

鎌ヶ谷市民健康意識調査
調査報告書

平成22年10月

鎌ヶ谷市

は じ め に

鎌ヶ谷市では、21世紀の本格的な高齢社会を市民一人ひとりが病気や寝たきりにならず、稔り豊かで満足できる生涯を送れるように、平成14年度に「第一次いきいきプラン・健康かまがや21」を策定し、これまで様々な健康づくり施策に取り組んでまいりました。

この「鎌ヶ谷市民健康意識調査」は、「第一次いきいきプラン・健康かまがや21」の最終年を迎えるにあたり、市民の皆様の「健康づくり」に関する意識やご意見をお伺いし、その結果を今後の健康づくり施策に反映していくために実施しました。このたび、平成22年5月に実施した調査結果がまとまりましたのでここにご報告いたします。

なお、調査結果については、平成23年度から平成32年度を計画期間として策定する「第二次いきいきプラン・健康かまがや21」の基礎資料とするとともに健康増進事業遂行上の参考資料として活用してまいります。

終わりに、この調査にご協力いただきました市民の皆様に厚くお礼を申し上げますとともに、今後も健康づくりに対するより一層のご理解とご協力をお願い申し上げます。

平成22年10月

鎌ヶ谷市長 清水 聖士

目次

第 章 調査の概要等

調査の概要.....	3
本書の見方.....	4

第 章 調査結果の解説

基本的属性（問 1 ～ 問 6 ）

年齢（問 1 ）.....	9
性別（問 2 ）.....	9
身長・体重など（問 3 ）.....	10
職業（問 4 ）.....	12
市内居住歴（問 5 ）.....	13
居住地区（問 6 ）.....	14

食生活について（問 7 ～ 問 17 ）

健康のため食事に気をつけているか（問 7 ）.....	17
朝食摂取の状況（問 8 ）.....	19
『食事バランスガイド』の認知状況（問 9 ）.....	20
普段の食生活で心がけていること（問 10 ）.....	22
バランスの良い食事の頻度（問 11 ）.....	24
野菜料理を食べる頻度（問 12 ）.....	25
『きんぴらごぼう』の嗜好状況（問 13 ）.....	26
『きんぴらごぼう』を食べる頻度（問 14 ）.....	27
栄養成分表示の利用状況（問 15 ）.....	28
適切な食事内容・量の認知状況（問 16 ）.....	30
子どもが「食」に対して身につけてほしい力（問 17 ）.....	31

身体活動・運動について（問 18 ～ 問 21-1 ）

意識的に運動をしているか（問 18 ）.....	35
週 2 日以上、1 日 30 分以上運動しているか（問 19 ）.....	36
運動継続期間（問 19 - 1 ）.....	38
外出の状況（問 20 ）.....	39

『きらり鎌ヶ谷体操』の認知度（問 21）	40
『きらり鎌ヶ谷体操』をおこなった経験（問 21 - 1）	41

休養・心の健康づくりについて（問 22～問 25）

悩みやストレスなどの状況（問 22）	45
悩みやストレスなどを相談できる人や機関の有無（問 23）	47
睡眠の状況（問 24）	48
睡眠を助けるためしていること（問 25）	50

たばこについて（問 26～問 28）

喫煙の状況（問 26）	53
1日の平均本数（問 26 付問）	54
喫煙の場所について（問 26 - 1）	55
禁煙の意向について（問 26 - 2）	56
喫煙が影響を及ぼすと思う病気（問 27）	57
副流煙が与える影響について（問 28）	58

アルコールについて（問 29～問 30）

飲酒の頻度（問 29）	61
1日の飲酒総量（問 29 - 1）	63
「適度な飲酒量」の認知度（問 30）	65

糖尿病・循環器系の病気について（問 31～問 36-2）

「メタボリックシンドローム」の認知度（問 31）	69
健康診断の受診状況（問 32）	70
血糖異常や糖尿病またはその疑いの宣告経験（問 33）	71
糖尿病についての相談、指導の経験（問 33 - 1）	73
糖尿病と診断された経験（問 34）	74
糖尿病での定期的通院状況（問 34 - 1）	75
糖尿病の合併症の有無（問 34 - 2）	76
高血圧と言われた経験（問 35）	76
高血圧についての相談、指導の経験（問 35 - 1）	77
高血圧での定期的通院状況（問 35 - 2）	78
脂質代謝異常と言われた経験（問 36）	78
脂質代謝異常についての相談、指導の経験（問 36 - 1）	79
脂質代謝異常での定期的通院状況（問 36 - 2）	80

がんについて（問 37～問 41-2）	
がん検診の受診状況（問 37～問 41）	83
精密検査を受けるよういわれたか（問 37 - 1・38 - 1・39 - 1・ 40 - 1・41 - 1）	84
精密検査を受けたか（問 37 - 2・38 - 2・39 - 2・40 - 2・41 - 2）	86
歯と口の健康について（問 42～問 48）	
『8020運動』の認知度（問 42）	91
現在の歯の本数（問 43）	92
歯科健診受診の状況（問 44）	94
1年以内の歯石除去や歯面清掃の状況（問 45）	95
フッ素入り歯磨き剤の使用状況（問 46）	96
歯間部清掃用具の使用状況（問 47）	97
用語『噛ミンゲ30』の認知度（問 48）	99
感染症予防について（問 49～問 51）	
予防接種の有効性の認知度（問 49）	103
予防接種情報の入手元（問 50）	104
感染症予防のため心がけていること（問 51）	105
その他（問 52、問 53）	
自身の健康に関する満足度（問 52）	109
今後の鎌ヶ谷市の「健康なまちづくり」についての意見等（問 53）	111

第 章 アンケート調査票

アンケート調査票	115
----------	-----

第 章

調査の概要等

調査の概要

1 調査の目的

この調査は、鎌ヶ谷市民の健康に関する意識や行動、今後の健康づくり活動に関する意見などを総合的に把握し、『いきいきプラン・健康かまがや 21』の達成状況の評価と見直し、および今後の健康づくりのいっそうの推進のための基礎資料とすることを目的とする。

2 調査項目

調査は以下の内容で、自由記入式の質問（問 53）を含めた問 1 から問 53 までの質問にて構成した。

1. 基本的属性（問 1～問 6）
2. 食生活について（問 7～問 17）
3. 身体活動・運動について（問 18～問 21-1）
4. 休養・心の健康づくりについて（問 22～問 25）
5. たばこについて（問 26～問 28）
6. アルコールについて（問 29～問 30）
7. 糖尿病・循環器系の病気について（問 31～問 36-2）
8. がんについて（問 37～問 41-2）
9. 歯と口の健康について（問 42～問 48）
10. 感染症予防について（問 49～問 51）
11. その他（問 52～問 53）

3 調査の方法

- (1) 調査区域：市内全域
- (2) 調査対象：平成 22 年 4 月 21 日現在鎌ヶ谷市に居住する 15 歳以上の市民
- (3) 標本数（送付者数）：3,000 人
- (4) 抽出方法：住民基本台帳からの無作為抽出法
- (5) 実施方法：郵送配付 - 郵送回収法
- (6) 実施時期：平成 22 年 5 月 10 日～5 月 24 日

4 回収結果

(1) 有効回収数：1,464票（回収数1,464票、無効票は無し）

(2) 有効回収率：48.8%

前回の「鎌ヶ谷市民健康に関する意識調査」は、平成13年2～3月に実施されたもので、15歳から75歳までの男女市民1,020人を対象とした。回収を主として保健推進員および食生活改善推進員による訪問回収としたため回収率が高く(84.7%)、864人からの有効回収があった。

本書の見方

選択肢の語句が長い場合、本文や表・グラフ中では省略した表現を用いていることがある。

表・グラフ中、整数は回答者数（単位：人）を、小数第1位までの数値は百分率（単位：%）を、それぞれ表している。

調査結果の比率は、その質問の回答者数を基数（ n ）として、小数第2位を四捨五入して算出している。そのため、合計が100%にならない場合がある。

複数回答形式の場合、回答比率の合計は通常100%を超える。

男女別、年齢別などの集計結果においては、性、年齢などが不明（無回答）の人がいるため、各選択肢の人数を足し上げた値と「合計」欄の数値は一致しない。

第



章

調査結果の解説

基本的属性

(問1 ~ 問6)

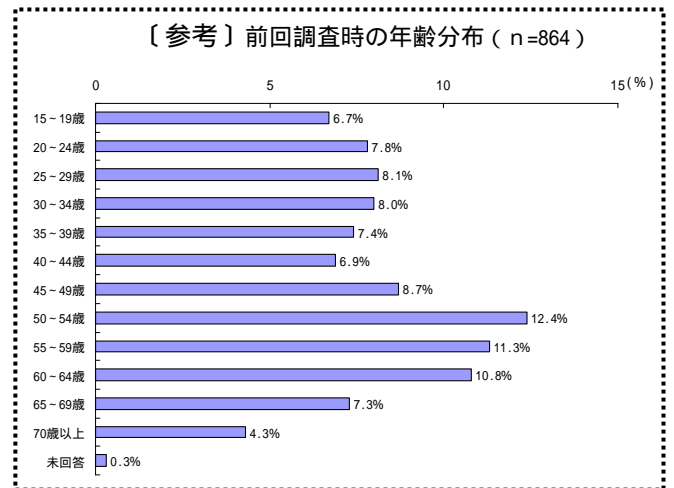
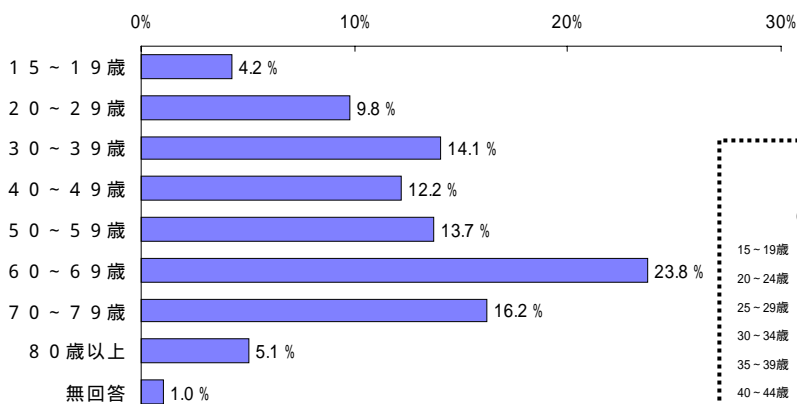
年 齢（問 1） ・ 60～69歳が最も多い

問 1 年齢は、満何歳になりましたか。（*平成 22 年 5 月 1 日現在で）
該当するもの1つを選び、記号を で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	15～19歳	62	4.2
2	20～29歳	143	9.8
3	30～39歳	206	14.1
4	40～49歳	178	12.2
5	50～59歳	201	13.7
6	60～69歳	348	23.8
7	70～79歳	237	16.2
8	80歳以上	74	5.1
	無回答	15	1.0
	全体	1464	100.0

回答者の中で「60～69歳」（23.8%）の年齢層の人が最も多く、以下「70～79歳」（16.2%）、「30～39歳」（14.1%）、「50～59歳」（13.7%）となっている。

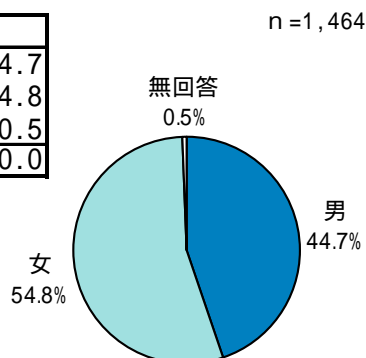
また、60歳以上の人の割合が45.1%を占めている。 n=1,464



性 別（問 2） ・ 女性が過半数、男性が45%弱

問 2 性別はどちらですか。

No.	選択肢	n	%
1	男	655	44.7
2	女	802	54.8
	無回答	7	0.5
	全体	1464	100.0



「女性」が54.8%、「男性」が44.7%となっている。

身長・体重など（問3）

・BMI値で「標準」が7割弱で最も多い。女性より男性で「肥満」が多い

問3 身長・体重を教えてください。（数字記入）

1. 身長

No.	選択肢	n	%
1	139cm以下	9	0.6
2	140cm台	118	8.1
3	150cm台	517	35.3
4	160cm台	522	35.7
5	170cm台	240	16.4
6	180cm台	25	1.7
7	190cm以上	1	0.1
	無回答	32	2.2
	全体	1464	100.0

160cm台が35.7%で最も多く、僅差で150cm台が続いている。

2. 体重

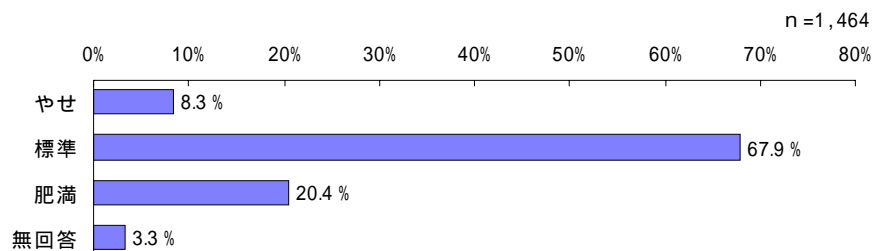
No.	選択肢	n	%
1	39kg以下	26	1.8
2	40kg台	283	19.3
3	50kg台	488	33.3
4	60kg台	375	25.6
5	70kg台	178	12.2
6	80kg台	52	3.6
7	90kg以上	20	1.4
	無回答	42	2.9
	全体	1464	100.0

50kg台が33.3%で最も多く、次いで60kg台が多くなっている。

BMI値

No.	選択肢	n	%
1	やせ	122	8.3
2	標準	994	67.9
3	肥満	299	20.4
	無回答	49	3.3
	全体	1464	100.0

BMI（3段階）



BMI値（体重〔kg〕÷身長〔m〕÷身長〔m〕で算出したもの）をみると、“普通”の人が67.9%、“肥満”が20.4%、“やせ”が8.3%となっている。

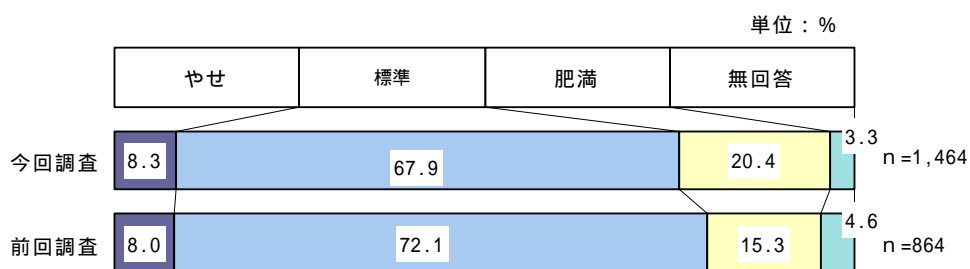
【男女別】 *上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	やせ	標準	肥満	無回答
合計	1464 100.0	122 8.3	994 67.9	299 20.4	49 3.3
男	655 100.0	40 6.1	427 65.2	172 26.3	16 2.4
女	802 100.0	82 10.2	567 70.7	127 15.8	26 3.2

男性では女性よりも“肥満”が多く、男性の割合が女性を10ポイント以上上回っている。

女性では、反対に“やせ”の割合が男性を4.1ポイント上回っている。

【平成13年2～3月実施『市民健康意識調査』<地域保健推進特別事業>(以降、「前回調査」と表記する)結果との比較】

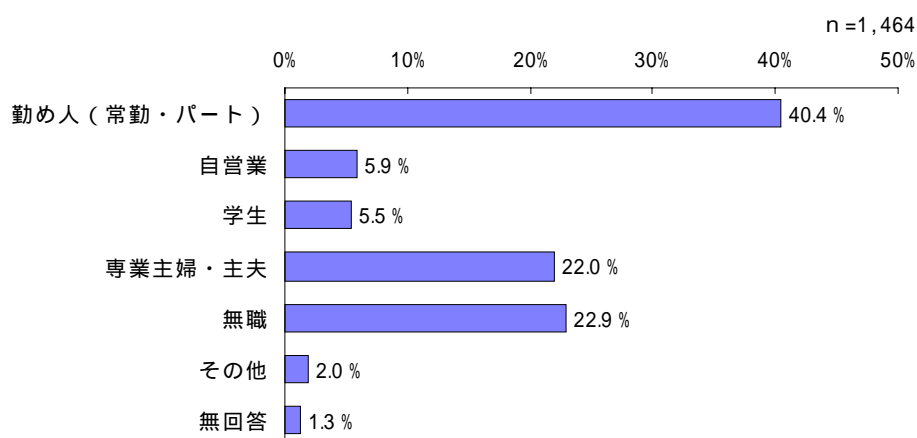


前回調査と比べて、今回調査結果では“標準”が減少し、“やせ”が微増し、“肥満”が増加(5.1ポイント)している。

職業（問4） ・「勤め人（常勤・パート）」が最も多く、「無職」がそれに続いて多い

問4 現在の職業を教えてください。
該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	勤め人（常勤・パート）	592	40.4
2	自営業	87	5.9
3	学生	80	5.5
4	専業主婦・主夫	322	22.0
5	無職	335	22.9
6	その他	29	2.0
	無回答	19	1.3
	全体	1464	100.0

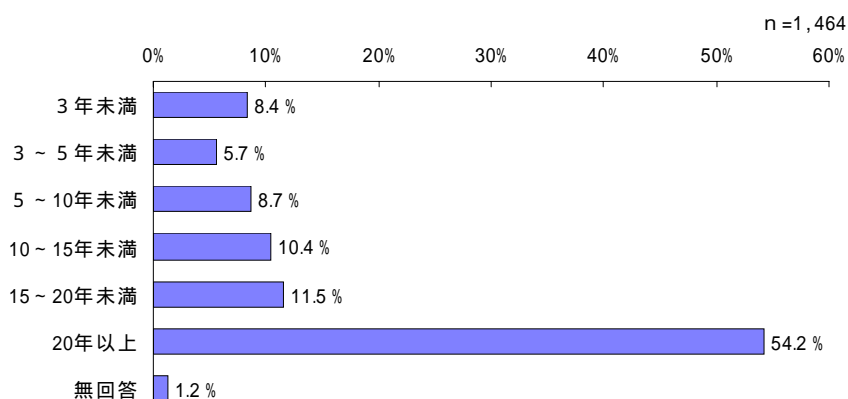


「勤め人（常勤・パート）」(40.4%) が最も多く、次いで「無職」(22.9%) が多くなっている。第3位は「専業主婦・主夫」(22.0%)。

市内居住歴（問5） ・「20年以上」が過半数で最も多い

問5 鎌ヶ谷市にお住みになって何年になりますか。
該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	3年未満	123	8.4
2	3～5年未満	83	5.7
3	5～10年未満	127	8.7
4	10～15年未満	152	10.4
5	15～20年未満	168	11.5
6	20年以上	793	54.2
	無回答	18	1.2
	全体	1464	100.0



「20年以上」という回答が過半数を占めて最も多い。次いで「15～20年未満」（11.5%）、「10～15年未満」（10.4%）が多くなっている。

【居住地区別】

* 上段...人数（単位：人） 下段...構成比（単位：%）

	全体	3年未満	3～5年未満	5～10年未満	10～15年未満	15～20年未満	20年以上	無回答
合計	1464 100.0	123 8.4	83 5.7	127 8.7	152 10.4	168 11.5	793 54.2	18 1.2
中央地区	305 100.0	29 9.5	20 6.6	20 6.6	28 9.2	29 9.5	179 58.7	0 0.0
中央東地区	275 100.0	28 10.2	13 4.7	19 6.9	32 11.6	26 9.5	157 57.1	0 0.0
東部地区	359 100.0	26 7.2	20 5.6	25 7.0	28 7.8	55 15.3	203 56.5	2 0.6
南部地区	271 100.0	20 7.4	17 6.3	38 14.0	31 11.4	32 11.8	132 48.7	1 0.4
西部地区	118 100.0	12 10.2	10 8.5	17 14.4	10 8.5	8 6.8	60 50.8	1 0.8
北部地区	115 100.0	8 7.0	3 2.6	8 7.0	21 18.3	16 13.9	59 51.3	0 0.0
その他	4 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 25.0	1 25.0	2 50.0	0 0.0

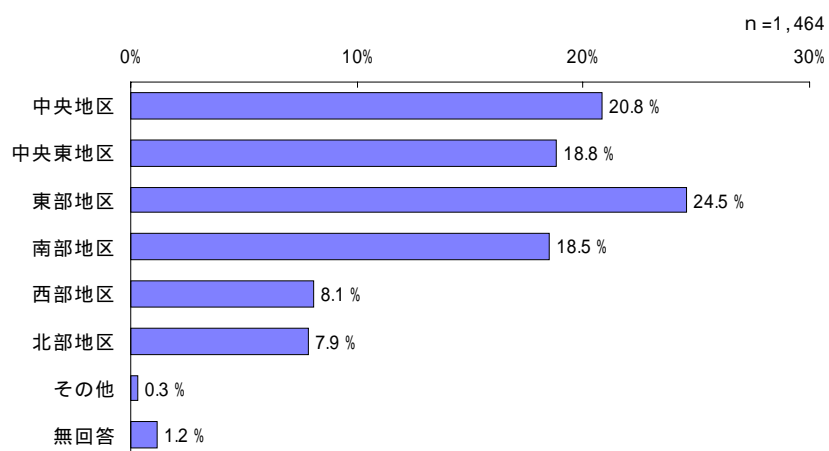
中央地区、中央東地区と東部地区で「20年以上」の割合が特に大きく、全体平均を超えている。

また、中央東地区と西部地区では「3年未満」の割合が比較的大きく、1割を超えている。

居住地区（問6） ・「東部地区」が最も多い

問6 あなたは、どの地域に住んでいますか。
該当するもの1つを選び、で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	中央地区	305	20.8
2	中央東地区	275	18.8
3	東部地区	359	24.5
4	南部地区	271	18.5
5	西部地区	118	8.1
6	北部地区	115	7.9
7	その他	4	0.3
	無回答	17	1.2
	全体	1464	100.0



「東部地区」が4分の1弱を占め最も多い。次いで「中央地区」(20.8%)が多く、以下「中央東地区」(18.8%)、「南部地区」(18.5%)の順となっている。

食生活について

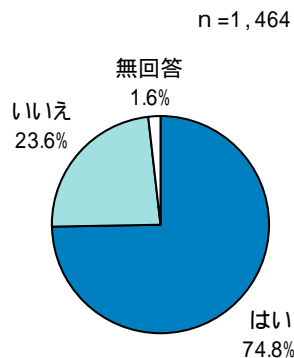
(問7～問17)

健康のため食事に気をつけているか（問7）

・ ほぼ75%が健康のため食事に気をつけている

問7 あなたは、健康のために食事に気をつけていますか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	1095	74.8
2	いいえ	346	23.6
	無回答	23	1.6
	全体	1464	100.0



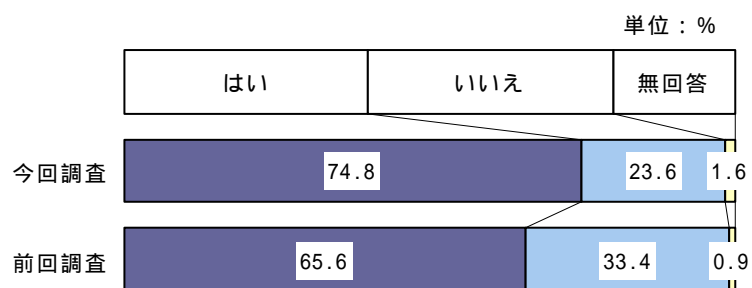
「はい」という回答が圧倒的に多く、ほぼ4分の3を占めている。「いいえ」は4分の1弱となっている。

【年齢・男女別】 * 上段...人数（単位：人） 下段...構成比（単位：％）

	全体	はい	いいえ	無回答
合計	1464 100.0	1095 74.8	346 23.6	23 1.6
15～19歳-男	28 100.0	16 57.1	12 42.9	0 0.0
15～19歳-女	34 100.0	21 61.8	13 38.2	0 0.0
20～29歳-男	58 100.0	22 37.9	34 58.6	2 3.4
20～29歳-女	85 100.0	61 71.8	24 28.2	0 0.0
30～39歳-男	89 100.0	48 53.9	41 46.1	0 0.0
30～39歳-女	117 100.0	88 75.2	29 24.8	0 0.0
40～49歳-男	84 100.0	43 51.2	41 48.8	0 0.0
40～49歳-女	94 100.0	71 75.5	23 24.5	0 0.0
50～59歳-男	87 100.0	55 63.2	32 36.8	0 0.0
50～59歳-女	114 100.0	94 82.5	18 15.8	2 1.8
60～69歳-男	159 100.0	134 84.3	24 15.1	1 0.6
60～69歳-女	189 100.0	168 88.9	19 10.1	2 1.1
70～79歳-男	118 100.0	98 83.1	18 15.3	2 1.7
70～79歳-女	119 100.0	110 92.4	9 7.6	0 0.0
80歳以上-男	32 100.0	26 81.3	6 18.8	0 0.0
80歳以上-女	42 100.0	39 92.9	3 7.1	0 0.0

女性では、「はい」という回答の割合がどの年代においても男性よりも多くなっている。女性の方がより気をつけていることが分かる。

【前回調査との比較】



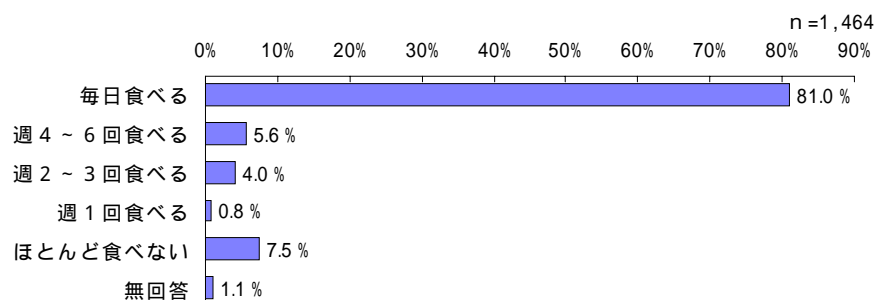
前回調査と比べて、今回調査結果では「はい」の割合が9.2ポイント増加し、「いいえ」の割合は反対に9.8ポイント減少している。

朝食摂取の状況（問8）

・「毎日食べる」が81%で、圧倒的に多い。「ほとんど食べない」は7.5%

問8 あなたは、朝食をどの程度食べますか。
該当するもの1つを選び、で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	毎日食べる	1186	81.0
2	週4～6回食べる	82	5.6
3	週2～3回食べる	59	4.0
4	週1回食べる	11	0.8
5	ほとんど食べない	110	7.5
	無回答	16	1.1
	全体	1464	100.0



「毎日食べる」(81.0%)という回答が圧倒的に多く、次いで多いのは「ほとんど食べない」(7.5%)となっている。

「毎日食べる」と「週4～6日食べる」(5.6%)を合わせると、86.6%の人が週の半分以上は朝食をとっていることが分かる。

【男女・年齢別】 *上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

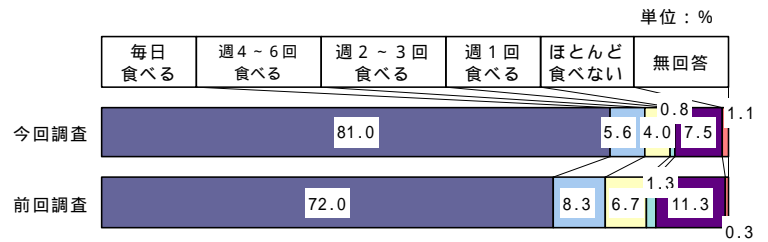
	全体	毎日食べる	週4～6回食べる	週2～3回食べる	週1回食べる	ほとんど食べない	無回答
合計	1464	1186	82	59	11	110	16
	100.0	81.0	5.6	4.0	0.8	7.5	1.1
男-15～19歳	28	21	3	2	0	2	0
	100.0	75.0	10.7	7.1	0.0	7.1	0.0
20～29歳	58	30	10	8	1	8	1
	100.0	51.7	17.2	13.8	1.7	13.8	1.7
30～39歳	89	50	6	6	3	24	0
	100.0	56.2	6.7	6.7	3.4	27.0	0.0
40～49歳	84	60	8	7	2	7	0
	100.0	71.4	9.5	8.3	2.4	8.3	0.0
50～59歳	87	60	8	4	0	15	0
	100.0	69.0	9.2	4.6	0.0	17.2	0.0
60～69歳	159	141	3	4	0	11	0
	100.0	88.7	1.9	2.5	0.0	6.9	0.0
70～79歳	118	113	2	1	0	2	0
	100.0	95.8	1.7	0.8	0.0	1.7	0.0
80歳以上	32	31	0	1	0	0	0
	100.0	96.9	0.0	3.1	0.0	0.0	0.0
女-15～19歳	34	26	4	1	0	3	0
	100.0	76.5	11.8	2.9	0.0	8.8	0.0
20～29歳	85	53	10	7	2	13	0
	100.0	62.4	11.8	8.2	2.4	15.3	0.0
30～39歳	117	93	8	5	1	10	0
	100.0	79.5	6.8	4.3	0.9	8.5	0.0
40～49歳	94	68	10	7	2	7	0
	100.0	72.3	10.6	7.4	2.1	7.4	0.0
50～59歳	114	99	7	2	0	6	0
	100.0	86.8	6.1	1.8	0.0	5.3	0.0
60～69歳	189	182	1	3	0	2	1
	100.0	96.3	0.5	1.6	0.0	1.1	0.5
70～79歳	119	116	2	1	0	0	0
	100.0	97.5	1.7	0.8	0.0	0.0	0.0
80歳以上	42	42	0	0	0	0	0
	100.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

男女・年齢別では、男女の20歳代と男性の30、50歳代で「ほとんど食べない」の割合が比較的大きく、朝食を食べない傾向にあることが分かる。30歳代男性で特に多い。

【前回調査との比較】

単位：%

	n	毎日食べる	週4～6回食べる	週2～3回食べる	週1回食べる	ほとんど食べない	無回答
今回調査	1,464	81.0	5.6	4.0	0.8	7.5	1.1
前回調査	864	72.0	8.3	6.7	1.3	11.3	0.3



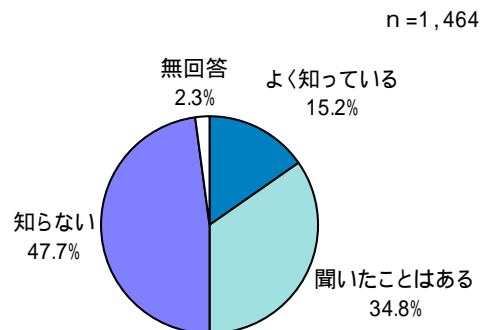
今回調査では、前回調査時と比べ、「毎日食べる」の割合が9ポイント増加している。また、「ほとんど食べない」は3.8ポイント減少している。

『食事バランスガイド』の認知状況（問9）

・半数弱が「知らない」と答えており、「よく知っている」は15.2%

問9 あなたは、『食事バランスガイド』を知っていますか。
該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	よく知っている	223	15.2
2	聞いたことはある	509	34.8
3	知らない	699	47.7
	無回答	33	2.3
	全体	1464	100.0



「知らない」という答えが最も多く、47.7%を占めている。次いで多いのは「聞いたことはある」で、34.8%。「よく知っている」は15.2%となっている。

【男女・年齢別】 *上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	よく知っている	聞いたことはある	知らない	無回答
合計	1464 100.0	223 15.2	509 34.8	699 47.7	33 2.3
男-15~19歳	28 100.0	1 3.6	9 32.1	18 64.3	0 0.0
20~29歳	58 100.0	1 1.7	15 25.9	40 69.0	2 3.4
30~39歳	89 100.0	3 3.4	18 20.2	68 76.4	0 0.0
40~49歳	84 100.0	2 2.4	33 39.3	49 58.3	0 0.0
50~59歳	87 100.0	2 2.3	31 35.6	54 62.1	0 0.0
60~69歳	159 100.0	28 17.6	51 32.1	77 48.4	3 1.9
70~79歳	118 100.0	23 19.5	55 46.6	37 31.4	3 2.5
80歳以上	32 100.0	8 25.0	7 21.9	16 50.0	1 3.1
女-15~19歳	34 100.0	2 5.9	5 14.7	27 79.4	0 0.0
20~29歳	85 100.0	7 8.2	25 29.4	53 62.4	0 0.0
30~39歳	117 100.0	18 15.4	50 42.7	49 41.9	0 0.0
40~49歳	94 100.0	12 12.8	35 37.2	47 50.0	0 0.0
50~59歳	114 100.0	15 13.2	42 36.8	55 48.2	2 1.8
60~69歳	189 100.0	48 25.4	77 40.7	61 32.3	3 1.6
70~79歳	119 100.0	41 34.5	45 37.8	29 24.4	4 3.4
80歳以上	42 100.0	12 28.6	10 23.8	19 45.2	1 2.4

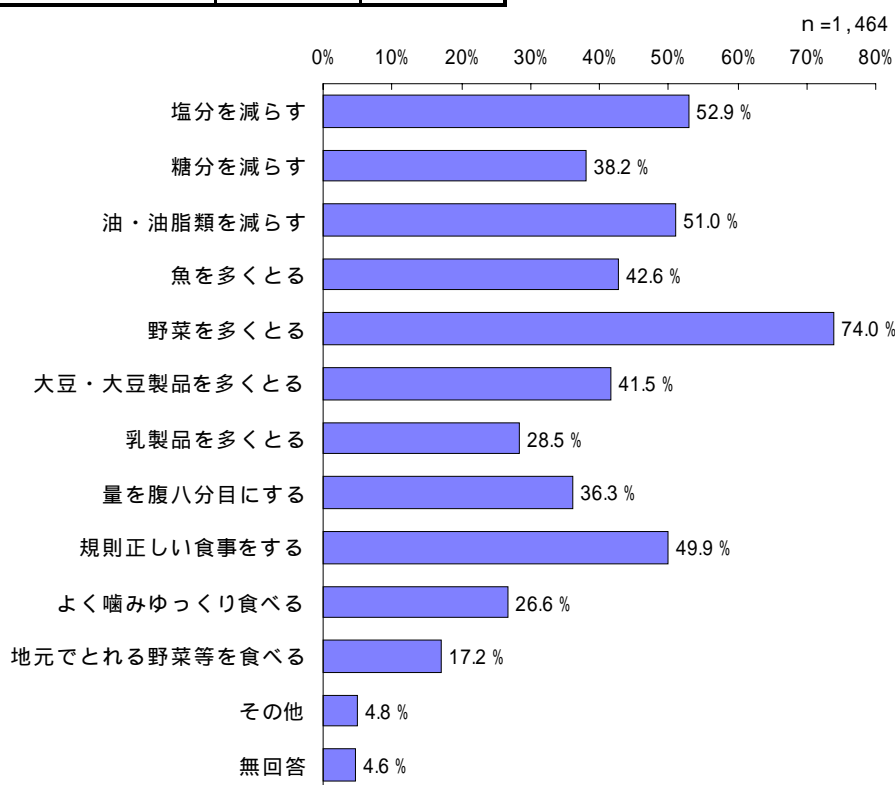
男女・年齢別にみると、「よく知っている」と回答した人は、どの年齢層でも女性の割合が男性を上回っている。男女とも若年層よりも高年齢層で「よく知っている」が多くなっており、特に女性の70歳代では34.5%に達している。
また、男性の70歳代と女性の30歳代、60歳代、70歳代では、全体結果とは異なり「聞いたことはある」が最も多い回答となっている。

普段の食生活で心がけていること（問10）

・「野菜を多くとる」、「塩分を減らす」、「油・油脂類を減らす」などが多い

問10 普段の食生活で心がけていることはありますか。
該当するものすべてを選び、番号を で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	塩分を減らす	774	52.9
2	糖분을減らす	559	38.2
3	油・油脂類を減らす	746	51.0
4	魚を多くとる	624	42.6
5	野菜を多くとる	1084	74.0
6	大豆・大豆製品を多くとる	608	41.5
7	乳製品を多くとる	417	28.5
8	量を腹八分目にする	531	36.3
9	規則正しい食事をする	731	49.9
10	よく噛みゆっくり食べる	390	26.6
11	地元でとれる野菜等を食べる	252	17.2
12	その他	71	4.8
	無回答	68	4.6
	全体	1464	100.0



「野菜を多くとる」という回答が最も多く4分の3弱に達し、「塩分を減らす」（52.9%）がそれに次いで多い。第3位は「油・油脂類を減らす」（51.0%）である。「地元でとれる野菜等を食べる」は17.2%に止まっている。

【男女・年齢別】 * 上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	塩分を減らす	糖分を減らす	油・油脂類を減らす	魚を多くとる	野菜を多くとる	大豆・大豆製品を多くとる	乳製品を多くとる	量を腹八分目にする	規則正しい食事を	よく噛みゆっくり食べる	地元でとれる野菜等を	その他	無回答
合計	1464 100.0	774 52.9	559 38.2	746 51.0	624 42.6	1084 74.0	608 41.5	417 28.5	531 36.3	731 49.9	390 26.6	252 17.2	71 4.8	68 4.6
男-15~19歳	28 100.0	2 7.1	4 14.3	6 21.4	3 10.7	15 53.6	2 7.1	2 7.1	5 17.9	9 32.1	4 14.3	0 0.0	2 7.1	4 14.3
20~29歳	58 100.0	11 19.0	13 22.4	13 22.4	9 15.5	35 60.3	13 22.4	14 24.1	16 27.6	11 19.0	10 17.2	1 1.7	3 5.2	8 13.8
30~39歳	89 100.0	21 23.6	20 22.5	26 29.2	16 18.0	54 60.7	16 18.0	19 21.3	14 15.7	16 18.0	13 14.6	3 3.4	5 5.6	10 11.2
40~49歳	84 100.0	27 32.1	22 26.2	30 35.7	21 25.0	48 57.1	18 21.4	17 20.2	17 20.2	27 32.1	10 11.9	3 3.6	1 1.2	8 9.5
50~59歳	87 100.0	43 49.4	33 37.9	38 43.7	40 46.0	58 66.7	21 24.1	22 25.3	34 39.1	28 32.2	7 8.0	10 11.5	2 2.3	2 2.3
60~69歳	159 100.0	101 63.5	74 46.5	96 60.4	98 61.6	127 79.9	81 50.9	52 32.7	76 47.8	95 59.7	53 33.3	28 17.6	5 3.1	5 3.1
70~79歳	118 100.0	78 66.1	53 44.9	58 49.2	69 58.5	87 73.7	57 48.3	37 31.4	55 46.6	82 69.5	41 34.7	25 21.2	3 2.5	3 2.5
80歳以上	32 100.0	22 68.8	13 40.6	14 43.8	19 59.4	21 65.6	18 56.3	15 46.9	19 59.4	23 71.9	24 75.0	8 25.0	0 0.0	0 0.0
女-15~19歳	34 100.0	5 14.7	7 20.6	12 35.3	4 11.8	24 70.6	5 14.7	6 17.6	9 26.5	17 50.0	10 29.4	1 2.9	1 2.9	1 2.9
20~29歳	85 100.0	22 25.9	22 25.9	33 38.8	16 18.8	58 68.2	27 31.8	23 27.1	19 22.4	32 37.6	18 21.2	5 5.9	9 10.6	4 4.7
30~39歳	117 100.0	47 40.2	30 25.6	52 44.4	28 23.9	93 79.5	51 43.6	18 15.4	26 22.2	52 44.4	16 13.7	14 12.0	5 4.3	5 4.3
40~49歳	94 100.0	48 51.1	23 24.5	45 47.9	29 30.9	76 80.9	37 39.4	26 27.7	29 30.9	48 51.1	21 22.3	12 12.8	3 3.2	1 1.1
50~59歳	114 100.0	79 69.3	50 43.9	73 64.0	49 43.0	92 80.7	51 44.7	35 30.7	37 32.5	47 41.2	23 20.2	14 12.3	5 4.4	1 0.9
60~69歳	189 100.0	143 75.7	106 56.1	141 74.6	121 64.0	162 85.7	112 59.3	64 33.9	92 48.7	129 68.3	69 36.5	58 30.7	13 6.9	1 0.5
70~79歳	119 100.0	96 80.7	71 59.7	85 71.4	77 64.7	102 85.7	78 65.5	48 40.3	61 51.3	90 75.6	46 38.7	51 42.9	10 8.4	0 0.0
80歳以上	42 100.0	28 66.7	17 40.5	23 54.8	24 57.1	31 73.8	20 47.6	18 42.9	21 50.0	24 57.1	25 59.5	18 42.9	3 7.1	1 2.4

男性・女性とも比較的高年齢の層で「塩分を減らす」の割合が大きくなっており、男性50歳代以上、女性40歳代以上で第2位となっており、また80歳以上の男性では最も多い回答となっている。

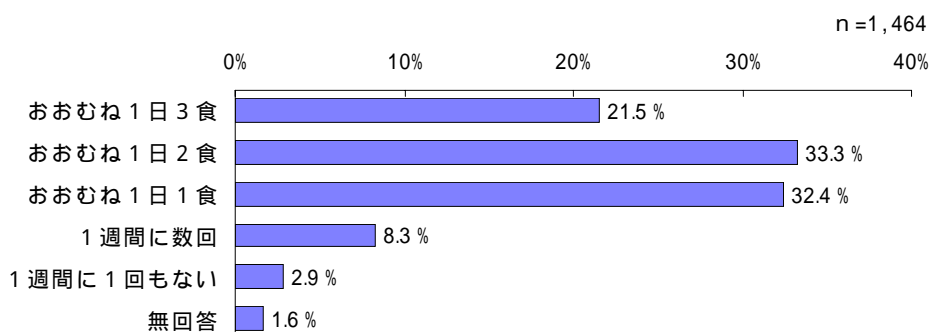
男性の80歳以上を除くすべての性・年代で「野菜を多くとる」が最も多い回答となっている。

バランスの良い食事の頻度（問 11）

・「おおむね 1 日 2 食」という人が最も多い

問 11 主食・主菜・副菜をそろえたバランスの良い食事の頻度はどのくらいですか。
該当するもの 1 つを選び、 で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	おおむね 1 日 3 食	315	21.5
2	おおむね 1 日 2 食	487	33.3
3	おおむね 1 日 1 食	474	32.4
4	1 週間に数回	122	8.3
5	1 週間に 1 回もない	42	2.9
	無回答	24	1.6
	全体	1464	100.0



「おおむね 1 日 2 食」(33.3%) という回答が最も多く、次いで「おおむね 1 日 1 食」(32.4%) が多くなっている。「おおむね 1 日 3 食」も合わせて“おおむね 1 日 1 食以上”という人が 87.2% を占め、「1 週間に 1 回もない」という人は 3% 程度である。

【男女・年齢別】 * 上段...人数 (単位: 人) 下段...構成比 (単位: %)

	全体	おおむね 1 日 3 食	おおむね 1 日 2 食	おおむね 1 日 1 食	1 週間に 数回	1 週間に 1 回もない	無回答
合計	1464 100.0	315 21.5	487 33.3	474 32.4	122 8.3	42 2.9	24 1.6
男- 15 ~ 19 歳	28 100.0	5 17.9	11 39.3	7 25.0	3 10.7	1 3.6	1 3.6
20 ~ 29 歳	58 100.0	3 5.2	17 29.3	21 36.2	12 20.7	5 8.6	0 0.0
30 ~ 39 歳	89 100.0	5 5.6	24 27.0	37 41.6	20 22.5	2 2.2	1 1.1
40 ~ 49 歳	84 100.0	9 10.7	21 25.0	39 46.4	11 13.1	4 4.8	0 0.0
50 ~ 59 歳	87 100.0	14 16.1	29 33.3	30 34.5	10 11.5	4 4.6	0 0.0
60 ~ 69 歳	159 100.0	51 32.1	52 32.7	36 22.6	12 7.5	6 3.8	2 1.3
70 ~ 79 歳	118 100.0	39 33.1	46 39.0	27 22.9	5 4.2	1 0.8	0 0.0
80 歳以上	32 100.0	16 50.0	7 21.9	7 21.9	1 3.1	1 3.1	0 0.0
女- 15 ~ 19 歳	34 100.0	13 38.2	7 20.6	10 29.4	3 8.8	1 2.9	0 0.0
20 ~ 29 歳	85 100.0	6 7.1	26 30.6	35 41.2	11 12.9	7 8.2	0 0.0
30 ~ 39 歳	117 100.0	12 10.3	33 28.2	55 47.0	13 11.1	4 3.4	0 0.0
40 ~ 49 歳	94 100.0	7 7.4	33 35.1	46 48.9	5 5.3	2 2.1	1 1.1
50 ~ 59 歳	114 100.0	17 14.9	51 44.7	41 36.0	4 3.5	1 0.9	0 0.0
60 ~ 69 歳	189 100.0	52 27.5	76 40.2	53 28.0	6 3.2	1 0.5	1 0.5
70 ~ 79 歳	119 100.0	48 40.3	41 34.5	24 20.2	4 3.4	1 0.8	1 0.8
80 歳以上	42 100.0	17 40.5	13 31.0	6 14.3	2 4.8	1 2.4	3 7.1

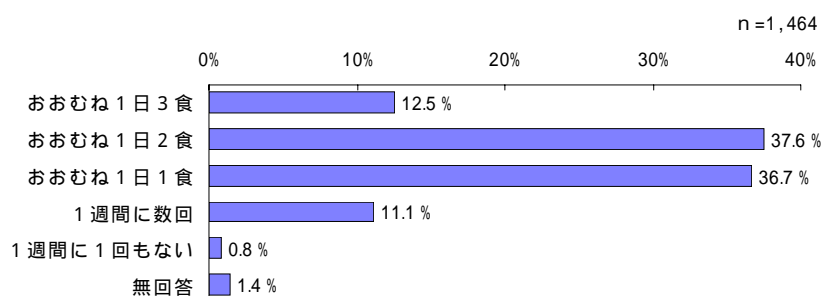
男女とも 20 歳代で、「1 週間に 1 回もない」人が比較的多くなっている。

野菜料理を食べる頻度（問 12）

・「おおむね1日2食」という人が最も多い

問 12 1日のうちで野菜料理をどのくらい食べますか。
該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	おおむね1日3食	183	12.5
2	おおむね1日2食	550	37.6
3	おおむね1日1食	537	36.7
4	1週間に数回	162	11.1
5	1週間に1回もない	12	0.8
	無回答	20	1.4
	全体	1464	100.0



「おおむね1日2食」(37.6%)という回答が最も多く、次いで「おおむね1日1食」(36.7%)が多くなっている。「おおむね1日3食」も合わせて“おおむね1日1食以上”という人が86.8%を占め、「1週間に1回もない」という人は1%未満である。

【男女別】

* 上段...人数(単位:人)、下段...構成比(単位:%)

	全体	おおむね 1日3食	おおむね 1日2食	おおむね 1日1食	1週間に 数回	1週間に 1回もない	無回答
合計	1464 100.0	183 12.5	550 37.6	537 36.7	162 11.1	12 0.8	20 1.4
男	655 100.0	63 9.6	207 31.6	267 40.8	96 14.7	9 1.4	13 2.0
女	802 100.0	119 14.8	341 42.5	268 33.4	65 8.1	3 0.4	6 0.7

「おおむね1日3食」、「おおむね1日2食」では女性の回答割合が男性を上回っており、差は順に5.2ポイント、10.9ポイントである。

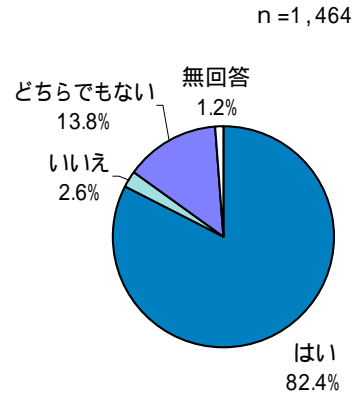
「おおむね1日1食」、「1週間に数回」では反対に男性の割合が女性より多く、差は順に7.4ポイント、6.6ポイントとなっている。

『きんぴらごぼう』の嗜好状況（問 13）

・「好き」という人の割合が8割を超えている

問 13 鎌ヶ谷市に昔からある料理の中には、『きんぴらごぼう』があります。
あなたは、『きんぴらごぼう』が好きですか。
該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	はい	1206	82.4
2	いいえ	38	2.6
3	どちらでもない	202	13.8
	無回答	18	1.2
	全体	1464	100.0



「はい」という回答が82.4%と圧倒的に多くなっている。「いいえ」は2.6%に止まっている。

【男女別】*上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	はい	いいえ	どちらでも もない	無回答
合計	1464 100.0	1206 82.4	38 2.6	202 13.8	18 1.2
男	655 100.0	501 76.5	25 3.8	119 18.2	10 1.5
女	802 100.0	701 87.4	12 1.5	82 10.2	7 0.9

男女別では、男性・女性とも「はい」が最も多いが、その割合は女性が男性を10.9ポイント上回っている。

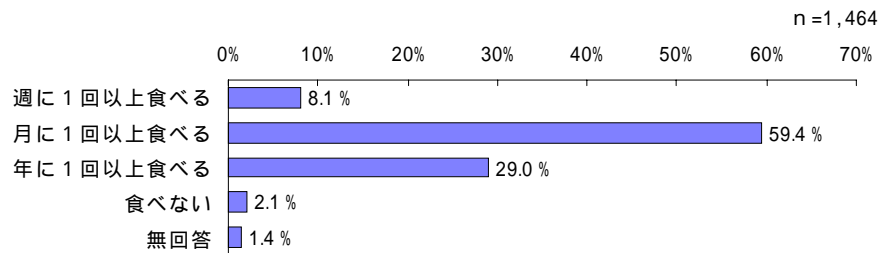
また、男性では、「どちらでもない」の割合が女性より8ポイント多い。

『きんぴらごぼう』を食べる頻度（問 14）

・「月に1回以上」が最も多く、6割弱を占める

問 14 あなたは、『きんぴらごぼう』をどのくらい食べますか。
該当するもの1つを選び、で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	週に1回以上食べる	119	8.1
2	月に1回以上食べる	870	59.4
3	年に1回以上食べる	424	29.0
4	食べない	31	2.1
	無回答	20	1.4
	全体	1464	100.0



「月に1回以上食べる」という回答が6割弱を占め、最も多くなっている。次いで「年に1回以上食べる」(29.0%)が多い。「週に1回以上食べる」、「食べない」は、それぞれ8.1%、2.1%に止まっている。

【年齢・男女別】*上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	週に1回以上食べる	月に1回以上食べる	年に1回以上食べる	食べない	無回答
合計	1464 100.0	119 8.1	870 59.4	424 29.0	31 2.1	20 1.4
15~19歳-男	28 100.0	4 14.3	14 50.0	7 25.0	3 10.7	0 0.0
15~19歳-女	34 100.0	3 8.8	21 61.8	8 23.5	2 5.9	0 0.0
20~29歳-男	58 100.0	4 6.9	28 48.3	22 37.9	4 6.9	0 0.0
20~29歳-女	85 100.0	4 4.7	39 45.9	40 47.1	2 2.4	0 0.0
30~39歳-男	89 100.0	1 1.1	56 62.9	30 33.7	1 1.1	1 1.1
30~39歳-女	117 100.0	3 2.6	66 56.4	45 38.5	2 1.7	1 0.9
40~49歳-男	84 100.0	3 3.6	45 53.6	32 38.1	1 1.2	3 3.6
40~49歳-女	94 100.0	3 3.2	52 55.3	38 40.4	1 1.1	0 0.0
50~59歳-男	87 100.0	3 3.4	48 55.2	29 33.3	5 5.7	2 2.3
50~59歳-女	114 100.0	3 2.6	75 65.8	33 28.9	1 0.9	2 1.8
60~69歳-男	159 100.0	13 8.2	98 61.6	41 25.8	2 1.3	5 3.1
60~69歳-女	189 100.0	18 9.5	126 66.7	42 22.2	2 1.1	1 0.5
70~79歳-男	118 100.0	16 13.6	73 61.9	26 22.0	0 0.0	3 2.5
70~79歳-女	119 100.0	30 25.2	71 59.7	16 13.4	2 1.7	0 0.0
80歳以上-男	32 100.0	4 12.5	23 71.9	4 12.5	1 3.1	0 0.0
80歳以上-女	42 100.0	5 11.9	27 64.3	8 19.0	1 2.4	1 2.4

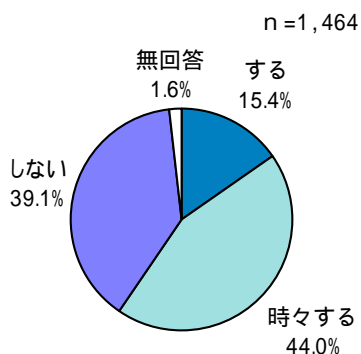
年齢・男女別にみると、70歳以上の年齢層では男女とも「週に1回以上食べる」という回答が1割を超えて比較的多く、特に70歳代の女性で25%を超えている。

栄養成分表示の利用状況（問 15）

・「時々する」が44%を占めて最も多い

問 15 あなたは、外食や食品購入の時、栄養成分表示を参考にしていますか。
該当するもの1つを選び、で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	する	225	15.4
2	時々する	644	44.0
3	しない	572	39.1
	無回答	23	1.6
	全体	1464	100.0



「時々する」(44.0%)という回答が最も多く、次いで「しない」(39.1%)が多くなっている。

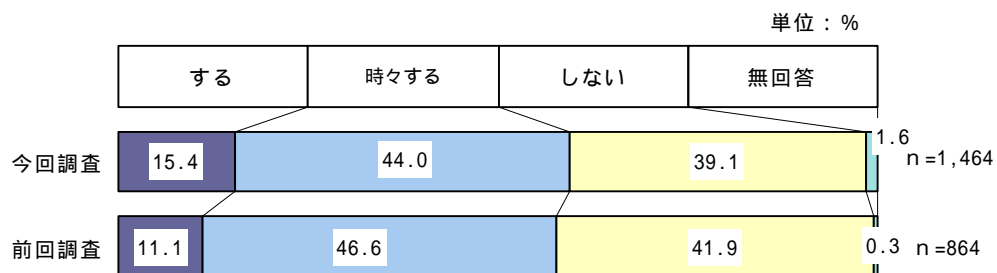
「する」と「時々する」の割合を合計すると59.4%と6割弱を占め、4割弱の「しない」を20.3%上回っている。

【職業別】*上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	する	時々する	しない	無回答
合計	1464 100.0	225 15.4	644 44.0	572 39.1	23 1.6
勤め人(常勤・パート)	592 100.0	60 10.1	267 45.1	257 43.4	8 1.4
自営業	87 100.0	10 11.5	35 40.2	39 44.8	3 3.4
学生	80 100.0	13 16.3	32 40.0	35 43.8	0 0.0
専業主婦・主夫	322 100.0	79 24.5	157 48.8	83 25.8	3 0.9
無職	335 100.0	56 16.7	135 40.3	136 40.6	8 2.4
その他	29 100.0	3 10.3	9 31.0	17 58.6	0 0.0

職業別でみると、専業主婦・主夫では「する」の割合がそれ以外の職業の人より大きく、ほぼ4人に1人となっている。反対に「しない」の割合は、全職業中で最も小さい。

【前回調査との比較】

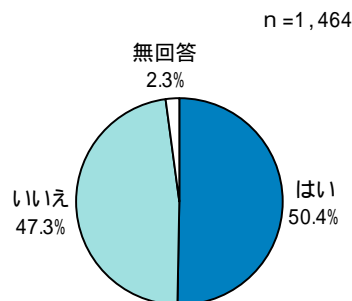


「する」と「時々する」を合わせた“する”の割合が、前回調査の57.7%から、今回は59.4%に微増している。また、「しない」の割合は、反対に2.8ポイント減少している。

適切な食事内容・量の認知状況（問16） ・知っている人が50.4%

問16 あなたは、自分にとって適切な食事内容・量を知っていますか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	738	50.4
2	いいえ	692	47.3
	無回答	34	2.3
	全体	1464	100.0



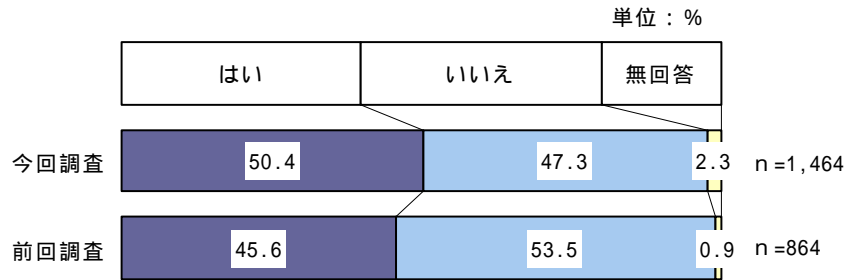
「はい」が50.4%と、約半数を占めている。「いいえ」は47.3%となっている。

【年齢・男女別】 *上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	はい	いいえ	無回答
合計	1464 100.0	738 50.4	692 47.3	34 2.3
15～19歳-男	28 100.0	9 32.1	19 67.9	0 0.0
15～19歳-女	34 100.0	14 41.2	19 55.9	1 2.9
20～29歳-男	58 100.0	14 24.1	44 75.9	0 0.0
20～29歳-女	85 100.0	39 45.9	46 54.1	0 0.0
30～39歳-男	89 100.0	28 31.5	60 67.4	1 1.1
30～39歳-女	117 100.0	55 47.0	61 52.1	1 0.9
40～49歳-男	84 100.0	26 31.0	55 65.5	3 3.6
40～49歳-女	94 100.0	50 53.2	44 46.8	0 0.0
50～59歳-男	87 100.0	33 37.9	52 59.8	2 2.3
50～59歳-女	114 100.0	54 47.4	58 50.9	2 1.8
60～69歳-男	159 100.0	86 54.1	64 40.3	9 5.7
60～69歳-女	189 100.0	114 60.3	66 34.9	9 4.8
70～79歳-男	118 100.0	71 60.2	45 38.1	2 1.7
70～79歳-女	119 100.0	92 77.3	26 21.8	1 0.8
80歳以上-男	32 100.0	19 59.4	12 37.5	1 3.1
80歳以上-女	42 100.0	26 61.9	15 35.7	1 2.4

若年層に比べて、高年齢の層の方が「はい」の割合が大きい傾向がみられる。また、すべての年齢層で、「はい」の割合について女性が男性を上回っている。

【前回調査との比較】



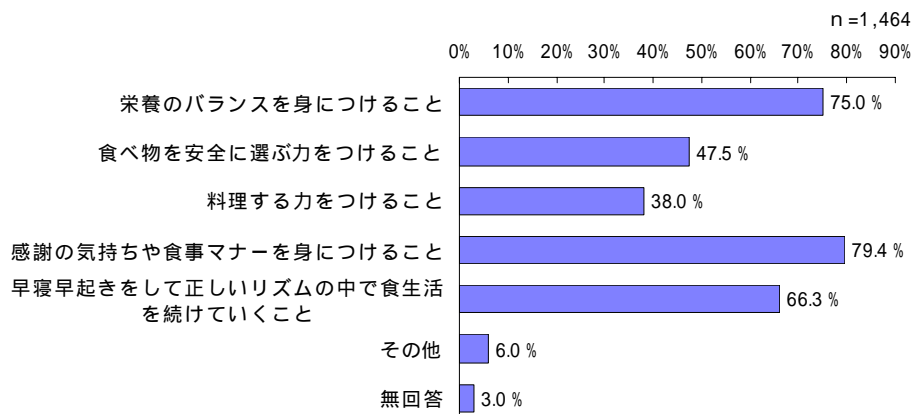
前回調査時は「いいえ」の割合が「はい」を上回っていたが、今回調査では「はい」の割合が増えて、「はい」が「いいえ」を上回っている。

子どもが「食」に対して身につけてほしい力（問17）

・感謝の気持ちや食事マナー、栄養のバランスを身につけることなどが多い

問17 あなたは、子どもが「食」に対してどのような力を育てていけばいいと思いますか。
該当するものすべてを選び、で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	栄養のバランスを身につけること	1098	75.0
2	食べ物を安全に選ぶ力をつけること	696	47.5
3	料理する力をつけること	557	38.0
4	「いただきます」「ごちそうさま」など感謝の気持ちや食事マナーを身につけること	1163	79.4
5	早寝早起きをして正しいリズムの中で食生活を続けていくこと	970	66.3
6	その他	88	6.0
	無回答	44	3.0
	全体	1464	100.0



「『いただきます』『ごちそうさま』など感謝の気持ちや食事マナーを身につけること」という回答が最も多く、「栄養のバランスを身につけること」、「早寝早起きをして正しいリズムの中で食生活を続けていくこと」がそれに続いている。

【年齢・男女別】

* 上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	栄養のバランスを身につけること	食べ物を安全に選ぶ力をつけること	料理する力をつけること	感謝の気持ちや食事マナーを身につけること	早寝早起きをして正しいリズムの中で食生活を続けていくこと	その他	無回答
合計	1464 100.0	1098 75.0	696 47.5	557 38.0	1163 79.4	970 66.3	88 6.0	44 3.0
15～19歳-男	28 100.0	22 78.6	11 39.3	11 39.3	16 57.1	13 46.4	1 3.6	0 0.0
15～19歳-女	34 100.0	22 64.7	15 44.1	15 44.1	25 73.5	18 52.9	0 0.0	0 0.0
20～29歳-男	58 100.0	38 65.5	27 46.6	27 46.6	49 84.5	26 44.8	2 3.4	0 0.0
20～29歳-女	85 100.0	62 72.9	38 44.7	42 49.4	78 91.8	67 78.8	11 12.9	0 0.0
30～39歳-男	89 100.0	69 77.5	41 46.1	26 29.2	72 80.9	51 57.3	2 2.2	1 1.1
30～39歳-女	117 100.0	91 77.8	44 37.6	47 40.2	101 86.3	85 72.6	12 10.3	1 0.9
40～49歳-男	84 100.0	56 66.7	27 32.1	30 35.7	70 83.3	52 61.9	3 3.6	2 2.4
40～49歳-女	94 100.0	81 86.2	51 54.3	43 45.7	82 87.2	68 72.3	7 7.4	0 0.0
50～59歳-男	87 100.0	62 71.3	34 39.1	33 37.9	63 72.4	44 50.6	4 4.6	3 3.4
50～59歳-女	114 100.0	89 78.1	58 50.9	46 40.4	89 78.1	84 73.7	3 2.6	3 2.6
60～69歳-男	159 100.0	127 79.9	78 49.1	51 32.1	126 79.2	102 64.2	10 6.3	5 3.1
60～69歳-女	189 100.0	159 84.1	117 61.9	81 42.9	161 85.2	149 78.8	9 4.8	3 1.6
70～79歳-男	118 100.0	74 62.7	48 40.7	23 19.5	82 69.5	73 61.9	10 8.5	10 8.5
70～79歳-女	119 100.0	95 79.8	73 61.3	55 46.2	91 76.5	81 68.1	8 6.7	6 5.0
80歳以上-男	32 100.0	15 46.9	11 34.4	8 25.0	19 59.4	22 68.8	1 3.1	3 9.4
80歳以上-女	42 100.0	25 59.5	18 42.9	14 33.3	29 69.0	27 64.3	5 11.9	5 11.9

ほとんどの年代・性別で「『いただきます』『ごちそうさま』など感謝の気持ちや食事マナーを身につけること」という回答が最も多いが、当事者の一部である15～19歳の男性と60歳代の男性、70歳代の女性では「栄養のバランスを身につけること」が、また80歳以上の男性では「早寝早起きをして正しいリズムの中で食生活を続けていくこと」が、それぞれ最も多い回答となっている。

身体活動・運動について

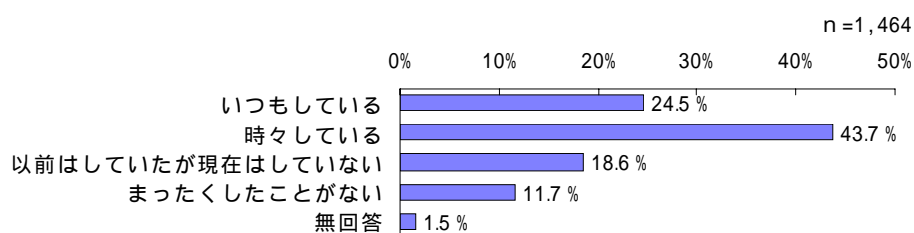
(問 18 ~ 問 21-1)

意識的に運動をしているか（問 18）

・「いつも」「時々」しているという回答が68.2%

問 18 あなたは、日頃から日常生活の中で、健康維持・増進のため意識的に身体を動かすなどの運動をしていますか。該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	いつもしている	359	24.5
2	時々している	640	43.7
3	以前はしていたが現在はしていない	272	18.6
4	まったくしたことがない	171	11.7
	無回答	22	1.5
	全体	1464	100.0



「時々している」(43.7%)という答えが最も多く、次いで「いつもしている」(24.5%)が多くなっている。

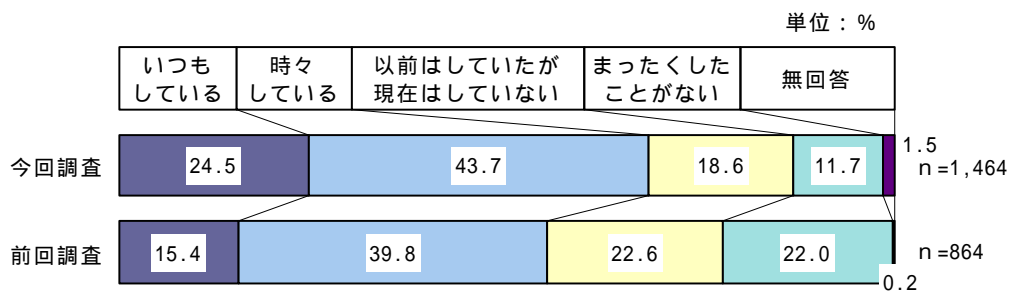
「まったくしたことがない」も1割強みられる。

【年齢別】 *上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	いつもしている	時々している	以前はしていたが現在はしていない	まったくしたことがない	無回答
合計	1464 100.0	359 24.5	640 43.7	272 18.6	171 11.7	22 1.5
15～19歳	62 100.0	25 40.3	19 30.6	11 17.7	7 11.3	0 0.0
20～29歳	143 100.0	15 10.5	63 44.1	35 24.5	30 21.0	0 0.0
30～39歳	206 100.0	18 8.7	102 49.5	55 26.7	27 13.1	4 1.9
40～49歳	178 100.0	21 11.8	70 39.3	53 29.8	32 18.0	2 1.1
50～59歳	201 100.0	30 14.9	96 47.8	40 19.9	31 15.4	4 2.0
60～69歳	348 100.0	126 36.2	158 45.4	34 9.8	23 6.6	7 2.0
70～79歳	237 100.0	100 42.2	98 41.4	24 10.1	14 5.9	1 0.4
80歳以上	74 100.0	22 29.7	25 33.8	18 24.3	6 8.1	3 4.1

年齢別では、15～19歳と70歳代の人で「いつもしている」が最も多く、意識的に運動している人が多いことが分かる。また、60歳代、80歳以上の人でも「いつもしている」が36.2%、29.7%と比較的が多くなっている。

【前回調査との比較】



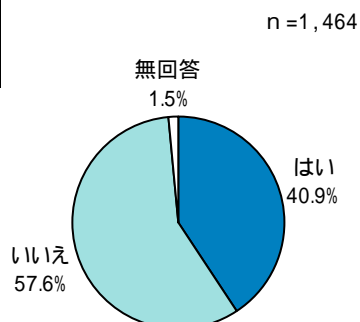
今回調査では、前回と比べて「いつもしている」の割合が9.1ポイント増加し、反対に「まったくしたことがない」は10.3ポイント減少している。

週2日以上、1日30分以上運動しているか（問19）

・「いいえ」が「はい」を上回っている

問19 あなたは、運動を週2日以上、1日30分以上行っていますか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	599	40.9
2	いいえ	843	57.6
	無回答	22	1.5
	全体	1464	100.0



「はい」が40.9%、「いいえ」が57.6%と、「いいえ」の方が多くなっている。

【男女・年齢別】 *上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	はい	いいえ	無回答
合計	1464 100.0	599 40.9	843 57.6	22 1.5
男-15~19歳	28 100.0	20 71.4	8 28.6	0 0.0
20~29歳	58 100.0	16 27.6	42 72.4	0 0.0
30~39歳	89 100.0	23 25.8	65 73.0	1 1.1
40~49歳	84 100.0	17 20.2	65 77.4	2 2.4
50~59歳	87 100.0	31 35.6	54 62.1	2 2.3
60~69歳	159 100.0	93 58.5	63 39.6	3 1.9
70~79歳	118 100.0	87 73.7	29 24.6	2 1.7
80歳以上	32 100.0	19 59.4	12 37.5	1 3.1
女-15~19歳	34 100.0	19 55.9	15 44.1	0 0.0
20~29歳	85 100.0	19 22.4	66 77.6	0 0.0
30~39歳	117 100.0	15 12.8	101 86.3	1 0.9
40~49歳	94 100.0	20 21.3	74 78.7	0 0.0
50~59歳	114 100.0	36 31.6	76 66.7	2 1.8
60~69歳	189 100.0	102 54.0	85 45.0	2 1.1
70~79歳	119 100.0	58 48.7	58 48.7	3 2.5
80歳以上	42 100.0	16 38.1	24 57.1	2 4.8

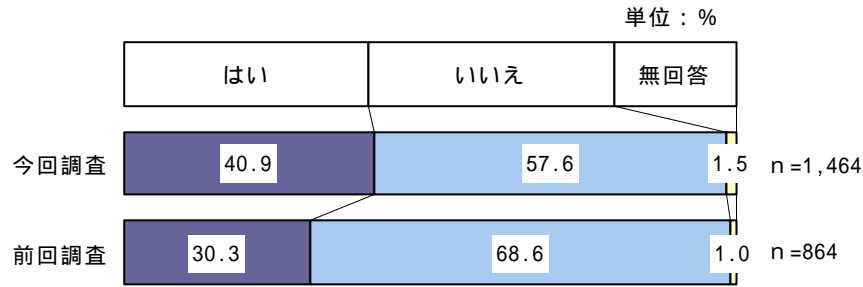
40歳代を除くいずれの年代においても、「はい」の割合は男性が女性を上回っている。また、男女の15~19歳、60歳代と70歳以上の男性では「はい」が「いいえ」を上回り、70歳代の女性では「はい」と「いいえ」が同数となっており、全体結果と異なっている。

【職業別】 *上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	はい	いいえ	無回答
合計	1464 100.0	599 40.9	843 57.6	22 1.5
勤め人(常勤・パート)	592 100.0	158 26.7	428 72.3	6 1.0
自営業	87 100.0	28 32.2	55 63.2	4 4.6
学生	80 100.0	45 56.3	35 43.8	0 0.0
専業主婦・主夫	322 100.0	130 40.4	189 58.7	3 0.9
無職	335 100.0	213 63.6	114 34.0	8 2.4
その他	29 100.0	17 58.6	12 41.4	0 0.0

「学生」と「無職」の人では、「はい」が「いいえ」より多くなっている。

【前回調査との比較】



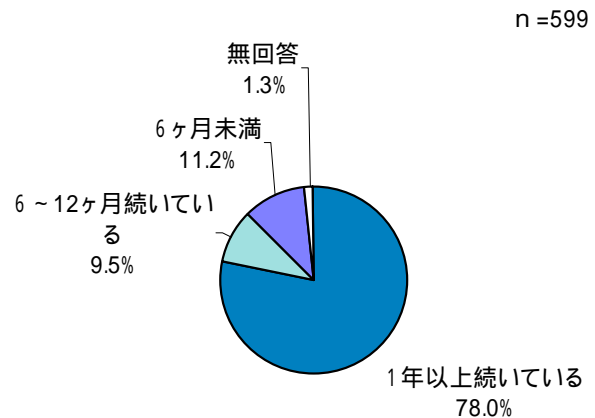
今回調査結果では、前回調査と比べ、「はい」の割合が 10.6 ポイント増加して「いいえ」が 11 ポイント減少している。

運動継続期間（問 19 - 1）

・「1年以上続いている」人が最も多い

問 19-1 問 19 で「はい」と答えた方におたずねします。
運動はどの位継続していますか。

No.	選択肢	n	%
1	1年以上続いている	467	78.0
2	6～12ヶ月続いている	57	9.5
3	6ヶ月未満	67	11.2
	無回答	8	1.3
	非該当	865	
	全体	599	100.0

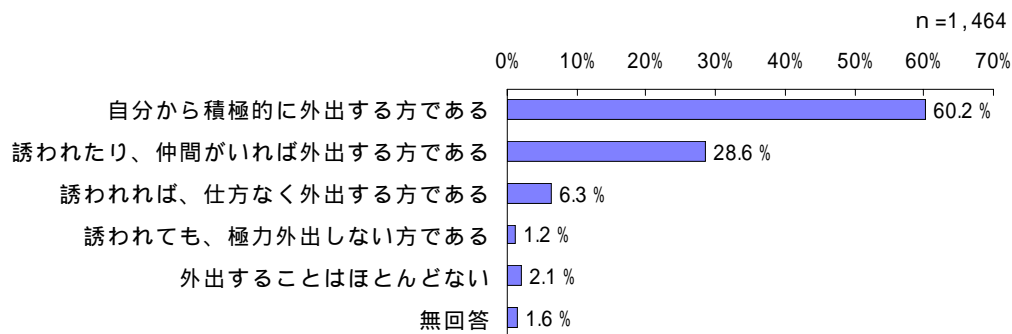


「1年以上続いている」という回答が 8 割弱を占めて最も多く、「6ヶ月未満 (11.2%)」「6～12ヶ月続いている」(9.5%) の順となっている。

外出の状況（問 20） ・ 積極的に外出する人が約 6 割と多い

問 20 あなたは、日常生活の中で、買い物や散歩などを含めた外出の状況についてはどれにあてはまると思いますか。該当するもの 1つを選び、 で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	自分から積極的に外出する方である	882	60.2
2	家族や他の人から誘われたり、仲間がいれば外出する方である	419	28.6
3	家族や他の人から誘われれば、仕方なく外出する方である	92	6.3
4	家族や他の人から誘われても、極力外出しない方である	17	1.2
5	外出することはほとんどない	31	2.1
	無回答	23	1.6
	全体	1464	100.0



「自分から積極的に外出する方である」(60.2%) という答えが最も多く、次いで「家族や他の人から誘われたり、仲間がいれば外出する方である」(28.6%) が多くなっている。両選択肢を合わせた割合は 9 割弱に達している。

【男女・年齢別】 * 上段...人数 (単位:人) 下段...構成比 (単位:%)

	全体	自分から積極的に外出する方である	誘われたり、仲間がいれば外出する方である	誘われれば、仕方なく外出する方である	誘われても、極力外出しない方である	外出することはほとんどない	無回答
合計	1464 100.0	882 60.2	419 28.6	92 6.3	17 1.2	31 2.1	23 1.6
男-15~19歳	28 100.0	14 50.0	10 35.7	2 7.1	0 0.0	1 3.6	1 3.6
20~29歳	58 100.0	30 51.7	24 41.4	4 6.9	0 0.0	0 0.0	0 0.0
30~39歳	89 100.0	43 48.3	36 40.4	7 7.9	1 1.1	0 0.0	2 2.2
40~49歳	84 100.0	40 47.6	30 35.7	9 10.7	1 1.2	2 2.4	2 2.4
50~59歳	87 100.0	50 57.5	22 25.3	10 11.5	1 1.1	2 2.3	2 2.3
60~69歳	159 100.0	106 66.7	35 22.0	13 8.2	0 0.0	1 0.6	4 2.5
70~79歳	118 100.0	84 71.2	23 19.5	7 5.9	0 0.0	2 1.7	2 1.7
80歳以上	32 100.0	18 56.3	4 12.5	2 6.3	2 6.3	5 15.6	1 3.1
女-15~19歳	34 100.0	18 52.9	10 29.4	3 8.8	1 2.9	2 5.9	0 0.0
20~29歳	85 100.0	48 56.5	30 35.3	5 5.9	2 2.4	0 0.0	0 0.0
30~39歳	117 100.0	72 61.5	38 32.5	4 3.4	2 1.7	0 0.0	1 0.9
40~49歳	94 100.0	54 57.4	33 35.1	6 6.4	1 1.1	0 0.0	0 0.0
50~59歳	114 100.0	64 56.1	37 32.5	6 5.3	1 0.9	5 4.4	1 0.9
60~69歳	189 100.0	136 72.0	45 23.8	4 2.1	1 0.5	0 0.0	3 1.6
70~79歳	119 100.0	79 66.4	28 23.5	5 4.2	2 1.7	5 4.2	0 0.0
80歳以上	42 100.0	16 38.1	10 23.8	5 11.9	2 4.8	6 14.3	3 7.1

いずれの性・年代でも「自分から積極的に外出する方である」が最も多いが、50歳代と70歳以上を除いて女性の割合が男性を上回っている。

また、男女とも、80歳以上の人では「外出することはほとんどない」が1割台の半ばと、比較的多くなっている。

【前回調査との比較】

単位：%

	n	自分から積極的に外出する	誘われていた外、誘われる外に出す仲間	誘われていた外に出す方	誘われていない方も極力外出する	ほとんどない	無回答
今回調査	1,464	60.2	28.6	6.3	1.2	2.1	1.6
前回調査	864	52.9	34.5	8.8	1.4	1.4	1.0

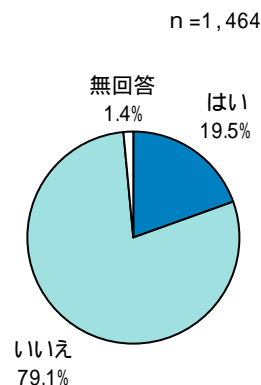
今回調査結果において、前回調査と比べて傾向の大きな変化はないが、「自分から積極的に外出する方である」の割合が7.3ポイント増加している。

『きらり鎌ヶ谷体操』の認知度（問21）

- ・ 2割程度の認知度となっている

問21 あなたは、『きらり鎌ヶ谷体操』をご存知ですか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	285	19.5
2	いいえ	1158	79.1
	無回答	21	1.4
	全体	1464	100.0



「いいえ」(79.1%)が8割弱を占めて、多くなっている。
「はい」は2割弱である。

【年齢・男女別】 *上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	はい	いいえ	無回答
合計	1464 100.0	285 19.5	1158 79.1	21 1.4
15～19歳-男	28 100.0	6 21.4	22 78.6	0 0.0
15～19歳-女	34 100.0	6 17.6	27 79.4	1 2.9
20～29歳-男	58 100.0	12 20.7	46 79.3	0 0.0
20～29歳-女	85 100.0	10 11.8	75 88.2	0 0.0
30～39歳-男	89 100.0	5 5.6	83 93.3	1 1.1
30～39歳-女	117 100.0	18 15.4	98 83.8	1 0.9
40～49歳-男	84 100.0	6 7.1	76 90.5	2 2.4
40～49歳-女	94 100.0	29 30.9	65 69.1	0 0.0
50～59歳-男	87 100.0	5 5.7	79 90.8	3 3.4
50～59歳-女	114 100.0	21 18.4	92 80.7	1 0.9
60～69歳-男	159 100.0	16 10.1	140 88.1	3 1.9
60～69歳-女	189 100.0	66 34.9	120 63.5	3 1.6
70～79歳-男	118 100.0	27 22.9	89 75.4	2 1.7
70～79歳-女	119 100.0	44 37.0	74 62.2	1 0.8
80歳以上-男	32 100.0	2 6.3	30 93.8	0 0.0
80歳以上-女	42 100.0	9 21.4	31 73.8	2 4.8

15～19歳および20歳代まででは男性の認知度の方が女性より高いが、30歳代以上の層では女性の認知度の方が高く、特に60歳代、70歳代の女性の認知度が高くなっている。

【居住地区別】 *上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	はい	いいえ	無回答
合計	1464 100.0	285 19.5	1158 79.1	21 1.4
中央地区	305 100.0	59 19.3	240 78.7	6 2.0
中央東地区	275 100.0	52 18.9	219 79.6	4 1.5
東部地区	359 100.0	90 25.1	266 74.1	3 0.8
南部地区	271 100.0	40 14.8	226 83.4	5 1.8
西部地区	118 100.0	19 16.1	98 83.1	1 0.8
北部地区	115 100.0	20 17.4	95 82.6	0 0.0
その他	4 100.0	2 50.0	2 50.0	0 0.0

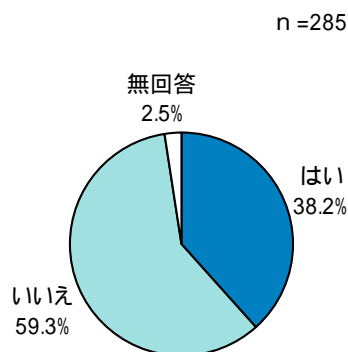
居住地区別にみると、東部地区で認知度が高くなっている。

『きりり鎌ヶ谷体操』をおこなった経験（問 21 - 1）

- ・知っている人のうち、実際におこなった割合は4割弱となっている

問 21-1 問 21 で「はい」と答えた方におたずねします。
実際におこなったことはありますか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	109	38.2
2	いいえ	169	59.3
	無回答	7	2.5
	非該当	1179	
	全体	285	100.0



「はい」が 38.2%、「いいえ」が 59.3%と、「いいえ」の方が多くなっている。

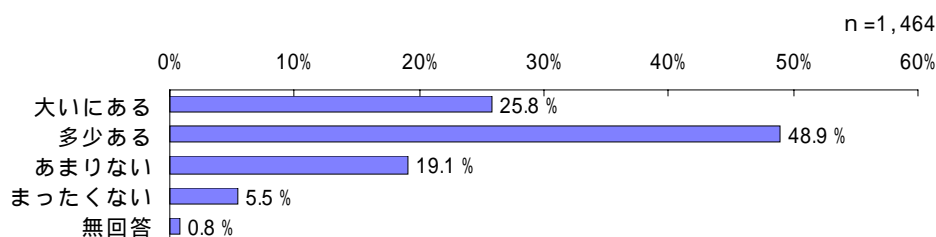
休養・心の健康づくりについて

(問 22 ~ 問 25)

悩みやストレスなどの状況（問 22） ・“あった”とした人が4分の3弱、
“なかった”が4分の1弱

問 22 あなたは、この1ヶ月間に、不満、悩み、苦勞、ストレスなどがありましたか。該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	大いにある	377	25.8
2	多少ある	716	48.9
3	あまりない	279	19.1
4	まったくない	80	5.5
	無回答	12	0.8
	全体	1464	100.0



「多少ある」という回答が半数弱を占めて最も多く、次いで「大いにある」(25.8%)が多い。第3位は「あまりない」(19.1%)となっている。

「大いに」と「多少」を合わせて“ある”とした回答が74.7%、他方、「あまり」と「まったく」を合わせて“ない”とした回答が24.6%ということになる。

【年齢・男女別】 * 上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	大いにある	多少ある	あまりない	まったく ない	無回答
合計	1464 100.0	377 25.8	716 48.9	279 19.1	80 5.5	12 0.8
15~19歳-男	28 100.0	7 25.0	12 42.9	7 25.0	2 7.1	0 0.0
15~19歳-女	34 100.0	15 44.1	13 38.2	5 14.7	1 2.9	0 0.0
20~29歳-男	58 100.0	28 48.3	20 34.5	9 15.5	0 0.0	1 1.7
20~29歳-女	85 100.0	43 50.6	35 41.2	4 4.7	2 2.4	1 1.2
30~39歳-男	89 100.0	32 36.0	46 51.7	8 9.0	3 3.4	0 0.0
30~39歳-女	117 100.0	39 33.3	64 54.7	11 9.4	3 2.6	0 0.0
40~49歳-男	84 100.0	25 29.8	51 60.7	7 8.3	1 1.2	0 0.0
40~49歳-女	94 100.0	36 38.3	47 50.0	5 5.3	6 6.4	0 0.0
50~59歳-男	87 100.0	24 27.6	51 58.6	11 12.6	1 1.1	0 0.0
50~59歳-女	114 100.0	27 23.7	70 61.4	15 13.2	2 1.8	0 0.0
60~69歳-男	159 100.0	25 15.7	76 47.8	41 25.8	17 10.7	0 0.0
60~69歳-女	189 100.0	33 17.5	83 43.9	58 30.7	14 7.4	1 0.5
70~79歳-男	118 100.0	11 9.3	54 45.8	36 30.5	14 11.9	3 2.5
70~79歳-女	119 100.0	23 19.3	58 48.7	31 26.1	6 5.0	1 0.8
80歳以上-男	32 100.0	2 6.3	15 46.9	9 28.1	5 15.6	1 3.1
80歳以上-女	42 100.0	6 14.3	15 35.7	17 40.5	2 4.8	2 4.8

15~19歳の女性と20歳代の男女では、全体結果と違って「大いにある」が最も多く、特に20歳代の女性では過半数を占めている。

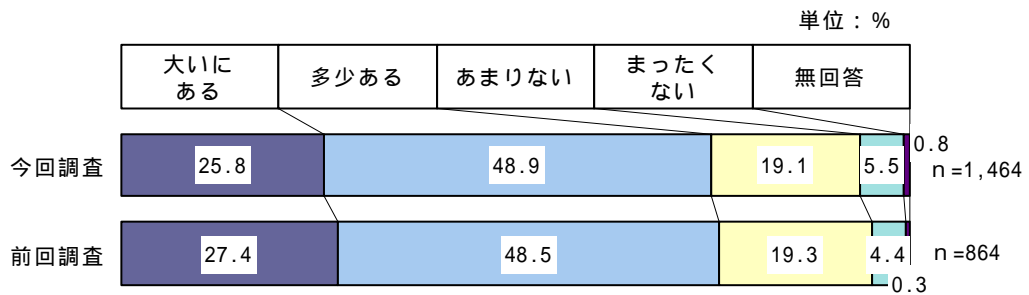
【職業別】

* 上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	大いにあ る	多少ある	あまりな い	まったく ない	無回答
合計	1464 100.0	377 25.8	716 48.9	279 19.1	80 5.5	12 0.8
勤め人(常勤・パ ート)	592 100.0	199 33.6	296 50.0	72 12.2	24 4.1	1 0.2
自営業	87 100.0	16 18.4	59 67.8	9 10.3	2 2.3	1 1.1
学生	80 100.0	30 37.5	30 37.5	16 20.0	3 3.8	1 1.3
専業主婦・主夫	322 100.0	70 21.7	169 52.5	67 20.8	15 4.7	1 0.3
無職	335 100.0	51 15.2	145 43.3	103 30.7	31 9.3	5 1.5
その他	29 100.0	8 27.6	10 34.5	7 24.1	4 13.8	0 0.0

勤め人(常勤・パート)と学生の人で、「大いにある」の割合が3割台と特に多くなっている。

【前回調査との比較】



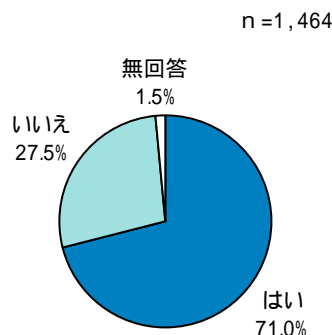
今回調査結果では、前回調査と比べて「大いに」と「多少」を合わせて“ある”とした回答の割合が微減し、「あまり」と「まったく」を合わせて“ない”とした割合が微増している。

悩みやストレスなどを相談できる人や機関の有無（問 23）

- ・ある、という回答が約7割を占めて多い。ない、という人は男性が多い

問 23 あなたは、不満、悩み、苦勞、ストレスなどで困った時、相談できる人や機関がありますか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	1040	71.0
2	いいえ	402	27.5
	無回答	22	1.5
	全体	1464	100.0



「はい」という回答が71.0%を占めて多くなっている。

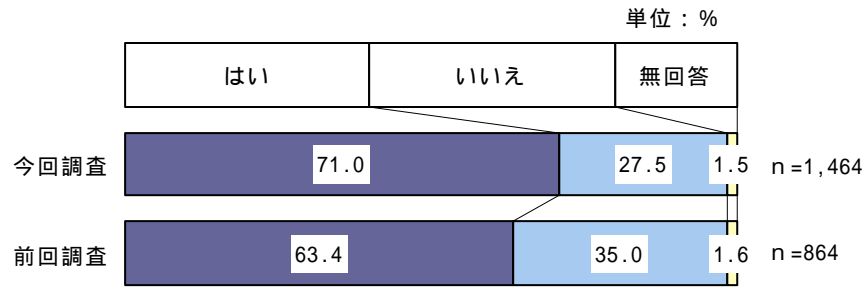
【年齢・男女別】 * 上段...人数（単位：人） 下段...構成比（単位：%）

	全体	はい	いいえ	無回答
合計	1464 100.0	1040 71.0	402 27.5	22 1.5
15～19歳-男	28 100.0	23 82.1	5 17.9	0 0.0
15～19歳-女	34 100.0	31 91.2	3 8.8	0 0.0
20～29歳-男	58 100.0	43 74.1	15 25.9	0 0.0
20～29歳-女	85 100.0	73 85.9	11 12.9	1 1.2
30～39歳-男	89 100.0	63 70.8	26 29.2	0 0.0
30～39歳-女	117 100.0	100 85.5	17 14.5	0 0.0
40～49歳-男	84 100.0	51 60.7	33 39.3	0 0.0
40～49歳-女	94 100.0	81 86.2	13 13.8	0 0.0
50～59歳-男	87 100.0	46 52.9	40 46.0	1 1.1
50～59歳-女	114 100.0	92 80.7	22 19.3	0 0.0
60～69歳-男	159 100.0	90 56.6	67 42.1	2 1.3
60～69歳-女	189 100.0	151 79.9	34 18.0	4 2.1
70～79歳-男	118 100.0	60 50.8	55 46.6	3 2.5
70～79歳-女	119 100.0	84 70.6	32 26.9	3 2.5
80歳以上-男	32 100.0	17 53.1	13 40.6	2 6.3
80歳以上-女	42 100.0	27 64.3	11 26.2	4 9.5

「はい」の回答割合は、いずれの年齢層でも女性が男性を上回っており、特に50歳代では30ポイント近い差がみられる。

また、40歳代以上の男性では「いいえ」の割合が40%前後以上となっている。

【前回調査との比較】



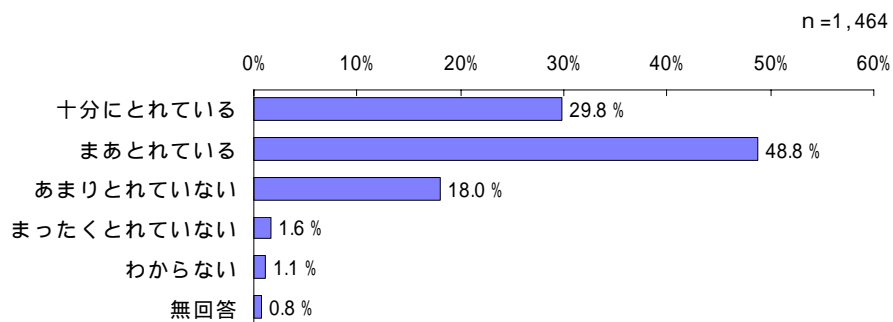
今回調査結果では、前回調査と比べて「はい」が7.6ポイント増加し、反対に「いいえ」が7.5ポイント減少している。
相談先、機関がある人が増えたことが分かる。

睡眠の状況（問24）

・“とれている”が78.6%を占めている

問24 あなたは、十分に睡眠をとれていますか。
該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	十分にとれている	436	29.8
2	まあとれている	715	48.8
3	あまりとれていない	263	18.0
4	まったくとれていない	23	1.6
5	わからない	16	1.1
	無回答	11	0.8
	全体	1464	100.0



「まあとれている」(48.8%)という回答が半数弱を占めて最も多く、次いで「十分にとれている」(29.8%)、「あまりとれていない」(18.0%)が多くなっている。

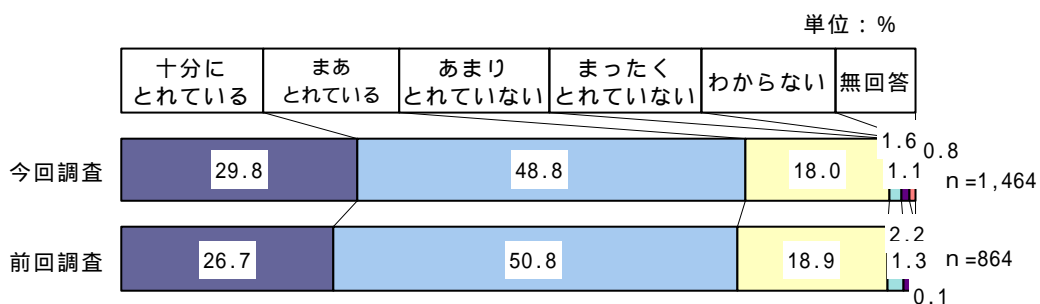
「十分に」と「まあ」とを合わせて“とれている”とした回答が78.6%、他方、「あまり」と「まったく」を合わせて“とれていない”とした回答が19.6%となっている。

【男女・年齢別】 * 上段...人数 (単位:人) 下段...構成比 (単位:%)

	全体	十分にと れている	まあとれ ている	あまりと れていな い	まったく とれてい ない	わからな い	無回答
合計	1464 100.0	436 29.8	715 48.8	263 18.0	23 1.6	16 1.1	11 0.8
男-15~19歳	28 100.0	6 21.4	15 53.6	6 21.4	1 3.6	0 0.0	0 0.0
20~29歳	58 100.0	12 20.7	27 46.6	13 22.4	4 6.9	2 3.4	0 0.0
30~39歳	89 100.0	17 19.1	47 52.8	23 25.8	2 2.2	0 0.0	0 0.0
40~49歳	84 100.0	14 16.7	49 58.3	18 21.4	3 3.6	0 0.0	0 0.0
50~59歳	87 100.0	24 27.6	47 54.0	15 17.2	1 1.1	0 0.0	0 0.0
60~69歳	159 100.0	76 47.8	67 42.1	13 8.2	1 0.6	2 1.3	0 0.0
70~79歳	118 100.0	53 44.9	53 44.9	6 5.1	2 1.7	2 1.7	2 1.7
80歳以上	32 100.0	13 40.6	12 37.5	6 18.8	0 0.0	1 3.1	0 0.0
女-15~19歳	34 100.0	6 17.6	17 50.0	10 29.4	1 2.9	0 0.0	0 0.0
20~29歳	85 100.0	16 18.8	50 58.8	16 18.8	0 0.0	1 1.2	2 2.4
30~39歳	117 100.0	21 17.9	65 55.6	28 23.9	1 0.9	2 1.7	0 0.0
40~49歳	94 100.0	24 25.5	45 47.9	22 23.4	3 3.2	0 0.0	0 0.0
50~59歳	114 100.0	24 21.1	58 50.9	28 24.6	2 1.8	1 0.9	1 0.9
60~69歳	189 100.0	63 33.3	90 47.6	32 16.9	1 0.5	2 1.1	1 0.5
70~79歳	119 100.0	39 32.8	52 43.7	23 19.3	1 0.8	3 2.5	1 0.8
80歳以上	42 100.0	23 54.8	14 33.3	3 7.1	0 0.0	0 0.0	2 4.8

男性の50歳代以上、女性の40歳代以上では「十分にとれている」の割合が2割台以上の数値となっており、よく睡眠をとれていることが分かる。

【前回調査との比較】

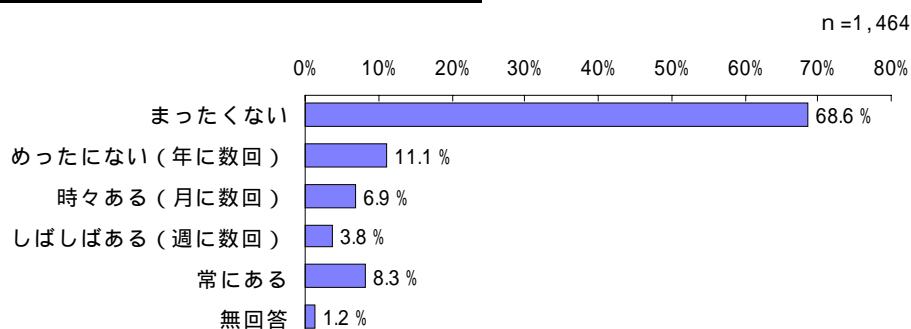


今回調査結果では、前回調査と比べて「あまり」と「まったく」を合わせて「とれていない」とした回答の割合が微減し、「十分に」と「まあ」を合わせて「とれている」とした割合が微増している。

睡眠を助けるためしていること（問 25） ・「まったくない」が最も多い

問 25 あなたは、睡眠を助けるために、睡眠剤や精神安定剤を服用したり、アルコール飲料を使うことがありますか。該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	まったくない	1005	68.6
2	めったにない（年に数回）	163	11.1
3	時々ある（月に数回）	101	6.9
4	しばしばある（週に数回）	55	3.8
5	常にある	122	8.3
	無回答	18	1.2
	全体	1464	100.0



「まったくない」（68.6%）という回答が最も多く、次いで「めったにない（年に数回）」（11.1%）が多くなっている。

【前回調査との比較】

単位：%

	n	ま っ た く な い	に め っ た に な い （ 年 に 数 回 ）	数 時 々 あ る （ 月 に 数 回 ）	に し ば し ば あ る （ 週 に 数 回 ）	常 に あ る	無 回 答
今回調査	1,464	68.6	11.1	6.9	3.8	8.3	1.2
前回調査	864	71.2	11.2	8.2	3.8	5.1	0.5

今回調査結果では、前回調査と比べ、「まったくない」の割合が 2.6 ポイント減少し、「常にある」の割合が反対に 3.2 ポイント増加している。

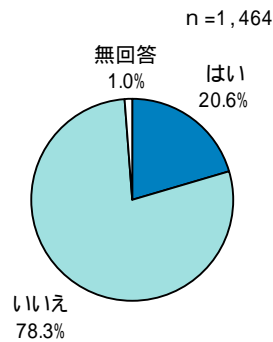
たばこについて

(問 26 ~ 問 28)

喫煙の状況（問 26） ・ 現在喫煙している人は約 2 割

問 26 あなたは、たばこを吸いますか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	302	20.6
2	いいえ	1147	78.3
	無回答	15	1.0
	全体	1464	100.0



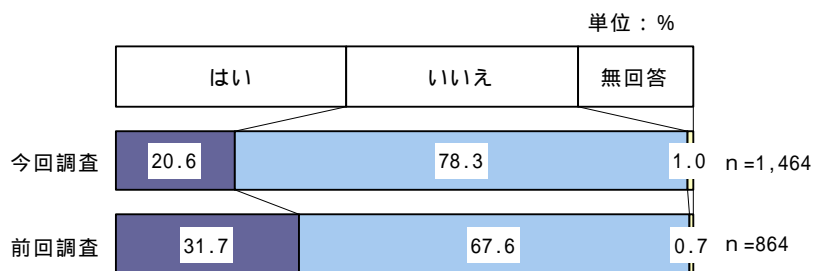
「いいえ」とした回答が 8 割弱を占めて多く、「はい」は約 2 割となっている。

【男女・年齢別】 * 上段...人数（単位：人） 下段...構成比（単位：％）

	全体	はい	いいえ	無回答
合計	1464 100.0	302 20.6	1147 78.3	15 1.0
男-15～19歳	28 100.0	0 0.0	28 100.0	0 0.0
20～29歳	58 100.0	28 48.3	30 51.7	0 0.0
30～39歳	89 100.0	36 40.4	53 59.6	0 0.0
40～49歳	84 100.0	39 46.4	45 53.6	0 0.0
50～59歳	87 100.0	40 46.0	47 54.0	0 0.0
60～69歳	159 100.0	48 30.2	111 69.8	0 0.0
70～79歳	118 100.0	21 17.8	97 82.2	0 0.0
80歳以上	32 100.0	5 15.6	26 81.3	1 3.1
女-15～19歳	34 100.0	1 2.9	32 94.1	1 2.9
20～29歳	85 100.0	8 9.4	76 89.4	1 1.2
30～39歳	117 100.0	18 15.4	99 84.6	0 0.0
40～49歳	94 100.0	18 19.1	75 79.8	1 1.1
50～59歳	114 100.0	16 14.0	95 83.3	3 2.6
60～69歳	189 100.0	13 6.9	174 92.1	2 1.1
70～79歳	119 100.0	8 6.7	108 90.8	3 2.5
80歳以上	42 100.0	1 2.4	40 95.2	1 2.4

男性では 20 歳代から 50 歳代までの人で「はい」が 4 割台の値となっているが、特に 20 歳代では「いいえ」とほぼ拮抗した人数となっている。一方、女性では 40 歳代の人で「はい」の比率が最も高くなっている。

【前回調査との比較】

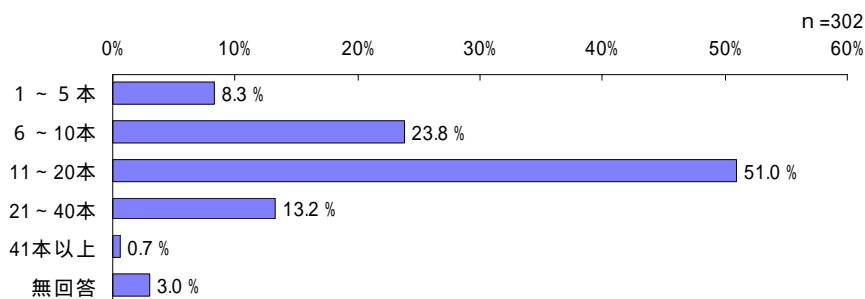


今回調査結果では、前回調査と比べて喫煙者の割合が 11.1 ポイント減少し、非喫煙者の割合が 10.7 ポイント増加している。

喫煙比率が低下したことが分かる。

1日の平均本数（問 26 付問） ・「11～20本」が最も多い

No.	選択肢	n	%
1	1～5本	25	8.3
2	6～10本	72	23.8
3	11～20本	154	51.0
4	21～40本	40	13.2
5	41本以上	2	0.7
	無回答	9	3.0
	非該当	1162	
	全体	302	100.0



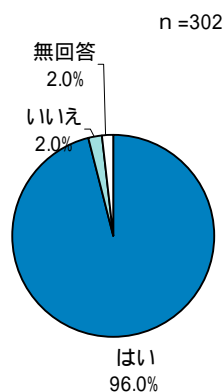
「11～20本」との回答が最も多く過半数を占めている。「6～10本」(23.8%)、「21～40本」(13.2%)がそれに続いている。

喫煙の場所について（問 26 - 1）

・指定場所を守って喫煙している人がほとんどである

問 26-1 問 26 で「はい」と答えた方におたずねします。
あなたは、公共の場では、指定された場所で吸っていますか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	290	96.0
2	いいえ	6	2.0
	無回答	6	2.0
	非該当	1162	
	全体	302	100.0



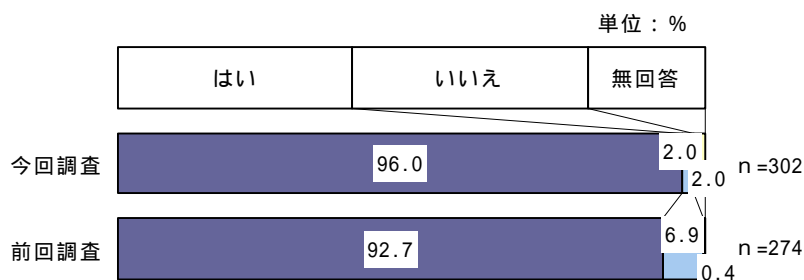
「はい」という回答が圧倒的に多く、96%を占めている。「いいえ」は2%の人のみとなっている。

【男女別】 *上段...人数（単位：人） 下段...構成比（単位：%）

	全体	はい	いいえ	無回答
合計	302 100.0	290 96.0	6 2.0	6 2.0
男	217 100.0	210 96.8	6 2.8	1 0.5
女	83 100.0	78 94.0	0 0.0	5 6.0

男女別にみると、「いいえ」と回答した6人はすべて男性である。

【前回調査との比較】



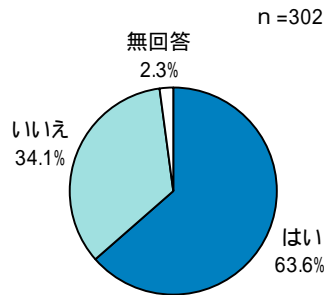
今回調査結果では、前回調査時よりも「はい」の割合が3.3ポイント増加し、圧倒的に多くなっている。

禁煙の意向について（問 26 - 2）

・「たばこをやめたい」と思う人が多い

問 26-2 問 26 で「はい」と答えた方におたずねします。
あなたは、たばこをやめたいと思うことがありますか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	192	63.6
2	いいえ	103	34.1
	無回答	7	2.3
	非該当	1162	
	全体	302	100.0



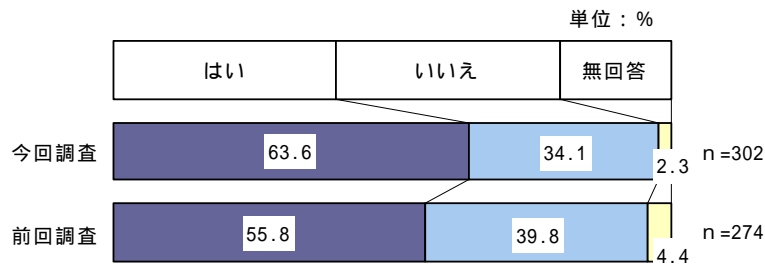
「はい」という回答が多く 63.6%を占め、「いいえ」は 34.1%で、「はい」の割合が「いいえ」を 30%近く上回っている。

【男女別】 * 上段...人数（単位：人） 下段...構成比（単位：%）

	全体	はい	いいえ	無回答
合計	302 100.0	192 63.6	103 34.1	7 2.3
男	217 100.0	130 59.9	82 37.8	5 2.3
女	83 100.0	60 72.3	21 25.3	2 2.4

女性で「はい」という回答が多く、男性を 12.4 ポイント上回っている。

【前回調査との比較】

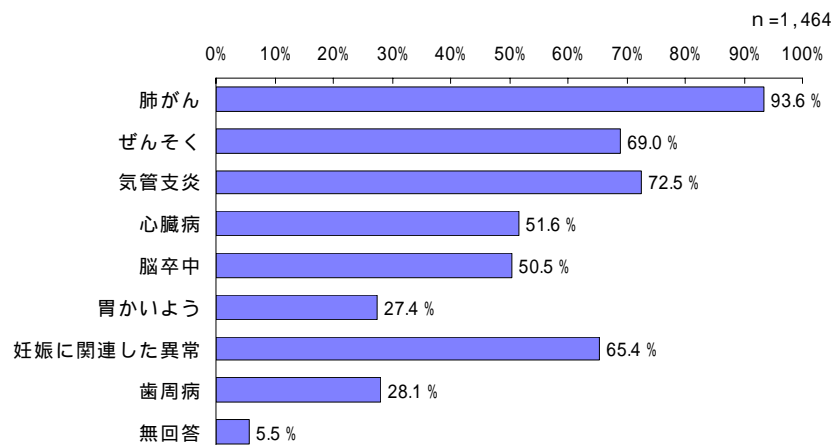


今回調査では、前回調査時と比べて、男性では「はい」の割合が 7.8 ポイント増加し、「いいえ」の割合は反対に 5.7 ポイント減少している。

喫煙が影響を及ぼすと思う病気（問 27） ・「肺がん」の認知度が高い

問 27 喫煙が影響を及ぼすと思われる病気をすべて選んでください。

No.	選択肢	n	%
1	肺がん	1370	93.6
2	ぜんそく	1010	69.0
3	気管支炎	1061	72.5
4	心臓病	756	51.6
5	脳卒中	740	50.5
6	胃かいよう	401	27.4
7	妊娠に関連した異常	957	65.4
8	歯周病	411	28.1
	無回答	81	5.5
	全体	1464	100.0



「肺がん」(93.6%)という回答が最も多く、「気管支炎」(72.5%)、「ぜんそく」(69.0%)がそれに続いている。「胃かいよう」(27.4%)、「歯周病」(28.1%)は2割台の値にとどまっている。

【前回調査との比較】

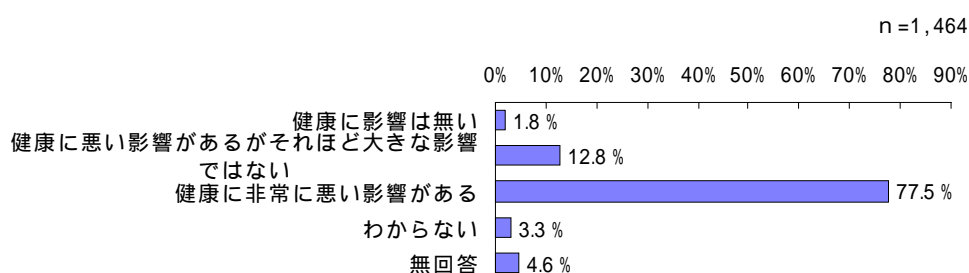
項目	今回調査回答割合	前回調査回答割合
肺がん	93.6%	94.0%
ぜんそく	69.0%	64.8%
気管支炎	72.5%	74.3%
心臓病	51.6%	47.1%
脳卒中	50.5%	33.8%
胃かいよう	27.4%	28.2%
妊娠に関連した異常	65.4%	67.2%
歯周病	28.1%	26.9%

副流煙が与える影響について（問 28）

・ 77.5%の人が「健康に非常に悪い影響がある」と回答

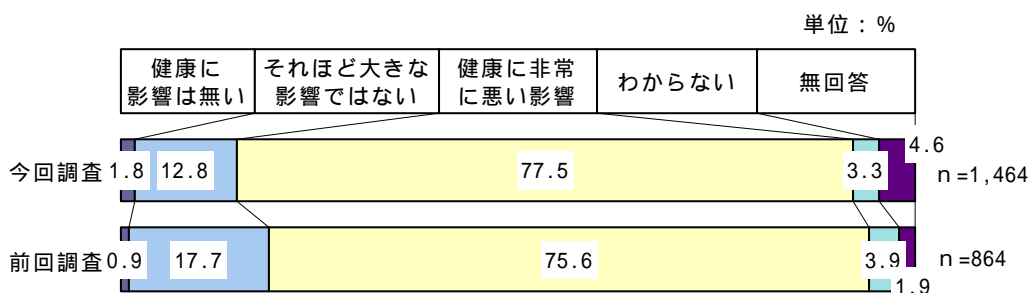
問 28 たばこの煙が、たばこを吸わない人の健康に与える影響について、あなたは
どう思いますか。 該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	健康に影響は無い	26	1.8
2	健康に悪い影響があるがそれほど大きな影響ではない	188	12.8
3	健康に非常に悪い影響がある	1135	77.5
4	わからない	48	3.3
	無回答	67	4.6
	全体	1464	100.0



「健康に非常に悪い影響がある」という回答が 77.5% を占めて圧倒的に多く、次いで「健康に悪い影響があるがそれほど大きな影響ではない」(12.8%) が多くなっている。「健康に影響は無い」は、1.8% である。

【前回調査との比較】



今回調査では、「健康に非常に悪い影響がある」が前回調査結果より 1.9 ポイント増加し、「それほど大きな影響はない」が 4.9 ポイント減少しているが、「健康に影響は無い」とした割合も 0.9 ポイント増加している。

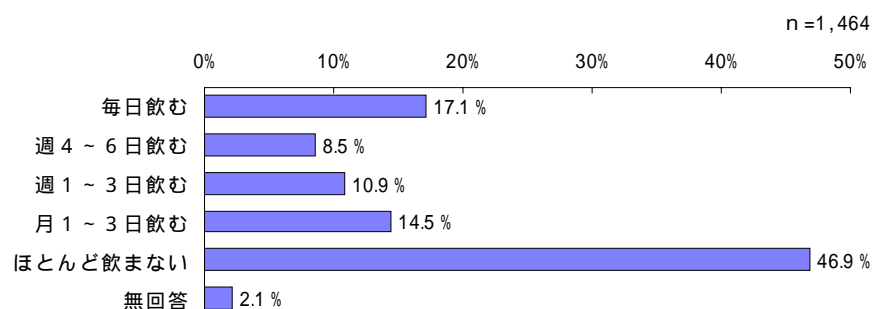
アルコールについて

(問 29 ~ 問 30)

飲酒の頻度（問 29） ・ アルコールを飲まないかほとんど飲まないが約 6 割

問 29 あなたは、アルコール飲料をどの程度飲んでいきますか。
 該当するもの 1つ を選び、 で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	毎日飲む	251	17.1
2	週 4 ~ 6 日飲む	125	8.5
3	週 1 ~ 3 日飲む	159	10.9
4	月 1 ~ 3 日飲む	212	14.5
5	ほとんど飲まない	686	46.9
	無回答	31	2.1
	全体	1464	100.0



「ほとんど飲まない」(46.9%) が最も多く、次いで「毎日飲む」(17.1%) が多くなっている。

「ほとんど飲まない」と「月 1 ~ 3 日飲む」(14.5%) とを合わせて、61.4%の人が、ほとんど飲酒習慣がないと回答していることになる。

一方、「毎日飲む」と「週 4 ~ 6 日飲む」(8.5%) とを合わせて、25.6%の人が週の半分以上飲酒していると回答している。

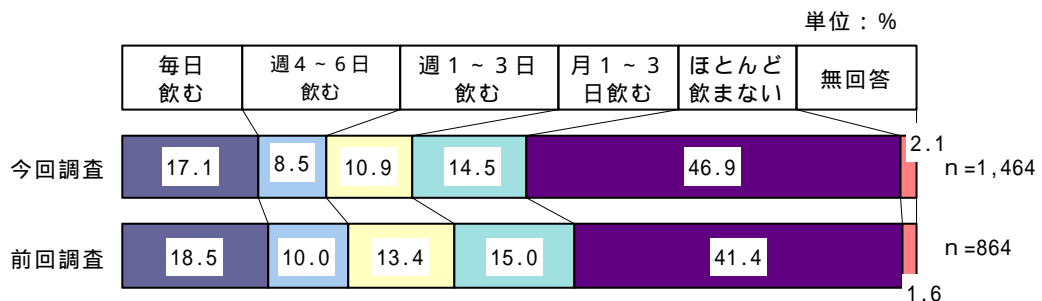
【男女・年齢別】 *上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	毎日飲む	週4~6日飲む	週1~3日飲む	月1~3日飲む	ほとんど飲まない	無回答
合計	1464 100.0	251 17.1	125 8.5	159 10.9	212 14.5	686 46.9	31 2.1
男-15~19歳	28 100.0	0 0.0	0 0.0	1 3.6	1 3.6	23 82.1	3 10.7
20~29歳	58 100.0	4 6.9	7 12.1	9 15.5	23 39.7	15 25.9	0 0.0
30~39歳	89 100.0	18 20.2	14 15.7	17 19.1	13 14.6	26 29.2	1 1.1
40~49歳	84 100.0	28 33.3	12 14.3	13 15.5	8 9.5	23 27.4	0 0.0
50~59歳	87 100.0	26 29.9	14 16.1	11 12.6	15 17.2	21 24.1	0 0.0
60~69歳	159 100.0	58 36.5	24 15.1	9 5.7	21 13.2	47 29.6	0 0.0
70~79歳	118 100.0	39 33.1	8 6.8	13 11.0	14 11.9	43 36.4	1 0.8
80歳以上	32 100.0	6 18.8	4 12.5	2 6.3	4 12.5	15 46.9	1 3.1
女-15~19歳	34 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 2.9	30 88.2	3 8.8
20~29歳	85 100.0	2 2.4	3 3.5	13 15.3	30 35.3	37 43.5	0 0.0
30~39歳	117 100.0	15 12.8	8 6.8	15 12.8	14 12.0	65 55.6	0 0.0
40~49歳	94 100.0	17 18.1	9 9.6	15 16.0	13 13.8	40 42.6	0 0.0
50~59歳	114 100.0	14 12.3	7 6.1	14 12.3	16 14.0	61 53.5	2 1.8
60~69歳	189 100.0	17 9.0	10 5.3	20 10.6	21 11.1	115 60.8	6 3.2
70~79歳	119 100.0	6 5.0	3 2.5	6 5.0	12 10.1	84 70.6	8 6.7
80歳以上	42 100.0	0 0.0	1 2.4	0 0.0	3 7.1	34 81.0	4 9.5

男性では60歳代で「毎日飲む」の割合が最も大きく、「週4~6日飲む」も合わせると51.6%と過半数に達する。また、女性で「毎日飲む」の割合が最も大きいのは、40歳代の人である。

未成年については、男性で「週1~3日飲む」と「月1~3日飲む」という人が1人ずつ、女性で「月1~3日飲む」が1人みられる。

【前回調査との比較】



今回調査では、前回調査結果に比べて、「ほとんど飲まない」の割合が5.5ポイント増加し、「週1~3日飲む」が2.5ポイント減少している。

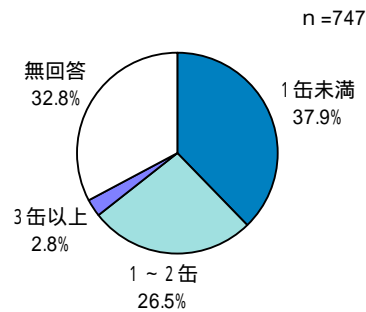
1日の飲酒総量（問 29 - 1）

問 29-1 問 29 で「ア～エを選んだ方（飲む方）」におたずねします。

1日に飲む総量はどの位ですか。（1日に2種類以上飲む方はそれぞれをご記入ください）

ビール（1缶 500ml）

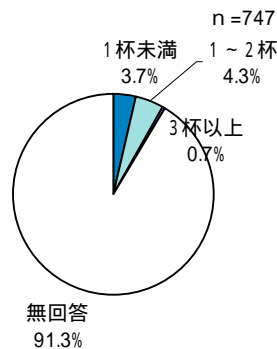
No.	選択肢	n	%
1	1缶未満	283	37.9
2	1～2缶	198	26.5
3	3缶以上	21	2.8
	無回答	245	32.8
	非該当	717	
	全体	747	100.0



「1缶未満」（37.9%）という回答が最も多い。

ウイスキー（ダブル原液 60ml）

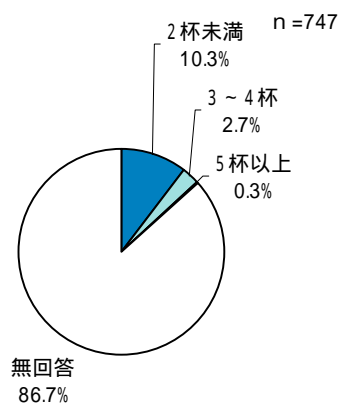
No.	選択肢	n	%
1	1杯未満	28	3.7
2	1～2杯	32	4.3
3	3杯以上	5	0.7
	無回答	682	91.3
	非該当	717	
	全体	747	100.0



「無回答」を除き、「1～2杯」（4.3%）という回答が最も多い。

ワイン（グラス 120ml）

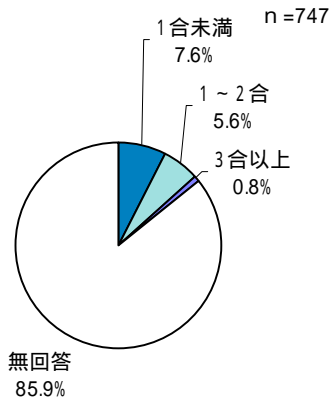
No.	選択肢	n	%
1	2杯未満	77	10.3
2	3～4杯	20	2.7
3	5杯以上	2	0.3
	無回答	648	86.7
	非該当	717	
	全体	747	100.0



「無回答」を除き、「2杯未満」（10.3%）という回答が最も多い。

日本酒（1合...180ml）

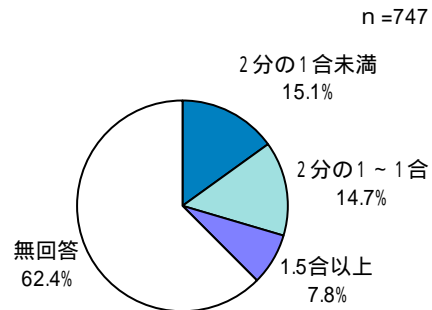
No.	選択肢	n	%
1	1合未満	57	7.6
2	1～2合	42	5.6
3	3合以上	6	0.8
	無回答	642	85.9
	非該当	717	
	全体	747	100.0



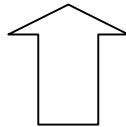
「無回答」を除き、「1合未満」(7.6%)という回答が最も多い。

焼酎（原液1合...180ml）

No.	選択肢	n	%
1	2分の1合未満	113	15.1
2	2分の1～1合	110	14.7
3	1.5合以上	58	7.8
	無回答	466	62.4
	非該当	717	
	全体	747	100.0

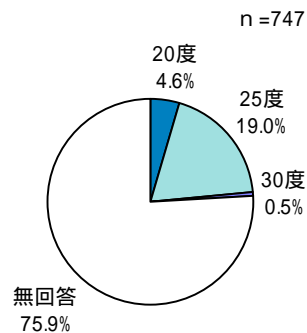


「無回答」を除き、「2分の1合未満」(15.1%)という回答が最も多い。



焼酎の度数

No.	選択肢	n	%
1	20度	34	4.6
2	25度	142	19.0
3	30度	4	0.5
	無回答	567	75.9
	非該当	717	
	全体	747	100.0

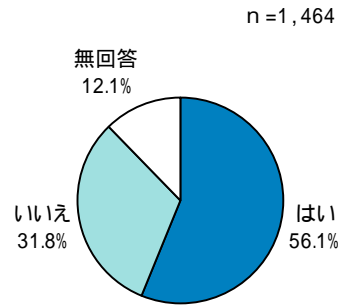


「無回答」を除き、「25度」が最も多い。

「適度な飲酒量」の認知度（問 30） ・ 56.1%の人が認知している

問 30 「アルコールは、飲むとしても1日に日本酒では1～2合（ビールでは500ml 缶1本、ウイスキーではダブル1杯）までにすることが健康にとっては良い」ということを知っていますか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	822	56.1
2	いいえ	465	31.8
	無回答	177	12.1
	全体	1464	100.0



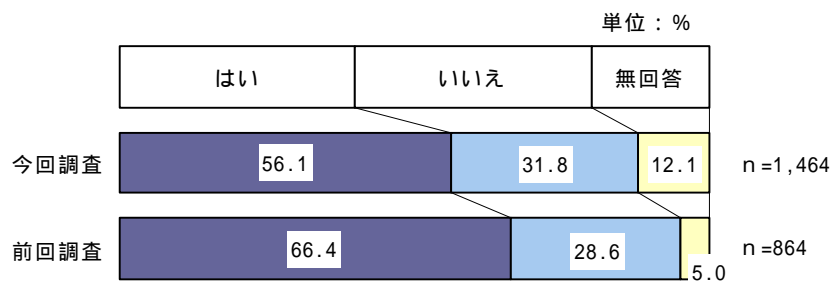
「はい」(56.1%)という回答が過半数を占めて多く、「いいえ」を24.3%上回っている。

【年齢・男女別】 * 上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	はい	いいえ	無回答
合計	1464 100.0	822 56.1	465 31.8	177 12.1
15～19歳-男	28 100.0	4 14.3	18 64.3	6 21.4
15～19歳-女	34 100.0	7 20.6	21 61.8	6 17.6
20～29歳-男	58 100.0	26 44.8	30 51.7	2 3.4
20～29歳-女	85 100.0	39 45.9	41 48.2	5 5.9
30～39歳-男	89 100.0	37 41.6	47 52.8	5 5.6
30～39歳-女	117 100.0	55 47.0	53 45.3	9 7.7
40～49歳-男	84 100.0	46 54.8	34 40.5	4 4.8
40～49歳-女	94 100.0	57 60.6	31 33.0	6 6.4
50～59歳-男	87 100.0	52 59.8	29 33.3	6 6.9
50～59歳-女	114 100.0	66 57.9	34 29.8	14 12.3
60～69歳-男	159 100.0	121 76.1	26 16.4	12 7.5
60～69歳-女	189 100.0	120 63.5	35 18.5	34 18.0
70～79歳-男	118 100.0	79 66.9	28 23.7	11 9.3
70～79歳-女	119 100.0	68 57.1	17 14.3	34 28.6
80歳以上-男	32 100.0	23 71.9	4 12.5	5 15.6
80歳以上-女	42 100.0	13 31.0	13 31.0	16 38.1

10歳代・20歳代の人と30歳代の男性では「いいえ」の割合が「はい」を上回っているが、30歳代女性および40歳以上の年齢の人では「はい」が「いいえ」を上回っている。また、40歳代までは「はい」の割合は男性より女性が大きいが、50歳代以上では男性の方が女性より「はい」の割合が大きくなっている。

【前回調査との比較】



今回調査結果では前回調査と比べて、「はい」の割合が10ポイント程度減少し、「無回答」が7ポイント程度、「いいえ」が3ポイント程度増加している。

一般的に「適度な飲酒」とは、1日平均で純アルコール20g程度(日本酒に換算すると約1合)とされている。

糖尿病・循環器系の病気について

(問31～問36-2)

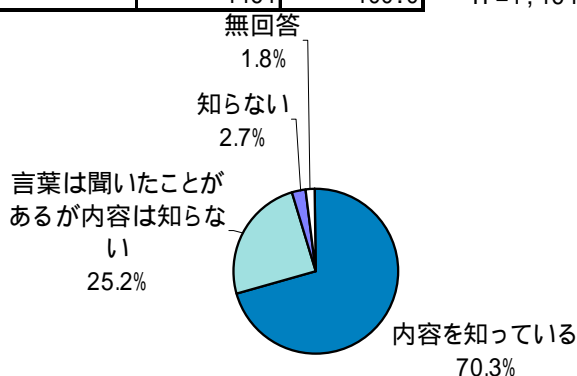
「メタボリックシンドローム」の認知度（問 31）

・内容まで知っている人が約7割

問 31 「メタボリックシンドローム」という言葉を知っていますか。
該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	内容を知っている	1029	70.3
2	言葉は聞いたことがあるが内容は知らない	369	25.2
3	知らない	39	2.7
	無回答	27	1.8
	全体	1464	100.0

n = 1,464



「内容を知っている」という回答が約7割を占めて最も多く、次いで「言葉は聞いたことがあるが内容は知らない」(25.2%)が多くなっている。「知らない」は1.8%に止まっている。

【年齢・男女別】*上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	内容を知っている	言葉は聞いたことがあるが内容は知らない	知らない	無回答
合計	1464	1029	369	39	27
	100.0	70.3	25.2	2.7	1.8
15~19歳-男	28	13	12	2	1
	100.0	46.4	42.9	7.1	3.6
15~19歳-女	34	22	12	0	0
	100.0	64.7	35.3	0.0	0.0
20~29歳-男	58	34	23	1	0
	100.0	58.6	39.7	1.7	0.0
20~29歳-女	85	63	21	1	0
	100.0	74.1	24.7	1.2	0.0
30~39歳-男	89	70	18	0	1
	100.0	78.7	20.2	0.0	1.1
30~39歳-女	117	89	26	2	0
	100.0	76.1	22.2	1.7	0.0
40~49歳-男	84	65	19	0	0
	100.0	77.4	22.6	0.0	0.0
40~49歳-女	94	72	22	0	0
	100.0	76.6	23.4	0.0	0.0
50~59歳-男	87	65	21	0	1
	100.0	74.7	24.1	0.0	1.1
50~59歳-女	114	78	30	0	6
	100.0	68.4	26.3	0.0	5.3
60~69歳-男	159	124	33	2	0
	100.0	78.0	20.8	1.3	0.0
60~69歳-女	189	139	43	3	4
	100.0	73.5	22.8	1.6	2.1
70~79歳-男	118	76	33	4	5
	100.0	64.4	28.0	3.4	4.2
70~79歳-女	119	86	26	4	3
	100.0	72.3	21.8	3.4	2.5
80歳以上-男	32	15	10	7	0
	100.0	46.9	31.3	21.9	0.0
80歳以上-女	42	9	17	11	5
	100.0	21.4	40.5	26.2	11.9

「知らない」の割合は、80歳以上男女で2割台と多くなっているほか、15~19歳の男性でも比較的多い。

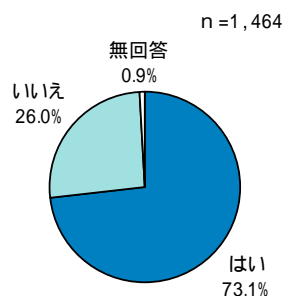
一方「内容を知っている」は80歳以上の女性を除いていずれの年代・性においても最も多い回答であるが、70歳代以外は男性の回答割合の方が女性よりも大きくなっている。

健康診断の受診状況（問 32）

・「受けている」という回答が73.1%を占めて多い

問 32 あなたは、毎年健康診断を受けていますか。（治療中の方で定期的な検査を受けている人も含む）

No.	選択肢	n	%
1	はい	1070	73.1
2	いいえ	381	26.0
	無回答	13	0.9
	全体	1464	100.0



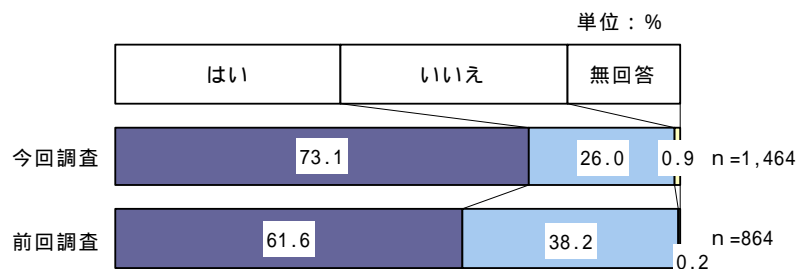
「はい」という回答が73.1%を占めて多くなっている。「いいえ」は26.0%となっている。

【職業別】 *上段...人数（単位：人） 下段...構成比（単位：%）

	全体	はい	いいえ	無回答
合計	1464 100.0	1070 73.1	381 26.0	13 0.9
勤め人（常勤・パート）	592 100.0	465 78.5	124 20.9	3 0.5
自営業	87 100.0	52 59.8	34 39.1	1 1.1
学生	80 100.0	50 62.5	28 35.0	2 2.5
専業主婦・主夫	322 100.0	219 68.0	102 31.7	1 0.3
無職	335 100.0	248 74.0	82 24.5	5 1.5
その他	29 100.0	20 69.0	9 31.0	0 0.0

「はい」の割合は、勤め人（常勤・パート）や無職の人で大きくなっている。反対に自営業では「はい」が6割弱で、特に少なくなっている。

【前回調査との比較】



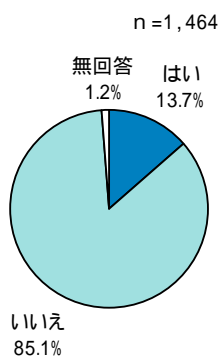
今回調査結果では前回調査と比べて、「はい」の割合が 11.5 ポイント増加し、「いいえ」が反対に 12.2 ポイント減少している。

血糖異常や糖尿病またはその疑いの宣告経験（問 33）

・「いいえ」が 85.1% で、多くなっている

問 33 あなたは、今までに健康診断等で血糖異常や糖尿病またはその疑いがあると言われたことがありますか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	201	13.7
2	いいえ	1246	85.1
	無回答	17	1.2
	全体	1464	100.0



「いいえ」という回答が 85.1% を占めて多くなっている。「はい」は 13.7% となっている。

【年齢・男女別】 *上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	はい	いいえ	無回答
合計	1464 100.0	201 13.7	1246 85.1	17 1.2
15～19歳-男	28 100.0	1 3.6	26 92.9	1 3.6
15～19歳-女	34 100.0	0 0.0	34 100.0	0 0.0
20～29歳-男	58 100.0	3 5.2	55 94.8	0 0.0
20～29歳-女	85 100.0	3 3.5	82 96.5	0 0.0
30～39歳-男	89 100.0	9 10.1	80 89.9	0 0.0
30～39歳-女	117 100.0	5 4.3	112 95.7	0 0.0
40～49歳-男	84 100.0	14 16.7	70 83.3	0 0.0
40～49歳-女	94 100.0	3 3.2	91 96.8	0 0.0
50～59歳-男	87 100.0	23 26.4	64 73.6	0 0.0
50～59歳-女	114 100.0	12 10.5	99 86.8	3 2.6
60～69歳-男	159 100.0	44 27.7	115 72.3	0 0.0
60～69歳-女	189 100.0	17 9.0	166 87.8	6 3.2
70～79歳-男	118 100.0	28 23.7	87 73.7	3 2.5
70～79歳-女	119 100.0	22 18.5	96 80.7	1 0.8
80歳以上-男	32 100.0	5 15.6	27 84.4	0 0.0
80歳以上-女	42 100.0	10 23.8	30 71.4	2 4.8

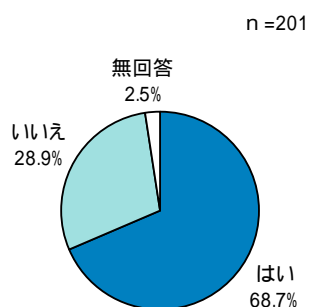
50歳代から70歳代までの男性と80歳以上の女性で「はい」の割合が比較的大きくなっている。

糖尿病についての相談、指導の経験（問 33 - 1）

・「はい」が68.7%を占めて多い

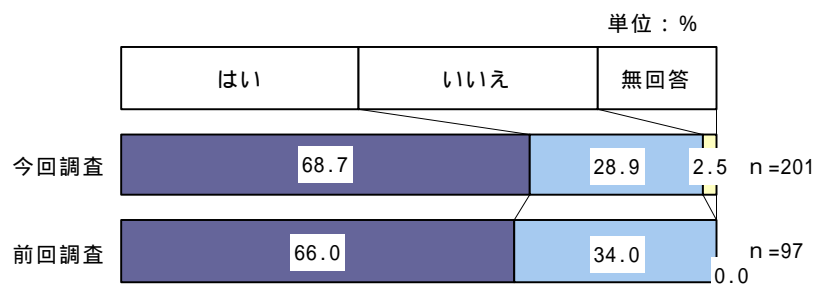
問 33-1 問 33 で「はい」と答えた方におたずねします。
糖尿病について相談をしたり、指導を受けたことがありますか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	138	68.7
2	いいえ	58	28.9
	無回答	5	2.5
	非該当	1263	
	全体	201	100.0



「はい」という回答が7割弱を占めて多く、「いいえ」は28.9%となっている。

【前回調査との比較】



今回調査結果では前回調査と比べて、「はい」の割合が2.7ポイント増加し、「いいえ」が反対に5.1ポイント減少している。

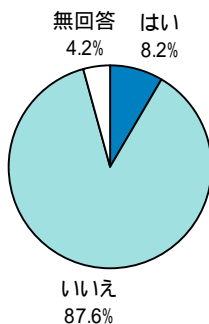
糖尿病と診断された経験（問 34）

・「はい」は、全体では 8.2% となっている。40～70 歳代男性などが多い

問 34 今までに医療機関で糖尿病と診断されたことがありますか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	120	8.2
2	いいえ	1282	87.6
	無回答	62	4.2
	全体	1464	100.0

n=1,464



「いいえ」という回答が 87.6% と、圧倒的に多くなっている。「はい」は 8.2% となっている。

【年齢・男女別】 * 上段...人数（単位：人） 下段...構成比（単位：%）

	全体	はい	いいえ	無回答
合計	1464 100.0	120 8.2	1282 87.6	62 4.2
15～19歳-男	28 100.0	0 0.0	27 96.4	1 3.6
15～19歳-女	34 100.0	0 0.0	34 100.0	0 0.0
20～29歳-男	58 100.0	0 0.0	57 98.3	1 1.7
20～29歳-女	85 100.0	0 0.0	85 100.0	0 0.0
30～39歳-男	89 100.0	1 1.1	87 97.8	1 1.1
30～39歳-女	117 100.0	3 2.6	114 97.4	0 0.0
40～49歳-男	84 100.0	6 7.1	77 91.7	1 1.2
40～49歳-女	94 100.0	1 1.1	92 97.9	1 1.1
50～59歳-男	87 100.0	10 11.5	75 86.2	2 2.3
50～59歳-女	114 100.0	7 6.1	103 90.4	4 3.5
60～69歳-男	159 100.0	31 19.5	124 78.0	4 2.5
60～69歳-女	189 100.0	12 6.3	157 83.1	20 10.6
70～79歳-男	118 100.0	20 16.9	93 78.8	5 4.2
70～79歳-女	119 100.0	18 15.1	87 73.1	14 11.8
80歳以上-男	32 100.0	5 15.6	26 81.3	1 3.1
80歳以上-女	42 100.0	4 9.5	32 76.2	6 14.3

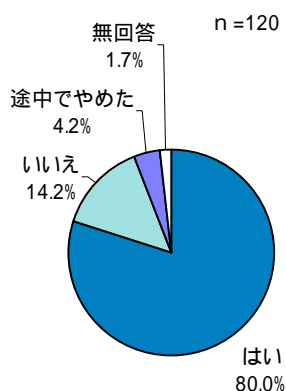
「はい」の割合は、40 歳代から 70 歳代までの男性で特に大きくなっており、また、女性では 70 歳代の人で多い。

糖尿病での定期的通院状況（問 34 - 1）

・「はい」が80%を占めて多い

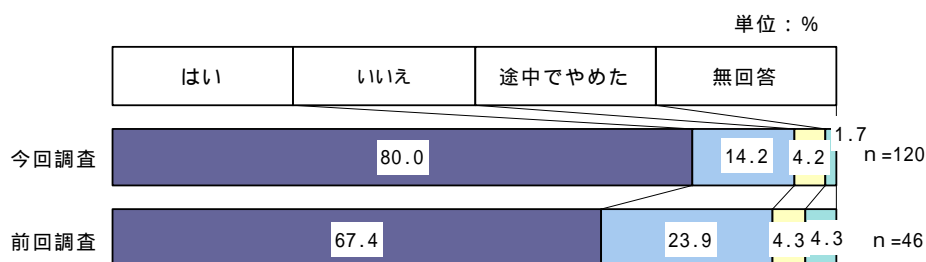
問 34-1 問 34 で「はい」と答えた方におたずねします。
糖尿病で定期的に医療機関に通院していますか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	96	80.0
2	いいえ	17	14.2
3	途中でやめた	5	4.2
	無回答	2	1.7
	非該当	1344	
	全体	120	100.0



「はい」という回答がちょうど8割を占めて多く、「いいえ」は14.2%、「途中でやめた」は4.2%となっている。

【前回調査との比較】



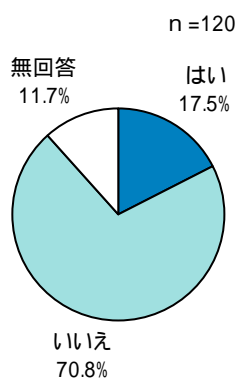
今回調査結果では前回調査と比べて、「はい」の割合が12.6ポイント増加し、「いいえ」は反対に9.7ポイント減少している。定期的に通院している人が増えていることがうかがえる。

糖尿病の合併症の有無（問 34 - 2）

・「いいえ」が7割を占めて多い

問 34-2 問 34 で「はい」と答えた方におたずねします。
現在、糖尿病の合併症（眼、腎臓、神経等の障害）がありますか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	21	17.5
2	いいえ	85	70.8
	無回答	14	11.7
	非該当	1344	
	全体	120	100.0



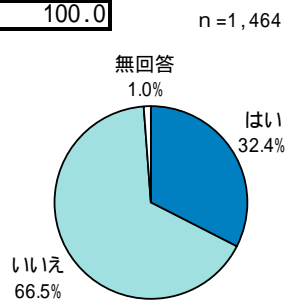
「いいえ」という回答が約7割を占めて多く、「はい」は17.5%に止まっている。

高血圧と言われた経験（問 35）

・「いいえ」が66.5%で、多い

問 35 今までに血圧が高いと言われたことがありますか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	475	32.4
2	いいえ	974	66.5
	無回答	15	1.0
	全体	1464	100.0



「いいえ」という回答が66.5%と多く、「はい」(32.8%)の2倍以上の割合となっている。

【年齢・男女別】 *上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	はい	いいえ	無回答
合計	1464 100.0	475 32.4	974 66.5	15 1.0
15~19歳-男	28 100.0	0 0.0	27 96.4	1 3.6
15~19歳-女	34 100.0	0 0.0	34 100.0	0 0.0
20~29歳-男	58 100.0	8 13.8	50 86.2	0 0.0
20~29歳-女	85 100.0	2 2.4	83 97.6	0 0.0
30~39歳-男	89 100.0	14 15.7	75 84.3	0 0.0
30~39歳-女	117 100.0	8 6.8	109 93.2	0 0.0
40~49歳-男	84 100.0	24 28.6	60 71.4	0 0.0
40~49歳-女	94 100.0	11 11.7	83 88.3	0 0.0
50~59歳-男	87 100.0	45 51.7	42 48.3	0 0.0
50~59歳-女	114 100.0	26 22.8	85 74.6	3 2.6
60~69歳-男	159 100.0	73 45.9	86 54.1	0 0.0
60~69歳-女	189 100.0	73 38.6	115 60.8	1 0.5
70~79歳-男	118 100.0	71 60.2	44 37.3	3 2.5
70~79歳-女	119 100.0	71 59.7	45 37.8	3 2.5
80歳以上-男	32 100.0	18 56.3	13 40.6	1 3.1
80歳以上-女	42 100.0	26 61.9	14 33.3	2 4.8

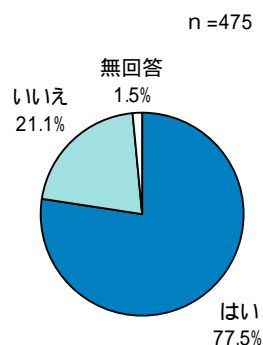
「はい」の割合は、20歳代から50歳代まででは男性が多く女性の割合とはかなりの開きがあるのに対し、60歳代と70歳代では男性と女性の差が縮まっており、また80歳以上では女性の割合の方が多くなっている。

高血圧についての相談、指導の経験(問35-1)

・「はい」が77.5%を占めて多い

問35-1 問35で「はい」と答えた方におたずねします。
高血圧について相談をしたり、指導を受けたことがありますか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	368	77.5
2	いいえ	100	21.1
	無回答	7	1.5
	非該当	989	
	全体	475	100.0



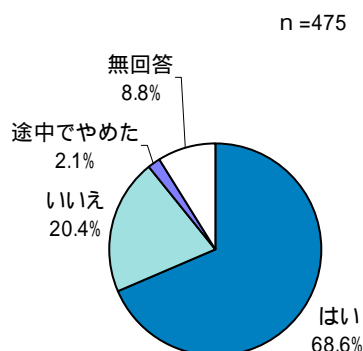
「はい」という回答が77.5%を占めて多く、「いいえ」は2割強となっている。

高血圧での定期的通院状況（問 35 - 2）

・「はい」が68.6%を占めて多い

問 35-2 問 35 で「はい」と答えた方におたずねします。
高血圧について定期的に医療機関に通院していますか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	326	68.6
2	いいえ	97	20.4
3	途中でやめた	10	2.1
	無回答	42	8.8
	非該当	989	
	全体	475	100.0



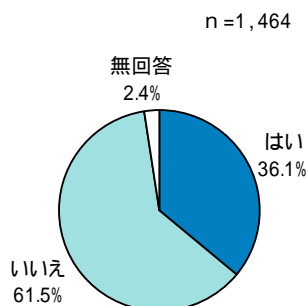
「はい」という回答が68.6%を占めて多く、「いいえ」は20.4%、「途中でやめた」は2.1%となっている。

脂質代謝異常と言われた経験（問 36）

・「いいえ」が61.5%で、多い

問 36 コレステロールや中性脂肪が高い(脂質代謝異常)と言われたことがありますか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	529	36.1
2	いいえ	900	61.5
	無回答	35	2.4
	全体	1464	100.0



「いいえ」という回答が61.5%と多く、「はい」は36.1%となっている。

【年齢・男女別】 *上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	はい	いいえ	無回答
合計	1464 100.0	529 36.1	900 61.5	35 2.4
15~19歳-男	28 100.0	0 0.0	27 96.4	1 3.6
15~19歳-女	34 100.0	1 2.9	33 97.1	0 0.0
20~29歳-男	58 100.0	9 15.5	48 82.8	1 1.7
20~29歳-女	85 100.0	8 9.4	77 90.6	0 0.0
30~39歳-男	89 100.0	33 37.1	56 62.9	0 0.0
30~39歳-女	117 100.0	16 13.7	101 86.3	0 0.0
40~49歳-男	84 100.0	46 54.8	38 45.2	0 0.0
40~49歳-女	94 100.0	25 26.6	68 72.3	1 1.1
50~59歳-男	87 100.0	53 60.9	34 39.1	0 0.0
50~59歳-女	114 100.0	49 43.0	61 53.5	4 3.5
60~69歳-男	159 100.0	75 47.2	81 50.9	3 1.9
60~69歳-女	189 100.0	90 47.6	90 47.6	9 4.8
70~79歳-男	118 100.0	42 35.6	73 61.9	3 2.5
70~79歳-女	119 100.0	58 48.7	54 45.4	7 5.9
80歳以上-男	32 100.0	10 31.3	21 65.6	1 3.1
80歳以上-女	42 100.0	11 26.2	27 64.3	4 9.5

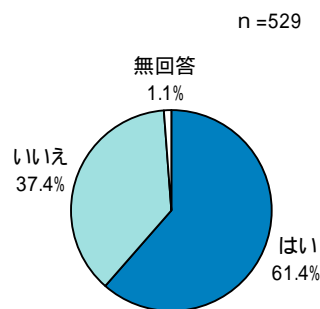
「はい」の割合は、20歳代から50歳代まででは男性が多く女性の割合とはかなりの開きがあるのに対し、60歳代ではほぼ同じで女性の割合が僅差で上回っている。また、70歳代では女性の割合が、80歳以上では再び男性の割合の方が、それぞれ多くなっている。

脂質代謝異常についての相談、指導の経験(問36-1)

・「はい」が61.4%を占めて多い

問36-1 問36で「はい」と答えた方におたずねします。
コレステロールや中性脂肪について相談をしたり、指導を受けたことがありますか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	325	61.4
2	いいえ	198	37.4
	無回答	6	1.1
	非該当	935	
	全体	529	100.0



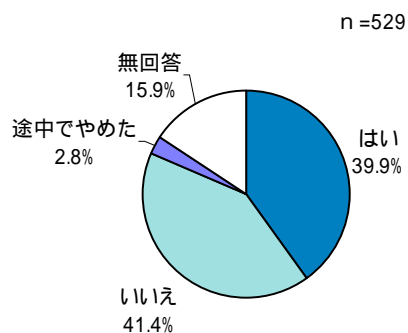
「はい」という回答が61.4%を占めて多く、「いいえ」は37.4%となっている。

脂質代謝異常での定期的通院状況（問 36 - 2）

・「いいえ」が41.4%を占めて多い

問 36-2 問 36 で「はい」と答えた方におたずねします。
コレステロールや中性脂肪で定期的に医療機関に通院していますか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	211	39.9
2	いいえ	219	41.4
3	途中でやめた	15	2.8
	無回答	84	15.9
	非該当	935	
	全体	529	100.0



「いいえ」という回答が41.4%を占めて多く、僅差で続く「はい」は39.9%、「途中でやめた」は2.8%となっている。

がんについて

(問 37 ~ 問 41-2)

がん検診の受診状況（問 37～問 41）

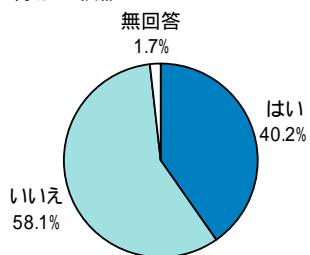
・胃がん、大腸がん、乳がん検診などで受診率が比較的高い

問 あなたは1年以内にがん検診（胃がん、肺がん、大腸がん、子宮がん、乳がん検診）を受けましたか。

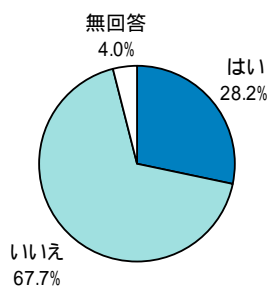
n=1,038、子宮がんと乳がんについてはn=802

がん検診の種類	「はい(受けた)」		「いいえ(受けなかった)」	
	回答数	回答割合	回答数	回答割合
胃がん	417	40.2%	603	58.1%
肺がん	293	28.2%	703	67.7%
大腸がん	334	32.2%	659	63.5%
子宮がん(女性のみ)	231	28.8%	547	68.2%
乳がん(女性のみ)	236	29.4%	539	67.2%

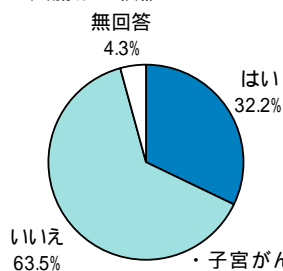
・胃がん検診



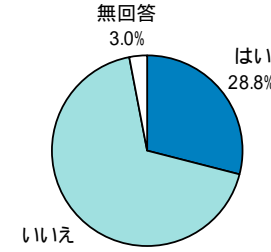
・肺がん検診



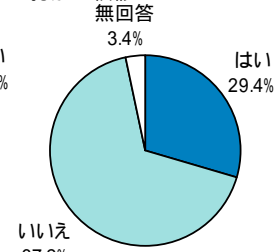
・大腸がん検診



・子宮がん検診



・乳がん検診



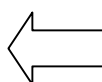
「受けた」と答えた人の割合は、胃がん検診で約40%となっているほか、大腸がん検診と乳がん検診で30%前後と、比較的大きくなっている。

【前回調査との比較】

項目	今回調査回答割合
胃がん	40.2%
肺がん	28.2%
大腸がん	32.2%
子宮がん	28.8%
乳がん	29.4%

* 「はい」と回答した割合

前回調査回答割合
35.6%
22.0%
28.7%
27.9%
21.8%

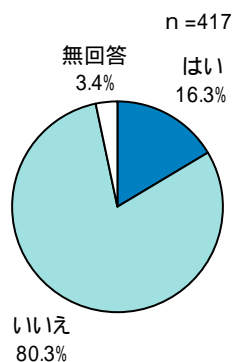


精密検査を受けるよういわれたか（問 37-1・38-1・39-1・40-1・41-1）

問 -1 問 で「はい」と答えた方におたずねします。
精密検査を受けるよういわれましたか。

< 胃がん >

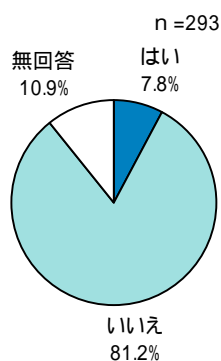
No.	選択肢	n	%
1	はい	68	16.3
2	いいえ	335	80.3
	無回答	14	3.4
	非該当	1047	
	全体	417	100.0



「いいえ」(80.3%) という回答が多く、「はい」は16.3%となっている。

< 肺がん >

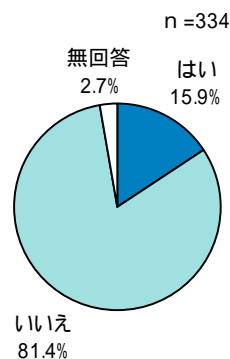
No.	選択肢	n	%
1	はい	23	7.8
2	いいえ	238	81.2
	無回答	32	10.9
	非該当	1171	
	全体	293	100.0



「いいえ」(81.2%) という回答が多く、「はい」は7.8%となっている。

< 大腸がん >

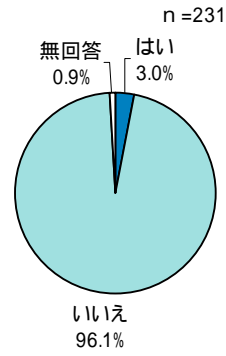
No.	選択肢	n	%
1	はい	53	15.9
2	いいえ	272	81.4
	無回答	9	2.7
	非該当	1130	
	全体	334	100.0



「いいえ」(81.4%) という回答が多く、「はい」は15.9%となっている。

<子宮がん>

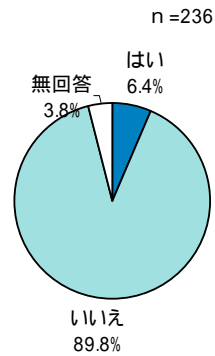
No.	選択肢	n	%
1	はい	7	3.0
2	いいえ	222	96.1
	無回答	2	0.9
	非該当	1233	
	全体	231	100.0



「いいえ」(96.1%)という回答が圧倒的に多く、「はい」は3.0%となっている。

<乳がん>

No.	選択肢	n	%
1	はい	15	6.4
2	いいえ	212	89.8
	無回答	9	3.8
	非該当	1228	
	全体	236	100.0



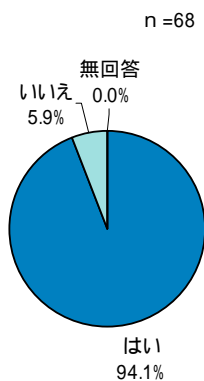
「いいえ」(89.8%)という回答が多く、「はい」は6.4%となっている。

精密検査を受けたか (問 37-2・38-2・39-2・40-2・41-2)

問 -2 問 -1で「はい」と答えた方におたずねします。
精密検査を受けましたか。

<胃がん>

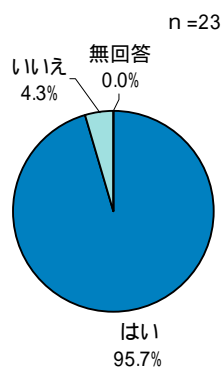
No.	選択肢	n	%
1	はい	64	94.1
2	いいえ	4	5.9
	無回答	0	0.0
	非該当	1396	
	全体	68	100.0



68人中64人(94.1%)が「はい」と回答している。

<肺がん>

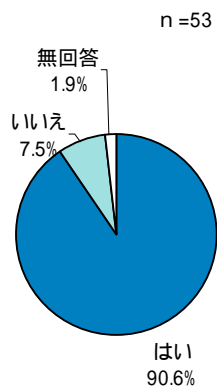
No.	選択肢	n	%
1	はい	22	95.7
2	いいえ	1	4.3
	無回答	0	0.0
	非該当	1441	
	全体	23	100.0



23人中22人(95.7%)が「はい」と回答している。

<大腸がん>

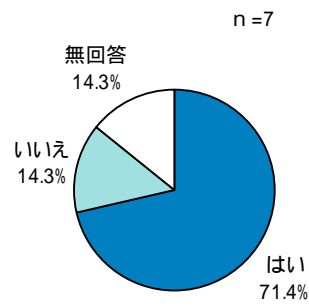
No.	選択肢	n	%
1	はい	48	90.6
2	いいえ	4	7.5
	無回答	1	1.9
	非該当	1411	
	全体	53	100.0



53人中48人(90.6%)が「はい」と回答している。

<子宮がん>

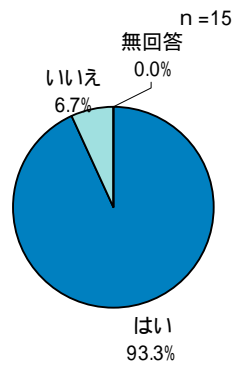
No.	選択肢	n	%
1	はい	5	71.4
2	いいえ	1	14.3
	無回答	1	14.3
	非該当	1457	
	全体	7	100.0



7人中5人(71.4%)が「はい」と答えている。

<乳がん>

No.	選択肢	n	%
1	はい	14	93.3
2	いいえ	1	6.7
	無回答	0	0.0
	非該当	1449	
	全体	15	100.0



15人中14人(93.3%)が「はい」と答えている。

歯と口の健康について

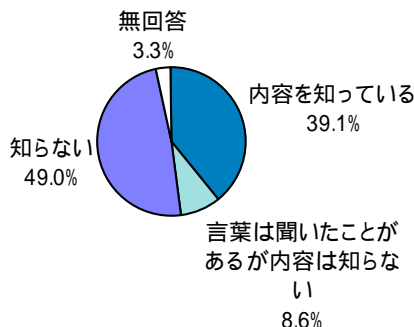
(問 42 ~ 問 48)

『8020運動』の認知度（問42）
 ・ ほぼ半数が「知らない」と答えている

問42 あなたは、『8020（ハチマルニイマル）運動』という言葉を知っていますか。
 該当するもの1つを選び、で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	内容を知っている	573	39.1
2	言葉は聞いたことがあるが内容は知らない	126	8.6
3	知らない	717	49.0
	無回答	48	3.3
	全体	1464	100.0

n=1,464



「知らない」(49.0%)という回答が半数弱を占めて最も多く、次いで「内容を知っている」(39.1%)が多くなっている。

【年齢・男女別】*上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	内容を知っている	言葉は聞いたことがあるが内容は知らない	知らない	無回答
合計	1464 100.0	573 39.1	126 8.6	717 49.0	48 3.3
15～19歳-男	28 100.0	7 25.0	4 14.3	17 60.7	0 0.0
15～19歳-女	34 100.0	18 52.9	4 11.8	12 35.3	0 0.0
20～29歳-男	58 100.0	17 29.3	7 12.1	33 56.9	1 1.7
20～29歳-女	85 100.0	36 42.4	8 9.4	41 48.2	0 0.0
30～39歳-男	89 100.0	19 21.3	9 10.1	59 66.3	2 2.2
30～39歳-女	117 100.0	55 47.0	12 10.3	50 42.7	0 0.0
40～49歳-男	84 100.0	27 32.1	9 10.7	48 57.1	0 0.0
40～49歳-女	94 100.0	56 59.6	3 3.2	34 36.2	1 1.1
50～59歳-男	87 100.0	22 25.3	8 9.2	52 59.8	5 5.7
50～59歳-女	114 100.0	64 56.1	4 3.5	43 37.7	3 2.6
60～69歳-男	159 100.0	54 34.0	11 6.9	90 56.6	4 2.5
60～69歳-女	189 100.0	85 45.0	17 9.0	80 42.3	7 3.7
70～79歳-男	118 100.0	36 30.5	15 12.7	55 46.6	12 10.2
70～79歳-女	119 100.0	52 43.7	6 5.0	54 45.4	7 5.9
80歳以上-男	32 100.0	12 37.5	0 0.0	17 53.1	3 9.4
80歳以上-女	42 100.0	9 21.4	8 19.0	24 57.1	1 2.4

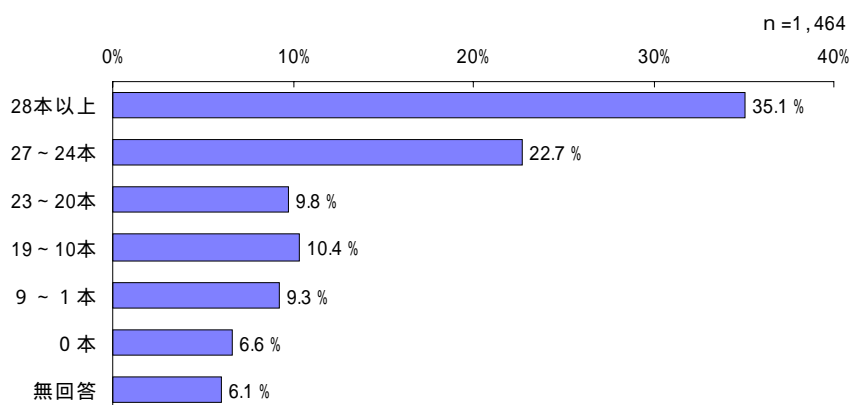
男性では、すべての年代で「知らない」が最も多い回答であるが、女性では、20歳代と70歳代、および80歳以上で「知らない」が最も多いのを除いて、「内容を知っている」が最も多くなっている。

現在の歯の本数（問 43）

・自分の歯が20本以上ある人の割合は67.6%

問 43 あなたの歯は現在何本ありますか。（「根」が残っている歯〔=差し歯〕、治療した歯、むし歯、親知らず〔=智歯〕も含めて教えてください。）
該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	28本以上	514	35.1
2	27～24本	333	22.7
3	23～20本	143	9.8
4	19～10本	152	10.4
5	9～1本	136	9.3
6	0本	97	6.6
	無回答	89	6.1
	全体	1464	100.0



「28本以上」という回答が35.1%を占めて最も多く、次いで「27～24本」(22.7%)、「19～10本」(10.4%)が多い。

「0本」は6.6%となっている。また、自分の歯が20本以上ある人の割合は、67.6%となっている。

【年齢・男女別】 *上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	28本以上	27~24本	23~20本	19~10本	9~1本	0本	無回答
合計	1464 100.0	514 35.1	333 22.7	143 9.8	152 10.4	136 9.3	97 6.6	89 6.1
15~19歳-男	28 100.0	18 64.3	1 3.6	0 0.0	1 3.6	1 3.6	4 14.3	3 10.7
15~19歳-女	34 100.0	22 64.7	6 17.6	0 0.0	0 0.0	2 5.9	3 8.8	1 2.9
20~29歳-男	58 100.0	38 65.5	10 17.2	2 3.4	0 0.0	5 8.6	2 3.4	1 1.7
20~29歳-女	85 100.0	58 68.2	14 16.5	0 0.0	0 0.0	4 4.7	8 9.4	1 1.2
30~39歳-男	89 100.0	45 50.6	29 32.6	6 6.7	1 1.1	3 3.4	2 2.2	3 3.4
30~39歳-女	117 100.0	73 62.4	14 12.0	5 4.3	7 6.0	9 7.7	7 6.0	2 1.7
40~49歳-男	84 100.0	38 45.2	20 23.8	11 13.1	7 8.3	6 7.1	1 1.2	1 1.2
40~49歳-女	94 100.0	43 45.7	28 29.8	7 7.4	6 6.4	5 5.3	4 4.3	1 1.1
50~59歳-男	87 100.0	18 20.7	31 35.6	8 9.2	14 16.1	9 10.3	3 3.4	4 4.6
50~59歳-女	114 100.0	44 38.6	35 30.7	12 10.5	11 9.6	4 3.5	2 1.8	6 5.3
60~69歳-男	159 100.0	41 25.8	38 23.9	25 15.7	23 14.5	16 10.1	8 5.0	8 5.0
60~69歳-女	189 100.0	33 17.5	54 28.6	32 16.9	33 17.5	15 7.9	7 3.7	15 7.9
70~79歳-男	118 100.0	18 15.3	15 12.7	12 10.2	22 18.6	20 16.9	13 11.0	18 15.3
70~79歳-女	119 100.0	18 15.1	24 20.2	19 16.0	18 15.1	17 14.3	12 10.1	11 9.2
80歳以上-男	32 100.0	2 6.3	4 12.5	2 6.3	2 6.3	10 31.3	7 21.9	5 15.6
80歳以上-女	42 100.0	0 0.0	9 21.4	0 0.0	7 16.7	8 19.0	13 31.0	5 11.9

男性で最も多い回答は、40歳代までと60歳代は「28本以上」、50歳代は「27~24本」、70歳代は「19~10本」、80歳以上は「9~1本」となっている。

女性で最も多い回答は、50歳代までは「28本以上」、60歳代と70歳代は「27~24本」、80歳以上は「0本」となっている。

【前回調査との比較】

単位:%

	n	28本以上	27~24本	23~20本	19~10本	9~1本	0本	無回答
今回調査	1,464	35.1	22.7	9.8	10.4	9.3	6.6	6.1
前回調査	864	46.1	33.8	8.9	5.9	3.0	2.3	

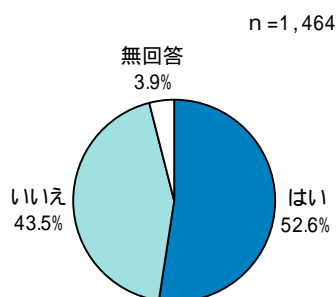
今回調査結果においては、前回調査と比べて、「28本以上」という回答の割合が11ポイント減少している。

歯科健診受診の状況（問 44）

・過半数の人が受診している

問 44 あなたは1年以内に歯科健診を受けましたか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	770	52.6
2	いいえ	637	43.5
	無回答	57	3.9
	全体	1464	100.0



「はい」という回答が52.6%と過半数を占め、「いいえ」(43.5%)を9.1%上回っている。

【年齢・男女別】 * 上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	はい	いいえ	無回答
合計	1464	770	637	57
	100.0	52.6	43.5	3.9
15～19歳-男	28	19	9	0
	100.0	67.9	32.1	0.0
15～19歳-女	34	24	8	2
	100.0	70.6	23.5	5.9
20～29歳-男	58	17	40	1
	100.0	29.3	69.0	1.7
20～29歳-女	85	44	41	0
	100.0	51.8	48.2	0.0
30～39歳-男	89	37	51	1
	100.0	41.6	57.3	1.1
30～39歳-女	117	62	55	0
	100.0	53.0	47.0	0.0
40～49歳-男	84	31	53	0
	100.0	36.9	63.1	0.0
40～49歳-女	94	46	47	1
	100.0	48.9	50.0	1.1
50～59歳-男	87	51	31	5
	100.0	58.6	35.6	5.7
50～59歳-女	114	64	47	3
	100.0	56.1	41.2	2.6
60～69歳-男	159	85	67	7
	100.0	53.5	42.1	4.4
60～69歳-女	189	112	72	5
	100.0	59.3	38.1	2.6
70～79歳-男	118	68	40	10
	100.0	57.6	33.9	8.5
70～79歳-女	119	74	35	10
	100.0	62.2	29.4	8.4
80歳以上-男	32	11	15	6
	100.0	34.4	46.9	18.8
80歳以上-女	42	18	21	3
	100.0	42.9	50.0	7.1

20歳代から40歳代の男性で「はい」の割合が半数未満と少なく、20歳代で29.3%と極端に少なくなっている。

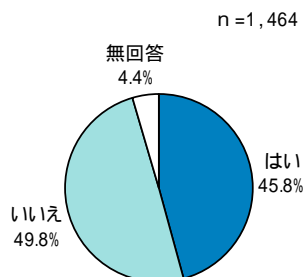
また、40歳代の女性と80歳以上の男女においても、「はい」の割合が半数未満となっている。

1年以内の歯石除去や歯面清掃の状況（問45）

・定期的に受けていない人が多いが、以前よりは受けている人が増加

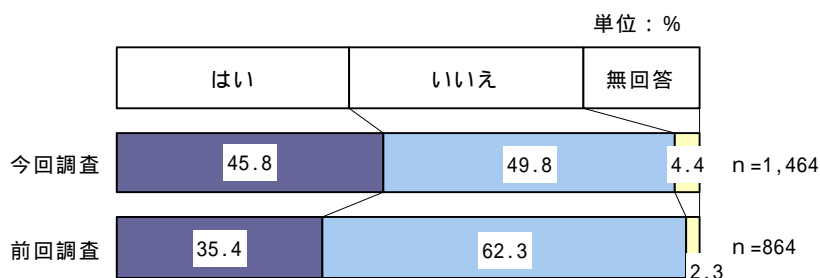
問45 あなたは、1年以内に歯科医院で、歯石をとってもらったり、歯面清掃(クリーニング)してもらいましたか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	670	45.8
2	いいえ	729	49.8
	無回答	65	4.4
	全体	1464	100.0



「いいえ」が49.8%、「はい」が45.8%で、ほぼ拮抗しているが「いいえ」が「はい」を4%上回っている。

【前回調査との比較】



今回調査では、前回調査結果と比べて「はい」の割合が10.4ポイント増加し、反対に「いいえ」の割合は12.5ポイント減少している。

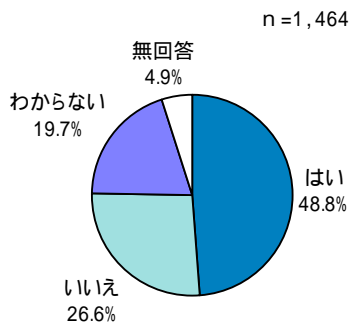
(*ただし、前回調査時の質問のたずね方は「あなたは1年以内に歯石をとってもらいましたか。」で、今回とは若干異なっている。)

フッ素入り歯磨き剤の使用状況（問 46）

・使用している人が半数弱

問 46 あなたは、歯をみがく時、フッ素入りの歯磨き剤を使用していますか。
該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	はい	714	48.8
2	いいえ	390	26.6
3	わからない	288	19.7
	無回答	72	4.9
	全体	1464	100.0



「はい」が48.8%と半数弱を占め、「いいえ」(26.6%)を22.2%上回っている。

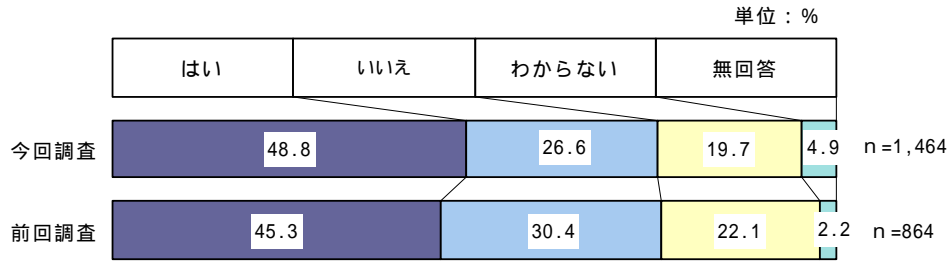
【年齢・男女別】*上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	はい	いいえ	わからな い	無回答
合計	1464 100.0	714 48.8	390 26.6	288 19.7	72 4.9
15～19歳-男	28 100.0	13 46.4	6 21.4	9 32.1	0 0.0
15～19歳-女	34 100.0	13 38.2	5 14.7	16 47.1	0 0.0
20～29歳-男	58 100.0	30 51.7	12 20.7	15 25.9	1 1.7
20～29歳-女	85 100.0	41 48.2	14 16.5	30 35.3	0 0.0
30～39歳-男	89 100.0	47 52.8	18 20.2	23 25.8	1 1.1
30～39歳-女	117 100.0	80 68.4	20 17.1	16 13.7	1 0.9
40～49歳-男	84 100.0	47 56.0	23 27.4	14 16.7	0 0.0
40～49歳-女	94 100.0	63 67.0	19 20.2	11 11.7	1 1.1
50～59歳-男	87 100.0	33 37.9	29 33.3	21 24.1	4 4.6
50～59歳-女	114 100.0	50 43.9	41 36.0	18 15.8	5 4.4
60～69歳-男	159 100.0	69 43.4	51 32.1	34 21.4	5 3.1
60～69歳-女	189 100.0	93 49.2	67 35.4	21 11.1	8 4.2
70～79歳-男	118 100.0	43 36.4	36 30.5	21 17.8	18 15.3
70～79歳-女	119 100.0	55 46.2	27 22.7	23 19.3	14 11.8
80歳以上-男	32 100.0	12 37.5	8 25.0	6 18.8	6 18.8
80歳以上-女	42 100.0	18 42.9	11 26.2	7 16.7	6 14.3

「はい」の割合は、30歳代・40歳代で男女とも半数を超えている。また、20歳代の男性でも過半数となっている。

「はい」の割合は15～19歳と20歳代では男性の方が女性より多いが、30歳代以上では女性の方が多くなっている。

【前回調査との比較】



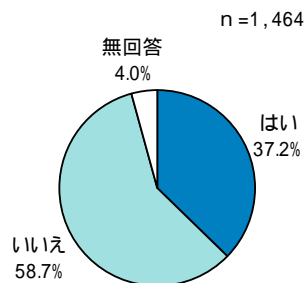
今回調査では、前回調査結果と比べて「はい」の割合が3.5ポイント増加し、「いいえ」の割合が3.8ポイント、「わからない」が2.4ポイント、それぞれ減少している。

歯間部清掃用具の使用状況（問47）

・使っていない人が使っている人を大きく上回っている

問47 あなたは、歯間部清掃用具（糸ようじ・歯間ブラシ等）を使用していますか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	545	37.2
2	いいえ	860	58.7
	無回答	59	4.0
	全体	1464	100.0



「いいえ」が58.7%、「はい」が37.2%で、「いいえ」の割合が「はい」を、20%以上、大きく上回っている。

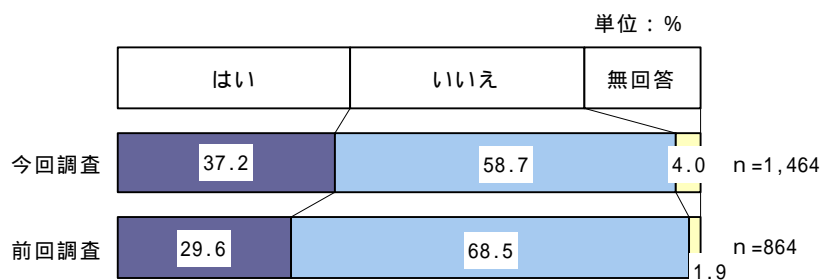
【年齢・男女別】 *上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	はい	いいえ	無回答
合計	1464 100.0	545 37.2	860 58.7	59 4.0
15～19歳-男	28 100.0	1 3.6	26 92.9	1 3.6
15～19歳-女	34 100.0	7 20.6	27 79.4	0 0.0
20～29歳-男	58 100.0	15 25.9	42 72.4	1 1.7
20～29歳-女	85 100.0	23 27.1	62 72.9	0 0.0
30～39歳-男	89 100.0	23 25.8	65 73.0	1 1.1
30～39歳-女	117 100.0	49 41.9	68 58.1	0 0.0
40～49歳-男	84 100.0	24 28.6	59 70.2	1 1.2
40～49歳-女	94 100.0	47 50.0	47 50.0	0 0.0
50～59歳-男	87 100.0	26 29.9	56 64.4	5 5.7
50～59歳-女	114 100.0	55 48.2	56 49.1	3 2.6
60～69歳-男	159 100.0	65 40.9	90 56.6	4 2.5
60～69歳-女	189 100.0	97 51.3	87 46.0	5 2.6
70～79歳-男	118 100.0	34 28.8	70 59.3	14 11.9
70～79歳-女	119 100.0	53 44.5	57 47.9	9 7.6
80歳以上-男	32 100.0	6 18.8	20 62.5	6 18.8
80歳以上-女	42 100.0	13 31.0	22 52.4	7 16.7

どの年代においても、「はい」の回答割合で、女性が男性を上回っており、特に40歳代(50.0%)、60歳代(51.3%)の女性では半数に達している。

男性では、最も多い60歳代でも使用率約4割となっている。

【前回調査との比較】



今回調査では、前回調査結果と比べて「はい」の割合が7.6ポイント増加し、反対に「いいえ」の割合が9.8ポイント減少している。使用率が上がっていることが分かる。

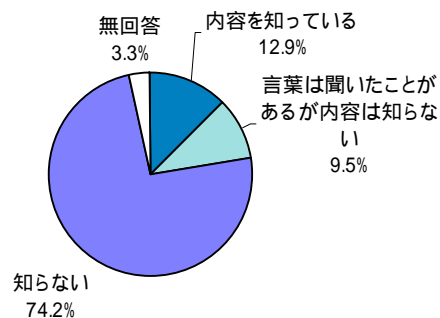
用語『噛ミング30』の認知度（問48）

・「知らない」が圧倒的に多い。「内容を知っている」は1割強

問48 あなたは、『噛ミング30（カミングサンマル）』という言葉を知っていますか。
該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	内容を知っている	189	12.9
2	言葉は聞いたことがあるが内容は知らない	139	9.5
3	知らない	1087	74.2
	無回答	49	3.3
	全体	1464	100.0

n=1,464



「知らない」という答えが74.2%と最も多く、「内容を知っている」は12.9%、「言葉は聞いたことがあるが内容は知らない」は9.5%となっている。

【男女・年齢別】*上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	内容を 知っている	言葉は聞いた ことがあるが 内容は 知らない	知らない	無回答
合計	1464	189	139	1087	49
	100.0	12.9	9.5	74.2	3.3
男-15~19歳	28	0	2	26	0
	100.0	0.0	7.1	92.9	0.0
20~29歳	58	3	3	51	1
	100.0	5.2	5.2	87.9	1.7
30~39歳	89	3	7	78	1
	100.0	3.4	7.9	87.6	1.1
40~49歳	84	2	3	79	0
	100.0	2.4	3.6	94.0	0.0
50~59歳	87	4	11	69	3
	100.0	4.6	12.6	79.3	3.4
60~69歳	159	23	18	113	5
	100.0	14.5	11.3	71.1	3.1
70~79歳	118	12	17	77	12
	100.0	10.2	14.4	65.3	10.2
80歳以上	32	6	1	20	5
	100.0	18.8	3.1	62.5	15.6
女-15~19歳	34	2	2	30	0
	100.0	5.9	5.9	88.2	0.0
20~29歳	85	9	4	72	0
	100.0	10.6	4.7	84.7	0.0
30~39歳	117	12	11	94	0
	100.0	10.3	9.4	80.3	0.0
40~49歳	94	16	8	70	0
	100.0	17.0	8.5	74.5	0.0
50~59歳	114	14	6	91	3
	100.0	12.3	5.3	79.8	2.6
60~69歳	189	46	21	118	4
	100.0	24.3	11.1	62.4	2.1
70~79歳	119	32	19	61	7
	100.0	26.9	16.0	51.3	5.9
80歳以上	42	3	6	27	6
	100.0	7.1	14.3	64.3	14.3

「内容を知っている」の回答割合が最も大きいのは、男性では80歳以上で18.8%(32人中6人)、女性では70歳代で26.9%の認知度となっている。

また、すべての年代で、「内容を知っている」の回答割合について女性が男性を上回っている。

感染症予防について

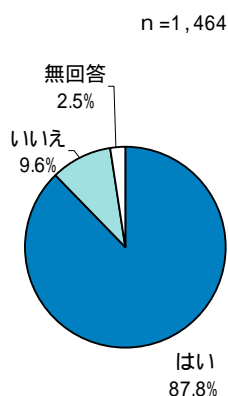
(問 49 ~ 問 51)

予防接種の有効性の認知度（問 49）

・ 9 割近くの人が接種の有効性を認知している

問 49 予防接種が結核やはしかなどの病気の感染を防ぐために有効だと知っていますか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	1286	87.8
2	いいえ	141	9.6
	無回答	37	2.5
	全体	1464	100.0



「はい」という回答が 87.8% を占め、圧倒的に多くなっている。

【年齢・男女別】 * 上段...人数（単位：人） 下段...構成比（単位：％）

	全体	はい	いいえ	無回答
合計	1464 100.0	1286 87.8	141 9.6	37 2.5
15～19歳-男	28 100.0	24 85.7	3 10.7	1 3.6
15～19歳-女	34 100.0	31 91.2	3 8.8	0 0.0
20～29歳-男	58 100.0	53 91.4	5 8.6	0 0.0
20～29歳-女	85 100.0	76 89.4	9 10.6	0 0.0
30～39歳-男	89 100.0	73 82.0	15 16.9	1 1.1
30～39歳-女	117 100.0	102 87.2	15 12.8	0 0.0
40～49歳-男	84 100.0	73 86.9	11 13.1	0 0.0
40～49歳-女	94 100.0	90 95.7	4 4.3	0 0.0
50～59歳-男	87 100.0	75 86.2	11 12.6	1 1.1
50～59歳-女	114 100.0	101 88.6	10 8.8	3 2.6
60～69歳-男	159 100.0	141 88.7	16 10.1	2 1.3
60～69歳-女	189 100.0	172 91.0	11 5.8	6 3.2
70～79歳-男	118 100.0	102 86.4	10 8.5	6 5.1
70～79歳-女	119 100.0	103 86.6	9 7.6	7 5.9
80歳以上-男	32 100.0	25 78.1	3 9.4	4 12.5
80歳以上-女	42 100.0	32 76.2	5 11.9	5 11.9

いずれの年齢・性別でも「はい」の割合が多く、おおむね 85% を超えているが、30 歳代の男性ではやや少なくなっている。また、80 歳以上の男女では、ともに 8 割を下回る認知度となっている。

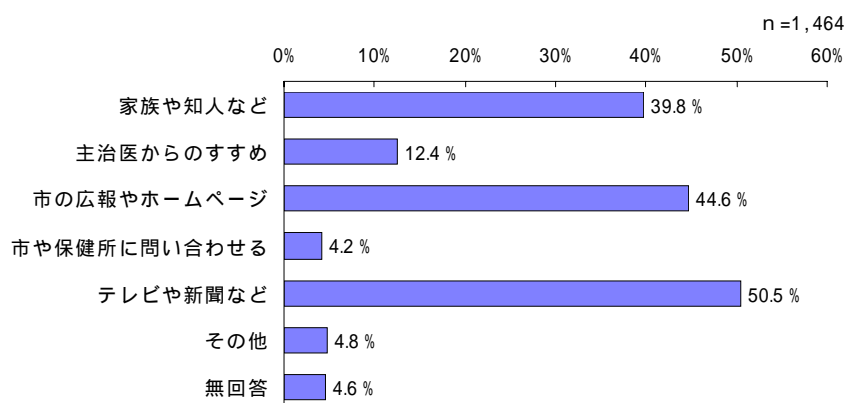
予防接種情報の入手元（問 50）

・「テレビや新聞など」が最も多く、次いで「市の広報やホームページ」が多い

問 50 予防接種の情報は、何によって知りますか。

該当するものすべてを選び、 で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	家族や知人など	583	39.8
2	主治医からのすすめ	182	12.4
3	市の広報やホームページ	653	44.6
4	市や保健所に問い合わせる	61	4.2
5	テレビや新聞など	739	50.5
6	その他	71	4.8
	無回答	68	4.6
	全体	1464	100.0



「テレビや新聞など」という回答が過半数に達して最も多く、次いで「市の広報やホームページ」(44.6%)、「家族や知人など」(39.8%)が多くなっている。

【職業別】 * 上段...人数(単位:人) 下段...構成比(単位:%)

	全体	家族や知人など	主治医からのすすめ	市の広報やホームページ	市や保健所に問い合わせる	テレビや新聞など	その他	無回答
合計	1464 100.0	583 39.8	182 12.4	653 44.6	61 4.2	739 50.5	71 4.8	68 4.6
勤め人(常勤・パート)	592 100.0	269 45.4	39 6.6	233 39.4	27 4.6	286 48.3	35 5.9	27 4.6
自営業	87 100.0	27 31.0	10 11.5	36 41.4	2 2.3	45 51.7	3 3.4	4 4.6
学生	80 100.0	60 75.0	3 3.8	14 17.5	1 1.3	23 28.8	12 15.0	1 1.3
専業主婦・主夫	322 100.0	107 33.2	51 15.8	199 61.8	17 5.3	187 58.1	11 3.4	11 3.4
無職	335 100.0	100 29.9	69 20.6	150 44.8	14 4.2	181 54.0	8 2.4	21 6.3
その他	29 100.0	12 41.4	6 20.7	12 41.4	0 0.0	14 48.3	2 6.9	1 3.4

勤め人や自営業者、無職の人などではいずれも「テレビや新聞など」が最も多い回答であるが、学生では「家族や知人など」が、専業主婦・主夫では「市の広報やホームページ」が、それぞれ最も多い回答となっている。

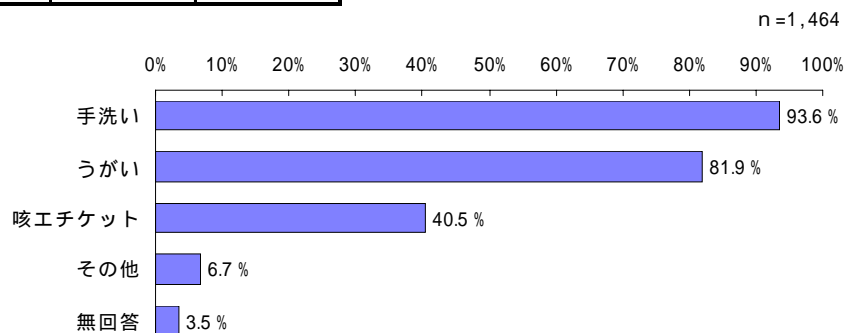
感染症予防のため心がけていること（問 51）

・「手洗い」と「うがい」が非常に多い

問 51 感染症を予防するために心がけていることは何ですか。

該当するものすべてを選び、 で囲んでください。

No.	選択肢	n	%
1	手洗い	1370	93.6
2	うがい	1199	81.9
3	咳エチケット	593	40.5
4	その他	98	6.7
	無回答	51	3.5
	全体	1464	100.0



「手洗い」、「うがい」という回答が順に9割台、8割台の回答割合となり、非常に多い。「咳エチケット」については、約4割の数値となっている。

【男女・年齢別】 * 上段...人数（単位：人） 下段...構成比（単位：%）

	全体	手洗い	うがい	咳エチ ケット	その他	無回答
合計	1464 100.0	1370 93.6	1199 81.9	593 40.5	98 6.7	51 3.5
男-15～19歳	28 100.0	24 85.7	19 67.9	7 25.0	0 0.0	3 10.7
20～29歳	58 100.0	46 79.3	39 67.2	18 31.0	4 6.9	6 10.3
30～39歳	89 100.0	83 93.3	77 86.5	36 40.4	3 3.4	1 1.1
40～49歳	84 100.0	79 94.0	67 79.8	27 32.1	2 2.4	3 3.6
50～59歳	87 100.0	82 94.3	67 77.0	22 25.3	3 3.4	3 3.4
60～69歳	159 100.0	147 92.5	121 76.1	51 32.1	6 3.8	7 4.4
70～79歳	118 100.0	108 91.5	101 85.6	33 28.0	4 3.4	5 4.2
80歳以上	32 100.0	30 93.8	27 84.4	15 46.9	3 9.4	2 6.3
女-15～19歳	34 100.0	31 91.2	27 79.4	13 38.2	3 8.8	2 5.9
20～29歳	85 100.0	80 94.1	67 78.8	42 49.4	13 15.3	1 1.2
30～39歳	117 100.0	109 93.2	98 83.8	69 59.0	13 11.1	3 2.6
40～49歳	94 100.0	90 95.7	78 83.0	48 51.1	5 5.3	2 2.1
50～59歳	114 100.0	109 95.6	98 86.0	48 42.1	11 9.6	4 3.5
60～69歳	189 100.0	185 97.9	163 86.2	85 45.0	13 6.9	2 1.1
70～79歳	119 100.0	115 96.6	105 88.2	60 50.4	13 10.9	3 2.5
80歳以上	42 100.0	38 90.5	33 78.6	12 28.6	1 2.4	3 7.1

「手洗い」と「うがい」では、30歳代と80歳以上を除いて女性の回答割合が男性を上回っている。また、「うがい」については20・30歳代の男性で、回答割合が7割を下回りやや少なくなっている。

「咳エチケット」では、80歳以上を除くいずれの年代でも女性の割合が男性を上回っている。

その他

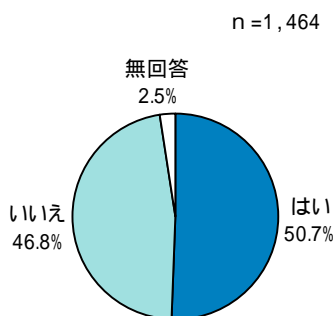
(問 52 ~ 問 53)

自身の健康に関する満足度（問 52）

・「満足」が 50.7%、「不満」が 46.8%

問 52 あなたは、ご自身の健康に満足していますか。

No.	選択肢	n	%
1	はい	742	50.7
2	いいえ	685	46.8
	無回答	37	2.5
	全体	1464	100.0



「はい」という回答が 50.7%、「いいえ」が 46.8%で、満足している人が不満な人を若干上回っている。

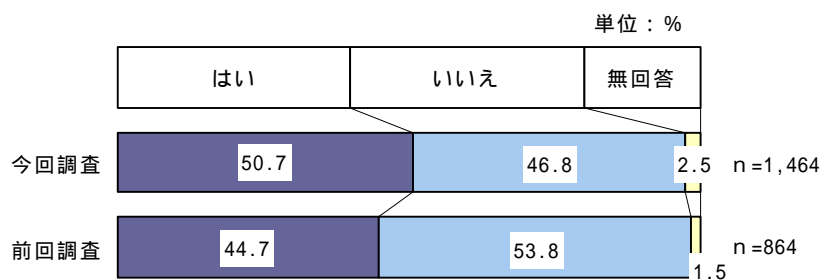
【年齢・男女別】 * 上段...人数（単位：人） 下段...構成比（単位：%）

	全体	はい	いいえ	無回答
合計	1464 100.0	742 50.7	685 46.8	37 2.5
15～19歳-男	28 100.0	20 71.4	7 25.0	1 3.6
15～19歳-女	34 100.0	23 67.6	10 29.4	1 2.9
20～29歳-男	58 100.0	35 60.3	23 39.7	0 0.0
20～29歳-女	85 100.0	45 52.9	40 47.1	0 0.0
30～39歳-男	89 100.0	47 52.8	41 46.1	1 1.1
30～39歳-女	117 100.0	65 55.6	51 43.6	1 0.9
40～49歳-男	84 100.0	30 35.7	53 63.1	1 1.2
40～49歳-女	94 100.0	52 55.3	41 43.6	1 1.1
50～59歳-男	87 100.0	38 43.7	48 55.2	1 1.1
50～59歳-女	114 100.0	50 43.9	61 53.5	3 2.6
60～69歳-男	159 100.0	86 54.1	70 44.0	3 1.9
60～69歳-女	189 100.0	94 49.7	88 46.6	7 3.7
70～79歳-男	118 100.0	68 57.6	47 39.8	3 2.5
70～79歳-女	119 100.0	47 39.5	66 55.5	6 5.0
80歳以上-男	32 100.0	18 56.3	11 34.4	3 9.4
80歳以上-女	42 100.0	16 38.1	22 52.4	4 9.5

「はい」の回答割合をみると、15～19歳と20歳代では男性、30歳代～50歳代は女性、60歳代以上では男性が、それぞれ多くなっている。

また、40歳代の男性と70歳代、80歳以上の女性では「はい」の割合が4割を下回っており、特に少ない。

【前回調査との比較】



今回調査では、前回調査結果と比べて「はい」の割合が6ポイント増加し、反対に「いいえ」の割合が7ポイント減少している。満足度が上がっていることがうかがえる。

今後の鎌ヶ谷市の「健康なまちづくり」についての意見等（問53）

問53 今後の鎌ヶ谷市の「健康なまちづくり」についてご意見等がありましたらご記入ください。

市の今後の「健康なまちづくり」施策への意見等を、自由記入方式でたずねた。記入内容を項目別にまとめると、以下のようになる。

健康診断について		(小項目合計 78件)
検査項目や内容の充実		17件
実施場所の拡充		2件
対象者の拡充		7件
情報提供の充実		11件
日時の工夫・充実		10件
実施方法の工夫・充実		8件
診断料の助成・引き下げ		19件
その他		4件
予防接種の充実		13件
医療費・保険料の助成・引き下げ		6件
健康づくり・運動施設の整備・充実		31件
散歩やウォーキング、サイクリングが安全に楽しめる歩道の整備		18件
健康教育・健康教室などについて		15件
介護・福祉について		3件
子育て・教育について		2件
食品・食生活について		2件
栄養等に関する教室・講演の充実		4件
健康・医療等の相談について		8件
医療施設の充実		18件
歯科について		2件
健康についての意識の持ち方について		9件
情報提供やPRの不足、啓蒙など		14件
計画の周知不足		4件
禁煙施策について		22件
まちづくりについて		18件
市に対しての意見要望		5件
その他		25件

第



章

アンケート調査票

「鎌ヶ谷市民健康意識調査」のお願い

皆様には、日頃より鎌ヶ谷市の保健行政にご理解・ご協力をいただきましてありがとうございます。

さて、鎌ヶ谷市では平成14年度より、健康でいきいきと生活ができる社会をめざし、「いきいきプラン・健康かまがや21」を策定し推進しています。平成22年度はこの計画の最終年度を迎えるため、計画の進捗状況を評価し、次期計画の策定準備を進めています。

この「鎌ヶ谷市民健康意識調査」は、次期計画策定のために、さらなる健康づくりの向上・改善に役立てることを目的として実施するものです。

今回調査をお願いする方は、市民の皆さまの中から無作為に3,000人の方を選ばせていただきました(平成22年4月21日現在)。お答えいただいた内容は、すべて統計的に処理いたしますので、個人が特定されたり、皆さまにご迷惑をおかけするようなことは一切ございません。

つきましては、お忙しいところ誠に恐縮ですが、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力いただけますよう、よろしくお願い申し上げます。

鎌ヶ谷市

調査票のご記入にあたってのお願い

- 回答は「あて名」のご本人がしてください。
- 回答は直接調査票に記入してください。
- 回答は各設問で選択肢の中から該当するものを、指定された数だけ選び、その記号を で 囲んでください。
- 回答はあなたのお考えに最も近いと思われるものをお選びください。
- 設問によって、数字を直接記入するものがあります。
- 設問によって、全員にお答えいただくものと、制限された方のみお答えいただくものがあります。
- 5月24日(月)までに、返信用封筒に入れ郵便ポストに投函してください。(切手不要)

問い合わせ先

〒273-0195 鎌ヶ谷市新鎌ヶ谷2丁目6番1号
鎌ヶ谷市役所 健康福祉部 健康増進課

電話 047-445-1141

FAX 047-445-8261

あなた自身についてお答えください

問1 年齢は、満何歳になりましたか。(*平成22年5月1日現在で)
該当するもの1つを選び、記号を で囲んでください。

ア . 15 ~ 19 歳	イ . 20 ~ 29 歳	ウ . 30 ~ 39 歳
エ . 40 ~ 49 歳	オ . 50 ~ 59 歳	カ . 60 ~ 69 歳
キ . 70 ~ 79 歳	ク . 80 歳以上	

問2 性別はどちらですか。

ア . 男	イ . 女
-------	-------

問3 身長・体重を教えてください。

1 . 身長 (c m)	2 . 体重 (k g)
-------------------------------------	-------------------------------------

問4 現在の職業を教えてください。

該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

ア . 勤め人 (常勤 ・ パート)	イ . 自営業
ウ . 学生	エ . 専業主婦 ・ 主夫
オ . 無職	カ . その他 ()

問5 鎌ヶ谷市にお住みになって何年になりますか。

該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

ア . 3 年未満	イ . 3 ~ 5 年未満	ウ . 5 ~ 10 年未満
エ . 10 ~ 15 年未満	オ . 15 ~ 20 年未満	カ . 20 年以上

問6 あなたは、どの地域に住んでいますか。

該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

ア . 中央地区 (道野辺中央、道野辺本町、初富本町、右京塚、富岡、南初富4 ~ 6 丁目、中央)
イ . 中央東地区 (東鎌ヶ谷、東初富1 ~ 6 丁目、南初富1 ~ 3 丁目、初富715 ~ 924 番地、新鎌ヶ谷1 ~ 4 丁目)
ウ . 東部地区 (丸山、東道野辺2 ~ 7 丁目、鎌ヶ谷1 ~ 9 丁目、南鎌ヶ谷)
エ . 南部地区 (東中沢、北中沢、東道野辺1 丁目、中沢、西道野辺、馬込沢、道野辺)
オ . 西部地区 (くぬぎ山、串崎新田、北初富、初富1 ~ 399 番地、初富925 番地 ~)
カ . 北部地区 (粟野、佐津間、西佐津間、南佐津間、中佐津間、軽井沢)
キ . その他 (具体的に：)

問12 1日のうちで野菜料理をどのくらい食べますか。
該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

ア．おおむね1日3食 イ．おおむね1日2食 ウ．おおむね1日1食
エ．1週間に数回 オ．1週間に1回もない

問13 鎌ヶ谷市に昔からある料理の中には、『きんぴらごぼう』があります。
あなたは、『きんぴらごぼう』が好きですか。
該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

ア．はい イ．いいえ
ウ．どちらでもない

問14 あなたは、『きんぴらごぼう』をどのくらい食べますか。
該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

ア．週に1回以上食べる イ．月に1回以上食べる ウ．年に1回以上食べる
エ．食べない

問15 あなたは、外食や食品購入の時、栄養成分表示を参考にしていますか。
該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

ア．する イ．時々する ウ．しない

問16 あなたは、自分にとって適切な食事内容・量を知っていますか。

ア．はい イ．いいえ

問17 あなたは、子どもが「食」に対してどのような力を育てていけばいいと思いますか。
該当するものすべてを選び、 で囲んでください。

ア．栄養のバランスを身につけること
イ．食べ物を安全に選ぶ力をつけること
ウ．料理する力をつけること
エ．「いただきます」「ごちそうさま」など感謝の気持ちや食事マナーを身につけること
オ．早寝早起きをして正しいリズムの中で食生活を続けていくこと
カ．その他()

身体活動・運動について

問18 あなたは、日頃から日常生活の中で、健康維持・増進のため意識的に身体を動かすなどの運動をしていますか。

該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

- | | |
|--------------------|---------------|
| ア．いつもしている | イ．時々している |
| ウ．以前はしていたが現在はしていない | エ．まったくしたことがない |

問19 あなたは、運動を週2日以上、1日30分以上行っていますか。

- | | |
|------|-------|
| ア．はい | イ．いいえ |
|------|-------|

問19-1 問19で「はい」と答えた方におたずねします。

運動はどの位継続していますか。

- | | |
|-------------|---------------|
| ア．1年以上続いている | イ．6～12ヶ月続いている |
| ウ．6ヶ月未満 | |

問20 あなたは、日常生活の中で、買い物や散歩などを含めた外出の状況についてはどれにあてはまると思いますか。

該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

- | |
|--------------------------------|
| ア．自分から積極的に外出する方である |
| イ．家族や他の人から誘われたり、仲間がいれば外出する方である |
| ウ．家族や他の人から誘われれば、仕方なく外出する方である |
| エ．家族や他の人から誘われても、極力外出しない方である |
| オ．外出することはほとんどない |

問21 あなたは、『きらり鎌ヶ谷体操』をご存知ですか。

- | | |
|------|-------|
| ア．はい | イ．いいえ |
|------|-------|

問21-1 問21で「はい」と答えた方におたずねします。

実際におこなったことはありますか。

- | | |
|------|-------|
| ア．はい | イ．いいえ |
|------|-------|

休養・心の健康づくりについて

問22 あなたは、この1ヶ月間に、不満、悩み、苦勞、ストレスなどがありましたか。
該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

- | | |
|---------|----------|
| ア．大いにある | イ．多少ある |
| ウ．あまりない | エ．まったくない |

問23 あなたは、不満、悩み、苦勞、ストレスなどで困った時、相談できる人や機関がありますか。

- | | |
|------|-------|
| ア．はい | イ．いいえ |
|------|-------|

問24 あなたは、十分に睡眠をとれていますか。
該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

- | | |
|-------------|--------------|
| ア．十分にとれている | イ．まあとれている |
| ウ．あまりとれていない | エ．まったくとれていない |
| オ．わからない | |

問25 あなたは、睡眠を助けるために、睡眠剤や精神安定剤を服用したり、アルコール飲料を使うことがありますか。
該当するもの1つを選び、 で囲んでください。

- | | |
|--------------|----------------|
| ア．まったくない | イ．めったにない(年に数回) |
| ウ．時々ある(月に数回) | エ．しばしばある(週に数回) |
| オ．常にある | |

たばこについて

問26 あなたは、たばこを吸いますか。

- | | |
|---------------------------------|-------|
| ア．はい(本/日) | イ．いいえ |
|---------------------------------|-------|

問26-1 問26で「はい」と答えた方におたずねします。
あなたは、公共の場では、指定された場所で吸っていますか。

- | | |
|------|-------|
| ア．はい | イ．いいえ |
|------|-------|

歯と口の健康について

問42 あなたは、『8020(ハチマルニイマル)運動』という言葉を知っていますか。
該当するもの1つを選び、で囲んでください。

ア．内容を知っている イ．言葉は聞いたことがあるが内容は知らない
ウ．知らない

問43 あなたの歯は現在何本ありますか。(「根」が残っている歯〔=差し歯〕、治療した歯、むし歯、親知らず〔=智歯〕も含めて答えてください。
該当するもの1つを選び、で囲んでください。

ア．28本以上 イ．27～24本 ウ．23～20本
エ．19～10本 オ．9～1本 カ．0本

問44 あなたは1年以内に歯科健診を受けましたか。

ア．はい イ．いいえ

問45 あなたは、1年以内に歯科医院で、歯石をとってもらったり、歯面清掃(クリーニング)してもらいましたか。

ア．はい イ．いいえ

問46 あなたは、歯をみがく時、フッ素入りの歯磨き剤を使用していますか。
該当するもの1つを選び、で囲んでください。

ア．はい イ．いいえ ウ．わからない

問47 あなたは、歯間部清掃用具(糸ようじ・歯間ブラシ等)を使用していますか。

ア．はい イ．いいえ

問48 あなたは、『噛ミング30(カミングサンマル)』という言葉を知っていますか。
該当するもの1つを選び、で囲んでください。

ア．内容を知っている イ．言葉は聞いたことがあるが内容は知らない
ウ．知らない

鎌ヶ谷市民健康意識調査
調査報告書

平成 22 年 10 月

発行：鎌ヶ谷市健康福祉部健康増進課
〒273-0195 千葉県鎌ヶ谷市新鎌ヶ谷二丁目 6 番地の 1
TEL.047-445-1141 (代表)

調査実施機関：株式会社 アイ・アール・エス
〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷 5 丁目 16 番地 11 号
TEL.03-3357-7181 (代表)