

# 県民健康実態調査 報告書

平成19年3月実施

茨城県保健福祉部



## はじめに

本県では健康寿命を伸ばし、県民の皆様が生涯を通じて健康で明るく元気に暮らせる社会の実現を目指して「健康いばらき21プラン」に基づき県民総ぐるみの健康づくりを推進しています。

近年は、生活習慣病の増大に伴い、予防に重点をおいた対策の強化が求められており、特にメタボリックシンドローム（内臓脂肪型症候群）対策については、運動や食生活面での健全な生活習慣の形成に向けて、一人ひとりが継続して取り組んでいくことが重要です。

県では、平成20年度からの新たな健康増進計画を策定し、適切な生活習慣を有する割合やメタボリックシンドローム予備群、有病者数について具体的な目標値を設定し、その達成に向けた取り組みを積極的に展開していくこととしております。

この度、「健康いばらき21プラン」の推進にあたり、県民の健康づくりの現状を把握し、健康指標・数値目標管理のための県民の健康実態を得て新たな健康増進計画の策定の基礎資料とすることを目的として、10歳代から70歳代の5,670人を対象に「県民健康実態調査」を実施し、3,042人の方から回答をいただきました。

この報告書は、その結果を取りまとめたもので保健所や市町村における今後の健康づくり事業の推進にあたっての基礎資料としてご活用いただければ幸いです。

最後に、この調査を実施するにあたり、御協力をいただきました市町村担当課の皆様また、調査にご協力をいただきました県民の皆様に厚くお礼申し上げます。

平成19年3月

茨城県保健福祉部長

鈴木 欣一

## 県民健康実態調査報告書 目次

### 平成18年度県民健康実態調査実施状況

I	調査の概要	1
II	回答者の属性	2
III	調査結果概要	6
	【基本調査結果】	
	1. 健康意識	6
	2. 休養・ストレス・生きがい	9
	3. 食生活習慣	10
	4. 運動	12
	5. 喫煙習慣	13
	6. 歯の健康	15
	7. 食中毒予防	16
	8. 循環器疾患	17
	9. 飲酒習慣	18
	【クロス集計】	20
	【市町村別の主な集計結果】	28
	【健康づくりに関する自由意見】	31
IV	集計表	35
V	調査票	67

# 平成18年度県民健康実態調査実施状況



# I 調査の概要





# I 調査の概要

## 1. 調査の概要

「健康いばらき21プラン」の推進にあたり、県民の健康づくりの現状の特質と課題推移を把握し、健康指標・数値目標管理のために必要となる県民の健康実態を得ること並びに健康増進計画策定の基礎資料とすることを目的とする。

## 2. 調査方法等

### (1) 調査地区 二次保健医療圏毎に選定した次の9市町

水戸保健医療圏……………水戸市  
日立保健医療圏……………日立市  
常陸太田・ひたちなか保健医療圏……………常陸太田市  
鹿行保健医療圏……………行方市  
土浦保健医療圏……………土浦市  
つくば保健医療圏……………常総市  
取手・竜ヶ崎保健医療圏……………河内町  
筑西・下妻保健医療圏……………筑西市  
古河・坂東保健医療圏……………坂東市

(2) 調査対象 平成18年4月1日現在で、調査地域に居住する満15歳以上80歳未満の男女

(3) 標本数 5,670人  
7世代(10歳代～70歳代)×男女各45名×9市町=5,670人

(4) 抽出方法 住民基本台帳から層化無作為抽出

(5) 調査方法 郵送配布・郵送回収

(6) 調査時期 平成18年10月

## 3. 調査内容

- (1) 食生活習慣(食の環境整備・食育)について
- (2) 運動について
- (3) 休養・ストレス・生きがい(心の健康)について
- (4) 循環器疾患(メタボリックシンドローム)について
- (5) 健康診断受診について
- (6) 保健指導について
- (7) 歯の健康について
- (8) 健康状態, 健康意識について

## 4. 回収状況

標本数(人)	回収数(人)	有効回収数(人)	有効回収率(%)
5,670	3,042	2,852	50.3

※回答数のうち、回答者の属性(市町村・性別・身長・体重・年齢等)について記入漏れがなかったものを有効回答として処理した。



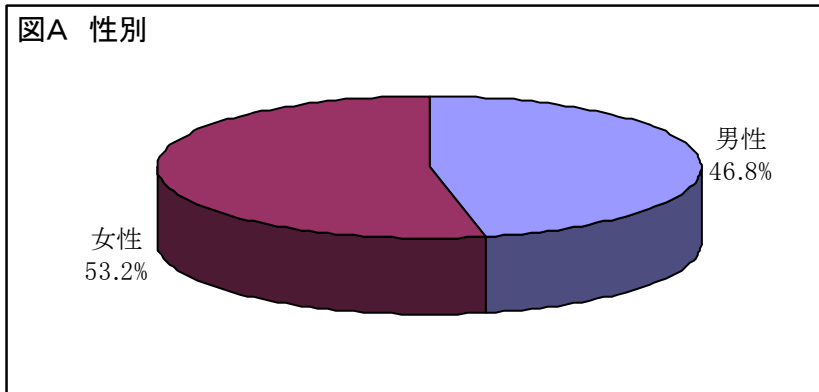
## II 回答者の属性



## II 回答者の属性

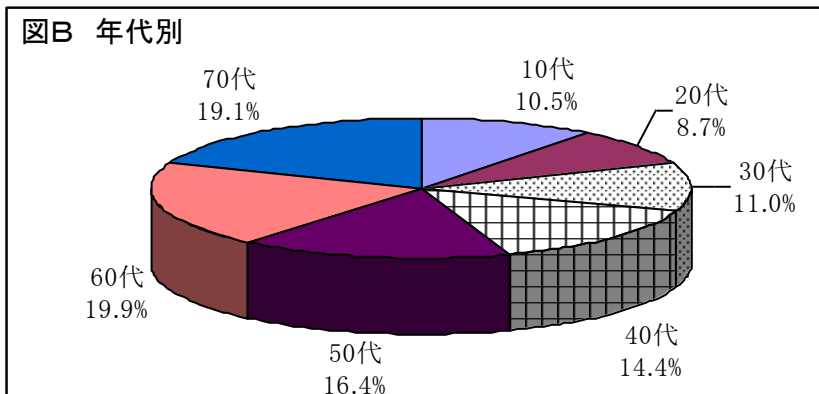
### 1. 性別

性別については、男性1,334人46.8%、女性1,518人53.2%であった。



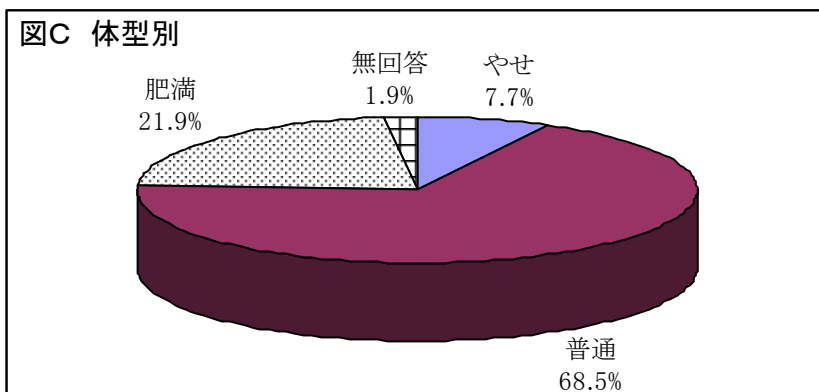
### 2. 年代別

年代別については、10歳代300人10.5%、20歳代249人8.7%、30歳代313人11.0%、40歳代410人14.4%、50歳代467人16.4%、60歳代568人19.9%、70歳代545人19.1%の構成であった。



### 3. 体型別

体型別については、「普通」1,954人68.5%、「肥満」625人21.9%、「やせ」219人7.7%の構成であった。



※体型の区分の計算式

体格指数 (BMI) = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)

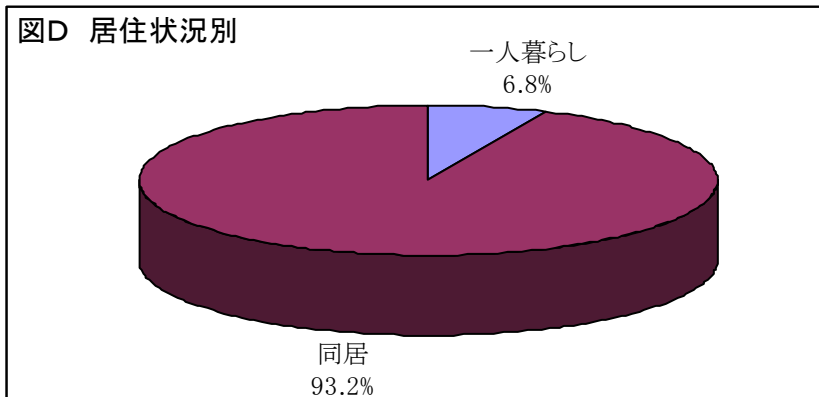
「やせ」 : BMI < 18.5

「普通」 : 18.5 ≤ BMI < 25.0

「肥満」 : BMI ≥ 25.0

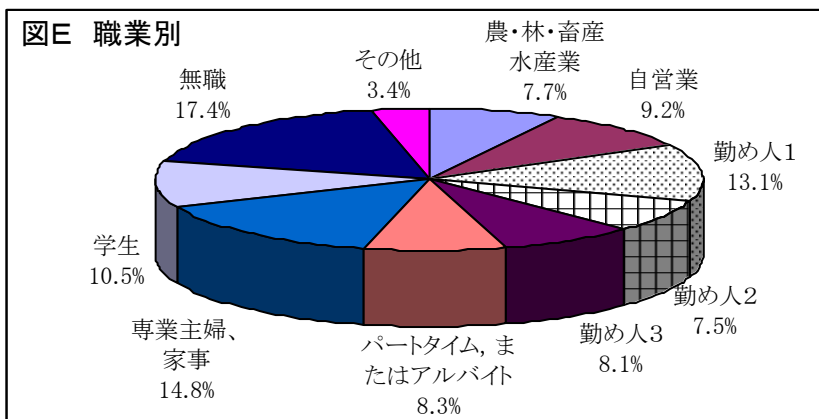
#### 4. 居住状況別

居住状況別については、同居2,658人93.2%，一人暮らし194人6.8%であった。



#### 5. 職業別

職業別については、「無職」が最も多く495人17.4%で、以下「専業主婦・家事」421人14.8%，「勤め人（管理職・専門職などデスクワークが主な仕事）」375人13.1%，「学生」300人10.5%，「自営業（商業・サービス業・個人工場など）」263人9.2%であった。

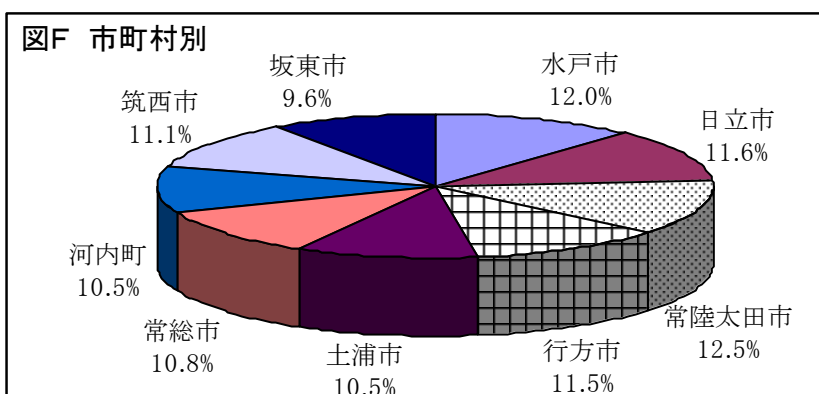


※職業の説明

- 「勤め人1」：管理職，専門職などデスクワークが主な仕事
- 「勤め人2」：販売，サービスなど動くことが多い仕事
- 「勤め人3」：工場などで身体を動かす仕事

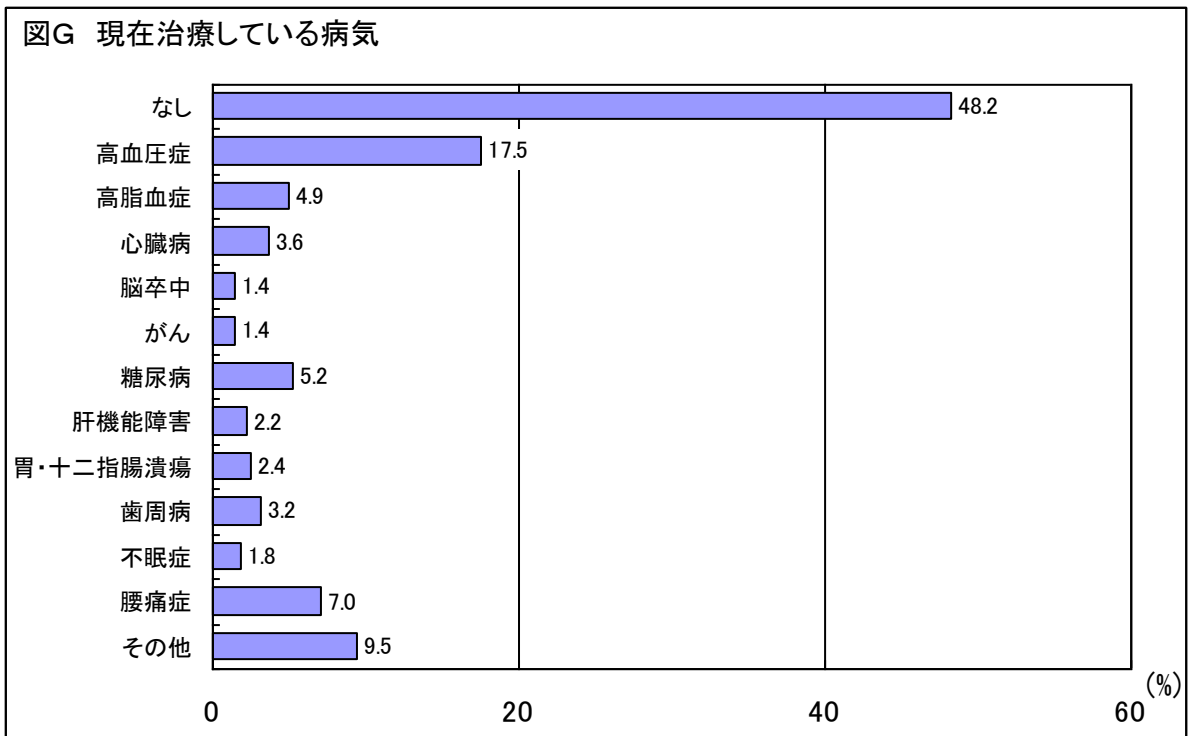
#### 6. 市町村別

市町村別では、「常陸太田市」357人12.5%，「水戸市」341人12.0%，「日立市」330人11.6% 「行方市」327人11.5%，「筑西市」316人11.1%，「常総市」307人10.8%，「土浦市」「河内町」300人10.5%，「坂東市」274人9.6%，の構成であった。



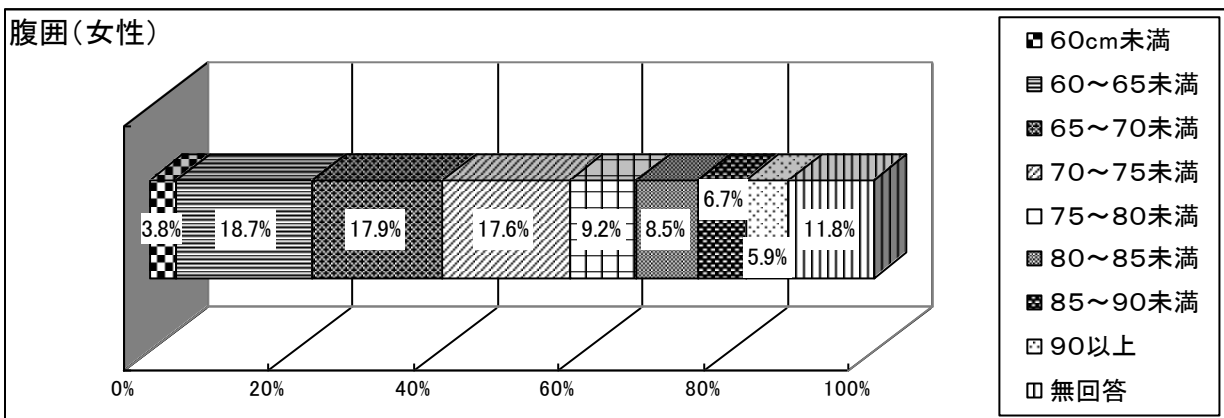
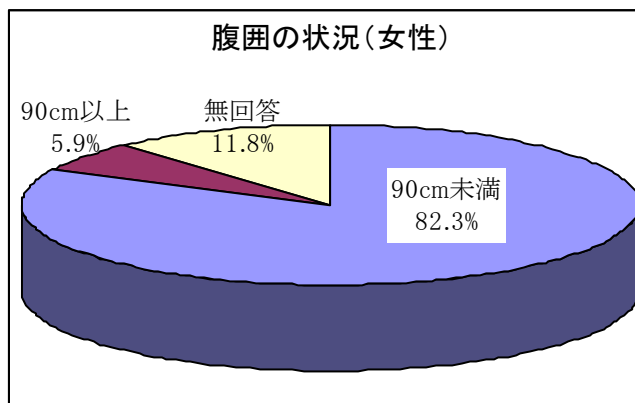
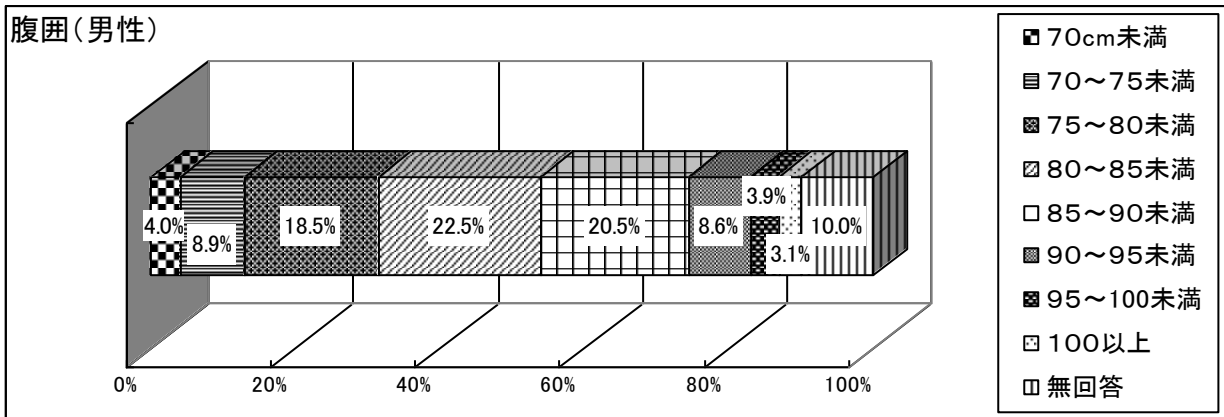
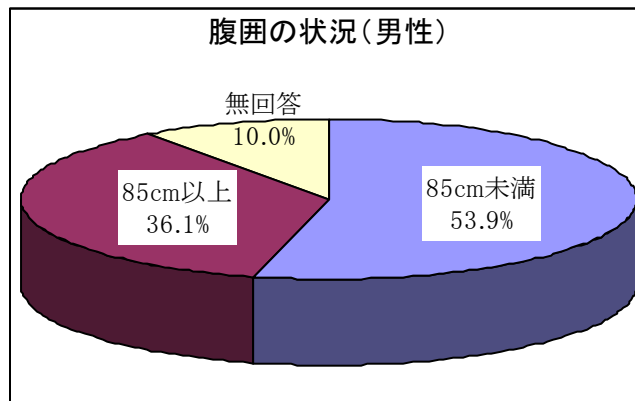
## 7. 現在治療している病気

現在治療している病気については、「なし」が最も多く1,376人48.2%、以下、「高血圧」499人17.5%、「腰痛症」200人7.0%の順になっていた。



## 8 腹囲の状況

男性は80～85cm未満が最も多く300人22.5%，次いで85～90cm未満が273人20.5%であった。  
 女性は60～65cm未満が284人18.7%，次いで65～70cm未満が272人17.9%であった。





### Ⅲ 調査結果概要



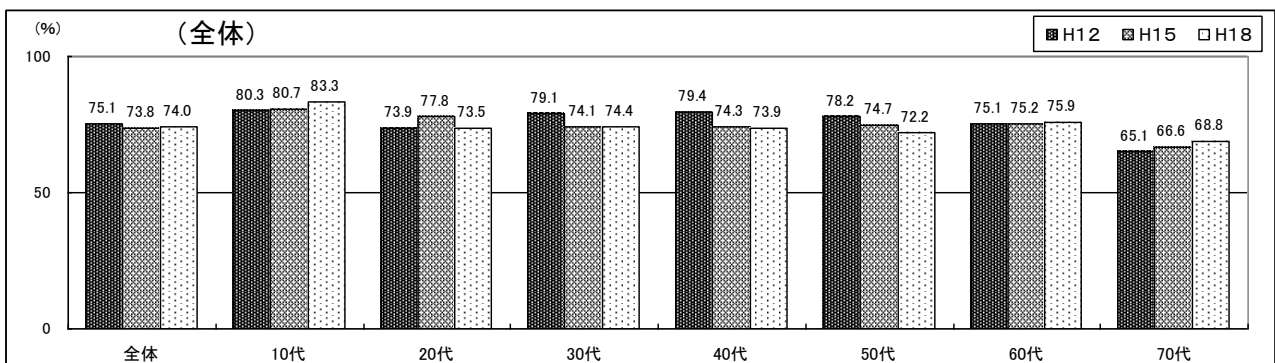
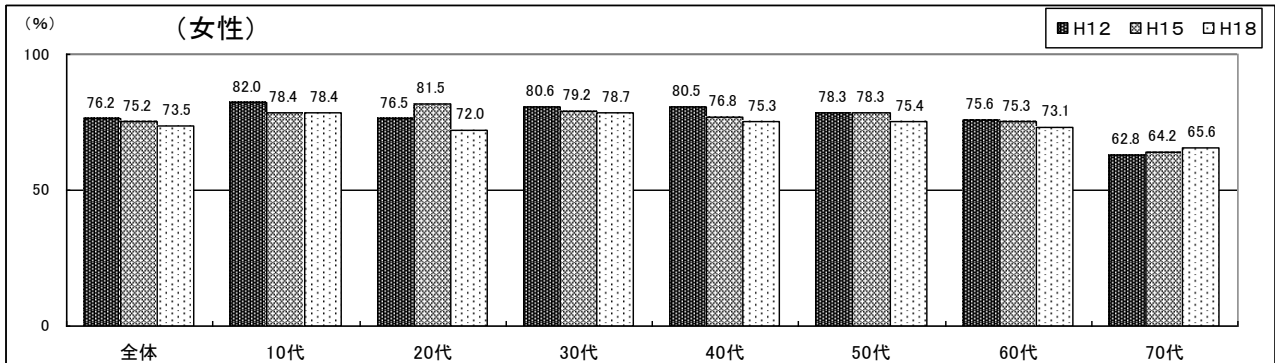
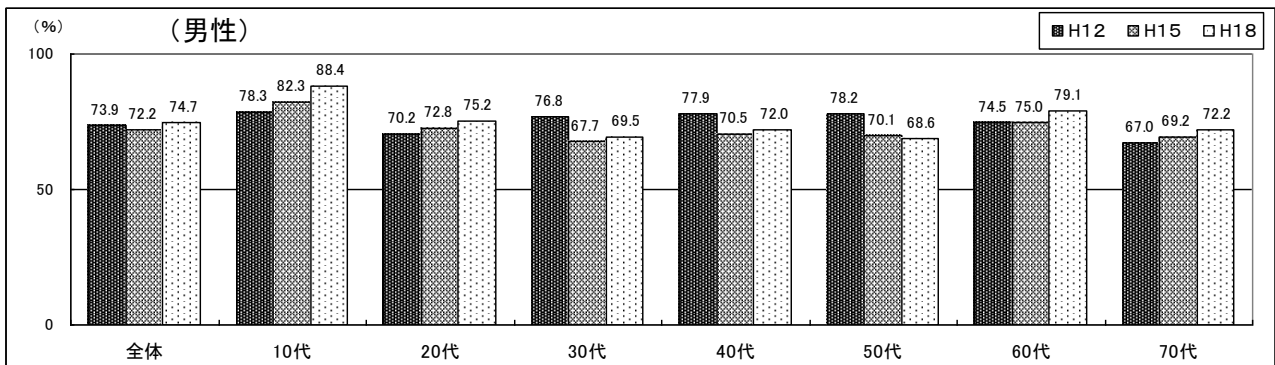
### Ⅲ 調査結果概要

#### 【基本集計結果】

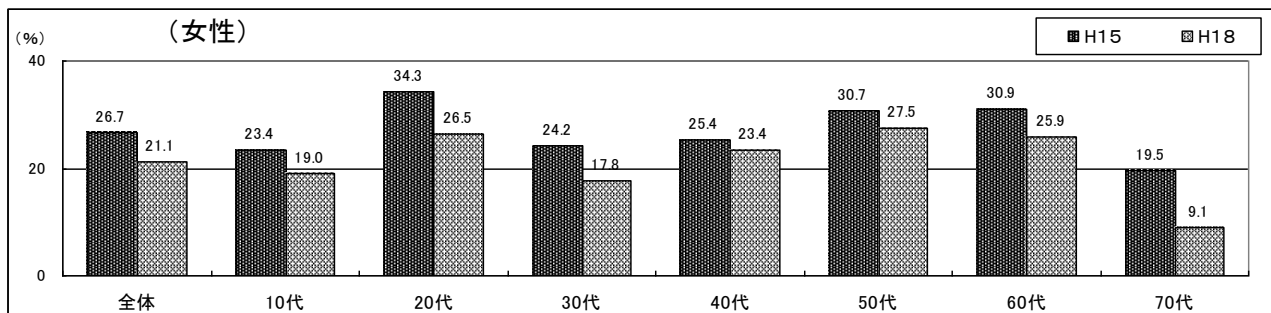
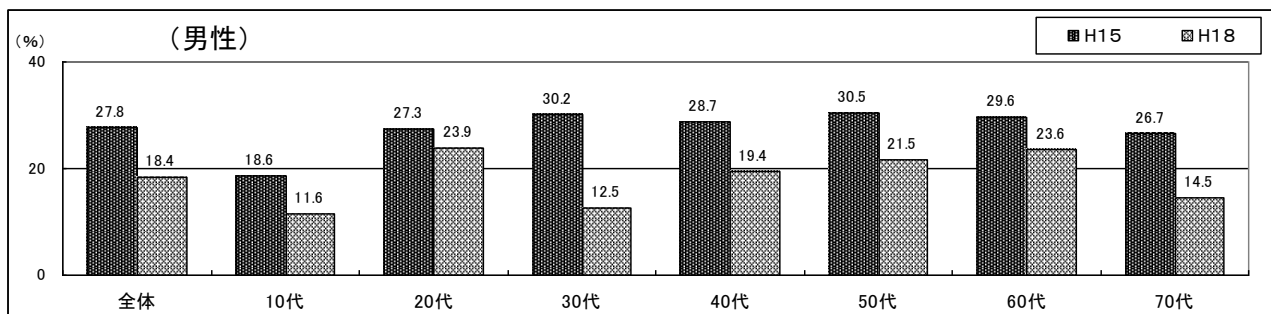
##### 1. 健康意識について

- 健康だと思っている方は、男性 74.7%，女性 73.5%，全体 74.0%。
- 日常気をつけている(生活習慣病の危険因子に係る)生活習慣の項目数が 5 つ以上の方は、男性 18.4%，女性 21.1%，全体 19.8%
- 年 1 回は健康診断を受けている方の割合は、男性 67.4%，女性 61.2%，全体で 64.1%
- 理想の体重に近づけるよう維持しようとしている方は、男性 72.1%，女性が 81.6%，全体 77.1%
- 健康に関心を持っている方は、93.6%と高い。

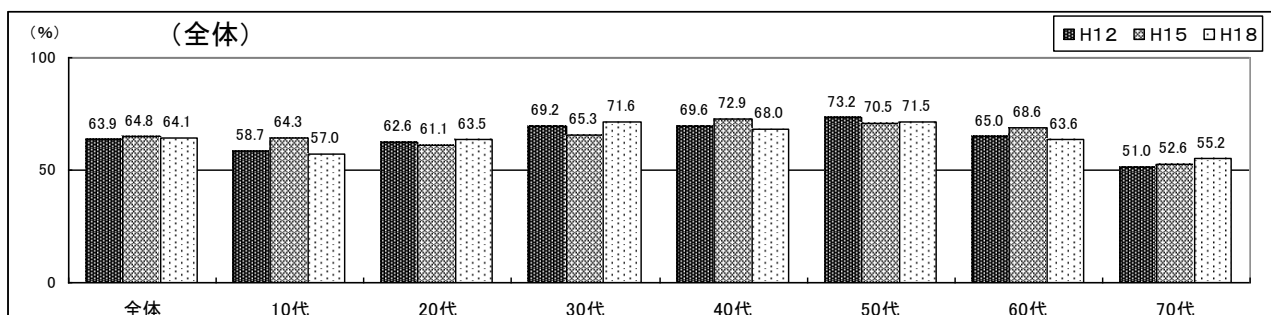
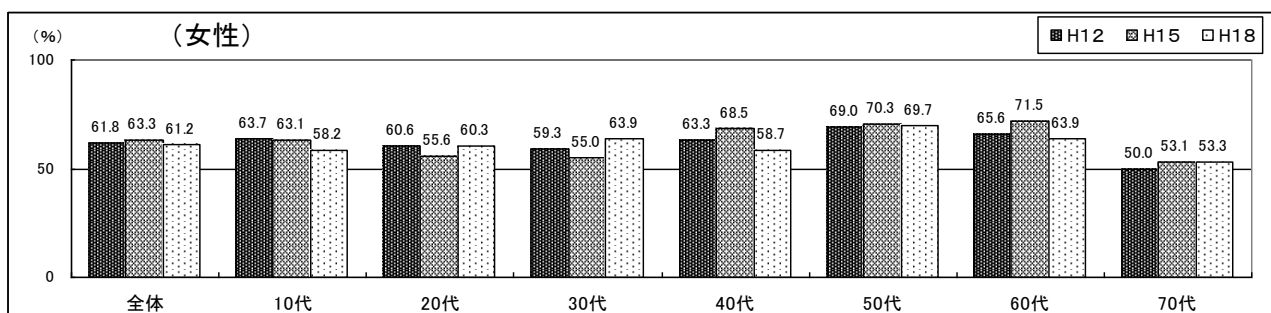
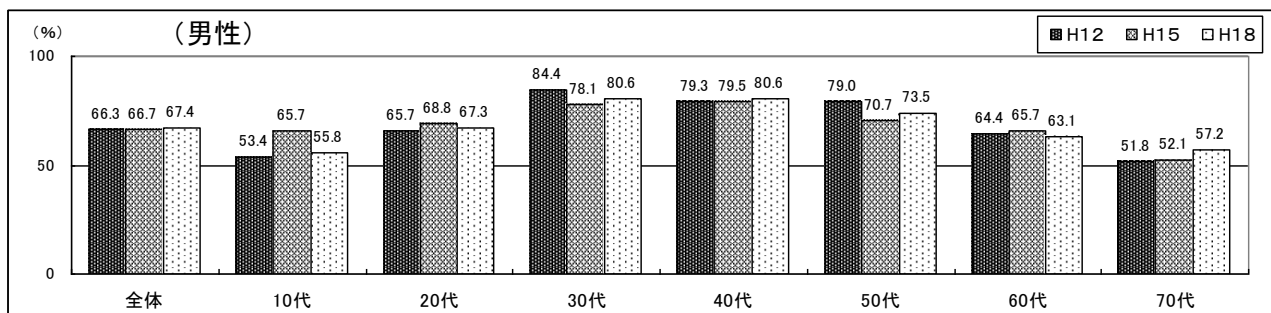
#### ◆自分は健康だと思っている方の割合



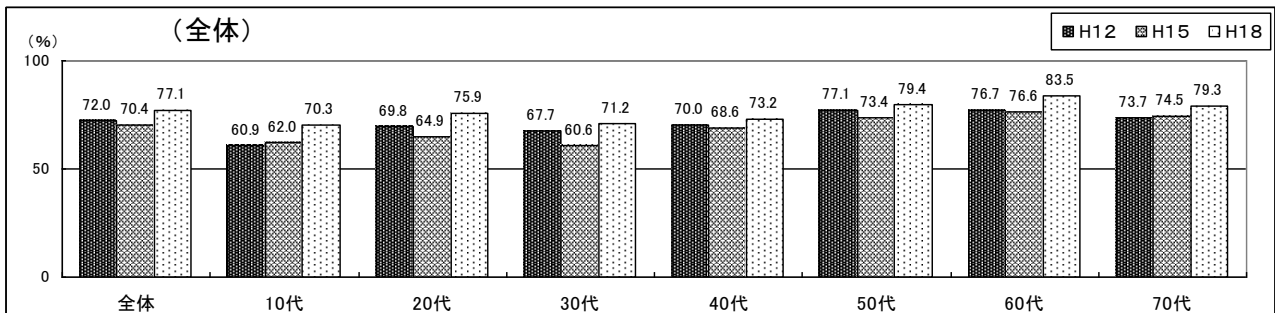
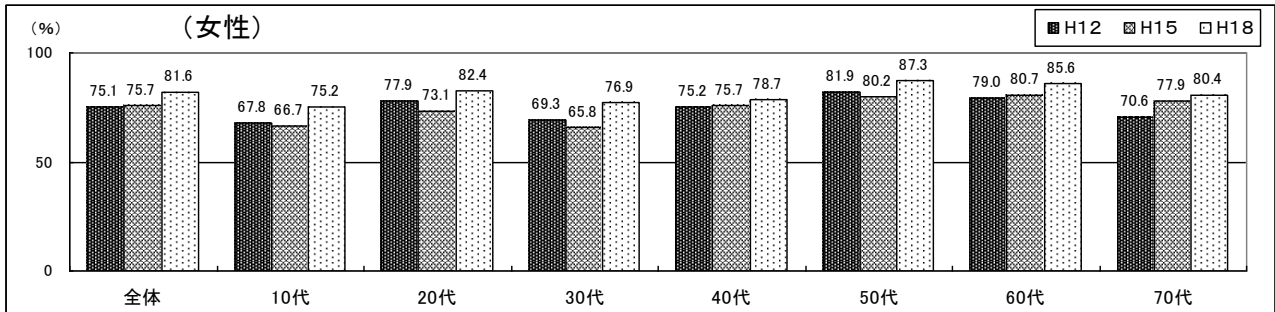
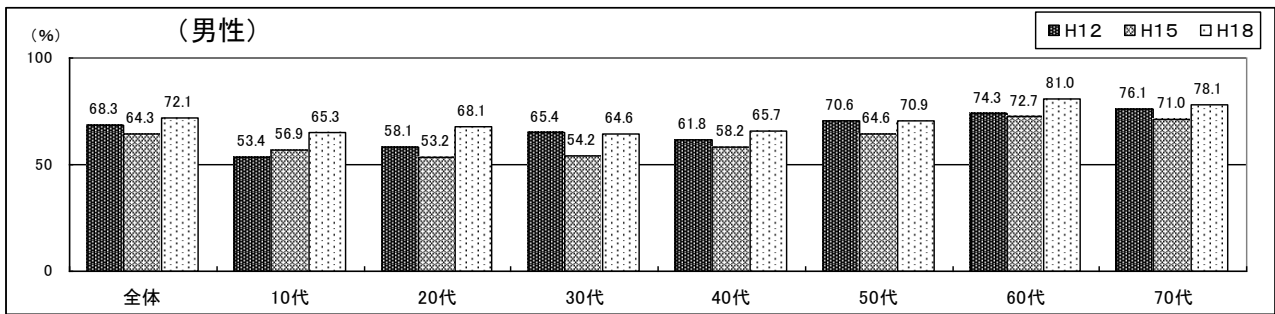
◆日常気をつけている生活習慣（生活習慣病の危険因子）の項目が5つ以上ある方の割合



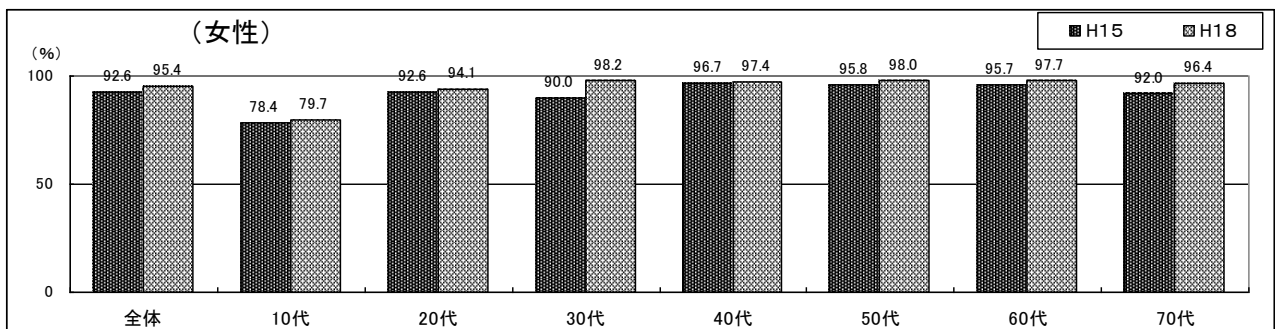
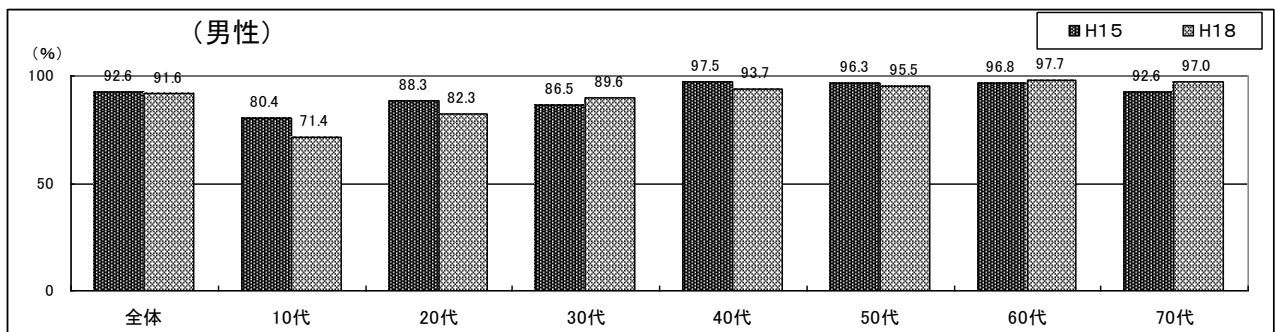
◆健康診断を年に1回程度受診している方の割合

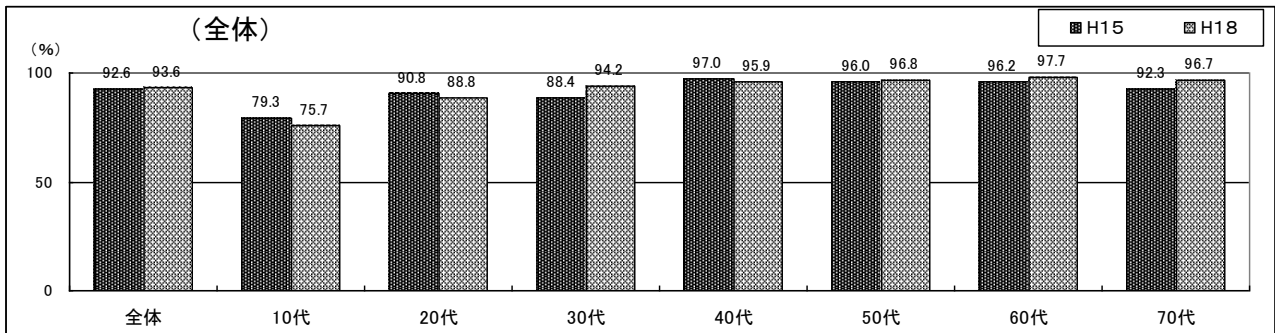


◆理想の体重に近づけよう，あるいは維持しようとしている方の割合



◆健康に関心を持っている割合

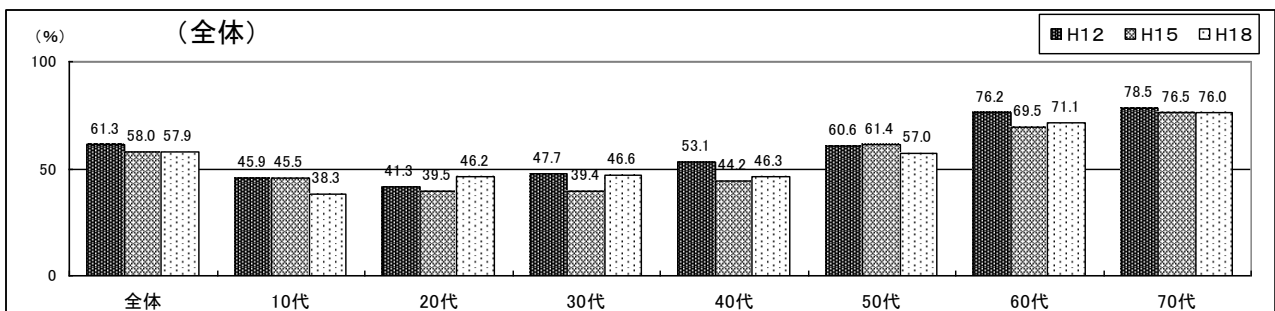
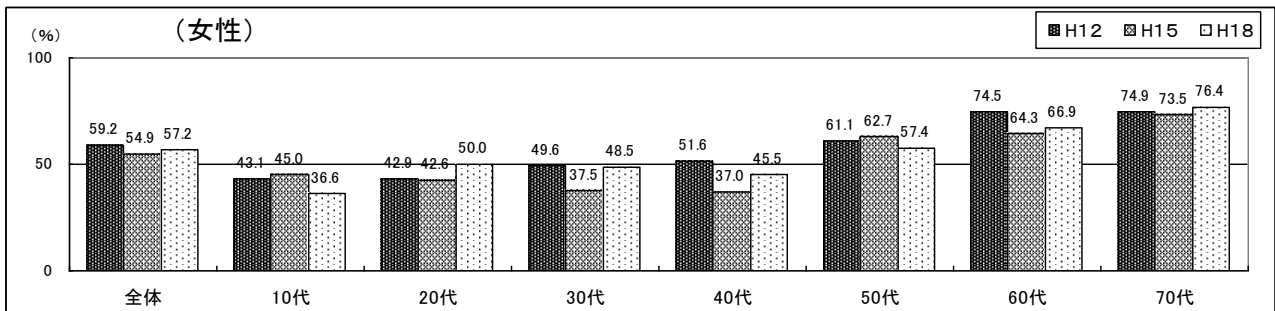
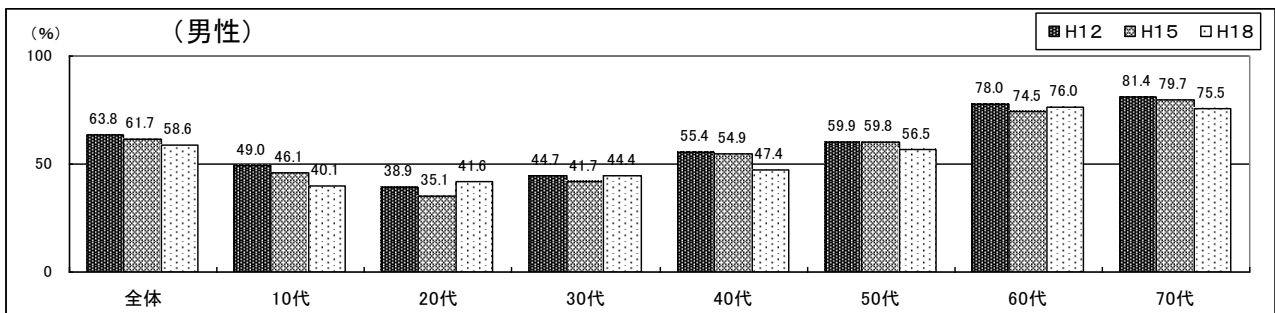




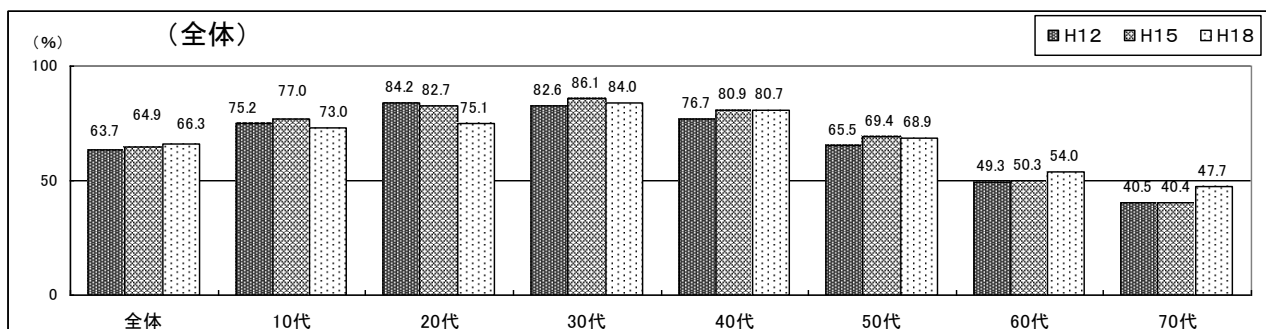
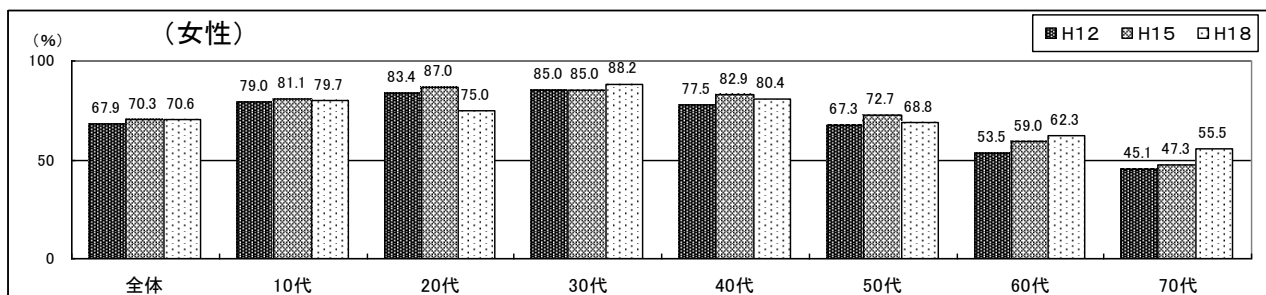
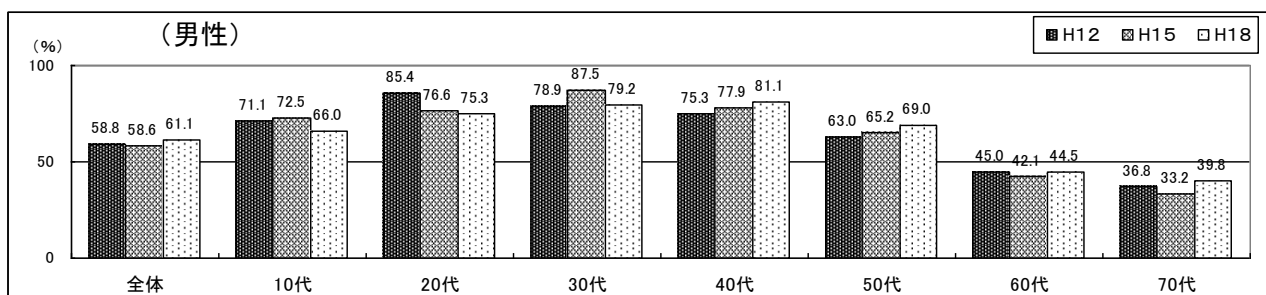
## 2. 休養・ストレス・生きがいについて

- 普段の睡眠が十分だと思う方は、男性 58.6%、女性 57.2%、全体 57.9%、70歳代が最も高い。
- ストレスや悩みを感じている方は、男性 61.1%、女性 70.6%、全体 66.3%、30歳代が84%で最も高い。

### ◆普段の睡眠が自分にとって十分と思う方の割合



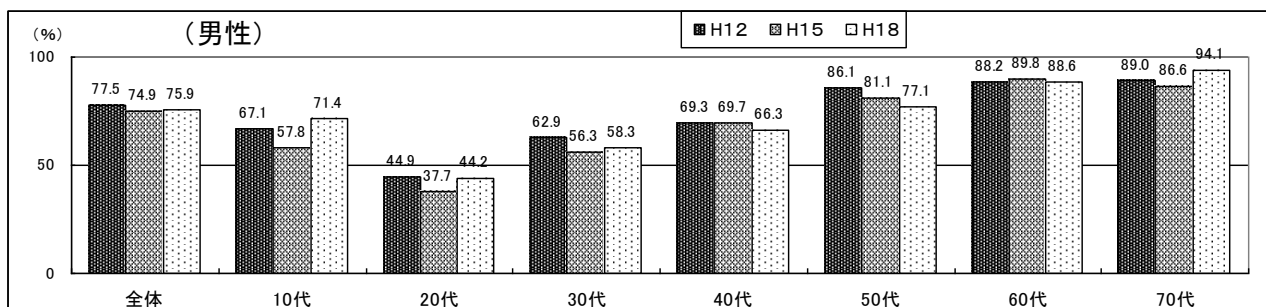
◆最近1ヶ月間でストレスや悩みなどを感じている方の割合

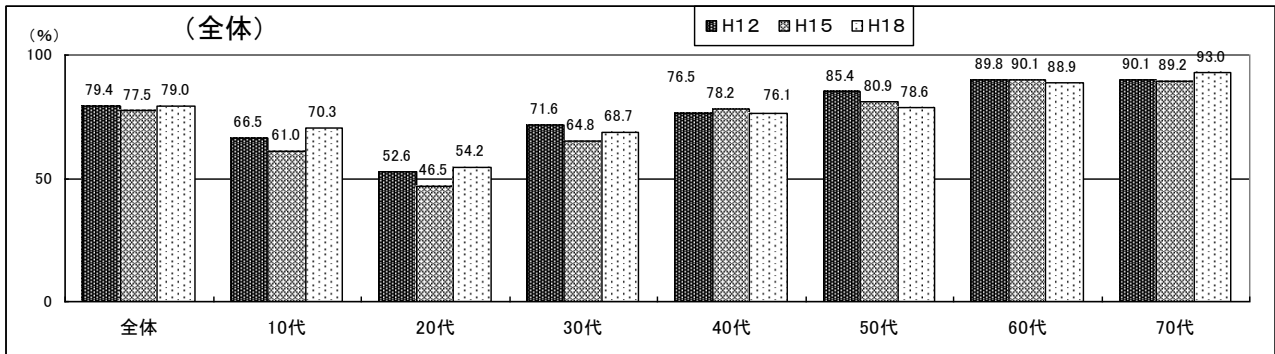
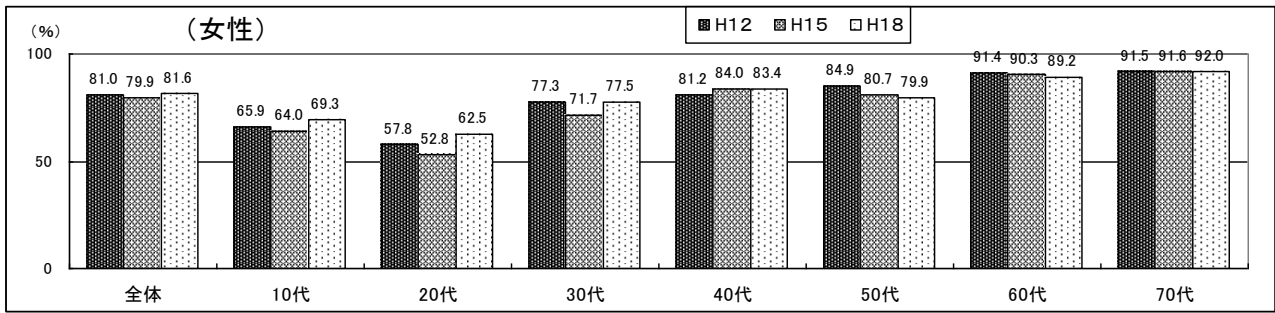


3. 食生活習慣について

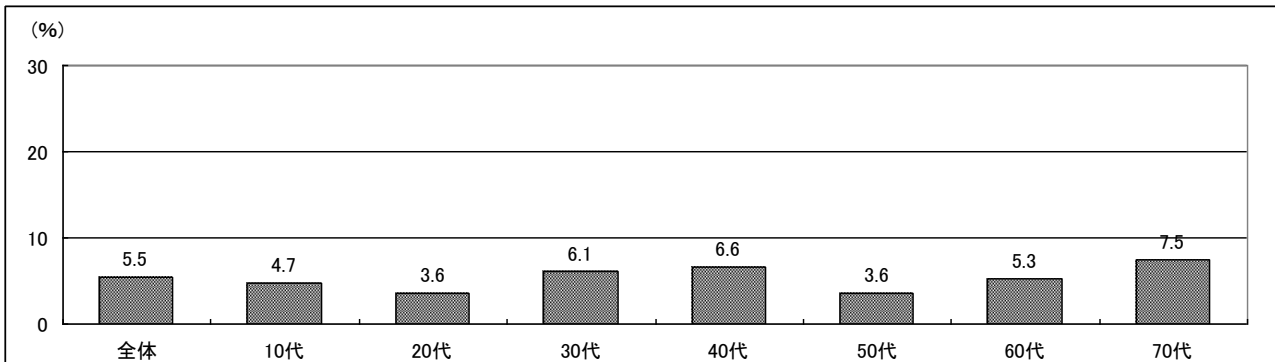
- 1日3食規則正しく食事をしている方は、男性 75.9%、女性 81.6%、全体で 79.0%、20歳代が 54.2%で最も低い。
- 全体の半数の方は、自分の食生活に問題があると思っている。(50.9%)
- 栄養成分表示を参考にメニューを選んでいるのは、全体的に低い。(5.5%)
- 食事バランスガイドを参考にメニューを選んでいるのは、全体で約3割である。(28.1%)

◆毎日、1日3食、規則正しい食事をしている方の割合

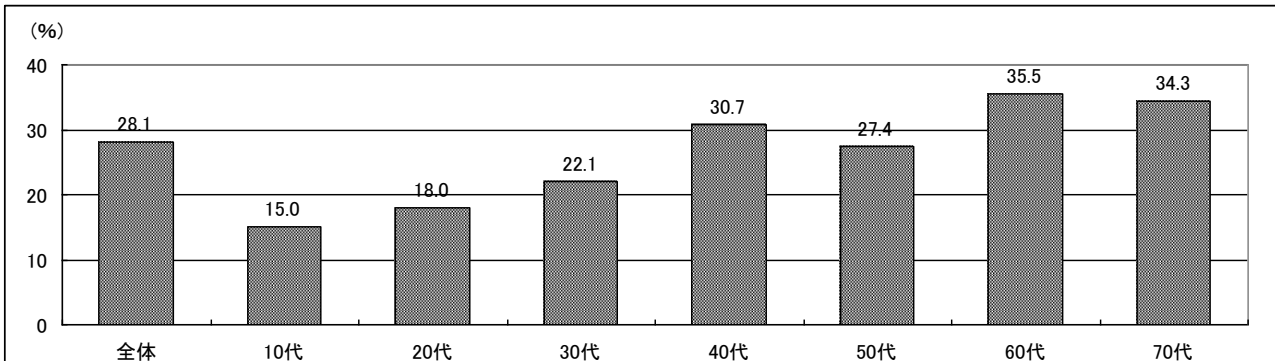




◆栄養成分表示を参考にメニューを選んでいる割合



◆食事バランスガイドを参考にメニューを選んでいる割合

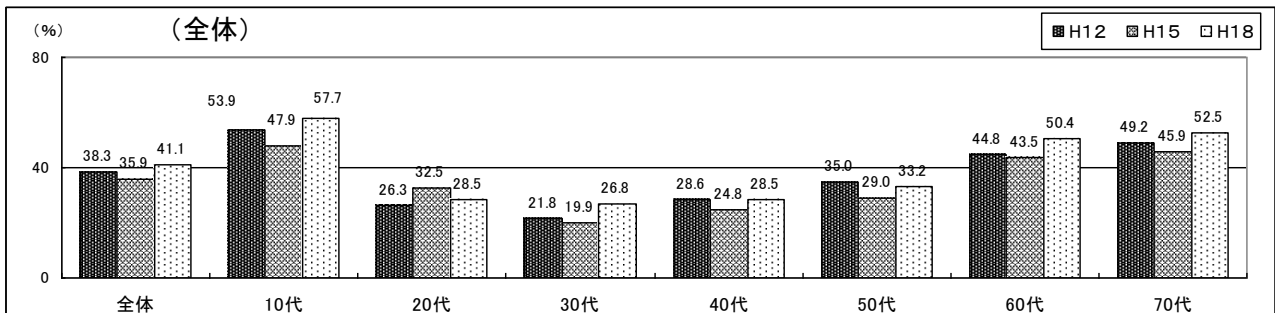
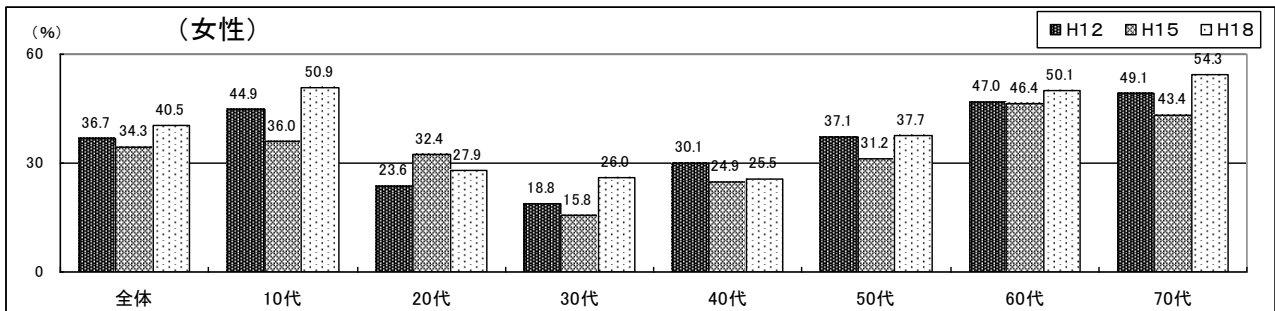
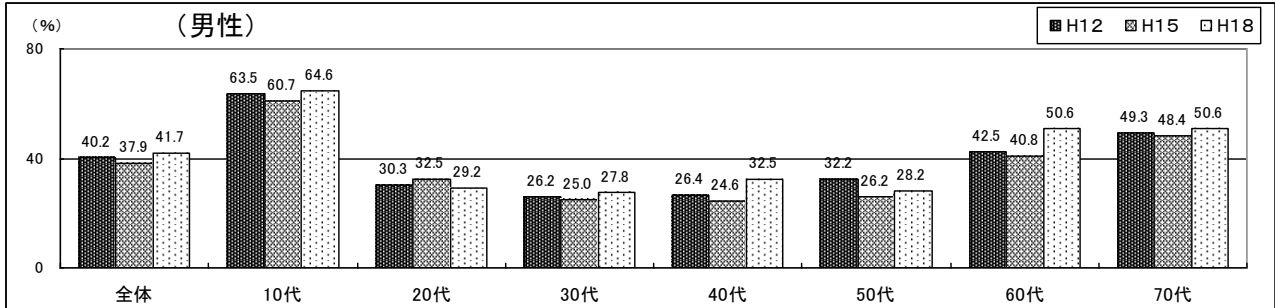




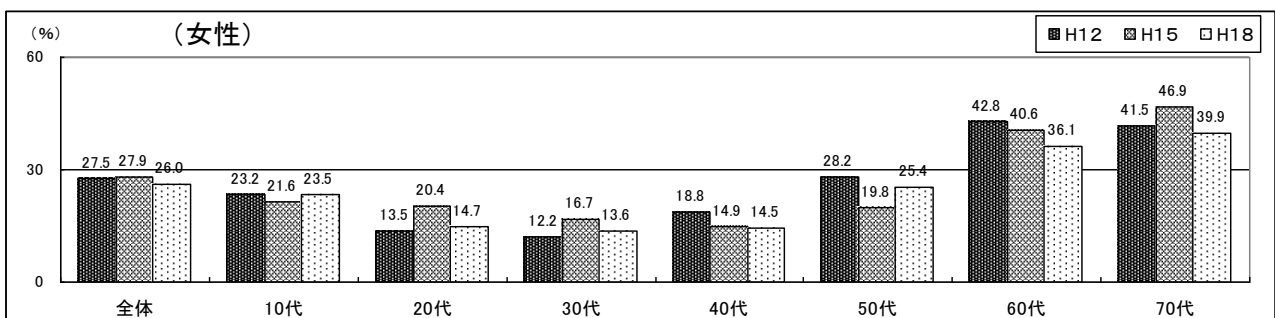
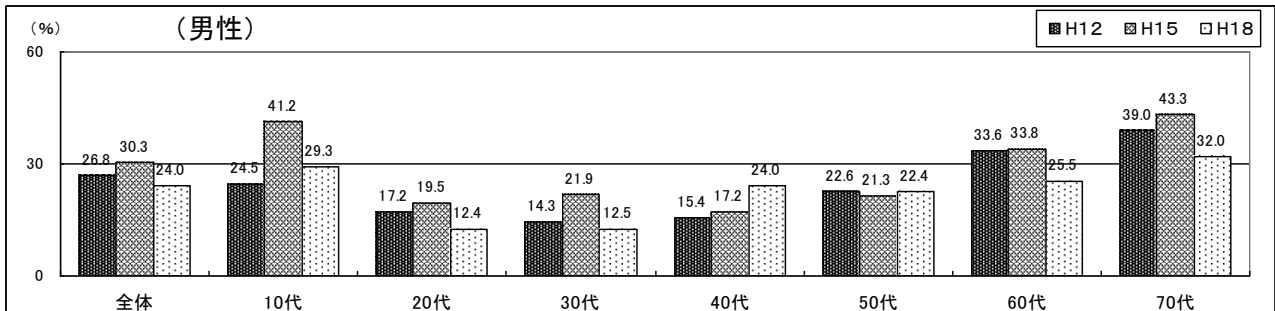
#### 4. 運動について

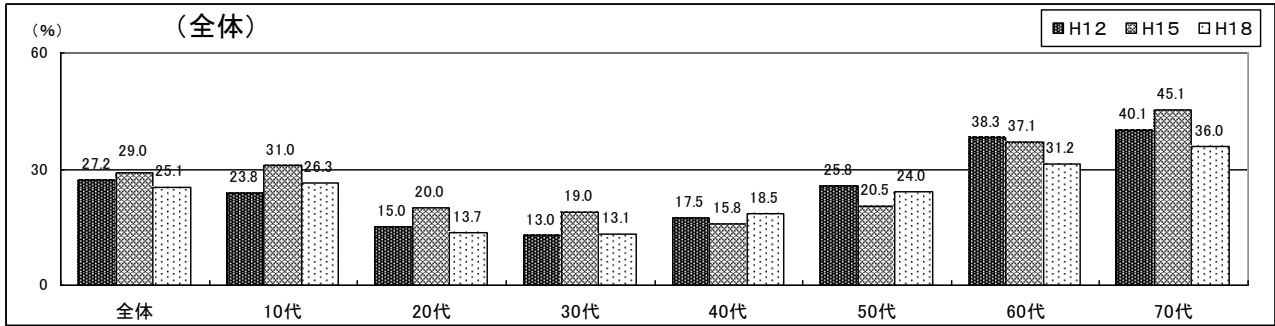
○定期的に運動をしている方は、男性 41.7%，女性 40.5%，全体 41.1%で増加している。  
 ○普段、車やエレベーターなどを使わずになるべく歩くよう心がけている方は、男性 24.0%，女性 26.0%，全体で 25.1%。70歳代が 36.0%で最も高い。

##### ◆健康づくりのため週1回以上定期的に運動をしている方の割合



##### ◆なるべく歩くように心がけている方の割合

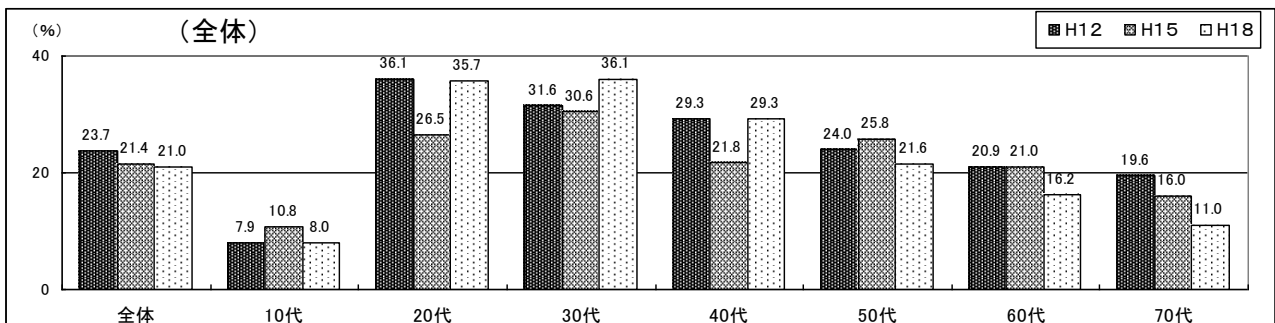
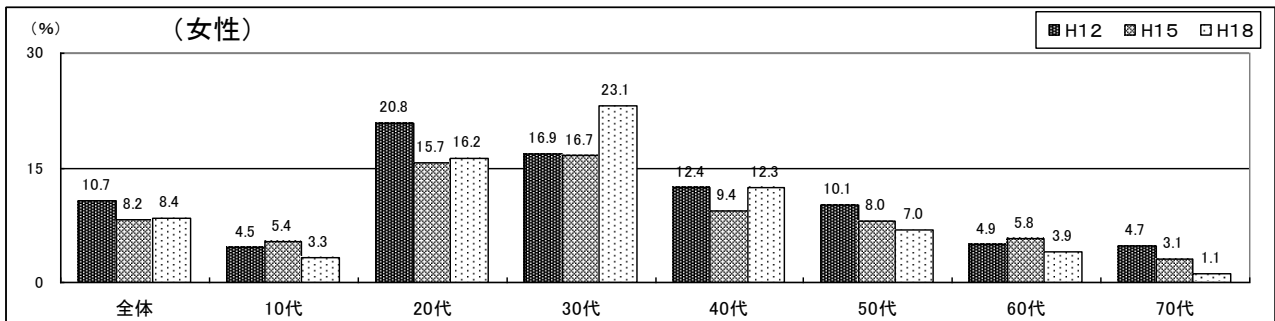
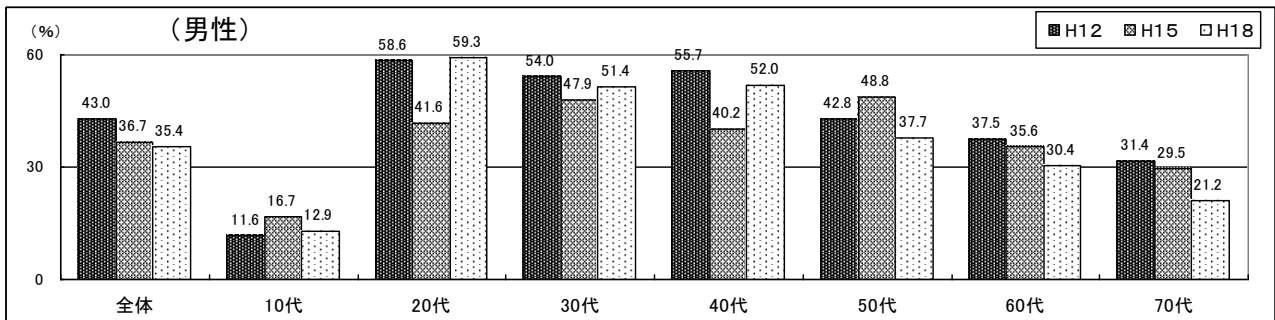




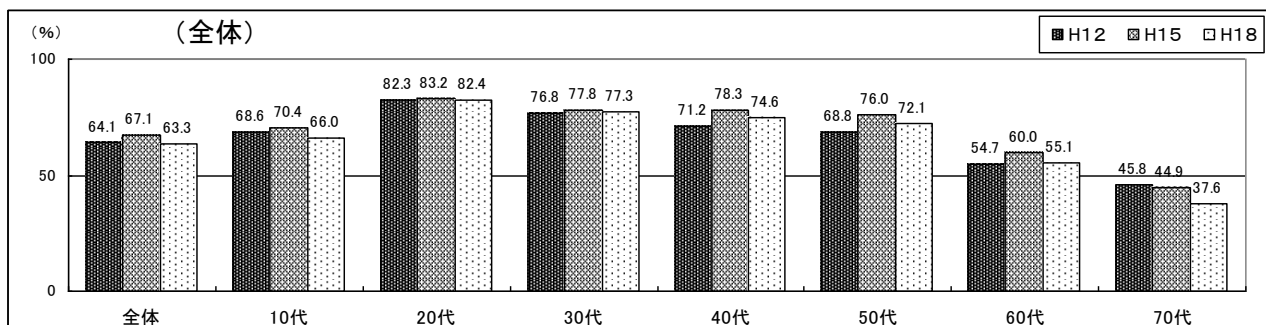
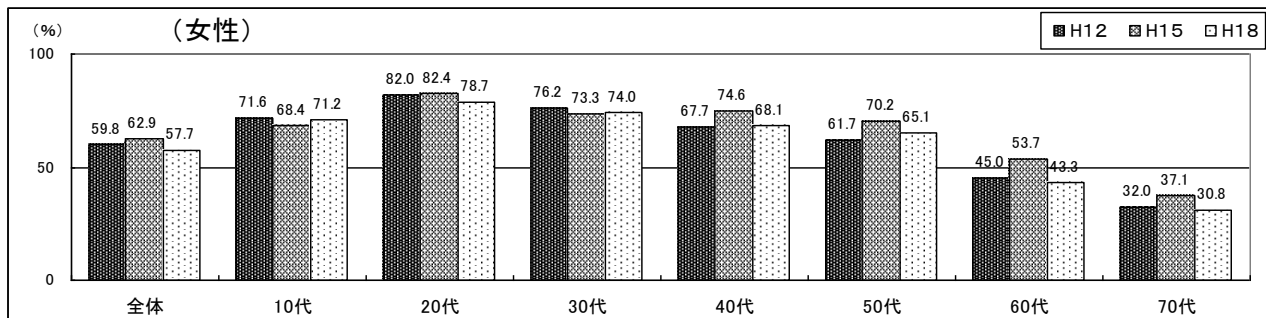
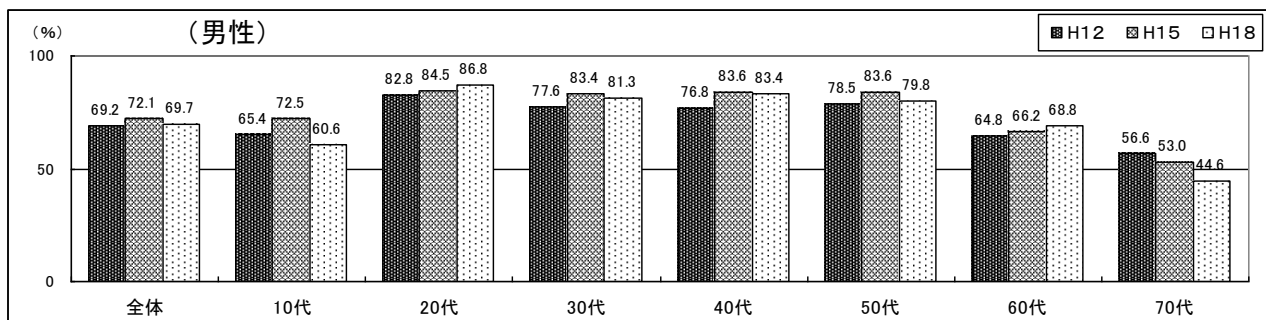
## 5. 喫煙習慣について

- 受動喫煙の機会があったのは、全体で 63.3% (男性 69.7%, 女性 57.7%) で 20 歳代が最も高い。
- 受動喫煙の場所で最も多いのは、男性は職場 (52.7%) 女性は家庭 (55.4%)
- たばこを吸っている方の割合は、男性 35.4%, 女性 8.4%, 全体 21.0%

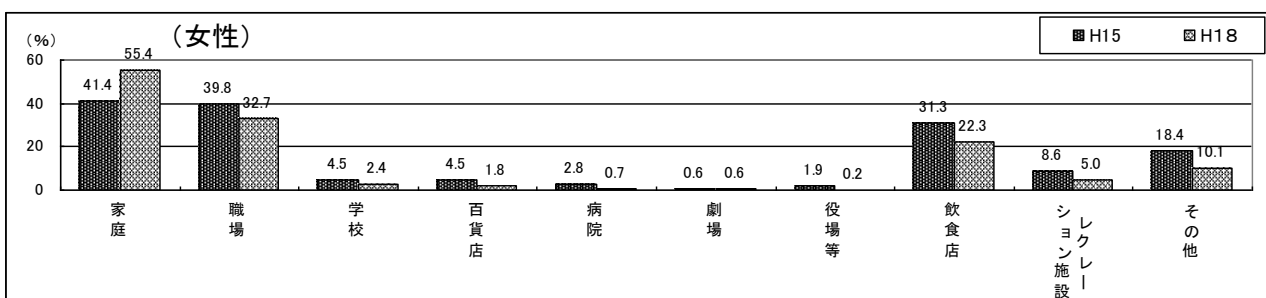
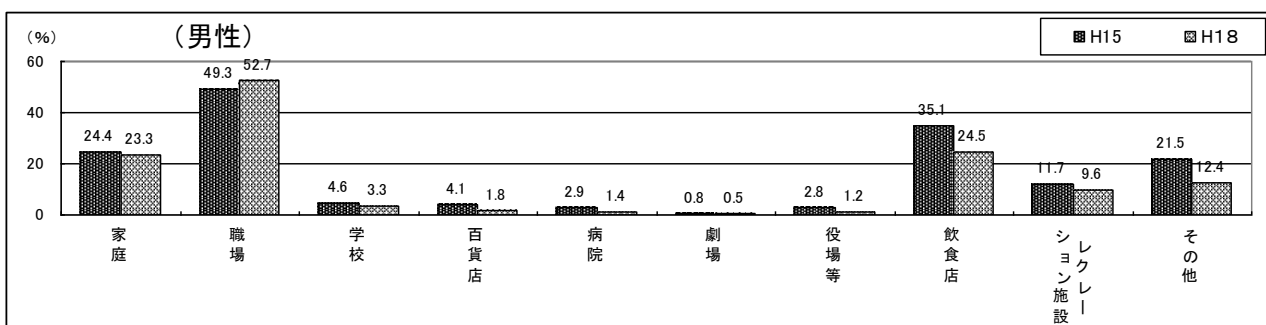
### ◆たばこを吸っている方の割合

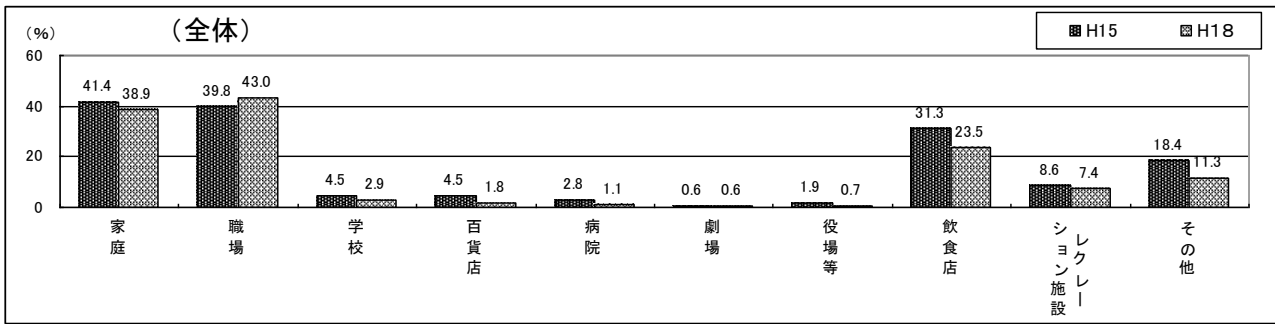


◆この1週間に自分以外の人のたばこの煙を吸う機会があった方の割合



◆受動喫煙の場所

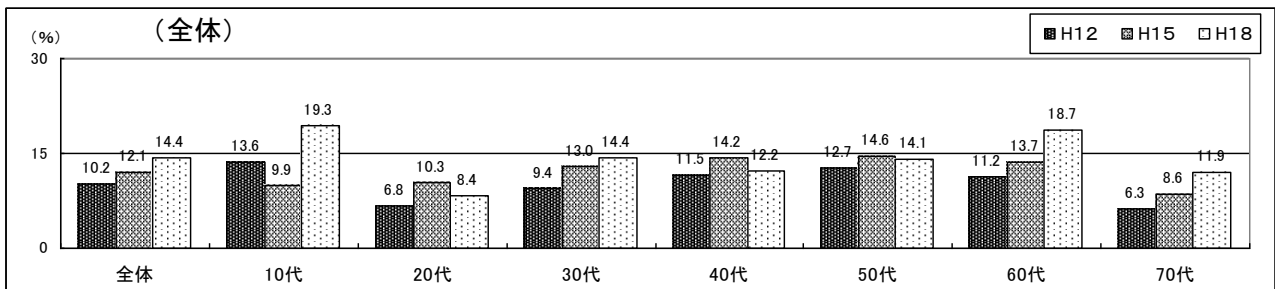
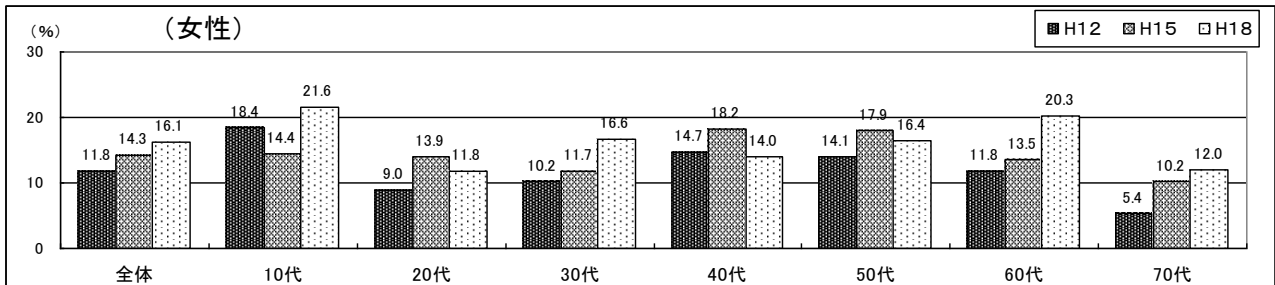
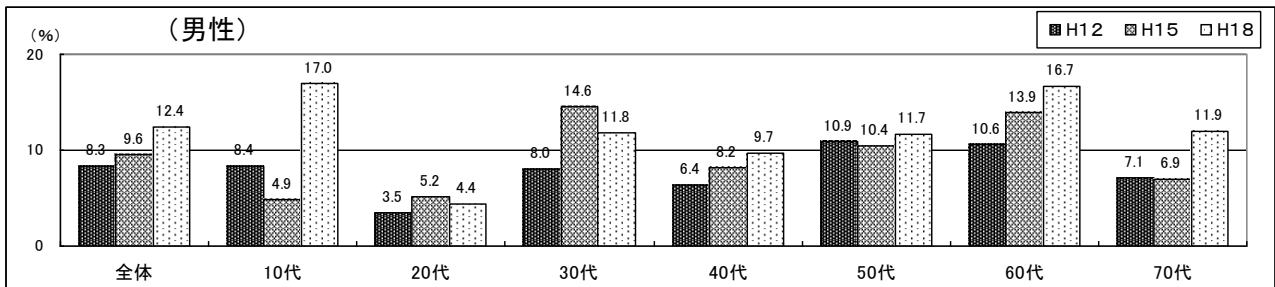




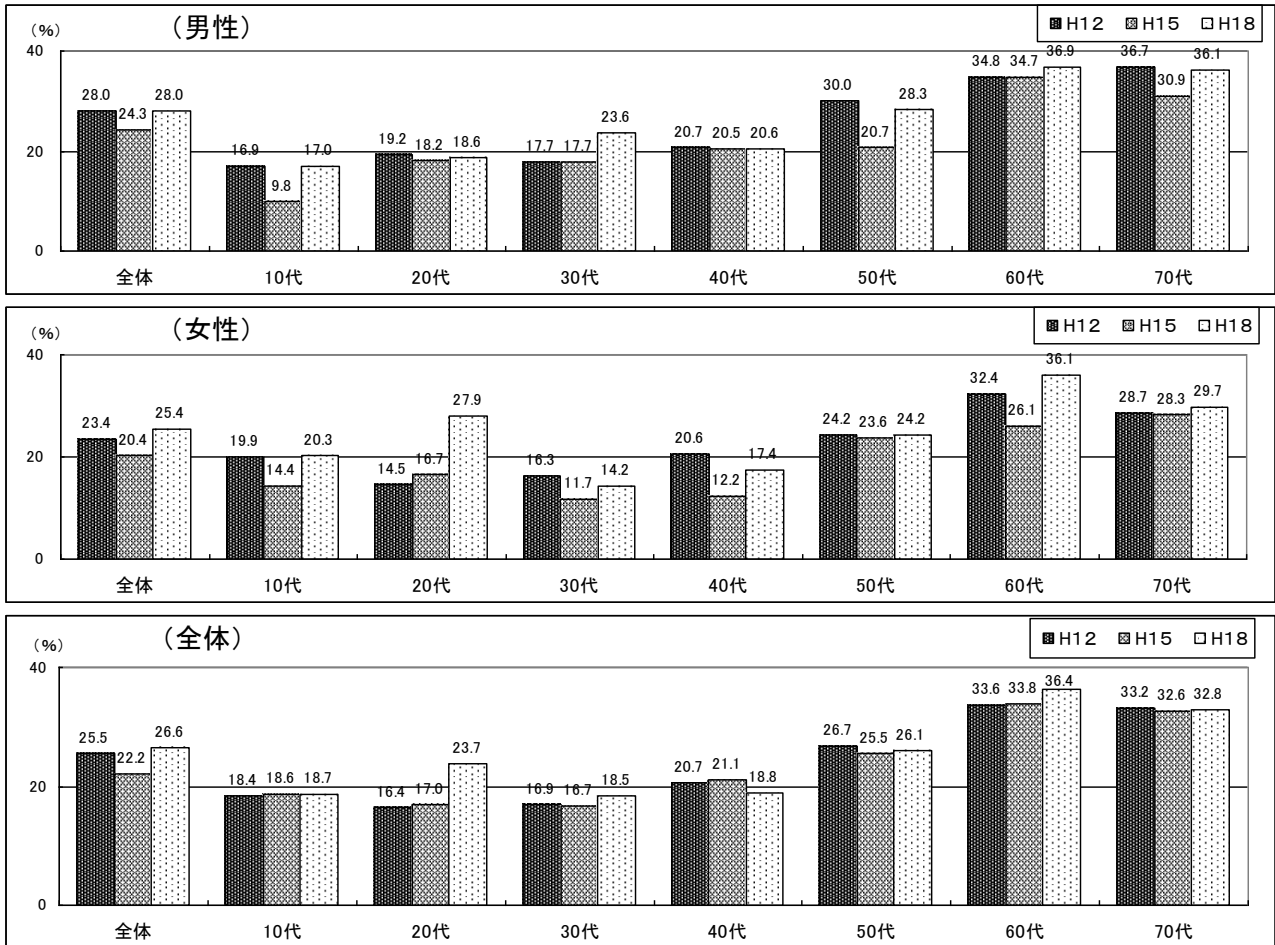
## 6. 歯の健康について

- 定期的に歯科検診を受けている方は、14.4%（男性12.4%，女性16.1%）
- 毎日1回10分くらい歯みがきを行う方の割合は、男性28.0%，女性25.4%，全体26.6%，60歳代が最も高い。

### ◆定期的に歯科検診を受けている方の割合



◆毎日1回10分くらい歯磨きを行う方の割合

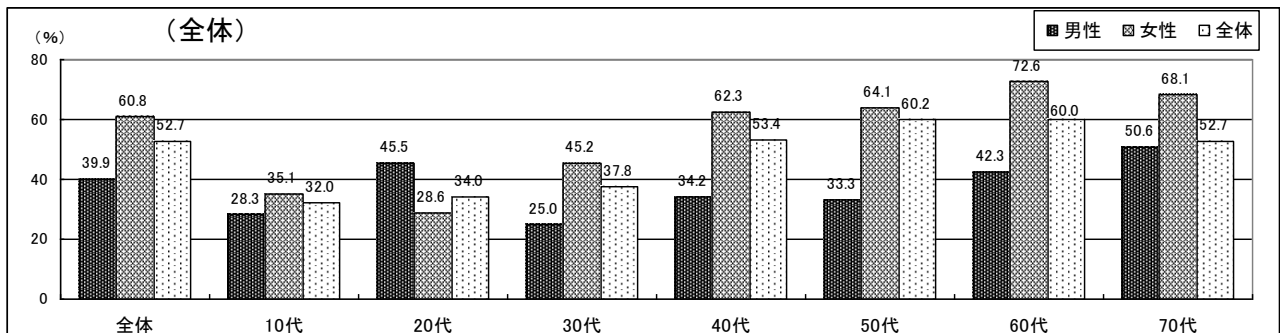


7. 食中毒予防について

- 食中毒予防に心がけている方の割合は 52.7%，60 歳代が最も高い。
- 「時間がたちすぎた食品は思い切って捨てる」が最も多く 74.6%，次いで「調理や食事の前には手を洗う」が 70.4%

◆日常、家庭において食中毒予防について、下記のうち5項目以上のことに心がけている方の割合

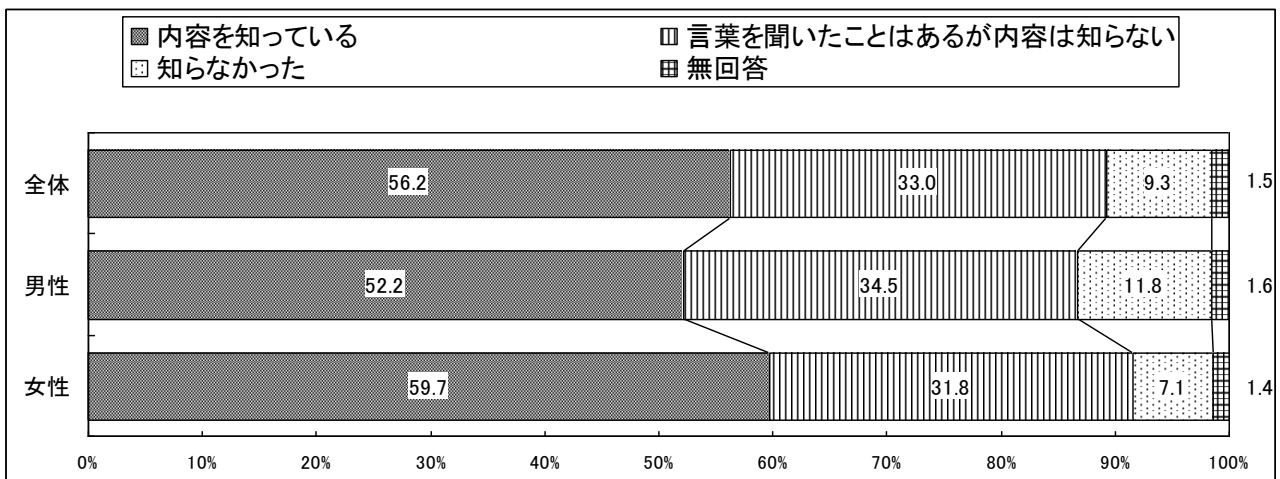
- ・肉、魚、野菜などの生鮮食品は新鮮なものを選んで買う。
- ・食べ物を保存するときは、冷蔵庫・冷凍庫の詰めすぎに注意する。
- ・調理や食事の前に必ず手を洗う。
- ・凍結している食品は室温で解凍せずに、冷蔵庫か電子レンジを使う。
- ・包丁やまな板は、肉や魚を切った後に一度熱湯で洗う。
- ・調理前、調理後の食品は室温に長く放置しない。
- ・残った食品は、速く冷えるように浅い容器に小分けする。
- ・時間がたちすぎた食品は思い切って捨てる。



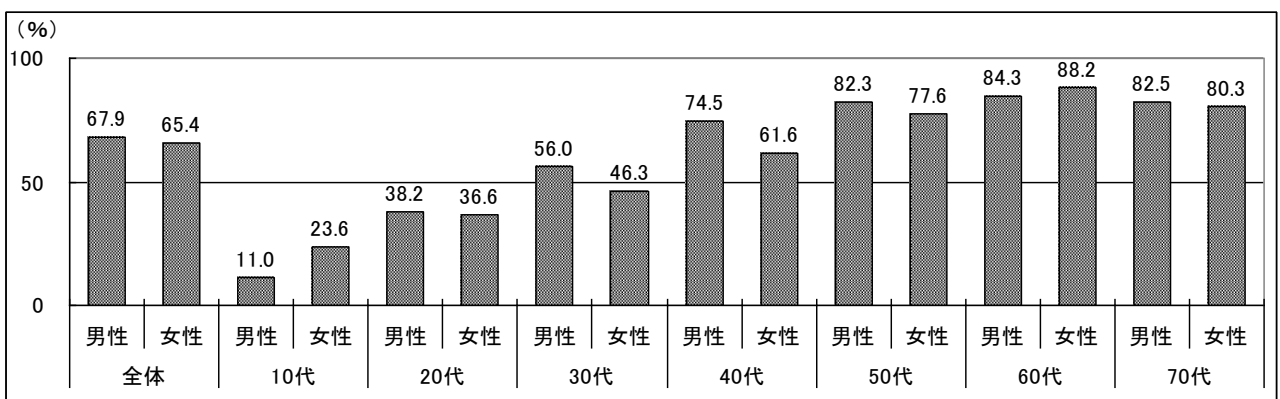
## 8. 循環器疾患について

- 内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）を知っている方は、56.2%（男性52.2%，女性59.7%），50歳代が最も高い。
- 健康診断を，年に一回程度受けている方のうち，何か指摘を受けたことがことがあるのは男性67.9%女性65.4%（全体66.6%），60歳代女性が最も高い。
- 指摘を受けて保健指導を受けた方の割合は，男性59.2%，女性57.1%（全体58.1%）。60歳代男性が最も高い。
- 指摘された内容は，高脂血症（コレステロールが高い）が最も多く，次いで高血圧（血圧が高い），糖尿病（血糖が高い）の順となっている。

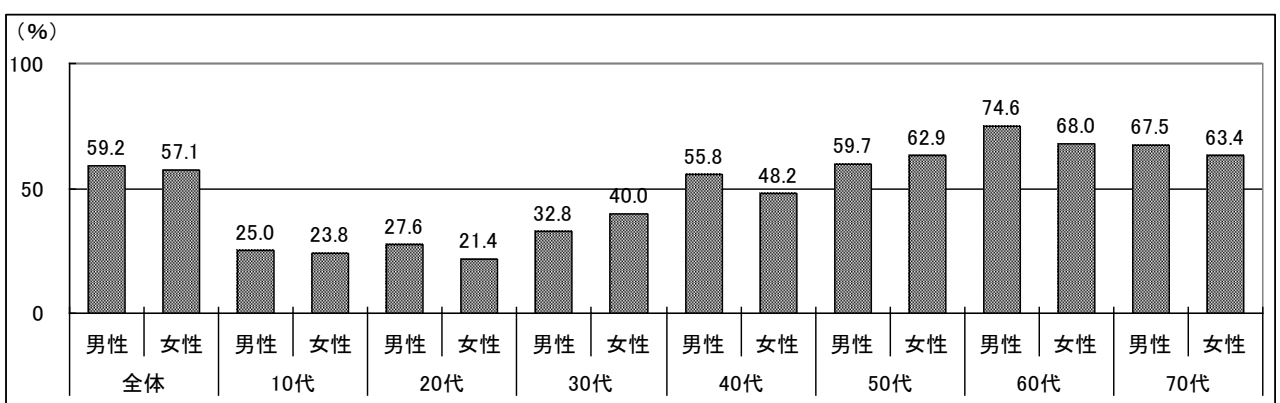
### ◆メタボリックシンドロームの内容を知っている方の割合



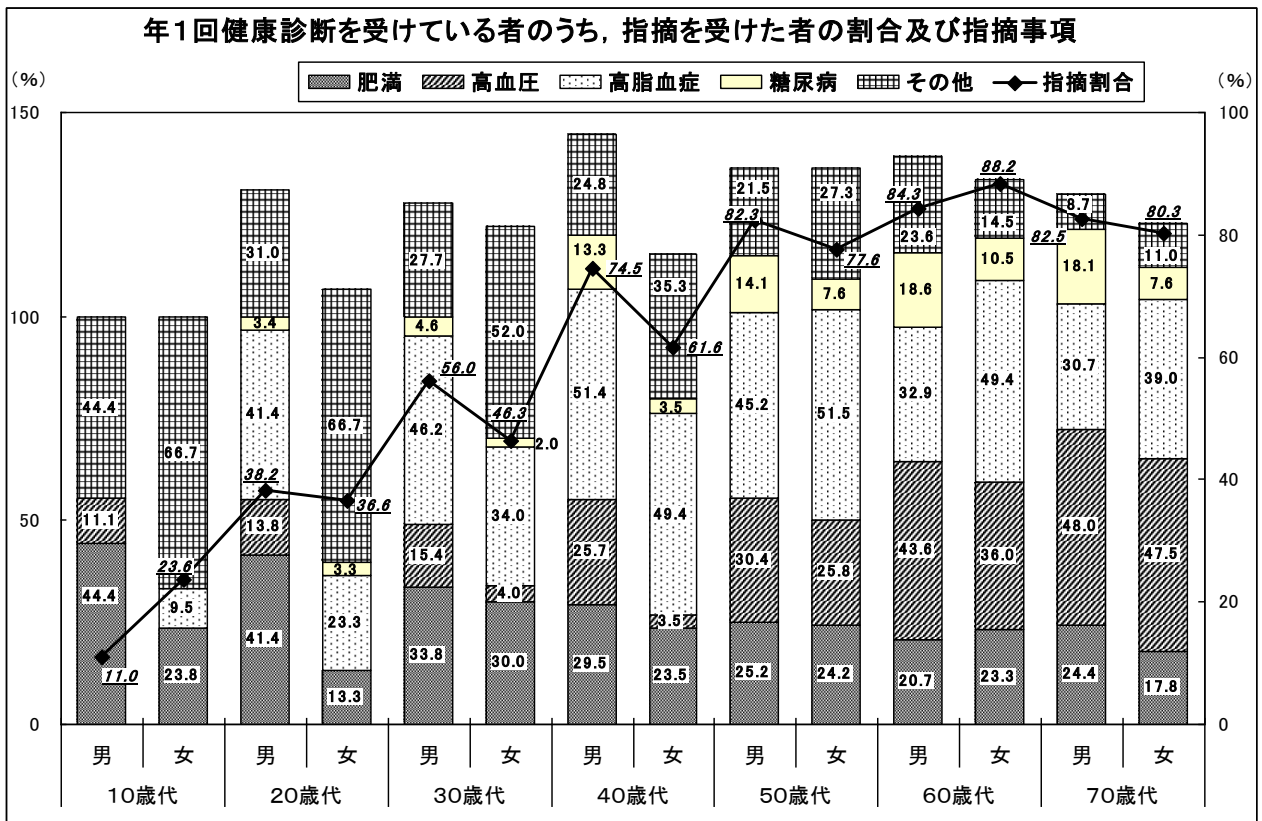
### ◆健康診断で指摘を受けた方の割合



### ◆健康診断で指摘を受けて保健指導を受けた方の割合



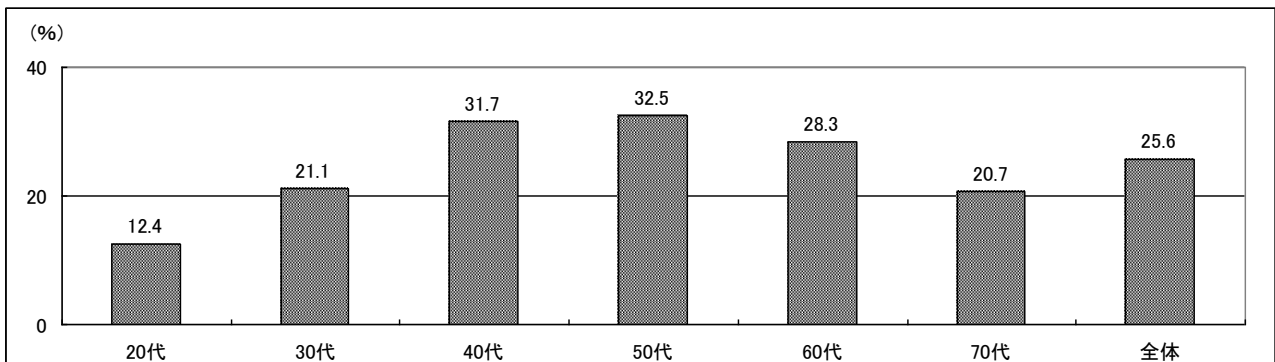
◆健康診断で指摘を受けた内容



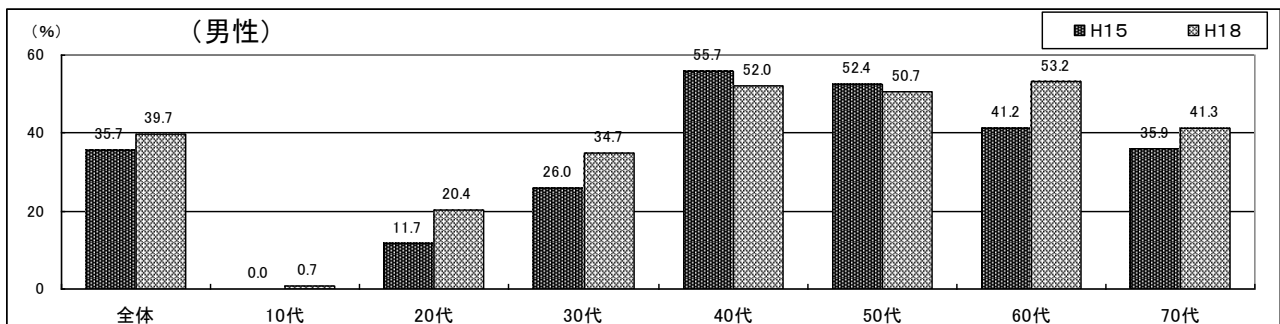
9. 飲酒習慣について

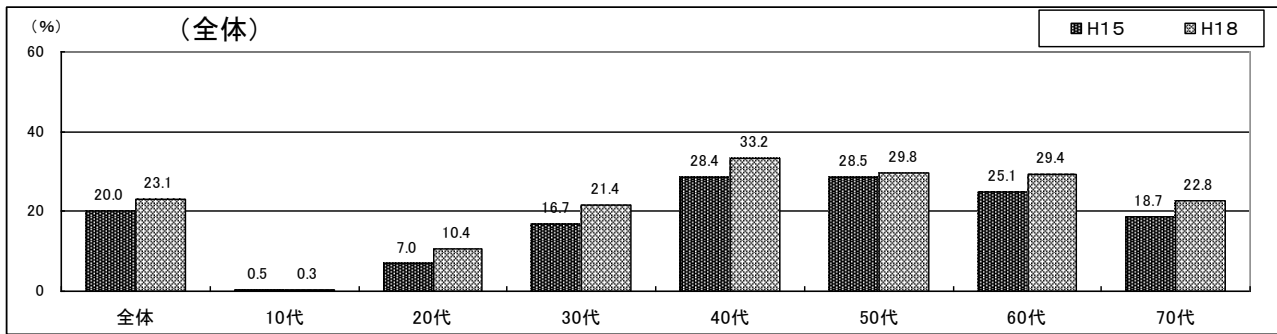
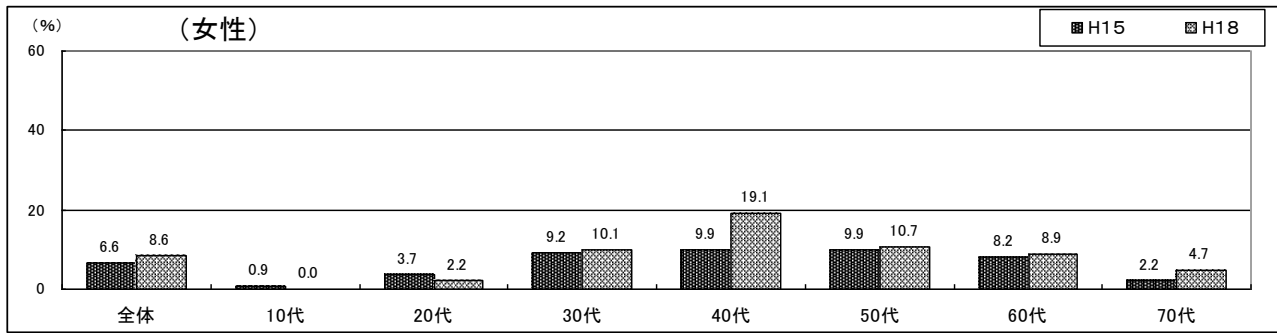
○週3日以上、1日に1合以上飲む習慣のある方は全体で25.6%、50歳代が高い。

◆飲酒習慣のある方の割合



◆週4日以上お酒を飲む方の割合







## 【クロス集計結果】

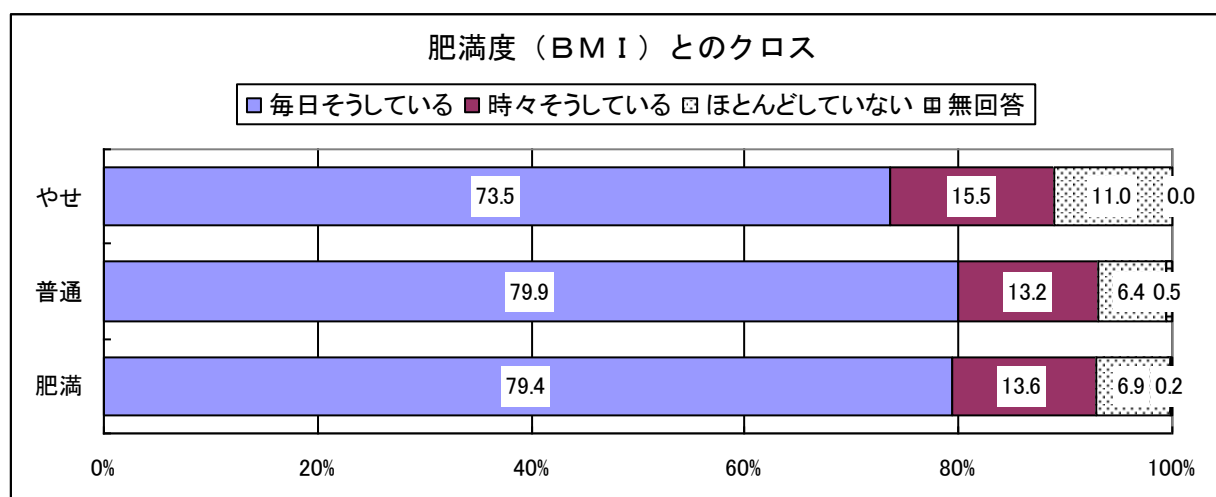
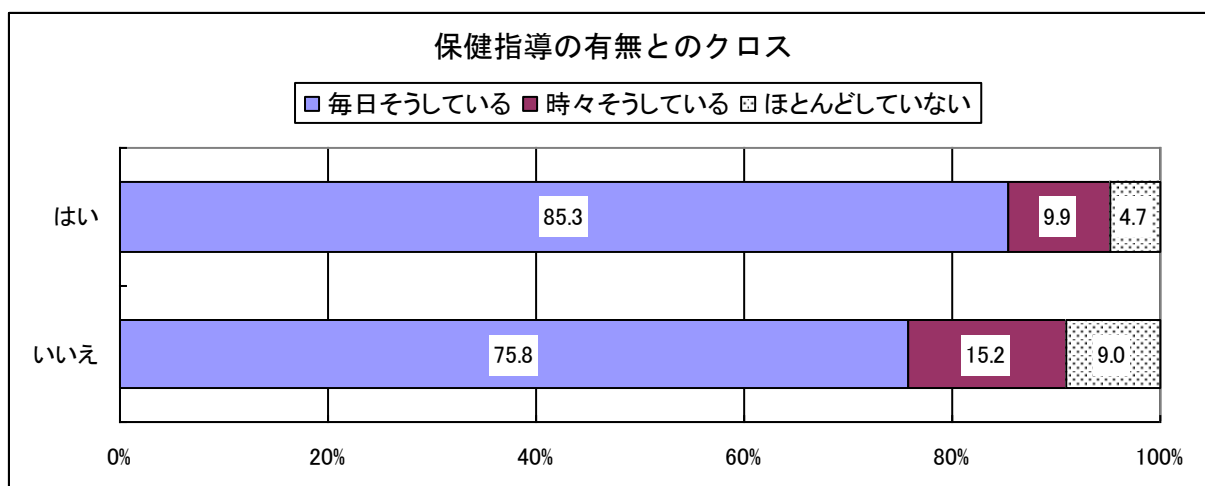
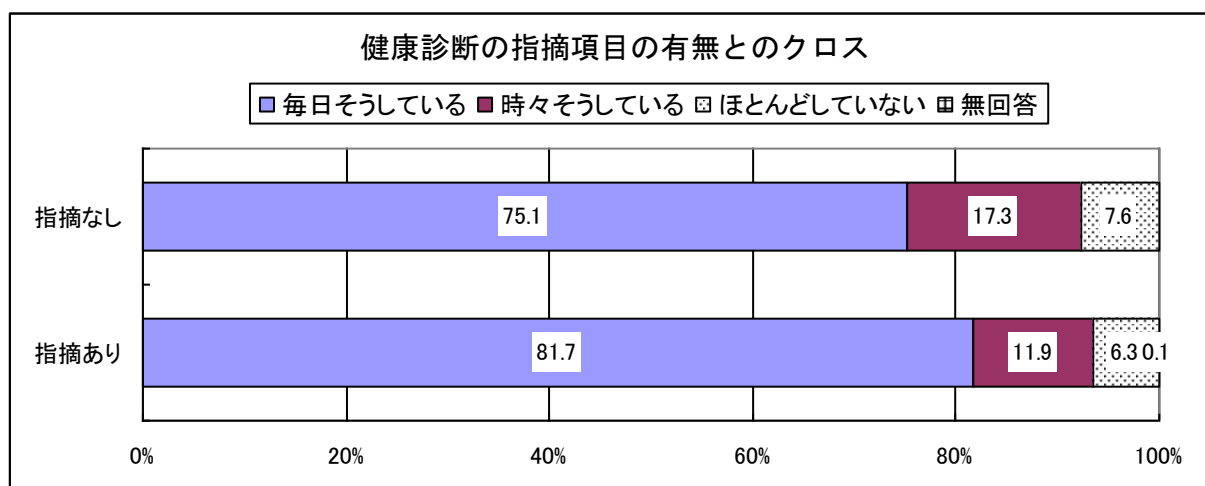
生活習慣とそれぞれ、健康診断の指摘の有無、肥満度等の状況のクロス集計を行った。冊子には一部を掲載した。

クロス設計

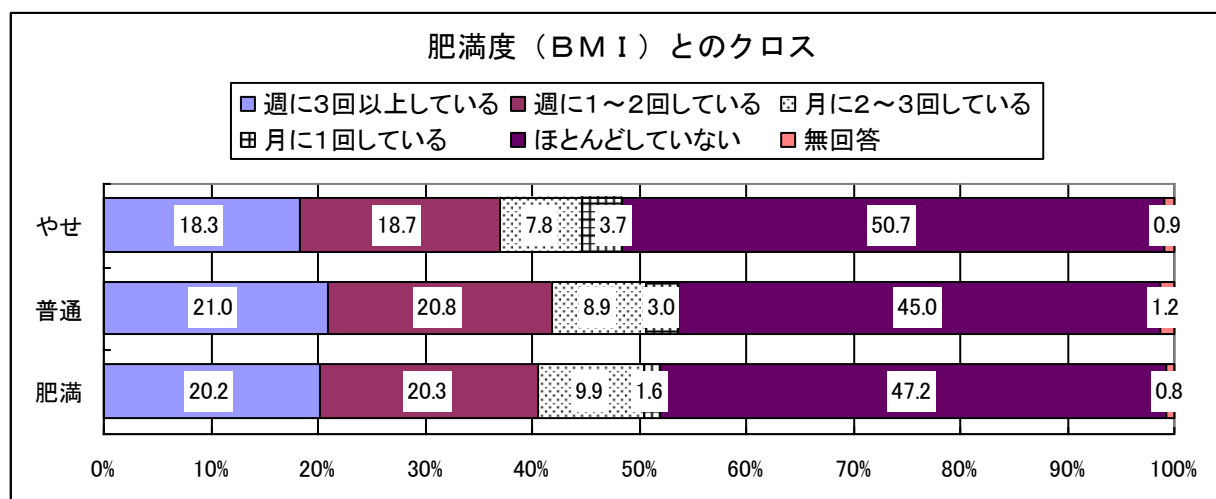
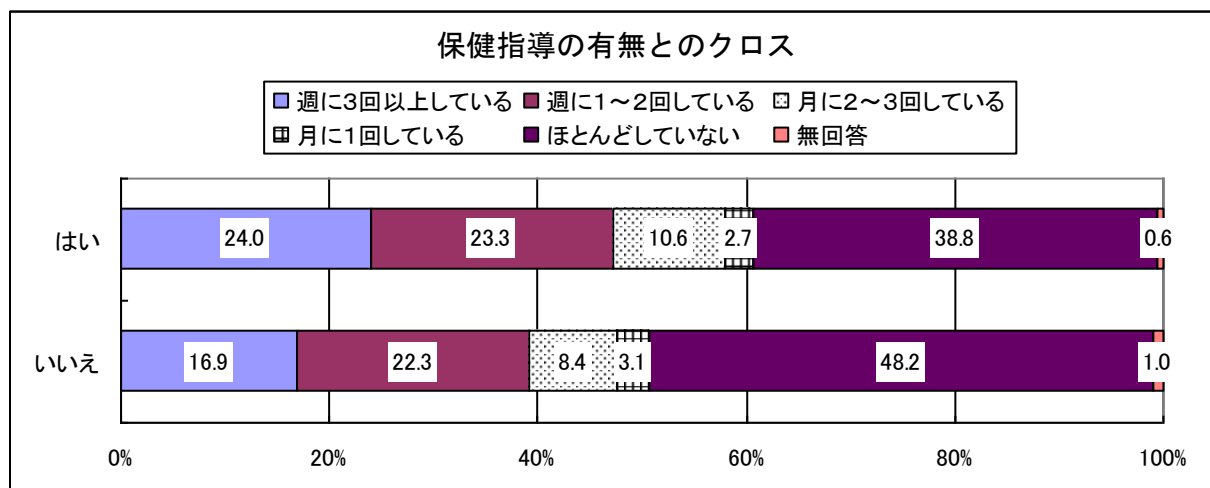
対象となる設問	
問 1	1日3食，規則正しい食事の摂取
問 7	定期的な運動の習慣
問 8	歩きへの心がけ
問 9	睡眠の質
問 10	ストレスの状況
問 12	メタボリックシンドロームの認知状況
問 17	日常気をつけている生活習慣病の危険因子数
問 29	歯の健康習慣のうち実践している項目数
問 32	自覚的健康状態

クロスさせる設問	
問 10 ストレスの有無	1 いつも感じている 2 時々感じている
	3 あまり感じていない 4 感じていない
問 14 健康診断で指摘された項目の有無	指摘なし
	指摘あり (1～5)
問 15 指摘を受けたことについて保健指導の有無	はい
	いいえ
問 18 治療中の病気の有無	なし (1)
	あり (2～13)
肥満度 (BMI) 別	やせ
	普通
	肥満
問 21 喫煙の有無	1 以前から吸わない
	2 以前はすっていたが今は吸わない
	3 吸っている
問 27 飲酒習慣の有無	週3日以上 (2～5)
	週2日以下 (1, 6, 7)
問 31 健康の関心度	1 大いに関心がある 2 少しある
	3 ほとんど関心がない 4 関心がない

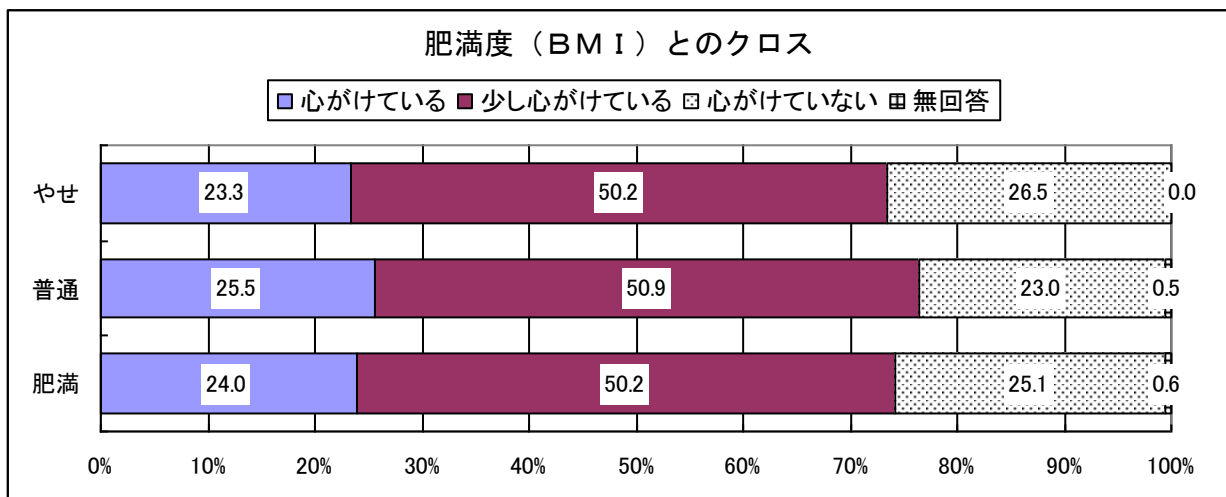
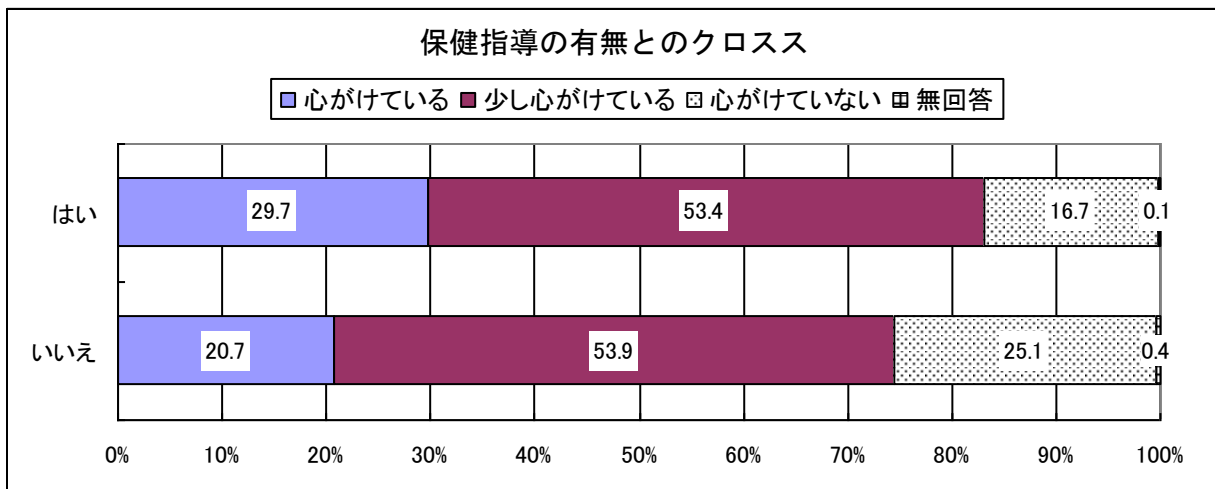
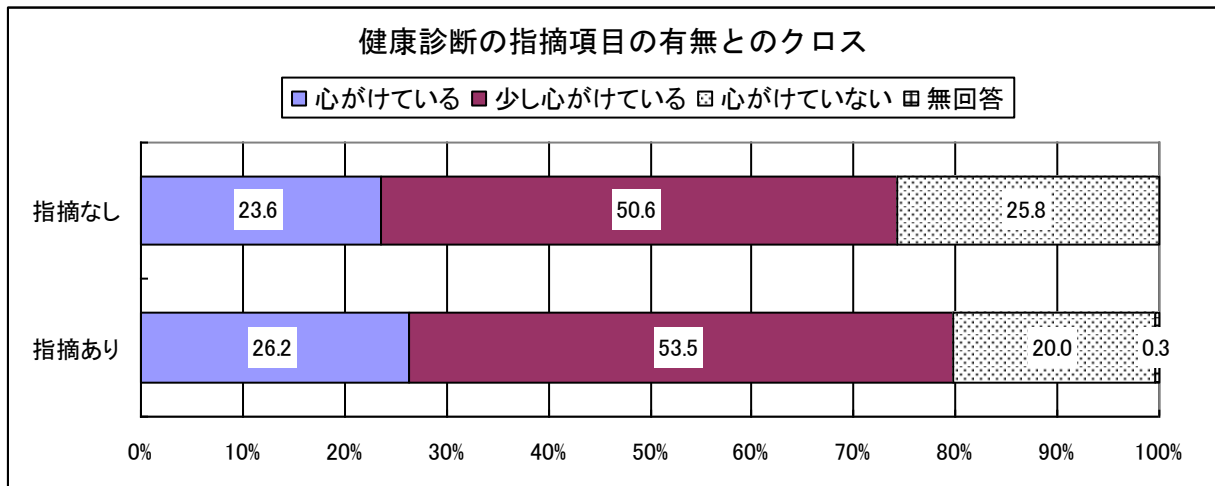
< 1日3食, 規則正しい食事の摂取 >



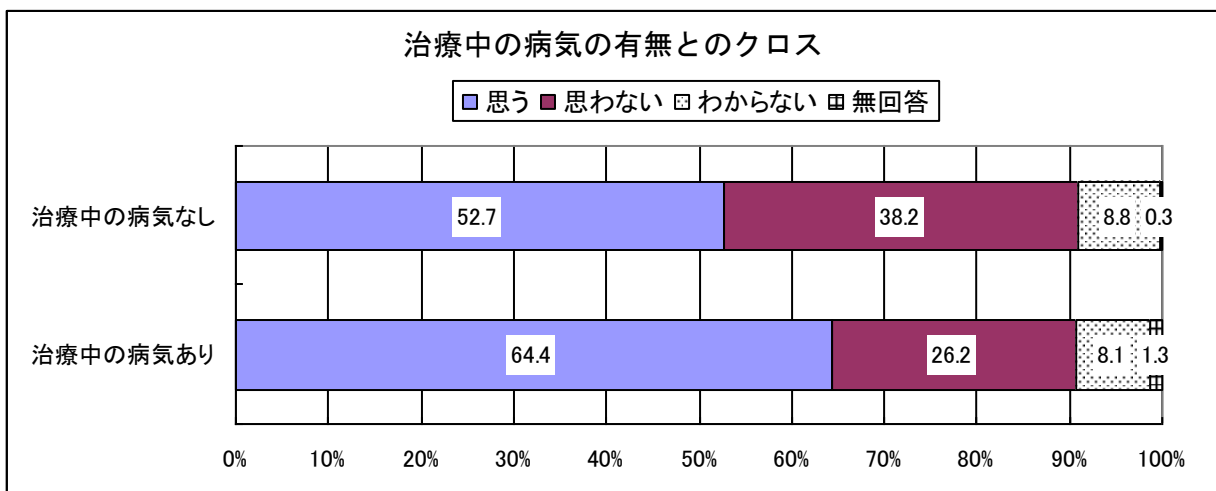
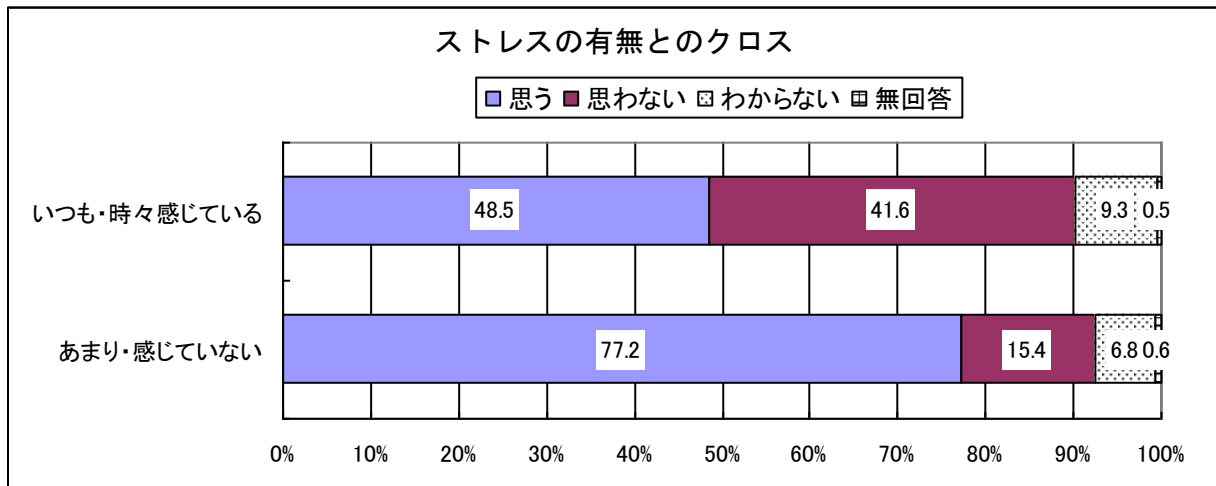
<定期的な運動の習慣>



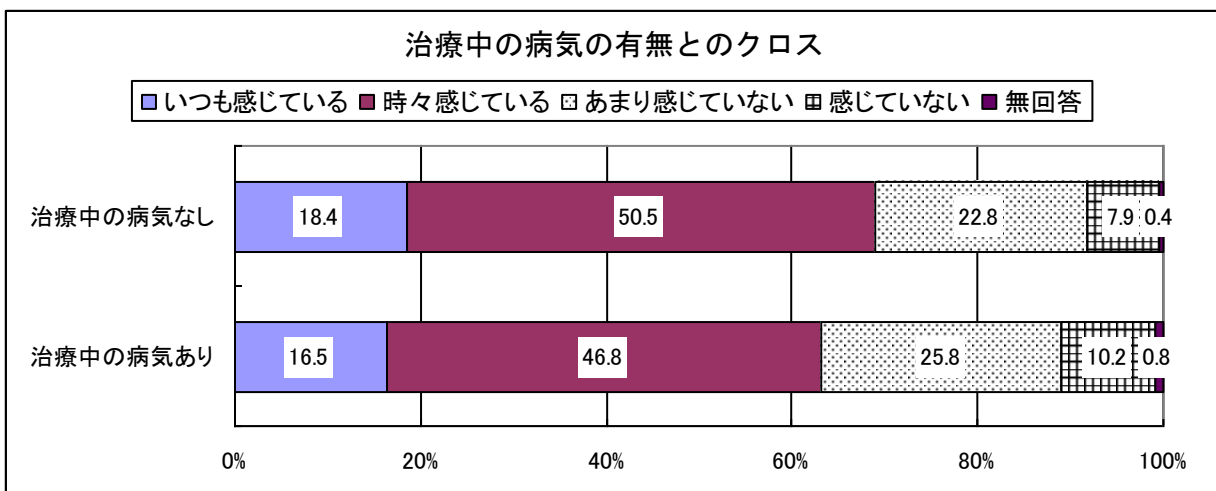
<歩きへの心がけ>



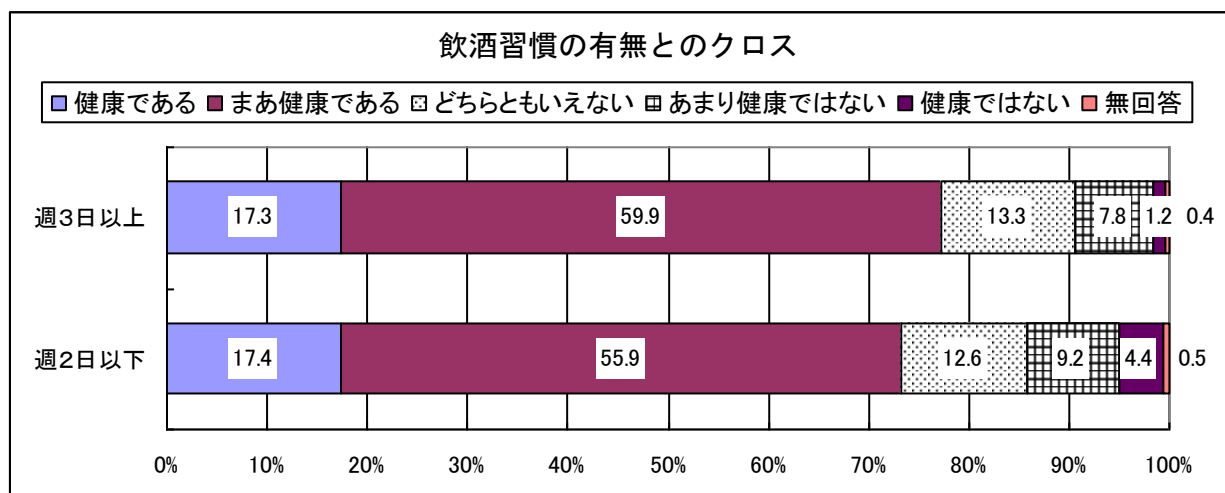
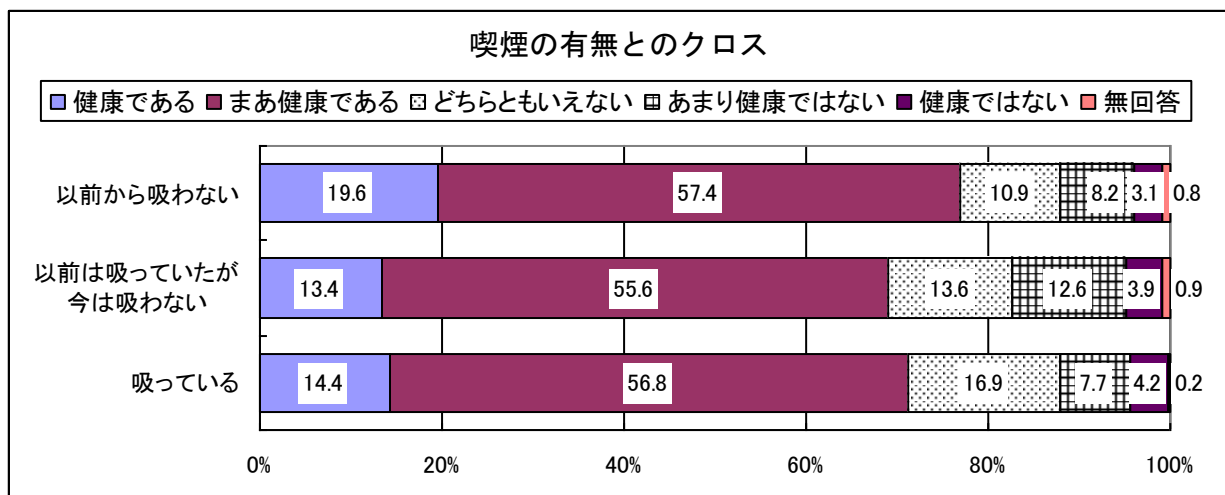
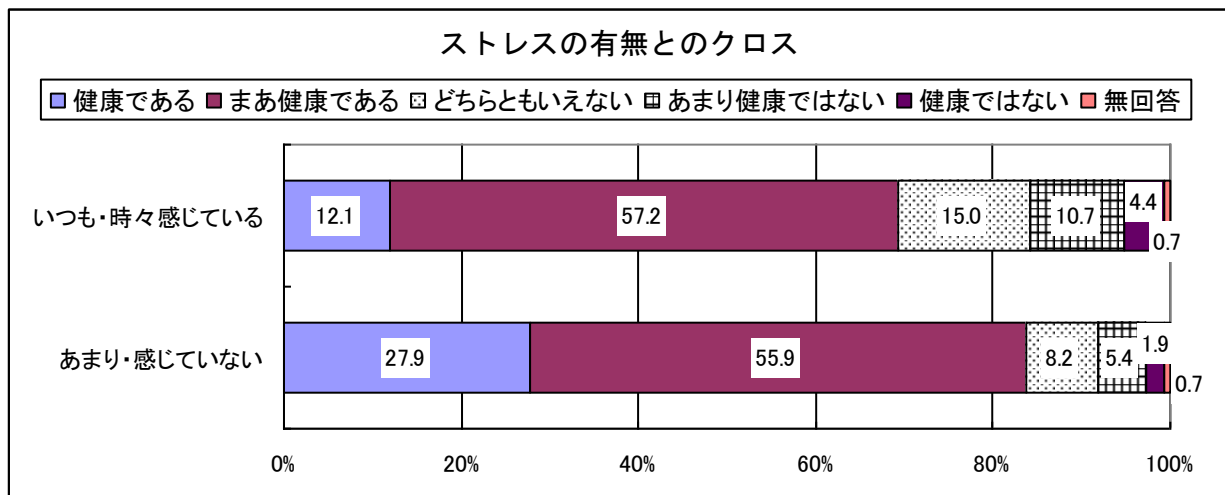
<睡眠の質> 普段の睡眠が十分だと思う方

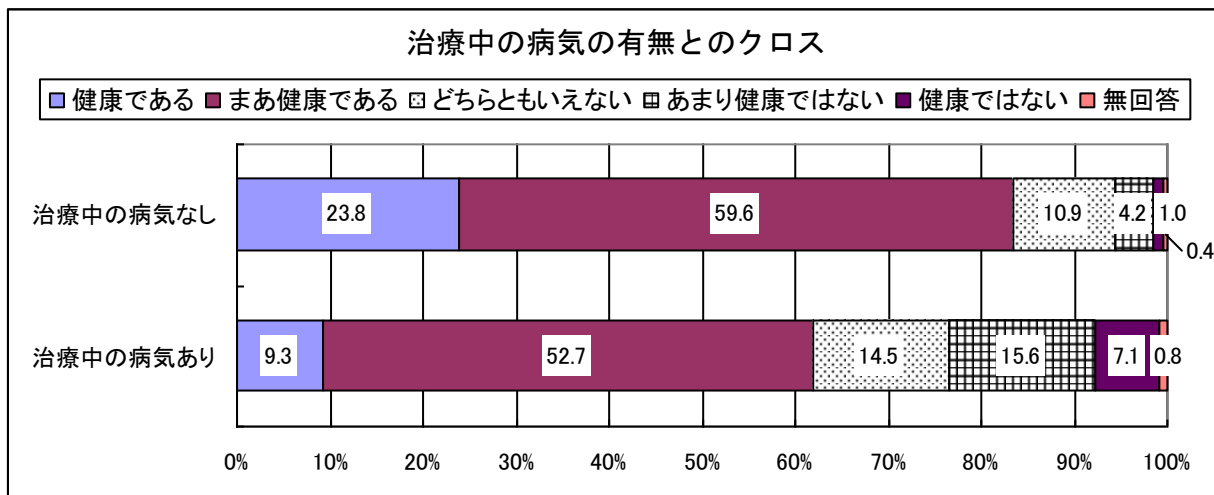


<ストレスの状況>

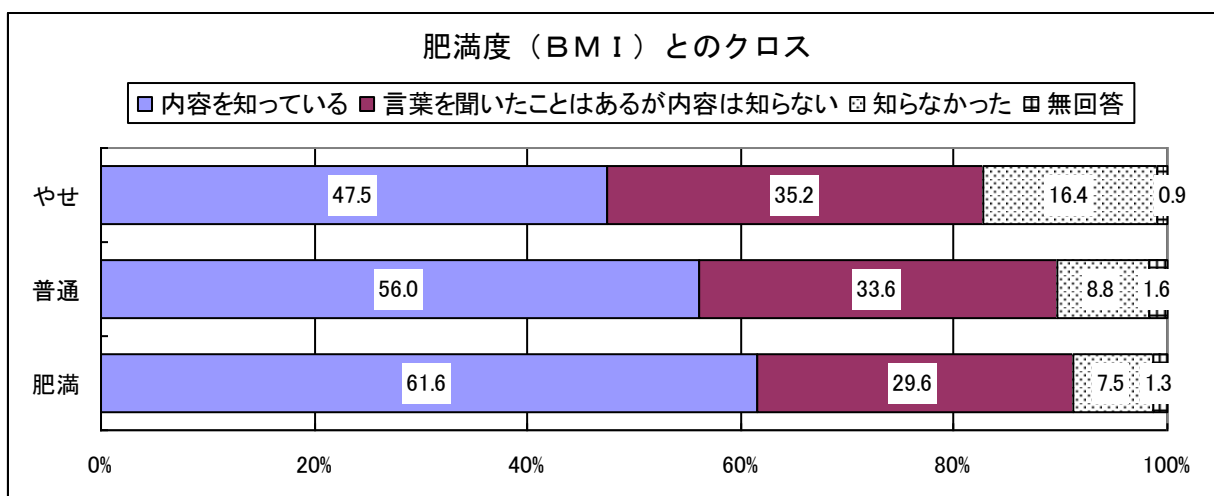
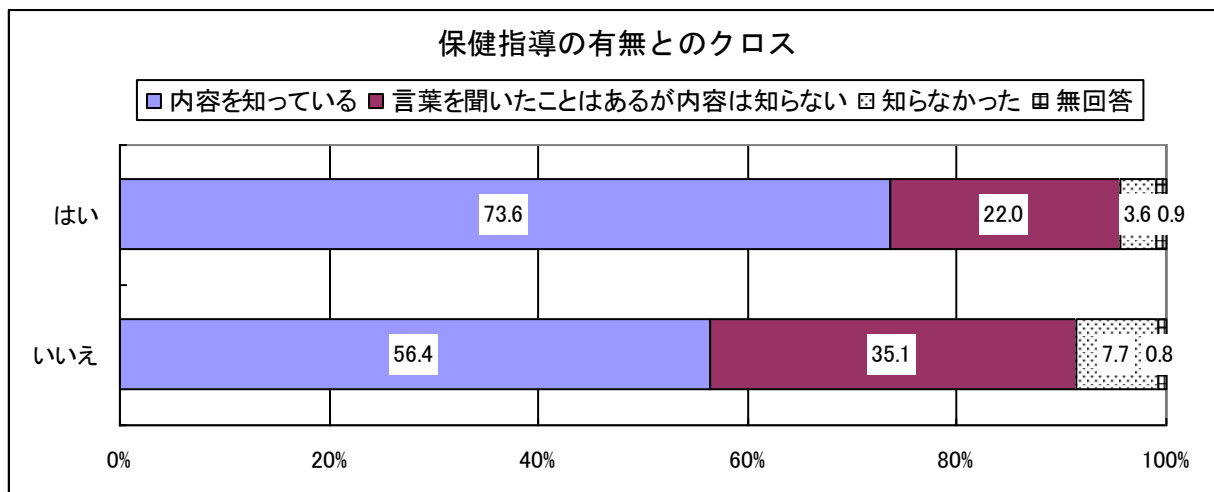


< 自覚的健康状態 >

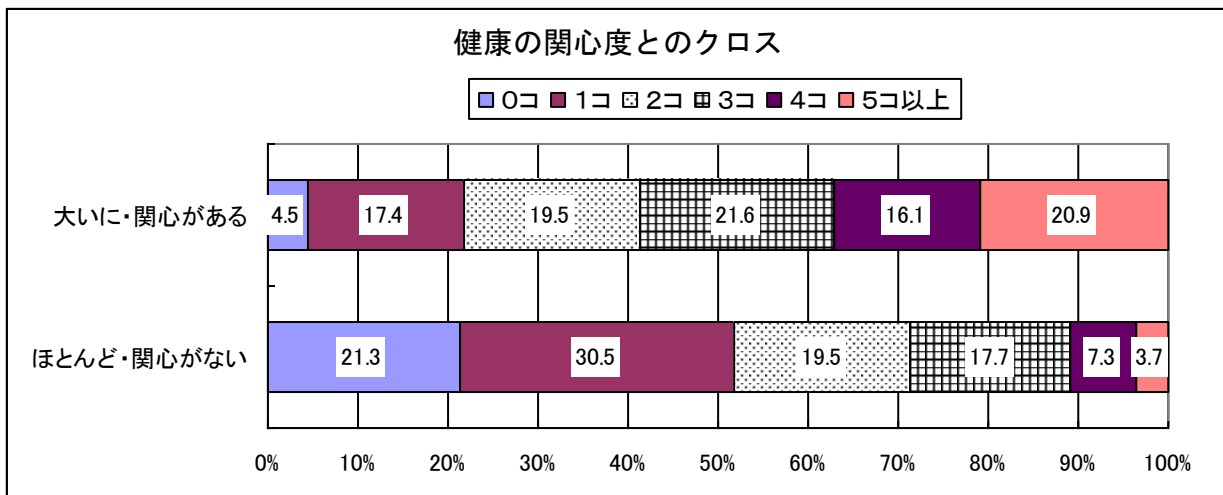
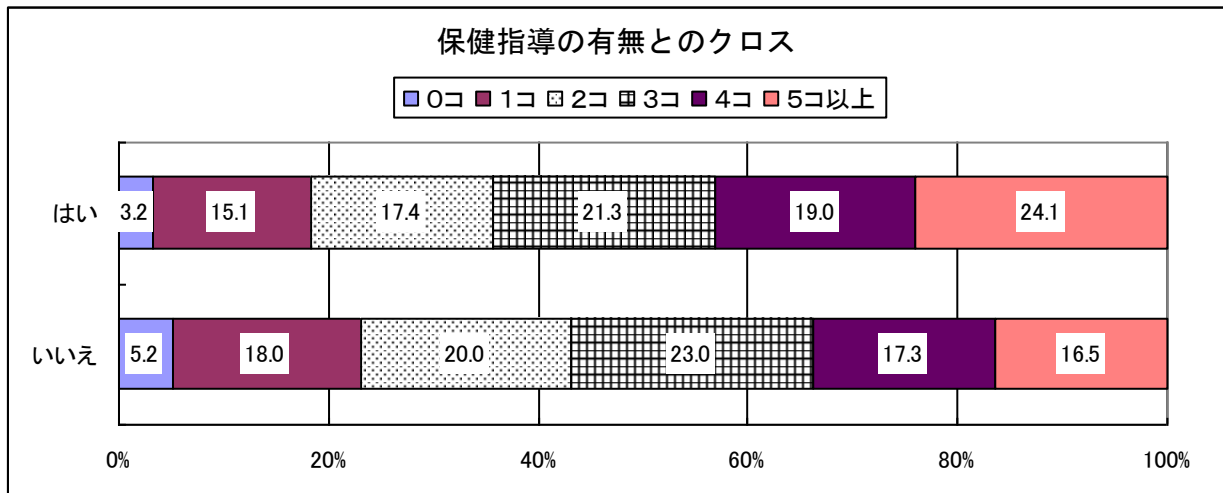




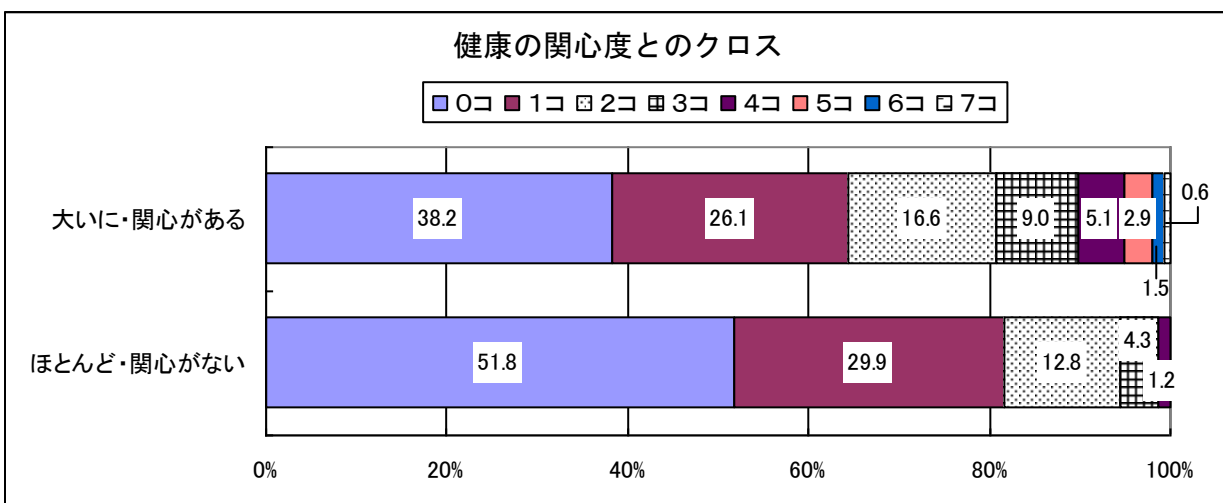
<メタボリックシンドロームの認知状況>



<日常気をつけている生活習慣病の危険因子数>

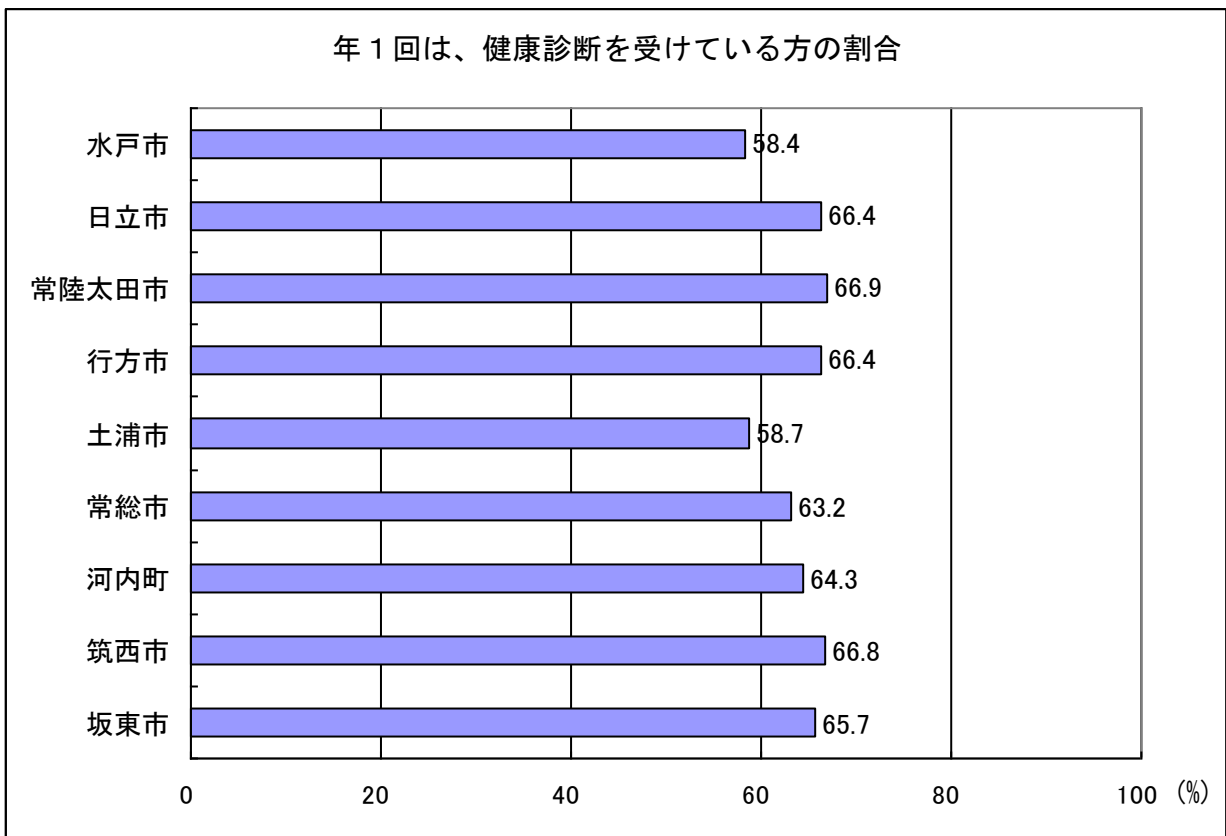
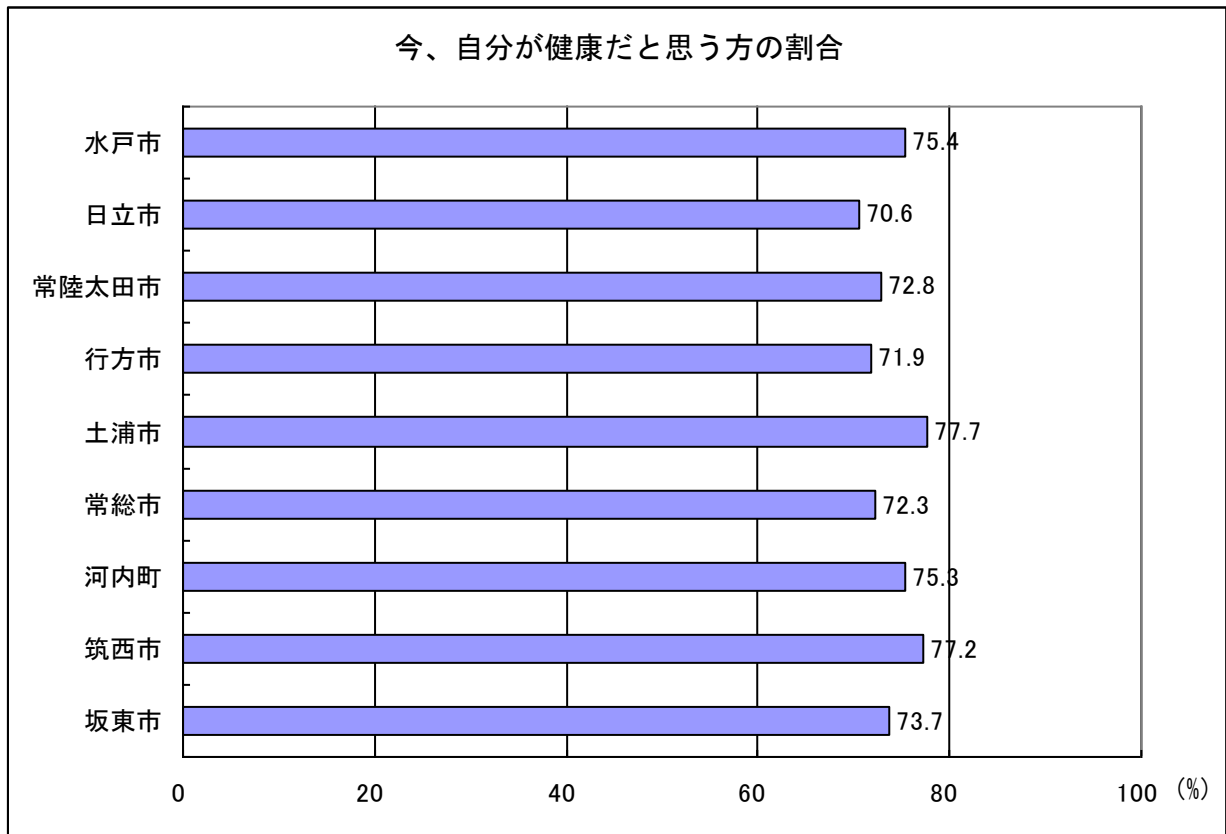


<歯の健康習慣のうち実践している項目数>

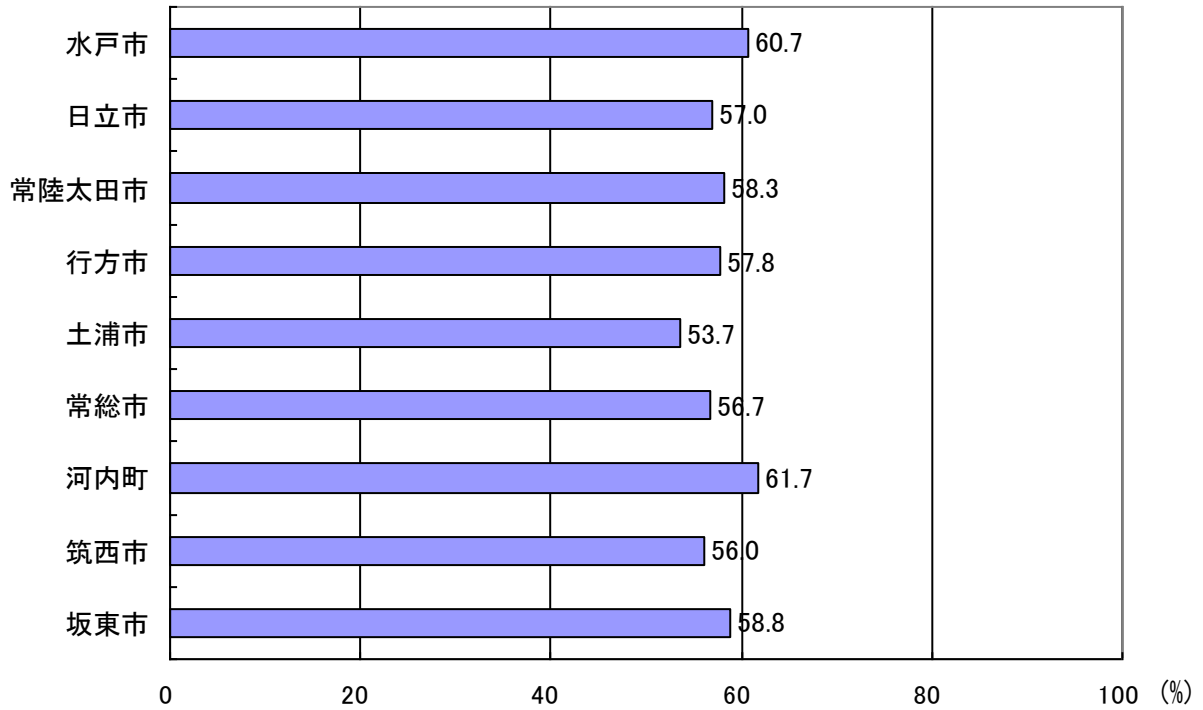




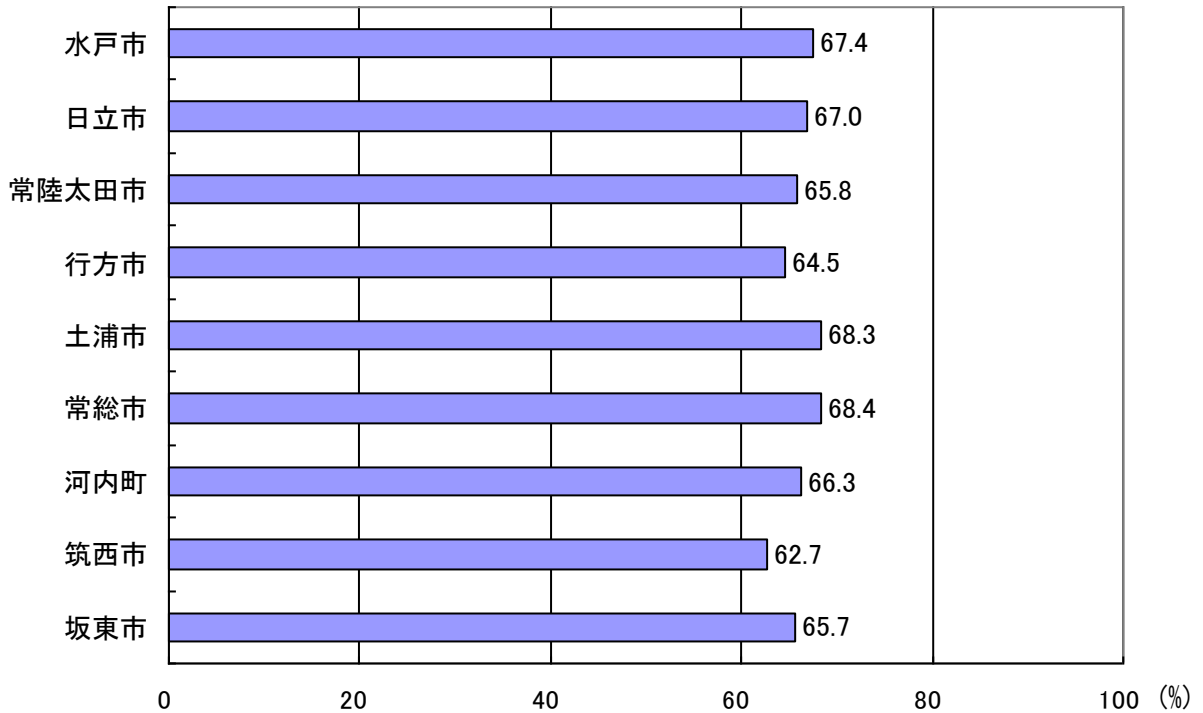
【市町村別の主な集計結果】



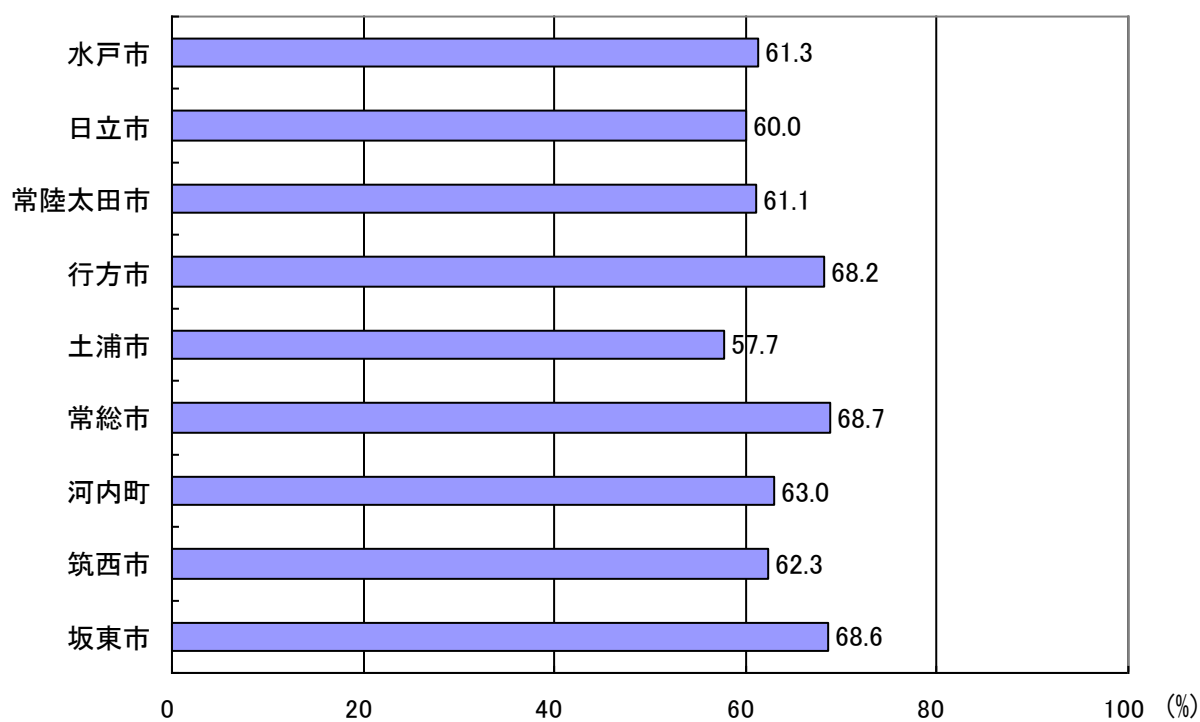
普段の睡眠が十分だと思う方の割合



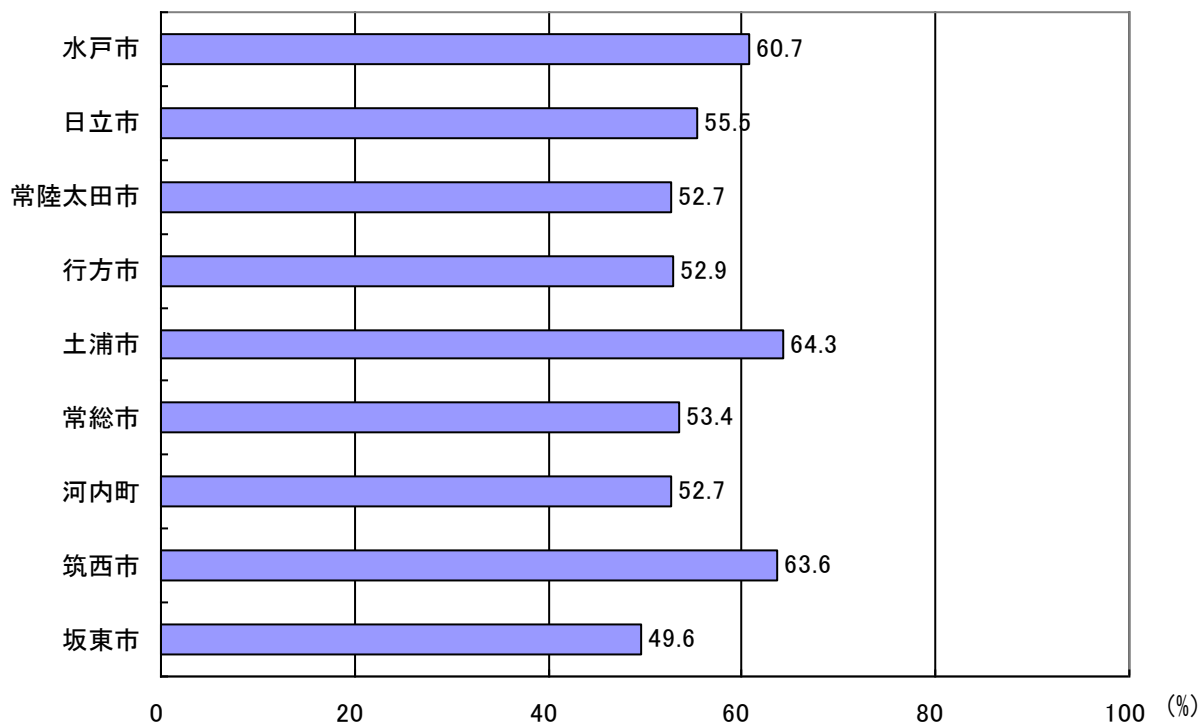
ストレスや悩みを感じている方の割合



最近、受動喫煙の機会があった方の割合



内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)の内容を知っている方の割合



## 健康づくりに関する自由意見

### ◎食生活

- ・健康に対する意識は、子供の頃からの習慣が大切なので食育等の教育を充実してもらいたい。
- ・小・中・高校生に、きちんとした食育を徹底して教育、ドリンク類の規制をして欲しい。（きちんとした食事ができなくなるし、しなくなる傾向にある）本来の食生活・和食の見直しを社会に出る前に教育することが必要。
- ・できるだけ手作りを食べる様にインスタントやできあいのお惣菜は買わないようにする。
- ・なるべく果物を食べるようにする。
- ・なるべく決まった時間に食事を食べるようにする。
- ・1日30品目以上、なるべく和食を選んで食べるようにしている。
- ・安全な食品、添加物、農薬等の表示が必要。
- ・健康づくりには、バランスのよい食事が大切。「バランスガイド」を参考にしたいのでパンフレットや使い方の説明して欲しい。
- ・給食のカロリー表示をして欲しいです。
- ・給食に地元産の野菜などをつかった新鮮な料理を取り入れる。
- ・常にカロリーがオーバーしているのかと思う。（カロリー計算ができていないので）理想的な食事のレシピ、簡単なカロリー計算の仕方が知りたい。
- ・料理の栄養成分表を入手したい。
- ・一日30種類の食品を食べる。一日20分～30分位歩く。自分で食事は作りコンビニは利用しない。肉より魚料理を多く。

### ◎運動

- ・運動などしたいと思っているが、近くに施設がない。夜の運動教室があるとよい。
- ・スポーツジムが近くに欲しい。
- ・運動施設の一般開放時間、料金などの公表を充実してもらいたい。学校施設の使用についての情報も少ない。
- ・運動不足解消のためスポーツクラブなど低料金で使える県や市の施設があるとよい。
- ・家庭で出来る健康づくりの話や体操（ストレッチ）など身近で体験する機会が欲しい。
- ・運動の必要性は充分わかっているのだが長続きしない。
- ・運動したいが中々1人ではできない。
- ・運動する機会がないし、何を運動したら良いのか分からないが、楽しく健康づくりをしたい。

- ・急がしく運動する時間がないので生活の中で体を動かす様、気をつけている。アンケート調査で日常している運動を調べてもらいたい。
- ・居住地の近くで気軽に運動出来るような施設があるといいと思います。
- ・健康づくりのためプールで泳ぎたいが、時間の制約（プール側に）があり、利用しづらい。  
※いつでも利用できるプールがない。有料施設では高すぎて通えない。
- ・公園に大人が運動するのに適したアスレチックを作ってもいたい。
- ・公民館を運動のためにもっと利用しやすくして欲しい。
- ・子育て中でも子供を預けてスポーツジム等で運動できるようにして欲しい。
- ・市町村で若い人を対象とした健康づくり教室等を実施して欲しい。
- ・市町村で定期的に、シリーズで健康体操等を計画して欲しい。一人では出来ない。
- ・スポーツジム、室内プール等の施設が欲しい。
- ・安く利用できるスポーツジム等の公共の施設がもっと多く欲しい。
- ・水温が高齢者に適した水中ウォーキングの施設が各市町村毎に欲しい。
- ・市町村で主婦を対象にしたエアロビクス等の運動教室を企画して欲しい。
- ・日曜日にも健康体操等を実施できる（教えてもらえる）場所を知りたい。

## ◎健康診断等

- ・市から健康手帳や無料診断の案内を頂くが活用出来ない（平日に休みが取れない）ので予算を使わないで欲しい。
- ・主婦等健診のチャンスが少ない。
- ・定年してからは定期的健康診断が無いため受けていない。
- ・子宮がん、乳がんの検診が、一箇所で行える機会を増やして欲しい。
- ・市などの健康診断を幅広い年代から受けられるようにしてほしい。
- ・市の健診の時に、家の中でできる軽い体操、運動などの実演、指導等があると参考になる。
- ・検診後の保健指導を充実させてほしい。

## ◎情報等

- ・テレビの情報を参考にしている。
- ・「健康づくり」情報が手元に届くシステムを考えて欲しい。県広報紙「ひばり」など活用するのが効果的。
- ・運動、食事、睡眠等のよりよい情報や指導を受たい。
- ・市町村等で、定期的に健康づくりセミナーを行い、高齢者の健康の維持を前向きにする。

- ・調査の分析結果の具体的活用法を一般県民と調査協力に応じた人に知らせることが必要。
- ・自治体の健康に関するお知らせが不十分。インターネットなどで情報を収集しているが、高齢者のみの世帯では、正しい情報が伝わっていないと思う。

### ◎たばこ

- ・タバコをやめようとしてもなかなか止められない。
- ・タバコを自分がやめても、回りの人の煙を吸うと気になる。
- ・運動する時間を作りタバコの本数を減らしたい。

### ◎健康づくりの推進等

- ・健康問題は各自の意識が高まらなければならないと思う。行政がリードすることは良いが、もっと身近な学校や地域が中心で行うべきである。
- ・トレーナーの健康体操指導やトレーニングマシンが整備された「市民健康パーク」を希望する。

### ◎意識・行動等

- ・これから先、どんな事に注意したら健康に生きて行けるか不安。
- ・ストレスに注意。毎日毎日を今が幸であると思って生活をしている。
- ・ストレスをためるような考え方や生活をしないように心がける。
- ・よく食べ、よくねむり、よく運動する。
- ・より健康で過ごせるよう、まず体重を減らすことを努力しようと思う。
- ・運動する機会がなく何を運動したら良いのか分からない。飽きずに手軽に出来る運動の情報が欲しい。
- ・運動する時間を作りたい。タバコの本数を減らしたい。
- ・塩分の取り過ぎ・カロリーの取り過ぎを注意している。
- ・塩分をひかえ、タバコは吸わない。
- ・禁酒の項目も必要、アルコール依存症の問題もある。

### ◎休養・睡眠・ストレス等

- ・最近、私の周りには、睡眠時間の少ない人が多い気がする。
- ・病気の原因はストレスである。ストレス社会にならないよう、社会全体で考え、つまらない社会にしないよう国民全体でもっと楽しい職場にすることを実施すべき。

## ◎医療

- ・ 医者の待ち時間が長すぎる。
- ・ 医療費より予防に予算を使った方が良い。
- ・ 総合病院と、公立の老人福祉施設を市内に設置し、案心して暮らせる市になって欲しい。
- ・ 信頼できる病院（医師）がない。市で病院等を紹介して欲しい。又は、ランク付けしても良い。
- ・ 人間ドッグを受ける機会を増やして欲しい。
- ・ 保険診療停止。良い病院、悪い病院のランクを公表する。
- ・ 定期的に痴呆を調べる費用や相談施設を教えてください。
- ・ 不妊治療費の市町村補助を考えて欲しい。
- ・ 婦人科が少なくて困る。
- ・ 他県に比べ精神医療が遅れていると感じる。
- ・ 予防も大切だが医療費等が上っている事は、不安をあおりストレスになっている。
- ・ 女性特有の病気（乳がんなど）が最近若い女性にも増えており、早期発見できるよう、国や県で検診の啓発を促進して欲しい。また、女性が気軽に検診を受けられるようなシステムになればよい。

## ◎その他

- ・ 市町村が実施する「生きがい対応型通所事業補助施設」を各町内位に設置し利用出来る（運動面での）と良い。
- ・ 年金を少し増やしてもらい、すきなことをやりたい。





## IV 集計表



#### IV 集計表

##### －年齢・家族構成・職業別調査人数－

		総数	男性	女性
計		2,852人	1,334人	1,518人
		(100.0%)	(46.8%)	(53.2%)
年 齢 別	10代	300人 (100.0%)	147人 (49.0%)	153人 (51.0%)
	20代	249人 (100.0%)	113人 (45.4%)	136人 (54.6%)
	30代	313人 (100.0%)	144人 (46.0%)	169人 (54.0%)
	40代	410人 (100.0%)	175人 (42.7%)	235人 (57.3%)
	50代	467人 (100.0%)	223人 (47.8%)	244人 (52.2%)
	60代	568人 (100.0%)	263人 (46.3%)	305人 (53.7%)
	70代	545人 (100.0%)	269人 (49.4%)	276人 (50.6%)
家 族 構 成 別	1人暮らし	194人 (100.0%)	96人 (49.5%)	98人 (50.5%)
	その他	2,658人 (100.0%)	1,238人 (46.6%)	1,420人 (53.4%)
職 業 別	農・林・畜産・水産業	220人 (100.0%)	131人 (59.5%)	89人 (40.5%)
	自営業（商業，サービス業，個人工場など）	263人 (100.0%)	162人 (61.6%)	101人 (38.4%)
	勤め人（管理職，専門職などデスクワークが主な仕事）	375人 (100.0%)	219人 (58.4%)	156人 (41.6%)
	勤め人（販売，サービスなど動くことが多い仕事）	214人 (100.0%)	120人 (56.1%)	94人 (43.9%)
	勤め人（工場などで身体を動かす仕事）	230人 (100.0%)	178人 (77.4%)	52人 (22.6%)
	パートタイム，またはアルバイト	237人 (100.0%)	38人 (16.0%)	199人 (84.0%)
	専業主婦，家事	421人 (100.0%)	1人 (0.2%)	420人 (99.8%)
	学生	300人 (100.0%)	153人 (51.0%)	147人 (49.0%)
	無職	495人 (100.0%)	281人 (56.8%)	214人 (43.2%)
	その他	97人 (100.0%)	51人 (52.6%)	46人 (47.4%)

－市町村・性別調査人数－

	計	男性	女性
全県	2,852人	1,334人	1,518人
	(100.0%)	(46.8%)	(53.2%)
水戸市	341人	157人	184人
	(100.0%)	(46.0%)	(54.0%)
日立市	330人	169人	161人
	(100.0%)	(51.2%)	(48.8%)
常陸太田市	357人	168人	189人
	(100.0%)	(47.1%)	(52.9%)
行方市	327人	151人	176人
	(100.0%)	(46.2%)	(53.8%)
土浦市	300人	128人	172人
	(100.0%)	(42.7%)	(57.3%)
常総市	307人	146人	161人
	(100.0%)	(47.6%)	(52.4%)
河内町	300人	132人	168人
	(100.0%)	(44.0%)	(56.0%)
筑西市	316人	154人	162人
	(100.0%)	(48.7%)	(51.3%)
坂東市	274人	129人	145人
	(100.0%)	(47.1%)	(52.9%)

－市町村別・年代別調査人数－

	計	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代
全県	2,852人	300人	249人	313人	410人	467人	568人	545人
	(100.0%)	(10.5%)	(8.7%)	(11.0%)	(14.4%)	(16.4%)	(19.9%)	(19.1%)
水戸市	341人	34人	26人	32人	49人	57人	73人	70人
	(100.0%)	(10.0%)	(7.6%)	(9.4%)	(14.4%)	(16.7%)	(21.4%)	(20.5%)
日立市	330人	31人	26人	39人	54人	52人	67人	61人
	(100.0%)	(9.4%)	(7.9%)	(11.8%)	(16.4%)	(15.8%)	(20.3%)	(18.5%)
常陸太田市	357人	40人	32人	39人	53人	57人	66人	70人
	(100.0%)	(11.2%)	(9.0%)	(10.9%)	(14.8%)	(16.0%)	(18.5%)	(19.6%)
行方市	327人	36人	32人	38人	45人	56人	59人	61人
	(100.0%)	(11.0%)	(9.8%)	(11.6%)	(13.8%)	(17.1%)	(18.0%)	(18.7%)
土浦市	300人	30人	22人	32人	36人	51人	67人	62人
	(100.0%)	(10.0%)	(7.3%)	(10.7%)	(12.0%)	(17.0%)	(22.3%)	(20.7%)
常総市	307人	35人	30人	27人	39人	54人	62人	60人
	(100.0%)	(11.4%)	(9.8%)	(8.8%)	(12.7%)	(17.6%)	(20.2%)	(19.5%)
河内町	300人	34人	22人	30人	43人	46人	61人	64人
	(100.0%)	(11.3%)	(7.3%)	(10.0%)	(14.3%)	(15.3%)	(20.3%)	(21.3%)
筑西市	316人	35人	30人	39人	49人	53人	55人	55人
	(100.0%)	(11.1%)	(9.5%)	(12.3%)	(15.5%)	(16.8%)	(17.4%)	(17.4%)
坂東市	274人	25人	29人	37人	42人	41人	58人	42人
	(100.0%)	(9.1%)	(10.6%)	(13.5%)	(15.3%)	(15.0%)	(21.2%)	(15.3%)

－市町村・同居の有無別調査人数－

	計	1人暮らし	その他
全県	2,852人	194人	2,658人
	(100.0%)	(6.8%)	(93.2%)
水戸市	341人	38人	303人
	(100.0%)	(11.1%)	(88.9%)
日立市	330人	26人	304人
	(100.0%)	(7.9%)	(92.1%)
常陸太田市	357人	29人	328人
	(100.0%)	(8.1%)	(91.9%)
行方市	327人	17人	310人
	(100.0%)	(5.2%)	(94.8%)
土浦市	300人	35人	265人
	(100.0%)	(11.7%)	(88.3%)
常総市	307人	9人	298人
	(100.0%)	(2.9%)	(97.1%)
河内町	300人	9人	291人
	(100.0%)	(3.0%)	(97.0%)
筑西市	316人	19人	297人
	(100.0%)	(6.0%)	(94.0%)
坂東市	274人	12人	262人
	(100.0%)	(4.4%)	(95.6%)

★食生活習慣

問1 あなたは、1日3食、規則正しく食事をしていますか。

		総数	毎日 そうして いる	時々 そうして いる	ほとん どして いない	無回 答
全体		2,852	79.0	13.8	6.9	0.4
男性		1,334	75.9	14.2	9.7	0.2
女性		1,518	81.6	13.4	4.4	0.5
男性	10代	147	71.4	19.7	8.8	
	20代	113	44.2	28.3	27.4	
	30代	144	58.3	25.0	16.7	
	40代	175	66.3	19.4	14.3	
	50代	223	77.1	13.5	9.0	0.4
	60代	263	88.6	7.2	3.8	0.4
	70代	269	94.1	3.3	2.2	0.4
女性	10代	153	69.3	24.8	5.9	
	20代	136	62.5	24.3	13.2	
	30代	169	77.5	14.2	8.3	
	40代	235	83.4	13.6	2.1	0.9
	50代	244	79.9	13.9	5.7	0.4
	60代	305	89.2	8.5	1.6	0.7
	70代	276	92.0	6.2	0.7	1.1

★食生活習慣

問2 あなたは、食事を食べないことがありますか。

		総数	朝食 を食 べな い	昼食 を食 べな い	夕食 を食 べな い	3食 とも 食 べ て い る
全体		2,852	15.1	3.6	3.5	77.3
男性		1,334	17.8	3.8	3.7	74.1
女性		1,518	12.8	3.4	3.2	80.2
男性	10代	147	26.5	1.4	3.4	71.4
	20代	113	52.2	6.2	1.8	45.1
	30代	144	33.3	7.6	4.2	58.3
	40代	175	25.1	3.4	4.0	68.0
	50代	223	12.1	6.3	4.9	75.8
	60代	263	6.1	2.7	3.8	82.5
	70代	269	1.5	1.5	3.3	90.3
女性	10代	153	27.5	4.6	4.6	67.3
	20代	136	30.1	6.6	7.4	60.3
	30代	169	21.3	4.7	4.1	72.8
	40代	235	12.8	3.0	2.6	80.4
	50代	244	9.8	3.7	4.1	81.6
	60代	305	5.6	1.6	2.0	88.9
	70代	276	1.8	2.2	1.1	90.6

★食生活習慣

問3 あなたは、現在の自分の食生活に問題があると思いますか。(理由)

		総数	時間が不規則	欠食	塩分の摂り過ぎ	カロリーの摂り過ぎ	その他
全体		1,452	27.5	8.5	24.1	40.7	10.9
男性		655	31.6	8.7	24.3	37.6	9.2
女性		797	24.2	8.4	24.0	43.3	12.3
男性	10代	75	36.0	9.3	10.7	25.3	25.3
	20代	83	48.2	21.7	13.3	31.3	13.3
	30代	99	43.4	10.1	19.2	47.5	5.1
	40代	117	33.3	8.5	23.9	41.0	6.8
	50代	128	31.3	3.9	24.2	43.0	4.7
	60代	91	16.5	5.5	36.3	36.3	6.6
	70代	62	4.8	3.2	46.8	29.0	8.1
女性	10代	98	34.7	11.2	10.2	39.8	11.2
	20代	89	40.4	20.2	22.5	33.7	6.7
	30代	113	19.5	14.2	12.4	42.5	23.0
	40代	147	23.8	5.4	14.3	51.7	14.3
	50代	148	24.3	5.4	25.7	51.4	9.5
	60代	130	15.4	3.1	42.3	41.5	8.5
	70代	72	13.9	2.8	45.8	30.6	12.5

★食生活習慣

問4 あなたは飲食店、レストラン、食品売場及び職場(学校)の給食施設・食堂等のような場所で食品や料理の栄養成分表示を参考にメニューを選びますか。

		総数	ぶい つも 参考 にして 選	時 々 参 考 に し て 選 ぶ	い ほ と ん ど 参 考 に し な	見 か け た こ と が 無 い	無 回 答
全体		2,852	5.5	34.8	43.6	14.7	1.4
男性		1,334	3.5	22.5	53.2	19.4	1.3
女性		1,518	7.2	45.6	35.2	10.6	1.4
男性	10代	147	1.4	23.8	55.8	18.4	0.7
	20代	113	4.4	26.5	60.2	8.8	
	30代	144	4.2	20.1	65.3	10.4	
	40代	175	2.9	18.9	63.4	14.9	
	50代	223	1.3	24.2	50.7	22.9	0.9
	60代	263	4.6	23.2	49.0	22.1	1.1
	70代	269	5.2	21.6	42.0	26.8	4.5
女性	10代	153	7.8	40.5	44.4	7.2	
	20代	136	2.9	52.9	41.2	2.9	
	30代	169	7.7	60.4	27.8	4.1	
	40代	235	9.4	51.1	33.6	5.1	0.9
	50代	244	5.7	43.4	33.2	17.6	
	60代	305	5.9	43.3	34.1	14.4	2.3
	70代	276	9.8	35.5	35.9	14.5	4.3

★食生活習慣

問5 コマ型の「食事バランスガイド」(図)を参考にしてメニューを考えたり、選んだりしますか。

		総数	いほ ぼ 毎 食 参 考 に し て	毎 日 1 食 は 参 考 に し て	時 々 参 考 に し て い る	い ほ と ん ど 参 考 に し な い	見 か け た こ と が な い	無 回 答
全体		2,852	3.4	5.4	19.3	32.3	37.8	1.7
男性		1,334	2.2	3.7	12.7	35.5	44.2	1.6
女性		1,518	4.5	6.9	25.0	29.6	32.3	1.8
男性	10代	147	0.7	3.4	7.5	40.8	47.6	
	20代	113	0.9	2.7	10.6	40.7	44.2	0.9
	30代	144		2.1	6.9	40.3	50.0	0.7
	40代	175	1.7	3.4	12.0	41.7	40.6	0.6
	50代	223	2.2	1.3	13.5	30.9	51.1	0.9
	60代	263	3.4	5.3	19.8	31.6	37.6	2.3
	70代	269	4.1	5.9	12.6	31.2	42.0	4.1
女性	10代	153	1.3	2.0	15.0	39.2	42.5	
	20代	136	2.9	5.9	12.5	39.0	39.0	0.7
	30代	169	2.4	8.9	21.9	35.5	31.4	
	40代	235	5.5	3.4	31.9	31.5	26.8	0.9
	50代	244	3.3	8.2	25.4	27.9	34.4	0.8
	60代	305	4.6	9.5	27.5	25.6	30.2	2.6
	70代	276	8.3	7.6	29.7	20.3	29.0	5.1

★食生活習慣

問6 食育とは、様々な経験を通じて、食に関する知識を身につけ、健全な食生活を送ることができる人を育てることです。あなたは「食育」に関心がありますか。

		総数	関 心 が あ る	心 ど ち ら か あ る か と い え ば 関	心 ど ち ら か な い か と い え ば 関	関 心 が な い	無 回 答
全体		2,852	33.4	41.3	16.9	7.6	0.8
男性		1,334	25.1	40.7	21.5	11.9	0.7
女性		1,518	40.7	41.8	12.9	3.8	0.8
男性	10代	147	15.0	30.6	30.6	22.4	1.4
	20代	113	16.8	38.9	25.7	18.6	
	30代	144	11.1	53.5	20.8	14.6	
	40代	175	21.1	49.7	19.4	9.7	
	50代	223	29.1	39.5	23.8	7.2	0.4
	60代	263	30.8	42.6	19.0	7.2	0.4
	70代	269	35.3	33.5	17.1	11.9	2.2
女性	10代	153	18.3	46.4	22.9	12.4	
	20代	136	28.7	49.3	16.2	5.9	
	30代	169	35.5	40.2	20.1	4.1	
	40代	235	33.6	52.8	12.8		0.9
	50代	244	48.8	39.3	9.4	2.5	
	60代	305	52.8	37.7	5.9	2.6	1.0
	70代	276	47.8	34.1	12.3	3.3	2.5



★運動

問7 あなたは、健康づくりのために定期的に運動をしていますか。

		総数	る週に3回以上している	る週に1〜2回している	る月に2〜3回している	月に1回している	ほとんどしていない	無回答
全体		2,852	20.6	20.5	9.0	2.8	45.9	1.2
男性		1,334	21.5	20.2	10.2	3.3	43.7	1.0
女性		1,518	19.8	20.7	8.0	2.4	47.8	1.3
男性	10代	147	43.5	21.1	8.2	3.4	23.8	
	20代	113	8.0	21.2	13.3	5.3	52.2	
	30代	144	6.3	21.5	11.1	5.6	54.9	0.7
	40代	175	11.4	21.1	7.4	4.0	55.4	0.6
	50代	223	13.9	14.3	13.9	3.6	53.4	0.9
	60代	263	28.5	22.1	10.6	1.5	36.5	0.8
	70代	269	29.4	21.2	7.8	2.2	36.4	3.0
女性	10代	153	24.8	26.1	7.2	0.7	41.2	
	20代	136	10.3	17.6	5.9	4.4	61.8	
	30代	169	7.7	18.3	6.5	1.2	66.3	
	40代	235	11.9	13.6	5.1	5.5	62.1	1.7
	50代	244	16.4	21.3	7.0	1.6	52.9	0.8
	60代	305	27.5	22.6	9.2	2.3	38.0	0.3
	70代	276	30.4	23.9	12.3	1.1	27.5	4.7

★運動

問8 あなたは、普段、車やエレベーターなどを使わずになるべく歩くように心がけていますか。

		総数	心がけている	少し心がけている	心がけていない	無回答
全体		2,852	25.1	50.6	23.8	0.5
男性		1,334	24.0	47.1	28.4	0.5
女性		1,518	26.0	53.8	19.7	0.5
男性	10代	147	29.3	38.1	32.7	
	20代	113	12.4	45.1	42.5	
	30代	144	12.5	51.4	36.1	
	40代	175	24.0	44.0	32.0	
	50代	223	22.4	48.9	28.3	0.4
	60代	263	25.5	52.1	21.3	1.1
	70代	269	32.0	46.1	20.8	1.1
女性	10代	153	23.5	52.9	23.5	
	20代	136	14.7	52.9	32.4	
	30代	169	13.6	59.2	27.2	
	40代	235	14.5	58.7	26.0	0.9
	50代	244	25.4	57.8	16.4	0.4
	60代	305	36.1	51.8	11.5	0.7
	70代	276	39.9	45.7	13.4	1.1

★休養, ストレス, 生きがい

問9 普段の睡眠はあなたにとって十分だと思いますか。

		総数	思う	思わない	わからない	無回答
全体		2,852	57.9	32.7	8.5	0.9
男性		1,334	58.6	31.7	9.0	0.7
女性		1,518	57.2	33.6	8.0	1.2
男性	10代	147	40.1	49.7	10.2	
	20代	113	41.6	45.1	13.3	
	30代	144	44.4	43.1	11.8	0.7
	40代	175	47.4	44.6	8.0	
	50代	223	56.5	34.5	8.1	0.9
	60代	263	76.0	14.8	8.4	0.8
	70代	269	75.5	16.0	7.1	1.5
女性	10代	153	36.6	52.3	10.5	0.7
	20代	136	50.0	35.3	14.7	
	30代	169	48.5	43.2	8.3	
	40代	235	45.5	44.7	8.5	1.3
	50代	244	57.4	35.2	7.4	
	60代	305	66.9	24.3	7.5	1.3
	70代	276	76.4	15.9	4.0	3.6

★休養, ストレス, 生きがい

問10 あなたは、最近1ヶ月間でストレスや悩み、イライラなどを感じていますか。

		総数	いつも感じている	時々感じている	あまり感じていない	感じていない	無回答
全体		2,852	17.1	49.2	24.2	8.9	0.7
男性		1,334	14.8	46.3	26.5	11.7	0.6
女性		1,518	19.0	51.6	22.1	6.5	0.7
男性	10代	147	15.0	51.0	23.8	10.2	
	20代	113	20.4	54.9	23.0	1.8	
	30代	144	27.1	52.1	17.4	3.5	
	40代	175	23.4	57.7	17.7	1.1	
	50代	223	17.9	51.1	19.3	11.2	0.4
	60代	263	6.1	38.4	37.3	17.9	0.4
	70代	269	6.3	33.5	35.7	22.3	2.2
女性	10代	153	26.8	52.9	16.3	2.6	1.3
	20代	136	16.9	58.1	22.8	2.2	
	30代	169	27.8	60.4	10.7	1.2	
	40代	235	24.7	55.7	15.7	2.6	1.3
	50代	244	21.7	47.1	25.0	6.1	
	60代	305	12.1	50.2	26.6	10.5	0.7
	70代	276	10.9	44.6	29.7	13.4	1.4

★休養, ストレス, 生きがい

問11 問10で「1」「2」と回答した方にお聞きます。ストレスを感じている理由として、あてはまる番号を全て選んでください。

		総数	多忙なため	家事関係	仕事関係	勉強関係	家族関係	友人関係	金銭関係	恋愛関係	その他
全体		1,889	25.2	13.3	40.8	9.5	30.8	7.8	20.6	4.4	15.0
男性		816	27.2	5.6	53.2	11.0	19.2	5.6	21.0	3.6	13.5
女性		1,073	23.7	19.2	31.4	8.4	39.5	9.5	20.3	5.0	16.1
男性	10代	97	24.7		8.2	62.9	11.3	22.7	16.5	13.4	15.5
	20代	85	35.3	1.2	70.6	25.9	10.6	7.1	29.4	9.4	11.8
	30代	114	30.7	4.4	80.7	0.9	22.8	3.5	21.1	3.5	9.6
	40代	142	31.7	4.9	81.0	0.7	19.0	1.4	24.6	1.4	6.3
	50代	154	37.0	5.2	66.2	0.6	19.5	2.6	14.9		9.1
	60代	117	17.1	6.0	34.2	1.7	22.2	3.4	27.4	1.7	21.4
	70代	107	10.3	16.8	15.9	1.9	26.2	3.7	15.0		24.3
女性	10代	122	27.9	5.7	13.9	51.6	21.3	36.9	18.9	19.7	23.8
	20代	102	26.5	12.7	58.8	6.9	24.5	9.8	22.5	19.6	11.8
	30代	149	26.2	32.2	49.7	2.7	45.6	7.4	30.9	4.7	18.1
	40代	189	30.2	16.4	43.9	4.8	46.0	5.3	27.0	1.6	14.8
	50代	168	29.8	20.8	37.5	2.4	46.4	3.6	20.8		13.1
	60代	190	18.4	22.1	16.8	0.5	43.7	4.7	12.6		16.8
	70代	153	7.8	19.6	5.2	1.3	37.3	7.2	10.5		15.0

★循環器疾患

問12 内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)の内容を知っていますか。

		総数	内容を知っている	いある葉が内容は知らなは	知らなかった	無回答
全体		2,852	56.2	33.0	9.3	1.5
男性		1,334	52.2	34.5	11.8	1.6
女性		1,518	59.7	31.8	7.1	1.4
男性	10代	147	19.0	49.7	30.6	0.7
	20代	113	38.9	40.7	20.4	
	30代	144	49.3	38.2	11.8	0.7
	40代	175	60.0	33.7	6.3	
	50代	223	64.1	28.7	6.7	0.4
	60代	263	62.4	29.3	5.7	2.7
	70代	269	52.4	32.0	11.5	4.1
女性	10代	153	29.4	43.8	25.5	1.3
	20代	136	40.4	52.2	6.6	0.7
	30代	169	55.6	36.7	7.1	0.6
	40代	235	66.0	31.5	1.7	0.9
	50代	244	71.7	23.8	3.7	0.8
	60代	305	71.8	24.9	2.6	0.7
	70代	276	59.4	26.8	9.8	4.0

★循環器疾患

問13 あなたは、健康診断を受けていますか。

		総数	1年に1回程度受けて	2年に1回程度受けて	受けたことがない	医療機関にかかっていないため健康診断は受けていない	わからない	無回答	計
全体		2,852	64.1	7.7	10.9	13.2	2.8	1.3	100.0
男性		1,334	67.4	6.5	11.0	11.6	2.5	0.9	100.0
女性		1,518	61.2	8.8	10.7	14.6	3.0	1.6	100.0
男性	10代	147	55.8	4.8	23.1	0.7	15.6		100.0
	20代	113	67.3	7.1	17.7	1.8	6.2		100.0
	30代	144	80.6	5.6	9.7	2.8	0.7	0.7	100.0
	40代	175	80.6	8.6	9.7	1.1			100.0
	50代	223	73.5	7.2	9.0	8.5	0.9	0.9	100.0
	60代	263	63.1	7.2	9.1	19.8		0.8	100.0
	70代	269	57.2	5.2	6.7	27.9	0.4	2.6	100.0
女性	10代	153	58.2	2.6	24.2	1.3	13.1	0.7	100.0
	20代	136	60.3	7.4	21.3	5.1	5.1	0.7	100.0
	30代	169	63.9	13.0	13.6	5.3	3.6	0.6	100.0
	40代	235	58.7	13.2	14.5	8.5	2.6	2.6	100.0
	50代	244	69.7	8.2	9.4	10.2	1.6	0.8	100.0
	60代	305	63.9	9.8	2.6	21.0	1.0	1.6	100.0
	70代	276	53.3	6.2	3.3	34.4		2.9	100.0

★循環器疾患

問14 問13で「1」と回答した方にお聞きます。何か指摘を受けたことがありますか。あてはまる番号を全て選んでください。

		総数	肥満	い) 高血圧 (血圧が高い)	ロ) 高脂血症 (コレステロールが高い)	い) 糖尿病 (血糖が高い)	その他	指摘されなかった
全体		1,828	16.4	19.8	27.8	7.0	16.1	33.4
男性		899	18.1	22.8	26.9	9.6	14.5	32.1
女性		929	14.7	16.9	28.7	4.5	17.7	34.6
男性	10代	82	4.9	1.2			4.9	89.0
	20代	76	15.8	5.3	15.8	1.3	11.8	61.8
	30代	116	19.0	8.6	25.9	2.6	15.5	44.0
	40代	141	22.0	19.1	38.3	9.9	18.4	25.5
	50代	164	20.7	25.0	37.2	11.6	17.7	17.7
	60代	166	17.5	36.7	27.7	15.7	19.9	15.7
	70代	154	20.1	39.6	25.3	14.9	7.1	17.5
女性	10代	89	5.6		2.2		15.7	76.4
	20代	82	4.9		8.5	1.2	24.4	63.4
	30代	108	13.9	1.9	15.7	0.9	24.1	53.7
	40代	138	14.5	2.2	30.4	2.2	21.7	38.4
	50代	170	18.8	20.0	40.0	5.9	21.2	22.4
	60代	195	20.5	31.8	43.6	9.2	12.8	11.8
	70代	147	14.3	38.1	31.3	6.1	8.8	19.7

★循環器疾患

問15 問14で指摘を受けたことについて、保健指導(食事や生活習慣の改善の指導)を受けましたか。

		総数	はい	いいえ	無回答
全体		1,197	58.1	40.0	1.8
男性		600	59.2	39.3	1.5
女性		597	57.1	40.7	2.2
男性	10代	8	25.0	75.0	
	20代	29	27.6	72.4	
	30代	64	32.8	65.6	1.6
	40代	104	55.8	43.3	1.0
	50代	134	59.7	39.6	0.7
	60代	138	74.6	23.9	1.4
	70代	123	67.5	29.3	3.3
女性	10代	21	23.8	76.2	
	20代	28	21.4	78.6	
	30代	50	40.0	60.0	
	40代	85	48.2	50.6	1.2
	50代	132	62.9	34.8	2.3
	60代	169	68.0	29.0	3.0
	70代	112	63.4	33.0	3.6

★循環器疾患

問16 問15で「1」と答えた方にお聞きます。最終的に、医療機関を受診しましたか。

		総数	勧められて受診した	勧められたが受診しなかつた	受診は勧められなかつた	無回答
全体		696	71.1	5.6	22.0	1.3
男性		355	70.7	8.2	20.0	1.1
女性		341	71.6	2.9	24.0	1.5
男性	10代	2	100.0			
	20代	8	62.5		37.5	
	30代	21	47.6	19.0	33.3	
	40代	58	44.8	13.8	41.4	
	50代	80	76.3	10.0	12.5	1.3
	60代	103	76.7	4.9	18.4	
	70代	83	81.9	4.8	9.6	3.6
女性	10代	5	20.0	20.0	60.0	
	20代	6	50.0		50.0	
	30代	20	50.0	5.0	45.0	
	40代	41	56.1		41.5	2.4
	50代	83	69.9	7.2	22.9	
	60代	115	79.1	0.9	19.1	0.9
	70代	71	81.7	1.4	12.7	4.2

★生活習慣病・健康管理

問17 次にあげるような生活習慣は、脳卒中やがん、心筋梗塞、糖尿病などのいわゆる「生活習慣病」の危険因子になり得ますが、この中からあなたが日常気を付けているものを全て選んで下さい。

		総数	喫煙	大量飲酒	塩分の摂りすぎ	運動不足	すぎ(脂肪・エネルギー)の摂り	偏った食生活	過度のストレス	肥満	睡眠不足
全体		2,852	19.2	19.8	46.3	48.4	46.1	34.6	22.2	38.3	31.6
男性		1,334	26.5	29.5	42.6	46.2	38.1	29.0	19.0	33.4	29.4
女性		1,518	12.8	11.3	49.5	50.3	53.2	39.5	25.0	42.6	33.5
男性	10代	147	15.6	15.6	22.4	34.0	33.3	33.3	12.9	29.9	38.8
	20代	113	32.7	25.7	29.2	44.2	40.7	38.9	21.2	36.3	35.4
	30代	144	22.2	25.7	27.1	45.8	38.2	33.3	16.0	36.1	27.8
	40代	175	28.6	37.7	37.7	46.9	38.9	30.3	26.9	29.7	37.1
	50代	223	28.7	35.0	45.7	52.9	43.9	22.4	28.7	37.2	29.6
	60代	263	28.5	36.9	59.3	50.6	42.6	30.8	16.3	35.0	24.7
	70代	269	26.8	23.4	51.7	43.5	29.7	23.0	12.6	30.1	21.9
女性	10代	153	21.6	17.6	26.8	47.1	51.6	43.8	19.0	46.4	42.5
	20代	136	14.0	8.8	37.5	41.9	55.1	58.1	25.7	43.4	40.4
	30代	169	14.2	12.4	34.9	47.3	58.6	49.1	27.2	43.2	39.1
	40代	235	17.4	17.0	42.6	46.4	63.4	46.8	30.6	46.8	31.5
	50代	244	12.7	12.7	56.6	58.6	63.5	42.6	29.1	50.0	34.0
	60代	305	10.5	9.8	66.9	56.7	52.5	33.1	26.9	44.6	30.8
	70代	276	5.4	4.0	57.6	46.7	33.0	20.3	16.3	27.2	26.1

★生活習慣病・健康管理

問18 現在治療している病気はありますか。

		総数	なし	高血圧症	高脂血症	筋心臓病(狭心症、心筋梗塞など)	脳卒中(脳梗塞、出血など)	がん	糖尿病	含肝機能障害(脂肪肝)	胃・十二指腸潰瘍	歯周病
全体		2,852	48.2	17.5	4.9	3.6	1.4	1.4	5.2	2.2	2.4	3.2
男性		1,334	48.3	18.3	3.9	3.9	1.7	1.7	6.1	3.0	3.1	3.1
女性		1,518	48.2	16.8	5.8	3.4	1.2	1.2	4.4	1.4	1.8	3.3
男性	10代	147	76.2									1.4
	20代	113	74.3		0.9				0.9		1.8	0.9
	30代	144	77.1	2.1			0.7	0.7	0.7	0.7	0.7	2.1
	40代	175	68.0	5.1	1.7	0.6		0.6	1.7	1.1	2.3	3.4
	50代	223	43.0	20.2	5.4	1.3	0.4	0.4	7.6	5.8	5.4	5.8
	60代	263	26.2	30.0	4.2	6.8	3.4	4.6	11.0	5.7	2.3	4.6
	70代	269	19.7	40.1	9.3	11.2	4.5	3.0	11.5	3.3	5.9	1.5
女性	10代	153	74.5			0.7						0.7
	20代	136	83.1								0.7	1.5
	30代	169	74.6	0.6	1.2						1.8	4.7
	40代	235	61.7	2.6	1.3	0.4	0.4	1.7	2.6	0.4	1.3	6.4
	50代	244	50.0	14.8	8.6	0.4	0.4	1.2	4.1	2.5	1.6	2.5
	60代	305	25.9	32.8	13.4	3.6	2.6	2.6	6.2	2.3	3.6	4.3
	70代	276	12.0	40.6	7.6	13.8	2.9	1.1	11.6	2.9	2.2	1.8

★生活習慣病・健康管理

問18 現在治療している病気はありますか。

		総数	歯周病	不眠症	腰痛症	その他
全体		2,852	3.2	1.8	7.0	9.5
男性		1,334	3.1	1.5	6.1	7.9
女性		1,518	3.3	2.1	7.8	10.8
男性	10代	147	1.4			4.8
	20代	113	0.9		5.3	6.2
	30代	144	2.1	1.4	2.8	3.5
	40代	175	3.4	1.1	5.1	8.6
	50代	223	5.8	1.8	5.4	5.4
	60代	263	4.6	1.5	8.7	11.4
	70代	269	1.5	3.0	10.0	11.2
女性	10代	153	0.7	1.3	1.3	7.2
	20代	136	1.5	0.7	1.5	7.4
	30代	169	4.7	0.6	0.6	5.9
	40代	235	6.4	0.9	4.7	12.8
	50代	244	2.5	1.6	7.0	12.3
	60代	305	4.3	4.3	10.2	13.4
	70代	276	1.8	3.3	19.9	11.6

★生活習慣病・健康管理

問19 あなたは、日常生活で血圧管理のためにどのようなことをしていますか。

		総数	自動血圧計などによる血圧のチェック	健診の受診	塩分を控える	アルコールを控える	適度な運動	実施していない	分からない
全体		2,852	24.2	26.3	33.3	9.4	24.6	27.7	5.0
男性		1,334	22.7	22.9	28.7	14.5	24.7	30.4	5.8
女性		1,518	25.6	29.2	37.3	4.9	24.5	25.4	4.2
男性	10代	147		0.7	6.1	4.8	13.6	52.4	25.2
	20代	113	4.4	8.0	15.0	6.2	17.7	51.3	15.0
	30代	144	9.7	13.9	9.7	4.9	18.8	59.0	4.9
	40代	175	13.7	20.0	23.4	11.4	18.9	38.3	4.6
	50代	223	22.0	30.0	33.6	12.6	23.8	26.9	2.7
	60代	263	39.2	31.9	44.5	20.2	33.5	12.9	
	70代	269	40.1	33.5	40.9	26.4	32.7	8.9	1.1
女性	10代	153	2.0	2.0	13.1	3.3	13.1	47.1	26.8
	20代	136	7.4	8.8	19.1	4.4	11.8	54.4	5.1
	30代	169	10.7	17.2	26.6	4.7	14.8	43.2	4.7
	40代	235	18.7	28.5	31.1	5.1	19.1	34.9	0.9
	50代	244	33.6	31.6	41.4	4.5	32.0	17.2	0.4
	60代	305	40.7	40.3	53.8	6.6	37.4	9.5	0.7
	70代	276	38.8	47.8	49.6	4.7	26.8	4.7	1.1

★生活習慣病・健康管理

問20 あなたは、昨年1年間で、がん検診を受けたことがありますか。「胃がん」

		総数	市町村	その他	受けていない
全体		2,852	13.2	13.8	51.1
男性		1,334	12.9	15.5	52.7
女性		1,518	13.5	12.3	49.7
男性	10代	147			84.4
	20代	113	3.5	0.9	84.1
	30代	144	2.1	10.4	72.9
	40代	175	6.9	24.0	54.9
	50代	223	10.8	24.2	51.1
	60代	263	22.1	20.5	35.7
	70代	269	26.4	15.2	27.9
女性	10代	153			88.2
	20代	136	2.2	2.2	86.0
	30代	169	4.7	9.5	67.5
	40代	235	11.5	18.7	50.2
	50代	244	20.1	18.9	38.5
	60代	305	19.0	17.4	32.5
	70代	276	21.7	9.1	28.3

★生活習慣病・健康管理

問20 あなたは、昨年1年間で、がん検診を受けたことがありますか。「肺がん」

		総数	市町村	その他	受けていない
全体		2,852	12.6	10.0	51.2
男性		1,334	12.7	11.9	51.9
女性		1,518	12.6	8.2	50.5
男性	10代	147	0.7		83.7
	20代	113	2.7	0.9	83.2
	30代	144	4.2	8.3	72.9
	40代	175	5.7	20.6	54.9
	50代	223	12.1	21.5	50.2
	60代	263	19.8	14.8	34.2
	70代	269	26.0	8.6	26.8
女性	10代	153			88.2
	20代	136	2.2	1.5	86.0
	30代	169	4.1	7.7	67.5
	40代	235	12.3	10.2	54.5
	50代	244	16.0	15.6	40.2
	60代	305	19.0	11.8	33.1
	70代	276	19.9	4.3	26.8



★生活習慣病・健康管理

問20 あなたは、昨年1年間で、がん検診を受けたことがありますか。「大腸がん」

		総数	市町村	その他	受けていない
全体		2,852	13.0	10.6	52.6
男性		1,334	11.8	13.3	54.0
女性		1,518	14.0	8.1	51.3
男性	10代	147			84.4
	20代	113	0.9	2.7	85.0
	30代	144	0.7	8.3	75.7
	40代	175	8.0	20.0	58.3
	50代	223	11.7	21.1	53.4
	60代	263	18.6	18.3	36.5
	70代	269	24.5	12.3	27.9
女性	10代	153			87.6
	20代	136	1.5	1.5	86.8
	30代	169	5.3	7.1	66.9
	40代	235	11.5	9.8	56.2
	50代	244	19.7	11.5	44.3
	60代	305	23.6	13.8	31.5
	70代	276	19.9	5.8	27.9

★生活習慣病・健康管理

問20 あなたは、昨年1年間で、がん検診を受けたことがありますか。「乳がん」

		総数	市町村	その他	受けていない
全体		1,518	10.6	10.5	54.0
男性		-			
女性		1,518	10.6	10.5	54.0
男性	10代	-			
	20代	-			
	30代	-			
	40代	-			
	50代	-			
	60代	-			
	70代	-			
女性	10代	153			88.9
	20代	136	2.2	3.7	84.6
	30代	169	7.1	17.8	63.3
	40代	235	12.3	20.4	51.9
	50代	244	17.6	17.6	45.5
	60代	305	15.7	7.9	43.0
	70代	276	9.4	3.3	35.1

★生活習慣病・健康管理

問20 あなたは、昨年1年間で、がん検診を受けたことがありますか。「子宮がん」

		総数	市町村	その他	受けていない
全体		1,518	11.9	14.9	51.1
男性		-			
女性		1,518	11.9	14.9	51.1
男性	10代	-			
	20代	-			
	30代	-			
	40代	-			
	50代	-			
	60代	-			
	70代	-			
女性	10代	153		0.7	88.9
	20代	136	5.1	11.8	75.0
	30代	169	11.8	27.2	53.8
	40代	235	14.0	28.9	48.5
	50代	244	18.9	20.5	46.3
	60代	305	15.4	11.1	40.3
	70代	276	9.8	4.0	34.8

★喫煙習慣

問21 あなたは、たばこを吸っていますか。

		総数	以前から吸わない	今は吸わないが以前は吸っていたが	吸っている	無回答
全体		2,852	58.3	18.9	21.0	1.8
男性		1,334	30.8	32.6	35.4	1.2
女性		1,518	82.5	6.8	8.4	2.4
男性	10代	147	85.0	0.7	12.9	1.4
	20代	113	32.7	7.1	59.3	0.9
	30代	144	31.9	16.7	51.4	
	40代	175	21.7	25.1	52.0	1.1
	50代	223	25.1	35.9	37.7	1.3
	60代	263	21.7	46.4	30.4	1.5
	70代	269	19.3	58.0	21.2	1.5
女性	10代	153	94.1	2.0	3.3	0.7
	20代	136	71.3	11.0	16.2	1.5
	30代	169	68.0	8.9	23.1	
	40代	235	76.6	10.6	12.3	0.4
	50代	244	84.0	7.4	7.0	1.6
	60代	305	89.2	3.9	3.9	3.0
	70代	276	86.6	5.4	1.1	6.9

★喫煙習慣

問22 問21で「2」「3」と回答した方の1日の平均本数

		総 数	0 ～ 4 本	5 ～ 9 本	1 0 ～ 1 4 本	1 5 ～ 2 9 本	2 0 ～ 2 4 本	2 5 ～ 2 9 本	3 0 ～ 3 4 本	3 5 ～ 3 9 本	4 0 本 以 上	無 回 答
全体		1,137	2.6	5.8	17.8	11.5	35.8	1.7	9.2	0.3	6.7	8.6
男性		907	0.8	4.1	15.5	11.0	38.9	1.9	10.5	0.3	8.0	8.9
女性		230	10.0	12.6	26.5	13.5	23.5	0.9	4.3		1.3	7.4
男性	10代	20		30.0	15.0	15.0	40.0					
	20代	75	2.7	9.3	29.3	10.7	38.7		4.0		4.0	1.3
	30代	98	1.0	5.1	12.2	18.4	45.9		10.2	1.0	5.1	1.0
	40代	135	2.2	2.2	14.8	9.6	38.5	3.7	17.0	0.7	7.4	3.7
	50代	164	0.6	1.8	11.0	7.9	36.0	3.7	15.9	0.6	11.0	11.6
	60代	202		2.0	15.3	11.9	38.6	2.0	8.9		12.4	8.9
	70代	213		4.2	16.4	9.9	38.5	0.9	7.0		5.6	17.4
女性	10代	8	37.5	12.5	25.0	12.5	12.5					
	20代	37	10.8	16.2	29.7	16.2	5.4		5.4		5.4	10.8
	30代	54	13.0	13.0	25.9	24.1	20.4		1.9			1.9
	40代	54	7.4	14.8	31.5	5.6	29.6		3.7		1.9	5.6
	50代	35	11.4	2.9	17.1	11.4	31.4	5.7	8.6			11.4
	60代	24	4.2	12.5	33.3	8.3	29.2					12.5
	70代	18		16.7	16.7	11.1	33.3		11.1			11.1

★喫煙習慣

問22 問21で「2」「3」と回答した方の喫煙年数

		総 数	0 ～ 4 年	5 ～ 9 年	1 0 ～ 1 4 年	1 5 ～ 2 9 年	2 0 ～ 2 4 年	2 5 ～ 2 9 年	3 0 ～ 3 4 年	3 5 ～ 3 9 年	4 0 年 以 上	無 回 答
全体		1,137	6.9	7.8	12.9	8.5	11.7	7.7	11.5	5.9	17.8	9.1
男性		907	5.6	5.4	11.9	7.6	11.1	8.0	12.9	6.9	21.3	9.2
女性		230	12.2	17.4	17.0	12.2	13.9	6.5	6.1	1.7	3.9	9.1
男性	10代	20	75.0	5.0								20.0
	20代	75	32.0	33.3	24.0	4.0						6.7
	30代	98	1.0	5.1	36.7	33.7	21.4					2.0
	40代	135	3.0	3.0	7.4	7.4	22.2	33.3	17.0	0.7	0.7	5.2
	50代	164	1.2	4.9	6.7	2.4	9.8	3.7	29.3	22.6	8.5	11.0
	60代	202	0.5	2.0	9.4	5.0	8.4	6.9	9.9	5.9	44.1	7.9
	70代	213	1.9	0.9	6.6	4.2	8.0	3.8	12.2	6.1	41.8	14.6
女性	10代	8	87.5									12.5
	20代	37	27.0	48.6	10.8	5.4						8.1
	30代	54	7.4	16.7	38.9	25.9	7.4					3.7
	40代	54	7.4	14.8	11.1	9.3	29.6	16.7	3.7			7.4
	50代	35	5.7	8.6	14.3	11.4	14.3	11.4	22.9	5.7		5.7
	60代	24		8.3	4.2		20.8	4.2	8.3	8.3	25.0	20.8
	70代	18	5.6		11.1	16.7	11.1	5.6	11.1		16.7	22.2

★喫煙習慣

問22 問21で「2」「3」と回答した方の吸い始めた年齢

		総 数	1 0 代	2 0 代	3 0 代	4 0 代	5 0 代	6 0 代	7 0 代	無 回 答
全体		1,137	30.9	53.9	4.4	1.6	0.4	0.3	0.2	8.4
男性		907	32.2	55.1	2.8	0.3	0.4	0.3	0.2	8.6
女性		230	25.7	49.1	10.9	6.5				7.8
男性	10代	20	85.0							15.0
	20代	75	57.3	37.3						5.3
	30代	98	46.9	51.0						2.0
	40代	135	42.2	52.6	0.7					4.4
	50代	164	25.0	62.2	0.6					12.2
	60代	202	29.2	55.9	4.5	1.0	0.5	1.5		7.4
	70代	213	13.6	63.8	6.6	0.5	1.4		0.9	13.1
女性	10代	8	100.0							
	20代	37	45.9	51.4						2.7
	30代	54	33.3	57.4	5.6					3.7
	40代	54	25.9	53.7	7.4	3.7				9.3
	50代	35	5.7	57.1	25.7	8.6				2.9
	60代	24		41.7	16.7	20.8				20.8
	70代	18		22.2	27.8	27.8				22.2

★喫煙習慣

問23 問21で「3」「吸っている」と回答した方にお聞きます。あなたは、たばこをやめたいと思っていますか。

		総 数	や め た い	本 数 を 減 ら し た い	や め た く な い	わ か ら な い	無 回 答
全体		599	32.9	38.2	17.0	10.5	1.3
男性		472	32.4	38.8	18.2	9.3	1.3
女性		127	34.6	36.2	12.6	15.0	1.6
男性	10代	19	15.8	47.4	15.8	21.1	
	20代	67	28.4	29.9	22.4	19.4	
	30代	74	33.8	31.1	21.6	12.2	1.4
	40代	91	28.6	46.2	18.7	6.6	
	50代	84	36.9	40.5	16.7	3.6	2.4
	60代	80	38.8	40.0	15.0	5.0	1.3
	70代	57	31.6	40.4	15.8	8.8	3.5
女性	10代	5	20.0	60.0		20.0	
	20代	22	40.9	36.4	18.2	4.5	
	30代	39	23.1	41.0	12.8	20.5	2.6
	40代	29	44.8	31.0	3.4	20.7	
	50代	17	23.5	47.1	17.6	5.9	5.9
	60代	12	66.7	16.7	8.3	8.3	
	70代	3			66.7	33.3	

★喫煙習慣

問24 問23で「1」と「2」と回答した方にお聞きます。やめられない理由は何ですか。

		総数	タバコが 考えられない 生活は	おいしい	元気が でる	口が さみしい	習慣に なつてしま つ	禁煙外 来がない	ため ならないよ うにする	のみん なが吸つ ている	格好が いい	イライ ラ解消	その他
全体		426	10.1	17.6	4.9	34.7	73.7	1.9	4.2	4.2	1.2	50.7	2.1
男性		336	9.5	18.8	4.5	38.7	73.2	2.1	3.6	4.5	1.5	44.9	2.4
女性		90	12.2	13.3	6.7	20.0	75.6	1.1	6.7	3.3		72.2	1.1
男性	10代	12	8.3		8.3	25.0	75.0		8.3	25.0	16.7	41.7	8.3
	20代	39	20.5	25.6	10.3	41.0	84.6	2.6		10.3	5.1	66.7	2.6
	30代	48	16.7	18.8	2.1	35.4	72.9	2.1	2.1	6.3	2.1	66.7	2.1
	40代	68	2.9	20.6	2.9	42.6	76.5	1.5	4.4	4.4		57.4	1.5
	50代	65	12.3	20.0	6.2	36.9	70.8	1.5	4.6			36.9	6.2
	60代	63	3.2	17.5		34.9	71.4	3.2	1.6	1.6		34.9	
	70代	41	7.3	14.6	7.3	46.3	63.4	2.4	7.3	2.4		7.3	
女性	10代	4	25.0	25.0			75.0					50.0	
	20代	17	17.6	11.8	5.9	29.4	94.1		11.8	11.8		70.6	
	30代	25	16.0	8.0		28.0	84.0		8.0			76.0	
	40代	22	13.6	13.6	18.2	13.6	63.6	4.5	9.1	4.5		68.2	
	50代	12		25.0	8.3	8.3	66.7					66.7	
	60代	10		10.0		20.0	60.0					90.0	10.0
	70代	-											

★喫煙習慣

問25 あなたはこの1週間に、自分以外の人のたばこの煙を吸う機会がありましたか。

		総数	ほとん ど毎日	時々 あつた	全く なかつた	わか らない	無回 答
全体		2,852	26.7	36.6	26.5	2.6	7.6
男性		1,334	28.2	41.5	22.6	2.5	5.2
女性		1,518	25.4	32.3	29.8	2.7	9.7
男性	10代	147	28.6	32.0	32.0	3.4	4.1
	20代	113	48.7	38.1	11.5		1.8
	30代	144	43.8	37.5	13.9	2.8	2.1
	40代	175	39.4	44.0	12.0	1.7	2.9
	50代	223	34.1	45.7	14.8	3.1	2.2
	60代	263	18.6	50.2	23.2	2.3	5.7
	70代	269	8.2	36.4	39.8	3.3	12.3
女性	10代	153	23.5	47.7	20.9	3.3	4.6
	20代	136	34.6	44.1	15.4	3.7	2.2
	30代	169	39.1	34.9	20.7	3.0	2.4
	40代	235	33.6	34.5	27.2	1.7	3.0
	50代	244	30.3	34.8	28.7	1.2	4.9
	60代	305	19.7	23.6	40.0	3.3	13.4
	70代	276	8.7	22.1	39.5	3.3	26.4

★喫煙習慣

問26 問25で、「1」、「2」と回答した方は、その場所を次の中から全て選んで下さい。

		総数	家庭	職場	学校	百貨店	病院	劇場	役場等	飲食店	レクリエーション施設	その他
全体		1,806	38.9	43.0	2.9	1.8	1.1	0.6	0.7	23.5	7.4	11.3
男性		929	23.3	52.7	3.3	1.8	1.4	0.5	1.2	24.5	9.6	12.4
女性		877	55.4	32.7	2.4	1.8	0.7	0.6	0.2	22.3	5.0	10.1
男性	10代	89	52.8	13.5	20.2	2.2				20.2	4.5	13.5
	20代	98	27.6	65.3	13.3	2.0		1.0		22.4	6.1	8.2
	30代	117	11.1	76.9		2.6			0.9	17.9	9.4	8.5
	40代	146	17.1	73.3		1.4	0.7		1.4	28.1	8.9	8.2
	50代	178	12.9	68.0		0.6	1.1	1.1		25.3	9.6	11.2
	60代	181	21.5	43.1		2.8	2.2		1.7	28.2	11.6	13.3
	70代	120	35.0	15.0		1.7	5.0	1.7	4.2	25.0	14.2	24.2
女性	10代	109	41.3	20.2	19.3	4.6				26.6	2.8	20.2
	20代	107	52.3	47.7		1.9		1.9		34.6	2.8	11.2
	30代	125	54.4	45.6		2.4				22.4	5.6	8.0
	40代	160	63.1	41.3		1.3	0.6		0.6	20.0	7.5	7.5
	50代	159	49.1	33.3		1.3		1.3		25.8	5.0	8.8
	60代	132	60.6	25.0		0.8	0.8	0.8	0.8	14.4	4.5	8.3
	70代	85	68.2	5.9		1.2	4.7			11.8	5.9	9.4

★飲酒習慣

問27 あなたは、週に何回くらいお酒を飲みますか。

		総数	週2日以下	週3日	週4日	週5日以上	毎日	飲時々つきあい程度に	飲まない	無回答
全体		2,852	6.7	2.8	2.5	4.9	15.7	14.6	49.1	3.8
男性		1,334	7.9	3.6	3.4	8.3	27.9	14.8	32.0	2.0
女性		1,518	5.6	2.0	1.6	1.9	5.1	14.3	64.0	5.4
男性	10代	147	4.1		0.7			9.5	83.7	2.0
	20代	113	17.7	4.4	3.5	4.4	12.4	36.3	20.4	0.9
	30代	144	12.5	4.2	4.9	6.3	23.6	20.1	27.8	0.7
	40代	175	6.3	3.4	4.0	12.0	36.0	17.7	19.4	1.1
	50代	223	9.0	5.8	6.3	7.2	37.2	13.0	18.8	2.7
	60代	263	6.1	3.0	3.0	12.5	37.6	8.7	26.6	2.3
	70代	269	5.2	3.7	1.9	10.0	29.4	11.5	35.3	3.0
女性	10代	153	1.3	1.3				13.1	83.0	1.3
	20代	136	13.2	2.9	0.7		1.5	34.6	44.9	2.2
	30代	169	11.8	3.0	2.4	3.0	4.7	20.1	54.4	0.6
	40代	235	8.5	2.1	4.3	4.7	10.2	16.6	52.3	1.3
	50代	244	6.1	4.9	1.2	2.0	7.4	13.1	61.9	3.3
	60代	305	2.3	1.0	1.3	1.3	6.2	9.2	70.8	7.9
	70代	276	1.1		1.1	1.4	2.2	6.2	73.2	14.9

★飲酒習慣

問28 1回に飲む量はどのくらいですか。日本酒に換算して教えてください。

		総数	1合以下	2合以下	3合以下	4合以下	5合以下	それ以上	無回答	計
全体		2,852	23.3	11.2	4.6	0.6	0.9	0.2	59.1	100.0
男性		1,334	28.1	19.9	8.7	1.2	1.6	0.5	40.0	100.0
女性		1,518	19.1	3.6	1.1	0.1	0.3		75.9	100.0
男性	10代	147	5.4	1.4	0.7		1.4		91.2	100.0
	20代	113	31.9	15.0	11.5	2.7	2.7	1.8	34.5	100.0
	30代	144	27.8	20.8	9.0	0.7	2.8	0.7	38.2	100.0
	40代	175	29.7	24.0	13.7	1.7	4.0	1.1	25.7	100.0
	50代	223	26.5	31.8	14.3	1.8	1.3	0.4	23.8	100.0
	60代	263	33.8	21.7	9.9	1.5	0.4		32.7	100.0
	70代	269	33.8	17.1	2.6	0.4	0.7	0.4	45.0	100.0
女性	10代	153	6.5	1.3	0.7		1.3		90.2	100.0
	20代	136	31.6	5.9	2.2	0.7	1.5		58.1	100.0
	30代	169	30.2	6.5	1.8				61.5	100.0
	40代	235	32.3	6.0	1.3				60.4	100.0
	50代	244	21.7	4.1	1.2				73.0	100.0
	60代	305	11.8	2.3	1.0	0.3			84.6	100.0
	70代	276	7.6	0.7					91.7	100.0

★飲酒習慣

20才以上で、1週3日以上で1日1合以上飲酒する方の割合  
(飲酒習慣のある方)

		総数	はい	いいえ	無回答	計
全体		2,552	25.6	18.7	55.8	100.0
男性		1,187	44.4	21.3	34.3	100.0
女性		1,365	9.2	16.3	74.4	100.0
男性	10代	-				
	20代	113	22.1	43.4	34.5	100.0
	30代	144	34.7	27.1	38.2	100.0
	40代	175	50.3	24.0	25.7	100.0
	50代	223	54.7	19.7	25.6	100.0
	60代	263	52.5	14.4	33.1	100.0
	70代	269	38.7	15.2	46.1	100.0
女性	10代	-				
	20代	136	4.4	37.5	58.1	100.0
	30代	169	9.5	28.4	62.1	100.0
	40代	235	17.9	21.7	60.4	100.0
	50代	244	12.3	14.3	73.4	100.0
	60代	305	7.5	7.9	84.6	100.0
	70代	276	3.3	5.1	91.7	100.0

★飲酒習慣

20才以上で、1週3日以上で1日3合以上飲酒する方の割合  
(多量飲酒)

		総数	はい	いいえ	無回答	計
全体		2,552	4.6	91.3	4.1	100.0
男性		1,187	9.1	88.9	2.0	100.0
女性		1,365	0.7	93.5	5.9	100.0
男性	10代	-				
	20代	113	8.0	91.2	0.9	100.0
	30代	144	8.3	91.0	0.7	100.0
	40代	175	15.4	83.4	1.1	100.0
	50代	223	12.1	85.2	2.7	100.0
	60代	263	9.1	88.6	2.3	100.0
	70代	269	3.3	93.7	3.0	100.0
女性	10代	-				
	20代	136	0.7	97.1	2.2	100.0
	30代	169	0.6	98.8	0.6	100.0
	40代	235	0.9	97.9	1.3	100.0
	50代	244	0.8	95.9	3.3	100.0
	60代	305	1.0	91.1	7.9	100.0
	70代	276		85.1	14.9	100.0

★歯の健康

問29 あなたは、この1年間に次にあげるような歯の健康を保つための方法を実践していますか。

A: 毎日1回10分位歯磨きを行う。

		総数	ほぼ実践している	時々実践している	ほとんど実践していない	無回答	計
全体		2,852	26.6	19.1	37.2	17.1	100.0
男性		1,334	28.0	18.0	37.4	16.6	100.0
女性		1,518	25.4	20.2	37.0	17.5	100.0
男性	10代	147	17.0	22.4	54.4	6.1	100.0
	20代	113	18.6	18.6	57.5	5.3	100.0
	30代	144	23.6	18.1	54.2	4.2	100.0
	40代	175	20.6	18.9	54.9	5.7	100.0
	50代	223	28.3	22.0	39.0	10.8	100.0
	60代	263	36.9	20.9	18.6	23.6	100.0
	70代	269	36.1	8.6	16.4	39.0	100.0
女性	10代	153	20.3	26.1	52.3	1.3	100.0
	20代	136	27.9	24.3	43.4	4.4	100.0
	30代	169	14.2	28.4	55.6	1.8	100.0
	40代	235	17.4	21.7	55.7	5.1	100.0
	50代	244	24.2	25.8	39.8	10.2	100.0
	60代	305	36.1	16.4	22.0	25.6	100.0
	70代	276	29.7	7.6	12.0	50.7	100.0



★歯の健康

問29 あなたは、この1年間に次にあげるような歯の健康を保つための方法を実践していますか。

B:糸楊子や歯間ブラシを使う。

		総数	ほぼ実践している	時々実践している	ほとんど実践していない	無回答
全体		2,852	11.5	18.7	48.6	21.2
男性		1,334	8.9	14.2	55.5	21.4
女性		1,518	13.8	22.6	42.5	21.1
男性	10代	147	2.0	10.9	81.0	6.1
	20代	113	2.7	16.8	75.2	5.3
	30代	144	6.3	18.8	70.8	4.2
	40代	175	9.7	22.9	61.1	6.3
	50代	223	13.9	13.9	60.5	11.7
	60代	263	9.9	16.3	43.3	30.4
	70代	269	11.2	4.8	29.0	55.0
女性	10代	153	5.9	18.3	73.9	2.0
	20代	136	8.1	26.5	59.6	5.9
	30代	169	14.2	32.5	51.5	1.8
	40代	235	12.3	33.2	48.5	6.0
	50代	244	19.7	27.9	42.2	10.2
	60代	305	20.3	20.0	29.2	30.5
	70代	276	9.8	6.2	21.0	63.0

★歯の健康

問29 あなたは、この1年間に次にあげるような歯の健康を保つための方法を実践していますか。

C:毎日歯や歯ぐきを観察する。

		総数	ほぼ実践している	時々実践している	ほとんど実践していない	無回答
全体		2,852	16.5	32.8	29.0	21.6
男性		1,334	12.8	29.2	36.0	22.0
女性		1,518	19.8	36.0	22.9	21.2
男性	10代	147	15.6	36.1	42.9	5.4
	20代	113	6.2	38.1	50.4	5.3
	30代	144	8.3	40.3	47.2	4.2
	40代	175	12.6	38.3	41.7	7.4
	50代	223	12.1	33.6	42.2	12.1
	60代	263	17.9	23.2	27.4	31.6
	70代	269	12.3	11.9	19.7	56.1
女性	10代	153	17.0	48.4	32.7	2.0
	20代	136	19.9	43.4	30.1	6.6
	30代	169	19.5	52.7	26.0	1.8
	40代	235	20.4	47.2	25.5	6.8
	50代	244	25.0	38.1	26.6	10.2
	60代	305	24.3	28.5	17.0	30.2
	70代	276	11.6	12.3	13.0	63.0

★歯の健康

問29 あなたは、この1年間に次にあげるような歯の健康を保つための方法を実践していますか。

D: 甘いものを摂り過ぎない。

		総数	ほぼ実践している	時々実践している	ほとんど実践していない	無回答
全体		2,852	21.3	29.3	28.1	21.2
男性		1,334	23.0	26.5	29.1	21.4
女性		1,518	19.8	31.9	27.2	21.1
男性	10代	147	13.6	37.4	42.9	6.1
	20代	113	25.7	28.3	40.7	5.3
	30代	144	33.3	26.4	36.1	4.2
	40代	175	25.7	38.3	29.1	6.9
	50代	223	24.2	30.5	32.3	13.0
	60代	263	26.2	19.4	23.2	31.2
	70代	269	15.6	15.6	16.0	52.8
女性	10代	153	11.1	40.5	46.4	2.0
	20代	136	13.2	37.5	42.6	6.6
	30代	169	15.4	48.5	34.3	1.8
	40代	235	20.9	38.3	34.5	6.4
	50代	244	27.9	37.3	25.0	9.8
	60代	305	26.9	24.6	17.0	31.5
	70代	276	14.9	12.0	11.6	61.6

★歯の健康

問29 あなたは、この1年間に次にあげるような歯の健康を保つための方法を実践していますか。

E: 歯石を取り除く。

		総数	ほぼ実践している	時々実践している	ほとんど実践していない	無回答
全体		2,852	8.1	24.8	45.2	22.0
男性		1,334	7.0	21.8	49.0	22.3
女性		1,518	9.1	27.3	41.8	21.7
男性	10代	147	4.8	23.8	64.6	6.8
	20代	113	1.8	15.9	77.0	5.3
	30代	144	6.3	29.9	59.0	4.9
	40代	175	6.3	33.1	54.3	6.3
	50代	223	7.2	20.6	59.6	12.6
	60代	263	11.0	25.1	32.7	31.2
	70代	269	7.1	9.3	26.8	56.9
女性	10代	153	9.8	30.1	58.2	2.0
	20代	136	9.6	26.5	58.8	5.1
	30代	169	7.7	40.8	49.1	2.4
	40代	235	8.1	35.7	50.2	6.0
	50代	244	9.4	34.0	45.9	10.7
	60代	305	12.5	21.6	33.8	32.1
	70代	276	6.2	11.2	18.1	64.5

★歯の健康

問29 あなたは、この1年間に次にあげるような歯の健康を保つための方法を実践していますか。

F:定期的に歯科検診を受ける。

		総数	ほぼ実践している	時々実践している	ほとんど実践していない	無回答
全体		2,852	14.4	15.8	48.6	21.2
男性		1,334	12.4	13.0	53.4	21.1
女性		1,518	16.1	18.3	44.3	21.3
男性	10代	147	17.0	12.9	64.6	5.4
	20代	113	4.4	13.3	77.0	5.3
	30代	144	11.8	17.4	66.0	4.9
	40代	175	9.7	17.1	66.9	6.3
	50代	223	11.7	13.5	62.3	12.6
	60代	263	16.7	13.7	40.7	28.9
	70代	269	11.9	7.1	27.1	53.9
女性	10代	153	21.6	19.0	58.2	1.3
	20代	136	11.8	18.4	64.0	5.9
	30代	169	16.6	26.6	54.4	2.4
	40代	235	14.0	22.1	57.4	6.4
	50代	244	16.4	22.1	50.4	11.1
	60代	305	20.3	14.8	33.1	31.8
	70代	276	12.0	10.1	16.3	61.6

★歯の健康

問29 あなたは、この1年間に次にあげるような歯の健康を保つための方法を実践していますか。

G:フッ素を含む歯みがき剤を使う。

		総数	ほぼ実践している	時々実践している	ほとんど実践していない	無回答
全体		2,852	32.2	16.2	30.6	21.0
男性		1,334	28.5	15.3	34.7	21.5
女性		1,518	35.4	17.0	27.0	20.6
男性	10代	147	40.1	19.7	34.0	6.1
	20代	113	31.9	22.1	41.6	4.4
	30代	144	38.9	14.6	42.4	4.2
	40代	175	31.4	22.3	39.4	6.9
	50代	223	24.7	17.0	46.2	12.1
	60代	263	31.2	12.5	24.7	31.6
	70代	269	13.8	7.1	25.3	53.9
女性	10代	153	38.6	22.9	36.6	2.0
	20代	136	36.0	22.1	36.0	5.9
	30代	169	49.1	21.3	28.4	1.2
	40代	235	43.8	22.1	28.1	6.0
	50代	244	40.2	18.4	32.4	9.0
	60代	305	31.1	14.4	23.6	30.8
	70代	276	18.5	5.8	14.5	61.2

★食中毒

問30 あなたは、次にあげる食中毒予防のポイントについて、日常生活で心がけているものを全て選んで下さい。

		総数	準備している。家庭で食事を	肉魚野菜などの新鮮食品は新鮮なものを選んで買う。	食肉を保存するとき、冷蔵庫・冷凍庫の温度に注意する。	調理や食事の前後に必ず手を洗う。	凍結している食品は室温で解凍せずに、冷蔵庫か電子レンジを使用。	包丁やまな板は、一度熱湯で洗う。	調理前後の食品は室温に長く放置しない。	残った食品は、速く冷えるように浅い容器に小分けする。	時間がたちすぎた食品は思い切って捨てる。
全体		2,852	60.4	69.3	39.0	70.4	31.0	24.6	47.4	16.9	74.6
男性		1,334	50.4	58.2	31.6	57.6	21.8	17.4	35.6	11.5	67.9
女性		1,518	69.3	79.1	45.6	81.7	39.0	31.0	57.7	21.5	80.4
男性	10代	147	31.3	34.7	13.6	52.4	20.4	15.6	21.8	5.4	55.8
	20代	113	29.2	46.0	23.9	61.1	24.8	14.2	38.1	5.3	69.9
	30代	144	41.7	54.2	13.9	58.3	13.9	12.5	27.8	6.9	74.3
	40代	175	43.4	62.9	29.7	61.7	21.1	16.0	37.7	7.4	77.1
	50代	223	45.7	58.3	35.4	52.9	17.9	15.2	34.5	8.5	66.4
	60代	263	66.5	68.8	38.8	59.3	23.2	22.4	38.8	15.2	67.3
	70代	269	66.9	64.7	45.0	58.4	27.9	20.1	42.8	21.6	66.2
女性	10代	153	37.3	50.3	17.6	73.9	25.5	12.4	33.3	9.8	62.1
	20代	136	51.5	63.2	25.0	80.9	25.0	12.5	43.4	5.9	79.4
	30代	169	61.5	85.8	30.8	84.6	35.5	19.5	60.4	7.7	87.6
	40代	235	71.1	88.1	49.4	85.5	37.4	25.5	64.7	11.9	89.4
	50代	244	78.7	86.9	53.3	84.0	41.8	37.7	61.1	23.0	85.2
	60代	305	82.6	85.2	59.0	86.6	50.2	43.9	67.9	30.8	81.0
	70代	276	76.1	77.5	55.4	73.9	42.0	41.7	56.5	40.9	74.3

★健康状態、健康意識

問31 今、あなたは健康に関心を持っていますか。

		総数	大いにある	少しある	ほとんど関心がない	関心がない	無回答
全体		2,852	55.0	38.6	4.5	1.3	0.6
男性		1,334	49.8	41.8	6.1	1.9	0.4
女性		1,518	59.6	35.8	3.0	0.8	0.9
男性	10代	147	17.0	54.4	20.4	6.8	1.4
	20代	113	21.2	61.1	14.2	3.5	
	30代	144	29.9	59.7	6.3	3.5	0.7
	40代	175	48.0	45.7	5.7	0.6	
	50代	223	57.0	38.6	3.6	0.9	
	60代	263	67.7	30.0	1.5	0.8	
	70代	269	68.0	29.0	1.9	0.4	0.7
女性	10代	153	26.8	52.9	15.7	3.9	0.7
	20代	136	42.6	51.5	4.4	0.7	0.7
	30代	169	43.8	54.4	1.2	0.6	
	40代	235	55.7	41.7	2.6		
	50代	244	66.8	31.1	0.8	0.8	0.4
	60代	305	77.4	20.3	1.0	0.3	1.0
	70代	276	72.8	23.6	0.7	0.4	2.5

★健康状態，健康意識

問32 今，あなたは健康だと思いますか。

		総数	健康である	まあ健康である	どちらともいえない	あまり健康ではない	健康ではない	無回答
全体		2,852	17.3	56.7	12.7	8.9	3.5	0.8
男性		1,334	17.7	57.0	12.6	8.4	3.9	0.4
女性		1,518	17.0	56.5	12.7	9.4	3.2	1.1
男性	10代	147	37.4	51.0	2.7	5.4	2.7	0.7
	20代	113	17.7	57.5	16.8	3.5	4.4	
	30代	144	16.7	52.8	19.4	9.7	1.4	
	40代	175	12.6	59.4	16.6	8.6	2.9	
	50代	223	10.8	57.8	16.1	11.7	3.6	
	60代	263	15.2	63.9	8.7	6.8	4.9	0.4
	70代	269	19.0	53.2	10.8	10.0	5.6	1.5
女性	10代	153	26.8	51.6	10.5	5.9	5.2	
	20代	136	21.3	50.7	19.1	6.6	1.5	0.7
	30代	169	20.7	58.0	13.6	4.7	3.0	
	40代	235	9.8	65.5	14.0	8.1	1.7	0.9
	50代	244	18.4	57.0	12.3	9.4	2.5	0.4
	60代	305	15.4	57.7	12.8	9.5	3.3	1.3
	70代	276	13.8	51.8	9.4	16.7	5.1	3.3

★健康状態，健康意識

問33 あなたは，現在，理想の体重に近づけるよう，あるいはその体重を維持しようと心がけていますか。

		総数	はい	いいえ	無回答
全体		2,852	77.1	21.2	1.6
男性		1,334	72.1	26.5	1.3
女性		1,518	81.6	16.5	1.9
男性	10代	147	65.3	34.0	0.7
	20代	113	68.1	31.9	
	30代	144	64.6	35.4	
	40代	175	65.7	34.3	
	50代	223	70.9	28.7	0.4
	60代	263	81.0	17.9	1.1
	70代	269	78.1	17.1	4.8
女性	10代	153	75.2	24.2	0.7
	20代	136	82.4	16.9	0.7
	30代	169	76.9	23.1	
	40代	235	78.7	20.4	0.9
	50代	244	87.3	11.5	1.2
	60代	305	85.6	11.1	3.3
	70代	276	80.4	15.2	4.3

★最後に伺います

問D 体重(BMI)

		総数	やせ	普通	肥満	無回答
全体		2,852	7.7	68.5	21.9	1.9
男性		1,334	5.4	68.0	25.3	1.3
女性		1,518	9.7	69.0	19.0	2.4
男性	10代	147	16.3	72.8	10.9	
	20代	113	9.7	68.1	20.4	1.8
	30代	144	2.8	68.8	27.8	0.7
	40代	175	4.0	65.1	28.6	2.3
	50代	223	1.3	67.7	30.0	0.9
	60代	263	1.9	66.5	30.4	1.1
	70代	269	6.7	68.4	22.7	2.2
女性	10代	153	17.0	70.6	8.5	3.9
	20代	136	21.3	71.3	5.1	2.2
	30代	169	15.4	69.2	14.2	1.2
	40代	235	7.7	72.8	17.9	1.7
	50代	244	4.5	72.1	23.0	0.4
	60代	305	6.9	64.6	26.9	1.6
	70代	276	5.8	65.6	23.2	5.4

★最後に伺います

問E あなたの腹囲(ウエスト, へその周り)は？

		総数	60未満	60 65未満	65 70未満	70 75未満	75 80未満	80 85未満	85 90未満	90 95未満	95 100未満	100以上	無回答
全体		2,852	2.3	10.4	10.7	13.5	13.5	15.0	13.1	5.9	2.7	1.9	10.9
男性		1,334	0.5	1.0	2.5	8.9	18.5	22.5	20.5	8.6	3.9	3.1	10.0
女性		1,518	3.8	18.7	17.9	17.6	9.2	8.5	6.7	3.4	1.6	0.9	11.8
男性	10代	147	1.4	6.1	9.5	25.2	19.7	10.9	7.5	2.0	0.7	2.0	15.0
	20代	113	1.8	0.9	6.2	16.8	23.9	15.9	7.1	4.4	5.3	2.7	15.0
	30代	144			3.5	11.8	22.2	21.5	13.2	9.0	3.5	1.4	13.9
	40代	175	0.6		1.7	4.0	26.3	26.9	20.0	6.9	4.6	2.9	6.3
	50代	223			0.4	4.9	17.0	30.5	33.2	3.6	2.7	4.5	3.1
	60代	263	0.4		0.4	4.9	16.3	23.6	28.1	14.4	4.6	3.4	3.8
	70代	269	0.4	1.1	0.7	5.6	11.9	21.6	19.3	13.4	5.2	3.7	17.1
女性	10代	153	10.5	32.0	20.3	10.5	2.0	2.6	2.6		1.3		18.3
	20代	136	10.3	33.8	19.1	11.0	4.4	0.7	2.2				18.4
	30代	169	5.9	33.1	21.9	12.4	7.1	5.9	2.4	1.2	0.6	1.8	7.7
	40代	235	3.0	23.4	22.6	20.9	10.2	6.8	1.7	2.1	1.7		7.7
	50代	244	1.6	18.4	20.9	17.6	10.7	6.6	9.0	5.7	1.2	1.2	7.0
	60代	305	1.3	8.2	16.1	25.6	10.2	11.8	9.5	3.9	2.6	1.3	9.5
	70代	276	1.1	2.9	9.1	16.3	13.4	16.7	12.7	6.9	2.2	1.1	17.8

★最後に伺います

問G あなたの現在の職業は？

		総数	業農・林・畜産・水産	ど)ビス営業(商業、個人工場、サービス)	自営業(商業、工場、サービス)	ク門職など(管理職、専門職)	勤め人(販売、サービス)	多)ビスなど(販売、サービス)	勤め人(工場など)	身勤め人(工場など)	は)パートタイム、また	専業主婦、家事	学生	無職	その他
全体		2,852	7.7	9.2	13.1	7.5	8.1	8.3	14.8	10.5	17.4	3.4			
男性		1,334	9.8	12.1	16.4	9.0	13.3	2.8	0.1	11.5	21.1	3.8			
女性		1,518	5.9	6.7	10.3	6.2	3.4	13.1	27.7	9.7	14.1	3.0			
男性	10代	147				0.7	6.8	1.4		89.1	1.4	0.7			
	20代	113	2.7	5.3	10.6	24.8	21.2	2.7		19.5	5.3	8.0			
	30代	144	0.7	13.9	31.9	18.8	27.8	3.5			1.4	2.1			
	40代	175	4.6	13.7	40.6	15.4	18.3		0.6		2.3	4.6			
	50代	223	6.3	18.8	30.5	13.0	20.2	1.3			5.4	4.5			
	60代	263	16.0	14.4	7.2	3.0	8.4	8.7			38.4	3.8			
	70代	269	23.4	11.9	1.1		1.9	0.7			57.2	3.7			
女性	10代	153			0.7	0.7	3.9			90.8	1.3	2.6			
	20代	136	0.7	0.7	33.1	21.3	5.9	9.6	15.4	5.1	2.9	5.1			
	30代	169	1.2	5.9	20.7	10.1	6.5	20.1	30.2	0.6	3.0	1.8			
	40代	235	3.0	7.7	15.3	9.8	4.7	30.2	22.6		0.4	6.4			
	50代	244	4.9	10.2	10.2	7.0	4.9	22.5	33.2		3.7	3.3			
	60代	305	8.5	12.5	3.6	2.3	0.7	7.9	46.2		17.0	1.3			
	70代	276	14.9	3.3	1.1		0.7	0.7	26.4		51.1	1.8			

★最後に伺います

問H 現在同居している方をお知らせ下さい。

		総数	しいない(一人暮らし)	配偶者	む)子(子の配偶者も含)	親	兄弟姉妹	む)孫(孫の配偶者も含)	祖父母	その他
全体		2,852	6.8	61.6	48.9	35.1	13.5	10.9	10.0	2.6
男性		1,334	7.2	64.0	45.7	36.9	13.6	10.2	9.9	2.4
女性		1,518	6.5	59.4	51.7	33.5	13.5	11.5	10.1	2.8
男性	10代	147	6.1			91.2	76.2		42.9	4.1
	20代	113	23.0	19.5	15.0	62.8	31.0		26.5	5.3
	30代	144	6.9	62.5	54.9	52.1	6.9	0.7	9.7	1.4
	40代	175	2.9	78.9	70.9	48.0	5.7	1.1	7.4	1.7
	50代	223	4.5	82.1	59.2	40.4	2.2	5.4	2.2	1.8
	60代	263	6.5	81.4	47.9	12.2	1.9	12.5	1.9	1.5
	70代	269	7.1	77.0	48.7	2.2	1.5	32.7	0.7	2.6
女性	10代	153	8.5	0.7		88.2	68.6		39.2	3.3
	20代	136	8.8	22.8	21.3	72.8	43.4		28.7	0.7
	30代	169	1.2	74.0	68.6	52.7	10.1	0.6	14.8	3.6
	40代	235	2.6	82.1	77.4	39.1	4.7	1.7	6.4	0.9
	50代	244	1.6	83.6	59.8	27.9	1.2	7.8	3.3	1.2
	60代	305	8.5	70.2	51.5	7.2	3.0	21.0	2.0	3.3
	70代	276	12.7	48.6	56.2	1.4	0.4	31.2	0.4	5.4

★生活習慣病・健康管理

問17 日常気をつけている生活習慣病の危険因子数

		総数	0 コ	1 コ	2 コ	3 コ	4 コ	5 コ	6 コ	7 コ	8 コ	9 コ	計
全体		2,852	5.5	18.2	19.5	21.4	15.6	8.4	5.0	2.8	1.4	2.2	100.0
男性		1,334	6.4	21.1	19.3	20.8	14.1	7.6	4.5	2.4	1.3	2.5	100.0
女性		1,518	4.8	15.7	19.6	21.8	16.9	9.0	5.5	3.2	1.5	2.0	100.0
男性	10代	147	11.6	27.9	23.1	15.0	10.9	5.4	2.0	1.4		2.7	100.0
	20代	113	7.1	19.5	15.0	17.7	16.8	13.3	8.0	1.8		0.9	100.0
	30代	144	8.3	16.7	22.2	25.7	14.6	5.6	4.2	0.7	0.7	1.4	100.0
	40代	175	5.1	18.3	17.1	24.0	16.0	5.1	5.7	5.1	1.7	1.7	100.0
	50代	223	4.9	13.5	17.9	22.4	19.7	10.3	6.3	1.8	1.3	1.8	100.0
	60代	263	3.8	18.6	19.8	21.3	12.9	9.5	4.9	2.7	3.0	3.4	100.0
	70代	269	6.7	30.9	19.3	19.0	9.7	5.2	1.9	2.6	1.1	3.7	100.0
女性	10代	153	7.8	13.1	20.3	19.6	20.3	5.2	5.2	4.6	2.0	2.0	100.0
	20代	136	4.4	14.7	21.3	19.9	13.2	11.8	9.6	3.7		1.5	100.0
	30代	169	2.4	10.1	26.6	20.7	22.5	7.1	4.1	3.6	1.2	1.8	100.0
	40代	235	3.4	9.4	16.6	26.4	20.9	12.8	5.5	1.7	2.1	1.3	100.0
	50代	244	2.9	9.8	15.6	27.0	17.2	13.5	5.3	3.3	1.6	3.7	100.0
	60代	305	3.0	18.0	20.0	19.3	13.8	9.8	7.5	4.3	2.0	2.3	100.0
	70代	276	9.8	29.3	19.9	18.8	13.0	2.9	2.2	1.8	1.1	1.1	100.0

[問30で「1」と回答した内、2～9まで5個以上○がついた者]

(食中毒)

		総数	つは いた （5 個 以上 ○が	者 いい え （5 個 未 満 の	計
全体		1,724	52.7	47.3	100.0
男性		672	39.9	60.1	100.0
女性		1,052	60.8	39.2	100.0
男性	10代	46	28.3	71.7	100.0
	20代	33	45.5	54.5	100.0
	30代	60	25.0	75.0	100.0
	40代	76	34.2	65.8	100.0
	50代	102	33.3	66.7	100.0
	60代	175	42.3	57.7	100.0
	70代	180	50.6	49.4	100.0
女性	10代	57	35.1	64.9	100.0
	20代	70	28.6	71.4	100.0
	30代	104	45.2	54.8	100.0
	40代	167	62.3	37.7	100.0
	50代	192	64.1	35.9	100.0
	60代	252	72.6	27.4	100.0
	70代	210	68.1	31.9	100.0



★BMIと腹囲

①BMI 25以上で 男性 腹囲85cm以上 女性 腹囲90cm以上

		総数	はい	いいえ	無回答	計
全体		2,852	13.7	75.0	11.2	100.0
男性		1,334	25.2	64.5	10.3	100.0
女性		1,518	3.7	84.3	12.1	100.0
男性	10代	147	10.9	74.1	15.0	100.0
	20代	113	20.4	64.6	15.0	100.0
	30代	144	27.8	58.3	13.9	100.0
	40代	175	28.6	64.0	7.4	100.0
	50代	223	30.0	66.8	3.1	100.0
	60代	263	30.4	65.8	3.8	100.0
	70代	269	22.3	59.9	17.8	100.0
女性	10代	153	1.3	80.4	18.3	100.0
	20代	136		81.6	18.4	100.0
	30代	169	3.0	89.3	7.7	100.0
	40代	235	1.7	90.6	7.7	100.0
	50代	244	6.1	86.9	7.0	100.0
	60代	305	4.6	84.9	10.5	100.0
	70代	276	5.8	76.1	18.1	100.0

★BMIと腹囲

②腹囲 男性 腹囲85cm以上 女性 腹囲90cm以上

		総数	はい	いいえ	無回答	計
全体		2,852	20.0	69.0	10.9	100.0
男性		1,334	36.1	53.9	10.0	100.0
女性		1,518	5.9	82.3	11.8	100.0
男性	10代	147	12.2	72.8	15.0	100.0
	20代	113	19.5	65.5	15.0	100.0
	30代	144	27.1	59.0	13.9	100.0
	40代	175	34.3	59.4	6.3	100.0
	50代	223	43.9	52.9	3.1	100.0
	60代	263	50.6	45.6	3.8	100.0
	70代	269	41.6	41.3	17.1	100.0
女性	10代	153	1.3	80.4	18.3	100.0
	20代	136		81.6	18.4	100.0
	30代	169	3.6	88.8	7.7	100.0
	40代	235	3.8	88.5	7.7	100.0
	50代	244	8.2	84.8	7.0	100.0
	60代	305	7.9	82.6	9.5	100.0
	70代	276	10.1	72.1	17.8	100.0

★BMIと腹囲

③BMI のみ 25以上

		総 数	は い	い い え	無 回 答	計
全体		2,852	23.8	74.3	1.9	100.0
男性		1,334	26.6	72.0	1.3	100.0
女性		1,518	21.3	76.3	2.4	100.0
男性	10代	147	10.9	89.1		100.0
	20代	113	22.1	76.1	1.8	100.0
	30代	144	28.5	70.8	0.7	100.0
	40代	175	30.9	66.9	2.3	100.0
	50代	223	30.9	68.2	0.9	100.0
	60代	263	31.6	67.3	1.1	100.0
	70代	269	24.9	72.9	2.2	100.0
女性	10代	153	12.4	83.7	3.9	100.0
	20代	136	7.4	90.4	2.2	100.0
	30代	169	15.4	83.4	1.2	100.0
	40代	235	19.6	78.7	1.7	100.0
	50代	244	23.4	76.2	0.4	100.0
	60代	305	28.5	69.8	1.6	100.0
	70代	276	28.6	65.9	5.4	100.0

★BMIと腹囲

④BMI 25未満で 男性 腹囲85cm以上 女性 腹囲90cm以上

		総 数	は い	い い え	無 回 答	計
全体		2,852	8.8	80.0	11.2	100.0
男性		1,334	16.3	73.4	10.3	100.0
女性		1,518	2.2	85.8	12.1	100.0
男性	10代	147	4.8	80.3	15.0	100.0
	20代	113	5.3	79.6	15.0	100.0
	30代	144	8.3	77.8	13.9	100.0
	40代	175	11.4	81.1	7.4	100.0
	50代	223	20.2	76.7	3.1	100.0
	60代	263	24.0	72.2	3.8	100.0
	70代	269	24.2	58.0	17.8	100.0
女性	10代	153		81.7	18.3	100.0
	20代	136		81.6	18.4	100.0
	30代	169	0.6	91.7	7.7	100.0
	40代	235	2.1	90.2	7.7	100.0
	50代	244	2.0	91.0	7.0	100.0
	60代	305	3.3	86.2	10.5	100.0
	70代	276	4.3	77.5	18.1	100.0

## V 調査票



# 健康づくりに関する実態調査 調査票

## ★食生活習慣についてお聞きします。

問1 あなたは、1日3食、規則正しく食事をしていらっしゃいますか。あてはまる番号を1つ選んで○で囲んで下さい。

- |            |            |             |
|------------|------------|-------------|
| 1 毎日そうしている | 2 時々そうしている | 3 ほとんどしていない |
|------------|------------|-------------|

問2 あなたは、食事を食べないことがありますか。あてはまる番号を選んで○で囲んでください。

- |           |           |           |             |
|-----------|-----------|-----------|-------------|
| 1 朝食を食べない | 2 昼食を食べない | 3 夕食を食べない | 4 3食とも食べている |
|-----------|-----------|-----------|-------------|

問3 あなたは、現在の自分の食生活に問題があると思いますか。あてはまる番号を選んで○で囲んで下さい。また、「1はい」の場合は( )内の理由を○で囲んで下さい。

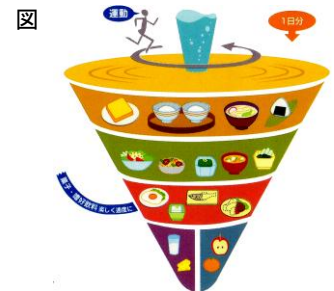
- |  |
|--|
| 1 はい(理由：時間が不規則、欠食、塩分の摂り過ぎ、カロリーの摂り過ぎ、その他) |
| 2 いいえ                                    |

問4 あなたは飲食店、レストラン、食品売場及び職場(学校)の給食施設・食堂等のような場所で食品や料理の栄養成分表示を参考にメニューを選びますか。あてはまる番号を1つ選んで○で囲んでください。

- |              |             |
|--------------|-------------|
| 1 いつも参考にしている | 2 時々参考にしている |
| 3 ほとんど参考にしない | 4 見かけたことが無い |

問5 コマ型の「食事バランスガイド」(図)を参考にメニューを考えたり、選んだりしますか。あてはまる番号を1つ選んで○で囲んでください。

- |               |                |
|---------------|----------------|
| 1 ほぼ毎食参考にしている | 2 毎日1食は参考にしている |
| 3 時々参考にしている   | 4 ほとんど参考にしない   |
| 5 見かけたことがない   |                |



問6 食育しょいくとは、様々な経験を通じて、食に関する知識を身につけ、健全な食生活を送ることができる人を育てることです。具体的には、バランスよく食生活を送ること、農産物にふれたり育てること、地域でとれた食べ物を食べることに興味があること、郷土食や食事のマナーを知ること、安全な食べ物を選ぶこと等です。あなたは「食育」に関心がありますか。あてはまる番号を1つ選んで○で囲んでください。

- |                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| 1 関心がある         | 2 どちらかといえば関心がある |
| 3 どちらかといえば関心がない | 4 関心がない         |

## ★運動に関することについてお聞きします。

問7 あなたは、健康づくりのために定期的に運動をしていますか。あてはまる番号を1つ選んで○で囲んで下さい。

- |              |              |              |
|--------------|--------------|--------------|
| 1 週に3回以上している | 2 週に1~2回している | 3 月に2~3回している |
| 4 月に1回している   | 5 ほとんどしていない  |              |

問8 あなたは、普段、車やエレベーターなどを使わずになるべく歩くように心がけていますか。あてはまる番号を1つ選んで○で囲んで下さい。

- |          |            |           |
|----------|------------|-----------|
| 1 心がけている | 2 少し心がけている | 3 心がけていない |
|----------|------------|-----------|

## ★休養, ストレス, 生きがいについてお聞きします。

問9 普段の睡眠はあなたにとって十分だと思いますか。あてはまる番号を1つ選んで○で囲んでください。

- |      |        |         |
|------|--------|---------|
| 1 思う | 2 思わない | 3 わからない |
|------|--------|---------|

問10 あなたは, 最近1ヶ月間でストレスや悩み, 行々などを感じていますか。あてはまる番号を1つ選んで○で囲んでください。

- |            |           |             |          |
|------------|-----------|-------------|----------|
| 1 いつも感じている | 2 時々感じている | 3 あまり感じていない | 4 感じていない |
|------------|-----------|-------------|----------|

問11 問10で「1」「2」と回答した方にお聞きします。ストレスを感じている理由として, あてはまる番号を全て選んで○で囲んで下さい。

- |         |        |        |        |        |
|---------|--------|--------|--------|--------|
| 1 多忙なため | 2 家事関係 | 3 仕事関係 | 4 勉強関係 | 5 家族関係 |
| 6 友人関係  | 7 金銭関係 | 8 恋愛関係 | 9 その他  |        |

## ★循環器疾患について

問12 内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)とは, 「内臓脂肪が蓄積することによって, 血圧, 血糖が高くなったり, 血中の脂質異常をおこしたりして, 食事や運動などの生活習慣を改善しなければ, 心筋梗塞や脳卒中などが起こりやすくなる状態」の事です。この内容を知っていますか。あてはまる番号を1つ選んで○で囲んでください。

- |            |                       |          |
|------------|-----------------------|----------|
| 1 内容を知っている | 2 言葉を聞いたことはあるが内容は知らない | 3 知らなかった |
|------------|-----------------------|----------|

問13 あなたは, 健康診断を受けていますか。あてはまる番号を1つ選んで○で囲んで下さい。

- |                            |                |            |
|----------------------------|----------------|------------|
| 1 年に1回程度受けている              | 2 2年に1回程度受けている | 3 受けたことがない |
| 4 医療機関にかかっているため健康診断は受けていない | 5 わからない        |            |

問14 問13で「1」と回答した方にお聞きします。何か指摘を受けたことがありますか。あてはまる番号を全て選んで○で囲んでください。

- |              |              |                    |
|--------------|--------------|--------------------|
| 1 肥満         | 2 高血圧(血圧が高い) | 3 高脂血症(コレステロールが高い) |
| 4 糖尿病(血糖が高い) | 5 その他        | 6 指摘されなかった。        |

問15 問14で指摘を受けたことについて, 保健指導(食事や生活習慣の改善の指導)を受けましたか。あてはまる番号を選んで○で囲んで下さい。医療機関で受けた指導も含みます。

- |      |       |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

問16 問15で「1」と答えた方にお聞きします。最終的に, 医療機関を受診しましたか。あてはまる番号を1つ選んで○で囲んで下さい。

- |             |                 |               |
|-------------|-----------------|---------------|
| 1 勧められて受診した | 2 勧められたが受診しなかった | 3 受診は勧められなかった |
|-------------|-----------------|---------------|

## ★生活習慣病・健康管理に関することについてお聞きします。

問17 次にあげるような生活習慣は, 脳卒中やがん, 心筋梗塞, 糖尿病などのいわゆる「生活習慣病」の危険因子になり得ますが, この中からあなたが日常気を付けているものを全て選んで○で囲んで下さい。

- |                       |          |           |        |
|-----------------------|----------|-----------|--------|
| 1 喫煙                  | 2 大量飲酒   | 3 塩分の摂りすぎ | 4 運動不足 |
| 5 脂肪・エネルギー(カロリー)の摂りすぎ | 6 偏った食生活 |           |        |
| 7 過度のストレス             | 8 肥満     | 9 睡眠不足    |        |

問18 現在治療している病気はありますか。あてはまる番号を全て選んで○で囲んで下さい。

1 なし	2 高血圧症
3 高脂血症	4 心臓病(狭心症, 心筋梗塞など)
5 脳卒中(脳梗塞, 脳出血など)	6 がん
7 糖尿病	8 肝機能障害(脂肪肝含む)
9 胃・十二指腸潰瘍	10 歯周病
11 不眠症	12 腰痛症
13 その他( )	

問19 あなたは、日常生活で血圧管理のためにどのようなことをしていますか。次の中からあてはまる番号を全て選んで○で囲んで下さい。

1 自動血圧計などによる血圧のチェック	2 健診の受診	3 塩分を控える
4 アルコールを控える	5 適度な運動	6 実施していない
		7 分からない

問20 あなたは、昨年1年間で、がん検診を受けたことがありますか。各検診部位ごとにあてはまるものを全て選んで○で囲んでください。

検診部位	申込先		
胃がん	ア 市町村	イ その他	ウ 受けていない
肺がん	ア 市町村	イ その他	ウ 受けていない
大腸がん	ア 市町村	イ その他	ウ 受けていない
女性のみ回答してください			
乳がん	ア 市町村	イ その他	ウ 受けていない
子宮がん	ア 市町村	イ その他	ウ 受けていない

### ★喫煙習慣についてお聞きします。

問21 あなたは、たばこを吸っていますか。あてはまる番号を1つ選んで○で囲んで下さい。

1 以前から吸わない	2 以前は吸っていたが今は吸わない	3 吸っている
------------	-------------------	---------

問22 問21で、「2」、「3」と回答した方は、1日の平均本数と喫煙年数及び吸い始めた年齢を記入して下さい。

平均 ( ) 本/日	喫煙歴 ( ) 年	吸い始めの年齢 ( ) 歳
------------	-----------	---------------

問23 問21で「3」の「吸っている」に回答した方にお聞きします。あなたは、たばこをやめたかと思っていますか。あてはまる番号を1つ選んで○で囲んで下さい。

1 やめたい	2 本数を減らしたい	3 やめたくない	4 わからない
--------	------------	----------	---------

問24 問23で「1」と「2」と回答した方にお聞きします。たばこをやめられない理由として、あてはまる理由を全て選んで○で囲んで下さい。

1 タバコがない生活は考えられない	2 おいしい	3 元気が出る
4 口がさびしい	5 習慣になってしまっている	6 禁煙外来がない
7 太らないようにするため	8 みんなが吸っている	9 格好がいい
10 イライラ解消	11 その他 ( )	

問25 あなたはこの1週間に、自分以外の人のたばこの煙を吸う機会がありましたか。あてはまる番号を1つ選んで○で囲んで下さい。

- |          |         |          |         |
|----------|---------|----------|---------|
| 1 ほとんど毎日 | 2 時々あった | 3 全くなかった | 4 わからない |
|----------|---------|----------|---------|

問26 問25で前の質問で、「1」、「2」と回答した方は、その場所を次の中から全て選んで○で囲んで下さい。

- |       |       |              |            |      |      |
|-------|-------|--------------|------------|------|------|
| 1 家庭  | 2 職場  | 3 学校         | 4 百貨店      | 5 病院 | 6 劇場 |
| 7 役場等 | 8 飲食店 | 9 レクリエーション施設 | 10 その他 ( ) |      |      |

★飲酒習慣についてお聞きします。

問27 あなたは、週に何回くらいお酒を飲みますか。あてはまる番号を1つ選んで○で囲んで下さい。

- |               |        |       |         |      |
|---------------|--------|-------|---------|------|
| 1 週2日以下       | 2 週3日  | 3 週4日 | 4 週5日以上 | 5 毎日 |
| 6 時々つきあい程度に飲む | 7 飲まない |       |         |      |

問28 1日に飲む量はどのくらいですか。日本酒に換算して答えてください。  
(換算の仕方は下の表のとおりです。)

日本酒に換算して ( ) 合くらい	
焼酎1合は	日本酒約1.5合
ビール中瓶1本は	日本酒約1合
ウイスキーダブル1杯	日本酒約1合
ワイン1杯(180ml)は	日本酒1合

★歯の健康に関することについてお聞きします。

問29 あなたは、この1年間に次にあげるような歯の健康を保つための方法を実践していますか。

AからGごとに、それぞれ表の中の番号を1つ選んで○で囲んで下さい。

- A : 毎日1回10分位歯磨きを行う。
- B : 糸楊枝や歯間ブラシを使う。
- C : 毎日歯や歯ぐきを観察する。
- D : 甘いものを摂り過ぎない。
- E : 歯石を取り除く。
- F : 定期的に歯科検診を受ける。
- G : フッ素を含む歯みがき剤を使う。

ほぼ実践している	時々実践している	ほとんど実践していない
1	2	3
1	2	3
1	2	3
1	2	3
1	2	3
1	2	3
1	2	3

★食中毒に関することについてお聞きします。

問30 あなたは、次にあげる食中毒予防のポイントについて、日常生活で心がけているものを全て選んで○で囲んで下さい。

- |                                   |
|-----------------------------------|
| 1 日常、家庭で食事を準備している。                |
| 2 肉、魚、野菜などの生鮮食品は新鮮なものを選んで買う。      |
| 3 食べ物を保存するときは、冷蔵庫・冷凍庫の詰めすぎに注意する。  |
| 4 調理や食事の前に必ず手を洗う。                 |
| 5 凍結している食品は室温で解凍せずに、冷蔵庫か電子レンジを使う。 |
| 6 包丁やまな板は、肉や魚を切った後に一度熱湯で洗う。       |
| 7 調理前、調理後の食品は室温に長く放置しない。          |
| 8 残った食品は、速く冷えるように浅い容器に小分けする。      |
| 9 時間がたちすぎた食品は思い切って捨てる。            |



★健康状態, 健康意識についてお聞きします。

問3 1 今, あなたは健康に関心を持っていますか。あてはまる番号を1つ選んで○で囲んで下さい。

1 大いにある	2 少しある	3 ほとんど関心がない	4 関心がない
---------	--------	-------------	---------

問3 2 今, あなたは健康だと思いますか。あてはまる番号を1つ選んで○で囲んで下さい。

1 健康である	2 まあ健康である	3 どちらともいえない
4 あまり健康ではない	5 健康ではない	

問3 3 あなたは, 現在, 理想の体重に近づけるよう, あるいはその体重を維持しようと心がけていますか。あてはまる番号を選んで○で囲んで下さい。

1 はい	2 いいえ
------	-------

★あなたの健康づくりに対する意見などがありましたら, 次の欄に自由にご記入下さい。

★最後に伺います。

問A あなたのお住まいの市町村名は？

1 水戸市	2 日立市	3 常陸太田市	4 行方市	5 土浦市
6 常総市	7 河内町	8 筑西市	9 坂東市	

問B あなたの性別は？（1つに○）

1 男性	2 女性
------	------

問C あなたの身長は？（右欄に記入）

□	□	□	.	□	cm
---	---	---	---	---	----

問D あなたの体重は？（右欄に記入）

□	□	□	.	□	kg
---	---	---	---	---	----

問E あなたの腹囲（ウエスト, へその周り）は？

□	□	□	.	□	cm
---	---	---	---	---	----

（息を軽く吐きへその高さで腹囲を図りましょう。内蔵脂肪蓄積の状態が腹囲に表れます）

問F 平成18年4月1日現在でのあなたの年齢は？  
（右欄に記入）

□	□	歳
---	---	---

**問G** あなたの現在の職業は？（主なもの1つに○）

- |                              |                          |
|------------------------------|--------------------------|
| 1 農・林・畜産・水産業                 | 2 自営業(商業, サービス業, 個人工場など) |
| 3 勤め人(管理職, 専門職などデスクワークが主な仕事) |                          |
| 4 勤め人(販売, サービスなど動くことが多い仕事)   |                          |
| 5 勤め人(工場などで身体を動かす仕事)         | 6 パートタイム, またはアルバイト       |
| 7 専業主婦, 家事                   | 8 学生                     |
| 9 無職                         | 10 その他( )                |

**問H** 現在同居している方をお知らせ下さい。（いくつでも○）

- |              |          |               |
|--------------|----------|---------------|
| 1 いない(一人暮らし) | 2 配偶者    | 3 子(子の配偶者も含む) |
| 4 親          | 5 兄弟姉妹   | 6 孫(孫の配偶者も含む) |
| 7 祖父母        | 8 その他( ) |               |

★以上で調査は終わりです。長い時間、調査にご協力いただきありがとうございました。