

令和3年県民健康調査結果

(「第2次健康おかやま21」評価 結果概要)

令和5年
岡山県

目 次

I 調査の概要

1 調査目的	1
2 調査実施要領	1
3 調査票の配布及び回収数	1
4 数値の取扱い等について	3
5 留意点	3
6 前回調査、国民健康・栄養調査との比較について	4

II 調査結果（栄養摂取状況調査（20歳以上））

1 属性	5
2 栄養素等摂取状況	6
3 肥満・やせの状況	27

III 調査結果（生活習慣調査）

1 属性	31
2 血圧の状況	32
3 服薬状況	33
4 糖尿病に関する状況	37
5 歩数の状況	41
6 運動習慣の状況	43
7 食習慣の状況	51
8 歯の状況	60
9 飲酒の状況	67
10 喫煙の状況	72
11 休養の状態	75
12 地域について	77
13 不安や悩みについて	79
14 ボランティア活動について	81
15 肝炎ウイルス検査の受診状況	82
16 仕事やボランティア活動について	83

IV 調査結果（栄養摂取状況調査（8歳・11歳・13歳・16歳））

1 属性	84
2 栄養摂取状況調査	85

V	調査結果（生活習慣調査（8歳・11歳・13歳・16歳））	
1	属性	92
2	食習慣の状況	93
3	歯の状況	97
4	肥満の状況	98
5	自分の体形の認識	100
VI	集計表	
1	栄養摂取状況調査（20歳以上）	103
2	生活習慣調査（20歳以上）	109
3	栄養摂取状況調査（8歳・11歳・13歳・16歳）	131
4	生活習慣調査（8歳・11歳・13歳・16歳）	137
VII	調査票様式	
1	栄養摂取状況調査票（20歳以上）	139
2	生活習慣調査票	140
3	栄養摂取状況調査票（8歳・11歳・13歳・16歳）	152
4	生活習慣調査票（8歳・11歳・13歳・16歳）	153
VIII	「第2次健康おかやま21」評価 結果概要	155

I 調査の概要

1 調査目的

県民の健康状態、栄養素摂取量、生活習慣等の実態を把握するとともに、栄養や運動を含めた健康づくり全般にわたる状態を明らかにし、第2次健康おかやま21の最終評価及び次期健康増進計画策定の基礎資料を得るため実施した。

2 調査実施要領

(1) 調査地域 岡山県全域

(2) 調査対象 岡山県内27市町村から無作為抽出した。

20歳代から80歳代まで、7世代、男女20人ずつ、1市町村当たり280人、及び8歳、11歳、13歳、16歳の各年齢10人ずつ1市町村当たり40人を対象とした。
(合計8,640人)

(3) 調査期間 令和3年10月、11月

(4) 調査方法 郵送による調査票（無記名方式）の配布、回収

(5) 調査内容 ①栄養摂取状況調査

簡易式自記式食事歴法質問票（brief-type self-administered diet history questionnaire 以下、「BDHQ」という）

②生活習慣調査

生活習慣調査票（生活習慣質問項目の他、身長、体重、腹囲、血圧、服薬状況、運動の可否、運動習慣の状況を含む）

3 調査票の配布及び回収数

保健所別

保健所・支所名	配布数(人)	栄養摂取状況調査		生活習慣調査	
		回収数(枚)	協力率(%)	回収数(枚)	協力率(%)
備前保健所	953	485	50.9	481	50.5
備前保健所 東備支所	958	456	47.6	458	47.8
備中保健所	639	310	48.5	311	48.7
備中保健所 井笠支所	1,598	801	50.1	805	50.4
備北保健所	318	164	51.6	165	51.9
備北保健所 新見支所	320	165	51.6	164	51.3
真庭保健所	633	278	43.9	281	44.4
美作保健所	1,271	605	47.6	606	47.7
美作保健所 勝英支所	1,269	515	40.6	522	41.1
健康推進課(岡山市・倉敷市)	630	310	49.2	311	49.4
全 県	8,589	4,089	47.6	4,104	47.8

性・年齢別

	男 性					女 性				
	配布数 (人)	栄養摂取状況調査		生活習慣調査		配布数 (人)	栄養摂取状況調査		生活習慣調査	
		回収数 (枚)	協力率 (%)	回収数 (枚)	協力率 (%)		回収数 (枚)	協力率 (%)	回収数 (枚)	協力率 (%)
8歳11歳13歳16歳	542	300	55.4	301	55.5	529	281	53.1	281	53.1
20～29歳	535	138	25.8	139	26.0	536	191	35.6	190	35.4
30～39歳	538	179	33.3	180	33.5	538	229	42.6	229	42.6
40～49歳	530	192	36.2	195	36.8	539	257	47.7	257	47.7
50～59歳	541	222	41.0	232	42.9	540	249	46.1	247	45.7
60～69歳	537	278	51.8	277	51.6	537	331	61.6	332	61.8
70～79歳	539	321	59.6	324	60.1	537	343	63.9	343	63.9
80歳以上	539	303	56.2	301	55.8	532	276	51.9	276	51.9

市町村別

市町村名	配布数(人)	回 収 数(枚)		回 収 率(%)	
		栄養摂取 状況調査	生活習慣 調 査	栄養摂取 状況調査	生活習慣 調 査
玉 野 市	318	146	145	45.9	45.6
瀬 戸 内 市	317	162	160	51.1	50.5
吉備中央町	318	177	176	55.7	55.3
備 前 市	320	159	158	49.7	49.4
赤 磐 市	320	138	139	43.1	43.4
和 気 町	318	159	161	50.0	50.6
総 社 市	319	161	162	50.5	50.8
早 島 町	320	149	149	46.6	46.6
笠 岡 市	320	160	161	50.0	50.3
井 原 市	319	147	148	46.1	46.4
浅 口 市	319	164	166	51.4	52.0
里 庄 町	320	166	165	51.9	51.6
矢 掛 町	320	164	165	51.3	51.6
高 梁 市	318	164	165	51.6	51.9
新 見 市	320	165	164	51.6	51.3
真 庭 市	319	140	143	43.9	44.8
新 庄 村	314	138	138	43.9	43.9
津 山 市	319	158	158	49.5	49.5
鏡 野 町	319	136	137	42.6	42.9
久米南町	318	175	175	55.0	55.0
美 咲 町	315	136	136	43.2	43.2
美 作 市	317	127	129	40.1	40.7
勝 央 町	318	139	142	43.7	44.7
奈 義 町	320	113	115	35.3	35.9
西粟倉村	314	136	136	43.3	43.3
岡 山 市	315	159	161	50.5	51.1
倉 敷 市	315	151	150	47.9	47.6
全 県	8,589	4,089	4,104	47.6	47.8

4 数値の取扱い等について

- (1) 回答結果の割合(%)は集計対象者数に対して、それぞれの回答数の割合を小数点以下第2位で四捨五入したものであり、単純集計であっても合計値が100.0%にならない場合がある。
- (2) 複数回答の場合は、合計値が100.0%を超える場合がある。
- (3) 図表中において、「無回答」とあるものは、回答が示されていない、または回答の判別ができないものである。

5 留意点

- (1) 栄養成分の算出及び集計について

BDHQにより、60種類の食品と100種類の栄養素の1日あたりの摂取量の推定値を算出し、この報告書においては、粗値を集計対象として、取りまとめた。

- (2) 肥満の判定

6～14歳については学校保健統計調査方式、15歳以上はBMIを用いて判定した。

○学校保健統計調査方式による肥満度判定

6～14歳における肥満度は、年齢別、身長別体重から判定した。

判 定	やせ傾向		普 通	肥満傾向		
	－20%以下			20%以上		
	高度やせ	軽度やせ		軽度肥満	中等度肥満	高度肥満
肥満度	－30%以下	－30%超 －20%以下	－20%超～ ＋20%未満	20%以上 30%未満	30%以上 50%未満	50%以上

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

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

(参考) ①財団法人日本学校保健会「児童生徒の健康診断マニュアル(改訂版)」(2006)

②村田光範、伊藤けい子：平成14年厚生労働省厚生科学研究費補助金健康科学総合研究事業 小児の栄養・運動・休養からみた健康度指標とQOLに関する研究 身体活動から見た健康度指標とQOLに関する研究(2003)

○BMIによる判定

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

男女とも15歳以上BMI=22を標準とし、肥満の判定基準は下記のとおりである。

判 定	低体重(やせ)	普 通	肥 満
B M I	18.5未満	18.5以上25未満	25.0以上

(「肥満症診療ガイドライン2016年による肥満の判定基準」より)

6 前回調査、国民健康・栄養調査との比較について

平成28年調査（以下、「前回調査」という）は国民健康・栄養調査の上乗せ調査として、実施地区数を拡大し、国民健康・栄養調査と全く同じ調査手法で実施した。

一方、今回調査は、新型コロナウイルス感染症予防、及び保健所・支所の負担軽減の観点から、郵送調査を採用した。このため、以下の注意が必要である。

(1) 栄養摂取状況調査について

前回調査では世帯の食事摂取量を秤量法で調査した後、比例案分法で個人当たりの摂取量を算出したが、今回はBDHQを用いて個人の摂取量の調査を行った。

調査方法が異なるため、前回調査との比較や、国民健康・栄養調査で示される結果と単純比較することはできない。

(2) 身長、体重について

前回調査では身長、体重は会場で調査員が計測を行ったが、（一部、自己申告値を含む）今回は、全て自己申告の値である。

(3) 腹囲、血圧、歩数について

前回調査では腹囲、血圧を会場で測定したが、今回は直近の健診等（健康診断、健康診査及び人間ドック）の値を転記するよう依頼した。

また、前回調査では、歩数計を配布し、起床時から就寝時まで装着し歩数を実測したが、今回は個人所有の歩数計、携帯電話などにより、計測した値である。

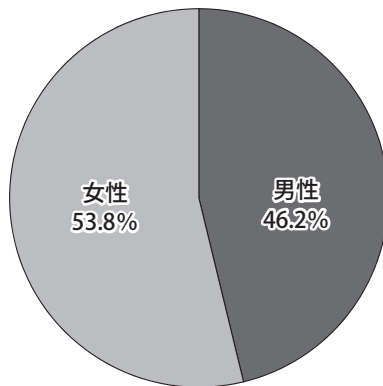
(4) 対象者の抽出について

前回調査では、国民健康・栄養調査対象地区に加え、各保健所・支所ごとに無作為抽出した県内18地区に加えて、岡山市、倉敷市の生活習慣調査（郵送調査）を対象としたが、今回は県内全市町村から320人を無作為抽出して調査を行った。このため、前回調査よりも多数の標本を分析している。

Ⅱ 調査結果（栄養摂取状況調査（20歳以上））

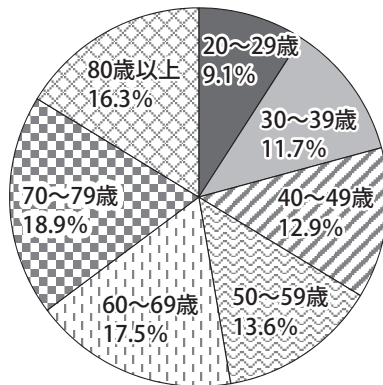
1 属性

（1）性別



性 別	回答数(人)	割 合(%)
男 性	1,594	46.2
女 性	1,854	53.8
合 計	3,448	100

（2）年齢



年 代	回答数(人)	割 合(%)
20~29歳	314	9.1
30~39歳	402	11.7
40~49歳	445	12.9
50~59歳	469	13.6
60~69歳	604	17.5
70~79歳	653	18.9
80歳以上	561	16.3
合 計	3,448	100

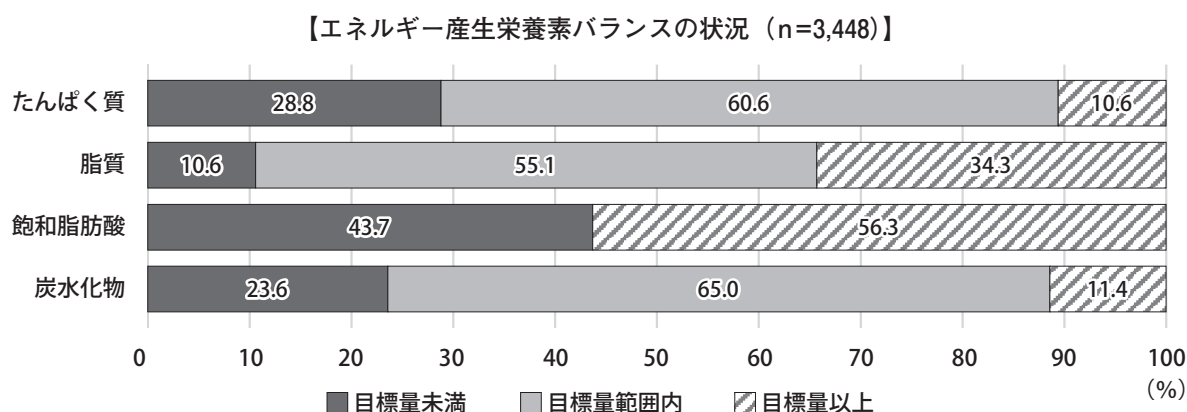
※回答数は、回収数から欠損数を除いたものです。

2 栄養素等摂取状況

(1) エネルギー産生栄養素の状況

エネルギー産生栄養素のうち、たんぱく質エネルギー比率、脂質エネルギー比率、炭水化物エネルギー比率はそれぞれ、目標量範囲内にいる人が50%を超えている。

また、飽和脂肪酸エネルギー比率は目標量以上の割合が高くなっている。



エネルギー産生栄養素バランスの目標量

(%エネルギー)

年 齢 別	たんぱく質	脂 質	飽和脂肪酸	炭 水 化 物
20～29歳	13～20	20～30	7 以下	50～65
30～49歳	13～20	20～30	7 以下	50～65
50～64歳	14～20	20～30	7 以下	50～65
64～74歳	15～20	20～30	7 以下	50～65
75～89歳	15～20	20～30	7 以下	50～65

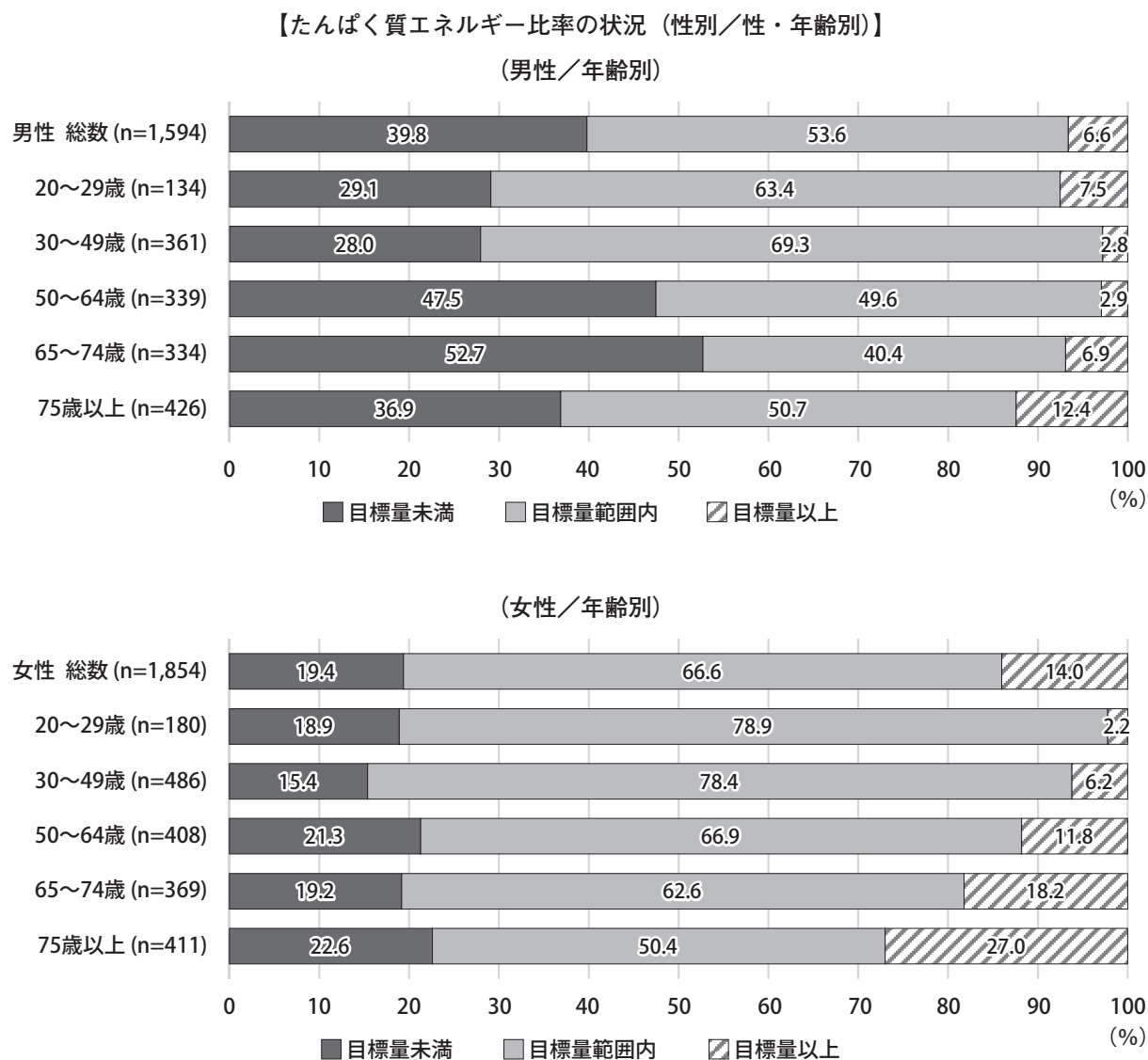
- 1 目標量は必要なエネルギー量を確保した上でのバランスとすること。
- 2 範囲に関しては、おおむねの値を示したものであり、弾力的に運用すること。
- 3 65歳以上の高齢者について、フレイル予防を目的とした量を定めることは難しいが、身長・体重が参照体位に比べて小さい者や、特に75歳以上であって加齢に伴い身体活動量が大きく低下した者など、必要エネルギー摂取量が低い者では、下限が推奨量を下回る場合があり得る。この場合でも下限は推奨量以上とすること。
- 4 脂質については、その構成成分である飽和脂肪酸など、質への配慮を十分に行う必要がある。
- 5 炭水化物にはアルコールを含む。ただし、アルコールの摂取を勧めるものではない。
- 6 炭水化物では食物繊維の目標量を十分注意すること。

(出典：日本人の食事摂取基準2020)

(2) たんぱく質摂取量の状況

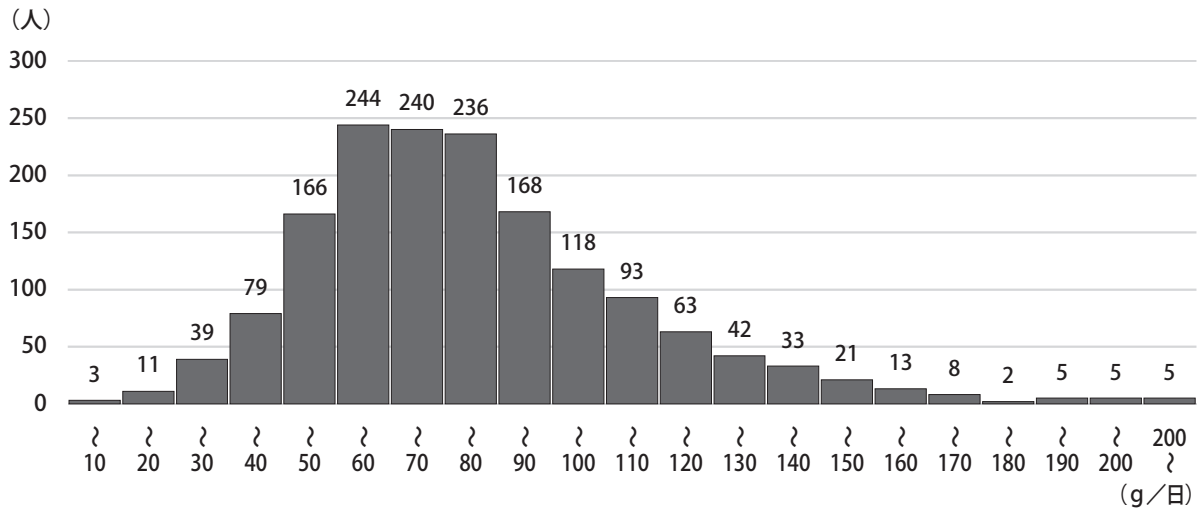
たんぱく質エネルギー比率の状況について、目標量未満の割合は男性39.8%、女性19.4%となっている。目標量以上の割合は男性6.6%、女性14.0%となっている。

性・年齢別にみると20～29歳男性を除き、男女ともに、年代が上がるにつれて、目標量以上の割合が高くなっている。

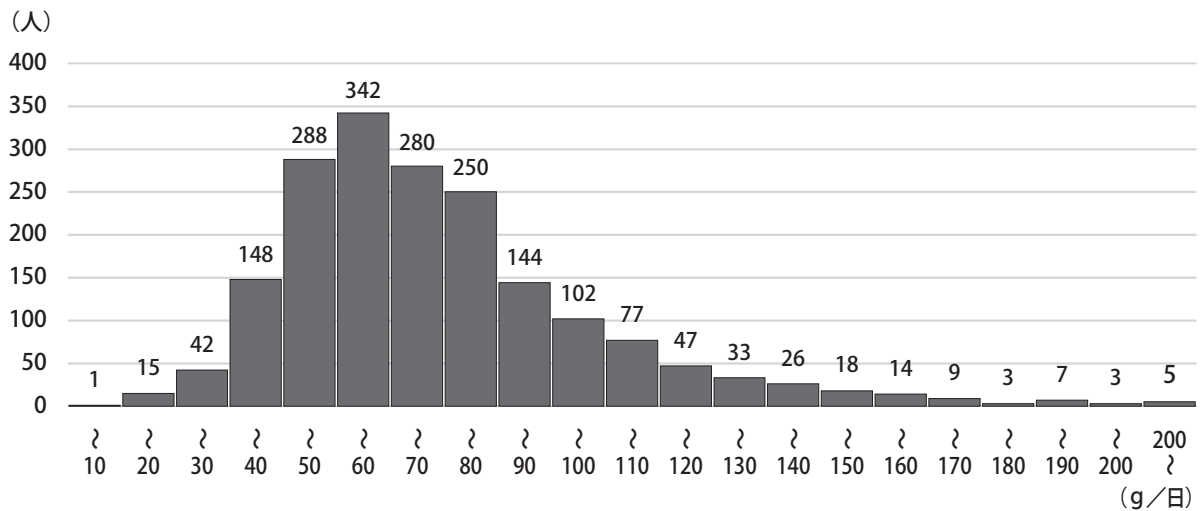


たんぱく質摂取量の分布について、男性の推定平均必要量50 g／日を下回る者は18.7%、女性の推定平均必要量40 g／日を下回る者は11.1%となっている。

【たんぱく質摂取量の分布（男性n=1,594）】



【たんぱく質摂取量の分布（女性n=1,854）】



<参考 平成28年県民健康調査結果 総たんぱく質 1日合計 [g] (対象：1～70歳以上)>

性 別	人 数(人)	平 均 値	標準偏差	最 小 値	最 大 値
男 性	631	71.2	23.8	6.3	159.9
女 性	700	60.4	19.9	8.2	131.4

65歳以上では、BMI別のたんぱく質摂取量をみたが、差は見られない。

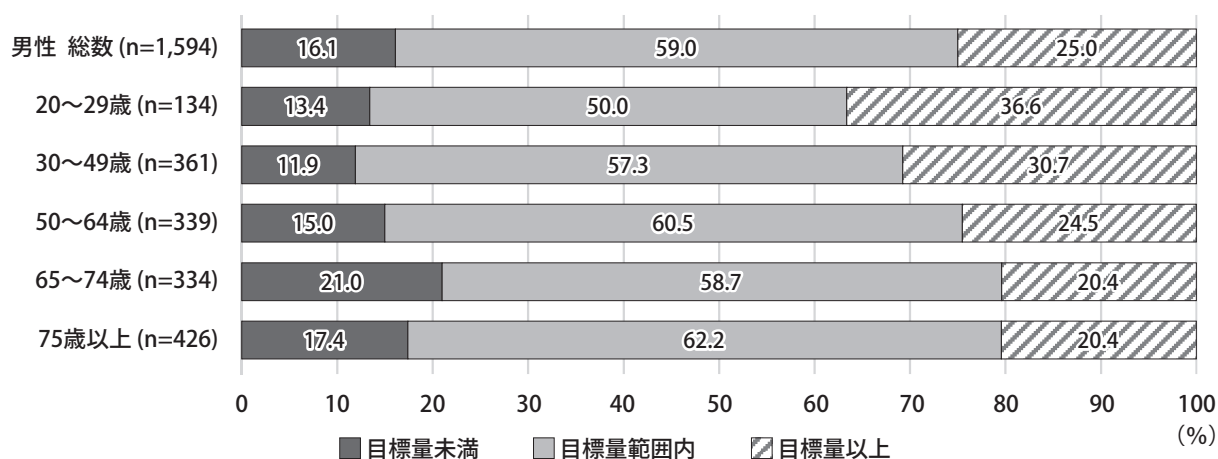
(3) 脂質摂取量の状況

脂肪エネルギー比率の状況について、目標量以上の割合は、男性25.0%、女性42.2%となっている。目標量以上の割合は全ての年齢で女性が男性よりも高くなっている。

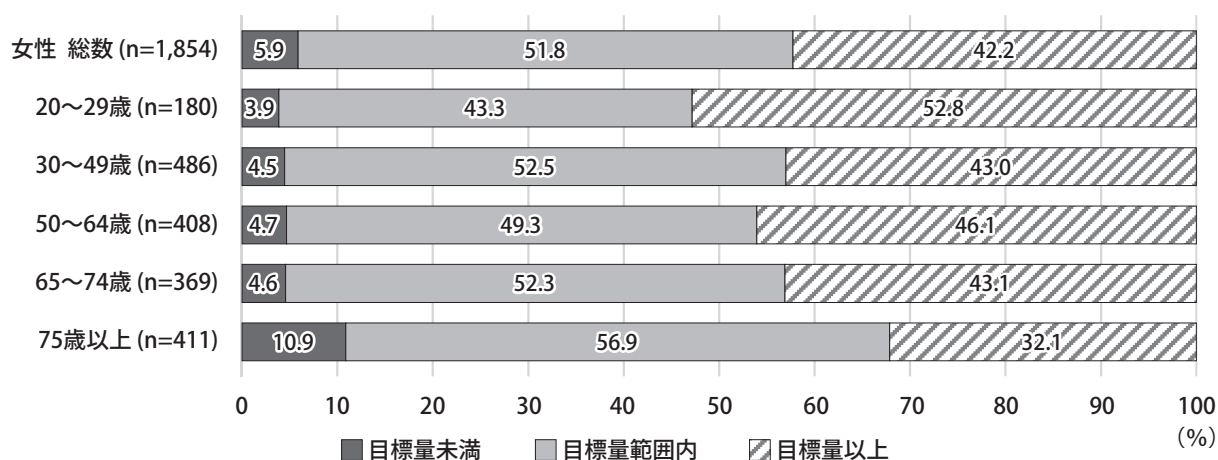
性・年齢別にみると、男女ともに20～29歳が目標量以上の割合が高くなっている。

【脂肪エネルギー比率の状況（性別／性・年齢別）】

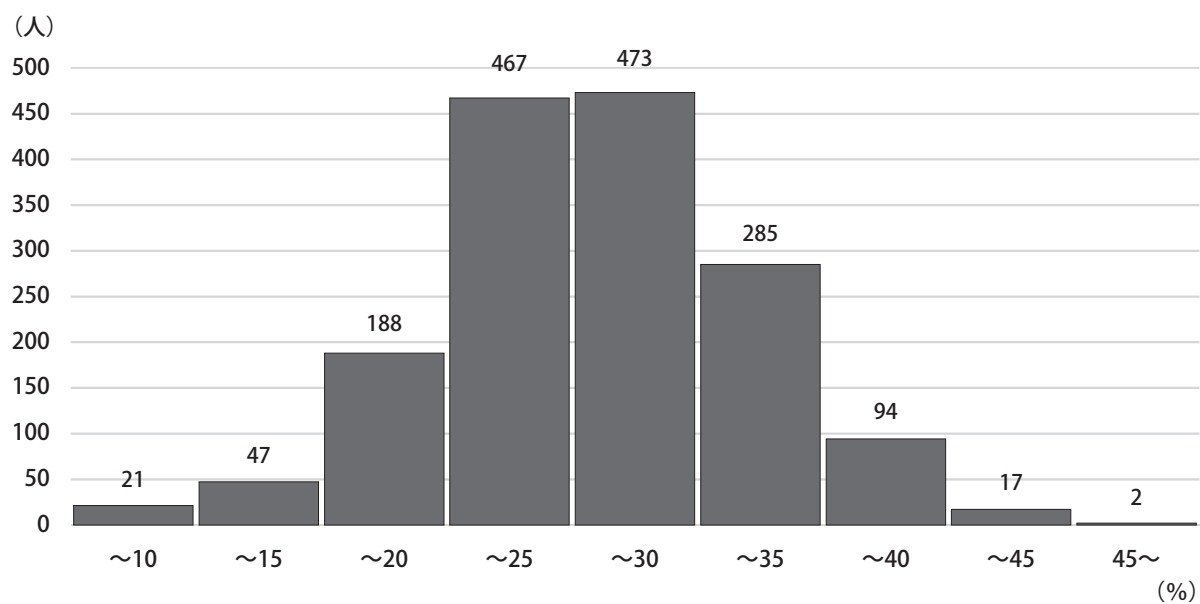
(男性／年齢別)



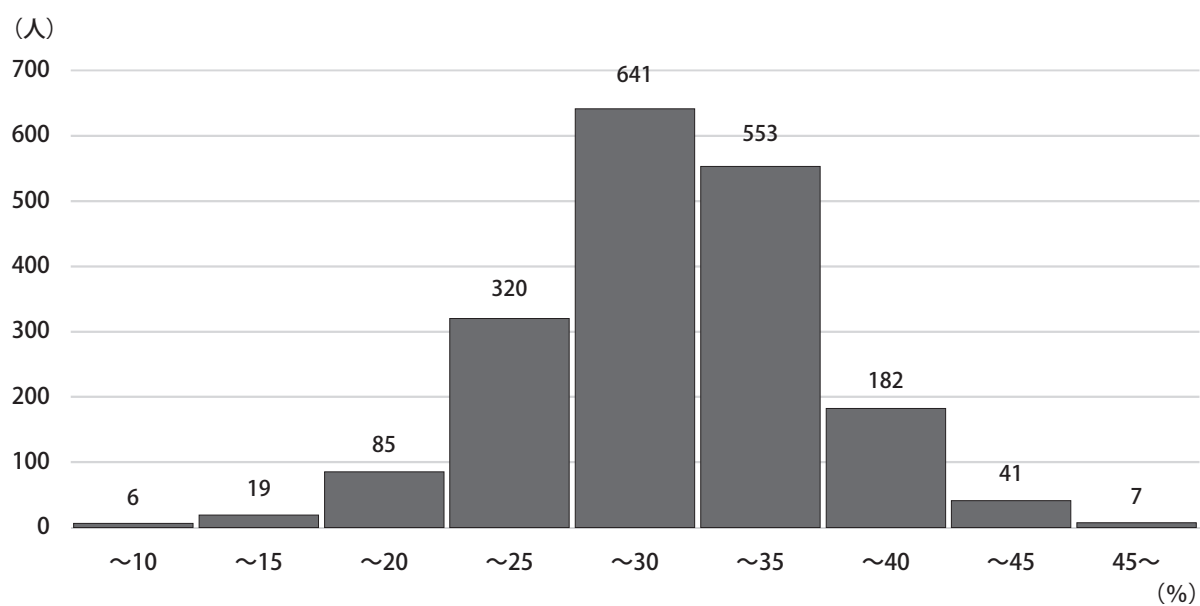
(女性／年齢別)



【脂肪エネルギー比率の分布（男性n=1,594）】



【脂肪エネルギー比率の分布（女性n=1,854）】



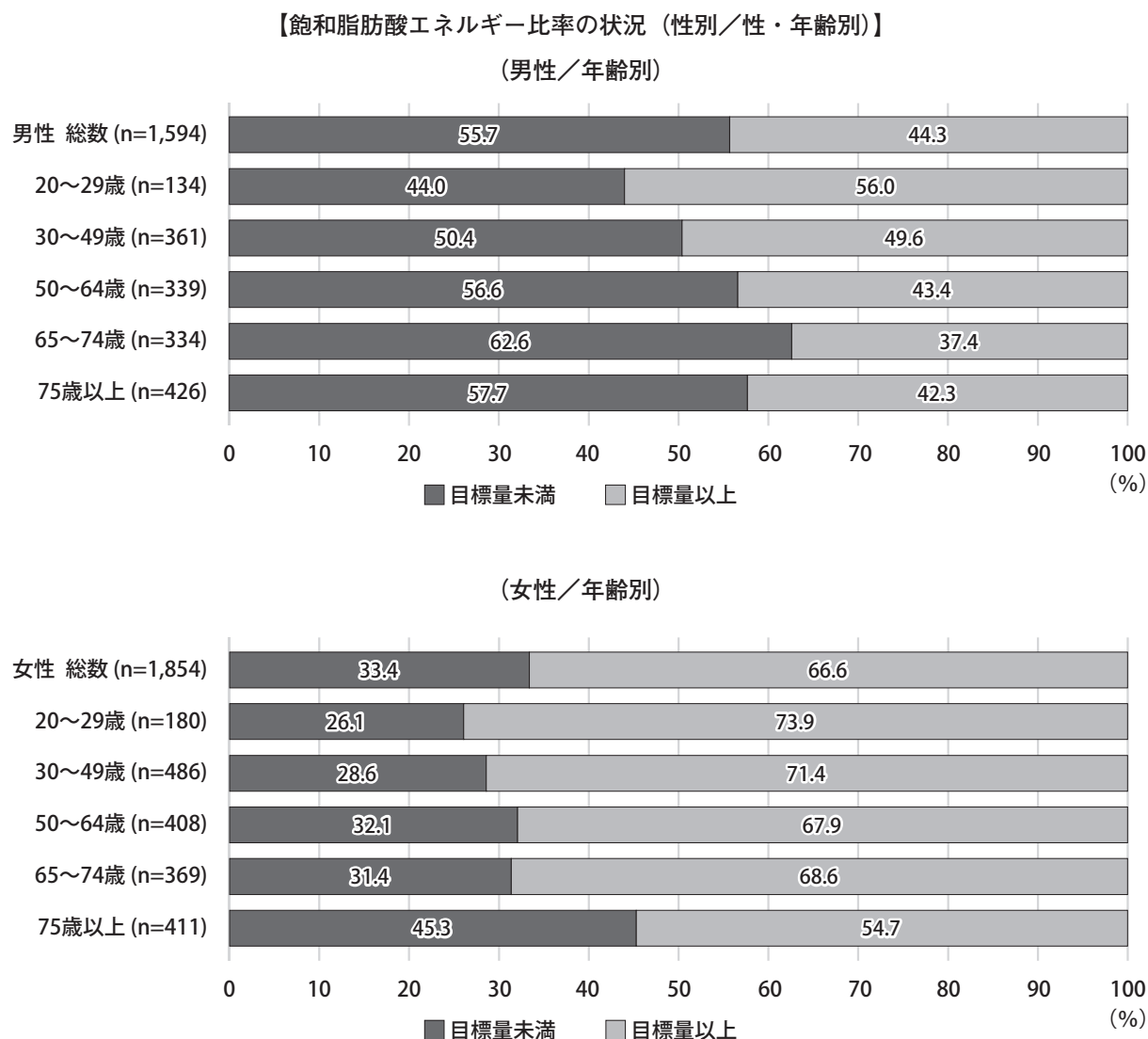
<参考 平成28年県民健康調査結果 脂肪エネルギー比率 [%] (対象：1～70歳以上)>

性 別	人 数(人)	平 均 値	標 準 偏 差	最 小 値	最 大 値
男 性	631	24.5	7.0	2.3	50.8
女 性	700	25.9	7.5	2.7	47.8

(4) 飽和脂肪酸摂取量の状況

飽和脂肪酸エネルギー比率の状況について、目標量以上の割合は、男性44.3%、女性66.6%となっており、女性の方が高くなっている。

性・年齢別にみると、男性65～74歳、女性50～64歳を除き、年齢が上がるにつれて、目標量以上の割合が低くなっている。



<参考 平成28年県民健康調査結果 飽和脂肪酸エネルギー比率 [%] (対象：1～70歳以上)>

性 別	人 数(人)	平 均 値	標準偏差	最 小 値	最 大 値
男 性	631	6.7	2.8	1.0	17.2
女 性	700	7.5	2.9	0.6	17.5

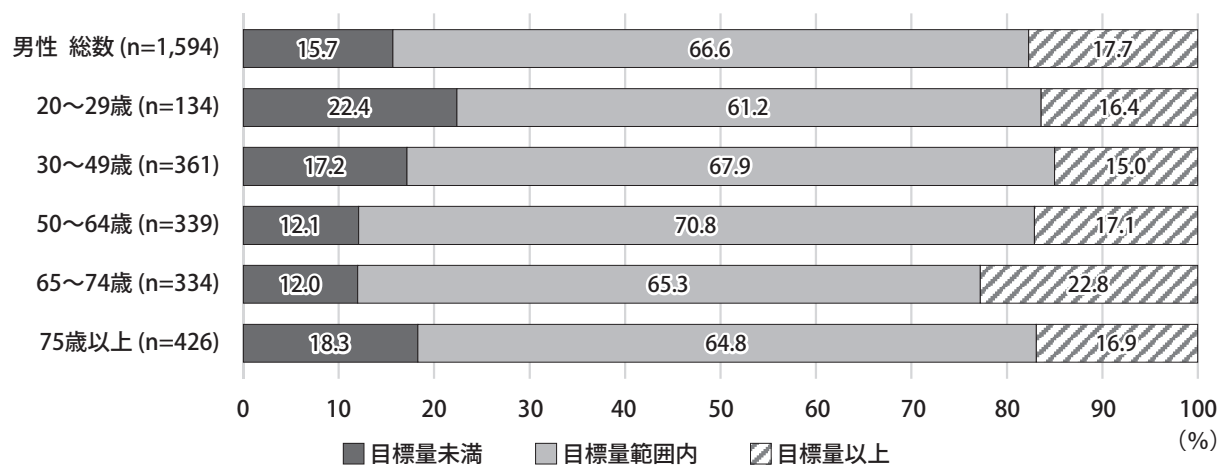
（５）炭水化物摂取量の状況

炭水化物エネルギー比率の状況について、目標量未満の割合は男性15.7%、女性30.5%となっている。

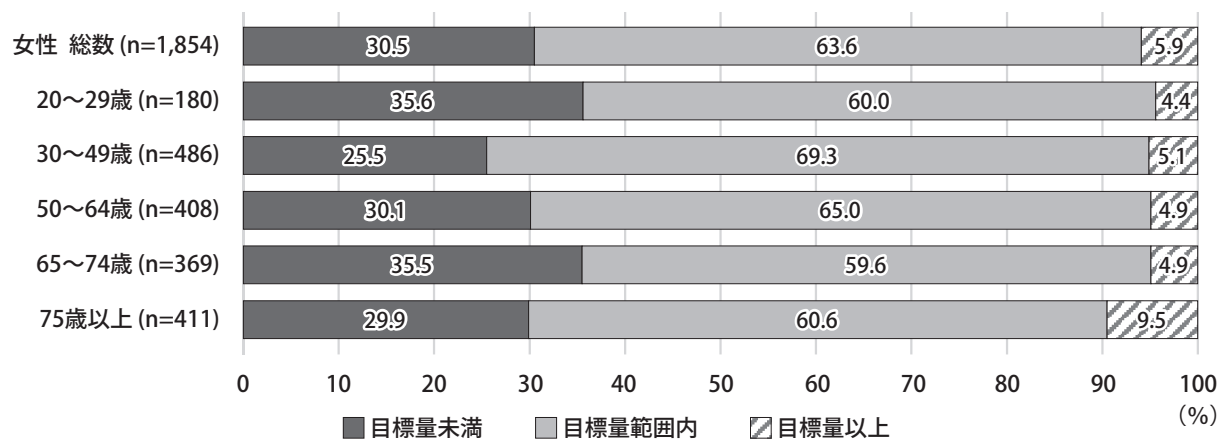
性・年齢別にみると、男性50～64歳、女性30～49歳が目標量を摂取している割合が高くなっている。

【炭水化物エネルギー比率の状況（性別／性・年齢別）】

（男性／年齢別）



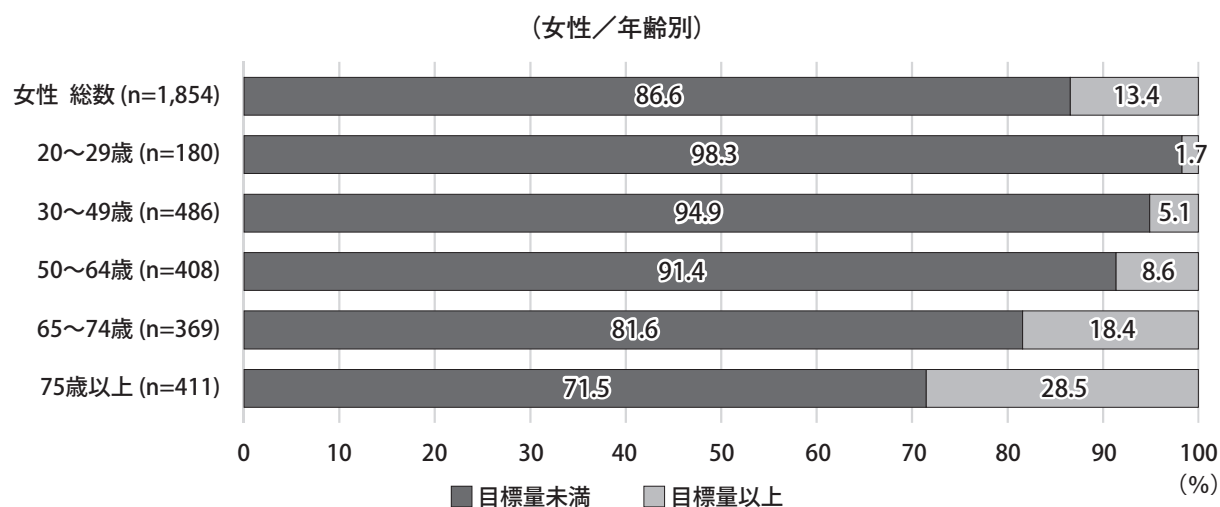
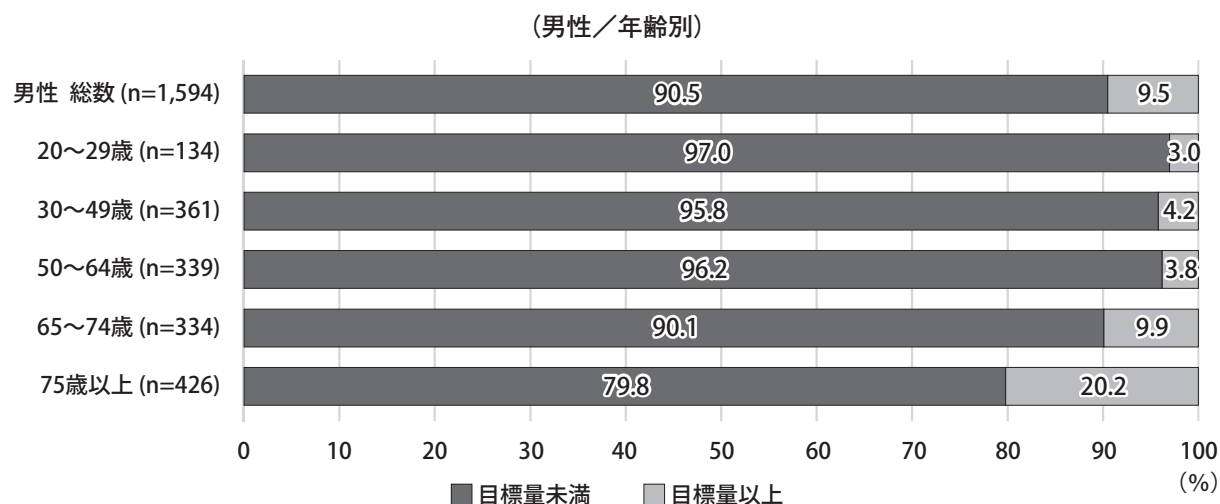
（女性／年齢別）



(6) 食物繊維摂取量の状況

食物繊維摂取量の状況について、目標量未満の割合は男性90.5%、女性86.6%となっている。性・年齢別にみると、男女ともに年齢が上がるにつれて、目標量以上の割合が高くなる傾向にある。

【食物繊維摂取量の状況（性別／性・年齢別）】



<参考 食物繊維の食事摂取基準 目標量 [g/日]>

年齢／性別	男 性	女 性
18～64歳	21以上	18以上
65～75歳以上	20以上	17以上
妊婦・授乳婦		18以上

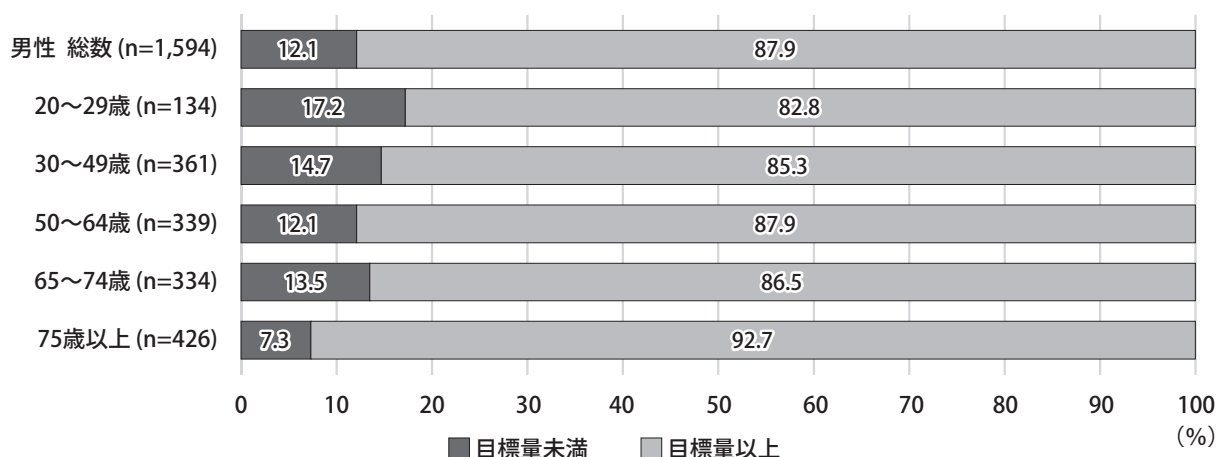
(7) 食塩（食塩相当量）摂取量の状況

食塩摂取量の状況について、目標量未満の割合は男性12.1%、女性13.0%となっている。

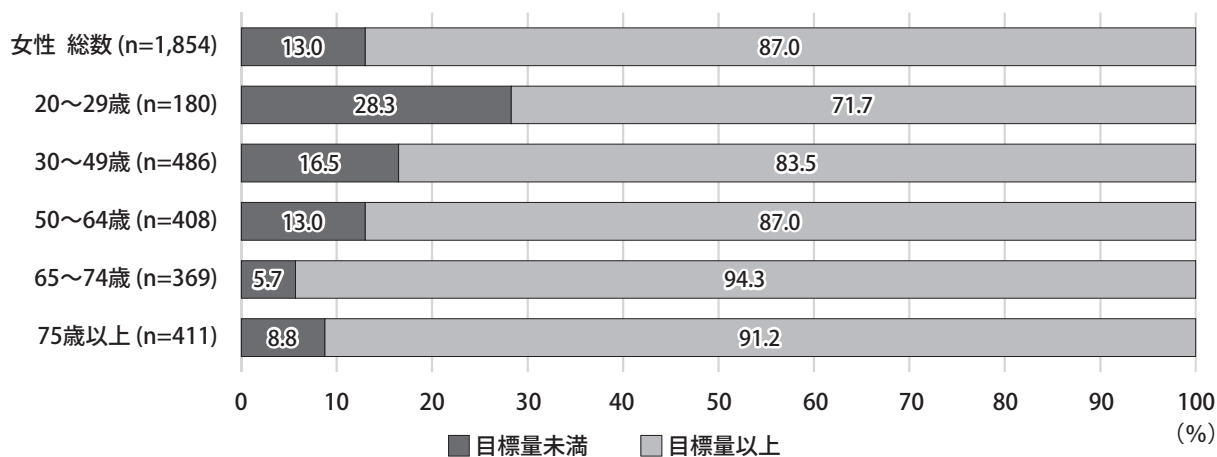
性・年齢別にみると、男性65～74歳、女性75歳以上を除き、年齢が上がるにつれて、目標値以上の割合が高くなっている。女性20～29歳が目標量未満の割合は28.3%となっており、他の性・年齢と比べて一番高くなっている。

【食塩摂取量の状況（性別／性・年齢別）】

(男性／年齢別)



(女性／年齢別)

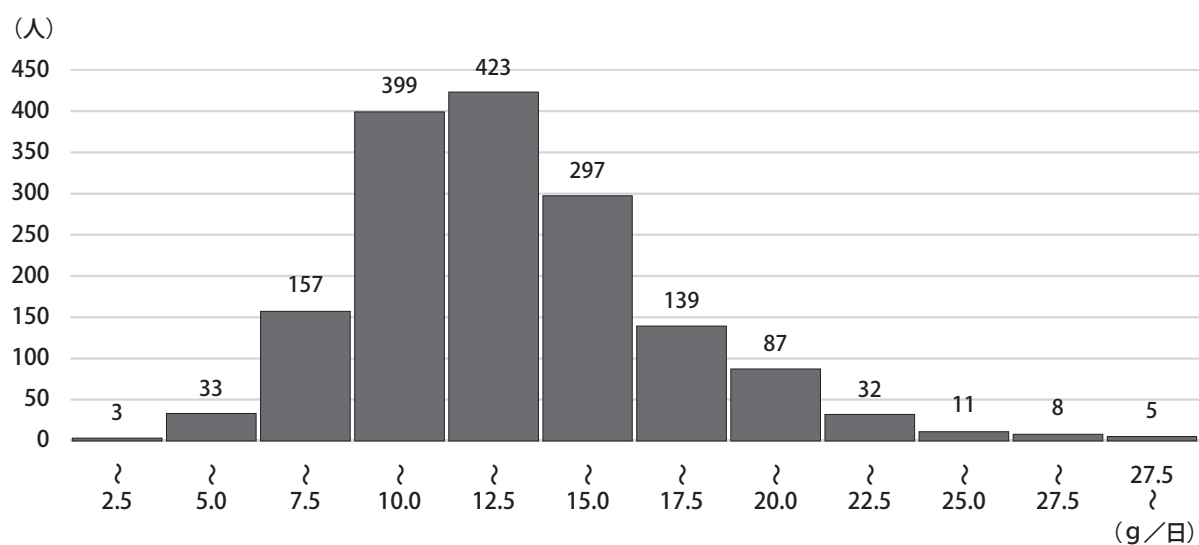


<参考 食塩相当量の食事摂取基準目標量 [g/日]>

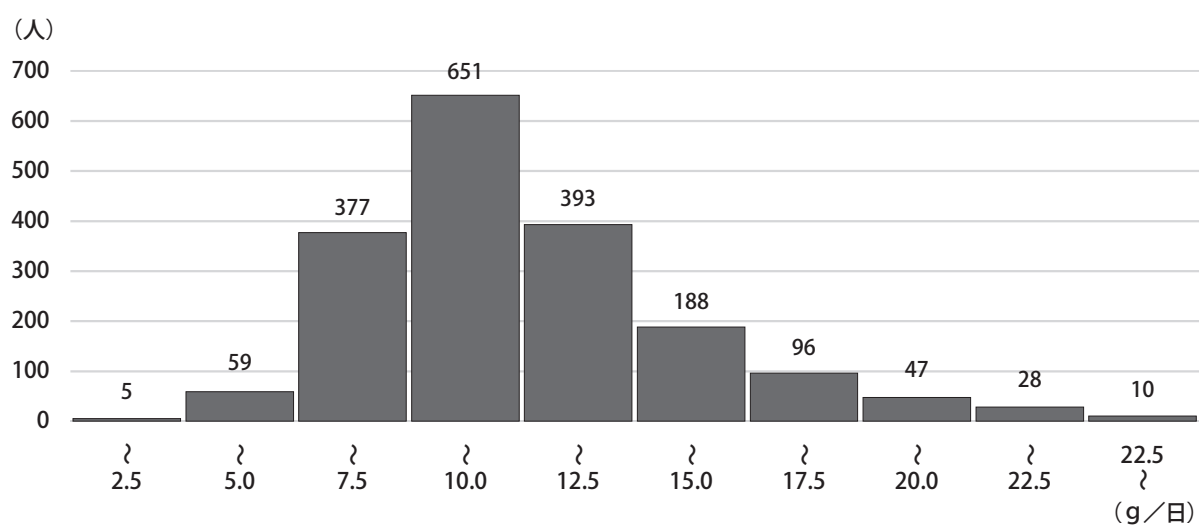
年齢／性別	男 性	女 性
18～75歳以上	7.5未満	6.5未満
妊婦・授乳婦		6.5未満

食塩摂取量の分布について、男性では10～12.5 g／日未満が最も多く、女性では7.5～10 g／日未満が最も多くなっている。

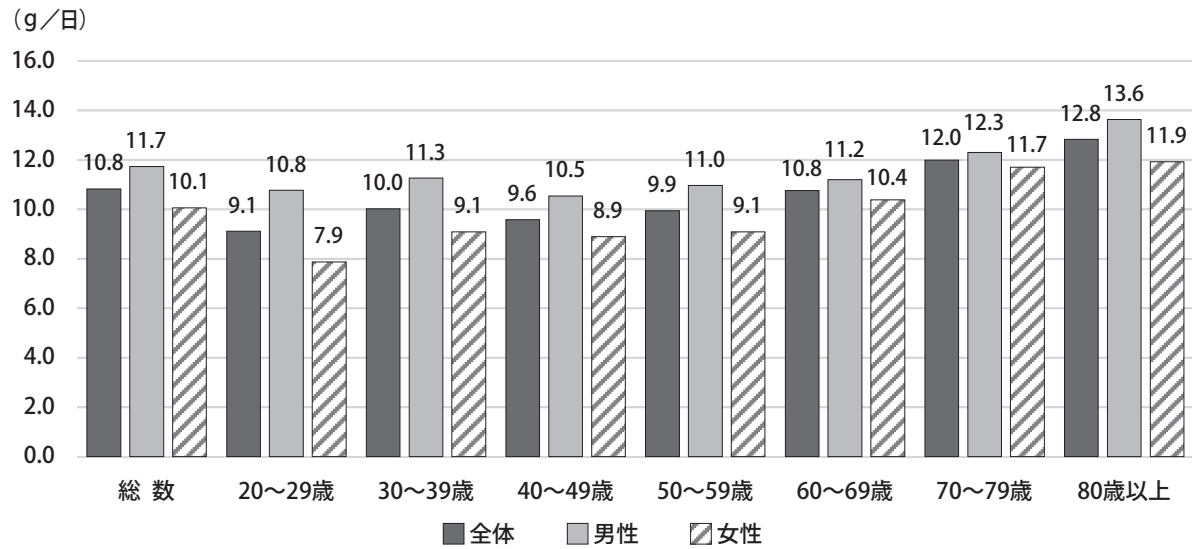
【食塩摂取量の分布（男性n=1,594）】



【食塩摂取量の分布（女性n=1,854）】



【食塩摂取量の平均値（性別／年齢別）】



<参考 平成28年県民健康調査結果 食塩相当量 1日合計 [g] (対象：1～70歳以上)>

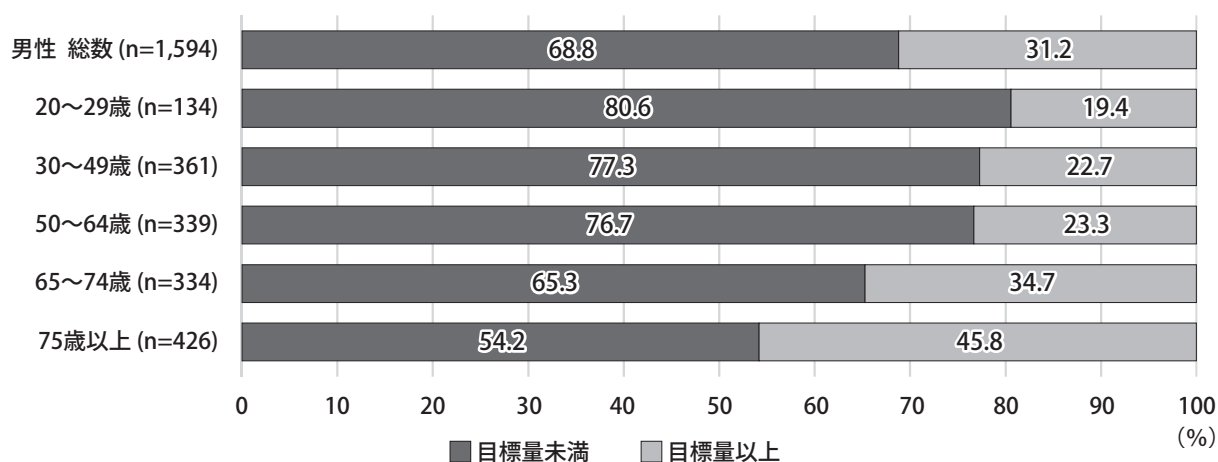
性 別	人 数(人)	平 均 値	標準偏差	最 小 値	最 大 値
男 性	631	9.9	4.1	0.2	31.1
女 性	700	8.6	3.3	1.1	27.2

(8) カリウム摂取量の状況

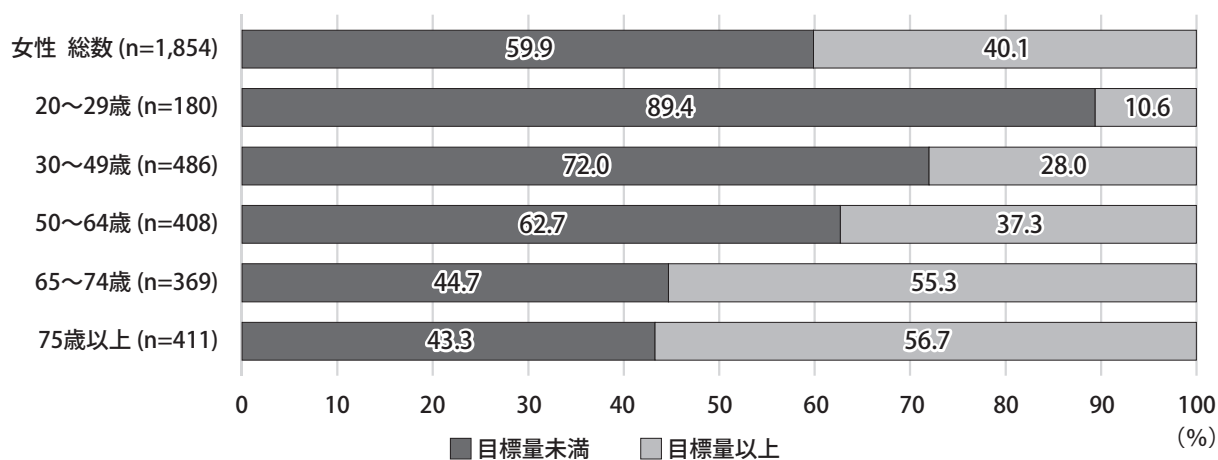
カリウム摂取量の状況について、目標量未満の割合は男性68.8%、女性59.9%となっている。性・年齢別にみると、男女ともに年齢が上がるにつれて、目標量以上の割合が高くなっている。

【カリウム摂取量の状況（性別／性・年齢別）】

(男性／年齢別)



(女性／年齢別)

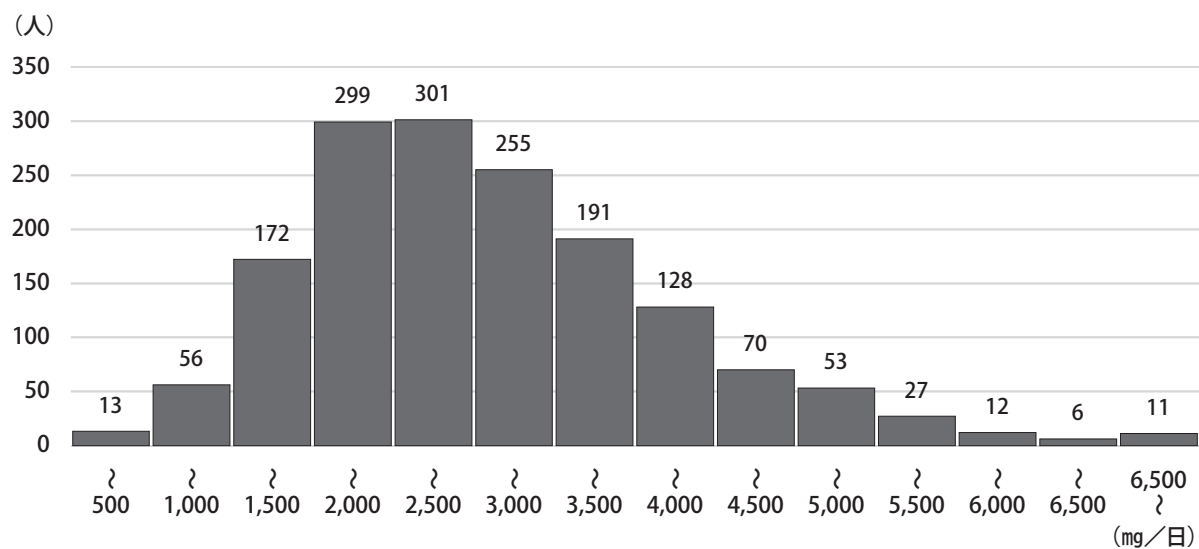


<参考 カリウムの食事摂取基準 目標量 [mg/日]>

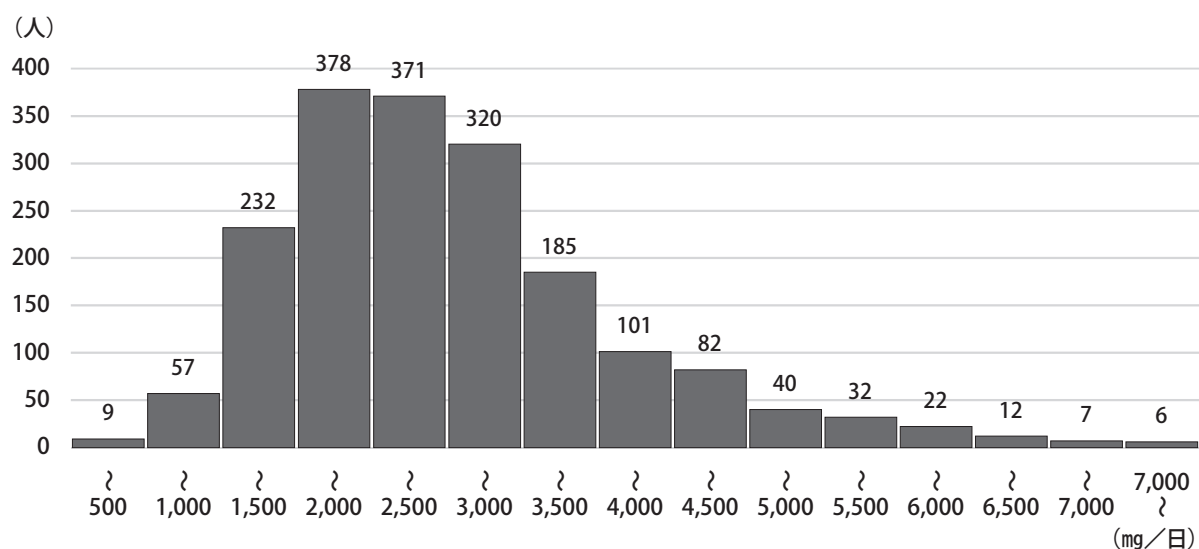
年齢／性別	男 性	女 性
18～75歳以上	3,000以上	2,600以上
妊婦・授乳婦		2,600以上

カリウム摂取量の分布について、1,500～2,500mg未満の人が多くなっている。

【カリウム摂取量の分布（男性n=1,594）】



【カリウム摂取量の分布（女性n=1,854）】



<参考 平成28年県民健康調査結果 カリウム 1日合計 [mg] (対象：1～70歳以上)>

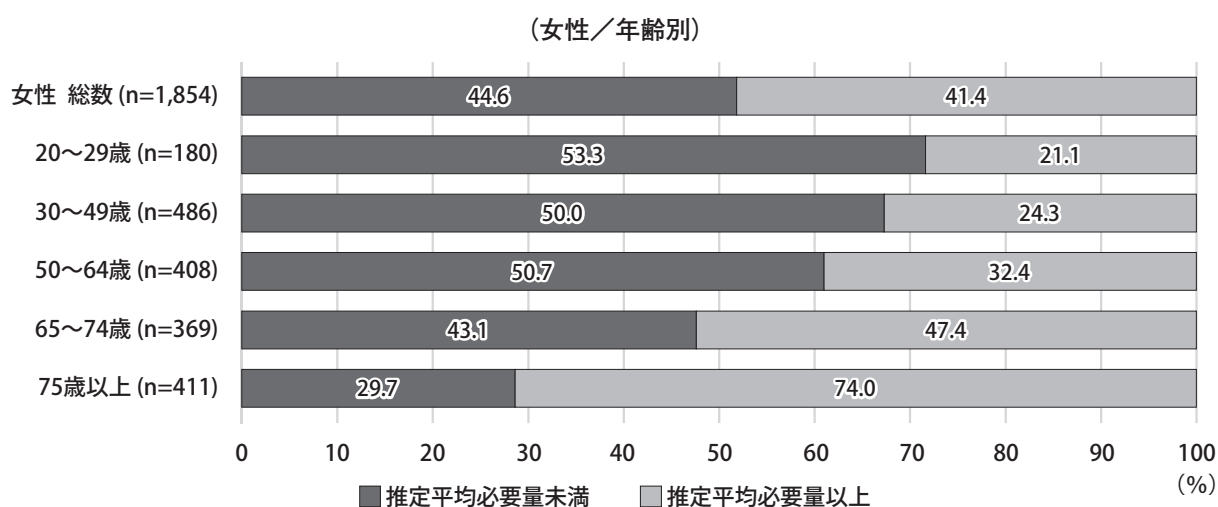
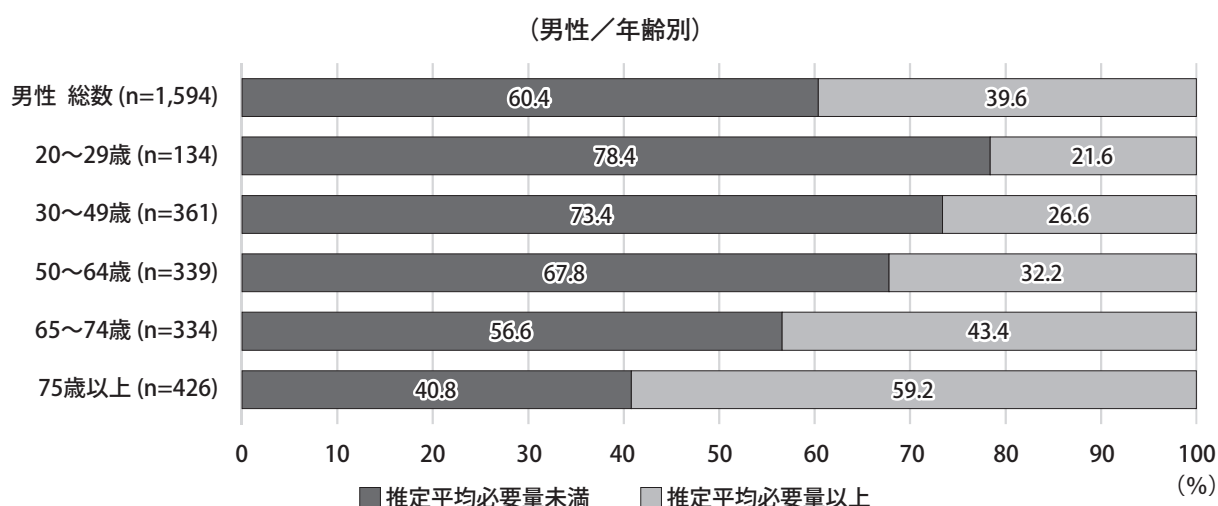
性 別	人 数(人)	平 均 値	標準偏差	最 小 値	最 大 値
男 性	631	2,168.5	824.4	136.8	5,652.1
女 性	700	1,999.8	802.2	167.9	6,554.2

(9) カルシウム摂取量の状況

カルシウムの摂取量について、推定平均必要量以上の割合は男性39.6%、女性41.4%となっている。

性・年齢別にみると、男女ともに年齢が上がるにつれて、推定平均必要量以上の者の割合が高くなっている。

【カルシウム摂取量の状況（性別／性・年齢別）】

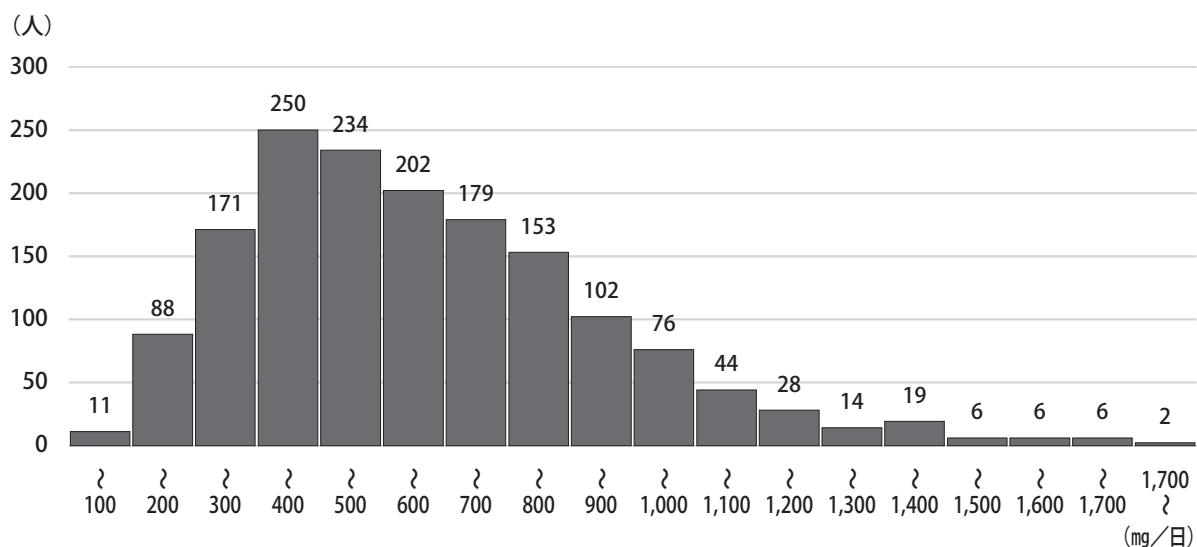


<参考 カルシウムの食事摂取基準 推定平均必要量 [mg/日]>

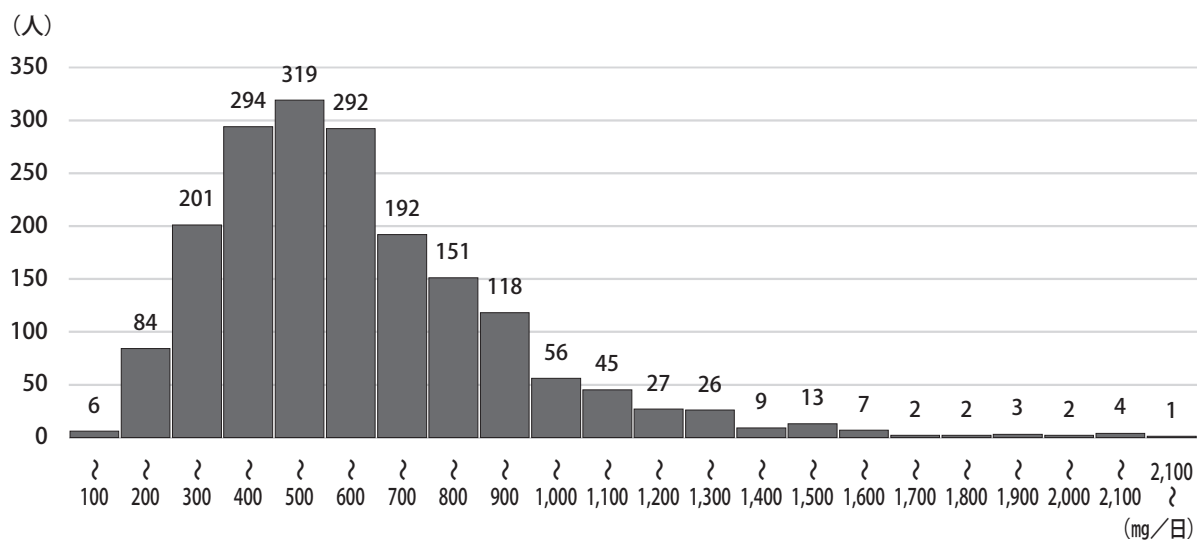
年齢／性別	男 性	女 性
18～29歳	650	550
30～74歳	600	550
75歳以上	600	500
妊婦・授乳婦（付加量）	+0	

カルシウム摂取量の分布について、男女ともに300～600mg未満の人数が多くなっている。

【カルシウム摂取量の分布（男性n=1,594）】



【カルシウム摂取量の分布（女性n=1,854）】



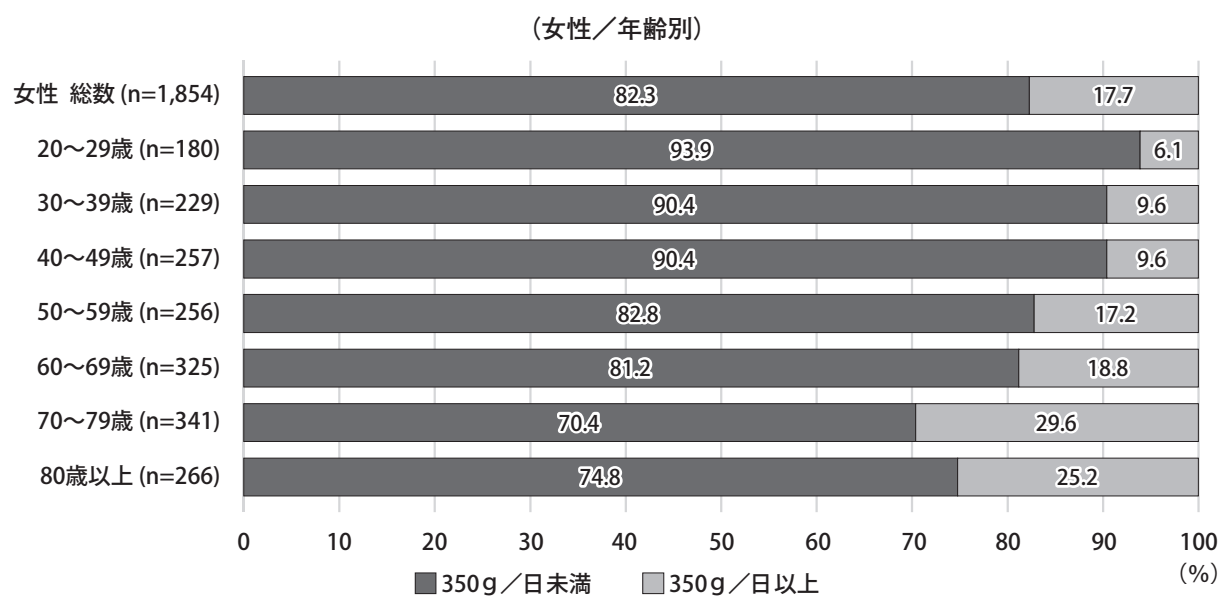
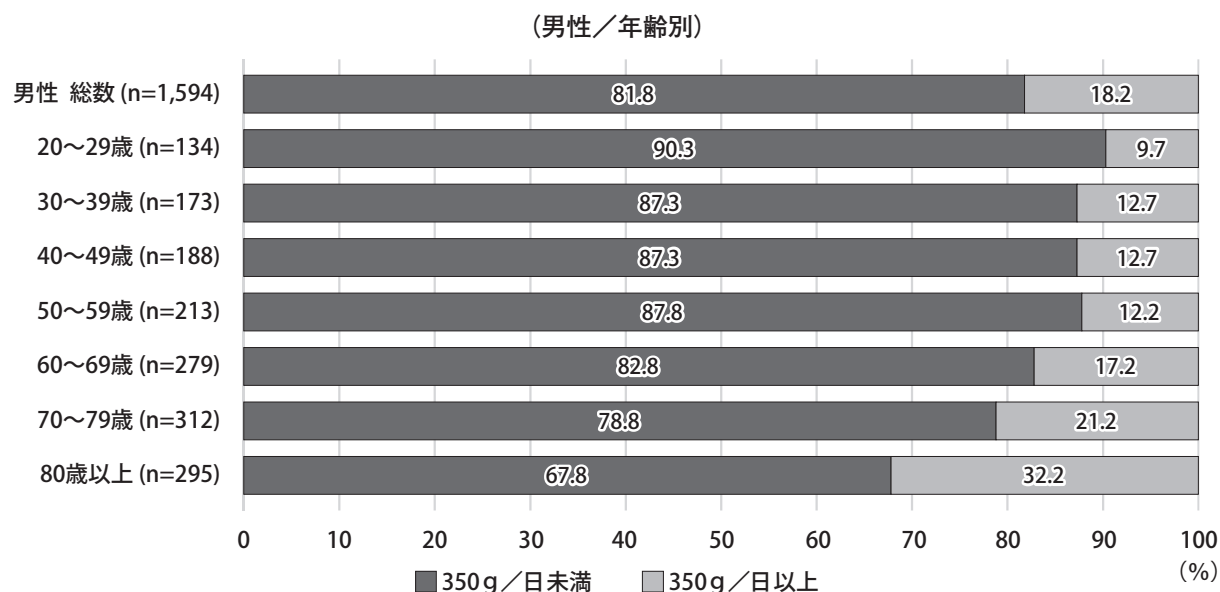
<参考 平成28年県民健康調査結果 カルシウム 1日合計 [mg] (対象：1～70歳以上)>

性 別	人 数(人)	平 均 値	標準偏差	最 小 値	最 大 値
男 性	631	475.4	246.6	12.1	5,652.1
女 性	700	468.5	243.1	49.8	2,055.5

(10) 野菜の摂取状況

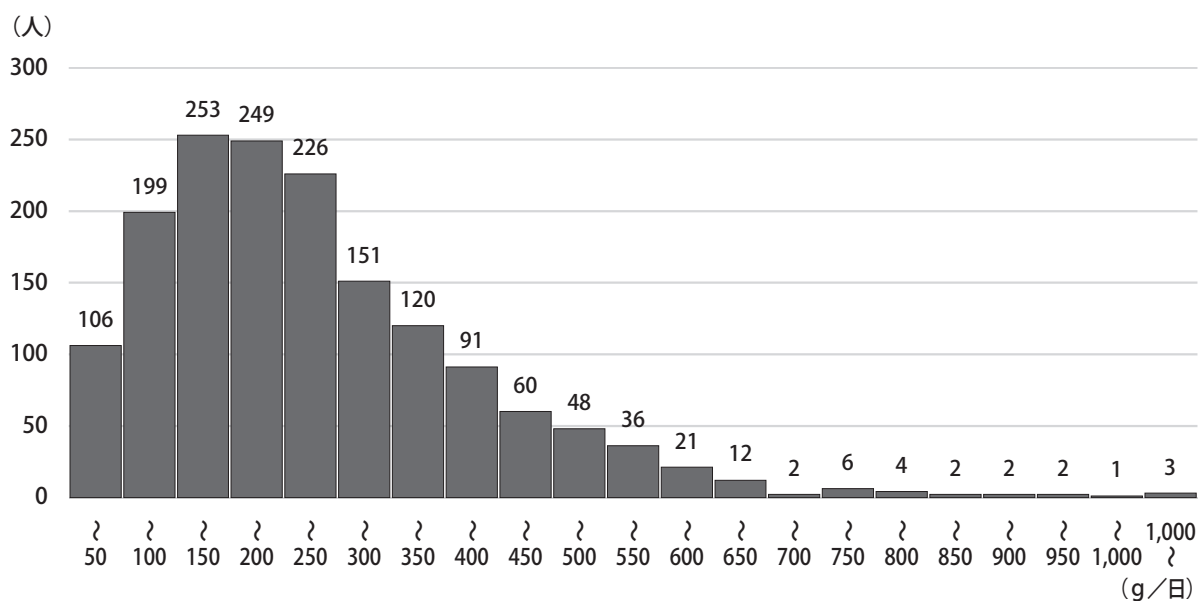
野菜摂取量の状況について、350 g／日以上割合は男性18.2%、女性17.7%となっている。
性・年齢別にみると、女性80歳以上を除き、男女ともに年齢が上がるにつれて、350 g／日以上の割合が高くなる傾向にある。

【野菜摂取量の状況（性別／年齢別）】



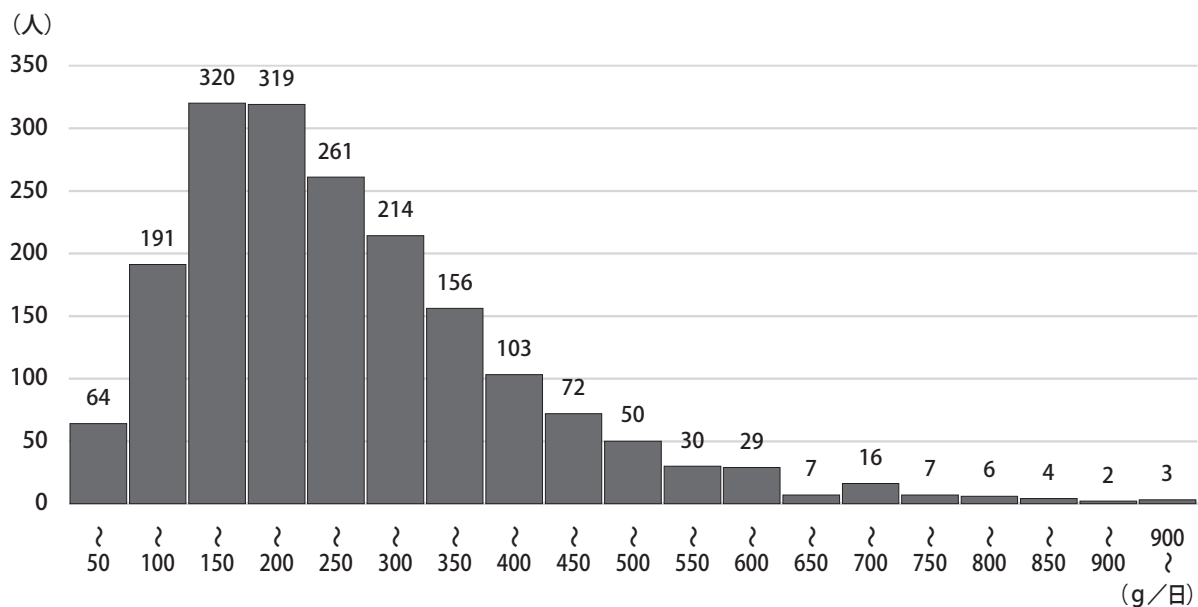
野菜摂取量の分布について、男女ともに100～200 g／日未満摂取している人が多くなっている。

【野菜摂取量の分布（男性n=1,594）】



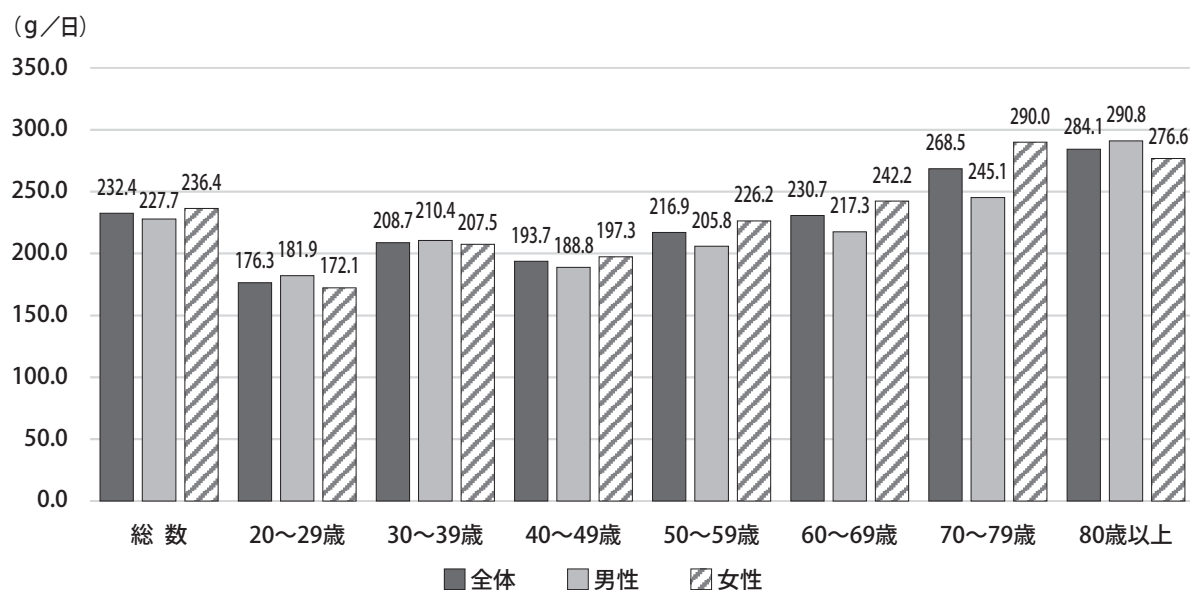
男性で350 g／日以上摂取している人は290人（18.2%）

【野菜摂取量の分布（女性n=1,854）】



女性で350 g／日以上摂取している人は329人（17.7%）

【野菜摂取量の平均値（性別／年齢別）】



※野菜摂取量は漬物（緑の濃い葉野菜とその他すべて）、生サラダ、トマト、トマトケチャップ・トマト煮込み・トマトシチュー、料理に使った野菜（漬物・サラダ以外、緑の濃い野菜、キャベツ、白菜、にんじん、かぼちゃ、だいこん、かぶ、その他根菜すべて）のそれぞれの値の合計量とする。

<参考 平成28年県民健康調査結果（対象：1～70歳以上）>

緑黄色野菜 1日量 [g]

性 別	人 数(人)	平 均 値	標準偏差	最 小 値	最 大 値
男 性	631	84	75.9	0	553.8
女 性	700	82	77.0	0	675.0

その他の野菜 1日量 [g]

性 別	人 数(人)	平 均 値	標準偏差	最 小 値	最 大 値
男 性	631	179.7	127.6	0	954.1
女 性	700	162.5	108.6	0	658.7

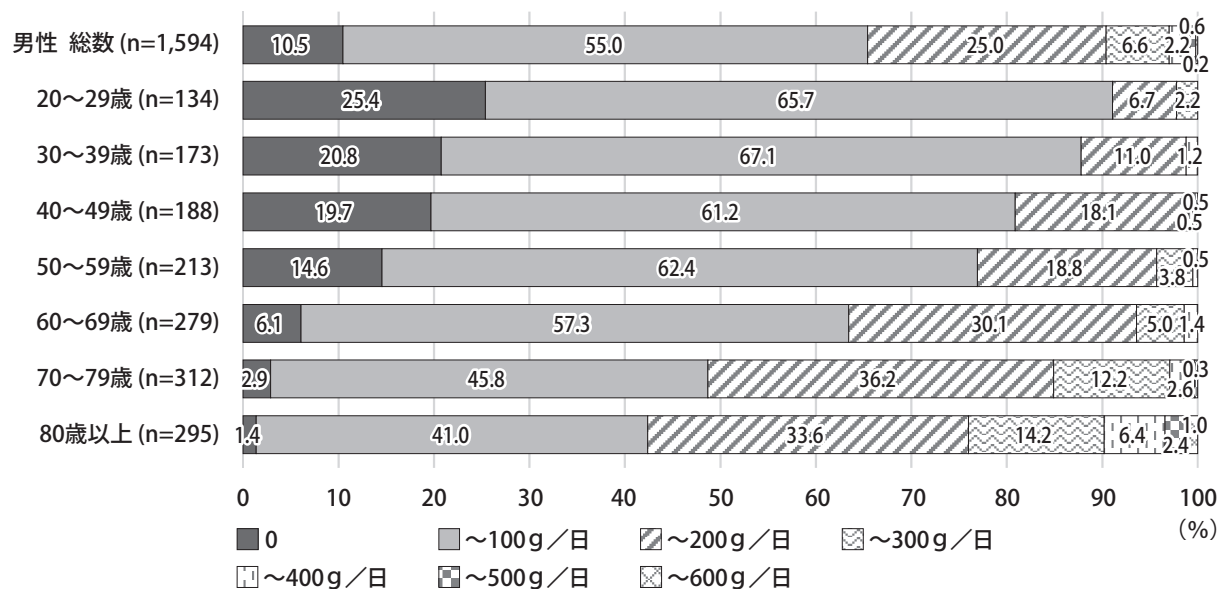
(11) 果物の摂取状況

果物の摂取量について、100 g／日未満の割合は男性65.5%、女性65.6%となっている。

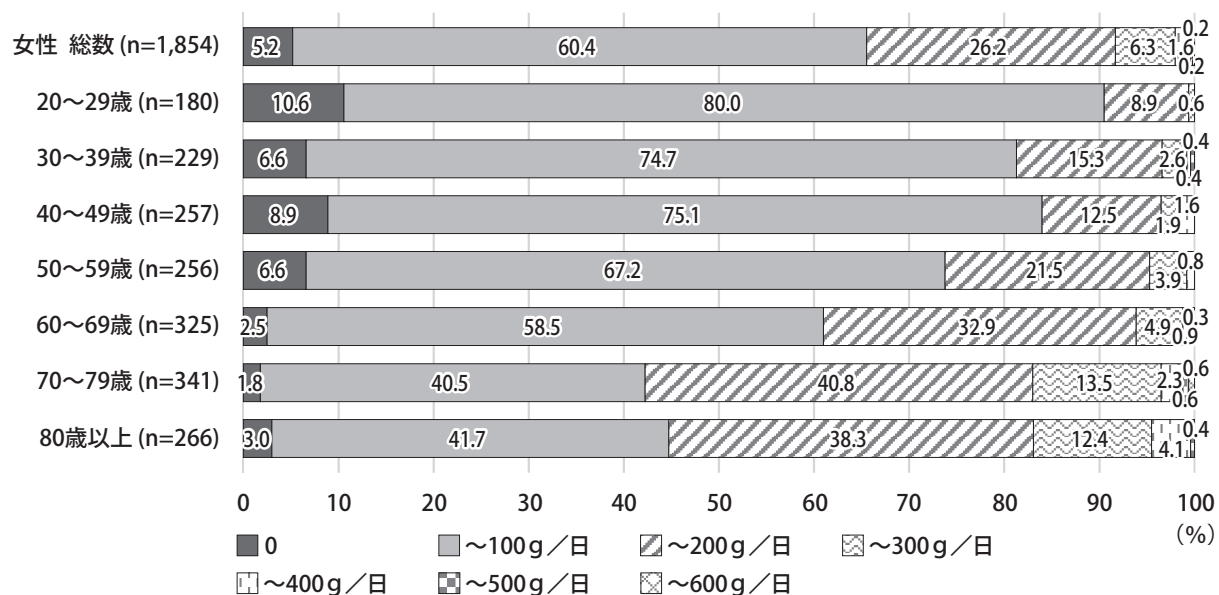
性・年齢別にみると、男性では年齢が上がるにつれて、摂取量が増えている。女性は40～49歳、80歳以上を除き、年齢が上がるにつれて、摂取量が増えている。

【果物摂取量の状況（性別／年齢別）】

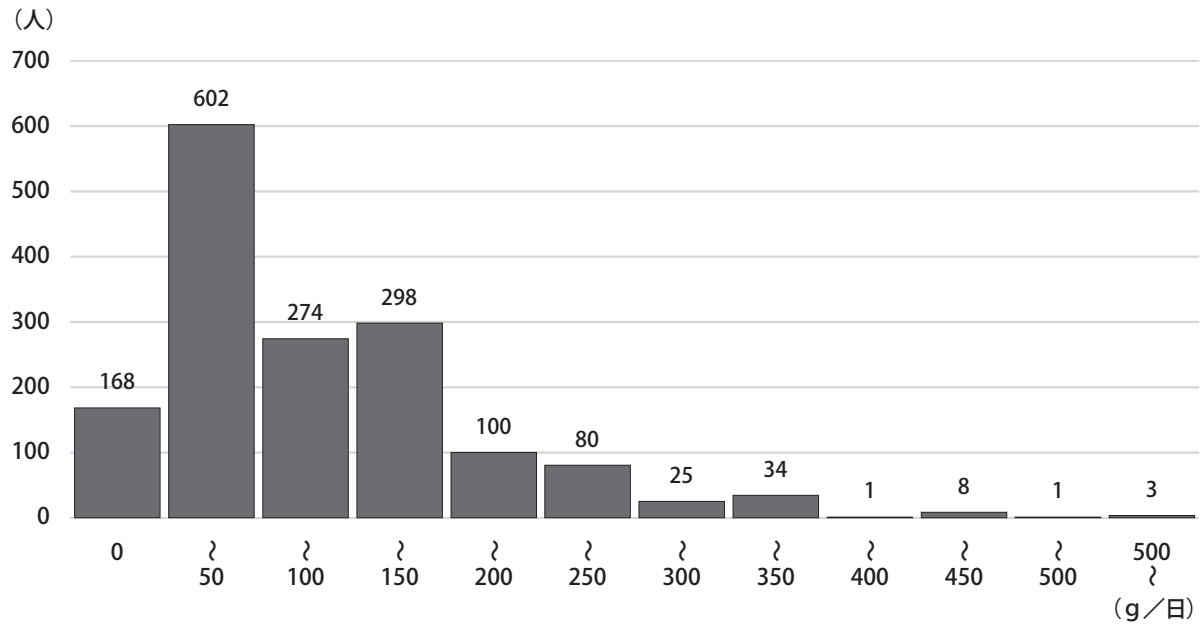
(男性／年齢別)



(女性／年齢別)

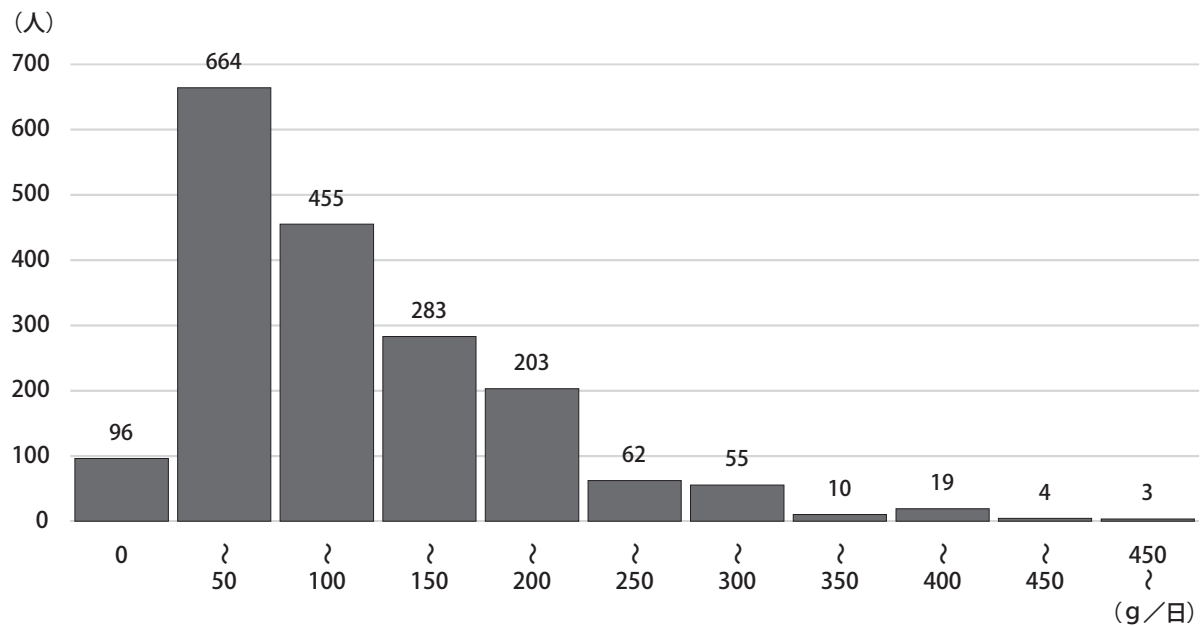


【果物摂取量の分布（男性n=1,594）】



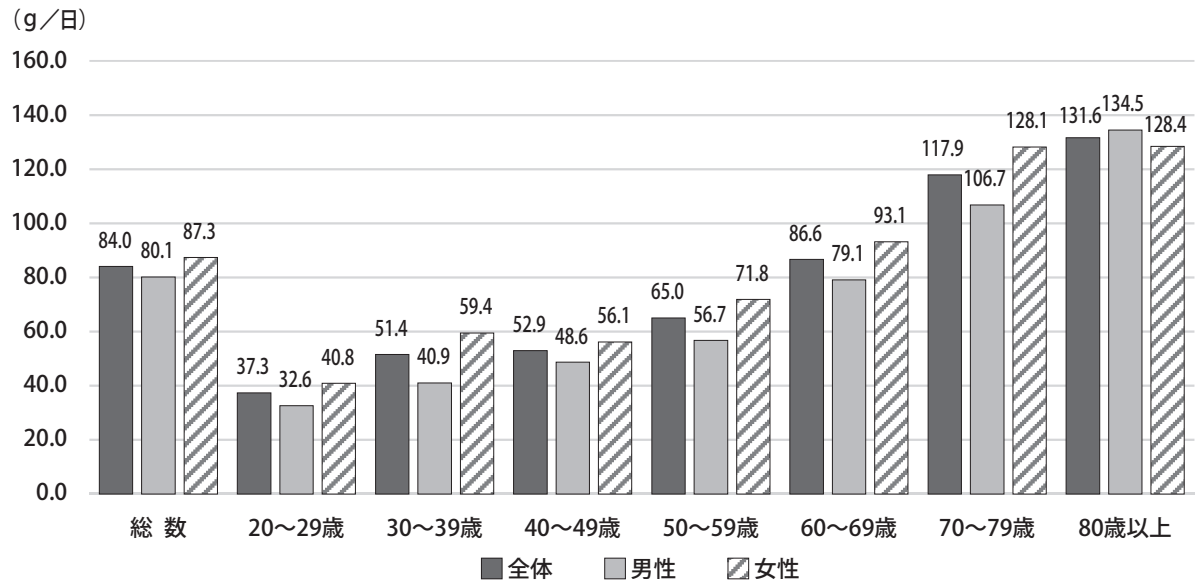
男性で100 g／日以上摂取している人は550人（34.5%）

【果物摂取量の分布（女性n=1,854）】



女性で100 g／日以上摂取している人は639人（34.5%）

【果物摂取量の平均値（性別／年齢別）】



※果物摂取量は、みかんなどの柑橘類、かき・いちご・キウイ、その他すべての果物（りんご・バナナなど）のそれぞれの値の合計量とする。

<参考 平成28年県民健康調査結果 果物 1日量 [g] (対象：20～70歳以上)>

	男 性	女 性
平 均 値	73.2	92.1

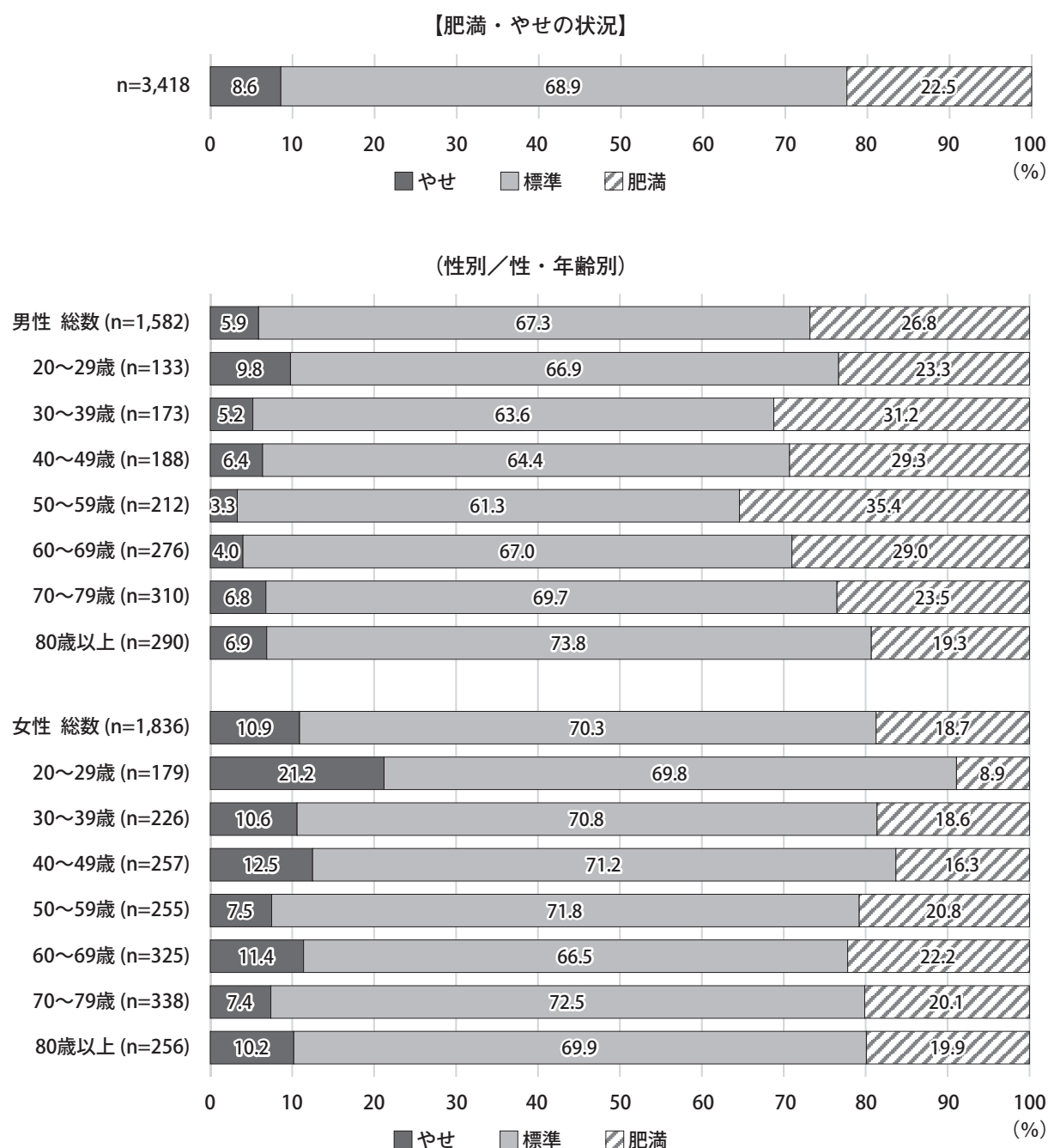
3 肥満・やせの状況

(1) 肥満・やせの状況

「やせ」に該当する割合が8.6%、「普通」に該当する割合が68.9%、「肥満」に該当する割合が22.5%となっている。

性別にみると、「やせ」に該当する割合は男性5.9%、女性10.9%、「肥満」に該当する割合は男性26.8%、女性18.7%となっている。

性・年齢別にみると、「やせ」に該当する割合は全ての年代で女性が男性よりも高く、女性20～29歳では20%を超えている。「肥満」に該当する割合は女性80歳以上を除き、全ての年代で男性が高くなっている。



<参考>

【食事摂取基準2020による目標とするBMIの割合】

年 齢	区分 性別	目標とするBMI 未満の人の割合	目標とするBMI の人の割合（※）	目標とするBMI 以上の人の割合
20～49歳	男 性	6.9%（34人）	64.8%（320人）	28.3%（140人）
	女 性	14.2%（94人）	70.7%（468人）	15.1%（100人）
50～64歳	男 性	9.8%（33人）	56.4%（190人）	33.8%（114人）
	女 性	25.3%（103人）	54.1%（220人）	20.6%（84人）
65～74歳	男 性	31.4%（104人）	41.4%（137人）	27.2%（90人）
	女 性	39.7%（146人）	40.2%（148人）	20.1%（74人）
75歳以上	男 性	34.3%（144人）	46.7%（196人）	19.0%（80人）
	女 性	39.8%（159人）	38.6%（154人）	21.6%（86人）

（※）食事摂取基準2020による目標とするBMIの割合

	目標とするBMI (kg/m ²)
18～49歳	18.5～24.9
50～64歳	20.0～24.9
65～74歳	21.5～24.9
75歳以上	21.5～24.9

【65歳以上におけるBMI20.0未満の状況】

※第2次健康おかやまセカンドステージ目標値

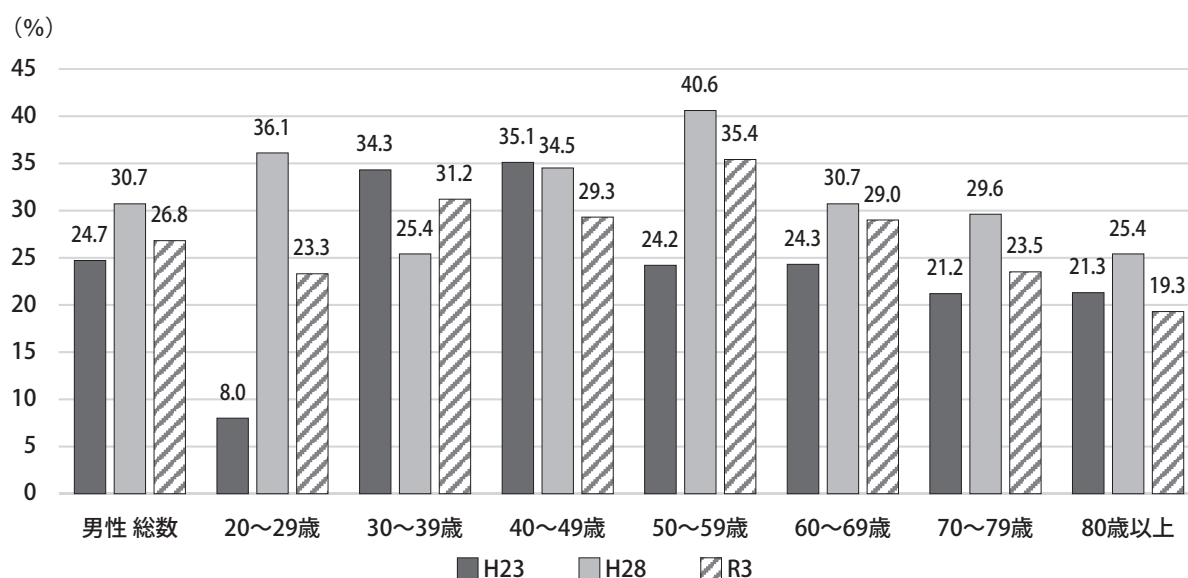
	BMI 20.0未満	BMI 20.0以上
男 性	16.6%（125人）	83.4%（626人）
女 性	22.0%（169人）	78.0%（598人）
全 体	19.4%（294人）	80.6%（1,224人）

(2) 肥満の状況

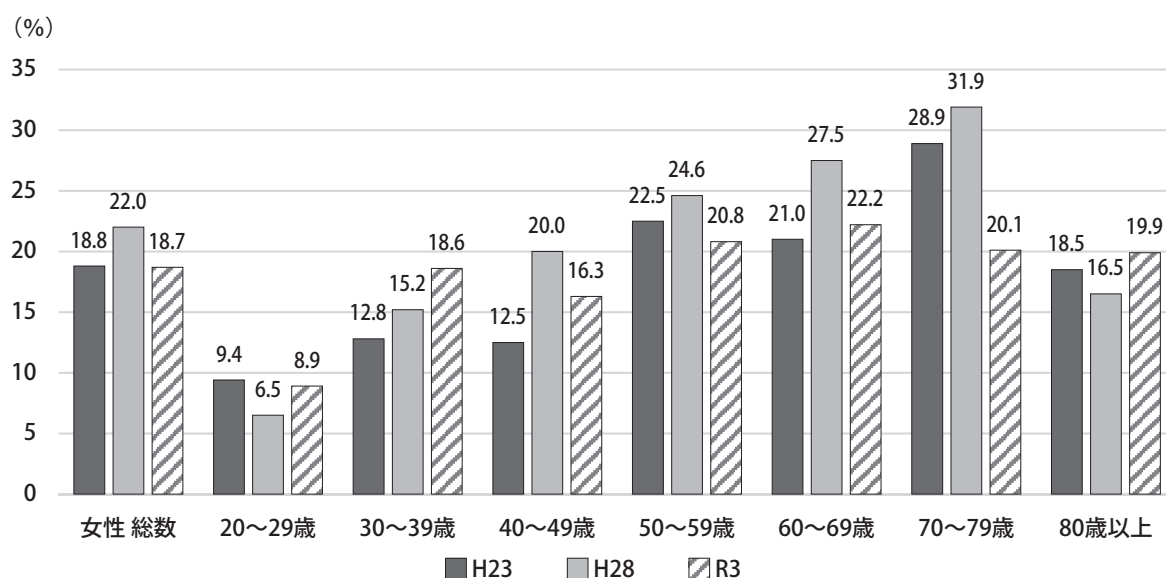
肥満者（BMI25以上）の割合について経年比較すると、男性は30～39歳を除き、前回調査より低くなっている。女性は20～29歳、30～39歳、80歳以上は前回調査より高いが、その他の年代では低くなっている。

【肥満者（BMI 25以上）の割合】

(男性／経年比較)



(女性／経年比較)

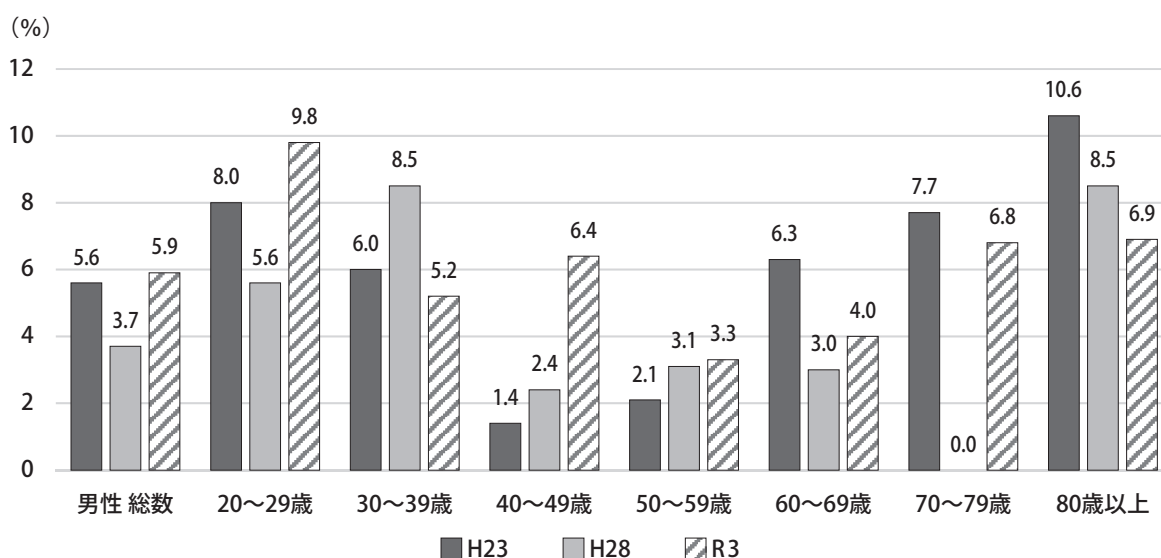


(3) やせの状況

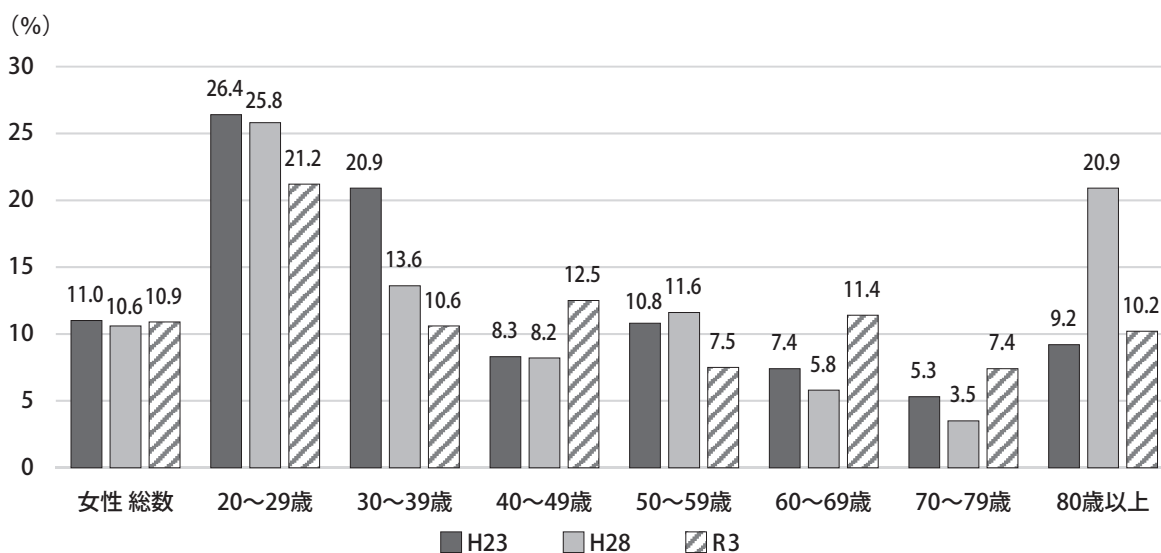
やせの者（BMI18.5未満）の割合について経年比較すると、男性の20～29歳と40～49歳、50～59歳、60～69歳、70～79歳は前回調査より高くなっている。女性では、40～49歳、60～69歳、70～79歳では前回調査より高くなっている。

【やせの者（BMI 18.5未満）の割合】

(男性／経年比較)



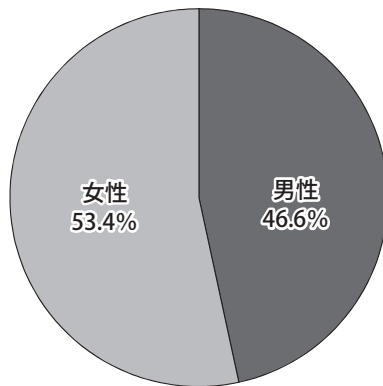
(女性／経年比較)



Ⅲ 調査結果（生活習慣調査）

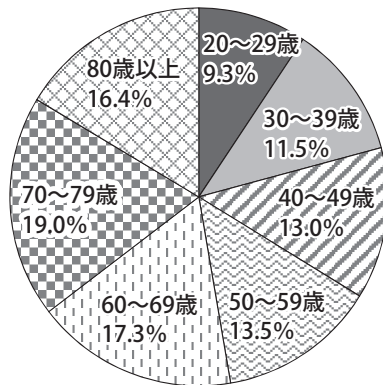
1 属性

（1）性別



性 別	回答数(人)	割 合(%)
男 性	1,639	46.6
女 性	1,881	53.4
合 計	3,520	100

（2）年齢



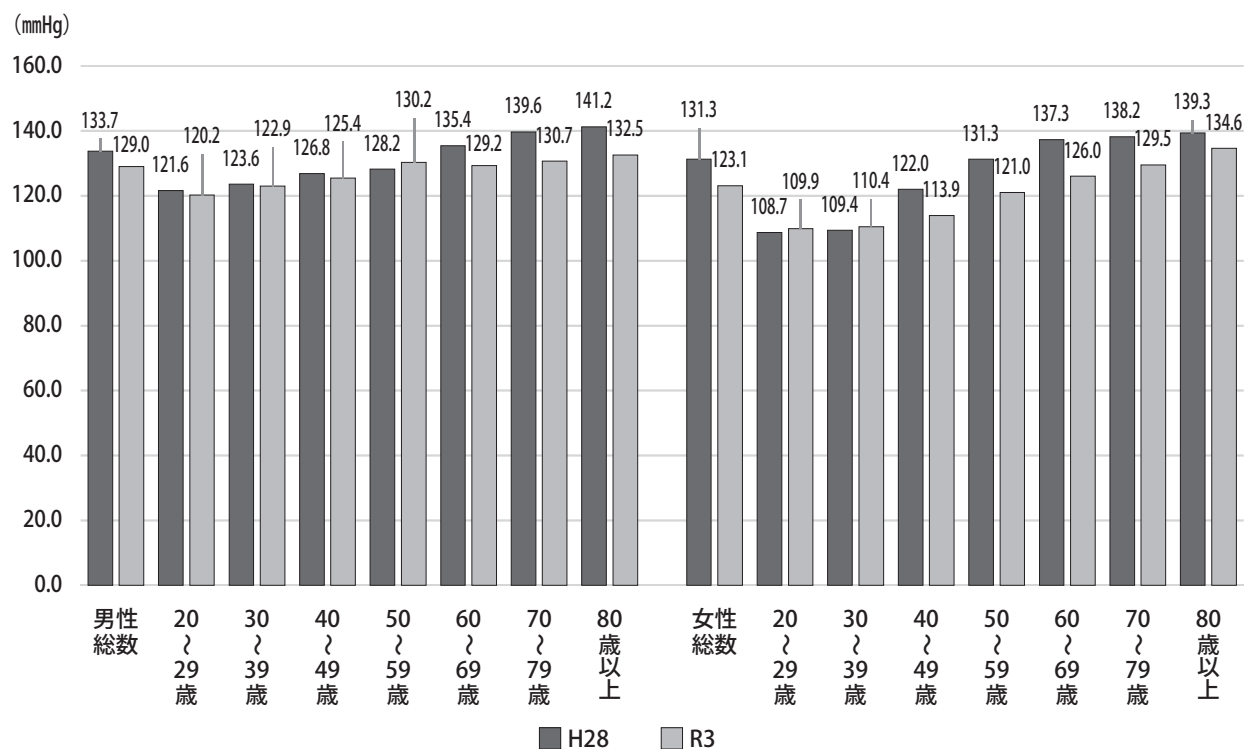
年 代	回答数(人)	割 合(%)
20~29歳	328	9.3
30~39歳	405	11.5
40~49歳	456	13.0
50~59歳	474	13.5
60~69歳	608	17.3
70~79歳	670	19.0
80歳以上	579	16.4
合 計	3,520	100

2 血圧の状況

(1) 収縮期（最高）血圧の平均値

収縮期（最高）血圧の平均値について経年比較すると、男性50～59歳、女性20～29歳、30～39歳を除き、前回調査より下がっている。

【収縮期（最高）血圧の平均値（服薬者含む、経年比較）】



3 服薬状況

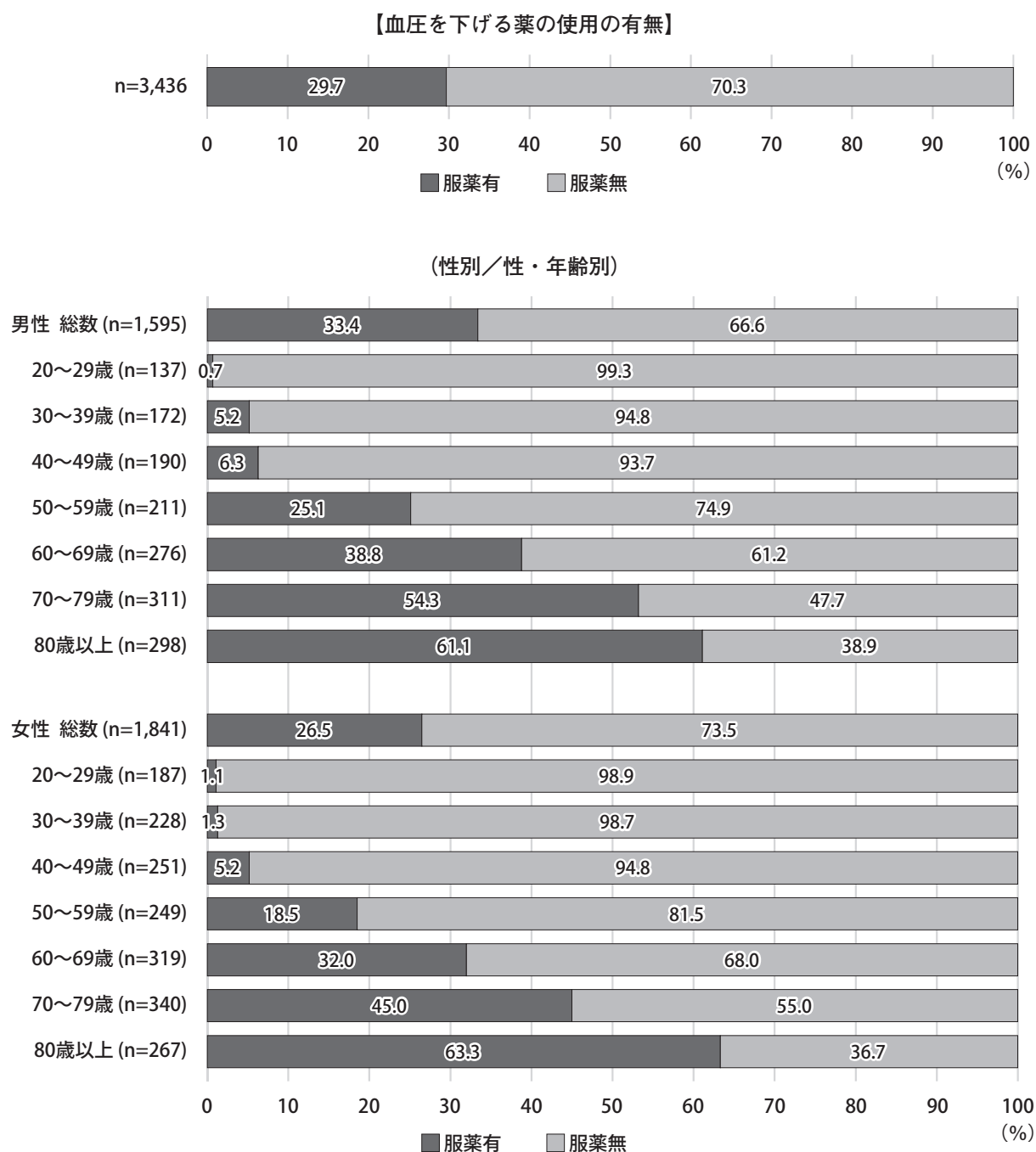
(1) 血圧を下げる薬の使用の有無

血圧を下げる薬の使用の有無について、「有」と回答した割合は29.7%、「無」と回答した割合は70.3%となっている。

性別にみると、「有」と回答した割合は男性33.4%、女性26.5%となっている。

性・年齢別にみると「有」と回答した割合は、女性20～29歳、80歳以上を除き、女性が男性より低くなっている。

また、男女ともに年齢が上がるにつれて「有」の割合が高くなっている。

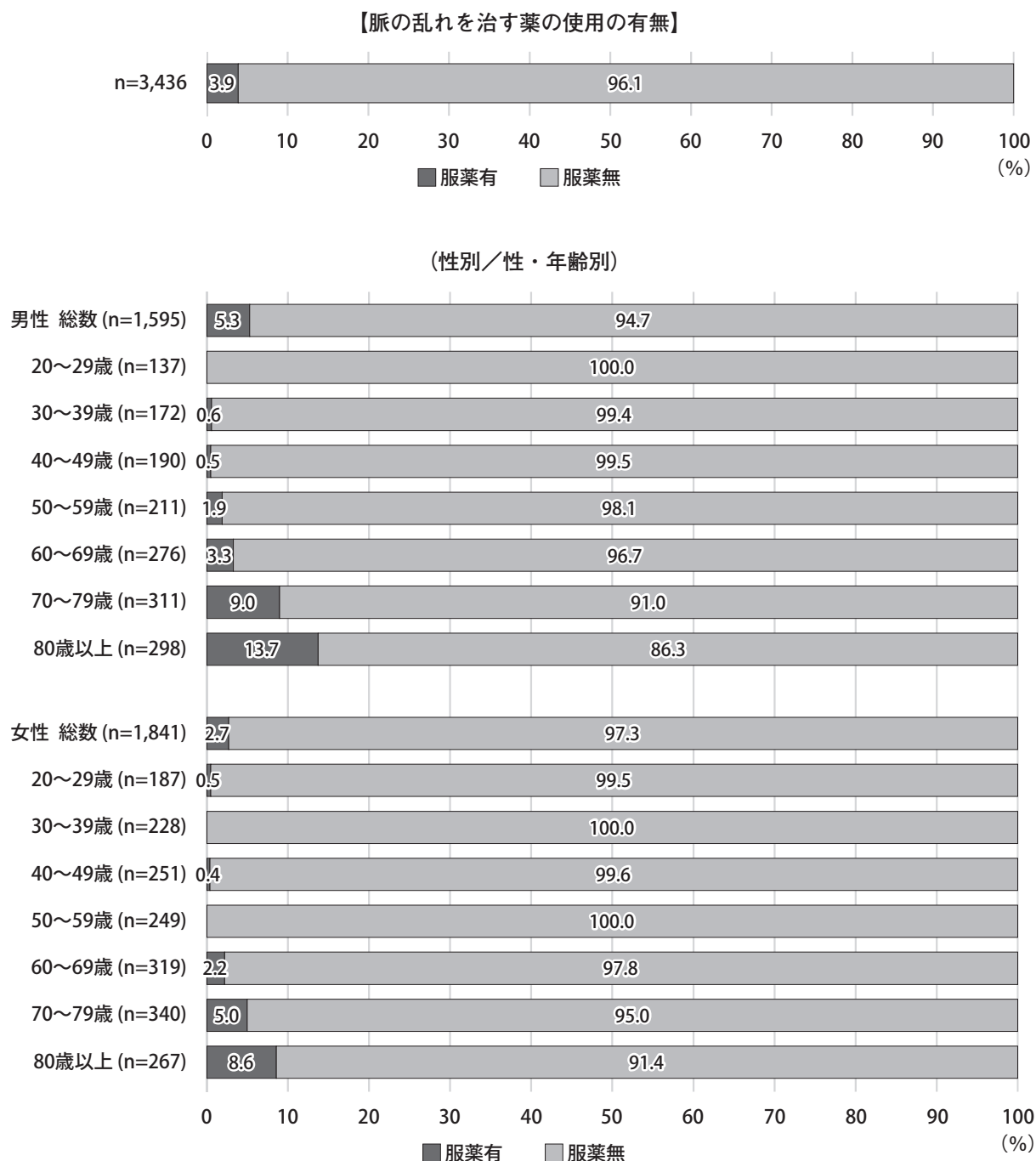


(2) 脈の乱れを治す薬の使用の有無

脈の乱れを治す薬の使用の有無について、「有」と回答した割合が3.9%、「無」と回答した割合が96.1%となっている。

性別にみると、「有」と回答した割合は男性5.3%、女性2.7%となっている。

性・年齢別にみると、「有」と回答した割合は男性80歳以上で10%を超えている。

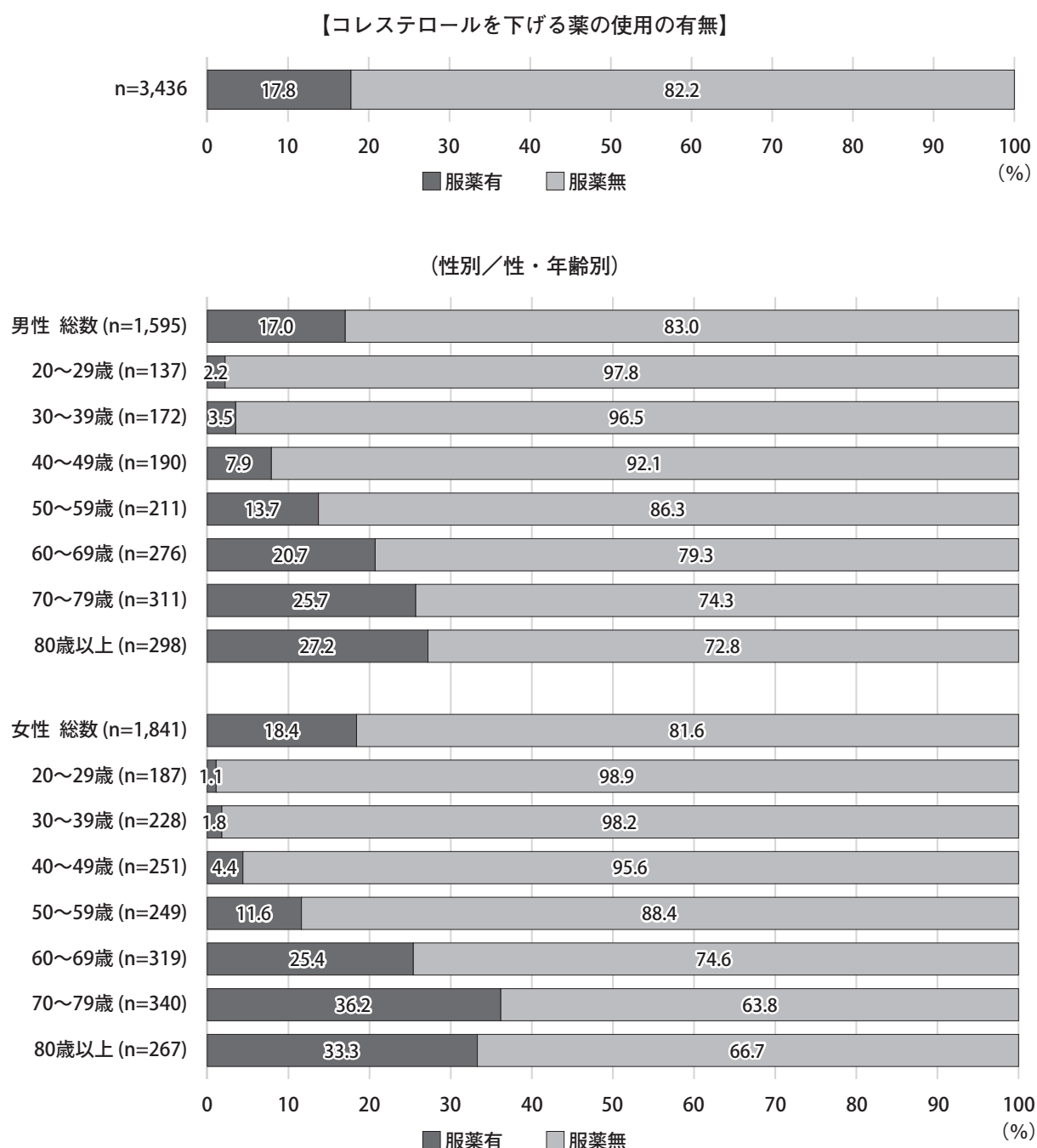


(3) コレステロールを下げる薬の使用の有無

コレステロールを下げる薬の使用の有無について、「有」と回答した割合が17.8%、「無」と回答した割合が82.2%となっている。

性別にみると、「有」と回答した割合は男性が17.0%、女性18.4%となっている。

性・年齢別にみると、「有」と回答した割合は男性60～69歳、70～79歳、80歳以上、女性60～69歳で20%を超えており、女性70～79歳、80歳以上で30%を超えている。

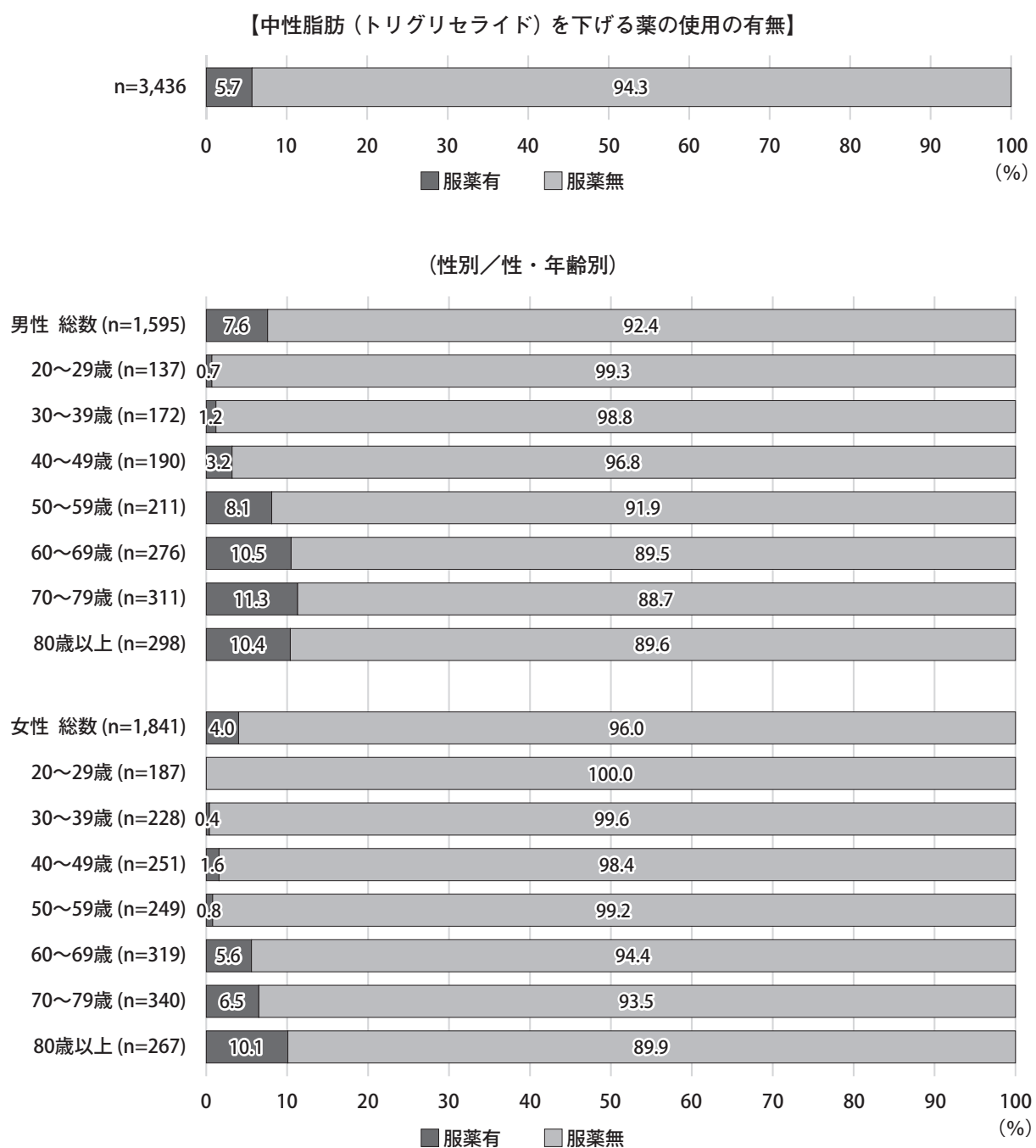


(4) 中性脂肪（トリグリセライド）を下げる薬の使用の有無

中性脂肪（トリグリセライド）を下げる薬の使用の有無について、「有」と回答した割合が5.7%、「無」と回答した割合が94.3%となっている。

性別にみると、「有」と回答した割合は男性7.6%、女性4.0%となっている。

性・年齢別にみると、「有」と回答した割合は男性60～69歳、70～79歳、80歳以上と女性80歳以上で10%を超えている。



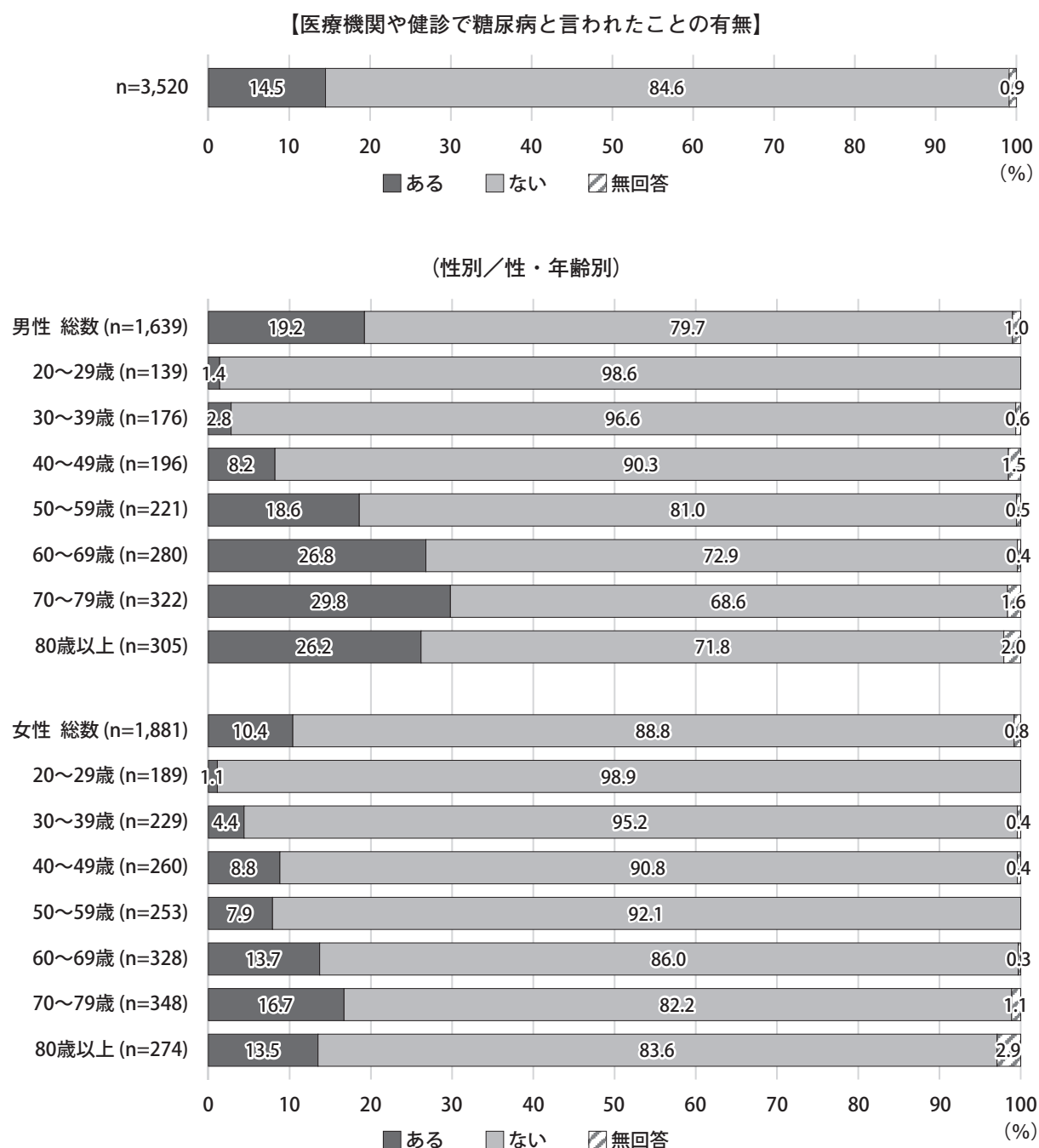
4 糖尿病に関する状況

(1) 医療機関や健診で糖尿病と言われたことの有無

医療機関や健診で糖尿病と言われたことの有無について、「有」と回答した割合が14.5%、「無」と回答した割合が84.6%となっている。

性別にみると「有」と回答した割合は男性19.2%、女性10.4%となっている。

性・年齢別にみると、「有」と回答した割合は男性60～69歳、70～79歳、80歳以上で20%を超えている。

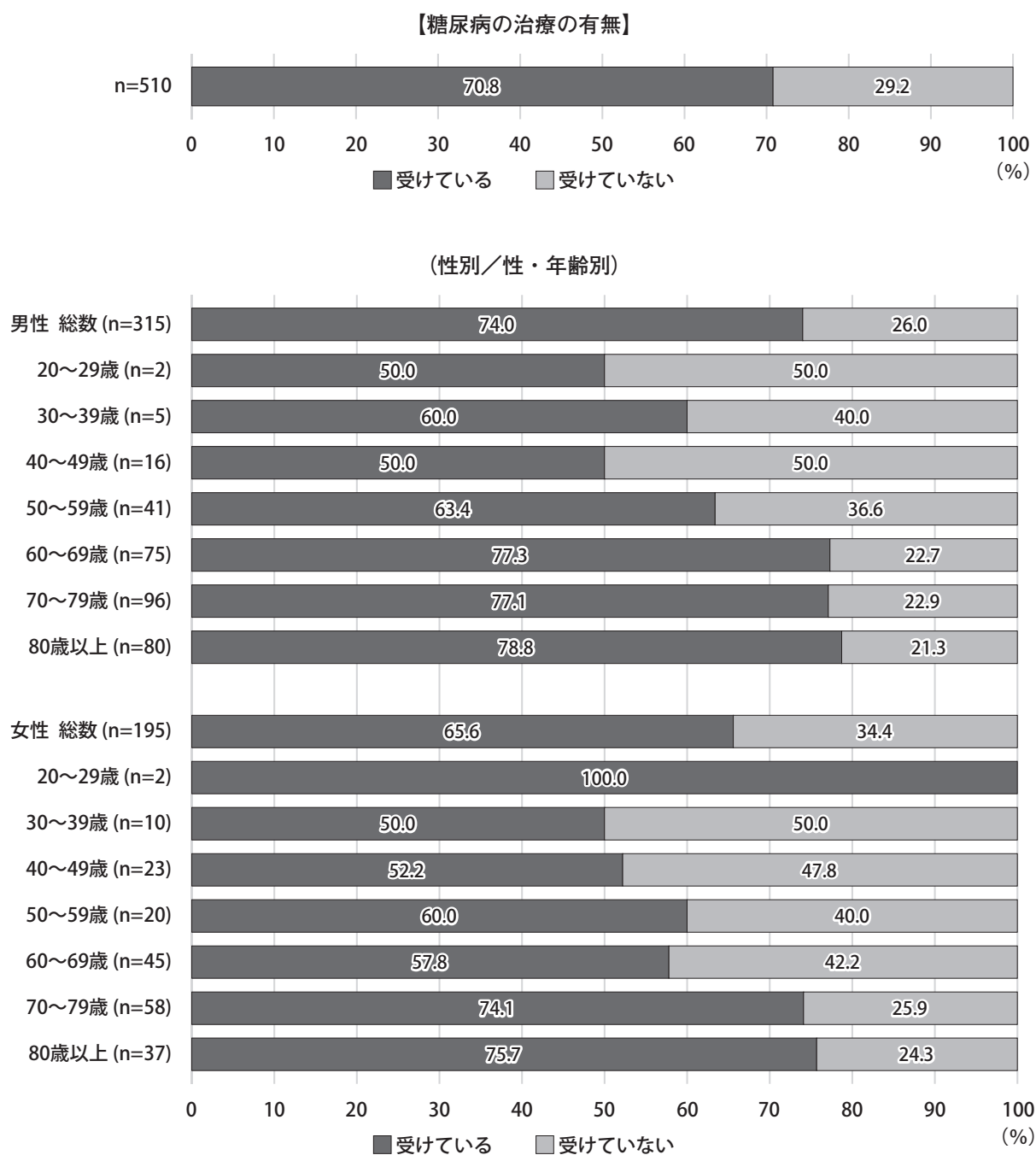


(2) 糖尿病の治療の有無

(1) で糖尿病と言われたことのある510名のうち、現在、糖尿病の治療（定期的な検査や生活習慣改善の指導を受けることも含む）の有無について、「有」と回答した割合が70.8%「無」と回答した割合が29.2%となっている。

性別にみると「有」と回答した割合は男性74.0%、女性65.6%となっている。

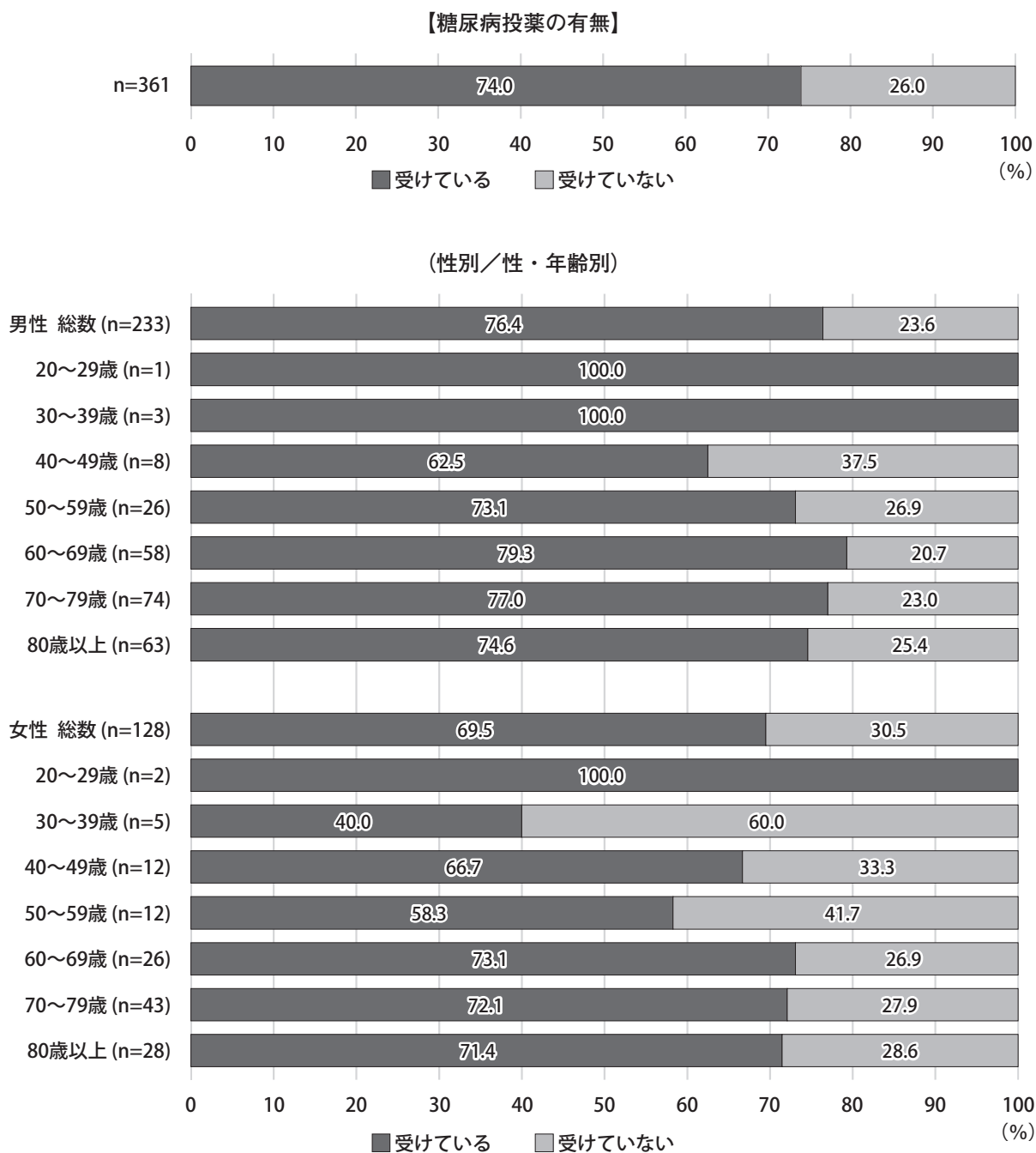
性・年齢別にみると、「有」と回答した割合は男性60～69歳、70～79歳、80歳以上、女性70～79歳、80歳以上で70%を超えている。



(3) 投薬（インスリン注射または血糖を下げる薬）の有無

(2) で糖尿病の治療を受けている361名のうち、投薬（インスリン注射または血糖を下げる薬）の有無について、「有」と回答した割合が74.0%、「無」と回答した割合が26.0%となっている。

性別にみると、「有」と回答した割合は男性76.4%、女性69.5%となっている。

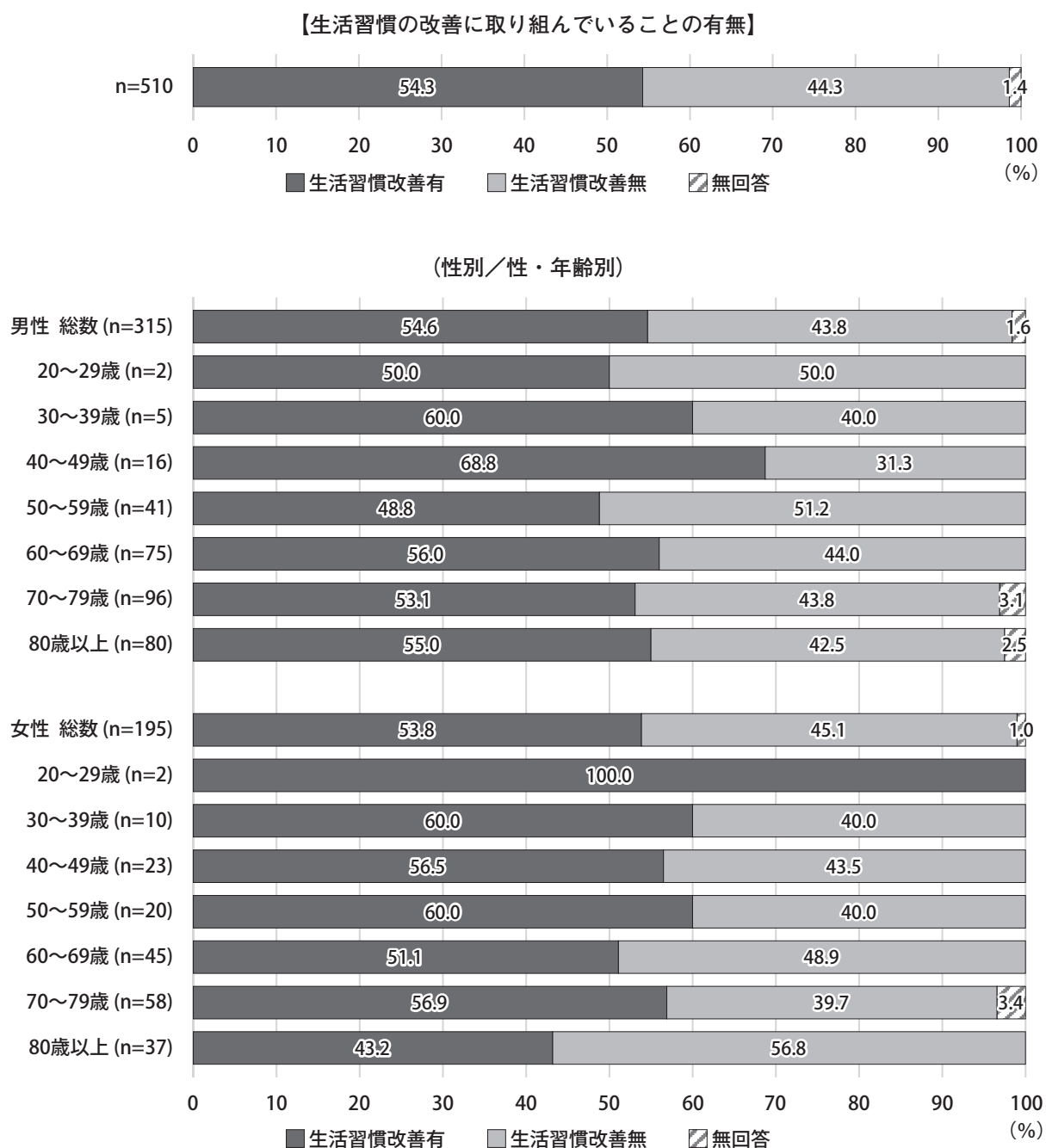


(4) 生活習慣の改善に取り組んでいることの有無

(1) で糖尿病と言われたことのある510名のうち、現在、生活習慣の改善に取り組んでいることの有無について、「有」と回答した割合が54.3%、「無」と回答した割合が44.3%となっている。

性別にみると「有」と回答した割合は男性54.6%、女性53.8%となっている。

性・年齢別にみると、「有」と回答した割合は、男性30～39歳、40～49歳、女性30～39歳、50～59歳で60%を超えている。



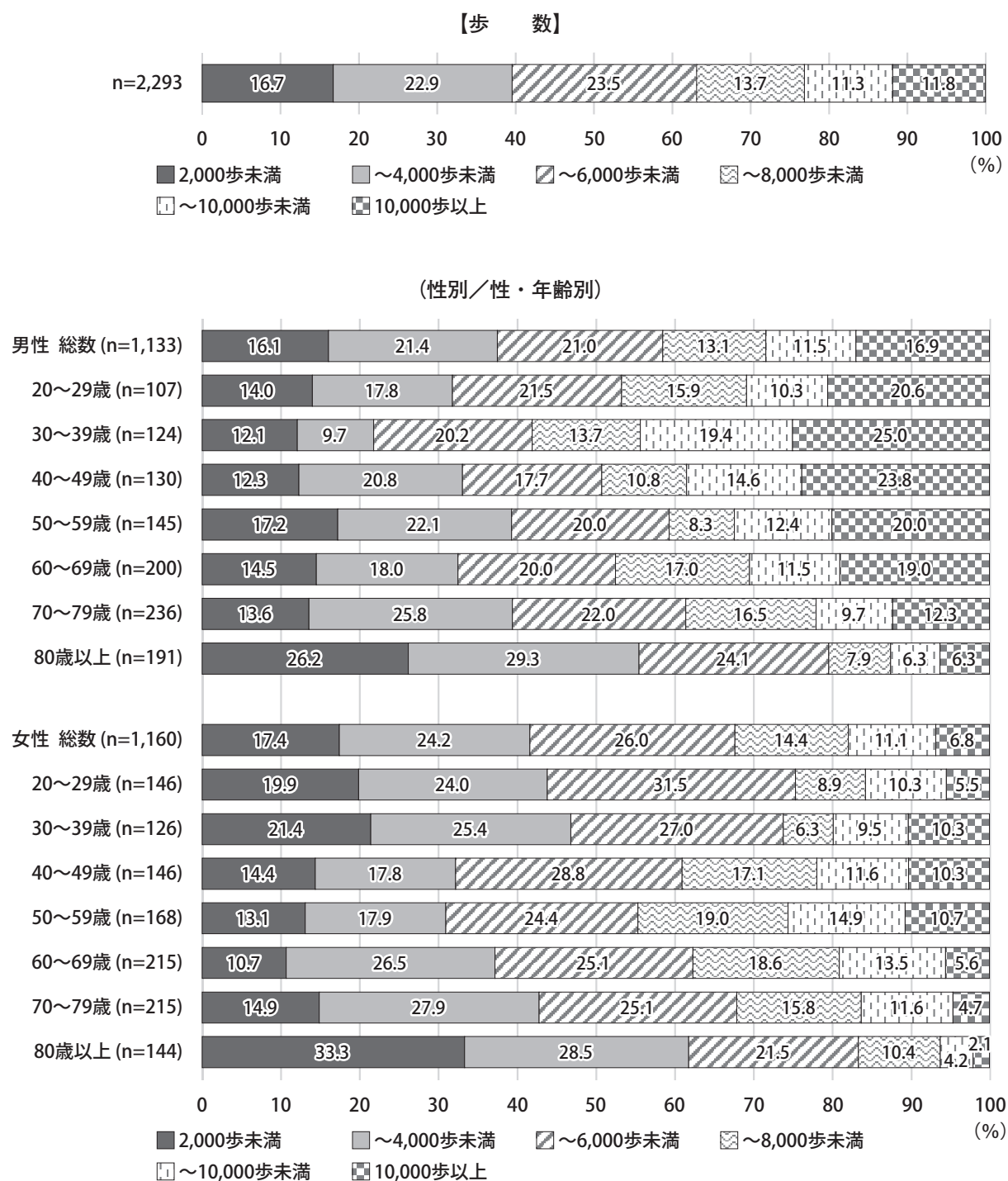
5 歩数の状況

(1) 歩数の状況

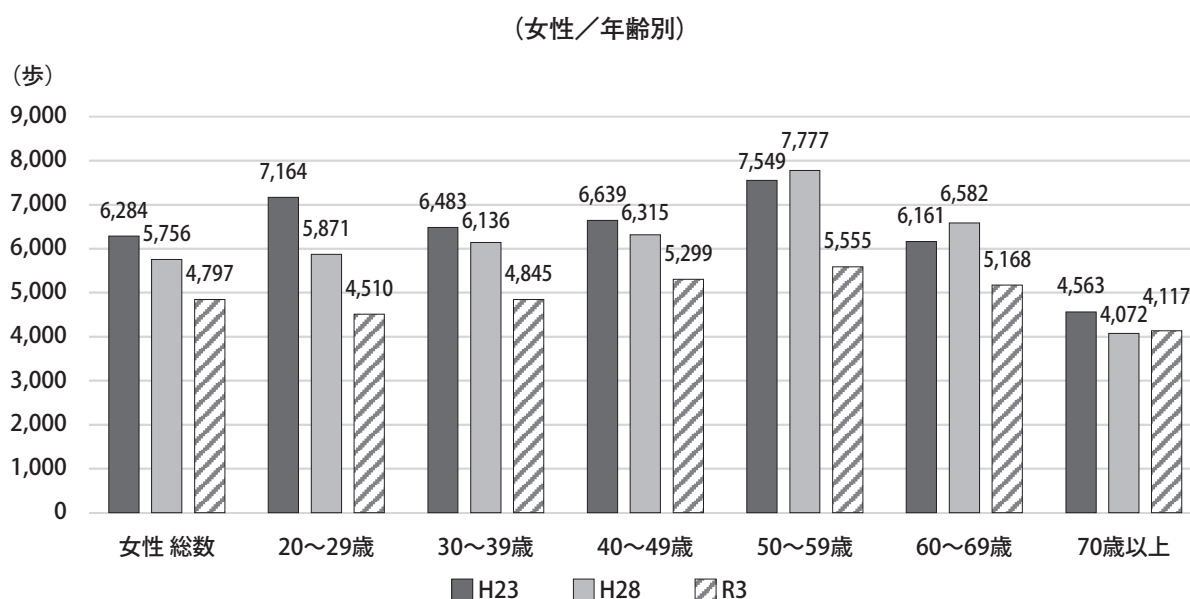
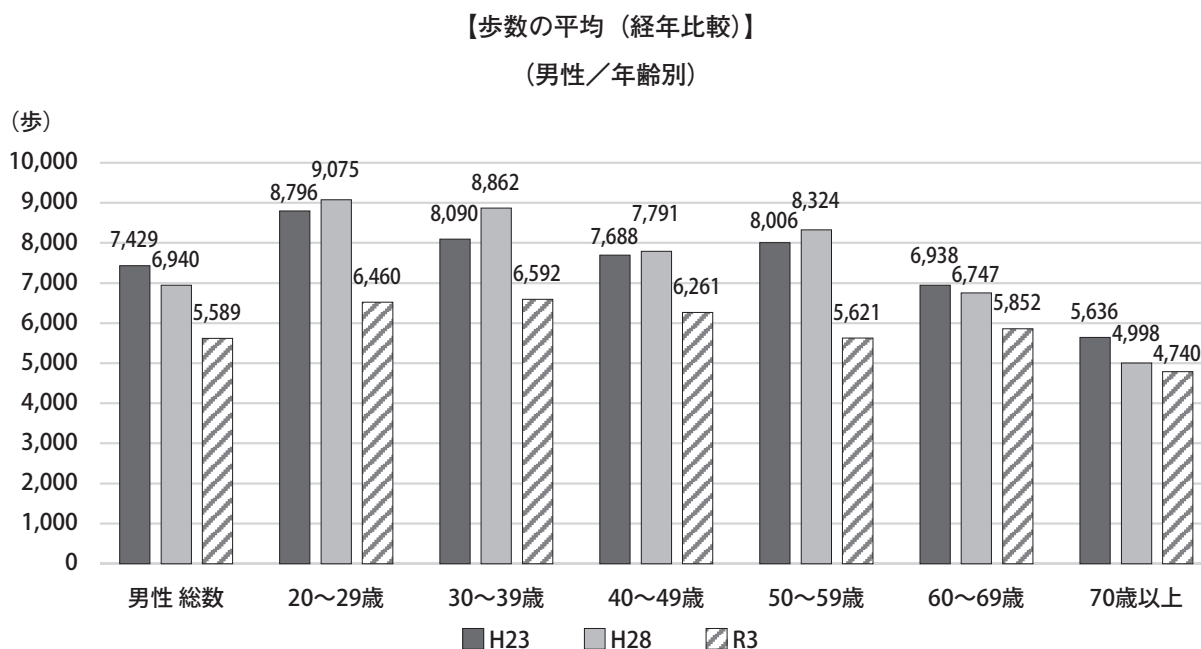
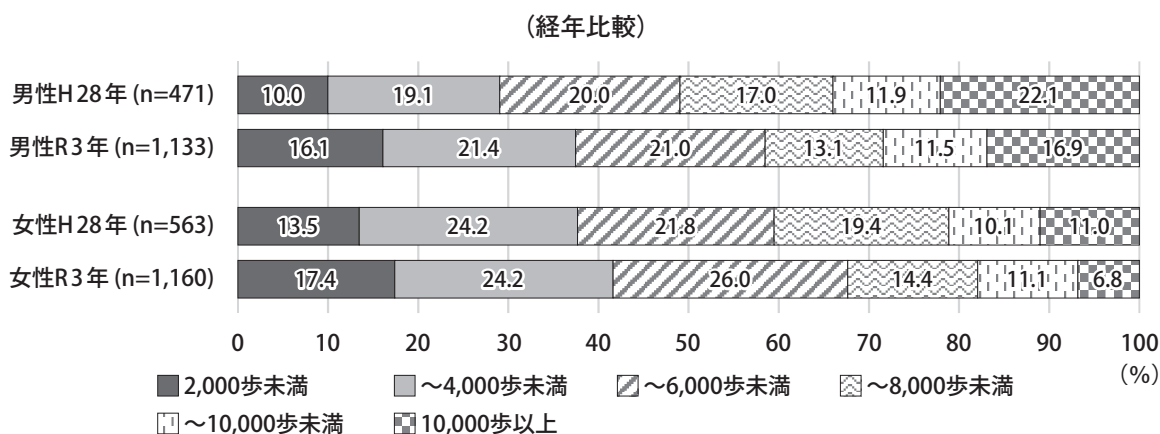
歩数の状況について、「10,000歩以上」と回答した割合が11.8%、「10,000歩未満」と回答した割合が88.1%となっている。

性別にみると、「10,000歩以上」と回答した割合は男性16.9%、女性6.8%となっている。

性・年齢別にみると、「10,000歩以上」と回答した割合は、男性30～39歳、女性は50～59歳で他の年代と比べて高くなっている。



歩数の状況について、前回調査と比較すると「10,000歩以上」と回答した割合は男女ともに低くなっている。



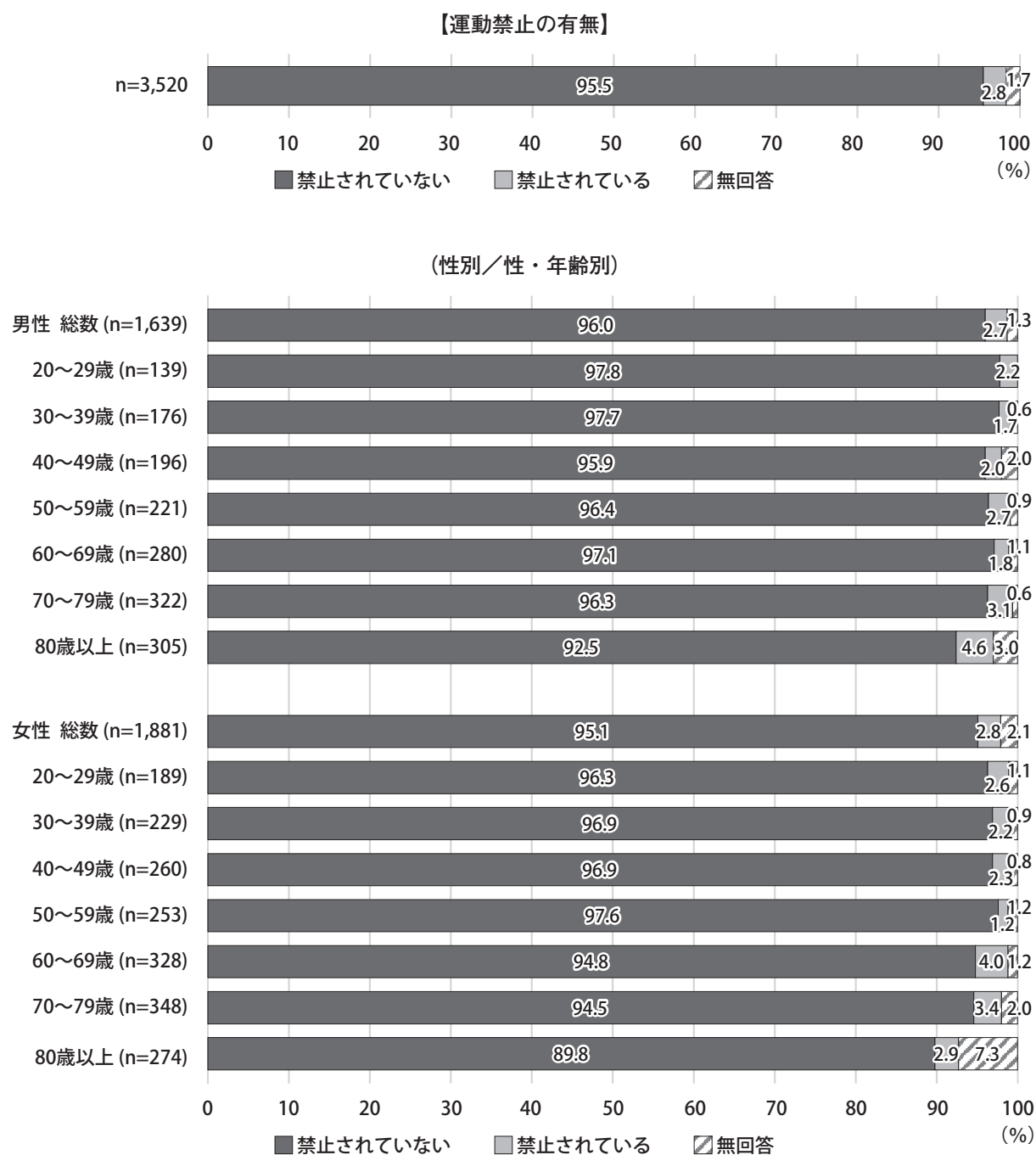
6 運動習慣の状況

(1) 運動禁止の有無

運動禁止の有無について、「禁止されている」と回答した割合は2.8%、「禁止されていない」と回答した割合は95.5%となっている。

性別にみると、「禁止されている」と回答した割合は男性2.7%、女性2.8%となっている。

性・年齢別にみると、「禁止されている」と回答した割合は男性80歳以上、女性60～69歳で他の年代と比べて高くなっている。

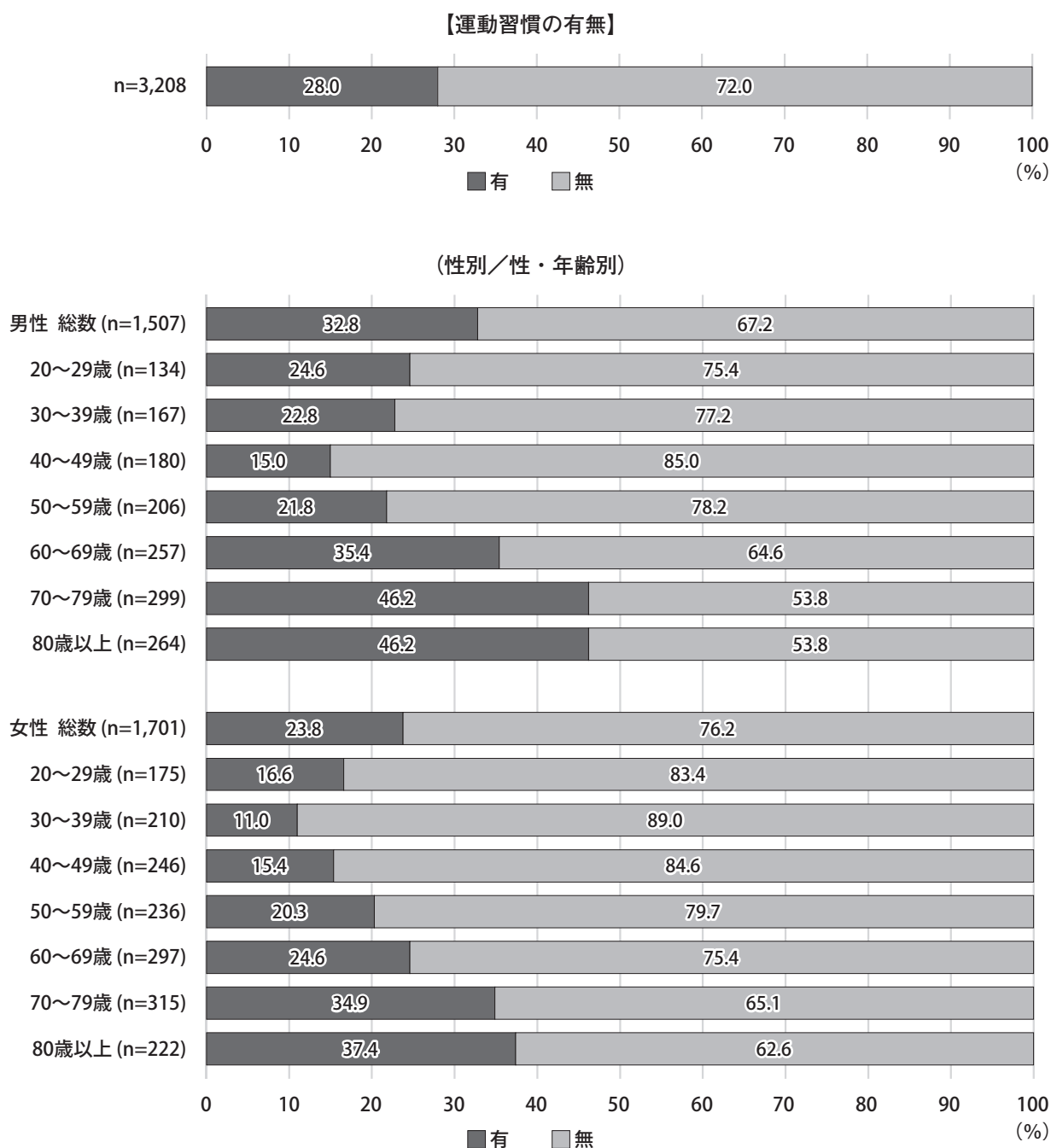


(2) 運動習慣の有無

医師から運動を禁止されていない者のうち、運動習慣の有無について「有」と回答した者が28.0%、「無」と回答した者が72.0%となっている。

性別にみると、「有」と回答した割合は男性32.8%、女性23.8%となっている。

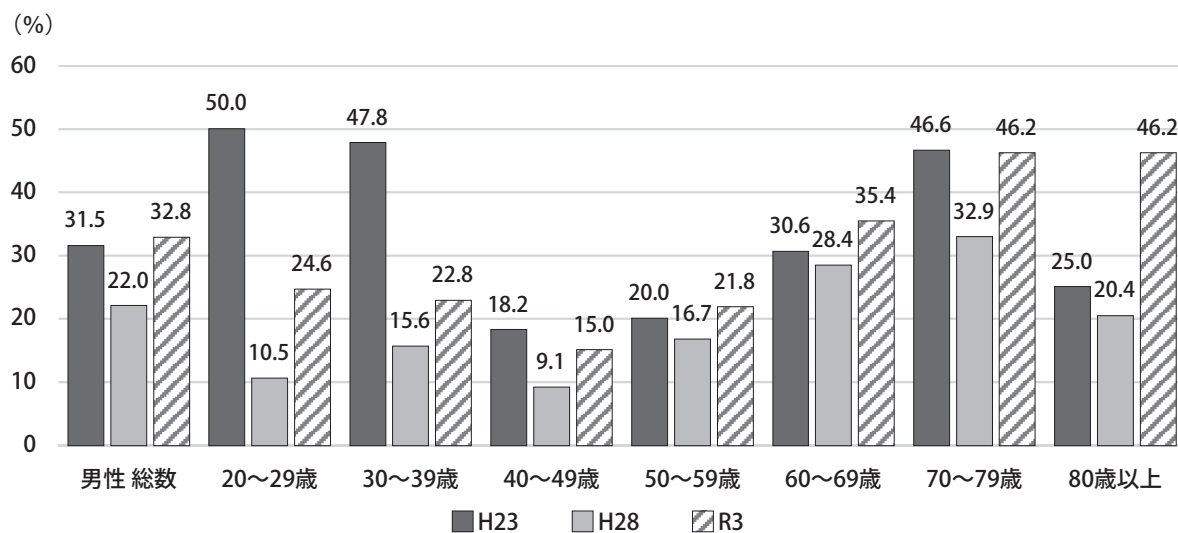
性・年齢別にみると、「有」と回答した割合は男性40～49歳、女性30～39歳が他の年代と比べて低くなっている。また、男女ともに「有」と回答した割合が70～79歳と80歳代以上は他の年代と比べて高くなっている。



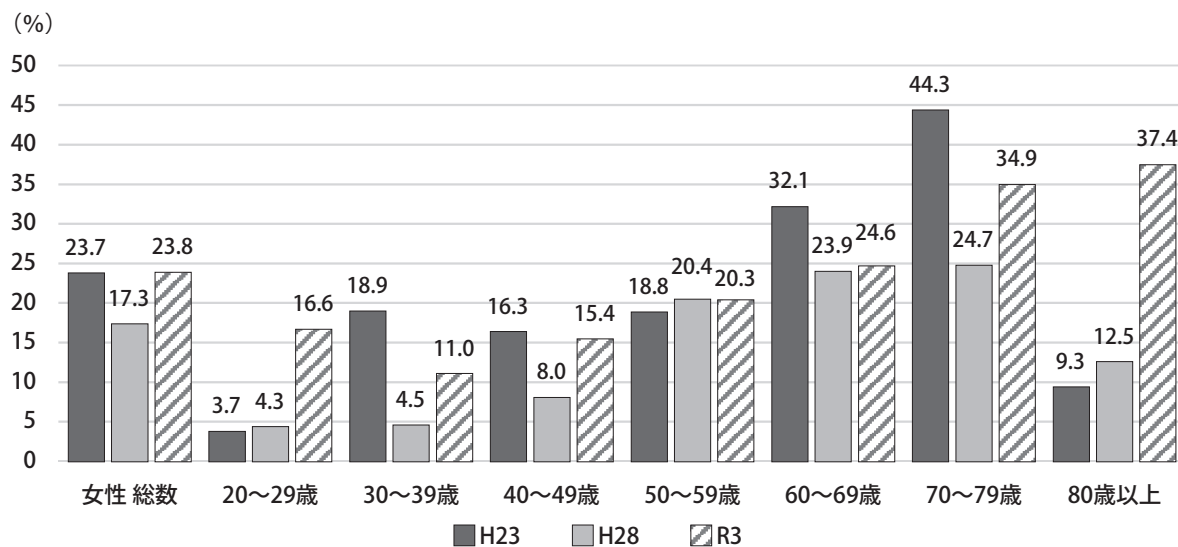
運動習慣のある者の割合について、女性50～59歳を除き、全ての年代で前回調査より高くなっている。特に男性80歳代以上では2倍以上、女性80歳以上では3倍近くになっている。

【運動習慣のある者の割合】

(男性／経年比較)



(女性／経年比較)

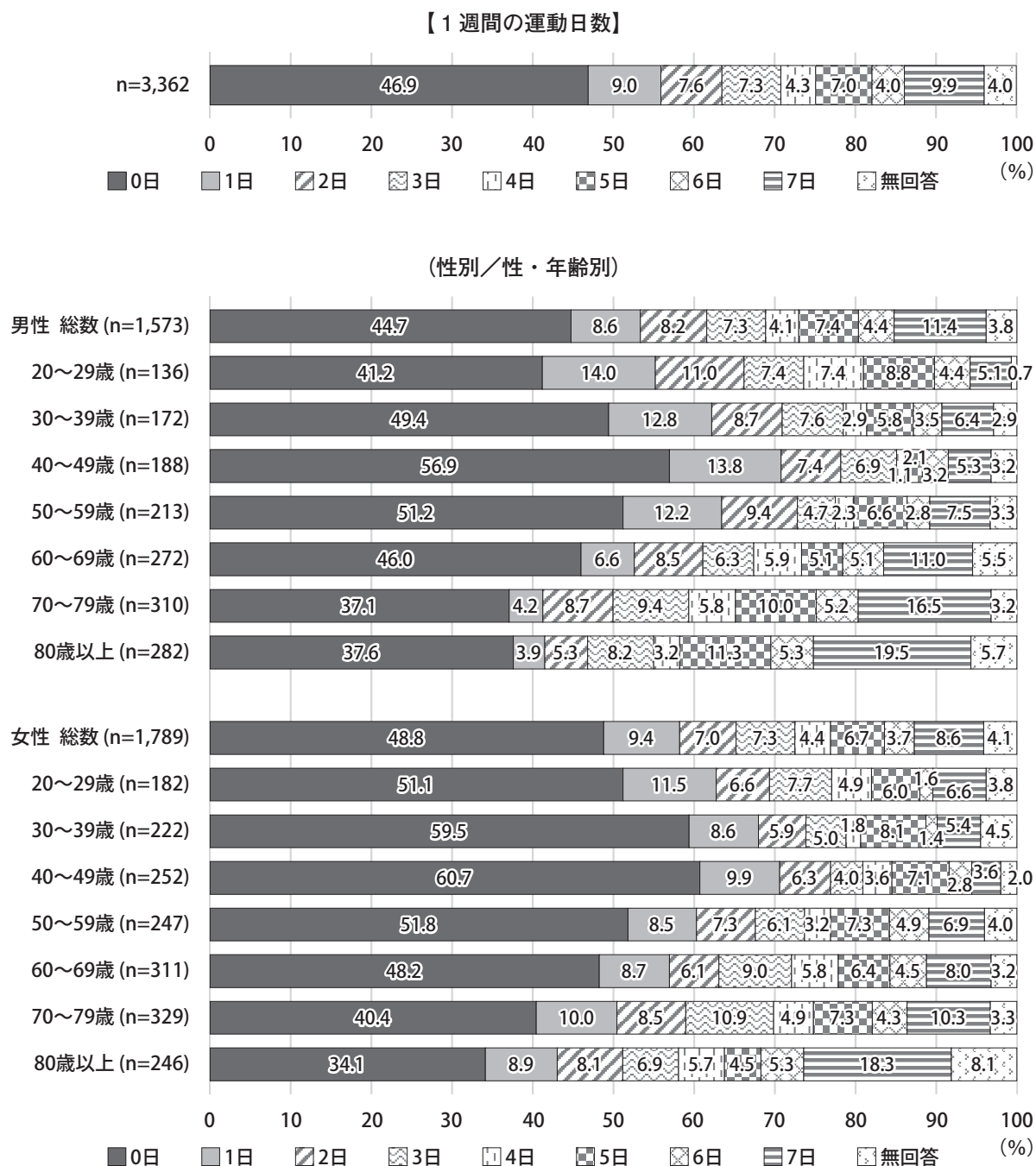


(3) 1週間の運動日数

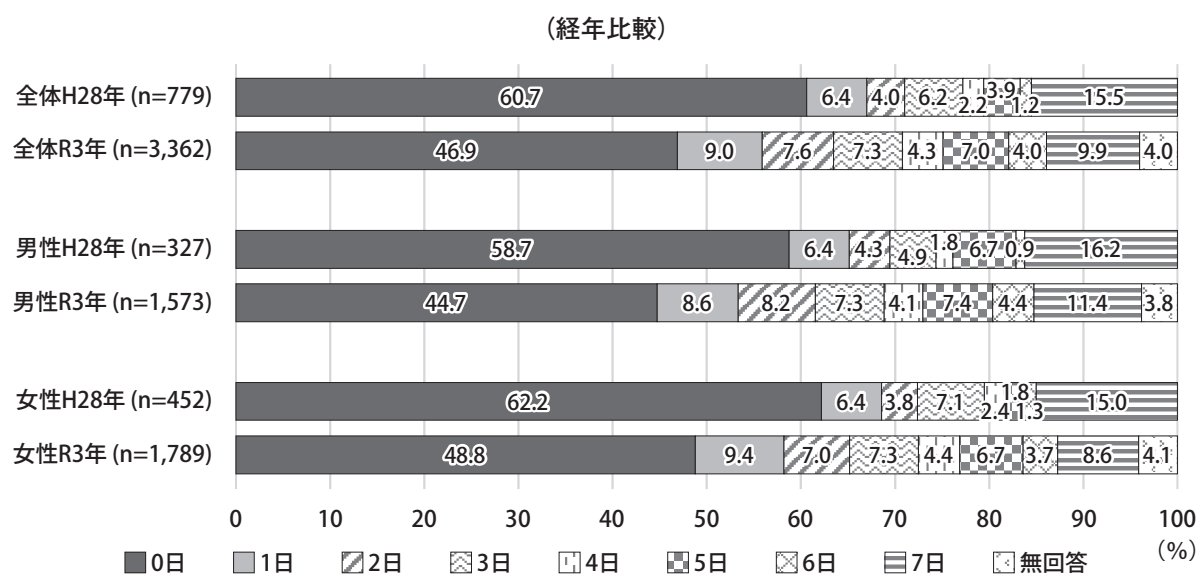
1週間の運動日数について、「7日」と回答した割合は9.9%となっている。

性別にみると、「7日」と回答した割合は男性11.4%、女性8.6%となっている。

性・年齢別にみると、「7日」と回答した割合は男性70～79歳、80歳以上、女性80歳以上で他の年代と比べて高くなっている。



1週間の運動日数について、前回調査と比較すると、男女ともに「0日」と「7日」の割合は低くなり、「1日」から「6日」の割合は高くなっている。

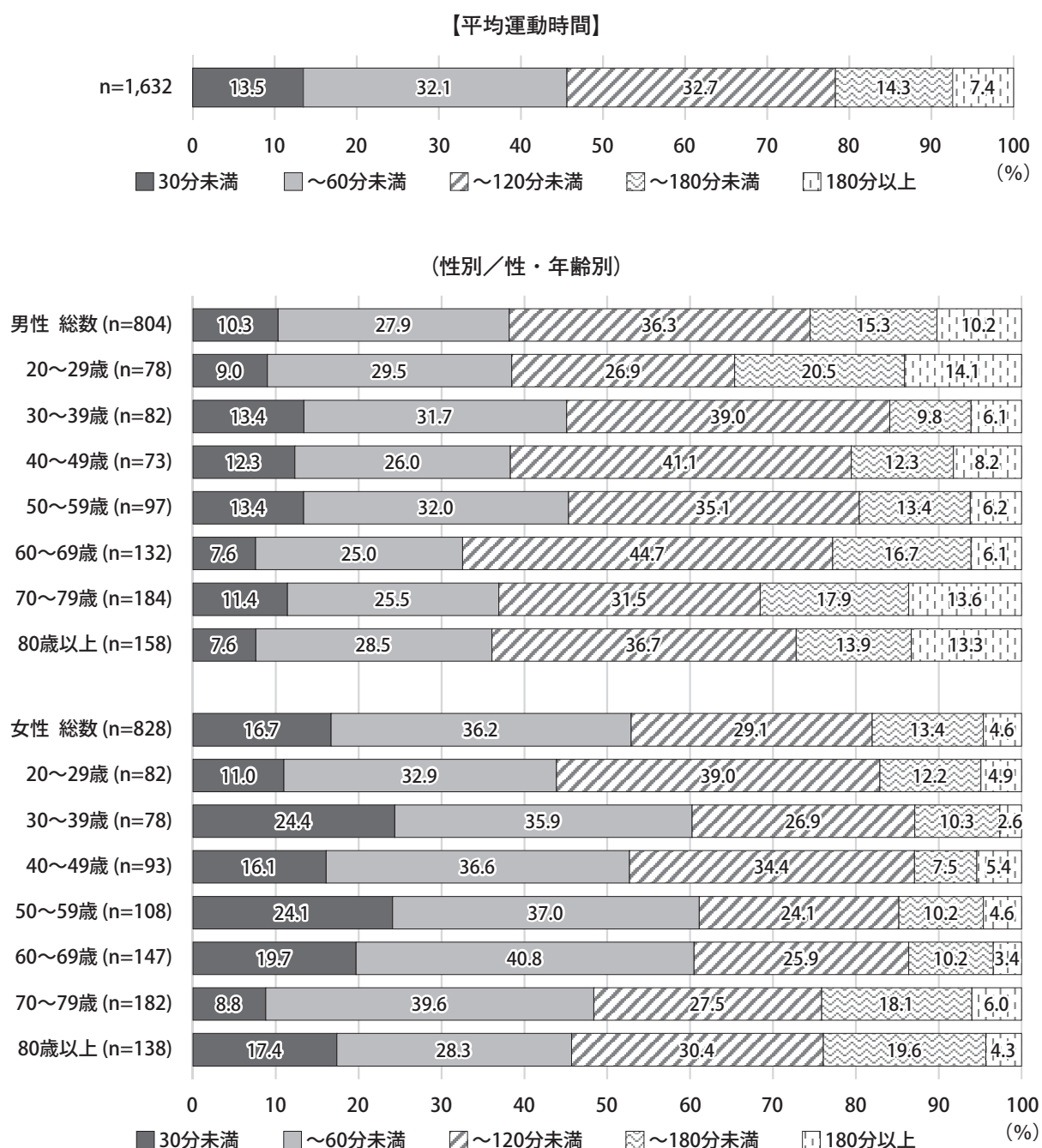


(4) 平均運動時間

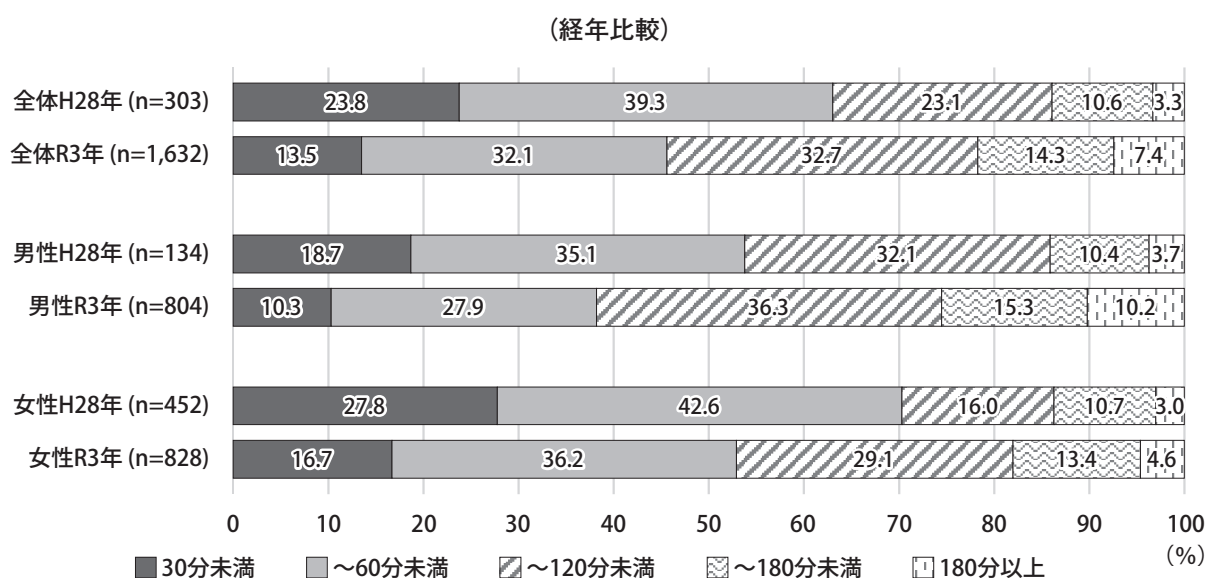
平均運動時間について、「30分未満」と回答した割合は13.5%、「30分以上」と回答した割合は86.5%となっている。

性別にみると、「30分未満」と回答した割合は男性10.3%、女性16.7%となっている。

性・年齢別にみると、「30分未満」と回答した割合は女性30～39歳、50～59歳で20%を超えている。



運動を行う日の平均運動時間について、前回調査と比較すると「30分未満」「30分以上60分未満」の割合は男女ともに低くなっており、「60分以上120分未満」、「120分以上180分未満」、「180分以上」と回答した割合は男女ともに高くなっている。

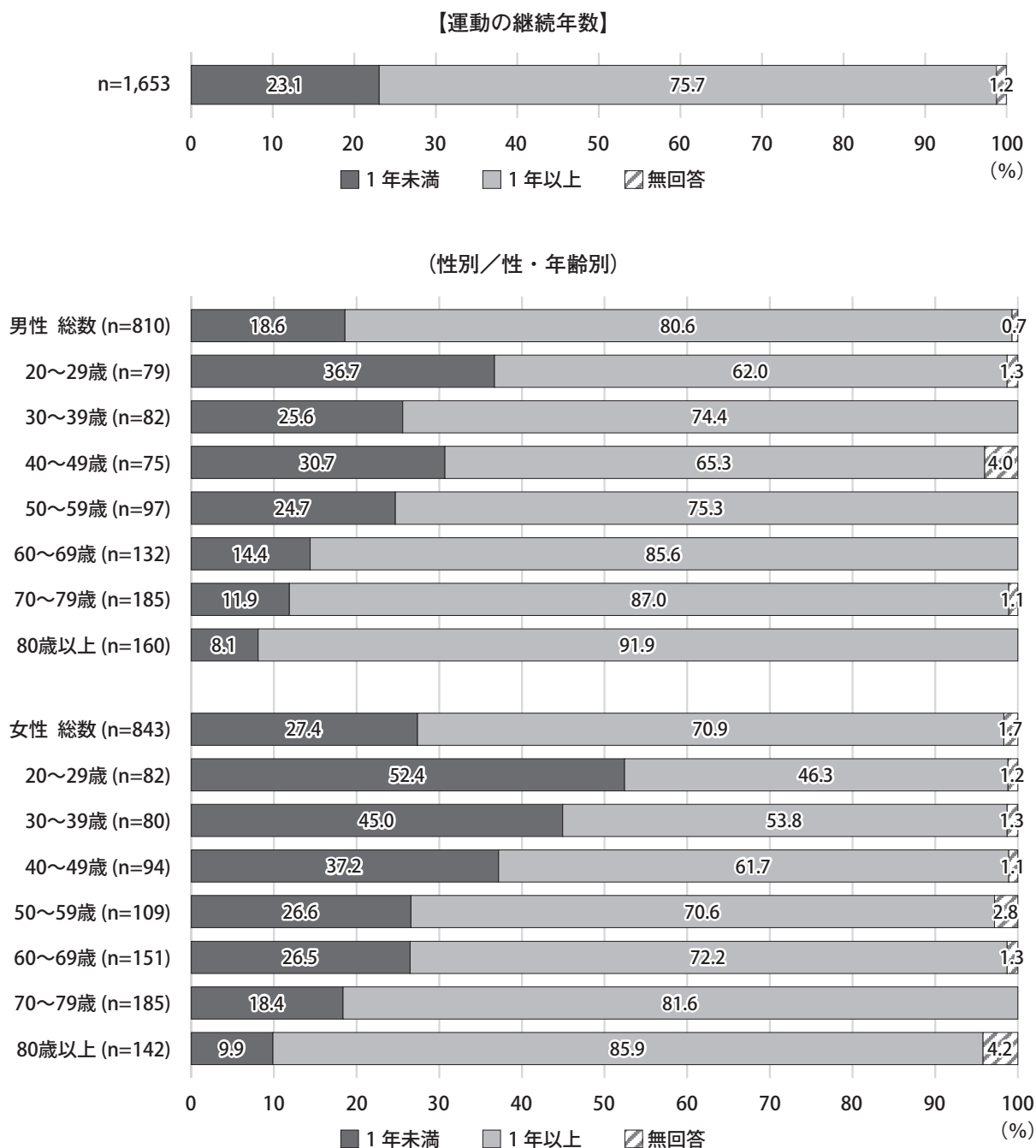


(5) 運動の継続年数

運動の継続年数について、「1年以上」と回答した割合は75.7%となっている。

性別にみると、「1年以上」と回答した割合は男性80.6%、女性70.9%となっている。

性・年齢別にみると、「1年以上」と回答した割合は男性60～69歳、70～79歳、80歳以上、女性70～79歳、80歳以上で80%を超えている。



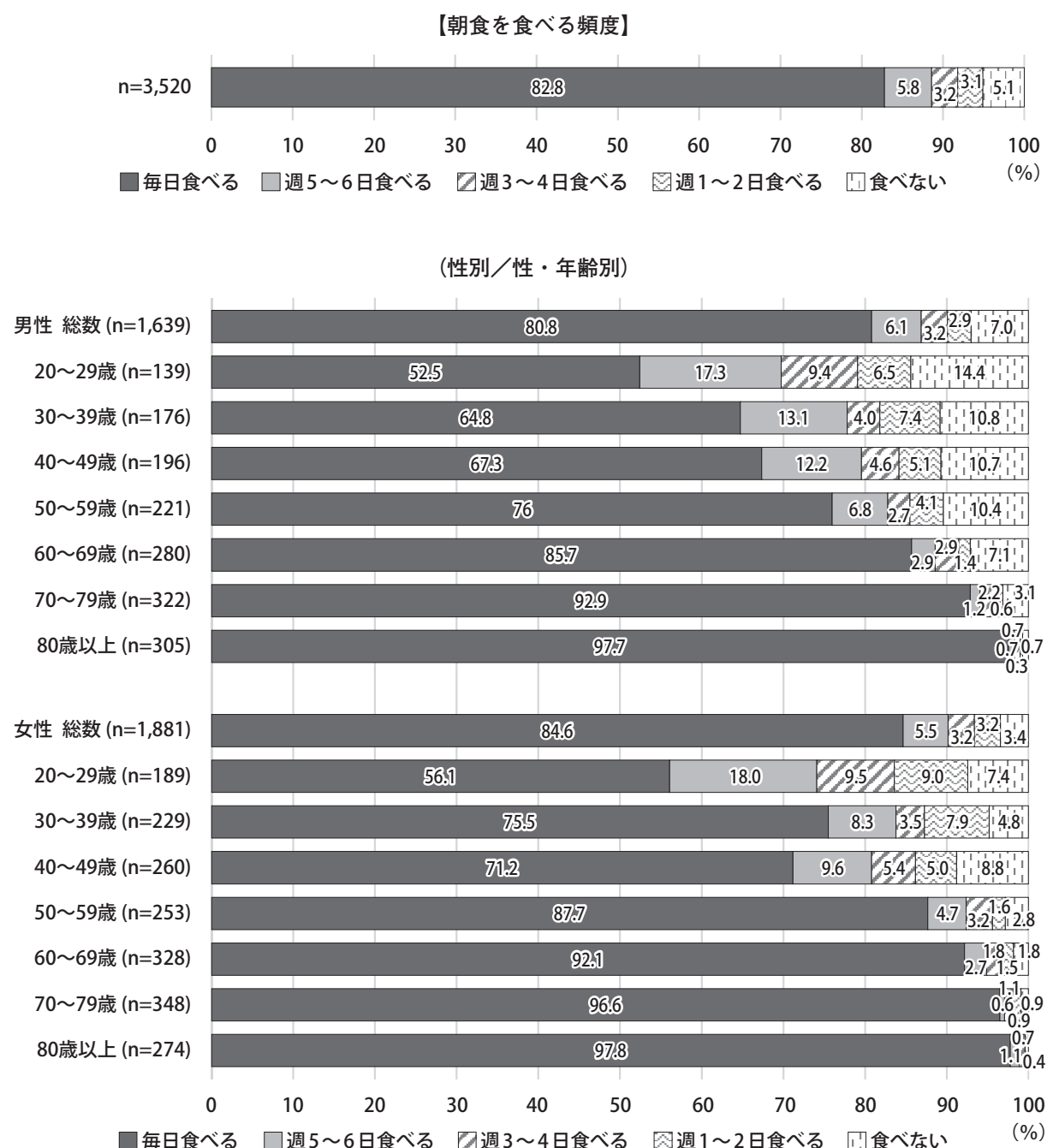
7 食習慣の状況

(1) 朝食摂取の状況

朝食を食べる頻度について、「毎日食べる」と回答した割合は82.8%となっている。

性別にみると、「毎日食べる」と回答した割合は男性80.8%、女性84.6%となっている。

性・年齢別にみると、「毎日食べる」と回答した割合は男女ともに20～29歳が50%台で、他の年代と比べて低くなっている。

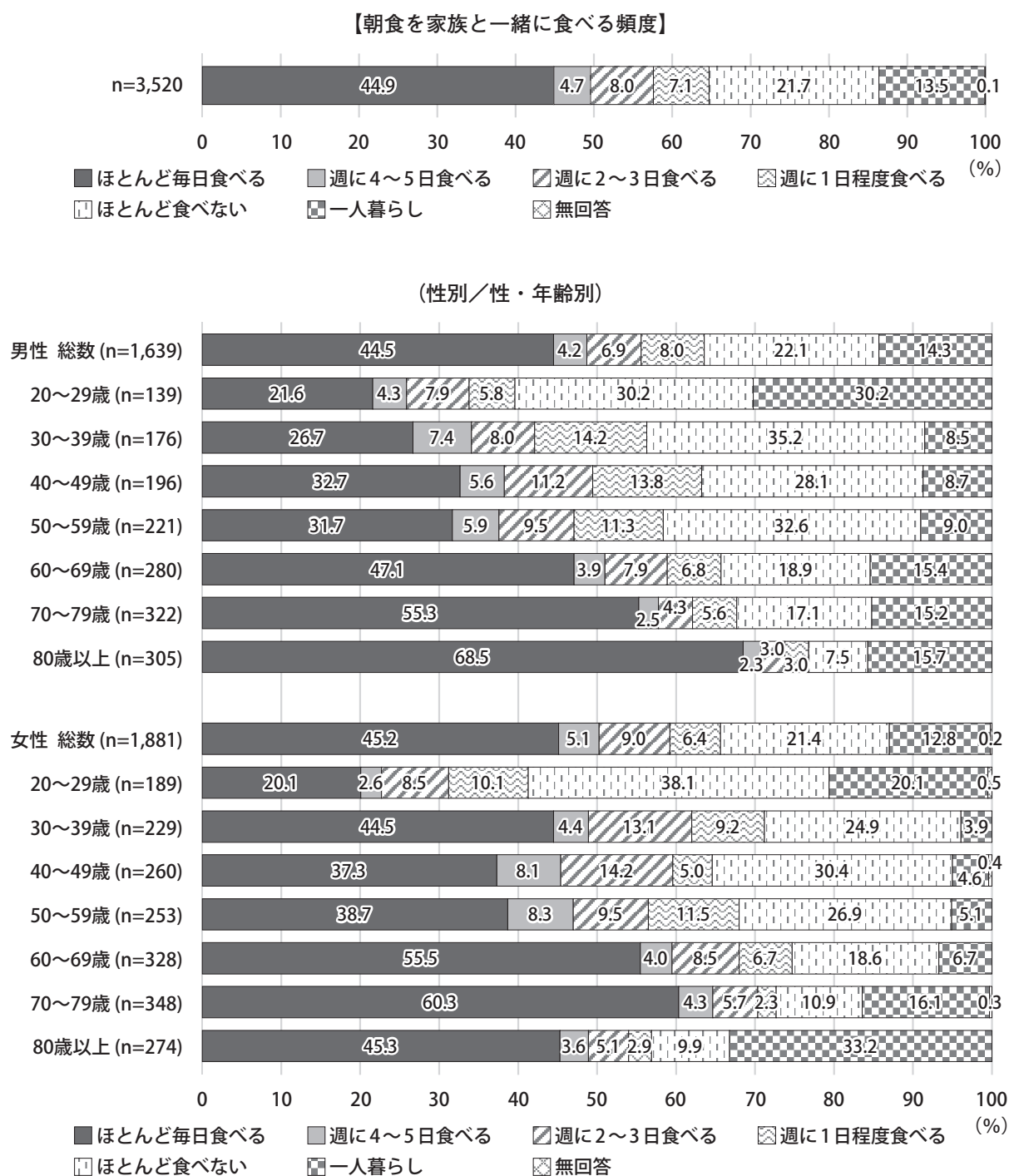


(2) 朝食を家族と一緒に食べる頻度

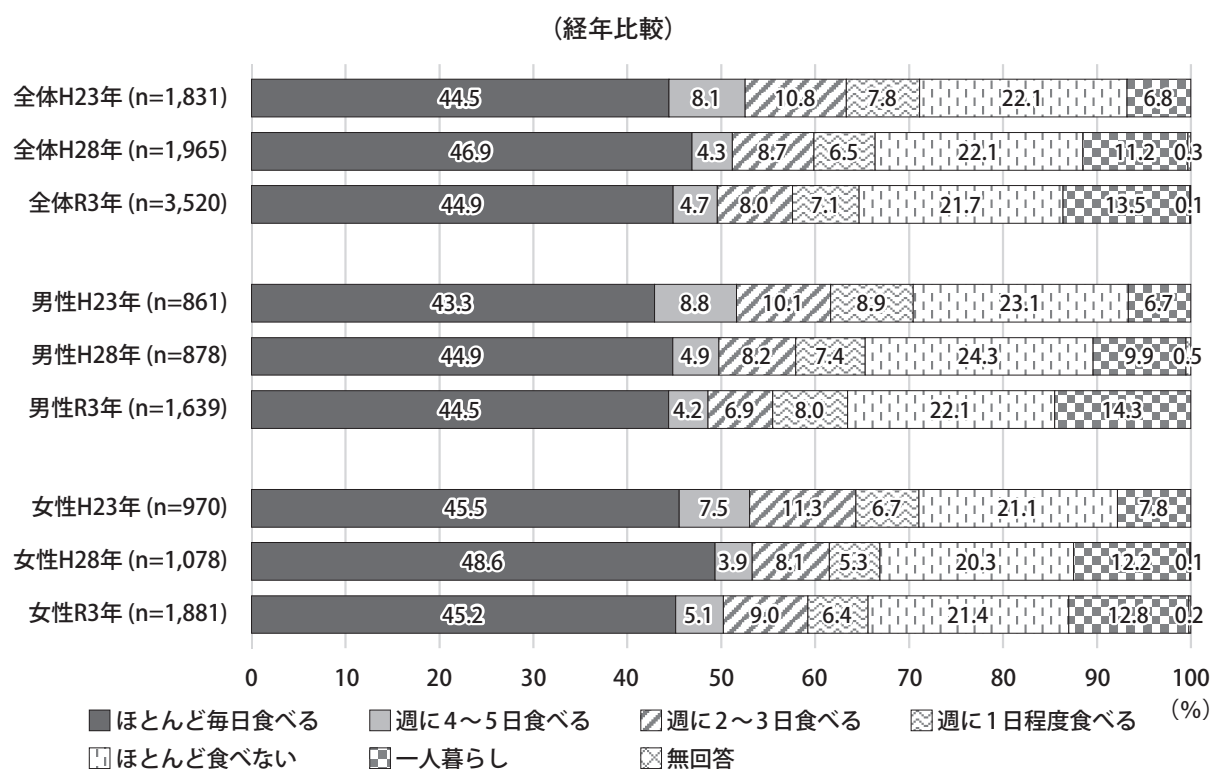
朝食を家族と一緒に食べる頻度について、「ほとんど毎日食べる」と回答した割合は44.9%となっている。

性別にみると、「ほとんど毎日食べる」と回答した割合は男性44.5%、女性45.2%となっている。

性・年齢別にみると、「ほとんど毎日食べる」と回答した割合は男性80歳以上、女性70～79歳で60%を超えている。男性20～29歳、30～39歳、女性20～29歳では20%台となっている。



朝食を家族と一緒に食べる頻度について、前回調査、前々回調査と比較すると「ほとんど毎日食べる」と回答した割合に差はない。

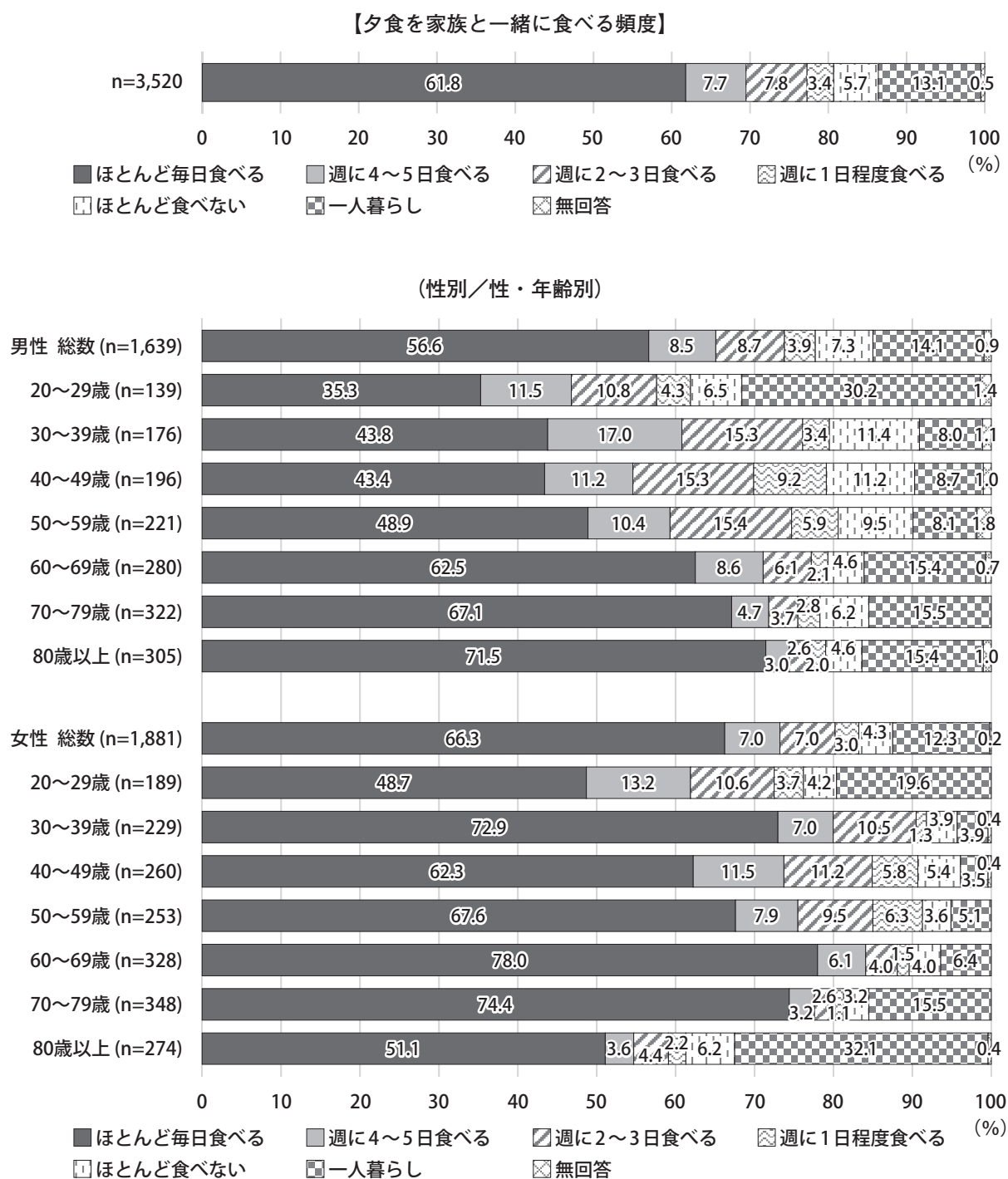


(3) 夕食を家族と一緒に食べる頻度

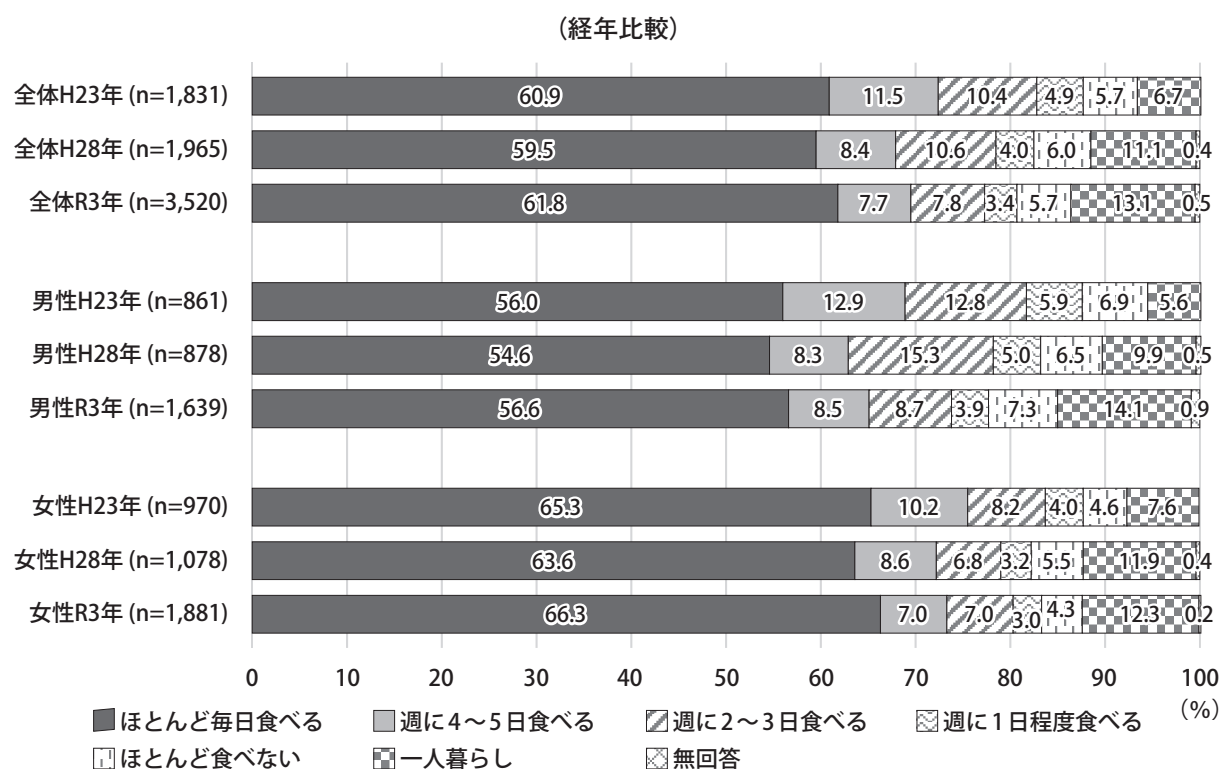
夕食を家族と一緒に食べる頻度について、「ほとんど毎日食べる」と回答した割合は61.8%となっている。

性別にみると、「ほとんど毎日食べる」と回答した割合は男性56.6%、女性66.3%となっている。

性・年齢別にみると、「ほとんど毎日食べる」と回答した割合は男性では年齢が上がるにつれて高くなる傾向にある。



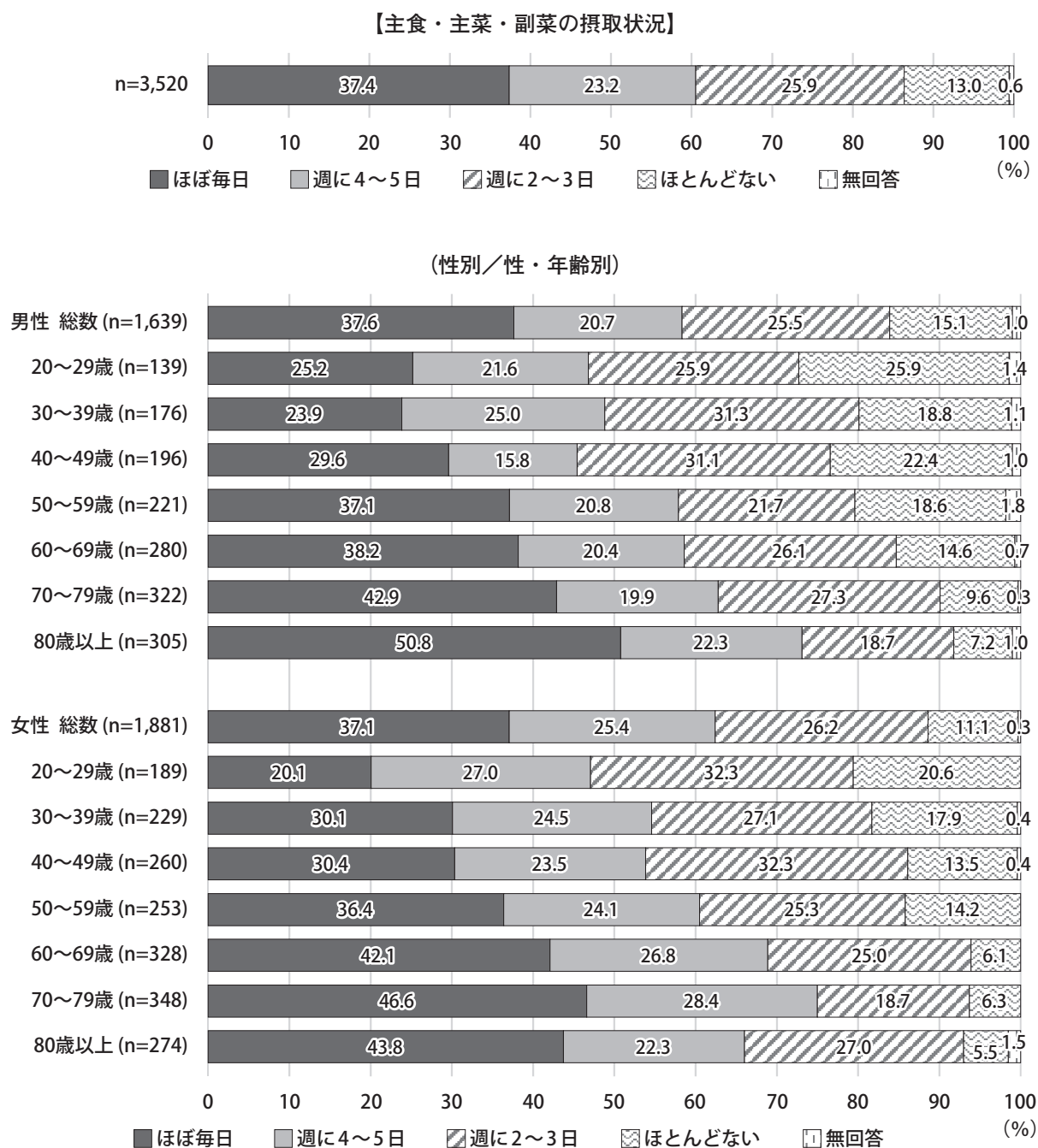
夕食を家族と一緒に食べる頻度について、前回調査、前々回調査と比較すると「ほとんど毎日食べる」と回答した割合に差はない。



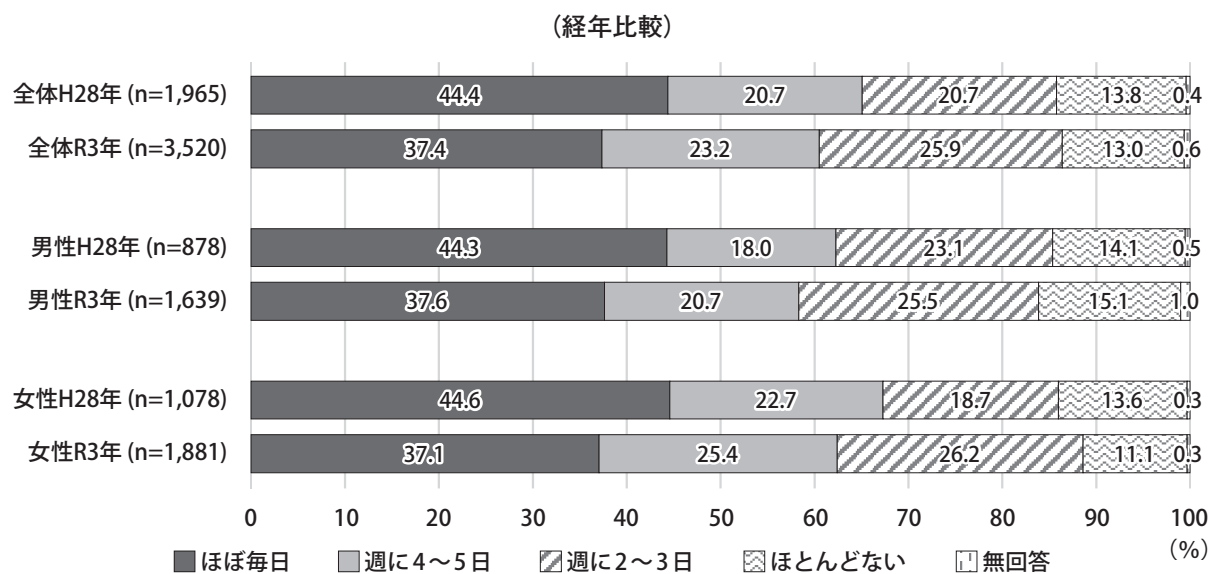
(4) 主食・主菜・副菜の摂取状況

主食・主菜・副菜の摂取状況について、「ほぼ毎日」と回答した割合は37.4%となっている。
性別にみると、「ほぼ毎日」と回答した割合は男性37.6%、女性37.1%となっている。

性・年齢別にみると、「ほぼ毎日」と回答した割合は男性20～29歳、30～39歳、40～49歳、女性20～29歳で20%台となっている。女性80歳以上を除き、男女とも年齢が上がるにつれて「ほぼ毎日」と回答した割合が高くなる傾向にある。



主食、主菜、副菜の摂取状況について、前回調査と比較すると「ほぼ毎日」と回答した割合は低くなっている。

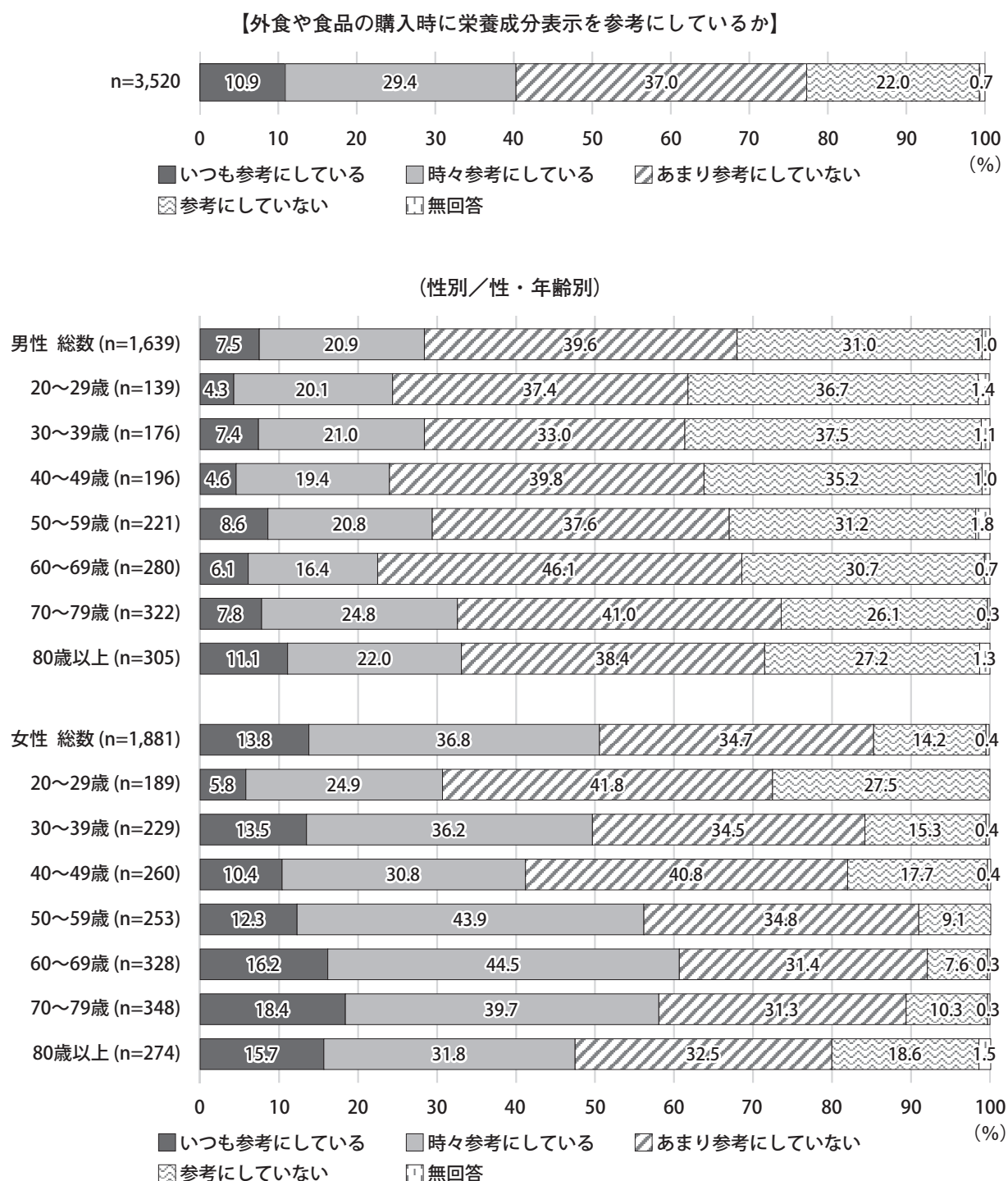


(5) 外食や食品を購入するとき栄養成分表示を参考にするか

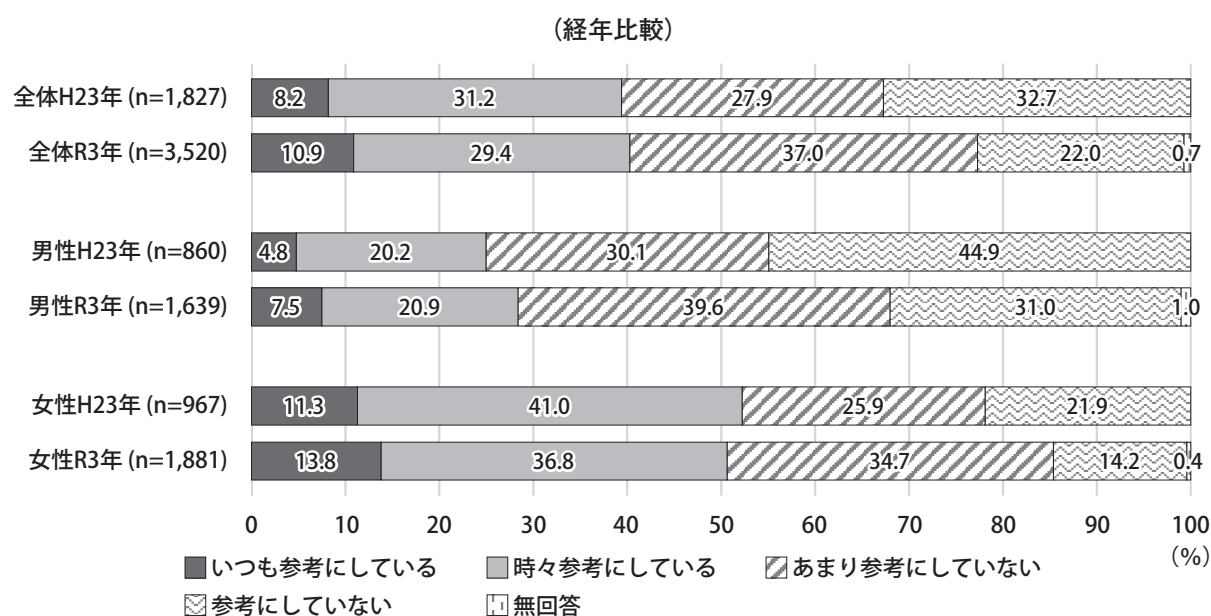
外食や食品を購入するとき栄養成分表示を参考にしているかについて、「いつも参考にしている」と回答した割合は10.9%、「時々参考にしている」29.4%となっている。また、「あまり参考にしていない」と回答した割合は37.0%、「参考にしていない」は22.0%となっている。

性別にみると、「いつも参考にしている」「時々参考にしている」と回答した割合は男性28.4%、女性50.6%となっている。

性・年齢別にみると、「いつも参考にしている」と回答した割合は男性80歳以上、女性70～79歳で他の年代と比べて高くなっている。



外食や食品を購入するときに栄養成分表示を参考にするかについて、H23調査と比較すると、全体では、「いつも参考にしている」と回答した割合は高くなっているが、「あまり参考にしていない」と回答した割合も高くなっている。



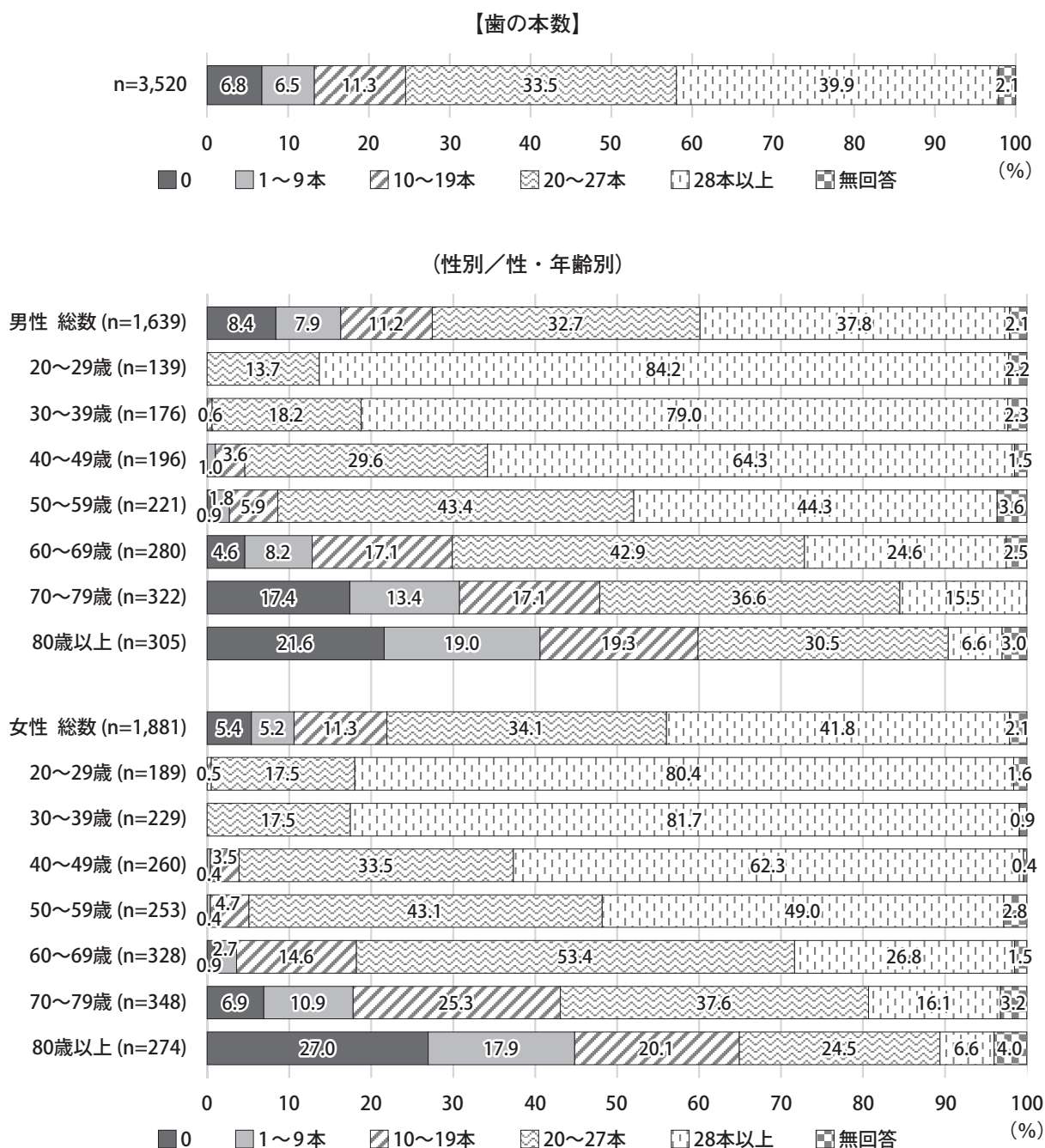
8 歯の状況

(1) 歯の本数

歯の本数について、「20本以上」と回答した割合は73.4%となっている。

性別にみると、「20本以上」と回答した割合は男性70.5%、女性75.9%となっている。

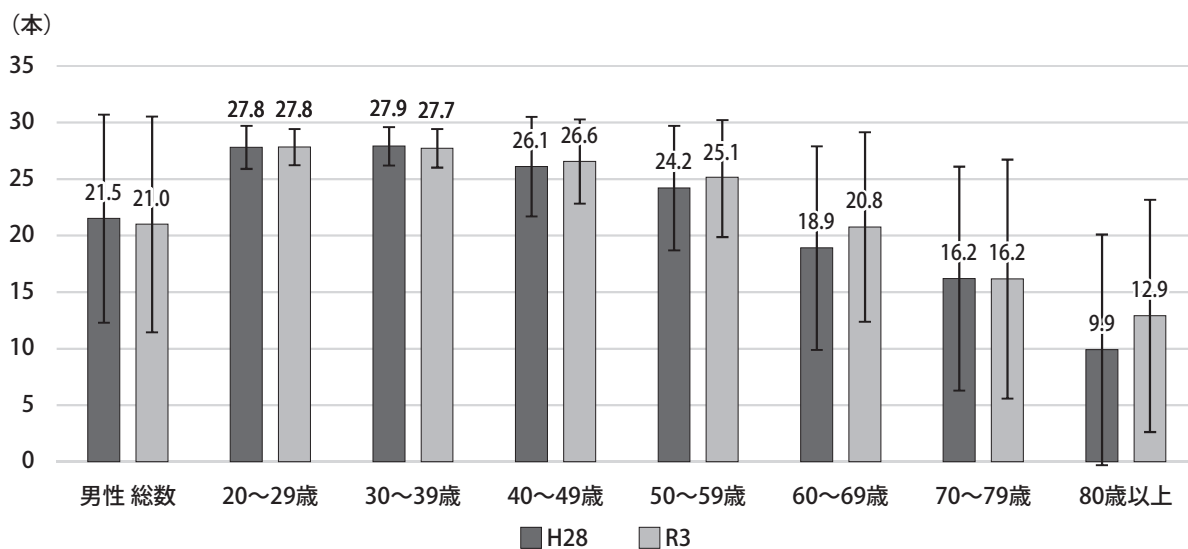
性・年齢別にみると、「20本以上」と回答した割合は男女ともに、年齢が上がるにつれて低くなる傾向にある。



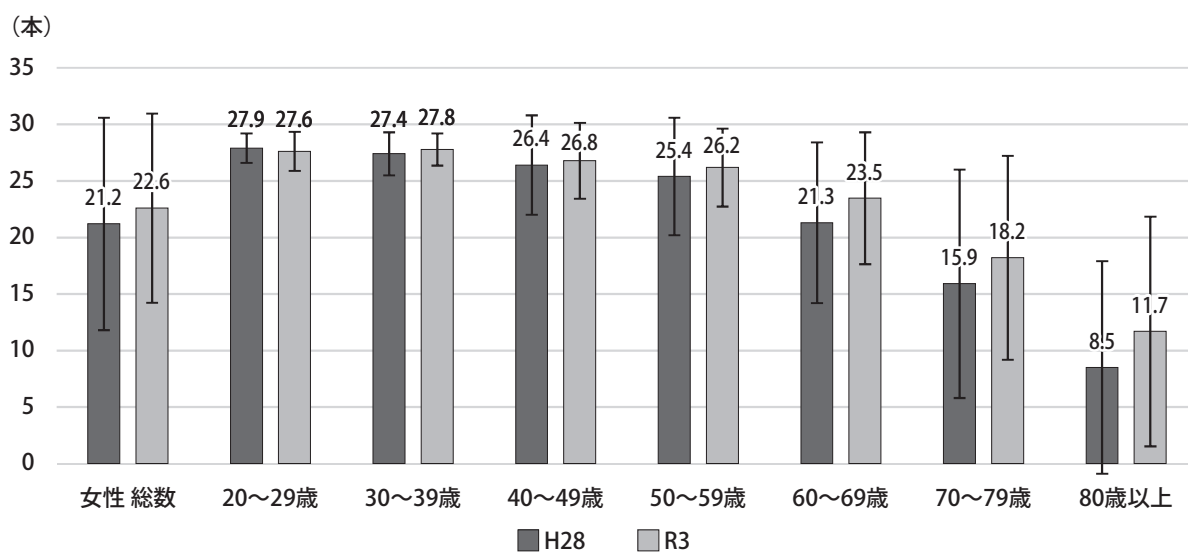
歯の本数について前回調査と比較すると、男性は80歳代で3本の増加、女性は60～69歳、70～79歳、80歳以上で2本以上の増加となっている。

【歯の平均本数（経年比較）】

（男性／年齢別）



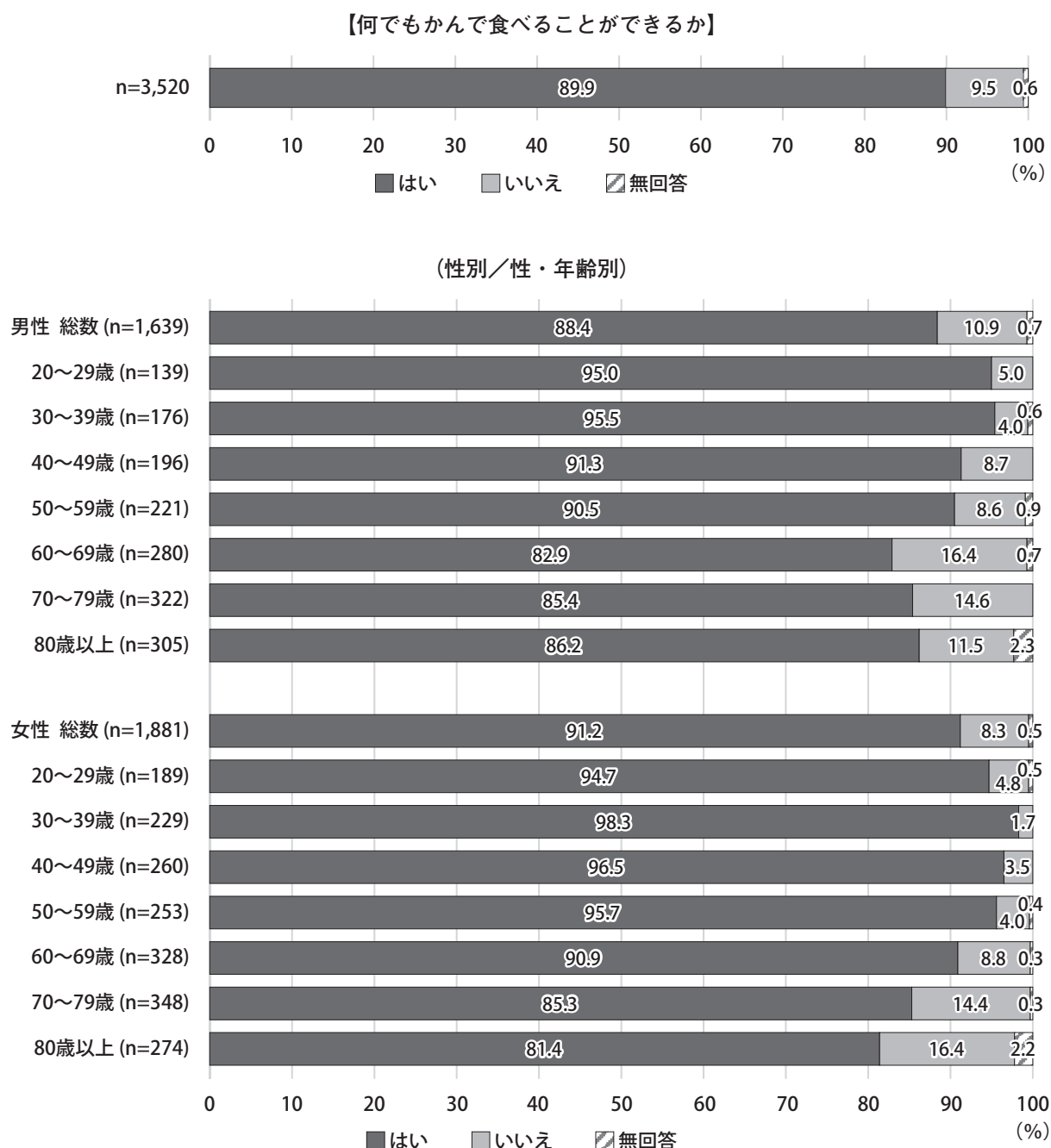
（女性／年齢別）



(1)－1 何でもかんで食べることができるか

何でもかんで食べることができるかについて、「はい」と回答した割合は89.9%となっている。
性別にみると、「はい」と回答した割合は男性88.4%、女性91.2%となっている。

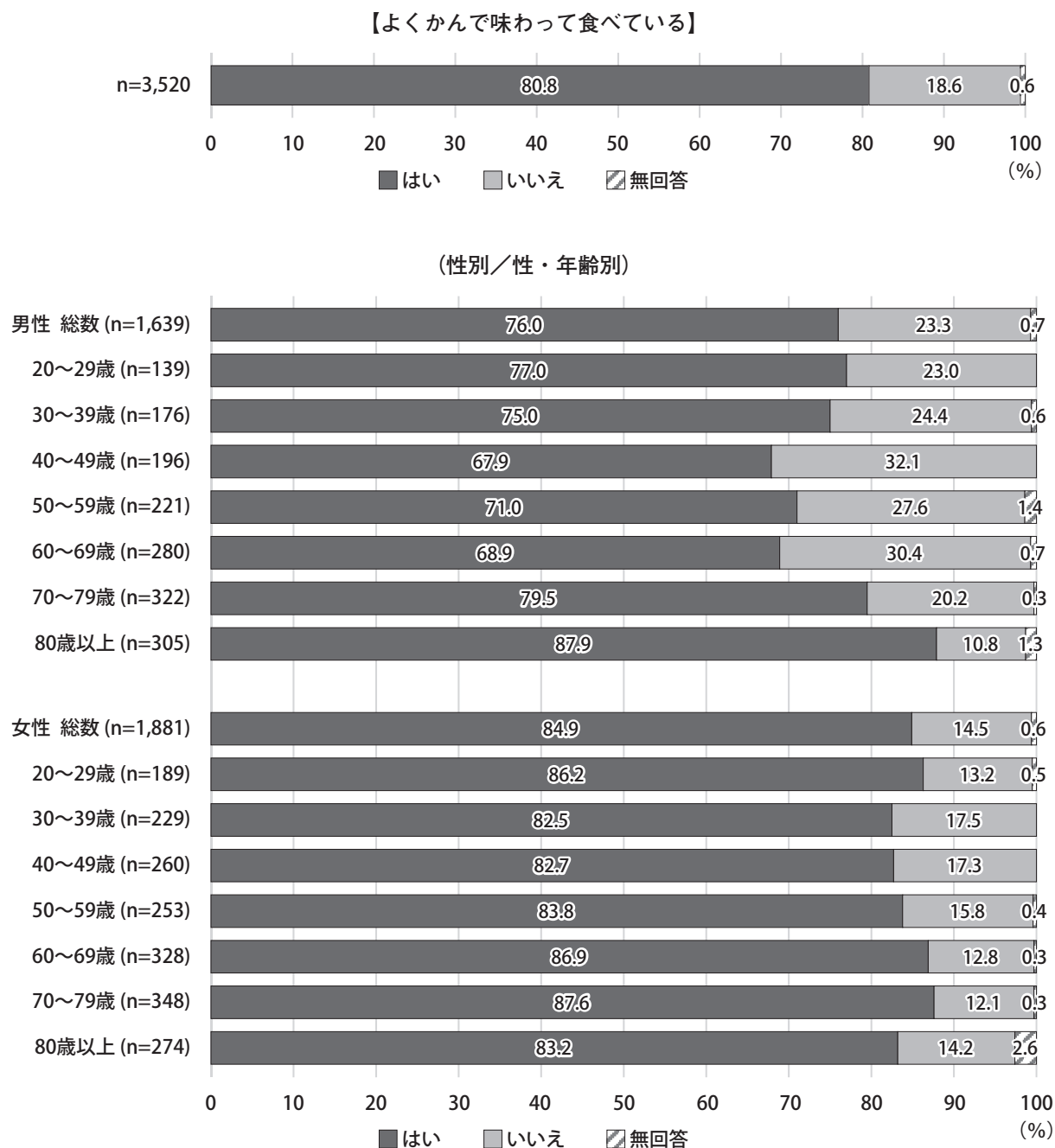
性・年齢別にみると、「はい」と回答した割合は、男性60～69歳、70～79歳、80歳以上、女性70～79歳、80歳以上を除き90%を超えている。



(1)－2 よくかんで味わって食べているか

よくかんで味わって食べているかについて、「はい」と回答した割合は80.8%となっている。性別にみると、「はい」と回答した割合は男性76.0%、女性84.9%となっている。

性・年齢別にみると、「はい」と回答した割合は女性全ての年代で80%を超えている。

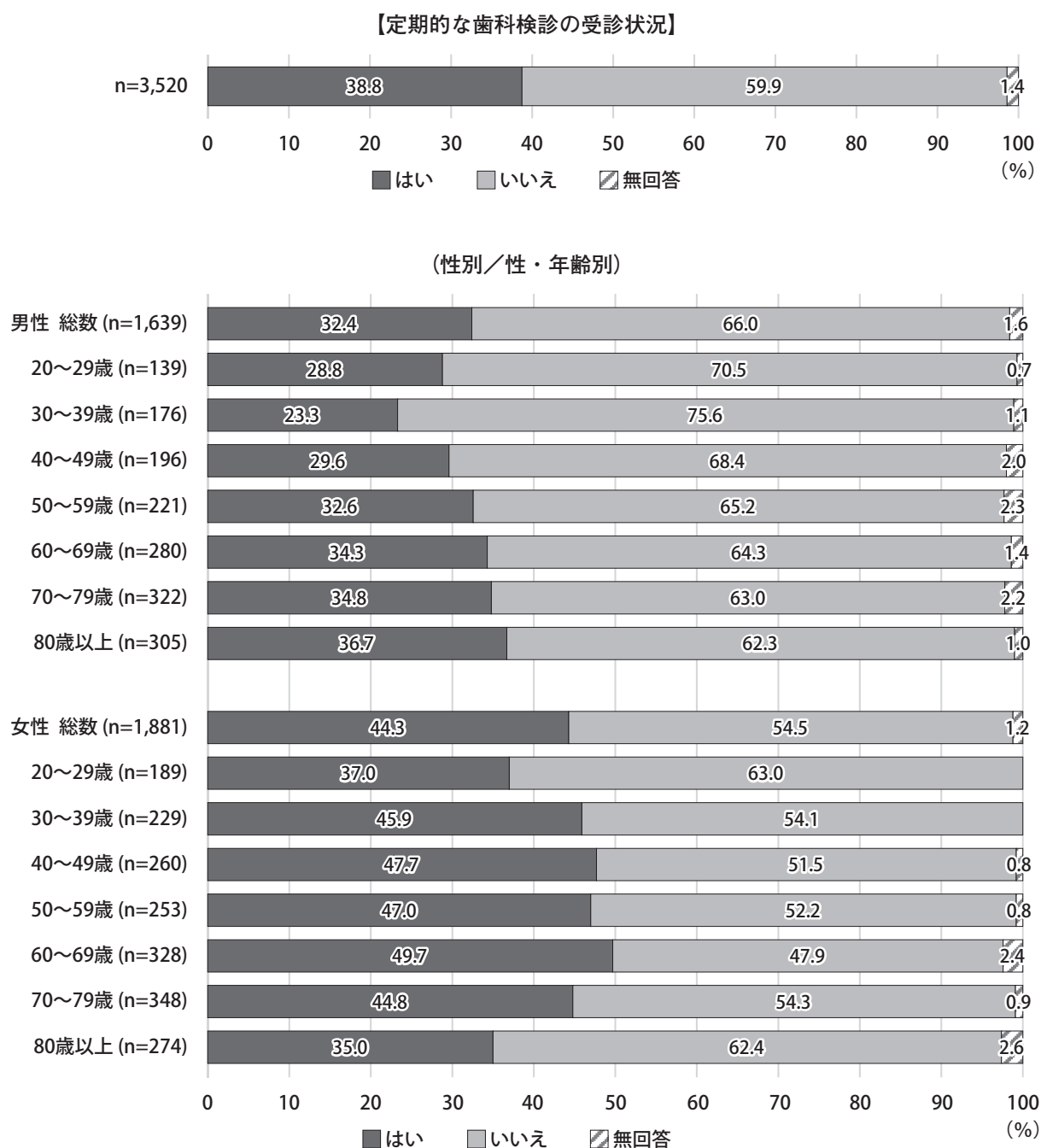


(2) 定期的な歯科検診の受診状況

定期的な歯科検診の受診状況について、「はい」と回答した割合は38.8%となっている。

性別にみると、「はい」と回答した割合は男性32.4%、女性44.3%となっている。

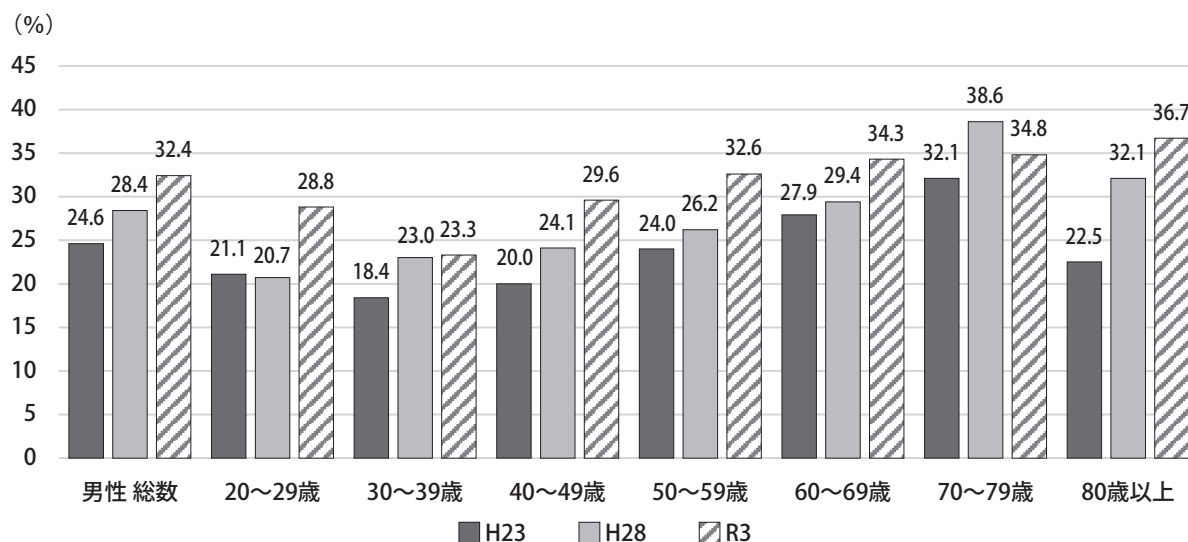
性・年齢別にみると、「はい」と回答した割合は男性20～29歳、30～39歳、40～49歳は20%台、女性20～29歳、80歳以上は30%台となっている。



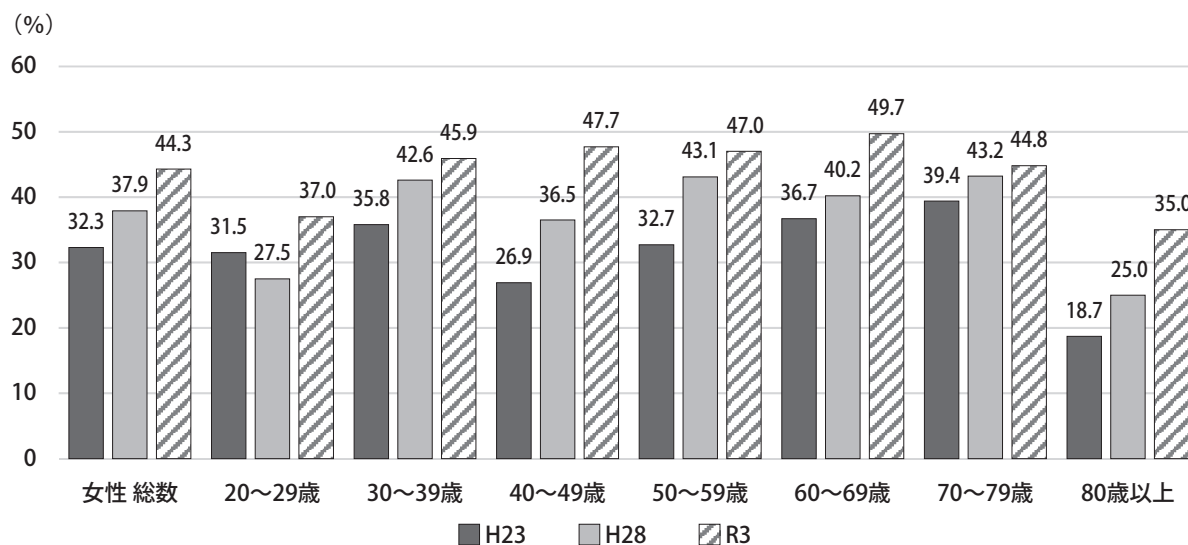
定期的な歯科検診の受診の状況について、前回調査、前々回調査と比較すると「はい」と回答した割合は男性70～79歳を除き、男女ともに全ての年代で高くなっている。

【定期的に歯科検診を受診している人の割合】

(男性／経年比較)



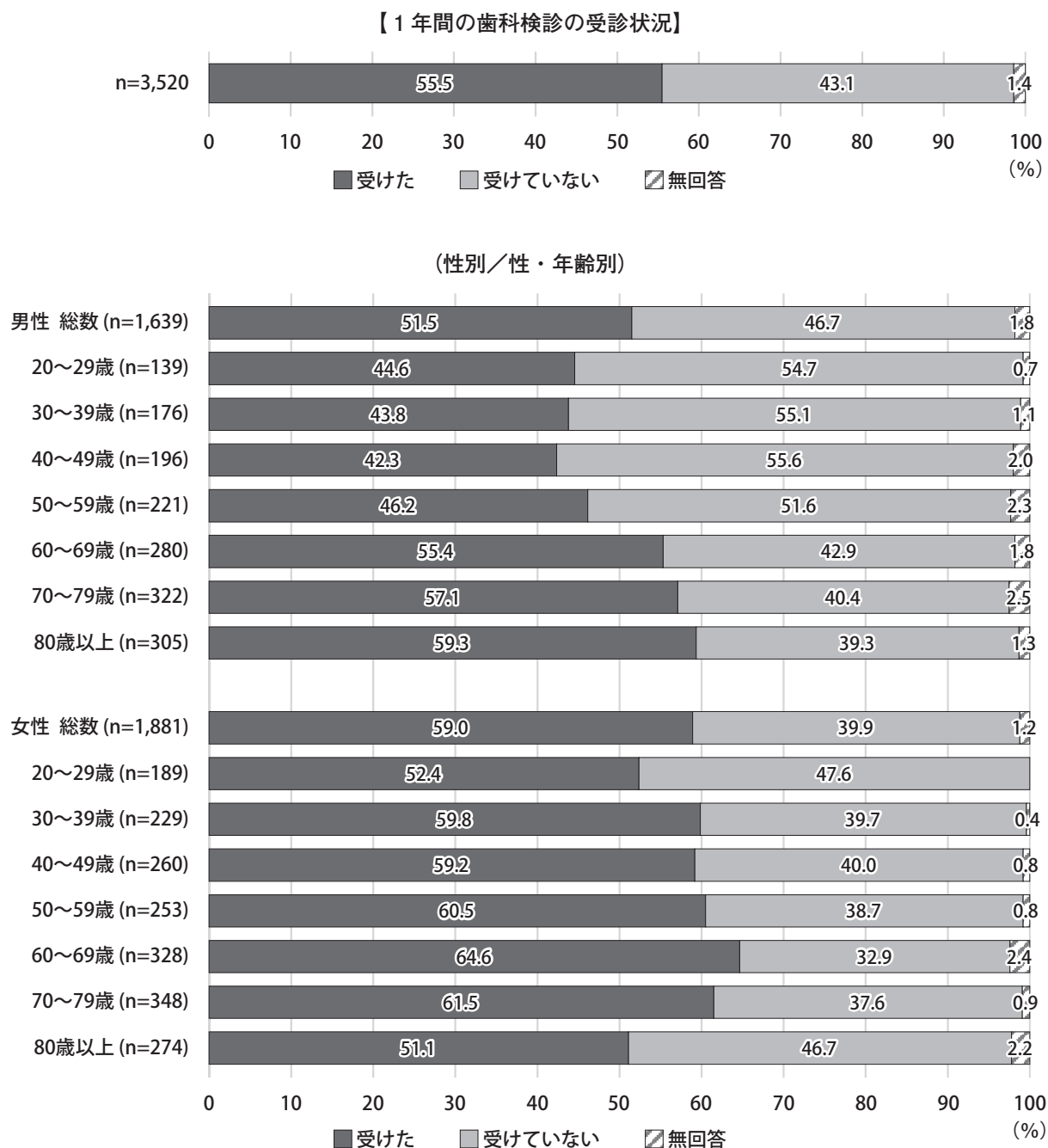
(女性／経年比較)



(3) 1年間の歯科検診の受診状況

過去1年間の歯科検診の受診状況について、「受けた」と回答した割合は55.5%となっている。
性別にみると、「受けた」と回答した割合は男性51.5%、女性59.0%となっている。

性・年齢別にみると、「受けた」と回答した割合は、男性20～29歳、30～39歳、40～49歳、50～59歳で40%台となっている。女性の50～59歳、60～69歳、70～79歳で60%を超えている。



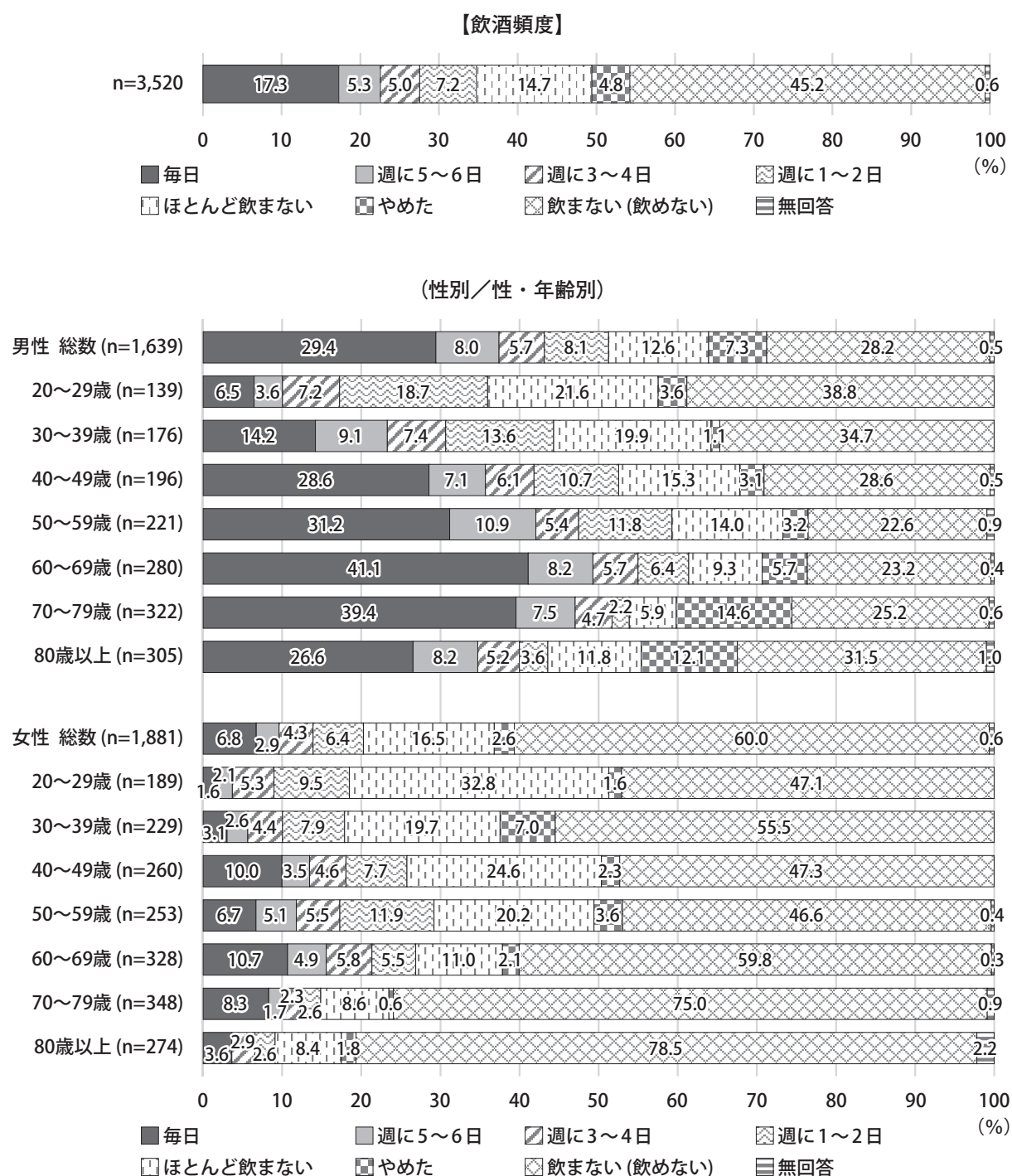
9 飲酒の状況

(1) 飲酒頻度

飲酒頻度について、「毎日」と回答した割合は17.3%となっている。また、飲まない（飲めない）と回答した割合は45.2%となっている。

性別にみると、「毎日」と回答した割合は男性29.4%、女性6.8%となっている。

性・年齢別にみると、「毎日」と回答した割合は、男性60～69歳で40%を超えている。



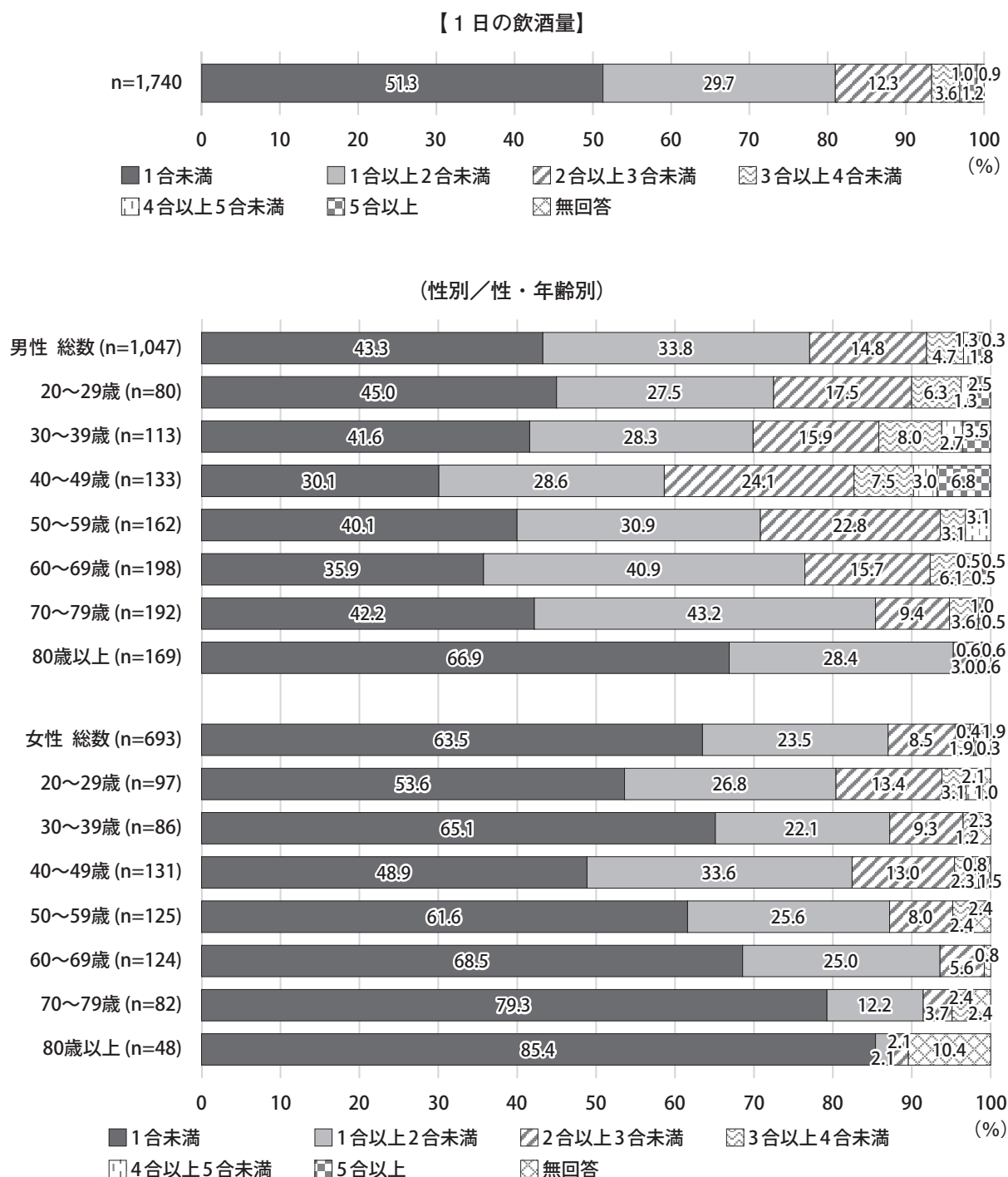
《飲酒頻度が「1 毎日」「2 週5～6日」「3 週3～4日」「4 週1～2日」「5 ほとんど飲まない」と回答した人への質問》

(1)－1 1日の飲酒量

飲酒する日の1日の飲酒量について、「1 合未満」と回答した割合が51.3%、「2 合以上」と回答した割合が18.1%となっている。

性別にみると「2 合以上」と回答した割合は男性22.6%、女性11.1%となっている。

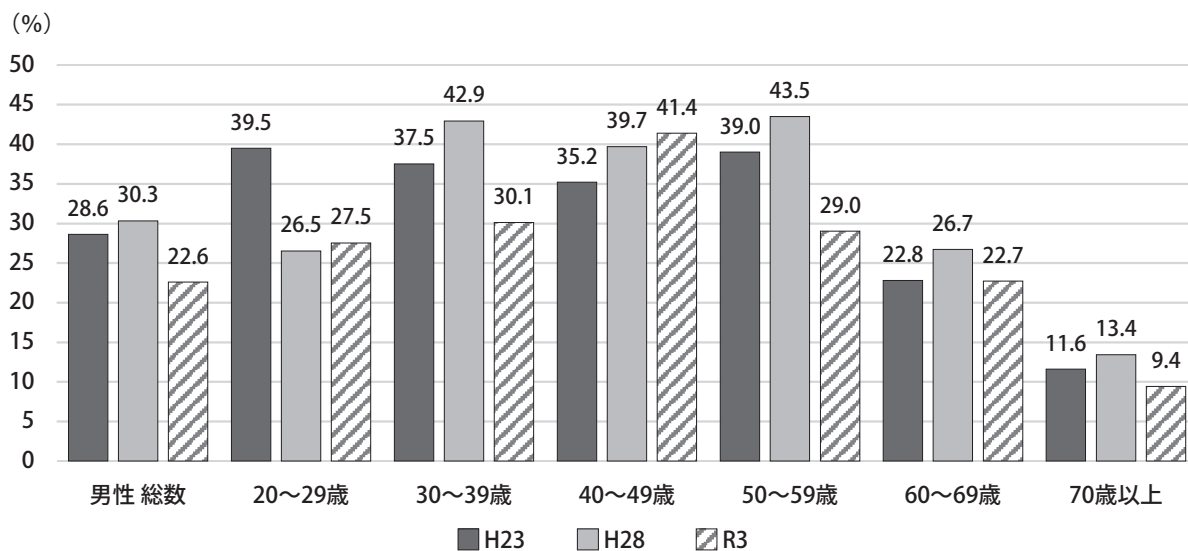
性・年齢別にみると、「2 合以上」と回答した割合は男性40～49歳が一番高く41.4%、次いで、30～39歳代30.1%、50～59歳29.0%となっている。女性では20～29歳の18.6%が一番高く、次いで40～49歳の17.6%となっている。



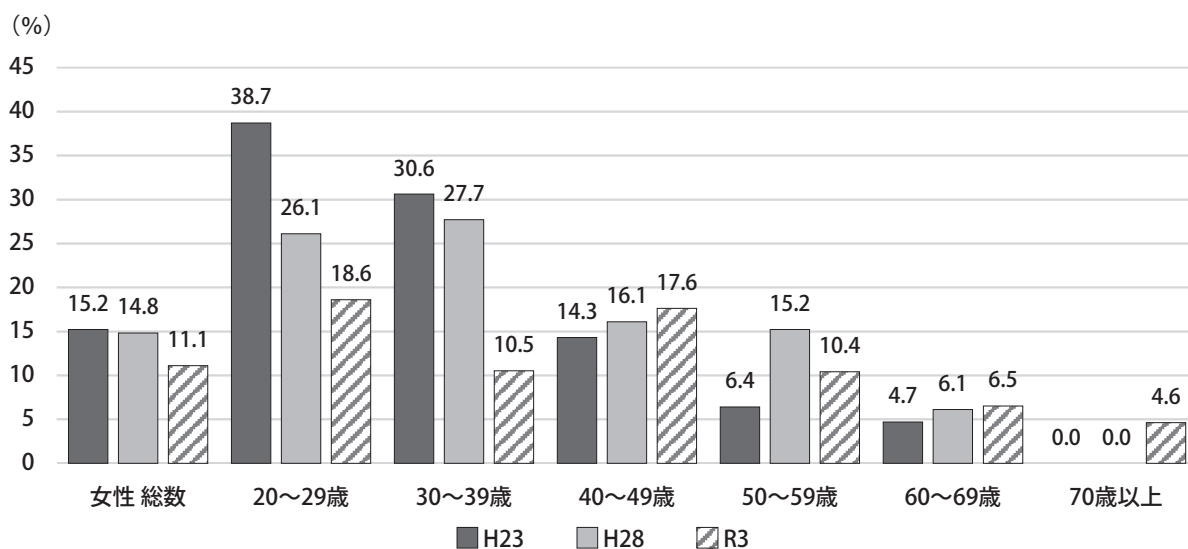
2 合以上の飲酒者の割合について、前回調査、前々回調査と比較すると、男女ともに総数では前回調査よりは低くなっているが、年齢別にみると、男性20～29歳、40～49歳、女性40～49歳、60～69歳、70歳以上については高くなっている。

【1日に2合以上飲酒する人の割合】

(男性／経年比較)



(女性／経年比較)

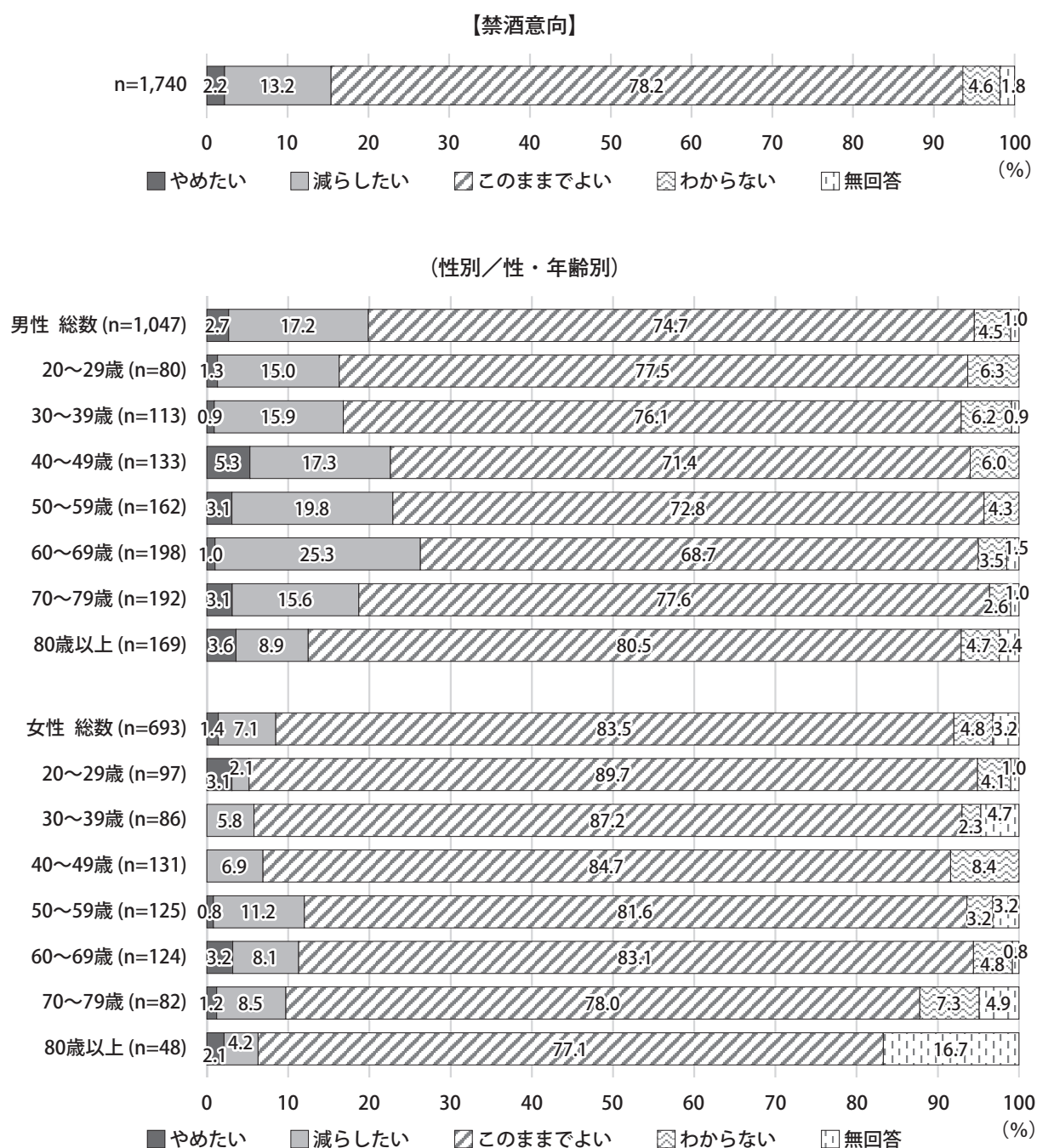


(2) 禁酒意向

禁酒意向について、「やめたい」と回答した割合が2.2%、「減らしたい」と回答した割合が13.2%、「このままでよい」と回答した割合は78.2%となっている。

性別にみると、「やめたい」と回答した割合は男性2.7%、女性1.4%となっている。

性・年齢別にみると、「やめたい」と「減らしたい」と回答した割合は男性60～69歳が26.3%、50～59歳22.9%、40～49歳22.6%となっている。女性は50～59歳の12.0%が一番高くなっている。



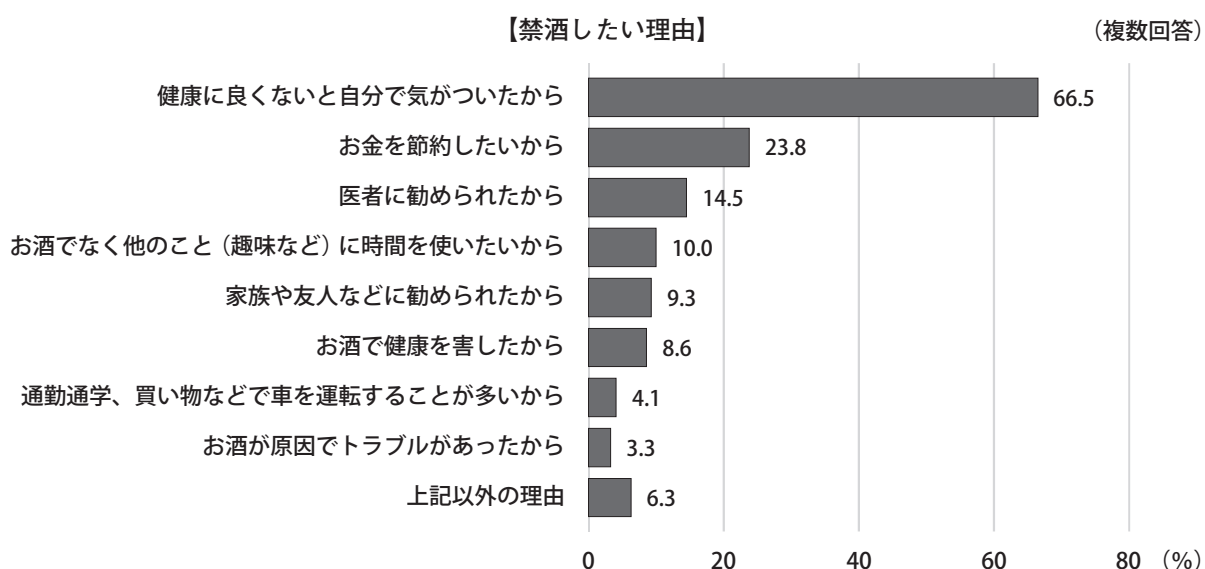
《禁酒意向「1 やめたい」、減酒意向「2 減らしたい」と回答した人への質問》

(2)－1 禁酒したい理由

禁酒したい理由について、「健康に良くないと自分で気がついたから」と回答した割合が66.5%と最も高く、次いで「お金を節約したいから」が23.8%となっている。

性別にみると、「健康に良くないと自分で気がついたから」と回答した割合は男性64.6%、女性73.3%となっている。

年齢別にみると、「健康に良くないと自分で気がついたから」と回答した割合は男性30～39歳、女性は40～49歳が高くなっている。「お金を節約したいから」と回答した割合は男女ともに20～29歳が高くなっている。



(性別／年齢別) (回答数の各理由を選んだものの割合(複数回答)%)

	回答数	健康に良くないと自分で気がついたから	お酒で健康を害したから	医者に勧められたから	家族や友人などに勧められたから	お酒が原因でトラブルがあったから	通勤通学、買い物などで車を運転することが多いから	お酒ではなく他のこと(趣味など)に時間を使いたいから	お金を節約したいから	上記以外の理由
男性 総数	209	64.6	9.6	16.7	11.5	4.3	3.8	10.5	20.1	4.8
20～29歳	13	69.2	—	7.7	7.7	—	—	30.8	53.8	30.8
30～39歳	19	73.7	10.5	—	10.5	—	—	21.1	42.1	5.3
40～49歳	30	60.0	13.3	13.3	6.7	3.3	3.3	16.7	16.7	3.3
50～59歳	37	64.9	21.6	24.3	5.4	13.5	10.8	16.2	18.9	5.4
60～69歳	52	55.8	5.8	26.9	13.5	3.8	1.9	3.8	23.1	1.9
70～79歳	37	73.0	8.1	13.5	18.9	2.7	—	—	2.7	2.7
80～89歳	21	66.7	—	9.5	14.3	—	9.5	4.8	9.5	—
女性 総数	60	73.3	5.0	6.7	1.7	—	5.0	8.3	36.7	11.7
20～29歳	5	80.0	20.0	—	—	—	—	—	80.0	20.0
30～39歳	5	60.0	20.0	—	—	—	—	—	60.0	60.0
40～49歳	9	88.9	11.1	—	—	—	11.1	11.1	55.6	—
50～59歳	15	80.0	—	6.7	—	—	—	13.3	33.3	6.7
60～69歳	14	57.1	—	14.3	—	—	7.1	14.3	28.6	7.1
70～79歳	8	87.5	—	12.5	—	—	12.5	—	12.5	—
80～89歳	4	50.0	—	—	25.0	—	—	—	—	25.0

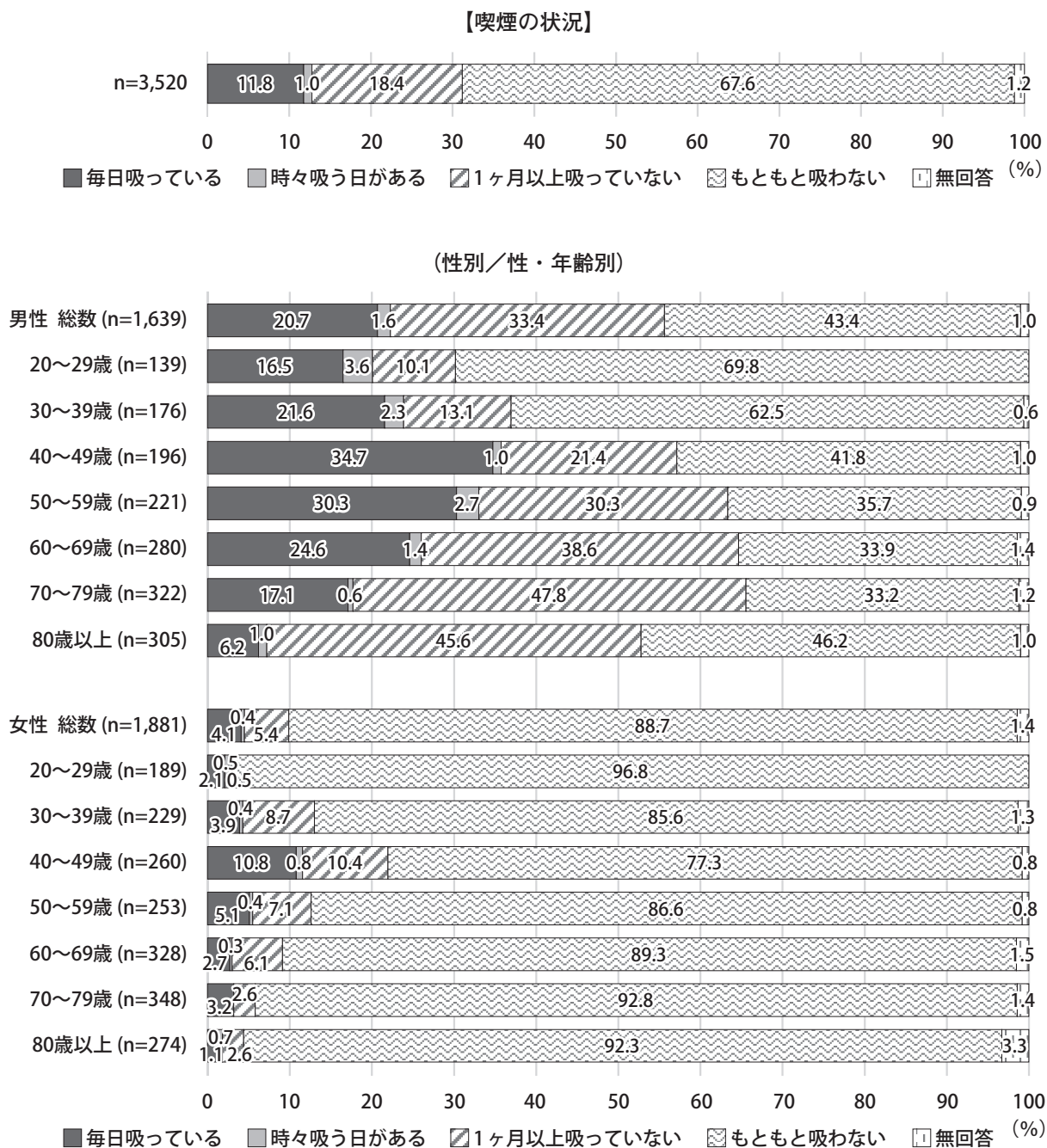
10 喫煙の状況

(1) 喫煙状況

喫煙状況について「吸っている」（「毎日吸っている」と「時々吸う日がある」の合計）と回答した割合が12.8%、「吸わない」と回答した割合が67.6%となっている。

性別にみると、「吸っている」と回答した割合は男性22.3%、女性4.5%となっている。

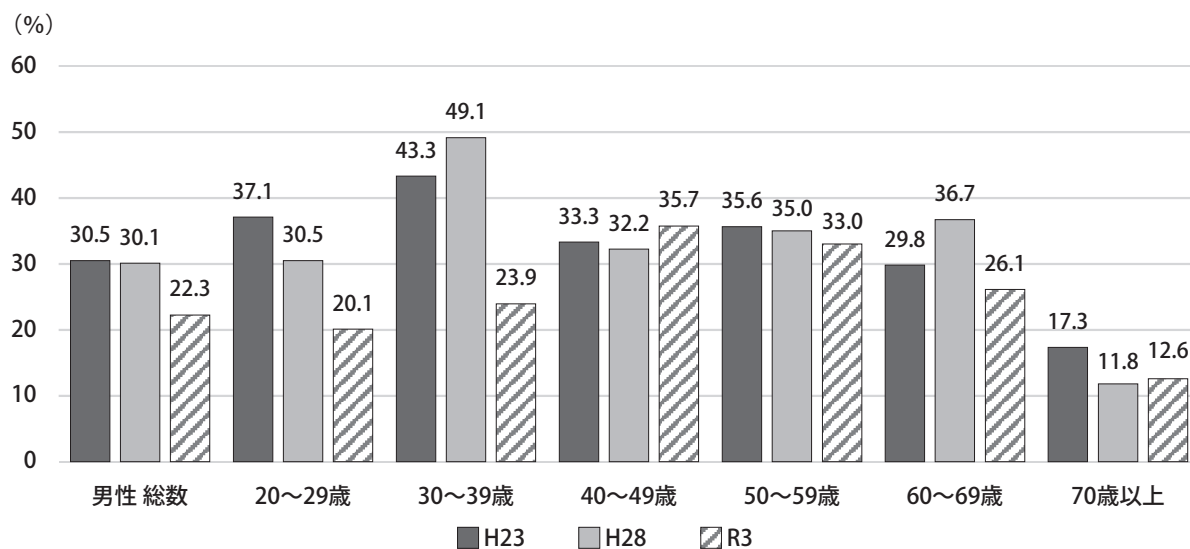
性・年齢別にみると、「吸っている」と回答した割合は男性40～49歳で35.7%、50～59歳で33.0%となっている。女性は40～49歳の11.6%が高くなっている。



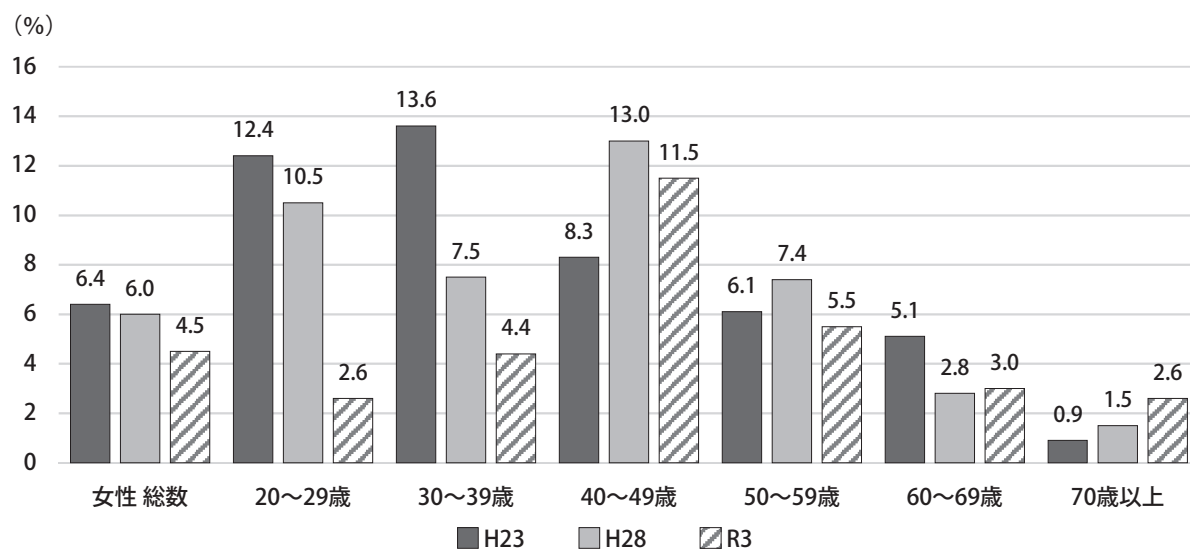
喫煙者の割合について、前回調査と比較すると、男性40～49歳、70歳以上、女性60～69歳、70歳以上で高くなっている。

【喫煙者の割合】

(男性／経年比較)



(女性／経年比較)



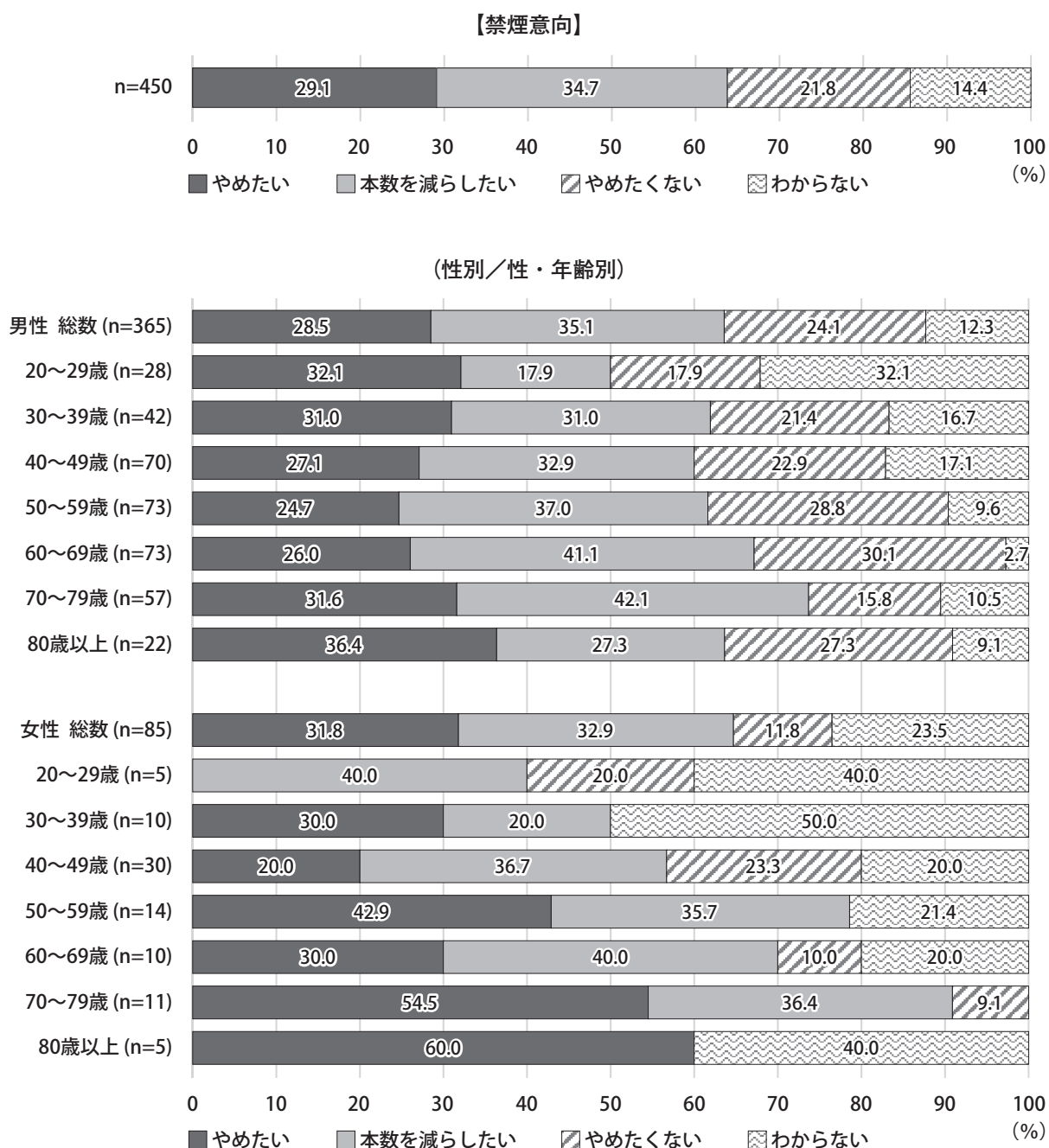
《「1 毎日吸っている」「2 時々吸う日がある」と回答した者への質問》

禁煙意向

禁煙意向について、「やめたい」と回答した割合が29.1%、「本数を減らしたい」と回答した割合が34.7%となっている。

性別にみると、「やめたい」「本数を減らしたい」と回答した割合は男性63.6%、女性64.7%となっている。

性・年齢別にみると男性50～59歳、60～69歳、女性40～49歳では「やめたくない」が「やめたい」を上回っている。



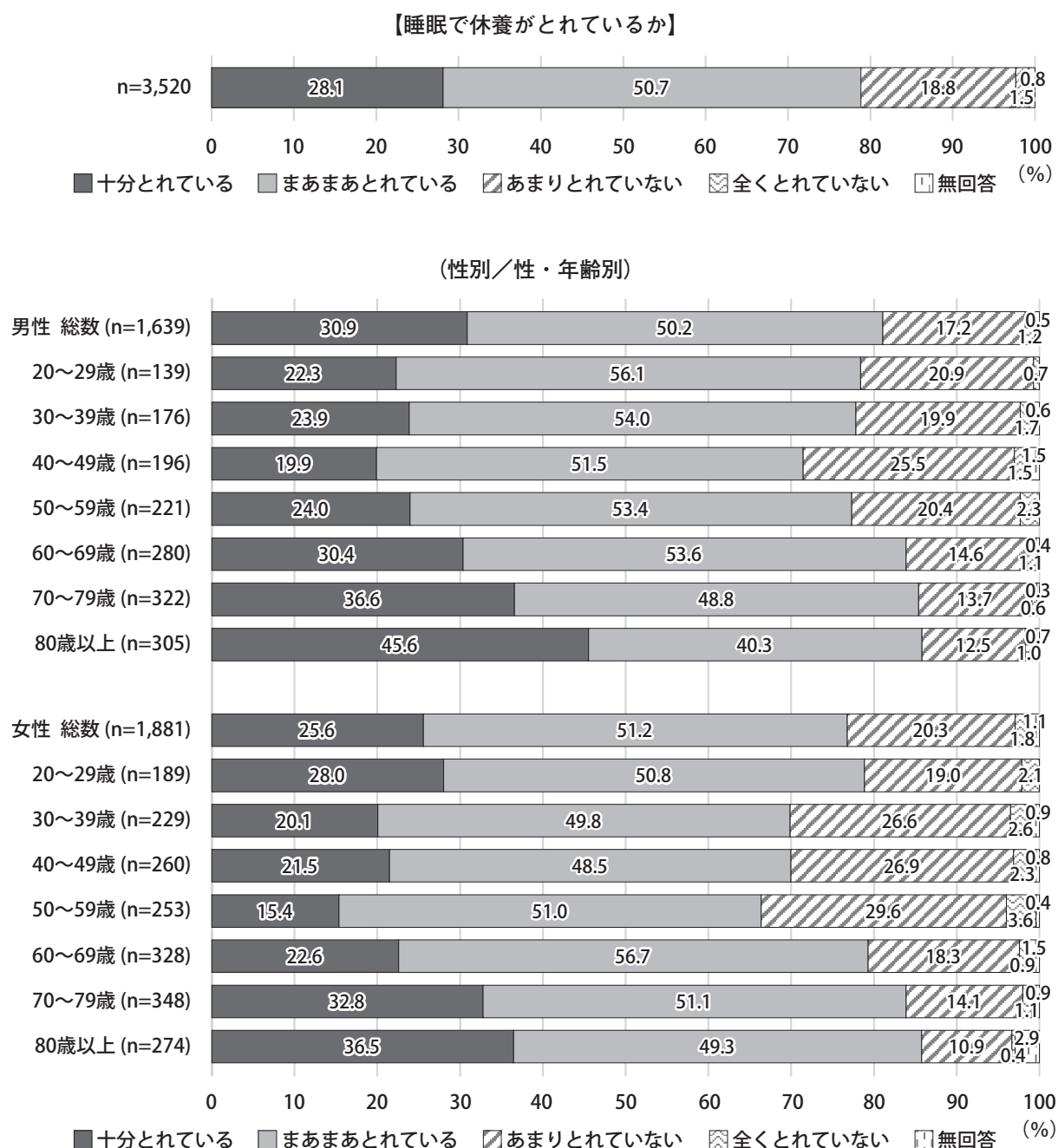
11 休養の状態

(1) 睡眠で休養がとれているか

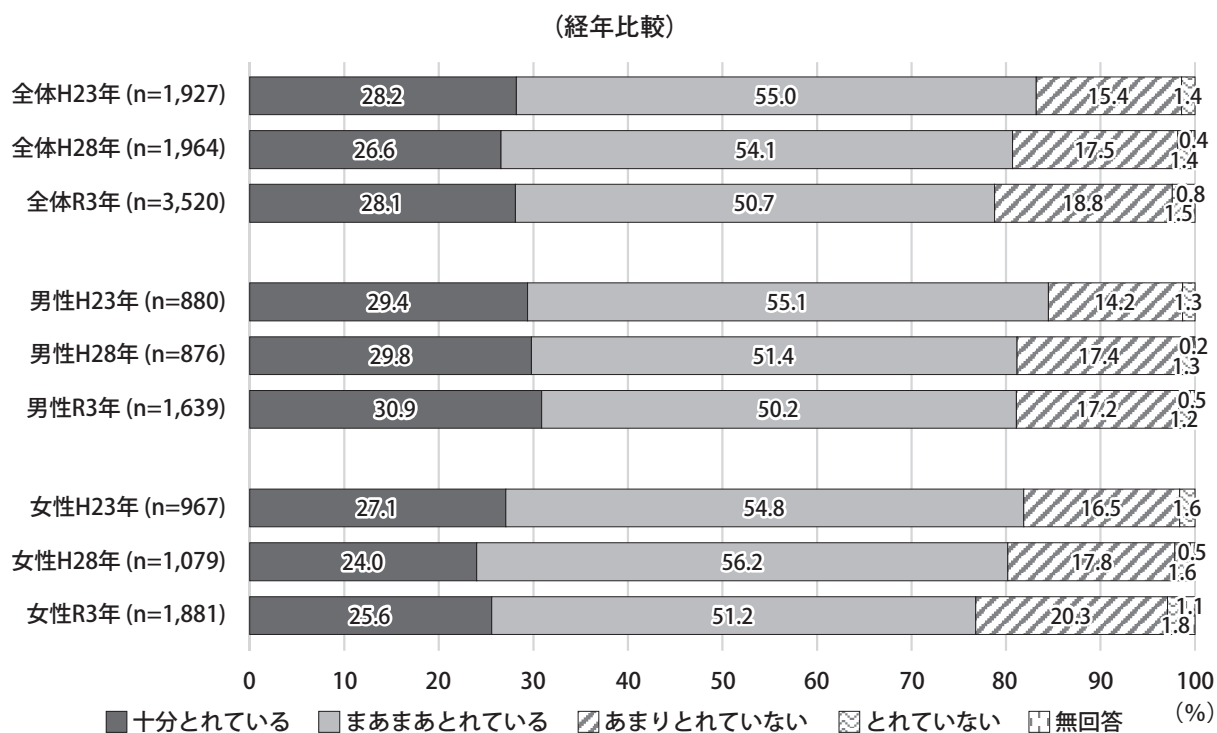
睡眠で休養がとれているかについて、「とれている」（「十分とれている」と「まあまあとれている」の合計）と回答した割合が78.8%、「とれていない」（「あまりとれていない」と「全くとれていない」を合わせた割合）と回答した割合が20.3%となっている。

性別にみると、「とれている」と回答した割合は男性81.1%、女性76.8%であった。

性・年齢別にみると「とれている」と回答した割合は、男性40～49歳が71.4%、女性50～59歳が66.4%と他の年代と比べて低くなっている。



睡眠で休養が取れているかについて、前回調査、前々回調査と比較すると、「とれていない」と回答したものの割合が増加している。



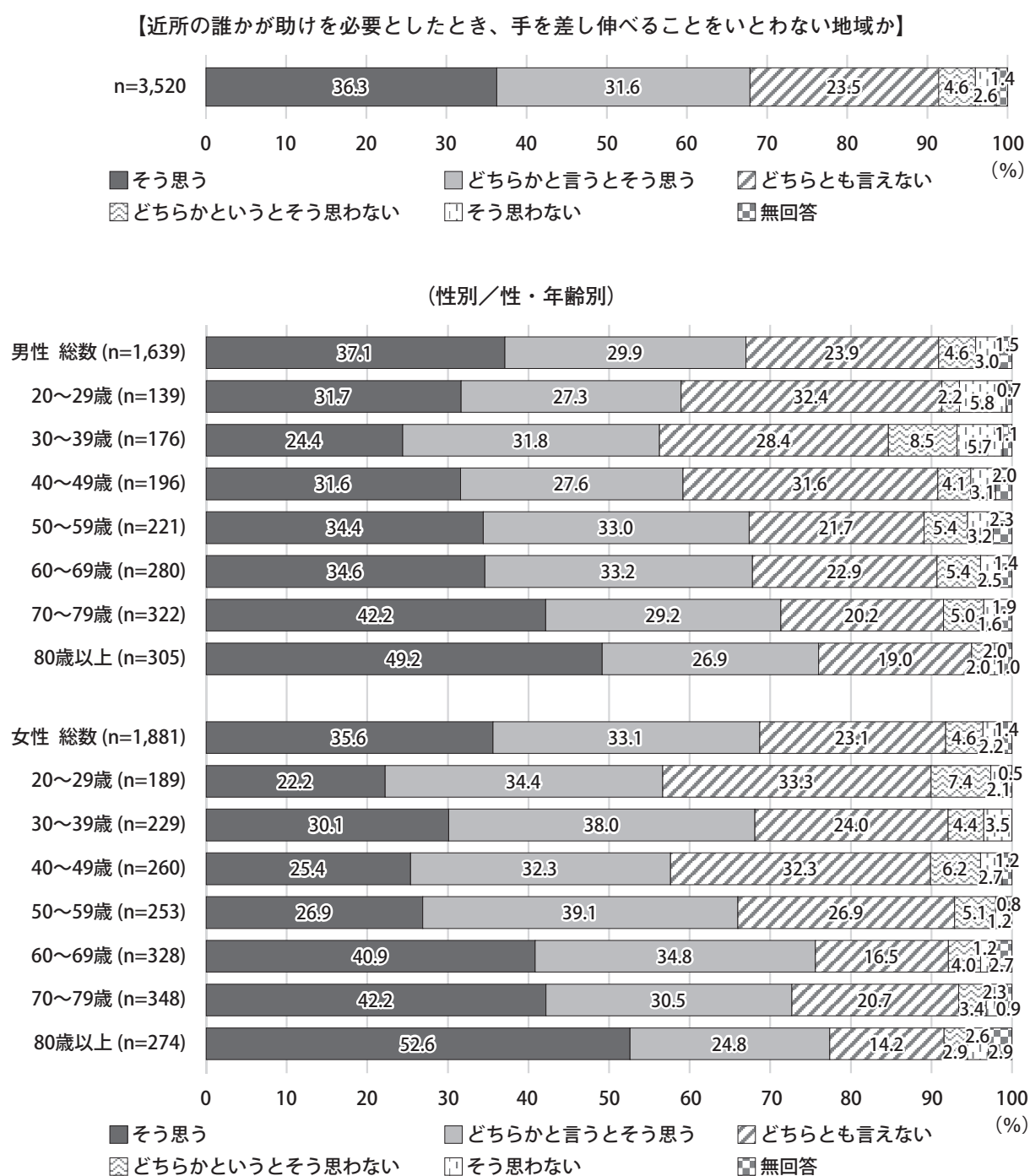
12 地域について

(1) 近所の誰かが助けを必要としたとき、手を差し伸べることをいとわない地域か

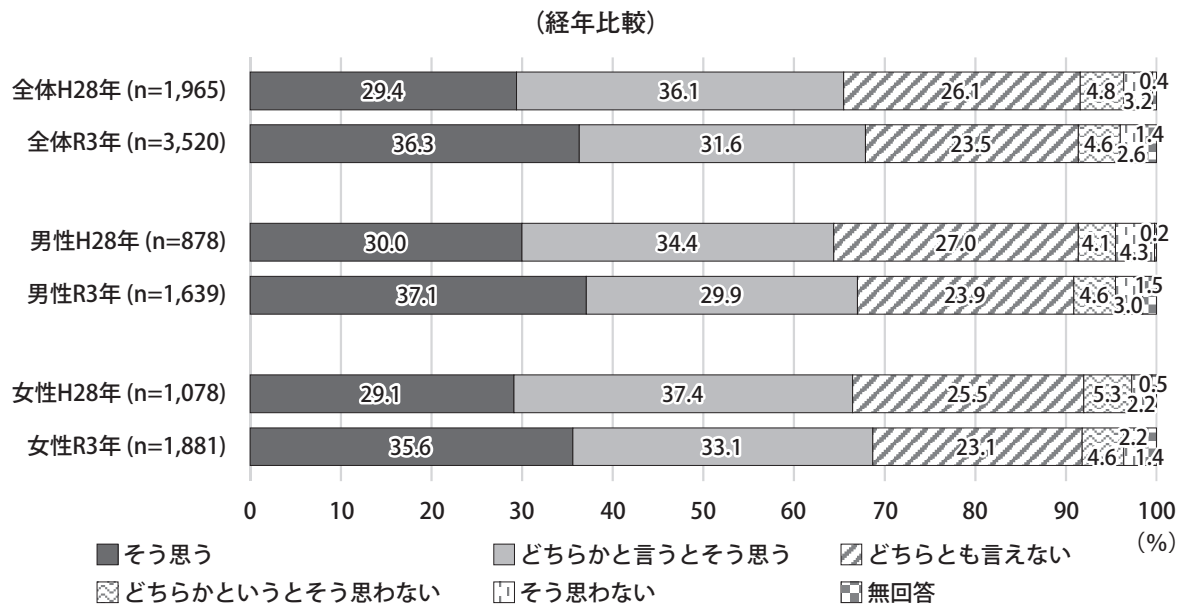
近所の誰かが助けを必要としたとき、手を差し伸べることをいとわない地域かについて、「手を差し伸べることをいとわない地域だと思う」「そう思う」と「どちらかというと思う」の合計）と回答した割合は67.9%となっている。

性別にみると、「手を差し伸べることをいとわない地域だと思う」と回答した割合は男性67.0%、女性68.7%となっている。

性・年代別にみると、「手を差し伸べることをいとわない地域だと思う」と回答した割合は男性80歳以上、女性60～69歳、80歳以上が高くなっている。また男性30～39歳、女性20～29歳が低くなっている。



「近所の誰かが助けを必要としたとき、手を差し伸べることをいとわない地域か」について、前回調査と比較すると差はない。



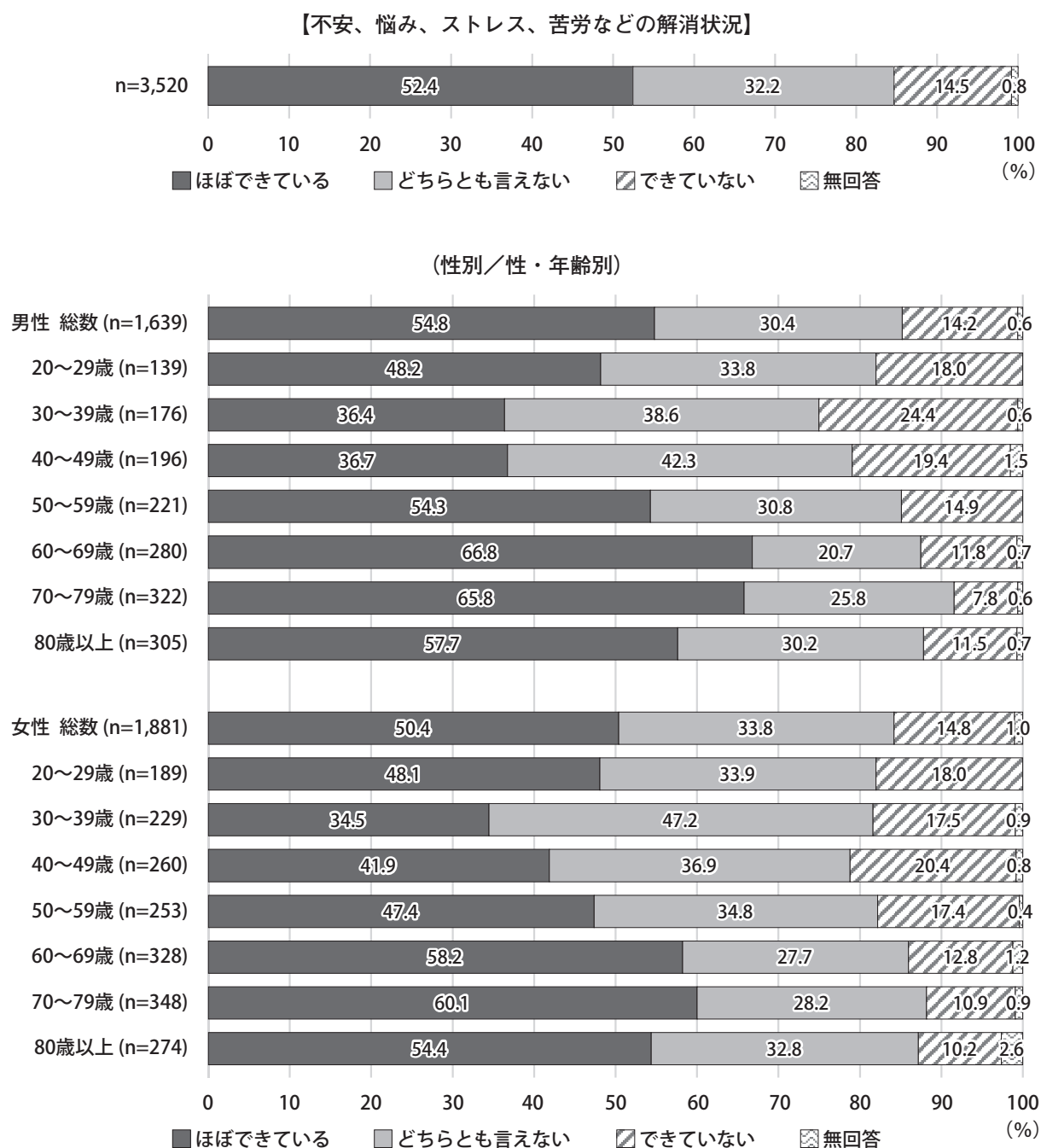
13 不安や悩みについて

(1) 不安、悩み、ストレス、苦勞などの解消状況

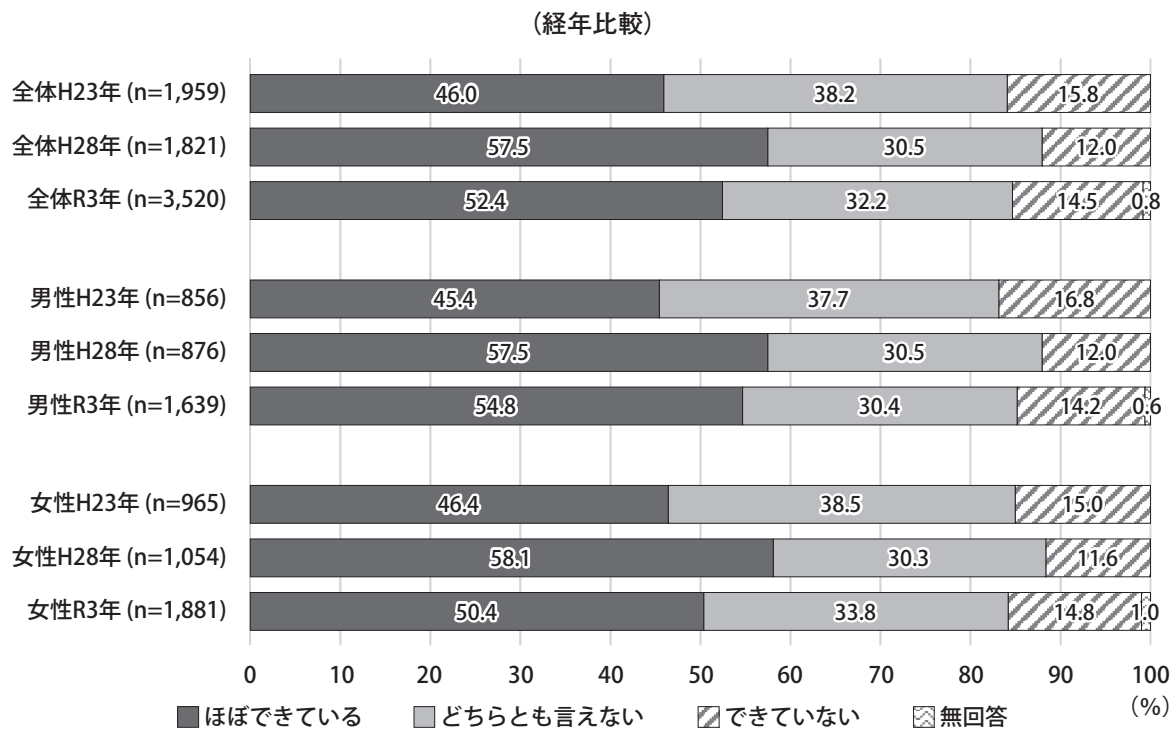
不安、悩み、ストレス、苦勞などの解消状況について、「ほぼできている」と回答した割合が52.4%、「できていない」と回答した割合が14.5%となっている。

性別にみると、「できていない」と回答した割合は、男性14.2%、女性14.8%となっている。

性・年齢別にみると「できていない」と回答した割合は、男性30～39歳24.4%、女性40～49歳20.4%と他の年代と比べて高くなっている。



不安、悩み、ストレス、苦勞などの解消状況について、前回調査、前々回調査と比較すると、「できていない」と回答した割合は、全体、男性、女性ともに前々回調査とは差はないが、前回調査より高くなっている。



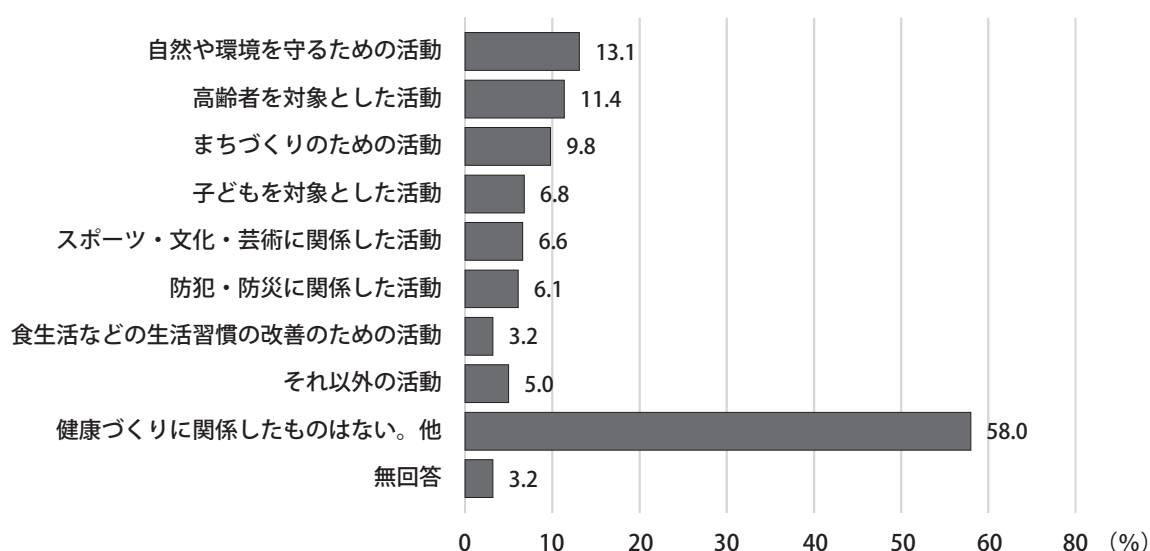
14 ボランティア活動について

(1) 1年間に行った、健康づくりに関係したボランティア活動

1年間に行った、健康づくりに関係したボランティア活動について、ボランティア活動を行ったと回答した人では「自然や環境を守るための活動」と回答した割合が13.1%と最も高く、次いで「高齢者を対象とした活動」が11.4%、「まちづくりのための活動」が9.8%となっている。また、「健康づくり関係したものはなし・ボランティア活動はしていない」と回答した割合は58.0%となっている。

性別にみると、男性は「自然や環境を守るための活動」17.0%、女性は「高齢者を対象とした活動」12.8%が1位となっている。

【1年間に行った、健康づくりに関係したボランティア活動】



(性別／年齢別)

(%)

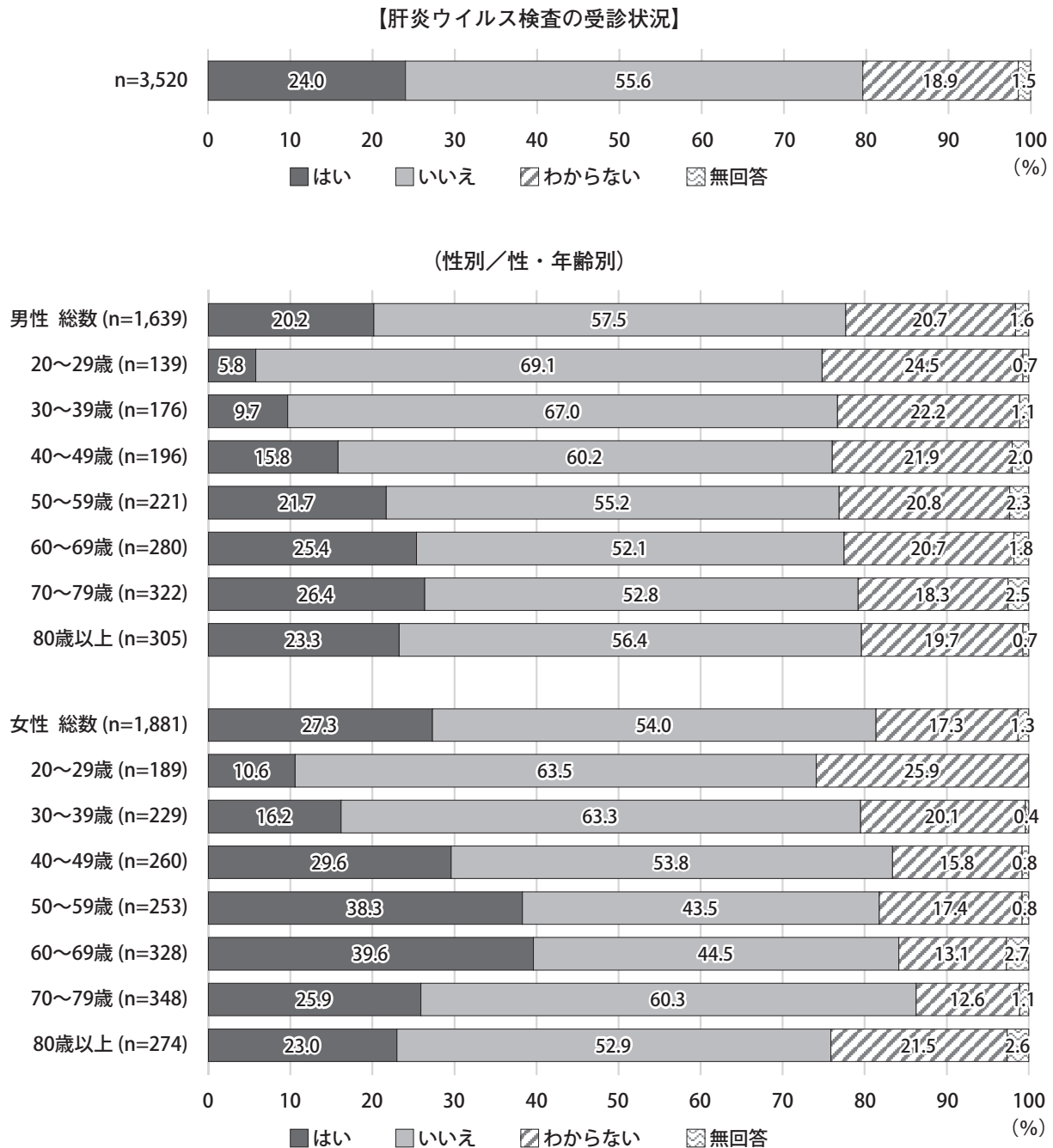
	回答数	自然や環境を守るための活動	高齢者を対象とした活動	まちづくりのための活動	子どもを対象とした活動	スポーツ・文化・芸術に関係した活動	防犯・防災に関係した活動	食生活などの生活習慣の改善のための活動	それ以外	健康づくりに関係したものはなし・ボランティア活動はしていない	無回答
男性 総数	1,639	17.0	9.8	12.4	6.9	7.9	9.6	1.0	4.6	54.3	3.0
20～29歳	139	6.5	2.2	5.8	5.0	6.5	4.3	0.0	3.6	71.9	2.2
30～39歳	176	10.8	1.7	6.8	6.3	4.5	9.7	1.7	4.5	67.6	1.7
40～49歳	196	12.2	5.1	8.7	6.1	4.6	11.7	0.5	4.1	61.7	2.0
50～59歳	221	19.5	1.8	15.8	8.1	7.7	12.2	0.9	5.0	51.6	4.5
60～69歳	280	24.3	7.9	17.5	7.5	7.9	11.1	0.4	4.6	46.8	2.9
70～79歳	322	21.4	18.3	15.8	9.6	11.2	9.3	1.2	5.0	45.7	4.0
80歳以上	305	15.4	19.3	10.5	4.3	9.5	7.5	1.6	4.6	51.8	2.6
女性 総数	1,881	9.7	12.8	7.5	6.8	5.5	3.1	5.2	5.4	61.1	3.3
20～29歳	189	3.7	4.2	3.2	3.2	2.6	1.1	2.1	1.1	84.1	1.1
30～39歳	229	9.2	5.7	6.1	13.1	1.3	1.7	1.7	1.7	72.9	1.3
40～49歳	260	8.5	4.6	6.5	12.7	6.2	1.9	1.2	6.2	66.2	3.1
50～59歳	253	11.1	5.9	7.1	3.2	4.3	2.0	4.0	6.7	65.2	2.0
60～69歳	328	13.1	20.4	10.7	7.9	5.5	5.2	9.5	7.9	47.9	4.0
70～79歳	348	10.1	23.9	10.9	6.3	9.8	5.7	9.8	6.3	48.0	3.2
80歳以上	274	9.5	15.3	4.7	0.7	6.2	2.2	4.4	5.1	59.5	7.3

15 肝炎ウイルス検査の受診状況

肝炎ウイルス検査の受診状況について、「はい」と回答した割合が24.0%、「いいえ」と回答した割合が55.6%となっている。

性別にみると、「はい」と回答した割合は男性20.2%、女性27.3%となっている。

性・年齢別にみると、「はい」と回答した割合は女性50～59歳、60～69歳で30%を超えている。



16 仕事やボランティア活動について

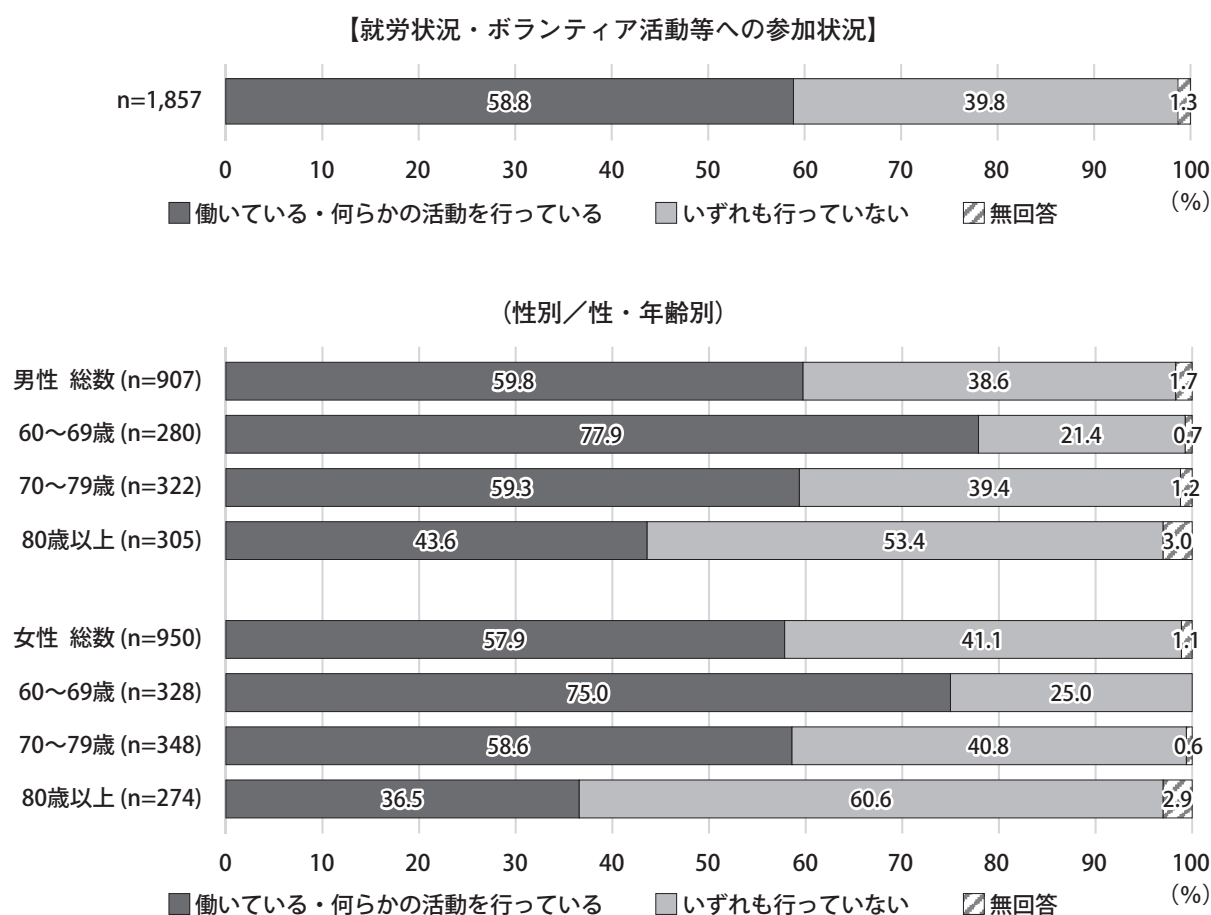
《60歳以上の者への質問》

(1) 仕事、ボランティア活動、地域社会活動、趣味やおけいこ事の有無

仕事、ボランティア活動、地域社会活動、趣味やおけいこ事の有無について、「働いている・何らかの活動を行っている」と回答した割合は58.8%となっている。

性別にみると、「働いている・何らかの活動を行っている」と回答した割合は男性59.8%、女性57.9%となっている。

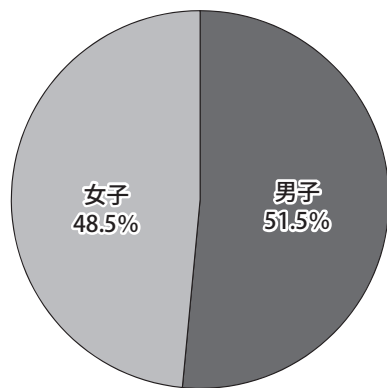
性・年齢別にみると、「働いている・何らかの活動を行っている」と回答した割合は男女ともに年齢が上がるにつれて低くなっている。



IV 調査結果（栄養摂取状況調査（8歳・11歳・13歳・16歳））

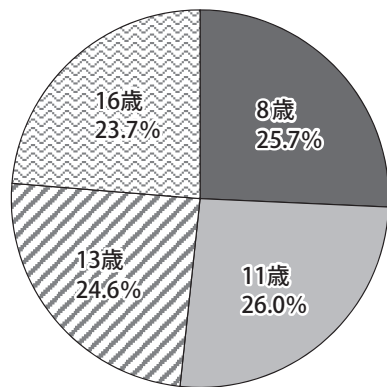
1 属性

（1）性別



性別	回答数(人)	割合(%)
男子	289	51.5
女子	272	48.5
合計	561	100

（2）年齢

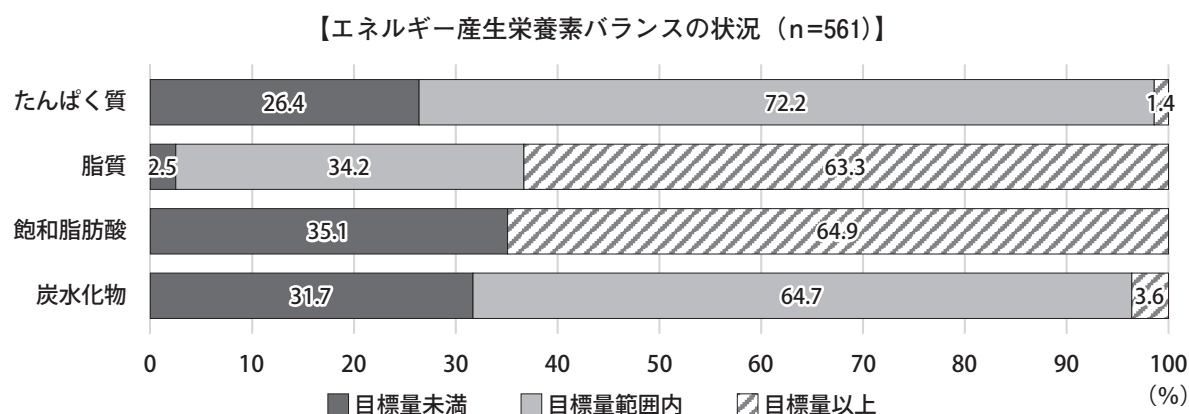


年齢	回答数(人)	割合(%)
8歳	144	25.7
11歳	146	26.0
13歳	138	24.6
16歳	133	23.7
合計	561	100

2 栄養摂取状況調査

(1) エネルギー産生栄養素の状況

エネルギー産生栄養素のうち、たんぱく質エネルギー比率、炭水化物エネルギー比率はそれぞれ、目標量範囲内にいる人が72.2%、64.7%となっている。脂質エネルギー比率、飽和脂肪酸エネルギー比率は目標量以上の者の割合が高く60%を超えている。



エネルギー産生栄養素バランスの目標量

(%エネルギー)

年 齢 別	たんぱく質	脂 質	飽和脂肪酸	炭 水 化 物
8～9歳	13～20	20～30	10以下	50～65
10～11歳	13～20	20～30	10以下	50～65
12～14歳	14～20	20～30	10以下	50～65
15～17歳	15～20	20～30	8以下	50～65

- 1 目標量は必要なエネルギー量を確保した上でのバランスとすること。
- 2 範囲に関しては、おおむねの値を示したものであり、弾力的に運用すること。
- 3 65歳以上の高齢者について、フレイル予防を目的とした量を定めることは難しいが、身長・体重が参照体位に比べて小さい者や、特に75歳以上であって加齢に伴い身体活動量が大きく低下した者など、必要エネルギー摂取量が低い者では、下限が推奨量を下回る場合があり得る。この場合でも下限は推奨量以上とすること。
- 4 脂質については、その構成成分である飽和脂肪酸など、質への配慮を十分に行う必要がある。
- 5 炭水化物にはアルコールを含む。ただし、アルコールの摂取を勧めるものではない。
- 6 炭水化物では食物繊維の目標量を十分注意すること。

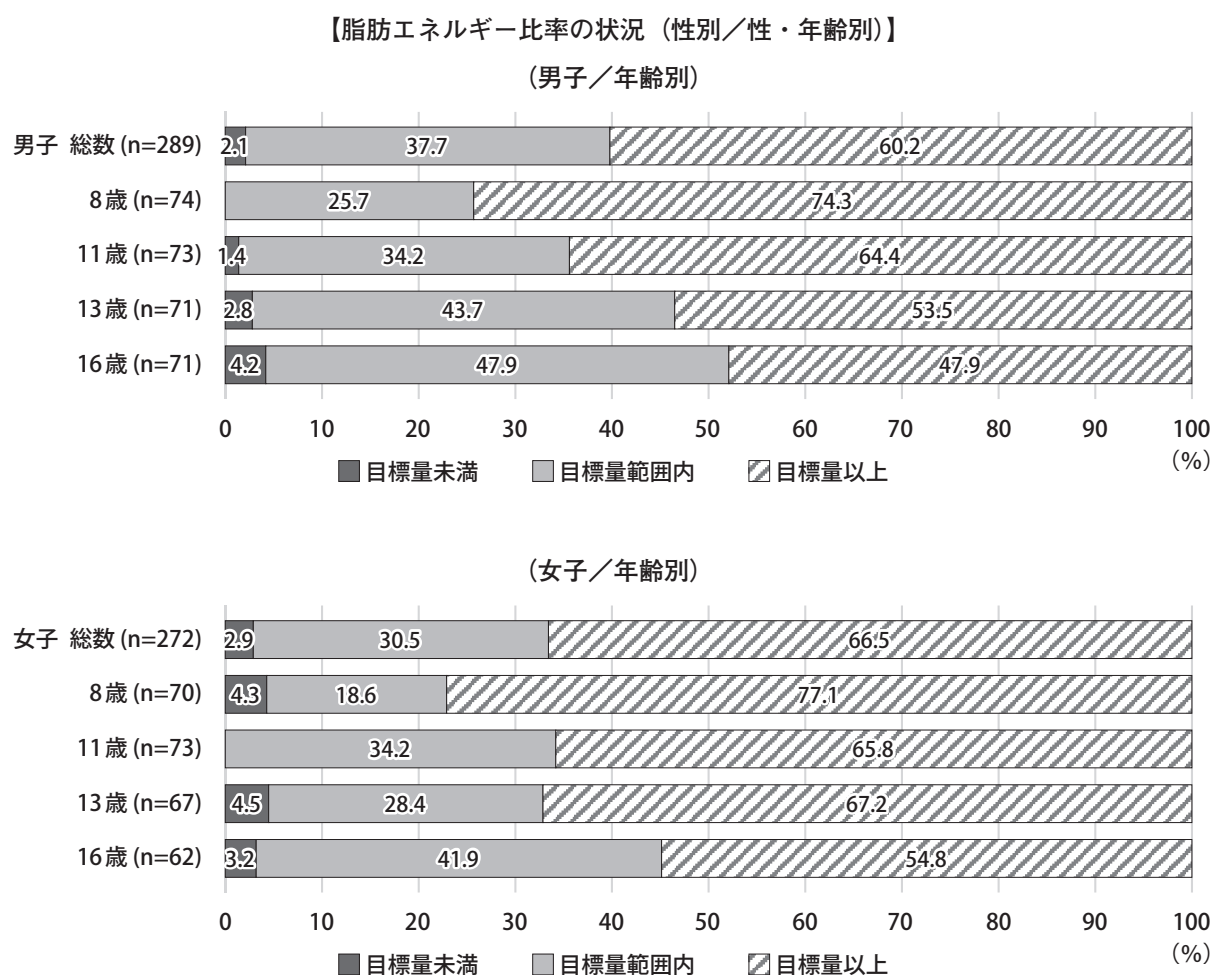
(出典：日本人の食事摂取基準2020)

(2) 脂質摂取量の状況

脂肪エネルギー比率の状況について、目標量以上の割合は男子60.2%、女子66.5%となっており、全ての年代で女子が男子より高くなっている。

性・年齢別にみると、男子は、年齢が上がるにつれて、目標量範囲内の割合が高くなっている。

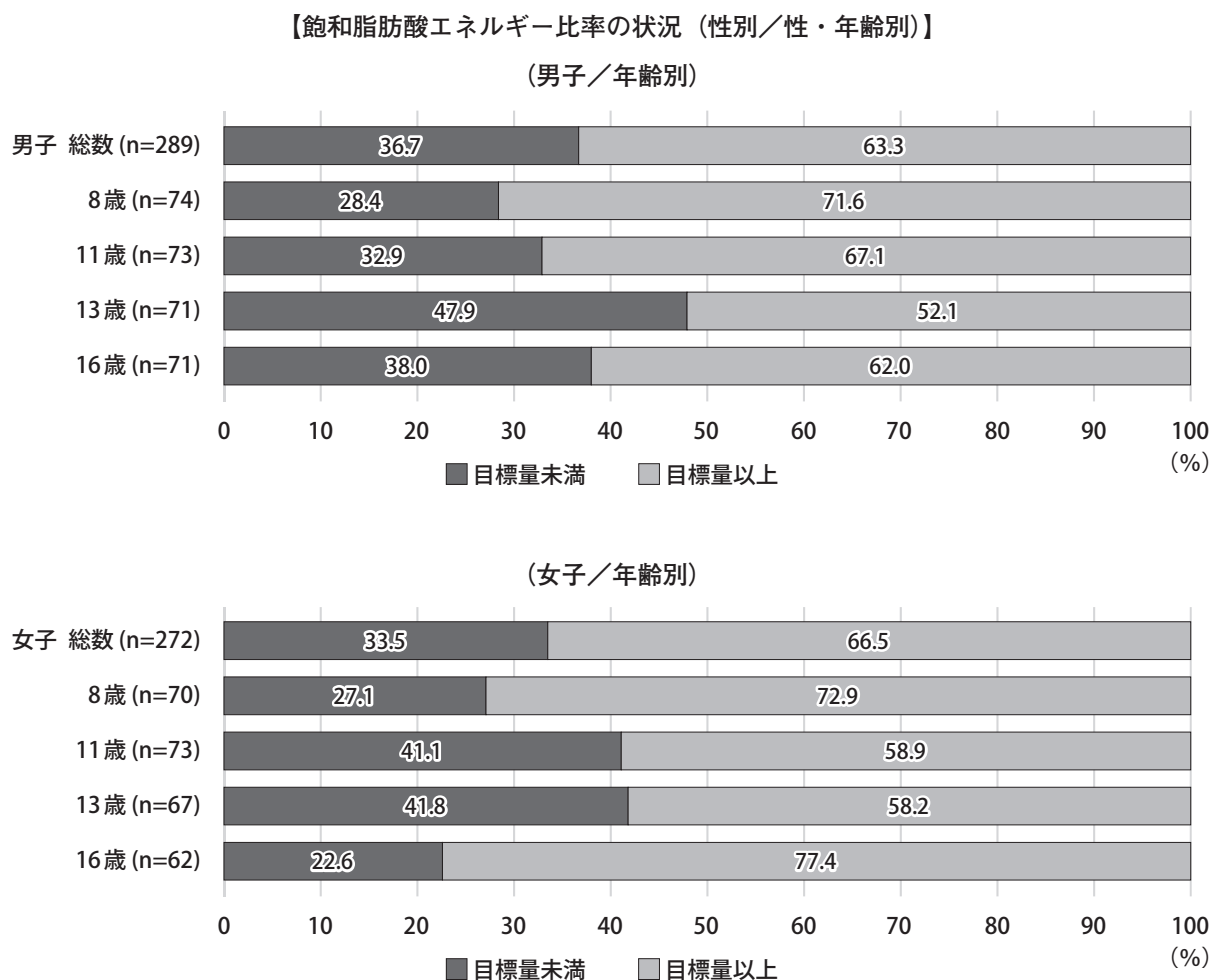
男子8歳と女子11歳では目標量未満の者は0%となっている。



(3) 飽和脂肪酸摂取量の状況

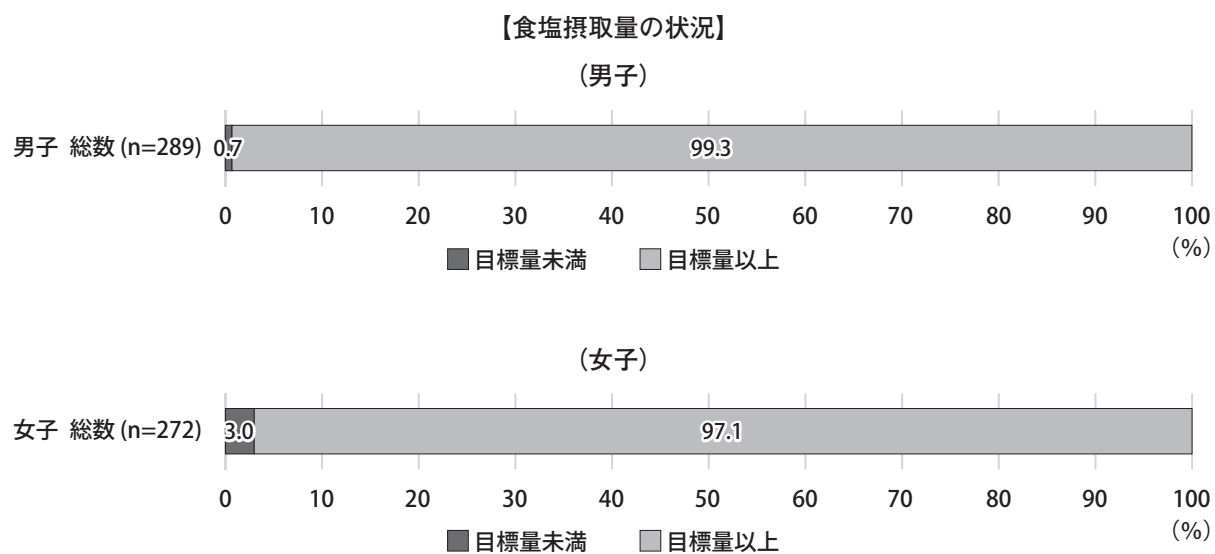
飽和脂肪酸摂取量の状況について、目標量以上の割合は男子63.3%、女子66.5%となっている。

性・年齢別にみると、男女ともに13歳が目標量以上の割合が低くなっている。また、男子8歳、女子16歳が他の年代と比べて目標量以上の割合が高くなっている。



(4) 食塩（食塩相当量）摂取量の状況

食塩相当量の状況をみると、男子は目標量未満が0.7%、女子は3.0%となっている。



<参考 食塩相当量の食事摂取基準 目標量 [g/日]>

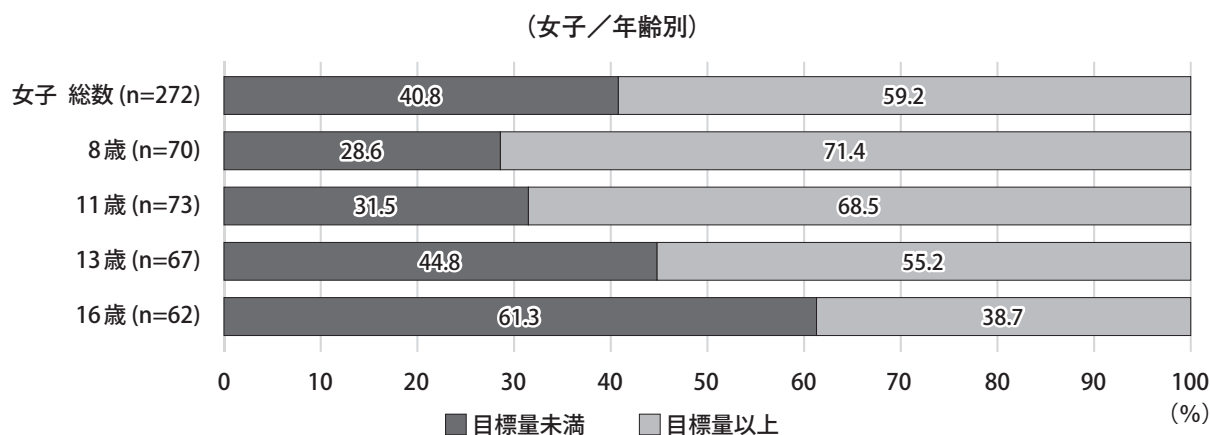
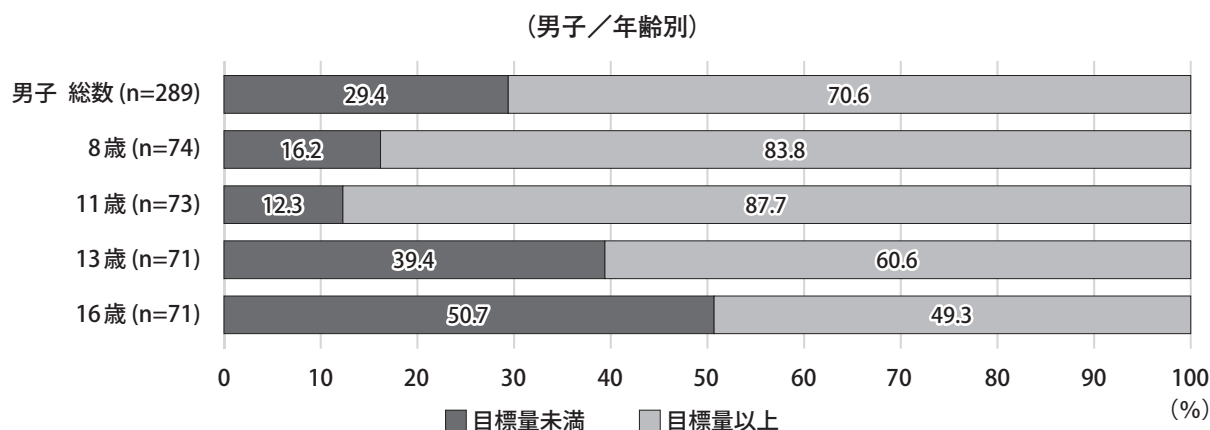
年齢 \ 性別	男 子	女 子
8～9歳（8歳）	5.0g 未満	5.0g 未満
10～11歳（11歳）	6.0g 未満	6.0g 未満
12～14歳（13歳）	7.0g 未満	6.5g 未満
15～17歳（16歳）	7.5g 未満	6.5g 未満

(5) カルシウム摂取量の状況

カルシウムの摂取量をみると、目標量以上の割合は男子70.6%、女子59.2%となっている。

性・年齢別に見ると、男女ともに16歳が目標量未満の割合が高くなっている。男子8歳、11歳で目標量以上の割合が80%を超えている。

【カルシウム摂取量の状況（性別／性・年齢別）】



<参考 カルシウムの食事摂取基準 推定平均必要量 [mg/日]>

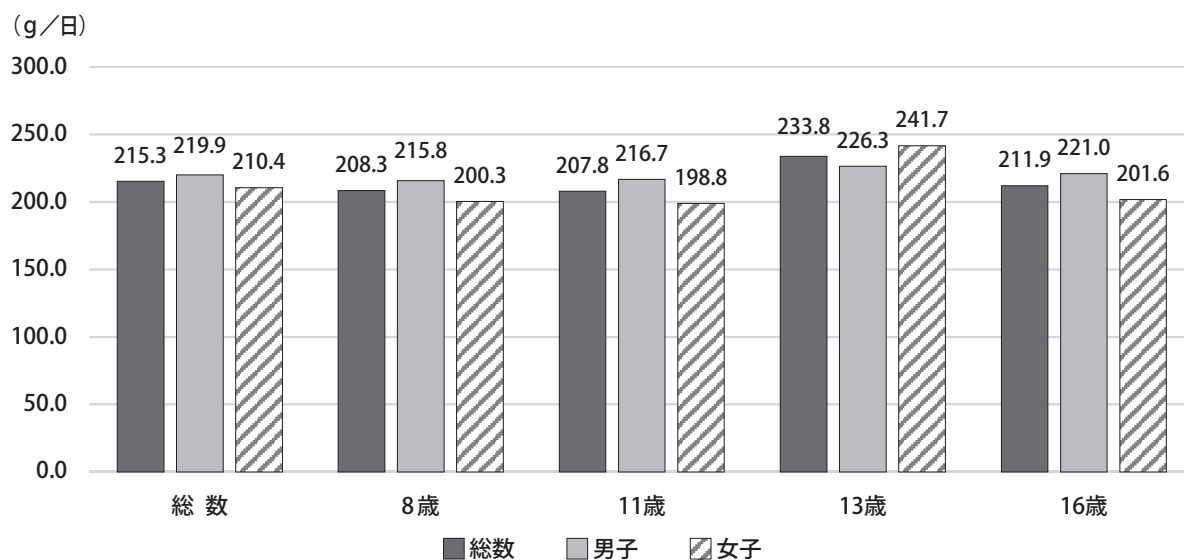
年齢 \ 性別	男 子	女 子
8～9歳 (8歳)	550	600
10～11歳 (11歳)	600	600
12～14歳 (13歳)	850	700
15～17歳 (16歳)	650	550

(6) 野菜の摂取状況

野菜摂取量の平均値をみると、男女で差はない。

年齢別の平均値をみると、男女ともに13歳が高くなっている。

【野菜の摂取量の平均値（性別／年齢別）】

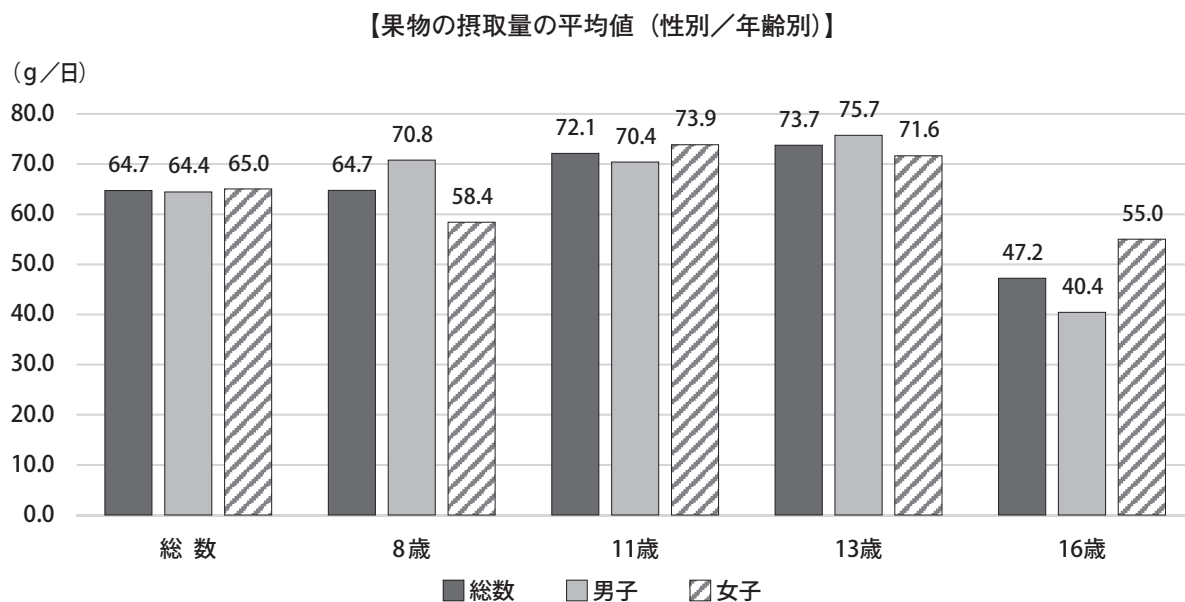


※野菜摂取量は漬物（緑の濃い葉野菜とその他すべて）、生サラダ、トマト、トマトケチャップ・トマト煮込み・トマトシチュー、料理に使った野菜（漬物・サラダ以外、緑の濃い野菜、キャベツ、白菜、にんじん、かぼちゃ、だいこん、かぶ、その他根菜すべて）のそれぞれの値の合計量とする。

(7) 果物の摂取状況

果物摂取量の平均値をみると、男女で差はない。

年齢別の平均値をみると、男女ともに16歳が低くなっている。

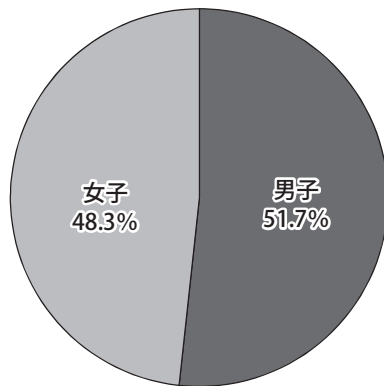


※果物摂取量はみかんなどの柑橘類、かき・いちご・キウイ、その他すべての果物（りんご・バナナなど）のそれぞれの値の合計量とする。

V 調査結果（生活習慣調査（8歳・11歳・13歳・16歳））

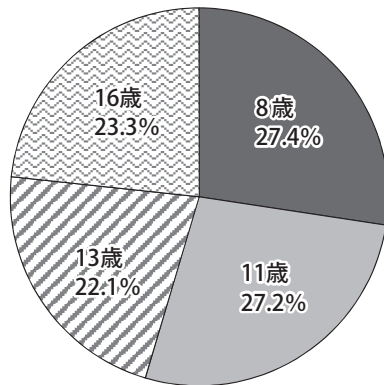
1 属性

（1）性別



性 別	回答数(人)	割 合(%)
男 子	297	51.7
女 子	277	48.3
合 計	574	100

（2）年齢



年 齢	回答数(人)	割 合(%)
8 歳	157	27.4
11歳	156	27.2
13歳	127	22.1
16歳	134	23.3
合 計	574	100

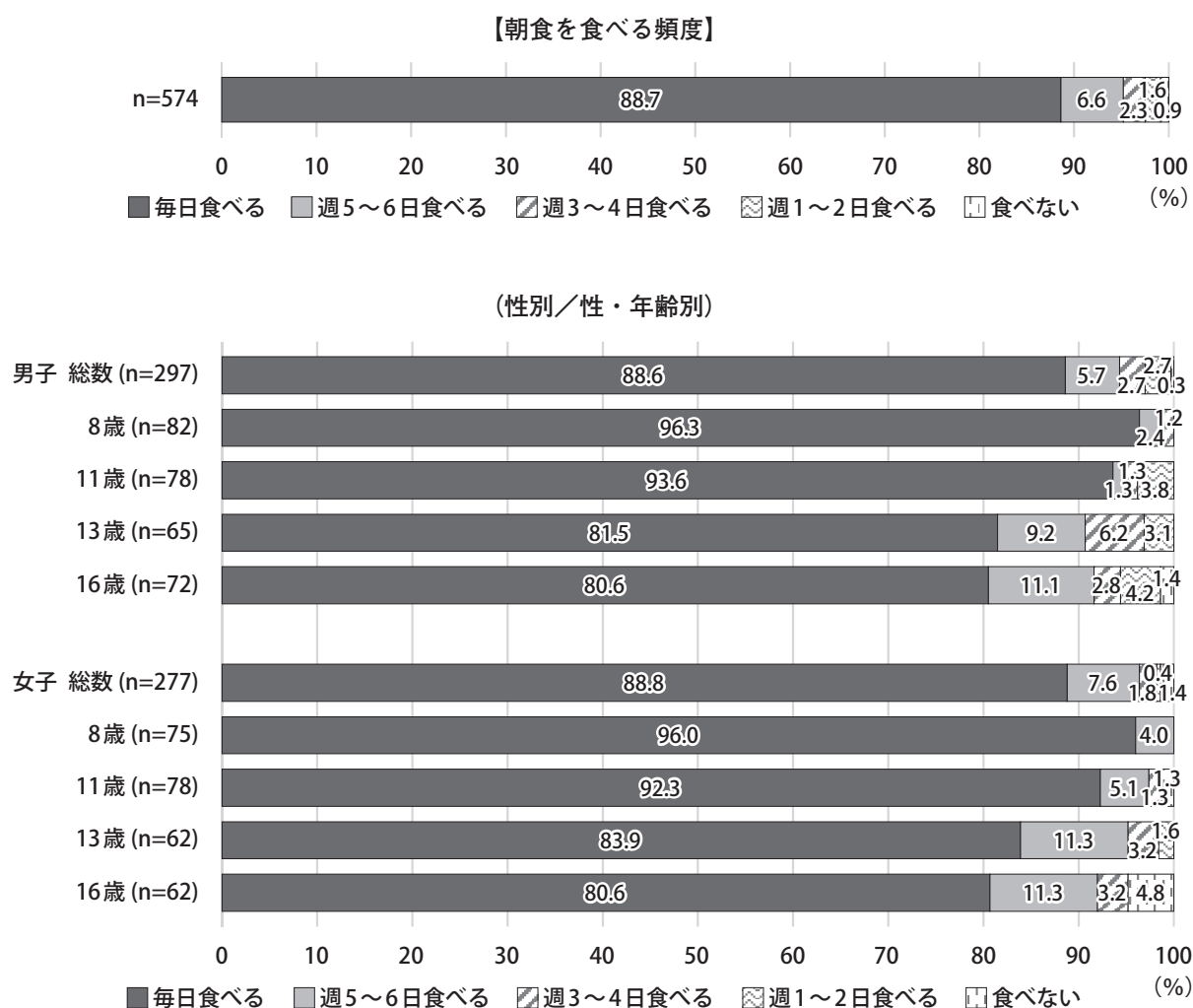
2 食習慣の状況

(1) 朝食摂取の状況

朝食を食べる頻度について、「毎日食べる」と回答した割合が88.7%となっている。

性別にみると、「毎日食べる」と回答した割合は男子88.6%、女子88.8%となっている。

性・年齢別にみると、男女ともに年齢が上がるにつれて、「毎日食べる」と回答した割合が低くなっている。男子16歳、女子11歳と16歳に「食べない」と回答した者がいる。

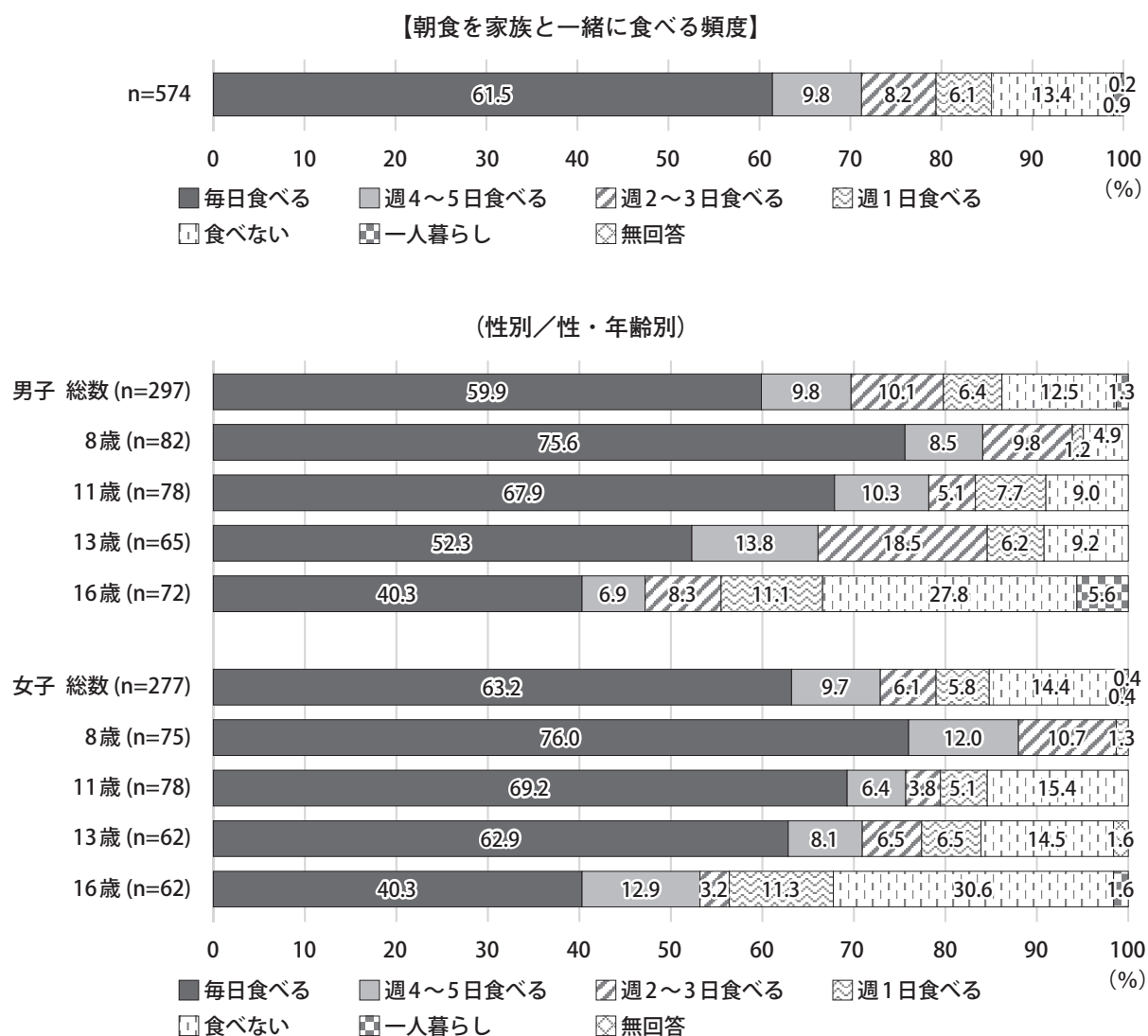


(2) 朝食を家族と一緒に食べる頻度

朝食を家族と一緒に食べる頻度について、「ほとんど毎日食べる」と回答した割合は61.5%となっている。

性別にみると、「ほとんど毎日食べる」と回答した割合は男子59.9%、女子63.2%となっている。

性・年齢別にみると、年齢が上がるにつれて、「ほとんど毎日食べる」と回答した割合が低くなっている。

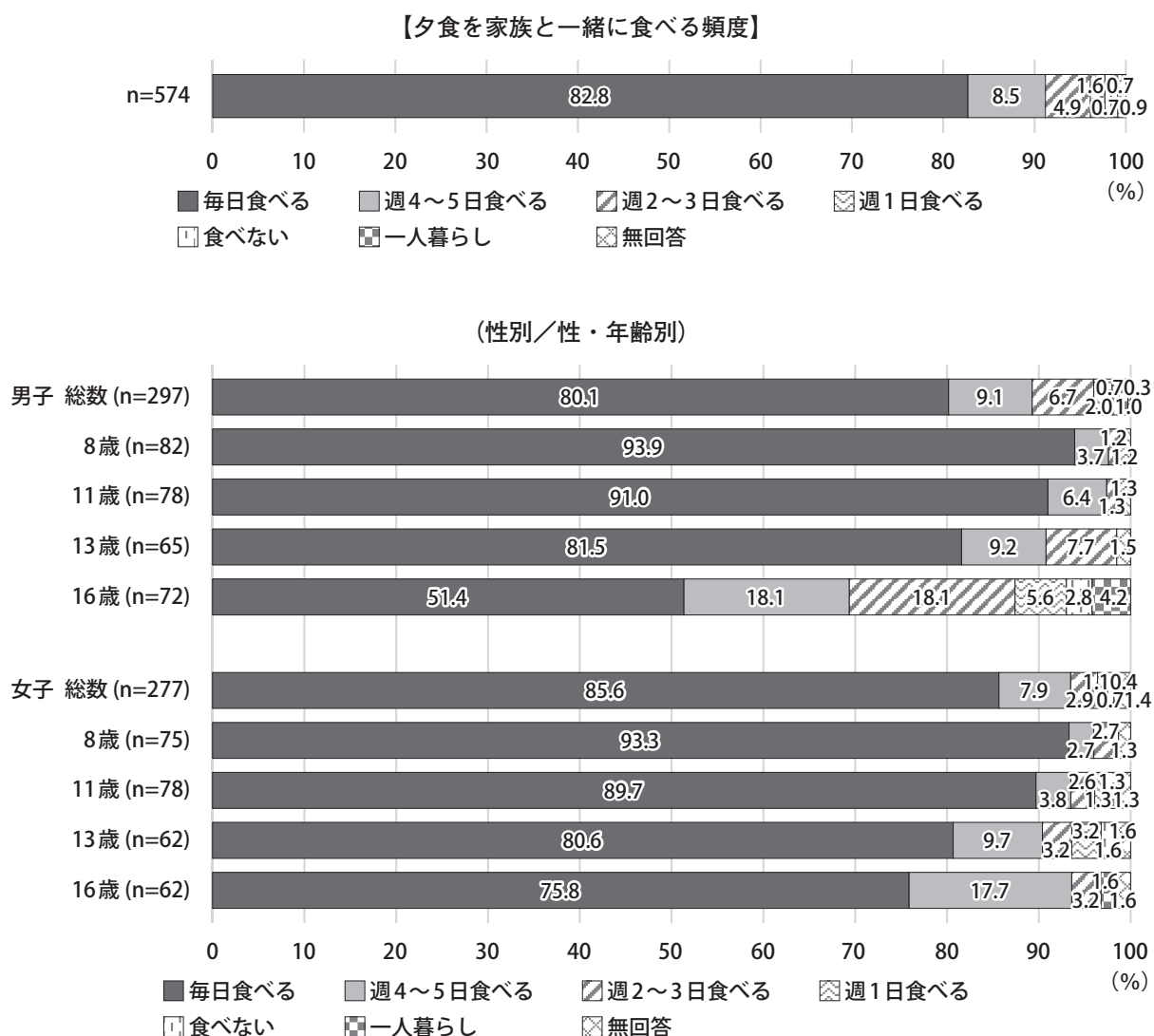


(3) 夕食を家族と一緒に食べる頻度

夕食を家族と一緒に食べる頻度について、「ほとんど毎日食べる」と回答した割合は82.8%となっている。

性別にみると、「ほとんど毎日食べる」と回答した割合は男子80.1%、女子85.6%となっている。

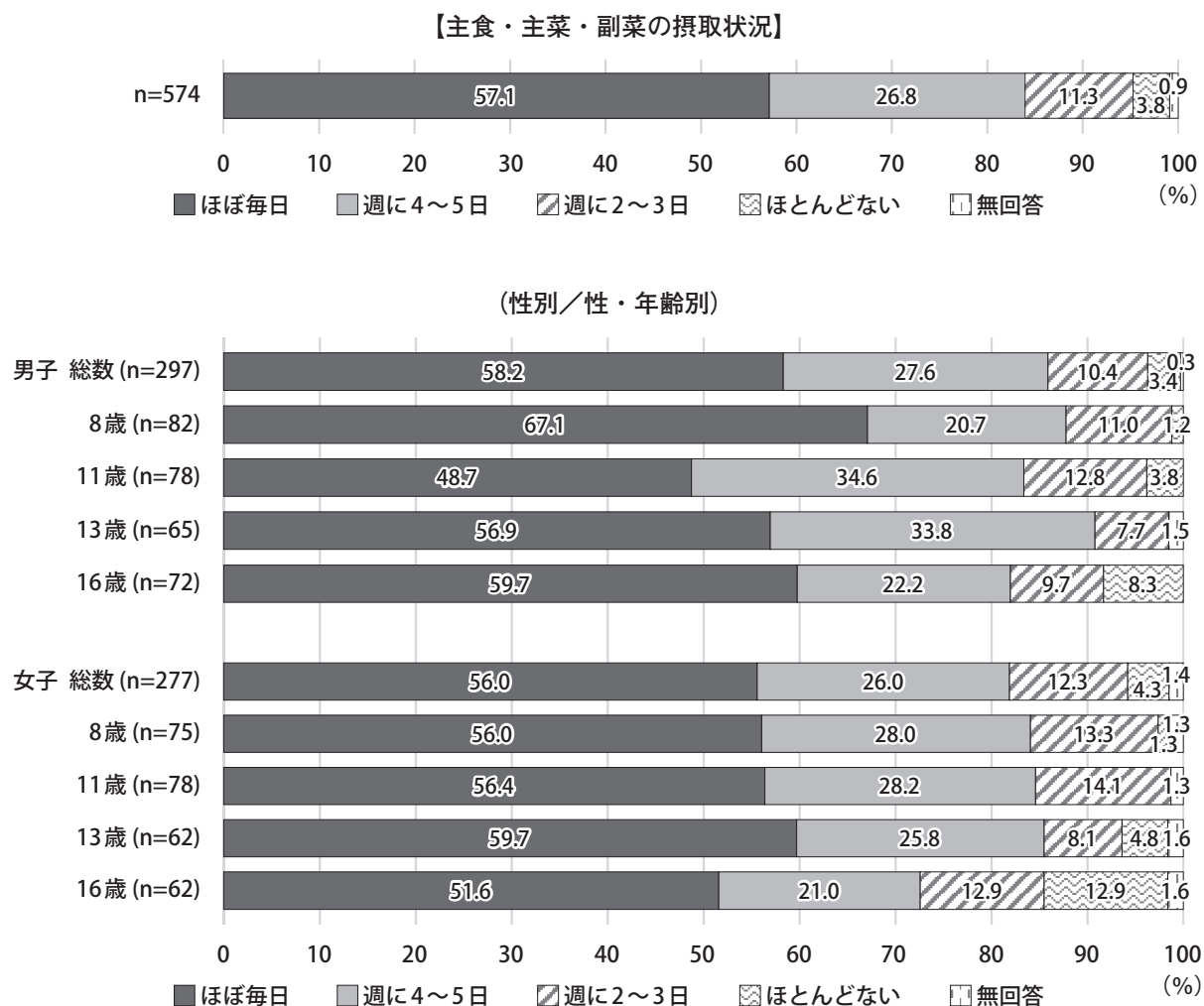
性・年齢別にみると、年齢が上がるにつれて、「ほとんど毎日食べる」割合は低くなっている。男子16歳では51.4%となっており、他の性・年齢と比べて低くなっている。



(4) 主食・主菜・副菜の摂取状況

主食・主菜・副菜の摂取状況について、「ほぼ毎日」と回答した割合が57.1%となっている。
性別にみると「ほぼ毎日」と回答した割合は男子58.2%、女子56.0%となっている。

性・年齢別にみると、男子11歳が40%台であり、他の性・年齢と比べて低くなっている。女子は年齢での差は少ない。



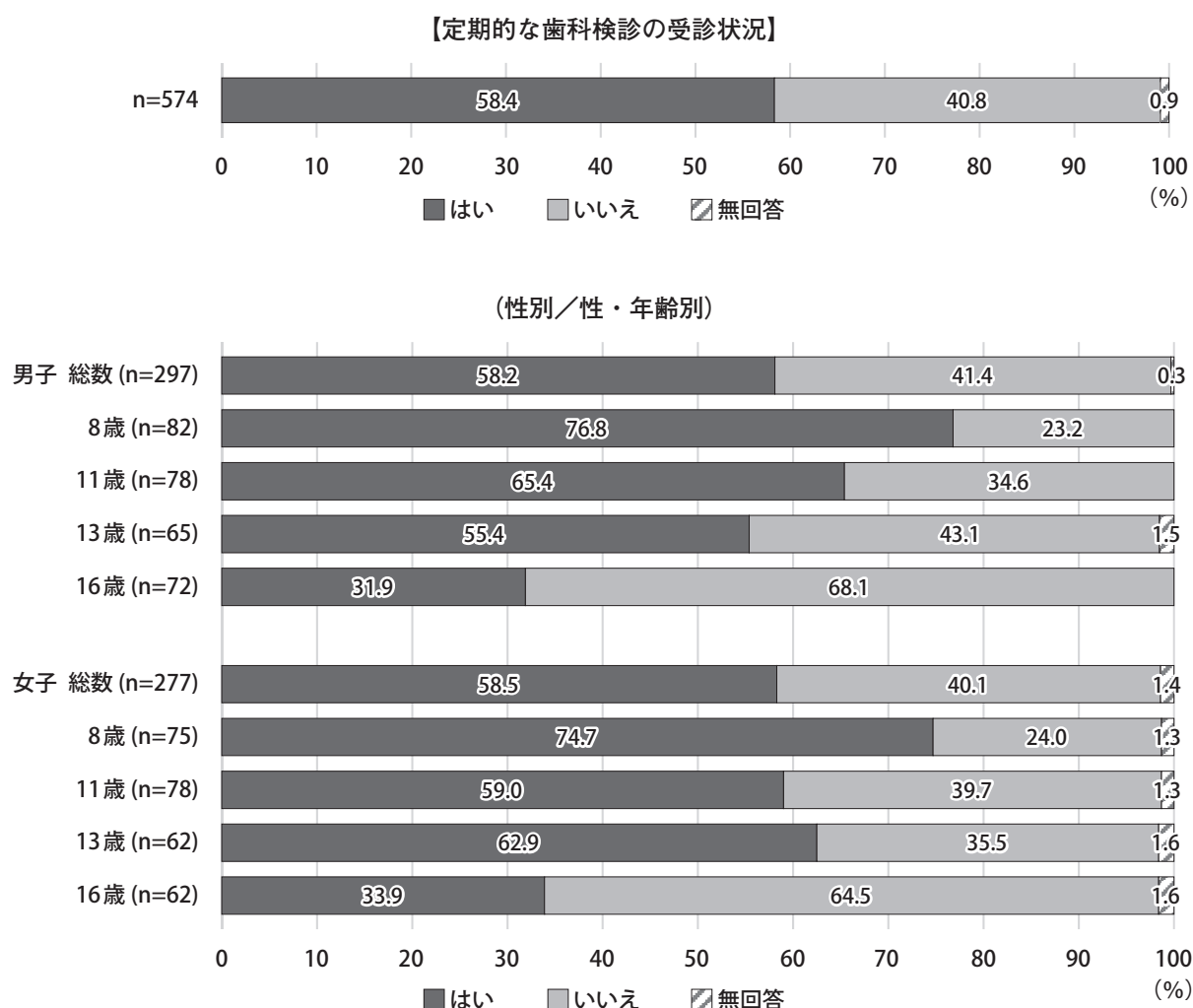
3 歯の状況

(1) 定期的な歯科検診の受診状況

定期的な歯科検診の受診状況について、「はい」と回答した割合は58.4%となっている。

性別にみると、「はい」と回答した割合は男子58.2%、女子58.5%となっている。

性・年齢別にみると、男子では年齢が上がるにつれて、「はい」と回答した割合が低くなっている。男女ともに16歳は他の年齢に比べて「はい」と回答した割合が低くなっている。

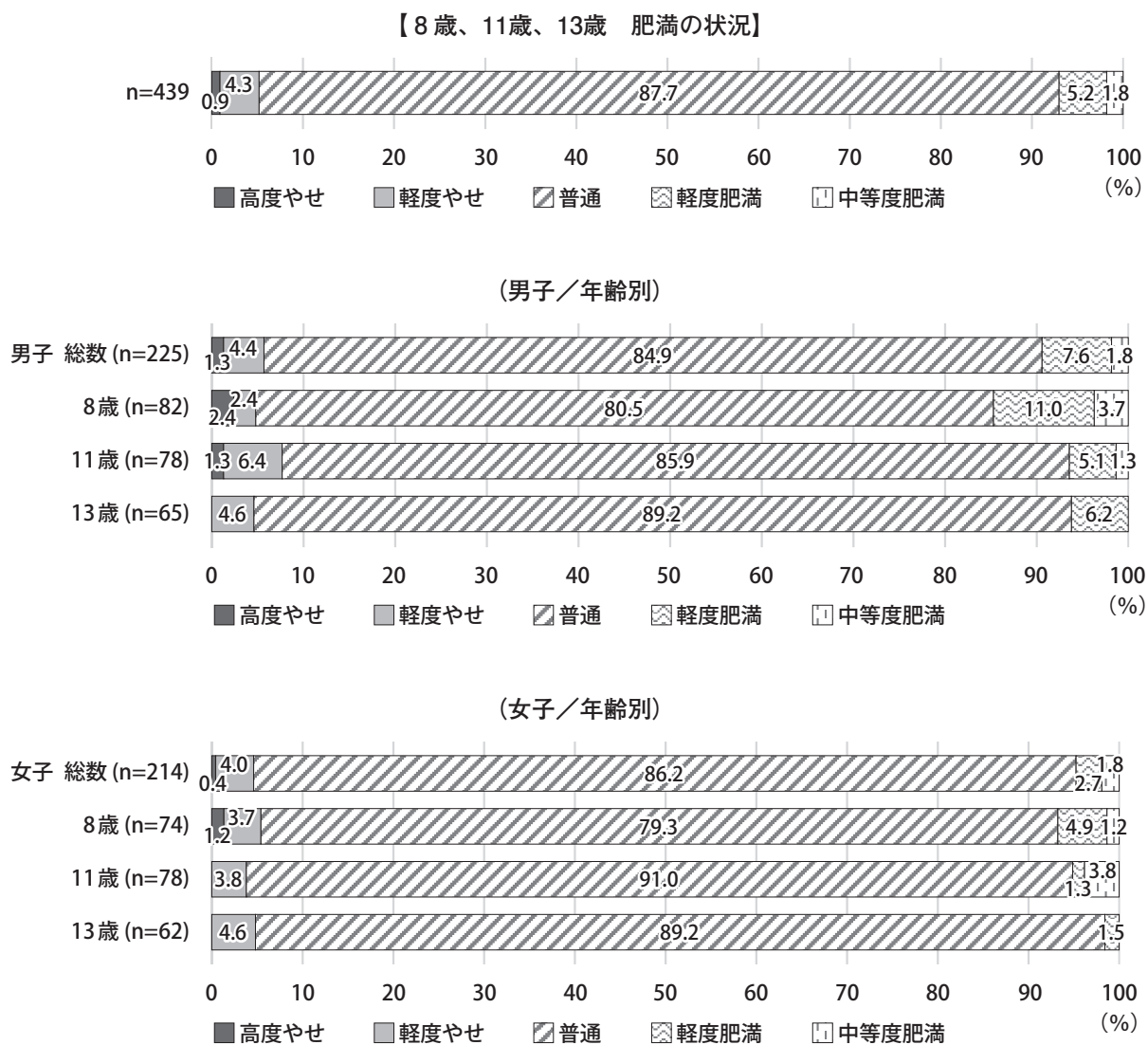


4 肥満の状況

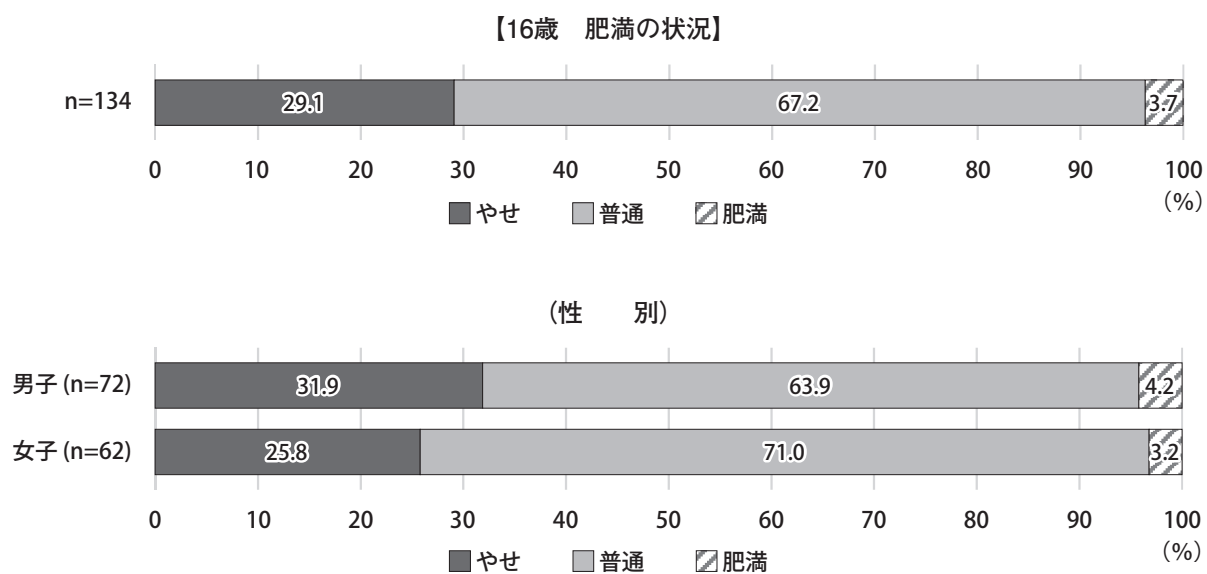
(1) 肥満の状況

8歳、11歳、13歳の肥満の状況について、「普通」の割合が87.7%となっている。

性別にみると、「普通」の割合は男子84.9%、女子86.2%となっている。男子の方が「軽度肥満」が多くなっている。



16歳の肥満の状況について、「普通」の割合が67.2%となっている。
性別にみると、「普通」の割合は男子63.9%、女子71.0%となっている。



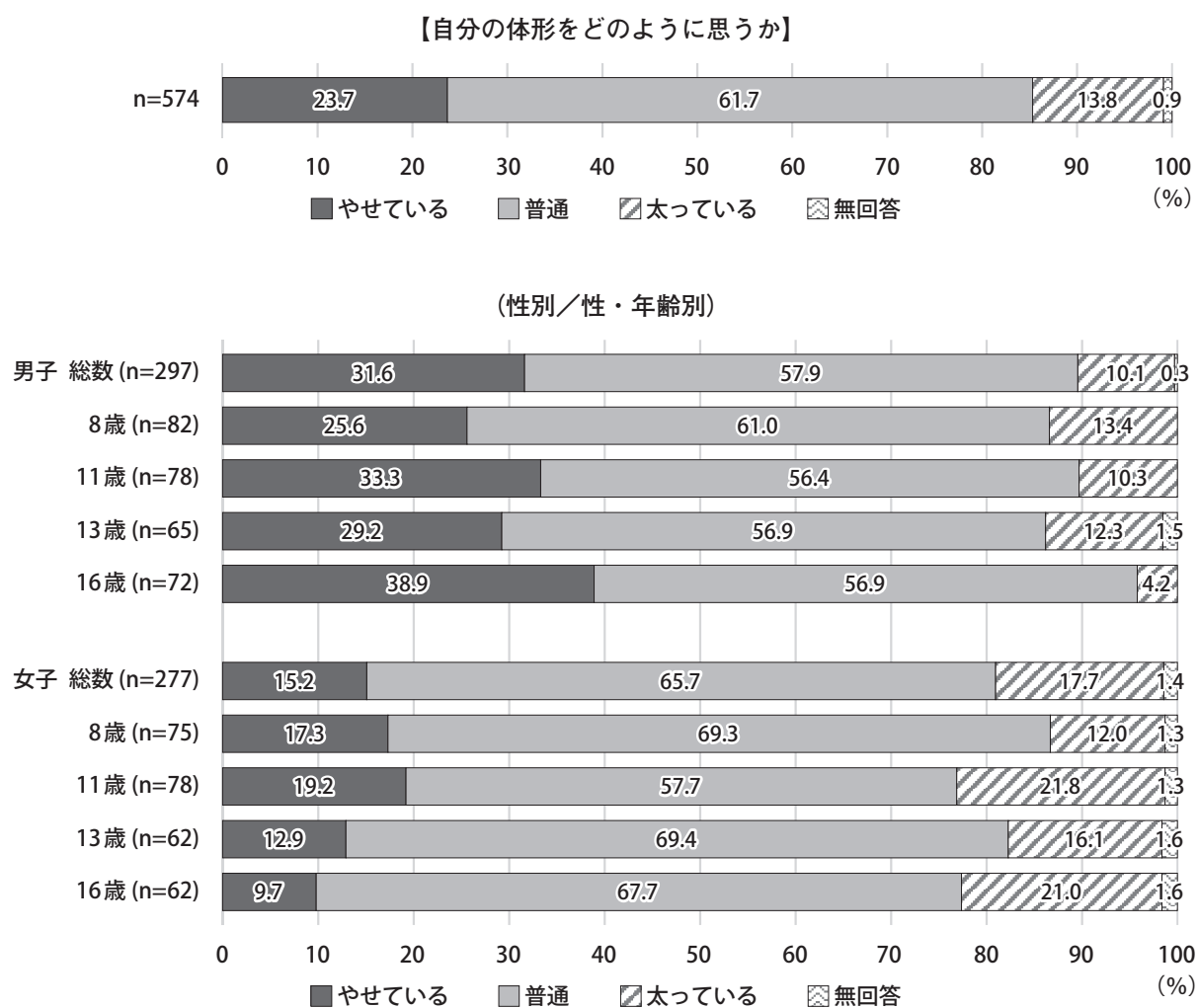
5 自分の体形の認識

(1) 自分の体形をどのように思うか

自分の体形をどのように思うかについて「やせていると思う」は23.7%、「普通だと思う」は61.7%、「太っていると思う」は13.8%となっている。

性別にみると、「普通」は男子57.9%、女子65.7%となっている。「やせていると思う」は男子の割合が、「太っていると思う」は女子の割合が高くなっている。

性・年齢別にみると男子16歳は「太っている」と回答した割合が少なくなっている。女子11歳は「やせていると思う」と「太っていると思う」と回答した割合が他の年代と比べて高くなっている。

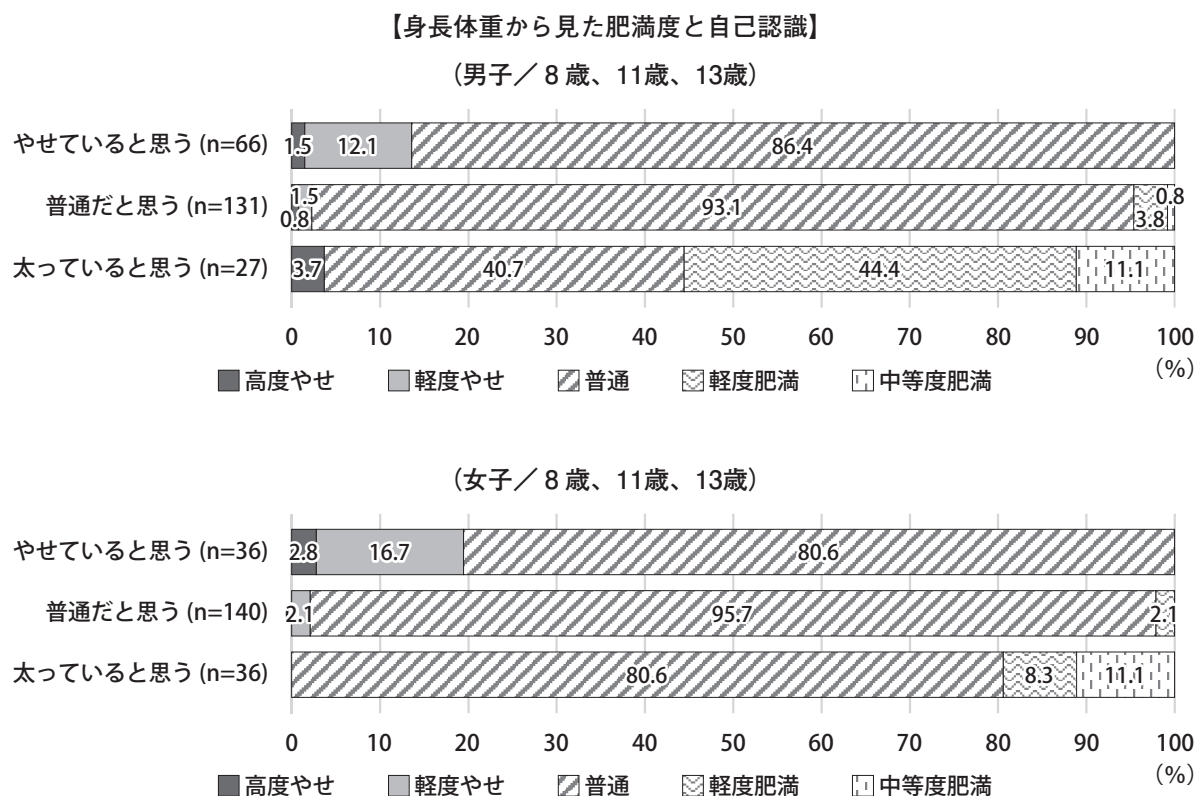


肥満度と体形の自己認識を比較すると、男子8歳、11歳、13歳では「太っていると思う」と回答した者の40.7%は肥満度「普通」となっている。

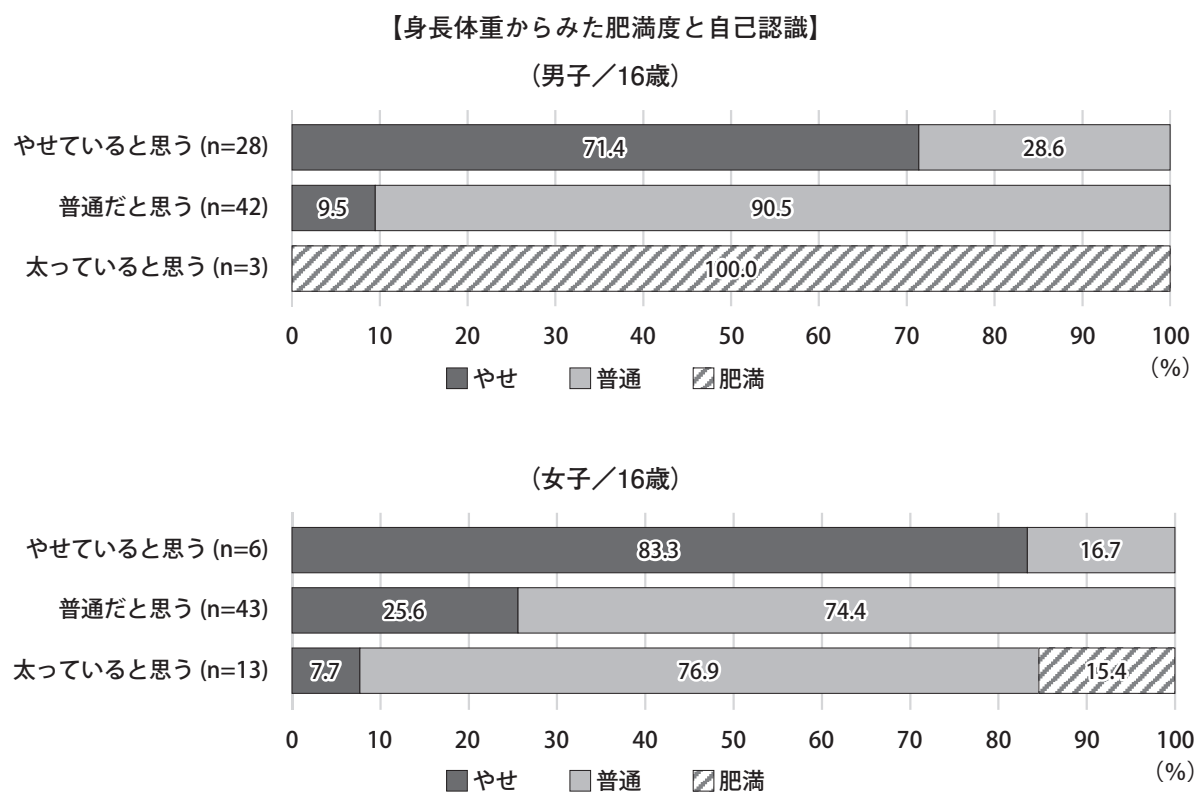
「普通だと思う」と回答した者の3.8%は、肥満度「軽度肥満」となっている。

女子8歳、11歳、13歳では「やせていると思う」と回答した者の80.6%は肥満度「普通」となっている。

「太っていると思う」と回答した人の80.6%は肥満度「普通」となっている。



男子16歳では「やせていると思う」と回答した者の28.6%は肥満度「普通」となっている。
 女子16歳では「太っていると思う」と回答した者の76.9%は肥満度「普通」となっている。



VI 集計表

1 栄養摂取状況調査 (20歳以上)

(1) 対象者の特性 (全体、男性、女性)

		全体 (n=3448)		男性 (n=1594)		女性 (n=1854)	
		平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差
年齢	歳	58.5	± 19.1	59.8	± 19.1	57.4	± 19.0
年代	人, %						
20歳代		314	, 9.1	134	, 8.4	180	, 9.7
30歳代		402	, 11.7	173	, 10.9	229	, 12.4
40歳代		445	, 12.9	188	, 11.8	257	, 13.9
50歳代		469	, 13.6	213	, 13.4	256	, 13.8
60歳代		604	, 17.5	279	, 17.5	325	, 17.5
70歳代		653	, 18.9	312	, 19.6	341	, 18.4
80歳代		561	, 16.3	295	, 18.5	266	, 14.3
市町村	人, %						
岡山市		128	, 3.7	51	, 3.2	77	, 4.2
倉敷市		126	, 3.7	58	, 3.6	68	, 3.7
玉野市		126	, 3.7	55	, 3.5	71	, 3.8
瀬戸内市		135	, 3.9	70	, 4.4	65	, 3.5
吉備中央町		151	, 4.4	76	, 4.8	75	, 4.0
備前市		139	, 4.0	68	, 4.3	71	, 3.8
赤磐市		115	, 3.3	53	, 3.3	62	, 3.3
和気町		136	, 3.9	63	, 4.0	73	, 3.9
総社市		136	, 3.9	63	, 4.0	73	, 3.9
早島町		119	, 3.5	59	, 3.7	60	, 3.2
笠岡市		135	, 3.9	64	, 4.0	71	, 3.8
井原市		124	, 3.6	52	, 3.3	72	, 3.9
浅口市		139	, 4.0	63	, 4.0	76	, 4.1
里庄町		141	, 4.1	68	, 4.3	73	, 3.9
矢掛町		138	, 4.0	65	, 4.1	73	, 3.9
高梁市		136	, 3.9	65	, 4.1	71	, 3.8
新見市		142	, 4.1	74	, 4.6	68	, 3.7
真庭市		114	, 3.3	43	, 2.7	71	, 3.8
新庄村		118	, 3.4	49	, 3.1	69	, 3.7
津山市		137	, 4.0	65	, 4.1	72	, 3.9
鏡野町		117	, 3.4	50	, 3.1	67	, 3.6
久米南町		149	, 4.3	70	, 4.4	79	, 4.3
美咲町		119	, 3.5	52	, 3.3	67	, 3.6
美作市		99	, 2.9	42	, 2.6	57	, 3.1
勝央町		113	, 3.3	55	, 3.5	58	, 3.1
奈義町		98	, 2.8	47	, 2.9	51	, 2.8
西粟倉村		118	, 3.4	54	, 3.4	64	, 3.5
身長 ^a	cm	160.9	± 9.0	167.6	± 6.8	155.1	± 6.2
体重 ^b	kg	59.4	± 12.6	65.9	± 12.4	53.8	± 9.9
BMI ^c	kg/cm ²	22.8	± 3.9	23.4	± 3.9	22.3	± 3.7
BMI区分 ^c	人, %						
<18.5		294	, 8.6	93	, 5.9	201	, 10.9
18.5~25未満		2356	, 68.9	1065	, 67.3	1291	, 70.3
≥25		768	, 22.5	424	, 26.8	344	, 18.7

a 身長記入ありの人のみを集計 (全体: n=3423、男性: n=1584、女性: n=1839)

b 体重記入ありの人のみを集計 (全体: n=3423、男性: n=1583、女性: n=1840)

c 身長および体重ありの人のみを集計 (全体: n=3418、男性: n=1582、女性: n=1836)

(2) 対象者の身体的特性 (男性)

(n=1594)		平均値 ± 標準偏差	最小値	最大値
年齢	歳	59.8 ± 19.1	20	89
身長 ^a	cm	167.6 ± 6.8	121.0	188.1
体重 ^b	kg	65.9 ± 12.4	30.0	168.0
BMI ^c	kg/cm ²	23.4 ± 3.9	12.7	63.2

a 身長記入ありの人のみを集計 (n=1584)

b 体重記入ありの人のみを集計 (n=1583)

c 身長および体重ありの人のみを集計 (n=1582)

(3) 対象者の身体的特性 (女性)

(n=1854)		平均値 ± 標準偏差	最小値	最大値
年齢	歳	57.4 ± 19.0	20	89
身長 ^a	cm	155.1 ± 6.2	130.0	178.0
体重 ^b	kg	53.8 ± 9.9	32.0	160.0
BMI ^c	kg/cm ²	22.3 ± 3.7	15.1	65.7

a 身長記入ありの人のみを集計 (n=1839)

b 体重記入ありの人のみを集計 (n=1840)

c 身長および体重ありの人のみを集計 (n=1836)

(4) 年代別の対象者の身体的特性 (男性)

		20歳代 (n=134)		30歳代 (n=173)		40歳代 (n=188)		50歳代 (n=213)		60歳代 (n=279)		70歳代 (n=312)		80歳代 (n=295)	
		平均値 ± 標準偏差		平均値 ± 標準偏差		平均値 ± 標準偏差		平均値 ± 標準偏差		平均値 ± 標準偏差		平均値 ± 標準偏差		平均値 ± 標準偏差	
年齢	歳	24.4 ± 2.9		34.6 ± 2.6		44.9 ± 2.8		54.6 ± 2.7		65.0 ± 2.9		74.2 ± 2.8		83.9 ± 2.8	
身長 ^a	cm	170.1 ± 6.7		171.1 ± 5.8		171.0 ± 5.8		170.1 ± 5.8		168.0 ± 5.9		165.2 ± 6.4		162.8 ± 5.9	
体重 ^b	kg	66.4 ± 13.9		70.3 ± 13.1		69.6 ± 12.6		69.9 ± 11.2		66.9 ± 11.7		62.7 ± 10.8		60.3 ± 11.0	
BMI ^c	kg/cm ²	22.9 ± 4.3		24.0 ± 4.0		23.8 ± 3.9		24.2 ± 3.6		23.7 ± 4.1		23.0 ± 3.8		22.8 ± 3.8	
BMI区分 ^c	人, %														
	<18.5	13 , 9.8		9 , 5.2		12 , 6.4		7 , 3.3		11 , 4.0		21 , 6.8		20 , 6.9	
	18.5~25未満	89 , 66.9		110 , 63.6		121 , 64.4		130 , 61.3		185 , 67.0		216 , 69.7		214 , 73.8	
	≥25	31 , 23.3		54 , 31.2		55 , 29.3		75 , 35.4		80 , 29.0		73 , 23.5		56 , 19.3	

a 身長記入ありの人のみを集計 (n=1584)

b 体重記入ありの人のみを集計 (n=1583)

c 身長および体重ありの人のみを集計 (n=1582)

(5) 年代別の対象者の身体的特性 (女性)

		20歳代 (n=180)		30歳代 (n=229)		40歳代 (n=257)		50歳代 (n=256)		60歳代 (n=325)		70歳代 (n=341)		80歳代 (n=266)	
		平均値 ± 標準偏差		平均値 ± 標準偏差		平均値 ± 標準偏差		平均値 ± 標準偏差		平均値 ± 標準偏差		平均値 ± 標準偏差		平均値 ± 標準偏差	
年齢	歳	24.5 ± 2.9		34.6 ± 2.7		44.7 ± 2.7		54.8 ± 2.9		64.8 ± 2.9		74.1 ± 2.8		84.0 ± 2.8	
身長 ^a	cm	157.3 ± 5.2		157.9 ± 5.8		158.3 ± 5.6		157.5 ± 5.4		155.1 ± 5.1		152.4 ± 5.1		149.1 ± 5.3	
体重 ^b	kg	51.8 ± 8.9		55.6 ± 11.2		56.2 ± 10.7		55.8 ± 9.4		54.4 ± 9.0		52.9 ± 10.0		49.6 ± 7.9	
BMI ^c	kg/cm ²	20.9 ± 3.3		22.3 ± 4.3		22.4 ± 4.0		22.5 ± 3.4		22.6 ± 3.6		22.7 ± 4.0		22.3 ± 3.2	
BMI区分 ^c	人, %														
	<18.5	38 , 21.2		24 , 10.6		32 , 12.5		19 , 7.5		37 , 11.4		25 , 7.4		26 , 10.2	
	18.5~25未満	125 , 69.8		160 , 70.8		183 , 71.2		183 , 71.8		216 , 66.5		245 , 72.5		179 , 69.9	
	≥25	16 , 8.9		42 , 18.6		42 , 16.3		53 , 20.8		72 , 22.2		68 , 20.1		51 , 19.9	

a 身長記入ありの人のみを集計 (n=1839)

b 体重記入ありの人のみを集計 (n=1840)

c 身長および体重ありの人のみを集計 (n=1836)

(6) エネルギー・栄養素別1日あたり摂取量(粗値; 全体、男性、女性)

		全体 (n=3448)		男性 (n=1594)		女性 (n=1854)	
		平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差
エネルギー	kcal	1803	± 605	1982	± 624	1650	± 544
たんぱく質	g	72.0	± 30.6	75.4	± 30.9	69.1	± 30.1
脂質	g	54.9	± 21.8	57.1	± 23.0	53.0	± 20.6
飽和脂肪酸	g	14.80	± 6.35	15.18	± 6.75	14.47	± 5.98
n-6系多価不飽和脂肪酸	g	10.42	± 4.10	11.03	± 4.34	9.90	± 3.82
n-3系多価不飽和脂肪酸	g	2.76	± 1.42	2.88	± 1.44	2.65	± 1.39
コレステロール	mg	414	± 205	430	± 214	401	± 195
炭水化物	g	235.9	± 85.9	261.1	± 90.5	214.2	± 75.4
総食物繊維	g	12.0	± 5.6	12.2	± 5.8	11.8	± 5.4
アルコール	g	7.9	± 17.1	13.4	± 21.5	3.1	± 10.1
ビタミンA	RAEμg	717	± 531	742	± 554	696	± 509
ビタミンD	μg	16.2	± 14.0	16.3	± 13.7	16.1	± 14.2
α-トコフェロール	mg	7.4	± 3.3	7.6	± 3.4	7.3	± 3.2
ビタミンK	μg	287	± 184	291	± 192	283	± 178
ビタミンB1	mg	0.78	± 0.33	0.80	± 0.33	0.77	± 0.32
ビタミンB2	mg	1.31	± 0.55	1.35	± 0.57	1.27	± 0.54
ナイアシン	mg	17.8	± 8.3	18.6	± 8.4	17.1	± 8.2
ビタミンB6	mg	1.29	± 0.60	1.34	± 0.61	1.26	± 0.59
ビタミンB12	μg	10.5	± 7.8	10.9	± 7.8	10.1	± 7.7
葉酸	μg	330	± 164	335	± 166	325	± 163
パントテン酸	mg	6.53	± 2.63	6.81	± 2.71	6.29	± 2.55
ビタミンC	mg	114	± 70	111	± 70	115	± 69
ナトリウム	mg	4282	± 1613	4637	± 1646	3976	± 1520
カリウム	mg	2566	± 1161	2605	± 1167	2533	± 1155
カルシウム	mg	566	± 294	571	± 299	562	± 291
マグネシウム	mg	254	± 109	265	± 109	244	± 107
リン	mg	1091	± 479	1135	± 481	1053	± 473
鉄	mg	7.8	± 3.5	8.1	± 3.5	7.6	± 3.4
亜鉛	mg	8.2	± 3.1	8.7	± 3.2	7.8	± 3.0
銅	mg	1.12	± 0.44	1.20	± 0.45	1.06	± 0.42
マンガン	mg	3.00	± 1.23	3.20	± 1.28	2.83	± 1.15
食塩相当量	g	10.8	± 4.1	11.7	± 4.2	10.1	± 3.8

(7) 年代別のエネルギー・栄養素別 1 日あたり摂取量 (粗値; 男性)

		20歳代 (n=134)		30歳代 (n=173)		40歳代 (n=188)		50歳代 (n=213)		60歳代 (n=279)		70歳代 (n=312)		80歳代 (n=295)	
		平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
エネルギー	kcal	1909 ± 726		1956 ± 594		1911 ± 626		1933 ± 580		1931 ± 541		2014 ± 603		2128 ± 690	
たんぱく質	g	70.4 ± 32.7		73.9 ± 28.0		67.6 ± 27.1		70.0 ± 26.3		70.4 ± 24.3		78.5 ± 30.0		89.0 ± 38.3	
脂質	g	58.2 ± 24.4		60.2 ± 22.1		55.4 ± 23.0		55.8 ± 20.0		52.8 ± 19.1		56.7 ± 22.2		61.3 ± 27.7	
飽和脂肪酸	g	15.71 ± 7.28		15.91 ± 6.59		14.74 ± 7.23		14.67 ± 6.15		14.21 ± 5.86		14.97 ± 6.41		16.31 ± 7.62	
n-6系多価不飽和脂肪酸	g	11.34 ± 4.70		11.82 ± 4.17		10.87 ± 4.12		11.09 ± 3.89		10.25 ± 3.57		10.84 ± 4.07		11.45 ± 5.40	
n-3系多価不飽和脂肪酸	g	2.67 ± 1.40		2.82 ± 1.22		2.63 ± 1.25		2.67 ± 1.14		2.60 ± 1.14		3.05 ± 1.46		3.42 ± 1.89	
コレステロール	mg	406 ± 225		430 ± 205		390 ± 191		400 ± 198		392 ± 187		444 ± 209		507 ± 248	
炭水化物	g	256.6 ± 109.3		254.3 ± 83.9		250.3 ± 92.9		250.0 ± 90.2		254.7 ± 85.4		265.3 ± 84.2		283.8 ± 91.2	
総食物繊維	g	10.3 ± 5.6		11.1 ± 4.9		10.1 ± 4.8		11.1 ± 4.9		11.8 ± 5.2		13.0 ± 5.5		15.2 ± 6.8	
アルコール	g	6.0 ± 12.4		9.9 ± 19.2		15.5 ± 22.8		17.3 ± 26.5		18.3 ± 24.2		14.7 ± 21.3		8.7 ± 15.9	
ビタミンA	RAEμg	661 ± 664		677 ± 457		630 ± 410		684 ± 607		690 ± 511		792 ± 495		928 ± 638	
ビタミンD	μg	12.1 ± 12.2		13.3 ± 10.4		12.2 ± 9.3		12.9 ± 10.5		14.2 ± 10.5		19.3 ± 14.1		23.9 ± 18.4	
α-トコフェロール	mg	7.0 ± 3.4		7.6 ± 3.1		6.9 ± 3.0		7.2 ± 2.7		7.0 ± 2.7		7.9 ± 3.2		8.9 ± 4.3	
ビタミンK	μg	272 ± 198		285 ± 181		245 ± 151		275 ± 184		281 ± 184		302 ± 196		345 ± 215	
ビタミンB1	mg	0.74 ± 0.35		0.79 ± 0.31		0.71 ± 0.31		0.74 ± 0.28		0.75 ± 0.27		0.84 ± 0.33		0.95 ± 0.39	
ビタミンB2	mg	1.21 ± 0.59		1.27 ± 0.55		1.18 ± 0.53		1.27 ± 0.50		1.28 ± 0.47		1.42 ± 0.56		1.60 ± 0.64	
ナイアシン	mg	16.5 ± 9.0		18.4 ± 7.8		17.4 ± 7.6		18.1 ± 7.1		17.6 ± 6.6		19.1 ± 7.9		21.5 ± 10.7	
ビタミンB6	mg	1.17 ± 0.64		1.26 ± 0.54		1.18 ± 0.56		1.23 ± 0.50		1.26 ± 0.49		1.42 ± 0.59		1.62 ± 0.73	
ビタミンB12	μg	8.7 ± 7.3		9.4 ± 6.0		8.8 ± 5.8		9.2 ± 6.5		9.6 ± 6.2		12.3 ± 7.8		14.9 ± 10.2	
葉酸	μg	279 ± 173		300 ± 153		280 ± 135		313 ± 148		324 ± 144		362 ± 163		415 ± 186	
パントテン酸	mg	6.43 ± 3.01		6.65 ± 2.59		6.11 ± 2.50		6.40 ± 2.42		6.43 ± 2.28		7.00 ± 2.58		7.97 ± 3.09	
ビタミンC	mg	83 ± 58		94 ± 59		84 ± 54		97 ± 55		106 ± 59		126 ± 69		153 ± 86	
ナトリウム	mg	4257 ± 1735		4452 ± 1422		4169 ± 1379		4340 ± 1377		4428 ± 1336		4861 ± 1587		5391 ± 2063	
カリウム	mg	2175 ± 1147		2432 ± 1081		2238 ± 1022		2410 ± 945		2485 ± 970		2779 ± 1144		3206 ± 1377	
カルシウム	mg	456 ± 248		508 ± 280		463 ± 250		503 ± 233		536 ± 246		638 ± 298		742 ± 354	
マグネシウム	mg	222 ± 109		245 ± 99		233 ± 96		249 ± 90		256 ± 88		282 ± 107		319 ± 131	
リン	mg	1003 ± 473		1080 ± 437		997 ± 416		1045 ± 402		1065 ± 382		1202 ± 469		1377 ± 591	
鉄	mg	7.2 ± 3.7		7.6 ± 3.2		6.9 ± 3.1		7.4 ± 3.1		7.6 ± 2.9		8.6 ± 3.5		9.7 ± 4.1	
亜鉛	mg	8.4 ± 3.5		8.6 ± 3.0		8.0 ± 3.0		8.2 ± 2.9		8.2 ± 2.6		8.9 ± 3.1		10.0 ± 3.7	
銅	mg	1.10 ± 0.51		1.13 ± 0.40		1.06 ± 0.41		1.12 ± 0.41		1.15 ± 0.38		1.24 ± 0.43		1.41 ± 0.50	
マンガン	mg	2.84 ± 1.37		2.87 ± 1.13		2.87 ± 1.26		3.10 ± 1.24		3.16 ± 1.13		3.33 ± 1.24		3.74 ± 1.34	
食塩相当量	g	10.8 ± 4.4		11.3 ± 3.6		10.5 ± 3.5		11.0 ± 3.5		11.2 ± 3.4		12.3 ± 4.0		13.6 ± 5.2	

(8) 年代別のエネルギー・栄養素別 1 日あたり摂取量 (粗値; 女性)

		20歳代 (n=180)		30歳代 (n=229)		40歳代 (n=257)		50歳代 (n=256)		60歳代 (n=325)		70歳代 (n=341)		80歳代 (n=266)	
		平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
エネルギー	kcal	1394 ± 480		1632 ± 495		1565 ± 518		1570 ± 469		1686 ± 456		1783 ± 586		1781 ± 662	
たんぱく質	g	53.2 ± 21.8		63.2 ± 23.7		60.7 ± 22.6		63.4 ± 21.9		71.1 ± 24.6		81.1 ± 36.0		80.9 ± 39.1	
脂質	g	46.8 ± 17.7		54.0 ± 20.0		50.2 ± 19.0		51.7 ± 16.7		53.8 ± 18.0		57.0 ± 23.4		54.1 ± 25.2	
飽和脂肪酸	g	13.18 ± 5.60		14.91 ± 6.12		13.76 ± 5.59		14.17 ± 5.16		14.68 ± 5.32		15.39 ± 6.54		14.50 ± 6.94	
n-6系多価不飽和脂肪酸	g	8.76 ± 3.18		10.30 ± 3.69		9.59 ± 3.55		9.81 ± 3.10		10.12 ± 3.40		10.42 ± 4.49		9.75 ± 4.52	
n-3系多価不飽和脂肪酸	g	1.99 ± 0.91		2.37 ± 1.16		2.29 ± 1.10		2.41 ± 0.97		2.75 ± 1.15		3.18 ± 1.65		3.09 ± 1.85	
コレステロール	mg	334 ± 163		377 ± 151		352 ± 160		374 ± 156		395 ± 163		465 ± 233		463 ± 252	
炭水化物	g	180.5 ± 69.6		214.8 ± 69.8		202.2 ± 76.0		201.0 ± 70.6		218.3 ± 66.5		228.5 ± 74.6		237.5 ± 86.2	
総食物繊維	g	8.5 ± 4.0		10.6 ± 4.4		10.1 ± 4.4		11.0 ± 4.7		12.3 ± 4.5		14.0 ± 5.9		13.9 ± 6.8	
アルコール	g	2.7 ± 7.6		2.0 ± 6.7		5.9 ± 15.4		4.4 ± 12.1		3.8 ± 10.2		2.3 ± 9.2		0.6 ± 3.4	
ビタミンA	RAEμg	510 ± 305		608 ± 315		586 ± 352		630 ± 330		694 ± 358		836 ± 492		887 ± 930	
ビタミンD	μg	8.7 ± 7.2		11.0 ± 8.4		11.0 ± 8.3		12.6 ± 9.5		16.9 ± 11.4		23.1 ± 17.1		24.2 ± 20.2	
α-トコフェロール	mg	5.8 ± 2.4		6.9 ± 2.8		6.5 ± 2.7		6.9 ± 2.5		7.5 ± 2.7		8.5 ± 3.8		8.2 ± 4.0	
ビタミンK	μg	209 ± 134		258 ± 148		248 ± 137		266 ± 161		298 ± 169		340 ± 207		315 ± 213	
ビタミンB1	mg	0.59 ± 0.24		0.71 ± 0.28		0.68 ± 0.27		0.72 ± 0.26		0.79 ± 0.27		0.89 ± 0.36		0.88 ± 0.41	
ビタミンB2	mg	0.97 ± 0.40		1.13 ± 0.46		1.12 ± 0.43		1.20 ± 0.42		1.32 ± 0.46		1.48 ± 0.59		1.47 ± 0.69	
ナイアシン	mg	12.3 ± 5.9		15.2 ± 6.5		15.2 ± 6.4		16.1 ± 6.0		17.8 ± 6.6		20.3 ± 9.8		19.9 ± 10.6	
ビタミンB6	mg	0.93 ± 0.42		1.11 ± 0.48		1.08 ± 0.47		1.16 ± 0.45		1.31 ± 0.49		1.51 ± 0.68		1.50 ± 0.75	
ビタミンB12	μg	6.0 ± 4.4		7.5 ± 5.0		7.5 ± 4.9		8.4 ± 5.2		10.7 ± 6.4		13.7 ± 9.0		14.2 ± 10.9	
葉酸	μg	231 ± 114		274 ± 124		274 ± 123		300 ± 135		336 ± 131		397 ± 178		398 ± 213	
パントテン酸	mg	5.00 ± 1.95		5.86 ± 2.19		5.59 ± 2.07		5.87 ± 2.00		6.47 ± 2.14		7.23 ± 2.92		7.18 ± 3.20	
ビタミンC	mg	75 ± 43		92 ± 55		90 ± 53		102 ± 55		118 ± 55		150 ± 78		153 ± 84	
ナトリウム	mg	3109 ± 1076		3593 ± 1119		3516 ± 1128		3592 ± 1105		4105 ± 1205		4629 ± 1740		4716 ± 2031	
カリウム	mg	1786 ± 819		2205 ± 969		2176 ± 890		2387 ± 892		2647 ± 955		3046 ± 1290		3007 ± 1444	
カルシウム	mg	385 ± 192		464 ± 232		469 ± 206		518 ± 215		590 ± 242		697 ± 333		689 ± 375	
マグネシウム	mg	171 ± 73		212 ± 84		212 ± 81		229 ± 81		257 ± 88		293 ± 123		287 ± 136	
リン	mg	781 ± 325		933 ± 366		910 ± 343		969 ± 338		1091 ± 386		1258 ± 559		1253 ± 622	
鉄	mg	5.6 ± 2.5		6.8 ± 2.6		6.6 ± 2.6		7.0 ± 2.7		7.9 ± 2.9		9.0 ± 3.9		9.0 ± 4.4	
亜鉛	mg	6.3 ± 2.4		7.4 ± 2.4		7.1 ± 2.5		7.2 ± 2.4		8.0 ± 2.5		8.8 ± 3.4		8.8 ± 3.7	
銅	mg	0.82 ± 0.32		0.99 ± 0.34		0.94 ± 0.35		0.98 ± 0.34		1.11 ± 0.36		1.22 ± 0.46		1.23 ± 0.51	
マンガン	mg	2.22 ± 1.03		2.51 ± 1.01		2.51 ± 1.02		2.61 ± 0.98		2.94 ± 1.02		3.21 ± 1.16		3.39 ± 1.33	
食塩相当量	g	7.9 ± 2.7		9.1 ± 2.8		8.9 ± 2.8		9.1 ± 2.8		10.4 ± 3.0		11.7 ± 4.4		11.9 ± 5.1	

表15 食品群別1日あたり摂取量（粗値；全体、男性、女性）

		全体 (n=3448)		男性 (n=1594)		女性 (n=1854)	
		平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差
穀類	g	376.4	± 170.9	439.8	± 180.4	321.8	± 141.2
めし	g	272.2	± 153.7	318.7	± 165.8	232.3	± 129.9
めん	g	61.6	± 57.2	76.7	± 66.8	48.6	± 43.6
パン	g	42.6	± 31.6	44.5	± 34.2	40.9	± 29.1
豆類	g	75.8	± 54.7	77.1	± 57.1	74.7	± 52.6
いも類	g	50.2	± 48.7	47.4	± 50.1	52.6	± 47.3
砂糖・菓子類	g	68.8	± 57.7	68.3	± 59.9	69.2	± 55.8
砂糖	g	5.6	± 4.6	6.0	± 5.0	5.3	± 4.1
菓子	g	63.2	± 57.1	62.3	± 59.3	63.9	± 55.2
油脂類	g	17.6	± 9.3	18.9	± 10.0	16.5	± 8.5
果実類	g	84.0	± 81.0	80.1	± 82.5	87.3	± 79.5
野菜類	g	258.3	± 163.5	252.4	± 167.2	263.4	± 160.1
緑黄色野菜	g	90.6	± 69.9	87.0	± 71.2	93.8	± 68.6
その他野菜	g	141.8	± 91.6	140.8	± 94.9	142.6	± 88.8
きのこ	g	12.8	± 11.6	11.3	± 11.5	14.1	± 11.6
海藻	g	13.1	± 14.1	13.4	± 15.1	12.9	± 13.2
アルコール飲料類	g	90.3	± 213.6	151.2	± 268.1	37.9	± 130.8
非アルコール飲料類	g	566.1	± 354.3	611.1	± 380.5	527.4	± 325.2
野菜・果物ジュース	g	39.3	± 83.1	43.6	± 92.9	35.6	± 73.3
緑茶・紅茶・ウーロン茶	g	256.6	± 254.8	253.4	± 259.9	259.4	± 250.5
コーヒー	g	215.7	± 183.7	238.3	± 201.2	196.3	± 164.8
その他飲料	g	54.5	± 109.0	75.9	± 133.7	36.2	± 77.6
魚介類	g	84.7	± 69.5	87.0	± 69.1	82.7	± 69.9
肉類	g	75.4	± 46.5	78.6	± 49.8	72.6	± 43.2
卵類	g	44.4	± 28.6	47.2	± 31.6	42.0	± 25.5
乳類	g	119.5	± 105.2	116.7	± 113.9	122.0	± 97.0

表16 年代別の食品群別1日あたり摂取量（粗値；男性）

		20歳代 (n=134)		30歳代 (n=173)		40歳代 (n=188)		50歳代 (n=213)		60歳代 (n=279)		70歳代 (n=312)		80歳代 (n=295)	
		平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差
穀類	g	470.0	± 233.3	436.6	± 168.4	438.1	± 184.0	427.1	± 180.9	437.3	± 178.8	436.9	± 168.7	443.7	± 170.6
めし	g	343.0	± 200.4	309.0	± 156.4	320.3	± 169.8	302.9	± 161.8	315.0	± 167.9	316.8	± 157.1	329.1	± 161.0
めん	g	87.9	± 79.3	87.1	± 69.4	76.3	± 56.1	78.6	± 67.6	78.0	± 67.6	69.1	± 52.9	71.0	± 75.4
パン	g	39.1	± 34.3	40.5	± 29.9	41.4	± 32.9	45.6	± 35.0	44.3	± 32.7	51.0	± 35.9	43.6	± 35.3
豆類	g	60.1	± 54.3	67.1	± 51.7	64.4	± 51.2	69.9	± 54.3	75.6	± 53.2	86.3	± 55.8	95.8	± 64.9
いも類	g	42.0	± 51.0	46.0	± 49.0	38.1	± 37.8	41.0	± 40.6	40.8	± 43.0	48.8	± 47.9	65.9	± 65.3
砂糖・菓子類	g	68.1	± 64.0	69.2	± 52.4	67.6	± 63.0	68.0	± 59.4	64.4	± 54.3	64.1	± 56.1	76.8	± 68.4
砂糖	g	4.3	± 3.6	5.9	± 5.3	5.6	± 4.9	5.8	± 5.2	6.1	± 5.7	6.2	± 4.7	6.8	± 5.0
菓子	g	63.8	± 63.7	63.3	± 52.1	62.0	± 62.1	62.2	± 58.6	58.3	± 53.5	57.9	± 55.7	70.0	± 67.9
油脂類	g	20.1	± 10.9	21.2	± 9.4	20.0	± 9.5	20.1	± 9.7	16.9	± 8.6	17.9	± 9.6	18.2	± 11.3
果実類	g	32.6	± 43.2	40.9	± 50.4	48.6	± 59.8	56.7	± 60.1	79.1	± 67.8	106.7	± 81.1	134.5	± 108.0
野菜類	g	198.9	± 152.3	232.0	± 162.9	207.5	± 134.7	226.7	± 143.0	241.4	± 151.4	270.5	± 160.9	327.0	± 201.9
緑黄色野菜	g	69.8	± 67.9	84.1	± 74.3	67.6	± 53.7	77.1	± 63.5	82.1	± 64.2	95.1	± 72.3	111.9	± 82.8
その他野菜	g	112.1	± 83.9	126.3	± 86.2	121.1	± 80.6	128.7	± 81.7	135.3	± 85.7	150.0	± 91.9	178.9	± 118.2
きのこ	g	8.4	± 8.6	10.8	± 9.2	9.0	± 8.1	10.8	± 11.5	10.8	± 10.2	11.0	± 11.0	15.3	± 15.7
海藻	g	8.6	± 10.6	10.8	± 12.8	9.7	± 11.0	10.1	± 10.8	13.2	± 14.8	14.4	± 15.0	20.8	± 19.9
アルコール飲料類	g	77.7	± 172.4	118.8	± 234.5	201.0	± 330.9	206.3	± 315.3	191.2	± 283.9	153.6	± 265.3	91.7	± 199.6
非アルコール飲料類	g	519.8	± 373.9	590.6	± 413.1	603.5	± 400.2	671.8	± 401.4	629.9	± 340.8	598.9	± 362.1	620.6	± 384.1
野菜・果物ジュース	g	45.9	± 82.4	51.1	± 99.0	35.2	± 82.2	40.9	± 91.5	38.6	± 87.4	48.2	± 90.4	45.1	± 108.0
緑茶・紅茶・ウーロン茶	g	215.5	± 262.5	201.3	± 249.9	204.0	± 267.5	268.4	± 280.1	257.6	± 240.7	256.9	± 240.8	314.1	± 268.8
コーヒー	g	138.6	± 181.7	242.0	± 213.3	269.7	± 215.7	291.2	± 190.8	270.2	± 201.8	229.4	± 190.5	202.3	± 188.5
その他飲料	g	119.8	± 183.5	96.2	± 148.1	94.6	± 154.6	71.3	± 131.7	63.6	± 109.1	64.5	± 120.8	59.1	± 111.5
魚介類	g	67.3	± 65.6	74.9	± 52.8	68.0	± 51.2	72.1	± 54.1	77.3	± 53.9	97.8	± 66.9	123.7	± 93.8
肉類	g	93.8	± 52.9	95.9	± 54.3	81.2	± 43.0	79.0	± 47.3	69.7	± 43.7	70.5	± 44.2	76.8	± 58.0
卵類	g	47.4	± 37.9	48.5	± 35.0	46.1	± 31.9	45.1	± 30.7	44.0	± 29.5	48.7	± 30.7	50.3	± 29.4
乳類	g	87.7	± 101.3	108.6	± 124.4	88.2	± 109.5	101.8	± 106.6	112.4	± 103.9	132.6	± 116.3	150.7	± 117.0

表17 年代別の食品群別1日あたり摂取量（粗値；女性）

		20歳代 (n=180)		30歳代 (n=229)		40歳代 (n=257)		50歳代 (n=256)		60歳代 (n=325)		70歳代 (n=341)		80歳代 (n=266)	
		平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差
穀類	g	286.2	± 148.4	330.8	± 133.5	313.4	± 155.1	290.2	± 139.7	335.8	± 135.8	333.1	± 131.3	345.2	± 140.0
めし	g	209.6	± 141.3	238.8	± 124.6	222.0	± 133.3	203.6	± 130.9	242.1	± 130.0	241.9	± 125.2	255.1	± 120.8
めん	g	44.7	± 36.9	54.1	± 44.2	52.4	± 46.5	44.5	± 38.3	50.9	± 41.2	45.8	± 42.0	47.8	± 52.4
パン	g	31.9	± 25.4	37.9	± 26.7	38.9	± 27.0	42.1	± 28.8	42.9	± 26.8	45.4	± 31.0	42.3	± 34.0
豆類	g	48.9	± 40.1	67.0	± 49.6	67.1	± 48.5	72.6	± 49.1	81.0	± 49.8	90.4	± 57.2	80.4	± 57.6
いも類	g	38.3	± 44.8	46.5	± 37.7	42.6	± 39.0	46.9	± 37.8	52.9	± 46.5	60.5	± 47.0	72.0	± 63.5
砂糖・菓子類	g	72.1	± 55.1	81.7	± 59.4	69.1	± 56.2	70.9	± 52.0	63.9	± 44.8	64.6	± 60.0	67.2	± 61.0
砂糖	g	3.9	± 3.5	5.0	± 4.0	5.4	± 4.6	4.5	± 3.6	5.1	± 3.7	6.0	± 4.1	6.4	± 4.5
菓子	g	68.2	± 54.4	76.6	± 58.7	63.7	± 55.8	66.4	± 51.4	58.8	± 44.5	58.6	± 59.3	60.7	± 60.0
油脂類	g	15.5	± 7.1	17.5	± 8.3	16.6	± 8.4	16.7	± 7.5	17.0	± 7.9	16.6	± 9.4	15.4	± 10.1
果実類	g	40.8	± 42.5	59.4	± 65.7	56.1	± 64.0	71.8	± 64.0	93.1	± 68.0	128.1	± 88.9	128.4	± 91.6
野菜類	g	189.2	± 122.4	231.2	± 132.0	219.5	± 126.4	251.8	± 150.9	269.0	± 137.4	322.7	± 177.8	311.8	± 199.0
緑黄色野菜	g	64.2	± 52.7	81.5	± 54.5	76.9	± 54.2	88.8	± 67.8	97.0	± 58.8	117.4	± 78.6	111.3	± 83.5
その他野菜	g	107.9	± 72.8	126.0	± 74.0	120.3	± 69.2	137.4	± 84.1	145.2	± 79.2	172.7	± 99.7	165.4	± 108.3
きのこ	g	10.0	± 9.1	13.6	± 11.3	12.1	± 9.7	13.8	± 10.7	14.6	± 10.5	16.4	± 12.2	15.9	± 15.0
海藻	g	7.1	± 8.6	10.2	± 11.5	10.1	± 11.2	11.7	± 11.2	12.3	± 11.2	16.3	± 14.3	19.2	± 17.6
アルコール飲料類	g	25.3	± 75.0	26.3	± 99.4	68.5	± 177.3	62.3	± 195.9	46.0	± 131.0	26.0	± 102.0	8.9	± 53.8
非アルコール飲料類	g	366.3	± 323.6	434.2	± 317.4	515.8	± 314.8	552.3	± 292.3	564.8	± 282.8	584.5	± 334.1	585.2	± 358.0
野菜・果物ジュース	g	24.9	± 42.8	33.1	± 82.6	27.1	± 56.0	32.6	± 72.3	34.7	± 60.7	45.3	± 91.0	44.8	± 83.5
緑茶・紅茶・ウーロン茶	g	221.7	± 258.0	192.6	± 248.2	217.0	± 251.7	230.5	± 211.6	268.2	± 227.9	299.6	± 253.6	349.0	± 270.0
コーヒー	g	78.8	± 133.2	162.7	± 154.8	225.3	± 174.7	255.6	± 160.3	233.0	± 160.3	212.9	± 158.2	153.2	± 145.7
その他飲料	g	40.9	± 71.2	45.8	± 81.7	46.5	± 98.7	33.6	± 76.8	28.8	± 64.0	26.6	± 59.5	38.2	± 89.0
魚介類	g	47.7	± 41.2	59.1	± 47.2	58.5	± 44.8	65.5	± 46.4	87.0	± 56.1	115.6	± 83.9	119.2	± 96.3
肉類	g	70.8	± 40.5	80.1	± 39.7	72.8	± 37.7	70.2	± 38.5	70.8	± 36.5	73.3	± 50.0	71.0	± 53.4
卵類	g	38.3	± 26.5	41.0	± 23.2	38.7	± 25.2	41.2	± 24.5	40.9	± 22.3	46.4	± 26.4	45.0	± 29.1
乳類	g	84.9	± 83.8	100.4	± 98.4	112.0	± 90.0	123.4	± 90.3	136.3	± 98.3	140.3	± 99.4	132.9	± 101.7

2 生活習慣調査 (20歳以上)

問1 朝食摂取状況

		総数		毎日食べる		週に5～6日 食べる		週3～4日 食べる		週に1～2日 食べる		食べない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	2,916	82.8	204	5.8	112	3.2	109	3.1	179	5.1	-	-
男性	総数	1,639	100.0	1,324	80.8	100	6.1	52	3.2	48	2.9	115	7.0	-	-
	20-29歳	139	100.0	73	52.5	24	17.3	13	9.4	9	6.5	20	14.4	-	-
	30-39歳	176	100.0	114	64.8	23	13.1	7	4.0	13	7.4	19	10.8	-	-
	40-49歳	196	100.0	132	67.3	24	12.2	9	4.6	10	5.1	21	10.7	-	-
	50-59歳	221	100.0	168	76.0	15	6.8	6	2.7	9	4.1	23	10.4	-	-
	60-69歳	280	100.0	240	85.7	8	2.9	8	2.9	4	1.4	20	7.1	-	-
	70-79歳	322	100.0	299	92.9	4	1.2	7	2.2	2	0.6	10	3.1	-	-
	80歳以上	305	100.0	298	97.7	2	0.7	2	0.7	1	0.3	2	0.7	-	-
女性	総数	1,881	100.0	1,592	84.6	104	5.5	60	3.2	61	3.2	64	3.4	-	-
	20-29歳	189	100.0	106	56.1	34	18.0	18	9.5	17	9.0	14	7.4	-	-
	30-39歳	229	100.0	173	75.5	19	8.3	8	3.5	18	7.9	11	4.8	-	-
	40-49歳	260	100.0	185	71.2	25	9.6	14	5.4	13	5.0	23	8.8	-	-
	50-59歳	253	100.0	222	87.7	12	4.7	8	3.2	4	1.6	7	2.8	-	-
	60-69歳	328	100.0	302	92.1	9	2.7	6	1.8	5	1.5	6	1.8	-	-
	70-79歳	348	100.0	336	96.6	2	0.6	4	1.1	3	0.9	3	0.9	-	-
	80歳以上	274	100.0	268	97.8	3	1.1	2	0.7	1	0.4	-	-	-	-

問2 朝食を家族と食べる頻度

		総数		ほとんど 毎日食べる		週に4～5日 食べる		週に2～3日 食べる		週に1日 程度食べる		ほとんど 食べない		一人暮らし		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	1,581	44.9	164	4.7	282	8.0	251	7.1	764	21.7	475	13.5	3	0.1
男性	総数	1,639	100.0	730	44.5	69	4.2	113	6.9	131	8.0	362	22.1	234	14.3	-	-
	20-29歳	139	100.0	30	21.6	6	4.3	11	7.9	8	5.8	42	30.2	42	30.2	-	-
	30-39歳	176	100.0	47	26.7	13	7.4	14	8.0	25	14.2	62	35.2	15	8.5	-	-
	40-49歳	196	100.0	64	32.7	11	5.6	22	11.2	27	13.8	55	28.1	17	8.7	-	-
	50-59歳	221	100.0	70	31.7	13	5.9	21	9.5	25	11.3	72	32.6	20	9.0	-	-
	60-69歳	280	100.0	132	47.1	11	3.9	22	7.9	19	6.8	53	18.9	43	15.4	-	-
	70-79歳	322	100.0	178	55.3	8	2.5	14	4.3	18	5.6	55	17.1	49	15.2	-	-
	80歳以上	305	100.0	209	68.5	7	2.3	9	3.0	9	3.0	23	7.5	48	15.7	-	-
女性	総数	1,881	100.0	851	45.2	95	5.1	169	9.0	120	6.4	402	21.4	241	12.8	3	0.2
	20-29歳	189	100.0	38	20.1	5	2.6	16	8.5	19	10.1	72	38.1	38	20.1	1	0.5
	30-39歳	229	100.0	102	44.5	10	4.4	30	13.1	21	9.2	57	24.9	9	3.9	-	-
	40-49歳	260	100.0	97	37.3	21	8.1	37	14.2	13	5.0	79	30.4	12	4.6	1	0.4
	50-59歳	253	100.0	98	38.7	21	8.3	24	9.5	29	11.5	68	26.9	13	5.1	-	-
	60-69歳	328	100.0	182	55.5	13	4.0	28	8.5	22	6.7	61	18.6	22	6.7	-	-
	70-79歳	348	100.0	210	60.3	15	4.3	20	5.7	8	2.3	38	10.9	56	16.1	1	0.3
	80歳以上	274	100.0	124	45.3	10	3.6	14	5.1	8	2.9	27	9.9	91	33.2	-	-

問3 夕食を家族と食べる頻度

		総数		ほとんど 毎日食べる		週に4～5日 食べる		週に2～3日 食べる		週に1日 程度食べる		ほとんど 食べない		一人暮らし		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	2,175	61.8	271	7.7	274	7.8	120	3.4	200	5.7	462	13.1	18	0.5
男性	総数	1,639	100.0	928	56.6	139	8.5	143	8.7	64	3.9	119	7.3	231	14.1	15	0.9
	20-29歳	139	100.0	49	35.3	16	11.5	15	10.8	6	4.3	9	6.5	42	30.2	2	1.4
	30-39歳	176	100.0	77	43.8	30	17.0	27	15.3	6	3.4	20	11.4	14	8.0	2	1.1
	40-49歳	196	100.0	85	43.4	22	11.2	30	15.3	18	9.2	22	11.2	17	8.7	2	1.0
	50-59歳	221	100.0	108	48.9	23	10.4	34	15.4	13	5.9	21	9.5	18	8.1	4	1.8
	60-69歳	280	100.0	175	62.5	24	8.6	17	6.1	6	2.1	13	4.6	43	15.4	2	0.7
	70-79歳	322	100.0	216	67.1	15	4.7	12	3.7	9	2.8	20	6.2	50	15.5	-	-
	80歳以上	305	100.0	218	71.5	9	3.0	8	2.6	6	2.0	14	4.6	47	15.4	3	1.0
女性	総数	1,881	100.0	1,247	66.3	132	7.0	131	7.0	56	3.0	81	4.3	231	12.3	3	0.2
	20-29歳	189	100.0	92	48.7	25	13.2	20	10.6	7	3.7	8	4.2	37	19.6	-	-
	30-39歳	229	100.0	167	72.9	16	7.0	24	10.5	3	1.3	9	3.9	9	3.9	1	0.4
	40-49歳	260	100.0	162	62.3	30	11.5	29	11.2	15	5.8	14	5.4	9	3.5	1	0.4
	50-59歳	253	100.0	171	67.6	20	7.9	24	9.5	16	6.3	9	3.6	13	5.1	-	-
	60-69歳	328	100.0	256	78.0	20	6.1	13	4.0	5	1.5	13	4.0	21	6.4	-	-
	70-79歳	348	100.0	259	74.4	11	3.2	9	2.6	4	1.1	11	3.2	54	15.5	-	-
	80歳以上	274	100.0	140	51.1	10	3.6	12	4.4	6	2.2	17	6.2	88	32.1	1	0.4

問4 食塩のとり過ぎに気をつけているか

		総数		いつも気をつけている		だいたい気をつけている		あまり気をつけていない		気をつけていない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	776	22.0	1,622	46.1	863	24.5	242	6.9	17	0.5
男性	総数	1,639	100.0	313	19.1	653	39.8	498	30.4	160	9.8	15	0.9
	20-29歳	139	100.0	9	6.5	45	32.4	55	39.6	28	20.1	2	1.4
	30-39歳	176	100.0	14	8.0	56	31.8	76	43.2	28	15.9	2	1.1
	40-49歳	196	100.0	9	4.6	68	34.7	84	42.9	33	16.8	2	1.0
	50-59歳	221	100.0	22	10.0	94	42.5	74	33.5	27	12.2	4	1.8
	60-69歳	280	100.0	61	21.8	118	42.1	84	30.0	15	5.4	2	0.7
	70-79歳	322	100.0	95	29.5	143	44.4	69	21.4	15	4.7	-	-
	80歳以上	305	100.0	103	33.8	129	42.3	56	18.4	14	4.6	3	1.0
女性	総数	1,881	100.0	463	24.6	969	51.5	365	19.4	82	4.4	2	0.1
	20-29歳	189	100.0	22	11.6	73	38.6	66	34.9	28	14.8	-	-
	30-39歳	229	100.0	30	13.1	100	43.7	79	34.5	19	8.3	1	0.4
	40-49歳	260	100.0	35	13.5	138	53.1	70	26.9	16	6.2	1	0.4
	50-59歳	253	100.0	57	22.5	150	59.3	42	16.6	4	1.6	-	-
	60-69歳	328	100.0	90	27.4	188	57.3	45	13.7	5	1.5	-	-
	70-79歳	348	100.0	123	35.3	199	57.2	23	6.6	3	0.9	-	-
	80歳以上	274	100.0	106	38.7	121	44.2	40	14.6	7	2.6	-	-

問5 野菜の摂取状況

		総数		十分食べている		普通に食べている		あまり食べていない		食べていない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	741	21.1	2,302	65.4	431	12.2	28	0.8	18	0.5
男性	総数	1,639	100.0	314	19.2	1,021	62.3	267	16.3	21	1.3	16	1.0
	20-29歳	139	100.0	16	11.5	86	61.9	28	20.1	7	5.0	2	1.4
	30-39歳	176	100.0	16	9.1	125	71.0	30	17.0	3	1.7	2	1.1
	40-49歳	196	100.0	29	14.8	127	64.8	37	18.9	1	0.5	2	1.0
	50-59歳	221	100.0	36	16.3	140	63.3	39	17.6	2	0.9	4	1.8
	60-69歳	280	100.0	57	20.4	167	59.6	52	18.6	1	0.4	3	1.1
	70-79歳	322	100.0	84	26.1	188	58.4	44	13.7	6	1.9	-	-
	80歳以上	305	100.0	76	24.9	188	61.6	37	12.1	1	0.3	3	1.0
女性	総数	1,881	100.0	427	22.7	1,281	68.1	164	8.7	7	0.4	2	0.1
	20-29歳	189	100.0	31	16.4	124	65.6	34	18.0	-	-	-	-
	30-39歳	229	100.0	43	18.8	154	67.2	29	12.7	2	0.9	1	0.4
	40-49歳	260	100.0	71	27.3	163	62.7	22	8.5	3	1.2	1	0.4
	50-59歳	253	100.0	62	24.5	169	66.8	20	7.9	2	0.8	-	-
	60-69歳	328	100.0	79	24.1	231	70.4	18	5.5	-	-	-	-
	70-79歳	348	100.0	80	23.0	248	71.3	20	5.7	-	-	-	-
	80歳以上	274	100.0	61	22.3	192	70.1	21	7.7	-	-	-	-

問6 主食、主菜、副菜をそろえて食べることが1日2回以上ある頻度

		総数		ほぼ毎日		週に4～5日		週に2～3日		ほとんどない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	1,315	37.4	817	23.2	910	25.9	456	13.0	22	0.6
男性	総数	1,639	100.0	617	37.6	340	20.7	418	25.5	248	15.1	16	1.0
	20-29歳	139	100.0	35	25.2	30	21.6	36	25.9	36	25.9	2	1.4
	30-39歳	176	100.0	42	23.9	44	25.0	55	31.3	33	18.8	2	1.1
	40-49歳	196	100.0	58	29.6	31	15.8	61	31.1	44	22.4	2	1.0
	50-59歳	221	100.0	82	37.1	46	20.8	48	21.7	41	18.6	4	1.8
	60-69歳	280	100.0	107	38.2	57	20.4	73	26.1	41	14.6	2	0.7
	70-79歳	322	100.0	138	42.9	64	19.9	88	27.3	31	9.6	1	0.3
	80歳以上	305	100.0	155	50.8	68	22.3	57	18.7	22	7.2	3	1.0
女性	総数	1,881	100.0	698	37.1	477	25.4	492	26.2	208	11.1	6	0.3
	20-29歳	189	100.0	38	20.1	51	27.0	61	32.3	39	20.6	-	-
	30-39歳	229	100.0	69	30.1	56	24.5	62	27.1	41	17.9	1	0.4
	40-49歳	260	100.0	79	30.4	61	23.5	84	32.3	35	13.5	1	0.4
	50-59歳	253	100.0	92	36.4	61	24.1	64	25.3	36	14.2	-	-
	60-69歳	328	100.0	138	42.1	88	26.8	82	25.0	20	6.1	-	-
	70-79歳	348	100.0	162	46.6	99	28.4	65	18.7	22	6.3	-	-
	80歳以上	274	100.0	120	43.8	61	22.3	74	27.0	15	5.5	4	1.5

問7 ア 外食

		総数		毎日2回以上		毎日1回		週4～6回		週2～3回		週1回		週1回未満		全く利用しない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	15	0.4	46	1.3	75	2.1	340	9.7	550	15.6	1,216	34.5	1,252	35.6	26	0.7
男性	総数	1,639	100.0	13	0.8	34	2.1	52	3.2	180	11.0	289	17.6	493	30.1	560	34.2	18	1.1
	20-29歳	139	100.0	2	1.4	5	3.6	5	3.6	26	18.7	35	25.2	37	26.6	27	19.4	2	1.4
	30-39歳	176	100.0	1	0.6	4	2.3	5	2.8	22	12.5	41	23.3	64	36.4	37	21.0	2	1.1
	40-49歳	196	100.0	3	1.5	6	3.1	11	5.6	30	15.3	36	18.4	65	33.2	43	21.9	2	1.0
	50-59歳	221	100.0	2	0.9	3	1.4	7	3.2	23	10.4	49	22.2	60	27.1	71	32.1	6	2.7
	60-69歳	280	100.0	3	1.1	6	2.1	8	2.9	23	8.2	53	18.9	101	36.1	84	30.0	2	0.7
	70-79歳	322	100.0	2	0.6	5	1.6	5	1.6	34	10.6	41	12.7	103	32.0	132	41.0	-	-
	80歳以上	305	100.0	-	-	5	1.6	11	3.6	22	7.2	34	11.1	63	20.7	166	54.4	4	1.3
女性	総数	1,881	100.0	2	0.1	12	0.6	23	1.2	160	8.5	261	13.9	723	38.4	692	36.8	8	0.4
	20-29歳	189	100.0	-	-	1	0.5	5	2.6	32	16.9	36	19.0	75	39.7	40	21.2	-	-
	30-39歳	229	100.0	1	0.4	3	1.3	2	0.9	32	14.0	39	17.0	91	39.7	59	25.8	2	0.9
	40-49歳	260	100.0	-	-	3	1.2	4	1.5	19	7.3	44	16.9	115	44.2	73	28.1	2	0.8
	50-59歳	253	100.0	-	-	2	0.8	4	1.6	14	5.5	36	14.2	114	45.1	83	32.8	-	-
	60-69歳	328	100.0	-	-	-	-	1	0.3	20	6.1	34	10.4	139	42.4	134	40.9	-	-
	70-79歳	348	100.0	-	-	-	-	2	0.6	23	6.6	45	12.9	130	37.4	148	42.5	-	-
	80歳以上	274	100.0	1	0.4	3	1.1	5	1.8	20	7.3	27	9.9	59	21.5	155	56.6	4	1.5

問7 イ 持ち帰り弁当や惣菜

		総数		毎日2回以上		毎日1回		週4～6回		週2～3回		週1回		週1回未満		全く利用しない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
総数		3,520	100.0	27	0.8	82	2.3	148	4.2	559	15.9	677	19.2	1,126	32.0	877	24.9	24	0.7
男性	総数	1,639	100.0	18	1.1	52	3.2	92	5.6	262	16.0	295	18.0	472	28.8	430	26.2	18	1.1
	20-29歳	139	100.0	5	3.6	10	7.2	12	8.6	19	13.7	34	24.5	27	19.4	30	21.6	2	1.4
	30-39歳	176	100.0	3	1.7	7	4.0	13	7.4	36	20.5	40	22.7	51	29.0	24	13.6	2	1.1
	40-49歳	196	100.0	2	1.0	9	4.6	18	9.2	36	18.4	48	24.5	45	23.0	36	18.4	2	1.0
	50-59歳	221	100.0	2	0.9	8	3.6	13	5.9	44	19.9	43	19.5	56	25.3	50	22.6	5	2.3
	60-69歳	280	100.0	2	0.7	7	2.5	13	4.6	46	16.4	41	14.6	103	36.8	66	23.6	2	0.7
	70-79歳	322	100.0	1	0.3	5	1.6	9	2.8	45	14.0	54	16.8	110	34.2	98	30.4	-	-
	80歳以上	305	100.0	3	1.0	6	2.0	14	4.6	36	11.8	35	11.5	80	26.2	126	41.3	5	1.6
女性	総数	1,881	100.0	9	0.5	30	1.6	56	3.0	297	15.8	382	20.3	654	34.8	447	23.8	6	0.3
	20-29歳	189	100.0	4	2.1	7	3.7	6	3.2	36	19.0	43	22.8	53	28.0	40	21.2	-	-
	30-39歳	229	100.0	2	0.9	5	2.2	7	3.1	52	22.7	58	25.3	76	33.2	27	11.8	2	0.9
	40-49歳	260	100.0	1	0.4	4	1.5	10	3.8	42	16.2	67	25.8	88	33.8	47	18.1	1	0.4
	50-59歳	253	100.0	-	-	2	0.8	8	3.2	46	18.2	50	19.8	99	39.1	48	19.0	-	-
	60-69歳	328	100.0	1	0.3	5	1.5	7	2.1	48	14.6	71	21.6	134	40.9	62	18.9	-	-
	70-79歳	348	100.0	-	-	2	0.6	7	2.0	40	11.5	55	15.8	137	39.4	106	30.5	1	0.3
	80歳以上	274	100.0	1	0.4	5	1.8	11	4.0	33	12.0	38	13.9	67	24.5	117	42.7	2	0.7

問7 ウ おかずの素やレトルト食品などの半調理済み食品

		総数		毎日2回以上		毎日1回		週4～6回		週2～3回		週1回		週1回未満		全く利用しない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	20	0.6	81	2.3	128	3.6	704	20.0	749	21.3	1,136	32.3	678	19.3	24	0.7
男性	総数	1,639	100.0	14	0.9	52	3.2	61	3.7	332	20.3	336	20.5	470	28.7	355	21.7	19	1.2
	20-29歳	139	100.0	2	1.4	2	1.4	8	5.8	31	22.3	36	25.9	34	24.5	24	17.3	2	1.4
	30-39歳	176	100.0	2	1.1	9	5.1	10	5.7	50	28.4	45	25.6	32	18.2	26	14.8	2	1.1
	40-49歳	196	100.0	1	0.5	5	2.6	10	5.1	48	24.5	36	18.4	59	30.1	35	17.9	2	1.0
	50-59歳	221	100.0	2	0.9	5	2.3	11	5.0	40	18.1	61	27.6	60	27.1	37	16.7	5	2.3
	60-69歳	280	100.0	1	0.4	13	4.6	6	2.1	56	20.0	49	17.5	110	39.3	42	15.0	3	1.1
	70-79歳	322	100.0	1	0.3	4	1.2	9	2.8	55	17.1	63	19.6	104	32.3	86	26.7	-	-
	80歳以上	305	100.0	5	1.6	14	4.6	7	2.3	52	17.0	46	15.1	71	23.3	105	34.4	5	1.6
女性	総数	1,881	100.0	6	0.3	29	1.5	67	3.6	372	19.8	413	22.0	666	35.4	323	17.2	5	0.3
	20-29歳	189	100.0	-	-	4	2.1	16	8.5	44	23.3	48	25.4	49	25.9	28	14.8	-	-
	30-39歳	229	100.0	3	1.3	1	0.4	13	5.7	73	31.9	51	22.3	66	28.8	21	9.2	1	0.4
	40-49歳	260	100.0	1	0.4	3	1.2	10	3.8	66	25.4	60	23.1	84	32.3	35	13.5	1	0.4
	50-59歳	253	100.0	-	-	5	2.0	13	5.1	41	16.2	76	30.0	93	36.8	25	9.9	-	-
	60-69歳	328	100.0	-	-	3	0.9	6	1.8	67	20.4	69	21.0	134	40.9	49	14.9	-	-
	70-79歳	348	100.0	-	-	4	1.1	4	1.1	40	11.5	69	19.8	152	43.7	79	22.7	-	-
	80歳以上	274	100.0	2	0.7	9	3.3	5	1.8	41	15.0	40	14.6	88	32.1	86	31.4	3	1.1

問8 外食や食品の購入時の栄養成分表示の参考の有無

		総数		いつも参考にしている		時々参考にしている		あまり参考にしていない		参考にしていない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
	総数	3,520	100.0	383	10.9	1,034	29.4	1,302	37.0	776	22.0	25	0.7
男性	総数	1,639	100.0	123	7.5	342	20.9	649	39.6	508	31.0	17	1.0
	20-29歳	139	100.0	6	4.3	28	20.1	52	37.4	51	36.7	2	1.4
	30-39歳	176	100.0	13	7.4	37	21.0	58	33.0	66	37.5	2	1.1
	40-49歳	196	100.0	9	4.6	38	19.4	78	39.8	69	35.2	2	1.0
	50-59歳	221	100.0	19	8.6	46	20.8	83	37.6	69	31.2	4	1.8
	60-69歳	280	100.0	17	6.1	46	16.4	129	46.1	86	30.7	2	0.7
	70-79歳	322	100.0	25	7.8	80	24.8	132	41.0	84	26.1	1	0.3
	80歳以上	305	100.0	34	11.1	67	22.0	117	38.4	83	27.2	4	1.3
女性	総数	1,881	100.0	260	13.8	692	36.8	653	34.7	268	14.2	8	0.4
	20-29歳	189	100.0	11	5.8	47	24.9	79	41.8	52	27.5	-	-
	30-39歳	229	100.0	31	13.5	83	36.2	79	34.5	35	15.3	1	0.4
	40-49歳	260	100.0	27	10.4	80	30.8	106	40.8	46	17.7	1	0.4
	50-59歳	253	100.0	31	12.3	111	43.9	88	34.8	23	9.1	-	-
	60-69歳	328	100.0	53	16.2	146	44.5	103	31.4	25	7.6	1	0.3
	70-79歳	348	100.0	64	18.4	138	39.7	109	31.3	36	10.3	1	0.3
	80歳以上	274	100.0	43	15.7	87	31.8	89	32.5	51	18.6	4	1.5

問9 医師等からの運動を禁止されているか

		総数		禁止されていない		禁止されている		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
	総数	3,520	100.0	3,362	95.5	97	2.8	61	1.7
男性	総数	1,639	100.0	1,573	96.0	45	2.7	21	1.3
	20-29歳	139	100.0	136	97.8	3	2.2	-	-
	30-39歳	176	100.0	172	97.7	3	1.7	1	0.6
	40-49歳	196	100.0	188	95.9	4	2.0	4	2.0
	50-59歳	221	100.0	213	96.4	6	2.7	2	0.9
	60-69歳	280	100.0	272	97.1	5	1.8	3	1.1
	70-79歳	322	100.0	310	96.3	10	3.1	2	0.6
	80歳以上	305	100.0	282	92.5	14	4.6	9	3.0
女性	総数	1,881	100.0	1,789	95.1	52	2.8	40	2.1
	20-29歳	189	100.0	182	96.3	5	2.6	2	1.1
	30-39歳	229	100.0	222	96.9	5	2.2	2	0.9
	40-49歳	260	100.0	252	96.9	6	2.3	2	0.8
	50-59歳	253	100.0	247	97.6	3	1.2	3	1.2
	60-69歳	328	100.0	311	94.8	13	4.0	4	1.2
	70-79歳	348	100.0	329	94.5	12	3.4	7	2.0
	80歳以上	274	100.0	246	89.8	8	2.9	20	7.3

問10 ア 1週間の運動日数

		総数		運動なし		1日		2日		3日		4日		5日		6日		7日		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
	総数	3,362	100.0	1,576	46.9	303	9.0	255	7.6	246	7.3	143	4.3	237	7.0	135	4.0	334	9.9	133	4.0
男性	総数	1,573	100.0	703	44.7	135	8.6	129	8.2	115	7.3	65	4.1	117	7.4	69	4.4	180	11.4	60	3.8
	20-29歳	136	100.0	56	41.2	19	14.0	15	11.0	10	7.4	10	7.4	12	8.8	6	4.4	7	5.1	1	0.7
	30-39歳	172	100.0	85	49.4	22	12.8	15	8.7	13	7.6	5	2.9	10	5.8	6	3.5	11	6.4	5	2.9
	40-49歳	188	100.0	107	56.9	26	13.8	14	7.4	13	6.9	2	1.1	4	2.1	6	3.2	10	5.3	6	3.2
	50-59歳	213	100.0	109	51.2	26	12.2	20	9.4	10	4.7	5	2.3	14	6.6	6	2.8	16	7.5	7	3.3
	60-69歳	272	100.0	125	46.0	18	6.6	23	8.5	17	6.3	16	5.9	14	5.1	14	5.1	30	11.0	15	5.5
	70-79歳	310	100.0	115	37.1	13	4.2	27	8.7	29	9.4	18	5.8	31	10.0	16	5.2	51	16.5	10	3.2
	80歳以上	282	100.0	106	37.6	11	3.9	15	5.3	23	8.2	9	3.2	32	11.3	15	5.3	55	19.5	16	5.7
女性	総数	1,789	100.0	873	48.8	168	9.4	126	7.0	131	7.3	78	4.4	120	6.7	66	3.7	154	8.6	73	4.1
	20-29歳	182	100.0	93	51.1	21	11.5	12	6.6	14	7.7	9	4.9	11	6.0	3	1.6	12	6.6	7	3.8
	30-39歳	222	100.0	132	59.5	19	8.6	13	5.9	11	5.0	4	1.8	18	8.1	3	1.4	12	5.4	10	4.5
	40-49歳	252	100.0	153	60.7	25	9.9	16	6.3	10	4.0	9	3.6	18	7.1	7	2.8	9	3.6	5	2.0
	50-59歳	247	100.0	128	51.8	21	8.5	18	7.3	15	6.1	8	3.2	18	7.3	12	4.9	17	6.9	10	4.0
	60-69歳	311	100.0	150	48.2	27	8.7	19	6.1	28	9.0	18	5.8	20	6.4	14	4.5	25	8.0	10	3.2
	70-79歳	329	100.0	133	40.4	33	10.0	28	8.5	36	10.9	16	4.9	24	7.3	14	4.3	34	10.3	11	3.3
	80歳以上	246	100.0	84	34.1	22	8.9	20	8.1	17	6.9	14	5.7	11	4.5	13	5.3	45	18.3	20	8.1

問10 イ 運動平均時間

		総数		30分未満		30分以上 60分未満		60分以上 120分未満		120分以上 180分未満		180分以上		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		1,653	100.0	221	13.4	524	31.7	533	32.2	234	14.2	120	7.3	21	1.3
男性	総数	810	100.0	83	10.2	224	27.7	292	36.0	123	15.2	82	10.1	6	0.7
	20-29歳	79	100.0	7	8.9	23	29.1	21	26.6	16	20.3	11	13.9	1	1.3
	30-39歳	82	100.0	11	13.4	26	31.7	32	39.0	8	9.8	5	6.1	-	-
	40-49歳	75	100.0	9	12.0	19	25.3	30	40.0	9	12.0	6	8.0	2	2.7
	50-59歳	97	100.0	13	13.4	31	32.0	34	35.1	13	13.4	6	6.2	-	-
	60-69歳	132	100.0	10	7.6	33	25.0	59	44.7	22	16.7	8	6.1	-	-
	70-79歳	185	100.0	21	11.4	47	25.4	58	31.4	33	17.8	25	13.5	1	0.5
	80歳以上	160	100.0	12	7.5	45	28.1	58	36.3	22	13.8	21	13.1	2	1.3
女性	総数	843	100.0	138	16.4	300	35.6	241	28.6	111	13.2	38	4.5	15	1.8
	20-29歳	82	100.0	9	11.0	27	32.9	32	39.0	10	12.2	4	4.9	-	-
	30-39歳	80	100.0	19	23.8	28	35.0	21	26.3	8	10.0	2	2.5	2	2.5
	40-49歳	94	100.0	15	16.0	34	36.2	32	34.0	7	7.4	5	5.3	1	1.1
	50-59歳	109	100.0	26	23.9	40	36.7	26	23.9	11	10.1	5	4.6	1	0.9
	60-69歳	151	100.0	29	19.2	60	39.7	38	25.2	15	9.9	5	3.3	4	2.6
	70-79歳	185	100.0	16	8.6	72	38.9	50	27.0	33	17.8	11	5.9	3	1.6
	80歳以上	142	100.0	24	16.9	39	27.5	42	29.6	27	19.0	6	4.2	4	2.8

問10 ウ 運動継続年数

		総数		1年未満		1年以上		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		1,653	100.0	382	23.1	1,251	75.7	20	1.2
男性	総数	810	100.0	151	18.6	653	80.6	6	0.7
	20-29歳	79	100.0	29	36.7	49	62.0	1	1.3
	30-39歳	82	100.0	21	25.6	61	74.4	-	-
	40-49歳	75	100.0	23	30.7	49	65.3	3	4.0
	50-59歳	97	100.0	24	24.7	73	75.3	-	-
	60-69歳	132	100.0	19	14.4	113	85.6	-	-
	70-79歳	185	100.0	22	11.9	161	87.0	2	1.1
	80歳以上	160	100.0	13	8.1	147	91.9	-	-
女性	総数	843	100.0	231	27.4	598	70.9	14	1.7
	20-29歳	82	100.0	43	52.4	38	46.3	1	1.2
	30-39歳	80	100.0	36	45.0	43	53.8	1	1.3
	40-49歳	94	100.0	35	37.2	58	61.7	1	1.1
	50-59歳	109	100.0	29	26.6	77	70.6	3	2.8
	60-69歳	151	100.0	40	26.5	109	72.2	2	1.3
	70-79歳	185	100.0	34	18.4	151	81.6	-	-
	80歳以上	142	100.0	14	9.9	122	85.9	6	4.2

問10 運動習慣の有無

		総数		運動習慣 あり		運動習慣 なし	
		人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,208	100.0	898	28.0	2,310	72.0
男性	総数	1,507	100.0	494	32.8	1,013	67.2
	20-29歳	134	100.0	33	24.6	101	75.4
	30-39歳	167	100.0	38	22.8	129	77.2
	40-49歳	180	100.0	27	15.0	153	85.0
	50-59歳	206	100.0	45	21.8	161	78.2
	60-69歳	257	100.0	91	35.4	166	64.6
	70-79歳	299	100.0	138	46.2	161	53.8
	80歳以上	264	100.0	122	46.2	142	53.8
女性	総数	1,701	100.0	404	23.8	1,297	76.2
	20-29歳	175	100.0	29	16.6	146	83.4
	30-39歳	210	100.0	23	11.0	187	89.0
	40-49歳	246	100.0	38	15.4	208	84.6
	50-59歳	236	100.0	48	20.3	188	79.7
	60-69歳	297	100.0	73	24.6	224	75.4
	70-79歳	315	100.0	110	34.9	205	65.1
	80歳以上	222	100.0	83	37.4	139	62.6

問11 歩行数

		総数		2,000 歩未満		2,000 ～4,000 歩未満		4,000 ～6,000 歩未満		6,000 ～8,000 歩未満		8,000 ～10,000歩未満		10,000歩以上		無回答		平均値	標準偏差
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
総数		3,520	100.0	384	10.9	524	14.9	540	15.3	315	8.9	259	7.4	271	7.7	1,227	34.9	5,188	3807.7
男性	総数	1,639	100.0	182	11.1	243	14.8	238	14.5	148	9.0	130	7.9	192	11.7	506	30.9	5,589	4110.2
	20-29歳	139	100.0	15	10.8	19	13.7	23	16.5	17	12.2	11	7.9	22	15.8	32	23.0	6,460	5976.4
	30-39歳	176	100.0	15	8.5	12	6.8	25	14.2	17	9.7	24	13.6	31	17.6	52	29.5	6,592	3630.4
	40-49歳	196	100.0	16	8.2	27	13.8	23	11.7	14	7.1	19	9.7	31	15.8	66	33.7	6,261	4010.7
	50-59歳	221	100.0	25	11.3	32	14.5	29	13.1	12	5.4	18	8.1	29	13.1	76	34.4	5,621	3889.0
	60-69歳	280	100.0	29	10.4	36	12.9	40	14.3	34	12.1	23	8.2	38	13.6	80	28.6	5,852	3918.5
	70-79歳	322	100.0	32	9.9	61	18.9	52	16.1	39	12.1	23	7.1	29	9.0	86	26.7	5,384	3800.1
	80歳以上	305	100.0	50	16.4	56	18.4	46	15.1	15	4.9	12	3.9	12	3.9	114	37.4	3,945	3328.5
女性	総数	1,881	100.0	202	10.7	281	14.9	302	16.1	167	8.9	129	6.9	79	4.2	721	38.3	4,797	3442.4
	20-29歳	189	100.0	29	15.3	35	18.5	46	24.3	13	6.9	15	7.9	8	4.2	43	22.8	4,510	2850.5
	30-39歳	229	100.0	27	11.8	32	14.0	34	14.8	8	3.5	12	5.2	13	5.7	103	45.0	4,845	5807.4
	40-49歳	260	100.0	21	8.1	26	10.0	42	16.2	25	9.6	17	6.5	15	5.8	114	43.8	5,299	3225.4
	50-59歳	253	100.0	22	8.7	30	11.9	41	16.2	32	12.6	25	9.9	18	7.1	85	33.6	5,555	3255.5
	60-69歳	328	100.0	23	7.0	57	17.4	54	16.5	40	12.2	29	8.8	12	3.7	113	34.5	5,168	3018.2
	70-79歳	348	100.0	32	9.2	60	17.2	54	15.5	34	9.8	25	7.2	10	2.9	133	38.2	4,675	2780.6
	80歳以上	274	100.0	48	17.5	41	15.0	31	11.3	15	5.5	6	2.2	3	1.1	130	47.4	3,284	2474.5

		総数		9,000 歩以上		8,500 歩以上		7,000 歩以上		6,500 歩以上		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	314	8.9	363	10.3	671	19.1	719	20.4	1,227	34.9
男性	総数	1,639	100.0	215	13.1	234	14.3	400	24.4	416	25.4	506	30.9
	20-64歳	859	100.0	144	16.8	155	18.0	252	29.3	257	29.9	260	30.3
	65歳以上	780	100.0	71	9.1	79	10.1	148	19.0	159	20.4	246	31.5
女性	総数	1,881	100.0	99	5.3	129	6.9	271	14.4	303	16.1	721	38.3
	20-64歳	1,085	100.0	72	6.6	88	8.1	175	16.1	192	17.7	398	36.7
	65歳以上	796	100.0	27	3.4	41	5.2	96	12.1	111	13.9	323	40.6

問12 適正体重の認知

		総数		知っている		知らない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	2,570	73.0	914	26.0	36	1.0
男性	総数	1,639	100.0	1,126	68.7	503	30.7	10	0.6
	20-29歳	139	100.0	71	51.1	68	48.9	-	-
	30-39歳	176	100.0	105	59.7	69	39.2	2	1.1
	40-49歳	196	100.0	125	63.8	67	34.2	4	2.0
	50-59歳	221	100.0	171	77.4	50	22.6	-	-
	60-69歳	280	100.0	207	73.9	72	25.7	1	0.4
	70-79歳	322	100.0	248	77.0	73	22.7	1	0.3
	80歳以上	305	100.0	199	65.2	104	34.1	2	0.7
女性	総数	1,881	100.0	1,444	76.8	411	21.9	26	1.4
	20-29歳	189	100.0	145	76.7	44	23.3	-	-
	30-39歳	229	100.0	171	74.7	56	24.5	2	0.9
	40-49歳	260	100.0	211	81.2	46	17.7	3	1.2
	50-59歳	253	100.0	212	83.8	40	15.8	1	0.4
	60-69歳	328	100.0	269	82.0	55	16.8	4	1.2
	70-79歳	348	100.0	270	77.6	74	21.3	4	1.1
	80歳以上	274	100.0	166	60.6	96	35.0	12	4.4

問13 睡眠で休養がとれているか

		総数		十分とれている		まあまあとれている		あまりとれていない		まったくとれていない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	989	28.1	1,786	50.7	663	18.8	53	1.5	29	0.8
男性	総数	1,639	100.0	507	30.9	822	50.2	282	17.2	20	1.2	8	0.5
	20-29歳	139	100.0	31	22.3	78	56.1	29	20.9	1	0.7	-	-
	30-39歳	176	100.0	42	23.9	95	54.0	35	19.9	3	1.7	1	0.6
	40-49歳	196	100.0	39	19.9	101	51.5	50	25.5	3	1.5	3	1.5
	50-59歳	221	100.0	53	24.0	118	53.4	45	20.4	5	2.3	-	-
	60-69歳	280	100.0	85	30.4	150	53.6	41	14.6	3	1.1	1	0.4
	70-79歳	322	100.0	118	36.6	157	48.8	44	13.7	2	0.6	1	0.3
	80歳以上	305	100.0	139	45.6	123	40.3	38	12.5	3	1.0	2	0.7
女性	総数	1,881	100.0	482	25.6	964	51.2	381	20.3	33	1.8	21	1.1
	20-29歳	189	100.0	53	28.0	96	50.8	36	19.0	4	2.1	-	-
	30-39歳	229	100.0	46	20.1	114	49.8	61	26.6	6	2.6	2	0.9
	40-49歳	260	100.0	56	21.5	126	48.5	70	26.9	6	2.3	2	0.8
	50-59歳	253	100.0	39	15.4	129	51.0	75	29.6	9	3.6	1	0.4
	60-69歳	328	100.0	74	22.6	186	56.7	60	18.3	3	0.9	5	1.5
	70-79歳	348	100.0	114	32.8	178	51.1	49	14.1	4	1.1	3	0.9
	80歳以上	274	100.0	100	36.5	135	49.3	30	10.9	1	0.4	8	2.9

問14 不安、悩み、ストレス、苦勞などをうまく解消できているか

		総数		ほぼ できている		できていない		どちらとも いえない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	1,846	52.4	511	14.5	1,134	32.2	29	0.8
男性	総数	1,639	100.0	898	54.8	232	14.2	499	30.4	10	0.6
	20-29歳	139	100.0	67	48.2	25	18.0	47	33.8	-	-
	30-39歳	176	100.0	64	36.4	43	24.4	68	38.6	1	0.6
	40-49歳	196	100.0	72	36.7	38	19.4	83	42.3	3	1.5
	50-59歳	221	100.0	120	54.3	33	14.9	68	30.8	-	-
	60-69歳	280	100.0	187	66.8	33	11.8	58	20.7	2	0.7
	70-79歳	322	100.0	212	65.8	25	7.8	83	25.8	2	0.6
	80歳以上	305	100.0	176	57.7	35	11.5	92	30.2	2	0.7
女性	総数	1,881	100.0	948	50.4	279	14.8	635	33.8	19	1.0
	20-29歳	189	100.0	91	48.1	34	18.0	64	33.9	-	-
	30-39歳	229	100.0	79	34.5	40	17.5	108	47.2	2	0.9
	40-49歳	260	100.0	109	41.9	53	20.4	96	36.9	2	0.8
	50-59歳	253	100.0	120	47.4	44	17.4	88	34.8	1	0.4
	60-69歳	328	100.0	191	58.2	42	12.8	91	27.7	4	1.2
	70-79歳	348	100.0	209	60.1	38	10.9	98	28.2	3	0.9
	80歳以上	274	100.0	149	54.4	28	10.2	90	32.8	7	2.6

問15 喫煙の有無

		総数		毎日吸っている		時々吸う日がある		以前は吸っていたが、1ヶ月以上吸っていない		もともと吸わない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	416	11.8	34	1.0	649	18.4	2,379	67.6	42	1.2
男性	総数	1,639	100.0	339	20.7	26	1.6	547	33.4	711	43.4	16	1.0
	20-29歳	139	100.0	23	16.5	5	3.6	14	10.1	97	69.8	-	-
	30-39歳	176	100.0	38	21.6	4	2.3	23	13.1	110	62.5	1	0.6
	40-49歳	196	100.0	68	34.7	2	1.0	42	21.4	82	41.8	2	1.0
	50-59歳	221	100.0	67	30.3	6	2.7	67	30.3	79	35.7	2	0.9
	60-69歳	280	100.0	69	24.6	4	1.4	108	38.6	95	33.9	4	1.4
	70-79歳	322	100.0	55	17.1	2	0.6	154	47.8	107	33.2	4	1.2
	80歳以上	305	100.0	19	6.2	3	1.0	139	45.6	141	46.2	3	1.0
女性	総数	1,881	100.0	77	4.1	8	0.4	102	5.4	1,668	88.7	26	1.4
	20-29歳	189	100.0	4	2.1	1	0.5	1	0.5	183	96.8	-	-
	30-39歳	229	100.0	9	3.9	1	0.4	20	8.7	196	85.6	3	1.3
	40-49歳	260	100.0	28	10.8	2	0.8	27	10.4	201	77.3	2	0.8
	50-59歳	253	100.0	13	5.1	1	0.4	18	7.1	219	86.6	2	0.8
	60-69歳	328	100.0	9	2.7	1	0.3	20	6.1	293	89.3	5	1.5
	70-79歳	348	100.0	11	3.2	-	-	9	2.6	323	92.8	5	1.4
	80歳以上	274	100.0	3	1.1	2	0.7	7	2.6	253	92.3	9	3.3

問15-1 吸っているたばこ製品

		総数		紙巻きたばこ		加熱式 たばこ		その他		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		450	100.0	368	81.8	104	23.1	8	1.8	1	0.2
男性	総数	365	100.0	305	83.6	78	21.4	6	1.6	1	0.3
	20-29歳	28	100.0	22	78.6	11	39.3	-	-	-	-
	30-39歳	42	100.0	32	76.2	14	33.3	1	2.4	-	-
	40-49歳	70	100.0	55	78.6	18	25.7	2	2.9	-	-
	50-59歳	73	100.0	57	78.1	21	28.8	-	-	-	-
	60-69歳	73	100.0	64	87.7	11	15.1	1	1.4	-	-
	70-79歳	57	100.0	54	94.7	3	5.3	1	1.8	1	1.8
	80歳以上	22	100.0	21	95.5	-	-	1	4.5	-	-
女性	総数	85	100.0	63	74.1	26	30.6	2	2.4	-	-
	20-29歳	5	100.0	2	40.0	3	60.0	-	-	-	-
	30-39歳	10	100.0	6	60.0	4	40.0	-	-	-	-
	40-49歳	30	100.0	20	66.7	12	40.0	-	-	-	-
	50-59歳	14	100.0	12	85.7	5	35.7	1	7.1	-	-
	60-69歳	10	100.0	8	80.0	2	20.0	-	-	-	-
	70-79歳	11	100.0	10	90.9	-	-	1	9.1	-	-
	80歳以上	5	100.0	5	100.0	-	-	-	-	-	-

問15-2 喫煙意向

		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	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		450	100.0	131	29.1	156	34.7	98	21.8	65	14.4
男性	総数	365	100.0	104	28.5	128	35.1	88	24.1	45	12.3
	20-29歳	28	100.0	9	32.1	5	17.9	5	17.9	9	32.1
	30-39歳	42	100.0	13	31.0	13	31.0	9	21.4	7	16.7
	40-49歳	70	100.0	19	27.1	23	32.9	16	22.9	12	17.1
	50-59歳	73	100.0	18	24.7	27	37.0	21	28.8	7	9.6
	60-69歳	73	100.0	19	26.0	30	41.1	22	30.1	2	2.7
	70-79歳	57	100.0	18	31.6	24	42.1	9	15.8	6	10.5
	80歳以上	22	100.0	8	36.4	6	27.3	6	27.3	2	9.1
女性	総数	85	100.0	27	31.8	28	32.9	10	11.8	20	23.5
	20-29歳	5	100.0	-	-	2	40.0	1	20.0	2	40.0
	30-39歳	10	100.0	3	30.0	2	20.0	-	-	5	50.0
	40-49歳	30	100.0	6	20.0	11	36.7	7	23.3	6	20.0
	50-59歳	14	100.0	6	42.9	5	35.7	-	-	3	21.4
	60-69歳	10	100.0	3	30.0	4	40.0	1	10.0	2	20.0
	70-79歳	11	100.0	6	54.5	4	36.4	1	9.1	-	-
	80歳以上	5	100.0	3	60.0	-	-	-	-	2	40.0

問16 COPD（慢性閉塞性肺疾患）の認知度

		総数		知っている		知らない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	839	23.8	2,585	73.4	96	2.7
男性	総数	1,639	100.0	361	22.0	1,253	76.4	25	1.5
	20-29歳	139	100.0	36	25.9	102	73.4	1	0.7
	30-39歳	176	100.0	36	20.5	139	79.0	1	0.6
	40-49歳	196	100.0	40	20.4	152	77.6	4	2.0
	50-59歳	221	100.0	60	27.1	160	72.4	1	0.5
	60-69歳	280	100.0	64	22.9	212	75.7	4	1.4
	70-79歳	322	100.0	72	22.4	246	76.4	4	1.2
	80歳以上	305	100.0	53	17.4	242	79.3	10	3.3
女性	総数	1,881	100.0	478	25.4	1,332	70.8	71	3.8
	20-29歳	189	100.0	52	27.5	134	70.9	3	1.6
	30-39歳	229	100.0	70	30.6	154	67.2	5	2.2
	40-49歳	260	100.0	77	29.6	173	66.5	10	3.8
	50-59歳	253	100.0	76	30.0	172	68.0	5	2.0
	60-69歳	328	100.0	90	27.4	231	70.4	7	2.1
	70-79歳	348	100.0	79	22.7	255	73.3	14	4.0
	80歳以上	274	100.0	34	12.4	213	77.7	27	9.9

問17 飲酒頻度

		総数		毎日		週5～6日		週3～4日		週1～2日		ほとんど飲まない		やめた	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	609	17.3	185	5.3	175	5.0	253	7.2	518	14.7	168	4.8
男性	総数	1,639	100.0	482	29.4	131	8.0	94	5.7	133	8.1	207	12.6	120	7.3
	20-29歳	139	100.0	9	6.5	5	3.6	10	7.2	26	18.7	30	21.6	5	3.6
	30-39歳	176	100.0	25	14.2	16	9.1	13	7.4	24	13.6	35	19.9	2	1.1
	40-49歳	196	100.0	56	28.6	14	7.1	12	6.1	21	10.7	30	15.3	6	3.1
	50-59歳	221	100.0	69	31.2	24	10.9	12	5.4	26	11.8	31	14.0	7	3.2
	60-69歳	280	100.0	115	41.1	23	8.2	16	5.7	18	6.4	26	9.3	16	5.7
	70-79歳	322	100.0	127	39.4	24	7.5	15	4.7	7	2.2	19	5.9	47	14.6
	80歳以上	305	100.0	81	26.6	25	8.2	16	5.2	11	3.6	36	11.8	37	12.1
女性	総数	1,881	100.0	127	6.8	54	2.9	81	4.3	120	6.4	311	16.5	48	2.6
	20-29歳	189	100.0	3	1.6	4	2.1	10	5.3	18	9.5	62	32.8	3	1.6
	30-39歳	229	100.0	7	3.1	6	2.6	10	4.4	18	7.9	45	19.7	16	7.0
	40-49歳	260	100.0	26	10.0	9	3.5	12	4.6	20	7.7	64	24.6	6	2.3
	50-59歳	253	100.0	17	6.7	13	5.1	14	5.5	30	11.9	51	20.2	9	3.6
	60-69歳	328	100.0	35	10.7	16	4.9	19	5.8	18	5.5	36	11.0	7	2.1
	70-79歳	348	100.0	29	8.3	6	1.7	8	2.3	9	2.6	30	8.6	2	0.6
	80歳以上	274	100.0	10	3.6	-	-	8	2.9	7	2.6	23	8.4	5	1.8

		飲まない (飲めない)		無回答	
		人数	%	人数	%
総数		1,592	45.2	20	0.6
男性	総数	463	28.2	9	0.5
	20-29歳	54	38.8	-	-
	30-39歳	61	34.7	-	-
	40-49歳	56	28.6	1	0.5
	50-59歳	50	22.6	2	0.9
	60-69歳	65	23.2	1	0.4
	70-79歳	81	25.2	2	0.6
	80歳以上	96	31.5	3	1.0
女性	総数	1,129	60.0	11	0.6
	20-29歳	89	47.1	-	-
	30-39歳	127	55.5	-	-
	40-49歳	123	47.3	-	-
	50-59歳	118	46.6	1	0.4
	60-69歳	196	59.8	1	0.3
	70-79歳	261	75.0	3	0.9
	80歳以上	215	78.5	6	2.2

問17-1 1日あたりの飲酒量

		総数		1合(180ml) 未満		1合以上2合 (360ml) 未満		2合以上3合 (540ml) 未満		3合以上4合 (720ml) 未満		4合以上5合 (900ml) 未満		5合(900ml) 以上		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		1,740	100.0	893	51.3	517	29.7	214	12.3	62	3.6	17	1.0	21	1.2	16	0.9
男性	総数	1,047	100.0	453	43.3	354	33.8	155	14.8	49	4.7	14	1.3	19	1.8	3	0.3
	20-29歳	80	100.0	36	45.0	22	27.5	14	17.5	5	6.3	1	1.3	2	2.5	-	-
	30-39歳	113	100.0	47	41.6	32	28.3	18	15.9	9	8.0	3	2.7	4	3.5	-	-
	40-49歳	133	100.0	40	30.1	38	28.6	32	24.1	10	7.5	4	3.0	9	6.8	-	-
	50-59歳	162	100.0	65	40.1	50	30.9	37	22.8	5	3.1	5	3.1	-	-	-	-
	60-69歳	198	100.0	71	35.9	81	40.9	31	15.7	12	6.1	1	0.5	1	0.5	1	0.5
	70-79歳	192	100.0	81	42.2	83	43.2	18	9.4	7	3.6	-	-	2	1.0	1	0.5
	80歳以上	169	100.0	113	66.9	48	28.4	5	3.0	1	0.6	-	-	1	0.6	1	0.6
女性	総数	693	100.0	440	63.5	163	23.5	59	8.5	13	1.9	3	0.4	2	0.3	13	1.9
	20-29歳	97	100.0	52	53.6	26	26.8	13	13.4	3	3.1	2	2.1	-	-	1	1.0
	30-39歳	86	100.0	56	65.1	19	22.1	8	9.3	1	1.2	-	-	-	-	2	2.3
	40-49歳	131	100.0	64	48.9	44	33.6	17	13.0	3	2.3	1	0.8	2	1.5	-	-
	50-59歳	125	100.0	77	61.6	32	25.6	10	8.0	3	2.4	-	-	-	-	3	2.4
	60-69歳	124	100.0	85	68.5	31	25.0	7	5.6	1	0.8	-	-	-	-	-	-
	70-79歳	82	100.0	65	79.3	10	12.2	3	3.7	2	2.4	-	-	-	-	2	2.4
	80歳以上	48	100.0	41	85.4	1	2.1	1	2.1	-	-	-	-	-	-	5	10.4

問17-2 過去30日間に一度に飲んだ最大量

		総数		1合(180ml) 未満		1合以上2合 (360ml) 未満		2合以上3合 (540ml) 未満		3合以上4合 (720ml) 未満		4合以上5合 (900ml) 未満		5合(900ml) 以上		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		1,740	100.0	558	32.1	469	27.0	290	16.7	180	10.3	85	4.9	142	8.2	16	0.9
男性	総数	1,047	100.0	246	23.5	278	26.6	198	18.9	145	13.8	60	5.7	113	10.8	7	0.7
	20-29歳	80	100.0	12	15.0	16	20.0	14	17.5	16	20.0	3	3.8	19	23.8	-	-
	30-39歳	113	100.0	25	22.1	24	21.2	17	15.0	20	17.7	6	5.3	21	18.6	-	-
	40-49歳	133	100.0	23	17.3	24	18.0	20	15.0	24	18.0	12	9.0	29	21.8	1	0.8
	50-59歳	162	100.0	27	16.7	40	24.7	33	20.4	28	17.3	12	7.4	20	12.3	2	1.2
	60-69歳	198	100.0	33	16.7	51	25.8	48	24.2	35	17.7	17	8.6	14	7.1	-	-
	70-79歳	192	100.0	43	22.4	70	36.5	46	24.0	19	9.9	6	3.1	7	3.6	1	0.5
	80歳以上	169	100.0	83	49.1	53	31.4	20	11.8	3	1.8	4	2.4	3	1.8	3	1.8
女性	総数	693	100.0	312	45.0	191	27.6	92	13.3	35	5.1	25	3.6	29	4.2	9	1.3
	20-29歳	97	100.0	31	32.0	26	26.8	18	18.6	7	7.2	7	7.2	7	7.2	1	1.0
	30-39歳	86	100.0	33	38.4	29	33.7	14	16.3	1	1.2	4	4.7	3	3.5	2	2.3
	40-49歳	131	100.0	47	35.9	36	27.5	21	16.0	14	10.7	5	3.8	8	6.1	-	-
	50-59歳	125	100.0	53	42.4	36	28.8	16	12.8	4	3.2	6	4.8	9	7.2	1	0.8
	60-69歳	124	100.0	61	49.2	38	30.6	16	12.9	7	5.6	1	0.8	1	0.8	-	-
	70-79歳	82	100.0	49	59.8	23	28.0	5	6.1	1	1.2	2	2.4	-	-	2	2.4
	80歳以上	48	100.0	38	79.2	3	6.3	2	4.2	1	2.1	-	-	1	2.1	3	6.3

問18 お酒をやめたり、減らしたりしたいか

		総数		やめたい		減らしたい		このままで よい		わからない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		1,740	100.0	38	2.2	229	13.2	1,361	78.2	80	4.6	32	1.8
男性	総数	1,047	100.0	28	2.7	180	17.2	782	74.7	47	4.5	10	1.0
	20-29歳	80	100.0	1	1.3	12	15.0	62	77.5	5	6.3	-	-
	30-39歳	113	100.0	1	0.9	18	15.9	86	76.1	7	6.2	1	0.9
	40-49歳	133	100.0	7	5.3	23	17.3	95	71.4	8	6.0	-	-
	50-59歳	162	100.0	5	3.1	32	19.8	118	72.8	7	4.3	-	-
	60-69歳	198	100.0	2	1.0	50	25.3	136	68.7	7	3.5	3	1.5
	70-79歳	192	100.0	6	3.1	30	15.6	149	77.6	5	2.6	2	1.0
	80歳以上	169	100.0	6	3.6	15	8.9	136	80.5	8	4.7	4	2.4
女性	総数	693	100.0	10	1.4	49	7.1	579	83.5	33	4.8	22	3.2
	20-29歳	97	100.0	3	3.1	2	2.1	87	89.7	4	4.1	1	1.0
	30-39歳	86	100.0	-	-	5	5.8	75	87.2	2	2.3	4	4.7
	40-49歳	131	100.0	-	-	9	6.9	111	84.7	11	8.4	-	-
	50-59歳	125	100.0	1	0.8	14	11.2	102	81.6	4	3.2	4	3.2
	60-69歳	124	100.0	4	3.2	10	8.1	103	83.1	6	4.8	1	0.8
	70-79歳	82	100.0	1	1.2	7	8.5	64	78.0	6	7.3	4	4.9
	80歳以上	48	100.0	1	2.1	2	4.2	37	77.1	-	-	8	16.7

問18-1 お酒をやめたり、減らしたりしたい理由

		総数		健康に良くない と自分で気が ついたから		お酒で健康を 害したから		医者に勧めら れたから		家族や友人な どに勧められ たから		お酒が原因で トラブルがあ ったから		通勤通学、買 い物などで車 を運転するこ とが多いから		お酒ではなく 他のこと(趣 味など)に時 間を使いたい から	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		269	100.0	179	66.5	23	8.6	39	14.5	25	9.3	9	3.3	11	4.1	27	10.0
男性	総数	209	100.0	135	64.6	20	9.6	35	16.7	24	11.5	9	4.3	8	3.8	22	10.5
	20-29歳	13	100.0	9	69.2	-	-	1	7.7	1	7.7	-	-	-	-	4	30.8
	30-39歳	19	100.0	14	73.7	2	10.5	-	-	2	10.5	-	-	-	-	4	21.1
	40-49歳	30	100.0	18	60.0	4	13.3	4	13.3	2	6.7	1	3.3	1	3.3	5	16.7
	50-59歳	37	100.0	24	64.9	8	21.6	9	24.3	2	5.4	5	13.5	4	10.8	6	16.2
	60-69歳	52	100.0	29	55.8	3	5.8	14	26.9	7	13.5	2	3.8	1	1.9	2	3.8
	70-79歳	37	100.0	27	73.0	3	8.1	5	13.5	7	18.9	1	2.7	-	-	-	-
	80歳以上	21	100.0	14	66.7	-	-	2	9.5	3	14.3	-	-	2	9.5	1	4.8
女性	総数	60	100.0	44	73.3	3	5.0	4	6.7	1	1.7	-	-	3	5.0	5	8.3
	20-29歳	5	100.0	4	80.0	1	20.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	30-39歳	5	100.0	3	60.0	1	20.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	40-49歳	9	100.0	8	88.9	1	11.1	-	-	-	-	-	-	1	11.1	1	11.1
	50-59歳	15	100.0	12	80.0	-	-	1	6.7	-	-	-	-	-	-	2	13.3
	60-69歳	14	100.0	8	57.1	-	-	2	14.3	-	-	-	-	1	7.1	2	14.3
	70-79歳	8	100.0	7	87.5	-	-	1	12.5	-	-	-	-	1	12.5	-	-
	80歳以上	4	100.0	2	50.0	-	-	-	-	1	25.0	-	-	-	-	-	-

		お金を節約し たいから		上記以外の 理由		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%
総数		64	23.8	17	6.3	2	0.7
男性	総数	42	20.1	10	4.8	2	1.0
	20-29歳	7	53.8	4	30.8	-	-
	30-39歳	8	42.1	1	5.3	-	-
	40-49歳	5	16.7	1	3.3	-	-
	50-59歳	7	18.9	2	5.4	-	-
	60-69歳	12	23.1	1	1.9	1	1.9
	70-79歳	1	2.7	1	2.7	-	-
	80歳以上	2	9.5	-	-	1	4.8
女性	総数	22	36.7	7	11.7	-	-
	20-29歳	4	80.0	1	20.0	-	-
	30-39歳	3	60.0	3	60.0	-	-
	40-49歳	5	55.6	-	-	-	-
	50-59歳	5	33.3	1	6.7	-	-
	60-69歳	4	28.6	1	7.1	-	-
	70-79歳	1	12.5	-	-	-	-
	80歳以上	-	-	1	25.0	-	-

問19 歯の本数

		総数		0本		1～9本		10～19本		20～27本		28本以上		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	238	6.8	228	6.5	396	11.3	1,178	33.5	1,406	39.9	74	2.1
男性	総数	1,639	100.0	137	8.4	130	7.9	183	11.2	536	32.7	619	37.8	34	2.1
	20～29歳	139	100.0	—	—	—	—	—	—	19	13.7	117	84.2	3	2.2
	30～39歳	176	100.0	—	—	—	—	1	0.6	32	18.2	139	79.0	4	2.3
	40～49歳	196	100.0	—	—	2	1.0	7	3.6	58	29.6	126	64.3	3	1.5
	50～59歳	221	100.0	2	0.9	4	1.8	13	5.9	96	43.4	98	44.3	8	3.6
	60～69歳	280	100.0	13	4.6	23	8.2	48	17.1	120	42.9	69	24.6	7	2.5
	70～79歳	322	100.0	56	17.4	43	13.4	55	17.1	118	36.6	50	15.5	—	—
	80歳以上	305	100.0	66	21.6	58	19.0	59	19.3	93	30.5	20	6.6	9	3.0
女性	総数	1,881	100.0	101	5.4	98	5.2	213	11.3	642	34.1	787	41.8	40	2.1
	20～29歳	189	100.0	—	—	—	—	1	0.5	33	17.5	152	80.4	3	1.6
	30～39歳	229	100.0	—	—	—	—	—	—	40	17.5	187	81.7	2	0.9
	40～49歳	260	100.0	—	—	1	0.4	9	3.5	87	33.5	162	62.3	1	0.4
	50～59歳	253	100.0	—	—	1	0.4	12	4.7	109	43.1	124	49.0	7	2.8
	60～69歳	328	100.0	3	0.9	9	2.7	48	14.6	175	53.4	88	26.8	5	1.5
	70～79歳	348	100.0	24	6.9	38	10.9	88	25.3	131	37.6	56	16.1	11	3.2
	80歳以上	274	100.0	74	27.0	49	17.9	55	20.1	67	24.5	18	6.6	11	4.0

歯の本数

	人数	平均値	標準偏差	最小値	最大値
総数	3,446	21.9	9.0	0.0	40.0
男性	1,605	21.0	9.5	0.0	40.0
20-29歳	136	27.8	1.6	20.0	32.0
30-39歳	172	27.7	1.7	18.0	32.0
40-49歳	193	26.6	3.7	4.0	31.0
50-59歳	213	25.1	5.2	0.0	32.0
60-69歳	273	20.8	8.4	0.0	40.0
70-79歳	322	16.2	10.6	0.0	32.0
80歳以上	296	12.9	10.3	0.0	30.0
女性	1,841	22.6	8.4	0.0	33.0
20-29歳	186	27.6	1.7	18.0	32.0
30-39歳	227	27.8	1.4	20.0	32.0
40-49歳	259	26.8	3.4	1.0	33.0
50-59歳	246	26.2	3.5	2.0	31.0
60-69歳	323	23.5	5.8	0.0	32.0
70-79歳	337	18.2	9.0	0.0	30.0
80歳以上	263	11.7	10.2	0.0	32.0

問20 ア 何でもかんで食べることができる

	総数		はい		いいえ		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	3,520	100.0	3,164	89.9	334	9.5	22	0.6
男性	1,639	100.0	1,449	88.4	178	10.9	12	0.7
20-29歳	139	100.0	132	95.0	7	5.0	-	-
30-39歳	176	100.0	168	95.5	7	4.0	1	0.6
40-49歳	196	100.0	179	91.3	17	8.7	-	-
50-59歳	221	100.0	200	90.5	19	8.6	2	0.9
60-69歳	280	100.0	232	82.9	46	16.4	2	0.7
70-79歳	322	100.0	275	85.4	47	14.6	-	-
80歳以上	305	100.0	263	86.2	35	11.5	7	2.3
女性	1,881	100.0	1,715	91.2	156	8.3	10	0.5
20-29歳	189	100.0	179	94.7	9	4.8	1	0.5
30-39歳	229	100.0	225	98.3	4	1.7	-	-
40-49歳	260	100.0	251	96.5	9	3.5	-	-
50-59歳	253	100.0	242	95.7	10	4.0	1	0.4
60-69歳	328	100.0	298	90.9	29	8.8	1	0.3
70-79歳	348	100.0	297	85.3	50	14.4	1	0.3
80歳以上	274	100.0	223	81.4	45	16.4	6	2.2

問20 イ よくかんで味わって食べている

	総数		はい		いいえ		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	3,520	100.0	2,843	80.8	655	18.6	22	0.6
男性	1,639	100.0	1,246	76.0	382	23.3	11	0.7
20-29歳	139	100.0	107	77.0	32	23.0	-	-
30-39歳	176	100.0	132	75.0	43	24.4	1	0.6
40-49歳	196	100.0	133	67.9	63	32.1	-	-
50-59歳	221	100.0	157	71.0	61	27.6	3	1.4
60-69歳	280	100.0	193	68.9	85	30.4	2	0.7
70-79歳	322	100.0	256	79.5	65	20.2	1	0.3
80歳以上	305	100.0	268	87.9	33	10.8	4	1.3
女性	1,881	100.0	1,597	84.9	273	14.5	11	0.6
20-29歳	189	100.0	163	86.2	25	13.2	1	0.5
30-39歳	229	100.0	189	82.5	40	17.5	-	-
40-49歳	260	100.0	215	82.7	45	17.3	-	-
50-59歳	253	100.0	212	83.8	40	15.8	1	0.4
60-69歳	328	100.0	285	86.9	42	12.8	1	0.3
70-79歳	348	100.0	305	87.6	42	12.1	1	0.3
80歳以上	274	100.0	228	83.2	39	14.2	7	2.6

問21 定期的な歯科検診の受診の有無

	総数		はい		いいえ		無回答	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	3,520	100.0	1,364	38.8	2,108	59.9	48	1.4
男性	1,639	100.0	531	32.4	1,082	66.0	26	1.6
20-29歳	139	100.0	40	28.8	98	70.5	1	0.7
30-39歳	176	100.0	41	23.3	133	75.6	2	1.1
40-49歳	196	100.0	58	29.6	134	68.4	4	2.0
50-59歳	221	100.0	72	32.6	144	65.2	5	2.3
60-69歳	280	100.0	96	34.3	180	64.3	4	1.4
70-79歳	322	100.0	112	34.8	203	63.0	7	2.2
80歳以上	305	100.0	112	36.7	190	62.3	3	1.0
女性	1,881	100.0	833	44.3	1,026	54.5	22	1.2
20-29歳	189	100.0	70	37.0	119	63.0	-	-
30-39歳	229	100.0	105	45.9	124	54.1	-	-
40-49歳	260	100.0	124	47.7	134	51.5	2	0.8
50-59歳	253	100.0	119	47.0	132	52.2	2	0.8
60-69歳	328	100.0	163	49.7	157	47.9	8	2.4
70-79歳	348	100.0	156	44.8	189	54.3	3	0.9
80歳以上	274	100.0	96	35.0	171	62.4	7	2.6

問22 この1年間の歯科検診の受診の有無

		総数		受けた		受けていない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	1,953	55.5	1,516	43.1	51	1.4
男性	総数	1,639	100.0	844	51.5	766	46.7	29	1.8
	20-29歳	139	100.0	62	44.6	76	54.7	1	0.7
	30-39歳	176	100.0	77	43.8	97	55.1	2	1.1
	40-49歳	196	100.0	83	42.3	109	55.6	4	2.0
	50-59歳	221	100.0	102	46.2	114	51.6	5	2.3
	60-69歳	280	100.0	155	55.4	120	42.9	5	1.8
	70-79歳	322	100.0	184	57.1	130	40.4	8	2.5
	80歳以上	305	100.0	181	59.3	120	39.3	4	1.3
女性	総数	1,881	100.0	1,109	59.0	750	39.9	22	1.2
	20-29歳	189	100.0	99	52.4	90	47.6	-	-
	30-39歳	229	100.0	137	59.8	91	39.7	1	0.4
	40-49歳	260	100.0	154	59.2	104	40.0	2	0.8
	50-59歳	253	100.0	153	60.5	98	38.7	2	0.8
	60-69歳	328	100.0	212	64.6	108	32.9	8	2.4
	70-79歳	348	100.0	214	61.5	131	37.6	3	0.9
	80歳以上	274	100.0	140	51.1	128	46.7	6	2.2

問23 助けを必要としたとき、手をさしのべることをいとわない地域か

		総数		そう思う		どちらかというと思う		どちらともいえない		どちらかというと思わない		そう思わない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	1,278	36.3	1,113	31.6	827	23.5	161	4.6	90	2.6	51	1.4
男性	総数	1,639	100.0	608	37.1	490	29.9	392	23.9	75	4.6	49	3.0	25	1.5
	20-29歳	139	100.0	44	31.7	38	27.3	45	32.4	3	2.2	8	5.8	1	0.7
	30-39歳	176	100.0	43	24.4	56	31.8	50	28.4	15	8.5	10	5.7	2	1.1
	40-49歳	196	100.0	62	31.6	54	27.6	62	31.6	8	4.1	6	3.1	4	2.0
	50-59歳	221	100.0	76	34.4	73	33.0	48	21.7	12	5.4	7	3.2	5	2.3
	60-69歳	280	100.0	97	34.6	93	33.2	64	22.9	15	5.4	7	2.5	4	1.4
	70-79歳	322	100.0	136	42.2	94	29.2	65	20.2	16	5.0	5	1.6	6	1.9
	80歳以上	305	100.0	150	49.2	82	26.9	58	19.0	6	2.0	6	2.0	3	1.0
女性	総数	1,881	100.0	670	35.6	623	33.1	435	23.1	86	4.6	41	2.2	26	1.4
	20-29歳	189	100.0	42	22.2	65	34.4	63	33.3	14	7.4	4	2.1	1	0.5
	30-39歳	229	100.0	69	30.1	87	38.0	55	24.0	10	4.4	8	3.5	-	-
	40-49歳	260	100.0	66	25.4	84	32.3	84	32.3	16	6.2	7	2.7	3	1.2
	50-59歳	253	100.0	68	26.9	99	39.1	68	26.9	13	5.1	3	1.2	2	0.8
	60-69歳	328	100.0	134	40.9	114	34.8	54	16.5	13	4.0	4	1.2	9	2.7
	70-79歳	348	100.0	147	42.2	106	30.5	72	20.7	12	3.4	8	2.3	3	0.9
	80歳以上	274	100.0	144	52.6	68	24.8	39	14.2	8	2.9	7	2.6	8	2.9

問24 1年間に行った健康づくりに関係したボランティア活動

		総数		食生活などの生活習慣の改善のための活動		スポーツ・文化・芸術に係った活動		まちづくりのための活動		子どもを対象とした活動		高齢者を対象とした活動		防犯・防災に関係した活動		自然や環境を守るための活動	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	114	3.2	234	6.6	345	9.8	240	6.8	400	11.4	216	6.1	461	13.1
男性	総数	1,639	100.0	16	1.0	130	7.9	204	12.4	113	6.9	160	9.8	157	9.6	279	17.0
	20-29歳	139	100.0	-	-	9	6.5	8	5.8	7	5.0	3	2.2	6	4.3	9	6.5
	30-39歳	176	100.0	3	1.7	8	4.5	12	6.8	11	6.3	3	1.7	17	9.7	19	10.8
	40-49歳	196	100.0	1	0.5	9	4.6	17	8.7	12	6.1	10	5.1	23	11.7	24	12.2
	50-59歳	221	100.0	2	0.9	17	7.7	35	15.8	18	8.1	4	1.8	27	12.2	43	19.5
	60-69歳	280	100.0	1	0.4	22	7.9	49	17.5	21	7.5	22	7.9	31	11.1	68	24.3
	70-79歳	322	100.0	4	1.2	36	11.2	51	15.8	31	9.6	59	18.3	30	9.3	69	21.4
	80歳以上	305	100.0	5	1.6	29	9.5	32	10.5	13	4.3	59	19.3	23	7.5	47	15.4
女性	総数	1,881	100.0	98	5.2	104	5.5	141	7.5	127	6.8	240	12.8	59	3.1	182	9.7
	20-29歳	189	100.0	4	2.1	5	2.6	6	3.2	6	3.2	8	4.2	2	1.1	7	3.7
	30-39歳	229	100.0	4	1.7	3	1.3	14	6.1	30	13.1	13	5.7	4	1.7	21	9.2
	40-49歳	260	100.0	3	1.2	16	6.2	17	6.5	33	12.7	12	4.6	5	1.9	22	8.5
	50-59歳	253	100.0	10	4.0	11	4.3	18	7.1	8	3.2	15	5.9	5	2.0	28	11.1
	60-69歳	328	100.0	31	9.5	18	5.5	35	10.7	26	7.9	67	20.4	17	5.2	43	13.1
	70-79歳	348	100.0	34	9.8	34	9.8	38	10.9	22	6.3	83	23.9	20	5.7	35	10.1
	80歳以上	274	100.0	12	4.4	17	6.2	13	4.7	2	0.7	42	15.3	6	2.2	26	9.5

		上記以外の活動		健康づくりに関係したものはなし・ボランティア活動はしていない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%
総数		176	5.0	2,040	58.0	111	3.2
男性	総数	75	4.6	890	54.3	49	3.0
	20-29歳	5	3.6	100	71.9	3	2.2
	30-39歳	8	4.5	119	67.6	3	1.7
	40-49歳	8	4.1	121	61.7	4	2.0
	50-59歳	11	5.0	114	51.6	10	4.5
	60-69歳	13	4.6	131	46.8	8	2.9
	70-79歳	16	5.0	147	45.7	13	4.0
	80歳以上	14	4.6	158	51.8	8	2.6
女性	総数	101	5.4	1,150	61.1	62	3.3
	20-29歳	2	1.1	159	84.1	2	1.1
	30-39歳	4	1.7	167	72.9	3	1.3
	40-49歳	16	6.2	172	66.2	8	3.1
	50-59歳	17	6.7	165	65.2	5	2.0
	60-69歳	26	7.9	157	47.9	13	4.0
	70-79歳	22	6.3	167	48.0	11	3.2
	80歳以上	14	5.1	163	59.5	20	7.3

問25 肝炎ウィルス検査の受診の有無

		総数		はい		いいえ		わからない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	845	24.0	1,958	55.6	665	18.9	52	1.5
男性	総数	1,639	100.0	331	20.2	942	57.5	339	20.7	27	1.6
	20-29歳	139	100.0	8	5.8	96	69.1	34	24.5	1	0.7
	30-39歳	176	100.0	17	9.7	118	67.0	39	22.2	2	1.1
	40-49歳	196	100.0	31	15.8	118	60.2	43	21.9	4	2.0
	50-59歳	221	100.0	48	21.7	122	55.2	46	20.8	5	2.3
	60-69歳	280	100.0	71	25.4	146	52.1	58	20.7	5	1.8
	70-79歳	322	100.0	85	26.4	170	52.8	59	18.3	8	2.5
	80歳以上	305	100.0	71	23.3	172	56.4	60	19.7	2	0.7
女性	総数	1,881	100.0	514	27.3	1,016	54.0	326	17.3	25	1.3
	20-29歳	189	100.0	20	10.6	120	63.5	49	25.9	-	-
	30-39歳	229	100.0	37	16.2	145	63.3	46	20.1	1	0.4
	40-49歳	260	100.0	77	29.6	140	53.8	41	15.8	2	0.8
	50-59歳	253	100.0	97	38.3	110	43.5	44	17.4	2	0.8
	60-69歳	328	100.0	130	39.6	146	44.5	43	13.1	9	2.7
	70-79歳	348	100.0	90	25.9	210	60.3	44	12.6	4	1.1
	80歳以上	274	100.0	63	23.0	145	52.9	59	21.5	7	2.6

問26 健診等の受診の有無

		総数		受けた		受けていない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	2,467	70.1	999	28.4	54	1.5
男性	総数	1,639	100.0	1,176	71.8	432	26.4	31	1.9
	20-29歳	139	100.0	104	74.8	34	24.5	1	0.7
	30-39歳	176	100.0	135	76.7	39	22.2	2	1.1
	40-49歳	196	100.0	152	77.6	40	20.4	4	2.0
	50-59歳	221	100.0	180	81.4	36	16.3	5	2.3
	60-69歳	280	100.0	212	75.7	63	22.5	5	1.8
	70-79歳	322	100.0	199	61.8	115	35.7	8	2.5
	80歳以上	305	100.0	194	63.6	105	34.4	6	2.0
女性	総数	1,881	100.0	1,291	68.6	567	30.1	23	1.2
	20-29歳	189	100.0	135	71.4	54	28.6	-	-
	30-39歳	229	100.0	139	60.7	90	39.3	-	-
	40-49歳	260	100.0	191	73.5	67	25.8	2	0.8
	50-59歳	253	100.0	197	77.9	54	21.3	2	0.8
	60-69歳	328	100.0	224	68.3	96	29.3	8	2.4
	70-79歳	348	100.0	235	67.5	110	31.6	3	0.9
	80歳以上	274	100.0	170	62.0	96	35.0	8	2.9

問26-1 受診年月

		総数		令和2年 1～6月		令和2年 7～9月		令和2年 10～12月		令和3年 1～3月		令和3年 4～6月		令和3年 7～9月		令和3年 10～12月		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		2,467	100.0	37	1.5	60	2.4	267	10.8	206	8.4	530	21.5	766	31.0	311	12.6	290	11.8
男性	総数	1,176	100.0	17	1.4	29	2.5	108	9.2	83	7.1	263	22.4	353	30.0	157	13.4	166	14.1
	20～29歳	104	100.0	—	—	1	1.0	5	4.8	3	2.9	35	33.7	22	21.2	10	9.6	28	26.9
	30～39歳	135	100.0	—	—	2	1.5	11	8.1	7	5.2	39	28.9	32	23.7	19	14.1	25	18.5
	40～49歳	152	100.0	4	2.6	3	2.0	18	11.8	13	8.6	32	21.1	42	27.6	20	13.2	20	13.2
	50～59歳	180	100.0	4	2.2	2	1.1	19	10.6	12	6.7	44	24.4	52	28.9	31	17.2	16	8.9
	60～69歳	212	100.0	4	1.9	5	2.4	24	11.3	19	9.0	51	24.1	75	35.4	20	9.4	14	6.6
	70～79歳	199	100.0	3	1.5	9	4.5	19	9.5	15	7.5	34	17.1	74	37.2	23	11.6	22	11.1
	80歳以上	194	100.0	2	1.0	7	3.6	12	6.2	14	7.2	28	14.4	56	28.9	34	17.5	41	21.1
女性	総数	1,291	100.0	20	1.5	31	2.4	159	12.3	123	9.5	267	20.7	413	32.0	154	11.9	124	9.6
	20～29歳	135	100.0	1	0.7	4	3.0	6	4.4	6	4.4	49	36.3	36	26.7	19	14.1	14	10.4
	30～39歳	139	100.0	2	1.4	2	1.4	19	13.7	18	12.9	31	22.3	41	29.5	15	10.8	11	7.9
	40～49歳	191	100.0	4	2.1	4	2.1	35	18.3	25	13.1	30	15.7	57	29.8	22	11.5	14	7.3
	50～59歳	197	100.0	2	1.0	4	2.0	26	13.2	24	12.2	35	17.8	78	39.6	18	9.1	10	5.1
	60～69歳	224	100.0	4	1.8	4	1.8	38	17.0	26	11.6	49	21.9	66	29.5	23	10.3	14	6.3
	70～79歳	235	100.0	3	1.3	7	3.0	25	10.6	18	7.7	48	20.4	84	35.7	30	12.8	20	8.5
	80歳以上	170	100.0	4	2.4	6	3.5	10	5.9	6	3.5	25	14.7	51	30.0	27	15.9	41	24.1

問26-2 ア 腹囲の測定状況

		総数		測定した		測定していない ・わからない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		2,467	100.0	1,305	52.9	955	38.7	207	8.4
男性	総数	1,176	100.0	639	54.3	430	36.6	107	9.1
	20-29歳	104	100.0	29	27.9	55	52.9	20	19.2
	30-39歳	135	100.0	54	40.0	60	44.4	21	15.6
	40-49歳	152	100.0	88	57.9	52	34.2	12	7.9
	50-59歳	180	100.0	116	64.4	55	30.6	9	5.0
	60-69歳	212	100.0	152	71.7	50	23.6	10	4.7
	70-79歳	199	100.0	122	61.3	60	30.2	17	8.5
	80歳以上	194	100.0	78	40.2	98	50.5	18	9.3
女性	総数	1,291	100.0	666	51.6	525	40.7	100	7.7
	20-29歳	135	100.0	46	34.1	78	57.8	11	8.1
	30-39歳	139	100.0	48	34.5	77	55.4	14	10.1
	40-49歳	191	100.0	104	54.5	77	40.3	10	5.2
	50-59歳	197	100.0	143	72.6	46	23.4	8	4.1
	60-69歳	224	100.0	163	72.8	47	21.0	14	6.3
	70-79歳	235	100.0	121	51.5	95	40.4	19	8.1
	80歳以上	170	100.0	41	24.1	105	61.8	24	14.1

腹囲

		総数		50-55cm 未満		55-60		60-65		65-70		70-75		75-80		80-85	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		1,305	100.0	1	0.1	8	0.6	42	3.2	99	7.6	152	11.6	219	16.8	255	19.5
男性	総数	639	100.0	-	-	-	-	4	0.6	19	3.0	48	7.5	97	15.2	142	22.2
	20-29歳	29	100.0	-	-	-	-	-	-	3	10.3	7	24.1	6	20.7	6	20.7
	30-39歳	54	100.0	-	-	-	-	2	3.7	4	7.4	4	7.4	12	22.2	7	13.0
	40-49歳	88	100.0	-	-	-	-	-	-	4	4.5	13	14.8	13	14.8	25	28.4
	50-59歳	116	100.0	-	-	-	-	-	-	2	1.7	5	4.3	16	13.8	29	25.0
	60-69歳	152	100.0	-	-	-	-	1	0.7	3	2.0	10	6.6	22	14.5	35	23.0
	70-79歳	122	100.0	-	-	-	-	-	-	2	1.6	4	3.3	19	15.6	23	18.9
	80歳以上	78	100.0	-	-	-	-	1	1.3	1	1.3	5	6.4	9	11.5	17	21.8
女性	総数	666	100.0	1	0.2	8	1.2	38	5.7	80	12.0	104	15.6	122	18.3	113	17.0
	20-29歳	46	100.0	1	2.2	2	4.3	10	21.7	12	26.1	7	15.2	5	10.9	4	8.7
	30-39歳	48	100.0	-	-	1	2.1	5	10.4	13	27.1	14	29.2	5	10.4	3	6.3
	40-49歳	104	100.0	-	-	1	1.0	8	7.7	18	17.3	21	20.2	20	19.2	17	16.3
	50-59歳	143	100.0	-	-	2	1.4	8	5.6	18	12.6	21	14.7	29	20.3	28	19.6
	60-69歳	163	100.0	-	-	1	0.6	3	1.8	9	5.5	25	15.3	38	23.3	36	22.1
	70-79歳	121	100.0	-	-	1	0.8	3	2.5	7	5.8	14	11.6	22	18.2	16	13.2
	80歳以上	41	100.0	-	-	-	-	1	2.4	3	7.3	2	4.9	3	7.3	9	22.0

		85-90		90-95		95-100		100-105		105-110		110-115		115-120		120cm以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		250	19.2	159	12.2	67	5.1	24	1.8	11	0.8	10	0.8	4	0.3	4	0.3
男性	総数	142	22.2	108	16.9	42	6.6	17	2.7	8	1.3	9	1.4	2	0.3	1	0.2
	20-29歳	2	6.9	4	13.8	1	3.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	30-39歳	7	13.0	12	22.2	2	3.7	1	1.9	2	3.7	1	1.9	-	-	-	-
	40-49歳	13	14.8	8	9.1	8	9.1	2	2.3	-	-	1	1.1	1	1.1	-	-
	50-59歳	27	23.3	21	18.1	9	7.8	3	2.6	1	0.9	2	1.7	-	-	1	0.9
	60-69歳	43	28.3	22	14.5	8	5.3	3	2.0	4	2.6	-	-	1	0.7	-	-
	70-79歳	34	27.9	25	20.5	7	5.7	5	4.1	1	0.8	2	1.6	-	-	-	-
	80歳以上	16	20.5	16	20.5	7	9.0	3	3.8	-	-	3	3.8	-	-	-	-
女性	総数	108	16.2	51	7.7	25	3.8	7	1.1	3	0.5	1	0.2	2	0.3	3	0.5
	20-29歳	1	2.2	1	2.2	1	2.2	-	-	-	-	1	2.2	1	2.2	-	-
	30-39歳	2	4.2	3	6.3	1	2.1	-	-	-	-	-	-	-	-	1	2.1
	40-49歳	7	6.7	4	3.8	5	4.8	1	1.0	2	1.9	-	-	-	-	-	-
	50-59歳	22	15.4	7	4.9	7	4.9	-	-	-	-	-	-	-	-	1	0.7
	60-69歳	27	16.6	16	9.8	3	1.8	3	1.8	1	0.6	-	-	1	0.6	-	-
	70-79歳	36	29.8	16	13.2	5	4.1	1	0.8	-	-	-	-	-	-	-	-
	80歳以上	13	31.7	4	9.8	3	7.3	2	4.9	-	-	-	-	-	-	1	2.4

腹囲

		総数		<85cm(男性) <90cm(女性)		≥85cm(男性) ≥90cm(女性)	
		人数	%	人数	%	人数	%
総数		1,305	100.0	884	67.7	421	32.3
男性	総数	639	100.0	310	48.5	329	51.5
	20-29歳	29	100.0	22	75.9	7	24.1
	30-39歳	54	100.0	29	53.7	25	46.3
	40-49歳	88	100.0	55	62.5	33	37.5
	50-59歳	116	100.0	52	44.8	64	55.2
	60-69歳	152	100.0	71	46.7	81	53.3
	70-79歳	122	100.0	48	39.3	74	60.7
	80歳以上	78	100.0	33	42.3	45	57.7
女性	総数	666	100.0	574	86.2	92	13.8
	20-29歳	46	100.0	42	91.3	4	8.7
	30-39歳	48	100.0	43	89.6	5	10.4
	40-49歳	104	100.0	92	88.5	12	11.5
	50-59歳	143	100.0	128	89.5	15	10.5
	60-69歳	163	100.0	139	85.3	24	14.7
	70-79歳	121	100.0	99	81.8	22	18.2
	80歳以上	41	100.0	31	75.6	10	24.4

問26-2 イ 血圧の測定状況

		総数		測定した		測定していない ・わからない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		2,467	100.0	1,757	71.2	510	20.7	200	8.1
男性	総数	1,176	100.0	821	69.8	245	20.8	110	9.4
	20-29歳	104	100.0	36	34.6	47	45.2	21	20.2
	30-39歳	135	100.0	65	48.1	49	36.3	21	15.6
	40-49歳	152	100.0	94	61.8	43	28.3	15	9.9
	50-59歳	180	100.0	128	71.1	42	23.3	10	5.6
	60-69歳	212	100.0	175	82.5	25	11.8	12	5.7
	70-79歳	199	100.0	173	86.9	12	6.0	14	7.0
	80歳以上	194	100.0	150	77.3	27	13.9	17	8.8
女性	総数	1,291	100.0	936	72.5	265	20.5	90	7.0
	20-29歳	135	100.0	59	43.7	65	48.1	11	8.1
	30-39歳	139	100.0	76	54.7	49	35.3	14	10.1
	40-49歳	191	100.0	128	67.0	55	28.8	8	4.2
	50-59歳	197	100.0	160	81.2	30	15.2	7	3.6
	60-69歳	224	100.0	194	86.6	16	7.1	14	6.3
	70-79歳	235	100.0	195	83.0	23	9.8	17	7.2
	80歳以上	170	100.0	124	72.9	27	15.9	19	11.2

血圧（収縮期） ※血圧を下げる薬の使用者含む

		総数		90mmHg未満		90-99		100-109		110-119		120-129		130-139		140-149	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		1,757	100.0	7	0.4	64	3.6	164	9.3	293	16.7	487	27.7	449	25.6	169	9.6
男性	総数	821	100.0	-	-	11	1.3	35	4.3	117	14.3	247	30.1	249	30.3	93	11.3
	20-29歳	36	100.0	-	-	1	2.8	4	11.1	12	33.3	10	27.8	8	22.2	1	2.8
	30-39歳	65	100.0	-	-	2	3.1	5	7.7	13	20.0	27	41.5	12	18.5	5	7.7
	40-49歳	94	100.0	-	-	2	2.1	11	11.7	14	14.9	31	33.0	24	25.5	5	5.3
	50-59歳	128	100.0	-	-	1	0.8	2	1.6	23	18.0	35	27.3	39	30.5	16	12.5
	60-69歳	175	100.0	-	-	3	1.7	6	3.4	25	14.3	49	28.0	60	34.3	17	9.7
	70-79歳	173	100.0	-	-	1	0.6	4	2.3	13	7.5	55	31.8	59	34.1	30	17.3
	80歳以上	150	100.0	-	-	1	0.7	3	2.0	17	11.3	40	26.7	47	31.3	19	12.7
女性	総数	936	100.0	7	0.7	53	5.7	129	13.8	176	18.8	240	25.6	200	21.4	76	8.1
	20-29歳	59	100.0	2	3.4	8	13.6	18	30.5	18	30.5	11	18.6	2	3.4	-	-
	30-39歳	76	100.0	-	-	11	14.5	24	31.6	24	31.6	13	17.1	3	3.9	1	1.3
	40-49歳	128	100.0	3	2.3	19	14.8	29	22.7	36	28.1	19	14.8	14	10.9	7	5.5
	50-59歳	160	100.0	2	1.3	8	5.0	24	15.0	37	23.1	46	28.8	27	16.9	5	3.1
	60-69歳	194	100.0	-	-	4	2.1	22	11.3	29	14.9	59	30.4	51	26.3	21	10.8
	70-79歳	195	100.0	-	-	3	1.5	10	5.1	24	12.3	58	29.7	63	32.3	22	11.3
	80歳以上	124	100.0	-	-	-	-	2	1.6	8	6.5	34	27.4	40	32.3	20	16.1

		150-159		160-169		170-179		180mmHg 以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		71	4.0	34	1.9	10	0.6	9	0.5
男性	総数	41	5.0	21	2.6	3	0.4	4	0.5
	20-29歳	-	-	-	-	-	-	-	-
	30-39歳	1	1.5	-	-	-	-	-	-
	40-49歳	3	3.2	3	3.2	1	1.1	-	-
	50-59歳	5	3.9	4	3.1	2	1.6	1	0.8
	60-69歳	10	5.7	3	1.7	-	-	2	1.1
	70-79歳	7	4.0	4	2.3	-	-	-	-
	80歳以上	15	10.0	7	4.7	-	-	1	0.7
女性	総数	30	3.2	13	1.4	7	0.7	5	0.5
	20-29歳	-	-	-	-	-	-	-	-
	30-39歳	-	-	-	-	-	-	-	-
	40-49歳	-	-	-	-	-	-	1	0.8
	50-59歳	7	4.4	4	2.5	-	-	-	-
	60-69歳	4	2.1	2	1.0	1	0.5	1	0.5
	70-79歳	4	2.1	5	2.6	5	2.6	1	0.5
	80歳以上	15	12.1	2	1.6	1	0.8	2	1.6

血圧（拡張期） ※血圧を下げる薬の使用者含む

		総数		40mmHg未満		40-49		50-59		60-69		70-79		80-89		90-99	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		1,757	100.0	-	-	4	0.2	118	6.7	403	22.9	611	34.8	429	24.4	159	9.0
男性	総数	821	100.0	-	-	2	0.2	40	4.9	152	18.5	267	32.5	235	28.6	102	12.4
	20-29歳	36	100.0	-	-	-	-	4	11.1	13	36.1	12	33.3	5	13.9	1	2.8
	30-39歳	65	100.0	-	-	-	-	1	1.5	21	32.3	19	29.2	14	21.5	9	13.8
	40-49歳	94	100.0	-	-	-	-	3	3.2	14	14.9	28	29.8	33	35.1	13	13.8
	50-59歳	128	100.0	-	-	-	-	1	0.8	7	5.5	37	28.9	48	37.5	28	21.9
	60-69歳	175	100.0	-	-	1	0.6	4	2.3	24	13.7	58	33.1	51	29.1	31	17.7
	70-79歳	173	100.0	-	-	1	0.6	4	2.3	36	20.8	69	39.9	53	30.6	10	5.8
	80歳以上	150	100.0	-	-	-	-	23	15.3	37	24.7	44	29.3	31	20.7	10	6.7
女性	総数	936	100.0	-	-	2	0.2	78	8.3	251	26.8	344	36.8	194	20.7	57	6.1
	20-29歳	59	100.0	-	-	-	-	8	13.6	23	39.0	22	37.3	5	8.5	1	1.7
	30-39歳	76	100.0	-	-	-	-	9	11.8	34	44.7	20	26.3	12	15.8	1	1.3
	40-49歳	128	100.0	-	-	-	-	22	17.2	32	25.0	44	34.4	21	16.4	9	7.0
	50-59歳	160	100.0	-	-	-	-	18	11.3	45	28.1	44	27.5	39	24.4	11	6.9
	60-69歳	194	100.0	-	-	-	-	4	2.1	37	19.1	81	41.8	56	28.9	13	6.7
	70-79歳	195	100.0	-	-	1	0.5	11	5.6	46	23.6	79	40.5	42	21.5	14	7.2
	80歳以上	124	100.0	-	-	1	0.8	6	4.8	34	27.4	54	43.5	19	15.3	8	6.5

		100-109		110-119		120-129		130-139		140mmHg以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		16	0.9	12	0.7	4	0.2	1	0.1	-	-
男性	総数	11	1.3	8	1.0	3	0.4	1	0.1	-	-
	20-29歳	-	-	1	2.8	-	-	-	-	-	-
	30-39歳	1	1.5	-	-	-	-	-	-	-	-
	40-49歳	2	2.1	1	1.1	-	-	-	-	-	-
	50-59歳	5	3.9	2	1.6	-	-	-	-	-	-
	60-69歳	1	0.6	4	2.3	1	0.6	-	-	-	-
	70-79歳	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	80歳以上	2	1.3	-	-	2	1.3	1	0.7	-	-
女性	総数	5	0.5	4	0.4	1	0.1	-	-	-	-
	20-29歳	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	30-39歳	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	40-49歳	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	50-59歳	3	1.9	-	-	-	-	-	-	-	-
	60-69歳	2	1.0	1	0.5	-	-	-	-	-	-
	70-79歳	-	-	1	0.5	1	0.5	-	-	-	-
	80歳以上	-	-	2	1.6	-	-	-	-	-	-

血圧 ※血圧を下げる薬の使用者含む

		総数		至適血圧		正常血圧		正常高値血圧		Ⅰ度高血圧		Ⅱ度高血圧		Ⅲ度高血圧		収縮期高血圧	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		1,757	100.0	484	27.5	463	26.4	424	24.1	313	17.8	49	2.8	24	1.4	194	11.0
男性	総数	821	100.0	148	18.0	222	27.0	225	27.4	184	22.4	27	3.3	15	1.8	101	12.3
	20-29歳	36	100.0	16	44.4	10	27.8	7	19.4	2	5.6	-	-	1	2.8	1	2.8
	30-39歳	65	100.0	19	29.2	19	29.2	13	20.0	13	20.0	1	1.5	-	-	4	6.2
	40-49歳	94	100.0	21	22.3	30	31.9	20	21.3	18	19.1	4	4.3	1	1.1	7	7.4
	50-59歳	128	100.0	23	18.0	31	24.2	29	22.7	35	27.3	7	5.5	3	2.3	10	7.8
	60-69歳	175	100.0	30	17.1	45	25.7	50	28.6	40	22.9	4	2.3	6	3.4	13	7.4
	70-79歳	173	100.0	18	10.4	50	28.9	60	34.7	41	23.7	4	2.3	-	-	35	20.2
	80歳以上	150	100.0	21	14.0	37	24.7	46	30.7	35	23.3	7	4.7	4	2.7	31	20.7
女性	総数	936	100.0	336	35.9	241	25.7	199	21.3	129	13.8	22	2.4	9	1.0	93	9.9
	20-29歳	59	100.0	44	74.6	10	16.9	4	6.8	1	1.7	-	-	-	-	-	-
	30-39歳	76	100.0	55	72.4	15	19.7	4	5.3	2	2.6	-	-	-	-	1	1.3
	40-49歳	128	100.0	79	61.7	21	16.4	13	10.2	14	10.9	-	-	1	0.8	6	4.7
	50-59歳	160	100.0	65	40.6	46	28.8	26	16.3	17	10.6	6	3.8	-	-	9	5.6
	60-69歳	194	100.0	49	25.3	59	30.4	53	27.3	26	13.4	5	2.6	2	1.0	17	8.8
	70-79歳	195	100.0	35	17.9	57	29.2	61	31.3	31	15.9	8	4.1	3	1.5	26	13.3
	80歳以上	124	100.0	9	7.3	33	26.6	38	30.6	38	30.6	3	2.4	3	2.4	34	27.4

問27 医療機関で処方された薬の服薬の有無

		総数		血圧を下げる薬		脈の乱れに関する薬(不整脈を整える薬)		コレステロールを下げる薬		中性脂肪(トリグリセライド)を下げる薬		上記のどの薬も服薬していない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	1,021	29.0	133	3.8	610	17.3	195	5.5	2,116	60.1	84	2.4
男性	総数	1,639	100.0	533	32.5	84	5.1	271	16.5	121	7.4	928	56.6	44	2.7
	20-29歳	139	100.0	1	0.7	-	-	3	2.2	1	0.7	134	96.4	2	1.4
	30-39歳	176	100.0	9	5.1	1	0.6	6	3.4	2	1.1	158	89.8	4	2.3
	40-49歳	196	100.0	12	6.1	1	0.5	15	7.7	6	3.1	166	84.7	6	3.1
	50-59歳	221	100.0	53	24.0	4	1.8	29	13.1	17	7.7	144	65.2	10	4.5
	60-69歳	280	100.0	107	38.2	9	3.2	57	20.4	29	10.4	134	47.9	4	1.4
	70-79歳	322	100.0	169	52.5	28	8.7	80	24.8	35	10.9	108	33.5	11	3.4
	80歳以上	305	100.0	182	59.7	41	13.4	81	26.6	31	10.2	84	27.5	7	2.3
女性	総数	1,881	100.0	488	25.9	49	2.6	339	18.0	74	3.9	1,188	63.2	40	2.1
	20-29歳	189	100.0	2	1.1	1	0.5	2	1.1	-	-	184	97.4	2	1.1
	30-39歳	229	100.0	3	1.3	-	-	4	1.7	1	0.4	222	96.9	1	0.4
	40-49歳	260	100.0	13	5.0	1	0.4	11	4.2	4	1.5	229	88.1	9	3.5
	50-59歳	253	100.0	46	18.2	-	-	29	11.5	2	0.8	187	73.9	4	1.6
	60-69歳	328	100.0	102	31.1	7	2.1	81	24.7	18	5.5	173	52.7	9	2.7
	70-79歳	348	100.0	153	44.0	17	4.9	123	35.3	22	6.3	125	35.9	8	2.3
	80歳以上	274	100.0	169	61.7	23	8.4	89	32.5	27	9.9	68	24.8	7	2.6

問28 医療機関や健診で糖尿病の診断を受けた経験

		総数		ある		ない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	510	14.5	2,978	84.6	32	0.9
男性	総数	1,639	100.0	315	19.2	1,307	79.7	17	1.0
	20-29歳	139	100.0	2	1.4	137	98.6	-	-
	30-39歳	176	100.0	5	2.8	170	96.6	1	0.6
	40-49歳	196	100.0	16	8.2	177	90.3	3	1.5
	50-59歳	221	100.0	41	18.6	179	81.0	1	0.5
	60-69歳	280	100.0	75	26.8	204	72.9	1	0.4
	70-79歳	322	100.0	96	29.8	221	68.6	5	1.6
	80歳以上	305	100.0	80	26.2	219	71.8	6	2.0
女性	総数	1,881	100.0	195	10.4	1,671	88.8	15	0.8
	20-29歳	189	100.0	2	1.1	187	98.9	-	-
	30-39歳	229	100.0	10	4.4	218	95.2	1	0.4
	40-49歳	260	100.0	23	8.8	236	90.8	1	0.4
	50-59歳	253	100.0	20	7.9	233	92.1	-	-
	60-69歳	328	100.0	45	13.7	282	86.0	1	0.3
	70-79歳	348	100.0	58	16.7	286	82.2	4	1.1
	80歳以上	274	100.0	37	13.5	229	83.6	8	2.9

問28-1 糖尿病の治療の有無

		総数		受けている		受けていない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		510	100.0	361	70.8	149	29.2	-	-
男性	総数	315	100.0	233	74.0	82	26.0	-	-
	20-29歳	2	100.0	1	50.0	1	50.0	-	-
	30-39歳	5	100.0	3	60.0	2	40.0	-	-
	40-49歳	16	100.0	8	50.0	8	50.0	-	-
	50-59歳	41	100.0	26	63.4	15	36.6	-	-
	60-69歳	75	100.0	58	77.3	17	22.7	-	-
	70-79歳	96	100.0	74	77.1	22	22.9	-	-
	80歳以上	80	100.0	63	78.8	17	21.3	-	-
女性	総数	195	100.0	128	65.6	67	34.4	-	-
	20-29歳	2	100.0	2	100.0	-	-	-	-
	30-39歳	10	100.0	5	50.0	5	50.0	-	-
	40-49歳	23	100.0	12	52.2	11	47.8	-	-
	50-59歳	20	100.0	12	60.0	8	40.0	-	-
	60-69歳	45	100.0	26	57.8	19	42.2	-	-
	70-79歳	58	100.0	43	74.1	15	25.9	-	-
	80歳以上	37	100.0	28	75.7	9	24.3	-	-

問28-2 投薬の有無

		総数		受けている		受けていない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		361	100.0	267	74.0	94	26.0	-	-
男性	総数	233	100.0	178	76.4	55	23.6	-	-
	20-29歳	1	100.0	1	100.0	-	-	-	-
	30-39歳	3	100.0	3	100.0	-	-	-	-
	40-49歳	8	100.0	5	62.5	3	37.5	-	-
	50-59歳	26	100.0	19	73.1	7	26.9	-	-
	60-69歳	58	100.0	46	79.3	12	20.7	-	-
	70-79歳	74	100.0	57	77.0	17	23.0	-	-
	80歳以上	63	100.0	47	74.6	16	25.4	-	-
女性	総数	128	100.0	89	69.5	39	30.5	-	-
	20-29歳	2	100.0	2	100.0	-	-	-	-
	30-39歳	5	100.0	2	40.0	3	60.0	-	-
	40-49歳	12	100.0	8	66.7	4	33.3	-	-
	50-59歳	12	100.0	7	58.3	5	41.7	-	-
	60-69歳	26	100.0	19	73.1	7	26.9	-	-
	70-79歳	43	100.0	31	72.1	12	27.9	-	-
	80歳以上	28	100.0	20	71.4	8	28.6	-	-

問28-3 生活習慣の改善への取組状況

		総数		受けている		受けていない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		510	100.0	277	54.3	226	44.3	7	1.4
男性	総数	315	100.0	172	54.6	138	43.8	5	1.6
	20-29歳	2	100.0	1	50.0	1	50.0	-	-
	30-39歳	5	100.0	3	60.0	2	40.0	-	-
	40-49歳	16	100.0	11	68.8	5	31.3	-	-
	50-59歳	41	100.0	20	48.8	21	51.2	-	-
	60-69歳	75	100.0	42	56.0	33	44.0	-	-
	70-79歳	96	100.0	51	53.1	42	43.8	3	3.1
	80歳以上	80	100.0	44	55.0	34	42.5	2	2.5
女性	総数	195	100.0	105	53.8	88	45.1	2	1.0
	20-29歳	2	100.0	2	100.0	-	-	-	-
	30-39歳	10	100.0	6	60.0	4	40.0	-	-
	40-49歳	23	100.0	13	56.5	10	43.5	-	-
	50-59歳	20	100.0	12	60.0	8	40.0	-	-
	60-69歳	45	100.0	23	51.1	22	48.9	-	-
	70-79歳	58	100.0	33	56.9	23	39.7	2	3.4
	80歳以上	37	100.0	16	43.2	21	56.8	-	-

問29 ア 体重

		総数		増えた		変わらない		減った		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	578	16.4	2,509	71.3	387	11.0	46	1.3
男性	総数	1,639	100.0	240	14.6	1,215	74.1	162	9.9	22	1.3
	20-29歳	139	100.0	27	19.4	97	69.8	15	10.8	-	-
	30-39歳	176	100.0	42	23.9	111	63.1	22	12.5	1	0.6
	40-49歳	196	100.0	47	24.0	130	66.3	16	8.2	3	1.5
	50-59歳	221	100.0	40	18.1	147	66.5	32	14.5	2	0.9
	60-69歳	280	100.0	30	10.7	220	78.6	27	9.6	3	1.1
	70-79歳	322	100.0	31	9.6	264	82.0	21	6.5	6	1.9
	80歳以上	305	100.0	23	7.5	246	80.7	29	9.5	7	2.3
女性	総数	1,881	100.0	338	18.0	1,294	68.8	225	12.0	24	1.3
	20-29歳	189	100.0	35	18.5	111	58.7	43	22.8	-	-
	30-39歳	229	100.0	61	26.6	147	64.2	21	9.2	-	-
	40-49歳	260	100.0	72	27.7	163	62.7	23	8.8	2	0.8
	50-59歳	253	100.0	54	21.3	156	61.7	43	17.0	-	-
	60-69歳	328	100.0	60	18.3	233	71.0	34	10.4	1	0.3
	70-79歳	348	100.0	34	9.8	270	77.6	36	10.3	8	2.3
	80歳以上	274	100.0	22	8.0	214	78.1	25	9.1	13	4.7

問29 イ 1週間の運動時間

		総数		増えた		変わらない		減った		もともとない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	208	5.9	1,701	48.3	427	12.1	1,150	32.7	34	1.0
男性	総数	1,639	100.0	78	4.8	863	52.7	174	10.6	508	31.0	16	1.0
	20-29歳	139	100.0	18	12.9	71	51.1	18	12.9	32	23.0	-	-
	30-39歳	176	100.0	14	8.0	78	44.3	22	12.5	61	34.7	1	0.6
	40-49歳	196	100.0	9	4.6	87	44.4	24	12.2	73	37.2	3	1.5
	50-59歳	221	100.0	18	8.1	99	44.8	31	14.0	72	32.6	1	0.5
	60-69歳	280	100.0	10	3.6	152	54.3	22	7.9	95	33.9	1	0.4
	70-79歳	322	100.0	4	1.2	202	62.7	26	8.1	86	26.7	4	1.2
	80歳以上	305	100.0	5	1.6	174	57.0	31	10.2	89	29.2	6	2.0
女性	総数	1,881	100.0	130	6.9	838	44.6	253	13.5	642	34.1	18	1.0
	20-29歳	189	100.0	24	12.7	74	39.2	36	19.0	55	29.1	-	-
	30-39歳	229	100.0	20	8.7	103	45.0	35	15.3	71	31.0	-	-
	40-49歳	260	100.0	22	8.5	107	41.2	30	11.5	100	38.5	1	0.4
	50-59歳	253	100.0	20	7.9	91	36.0	43	17.0	99	39.1	-	-
	60-69歳	328	100.0	16	4.9	150	45.7	40	12.2	120	36.6	2	0.6
	70-79歳	348	100.0	19	5.5	179	51.4	39	11.2	106	30.5	5	1.4
	80歳以上	274	100.0	9	3.3	134	48.9	30	10.9	91	33.2	10	3.6

問29 ウ 運動を行う日の平均運動時間

		総数		増えた		変わらない		減った		もともとない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	180	5.1	1,680	47.7	368	10.5	1,250	35.5	42	1.2
男性	総数	1,639	100.0	64	3.9	856	52.2	151	9.2	551	33.6	17	1.0
	20-29歳	139	100.0	15	10.8	74	53.2	11	7.9	39	28.1	-	-
	30-39歳	176	100.0	9	5.1	84	47.7	19	10.8	63	35.8	1	0.6
	40-49歳	196	100.0	9	4.6	85	43.4	18	9.2	81	41.3	3	1.5
	50-59歳	221	100.0	16	7.2	95	43.0	28	12.7	81	36.7	1	0.5
	60-69歳	280	100.0	7	2.5	151	53.9	22	7.9	99	35.4	1	0.4
	70-79歳	322	100.0	3	0.9	195	60.6	22	6.8	98	30.4	4	1.2
	80歳以上	305	100.0	5	1.6	172	56.4	31	10.2	90	29.5	7	2.3
女性	総数	1,881	100.0	116	6.2	824	43.8	217	11.5	699	37.2	25	1.3
	20-29歳	189	100.0	24	12.7	75	39.7	27	14.3	63	33.3	-	-
	30-39歳	229	100.0	21	9.2	96	41.9	28	12.2	84	36.7	-	-
	40-49歳	260	100.0	18	6.9	103	39.6	23	8.8	114	43.8	2	0.8
	50-59歳	253	100.0	20	7.9	89	35.2	37	14.6	107	42.3	-	-
	60-69歳	328	100.0	13	4.0	149	45.4	34	10.4	129	39.3	3	0.9
	70-79歳	348	100.0	12	3.4	182	52.3	36	10.3	110	31.6	8	2.3
	80歳以上	274	100.0	8	2.9	130	47.4	32	11.7	92	33.6	12	4.4

問29 エ 飲酒の頻度

		総数		増えた		変わらない		減った		もともとない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	95	2.7	1,303	37.0	263	7.5	1,817	51.6	42	1.2
男性	総数	1,639	100.0	54	3.3	833	50.8	146	8.9	589	35.9	17	1.0
	20-29歳	139	100.0	9	6.5	57	41.0	18	12.9	55	39.6	-	-
	30-39歳	176	100.0	19	10.8	72	40.9	19	10.8	65	36.9	1	0.6
	40-49歳	196	100.0	5	2.6	109	55.6	18	9.2	61	31.1	3	1.5
	50-59歳	221	100.0	10	4.5	122	55.2	28	12.7	60	27.1	1	0.5
	60-69歳	280	100.0	4	1.4	175	62.5	15	5.4	85	30.4	1	0.4
	70-79歳	322	100.0	5	1.6	171	53.1	21	6.5	121	37.6	4	1.2
	80歳以上	305	100.0	2	0.7	127	41.6	27	8.9	142	46.6	7	2.3
女性	総数	1,881	100.0	41	2.2	470	25.0	117	6.2	1,228	65.3	25	1.3
	20-29歳	189	100.0	14	7.4	53	28.0	29	15.3	93	49.2	-	-
	30-39歳	229	100.0	14	6.1	56	24.5	19	8.3	140	61.1	-	-
	40-49歳	260	100.0	4	1.5	93	35.8	22	8.5	140	53.8	1	0.4
	50-59歳	253	100.0	4	1.6	86	34.0	21	8.3	142	56.1	-	-
	60-69歳	328	100.0	4	1.2	92	28.0	12	3.7	217	66.2	3	0.9
	70-79歳	348	100.0	1	0.3	56	16.1	9	2.6	275	79.0	7	2.0
	80歳以上	274	100.0	-	-	34	12.4	5	1.8	221	80.7	14	5.1

問29 オ 1日あたりの飲酒の量

		総数		増えた		変わらない		減った		もともとない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	66	1.9	1,336	38.0	231	6.6	1,843	52.4	44	1.3
男性	総数	1,639	100.0	40	2.4	843	51.4	134	8.2	605	36.9	17	1.0
	20-29歳	139	100.0	5	3.6	62	44.6	15	10.8	57	41.0	-	-
	30-39歳	176	100.0	10	5.7	82	46.6	17	9.7	66	37.5	1	0.6
	40-49歳	196	100.0	6	3.1	109	55.6	12	6.1	66	33.7	3	1.5
	50-59歳	221	100.0	8	3.6	124	56.1	27	12.2	61	27.6	1	0.5
	60-69歳	280	100.0	4	1.4	172	61.4	15	5.4	88	31.4	1	0.4
	70-79歳	322	100.0	4	1.2	170	52.8	23	7.1	121	37.6	4	1.2
	80歳以上	305	100.0	3	1.0	124	40.7	25	8.2	146	47.9	7	2.3
女性	総数	1,881	100.0	26	1.4	493	26.2	97	5.2	1,238	65.8	27	1.4
	20-29歳	189	100.0	6	3.2	65	34.4	20	10.6	98	51.9	-	-
	30-39歳	229	100.0	9	3.9	61	26.6	15	6.6	144	62.9	-	-
	40-49歳	260	100.0	2	0.8	96	36.9	22	8.5	139	53.5	1	0.4
	50-59歳	253	100.0	5	2.0	87	34.4	17	6.7	144	56.9	-	-
	60-69歳	328	100.0	3	0.9	94	28.7	10	3.0	217	66.2	4	1.2
	70-79歳	348	100.0	1	0.3	60	17.2	6	1.7	274	78.7	7	2.0
	80歳以上	274	100.0	-	-	30	10.9	7	2.6	222	81.0	15	5.5

問29 カ 喫煙の頻度

		総数		増えた		変わらない		減った		もともとない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	45	1.3	396	11.3	133	3.8	2,901	82.4	45	1.3
男性	総数	1,639	100.0	32	2.0	313	19.1	110	6.7	1,163	71.0	21	1.3
	20-29歳	139	100.0	6	4.3	25	18.0	7	5.0	101	72.7	-	-
	30-39歳	176	100.0	4	2.3	36	20.5	10	5.7	125	71.0	1	0.6
	40-49歳	196	100.0	8	4.1	54	27.6	11	5.6	119	60.7	4	2.0
	50-59歳	221	100.0	6	2.7	63	28.5	9	4.1	142	64.3	1	0.5
	60-69歳	280	100.0	3	1.1	65	23.2	26	9.3	185	66.1	1	0.4
	70-79歳	322	100.0	4	1.2	47	14.6	30	9.3	236	73.3	5	1.6
	80歳以上	305	100.0	1	0.3	23	7.5	17	5.6	255	83.6	9	3.0
女性	総数	1,881	100.0	13	0.7	83	4.4	23	1.2	1,738	92.4	24	1.3
	20-29歳	189	100.0	2	1.1	5	2.6	2	1.1	180	95.2	-	-
	30-39歳	229	100.0	3	1.3	10	4.4	5	2.2	211	92.1	-	-
	40-49歳	260	100.0	7	2.7	32	12.3	4	1.5	216	83.1	1	0.4
	50-59歳	253	100.0	1	0.4	15	5.9	3	1.2	234	92.5	-	-
	60-69歳	328	100.0	-	-	8	2.4	4	1.2	313	95.4	3	0.9
	70-79歳	348	100.0	-	-	9	2.6	3	0.9	329	94.5	7	2.0
	80歳以上	274	100.0	-	-	4	1.5	2	0.7	255	93.1	13	4.7

問29 キ 1日あたりの睡眠時間

		総数		増えた		変わらない		減った		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		3,520	100.0	199	5.7	2,929	83.2	355	10.1	37	1.1
男性	総数	1,639	100.0	86	5.2	1,385	84.5	153	9.3	15	0.9
	20-29歳	139	100.0	8	5.8	118	84.9	13	9.4	-	-
	30-39歳	176	100.0	14	8.0	146	83.0	15	8.5	1	0.6
	40-49歳	196	100.0	13	6.6	161	82.1	19	9.7	3	1.5
	50-59歳	221	100.0	8	3.6	185	83.7	27	12.2	1	0.5
	60-69歳	280	100.0	16	5.7	242	86.4	20	7.1	2	0.7
	70-79歳	322	100.0	9	2.8	282	87.6	28	8.7	3	0.9
	80歳以上	305	100.0	18	5.9	251	82.3	31	10.2	5	1.6
女性	総数	1,881	100.0	113	6.0	1,544	82.1	202	10.7	22	1.2
	20-29歳	189	100.0	33	17.5	130	68.8	26	13.8	-	-
	30-39歳	229	100.0	17	7.4	179	78.2	33	14.4	-	-
	40-49歳	260	100.0	16	6.2	206	79.2	37	14.2	1	0.4
	50-59歳	253	100.0	12	4.7	215	85.0	26	10.3	-	-
	60-69歳	328	100.0	10	3.0	291	88.7	26	7.9	1	0.3
	70-79歳	348	100.0	7	2.0	304	87.4	31	8.9	6	1.7
	80歳以上	274	100.0	18	6.6	219	79.9	23	8.4	14	5.1

問30 就労状況・ボランティア活動等への参加状況

		総数		働いている・ 何らかの活動 を行っている		いずれも行っ ていない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		1,857	100.0	1,092	58.8	740	39.8	25	1.3
男性	総数	907	100.0	542	59.8	350	38.6	15	1.7
	60-69歳	280	100.0	218	77.9	60	21.4	2	0.7
	70-79歳	322	100.0	191	59.3	127	39.4	4	1.2
	80歳以上	305	100.0	133	43.6	163	53.4	9	3.0
女性	総数	950	100.0	550	57.9	390	41.1	10	1.1
	60-69歳	328	100.0	246	75.0	82	25.0	-	-
	70-79歳	348	100.0	204	58.6	142	40.8	2	0.6
	80歳以上	274	100.0	100	36.5	166	60.6	8	2.9

3 栄養摂取状況調査（8歳・11歳・13歳・16歳）

（1）対象者の特性（全体、男性、女性）

		全体 (n=562)		男性 (n=290)		女性 (n=272)	
		平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差
年齢	歳	11.9	± 2.9	11.9	± 2.9	11.8	± 2.9
年齢区分	人, %						
8～10歳		155	, 27.6	81	, 27.9	74	, 27.2
11～12歳		146	, 26.0	72	, 24.8	74	, 27.2
13～15歳		132	, 23.5	68	, 23.4	64	, 23.5
16～18歳		129	, 23.0	69	, 23.8	60	, 22.1
市町村	人, %						
岡山市		29	, 5.2	17	, 5.9	12	, 4.4
倉敷市		23	, 4.1	8	, 2.8	15	, 5.5
玉野市		19	, 3.4	8	, 2.8	11	, 4.0
瀬戸内市		23	, 4.1	10	, 3.4	13	, 4.8
吉備中央町		23	, 4.1	11	, 3.8	12	, 4.4
備前市		19	, 3.4	8	, 2.8	11	, 4.0
赤磐市		22	, 3.9	10	, 3.4	12	, 4.4
和気町		21	, 3.7	13	, 4.5	8	, 2.9
総社市		24	, 4.3	13	, 4.5	11	, 4.0
早島町		27	, 4.8	14	, 4.8	13	, 4.8
笠岡市		24	, 4.3	14	, 4.8	10	, 3.7
井原市		22	, 3.9	14	, 4.8	8	, 2.9
浅口市		19	, 3.4	12	, 4.1	7	, 2.6
里庄町		23	, 4.1	11	, 3.8	12	, 4.4
矢掛町		22	, 3.9	13	, 4.5	9	, 3.3
高梁市		26	, 4.6	14	, 4.8	12	, 4.4
新見市		20	, 3.6	11	, 3.8	9	, 3.3
真庭市		23	, 4.1	12	, 4.1	11	, 4.0
新庄村		17	, 3.0	8	, 2.8	9	, 3.3
津山市		17	, 3.0	11	, 3.8	6	, 2.2
鏡野町		17	, 3.0	8	, 2.8	9	, 3.3
久米南町		20	, 3.6	10	, 3.4	10	, 3.7
美咲町		15	, 2.7	6	, 2.1	9	, 3.3
美作市		24	, 4.3	12	, 4.1	12	, 4.4
勝央町		17	, 3.0	12	, 4.1	5	, 1.8
奈義町		13	, 2.3	8	, 2.8	5	, 1.8
西粟倉村		13	, 2.3	2	, 0.7	11	, 4.0
身長	cm	147.0	± 15.6	149.1	± 17.5	144.8	± 13.0
体重 ^a	kg	40.4	± 12.6	41.8	± 13.8	38.9	± 11.0
肥満度 ^a	%	0.9	± 13.9	1.6	± 14.7	0.1	± 13.0
肥満度区分 ^a	人, %						
<-20%		22	, 3.9	11	, 3.8	11	, 4.0
-20%～20%未満		490	, 87.5	245	, 85.1	245	, 90.1
≥20%		48	, 8.6	32	, 11.1	16	, 5.9

a 体重記入ありの人のみを集計（全体：n=560、男性：n=288、女性：n=272）

※P84～91の結果は上記調査人数から18歳を除いて集計

(2) 対象者の身体的特性 (男性)

(n=290)		平均値 ± 標準偏差	最小値	最大値
年齢	歳	11.9 ± 2.9	8	18
身長	cm	149.1 ± 17.5	90.2	186.5
体重 ^a	kg	41.8 ± 13.8	17.3	107.0
肥満度 ^a	%	1.6 ± 14.7	-29.8	76.5

a 体重記入ありの人のみを集計 (n=288)

(3) 対象者の身体的特性 (女性)

(n=272)		平均値 ± 標準偏差	最小値	最大値
年齢	歳	11.8 ± 2.9	8	17
身長	cm	144.8 ± 13.0	118.0	168.0
体重	kg	38.9 ± 11.0	14.6	78.9
肥満度	%	0.1 ± 13.0	-33.4	47.7

(4) 年齢別の対象者の身体的特性 (男性)

		8～10歳 (n=81)		11～12歳 (n=72)		13～15歳 (n=68)		16～18歳 (n=69)	
		平均値 ± 標準偏差		平均値 ± 標準偏差		平均値 ± 標準偏差		平均値 ± 標準偏差	
年齢	歳	8.2 ± 0.6		11.1 ± 0.3		13.1 ± 0.5		16.0 ± 0.2	
身長	cm	129.0 ± 7.0		142.4 ± 9.9		159.9 ± 8.4		169.0 ± 5.9	
体重 ^a	kg	28.3 ± 6.0		36.0 ± 7.4		48.2 ± 8.6		57.5 ± 9.9	
肥満度 ^a	%	5.4 ± 15.5		2.1 ± 15.4		-2.1 ± 11.3		0.4 ± 15.1	
肥満度区分 ^a	人, %								
<-20%		3 , 3.8		2 , 2.8		4 , 5.9		2 , 2.9	
-20%～20%未満		63 , 78.8		62 , 86.1		60 , 88.2		60 , 88.2	
≥20%		14 , 17.5		8 , 11.1		4 , 5.9		6 , 8.8	

a 体重記入ありの人のみを集計 (n=288)

(5) 年齢別の対象者の身体的特性 (女性)

		8～10歳 (n=74)		11～12歳 (n=74)		13～15歳 (n=64)		16～18歳 (n=60)	
		平均値 ± 標準偏差		平均値 ± 標準偏差		平均値 ± 標準偏差		平均値 ± 標準偏差	
年齢	歳	8.1 ± 0.5		11.1 ± 0.3		13.1 ± 0.4		16.0 ± 0.2	
身長	cm	127.7 ± 7.0		145.0 ± 6.9		153.3 ± 6.0		156.6 ± 5.5	
体重	kg	26.4 ± 5.4		37.0 ± 7.2		46.1 ± 6.4		49.1 ± 7.1	
肥満度	%	1.8 ± 12.9		-2.7 ± 13.6		0.5 ± 11.4		1.1 ± 13.7	
肥満度区分	人, %								
<-20%		3 , 4.1		4 , 5.4		3 , 4.7		1 , 1.7	
-20%～20%未満		66 , 89.2		67 , 90.5		57 , 89.1		55 , 91.7	
≥20%		5 , 6.8		3 , 4.1		4 , 6.3		4 , 6.7	

(6) エネルギー・栄養素別1日あたり摂取量(粗値; 全体、男性、女性)

		全体 (n=562)	男性 (n=290)	女性 (n=272)
		平均値 ± 標準偏差	平均値 ± 標準偏差	平均値 ± 標準偏差
エネルギー	kcal	2251 ± 676	2465 ± 674	2023 ± 600
たんぱく質	g	80.3 ± 26.3	86.7 ± 25.7	73.5 ± 25.1
脂質	g	77.7 ± 25.8	84.2 ± 25.7	70.7 ± 24.1
飽和脂肪酸	g	26.35 ± 10.21	28.71 ± 10.57	23.84 ± 9.19
n-6系多価不飽和脂肪酸	g	13.13 ± 4.31	14.17 ± 4.29	12.03 ± 4.06
n-3系多価不飽和脂肪酸	g	2.65 ± 0.96	2.84 ± 0.94	2.45 ± 0.93
コレステロール	mg	415 ± 161	440 ± 160	388 ± 158
炭水化物	g	299.3 ± 102.0	330.3 ± 105.5	266.2 ± 86.9
総食物繊維	g	12.2 ± 4.8	12.8 ± 4.7	11.7 ± 4.8
ビタミンA	RAEμg	734 ± 417	792 ± 456	672 ± 363
ビタミンD	μg	11.1 ± 7.3	12.1 ± 7.7	10.1 ± 6.8
α-トコフェロール	mg	8.7 ± 3.0	9.2 ± 3.0	8.2 ± 3.0
ビタミンK	μg	269 ± 154	282 ± 157	255 ± 149
ビタミンB1	mg	0.93 ± 0.33	1.00 ± 0.34	0.85 ± 0.31
ビタミンB2	mg	1.74 ± 0.61	1.89 ± 0.60	1.58 ± 0.57
ナイアシン	mg	16.1 ± 6.1	17.1 ± 6.1	15.0 ± 5.9
ビタミンB6	mg	1.30 ± 0.47	1.38 ± 0.47	1.21 ± 0.45
ビタミンB12	μg	7.7 ± 4.3	8.2 ± 4.3	7.2 ± 4.3
葉酸	μg	362 ± 140	385 ± 139	339 ± 137
パントテン酸	mg	7.87 ± 2.66	8.54 ± 2.67	7.16 ± 2.46
ビタミンC	mg	120 ± 57	126 ± 58	114 ± 55
ナトリウム	mg	4558 ± 1258	4836 ± 1236	4262 ± 1215
カリウム	mg	2727 ± 1013	2912 ± 1016	2530 ± 972
カルシウム	mg	836 ± 373	916 ± 378	752 ± 349
マグネシウム	mg	273 ± 96	292 ± 97	253 ± 92
リン	mg	1330 ± 468	1442 ± 468	1211 ± 439
鉄	mg	8.4 ± 2.8	8.9 ± 2.8	7.8 ± 2.8
亜鉛	mg	9.9 ± 3.2	10.8 ± 3.2	9.0 ± 2.9
銅	mg	1.25 ± 0.40	1.34 ± 0.40	1.15 ± 0.38
マンガン	mg	4.03 ± 1.32	4.37 ± 1.30	3.67 ± 1.24
食塩相当量	g	11.5 ± 3.2	12.2 ± 3.1	10.8 ± 3.1

(7) 年齢別のエネルギー・栄養素別1日あたり摂取量(粗値; 男性)

		8~10歳 (n=81)		11~12歳 (n=72)		13~15歳 (n=68)		16~18歳 (n=69)	
		平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差
エネルギー	kcal	2301	± 636	2433	± 547	2670	± 797	2487	± 663
たんぱく質	g	84.2	± 26.1	87.4	± 21.6	92.2	± 31.6	83.6	± 22.2
脂質	g	84.7	± 27.4	85.7	± 22.0	85.9	± 29.0	80.6	± 23.8
飽和脂肪酸	g	29.15	± 10.58	29.91	± 9.09	29.82	± 12.06	25.83	± 10.10
n-6系多価不飽和脂肪酸	g	14.23	± 4.61	14.30	± 3.77	14.12	± 4.51	14.01	± 4.28
n-3系多価不飽和脂肪酸	g	2.92	± 1.09	2.87	± 0.91	2.74	± 0.91	2.81	± 0.83
コレステロール	mg	427	± 180	439	± 142	448	± 179	450	± 131
炭水化物	g	292.8	± 86.4	319.5	± 88.2	370.9	± 123.9	345.7	± 107.6
総食物繊維	g	12.4	± 4.3	13.2	± 5.0	13.5	± 5.1	12.0	± 4.5
ビタミンA	RAEμg	785	± 479	815	± 455	841	± 514	728	± 359
ビタミンD	μg	11.5	± 7.7	12.0	± 6.9	12.4	± 7.5	12.8	± 8.6
α-トコフェロール	mg	9.3	± 3.3	9.3	± 2.7	9.4	± 3.3	8.9	± 2.7
ビタミンK	μg	274	± 153	303	± 172	281	± 153	271	± 150
ビタミンB1	mg	0.97	± 0.32	1.00	± 0.28	1.09	± 0.41	0.95	± 0.31
ビタミンB2	mg	1.86	± 0.60	1.97	± 0.52	1.98	± 0.67	1.76	± 0.61
ナイアシン	mg	16.9	± 6.2	16.7	± 5.0	18.4	± 7.7	16.5	± 4.9
ビタミンB6	mg	1.36	± 0.46	1.38	± 0.43	1.47	± 0.55	1.32	± 0.41
ビタミンB12	μg	8.6	± 5.3	8.2	± 3.8	8.2	± 4.4	7.7	± 3.4
葉酸	μg	376	± 131	394	± 140	406	± 154	365	± 130
パントテン酸	mg	8.22	± 2.54	8.76	± 2.31	9.11	± 3.16	8.11	± 2.59
ビタミンC	mg	126	± 58	126	± 56	133	± 63	116	± 57
ナトリウム	mg	4723	± 1281	4927	± 1161	4964	± 1458	4746	± 1006
カリウム	mg	2898	± 981	3015	± 957	3067	± 1144	2666	± 956
カルシウム	mg	907	± 370	981	± 318	975	± 410	799	± 393
マグネシウム	mg	284	± 94	301	± 85	312	± 116	274	± 87
リン	mg	1413	± 473	1479	± 402	1547	± 553	1334	± 417
鉄	mg	8.6	± 2.8	8.9	± 2.6	9.3	± 3.2	8.8	± 2.4
亜鉛	mg	10.2	± 3.0	10.7	± 2.7	11.8	± 3.8	10.5	± 2.9
銅	mg	1.25	± 0.38	1.33	± 0.36	1.45	± 0.45	1.34	± 0.39
マンガン	mg	4.09	± 1.22	4.31	± 1.06	4.84	± 1.47	4.31	± 1.36
食塩相当量	g	11.9	± 3.2	12.4	± 2.9	12.5	± 3.7	12.0	± 2.5

(8) 年齢別のエネルギー・栄養素別1日あたり摂取量(粗値; 女性)

		8~10歳 (n=74)		11~12歳 (n=74)		13~15歳 (n=64)		16~18歳 (n=60)	
		平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差
エネルギー	kcal	2037	± 515	2134	± 591	2076	± 632	1811	± 635
たんぱく質	g	72.2	± 20.2	77.9	± 23.6	77.4	± 28.0	65.3	± 27.4
脂質	g	72.6	± 20.1	73.5	± 23.0	73.0	± 27.2	62.2	± 24.9
飽和脂肪酸	g	25.14	± 7.84	25.30	± 8.77	24.46	± 10.28	19.78	± 9.07
n-6系多価不飽和脂肪酸	g	12.14	± 3.47	12.22	± 4.12	12.38	± 4.28	11.28	± 4.39
n-3系多価不飽和脂肪酸	g	2.48	± 0.85	2.47	± 0.92	2.60	± 0.99	2.23	± 0.96
コレステロール	mg	378	± 143	393	± 141	409	± 188	372	± 161
炭水化物	g	266.7	± 87.5	282.6	± 86.1	270.5	± 83.2	240.9	± 87.5
総食物繊維	g	11.2	± 3.9	12.0	± 5.3	12.7	± 5.0	10.7	± 5.0
ビタミンA	RAEμg	658	± 261	702	± 449	744	± 350	573	± 351
ビタミンD	μg	9.9	± 6.6	10.7	± 5.9	11.5	± 7.3	8.1	± 7.0
α-トコフェロール	mg	8.2	± 2.3	8.3	± 3.0	8.6	± 3.0	7.4	± 3.5
ビタミンK	μg	233	± 121	255	± 161	288	± 158	249	± 153
ビタミンB1	mg	0.83	± 0.23	0.91	± 0.29	0.92	± 0.32	0.76	± 0.35
ビタミンB2	mg	1.58	± 0.46	1.68	± 0.57	1.66	± 0.60	1.37	± 0.62
ナイアシン	mg	14.5	± 5.2	15.7	± 5.5	15.9	± 6.4	13.6	± 6.4
ビタミンB6	mg	1.17	± 0.37	1.27	± 0.43	1.29	± 0.47	1.09	± 0.51
ビタミンB12	μg	7.2	± 4.3	7.8	± 3.9	8.0	± 4.7	5.8	± 4.0
葉酸	μg	325	± 109	347	± 149	360	± 144	322	± 143
パントテン酸	mg	7.07	± 1.86	7.60	± 2.46	7.62	± 2.60	6.26	± 2.74
ビタミンC	mg	110	± 39	115	± 63	121	± 59	109	± 59
ナトリウム	mg	4106	± 930	4500	± 1375	4494	± 1254	3915	± 1187
カリウム	mg	2470	± 715	2655	± 1004	2712	± 1007	2257	± 1115
カルシウム	mg	774	± 283	813	± 358	802	± 349	597	± 373
マグネシウム	mg	245	± 75	266	± 89	272	± 92	227	± 107
リン	mg	1218	± 360	1288	± 408	1277	± 467	1036	± 490
鉄	mg	7.4	± 2.3	8.1	± 2.9	8.3	± 2.9	7.5	± 3.1
亜鉛	mg	8.8	± 2.4	9.6	± 2.7	9.4	± 3.2	8.0	± 3.0
銅	mg	1.11	± 0.33	1.19	± 0.38	1.20	± 0.39	1.08	± 0.41
マンガン	mg	3.67	± 1.29	3.84	± 1.21	3.65	± 1.24	3.48	± 1.21
食塩相当量	g	10.4	± 2.3	11.4	± 3.5	11.4	± 3.2	9.9	± 3.0

表15 食品群別1日あたり摂取量（粗値；全体、男性、女性）

		全体 (n=562)	男性 (n=290)	女性 (n=272)
		平均値 ± 標準偏差	平均値 ± 標準偏差	平均値 ± 標準偏差
穀類	g	469.9 ± 197.5	522.4 ± 214.1	413.9 ± 160.4
めし	g	364.6 ± 190.9	409.4 ± 209.8	316.8 ± 155.1
めん	g	61.1 ± 44.6	65.0 ± 45.2	56.8 ± 43.7
パン	g	44.2 ± 30.6	47.9 ± 32.8	40.3 ± 27.5
豆類	g	62.7 ± 43.0	67.4 ± 46.1	57.8 ± 39.0
いも類	g	39.1 ± 28.2	41.8 ± 29.2	36.4 ± 26.8
砂糖・菓子類	g	107.0 ± 72.3	112.9 ± 77.9	100.6 ± 65.4
砂糖	g	3.0 ± 1.7	3.1 ± 1.7	2.8 ± 1.7
菓子	g	104.0 ± 72.2	109.8 ± 77.8	97.8 ± 65.2
油脂類	g	18.5 ± 8.6	20.0 ± 9.1	16.9 ± 7.6
果実類	g	64.8 ± 68.2	64.6 ± 69.3	65.0 ± 67.1
野菜類	g	236.9 ± 145.2	241.1 ± 141.2	232.4 ± 149.5
緑黄色野菜	g	85.2 ± 64.7	85.3 ± 62.8	85.1 ± 66.7
その他野菜	g	130.1 ± 79.6	134.6 ± 77.3	125.3 ± 81.9
きのこ	g	11.1 ± 10.1	10.8 ± 9.9	11.3 ± 10.4
海藻	g	10.5 ± 10.7	10.3 ± 9.4	10.7 ± 11.9
飲料類	g	654.6 ± 382.8	740.6 ± 409.1	562.8 ± 329.4
野菜・果物ジュース	g	49.3 ± 119.9	54.7 ± 141.2	43.5 ± 91.9
緑茶・紅茶・ウーロン茶	g	497.2 ± 263.7	543.9 ± 267.0	447.4 ± 251.2
その他飲料	g	108.1 ± 177.6	142.0 ± 206.8	71.9 ± 130.9
魚介類	g	61.7 ± 41.5	63.4 ± 40.1	59.8 ± 43.0
肉類	g	89.6 ± 45.6	97.5 ± 46.5	81.2 ± 43.0
卵類	g	44.0 ± 24.5	46.5 ± 25.3	41.4 ± 23.3
乳類	g	320.9 ± 233.3	366.5 ± 238.9	272.4 ± 217.3

表16 年齢別の食品群別1日あたり摂取量(粗値;男性)

		8~10歳 (n=81)		11~12歳 (n=72)		13~15歳 (n=68)		16~18歳 (n=69)	
		平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差
穀類	g	428.7	± 141.7	480.5	± 172.2	624.9	± 244.9	575.0	± 235.8
めし	g	320.1	± 143.7	366.0	± 171.0	505.4	± 240.0	464.8	± 227.2
めん	g	64.5	± 40.8	65.8	± 47.9	69.4	± 54.2	60.7	± 37.5
パン	g	44.1	± 30.3	48.7	± 28.9	50.0	± 34.7	49.6	± 37.4
豆類	g	63.6	± 46.3	78.6	± 42.1	64.2	± 43.6	63.2	± 51.1
いも類	g	45.4	± 29.5	44.7	± 32.9	43.1	± 28.9	33.2	± 23.6
砂糖・菓子類	g	113.5	± 68.5	121.8	± 72.8	113.0	± 89.4	102.8	± 81.8
砂糖	g	2.9	± 1.6	3.5	± 1.7	3.2	± 2.1	2.7	± 1.5
菓子	g	110.6	± 68.4	118.3	± 72.7	109.8	± 89.0	100.1	± 82.1
油脂類	g	21.0	± 11.1	19.5	± 8.7	18.3	± 7.5	21.1	± 8.5
果実類	g	69.8	± 57.6	74.2	± 75.5	72.2	± 87.2	41.1	± 48.3
野菜類	g	234.4	± 120.0	249.6	± 144.4	243.2	± 150.4	237.9	± 153.6
緑黄色野菜	g	83.6	± 53.6	90.3	± 70.9	85.9	± 60.3	81.4	± 67.3
その他野菜	g	129.3	± 66.3	134.8	± 70.0	138.3	± 89.3	136.9	± 84.9
きのこ	g	11.5	± 8.8	12.4	± 11.9	11.0	± 10.4	8.3	± 7.9
海藻	g	9.9	± 8.7	12.0	± 8.8	8.1	± 9.2	11.3	± 10.8
飲料類	g	709.7	± 362.9	702.0	± 351.2	765.4	± 425.6	792.9	± 493.0
野菜・果物ジュース	g	57.0	± 161.3	36.8	± 82.9	62.2	± 155.5	63.3	± 150.7
緑茶・紅茶・ウーロン茶	g	555.2	± 235.3	555.6	± 275.6	546.8	± 278.1	515.5	± 285.2
その他飲料	g	97.5	± 154.7	109.6	± 150.0	156.4	± 222.7	214.0	± 268.8
魚介類	g	67.5	± 47.6	65.1	± 35.8	59.7	± 40.2	60.7	± 34.4
肉類	g	95.9	± 43.5	89.4	± 34.3	107.1	± 60.7	98.5	± 44.2
卵類	g	42.6	± 27.1	45.5	± 25.3	45.3	± 22.0	53.4	± 25.5
乳類	g	375.4	± 222.8	421.8	± 210.4	388.7	± 233.2	276.3	± 269.0

表17 年齢別の食品群別1日あたり摂取量(粗値;女性)

		8~10歳 (n=74)		11~12歳 (n=74)		13~15歳 (n=64)		16~18歳 (n=60)	
		平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差	平均値	± 標準偏差
穀類	g	411.0	± 203.1	440.2	± 150.7	417.8	± 135.0	380.7	± 132.6
めし	g	318.8	± 206.1	334.2	± 137.3	313.9	± 127.6	295.8	± 127.8
めん	g	52.0	± 29.2	63.9	± 54.1	60.2	± 48.7	50.5	± 37.5
パン	g	40.2	± 23.5	42.1	± 24.4	43.7	± 31.4	34.4	± 30.9
豆類	g	52.0	± 33.4	59.6	± 39.9	62.8	± 39.2	57.3	± 43.8
いも類	g	36.8	± 21.7	35.5	± 28.5	39.8	± 29.0	33.1	± 28.2
砂糖・菓子類	g	110.9	± 68.1	105.7	± 60.9	98.2	± 70.4	84.2	± 59.8
砂糖	g	2.7	± 1.8	3.0	± 1.6	3.1	± 1.6	2.4	± 1.7
菓子	g	108.2	± 68.2	102.7	± 60.9	95.1	± 69.9	81.8	± 59.5
油脂類	g	17.6	± 8.1	17.1	± 7.1	16.6	± 7.1	16.1	± 8.2
果実類	g	60.6	± 46.5	72.0	± 66.5	71.2	± 90.1	55.3	± 60.1
野菜類	g	223.7	± 129.5	232.2	± 158.4	251.6	± 145.7	223.2	± 166.3
緑黄色野菜	g	84.7	± 55.2	80.9	± 70.1	92.6	± 69.4	82.8	± 73.3
その他野菜	g	118.3	± 69.1	126.4	± 81.4	136.7	± 80.6	120.6	± 97.6
きのこ	g	10.7	± 9.9	12.9	± 12.4	11.6	± 10.1	9.8	± 8.5
海藻	g	10.1	± 9.3	12.0	± 14.7	10.7	± 10.8	10.0	± 12.2
飲料類	g	554.2	± 259.6	583.7	± 379.0	528.1	± 320.9	584.7	± 353.3
野菜・果物ジュース	g	33.9	± 52.2	43.5	± 124.4	40.6	± 79.5	58.7	± 95.6
緑茶・紅茶・ウーロン茶	g	457.7	± 231.5	461.3	± 237.5	415.9	± 268.2	451.0	± 274.7
その他飲料	g	62.6	± 98.9	78.9	± 133.2	71.6	± 144.1	74.9	± 149.4
魚介類	g	57.2	± 41.9	63.6	± 35.6	67.8	± 49.1	49.7	± 44.6
肉類	g	74.5	± 28.9	86.5	± 46.5	83.9	± 53.5	79.9	± 40.4
卵類	g	39.0	± 20.9	38.4	± 21.8	43.4	± 26.5	45.9	± 24.0
乳類	g	295.2	± 187.2	320.8	± 241.3	298.1	± 212.8	157.2	± 188.1

4 生活習慣調査（8歳・11歳・13歳・16歳）

問1 朝食摂取状況

		総数		毎日食べる		週に5～6日 食べる		週3～4日 食べる		週に1～2日 食べる		食べない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		574	100.0	509	88.7	38	6.6	13	2.3	9	1.6	5.0	0.9	-	-
男性	総数	297	100.0	263	88.6	17	5.7	8	2.7	8	2.7	1.0	0.3	-	-
	8歳	82	100.0	79	96.3	2	2.4	1	1.2	-	-	-	-	-	-
	11歳	78	100.0	73	93.6	1	1.3	1	1.3	3	3.8	-	-	-	-
	13歳	65	100.0	53	81.5	6	9.2	4	6.2	2	3.1	-	-	-	-
	16歳	72	100.0	58	80.6	8	11.1	2	2.8	3	4.2	1.0	1.4	-	-
女性	総数	277	100.0	246	88.8	21	7.6	5	1.8	1	0.4	4.0	1.4	-	-
	8歳	75	100.0	72	96.0	3	4.0	-	-	-	-	-	-	-	-
	11歳	78	100.0	72	92.3	4	5.1	1	1.3	-	-	1.0	1.3	-	-
	13歳	62	100.0	52	83.9	7	11.3	2	3.2	1	1.6	-	-	-	-
	16歳	62	100.0	50	80.6	7	11.3	2	3.2	-	-	3.0	4.8	-	-

問2 朝食を家族と食べる頻度

		総数		ほとんど 毎日食べる		週に4～5日 食べる		週に2～3日 食べる		週に1日 程度食べる		ほとんど 食べない		一人暮らし		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		574	100.0	353	61.5	56	9.8	47	8.2	35	6.1	77	13.4	5	0.9	1	0.2
男性	総数	297	100.0	178	59.9	29	9.8	30	10.1	19	6.4	37	12.5	4	1.3	-	-
	8歳	82	100.0	62	75.6	7	8.5	8	9.8	1	1.2	4	4.9	-	-	-	-
	11歳	78	100.0	53	67.9	8	10.3	4	5.1	6	7.7	7	9.0	-	-	-	-
	13歳	65	100.0	34	52.3	9	13.8	12	18.5	4	6.2	6	9.2	-	-	-	-
	16歳	72	100.0	29	40.3	5	6.9	6	8.3	8	11.1	20	27.8	4	5.6	-	-
女性	総数	277	100.0	175	63.2	27	9.7	17	6.1	16	5.8	40	14.4	1	0.4	1	0.4
	8歳	75	100.0	57	76.0	9	12.0	8	10.7	1	1.3	-	-	-	-	-	-
	11歳	78	100.0	54	69.2	5	6.4	3	3.8	4	5.1	12	15.4	-	-	-	-
	13歳	62	100.0	39	62.9	5	8.1	4	6.5	4	6.5	9	14.5	-	-	1	1.6
	16歳	62	100.0	25	40.3	8	12.9	2	3.2	7	11.3	19	30.6	1	1.6	-	-

問3 夕食を家族と食べる頻度

		総数		ほとんど 毎日食べる		週に4～5日 食べる		週に2～3日 食べる		週に1日 程度食べる		ほとんど 食べない		一人暮らし		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		574	100.0	475	82.8	49	8.5	28	4.9	9	1.6	4	0.7	4	0.7	5	0.9
男性	総数	297	100.0	238	80.1	27	9.1	20	6.7	6	2.0	2	0.7	3	1.0	1	0.3
	8歳	82	100.0	77	93.9	3	3.7	1	1.2	1	1.2	-	-	-	-	-	-
	11歳	78	100.0	71	91.0	5	6.4	1	1.3	1	1.3	-	-	-	-	-	-
	13歳	65	100.0	53	81.5	6	9.2	5	7.7	-	-	-	-	-	-	1	1.5
	16歳	72	100.0	37	51.4	13	18.1	13	18.1	4	5.6	2	2.8	3	4.2	-	-
女性	総数	277	100.0	237	85.6	22	7.9	8	2.9	3	1.1	2	0.7	1	0.4	4	1.4
	8歳	75	100.0	70	93.3	2	2.7	2	2.7	-	-	-	-	-	-	1	1.3
	11歳	78	100.0	70	89.7	3	3.8	2	2.6	1	1.3	1	1.3	-	-	1	1.3
	13歳	62	100.0	50	80.6	6	9.7	2	3.2	2	3.2	1	1.6	-	-	1	1.6
	16歳	62	100.0	47	75.8	11	17.7	2	3.2	-	-	-	-	1	1.6	1	1.6

問4 主食、主菜、副菜をそろえて食べることが1日2回以上ある頻度

		総数		ほぼ毎日		週に4～5日		週に2～3日		ほとんどない		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		574	100.0	328	57.1	154	26.8	65	11.3	22	3.8	5	0.9
男性	総数	297	100.0	173	58.2	82	27.6	31	10.4	10	3.4	1	0.3
	8歳	82	100.0	55	67.1	17	20.7	9	11.0	1	1.2	-	-
	11歳	78	100.0	38	48.7	27	34.6	10	12.8	3	3.8	-	-
	13歳	65	100.0	37	56.9	22	33.8	5	7.7	-	-	1	1.5
	16歳	72	100.0	43	59.7	16	22.2	7	9.7	6	8.3	-	-
女性	総数	277	100.0	155	56.0	72	26.0	34	12.3	12	4.3	4	1.4
	8歳	75	100.0	42	56.0	21	28.0	10	13.3	1	1.3	1	1.3
	11歳	78	100.0	44	56.4	22	28.2	11	14.1	-	-	1	1.3
	13歳	62	100.0	37	59.7	16	25.8	5	8.1	3	4.8	1	1.6
	16歳	62	100.0	32	51.6	13	21.0	8	12.9	8	12.9	1	1.6

問 5 定期的な歯科検診の受診の有無

		総数		はい		いいえ		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		574	100.0	335	58.4	234	40.8	5	0.9
男性	総数	297	100.0	173	58.2	123	41.4	1	0.3
	8歳	82	100.0	63	76.8	19	23.2	-	-
	11歳	78	100.0	51	65.4	27	34.6	-	-
	13歳	65	100.0	36	55.4	28	43.1	1	1.5
	16歳	72	100.0	23	31.9	49	68.1	-	-
女性	総数	277	100.0	162	58.5	111	40.1	4	1.4
	8歳	75	100.0	56	74.7	18	24.0	1	1.3
	11歳	78	100.0	46	59.0	31	39.7	1	1.3
	13歳	62	100.0	39	62.9	22	35.5	1	1.6
	16歳	62	100.0	21	33.9	40	64.5	1	1.6

問 6 自分の体形についての思い

		総数		痩せていると思う		普通だと思う		太っていると思う		無回答	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数		574	100.0	136	23.7	354	61.7	79	13.8	5	0.9
男性	総数	297	100.0	94	31.6	172	57.9	30	10.1	1	0.3
	8歳	82	100.0	21	25.6	50	61.0	11	13.4	-	-
	11歳	78	100.0	26	33.3	44	56.4	8	10.3	-	-
	13歳	65	100.0	19	29.2	37	56.9	8	12.3	1	1.5
	16歳	72	100.0	28	38.9	41	56.9	3	4.2	-	-
女性	総数	277	100.0	42	15.2	182	65.7	49	17.7	4	1.4
	8歳	75	100.0	13	17.3	52	69.3	9	12.0	1	1.3
	11歳	78	100.0	15	19.2	45	57.7	17	21.8	1	1.3
	13歳	62	100.0	8	12.9	43	69.4	10	16.1	1	1.6
	16歳	62	100.0	6	9.7	42	67.7	13	21.0	1	1.6

Ⅶ 調査票様式

1 栄養摂取状況調査票 (20歳以上)

DHQ-BOX

あなたの食習慣についておたずねします 最近1か月間の食習慣について、お答え下さい

たくさん質問がありますが、あまり考え込まずに、第一印象でお答えください。

- 質問の内容が難しい場合には、あなたの家庭で食事の準備をおもにしているひと いっしょに考えながら、答えてください。
- すべての質問にお答えいただいた場合には、あなたが自身の健康維持・増進に役立てていただけるように、簡単な結果【あなたの食事・栄養の特徴】を後日お返しします。



お答えいただいた内容は、食べ物と健康との関連を明らかにし、だれもが健康な生活を送るようになるための貴重な資料として活用させていただきます。その場合、結果はたくさんのひとたちの平均値などの数値として公表されます。あなたの個人がわかるような形で公表されることは絶対にありません。

【記入の仕方】

- 太い黒の鉛筆でご記入ください。
- この用紙は機械で読み取ります。文字は枠線にからまないように丁寧に記入ください。

数字の記入例

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

√の記入例

- 枠線の中にある3点を結んでください。
- まわりの枠線に線がふれないように記入ください。

良い例 ☒ 悪い例 ☐



備考欄

- ID1は必ず数字でご記入ください。(記号・アルファベットは不可)
- IDは、「左詰めでも右詰めでも可」

ID1

ID2

ID3

<女性の方のみ>

必ずご記入ください。

性別(√を記入) 男性 ☐ 女性 ☐

生年月日(年号は√を記入) (生年月日は和暦ですのでご注意ください)

西暦 20 年 月 日

身長 cm

体重 Kg

BDHQ1-1 2012.04版OCR_New2019

あなたは、この1か月のあいだ、以下の食べ物をごくらの頻度で食べていましたか？
もっともあてはまる回答をひとつ選んで、√を記入してください。

枠線の中にある3点を結んでください。	低脂肪	普通・高脂肪	鶏肉 (挽き肉を含む)	豚肉・牛肉・羊肉 (挽き肉を含む)	ハム・ソーセージ・ベーコンなどの加工肉	レバー
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回
週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

いかたこ・えび・貝	骨ごと食べる魚	ツナ缶 (まぐろの油漬け)	魚の干物・塩漬魚・魚介類製品 (塩漬は、塩漬・あじの干物・ちくわ・かまぼこなど)	脂が乗った魚	脂が少なめの魚	たまご (鶏の卵1個程度)
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回
週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

とうふ・厚揚げ・豆乳	納豆	いも (すべての種類)	緑の濃い野菜	きのこ (すべての種類)	海藻 (すべての種類)
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回
週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

料理に使った野菜 (漬物・サラダ以外)	キャベツ・白菜	にんじん・かぼちゃ	だいこん・かぶ	きのこ (すべての種類)	海藻 (すべての種類)
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回
週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

洋菓子・クッキー・ビスケット	和菓子	せんべい・スナック菓子・もち・お好み焼きなど	アイスクリーム	みかんなどの柑橘(かんきつ)類	かき・いちご・キウイ	その他のすべての果物 (りんご・バナナなど)
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回
週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

マヨネーズ・ドレッシング	パン (おかず・パン・菓子類も含む)	そば	うどん・ひやむぎ・そうめん	らーめん・インスタント・ラーメン	スパゲッティ・マカロニなど	飲み物
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回
週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

紅茶・ウーロン茶(中国茶)	コーヒー	コーラ・ジュース (スポーツドリンクも含む)	100%果物ジュース	100%野菜ジュース	「主食のある朝食」を食べた頻度	「平均的な1日」に食べた「ごはん」と「みそ汁」
毎日4杯以上	毎日4杯以上	毎日4杯以上	毎日4杯以上	毎日4杯以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日2～3杯	毎日2～3杯	毎日2～3杯	毎日2～3杯	毎日2～3杯	毎日1回	毎日1回
毎日1杯	毎日1杯	毎日1杯	毎日1杯	毎日1杯	毎日1回	毎日1回
週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	毎日1回	毎日1回
週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	毎日1回	毎日1回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	毎日1回	毎日1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	毎日1回	毎日1回
飲まなかった	飲まなかった	飲まなかった	飲まなかった	飲まなかった	毎日1回	毎日1回

頻度	日本酒	ビール (大瓶で)	焼酎・酎ハイ・泡盛 (焼酎・泡盛を割りで)	ウイスキー類 (ダブルで)	ワイン (ワイングラスで)	玄米・胚芽米を食べているか
毎日	4杯以上	4杯以上	4杯以上	4杯以上	4杯以上	毎日
週に5回	4杯以上	4杯以上	4杯以上	4杯以上	4杯以上	毎日
週に4回	3杯	3杯	3杯	3杯	3杯	毎日
週に3回	2杯	2杯	2杯	2杯	2杯	毎日
週に2回	1杯	1杯	1杯	1杯	1杯	毎日
週に1回	0.5杯	0.5杯	0.5杯	0.5杯	0.5杯	毎日
週に1回未満	0.5杯未満	0.5杯未満	0.5杯未満	0.5杯未満	0.5杯未満	毎日
飲まなかった	飲まなかった	飲まなかった	飲まなかった	飲まなかった	飲まなかった	毎日

「飲まなかった」場合には、お酒の種類別の質問に答える必要はありません。

あなたは、この1か月のあいだ、以下の食べ物をごくらの頻度で食べていましたか？もっともあてはまる回答をひとつ選んで、√を記入してください。

肉を使った料理 (ハム・ソーセージなどの肉加工品も含む)	ハンバーグ・カレー・ミートソースなど洋風の料理	揚げ物・天ぷら (揚げ物の量)	炒め物	和風の煮物・汁物・みそ汁
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回
週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

さし・みずし (定食・人前程度)	焼き魚	煮魚・鍋物・汁物・みそ汁	てんぷら・揚げ物 (揚げ物の量)
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回
週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回
週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

食事のときに使うよう・ソース	外食の定食・人前、自分が普段食べている量と比べると	食べる量は
必ず使う	家のほうがかなり多い	かなり多い
よく使う	家のほうが少し多い	やや多い
ときどき使う	ほぼ同じくらい	ふつう
ほとんど使わない	外食のほうが少し多い	やや少ない
まったく使わない	外食のほうがかなり多い	かなり少ない

季節によって食べ方が大きく変わる食べ物			最後にお答えください。		
この1年間でもっとよく食べた季節を思い出して、その頃の食べ方についてお答えください。			もっともあてはまる回答をひとつ選んで、▼を記入してください。		
この1か月前に 未発着の食品を 使いましたか？			最近、 食費を 意識的に 減えましたか？		
みかんなどの 柑橘(かんきつ)類			最近、 医師、栄養士 その他専門 家の指導の もとで、食 事のコント ールをして いますか？		
かき(柿)			この質問票に お返しに 答えたひとは		
いちご					
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上		
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回		
週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回		
週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回		
週1回	週1回	週1回	週1回		
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満		
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった		

これで終わります。お疲れ様でした。

2 生活習慣調査票

岡山県統計調査 1 2 5 号

ID: _____

令和 3 年県民健康調査 **生活習慣調査票**

20 歳以上用

この調査票では、あなたのお食事の習慣や様子、運動の状況、歯の状況、たばこやお酒について、睡眠やストレスの状況、ボランティア活動などについて伺います。

質問は 60 歳未満の方は 29 問、60 歳以上の方は 30 問です。

あまり考え込まず、お答え下さい。

この質問票にお答え下さっている方は	1 男性	2 女性
	年齢	歳
同居のご家族はお答えくださっている方を含めて	人	

問 1 あなたは毎日朝食を食べますか。
あてはまる番号を 1 つ選んで○をつけて下さい。

- 1 毎日食べる
- 2 週 5 ～ 6 日食べる
- 3 週 3 ～ 4 日食べる
- 4 週 1 ～ 2 日食べる
- 5 食べない

問 2 朝食を家族と一緒に食べることは 1 週間でどのくらいありますか。
あてはまる番号を 1 つ選んで○をつけて下さい。

- 1 ほとんど毎日食べる
- 2 週に 4 ～ 5 日食べる
- 3 週に 2 ～ 3 日食べる
- 4 週に 1 日程度食べる
- 5 ほとんど食べない
- 6 一人暮らし

問3 夕食を家族と一緒に食べることは1週間でどのくらいありますか。
あてはまる番号を1つ選んで○をつけて下さい。

- 1 ほとんど毎日食べる
- 2 週に4～5日食べる
- 3 週に2～3日食べる
- 4 週に1日程度食べる
- 5 ほとんど食べない
- 6 一人暮らし

問4 あなたは食塩をとり過ぎないように気をつけていますか。
あてはまる番号を1つ選んで○をつけて下さい。

- 1 いつも気をつけている
- 2 だいたい気をつけている
- 3 あまり気をつけていない
- 4 気をつけていない

問5 あなたは野菜を食べるようにしていますか。
あてはまる番号を1つ選んで○をつけて下さい。

- 1 十分食べている
- 2 普通に食べている
- 3 あまり食べていない
- 4 食べていない

問6 主食（ご飯、パン、麺など）・主菜（肉、魚、卵、大豆製品などを使ったメインの料理）・副菜（野菜、きのこ、いも、海藻などを使った小鉢・小皿の料理、野菜がたくさん入った汁物）を3つそろえて食べることが1日2回以上あるのは、週に何日ありますか。あてはまる番号を1つ選んで○をつけて下さい。

- 1 ほぼ毎日
- 2 週に4～5日
- 3 週に2～3日
- 4 ほとんどない

問 7

あなたはこの1ヶ月で、「ア 外食」「イ 持ち帰り弁当や惣菜」「ウ おかずの素（例マーボー豆腐の素）やレトルト食品などの半調理済み食品」をどの程度利用しましたか。

あてはまる番号を1つ選んで○をつけて下さい。

ア 外食

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

イ 持ち帰り弁当や惣菜

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

ウ おかずの素、レトルト食品などの半調理済み食品

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

問 8

あなたは普段、外食をするときや食品を購入するときに、栄養成分の表示を参考にしていますか。

あてはまる番号を1つ選んで○をつけて下さい。

- 1 いつも参考にしている
- 2 時々参考にしている
- 3 あまり参考にしていない
- 4 参考にしていない

問 9 あなたは現在、医師等から運動を禁止されていますか。あてはまる番号を1つ選んで○をつけて下さい。

※運動とは、スポーツやフィットネスなどの健康・体力の維持・増進を目的として、計画的、定期的に行うものです。また、趣味等でサッカークラブ、ママさんバレーなど定期的に活動する事も含みます。

- 1 禁止されていない
- 2 禁止されている → 問11へ

問 10 運動習慣の状況についてお答え下さい。(ア)及び(イ)は数字を記入し、(ウ)はあてはまる番号を1つ選んで○をつけて下さい。

ア 1週間の運動日数()日 0日の場合 → 問11へ

イ 運動を行う日の平均運動時間(1日に複数回運動する方は一番長い時間を記入して下さい。)
()時間()分

ウ 運動の継続年数

- 1 1年未満
- 2 1年以上

問 11 あなたは1日に何歩歩きますか。歩数計や携帯電話などで歩数が確認できる方は昨日または今日の歩数をご記入下さい。

()歩

問 12 あなたは自分の適正体重を知っていますか。
あてはまる番号を1つ選んで○をつけて下さい。

- 1 知っている
- 2 知らない

問 13 ここ1ヶ月間、あなたは睡眠で休養が十分とれていますか。
あてはまる番号を1つ選んで○をつけて下さい。

- 1 十分とれている
- 2 まあまあとれている
- 3 あまりとれていない
- 4 まったくとれていない

問 1 4 あなたは普段、不安、悩み、ストレス、苦労などをうまく解消できていますか。
あてはまる番号を 1 つ選んで○をつけて下さい。

- 1 ほぼできている
- 2 できていない
- 3 どちらともいえない

問 1 5 あなたはたばこを吸いますか。
あてはまる番号を 1 つ選んで○をつけて下さい。

- 1 毎日吸っている
 - 2 時々吸う日がある
 - 3 以前は吸っていたが、1 ヶ月以上吸っていない
 - 4 もともと吸わない
- 問 1 6 へ

問 1 5 - 1 現在、あなたが吸っているたばこ製品について。
あてはまる番号を全て選んで○をつけて下さい。

- 1 紙巻きたばこ
- 2 加熱式たばこ※
- 3 その他

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

問 1 5 - 2 たばこをやめたいと思いますか。
あてはまる番号を 1 つ選んで○をつけて下さい。

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

問 1 6 あなたはCOPD（慢性閉塞性肺疾患）を知っていますか。
あてはまる番号を 1 つ選んで○をつけて下さい。

- 1 知っている
- 2 知らない

問 1 7 あなたは週に何日くらいお酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を
飲みますか。あてはまる番号を 1 つ選んで○をつけて下さい。

- 1 毎日
2 週に 5 ～ 6 日
3 週に 3 ～ 4 日
4 週に 1 ～ 2 日
5 ほとんど飲まない
6 やめた
7 飲まない（飲めない）
- 問 1 7 へ
- 問 1 7 - 1 問 1 7 で 1、2、3、4、5 と答えた方に伺います。
お酒を飲む日は 1 日あたり、どれくらいの量を飲みますか。
清酒に換算し、あてはまる番号を 1 つ選んで○をつけて下さい。

- 1 1 合（1 8 0 m l）未満
2 1 合以上 2 合（3 6 0 m l）未満
3 2 合以上 3 合（5 4 0 m l）未満
4 3 合以上 4 合（7 2 0 m l）未満
5 4 合以上 5 合（9 0 0 m l）未満
6 5 合（9 0 0 m l）以上

清酒 1 合（アルコール度数 1 5 度・1 8 0 m l）は次の量にほぼ相当します。

- ・ ビールロング缶 1 本（アルコール度数 5 度・5 0 0 m l）
- ・ 焼酎 0. 6 合（アルコール度数 2 5 度・約 1 1 0 m l）
- ・ ワイン 1 / 4 本（アルコール度数 1 4 度・1 8 0 m l）
- ・ ウィスキーダブル 1 杯（アルコール度数 4 3 度・5 0 m l）
- ・ 缶チューハイ 1. 5 缶（アルコール度数 5 度・約 5 2 0 m l）

問 1 7 - 2 あなたが過去 3 0 日間で一度に飲んだ最大量にあてはまる番号を
1 つ選んで○をつけて下さい。

- 1 1 合（1 8 0 m l）未満
2 1 合以上 2 合（3 6 0 m l）未満
3 2 合以上 3 合（5 4 0 m l）未満
4 3 合以上 4 合（7 2 0 m l）未満
5 4 合以上 5 合（9 0 0 m l）未満
6 5 合（9 0 0 m l）以上

問 1 8 あなたはお酒をやめたり、減らしたいと思いますか。
あてはまる番号を 1 つ選んで○をつけて下さい。

- 1 やめたい
2 減らしたい
3 このままでよい
4 わからない
- 問 1 9 へ
- 問 1 8 - 1 ↓

お酒をやめたり、減らしたい理由は何ですか。
あてはまる番号全てを選んで○をつけて下さい。

- 1 健康に良くないと自分で気がついたから
- 2 お酒で健康を害したから
- 3 医者に勧められたから
- 4 家族や友人などに勧められたから
- 5 お酒が原因でトラブルがあったから
- 6 通勤通学、買い物などで車を運転することが多いから
- 7 お酒でなく他のこと（趣味など）に時間を使いたいから
- 8 お金を節約したいから
- 9 上記以外の理由

問 1 9 自分の歯は何本ありますか

自分の歯は（ ）本ある。

※自分の歯には、親知らず、入れ歯、ブリッジ、インプラントは含みません。
さし歯は含みます。親知らずを除くと全部で通常は 2 8 本です。2 8 本より
多いことや少ないこともあります。0 本の場合（例 総入れ歯等）は 0 と書いて下さい。

問 2 0 あなたの普段食えるときの状況について伺います。次のア、イの質問
について、あてはまる番号を 1 つ選んで○をつけてください。

ア 何でもかんで食べることができる

- 1 はい
- 2 いいえ

イ よくかんで味わって食べている

- 1 はい
- 2 いいえ

問 2 1 あなたは定期的に歯科検診を受けていますか。
あてはまる番号を 1 つ選んで○をつけて下さい。

- 1 はい
- 2 いいえ

問 2 2 あなたはこの 1 年間に、歯科検診を受けましたか。
あてはまる番号を 1 つ選んで○をつけて下さい。

- 1 受けた
- 2 受けていない

問 2 3 あなたのお住まいの地域では、近所の誰かが助けを必要としたときに、近所の人たちは手を差し伸べることを嫌がらない地域だと思いますか。あてはまる番号を 1 つ選んで○をつけて下さい。
※「地域」とは、あなたが日常生活する範囲とお考え下さい。

- 1 そう思う
- 2 どちらかというと思う
- 3 どちらともいえない
- 4 どちらかというと思わない
- 5 思わない

問 2 4 あなたがこの 1 年間に行ったボランティア活動（近隣の人への手助け・支援も含みます）のうち、健康づくりに関係したものはありますか。あてはまる番号を全て選んで○をつけて下さい。
※必ずしも、無償に限らず、実費や謝礼を貰うなど、有償のものも含めてお考え下さい。

- 1 食生活などの生活習慣の改善のための活動
- 2 スポーツ・文化・芸術に関係した活動
- 3 まちづくりのための活動
- 4 子どもを対象とした活動
- 5 高齢者を対象とした活動
- 6 防犯・防災に関係した活動
- 7 自然や環境を守るための活動
- 8 上記以外の活動
- 9 健康づくりに関係したものは無い。ボランティア活動を行っていない。

問 2 5 あなたは肝炎ウィルス検査を受けたことがありますか。
あてはまる番号を1つ選んで○をつけて下さい。

- 1 はい
- 2 いいえ
- 3 わからない

問 2 6 あなたはこの1年間に、健診等（健康診断、健康診査及び人間ドック）
を受けましたか。
あてはまる番号を1つ選んで○をつけて下さい。

- ↓
- 1 受けた
 - 2 受けていない → 問 2 7 へ

問 2 6 - 1 受診年月を記入して下さい。（わからない方は「わからない」を選択
して下さい。）

- 1 令和（ ）年（ ）月
- 2 わからない → 問 2 7 へ

問 2 6 - 2 腹囲、血圧の健診結果を記入して下さい。（わからない方は「わから
ない」を選択して下さい。）

ア 腹囲（へその高さ）

- 1 （ ） c m （小数点1位までお答え下さい）
- 2 測定していない・わからない

イ 血圧

- 1 収縮期（最高）（ ） mm H g
- 2 拡張期（最低）（ ） mm H g
- 3 わからない

問 2 7 あなたは現在、次の薬を医療機関で処方されて、服薬していますか。
服薬している方はあてはまる番号全てに○をつけて下さい。

- 1 血圧を下げる薬
- 2 脈の乱れに関する薬（不整脈を整える薬）
- 3 コレステロールを下げる薬
- 4 中性脂肪（トリグリセライド）を下げる薬
- 5 上記1～4のどの薬も服薬していない。

問 2 8 あなたは、これまでに医療機関や健診で「糖尿病」と言われたことがありますか。あてはまる番号を 1 つ選んで○をつけて下さい。
※「境界型である」「糖尿病の気がある」「糖尿病になりかけている」「血糖値が高い」などのように言われたことも含みます。

- 1 ある
2 ない → 問 2 9 へ

問 2 8 - 1 現在、糖尿病の治療をしていますか。あてはまる番号を 1 つ選んで○をつけて下さい。
※定期的に医療機関を受診し、定期的な検査や生活習慣の改善指導を受けることも含みます。

- 1 受けている
2 受けていない → 問 2 8 - 3 へ

問 2 8 - 2 現在、投薬（インスリン注射または血糖を下げる薬）を受けていますか。あてはまる番号を 1 つ選んで○をつけて下さい。

- 1 受けている
2 受けていない

問 2 8 - 3 現在、生活習慣の改善に取り組んでいますか。あてはまる番号を 1 つ選んで○をつけて下さい。

- 1 受けている
2 受けていない

問 2 9 あなたのこの 1 ヶ月の体重及び生活習慣は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大前と比べて変化がありましたか。次の「ア 体重」から「カ 喫煙の頻度」についてあてはまる番号を 1 つ選んで○をつけて下さい。
※もともとその習慣がない場合は「4 もともとない」を選択して下さい。

ア 体重

- 1 増えた
2 変わらない
3 減った

イ 1週間の運動時間

- 1 増えた
- 2 変わらない
- 3 減った
- 4 もともとない

ウ 運動を行う日の平均運動時間

- 1 増えた
- 2 変わらない
- 3 減った
- 4 もともとない

エ 飲酒の頻度

- 1 増えた
- 2 変わらない
- 3 減った
- 4 もともとない

オ 1日あたりの飲酒の量

- 1 増えた
- 2 変わらない
- 3 減った
- 4 もともとない

カ 喫煙の頻度

- 1 増えた
- 2 変わらない
- 3 減った
- 4 もともとない

キ 1日当たりの睡眠時間

- 1 増えた
- 2 変わらない
- 3 減った

60歳未満の方はこれで終了です。ありがとうございました。

60歳以上の方は続けて問30にお答え下さい。

問 3 0

あなたは現在働いていますか。または、ボランティア活動、地域社会活動（町内会、地域活動など）、趣味やおけいこ事を行っていますか。あてはまる番号を1つ選んで○をつけて下さい。

- 1 働いている・何らかの活動を行っている
- 2 いずれも行っていない

質問は以上です。ご協力ありがとうございました。

3 栄養摂取状況調査票（8歳・11歳・13歳・16歳）

小学生・中学生・高校生のための食事質問票

あなたの 最近1か月間の食べ方 をおしえてください。

小学生のみなさんは、かならず、お母さん・お父さん・おばあさん・おじいさんなど、食事をともにすることの多いひとといしよに答えてください。
すべての質問にお答えいただいたら、簡単な結果【あなたの食事・栄養の特徴】をお返しいたします。

お答えいただくのに必要な時間は15分程度です。

【ご本人と保護者のかたへ】お答えいただいた内容は、食べ物と健康との関連を明らかにし、こどもたちが健康な生活を送るようにするための貴重な資料として活用させていただきます。その場合、結果はたくさんの方の平均値などの数値として公表されます。お子様個人がわかるような形で公表されることは絶対にありません。



【書き方】太い黒のえんぴつを使ってください。まちがえた時は消しゴムで消して書きなおしてください。

連番質問
枠線の中にある3点を結んで下さい。
まわりの食事・栄養の特徴を
V をご記入ください。

良い例
悪い例

数字を書く質問
右結んで、下の記入例のように数字を記入してください。

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

(調査担当者記入欄)

番号1
番号2

調査

では、スタート！

このアンケートの質問
（「この質問票におもに答えるひと」以外）は、
「あなたの食事・栄養の特徴」を
計算するために必要です。
ご協力をお願いいたします。

性別は ☐ 男子 ☐ 女子

きょう
(この質問票に答える日)は 20 年 月 日

生年月日は 年 月 日

おおよその
身長は cm おおよその
体重は kg

この質問票に
おもに答えるひと
すべてにチェックを
してください。

この1か月間、
運動クラブ活動と、
それに近い運動は
ほとんど毎日
週4～6回
週4～6回
週2～3回
週1回
週1回未満
食べなかった

あまり考えこまずに、だいたいで答えてください。

最近、1か月間について考えてください

アイスクリーム	ヨーグルト・ヨー グルトドリンク	チーズ	とりに (ひき肉をふくむ)	ぶた肉・牛肉 (ひき肉をふくむ)	ハム・ソーセー ジ・ベーコン	レバー
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回
週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

食べなかったり、飲まなかった場合は、ここに V を記入してください

BOH15y_1_1 2005.10.06版OOR2015.12.08表紙レイアウト改訂)_New2019

あまり考えこまずに、だいたいで答えてください。

最近、1か月間について考えてください

いかたこ・えび・貝	骨ごと食べる魚	ツナ缶	魚の干物・塩漬魚 (いわし・さば・さん ま・ぶり・しんやうなど)	魚が乗った魚 (いわし・さば・さん ま・ぶり・しんやうなど)	魚が少なめの魚 (さけ・ます・白身の 魚・淡水魚・かつお など)	魚の練り製品 (ちくわ・かまぼこ・魚 肉ソーセージなど)
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回
週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

たまご (鶏卵の卵黄を除く)	とうふ・厚揚げ	納豆	フライドポテト ポテトチップス	その他のじゃがいも・さつまいも・里芋・その他のいも	漬物類 梅の漬物・漬野菜	その他すべて (梅干は除く)
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回
週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

生野菜(サラダ) レタス・キャベツ 千切りなど (トマトは除く)	緑の濃い葉野菜 (ほうれん草・小松菜など)	キャベツ・白菜	にんじん・かぼちゃ	だいこん・かぶ	その他の根菜類 すべて(たまねぎ・ごぼう・れんこんなど)	トマト・トマトジュース・トマトソース
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回
週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

きのこ (すべての種類)	海藻 (すべての種類) (だし用は除く)	洋菓子・クッキー・ビスケット	和菓子	お菓子・おやつ せんべい・もち・お好み焼きなど	スナック菓子	チョコレート
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回
週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

p.2

みかなどの 柑橘(かんきつ)類	かき・いちご・ キウイ	その他のすべての 果物(ジュース・ ジャムは除く)	そば	うどん・ひやむぎ・ そうめん	らーめん・ そば・ インスタント類	スパゲッティ・ マカロニ
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回
週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

パン (おかし・菓子・ パンも含む)	バター	マーガリン	ジャム	マヨネーズを かける	ケチャップを かける	ソース・しょうゆを かける
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回
週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

「平均的な1日」に食べたごはんとおかず		平均的な1日に 食べていた みそ汁の量 (自分のおかず をのぞいて)		「主食(ごはん・パン・ 麺類)」のある 朝食を食べた頻度		飲み物 (コップ、150ml程度を単位として)	
家で使っている お茶碗の種類	白米	麦ごはん・胚芽 米・玄米・雑穀米			水・ ミネラルウォーター	低脂肪の牛乳	
種類がよくわからない 場合は「おとなの男性 用(またはおとなの 女性用)を選んでくだ さい。	☐ 8杯以上	☐ 8杯以上	☐ 8杯以上	☐ 毎朝	☐ 毎日4杯以上	☐ 毎日4杯以上	☐ 毎日2杯以上
☐	☐ 7杯程度	☐ 7杯程度	☐ 7杯程度	☐ 週に6回	☐ 毎日2~3杯	☐ 毎日2~3杯	☐ 毎日2~3杯
☐	☐ 6杯程度	☐ 6杯程度	☐ 6杯程度	☐ 週に5回	☐ 毎日1杯	☐ 毎日1杯	☐ 毎日1杯
☐	☐ 5杯程度	☐ 5杯程度	☐ 5杯程度	☐ 週に4回	☐ 週4~6杯	☐ 週4~6杯	☐ 週4~6杯
☐ どんぶり	☐ 4杯程度	☐ 4杯程度	☐ 4杯程度	☐ 週に3回	☐ 週2~3杯	☐ 週2~3杯	☐ 週2~3杯
☐ 小どんぶり	☐ 3杯程度	☐ 3杯程度	☐ 3杯程度	☐ 週に2回	☐ 週1杯	☐ 週1杯	☐ 週1杯
☐ おとなの男性用	☐ 2杯程度	☐ 2杯程度	☐ 2杯程度	☐ 週に1回	☐ 週1杯未満	☐ 週1杯未満	☐ 週1杯未満
☐ おとなの女性用	☐ 1杯程度	☐ 1杯程度	☐ 1杯程度	☐ 週に1回未満	☐ 飲みなかった	☐ 飲みなかった	☐ 飲みなかった
☐ こども用	☐ 食べなかった	☐ 食べなかった	☐ 飲みなかった	☐ 食べなかった	☐ 飲みなかった	☐ 飲みなかった	☐ 飲みなかった

飲み物(コップ、150ml程度を単位として)・・・ペットボトルの場合はおおよそ換算してください

ふつうの牛乳 (高脂肪も含む)	乳脂肪飲料 (ヤクルトなど)	お茶	紅茶・ウーロン茶	コーヒー	コーラ・ジュース (100%以外のジュース (スダ・ソフトドリンク))	100%の果物 ジュース・野菜 ジュース
毎日4杯以上	毎日4杯以上	毎日4杯以上	毎日4杯以上	毎日4杯以上	毎日4杯以上	毎日4杯以上
毎日2～3杯	毎日2～3杯	毎日2～3杯	毎日2～3杯	毎日2～3杯	毎日2～3杯	毎日2～3杯
毎日1杯	毎日1杯	毎日1杯	毎日1杯	毎日1杯	毎日1杯	毎日1杯
週4～6杯	週4～6杯	週4～6杯	週4～6杯	週4～6杯	週4～6杯	週4～6杯
週2～3杯	週2～3杯	週2～3杯	週2～3杯	週2～3杯	週2～3杯	週2～3杯
週1杯	週1杯	週1杯	週1杯	週1杯	週1杯	週1杯
週1杯未満	週1杯未満	週1杯未満	週1杯未満	週1杯未満	週1杯未満	週1杯未満
飲まなかった	飲まなかった	飲まなかった	飲まなかった	飲まなかった	飲まなかった	飲まなかった

p.3

もう少すです。あまり考えこまずに、最後までお答えください。

最近、1か月間について考えてください

肉を使った料理(ハム・ソーセージなどの肉加工品も含む)	ハンバーグ・カ レー・ミートソース など洋風の料理	揚げ物・てんぷら	炒め物	和風の煮物・鍋物 ・どんぶり・汁物・具 だんごのみそ汁
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回
週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった



魚を使った料理(いかたこ・えび・貝も含む)	さしみ・すし	焼き魚	煮魚・鍋物・汁 物・具だんごの みそ汁	てんぷら・揚げ魚	カリッと揚げた 揚げ物(揚げ魚 ・揚げ豆腐など)	進歩的料理 (リゾット・パスタ ・オムレツなど)	サプリメント(ビ タミン・鉄剤・カ ルシウム剤など)
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回	週4～6回
週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回	週2～3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

お肉 (牛肉や豚肉)の 脂身は	鶏肉の皮は	種類のスープ・ 汁を飲む量は	家庭での味付け は外食に比べて	季節によって食べ方が大きく違う食べ物 に比べて、この1年間でもっとよく食べた季節を思い 出して、その頃の食べ方についてお答えください。
ほとんど全部 食べる	ほとんど全部 食べる	ほとんど全部 食べる	ほとんど全部 食べる	ほとんど全部 食べる
食べるほう 食べるほう	食べるほう 食べるほう	食べるほう 食べるほう	食べるほう 食べるほう	食べるほう 食べるほう
ふつう	ふつう	ふつう	ふつう	ふつう
食べるほう 食べるほう	食べるほう 食べるほう	食べるほう 食べるほう	食べるほう 食べるほう	食べるほう 食べるほう
食べない	食べない	食べない	食べない	食べない

ともだちと 比べて、 食べる量は	よく噛んで 食べますか	いままでも永久 歯(おとなの歯) を何本治療しま したか	食物アレルギー のために、食べ られない食品、 避けている食品 はありますか	最近、 食事習慣を 変えましたか	現在、 医師、栄養士、 その他の専門家 の指導のもとで、食 事のコントロールを していますか
かなり多い	よく噛む	10本以上	はい	はい	はい
やや多い	よく噛むほう	6～9本	はい	はい	はい
ふつう	ふつう	3～5本	はい	はい	はい
やや少ない	あまり噛まないほう	1～2本	はい	はい	はい
かなり少ない	あまり噛まない	したことがない	はい	はい	はい
わからない	わからない	わからない	はい	はい	はい

これで終わりです。おつかれさまでした。結果をお楽しみに。

ゴール！

4 生活習慣調査票（8歳・11歳・13歳・16歳）

岡山県統計調査 125号

ID : _____

令和3年県民健康調査生活習慣調査票

8歳、11歳、13歳、16歳用

小学生のお子さんの状況については、保護者の方（又はこれに代わる方）が記入してください。

なお、調査票は宛名のお子さんについて記入してください。

問1 あなたは毎日朝ごはんを食べますか。
あてはまる番号を1つ選んで○をつけて下さい。

- 1 毎日食べる
- 2 週に5～6日食べる
- 3 週に3～4日食べる
- 4 週に1～2日食べる
- 5 食べない

問2 朝ごはんを家族と一緒に食べることは1週間でどのくらいありますか。
あてはまる番号を1つ選んで○をつけて下さい。

- 1 ほとんど毎日食べる
- 2 週に4～5日食べる
- 3 週に2～3日食べる
- 4 週に1日程度食べる
- 5 ほとんど食べない
- 6 一人暮らし

問3 晩ごはんを家族と一緒に食べることは1週間でどのくらいありますか。
あてはまる番号を1つ選んで○をつけて下さい。

- 1 ほとんど毎日食べる
- 2 週に4～5日食べる
- 3 週に2～3日食べる
- 4 週に1日程度食べる
- 5 ほとんど食べない
- 6 一人暮らし

問4 主食（ごはん、パン、麺など）・主菜（肉・魚・卵・大豆製品などを
使ったメインの料理）・副菜（野菜・きのこ・いも・海藻などを使った
小鉢・小皿の料理）を3つそろえて食べることが1日2回以上あるのは、
週に何日ありますか。
あてはまる番号を1つ選んで○をつけて下さい。

- 1 ほぼ毎日
- 2 週に4～5日
- 3 週に2～3日
- 4 ほとんどない

問5 あなたは定期的に歯科検診を受けていますか。（学校での歯科検診を除く）
あてはまる番号どちらかに○をつけて下さい。

- 1 はい
- 2 いいえ

問6 あなたは自分の体形をどのように思いますか。
あてはまる番号に○をつけて下さい。

- 1 やせていると思う
- 2 普通だと思う
- 3 太っていると思う

ご協力ありがとうございました。

Ⅷ 第2次健康おかやま21評価 結果概要

第1 策定と経過

岡山県では、すべての県民が明るい笑顔で暮らす「生き生きおかやま」の実現を県政の基本目標に定め、各種施設に総合的に取り組んでいます。

その中で、平成25（2013）年3月に、ヘルスプロモーションの概念に基づいた、県や市町村、関係団体、県民が目指すべき基本施策を明示する「第2次健康おかやま21」を策定し、健康づくりを進めてきました。

その後、平成30（2018）年度には、中間評価を行い「第2次健康おかやま21セカンドステージ」を策定しました。

第2 計画の期間

「第2次健康おかやま21」の計画期間は、当初、平成25（2013）年度から令和4（2022）年度までの10年間としていましたが、国の健康日本21（第二次）の計画期間延長に合わせて1年間延長し、令和5（2023）年度までとしました。

第3 最終評価の方法・考え方

「第2次健康おかやま21」に掲げている目標値について、策定時の値と現状値を比較することによって、達成状況を判定しました。

評価に当たり、現状値を把握するため、令和3（2021）年に「県民健康調査」を実施しました。

また、健康おかやま21推進会議の構成団体の中から選出した委員による分野別のワーキンググループを設置し、各分野の代表者で評価者会議を開催し、評価を行いました。なお、歯と口の健康の項目については岡山県歯科保健対策協議会で評価検討を行いました。

判定方法：策定時の値と現状値を比較

A 目標値に達した

B 目標値に達していないが、改善傾向にある

C 変わらない

D 悪化している

E 中間評価時に新たに設定した指標又は把握方法が異なるため評価が困難

第4 指標の達成状況

「第2次健康おかやま21」で取り組むべき数値目標を策定時の値と現状値を比較し、各指標の達成状況を上記判定区分の基準により評価しました。

評価区分	評価項目		評価項目（再掲項目を除く）	
	該当指標数	割合（％）	該当指標数	割合（％）
A 目標値に達した	18	13.6	16	20.3
B 目標値に達していないが、改善傾向にある	38	28.8	27	34.2
C 変わらない	26	19.7	13	16.5
D 悪化している	41	31.1	15	19.0
E 中間評価時に新たに設定した指標又は把握方法が異なるため評価が困難	9	6.8	8	10.1
合計	132	100.0	79	100.0

指標達成状況の内訳

分 野	A	B	C	D	E	合計
健康寿命	6					6
がん	2	14	8	8	1	33
糖尿病	1	5	5	10		21
脳血管疾患・心疾患等	1	5	4	9	6	25
栄養・食生活	1		6	7	1	15
身体活動・運動	1	4	2	5		12
休養・こころ		1	1	1		3
飲酒	1	4				5
喫煙		4		1	1	6
歯と口の健康	5	1				6
合 計	18	38	26	41	9	132

第5 健康寿命の延伸

策定時の値と現状値を比較して、岡山県の健康寿命（日常生活に制限のない期間の平均）は、男性で69.66歳から72.28歳に、女性で73.48歳から76.04歳に延伸し、目標を達成していました。

第6 各分野別評価 ※複数の分野において重複している指標については、最も関連が強い分野で記載しています。

1 主要な生活習慣病の予防

(1) がん

ア がん検診の受診率の向上

令和元（2019）年国民生活基礎調査における5がん（胃がん、肺がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がん）のがん検診の受診率について、いずれも目標値60%を達成していませんでした。しかし、全国平均を上回っており、また、受診率は増加傾向にありました。

イ 精密検査の受診率の向上

令和元（2019）年国民生活基礎調査における5がん（胃がん、肺がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がん）の精密検査の受診率について、乳がんは目標値90%を達成、その他は未達成でした。また、未達成のがんのいずれも精密検査受診率は増加傾向にありました。

(2) 糖尿病

ア 特定健康診査・特定保健指導の実施率の向上

令和2（2020）年の特定健康診査の受診率は50.3%であり、目標値70%に達しておらず、全国平均より低い状況でした。また、受診率は増加傾向にありました。

令和2（2020）年の特定保健指導の実施率は31.0%であり、目標値45%に達していませんでしたが、全国平均より高く、また、実施率は増加傾向にありました。

イ メタボリックシンドローム該当者及び予備群の減少

令和2（2020）年の特定健康診査結果のメタボリックシンドローム該当者及び予備群の減少の割合は12.5%であり、平成24（2012）年の3.4%からみると減少率は増加していますが、目標値の25%には達していませんでした。

ウ 糖尿病が強く疑われる者（※）の割合の減少

糖尿病が強く疑われる者の割合について、令和3（2021）年調査では11.2%であり、平成23（2011）年調査の8.9%と比較すると減少の目標には達しておらず、増加していました。

※「糖尿病が強く疑われる者」とは、30歳以上で「医療機関や健診で糖尿病といわれたことのある者」のうち、医療機関で糖尿病の治療（定期的な検査や生活習慣の改善指導を受けている者を含む）を受けている者

エ 糖尿病の合併症による年間新規透析導入率の減少

わが国の透析療法の現況（日本透析医学会）について、2010年と2020年の岡山県の新規透析導入患者のうち原疾患が糖尿病性腎症の患者数を比較すると、減少の目標には達しておらず、患者数の状況は変わりませんでした。

（3）脳血管疾患・心疾患等

ア 高血圧の改善

今回調査では、血圧測定を実施していないため評価できませんでした。

イ 脂質異常症の減少

今回調査では、血液検査を実施していないため評価できませんでした。

2 生活習慣の改善

（1）栄養・食生活

ア 適正体重を維持している人の増加

肥満者（BMI25以上）の割合について、令和3（2021）年調査では男性26.8%、女性18.7%であり、いずれも目標値である男性25%、女性17%まで減少していませんでした。また、平成23（2011）年調査の男性24.7%、女性18.8%と比較すると、状況は変わりませんでした。

20歳代女性のやせ（BMI18.5未満）の割合の減少について、令和3（2021）年調査では21.2%であり、目標値である20%に達していませんでした。また、平成23（2011）年調査の26.4%と比較すると、状況は変わりませんでした。

イ 適切な量と質の食事をとる者の増加

主食、主菜、副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合について、令和3（2021）年調査では「ほぼ毎日」と回答した割合は37.4%となっており、目標値50%に達していませんでした。また、平成28（2016）年調査の44.6%と比較すると低くなっており、年代別にみると男女とも若い年代ほど摂取割合が低くなっていました。

ウ 食塩摂取量の減少

1日の食塩摂取量の平均値について、令和3（2021）年調査では10.8gであり、目標値の8g未満に達していませんでした。

エ 野菜と果物の摂取量の増加

1日の野菜摂取量の平均値について、令和3（2021）年調査では、232.4gであり、目標値の350gに達していませんでした。果物摂取量100g未満の者の割合について、令和3（2021）年調査では、65.5%であり、目標値の30%に達していませんでした。野菜・果物ともに1日の摂取量は、平成23（2011）年調査から減少していました。

オ 共食の機会の増加（ほとんど毎日家族と一緒に食事を食べる子どもの割合の増加）

ほとんど毎日家族と一緒に食事を食べる子どもの割合の増加については、目標に達して

いませんでした。夕食については、計画策定時から小学生・中学生とも変化がありませんでした。小学生の朝食については令和3（2021）年調査は72.2%であり、平成23（2011）年調査の77.3%と比較すると、減少していました。

カ 食品中の食塩や脂肪の低減に取り組む飲食店の増加

食品表示法が施行され、「栄養成分表示の店」登録事業の対象を見直したため、評価できませんでした。

キ 朝食を毎日食べる者の割合の増加

朝食を毎日食べる者の割合について、令和3（2021）年健康推進課調べでは、小学生88.8%、中学生82.3%であり、目標値の100%には達しておらず、小学生・中学生ともに減少していました。

ク 低栄養傾向（BMI20以下）の高齢者の割合の増加の抑制

低栄養傾向（BMI20以下）の高齢者の割合について、令和3（2021）年調査では19.4%であり、目標値の22%以下に達していましたが、平成28（2016）年調査の18.9%と比較すると増加していました。

（2）身体活動・運動

ア 日常生活における歩数の増加

日常生活における歩数の増加について、全ての年代で、目標値に達していませんでした。

イ 運動習慣者の割合の増加

運動習慣のある者の割合について、令和3（2021）年調査では、全ての年代で目標値に達していませんでした。また、65歳以上男性は45.6%であり、平成23（2011）年調査の36.2%と比較すると増加していましたが、他の年代は状況が変わりませんでした。

ウ 1週間の総運動時間が60分未満の子どもの割合の減少

全国体力・運動能力、運動習慣等調査では、1週間の総運動時間が60分未満の子どもの割合について、中学2年生女子は17.9%であり目標値の18.2%を達成していました。小学校5年生の男女、中学2年生の男子は状況が変わりませんでした。

（3）休養・心の健康

ア ストレスにうまく対応できない者の割合の減少

ストレスにうまく対応できない者の割合について、令和3（2021）年調査では14.5%であり、平成23（2011）年調査15.8%と比較して変わりなく、目標に達していませんでした。

イ 睡眠による休養を十分に取れていない者の割合の減少

睡眠による休養を十分に取れていない者の割合について、令和3（2021）年調査では20.3%であり、目標値の15%に達していませんでした。

ウ 自殺者の減少（人口10万人当たり）

人口動態統計では、令和3（2021）年自殺者数16.3人（人口10万対）であり、目標値の14人（人口10万対）に達していませんでした。平成22（2010）年の20.9人（人口10万対）と比較すると改善傾向にありました。

(4) 飲酒

ア 生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている者の割合の減少

生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている者の割合について、男性は令和3(2021)年調査では11.2%であり、目標値の11.7%を達成していましたが、女性は、令和3(2021)年調査では7.4%であり、目標値の4.0%に達しませんでした。平成23(2011)年調査の11.2%と比較して改善傾向にありました。

※「生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者」とは、1日当たりの純アルコール摂取量が男性で40g以上、女性20g以上の者とし、以下の方法で算出。

男性：「毎日×2合以上」＋「週5～6日×2合以上」＋「週3～4日×3合以上」＋
「週1～2日×5合以上」＋「月1～3日×5合以上」

女性：「毎日×1合以上」＋「週5～6日×1合以上」＋「週3～4日×1合以上」＋
「週1～2日×3合以上」＋「月1～3日×5合以上」

イ 未成年者の飲酒をなくす

岡山県青少年の意識等に関する調査では、月1回以上お酒を飲んだことのある中学生、高校生の割合は、令和2(2020)年調査では、中学生0.8%、高校生1.1%であり、目標値の0%に達していませんでした。平成22(2010)年調査の、中学生3.0%、高校生5.7%と比較すると改善傾向にありました。

ウ 妊娠中の飲酒をなくす

厚生労働省母子保健課調査では、妊娠中に飲酒をしていた割合は、令和3(2021)年は0.6%であり、目標値の0%に達していませんでした。また、平成21(2009)年の9.2%と比較すると、改善傾向にありました。

(5) 喫煙

ア 成人の喫煙率の減少（喫煙をやめたい人がやめる）

令和3(2021)年調査によると、「毎日吸っている」「時々吸う日がある」と回答した20歳以上の者の割合は12.8%であり、目標の20%に達しませんでした。また、平成23(2011)年調査の17.6%と比較すると、改善傾向にありました。

イ COPD（慢性閉塞性肺疾患）の認知度の向上

令和3(2021)年調査では、COPDの認知度は24%であり、目標値の80%に達していませんでした。

ウ 未成年者の喫煙をなくす

岡山県青少年の意識等に関する調査では、中学生、高校生の喫煙の割合は、令和2(2020)年調査では、中学生、高校生ともに0.1%であり、目標値の0%は達していませんでした。平成22(2010)年の状況と比較すると、改善傾向にありました。

エ 妊娠中の喫煙をなくす

厚生労働省母子保健課調査では、妊娠中に喫煙をしていた割合は、令和3(2021)年は2.4%であり、目標値の0%に達していませんでした。また、平成21(2009)年の7.2%と比較すると、改善傾向にありました。

オ 禁煙・分煙実施施設認定数の増加

令和2年に改正健康増進法が全面施行されたことにより、禁煙・分煙実施施設認定事業を終了したため、評価できませんでした。

「第2次健康おかやま21」目標値一覧

分野	番号	目標			策定時	中間評価時	現状値	目標値	総合評価	データソース	
健康寿命	1	平均寿命の延伸分を上回る健康寿命の延伸 (平均寿命：男性…79.80歳、女性…85.90歳)	日常生活に制限のない期間の平均	男性	69.66歳	71.1歳	72.28歳	延伸	A	厚生労働省	
				女性	73.48歳	73.83歳	76.04歳	延伸	A		
			自分が健康であると自覚している期間の平均	男性	69.20歳	71.17歳	73.15歳	延伸	A		
				女性	73.73歳	74.99歳	77.39歳	延伸	A		
			日常生活が自立している期間の平均	男性	78.21歳	78.80歳	80.40歳	延伸	A		
				女性	83.43歳	83.34歳	84.00歳	延伸	A		
がん	2	成人の喫煙率の減少(喫煙をやめたい人がやめる)			17.6%	16.7%	12.8%	12%	B	県民健康調査	
	3	未成年者の喫煙をなくす	中学生	男子	1.1%	0.5%	0.1%	0%	B	青少年の意識等に関する調査	
				女子	0.8%	0.0%		0%			
			高校生	男子	3.3%	0.2%	0.1%	0%			
				女子	1.2%	0.2%		0%			
	4	禁煙・完全分煙実施施設認定数の増加			2,093件	2,606件		3,000件※	E	健康推進課調べ	
	5	生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている者(1日当たりの純アルコールの摂取量が男性40g以上、女性20g以上の者)の割合の減少		男性	13.8%	13.7%	11.2%	11.7%	A	県民健康調査	
				女性	11.2%	4.6%	7.4%	4.0%	B		
	6	日常生活における歩数の増加	20～64歳	男性	7,960歩	8,068歩	6,141歩	9,000歩	D	県民健康調査	
				女性	6,818歩	6,520歩	5,095歩	8,500歩	D		
			65歳以上	男性	5,749歩	5,502歩	4,969歩	7,000歩	D		
				女性	4,964歩	4,859歩	4,365歩	6,000歩	D		
	7	運動習慣者の割合の増加	20～64歳	男性	28.5%	14.7%	21.6%	40%	D	県民健康調査	
				女性	18.7%	10.6%	16.7%	30%	C		
			65歳以上	男性	36.2%	29.3%	45.6%	50%	B		
				女性	32.6%	23.3%	34.0%	50%	C		
	8	適正体重を維持している者の増加	20～60歳代男性の肥満者の割合		26.9%	33.1%	29.9%	25%	C	県民健康調査	
			40～60歳代女性の肥満者の割合		19.3%	24.7%	18.0%	17%	C		
			20歳代女性のやせの者の割合		26.4%	25.8%	21.2%	20%	C		
	9	食塩摂取量の減少			10.3g	9.5g	10.8g	8g	D	県民健康調査	
	10	野菜と果物の摂取量の増加	野菜摂取量の平均値		291.2g	262.3g	232.4g	350g	D	県民健康調査	
			果物摂取量100g未満の者の割合		61.1%	67.6%	65.5%	30%	D		
	11	がん検診の受診率の向上	胃がん	男性	41.4%	49.2%	51.1%	60%	B	国民生活基礎調査	
				女性	36.1%	40.4%	41.1%	60%	C		
			肺がん	男性	35.1%	54.9%	57.5%	60%	B		
				女性	36.3%	51.6%	52.9%	60%	B		
			大腸がん	男性	31.6%	45.1%	49.2%	60%	B		
				女性	30.4%	41.4%	45.0%	60%	B		
			子宮がん	女性	42.6%	47.1%	47.7%	60%	C		
			乳がん	女性	43.2%	47.4%	49.6%	60%	C		
	12	精密検査の受診率の向上	胃がん		78.0%	82.4%	85.2%	90%以上	B	地域保健・健康増進事業報告	
			肺がん		75.3%	78.4%	79.8%	90%以上	B		
			大腸がん		68.0%	68.0%	75.0%	90%以上	B		
			子宮頸がん		69.6%	66.5%	83.6%	90%以上	B		
			乳がん		86.0%	90.6%	93.7%	90%以上	A		
糖尿病	13	食塩摂取量の減少			10.3g	9.5g	10.8g	8g	D	県民健康調査	
	14	野菜と果物の摂取量の増加	野菜摂取量の平均値		291.2g	262.3g	232.4g	350g	D	県民健康調査	
			果物摂取量100g未満の者の割合		61.1%	67.6%	65.5%	30%	D		
	15	適切な量と質の食事をとる者の増加	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合			75.8%	44.6%	37.4%	50%	D	(策定時)内閣府「食育の現状と意識に関する調査」 (中間評価時)県民健康調査
	16	日常生活における歩数の増加	20～64歳	男性	7,960歩	8,068歩	6,141歩	9,000歩	D	県民健康調査	
				女性	6,818歩	6,520歩	5,095歩	8,500歩	D		
			65歳以上	男性	5,749歩	5,502歩	4,969歩	7,000歩	D		
				女性	4,964歩	4,859歩	4,365歩	6,000歩	D		
	17	運動習慣者の割合の増加	20～64歳	男性	28.5%	14.7%	21.6%	40%	D	県民健康調査	
				女性	18.7%	10.6%	16.7%	30%	C		
			65歳以上	男性	36.2%	29.3%	45.6%	50%	B		
				女性	32.6%	23.3%	34.0%	50%	C		
	18	生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている者(1日当たりの純アルコールの摂取量が男性40g以上、女性20g以上の者)の割合の減少		男性	13.8%	13.7%	11.2%	11.7%	A	県民健康調査	
				女性	11.2%	4.6%	7.4%	4.0%	B		
	19	適正体重を維持している人の増加	20～60歳代男性の肥満者の割合		26.9%	33.1%	29.9%	25%	C	県民健康調査	
			40～60歳代女性の肥満者の割合		19.3%	24.7%	18.0%	17%	C		
	20	特定健康診査・特定保健指導の実施率の向上	特定健康診査の実施率			36.4%	44.8%	50.3%	70%	B	厚生労働省「特定健康診査・特定保健指導の実施状況」
			特定保健指導の実施率			12.6%	18.5%	31.0%	45%	B	

糖尿病	21	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少		3.4%	1.5%	12.5%	25%	B	厚生労働省「特定健康診査・特定保健指導の実施状況」		
					34.0%		30%		(中間評価時に変更しているが、最終評価時には調査法の変更により数値が出せていない)県民健康調査		
	22	糖尿病が強く疑われる者の割合の減少		8.9%	12.8%	11.2%	減少	D	県民健康調査		
	23	糖尿病の合併症による年間新規透析導入率の減少		239名	224名	268名	減少	C	日本透析医学会 わが国の透析療法の現況		
脳血管疾患、心疾患等	24	食塩摂取量の減少		10.3g	9.5g	10.8g	8g	D	県民健康調査		
	25	野菜と果物の摂取量の増加		野菜摂取量の平均値	291.2g	262.3g	232.4g	350g	D	県民健康調査	
				果物摂取量100g未満の者の割合	61.1%	67.6%	65.5%	30%	D		
	26	適切な量と質の食事をとる者の増加		主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合	75.8%	44.6%	37.4%	50%	D	(策定時)内閣府「食育の現状と意識に関する調査」 (中間評価時)県民健康調査	
	27	日常生活における歩数の増加	20～64歳	男性	7,960歩	8068歩	6,141歩	9,000歩	D	県民健康調査	
				女性	6,818歩	6,520歩	5,095歩	8,500歩	D		
			65歳以上	男性	5,749歩	5,502歩	4,969歩	7,000歩	D		
				女性	4,964歩	4,859歩	4,365歩	6,000歩	D		
	28	運動習慣者の割合の増加	20～64歳	男性	28.5%	14.7%	21.6%	40%	D	県民健康調査	
				女性	18.7%	10.6%	16.7%	30%	C		
			65歳以上	男性	36.2%	28.3%	45.6%	50%	B		
				女性	32.6%	23.3%	34.0%	50%	C		
	29	適正体重を維持している人の増加	20～60歳代男性の肥満者の割合		26.9%	33.1%	29.9%	25%	C	県民健康調査	
			40～60歳代女性の肥満者の割合		19.3%	24.7%	18.0%	17%	C		
	30	生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている者(1日当たりの純アルコールの摂取量が男性40g以上、女性20g以上の者)の割合の減少	男性	13.8%	13.7%	11.2%	11.7%	A	県民健康調査		
			女性	11.2%	4.6%	7.4%	4.0%	B			
	31	高血圧の改善	収縮期血圧の平均値		男性	137mmHg	136mmHg		133mmHg	E	県民健康調査
					女性	130mmHg	135mmHg		126mmHg	E	
	32	脂質異常症の減少	脂質異常症(総コレステロール240mg/dl以上の者の割合)	男性	14.2%	7.1%		11%	E	県民健康調査	
				女性	21.7%	15.4%		16%	E		
			脂質異常症(LDLコレステロール160mg/dl以上の者の割合)	男性	13.8%	7.1%		10.4%	E		
				女性	18.2%	12.3%		13.7%	E		
	33	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少			-3.4%	-1.5%	-12.5%	-25%	B	厚生労働省「特定健康診査・特定保健指導の実施状況」	
						34.0%		30%		(中間評価時に変更しているが、最終評価時には調査法の変更により数値が出せていない)県民健康調査	
	34	特定健康診査・特定保健指導の実施率の向上	特定健康診査の実施率		36.4%	44.8%	50.3%	70%	B	厚生労働省「特定健康診査・特定保健指導の実施状況」	
			特定保健指導の実施率		12.6%	18.5%	31.0%	45%	B	* :平成25年度から開始する第二期医療費適正化計画に合わせて設定	
栄養・食生活	35	適正体重を維持している者の増加		20～60歳代男性の肥満者の割合	26.9%	33.1%	29.9%	25%	C	県民健康調査	
				40～60歳代女性の肥満者の割合	19.3%	24.7%	18.0%	17%	C		
				20歳代女性のやせの者の割合	26.4%	25.8%	21.2%	20%	C		
	36	適切な量と質の食事をとる者の増加		主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合	75.8%	44.6%	37.4%	50%	D	(策定時)内閣府「食育の現状と意識に関する調査」 (中間評価時)県民健康調査	
	37	食塩摂取量の減少		10.3g	9.5g	10.8g	8g	D	県民健康調査		
	38	野菜と果物の摂取量の増加		野菜摂取量の平均値	291.2g	262.3g	232.4g	350g	D	県民健康調査	
				果物摂取量100g未満の者の割合	61.1%	67.6%	65.5%	30%	D		
	39	共食の機会の増加(ほとんど毎日家族と一緒に食事を食べる子どもの割合の増加)	朝食	小学生	77.3%	76.4%	72.2%	増加	D	県民健康調査	
				中学生	56.8%	65.1%	57.5%	増加	C		
			夕食	小学生	95.3%	91.0%	92.0%	増加	C		
				中学生	81.8%	86.0%	81.1%	増加	C		
	40	食品中の食塩や脂肪の低減に取り組む飲食店の増加		栄養成分表示の店登録数の増加		1,055店舗	1,106店舗		2,000店舗	E	健康推進課調べ
41	朝食を毎日食べる者の割合の増加	朝食を毎日食べる児童・生徒の割合の増加	小学生	94.3%	91.7%	88.8%	100%	D	健康推進課調べ		
			中学生	89.2%	85.3%	82.3%	100%	D			
42	低栄養傾向(BMI20以下)の高齢者の割合の増加の抑制		16.6%	18.9%	19.4%	22%	A	県民健康調査			
身体活動・運動	43	日常生活における歩数の増加	20～64歳	男性	7,960歩	8,068歩	6,141歩	9,000歩	D	県民健康調査	
				女性	6,818歩	6,520歩	5,095歩	8,500歩	D		
			65歳以上	男性	5,749歩	5,502歩	4,969歩	7,000歩	D		
				女性	4,964歩	4,859歩	4,365歩	6,000歩	D		
	44	運動習慣者の割合の増加	20～64歳	男性	28.5%	14.7%	21.6%	40%	D	県民健康調査	
				女性	18.7%	10.6%	16.7%	30%	C		
			65歳以上	男性	36.2%	29.3%	45.6%	50%	B		
				女性	32.6%	23.3%	34.0%	50%	C		
	45	1週間の総運動時間が60分未満の子供の割合	小学校5年生	男子	10.6%	5.7%	9.5%	5.00%	B	文部科学省「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」	
				女子	24.7%	10.5%	15.5%	8.50%	B		
			中学2年生	男子		7.1%	7.6%	5.00%	B		
				女子		20.7%	17.9%	18.20%	A		

休養・ こころ	46	ストレスにうまく対応できない者の割合の減少			15.8%	12.0%	14.5%	減少	C	県民健康調査	
	47	睡眠による休養を十分に取れていない者の割合の減少			16.9%	19.0%	20.3%	15%	D	県民健康調査	
	48	自殺者の減少(人口10万人当たり)			20.9人	15.7人	16.3人	14人	B	厚生労働省「人口動態統計」	
飲酒	49	生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている者(1日当たりの純アルコールの摂取量が男性40g以上、女性20g以上の者)の割合の減少			男性	13.8%	13.7%	11.2%	11.7%	A	県民健康調査
					女性	11.2%	4.6%	7.4%	4.0%	B	
	50	未成年者の飲酒をなくす	中学生	男子	2.5%	1.3%	0.8%	0%	B	青少年の意識等に関する調査	
				女子	3.4%	0.8%		0%			
		高校生	男子	6.8%	1.8%	1.1%	0%	B			
			女子	5.0%	1.7%		0%				
	51	妊娠中の飲酒をなくす			9.2%	2.9%	0.6%	0%	B		後期、新世紀おかやま母子保健計画(妊娠・出産・育児等についての実態調査)
	喫煙	52	成人の喫煙率の減少(喫煙をやめたい人がやめる)			17.6%	16.7%	12.8%	12%		B
53		COPD(慢性閉塞性肺疾患)の認知度の向上			25%	25%	24%	80%	D	県民健康調査(最終評価) 策定時、中間評価時GOLD日本委員会のインターネット調査	
54		未成年者の喫煙をなくす	中学生	男子	1.1%	0.5%	0.1%	0%	B	青少年の意識等に関する調査	
				女子	0.8%	0.0%		0%			
			高校生	男子	3.3%	0.2%	0.1%	0%	B		
				女子	1.2%	0.2%		0%			
55		妊娠中の喫煙をなくす			7.2%	2.9%	2.4%	0%	B	後期、新世紀おかやま母子保健計画(妊娠・出産・育児等についての実態調査)	
56		禁煙・完全分煙実施施設認定数の増加			2,093件	2,606件		3,000件※	E	健康推進課調べ	
歯の健康	57	口腔機能の維持・向上	60歳代における咀嚼良好者の増加		81.9%	85.0%	87.2%	増加	A	県民健康調査	
	58	歯の喪失防止	80歳で自分の歯を20本以上持っている者の増加		30.8%	42.8%	53.3%	50%以上	A	岡山県歯科保健推進計画	
			60代で自分の歯を24本以上持っている者の増加		56.3%	62.1%	74.6%	70%以上	A		
	59	乳幼児期及び学齢期のむし歯のない者の増加	3歳でむし歯のある者の減少		21.2%	19.9%	11.9%	16.5%以下	A	岡山県の母子保健	
			12歳児の一人平均むし歯数の減少		0.96本	0.81本	0.61本	0.7本以下	A	岡山県学校保健概要	
60	定期的に歯科検診を受けている者の増加			29.0%	33.7%	38.8%	50%以上	B	県民健康調査		

* 太字の目標値は、中間評価を受けて新たに数値設定したもの

	事業終了、調査が実施されていない等で数値が出せないもの
	調査が変わっているが、類似の数値を使用（取扱注意）

判定方法: 策定時の値と現状値を比較

- A** 目標値に達した
B 目標値に達していないが、改善傾向にある
C 変わらない
D 悪化している
E 中間評価時に新たに設定した指標又は把握方法が異なるため評価が困難