

# かごしま市民すこやかプラン最終評価の ためのアンケート調査集計分析報告書

令和5年3月

鹿児島市



# 目 次

I.	調査の概要	1
1.	調査の目的	1
2.	調査地域	1
3.	調査方法	1
4.	調査票	1
5.	調査期間	1
6.	調査・集計機関	1
7.	本報告書を見る際の注意事項	2
II.	調査結果	3
	第1編 成人アンケート調査結果	3
0.	属性等	3
(1)	性別	3
(2)	年齢	4
(3)	肥満度（BMI）	5
(4)	家族の状況	6
(5)	「すこやかプラン」の認知度	7
(6)	主観的健康度	8
1.	栄養・食生活	9
(1)	1回の食事での主食・主菜・副菜の摂取状況	9
(2)	朝食の摂取状況	10
(3)	朝・昼・夕の3食摂取状況	11
(4)	野菜の摂取状況	12
(5)	「体にやさしいかごしまメニュー」の認知度	13
(6)	「体にやさしいかごしまメニュー」の利用経験	14
(7)	中食で気にしていること（複数回答）	15
(8)	食塩の摂取状況	17
(9)	食塩を摂りすぎない工夫（複数回答）	18
2.	身体活動・運動・休養	20
(1)	運動の習慣	20
(2)	運動習慣者の状況（頻度）	21
(3)	運動習慣者の状況（時間）	22
(4)	運動習慣者の状況（期間）	23
(5)	1日の歩数	24
(6)	温泉や水中運動の活用状況	25
3.	休養	26
(1)	睡眠の状況	26
(2)	ストレス解消への取組状況（複数回答）	27
(3)	外出の状況	29
(4)	職場での休養・こころの健康に関する取組	30
(5)	職場での健康づくりの取組	32

4.	たばこ	33
(1)	喫煙の状況	33
(2)	喫煙者の中でたばこをやめたいと思う人の状況	35
(3)	受動喫煙の認知度	36
(4)	健康増進法と喫煙	37
(5)	受動喫煙の経験	38
(6)	受動喫煙した場所（複数回答）	39
(7)	喫煙について飲食店を選ぶ基準	40
5.	アルコール	41
(1)	飲酒の状況（回数）	41
(2)	飲酒の状況（量）	43
(3)	適量の飲酒についての認識	45
6.	歯の健康	46
(1)	歯の本数	46
(2)	歯科検診の状況	48
(3)	歯の健康のための実践状況（複数回答）	49
(4)	噛んで食べる状態	51
7.	「検診・健診」について	52
(1)	がん検診の受診状況	52
(2)	健診の受診状況	57
(3)	健診の受診機会	58
(4)	健診の結果	59
(5)	健診結果後の医療機関受診状況	60
(6)	健診を受けない理由	61
<b>第2編 中・高校生アンケート調査結果</b>		<b>63</b>
0.	属性等	63
(1)	性別	63
(2)	学年	64
(3)	肥満度（日比式、BMI）	65
(4)	「すこやかプラン」の認知度	66
(5)	主観的健康度	67
1.	栄養・食生活	68
(1)	1回の食事での主食・主菜・副菜の摂取状況	68
(2)	朝食の摂取状況	70
(3)	朝・昼・夕の3食摂取状況	72
(4)	野菜の摂取状況	74
(5)	「体にやさしいかごしまメニュー」の認知度	75
(6)	「体にやさしいかごしまメニュー」の利用経験	76
(7)	中食で気にしていること（複数回答）	77
2.	身体活動・運動・休養	79
(1)	体育の授業以外で身体活動や運動をする機会	79
(2)	身体活動ができない、または、したくない理由（複数回答）	81

(3) 温泉や水中運動の活用状況	82
(4) 睡眠の状況	83
(5) ストレス解消への取組状況（複数回答）	84
3. たばこ	86
(1) 喫煙の経験	86
(2) 受動喫煙の認知度	87
(3) 健康増進法と喫煙	88
(4) 受動喫煙の経験	89
(5) 受動喫煙した場所（複数回答）	90
4. アルコール	91
(1) 飲酒の経験	91
5. 歯の健康	92
(1) 歯の健康のための実践状況（複数回答）	92
<b>第3編 小学生アンケート調査結果</b>	<b>93</b>
0. 属性等	93
(1) 性別	93
(2) 学年	94
(3) 肥満度（日比式）	95
(4) 主観的健康度	96
1. 栄養・食生活	97
(1) 朝食の摂取状況	97
(2) 朝・昼・夕の3食摂取状況	98
(3) 野菜の摂取状況	99
2. 身体活動・運動・休養	100
(1) 体育の授業以外で身体活動や運動をする機会	100
(2) 身体活動ができない、または、したくない理由（複数回答）	101
(3) 温泉や水中運動の活用状況	102
(4) 睡眠の状況	103
(5) ストレス解消への取組状況（複数回答）	104
3. たばこ・アルコール	105
(1) 喫煙の経験	105
(2) 受動喫煙の認知度	106
(3) 受動喫煙の経験	107
(4) 受動喫煙した場所（複数回答）	108
(5) 飲酒の経験	109
4. 歯の健康	110
(1) 歯の健康のための実践状況（複数回答）	110
<b>第4編 補足</b>	<b>111</b>
1. 身体活動・運動（特定年齢抽出）	111
(1) 運動習慣者の状況（20～64歳）	111
(2) 1日の歩数（20歳以上）	112
(3) 運動の習慣（20～64歳）	113

2.	休養（特定年齢抽出）	114
(1)	温泉や水中運動の活用状況（20歳以上）	114
3.	アルコール（特定年齢抽出）	115
4.	がん検診の受診状況（特定年齢抽出）	116
(1)	肺がん検診（40～69歳）	116
(2)	胃がん検診（40～69歳）	117
(3)	大腸がん検診（40～69歳）	118
(4)	子宮がん検診（20～69歳）	119
(5)	乳がん検診（40～69歳）	119
III.	調査票	120
1.	成人	120
2.	中・高校生	133
3.	小学生	141

## I. 調査の概要



# I. 調査の概要

## 1. 調査の目的

第二次鹿児島市健康増進計画「かごしま市民すこやかプラン」について、設定した目標の達成状況、生活習慣・健康意識及び心身の健康状況を把握するとともに、令和4年度に最終評価を行うにあたり、改善策の検討を行う上で必要となる資料を得ることを目的に実施した。

## 2. 調査地域

鹿児島市全域

## 3. 調査方法

	成人	中・高校生	小学生	計
調査対象	20歳以上の男女	各学年の男女	各学年の男女	-
抽出方法	無作為抽出			-
記入方法	記入式又はオンライン回答による調査			-
調査方法	郵送による配布、郵送及びインターネットによる回収			-
調査対象者数	2,500人	800人	700人	4,000人
有効回答数	1,332人	438人	428人	2,198人
回収率	53.3% (Web回答12.7%)	54.8% (Web回答21.5%)	61.1% (Web回答26.4%)	55.0% (Web回答16.9%)
設問数	50問 (65歳未満は49問)	24問	18問	-

## 4. 調査票

巻末に添付した調査票による

## 5. 調査期間

令和4年9月21日(水)～令和4年10月11日(火)

## 6. 調査・集計機関

アシスト株式会社

## 7. 本報告書を見る際の注意事項

- ① 回答の比率は、それぞれの設問の回答を基礎としており、これを100%とした。
- ② 比率はすべて百分比で表し、小数点以下第2位を四捨五入している。このため百分比の合計が100%にならないことがある。
- ③ 統計表上の「-」は、調査時に選択項目が設定されていないため数値がないものを示している。
- ④ 統計表上の「. %」は、各属性で回答割合が最も高いものを示している。
- ⑤ 質問の終わりの（複数回答）は、1人の回答者が2つ以上の回答をしても良い設問であり、その百分比は100%を超えることがある。
- ⑥ 本報告書の肥満度の集計については、成人、高校生は、BMIによる肥満分類を使用し、中学生、小学生は、日比式身長別体重に基づく肥満体重表による分類とした。

判定	BMI	日比式
	$\text{BMI 値} = \frac{\text{体重(kg)}}{\text{身長(m)} \times \text{身長(m)}}$	$\text{日比式肥満度} = \frac{\text{体重(kg)} - \text{標準体重(kg)}}{\text{標準体重(kg)}}$
やせ	18.5 未満	-15.0%未満
普通	18.5 以上 25.0 未満	-15.0%以上 20.0%未満
肥満	25.0 以上	20.0%以上

（日本肥満学会肥満症診断基準検討会 2000 年）

※ 上記は 2011 年に改訂され、BMI は 18.5 未満なら低体重、18.5～25.0 未満なら普通体重、25.0～30.0 未満なら肥満（1 度）、30.0～35.0 未満なら肥満（2 度）、35.0～40.0 未満なら肥満（3 度）、40.0 以上なら肥満（4 度）となっている。

- ⑦ 調査結果の分析にあたり、下記文献と比較している。
  - 平成 23 年 かがしま市民健康 55 プラン最終評価のためのアンケート調査集計分析報告書（調査対象者数 4,052 人，有効回答数 2,856 人）
  - 平成 28 年 かがしま市民すこやかプラン中間評価のためのアンケート調査集計分析報告書（調査対象者数 4,000 人，有効回答数 2,072 人）

## II. 調查結果



## 第1編 成人アンケート調査結果



## II. 調査結果

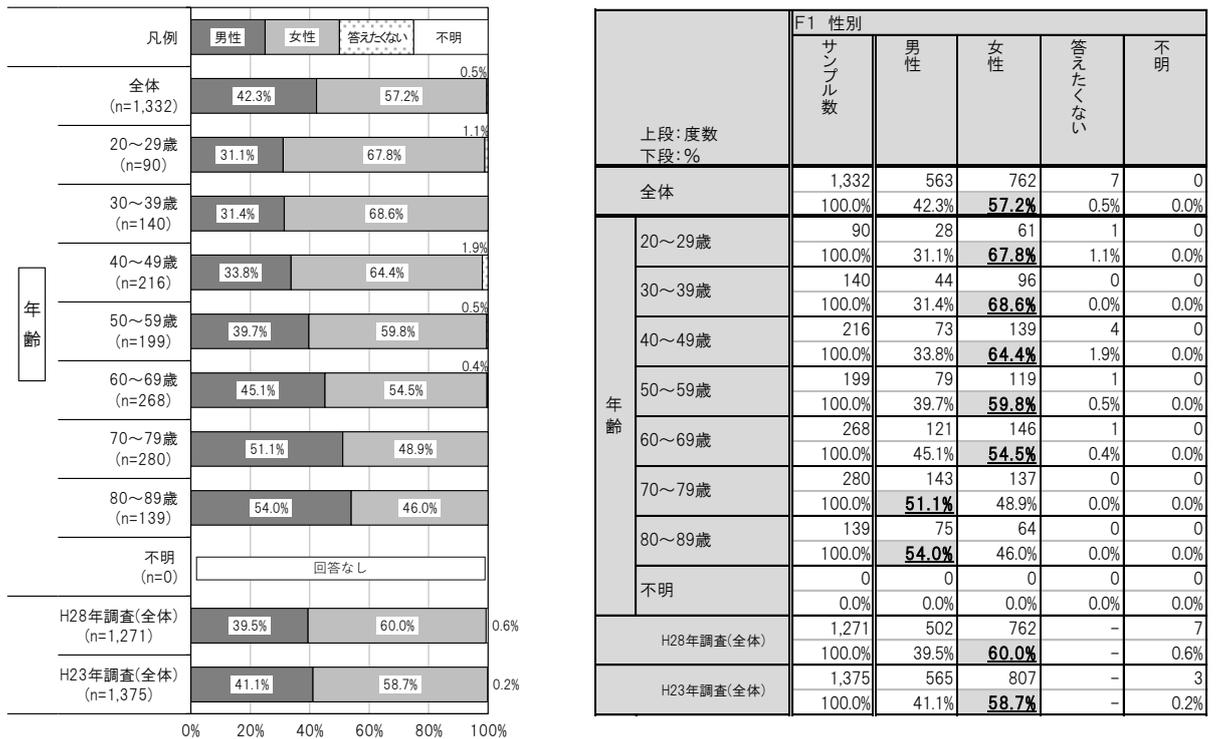
### 第1編 成人アンケート調査結果

#### 0. 属性等

##### (1) 性別

F 1 性別を教えてください。(○は一つ)

性別は、「男性」が42.3%、「女性」が57.2%となっている。

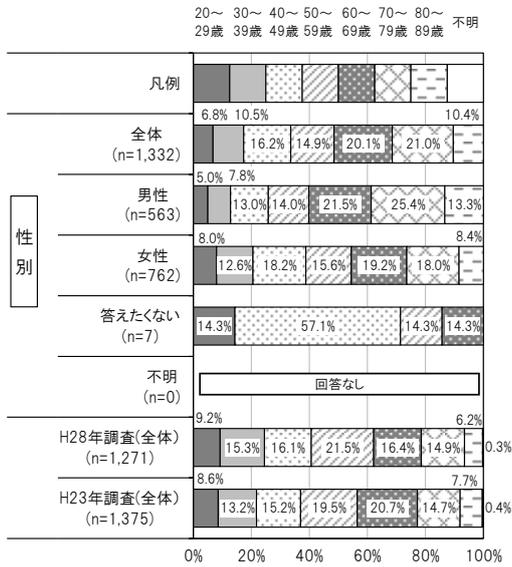


図表 1-1 性別

(2) 年齢

F2 年齢を教えてください。

年齢は、「70代」が21.0%で最も多く、次いで「60代」が20.1%、「40代」が16.2%の順となっている。



	F2 年齢								
	サンプル数	20~29歳	30~39歳	40~49歳	50~59歳	60~69歳	70~79歳	80~89歳	不明
上段: 度数	20	30	40	50	60	70	80	0	
下段: %	1.5	2.3	3.0	3.8	4.5	5.2	6.0	0.0	
全体	1,332	90	140	216	199	268	280	139	0
	100.0%	6.8%	10.5%	16.2%	14.9%	20.1%	<b>21.0%</b>	10.4%	0.0%
性別									
男性	563	28	44	73	79	121	143	75	0
	100.0%	5.0%	7.8%	13.0%	14.0%	21.5%	<b>25.4%</b>	13.3%	0.0%
女性	762	61	96	139	119	146	137	64	0
	100.0%	8.0%	12.6%	18.2%	15.6%	<b>19.2%</b>	18.0%	8.4%	0.0%
答えたくない	7	1	0	4	1	1	0	0	0
	100.0%	14.3%	0.0%	<b>57.1%</b>	14.3%	14.3%	0.0%	0.0%	0.0%
不明	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%
H28年調査(全体)	1,271	117	195	205	273	208	190	79	4
	100.0%	9.2%	15.3%	16.1%	<b>21.5%</b>	16.4%	14.9%	6.2%	0.3%
H23年調査(全体)	1,375	118	182	209	268	285	202	106	5
	100.0%	8.6%	13.2%	15.2%	19.5%	<b>20.7%</b>	14.7%	7.7%	0.4%

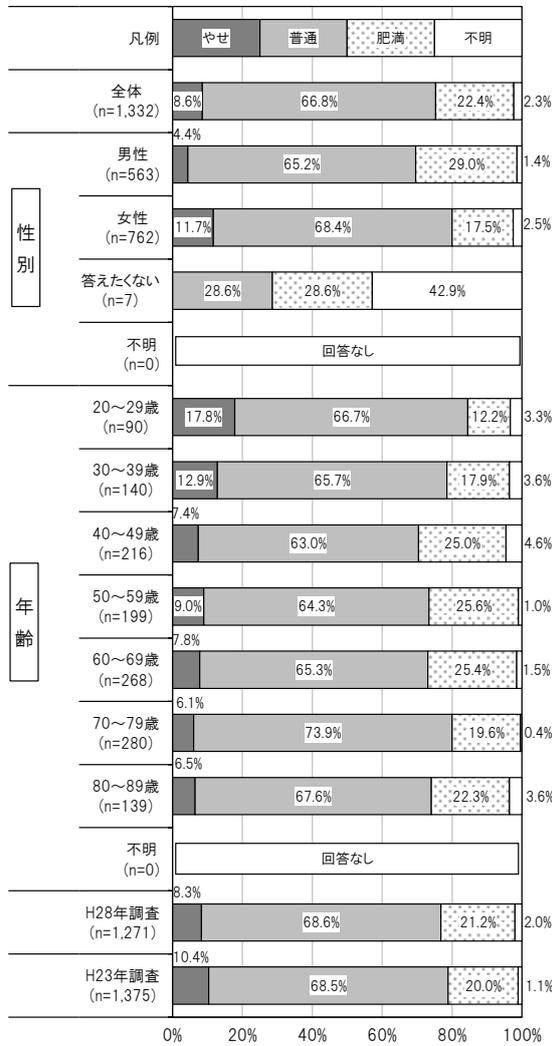
図表 1-2 年齢

(3) 肥満度 (BMI)

F3 身長と体重を教えてください。(小数点以下は四捨五入)

全体では、「普通」が66.8%で最も多く、次いで「肥満」が22.4%、「やせ」が8.6%の順となっている。

性別で見ると、20代の「やせ」が、女性は男性に比べて14.2ポイント高くなっている。



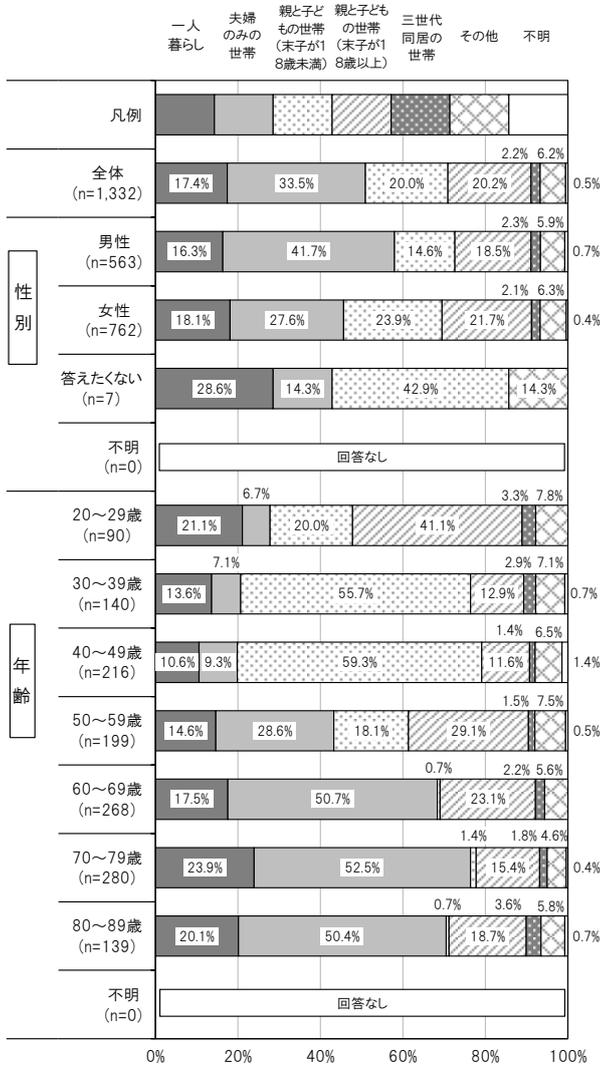
		F3 肥満度(BMI)				
		サンプル数	やせ	普通	肥満	不明
上段:度数 下段:%						
性別	全体	1,332	114	890	298	30
		100.0%	8.6%	<b>66.8%</b>	22.4%	2.3%
	男性	563	25	367	163	8
		100.0%	4.4%	<b>65.2%</b>	29.0%	1.4%
	女性	762	89	521	133	19
		100.0%	11.7%	<b>68.4%</b>	17.5%	2.5%
	答えたくない	7	0	2	2	3
		100.0%	0.0%	<b>28.6%</b>	<b>28.6%</b>	42.9%
	不明	0	0	0	0	0
		0.0%	<b>0.0%</b>	0.0%	0.0%	0.0%
	年齢	20~29歳	90	16	60	11
		100.0%	17.8%	<b>66.7%</b>	12.2%	3.3%
30~39歳		140	18	92	25	5
		100.0%	12.9%	<b>65.7%</b>	17.9%	3.6%
40~49歳		216	16	136	54	10
		100.0%	7.4%	<b>63.0%</b>	25.0%	4.6%
50~59歳		199	18	128	51	2
		100.0%	9.0%	<b>64.3%</b>	25.6%	1.0%
60~69歳		268	21	175	68	4
		100.0%	7.8%	<b>65.3%</b>	25.4%	1.5%
70~79歳		280	17	207	55	1
	100.0%	6.1%	<b>73.9%</b>	19.6%	0.4%	
80~89歳	139	9	94	31	5	
	100.0%	6.5%	<b>67.6%</b>	22.3%	3.6%	
不明	0	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
H28年調査(全体)		1,271	105	872	269	25
		100.0%	8.3%	<b>68.6%</b>	21.2%	2.0%
H23年調査(全体)		1,375	143	942	275	15
		100.0%	10.4%	<b>68.5%</b>	20.0%	1.1%
性別	20~29歳	28	2	19	7	0
		100.0%	7.1%	<b>67.9%</b>	25.0%	0.0%
	30~39歳	44	4	27	11	2
		100.0%	9.1%	<b>61.4%</b>	25.0%	4.5%
	40~49歳	73	2	40	29	2
		100.0%	2.7%	<b>54.8%</b>	39.7%	2.7%
	50~59歳	79	3	46	30	0
		100.0%	3.8%	<b>58.2%</b>	38.0%	0.0%
	60~69歳	121	6	75	39	1
		100.0%	5.0%	<b>62.0%</b>	32.2%	0.8%
	70~79歳	143	4	108	31	0
	100.0%	2.8%	<b>75.5%</b>	21.7%	0.0%	
80~89歳	75	4	52	16	3	
	100.0%	5.3%	<b>69.3%</b>	21.3%	4.0%	
不明	0	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
年齢	20~29歳	61	13	40	5	3
		100.0%	21.3%	<b>65.6%</b>	8.2%	4.9%
	30~39歳	96	14	65	14	3
		100.0%	14.6%	<b>67.7%</b>	14.6%	3.1%
	40~49歳	139	14	95	23	7
		100.0%	10.1%	<b>68.3%</b>	16.5%	5.0%
	50~59歳	119	15	80	23	1
		100.0%	12.6%	<b>67.2%</b>	19.3%	0.8%
	60~69歳	146	15	101	28	2
		100.0%	10.3%	<b>69.2%</b>	19.2%	1.4%
	70~79歳	137	14	98	24	1
	100.0%	10.2%	<b>71.5%</b>	17.5%	0.7%	
80~89歳	64	6	41	15	2	
	100.0%	9.4%	<b>64.1%</b>	23.4%	3.1%	
不明	0	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	

図表 1-3 肥満度 (BMI)

(4) 家族の状況

F4 同居家族の状況についてお答えください。(〇は一つ)

全体では、「夫婦のみの世帯」が33.5%で最も多く、次いで「親と子どもの世帯(末子が18歳以上)」が20.2%、「親と子どもの世帯(末子が18歳未満)」が20.0%の順となっている。



		F4 家族の状況							
		サンプル数	一人暮らし	夫婦のみの世帯	親と子どもの世帯(末子が18歳未満)	親と子どもの世帯(末子が18歳以上)	三世帯同居の世帯	その他	不明
上段:度数 下段:%									
全体		1,332	232	446	267	269	29	82	7
		100.0%	17.4%	<b>33.5%</b>	20.0%	20.2%	2.2%	6.2%	0.5%
性別	男性	563	92	235	82	104	13	33	4
		100.0%	16.3%	<b>41.7%</b>	14.6%	18.5%	2.3%	5.9%	0.7%
	女性	762	138	210	182	165	16	48	3
		100.0%	18.1%	<b>27.6%</b>	23.9%	21.7%	2.1%	6.3%	0.4%
	回答たくない	7	2	1	3	0	0	1	0
		100.0%	28.6%	14.3%	<b>42.9%</b>	0.0%	0.0%	14.3%	0.0%
	不明	0	0	0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
年齢	20~29歳	90	19	6	18	37	3	7	0
		100.0%	21.1%	6.7%	20.0%	<b>41.1%</b>	3.3%	7.8%	0.0%
	30~39歳	140	19	10	78	18	4	10	1
		100.0%	13.6%	7.1%	<b>55.7%</b>	12.9%	2.9%	7.1%	0.7%
	40~49歳	216	23	20	128	25	3	14	3
		100.0%	10.6%	9.3%	<b>59.3%</b>	11.6%	1.4%	6.5%	1.4%
	50~59歳	199	29	57	36	58	3	15	1
		100.0%	14.6%	28.6%	18.1%	<b>29.1%</b>	1.5%	7.5%	0.5%
	60~69歳	268	47	136	2	62	6	15	0
		100.0%	17.5%	<b>50.7%</b>	0.7%	23.1%	2.2%	5.6%	0.0%
70~79歳	280	67	147	4	43	5	13	1	
	100.0%	23.9%	<b>52.5%</b>	1.4%	15.4%	1.8%	4.6%	0.4%	
80~89歳	139	28	70	1	26	5	8	1	
	100.0%	20.1%	<b>50.4%</b>	0.7%	18.7%	3.6%	5.8%	0.7%	
	不明	0	0	0	0	0	0	0	
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
上段:度数 下段:%		サンプル数	一人暮らし	夫婦のみの世帯	親と子どもの世帯(末子が18歳未満)	本人とその他の高齢者のみの世帯(兄弟姉妹、親子、友人、親類など)	同居世帯(その他の世帯)	不明	
H28年調査(60歳以上)		478	103	238	44	90	3		
		100.0%	21.5%	<b>49.8%</b>	9.2%	18.8%	0.6%		
H23年調査(60歳以上)		594	126	276	32	156	4		
		100.0%	21.2%	<b>46.5%</b>	5.4%	26.3%	0.7%		

図表 1-4 家族の状況

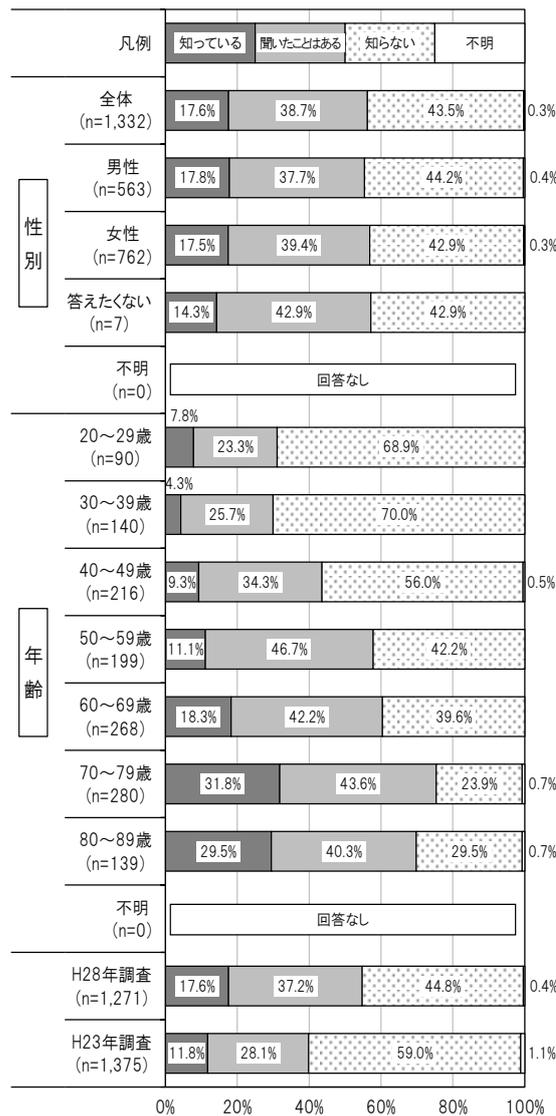
(5) 「すこやかプラン」の認知度

**F 5 鹿児島市が市民の健康づくりの指針となる健康増進計画（すこやかプラン）を推進していることをご存知ですか。（○は一つ）**

全体では、「知らない」が43.5%で最も多く、次いで「聞いたことはある」が38.7%、「知っている」が17.6%となっており、H23年調査と比較すると「知っている」が5.8ポイント、「聞いたことはある」が10.6ポイント増加しており、認知度は高くなっている傾向がみられた。

性別でみると、男性は「知らない」が女性を1.3ポイント上回っている。

年齢別でみると、70代以上の約3割が「知っている」と回答しているが、60代以下は「知らない」が3割を超えている。



		F5 「すこやかプラン」の認知度				
		サンプル数	知っている	聞いたことはある	知らない	不明
上段: 度数 下段: %						
全体		1,332 100.0%	234 17.6%	515 38.7%	579 <b>43.5%</b>	4 0.3%
性別	男性	563 100.0%	100 17.8%	212 37.7%	249 <b>44.2%</b>	2 0.4%
	女性	762 100.0%	133 17.5%	300 39.4%	327 <b>42.9%</b>	2 0.3%
	答えたくない	7 100.0%	1 14.3%	3 <b>42.9%</b>	3 <b>42.9%</b>	0 0.0%
	不明	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
	年齢					
	20～29歳	90 100.0%	7 7.8%	21 23.3%	62 <b>68.9%</b>	0 0.0%
	30～39歳	140 100.0%	6 4.3%	36 25.7%	98 <b>70.0%</b>	0 0.0%
	40～49歳	216 100.0%	20 9.3%	74 34.3%	121 <b>56.0%</b>	1 0.5%
	50～59歳	199 100.0%	22 11.1%	93 <b>46.7%</b>	84 42.2%	0 0.0%
	60～69歳	268 100.0%	49 18.3%	113 <b>42.2%</b>	106 39.6%	0 0.0%
	70～79歳	280 100.0%	89 31.8%	122 <b>43.6%</b>	67 23.9%	2 0.7%
	80～89歳	139 100.0%	41 29.5%	56 <b>40.3%</b>	41 29.5%	1 0.7%
	不明	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
H28年調査(全体)		1,271 100.0%	224 17.6%	473 37.2%	569 <b>44.8%</b>	5 0.4%
H23年調査(全体)		1,375 100.0%	162 11.8%	387 28.1%	811 <b>59.0%</b>	15 1.1%

※ H23年調査は「55プラン」の認知度

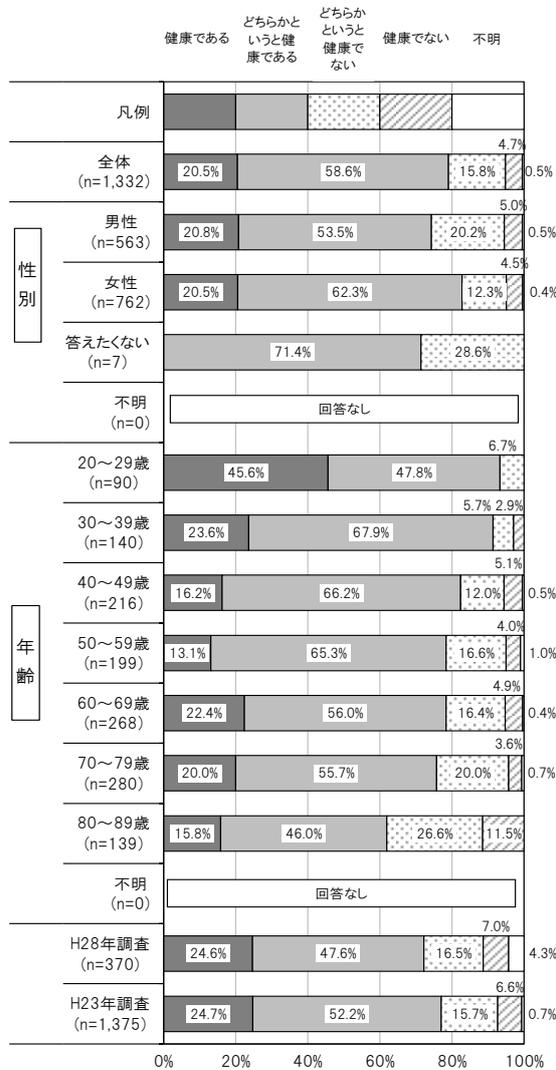
図表 1-5 「すこやかプラン」の認知度

(6) 主観的健康度

F 6 自分は健康だと思いますか。(○は一つ)

全体では、「どちらかという健康である」が58.6%で最も多く、「健康である」の20.5%と合わせると79.1%が『自分は健康である』と認識している。

年齢別で見ると、年代が上がるほど『自分は健康である』と回答した人の割合は減少傾向にある。



		F6 主観的健康度					
		サンプル数	健康である	どちらかという健康である	どちらかという健康でない	健康でない	不明
性別	上段: 度数						
	下段: %						
全体		1,332	273	781	210	62	6
		100.0%	20.5%	<b>58.6%</b>	15.8%	4.7%	0.5%
性別	男性	563	117	301	114	28	3
		100.0%	20.8%	<b>53.5%</b>	20.2%	5.0%	0.5%
	女性	762	156	475	94	34	3
		100.0%	20.5%	<b>62.3%</b>	12.3%	4.5%	0.4%
	答えたくない	7	0	5	2	0	0
		100.0%	0.0%	<b>71.4%</b>	28.6%	0.0%	0.0%
不明		0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
年齢	20~29歳	90	41	43	6	0	0
		100.0%	45.6%	<b>47.8%</b>	6.7%	0.0%	0.0%
	30~39歳	140	33	95	8	4	0
		100.0%	23.6%	<b>67.9%</b>	5.7%	2.9%	0.0%
	40~49歳	216	35	143	26	11	1
		100.0%	16.2%	<b>66.2%</b>	12.0%	5.1%	0.5%
	50~59歳	199	26	130	33	8	2
		100.0%	13.1%	<b>65.3%</b>	16.6%	4.0%	1.0%
	60~69歳	268	60	150	44	13	1
		100.0%	22.4%	<b>56.0%</b>	16.4%	4.9%	0.4%
70~79歳	280	56	156	56	10	2	
	100.0%	20.0%	<b>55.7%</b>	20.0%	3.6%	0.7%	
80~89歳	139	22	64	37	16	0	
	100.0%	15.8%	<b>46.0%</b>	26.6%	11.5%	0.0%	
不明		0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
H28年調査 (65歳以上)		370	91	176	61	26	16
		100.0%	24.6%	<b>47.6%</b>	16.5%	7.0%	4.3%
H23年調査		1,375	340	718	216	91	10
		100.0%	24.7%	<b>52.2%</b>	15.7%	6.6%	0.7%

※ H28年調査は高年期のみの設問

図表 1-6 主観的健康度

# 1. 栄養・食生活

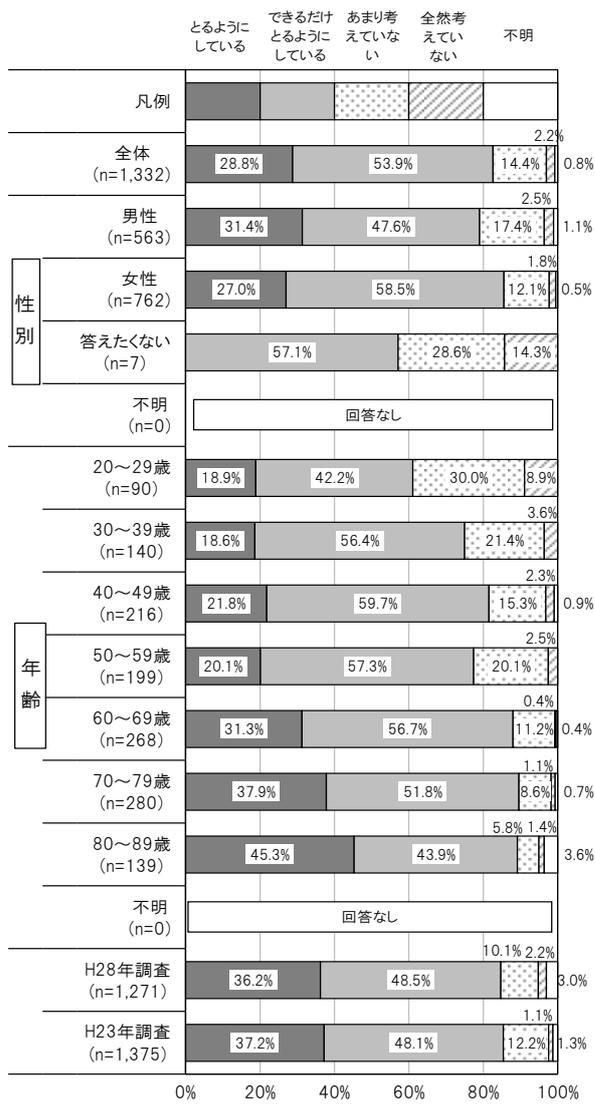
## (1) 1回の食事での主食・主菜・副菜の摂取状況

問1 1回の食事で、主食、主菜、副菜をすべてとるようにしていますか。(〇は一つ)

全体では、「とるようにしている」が28.8%、「できるだけとるようにしている」が53.9%で、合わせると82.7%の人が1回の食事で主食・主菜・副菜をとるように心がけている。

年齢別では、1回の食事で主食・主菜・副菜をとるように心がけている人の割合は、60代以上では約9割だが、20代では約6割にとどまっている。

家族の状況別でみると、「夫婦のみの世帯」で「とるようにしている」が35.7%で最も多くなっている。



	問1 1回の食事での主食、主菜、副菜の摂取状況					
	サンプル数	とるようにしている	できるだけとるようにしている	あまり考えていない	全然考えていない	不明
上段: 度数 下段: %						
全体	1,332 100.0%	383 28.8%	718 53.9%	192 14.4%	29 2.2%	10 0.8%
性別						
男性	563 100.0%	177 31.4%	268 47.6%	98 17.4%	14 2.5%	6 1.1%
女性	762 100.0%	206 27.0%	446 58.5%	92 12.1%	14 1.8%	4 0.5%
答えたくない	7 100.0%	0 0.0%	4 57.1%	2 28.6%	1 14.3%	0 0.0%
不明	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
年齢						
20~29歳	90 100.0%	17 18.9%	38 42.2%	27 30.0%	8 8.9%	0 0.0%
30~39歳	140 100.0%	26 18.6%	79 56.4%	30 21.4%	5 3.6%	0 0.0%
40~49歳	216 100.0%	47 21.8%	129 59.7%	33 15.3%	5 2.3%	2 0.9%
50~59歳	199 100.0%	40 20.1%	114 57.3%	40 20.1%	5 2.5%	0 0.0%
60~69歳	268 100.0%	84 31.3%	152 56.7%	30 11.2%	1 0.4%	1 0.4%
70~79歳	280 100.0%	106 37.9%	145 51.8%	24 8.6%	3 1.1%	2 0.7%
80~89歳	139 100.0%	63 45.3%	61 43.9%	8 5.8%	2 1.4%	5 3.6%
不明	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
H28年調査(全体)	1,271 100.0%	460 36.2%	616 48.5%	129 10.1%	28 2.2%	38 3.0%
H23年調査(全体)	1,375 100.0%	512 37.2%	662 48.1%	168 12.2%	15 1.1%	18 1.3%
F3 肥満度 (BMI)						
やせ	117 100.0%	37 31.6%	61 52.1%	17 14.5%	2 1.7%	0 0.0%
普通	892 100.0%	261 29.3%	490 54.9%	119 13.3%	16 1.8%	6 0.7%
肥満	293 100.0%	81 27.6%	146 49.8%	53 18.1%	10 3.4%	3 1.0%
不明	30 100.0%	4 13.3%	21 70.0%	3 10.0%	1 3.3%	1 3.3%
F4 家族の状況						
一人暮らし	232 100.0%	55 23.7%	124 53.4%	43 18.5%	8 3.4%	2 0.9%
夫婦のみの世帯	446 100.0%	159 35.7%	236 52.9%	45 10.1%	2 0.4%	4 0.9%
親と子どもの世帯 (末子が18歳未満)	267 100.0%	58 21.7%	157 58.8%	45 16.9%	7 2.6%	0 0.0%
親と子どもの世帯 (末子が18歳以上)	269 100.0%	77 28.6%	137 50.9%	44 16.4%	10 3.7%	1 0.4%
三世帯同居の世帯	29 100.0%	10 34.5%	12 41.4%	5 17.2%	0 0.0%	2 6.9%
その他	82 100.0%	23 28.0%	47 57.3%	10 12.2%	2 2.4%	0 0.0%
不明	7 100.0%	1 14.3%	5 71.4%	0 0.0%	0 0.0%	1 14.3%

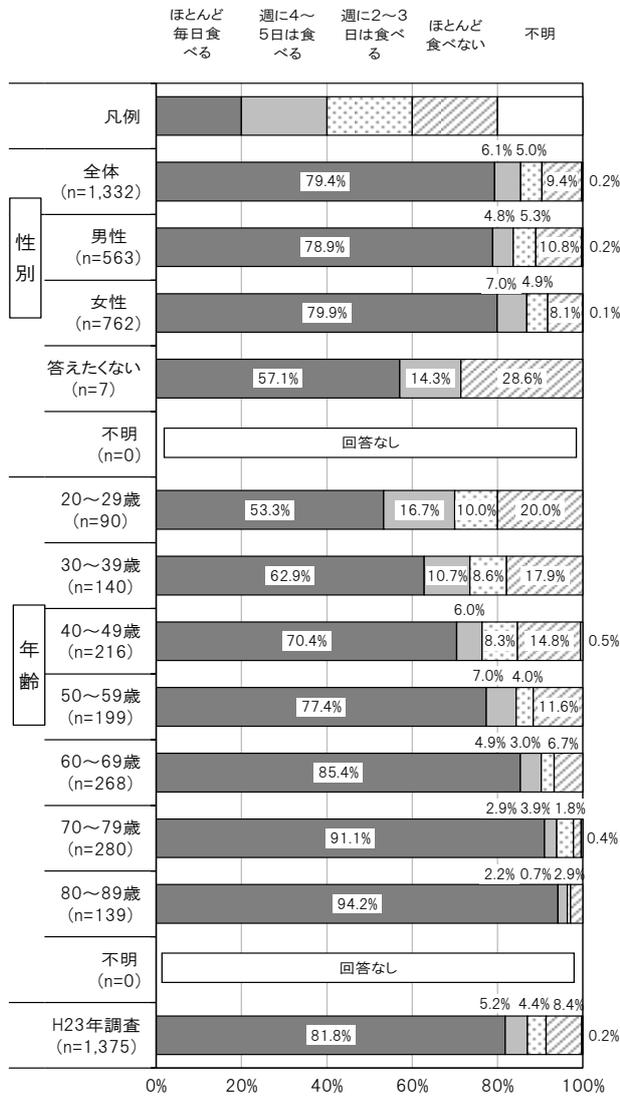
図表 1-7 1回の食事での主食・主菜・副菜の摂取状況

(2) 朝食の摂取状況

問2 ふだん、朝食を食べていますか。(〇は一つ)

全体では、「ほとんど毎日食べる」が79.4%になっている。

年齢別では、年代が上がるごとに「ほとんど毎日食べる」が多くなっているが、30代以下では7割を割り込んでいる。



		問2 朝食の摂取状況					
		サンプル数	ほとんど毎日食べる	週に4〜5日は食べる	週に2〜3日は食べる	ほとんど食べない	不明
上段:度数	下段:%						
全体		1,332	1,057	81	67	125	2
		100.0%	<b>79.4%</b>	6.1%	5.0%	9.4%	0.2%
性別	男性	563	444	27	30	61	1
		100.0%	<b>78.9%</b>	4.8%	5.3%	10.8%	0.2%
	女性	762	609	53	37	62	1
		100.0%	<b>79.9%</b>	7.0%	4.9%	8.1%	0.1%
	答えたくない	7	4	1	0	2	0
		100.0%	<b>57.1%</b>	14.3%	0.0%	28.6%	0.0%
	不明	0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
年齢	20〜29歳	90	48	15	9	18	0
		100.0%	<b>53.3%</b>	16.7%	10.0%	20.0%	0.0%
	30〜39歳	140	88	15	12	25	0
		100.0%	<b>62.9%</b>	10.7%	8.6%	17.9%	0.0%
	40〜49歳	216	152	13	18	32	1
		100.0%	<b>70.4%</b>	6.0%	8.3%	14.8%	0.5%
	50〜59歳	199	154	14	8	23	0
		100.0%	<b>77.4%</b>	7.0%	4.0%	11.6%	0.0%
	60〜69歳	268	229	13	8	18	0
		100.0%	<b>85.4%</b>	4.9%	3.0%	6.7%	0.0%
70〜79歳	280	255	8	11	5	1	
	100.0%	<b>91.1%</b>	2.9%	3.9%	1.8%	0.4%	
80〜89歳	139	131	3	1	4	0	
	100.0%	<b>94.2%</b>	2.2%	0.7%	2.9%	0.0%	
	不明	0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
H23年調査(全体)		1,375	1,125	72	60	115	3
		100.0%	<b>81.8%</b>	5.2%	4.4%	8.4%	0.2%
F3 肥満度(BMI)	やせ	117	91	8	7	10	1
		100.0%	<b>77.8%</b>	6.8%	6.0%	8.5%	0.9%
	普通	892	721	54	39	78	0
		100.0%	<b>80.8%</b>	6.1%	4.4%	8.7%	0.0%
肥満	293	222	17	20	34	0	
	100.0%	<b>75.8%</b>	5.8%	6.8%	11.6%	0.0%	
不明	30	23	2	1	3	1	
	100.0%	<b>76.7%</b>	6.7%	3.3%	10.0%	3.3%	

図表 1-8 朝食の摂取状況

(3) 朝・昼・夕の3食摂取状況

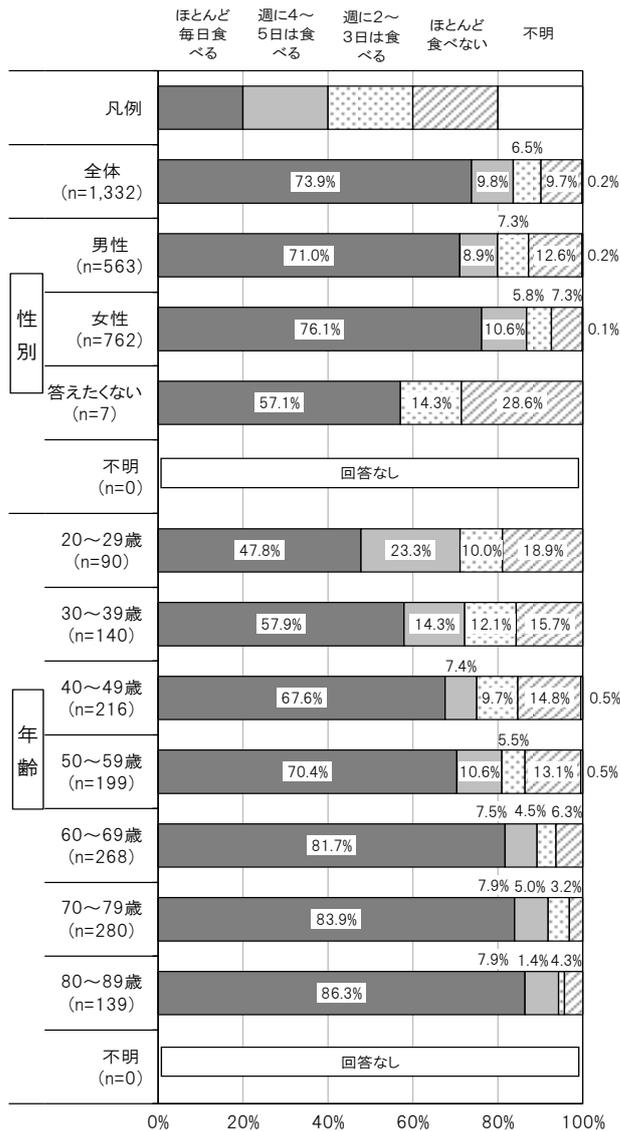
問3 朝・昼・夕の3食食べていますか。(○は一つ)

全体では、「ほとんど毎日食べる」が73.9%になっている。

年齢別では、年代が上がるごとに「ほとんど毎日食べる」が多くなっているが、30代以下では6割を割り込んでいる。

1回の食事での主食、主菜、副菜の摂取状況別でみると、1回の食事での主食、主菜、副菜の摂取を「全然考えていない」と回答した人の約4割が3食を「ほとんど食べない」と回答している。

野菜の摂取状況別でみると、野菜を「ほとんど食べない」と回答した人の約4割が3食を「ほとんど食べない」と回答している。



	問3 朝・昼・夕の3食摂取状況					
	サンプル数	ほとんど毎日食べる	週に4〜5日は食べる	週に2〜3日は食べる	ほとんど食べない	不明
上段:度数 下段:%						
全体	1,332 100.0%	984 73.9%	131 9.8%	86 6.5%	129 9.7%	2 0.2%
性別						
男性	563 100.0%	400 71.0%	50 8.9%	41 7.3%	71 12.6%	1 0.2%
女性	762 100.0%	580 76.1%	81 10.6%	44 5.8%	56 7.3%	1 0.1%
答えたくない	7 100.0%	4 57.1%	0 0.0%	1 14.3%	2 28.6%	0 0.0%
不明	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
年齢						
20〜29歳	90 100.0%	43 47.8%	21 23.3%	9 10.0%	17 18.9%	0 0.0%
30〜39歳	140 100.0%	81 57.9%	20 14.3%	17 12.1%	22 15.7%	0 0.0%
40〜49歳	216 100.0%	146 67.6%	16 7.4%	21 9.7%	32 14.8%	1 0.5%
50〜59歳	199 100.0%	140 70.4%	21 10.6%	11 5.5%	26 13.1%	1 0.5%
60〜69歳	268 100.0%	219 81.7%	20 7.5%	12 4.5%	17 6.3%	0 0.0%
70〜79歳	280 100.0%	235 83.9%	22 7.9%	14 5.0%	9 3.2%	0 0.0%
80〜89歳	139 100.0%	120 86.3%	11 7.9%	2 1.4%	6 4.3%	0 0.0%
不明	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
F3 (BMI)						
やせ	117 100.0%	79 67.5%	18 15.4%	9 7.7%	11 9.4%	0 0.0%
普通	892 100.0%	673 75.4%	88 9.9%	48 5.4%	82 9.2%	1 0.1%
肥満	293 100.0%	211 72.0%	23 7.8%	28 9.6%	31 10.6%	0 0.0%
不明	30 100.0%	21 70.0%	2 6.7%	1 3.3%	5 16.7%	1 3.3%
副菜の摂取状況						
問1: 1回の食事での主食、主菜						
とるようにしている	383 100.0%	343 89.6%	18 4.7%	8 2.1%	13 3.4%	1 0.3%
できるだけとるようにしている	718 100.0%	537 74.8%	79 11.0%	49 6.8%	53 7.4%	0 0.0%
あまり考えていない	192 100.0%	90 46.9%	29 15.1%	22 11.5%	51 26.6%	0 0.0%
全然考えていない	29 100.0%	7 24.1%	4 13.8%	7 24.1%	11 37.9%	0 0.0%
不明	10 100.0%	7 70.0%	1 10.0%	0 0.0%	1 10.0%	1 10.0%
問4: 野菜の摂取状況						
毎食食べる	179 100.0%	160 89.4%	7 3.9%	3 1.7%	8 4.5%	1 0.6%
2食は食べる	321 100.0%	285 88.8%	23 7.2%	8 2.5%	5 1.6%	0 0.0%
1食は食べる	690 100.0%	487 70.6%	85 12.3%	54 7.8%	64 9.3%	0 0.0%
ほとんど食べない	140 100.0%	52 37.1%	16 11.4%	20 14.3%	52 37.1%	0 0.0%
不明	2 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 50.0%	0 0.0%	1 50.0%
問10: 運動習慣の状況						
いつもしている	302 100.0%	260 86.1%	21 7.0%	8 2.6%	12 4.0%	1 0.3%
時々している	552 100.0%	411 74.5%	49 8.9%	40 7.2%	52 9.4%	0 0.0%
以前はしていたが今はしていない	297 100.0%	203 68.4%	43 14.5%	22 7.4%	29 9.8%	0 0.0%
まったくしたことがない	163 100.0%	95 58.3%	16 9.8%	16 9.8%	36 22.1%	0 0.0%
不明	18 100.0%	15 83.3%	2 11.1%	0 0.0%	0 0.0%	1 5.6%

図表 1-9 朝・昼・夕の3食摂取状況

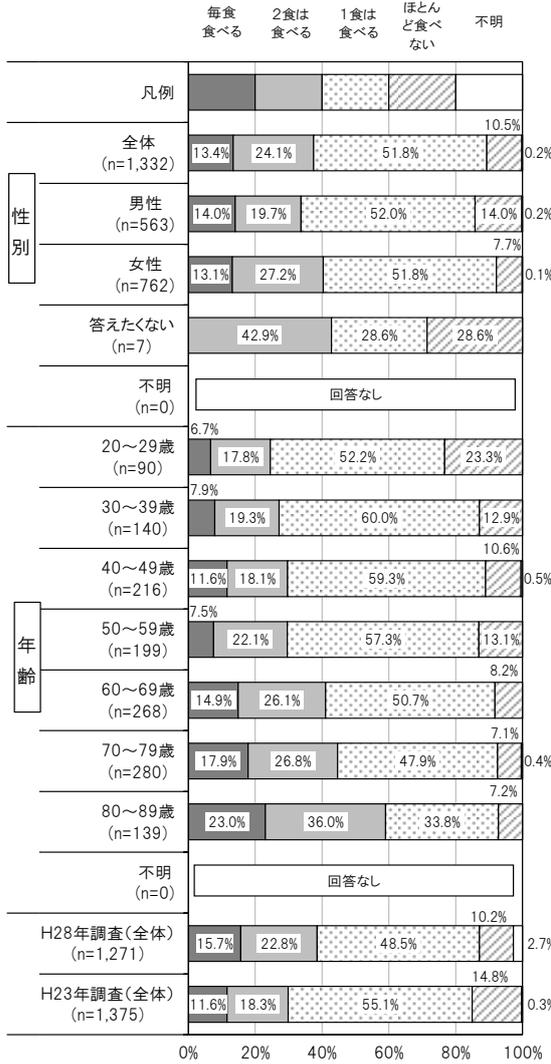
(4) 野菜の摂取状況

問4 野菜や海藻などの材料を一皿分くらい使った料理を、1日に何食食べていますか。(〇は一つ)

全体では、「1食は食べる」が51.8%で最も多く、次いで「2食は食べる」が24.1%、「毎食食べる」が13.4%の順となっている。

性別でみると、男性の14%が「ほとんど食べない」と回答しており、女性より6.3ポイント高い。

年齢別でみると、20代は「ほとんど食べない」が2割を超えており、他の年代と比較して野菜の摂取頻度が低くなっている。



		問4 野菜の摂取状況					
		サンプル数	毎食食べる	2食は食べる	1食は食べる	ほとんど食べない	不明
性別	上段:度数						
	下段:%						
性別	全体	1,332	179	321	690	140	2
	男性	563	79	111	293	79	1
	女性	762	100	207	395	59	1
	答えたくない	7	0	3	2	2	0
	不明	0	0	0	0	0	0
年齢	20～29歳	90	6	16	47	21	0
	30～39歳	140	11	27	84	18	0
	40～49歳	216	25	39	128	23	1
	50～59歳	199	15	44	114	26	0
	60～69歳	268	40	70	136	22	0
	70～79歳	280	50	75	134	20	1
	80～89歳	139	32	50	47	10	0
	不明	0	0	0	0	0	0
	H28年調査(全体)	1,271	200	290	617	130	34
	H23年調査(全体)	1,375	159	251	758	203	4
F3 肥満度 (BMI)	やせ	117	14	37	58	8	0
	普通	892	128	209	462	93	0
	肥満	293	35	67	152	38	1
	不明	30	2	8	18	1	1

図表 1-10 野菜の摂取状況

(5) 「体にやさしいかごしまメニュー」の認知度

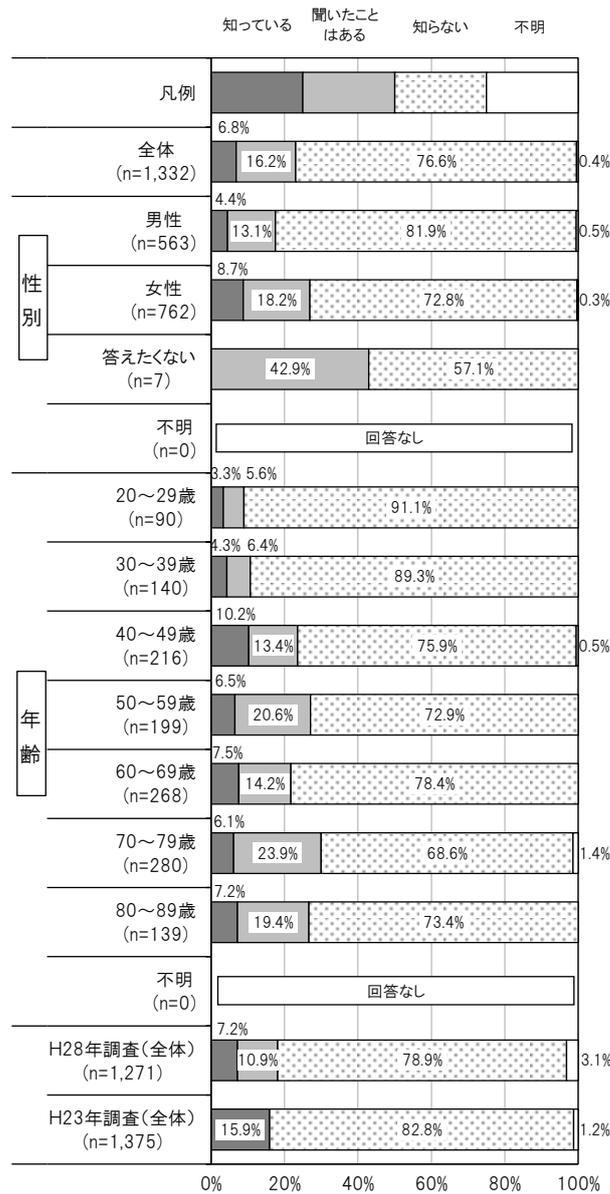
問5 飲食店などが食生活改善のための栄養バランスのとれたメニューを提供する「体にやさしいかごしまメニュー」のお店があることをご存知ですか。(〇は一つ)

全体では、「知らない」が76.6%で最も多く、次いで「聞いたことはある」が16.2%、「知っている」が6.8%の順となっている。

性別でみると、男性は「知らない」が女性を9.1ポイント上回っている。

年齢別でみると、70代以外は、「知らない」が7割を超えている。

すこやかプランの認知度別でみると、すこやかプランを「知らない」と回答した人の約9割が体にやさしいかごしまメニューを「知らない」と回答している。



	問5 「体にやさしいかごしまメニュー」の認知度				
	サンプル数	知っている	聞いたことはある	知らない	不明
上段:度数 下段:%					
全体	1,332 100.0%	91 6.8%	216 16.2%	1,020 76.6%	5 0.4%
性別					
男性	563 100.0%	25 4.4%	74 13.1%	461 81.9%	3 0.5%
女性	762 100.0%	66 8.7%	139 18.2%	555 72.8%	2 0.3%
答えたくない	7 100.0%	0 0.0%	3 42.9%	4 57.1%	0 0.0%
不明	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
年齢					
20～29歳	90 100.0%	3 3.3%	5 5.6%	82 91.1%	0 0.0%
30～39歳	140 100.0%	6 4.3%	9 6.4%	125 89.3%	0 0.0%
40～49歳	216 100.0%	22 10.2%	29 13.4%	164 75.9%	1 0.5%
50～59歳	199 100.0%	13 6.5%	41 20.6%	145 72.9%	0 0.0%
60～69歳	268 100.0%	20 7.5%	38 14.2%	210 78.4%	0 0.0%
70～79歳	280 100.0%	17 6.1%	67 23.9%	192 68.6%	4 1.4%
80～89歳	139 100.0%	10 7.2%	27 19.4%	102 73.4%	0 0.0%
不明	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
H28年調査(全体)	1,271 100.0%	91 7.2%	138 10.9%	1,003 78.9%	39 3.1%
H23年調査(全体)	1,375 100.0%	219 15.9%	-	1,139 82.8%	17 1.2%
ラ ン ス の 認 知 度					
「知っている」	234 100.0%	42 17.9%	70 29.9%	119 50.9%	3 1.3%
「聞いたことはある」	515 100.0%	32 6.2%	116 22.5%	366 71.1%	1 0.2%
「知らない」	579 100.0%	17 2.9%	29 5.0%	533 92.1%	0 0.0%
不明	4 100.0%	0 0.0%	1 25.0%	2 50.0%	1 25.0%

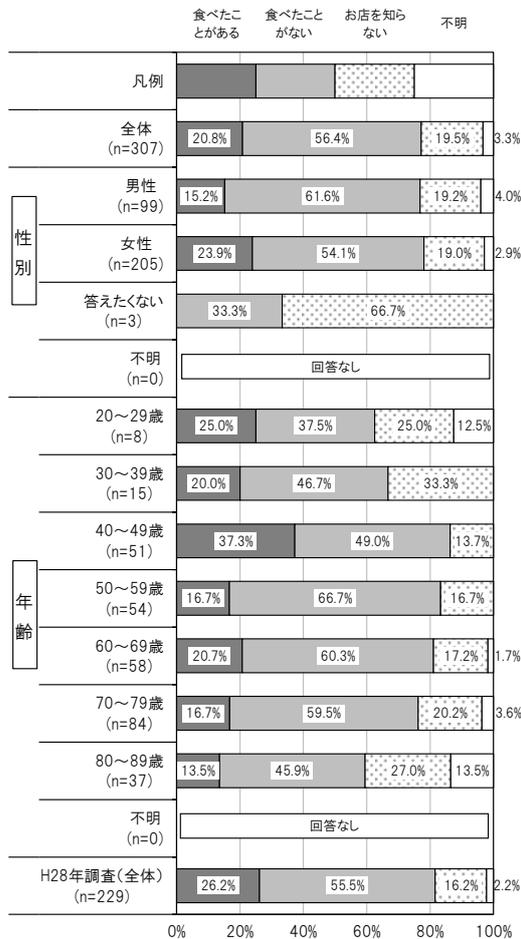
※ H23年調査は「聞いたことはある」の選択肢なし

図表 1-11 「体にやさしいかごしまメニュー」の認知度

(6) 「体にやさしいかごしまメニュー」の利用経験

問6 【問5で「1. 知っている」「2. 聞いたことはある」と回答した方のみお答えください。】  
「体にやさしいかごしまメニュー」を食べたことがありますか。(〇は一つ)

全体では、「食べたことがない」が56.4%で最も多く、次いで「食べたことがある」が20.8%、「お店を知らない」が19.5%の順となっている。  
性別で見ると、女性は「食べたことがある」が男性を8.7ポイント上回っている。  
年齢別で見ると、40代は約4割が「食べたことがある」と回答している。



		問6 「体にやさしいかごしまメニュー」の利用経験				
		サンプル数	食べたことがある	食べたことがない	お店を知らない	不明
上段:度数 下段:%						
全体		307	64	173	60	10
		100.0%	20.8%	56.4%	19.5%	3.3%
性別	男性	99	15	61	19	4
		100.0%	15.2%	61.6%	19.2%	4.0%
	女性	205	49	111	39	6
		100.0%	23.9%	54.1%	19.0%	2.9%
	答えたくない	3	0	1	2	0
		100.0%	0.0%	33.3%	66.7%	0.0%
	不明	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
年齢	20～29歳	8	2	3	2	1
		100.0%	25.0%	37.5%	25.0%	12.5%
	30～39歳	15	3	7	5	0
		100.0%	20.0%	46.7%	33.3%	0.0%
	40～49歳	51	19	25	7	0
		100.0%	37.3%	49.0%	13.7%	0.0%
	50～59歳	54	9	36	9	0
		100.0%	16.7%	66.7%	16.7%	0.0%
	60～69歳	58	12	35	10	1
	100.0%	20.7%	60.3%	17.2%	1.7%	
70～79歳	84	14	50	17	3	
	100.0%	16.7%	59.5%	20.2%	3.6%	
80～89歳	37	5	17	10	5	
	100.0%	13.5%	45.9%	27.0%	13.5%	
	不明	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
H28年調査(全体)		229	60	127	37	5
		100.0%	26.2%	55.5%	16.2%	2.2%

図表 1-12 「体にやさしいかごしまメニュー」の利用経験

## (7) 中食で気にしていること（複数回答）

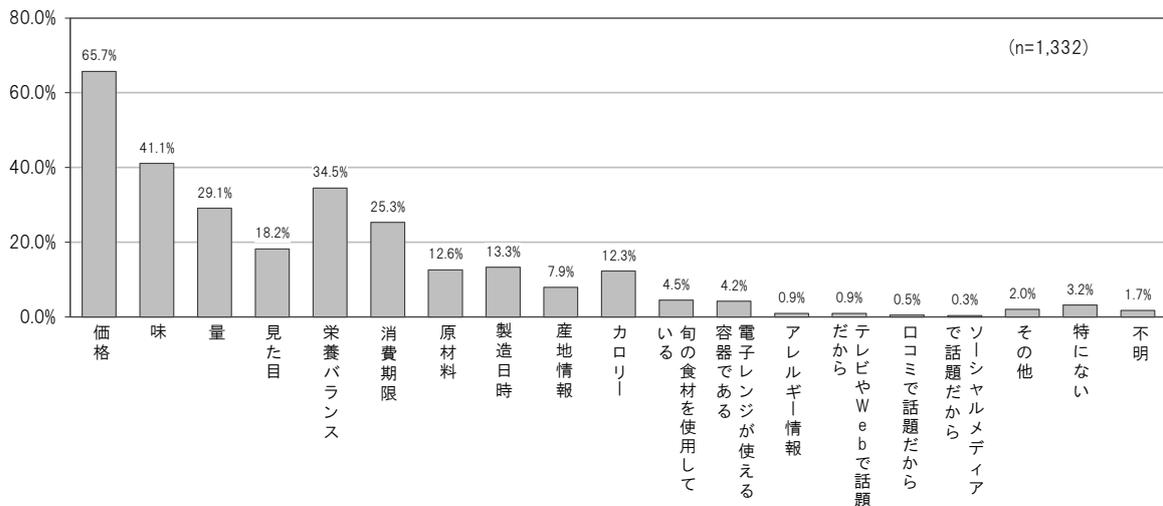
問7 スーパーやコンビニ等で、お弁当やお惣菜を選ぶ際に、気にされていることがありますか。  
（〇は3つまで）

全体では、「価格」が65.7%で最も多く、次いで「味」が41.1%、「栄養バランス」が34.5%の順となっている。

性別で見ると、女性は「栄養バランス」が男性を18.5ポイント上回っている。

年齢別で見ると、50代以下は「価格」に次いで、「味」が多くなっているが、60代と70代では「価格」に次いで「栄養バランス」が多くなっている。

1回の食事での主食、主菜、副菜の摂取状況別で見ると、「全然考えていない」と回答した人は、「栄養バランス」と回答した割合が3.4%で、「栄養バランス」の項目において最も低くなっていた。



図表 1-13 中食で気にしていること（複数回答）(1/2)

[その他の詳細]

- 購入しない・利用しない (14)
- 添加物 (2)
- 自分好みの食材であること
- 保存剤の使用の有無
- その日の気分

		問7 中食で気に入っていること(複数回答)																				
上段:度数 下段:%		サンプル数	価格	味	量	見た目	栄養バランス	消費期限	原材料	製造日時	産地情報	カロリー	旬の食材を使用している	電子レンジが使える	アレルギー情報	テレビやWebで話題だから	口コミで話題だから	ソーシャルメディア	その他	特にない	不明	
全体		1,332 100.0%	875 <b>65.7%</b>	547 41.1%	388 29.1%	243 18.2%	460 34.5%	337 25.3%	168 12.6%	177 13.3%	105 7.9%	164 12.3%	60 4.5%	56 4.2%	12 0.9%	12 0.9%	6 0.5%	4 0.3%	26 2.0%	43 3.2%	22 1.7%	
性別	男性	563 100.0%	396 <b>70.3%</b>	216 38.4%	192 34.1%	124 22.0%	135 24.0%	150 26.6%	51 9.1%	64 11.4%	37 6.6%	49 8.7%	17 3.0%	26 4.6%	1 0.2%	4 0.7%	1 0.2%	2 0.4%	14 2.5%	24 4.3%	10 1.8%	
	女性	762 100.0%	472 <b>61.9%</b>	327 42.9%	192 25.2%	118 15.5%	324 42.5%	185 24.3%	116 15.2%	112 14.7%	68 8.9%	113 14.8%	43 5.6%	30 3.9%	11 1.4%	8 1.0%	5 0.7%	2 0.3%	12 1.6%	19 2.5%	12 1.6%	
	答えたくない	7 100.0%	7 <b>100.0%</b>	4 57.1%	4 57.1%	1 14.3%	1 14.3%	2 28.6%	1 14.3%	1 14.3%	0 0.0%	2 28.6%	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%	0 0.0%
	不明	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%	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%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
年齢	20~29歳	90 100.0%	70 <b>77.8%</b>	50 55.6%	36 40.0%	21 23.3%	20 22.2%	9 10.0%	3 3.3%	4 4.4%	1 1.1%	19 21.1%	1 1.1%	3 3.3%	1 1.1%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	5 5.6%	1 1.1%	
	30~39歳	140 100.0%	106 <b>75.7%</b>	67 47.9%	50 35.7%	25 17.9%	55 39.3%	25 17.9%	12 8.6%	6 4.3%	8 5.7%	27 19.3%	1 0.7%	4 2.9%	1 0.7%	2 1.4%	0 0.0%	1 0.7%	1 0.7%	3 2.1%	1 0.7%	
	40~49歳	216 100.0%	165 <b>76.4%</b>	96 44.4%	78 36.1%	42 19.4%	82 38.0%	37 17.1%	28 13.0%	9 4.2%	22 10.2%	21 9.7%	6 2.8%	7 3.2%	3 1.4%	2 0.9%	1 0.5%	0 0.0%	4 1.9%	7 3.2%	1 0.5%	
	50~59歳	199 100.0%	139 <b>69.8%</b>	89 44.7%	63 31.7%	33 16.6%	62 31.2%	43 21.6%	27 13.6%	17 8.5%	23 11.6%	29 14.6%	6 3.0%	2 1.0%	0 0.0%	3 1.5%	3 1.5%	1 0.5%	5 2.5%	4 2.0%	2 1.0%	
	60~69歳	268 100.0%	175 <b>65.3%</b>	98 36.6%	67 25.0%	56 20.9%	101 37.7%	81 30.2%	42 15.7%	46 17.2%	22 8.2%	37 13.8%	12 4.5%	3 1.1%	3 1.1%	3 1.1%	1 0.4%	1 0.4%	6 2.2%	4 1.5%	4 1.5%	
	70~79歳	280 100.0%	148 <b>52.9%</b>	94 33.6%	62 22.1%	49 17.5%	100 35.7%	87 31.1%	42 15.0%	58 20.7%	22 7.9%	22 7.9%	21 7.5%	22 7.9%	4 1.4%	1 0.4%	1 0.4%	0 0.0%	6 2.1%	9 3.2%	10 3.6%	
	80~89歳	139 100.0%	72 <b>51.8%</b>	53 38.1%	32 23.0%	17 12.2%	40 28.8%	55 39.6%	14 10.1%	37 26.6%	7 5.0%	9 6.5%	13 9.4%	15 10.8%	0 0.0%	1 0.7%	0 0.0%	1 0.7%	4 2.9%	11 7.9%	3 2.2%	
	不明	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%	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%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
	主業、副業の1回の食事での主食の摂取状況	とるようにしている	383 100.0%	238 <b>62.1%</b>	152 39.7%	88 23.0%	64 16.7%	162 42.3%	93 24.3%	55 14.4%	54 14.1%	34 8.9%	43 11.2%	19 5.0%	18 4.7%	2 0.5%	1 0.3%	1 0.3%	1 0.3%	7 1.8%	13 3.4%	7 1.8%
できるだけとるようにしている		718 100.0%	483 <b>67.3%</b>	292 40.7%	216 30.1%	123 17.1%	260 36.2%	196 27.3%	102 14.2%	106 14.8%	64 8.9%	98 13.6%	37 5.2%	25 3.5%	10 1.4%	8 1.1%	4 0.6%	3 0.4%	14 1.9%	11 1.5%	9 1.3%	
あまり考えていない		192 100.0%	135 <b>70.3%</b>	91 47.4%	70 36.5%	49 25.5%	34 17.7%	40 20.8%	9 4.7%	14 7.3%	6 3.1%	21 10.9%	3 1.6%	11 5.7%	0 0.0%	3 1.6%	1 0.5%	0 0.0%	1 0.5%	12 6.3%	3 1.6%	
全然考えていない		29 100.0%	16 <b>55.2%</b>	10 34.5%	10 34.5%	6 20.7%	1 3.4%	5 17.2%	2 6.9%	1 3.4%	1 3.4%	2 6.9%	0 0.0%	1 3.4%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	2 6.9%	6 20.7%	1 3.4%	
不明		10 100.0%	3 30.0%	2 20.0%	4 40.0%	1 10.0%	3 30.0%	3 30.0%	0 0.0%	2 20.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 10.0%	1 10.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	2 20.0%	1 10.0%	2 20.0%	
問4 野菜の摂取状況	毎食食べる	179 100.0%	103 <b>57.5%</b>	71 39.7%	38 21.2%	28 15.6%	77 43.0%	43 24.0%	25 14.0%	28 15.6%	19 10.6%	14 7.8%	12 6.7%	9 5.0%	4 2.2%	1 0.6%	0 0.0%	1 0.6%	4 2.2%	9 5.0%	3 1.7%	
	2食は食べる	321 100.0%	191 <b>59.5%</b>	124 38.6%	80 24.9%	43 13.4%	144 44.9%	89 27.7%	52 16.2%	39 12.1%	30 9.3%	48 15.0%	19 5.9%	12 3.7%	2 0.6%	1 0.3%	1 0.3%	1 0.3%	9 2.8%	8 2.5%	6 1.9%	
	1食は食べる	690 100.0%	482 <b>69.9%</b>	292 42.3%	221 32.0%	140 20.3%	222 32.2%	170 24.6%	81 11.7%	99 14.3%	51 7.4%	88 12.8%	26 3.8%	30 4.3%	5 0.7%	8 1.2%	4 0.6%	1 0.1%	9 1.3%	16 2.3%	11 1.6%	
	ほとんど食べない	140 100.0%	98 <b>70.0%</b>	60 42.9%	48 34.3%	32 22.9%	16 11.4%	35 25.0%	10 7.1%	11 7.9%	5 3.6%	14 10.0%	3 2.1%	5 3.6%	1 0.7%	2 1.4%	1 0.7%	1 0.7%	4 2.9%	10 7.1%	1 0.7%	
	不明	2 100.0%	1 50.0%	0 0.0%	1 50.0%	0 0.0%	1 50.0%	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 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 50.0%	
問10 運動習慣の状況	いつもしている	302 100.0%	189 <b>62.6%</b>	97 32.1%	84 27.8%	53 17.5%	117 38.7%	73 24.2%	49 16.2%	54 17.9%	31 10.3%	41 13.6%	23 7.6%	14 4.6%	5 1.7%	2 0.7%	1 0.3%	1 0.3%	9 3.0%	4 1.3%	4 1.3%	
	時々している	552 100.0%	356 <b>64.5%</b>	226 40.9%	141 25.5%	103 18.7%	203 36.9%	147 26.6%	76 13.8%	79 14.3%	42 7.6%	66 12.0%	29 5.3%	29 5.3%	5 0.9%	4 0.7%	3 0.5%	2 0.4%	9 1.6%	18 3.3%	6 1.1%	
	以前はしていたが、今はしていない	297 100.0%	217 <b>73.1%</b>	139 46.8%	105 35.4%	48 16.2%	101 34.0%	79 26.6%	32 10.8%	26 8.8%	24 8.1%	40 13.5%	5 1.7%	8 2.7%	0 0.0%	3 1.0%	2 0.7%	0 0.0%	3 1.0%	6 2.0%	3 1.0%	
	まったくしたことがない	163 100.0%	109 <b>66.9%</b>	80 49.1%	55 33.7%	39 23.9%	35 21.5%	37 22.7%	10 6.1%	16 9.8%	7 4.3%	16 9.8%	2 1.2%	5 3.1%	2 1.2%	3 1.8%	0 0.0%	1 0.6%	5 3.1%	13 8.0%	1 0.6%	
	不明	18 100.0%	4 22.2%	5 27.8%	3 16.7%	0 0.0%	4 22.2%	1 5.6%	1 5.6%	2 11.1%	1 5.6%	1 5.6%	1 5.6%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	2 11.1%	8 44.4%	

図表 1-13 中食で気に入っていること(複数回答)(2/2)

(8) 食塩の摂取状況

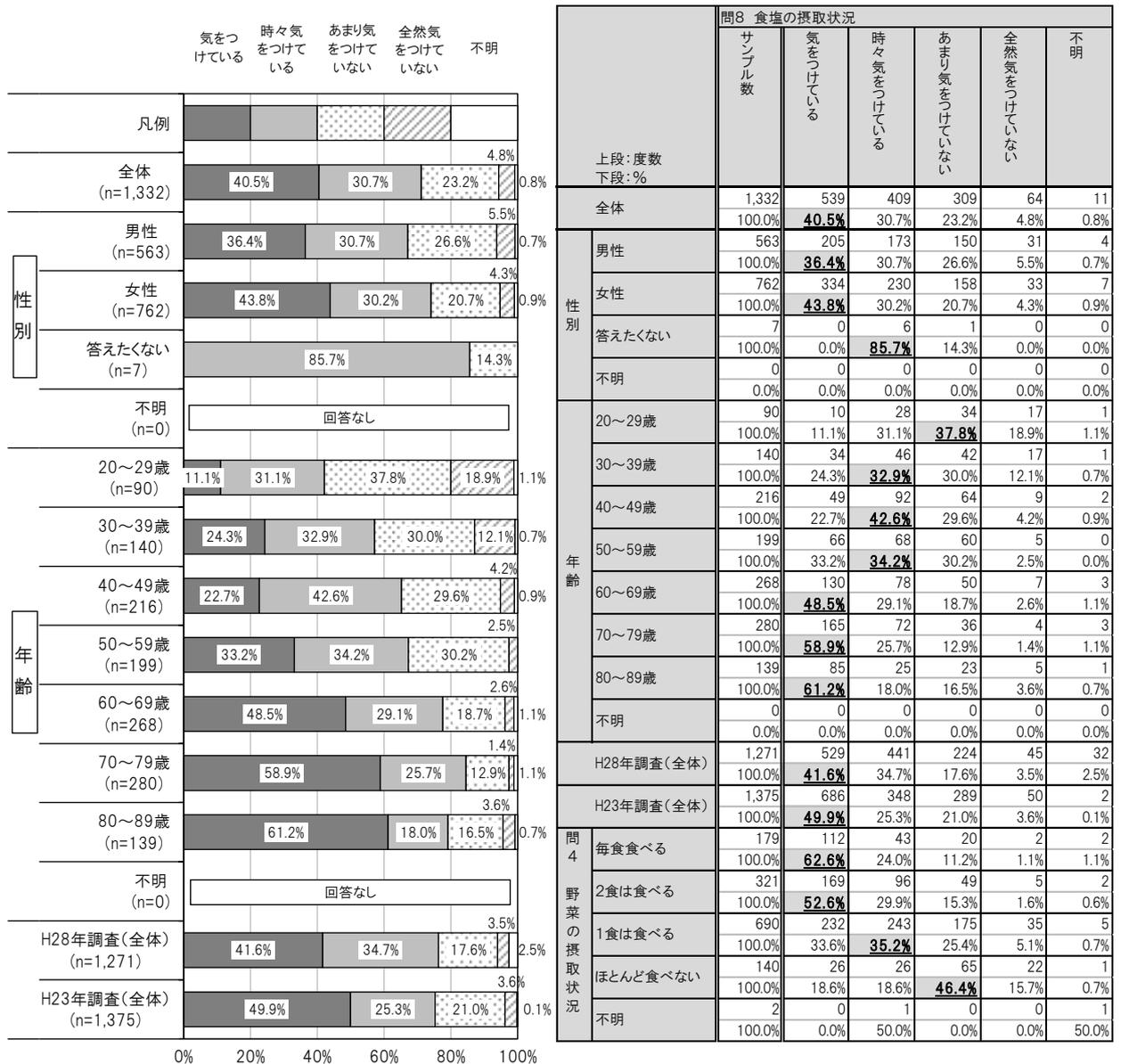
問8 食塩を取り過ぎないように気をつけていますか。(○は一つ)

全体では、「気をつけている」が40.5%、「時々気をつけている」が30.7%で、合わせると71.2%の人が食塩を取り過ぎないように心がけている。

性別でみると、女性は「気をつけている」が男性を7.4ポイント上回っている。

年代別では、60代以上は「気をつけている」が約5割を超える。

野菜の摂取状況別でみると、野菜を「毎食食べる」と回答した人のうち、食塩を取り過ぎないように「気をつけている」と回答した割合が62.6%と高くなっている。



図表 1-14 食塩の摂取状況

(9) 食塩を摂りすぎない工夫（複数回答）

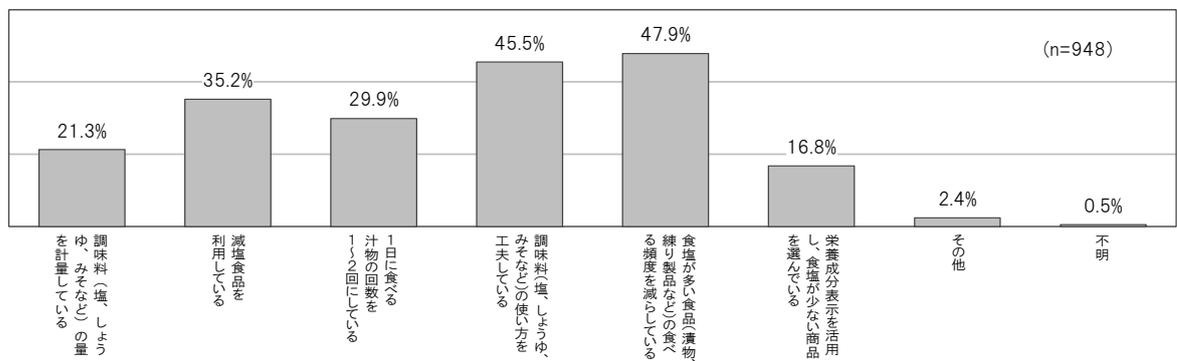
問9【問8で「1. 気をつけている」「2. 時々気をつけている」と回答した方のみお答えください。】  
 どのようなことに気をつけていますか。（○はいくつでも）

全体では、「食塩が多い食品（漬物、練り製品など）の食べる頻度を減らしている」が47.9%で最も多く、次いで「調味料（塩、しょうゆ、みそなど）の使い方を工夫している」が45.5%、「減塩食品を利用している」が35.2%の順となっている。

性別で見ると、女性は「1日に食べる汁物の回数を1～2回にしている」と「調味料（塩、しょうゆ、みそなど）の使い方を工夫している」が男性をそれぞれ7.1ポイント上回っている。

年齢別で見ると、70代と80代では「栄養成分表示を活用し、食塩が少ない商品を選んで」いるが2割を超える。

野菜の摂取状況別で見ると、「毎食食べる」と回答した人は、「調味料（塩、しょうゆ、みそなど）の量を計量している」が3割を超えている。



		問9 食塩を摂りすぎない工夫（複数回答）								
		サンプル数	調味料（塩、しょうゆ、みそなど）の量を計量している	減塩食品を利用している	1日に食べる汁物の回数を1～2回にしている	調味料（塩、しょうゆ、みそなど）の使い方を工夫している	食塩が多い食品（漬物、練り製品など）の食べる頻度を減らしている	栄養成分表示を活用し、食塩が少ない商品を選んで	その他	不明
上段：度数	下段：%									
全体	948	202	334	283	431	454	159	23	5	
	100.0%	21.3%	35.2%	29.9%	45.5%	<b>47.9%</b>	16.8%	2.4%	0.5%	
性別	男性	378	73	124	97	156	179	67	5	1
		100.0%	19.3%	32.8%	25.7%	41.3%	<b>47.4%</b>	17.7%	1.3%	0.3%
	女性	564	129	207	185	273	273	92	18	4
		100.0%	22.9%	36.7%	32.8%	<b>48.4%</b>	<b>48.4%</b>	16.3%	3.2%	0.7%
答えたくない	6	0	3	1	2	2	0	0	0	0
	100.0%	0.0%	<b>50.0%</b>	16.7%	33.3%	33.3%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
不明	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%	0.0%	0.0%
年齢	20～29歳	38	10	10	4	10	17	6	1	0
		100.0%	26.3%	26.3%	10.5%	26.3%	<b>44.7%</b>	15.8%	2.6%	0.0%
	30～39歳	80	17	22	13	31	26	8	4	0
		100.0%	21.3%	27.5%	16.3%	<b>38.8%</b>	32.5%	10.0%	5.0%	0.0%
	40～49歳	141	30	47	39	51	63	19	6	1
		100.0%	21.3%	33.3%	27.7%	36.2%	<b>44.7%</b>	13.5%	4.3%	0.7%
	50～59歳	134	20	49	40	60	71	17	5	0
		100.0%	14.9%	36.6%	29.9%	44.8%	<b>53.0%</b>	12.7%	3.7%	0.0%
	60～69歳	208	41	73	73	108	111	31	3	3
	100.0%	19.7%	35.1%	35.1%	51.9%	<b>53.4%</b>	14.9%	1.4%	1.4%	
70～79歳	237	58	90	80	117	121	53	3	1	
	100.0%	24.5%	38.0%	33.8%	49.4%	<b>51.1%</b>	22.4%	1.3%	0.4%	
80～89歳	110	26	43	34	54	45	25	1	0	
	100.0%	23.6%	39.1%	30.9%	<b>49.1%</b>	40.9%	22.7%	0.9%	0.0%	
不明	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%	

図表 1-15 食塩を取り過ぎない工夫（複数回答）(1/2)

		問9 食塩を摂りすぎない工夫(複数回答)								
		サンプル数	てみ調味料(塩、しょうゆ、しょうゆ、しょうゆ)	減塩食品を利用している	を1日に食べる汁物の回数	み調味料(塩、しょうゆ、しょうゆ)	頻度減らす(練り製品など)の食塩	で食塩成分表示を活用し、	その他	不明
F3 肥満度(BMI)	上段:度数 下段:%									
	やせ	79	18	31	26	36	48	16	3	0
		100.0%	22.8%	39.2%	32.9%	45.6%	<b>60.8%</b>	20.3%	3.8%	0.0%
	普通	654	153	219	201	299	314	107	16	3
		100.0%	23.4%	33.5%	30.7%	45.7%	<b>48.0%</b>	16.4%	2.4%	0.5%
肥満	197	29	79	50	90	89	35	4	2	
	100.0%	14.7%	40.1%	25.4%	<b>45.7%</b>	45.2%	17.8%	2.0%	1.0%	
不明	18	2	5	6	6	3	1	0	0	
	100.0%	11.1%	27.8%	<b>33.3%</b>	<b>33.3%</b>	16.7%	5.6%	0.0%	0.0%	
問1 副菜の摂取状況	とるようにしている	314	76	102	106	165	165	54	11	2
		100.0%	24.2%	32.5%	33.8%	<b>52.5%</b>	<b>52.5%</b>	17.2%	3.5%	0.6%
	できるだけとるようにしている	557	116	205	165	245	262	87	10	3
		100.0%	20.8%	36.8%	29.6%	44.0%	<b>47.0%</b>	15.6%	1.8%	0.5%
	あまり考えていない	64	7	22	9	19	24	12	2	0
	100.0%	10.9%	34.4%	14.1%	29.7%	<b>37.5%</b>	18.8%	3.1%	0.0%	
全然考えていない	5	2	2	2	2	1	2	0	0	
	100.0%	<b>40.0%</b>	<b>40.0%</b>	<b>40.0%</b>	<b>40.0%</b>	20.0%	<b>40.0%</b>	0.0%	0.0%	
不明	8	1	3	1	0	2	4	0	0	
	100.0%	12.5%	37.5%	12.5%	0.0%	25.0%	50.0%	0.0%	0.0%	
問4 野菜の摂取状況	毎食食べる	155	51	43	40	79	74	31	3	2
		100.0%	32.9%	27.7%	25.8%	<b>51.0%</b>	47.7%	20.0%	1.9%	1.3%
	2食は食べる	265	67	105	99	134	138	56	7	1
		100.0%	25.3%	39.6%	37.4%	50.6%	<b>52.1%</b>	21.1%	2.6%	0.4%
	1食は食べる	475	78	165	135	196	213	61	13	2
	100.0%	16.4%	34.7%	28.4%	41.3%	<b>44.8%</b>	12.8%	2.7%	0.4%	
ほとんど食べない	52	6	20	9	21	29	10	0	0	
	100.0%	11.5%	38.5%	17.3%	40.4%	<b>55.8%</b>	19.2%	0.0%	0.0%	
不明	1	0	1	0	1	0	1	0	0	
	100.0%	0.0%	100.0%	0.0%	100.0%	0.0%	100.0%	0.0%	0.0%	
問10 運動習慣の状況	いつもしている	240	55	92	76	129	131	49	8	1
		100.0%	22.9%	38.3%	31.7%	53.8%	<b>54.6%</b>	20.4%	3.3%	0.4%
	時々している	423	93	136	121	176	194	65	8	2
		100.0%	22.0%	32.2%	28.6%	41.6%	<b>45.9%</b>	15.4%	1.9%	0.5%
	以前はしていたが、今はしていない	201	38	69	63	90	104	28	4	2
	100.0%	18.9%	34.3%	31.3%	44.8%	<b>51.7%</b>	13.9%	2.0%	1.0%	
まったくしたことがない	76	15	33	19	31	21	15	3	0	
	100.0%	19.7%	<b>43.4%</b>	25.0%	40.8%	27.6%	19.7%	3.9%	0.0%	
不明	8	1	4	4	5	4	2	0	0	
	100.0%	12.5%	50.0%	50.0%	62.5%	50.0%	25.0%	0.0%	0.0%	

図表 1-15 食塩を取り過ぎない工夫(複数回答)(2/2)

[その他の詳細]

- 薄味を心がけている (4)
- 麺類のスープを残すようにしている (2)
- 天然塩を使用 (2)
- 出汁を取ることで薄味でも美味しいように工夫 (2)
- 気持ち的に気を付けてはいる。意識しているだけ (2)
- 食事や菓子など食べ過ぎないように気をつけている (2)
- 手作り料理で外食をしない (2)
- 自家製みそを使用

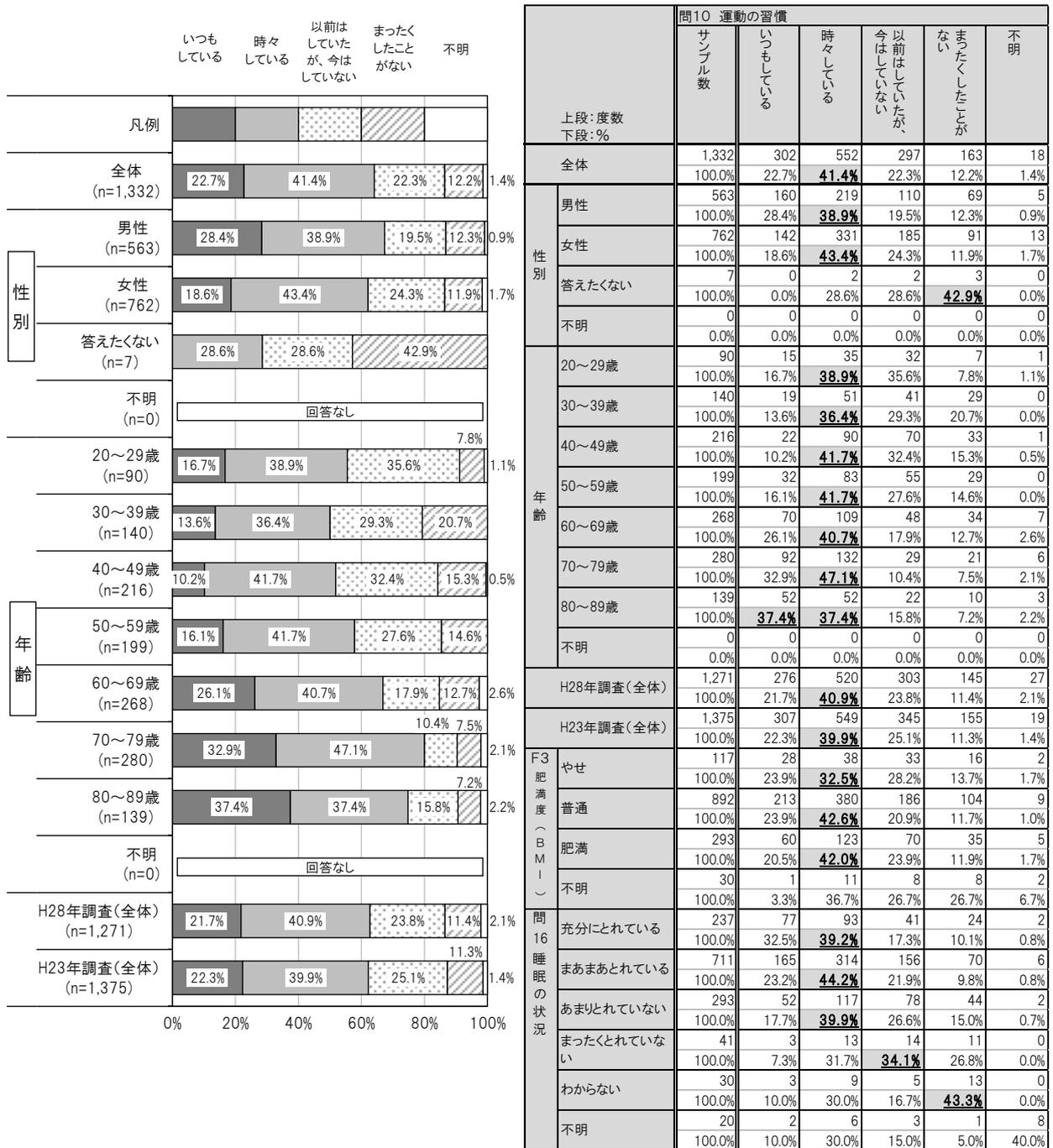
## 2. 身体活動・運動・休養

### (1) 運動の習慣

問10 日頃から、日常生活の中で健康の維持・増進のために意識的に体を動かすなどの運動をしていますか。(〇は一つ)

全体では、「時々している」が41.4%で最も多く、次いで「いつもしている」が22.7%、「以前はしていたが、今はしていない」が22.3%となっている。

睡眠の状況別でみると、睡眠が「充分にとれている」と回答した人の約3割が運動を「いつもしている」と回答している。



図表 1-16 運動の習慣

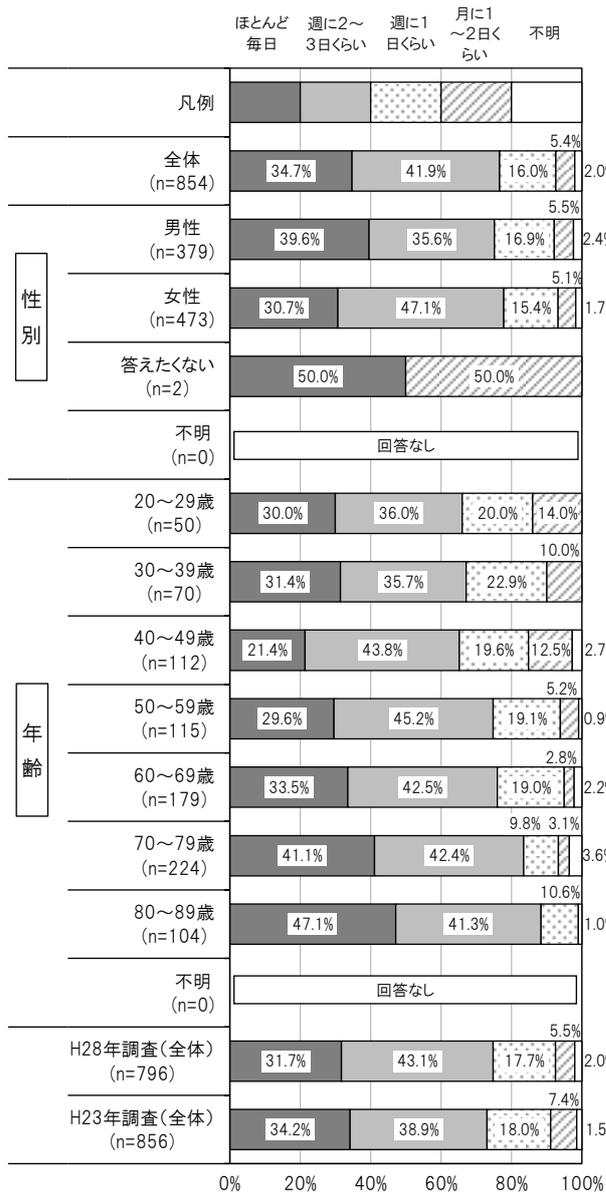
(2) 運動習慣者の状況（頻度）

問11 【問10で「1. いつもしている」「2. 時々している」と回答した方のみお答えください。】  
平均して、どのくらいその運動を行っていますか。（〇は一つ）

全体では、「週に2～3日くらい」が41.9%で最も多く、次いで「ほとんど毎日」が34.7%、「週に1日くらい」が16.0%となっている。

年齢別で見ると、50代以上では、年代が上がるほど「ほとんど毎日」と回答する割合が高くなっている。

睡眠の状況別で見ると、睡眠が「充分にとれている」と回答した人の5割近くが「ほとんど毎日」運動していると回答しており、運動の習慣がある人は睡眠がとれている傾向がみられた。



		問11 運動習慣者の状況（頻度）					
		サンプル数	ほとんど毎日	週に2～3日くらい	週に1日くらい	月に1～2日くらい	不明
上段：度数	下段：%						
全体		854	296	358	137	46	17
		100.0%	34.7%	<b>41.9%</b>	16.0%	5.4%	2.0%
性別							
男性		379	150	135	64	21	9
		100.0%	<b>39.6%</b>	35.6%	16.9%	5.5%	2.4%
女性		473	145	223	73	24	8
		100.0%	30.7%	<b>47.1%</b>	15.4%	5.1%	1.7%
答えたくない		2	1	0	0	1	0
		100.0%	<b>50.0%</b>	0.0%	0.0%	<b>50.0%</b>	0.0%
不明		0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
年齢							
20～29歳		50	15	18	10	7	0
		100.0%	30.0%	<b>36.0%</b>	20.0%	14.0%	0.0%
30～39歳		70	22	25	16	7	0
		100.0%	31.4%	<b>35.7%</b>	22.9%	10.0%	0.0%
40～49歳		112	24	49	22	14	3
		100.0%	21.4%	<b>43.8%</b>	19.6%	12.5%	2.7%
50～59歳		115	34	52	22	6	1
		100.0%	29.6%	<b>45.2%</b>	19.1%	5.2%	0.9%
60～69歳		179	60	76	34	5	4
		100.0%	33.5%	<b>42.5%</b>	19.0%	2.8%	2.2%
70～79歳		224	92	95	22	7	8
		100.0%	41.1%	<b>42.4%</b>	9.8%	3.1%	3.6%
80～89歳		104	49	43	11	0	1
		100.0%	<b>47.1%</b>	41.3%	10.6%	0.0%	1.0%
不明		0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
H28年調査(全体)		796	252	343	141	44	16
		100.0%	31.7%	<b>43.1%</b>	17.7%	5.5%	2.0%
H23年調査(全体)		856	293	333	154	63	13
		100.0%	34.2%	<b>38.9%</b>	18.0%	7.4%	1.5%
F3 肥満度 (BMI)							
やせ		66	23	30	9	2	2
		100.0%	34.8%	<b>45.5%</b>	13.6%	3.0%	3.0%
普通		593	213	241	94	34	11
		100.0%	35.9%	<b>40.6%</b>	15.9%	5.7%	1.9%
肥満		183	56	81	33	9	4
		100.0%	30.6%	<b>44.3%</b>	18.0%	4.9%	2.2%
不明		12	4	6	1	1	0
		100.0%	33.3%	50.0%	8.3%	8.3%	0.0%
問16 睡眠の状況							
充分にとれている		170	83	56	22	7	2
		100.0%	<b>48.8%</b>	32.9%	12.9%	4.1%	1.2%
まあまあとれている		479	153	206	86	25	9
		100.0%	31.9%	<b>43.0%</b>	18.0%	5.2%	1.9%
あまりとれていない		169	52	78	25	10	4
		100.0%	30.8%	<b>46.2%</b>	14.8%	5.9%	2.4%
まったくとれていない		16	4	6	2	3	1
		100.0%	25.0%	<b>37.5%</b>	12.5%	18.8%	6.3%
わからない		12	3	6	1	1	1
		100.0%	25.0%	<b>50.0%</b>	8.3%	8.3%	8.3%
不明		8	1	6	1	0	0
		100.0%	12.5%	75.0%	12.5%	0.0%	0.0%

図表 1-17 運動習慣者の状況（頻度）

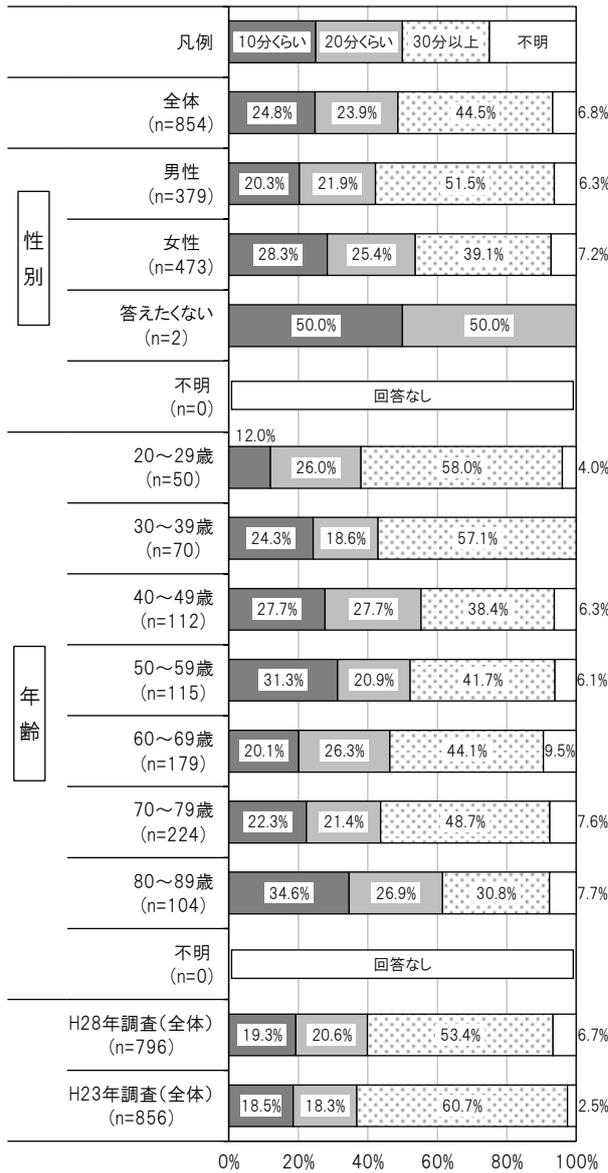
(3) 運動習慣者の状況（時間）

問12 【問10で「1. いつもしている」「2. 時々している」と回答した方のみお答えください。】  
1回あたりの運動の時間はどのくらいですか。（〇は一つ）

全体では、「30分以上」が44.5%で最も多く、次いで「10分くらい」が24.8%、「20分くらい」が23.9%となっている。

性別でみると、女性の方が男性より1回あたりの運動の時間は短い傾向がみられた。

年齢別でみると、20代と30代で「30分以上」の回答が5割を超えている。



		問12 運動習慣者の状況(時間)				
		サンプル数	10分くらい	20分くらい	30分以上	不明
上段:度数 下段:%						
全体		854	212	204	380	58
		100.0%	24.8%	23.9%	<b>44.5%</b>	6.8%
性別	男性	379	77	83	195	24
		100.0%	20.3%	21.9%	<b>51.5%</b>	6.3%
	女性	473	134	120	185	34
		100.0%	28.3%	25.4%	<b>39.1%</b>	7.2%
	答えたくない	2	1	1	0	0
		100.0%	<b>50.0%</b>	<b>50.0%</b>	0.0%	0.0%
	不明	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
年齢	20～29歳	50	6	13	29	2
		100.0%	12.0%	26.0%	<b>58.0%</b>	4.0%
	30～39歳	70	17	13	40	0
		100.0%	24.3%	18.6%	<b>57.1%</b>	0.0%
	40～49歳	112	31	31	43	7
		100.0%	27.7%	27.7%	<b>38.4%</b>	6.3%
	50～59歳	115	36	24	48	7
		100.0%	31.3%	20.9%	<b>41.7%</b>	6.1%
	60～69歳	179	36	47	79	17
		100.0%	20.1%	26.3%	<b>44.1%</b>	9.5%
70～79歳	224	50	48	109	17	
	100.0%	22.3%	21.4%	<b>48.7%</b>	7.6%	
80～89歳	104	36	28	32	8	
	100.0%	<b>34.6%</b>	26.9%	30.8%	7.7%	
	不明	0	0	0	0	
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
H28年調査(全体)		796	154	164	425	53
		100.0%	19.3%	20.6%	<b>53.4%</b>	6.7%
H23年調査(全体)		856	158	157	520	21
		100.0%	18.5%	18.3%	<b>60.7%</b>	2.5%
F3 肥満度 (BMI)	やせ	66	15	15	33	3
		100.0%	22.7%	22.7%	<b>50.0%</b>	4.5%
	普通	593	150	145	256	42
		100.0%	25.3%	24.5%	<b>43.2%</b>	7.1%
	肥満	183	42	42	86	13
	100.0%	23.0%	23.0%	<b>47.0%</b>	7.1%	
	不明	12	5	2	5	0
		100.0%	41.7%	16.7%	41.7%	0.0%
問16 睡眠の状況	充分にとれている	170	46	37	72	15
		100.0%	27.1%	21.8%	<b>42.4%</b>	8.8%
	まあまあとれている	479	112	118	224	25
		100.0%	23.4%	24.6%	<b>46.8%</b>	5.2%
	あまりとれていない	169	47	42	69	11
		100.0%	27.8%	24.9%	<b>40.8%</b>	6.5%
	まったくとれていない	16	5	2	5	4
	100.0%	<b>31.3%</b>	12.5%	<b>31.3%</b>	25.0%	
	わからない	12	1	5	4	2
		100.0%	8.3%	<b>41.7%</b>	33.3%	16.7%
	不明	8	1	0	6	1
		100.0%	12.5%	0.0%	75.0%	12.5%

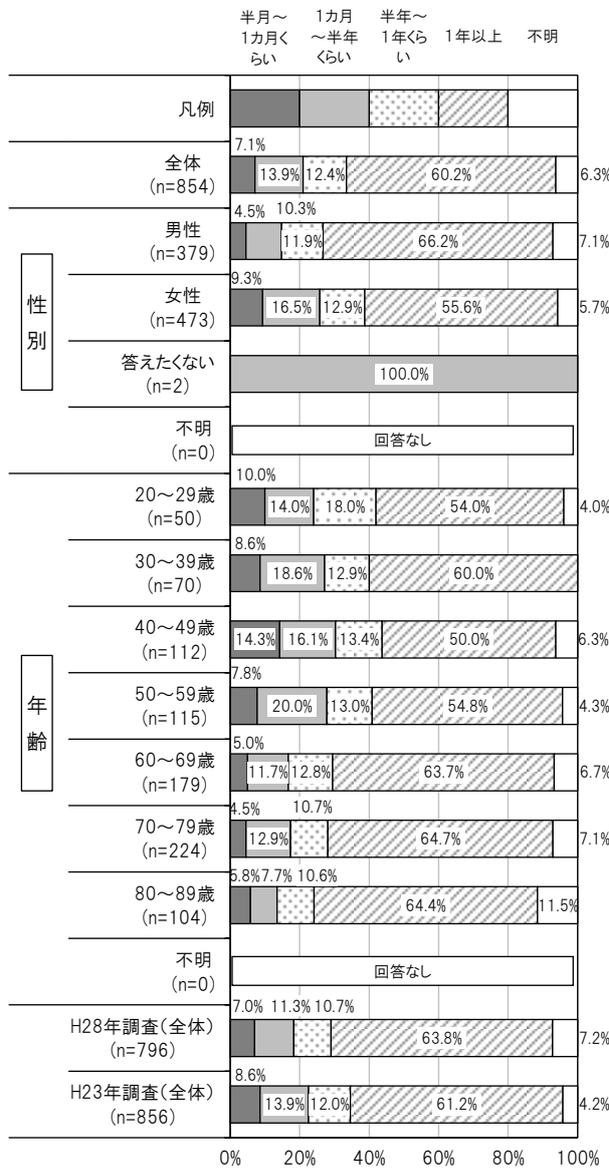
※ H23年調査は「30分以上1時間未満」と「1時間以上」を合わせて「30分以上」としている

図表 1-18 運動習慣者の状況（時間）

(4) 運動習慣者の状況（期間）

問 13 【問 10 で「1. いつもしている」「2. 時々している」と回答した方のみお答えください。】  
その運動を続けて、どのくらいになりますか。（○は一つ）

全体では、「1年以上」が60.2%で最も多く、6割を超えている。  
性別でみると、男性は「1年以上」が10.6ポイント女性を上回っている。  
肥満度別でみると、「やせ」と「普通」の人は、「1年以上」と回答した割合が6割を超えている。



		問13 運動習慣者の状況(期間)					
		サンプル数	半月〜1か月くらい	1か月〜半年くらい	半年〜1年くらい	1年以上	不明
性別	上段: 度数	854	61	119	106	514	54
	下段: %	100.0%	7.1%	13.9%	12.4%	<b>60.2%</b>	6.3%
性別	男性	379	17	39	45	251	27
		100.0%	4.5%	10.3%	11.9%	<b>66.2%</b>	7.1%
	女性	473	44	78	61	263	27
		100.0%	9.3%	16.5%	12.9%	<b>55.6%</b>	5.7%
性別	答えたくない	2	0	2	0	0	0
		100.0%	0.0%	<b>100.0%</b>	0.0%	0.0%	0.0%
	不明	0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
年齢	20〜29歳	50	5	7	9	27	2
		100.0%	10.0%	14.0%	18.0%	<b>54.0%</b>	4.0%
	30〜39歳	70	6	13	9	42	0
		100.0%	8.6%	18.6%	12.9%	<b>60.0%</b>	0.0%
	40〜49歳	112	16	18	15	56	7
		100.0%	14.3%	16.1%	13.4%	<b>50.0%</b>	6.3%
	50〜59歳	115	9	23	15	63	5
		100.0%	7.8%	20.0%	13.0%	<b>54.8%</b>	4.3%
	60〜69歳	179	9	21	23	114	12
		100.0%	5.0%	11.7%	12.8%	<b>63.7%</b>	6.7%
年齢	70〜79歳	224	10	29	24	145	16
		100.0%	4.5%	12.9%	10.7%	<b>64.7%</b>	7.1%
	80〜89歳	104	6	8	11	67	12
		100.0%	5.8%	7.7%	10.6%	<b>64.4%</b>	11.5%
	不明	0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
	H28年調査(全体)	796	56	90	85	508	57
		100.0%	7.0%	11.3%	10.7%	<b>63.8%</b>	7.2%
	H23年調査(全体)	856	74	119	103	524	36
		100.0%	8.6%	13.9%	12.0%	<b>61.2%</b>	4.2%
F3 肥満度 (BMI)	やせ	66	5	8	5	46	2
		100.0%	7.6%	12.1%	7.6%	<b>69.7%</b>	3.0%
	普通	593	44	83	73	359	34
		100.0%	7.4%	14.0%	12.3%	<b>60.5%</b>	5.7%
	肥満	183	11	25	27	102	18
	100.0%	6.0%	13.7%	14.8%	<b>55.7%</b>	9.8%	
問 16 睡眠の状況	不明	12	1	3	1	7	0
		100.0%	8.3%	25.0%	8.3%	58.3%	0.0%
	充分にとれている	170	15	19	23	105	8
		100.0%	8.8%	11.2%	13.5%	<b>61.8%</b>	4.7%
	まあまあとれている	479	26	67	62	302	22
		100.0%	5.4%	14.0%	12.9%	<b>63.0%</b>	4.6%
	あまりとれていない	169	17	28	20	92	12
	100.0%	10.1%	16.6%	11.8%	<b>54.4%</b>	7.1%	
問 16 睡眠の状況	まったくとれていない	16	1	3	0	10	2
		100.0%	6.3%	18.8%	0.0%	<b>62.5%</b>	12.5%
	わからない	12	2	2	1	4	3
		100.0%	16.7%	16.7%	8.3%	<b>33.3%</b>	25.0%
問 16 睡眠の状況	不明	8	0	0	0	1	7
		100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	12.5%	87.5%

図表 1-19 運動習慣者の状況（期間）

## (5) 1日の歩数

問 14 歩数計や、歩数がカウントできる携帯電話、スマートフォンなどをお持ちの場合は、平日の歩数を測定して、1日の歩数をご記入ください。

全体では、1日の平均歩数は4,843歩であり、H28年調査と比較すると、全体では132歩増加している。また、性別では、男性は483歩増加、女性は98歩減少している。

性別で見ると、男性は5,289歩、女性は4,536歩で、男性が女性より753歩上回っている。

	全体			男性			女性			答えたくない			
	サンプル数	平均歩数	標準偏差	サンプル数	平均歩数	標準偏差	サンプル数	平均歩数	標準偏差	サンプル数	平均歩数	標準偏差	
全体	664	4,843	4,739.9	278	5,289	3,418.1	380	4,536	5,513.2	6	3,634	3,065.3	
年齢	20～24歳	31	5,999	4,029.1	9	7,386	5,262.9	21	5,536	3,269.2	1	3,222	-
	25～29歳	24	6,210	7,858.4	6	6,344	2,964.6	18	6,165	8,910.8	-	-	-
	30～34歳	32	5,473	3,670.8	14	7,338	4,198.9	18	4,023	2,331.2	-	-	-
	35～39歳	47	4,815	3,343.0	12	5,958	3,204.5	35	4,423	3,299.2	-	-	-
	40～44歳	52	5,030	3,545.6	15	5,288	2,711.1	35	5,135	3,826.2	2	1,250	-
	45～49歳	57	5,311	2,778.7	22	6,091	2,843.1	34	4,921	2,591.3	1	1,386	-
	50～54歳	56	5,077	3,102.8	18	5,322	3,046.6	37	4,833	3,064.2	1	9,700	-
	55～59歳	56	5,242	3,528.4	22	5,616	4,637.3	34	5,000	2,537.9	-	-	-
	60～64歳	61	4,699	2,876.8	27	5,454	3,610.1	34	4,100	1,920.2	-	-	-
	65～69歳	66	5,277	2,812.3	33	5,672	3,140.7	32	4,880	2,420.2	1	5,000	-
	70～74歳	72	4,247	2,572.5	43	4,648	2,809.1	29	3,653	2,034.5	-	-	-
	75～79歳	68	3,993	2,551.0	35	4,596	2,756.7	33	3,354	2,134.3	-	-	-
	80～84歳	32	2,937	1,693.3	13	2,923	1,897.4	19	2,947	1,538.1	-	-	-
85歳以上	10	3,070	1,714.4	9	2,855	1,675.1	1	5,000	0.0	-	-	-	
不明	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
H28年調査	563	4,711	3,102.4	240	4,806	3,206.6	319	4,634	3,021.8	-	-	-	
肥満度	やせ	63	4,949	3,574.0	15	5,693	5,552.4	48	4,717	2,627.7	-	-	-
	普通	455	4,815	3,530.4	189	5,225	3,421.3	264	4,538	3,586.6	2	2,611	-
	肥満	137	4,847	2,944.5	74	5,370	2,774.6	61	4,340	3,006.5	2	943	-
	不明	9	-	-	-	-	-	7	4,916	1,300.2	2	7,350	-

※ 未回答者を除いた664人を対象に集計

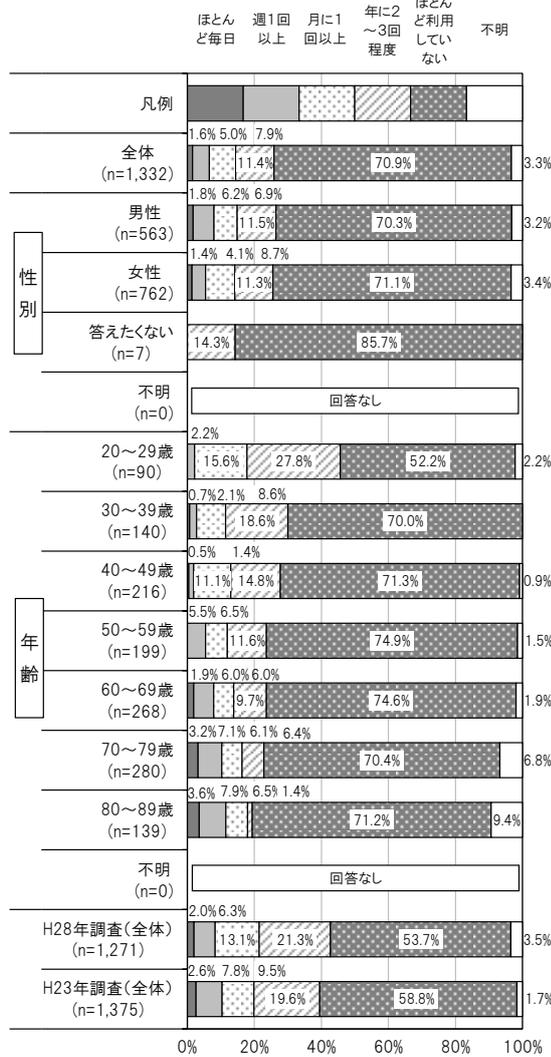
※ H28年調査は、未回答者を除いた563人を対象に集計。全体には性別・年齢不明の4名を含む。

図表 1-20 1日の歩数

(6) 温泉や水中運動の活用状況

問15 健康づくりに温泉や水中運動の活用も効果的ですが、この1年間にこれらを利用しましたか。(〇は一つ)

全体では、「ほとんど利用していない」が70.9%で最も多く、次いで「年に2〜3回程度」が11.4%、「月に1回以上」が7.9%、「週に1回以上」が5.0%となっている。  
 年齢別で見ると、『利用している』（「ほとんど毎日」「週1回以上」「月に1回以上」「年に2〜3回程度」の合計）の割合は、年代が上がるほど減少している。



	サンプル数	ほとんど毎日	週1回以上	月に1回以上	年に2〜3回程度	ほとんど利用していない	不明
上段: 度数 下段: %							
全体	1,332	21 (1.6%)	66 (5.0%)	105 (7.9%)	152 (11.4%)	944 (70.9%)	44 (3.3%)
性別							
男性	563	10 (1.8%)	35 (6.2%)	39 (6.9%)	65 (11.5%)	396 (70.3%)	18 (3.2%)
女性	762	11 (1.4%)	31 (4.1%)	66 (8.7%)	86 (11.3%)	542 (71.1%)	26 (3.4%)
回答たくない	7	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (14.3%)	6 (85.7%)	0 (0.0%)
不明	0	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
年齢							
20〜29歳	90	0 (0.0%)	2 (2.2%)	14 (15.6%)	25 (27.8%)	47 (52.2%)	2 (2.2%)
30〜39歳	140	1 (0.7%)	3 (2.1%)	12 (8.6%)	26 (18.6%)	98 (70.0%)	0 (0.0%)
40〜49歳	216	1 (0.5%)	3 (1.4%)	24 (11.1%)	32 (14.8%)	154 (71.3%)	2 (0.9%)
50〜59歳	199	0 (0.0%)	11 (5.5%)	13 (6.5%)	23 (11.6%)	149 (74.9%)	3 (1.5%)
60〜69歳	268	5 (1.9%)	16 (6.0%)	16 (6.0%)	26 (9.7%)	200 (74.6%)	5 (1.9%)
70〜79歳	280	9 (3.2%)	20 (7.1%)	17 (6.1%)	18 (6.4%)	197 (70.4%)	19 (6.8%)
80〜89歳	139	5 (3.6%)	11 (7.9%)	9 (6.5%)	2 (1.4%)	99 (71.2%)	13 (9.4%)
不明	0	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
H28年調査(全体)	1,271	25 (2.0%)	80 (6.3%)	167 (13.1%)	271 (21.3%)	683 (53.7%)	45 (3.5%)
H23年調査(全体)	1,375	36 (2.6%)	107 (7.8%)	130 (9.5%)	269 (19.6%)	809 (58.8%)	24 (1.7%)
F3 肥満度 (BMI)							
やせ	117	1 (0.9%)	8 (6.8%)	8 (6.8%)	14 (12.0%)	84 (71.8%)	2 (1.7%)
普通	892	16 (1.8%)	38 (4.3%)	77 (8.6%)	105 (11.8%)	629 (70.5%)	27 (3.0%)
肥満	293	4 (1.4%)	20 (6.8%)	17 (5.8%)	30 (10.2%)	209 (71.3%)	13 (4.4%)
不明	30	0 (0.0%)	0 (0.0%)	3 (10.0%)	3 (10.0%)	22 (73.3%)	2 (6.7%)
問16 睡眠の状況							
充分にとれている	237	7 (3.0%)	7 (3.0%)	16 (6.8%)	24 (10.1%)	175 (73.8%)	8 (3.4%)
まあまあとれている	711	9 (1.3%)	46 (6.5%)	73 (10.3%)	79 (11.1%)	492 (69.2%)	12 (1.7%)
あまりとれていない	293	2 (0.7%)	13 (4.4%)	14 (4.8%)	41 (14.0%)	221 (75.4%)	2 (0.7%)
まったくとれていない	41	1 (2.4%)	0 (0.0%)	1 (2.4%)	5 (12.2%)	33 (80.5%)	1 (2.4%)
わからない	30	2 (6.7%)	0 (0.0%)	1 (3.3%)	3 (10.0%)	23 (76.7%)	1 (3.3%)
不明	20	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	20 (100.0%)

図表 1-21 温泉や水中運動の活用状況

### 3. 休養

#### (1) 睡眠の状況

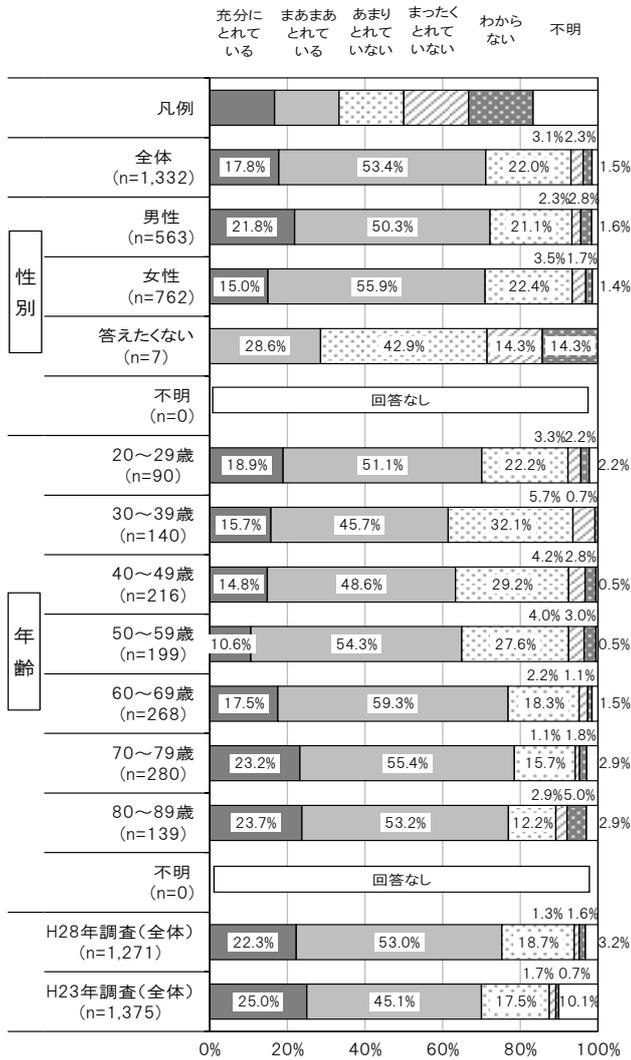
##### 問 16 睡眠による休養が上手にとれていますか。(○は一つ)

全体では、「まあまあとれている」が53.4%で最も多く、次いで「あまりとれていない」が22.0%、「充分にとれている」が17.8%となっており、「充分にとれている」と「まあまあとれている」を合わせて71.2%が『とれている』と回答している。

性別でみると、男性は「充分にとれている」が女性を6.8ポイント上回っている。

年齢別でみると、30代から50代では「充分にとれている」、「まあまあとれている」を合わせた割合が他の年代より低くなっている。

運動習慣の状況別でみると、「いつもしている」と回答した人は、睡眠が「充分にとれている」と「まあまあとれている」を合わせて、8割を超えている。



		問16 睡眠の状況						
		サンプル数	充分にとれている	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	わからない	不明
上段: 度数 下段: %								
全体		1,332	237	711	293	41	30	20
性別								
男性		563	123	283	119	13	16	9
女性		762	114	426	171	27	13	11
答えたくない		7	0	2	3	1	1	0
不明		0	0	0	0	0	0	0
年齢								
20~29歳		90	17	46	20	3	2	2
30~39歳		140	22	64	45	8	1	0
40~49歳		216	32	105	63	9	6	1
50~59歳		199	21	108	55	8	6	1
60~69歳		268	47	159	49	6	3	4
70~79歳		280	65	155	44	3	5	8
80~89歳		139	33	74	17	4	7	4
不明		0	0	0	0	0	0	0
H28年調査(全体)		1,271	283	673	238	16	20	41
H23年調査(全体)		1,375	344	620	240	23	9	139
問10 運動習慣								
いつもしている		302	77	165	52	3	3	2
時々している		552	93	314	117	13	9	6
以前はしていたが、今はしていない		297	41	156	78	14	5	3
まったくしたことがない		163	24	70	44	11	13	1
不明		18	2	6	2	0	0	8
問11 運動習慣者の状況								
ほとんど毎日		296	83	153	52	4	3	1
週に2~3日くらい		358	56	206	78	6	6	6
週に1日くらい		137	22	86	25	2	1	1
月に1~2日くらい		46	7	25	10	3	1	0
不明		17	2	9	4	1	1	0
問12 運動習慣者の状況								
10分くらい		212	46	112	47	5	1	1
20分くらい		204	37	118	42	2	5	0
30分以上		380	72	224	69	5	4	6
不明		58	15	25	11	4	2	1
問13 運動習慣者の状況								
半月~1カ月くらい		61	15	26	17	1	2	0
1カ月~半年くらい		119	19	67	28	3	2	0
半年~1年くらい		106	23	62	20	0	1	0
1年以上		514	105	302	92	10	4	1
不明		54	8	22	12	2	3	7

図表 1-22 睡眠の状況

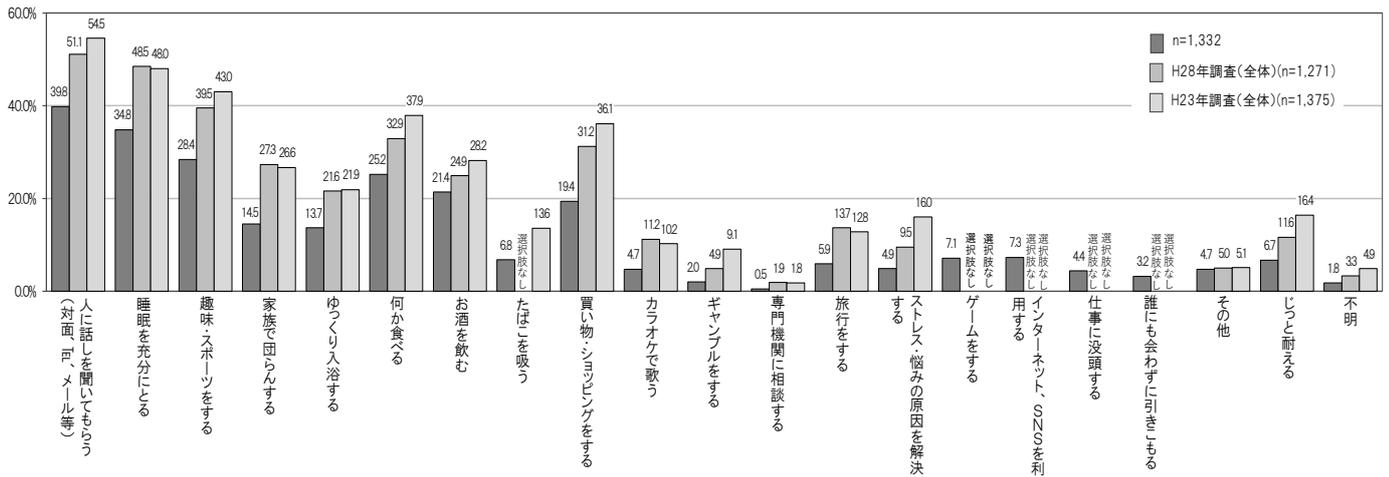
(2) ストレス解消への取組状況 (複数回答)

問17 日頃、不満・悩み・ストレスは、どうやって解消していますか。(〇は3つまで)

全体では、「人に話を聞いてもらう(対面、Tel、メール等)」と回答した人が39.8%で最も多く、次いで「睡眠を充分にとる」が34.8%、「趣味・スポーツをする」が28.4%となっている。

性別で見ると、男性は「睡眠を充分にとる」、「趣味・スポーツをする」「お酒を飲む」の順に多く、女性は「人に話を聞いてもらう(対面、Tel、メール等)」、「何か食べる」、「睡眠を充分にとる」の順に多い傾向がみられた。

年齢別で見ると、20代から60代では「人に話を聞いてもらう(対面、Tel、メール等)」が最も多く、70代以上では「睡眠を充分にとる」が最も多くなっている。



上段:度数 下段:%	問17 ストレス解消への取組状況(複数回答)																						
	サンプル数	取り組んでいる	人に話を聞いてもらう(対面、Tel、メール等)	睡眠を充分にとる	趣味・スポーツをする	家族で団らんする	ゆっくり入浴する	何か食べる	お酒を飲む	たばこを吸う	買い物・ショッピングをする	カラオケで歌う	ギャンブルをする	専門機関に相談する	旅行をする	ストレス・悩みの原因を解決する	ゲームをする	インターネット、SNSなど	仕事に没頭する	誰にも会わずに引きこもる	その他	じっと耐える	不明
全体	1,332	1,219	529	463	378	193	182	335	285	90	259	62	26	6	78	65	94	97	59	42	62	89	24
男性	563	515	104	243	28.4%	14.5%	13.7%	8.6%	18.9%	7.8%	19.4%	4.7%	2.0%	0.5%	5.9%	4.9%	7.1%	7.3%	4.4%	3.2%	4.7%	6.7%	1.8%
女性	762	699	423	239	17.9%	10.5%	10.3%	24.6%	9.5%	12.0%	22.0%	3.3%	8.0%	0.4%	6.2%	5.6%	4.0%	4.8%	2.6%	2.9%	3.5%	5.1%	1.2%
性別	7	5	2	1	1	0	1	3	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	2	0
答えたくない	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
不明	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
年齢	90	84	43	28	30	11	9	30	9	4	17	16	1	0	5	1	18	17	0	2	4	5	1
20~29歳	100.0%	93.3%	47.8%	31.1%	33.3%	12.2%	10.0%	33.3%	10.0%	4.4%	18.9%	17.8%	1.1%	0.0%	5.6%	1.1%	20.0%	18.9%	0.0%	2.2%	4.4%	5.6%	1.1%
30~39歳	140	133	73	55	29	21	15	58	30	9	37	6	4	1	9	3	14	16	2	3	3	7	0
100.0%	95.0%	52.1%	39.3%	20.7%	15.0%	10.7%	41.4%	21.4%	6.4%	26.4%	4.3%	2.9%	0.7%	6.4%	2.1%	10.0%	11.4%	1.4%	2.1%	2.1%	5.0%	0.0%	
40~49歳	216	194	97	64	42	43	24	68	67	21	57	7	5	1	5	5	23	13	7	16	7	21	1
100.0%	89.8%	44.9%	29.6%	19.4%	19.9%	11.1%	31.5%	31.0%	9.7%	26.4%	3.2%	2.3%	0.5%	2.3%	2.3%	10.6%	6.0%	3.2%	7.4%	3.2%	9.7%	0.5%	
50~59歳	199	181	82	57	60	23	25	51	41	16	42	7	4	2	12	14	14	12	4	8	9	17	1
100.0%	91.0%	41.2%	28.6%	30.2%	11.6%	12.6%	25.6%	20.6%	8.0%	21.1%	3.5%	2.0%	1.0%	6.0%	7.0%	7.0%	6.0%	2.0%	4.0%	4.5%	8.5%	0.5%	
60~69歳	268	247	110	87	88	44	34	59	70	23	39	8	3	2	27	14	8	20	11	10	10	16	5
100.0%	92.2%	41.0%	32.5%	32.8%	16.4%	12.7%	22.0%	26.1%	8.6%	14.6%	3.0%	1.1%	0.7%	10.1%	5.2%	3.0%	7.5%	4.1%	3.7%	3.7%	6.0%	1.9%	
70~79歳	280	256	90	108	98	31	46	46	50	11	46	11	7	0	15	24	10	12	26	2	18	14	10
100.0%	91.4%	32.1%	38.6%	35.0%	11.1%	16.4%	16.4%	17.9%	3.9%	16.4%	3.9%	2.5%	0.0%	5.4%	8.6%	3.6%	4.3%	9.3%	0.7%	6.4%	5.0%	3.6%	
80~89歳	139	124	34	64	31	20	29	23	18	6	21	7	2	0	5	4	7	7	9	1	11	9	6
100.0%	89.2%	24.5%	46.0%	22.3%	14.4%	20.9%	16.5%	12.9%	4.3%	15.1%	5.0%	1.4%	0.0%	3.6%	2.9%	5.0%	5.0%	6.5%	0.7%	7.9%	6.5%	4.3%	
不明	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
H28年調査(全体)	1,271	1,082	649	617	502	347	275	418	317	-	396	142	62	24	174	121	-	-	-	-	64	147	42
100.0%	85.1%	51.1%	48.5%	39.5%	27.3%	21.6%	32.9%	24.9%	-	31.2%	11.2%	4.9%	1.9%	13.7%	9.5%	-	-	-	-	-	5.0%	11.6%	3.3%
H23年調査(全体)	1,375	1,083	661	644	526	330	366	413	311	142	432	128	113	21	176	175	-	-	-	-	87	225	67
100.0%	78.8%	54.5%	48.0%	43.0%	26.6%	21.9%	37.9%	28.2%	13.6%	36.1%	10.2%	9.1%	1.8%	12.8%	16.0%	-	-	-	-	-	5.1%	16.4%	4.9%

図表 1-23 ストレス解消への取組状況 (複数回答)

- ※ H23年調査およびH28年調査には「ゲームをする」「インターネット、SNS(Facebook、LINE、Twitterなど)を利用する」「仕事に没頭する」「誰にも会わずに引きこもる」の選択肢なし
- ※ H28年調査には「たばこを吸う」の選択肢なし

[その他の詳細]

- テレビを見る (10)
- 読書をする (7)
- ストレスはない, 気にしない, 何事もプラス思考にとらえる (8)
- キャンプやドライブ・ツーリング (5)
- お経を上げる
- スポーツ観戦
- 音楽を聴く
- 好きなドラマや映画を家でみる (2)
- 散歩 (ゆっくり景色を見ながら歩く) (2)
- ドライブや外食等、日常とは少し違ったことをする。自然の中へ行く (2)
- イヌ、ネコと遊ぶ
- アロマ、フラワーウォーターetc. 自然療法
- かたづけ、掃除をする
- 菜園
- ぼーっとする
- 押し活
- サウナで汗を流す
- クリスマンなので信頼できる仲間と触れ合う時間が心地いい
- 介助中なのですべて当てはまらない
- ストレスが良くわからない。都合が悪いとストレスを出してごまかしているのではないか。

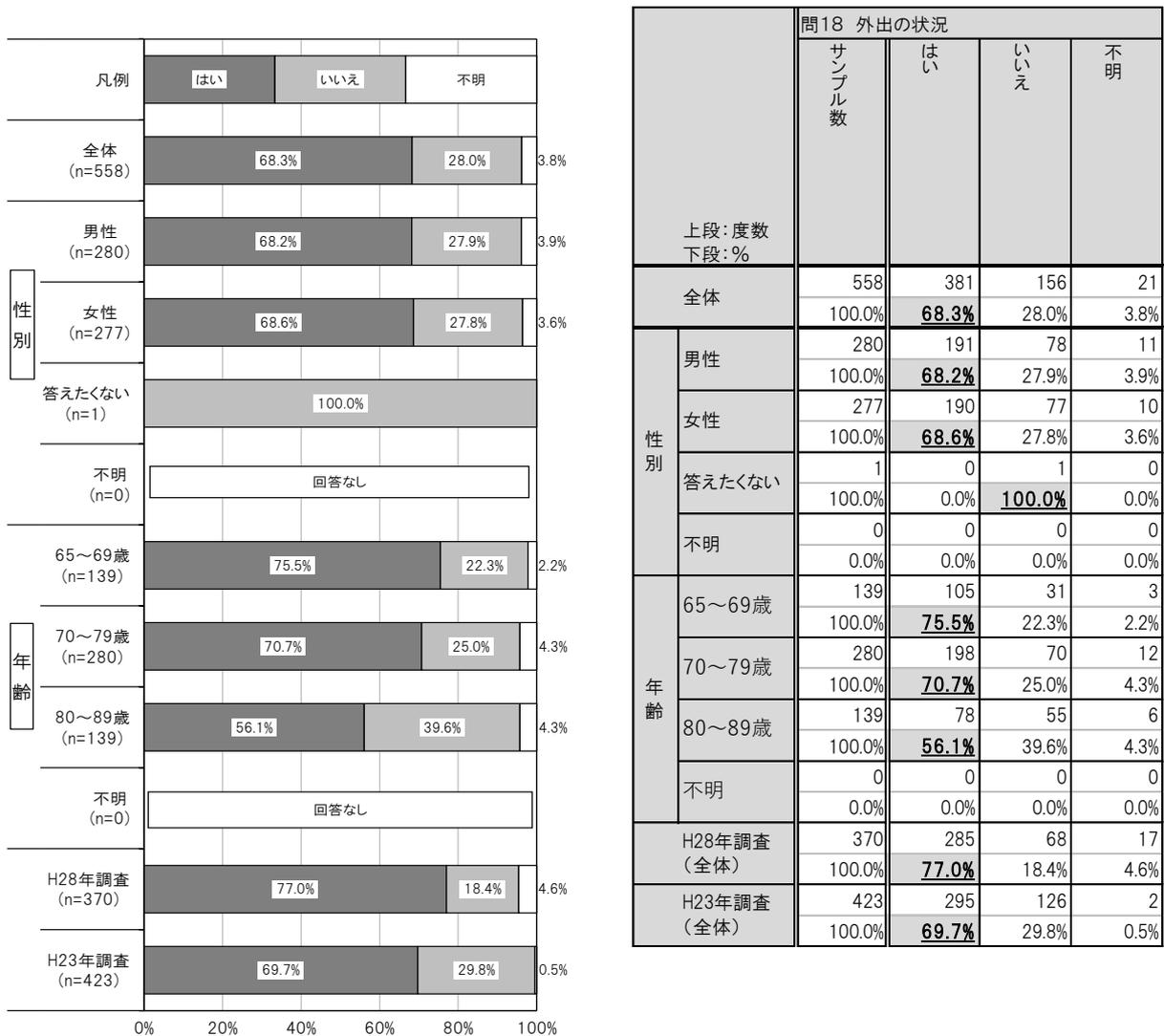
(3) 外出の状況

問 18 【65 歳以上の方のみお答えください】

ふだん、買物や散歩など、積極的に外出するほうですか。(〇は一つ)

全体では、積極的に外出していると回答した人は 68.3%となっており、H23 年調査と比較すると、H28 年調査では 77.0%と改善していたが、今調査では、1.4 ポイント減で同程度となっている。

年齢別で見ると、年代が上がるほど積極的に外出している人の割合は減少している。



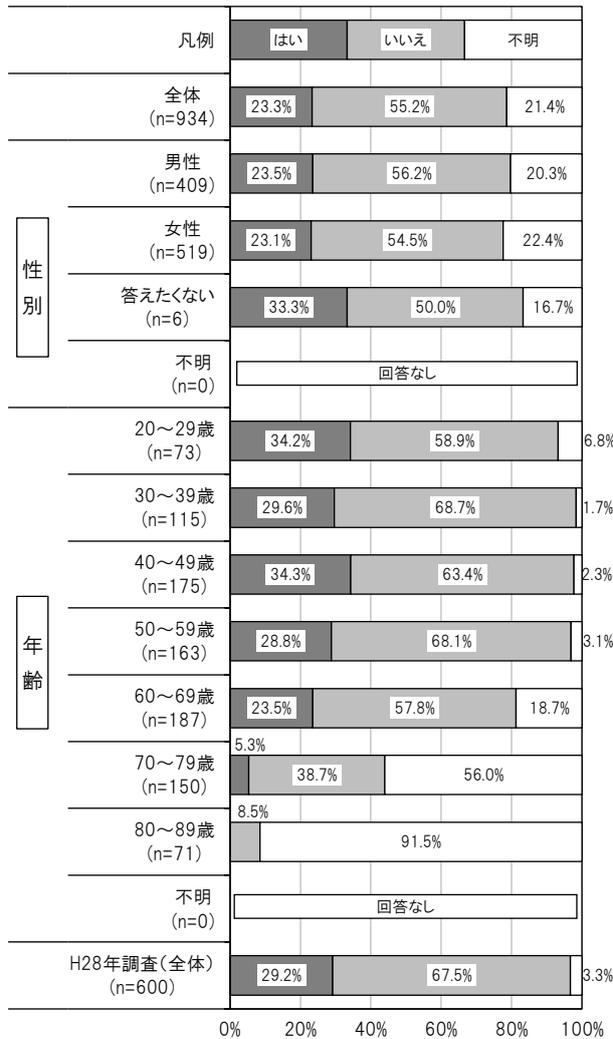
図表 1-24 外出の状況

(4) 職場での休養・こころの健康に関する取組

問19 職場で、休養・こころの健康に関する取組がありますか。(○は一つ)

全体では、就労している人のうち、「はい」が23.3%、「いいえ」が55.2%となっており、約6割が「職場での休養・こころの健康に関する取組がない」と回答している。

年齢別でみると、職場での休養・こころの健康に関する取組が「ない」と回答したのは、30代から50代では6割以上となっている。



		問19 職場での休養・こころの健康に関する取組			
		サンプル数 (就労していないを除く)	はい	いいえ	不明
上段: 度数 下段: %					
全体		934	218	516	200
		100.0%	23.3%	<b>55.2%</b>	21.4%
性別	男性	409	96	230	83
		100.0%	23.5%	<b>56.2%</b>	20.3%
	女性	519	120	283	116
		100.0%	23.1%	<b>54.5%</b>	22.4%
	答えたくない	6	2	3	1
	100.0%	33.3%	<b>50.0%</b>	16.7%	
不明	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
年齢	20~29歳	73	25	43	5
		100.0%	34.2%	<b>58.9%</b>	6.8%
	30~39歳	115	34	79	2
		100.0%	29.6%	<b>68.7%</b>	1.7%
	40~49歳	175	60	111	4
		100.0%	34.3%	<b>63.4%</b>	2.3%
	50~59歳	163	47	111	5
		100.0%	28.8%	<b>68.1%</b>	3.1%
	60~69歳	187	44	108	35
		100.0%	23.5%	<b>57.8%</b>	18.7%
70~79歳	150	8	58	84	
	100.0%	5.3%	38.7%	<b>56.0%</b>	
80~89歳	71	0	6	65	
	100.0%	0.0%	8.5%	<b>91.5%</b>	
不明	0	0	0	0	
	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
H28年調査(全体)		600	175	405	20
		100.0%	29.2%	<b>67.5%</b>	3.3%
H23年調査(全体)		459	57	-	-
		-	<b>12.4%</b>	-	-

※ H23年調査は、「補足調査」問31 会社等での健康づくりに関する取り組み内容（健康づくりに関するアンケート）で「休養・こころの健康に関すること」と比

図表 1-25 職場での休養・こころの健康に関する取組

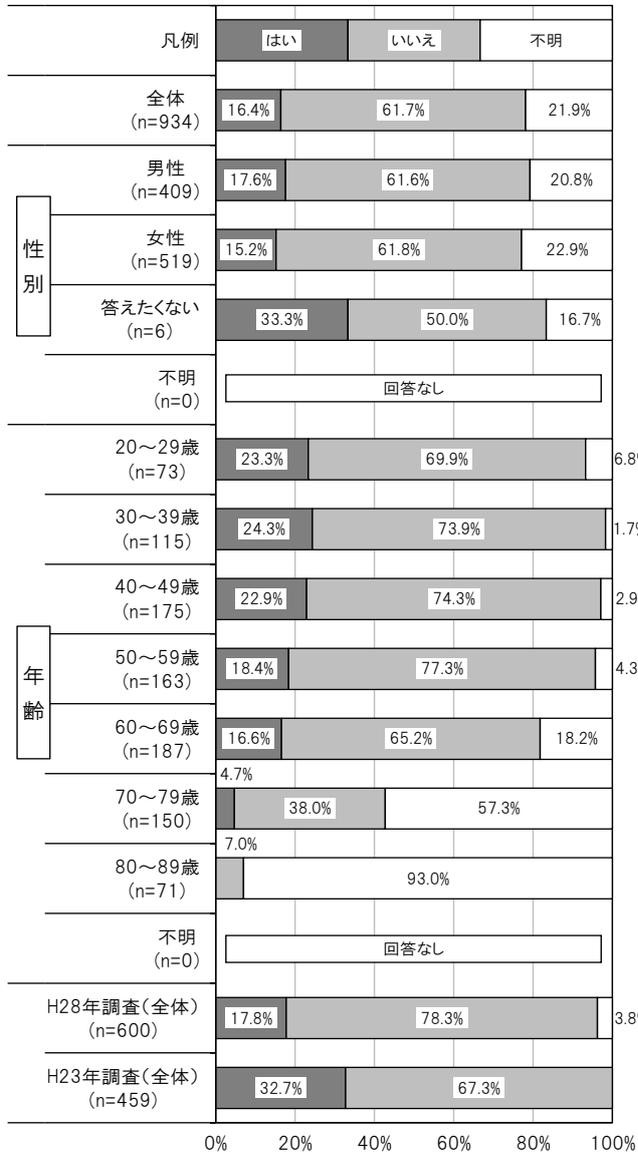
[その他の詳細]

- ストレスチェック (77)
- アンケート (13)
- 専門家による面談やカウンセリング, 相談窓口の設置 (23)
- リフレッシュ休暇, 有給休暇取得促進 (14)
- 健康教室や社内研修, 案内文書の配布など (9)
- オンライン検診, Web 相談室, ネットカウンセリング (6)
- 衛生委員会による報告と情報提供
- エゴグラムのチェックなど
- ハラスメント対策等
- 1年1回健康診断
- 出勤時間または退勤時間を1時間ずらしてもらう時もある
- 会話を良くする
- 休日にゴルフに行く
- 自由な時間
- ヘルプラインの開設・健康増進施策の展開・パルスサーベイの活用
- モニタリング
- 自営業なので自身で工夫している

(5) 職場での健康づくりの取組

問 20 職場で、健康づくりに関する取組がありますか。(○は一つ)

全体では、就労している人のうち、「はい」が16.4%、「いいえ」が61.7%となっており、約6割が「職場での健康づくりの取組がない」と回答している。



		問20 職場での健康づくりの取組			
		サンプル数	はい	いいえ	不明
性別	上段:度数 下段:%				
	全体	934	153	576	205
性別	男性	409	72	252	85
	女性	519	79	321	119
	答えたくない	6	2	3	1
	不明	0	0	0	0
年齢	20～29歳	73	17	51	5
	30～39歳	115	28	85	2
	40～49歳	175	40	130	5
	50～59歳	163	30	126	7
	60～69歳	187	31	122	34
	70～79歳	150	7	57	86
	80～89歳	71	0	5	66
	不明	0	0	0	0
	H28年調査(全体)	600	107	470	23
	H23年調査(全体)	459	150	309	-

図表 1-26 職場での健康づくりの取組

[その他の詳細]

- 健康診断，診断結果に基づいた指導 (29)
- 健康に関するセミナー，研修，相談窓口の設置 (21)
- ラジオ体操，職員体育などの実施 (19)
- スポーツクラブの優待，ジム等の施設有り (5)
- レクリエーションやイベント，運動への取組の推進 (15)
- 運動器具購入助成 (2)
- 禁煙運動 (5)
- けがや熱中症に気を付ける取組
- 食堂などに、その時の体調に合ったメニューやレシピが見れるように置いてある。
- 自営業なので工夫している

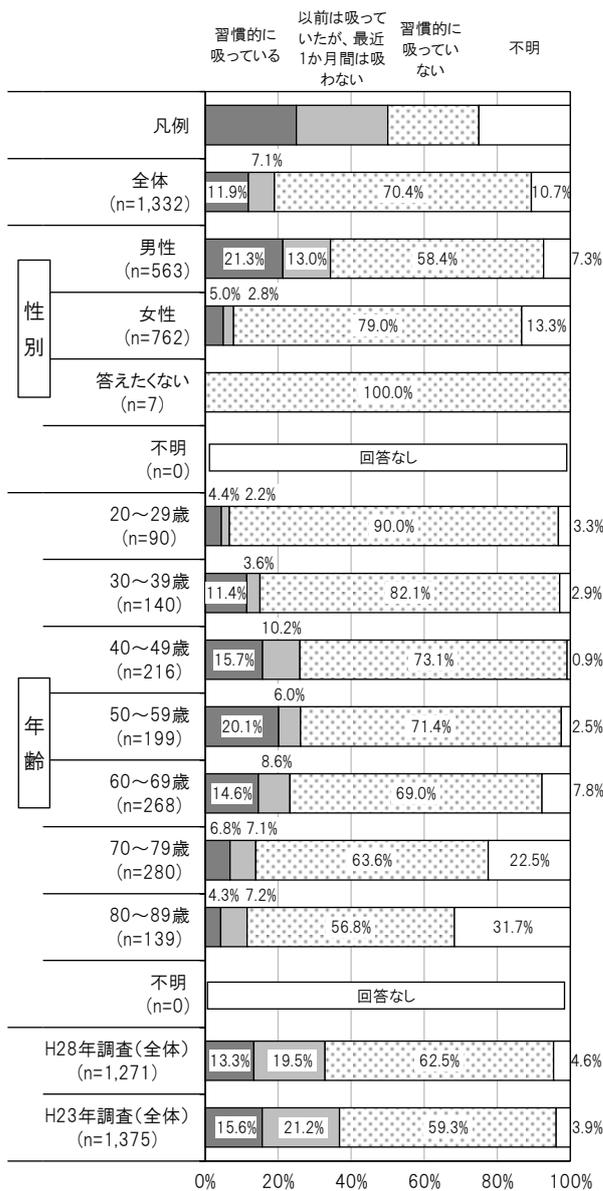
## 4. たばこ

### (1) 喫煙の状況

問 21 現在、たばこを習慣的に吸っていますか。(○は一つ)

全体では、「習慣的に吸っていない」が70.4%で最も多く、次いで「習慣的に吸っている」が11.9%、「以前は吸っていたが、最近1か月間は吸わない」が7.1%となっており、H23年調査と比較すると、「吸う」の割合は減少している。

「習慣的に吸っている」については、性別で見ると、男性は21.3%、女性は5.0%で、男性が女性を大きく上回っている。年代では、50代のみが2割を超えている。



	問21 喫煙の状況					
	サンプル数	習慣的に吸っている	以前は吸っていたが、最近1か月間は吸わない	習慣的に吸っていない	不明	
上段:度数 下段:%						
全体	1,332 100.0%	158 11.9%	94 7.1%	938 <b>70.4%</b>	142 10.7%	
性別	男性	563 100.0%	120 21.3%	73 13.0%	329 <b>58.4%</b>	41 7.3%
	女性	762 100.0%	38 5.0%	21 2.8%	602 <b>79.0%</b>	101 13.3%
	答えたくない	7 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	7 <b>100.0%</b>	0 0.0%
	不明	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
	不明	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
年齢	20~29歳	90 100.0%	4 4.4%	2 2.2%	81 <b>90.0%</b>	3 3.3%
	30~39歳	140 100.0%	16 11.4%	5 3.6%	115 <b>82.1%</b>	4 2.9%
	40~49歳	216 100.0%	34 15.7%	22 10.2%	158 <b>73.1%</b>	2 0.9%
	50~59歳	199 100.0%	40 20.1%	12 6.0%	142 <b>71.4%</b>	5 2.5%
	60~69歳	268 100.0%	39 14.6%	23 8.6%	185 <b>69.0%</b>	21 7.8%
	70~79歳	280 100.0%	19 6.8%	20 7.1%	178 <b>63.6%</b>	63 22.5%
	80~89歳	139 100.0%	6 4.3%	10 7.2%	79 <b>56.8%</b>	44 31.7%
	不明	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
	H28年調査(全体)	1,271 100.0%	169 13.3%	248 19.5%	795 <b>62.5%</b>	59 4.6%
	H23年調査(全体)	1,375 100.0%	214 15.6%	291 21.2%	816 <b>59.3%</b>	54 3.9%

※ H23年調査及びH28年調査では「吸う」「以前は吸っていたが、今は吸わない」「以前から吸わない」の選択肢

図表 1-27 喫煙の状況(1/2)

上段:度数 下段:%		問21 喫煙の状況				
		サンプル数	習慣的に吸っている	以前は吸っていたが、最近1か月間は吸わない	習慣的に吸っていない	不明
問10 運動習慣の状況	いつもしている	302 100.0%	24 7.9%	26 8.6%	211 <b>69.9%</b>	41 13.6%
	時々している	552 100.0%	56 10.1%	39 7.1%	403 <b>73.0%</b>	54 9.8%
	以前はしていたが、今はしていない	297 100.0%	43 14.5%	17 5.7%	215 <b>72.4%</b>	22 7.4%
	まったくしたことがない	163 100.0%	35 21.5%	12 7.4%	99 <b>60.7%</b>	17 10.4%
	不明	18 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	10 55.6%	8 44.4%
問28 飲酒の状況(回数)	毎日	252 100.0%	65 25.8%	33 13.1%	133 <b>52.8%</b>	21 8.3%
	週5~6日	70 100.0%	13 18.6%	11 15.7%	43 <b>61.4%</b>	3 4.3%
	週3~4日	70 100.0%	9 12.9%	10 14.3%	47 <b>67.1%</b>	4 5.7%
	週1~2日	136 100.0%	10 7.4%	11 8.1%	107 <b>78.7%</b>	8 5.9%
	月1~3日	120 100.0%	13 10.8%	6 5.0%	97 <b>80.8%</b>	4 3.3%
	年に数回	172 100.0%	10 5.8%	5 2.9%	145 <b>84.3%</b>	12 7.0%
	やめた	40 100.0%	5 12.5%	8 20.0%	25 <b>62.5%</b>	2 5.0%
	飲まない(飲めない)	440 100.0%	31 7.0%	8 1.8%	339 <b>77.0%</b>	62 14.1%
	不明	32 100.0%	2 6.3%	2 6.3%	2 6.3%	26 81.3%
問29 飲酒の状況(量)	1合未満	421 100.0%	29 6.9%	25 5.9%	336 <b>79.8%</b>	31 7.4%
	1~2合未満	273 100.0%	59 21.6%	31 11.4%	169 <b>61.9%</b>	14 5.1%
	2~3合未満	86 100.0%	20 23.3%	18 20.9%	46 <b>53.5%</b>	2 2.3%
	3~5合未満	24 100.0%	10 41.7%	2 8.3%	11 <b>45.8%</b>	1 4.2%
	5合以上	1 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 <b>100.0%</b>	0 0.0%
	不明	15 100.0%	2 13.3%	0 0.0%	9 60.0%	4 26.7%
問32 歯科受診の状況	はい	686 100.0%	52 7.6%	43 6.3%	524 <b>76.4%</b>	67 9.8%
	いいえ	624 100.0%	102 16.3%	50 8.0%	405 <b>64.9%</b>	67 10.7%
	不明	22 100.0%	4 18.2%	1 4.5%	9 40.9%	8 36.4%

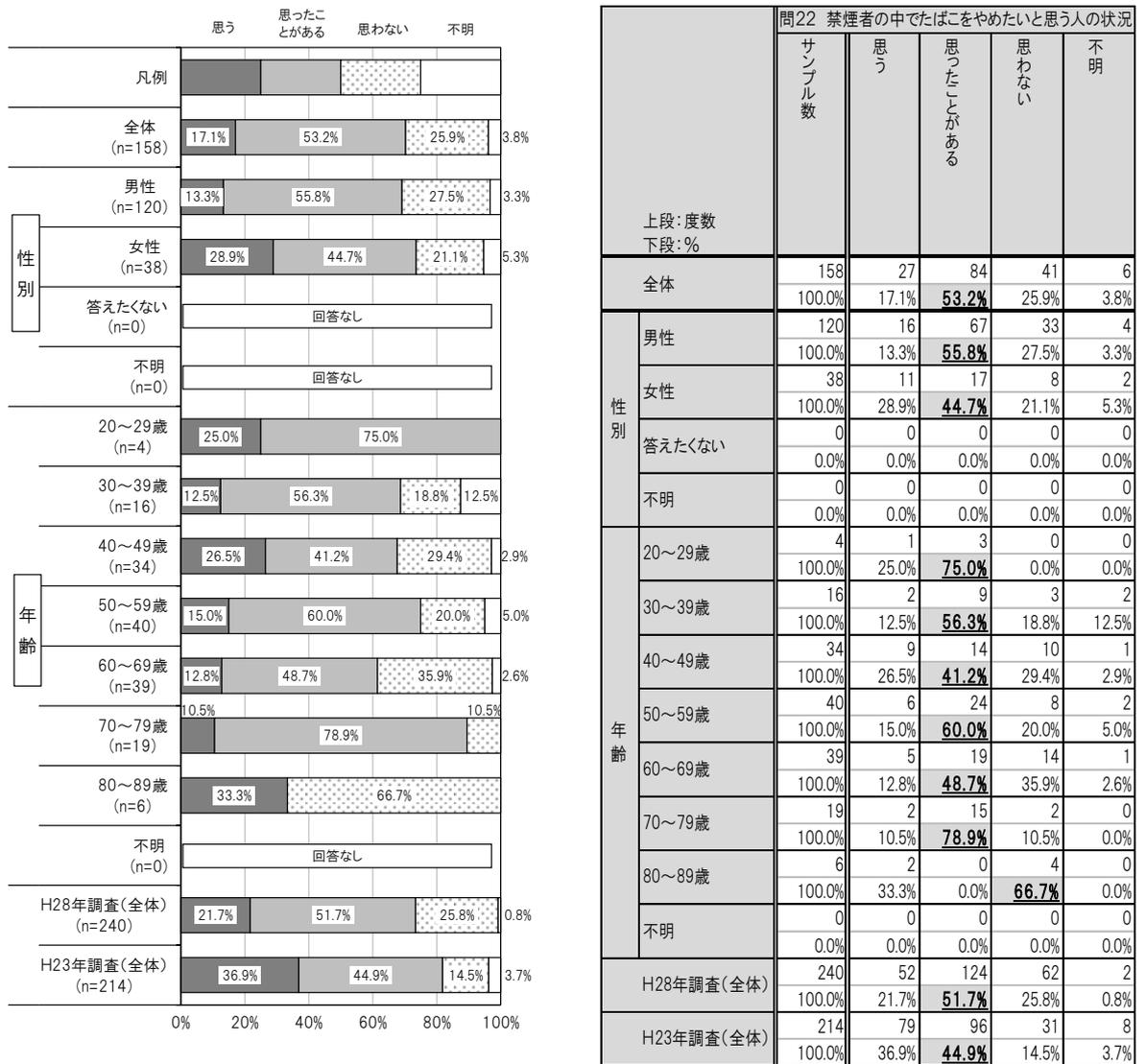
図表 1-27 喫煙の状況(2/2)

(2) 喫煙者の中でたばこをやめたいと思う人の状況

問 22 【問 21 で「1. 習慣的に吸っている」と回答した方のみお答えください。】  
たばこを吸うことをやめたいと思いますか。(○は一つ)

全体では、「思う」と「思ったことがある」を合わせて 70.3%、「思わない」が 25.9%となっている。

H23 年調査と比較すると、「思わない」と回答した割合は 11.4 ポイント増加している。



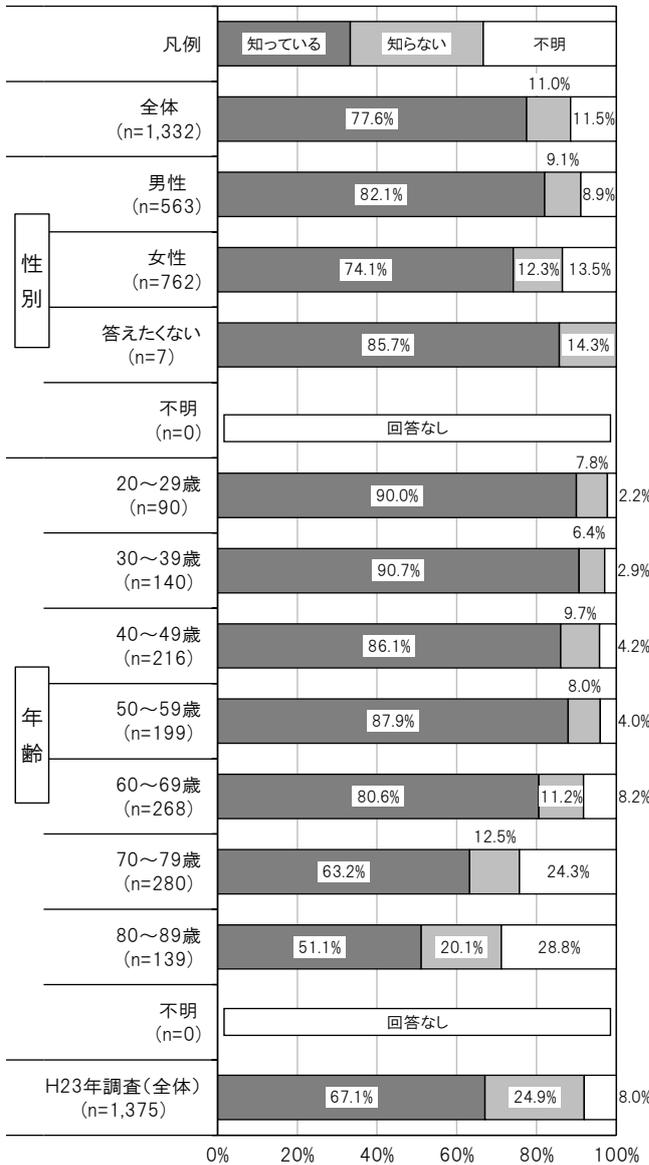
図表 1-28 喫煙者の中でたばこをやめたいと思う人の状況

(3) 受動喫煙の認知度

問 23 「受動喫煙」ということばを知っていますか。(〇は一つ)

全体では、「知っている」が77.6%、「知らない」が11.0%で、約8割が受動喫煙ということばを知っていると回答しており、H23年調査と比較すると、「知っている」は10.5ポイント増加している。

年齢別で見ると、20～30代では、「知っている」が9割を超えている。



		問23 受動喫煙の認知度			
		サンプル数	知っている	知らない	不明
性別	上段:度数				
	下段:%				
全体		1,332	1,033	146	153
		100.0%	<b>77.6%</b>	11.0%	11.5%
性別	男性	563	462	51	50
		100.0%	<b>82.1%</b>	9.1%	8.9%
	女性	762	565	94	103
		100.0%	<b>74.1%</b>	12.3%	13.5%
	答えたくない	7	6	1	0
	100.0%	<b>85.7%</b>	14.3%	0.0%	
不明		0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
年齢	20～29歳	90	81	7	2
		100.0%	<b>90.0%</b>	7.8%	2.2%
	30～39歳	140	127	9	4
		100.0%	<b>90.7%</b>	6.4%	2.9%
	40～49歳	216	186	21	9
		100.0%	<b>86.1%</b>	9.7%	4.2%
	50～59歳	199	175	16	8
		100.0%	<b>87.9%</b>	8.0%	4.0%
	60～69歳	268	216	30	22
		100.0%	<b>80.6%</b>	11.2%	8.2%
70～79歳	280	177	35	68	
	100.0%	<b>63.2%</b>	12.5%	24.3%	
80～89歳	139	71	28	40	
	100.0%	<b>51.1%</b>	20.1%	28.8%	
不明		0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
H23年調査(全体)		1,375	923	342	110
		100.0%	<b>67.1%</b>	24.9%	8.0%
問21 喫煙の状況	習慣的に吸っている	158	132	18	8
		100.0%	<b>83.5%</b>	11.4%	5.1%
	以前は吸っていたが、最近1か月間は吸わない	94	91	2	1
		100.0%	<b>96.8%</b>	2.1%	1.1%
	習慣的に吸っていない	938	775	118	45
	100.0%	<b>82.6%</b>	12.6%	4.8%	
不明		142	35	8	99
		100.0%	24.6%	5.6%	69.7%

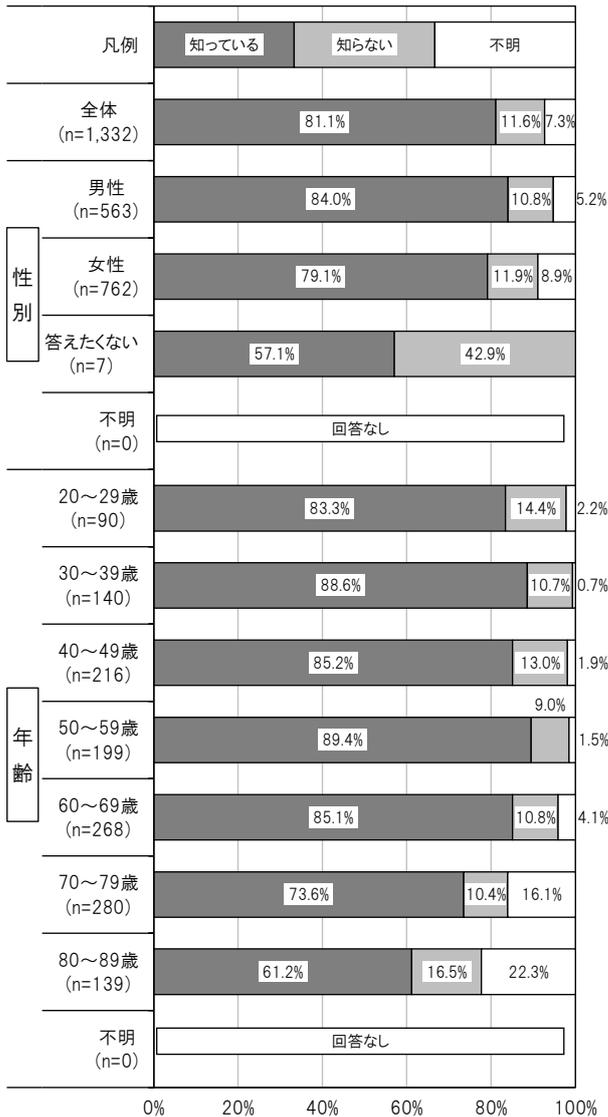
図表 1-29 受動喫煙の認知度

(4) 健康増進法と喫煙

問 24 「健康増進法」で、学校・病院・児童福祉施設、行政機関では「敷地内禁煙」、それ以外の施設等では「原則屋内禁煙」と決められたことを知っていますか。(〇は一つ)

全体では、「知っている」が81.1%、「知らない」が11.6%となっており、約8割が「知っている」と回答している。

性別でみると、男性は「知っている」が女性を4.9ポイント上回っている。



		問24 健康増進法と喫煙			
		サンプル数	知っている	知らない	不明
		上段:度数 下段:%			
全体		1,332 100.0%	1,080 <b>81.1%</b>	155 11.6%	97 7.3%
性別	男性	563 100.0%	473 <b>84.0%</b>	61 10.8%	29 5.2%
	女性	762 100.0%	603 <b>79.1%</b>	91 11.9%	68 8.9%
	答えたくない	7 100.0%	4 <b>57.1%</b>	3 42.9%	0 0.0%
	不明	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
年齢	20～29歳	90 100.0%	75 <b>83.3%</b>	13 14.4%	2 2.2%
	30～39歳	140 100.0%	124 <b>88.6%</b>	15 10.7%	1 0.7%
	40～49歳	216 100.0%	184 <b>85.2%</b>	28 13.0%	4 1.9%
	50～59歳	199 100.0%	178 <b>89.4%</b>	18 9.0%	3 1.5%
	60～69歳	268 100.0%	228 <b>85.1%</b>	29 10.8%	11 4.1%
	70～79歳	280 100.0%	206 <b>73.6%</b>	29 10.4%	45 16.1%
	80～89歳	139 100.0%	85 <b>61.2%</b>	23 16.5%	31 22.3%
	不明	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
	問21				
喫煙の状況	習慣的に吸っている	158 100.0%	151 <b>95.6%</b>	5 3.2%	2 1.3%
	以前は吸っていたが、最近1か月間は吸わない	94 100.0%	89 <b>94.7%</b>	4 4.3%	1 1.1%
	習慣的に吸っていない	938 100.0%	781 <b>83.3%</b>	137 14.6%	20 2.1%
	不明	142 100.0%	59 41.5%	9 6.3%	74 52.1%

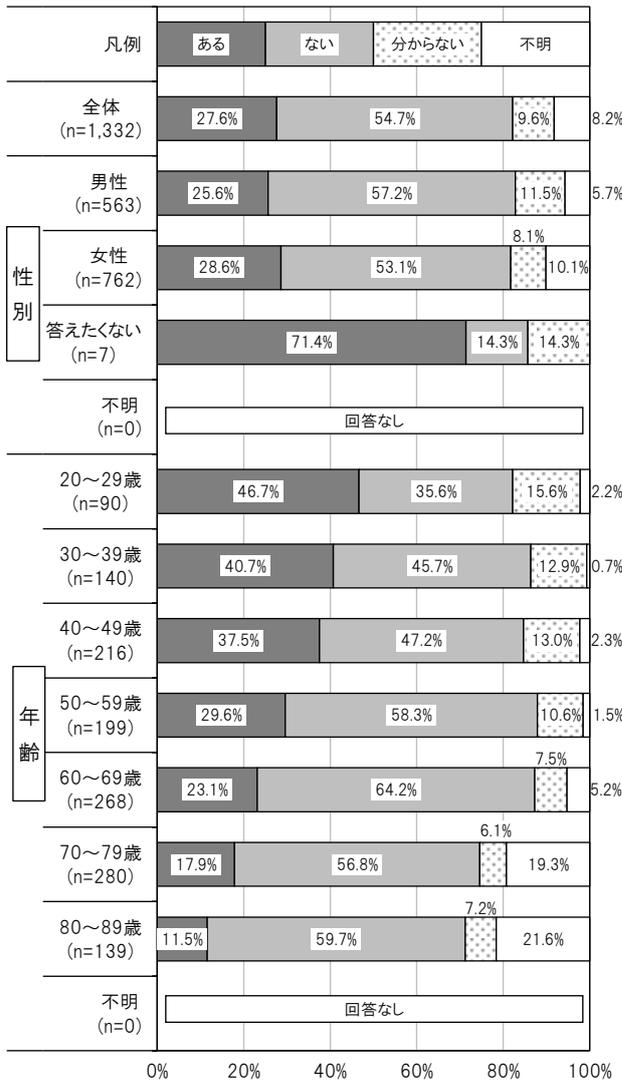
図表 1-30 健康増進法と喫煙

(5) 受動喫煙の経験

問 25 ここ 1 カ月間で、望まない受動喫煙（他人の喫煙によりたばこから発生した煙にさらされること）を経験したことがありますか（○は一つ）

全体では、「ない」が 54.7%で最も多く、次いで「ある」が 27.6%、「分からない」が 9.6%となっており、約 3 割が「受動喫煙を経験した」と回答している。

年齢別でみると、20 代と 30 代は「ある」が 4 割を超えており、他の年代より「受動喫煙を経験した」割合が高くなっている。



		問25 受動喫煙の経験				
		サンプル数	ある	ない	分からない	不明
上段: 度数 下段: %						
	全体	1,332	367	728	128	109
		100.0%	27.6%	<b>54.7%</b>	9.6%	8.2%
性別	男性	563	144	322	65	32
		100.0%	25.6%	<b>57.2%</b>	11.5%	5.7%
	女性	762	218	405	62	77
		100.0%	28.6%	<b>53.1%</b>	8.1%	10.1%
	答えたくない	7	5	1	1	0
	100.0%	<b>71.4%</b>	14.3%	14.3%	0.0%	
	不明	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
年齢	20～29歳	90	42	32	14	2
		100.0%	<b>46.7%</b>	35.6%	15.6%	2.2%
	30～39歳	140	57	64	18	1
		100.0%	40.7%	<b>45.7%</b>	12.9%	0.7%
	40～49歳	216	81	102	28	5
		100.0%	37.5%	<b>47.2%</b>	13.0%	2.3%
	50～59歳	199	59	116	21	3
		100.0%	29.6%	<b>58.3%</b>	10.6%	1.5%
	60～69歳	268	62	172	20	14
		100.0%	23.1%	<b>64.2%</b>	7.5%	5.2%
70～79歳	280	50	159	17	54	
	100.0%	17.9%	<b>56.8%</b>	6.1%	19.3%	
80～89歳	139	16	83	10	30	
	100.0%	11.5%	<b>59.7%</b>	7.2%	21.6%	
	不明	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

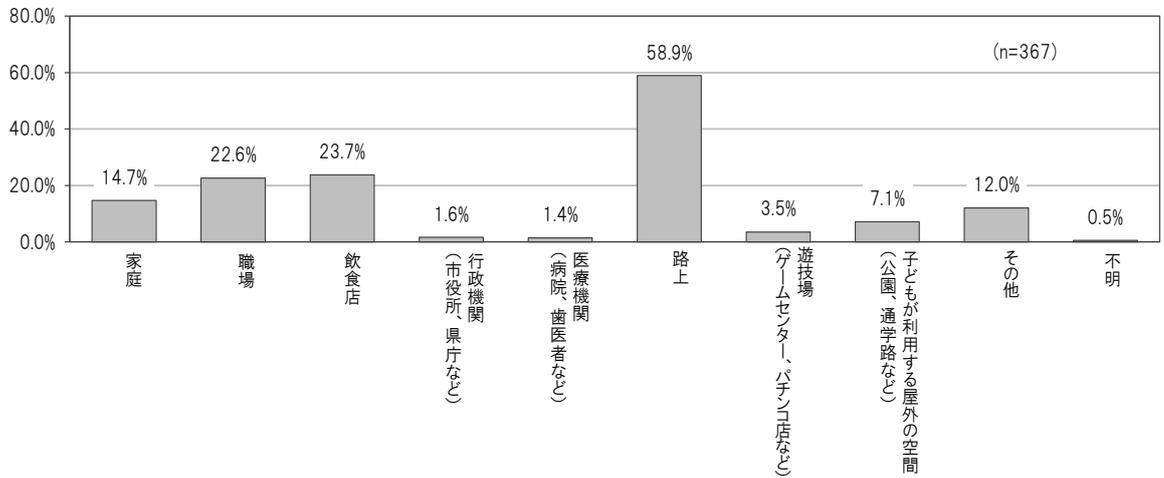
図表 1-31 受動喫煙の経験

(6) 受動喫煙した場所（複数回答）

問 26 受動喫煙を経験した場所はどこですか（〇はいくつでも）

全体では、「路上」が58.9%で最も多く、次いで「飲食店」が23.7%、「職場」が22.6%となっている。

性別で見ると、男女ともに「路上」が最も多くなっているが、次いで多い項目は、男性では「職場」が31.9%、女性では「家庭」が21.1%となっている。



		問26 受動喫煙した場所（複数回答）										
		サンプル数	家庭	職場	飲食店	（市役所、県庁など） 行政機関	（病院、歯医者など） 医療機関	路上	（ゲームセンター、パチンコ店など） 遊技場	（公園、通学路など） 子どもが利用する屋外の空間	その他	不明
上段：度数 下段：%												
全体		367 100.0%	54 14.7%	83 22.6%	87 23.7%	6 1.6%	5 1.4%	216 <b>58.9%</b>	13 3.5%	26 7.1%	44 12.0%	2 0.5%
性別	男性	144 100.0%	8 5.6%	46 31.9%	42 29.2%	3 2.1%	3 2.1%	80 <b>55.6%</b>	8 5.6%	7 4.9%	14 9.7%	2 1.4%
	女性	218 100.0%	46 21.1%	35 16.1%	44 20.2%	2 0.9%	2 0.9%	132 <b>60.6%</b>	5 2.3%	19 8.7%	28 12.8%	0 0.0%
	答えたくない	5 100.0%	0 0.0%	2 40.0%	1 20.0%	1 20.0%	0 0.0%	4 <b>80.0%</b>	0 0.0%	0 0.0%	2 40.0%	0 0.0%
	不明	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%	0 0.0%	0 0.0%
年齢	20～29歳	42 100.0%	4 9.5%	7 16.7%	13 31.0%	0 0.0%	0 0.0%	32 <b>76.2%</b>	3 7.1%	7 16.7%	4 9.5%	0 0.0%
	30～39歳	57 100.0%	15 26.3%	17 29.8%	15 26.3%	0 0.0%	0 0.0%	32 <b>56.1%</b>	2 3.5%	4 7.0%	6 10.5%	0 0.0%
	40～49歳	81 100.0%	11 13.6%	21 25.9%	17 21.0%	2 2.5%	0 0.0%	46 <b>56.8%</b>	1 1.2%	6 7.4%	12 14.8%	0 0.0%
	50～59歳	59 100.0%	11 18.6%	15 25.4%	15 25.4%	0 0.0%	0 0.0%	37 <b>62.7%</b>	2 3.4%	6 10.2%	7 11.9%	0 0.0%
	60～69歳	62 100.0%	5 8.1%	16 25.8%	14 22.6%	3 4.8%	3 4.8%	31 <b>50.0%</b>	1 1.6%	2 3.2%	6 9.7%	0 0.0%
	70～79歳	50 100.0%	6 12.0%	6 12.0%	9 18.0%	1 2.0%	2 4.0%	30 <b>60.0%</b>	3 6.0%	0 0.0%	6 12.0%	1 2.0%
	80～89歳	16 100.0%	2 12.5%	1 6.3%	4 25.0%	0 0.0%	0 0.0%	8 <b>50.0%</b>	1 6.3%	1 6.3%	3 18.8%	1 6.3%
	不明	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%	0 0.0%	0 0.0%

図表 1-32 受動喫煙した場所（複数回答）

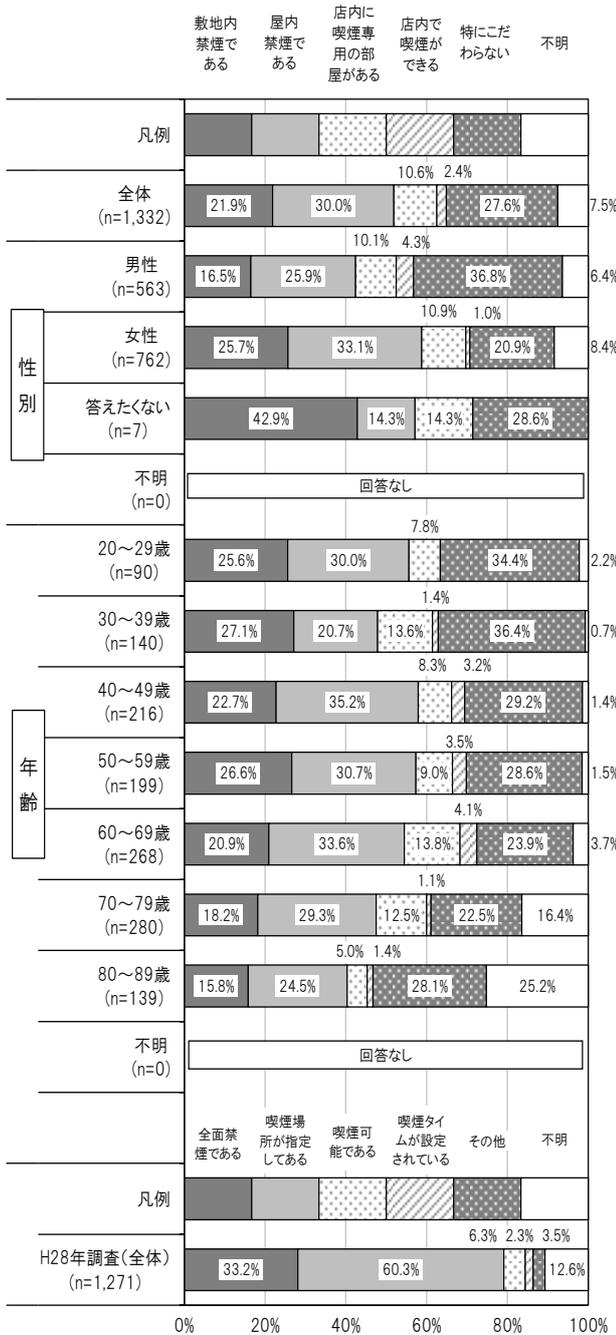
[その他の詳細]

- ・スーパーやコンビニの出入口，駐車場，駐輪場
- ・友人宅，趣味仲間
- ・近隣の人の外での喫煙中の煙やにおいが入ってくる
- ・ゴルフ場
- ・バス停，電停付近
- ・車中（同乗者の喫煙による）

(7) 喫煙について飲食店を選ぶ基準

問 27 飲食店に入るとき、どのような店を選びたいですか。(○は一つ)

全体では、「屋内禁煙である」が 30.0%で最も多く、次いで「特にこだわらない」が 27.6%、「敷地内禁煙である」が 21.9%となっている。  
性別で見ると、女性は「敷地内禁煙である」と「屋内禁煙である」の合計が男性を 16.4 ポイント上回っている。



		問27 喫煙について飲食店を選ぶ基準						
		サンプル数	敷地内禁煙である	屋内禁煙である	店内に喫煙専用部屋がある	店内で喫煙ができる	特にこだわらない	不明
上段:度数	下段:%							
全体		1,332	292	399	141	32	368	100
		100.0%	21.9%	<b>30.0%</b>	10.6%	2.4%	27.6%	7.5%
性別								
男性		563	93	146	57	24	207	36
		100.0%	16.5%	25.9%	10.1%	4.3%	<b>36.8%</b>	6.4%
女性		762	196	252	83	8	159	64
		100.0%	25.7%	<b>33.1%</b>	10.9%	1.0%	20.9%	8.4%
回答たくない		7	3	1	1	0	2	0
		100.0%	<b>42.9%</b>	14.3%	14.3%	0.0%	28.6%	0.0%
不明		0	0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
年齢								
20~29歳		90	23	27	7	0	31	2
		100.0%	25.6%	30.0%	7.8%	0.0%	<b>34.4%</b>	2.2%
30~39歳		140	38	29	19	2	51	1
		100.0%	27.1%	20.7%	13.6%	1.4%	<b>36.4%</b>	0.7%
40~49歳		216	49	76	18	7	63	3
		100.0%	22.7%	<b>35.2%</b>	8.3%	3.2%	29.2%	1.4%
50~59歳		199	53	61	18	7	57	3
		100.0%	26.6%	<b>30.7%</b>	9.0%	3.5%	28.6%	1.5%
60~69歳		268	56	90	37	11	64	10
		100.0%	20.9%	<b>33.6%</b>	13.8%	4.1%	23.9%	3.7%
70~79歳		280	51	82	35	3	63	46
		100.0%	18.2%	<b>29.3%</b>	12.5%	1.1%	22.5%	16.4%
80~89歳		139	22	34	7	2	39	35
		100.0%	15.8%	24.5%	5.0%	1.4%	<b>28.1%</b>	25.2%
不明		0	0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
問 21								
習慣的に吸っている		158	4	8	35	24	84	3
		100.0%	2.5%	5.1%	22.2%	15.2%	<b>53.2%</b>	1.9%
喫煙の状況								
以前は吸っていたが、最近1か月間は吸わない		94	13	38	5	0	37	1
		100.0%	13.8%	<b>40.4%</b>	5.3%	0.0%	39.4%	1.1%
習慣的に吸っていない		938	259	328	95	8	224	24
		100.0%	27.6%	<b>35.0%</b>	10.1%	0.9%	23.9%	2.6%
不明		142	16	25	6	0	23	72
		100.0%	11.3%	17.6%	4.2%	0.0%	16.2%	50.7%
上段:度数	下段:%							
H28年調査(全体)		1,271	422	766	80	29	44	160
		-	33.2%	<b>60.3%</b>	6.3%	2.3%	3.5%	12.6%

※ H28年調査は、複数回答

図表 1-33 喫煙について飲食店を選ぶ基準

## 5. アルコール

### (1) 飲酒の状況（回数）

問 28 お酒（日本酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度はどのくらいですか。（○は一つ）

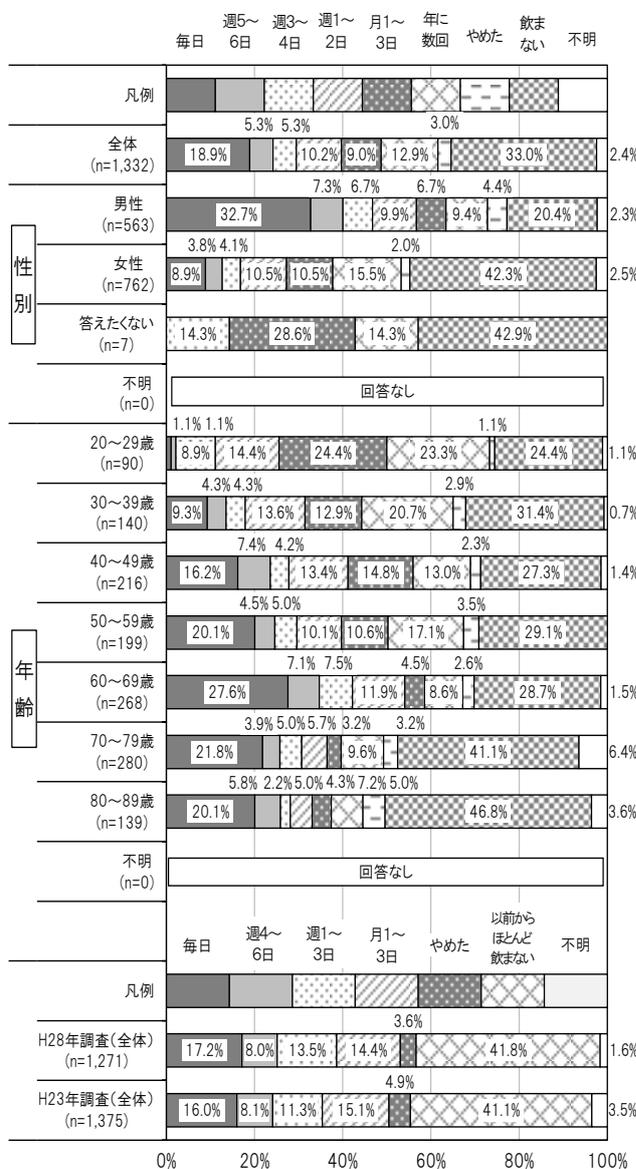
全体では、「飲まない（飲めない）」が 33.0%で最も多く、次いで「毎日」が 18.9%、「年に数回」が 12.9%となっている。

性別で見ると、男性は約 3 割が「毎日」と回答し、女性は約 4 割が「飲まない（飲めない）」と回答しており、回答傾向に大きな差がみられた。

年齢別で見ると、30 代では「毎日」と回答したのは 1 割以下となっており、他の年代と比較して低い傾向にある。

朝・昼・夕の 3 食の摂取状況別で見ると、「ほとんど食べない」と回答した人のうち、約 3 割がお酒を「毎日」飲むと回答している。

喫煙の状況別では、「習慣的に吸っている」と回答した人のうち、約 4 割がお酒を「毎日」飲むと回答している。



性別	年齢	問28 飲酒の状況(回数)									
		サンプル数	毎日	週5~6日	週3~4日	週1~2日	月に1~3日	年に数回	やめた	飲まない (飲めない)	不明
全体		1,332	252	70	70	136	120	172	40	440	32
男性		563	184	41	38	56	38	53	25	115	13
女性		762	68	29	31	80	80	118	15	322	19
20~29歳		90	1	1	8	13	22	21	1	22	1
30~39歳		140	13	6	6	19	18	29	4	44	1
40~49歳		216	35	16	9	29	32	28	5	59	3
50~59歳		199	40	9	10	20	21	34	7	58	0
60~69歳		268	74	19	20	32	12	23	7	77	4
70~79歳		280	61	11	14	16	9	27	9	115	18
80~89歳		139	28	8	3	7	6	10	7	65	5
不明		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
上段:度数 下段:%		1,332	252	70	70	136	120	172	40	440	32
全体		100.0%	18.9%	5.3%	5.3%	10.2%	9.0%	12.9%	3.0%	33.0%	2.4%
男性		100.0%	32.7%	7.3%	6.7%	9.9%	6.7%	9.4%	4.4%	20.4%	2.3%
女性		100.0%	8.9%	3.8%	4.1%	10.5%	10.5%	15.5%	2.0%	42.3%	2.5%
20~29歳		100.0%	1.1%	1.1%	8.9%	14.4%	24.4%	23.3%	24.4%	1.1%	
30~39歳		100.0%	9.3%	4.3%	4.3%	13.6%	12.9%	20.7%	31.4%	2.9%	
40~49歳		100.0%	16.2%	7.4%	4.2%	13.4%	14.8%	13.0%	27.3%	2.3%	
50~59歳		100.0%	20.1%	4.5%	5.0%	10.1%	10.6%	17.1%	29.1%	3.5%	
60~69歳		100.0%	27.6%	7.1%	7.5%	11.9%	8.6%	28.7%	3.2%	3.2%	
70~79歳		100.0%	21.8%	3.9%	5.0%	5.7%	9.6%	41.1%	3.2%	3.2%	
80~89歳		100.0%	20.1%	5.8%	2.2%	5.0%	4.3%	7.2%	5.0%	46.8%	
H28年調査 (全体)		1,271	218	102	171	183	46	531	20		
H23年調査 (全体)		1,375	220	112	155	207	68	565	48		
上段:度数 下段:%		100.0%	17.2%	8.0%	13.5%	14.4%	3.6%	41.8%	1.6%		
H28年調査 (全体)		100.0%	16.0%	8.1%	11.3%	15.1%	4.9%	41.1%	3.5%		
H23年調査 (全体)		100.0%	16.0%	8.1%	11.3%	15.1%	4.9%	41.1%	3.5%		

図表 1-34 飲酒の状況（回数）（1/2）

上段:度数 下段:%		問28 飲酒の状況(回数)									
		サンプル数	毎日	週5~6日	週3~4日	週1~2日	月1~3日	年に数回	やめた	(飲めない) (飲まない)	不明
F3 (BMI)	やせ	117	10	7	4	18	8	12	4	52	2
		100.0%	8.5%	6.0%	3.4%	15.4%	6.8%	10.3%	3.4%	<b>44.4%</b>	1.7%
	普通	892	184	47	46	94	79	115	25	278	24
		100.0%	20.6%	5.3%	5.2%	10.5%	8.9%	12.9%	2.8%	<b>31.2%</b>	2.7%
肥満	293	54	15	17	23	27	45	10	99	3	
	100.0%	18.4%	5.1%	5.8%	7.8%	9.2%	15.4%	3.4%	<b>33.8%</b>	1.0%	
不明	30	4	1	3	1	6	0	1	11	3	
	100.0%	13.3%	3.3%	10.0%	3.3%	20.0%	0.0%	3.3%	<b>36.7%</b>	10.0%	
問3 取状況 朝・昼・夕の3食摂	ほとんど毎日食べ	984	178	51	51	96	79	122	30	350	27
		100.0%	18.1%	5.2%	5.2%	9.8%	8.0%	12.4%	3.0%	<b>35.6%</b>	2.7%
	週に4~5日は食べる	131	18	7	7	13	15	27	5	37	2
		100.0%	13.7%	5.3%	5.3%	9.9%	11.5%	20.6%	3.8%	<b>28.2%</b>	1.5%
	週に2~3日は食べる	86	17	6	8	14	9	8	3	20	1
		100.0%	19.8%	7.0%	9.3%	16.3%	10.5%	9.3%	3.5%	<b>23.3%</b>	1.2%
ほとんど食べない	129	38	6	4	13	17	15	2	33	1	
	100.0%	<b>29.5%</b>	4.7%	3.1%	10.1%	13.2%	11.6%	1.6%	25.6%	0.8%	
不明	2	1	0	0	0	0	0	0	0	1	
	100.0%	50.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	50.0%	
問8 食塩の摂取状況	気をつけている	539	80	27	27	50	37	61	26	215	16
		100.0%	14.8%	5.0%	5.0%	9.3%	6.9%	11.3%	4.8%	<b>39.9%</b>	3.0%
	時々気をつけている	409	80	25	25	47	41	57	10	117	7
		100.0%	19.6%	6.1%	6.1%	11.5%	10.0%	13.9%	2.4%	<b>28.6%</b>	1.7%
	あまり気をつけていない	309	79	17	14	29	34	41	4	88	3
	100.0%	25.6%	5.5%	4.5%	9.4%	11.0%	13.3%	1.3%	<b>28.5%</b>	1.0%	
全然気をつけていない	64	13	1	4	10	8	10	0	17	1	
	100.0%	20.3%	1.6%	6.3%	15.6%	12.5%	15.6%	0.0%	<b>26.6%</b>	1.6%	
不明	11	0	0	0	0	0	3	0	3	5	
	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	27.3%	0.0%	27.3%	45.5%	
問10 運動習慣の状況	いつもしている	302	72	16	19	29	18	37	11	92	8
		100.0%	23.8%	5.3%	6.3%	9.6%	6.0%	12.3%	3.6%	<b>30.5%</b>	2.6%
	時々している	552	97	30	29	62	51	71	15	189	8
		100.0%	17.6%	5.4%	5.3%	11.2%	9.2%	12.9%	2.7%	<b>34.2%</b>	1.4%
	以前はしていたが、今はしていない	297	44	18	18	27	34	44	8	95	9
		100.0%	14.8%	6.1%	6.1%	9.1%	11.4%	14.8%	2.7%	<b>32.0%</b>	3.0%
まったくしたことがない	163	38	5	4	18	17	19	6	55	1	
	100.0%	23.3%	3.1%	2.5%	11.0%	10.4%	11.7%	3.7%	<b>33.7%</b>	0.6%	
不明	18	1	1	0	0	0	1	0	9	6	
	100.0%	5.6%	5.6%	0.0%	0.0%	0.0%	5.6%	0.0%	50.0%	33.3%	
問16 睡眠の状況	充分にとれている	237	48	12	11	24	18	27	13	76	8
		100.0%	20.3%	5.1%	4.6%	10.1%	7.6%	11.4%	5.5%	<b>32.1%</b>	3.4%
	まあまあとれている	711	135	40	41	77	57	88	18	244	11
		100.0%	19.0%	5.6%	5.8%	10.8%	8.0%	12.4%	2.5%	<b>34.3%</b>	1.5%
	あまりとれていない	293	48	16	16	27	40	40	9	90	7
		100.0%	16.4%	5.5%	5.5%	9.2%	13.7%	13.7%	3.1%	<b>30.7%</b>	2.4%
	まったくとれていない	41	9	1	1	6	4	6	0	13	1
	100.0%	22.0%	2.4%	2.4%	14.6%	9.8%	14.6%	0.0%	<b>31.7%</b>	2.4%	
わからない	30	10	0	1	1	1	9	0	8	0	
	100.0%	<b>33.3%</b>	0.0%	3.3%	3.3%	3.3%	30.0%	0.0%	26.7%	0.0%	
不明	20	2	1	0	1	0	2	0	9	5	
	100.0%	10.0%	5.0%	0.0%	5.0%	0.0%	10.0%	0.0%	45.0%	25.0%	
問21 喫煙の状況	習慣的に吸っている	158	65	13	9	10	13	10	5	31	2
		100.0%	<b>41.1%</b>	8.2%	5.7%	6.3%	8.2%	6.3%	3.2%	19.6%	1.3%
	以前は吸っていたが、最近1か月間は吸わない	94	33	11	10	11	6	5	8	8	2
		100.0%	<b>35.1%</b>	11.7%	10.6%	11.7%	6.4%	5.3%	8.5%	8.5%	2.1%
習慣的に吸っていない	938	133	43	47	107	97	145	25	339	2	
	100.0%	14.2%	4.6%	5.0%	11.4%	10.3%	15.5%	2.7%	<b>36.1%</b>	0.2%	
不明	142	21	3	4	8	4	12	2	62	26	
	100.0%	14.8%	2.1%	2.8%	5.6%	2.8%	8.5%	1.4%	43.7%	18.3%	

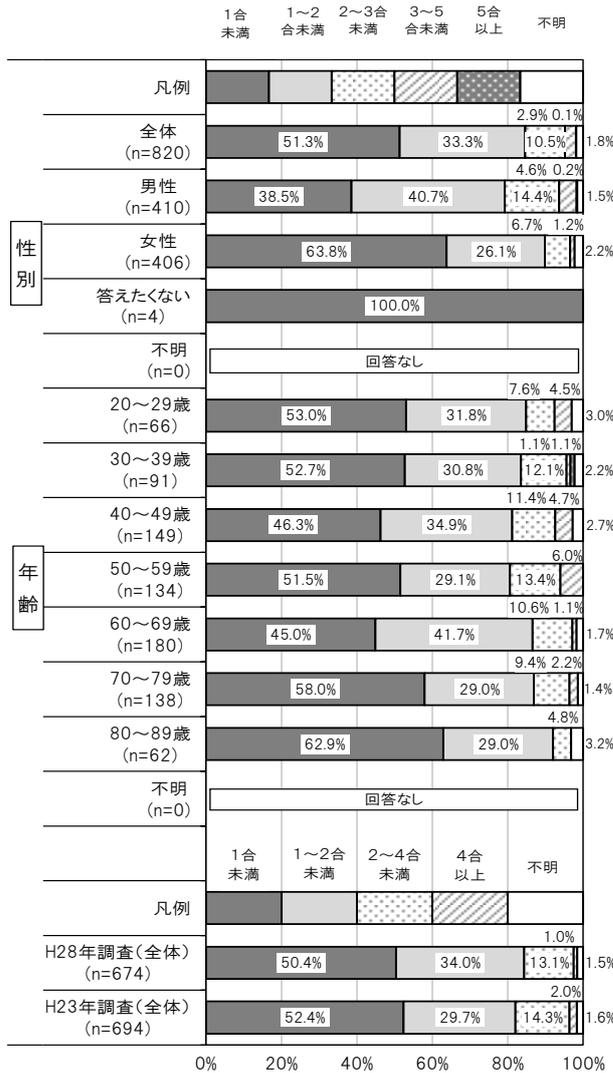
図表 1-34 飲酒の状況 (回数) (2/2)

(2) 飲酒の状況（量）

問 29 【問 28 で「1～6」と回答した方のみお答えください。】  
 1日に飲むお酒の量は、日本酒に換算して平均どれくらいですか。（〇は一つ）

全体では、「1合未満」が51.3%で最も多く、次いで「1～2合未満」が33.3%、「2～3合未満」が10.5%となっており、H23年調査と比較すると、飲酒量が減少している傾向がみられた。

性別でみると、男性は「1～2合未満」、女性は「1合未満」と回答した割合が最も高く、男性は女性より飲酒量が多くなっている。



	サンプル数	飲酒の状況(量)						
		1合未満	1～2合未満	2～3合未満	3～5合未満	5合以上	不明	
上段:度数 下段:%	820	421	273	86	24	1	15	
全体	100.0%	51.3%	33.3%	10.5%	2.9%	0.1%	1.8%	
性別	男性	410	158	167	59	19	1	6
		100.0%	38.5%	40.7%	14.4%	4.6%	0.2%	1.5%
	女性	406	259	106	27	5	0	9
		100.0%	63.8%	26.1%	6.7%	1.2%	0.0%	2.2%
	答えたくない	4	4	0	0	0	0	0
	100.0%	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
不明	0	0	0	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
年齢	20～29歳	66	35	21	5	3	0	2
		100.0%	53.0%	31.8%	7.6%	4.5%	0.0%	3.0%
	30～39歳	91	48	28	11	1	1	2
		100.0%	52.7%	30.8%	12.1%	1.1%	1.1%	2.2%
	40～49歳	149	69	52	17	7	0	4
		100.0%	46.3%	34.9%	11.4%	4.7%	0.0%	2.7%
	50～59歳	134	69	39	18	8	0	0
		100.0%	51.5%	29.1%	13.4%	6.0%	0.0%	0.0%
	60～69歳	180	81	75	19	2	0	3
		100.0%	45.0%	41.7%	10.6%	1.1%	0.0%	1.7%
70～79歳	138	80	40	13	3	0	2	
	100.0%	58.0%	29.0%	9.4%	2.2%	0.0%	1.4%	
80～89歳	62	39	18	3	0	0	2	
	100.0%	62.9%	29.0%	4.8%	0.0%	0.0%	3.2%	
不明	0	0	0	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
上段:度数 下段:%	674	340	229	88	7	10		
H28年調査(全体)	100.0%	50.4%	34.0%	13.1%	1.0%	1.5%		
H23年調査(全体)	694	364	206	99	14	11		
	100.0%	52.4%	29.7%	14.3%	2.0%	1.6%		

図表 1-35 飲酒の状況（量）(1/2)

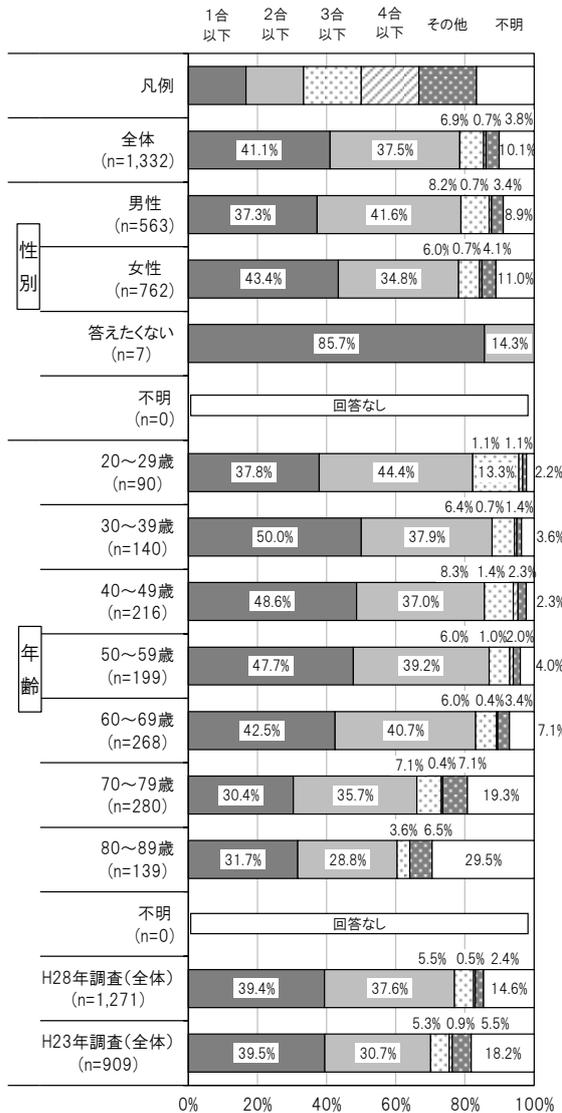
上段：度数 下段：%		問29 飲酒の状況(量)						不明
		サンプル数	1合未満	1〜2合未満	2〜3合未満	3〜5合未満	5合以上	
F3 (BMI)	やせ	59 100.0%	33 <b>55.9%</b>	17 28.8%	7 11.9%	0 0.0%	0 0.0%	2 3.4%
	普通	565 100.0%	300 <b>53.1%</b>	186 32.9%	52 9.2%	15 2.7%	1 0.2%	11 1.9%
	肥満	181 100.0%	81 <b>44.8%</b>	67 37.0%	22 12.2%	9 5.0%	0 0.0%	2 1.1%
	不明	15 100.0%	7 46.7%	3 20.0%	5 33.3%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
問3 摂取状況 朝夕の3食	ほとんど毎日食べ	577 100.0%	321 <b>55.6%</b>	187 32.4%	52 9.0%	10 1.7%	1 0.2%	6 1.0%
	週に4〜5日は食べる	87 100.0%	45 <b>51.7%</b>	25 28.7%	11 12.6%	2 2.3%	0 0.0%	4 4.6%
	週に2〜3日は食べる	62 100.0%	26 <b>41.9%</b>	22 35.5%	9 14.5%	1 1.6%	0 0.0%	4 6.5%
	ほとんど食べない	93 100.0%	29 31.2%	39 <b>41.9%</b>	13 14.0%	11 11.8%	0 0.0%	1 1.1%
	不明	1 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
	問8 食塩の摂取状況	気をつけている	282 100.0%	173 <b>61.3%</b>	76 27.0%	24 8.5%	4 1.4%	0 0.0%
	時々気をつけている	275 100.0%	129 <b>46.9%</b>	105 38.2%	26 9.5%	6 2.2%	1 0.4%	8 2.9%
	あまり気をつけていない	214 100.0%	93 <b>43.5%</b>	79 36.9%	29 13.6%	12 5.6%	0 0.0%	1 0.5%
	全然気をつけていない	46 100.0%	23 <b>50.0%</b>	13 28.3%	7 15.2%	2 4.3%	0 0.0%	1 2.2%
	不明	3 100.0%	3 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
問10 運動習慣の状況	いつもしている	191 100.0%	106 <b>55.5%</b>	57 29.8%	19 9.9%	5 2.6%	1 0.5%	3 1.6%
	時々している	340 100.0%	158 <b>46.5%</b>	124 36.5%	38 11.2%	13 3.8%	0 0.0%	7 2.1%
	以前はしていたが、今はしていない	185 100.0%	104 <b>56.2%</b>	54 29.2%	20 10.8%	3 1.6%	0 0.0%	4 2.2%
	まったくしたことがない	101 100.0%	51 <b>50.5%</b>	37 36.6%	9 8.9%	3 3.0%	0 0.0%	1 1.0%
	不明	3 100.0%	2 66.7%	1 33.3%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
問16 睡眠の状況	充分にとれている	140 100.0%	74 <b>52.9%</b>	47 33.6%	13 9.3%	2 1.4%	0 0.0%	4 2.9%
	まあまあとれている	438 100.0%	231 <b>52.7%</b>	147 33.6%	44 10.0%	12 2.7%	0 0.0%	4 0.9%
	あまりとれていない	187 100.0%	93 <b>49.7%</b>	56 29.9%	24 12.8%	7 3.7%	1 0.5%	6 3.2%
	まったくとれていない	27 100.0%	11 <b>40.7%</b>	11 <b>40.7%</b>	3 11.1%	2 7.4%	0 0.0%	0 0.0%
	わからない	22 100.0%	10 <b>45.5%</b>	9 40.9%	2 9.1%	0 0.0%	0 0.0%	1 4.5%
	不明	6 100.0%	2 33.3%	3 50.0%	0 0.0%	1 16.7%	0 0.0%	0 0.0%

図表 1-35 飲酒の状況(量) (2/2)

(3) 適量な飲酒についての認識

問 30 あなたは、成人の1日の飲酒の適量は日本酒に換算してどのくらいだと思いますか。  
(○は一つ)

全体では、「1合以下」が41.1%で最も多く、次いで「2合以下」が37.5%となっており、適切な飲酒量は「1合以下」であるため、適切な飲酒量を知っている割合が一番多い結果となった。  
性別でみると、女性は「1合以下」が男性を6.1ポイント上回っている。



		問30 適量な飲酒についての認識						
		サンプル数	1合以下	2合以下	3合以下	4合以下	その他	不明
性別	上段:度数							
	下段:%							
性別	全体	1,332	547	500	92	9	50	134
	男性	563	210	234	46	4	19	50
	女性	762	331	265	46	5	31	84
	答えたくない	7	6	1	0	0	0	0
	不明	0	0	0	0	0	0	0
年齢	20~29歳	90	34	40	12	1	1	2
	30~39歳	140	70	53	9	1	2	5
	40~49歳	216	105	80	18	3	5	5
	50~59歳	199	95	78	12	2	4	8
	60~69歳	268	114	109	16	1	9	19
	70~79歳	280	85	100	20	1	20	54
	80~89歳	139	44	40	5	0	9	41
	不明	0	0	0	0	0	0	0
	H28年調査(全体)	1,271	501	478	70	6	31	185
	H23年調査(全体)	909	359	279	48	8	50	165

※ H23年調査では焼酎(25度 5:5のお湯割り)に換算

図表 1-36 適量な飲酒についての認識

<参考> 適切な飲酒の量

- 日本酒…………… 1合
- ビール…………… 中瓶1本 (500ml)
- ワイン…………… グラス2杯
- ウィスキー…………… ダブル1杯
- 焼酎(25度) …… 1/2合

## 6. 歯の健康

### (1) 歯の本数

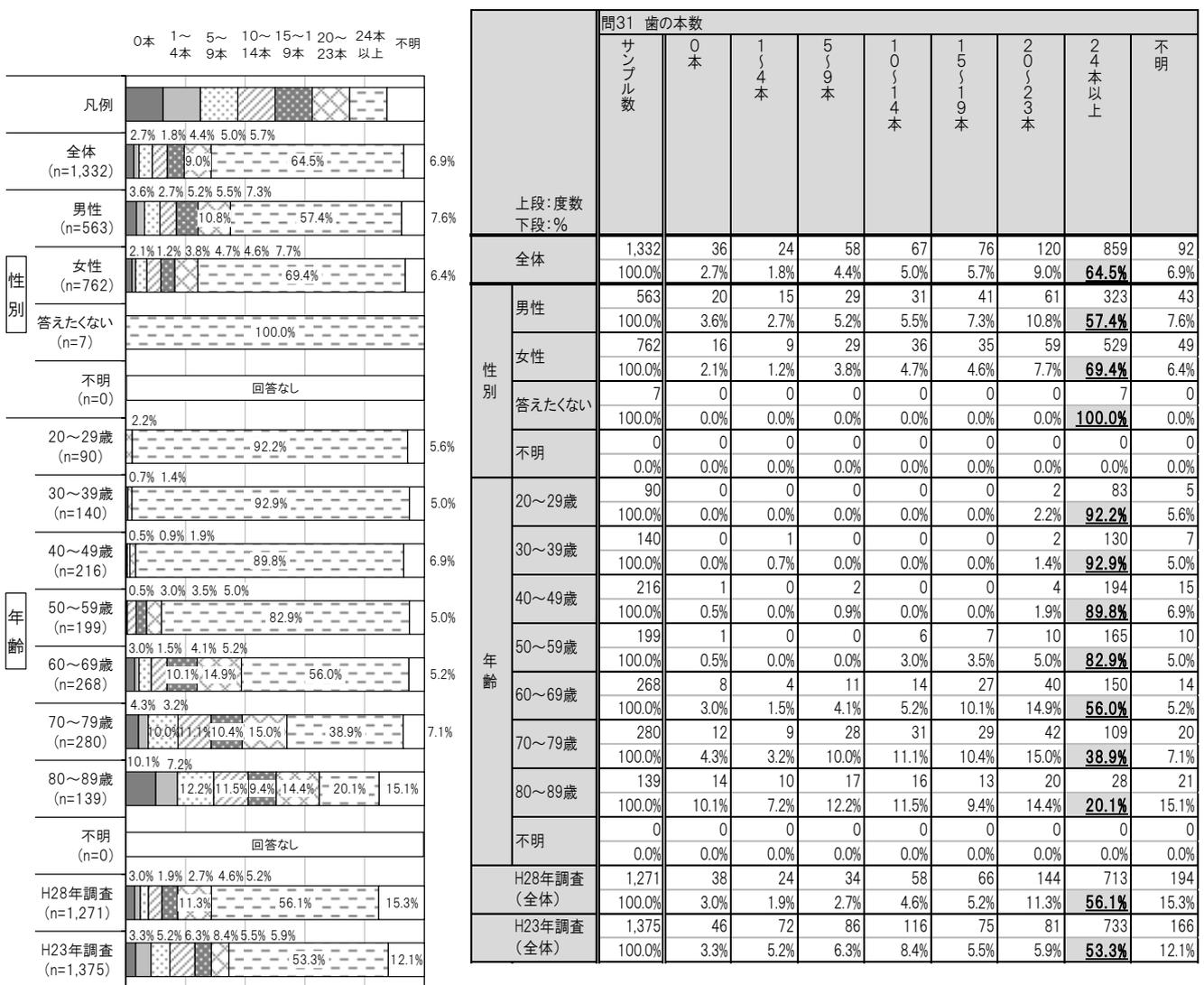
問 31 あなたの歯は、何本ありますか。(歯の根があるものは、1本と数えます)

全体では、「24本以上」が64.5%、「20～23本」が9.0%で合わせて「20本以上」が73.5%となっている。

性別で見ると、「20本以上」は男性が68.2%、女性が77.1%となっている。

年齢別で見ると、年代が上がるほど「20本以上」は減少しており、80代では、34.5%となっている。

喫煙の状況別で見ると、「習慣的に吸っている」と回答した人は、「習慣的に吸っていない」と回答した人に比べて、歯の本数が「24本以上」の割合が1割程度低かった。



図表 1-37 歯の本数 (1/2)

上段:度数 下段:%		問31 歯の本数								
		サンプル数	0本	1~4本	5~9本	10~14本	15~19本	20~23本	24本以上	不明
食、問1 主菜、副菜の食事での摂取状況	とるようにしている	383 100.0%	16 4.2%	12 3.1%	15 3.9%	23 6.0%	24 6.3%	40 10.4%	226 <b>59.0%</b>	27 7.0%
	できるだけとるようにしている	718 100.0%	14 1.9%	9 1.3%	38 5.3%	36 5.0%	42 5.8%	65 9.1%	469 <b>65.3%</b>	45 6.3%
	あまり考えていない	192 100.0%	3 1.6%	2 1.0%	4 2.1%	6 3.1%	10 5.2%	12 6.3%	141 <b>73.4%</b>	14 7.3%
	全然考えていない	29 100.0%	2 6.9%	1 3.4%	0 0.0%	1 3.4%	0 0.0%	1 3.4%	22 <b>75.9%</b>	2 6.9%
	不明	10 100.0%	1 10.0%	0 0.0%	1 10.0%	1 10.0%	0 0.0%	2 20.0%	1 10.0%	4 40.0%
問10 運動習慣の状況	いつもしている	302 100.0%	9 3.0%	7 2.3%	18 6.0%	16 5.3%	21 7.0%	38 12.6%	172 <b>57.0%</b>	21 7.0%
	時々している	552 100.0%	15 2.7%	8 1.4%	23 4.2%	32 5.8%	33 6.0%	47 8.5%	351 <b>63.6%</b>	43 7.8%
	以前はしていたが、今はしていない	297 100.0%	6 2.0%	4 1.3%	7 2.4%	7 2.4%	11 3.7%	18 6.1%	230 <b>77.4%</b>	14 4.7%
	まったくしたことがない	163 100.0%	5 3.1%	3 1.8%	9 5.5%	9 5.5%	11 6.7%	15 9.2%	101 <b>62.0%</b>	10 6.1%
	不明	18 100.0%	1 5.6%	2 11.1%	1 5.6%	3 16.7%	0 0.0%	2 11.1%	5 27.8%	4 22.2%
問21 喫煙の状況	習慣的に吸っている	158 100.0%	4 2.5%	3 1.9%	6 3.8%	13 8.2%	10 6.3%	13 8.2%	97 <b>61.4%</b>	12 7.6%
	以前は吸っていたが、最近1か月間は吸わない	94 100.0%	2 2.1%	1 1.1%	7 7.4%	7 7.4%	12 12.8%	7 7.4%	55 <b>58.5%</b>	3 3.2%
	習慣的に吸っていない	938 100.0%	23 2.5%	15 1.6%	27 2.9%	30 3.2%	44 4.7%	74 7.9%	672 <b>71.6%</b>	53 5.7%
	不明	142 100.0%	7 4.9%	5 3.5%	18 12.7%	17 12.0%	10 7.0%	26 18.3%	35 24.6%	24 16.9%
歯科問32 受診の状況	はい	686 100.0%	9 1.3%	8 1.2%	24 3.5%	31 4.5%	41 6.0%	64 9.3%	476 <b>69.4%</b>	33 4.8%
	いいえ	624 100.0%	25 4.0%	16 2.6%	34 5.4%	35 5.6%	35 5.6%	54 8.7%	377 <b>60.4%</b>	48 7.7%
	不明	22 100.0%	2 9.1%	0 0.0%	0 0.0%	1 4.5%	0 0.0%	2 9.1%	6 27.3%	11 50.0%

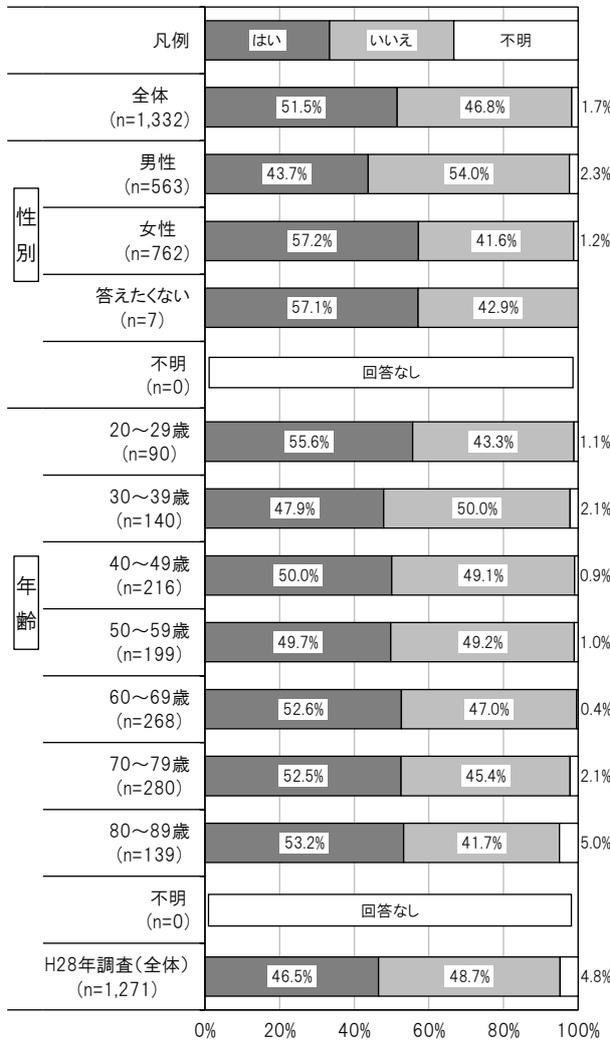
図表 1-37 歯の本数(2/2)

(2) 歯科検診の状況

問 32 1年に1回は、歯科検診を受けていますか。(○は一つ)

全体では、「はい」が51.5%、「いいえ」が46.8%となっており、H23年調査と比較すると、「はい」が10.6ポイント増加している。

性別で見ると、女性の方が「はい」と回答した割合が男性より13.5ポイント上回っている。



		問32 歯科検診の状況			
		サンプル数	はい	いいえ	不明
上段:度数 下段:%					
全体		1,332	686	624	22
		100.0%	51.5%	46.8%	1.7%
性別	男性	563	246	304	13
		100.0%	43.7%	54.0%	2.3%
	女性	762	436	317	9
		100.0%	57.2%	41.6%	1.2%
	答えたくない	7	4	3	0
		100.0%	57.1%	42.9%	0.0%
	不明	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
年齢	20～29歳	90	50	39	1
		100.0%	55.6%	43.3%	1.1%
	30～39歳	140	67	70	3
		100.0%	47.9%	50.0%	2.1%
	40～49歳	216	108	106	2
		100.0%	50.0%	49.1%	0.9%
	50～59歳	199	99	98	2
		100.0%	49.7%	49.2%	1.0%
	60～69歳	268	141	126	1
		100.0%	52.6%	47.0%	0.4%
70～79歳	280	147	127	6	
	100.0%	52.5%	45.4%	2.1%	
80～89歳	139	74	58	7	
	100.0%	53.2%	41.7%	5.0%	
	不明	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
H28年調査(全体)		1,271	591	619	61
		100.0%	46.5%	48.7%	4.8%
H23年調査(全体)		1,375	562	-	-
		100.0%	40.9%	-	-

※ H23年調査は、『「歯の健康のための実践状況」の「1年に1回は、歯科検診を受けている」』、H28年調査は、『「1年に1回は歯科医院で歯石除去や歯の清掃などの予防処置を受けていますか。」と比較

図表 1-38 歯科検診の状況

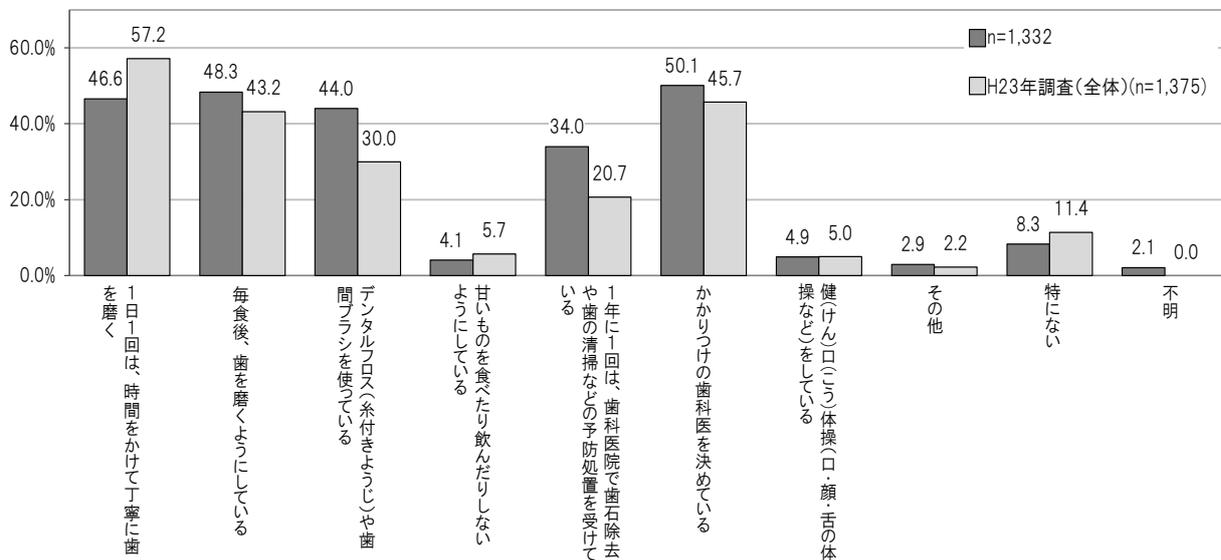
## (3) 歯の健康のための実践状況（複数回答）

## 問 33 歯の健康のために実践していることは何ですか。（〇はいくつでも）

全体では、「かかりつけの歯科医を決めている」と回答した人が 50.1%で最も多く、次いで「毎食後、歯を磨くようにしている」が 48.3%、「1日1回は、時間をかけて丁寧に歯を磨く」が 46.6%となっている。

H23年調査と比較すると、「デンタルフロス（糸付きようじ）や歯間ブラシを使っている」と「1年に1回は、歯科医院で歯石除去や歯の清掃などの予防処置を受けている」がそれぞれ 14ポイント、13.3ポイント増加している。

性別でみると、男性は「毎食後、歯を磨くようにしている」が 43.7%、「1日1回は、時間をかけて丁寧に歯を磨く」が 41.7%の順に多く、女性は「かかりつけの歯科医を決めている」が 56.8%、「デンタルフロス（糸付きようじ）や歯間ブラシを使っている」が 55.2%の順に多い傾向がみられた。



図表 1-39 歯の健康のための実践状況（複数回答）（1/2）

[その他の詳細]

- 年に複数回のこまめな歯科検診の受診と予防措置（18）
- 洗口液も歯みがきと併用（5）
- ナイトガードをつけている
- 矯正中、治療中（3）
- 口呼吸をしないようにしている
- カルシウムを摂るため、牛乳、ヨーグルト、チーズを摂取するようにしている
- 糸ようじや歯間ブラシは入らないので歯みがきシートなどでふく
- 朝起きた時必ず口を消毒する
- ガム

上段:度数 下段:%		問33 歯の健康のための実践状況(複数回答)										
		サンプル数	く1日1回は、時間をかけて丁寧に歯を磨	毎食後、歯を磨くようにしている	デンタルフロス(糸付きようじ)や歯間	甘いものを食べたり飲んだりしないよう	1年に1回は、歯科医院で歯石除去や歯	かかりつけの歯科医を決めている	の体操(けん口(こう)体操(口・顔・舌	その他	特にな	不明
全体		1,332 100.0%	621 46.6%	644 48.3%	586 44.0%	54 4.1%	453 34.0%	667 <b>50.1%</b>	65 4.9%	39 2.9%	110 8.3%	28 2.1%
性別	男性	563 100.0%	235 41.7%	246 <b>43.7%</b>	160 28.4%	28 5.0%	156 27.7%	230 40.9%	19 3.4%	12 2.1%	75 13.3%	16 2.8%
	女性	762 100.0%	381 50.0%	394 51.7%	421 55.2%	26 3.4%	294 38.6%	433 <b>56.8%</b>	46 6.0%	27 3.5%	35 4.6%	12 1.6%
	答えたくない	7 100.0%	5 <b>71.4%</b>	4 57.1%	5 <b>71.4%</b>	0 0.0%	3 42.9%	4 57.1%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
	不明	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%	0 0.0%	0 0.0%
年齢	20~29歳	90 100.0%	43 47.8%	48 <b>53.3%</b>	31 34.4%	2 2.2%	32 35.6%	34 37.8%	3 3.3%	3 3.3%	9 10.0%	1 1.1%
	30~39歳	140 100.0%	77 <b>55.0%</b>	67 47.9%	57 40.7%	3 2.1%	46 32.9%	60 42.9%	3 2.1%	4 2.9%	11 7.9%	2 1.4%
	40~49歳	216 100.0%	103 47.7%	118 <b>54.6%</b>	109 50.5%	6 2.8%	78 36.1%	87 40.3%	9 4.2%	5 2.3%	15 6.9%	2 0.9%
	50~59歳	199 100.0%	91 45.7%	99 49.7%	91 45.7%	9 4.5%	75 37.7%	104 <b>52.3%</b>	1 0.5%	10 5.0%	21 10.6%	1 0.5%
	60~69歳	268 100.0%	121 45.1%	129 48.1%	143 53.4%	14 5.2%	98 36.6%	148 <b>55.2%</b>	12 4.5%	7 2.6%	20 7.5%	2 0.7%
	70~79歳	280 100.0%	134 47.9%	129 46.1%	121 43.2%	14 5.0%	89 31.8%	162 <b>57.9%</b>	20 7.1%	8 2.9%	17 6.1%	10 3.6%
	80~89歳	139 100.0%	52 37.4%	54 38.8%	34 24.5%	6 4.3%	35 25.2%	72 <b>51.8%</b>	17 12.2%	2 1.4%	17 12.2%	10 7.2%
	不明	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%	0 0.0%	0 0.0%
H23年調査(全体)		1,375 100.0%	786 <b>57.2%</b>	594 43.2%	413 30.0%	78 5.7%	284 20.7%	629 45.7%	69 5.0%	30 2.2%	157 11.4%	0 0.0%

図表 1-39 歯の健康のための実践状況(複数回答)(2/2)

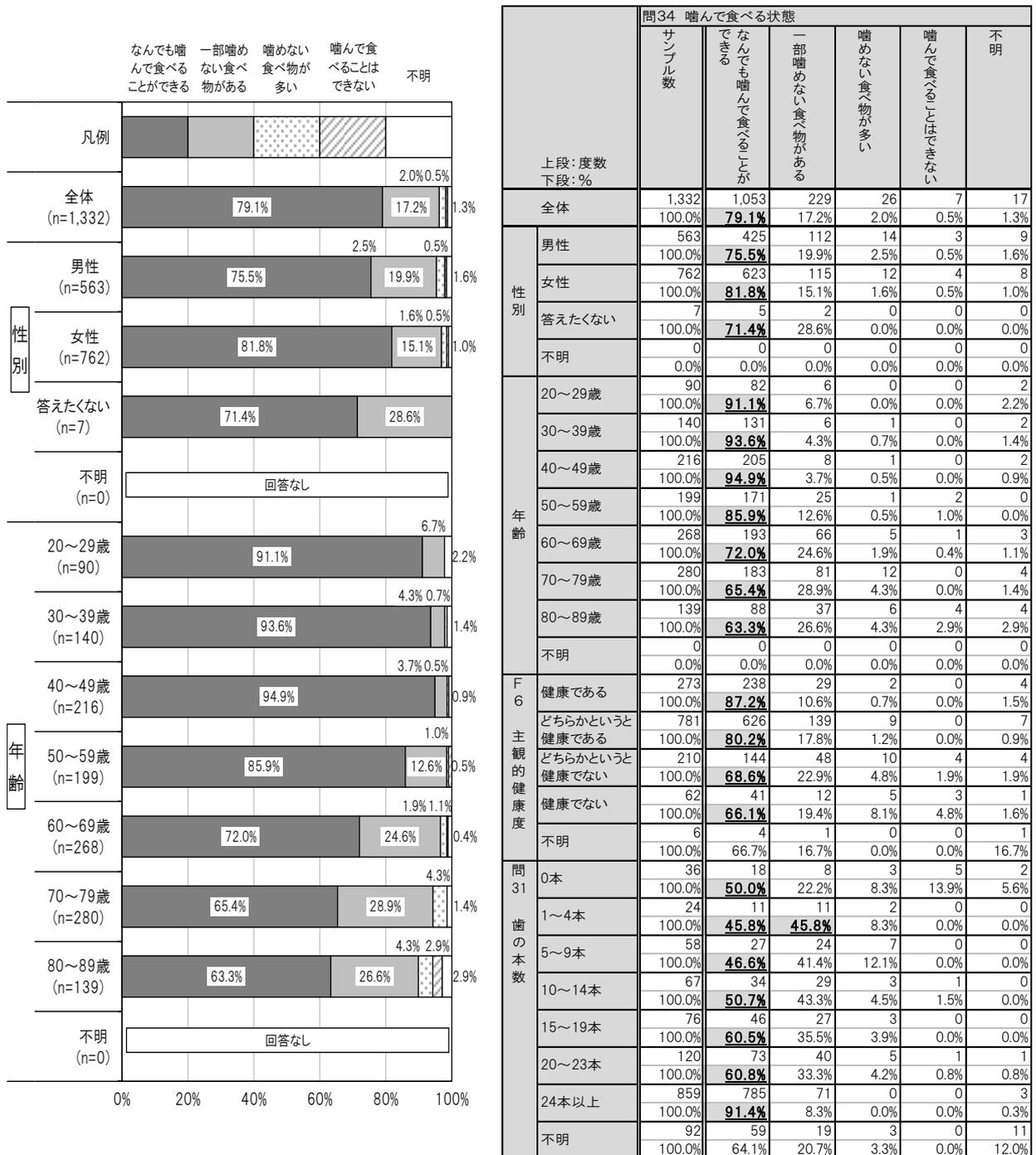
(4) 噛んで食べる状態

問 34 噛んで食べる時の状態を教えてください。(○は一つ)

全体では、「なんでも噛んで食べることができる」と回答した人が 79.1%で最も多く、次いで「一部噛めない食べ物がある」が 17.2%、「噛めない食べ物が多い」が 2.0%となっている。

性別で見ると、女性は「なんでも噛んで食べることができる」が男性を 6.3 ポイント上回っている。

年齢別で見ると、60 代以上では、「一部噛めない食べ物がある」が 2 割を超えている。



図表 1-40 噛んで食べる状態

## 7. 「検診・健診」について

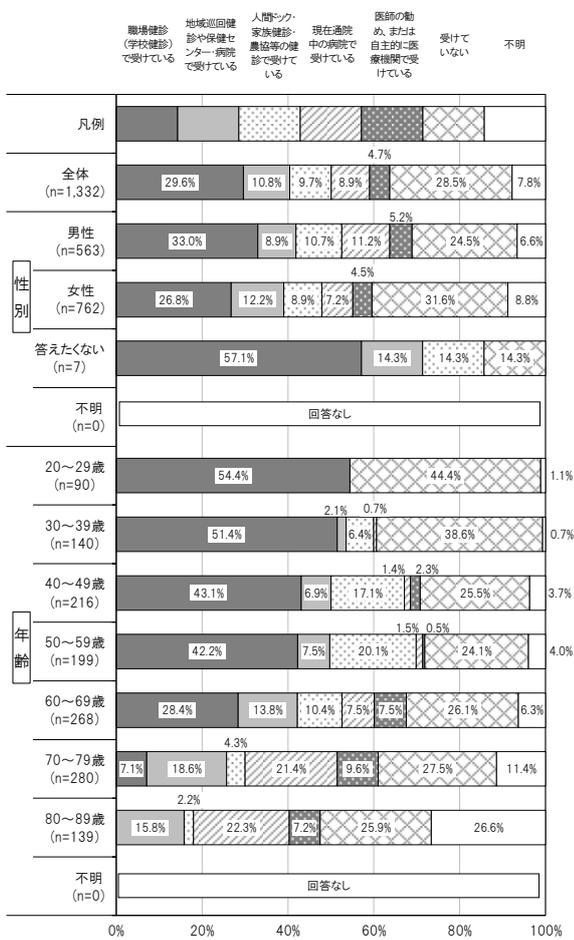
### (1) がん検診の受診状況

問 35 ①～⑤までの検診について、どのような機会ですで受けることが多いですか。

#### 【①肺がん検診】

全体では、「受けている」（「職場健診（学校健診）で受けている」「地域巡回健診や保健センター・病院で受けている」「人間ドッグ・家族健診・農協等の健診で受けている」「現在通院中の病院で受けている」「医師の勧め、または自主的に医療機関で受けている」）が63.7%、「受けていない」が28.5%となっている。

性別でみると、男性の方が「受けている」と回答した割合が女性より9.4ポイント高くなっている。



		問35 がん検診の受診状況 ①肺がん検診							
		サンプル数	職場健診（学校健診）で受けている	地域巡回健診や保健センター・病院で受けている	人間ドッグ・家族健診・農協等の健診で受けている	現在通院中の病院で受けている	医師の勧め、または自主的に医療機関で受けている	受けていない	不明
性別	全体	1,332	394	144	129	118	63	380	104
		100.0%	29.6%	10.8%	9.7%	8.9%	4.7%	28.5%	7.8%
性別	男性	563	186	50	60	63	29	138	37
		100.0%	33.0%	8.9%	10.7%	11.2%	5.2%	24.5%	6.6%
	女性	762	204	93	68	55	34	241	67
		100.0%	26.8%	12.2%	8.9%	7.2%	4.5%	31.6%	8.8%
	答えたくない	7	4	1	1	0	0	1	0
		100.0%	57.1%	14.3%	14.3%	0.0%	0.0%	14.3%	0.0%
	不明	0	0	0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
年齢	20～29歳	90	49	0	0	0	0	40	1
		100.0%	54.4%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	44.4%	1.1%
	30～39歳	140	72	3	9	1	0	54	1
		100.0%	51.4%	2.1%	6.4%	0.7%	0.0%	38.6%	0.7%
	40～49歳	216	93	15	37	3	5	55	8
		100.0%	43.1%	6.9%	17.1%	1.4%	2.3%	25.5%	3.7%
	50～59歳	199	84	15	40	3	1	48	8
		100.0%	42.2%	7.5%	20.1%	1.5%	0.5%	24.1%	4.0%
	60～69歳	268	76	37	28	20	20	70	17
		100.0%	28.4%	13.8%	10.4%	7.5%	7.5%	26.1%	6.3%
70～79歳	280	20	52	12	60	27	77	32	
	100.0%	7.1%	18.6%	4.3%	21.4%	9.6%	27.5%	11.4%	
80～89歳	139	0	22	3	31	10	36	37	
	100.0%	0.0%	15.8%	2.2%	22.3%	7.2%	25.9%	26.6%	
	不明	0	0	0	0	0	0	0	
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	

図表 1-41 がん検診の受診状況（① 肺がん検診）

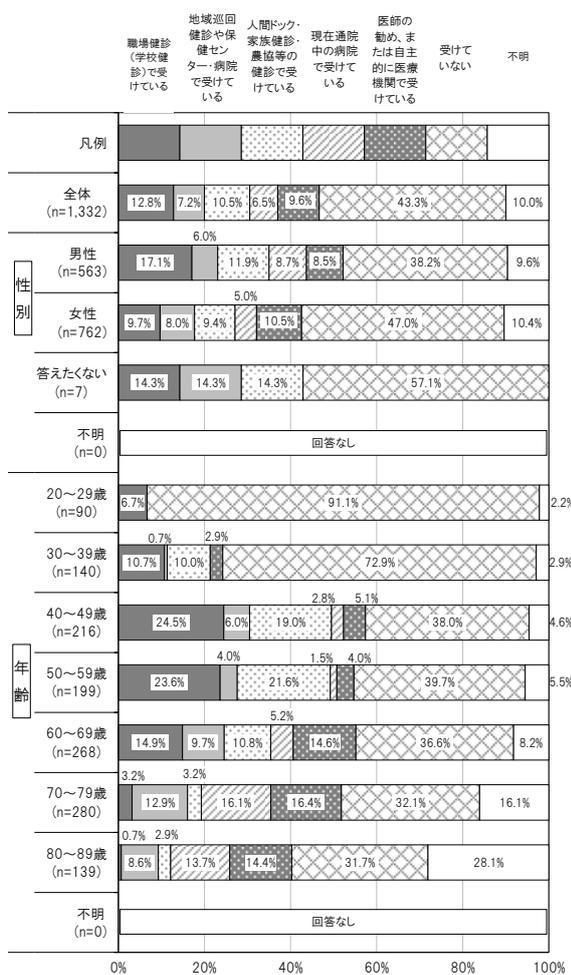
問 35 ①～⑤までの検診について、どのような機会を受けることが多いですか。

【②胃がん検診】

全体では、「受けている」（「職場健診（学校健診）で受けている」「地域巡回健診や保健センター・病院で受けている」「人間ドッグ・家族健診・農協等の健診で受けている」「現在通院中の病院で受けている」「医師の勧め、または自主的に医療機関で受けている」）が46.6%、「受けていない」が43.3%となっている。

性別でみると、男性の方が「受けている」と回答した割合が女性より9.6ポイント高くなっている。

年齢別でみると、「受けている」が20代で1割以下、30代で3割以下となっているが、40代から70代では5割を超えている。



性別	問35 がん検診の受診状況 ②胃がん検診							
	サンプル数	職場健診(学校健診)で受けている	地域巡回健診や保健センター・病院で受けている	人間ドッグ・家族健診・農協等の健診で受けている	現在通院中の病院で受けている	医師の勧め、または自主的に医療機関で受けている	受けていない	不明
全体	1,332	171	96	140	87	128	577	133
全体	100.0%	12.8%	7.2%	10.5%	6.5%	9.6%	<b>43.3%</b>	10.0%
男性	563	96	34	67	49	48	215	54
男性	100.0%	17.1%	6.0%	11.9%	8.7%	8.5%	<b>38.2%</b>	9.6%
女性	762	74	61	72	38	80	358	79
女性	100.0%	9.7%	8.0%	9.4%	5.0%	10.5%	<b>47.0%</b>	10.4%
答えたくない	7	1	1	1	0	0	4	0
答えたくない	100.0%	14.3%	14.3%	14.3%	0.0%	0.0%	<b>57.1%</b>	0.0%
不明	0	0	0	0	0	0	0	0
不明	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
20～29歳	90	6	0	0	0	0	82	2
20～29歳	100.0%	6.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	<b>91.1%</b>	2.2%
30～39歳	140	15	1	14	0	4	102	4
30～39歳	100.0%	10.7%	0.7%	10.0%	0.0%	2.9%	<b>72.9%</b>	2.9%
40～49歳	216	53	13	41	6	11	82	10
40～49歳	100.0%	24.5%	6.0%	19.0%	2.8%	5.1%	<b>38.0%</b>	4.6%
50～59歳	199	47	8	43	3	8	79	11
50～59歳	100.0%	23.6%	4.0%	21.6%	1.5%	4.0%	<b>39.7%</b>	5.5%
60～69歳	268	40	26	29	14	39	98	22
60～69歳	100.0%	14.9%	9.7%	10.8%	5.2%	14.6%	<b>36.6%</b>	8.2%
70～79歳	280	9	36	9	45	46	90	45
70～79歳	100.0%	3.2%	12.9%	3.2%	16.1%	16.4%	<b>32.1%</b>	16.1%
80～89歳	139	1	12	4	19	20	44	39
80～89歳	100.0%	0.7%	8.6%	2.9%	13.7%	14.4%	<b>31.7%</b>	28.1%
不明	0	0	0	0	0	0	0	0
不明	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

図表 1-42 がん検診の受診状況 (② 胃がん検診)

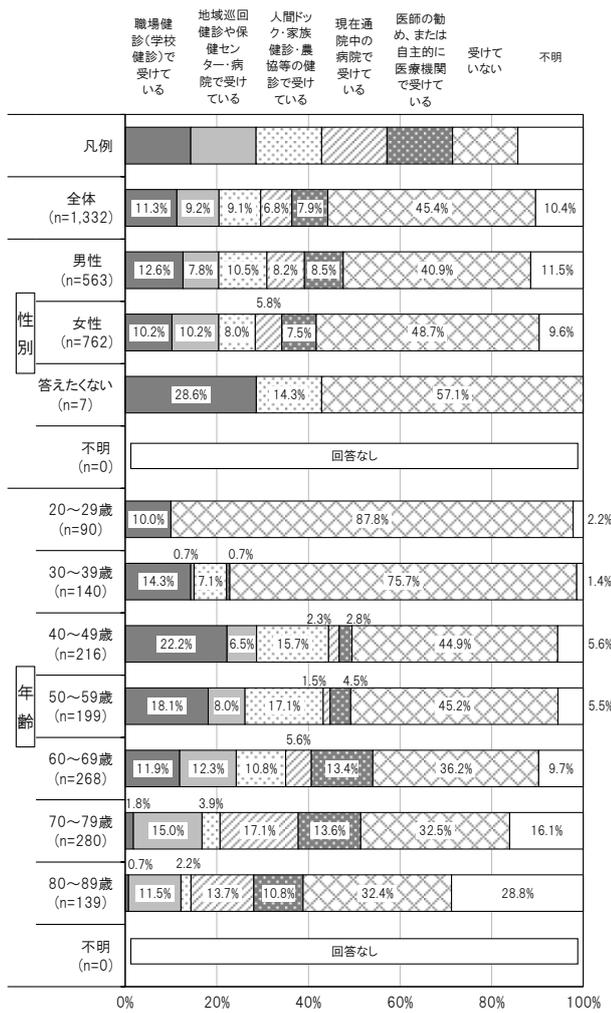
問 35 ①～⑤までの検診について、どのような機会でする事が多いですか。

【③大腸がん検診】

全体では、「受けている」（「職場健診（学校健診）で受けている」「地域巡回健診や保健センター・病院で受けている」「人間ドック・家族健診・農協等の健診で受けている」「現在通院中の病院で受けている」「医師の勧め、または自主的に医療機関で受けている」）が 44.3%、「受けていない」が 45.4%となっている。

性別でみると、男性の方が「受けている」と回答した割合が女性より 5.9 ポイント高くなっている。

年齢別でみると、60代と70代は、「受けている」が5割を超えている。



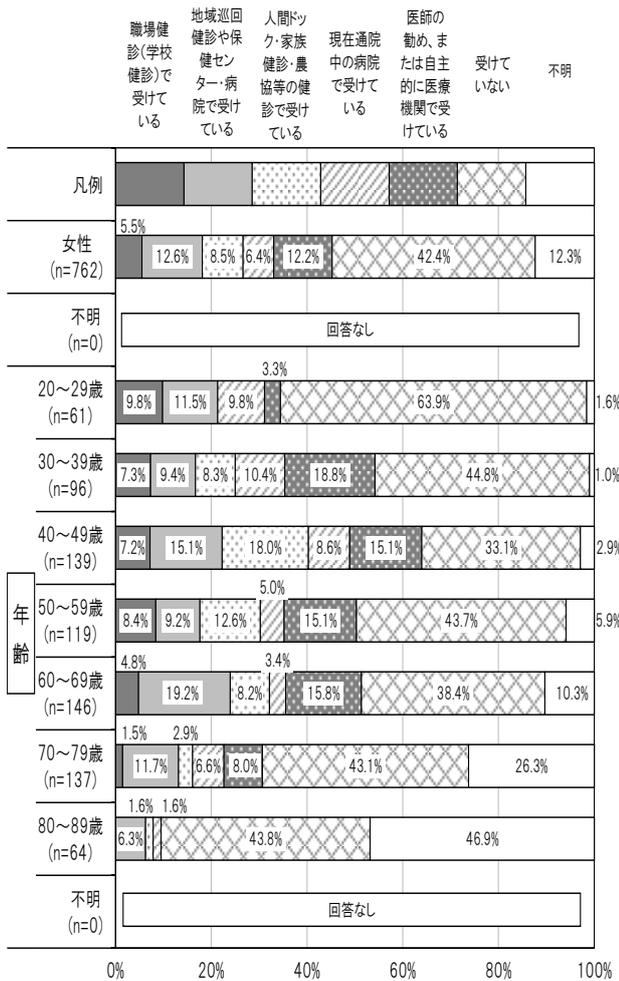
	問35 がん検診の受診状況 ③大腸がん検診								
	サンプル数	受診している	職場健診(学校健診)で受けている	地域巡回健診や保健センター・病院で受けている	人間ドック・家族健診・農協等の健診で受けている	現在通院中の病院で受けている	医師の勧め、または自主的に医療機関で受けている	受けていない	不明
上段:度数 下段:%									
全体	1,332	151	122	121	90	105	605	138	
	100.0%	11.3%	9.2%	9.1%	6.8%	7.9%	<b>45.4%</b>	10.4%	
性別									
男性	563	71	44	59	46	48	230	65	
	100.0%	12.6%	7.8%	10.5%	8.2%	8.5%	<b>40.9%</b>	11.5%	
女性	762	78	78	61	44	57	371	73	
	100.0%	10.2%	10.2%	8.0%	5.8%	7.5%	<b>48.7%</b>	9.6%	
答えたくない	7	2	0	1	0	0	4	0	
	100.0%	28.6%	0.0%	14.3%	0.0%	0.0%	<b>57.1%</b>	0.0%	
不明	0	0	0	0	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
年齢									
20～29歳	90	9	0	0	0	0	79	2	
	100.0%	10.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	<b>87.8%</b>	2.2%	
30～39歳	140	20	1	10	0	1	106	2	
	100.0%	14.3%	0.7%	7.1%	0.0%	0.7%	<b>75.7%</b>	1.4%	
40～49歳	216	48	14	34	5	6	97	12	
	100.0%	22.2%	6.5%	15.7%	2.3%	2.8%	<b>44.9%</b>	5.6%	
50～59歳	199	36	16	34	3	9	90	11	
	100.0%	18.1%	8.0%	17.1%	1.5%	4.5%	<b>45.2%</b>	5.5%	
60～69歳	268	32	33	29	15	36	97	26	
	100.0%	11.9%	12.3%	10.8%	5.6%	13.4%	<b>36.2%</b>	9.7%	
70～79歳	280	5	42	11	48	38	91	45	
	100.0%	1.8%	15.0%	3.9%	17.1%	13.6%	<b>32.5%</b>	16.1%	
80～89歳	139	1	16	3	19	15	45	40	
	100.0%	0.7%	11.5%	2.2%	13.7%	10.8%	<b>32.4%</b>	28.8%	
不明	0	0	0	0	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	

図表 1-43 がん検診の受診状況 (③ 大腸がん検診)

問 35 ①～⑤までの検診について、どのような機会を受けることが多いですか。  
**【④子宮がん検診】**

全体では、「受けている」（「職場健診（学校健診）で受けている」「地域巡回健診や保健センター・病院で受けている」「人間ドッグ・家族健診・農協等の健診で受けている」「現在通院中の病院で受けている」「医師の勧め、または自主的に医療機関で受けている」）が 45.2%、「受けていない」が 42.4%となっている。

年齢別で見ると、「受けている」のは 20 代で約 3 割、30 代で約 5 割、40 代で約 6 割となっている。



年齢	問35 がん検診の受診状況 ④子宮がん検診								
	サンプル数	職場健診(学校健診)で受けている	地域巡回健診や保健センター・病院で受けている	人間ドッグ・家族健診・農協等の健診で受けている	現在通院中の病院で受けている	医師の勧め、または自主的に医療機関で受けている	受けていない	不明	
上段: 度数 下段: %									
女性	762	42	96	65	49	93	323	94	
	100.0%	5.5%	12.6%	8.5%	6.4%	12.2%	<b>42.4%</b>	12.3%	
不明	0	0	0	0	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
20～29歳	61	6	7	0	6	2	39	1	
	100.0%	9.8%	11.5%	0.0%	9.8%	3.3%	<b>63.9%</b>	1.6%	
30～39歳	96	7	9	8	10	18	43	1	
	100.0%	7.3%	9.4%	8.3%	10.4%	18.8%	<b>44.8%</b>	1.0%	
40～49歳	139	10	21	25	12	21	46	4	
	100.0%	7.2%	15.1%	18.0%	8.6%	15.1%	<b>33.1%</b>	2.9%	
50～59歳	119	10	11	15	6	18	52	7	
	100.0%	8.4%	9.2%	12.6%	5.0%	15.1%	<b>43.7%</b>	5.9%	
60～69歳	146	7	28	12	5	23	56	15	
	100.0%	4.8%	19.2%	8.2%	3.4%	15.8%	<b>38.4%</b>	10.3%	
70～79歳	137	2	16	4	9	11	59	36	
	100.0%	1.5%	11.7%	2.9%	6.6%	8.0%	<b>43.1%</b>	26.3%	
80～89歳	64	0	4	1	1	0	28	30	
	100.0%	0.0%	6.3%	1.6%	1.6%	0.0%	43.8%	46.9%	
不明	0	0	0	0	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	

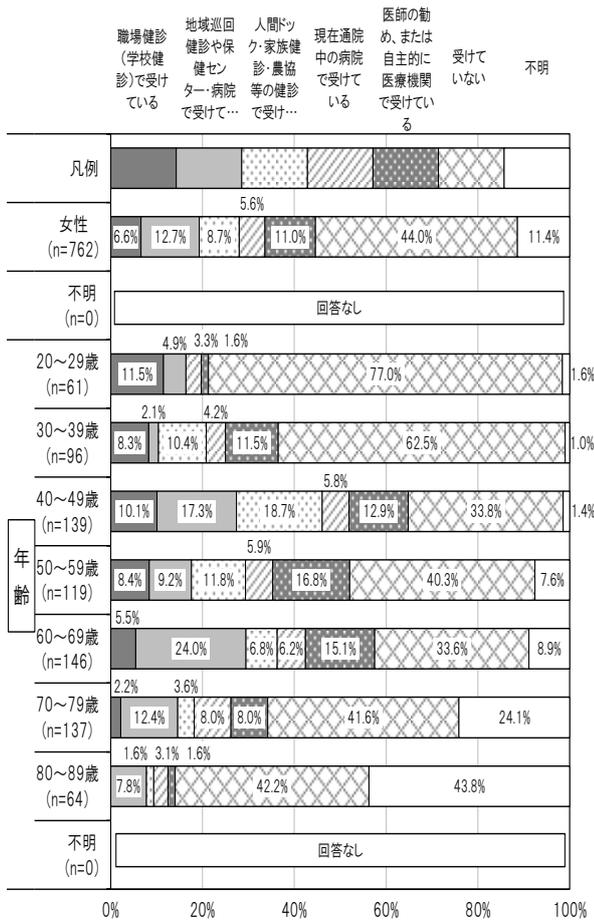
図表 1-44 がん検診の受診状況 (④ 子宮がん検診)

問 35 ①～⑤までの検診について、どのような機会です受けることが多いですか。

【⑤乳がん検診】

全体では、「受けている」（「職場健診（学校健診）で受けている」「地域巡回健診や保健センター・病院で受けている」「人間ドッグ・家族健診・農協等の健診で受けている」「現在通院中の病院で受けている」「医師の勧め、または自主的に医療機関で受けている」）が 44.6%、「受けていない」が 44.0%となっている。

年齢別でみると、「受けている」と回答したのが 20代は 21.3%、30代は 36.5%となっているが、40代から 60代は 5割を超えている。



	問35 がん検診の受診状況 ⑤乳がん検診								
	サンプル数	職場健診(学校健診)で受けている	地域巡回健診や保健センター・病院で受けている	人間ドッグ・家族健診・農協等の健診で受けている	現在通院中の病院で受けている	医師の勧め、または自主的に医療機関で受けている	受けていない	不明	
上段: 度数 下段: %	762	50	97	66	43	84	335	87	
女性	100.0%	6.6%	12.7%	8.7%	5.6%	11.0%	<b>44.0%</b>	11.4%	
不明	0	0	0	0	0	0	0	0	
年齢	20～29歳	61	7	3	0	2	1	47	1
		100.0%	11.5%	4.9%	0.0%	3.3%	1.6%	<b>77.0%</b>	1.6%
	30～39歳	96	8	2	10	4	11	60	1
		100.0%	8.3%	2.1%	10.4%	4.2%	11.5%	<b>62.5%</b>	1.0%
	40～49歳	139	14	24	26	8	18	47	2
		100.0%	10.1%	17.3%	18.7%	5.8%	12.9%	<b>33.8%</b>	1.4%
	50～59歳	119	10	11	14	7	20	48	9
		100.0%	8.4%	9.2%	11.8%	5.9%	16.8%	<b>40.3%</b>	7.6%
	60～69歳	146	8	35	10	9	22	49	13
	100.0%	5.5%	24.0%	6.8%	6.2%	15.1%	<b>33.6%</b>	8.9%	
70～79歳	137	3	17	5	11	11	57	33	
	100.0%	2.2%	12.4%	3.6%	8.0%	8.0%	<b>41.6%</b>	24.1%	
80～89歳	64	0	5	1	2	1	27	28	
	100.0%	0.0%	7.8%	1.6%	3.1%	1.6%	42.2%	43.8%	
不明	0	0	0	0	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	

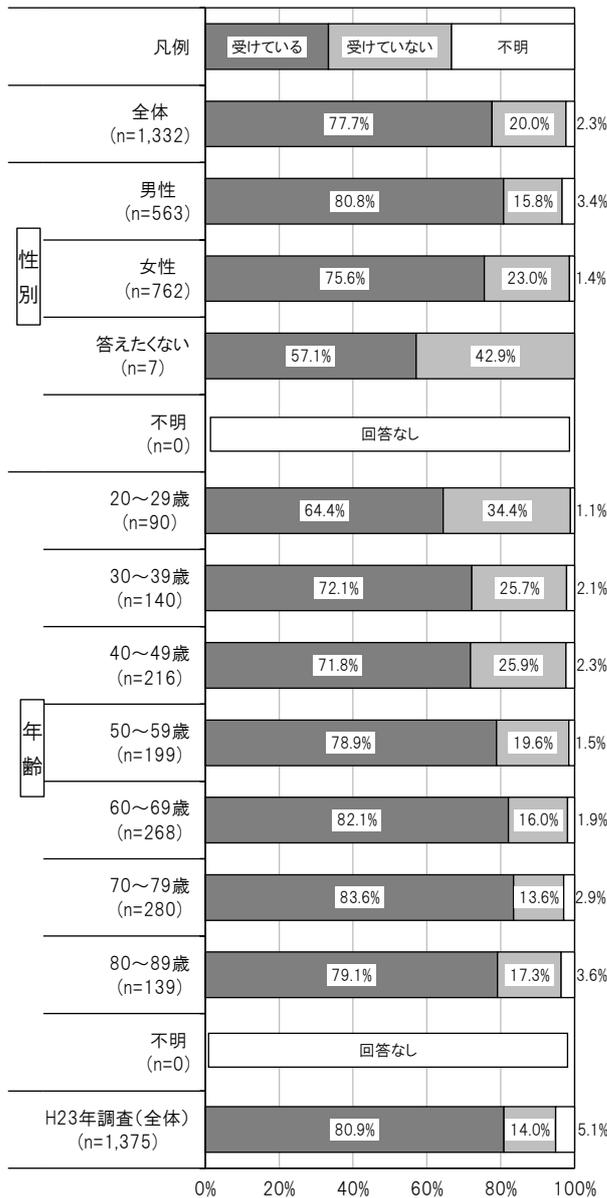
図表 1-45 がん検診の受診状況 (⑤ 乳がん検診)

(2) 健診の受診状況

問 36 定期的に健診（血圧測定や血液検査、尿検査など）を受けていますか。

全体では、「受けている」が77.7%、「受けていない」が20.0%となっている。  
性別でみると、男性の方が「受けている」と回答した割合が女性より5.2ポイント高くなっている。

年齢別でみると、全年齢で「受けている」が6割以上となっており、年代が上がるほど増加する傾向にある。



		問36 健診の受診状況			
		サンプル数	受けている	受けていない	不明
	上段:度数				
	下段:%				
全体		1,332	1,035	267	30
		100.0%	77.7%	20.0%	2.3%
性別	男性	563	455	89	19
		100.0%	80.8%	15.8%	3.4%
	女性	762	576	175	11
		100.0%	75.6%	23.0%	1.4%
	答えたくない	7	4	3	0
		100.0%	57.1%	42.9%	0.0%
	不明	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
年齢	20～29歳	90	58	31	1
		100.0%	64.4%	34.4%	1.1%
	30～39歳	140	101	36	3
		100.0%	72.1%	25.7%	2.1%
	40～49歳	216	155	56	5
		100.0%	71.8%	25.9%	2.3%
	50～59歳	199	157	39	3
		100.0%	78.9%	19.6%	1.5%
	60～69歳	268	220	43	5
		100.0%	82.1%	16.0%	1.9%
70～79歳	280	234	38	8	
	100.0%	83.6%	13.6%	2.9%	
80～89歳	139	110	24	5	
	100.0%	79.1%	17.3%	3.6%	
	不明	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
H23年調査(全体)		1,375	1,112	193	70
		100.0%	80.9%	14.0%	5.1%

図表 1-46 健診の受診状況

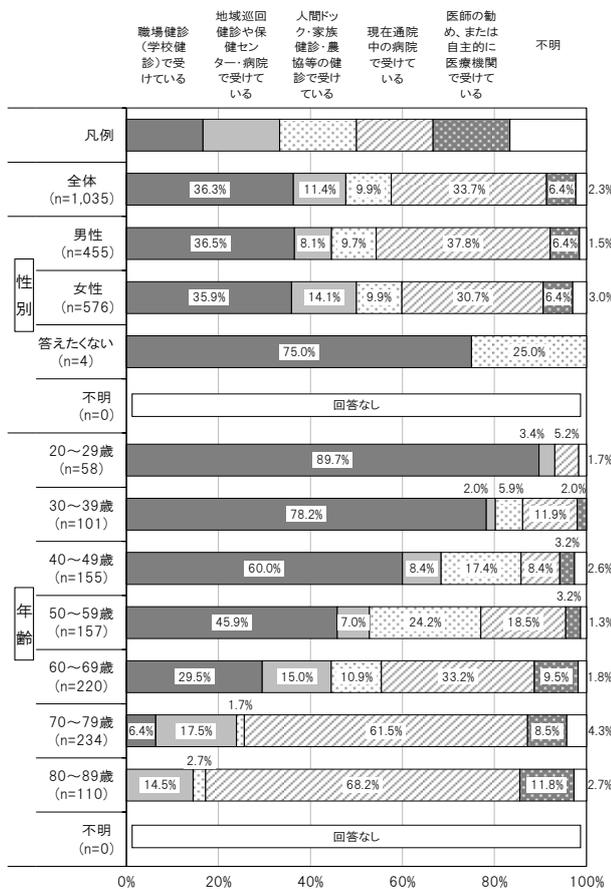
(3) 健診の受診機会

問37 【問36で「1. 受けている」と回答した方のみお答えください。】  
 定期的健診について、どのような機会を受けることが多いですか。(〇は一つ)

全体では、「職場健診(学校健診)で受けている」と回答した人が36.3%で最も多く、次いで「現在通院中の病院で受けている」が33.7%、「地域巡回健診や保健センター・病院で受けている」が11.4%となっている。

性別で見ると、男性は「現在通院中の病院で受けている」が37.8%、女性は「職場健診(学校健診)で受けている」が35.9%で最も多くなっている。

年齢別で見ると、50代以下では「職場健診(学校健診)で受けている」が、60代以上では「現在通院中の病院で受けている」が最も多くなっている。



	問37 健診の受診機会						
	サンプル数	職場健診(学校健診)で受けている	地域巡回健診や保健センター・病院で受けている	人間ドック・家族健診等の健診で受けている	現在通院中の病院で受けている	医師の勧め、または自主的に医療機関で受けている	不明
上段:度数	1,035	376	118	102	349	66	24
下段:%	100.0%	<b>36.3%</b>	11.4%	9.9%	33.7%	6.4%	2.3%
全体	1,035	376	118	102	349	66	24
性別							
男性	455	166	37	44	172	29	7
女性	576	207	81	57	177	37	17
答えたくない	4	3	0	1	0	0	0
不明	0	0	0	0	0	0	0
年齢							
20~29歳	58	52	2	0	3	0	1
30~39歳	101	79	2	6	12	2	0
40~49歳	155	93	13	27	13	5	4
50~59歳	157	72	11	38	29	5	2
60~69歳	220	65	33	24	73	21	4
70~79歳	234	15	41	4	144	20	10
80~89歳	110	0	16	3	75	13	3
不明	0	0	0	0	0	0	0

図表 1-47 健診の受診機会

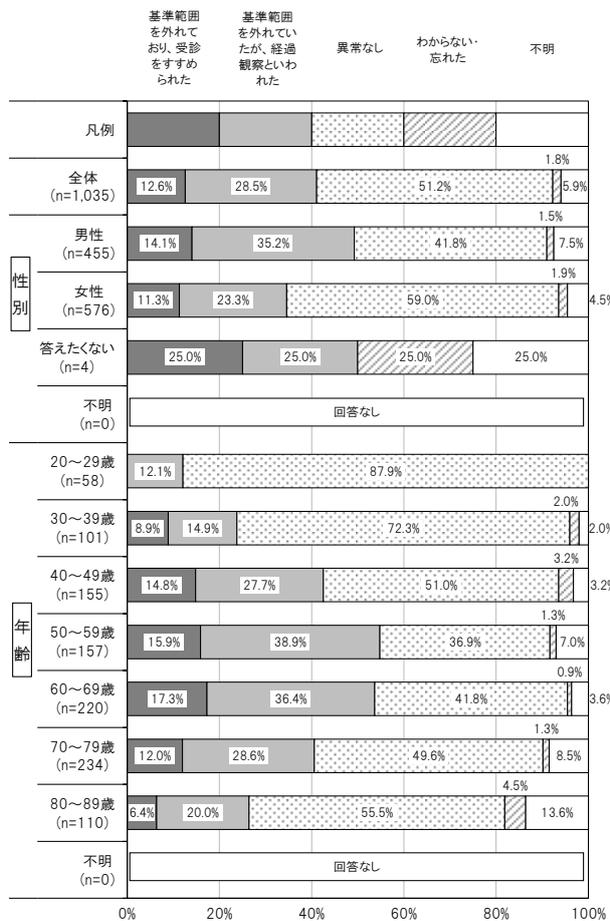
(4) 健診の結果

問 38 【問 36 で「1. 受けている」と回答した方のみお答えください。】  
健診の結果はいかがでしたか。(○は一つ)

全体では、「異常なし」と回答した人が 51.2%で最も多く、次いで「基準範囲を外れていたが、経過観察といわれた」が 28.5%、「基準範囲を外れており、受診をすすめられた」が 12.6%となっている。

性別でみると、男性は「基準範囲を外れていたが、経過観察といわれた」と「基準範囲を外れており、受診をすすめられた」を合わせた合計が女性よりも 14.7 ポイント上回っている。

年齢別でみると、50～60 代では、「基準範囲を外れていたが、経過観察といわれた」と「基準範囲を外れており、受診をすすめられた」の合計が 5 割を超えている。



	問38 健診の結果						
	サンプル数	基準範囲を外れており、受診をすすめられた	経過観察といわれた	基準範囲を外れていたが、経過観察といわれた	異常なし	わからない・忘れた	不明
上段: 度数							
下段: %							
全体	1,035	130	295	530	19	61	
	100.0%	12.6%	28.5%	<b>51.2%</b>	1.8%	5.9%	
性別							
男性	455	64	160	190	7	34	
	100.0%	14.1%	35.2%	<b>41.8%</b>	1.5%	7.5%	
女性	576	65	134	340	11	26	
	100.0%	11.3%	23.3%	<b>59.0%</b>	1.9%	4.5%	
答えたくない	4	1	1	0	1	1	
	100.0%	<b>25.0%</b>	<b>25.0%</b>	0.0%	<b>25.0%</b>	<b>25.0%</b>	
不明	0	0	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
年齢							
20～29歳	58	0	7	51	0	0	
	100.0%	0.0%	12.1%	<b>87.9%</b>	0.0%	0.0%	
30～39歳	101	9	15	73	2	2	
	100.0%	8.9%	14.9%	<b>72.3%</b>	2.0%	2.0%	
40～49歳	155	23	43	79	5	5	
	100.0%	14.8%	27.7%	<b>51.0%</b>	3.2%	3.2%	
50～59歳	157	25	61	58	2	11	
	100.0%	15.9%	<b>38.9%</b>	36.9%	1.3%	7.0%	
60～69歳	220	38	80	92	2	8	
	100.0%	17.3%	36.4%	<b>41.8%</b>	0.9%	3.6%	
70～79歳	234	28	67	116	3	20	
	100.0%	12.0%	28.6%	<b>49.6%</b>	1.3%	8.5%	
80～89歳	110	7	22	61	5	15	
	100.0%	6.4%	20.0%	<b>55.5%</b>	4.5%	13.6%	
不明	0	0	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	

図表 1-48 健診の結果

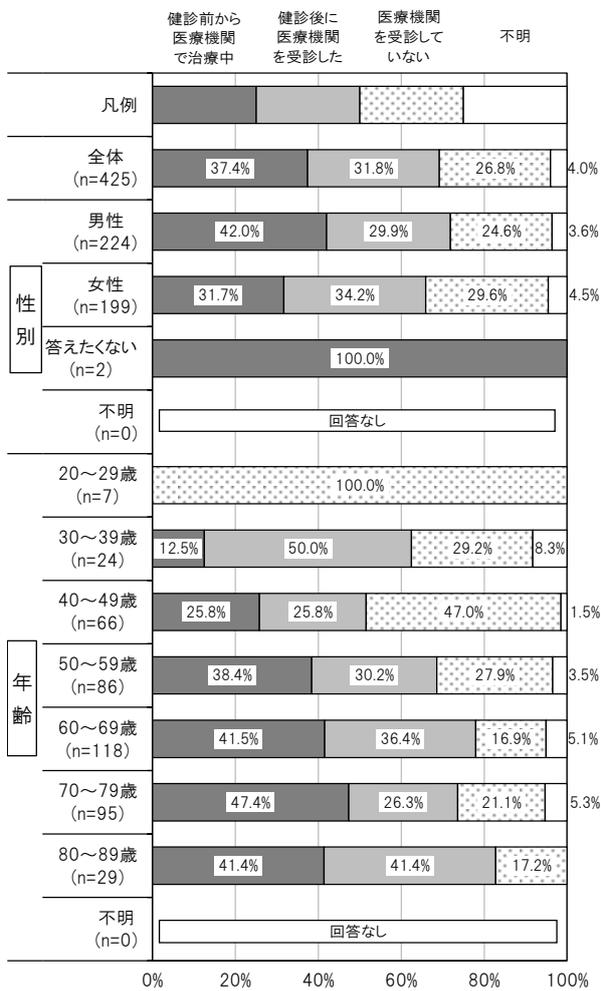
(5) 健診結果後の医療機関受診状況

問 39 【問 38 で「1. 基準範囲を外れており、受診をすすめられた」「2. 基準範囲を外れていたが、経過観察といわれた」と回答した方のみお答えください。  
その後、医療機関を受診しましたか。(○は一つ)

全体では、「健診前から医療機関で治療中」と回答した人が 37.4%で最も多く、次いで「健診後に医療機関を受診した」が 31.8%、「医療機関を受診していない」が 26.8%となっている。

性別で見ると、男性は「健診前から医療機関で治療中」が 42.0%、女性は「健診後に医療機関を受診した」が 34.2%で最も多くなっている。

年齢別で見ると、20代と40代では「医療機関を受診していない」が最も多くなっている。50代から70代では「健診前から医療機関で治療中」が最も多く約4割となっている。



		問39 健診の結果後の医療機関受診状況				
		サンプル数	健診前から医療機関で治療中	健診後に医療機関を受診した	医療機関を受診していない	不明
上段: 度数	全体	425	159	135	114	17
	全体	100.0%	<b>37.4%</b>	31.8%	26.8%	4.0%
下段: %	男性	224	94	67	55	8
	男性	100.0%	<b>42.0%</b>	29.9%	24.6%	3.6%
	女性	199	63	68	59	9
	女性	100.0%	31.7%	<b>34.2%</b>	29.6%	4.5%
	答えたくない	2	2	0	0	0
不明	0	0	0	0	0	
不明	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
性別	20～29歳	7	0	0	7	0
	20～29歳	100.0%	0.0%	0.0%	<b>100.0%</b>	0.0%
	30～39歳	24	3	12	7	2
	30～39歳	100.0%	12.5%	<b>50.0%</b>	29.2%	8.3%
	40～49歳	66	17	17	31	1
	40～49歳	100.0%	25.8%	25.8%	<b>47.0%</b>	1.5%
	50～59歳	86	33	26	24	3
	50～59歳	100.0%	<b>38.4%</b>	30.2%	27.9%	3.5%
	60～69歳	118	49	43	20	6
	60～69歳	100.0%	<b>41.5%</b>	36.4%	16.9%	5.1%
70～79歳	95	45	25	20	5	
70～79歳	100.0%	<b>47.4%</b>	26.3%	21.1%	5.3%	
80～89歳	29	12	12	5	0	
80～89歳	100.0%	<b>41.4%</b>	<b>41.4%</b>	17.2%	0.0%	
不明	0	0	0	0	0	
不明	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	

図表 1-49 健診結果後の医療機関受診状況

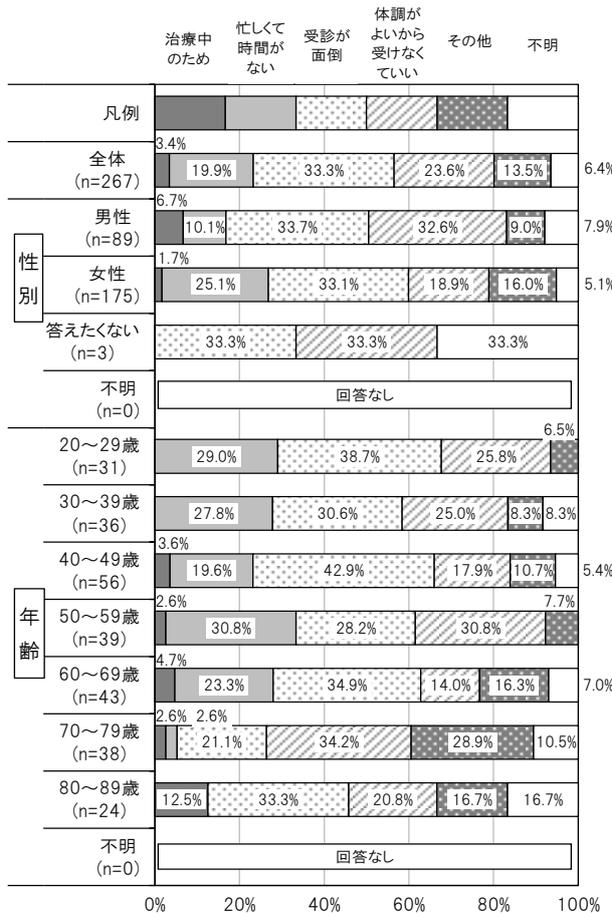
(6) 健診を受けない理由

問 40 【問 36 で「2. 受けていない」と回答した方のみお答えください。】  
健診を受けていない理由を教えてください。(○は一つ)

全体では、「受診が面倒」と回答した人が 33.3%で最も多く、次いで「体調がよいから受けなくてよい」が 23.6%、「忙しくて時間がない」が 19.9%となっている。

性別で見ると、男女ともに「受診が面倒」が最も多く、次いで、男性は「体調がよいから受けなくていい」が 32.6%で多く、女性は「忙しくて時間がない」が 25.1%となっている。

年齢別で見ると、40代では、「受診が面倒」が4割を超えており、他の年代に比べて最も多くなっている。



	問40 健診を受けない理由						
	サンプル数	治療中のため	忙しくて時間がない	受診が面倒	体調がよいから受けなくていい	その他	不明
上段:度数							
下段:%							
全体	267	9	53	89	63	36	17
	100.0%	3.4%	19.9%	<b>33.3%</b>	23.6%	13.5%	6.4%
性別							
男性	89	6	9	30	29	8	7
	100.0%	6.7%	10.1%	<b>33.7%</b>	32.6%	9.0%	7.9%
女性	175	3	44	58	33	28	9
	100.0%	1.7%	25.1%	<b>33.1%</b>	18.9%	16.0%	5.1%
答えたくない	3	0	0	1	1	0	1
	100.0%	0.0%	0.0%	<b>33.3%</b>	<b>33.3%</b>	0.0%	<b>33.3%</b>
不明	0	0	0	0	0	0	0
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
年齢							
20~29歳	31	0	9	12	8	2	0
	100.0%	0.0%	29.0%	<b>38.7%</b>	25.8%	6.5%	0.0%
30~39歳	36	0	10	11	9	3	3
	100.0%	0.0%	27.8%	<b>30.6%</b>	25.0%	8.3%	8.3%
40~49歳	56	2	11	24	10	6	3
	100.0%	3.6%	19.6%	<b>42.9%</b>	17.9%	10.7%	5.4%
50~59歳	39	1	12	11	12	3	0
	100.0%	2.6%	<b>30.8%</b>	28.2%	<b>30.8%</b>	7.7%	0.0%
60~69歳	43	2	10	15	6	7	3
	100.0%	4.7%	23.3%	<b>34.9%</b>	14.0%	16.3%	7.0%
70~79歳	38	1	1	8	13	11	4
	100.0%	2.6%	2.6%	21.1%	<b>34.2%</b>	28.9%	10.5%
80~89歳	24	3	0	8	5	4	4
	100.0%	12.5%	0.0%	<b>33.3%</b>	20.8%	16.7%	16.7%
不明	0	0	0	0	0	0	0
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

図表 1-50 健診を受けない理由

## [その他の詳細]

- 検診によるストレスの回避
- 健診に対して苦手意識がある。受診がこわい (3)
- 持病もなく健康だから (2)
- 食事や生活習慣に気をつけているから (2)
- 職場検診で定員オーバーのため受診できなかった
- 育児休業中のため
- 社保家族のため積極的に受診する機会がない
- 配偶者健診の機会はあるが、抽選のため毎回受けられる訳ではない。
- 家族健診に当たったときだけ受けている
- 血圧測定・尿検査は受けているが、血液検査は受けていない
- 体調不良のときは病院で検査をしてもらっている
- 高齢で足が悪く外出出来ない
- コロナ禍で行かなくなった (2)
- 無料の健診票がない。金銭面で行けない (2)
- お金をかけずに早く死ぬため
- 子供がいるため行くこと自体が容易ではない
- 介護をしていて時間の都合がつけられない
- 近々行こうとは思っている (2)

## 第2編 中・高校生アンケート調査結果



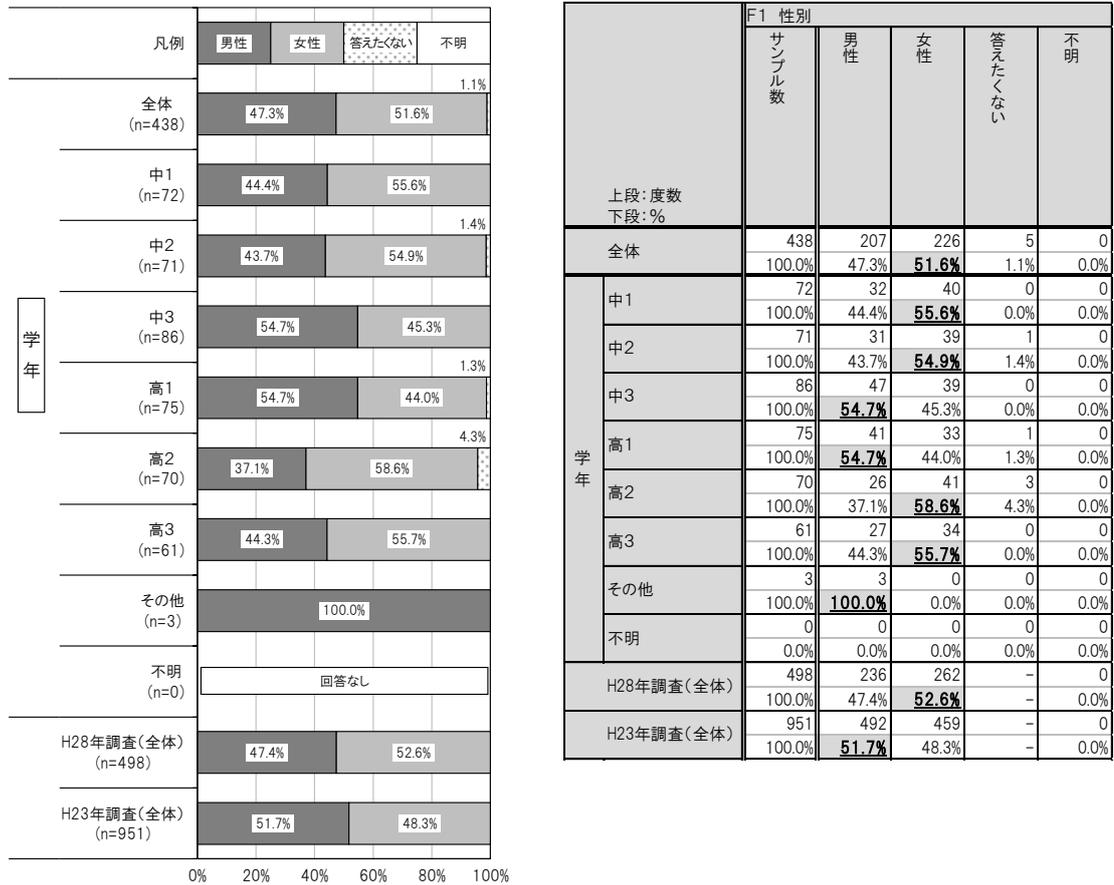
## 第2編 中・高校生アンケート調査結果

### 0. 属性等

#### (1) 性別

F1 性別を教えてください。(○は一つ)

性別は、「男性」が47.3%、「女性」が51.6%となっている。

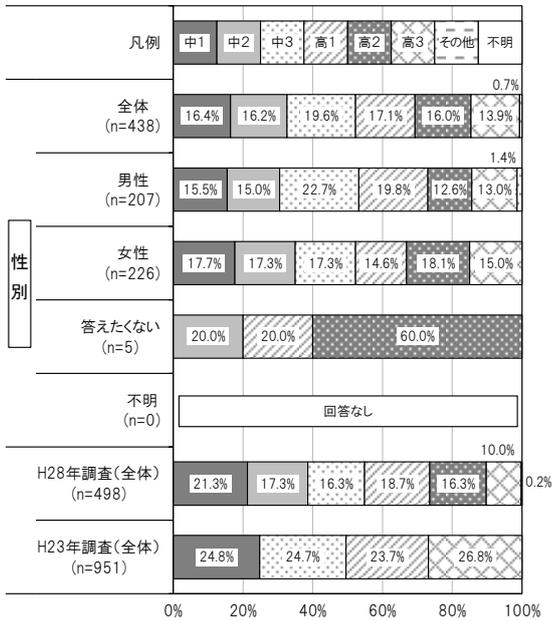


図表 2-1 性別

(2) 学年

F2 学年を番号で選んでください。(○は一つ)

学年は、「中学3年」が19.6%で最も多く、次いで「高校1年」が17.1%、「中学1年」が16.4%の順となっている。



上段:度数 下段:%	サンプル数	中1	中2	中3	高1	高2	高3	その他	不明
	全体	438	72	71	86	75	70	61	3
男性	207	32	31	47	41	26	27	3	0
女性	226	40	39	39	33	41	34	0	0
答えたくない	5	0	1	0	1	3	0	0	0
不明	0	0	0	0	0	0	0	0	0
H28年調査(全体)	498	106	86	81	93	81	50	-	1
H23年調査(全体)	951	236	-	235	225	-	255	-	0

- ※ H23年調査は「中2」「高2」は調査対象外
- ※ H23年調査・H28年調査は「その他」の選択肢なし

図表 2-2 学年

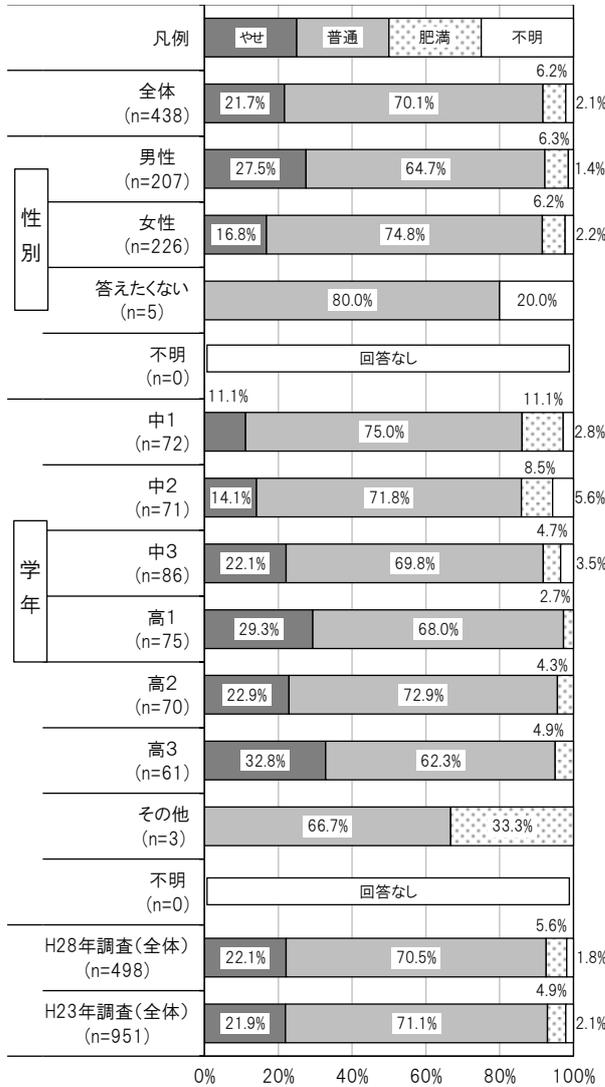
(3) 肥満度 (日比式、BMI)

**F3 身長と体重を教えてください。(小数点以下は四捨五入)**

全体では、「普通」が70.1%で最も多く、次いで「やせ」が21.7%、「肥満」が6.2%の順となっている。

性別でみると、男性の方が女性よりも「やせ」の割合が多くなっている。

学年別でみると、高校3年では「やせ」が32.8%と3割を超えている。



		F3 肥満度(日比式、BMI)				
		サンプル数	やせ	普通	肥満	不明
上段:度数 下段:%						
全体		438	95	307	27	9
		100.0%	21.7%	<b>70.1%</b>	6.2%	2.1%
性別	男性	207	57	134	13	3
		100.0%	27.5%	<b>64.7%</b>	6.3%	1.4%
	女性	226	38	169	14	5
		100.0%	16.8%	<b>74.8%</b>	6.2%	2.2%
	答えたくない	5	0	4	0	1
		100.0%	0.0%	<b>80.0%</b>	0.0%	20.0%
	不明	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
学年	中1	72	8	54	8	2
		100.0%	11.1%	<b>75.0%</b>	11.1%	2.8%
	中2	71	10	51	6	4
		100.0%	14.1%	<b>71.8%</b>	8.5%	5.6%
	中3	86	19	60	4	3
		100.0%	22.1%	<b>69.8%</b>	4.7%	3.5%
	高1	75	22	51	2	0
		100.0%	29.3%	<b>68.0%</b>	2.7%	0.0%
	高2	70	16	51	3	0
		100.0%	22.9%	<b>72.9%</b>	4.3%	0.0%
高3	61	20	38	3	0	
	100.0%	32.8%	<b>62.3%</b>	4.9%	0.0%	
	その他	3	0	2	1	0
		100.0%	0.0%	<b>66.7%</b>	33.3%	0.0%
	不明	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
H28年調査(全体)		498	110	351	28	9
		100.0%	22.1%	<b>70.5%</b>	5.6%	1.8%
H23年調査(全体)		951	208	676	47	20
		100.0%	21.9%	<b>71.1%</b>	4.9%	2.1%

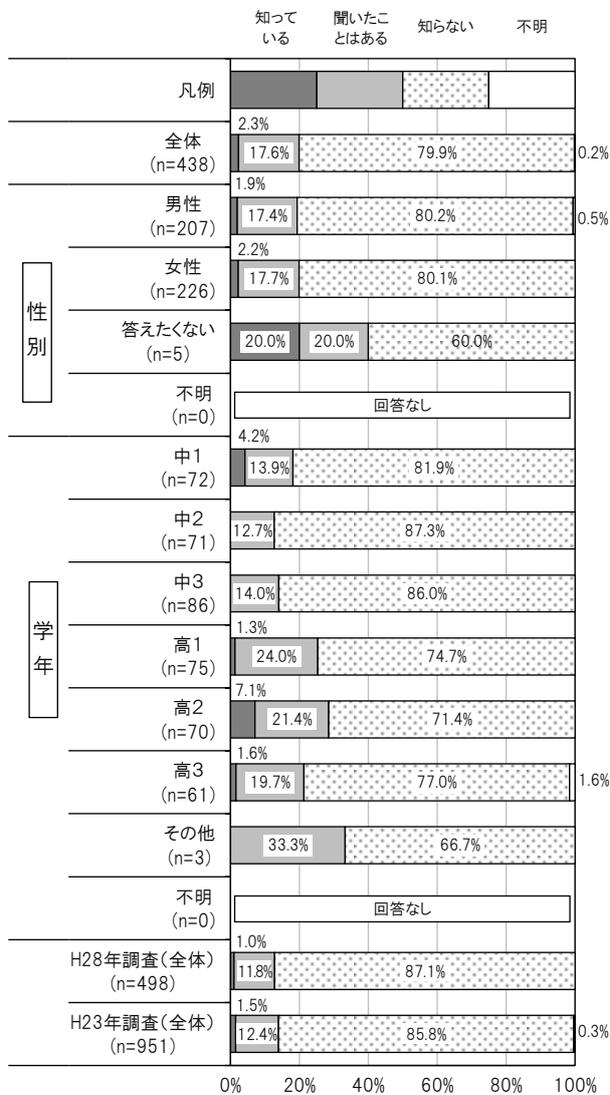
※ 中学生は日比式、高校生はBMIで算出

図表 2-3 肥満度 (日比式、BMI)

(4) 「すこやかプラン」の認知度

F 4 鹿児島市が市民の健康づくりの指針となる健康増進計画（すこやかプラン）を推進していることをご存知ですか。（〇は一つ）

全体では、「知らない」が 79.9%で最も多く、次いで「聞いたことはある」が 17.6%、「知っている」が 2.3%の順となっている。



		F4 「すこやかプラン」の認知度				
		サンプル数	知っている	聞いたことはある	知らない	不明
上段:度数	下段:%					
性別	全体	438	10	77	350	1
		100.0%	2.3%	17.6%	<b>79.9%</b>	0.2%
	男性	207	4	36	166	1
		100.0%	1.9%	17.4%	<b>80.2%</b>	0.5%
	女性	226	5	40	181	0
		100.0%	2.2%	17.7%	<b>80.1%</b>	0.0%
	答えたくない	5	1	1	3	0
		100.0%	20.0%	20.0%	<b>60.0%</b>	0.0%
	不明	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
学年	中1	72	3	10	59	0
		100.0%	4.2%	13.9%	<b>81.9%</b>	0.0%
	中2	71	0	9	62	0
		100.0%	0.0%	12.7%	<b>87.3%</b>	0.0%
	中3	86	0	12	74	0
		100.0%	0.0%	14.0%	<b>86.0%</b>	0.0%
	高1	75	1	18	56	0
		100.0%	1.3%	24.0%	<b>74.7%</b>	0.0%
	高2	70	5	15	50	0
		100.0%	7.1%	21.4%	<b>71.4%</b>	0.0%
	高3	61	1	12	47	1
		100.0%	1.6%	19.7%	<b>77.0%</b>	1.6%
	その他	3	0	1	2	0
		100.0%	0.0%	33.3%	<b>66.7%</b>	0.0%
	不明	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
	H28年調査(全体)	498	5	59	434	0
		100.0%	1.0%	11.8%	<b>87.1%</b>	0.0%
	H23年調査(全体)	951	14	118	816	3
		100.0%	1.5%	12.4%	<b>85.8%</b>	0.3%

※ H23年調査は「55プラン」の認知度

図表 2-4 「すこやかプラン」の認知度

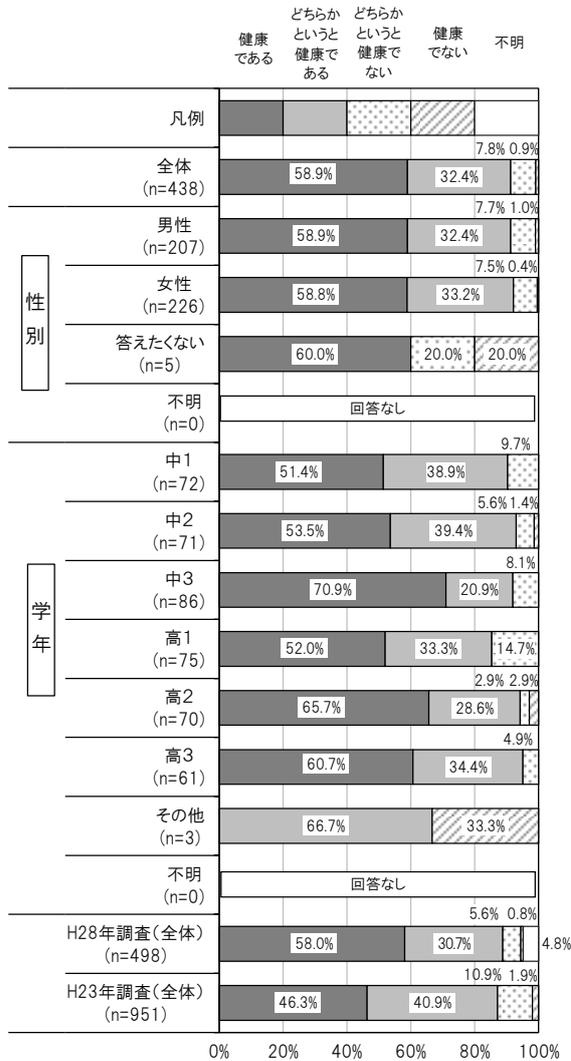
(5) 主観的健康度

**F 5 自分は健康だと思いますか。(○は一つ)**

全体では、「健康である」が58.9%で最も多く、「どちらかという健康である」の32.4%と合わせると91.3%が『自分は健康である』と認識している。

どの学年でも『自分は健康である』と認識している人は約9割となっている。

体育の授業以外で身体活動や運動をする機会別でみると、身体活動や運動の機会があると回答した人は、9割以上が「自分は健康である」と認識している。



		F5 主観的健康度					
		サンプル数	健康である	どちらかという健康である	どちらかという健康でない	健康でない	不明
性別	上段:度数	438	258	142	34	4	0
	下段:%	100.0%	58.9%	32.4%	7.8%	0.9%	0.0%
性別	男性	207	122	67	16	2	0
		100.0%	58.9%	32.4%	7.7%	1.0%	0.0%
	女性	226	133	75	17	1	0
		100.0%	58.8%	33.2%	7.5%	0.4%	0.0%
	答えたくない	5	3	0	1	1	0
	100.0%	60.0%	0.0%	20.0%	20.0%	0.0%	
不明	0	0	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
学年	中1	72	37	28	7	0	0
		100.0%	51.4%	38.9%	9.7%	0.0%	0.0%
	中2	71	38	28	4	1	0
		100.0%	53.5%	39.4%	5.6%	1.4%	0.0%
	中3	86	61	18	7	0	0
		100.0%	70.9%	20.9%	8.1%	0.0%	0.0%
	高1	75	39	25	11	0	0
		100.0%	52.0%	33.3%	14.7%	0.0%	0.0%
	高2	70	46	20	2	2	0
		100.0%	65.7%	28.6%	2.9%	2.9%	0.0%
高3	61	37	21	3	0	0	
	100.0%	60.7%	34.4%	4.9%	0.0%	0.0%	
その他	3	0	2	0	1	0	
	100.0%	0.0%	66.7%	0.0%	33.3%	0.0%	
不明	0	0	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
H28年調査(全体)		498	289	153	28	4	24
		100.0%	58.0%	30.7%	5.6%	0.8%	4.8%
H23年調査(全体)		951	440	389	104	18	0
		100.0%	46.3%	40.9%	10.9%	1.9%	0.0%
運動以外で身体活動や運動をする機会別	はい	232	157	62	12	1	0
		100.0%	67.7%	26.7%	5.2%	0.4%	0.0%
	いいえ	206	101	80	22	3	0
	100.0%	49.0%	38.8%	10.7%	1.5%	0.0%	
不明	0	0	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	

図表 2-5 主観的健康度

# 1. 栄養・食生活

## (1) 1回の食事での主食・主菜・副菜の摂取状況

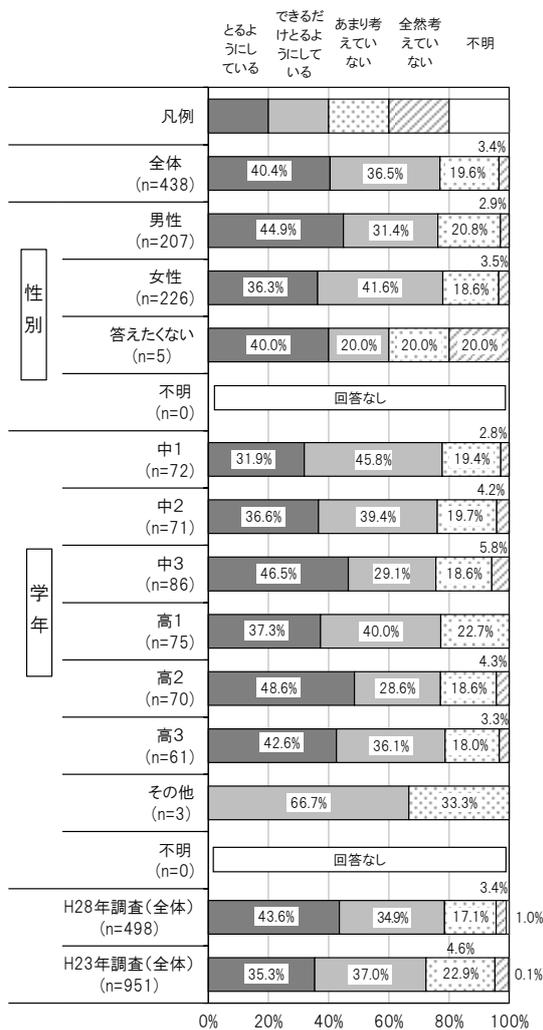
問1 1回の食事で、主食、主菜、副菜をすべてとるようにしていますか。(○は一つ)

全体では、「とるようにしている」が40.4%、「できるだけとるようにしている」が36.5%で、合わせると76.9%の人が1回の食事でも主食・主菜・副菜をとるように心がけている。

H28年調査と比較すると、「とるようにしている」が3.2ポイント減少した。

学年別で見ると、中学3年と高校2年、高校3年では「とるようにしている」が最も多くなり、4割以上となっている。

野菜の摂取状況別で見ると、野菜を「毎食食べる」と回答した人は「とるようにしている」の回答が最も多く約7割となっている。



		問1 1回の食事での主食、主菜、副菜の摂取状況					
		サンプル数	とるようにしている	できるだけとるようにしている	あまり考えていない	全然考えていない	不明
性別	全体	438	177	160	86	15	0
		100.0%	<b>40.4%</b>	36.5%	19.6%	3.4%	0.0%
性別	男性	207	93	65	43	6	0
		100.0%	<b>44.9%</b>	31.4%	20.8%	2.9%	0.0%
	女性	226	82	94	42	8	0
		100.0%	36.3%	<b>41.6%</b>	18.6%	3.5%	0.0%
性別	答えたくない	5	2	1	1	1	0
		100.0%	<b>40.0%</b>	20.0%	20.0%	20.0%	0.0%
	不明	0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
学年	中1	72	23	33	14	2	0
		100.0%	31.9%	<b>45.8%</b>	19.4%	2.8%	0.0%
	中2	71	26	28	14	3	0
		100.0%	36.6%	<b>39.4%</b>	19.7%	4.2%	0.0%
	中3	86	40	25	16	5	0
		100.0%	<b>46.5%</b>	29.1%	18.6%	5.8%	0.0%
	高1	75	28	30	17	0	0
		100.0%	37.3%	<b>40.0%</b>	22.7%	0.0%	0.0%
	高2	70	34	20	13	3	0
		100.0%	<b>48.6%</b>	28.6%	18.6%	4.3%	0.0%
高3	61	26	22	11	2	0	
	100.0%	<b>42.6%</b>	36.1%	18.0%	3.3%	0.0%	
その他	3	0	2	1	0	0	
	100.0%	0.0%	<b>66.7%</b>	33.3%	0.0%	0.0%	
不明	0	0	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
H28年調査(全体)		498	217	174	85	17	5
		100.0%	<b>43.6%</b>	34.9%	17.1%	3.4%	1.0%
H23年調査(全体)		951	336	352	218	44	1
		100.0%	35.3%	<b>37.0%</b>	22.9%	4.6%	0.1%

図表 2-6 1回の食事での主食・主菜・副菜の摂取状況(1/2)

上段:度数 下段:%		問1 1回の食事での主食、主菜、副菜の摂取状況					
		サンプル数	とるようになっている	できるだけとるようにしている	あまり考えていない	全然考えていない	不明
日 比 式	F3 やせ	37	18	10	8	1	0
		100.0%	<b>48.6%</b>	27.0%	21.6%	2.7%	0.0%
	普通	165	64	64	29	8	0
		100.0%	<b>38.8%</b>	<b>38.8%</b>	17.6%	4.8%	0.0%
B M I	F3 肥満	18	3	10	4	1	0
		100.0%	16.7%	<b>55.6%</b>	22.2%	5.6%	0.0%
	不明	218	92	76	45	5	0
		100.0%	42.2%	34.9%	20.6%	2.3%	0.0%
F 5	健康である	58	26	17	14	1	0
		100.0%	<b>44.8%</b>	29.3%	24.1%	1.7%	0.0%
	普通	142	59	54	25	4	0
		100.0%	<b>41.5%</b>	38.0%	17.6%	2.8%	0.0%
主 観 的 健 康 度	肥満	9	3	3	3	0	0
		100.0%	<b>33.3%</b>	<b>33.3%</b>	<b>33.3%</b>	0.0%	0.0%
	不明	229	89	86	44	10	0
		100.0%	38.9%	37.6%	19.2%	4.4%	0.0%
	健康である	258	119	89	43	7	0
		100.0%	<b>46.1%</b>	34.5%	16.7%	2.7%	0.0%
問 4 野 菜 の 摂 取 状 況	どちらかという健康である	142	49	60	28	5	0
		100.0%	34.5%	<b>42.3%</b>	19.7%	3.5%	0.0%
	どちらかという健康でない	34	9	10	13	2	0
		100.0%	26.5%	29.4%	<b>38.2%</b>	5.9%	0.0%
	健康でない	4	0	1	2	1	0
		100.0%	0.0%	25.0%	<b>50.0%</b>	25.0%	0.0%
問 8 運 動 を す る 機 会	不明	0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
	毎食食べる	73	50	19	4	0	0
		100.0%	<b>68.5%</b>	26.0%	5.5%	0.0%	0.0%
	2食は食べる	144	76	49	17	2	0
		100.0%	<b>52.8%</b>	34.0%	11.8%	1.4%	0.0%
運 動 を す る 機 会	1食は食べる	186	48	83	50	5	0
		100.0%	25.8%	<b>44.6%</b>	26.9%	2.7%	0.0%
	ほとんど食べない	35	3	9	15	8	0
		100.0%	8.6%	25.7%	<b>42.9%</b>	22.9%	0.0%
	不明	0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
運 動 を す る 機 会	はい	232	103	84	39	6	0
		100.0%	<b>44.4%</b>	36.2%	16.8%	2.6%	0.0%
	いいえ	206	74	76	47	9	0
	100.0%	35.9%	<b>36.9%</b>	22.8%	4.4%	0.0%	
不明	0	0	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	

図表 2-6 1回の食事での主食・主菜・副菜の摂取状況(2/2)

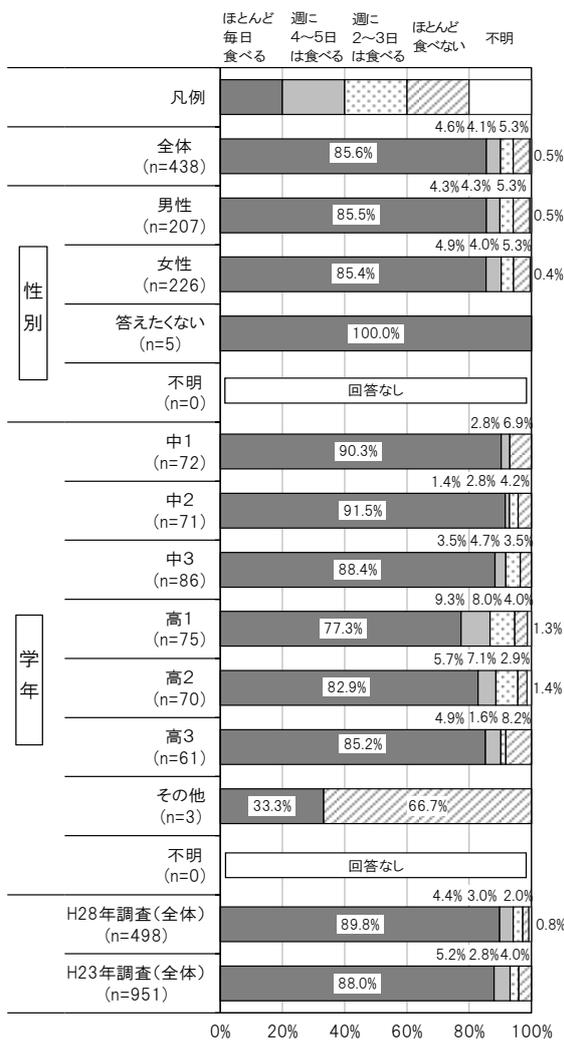
(2) 朝食の摂取状況

問2 ふだん、朝食を食べていますか。(○は一つ)

全体では、「ほとんど毎日食べる」が85.6%になっている。

H28年調査と比較して、「ほとんど毎日食べる」は4.2ポイント減少し、「ほとんど食べない」が3.3ポイント増加している。

学年別では、高校1年で「ほとんど毎日食べる」が8割を割り込んでいるが、それ以外の学年では、8割を超えている。



		問2 朝食の摂取状況					
		サンプル数	ほとんど毎日食べる	週に4~5日は食べる	週に2~3日は食べる	ほとんど食べない	不明
上段:度数	全体	438	375	20	18	23	2
	下段:%	100.0%	85.6%	4.6%	4.1%	5.3%	0.5%
性別	男性	207	177	9	9	11	1
	女性	226	193	11	9	12	1
	答えたくない	5	5	0	0	0	0
	不明	0	0	0	0	0	0
	不明	0	0	0	0	0	0
学年	中1	72	65	2	0	5	0
	中2	71	65	1	2	3	0
	中3	86	76	3	4	3	0
	高1	75	58	7	6	3	1
	高2	70	58	4	5	2	1
	高3	61	52	3	1	5	0
	その他	3	1	0	0	2	0
	不明	0	0	0	0	0	0
	H28年調査(全体)	498	447	22	15	10	4
	H23年調査(全体)	951	837	49	27	38	0

図表 2-7 朝食の摂取状況 (1/2)

上段:度数 下段:%		問2 朝食の摂取状況					
		サンプル数	ほとんど毎日食べる	週に4〜5日は食べる	週に2〜3日は食べる	ほとんど食べない	不明
日 比 式  ( 中 学 生 )	F3 やせ	37	33	1	3	0	0
		100.0%	<b>89.2%</b>	2.7%	8.1%	0.0%	0.0%
	普通	165	156	2	1	6	0
		100.0%	<b>94.5%</b>	1.2%	0.6%	3.6%	0.0%
B M I  ( 高 校 生 )	F3 肥満	18	10	2	2	4	0
		100.0%	<b>55.6%</b>	11.1%	11.1%	22.2%	0.0%
	不明	218	176	15	12	13	2
		100.0%	80.7%	6.9%	5.5%	6.0%	0.9%
F3 肥 満 度 ( 高 校 生 )	やせ	58	45	5	4	4	0
		100.0%	<b>77.6%</b>	8.6%	6.9%	6.9%	0.0%
	普通	142	117	8	7	8	2
		100.0%	<b>82.4%</b>	5.6%	4.9%	5.6%	1.4%
問 11  睡 眠 の 状 況	肥満	9	7	1	1	0	0
		100.0%	<b>77.8%</b>	11.1%	11.1%	0.0%	0.0%
	不明	229	206	6	6	11	0
		100.0%	90.0%	2.6%	2.6%	4.8%	0.0%
問 11  睡 眠 の 状 況	充分にとれている	120	112	1	4	2	1
		100.0%	<b>93.3%</b>	0.8%	3.3%	1.7%	0.8%
	まあまあとれている	224	191	12	11	10	0
		100.0%	<b>85.3%</b>	5.4%	4.9%	4.5%	0.0%
	あまりとれていない	79	65	5	3	6	0
		100.0%	<b>82.3%</b>	6.3%	3.8%	7.6%	0.0%
	まったくとれていない	10	5	1	0	3	1
	100.0%	<b>50.0%</b>	10.0%	0.0%	30.0%	10.0%	
問 11  睡 眠 の 状 況	わからない	5	2	1	0	2	0
		100.0%	<b>40.0%</b>	20.0%	0.0%	<b>40.0%</b>	0.0%
	不明	0	0	0	0	0	0
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	

図表 2-7 朝食の摂取状況 (2/2)

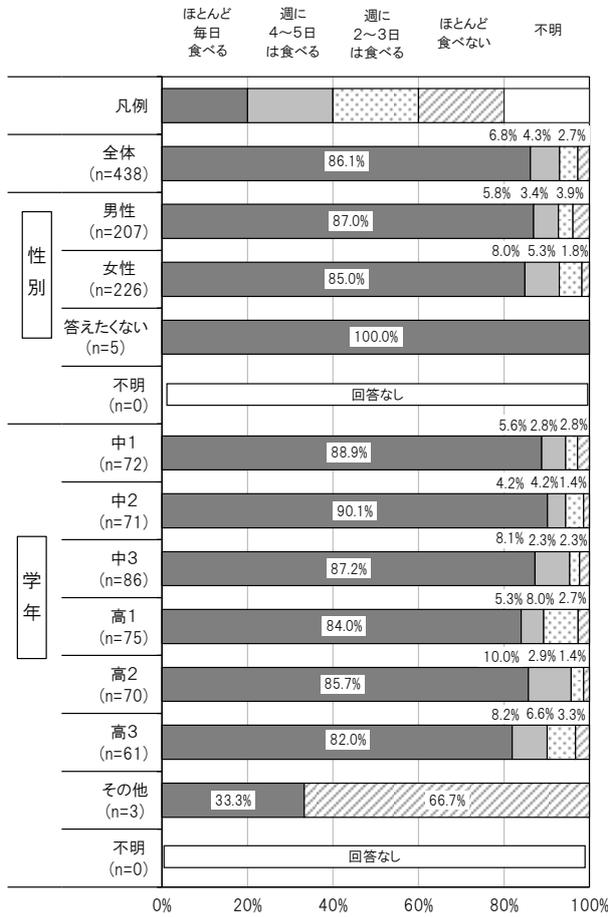
(3) 朝・昼・夕の3食摂取状況

問3 朝・昼・夕の3食食べていますか。(○は一つ)

全体では、「ほとんど毎日食べる」が86.1%になっている。

性別、学年別による回答傾向に大きな差はみられなかった。

肥満度別でみると、「肥満」の人は、「週2～3日は食べる」と回答した割合が2割で、「やせ」や「普通」よりも高い割合であった。



		問3 朝・昼・夕の3食摂取状況					
		サンプル数	ほとんど毎日食べる	週に4～5日は食べる	週に2～3日は食べる	ほとんど食べない	不明
上段:度数	全体	438	377	30	19	12	0
	下段:%	100.0%	86.1%	6.8%	4.3%	2.7%	0.0%
性別	男性	207	180	12	7	8	0
	女性	226	192	18	12	4	0
	答えたくない	5	5	0	0	0	0
	不明	0	0	0	0	0	0
	不明	0	0	0	0	0	0
学年	中1	72	64	4	2	2	0
	中2	71	64	3	3	1	0
	中3	86	75	7	2	2	0
	高1	75	63	4	6	2	0
	高2	70	60	7	2	1	0
	高3	61	50	5	4	2	0
	その他	3	1	0	0	2	0
	その他	3	1	0	0	2	0
	不明	0	0	0	0	0	0

図表 2-8 朝・昼・夕の3食摂取状況 (1/2)

上段：度数 下段：%		問3 朝・昼・夕の3食摂取状況					
		サンプル数	ほとんど毎日食べる	週に4～5日は食べる	週に2～3日は食べる	ほとんど食べない	不明
日 比 式  (中学生)	F3 やせ	37 100.0%	34 <b>91.9%</b>	2 5.4%	1 2.7%	0 0.0%	0 0.0%
	普通	165 100.0%	153 <b>92.7%</b>	8 4.8%	1 0.6%	3 1.8%	0 0.0%
	肥満	18 100.0%	10 <b>55.6%</b>	2 11.1%	4 22.2%	2 11.1%	0 0.0%
	不明	218 100.0%	180 82.6%	18 8.3%	13 6.0%	7 3.2%	0 0.0%
B M I  (高校生)	F3 やせ	58 100.0%	48 <b>82.8%</b>	5 8.6%	4 6.9%	1 1.7%	0 0.0%
	普通	142 100.0%	120 <b>84.5%</b>	10 7.0%	6 4.2%	6 4.2%	0 0.0%
	肥満	9 100.0%	6 <b>66.7%</b>	1 11.1%	2 22.2%	0 0.0%	0 0.0%
	不明	229 100.0%	203 88.6%	14 6.1%	7 3.1%	5 2.2%	0 0.0%
食 問 1  主 菜 、 副 菜 の 摂 取 状 況 の 主 況	とるようにしている	177 100.0%	168 <b>94.9%</b>	4 2.3%	4 2.3%	1 0.6%	0 0.0%
	できるだけとるようにしている	160 100.0%	128 <b>80.0%</b>	17 10.6%	10 6.3%	5 3.1%	0 0.0%
	あまり考えていない	86 100.0%	71 <b>82.6%</b>	9 10.5%	4 4.7%	2 2.3%	0 0.0%
	全然考えていない	15 100.0%	10 <b>66.7%</b>	0 0.0%	1 6.7%	4 26.7%	0 0.0%
	不明	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
問 4  野 菜 の 摂 取 状 況	毎食食べる	73 100.0%	67 <b>91.8%</b>	3 4.1%	2 2.7%	1 1.4%	0 0.0%
	2食は食べる	144 100.0%	133 <b>92.4%</b>	5 3.5%	2 1.4%	4 2.8%	0 0.0%
	1食は食べる	186 100.0%	152 <b>81.7%</b>	16 8.6%	14 7.5%	4 2.2%	0 0.0%
	ほとんど食べない	35 100.0%	25 <b>71.4%</b>	6 17.1%	1 2.9%	3 8.6%	0 0.0%
	不明	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
問 8  運 動 を し る 機 会 や 体 育 の 授 業	はい	232 100.0%	208 <b>89.7%</b>	13 5.6%	8 3.4%	3 1.3%	0 0.0%
	いいえ	206 100.0%	169 <b>82.0%</b>	17 8.3%	11 5.3%	9 4.4%	0 0.0%
	不明	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%

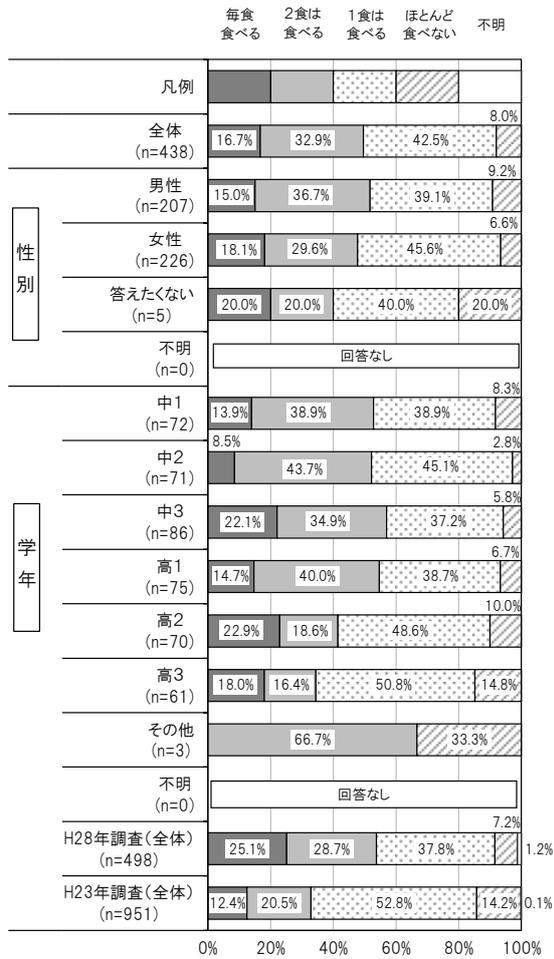
図表 2-8 朝・昼・夕の3食摂取状況 (2/2)

(4) 野菜の摂取状況

問4 野菜や海藻などの材料を一皿分くらい使った料理を、1日に何食食べていますか。(〇は一つ)

全体では、「1食は食べる」が42.5%で最も多く、次いで「2食は食べる」が32.9%、「毎食食べる」が16.7%の順となっており、H28年調査と比較すると「毎食食べる」の割合は減少しており、野菜の摂取頻度が減少している傾向がみられた。

学年別でみると、高校生では学年が上がるほど「1食は食べる」の回答が増加している。



		問4 野菜の摂取状況					
		サンプル数	毎食食べる	2食は食べる	1食は食べる	ほとんど食べない	不明
性別	上段:度数						
	下段:%						
性別	全体	438	73	144	186	35	0
		100.0%	16.7%	32.9%	<b>42.5%</b>	8.0%	0.0%
	男性	207	31	76	81	19	0
		100.0%	15.0%	36.7%	<b>39.1%</b>	9.2%	0.0%
	女性	226	41	67	103	15	0
	100.0%	18.1%	29.6%	<b>45.6%</b>	6.6%	0.0%	
	答えたくない	5	1	1	2	1	0
		100.0%	20.0%	20.0%	<b>40.0%</b>	20.0%	0.0%
	不明	0	0	0	0	0	0
学年	中1	72	10	28	28	6	0
		100.0%	13.9%	<b>38.9%</b>	<b>38.9%</b>	8.3%	0.0%
	中2	71	6	31	32	2	0
		100.0%	8.5%	43.7%	<b>45.1%</b>	2.8%	0.0%
	中3	86	19	30	32	5	0
		100.0%	22.1%	34.9%	<b>37.2%</b>	5.8%	0.0%
	高1	75	11	30	29	5	0
		100.0%	14.7%	<b>40.0%</b>	38.7%	6.7%	0.0%
	高2	70	16	13	34	7	0
		100.0%	22.9%	18.6%	<b>48.6%</b>	10.0%	0.0%
高3	61	11	10	31	9	0	
	100.0%	18.0%	16.4%	<b>50.8%</b>	14.8%	0.0%	
	その他	3	0	2	0	1	0
		100.0%	0.0%	<b>66.7%</b>	0.0%	33.3%	0.0%
	不明	0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
	H28年調査(全体)	498	125	143	188	36	0
		100.0%	25.1%	28.7%	<b>37.8%</b>	7.2%	1.2%
	H23年調査(全体)	951	118	195	502	135	1
		100.0%	12.4%	20.5%	<b>52.8%</b>	14.2%	0.1%
日比式	F3 やせ	37	9	15	13	0	0
		100.0%	24.3%	<b>40.5%</b>	35.1%	0.0%	0.0%
	普通	165	22	67	67	9	0
		100.0%	13.3%	<b>40.6%</b>	<b>40.6%</b>	5.5%	0.0%
	肥満	18	4	4	7	3	0
	100.0%	22.2%	22.2%	<b>38.9%</b>	16.7%	0.0%	
	不明	218	38	58	99	23	0
		100.0%	17.4%	26.6%	45.4%	10.6%	0.0%
BMI	F3 やせ	58	9	16	29	4	0
		100.0%	15.5%	27.6%	<b>50.0%</b>	6.9%	0.0%
	普通	142	27	38	61	16	0
		100.0%	19.0%	26.8%	<b>43.0%</b>	11.3%	0.0%
	肥満	9	2	1	4	2	0
	100.0%	22.2%	11.1%	<b>44.4%</b>	22.2%	0.0%	
	不明	229	35	89	92	13	0
		100.0%	15.3%	38.9%	40.2%	5.7%	0.0%

図表 2-9 野菜の摂取状況

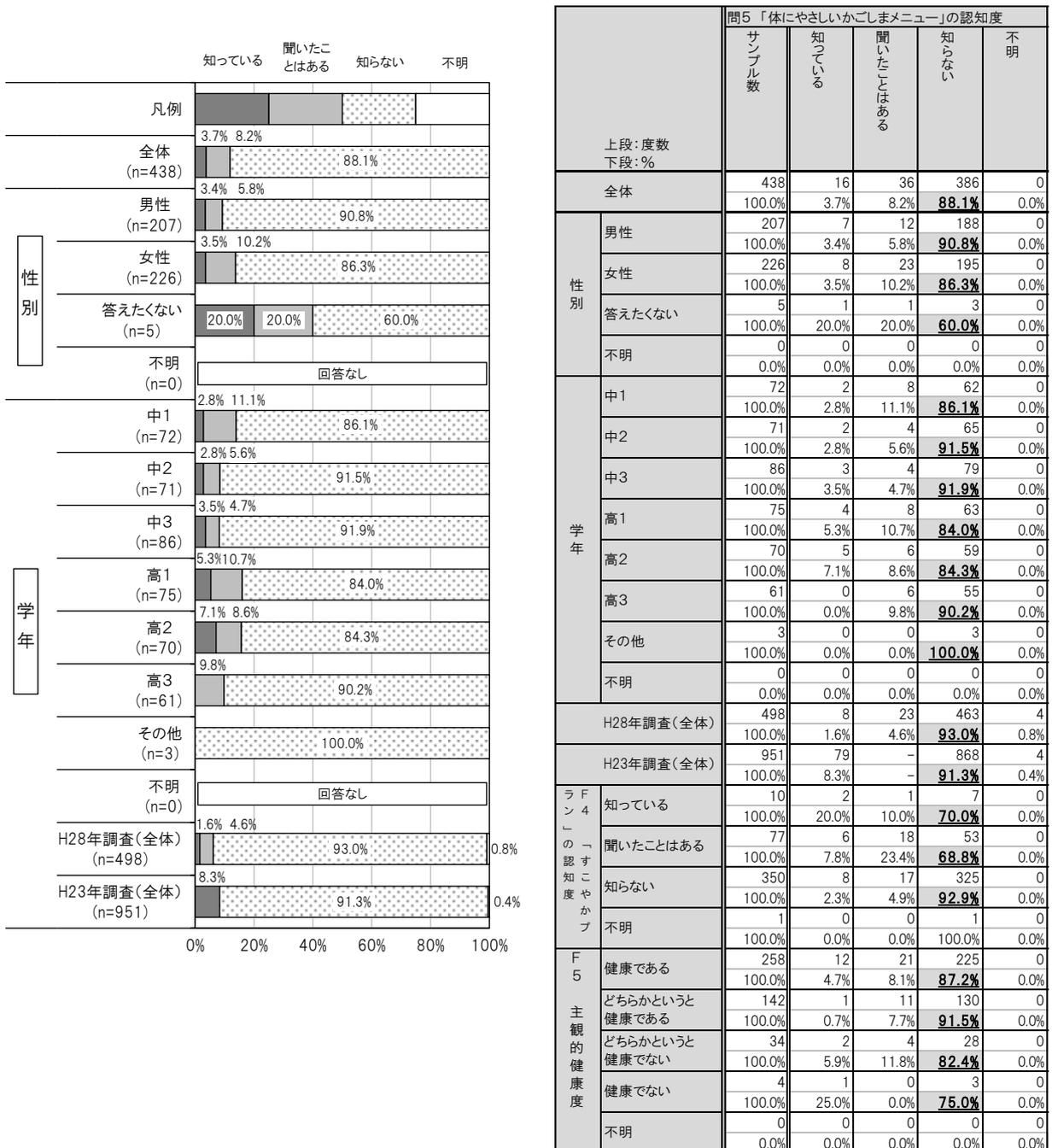
(5) 「体にやさしいかごしまメニュー」の認知度

問5 飲食店などが食生活改善のための栄養バランスのとれたメニューを提供する「体にやさしいかごしまメニュー」のお店があることをご存知ですか。(○は一つ)

全体では、「知らない」が88.1%で最も多く、次いで「聞いたことはある」が8.2%、「知っている」が3.7%の順となっている。

性別でみると、女性は「聞いたことはある」が男性を4.4ポイント上回っている。

すこやかプランの認知度別でみると、すこやかプランを「知らない」と回答した人の9割以上が体にやさしいかごしまメニューのお店を「知らない」と回答している。



※ H23年調査は「聞いたことはある」の選択肢なし

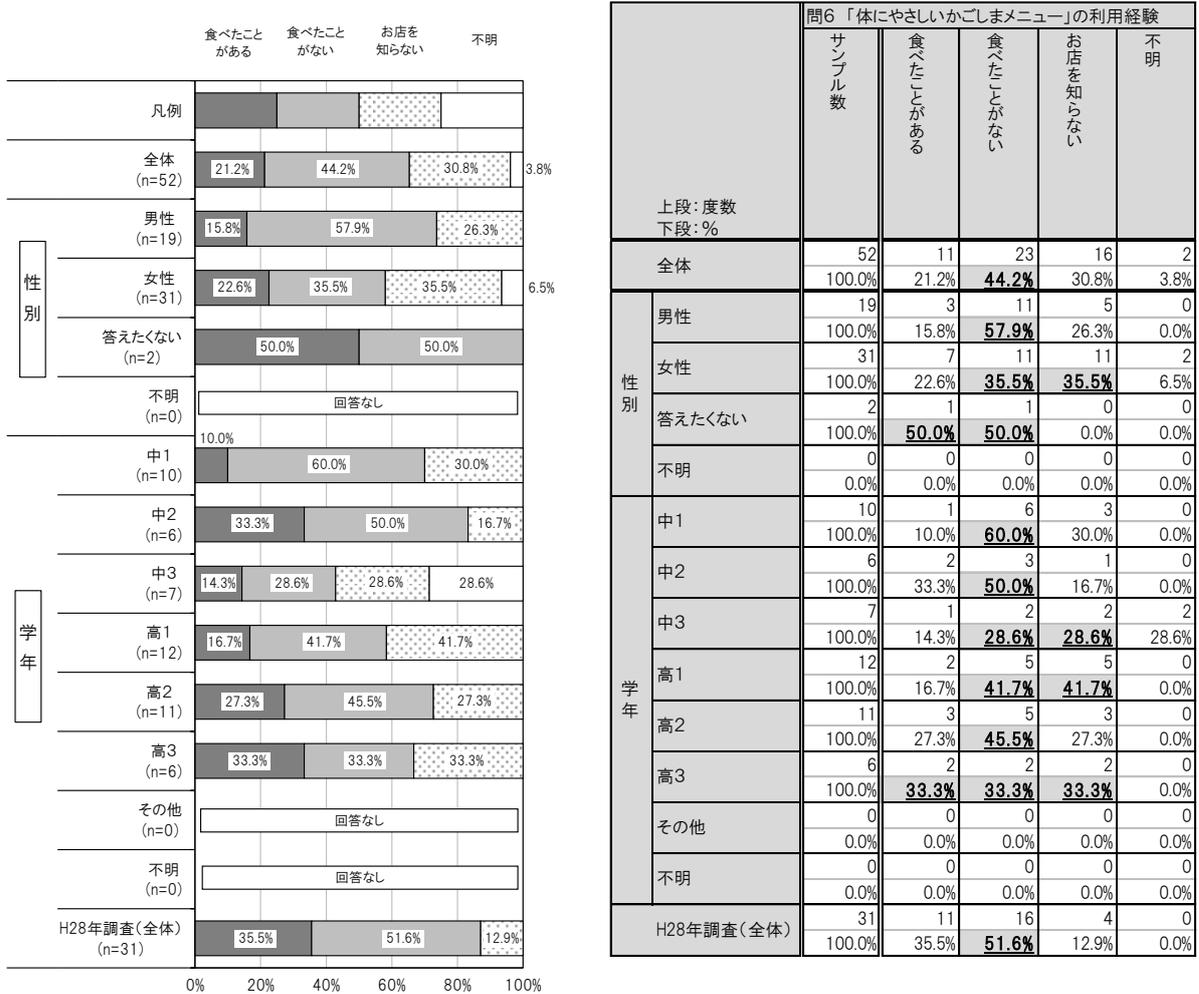
図表 2-10 「体にやさしいかごしまメニュー」の認知度

(6) 「体にやさしいかごしまメニュー」の利用経験

問6 【問3で「1. 知っている」「2. 聞いたことはある」と回答した方のみお答えください。】  
「体にやさしいかごしまメニュー」を食べたことがありますか。(○は一つ)

全体では、「食べたことがない」が44.2%で最も多く、次いで「お店を知らない」が30.8%、「食べたことがある」が21.2%となっており、H28年調査と比較すると「食べたことがある」が14.3ポイント減少している。

性別で見ると、女性は約4割、男性は約6割が「食べたことがない」と回答している。



図表 2-11 「体にやさしいかごしまメニュー」の利用経験

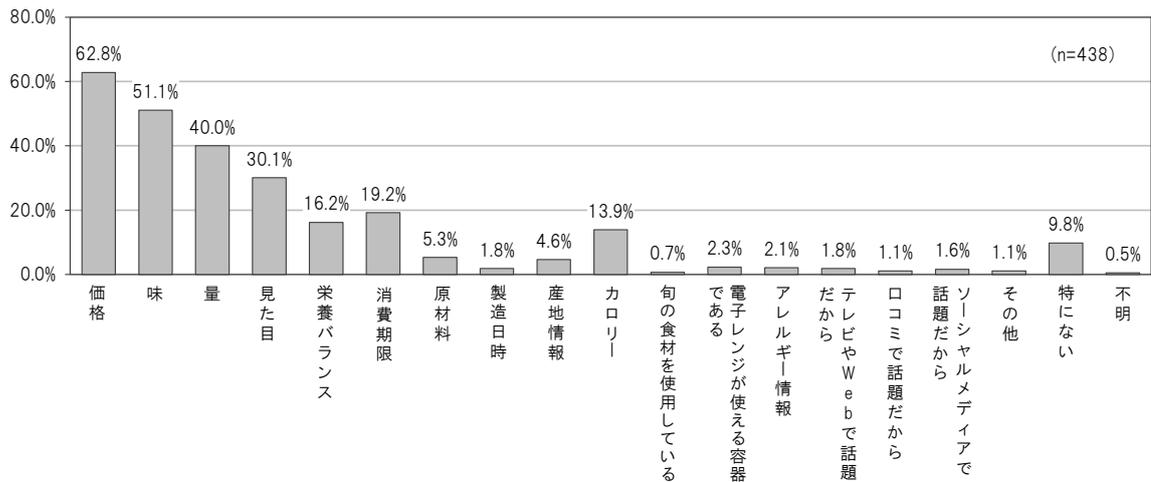
(7) 中食で気に入っていること（複数回答）

問7 スーパーやコンビニ等で、お弁当やお惣菜を選ぶ際に、気にされていることがありますか。  
（○は3つまで）

全体では、「価格」が62.8%で最も多く、次いで「味」が51.1%、「量」が40.0%の順となっている。

性別でみると、「味」は女性が男性を7.6ポイント上回っており、「量」は男性が女性を7.3ポイント上回っている。

学年別でみると、高校2年と高校3年では「価格」が7割以上、「味」が5割以上と多くなっている。



		問7 中食で気に入っていること（複数回答）																						
		サンプル数	価格	味	量	見た目	栄養バランス	消費期限	原材料	製造日時	産地情報	カロリー	旬の食材を使用している	電子レンジが使える容器である	アレルギー情報	だから	テレビやWebで話題	口コミで話題だから	話題だから	ソーシャルメディアで話題だから	その他	特にない	不明	
上段：度数 下段：%	全体	438	275 62.8%	224 51.1%	175 40.0%	132 30.1%	71 16.2%	84 19.2%	23 5.3%	8 1.8%	20 4.6%	61 13.9%	3 0.7%	10 2.3%	9 2.1%	8 1.8%	5 1.1%	7 1.6%	5 1.1%	7 1.6%	5 1.1%	43 9.8%	2 0.5%	
	性別	男性	207	134 64.7%	98 47.3%	91 44.0%	56 27.1%	32 15.5%	39 18.8%	9 4.3%	1 0.5%	9 4.3%	2 1.0%	6 2.9%	3 1.4%	0 0.0%	1 0.5%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	4 1.9%	26 12.6%	2 1.0%
	女性	226	138 61.1%	124 54.9%	83 36.7%	76 33.6%	38 16.8%	42 18.6%	12 5.3%	6 2.7%	11 4.9%	48 21.2%	1 0.4%	4 1.8%	5 2.2%	8 3.5%	4 1.8%	7 3.1%	1 0.4%	7 3.1%	1 0.4%	17 7.5%	0 0.0%	
	答えたくない	5	3 60.0%	2 40.0%	1 20.0%	0 0.0%	1 20.0%	0 0.0%	2 40.0%	0 0.0%	1 20.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 20.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	
	不明	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 0.0%	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 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	
学年	中1	72	40 55.6%	33 45.8%	18 25.0%	24 33.3%	8 11.1%	13 18.1%	6 8.3%	1 1.4%	3 4.2%	7 9.7%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 1.4%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 1.4%	13 18.1%	0 0.0%
	中2	71	41 57.7%	36 50.7%	30 42.3%	28 39.4%	8 11.3%	20 28.2%	4 5.6%	1 1.4%	5 7.0%	8 11.3%	2 2.8%	1 1.4%	3 4.2%	2 2.8%	2 2.8%	2 2.8%	1 1.4%	2 2.8%	2 2.8%	2 2.8%	2 2.8%	0 0.0%
	中3	86	49 57.0%	42 48.8%	33 38.4%	26 30.2%	11 12.8%	18 20.9%	4 4.7%	1 1.2%	1 1.2%	10 11.6%	0 0.0%	2 2.3%	3 3.5%	2 2.3%	2 2.3%	0 0.0%	1 1.2%	1 1.2%	1 1.2%	13 15.1%	1 1.2%	
	高1	75	47 62.7%	36 48.0%	32 42.7%	20 26.7%	17 22.7%	14 18.7%	4 5.3%	2 2.7%	4 5.3%	11 14.7%	0 0.0%	4 5.3%	1 1.3%	1 1.3%	0 0.0%	1 1.3%	0 0.0%	1 1.3%	1 1.3%	6 8.0%	1 1.3%	
	高2	70	52 74.3%	37 52.9%	35 50.0%	16 22.9%	14 20.0%	13 18.6%	2 2.9%	1 1.4%	1 1.4%	15 21.4%	1 1.4%	1 1.4%	2 2.9%	3 4.3%	1 1.4%	2 2.9%	1 1.4%	2 2.9%	0 0.0%	2 2.9%	2 2.9%	0 0.0%
	高3	61	44 72.1%	39 63.9%	26 42.6%	18 29.5%	12 19.7%	6 9.8%	3 4.9%	2 3.3%	6 9.8%	10 16.4%	0 0.0%	2 3.3%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 1.6%	2 3.3%	1 1.6%	1 1.6%	1 1.6%	0 0.0%
	その他	3	2 66.7%	1 33.3%	1 33.3%	0 0.0%	1 33.3%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 33.3%	0 0.0%
	不明	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 0.0%	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 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%

図表 2-12 中食で気に入っていること（複数回答）（1/2）

	問7 中食で気にしていること(複数回答)																				
	サンプル数	価格	味	量	見た目	栄養バランス	消費期限	原材料	製造日時	産地情報	カロリー	旬の食材を使用している	電子レンジが使える容器である	アレルギー情報	テレビやWebで話題だから	口コミで話題だから	話題だから	ソーシャルメディアで	その他	特にない	不明
日比式① F3 肥満度(中学生)	上段:度数	37	23	19	15	10	6	8	4	1	3	3	0	2	0	0	0	0	0	4	1
	下段:%	-	62.2%	51.4%	40.5%	27.0%	16.2%	21.6%	10.8%	2.7%	8.1%	8.1%	0.0%	5.4%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	10.8%	2.7%
	やせ	165	99	81	56	61	19	37	8	2	5	19	2	1	6	4	3	2	1	22	0
	普通	-	60.0%	49.1%	33.9%	37.0%	11.5%	22.4%	4.8%	1.2%	3.0%	11.5%	1.2%	0.6%	3.6%	2.4%	1.8%	1.2%	0.6%	13.3%	0.0%
日比式② F3 肥満度(高校生)	やせ	18	5	8	9	6	2	4	0	0	0	3	0	0	0	0	0	0	0	4	0
	普通	218	148	116	95	55	44	35	11	5	12	36	1	7	3	4	2	5	4	13	1
	肥満	-	27.8%	44.4%	50.0%	33.3%	11.1%	22.2%	0.0%	0.0%	0.0%	16.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	22.2%	0.0%
	不明	-	67.9%	53.2%	43.6%	25.2%	20.2%	16.1%	5.0%	2.3%	5.5%	16.5%	0.5%	3.2%	1.4%	1.8%	0.9%	2.3%	1.8%	6.0%	0.5%
B M I F3 肥満度(高校生)	やせ	58	38	35	29	16	10	11	3	0	3	6	1	2	0	3	1	2	2	2	0
	普通	142	100	74	61	36	33	22	6	5	7	30	0	4	3	1	1	3	0	7	1
	肥満	9	7	4	4	2	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0
	不明	-	70.4%	52.1%	43.0%	25.4%	23.2%	15.5%	4.2%	3.5%	4.9%	21.1%	0.0%	2.8%	2.1%	0.7%	0.7%	2.1%	0.0%	4.9%	0.7%
主業1、副業の摂取状況	とるようしている	177	110	89	72	56	41	33	11	3	2	25	2	3	3	2	3	5	4	14	1
	できるだけとるようしている	160	106	82	56	46	24	35	11	3	14	30	1	3	4	2	1	0	1	13	1
	あまり考えていない	86	51	44	40	27	5	12	1	2	3	6	0	2	1	4	0	1	0	15	0
	全然考えていない	15	8	9	7	3	1	4	0	0	1	0	0	2	1	0	1	1	0	1	0
	不明	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	-	-	62.1%	50.3%	40.7%	31.6%	23.2%	18.6%	6.2%	1.7%	1.1%	14.1%	1.1%	1.7%	1.7%	1.1%	1.7%	2.8%	2.3%	7.9%	0.6%
問4 野菜の摂取状況	毎食食べる	73	40	29	23	17	22	15	7	1	3	12	0	0	4	2	1	2	1	7	1
	2食は食べる	144	90	73	53	50	31	22	10	2	6	23	1	2	1	1	1	0	2	16	1
	1食は食べる	186	122	104	80	55	16	43	5	5	8	24	2	8	3	5	2	4	2	15	0
	ほとんど食べない	35	23	18	19	10	2	4	1	0	3	2	0	0	1	0	1	1	0	5	0
	不明	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	-	-	54.8%	39.7%	31.5%	23.3%	30.1%	20.5%	9.6%	1.4%	4.1%	16.4%	0.0%	0.0%	5.5%	2.7%	1.4%	2.7%	1.4%	9.6%	1.4%
運動外で身体活動や機会	はい	232	147	110	100	73	38	44	12	5	10	31	0	2	3	4	4	3	3	25	1
	いいえ	206	128	114	75	59	33	40	11	3	10	30	3	8	6	4	1	4	2	18	1
	不明	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	-	-	63.4%	47.4%	43.1%	31.5%	16.4%	19.0%	5.2%	2.2%	4.3%	13.4%	0.0%	0.9%	1.3%	1.7%	1.7%	1.3%	1.3%	10.8%	0.4%
-	-	65.6%	55.9%	43.0%	29.6%	8.6%	23.1%	2.7%	2.7%	4.3%	12.9%	1.1%	4.3%	1.6%	2.7%	1.1%	2.2%	1.1%	8.1%	0.0%	
-	-	65.7%	51.4%	54.3%	28.6%	5.7%	11.4%	2.9%	0.0%	8.6%	5.7%	0.0%	0.0%	2.9%	0.0%	2.9%	2.9%	0.0%	14.3%	0.0%	
-	-	62.1%	55.3%	36.4%	28.6%	16.0%	19.4%	5.3%	1.5%	4.9%	14.6%	1.5%	3.9%	2.9%	1.9%	0.5%	1.9%	1.0%	8.7%	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%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	

図表 2-12 中食で気にしていること(複数回答)(2/2)

[その他の詳細]

- スーパー・コンビニ弁当は購入しない(2)
- 好み
- 添加物
- 新発売のものをよく選ぶ

## 2. 身体活動・運動・休養

### (1) 体育の授業以外で身体活動や運動をする機会

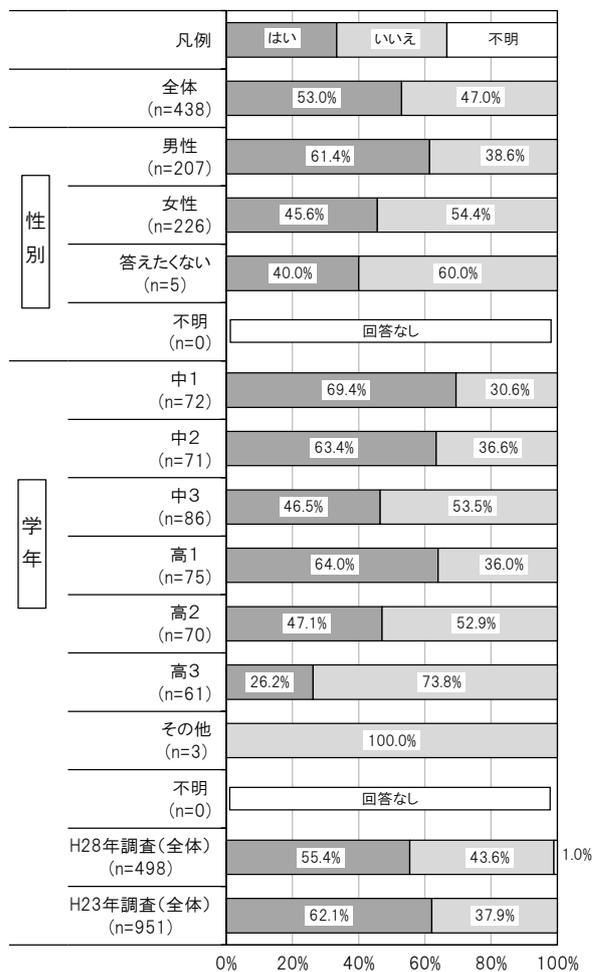
問8 学校の体育の授業以外で、週3日以上、1日30分以上の運動をすることがありますか。(○は一つ)

全体では、「はい」が53.0%、「いいえ」が47.0%になっている。

性別でみると、男性は「はい」が女性を15.8ポイント上回っている。

学年別では、中学生と高校生どちらも学年が上がるほど「はい」が減少する傾向がみられた。

睡眠の状況別でみると、睡眠が「まったくとれていない」と回答した人は、体育の授業以外で身体活動や運動をしていない割合が7割となっている。



		問8 体育の授業以外で身体活動や運動をする機会			
		サンプル数	はい	いいえ	不明
上段:度数 下段:%					
全体		438	232	206	0
		100.0%	53.0%	47.0%	0.0%
性別	男性	207	127	80	0
		100.0%	61.4%	38.6%	0.0%
	女性	226	103	123	0
		100.0%	45.6%	54.4%	0.0%
答えたくない		5	2	3	0
	100.0%	40.0%	60.0%	0.0%	
不明		0	0	0	0
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
学年	中1	72	50	22	0
		100.0%	69.4%	30.6%	0.0%
	中2	71	45	26	0
		100.0%	63.4%	36.6%	0.0%
	中3	86	40	46	0
		100.0%	46.5%	53.5%	0.0%
	高1	75	48	27	0
		100.0%	64.0%	36.0%	0.0%
	高2	70	33	37	0
		100.0%	47.1%	52.9%	0.0%
高3	61	16	45	0	
	100.0%	26.2%	73.8%	0.0%	
その他	3	0	3	0	
	100.0%	0.0%	100.0%	0.0%	
不明		0	0	0	0
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
H28年調査(全体)		498	276	217	5
	100.0%	55.4%	43.6%	1.0%	
H23年調査(全体)		951	591	360	0
	100.0%	62.1%	37.9%	0.0%	

図表 2-13 体育の授業以外で身体活動や運動をする機会 (1/2)

		問8 体育の授業以外で身体活動や運動をする機会			
		サンプル数	はい	いいえ	不明
上段:度数 下段:%					
日 比 式  F3 肥 満 度 (中 学 生)	やせ	37 100.0%	22 <b>59.5%</b>	15 40.5%	0 0.0%
	普通	165 100.0%	99 <b>60.0%</b>	66 40.0%	0 0.0%
	肥満	18 100.0%	9 <b>50.0%</b>	9 <b>50.0%</b>	0 0.0%
	不明	218 100.0%	102 46.8%	116 53.2%	0 0.0%
B M I  F3 肥 満 度 (高 校 生)	やせ	58 100.0%	17 29.3%	41 <b>70.7%</b>	0 0.0%
	普通	142 100.0%	75 <b>52.8%</b>	67 47.2%	0 0.0%
	肥満	9 100.0%	5 <b>55.6%</b>	4 44.4%	0 0.0%
	不明	229 100.0%	135 59.0%	94 41.0%	0 0.0%
F 5  主 観 的 健 康 度	健康である	258 100.0%	157 <b>60.9%</b>	101 39.1%	0 0.0%
	どちらかという与健康である	142 100.0%	62 43.7%	80 <b>56.3%</b>	0 0.0%
	どちらかという与健康でない	34 100.0%	12 35.3%	22 <b>64.7%</b>	0 0.0%
	健康でない	4 100.0%	1 25.0%	3 <b>75.0%</b>	0 0.0%
	不明	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
問 11  睡 眠 の 状 況	充分にとれている	120 100.0%	67 <b>55.8%</b>	53 44.2%	0 0.0%
	まあまあとれている	224 100.0%	126 <b>56.3%</b>	98 43.8%	0 0.0%
	あまりとれていない	79 100.0%	33 41.8%	46 <b>58.2%</b>	0 0.0%
	まったくとれていない	10 100.0%	3 30.0%	7 <b>70.0%</b>	0 0.0%
	わからない	5 100.0%	3 <b>60.0%</b>	2 40.0%	0 0.0%
	不明	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%

図表 2-13 体育の授業以外で身体活動や運動をする機会 (2/2)

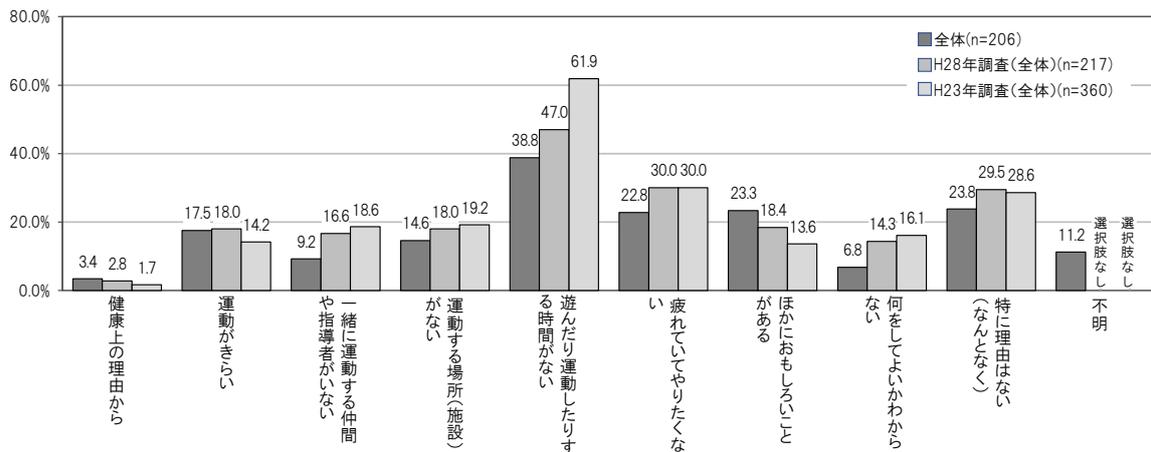
(2) 身体活動ができない、または、したくない理由（複数回答）

問9 【問8で「2. いいえ」と回答した方のみお答えください。】  
 「2. いいえ」と回答したのはなぜですか。（○はいくつでも）

全体では、「遊んだり運動したりする時間がない」が38.8%で最も多く、次いで「特に理由はない（なんとなく）」が23.8%、「ほかにももしろいことがある」が23.3%となっており、H28年調査と比較すると、「ほかにももしろいことがある」、「健康上の理由から」が増加している。

性別でみると、女性は「遊んだり運動したりする時間がない」が男性を25ポイント上回っている。

学年別でみると学年が上がるにつれて「遊んだり運動したりする時間がない」が増加傾向にある。また、中学1年は「疲れていてやりたくない」が他の学年よりも多くなっている。



上段:度数 下段:%	問9 身体活動ができない、または、したくない理由（複数回答）										
	サンプル数	健康上の理由から	運動がきらい	一緒に運動する仲間や指導者がいない	運動する場所(施設)がない	遊んだり運動したりする時間がない	疲れていてやりたくない	ほかにももしろいことがある	何をしてもよくわからない	特に理由はない(なんとなく)	不明
全体	206	7 3.4%	36 17.5%	19 9.2%	30 14.6%	80 <b>38.8%</b>	47 22.8%	48 23.3%	14 6.8%	49 23.8%	23 11.2%
性別											
男性	80	3 3.8%	16 20.0%	7 8.8%	8 10.0%	19 23.8%	16 20.0%	22 <b>27.5%</b>	7 8.8%	21 26.3%	8 10.0%
女性	123	4 3.3%	20 16.3%	12 9.8%	21 17.1%	60 <b>48.8%</b>	30 24.4%	24 19.5%	7 5.7%	28 22.8%	15 12.2%
答えたくない	3	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 33.3%	1 33.3%	1 33.3%	2 <b>66.7%</b>	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
不明	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 0.0%	0 0.0%
学年											
中1	22	3 13.6%	7 31.8%	4 18.2%	1 4.5%	6 27.3%	8 <b>36.4%</b>	8 <b>36.4%</b>	1 4.5%	4 18.2%	3 13.6%
中2	26	0 0.0%	4 15.4%	4 15.4%	6 <b>23.1%</b>	6 <b>23.1%</b>	5 19.2%	6 <b>23.1%</b>	2 7.7%	4 15.4%	6 23.1%
中3	46	1 2.2%	8 17.4%	3 6.5%	6 13.0%	16 <b>34.8%</b>	9 19.6%	9 19.6%	3 6.5%	15 32.6%	6 13.0%
高1	27	1 3.7%	5 18.5%	0 0.0%	3 11.1%	12 <b>44.4%</b>	8 29.6%	8 29.6%	3 11.1%	7 25.9%	2 7.4%
高2	37	1 2.7%	10 27.0%	4 10.8%	6 16.2%	18 <b>48.6%</b>	11 29.7%	8 21.6%	2 5.4%	6 16.2%	3 8.1%
高3	45	0 0.0%	2 4.4%	3 6.7%	8 17.8%	22 <b>48.9%</b>	6 13.3%	8 17.8%	3 6.7%	12 26.7%	3 6.7%
その他	3	1 <b>33.3%</b>	0 0.0%	1 <b>33.3%</b>	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 <b>33.3%</b>	0 0.0%	1 <b>33.3%</b>	0 0.0%
不明	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 0.0%	0 0.0%
H28年調査(全体)	217	6 2.8%	39 18.0%	36 16.6%	39 18.0%	102 <b>47.0%</b>	65 30.0%	40 18.4%	31 14.3%	64 29.5%	-
H23年調査(全体)	360	6 1.7%	51 14.2%	67 18.6%	69 19.2%	223 <b>61.9%</b>	108 30.0%	108 30.0%	49 13.6%	103 28.6%	-

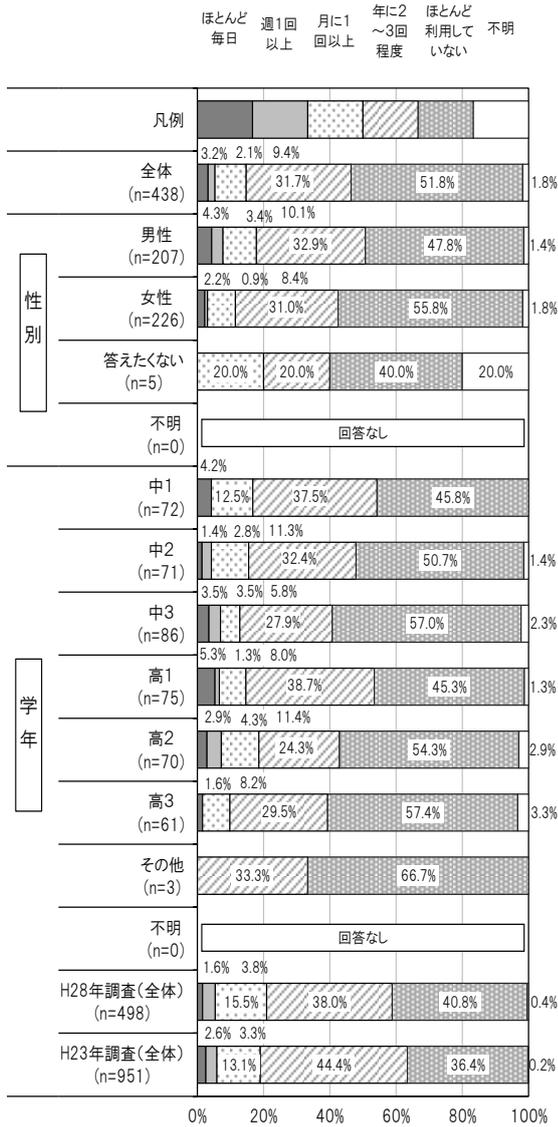
図表 2-14 身体活動ができない、または、したくない理由（複数回答）

(3) 温泉や水中運動の活用状況

問10 健康づくりに温泉や水中運動の活用も効果的ですが、この1年間にこれらを利用しましたか。(○は一つ)

全体では、「ほとんど利用していない」が51.8%で最も多く、次いで「年に2~3回程度」が31.7%、「月に1回以上」が9.4%となっており、H28年調査と比較すると、「ほとんど利用していない」は増加している。

性別で見ると、女性は「ほとんど利用していない」が男性を8ポイント上回っている。



		問10 温泉や水中運動の活用状況						
		サンプル数	ほとんど毎日	週1回以上	月に1回以上	年に2~3回程度	ほとんど利用していない	不明
上段:度数 下段:%								
全体		438	14	9	41	139	227	8
		100.0%	3.2%	2.1%	9.4%	31.7%	<b>51.8%</b>	1.8%
性別	男性	207	9	7	21	68	99	3
		100.0%	4.3%	3.4%	10.1%	32.9%	<b>47.8%</b>	1.4%
	女性	226	5	2	19	70	126	4
		100.0%	2.2%	0.9%	8.4%	31.0%	<b>55.8%</b>	1.8%
	回答たくない	5	0	0	1	1	2	1
	100.0%	0.0%	0.0%	20.0%	20.0%	<b>40.0%</b>	20.0%	
不明		0	0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
学年	中1	72	3	0	9	27	33	0
		100.0%	4.2%	0.0%	12.5%	37.5%	<b>45.8%</b>	0.0%
	中2	71	1	2	8	23	36	1
		100.0%	1.4%	2.8%	11.3%	32.4%	<b>50.7%</b>	1.4%
	中3	86	3	3	5	24	49	2
		100.0%	3.5%	3.5%	5.8%	27.9%	<b>57.0%</b>	2.3%
	高1	75	4	1	6	29	34	1
		100.0%	5.3%	1.3%	8.0%	38.7%	<b>45.3%</b>	1.3%
	高2	70	2	3	8	17	38	2
		100.0%	2.9%	4.3%	11.4%	24.3%	<b>54.3%</b>	2.9%
高3	61	1	0	5	18	35	2	
	100.0%	1.6%	0.0%	8.2%	29.5%	<b>57.4%</b>	3.3%	
その他		3	0	0	0	1	2	0
	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	33.3%	<b>66.7%</b>	0.0%	
不明		0	0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
H28年調査(全体)		498	8	19	77	189	203	2
		100.0%	1.6%	3.8%	15.5%	38.0%	<b>40.8%</b>	0.4%
H23年調査(全体)		951	25	31	125	422	346	2
		100.0%	2.6%	3.3%	13.1%	<b>44.4%</b>	36.4%	0.2%
日 比 式	F3 やせ	37	1	2	4	10	18	2
		100.0%	2.7%	5.4%	10.8%	27.0%	<b>48.6%</b>	5.4%
	普通	165	5	3	15	56	85	1
		100.0%	3.0%	1.8%	9.1%	33.9%	<b>51.5%</b>	0.6%
	肥満	18	0	0	2	5	11	0
	100.0%	0.0%	0.0%	11.1%	27.8%	<b>61.1%</b>	0.0%	
不明		218	8	4	20	68	113	5
	100.0%	3.7%	1.8%	9.2%	31.2%	51.8%	2.3%	
B M I	F3 やせ	58	0	1	4	20	31	2
		100.0%	0.0%	1.7%	6.9%	34.5%	<b>53.4%</b>	3.4%
	普通	142	7	3	14	41	75	2
		100.0%	4.9%	2.1%	9.9%	28.9%	<b>52.8%</b>	1.4%
	肥満	9	0	0	1	4	3	1
	100.0%	0.0%	0.0%	11.1%	<b>44.4%</b>	33.3%	11.1%	
不明		229	7	5	22	74	118	3
	100.0%	3.1%	2.2%	9.6%	32.3%	51.5%	1.3%	

図表 2-15 温泉や水中運動の活用状況

(4) 睡眠の状況

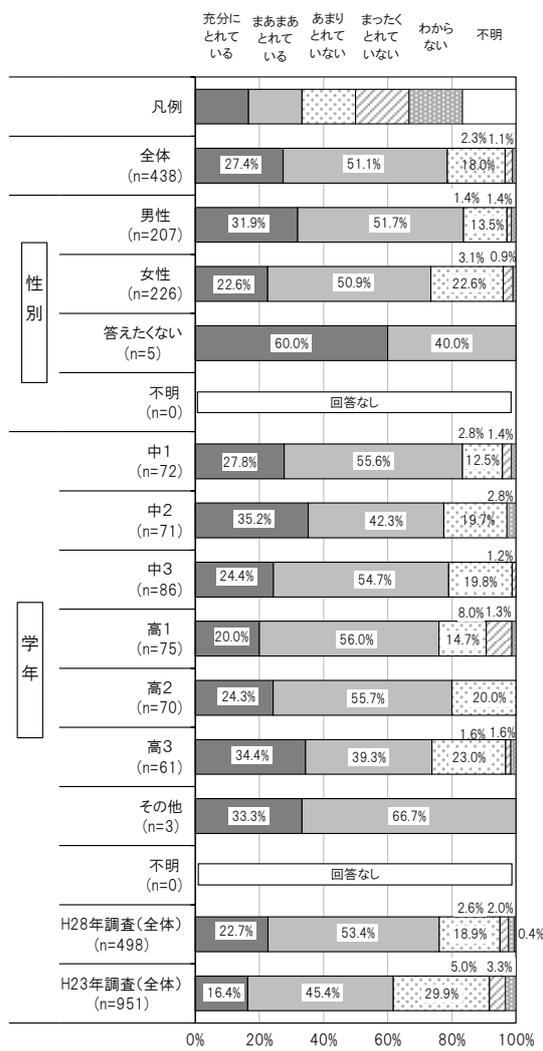
問11 睡眠による休養が上手にとれていますか。(○は一つ)

全体では、「まあまあとれている」が51.1%で最も多く、次いで「充分にとれている」が27.4%、「あまりとれていない」が18.0%となっており、H28年調査と比較して「充分にとれている」の割合は4.7ポイント増加している。

性別でみると、男性は、「充分にとれている」と「まあまあとれている」を合わせた割合が、女性を10.1ポイント上回っている。

学年別でみると、中学生と高校生ともに学年が上がるほど「あまりとれていない」が増加する傾向がみられた。

主観的健康度別でみると、「どちらかという健康でない」と回答した人は、「あまりとれていない」が4割近くとなっている。



		問11 睡眠の状況						
		サンプル数	充分にとれている	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	わからない	不明
上段:度数	全体	438	120	224	79	10	5	0
	下段:%	100.0%	27.4%	51.1%	18.0%	2.3%	1.1%	0.0%
性別	男性	207	66	107	28	3	3	0
	女性	226	51	115	51	7	2	0
	答えたくない	5	3	2	0	0	0	0
	不明	0	0	0	0	0	0	0
	不明	0	0	0	0	0	0	0
学年	中1	72	20	40	9	2	1	0
	中2	71	25	30	14	0	2	0
	中3	86	21	47	17	1	0	0
	高1	75	15	42	11	6	1	0
	高2	70	17	39	14	0	0	0
	高3	61	21	24	14	1	1	0
	その他	3	1	2	0	0	0	0
	不明	0	0	0	0	0	0	0
	H28年調査(全体)	498	113	266	94	13	10	2
	H23年調査(全体)	951	156	432	284	48	31	0
F5 主観的健康度	健康である	258	91	135	30	2	0	0
	どちらかという健康である	142	24	75	35	4	4	0
	どちらかという健康でない	34	3	13	13	4	1	0
	健康でない	4	2	1	1	0	0	0
	不明	0	0	0	0	0	0	0

図表 2-16 睡眠の状況

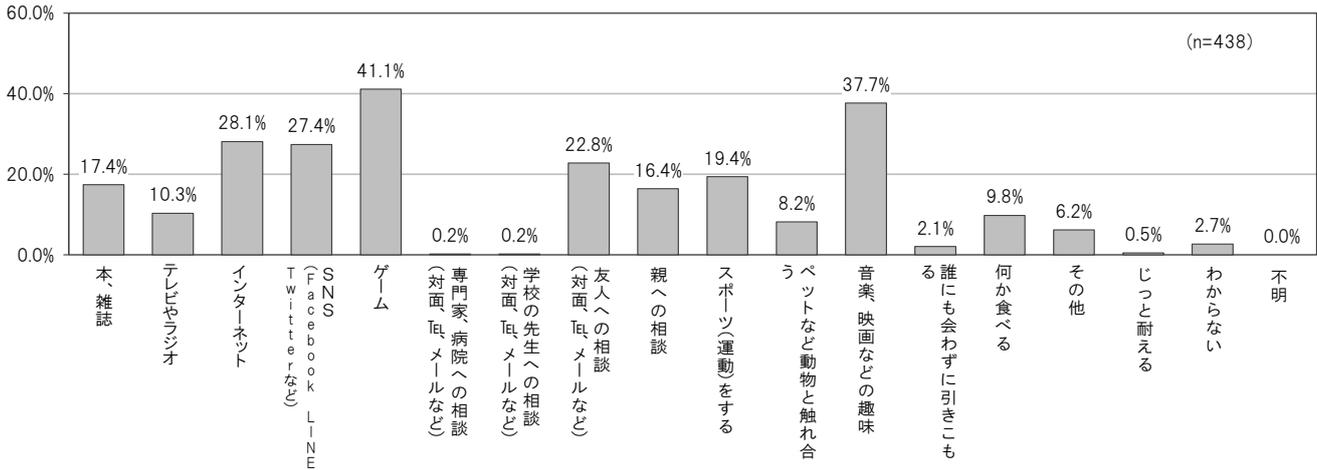
(5) ストレス解消への取組状況（複数回答）

問12 日頃、不満・悩み・ストレスは、どうやって解消していますか。（〇は3つまで）

全体では、「ゲーム」が41.1%で最も多く、次いで「音楽、映画などの趣味」が37.7%、「インターネット」が28.1%となっている。

性別で見ると、男性は、「ゲーム」が61.8%で最も多く、次いで「インターネット」が29.5%となっている。女性は、「音楽、映画などの趣味」が51.8%で最も多く、次いで「友人への相談（対面、Tel、メールなど）」が32.7%となっている。

学年別で見ると、中学生は「ゲーム」が最も多く約5割となっているが、高校生では「ゲーム」は減少し、「SNS（Facebook、LINE、Twitterなど）」や「音楽、映画などの趣味」が多くなっている。



上段:度数 下段:%	問12 ストレス解消への取組状況(複数回答)																					
	サンプリング数	取り組んでいる	本、雑誌	テレビやラジオ	インターネット	SNS (Facebook、LINE、Twitterなど)	ゲーム	専門家、病院への相談 (対面、Tel、メールなど)	学校の先生への相談 (対面、Tel、メールなど)	友人への相談 (対面、Tel、メールなど)	親への相談	スポーツ(運動)をする	ペットなど動物と触れ合う	音楽、映画などの趣味	誰にも会わずに引きこもる	何か食べる	その他	取り組んでいない	じっと耐える	不明	わからない	
全体	438	424	76	45	123	120	180	1	1	100	72	85	36	165	9	43	27	2	2	0	12	
	100.0%	96.8%	17.4%	10.3%	28.1%	27.4%	<b>41.1%</b>	0.2%	0.2%	22.8%	16.4%	19.4%	8.2%	37.7%	2.1%	9.8%	6.2%	0.5%	0.5%	0.0%	2.7%	
性別	男性	207	200	37	19	61	48	128	1	0	26	25	59	10	48	5	14	12	1	1	0	6
		100.0%	96.6%	17.9%	9.2%	29.5%	23.2%	<b>61.8%</b>	0.5%	0.0%	12.6%	12.1%	28.5%	4.8%	23.2%	2.4%	6.8%	5.8%	0.5%	0.5%	0.0%	2.9%
	女性	226	221	39	26	61	72	49	0	1	74	47	26	24	117	4	29	15	1	1	0	4
		100.0%	97.8%	17.3%	11.5%	27.0%	31.9%	21.7%	0.0%	0.4%	32.7%	20.8%	11.5%	10.6%	<b>51.8%</b>	1.8%	12.8%	6.6%	0.4%	0.4%	0.0%	1.8%
答えたくない	5	3	0	0	1	0	3	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	2
	100.0%	60.0%	0.0%	0.0%	20.0%	0.0%	<b>60.0%</b>	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	40.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	40.0%	
不明	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%	0.0%	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%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
学年	中1	72	68	12	9	23	10	33	1	0	14	11	15	3	20	0	10	4	1	1	0	3
		100.0%	94.4%	16.7%	12.5%	31.9%	13.9%	<b>45.8%</b>	1.4%	0.0%	19.4%	15.3%	20.8%	4.2%	27.8%	0.0%	13.9%	5.6%	1.4%	1.4%	0.0%	4.2%
	中2	71	69	13	12	27	16	34	0	0	16	12	13	5	23	0	7	4	0	0	0	2
		100.0%	97.2%	18.3%	16.9%	38.0%	22.5%	<b>47.9%</b>	0.0%	0.0%	22.5%	16.9%	18.3%	7.0%	32.4%	0.0%	9.9%	5.6%	0.0%	0.0%	0.0%	2.8%
	中3	86	85	14	10	16	21	39	0	0	21	16	19	6	32	3	8	4	0	0	0	1
		100.0%	98.8%	16.3%	11.6%	18.6%	24.4%	<b>45.3%</b>	0.0%	0.0%	24.4%	18.6%	22.1%	7.0%	37.2%	3.5%	9.3%	4.7%	0.0%	0.0%	0.0%	1.2%
	高1	75	73	8	6	18	30	28	0	0	17	8	21	7	28	1	5	7	1	1	0	1
		100.0%	97.3%	10.7%	8.0%	24.0%	<b>40.0%</b>	37.3%	0.0%	0.0%	22.7%	10.7%	28.0%	9.3%	37.3%	1.3%	6.7%	9.3%	1.3%	1.3%	0.0%	1.3%
	高2	70	67	16	6	20	25	24	0	1	19	14	8	7	29	2	6	2	0	0	0	3
		100.0%	95.7%	22.9%	8.6%	28.6%	35.7%	34.3%	0.0%	1.4%	27.1%	20.0%	11.4%	10.0%	<b>41.4%</b>	2.9%	8.6%	2.9%	0.0%	0.0%	0.0%	4.3%
高3	61	59	10	2	17	18	21	0	0	13	10	8	8	33	2	7	6	0	0	0	2	
	100.0%	96.7%	16.4%	3.3%	27.9%	29.5%	34.4%	0.0%	0.0%	21.3%	16.4%	13.1%	13.1%	<b>54.1%</b>	3.3%	11.5%	9.8%	0.0%	0.0%	0.0%	3.3%	
その他	3	3	3	0	2	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	100.0%	100.0%	<b>100.0%</b>	0.0%	66.7%	0.0%	33.3%	0.0%	0.0%	0.0%	33.3%	33.3%	0.0%	0.0%	33.3%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
不明	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%	0.0%	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%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

図表 2-17 ストレス解消への取組状況（複数回答）

[その他の詳細]

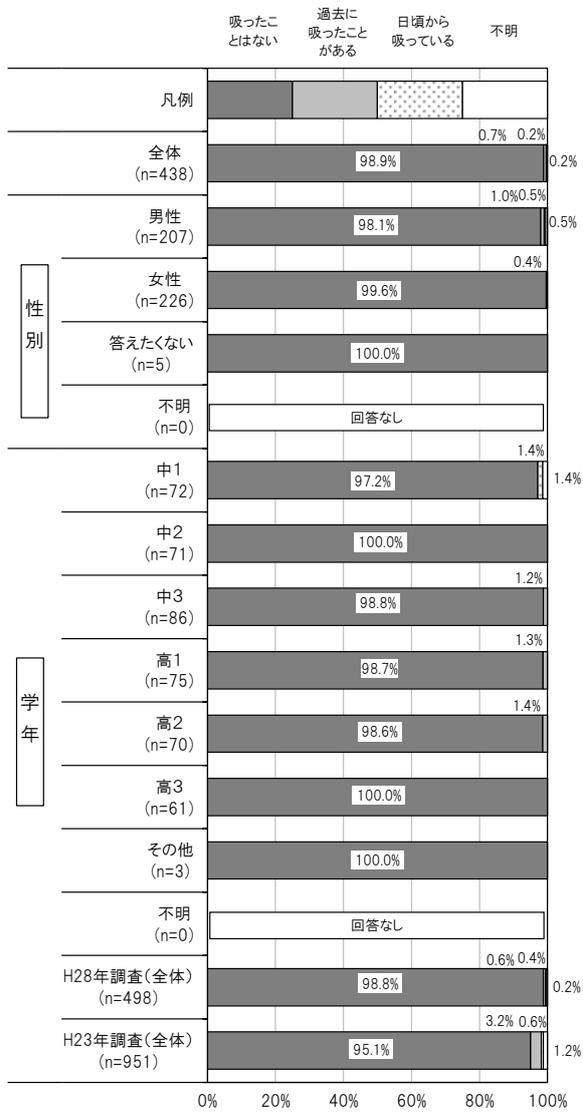
- 寝る, 睡眠をとる (13)
- カラオケ (2)
- 感情を爆発させる(思いっきり笑う、泣く等), 叫ぶ (2)
- ストレスはあまり感じたことがない (3)
- 考えないようにする
- 友人と雑談
- ウォーキング
- おやつなどをいろいろ買うことでストレス解消している
- 推し活
- 解消できていない

### 3. たばこ

#### (1) 喫煙の経験

問 13 たばこを吸った経験がありますか。(○は一つ)

全体では、「吸ったことはない」が 98.9%で最も多く、次いで「過去に吸ったことがある」が 0.7%、「日頃から吸っている」が 0.2%の順となっている。



		問13 喫煙の経験				
		サンプル数	吸ったことはない	過去に吸ったことがある	日頃から吸っている	不明
上段:度数 下段:%						
全体		438	433	3	1	1
		100.0%	98.9%	0.7%	0.2%	0.2%
性別	男性	207	203	2	1	1
		100.0%	98.1%	1.0%	0.5%	0.5%
	女性	226	225	1	0	0
		100.0%	99.6%	0.4%	0.0%	0.0%
答えたくない		5	5	0	0	0
		100.0%	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%
不明		0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
学年	中1	72	70	0	1	1
		100.0%	97.2%	0.0%	1.4%	1.4%
	中2	71	71	0	0	0
		100.0%	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%
	中3	86	85	1	0	0
		100.0%	98.8%	1.2%	0.0%	0.0%
	高1	75	74	1	0	0
		100.0%	98.7%	1.3%	0.0%	0.0%
	高2	70	69	1	0	0
		100.0%	98.6%	1.4%	0.0%	0.0%
高3	61	61	0	0	0	
	100.0%	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
その他		3	3	0	0	0
		100.0%	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%
不明		0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
H28年調査(全体)		498	492	3	2	1
		100.0%	98.8%	0.6%	0.4%	0.2%
H23年調査(全体)		951	904	30	6	11
		100.0%	95.1%	3.2%	0.6%	1.2%
主観的健康度	健康である	258	254	2	1	1
		100.0%	98.4%	0.8%	0.4%	0.4%
	どちらかという健康である	142	141	1	0	0
		100.0%	99.3%	0.7%	0.0%	0.0%
	どちらかという健康でない	34	34	0	0	0
	100.0%	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
健康でない	4	4	0	0	0	
	100.0%	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
不明		0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
運動を以てする機会や体育の授業	はい	232	228	2	1	1
		100.0%	98.3%	0.9%	0.4%	0.4%
	いいえ	206	205	1	0	0
	100.0%	99.5%	0.5%	0.0%	0.0%	
不明		0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
問18 飲酒の経験	飲んだことはない	420	418	0	1	1
		100.0%	99.5%	0.0%	0.2%	0.2%
	過去に飲んだことがある	17	14	3	0	0
		100.0%	82.4%	17.6%	0.0%	0.0%
	日頃から飲んでいる	0	0	0	0	0
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
不明		1	1	0	0	0
		100.0%	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%

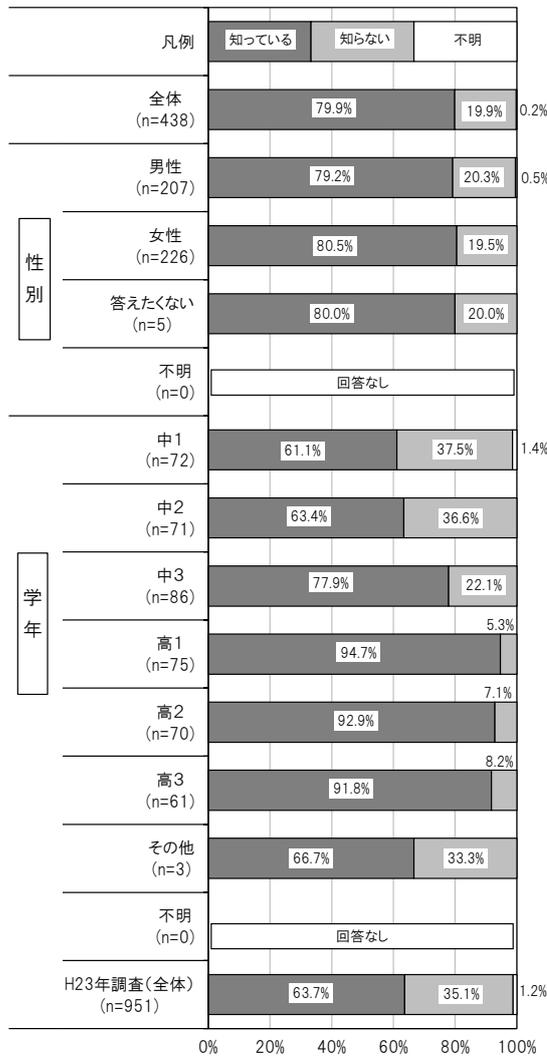
※ 「過去に吸ったことがある」、「日頃から吸っている」は、H28年調査・H23年調査では、「過去に何回か吸ったことがある」、「よく吸う」となっている。

図表 2-18 喫煙の経験

(2) 受動喫煙の認知度

問 14 「受動喫煙」ということばを知っていますか。(○は一つ)

全体では、「知っている」が79.9%で最も多く、次いで「知らない」が19.9%となっている。  
 学年別でみると、「知っている」が中学生では学年があがるとともに多くなっており、高校生では9割以上となっている。



		問14 受動喫煙の認知度			
		サンプル数	知っている	知らない	不明
上段:度数 下段:%					
全体		438	350	87	1
		100.0%	<b>79.9%</b>	19.9%	0.2%
性別	男性	207	164	42	1
		100.0%	<b>79.2%</b>	20.3%	0.5%
	女性	226	182	44	0
		100.0%	<b>80.5%</b>	19.5%	0.0%
	答えたくない	5	4	1	0
		100.0%	<b>80.0%</b>	20.0%	0.0%
	不明	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
学年	中1	72	44	27	1
		100.0%	<b>61.1%</b>	37.5%	1.4%
	中2	71	45	26	0
		100.0%	<b>63.4%</b>	36.6%	0.0%
	中3	86	67	19	0
		100.0%	<b>77.9%</b>	22.1%	0.0%
	高1	75	71	4	0
		100.0%	<b>94.7%</b>	5.3%	0.0%
	高2	70	65	5	0
		100.0%	<b>92.9%</b>	7.1%	0.0%
高3	61	56	5	0	
	100.0%	<b>91.8%</b>	8.2%	0.0%	
	その他	3	2	1	0
		100.0%	<b>66.7%</b>	33.3%	0.0%
	不明	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
H23年調査(全体)		951	606	334	11
		100.0%	<b>63.7%</b>	35.1%	1.2%
問13 喫煙の 経験	吸ったことはない	433	346	87	0
		100.0%	<b>79.9%</b>	20.1%	0.0%
	過去に吸ったことがある	3	3	0	0
		100.0%	<b>100.0%</b>	0.0%	0.0%
	日頃から吸っている	1	1	0	0
		100.0%	<b>100.0%</b>	0.0%	0.0%
	不明	1	0	0	1
		100.0%	0.0%	0.0%	100.0%

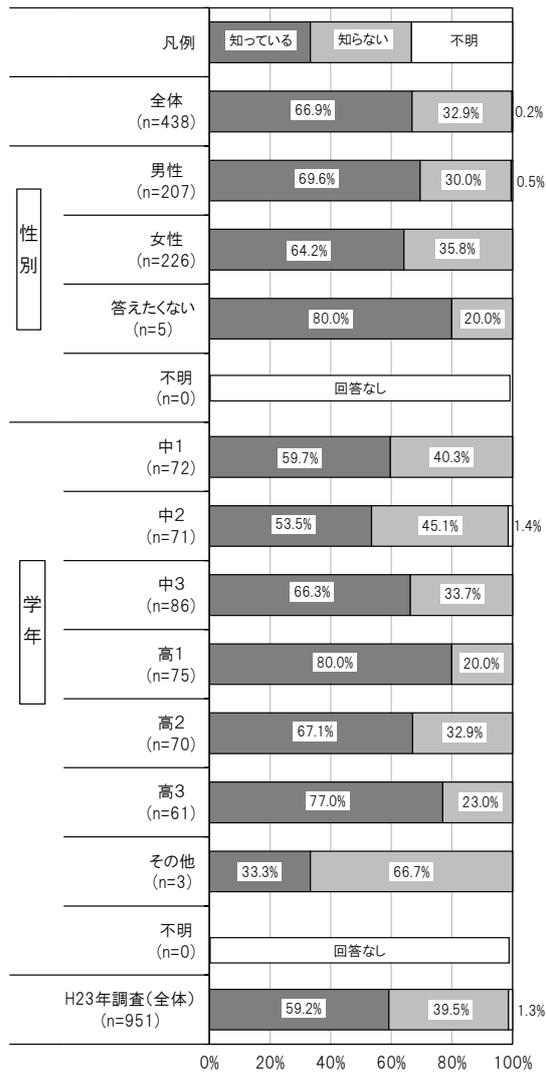
図表 2-19 受動喫煙の認知度

(3) 健康増進法と喫煙

問 15 健康増進法で、学校・病院・児童福祉施設、行政機関では「敷地内禁煙」、それ以外の施設等では「原則屋内禁煙」と決められたことを知っていますか。(〇は一つ)

全体では、「知っている」が66.9%、「知らない」が32.9%となっており、約7割が「知っている」と回答している。

性別でみると、男性は「知っている」が女性を5.4ポイント上回っている。



		問15 健康増進法と喫煙			
		サンプル数	知っている	知らない	不明
上段:度数	下段:%				
性別	全体	438	293	144	1
		100.0%	<b>66.9%</b>	32.9%	0.2%
	男性	207	144	62	1
		100.0%	<b>69.6%</b>	30.0%	0.5%
	女性	226	145	81	0
		100.0%	<b>64.2%</b>	35.8%	0.0%
	答えたくない	5	4	1	0
		100.0%	<b>80.0%</b>	20.0%	0.0%
	不明	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
学年	中1	72	43	29	0
		100.0%	<b>59.7%</b>	40.3%	0.0%
	中2	71	38	32	1
		100.0%	<b>53.5%</b>	45.1%	1.4%
	中3	86	57	29	0
		100.0%	<b>66.3%</b>	33.7%	0.0%
	高1	75	60	15	0
		100.0%	<b>80.0%</b>	20.0%	0.0%
	高2	70	47	23	0
		100.0%	<b>67.1%</b>	32.9%	0.0%
	高3	61	47	14	0
		100.0%	<b>77.0%</b>	23.0%	0.0%
	その他	3	1	2	0
		100.0%	33.3%	<b>66.7%</b>	0.0%
	不明	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
	H23年調査(全体)	951	563	376	12
		100.0%	<b>59.2%</b>	39.5%	1.3%
問13	吸ったことはない	433	288	144	1
		100.0%	<b>66.5%</b>	33.3%	0.2%
喫煙の経験	過去に吸ったことがある	3	3	0	0
		100.0%	<b>100.0%</b>	0.0%	0.0%
	日頃から吸っている	1	1	0	0
		100.0%	<b>100.0%</b>	0.0%	0.0%
	不明	1	1	0	0
		100.0%	100.0%	0.0%	0.0%

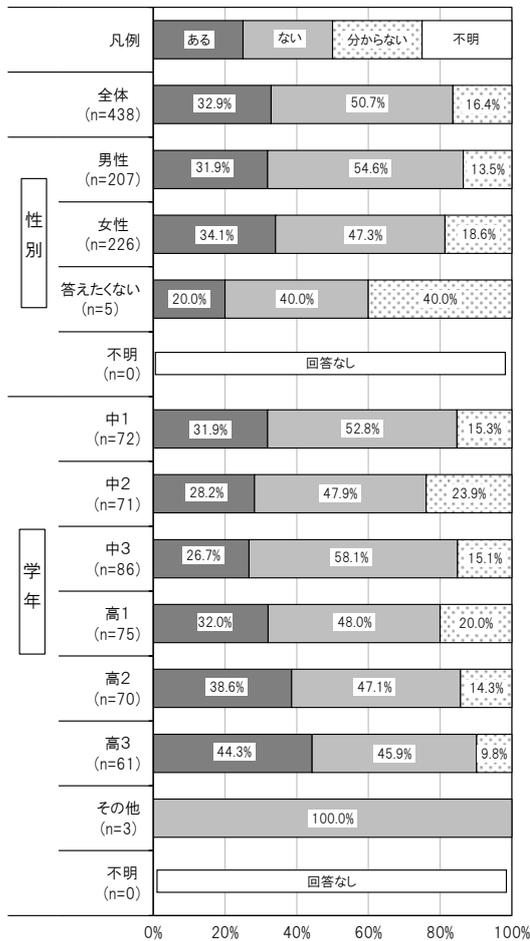
※ H23年調査では「受動喫煙の防止」の周知度

図表 2-20 健康増進法と喫煙

(4) 受動喫煙の経験

問 16 ここ 1 カ月間で、望まない受動喫煙（他人の喫煙によりたばこから発生した煙にさらされること）を経験したことがありますか（○は一つ）

全体では、「ない」が 50.7%で最も多く、次いで「ある」が 32.9%、「わからない」が 16.4%となっており、約 3 割が「受動喫煙を経験した」と回答している。



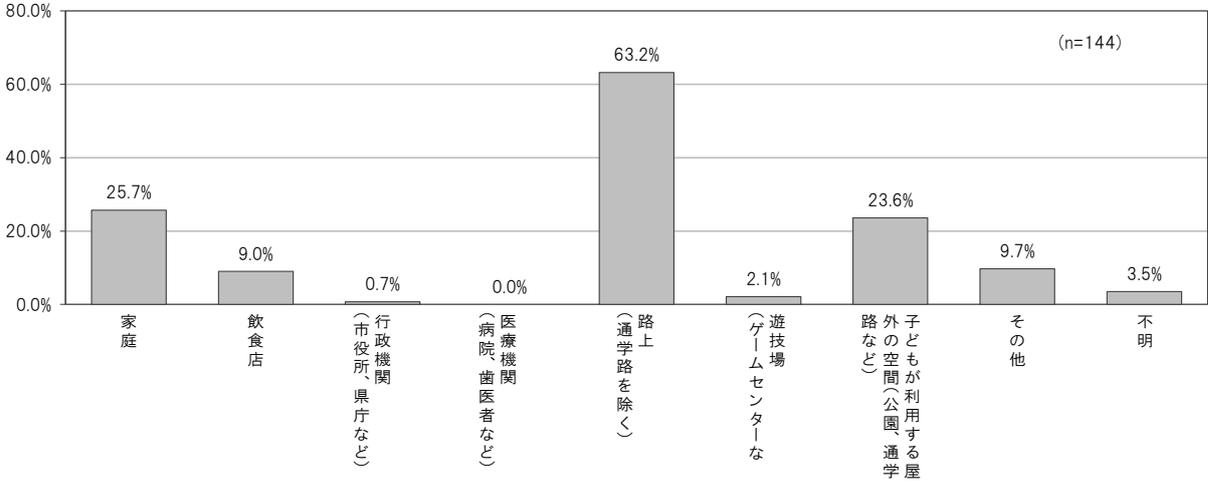
		問16 受動喫煙の経験				
		サンプル数	ある	ない	分からない	不明
	上段: 度数					
	下段: %					
性別	全体	438	144	222	72	0
		100.0%	32.9%	<b>50.7%</b>	16.4%	0.0%
	男性	207	66	113	28	0
		100.0%	31.9%	<b>54.6%</b>	13.5%	0.0%
	女性	226	77	107	42	0
	100.0%	34.1%	<b>47.3%</b>	18.6%	0.0%	
	答えたくない	5	1	2	2	0
		100.0%	20.0%	<b>40.0%</b>	<b>40.0%</b>	0.0%
	不明	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
学年	中1	72	23	38	11	0
		100.0%	31.9%	<b>52.8%</b>	15.3%	0.0%
	中2	71	20	34	17	0
		100.0%	28.2%	<b>47.9%</b>	23.9%	0.0%
	中3	86	23	50	13	0
		100.0%	26.7%	<b>58.1%</b>	15.1%	0.0%
	高1	75	24	36	15	0
		100.0%	32.0%	<b>48.0%</b>	20.0%	0.0%
	高2	70	27	33	10	0
		100.0%	38.6%	<b>47.1%</b>	14.3%	0.0%
高3	61	27	28	6	0	
	100.0%	44.3%	<b>45.9%</b>	9.8%	0.0%	
その他	3	0	3	0	0	
	100.0%	0.0%	<b>100.0%</b>	0.0%	0.0%	
不明	0	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	

図表 2-21 受動喫煙の経験

(5) 受動喫煙した場所（複数回答）

問17 【問16で「1. ある」と回答した方のみお答えください。】  
受動喫煙を経験した場所はどこですか（〇はいくつでも）

全体では、「路上（通学路を除く）」が63.2%で最も多く、次いで「家庭」が25.7%、「子どもが利用する屋外の空間（公園、通学路など）」が23.6%となっている。



		問17 受動喫煙した場所（複数回答）									
		サン プル 数	家 庭	飲 食 店	行 政 機 関 （市 役 所 、 県 庁 な ど）	医 療 機 関 （病 院 、 歯 医 者 な ど）	路 上 （通 学 路 を 除 く）	遊 技 場 （ゲ ー ム セ ン タ ー な ど）	学 外 の 空 間 （公 園 、 通 学 路 な ど）	子 ど も が 利 用 す る 屋 外 の 空 間 （公 園 、 通 学 路 な ど）	そ の 他
上段：度数 下段：%											
全体		144 100.0%	37 25.7%	13 9.0%	1 0.7%	0 0.0%	91 63.2%	3 2.1%	34 23.6%	14 9.7%	5 3.5%
性別	男性	66 100.0%	16 24.2%	5 7.6%	0 0.0%	0 0.0%	42 63.6%	2 3.0%	13 19.7%	6 9.1%	1 1.5%
	女性	77 100.0%	21 27.3%	8 10.4%	1 1.3%	0 0.0%	49 63.6%	1 1.3%	21 27.3%	7 9.1%	4 5.2%
	答えたくない	1 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 100.0%	0 0.0%
	不明	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%	0 0.0%
学年	中1	23 100.0%	5 21.7%	3 13.0%	0 0.0%	0 0.0%	12 52.2%	0 0.0%	12 52.2%	2 8.7%	1 4.3%
	中2	20 100.0%	10 50.0%	1 5.0%	1 5.0%	0 0.0%	12 60.0%	1 5.0%	2 10.0%	0 0.0%	1 5.0%
	中3	23 100.0%	7 30.4%	1 4.3%	0 0.0%	0 0.0%	12 52.2%	0 0.0%	4 17.4%	4 17.4%	1 4.3%
	高1	24 100.0%	6 25.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	18 75.0%	0 0.0%	5 20.8%	0 0.0%	1 4.2%
	高2	27 100.0%	4 14.8%	6 22.2%	0 0.0%	0 0.0%	17 63.0%	1 3.7%	3 11.1%	6 22.2%	0 0.0%
	高3	27 100.0%	5 18.5%	2 7.4%	0 0.0%	0 0.0%	20 74.1%	1 3.7%	8 29.6%	2 7.4%	1 3.7%
	その他	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%	0 0.0%
	不明	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%	0 0.0%

図表 2-22 受動喫煙した場所（複数回答）

[その他の詳細]

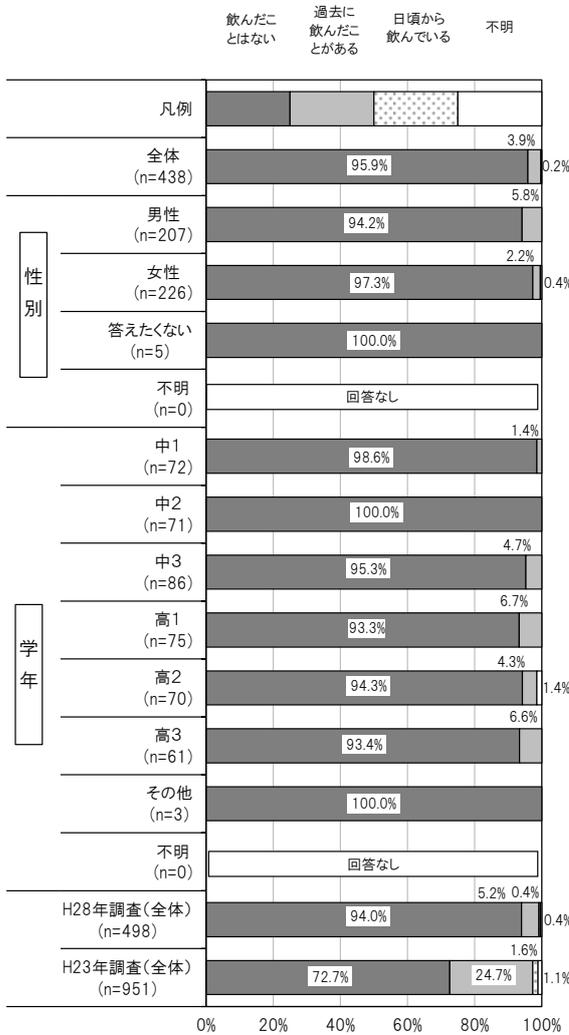
- ・ コンビニの前 (7)
- ・ 電停またはバス停 (2)
- ・ 学校周辺の路上 (3)
- ・ マンションの上の階の人
- ・ 親族の集まりで

## 4. アルコール

### (1) 飲酒の経験

問 18 お酒を飲んだことがありますか。(○は一つ)

全体では、「飲んだことはない」が 95.9%で最も多く、次いで「過去に飲んだことがある」が 3.9%となっている。



		問18 飲酒の経験				
		サンプル数	飲んだことはない	過去に飲んだことがある	日頃から飲んでいる	不明
上段:度数 下段:%						
全体		438	420	17	0	1
		100.0%	95.9%	3.9%	0.0%	0.2%
性別	男性	207	195	12	0	0
		100.0%	94.2%	5.8%	0.0%	0.0%
	女性	226	220	5	0	1
		100.0%	97.3%	2.2%	0.0%	0.4%
	答えたくない	5	5	0	0	0
	100.0%	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
	不明	0	0	0	0	0
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
学年	中1	72	71	1	0	0
		100.0%	98.6%	1.4%	0.0%	0.0%
	中2	71	71	0	0	0
		100.0%	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%
	中3	86	82	4	0	0
		100.0%	95.3%	4.7%	0.0%	0.0%
	高1	75	70	5	0	0
		100.0%	93.3%	6.7%	0.0%	0.0%
	高2	70	66	3	0	1
		100.0%	94.3%	4.3%	0.0%	1.4%
	高3	61	57	4	0	0
	100.0%	93.4%	6.6%	0.0%	0.0%	
その他	3	3	0	0	0	
	100.0%	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
	不明	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
H28年調査(全体)		498	468	26	2	2
		100.0%	94.0%	5.2%	0.4%	0.4%
H23年調査(全体)		951	691	235	15	10
		100.0%	72.7%	24.7%	1.6%	1.1%
主観的健康度	F5 健康である	258	251	6	0	1
		100.0%	97.3%	2.3%	0.0%	0.4%
	どちらかという健康である	142	134	8	0	0
		100.0%	94.4%	5.6%	0.0%	0.0%
	どちらかという健康でない	34	31	3	0	0
		100.0%	91.2%	8.8%	0.0%	0.0%
健康でない	4	4	0	0	0	
	100.0%	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
	不明	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
運動外で体育の授業や活動の機会	はい	232	225	6	0	1
		100.0%	97.0%	2.6%	0.0%	0.4%
	いいえ	206	195	11	0	0
	100.0%	94.7%	5.3%	0.0%	0.0%	
	不明	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
問13 喫煙の経験	吸ったことはない	433	418	14	0	1
		100.0%	96.5%	3.2%	0.0%	0.2%
	過去に吸ったことがある	3	0	3	0	0
		100.0%	0.0%	100.0%	0.0%	0.0%
	日頃から吸っている	1	1	0	0	0
	100.0%	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
	不明	1	1	0	0	
	100.0%	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	

※ H28年調査・H23年調査では、「過去に飲んだことがある」は「過去に何回か飲んだことがある」で、「日頃から飲んでいる」は「よく飲む」となっている。

図表 2-23 飲酒の経験

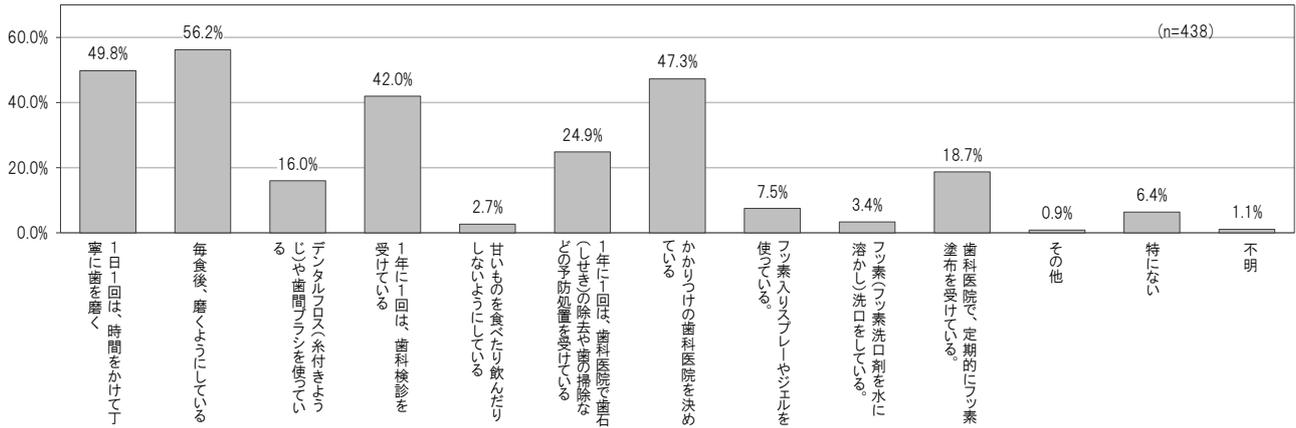
## 5. 歯の健康

### (1) 歯の健康のための実践状況（複数回答）

#### 問 19 歯の健康のために実践していることは何ですか。（〇はいくつでも）

全体では、「毎食後、磨くようにしている」と回答した人が 56.2%で最も多く、次いで「1日1回は、時間をかけて丁寧に歯を磨く」が 49.8%、「かかりつけの歯科医院を決めている」が 47.3%となっている。

性別で見ると、女性は「毎食後、磨くようにしている」が 62.4%で最も多く、男性を 12.6ポイント上回っている。男性は「1日1回は、時間をかけて丁寧に歯を磨く」が 52.2%で最も多く、女性を 4.9ポイント上回っている。



	問19 歯の健康のための実践状況(複数回答)														
	サンプル数	1日1回は、時間をかけて丁寧に歯を磨く	毎食後、磨くようにしている	デンタルフロス(糸付きようじ)や歯間ブラシを使っている	1年に1回は、歯科検診を受けている	甘いものを食べたり飲んだりしないようにしている	1年に1回は、歯科医院で歯石(しせき)の除去や歯の掃除などの予防処置を受けている	かかりつけの歯科医院を決めている	フッ素入りスプレーやジェルを使っている	フッ素(フッ素洗口剤)を水に溶かし洗口をしている	歯科医院で、定期的にフッ素塗布を受けている	その他	特にない	不明	
全体	438	218	246	70	184	12	109	207	33	15	82	4	28	5	
	100.0%	49.8%	56.2%	16.0%	42.0%	2.7%	24.9%	47.3%	7.5%	3.4%	18.7%	0.9%	6.4%	1.1%	
性別	男性	207	108	103	28	84	8	55	90	14	36	0	17	2	
		100.0%	52.2%	49.8%	13.5%	40.6%	3.9%	26.6%	43.5%	6.8%	17.4%	0.0%	8.2%	1.0%	
	女性	226	107	141	42	98	4	53	116	19	7	45	4	10	3
		100.0%	47.3%	62.4%	18.6%	43.4%	1.8%	23.5%	51.3%	8.4%	3.1%	19.9%	1.8%	4.4%	1.3%
答えたくない	5	3	2	0	2	0	1	1	0	0	1	0	1	0	
	100.0%	60.0%	40.0%	0.0%	40.0%	0.0%	20.0%	20.0%	0.0%	0.0%	20.0%	0.0%	20.0%	0.0%	
不明	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%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
学年	中1	72	32	40	13	37	0	24	40	9	3	28	1	6	2
		100.0%	44.4%	55.6%	18.1%	51.4%	0.0%	33.3%	55.6%	12.5%	4.2%	38.9%	1.4%	8.3%	2.8%
	中2	71	33	29	16	35	1	22	36	9	5	14	0	4	1
		100.0%	46.5%	40.8%	22.5%	49.3%	1.4%	31.0%	50.7%	12.7%	7.0%	19.7%	0.0%	5.6%	1.4%
	中3	86	45	43	11	30	2	19	47	6	4	14	2	6	0
		100.0%	52.3%	50.0%	12.8%	34.9%	2.3%	22.1%	54.7%	7.0%	4.7%	16.3%	2.3%	7.0%	0.0%
	高1	75	37	50	8	35	2	21	32	5	0	10	1	5	1
		100.0%	49.3%	66.7%	10.7%	46.7%	2.7%	28.0%	42.7%	6.7%	0.0%	13.3%	1.3%	6.7%	1.3%
	高2	70	39	44	10	29	1	13	25	2	0	8	0	3	0
		100.0%	55.7%	62.9%	14.3%	41.4%	1.4%	18.6%	35.7%	2.9%	0.0%	11.4%	0.0%	4.3%	0.0%
高3	61	31	39	10	18	6	10	27	2	3	8	0	3	1	
	100.0%	50.8%	63.9%	16.4%	29.5%	9.8%	16.4%	44.3%	3.3%	4.9%	13.1%	0.0%	4.9%	1.6%	
その他	3	1	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	
	100.0%	33.3%	33.3%	66.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	33.3%	0.0%	
不明	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%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	

図表 2-24 歯の健康のための実践状況（複数回答）

[その他の詳細]

- ・矯正を行っている
- ・かかりつけで歯周病チェック、歯みがき指導を受けている
- ・1か月に1回歯科医院に行っている
- ・フッ素入りの歯磨剤を使っている

## 第3編 小学生アンケート調査結果



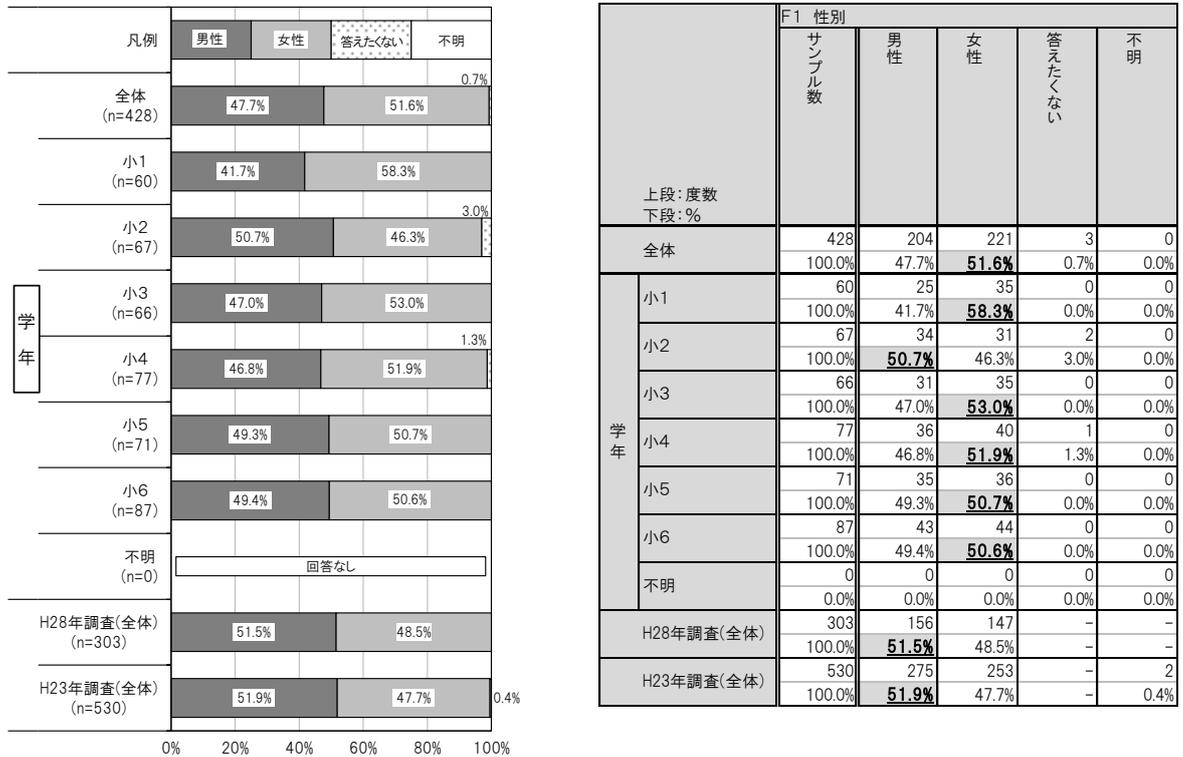
## 第3編 小学生アンケート調査結果

## 0. 属性等

## (1) 性別

## F1 性別を教えてください。(○は一つ)

性別は、「男性」が47.7%、「女性」が51.6%となっている。

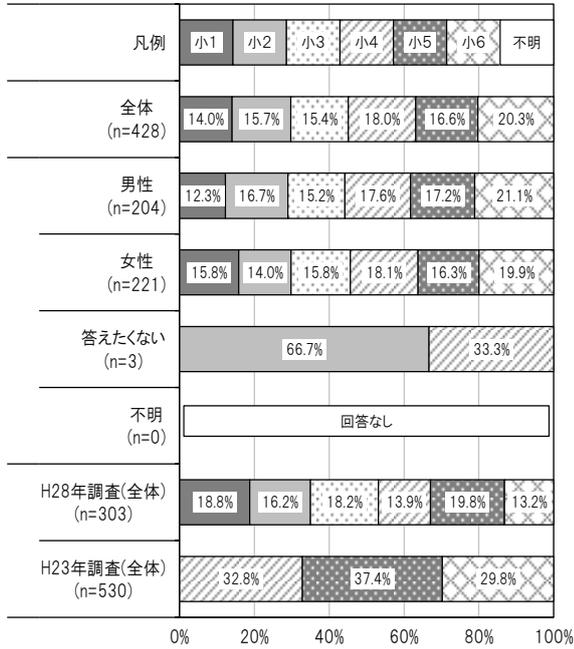


図表 3-1 性別

(2) 学年

F2 学年を番号で選んでください。(○は一つ)

学年は、「6年生」が20.3%で最も多く、次いで「4年生」が18.0%で、「5年生」が16.6%となっている。



	F2 学年								
	サンプル数	小1	小2	小3	小4	小5	小6	不明	
上段:度数 下段:%									
全体	428 100.0%	60 14.0%	67 15.7%	66 15.4%	77 18.0%	71 16.6%	87 <b>20.3%</b>	0 0.0%	
性別	男性	204 100.0%	25 12.3%	34 16.7%	31 15.2%	36 17.6%	35 17.2%	43 <b>21.1%</b>	0 0.0%
	女性	221 100.0%	35 15.8%	31 14.0%	35 15.8%	40 18.1%	36 16.3%	44 <b>19.9%</b>	0 0.0%
	答えたくない	3 100.0%	0 0.0%	2 <b>66.7%</b>	0 0.0%	1 33.3%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
	不明	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
	H28年調査(全体)	303 100.0%	57 18.8%	49 16.2%	55 18.2%	42 13.9%	60 <b>19.8%</b>	40 13.2%	-
H23年調査(全体)	530 100.0%	-	-	-	174 32.8%	198 <b>37.4%</b>	158 29.8%	-	

※ H23年調査は「1年生」、「2年生」、「3年生」は調査対象外

図表 3-2 学年

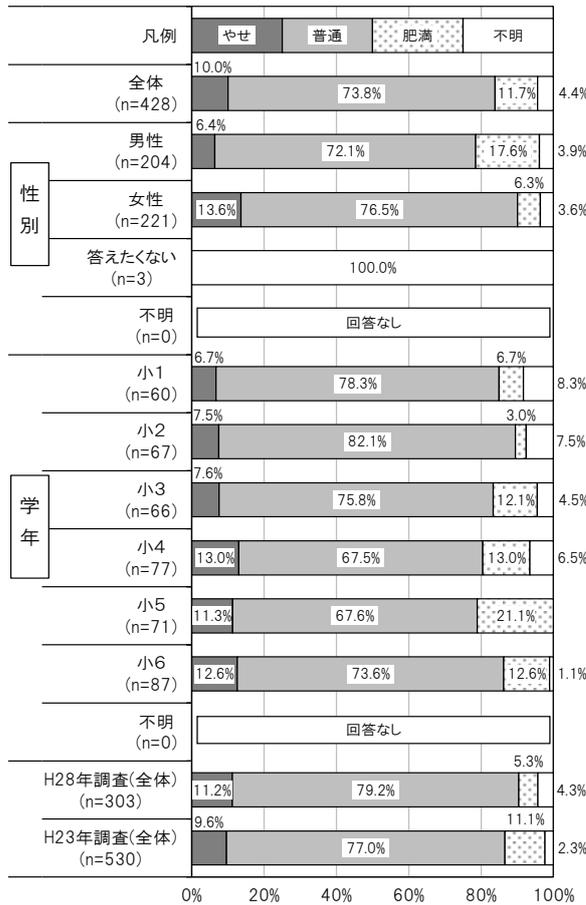
(3) 肥満度（日比式）

F 3 身長と体重を教えてください。(小数点以下は四捨五入)

全体では、「普通」が73.8%で最も多く、次いで「肥満」が11.7%、「やせ」が10.0%の順となっている。

性別で見ると、男性の方が女性よりも「肥満」が多く、女性の方が男性よりも「やせ」が多くなっている。

学年別で見ると、3年生以上では「肥満」が1割を超えている。



		F3 肥満度（日比式）				
		サンプル数	やせ	普通	肥満	不明
上段：度数 下段：%						
全体		428	43	316	50	19
		100.0%	10.0%	<b>73.8%</b>	11.7%	4.4%
性別	男性	204	13	147	36	8
		100.0%	6.4%	<b>72.1%</b>	17.6%	3.9%
	女性	221	30	169	14	8
		100.0%	13.6%	<b>76.5%</b>	6.3%	3.6%
	答えたくない	3	0	0	0	3
		100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	不明	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
学年	小1	60	4	47	4	5
		100.0%	6.7%	<b>78.3%</b>	6.7%	8.3%
	小2	67	5	55	2	5
		100.0%	7.5%	<b>82.1%</b>	3.0%	7.5%
	小3	66	5	50	8	3
		100.0%	7.6%	<b>75.8%</b>	12.1%	4.5%
	小4	77	10	52	10	5
		100.0%	13.0%	<b>67.5%</b>	13.0%	6.5%
小5	71	8	48	15	0	
	100.0%	11.3%	<b>67.6%</b>	21.1%	0.0%	
小6	87	11	64	11	1	
	100.0%	12.6%	<b>73.6%</b>	12.6%	1.1%	
	不明	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
H28年調査(全体)		303	34	240	16	13
		100.0%	11.2%	<b>79.2%</b>	5.3%	4.3%
H23年調査(全体)		530	51	408	59	12
		100.0%	9.6%	<b>77.0%</b>	11.1%	2.3%

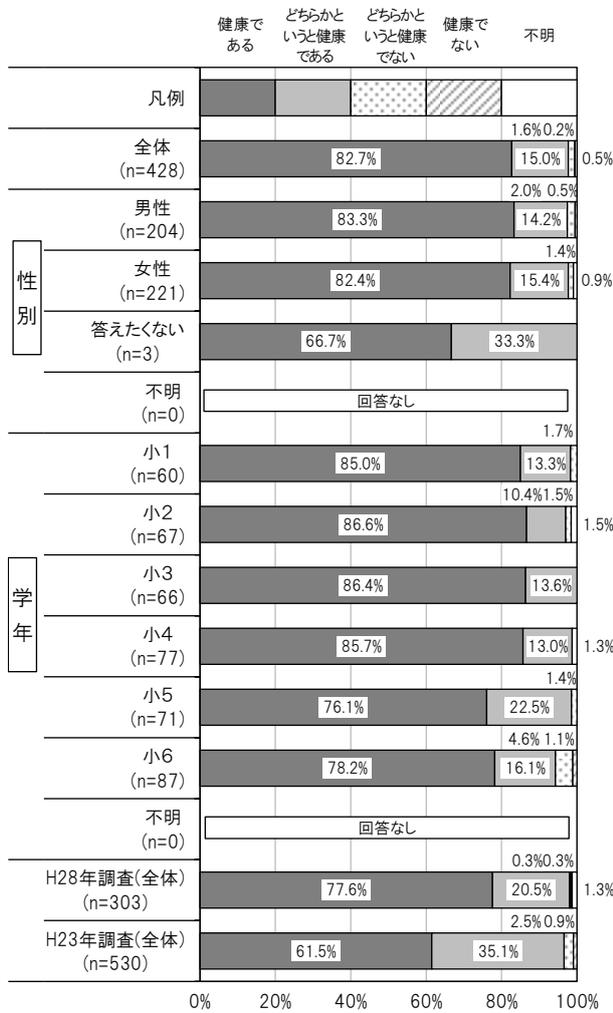
図表 3-3 肥満度（日比式）

(4) 主観的健康度

F4 自分は健康だと思いますか。(○は一つ)

全体では、「健康である」が82.7%で最も多く、「どちらかという健康である」の15.0%と合わせると97.7%が『自分は健康である』と認識している。

H28年調査と比較すると、「健康である」の割合は5.1ポイント増加している。



性別	学年	F4 主観的健康度					
		サンプル数	健康である	どちらかという健康である	どちらかという健康でない	健康でない	不明
上段:度数 下段:%							
全体		428	354	64	7	1	2
		100.0%	<b>82.7%</b>	15.0%	1.6%	0.2%	0.5%
性別	男性	204	170	29	4	1	0
		100.0%	<b>83.3%</b>	14.2%	2.0%	0.5%	0.0%
	女性	221	182	34	3	0	2
		100.0%	<b>82.4%</b>	15.4%	1.4%	0.0%	0.9%
答えたくない		3	2	1	0	0	0
		100.0%	<b>66.7%</b>	33.3%	0.0%	0.0%	0.0%
不明		0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
学年	小1	60	51	8	1	0	0
		100.0%	<b>85.0%</b>	13.3%	1.7%	0.0%	0.0%
	小2	67	58	7	1	0	1
		100.0%	<b>86.6%</b>	10.4%	1.5%	0.0%	1.5%
	小3	66	57	9	0	0	0
		100.0%	<b>86.4%</b>	13.6%	0.0%	0.0%	0.0%
	小4	77	66	10	0	0	1
		100.0%	<b>85.7%</b>	13.0%	0.0%	0.0%	1.3%
小5	71	54	16	1	0	0	
	100.0%	<b>76.1%</b>	22.5%	1.4%	0.0%	0.0%	
小6	87	68	14	4	1	0	
	100.0%	<b>78.2%</b>	16.1%	4.6%	1.1%	0.0%	
不明		0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
H28年調査(全体)		303	235	62	1	1	4
		100.0%	<b>77.6%</b>	20.5%	0.3%	0.3%	1.3%
H23年調査(全体)		530	326	186	13	5	0
		100.0%	<b>61.5%</b>	35.1%	2.5%	0.9%	0.0%
運動外で身体活動の機会や授業	はい	248	215	31	2	0	0
		100.0%	<b>86.7%</b>	12.5%	0.8%	0.0%	0.0%
	いいえ	180	139	33	5	1	2
	100.0%	<b>77.2%</b>	18.3%	2.8%	0.6%	1.1%	
不明		0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

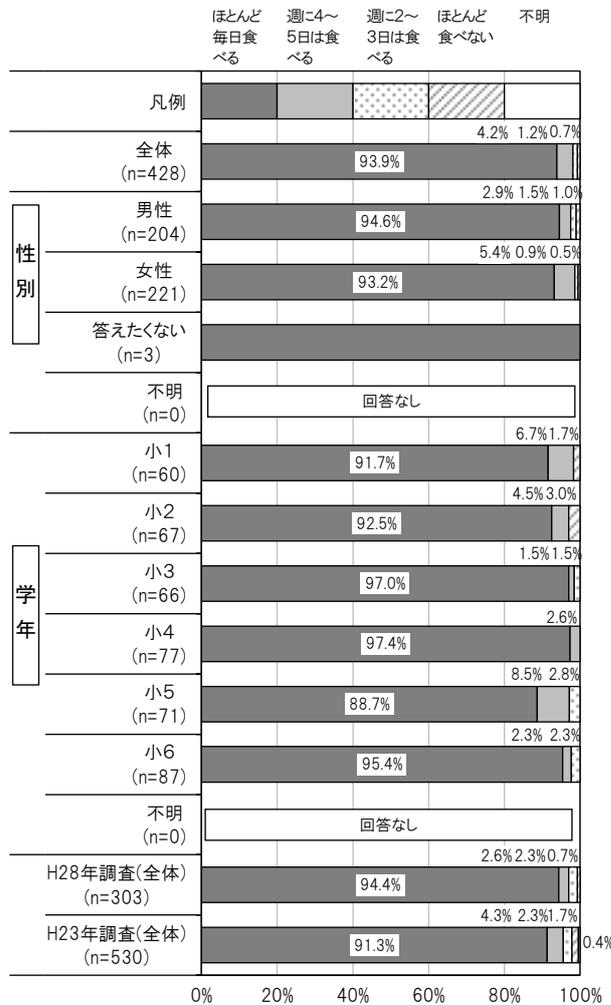
図表 3-4 主観的健康度

# 1. 栄養・食生活

## (1) 朝食の摂取状況

問1 ふだん、朝食を食べていますか。(○は一つ)

全体では、「ほとんど毎日食べる」が 93.9%で最も多く、次いで「週に4～5日は食べる」が 4.2%、「週に2～3日は食べる」が 1.2%となっている。



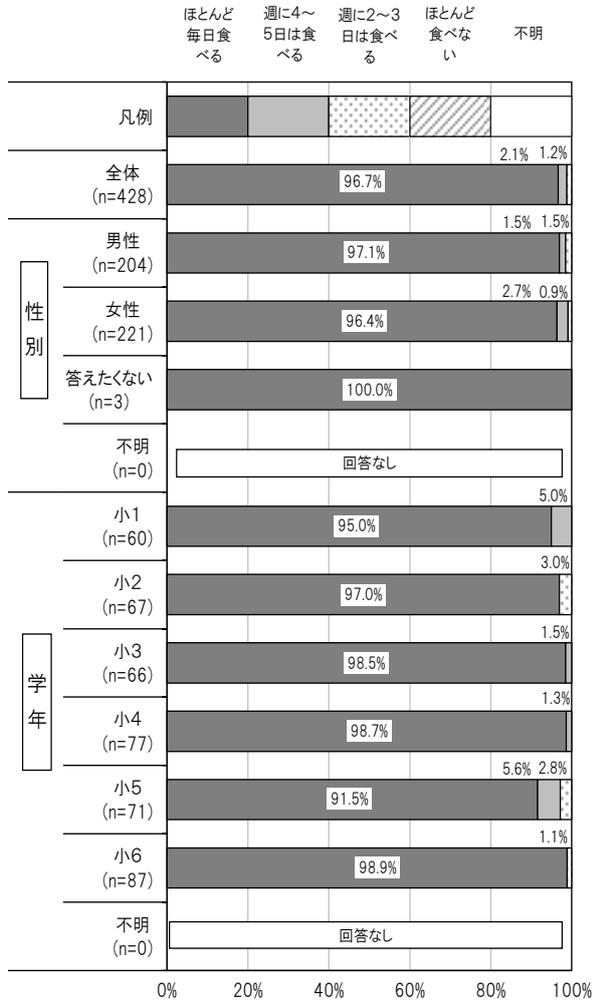
	問1 朝食の摂取状況					
	サンプル数	ほとんど毎日食べる	週に4～5日は食べる	週に2～3日は食べる	ほとんど食べない	不明
上段:度数 下段:%						
全体	428	402	18	5	3	0
性別						
男性	204	193	6	3	2	0
女性	221	206	12	2	1	0
答えたくない	3	3	0	0	0	0
不明	0	0	0	0	0	0
学年						
小1	60	55	4	0	1	0
小2	67	62	3	0	2	0
小3	66	64	1	1	0	0
小4	77	75	2	0	0	0
小5	71	63	6	2	0	0
小6	87	83	2	2	0	0
不明	0	0	0	0	0	0
H28年調査(全体)	303	286	8	7	2	0
H23年調査(全体)	530	484	23	12	9	2
F3						
やせ	43	37	4	2	0	0
普通	316	301	10	2	3	0
肥満	50	47	2	1	0	0
不明	19	17	2	0	0	0
F4						
健康である	354	336	12	4	2	0
どちらかとうと健康である	64	57	5	1	1	0
どちらかとうと健康でない	7	6	1	0	0	0
健康でない	1	1	0	0	0	0
不明	2	2	0	0	0	0
問7						
充分にとれている	232	225	6	1	0	0
まあまあとれている	179	165	9	4	1	0
あまりとれていない	12	7	3	0	2	0
まったくとれていない	1	1	0	0	0	0
わからない	2	2	0	0	0	0
不明	2	2	0	0	0	0

図表 3-5 朝食の摂取状況

(2) 朝・昼・夕の3食摂取状況

問2 朝・昼・夕の3食食べていますか。(○は一つ)

全体では、「ほとんど毎日食べる」が96.7%になっている。  
 学年別では、全学年で「ほとんど毎日食べる」が9割を超えている。



	問2 朝・昼・夕の3食摂取状況						
	サンプル数	ほとんど毎日食べる	週に4~5日は食べる	週に2~3日は食べる	ほとんど食べない	不明	
上段:度数 下段:%	428	414	9	5	0	0	
全体	100.0%	96.7%	2.1%	1.2%	0.0%	0.0%	
性別	男性	204	198	3	3	0	0
	女性	221	213	6	2	0	0
	答えたくない	3	3	0	0	0	0
	不明	0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
学年	小1	60	57	3	0	0	0
	小2	67	65	0	2	0	0
	小3	66	65	1	0	0	0
	小4	77	76	1	0	0	0
	小5	71	65	4	2	0	0
	小6	87	86	0	1	0	0
	不明	0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
F3 肥満度 日比式	やせ	43	42	0	1	0	0
	普通	316	307	6	3	0	0
	肥満	50	47	2	1	0	0
	不明	19	18	1	0	0	0
問3 野菜の摂取状況	90	89	0	1	0	0	
毎食食べる	100.0%	98.9%	0.0%	1.1%	0.0%	0.0%	
2食は食べる	191	190	1	0	0	0	
1食は食べる	128	120	4	4	0	0	
ほとんど食べない	18	14	4	0	0	0	
不明	1	1	0	0	0	0	
問4 運動を する 機会 の有 無	248	241	3	4	0	0	
はい	100.0%	97.2%	1.2%	1.6%	0.0%	0.0%	
いいえ	180	173	6	1	0	0	
不明	0	0	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	

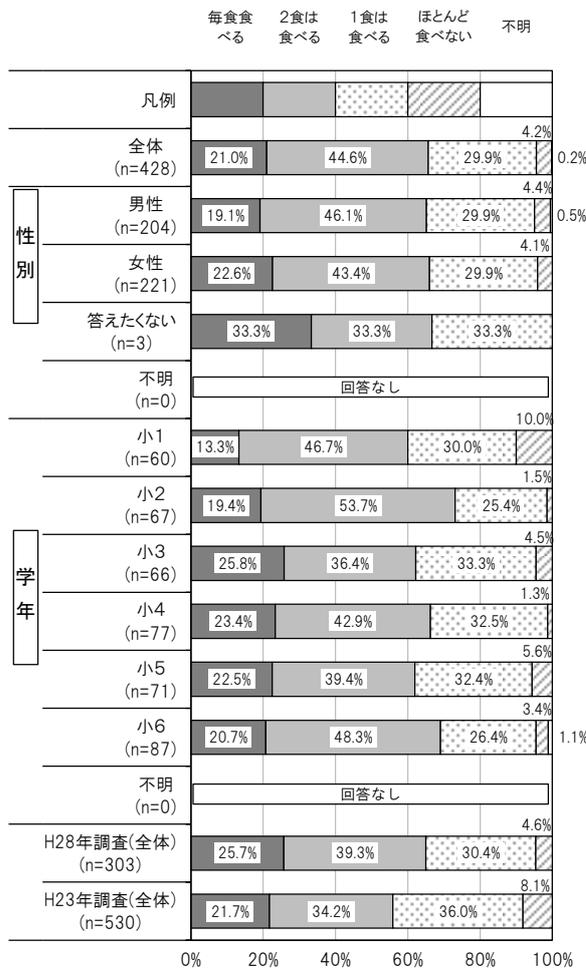
図表 3-6 朝・昼・夕の3食摂取状況

(3) 野菜の摂取状況

問3 野菜や海藻などの材料を一皿分くらい使った料理を、1日に何食食べていますか。(〇は一つ)

全体では、「2食は食べる」が44.6%で最も多く、次いで「1食は食べる」が29.9%、「毎食食べる」が21.0%となっている。

性別でみると、女性は「毎食食べる」が22.6%で男性を3.5ポイント上回っている。



		問3 野菜の摂取状況					
		サンプル数	毎食食べる	2食は食べる	1食は食べる	ほとんど食べない	不明
		上段: 度数	下段: %				
性別	全体	428	90	191	128	18	1
		100.0%	21.0%	<b>44.6%</b>	29.9%	4.2%	0.2%
	男性	204	39	94	61	9	1
		100.0%	19.1%	<b>46.1%</b>	29.9%	4.4%	0.5%
	女性	221	50	96	66	9	0
	100.0%	22.6%	<b>43.4%</b>	29.9%	4.1%	0.0%	
	答えたくない	3	1	1	1	0	0
		100.0%	<b>33.3%</b>	<b>33.3%</b>	<b>33.3%</b>	0.0%	0.0%
	不明	0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
学年	小1	60	8	28	18	6	0
		100.0%	13.3%	<b>46.7%</b>	30.0%	10.0%	0.0%
	小2	67	13	36	17	1	0
		100.0%	19.4%	<b>53.7%</b>	25.4%	1.5%	0.0%
	小3	66	17	24	22	3	0
		100.0%	25.8%	<b>36.4%</b>	33.3%	4.5%	0.0%
	小4	77	18	33	25	1	0
		100.0%	23.4%	<b>42.9%</b>	32.5%	1.3%	0.0%
	小5	71	16	28	23	4	0
		100.0%	22.5%	<b>39.4%</b>	32.4%	5.6%	0.0%
小6	87	18	42	23	3	1	
	100.0%	20.7%	<b>48.3%</b>	26.4%	3.4%	1.1%	
	不明	0	0	0	0	0	
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
H28年調査(全体)		303	78	119	92	14	-
		100.0%	25.7%	<b>39.3%</b>	30.4%	4.6%	-
H23年調査(全体)		530	115	181	191	43	-
		100.0%	21.7%	34.2%	<b>36.0%</b>	8.1%	-
F3 肥満度	やせ	43	11	19	12	1	0
		100.0%	25.6%	<b>44.2%</b>	27.9%	2.3%	0.0%
	普通	316	61	150	91	13	1
		100.0%	19.3%	<b>47.5%</b>	28.8%	4.1%	0.3%
日 比 式	肥満	50	13	17	18	2	0
		100.0%	26.0%	34.0%	<b>36.0%</b>	4.0%	0.0%
	不明	19	5	5	7	2	0
		100.0%	26.3%	26.3%	36.8%	10.5%	0.0%

図表 3-7 野菜の摂取状況

## 2. 身体活動・運動・休養

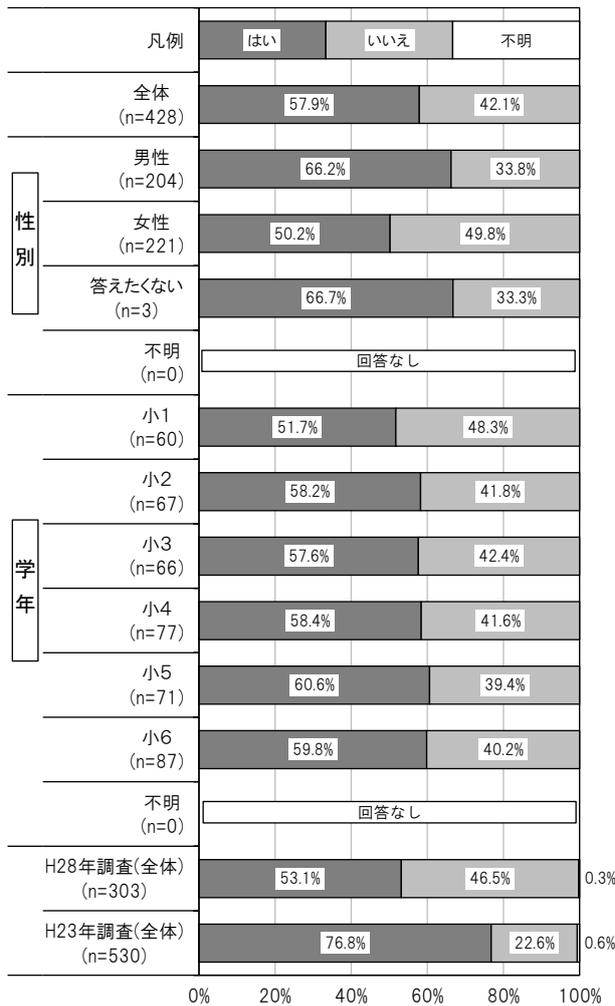
### (1) 体育の授業以外で身体活動や運動をする機会

問4 学校の体育の授業以外で、週3日以上、1日30分以上の運動をすることがありますか。(○は一つ)

全体では、「はい」が57.9%、「いいえ」が42.1%になっており、H28年調査と比較すると「はい」が4.8ポイント増加している。

主観的健康度別でみると、「どちらかという健康でない」と回答した人は、体育の授業以外で身体活動や運動をしていない割合が7割を超えている。

睡眠の状況別でみると、「あまりとれていない」と回答した人は、体育の授業以外で身体活動や運動をしていない割合が7割を超えている。



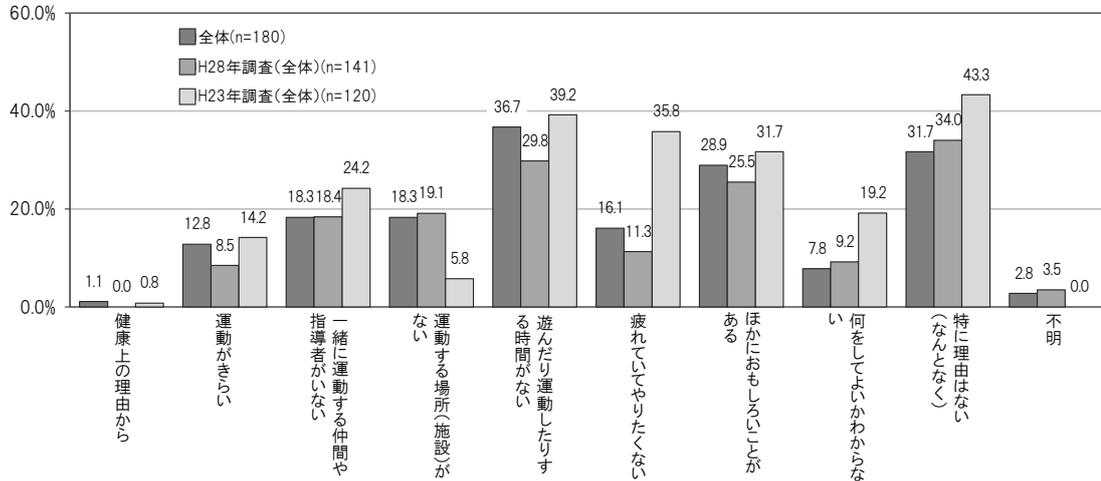
		問4 体育の授業以外で身体活動や運動をする機会			
		サンプル数	はい	いいえ	不明
上段: 度数	下段: %				
全体	428	248	180	0	
	100.0%	57.9%	42.1%	0.0%	
性別	男性	204	135	69	0
		100.0%	66.2%	33.8%	0.0%
	女性	221	111	110	0
		100.0%	50.2%	49.8%	0.0%
	答えたくない	3	2	1	0
	100.0%	66.7%	33.3%	0.0%	
不明	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
学年	小1	60	31	29	0
		100.0%	51.7%	48.3%	0.0%
	小2	67	39	28	0
		100.0%	58.2%	41.8%	0.0%
	小3	66	38	28	0
		100.0%	57.6%	42.4%	0.0%
	小4	77	45	32	0
		100.0%	58.4%	41.6%	0.0%
	小5	71	43	28	0
		100.0%	60.6%	39.4%	0.0%
小6	87	52	35	0	
	100.0%	59.8%	40.2%	0.0%	
不明	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
H28年調査(全体)		303	161	141	1
	100.0%	53.1%	46.5%	0.3%	
H23年調査(全体)		530	407	120	3
	100.0%	76.8%	22.6%	0.6%	
F3 肥満度	やせ	43	23	20	0
		100.0%	53.5%	46.5%	0.0%
	普通	316	184	132	0
	100.0%	58.2%	41.8%	0.0%	
日比式	肥満	50	30	20	0
		100.0%	60.0%	40.0%	0.0%
	不明	19	11	8	0
	100.0%	57.9%	42.1%	0.0%	
F4 主観的健康度	健康である	354	215	139	0
		100.0%	60.7%	39.3%	0.0%
	どちらかという健康である	64	31	33	0
		100.0%	48.4%	51.6%	0.0%
	どちらかという健康でない	7	2	5	0
	100.0%	28.6%	71.4%	0.0%	
健康でない	1	0	1	0	
	100.0%	0.0%	100.0%	0.0%	
不明	2	0	2	0	
	100.0%	0.0%	100.0%	0.0%	
問7 睡眠の状況	充分にとれている	232	138	94	0
		100.0%	59.5%	40.5%	0.0%
	まあまあとれている	179	104	75	0
		100.0%	58.1%	41.9%	0.0%
	あまりとれていない	12	3	9	0
		100.0%	25.0%	75.0%	0.0%
	まったくとれていない	1	0	1	0
	100.0%	0.0%	100.0%	0.0%	
わからない	2	1	1	0	
	100.0%	50.0%	50.0%	0.0%	
不明	2	2	0	0	
	100.0%	100.0%	0.0%	0.0%	

図表 3-8 体育の授業以外で身体活動や運動をする機会

(2) 身体活動ができない、または、したくない理由（複数回答）

問5 【問4で「2. いいえ」と回答した方のみお答えください。】  
 「2. いいえ」と回答したのはなぜですか。（○はいくつでも）

全体では、「遊んだり運動したりする時間がない」が36.7%で最も多く、次いで「特に理由はない（なんとなく）」が31.7%、「ほかにもおもしろいことがある」が28.9%となっている。  
 H28年調査と比較すると、「遊んだり運動したりする時間がない」は6.9ポイント増加している。



		問5 身体活動ができない、または、したくない理由（複数回答）										
		サンプル数	健康上の理由から	運動がきらい	一緒に運動する仲間や指導者がいない	運動する場所(施設)がない	遊んだり運動したりする時間がない	疲れていてやりたくない	ほかにもおもしろいことがある	何をしてもよいかわからない	特に理由はない(なんとなく)	不明
上段: 度数 下段: %												
全体		180	2	23	33	33	66	29	52	14	57	5
		100.0%	1.1%	12.8%	18.3%	18.3%	<b>36.7%</b>	16.1%	28.9%	7.8%	31.7%	2.8%
性別	男性	69	0	4	15	11	24	10	24	5	17	2
		100.0%	0.0%	5.8%	21.7%	15.9%	<b>34.8%</b>	14.5%	<b>34.8%</b>	7.2%	24.6%	2.9%
	女性	110	2	19	18	22	42	19	28	9	39	3
		100.0%	1.8%	17.3%	16.4%	20.0%	<b>38.2%</b>	17.3%	25.5%	8.2%	35.5%	2.7%
	答えたくない	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0
	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	<b>100.0%</b>	0.0%	
不明	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%	0.0%	0.0%	0.0%	
学年	小1	29	0	1	4	5	12	2	5	2	8	1
		100.0%	0.0%	3.4%	13.8%	17.2%	<b>41.4%</b>	6.9%	17.2%	6.9%	27.6%	3.4%
	小2	28	0	1	7	6	12	0	6	2	11	1
		100.0%	0.0%	3.6%	25.0%	21.4%	<b>42.9%</b>	0.0%	21.4%	7.1%	39.3%	3.6%
	小3	28	0	0	7	3	11	4	10	2	8	1
		100.0%	0.0%	0.0%	25.0%	10.7%	<b>39.3%</b>	14.3%	35.7%	7.1%	28.6%	3.6%
	小4	32	1	7	5	5	9	4	10	4	10	0
		100.0%	3.1%	21.9%	15.6%	15.6%	28.1%	12.5%	<b>31.3%</b>	12.5%	<b>31.3%</b>	0.0%
小5	28	0	4	6	7	10	8	11	1	7	0	
	100.0%	0.0%	14.3%	21.4%	25.0%	35.7%	28.6%	<b>39.3%</b>	3.6%	25.0%	0.0%	
小6	35	1	10	4	7	12	11	10	3	13	2	
	100.0%	2.9%	28.6%	11.4%	20.0%	34.3%	31.4%	28.6%	8.6%	<b>37.1%</b>	5.7%	
不明	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%	0.0%	0.0%	0.0%	
H28年調査(全体)		141	0	12	26	27	42	16	36	13	48	5
		-	0.0%	8.5%	18.4%	19.1%	29.8%	11.3%	25.5%	9.2%	<b>34.0%</b>	3.5%
H23年調査(全体)		120	1	17	29	7	47	43	38	23	52	-
		-	0.8%	14.2%	24.2%	5.8%	39.2%	35.8%	31.7%	19.2%	<b>43.3%</b>	0.0%

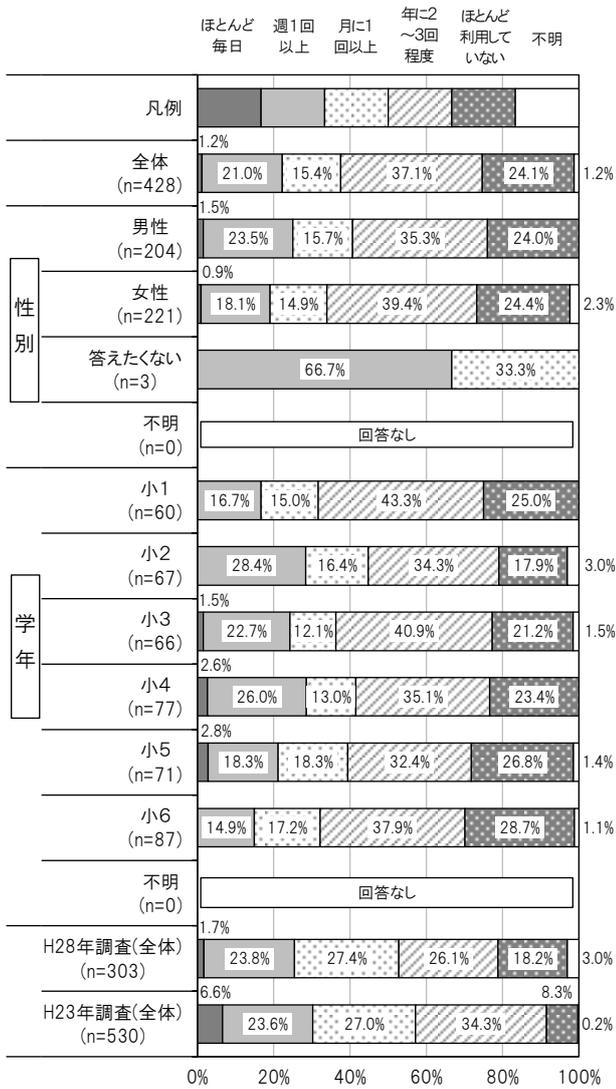
図表 3-9 身体活動ができない、または、したくない理由（複数回答）

(3) 温泉や水中運動の活用状況

問6 健康づくりに温泉や水中運動の活用も効果的ですが、この1年間にこれらを利用しましたか。(〇は一つ)

全体では、「年に2〜3回程度」が37.1%で最も多く、次いで「ほとんど利用していない」が24.1%、「週1回以上」が21.0%となっている。

H28年調査と比較すると、「ほとんど利用していない」の割合は5.9ポイント増加し、「年に2〜3回程度」は11ポイント増加している。



		問6 温泉や水中運動の活用状況						
		サンプル数	ほとんど毎日	週1回以上	月に1回以上	年に2〜3回程度	ほとんど利用していない	不明
上段:度数 下段:%								
全体		428	5	90	66	159	103	5
		100.0%	1.2%	21.0%	15.4%	<b>37.1%</b>	24.1%	1.2%
性別	男性	204	3	48	32	72	49	0
		100.0%	1.5%	23.5%	15.7%	<b>35.3%</b>	24.0%	0.0%
	女性	221	2	40	33	87	54	5
		100.0%	0.9%	18.1%	14.9%	<b>39.4%</b>	24.4%	2.3%
	答えたくない	3	0	2	1	0	0	0
	100.0%	0.0%	<b>66.7%</b>	33.3%	0.0%	0.0%	0.0%	
不明	0	0	0	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
学年	小1	60	0	10	9	26	15	0
		100.0%	0.0%	16.7%	15.0%	<b>43.3%</b>	25.0%	0.0%
	小2	67	0	19	11	23	12	2
		100.0%	0.0%	28.4%	16.4%	<b>34.3%</b>	17.9%	3.0%
	小3	66	1	15	8	27	14	1
		100.0%	1.5%	22.7%	12.1%	<b>40.9%</b>	21.2%	1.5%
	小4	77	2	20	10	27	18	0
		100.0%	2.6%	26.0%	13.0%	<b>35.1%</b>	23.4%	0.0%
	小5	71	2	13	13	23	19	1
		100.0%	2.8%	18.3%	18.3%	<b>32.4%</b>	26.8%	1.4%
小6	87	0	13	15	33	25	1	
	100.0%	0.0%	14.9%	17.2%	<b>37.9%</b>	28.7%	1.1%	
不明	0	0	0	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
H28年調査(全体)		303	5	72	83	79	55	9
		100.0%	1.7%	23.8%	<b>27.4%</b>	26.1%	18.2%	3.0%
H23年調査(全体)		530	35	125	143	182	44	1
		100.0%	6.6%	23.6%	27.0%	<b>34.3%</b>	8.3%	0.2%
F3 肥満度	やせ	43	2	8	5	16	10	2
		100.0%	4.7%	18.6%	11.6%	<b>37.2%</b>	23.3%	4.7%
	普通	316	3	66	50	117	77	3
	100.0%	0.9%	20.9%	15.8%	<b>37.0%</b>	24.4%	0.9%	
日 比式	肥満	50	0	12	6	19	13	0
		100.0%	0.0%	24.0%	12.0%	<b>38.0%</b>	26.0%	0.0%
	不明	19	0	4	5	7	3	0
	100.0%	0.0%	21.1%	26.3%	36.8%	15.8%	0.0%	
問 7 睡 眠 の 状 況	充分にとれている	232	2	56	36	87	49	2
		100.0%	0.9%	24.1%	15.5%	<b>37.5%</b>	21.1%	0.9%
	まあまあとれている	179	3	34	29	65	47	1
		100.0%	1.7%	19.0%	16.2%	<b>36.3%</b>	26.3%	0.6%
	あまりとれていない	12	0	0	1	5	6	0
		100.0%	0.0%	0.0%	8.3%	41.7%	<b>50.0%</b>	0.0%
	まったくとれていない	1	0	0	0	0	1	0
	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	<b>100.0%</b>	0.0%	
わからない	2	0	0	0	2	0	0	
	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	<b>100.0%</b>	0.0%	0.0%	
不明	2	0	0	0	0	0	2	
	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%	

図表 3-10 温泉や水中運動の活用状況

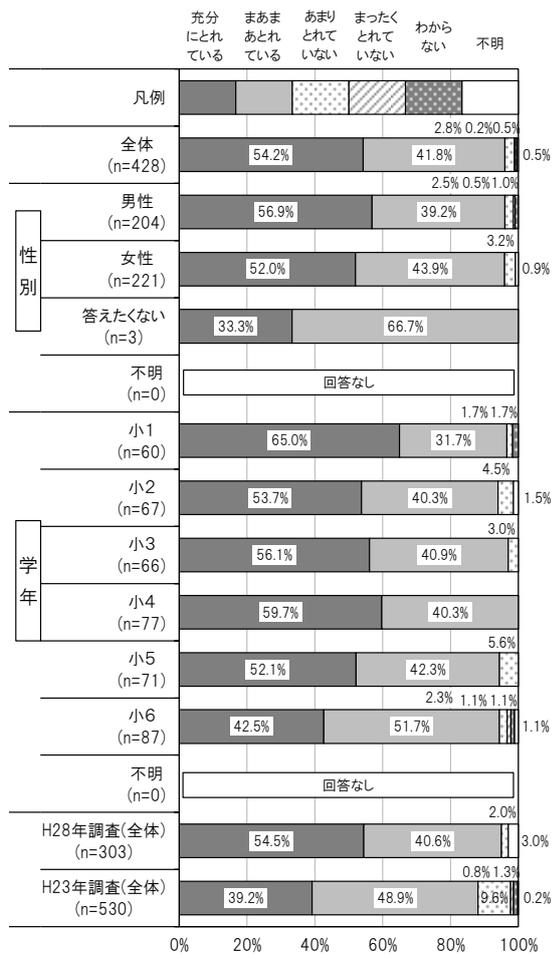
(4) 睡眠の状況

問7 睡眠による休養が上手にとれていますか。(○は一つ)

全体では、「充分にとれている」が54.2%で最も多く、次いで「まあまあとれている」が41.8%、「あまりとれていない」が2.8%となっており、「充分にとれている」と「まあまあとれている」を合わせて96%が『とれている』と回答している。

学年別でみると、「6年生」は「充分にとれている」の回答が約4割にとどまっている。

主観的健康度別でみると、「健康である」と回答した人の6割近くが「充分にとれている」と回答している。



		問7 睡眠の状況						
		サンプル数	充分にとれている	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	わからない	不明
		上段: 度数	下段: %					
性別	全体	428	232	179	12	1	2	2
		100.0%	<b>54.2%</b>	41.8%	2.8%	0.2%	0.5%	0.5%
	男性	204	116	80	5	1	2	0
		100.0%	<b>56.9%</b>	39.2%	2.5%	0.5%	1.0%	0.0%
	女性	221	115	97	7	0	0	2
	100.0%	<b>52.0%</b>	43.9%	3.2%	0.0%	0.0%	0.9%	
	答えたくない	3	1	2	0	0	0	0
		100.0%	33.3%	<b>66.7%</b>	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
	不明	0	0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
学年	小1	60	39	19	1	0	1	0
		100.0%	<b>65.0%</b>	31.7%	1.7%	0.0%	1.7%	0.0%
	小2	67	36	27	3	0	0	1
		100.0%	<b>53.7%</b>	40.3%	4.5%	0.0%	0.0%	1.5%
	小3	66	37	27	2	0	0	0
		100.0%	<b>56.1%</b>	40.9%	3.0%	0.0%	0.0%	0.0%
	小4	77	46	31	0	0	0	0
		100.0%	<b>59.7%</b>	40.3%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
	小5	71	37	30	4	0	0	0
		100.0%	<b>52.1%</b>	42.3%	5.6%	0.0%	0.0%	0.0%
小6	87	37	45	2	1	1	1	
	100.0%	42.5%	<b>51.7%</b>	2.3%	1.1%	1.1%	1.1%	
	不明	0	0	0	0	0	0	0
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
	H28年調査(全体)	303	165	123	6	0	0	9
		100.0%	<b>54.5%</b>	40.6%	2.0%	0.0%	0.0%	3.0%
	H23年調査(全体)	530	208	259	51	4	7	1
		100.0%	39.2%	<b>48.9%</b>	9.6%	0.8%	1.3%	0.2%
F4 主観的健康度	健康である	354	204	142	6	0	0	2
		100.0%	<b>57.6%</b>	40.1%	1.7%	0.0%	0.0%	0.6%
	どちらかというと健康である	64	23	36	4	0	1	0
		100.0%	35.9%	<b>56.3%</b>	6.3%	0.0%	1.6%	0.0%
	どちらかというと健康でない	7	3	1	2	0	1	0
		100.0%	<b>42.9%</b>	14.3%	28.6%	0.0%	14.3%	0.0%
	健康でない	1	0	0	0	1	0	0
	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	<b>100.0%</b>	0.0%	0.0%	
	不明	2	2	0	0	0	0	0
		100.0%	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

図表 3-11 睡眠の状況

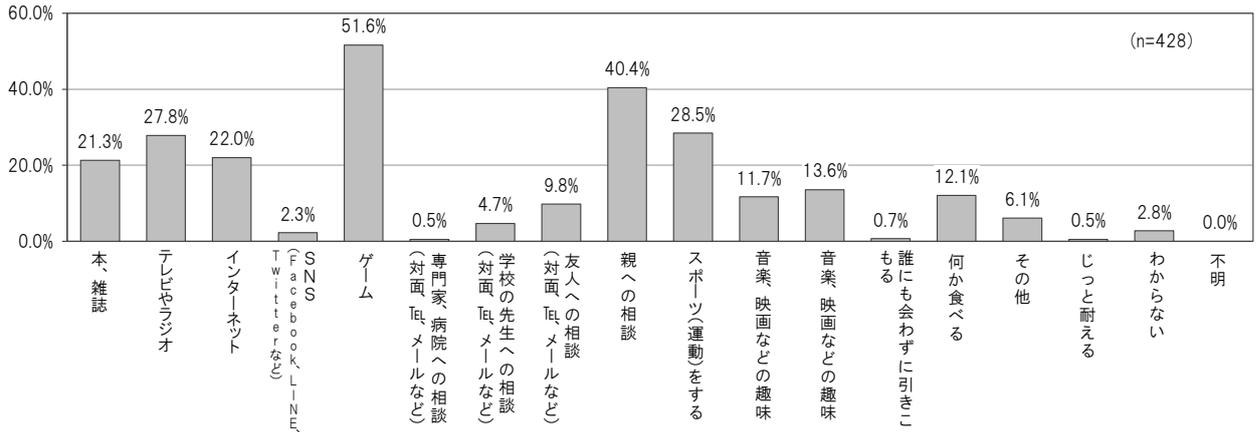
(5) ストレス解消への取組状況（複数回答）

問8 日頃、不満・悩み・ストレスは、どうやって解消していますか。（〇は3つまで）

全体では、「ゲーム」と回答した人が51.6%で最も多く、次いで「親への相談」が40.4%、「スポーツ（運動）をする」が28.5%となっている。

性別で見ると、男性は、「ゲーム」が69.1%で最も多く、次いで「スポーツ（運動）をする」が37.3%となっている。女性は、「親への相談」が49.3%で最も多く、次いで「ゲーム」が34.8%となっている。

学年別で見ると、「3年生」以上では学年があがるごとに「親への相談」が減少している。



	問8 ストレス解消への取組状況(複数回答)																					
	サンプル数	取り組んでいない	本、雑誌	テレビやラジオ	インターネット	SNS (Facebook, LINE, Twitter など)	ゲーム	専門家、病院への相談 (対面、TEL、メールなど)	学校の先生への相談 (対面、TEL、メールなど)	友人への相談 (対面、TEL、メールなど)	親への相談	スポーツ(運動)をする	音楽、映画などの趣味	音楽、映画などの趣味	誰にも会わずに引きこもる	何か食べる	その他	取り組んでいない	じっと耐える	不明	わからない	
全体	428	412	91	119	94	10	221	2	20	42	173	122	50	58	3	52	26	4	2	2	12	
	100.0%	96.3%	21.3%	27.8%	22.0%	2.3%	51.6%	0.5%	4.7%	9.8%	40.4%	28.5%	11.7%	13.6%	0.7%	12.1%	6.1%	0.5%	0.5%	0.5%	2.8%	
性別	男性	204	195	34	54	44	2	141	1	7	63	76	21	17	2	21	12	2	2	0	7	
		100.0%	95.6%	16.7%	26.5%	21.6%	1.0%	69.1%	0.5%	3.4%	2.9%	30.9%	37.3%	10.3%	8.3%	1.0%	10.3%	5.9%	1.0%	1.0%	0.0%	3.4%
	女性	221	214	56	64	50	8	77	1	13	36	109	45	29	41	1	30	14	2	0	2	5
		100.0%	96.8%	25.3%	29.0%	22.6%	3.6%	34.8%	0.5%	5.9%	16.3%	49.3%	20.4%	13.1%	18.6%	0.5%	13.6%	6.3%	0.9%	3.6%	0.9%	3.6%
答えたくない	3	3	1	1	0	0	3	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0
	100.0%	100.0%	33.3%	33.3%	0.0%	0.0%	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	33.3%	33.3%	0.0%	0.0%	0.0%	33.3%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
不明	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%	0.0%	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%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
学年	小1	60	55	9	20	9	1	27	2	7	4	24	15	6	4	12	5	2	0	2	3	
		100.0%	91.7%	15.0%	33.3%	15.0%	1.7%	45.0%	3.3%	11.7%	6.7%	40.0%	25.0%	10.0%	6.7%	0.0%	20.0%	8.3%	3.3%	0.0%	0.5%	6.7%
	小2	67	64	16	26	14	1	34	0	4	4	27	17	6	5	0	11	3	0	0	0	3
		100.0%	95.5%	23.9%	38.8%	20.9%	1.5%	50.7%	0.0%	6.0%	6.0%	40.3%	25.4%	9.0%	7.5%	0.0%	16.4%	4.5%	0.0%	0.0%	0.0%	10.4%
	小3	66	63	12	16	13	1	34	0	0	4	33	20	8	5	0	9	3	2	1	1	1
		100.0%	95.5%	18.2%	24.2%	19.7%	1.5%	51.5%	0.0%	0.0%	6.1%	50.0%	30.3%	12.1%	7.6%	0.0%	13.6%	4.5%	3.0%	6.1%	1.5%	3.0%
	小4	77	76	20	27	15	0	41	0	4	6	37	19	10	13	0	8	8	0	0	0	1
		100.0%	98.7%	26.0%	35.1%	19.5%	0.0%	53.2%	0.0%	5.2%	7.8%	48.1%	24.7%	13.0%	16.9%	0.0%	10.4%	10.4%	0.0%	0.0%	0.0%	2.6%
小5	71	68	11	14	17	3	38	0	3	15	24	24	10	2	3	3	0	0	0	0	3	
	100.0%	95.8%	15.5%	19.7%	23.9%	4.2%	53.5%	0.0%	4.2%	21.1%	33.8%	33.8%	14.1%	14.1%	2.8%	4.2%	4.2%	0.0%	0.0%	0.0%	4.2%	
小6	87	85	23	16	26	4	47	0	2	9	28	27	10	21	1	9	4	1	1	0	1	
	100.0%	97.7%	26.4%	18.4%	29.9%	4.6%	54.0%	0.0%	2.3%	10.3%	32.2%	31.0%	11.5%	24.1%	1.1%	10.3%	4.6%	1.1%	5.7%	0.0%	2.3%	
不明	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%	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%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	

図表 3-12 ストレス解消への取組状況(複数回答)

[その他の詳細]

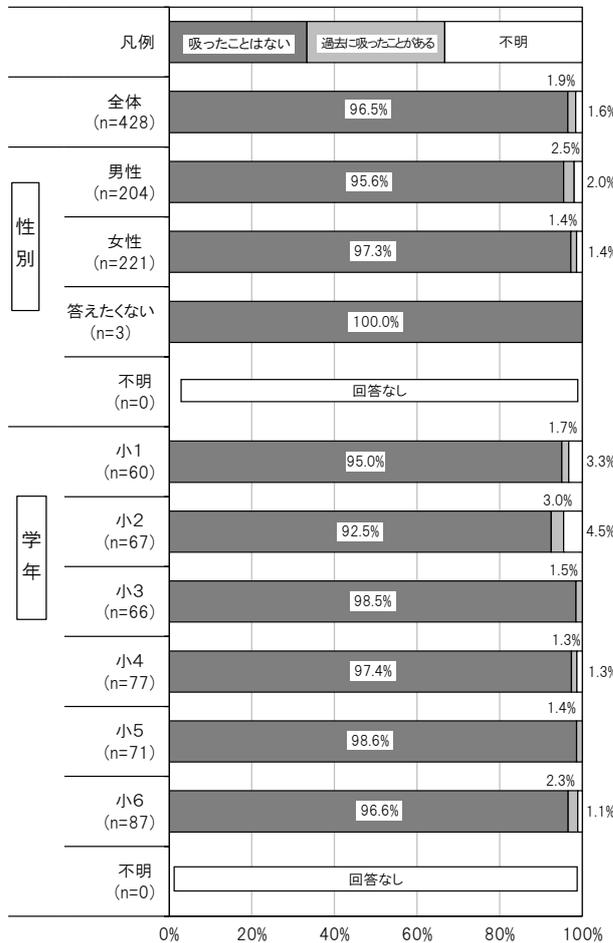
- ・ダンスをする (2) ・工作や絵描きなど、好きなことする (3) ・寝る (2)
- ・兄弟・友だちと遊ぶ、外遊び (2) ・父母とのおしゃべり ・カラオケや散歩
- ・家族と公園で遊んだり、キャンプに行ったりする ・おもしろいことを考える
- ・公文 ・休日の外出, ショッピング (2) ・気にしない, 考えないようにして忘れる (3)
- ・泣きさげぶ ・ストレスは感じない (2)

### 3. たばこ・アルコール

#### (1) 喫煙の経験

問9 たばこをすった経験がありますか。(○は一つ)

全体では、「吸ったことはない」が96.5%、「過去に吸ったことがある」が1.9%となっている。



		問9 喫煙の経験			
		サンプル数	吸ったことはない	過去に吸ったことがある	不明
		上段:度数 下段:%			
性別	全体	428 100.0%	413 <b>96.5%</b>	8 1.9%	7 1.6%
	男性	204 100.0%	195 <b>95.6%</b>	5 2.5%	4 2.0%
	女性	221 100.0%	215 <b>97.3%</b>	3 1.4%	3 1.4%
	答えたくない	3 100.0%	3 <b>100.0%</b>	0 0.0%	0 0.0%
学年	小1	60 100.0%	57 <b>95.0%</b>	1 1.7%	2 3.3%
	小2	67 100.0%	62 <b>92.5%</b>	2 3.0%	3 4.5%
	小3	66 100.0%	65 <b>98.5%</b>	1 1.5%	0 0.0%
	小4	77 100.0%	75 <b>97.4%</b>	1 1.3%	1 1.3%
	小5	71 100.0%	70 <b>98.6%</b>	1 1.4%	0 0.0%
	小6	87 100.0%	84 <b>96.6%</b>	2 2.3%	1 1.1%
	不明	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
主観的健康度	健康である	354 100.0%	341 <b>96.3%</b>	8 2.3%	5 1.4%
	どちらかという健康である	64 100.0%	62 <b>96.9%</b>	0 0.0%	2 3.1%
	どちらかという健康でない	7 100.0%	7 <b>100.0%</b>	0 0.0%	0 0.0%
	健康でない	1 100.0%	1 <b>100.0%</b>	0 0.0%	0 0.0%
	不明	2 100.0%	2 100.0%	0 0.0%	0 0.0%
問4 運動以外で体育の授業をする機会や	はい	248 100.0%	239 <b>96.4%</b>	3 1.2%	6 2.4%
	いいえ	180 100.0%	174 <b>96.7%</b>	5 2.8%	1 0.6%
	不明	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
問13 飲酒の経験	飲んだことはない	404 100.0%	398 <b>98.5%</b>	6 1.5%	0 0.0%
	過去に飲んだことがある	14 100.0%	12 <b>85.7%</b>	2 14.3%	0 0.0%
	不明	10 100.0%	3 30.0%	0 0.0%	7 70.0%

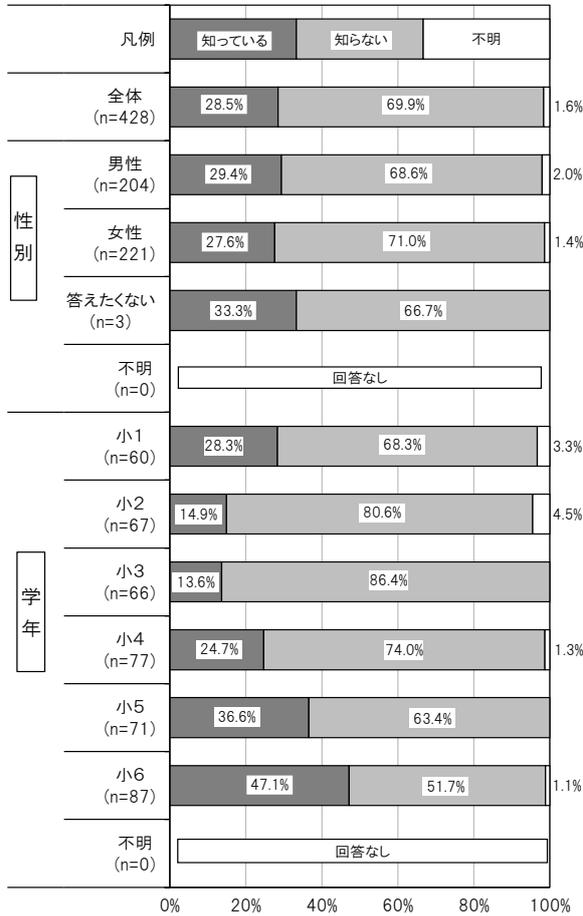
		サンプル数	すったことはない	何かすったことがある	よくすう	不明
		上段:度数 下段:%				
平成28年度調査(全体)		303 100.0%	292 <b>96.4%</b>	2 0.7%	0 0.0%	9 3.0%
平成23年度調査(全体)		530 100.0%	510 <b>96.2%</b>	12 2.3%	5 0.9%	3 0.6%

図表 3-13 喫煙の経験

(2) 受動喫煙の認知度

問10 「受動喫煙」ということばを知っていますか。(○は一つ)

全体では、「知らない」が69.9%で最も多く、次いで「知っている」が28.5%となっている。  
 学年別では、「5年生」と「6年生」の約4割が「知っている」と回答している。



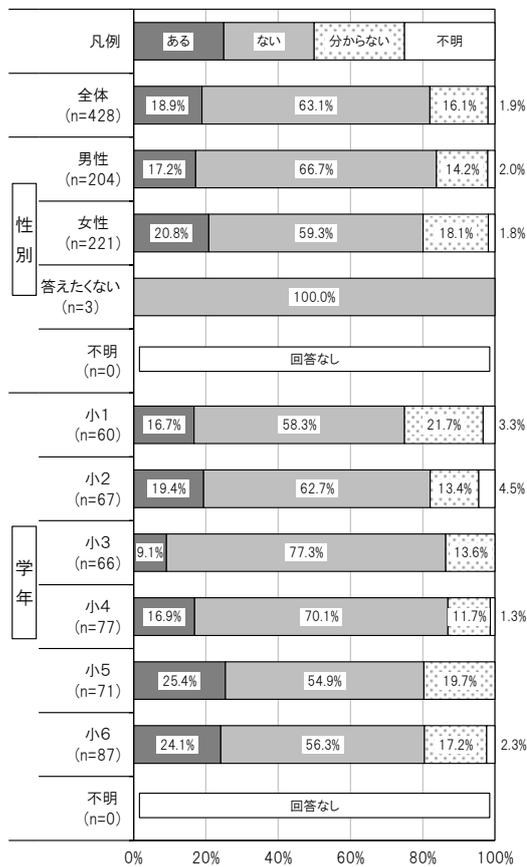
		問10 受動喫煙の認知度			
		サンプル数	知っている	知らない	不明
上段: 度数 下段: %					
全体		428	122	299	7
		100.0%	28.5%	<b>69.9%</b>	1.6%
性別	男性	204	60	140	4
		100.0%	29.4%	<b>68.6%</b>	2.0%
	女性	221	61	157	3
		100.0%	27.6%	<b>71.0%</b>	1.4%
	答えたくない	3	1	2	0
	100.0%	33.3%	<b>66.7%</b>	0.0%	
不明	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
学年	小1	60	17	41	2
		100.0%	28.3%	<b>68.3%</b>	3.3%
	小2	67	10	54	3
		100.0%	14.9%	<b>80.6%</b>	4.5%
	小3	66	9	57	0
		100.0%	13.6%	<b>86.4%</b>	0.0%
	小4	77	19	57	1
		100.0%	24.7%	<b>74.0%</b>	1.3%
	小5	71	26	45	0
		100.0%	36.6%	<b>63.4%</b>	0.0%
小6	87	41	45	1	
	100.0%	47.1%	<b>51.7%</b>	1.1%	
不明	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
問9 喫煙の経験	吸ったことはない	413	119	294	0
		100.0%	28.8%	<b>71.2%</b>	0.0%
	過去に吸ったことがある	8	3	5	0
	100.0%	37.5%	<b>62.5%</b>	0.0%	
不明	7	0	0	7	
	100.0%	0.0%	0.0%	100.0%	

図表 3-14 受動喫煙の認知度

(3) 受動喫煙の経験

問11 ここ1カ月間で、望まない受動喫煙（他人の喫煙により、たばこから発生した煙にさらされること）を経験したことがありますか（○は一つ）

全体では、「ない」が63.1%で最も多く、次いで「ある」が18.9%、「わからない」が16.1%となっており、約2割が「受動喫煙を経験した」と回答している。



		問11 受動喫煙の経験				
		サンプル数	ある	ない	分からない	不明
上段: 度数	全体	428	81	270	69	8
	下段: %	100.0%	18.9%	<b>63.1%</b>	16.1%	1.9%
性別	男性	204	35	136	29	4
		100.0%	17.2%	<b>66.7%</b>	14.2%	2.0%
	女性	221	46	131	40	4
		100.0%	20.8%	<b>59.3%</b>	18.1%	1.8%
	答えたくない	3	0	3	0	0
	100.0%	0.0%	<b>100.0%</b>	0.0%	0.0%	
学年	小1	60	10	35	13	2
		100.0%	16.7%	<b>58.3%</b>	21.7%	3.3%
	小2	67	13	42	9	3
		100.0%	19.4%	<b>62.7%</b>	13.4%	4.5%
	小3	66	6	51	9	0
		100.0%	9.1%	<b>77.3%</b>	13.6%	0.0%
	小4	77	13	54	9	1
		100.0%	16.9%	<b>70.1%</b>	11.7%	1.3%
小5	71	18	39	14	0	
	100.0%	25.4%	<b>54.9%</b>	19.7%	0.0%	
小6	87	21	49	15	2	
	100.0%	24.1%	<b>56.3%</b>	17.2%	2.3%	
不明	0	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	

図表 3-15 受動喫煙の経験

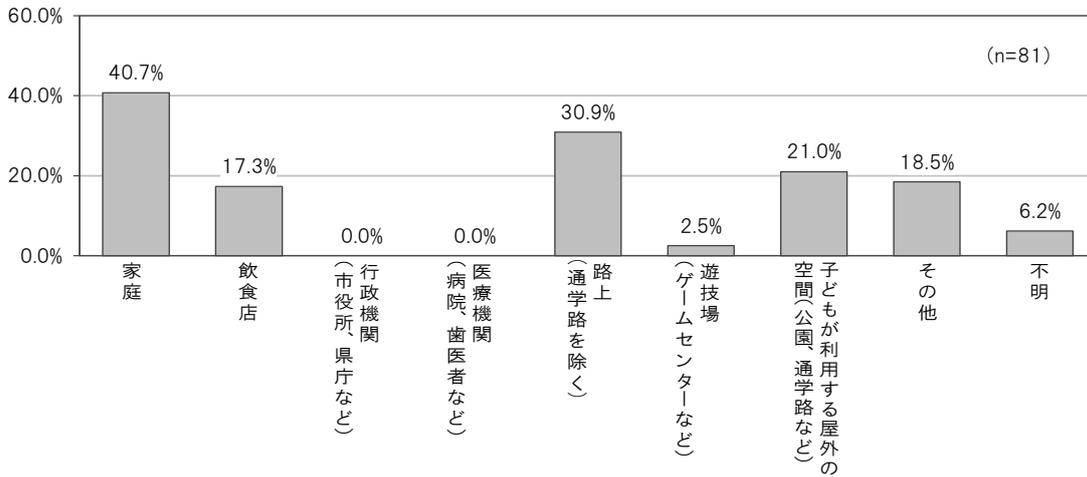
(4) 受動喫煙した場所（複数回答）

問12 【問11で「1. ある」と回答した方のみお答えください。】

受動喫煙を経験した場所はどこですか（〇はいくつでも）

全体では、「家庭」が40.7%で最も多く、次いで「路上（通学路を除く）」が30.9%、「子どもが利用する屋外の空間（公園、通学路など）」が21.0%となっている。

学年別でみると、「1年生」と「2年生」の約6割が「家庭」と回答している。



		問12 受動喫煙した場所(複数回答)									
		サンプル数	家庭	飲食店	行政機関 (市役所、県庁など)	医療機関 (病院、歯医者など)	路上 (通学路を除く)	遊技場 (ゲームセンターなど)	子どもが利用する屋外の空間 (公園、通学路など)	その他	不明
上段: 度数	下段: %										
全体	81	33	14	0	0	25	2	17	15	5	
	100.0%	<b>40.7%</b>	17.3%	0.0%	0.0%	30.9%	2.5%	21.0%	18.5%	6.2%	
性別	男性	35	12	9	0	0	10	0	7	2	
		100.0%	<b>34.3%</b>	25.7%	0.0%	0.0%	28.6%	0.0%	20.0%	14.3%	5.7%
	女性	46	21	5	0	0	15	2	10	3	
		100.0%	<b>45.7%</b>	10.9%	0.0%	0.0%	32.6%	4.3%	21.7%	21.7%	6.5%
	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	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%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
学年	小1	10	6	1	0	0	2	0	1	1	
		100.0%	<b>60.0%</b>	10.0%	0.0%	0.0%	20.0%	0.0%	10.0%	10.0%	
	小2	13	8	2	0	0	4	2	3	0	
		100.0%	<b>61.5%</b>	15.4%	0.0%	0.0%	30.8%	15.4%	23.1%	15.4%	0.0%
	小3	6	3	4	0	0	3	0	2	1	0
		100.0%	50.0%	<b>66.7%</b>	0.0%	0.0%	50.0%	0.0%	33.3%	16.7%	0.0%
	小4	13	4	1	0	0	5	0	2	4	1
		100.0%	30.8%	7.7%	0.0%	0.0%	<b>38.5%</b>	0.0%	15.4%	30.8%	7.7%
小5	18	6	3	0	0	4	0	5	5	2	
	100.0%	<b>33.3%</b>	16.7%	0.0%	0.0%	22.2%	0.0%	27.8%	27.8%	11.1%	
小6	21	6	3	0	0	7	0	4	3	1	
	100.0%	28.6%	14.3%	0.0%	0.0%	<b>33.3%</b>	0.0%	19.0%	14.3%	4.8%	
	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%	0.0%	0.0%	

図表 3-16 受動喫煙した場所（複数回答）

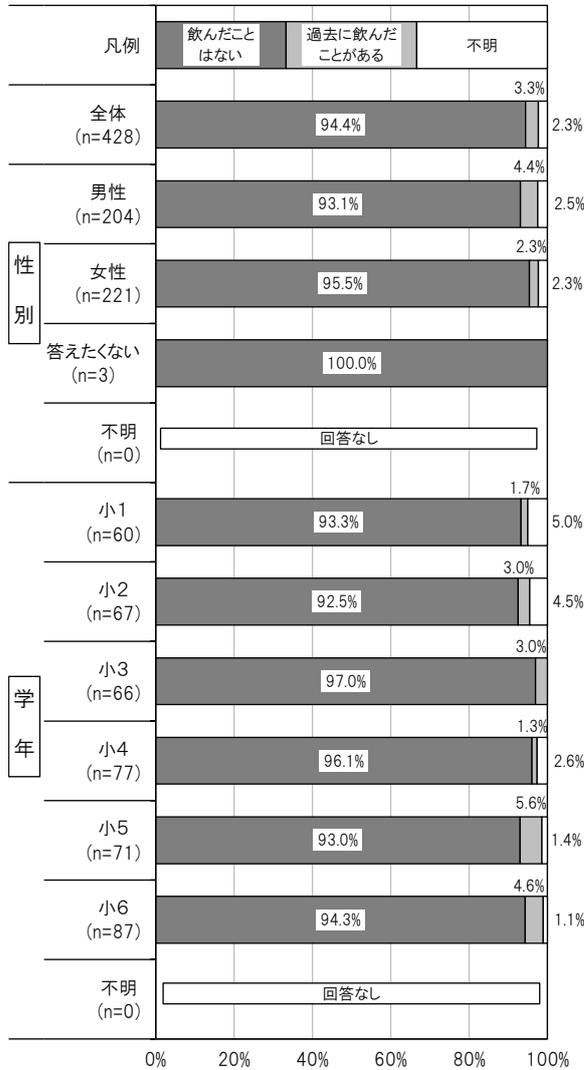
[その他の詳細]

- ・祖父の家、親戚の家 (4)
- ・コンビニの前 (3)
- ・隣の家の喫煙の煙がくる、外から入ってくる (3)
- ・少年団の試合会場の外の喫煙所
- ・ショッピングモール
- ・温泉の待合所
- ・友達の家
- ・習い事で

(5) 飲酒の経験

問 13 お酒を飲んだことがありますか。(○は一つ)

全体では、「飲んだことはない」が94.4%、「過去に飲んだことがある」が3.3%となっている。



		問13 飲酒の経験			
上段:度数 下段:%		サンプル数	飲んだことはない	ある過去に飲んだことがある	不明
全体	428	404	94.4%	14	10
性別					
男性	204	190	93.1%	9	5
女性	221	211	95.5%	5	5
答えたくない	3	3	100.0%	0	0
不明	0	0	0.0%	0	0
学年					
小1	60	56	93.3%	1	3
小2	67	62	92.5%	2	3
小3	66	64	97.0%	2	0
小4	77	74	96.1%	1	2
小5	71	66	93.0%	4	1
小6	87	82	94.3%	4	1
不明	0	0	0.0%	0	0
F4					
健康である	354	333	94.1%	13	8
どちらかという健康である	64	61	95.3%	1	2
どちらかという健康でない	7	7	100.0%	0	0
健康でない	1	1	100.0%	0	0
不明	2	2	100.0%	0	0
運動以外で体育の授業や活動の機会					
はい	248	228	91.9%	12	8
いいえ	180	176	97.8%	2	2
不明	0	0	0.0%	0	0
問9 喫煙の経験					
吸ったことはない	413	398	96.4%	12	3
過去に吸ったことがある	8	6	75.0%	2	0
不明	7	0	0.0%	0	7

		問13 飲酒経験				
上段:度数 下段:%		サンプル数	飲んだことはない	だ過去に何度か飲んだことがある	よく飲む	不明
H28年調査(全体)	303	290	95.7%	4	0	9
H23年調査(全体)	530	410	77.4%	108	7	5

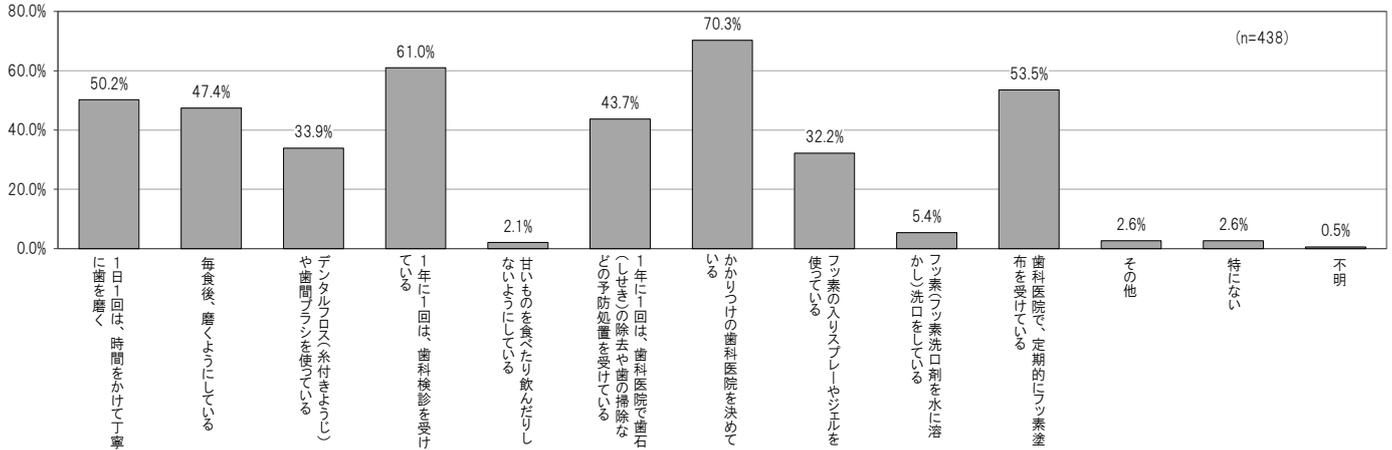
図表 3-17 飲酒の経験

### 4. 歯の健康

#### (1) 歯の健康のための実践状況（複数回答）

問14 歯の健康のために実践していることは何ですか。（〇はいくつでも）

全体では、「かかりつけの歯科医院を決めている」と回答した人が70.3%で最も多く、次いで「1年に1回は、歯科検診を受けている」が61.0%、「歯科医院で、定期的にフッ素塗布を受けている」が53.5%となっている。



	問14 歯の健康のための実践状況（複数回答）														
	サンプル数	1日に1回は、時間をかけて丁寧に歯を磨く	毎食後、磨くようにしている	デンタルフロス（糸ようじ）や歯間ブラシを使っている	1年に1回は、歯科検診を受けている	甘いものを食べたり飲んだりしないようにしている	1年に1回は、歯科医院で歯石（しせき）の除去や歯の掃除などの予防処置を受けている	かかりつけの歯科医院を決めている	フッ素の入リスプレーやジェルを使っている	フッ素（フッ素洗口剤）を水に溶かし洗口をしている	歯科医院で、定期的にフッ素塗布を受けている	その他	特になし	不明	
全体	428	215	203	145	261	9	187	301	138	23	229	11	11	2	
	100.0%	50.2%	47.4%	33.9%	61.0%	2.1%	43.7%	70.3%	32.2%	5.4%	53.5%	2.6%	2.6%	0.5%	
性別	男性	204	92	86	56	119	6	82	140	63	11	101	5	8	2
		100.0%	45.1%	42.2%	27.5%	58.3%	2.9%	40.2%	68.6%	30.9%	5.4%	49.5%	2.5%	3.9%	1.0%
	女性	221	121	115	88	139	3	104	159	74	12	127	6	3	0
		100.0%	54.8%	52.0%	39.8%	62.9%	1.4%	47.1%	71.9%	33.5%	5.4%	57.5%	2.7%	1.4%	0.0%
答えたくない	3	2	2	1	3	0	1	2	1	0	1	0	0	0	
	100.0%	66.7%	66.7%	33.3%	100.0%	0.0%	33.3%	66.7%	33.3%	0.0%	33.3%	0.0%	0.0%	0.0%	
不明	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
学年	小1	60	34	28	21	38	1	29	49	26	1	35	1	1	1
		100.0%	56.7%	46.7%	35.0%	63.3%	1.7%	48.3%	81.7%	43.3%	1.7%	58.3%	1.7%	1.7%	1.7%
	小2	67	37	31	24	45	3	26	44	29	5	40	1	1	1
		100.0%	55.2%	46.3%	35.8%	67.2%	4.5%	38.8%	65.7%	43.3%	7.5%	59.7%	1.5%	1.5%	1.5%
	小3	66	27	33	23	38	1	26	48	22	1	36	4	1	0
		100.0%	40.9%	50.0%	34.8%	57.6%	1.5%	39.4%	72.7%	33.3%	1.5%	54.5%	6.1%	1.5%	0.0%
	小4	77	40	33	28	51	2	43	53	31	8	48	1	2	0
		100.0%	51.9%	42.9%	36.4%	66.2%	2.6%	55.8%	68.8%	40.3%	10.4%	62.3%	1.3%	2.6%	0.0%
小5	71	28	32	22	41	1	31	48	13	0	34	3	1	0	
	100.0%	39.4%	45.1%	31.0%	57.7%	1.4%	43.7%	67.6%	18.3%	0.0%	47.9%	4.2%	1.4%	0.0%	
小6	87	49	46	27	48	1	32	59	17	8	36	1	5	0	
	100.0%	56.3%	52.9%	31.0%	55.2%	1.1%	36.8%	67.8%	19.5%	9.2%	41.4%	1.1%	5.7%	0.0%	
不明	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%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
H23年調査（全体）	530	311	271	138	318	29	150	229	53	30	89	-	36	-	
	100.0%	58.7%	51.1%	26.0%	60.0%	5.5%	28.3%	43.2%	10.0%	5.7%	16.8%	-	6.8%	-	

図表 3-18 歯の健康のための実践状況（複数回答）

[その他]

- ・年に複数回、定期的に検診を受けている（4）
- ・矯正中である（3）
- ・糸ようじを使っている
- ・電動歯ブラシ使用
- ・親の仕上げ磨き

## 第4編 補足



## 第4編 補足

### 1. 身体活動・運動（特定年齢抽出）

#### (1) 運動習慣者の状況（20～64歳）

運動習慣者について、「運動習慣がある」のは、男性が20.5%、女性が9.7%であった。H23年調査と比較すると、男女ともに、4.0ポイント減少であった。

性別でみると、男性は「運動習慣がある」と回答した割合が女性を10.8ポイント上回っている。

凡例	運動習慣がある	運動習慣がない	不明
	全体 (n=283)	20.5%	39.2%
20～24歳 (n=15)	6.7%	40.0%	53.3%
25～29歳 (n=13)	46.2%	7.7%	46.2%
30～34歳 (n=23)	13.0%	39.1%	47.8%
35～39歳 (n=21)	33.3%	33.3%	33.3%
40～44歳 (n=25)	4.0%	44.0%	52.0%
45～49歳 (n=48)	20.8%	47.9%	31.3%
50～54歳 (n=39)	25.6%	48.7%	25.6%
55～59歳 (n=40)	20.0%	40.0%	40.0%
60～64歳 (n=59)	20.3%	32.2%	47.5%
H28年調査 (n=336)	19.0%	81.0%	-
全体 (n=485)	9.7%	45.4%	44.9%
20～24歳 (n=34)	8.8%	55.9%	35.3%
25～29歳 (n=27)	7.4%	44.4%	48.1%
30～34歳 (n=41)	7.3%	56.1%	36.6%
35～39歳 (n=55)	14.5%	56.4%	29.1%
40～44歳 (n=72)	12.5%	48.6%	38.9%
45～49歳 (n=67)	3.0%	47.8%	49.3%
50～54歳 (n=60)	5.0%	41.7%	53.3%
55～59歳 (n=59)	10.2%	39.0%	50.8%
60～64歳 (n=70)	15.7%	28.6%	55.7%
H28年調査 (n=558)	13.1%	86.9%	-

	運動習慣者の状況（20～64歳）				
	サンプル数	運動習慣がある	運動習慣がない	不明	
全体	283	58	111	114	
上段：度数	100.0%	20.5%	39.2%	40.3%	
下段：%					
男性	20～24歳	15	1	6	8
	25～29歳	13	6	1	6
	30～34歳	23	3	9	11
	35～39歳	21	7	7	7
	40～44歳	25	1	11	13
	45～49歳	48	10	23	15
	50～54歳	39	10	19	10
	55～59歳	40	8	16	16
	60～64歳	59	12	19	28
	H28年調査	336	64	272	-
	H23年調査	-	-	-	-
	女性	485	47	220	218
20～24歳	34	3	19	12	
25～29歳	27	2	12	13	
30～34歳	41	3	23	15	
35～39歳	55	8	31	16	
40～44歳	72	9	35	28	
45～49歳	67	2	32	33	
50～54歳	60	3	25	32	
55～59歳	59	6	23	30	
60～64歳	70	11	20	39	
H28年調査	558	73	485	-	
H23年調査	-	-	-	-	

※ H23年調査は、「かごしま市民すこやかプラン」の「運動習慣者の割合」

<参考>

運動習慣者：1回30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している人

## (2) 1日の歩数 (20歳以上)

1日の歩数は、男性は平均5,289歩、女性は平均4,536歩で、H23年調査と比較して、20～64歳は、男性は868歩、女性は1,331歩減少している。

	全体			男性			女性			
	サンプル数	平均歩数	標準偏差	サンプル数	平均歩数	標準偏差	サンプル数	平均歩数	標準偏差	
全体	664	4,842.90	4,739.9	278	5,289.03	3,418.1	380	4,535.59	5,513.2	
年齢	20～64歳	416	5,204.86	3,749.6	145	5,922.08	3,734.1	266	4,848.53	3,703.0
	20～24歳	31	5,998.52	4,029.1	9	7,386.22	5,262.9	21	5,536.00	3,269.2
	25～29歳	24	6,209.71	7,858.4	6	6,343.83	2,964.6	18	6,165.00	8,910.8
	30～34歳	32	5,473.03	3,670.8	14	7,337.71	4,198.9	18	4,022.72	2,331.2
	35～39歳	47	4,815.34	3,343.0	12	5,958.33	3,204.5	35	4,423.46	3,299.2
	40～44歳	52	5,029.60	3,545.6	15	5,288.07	2,711.1	35	5,134.80	3,826.2
	45～49歳	57	5,310.88	2,778.7	22	6,091.27	2,843.1	34	4,921.35	2,591.3
	50～54歳	56	5,076.96	3,102.8	18	5,322.22	3,046.6	37	4,832.70	3,064.2
	55～59歳	56	5,241.86	3,528.4	22	5,615.64	4,637.3	34	5,000.00	2,537.9
	60～64歳	61	4,699.38	2,876.8	27	5,454.15	3,610.1	34	4,100.00	1,920.2
	65歳以上	248	4,235.74	2,622.3	133	4,598.86	2,882.2	114	3,805.39	2,218.9
	65～69歳	66	5,277.00	2,812.3	33	5,672.00	3,140.7	32	4,880.00	2,420.2
	70～74歳	72	4,247.00	2,572.5	43	4,648.00	2,809.1	29	3,653.00	2,034.5
	75～79歳	68	3,993.00	2,551.0	35	4,596.00	2,756.7	33	3,354.00	2,134.3
	80～84歳	32	2,937.00	1,693.3	13	2,923.00	1,897.4	19	2,947.00	1,538.1
85歳以上	10	3,070.00	1,714.4	9	2,855.00	1,675.1	1	5,000.00	0.0	
H28年調査 (20～64歳)	396	4,926.15	3,265.0	160	4,886.46	3,364.9	233	4,941.73	3,196.5	
H28年調査 (65歳以上)	166	4,207.46	2,622.7	80	4,645.48	2,877.4	86	3,800.00	2,304.1	
H23年調査 (20～64歳)	-	-	-	-	6,790.00	-	-	6,180.00	-	
H23年調査 (65歳以上)	-	-	-	-	4,723.00	-	-	4,300.00	-	

※ 未回答者は除外。全体には性別「答えたくない」の6名を含む。

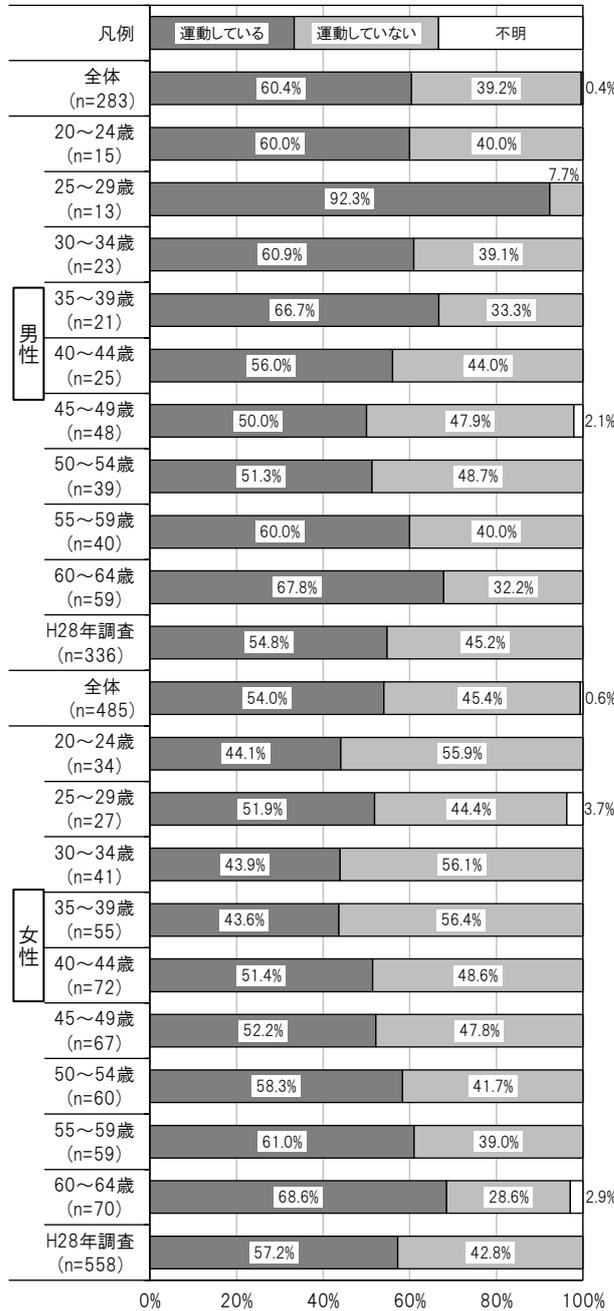
※ H23年調査は、「かごしま市民すこやかプラン」の「日常生活における歩数」

※ H28年調査は、未回答者は除外。全体には性別・年齢不明の4名を含む。

(3) 運動の習慣 (20～64 歳)

運動の習慣において、「運動している」と回答した割合は、男性は 60.4%、女性は 54%となっている。

H23 年調査と比較すると、「運動している」と回答した割合は、男性は 0.7 ポイント増加、女性は 1.6 ポイント減少している。



		運動の習慣 (20～64歳)			
		サンプル数	運動している	運動していない	不明
	上段: 度数				
	下段: %				
男性	全体	283	171	111	1
		100.0%	60.4%	39.2%	0.4%
	20～24歳	15	9	6	0
		100.0%	60.0%	40.0%	0.0%
	25～29歳	13	12	1	0
		100.0%	92.3%	7.7%	0.0%
	30～34歳	23	14	9	0
		100.0%	60.9%	39.1%	0.0%
	35～39歳	21	14	7	0
		100.0%	66.7%	33.3%	0.0%
	40～44歳	25	14	11	0
		100.0%	56.0%	44.0%	0.0%
	45～49歳	48	24	23	1
		100.0%	50.0%	47.9%	2.1%
50～54歳	39	20	19	0	
	100.0%	51.3%	48.7%	0.0%	
55～59歳	40	24	16	0	
	100.0%	60.0%	40.0%	0.0%	
60～64歳	59	40	19	0	
	100.0%	67.8%	32.2%	0.0%	
H28年調査	336	184	152	-	
	100.0%	54.8%	45.2%	-	
H23年調査	-	-	-	-	
	-	-	-	-	
女性	全体	485	262	220	3
		100.0%	54.0%	45.4%	0.6%
	20～24歳	34	15	19	0
		100.0%	44.1%	55.9%	0.0%
	25～29歳	27	14	12	1
		100.0%	51.9%	44.4%	3.7%
	30～34歳	41	18	23	0
		100.0%	43.9%	56.1%	0.0%
	35～39歳	55	24	31	0
		100.0%	43.6%	56.4%	0.0%
	40～44歳	72	37	35	0
		100.0%	51.4%	48.6%	0.0%
	45～49歳	67	35	32	0
		100.0%	52.2%	47.8%	0.0%
50～54歳	60	35	25	0	
	100.0%	58.3%	41.7%	0.0%	
55～59歳	59	36	23	0	
	100.0%	61.0%	39.0%	0.0%	
60～64歳	70	48	20	2	
	100.0%	68.6%	28.6%	2.9%	
H28年調査	558	319	239	-	
	100.0%	57.2%	42.8%	-	
H23年調査	-	-	-	-	
	-	-	-	-	

※ H23 年調査は、「かごしま市民すこやかプラン」の「日常生活の中で意識的にからだを動かすなどの運動をしている」

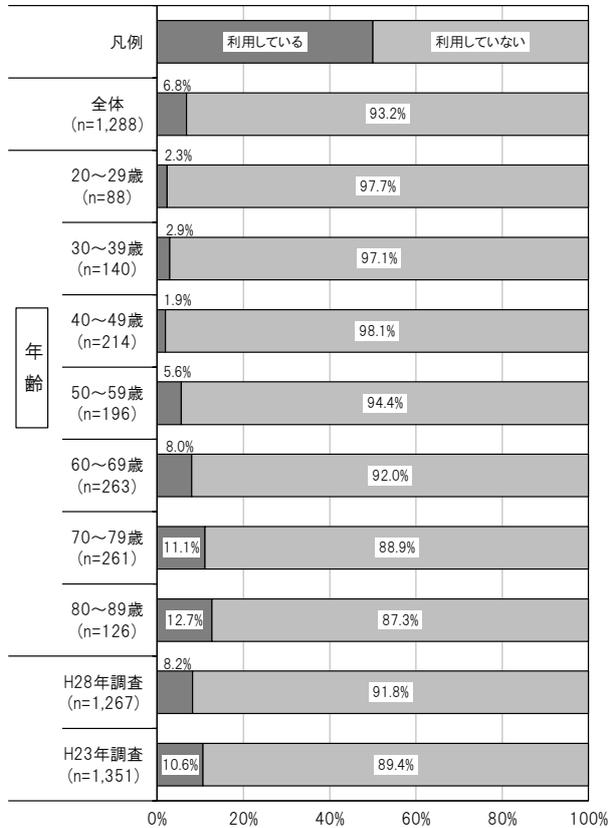
<参考>

運動をしている：運動の習慣（問6）で「いつもしている」「時々している」と回答した人

## 2. 休養（特定年齢抽出）

### (1) 温泉や水中運動の活用状況（20歳以上）

温泉や水中運動の活用状況は、全体では「利用している」が6.8%でH23年調査より3.8ポイント減少している。



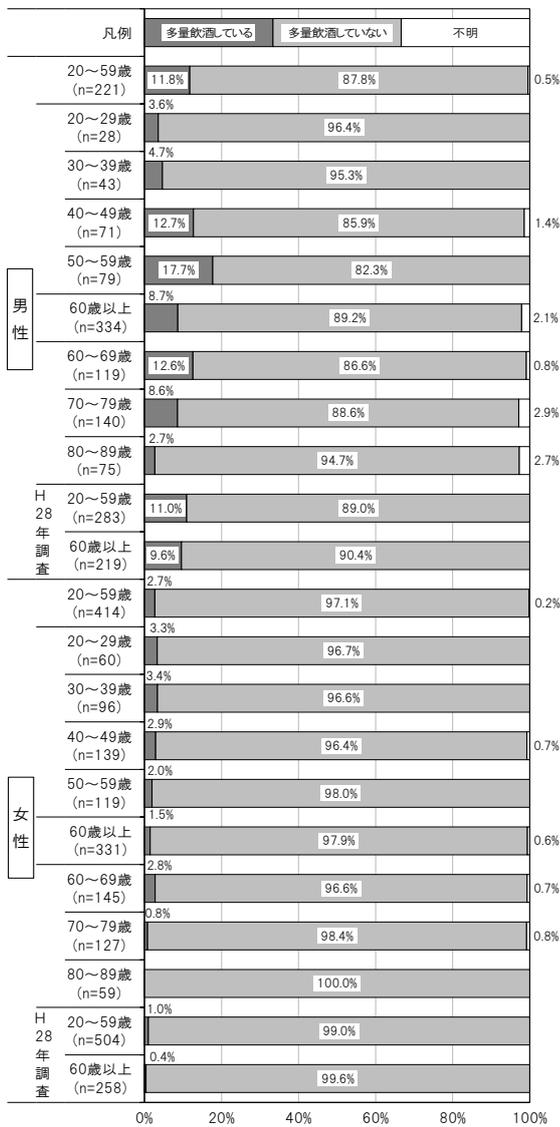
		温泉や水中運動の活用状況 (20歳以上)		
		サンプル数	利用している	利用していない
上段: 度数	下段: %			
全体		1,288	87	1,201
		100.0%	6.8%	<b>93.2%</b>
年齢	20～29歳	88	2	86
		100.0%	2.3%	<b>97.7%</b>
	30～39歳	140	4	136
		100.0%	2.9%	<b>97.1%</b>
	40～49歳	214	4	210
		100.0%	1.9%	<b>98.1%</b>
	50～59歳	196	11	185
		100.0%	5.6%	<b>94.4%</b>
	60～69歳	263	21	242
	100.0%	8.0%	<b>92.0%</b>	
70～79歳	261	29	232	
	100.0%	11.1%	<b>88.9%</b>	
80～89歳	126	16	110	
	100.0%	12.7%	<b>87.3%</b>	
不明	0	0	0	
	0.0%	<b>0.0%</b>	<b>0.0%</b>	
H28年調査	1,267	104	1,163	
	100.0%	8.2%	<b>91.8%</b>	
H23年調査	1,351	143	1,208	
	100.0%	10.6%	<b>89.4%</b>	

<参考>

利用している：温泉や水中運動の活用状況（問15）で「ほとんど毎日」「週1回以上」と回答した人

### 3. アルコール（特定年齢抽出）

多量飲酒している男性は9.9%、女性は2.1%で、男性の方が高くなっている。H28年調査と比較すると、男性はほぼ同じであったが、女性は増加傾向がみられた。



凡例	多量飲酒している								
	男性				女性				
	サンプル数	多量飲酒している	多量飲酒していない	不明	サンプル数	多量飲酒している	多量飲酒していない	不明	
上段:度数 下段:%									
全体	555	55	492	8	745	16	726	3	
	100.0%	9.9%	88.6%	1.4%	100.0%	2.1%	97.4%	0.4%	
年齢	20~59歳	221	26	194	1	414	11	402	1
		100.0%	11.8%	87.8%	0.5%	100.0%	2.7%	97.1%	0.2%
	20~29歳	28	1	27	0	60	2	58	0
		100.0%	3.6%	96.4%	0.0%	100.0%	3.3%	96.7%	0.0%
	30~39歳	43	2	41	0	96	3	93	0
		100.0%	4.7%	95.3%	0.0%	100.0%	3.4%	96.6%	0.0%
	40~49歳	71	9	61	1	139	4	134	1
		100.0%	12.7%	85.9%	1.4%	100.0%	2.9%	96.4%	0.7%
	50~59歳	79	14	65	0	119	2	117	0
		100.0%	17.7%	82.3%	0.0%	100.0%	2.0%	98.0%	0.0%
	60歳以上	334	29	298	7	331	5	324	2
		100.0%	8.7%	89.2%	2.1%	100.0%	1.5%	97.9%	0.6%
	60~69歳	119	15	103	1	145	4	140	1
	100.0%	12.6%	86.6%	0.8%	100.0%	2.8%	96.6%	0.7%	
70~79歳	140	12	124	4	127	1	125	1	
	100.0%	8.6%	88.6%	2.9%	100.0%	0.8%	98.4%	0.8%	
80~89歳	75	2	71	2	59	0	59	0	
	100.0%	2.7%	94.7%	2.7%	100.0%	0.0%	100.0%	0.0%	
H28年調査(全体)	502	52	450	-	762	6	756	-	
	100.0%	10.4%	89.6%	-	100.0%	0.8%	99.2%	-	
20~59歳	283	31	252	-	504	5	499	-	
	100.0%	11.0%	89.0%	-	100.0%	1.0%	99.0%	-	
60歳以上	219	21	198	-	258	1	257	-	
	100.0%	9.6%	90.4%	-	100.0%	0.4%	99.6%	-	
H23年調査(全体)	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	-	-	-	-	2.1%	-	-	
20~59歳	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	-	-	-	-	3.5%	-	-	
65歳以上	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	8.7%	-	-	-	0.6%	-	-	

※ H23年調査は、「かごしま市民すこやかプラン」の「多量に飲酒している人」

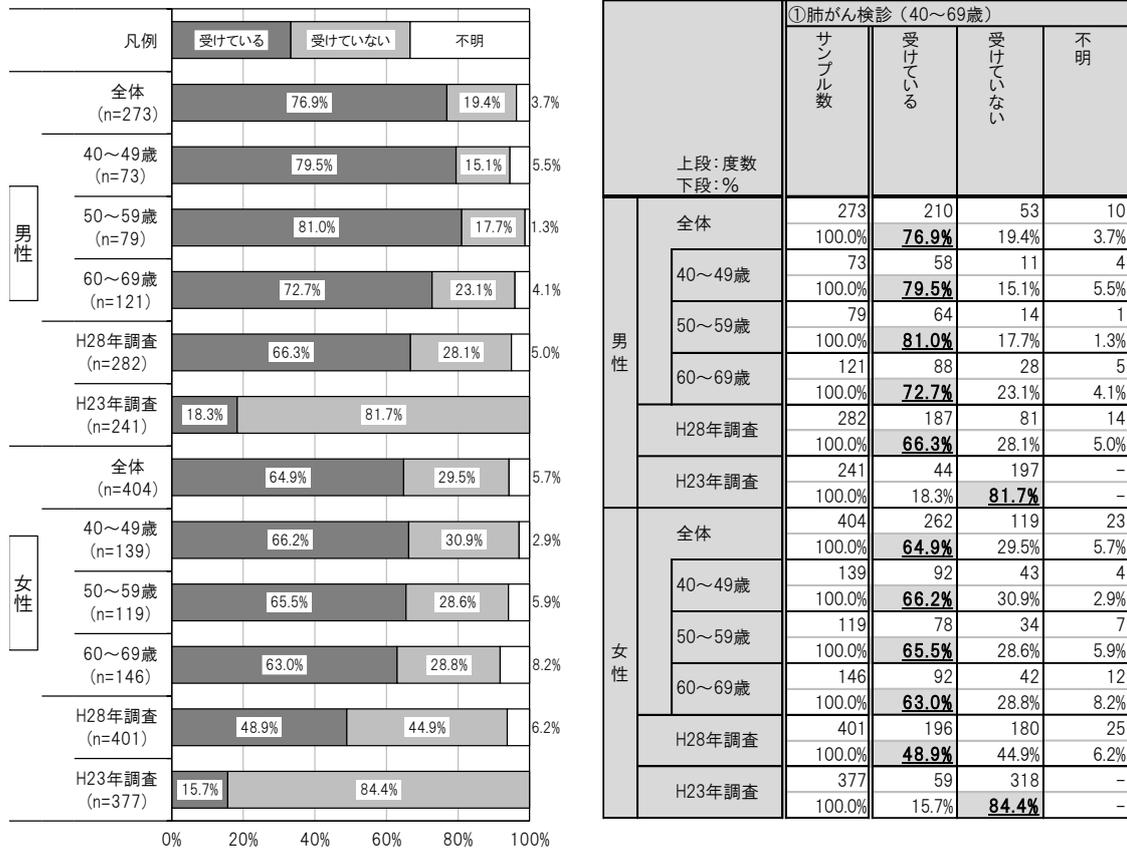
<参考>

多量飲酒している：飲酒頻度が週4回以上で、1日に飲む量が日本酒に換算して2合以上

#### 4. がん検診の受診状況（特定年齢抽出）

##### (1) 肺がん検診（40～69歳）

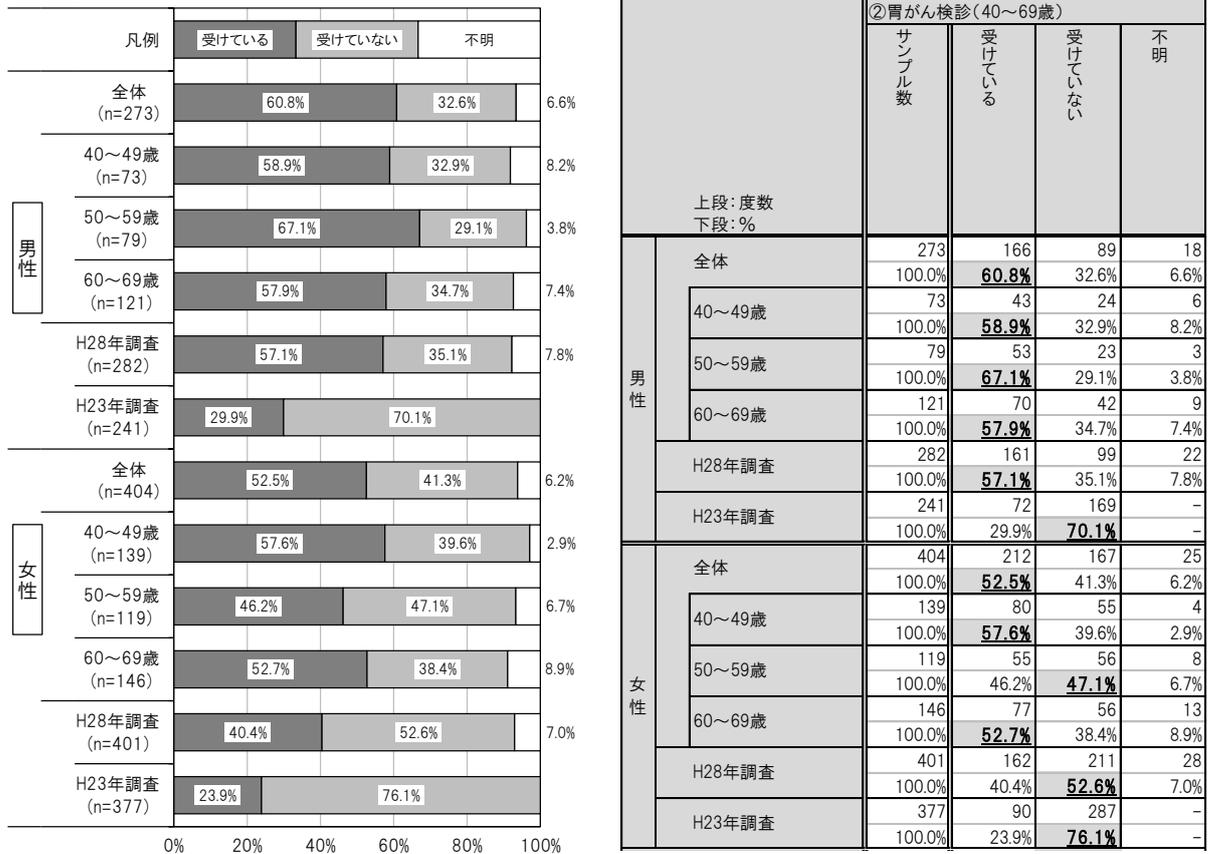
肺がん検診を「受けている」と回答した男性は76.9%、女性は64.9%となっており、H23年調査と比較すると、男性は58.6ポイント、女性は49.2ポイント増加している。



※ H23年調査は、「(補足調査) 問9 受診したがん検診の種類 (健康づくりに関するアンケート調査)」で「受けていない」には「不明」も含む。

(2) 胃がん検診 (40～69 歳)

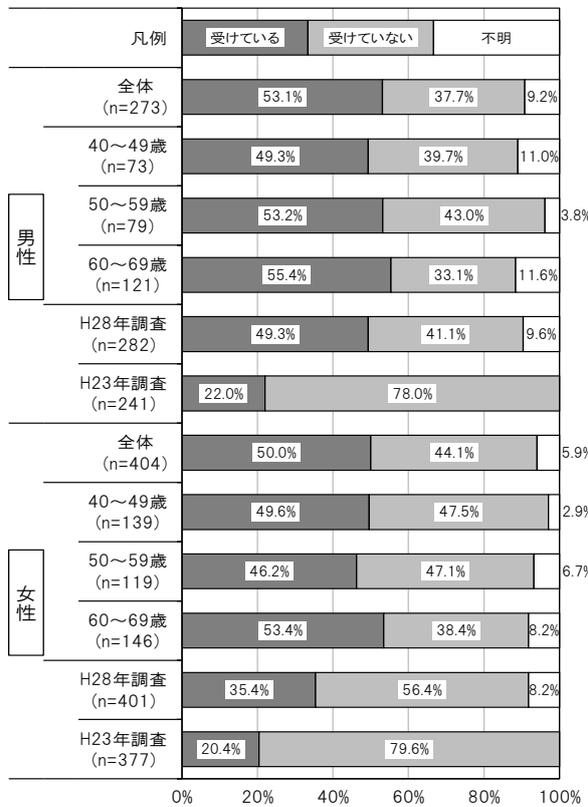
胃がん検診を「受けている」と回答した男性は 60.8%、女性は 52.5%となっており、H23 年調査と比較すると、男性は 30.9 ポイント、女性は 28.6 ポイント増加している。



※ H23 年調査は、「(補足調査) 問9 受診したがん検診の種類 (健康づくりに関するアンケート調査)」で「受けていない」には「不明」も含む。

(3) 大腸がん検診 (40～69 歳)

大腸がん検診を「受けている」と回答した男性は53.1%、女性は50.0%となっており、H23年調査と比較すると、男性は31.1ポイント、女性は29.6ポイント増加している。

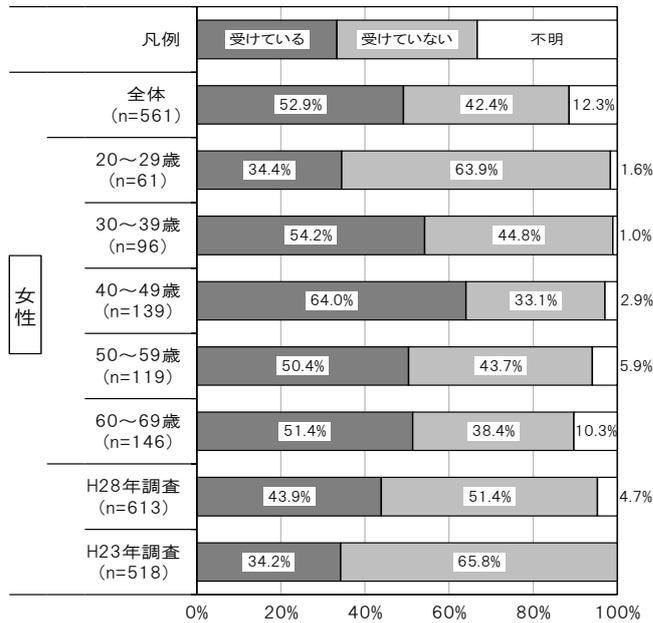


凡例		③大腸がん検診(40～69歳)			
		サンプル数	受けている	受けていない	不明
性別	上段: 度数 下段: %				
	男性	273	145	103	25
	全体	100.0%	53.1%	37.7%	9.2%
	40～49歳	73	36	29	8
		100.0%	49.3%	39.7%	11.0%
	50～59歳	79	42	34	3
		100.0%	53.2%	43.0%	3.8%
	60～69歳	121	67	40	14
		100.0%	55.4%	33.1%	11.6%
	H28年調査	282	139	116	27
		100.0%	49.3%	41.1%	9.6%
	H23年調査	241	53	188	-
		100.0%	22.0%	78.0%	-
女性	全体	404	202	178	24
		100.0%	50.0%	44.1%	5.9%
	40～49歳	139	69	66	4
		100.0%	49.6%	47.5%	2.9%
	50～59歳	119	55	56	8
		100.0%	46.2%	47.1%	6.7%
	60～69歳	146	78	56	12
		100.0%	53.4%	38.4%	8.2%
	H28年調査	401	142	226	33
		100.0%	35.4%	56.4%	8.2%
	H23年調査	377	77	300	-
		100.0%	20.4%	79.6%	-

※ H23年調査は、「(補足調査) 問9 受診したがん検診の種類 (健康づくりに関するアンケート調査)」で「受けていない」には「不明」も含む。

(4) 子宮がん検診 (20～69 歳)

子宮がん検診を「受けている」と回答した女性は 52.9% となっており、H23 年調査と比較すると、18.7 ポイント増加している。

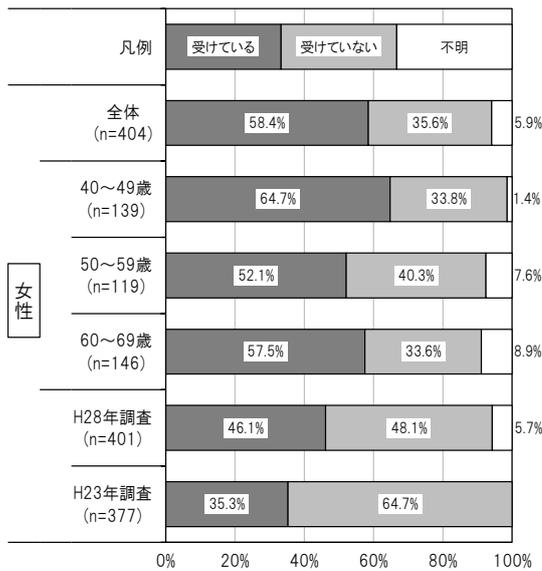


		④子宮がん検診(20～69歳)			
		サンプル数	受けている	受けていない	不明
上段: 度数 下段: %					
女性	全体	561	297	236	28
		100.0%	52.9%	42.4%	12.3%
	20～29歳	61	21	39	1
		100.0%	34.4%	63.9%	1.6%
	30～39歳	96	52	43	1
		100.0%	54.2%	44.8%	1.0%
	40～49歳	139	89	46	4
		100.0%	64.0%	33.1%	2.9%
	50～59歳	119	60	52	7
		100.0%	50.4%	43.7%	5.9%
60～69歳	146	75	56	15	
	100.0%	51.4%	38.4%	10.3%	
H28年調査		613	269	315	29
	100.0%	43.9%	51.4%	4.7%	
H23年調査		518	177	341	-
	100.0%	34.2%	65.8%	-	

※ H23 年調査は、「(補足調査) 問9 受診したがん検診の種類 (健康づくりに関するアンケート調査)」で「受けていない」には「不明」も含む。

(5) 乳がん検診 (40～69 歳)

乳がん検診を「受けている」と回答した女性は 58.4% となっており、H23 年調査と比較すると、23.1 ポイント増加している。



		⑤乳がん検診(40～69歳)				
		サンプル数	受けている	受けていない	不明	
上段: 度数 下段: %						
女性	全体	404	236	144	24	
		100.0%	58.4%	35.6%	5.9%	
	40～49歳	139	90	47	2	
		100.0%	64.7%	33.8%	1.4%	
	50～59歳	119	62	48	9	
		100.0%	52.1%	40.3%	7.6%	
	60～69歳	146	84	49	13	
		100.0%	57.5%	33.6%	8.9%	
	H28年調査		401	185	193	23
		100.0%	46.1%	48.1%	5.7%	
H23年調査		377	133	244	-	
	100.0%	35.3%	64.7%	-		

※ H23 年調査は、「(補足調査) 問9 受診したがん検診の種類 (健康づくりに関するアンケート調査)」で「受けていない」には「不明」も含む。



### Ⅲ. 調査票

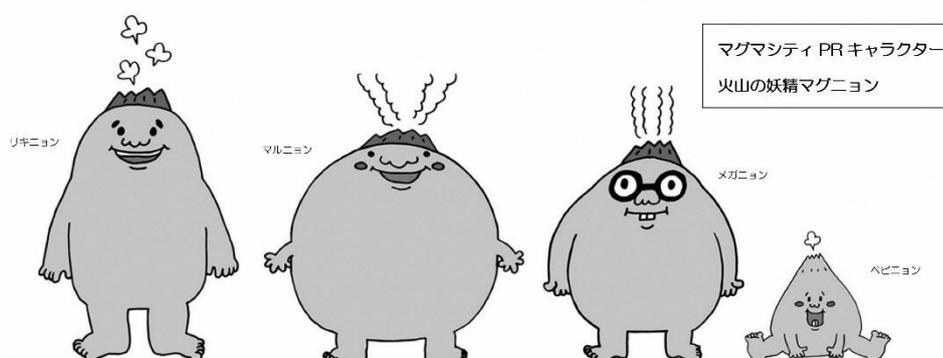


### III. 調査票

#### 1. 成人

かごしま市民すこやかプランについての市民意識調査

（対象者：成人）



～ ご記入にあたって ～

1. このアンケートは、市民が健康でいきいきとした生活ができるようにするための資料とするものです。ご回答いただいた内容は統計的に処理し、個々の内容を公表するものではございませんので、ありのままお答えください。
2. 年齢など、日付によって異なるものは、回答日現在でお答えください。
3. 各設問に対し、あてはまるものの番号を○で囲んでお答えください。
4. 質問によっては、ある条件にあてはまる方だけにご回答いただくものがありますので、説明にしたがって最後までお進みください。



（成人）

---

---

**あなたご自身のことについておうかがいします。**

---

---

F1 性別を教えてください。（〇は一つ）

- |       |       |           |
|-------|-------|-----------|
| 1. 男性 | 2. 女性 | 3. 答えたくない |
|-------|-------|-----------|

F2 年齢を教えてください。

年齢（ ）歳

F3 身長と体重を教えてください。（小数点以下は四捨五入）

身長（ ）cm、 体重（ ）kg

F4 同居家族の状況についてお答えください。（〇は一つ）

- |                       |
|-----------------------|
| 1. 一人暮らし              |
| 2. 夫婦のみの世帯            |
| 3. 親と子どもの世帯（末子が18歳未満） |
| 4. 親と子どもの世帯（末子が18歳以上） |
| 5. 三世代同居の世帯           |
| 6. その他                |

F5 鹿児島市が市民の健康づくりの指針となる健康増進計画（すこやかプラン）を推進していることをご存知ですか。（〇は一つ）

- |          |             |         |
|----------|-------------|---------|
| 1. 知っている | 2. 聞いたことはある | 3. 知らない |
|----------|-------------|---------|

F6 自分は健康だと思いますか。（〇は一つ）

- |                  |                  |
|------------------|------------------|
| 1. 健康である         | 2. どちらかというと健康である |
| 3. どちらかというと健康でない | 4. 健康でない         |

（成人）

## 「栄養・食生活」についておうかがいします。

問1 1回の食事で、主食、主菜、副菜をすべてとるようにしていますか。（○は一つ）

- ・主食 … 米、パン、めん類など
- ・主菜 … 肉・魚・卵・大豆などを使ったおかず
- ・副菜 … みそ汁・サラダ・お浸しなどの野菜を中心としたおかず

- |               |                   |
|---------------|-------------------|
| 1. とるようになっている | 2. できるだけとるようにしている |
| 3. あまり考えていない  | 4. 全然考えていない       |

問2 ふだん、朝食を食べていますか。（○は一つ）

- |               |               |
|---------------|---------------|
| 1. ほとんど毎日食べる  | 2. 週に4～5日は食べる |
| 3. 週に2～3日は食べる | 4. ほとんど食べない   |

問3 朝・昼・夕の3食食べていますか。（○は一つ）

- |               |               |
|---------------|---------------|
| 1. ほとんど毎日食べる  | 2. 週に4～5日は食べる |
| 3. 週に2～3日は食べる | 4. ほとんど食べない   |

問4 野菜や海藻などの材料を一皿分くらい使った料理を、1日に何食食べていますか。（○は一つ）

- |           |             |
|-----------|-------------|
| 1. 毎食食べる  | 2. 2食は食べる   |
| 3. 1食は食べる | 4. ほとんど食べない |

問5 飲食店などが食生活改善のための栄養バランスのとれたメニューを提供する「体にやさしいかごしまメニュー」のお店があることをご存知ですか。（○は一つ）

- |             |      |
|-------------|------|
| 1. 知っている    | →問6へ |
| 2. 聞いたことはある | →問6へ |
| 3. 知らない     | →問7へ |



（成人）

【問 8 で「1. 気をつけている」「2. 時々気をつけている」と回答した方のみお答えください。】

問9 どのようなことに気をつけていますか。（〇はいくつでも）

- |  |
|--|
| 1. 調味料（塩、しょうゆ、みそなど）の量を計量している                 |
| 2. 減塩食品を利用している                               |
| 3. 1日に食べる汁物の回数を1～2回にしている                     |
| 4. 調味料（塩、しょうゆ、みそなど）の使い方を工夫している               |
| 5. 食塩が多い食品（漬物、練り製品など）の食べる頻度を減らしている           |
| 6. 栄養成分表示を活用し、食塩が少ない商品を選んでいる                 |
| 7. その他（ <span style="float: right;">）</span> |

---

### 「身体活動・運動・休養」についておうかがいします。

---

問10 日頃から、日常生活の中で健康の維持・増進のために意識的に体を動かすなどの運動をしていますか。（〇は一つ）

- |                     |         |
|---------------------|---------|
| 1. いつもしている          | →問 11 へ |
| 2. 時々している           | →問 11 へ |
| 3. 以前はしていたが、今はしていない | →問 14 へ |
| 4. まったくしたことがない      | →問 14 へ |

【問 10 で「1. いつもしている」「2. 時々している」と回答した方のみお答えください。】

問11 平均して、どのくらいその運動を行っていますか。（〇は一つ）

- |            |              |
|------------|--------------|
| 1. ほとんど毎日  | 2. 週に2～3日くらい |
| 3. 週に1日くらい | 4. 月に1～2日くらい |

【問 10 で「1. いつもしている」「2. 時々している」と回答した方のみお答えください。】

問12 1回あたりの運動の時間は、どのくらいですか。（〇は一つ）

- |           |           |          |
|-----------|-----------|----------|
| 1. 10分くらい | 2. 20分くらい | 3. 30分以上 |
|-----------|-----------|----------|

（成人）

【問 10 で「1. いつもしている」「2. 時々している」と回答した方のみお答えください。】

問13 その運動を続けて、どのくらいになりますか。（〇は一つ）

- |              |              |
|--------------|--------------|
| 1. 半月～1カ月くらい | 2. 1カ月～半年くらい |
| 3. 半年～1年くらい  | 4. 1年以上      |

問14 歩数計や、歩数がカウントできる携帯電話・スマートフォンなどをお持ちの場合は、平日の歩数を測定して、1日の歩数をご記入ください。

平日の歩数は、1日（                      ）歩

問15 健康づくりに温泉や水中運動の活用も効果的ですが、この1年間にこれらを利用しましたか。（〇は一つ）

- |                |             |
|----------------|-------------|
| 1. ほとんど毎日      | 2. 週1回以上    |
| 3. 月に1回以上      | 4. 年に2～3回程度 |
| 5. ほとんど利用していない |             |

問16 睡眠による休養が上手にとれていますか。（〇は一つ）

- |              |               |
|--------------|---------------|
| 1. 充分にとれている  | 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 |
| 5. わからない     |               |



（成人）

---

**「職場等での健康づくり」についておうかがいします。**


---

問19 職場で、休養・こころの健康に関する取組がありますか。（〇は一つ）

- |             |            |
|-------------|------------|
| 1. はい（具体的取組 | 3. 就労していない |
| 2. いいえ      |            |

問20 職場で、健康づくりに関する取組がありますか。（〇は一つ）

- |             |            |
|-------------|------------|
| 1. はい（具体的取組 | 3. 就労していない |
| 2. いいえ      |            |

---

**「たばこ」についておうかがいします。**


---

問21 現在、たばこを習慣的に吸っていますか。（〇は一つ）

※以下の条件1と条件2を両方満たす場合、「現在、習慣的に喫煙している者」に該当します。

条件1：最近1か月間吸っている

条件2：生涯で6か月間以上吸っている、又は合計100本以上吸っている

- |                                    |       |
|------------------------------------|-------|
| 1. 習慣的に吸っている（条件1と条件2を両方満たす）        | →問22へ |
| 2. 以前は吸っていたが、最近1か月間は吸わない（条件2のみ満たす） | →問23へ |
| 3. 習慣的に吸っていない                      | →問23へ |

【問21で「1. 習慣的に吸っている」と回答した方のみお答えください。】

問22 たばこを吸うことをやめたいと思いますか。（〇は一つ）

- |       |             |         |
|-------|-------------|---------|
| 1. 思う | 2. 思ったことがある | 3. 思わない |
|-------|-------------|---------|

問23 「受動喫煙」ということばを知っていますか。（〇は一つ）

- |          |         |
|----------|---------|
| 1. 知っている | 2. 知らない |
|----------|---------|

（成人）

問24 健康増進法で、学校・病院・児童福祉施設、行政機関では「敷地内禁煙（※）」、それ以外の施設等では「原則屋内禁煙」と決められたことを知っていますか。

（〇は一つ）

※ 屋外で、受動喫煙を防止するために必要な措置が取られた場所に喫煙場所を設置することは可能です。

- |          |         |
|----------|---------|
| 1. 知っている | 2. 知らない |
|----------|---------|

問25 ここ1カ月間で、望まない受動喫煙（他人の喫煙によりたばこから発生した煙にさらされること）を経験したことがありますか（〇は一つ）

- |          |       |
|----------|-------|
| 1. ある    | →問26へ |
| 2. ない    | →問27へ |
| 3. 分からない | →問27へ |

【問25で「1. ある」と回答した方のみお答えください。】

問26 受動喫煙を経験した場所はどこですか（〇はいくつでも）

- |                            |   |
|----------------------------|---|
| 1. 家庭                      |   |
| 2. 職場                      |   |
| 3. 飲食店                     |   |
| 4. 行政機関（市役所、県庁など）          |   |
| 5. 医療機関（病院、歯医者など）          |   |
| 6. 路上                      |   |
| 7. 遊技場（ゲームセンター、パチンコ店など）    |   |
| 8. 子どもが利用する屋外の空間（公園、通学路など） |   |
| 9. その他（                    | ） |

問27 飲食店に入るとき、どのような店を選びたいですか。（〇は一つ）

- |                  |              |
|------------------|--------------|
| 1. 敷地内禁煙である      | 2. 屋内禁煙である   |
| 3. 店内に喫煙専用の部屋がある | 4. 店内で喫煙ができる |
| 5. 特にこだわらない      |              |

（成人）

---

**「アルコール」についておうかがいします。**


---

**問28** お酒（日本酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度はどのくらいですか。（〇は一つ）

- |               |      |
|---------------|------|
| 1. 毎日         | →問29 |
| 2. 週5～6日      | →問29 |
| 3. 週3～4日      | →問29 |
| 4. 週1～2日      | →問29 |
| 5. 月1～3日      | →問29 |
| 6. 年に数回       | →問29 |
| 7. やめた（※）     | →問30 |
| 8. 飲まない（飲めない） | →問30 |

※「やめた」とは、過去に月1回以上の習慣的な飲酒歴があった者のうち、最近1年以上酒類を摂取していない者

【問28で「1～6」と回答した方のみお答えください。】

**問29** 1日に飲むお酒の量は、日本酒に換算して平均どれくらいですか。（〇は一つ）

（例）日本酒1合180ml （アルコール度数15度）	=	ビール	500ml	（アルコール度数5度）
		ワイン	180ml	（アルコール度数14度）
		ウイスキー	60ml	（アルコール度数43度）
		焼酎	110ml	（アルコール度数25度）
		缶チューハイ	500ml	（アルコール度数5度）
			350ml	（アルコール度数7度）

- |           |           |
|-----------|-----------|
| 1. 1合未満   | 2. 1～2合未満 |
| 3. 2～3合未満 | 4. 3～5合未満 |
| 5. 5合以上   |           |

**問30** 成人の1日の飲酒の適量は、日本酒に換算してどのくらいだと思いますか。（〇は一つ）

- |         |         |         |
|---------|---------|---------|
| 1. 1合以下 | 2. 2合以下 | 3. 3合以下 |
| 4. 4合以下 | 5. その他  |         |



（成人）

---

**「検診・健診」についておうかがいします。**


---

問35 ①～⑤までの検診について、どのような機会でする事が多いですか。（それぞれ○は一つ）

	職場健診（学校健診）で受けている	地域巡回健診や保健センター・病院で受けている	人間ドック・家族健診・農協等の健診で受けている	現在通院中の病院で受けている	医師の勧め、または自主的に医療機関で受けている	受けていない
① 肺がん検診（胸部レントゲン、喀痰検査）	1	2	3	4	5	6
② 胃がん検診（胃の透視、胃カメラ）	1	2	3	4	5	6
③ 大腸がん検診（便潜血反応検査、腸の透視）	1	2	3	4	5	6
④ 子宮がん検診（女性のみ回答）	1	2	3	4	5	6
⑤ 乳がん検診（女性のみ回答）	1	2	3	4	5	6

問36 定期的に健診（血圧測定や血液検査、尿検査など）を受けていますか。

- |           |         |
|-----------|---------|
| 1. 受けている  | →問 37 へ |
| 2. 受けていない | →問 40 へ |

（成人）

【問 36 で「1. 受けている」と回答した方のみお答えください。】

問37 定期的健診について、どのような機会を受けることが多いですか。（〇は一つ）

- |                            |
|----------------------------|
| 1. 職場健診（学校健診）で受けている        |
| 2. 地域巡回健診や保健センター・病院で受けている  |
| 3. 人間ドック・家族健診・農協等の健診で受けている |
| 4. 現在通院中の病院で受けている          |
| 5. 医師の勧め、または自主的に医療機関で受けている |

【問 36 で「1. 受けている」と回答した方のみお答えください。】

問38 健診の結果はいかがでしたか。（〇は一つ）

- |                          |         |
|--------------------------|---------|
| 1. 基準範囲を外れており、受診をすすめられた  | →問 39 へ |
| 2. 基準範囲を外れていたが、経過観察といわれた | →問 39 へ |
| 3. 異常なし                  | →終了     |
| 4. わからない・忘れた             | →終了     |

【問 38 で「1. 基準範囲を外れており、受診をすすめられた」「2. 基準範囲を外れていたが、経過観察といわれた」と回答した方のみお答えください。】

問39 その後、医療機関を受診しましたか。（〇は一つ）

- |                  |     |
|------------------|-----|
| 1. 健診前から医療機関で治療中 | →終了 |
| 2. 健診後に医療機関を受診した | →終了 |
| 3. 医療機関を受診していない  | →終了 |

【問 36 で「2. 受けていない」と回答した方のみお答えください。】

問40 健診を受けていない理由を教えてください。（〇は一つ）

- |           |                   |
|-----------|-------------------|
| 1. 治療中のため | 2. 忙しくて時間がない      |
| 3. 受診が面倒  | 4. 体調がよいから受けなくていい |
| 5. その他（   | ）                 |

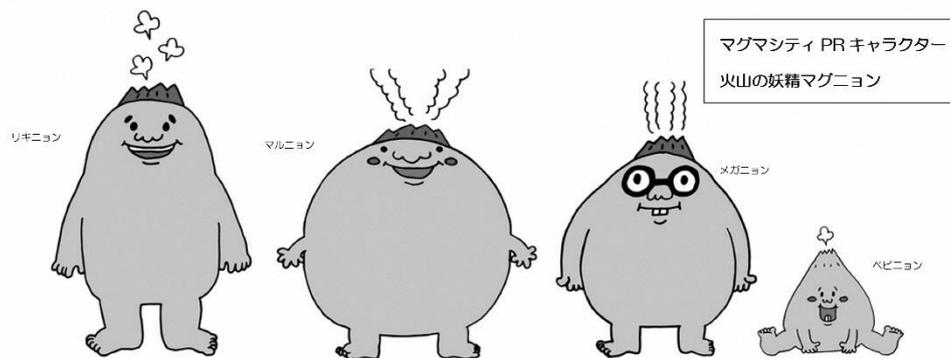
～ ご協力、誠にありがとうございました ～

記入もれなどが無いかなど、もう一度お確かめのうえ、同封の返信用封筒（切手は不要）に3つ折りにして入れ、回答期限までにご投函ください。

## 2. 中・高校生

かごしま市民すこやかプランについての市民意識調査

（対象者：中学生・高校生）



～ ご記入にあたって ～

1. このアンケートは、市民が健康でいきいきとした生活ができるようにするための資料とするものです。ご回答いただいた内容は統計的に処理し、個々の内容を公表するものではありませんので、ありのままお答えください。
2. 年齢など、日付によって異なるものは、回答日現在でお答えください。
3. 各設問に対し、あてはまるものの番号を○で囲んでお答えください。
4. 質問によっては、ある条件にあてはまる方だけにご回答いただくものがありますので、説明にしたがって最後までお進みください。



（中学生・高校生）

---

**あなたご自身のことについておうかがいします。**

---

F1 性別を教えてください。（〇は一つ）

1. 男性	2. 女性	3. 答えたくない
-------	-------	-----------

F2 学年を番号で選んでください。（〇は一つ）

1. 中1	2. 中2	3. 中3
4. 高1	5. 高2	6. 高3
7. その他（		）

F3 身長と体重を教えてください。（小数点以下は四捨五入）

身長（      ）cm、	体重（      ）kg
---------------	--------------

F4 鹿児島市が市民の健康づくりの指針となる健康増進計画（すこやかプラン）を推進していることをご存知ですか。（〇は一つ）

1. 知っている	2. 聞いたことはある	3. 知らない
----------	-------------	---------

F5 自分は健康だと思いますか。（〇は一つ）

1. 健康である	2. どちらかという健康である
3. どちらかという健康でない	4. 健康でない

（中学生・高校生）

## 「栄養・食生活」についておうかがいします。

問1 1回の食事で、主食、主菜、副菜をすべてとるようにしていますか。（〇は一つ）

- ・主食 … 米、パン、めん類など
- ・主菜 … 肉・魚・卵・大豆などを使ったおかず
- ・副菜 … みそ汁・サラダ・お浸しなどの野菜を中心としたおかず

- |              |                   |
|--------------|-------------------|
| 1. とるようにしている | 2. できるだけとるようにしている |
| 3. あまり考えていない | 4. 全然考えていない       |

問2 ふだん、朝食を食べていますか。（〇は一つ）

- |               |               |
|---------------|---------------|
| 1. ほとんど毎日食べる  | 2. 週に4～5日は食べる |
| 3. 週に2～3日は食べる | 4. ほとんど食べない   |

問3 朝・昼・夕の3食食べていますか。（〇は一つ）

- |               |               |
|---------------|---------------|
| 1. ほとんど毎日食べる  | 2. 週に4～5日は食べる |
| 3. 週に2～3日は食べる | 4. ほとんど食べない   |

問4 野菜や海藻などの材料を一皿分くらい使った料理を、1日に何食食べていますか。（〇は一つ）

- |           |             |
|-----------|-------------|
| 1. 毎食食べる  | 2. 2食は食べる   |
| 3. 1食は食べる | 4. ほとんど食べない |

問5 飲食店などが食生活改善のための栄養バランスのとれたメニューを提供する「体にやさしいかごしまメニュー」のお店があることをご存知ですか。（〇は一つ）

- |             |      |
|-------------|------|
| 1. 知っている    | →問6へ |
| 2. 聞いたことはある | →問6へ |
| 3. 知らない     | →問7へ |



（中学生・高校生）

---

**「身体活動・運動・休養」についておうかがいします。**


---

- 問8** 学校の体育の授業以外で、週3日以上、1日30分以上の運動をすることがありますか。（○は一つ）  
 （例）部活動、スポーツ少年団、あいご会活動、スイミングやスポーツクラブ、外で遊ぶなど

- |        |       |
|--------|-------|
| 1. はい  | →問10へ |
| 2. いいえ | →問9へ  |

【問8で「2. いいえ」と回答した方のみお答えください。】

- 問9** 「2. いいえ」と回答したのはなぜですか。（○はいくつでも）

- |                      |
|----------------------|
| 1. 健康上の理由から          |
| 2. 運動がきらい            |
| 3. 一緒に運動する仲間や指導者がいない |
| 4. 運動する場所（施設）がない     |
| 5. 遊んだり運動したりする時間がない  |
| 6. 疲れていてやりたくない       |
| 7. ほかにおもしろいことがある     |
| 8. 何をしてよいかわからない      |
| 9. 特に理由はない（なんとなく）    |

- 問10** 健康づくりに温泉や水中運動の活用も効果的ですが、この1年間にこれらを利用しましたか。（○は一つ）

- |                |             |
|----------------|-------------|
| 1. ほとんど毎日      | 2. 週1回以上    |
| 3. 月に1回以上      | 4. 年に2～3回程度 |
| 5. ほとんど利用していない |             |

- 問11** 睡眠による休養が上手にとれていますか。（○は一つ）

- |              |               |
|--------------|---------------|
| 1. 充分にとれている  | 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 |
| 5. わからない     |               |

（中学生・高校生）

問12 日頃、不満・悩み・ストレスは、どうやって解消していますか。（〇は3つまで）

- |  |   |
|--|---|
| 1. 本、雑誌<br>2. テレビやラジオ<br>3. インターネット<br>4. SNS（Facebook、LINE、Twitter など）<br>5. ゲーム<br>6. 専門家、病院への相談（対面、TEL、メールなど）<br>7. 学校の先生への相談（対面、TEL、メールなど）<br>8. 友人への相談（対面、TEL、メールなど）<br>9. 親への相談<br>10. スポーツ（運動）をする<br>11. ペットなど動物と触れ合う<br>12. 音楽、映画などの趣味<br>13. 誰にも会わずに引きこもる<br>14. 何か食べる<br>15. じっと耐える<br>16. わからない<br>17. その他（ | ） |
|--|---|

---



---

**「たばこ・アルコール」についておうかがいします。**


---



---

問13 たばこを吸った経験がありますか。（〇は一つ）

- |              |                |
|--------------|----------------|
| 1. 吸ったことはない  | 2. 過去に吸ったことがある |
| 3. 日頃から吸っている |                |

問14 「受動喫煙」ということばを知っていますか。（〇は一つ）

- |          |         |
|----------|---------|
| 1. 知っている | 2. 知らない |
|----------|---------|

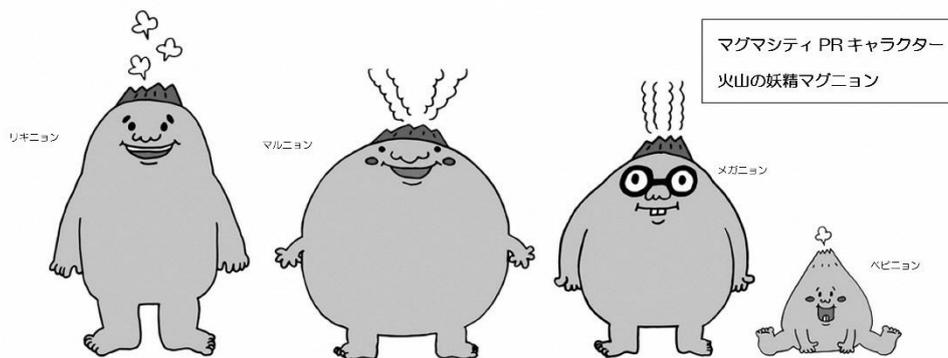




## 3. 小学生

かごしま市民すこやかプランについての市民意識調査

（対象者：小学生）



～ ご記入にあたって ～

1. このアンケートは、市民が健康でいきいきとした生活ができるようにするための資料とするものです。ご回答いただいた内容は統計的に処理し、個々の内容を公表するものではありませんので、ありのままお答えください。
2. 年齢など、日付によって異なるものは、回答日現在でお答えください。
3. 各設問に対し、あてはまるものの番号を○で囲んでお答えください。
4. 質問によっては、ある条件にあてはまる方だけにご回答いただくものがありますので、説明にしたがって最後までお進みください。



（小学生）

---

---

**あなたご自身のことについておうかがいします。**

---

---

F1 性別を教えてください。（〇は一つ）

1. 男性	2. 女性	3. 答えたくない
-------	-------	-----------

F2 学年を番号で選んでください。（〇は一つ）

1. 小1	2. 小2	3. 小3
4. 小4	5. 小5	6. 小6

F3 身長と体重を教えてください。（小数点以下は四捨五入）

身長（      ）cm、 体重（      ）kg
----------------------------

F4 自分は健康だと思いますか。（〇は一つ）

1. 健康である	2. どちらかという健康である
3. どちらかという健康でない	4. 健康でない

（小学生）

---

**「栄養・食生活」についておうかがいします。**


---

問1 くだん、朝食を食べていますか。（○は一つ）

- |               |               |
|---------------|---------------|
| 1. ほとんど毎日食べる  | 2. 週に4～5日は食べる |
| 3. 週に2～3日は食べる | 4. ほとんど食べない   |

問2 朝・昼・夕の3食食べていますか。（○は一つ）

- |               |               |
|---------------|---------------|
| 1. ほとんど毎日食べる  | 2. 週に4～5日は食べる |
| 3. 週に2～3日は食べる | 4. ほとんど食べない   |

問3 野菜や海藻などの材料を一皿分くらい使った料理を、1日に何食食べていますか。（○は一つ）

- |           |             |
|-----------|-------------|
| 1. 毎食食べる  | 2. 2食は食べる   |
| 3. 1食は食べる | 4. ほとんど食べない |

---

**「身体活動・運動・休養」についておうかがいします。**


---

問4 学校の体育の授業以外で、週3日以上、1日30分以上の運動をすることがありますか。（○は一つ）

（例）スポーツ少年団、あいご会活動、スイミングやスポーツクラブ、外で遊ぶなど

- |        |      |
|--------|------|
| 1. はい  | →問6へ |
| 2. いいえ | →問5へ |

（小学生）

【問4で「2. いいえ」と回答した方のみお答えください。】

問5 「2. いいえ」と回答したのはなぜですか。（〇はいくつでも）

1. 健康上の理由から
2. 運動がきらい
3. 一緒に運動する仲間や指導者がいない
4. 運動する場所（施設）がない
5. 遊んだり運動したりする時間がない
6. 疲れていてやりたくない
7. ほかにおもしろいことがある
8. 何をしてよいかわからない
9. 特に理由はない（なんとなく）

問6 健康づくりに温泉や水中運動の活用も効果的ですが、この1年間にこれらを利用しましたか。（〇は一つ）

- |                |             |
|----------------|-------------|
| 1. ほとんど毎日      | 2. 週1回以上    |
| 3. 月に1回以上      | 4. 年に2～3回程度 |
| 5. ほとんど利用していない |             |

問7 睡眠による休養が上手にとれていますか。（〇は一つ）

- |              |               |
|--------------|---------------|
| 1. 充分にとれている  | 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 |
| 5. わからない     |               |









---

かごしま市民すこやかプラン最終評価の  
ためのアンケート調査集計分析報告書

令和5年3月

発行 鹿児島市 保健政策課 健康づくり係

〒892-8677 鹿児島市山下町11番1号

TEL : 099-803-6861 FAX : 099-803-7026

---