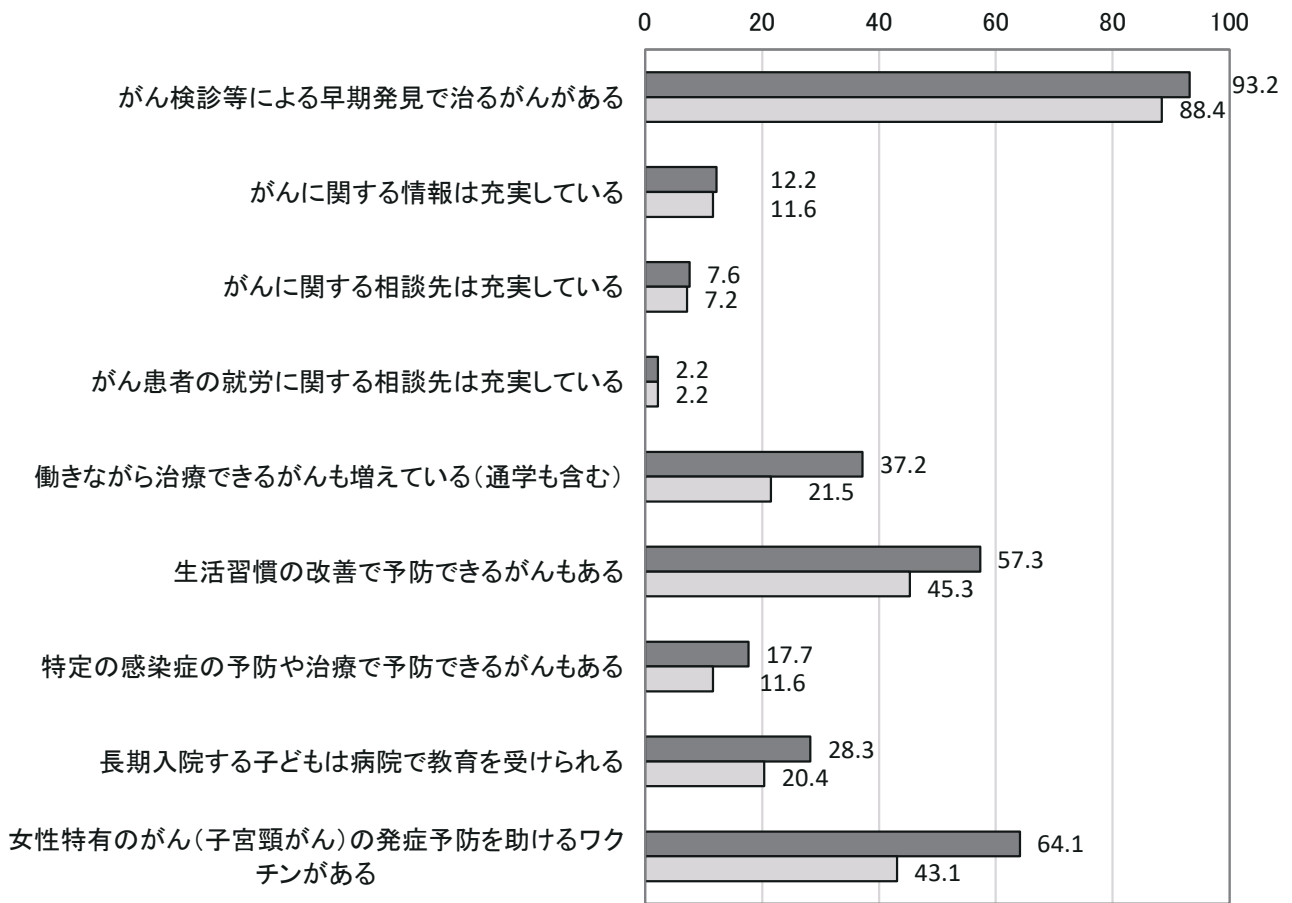
過去1年間の健康診断や人間ドックの受診の有無に関わらず、男女ともに、がんのイメージは「早期発見で治るがんがある」が最も多い。

過去1年間の健康診断や人間ドックの受診の有無に関わらず、男女ともに、がんのイメージは「早期発見で治るがんがある」と回答した者の割合が最も多かった。受診者と非受診者の割合はそれぞれ、男性では94.2%、86.7%、女性では93.2%、88.4%であった。一方で、がんに関する相談（男性：受診者9.2%、非受診者8.6%、女性：受診者7.6%、非受診者：7.2%）、がん患者の就労に関する相談先（男性：受診者4.2%、非受診者3.1%、女性：受診者2.2%、非受診者：2.2%）が充実していると感じている者は1割に満たない状況であり、今後の対策が望まれる。



女性

(%)

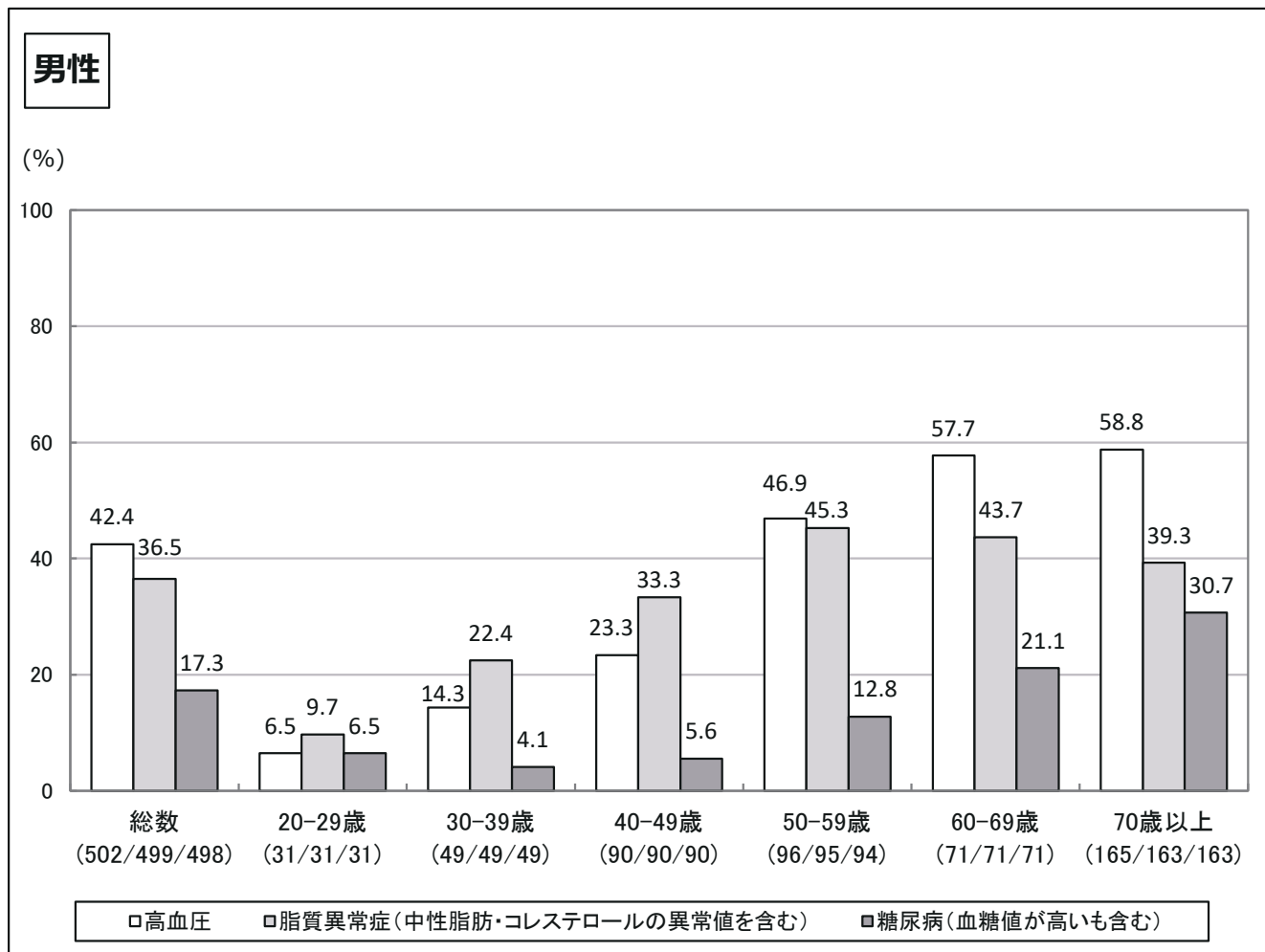


■ある □ない

第3-1-4表 高血圧、糖尿病、脂質異常症の罹患状況

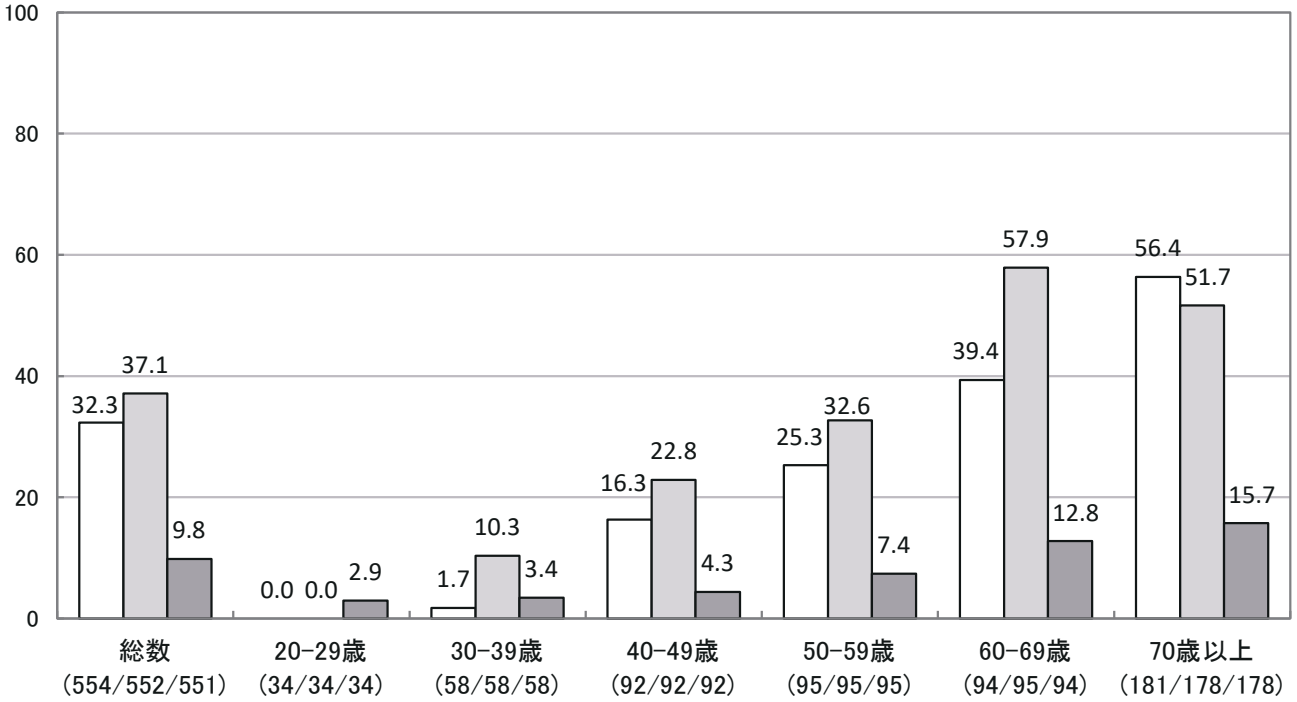
60歳以上で、男性の高血圧を指摘されている者、女性の脂質異常症を指摘されている者が、それぞれ5割を超えている

高血圧・脂質異常症・糖尿病いずれも、年齢が上がるにつれて指摘されている者の割合が増加していた。性別で見ると、男性では50歳代以降で高血圧を指摘される者の割合が大きく増加し、50歳代で46.9%、60歳代で57.7%、70歳以上で58.8%であった。一方で、女性では60歳代以降で脂質異常症を指摘される者の割合が大きく増加し、60歳代で57.9%、70歳以上で51.7%であり、70歳以上では高血圧を指摘される者の割合も56.4%と高い割合を示した。



女性

(%)

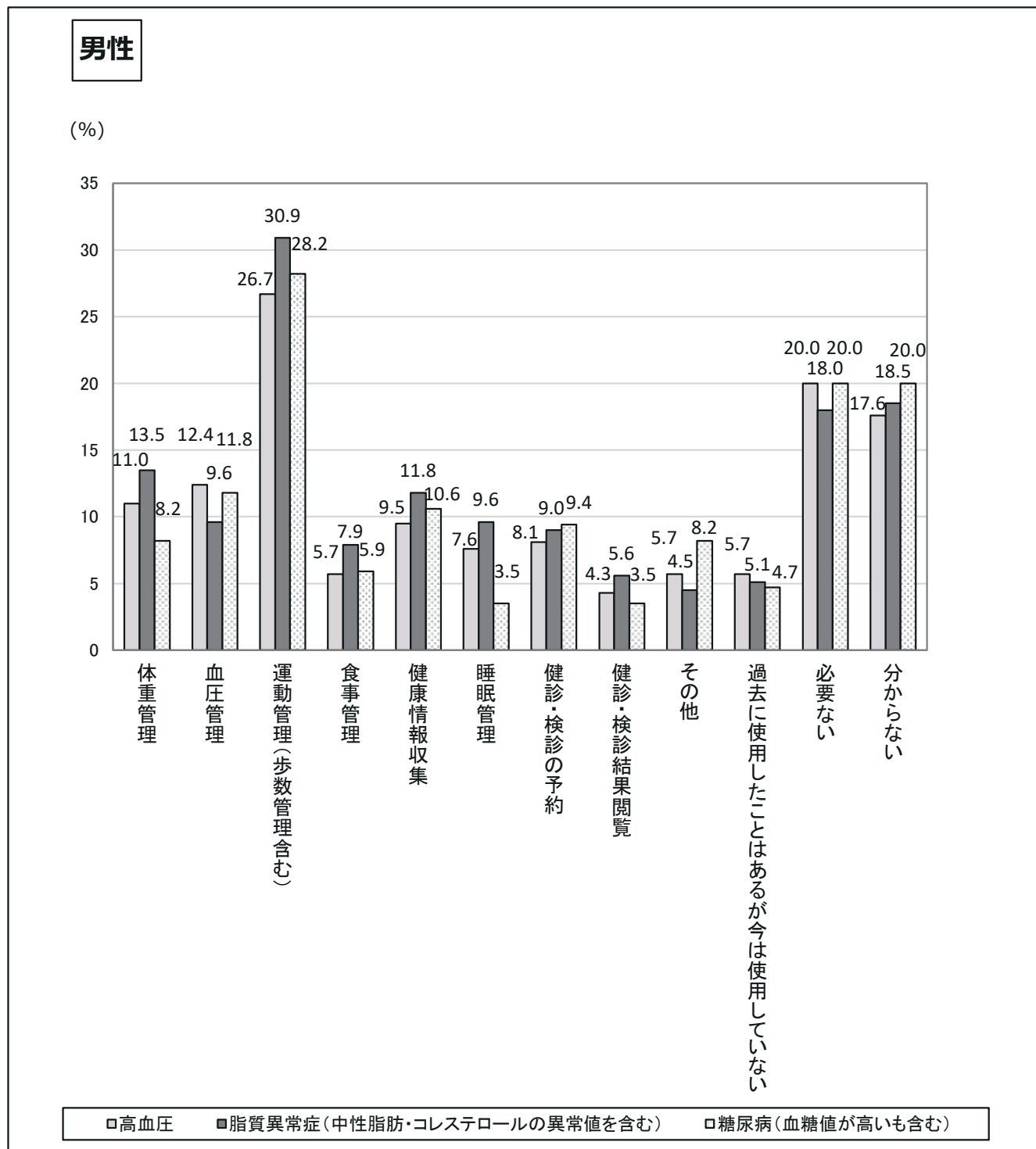


□高血圧 □脂質異常症(中性脂肪・コレステロールの異常値を含む) ■糖尿病(血糖値が高いも含む)

第3-1-5表 各種疾病(高血圧・糖尿病・脂質異常症)の罹患状況と健康づくりアプリへの関心度の関係

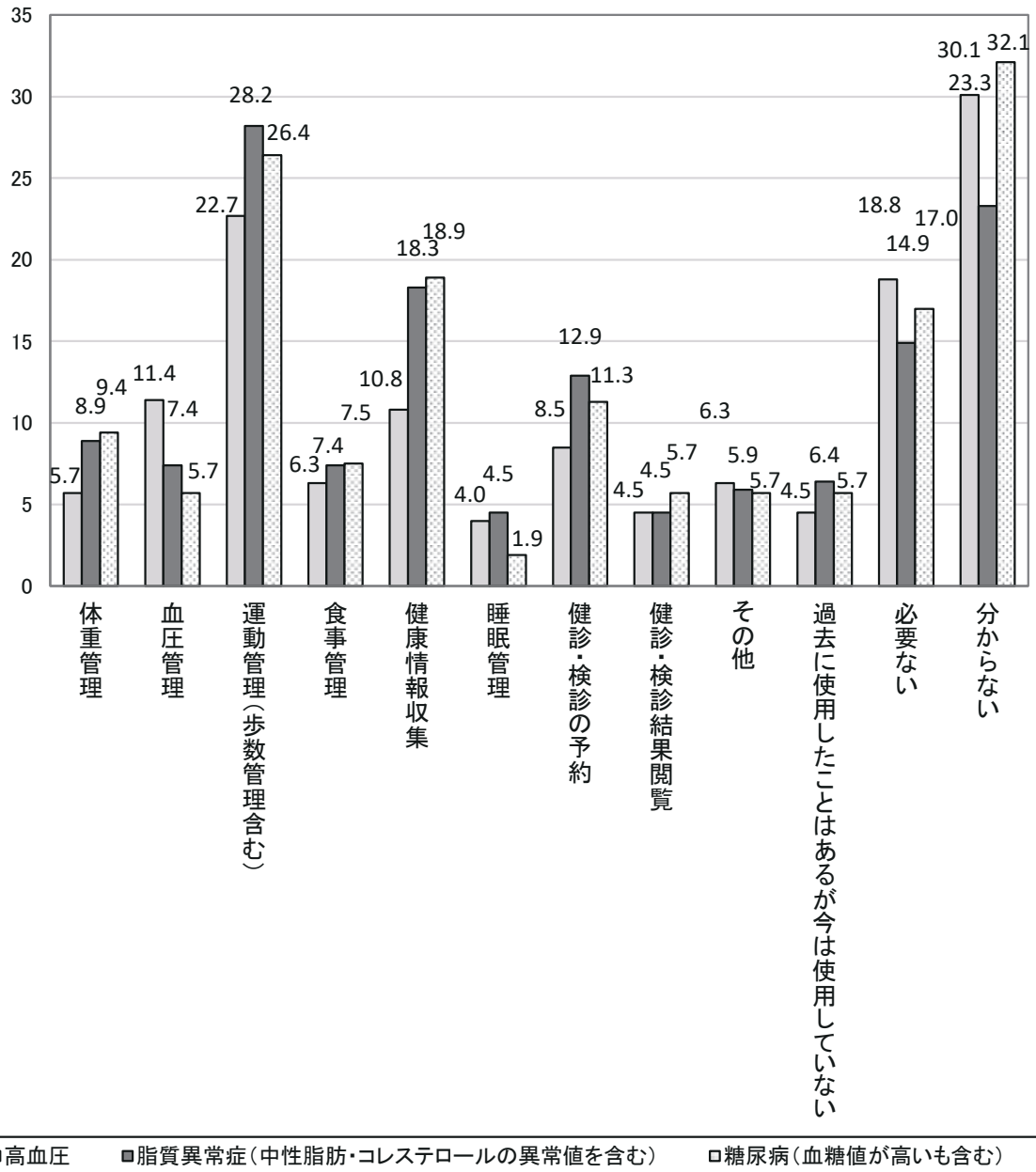
高血圧・脂質異常症・糖尿病を指摘されている者において、パソコンやスマートフォンなどを健康づくりのために使用している内容は、男女ともに運動管理(歩数管理を含む)が最も多く、2～3割程度

高血圧・脂質異常症・糖尿病を指摘されている者において、パソコンやスマートフォンなどを健康づくりのために使用している内容として、最も多いのは運動管理(歩数管理含む)であり、男性で高血圧26.7%、脂質異常症30.9%、糖尿病28.2%、女性で高血圧22.7%、脂質異常症28.2%、糖尿病26.4%であった。女性では、健康情報収集が脂質異常症18.3%、糖尿病18.9%と、次いで多かった。一方で、男女ともに「必要ない」と回答した者が各疾患を指摘されている者のうち2割程度であり、健康づくりのためのICT利用に関して内容の普及が求められる。



女性

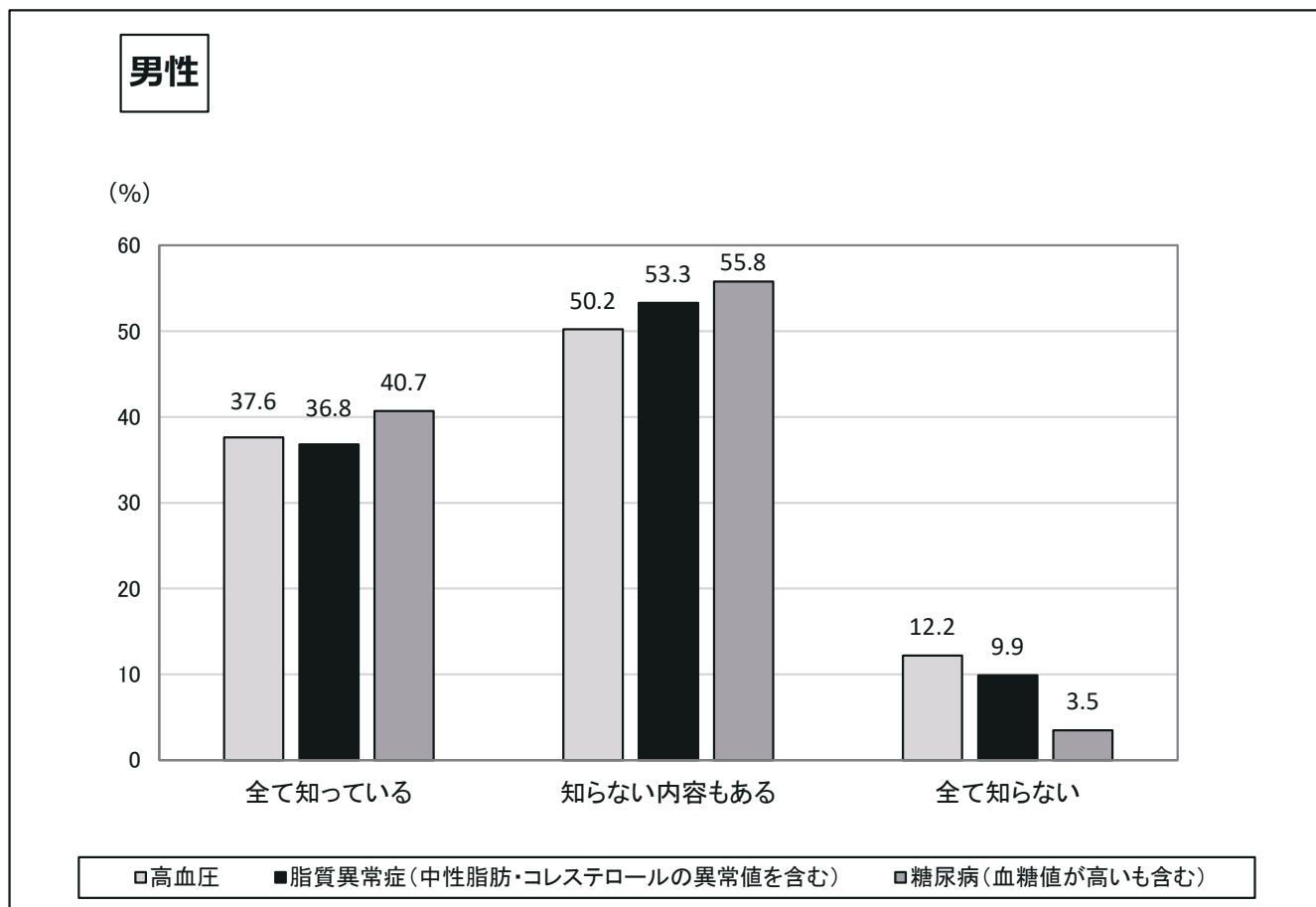
(%)



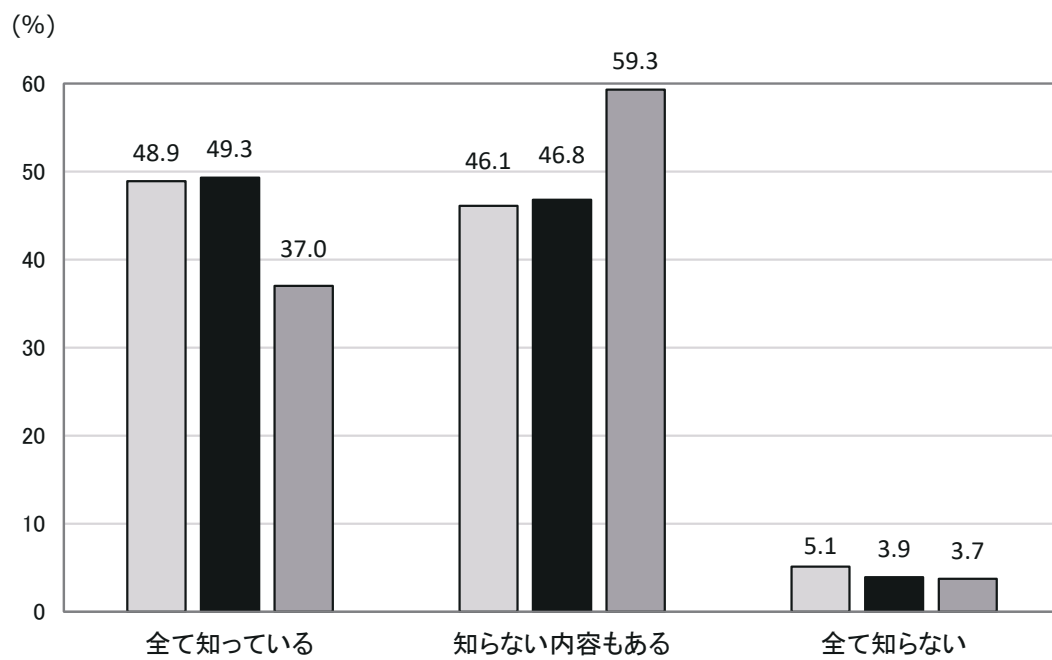
第3-1-6表 各種疾病(高血圧・糖尿病・脂質異常症)の罹患状況と脳卒中の初期症状の認知度の関係

高血圧・脂質異常症・糖尿病を指摘された者のうち、脳卒中について、救急車を呼ぶ必要がある症状すべてを知っている者は、4～5割程度

高血圧・脂質異常症が指摘された者のうち、脳卒中について、救急車を呼ぶ必要がある4つの症状「顔の片側が下がり、顔がゆがむ」、「片側の腕と足の力が入らない、しびれる」、「ロレツが回らない、言葉が出ない、会話がおかしい」、「経験したことのない激しい頭痛がする」すべてを知っている者の割合は、男性では、高血圧の指摘を受ける者で37.6%、脂質異常症の指摘を受ける者で36.8%、糖尿病の指摘を受ける者で40.7%であった。女性では、高血圧の指摘を受ける者で48.9%、脂質異常症の指摘を受ける者で49.3%、糖尿病の指摘を受ける者で37.0%であった。また、男性では「全て知らない」を回答した者が1割程度いた。



女性

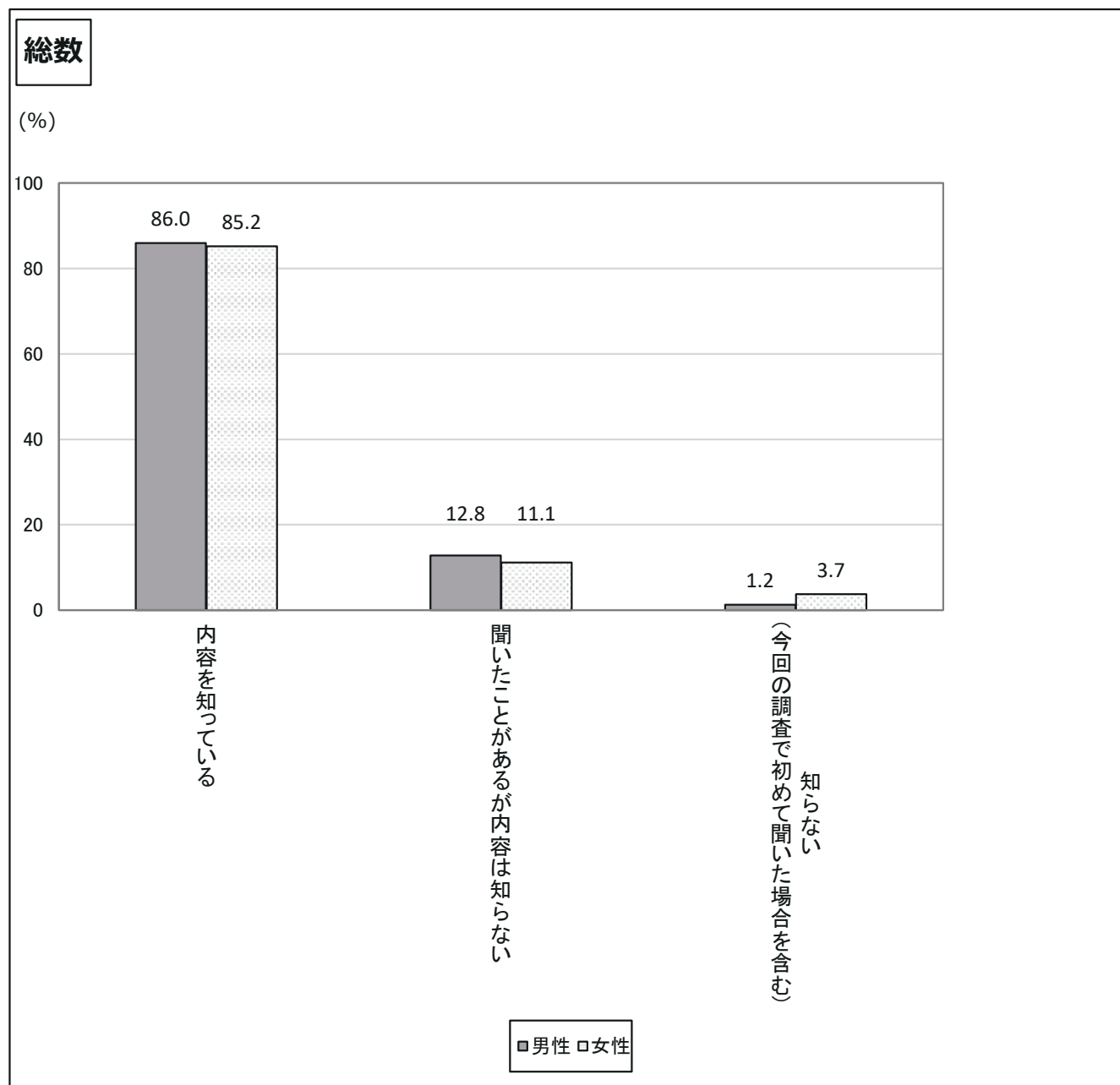


□高血圧 ■脂質異常症(中性脂肪・コレステロールの異常値を含む) □糖尿病(血糖値が高いも含む)

第3-1-7表 糖尿病の罹患状況と重症化予防の認知度(合併症)の関係

糖尿病を指摘されている者の中で、糖尿病が重症化した場合に引き起こされる合併症（網膜症（視力の低下）、腎症（透析）、神経障害等）を認知している者は、男女ともに8割以上

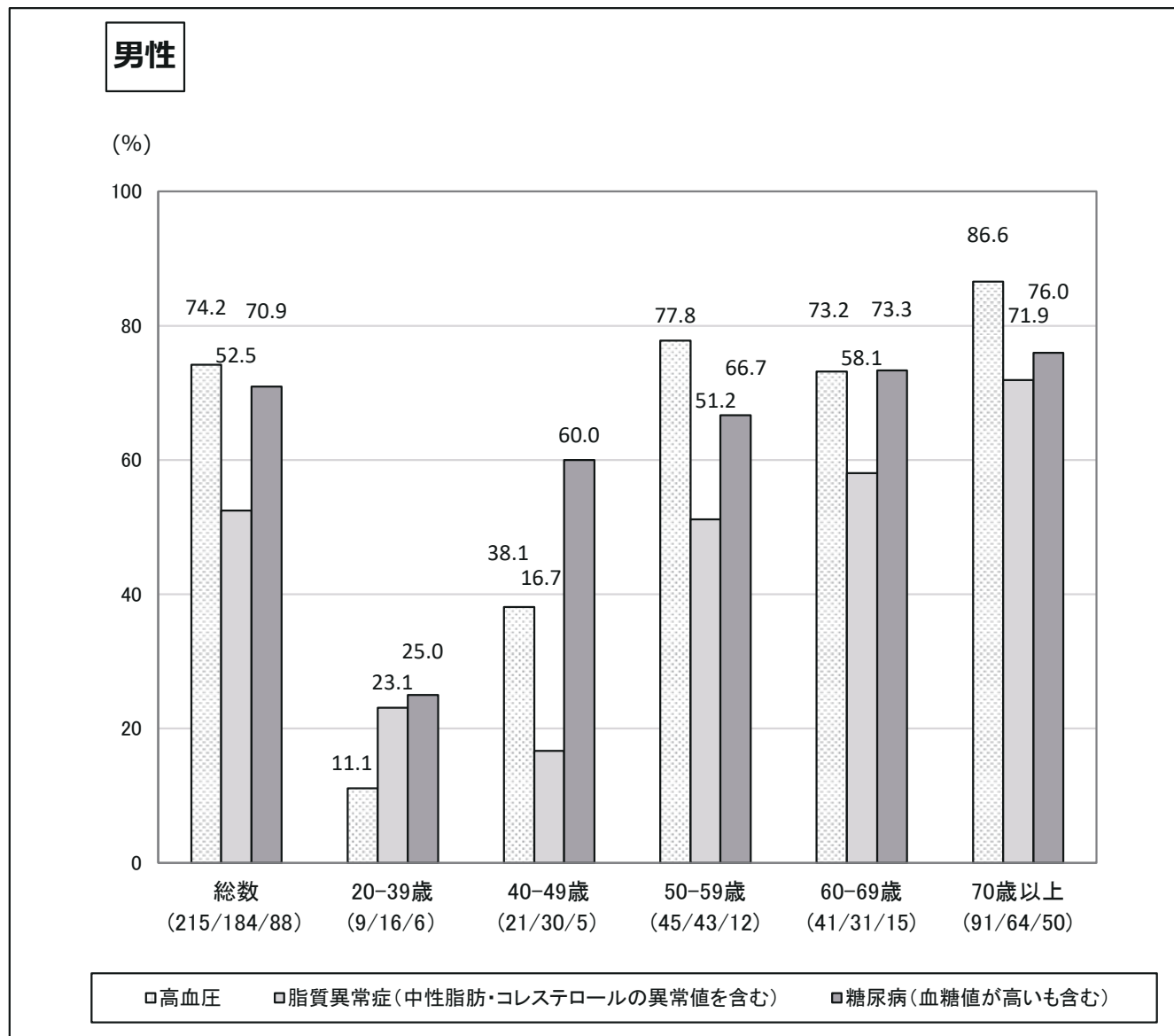
糖尿病を指摘されている者の中で、「糖尿病が重症化すると網膜症（視力の低下）、腎症（透析）、神経障害等の合併症を引き起こす」ことを知っている者の割合は、男性86.0%、女性85.2%と高い状況であった。



第3-1-8表 高血圧、糖尿病、脂質異常症の治療状況

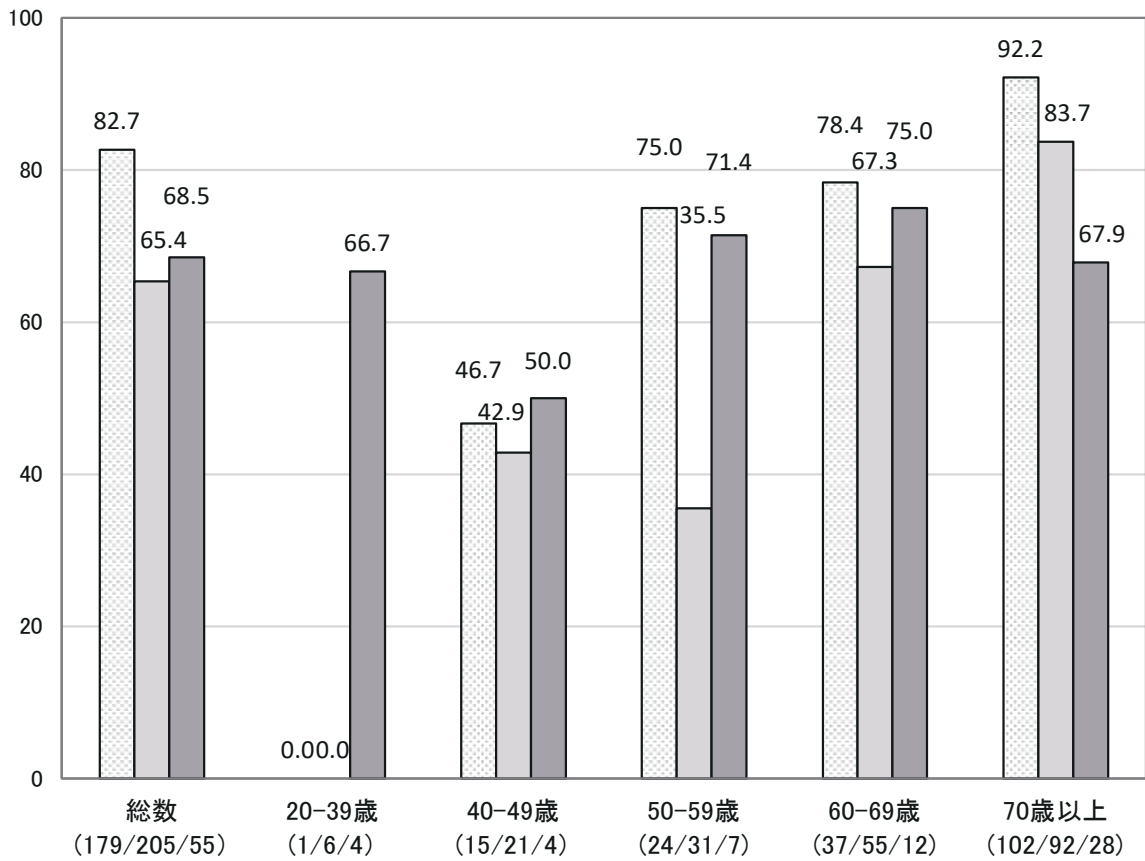
高血圧・脂質異常症・糖尿病を指摘されている者のうち通院している者の割合は、男性より女性の方が高い傾向

高血圧を指摘されている者のうち通院している者の割合は男性74.2%、女性82.7%、脂質異常症を指摘されている者のうち通院している者の割合は男性51.9%、女性65.4%、糖尿病を指摘されている者のうち通院している者の割合は男性70.9%、女性68.5%であり、いずれも男性より女性の方が高い傾向であった。また年齢別にみると、年齢が高いほど通院している者の割合が高い傾向であった。



女性

(%)

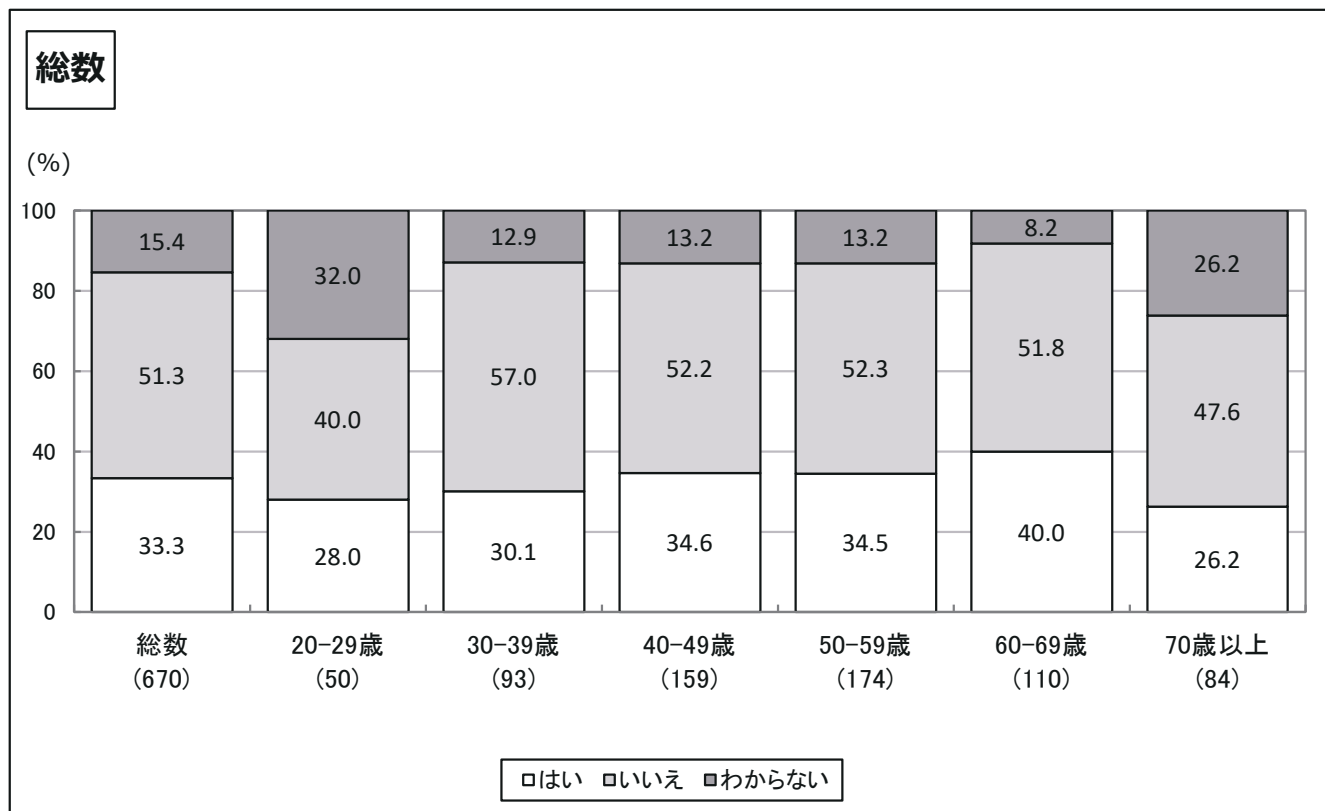


高血圧
 脂質異常症(中性脂肪・コレステロールの異常値を含む)
 糖尿病(血糖値が高いも含む)

第3-1-9表 就労先の健康教育の状況

自身の職場が、働く人の健康づくりに関する情報提供や取組（健康診断以外）を行っている者は3割程度

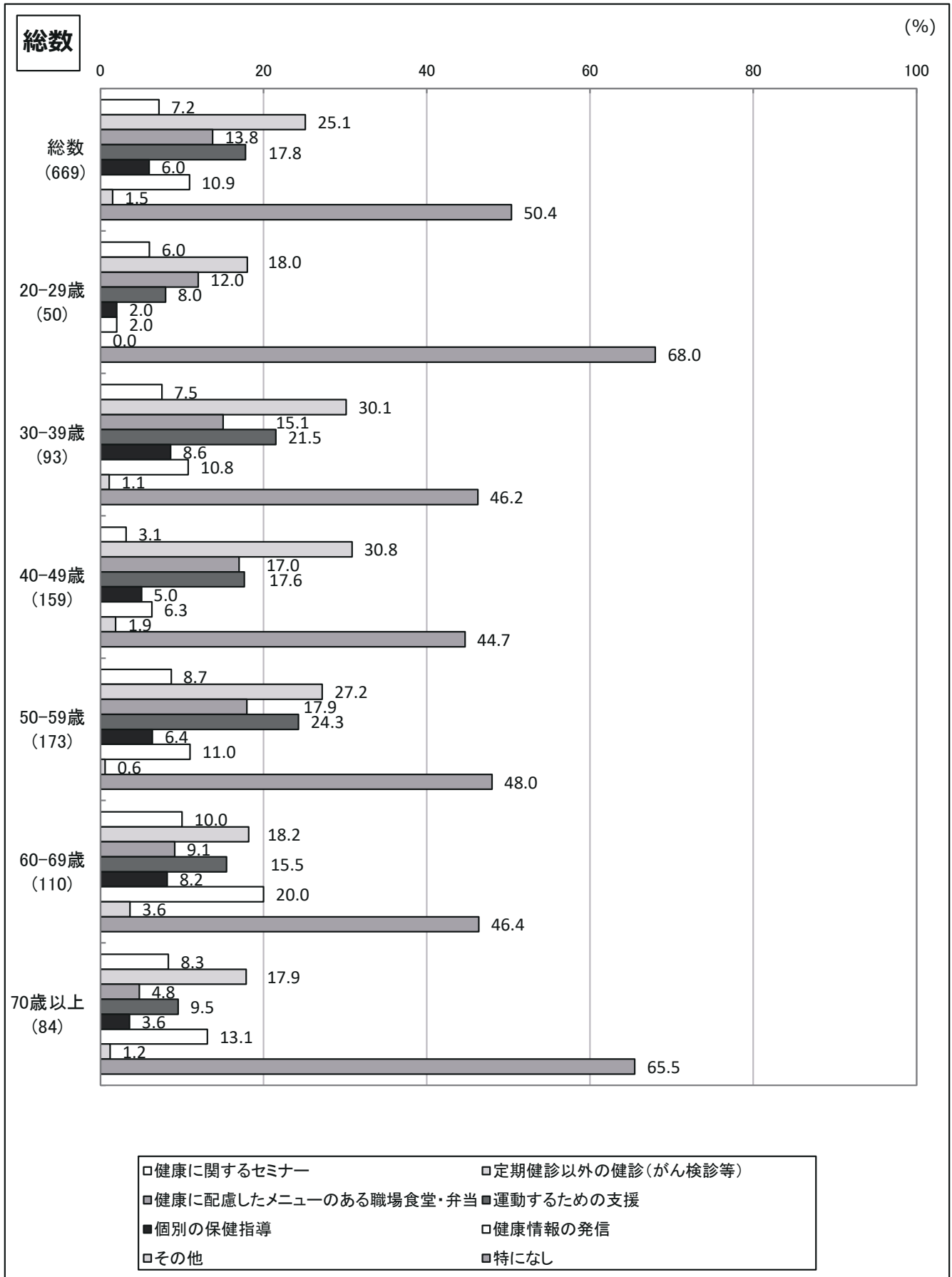
自身の職場で働く人の健康づくりに関する情報提供や取組（健康診断以外）を行っているとは回答した者の割合は33.3%であり、行っていないと回答した者の割合が5割を超えている状況であった。



第3-1-10表 就労先に期待する健康づくりの環境

職場で、働く人に対する健康づくりのうち特に充実した方がよいと思うことは、特になし者が5割程度

職場で、働く人に対する健康づくりのうち特に充実した方がよいと思うことは、すべての年代で「特になし」と回答した者の割合が最も多かった。次いで「定期健診以外の健診（がん検診等）」が続いた。

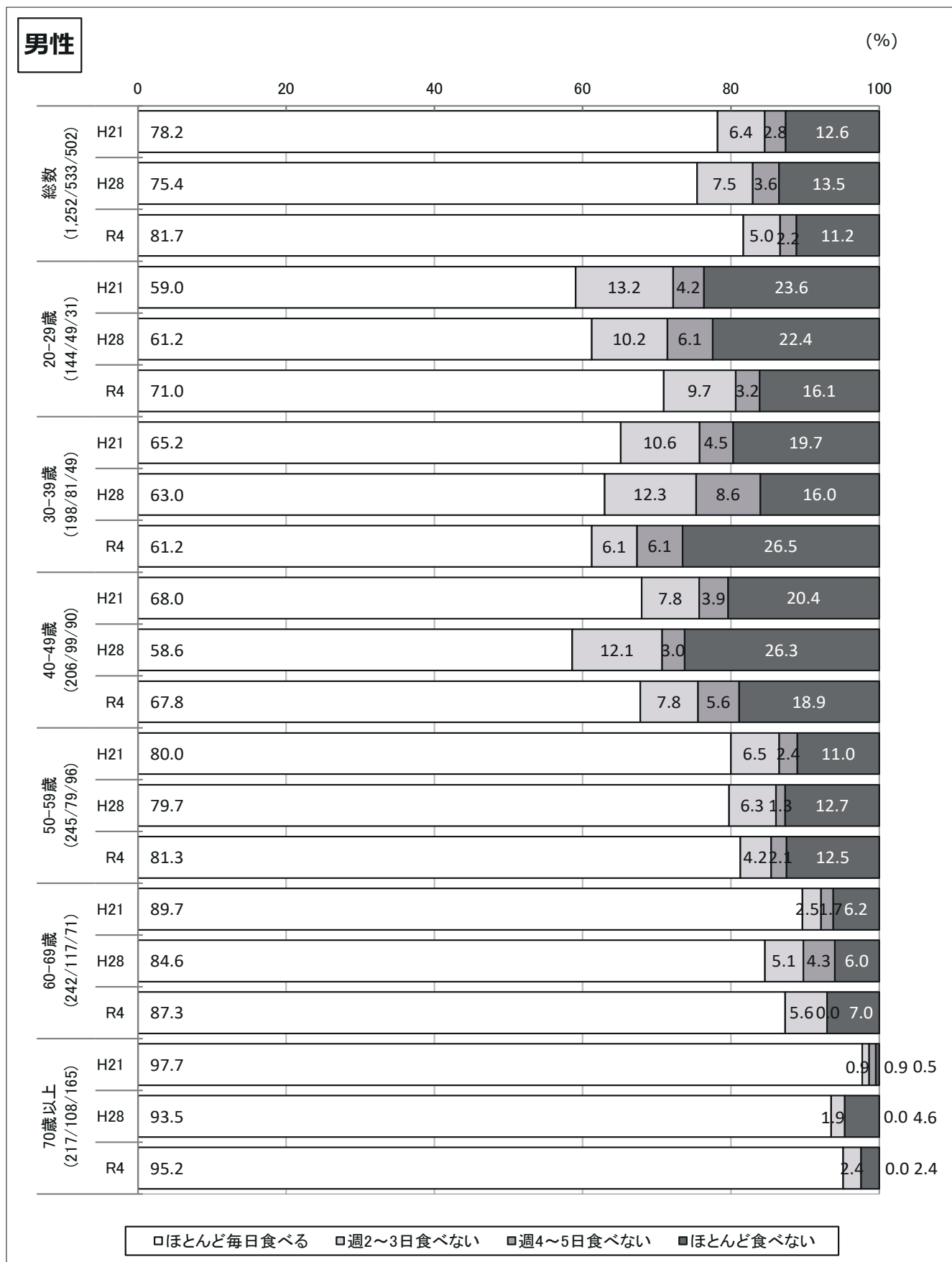


第2節 食生活

第3-2-1表 朝食の摂取状況

朝食欠食をする者の割合は、男性は20～40歳代、女性は20～30歳代で高く、2割程度

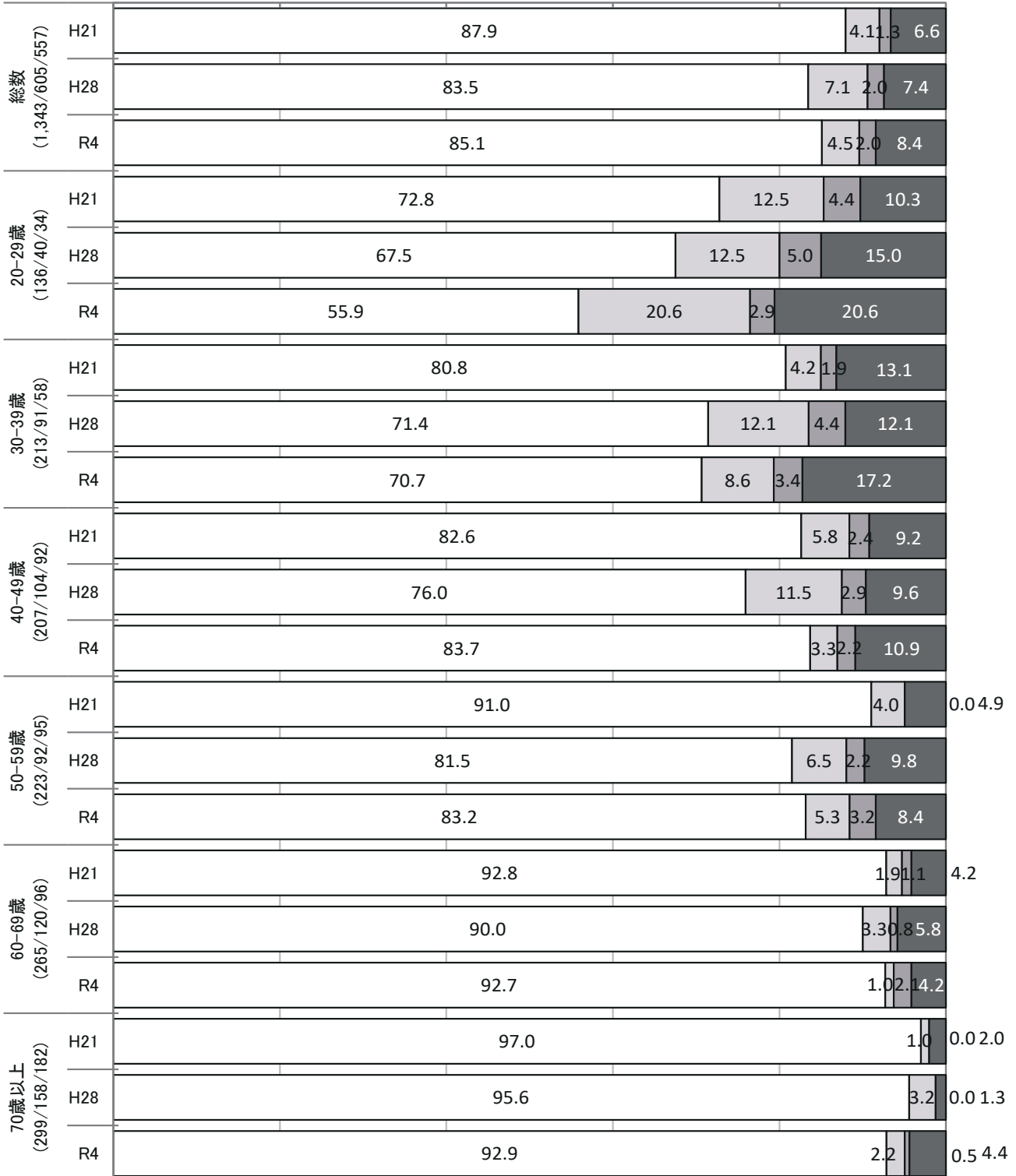
朝食を「ほとんど食べない」と回答した者の割合は、前回調査（平成28年度）と比較して、男性では20歳代で16.1%、30歳代で26.5%であり、それぞれ6.3%改善、10.5%悪化した。女性では20歳代で20.6%、30歳代で17.2%であり、それぞれ5.6%、5.1%悪化した。



女性

(%)

0 20 40 60 80 100

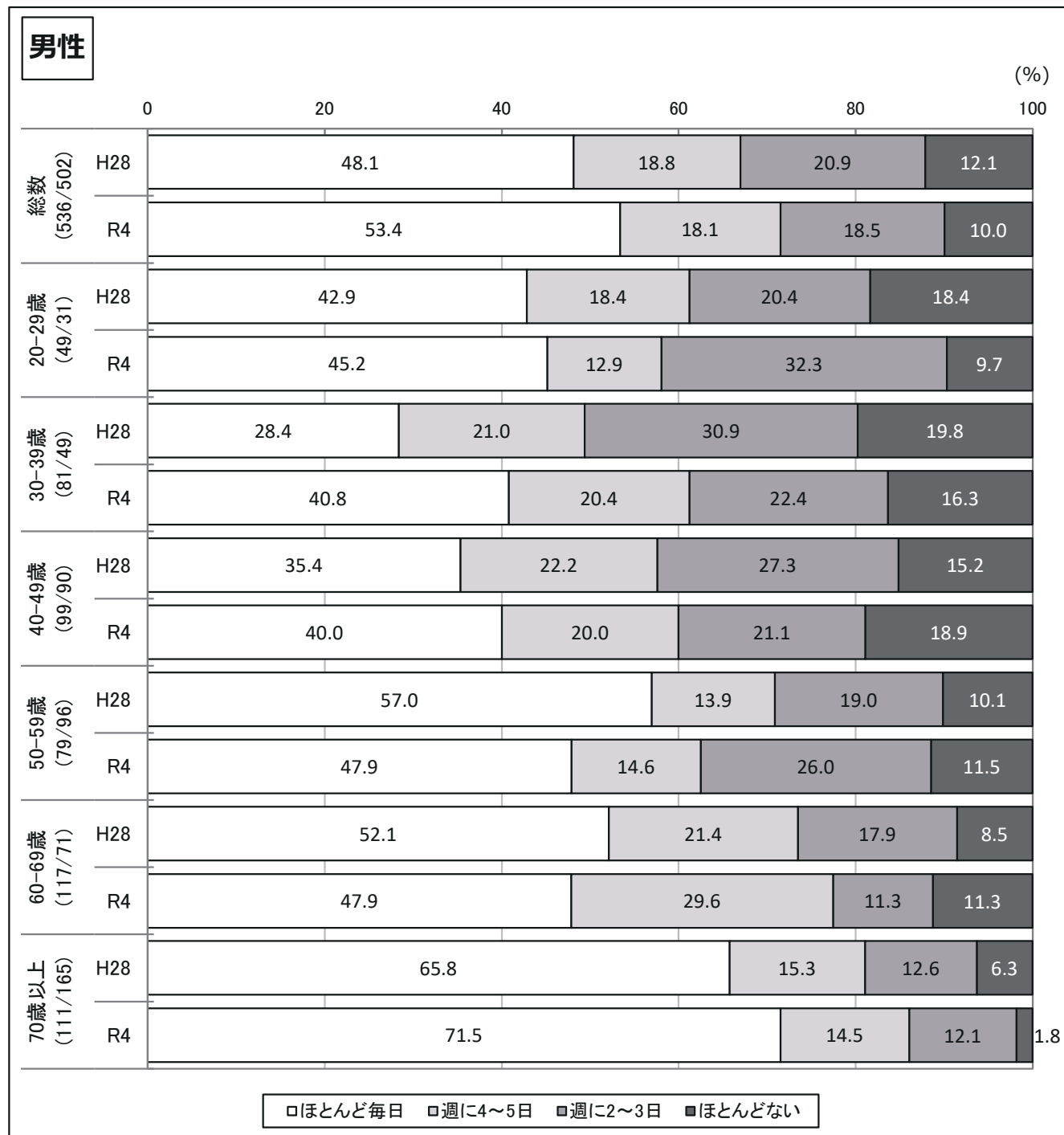


□ほとんど毎日食べる □週2~3日食べない □週4~5日食べない ■ほとんど食べない

第3-2-2表 主食、主菜、副菜の摂取状況

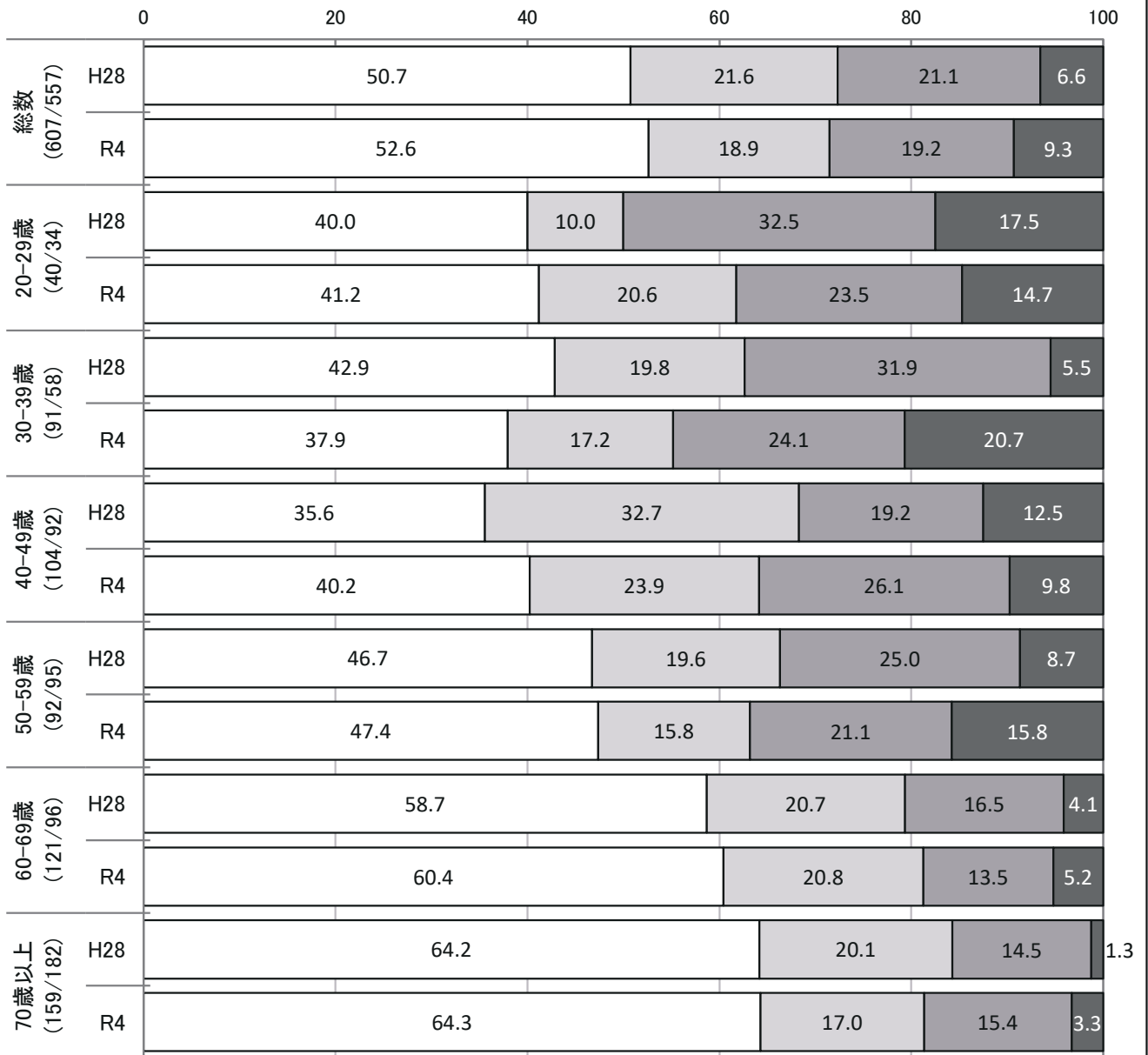
主食・主菜・副菜の3つを組み合わせることを1日に2回以上する頻度がほとんど毎日である者の割合は男女ともに5割程度

主食・主菜・副菜の3つを組み合わせることを1日に2回以上する頻度が「ほとんど毎日」と回答した者の割合は、男性53.4%、女性52.6%であり、前回調査（平成28年度）よりそれぞれ5.3%、1.9%上昇した。年代別にみると、若年世代で低く、20歳代で男性45.2%、女性41.2%であったが、年齢が上がるにつれて増加傾向を示した。



女性

(%)

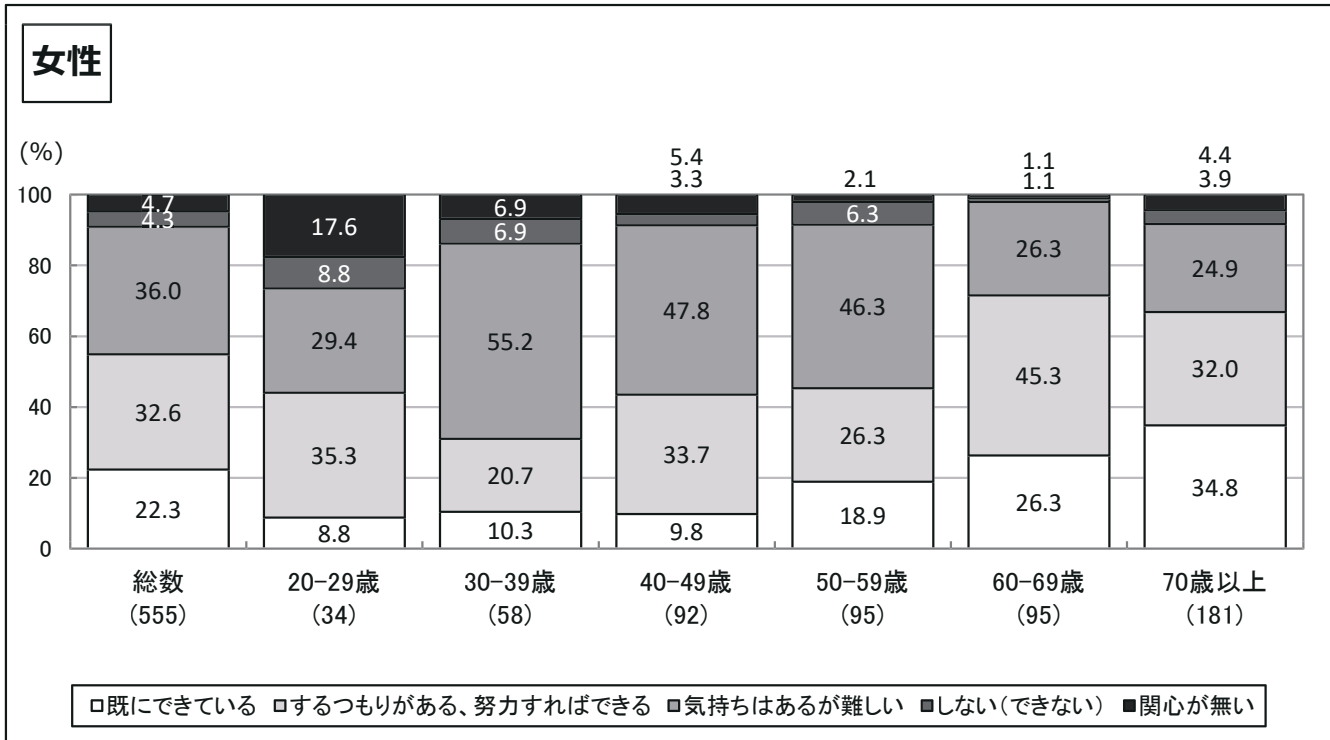
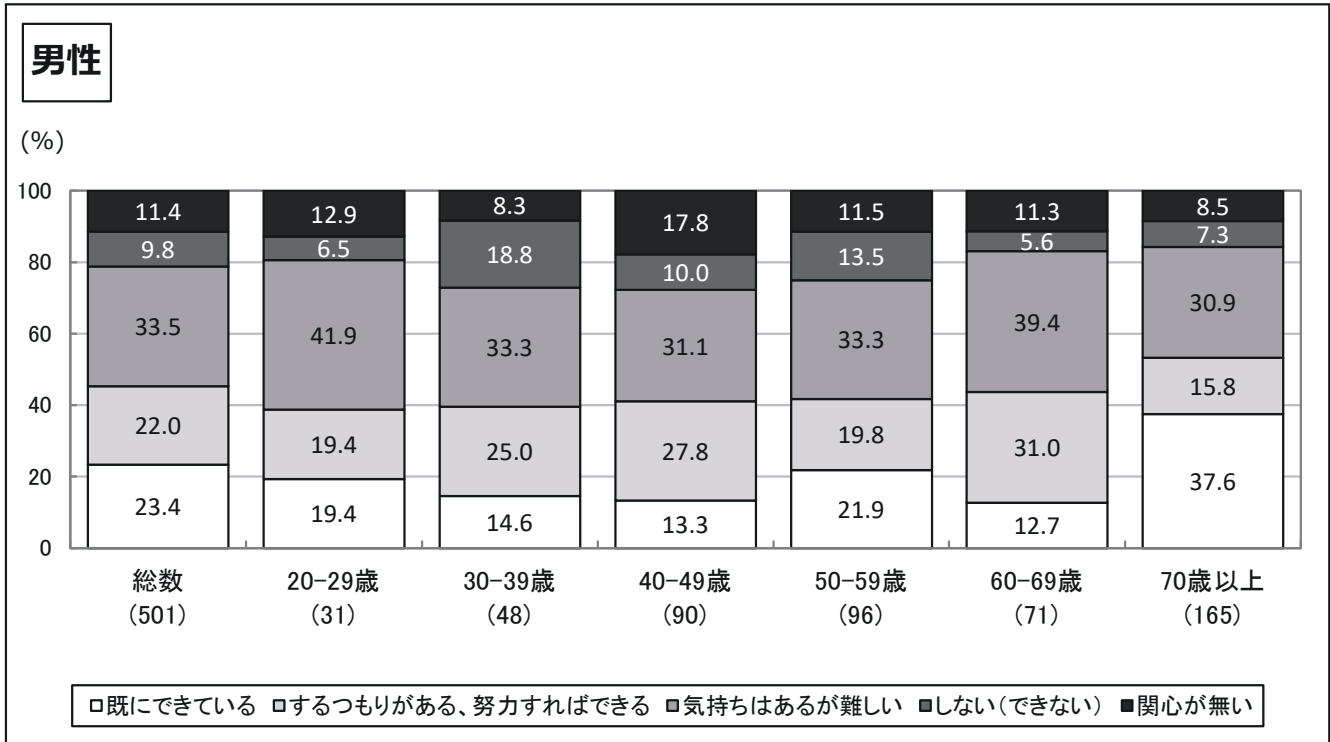


□ほとんど毎日 □週に4~5日 □週に2~3日 ■ほとんどない

第3-2-3表 野菜摂取に関する意識

野菜料理を1日350g（小鉢5皿）程度食べることへの心がけが既にできている者は男女ともに2割程度

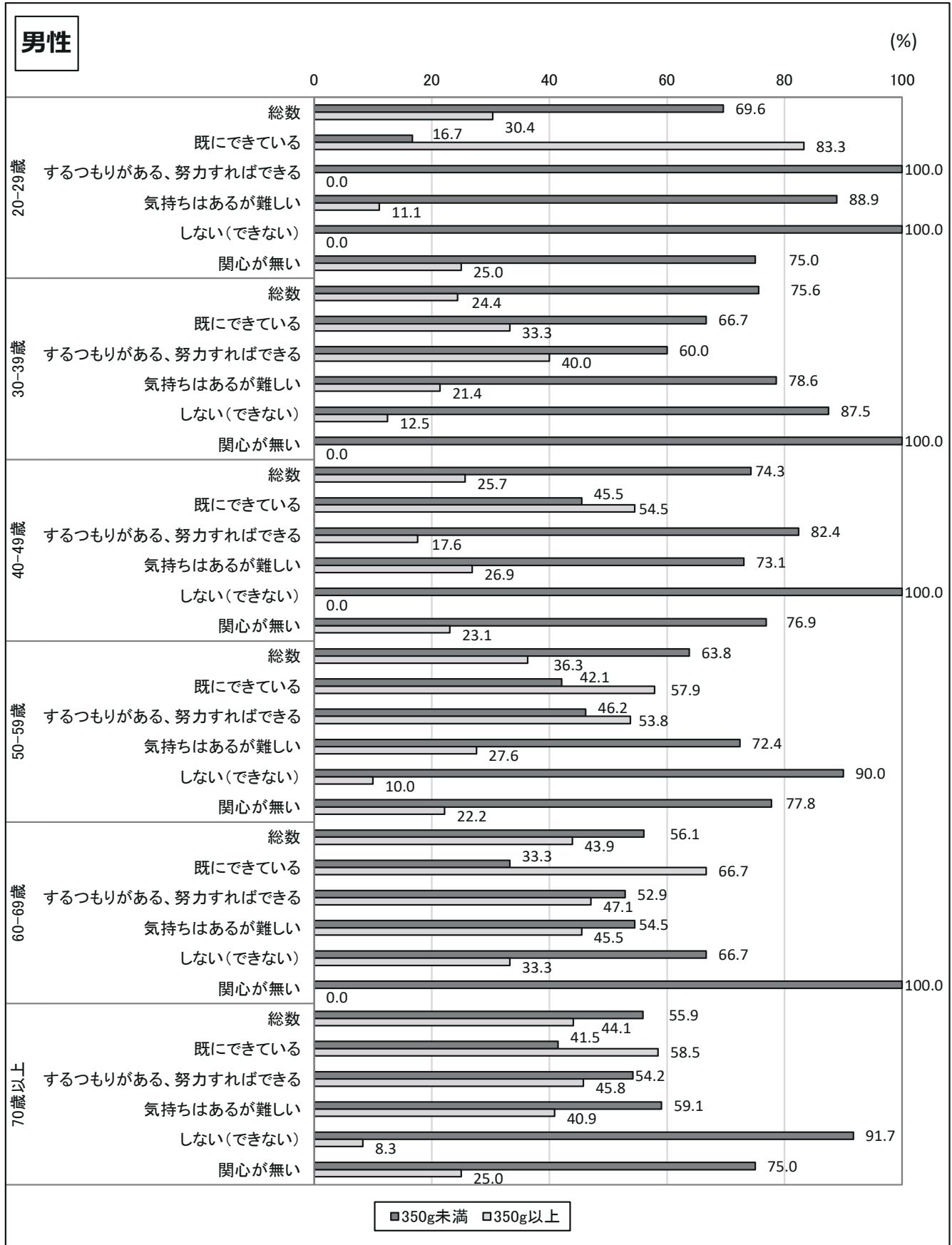
野菜料理を1日350g（小鉢5皿）程度食べることへの心がけについて、「既にできている」と回答した者の割合は男性23.4%、女性22.3%であった。一方で、「しない（できない）」もしくは「関心が無い」と回答した男性の割合は20～60歳代まで2～3割程度であり、女性は20歳代のみで2割を超えている状況であった。



第3-2-4表 野菜摂取に関する意識と野菜の摂取量の関係

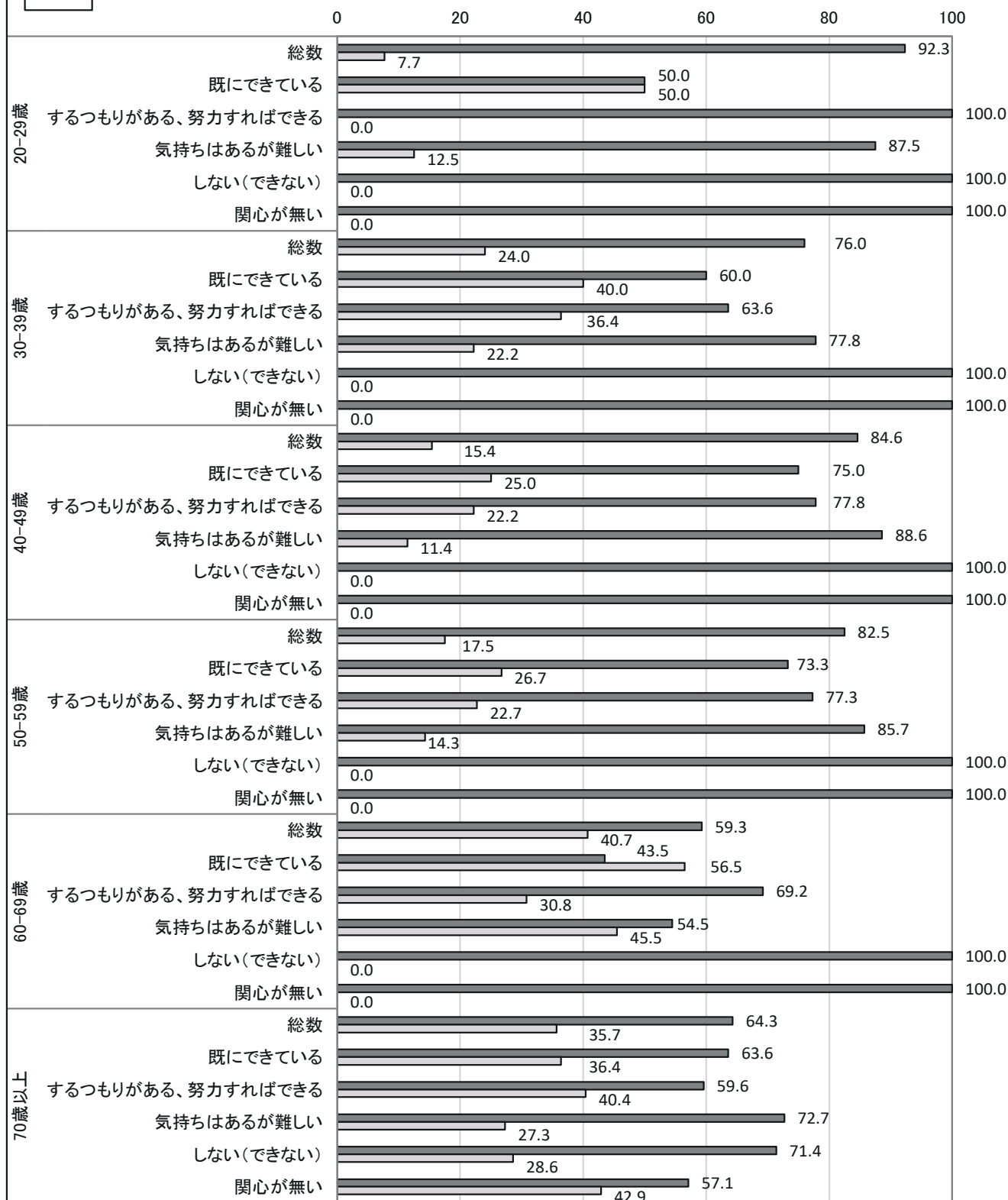
野菜料理を1日350g（小鉢5皿）程度食べることへの心がけにおいて、「既にできている」と回答した者で、野菜を350g以上摂取できている者は、男性6割程度、女性4割程度

野菜料理を1日350g（小鉢5皿）程度食べることへの心がけにおいて、「既にできている」と回答した者の割合は、男性では、30歳代を除きすべての年代で、350g以上の野菜摂取量の者が多かった一方で、女性では、60歳代を除きすべての年代で、350g未満の野菜摂取量の者が多かった。



女性

(%)

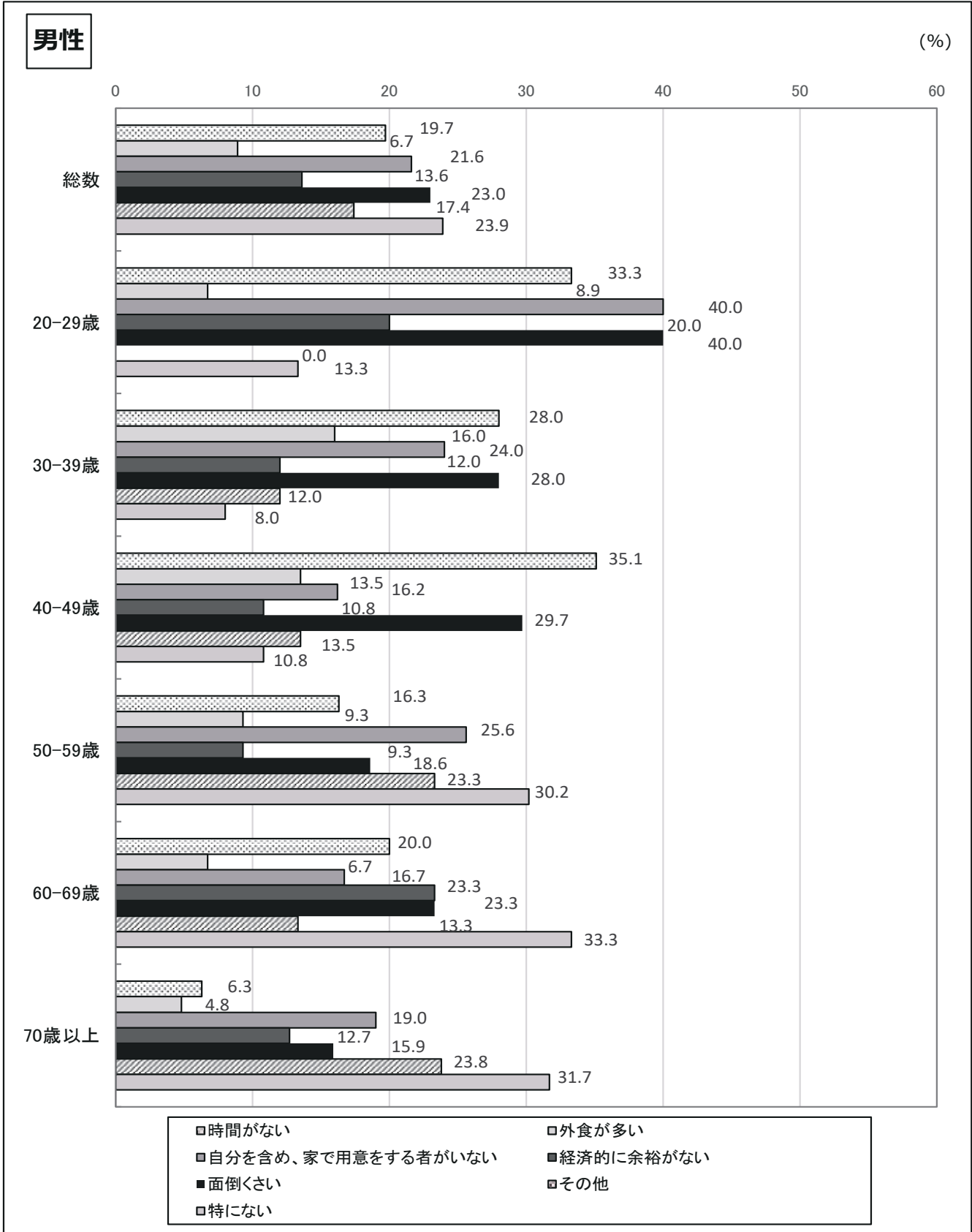


■350g未満 □350g以上

第3-2-5表 野菜摂取に関する意識と行動の関係

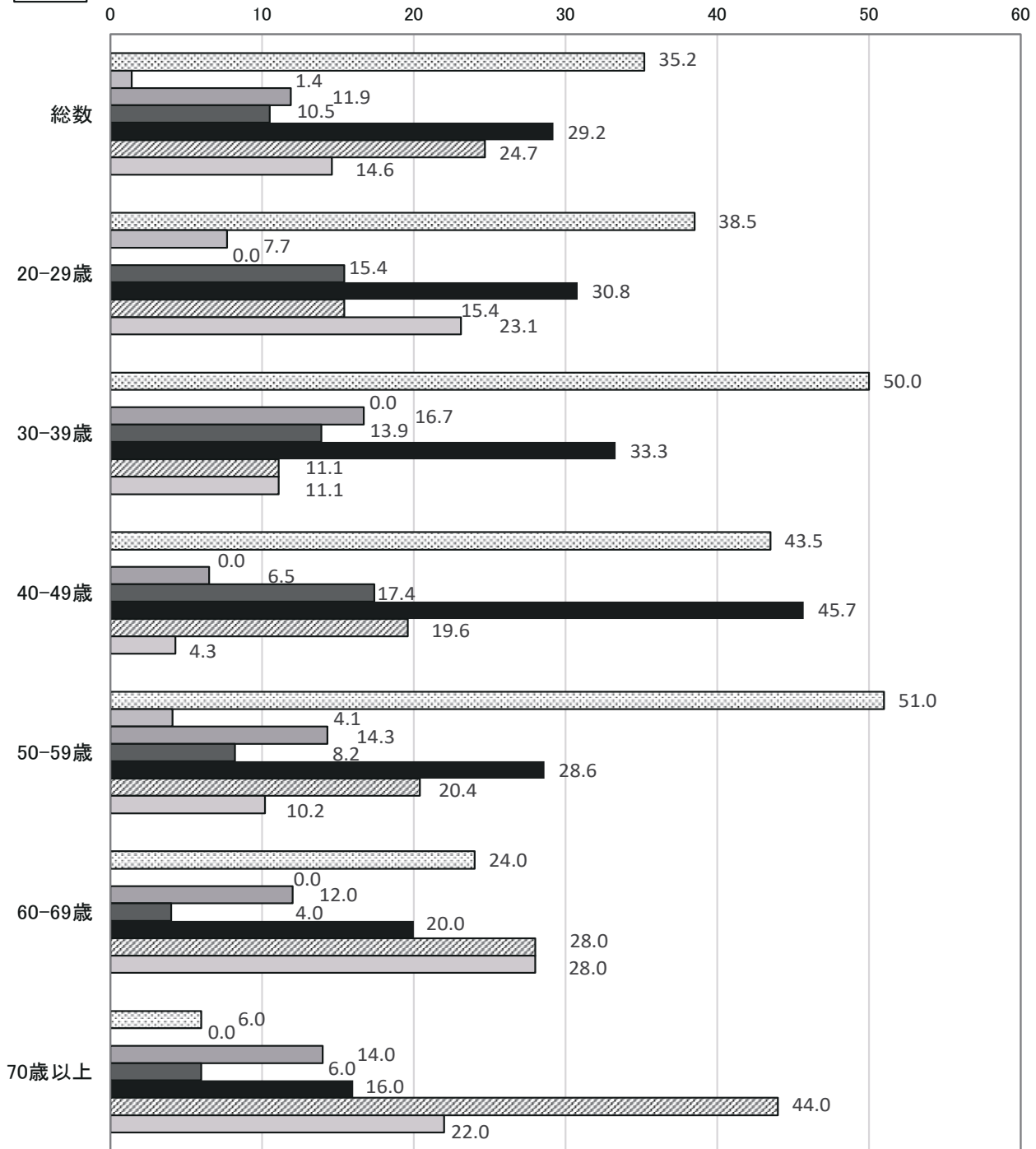
野菜料理を1日350g(小鉢5皿)程度食べることについて、「気持ちはあるが難しい」もしくは「しない(できない)」理由は、女性では「時間がない」、「経済的に余裕がない」

野菜料理を1日350g(小鉢5皿)程度食べることについて、「気持ちはあるが難しい」もしくは「しない(できない)」理由は、男性では、20~40歳代で「時間がない」、「経済的に余裕がない」、「自分を含め、家で用意をする者がいない」が上位にあがった。一方で、女性では、特に20~50歳代で「時間がない」、「経済的に余裕がない」が多かった。



女性

(%)

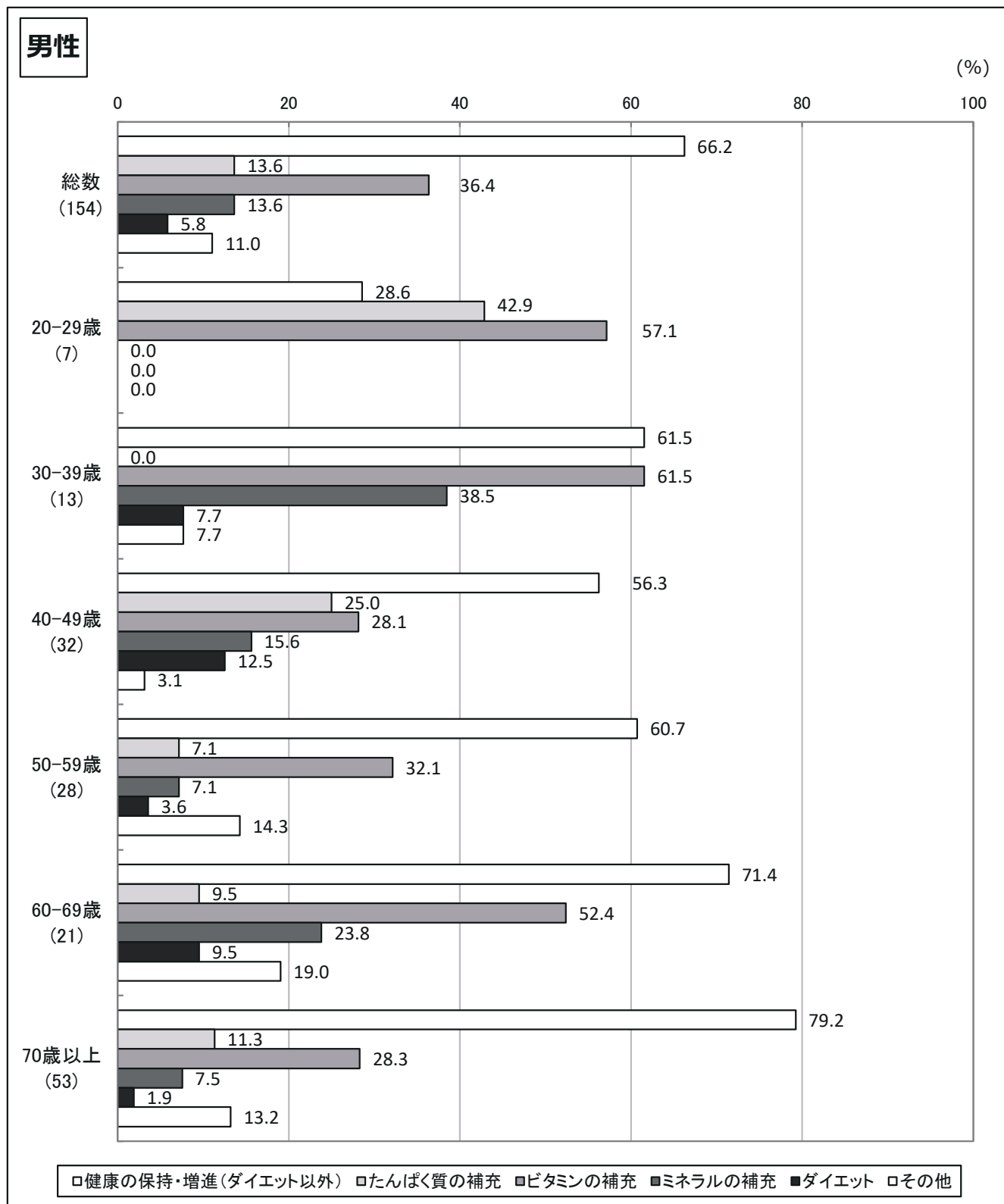


- 時間がいない
- 自分を含め、家で用意をする者がいない
- 面倒くさい
- 特になし
- 外食が多い
- 経済的に余裕がない
- その他

第3-2-6表 健康食品の利用目的

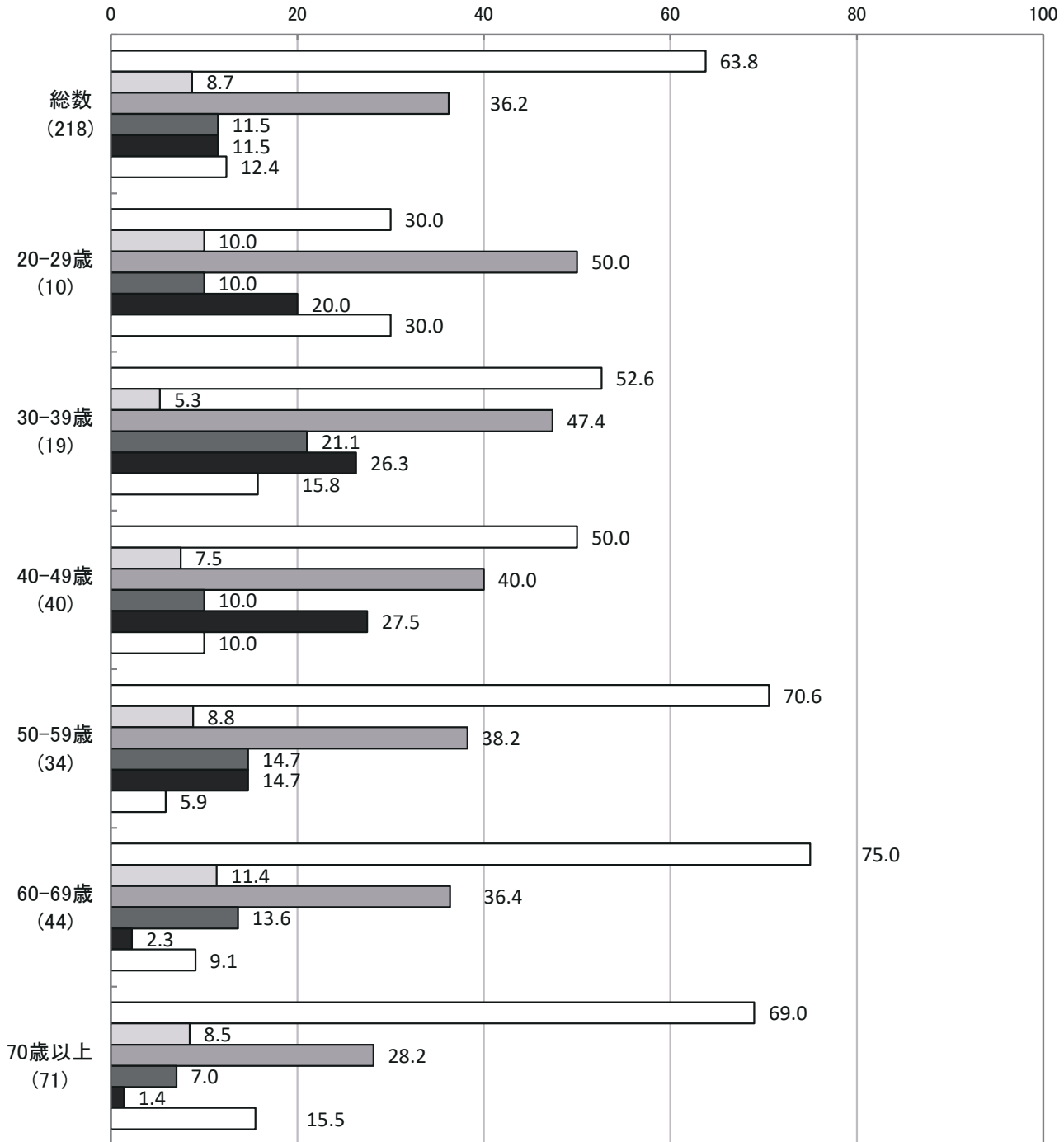
健康食品（サプリメント）を利用している目的は、男女ともに健康の保持・増進が6割以上

健康食品（サプリメント）を利用している目的は、男女ともに20歳代を除き「健康の保持・増進」と回答した者の割合が最も多く、次いで「ビタミンの補充」であった。20歳代においては、「ビタミンの補充」が男性57.1%、女性50.0%と最も多かった。なお、女性では、「ダイエット」が20歳代20.0%、30歳代26.3%、40歳代27.5%と一定数いる状況であった。



女性

(%)

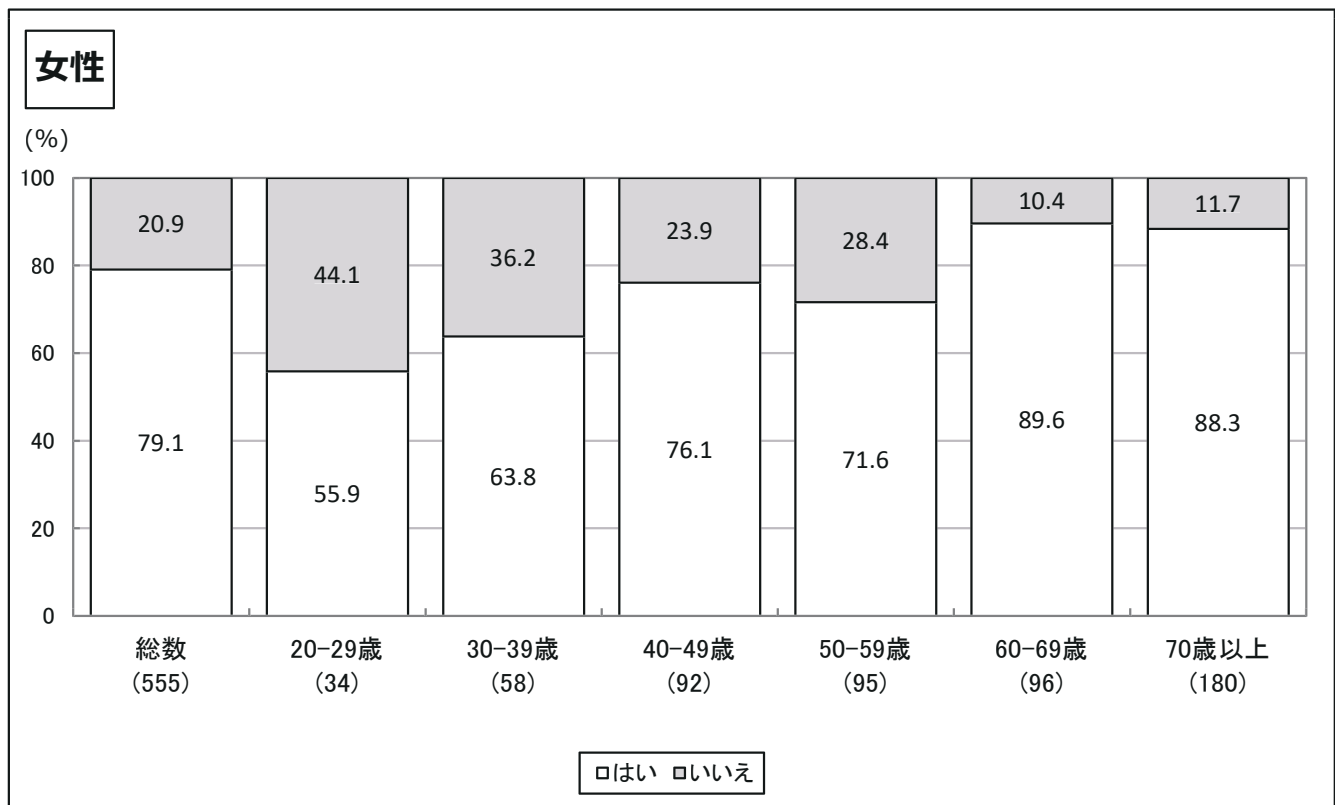
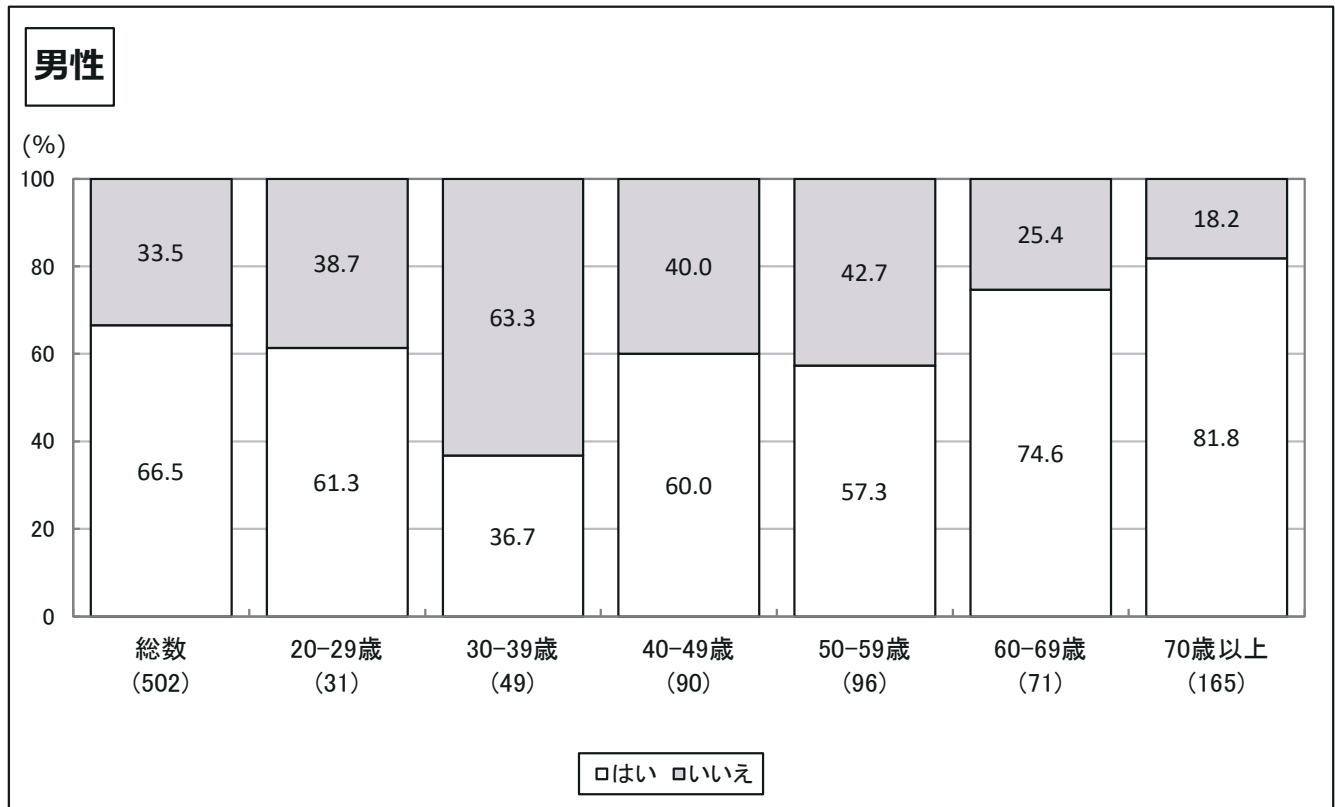


□健康の保持・増進(ダイエット以外) □たんぱく質の補充 □ビタミンの補充 ■ミネラルの補充 ■ダイエット □その他

第3-2-7表 食生活の改善意識

食事に気をつけた生活を送っていると回答した者の割合は、男性66.5%、女性79.1%

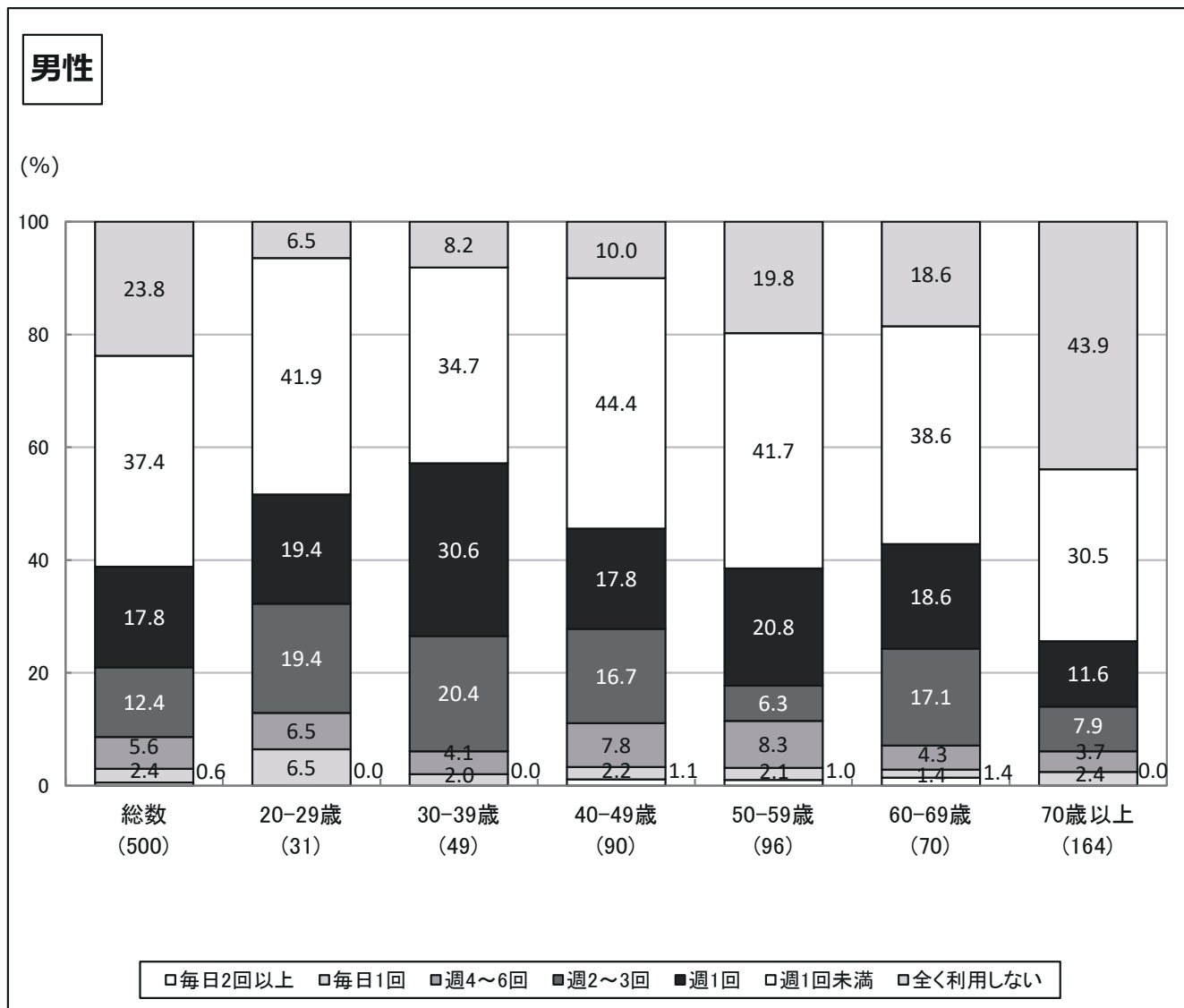
食事に気をつけた生活を送っていると回答した者の割合は、高齢になるほど高く、70歳以上では男女ともに8割以上であった。30歳代男性では、食事に気をつけている者が4割を切っていた。



第3-2-8表 外食の利用状況

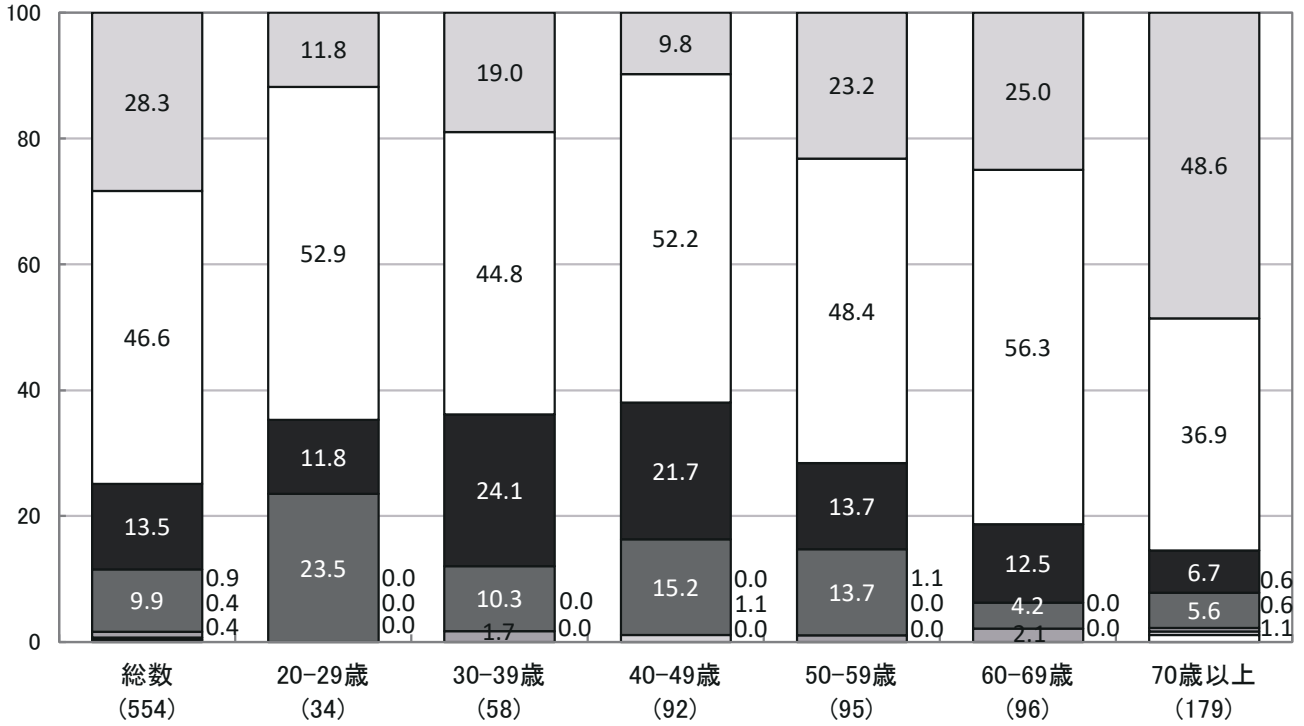
週1回以上外食をする者の割合は、男性20～60歳代、女性20～40歳代で高かった

週1回以上外食をする者の割合は、20～60歳代男性でおよそ4割を上回った。女性では、男性より週1回以上外食をする者の割合は少ないものの、20～40歳代で4割に迫る程度であった。



女性

(%)

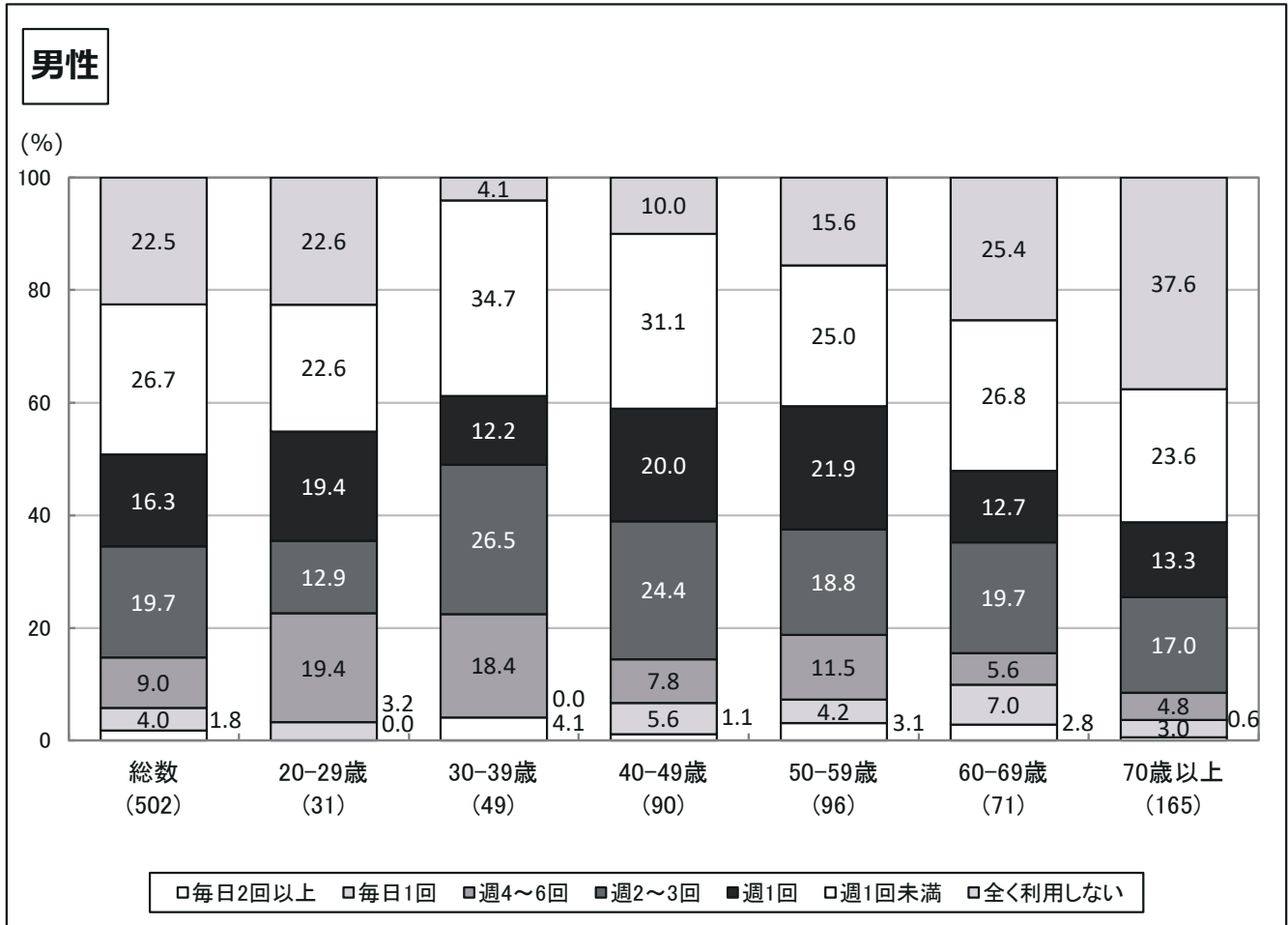


□毎日2回以上 □毎日1回 □週4~6回 ■週2~3回 ■週1回 □週1回未満 □全く利用しない

第3-2-9表 中食の利用状況

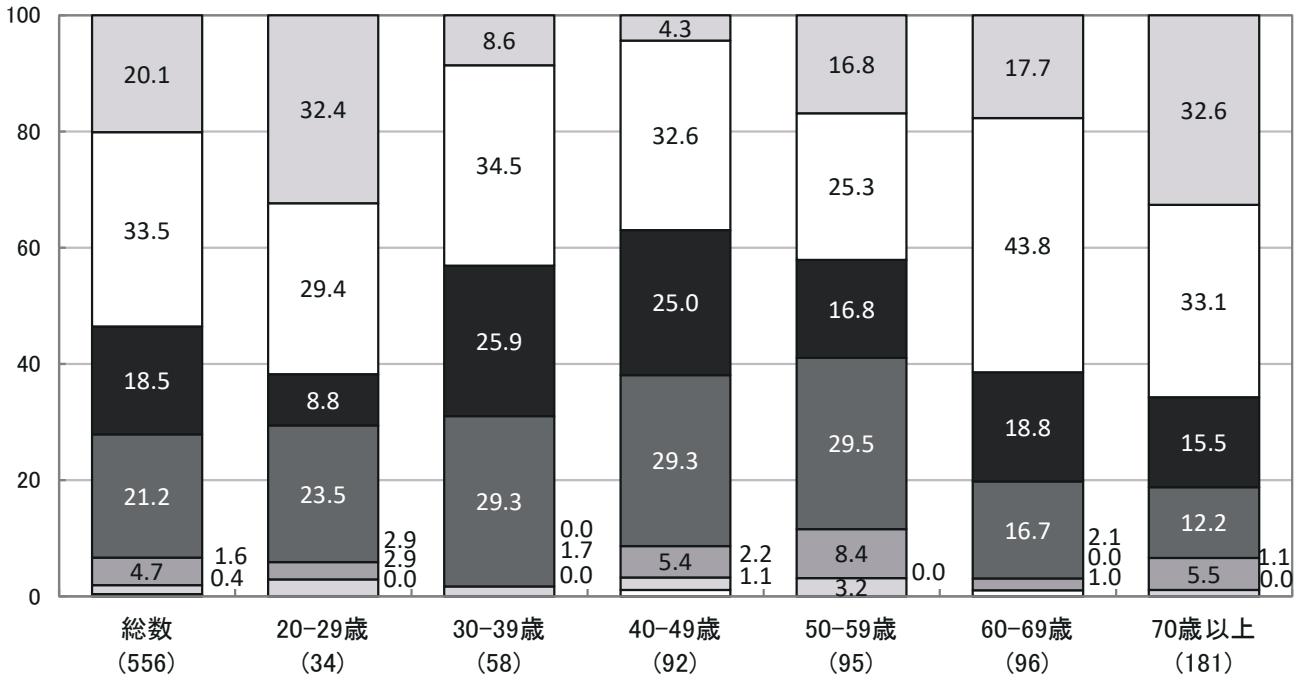
週1回以上持ち帰りの弁当や惣菜を利用している者の割合は、男性では70歳以上を除き5割程度、女性では30-50歳代で6割程度

週1回以上持ち帰りの弁当や惣菜を利用している者の割合は、男性では20～60歳代が約5割、70歳以上が4割程度であった。一方、女性では、30～50歳代が約6割と高く、20歳代、60歳代、70歳以上は4割を切っていた。



女性

(%)



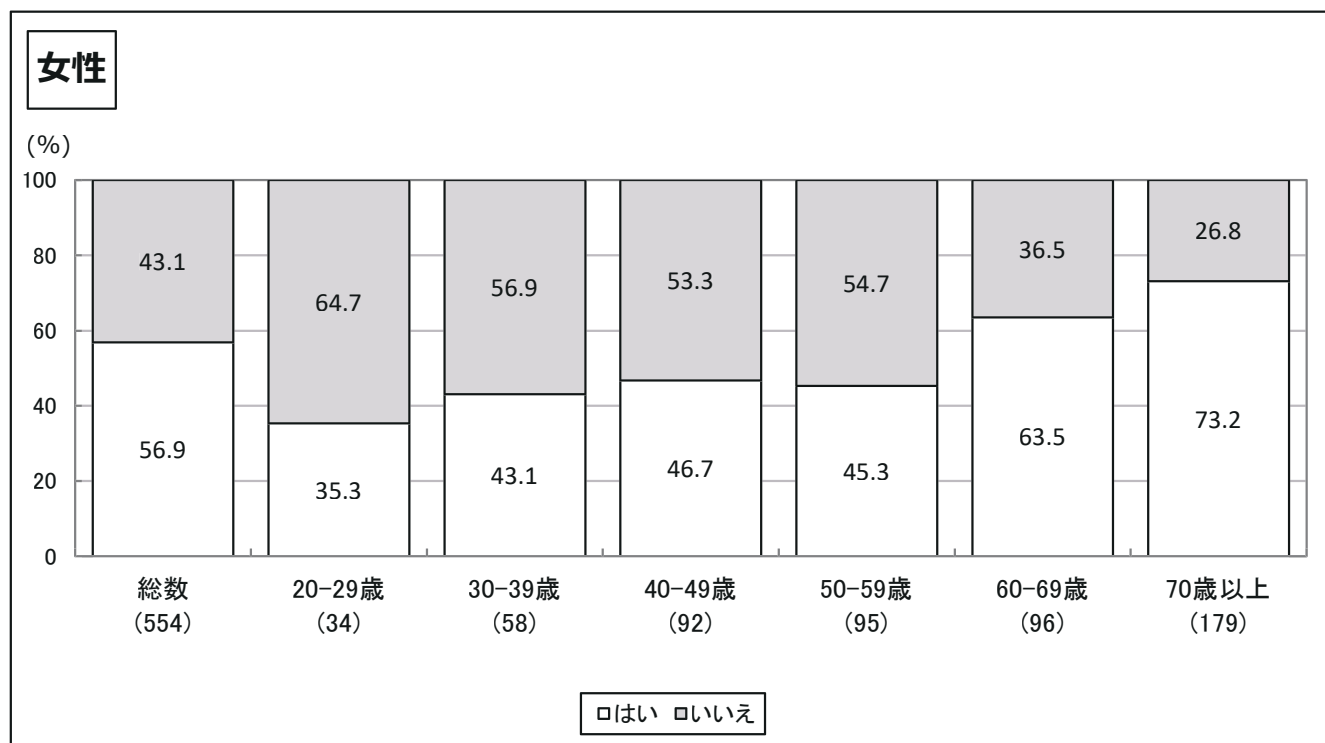
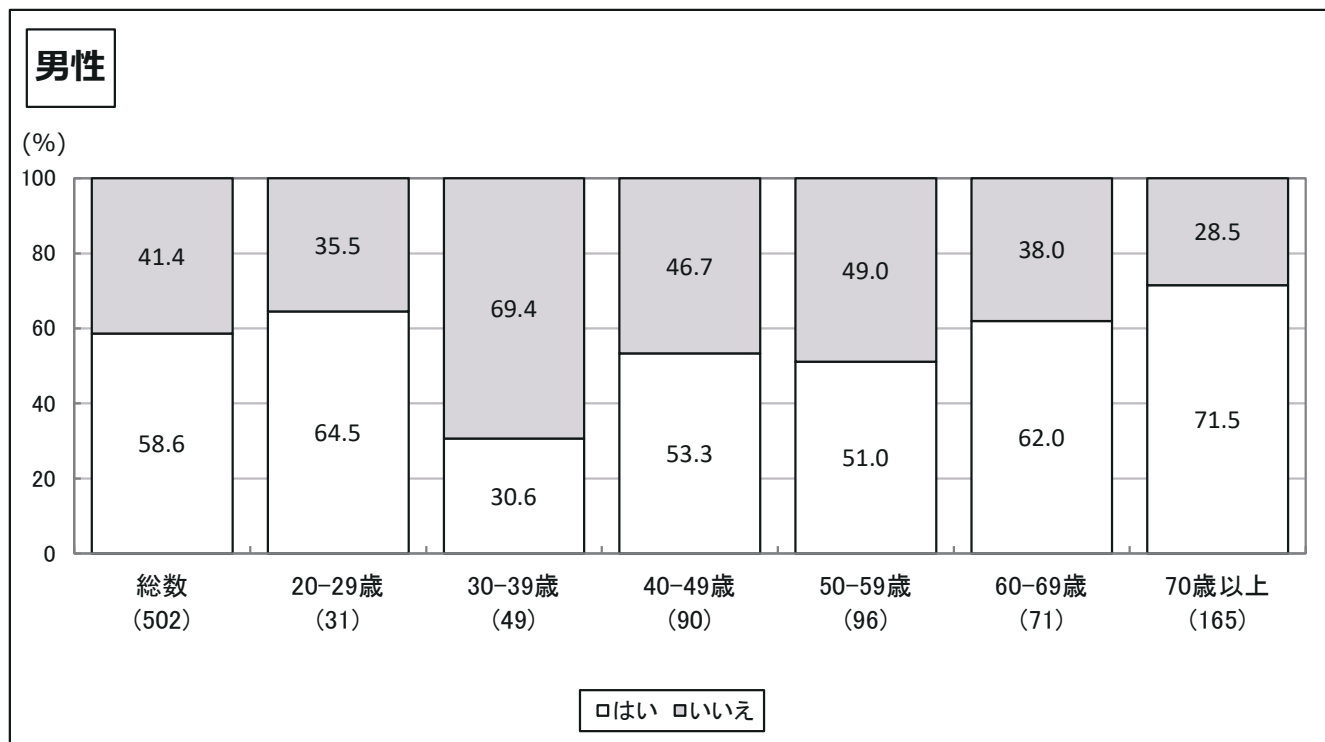
□毎日2回以上 □毎日1回 □週4~6回 □週2~3回 ■週1回 □週1回未満 □全く利用しない

第3節 運動

第3-3-1表 運動の改善意識

運動に気をつけた生活を送っている者の割合は、男女ともに6割程度

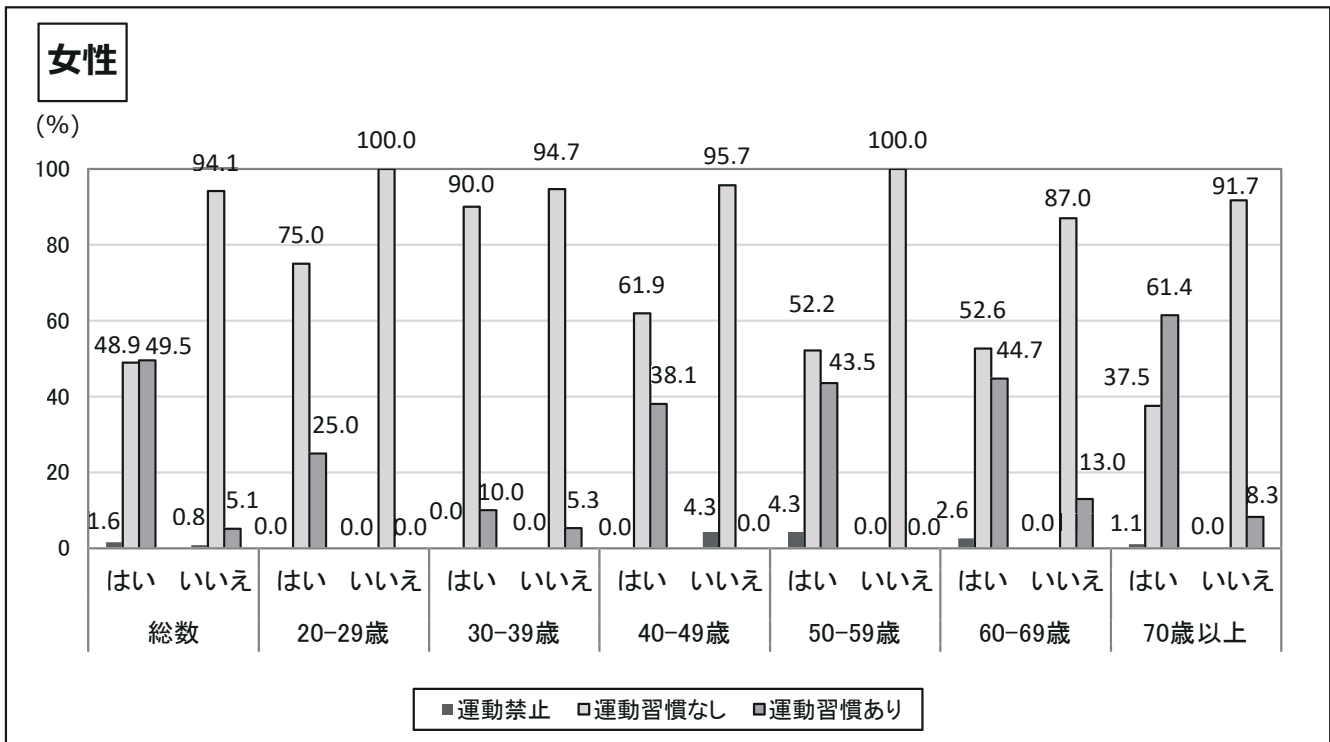
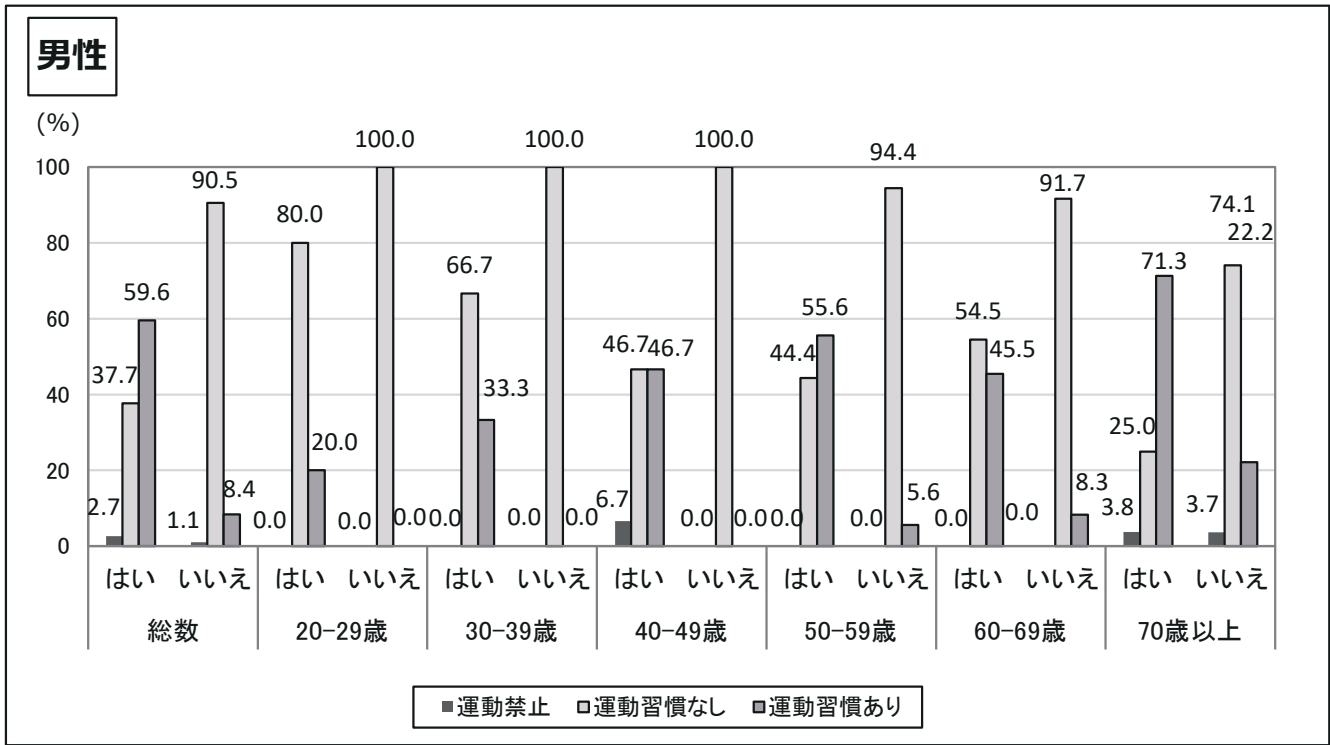
運動に気をつけた生活を送っていると回答した者の割合は、高齢になるほど高く、70歳以上では男女ともに7割以上であった。一方で、30歳代男性では運動に気をつけていると回答した者の割合が3割程度であり、女性は20～50歳代で半数を切っていた。



第3-3-2表 運動の改善意識と運動習慣の関係

運動に気をつけた生活を送っている者のうち運動習慣がある者の割合は男女ともに高齢になるほど高い

運動に気をつけた生活を送っている者のうち、70歳以上では男女ともに運動習慣がある者の割合が高かった。一方で若年世代である20-30歳代では運動習慣がない者の割合が男女ともに7~8割と高かった。



第3-3-3表 運動の改善意識と目標歩数以上の者の割合の関係

運動習慣の改善に取り組んでいる者のうち歩数の目標値を達成している者の割合は男女共に4割程度

運動習慣の改善に取り組んでいる者（6か月以上）のうち歩数の目標値※を達成している者は、男性41.5%、女性43.7%で、運動習慣の無関心層や改善意思はあるもののまだ取り組めていない者と比較して高い状況であった。

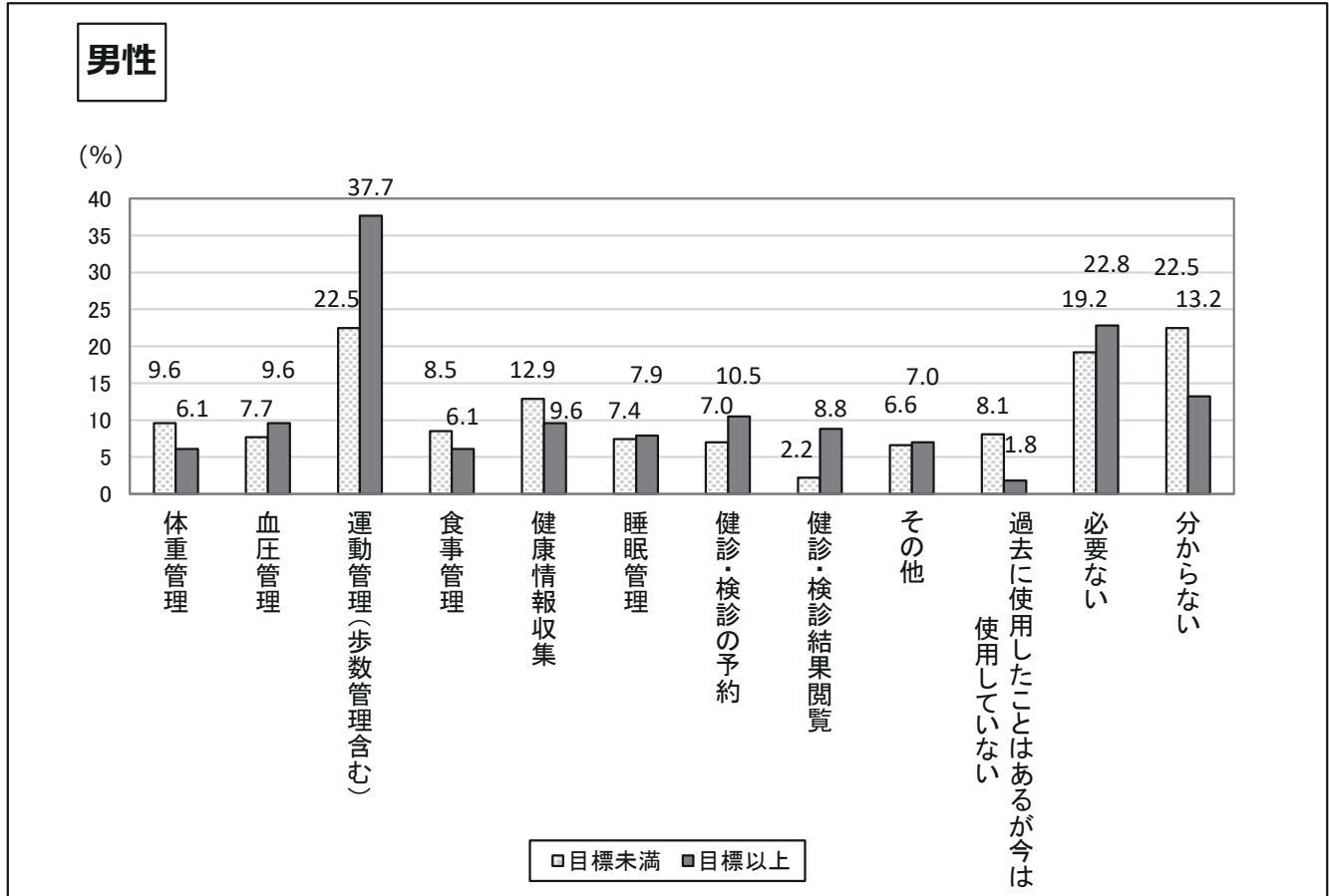
		目標未満		目標以上	
		人数	%	人数	%
男性	改善することに関心がない	41	70.7	17	29.3
	関心はあるが改善するつもりはない	76	72.4	29	27.6
	改善するつもりである（概ね6か月以内）	70	78.7	19	21.3
	近いうちに（概ね1か月以内）改善するつもりである	13	72.2	5	27.8
	既に改善に取り組んでいる（6か月未満）	20	76.9	6	23.1
	既に改善に取り組んでいる（6か月以上）	55	58.5	39	41.5
女性	改善することに関心がない	38	76.0	12	24.0
	関心はあるが改善するつもりはない	97	82.9	20	17.1
	改善するつもりである（概ね6か月以内）	86	82.7	18	17.3
	近いうちに（概ね1か月以内）改善するつもりである	26	81.3	6	18.8
	既に改善に取り組んでいる（6か月未満）	27	64.3	15	35.7
	既に改善に取り組んでいる（6か月以上）	58	56.3	45	43.7

※歩数の目標値：20～64歳 男性：9,000歩以上、女性：8,500歩以上
65歳以上 男性：7,000歩以上、女性：6,000歩以上

第3-3-4表 歩数と健康づくりアプリへの関心度の関係

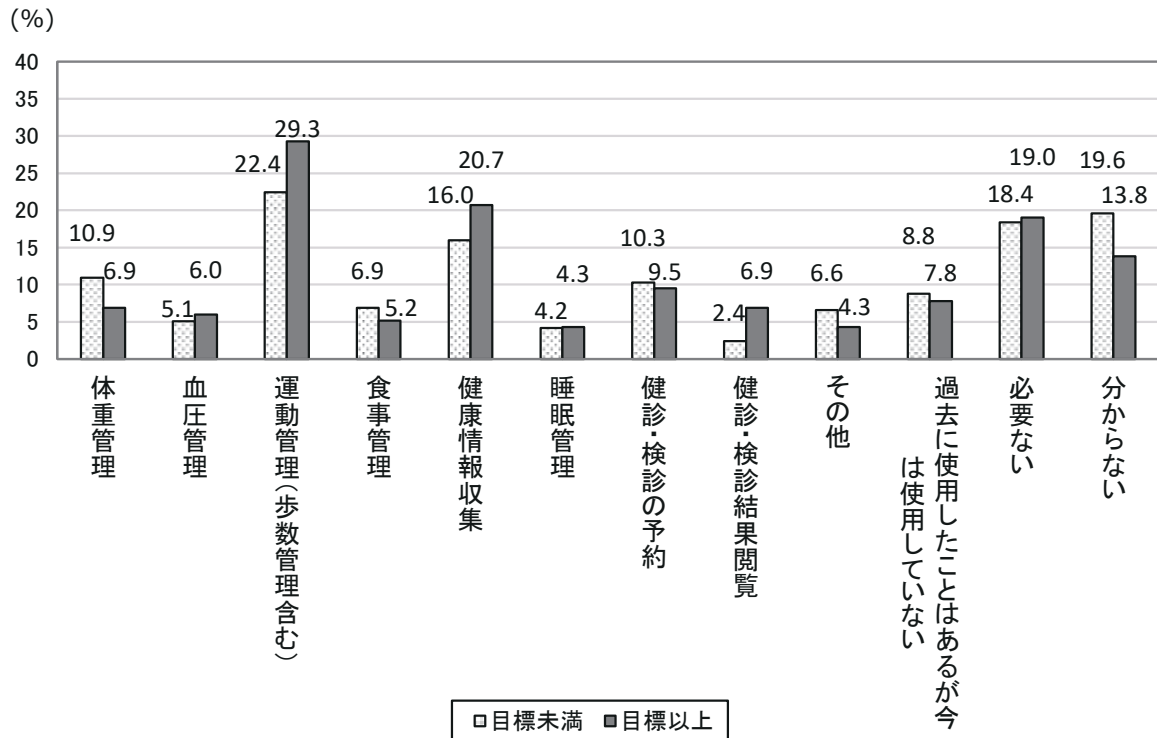
目標以上の歩数を達成している者が パソコンやスマートフォンなどを健康づくりのために使用している内容は、男女ともに運動管理（歩数管理を含む）が最も多い

目標以上の歩数を達成している者が パソコンやスマートフォンなどを健康づくりのために使用している内容は、男女ともに「運動管理（歩数管理を含む）」と回答した者が最も多く、男性37.7%、女性29.3%であった。次いで、男性では「必要ない」と回答した者が22.8%と多かった一方で、女性では「健康情報収集」が20.7%、「必要ない」が19.0%と続いた。



*目標値 20~64歳: 男性 9,000歩以上、女性 8,500歩以上
65歳以上: 男性 7,000歩以上、女性 6,000歩以上

女性



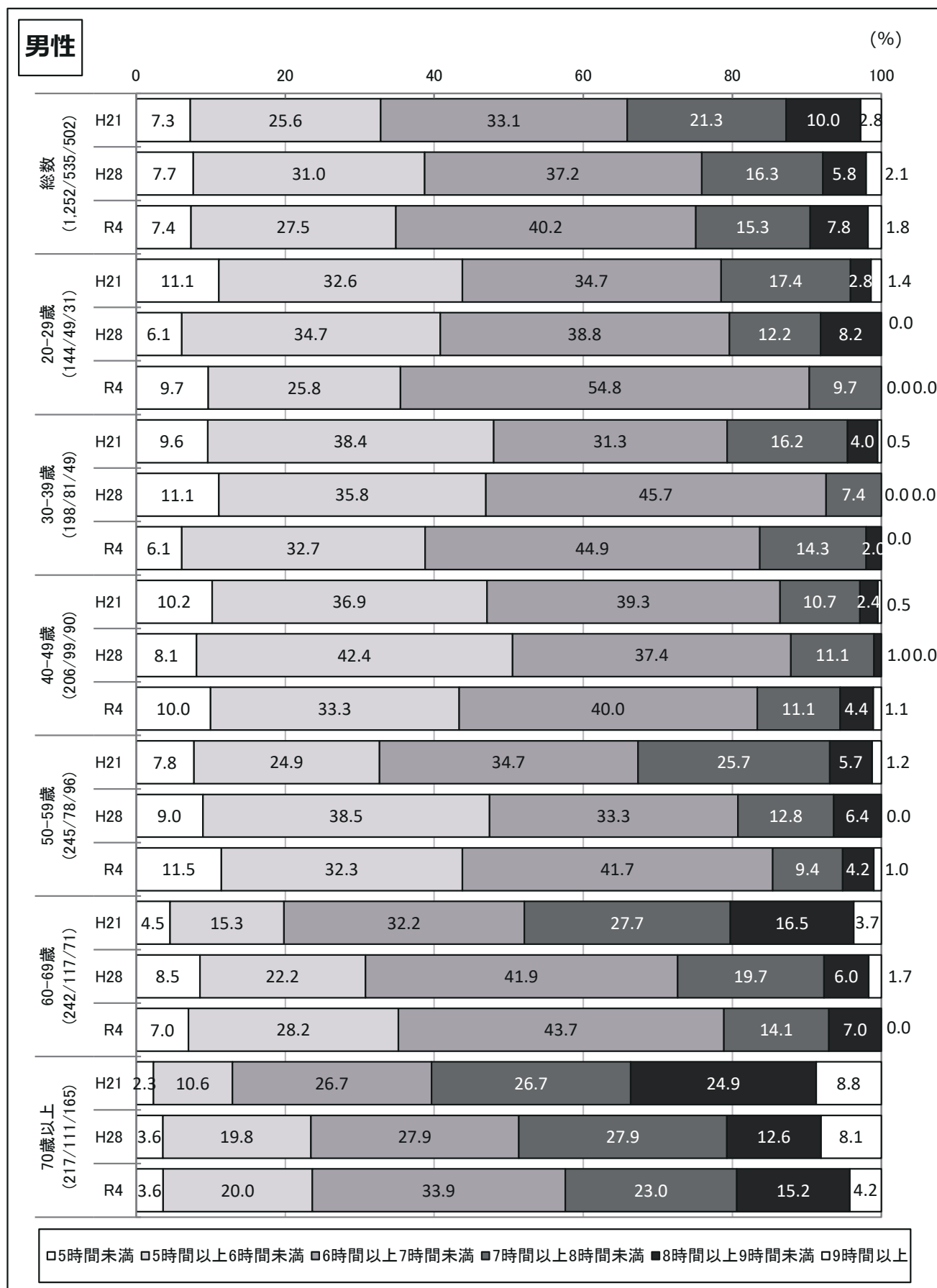
*目標値 20~64歳: 男性 9,000歩以上、女性 8,500歩以上
65歳以上: 男性 7,000歩以上、女性 6,000歩以上

第4節 休養

第3-4-1表 1日の平均睡眠時間

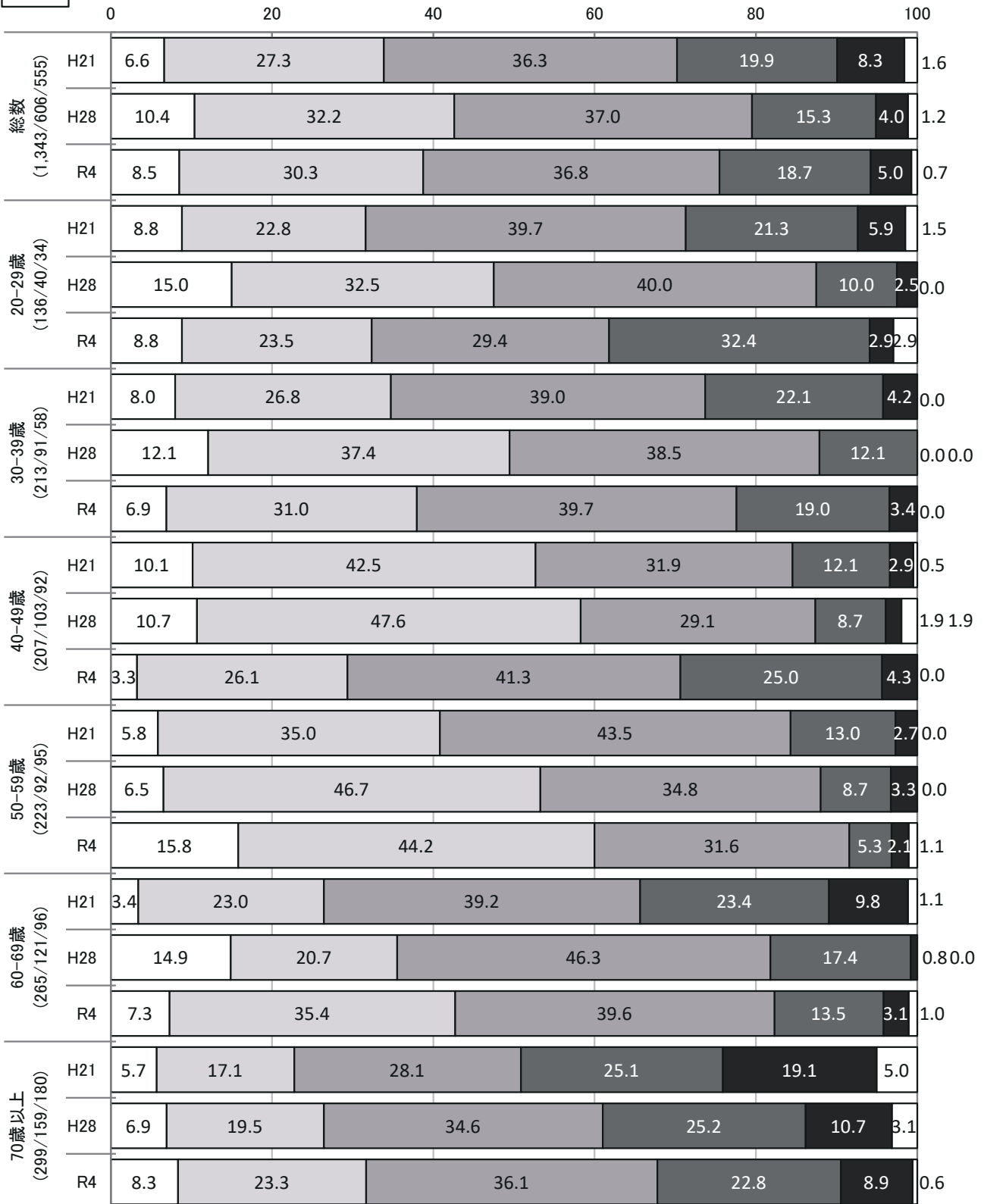
平均睡眠時間は、男女ともに6時間以上7時間未満の者の割合が高い

平均睡眠時間は、6時間以上7時間未満の者の割合が、男性33.9%、女性36.1%で最も高かった。男女ともに前々回調査（平成21年度）および前回調査（平成28年度）と比較して、平均睡眠時間が短い回答が微増していた。



女性

(%)

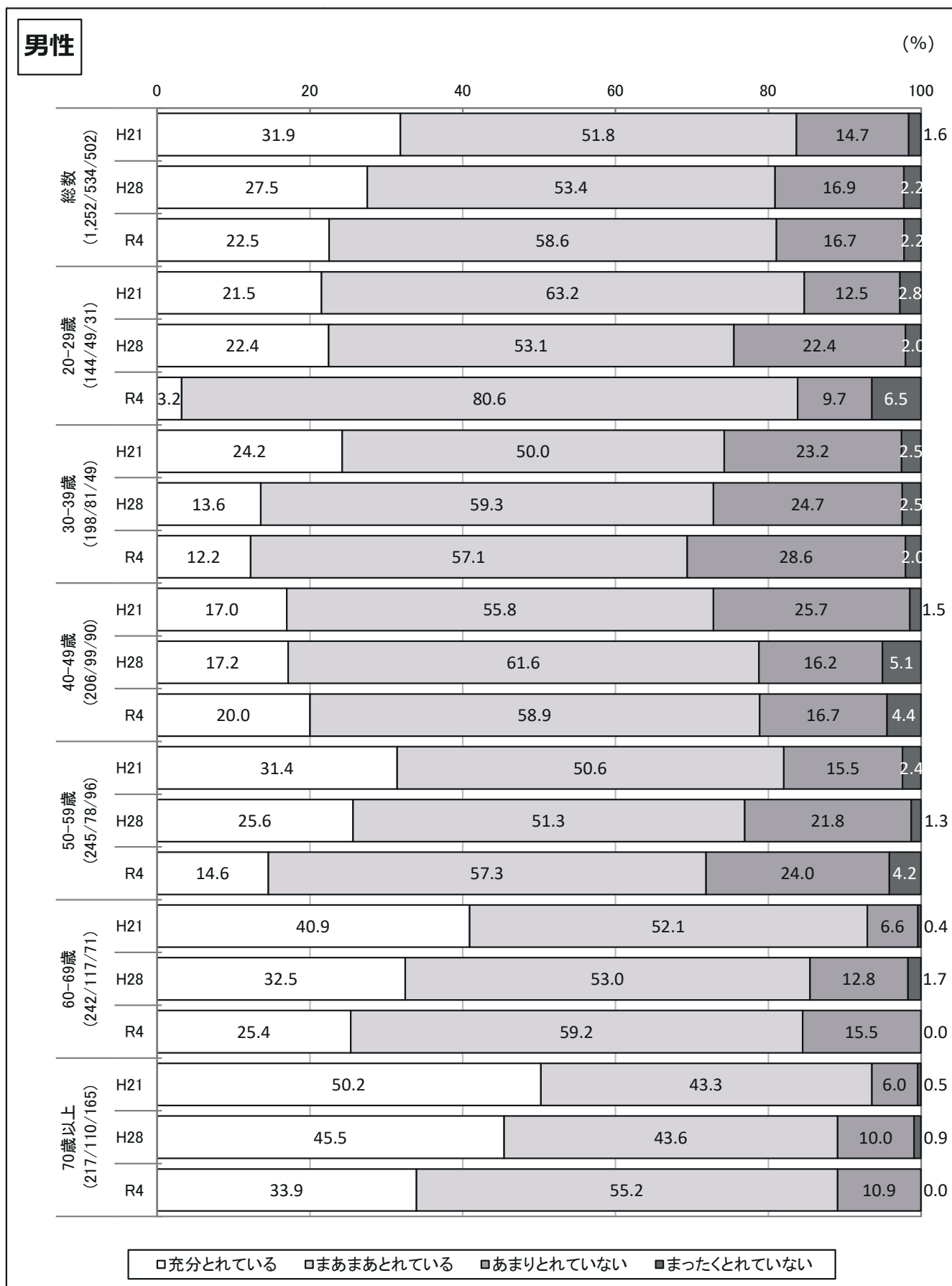


□5時間未満 □5時間以上6時間未満 □6時間以上7時間未満 □7時間以上8時間未満 ■8時間以上9時間未満 □9時間以上

第3-4-2表 睡眠の質の状況

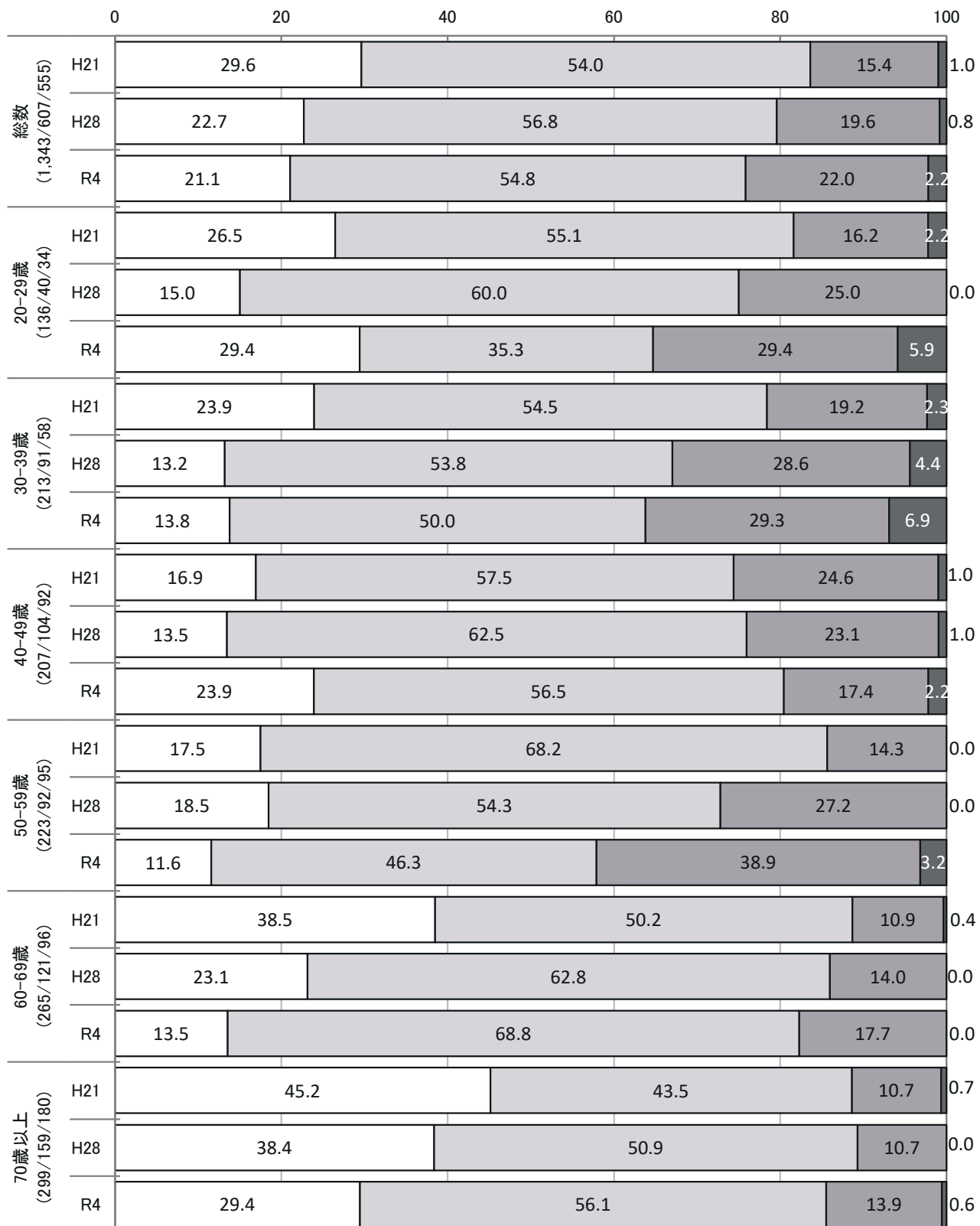
睡眠により休養がとれている者の割合は、男女ともに8割程度

睡眠により「十分に休養がとれている」もしくは「まあまあとれている」と回答した者の割合は、男性81.1%、女性75.9%であり、前々回調査（平成21年度）および前回調査（平成28年度）と比較して、わずかに減少した。



女性

(%)



□充分とれている □まあまあとれている □あまりとれていない ■まったくとれていない

第3-4-3表 睡眠の質と睡眠時間の関係

平均的に6時間以上睡眠をとっている者の方が睡眠で休養をとれている者が多い

睡眠による休養が「充分にとれている」もしくは「まあまあとれている」と回答した者は、6時間以上睡眠している者で多かった。特に70歳以上で、睡眠時間が長いほど、休養が充分にとれている者が多かった。

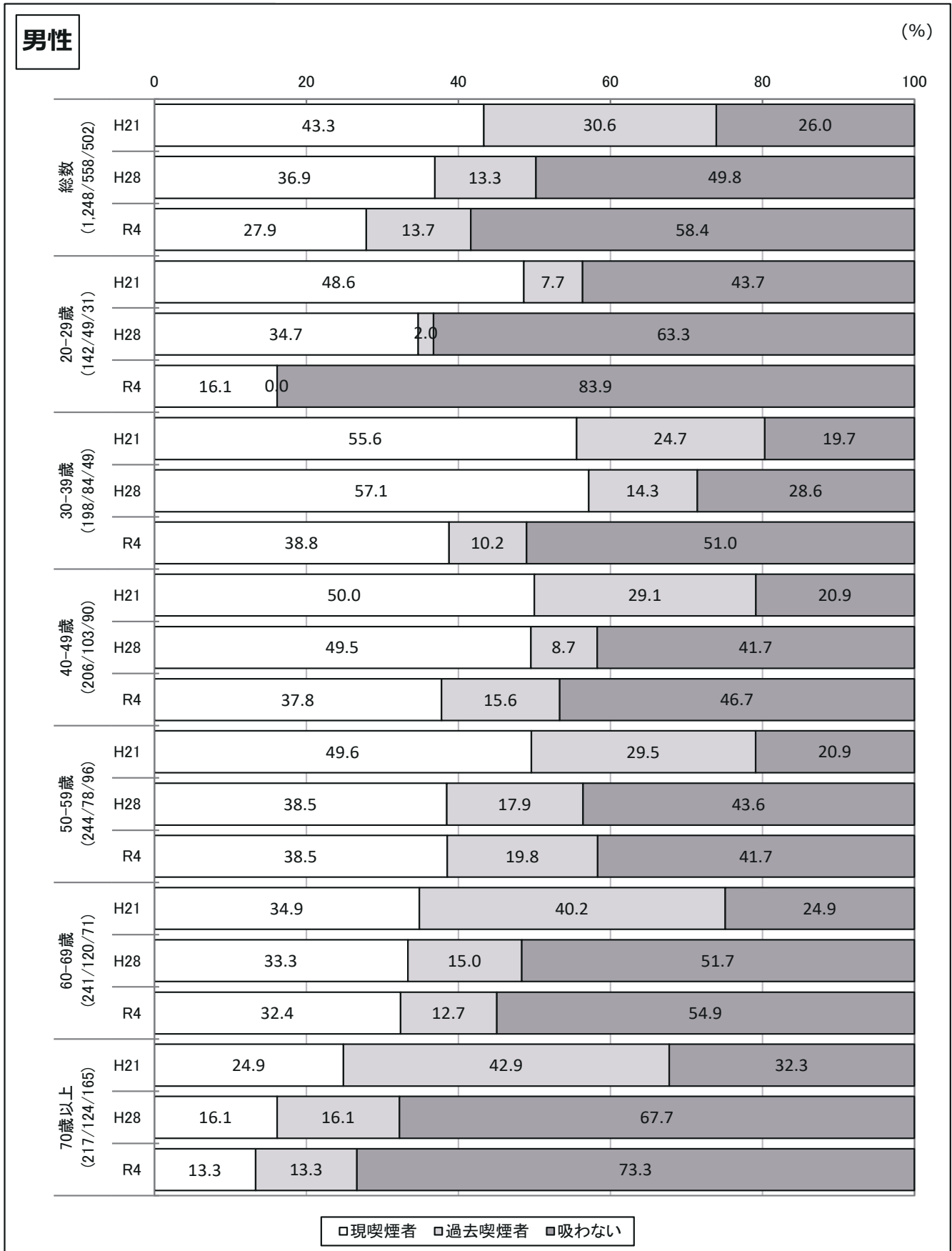
		5時間未満		5時間以上 6時間未満		6時間以上 7時間未満		7時間以上 8時間未満		8時間以上 9時間未満		9時間以上		
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
男性	20-29歳	充分とれている	0	0.0	0	0.0	1	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
		まあまあとれている	2	8.0	7	28.0	15	60.0	1	4.0	0	0.0	0	0.0
		あまりとれていない	1	33.3	0	0.0	0	0.0	2	66.7	0	0.0	0	0.0
		まったくとれていない	0	0.0	1	50.0	1	50.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	30-39歳	充分とれている	1	16.7	0	0.0	3	50.0	2	33.3	0	0.0	0	0.0
		まあまあとれている	0	0.0	7	25.0	15	53.6	5	17.9	1	3.6	0	0.0
		あまりとれていない	1	7.1	9	64.3	4	28.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0
		まったくとれていない	1	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	40-49歳	充分とれている	1	5.6	1	5.6	10	55.6	4	22.2	2	11.1	0	0.0
		まあまあとれている	2	3.8	20	37.7	24	45.3	4	7.5	2	3.8	1	1.9
		あまりとれていない	4	26.7	8	53.3	2	13.3	1	6.7	0	0.0	0	0.0
		まったくとれていない	2	50.0	1	25.0	0	0.0	1	25.0	0	0.0	0	0.0
	50-59歳	充分とれている	0	0.0	1	7.1	5	35.7	4	28.6	3	21.4	1	7.1
		まあまあとれている	2	3.6	19	34.5	29	52.7	4	7.3	1	1.8	0	0.0
		あまりとれていない	7	30.4	9	39.1	6	26.1	1	4.3	0	0.0	0	0.0
		まったくとれていない	2	50.0	2	50.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	60-69歳	充分とれている	0	0.0	5	27.8	6	33.3	4	22.2	3	16.7	0	0.0
		まあまあとれている	2	4.8	10	23.8	24	57.1	5	11.9	1	2.4	0	0.0
		あまりとれていない	3	27.3	5	45.5	1	9.1	1	9.1	1	9.1	0	0.0
		まったくとれていない	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
70歳以上	充分とれている	0	0.0	4	7.1	16	28.6	15	26.8	17	30.4	4	7.1	
	まあまあとれている	3	3.3	19	20.9	38	41.8	21	23.1	7	7.7	3	3.3	
	あまりとれていない	3	16.7	10	55.6	2	11.1	2	11.1	1	5.6	0	0.0	
	まったくとれていない	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
女性	20-29歳	充分とれている	0	0.0	0	0.0	3	30.0	6	60.0	0	0.0	1	10.0
		まあまあとれている	0	0.0	4	33.3	4	33.3	3	25.0	1	8.3	0	0.0
		あまりとれていない	1	10.0	4	40.0	3	30.0	2	20.0	0	0.0	0	0.0
		まったくとれていない	2	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	30-39歳	充分とれている	0	0.0	2	25.0	2	25.0	2	25.0	2	25.0	0	0.0
		まあまあとれている	0	0.0	8	27.6	13	44.8	8	27.6	0	0.0	0	0.0
		あまりとれていない	3	17.6	6	35.3	7	41.2	1	5.9	0	0.0	0	0.0
		まったくとれていない	1	25.0	2	50.0	1	25.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	40-49歳	充分とれている	0	0.0	1	4.5	10	45.5	8	36.4	3	13.6	0	0.0
		まあまあとれている	3	5.8	12	23.1	24	46.2	12	23.1	1	1.9	0	0.0
		あまりとれていない	0	0.0	10	62.5	3	18.8	3	18.8	0	0.0	0	0.0
		まったくとれていない	0	0.0	1	50.0	1	50.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	50-59歳	充分とれている	0	0.0	2	18.2	6	54.5	2	18.2	1	9.1	0	0.0
		まあまあとれている	4	9.1	17	38.6	19	43.2	2	4.5	1	2.3	1	2.3
		あまりとれていない	9	24.3	22	59.5	5	13.5	1	2.7	0	0.0	0	0.0
		まったくとれていない	2	66.7	1	33.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	60-69歳	充分とれている	0	0.0	3	23.1	6	46.2	3	23.1	1	7.7	0	0.0
		まあまあとれている	3	4.5	23	34.8	27	40.9	10	15.2	2	3.0	1	1.5
		あまりとれていない	4	23.5	8	47.1	5	29.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0
		まったくとれていない	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
70歳以上	充分とれている	0	0.0	5	9.4	16	30.2	21	39.6	10	18.9	1	1.9	
	まあまあとれている	8	7.9	26	25.7	43	42.6	18	17.8	6	5.9	0	0.0	
	あまりとれていない	7	28.0	10	40.0	6	24.0	2	8.0	0	0.0	0	0.0	
	まったくとれていない	0	0.0	1	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	

第5節 喫煙

第3-5-1表 喫煙の有無

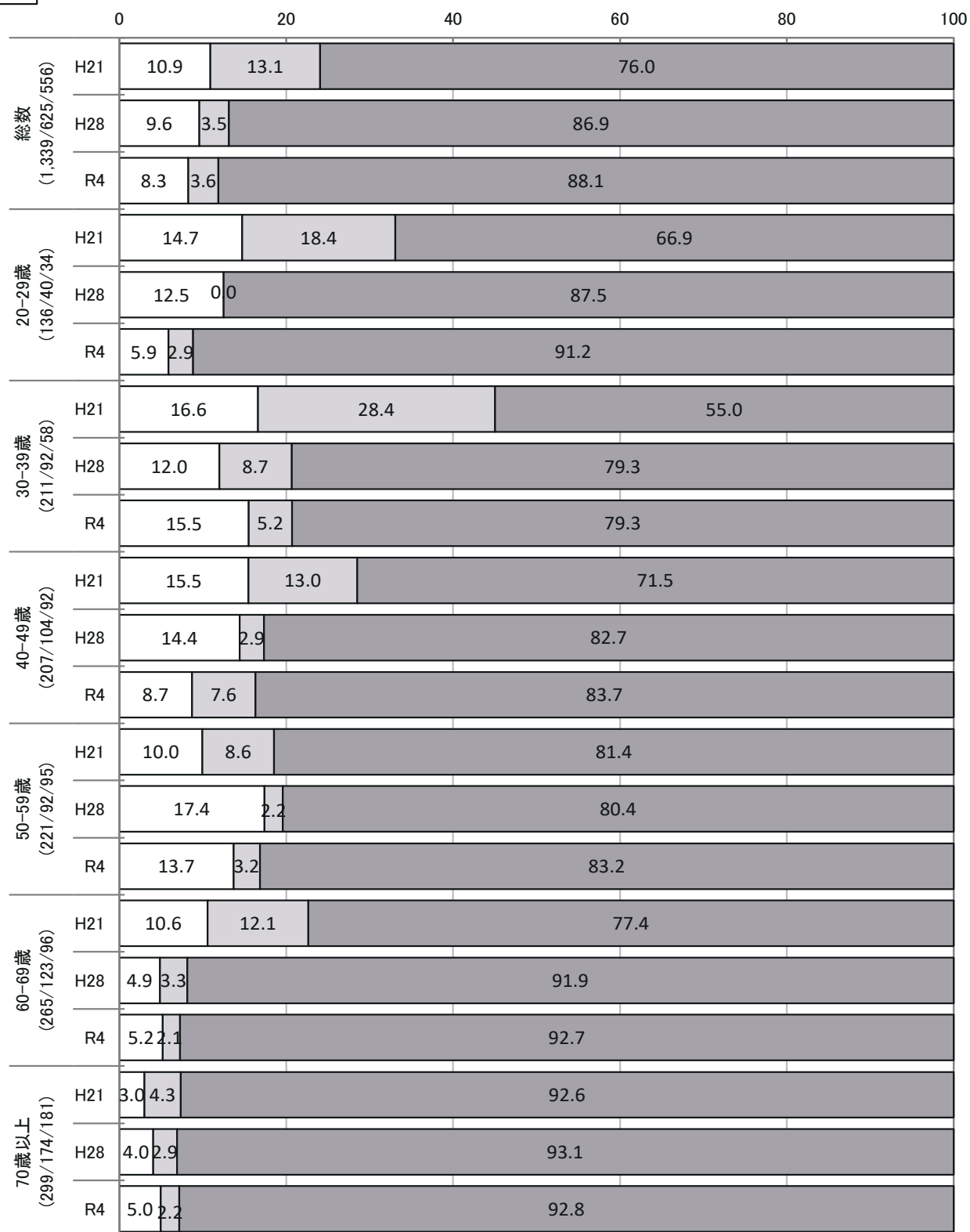
喫煙者の割合は、男性3割、女性1割程度

喫煙者の割合は、男性27.9%、女性8.3%であり、前回調査（平成28年度）と比較して、それぞれ9.0%、1.3%減少が認められた。年代別にみると、20歳代では男女ともに前回調査より喫煙者の割合が大きく減少した一方で、50歳以上では大きな変化が見られなかった。



女性

(%)

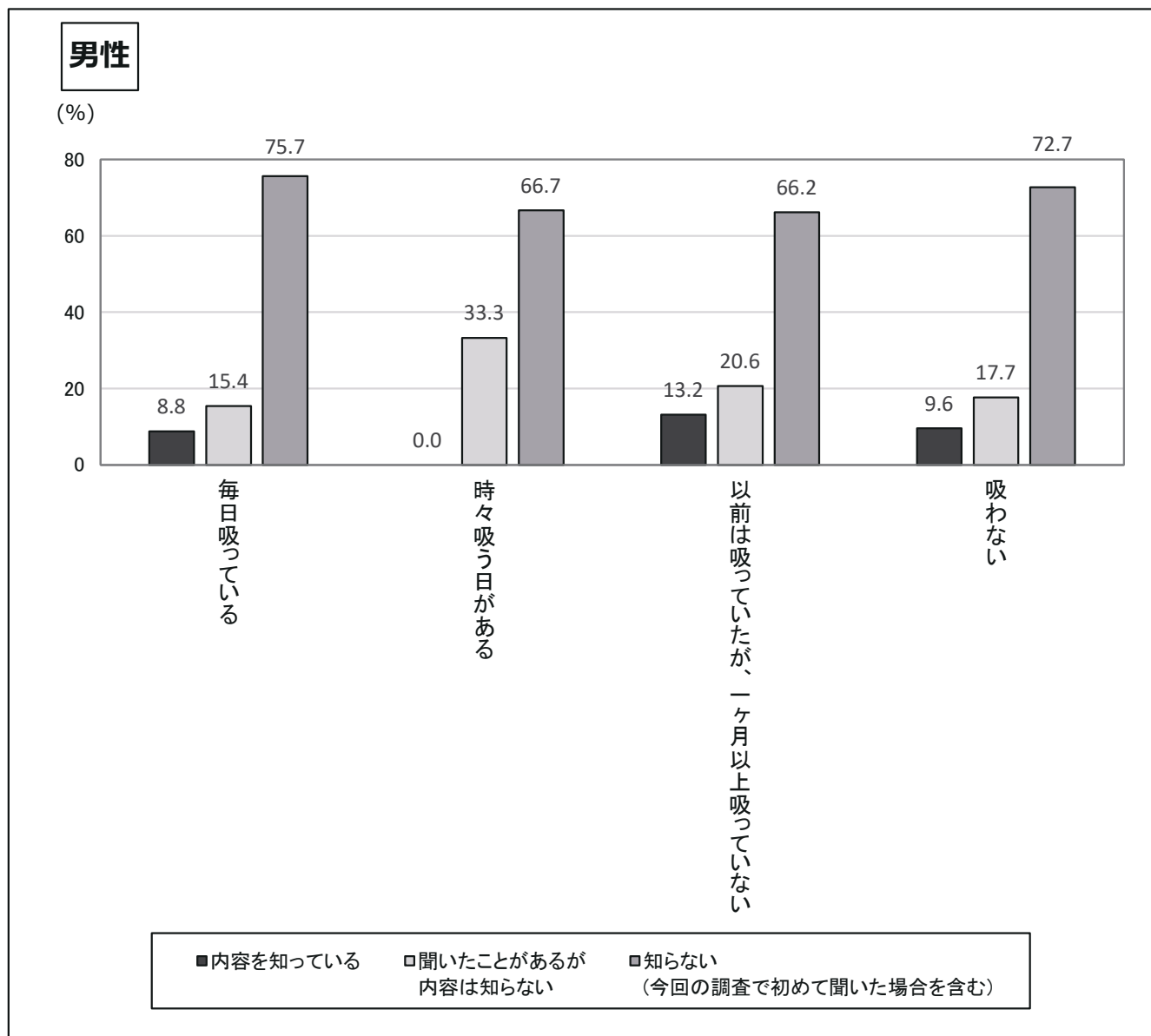


□現喫煙者 □過去喫煙者 □吸わない

第3-5-2表 喫煙状況とCOPDの認知度の関係

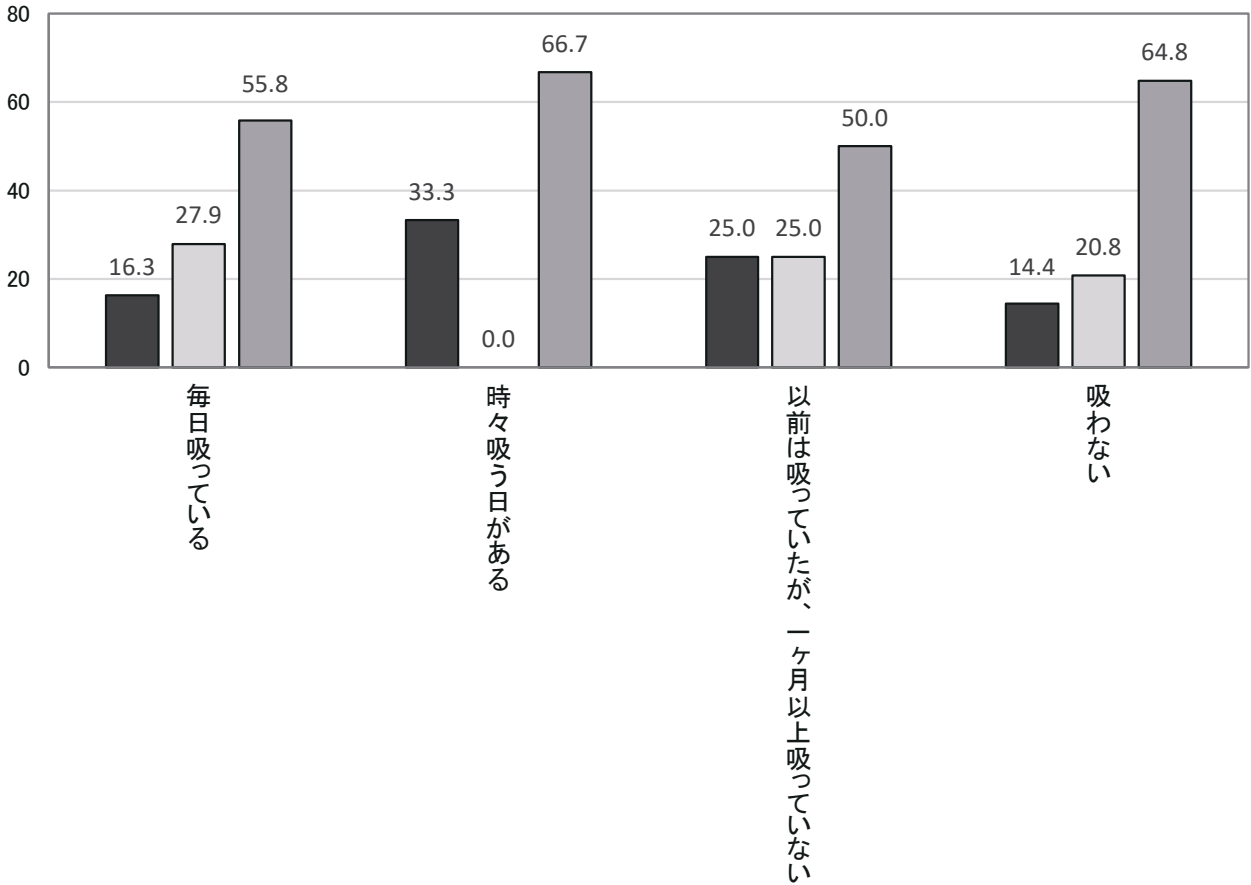
喫煙の状況に関わらず、COPD（慢性閉塞性肺疾患）の認知度は低い状況

喫煙の状況に関わらず、COPD（慢性閉塞性肺疾患）の「内容を知っている」者の割合は低く、男性9.8%、女性15.0%であった。性別にみると、男性の方が女性より「知らない」と回答する者が多かった。



女性

(%)

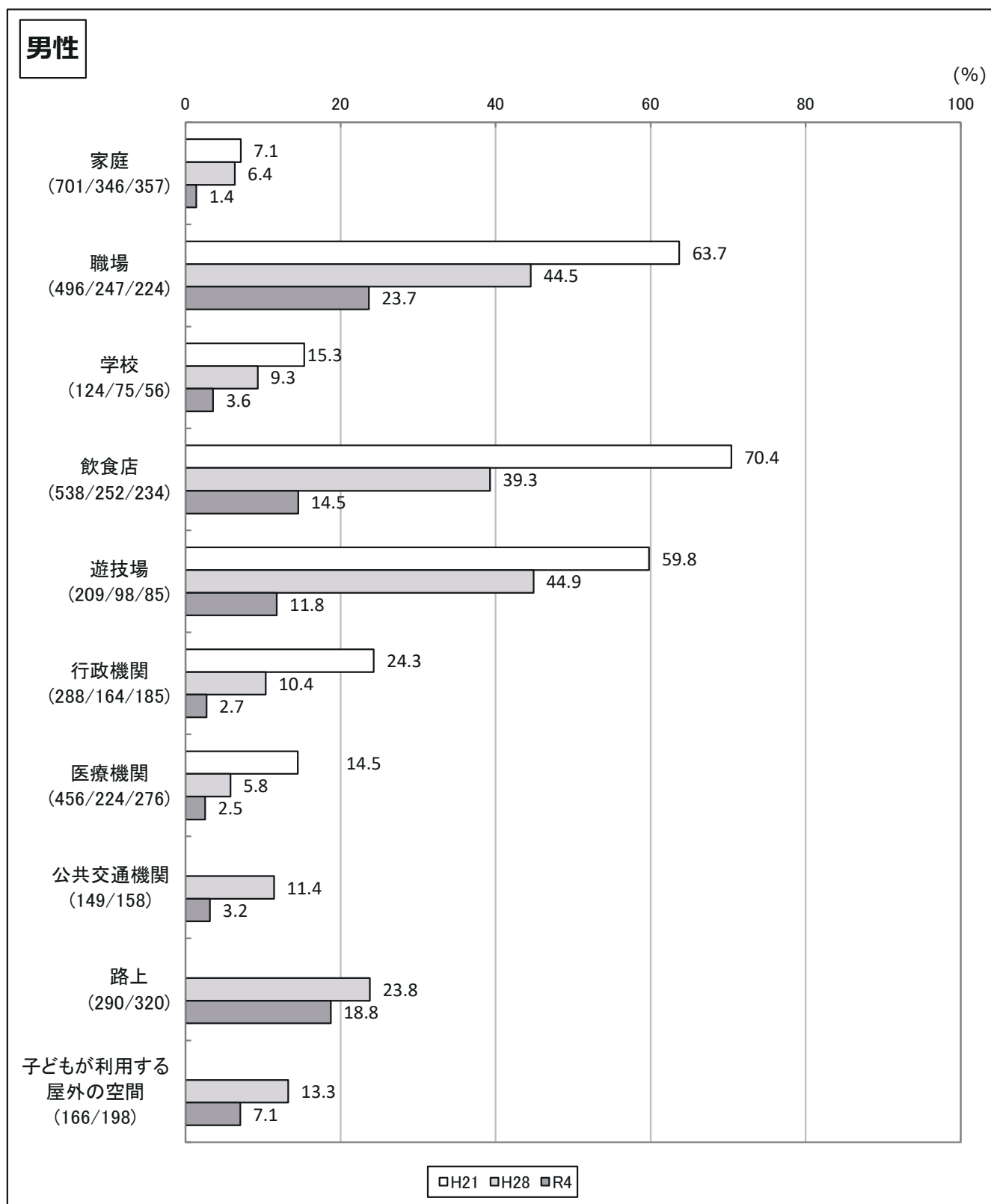


■内容を知っている □聞いたことがあるが内容は知らない □知らない (今回の調査で初めて聞いた場合を含む)

第3-5-3表 施設等の受動喫煙環境

自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）を有する者の割合は、前回調査より減少

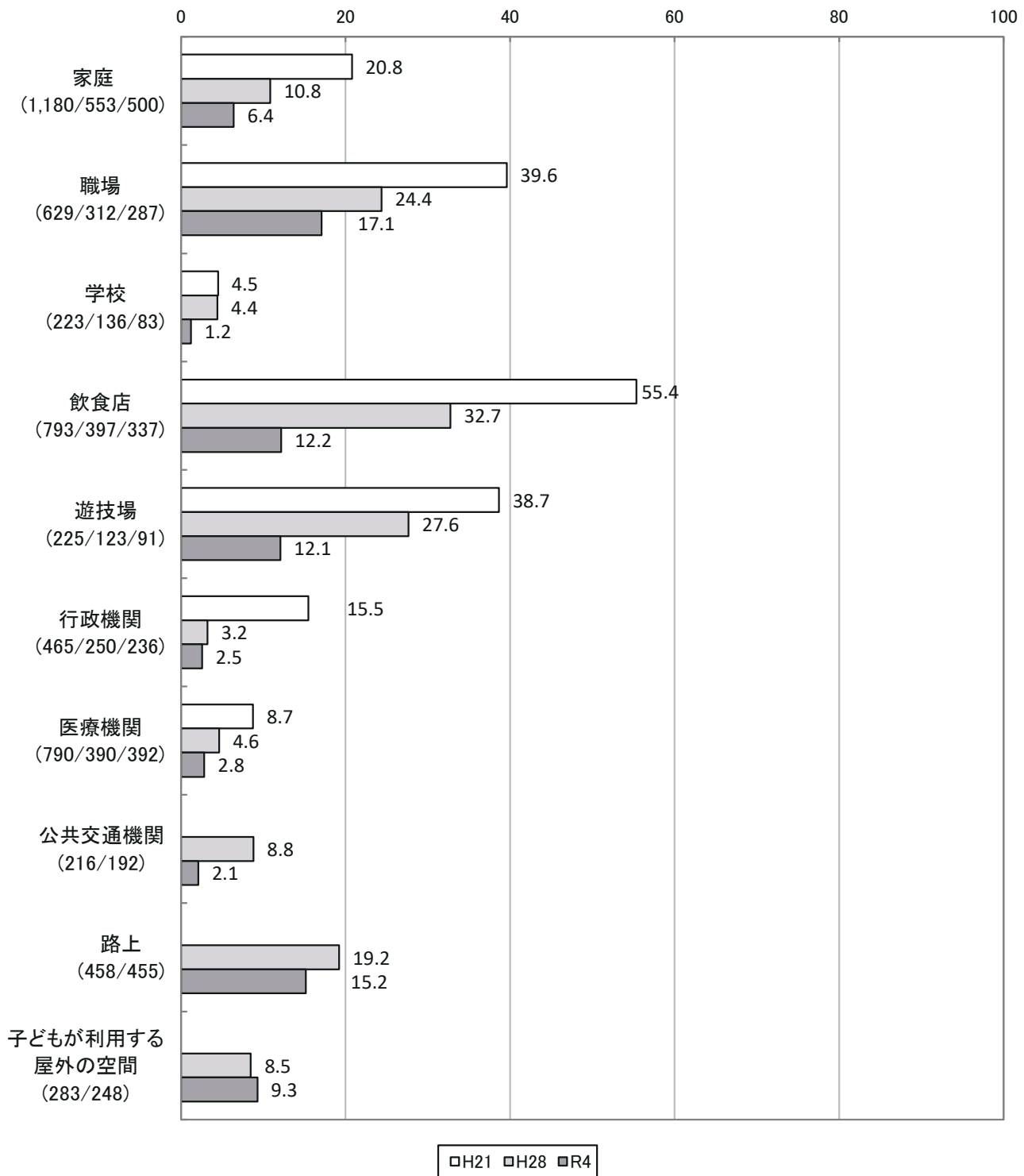
自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）を有する者の割合は、ほとんどの場所で前々回調査（平成21年度）および前回調査（平成28年度）と比較して減少が認められた。場所別にみると、男女ともに「職場」が最も高く、男性23.7%、女性17.1%であった。次いで、「路上」、「飲食店」となっている。



*平成21年度調査は「公共交通機関」、「路上」及び「子どもが利用する屋外の空間」について、調査未実施

女性

(%)



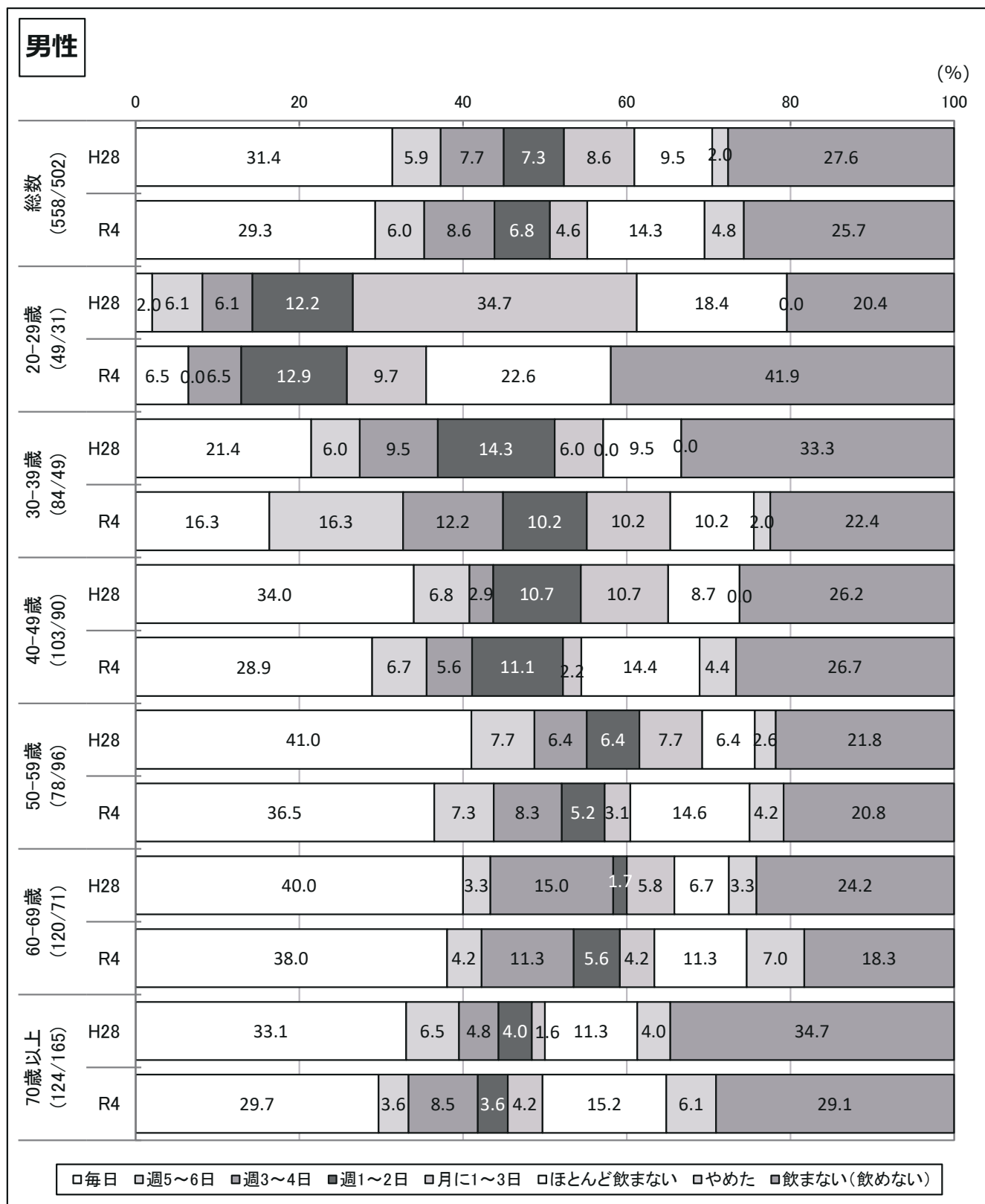
*平成21年度調査は「公共交通機関」、「路上」及び「子どもが利用する屋外の空間」について、調査未実施

第6節 飲酒

第3-6-1表 飲酒の頻度

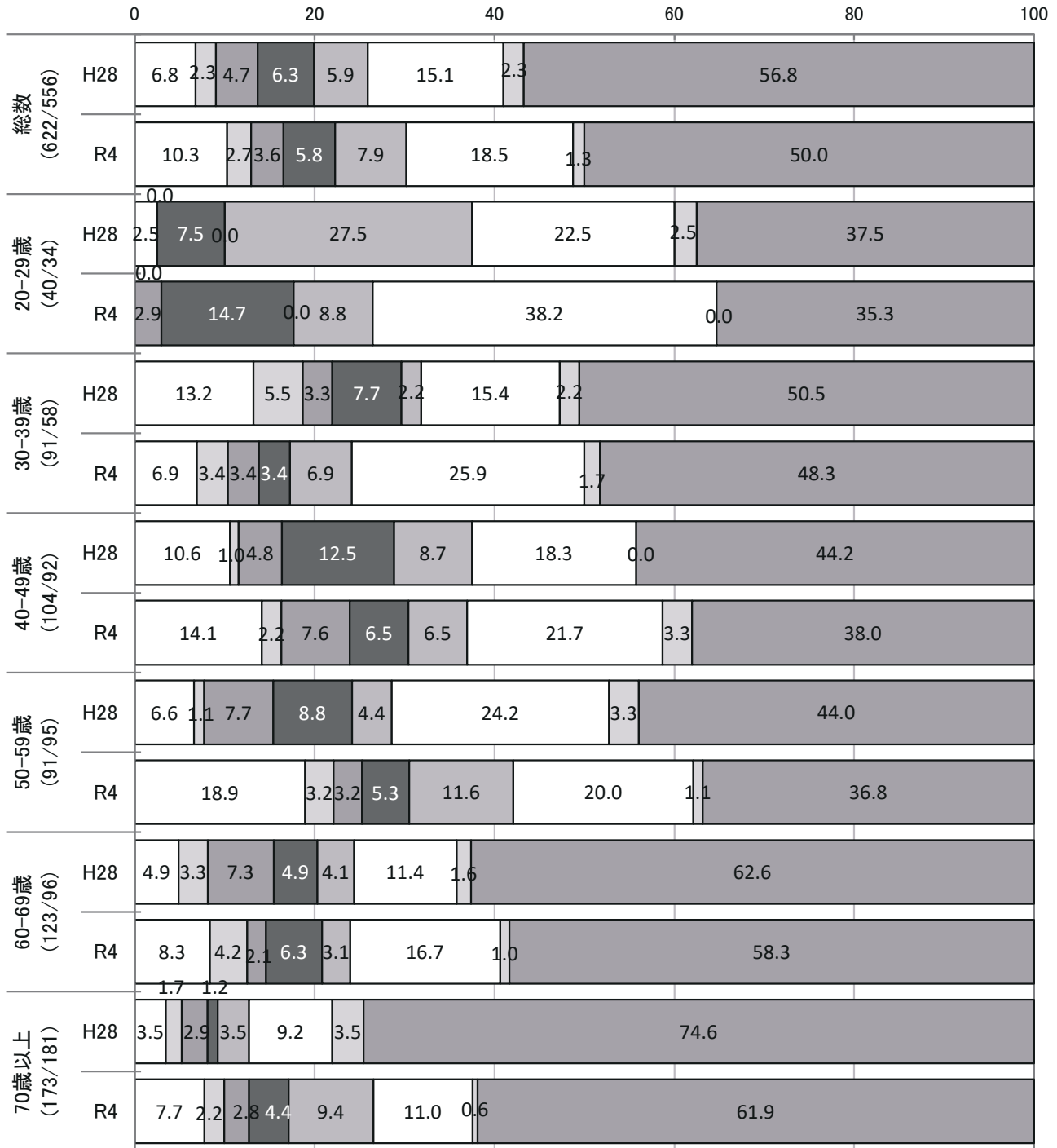
毎日飲酒する者の割合は、男性3割、女性1割程度

飲酒の頻度については、「毎日飲酒する」と回答した者の割合は男性29.3%、女性10.3%であり、前回調査（平成28年度）より男性では2.1%減少した一方で、女性では3.5%増加した。性・年代別にみると、男性では30歳代以降で減少したが、女性では40歳代以降で増加していた。



女性

(%)

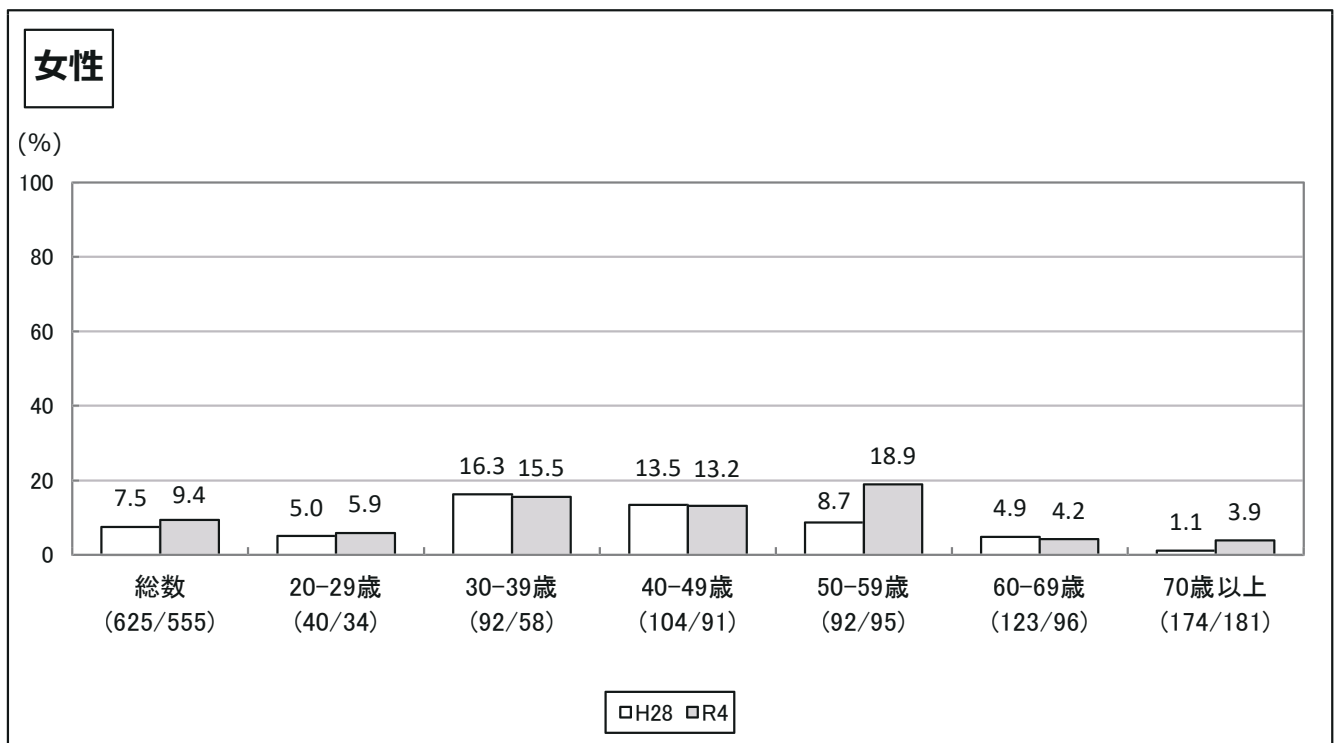
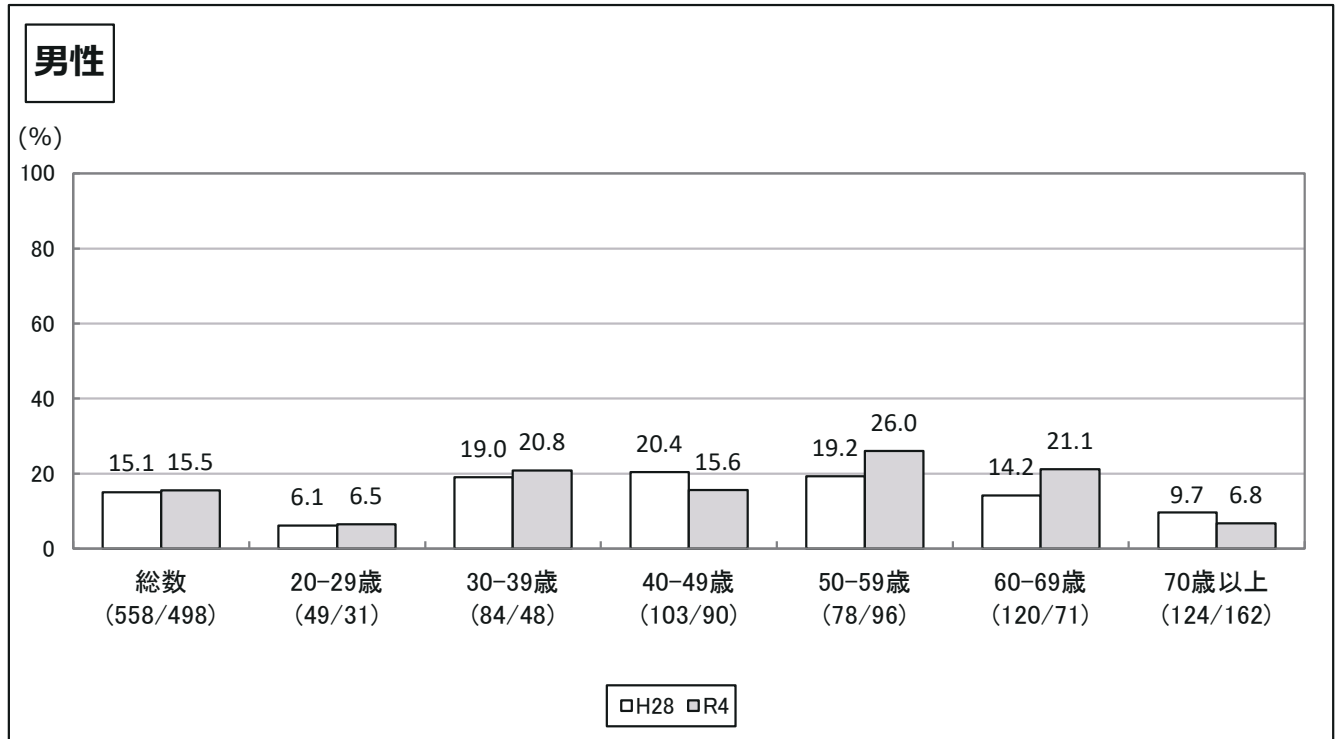


□毎日 □週5~6日 □週3~4日 ■週1~2日 □月に1~3日 □ほとんど飲まない □やめた □飲まない(飲めない)

第3-6-2表 飲酒量

生活習慣病のリスクを高めるとされている飲酒量を摂取している者は
 男性 15.5%、女性 9.4%で前回調査より微増

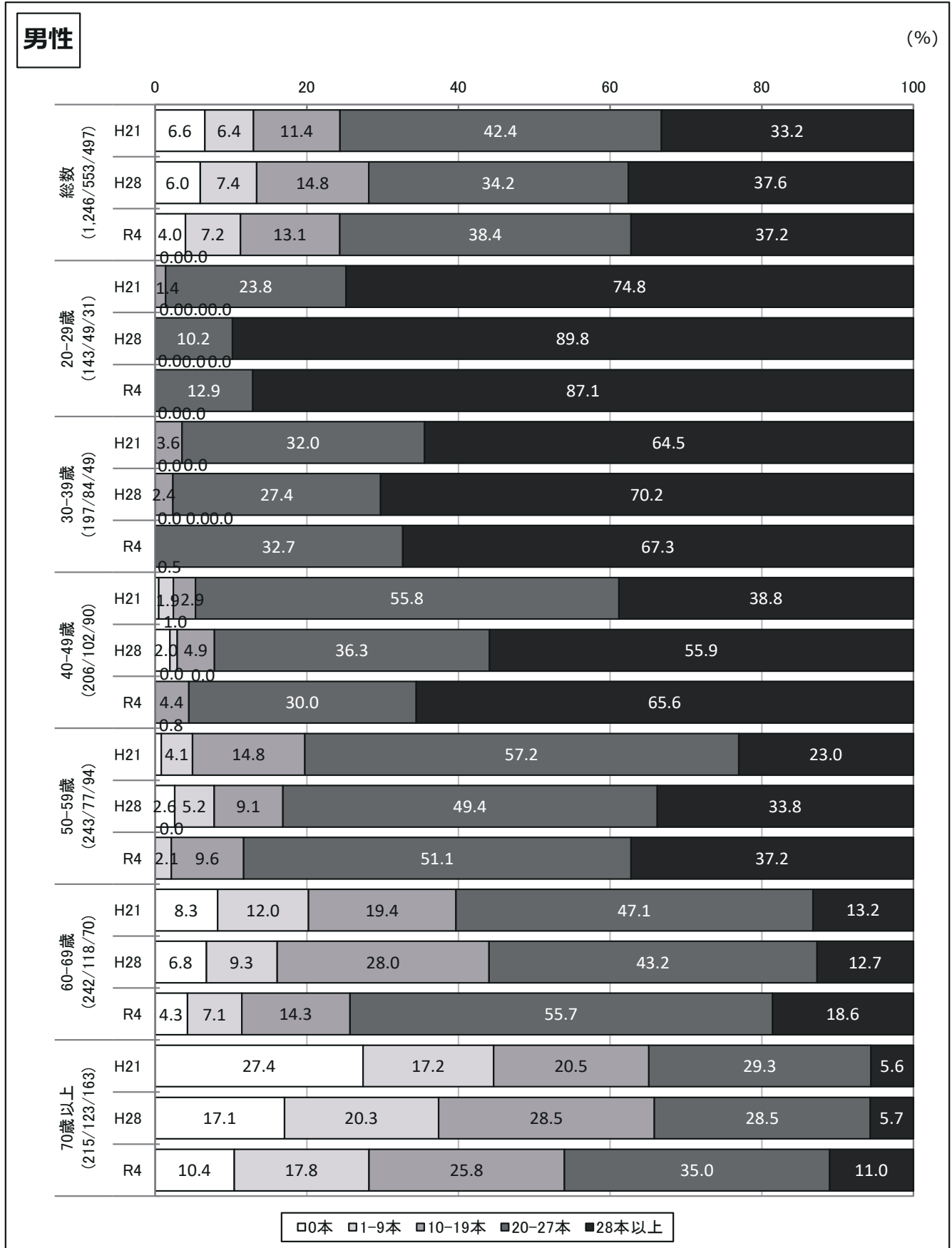
生活習慣病のリスクを高めるとされている飲酒量を摂取している者の割合は男性15.5%、女性9.4%で
 前回調査（平成28年度）よりそれぞれ0.4%、1.9%の増加が認められた。年代別にみると、50歳代で男性
 26.0%、女性18.9%と最も高く、それぞれ6.8%、10.2%の大幅な増加が認められた。



第7節 歯科保健
第3-7-1表 歯の本数

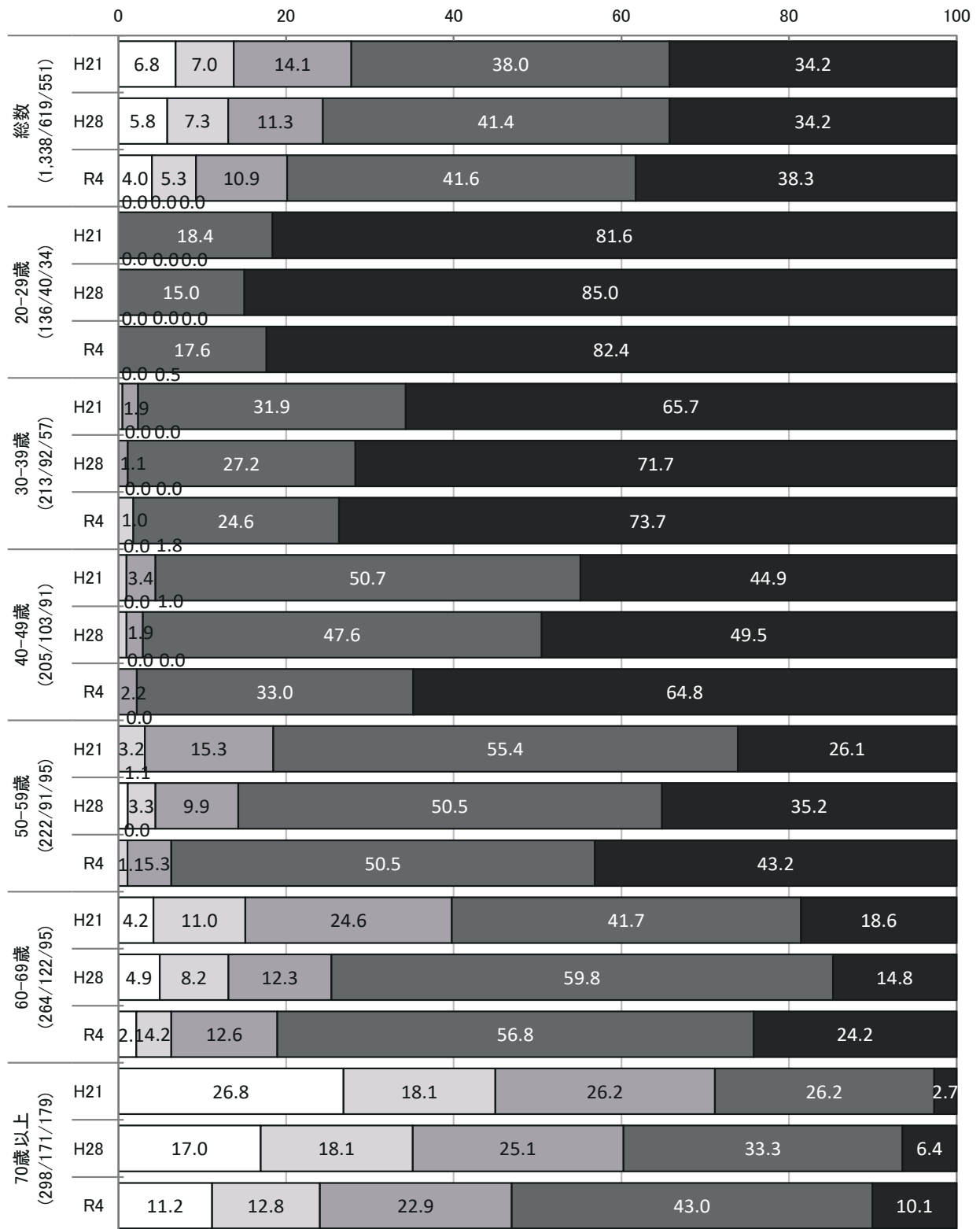
歯の本数が28本以上の者の割合は、男女ともに60歳以上で増加

歯の本数が28本以上の者の割合は、男女ともに年齢が上がるにつれて減少。20歳代では男性87.1%、女性82.4%で、前回調査（平成28年度）と比較して、それぞれ2.7%、2.6%の減少認められた。一方で、70歳以上で歯が28本以上の者の割合は、男性11.0%、女性10.1%であり、それぞれ5.3%、3.7%の増加が認められた。



女性

(%)

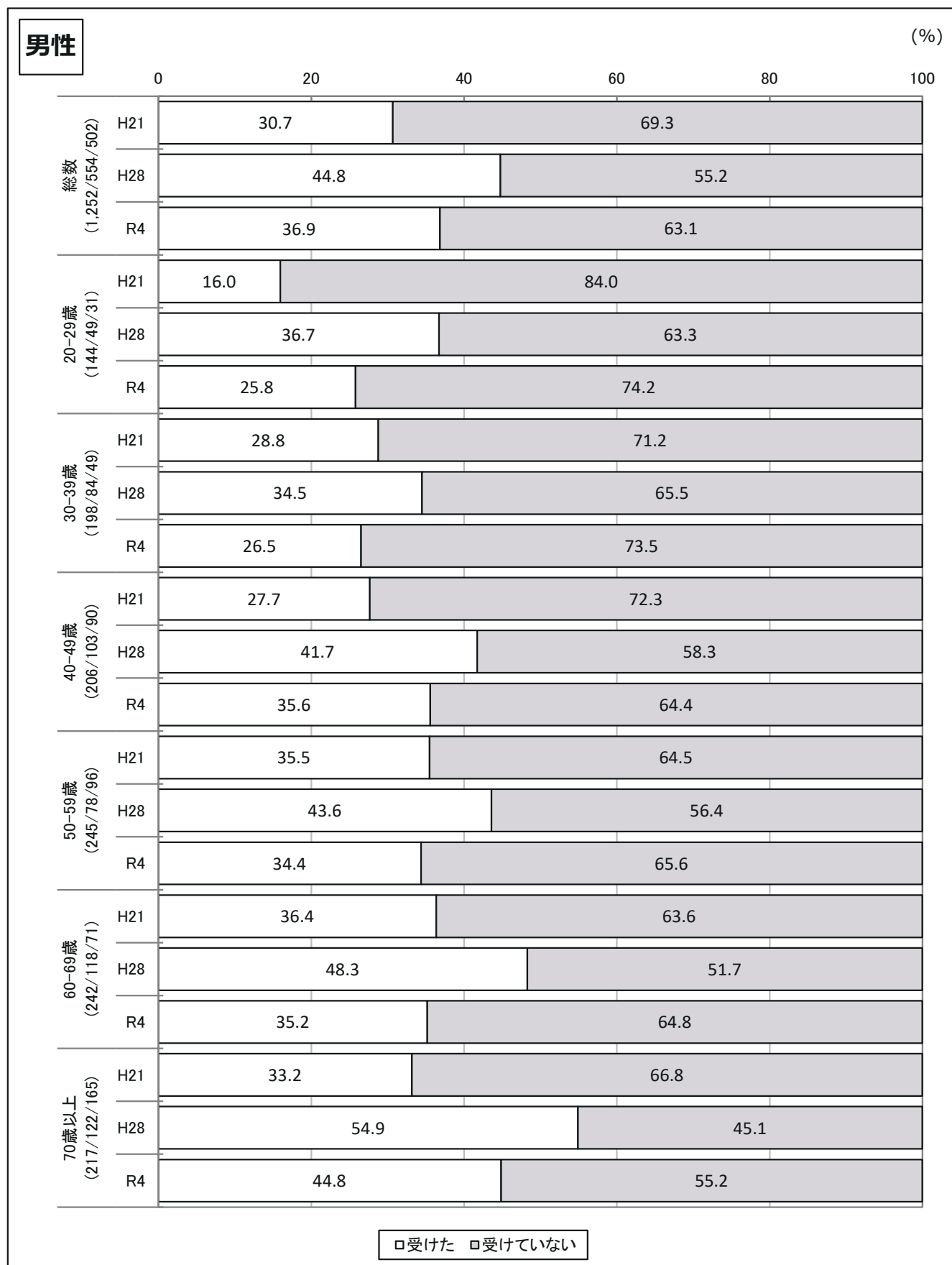


□0本 □1-9本 □10-19本 ■20-27本 ■28本以上

第3-7-2表 歯科健診の受診状況

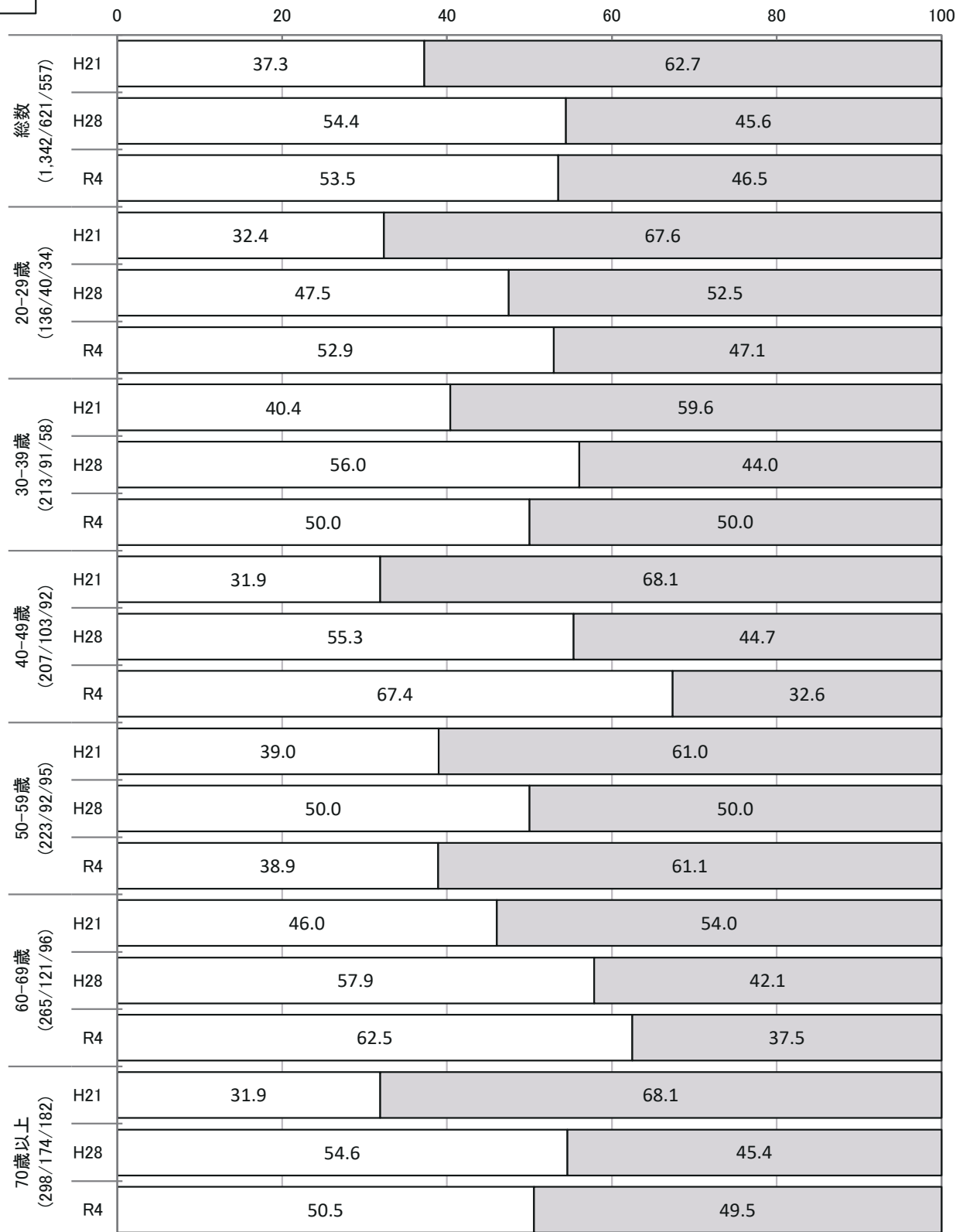
歯科健診を受診した者の割合は男性4割程度、女性5割程度

この1年間に歯科健康診査を受診したと回答した者の割合は、男性36.9%、女性53.5%であり、前回調査（平成28年度）と比較して、それぞれ7.9%、0.9%減少。性・年代別にみると、男性では、20歳代が25.8%と最も低く、年齢が上がるにつれて受診者の割合が上昇し、70歳以上が44.8%であった。一方で、女性では、40歳代が67.4%と最も高く、50歳代が38.9%と最も低い状況であった。



女性

(%)

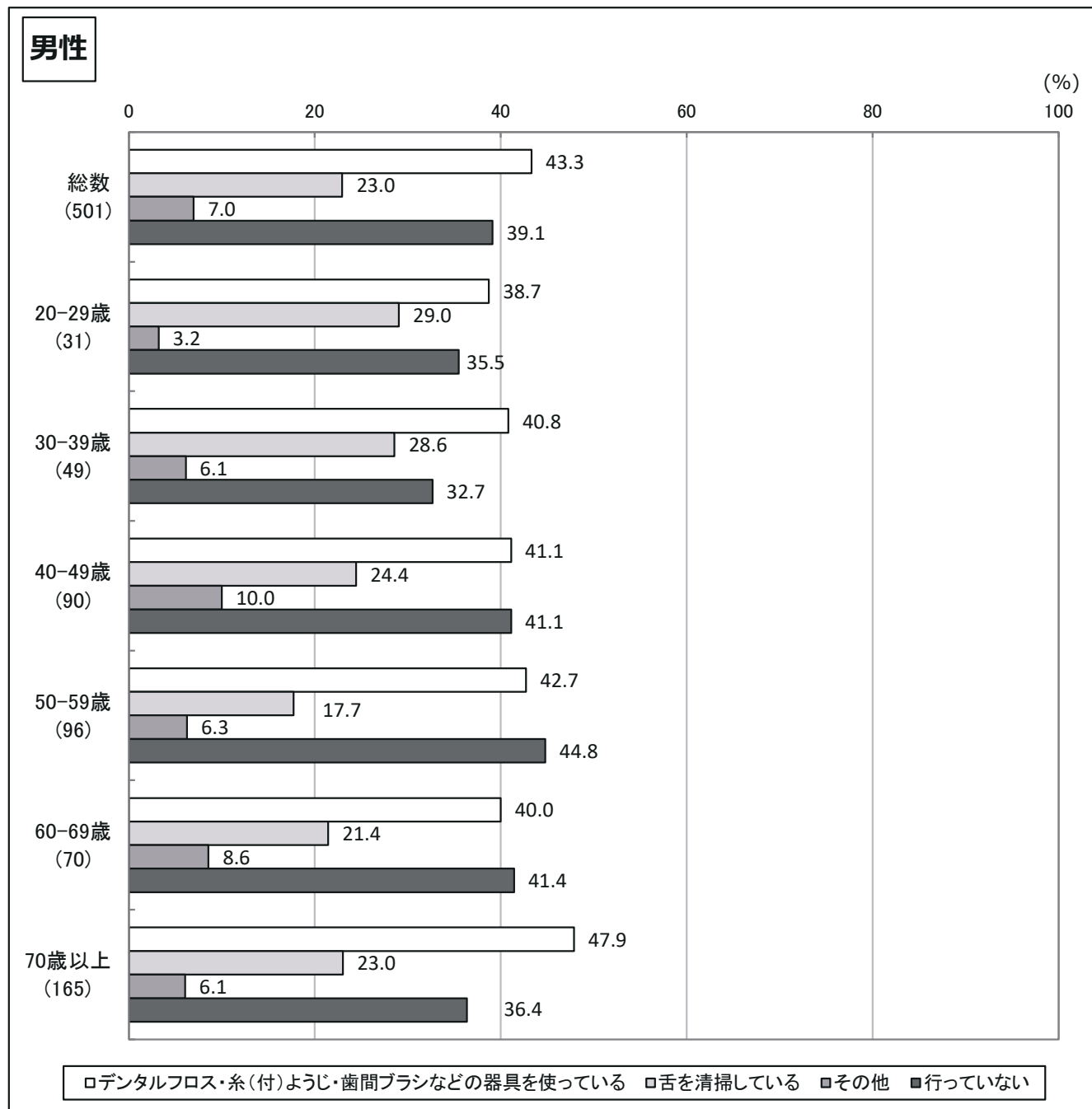


□受けた □受けていない

第3-7-3表 口腔ケア用品の使用状況

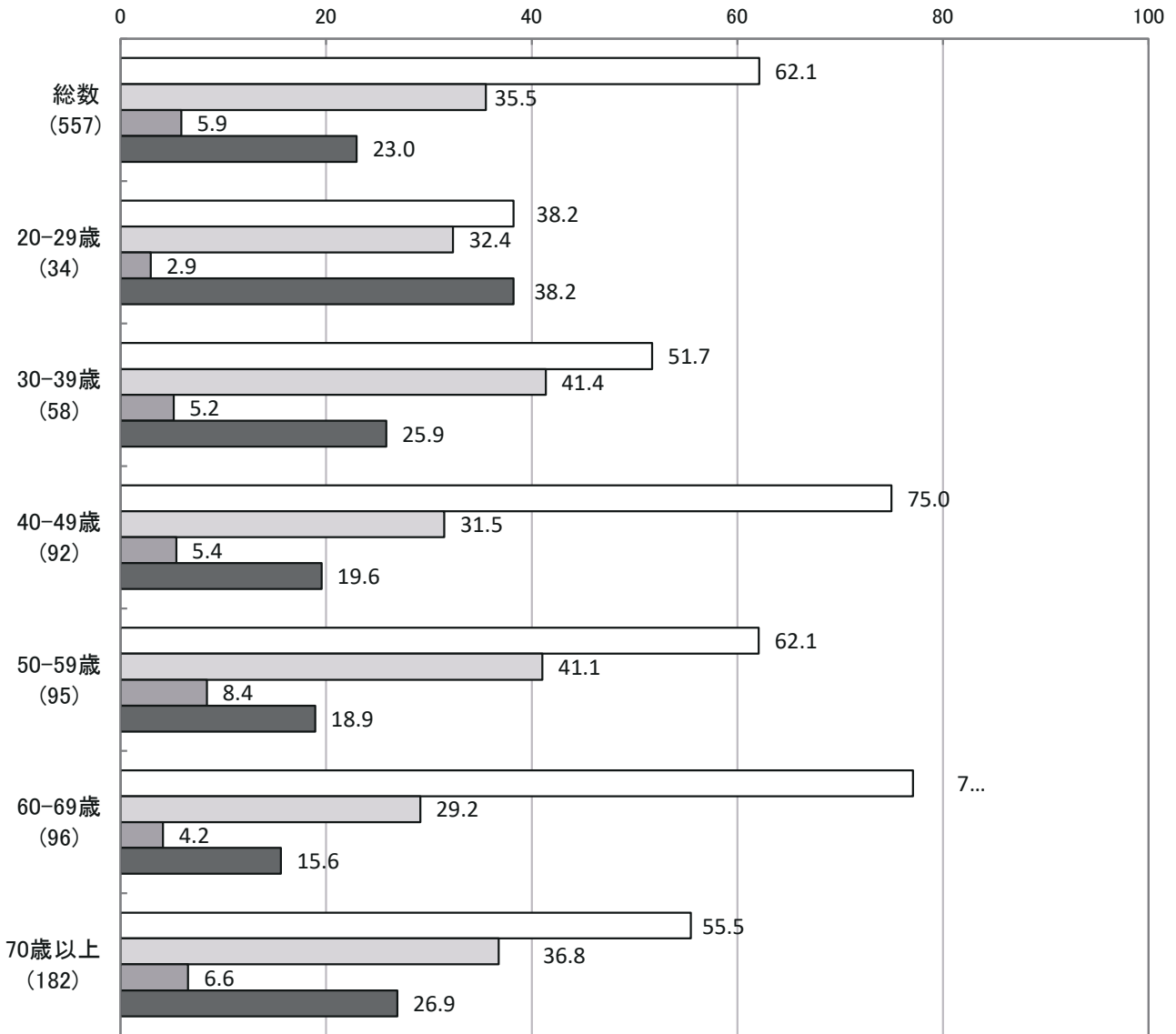
「デンタルフロス・糸（付）ようじ・歯間ブラシ」などの器具を利用している者は、
男性4割程度、女性6割程度であった

歯磨きの他にしている歯や口の清掃については、男女ともに「デンタルフロス・糸（付）ようじ・歯間ブラシ」等の器具を利用している者の割合が最も多く、男性43.3%、女性62.1%であった。年代別にみると、20歳代では「デンタルフロス・糸（付）ようじ・歯間ブラシ」等の器具を利用している者の割合が、男性38.7%、女性38.2%であった一方で、「行っていない」者の割合も男性35.5%、女性38.2%と高かった。男性では年齢が上がっても20歳代と傾向に変化が見られない一方で、女性では「行っていない」者の割合に減少が見られた。



女性

(%)



ロデンタルフロス・糸(付)ようじ・歯間ブラシなどの器具を使っている □舌を清掃している ■その他 ■行っていない

第3-7-4表 歯科検診の受診状況と歯・口腔内の健康状態の関係

歯科健診を受けていない高齢者は、「かめないものがある」と回答する者が男女ともに3割程度

歯科健診を受けていない者の歯や口の健康状態について、60歳以下では「未治療または治療中の虫歯がある」、「歯ぐきから出血する」、「口臭が気になる」と回答した者が2～3割程度いた。70歳以上では「かめないものがある」と回答した者が男女ともに3割を超えた。

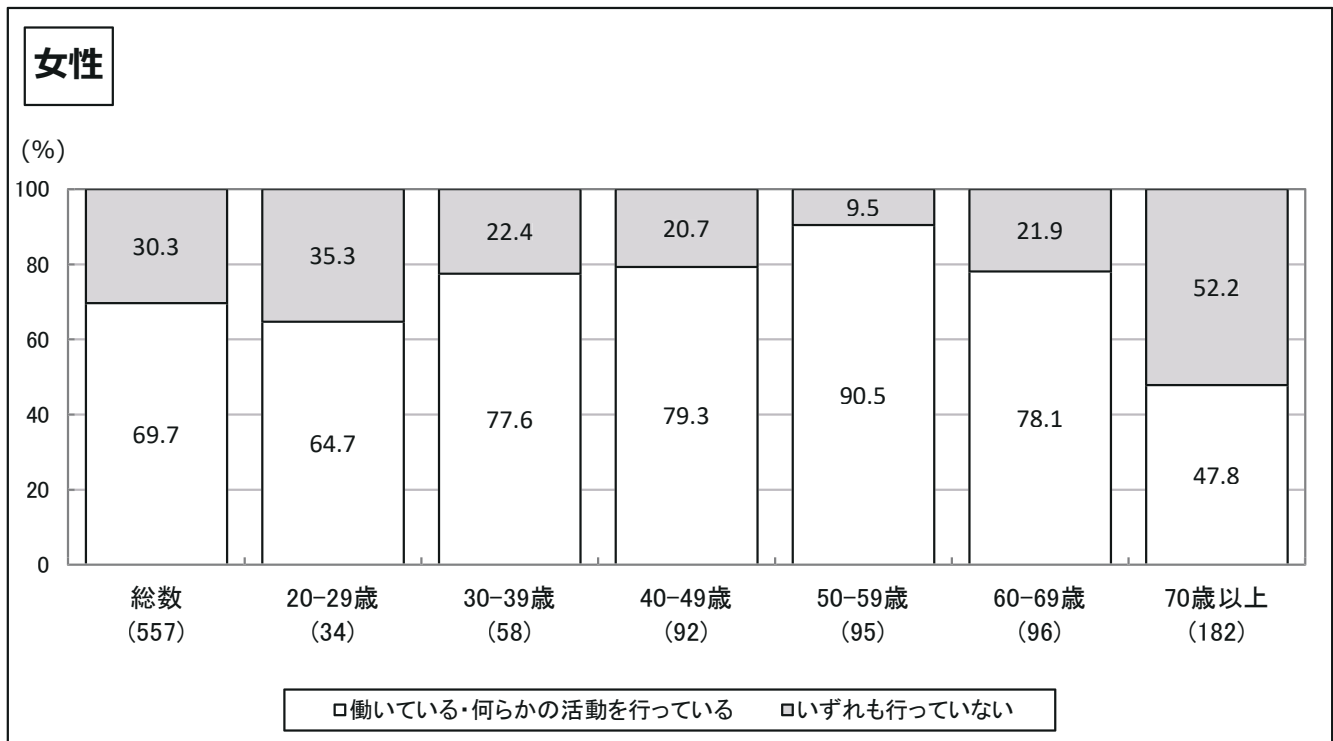
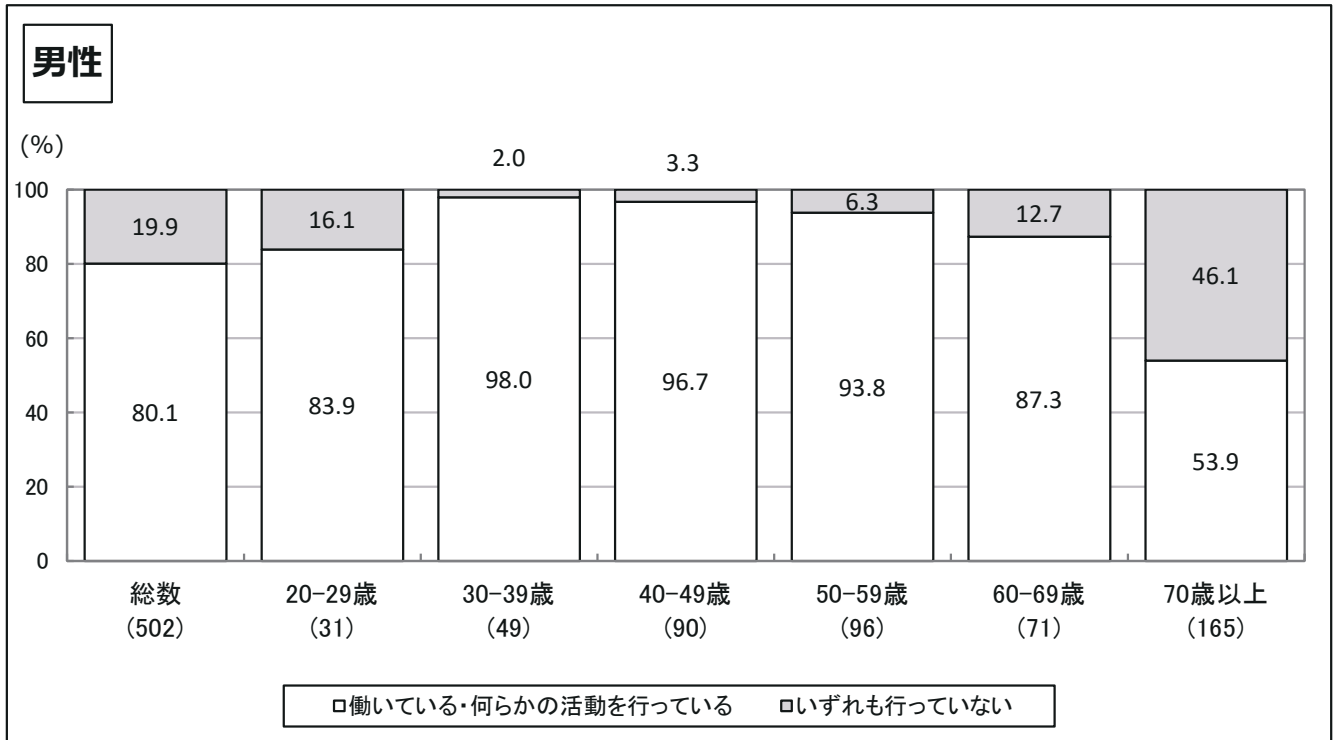
		未治療または治療中の虫歯がある		歯ぐきから出血する		かめないものがある		飲み込みにくい		口を大きく開け閉めすると、あごが痛い		口臭が気になる		口がかわく		その他の悩み		特にない		
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
男性	総数	総数	109	22.0	71	14.3	66	13.3	20	4.0	15	3.0	81	16.4	59	11.9	28	5.7	211	42.6
		受けた	32	17.5	18	9.8	22	12.0	5	2.7	5	2.7	27	14.8	28	15.3	5	2.7	88	48.1
		受けていない	77	24.7	53	17.0	44	14.1	15	4.8	10	3.2	54	17.3	31	9.9	23	7.4	123	39.4
	20-29歳	総数	6	19.4	4	12.9	0	0.0	0	0.0	3	9.7	5	16.1	2	6.5	2	6.5	17	54.8
		受けた	2	25.0	1	12.5	0	0.0	0	0.0	3	37.5	4	50.0	2	25.0	1	12.5	1	12.5
		受けていない	4	17.4	3	13.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	4.3	0	0.0	1	4.3	16	69.6
	30-39歳	総数	12	24.5	11	22.4	3	6.1	1	2.0	5	10.2	12	24.5	3	6.1	3	6.1	17	34.7
		受けた	3	23.1	2	15.4	1	7.7	0	0.0	0	0.0	2	15.4	0	0.0	1	7.7	7	53.8
		受けていない	9	25.0	9	25.0	2	5.6	1	2.8	5	13.9	10	27.8	3	8.3	2	5.6	10	27.8
	40-49歳	総数	27	30.3	18	20.2	2	2.2	0	0.0	4	4.5	20	22.5	6	6.7	3	3.4	41	46.1
		受けた	8	25.0	2	6.3	1	3.1	0	0.0	2	6.3	5	15.6	1	3.1	0	0.0	20	62.5
		受けていない	19	33.3	16	28.1	1	1.8	0	0.0	2	3.5	15	26.3	5	8.8	3	5.3	21	36.8
	50-59歳	総数	25	26.0	18	18.8	9	9.4	2	2.1	1	1.0	20	20.8	12	12.5	5	5.2	40	41.7
		受けた	4	12.1	5	15.2	5	15.2	0	0.0	0	0.0	6	18.2	6	18.2	2	6.1	15	45.5
		受けていない	21	33.3	13	20.6	4	6.3	2	3.2	1	1.6	14	22.2	6	9.5	3	4.8	25	39.7
60-69歳	総数	14	20.3	11	15.9	13	18.8	0	0.0	1	1.4	7	10.1	9	13.0	7	10.1	29	42.0	
	受けた	3	12.5	3	12.5	4	16.7	0	0.0	0	0.0	3	12.5	6	25.0	1	4.2	11	45.8	
	受けていない	11	24.4	8	17.8	9	20.0	0	0.0	1	2.2	4	8.9	3	6.7	6	13.3	18	40.0	
70歳以上	総数	25	15.5	9	5.6	39	24.2	17	10.6	1	0.6	17	10.6	27	16.8	8	5.0	67	41.6	
	受けた	12	16.4	5	6.8	11	15.1	5	6.8	0	0.0	7	9.6	13	17.8	0	0.0	34	46.6	
	受けていない	13	14.8	4	4.5	28	31.8	12	13.6	1	1.1	10	11.4	14	15.9	8	9.1	33	37.5	
女性	総数	総数	92	16.6	66	11.9	71	12.8	9	1.6	27	4.9	78	14.1	59	10.7	38	6.9	257	46.5
		受けた	47	15.9	31	10.5	33	11.1	6	2.0	14	4.7	35	11.8	30	10.1	25	8.4	139	47.0
		受けていない	45	17.5	35	13.6	38	14.8	3	1.2	13	5.1	43	16.7	29	11.3	13	5.1	118	45.9
	20-29歳	総数	8	23.5	6	17.6	0	0.0	0	0.0	5	14.7	4	11.8	2	5.9	1	2.9	18	52.9
		受けた	4	22.2	3	16.7	0	0.0	0	0.0	3	16.7	2	11.1	0	0.0	0	0.0	11	61.1
		受けていない	4	25.0	3	18.8	0	0.0	0	0.0	2	12.5	2	12.5	2	12.5	1	6.3	7	43.8
	30-39歳	総数	11	19.3	11	19.3	1	1.8	1	1.8	3	5.3	11	19.3	5	8.8	3	5.3	28	49.1
		受けた	6	21.4	4	14.3	1	3.6	1	3.6	1	3.6	4	14.3	3	10.7	2	7.1	14	50.0
		受けていない	5	17.2	7	24.1	0	0.0	0	0.0	2	6.9	7	24.1	2	6.9	1	3.4	14	48.3
	40-49歳	総数	16	17.4	15	16.3	1	1.1	2	2.2	5	5.4	15	16.3	7	7.6	6	6.5	48	52.2
		受けた	12	19.4	9	14.5	1	1.6	2	3.2	3	4.8	8	12.9	4	6.5	4	6.5	34	54.8
		受けていない	4	13.3	6	20.0	0	0.0	0	0.0	2	6.7	7	23.3	3	10.0	2	6.7	14	46.7
	50-59歳	総数	19	20.0	15	15.8	4	4.2	0	0.0	6	6.3	12	12.6	11	11.6	10	10.5	46	48.4
		受けた	6	16.2	4	10.8	1	2.7	0	0.0	3	8.1	4	10.8	6	16.2	7	18.9	15	40.5
		受けていない	13	22.4	11	19.0	3	5.2	0	0.0	3	5.2	8	13.8	5	8.6	3	5.2	31	53.4
60-69歳	総数	16	16.7	9	9.4	16	16.7	1	1.0	3	3.1	15	15.6	7	7.3	10	10.4	39	40.6	
	受けた	6	10.0	4	6.7	10	16.7	1	1.7	1	1.7	6	10.0	3	5.0	8	13.3	28	46.7	
	受けていない	10	27.8	5	13.9	6	16.7	0	0.0	2	5.6	9	25.0	4	11.1	2	5.6	11	30.6	
70歳以上	総数	22	12.3	10	5.6	49	27.4	5	2.8	5	2.8	21	11.7	27	15.1	8	4.5	78	43.6	
	受けた	13	14.3	7	7.7	20	22.0	2	2.2	3	3.3	11	12.1	14	15.4	4	4.4	37	40.7	
	受けていない	9	10.2	3	3.4	29	33.0	3	3.4	2	2.3	10	11.4	13	14.8	4	4.5	41	46.6	

第8節 社会参加

第3-8-1表 就労又は社会活動実施の状況

働いている・何らかの活動を行っている70歳以上は男女ともに5割程度

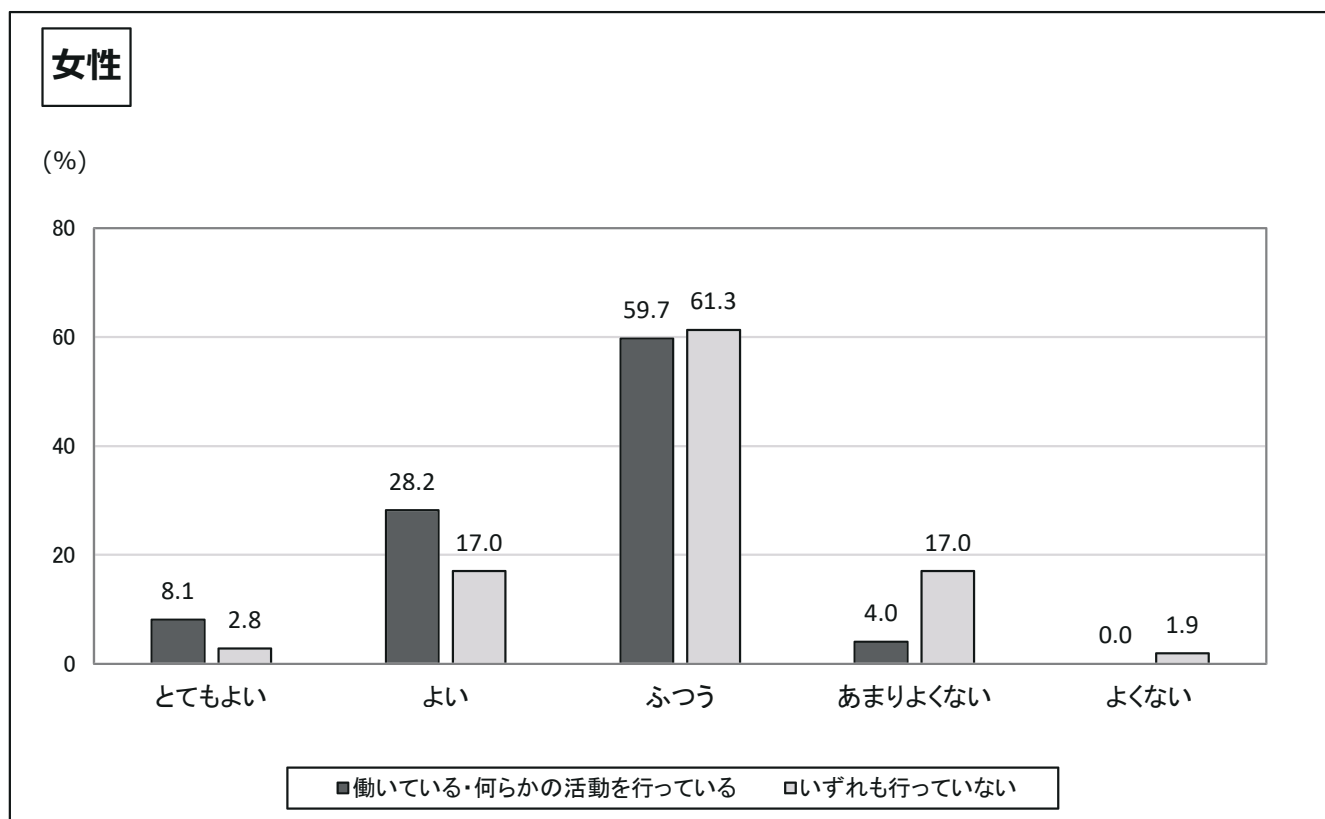
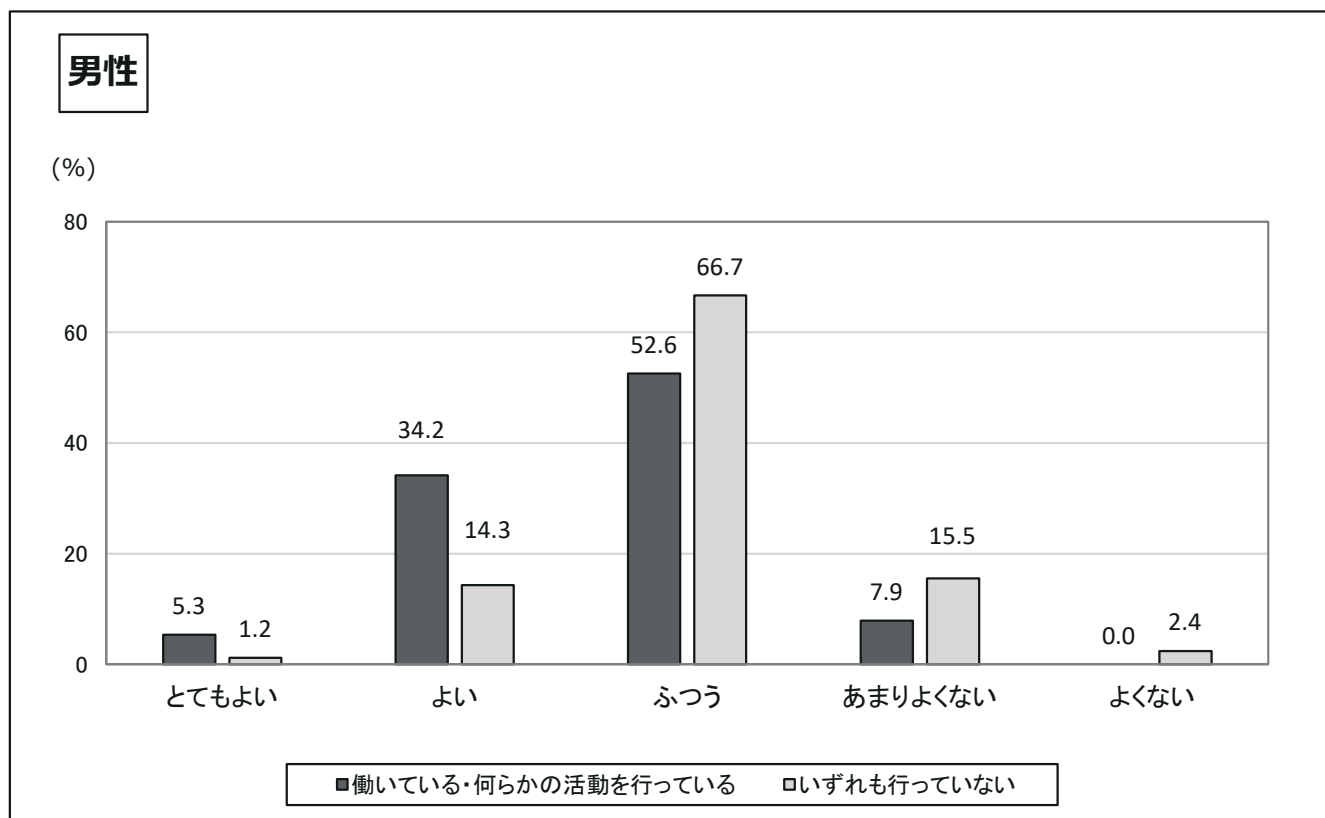
働いているもしくはボランティア活動、地域社会活動（町内会、地域行事など）、趣味やおけいこ事などの活動を行っていると回答した者は、70歳以上の男性で53.9%、女性で47.8%であり、70歳以下と比較して大きく減少した。



第3-8-2表 社会参加の状況と健康状態の関係

65歳以上の働いている・何らかの活動を行っている者は、自己判断に基づく健康状態がよい者が多い

65歳以上の、働いているもしくはボランティア活動、地域社会活動（町内会、地域行事など）、趣味やおけいこ事などの活動を行っている者のうち、自己判断に基づく健康状態が「とてもよい」と「よい」と回答した者は男性39.5%、女性36.3%であり、いずれも行っていない者より健康状態がよいと回答する者の割合が高かった。



令和4(2022)年度県民健康・栄養調査報告書

令和6(2024)年3月
栃木県保健福祉部健康増進課
〒320-8501
栃木県宇都宮市塙田1-1-20
TEL:028-623-3094 FAX:028-623-3920