

練馬区健康実態調査 報告書

平成 26 年（2014 年）3 月

練馬区

はじめに

練馬区は、健康と活力あふれるまち、ふるさと練馬の実現をめざし、平成 13 年に健康都市練馬区を宣言しました。その理念をふまえ、「練馬区健康づくり総合計画」を策定し、様々な健康づくり施策に取り組んでいます。

本調査では、現行の計画が平成 26 年度をもってその計画期間を終了するにあたり、現在における区民のみなさまの健康に関する意識、生活習慣、心身の健康状況等について伺いました。得られた結果は、現行計画の評価と平成 27 年度以降の新たな「健康づくり総合計画」策定における基礎資料として活用して参ります。

調査にご協力いただきました区民のみなさまに心からお礼を申し上げます。

平成 26 年 3 月

健康部健康推進課

目次

．調査概要	1
．調査結果	4
1．回答者属性	4
2．健康意識・健康管理について	10
3．栄養・食生活について	37
4．身体活動・運動について	48
5．歯や口腔の状態について	60
6．休養やこころの状態について	73
7．飲酒の状況について	86
8．喫煙の状況について	91
9．社会環境について	101
10．練馬区の健康事業について	105
資料編	115
．健康日本21結果および健康日本21（第二次）目標	116
健康日本21 結果	116
健康日本21（第二次） 目標	120
．分野別総括	124
．調査票	129



練馬区公式アニメキャラクターねり丸

©練馬区

調査概要

(1) 調査概要

調査の目的

「練馬区健康づくり総合計画」の次期計画策定にあたり、区民の健康実態の現況を調査し、その調査結果から得られる区民の健康状態、生活習慣、健康意識、地域における健康づくり活動への参加意欲等を的確に把握する。

調査数

20歳以上の一般区民を対象に調査を実施した。

対象	(対象年齢)	配布数	回収数	回収率
一般区民	(20歳以上)	3,004	1,253	41.7%

抽出方法

年齢別、地域別の分析が可能となるように、住民基本台帳および外国人登録原票より無作為に抽出を行った。また、同一世帯に複数の調査票を送付しないよう抽出した。

調査方法

郵送配布 / 郵送回収

調査期間

平成 25 年 12 月 11 日 ~ 12 月 25 日

(2) 本報告書におけるデータの見方

グラフに記載している「N=」の数値は、その設問の回答者数である。設問の流れによって回答者が限定されている場合は、該当する回答者の数を示している。

数値回答については、集計時に区分を設けて整理を行った。

百分率(%)の計算は、小数第2位を四捨五入し、小数第1位まで表示した。そのため、単数回答において、%を足し合わせても100%にならない場合がある。

複数回答の場合、基数をその設問の回答対象人数としているものは、合計比が100%を超えることがある。

回答者の中には、性別や年齢など属性に関する質問に回答していない人がいるため、各設問の全体の回答者数と、性別、年齢別などの属性別の回答者数の合計は一致しない。

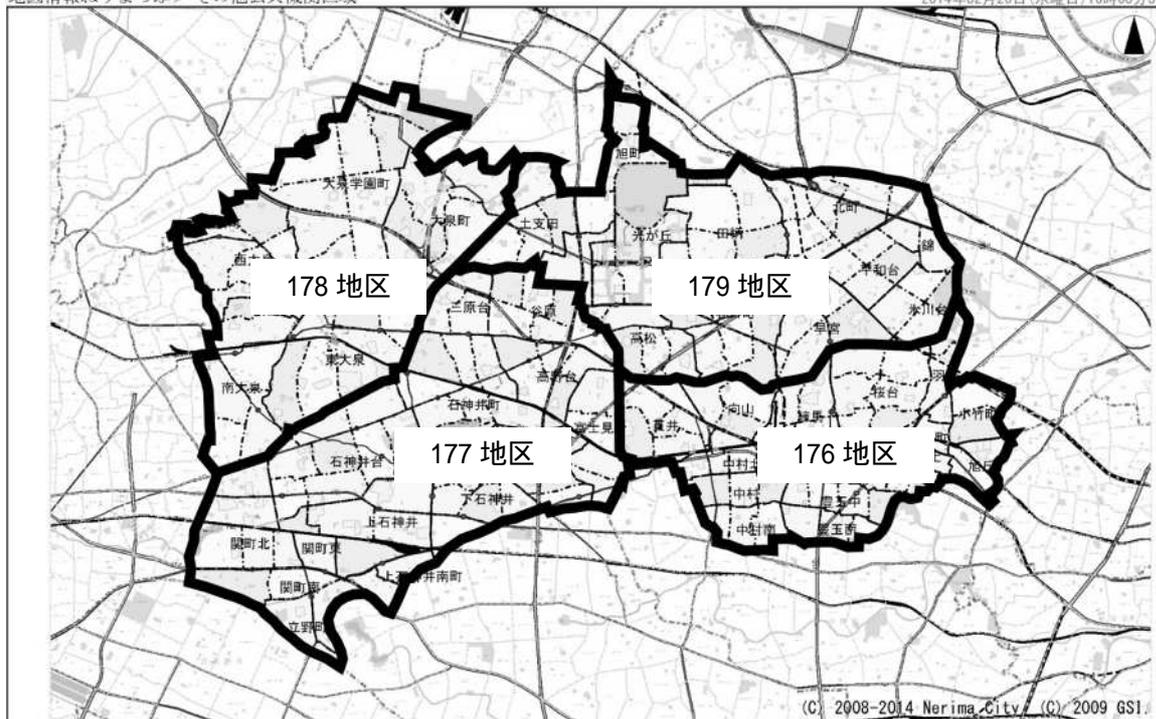
問によっては、過去の健康実態調査(平成21年、平成14年)に類似の設問がある場合、「参考」として過去の結果を示した。

問1-3および各設問のクロス集計において「地区別」で示している地区は、郵便番号の上3桁により区を4地域に分けたものであり、具体的には以下の通りである。

郵便番号の上3桁	町名						
176地区	1 練馬	2 桜台	3 羽沢	4 小竹町	5 旭丘	6 栄町	7 豊玉上
	8 豊玉北	9 豊玉中	10 豊玉南	11 貫井	12 向山	13 中村北	14 中村
	15 中村南						
177地区	16 三原台	17 谷原	18 高野台	19 富士見台	20 南田中	21 石神井町	22 下石神井
	23 上石神井南町	24 上石神井	25 石神井台	26 関町北	27 関町東	28 関町南	29 立野町
178地区	30 大泉町	31 東大泉	32 南大泉	33 西大泉	34 西大泉町	35 大泉学園町	
179地区	36 旭町	37 光が丘	38 田柄	39 春日町	40 高松	41 土支田	42 北町
	43 錦	44 平和台	45 氷川台	46 早宮			

地図情報ねりまっふ> その他公共機関区域

2014年02月26日(水曜日)16時00分31秒



一部の設問では、保健相談所受け持ち地域別のクロス集計も行っている。各保健相談所の受け持ち町は以下の通りである。

保健相談所	町名
豊玉	練馬、桜台、羽沢、小竹町、旭丘、栄町、豊玉上、豊玉北、豊玉中、豊玉南、貫井、向山、中村北、中村、中村南、錦、氷川台、早宮
北	田柄、北町、平和台
光が丘	旭町、光が丘、春日町、高松、土支田
石神井	三原台、谷原、高野台、富士見台、南田中、石神井町、下石神井、石神井台、東大泉、南大泉
大泉	大泉町、西大泉、西大泉町、大泉学園町
関	上石神井南町、上石神井、関町北、関町東、関町南、立野町

注 以下の5町は、実際には丁目で受け持ち地域が区分されている。本調査における回答の選択枝は、居住の町単位であることから、集計上、居住人口の多い丁目を有する相談所の受け持ちとした。

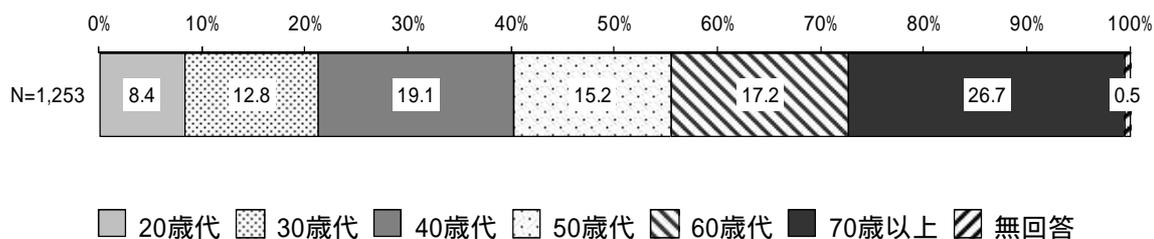
	丁目	本来の受け持ち保健相談所	集計上の受け持ち保健相談所
錦	1丁目	豊玉	豊玉
	2丁目	北	
春日町	1丁目	光が丘	光が丘
	2丁目	北	
	3丁目	光が丘	
	4丁目	北	
	5丁目	光が丘	
	6丁目	光が丘	
田柄	1丁目	北	北
	2丁目	北	
	3丁目	北	
	4丁目	北	
	5丁目	光が丘	
石神井台	1丁目	石神井	石神井
	2丁目	石神井	
	3丁目	石神井	
	4丁目	関	
	5丁目	石神井	
	6丁目	石神井	
	7丁目	関	
	8丁目	関	
大泉町	1丁目	大泉	大泉
	2丁目	石神井	
	3丁目	大泉	
	4丁目	大泉	
	5丁目	大泉	
	6丁目	大泉	

調査結果

1. 回答者属性

【問 1-1】年齢をお答えください。 <数値回答>

・やや若年層が少なく、高齢層が多い。

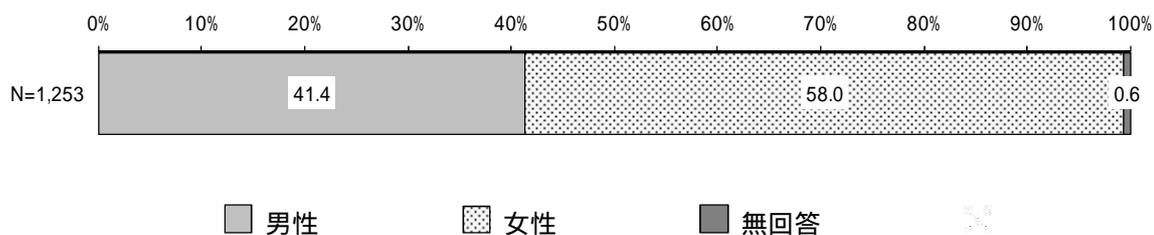


(上段：回答者数、下段：%)

全 体	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上	無回答
1,253	105	161	239	191	216	335	6
(100.0)	(8.4)	(12.8)	(19.1)	(15.2)	(17.2)	(26.7)	(0.5)

【問 1-2】性別をお答えください。 <単数回答>

・「女性」の方が多い。

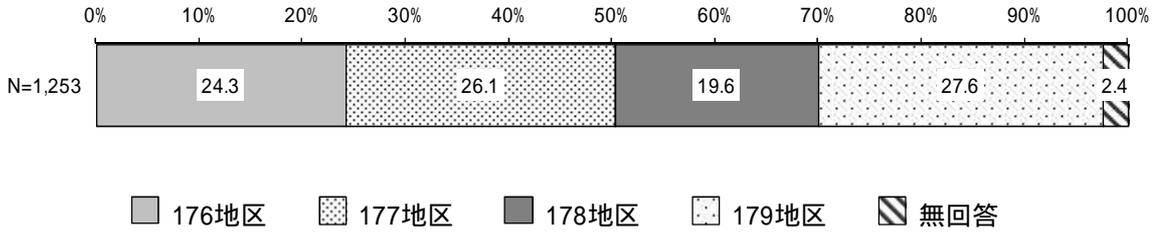


(上段：回答者数、下段：%)

全 体	男性	女性	無回答
1,253	519	727	7
(100.0)	(41.4)	(58.0)	(0.6)

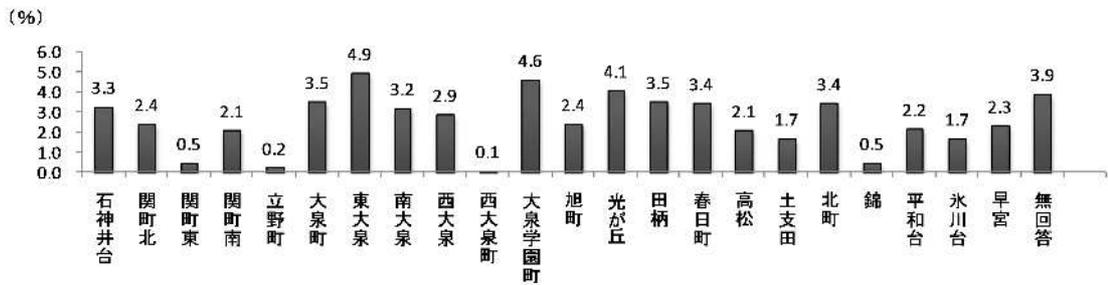
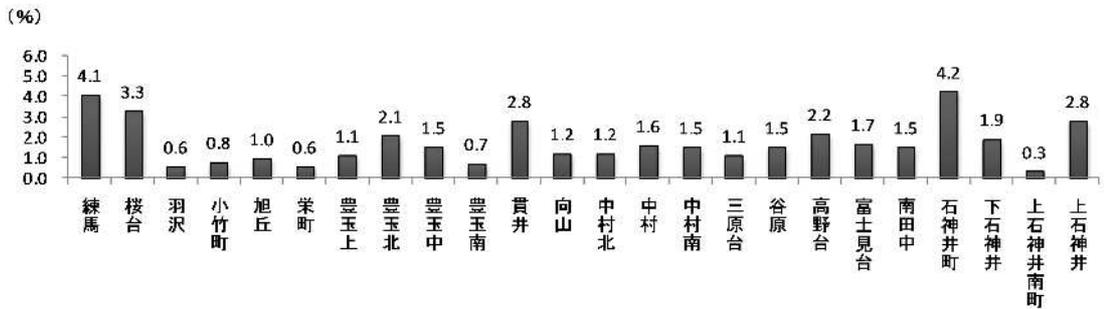
【問 1-3】お住まいの地区をお答えください。 <単数回答>

・「179 地区」がやや多く、「178 地区」がやや少ない。



(上段：回答者数、下段：%)

全 体	176地区	177地区	178地区	179地区	無回答
1,253	304	327	246	346	30
(100.0)	(24.3)	(26.1)	(19.6)	(27.6)	(2.4)



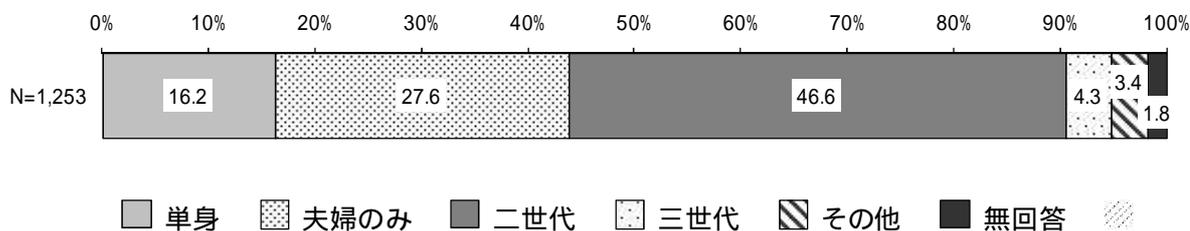
(上段：回答者数、下段：%)

全 体	練馬	桜台	羽沢	小竹町	旭丘	栄町	豊玉上	豊玉北	豊玉中	豊玉南	貫井
1,253	51	41	7	10	12	7	14	26	19	9	35
(100.0)	(4.1)	(3.3)	(0.6)	(0.8)	(1.0)	(0.6)	(1.1)	(2.1)	(1.5)	(0.7)	(2.8)
向山	中村北	中村	中村南	三原台	谷原	高野台	富士見台	南田中	石神井町	下石神井	上石神井南町
15	15	20	19	14	19	27	21	19	53	24	4
(1.2)	(1.2)	(1.6)	(1.5)	(1.1)	(1.5)	(2.2)	(1.7)	(1.5)	(4.2)	(1.9)	(0.3)
上石神井	石神井台	関町北	関町東	関町南	立野町	大泉町	東大泉	南大泉	西大泉	西大泉町	大泉学園町
35	41	30	6	26	3	44	62	40	36	1	58
(2.8)	(3.3)	(2.4)	(0.5)	(2.1)	(0.2)	(3.5)	(4.9)	(3.2)	(2.9)	(0.1)	(4.6)
旭町	光が丘	田柄	春日町	高松	土支田	北町	錦	平和台	氷川台	早宮	無回答
30	51	44	43	26	21	43	6	27	21	29	49
(2.4)	(4.1)	(3.5)	(3.4)	(2.1)	(1.7)	(3.4)	(0.5)	(2.2)	(1.7)	(2.3)	(3.9)

町名ではなく郵便番号の地区での回答が 19 件あったため、4 地区で集計した場合と無回答数が異なる。

【問 1-4】同居の家族構成をお答えください。 <単数回答>

・「二世帯」が最も多く 4 割以上を占める。

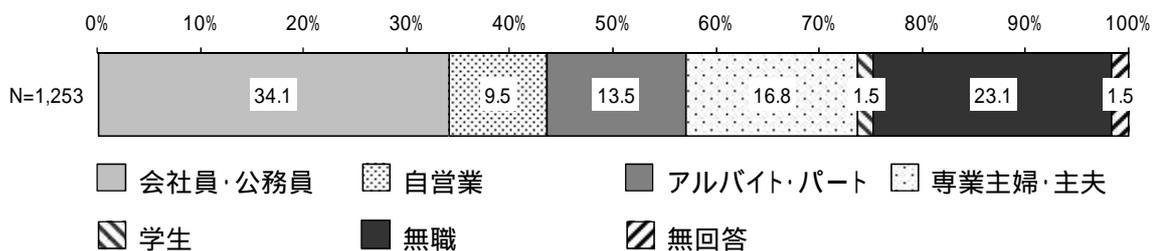


(上段 : 回答者数、下段 : %)

全 体	単身	夫婦のみ	二世帯	三世帯	その他	無回答
1,253	203	346	584	54	43	23
(100.0)	(16.2)	(27.6)	(46.6)	(4.3)	(3.4)	(1.8)

【問 1-5】ご職業は何ですか。 <単数回答>

・「会社員・公務員」が最も多く 3 割以上を占める。次いで「無職」が 2 割以上で多い。

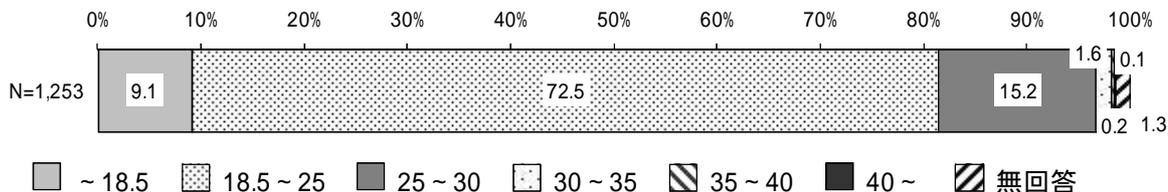


(上段 : 回答者数、下段 : %)

全 体	会社員・公務員	自営業	アルバイト・パート	専業主婦・主夫	学生	無職	無回答
1,253	427	119	169	210	19	290	19
(100.0)	(34.1)	(9.5)	(13.5)	(16.8)	(1.5)	(23.1)	(1.5)

【問1-6】BMI <数値回答>(身長・体重により算出)

- ・普通体重とされるBMI18.5～25未満が7割程度を占める。肥満とされるBMI25以上は男性の2割、女性の1割強である。
- ・男性の40歳代、60歳代で肥満とされるBMI25以上が多い。
- ・女性の20歳代、30歳代、40歳代で低体重(やせ)とされるBMI18.5未満が多い。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	~ 18.5	18.5 ~ 25	25 ~ 30	30 ~ 35	35 ~ 40	40 ~	無回答
全体	1,253 (100.0)	114 (9.1)	908 (72.5)	191 (15.2)	20 (1.6)	3 (0.2)	1 (0.1)	16 (1.3)
男性	518 (100.0)	20 (3.9)	383 (73.9)	102 (19.7)	10 (1.9)	1 (0.2)	1 (0.2)	1 (0.2)
20歳代	49 (100.0)	5 (10.2)	36 (73.5)	7 (14.3)	1 (2.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	3 (5.0)	44 (73.3)	10 (16.7)	2 (3.3)	0 (0.0)	1 (1.7)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	1 (1.1)	64 (70.3)	22 (24.2)	3 (3.3)	1 (1.1)	0 (0.0)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	2 (2.7)	57 (76.0)	14 (18.7)	2 (2.7)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	4 (4.1)	69 (71.1)	24 (24.7)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
70歳以上	146 (100.0)	5 (3.4)	113 (77.4)	25 (17.1)	2 (1.4)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (0.7)
女性	727 (100.0)	94 (12.9)	522 (71.8)	89 (12.2)	10 (1.4)	2 (0.3)	0 (0.0)	10 (1.4)
20歳代	56 (100.0)	9 (16.1)	41 (73.2)	2 (3.6)	1 (1.8)	0 (0.0)	0 (0.0)	3 (5.4)
30歳代	101 (100.0)	15 (14.9)	75 (74.3)	8 (7.9)	1 (1.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (2.0)
40歳代	148 (100.0)	25 (16.9)	112 (75.7)	6 (4.1)	3 (2.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (1.4)
50歳代	116 (100.0)	10 (8.6)	83 (71.6)	20 (17.2)	2 (1.7)	1 (0.9)	0 (0.0)	0 (0.0)
60歳代	119 (100.0)	16 (13.4)	80 (67.2)	22 (18.5)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (0.8)
70歳以上	187 (100.0)	19 (10.2)	131 (70.1)	31 (16.6)	3 (1.6)	1 (0.5)	0 (0.0)	2 (1.1)
地区別								
176地区	304 (100.0)	25 (8.2)	226 (74.3)	45 (14.8)	4 (1.3)	1 (0.3)	1 (0.3)	2 (0.7)
177地区	327 (100.0)	26 (8.0)	243 (74.3)	47 (14.4)	6 (1.8)	0 (0.0)	0 (0.0)	5 (1.5)
178地区	246 (100.0)	19 (7.7)	176 (71.5)	46 (18.7)	3 (1.2)	1 (0.4)	0 (0.0)	1 (0.4)
179地区	346 (100.0)	41 (11.8)	245 (70.8)	49 (14.2)	7 (2.0)	1 (0.3)	0 (0.0)	3 (0.9)

BMI(Body Mass Index)：体重(kg)/[身長(m)]²により算出される肥満度を測る指標。
 健康日本21(第二次)では、日本肥満学会の判定基準を採用している。

BMI に基づく肥満の判定基準

BMI	18.5 未満	18.5 ~ 25 未満	25 ~ 30 未満	30 ~ 35 未満	35 ~ 40 未満	40 以上
判定	低体重(やせ)	普通体重	肥満1度	肥満2度	肥満3度	肥満4度

資料：日本肥満学会

参考 BMI<数値回答>(身長・体重により算出)(平成21年、平成14年)

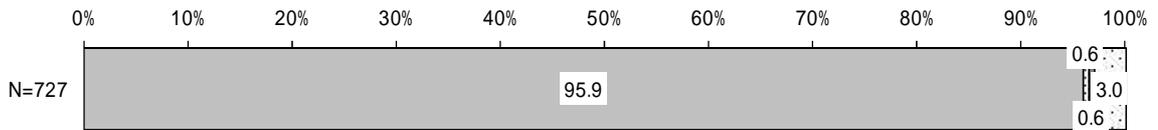
(単位：%)

男性		~ 18.5	18.5 ~ 25	25 ~ 30	30 ~ 35	35 ~ 40	40以上
全 体	H21	3.0	70.9	22.9	2.8	0.4	0.0
	H14	3.4	71.0	21.4	3.9	0.0	0.3
20歳代	H21	10.3	82.1	2.6	5.1	0.0	0.0
	H14	8.1	81.1	5.4	5.4	0.0	0.0
30歳代	H21	3.7	76.8	19.5	0.0	0.0	0.0
	H14	0.0	67.1	24.1	8.9	0.0	0.0
40歳代	H21	1.2	65.9	26.8	6.1	0.0	0.0
	H14	2.1	68.1	25.5	4.3	0.0	0.0
50歳代	H21	1.5	66.7	28.8	1.5	1.5	0.0
	H14	0.0	59.4	37.7	2.9	0.0	0.0
60歳代	H21	1.7	73.0	20.9	4.3	0.0	0.0
	H14	4.7	75.3	18.8	1.2	0.0	0.0
70歳以上	H21	3.4	66.9	28.0	0.8	0.8	0.0
	H14	7.6	78.8	10.6	1.5	0.0	1.5
20 ~ 60歳代	H21	2.9	72.1	21.4	3.4	0.3	0.0
	H14	2.5	69.4	23.7	4.4	0.0	0.0

女性		~ 18.5	18.5 ~ 25	25 ~ 30	30 ~ 35	35 ~ 40	40以上
全 体	H21	14.5	74.0	9.6	1.8	0.1	0.0
	H14	13.6	74.0	10.8	1.6	0.0	0.0
20歳代	H21	21.5	70.9	6.3	0.0	1.3	0.0
	H14	25.8	72.7	0.0	1.5	0.0	0.0
30歳代	H21	20.0	73.8	3.1	3.1	0.0	0.0
	H14	20.2	74.3	5.5	0.0	0.0	0.0
40歳代	H21	10.3	83.3	5.6	0.8	0.0	0.0
	H14	6.7	78.7	9.3	5.3	0.0	0.0
50歳代	H21	11.2	70.4	16.3	2.0	0.0	0.0
	H14	9.6	78.3	10.8	1.2	0.0	0.0
60歳代	H21	10.3	75.0	11.8	2.9	0.0	0.0
	H14	8.0	75.0	16.0	1.0	0.0	0.0
70歳以上	H21	15.5	69.6	13.7	1.2	0.0	0.0
	H14	12.0	64.0	22.7	1.3	0.0	0.0
40 ~ 60歳代	H21	10.6	76.7	10.8	1.9	0.0	0.0
	H14	8.1	77.1	12.4	2.3	0.0	0.0

【問 1-7】(女性のみ) 妊娠していますか。<単数回答>

・「している」は1%程度である。



していない
 している(前半期:5ヶ月まで)
 している(後半期:6ヶ月以降)
 無回答

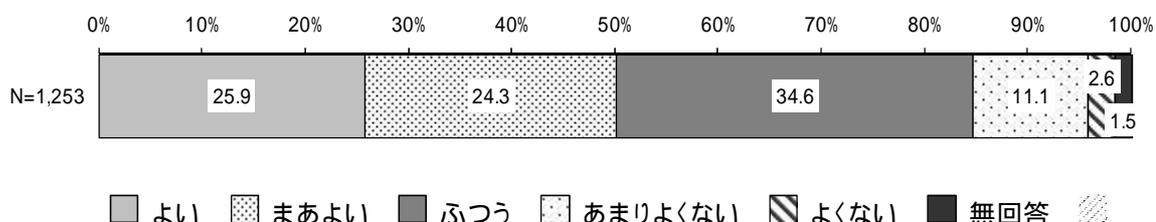
(上段:回答者数、下段:%)

全 体	していない	している(前半期:5ヶ月まで)	している(後半期:6ヶ月以降)	無回答
727 (100.0)	697 (95.9)	4 (0.6)	4 (0.6)	22 (3.0)

2. 健康意識・健康管理について

【問2-1】現在の健康状態はいかがですか。 <単数回答>

- ・「ふつう」が最も多い。「よい」と「まあよい」の合計は5割程度であり、「よくない」と「あまりよくない」の合計の1割程度を大きく上回っている。
- ・男女ともに70歳以上で「あまりよくない」と「よくない」の合計が他の年代よりも多い。



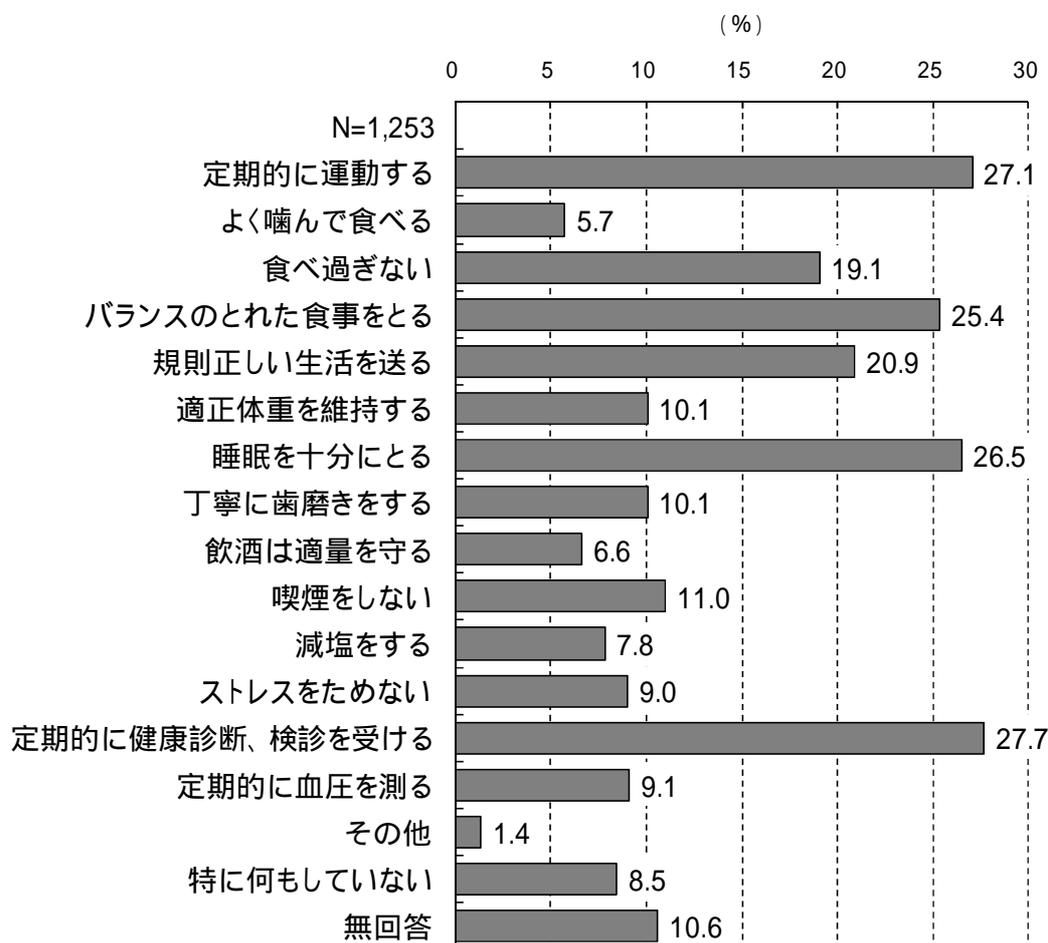
(上段：回答者数、下段：%)

	合計	よい	まあよい	ふつう	あまりよくない	よくない	無回答
全体	1,253 (100.0)	324 (25.9)	305 (24.3)	433 (34.6)	139 (11.1)	33 (2.6)	19 (1.5)
男性	518 (100.0)	142 (27.4)	118 (22.8)	184 (35.5)	51 (9.8)	13 (2.5)	10 (1.9)
20歳代	49 (100.0)	16 (32.7)	11 (22.4)	18 (36.7)	2 (4.1)	2 (4.1)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	18 (30.0)	13 (21.7)	25 (41.7)	3 (5.0)	1 (1.7)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	32 (35.2)	24 (26.4)	27 (29.7)	7 (7.7)	0 (0.0)	1 (1.1)
50歳代	75 (100.0)	16 (21.3)	20 (26.7)	29 (38.7)	9 (12.0)	0 (0.0)	1 (1.3)
60歳代	97 (100.0)	31 (32.0)	21 (21.6)	36 (37.1)	7 (7.2)	1 (1.0)	1 (1.0)
70歳以上	146 (100.0)	29 (19.9)	29 (19.9)	49 (33.6)	23 (15.8)	9 (6.2)	7 (4.8)
女性	727 (100.0)	181 (24.9)	184 (25.3)	248 (34.1)	88 (12.1)	20 (2.8)	6 (0.8)
20歳代	56 (100.0)	22 (39.3)	19 (33.9)	10 (17.9)	4 (7.1)	1 (1.8)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	30 (29.7)	26 (25.7)	28 (27.7)	15 (14.9)	2 (2.0)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	48 (32.4)	47 (31.8)	39 (26.4)	12 (8.1)	2 (1.4)	0 (0.0)
50歳代	116 (100.0)	24 (20.7)	32 (27.6)	43 (37.1)	14 (12.1)	3 (2.6)	0 (0.0)
60歳代	119 (100.0)	26 (21.8)	23 (19.3)	52 (43.7)	14 (11.8)	3 (2.5)	1 (0.8)
70歳以上	187 (100.0)	31 (16.6)	37 (19.8)	76 (40.6)	29 (15.5)	9 (4.8)	5 (2.7)
地区別							
176地区	304 (100.0)	74 (24.3)	75 (24.7)	108 (35.5)	34 (11.2)	9 (3.0)	4 (1.3)
177地区	327 (100.0)	90 (27.5)	84 (25.7)	108 (33.0)	33 (10.1)	10 (3.1)	2 (0.6)
178地区	246 (100.0)	55 (22.4)	54 (22.0)	88 (35.8)	42 (17.1)	4 (1.6)	3 (1.2)
179地区	346 (100.0)	98 (28.3)	87 (25.1)	120 (34.7)	26 (7.5)	9 (2.6)	6 (1.7)

【問 2-2】健康維持のために、現在意識して実践していることは何ですか。

<複数回答、3つまで>

- ・「定期的に健康診断、検診を受ける」、「定期的に運動する」、「睡眠を十分にとる」、「バランスのとれた食事をとる」が多く、3割弱である。次いで「規則正しい生活を送る」、「食べ過ぎない」が2割程度で多い。「特に何もしていない」は1割弱である。
- ・「バランスのとれた食事をとる」の割合が女性の方が高く、男女で差がある。
- ・20歳代は男女とも「定期的に運動する」の割合が低く、2割に満たない。
- ・男性の20歳代、女性の20歳代、30歳代は「睡眠を十分にとる」を実践している割合が高い。
- ・女性の20歳代は、「喫煙をしない」を実践している割合が高い。
- ・男女とも70歳以上では「定期的に血圧を測る」割合が高い。
- ・野菜料理を4.5~5皿以上摂っている人は、「バランスのとれた食事をとる」、「定期的に運動する」、「規則正しい生活を送る」を実践している割合が高い。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	定期的に運動する	よく噛んで食べる	食べ過ぎない	バランスのとれた食事をとる	規則正しい生活を送る	適正体重を維持する	睡眠を十分にとる	丁寧に歯磨きをする
全体	1,253 (100.0)	339 (27.1)	72 (5.7)	239 (19.1)	318 (25.4)	262 (20.9)	126 (10.1)	332 (26.5)	126 (10.1)
男性	518 (100.0)	152 (29.3)	27 (5.2)	100 (19.3)	82 (15.8)	88 (17.0)	69 (13.3)	119 (23.0)	35 (6.8)
20歳代	49 (100.0)	9 (18.4)	0 (0.0)	4 (8.2)	13 (26.5)	10 (20.4)	4 (8.2)	16 (32.7)	6 (12.2)
30歳代	60 (100.0)	22 (36.7)	1 (1.7)	12 (20.0)	12 (20.0)	7 (11.7)	11 (18.3)	10 (16.7)	6 (10.0)
40歳代	91 (100.0)	29 (31.9)	3 (3.3)	20 (22.0)	6 (6.6)	15 (16.5)	10 (11.0)	23 (25.3)	6 (6.6)
50歳代	75 (100.0)	28 (37.3)	4 (5.3)	20 (26.7)	13 (17.3)	8 (10.7)	12 (16.0)	17 (22.7)	3 (4.0)
60歳代	97 (100.0)	31 (32.0)	5 (5.2)	23 (23.7)	15 (15.5)	18 (18.6)	17 (17.5)	23 (23.7)	7 (7.2)
70歳以上	146 (100.0)	33 (22.6)	14 (9.6)	21 (14.4)	23 (15.8)	30 (20.5)	15 (10.3)	30 (20.5)	7 (4.8)
女性	727 (100.0)	184 (25.3)	45 (6.2)	139 (19.1)	235 (32.3)	173 (23.8)	56 (7.7)	212 (29.2)	90 (12.4)
20歳代	56 (100.0)	9 (16.1)	5 (8.9)	7 (12.5)	20 (35.7)	16 (28.6)	4 (7.1)	25 (44.6)	11 (19.6)
30歳代	101 (100.0)	23 (22.8)	5 (5.0)	23 (22.8)	21 (20.8)	21 (20.8)	9 (8.9)	34 (33.7)	12 (11.9)
40歳代	148 (100.0)	35 (23.6)	7 (4.7)	28 (18.9)	44 (29.7)	29 (19.6)	10 (6.8)	44 (29.7)	11 (7.4)
50歳代	116 (100.0)	31 (26.7)	4 (3.4)	24 (20.7)	42 (36.2)	28 (24.1)	10 (8.6)	27 (23.3)	17 (14.7)
60歳代	119 (100.0)	36 (30.3)	7 (5.9)	27 (22.7)	40 (33.6)	24 (20.2)	12 (10.1)	31 (26.1)	18 (15.1)
70歳以上	187 (100.0)	50 (26.7)	17 (9.1)	30 (16.0)	68 (36.4)	55 (29.4)	11 (5.9)	51 (27.3)	21 (11.2)
	飲酒は適量を守る	喫煙をしない	減塩をする	ストレスをためない	定期的に健康診断、検診を受ける	定期的に血圧を測る	その他	特に何もしていない	無回答
全体	83 (6.6)	138 (11.0)	98 (7.8)	113 (9.0)	347 (27.7)	114 (9.1)	17 (1.4)	106 (8.5)	133 (10.6)
男性	55 (10.6)	90 (17.4)	37 (7.1)	44 (8.5)	143 (27.6)	55 (10.6)	3 (0.6)	50 (9.7)	53 (10.2)
20歳代	7 (14.3)	8 (16.3)	3 (6.1)	5 (10.2)	2 (4.1)	0 (0.0)	1 (2.0)	7 (14.3)	2 (4.1)
30歳代	4 (6.7)	7 (11.7)	2 (3.3)	7 (11.7)	12 (20.0)	0 (0.0)	1 (1.7)	9 (15.0)	3 (5.0)
40歳代	7 (7.7)	21 (23.1)	2 (2.2)	5 (5.5)	31 (34.1)	1 (1.1)	0 (0.0)	13 (14.3)	6 (6.6)
50歳代	7 (9.3)	13 (17.3)	10 (13.3)	6 (8.0)	21 (28.0)	6 (8.0)	0 (0.0)	7 (9.3)	6 (8.0)
60歳代	14 (14.4)	17 (17.5)	5 (5.2)	9 (9.3)	29 (29.9)	18 (18.6)	0 (0.0)	7 (7.2)	9 (9.3)
70歳以上	16 (11.0)	24 (16.4)	15 (10.3)	12 (8.2)	48 (32.9)	30 (20.5)	1 (0.7)	7 (4.8)	27 (18.5)
女性	28 (3.9)	48 (6.6)	61 (8.4)	69 (9.5)	203 (27.9)	59 (8.1)	14 (1.9)	56 (7.7)	75 (10.3)
20歳代	3 (5.4)	11 (19.6)	2 (3.6)	8 (14.3)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	7 (12.5)	3 (5.4)
30歳代	3 (3.0)	10 (9.9)	6 (5.9)	6 (5.9)	16 (15.8)	1 (1.0)	1 (1.0)	14 (13.9)	11 (10.9)
40歳代	10 (6.8)	10 (6.8)	11 (7.4)	19 (12.8)	47 (31.8)	0 (0.0)	3 (2.0)	15 (10.1)	17 (11.5)
50歳代	3 (2.6)	11 (9.5)	5 (4.3)	10 (8.6)	41 (35.3)	7 (6.0)	3 (2.6)	3 (2.6)	16 (13.8)
60歳代	6 (5.0)	5 (4.2)	13 (10.9)	14 (11.8)	34 (28.6)	11 (9.2)	2 (1.7)	9 (7.6)	9 (7.6)
70歳以上	3 (1.6)	1 (0.5)	24 (12.8)	12 (6.4)	65 (34.8)	40 (21.4)	5 (2.7)	8 (4.3)	19 (10.2)

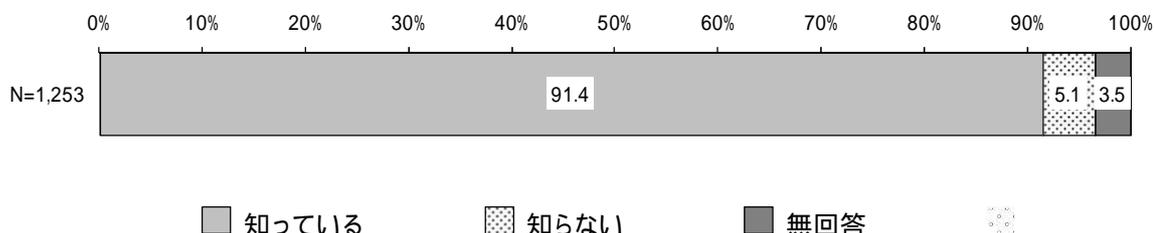
(上段 : 回答者数、下段 : %)

		合計	定期的に運動する	よく噛んで食べる	食べ過ぎない	バランスのとれた食事をとる	規則正しい生活を送る	適正体重を維持する	睡眠を十分にとる	丁寧に歯磨きをする
全体		1,253 (100.0)	339 (27.1)	72 (5.7)	239 (19.1)	318 (25.4)	262 (20.9)	126 (10.1)	332 (26.5)	126 (10.1)
地区別	176地区	304 (100.0)	67 (22.0)	21 (6.9)	57 (18.8)	72 (23.7)	64 (21.1)	27 (8.9)	79 (26.0)	30 (9.9)
	177地区	327 (100.0)	96 (29.4)	20 (6.1)	60 (18.3)	86 (26.3)	84 (25.7)	29 (8.9)	82 (25.1)	29 (8.9)
	178地区	246 (100.0)	63 (25.6)	11 (4.5)	37 (15.0)	59 (24.0)	40 (16.3)	29 (11.8)	67 (27.2)	28 (11.4)
	179地区	346 (100.0)	104 (30.1)	18 (5.2)	80 (23.1)	95 (27.5)	72 (20.8)	41 (11.8)	99 (28.6)	35 (10.1)
野菜摂取量	ほとんど食べない	41 (100.0)	5 (12.2)	3 (7.3)	5 (12.2)	2 (4.9)	3 (7.3)	3 (7.3)	10 (24.4)	4 (9.8)
	0.5～1皿	308 (100.0)	75 (24.4)	11 (3.6)	70 (22.7)	32 (10.4)	62 (20.1)	37 (12.0)	86 (27.9)	28 (9.1)
	1.5～2皿	435 (100.0)	124 (28.5)	28 (6.4)	93 (21.4)	112 (25.7)	68 (15.6)	46 (10.6)	111 (25.5)	51 (11.7)
	2.5～3皿	246 (100.0)	69 (28.0)	20 (8.1)	45 (18.3)	82 (33.3)	71 (28.9)	28 (11.4)	72 (29.3)	21 (8.5)
	3.5～4皿	95 (100.0)	28 (29.5)	4 (4.2)	14 (14.7)	40 (42.1)	28 (29.5)	4 (4.2)	25 (26.3)	8 (8.4)
	4.5～5皿	55 (100.0)	19 (34.5)	1 (1.8)	6 (10.9)	27 (49.1)	16 (29.1)	6 (10.9)	13 (23.6)	6 (10.9)
	5.5～6皿	22 (100.0)	8 (36.4)	2 (9.1)	2 (9.1)	8 (36.4)	7 (31.8)	1 (4.5)	7 (31.8)	1 (4.5)
	6.5皿以上	20 (100.0)	4 (20.0)	0 (0.0)	2 (10.0)	8 (40.0)	6 (30.0)	0 (0.0)	4 (20.0)	2 (10.0)
			飲酒は適量を守る	喫煙をしない	減塩をする	ストレスをためない	定期的に健康診断、検診を受ける	定期的に血圧を測る	その他	特に何もしていない
全体		83 (6.6)	138 (11.0)	98 (7.8)	113 (9.0)	347 (27.7)	114 (9.1)	17 (1.4)	106 (8.5)	133 (10.6)
地区別	176地区	22 (7.2)	35 (11.5)	23 (7.6)	31 (10.2)	84 (27.6)	25 (8.2)	3 (1.0)	29 (9.5)	39 (12.8)
	177地区	22 (6.7)	40 (12.2)	23 (7.0)	23 (7.0)	86 (26.3)	27 (8.3)	4 (1.2)	26 (8.0)	33 (10.1)
	178地区	20 (8.1)	22 (8.9)	18 (7.3)	23 (9.3)	71 (28.9)	25 (10.2)	4 (1.6)	21 (8.5)	25 (10.2)
	179地区	14 (4.0)	38 (11.0)	31 (9.0)	34 (9.8)	101 (29.2)	31 (9.0)	6 (1.7)	26 (7.5)	30 (8.7)
野菜摂取量	ほとんど食べない	2 (4.9)	7 (17.1)	3 (7.3)	5 (12.2)	10 (24.4)	2 (4.9)	0 (0.0)	8 (19.5)	4 (9.8)
	0.5～1皿	23 (7.5)	49 (15.9)	23 (7.5)	33 (10.7)	89 (28.9)	25 (8.1)	4 (1.3)	40 (13.0)	25 (8.1)
	1.5～2皿	33 (7.6)	48 (11.0)	34 (7.8)	40 (9.2)	123 (28.3)	42 (9.7)	3 (0.7)	31 (7.1)	42 (9.7)
	2.5～3皿	13 (5.3)	18 (7.3)	22 (8.9)	21 (8.5)	65 (26.4)	21 (8.5)	8 (3.3)	16 (6.5)	25 (10.2)
	3.5～4皿	6 (6.3)	9 (9.5)	8 (8.4)	7 (7.4)	26 (27.4)	7 (7.4)	2 (2.1)	4 (4.2)	12 (12.6)
	4.5～5皿	3 (5.5)	2 (3.6)	4 (7.3)	4 (7.3)	18 (32.7)	7 (12.7)	0 (0.0)	3 (5.5)	6 (10.9)
	5.5～6皿	2 (9.1)	1 (4.5)	0 (0.0)	2 (9.1)	3 (13.6)	1 (4.5)	0 (0.0)	0 (0.0)	5 (22.7)
	6.5皿以上	1 (5.0)	2 (10.0)	3 (15.0)	0 (0.0)	7 (35.0)	3 (15.0)	0 (0.0)	2 (10.0)	4 (20.0)

「野菜摂取量」は、「【問 3-3】一日に野菜料理を何皿（鉢）食べていますか。」の集計結果により得られた数

【問 2-3】「メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）」という言葉を知っていますか。
 <単数回答>

- ・「知っている」が9割程度を占める。
- ・男女ともに70歳以上で「知らない」の割合が他の年代よりも高い。



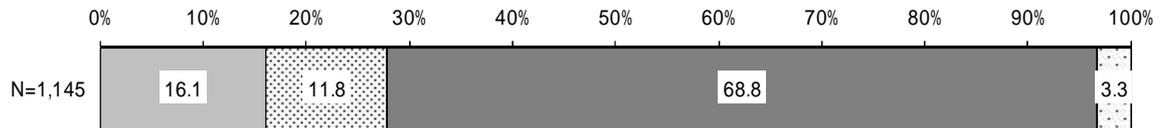
(上段：回答者数、下段：%)

	合計	知っている	知らない	無回答
全体	1,253 (100.0)	1,145 (91.4)	64 (5.1)	44 (3.5)
男性	518 (100.0)	465 (89.8)	31 (6.0)	22 (4.2)
20歳代	49 (100.0)	45 (91.8)	4 (8.2)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	59 (98.3)	1 (1.7)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	89 (97.8)	1 (1.1)	1 (1.1)
50歳代	75 (100.0)	74 (98.7)	0 (0.0)	1 (1.3)
60歳代	97 (100.0)	88 (90.7)	6 (6.2)	3 (3.1)
70歳以上	146 (100.0)	110 (75.3)	19 (13.0)	17 (11.6)
女性	727 (100.0)	675 (92.8)	33 (4.5)	19 (2.6)
20歳代	56 (100.0)	54 (96.4)	2 (3.6)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	98 (97.0)	2 (2.0)	1 (1.0)
40歳代	148 (100.0)	143 (96.6)	4 (2.7)	1 (0.7)
50歳代	116 (100.0)	114 (98.3)	2 (1.7)	0 (0.0)
60歳代	119 (100.0)	114 (95.8)	3 (2.5)	2 (1.7)
70歳以上	187 (100.0)	152 (81.3)	20 (10.7)	15 (8.0)
地区別				
176地区	304 (100.0)	276 (90.8)	18 (5.9)	10 (3.3)
177地区	327 (100.0)	309 (94.5)	9 (2.8)	9 (2.8)
178地区	246 (100.0)	228 (92.7)	12 (4.9)	6 (2.4)
179地区	346 (100.0)	314 (90.8)	19 (5.5)	13 (3.8)

【問2-3-1】(問2 - 3で「1 知っている」と回答した方のみ)

ご自身のメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)予防のために、必要だと思うものを選んでください。 <単数回答>

- ・「運動の習慣と食生活の改善」が最も多く7割弱を占める。
- ・男性の30歳代では、「食生活の改善」が必要と考えている割合が高い。



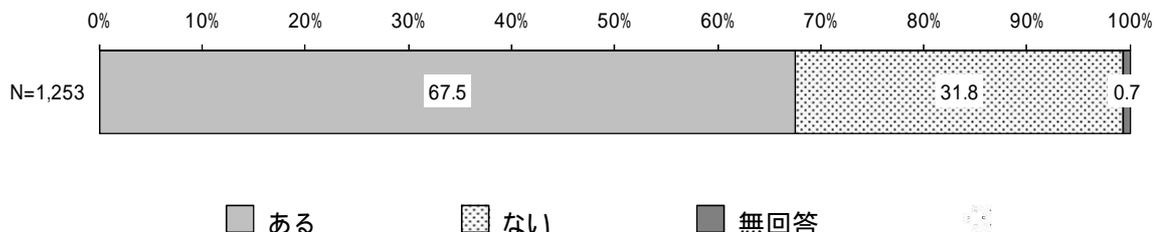
■ 運動の習慣 ■ 食生活の改善 ■ 運動の習慣と食生活の改善 ■ 無回答

(上段：回答者数、下段：%)

	合計	運動の習慣	食生活の改善	運動の習慣と食生活の改善	無回答
全体	1,145 (100.0)	184 (16.1)	135 (11.8)	788 (68.8)	38 (3.3)
男性	465 (100.0)	66 (14.2)	65 (14.0)	317 (68.2)	17 (3.7)
20歳代	45 (100.0)	4 (8.9)	5 (11.1)	35 (77.8)	1 (2.2)
30歳代	59 (100.0)	8 (13.6)	13 (22.0)	38 (64.4)	0 (0.0)
40歳代	89 (100.0)	14 (15.7)	7 (7.9)	67 (75.3)	1 (1.1)
50歳代	74 (100.0)	14 (18.9)	11 (14.9)	46 (62.2)	3 (4.1)
60歳代	88 (100.0)	8 (9.1)	12 (13.6)	60 (68.2)	8 (9.1)
70歳以上	110 (100.0)	18 (16.4)	17 (15.5)	71 (64.5)	4 (3.6)
女性	675 (100.0)	118 (17.5)	69 (10.2)	467 (69.2)	21 (3.1)
20歳代	54 (100.0)	11 (20.4)	6 (11.1)	37 (68.5)	0 (0.0)
30歳代	98 (100.0)	20 (20.4)	12 (12.2)	62 (63.3)	4 (4.1)
40歳代	143 (100.0)	32 (22.4)	8 (5.6)	102 (71.3)	1 (0.7)
50歳代	114 (100.0)	16 (14.0)	12 (10.5)	84 (73.7)	2 (1.8)
60歳代	114 (100.0)	17 (14.9)	11 (9.6)	83 (72.8)	3 (2.6)
70歳以上	152 (100.0)	22 (14.5)	20 (13.2)	99 (65.1)	11 (7.2)
地区別					
176地区	276 (100.0)	41 (14.9)	36 (13.0)	188 (68.1)	11 (4.0)
177地区	309 (100.0)	57 (18.4)	35 (11.3)	204 (66.0)	13 (4.2)
178地区	228 (100.0)	36 (15.8)	26 (11.4)	159 (69.7)	7 (3.1)
179地区	314 (100.0)	49 (15.6)	36 (11.5)	223 (71.0)	6 (1.9)

【問2-4】かかりつけ医がありますか。 <単数回答>

- ・「ある」が男性の6割、女性の7割を占める。
- ・男女ともにおおむね年代が高くなるほど、「ある」の割合が高い。
- ・男性の20歳代、30歳代、女性の30歳代では「ない」の割合が高い。

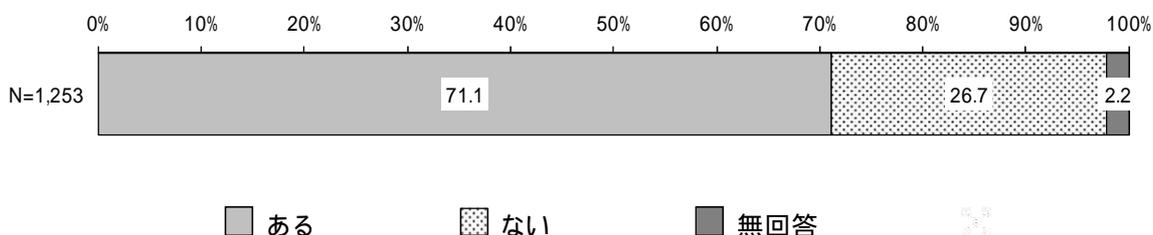


(上段 : 回答者数、下段 : %)

	合計	ある	ない	無回答
全体	1,253 (100.0)	846 (67.5)	398 (31.8)	9 (0.7)
男性	518 (100.0)	329 (63.5)	184 (35.5)	5 (1.0)
20歳代	49 (100.0)	18 (36.7)	31 (63.3)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	22 (36.7)	38 (63.3)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	39 (42.9)	51 (56.0)	1 (1.1)
50歳代	75 (100.0)	41 (54.7)	34 (45.3)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	77 (79.4)	20 (20.6)	0 (0.0)
70歳以上	146 (100.0)	132 (90.4)	10 (6.8)	4 (2.7)
女性	727 (100.0)	512 (70.4)	213 (29.3)	2 (0.3)
20歳代	56 (100.0)	32 (57.1)	24 (42.9)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	48 (47.5)	53 (52.5)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	84 (56.8)	64 (43.2)	0 (0.0)
50歳代	116 (100.0)	77 (66.4)	39 (33.6)	0 (0.0)
60歳代	119 (100.0)	92 (77.3)	27 (22.7)	0 (0.0)
70歳以上	187 (100.0)	179 (95.7)	6 (3.2)	2 (1.1)
地区別				
176地区	304 (100.0)	208 (68.4)	94 (30.9)	2 (0.7)
177地区	327 (100.0)	201 (61.5)	125 (38.2)	1 (0.3)
178地区	246 (100.0)	179 (72.8)	65 (26.4)	2 (0.8)
179地区	346 (100.0)	237 (68.5)	107 (30.9)	2 (0.6)

【問 2-5】かかりつけ歯科医がありますか。 <単数回答>

- ・「ある」が7割程度を占める。
- ・男女ともに年代が高くなるほど、「ある」の割合が高い。
- ・男女とも20歳代では「ない」の割合が高い。

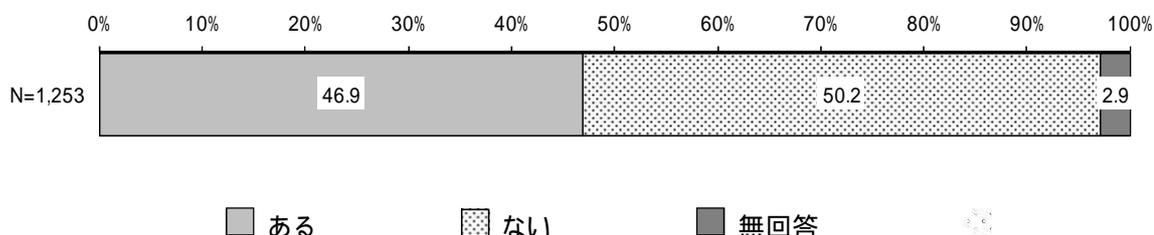


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	ある	ない	無回答
全体	1,253 (100.0)	891 (71.1)	334 (26.7)	28 (2.2)
男性	518 (100.0)	338 (65.3)	167 (32.2)	13 (2.5)
20歳代	49 (100.0)	20 (40.8)	29 (59.2)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	28 (46.7)	32 (53.3)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	56 (61.5)	34 (37.4)	1 (1.1)
50歳代	75 (100.0)	47 (62.7)	28 (37.3)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	70 (72.2)	23 (23.7)	4 (4.1)
70歳以上	146 (100.0)	117 (80.1)	21 (14.4)	8 (5.5)
女性	727 (100.0)	548 (75.4)	166 (22.8)	13 (1.8)
20歳代	56 (100.0)	33 (58.9)	23 (41.1)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	67 (66.3)	34 (33.7)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	103 (69.6)	45 (30.4)	0 (0.0)
50歳代	116 (100.0)	90 (77.6)	25 (21.6)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	98 (82.4)	19 (16.0)	2 (1.7)
70歳以上	187 (100.0)	157 (84.0)	20 (10.7)	10 (5.3)
地区別				
176地区	304 (100.0)	219 (72.0)	81 (26.6)	4 (1.3)
177地区	327 (100.0)	221 (67.6)	100 (30.6)	6 (1.8)
178地区	246 (100.0)	172 (69.9)	67 (27.2)	7 (2.8)
179地区	346 (100.0)	258 (74.6)	80 (23.1)	8 (2.3)

【問 2-6】かかりつけ薬局がありますか。 <単数回答>

- ・「ある」が4割以上を占める。
- ・男女ともに年代が高くなるほど、「ある」の割合が高い。
- ・男女とも20歳代では「ない」の割合が高い。

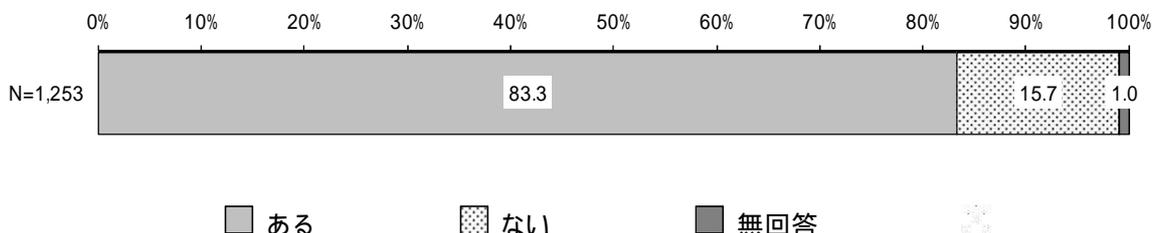


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	ある	ない	無回答
全体	1,253 (100.0)	588 (46.9)	629 (50.2)	36 (2.9)
男性	518 (100.0)	215 (41.5)	287 (55.4)	16 (3.1)
20歳代	49 (100.0)	7 (14.3)	42 (85.7)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	16 (26.7)	44 (73.3)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	26 (28.6)	63 (69.2)	2 (2.2)
50歳代	75 (100.0)	23 (30.7)	52 (69.3)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	41 (42.3)	52 (53.6)	4 (4.1)
70歳以上	146 (100.0)	102 (69.9)	34 (23.3)	10 (6.8)
女性	727 (100.0)	368 (50.6)	341 (46.9)	18 (2.5)
20歳代	56 (100.0)	17 (30.4)	39 (69.6)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	38 (37.6)	63 (62.4)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	60 (40.5)	88 (59.5)	0 (0.0)
50歳代	116 (100.0)	48 (41.4)	66 (56.9)	2 (1.7)
60歳代	119 (100.0)	56 (47.1)	57 (47.9)	6 (5.0)
70歳以上	187 (100.0)	149 (79.7)	28 (15.0)	10 (5.3)
地区別				
176地区	304 (100.0)	150 (49.3)	147 (48.4)	7 (2.3)
177地区	327 (100.0)	139 (42.5)	181 (55.4)	7 (2.1)
178地区	246 (100.0)	130 (52.8)	106 (43.1)	10 (4.1)
179地区	346 (100.0)	155 (44.8)	182 (52.6)	9 (2.6)

【問2-7】この一年間に、健康診査などを受けたことがありますか。 <単数回答>

- ・「ある」が8割以上を占める。
- ・男性の20歳代、女性の20歳代、30歳代で「ない」の割合が他の年代よりも高い。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	ある	ない	無回答
全体	1,253 (100.0)	1,044 (83.3)	197 (15.7)	12 (1.0)
男性	518 (100.0)	440 (84.9)	73 (14.1)	5 (1.0)
20歳代	49 (100.0)	38 (77.6)	11 (22.4)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	53 (88.3)	7 (11.7)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	78 (85.7)	12 (13.2)	1 (1.1)
50歳代	75 (100.0)	64 (85.3)	11 (14.7)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	83 (85.6)	13 (13.4)	1 (1.0)
70歳以上	146 (100.0)	124 (84.9)	19 (13.0)	3 (2.1)
女性	727 (100.0)	598 (82.3)	124 (17.1)	5 (0.7)
20歳代	56 (100.0)	38 (67.9)	18 (32.1)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	69 (68.3)	31 (30.7)	1 (1.0)
40歳代	148 (100.0)	127 (85.8)	20 (13.5)	1 (0.7)
50歳代	116 (100.0)	99 (85.3)	16 (13.8)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	97 (81.5)	21 (17.6)	1 (0.8)
70歳以上	187 (100.0)	168 (89.8)	18 (9.6)	1 (0.5)

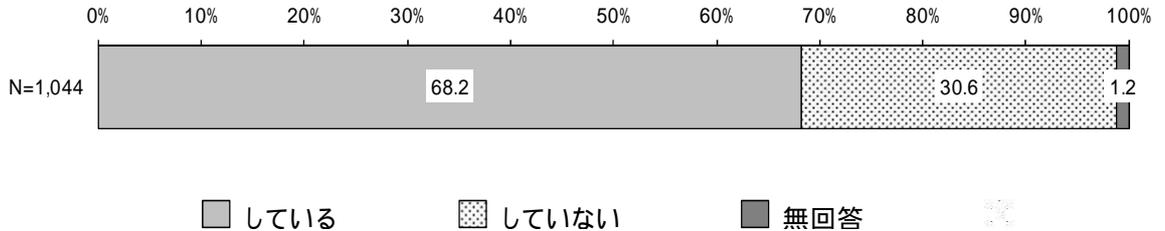
(上段 : 回答者数、下段 : %)

		合計	ある	ない	無回答
地区別	176地区	304 (100.0)	244 (80.3)	57 (18.8)	3 (1.0)
	177地区	327 (100.0)	273 (83.5)	53 (16.2)	1 (0.3)
	178地区	246 (100.0)	202 (82.1)	42 (17.1)	2 (0.8)
	179地区	346 (100.0)	301 (87.0)	41 (11.8)	4 (1.2)
保健 相談 所管 轄別	豊玉	360 (100.0)	295 (81.9)	61 (16.9)	4 (1.1)
	北	114 (100.0)	100 (87.7)	13 (11.4)	1 (0.9)
	光が丘	171 (100.0)	145 (84.8)	24 (14.0)	2 (1.2)
	石神井	320 (100.0)	262 (81.9)	57 (17.8)	1 (0.3)
	大泉	139 (100.0)	116 (83.5)	22 (15.8)	1 (0.7)
	関	104 (100.0)	89 (85.6)	15 (14.4)	0 (0.0)

【問2-7-1】(問2-7で「1 ある」と回答した方のみ)

健康診査などを受診し、生活習慣を見直していますか。 <単数回答>

- ・「している」が7割弱を占める。
- ・男女ともにおおむね年代が高くなるほど、「している」の割合が高い。
- ・男女とも20歳代では「していない」の割合が高い

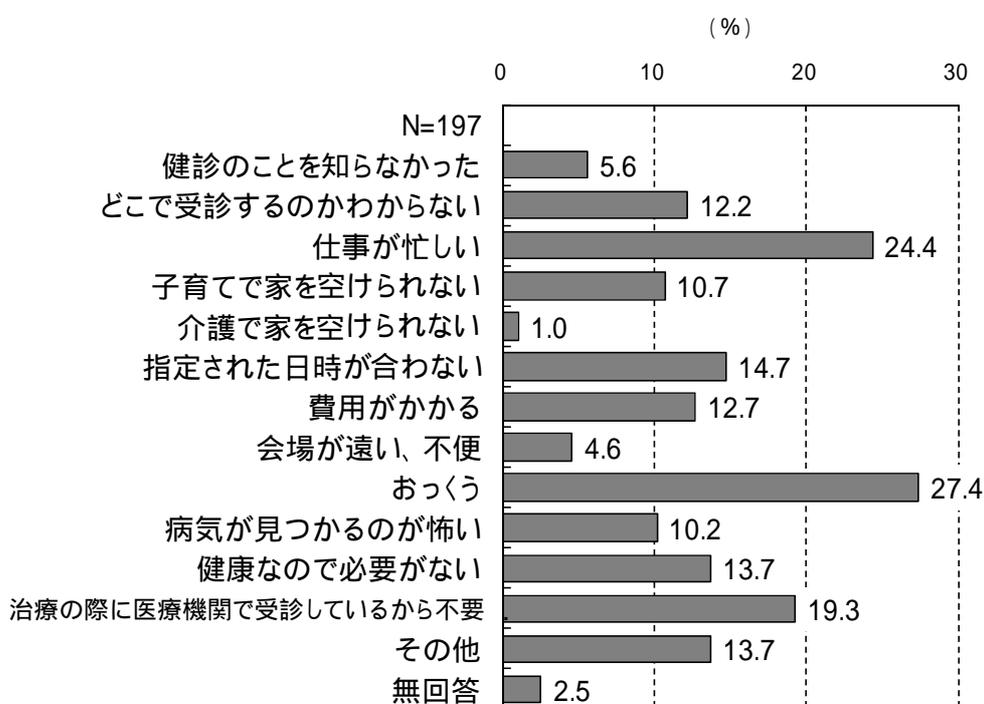


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	している	していない	無回答
全体	1,044 (100.0)	712 (68.2)	319 (30.6)	13 (1.2)
男性	440 (100.0)	289 (65.7)	149 (33.9)	2 (0.5)
20歳代	38 (100.0)	11 (28.9)	27 (71.1)	0 (0.0)
30歳代	53 (100.0)	30 (56.6)	23 (43.4)	0 (0.0)
40歳代	78 (100.0)	47 (60.3)	31 (39.7)	0 (0.0)
50歳代	64 (100.0)	40 (62.5)	24 (37.5)	0 (0.0)
60歳代	83 (100.0)	64 (77.1)	19 (22.9)	0 (0.0)
70歳以上	124 (100.0)	97 (78.2)	25 (20.2)	2 (1.6)
女性	598 (100.0)	417 (69.7)	170 (28.4)	11 (1.8)
20歳代	38 (100.0)	16 (42.1)	22 (57.9)	0 (0.0)
30歳代	69 (100.0)	37 (53.6)	32 (46.4)	0 (0.0)
40歳代	127 (100.0)	81 (63.8)	46 (36.2)	0 (0.0)
50歳代	99 (100.0)	80 (80.8)	19 (19.2)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	74 (76.3)	22 (22.7)	1 (1.0)
70歳以上	168 (100.0)	129 (76.8)	29 (17.3)	10 (6.0)
地区別				
176地区	244 (100.0)	169 (69.3)	72 (29.5)	3 (1.2)
177地区	273 (100.0)	171 (62.6)	102 (37.4)	0 (0.0)
178地区	202 (100.0)	136 (67.3)	60 (29.7)	6 (3.0)
179地区	301 (100.0)	217 (72.1)	80 (26.6)	4 (1.3)

【問 2-7-2】(問 2 - 7で「2 ない」と回答した方のみ)
 健康診査などを受診しない理由はどのようなことですか。
 <複数回答、あてはまるものすべて>

- ・「おっくう」が特に多く3割弱である。次いで「仕事が忙しい」、「治療の際に医療機関で受診しているから不要」が多く2割程度である。
- ・男性の30歳代で、「仕事が忙しい」が7割程度で多い。
- ・男性の70歳以上で、「治療の際に医療機関で受診しているから不要」が6割弱で多い。
- ・男女とも20歳代では「健診のことを知らなかった」の割合が高い。
- ・男女とも20歳代、30歳代では「どこで受診するのかわからない」の割合が高い。
- ・女性の20歳代、30歳代で「子育てで家を空けられない」の割合が高い。
- ・男性の30歳代、40歳代、50歳代と女性の40歳代で「指定された日時が合わない」の割合が高い。

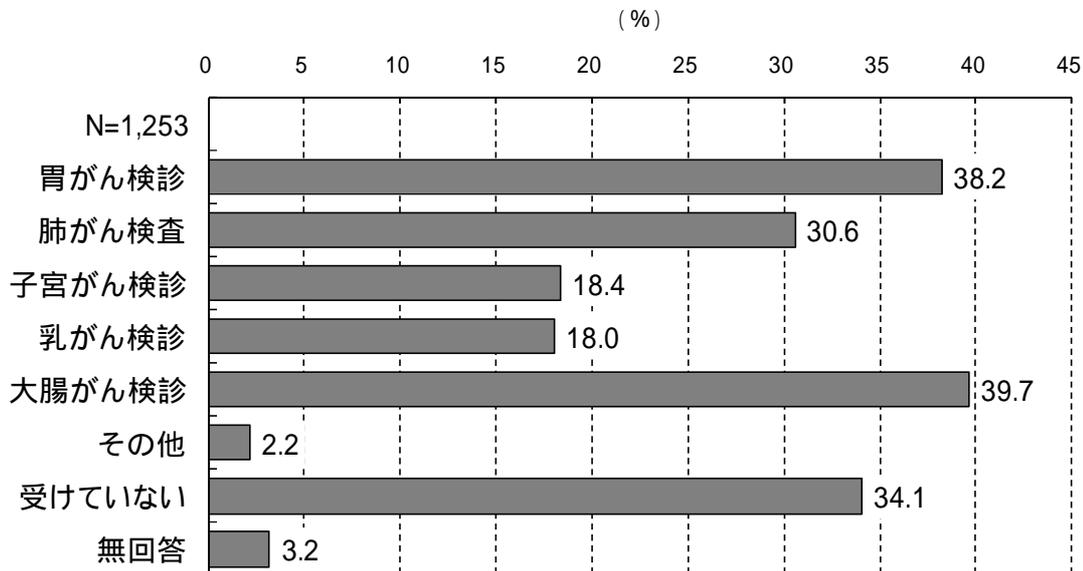


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	健診のことを知らなかった	どこで受診するのかわからない	仕事が忙しい	子育てで家を空けられない	介護で家を空けられない	指定された日時が合わない	費用がかかる
全体	197 (100.0)	11 (5.6)	24 (12.2)	48 (24.4)	21 (10.7)	2 (1.0)	29 (14.7)	25 (12.7)
男性	73 (100.0)	5 (6.8)	8 (11.0)	20 (27.4)	0 (0.0)	1 (1.4)	12 (16.4)	5 (6.8)
20歳代	11 (100.0)	2 (18.2)	4 (36.4)	2 (18.2)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (9.1)	2 (18.2)
30歳代	7 (100.0)	0 (0.0)	1 (14.3)	5 (71.4)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (28.6)	0 (0.0)
40歳代	12 (100.0)	1 (8.3)	0 (0.0)	6 (50.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	4 (33.3)	2 (16.7)
50歳代	11 (100.0)	1 (9.1)	0 (0.0)	3 (27.3)	0 (0.0)	0 (0.0)	3 (27.3)	0 (0.0)
60歳代	13 (100.0)	0 (0.0)	1 (7.7)	3 (23.1)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (7.7)	0 (0.0)
70歳以上	19 (100.0)	1 (5.3)	2 (10.5)	1 (5.3)	0 (0.0)	1 (5.3)	1 (5.3)	1 (5.3)
女性	124 (100.0)	6 (4.8)	16 (12.9)	28 (22.6)	21 (16.9)	1 (0.8)	17 (13.7)	20 (16.1)
20歳代	18 (100.0)	4 (22.2)	7 (38.9)	3 (16.7)	5 (27.8)	0 (0.0)	1 (5.6)	5 (27.8)
30歳代	31 (100.0)	0 (0.0)	7 (22.6)	8 (25.8)	12 (38.7)	0 (0.0)	5 (16.1)	6 (19.4)
40歳代	20 (100.0)	1 (5.0)	0 (0.0)	9 (45.0)	2 (10.0)	0 (0.0)	5 (25.0)	3 (15.0)
50歳代	16 (100.0)	1 (6.3)	0 (0.0)	6 (37.5)	1 (6.3)	0 (0.0)	2 (12.5)	3 (18.8)
60歳代	21 (100.0)	0 (0.0)	1 (4.8)	2 (9.5)	1 (4.8)	1 (4.8)	3 (14.3)	2 (9.5)
70歳以上	18 (100.0)	0 (0.0)	1 (5.6)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (5.6)	1 (5.6)
	会場が遠い、不便	おっくう	病気が見つかるのが怖い	健康なので必要がない	治療の際に医療機関で受診しているから不要	その他	無回答	
全体	9 (4.6)	54 (27.4)	20 (10.2)	27 (13.7)	38 (19.3)	27 (13.7)	5 (2.5)	
男性	4 (5.5)	20 (27.4)	8 (11.0)	8 (11.0)	18 (24.7)	5 (6.8)	2 (2.7)	
20歳代	1 (9.1)	6 (54.5)	1 (9.1)	1 (9.1)	1 (9.1)	0 (0.0)	1 (9.1)	
30歳代	0 (0.0)	4 (57.1)	1 (14.3)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (14.3)	0 (0.0)	
40歳代	1 (8.3)	3 (25.0)	1 (8.3)	0 (0.0)	1 (8.3)	1 (8.3)	0 (0.0)	
50歳代	1 (9.1)	2 (18.2)	1 (9.1)	2 (18.2)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (9.1)	
60歳代	1 (7.7)	2 (15.4)	1 (7.7)	4 (30.8)	5 (38.5)	0 (0.0)	0 (0.0)	
70歳以上	0 (0.0)	3 (15.8)	3 (15.8)	1 (5.3)	11 (57.9)	3 (15.8)	0 (0.0)	
女性	5 (4.0)	34 (27.4)	12 (9.7)	19 (15.3)	20 (16.1)	22 (17.7)	3 (2.4)	
20歳代	0 (0.0)	3 (16.7)	0 (0.0)	3 (16.7)	1 (5.6)	1 (5.6)	0 (0.0)	
30歳代	2 (6.5)	6 (19.4)	1 (3.2)	2 (6.5)	0 (0.0)	6 (19.4)	0 (0.0)	
40歳代	0 (0.0)	9 (45.0)	5 (25.0)	2 (10.0)	1 (5.0)	3 (15.0)	0 (0.0)	
50歳代	2 (12.5)	5 (31.3)	1 (6.3)	3 (18.8)	3 (18.8)	5 (31.3)	0 (0.0)	
60歳代	0 (0.0)	5 (23.8)	3 (14.3)	4 (19.0)	8 (38.1)	3 (14.3)	3 (14.3)	
70歳以上	1 (5.6)	6 (33.3)	2 (11.1)	5 (27.8)	7 (38.9)	4 (22.2)	0 (0.0)	

【問2-8】過去1年間に、がん検診を受けましたか。 <複数回答、あてはまるものすべて>

- ・「大腸がん検診」と「胃がん検診」が多く4割近くである。「受けていない」も3割程度である。
- ・男女ともにおおむね年代が低くなるほど、「受けていない」の割合が高い。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	胃がん検診	肺がん検査	子宮がん検診	乳がん検診	大腸がん検診	その他	受けていない	無回答
全体	1,253 (100.0)	479 (38.2)	383 (30.6)	230 (18.4)	226 (18.0)	497 (39.7)	27 (2.2)	427 (34.1)	40 (3.2)
男性	518 (100.0)	215 (41.5)	178 (34.4)	()	()	207 (40.0)	17 (3.3)	191 (36.9)	19 (3.7)
20歳代	49 (100.0)	3 (6.1)	6 (12.2)	()	()	4 (8.2)	0 (0.0)	40 (81.6)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	21 (35.0)	10 (16.7)	()	()	15 (25.0)	0 (0.0)	31 (51.7)	3 (5.0)
40歳代	91 (100.0)	52 (57.1)	38 (41.8)	()	()	32 (35.2)	0 (0.0)	31 (34.1)	2 (2.2)
50歳代	75 (100.0)	43 (57.3)	40 (53.3)	()	()	39 (52.0)	5 (6.7)	24 (32.0)	1 (1.3)
60歳代	97 (100.0)	42 (43.3)	41 (42.3)	()	()	40 (41.2)	6 (6.2)	31 (32.0)	3 (3.1)
70歳以上	146 (100.0)	54 (37.0)	43 (29.5)	()	()	77 (52.7)	6 (4.1)	34 (23.3)	10 (6.8)
女性	727 (100.0)	261 (35.9)	203 (27.9)	229 (31.5)	222 (30.5)	288 (39.6)	9 (1.2)	235 (32.3)	19 (2.6)
20歳代	56 (100.0)	3 (5.4)	1 (1.8)	11 (19.6)	3 (5.4)	3 (5.4)	1 (1.8)	40 (71.4)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	28 (27.7)	13 (12.9)	49 (48.5)	23 (22.8)	26 (25.7)	1 (1.0)	37 (36.6)	1 (1.0)
40歳代	148 (100.0)	67 (45.3)	57 (38.5)	75 (50.7)	82 (55.4)	65 (43.9)	1 (0.7)	32 (21.6)	2 (1.4)
50歳代	116 (100.0)	55 (47.4)	47 (40.5)	50 (43.1)	60 (51.7)	53 (45.7)	2 (1.7)	30 (25.9)	0 (0.0)
60歳代	119 (100.0)	47 (39.5)	41 (34.5)	31 (26.1)	28 (23.5)	56 (47.1)	1 (0.8)	38 (31.9)	1 (0.8)
70歳以上	187 (100.0)	61 (32.6)	44 (23.5)	13 (7.0)	26 (13.9)	85 (45.5)	3 (1.6)	58 (31.0)	15 (8.0)

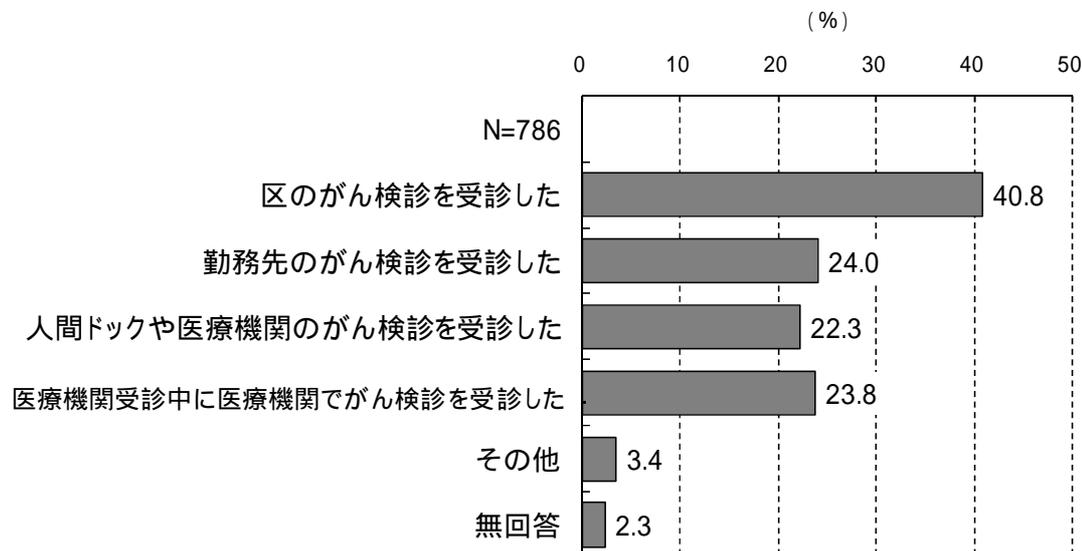
(上段 : 回答者数、下段 : %)

		合計	胃がん検診	肺がん検査	子宮がん検診	乳がん検診	大腸がん検診	その他	受けていない	無回答
地区別	176地区	304 (100.0)	112 (36.8)	89 (29.3)	62 (34.6)	57 (31.8)	112 (36.8)	6 (2.0)	111 (36.5)	12 (3.9)
	177地区	327 (100.0)	134 (41.0)	88 (26.9)	49 (26.9)	56 (30.8)	125 (38.2)	8 (2.4)	120 (36.7)	6 (1.8)
	178地区	246 (100.0)	92 (37.4)	73 (29.7)	43 (29.9)	43 (29.9)	109 (44.3)	6 (2.4)	83 (33.7)	7 (2.8)
	179地区	346 (100.0)	134 (38.7)	128 (37.0)	73 (35.3)	64 (30.9)	146 (42.2)	6 (1.7)	100 (28.9)	11 (3.2)
保健相談所管轄別	豊玉	360 (100.0)	136 (37.8)	114 (31.7)	76 (35.8)	66 (31.1)	139 (38.6)	10 (2.8)	124 (34.4)	14 (3.9)
	北	114 (100.0)	39 (34.2)	42 (36.8)	25 (39.1)	22 (34.4)	45 (39.5)	0 (0.0)	34 (29.8)	5 (4.4)
	光が丘	171 (100.0)	67 (39.2)	58 (33.9)	34 (31.5)	33 (30.6)	71 (41.5)	2 (1.2)	52 (30.4)	4 (2.3)
	石神井	320 (100.0)	125 (39.1)	87 (27.2)	50 (26.6)	57 (30.3)	133 (41.6)	4 (1.3)	113 (35.3)	7 (2.2)
	大泉	139 (100.0)	54 (38.8)	44 (31.7)	21 (27.6)	23 (30.3)	62 (44.6)	5 (3.6)	48 (34.5)	3 (2.2)
	関	104 (100.0)	44 (42.3)	29 (27.9)	21 (36.2)	19 (32.8)	38 (36.5)	5 (4.8)	36 (34.6)	2 (1.9)

子宮がん検診、乳がん検診については女性のみ集計している。女性の回答者数は 176 地区 179 人、177 地区 182 人、178 地区 144 人、179 地区 207 人、豊玉 212 人、北 64 人、光が丘 108 人、石神井 188 人、大泉 76 人、関 58 人である。

【問2-8-1】(問2 - 8で、いずれかのがん検診を受診したと回答した方のみ)
 どこでがん検診を受診しましたか。 <複数回答、あてはまるものすべて>

- ・「区のがん検診を受診した」が最も多く4割程度である。
- ・男性は、年代が低いほど「勤務先のがん検診を受診した」の割合が高く、年代が高いほど「区のがん検診を受診した」の割合が高い。

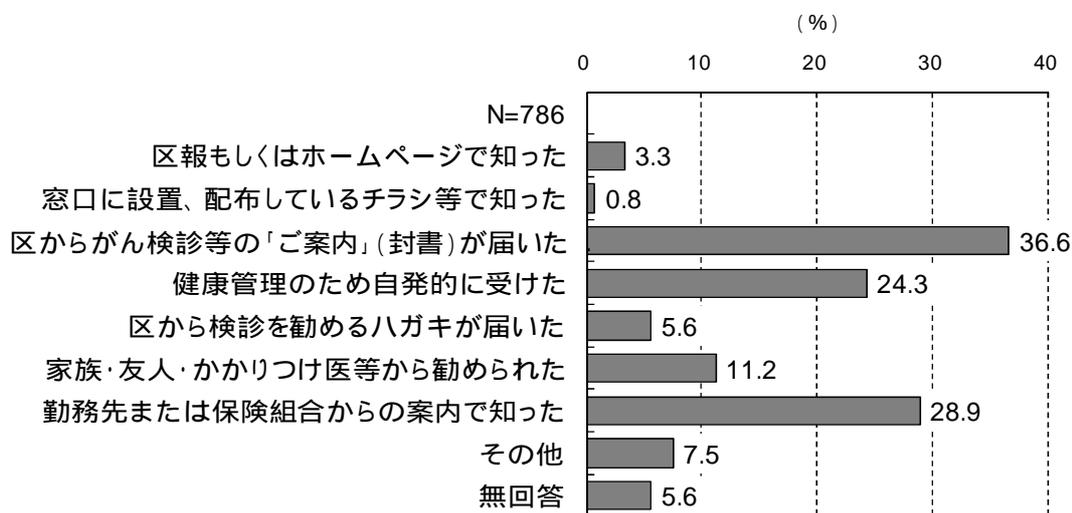


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	区のがん検診を受診した	勤務先のがん検診を受診した	人間ドックや医療機関のがん検診を受診した	医療機関受診中に医療機関でがん検診を受診した	その他	無回答
全体	786 (100.0)	321 (40.8)	189 (24.0)	175 (22.3)	187 (23.8)	27 (3.4)	18 (2.3)
男性	308 (100.0)	103 (33.4)	94 (30.5)	76 (24.7)	57 (18.5)	6 (1.9)	10 (3.2)
20歳代	9 (100.0)	1 (11.1)	7 (77.8)	1 (11.1)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
30歳代	26 (100.0)	7 (26.9)	14 (53.8)	5 (19.2)	1 (3.8)	0 (0.0)	0 (0.0)
40歳代	58 (100.0)	9 (15.5)	33 (56.9)	17 (29.3)	1 (1.7)	1 (1.7)	2 (3.4)
50歳代	50 (100.0)	8 (16.0)	23 (46.0)	21 (42.0)	4 (8.0)	2 (4.0)	0 (0.0)
60歳代	63 (100.0)	22 (34.9)	15 (23.8)	16 (25.4)	20 (31.7)	0 (0.0)	2 (3.2)
70歳以上	102 (100.0)	56 (54.9)	2 (2.0)	16 (15.7)	31 (30.4)	3 (2.9)	6 (5.9)
女性	473 (100.0)	215 (45.5)	94 (19.9)	98 (20.7)	129 (27.3)	20 (4.2)	8 (1.7)
20歳代	16 (100.0)	5 (31.3)	2 (12.5)	0 (0.0)	7 (43.8)	2 (12.5)	1 (6.3)
30歳代	63 (100.0)	24 (38.1)	24 (38.1)	7 (11.1)	19 (30.2)	1 (1.6)	1 (1.6)
40歳代	114 (100.0)	48 (42.1)	37 (32.5)	34 (29.8)	19 (16.7)	5 (4.4)	0 (0.0)
50歳代	86 (100.0)	35 (40.7)	20 (23.3)	32 (37.2)	13 (15.1)	4 (4.7)	0 (0.0)
60歳代	80 (100.0)	44 (55.0)	10 (12.5)	17 (21.3)	19 (23.8)	3 (3.8)	2 (2.5)
70歳以上	114 (100.0)	59 (51.8)	1 (0.9)	8 (7.0)	52 (45.6)	5 (4.4)	4 (3.5)
地区別							
176地区	181 (100.0)	76 (42.0)	43 (23.8)	39 (21.5)	40 (22.1)	8 (4.4)	6 (3.3)
177地区	201 (100.0)	73 (36.3)	52 (25.9)	54 (26.9)	50 (24.9)	5 (2.5)	1 (0.5)
178地区	156 (100.0)	56 (35.9)	42 (26.9)	30 (19.2)	41 (26.3)	4 (2.6)	4 (2.6)
179地区	235 (100.0)	111 (47.2)	50 (21.3)	49 (20.9)	52 (22.1)	10 (4.3)	5 (2.1)

【問 2-8-2】(問 2 - 8 で、いずれかのがん検診を受診したと回答した方のみ)
 がん検診を受診した理由、きっかけは何ですか。 <複数回答、3つまで>

- ・「区からのがん検診等の「ご案内」が届いた」が最も多く3割を超える。次いで「勤務先または保険組合からの案内で知った」、「健康管理のため自発的に受けた」が2割以上で多い。
- ・男性では「勤務先または保険組合からの案内で知った」が最も多く、女性では「区からのがん検診等の「ご案内」が届いた」が最も多い。



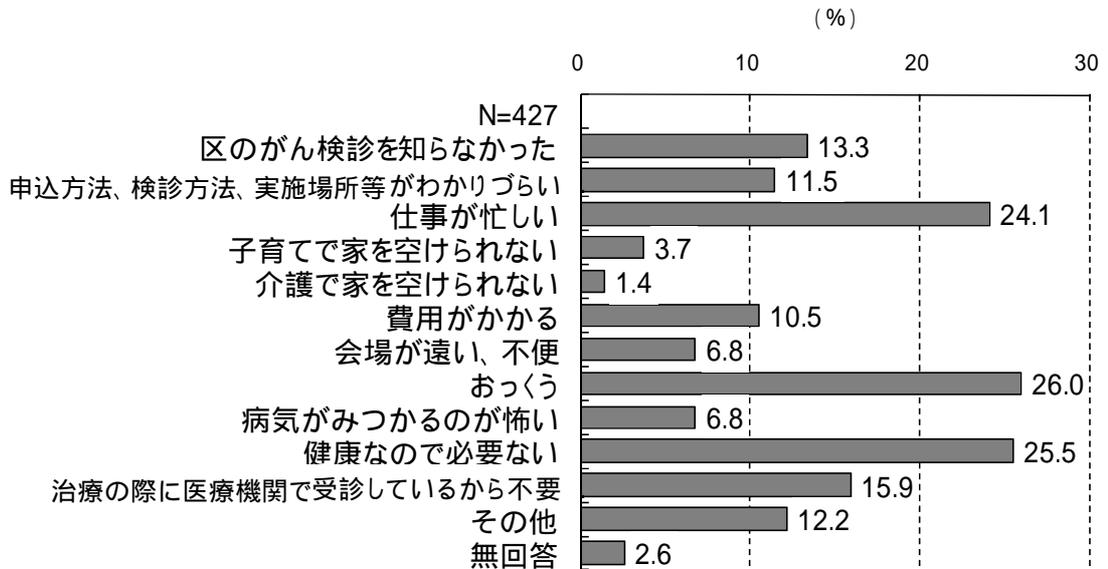
(上段：回答者数、下段：%)

	合計	区報もしくはホームページで知った	窓口設置、配布しているチラシ等で知った	区からがん検診等の「ご案内」(封書)が届いた	健康管理のために自発的に受けた	区から検診を勧めるハガキが届いた	家族・友人・かかりつけ医等から勧められた	勤務先または保険組合からの案内で知った	その他	無回答
全体	786 (100.0)	26 (3.3)	6 (0.8)	288 (36.6)	191 (24.3)	44 (5.6)	88 (11.2)	227 (28.9)	59 (7.5)	44 (5.6)
男性	308 (100.0)	8 (2.6)	1 (0.3)	92 (29.9)	71 (23.1)	17 (5.5)	26 (8.4)	105 (34.1)	22 (7.1)	22 (7.1)
20歳代	9 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (22.2)	0 (0.0)	0 (0.0)	4 (44.4)	2 (22.2)	1 (11.1)
30歳代	26 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	6 (23.1)	5 (19.2)	1 (3.8)	1 (3.8)	13 (50.0)	3 (11.5)	1 (3.8)
40歳代	58 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	10 (17.2)	10 (17.2)	1 (1.7)	3 (5.2)	39 (67.2)	2 (3.4)	3 (5.2)
50歳代	50 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	8 (16.0)	13 (26.0)	2 (4.0)	3 (6.0)	25 (50.0)	4 (8.0)	2 (4.0)
60歳代	63 (100.0)	2 (3.2)	0 (0.0)	23 (36.5)	18 (28.6)	3 (4.8)	5 (7.9)	20 (31.7)	5 (7.9)	3 (4.8)
70歳以上	102 (100.0)	6 (5.9)	1 (1.0)	45 (44.1)	23 (22.5)	10 (9.8)	14 (13.7)	4 (3.9)	6 (5.9)	12 (11.8)
女性	473 (100.0)	18 (3.8)	5 (1.1)	193 (40.8)	119 (25.2)	26 (5.5)	62 (13.1)	121 (25.6)	37 (7.8)	22 (4.7)
20歳代	16 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	5 (31.3)	2 (12.5)	1 (6.3)	3 (18.8)	2 (12.5)	3 (18.8)	2 (12.5)
30歳代	63 (100.0)	1 (1.6)	1 (1.6)	20 (31.7)	14 (22.2)	4 (6.3)	10 (15.9)	21 (33.3)	10 (15.9)	0 (0.0)
40歳代	114 (100.0)	3 (2.6)	2 (1.8)	39 (34.2)	30 (26.3)	4 (3.5)	12 (10.5)	48 (42.1)	6 (5.3)	2 (1.8)
50歳代	86 (100.0)	5 (5.8)	0 (0.0)	28 (32.6)	22 (25.6)	3 (3.5)	8 (9.3)	37 (43.0)	5 (5.8)	4 (4.7)
60歳代	80 (100.0)	4 (5.0)	1 (1.3)	44 (55.0)	22 (27.5)	6 (7.5)	6 (7.5)	12 (15.0)	3 (3.8)	4 (5.0)
70歳以上	114 (100.0)	5 (4.4)	1 (0.9)	57 (50.0)	29 (25.4)	8 (7.0)	23 (20.2)	1 (0.9)	10 (8.8)	10 (8.8)
地区別	176地区	5 (2.8)	0 (0.0)	66 (36.5)	39 (21.5)	16 (8.8)	23 (12.7)	51 (28.2)	16 (8.8)	10 (5.5)
177地区	201 (100.0)	9 (4.5)	0 (0.0)	69 (34.3)	46 (22.9)	6 (3.0)	21 (10.4)	72 (35.8)	13 (6.5)	7 (3.5)
178地区	156 (100.0)	6 (3.8)	2 (1.3)	48 (30.8)	36 (23.1)	7 (4.5)	20 (12.8)	46 (29.5)	14 (9.0)	11 (7.1)
179地区	235 (100.0)	5 (2.1)	3 (1.3)	101 (43.0)	70 (29.8)	14 (6.0)	22 (9.4)	56 (23.8)	16 (6.8)	11 (4.7)

【問2-8-3】(問2 - 8で「7 受けていない」と回答した方のみ)

がん検診を受診しない理由はどのようなことですか。 <複数回答、3つまで>

- ・「おっくう」、「健康なので必要ない」、「仕事が忙しい」が2割以上で多い。
- ・男女ともに20歳代と60歳代、70歳以上で「健康なので必要ない」の割合が他の年代よりも高い。
- ・男女とも20歳代では「区のがん検診を知らなかった」の割合が高い。
- ・男性の40歳代は「仕事が忙しい」の割合が高い。



(上段：回答者数、下段：%)

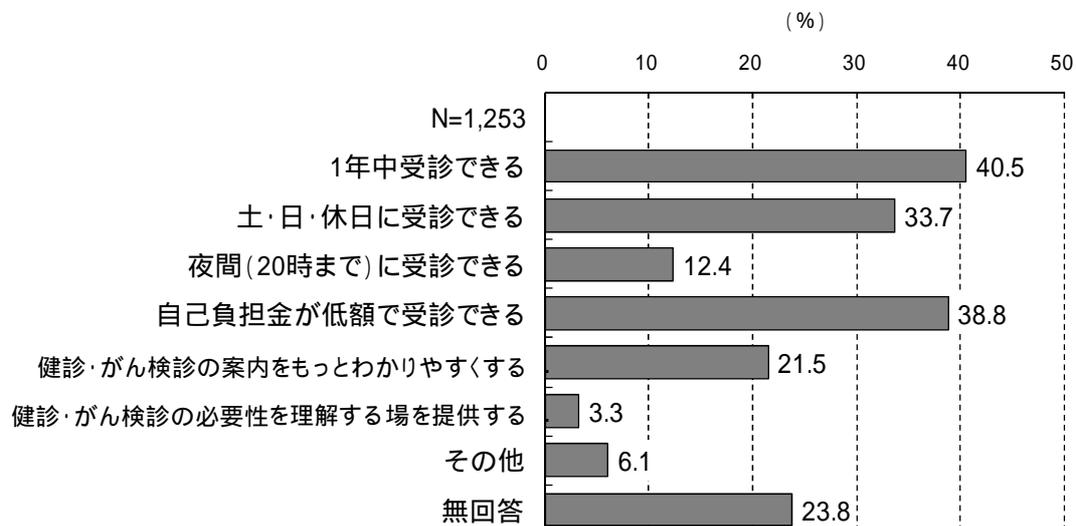
		合計	区のがん検診を知らなかった	申込方法、検診方法、実施場所等がわかりづらい	仕事が忙しい	子育てで家を空けられない	介護で家を空けられない	費用がかかる
地区別	176地区	111 (100.0)	21 (18.9)	11 (9.9)	23 (20.7)	3 (2.7)	1 (0.9)	11 (9.9)
	177地区	120 (100.0)	17 (14.2)	18 (15.0)	32 (26.7)	7 (5.8)	1 (0.8)	9 (7.5)
	178地区	83 (100.0)	5 (6.0)	7 (8.4)	19 (22.9)	4 (4.8)	3 (3.6)	10 (12.0)
	179地区	100 (100.0)	14 (14.0)	10 (10.0)	27 (27.0)	2 (2.0)	1 (1.0)	12 (12.0)
		会場が遠い、不便	おっくう	病気がみつかるのが怖い	健康なので必要ない	治療の際に医療機関で受診しているから不要	その他	無回答
地区別	176地区	1 (0.9)	23 (20.7)	7 (6.3)	29 (26.1)	19 (17.1)	17 (15.3)	4 (3.6)
	177地区	6 (5.0)	33 (27.5)	6 (5.0)	32 (26.7)	18 (15.0)	14 (11.7)	3 (2.5)
	178地区	11 (13.3)	27 (32.5)	8 (9.6)	20 (24.1)	16 (19.3)	6 (7.2)	0 (0.0)
	179地区	10 (10.0)	24 (24.0)	7 (7.0)	23 (23.0)	12 (12.0)	13 (13.0)	4 (4.0)

(上段：回答者数、下段：%)

	合計	区のがん検診 を知らなかつ た	申込方法、検 診方法、実施 場所等がわか りづらい	仕事が忙しい	子育てで家を 空けられない	介護で家を空 けられない	費用がかかる
全体	427 (100.0)	57 (13.3)	49 (11.5)	103 (24.1)	16 (3.7)	6 (1.4)	45 (10.5)
男性	191 (100.0)	41 (21.5)	24 (12.6)	58 (30.4)	2 (1.0)	1 (0.5)	17 (8.9)
20歳代	40 (100.0)	24 (60.0)	7 (17.5)	9 (22.5)	0 (0.0)	0 (0.0)	4 (10.0)
30歳代	31 (100.0)	11 (35.5)	9 (29.0)	13 (41.9)	1 (3.2)	0 (0.0)	4 (12.9)
40歳代	31 (100.0)	2 (6.5)	5 (16.1)	19 (61.3)	1 (3.2)	0 (0.0)	5 (16.1)
50歳代	24 (100.0)	1 (4.2)	2 (8.3)	11 (45.8)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (4.2)
60歳代	31 (100.0)	2 (6.5)	0 (0.0)	6 (19.4)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (6.5)
70歳以上	34 (100.0)	1 (2.9)	1 (2.9)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (2.9)	1 (2.9)
女性	235 (100.0)	16 (6.8)	25 (10.6)	44 (18.7)	14 (6.0)	5 (2.1)	28 (11.9)
20歳代	40 (100.0)	12 (30.0)	8 (20.0)	8 (20.0)	2 (5.0)	0 (0.0)	9 (22.5)
30歳代	37 (100.0)	3 (8.1)	6 (16.2)	9 (24.3)	9 (24.3)	0 (0.0)	6 (16.2)
40歳代	32 (100.0)	1 (3.1)	3 (9.4)	10 (31.3)	1 (3.1)	1 (3.1)	1 (3.1)
50歳代	30 (100.0)	0 (0.0)	2 (6.7)	11 (36.7)	1 (3.3)	2 (6.7)	5 (16.7)
60歳代	38 (100.0)	0 (0.0)	4 (10.5)	4 (10.5)	1 (2.6)	1 (2.6)	3 (7.9)
70歳以上	58 (100.0)	0 (0.0)	2 (3.4)	2 (3.4)	0 (0.0)	1 (1.7)	4 (6.9)
	会場が遠い、 不便	おっくう	病気がみつか るのが怖い	健康なので必 要ない	治療の際に医 療機関で受診 しているから 不要	その他	無回答
全体	29 (6.8)	111 (26.0)	29 (6.8)	109 (25.5)	68 (15.9)	52 (12.2)	11 (2.6)
男性	8 (4.2)	45 (23.6)	9 (4.7)	56 (29.3)	30 (15.7)	16 (8.4)	5 (2.6)
20歳代	1 (2.5)	9 (22.5)	0 (0.0)	21 (52.5)	1 (2.5)	1 (2.5)	0 (0.0)
30歳代	1 (3.2)	11 (35.5)	2 (6.5)	4 (12.9)	1 (3.2)	4 (12.9)	0 (0.0)
40歳代	2 (6.5)	6 (19.4)	2 (6.5)	4 (12.9)	5 (16.1)	2 (6.5)	0 (0.0)
50歳代	2 (8.3)	10 (41.7)	1 (4.2)	4 (16.7)	2 (8.3)	2 (8.3)	0 (0.0)
60歳代	1 (3.2)	5 (16.1)	2 (6.5)	11 (35.5)	8 (25.8)	1 (3.2)	2 (6.5)
70歳以上	1 (2.9)	4 (11.8)	2 (5.9)	12 (35.3)	13 (38.2)	6 (17.6)	3 (8.8)
女性	21 (8.9)	65 (27.7)	19 (8.1)	53 (22.6)	38 (16.2)	36 (15.3)	6 (2.6)
20歳代	1 (2.5)	9 (22.5)	3 (7.5)	14 (35.0)	0 (0.0)	5 (12.5)	2 (5.0)
30歳代	3 (8.1)	14 (37.8)	0 (0.0)	4 (10.8)	0 (0.0)	9 (24.3)	1 (2.7)
40歳代	4 (12.5)	8 (25.0)	2 (6.3)	2 (6.3)	2 (6.3)	6 (18.8)	2 (6.3)
50歳代	5 (16.7)	10 (33.3)	3 (10.0)	3 (10.0)	5 (16.7)	3 (10.0)	1 (3.3)
60歳代	6 (15.8)	12 (31.6)	5 (13.2)	10 (26.3)	11 (28.9)	7 (18.4)	0 (0.0)
70歳以上	2 (3.4)	12 (20.7)	6 (10.3)	20 (34.5)	20 (34.5)	6 (10.3)	0 (0.0)

【問 2-9】どのような条件を整えば、区健康診査・がん検診が受診しやすくなりますか。(治療中等で受診できない方を除きます。) <複数回答、3つまで>

- ・「1年中受診できる」と「自己負担金が低額で受診できる」が特に多く4割程度である。次いで「土・日・休日に受診できる」、「健診・がん検診の案内をもっとわかりやすくする」が多い。
- ・男女ともに、20歳代で「自己負担金が低額で受診できる」の割合が他の年代よりも高い。

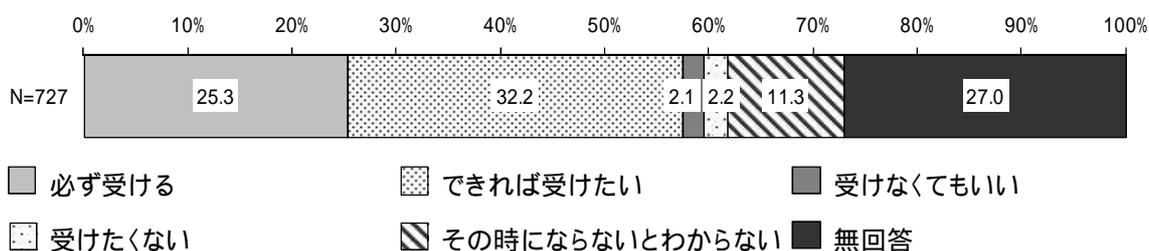


(上段 : 回答者数、下段 : %)

	合計	1年中受診 できる	土・日・休 日に受診で きる	夜間(20時 まで)に受 診できる	自己負担金 が低額で受 診できる	健診・がん 検診の案内 をもっとわ かりやすく する	がんに関す る講演会や シンポジウ ムなど健診 ・がん検診 の必要性を 理解する場 を提供する	その他	無回答
全体	1,253 (100.0)	508 (40.5)	422 (33.7)	155 (12.4)	486 (38.8)	269 (21.5)	41 (3.3)	76 (6.1)	298 (23.8)
男性	518 (100.0)	188 (36.3)	198 (38.2)	73 (14.1)	203 (39.2)	93 (18.0)	21 (4.1)	30 (5.8)	120 (23.2)
20歳代	49 (100.0)	16 (32.7)	32 (65.3)	15 (30.6)	31 (63.3)	14 (28.6)	4 (8.2)	2 (4.1)	2 (4.1)
30歳代	60 (100.0)	26 (43.3)	34 (56.7)	17 (28.3)	30 (50.0)	11 (18.3)	1 (1.7)	3 (5.0)	10 (16.7)
40歳代	91 (100.0)	24 (26.4)	49 (53.8)	19 (20.9)	36 (39.6)	10 (11.0)	2 (2.2)	8 (8.8)	18 (19.8)
50歳代	75 (100.0)	29 (38.7)	32 (42.7)	9 (12.0)	24 (32.0)	14 (18.7)	1 (1.3)	2 (2.7)	22 (29.3)
60歳代	97 (100.0)	43 (44.3)	32 (33.0)	6 (6.2)	40 (41.2)	14 (14.4)	2 (2.1)	6 (6.2)	19 (19.6)
70歳以上	146 (100.0)	50 (34.2)	19 (13.0)	7 (4.8)	42 (28.8)	30 (20.5)	11 (7.5)	9 (6.2)	49 (33.6)
女性	727 (100.0)	316 (43.5)	222 (30.5)	81 (11.1)	280 (38.5)	175 (24.1)	20 (2.8)	46 (6.3)	175 (24.1)
20歳代	56 (100.0)	11 (19.6)	26 (46.4)	18 (32.1)	38 (67.9)	23 (41.1)	1 (1.8)	2 (3.6)	5 (8.9)
30歳代	101 (100.0)	36 (35.6)	51 (50.5)	19 (18.8)	50 (49.5)	23 (22.8)	1 (1.0)	7 (6.9)	22 (21.8)
40歳代	148 (100.0)	71 (48.0)	72 (48.6)	22 (14.9)	61 (41.2)	29 (19.6)	1 (0.7)	11 (7.4)	19 (12.8)
50歳代	116 (100.0)	64 (55.2)	32 (27.6)	15 (12.9)	36 (31.0)	27 (23.3)	2 (1.7)	7 (6.0)	29 (25.0)
60歳代	119 (100.0)	63 (52.9)	28 (23.5)	3 (2.5)	42 (35.3)	39 (32.8)	4 (3.4)	9 (7.6)	24 (20.2)
70歳以上	187 (100.0)	71 (38.0)	13 (7.0)	4 (2.1)	53 (28.3)	34 (18.2)	11 (5.9)	10 (5.3)	76 (40.6)
地区別									
176地区	304 (100.0)	113 (37.2)	113 (37.2)	41 (13.5)	126 (41.4)	71 (23.4)	12 (3.9)	16 (5.3)	71 (23.4)
177地区	327 (100.0)	131 (40.1)	118 (36.1)	35 (10.7)	128 (39.1)	54 (16.5)	10 (3.1)	18 (5.5)	80 (24.5)
178地区	246 (100.0)	103 (41.9)	68 (27.6)	34 (13.8)	97 (39.4)	59 (24.0)	9 (3.7)	17 (6.9)	54 (22.0)
179地区	346 (100.0)	144 (41.6)	117 (33.8)	43 (12.4)	124 (35.8)	82 (23.7)	9 (2.6)	24 (6.9)	85 (24.6)

【問 2-10】(女性のみ) 妊娠中に歯科健診を受けようと思いますか。 <単数回答>

・「できれば受けていい」が最も多く3割程度である。「必ず受ける」との合計では6割弱を占める。

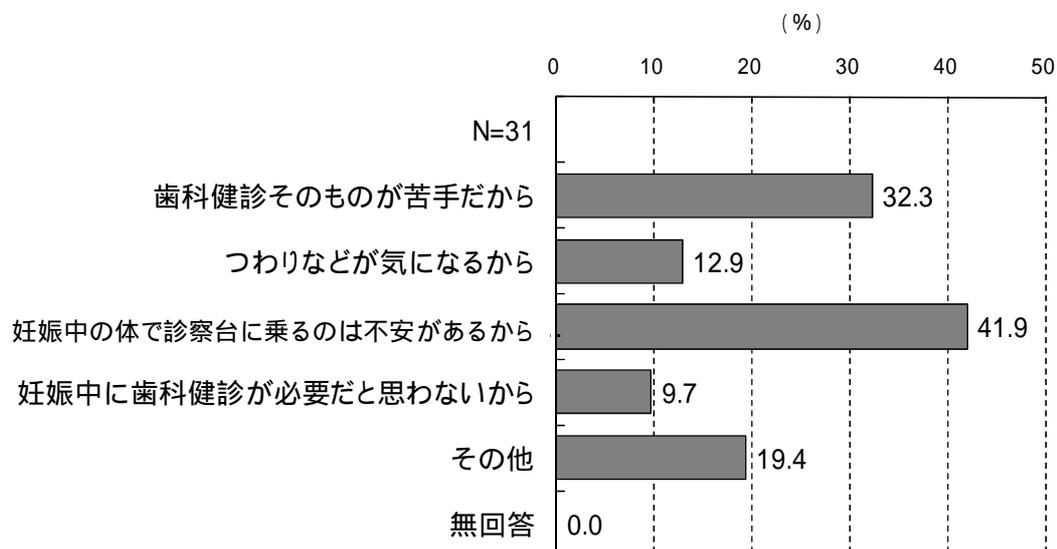


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	必ず受ける	できれば受けていい	受けなくてもいい	受けてくれない	その時にならないとわからない	無回答
全体	727 (100.0)	184 (25.3)	234 (32.2)	15 (2.1)	16 (2.2)	82 (11.3)	196 (27.0)
女性	727 (100.0)	184 (25.3)	234 (32.2)	15 (2.1)	16 (2.2)	82 (11.3)	196 (27.0)
20歳代	56 (100.0)	17 (30.4)	28 (50.0)	0 (0.0)	1 (1.8)	10 (17.9)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	31 (30.7)	54 (53.5)	3 (3.0)	1 (1.0)	10 (9.9)	2 (2.0)
40歳代	148 (100.0)	54 (36.5)	48 (32.4)	7 (4.7)	5 (3.4)	26 (17.6)	8 (5.4)
50歳代	116 (100.0)	33 (28.4)	48 (41.4)	1 (0.9)	4 (3.4)	14 (12.1)	16 (13.8)
60歳代	119 (100.0)	28 (23.5)	31 (26.1)	2 (1.7)	4 (3.4)	13 (10.9)	41 (34.5)
70歳以上	187 (100.0)	21 (11.2)	25 (13.4)	2 (1.1)	1 (0.5)	9 (4.8)	129 (69.0)
地区別							
176地区	179 (100.0)	43 (24.0)	55 (30.7)	3 (1.7)	3 (1.7)	23 (12.8)	52 (29.1)
177地区	182 (100.0)	50 (27.5)	64 (35.2)	3 (1.6)	6 (3.3)	14 (7.7)	45 (24.7)
178地区	144 (100.0)	37 (25.7)	37 (25.7)	4 (2.8)	5 (3.5)	17 (11.8)	44 (30.6)
179地区	207 (100.0)	54 (26.1)	72 (34.8)	5 (2.4)	2 (1.0)	25 (12.1)	49 (23.7)

【問2-10-1】(問2-10で「3 受けなくてもいい」、「4 受けたくない」と回答した方のみ)
 妊娠中に歯科健診を受けないと思う理由は何ですか。 <複数回答、2つまで>

・「妊娠中の体で診察台に乗るのは不安があるから」が最も多く4割程度である。



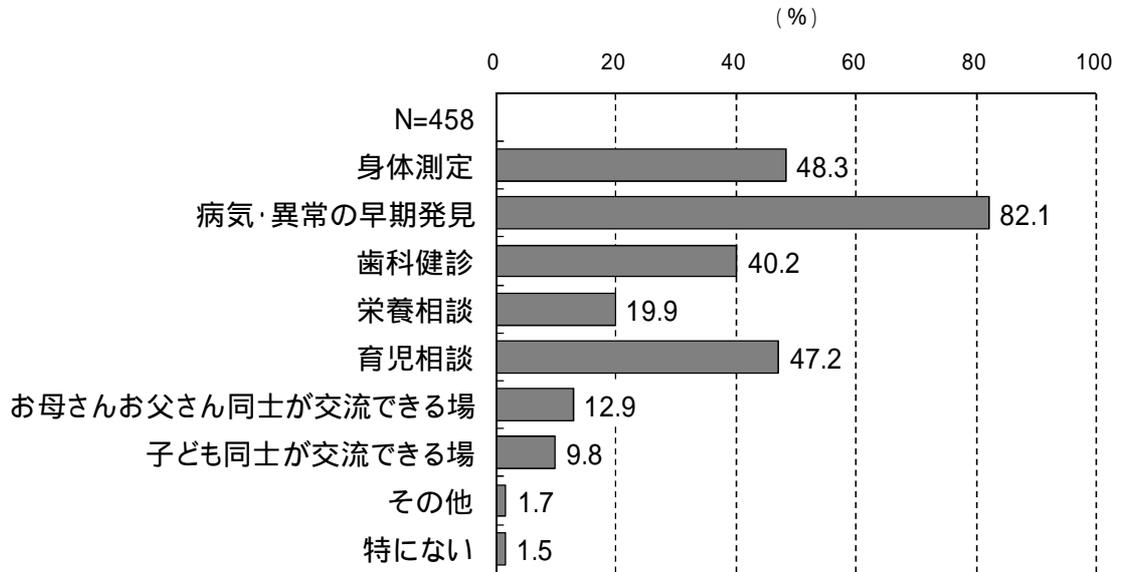
(上段：回答者数、下段：%)

	合計	歯科健診そのものが苦手だから	つわりなどが気になるから	妊娠中の体で診察台に乗るのは不安があるから	妊娠中に歯科健診が必要だと思わないから	その他	無回答
全体	31 (100.0)	10 (32.3)	4 (12.9)	13 (41.9)	3 (9.7)	6 (19.4)	0 (0.0)
女性	31 (100.0)	10 (32.3)	4 (12.9)	13 (41.9)	3 (9.7)	6 (19.4)	0 (0.0)
20歳代	1 (100.0)	0 (0.0)	1 (100.0)	1 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
30歳代	4 (100.0)	2 (50.0)	0 (0.0)	1 (25.0)	1 (25.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
40歳代	12 (100.0)	4 (33.3)	0 (0.0)	4 (33.3)	2 (16.7)	3 (25.0)	0 (0.0)
50歳代	5 (100.0)	0 (0.0)	2 (40.0)	2 (40.0)	0 (0.0)	2 (40.0)	0 (0.0)
60歳代	6 (100.0)	2 (33.3)	1 (16.7)	5 (83.3)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
70歳以上	3 (100.0)	2 (66.7)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (33.3)	0 (0.0)

【問2-11】(子育て中の方、子育て経験のある方)

乳幼児健診(4か月児健診、1歳6か月児健診、3歳児健診)に期待することは、どのようなことですか。 <複数回答、3つまで>

- ・「病気・異常の早期発見」が最も多く8割である。次いで「身体測定」、「育児相談」、「歯科健診」の順に多い。
- ・女性の50歳代、60歳代で特に「病気・異常の早期発見」が9割程度で、男性や女性の他の年代よりも多い。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	身体測定	病気・異常の早期発見	歯科健診	栄養相談	育児相談	お母さんお父さん同士が交流できる場	子ども同士が交流できる場	その他	特にない
全体	458 (100.0)	221 (48.3)	376 (82.1)	184 (40.2)	91 (19.9)	216 (47.2)	59 (12.9)	45 (9.8)	8 (1.7)	7 (1.5)
男性	64 (100.0)	23 (35.9)	52 (81.3)	17 (26.6)	12 (18.8)	28 (43.8)	11 (17.2)	5 (7.8)	2 (3.1)	3 (4.7)
20歳代	3 (100.0)	1 (33.3)	3 (100.0)	0 (0.0)	1 (33.3)	1 (33.3)	2 (66.7)	1 (33.3)	0 (0.0)	0 (0.0)
30歳代	15 (100.0)	5 (33.3)	14 (93.3)	5 (33.3)	3 (20.0)	10 (66.7)	2 (13.3)	1 (6.7)	0 (0.0)	0 (0.0)
40歳代	28 (100.0)	12 (42.9)	23 (82.1)	11 (39.3)	5 (17.9)	8 (28.6)	4 (14.3)	2 (7.1)	1 (3.6)	2 (7.1)
50歳代	9 (100.0)	3 (33.3)	8 (88.9)	1 (11.1)	2 (22.2)	6 (66.7)	2 (22.2)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
60歳代	6 (100.0)	1 (16.7)	4 (66.7)	0 (0.0)	1 (16.7)	3 (50.0)	1 (16.7)	0 (0.0)	1 (16.7)	0 (0.0)
70歳以上	3 (100.0)	1 (33.3)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (33.3)	0 (0.0)	1 (33.3)
女性	392 (100.0)	198 (50.5)	322 (82.1)	166 (42.3)	78 (19.9)	187 (47.7)	48 (12.2)	40 (10.2)	6 (1.5)	4 (1.0)
20歳代	17 (100.0)	6 (35.3)	11 (64.7)	4 (23.5)	5 (29.4)	12 (70.6)	4 (23.5)	3 (17.6)	0 (0.0)	0 (0.0)
30歳代	55 (100.0)	37 (67.3)	43 (78.2)	24 (43.6)	8 (14.5)	25 (45.5)	8 (14.5)	6 (10.9)	2 (3.6)	0 (0.0)
40歳代	86 (100.0)	44 (51.2)	65 (75.6)	40 (46.5)	14 (16.3)	41 (47.7)	13 (15.1)	8 (9.3)	3 (3.5)	1 (1.2)
50歳代	86 (100.0)	45 (52.3)	74 (86.0)	40 (46.5)	15 (17.4)	39 (45.3)	10 (11.6)	8 (9.3)	1 (1.2)	0 (0.0)
60歳代	77 (100.0)	36 (46.8)	70 (90.9)	33 (42.9)	17 (22.1)	42 (54.5)	9 (11.7)	6 (7.8)	0 (0.0)	0 (0.0)
70歳以上	71 (100.0)	30 (42.3)	59 (83.1)	25 (35.2)	19 (26.8)	28 (39.4)	4 (5.6)	9 (12.7)	0 (0.0)	3 (4.2)

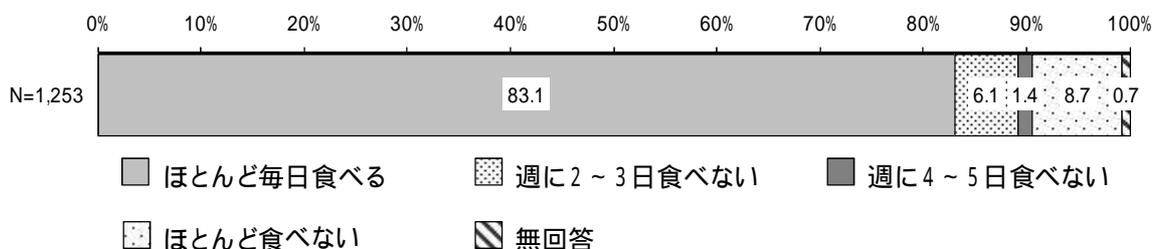
(上段 : 回答者数、下段 : %)

		合計	身体測定	病気・異常の早期発見	歯科健診	栄養相談	育児相談	お母さんお父さん同士が交流できる場	子ども同士が交流できる場	その他	特にない
地区別	176地区	91 (100.0)	39 (42.9)	76 (83.5)	30 (33.0)	16 (17.6)	49 (53.8)	18 (19.8)	8 (8.8)	2 (2.2)	1 (1.1)
	177地区	129 (100.0)	58 (45.0)	103 (79.8)	50 (38.8)	25 (19.4)	59 (45.7)	17 (13.2)	15 (11.6)	3 (2.3)	2 (1.6)
	178地区	91 (100.0)	49 (53.8)	75 (82.4)	41 (45.1)	21 (23.1)	47 (51.6)	12 (13.2)	7 (7.7)	0 (0.0)	1 (1.1)
	179地区	140 (100.0)	73 (52.1)	116 (82.9)	60 (42.9)	26 (18.6)	60 (42.9)	12 (8.6)	13 (9.3)	3 (2.1)	3 (2.1)
保健相談所管轄別	豊玉	120 (100.0)	57 (47.5)	102 (85.0)	45 (37.5)	22 (18.3)	59 (49.2)	20 (16.7)	10 (8.3)	2 (1.7)	2 (1.7)
	北	44 (100.0)	20 (45.5)	35 (79.5)	19 (43.2)	11 (25.0)	17 (38.6)	3 (6.8)	7 (15.9)	2 (4.5)	1 (2.3)
	光が丘	66 (100.0)	35 (53.0)	54 (81.8)	26 (39.4)	9 (13.6)	33 (50.0)	7 (10.6)	4 (6.1)	1 (1.5)	1 (1.5)
	石神井	128 (100.0)	58 (45.3)	102 (79.7)	48 (37.5)	27 (21.1)	64 (50.0)	14 (10.9)	12 (9.4)	1 (0.8)	3 (2.3)
	大泉	54 (100.0)	29 (53.7)	46 (85.2)	24 (44.4)	12 (22.2)	26 (48.1)	10 (18.5)	5 (9.3)	0 (0.0)	0 (0.0)
	関	37 (100.0)	19 (51.4)	29 (78.4)	18 (48.6)	7 (18.9)	16 (43.2)	5 (13.5)	5 (13.5)	2 (5.4)	0 (0.0)

3. 栄養・食生活について

【問 3-1】毎日、朝食を食べますか。 <単数回答>

- ・「ほとんど毎日食べる」が多く8割以上を占める。
- ・男女ともにおおむね年代が高くなるほど、「ほとんど毎日食べる」の割合が高い。
- ・男性の20～50歳代と女性の30歳代で「ほとんど食べない」が2割程度いる。

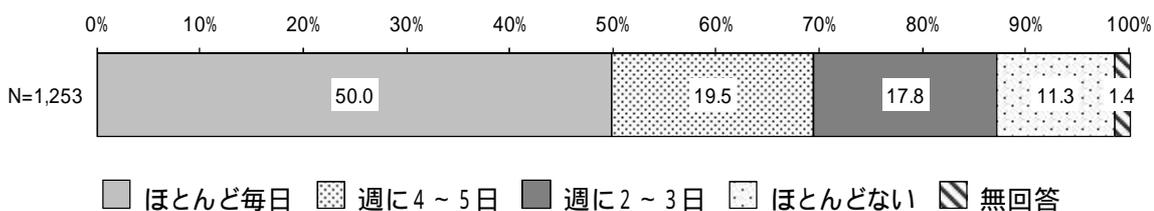


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	ほとんど毎日食べる	週に2～3日食べない	週に4～5日食べない	ほとんど食べない	無回答
全体	1,253 (100.0)	1,041 (83.1)	76 (6.1)	18 (1.4)	109 (8.7)	9 (0.7)
男性	518 (100.0)	415 (80.1)	27 (5.2)	11 (2.1)	62 (12.0)	3 (0.6)
20歳代	49 (100.0)	27 (55.1)	5 (10.2)	5 (10.2)	12 (24.5)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	41 (68.3)	7 (11.7)	1 (1.7)	11 (18.3)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	66 (72.5)	4 (4.4)	0 (0.0)	21 (23.1)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	54 (72.0)	4 (5.3)	4 (5.3)	13 (17.3)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	90 (92.8)	4 (4.1)	0 (0.0)	3 (3.1)	0 (0.0)
70歳以上	146 (100.0)	137 (93.8)	3 (2.1)	1 (0.7)	2 (1.4)	3 (2.1)
女性	727 (100.0)	622 (85.6)	48 (6.6)	7 (1.0)	46 (6.3)	4 (0.6)
20歳代	56 (100.0)	39 (69.6)	8 (14.3)	3 (5.4)	5 (8.9)	1 (1.8)
30歳代	101 (100.0)	71 (70.3)	13 (12.9)	2 (2.0)	15 (14.9)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	124 (83.8)	10 (6.8)	1 (0.7)	13 (8.8)	0 (0.0)
50歳代	116 (100.0)	100 (86.2)	9 (7.8)	0 (0.0)	7 (6.0)	0 (0.0)
60歳代	119 (100.0)	112 (94.1)	4 (3.4)	0 (0.0)	3 (2.5)	0 (0.0)
70歳以上	187 (100.0)	176 (94.1)	4 (2.1)	1 (0.5)	3 (1.6)	3 (1.6)
地区別						
176地区	304 (100.0)	239 (78.6)	25 (8.2)	7 (2.3)	30 (9.9)	3 (1.0)
177地区	327 (100.0)	275 (84.1)	18 (5.5)	4 (1.2)	29 (8.9)	1 (0.3)
178地区	246 (100.0)	210 (85.4)	9 (3.7)	3 (1.2)	23 (9.3)	1 (0.4)
179地区	346 (100.0)	293 (84.7)	22 (6.4)	4 (1.2)	25 (7.2)	2 (0.6)

【問3-2】主食・主菜・副菜を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。 <単数回答>

- ・「ほとんど毎日」が最も多く5割を占める。次いで「週に4~5日」、「週に2~3日」の順が多い。
- ・男女ともにおおむね年代が高くなるほど、「ほとんど毎日」の割合が高い。
- ・男性の20歳代では、「ほとんど毎日」の割合が低い。
- ・男性の20歳代~50歳代、女性の20歳代~40歳代には「ほとんどない」が2割前後いる。

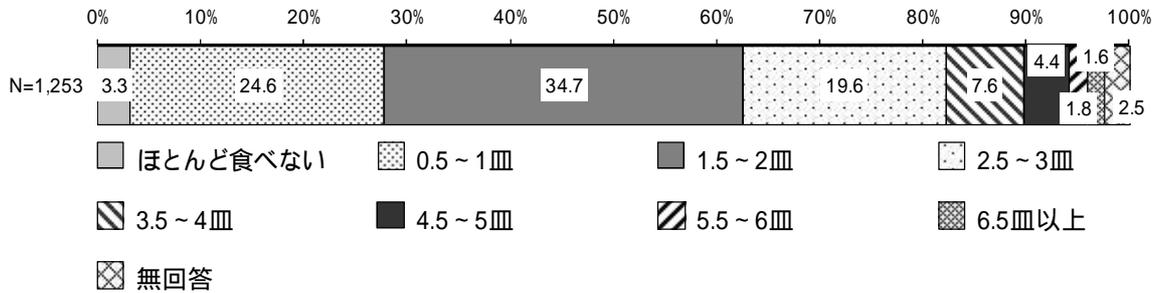


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	ほとんど毎日	週に4~5日	週に2~3日	ほとんどない	無回答
全体	1,253 (100.0)	626 (50.0)	244 (19.5)	223 (17.8)	142 (11.3)	18 (1.4)
男性	518 (100.0)	230 (44.4)	112 (21.6)	99 (19.1)	70 (13.5)	7 (1.4)
20歳代	49 (100.0)	8 (16.3)	13 (26.5)	15 (30.6)	13 (26.5)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	18 (30.0)	12 (20.0)	16 (26.7)	14 (23.3)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	25 (27.5)	28 (30.8)	22 (24.2)	15 (16.5)	1 (1.1)
50歳代	75 (100.0)	31 (41.3)	15 (20.0)	12 (16.0)	17 (22.7)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	57 (58.8)	18 (18.6)	17 (17.5)	4 (4.1)	1 (1.0)
70歳以上	146 (100.0)	91 (62.3)	26 (17.8)	17 (11.6)	7 (4.8)	5 (3.4)
女性	727 (100.0)	394 (54.2)	131 (18.0)	121 (16.6)	72 (9.9)	9 (1.2)
20歳代	56 (100.0)	19 (33.9)	10 (17.9)	16 (28.6)	11 (19.6)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	33 (32.7)	20 (19.8)	26 (25.7)	21 (20.8)	1 (1.0)
40歳代	148 (100.0)	62 (41.9)	31 (20.9)	30 (20.3)	24 (16.2)	1 (0.7)
50歳代	116 (100.0)	63 (54.3)	26 (22.4)	20 (17.2)	7 (6.0)	0 (0.0)
60歳代	119 (100.0)	79 (66.4)	19 (16.0)	15 (12.6)	6 (5.0)	0 (0.0)
70歳以上	187 (100.0)	138 (73.8)	25 (13.4)	14 (7.5)	3 (1.6)	7 (3.7)
地区別						
176地区	304 (100.0)	142 (46.7)	57 (18.8)	57 (18.8)	43 (14.1)	5 (1.6)
177地区	327 (100.0)	174 (53.2)	58 (17.7)	60 (18.3)	31 (9.5)	4 (1.2)
178地区	246 (100.0)	123 (50.0)	55 (22.4)	36 (14.6)	30 (12.2)	2 (0.8)
179地区	346 (100.0)	173 (50.0)	71 (20.5)	63 (18.2)	35 (10.1)	4 (1.2)

【問 3-3】一日に野菜料理を何皿（鉢）食べていますか。 <単数回答>

- ・「1.5～2皿」が最も多く3割以上を占める。次いで「0.5～1皿」、「2.5～3皿」の順に多い。
- ・「ほとんど食べない」「0.5～1皿」「1.5～2皿」が約6割で、男性20歳代、30歳代、40歳代では8割以上と多い。
- ・「主食主菜副菜」が「ほとんど毎日」「週に4～5日」の人の野菜摂取量は「1.5～2皿」が多く、「週に2～3日」「ほとんどない」の人の野菜摂取量は「0.5～1皿」が多い。



設問時には一皿の目安が野菜70グラムであることを示した。
ただし、野菜ジュース、漬物は野菜料理から除いた。

(上段：回答者数、下段：%)

	合計	ほとんど食べない	0.5～1皿	1.5～2皿	2.5～3皿	3.5～4皿	4.5～5皿	5.5～6皿	6.5皿以上	無回答
全体	1,253 (100.0)	41 (3.3)	308 (24.6)	435 (34.7)	246 (19.6)	95 (7.6)	55 (4.4)	22 (1.8)	20 (1.6)	31 (2.5)
男性	518 (100.0)	24 (4.6)	188 (36.3)	173 (33.4)	77 (14.9)	20 (3.9)	13 (2.5)	5 (1.0)	6 (1.2)	12 (2.3)
20歳代	49 (100.0)	3 (6.1)	21 (42.9)	19 (38.8)	3 (6.1)	3 (6.1)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	4 (6.7)	24 (40.0)	20 (33.3)	8 (13.3)	0 (0.0)	2 (3.3)	0 (0.0)	2 (3.3)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	3 (3.3)	44 (48.4)	30 (33.0)	7 (7.7)	3 (3.3)	2 (2.2)	0 (0.0)	1 (1.1)	1 (1.1)
50歳代	75 (100.0)	7 (9.3)	23 (30.7)	20 (26.7)	14 (18.7)	3 (4.0)	3 (4.0)	2 (2.7)	1 (1.3)	2 (2.7)
60歳代	97 (100.0)	2 (2.1)	29 (29.9)	40 (41.2)	21 (21.6)	2 (2.1)	1 (1.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (2.1)
70歳以上	146 (100.0)	5 (3.4)	47 (32.2)	44 (30.1)	24 (16.4)	9 (6.2)	5 (3.4)	3 (2.1)	2 (1.4)	7 (4.8)
女性	727 (100.0)	17 (2.3)	118 (16.2)	261 (35.9)	167 (23.0)	75 (10.3)	42 (5.8)	17 (2.3)	13 (1.8)	17 (2.3)
20歳代	56 (100.0)	3 (5.4)	11 (19.6)	20 (35.7)	14 (25.0)	1 (1.8)	2 (3.6)	3 (5.4)	0 (0.0)	2 (3.6)
30歳代	101 (100.0)	3 (3.0)	22 (21.8)	39 (38.6)	23 (22.8)	8 (7.9)	2 (2.0)	3 (3.0)	1 (1.0)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	3 (2.0)	26 (17.6)	62 (41.9)	30 (20.3)	14 (9.5)	9 (6.1)	1 (0.7)	2 (1.4)	1 (0.7)
50歳代	116 (100.0)	3 (2.6)	20 (17.2)	41 (35.3)	23 (19.8)	14 (12.1)	9 (7.8)	2 (1.7)	4 (3.4)	0 (0.0)
60歳代	119 (100.0)	1 (0.8)	12 (10.1)	43 (36.1)	32 (26.9)	14 (11.8)	10 (8.4)	3 (2.5)	3 (2.5)	1 (0.8)
70歳以上	187 (100.0)	4 (2.1)	27 (14.4)	56 (29.9)	45 (24.1)	24 (12.8)	10 (5.3)	5 (2.7)	3 (1.6)	13 (7.0)

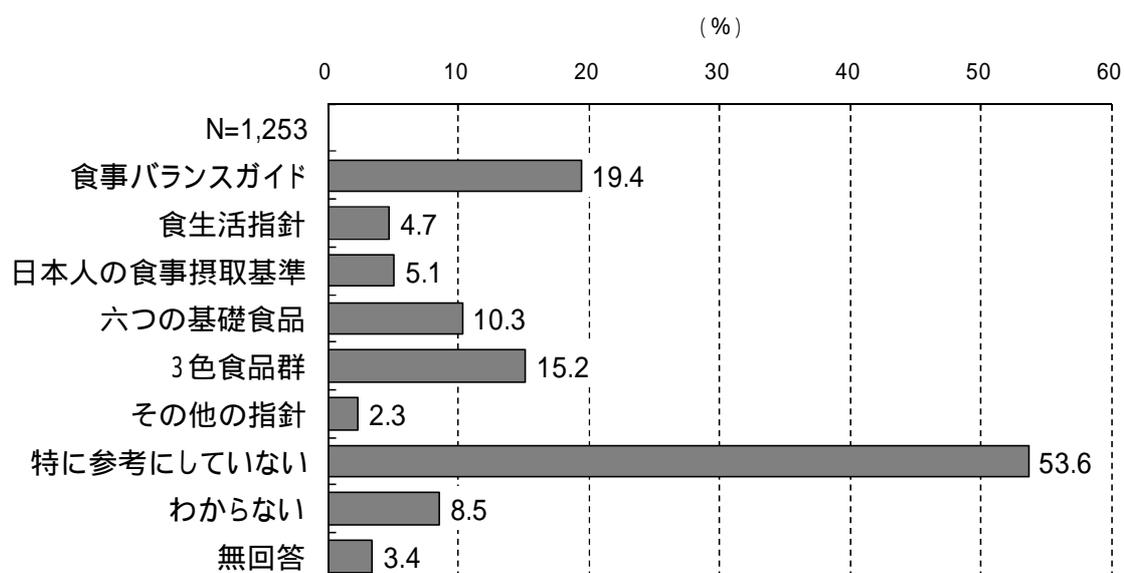
(上段：回答者数、下段：%)

		合計	ほとんど 食べない	0.5～1皿	1.5～2皿	2.5～3皿	3.5～4皿	4.5～5皿	5.5～6皿	6.5皿 以上	無回答
地区別	176地区	304 (100.0)	8 (2.6)	75 (24.7)	106 (34.9)	64 (21.1)	25 (8.2)	12 (3.9)	5 (1.6)	2 (0.7)	7 (2.3)
	177地区	327 (100.0)	11 (3.4)	88 (26.9)	104 (31.8)	73 (22.3)	21 (6.4)	13 (4.0)	6 (1.8)	5 (1.5)	6 (1.8)
	178地区	246 (100.0)	9 (3.7)	60 (24.4)	87 (35.4)	46 (18.7)	19 (7.7)	11 (4.5)	3 (1.2)	3 (1.2)	8 (3.3)
	179地区	346 (100.0)	12 (3.5)	76 (22.0)	130 (37.6)	61 (17.6)	27 (7.8)	19 (5.5)	6 (1.7)	9 (2.6)	6 (1.7)
保健 相談 所管 轄別	豊玉	360 (100.0)	9 (2.5)	89 (24.7)	126 (35.0)	73 (20.3)	30 (8.3)	14 (3.9)	6 (1.7)	5 (1.4)	8 (2.2)
	北	114 (100.0)	1 (0.9)	29 (25.4)	46 (40.4)	18 (15.8)	7 (6.1)	5 (4.4)	4 (3.5)	1 (0.9)	3 (2.6)
	光が丘	171 (100.0)	9 (5.3)	32 (18.7)	62 (36.3)	34 (19.9)	15 (8.8)	12 (7.0)	1 (0.6)	4 (2.3)	2 (1.2)
	石神井	320 (100.0)	12 (3.8)	82 (25.6)	97 (30.3)	80 (25.0)	20 (6.3)	11 (3.4)	4 (1.3)	3 (0.9)	11 (3.4)
	大泉	139 (100.0)	6 (4.3)	38 (27.3)	49 (35.3)	20 (14.4)	12 (8.6)	9 (6.5)	2 (1.4)	2 (1.4)	1 (0.7)
	関	104 (100.0)	1 (1.0)	26 (25.0)	41 (39.4)	17 (16.3)	8 (7.7)	4 (3.8)	3 (2.9)	3 (2.9)	1 (1.0)
主食 主菜 副菜	ほとんど 毎日	626 (100.0)	3 (0.5)	105 (16.8)	203 (32.4)	154 (24.6)	65 (10.4)	44 (7.0)	18 (2.9)	18 (2.9)	16 (2.6)
	週に4～ 5日	244 (100.0)	5 (2.0)	52 (21.3)	105 (43.0)	54 (22.1)	15 (6.1)	6 (2.5)	2 (0.8)	2 (0.8)	3 (1.2)
	週に2～ 3日	223 (100.0)	7 (3.1)	91 (40.8)	82 (36.8)	29 (13.0)	10 (4.5)	2 (0.9)	1 (0.4)	0 (0.0)	1 (0.4)
	ほとんど ない	142 (100.0)	25 (17.6)	58 (40.8)	42 (29.6)	9 (6.3)	3 (2.1)	3 (2.1)	1 (0.7)	0 (0.0)	1 (0.7)

「主食主菜副菜」は、「【問3-2】主食・主菜・副菜を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。」の集計により得られた数

【問 3-4】日頃の健全な食生活を実践するために、どのような指針等を参考にしていますか。
<複数回答、あてはまるものすべて>

- ・「特に参考にしていない」が最も多く 5 割以上である。次いで「食事バランスガイド」が 2 割弱で多い。
- ・「特に参考にしていない」の割合は男性の方が高く、男女で差がある。
- ・どの年代でも「特に参考にしていない」が多い。次いで、男性の 60 歳代、70 歳以上では「食事バランスガイド」が多く、女性の 60 歳代、70 歳以上では「食事バランスガイド」「3 色食品群」が多い。

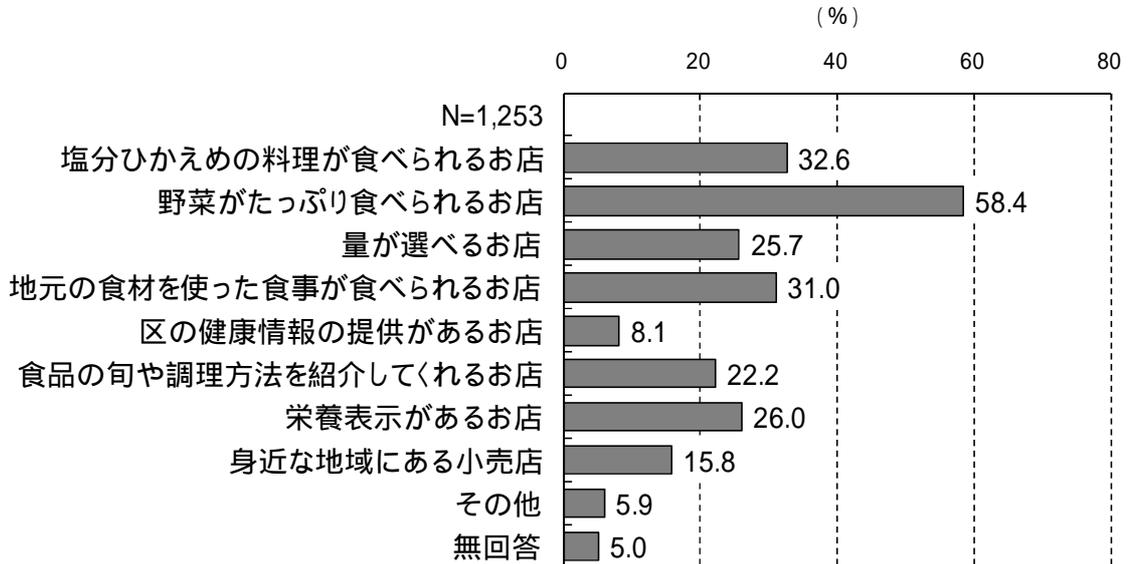


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	食事バ ランスガ イド	食生活指 針	日本人の 食事摂取 基準	六つの基 礎食品	3色食品 群	その他の 指針	特に参考 にしてい ない	わからな い	無回答
全体	1,253 (100.0)	243 (19.4)	59 (4.7)	64 (5.1)	129 (10.3)	190 (15.2)	29 (2.3)	672 (53.6)	107 (8.5)	43 (3.4)
男性	518 (100.0)	76 (14.7)	20 (3.9)	16 (3.1)	21 (4.1)	35 (6.8)	10 (1.9)	330 (63.7)	64 (12.4)	14 (2.7)
20歳代	49 (100.0)	1 (2.0)	1 (2.0)	0 (0.0)	2 (4.1)	3 (6.1)	1 (2.0)	36 (73.5)	7 (14.3)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	4 (6.7)	0 (0.0)	1 (1.7)	2 (3.3)	5 (8.3)	1 (1.7)	37 (61.7)	12 (20.0)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	9 (9.9)	4 (4.4)	0 (0.0)	2 (2.2)	4 (4.4)	1 (1.1)	65 (71.4)	16 (17.6)	1 (1.1)
50歳代	75 (100.0)	5 (6.7)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	3 (4.0)	2 (2.7)	58 (77.3)	8 (10.7)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	24 (24.7)	5 (5.2)	4 (4.1)	5 (5.2)	7 (7.2)	0 (0.0)	56 (57.7)	10 (10.3)	4 (4.1)
70歳以上	146 (100.0)	33 (22.6)	10 (6.8)	11 (7.5)	10 (6.8)	13 (8.9)	5 (3.4)	78 (53.4)	11 (7.5)	9 (6.2)
女性	727 (100.0)	166 (22.8)	37 (5.1)	47 (6.5)	107 (14.7)	155 (21.3)	18 (2.5)	340 (46.8)	42 (5.8)	27 (3.7)
20歳代	56 (100.0)	6 (10.7)	2 (3.6)	2 (3.6)	5 (8.9)	6 (10.7)	3 (5.4)	32 (57.1)	8 (14.3)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	14 (13.9)	1 (1.0)	3 (3.0)	9 (8.9)	14 (13.9)	3 (3.0)	60 (59.4)	9 (8.9)	1 (1.0)
40歳代	148 (100.0)	20 (13.5)	4 (2.7)	4 (2.7)	15 (10.1)	28 (18.9)	3 (2.0)	87 (58.8)	9 (6.1)	0 (0.0)
50歳代	116 (100.0)	23 (19.8)	4 (3.4)	6 (5.2)	21 (18.1)	25 (21.6)	3 (2.6)	52 (44.8)	5 (4.3)	3 (2.6)
60歳代	119 (100.0)	37 (31.1)	10 (8.4)	13 (10.9)	24 (20.2)	34 (28.6)	2 (1.7)	43 (36.1)	5 (4.2)	3 (2.5)
70歳以上	187 (100.0)	66 (35.3)	16 (8.6)	19 (10.2)	33 (17.6)	48 (25.7)	4 (2.1)	66 (35.3)	6 (3.2)	20 (10.7)
地区別										
176地区	304 (100.0)	58 (19.1)	19 (6.3)	19 (6.3)	28 (9.2)	46 (15.1)	10 (3.3)	169 (55.6)	22 (7.2)	12 (3.9)
177地区	327 (100.0)	69 (21.1)	17 (5.2)	19 (5.8)	29 (8.9)	48 (14.7)	8 (2.4)	180 (55.0)	22 (6.7)	11 (3.4)
178地区	246 (100.0)	41 (16.7)	11 (4.5)	10 (4.1)	29 (11.8)	35 (14.2)	4 (1.6)	130 (52.8)	28 (11.4)	5 (2.0)
179地区	346 (100.0)	68 (19.7)	10 (2.9)	14 (4.0)	39 (11.3)	58 (16.8)	5 (1.4)	181 (52.3)	33 (9.5)	11 (3.2)

【問 3-5】練馬区で健康的な食生活を送るために、どんな飲食店や食品店があったらよいと思いますか。 <複数回答、あてはまるものすべて>

- ・「野菜がたっぷり食べられるお店」が最も多く6割弱である。次いで「塩分ひかえめの料理が食べられるお店」、「地元の食材を使った食事が食べられるお店」が3割以上で多い。
- ・「量が選べるお店」の割合は女性の方が高く、男女で差がある。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	塩分ひかえめの料理が食べられるお店	野菜がたっぷり食べられるお店	量が選べるお店	地元の食材を使った食事が食べられるお店	区健康情報の提供があるお店	食品の旬や調理方法を紹介してくれるお店	栄養表示があるお店	身近な地域にある小売店	その他	無回答
全体	1,253 (100.0)	408 (32.6)	732 (58.4)	322 (25.7)	389 (31.0)	101 (8.1)	278 (22.2)	326 (26.0)	198 (15.8)	74 (5.9)	63 (5.0)
男性	518 (100.0)	140 (27.0)	260 (50.2)	97 (18.7)	128 (24.7)	58 (11.2)	84 (16.2)	118 (22.8)	84 (16.2)	34 (6.6)	40 (7.7)
20歳代	49 (100.0)	11 (22.4)	28 (57.1)	10 (20.4)	12 (24.5)	7 (14.3)	12 (24.5)	9 (18.4)	6 (12.2)	2 (4.1)	2 (4.1)
30歳代	60 (100.0)	10 (16.7)	33 (55.0)	14 (23.3)	17 (28.3)	5 (8.3)	12 (20.0)	13 (21.7)	5 (8.3)	8 (13.3)	1 (1.7)
40歳代	91 (100.0)	24 (26.4)	52 (57.1)	18 (19.8)	26 (28.6)	6 (6.6)	13 (14.3)	17 (18.7)	16 (17.6)	6 (6.6)	3 (3.3)
50歳代	75 (100.0)	21 (28.0)	40 (53.3)	15 (20.0)	14 (18.7)	6 (8.0)	11 (14.7)	17 (22.7)	14 (18.7)	3 (4.0)	3 (4.0)
60歳代	97 (100.0)	26 (26.8)	49 (50.5)	18 (18.6)	27 (27.8)	6 (6.2)	21 (21.6)	25 (25.8)	16 (16.5)	4 (4.1)	11 (11.3)
70歳以上	146 (100.0)	48 (32.9)	58 (39.7)	22 (15.1)	32 (21.9)	28 (19.2)	15 (10.3)	37 (25.3)	27 (18.5)	11 (7.5)	20 (13.7)
女性	727 (100.0)	268 (36.9)	468 (64.4)	225 (30.9)	259 (35.6)	43 (5.9)	193 (26.5)	205 (28.2)	113 (15.5)	40 (5.5)	21 (2.9)
20歳代	56 (100.0)	15 (26.8)	48 (85.7)	13 (23.2)	19 (33.9)	6 (10.7)	21 (37.5)	15 (26.8)	7 (12.5)	2 (3.6)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	23 (22.8)	82 (81.2)	35 (34.7)	29 (28.7)	3 (3.0)	26 (25.7)	24 (23.8)	6 (5.9)	9 (8.9)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	46 (31.1)	104 (70.3)	45 (30.4)	59 (39.9)	6 (4.1)	43 (29.1)	36 (24.3)	21 (14.2)	6 (4.1)	0 (0.0)
50歳代	116 (100.0)	37 (31.9)	71 (61.2)	37 (31.9)	48 (41.4)	5 (4.3)	33 (28.4)	49 (42.2)	20 (17.2)	6 (5.2)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	59 (49.6)	74 (62.2)	38 (31.9)	48 (40.3)	7 (5.9)	30 (25.2)	32 (26.9)	17 (14.3)	6 (5.0)	4 (3.4)
70歳以上	187 (100.0)	88 (47.1)	89 (47.6)	57 (30.5)	56 (29.9)	16 (8.6)	40 (21.4)	49 (26.2)	42 (22.5)	11 (5.9)	16 (8.6)

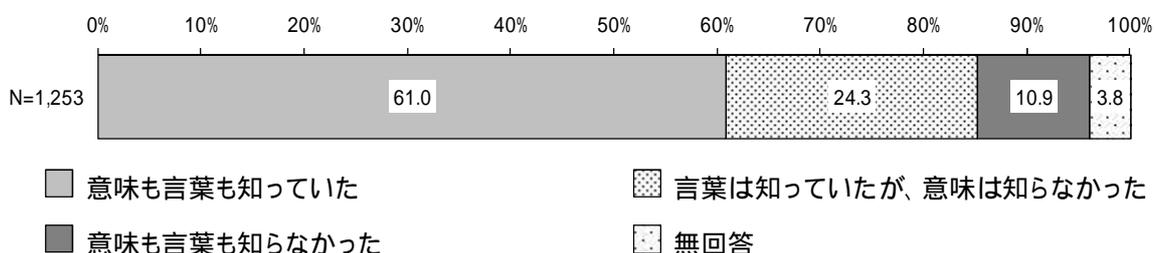
(上段 : 回答者数、下段 : %)

	合計	塩分ひかえめの料理が食べられるお店	野菜がたっぷり食べられるお店	量が選べるお店	地元の食材を使った食事が食べられるお店	区の健康情報があるお店	食品の旬や調理方法を紹介してくれるお店	栄養表示があるお店	身近な地域にある小売店	その他	無回答	
地区別	176地区	304 (100.0)	100 (32.9)	196 (64.5)	89 (29.3)	83 (27.3)	26 (8.6)	70 (23.0)	77 (25.3)	39 (12.8)	20 (6.6)	11 (3.6)
	177地区	327 (100.0)	96 (29.4)	187 (57.2)	89 (27.2)	100 (30.6)	23 (7.0)	60 (18.3)	84 (25.7)	56 (17.1)	19 (5.8)	14 (4.3)
	178地区	246 (100.0)	81 (32.9)	133 (54.1)	51 (20.7)	79 (32.1)	13 (5.3)	50 (20.3)	54 (22.0)	45 (18.3)	17 (6.9)	13 (5.3)
	179地区	346 (100.0)	121 (35.0)	200 (57.8)	87 (25.1)	118 (34.1)	36 (10.4)	91 (26.3)	105 (30.3)	50 (14.5)	17 (4.9)	21 (6.1)
野菜摂取量	ほとんど食べない	41 (100.0)	8 (19.5)	18 (43.9)	6 (14.6)	4 (9.8)	1 (2.4)	7 (17.1)	8 (19.5)	8 (19.5)	4 (9.8)	3 (7.3)
	0.5～1皿	308 (100.0)	91 (29.5)	169 (54.9)	73 (23.7)	63 (20.5)	29 (9.4)	64 (20.8)	70 (22.7)	47 (15.3)	20 (6.5)	18 (5.8)
	1.5～2皿	435 (100.0)	135 (31.0)	279 (64.1)	120 (27.6)	143 (32.9)	29 (6.7)	97 (22.3)	111 (25.5)	71 (16.3)	12 (2.8)	15 (3.4)
	2.5～3皿	246 (100.0)	86 (35.0)	152 (61.8)	65 (26.4)	95 (38.6)	28 (11.4)	62 (25.2)	77 (31.3)	40 (16.3)	16 (6.5)	7 (2.8)
	3.5～4皿	95 (100.0)	40 (42.1)	54 (56.8)	31 (32.6)	41 (43.2)	7 (7.4)	22 (23.2)	25 (26.3)	17 (17.9)	6 (6.3)	1 (1.1)
	4.5～5皿	55 (100.0)	24 (43.6)	35 (63.6)	16 (29.1)	25 (45.5)	1 (1.8)	10 (18.2)	18 (32.7)	10 (18.2)	9 (16.4)	2 (3.6)
	5.5～6皿	22 (100.0)	7 (31.8)	7 (31.8)	4 (18.2)	8 (36.4)	4 (18.2)	3 (13.6)	6 (27.3)	2 (9.1)	4 (18.2)	1 (4.5)
	6.5皿以上	20 (100.0)	10 (50.0)	12 (60.0)	5 (25.0)	6 (30.0)	1 (5.0)	7 (35.0)	9 (45.0)	2 (10.0)	1 (5.0)	1 (5.0)

「野菜摂取量」は、「【問 3-3】一日に野菜料理を何皿（鉢）食べていますか。」の集計結果により得られた数

【問3-6】「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。 <単数回答>

- ・「意味も言葉も知っていた」が最も多く6割以上を占める。
- ・「意味も言葉も知っていた」の割合は女性の方が高く、男女で差がある。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	意味も言葉も知っていた	言葉は知っていたが、意味は知らなかった	意味も言葉も知らなかった	無回答
全体	1,253 (100.0)	764 (61.0)	305 (24.3)	136 (10.9)	48 (3.8)
男性	518 (100.0)	266 (51.4)	153 (29.5)	86 (16.6)	13 (2.5)
20歳代	49 (100.0)	29 (59.2)	10 (20.4)	10 (20.4)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	38 (63.3)	15 (25.0)	7 (11.7)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	55 (60.4)	28 (30.8)	7 (7.7)	1 (1.1)
50歳代	75 (100.0)	45 (60.0)	21 (28.0)	9 (12.0)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	51 (52.6)	27 (27.8)	15 (15.5)	4 (4.1)
70歳以上	146 (100.0)	48 (32.9)	52 (35.6)	38 (26.0)	8 (5.5)
女性	727 (100.0)	494 (68.0)	151 (20.8)	49 (6.7)	33 (4.5)
20歳代	56 (100.0)	37 (66.1)	17 (30.4)	2 (3.6)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	75 (74.3)	21 (20.8)	5 (5.0)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	123 (83.1)	20 (13.5)	5 (3.4)	0 (0.0)
50歳代	116 (100.0)	95 (81.9)	18 (15.5)	2 (1.7)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	78 (65.5)	31 (26.1)	5 (4.2)	5 (4.2)
70歳以上	187 (100.0)	86 (46.0)	44 (23.5)	30 (16.0)	27 (14.4)
地区別					
176地区	304 (100.0)	182 (59.9)	73 (24.0)	37 (12.2)	12 (3.9)
177地区	327 (100.0)	206 (63.0)	80 (24.5)	34 (10.4)	7 (2.1)
178地区	246 (100.0)	152 (61.8)	62 (25.2)	22 (8.9)	10 (4.1)
179地区	346 (100.0)	212 (61.3)	84 (24.3)	36 (10.4)	14 (4.0)

参考 「食育」という言葉の意味を知っている割合 (平成21年)

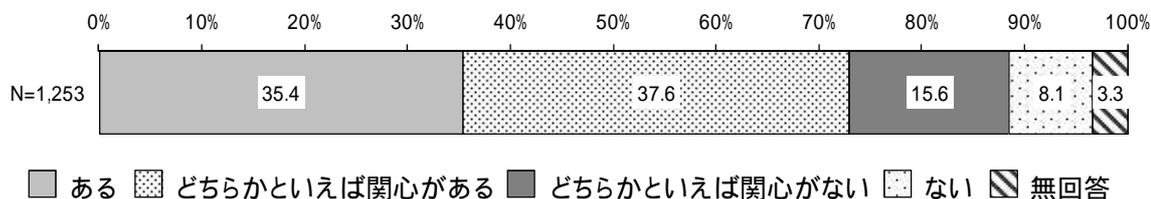
問 「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。 <単数回答>

(単位：%)

H21	男性	女性	全体
意味も言葉も知っていた	37.5	55.2	48.0
言葉は知っていたが、意味は知らなかった	38.2	33.3	35.3
意味も言葉も知らなかった	21.9	10.4	15.1
記入不備	2.4	1.1	1.6

【問3-7】「食育」に関心がありますか、それともありませんか。 <単数回答>

- ・「どちらかといえば関心がある」が最も多く、「ある」との合計では7割以上である。
- ・「どちらかといえば関心がある」と「ある」の割合は女性の方が高く、男女で差がある。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	ある	どちらかといえ ば関心がある	どちらかといえ ば関心がない	ない	無回答
全体	1,253 (100.0)	444 (35.4)	471 (37.6)	195 (15.6)	102 (8.1)	41 (3.3)
男性	518 (100.0)	145 (28.0)	164 (31.7)	122 (23.6)	71 (13.7)	16 (3.1)
20歳代	49 (100.0)	13 (26.5)	12 (24.5)	11 (22.4)	13 (26.5)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	19 (31.7)	25 (41.7)	10 (16.7)	5 (8.3)	1 (1.7)
40歳代	91 (100.0)	28 (30.8)	30 (33.0)	24 (26.4)	9 (9.9)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	13 (17.3)	27 (36.0)	24 (32.0)	11 (14.7)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	32 (33.0)	28 (28.9)	20 (20.6)	15 (15.5)	2 (2.1)
70歳以上	146 (100.0)	40 (27.4)	42 (28.8)	33 (22.6)	18 (12.3)	13 (8.9)
女性	727 (100.0)	296 (40.7)	305 (42.0)	73 (10.0)	30 (4.1)	23 (3.2)
20歳代	56 (100.0)	27 (48.2)	22 (39.3)	5 (8.9)	2 (3.6)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	45 (44.6)	42 (41.6)	9 (8.9)	5 (5.0)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	58 (39.2)	70 (47.3)	16 (10.8)	4 (2.7)	0 (0.0)
50歳代	116 (100.0)	46 (39.7)	58 (50.0)	9 (7.8)	2 (1.7)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	55 (46.2)	49 (41.2)	9 (7.6)	3 (2.5)	3 (2.5)
70歳以上	187 (100.0)	65 (34.8)	64 (34.2)	25 (13.4)	14 (7.5)	19 (10.2)
地区別						
176地区	304 (100.0)	95 (31.3)	124 (40.8)	45 (14.8)	32 (10.5)	8 (2.6)
177地区	327 (100.0)	128 (39.1)	108 (33.0)	56 (17.1)	25 (7.6)	10 (3.1)
178地区	246 (100.0)	89 (36.2)	89 (36.2)	40 (16.3)	19 (7.7)	9 (3.7)
179地区	346 (100.0)	120 (34.7)	144 (41.6)	49 (14.2)	23 (6.6)	10 (2.9)

【参考】 食育への関心(平成21年)

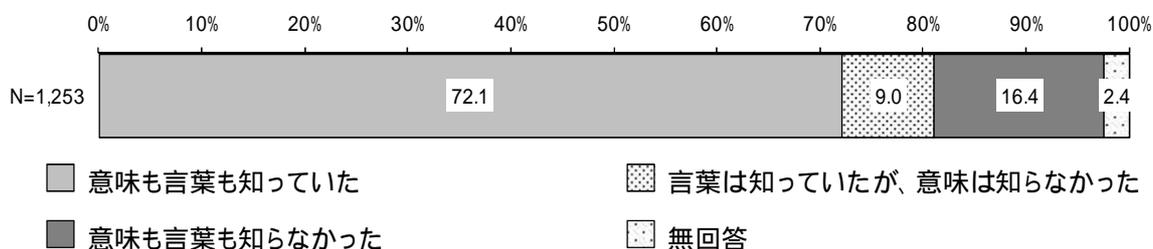
問 「食育」に関心がありますか、それとも関心がありませんか。 <単数回答>

(単位：%)

H21	男性	女性	全体
ある	18.1	31.9	26.3
どちらかといえば関心がある	37.3	44.8	41.7
どちらかといえば関心がない	30.5	17.3	22.6
ない	11.2	4.1	7.0
記入不備	3.0	1.9	2.4

【問 3-8】「地産地消」という言葉やその意味を知っていますか。 <単数回答>

- ・「意味も言葉も知っていた」が最も多く、7割程度である。
- ・「意味も言葉も知っていた」の割合は男性がやや高い。
- ・男女の20歳代、男性の70歳以上では「意味も言葉も知らなかった」の割合が高い



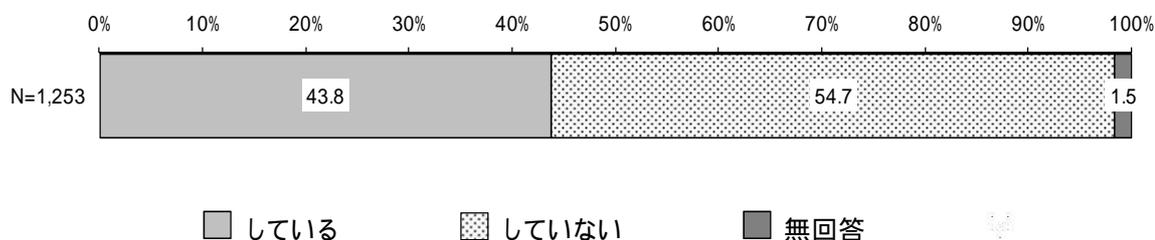
(上段：回答者数、下段：%)

	合計	意味も言葉も知っていた	言葉は知っていたが、意味は知らなかった	意味も言葉も知らなかった	無回答
全体	1,253 (100.0)	904 (72.1)	113 (9.0)	206 (16.4)	30 (2.4)
男性	518 (100.0)	387 (74.7)	45 (8.7)	77 (14.9)	9 (1.7)
20歳代	49 (100.0)	33 (67.3)	3 (6.1)	13 (26.5)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	49 (81.7)	7 (11.7)	4 (6.7)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	74 (81.3)	9 (9.9)	8 (8.8)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	63 (84.0)	4 (5.3)	8 (10.7)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	75 (77.3)	8 (8.2)	13 (13.4)	1 (1.0)
70歳以上	146 (100.0)	93 (63.7)	14 (9.6)	31 (21.2)	8 (5.5)
女性	727 (100.0)	514 (70.7)	65 (8.9)	129 (17.7)	19 (2.6)
20歳代	56 (100.0)	34 (60.7)	2 (3.6)	20 (35.7)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	78 (77.2)	7 (6.9)	16 (15.8)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	115 (77.7)	7 (4.7)	26 (17.6)	0 (0.0)
50歳代	116 (100.0)	87 (75.0)	11 (9.5)	17 (14.7)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	93 (78.2)	11 (9.2)	14 (11.8)	1 (0.8)
70歳以上	187 (100.0)	107 (57.2)	27 (14.4)	36 (19.3)	17 (9.1)
地区別					
176地区	304 (100.0)	222 (73.0)	25 (8.2)	50 (16.4)	7 (2.3)
177地区	327 (100.0)	255 (78.0)	24 (7.3)	43 (13.1)	5 (1.5)
178地区	246 (100.0)	170 (69.1)	25 (10.2)	48 (19.5)	3 (1.2)
179地区	346 (100.0)	244 (70.5)	34 (9.8)	57 (16.5)	11 (3.2)

4 . 身体活動・運動について

【問 4-1】現在、体力や健康を維持するため、運動やスポーツをしていますか。 <単数回答>

- ・「していない」が最も多く、5割以上を占める。
- ・「している」の割合は男性の方が高く、男女で差がある。

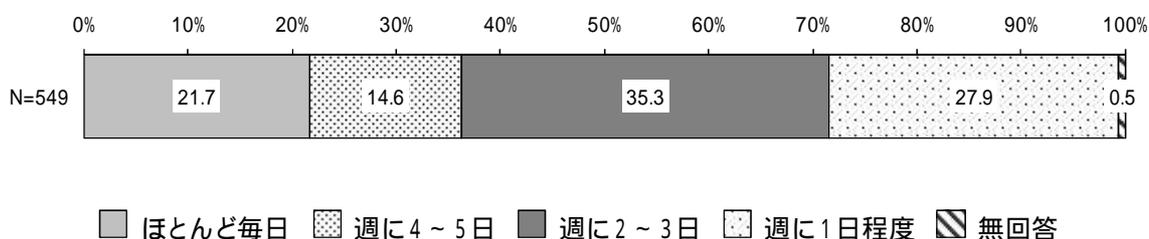


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	している	していない	無回答
全体	1,253 (100.0)	549 (43.8)	685 (54.7)	19 (1.5)
男性	518 (100.0)	260 (50.2)	252 (48.6)	6 (1.2)
20歳代	49 (100.0)	18 (36.7)	31 (63.3)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	34 (56.7)	26 (43.3)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	39 (42.9)	52 (57.1)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	35 (46.7)	40 (53.3)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	57 (58.8)	39 (40.2)	1 (1.0)
70歳以上	146 (100.0)	77 (52.7)	64 (43.8)	5 (3.4)
女性	727 (100.0)	285 (39.2)	431 (59.3)	11 (1.5)
20歳代	56 (100.0)	17 (30.4)	39 (69.6)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	28 (27.7)	73 (72.3)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	46 (31.1)	102 (68.9)	0 (0.0)
50歳代	116 (100.0)	49 (42.2)	66 (56.9)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	56 (47.1)	63 (52.9)	0 (0.0)
70歳以上	187 (100.0)	89 (47.6)	88 (47.1)	10 (5.3)
地区別				
176地区	304 (100.0)	129 (42.4)	173 (56.9)	2 (0.7)
177地区	327 (100.0)	146 (44.6)	178 (54.4)	3 (0.9)
178地区	246 (100.0)	106 (43.1)	137 (55.7)	3 (1.2)
179地区	346 (100.0)	154 (44.5)	184 (53.2)	8 (2.3)

【問 4-1-1】(問 4 - 1 で「1 している」と回答した方のみ)
週に何回程度していますか。 <単数回答>

- ・「週に 2 ～ 3 日」が最も多く、3 割以上を占める。
- ・男女ともにおおむね年代が低くなるほど、「週に 1 日程度」の割合が高い。

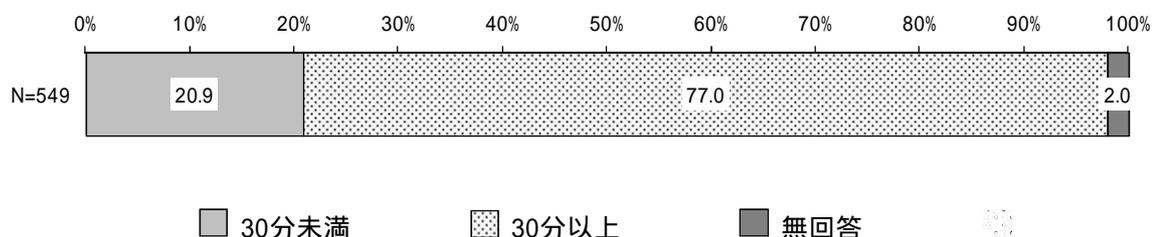


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3日	週に1日程度	無回答
全体	549 (100.0)	119 (21.7)	80 (14.6)	194 (35.3)	153 (27.9)	3 (0.5)
男性	260 (100.0)	65 (25.0)	38 (14.6)	81 (31.2)	74 (28.5)	2 (0.8)
20歳代	18 (100.0)	1 (5.6)	1 (5.6)	7 (38.9)	9 (50.0)	0 (0.0)
30歳代	34 (100.0)	4 (11.8)	2 (5.9)	9 (26.5)	19 (55.9)	0 (0.0)
40歳代	39 (100.0)	9 (23.1)	4 (10.3)	14 (35.9)	12 (30.8)	0 (0.0)
50歳代	35 (100.0)	2 (5.7)	6 (17.1)	12 (34.3)	14 (40.0)	1 (2.9)
60歳代	57 (100.0)	14 (24.6)	10 (17.5)	19 (33.3)	13 (22.8)	1 (1.8)
70歳以上	77 (100.0)	35 (45.5)	15 (19.5)	20 (26.0)	7 (9.1)	0 (0.0)
女性	285 (100.0)	52 (18.2)	42 (14.7)	111 (38.9)	79 (27.7)	1 (0.4)
20歳代	17 (100.0)	0 (0.0)	1 (5.9)	6 (35.3)	10 (58.8)	0 (0.0)
30歳代	28 (100.0)	2 (7.1)	2 (7.1)	11 (39.3)	12 (42.9)	1 (3.6)
40歳代	46 (100.0)	5 (10.9)	7 (15.2)	17 (37.0)	17 (37.0)	0 (0.0)
50歳代	49 (100.0)	5 (10.2)	5 (10.2)	24 (49.0)	15 (30.6)	0 (0.0)
60歳代	56 (100.0)	13 (23.2)	10 (17.9)	21 (37.5)	12 (21.4)	0 (0.0)
70歳以上	89 (100.0)	27 (30.3)	17 (19.1)	32 (36.0)	13 (14.6)	0 (0.0)
地区別						
176地区	129 (100.0)	25 (19.4)	14 (10.9)	56 (43.4)	33 (25.6)	1 (0.8)
177地区	146 (100.0)	35 (24.0)	24 (16.4)	40 (27.4)	46 (31.5)	1 (0.7)
178地区	106 (100.0)	27 (25.5)	17 (16.0)	39 (36.8)	23 (21.7)	0 (0.0)
179地区	154 (100.0)	28 (18.2)	22 (14.3)	55 (35.7)	48 (31.2)	1 (0.6)

【問4-1-2】(問4-1で「1 している」と回答した方のみ)
一回にどの程度、実施していますか。 <単数回答>

- ・「30分以上」が最も多く8割弱を占める。
- ・特に大きな男女差はみられない。

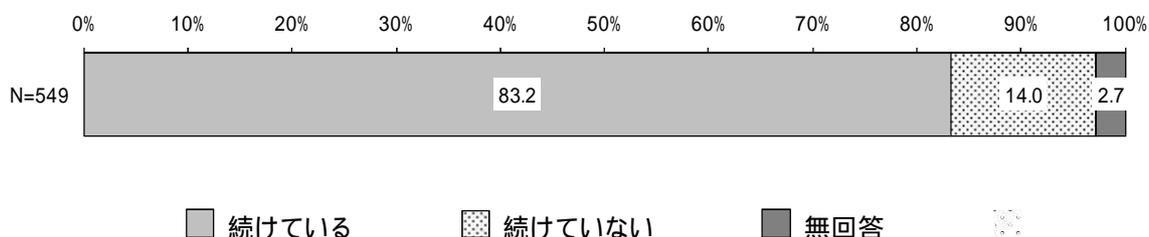


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	30分未満	30分以上	無回答
全体	549 (100.0)	115 (20.9)	423 (77.0)	11 (2.0)
男性	260 (100.0)	58 (22.3)	197 (75.8)	5 (1.9)
20歳代	18 (100.0)	5 (27.8)	12 (66.7)	1 (5.6)
30歳代	34 (100.0)	9 (26.5)	24 (70.6)	1 (2.9)
40歳代	39 (100.0)	9 (23.1)	30 (76.9)	0 (0.0)
50歳代	35 (100.0)	4 (11.4)	31 (88.6)	0 (0.0)
60歳代	57 (100.0)	8 (14.0)	48 (84.2)	1 (1.8)
70歳以上	77 (100.0)	23 (29.9)	52 (67.5)	2 (2.6)
女性	285 (100.0)	56 (19.6)	223 (78.2)	6 (2.1)
20歳代	17 (100.0)	4 (23.5)	13 (76.5)	0 (0.0)
30歳代	28 (100.0)	6 (21.4)	21 (75.0)	1 (3.6)
40歳代	46 (100.0)	8 (17.4)	38 (82.6)	0 (0.0)
50歳代	49 (100.0)	7 (14.3)	42 (85.7)	0 (0.0)
60歳代	56 (100.0)	9 (16.1)	45 (80.4)	2 (3.6)
70歳以上	89 (100.0)	22 (24.7)	64 (71.9)	3 (3.4)
地区別				
176地区	129 (100.0)	23 (17.8)	103 (79.8)	3 (2.3)
177地区	146 (100.0)	30 (20.5)	114 (78.1)	2 (1.4)
178地区	106 (100.0)	27 (25.5)	78 (73.6)	1 (0.9)
179地区	154 (100.0)	31 (20.1)	119 (77.3)	4 (2.6)

【問 4-1-3】(問 4 - 1 で「 1 している」と回答した方のみ)
その運動は 1 年以上続けていますか。 <単数回答>

- ・「続けている」が 8 割以上を占める。
- ・「続けている」の割合は男性の方が高く、男女で差がある。

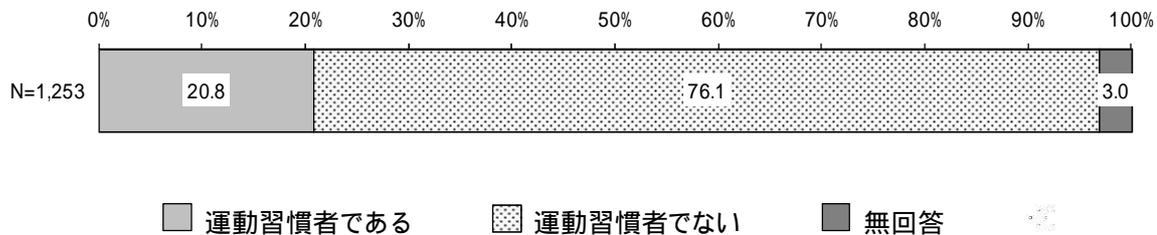


(上段 : 回答者数、下段 : %)

	合計	続けている	続けていない	無回答
全体	549 (100.0)	457 (83.2)	77 (14.0)	15 (2.7)
男性	260 (100.0)	227 (87.3)	26 (10.0)	7 (2.7)
20歳代	18 (100.0)	12 (66.7)	5 (27.8)	1 (5.6)
30歳代	34 (100.0)	26 (76.5)	7 (20.6)	1 (2.9)
40歳代	39 (100.0)	37 (94.9)	2 (5.1)	0 (0.0)
50歳代	35 (100.0)	30 (85.7)	5 (14.3)	0 (0.0)
60歳代	57 (100.0)	50 (87.7)	6 (10.5)	1 (1.8)
70歳以上	77 (100.0)	72 (93.5)	1 (1.3)	4 (5.2)
女性	285 (100.0)	226 (79.3)	51 (17.9)	8 (2.8)
20歳代	17 (100.0)	9 (52.9)	8 (47.1)	0 (0.0)
30歳代	28 (100.0)	15 (53.6)	12 (42.9)	1 (3.6)
40歳代	46 (100.0)	32 (69.6)	14 (30.4)	0 (0.0)
50歳代	49 (100.0)	45 (91.8)	4 (8.2)	0 (0.0)
60歳代	56 (100.0)	45 (80.4)	9 (16.1)	2 (3.6)
70歳以上	89 (100.0)	80 (89.9)	4 (4.5)	5 (5.6)
地区別				
176地区	129 (100.0)	99 (76.7)	26 (20.2)	4 (3.1)
177地区	146 (100.0)	126 (86.3)	17 (11.6)	3 (2.1)
178地区	106 (100.0)	92 (86.8)	10 (9.4)	4 (3.8)
179地区	154 (100.0)	127 (82.5)	24 (15.6)	3 (1.9)

【問 4-1～4-1-3】運動習慣者 の割合

- ・「運動習慣者でない」が7割以上を占める。
- ・男女ともに60歳代、70歳以上で「運動習慣者である」の割合が高い。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	運動習慣者 である	運動習慣者 でない	無回答
全体	1,253 (100.0)	261 (20.8)	954 (76.1)	38 (3.0)
男性	518 (100.0)	120 (23.2)	384 (74.1)	14 (2.7)
20歳代	49 (100.0)	6 (12.2)	42 (85.7)	1 (2.0)
30歳代	60 (100.0)	7 (11.7)	52 (86.7)	1 (1.7)
40歳代	91 (100.0)	17 (18.7)	74 (81.3)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	12 (16.0)	62 (82.7)	1 (1.3)
60歳代	97 (100.0)	33 (34.0)	62 (63.9)	2 (2.1)
70歳以上	146 (100.0)	45 (30.8)	92 (63.0)	9 (6.2)
女性	727 (100.0)	138 (19.0)	567 (78.0)	22 (3.0)
20歳代	56 (100.0)	4 (7.1)	52 (92.9)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	5 (5.0)	95 (94.1)	1 (1.0)
40歳代	148 (100.0)	18 (12.2)	130 (87.8)	0 (0.0)
50歳代	116 (100.0)	27 (23.3)	88 (75.9)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	35 (29.4)	81 (68.1)	3 (2.5)
70歳以上	187 (100.0)	49 (26.2)	121 (64.7)	17 (9.1)

運動習慣者：健康日本21では、「1回30分以上の運動を、週2回以上実施し、1年以上持続している人」をいう。

(上段：回答者数、下段：%)

		合計	運動習慣者 である	運動習慣者 でない	無回答
地区別	176地区	304 (100.0)	65 (21.4)	233 (76.6)	6 (2.0)
	177地区	327 (100.0)	67 (20.5)	253 (77.4)	7 (2.1)
	178地区	246 (100.0)	53 (21.5)	186 (75.6)	7 (2.8)
	179地区	346 (100.0)	70 (20.2)	262 (75.7)	14 (4.0)
保健 相談 所管 轄別	豊玉	360 (100.0)	81 (22.5)	273 (75.8)	6 (1.7)
	北	114 (100.0)	20 (17.5)	88 (77.2)	6 (5.3)
	光が丘	171 (100.0)	33 (19.3)	130 (76.0)	8 (4.7)
	石神井	320 (100.0)	62 (19.4)	252 (78.8)	6 (1.9)
	大泉	139 (100.0)	32 (23.0)	103 (74.1)	4 (2.9)
	関	104 (100.0)	24 (23.1)	78 (75.0)	2 (1.9)

参考 運動習慣者 (平成 21 年、平成 14 年)

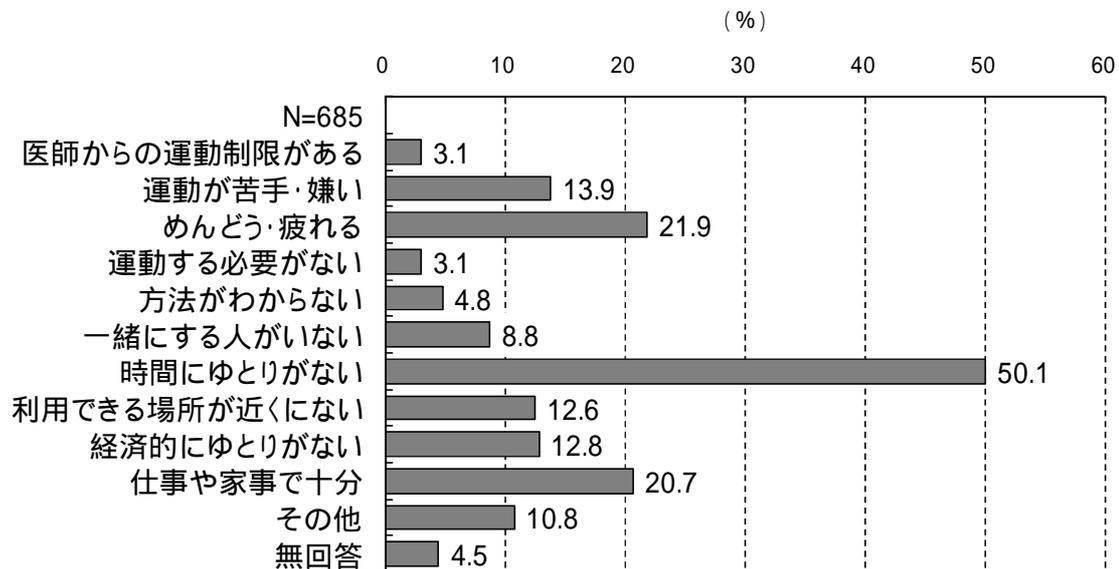
(単位：%)

	男 性		女 性		全 体	
	H21	H14	H21	H14	H21	H14
全 体	25.1	18.3	17.8	15.9	20.8	16.9
20歳代	15.4	10.8	10.1	4.5	11.9	6.8
30歳代	14.6	12.7	11.5	6.4	12.7	9.0
40歳代	15.9	12.8	11.1	14.7	13.0	13.9
50歳代	19.7	15.9	24.5	18.1	22.6	17.1
60歳代	32.2	20.0	30.9	31.0	31.5	25.9
70歳以上	38.1	33.3	16.8	18.7	25.8	25.5

【問 4-1-4】(問 4 - 1 で「 2 していない」と回答した方のみ)

運動していない理由はどのようなことですか。 <複数回答、3つまで>

- ・「時間にゆとりがない」が最も多く 5 割程度である。次いで「めんどろ・疲れる」、「仕事や家事で十分」が 2 割程度で多い。
- ・男性の 40 歳代、女性の 30 歳代で「時間にゆとりがない」の割合が他の年代よりも高い。

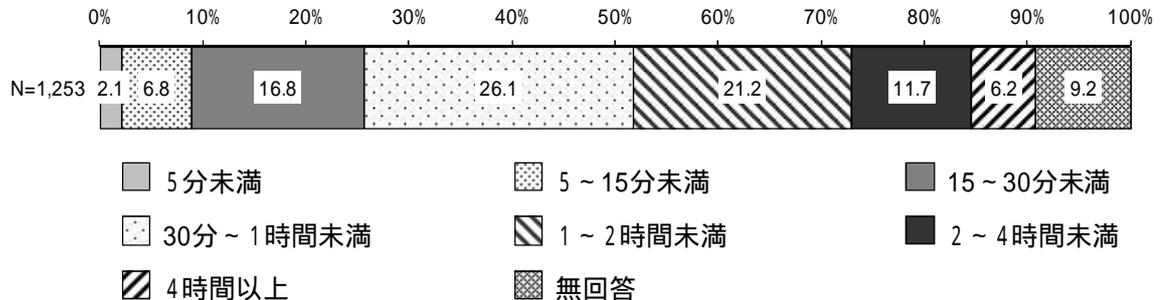


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	医師からの 運動制限が ある	運動が苦 手・嫌い	めんどろ・ 疲れる	運動する必 要がない	方法がわか らない	一緒にする 人がいない
全体	685 (100.0)	21 (3.1)	95 (13.9)	150 (21.9)	21 (3.1)	33 (4.8)	60 (8.8)
男性	252 (100.0)	9 (3.6)	23 (9.1)	64 (25.4)	12 (4.8)	12 (4.8)	21 (8.3)
20歳代	31 (100.0)	0 (0.0)	3 (9.7)	10 (32.3)	2 (6.5)	1 (3.2)	4 (12.9)
30歳代	26 (100.0)	1 (3.8)	3 (11.5)	7 (26.9)	2 (7.7)	4 (15.4)	4 (15.4)
40歳代	52 (100.0)	0 (0.0)	3 (5.8)	16 (30.8)	1 (1.9)	1 (1.9)	4 (7.7)
50歳代	40 (100.0)	0 (0.0)	4 (10.0)	9 (22.5)	2 (5.0)	2 (5.0)	1 (2.5)
60歳代	39 (100.0)	3 (7.7)	2 (5.1)	10 (25.6)	3 (7.7)	1 (2.6)	3 (7.7)
70歳以上	64 (100.0)	5 (7.8)	8 (12.5)	12 (18.8)	2 (3.1)	3 (4.7)	5 (7.8)
女性	431 (100.0)	12 (2.8)	72 (16.7)	85 (19.7)	9 (2.1)	21 (4.9)	39 (9.0)
20歳代	39 (100.0)	1 (2.6)	8 (20.5)	8 (20.5)	3 (7.7)	1 (2.6)	4 (10.3)
30歳代	73 (100.0)	2 (2.7)	12 (16.4)	23 (31.5)	1 (1.4)	4 (5.5)	9 (12.3)
40歳代	102 (100.0)	1 (1.0)	15 (14.7)	24 (23.5)	0 (0.0)	2 (2.0)	5 (4.9)
50歳代	66 (100.0)	3 (4.5)	10 (15.2)	11 (16.7)	1 (1.5)	5 (7.6)	6 (9.1)
60歳代	63 (100.0)	0 (0.0)	14 (22.2)	6 (9.5)	2 (3.2)	5 (7.9)	5 (7.9)
70歳以上	88 (100.0)	5 (5.7)	13 (14.8)	13 (14.8)	2 (2.3)	4 (4.5)	10 (11.4)
地区別							
176地区	173 (100.0)	4 (2.3)	22 (12.7)	37 (21.4)	7 (4.0)	8 (4.6)	16 (9.2)
177地区	178 (100.0)	4 (2.2)	24 (13.5)	41 (23.0)	3 (1.7)	8 (4.5)	11 (6.2)
178地区	137 (100.0)	6 (4.4)	18 (13.1)	27 (19.7)	4 (2.9)	9 (6.6)	12 (8.8)
179地区	184 (100.0)	6 (3.3)	29 (15.8)	43 (23.4)	7 (3.8)	7 (3.8)	20 (10.9)
	時間にゆ りがない	利用できる 場所が近く にない	経済的にゆ とりがない	仕事や家事 で十分	その他	無回答	
全体	343 (50.1)	86 (12.6)	88 (12.8)	142 (20.7)	74 (10.8)	31 (4.5)	
男性	129 (51.2)	35 (13.9)	24 (9.5)	44 (17.5)	27 (10.7)	11 (4.4)	
20歳代	19 (61.3)	8 (25.8)	2 (6.5)	4 (12.9)	1 (3.2)	1 (3.2)	
30歳代	14 (53.8)	4 (15.4)	3 (11.5)	5 (19.2)	0 (0.0)	0 (0.0)	
40歳代	43 (82.7)	9 (17.3)	10 (19.2)	4 (7.7)	1 (1.9)	0 (0.0)	
50歳代	27 (67.5)	4 (10.0)	3 (7.5)	7 (17.5)	5 (12.5)	1 (2.5)	
60歳代	13 (33.3)	5 (12.8)	4 (10.3)	10 (25.6)	4 (10.3)	4 (10.3)	
70歳以上	13 (20.3)	5 (7.8)	2 (3.1)	14 (21.9)	16 (25.0)	5 (7.8)	
女性	212 (49.2)	51 (11.8)	64 (14.8)	97 (22.5)	47 (10.9)	20 (4.6)	
20歳代	25 (64.1)	4 (10.3)	6 (15.4)	4 (10.3)	4 (10.3)	1 (2.6)	
30歳代	51 (69.9)	6 (8.2)	13 (17.8)	12 (16.4)	6 (8.2)	0 (0.0)	
40歳代	59 (57.8)	14 (13.7)	28 (27.5)	19 (18.6)	5 (4.9)	3 (2.9)	
50歳代	38 (57.6)	10 (15.2)	9 (13.6)	11 (16.7)	7 (10.6)	3 (4.5)	
60歳代	26 (41.3)	11 (17.5)	7 (11.1)	19 (30.2)	8 (12.7)	5 (7.9)	
70歳以上	13 (14.8)	6 (6.8)	1 (1.1)	32 (36.4)	17 (19.3)	8 (9.1)	
地区別							
176地区	80 (46.2)	25 (14.5)	21 (12.1)	36 (20.8)	22 (12.7)	10 (5.8)	
177地区	100 (56.2)	29 (16.3)	26 (14.6)	37 (20.8)	20 (11.2)	3 (1.7)	
178地区	65 (47.4)	14 (10.2)	20 (14.6)	29 (21.2)	13 (9.5)	6 (4.4)	
179地区	95 (51.6)	15 (8.2)	20 (10.9)	39 (21.2)	17 (9.2)	9 (4.9)	

【問4-2】仕事や家事で一日どのくらい歩いていますか。 <単数回答>

- ・「30分～1時間未満」が最も多く2割以上である。次いで「1～2時間未満」、「15～30分未満」の順に多い。
- ・大きな男女差はみられない。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	5分未満	5～15分未満	15～30分未満	30分～1時間未満	1～2時間未満	2～4時間未満	4時間以上	無回答
全体	1,253 (100.0)	26 (2.1)	85 (6.8)	210 (16.8)	327 (26.1)	266 (21.2)	146 (11.7)	78 (6.2)	115 (9.2)
男性	518 (100.0)	13 (2.5)	46 (8.9)	94 (18.1)	127 (24.5)	114 (22.0)	48 (9.3)	24 (4.6)	52 (10.0)
20歳代	49 (100.0)	0 (0.0)	4 (8.2)	6 (12.2)	14 (28.6)	8 (16.3)	8 (16.3)	6 (12.2)	3 (6.1)
30歳代	60 (100.0)	1 (1.7)	6 (10.0)	10 (16.7)	17 (28.3)	10 (16.7)	7 (11.7)	2 (3.3)	7 (11.7)
40歳代	91 (100.0)	1 (1.1)	13 (14.3)	17 (18.7)	23 (25.3)	18 (19.8)	2 (2.2)	6 (6.6)	11 (12.1)
50歳代	75 (100.0)	2 (2.7)	5 (6.7)	14 (18.7)	18 (24.0)	19 (25.3)	9 (12.0)	2 (2.7)	6 (8.0)
60歳代	97 (100.0)	1 (1.0)	6 (6.2)	18 (18.6)	22 (22.7)	29 (29.9)	12 (12.4)	3 (3.1)	6 (6.2)
70歳以上	146 (100.0)	8 (5.5)	12 (8.2)	29 (19.9)	33 (22.6)	30 (20.5)	10 (6.8)	5 (3.4)	19 (13.0)
女性	727 (100.0)	13 (1.8)	38 (5.2)	116 (16.0)	198 (27.2)	152 (20.9)	97 (13.3)	54 (7.4)	59 (8.1)
20歳代	56 (100.0)	0 (0.0)	4 (7.1)	10 (17.9)	12 (21.4)	8 (14.3)	8 (14.3)	7 (12.5)	7 (12.5)
30歳代	101 (100.0)	0 (0.0)	10 (9.9)	24 (23.8)	22 (21.8)	20 (19.8)	13 (12.9)	9 (8.9)	3 (3.0)
40歳代	148 (100.0)	3 (2.0)	8 (5.4)	21 (14.2)	43 (29.1)	27 (18.2)	23 (15.5)	15 (10.1)	8 (5.4)
50歳代	116 (100.0)	1 (0.9)	5 (4.3)	14 (12.1)	36 (31.0)	29 (25.0)	13 (11.2)	8 (6.9)	10 (8.6)
60歳代	119 (100.0)	1 (0.8)	0 (0.0)	17 (14.3)	33 (27.7)	34 (28.6)	19 (16.0)	6 (5.0)	9 (7.6)
70歳以上	187 (100.0)	8 (4.3)	11 (5.9)	30 (16.0)	52 (27.8)	34 (18.2)	21 (11.2)	9 (4.8)	22 (11.8)
地区別									
176地区	304 (100.0)	5 (1.6)	21 (6.9)	58 (19.1)	85 (28.0)	61 (20.1)	25 (8.2)	16 (5.3)	33 (10.9)
177地区	327 (100.0)	7 (2.1)	18 (5.5)	54 (16.5)	87 (26.6)	79 (24.2)	43 (13.1)	17 (5.2)	22 (6.7)
178地区	246 (100.0)	5 (2.0)	24 (9.8)	38 (15.4)	63 (25.6)	42 (17.1)	35 (14.2)	17 (6.9)	22 (8.9)
179地区	346 (100.0)	9 (2.6)	20 (5.8)	55 (15.9)	85 (24.6)	79 (22.8)	43 (12.4)	25 (7.2)	30 (8.7)

【問4-2】平均歩数

- ・8,000歩弱が全体の平均である。
- ・いずれの年代でもおおむね女性の方が歩数が多い。

		平均歩数
全体		7,847
男性		7,072
	20歳代	9,576
	30歳代	6,967
	40歳代	6,213
	50歳代	7,232
	60歳代	7,635
	70歳以上	6,281
女性		8,388
	20歳代	9,480
	30歳代	8,092
	40歳代	9,046
	50歳代	8,356
	60歳代	8,900
	70歳以上	7,361
地区別	176地区	7,078
	177地区	7,953
	178地区	8,081
	179地区	8,271

平均歩数については、問4-2の回答をもとに、一日の歩行時間の平均値から換算した。「健康日本21(第二次)の推進に関する参考資料」によると、約10分の身体活動は1,000歩に相当することから、歩行時間(分)に100(歩/分)を乗じた値を歩数とした。

参考 日常生活の歩数(平成21年、平成14年)

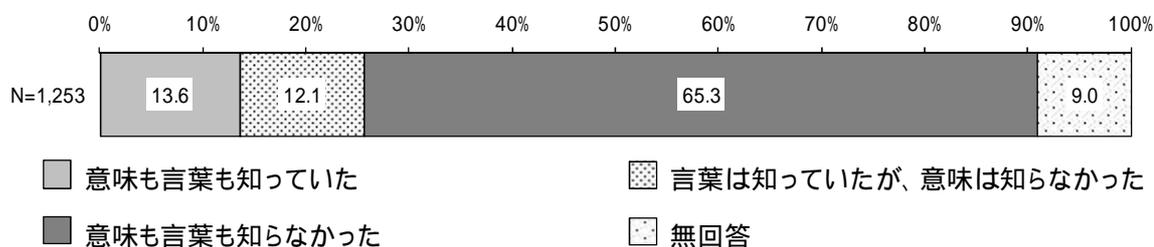
問 歩数計を使って、1日の歩数を測っていますか?測っている場合は平均の歩数をお聞かせください。<単数回答>

(単位:歩)

	平均歩数					
	男 性		女 性		全 体	
	H21	H14	H21	H14	H21	H14
全 体	6,890	7,371	8,185	8,916	7,657	8,252
20歳代	8,361	8,466	9,215	7,727	8,933	7,993
30歳代	7,634	7,022	7,213	8,651	7,376	7,967
40歳代	6,451	7,470	8,518	9,157	7,703	8,507
50歳代	7,564	6,627	9,000	10,530	8,422	8,758
60歳代	7,024	7,974	9,566	9,716	8,401	8,915
70歳以上	5,684	7,106	6,542	7,253	6,179	7,184

【問 4-3】ロコモティブシンドロームという言葉やその意味を知っていましたか。 <単数回答>

- ・「言葉も意味も知らなかった」が最も多く6割以上を占める。
- ・男女ともにおおむね年代が低くなるほど、「意味も言葉も知らなかった」の割合が高い。

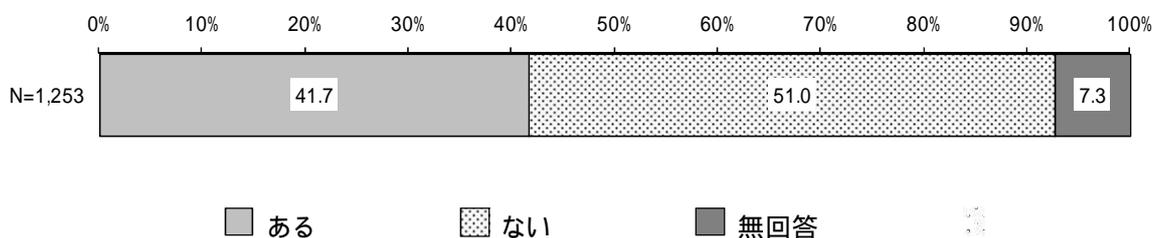


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	意味も言葉も知っていた	言葉は知っていたが、意味は知らなかった	意味も言葉も知らなかった	無回答
全体	1,253 (100.0)	170 (13.6)	152 (12.1)	818 (65.3)	113 (9.0)
男性	518 (100.0)	71 (13.7)	51 (9.8)	353 (68.1)	43 (8.3)
20歳代	49 (100.0)	4 (8.2)	3 (6.1)	39 (79.6)	3 (6.1)
30歳代	60 (100.0)	3 (5.0)	3 (5.0)	47 (78.3)	7 (11.7)
40歳代	91 (100.0)	5 (5.5)	5 (5.5)	70 (76.9)	11 (12.1)
50歳代	75 (100.0)	6 (8.0)	9 (12.0)	54 (72.0)	6 (8.0)
60歳代	97 (100.0)	21 (21.6)	13 (13.4)	57 (58.8)	6 (6.2)
70歳以上	146 (100.0)	32 (21.9)	18 (12.3)	86 (58.9)	10 (6.8)
女性	727 (100.0)	97 (13.3)	101 (13.9)	462 (63.5)	67 (9.2)
20歳代	56 (100.0)	3 (5.4)	4 (7.1)	42 (75.0)	7 (12.5)
30歳代	101 (100.0)	8 (7.9)	11 (10.9)	79 (78.2)	3 (3.0)
40歳代	148 (100.0)	16 (10.8)	13 (8.8)	111 (75.0)	8 (5.4)
50歳代	116 (100.0)	21 (18.1)	19 (16.4)	66 (56.9)	10 (8.6)
60歳代	119 (100.0)	22 (18.5)	14 (11.8)	75 (63.0)	8 (6.7)
70歳以上	187 (100.0)	27 (14.4)	40 (21.4)	89 (47.6)	31 (16.6)
地区別					
176地区	304 (100.0)	41 (13.5)	43 (14.1)	186 (61.2)	34 (11.2)
177地区	327 (100.0)	50 (15.3)	37 (11.3)	220 (67.3)	20 (6.1)
178地区	246 (100.0)	31 (12.6)	29 (11.8)	167 (67.9)	19 (7.7)
179地区	346 (100.0)	45 (13.0)	39 (11.3)	228 (65.9)	34 (9.8)

【問 4-4】ここ数日、腰痛や、手足の関節の痛みはありますか。 <単数回答>

- ・「ない」が最も多く、5割程度を占める。
- ・男女ともにおおむね年代が高くなるほど、「ある」の割合が高い。



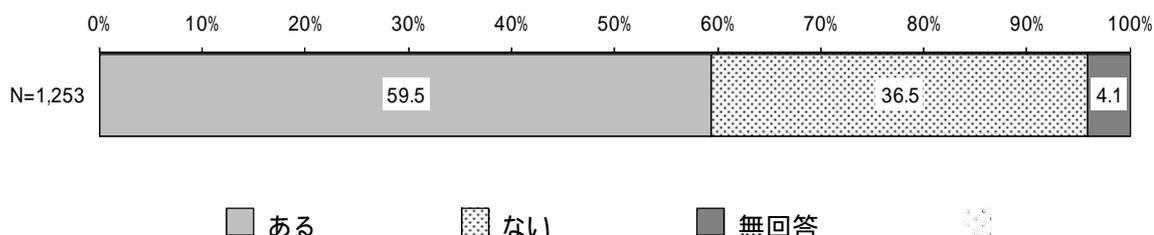
(上段：回答者数、下段：%)

	合計	ある	ない	無回答
全体	1,253 (100.0)	523 (41.7)	639 (51.0)	91 (7.3)
男性	518 (100.0)	202 (39.0)	275 (53.1)	41 (7.9)
20歳代	49 (100.0)	15 (30.6)	32 (65.3)	2 (4.1)
30歳代	60 (100.0)	20 (33.3)	33 (55.0)	7 (11.7)
40歳代	91 (100.0)	29 (31.9)	51 (56.0)	11 (12.1)
50歳代	75 (100.0)	27 (36.0)	42 (56.0)	6 (8.0)
60歳代	97 (100.0)	39 (40.2)	52 (53.6)	6 (6.2)
70歳以上	146 (100.0)	72 (49.3)	65 (44.5)	9 (6.2)
女性	727 (100.0)	320 (44.0)	360 (49.5)	47 (6.5)
20歳代	56 (100.0)	16 (28.6)	33 (58.9)	7 (12.5)
30歳代	101 (100.0)	39 (38.6)	58 (57.4)	4 (4.0)
40歳代	148 (100.0)	63 (42.6)	78 (52.7)	7 (4.7)
50歳代	116 (100.0)	47 (40.5)	61 (52.6)	8 (6.9)
60歳代	119 (100.0)	64 (53.8)	49 (41.2)	6 (5.0)
70歳以上	187 (100.0)	91 (48.7)	81 (43.3)	15 (8.0)
地区別				
176地区	304 (100.0)	137 (45.1)	141 (46.4)	26 (8.6)
177地区	327 (100.0)	138 (42.2)	171 (52.3)	18 (5.5)
178地区	246 (100.0)	99 (40.2)	131 (53.3)	16 (6.5)
179地区	346 (100.0)	138 (39.9)	182 (52.6)	26 (7.5)

5 . 歯や口腔の状態について

【問 5-1】今までに、永久歯を抜いたことがありますか。 <単数回答>

- ・「ある」が最も多く6割近くを占める。
- ・男女ともにおおむね年代が高くなるほど、「ある」の割合が高い。

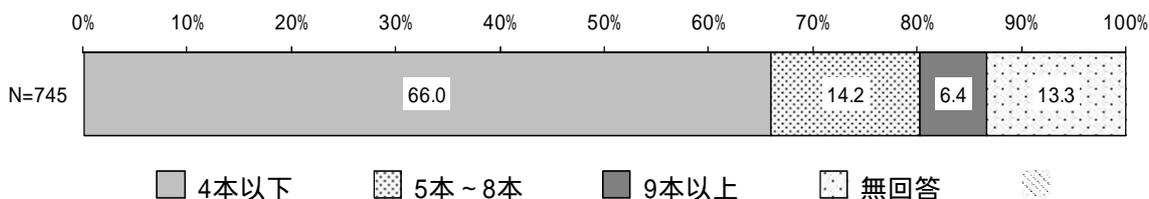


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	ある	ない	無回答
全体	1,253 (100.0)	745 (59.5)	457 (36.5)	51 (4.1)
男性	518 (100.0)	322 (62.2)	178 (34.4)	18 (3.5)
20歳代	49 (100.0)	13 (26.5)	36 (73.5)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	22 (36.7)	37 (61.7)	1 (1.7)
40歳代	91 (100.0)	45 (49.5)	46 (50.5)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	47 (62.7)	26 (34.7)	2 (2.7)
60歳代	97 (100.0)	79 (81.4)	14 (14.4)	4 (4.1)
70歳以上	146 (100.0)	116 (79.5)	19 (13.0)	11 (7.5)
女性	727 (100.0)	418 (57.5)	278 (38.2)	31 (4.3)
20歳代	56 (100.0)	18 (32.1)	38 (67.9)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	26 (25.7)	75 (74.3)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	70 (47.3)	76 (51.4)	2 (1.4)
50歳代	116 (100.0)	80 (69.0)	34 (29.3)	2 (1.7)
60歳代	119 (100.0)	92 (77.3)	24 (20.2)	3 (2.5)
70歳以上	187 (100.0)	132 (70.6)	31 (16.6)	24 (12.8)
地区別				
176地区	304 (100.0)	181 (59.5)	111 (36.5)	12 (3.9)
177地区	327 (100.0)	200 (61.2)	117 (35.8)	10 (3.1)
178地区	246 (100.0)	141 (57.3)	95 (38.6)	10 (4.1)
179地区	346 (100.0)	210 (60.7)	125 (36.1)	11 (3.2)

【問 5-1(1)】(問 5-1 で「1 ある」と回答した方のみ)
ある場合は抜いた本数をご記入ください。 <数値回答>

- ・「4本以下」が6割以上を占める。
- ・男女ともにおおむね年代が高くなるほど、抜いた本数が多い。
- ・抜いた歯が4本以下のグループは、噛んで食べることが「できる」と答えた人が「できない」と答えた人の約2倍多く、抜いた歯が9本以上のグループは、「できない」と答えた人が「できる」と答えた人の4倍以上多い。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	4本以下	5本~8本	9本以上	無回答
全体	745 (100.0)	492 (66.0)	106 (14.2)	48 (6.4)	99 (13.3)
男性	322 (100.0)	197 (61.2)	54 (16.8)	20 (6.2)	51 (15.8)
20歳代	13 (100.0)	11 (84.6)	1 (7.7)	1 (7.7)	0 (0.0)
30歳代	22 (100.0)	17 (77.3)	4 (18.2)	0 (0.0)	1 (4.5)
40歳代	45 (100.0)	36 (80.0)	5 (11.1)	0 (0.0)	4 (8.9)
50歳代	47 (100.0)	33 (70.2)	8 (17.0)	2 (4.3)	4 (8.5)
60歳代	79 (100.0)	53 (67.1)	12 (15.2)	4 (5.1)	10 (12.7)
70歳以上	116 (100.0)	47 (40.5)	24 (20.7)	13 (11.2)	32 (27.6)
女性	418 (100.0)	290 (69.4)	52 (12.4)	28 (6.7)	48 (11.5)
20歳代	18 (100.0)	16 (88.9)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (11.1)
30歳代	26 (100.0)	26 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
40歳代	70 (100.0)	63 (90.0)	3 (4.3)	1 (1.4)	3 (4.3)
50歳代	80 (100.0)	62 (77.5)	11 (13.8)	3 (3.8)	4 (5.0)
60歳代	92 (100.0)	52 (56.5)	22 (23.9)	5 (5.4)	13 (14.1)
70歳以上	132 (100.0)	71 (53.8)	16 (12.1)	19 (14.4)	26 (19.7)
70歳	18 (100.0)	7 (38.9)	1 (5.6)	6 (33.3)	4 (22.2)
地区別					
176地区	181 (100.0)	131 (72.4)	16 (8.8)	11 (6.1)	23 (12.7)
177地区	200 (100.0)	132 (66.0)	32 (16.0)	11 (5.5)	25 (12.5)
178地区	141 (100.0)	85 (60.3)	21 (14.9)	10 (7.1)	25 (17.7)
179地区	210 (100.0)	136 (64.8)	34 (16.2)	16 (7.6)	24 (11.4)
食噛べるで					
できる	630 (100.0)	451 (71.6)	86 (13.7)	28 (4.4)	65 (10.3)
できない	104 (100.0)	37 (35.6)	20 (19.2)	20 (19.2)	27 (26.0)

「噛んで食べる」は、「【問 5-3】何でもかんで食べることができますか。」の集計により得られた数

[練馬区健康づくり総合計画(平成 23～26 年度)指標]

[健康日本21(第二次)指標]

【問 5-1～5-1(1)】80 歳で 20 歯以上 <単数回答>

・ 80 歳 (75～84 歳) で自分の歯が 20 本以上は 6 割程度を占める。

(上段 : 回答者数、下段 : %)

全 体	喪失歯無し	喪失歯 4本以下	喪失歯 5本～8本	喪失歯 9本以上	無回答
180 (100.0)	25 (13.9)	71 (39.4)	18 (10.0)	18 (10.0)	48 (26.7)
80歳で自分の歯が20本以上 (75歳～84歳)				114 (63.3)	

[練馬区健康づくり総合計画(平成 23～26 年度)指標]

[健康日本21(第二次)指標]

【問 5-1～5-1(1)】60 歳で 24 歯以上 <単数回答>

・ 60 歳 (55～64 歳) で自分の歯が 24 本以上は 7 割程度を占める。

(上段 : 回答者数、下段 : %)

全 体	喪失歯無し	喪失歯 4本以下	喪失歯 5本～8本	喪失歯 9本以上	無回答
203 (100.0)	45 (22.2)	103 (50.7)	30 (14.8)	6 (3.0)	19 (9.4)
60歳で自分の歯が24本以上 (55歳～64歳)				148 (72.9)	

[練馬区健康づくり総合計画(平成 23～26 年度)指標]

[健康日本21(第二次)指標]

【問 5-1～5-1(1)】40 歳で喪失歯なし <単数回答>

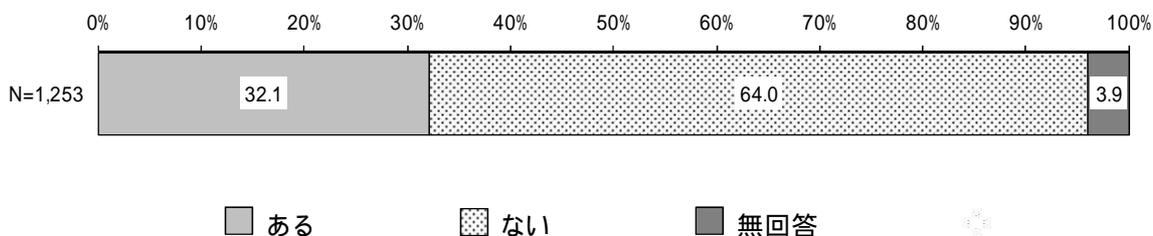
・ 40 歳 (35～44 歳) で喪失歯なしは 4 割程度を占める。

(上段 : 回答者数、下段 : %)

全 体	ある	ない	無回答
216 (100.0)	90 (41.7)	126 (58.3)	0 (0.0)

【問 5-2】歯ぐきの状態について、歯ぐきが腫れている、または、歯を磨いたときに血が出る、のいずれかの自覚症状はありますか。 <単数回答>

- ・「ない」が6割以上を占める。
- ・男性では50歳代、女性では60歳代で「ある」の割合が最も高い。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	ある	ない	無回答
全体	1,253 (100.0)	402 (32.1)	802 (64.0)	49 (3.9)
男性	518 (100.0)	169 (32.6)	333 (64.3)	16 (3.1)
20歳代	49 (100.0)	17 (34.7)	32 (65.3)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	26 (43.3)	34 (56.7)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	36 (39.6)	55 (60.4)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	34 (45.3)	41 (54.7)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	26 (26.8)	67 (69.1)	4 (4.1)
70歳以上	146 (100.0)	30 (20.5)	104 (71.2)	12 (8.2)
女性	727 (100.0)	230 (31.6)	466 (64.1)	31 (4.3)
20歳代	56 (100.0)	12 (21.4)	44 (78.6)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	39 (38.6)	61 (60.4)	1 (1.0)
40歳代	148 (100.0)	57 (38.5)	89 (60.1)	2 (1.4)
50歳代	116 (100.0)	39 (33.6)	76 (65.5)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	47 (39.5)	67 (56.3)	5 (4.2)
70歳以上	187 (100.0)	36 (19.3)	129 (69.0)	22 (11.8)
地区別				
176地区	304 (100.0)	106 (34.9)	187 (61.5)	11 (3.6)
177地区	327 (100.0)	100 (30.6)	216 (66.1)	11 (3.4)
178地区	246 (100.0)	73 (29.7)	166 (67.5)	7 (2.8)
179地区	346 (100.0)	114 (32.9)	218 (63.0)	14 (4.0)

参考 歯周炎（病）である人の割合（平成 21 年、平成 14 年）

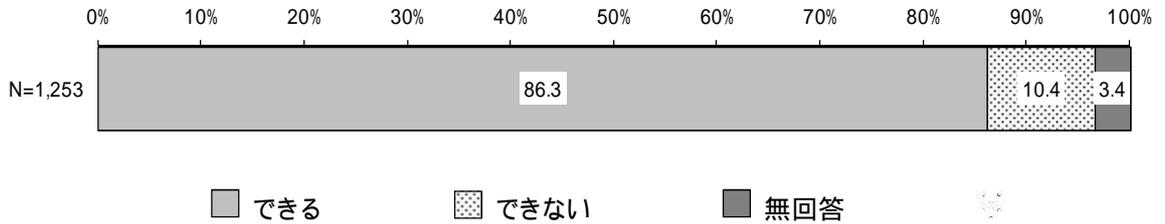
問 現在、歯周炎（病）ですか。<単数回答>

（単位：％）

	男 性		女 性		全 体	
	H21	H14	H21	H14	H21	H14
全 体	40.8	45.7	37.0	38.2	38.6	41.4
20歳代	46.2	35.1	41.8	39.4	43.2	37.9
30歳代	45.1	49.4	36.9	33.9	40.1	40.4
40歳代	43.9	51.1	45.2	37.3	44.7	42.6
50歳代	48.5	56.5	40.8	57.8	43.9	57.2
60歳代	40.9	48.2	38.2	38.0	39.4	42.7
70歳以上	29.7	28.8	24.8	22.7	26.9	25.5

【問 5-3】何でもかんで食べることができますか。 <単数回答>

- ・「できる」が最も多く 8 割以上を占める。
- ・男女ともにおおむね年代が高くなるほど、「できない」の割合が高い。

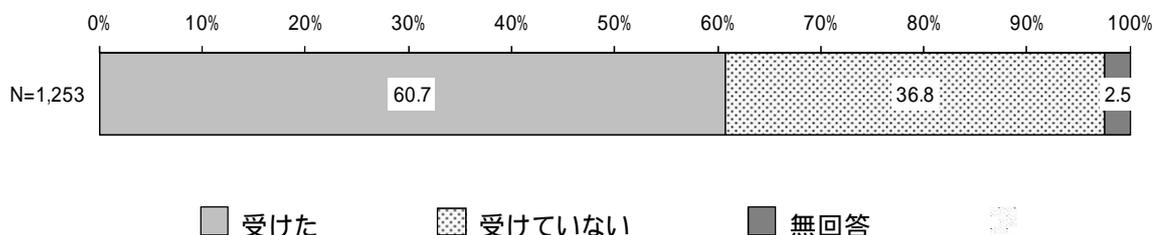


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	できる	できない	無回答
全体	1,253 (100.0)	1,081 (86.3)	130 (10.4)	42 (3.4)
男性	518 (100.0)	447 (86.3)	56 (10.8)	15 (2.9)
20歳代	49 (100.0)	45 (91.8)	4 (8.2)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	56 (93.3)	4 (6.7)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	88 (96.7)	3 (3.3)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	69 (92.0)	5 (6.7)	1 (1.3)
60歳代	97 (100.0)	80 (82.5)	12 (12.4)	5 (5.2)
70歳以上	146 (100.0)	109 (74.7)	28 (19.2)	9 (6.2)
女性	727 (100.0)	628 (86.4)	74 (10.2)	25 (3.4)
20歳代	56 (100.0)	54 (96.4)	2 (3.6)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	99 (98.0)	2 (2.0)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	137 (92.6)	10 (6.8)	1 (0.7)
50歳代	116 (100.0)	102 (87.9)	12 (10.3)	2 (1.7)
60歳代	119 (100.0)	98 (82.4)	18 (15.1)	3 (2.5)
70歳以上	187 (100.0)	138 (73.8)	30 (16.0)	19 (10.2)
地区別				
176地区	304 (100.0)	264 (86.8)	32 (10.5)	8 (2.6)
177地区	327 (100.0)	278 (85.0)	40 (12.2)	9 (2.8)
178地区	246 (100.0)	215 (87.4)	26 (10.6)	5 (2.0)
179地区	346 (100.0)	308 (89.0)	26 (7.5)	12 (3.5)

【問 5-4】この1年間に、歯科健診を受けましたか。 <単数回答>

- ・「受けた」が多く6割程度を占める。
- ・男性では70歳以上、女性では60歳代で「受けた」の割合が高い。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	受けた	受けていない	無回答
全体	1,253 (100.0)	761 (60.7)	461 (36.8)	31 (2.5)
男性	518 (100.0)	303 (58.5)	203 (39.2)	12 (2.3)
20歳代	49 (100.0)	24 (49.0)	25 (51.0)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	28 (46.7)	32 (53.3)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	50 (54.9)	41 (45.1)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	48 (64.0)	26 (34.7)	1 (1.3)
60歳代	97 (100.0)	59 (60.8)	35 (36.1)	3 (3.1)
70歳以上	146 (100.0)	94 (64.4)	44 (30.1)	8 (5.5)
女性	727 (100.0)	453 (62.3)	257 (35.4)	17 (2.3)
20歳代	56 (100.0)	27 (48.2)	29 (51.8)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	55 (54.5)	46 (45.5)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	82 (55.4)	65 (43.9)	1 (0.7)
50歳代	116 (100.0)	77 (66.4)	38 (32.8)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	89 (74.8)	27 (22.7)	3 (2.5)
70歳以上	187 (100.0)	123 (65.8)	52 (27.8)	12 (6.4)

(上段 : 回答者数、下段 : %)

		合計	受けた	受けていない	無回答
全体		1,253 (100.0)	761 (60.7)	461 (36.8)	31 (2.5)
地区別	176地区	304 (100.0)	186 (61.2)	113 (37.2)	5 (1.6)
	177地区	327 (100.0)	194 (59.3)	126 (38.5)	7 (2.1)
	178地区	246 (100.0)	138 (56.1)	104 (42.3)	4 (1.6)
	179地区	346 (100.0)	227 (65.6)	109 (31.5)	10 (2.9)
保健相談所管轄別	豊玉	360 (100.0)	228 (63.3)	125 (34.7)	7 (1.9)
	北	114 (100.0)	72 (63.2)	38 (33.3)	4 (3.5)
	光が丘	171 (100.0)	109 (63.7)	58 (33.9)	4 (2.3)
	石神井	320 (100.0)	190 (59.4)	126 (39.4)	4 (1.3)
	大泉	139 (100.0)	82 (59.0)	57 (41.0)	0 (0.0)
	関	104 (100.0)	54 (51.9)	45 (43.3)	5 (4.8)

参考 定期的な歯科健診の受診者の割合 (平成 21 年、平成 14 年)

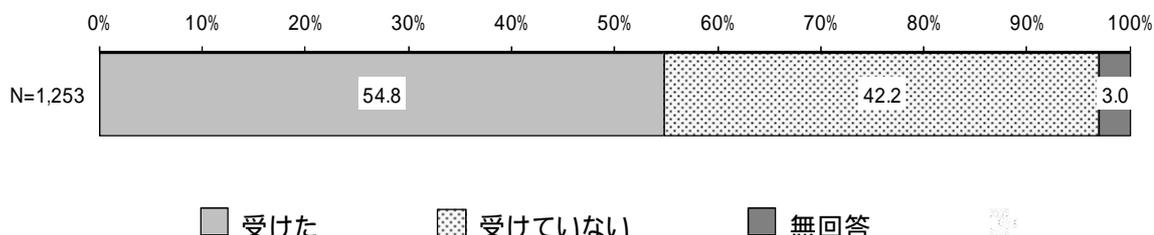
問 この 1 年間に、歯科健診を受けましたか。 <単数回答>

(単位 : %)

	男 性		女 性		全 体	
	H21	H14	H21	H14	H21	H14
全 体	51.0	51.2	54.1	56.9	52.8	54.4
20歳代	38.5	35.1	40.5	56.1	39.8	48.5
30歳代	45.1	49.4	58.5	48.6	53.3	48.9
40歳代	48.8	44.7	50.8	61.3	50.0	54.9
50歳代	45.5	60.9	54.1	57.8	50.6	59.2
60歳代	53.0	61.2	58.8	68.0	56.2	64.9
70歳以上	61.9	43.9	55.9	49.3	58.4	46.8
55～64歳	43.7	63.9	50.9	66.7	47.7	65.4

【問 5-5】この1年間に、歯石除去や歯のクリーニングを受けましたか。 <単数回答>

- ・「受けた」が多く5割程度を占める。
- ・「受けた」の割合は女性の方が高く、男女で差がある。
- ・男性の20歳代、30歳代と女性の20歳代では「受けていない」の割合が高い。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	受けた	受けていない	無回答
全体	1,253 (100.0)	687 (54.8)	529 (42.2)	37 (3.0)
男性	518 (100.0)	260 (50.2)	241 (46.5)	17 (3.3)
20歳代	49 (100.0)	19 (38.8)	29 (59.2)	1 (2.0)
30歳代	60 (100.0)	24 (40.0)	36 (60.0)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	47 (51.6)	44 (48.4)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	38 (50.7)	36 (48.0)	1 (1.3)
60歳代	97 (100.0)	57 (58.8)	37 (38.1)	3 (3.1)
70歳以上	146 (100.0)	75 (51.4)	59 (40.4)	12 (8.2)
女性	727 (100.0)	422 (58.0)	287 (39.5)	18 (2.5)
20歳代	56 (100.0)	22 (39.3)	34 (60.7)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	53 (52.5)	48 (47.5)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	77 (52.0)	70 (47.3)	1 (0.7)
50歳代	116 (100.0)	77 (66.4)	38 (32.8)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	84 (70.6)	33 (27.7)	2 (1.7)
70歳以上	187 (100.0)	109 (58.3)	64 (34.2)	14 (7.5)
地区別				
176地区	304 (100.0)	166 (54.6)	131 (43.1)	7 (2.3)
177地区	327 (100.0)	182 (55.7)	138 (42.2)	7 (2.1)
178地区	246 (100.0)	126 (51.2)	116 (47.2)	4 (1.6)
179地区	346 (100.0)	202 (58.4)	131 (37.9)	13 (3.8)

参考 定期的な歯石除去や歯面清掃を受ける人の割合（平成 21 年、平成 14 年）

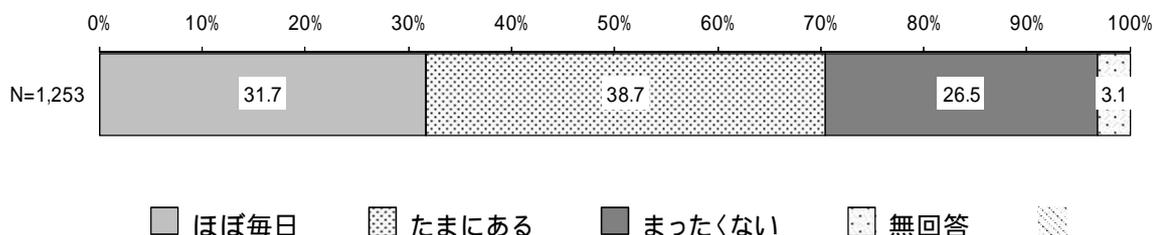
問 この 1 年間に、歯石除去や歯のクリーニングを受けましたか。<単数回答>

（単位：％）

	男 性		女 性		全 体	
	H21	H14	H21	H14	H21	H14
全 体	44.8	41.8	53.6	50.4	50.0	46.7
20歳代	23.1	32.4	36.7	45.5	32.2	40.8
30歳代	35.4	39.2	60.0	42.2	50.5	41.0
40歳代	45.1	36.2	50.8	58.7	48.6	50.0
50歳代	48.5	53.6	54.1	50.6	51.8	52.0
60歳代	48.7	51.8	60.3	63.0	55.0	57.8
70歳以上	52.5	28.8	52.8	41.3	52.7	35.5
55～64歳	43.7	54.2	52.7	59.6	48.7	57.1

【問 5-6】 1日1回は十分な時間（10分程度）をかけていないに歯みがきをすることがありますか。 <単数回答>

- ・「たまにある」が最も多く4割弱を占める。「まったくない」は2割以上である。
- ・「ほぼ毎日」の割合は女性の方が高く、男女で差がある。

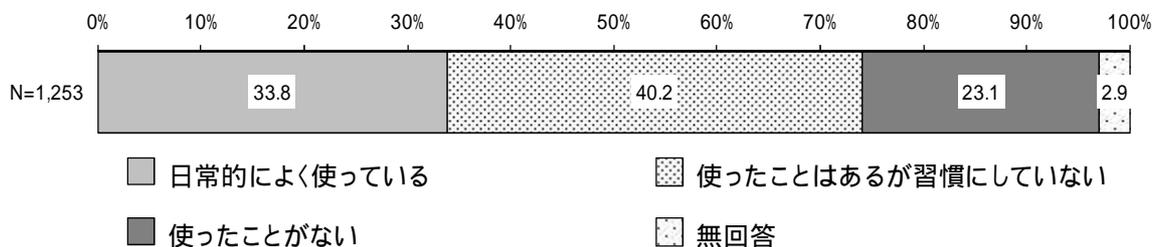


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	ほぼ毎日	たまにある	まったくない	無回答
全体	1,253 (100.0)	397 (31.7)	485 (38.7)	332 (26.5)	39 (3.1)
男性	518 (100.0)	150 (29.0)	199 (38.4)	156 (30.1)	13 (2.5)
20歳代	49 (100.0)	13 (26.5)	24 (49.0)	12 (24.5)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	19 (31.7)	22 (36.7)	19 (31.7)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	18 (19.8)	41 (45.1)	32 (35.2)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	13 (17.3)	29 (38.7)	33 (44.0)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	29 (29.9)	38 (39.2)	26 (26.8)	4 (4.1)
70歳以上	146 (100.0)	58 (39.7)	45 (30.8)	34 (23.3)	9 (6.2)
女性	727 (100.0)	244 (33.6)	283 (38.9)	176 (24.2)	24 (3.3)
20歳代	56 (100.0)	20 (35.7)	22 (39.3)	14 (25.0)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	24 (23.8)	46 (45.5)	31 (30.7)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	41 (27.7)	59 (39.9)	47 (31.8)	1 (0.7)
50歳代	116 (100.0)	37 (31.9)	51 (44.0)	27 (23.3)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	42 (35.3)	48 (40.3)	26 (21.8)	3 (2.5)
70歳以上	187 (100.0)	80 (42.8)	57 (30.5)	31 (16.6)	19 (10.2)
地区別					
176地区	304 (100.0)	101 (33.2)	124 (40.8)	69 (22.7)	10 (3.3)
177地区	327 (100.0)	107 (32.7)	124 (37.9)	87 (26.6)	9 (2.8)
178地区	246 (100.0)	77 (31.3)	95 (38.6)	71 (28.9)	3 (1.2)
179地区	346 (100.0)	106 (30.6)	132 (38.2)	97 (28.0)	11 (3.2)

【問 5-7】デンタルフロスや歯間ブラシなどを使っていますか。 <単数回答>

- ・「使ったことはあるが習慣にしていない」が最も多く4割程度を占める。
- ・「使ったことがない」の割合は男性が高い。また、「日常的によく使っている」の割合は女性の方が高く、男女で差がある。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	日常的によく使っている	使ったことはあるが習慣にしていない	使ったことがない	無回答
全体	1,253 (100.0)	424 (33.8)	504 (40.2)	289 (23.1)	36 (2.9)
男性	518 (100.0)	130 (25.1)	201 (38.8)	176 (34.0)	11 (2.1)
20歳代	49 (100.0)	7 (14.3)	23 (46.9)	19 (38.8)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	16 (26.7)	26 (43.3)	18 (30.0)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	16 (17.6)	49 (53.8)	26 (28.6)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	21 (28.0)	30 (40.0)	24 (32.0)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	27 (27.8)	40 (41.2)	27 (27.8)	3 (3.1)
70歳以上	146 (100.0)	43 (29.5)	33 (22.6)	62 (42.5)	8 (5.5)
女性	727 (100.0)	293 (40.3)	300 (41.3)	111 (15.3)	23 (3.2)
20歳代	56 (100.0)	11 (19.6)	38 (67.9)	7 (12.5)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	29 (28.7)	54 (53.5)	18 (17.8)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	67 (45.3)	68 (45.9)	12 (8.1)	1 (0.7)
50歳代	116 (100.0)	59 (50.9)	40 (34.5)	16 (13.8)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	54 (45.4)	46 (38.7)	15 (12.6)	4 (3.4)
70歳以上	187 (100.0)	73 (39.0)	54 (28.9)	43 (23.0)	17 (9.1)
地区別					
176地区	304 (100.0)	96 (31.6)	138 (45.4)	63 (20.7)	7 (2.3)
177地区	327 (100.0)	109 (33.3)	130 (39.8)	80 (24.5)	8 (2.4)
178地区	246 (100.0)	82 (33.3)	98 (39.8)	62 (25.2)	4 (1.6)
179地区	346 (100.0)	133 (38.4)	128 (37.0)	74 (21.4)	11 (3.2)

参考 歯間部清掃用器具の使用者の割合（平成 21 年、平成 14 年）

問 デンタルフロスや歯間ブラシなどを使っていますか。<単数回答>

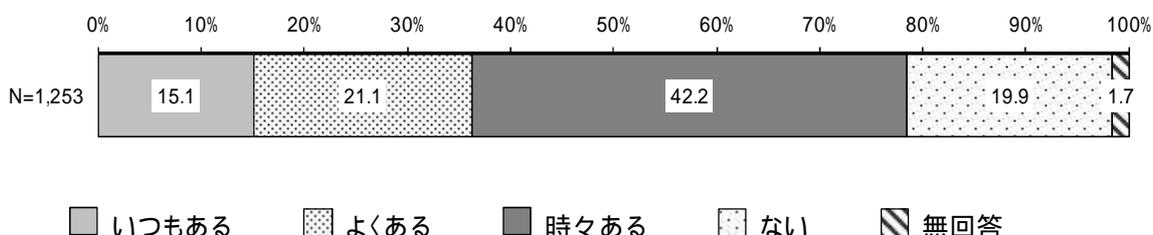
（単位：％）

	男 性		女 性		全 体	
	H21	H14	H21	H14	H21	H14
全 体	19.7	15.7	32.6	22.0	27.4	19.3
20歳代	2.6	5.4	12.7	10.6	9.3	8.7
30歳代	11.0	13.9	32.3	22.0	24.1	18.6
40歳代	23.2	14.9	34.9	25.3	30.3	21.3
50歳代	19.7	18.8	28.6	30.1	25.0	25.0
60歳代	20.9	21.2	44.1	26.0	33.5	23.8
70歳以上	28.0	13.6	33.5	14.7	31.2	14.2
35～44歳	19.6	14.5	36.1	19.0	29.3	17.1
45～54歳	15.6	14.0	33.3	25.3	26.5	20.6

6. 休養やこころの状態について

【問 6-1】この1ヶ月の間にストレスを感じたり、悩んだりしたことがありますか。 <単数回答>

- ・「時々ある」が最も多く4割程度を占める。
- ・男性の20歳代、30歳代、40歳代、女性の20歳代、30歳代で「いつもある」と「よくある」の合計が5割程度で多い。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	いつもある	よくある	時々ある	ない	無回答
全体	1,253 (100.0)	189 (15.1)	265 (21.1)	529 (42.2)	249 (19.9)	21 (1.7)
男性	518 (100.0)	68 (13.1)	104 (20.1)	204 (39.4)	137 (26.4)	5 (1.0)
20歳代	49 (100.0)	16 (32.7)	9 (18.4)	19 (38.8)	5 (10.2)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	19 (31.7)	14 (23.3)	22 (36.7)	5 (8.3)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	17 (18.7)	28 (30.8)	29 (31.9)	17 (18.7)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	5 (6.7)	24 (32.0)	34 (45.3)	11 (14.7)	1 (1.3)
60歳代	97 (100.0)	5 (5.2)	8 (8.2)	52 (53.6)	30 (30.9)	2 (2.1)
70歳以上	146 (100.0)	6 (4.1)	21 (14.4)	48 (32.9)	69 (47.3)	2 (1.4)
女性	727 (100.0)	119 (16.4)	161 (22.1)	324 (44.6)	109 (15.0)	14 (1.9)
20歳代	56 (100.0)	14 (25.0)	17 (30.4)	17 (30.4)	8 (14.3)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	22 (21.8)	32 (31.7)	39 (38.6)	8 (7.9)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	31 (20.9)	33 (22.3)	68 (45.9)	15 (10.1)	1 (0.7)
50歳代	116 (100.0)	25 (21.6)	23 (19.8)	52 (44.8)	14 (12.1)	2 (1.7)
60歳代	119 (100.0)	14 (11.8)	31 (26.1)	51 (42.9)	22 (18.5)	1 (0.8)
70歳以上	187 (100.0)	13 (7.0)	25 (13.4)	97 (51.9)	42 (22.5)	10 (5.3)
地区別						
176地区	304 (100.0)	50 (16.4)	62 (20.4)	131 (43.1)	57 (18.8)	4 (1.3)
177地区	327 (100.0)	49 (15.0)	74 (22.6)	131 (40.1)	68 (20.8)	5 (1.5)
178地区	246 (100.0)	41 (16.7)	51 (20.7)	98 (39.8)	52 (21.1)	4 (1.6)
179地区	346 (100.0)	46 (13.3)	77 (22.3)	157 (45.4)	63 (18.2)	3 (0.9)

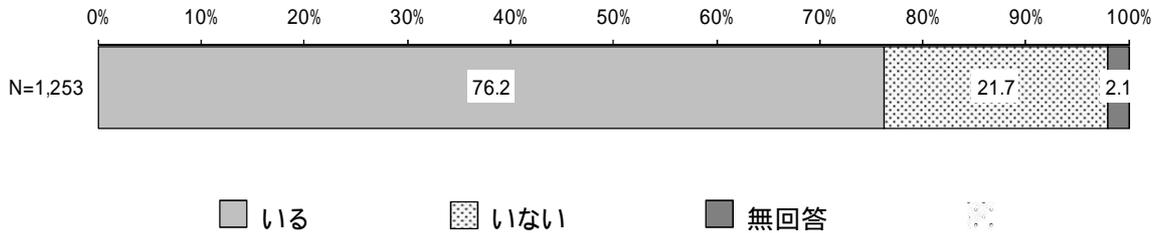
参考 最近1ヶ月にストレスを感じた人の割合（平成21年、平成14年）

（単位：％）

	男 性		女 性		全 体	
	H21	H14	H21	H14	H21	H14
全 体	59.6	49.9	60.8	59.4	60.3	55.3
20歳代	51.3	56.8	64.6	57.6	60.2	57.3
30歳代	67.1	54.4	60.0	61.5	62.7	58.5
40歳代	67.1	70.2	61.1	50.7	63.5	58.2
50歳代	66.7	47.8	58.2	69.9	61.6	59.9
60歳代	53.9	42.4	58.8	55.0	56.6	49.2
70歳以上	53.4	37.9	62.7	61.3	58.8	50.4

【問 6-2】自分自身や周りの人のこころの健康や悩みについて、相談できる人がいますか。
 <単数回答>

- ・「いる」が多く7割以上を占める。
- ・「いる」の割合は女性の方が高く、男女で差がある。

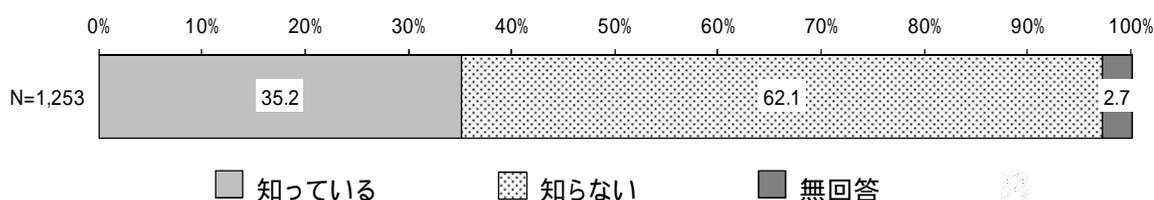


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	いる	いない	無回答
全体	1,253 (100.0)	955 (76.2)	272 (21.7)	26 (2.1)
男性	518 (100.0)	348 (67.2)	160 (30.9)	10 (1.9)
20歳代	49 (100.0)	36 (73.5)	13 (26.5)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	41 (68.3)	19 (31.7)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	66 (72.5)	25 (27.5)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	44 (58.7)	30 (40.0)	1 (1.3)
60歳代	97 (100.0)	69 (71.1)	26 (26.8)	2 (2.1)
70歳以上	146 (100.0)	92 (63.0)	47 (32.2)	7 (4.8)
女性	727 (100.0)	603 (82.9)	110 (15.1)	14 (1.9)
20歳代	56 (100.0)	52 (92.9)	4 (7.1)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	85 (84.2)	16 (15.8)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	131 (88.5)	15 (10.1)	2 (1.4)
50歳代	116 (100.0)	93 (80.2)	22 (19.0)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	97 (81.5)	22 (18.5)	0 (0.0)
70歳以上	187 (100.0)	145 (77.5)	31 (16.6)	11 (5.9)
地区別				
176地区	304 (100.0)	221 (72.7)	78 (25.7)	5 (1.6)
177地区	327 (100.0)	253 (77.4)	68 (20.8)	6 (1.8)
178地区	246 (100.0)	191 (77.6)	52 (21.1)	3 (1.2)
179地区	346 (100.0)	271 (78.3)	68 (19.7)	7 (2.0)

【問 6-3】自分自身や周りの人のこころの健康や悩みについて、相談できる機関を知っていますか。 <単数回答>

- ・「知らない」が6割程度を占める。
- ・男性の20歳代、30歳代で「知らない」が7割以上で特に多い。

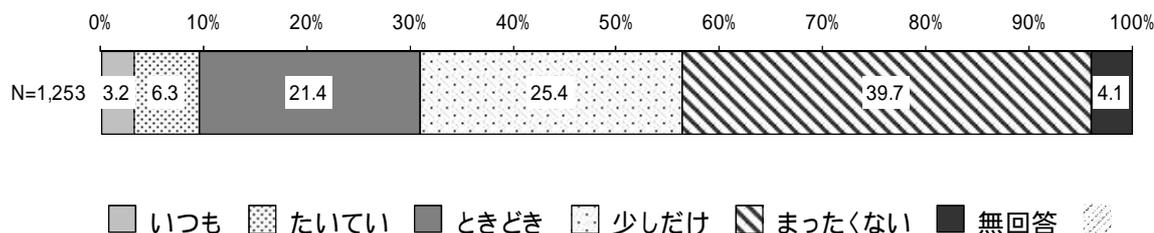


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	知っている	知らない	無回答
全体	1,253 (100.0)	441 (35.2)	778 (62.1)	34 (2.7)
男性	518 (100.0)	172 (33.2)	339 (65.4)	7 (1.4)
20歳代	49 (100.0)	11 (22.4)	38 (77.6)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	17 (28.3)	42 (70.0)	1 (1.7)
40歳代	91 (100.0)	38 (41.8)	53 (58.2)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	24 (32.0)	51 (68.0)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	27 (27.8)	67 (69.1)	3 (3.1)
70歳以上	146 (100.0)	55 (37.7)	88 (60.3)	3 (2.1)
女性	727 (100.0)	268 (36.9)	434 (59.7)	25 (3.4)
20歳代	56 (100.0)	24 (42.9)	32 (57.1)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	37 (36.6)	63 (62.4)	1 (1.0)
40歳代	148 (100.0)	60 (40.5)	87 (58.8)	1 (0.7)
50歳代	116 (100.0)	39 (33.6)	75 (64.7)	2 (1.7)
60歳代	119 (100.0)	46 (38.7)	70 (58.8)	3 (2.5)
70歳以上	187 (100.0)	62 (33.2)	107 (57.2)	18 (9.6)
地区別				
176地区	304 (100.0)	107 (35.2)	192 (63.2)	5 (1.6)
177地区	327 (100.0)	118 (36.1)	201 (61.5)	8 (2.4)
178地区	246 (100.0)	89 (36.2)	150 (61.0)	7 (2.8)
179地区	346 (100.0)	120 (34.7)	217 (62.7)	9 (2.6)
保健相談所管轄別				
豊玉	360 (100.0)	129 (35.8)	224 (62.2)	7 (1.9)
北	114 (100.0)	39 (34.2)	72 (63.2)	3 (2.6)
光が丘	171 (100.0)	55 (32.2)	112 (65.5)	4 (2.3)
石神井	320 (100.0)	113 (35.3)	198 (61.9)	9 (2.8)
大泉	139 (100.0)	50 (36.0)	88 (63.3)	1 (0.7)
関	104 (100.0)	40 (38.5)	61 (58.7)	3 (2.9)

【問 6-4(1)】神経過敏に感じましたか。 <単数回答>

・「まったくない」が最も多く 4 割近くを占める。

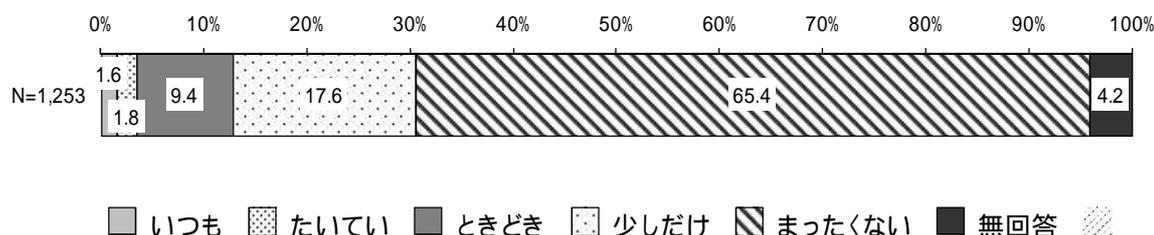


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったく ない	無回答
全体	1,253 (100.0)	40 (3.2)	79 (6.3)	268 (21.4)	318 (25.4)	497 (39.7)	51 (4.1)
男性	518 (100.0)	12 (2.3)	27 (5.2)	97 (18.7)	121 (23.4)	242 (46.7)	19 (3.7)
20歳代	49 (100.0)	4 (8.2)	8 (16.3)	7 (14.3)	8 (16.3)	22 (44.9)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	4 (6.7)	6 (10.0)	18 (30.0)	8 (13.3)	24 (40.0)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	1 (1.1)	7 (7.7)	28 (30.8)	15 (16.5)	40 (44.0)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	1 (1.3)	5 (6.7)	13 (17.3)	23 (30.7)	32 (42.7)	1 (1.3)
60歳代	97 (100.0)	1 (1.0)	0 (0.0)	11 (11.3)	30 (30.9)	52 (53.6)	3 (3.1)
70歳以上	146 (100.0)	1 (0.7)	1 (0.7)	20 (13.7)	37 (25.3)	72 (49.3)	15 (10.3)
女性	727 (100.0)	27 (3.7)	52 (7.2)	171 (23.5)	195 (26.8)	253 (34.8)	29 (4.0)
20歳代	56 (100.0)	4 (7.1)	8 (14.3)	12 (21.4)	9 (16.1)	23 (41.1)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	7 (6.9)	13 (12.9)	30 (29.7)	21 (20.8)	30 (29.7)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	6 (4.1)	10 (6.8)	37 (25.0)	30 (20.3)	63 (42.6)	2 (1.4)
50歳代	116 (100.0)	4 (3.4)	9 (7.8)	31 (26.7)	32 (27.6)	38 (32.8)	2 (1.7)
60歳代	119 (100.0)	3 (2.5)	8 (6.7)	28 (23.5)	32 (26.9)	45 (37.8)	3 (2.5)
70歳以上	187 (100.0)	3 (1.6)	4 (2.1)	33 (17.6)	71 (38.0)	54 (28.9)	22 (11.8)
地区別							
176地区	304 (100.0)	12 (3.9)	21 (6.9)	63 (20.7)	77 (25.3)	119 (39.1)	12 (3.9)
177地区	327 (100.0)	11 (3.4)	20 (6.1)	72 (22.0)	81 (24.8)	134 (41.0)	9 (2.8)
178地区	246 (100.0)	7 (2.8)	21 (8.5)	44 (17.9)	56 (22.8)	107 (43.5)	11 (4.5)
179地区	346 (100.0)	9 (2.6)	17 (4.9)	85 (24.6)	95 (27.5)	130 (37.6)	10 (2.9)

【問 6-4(2)】絶望的だと感じましたか。 <単数回答>

- ・「まったくない」が最も多く6割以上を占める。
- ・男性 20 歳代では、「まったくない」の割合が低く、程度の差はあれ感じている人の割合が高い

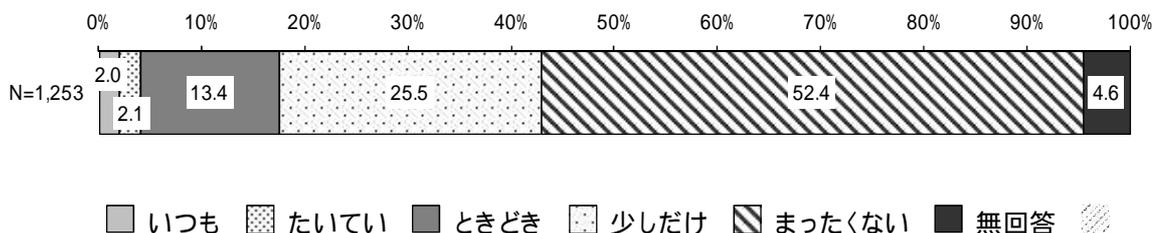


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったく ない	無回答
全体	1,253 (100.0)	20 (1.6)	23 (1.8)	118 (9.4)	221 (17.6)	819 (65.4)	52 (4.2)
男性	518 (100.0)	11 (2.1)	9 (1.7)	43 (8.3)	92 (17.8)	343 (66.2)	20 (3.9)
20歳代	49 (100.0)	6 (12.2)	2 (4.1)	6 (12.2)	15 (30.6)	20 (40.8)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	3 (5.0)	1 (1.7)	6 (10.0)	13 (21.7)	37 (61.7)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	2 (2.2)	1 (1.1)	17 (18.7)	12 (13.2)	59 (64.8)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	0 (0.0)	2 (2.7)	5 (6.7)	13 (17.3)	55 (73.3)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (2.1)	21 (21.6)	71 (73.2)	3 (3.1)
70歳以上	146 (100.0)	0 (0.0)	3 (2.1)	7 (4.8)	18 (12.3)	101 (69.2)	17 (11.6)
女性	727 (100.0)	9 (1.2)	14 (1.9)	75 (10.3)	128 (17.6)	472 (64.9)	29 (4.0)
20歳代	56 (100.0)	1 (1.8)	3 (5.4)	6 (10.7)	6 (10.7)	40 (71.4)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	2 (2.0)	3 (3.0)	18 (17.8)	16 (15.8)	62 (61.4)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	2 (1.4)	4 (2.7)	13 (8.8)	25 (16.9)	103 (69.6)	1 (0.7)
50歳代	116 (100.0)	1 (0.9)	1 (0.9)	17 (14.7)	22 (19.0)	73 (62.9)	2 (1.7)
60歳代	119 (100.0)	3 (2.5)	2 (1.7)	8 (6.7)	23 (19.3)	81 (68.1)	2 (1.7)
70歳以上	187 (100.0)	0 (0.0)	1 (0.5)	13 (7.0)	36 (19.3)	113 (60.4)	24 (12.8)
地区別							
176地区	304 (100.0)	2 (0.7)	6 (2.0)	36 (11.8)	55 (18.1)	192 (63.2)	13 (4.3)
177地区	327 (100.0)	6 (1.8)	3 (0.9)	28 (8.6)	56 (17.1)	224 (68.5)	10 (3.1)
178地区	246 (100.0)	6 (2.4)	5 (2.0)	16 (6.5)	43 (17.5)	165 (67.1)	11 (4.5)
179地区	346 (100.0)	5 (1.4)	9 (2.6)	35 (10.1)	64 (18.5)	223 (64.5)	10 (2.9)

【問6-4(3)】それぞれ、落ち着かなく感じましたか。 <単数回答>

・「まったくない」が最も多く5割以上を占める。

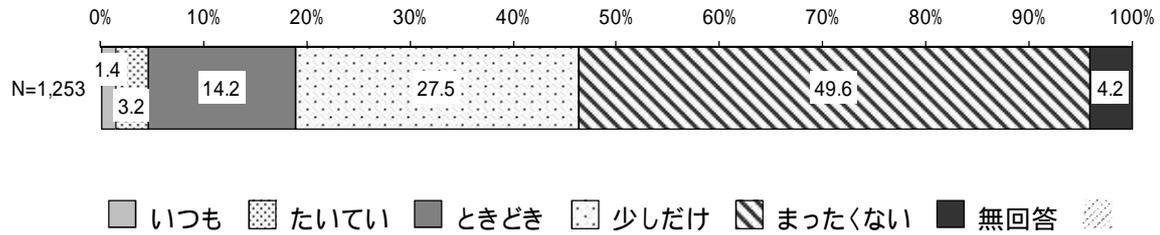


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったくない	無回答
全体	1,253 (100.0)	25 (2.0)	26 (2.1)	168 (13.4)	319 (25.5)	657 (52.4)	58 (4.6)
男性	518 (100.0)	11 (2.1)	10 (1.9)	70 (13.5)	117 (22.6)	286 (55.2)	24 (4.6)
20歳代	49 (100.0)	7 (14.3)	2 (4.1)	13 (26.5)	11 (22.4)	16 (32.7)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	3 (5.0)	3 (5.0)	11 (18.3)	13 (21.7)	30 (50.0)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	1 (1.1)	0 (0.0)	22 (24.2)	20 (22.0)	48 (52.7)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	0 (0.0)	4 (5.3)	7 (9.3)	18 (24.0)	43 (57.3)	3 (4.0)
60歳代	97 (100.0)	0 (0.0)	1 (1.0)	7 (7.2)	28 (28.9)	58 (59.8)	3 (3.1)
70歳以上	146 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	10 (6.8)	27 (18.5)	91 (62.3)	18 (12.3)
女性	727 (100.0)	14 (1.9)	16 (2.2)	98 (13.5)	201 (27.6)	367 (50.5)	31 (4.3)
20歳代	56 (100.0)	3 (5.4)	3 (5.4)	17 (30.4)	10 (17.9)	22 (39.3)	1 (1.8)
30歳代	101 (100.0)	5 (5.0)	3 (3.0)	19 (18.8)	31 (30.7)	43 (42.6)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	1 (0.7)	4 (2.7)	24 (16.2)	42 (28.4)	75 (50.7)	2 (1.4)
50歳代	116 (100.0)	3 (2.6)	2 (1.7)	14 (12.1)	42 (36.2)	53 (45.7)	2 (1.7)
60歳代	119 (100.0)	2 (1.7)	2 (1.7)	10 (8.4)	33 (27.7)	69 (58.0)	3 (2.5)
70歳以上	187 (100.0)	0 (0.0)	2 (1.1)	14 (7.5)	43 (23.0)	105 (56.1)	23 (12.3)
地区別							
176地区	304 (100.0)	7 (2.3)	5 (1.6)	38 (12.5)	85 (28.0)	153 (50.3)	16 (5.3)
177地区	327 (100.0)	5 (1.5)	9 (2.8)	50 (15.3)	91 (27.8)	162 (49.5)	10 (3.1)
178地区	246 (100.0)	5 (2.0)	6 (2.4)	27 (11.0)	54 (22.0)	143 (58.1)	11 (4.5)
179地区	346 (100.0)	7 (2.0)	6 (1.7)	50 (14.5)	85 (24.6)	185 (53.5)	13 (3.8)

【問 6-4(4)】気分が沈みこんで、何が起ころうとも気が晴れないように感じましたか。〈単数回答〉

- ・「まったくない」が最も多く5割近くを占める。
- ・男性20歳代では「まったくない」の割合が低く、程度の差はあれ感じている人の割合が高い。

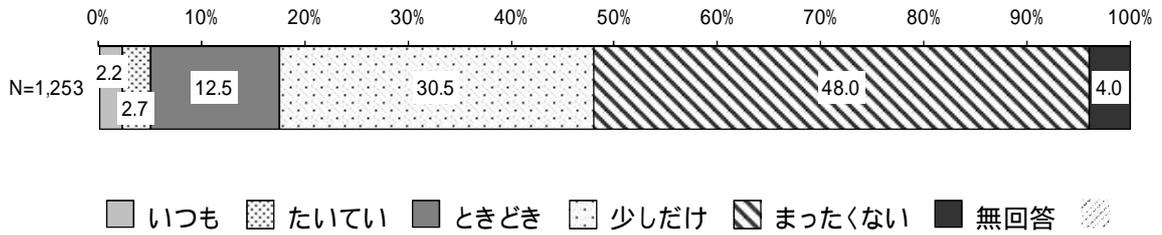


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったく ない	無回答
全体	1,253 (100.0)	18 (1.4)	40 (3.2)	178 (14.2)	344 (27.5)	621 (49.6)	52 (4.2)
男性	518 (100.0)	5 (1.0)	14 (2.7)	64 (12.4)	147 (28.4)	268 (51.7)	20 (3.9)
20歳代	49 (100.0)	4 (8.2)	6 (12.2)	7 (14.3)	14 (28.6)	18 (36.7)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	0 (0.0)	3 (5.0)	13 (21.7)	20 (33.3)	24 (40.0)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	1 (1.1)	1 (1.1)	22 (24.2)	28 (30.8)	39 (42.9)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	0 (0.0)	3 (4.0)	9 (12.0)	23 (30.7)	40 (53.3)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	7 (7.2)	27 (27.8)	60 (61.9)	3 (3.1)
70歳以上	146 (100.0)	0 (0.0)	1 (0.7)	6 (4.1)	35 (24.0)	87 (59.6)	17 (11.6)
女性	727 (100.0)	13 (1.8)	26 (3.6)	113 (15.5)	196 (27.0)	350 (48.1)	29 (4.0)
20歳代	56 (100.0)	1 (1.8)	3 (5.4)	14 (25.0)	12 (21.4)	26 (46.4)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	2 (2.0)	9 (8.9)	24 (23.8)	26 (25.7)	39 (38.6)	1 (1.0)
40歳代	148 (100.0)	3 (2.0)	5 (3.4)	24 (16.2)	34 (23.0)	81 (54.7)	1 (0.7)
50歳代	116 (100.0)	3 (2.6)	5 (4.3)	17 (14.7)	41 (35.3)	49 (42.2)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	3 (2.5)	0 (0.0)	15 (12.6)	35 (29.4)	63 (52.9)	3 (2.5)
70歳以上	187 (100.0)	1 (0.5)	4 (2.1)	19 (10.2)	48 (25.7)	92 (49.2)	23 (12.3)
地区別							
176地区	304 (100.0)	3 (1.0)	12 (3.9)	43 (14.1)	90 (29.6)	144 (47.4)	12 (3.9)
177地区	327 (100.0)	6 (1.8)	10 (3.1)	50 (15.3)	86 (26.3)	166 (50.8)	9 (2.8)
178地区	246 (100.0)	4 (1.6)	7 (2.8)	31 (12.6)	66 (26.8)	126 (51.2)	12 (4.9)
179地区	346 (100.0)	4 (1.2)	11 (3.2)	52 (15.0)	96 (27.7)	172 (49.7)	11 (3.2)

【問6-4(5)】何をするのも骨折りだと感じましたか。 <単数回答>

・「まったくない」が最も多く5割近くを占める。

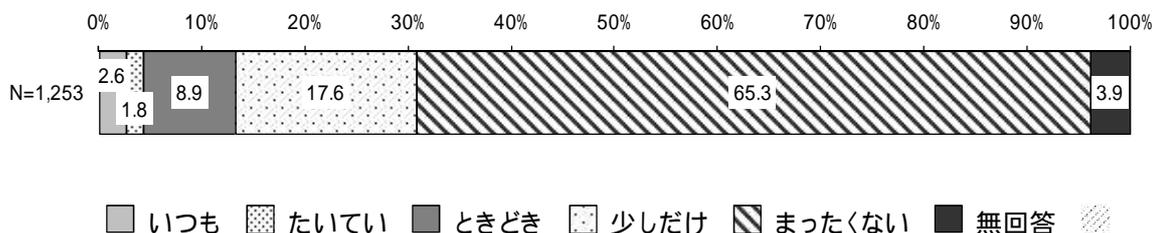


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったく ない	無回答
全体	1,253 (100.0)	28 (2.2)	34 (2.7)	157 (12.5)	382 (30.5)	602 (48.0)	50 (4.0)
男性	518 (100.0)	11 (2.1)	11 (2.1)	64 (12.4)	145 (28.0)	267 (51.5)	20 (3.9)
20歳代	49 (100.0)	3 (6.1)	3 (6.1)	7 (14.3)	13 (26.5)	22 (44.9)	1 (2.0)
30歳代	60 (100.0)	1 (1.7)	1 (1.7)	11 (18.3)	16 (26.7)	31 (51.7)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	1 (1.1)	3 (3.3)	22 (24.2)	28 (30.8)	37 (40.7)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	1 (1.3)	2 (2.7)	9 (12.0)	25 (33.3)	38 (50.7)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	2 (2.1)	0 (0.0)	4 (4.1)	31 (32.0)	57 (58.8)	3 (3.1)
70歳以上	146 (100.0)	3 (2.1)	2 (1.4)	11 (7.5)	32 (21.9)	82 (56.2)	16 (11.0)
女性	727 (100.0)	17 (2.3)	23 (3.2)	93 (12.8)	234 (32.2)	333 (45.8)	27 (3.7)
20歳代	56 (100.0)	2 (3.6)	3 (5.4)	4 (7.1)	9 (16.1)	38 (67.9)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	4 (4.0)	5 (5.0)	14 (13.9)	36 (35.6)	42 (41.6)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	1 (0.7)	6 (4.1)	27 (18.2)	34 (23.0)	79 (53.4)	1 (0.7)
50歳代	116 (100.0)	3 (2.6)	3 (2.6)	22 (19.0)	48 (41.4)	39 (33.6)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	1 (0.8)	0 (0.0)	13 (10.9)	36 (30.3)	66 (55.5)	3 (2.5)
70歳以上	187 (100.0)	6 (3.2)	6 (3.2)	13 (7.0)	71 (38.0)	69 (36.9)	22 (11.8)
地区別							
176地区	304 (100.0)	3 (1.0)	6 (2.0)	44 (14.5)	93 (30.6)	146 (48.0)	12 (3.9)
177地区	327 (100.0)	8 (2.4)	11 (3.4)	47 (14.4)	89 (27.2)	161 (49.2)	11 (3.4)
178地区	246 (100.0)	6 (2.4)	6 (2.4)	27 (11.0)	71 (28.9)	126 (51.2)	10 (4.1)
179地区	346 (100.0)	9 (2.6)	10 (2.9)	36 (10.4)	121 (35.0)	160 (46.2)	10 (2.9)

【問 6-4(6)】自分は価値のない人間だと感じましたか。 <単数回答>

・「まったくない」が最も多く 6 割以上を占める。

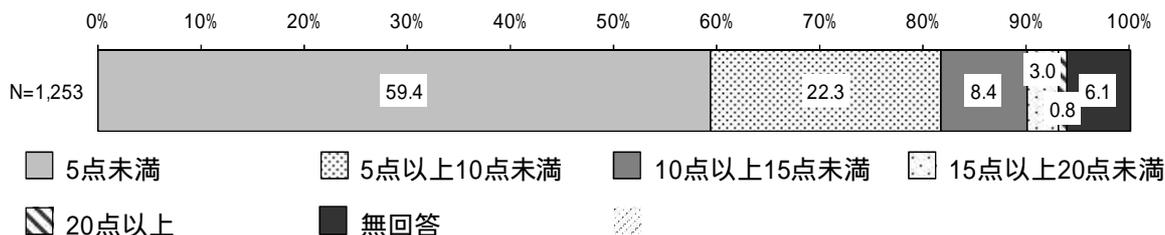


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったく ない	無回答
全体	1,253 (100.0)	33 (2.6)	22 (1.8)	111 (8.9)	220 (17.6)	818 (65.3)	49 (3.9)
男性	518 (100.0)	13 (2.5)	7 (1.4)	47 (9.1)	92 (17.8)	339 (65.4)	20 (3.9)
20歳代	49 (100.0)	3 (6.1)	4 (8.2)	5 (10.2)	9 (18.4)	28 (57.1)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	2 (3.3)	0 (0.0)	9 (15.0)	13 (21.7)	36 (60.0)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	5 (5.5)	0 (0.0)	12 (13.2)	16 (17.6)	58 (63.7)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	2 (2.7)	2 (2.7)	7 (9.3)	18 (24.0)	46 (61.3)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	5 (5.2)	19 (19.6)	70 (72.2)	3 (3.1)
70歳以上	146 (100.0)	1 (0.7)	1 (0.7)	9 (6.2)	17 (11.6)	101 (69.2)	17 (11.6)
女性	727 (100.0)	20 (2.8)	15 (2.1)	64 (8.8)	128 (17.6)	474 (65.2)	26 (3.6)
20歳代	56 (100.0)	2 (3.6)	2 (3.6)	7 (12.5)	10 (17.9)	35 (62.5)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	5 (5.0)	7 (6.9)	9 (8.9)	16 (15.8)	64 (63.4)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	4 (2.7)	2 (1.4)	17 (11.5)	20 (13.5)	103 (69.6)	2 (1.4)
50歳代	116 (100.0)	2 (1.7)	1 (0.9)	15 (12.9)	16 (13.8)	81 (69.8)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	3 (2.5)	2 (1.7)	5 (4.2)	19 (16.0)	88 (73.9)	2 (1.7)
70歳以上	187 (100.0)	4 (2.1)	1 (0.5)	11 (5.9)	47 (25.1)	103 (55.1)	21 (11.2)
地区別							
176地区	304 (100.0)	9 (3.0)	3 (1.0)	32 (10.5)	51 (16.8)	199 (65.5)	10 (3.3)
177地区	327 (100.0)	6 (1.8)	7 (2.1)	35 (10.7)	53 (16.2)	217 (66.4)	9 (2.8)
178地区	246 (100.0)	7 (2.8)	4 (1.6)	15 (6.1)	47 (19.1)	161 (65.4)	12 (4.9)
179地区	346 (100.0)	10 (2.9)	8 (2.3)	26 (7.5)	65 (18.8)	227 (65.6)	10 (2.9)

【問 6-4(1)～(6)】K 6 法 による分析

- ・ 5 点未満が最も多く 6 割近くを占める。
- ・ 男性の 20 歳代で 10 点以上が 3 割程度を占める。



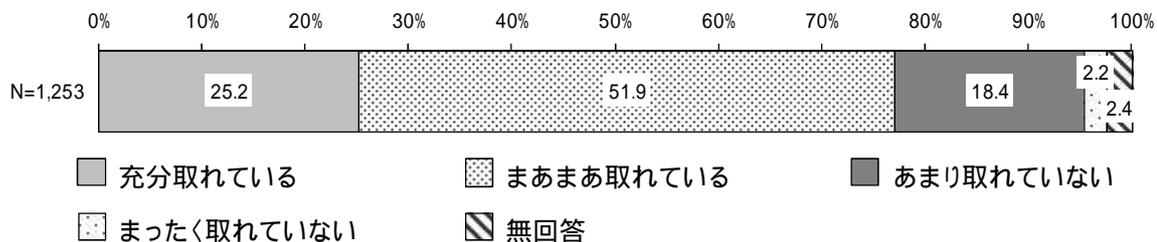
(上段 : 回答者数、下段 : %)

	合計	5未満	5以上 10未満	10以上 15未満	15以上 20未満	20以上	無回答
全体	1,253 (100.0)	744 (59.4)	279 (22.3)	105 (8.4)	38 (3.0)	10 (0.8)	77 (6.1)
男性	518 (100.0)	320 (61.8)	111 (21.4)	39 (7.5)	13 (2.5)	4 (0.8)	31 (6.0)
20歳代	49 (100.0)	23 (46.9)	10 (20.4)	8 (16.3)	4 (8.2)	3 (6.1)	1 (2.0)
30歳代	60 (100.0)	32 (53.3)	17 (28.3)	9 (15.0)	1 (1.7)	1 (1.7)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	45 (49.5)	31 (34.1)	10 (11.0)	5 (5.5)	0 (0.0)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	49 (65.3)	14 (18.7)	6 (8.0)	2 (2.7)	0 (0.0)	4 (5.3)
60歳代	97 (100.0)	73 (75.3)	19 (19.6)	1 (1.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	4 (4.1)
70歳以上	146 (100.0)	98 (67.1)	20 (13.7)	5 (3.4)	1 (0.7)	0 (0.0)	22 (15.1)
女性	727 (100.0)	420 (57.8)	167 (23.0)	66 (9.1)	25 (3.4)	6 (0.8)	43 (5.9)
20歳代	56 (100.0)	32 (57.1)	12 (21.4)	6 (10.7)	4 (7.1)	1 (1.8)	1 (1.8)
30歳代	101 (100.0)	51 (50.5)	27 (26.7)	12 (11.9)	10 (9.9)	0 (0.0)	1 (1.0)
40歳代	148 (100.0)	89 (60.1)	34 (23.0)	16 (10.8)	3 (2.0)	2 (1.4)	4 (2.7)
50歳代	116 (100.0)	63 (54.3)	32 (27.6)	15 (12.9)	3 (2.6)	1 (0.9)	2 (1.7)
60歳代	119 (100.0)	79 (66.4)	25 (21.0)	6 (5.0)	3 (2.5)	1 (0.8)	5 (4.2)
70歳以上	187 (100.0)	106 (56.7)	37 (19.8)	11 (5.9)	2 (1.1)	1 (0.5)	30 (16.0)
地区別							
176地区	304 (100.0)	177 (58.2)	73 (24.0)	26 (8.6)	11 (3.6)	0 (0.0)	17 (5.6)
177地区	327 (100.0)	192 (58.7)	77 (23.5)	30 (9.2)	10 (3.1)	3 (0.9)	15 (4.6)
178地区	246 (100.0)	148 (60.2)	51 (20.7)	18 (7.3)	7 (2.8)	3 (1.2)	19 (7.7)
179地区	346 (100.0)	211 (61.0)	77 (22.3)	28 (8.1)	10 (2.9)	3 (0.9)	17 (4.9)

K 6 法による分析 : K 6 法は米国の Kessler らによって、うつ病・不安障害などの精神疾患をスクリーニングすることを目的として開発され、一般住民を対象とした調査で心理的ストレスを含む何らかの精神的な問題の程度を表す指標として広く利用されている。「神経過敏に感じましたか」「絶望的だと感じましたか」「そわそわ、落ち着かなく感じましたか」「気分が沈み込んで、何が起ころうとも気が晴れないように感じましたか」「何をするのも骨折りだと感じましたか」「自分は価値のない人間だと感じましたか」の 6 つの質問について 5 段階(「まったくない」(0 点) 「少しだけ」(1 点) 「ときどき」(2 点) 「たいてい」(3 点) 「いつも」(4 点)) で点数化する。合計点数が高いほど、精神的な問題がより重い可能性があるとして示されている。健康日本 2 1 (第二次) では、合計 10 点以上を気分障害・不安障害に相当する心理的負担を感じている者としている。

【問6-5】ここ1ヶ月間、睡眠で休養が充分取れていますか。 <単数回答>

- ・「まあまあ取れている」が最も多く5割程度を占める。
- ・男性の40歳代、女性の20歳代で「あまり取れていない」と「まったく取れていない」の合計が他の年代よりも多い。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	充分取れている	まあまあ取れている	あまり取れていない	まったく取れていない	無回答
全体	1,253 (100.0)	316 (25.2)	650 (51.9)	230 (18.4)	27 (2.2)	30 (2.4)
男性	518 (100.0)	139 (26.8)	275 (53.1)	89 (17.2)	8 (1.5)	7 (1.4)
20歳代	49 (100.0)	10 (20.4)	29 (59.2)	9 (18.4)	1 (2.0)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	10 (16.7)	35 (58.3)	12 (20.0)	3 (5.0)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	12 (13.2)	48 (52.7)	30 (33.0)	0 (0.0)	1 (1.1)
50歳代	75 (100.0)	15 (20.0)	42 (56.0)	15 (20.0)	2 (2.7)	1 (1.3)
60歳代	97 (100.0)	29 (29.9)	56 (57.7)	8 (8.2)	0 (0.0)	4 (4.1)
70歳以上	146 (100.0)	63 (43.2)	65 (44.5)	15 (10.3)	2 (1.4)	1 (0.7)
女性	727 (100.0)	176 (24.2)	373 (51.3)	139 (19.1)	18 (2.5)	21 (2.9)
20歳代	56 (100.0)	17 (30.4)	22 (39.3)	14 (25.0)	3 (5.4)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	22 (21.8)	56 (55.4)	21 (20.8)	2 (2.0)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	30 (20.3)	74 (50.0)	36 (24.3)	5 (3.4)	3 (2.0)
50歳代	116 (100.0)	21 (18.1)	62 (53.4)	27 (23.3)	5 (4.3)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	29 (24.4)	62 (52.1)	23 (19.3)	1 (0.8)	4 (3.4)
70歳以上	187 (100.0)	57 (30.5)	97 (51.9)	18 (9.6)	2 (1.1)	13 (7.0)
地区別						
176地区	304 (100.0)	75 (24.7)	162 (53.3)	55 (18.1)	6 (2.0)	6 (2.0)
177地区	327 (100.0)	79 (24.2)	172 (52.6)	65 (19.9)	4 (1.2)	7 (2.1)
178地区	246 (100.0)	62 (25.2)	125 (50.8)	44 (17.9)	10 (4.1)	5 (2.0)
179地区	346 (100.0)	92 (26.6)	180 (52.0)	63 (18.2)	4 (1.2)	7 (2.0)

参考 睡眠による休養を十分にとれていない人の割合（平成 21 年、平成 14 年）

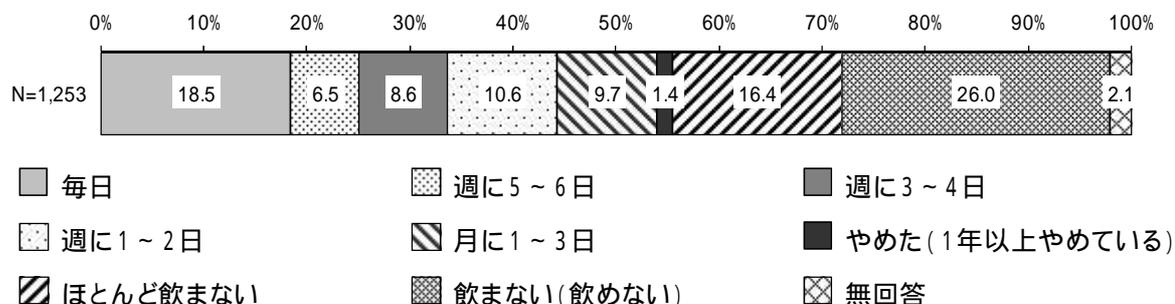
（単位：％）

	男 性		女 性		全 体	
	H21	H14	H21	H14	H21	H14
全 体	27.3	25.3	27.1	25.8	27.2	25.6
20歳代	41.0	45.9	45.6	37.9	44.1	40.8
30歳代	43.9	45.6	36.2	37.6	39.2	41.0
40歳代	31.7	29.8	34.9	26.7	33.7	27.9
50歳代	28.8	20.3	24.5	26.5	26.2	23.7
60歳代	21.7	11.8	16.9	8.0	19.1	9.7
70歳以上	12.7	9.1	14.9	20.0	14.0	14.9

7. 飲酒の状況について

【問7-1】週に何日位お酒を飲みますか。 <単数回答>

- ・「飲まない(飲めない)」が多く2割以上を占め、次いで「毎日」、「ほとんど飲まない」の順に多い。飲酒の状況については男女で差がある。
- ・男性の50歳代、60歳代、70歳以上で「毎日」の割合が女性や男性の他の年代よりも高い。



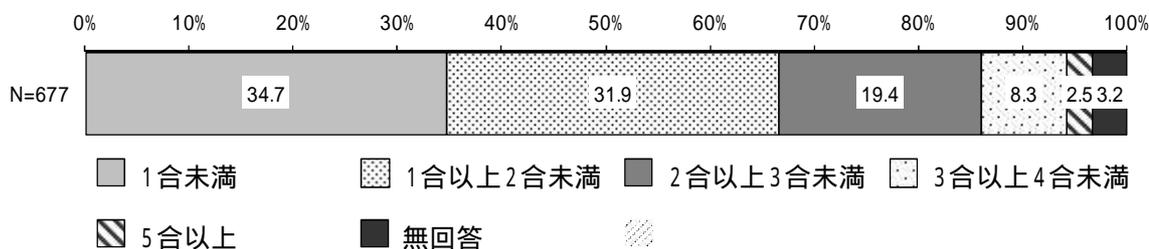
(上段：回答者数、下段：%)

	合計	毎日	週に5~6日	週に3~4日	週に1~2日	月に1~3日	やめた (1年以上やめている)	ほとんど 飲まない	飲まない (飲めない)	無回答
全体	1,253 (100.0)	232 (18.5)	82 (6.5)	108 (8.6)	133 (10.6)	122 (9.7)	18 (1.4)	206 (16.4)	326 (26.0)	26 (2.1)
男性	518 (100.0)	160 (30.9)	50 (9.7)	58 (11.2)	68 (13.1)	41 (7.9)	8 (1.5)	52 (10.0)	76 (14.7)	5 (1.0)
20歳代	49 (100.0)	8 (16.3)	1 (2.0)	5 (10.2)	14 (28.6)	10 (20.4)	0 (0.0)	5 (10.2)	6 (12.2)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	9 (15.0)	5 (8.3)	8 (13.3)	11 (18.3)	11 (18.3)	0 (0.0)	6 (10.0)	10 (16.7)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	19 (20.9)	8 (8.8)	14 (15.4)	20 (22.0)	9 (9.9)	1 (1.1)	14 (15.4)	6 (6.6)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	32 (42.7)	13 (17.3)	7 (9.3)	7 (9.3)	3 (4.0)	0 (0.0)	3 (4.0)	10 (13.3)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	45 (46.4)	5 (5.2)	13 (13.4)	12 (12.4)	4 (4.1)	2 (2.1)	4 (4.1)	9 (9.3)	3 (3.1)
70歳以上	146 (100.0)	47 (32.2)	18 (12.3)	11 (7.5)	4 (2.7)	4 (2.7)	5 (3.4)	20 (13.7)	35 (24.0)	2 (1.4)
女性	727 (100.0)	69 (9.5)	32 (4.4)	50 (6.9)	64 (8.8)	79 (10.9)	10 (1.4)	154 (21.2)	250 (34.4)	19 (2.6)
20歳代	56 (100.0)	2 (3.6)	1 (1.8)	3 (5.4)	16 (28.6)	16 (28.6)	2 (3.6)	9 (16.1)	7 (12.5)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	8 (7.9)	3 (3.0)	3 (3.0)	14 (13.9)	15 (14.9)	5 (5.0)	18 (17.8)	35 (34.7)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	23 (15.5)	10 (6.8)	15 (10.1)	17 (11.5)	22 (14.9)	1 (0.7)	31 (20.9)	28 (18.9)	1 (0.7)
50歳代	116 (100.0)	13 (11.2)	8 (6.9)	8 (6.9)	6 (5.2)	10 (8.6)	1 (0.9)	26 (22.4)	43 (37.1)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	13 (10.9)	8 (6.7)	12 (10.1)	7 (5.9)	10 (8.4)	0 (0.0)	24 (20.2)	44 (37.0)	1 (0.8)
70歳以上	187 (100.0)	10 (5.3)	2 (1.1)	9 (4.8)	4 (2.1)	6 (3.2)	1 (0.5)	46 (24.6)	93 (49.7)	16 (8.6)
地区別										
176地区	304 (100.0)	50 (16.4)	22 (7.2)	34 (11.2)	33 (10.9)	30 (9.9)	4 (1.3)	48 (15.8)	76 (25.0)	7 (2.3)
177地区	327 (100.0)	70 (21.4)	25 (7.6)	19 (5.8)	36 (11.0)	38 (11.6)	3 (0.9)	57 (17.4)	74 (22.6)	5 (1.5)
178地区	246 (100.0)	43 (17.5)	14 (5.7)	26 (10.6)	18 (7.3)	25 (10.2)	6 (2.4)	45 (18.3)	68 (27.6)	1 (0.4)
179地区	346 (100.0)	64 (18.5)	19 (5.5)	27 (7.8)	43 (12.4)	27 (7.8)	5 (1.4)	52 (15.0)	101 (29.2)	8 (2.3)

【問7-1-1】(問7-1で「1~5」と回答した方のみ)

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。 <単数回答>

- ・「1合未満」と「1合以上2合未満」が多く、それぞれ3割以上を占める。
- ・男性では、「1合以上2合未満」が最も多く、女性では「1合未満」が最も多い。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	1合未満	1合以上2合未満	2合以上3合未満	3合以上4合未満	5合以上	無回答
全体	677 (100.0)	235 (34.7)	216 (31.9)	131 (19.4)	56 (8.3)	17 (2.5)	22 (3.2)
男性	377 (100.0)	100 (26.5)	123 (32.6)	85 (22.5)	42 (11.1)	15 (4.0)	12 (3.2)
20歳代	38 (100.0)	10 (26.3)	10 (26.3)	11 (28.9)	4 (10.5)	3 (7.9)	0 (0.0)
30歳代	44 (100.0)	8 (18.2)	12 (27.3)	18 (40.9)	4 (9.1)	2 (4.5)	0 (0.0)
40歳代	70 (100.0)	17 (24.3)	20 (28.6)	14 (20.0)	14 (20.0)	3 (4.3)	2 (2.9)
50歳代	62 (100.0)	8 (12.9)	24 (38.7)	16 (25.8)	8 (12.9)	5 (8.1)	1 (1.6)
60歳代	79 (100.0)	21 (26.6)	30 (38.0)	14 (17.7)	9 (11.4)	1 (1.3)	4 (5.1)
70歳以上	84 (100.0)	36 (42.9)	27 (32.1)	12 (14.3)	3 (3.6)	1 (1.2)	5 (6.0)
女性	294 (100.0)	134 (45.6)	91 (31.0)	44 (15.0)	14 (4.8)	2 (0.7)	9 (3.1)
20歳代	38 (100.0)	14 (36.8)	11 (28.9)	8 (21.1)	4 (10.5)	1 (2.6)	0 (0.0)
30歳代	43 (100.0)	21 (48.8)	10 (23.3)	8 (18.6)	3 (7.0)	0 (0.0)	1 (2.3)
40歳代	87 (100.0)	27 (31.0)	38 (43.7)	16 (18.4)	5 (5.7)	0 (0.0)	1 (1.1)
50歳代	45 (100.0)	18 (40.0)	16 (35.6)	8 (17.8)	1 (2.2)	1 (2.2)	1 (2.2)
60歳代	50 (100.0)	31 (62.0)	15 (30.0)	2 (4.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (4.0)
70歳以上	31 (100.0)	23 (74.2)	1 (3.2)	2 (6.5)	1 (3.2)	0 (0.0)	4 (12.9)
地区別							
176地区	169 (100.0)	54 (32.0)	53 (31.4)	33 (19.5)	20 (11.8)	5 (3.0)	4 (2.4)
177地区	188 (100.0)	66 (35.1)	57 (30.3)	40 (21.3)	18 (9.6)	4 (2.1)	3 (1.6)
178地区	126 (100.0)	46 (36.5)	42 (33.3)	20 (15.9)	8 (6.3)	3 (2.4)	7 (5.6)
179地区	180 (100.0)	65 (36.1)	59 (32.8)	36 (20.0)	10 (5.6)	4 (2.2)	6 (3.3)

健康日本21では、1日平均純アルコールで20g程度を節度ある適度な飲酒とし、1日平均純アルコールで60g以上を多量飲酒としている。清酒1合は純アルコール約22gである。

参考 多量に飲酒する人の割合（平成 21 年、平成 14 年）

問 お酒を飲む時は 1 回あたり平均してどのくらい飲みますか。

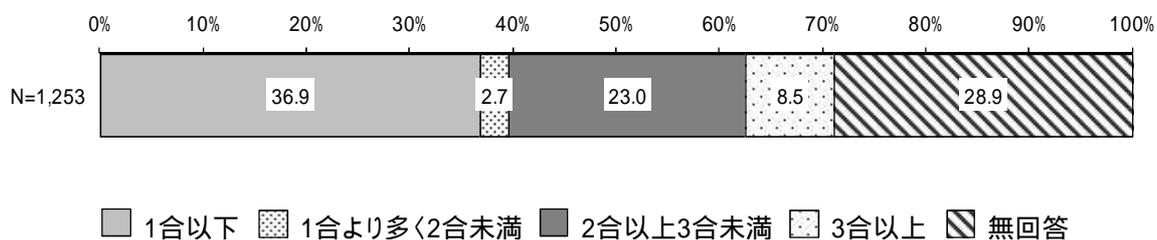
（多量に飲酒する人：1 日平均純アルコール量約 60 グラムを超えて摂取する人）

（単位：％）

	男 性		女 性		全 体	
	H21	H14	H21	H14	H21	H14
全 体	6.8	12.0	1.0	2.0	3.3	6.3
20歳代	5.1	10.8	0.0	0.0	1.7	3.9
30歳代	7.3	8.9	2.3	0.9	4.2	4.3
40歳代	12.2	12.8	1.6	6.7	5.8	9.0
50歳代	7.6	17.4	0.0	2.4	3.0	9.2
60歳代	7.0	14.1	1.5	1.0	4.0	7.0
70歳以上	2.5	7.6	0.0	1.3	1.1	4.3

【問 7-2】あなたにとって節度ある適度な飲酒とは、どのくらいの量 だと思いますか。
 <数値回答>

・「1合以下」の回答が3割以上を占める。次いで「2合以上3合未満」が2割程度で多い。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	1合以下	1合より多 く2合未満	2合以上 3合未満	3合以上	無回答
全体	1,253 (100.0)	462 (36.9)	34 (2.7)	288 (23.0)	107 (8.5)	362 (28.9)
男性	518 (100.0)	175 (33.8)	18 (3.5)	163 (31.5)	72 (13.9)	90 (17.4)
20歳代	49 (100.0)	15 (30.6)	0 (0.0)	19 (38.8)	12 (24.5)	3 (6.1)
30歳代	60 (100.0)	20 (33.3)	3 (5.0)	18 (30.0)	13 (21.7)	6 (10.0)
40歳代	91 (100.0)	26 (28.6)	3 (3.3)	30 (33.0)	19 (20.9)	13 (14.3)
50歳代	75 (100.0)	24 (32.0)	1 (1.3)	27 (36.0)	11 (14.7)	12 (16.0)
60歳代	97 (100.0)	33 (34.0)	4 (4.1)	33 (34.0)	14 (14.4)	13 (13.4)
70歳以上	146 (100.0)	57 (39.0)	7 (4.8)	36 (24.7)	3 (2.1)	43 (29.5)
女性	727 (100.0)	286 (39.3)	16 (2.2)	122 (16.8)	34 (4.7)	269 (37.0)
20歳代	56 (100.0)	23 (41.1)	1 (1.8)	17 (30.4)	4 (7.1)	11 (19.6)
30歳代	101 (100.0)	41 (40.6)	3 (3.0)	19 (18.8)	7 (6.9)	31 (30.7)
40歳代	148 (100.0)	50 (33.8)	3 (2.0)	45 (30.4)	13 (8.8)	37 (25.0)
50歳代	116 (100.0)	50 (43.1)	4 (3.4)	23 (19.8)	8 (6.9)	31 (26.7)
60歳代	119 (100.0)	60 (50.4)	4 (3.4)	16 (13.4)	0 (0.0)	39 (32.8)
70歳以上	187 (100.0)	62 (33.2)	1 (0.5)	2 (1.1)	2 (1.1)	120 (64.2)

(上段：回答者数、下段：%)

		合計	1合以下	1合より多 く2合未満	2合以上3合 未満	3合以上	無回答
地区別	176地区	304 (100.0)	108 (35.5)	10 (3.3)	65 (21.4)	31 (10.2)	90 (29.6)
	177地区	327 (100.0)	120 (36.7)	11 (3.4)	69 (21.1)	35 (10.7)	92 (28.1)
	178地区	246 (100.0)	83 (33.7)	6 (2.4)	65 (26.4)	15 (6.1)	77 (31.3)
	179地区	346 (100.0)	139 (40.2)	7 (2.0)	85 (24.6)	23 (6.6)	92 (26.6)
保健 相談 所管 轄別	豊玉	360 (100.0)	129 (35.8)	11 (3.1)	81 (22.5)	32 (8.9)	107 (29.7)
	北	114 (100.0)	46 (40.4)	2 (1.8)	29 (25.4)	11 (9.6)	26 (22.8)
	光が丘	171 (100.0)	70 (40.9)	3 (1.8)	40 (23.4)	10 (5.8)	48 (28.1)
	石神井	320 (100.0)	111 (34.7)	9 (2.8)	73 (22.8)	32 (10.0)	95 (29.7)
	大泉	139 (100.0)	49 (35.3)	3 (2.2)	38 (27.3)	6 (4.3)	43 (30.9)
	関	104 (100.0)	36 (34.6)	5 (4.8)	22 (21.2)	12 (11.5)	29 (27.9)

健康日本21では、1日平均純アルコールで20g程度を節度ある適度な飲酒としている。
清酒1合は純アルコール約22gである。

参考 節度ある適度な飲酒を知っている人の割合（平成21年、平成14年）

問 あなたにとって“節度のある適度な飲酒”とは、どのくらいの量だと思いますか。1回あたりの量をビール中ビン〔500ml〕に換算してお答えください。〔小数点第1位まで〕

（節度ある適度な飲酒：1日平均純アルコールで約20グラム程度の飲酒）

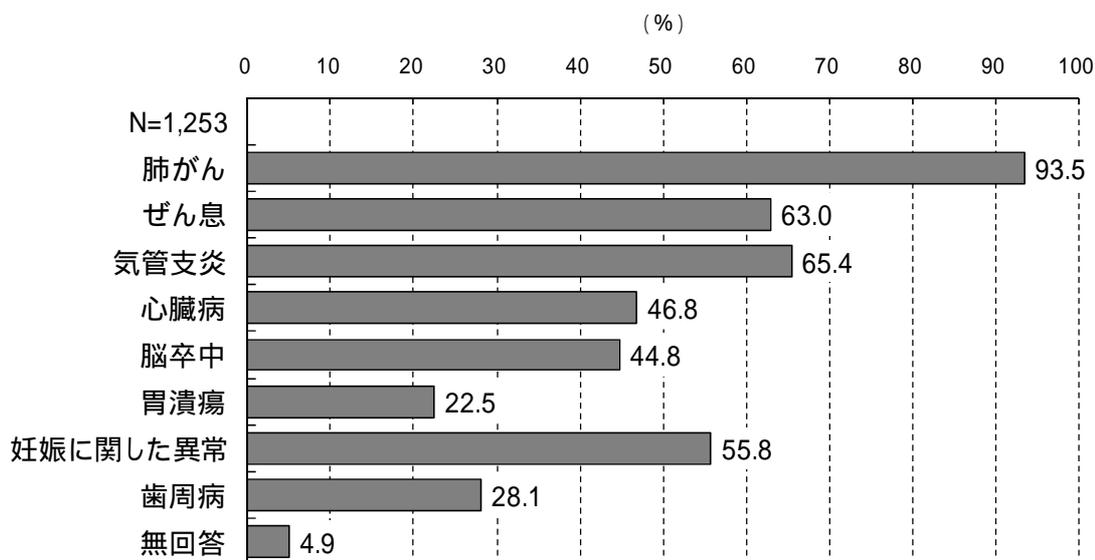
（単位：%）

	男 性		女 性		全 体	
	H21	H14	H21	H14	H21	H14
全 体	71.5	62.7	92.7	88.4	84.1	77.3
20歳代	84.6	75.7	91.1	89.4	89.0	84.5
30歳代	70.7	62.0	87.7	82.6	81.1	73.9
40歳代	58.5	51.1	84.9	84.0	74.5	71.3
50歳代	62.1	53.6	95.9	86.7	82.3	71.7
60歳代	67.0	63.5	96.3	92.0	82.9	78.9
70歳以上	86.4	72.7	98.8	97.3	93.5	85.8

8. 喫煙の状況について

【問 8-1】 たばこを吸うことで、影響すると思われる疾患は下の 8 つのうちどれでしょうか。
 <複数回答、あてはまるものすべて>

- ・「肺がん」が最も多く 9 割以上である。次いで「気管支炎」、「ぜん息」、「妊娠に関する異常」の順に多い。
- ・「妊娠に関する異常」の割合は女性の方が高く、男女で差がある。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	肺がん	ぜん息	気管支炎	心臓病	脳卒中	胃潰瘍	妊娠に関する異常	歯周病	無回答
全体	1,253 (100.0)	1,171 (93.5)	789 (63.0)	820 (65.4)	587 (46.8)	561 (44.8)	282 (22.5)	699 (55.8)	352 (28.1)	62 (4.9)
男性	518 (100.0)	488 (94.2)	308 (59.5)	341 (65.8)	265 (51.2)	250 (48.3)	141 (27.2)	218 (42.1)	150 (29.0)	21 (4.1)
20歳代	49 (100.0)	46 (93.9)	29 (59.2)	32 (65.3)	21 (42.9)	27 (55.1)	9 (18.4)	31 (63.3)	22 (44.9)	2 (4.1)
30歳代	60 (100.0)	60 (100.0)	38 (63.3)	48 (80.0)	30 (50.0)	32 (53.3)	17 (28.3)	38 (63.3)	27 (45.0)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	89 (97.8)	59 (64.8)	64 (70.3)	53 (58.2)	53 (58.2)	30 (33.0)	53 (58.2)	33 (36.3)	1 (1.1)
50歳代	75 (100.0)	74 (98.7)	52 (69.3)	48 (64.0)	47 (62.7)	40 (53.3)	29 (38.7)	34 (45.3)	27 (36.0)	1 (1.3)
60歳代	97 (100.0)	86 (88.7)	52 (53.6)	55 (56.7)	49 (50.5)	50 (51.5)	27 (27.8)	34 (35.1)	28 (28.9)	8 (8.2)
70歳以上	146 (100.0)	133 (91.1)	78 (53.4)	94 (64.4)	65 (44.5)	48 (32.9)	29 (19.9)	28 (19.2)	13 (8.9)	9 (6.2)
女性	727 (100.0)	680 (93.5)	477 (65.6)	476 (65.5)	319 (43.9)	310 (42.6)	140 (19.3)	478 (65.7)	201 (27.6)	37 (5.1)
20歳代	56 (100.0)	56 (100.0)	41 (73.2)	40 (71.4)	20 (35.7)	23 (41.1)	13 (23.2)	47 (83.9)	27 (48.2)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	97 (96.0)	73 (72.3)	66 (65.3)	37 (36.6)	55 (54.5)	22 (21.8)	88 (87.1)	40 (39.6)	2 (2.0)
40歳代	148 (100.0)	147 (99.3)	95 (64.2)	102 (68.9)	68 (45.9)	75 (50.7)	30 (20.3)	113 (76.4)	52 (35.1)	1 (0.7)
50歳代	116 (100.0)	114 (98.3)	80 (69.0)	80 (69.0)	59 (50.9)	55 (47.4)	28 (24.1)	89 (76.7)	31 (26.7)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	111 (93.3)	79 (66.4)	78 (65.5)	62 (52.1)	48 (40.3)	17 (14.3)	66 (55.5)	29 (24.4)	5 (4.2)
70歳以上	187 (100.0)	155 (82.9)	109 (58.3)	110 (58.8)	73 (39.0)	54 (28.9)	30 (16.0)	75 (40.1)	22 (11.8)	28 (15.0)

(上段：回答者数、下段：%)

		合計	肺がん	ぜん息	気管支炎	心臓病	脳卒中	胃潰瘍	妊娠に関する異常	歯周病	無回答
地区別	176地区	304 (100.0)	281 (92.4)	185 (60.9)	202 (66.4)	143 (47.0)	140 (46.1)	74 (24.3)	161 (53.0)	80 (26.3)	17 (5.6)
	177地区	327 (100.0)	311 (95.1)	210 (64.2)	211 (64.5)	156 (47.7)	144 (44.0)	71 (21.7)	191 (58.4)	93 (28.4)	13 (4.0)
	178地区	246 (100.0)	230 (93.5)	157 (63.8)	160 (65.0)	113 (45.9)	112 (45.5)	67 (27.2)	144 (58.5)	69 (28.0)	11 (4.5)
	179地区	346 (100.0)	326 (94.2)	221 (63.9)	231 (66.8)	164 (47.4)	157 (45.4)	64 (18.5)	192 (55.5)	106 (30.6)	16 (4.6)

参考 喫煙がリスクだと認識している人の割合 (平成 21 年、平成 14 年)

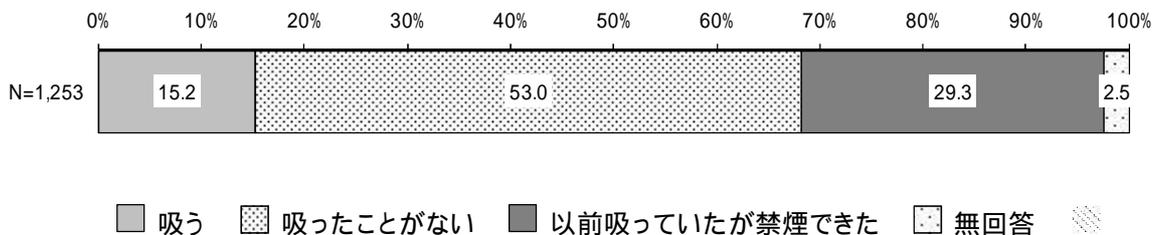
問 たばこを吸うことで、影響すると思われる疾患は 8 つのうちどれでしょうか。あてはまると思う番号を全てお答えください。<複数回答>

(単位：%)

	男 性		女 性		全 体	
	H21	H14	H21	H14	H21	H14
肺がん	93.4	92.2	95.6	93.9	94.7	93.2
喘息	56.6	53.5	64.8	59.8	61.4	57.1
気管支炎	67.3	67.6	75.9	70.3	72.4	69.1
心臓病	57.2	51.7	51.1	46.1	53.6	48.5
脳卒中	54.4	38.9	48.4	33.7	50.8	35.9
胃潰瘍	28.7	29.2	27.0	23.0	27.7	25.7
妊娠異常	50.6	47.0	75.8	74.6	65.5	62.7
歯周病	37.8	29.0	44.1	34.4	41.6	32.1

【問8-2】たばこを吸いますか。 <単数回答>

- ・「吸ったことがない」が最も多く5割程度を占める。次いで「以前吸っていたが禁煙できた」が3割近くで多い。
- ・男性ではおおむね年代が低くなるほど、「吸ったことがない」の割合が高い。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	吸う	吸ったことがない	以前吸っていたが禁煙できた	無回答
全体	1,253 (100.0)	191 (15.2)	664 (53.0)	367 (29.3)	31 (2.5)
男性	518 (100.0)	120 (23.2)	151 (29.2)	239 (46.1)	8 (1.5)
20歳代	49 (100.0)	14 (28.6)	28 (57.1)	6 (12.2)	1 (2.0)
30歳代	60 (100.0)	17 (28.3)	24 (40.0)	19 (31.7)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	23 (25.3)	35 (38.5)	33 (36.3)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	20 (26.7)	19 (25.3)	36 (48.0)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	28 (28.9)	17 (17.5)	50 (51.5)	2 (2.1)
70歳以上	146 (100.0)	18 (12.3)	28 (19.2)	95 (65.1)	5 (3.4)
女性	727 (100.0)	71 (9.8)	510 (70.2)	126 (17.3)	20 (2.8)
20歳代	56 (100.0)	5 (8.9)	43 (76.8)	8 (14.3)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	11 (10.9)	72 (71.3)	18 (17.8)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	24 (16.2)	96 (64.9)	28 (18.9)	0 (0.0)
50歳代	116 (100.0)	15 (12.9)	68 (58.6)	32 (27.6)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	9 (7.6)	89 (74.8)	19 (16.0)	2 (1.7)
70歳以上	187 (100.0)	7 (3.7)	142 (75.9)	21 (11.2)	17 (9.1)

(上段：回答者数、下段：%)

		合計	吸う	吸ったこと がない	以前吸って いたが禁煙	無回答
地区別	176地区	304 (100.0)	53 (17.4)	158 (52.0)	87 (28.6)	6 (2.0)
	177地区	327 (100.0)	42 (12.8)	175 (53.5)	104 (31.8)	6 (1.8)
	178地区	246 (100.0)	37 (15.0)	128 (52.0)	74 (30.1)	7 (2.8)
	179地区	346 (100.0)	54 (15.6)	190 (54.9)	93 (26.9)	9 (2.6)
保健 相談 所管 轄別	豊玉	360 (100.0)	56 (15.6)	189 (52.5)	108 (30.0)	7 (1.9)
	北	114 (100.0)	15 (13.2)	59 (51.8)	37 (32.5)	3 (2.6)
	光が丘	171 (100.0)	35 (20.5)	97 (56.7)	34 (19.9)	5 (2.9)
	石神井	320 (100.0)	46 (14.4)	176 (55.0)	91 (28.4)	7 (2.2)
	大泉	139 (100.0)	21 (15.1)	68 (48.9)	48 (34.5)	2 (1.4)
	関	104 (100.0)	11 (10.6)	58 (55.8)	33 (31.7)	2 (1.9)

参考 喫煙率 (平成 21 年、平成 14 年)

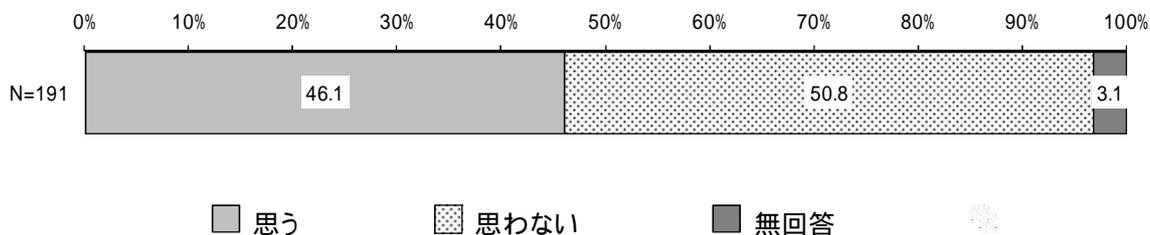
問 たばこを吸いますか。<単数回答>

(単位：%)

	男 性		女 性		全 体	
	H21	H14	H21	H14	H21	H14
全 体	28.7	38.9	9.5	16.5	17.3	26.2
20歳代	30.8	43.2	12.7	22.7	18.6	30.1
30歳代	30.5	49.4	9.2	23.9	17.5	34.6
40歳代	32.9	46.8	11.9	18.7	20.2	29.5
50歳代	37.9	40.6	15.3	13.3	24.4	25.7
60歳代	34.8	32.9	7.4	12.0	19.9	21.6
70歳以上	12.7	24.2	4.3	8.0	7.9	15.6

【問8-2-1】(問8-2で「1 吸う」と回答した方のみ)
禁煙したいと思いますか。 <単数回答>

- ・「思わない」が5割程度を占める。
- ・「思う」の割合は女性の方が高く、男女で差がある。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	思う	思わない	無回答
全体	191 (100.0)	88 (46.1)	97 (50.8)	6 (3.1)
男性	120 (100.0)	43 (35.8)	72 (60.0)	5 (4.2)
20歳代	14 (100.0)	7 (50.0)	7 (50.0)	0 (0.0)
30歳代	17 (100.0)	8 (47.1)	9 (52.9)	0 (0.0)
40歳代	23 (100.0)	9 (39.1)	13 (56.5)	1 (4.3)
50歳代	20 (100.0)	6 (30.0)	14 (70.0)	0 (0.0)
60歳代	28 (100.0)	7 (25.0)	19 (67.9)	2 (7.1)
70歳以上	18 (100.0)	6 (33.3)	10 (55.6)	2 (11.1)
女性	71 (100.0)	45 (63.4)	25 (35.2)	1 (1.4)
20歳代	5 (100.0)	4 (80.0)	1 (20.0)	0 (0.0)
30歳代	11 (100.0)	8 (72.7)	3 (27.3)	0 (0.0)
40歳代	24 (100.0)	15 (62.5)	9 (37.5)	0 (0.0)
50歳代	15 (100.0)	9 (60.0)	6 (40.0)	0 (0.0)
60歳代	9 (100.0)	5 (55.6)	4 (44.4)	0 (0.0)
70歳以上	7 (100.0)	4 (57.1)	2 (28.6)	1 (14.3)
地区別				
176地区	53 (100.0)	24 (45.3)	27 (50.9)	2 (3.8)
177地区	42 (100.0)	19 (45.2)	23 (54.8)	0 (0.0)
178地区	37 (100.0)	22 (59.5)	15 (40.5)	0 (0.0)
179地区	54 (100.0)	19 (35.2)	31 (57.4)	4 (7.4)

参考 禁煙を希望する人の割合（平成 21 年、平成 14 年）

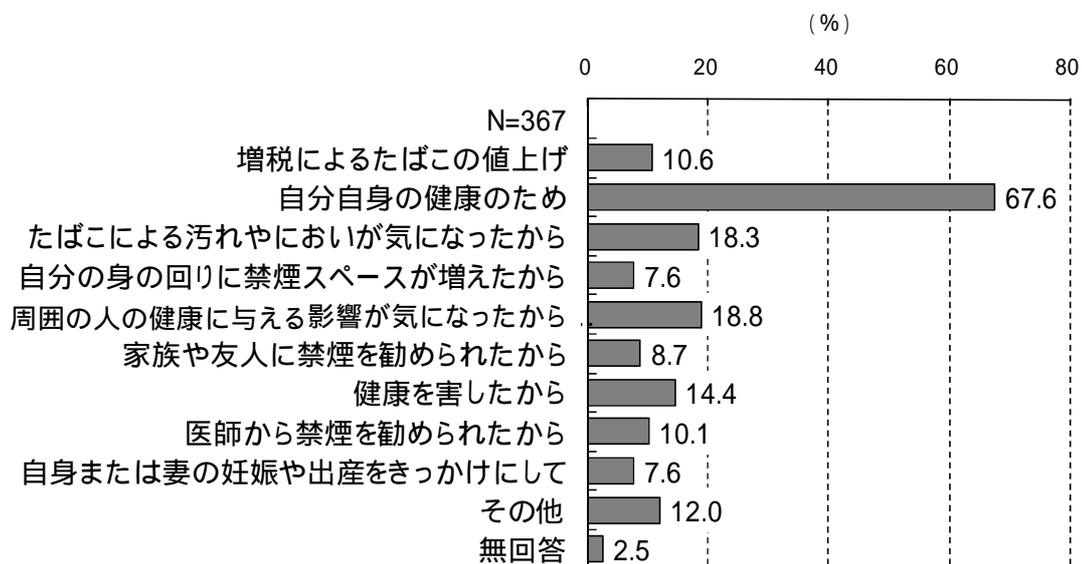
問 禁煙をしたいと思いますか。<単数回答>

（単位：％）

	男 性		女 性		全 体	
	H21	H14	H21	H14	H21	H14
全 体	49.3	35.6	62.3	51.2	53.5	41.2
20歳代	66.7	37.5	80.0	53.3	72.7	45.2
30歳代	60.0	23.1	83.3	57.7	67.6	36.9
40歳代	33.3	27.3	53.3	42.9	40.5	33.3
50歳代	48.0	42.9	66.7	54.5	55.0	46.2
60歳代	55.0	42.9	30.0	41.7	50.0	42.5
70歳以上	33.3	50.0	57.1	50.0	40.9	50.0

【問 8-2-2】(問 8 - 2 で「3 以前吸っていたが禁煙できた」と回答した方のみ)
 禁煙したきっかけは何ですか。 <複数回答、3つまで>

- ・「自分自身の健康のため」が特に多く7割近くである。
- ・男女ともに「自分自身の健康のため」が最も多いが、次に多いのは男性で「自分の喫煙により周囲の人の健康に与える影響が気になったから」、女性では「たばこによる汚れやにおいが気になったから」である。

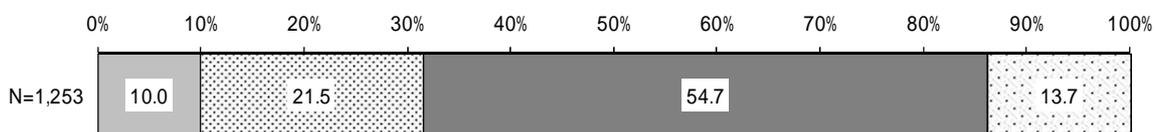


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	増税によるたばこの値上げ	自分自身の健康のため	たばこによる汚れやおいが気になったから	自分の身の回りに禁煙スペースが増えたから	自分の喫煙により周囲の人の健康に与える影響が気になったから
全体	367 (100.0)	39 (10.6)	248 (67.6)	67 (18.3)	28 (7.6)	69 (18.8)
男性	239 (100.0)	30 (12.6)	166 (69.5)	41 (17.2)	18 (7.5)	53 (22.2)
20歳代	6 (100.0)	1 (16.7)	4 (66.7)	2 (33.3)	0 (0.0)	1 (16.7)
30歳代	19 (100.0)	3 (15.8)	11 (57.9)	5 (26.3)	0 (0.0)	4 (21.1)
40歳代	33 (100.0)	9 (27.3)	20 (60.6)	9 (27.3)	4 (12.1)	12 (36.4)
50歳代	36 (100.0)	6 (16.7)	22 (61.1)	3 (8.3)	6 (16.7)	9 (25.0)
60歳代	50 (100.0)	4 (8.0)	36 (72.0)	12 (24.0)	3 (6.0)	16 (32.0)
70歳以上	95 (100.0)	7 (7.4)	73 (76.8)	10 (10.5)	5 (5.3)	11 (11.6)
女性	126 (100.0)	9 (7.1)	80 (63.5)	26 (20.6)	10 (7.9)	15 (11.9)
20歳代	8 (100.0)	0 (0.0)	3 (37.5)	2 (25.0)	0 (0.0)	2 (25.0)
30歳代	18 (100.0)	2 (11.1)	8 (44.4)	3 (16.7)	0 (0.0)	3 (16.7)
40歳代	28 (100.0)	2 (7.1)	18 (64.3)	4 (14.3)	0 (0.0)	1 (3.6)
50歳代	32 (100.0)	5 (15.6)	23 (71.9)	8 (25.0)	5 (15.6)	2 (6.3)
60歳代	19 (100.0)	0 (0.0)	14 (73.7)	5 (26.3)	1 (5.3)	2 (10.5)
70歳以上	21 (100.0)	0 (0.0)	14 (66.7)	4 (19.0)	4 (19.0)	5 (23.8)
地区別						
176地区	87 (100.0)	12 (13.8)	65 (74.7)	15 (17.2)	10 (11.5)	15 (17.2)
177地区	104 (100.0)	12 (11.5)	69 (66.3)	23 (22.1)	4 (3.8)	23 (22.1)
178地区	74 (100.0)	5 (6.8)	45 (60.8)	9 (12.2)	5 (6.8)	12 (16.2)
179地区	93 (100.0)	9 (9.7)	62 (66.7)	19 (20.4)	8 (8.6)	18 (19.4)
	家族や友人に禁煙を勧められたから	健康を害したから	医師から禁煙を勧められたから	自身または妻の妊娠や出産をきっかけにして	その他	無回答
全体	32 (8.7)	53 (14.4)	37 (10.1)	28 (7.6)	44 (12.0)	9 (2.5)
男性	21 (8.8)	41 (17.2)	31 (13.0)	12 (5.0)	24 (10.0)	6 (2.5)
20歳代	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (16.7)	1 (16.7)
30歳代	0 (0.0)	2 (10.5)	0 (0.0)	2 (10.5)	3 (15.8)	2 (10.5)
40歳代	7 (21.2)	1 (3.0)	2 (6.1)	4 (12.1)	2 (6.1)	1 (3.0)
50歳代	0 (0.0)	4 (11.1)	2 (5.6)	4 (11.1)	7 (19.4)	0 (0.0)
60歳代	4 (8.0)	11 (22.0)	6 (12.0)	2 (4.0)	2 (4.0)	0 (0.0)
70歳以上	10 (10.5)	23 (24.2)	21 (22.1)	0 (0.0)	9 (9.5)	2 (2.1)
女性	11 (8.7)	12 (9.5)	6 (4.8)	16 (12.7)	19 (15.1)	3 (2.4)
20歳代	1 (12.5)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (25.0)	2 (25.0)	1 (12.5)
30歳代	4 (22.2)	4 (22.2)	1 (5.6)	3 (16.7)	3 (16.7)	0 (0.0)
40歳代	1 (3.6)	1 (3.6)	0 (0.0)	6 (21.4)	4 (14.3)	1 (3.6)
50歳代	3 (9.4)	3 (9.4)	1 (3.1)	3 (9.4)	5 (15.6)	0 (0.0)
60歳代	0 (0.0)	2 (10.5)	1 (5.3)	2 (10.5)	4 (21.1)	1 (5.3)
70歳以上	2 (9.5)	2 (9.5)	3 (14.3)	0 (0.0)	1 (4.8)	0 (0.0)
地区別						
176地区	11 (12.6)	9 (10.3)	10 (11.5)	11 (12.6)	8 (9.2)	0 (0.0)
177地区	13 (12.5)	10 (9.6)	9 (8.7)	7 (6.7)	8 (7.7)	4 (3.8)
178地区	5 (6.8)	14 (18.9)	9 (12.2)	2 (2.7)	15 (20.3)	2 (2.7)
179地区	3 (3.2)	19 (20.4)	8 (8.6)	8 (8.6)	10 (10.8)	3 (3.2)

【問 8-3】COPDという病気を知っていますか。 <単数回答>

- ・「知らない」が最も多く5割以上を占める。
- ・男性の50歳代、70歳以上、女性の30歳代で「知らない」の割合が他の年代よりも高い。



どんな病気がよく知っている
 名前は聞いたことがある
 知らない
 無回答

(上段：回答者数、下段：%)

	合計	どんな病気がよく知っている	名前は聞いたことがある	知らない	無回答
全体	1,253 (100.0)	125 (10.0)	270 (21.5)	686 (54.7)	172 (13.7)
男性	518 (100.0)	46 (8.9)	110 (21.2)	299 (57.7)	63 (12.2)
20歳代	49 (100.0)	4 (8.2)	9 (18.4)	29 (59.2)	7 (14.3)
30歳代	60 (100.0)	6 (10.0)	15 (25.0)	33 (55.0)	6 (10.0)
40歳代	91 (100.0)	8 (8.8)	20 (22.0)	45 (49.5)	18 (19.8)
50歳代	75 (100.0)	8 (10.7)	10 (13.3)	46 (61.3)	11 (14.7)
60歳代	97 (100.0)	11 (11.3)	25 (25.8)	55 (56.7)	6 (6.2)
70歳以上	146 (100.0)	9 (6.2)	31 (21.2)	91 (62.3)	15 (10.3)
女性	727 (100.0)	79 (10.9)	158 (21.7)	386 (53.1)	104 (14.3)
20歳代	56 (100.0)	6 (10.7)	10 (17.9)	28 (50.0)	12 (21.4)
30歳代	101 (100.0)	8 (7.9)	17 (16.8)	64 (63.4)	12 (11.9)
40歳代	148 (100.0)	20 (13.5)	29 (19.6)	81 (54.7)	18 (12.2)
50歳代	116 (100.0)	19 (16.4)	32 (27.6)	51 (44.0)	14 (12.1)
60歳代	119 (100.0)	10 (8.4)	32 (26.9)	68 (57.1)	9 (7.6)
70歳以上	187 (100.0)	16 (8.6)	38 (20.3)	94 (50.3)	39 (20.9)

(上段：回答者数、下段：%)

		合計	どんな病気かよく知っている	名前は聞いたことがある	知らない	無回答
地区別	176地区	304 (100.0)	34 (11.2)	72 (23.7)	162 (53.3)	36 (11.8)
	177地区	327 (100.0)	34 (10.4)	64 (19.6)	184 (56.3)	45 (13.8)
	178地区	246 (100.0)	23 (9.3)	54 (22.0)	135 (54.9)	34 (13.8)
	179地区	346 (100.0)	32 (9.2)	75 (21.7)	191 (55.2)	48 (13.9)
喫煙状況	吸う	191 (100.0)	24 (12.6)	49 (25.7)	95 (49.7)	23 (12.0)
	吸ったことがない	664 (100.0)	58 (8.7)	138 (20.8)	356 (53.6)	112 (16.9)
	以前吸っていたが禁煙できた	367 (100.0)	42 (11.4)	82 (22.3)	230 (62.7)	13 (3.5)

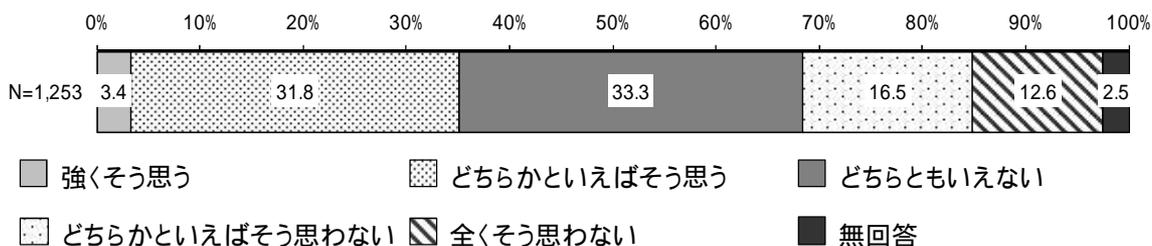
「喫煙状況」は、「【問 8-2】 たばこを吸いますか。」の集計結果により得られた数

9. 社会環境について

[健康日本21(第二次)指標]

【問9-1】お住まいの地域の人々は、お互いに助け合っていると思いますか。 <単数回答>

- ・「どちらともいえない」が最も多い。「強くそう思う」と「どちらかといえばそう思う」の合計は3割以上であり、「全くそう思わない」と「どちらかといえばそう思わない」の合計を上回っている。
- ・男女ともに70歳以上で「強くそう思う」と「どちらかといえばそう思う」の合計が他の年代よりも多い。

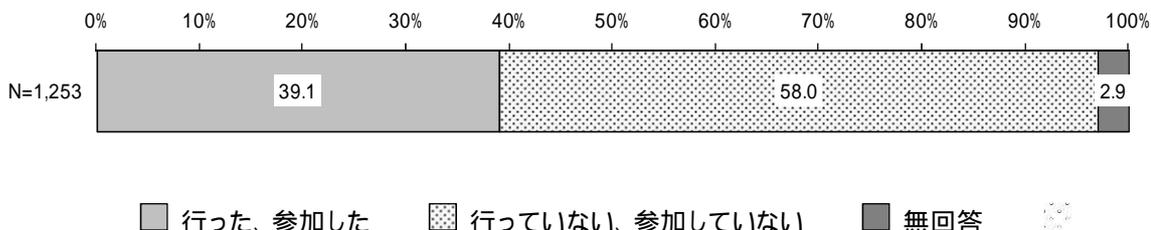


(上段：回答者数、下段：%)

	合計	強くそう思う	どちらかといえばそう思う	どちらともいえない	どちらかといえばそう思わない	全くそう思わない	無回答
全体	1,253 (100.0)	42 (3.4)	398 (31.8)	417 (33.3)	207 (16.5)	158 (12.6)	31 (2.5)
男性	518 (100.0)	21 (4.1)	156 (30.1)	172 (33.2)	95 (18.3)	67 (12.9)	7 (1.4)
20歳代	49 (100.0)	3 (6.1)	13 (26.5)	17 (34.7)	10 (20.4)	6 (12.2)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	2 (3.3)	13 (21.7)	20 (33.3)	15 (25.0)	10 (16.7)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	2 (2.2)	29 (31.9)	29 (31.9)	19 (20.9)	12 (13.2)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	0 (0.0)	26 (34.7)	26 (34.7)	10 (13.3)	13 (17.3)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	5 (5.2)	25 (25.8)	40 (41.2)	13 (13.4)	11 (11.3)	3 (3.1)
70歳以上	146 (100.0)	9 (6.2)	50 (34.2)	40 (27.4)	28 (19.2)	15 (10.3)	4 (2.7)
女性	727 (100.0)	20 (2.8)	239 (32.9)	244 (33.6)	112 (15.4)	91 (12.5)	21 (2.9)
20歳代	56 (100.0)	2 (3.6)	15 (26.8)	18 (32.1)	14 (25.0)	7 (12.5)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	1 (1.0)	25 (24.8)	43 (42.6)	15 (14.9)	17 (16.8)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	0 (0.0)	51 (34.5)	54 (36.5)	24 (16.2)	18 (12.2)	1 (0.7)
50歳代	116 (100.0)	0 (0.0)	33 (28.4)	40 (34.5)	24 (20.7)	18 (15.5)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	3 (2.5)	38 (31.9)	44 (37.0)	17 (14.3)	14 (11.8)	3 (2.5)
70歳以上	187 (100.0)	14 (7.5)	77 (41.2)	45 (24.1)	18 (9.6)	17 (9.1)	16 (8.6)
地区別							
176地区	304 (100.0)	13 (4.3)	91 (29.9)	108 (35.5)	46 (15.1)	42 (13.8)	4 (1.3)
177地区	327 (100.0)	10 (3.1)	89 (27.2)	118 (36.1)	58 (17.7)	47 (14.4)	5 (1.5)
178地区	246 (100.0)	9 (3.7)	83 (33.7)	78 (31.7)	38 (15.4)	29 (11.8)	9 (3.7)
179地区	346 (100.0)	8 (2.3)	128 (37.0)	106 (30.6)	59 (17.1)	37 (10.7)	8 (2.3)

【問 9-2】この1年間に、個人または友人と、あるいはグループや団体で自主的に行われている各種活動を行った、または参加したことがありますか。 <単数回答>

- ・「行っていない、参加していない」が6割近くを占める。男性の割合がやや高い。
- ・男女ともにおおむね年代が高くなるほど、「行った、参加した」の割合が高い。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	行った、参加した	行っていない、参加していない	無回答
全体	1,253 (100.0)	490 (39.1)	727 (58.0)	36 (2.9)
男性	518 (100.0)	167 (32.2)	341 (65.8)	10 (1.9)
20歳代	49 (100.0)	8 (16.3)	41 (83.7)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	14 (23.3)	46 (76.7)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	24 (26.4)	67 (73.6)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	27 (36.0)	48 (64.0)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	36 (37.1)	59 (60.8)	2 (2.1)
70歳以上	146 (100.0)	58 (39.7)	80 (54.8)	8 (5.5)
女性	727 (100.0)	319 (43.9)	385 (53.0)	23 (3.2)
20歳代	56 (100.0)	17 (30.4)	39 (69.6)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	42 (41.6)	59 (58.4)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	63 (42.6)	85 (57.4)	0 (0.0)
50歳代	116 (100.0)	50 (43.1)	65 (56.0)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	56 (47.1)	60 (50.4)	3 (2.5)
70歳以上	187 (100.0)	91 (48.7)	77 (41.2)	19 (10.2)
地区別				
176地区	304 (100.0)	116 (38.2)	181 (59.5)	7 (2.3)
177地区	327 (100.0)	117 (35.8)	200 (61.2)	10 (3.1)
178地区	246 (100.0)	107 (43.5)	133 (54.1)	6 (2.4)
179地区	346 (100.0)	144 (41.6)	193 (55.8)	9 (2.6)

参考 何らかの地域活動をしている人の割合（平成 21 年、平成 14 年）

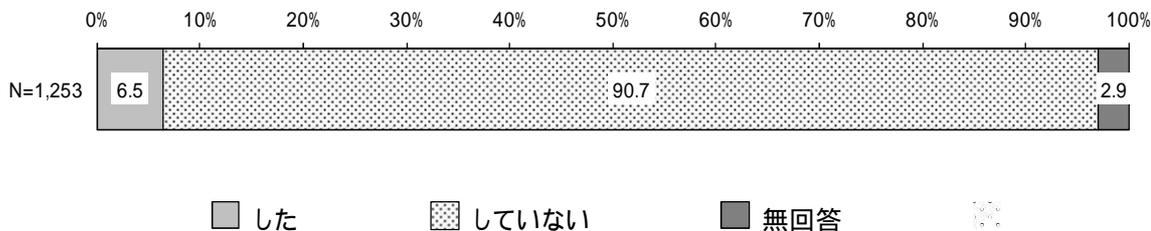
問 ボランティアや趣味の会など、何らかの地域活動をしていますか。＜単数回答＞

（単位：％）

	男 性		女 性		全 体	
	H21	H14	H21	H14	H21	H14
全 体	14.7	13.8	19.3	21.5	17.5	18.2
20歳代	5.1	5.4	6.3	6.1	5.9	5.8
30歳代	4.9	8.9	13.1	6.4	9.9	7.4
40歳代	7.3	10.6	15.1	26.7	12.0	20.5
50歳代	13.6	14.5	25.5	19.3	20.7	17.1
60歳代	19.1	14.1	23.5	38.0	21.5	27.0
70歳代以上	26.3	25.8	26.7	32.0	26.5	29.1
60歳以上	22.7	19.2	25.3	35.4	24.2	27.9

【問9-3】この1年間に、健康や医療サービスに関連したボランティア活動に参加しましたか。
 <単数回答>

- ・「していない」が9割を占める。
- ・男性の60歳代、女性の60歳代、70歳以上で「した」の割合が他の年代よりも高い。
- ・177地区で「した」の割合が他地区よりも高い。



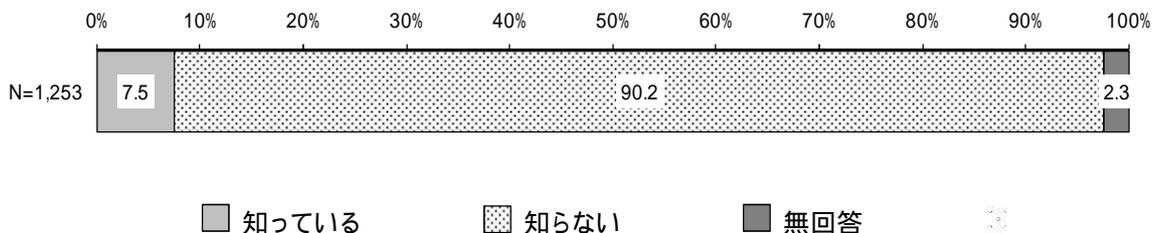
(上段：回答者数、下段：%)

	合計	した	していない	無回答
全体	1,253 (100.0)	81 (6.5)	1,136 (90.7)	36 (2.9)
男性	518 (100.0)	29 (5.6)	479 (92.5)	10 (1.9)
20歳代	49 (100.0)	0 (0.0)	49 (100.0)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	2 (3.3)	58 (96.7)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	5 (5.5)	86 (94.5)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	2 (2.7)	73 (97.3)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	9 (9.3)	86 (88.7)	2 (2.1)
70歳以上	146 (100.0)	11 (7.5)	127 (87.0)	8 (5.5)
女性	727 (100.0)	50 (6.9)	654 (90.0)	23 (3.2)
20歳代	56 (100.0)	3 (5.4)	53 (94.6)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	5 (5.0)	96 (95.0)	0 (0.0)
40歳代	148 (100.0)	3 (2.0)	145 (98.0)	0 (0.0)
50歳代	116 (100.0)	9 (7.8)	106 (91.4)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	12 (10.1)	102 (85.7)	5 (4.2)
70歳以上	187 (100.0)	18 (9.6)	152 (81.3)	17 (9.1)
地区別				
176地区	304 (100.0)	17 (5.6)	281 (92.4)	6 (2.0)
177地区	327 (100.0)	29 (8.9)	290 (88.7)	8 (2.4)
178地区	246 (100.0)	15 (6.1)	224 (91.1)	7 (2.8)
179地区	346 (100.0)	19 (5.5)	316 (91.3)	11 (3.2)

10. 練馬区の健康事業について

【問 10-1】練馬区では、お口の機能の維持・向上を目的に「ねりま お口すっきり体操」を創作しました。この体操をご存知ですか。 <単数回答>

- ・「知らない」が9割程度を占める。
- ・「知っている」の割合は女性の方が高く、男女で差がある。
- ・運動習慣がある者の方が、「お口すっきり体操」を知っている割合が高い。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	知っている	知らない	無回答
全体	1,253 (100.0)	94 (7.5)	1,130 (90.2)	29 (2.3)
男性	518 (100.0)	27 (5.2)	483 (93.2)	8 (1.5)
20歳代	49 (100.0)	1 (2.0)	48 (98.0)	0 (0.0)
30歳代	60 (100.0)	2 (3.3)	58 (96.7)	0 (0.0)
40歳代	91 (100.0)	1 (1.1)	90 (98.9)	0 (0.0)
50歳代	75 (100.0)	1 (1.3)	74 (98.7)	0 (0.0)
60歳代	97 (100.0)	6 (6.2)	89 (91.8)	2 (2.1)
70歳以上	146 (100.0)	16 (11.0)	124 (84.9)	6 (4.1)
女性	727 (100.0)	66 (9.1)	643 (88.4)	18 (2.5)
20歳代	56 (100.0)	2 (3.6)	54 (96.4)	0 (0.0)
30歳代	101 (100.0)	2 (2.0)	98 (97.0)	1 (1.0)
40歳代	148 (100.0)	0 (0.0)	148 (100.0)	0 (0.0)
50歳代	116 (100.0)	11 (9.5)	104 (89.7)	1 (0.9)
60歳代	119 (100.0)	11 (9.2)	107 (89.9)	1 (0.8)
70歳以上	187 (100.0)	40 (21.4)	132 (70.6)	15 (8.0)

(上段：回答者数、下段：%)

		合計	知っている	知らない	無回答
地区別	176地区	304 (100.0)	22 (7.2)	277 (91.1)	5 (1.6)
	177地区	327 (100.0)	25 (7.6)	296 (90.5)	6 (1.8)
	178地区	246 (100.0)	22 (8.9)	220 (89.4)	4 (1.6)
	179地区	346 (100.0)	25 (7.2)	312 (90.2)	9 (2.6)
運動習慣者である		261 (100.0)	30 (11.5)	226 (86.6)	5 (1.9)
運動習慣者でない		954 (100.0)	62 (6.5)	882 (92.5)	10 (1.0)

「運動習慣者である、ない」は、問 4-1～問 4-1-3 の集計結果から得られた数

参考 「ねりま お口すっきり体操」の認知度(平成 21 年)

問 練馬区では、お口の機能を維持・向上を目的に「ねりま お口すっきり体操」を創作しました。
この体操をご存知ですか。<単数回答>

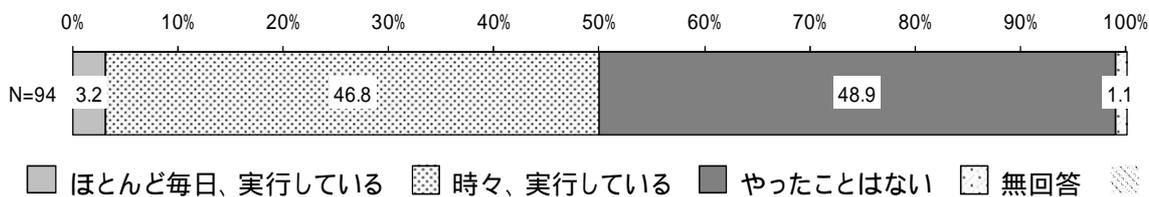
(単位：%)

H21	男性	女性	全体
知っている	4.4	7.9	6.5
知らない	93.4	90.3	91.6
記入不備	2.2	1.8	1.9

【問 10-1-1】(問 10 - 1 で「1 知っている」と回答した方のみ)

「ねりま お口すっきり体操」をやったことがありますか。 <単数回答>

- ・「やったことはない」は男性が7割、女性が4割を占める。
- ・「ほとんど毎日、実行している」と「時々、実行している」の合計は女性の方が多く、男女で差がある。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	ほとんど毎日、 実行している	時々、実行して いる	やったことはな い	無回答
全体	94 (100.0)	3 (3.2)	44 (46.8)	46 (48.9)	1 (1.1)
男性	27 (100.0)	0 (0.0)	8 (29.6)	19 (70.4)	0 (0.0)
20歳代	1 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (100.0)	0 (0.0)
30歳代	2 (100.0)	0 (0.0)	1 (50.0)	1 (50.0)	0 (0.0)
40歳代	1 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (100.0)	0 (0.0)
50歳代	1 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (100.0)	0 (0.0)
60歳代	6 (100.0)	0 (0.0)	3 (50.0)	3 (50.0)	0 (0.0)
70歳以上	16 (100.0)	0 (0.0)	4 (25.0)	12 (75.0)	0 (0.0)
女性	66 (100.0)	3 (4.5)	35 (53.0)	27 (40.9)	1 (1.5)
20歳代	2 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (100.0)	0 (0.0)
30歳代	2 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (100.0)	0 (0.0)
40歳代	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
50歳代	11 (100.0)	1 (9.1)	5 (45.5)	5 (45.5)	0 (0.0)
60歳代	11 (100.0)	1 (9.1)	4 (36.4)	5 (45.5)	1 (9.1)
70歳以上	40 (100.0)	1 (2.5)	26 (65.0)	13 (32.5)	0 (0.0)
地区別					
176地区	22 (100.0)	3 (13.6)	7 (31.8)	11 (50.0)	1 (4.5)
177地区	25 (100.0)	0 (0.0)	15 (60.0)	10 (40.0)	0 (0.0)
178地区	22 (100.0)	0 (0.0)	11 (50.0)	11 (50.0)	0 (0.0)
179地区	25 (100.0)	0 (0.0)	11 (44.0)	14 (56.0)	0 (0.0)

【参考】 「ねりま お口すっきり体操」の実行頻度 (平成 21 年)

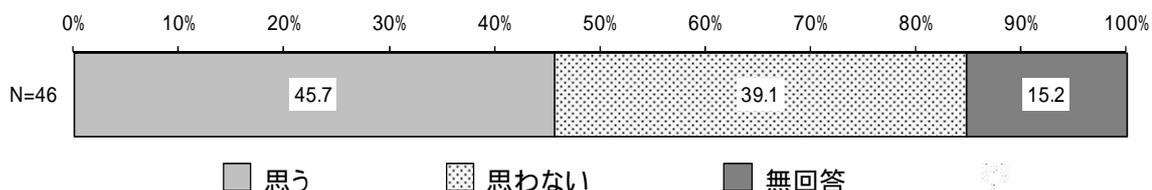
問 「ねりま お口すっきり体操」をやったことがありますか。 <単数回答>

(単位：%)

H21	男性	女性	全 体
ほとんど毎日、実行している	9.1	1.7	3.8
時々、実行している	4.5	39.7	30.0
やったことはない	63.6	44.8	50.0
記入不備	22.7	13.8	16.3

【問 10-1-2】(問 10 - 1 - 1 で「3 やったことはない」と回答した方のみ)
 「ねりま お口すっきり体操」をやりたいと思いますか。 <単数回答>

- ・「思う」が4割以上を占める。
- ・「思う」の割合は男性の方が高く、男女で差がある。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	思う	思わない	無回答
全体	46 (100.0)	21 (45.7)	18 (39.1)	7 (15.2)
男性	19 (100.0)	10 (52.6)	7 (36.8)	2 (10.5)
20歳代	1 (100.0)	0 (0.0)	1 (100.0)	0 (0.0)
30歳代	1 (100.0)	0 (0.0)	1 (100.0)	0 (0.0)
40歳代	1 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (100.0)
50歳代	1 (100.0)	0 (0.0)	1 (100.0)	0 (0.0)
60歳代	3 (100.0)	1 (33.3)	1 (33.3)	1 (33.3)
70歳以上	12 (100.0)	9 (75.0)	3 (25.0)	0 (0.0)
女性	27 (100.0)	11 (40.7)	11 (40.7)	5 (18.5)
20歳代	2 (100.0)	1 (50.0)	1 (50.0)	0 (0.0)
30歳代	2 (100.0)	0 (0.0)	2 (100.0)	0 (0.0)
40歳代	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
50歳代	5 (100.0)	3 (60.0)	0 (0.0)	2 (40.0)
60歳代	5 (100.0)	2 (40.0)	2 (40.0)	1 (20.0)
70歳以上	13 (100.0)	5 (38.5)	6 (46.2)	2 (15.4)
地区別				
176地区	11 (100.0)	5 (45.5)	5 (45.5)	1 (9.1)
177地区	10 (100.0)	4 (40.0)	5 (50.0)	1 (10.0)
178地区	11 (100.0)	6 (54.5)	4 (36.4)	1 (9.1)
179地区	14 (100.0)	6 (42.9)	4 (28.6)	4 (28.6)

参考 「ねりま お口すっきり体操」の実践について(平成21年)

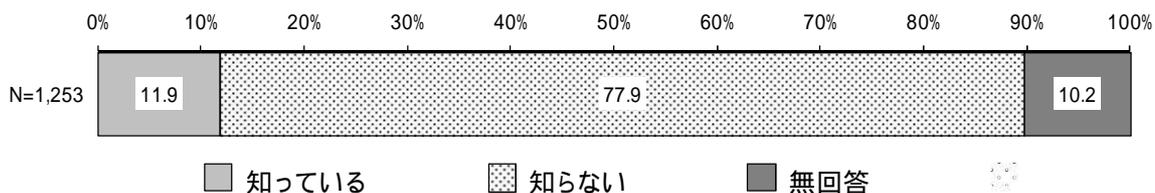
問 「ねりま お口すっきり体操」をやりたいと思いますか。 <単数回答>

(「ねりま お口すっきり体操」をやったことがあるかで[3=やったことはない]と答えた方のみ)
 (単位：%)

H21	男性	女性	全体
思う	42.9	50.0	47.5
思わない	57.1	46.2	50.0
記入不備	0.0	3.8	2.5

【問 10-2】「練馬区健康いきいき体操」をご存知ですか。 <単数回答>

- ・「知らない」が8割近くを占める。
- ・男女ともに60歳代、70歳以上で「知っている」の割合が他の年代よりも高い。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	知っている	知らない	無回答
全体	1,253 (100.0)	149 (11.9)	976 (77.9)	128 (10.2)
男性	518 (100.0)	55 (10.6)	418 (80.7)	45 (8.7)
20歳代	49 (100.0)	1 (2.0)	41 (83.7)	7 (14.3)
30歳代	60 (100.0)	2 (3.3)	55 (91.7)	3 (5.0)
40歳代	91 (100.0)	2 (2.2)	80 (87.9)	9 (9.9)
50歳代	75 (100.0)	2 (2.7)	66 (88.0)	7 (9.3)
60歳代	97 (100.0)	15 (15.5)	77 (79.4)	5 (5.2)
70歳以上	146 (100.0)	33 (22.6)	99 (67.8)	14 (9.6)
女性	727 (100.0)	94 (12.9)	553 (76.1)	80 (11.0)
20歳代	56 (100.0)	2 (3.6)	51 (91.1)	3 (5.4)
30歳代	101 (100.0)	5 (5.0)	90 (89.1)	6 (5.9)
40歳代	148 (100.0)	6 (4.1)	127 (85.8)	15 (10.1)
50歳代	116 (100.0)	8 (6.9)	96 (82.8)	12 (10.3)
60歳代	119 (100.0)	19 (16.0)	91 (76.5)	9 (7.6)
70歳以上	187 (100.0)	54 (28.9)	98 (52.4)	35 (18.7)
地区別				
176地区	304 (100.0)	34 (11.2)	243 (79.9)	27 (8.9)
177地区	327 (100.0)	40 (12.2)	248 (75.8)	39 (11.9)
178地区	246 (100.0)	29 (11.8)	193 (78.5)	24 (9.8)
179地区	346 (100.0)	46 (13.3)	268 (77.5)	32 (9.2)
運動習慣者である	261 (100.0)	45 (17.2)	187 (71.6)	29 (11.1)
運動習慣者でない	954 (100.0)	100 (10.5)	769 (80.6)	85 (8.9)

【参考】 「練馬区健康いきいき体操」の認知度 (平成 21 年)

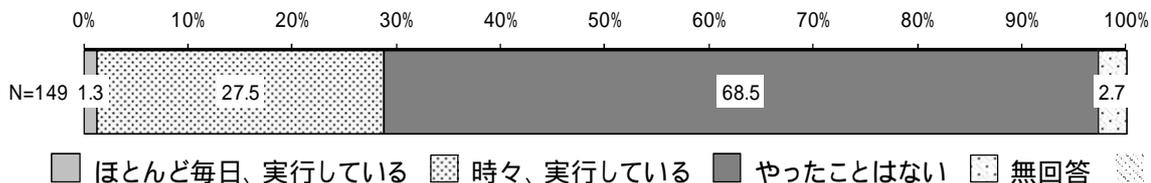
問 「練馬区健康いきいき体操」をご存知ですか。 <単数回答> (単位：%)

H21	男性	女性	全体
知っている	6.2	11.4	9.3
知らない	88.2	83.3	85.3
記入不備	5.6	5.3	5.4

【問 10-2-1】(問 10 - 2 で「 1 知っている」と回答した方のみ)

「練馬区健康いきいき体操」をやったことがありますか。 <単数回答>

- ・「やったことはない」は男性が 8 割、女性が 6 割を占める。
- ・「ほとんど毎日、実行している」と「時々、実行している」の合計は女性の方が多く、男女で差がある。



(上段：回答者数、下段：%)

	合計	ほとんど毎日、 実行している	時々、実行して いる	やったことはな い	無回答
全体	149 (100.0)	2 (1.3)	41 (27.5)	102 (68.5)	4 (2.7)
男性	55 (100.0)	0 (0.0)	9 (16.4)	44 (80.0)	2 (3.6)
20歳代	1 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (100.0)	0 (0.0)
30歳代	2 (100.0)	0 (0.0)	1 (50.0)	1 (50.0)	0 (0.0)
40歳代	2 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (100.0)	0 (0.0)
50歳代	2 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (100.0)	0 (0.0)
60歳代	15 (100.0)	0 (0.0)	4 (26.7)	11 (73.3)	0 (0.0)
70歳以上	33 (100.0)	0 (0.0)	4 (12.1)	27 (81.8)	2 (6.1)
女性	94 (100.0)	2 (2.1)	32 (34.0)	58 (61.7)	2 (2.1)
20歳代	2 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (100.0)	0 (0.0)
30歳代	5 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	5 (100.0)	0 (0.0)
40歳代	6 (100.0)	0 (0.0)	1 (16.7)	5 (83.3)	0 (0.0)
50歳代	8 (100.0)	0 (0.0)	5 (62.5)	3 (37.5)	0 (0.0)
60歳代	19 (100.0)	1 (5.3)	6 (31.6)	11 (57.9)	1 (5.3)
70歳以上	54 (100.0)	1 (1.9)	20 (37.0)	32 (59.3)	1 (1.9)
地区別					
176地区	34 (100.0)	2 (5.9)	8 (23.5)	23 (67.6)	1 (2.9)
177地区	40 (100.0)	0 (0.0)	13 (32.5)	26 (65.0)	1 (2.5)
178地区	29 (100.0)	0 (0.0)	7 (24.1)	20 (69.0)	2 (6.9)
179地区	46 (100.0)	0 (0.0)	13 (28.3)	33 (71.7)	0 (0.0)

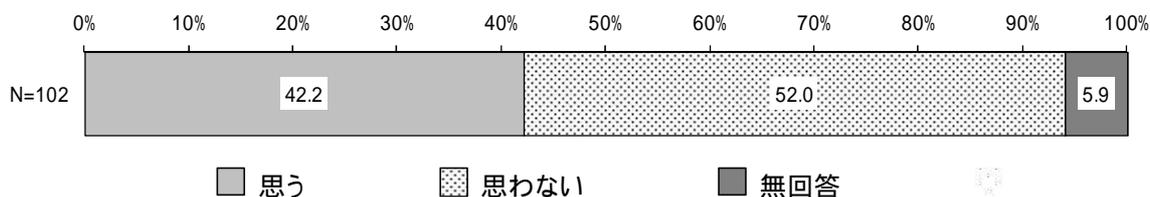
【参考】 「練馬区健康いきいき体操」の実行頻度 (平成 21 年)

問 「練馬区健康いきいき体操」をやったことがありますか。 <単数回答> (単位：%)

H21	男性	女性	全体
ほとんど毎日、実行している	6.5	4.8	5.3
時々、実行している	16.1	20.5	19.3
やったことはない	67.7	65.1	65.8
記入不備	9.7	9.6	9.6

【問 10-2-2】(問 10 - 2 - 1 で「3 やったことはない」と回答した方のみ)
 「練馬区健康いきいき体操」をやりたいと思いますか。 <単数回答>

- ・「思わない」が5割程度を占める。
- ・「思う」の割合は女性の方が高く、男女で差がある。



(上段 : 回答者数、下段 : %)

	合計	思う	思わない	無回答
全体	102 (100.0)	43 (42.2)	53 (52.0)	6 (5.9)
男性	44 (100.0)	16 (36.4)	25 (56.8)	3 (6.8)
20歳代	1 (100.0)	0 (0.0)	1 (100.0)	0 (0.0)
30歳代	1 (100.0)	0 (0.0)	1 (100.0)	0 (0.0)
40歳代	2 (100.0)	0 (0.0)	2 (100.0)	0 (0.0)
50歳代	2 (100.0)	1 (50.0)	1 (50.0)	0 (0.0)
60歳代	11 (100.0)	3 (27.3)	7 (63.6)	1 (9.1)
70歳以上	27 (100.0)	12 (44.4)	13 (48.1)	2 (7.4)
女性	58 (100.0)	27 (46.6)	28 (48.3)	3 (5.2)
20歳代	2 (100.0)	1 (50.0)	1 (50.0)	0 (0.0)
30歳代	5 (100.0)	2 (40.0)	3 (60.0)	0 (0.0)
40歳代	5 (100.0)	2 (40.0)	3 (60.0)	0 (0.0)
50歳代	3 (100.0)	3 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
60歳代	11 (100.0)	3 (27.3)	6 (54.5)	2 (18.2)
70歳以上	32 (100.0)	16 (50.0)	15 (46.9)	1 (3.1)
地区別				
176地区	23 (100.0)	11 (47.8)	10 (43.5)	2 (8.7)
177地区	26 (100.0)	9 (34.6)	16 (61.5)	1 (3.8)
178地区	20 (100.0)	7 (35.0)	11 (55.0)	2 (10.0)
179地区	33 (100.0)	16 (48.5)	16 (48.5)	1 (3.0)

参考 「練馬区健康いきいき体操」の実践について (平成 21 年)

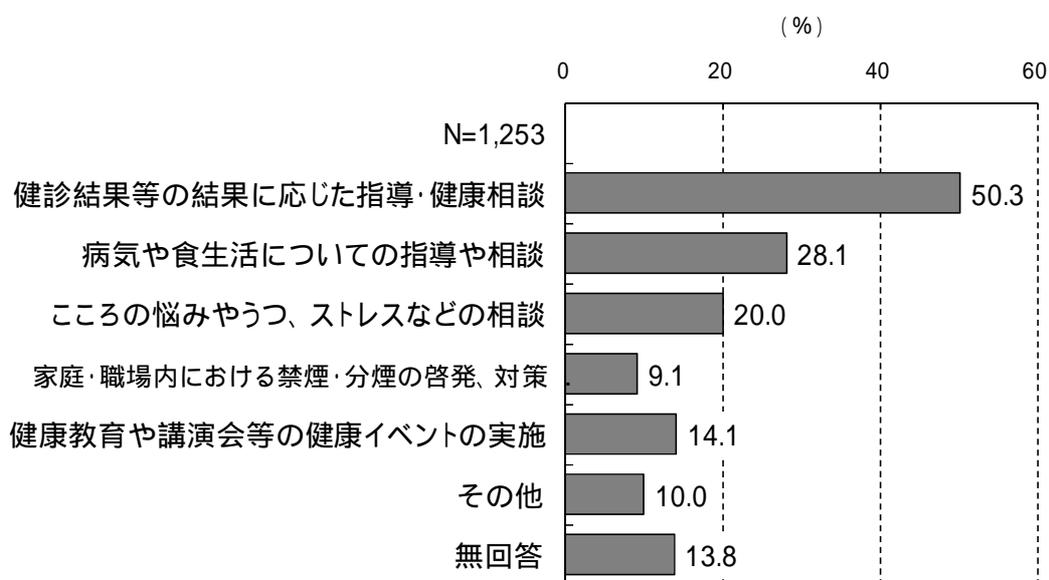
問 「練馬区健康いきいき体操」をやりたいと思いますか。 <単数回答>

(「練馬区健康いきいき体操」をやったことがあるかで[3=やったことはない]と答えた方のみ)
 (単位 : %)

H21	男性	女性	全体
思う	28.6	51.9	45.3
思わない	71.4	42.6	50.7
記入不備	0.0	5.6	4.0

【問 10-3】あなたの健康の保持・増進のために区に取り組んでほしいと思うものはどのようなことですか。 <複数回答、2つまで>

- ・「区健康診査・がん検診の結果に応じた指導・健康相談」が最も多く5割程度である。次いで「病気や食生活についての指導や相談」、「こころの悩みやうつ、ストレスなどの相談」が多い。
- ・男性の20歳代、30歳代で「こころの悩みやうつ、ストレスなどの相談」、女性の20歳代、30歳代で「区健康診査・がん検診の結果に応じた指導・健康相談」の割合が他の年代よりも高い。



(上段 : 回答者数、下段 : %)

	合計	区の健康診 査・がん検 診の結果に 応じた指導 ・健康相談	病気や食生 活について の指導や相 談	こころの悩 みやうつ、 ストレスな どの相談	家庭・職場 内における 禁煙・分煙 の啓発、対 策	がん・生活 習慣病等に 関する健康 教育や講演 会等の健康 イベントの 実施	その他	無回答
全体	1,253 (100.0)	630 (50.3)	352 (28.1)	251 (20.0)	114 (9.1)	177 (14.1)	125 (10.0)	173 (13.8)
男性	518 (100.0)	251 (48.5)	143 (27.6)	101 (19.5)	43 (8.3)	71 (13.7)	60 (11.6)	74 (14.3)
20歳代	49 (100.0)	23 (46.9)	15 (30.6)	17 (34.7)	6 (12.2)	5 (10.2)	3 (6.1)	7 (14.3)
30歳代	60 (100.0)	30 (50.0)	19 (31.7)	21 (35.0)	7 (11.7)	7 (11.7)	9 (15.0)	3 (5.0)
40歳代	91 (100.0)	40 (44.0)	25 (27.5)	27 (29.7)	7 (7.7)	10 (11.0)	15 (16.5)	7 (7.7)
50歳代	75 (100.0)	31 (41.3)	14 (18.7)	15 (20.0)	4 (5.3)	12 (16.0)	11 (14.7)	13 (17.3)
60歳代	97 (100.0)	50 (51.5)	28 (28.9)	11 (11.3)	11 (11.3)	16 (16.5)	9 (9.3)	15 (15.5)
70歳以上	146 (100.0)	77 (52.7)	42 (28.8)	10 (6.8)	8 (5.5)	21 (14.4)	13 (8.9)	29 (19.9)
女性	727 (100.0)	378 (52.0)	208 (28.6)	150 (20.6)	70 (9.6)	105 (14.4)	64 (8.8)	95 (13.1)
20歳代	56 (100.0)	34 (60.7)	17 (30.4)	15 (26.8)	5 (8.9)	3 (5.4)	3 (5.4)	5 (8.9)
30歳代	101 (100.0)	64 (63.4)	21 (20.8)	31 (30.7)	14 (13.9)	8 (7.9)	10 (9.9)	6 (5.9)
40歳代	148 (100.0)	84 (56.8)	40 (27.0)	38 (25.7)	15 (10.1)	20 (13.5)	16 (10.8)	14 (9.5)
50歳代	116 (100.0)	56 (48.3)	32 (27.6)	23 (19.8)	15 (12.9)	24 (20.7)	12 (10.3)	11 (9.5)
60歳代	119 (100.0)	63 (52.9)	35 (29.4)	19 (16.0)	13 (10.9)	21 (17.6)	8 (6.7)	15 (12.6)
70歳以上	187 (100.0)	77 (41.2)	63 (33.7)	24 (12.8)	8 (4.3)	29 (15.5)	15 (8.0)	44 (23.5)
地区別								
176地区	304 (100.0)	143 (47.0)	86 (28.3)	58 (19.1)	24 (7.9)	35 (11.5)	31 (10.2)	52 (17.1)
177地区	327 (100.0)	163 (49.8)	92 (28.1)	68 (20.8)	30 (9.2)	49 (15.0)	34 (10.4)	42 (12.8)
178地区	246 (100.0)	126 (51.2)	73 (29.7)	45 (18.3)	16 (6.5)	31 (12.6)	28 (11.4)	34 (13.8)
179地区	346 (100.0)	191 (55.2)	96 (27.7)	74 (21.4)	41 (11.8)	58 (16.8)	28 (8.1)	35 (10.1)

資料編

健康日本21 結果および健康日本21（第二次）目標

本意識調査と関連する健康日本21および健康日本21（第二次）の指標について整理を行った。

健康日本21 結果

東京都のベースライン値は「東京都健康推進プラン21」、中間実績値は「東京都健康推進プラン21 中間評価・改定」、直近データ等は「東京都健康推進プラン21（第二次）」から抜粋。

国のベースライン値は健康日本21策定時の調査結果の数値、中間実績値とは健康日本21中間報告時の調査結果の数値、最終報告値とは健康日本21最終評価の数値。国目標は平成24年目標。

分野	目標項目	対象	練馬区			東京都			国			国目標
			H14年度	H21年度	H25年度	ベースライン値	中間実績値	直近データ等	ベースライン値	中間実績値	最終報告値	
栄養・食生活	適正体重を維持している人の割合	20～60歳代男性の肥満者	28.1%	25.0%	23.4% ³	24.8%	28.5%	30.5% ³	24.3%	29.0%	31.7%	15%以下
		20歳代女性のやせのもの	25.8%	21.5%	16.1%	30.8%	19.4%	22.7%	23.3%	21.4%	22.3%	15%以下
		40～60歳代女性の肥満者	14.7%	12.8%	14.1% ⁴	20.1%	20.4%	20.8% ⁴	25.2%	24.6%	21.8%	20%以下
	野菜の摂取量の増加 (1日当たりの平均摂取量)	成人	228g	232g	- ¹	306g	293g	- ¹	292g	267g	295g	350g以上
	朝食を欠食する人の減少 (欠食する人の割合)	男性(20歳代)	54.1%	25.6%	24.5%	37.3%	36.0%	-	32.9%	34.3%	33.0%	15%以下
		男性(30歳代)	38.0%	25.6%	18.3%	20.0%	26.5%	-	20.5%	25.9%	29.2%	15%以下
	メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を認知している国民の割合の増加 (メタボリックシンドロームを知っている人の増加)	20歳以上	-	95.3%	91.4%	-	-	94.9% ²	-	-	92.7%	80%以上

1 野菜摂取量は、国・東京都は国民健康・栄養調査による値、練馬区は平成14年度と平成21年度は食物摂取量調査による値である。平成25年度の本調査では野菜料理摂取皿数を尋ねているため摂取量(g)は算出できない。

2 「知っていた」、「内容までは知らないが、言葉は聞いたことがある」と回答した者の割合の和。

3 20～69歳 4 40～69歳

分野	目標項目	対象	練馬区			東京都			国			国目標
			H14年度	H21年度	H25年度	パ-フォーマンス値	中間実績値	直近データ等	パ-フォーマンス値	中間実績値	最終報告値	
身体活動・運動	日常生活における歩数の増加 ⁵	男性	7,371歩	6,890歩	7,072歩	8,563歩	8,029歩	7,866歩	8,202歩	7,532歩	7,243歩	9,200歩以上
		女性	8,916歩	8,185歩	8,388歩	8,048歩	7,064歩	6,949歩	7,282歩	6,446歩	6,431歩	8,300歩以上
	運動習慣者の増加	男性	18.3%	25.1%	23.2%	18.2%	26.1%	39.9%	28.6%	30.9%	32.2%	39%以上
		女性	15.9%	17.8%	19.0%	22.5%	20.4%	37.6%	24.6%	25.8%	27.0%	35%以上
	何らかの地域活動を実施している者の増加	男性(60歳以上)	19.2%	22.7%	38.7% ⁶	-	-	-	48.3%	57.5%	64.0%	58%以上
		女性(60歳以上)	35.4%	25.3%	48.0% ⁶	-	-	-	39.7%	52.6%	55.1%	50%以上
日常生活における歩数の増加 ⁵	男性(70歳以上)	7,106歩	5,684歩	6,281歩	4,516歩	4,395歩	-	5,436歩	5,386歩	4,707歩	6,700歩以上	
	女性(70歳以上)	7,253歩	6,542歩	7,361歩	5,206歩	3,584歩	-	4,604歩	3,917歩	3,797歩	5,900歩以上	
休養・こころの健康づくり	ストレスを感じた人の減少	全体	55.3%	60.3%	78.4%	65.6%	66.3%	69.6%	54.6%	62.2%	61.3%	49%以下
	睡眠による休養を十分にとれていない人の減少	全体	25.6%	27.2%	20.6%	-	-	-	23.1%	21.2%	18.4%	21%以下

5 練馬区の歩数はH14年度、H21年度は歩数計利用者の回答歩数であり、H25年度は問4-2の回答をもとに一日の歩行時間の平均値から換算した計算歩数である。

6 平成25年度アンケート「Q9-2 この1年間に、個人または友人と、あるいはグループや団体で自主的に行われている各種活動を行った、または参加したことがありますか。」で「行った、参加した」と回答した人の割合（男性60歳以上、女性60歳以上）

分野	目標項目	対象	練馬区			東京都			国			国目標
			H14年度	H21年度	H25年度	1-15年度	中間実績値	直近データ等	1-15年度	中間実績値	最終報告値	
たばこ	喫煙が及ぼす健康影響についての十分な知識の普及	肺がん	93.2%	94.7%	93.5%	91.3%	90.9%	-	84.5%	87.5%	87.5%	100%
		喘息	57.1%	61.4%	63.0%	38.8%	39.6%	-	59.9%	63.4%	62.8%	100%
		気管支炎	69.1%	72.4%	65.4%	49.6%	49.6%	-	65.5%	65.6%	65.1%	100%
		心臓病	48.5%	53.6%	46.8%	27.9%	33.3%	-	40.5%	45.8%	50.7%	100%
		脳卒中	35.9%	50.8%	44.8%	17.5%	31.2%	-	35.1%	43.6%	50.9%	100%
		胃潰瘍	25.7%	27.7%	22.5%	14.2%	15.3%	-	34.1%	33.5%	35.1%	100%
		妊娠に関連した異常	62.7%	65.5%	55.8%	47.5%	41.3%	-	79.6%	83.2%	83.5%	100%
	歯周病	32.1%	41.6%	28.1%	11.0%	14.5%	-	27.3%	35.9%	40.4%	100%	
	喫煙をやめたい人がやめる	喫煙率(男性)	38.9%	28.7%	23.2%	-	-	30.3%	-	43.3%	38.2%	-
		喫煙率(女性)	16.5%	9.5%	9.8%	-	-	11.4%	-	12.0%	10.9%	-
		禁煙希望者(男性)	35.6%	49.3%	35.8%	-	-	-	-	24.6%	31.7%	-
禁煙希望者(女性)		51.2%	62.3%	63.4%	-	-	-	-	32.7%	41.6%	-	
アルコール	多量に飲酒する人の減少 (アルコール 60g 以上)	男性	12.0%	6.8%	11.0% ⁷	4.7%	11.1%	-	4.1%	5.4%	4.8%	3.2%以下
		女性	2.0%	1.0%	2.2% ⁷	0.5%	4.4%	-	0.3%	0.7%	0.4%	0.2%以下
	「節度ある適度な飲酒」の知識の普及	男性	62.7%	71.5%	33.8%	55.6%	62.7%	69.3%	50.3%	48.6%	54.7%	100%
		女性	88.4%	92.7%	39.3%	70.9%	66.4%	46.7%	47.3%	49.7%	48.6%	100%

7 平成 25 年度アンケート「Q7-1-1 お酒を飲む日は1日あたり、どれくらいの量を飲みますか。清酒に換算してください。」で「3合以上4合(720ml)未満」または「5合以上(900ml)以上」と回答した人の割合

分野	目標項目	対象	練馬区			東京都			国			国目標
			H14年度	H21年度	H25年度	イ-アパ値	中間実績値	直近データ等	イ-アパ値	中間実績値	最終報告値	
歯の健康	歯間部清掃用器具の使用の増加 ⁸	40歳(35～44歳)	17.1%	29.3%	31.3%	-	-	-	19.3%	39.0%	44.6%	50%以上
		50歳(45～54歳)	20.6%	26.5%	39.5%	-	-	-	17.8%	40.8%	45.7%	50%以上
	80歳で20歯以上、60歳で24歯以上の自分の歯を有する人の増加	80歳(75～84歳)で20歯以上 ⁹	26.2%	35.1%	63.3%	27.0%	41.0%	39.8%	11.5%	23.0%	26.8%	20%以上
		60歳(55～64歳)で24歯以上 ¹⁰	58.2%	54.3%	72.9%	55.2%	60.0%	63.4%	44.1%	54.3%	56.2%	50%以上
	定期的な歯石除去や歯面清掃を受ける人の増加 ¹¹	60歳(55～64歳)	57.1%	48.7%	65.5%	-	-	-	15.9%	43.2%	43.0%	30%以上
	定期的な歯科検診の受診者の増加 ¹²	60歳(55～64歳)	65.4%	47.7%	69.0%	-	-	-	16.4%	35.7%	36.8%	30%以上
がん	がん検診の受診者の増加 ¹³	胃がん(40歳以上)	28.0%	39.5%	43.0%	6.0%	5.6%	36.7%	1,401万人	1,777万人	2,159万人	2,100万人以上
		子宮がん(20歳以上)	23.0%	29.3%	31.5%	-	7.1%	35.9%	1,241万人	1,056万人	1,086万人	1,860万人以上
		乳がん(40歳以上)	15.6%	26.9%	34.4%	-	5.5%	32.8%	1,064万人	842万人	868万人	1,600万人以上
		肺がん(40歳以上)	20.0%	43.7%	35.9%	5.4%	6.2%	35.1%	1,023万人	1,100万人	1,832万人	1,540万人以上
		大腸がん(40歳以上)	18.7%	38.4%	45.8%	12.5%	13.9%	37.2%	1,231万人	1,432万人	1,844万人	1,850万人以上

8：平成25年度アンケート「Q5-7 デンタルフロスや歯間ブラシなどを使っていますか」で「日常的によく使っている」と回答した人の割合

9：平成25年度アンケート「Q5-1 今までに、永久歯（親知らずを除く）を抜いたことがありますか」で「ない」または「Q5-1(1) ある場合は抜いた本数をご記入ください」で喪失歯8本以下と回答した人の割合（対象者：75～84歳）

10：平成25年度アンケート「Q5-1 今までに、永久歯（親知らずを除く）を抜いたことがありますか」で「ない」または「Q5-1(1) ある場合は抜いた本数をご記入ください」で喪失歯4本以下と回答した人の割合（対象者：55～64歳）

11：平成25年度アンケート「Q5-5 この1年間に、歯石除去や歯のクリーニングを受けましたか」で「受けた」と回答した人の割合

12：平成25年度アンケート「Q5-4 この1年間に、歯科健診を受けましたか」で「受けた」と回答した人の割合

13：がん検診の受診率は、健康日本21と健康日本21（第二次）で算出方法が異なるため数値が異なる。ここでは、平成25年度アンケート「Q2-8 過去1年間に、下記のがん検診（胃がん検診、肺がん検診、子宮がん検診、乳がん検診、大腸がん検診、その他）を受けましたか。」で該当する性別、年齢で、それぞれのがん検診を受診したと回答した人の割合。子宮がんおよび乳がんについては女性のみを対象にしている。

健康日本21（第二次） 目標

厚生労働省告示第四百三十号（平成二十四年七月十日）により示された目標値を示す。目標年度は示されていない限り、平成34年度である。

主要な生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底に関する目標

項目		対象等	国現状	国目標（目標年度）
(1) がん	がん検診の受診率の向上	胃がん（40～69歳）	男性 36.6%	50% （胃がん、肺がん、 大腸がんは当面40%） （平成28年度）
			女性 28.3%	
		肺がん（40～69歳）	男性 26.4%	
			女性 23.0%	
		大腸がん（40～69歳）	男性 28.1%	
子宮頸がん（20～69歳）	女性 37.7%			
(4) COPD	COPDの認知度の向上	全体	女性 39.1%	80%
			25%	

がん検診の受診率は、健康日本21と健康日本21（第二次）で算出方法が異なるため数値が異なる。

社会生活を営むために必要な機能の維持・向上に関する目標

項目		対象等	国現状	国目標（目標年度）
(1) こころの健康	気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている者の割合の減少	全体	10.4%	9.4%
(3) 高齢者の健康	ロコモティブシンドローム（運動器症候群）を認知している国民の割合の増加	全体	（参考値）17.3%	80%
	低栄養傾向（BMI20以下）の高齢者の割合の増加の抑制	65歳以上	17.4%	22%
	足腰に痛みのある高齢者の割合の減少（1,000人当たり）	男性	218人	200人
		女性	291人	260人
	高齢者の社会参加の促進（就業又は何らかの地域活動をしている高齢者の割合の増加） （参考値）何らかの地域活動をしている高齢者の割合	男性	64.0%	80%
女性		55.1%		

健康を支え、守るための社会環境の整備に関する目標

項目		対象等	国現状	国目標（目標年度）
地域のつながりの強化（居住地域でお互いに助け合っていると思う国民の割合の増加） （参考値）自分と地域のつながりが強い方だと思う割合		全体	45.7%	65%
健康づくりを目的とした活動に主体的に関わっている国民の割合の増加 （参考値）健康や医療サービスに関係したボランティア活動をしている割合		全体	3.0%	25%

栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙および歯・口腔の健康に関する生活習慣および社会環境の改善に関する目標

項目		対象等	国現状	国目標（目標年度）
(1) 栄養・食生活	適正体重を維持している者の増加（肥満（BMI25以上）やせ（BMI18.5未満）の減少）	20歳～60歳代男性の肥満者の割合	31.2%	28%
		40歳～60歳代女性の肥満者の割合	22.2%	19%
		20歳代女性のやせの者の割合	29.0%	20%
	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の増加	68.1%	80%
		野菜の摂取量の増加	野菜摂取量の平均値 282g	野菜摂取量の平均値 350g
(2) 身体活動・運動	日常生活における歩数の増加	20歳～64歳男性	7,841歩	9,000歩
		20歳～64歳女性	6,883歩	8,500歩
		65歳以上男性	5,628歩	7,000歩
		65歳以上女性	4,584歩	6,000歩
	運動習慣者の割合の増加	20歳～64歳男性	26.3%	36%
		20歳～64歳女性	22.9%	33%
		65歳以上男性	47.6%	58%
		65歳以上女性	37.6%	48%
(3) 休養	睡眠による休養を十分とれていない者の割合の減少	全体	18.4%	15%

項目		対象等	国現状	国目標（目標年度）
(4) 飲酒	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者（1日当たりの純アルコール摂取量が男性 40g 以上、女性 20g 以上の者）の割合の減少	男性	15.3%	13%
		女性	7.5%	6.4%
	妊娠中の飲酒をなくす	妊婦	8.7%	0% （平成 26 年）
(5) 喫煙	成人の喫煙率の減少（喫煙をやめたい者がやめる）	全体	19.5%	12%
	妊娠中の喫煙をなくす	妊婦	5.0%	0% （平成 26 年）
(6) 歯・口腔の健康	口腔機能の維持・向上	60 歳代における咀嚼良好者の割合の増加	73.4%	80%
	歯の喪失防止	80 歳で 20 歯以上の自分の歯を有する者の割合の増加	25.0%	50%
		60 歳で 24 歯以上の自分の歯を有する者の割合の増加	60.2%	70%
		40 歳で喪失歯のない者の割合の増加	54.1%	75%
	歯周病を有する者の割合の減少	20 歳代における歯肉に炎症所見を有する者の割合の減少	31.7%	25%
	過去 1 年間に歯科検診を受診した者の割合の増加	全体	34.1%	65%

1．回答者属性について

- ・体重と身長から算出される BMI について平成 21 年と比較すると、男性においては、「肥満 1 度」とされる BMI25～30 未満について 20 歳代、60 歳代で増加し、30 歳代、50 歳代では減少している。一方、女性における平成 21 年との比較では、「低体重（やせ）」とされる BMI18.5 未満について、40 歳代、60 歳代で増加がみられる。

2．健康意識・健康管理について

- ・現在の健康状態については、「よい」と「まあよい」の合計は 5 割程度であり、「よくない」と「あまりよくない」の合計の 1 割程度を大きく上回っているものの、70 歳以上では男女ともに「あまりよくない」と「よくない」の合計が他の年代よりも多い。
- ・健康維持のために意識して実践していることについては、「定期的に健康診断、検診を受ける」のほか、「定期的に運動する」「睡眠を十分にとる」「バランスのとれた食事をとる」「規則正しい生活を送る」「食べ過ぎない」など、日常生活において健康を意識した行動がみられる。しかし、実践内容によって年代差、性差がみられる。問 3-3 から得られる「野菜摂取量」とのクロス集計からは、野菜料理を 4.5～5 皿以上摂っている人は、「バランスのとれた食事をとる」「定期的に運動する」「規則正しい生活を送る」を実践している割合が高い。
- ・メタボリックシンドロームという言葉を知っている人が 9 割を占め、その予防のためには 7 割が「運動の習慣と食生活の改善」が必要と考えているなど、メタボリックシンドロームが一般的に認知されていることがうかがえる。
- ・かかりつけ医、かかりつけ歯科医については「ある」が 7 割近くを占める。男女ともにおおむね年代が高くなるほど「ある」の割合が高く、若い世代で「ない」の割合が高い。かかりつけ薬局も同様の傾向であるが、「ある」と答えた方は 4 割である。
- ・健康診査などを受けたことがあるかについては「ある」が 8 割以上を占める。これは職場等で行われる企業健診等の受診者も含まれるものと思われる。また、健康診査受診の結果、生活習慣を見直しているが 7 割近くを占め、健康維持のための行動変容につながっていることがうかがえる。
- ・健康診査などを受診しない理由は、「おっくう」「仕事が忙しい」「治療の際に医療機関で受診しているから不要」が多い。若い世代では「仕事が忙しい」「子育てで家を空けられない」が多く、高齢者では「治療の際に医療機関で受診しているから不要」が多く、理由が異なる。
- ・がん検診の受診行動および受診先には、世代間に差がみられる。がん検診を受診した理由、きっかけは個人への直接の案内であることが多い。一方、受診しない理由には性差、年齢差がみられるが、これは世代、性別により自身の生活で重視している事の相違が影響しているものと思われる。受診行動を起こす条件を問う質問に対しては、そうした生活実態を反映して「1 年中受診できる」「自己負担金が低額で受診できる」「土・日・休日に受診できる」などが上位にきている。
- ・妊娠期間中に実施している歯科健診については、「できれば受けたい」「必ず受ける」が 6 割近くを占める。一方、受けない理由については「妊娠中の体で診察台に乗るのは不安があるから」が 4 割を占める。
- ・乳幼児健診に期待することは、「病気・異常の早期発見」「身体測定」「育児相談」「歯科健診」の順に多く、女性の 50 歳代、60 歳代では 6 割が「病気・異常の早期発見」を回答し、男性や女性の他の年代よりも多い。

3．栄養・食生活について

- ・朝食喫食については「ほとんど毎日食べる」が 8 割以上を占める。年齢の高い世代ほど男女とも「ほとんど毎日食べる」の割合が高い。一方、男性 20 歳代、30 歳代、40 歳代、50 歳代、女性 30 歳代で「ほとんど食べない」が少なからずいる。

- ・「主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日2回以上ある」については、男女ともに年代が高くなるほど「ほとんど毎日」の割合が高い傾向があるが、男性20歳代では「ほとんど毎日」の割合が低い。また、男性20歳代～50歳代、女性20歳代～40歳代には「ほとんどない」も少なからずいる。
- ・【問3-3】1日に野菜料理を何皿（鉢）食べていますか。」と【問3-2】主食・主菜・副菜を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。」とのクロス集計からは、「ほとんど毎日」「週に4～5日」の人は「1.5～2皿」が多く、「週2～3日」「ほとんどない」人は「0.5～1皿」が多い。
- ・日頃から、健全な食生活を実践するために参考としているものについては、「特に参考にしていない」が5割以上と多いが、男性60歳代、70歳以上では「食事バランスガイド」を、女性60歳代、70歳以上では「食事バランスガイド」「3色食品群」参考にするとした回答が多い。「特に参考にしていない」の割合は男性の方が高く、男女で差がある。
- ・健康的な食生活を送るためにどんな飲食店や食品店があったらよいかの問いについては、「野菜がたっぷり食べられるお店」が6割、「塩分ひかえめの料理が食べられるお店」「地元の食材を使った食事が食べられるお店」が3割以上で多い。「量が選べるお店」の割合は女性の方が高く、男女で差がある。
- ・「食育」という言葉・意味については、「意味も言葉も知っていた」が6割以上を占め、関心についても「どちらかといえば関心がある」「ある」との合計は7割以上であるが、その割合は女性の方が高く、男女間で差がある。過去との比較では「意味も言葉も知っていた」は平成21年の48%から61%に上がっており、「食育」の語が認知されつつあることがうかがえる。
- ・「地産地消」という言葉やその意味については、「意味も言葉も知っていた」が7割を占める。男女でみると「意味も言葉も知っていた」の割合は男性がやや高いが、20歳代男女と男性70歳以上では「意味も言葉も知らなかった」の割合が高い。

4．身体活動・運動について

- ・体力、健康維持のための運動・スポーツについては、「していない」が5割以上を占める。運動していない理由は「時間にゆとりがない」「めんどろ・疲れる」「仕事や家事で十分」と続く。一方、「している」は、男性が多く、その頻度は「週に2～3回」が多いが、年代が低くなるほど男女とも「週に1日程度」の割合が高い。1回あたりの時間は「30分以上」が8割近くを占めるが、特に大きな男女差はみられない。1年以上「続けている」が8割以上を占め、その割合は男性の方が高く、男女で差がみられる。
- ・一日に歩く時間については、「30分～1時間未満」が最も多く、次いで「1～2時間未満」「15～30分未満」と続く。大きな男女差はみられない。
- ・ロコモティブシンドロームという言葉やその意味についての問いには、「言葉も意味も知らなかった」が6割以上を占める。男女ともにおおむね年代が低くなるほど、「意味も言葉も知らなかった」の割合が高い。
- ・健康日本21で示されている「運動習慣者」について過去と比較すると、平成21年20.8%に対し、今回も20.8%と同じ割合である。
- ・平均歩数については、過去の調査と今回の調査では測定方法が異なるものの、ほぼ近似した値である。女性が男性より日常生活での歩数が多い傾向は変わらない。

5．歯や口腔の状態について

- ・過去の永久歯抜歯については、「ある」が6割近くを占める。男女ともにおおむね年代が高くなるほど「ある」の割合が高い。抜いた本数は「4本以下」が6割以上を占める。男女ともにおおむね年代が高くなるほど、本数が多い。「【問5-3】何でもかんで食べることができますか。」とのクロス集計から、抜いた歯が4本以下のグループは、噛んで食べることが「できる」と答えた人が「できない」と答えた人の約2倍多く、抜いた歯が9本以上のグループは、「できない」と答えた人が「できる」と答えた人の4倍以上多い。

- ・歯ぐきの状態が、腫れている、血が出る、のいずれかの自覚症状については「ない」が6割以上を占める。男性では50歳代、女性では60歳代で「ある」の割合が高い。
- ・歯科健診受診については「受けた」が6割程度を占める。男性70歳以上、女性60歳代で「受けた」の割合が高い。また、この1年間の歯石除去や歯のクリーニング受診については「受けた」が5割程度を占め、その割合は女性が高く、男女で差がある。男性20歳代、30歳代と女性20歳代では「受けてない」の割合が高い。平成21年と比較すると、「歯科健診受診」、「歯石除去や歯のクリーニング受診」とも増加している。
- ・十分な時間をかけた歯みがきについては、「たまにある」が4割程度いるが、「まったくない」も2割以上ある。「ほぼ毎日」の割合は女性の方が高く、男女で差がある。デンタルフロス等の歯間部清掃用器具の使用については、「使ったことはあるが習慣にしていない」が4割程度、「使ったことがない」も2割以上を占める。「日常的によく使っている」の割合は女性の方が高く、男女で差がある。平成21年と比較すると、男女とも「日常的によく使っている」の割合は増加している。

6．休養やこころの状態について

- ・この1ヶ月の間にストレスを感じたり、悩んだりしたことがあるかの問いについては、「時々ある」が4割程度を占める。男性の20歳代、30歳代、40歳代、女性の20歳代、30歳代と若い世代で「いつもある」と「よくある」の合計が5割程度で多い。こころの健康や悩みについて周囲に相談できる人がいるかの問いについては、「いる」が多く7割以上を占める。「いる」割合は女性が高く、男女で差がある。相談できる機関の存在については「知らない」が6割程度を占め、男性の20歳代、30歳代で「知らない」が7割以上と多い。
- ・うつ病・不安障害などの精神疾患をスクリーニングすることを目的として開発されたK6法による分析では、男性の20歳代で10点以上が3割程度を占める。
- ・この1ヶ月間の睡眠による休養については、「まあまあ取れている」が5割程度を占める一方、男性の40歳代、女性の20歳代、40歳代、50歳代で「あまり取れていない」と「まったく取れていない」合計が他の年代よりも多い。

7．飲酒の状況について

- ・週における飲酒日数については、「飲まない」「ほとんど飲まない」の合計は男性が2割以上、女性が5割以上を占める。一方、男性の50歳代、60歳代、70歳以上で「毎日」の割合が高い。
- ・一日あたりの飲酒量については、「1合未満」と「1合以上2合未満」が多く、それぞれ3割以上を占める。男性では、「1合以上2合未満」が多く、女性では「1合未満」が多い。
- ・節度ある飲酒量については、「1合以下」の回答が3割以上、「2合以上3合未満」が2割程度である。男性では、「2合以上3合未満」が多く、女性では「1合以下」が多い。

8．喫煙の状況について

- ・喫煙が影響すると思われる疾患については、「肺がん」「気管支炎」「ぜん息」「妊娠に関する異常」の順に多い。「妊娠に関する異常」の割合は女性の方が高く、男女で差がある。
- ・喫煙については、「吸ったことがない」が5割程度を占め、次いで「以前吸っていたが禁煙できた」が3割近くで多い。男性ではおおむね年代が低くなるほど、「吸ったことがない」の割合が高い。平成21年と比較すると、「吸う」と答えた人は減少しているが、男性が全世代減少しているのに対し、女性は9.5%から9.8%へ微増しており、30歳代、40歳代、60歳代で増加している。
- ・禁煙必要性の意識については、「思わない」が5割程度を占める。「思う」の割合は女性の方が高く、男女で差がある。また、禁煙したきっかけについて問では、「自分自身の健康のため」が特に多く7割である。男女ともに「自分自身の健康のため」が多いが、男性では「自分の喫煙により周囲の人の健康に与える影響が気になったから」、女性では「たばこによる汚れやにおいが気になったから」が多い。平成21年と比較すると、禁煙したいと「思う」割合は、女性がほぼ横ばいなのに対し、男性は減少している。

- ・COPDの認知度は、「知らない」が5割以上を占める。男性の50歳代、70歳以上、女性の30歳代で「知らない」の割合が他の年代よりも高い。「問 8-2 喫煙状況」とのクロス集計からは、喫煙の有無はCOPDの認知度とは無関係であることがうかがえる。

9．社会環境について

- ・地域住民同士の助け合いについては、「どちらともいえない」が最も多いが、「強くそう思う」「どちらかといえばそう思う」の合計は3割以上であり、「全くそう思わない」「どちらかといえばそう思わない」の合計を上回っている。男女ともに70歳以上で「強くそう思う」と「どちらかといえばそう思う」の合計が他の年代よりも多い。
- ・具体的な各種活動への参加状況は、「行っていない、参加していない」が5割以上を占める。男女ともにおおむね年代が高くなるほど、「行った、参加した」の割合が高い。
- ・健康や医療サービスに関連したボランティア活動に限定した場合の参加状況については、「していない」が9割を占めるが、男女とも60歳代、70歳以上で「した」の割合が他の年代よりも高い。

10．練馬区の健康事業について

- ・口腔の機能の維持・向上を目的とした「ねりま お口すっきり体操」の認知度については、「知らない」が9割を占めるが、「知っている」の割合は女性の方が高く、男女で差がある。平成21年と比較すると、「知らない」「知っている」ともほぼ横ばいであり、認知されているとは言い難い状況にある。運動習慣がある者の方が、「ねりま お口すっきり体操」を知っている割合が高い。
- ・「ねりま お口すっきり体操」の実行頻度については、「やったことはない」が男性7割、女性4割を占めるが、「ほとんど毎日、実行している」と「時々、実行している」の合計は女性の方が多く、男女で差がある。また、その実践については、やってみたいと「思う」が4割以上を占める。「思う」の割合は男性の方が高く、男女で差がある。
- ・「練馬区健康いきいき体操」の認知度については、「知らない」がほぼ8割を占めるが、男女ともに60歳代、70歳以上で「知っている」の割合が他の年代よりも高い。平成21年と比較すると、「知らない」はやや減少する一方、「知っている」もやや増加しており、認知度は上がっている。
- ・「練馬区健康いきいき体操」の実行頻度については、「やったことはない」が7割近くを占めるが、「ほとんど毎日、実行している」と「時々、実行している」の合計が女性の方が多く、男女で差がある。また、その実践については、やってみたいと「思わない」が5割程度を占める。「思う」の割合は女性の方が高く、男女で差がある。
- ・健康の保持・増進のために区に取り組んでほしいと思うものについては、「区健康診査・がん検診の結果に応じた指導・健康相談」、「病気や食生活についての指導や相談」、「こころの悩みやうつ、ストレスなどの相談」が多い。男性の20歳代、30歳代で「こころの悩みやうつ、ストレスなどの相談」、女性の20歳代、30歳代で「区健康診査・がん検診の結果に応じた指導・健康相談」の割合が他の年代よりも高く、世代・性別で差がある。

. 調査票

次頁以降に調査票を示す。

健康実態調査へのご協力のお願い

日頃より、区政に格別のご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。
練馬区では、健康と活力あふれるまち、ふるさと練馬の実現をめざし、平成13年に健康都市練馬区を宣言しました。その理念をふまえ、平成23年度からは「練馬区健康づくり総合計画」のもと、様々な健康増進施策に取り組んでいます。

この調査は、練馬区健康づくり総合計画が平成26年度をもって計画期間が終了するにあたり、現状を把握し、計画全体の評価を行い、平成27年度以降の新たな健康づくり活動に反映させるために行うものです。区内在住の満20歳以上のみなさまの中から、3000人を無作為に選ばせていただき、本調査票をお送りしています。つきましては、調査の趣旨にご理解いただき、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

なお、調査は無記名ですので、ご回答いただいた内容から個人が特定されることはありません。また、得られた調査結果は次期の「健康づくり総合計画」策定のための基礎資料としてのみ利用し、他の目的に利用することはありません。

ご多忙のところたいへん恐縮ですが、調査へのご協力を重ねてお願い申し上げます。



練馬区公式アニメキャラクターねり丸
©練馬区

問い合わせ先

練馬区 健康部 健康推進課庶務係

電話 03-5984-2482

FAX 03-5984-1211

2 《健康意識・健康管理について、お尋ねします》

問2-1 現在の健康状態はいかがですか。

- | | | |
|-----------|--------|-------|
| 1 よい | 2 まあよい | 3 ふつう |
| 4 あまりよくない | 5 よくない | |

問2-2 健康維持のために、現在意識して実践していることは何ですか。(○は3つまで)

- | | |
|--------------------|-----------------|
| 1 定期的に運動する | 2 よく噛んで食べる |
| 3 食べ過ぎない | 4 バランスのとれた食事をとる |
| 5 規則正しい生活を送る | 6 適正体重を維持する |
| 7 睡眠を十分にとる | 8 丁寧に歯磨きをする |
| 9 飲酒は適量を守る | 10 喫煙をしない |
| 11 減塩をする | 12 ストレスをためない |
| 13 定期的に健康診断、検診を受ける | 14 定期的に血圧を測る |
| 15 その他 () | 16 特に何もしていない |

問2-3 「メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)」という言葉を知っていますか。

- | | |
|-------------------|--------|
| 1 知っている(→問2-3-1へ) | 2 知らない |
|-------------------|--------|

問2-3で「1 知っている」と回答した方のみお答えください。

↳問2-3-1 ご自身のメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)予防のために、必要だと思うものを選んでください。

- | | | |
|---------|----------|----------------|
| 1 運動の習慣 | 2 食生活の改善 | 3 運動の習慣と食生活の改善 |
|---------|----------|----------------|

◆かかりつけ医(歯科医、薬局)とは、「国民が身近な地域で日常的な医療を受けたり、あるいは健康の相談等ができる医師(歯科医、薬局)」とされています。

問2-4 かかりつけ医がありますか。

- | | |
|------|------|
| 1 ある | 2 ない |
|------|------|

問2-5 かかりつけ歯科医がありますか。

- | | |
|------|------|
| 1 ある | 2 ない |
|------|------|

問2-6 かかりつけ薬局がありますか。

- | | |
|------|------|
| 1 ある | 2 ない |
|------|------|

問2-7 この一年間に、健康診査などを受けたことがありますか。

- | | |
|----------------|----------------|
| 1 ある(→問2-7-1へ) | 2 ない(→問2-7-2へ) |
|----------------|----------------|

問2-7で「1 ある」と回答した方のみお答えください。

↳問2-7-1 健康診査などを受診し、生活習慣を見直していますか。

- | | |
|--------|---------|
| 1 している | 2 していない |
|--------|---------|

問2-7で「2 ない」と回答した方のみお答えください。

↳問2-7-2 健康診査などを受診しない理由はどのようなことですか。
(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|----------------|-------------------------|
| 1 健診のことを知らなかった | 2 どこで受診するのかわからない |
| 3 仕事が忙しい | 4 子育てで家を空けられない |
| 5 介護で家を空けられない | 6 指定された日時が合わない |
| 7 費用がかかる | 8 会場が遠い、不便 |
| 9 おっくう | 10 病気が見つかるのが怖い |
| 11 健康なので必要がない | 12 治療の際に医療機関で受診しているから不要 |
| 13 その他 () | |

問2-8 過去1年間に、下記のがん検診を受けましたか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|--|---------------------------------|
| 1 胃がん検診(バリウムによるレントゲン撮影や内視鏡(胃カメラ、ファイバースコープ)による撮影など) | 1~6のいずれかに○
をつけた方
→問2-8-1へ |
| 2 肺がん検診(胸のレントゲン撮影や喀痰(かくたん)検査など) | |
| 3 子宮がん検診(子宮の細胞診検査など) | |
| 4 乳がん検診(マンモグラフィ撮影や乳房超音波エコー検査など) | |
| 5 大腸がん検診(便潜血反応検査(検便)など) | |
| 6 その他() | |
| 7 受けていない(→問2-8-3へ) | |

問2-8で、いずれかのがん検診を受診したと回答した方のみお答えください。

↳ 問2-8-1 どこでがん検診を受診しましたか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|--------------------------|---|
| 1 区のがん検診を受診した |) |
| 2 勤務先のがん検診を受診した | |
| 3 人間ドックや医療機関のがん検診を受診した | |
| 4 医療機関受診中に医療機関でがん検診を受診した | |
| 5 その他() | |

↳ 問2-8-2 がん検診を受診した理由、きっかけは何ですか。(○は3つまで)

- | | |
|--------------------------|---|
| 1 区報もしくはホームページで知った |) |
| 2 窓口に設置、配布しているチラシ等で知った | |
| 3 区からがん検診等の「ご案内」(封書)が届いた | |
| 4 健康管理のため自発的に受けた | |
| 5 区から検診を勧めるハガキが届いた | |
| 6 家族・友人・かかりつけ医等から勧められた | |
| 7 勤務先または保険組合からの案内で知った | |
| 8 その他() | |

問2-8で「7 受けていない」と回答した方のみお答えください。

↳ 問2-8-3 がん検診を受診しない理由はどのようなことですか。(○は3つまで)

- | | |
|--------------------------|---|
| 1 区のがん検診を知らなかった |) |
| 2 申込方法、検診方法、実施場所等がわかりづらい | |
| 3 仕事が忙しい | |
| 4 子育てで家を空けられない | |
| 5 介護で家を空けられない | |
| 6 費用がかかる | |
| 7 会場が遠い、不便 | |
| 8 おっくう | |
| 9 病気がみつかるのが怖い | |
| 10 健康なので必要ない | |
| 11 治療の際に医療機関で受診しているから不要 | |
| 12 その他() | |

問2-9 どのような条件を整えば、区健康診査・がん検診が受診しやすくなりますか。

(治療中等で受診できない方を除きます。)(○は3つまで)

- | | |
|--|---|
| 1 1年中受診できる |) |
| 2 土・日・休日に受診できる | |
| 3 夜間(20時まで)に受診できる | |
| 4 自己負担金が低額で受診できる | |
| 5 健診・がん検診の案内(申込方法、健診・検診方法、実施場所等)をもっとわかりやすくする | |
| 6 がんに関する講演会やシンポジウムなど健診・がん検診の必要性を理解する場を提供する | |
| 7 その他() | |

◆すべての女性の方に、妊婦歯科健診について伺います。(妊娠中はむし歯などにかかりやすくなります。区は妊婦さんのお口の健康のために、無料の歯科健診を実施しています。)

問2-10 妊娠中に歯科健診を受けようと思えますか。

- 1 必ず受ける
- 2 できれば受けたい
- 3 受けなくてもいい
- 4 受けたくない
- 5 その時にならないとわからない

1か2か5に○をつけた方 → 問2-11へ
3か4に○をつけた方 → 問2-10-1へ

問2-10で「3 受けなくてもいい」、「4 受けたくない」と回答した方のみお答えください。

↳問2-10-1 妊娠中に歯科健診を受けないと思う理由は何ですか。(○は2つまで)

- 1 歯科健診そのものが苦手だから
- 2 つわりなどが気になるから
- 3 妊娠中の体で診察台に乗るのは不安があるから
- 4 妊娠中に歯科健診が必要だと思わないから
- 5 その他 ()

◆子育て中の方、子育て経験のある方にお伺いします。

問2-11 乳幼児健診(4か月児健診、1歳6か月児健診、3歳児健診)に期待することは、どのようなことですか。(○は3つまで)

- | | |
|----------------|---------------------|
| 1 身体測定 | 2 病気・異常の早期発見 |
| 3 歯科健診 | 4 栄養相談 |
| 5 育児相談 | 6 お母さんお父さん同士が交流できる場 |
| 7 子ども同士が交流できる場 | 8 その他 () |
| 9 特にない | |

3 《栄養・食生活について、お尋ねします》

問3-1 毎日、朝食を食べますか。

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

問3-2 主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。

- | | |
|----------|----------|
| 1 ほとんど毎日 | 2 週に4~5日 |
| 3 週に2~3日 | 4 ほとんどない |

問3-3 一日に野菜料理を何皿(鉢)※食べていますか。

- | | | | |
|------------|----------|----------|----------|
| 1 ほとんど食べない | 2 0.5~1皿 | 3 1.5~2皿 | 4 2.5~3皿 |
| 5 3.5~4皿 | 6 4.5~5皿 | 7 5.5~6皿 | 8 6.5皿以上 |

※一皿(鉢)の目安=野菜70グラム

野菜70グラムの料理例は右図をご参照ください。
他に、せん切りキャベツなら片手山盛り1杯、かぼちゃなら3切くらい、もやしなら1/3袋などです。
野菜35グラム分は0.5皿とします。

単品の野菜料理だけではなく、洋風料理のつけあわせや、カレー、マーボナスなどの野菜を多く使った料理の野菜も含めてイメージしてください。

ただし、野菜ジュースは除きます。

《1皿分(約70g)の野菜料理例》

皿は手の平にのる大きさの皿をイメージして下さい。



問3-4 日頃の健全な食生活を実践するため、どのような指針等を参考にしていますか。

(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|--------------|-----------|
| 1 食事バランスガイド | 2 食生活指針 |
| 3 日本人の食事摂取基準 | 4 六つの基礎食品 |
| 5 3色食品群 | 6 その他の指針 |
| 7 特に参考にしていない | 8 わからない |

問3-5 練馬区で健康的な食生活を送るために、どんな飲食店や、食品店があったらよいと思いますか。

(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|---------------------|-----------------------|
| 1 塩分ひかえめの料理が食べられるお店 | 2 野菜がたっぷり食べられるお店 |
| 3 量が選べるお店 | 4 地元の食材を使った食事が食べられるお店 |
| 5 区の健康情報の提供があるお店 | 6 食品の旬や調理方法を紹介してくれるお店 |
| 7 栄養表示があるお店 | 8 身近な地域にある小売店 |
| 9 その他 () | |

問3-6 「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。

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

問3-7 「食育」に関心がありますか、それともありませんか。

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

問3-8 「地産地消」という言葉やその意味を知っていますか。

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

5 《歯や口腔の状態についてお尋ねします》

問5-1 今までに、永久歯（親知らずを除く）を抜いたことがありますか。ある場合は抜いた本数をご記入ください。

- | | |
|----------|------|
| 1 ある（ 本） | 2 ない |
|----------|------|

問5-2 歯ぐきの状態について、歯ぐきが腫れている、または、歯を磨いたときに血が出る、のいずれかの自覚症状はありますか。

- | | |
|------|------|
| 1 ある | 2 ない |
|------|------|

問5-3 何でもかんで食べることができますか。

- | | |
|-------|--------|
| 1 できる | 2 できない |
|-------|--------|

問5-4 この1年間に、歯科健診を受けましたか。

- | | |
|-------|----------|
| 1 受けた | 2 受けていない |
|-------|----------|

問5-5 この1年間に、歯石除去や歯のクリーニングを受けましたか。

- | | |
|-------|----------|
| 1 受けた | 2 受けていない |
|-------|----------|

問5-6 1日1回は十分な時間（10分程度）をかけていねいに歯みがきをすることができますか。

- | | |
|----------|---------|
| 1 ほぼ毎日 | 2 たまにある |
| 3 まったくない | |

問5-7 デンタルフロスや歯間ブラシなどを使っていますか。

- | | |
|---------------|---------------------|
| 1 日常的によく使っている | 2 使ったことはあるが習慣にしていない |
| 3 使ったことがない | |

6 《休養やこころの状態についてお尋ねします》

問6-1 この1ヶ月の間にストレスを感じたり、悩んだりしたことがありますか。

- | | |
|---------|--------|
| 1 いつもある | 2 よくある |
| 3 時々ある | 4 ない |

問6-2 自分自身や周りの人のこころの健康や悩みについて、相談できる人（家族や友人、専門家など）がいますか。

- | | |
|------|-------|
| 1 いる | 2 いない |
|------|-------|

問6-3 自分自身や周りの人のこころの健康や悩みについて、相談できる機関を知っていますか。

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

問6-4 次のそれぞれの質問について、過去1ヶ月の間はどのようであったか、あてはまるものに○をつけてください。

	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったくない
1 神経過敏に感じましたか	1	2	3	4	5
2 絶望的だと感じましたか	1	2	3	4	5
3 そわそわ、落ち着かなく感じましたか	1	2	3	4	5
4 気分が沈みこんで、何が起っても気が晴れないように感じましたか	1	2	3	4	5
5 何をするのも骨折りだと感じましたか	1	2	3	4	5
6 自分は価値のない人間だと感じましたか	1	2	3	4	5

問6-5 ここ1ヶ月間、睡眠で休養が充分取れていますか。

- | | |
|-------------|--------------|
| 1 充分取れている | 2 まあまあ取れている |
| 3 あまり取れていない | 4 まったく取れていない |

7 《飲酒の状況についてお尋ねします》

問7-1 週に何日位お酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲みますか。

- | | | |
|------------|------------------|--|
| 1 毎日 | 2 週に5～6日 | 1～5に○をつけた方
→ 問7-1-1へ
6～8に○をつけた方
→ 問7-2へ |
| 3 週に3～4日 | 4 週に1～2日 | |
| 5 月に1～3日 | 6 やめた（1年以上やめている） | |
| 7 ほとんど飲まない | 8 飲まない（飲めない） | |

問7-1で「1～5」と回答した方のみお答えください。

↳問7-1-1 お酒を飲む日は1日あたり、どれくらいの量を飲みますか。清酒に換算※してください。
※清酒一合：ビール中ビン1本（約500ml）、ウイスキーダブル1杯（60ml）、ワイン2杯（240ml）、
焼酎（35度、80ml）

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

問7-2 あなたにとって節度ある適度な飲酒とは、どのくらいの量だと思いますか。1回あたりの量を清酒に換算してお答えください。

（ ）合

8 《喫煙の状況についてお尋ねします》

問8-1 たばこを吸うことで、影響すると思われる疾患は下の8つのうちどれでしょうか。
(あてはまると思うものすべてに○)

- | | | |
|------------|-------|--------|
| 1 肺がん | 2 ぜん息 | 3 気管支炎 |
| 4 心臓病 | 5 脳卒中 | 6 胃潰瘍 |
| 7 妊娠に関する異常 | 8 歯周病 | |

問8-2 たばこを吸いますか。

- | | |
|-----------------|------------|
| 1 吸う | (→問8-2-1へ) |
| 2 吸ったことがない | |
| 3 以前吸っていたが禁煙できた | (→問8-2-2へ) |

問8-2で「1 吸う」と回答した方のみお答えください。

→問8-2-1 禁煙したいと思えますか。

- | | |
|------|--------|
| 1 思う | 2 思わない |
|------|--------|

問8-2で「3 以前吸っていたが禁煙できた」と回答した方のみお答えください。

→問8-2-2 禁煙したきっかけは何ですか。(○は3つまで)

- | |
|---------------------------------|
| 1 増税によるたばこの値上げ |
| 2 自分自身の健康のため |
| 3 たばこによる汚れやにおいが気になったから |
| 4 自分の身の回りに禁煙スペースが増えたから |
| 5 自分の喫煙により周囲の人の健康に与える影響が気になったから |
| 6 家族や友人に禁煙を勧められたから |
| 7 健康を害したから |
| 8 医師から禁煙を勧められたから |
| 9 自身または妻の妊娠や出産をきっかけにして |
| 10 その他 () |

問8-3 COPD(シー・オー・ピー・ディー、慢性閉塞性肺疾患)という病気を知っていますか。

- | | |
|-----------------|---------------|
| 1 どんな病気かよく知っている | 2 名前は聞いたことがある |
| 3 知らない | |

9 《社会環境についてお尋ねします》

問9-1 お住まいの地域の人々は、お互いに助け合っていると思えますか。

- | | |
|-------------|------------------|
| 1 強くそう思う | 2 どちらかといえばそう思う |
| 3 どちらともいえない | 4 どちらかといえばそう思わない |
| 5 全くそう思わない | |

問9-2 この1年間に、個人または友人と、あるいはグループや団体で自主的に行われている各種活動を行った、または参加したことがありますか。(各種活動の例:趣味、健康・スポーツ、就業、教育関連・文化啓発活動、子育て支援、地域行事、防災、自然保護 など)

- | | |
|------------|------------------|
| 1 行った、参加した | 2 行っていない、参加していない |
|------------|------------------|

問9-3 この1年間に、健康や医療サービスに関連したボランティア活動に参加しましたか。(ボランティア活動とは、報酬を目的とせず、自分の労力、技術、時間を提供して行った活動で、健康や医療サービスに関連したものとしては、献血、献血活動への呼びかけ、巡回医療、診療、健康相談などが考えられます。)

- | | |
|------|---------|
| 1 した | 2 していない |
|------|---------|

練馬区健康実態調査報告書

平成26年3月

発行 練馬区健康部健康推進課庶務係

〒176-8501 東京都練馬区豊玉北6丁目12番1号

電話 03-5984-2482 (ダイヤル)