

身体状況・食習慣調査の結果

1. 身体状況に関すること

表11 身長と体重の平均値及び標準偏差（性、年齢階級別）

	人数	男性				人数	女性			
		身長 (cm)		体重 (kg)			身長 (cm)		体重 (kg)	
		平均値	標準偏差	平均値	標準偏差		平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
総数	538	168.6	6.8	67.5	11.5	639	155.8	6.0	53.7	8.5
20歳	9	169.7	6.0	59.0	3.9	5	155.6	3.7	51.1	4.0
21歳	9	169.4	6.5	63.6	8.6	6	158.2	3.3	60.3	7.3
22歳	5	165.0	16.6	64.4	9.5	6	158.4	5.4	56.3	10.5
23歳	2	166.9	0.5	64.8	0.5	5	155.7	3.4	49.1	6.3
24歳	3	162.9	3.8	58.5	7.4	3	158.5	4.8	49.3	8.4
25歳	3	169.8	7.6	69.0	5.8	4	157.7	6.0	53.1	11.1
26-29歳	15	174.0	8.0	71.5	11.2	31	157.8	5.6	53.7	8.4
30-39歳	60	171.1	5.0	69.0	14.3	73	158.3	5.4	53.5	6.9
40-49歳	75	170.5	5.6	70.0	10.6	89	158.8	5.1	54.2	7.7
50-59歳	100	170.9	6.2	72.4	12.4	136	157.6	5.3	55.4	9.8
60-69歳	133	167.7	6.2	67.0	9.7	138	155.0	5.5	53.7	8.4
70歳以上	124	164.9	6.5	62.5	9.7	143	151.1	5.0	52.0	8.3
(再掲)										
20歳以上	538	168.6	6.8	67.5	11.5	639	155.8	6.0	53.7	8.5
20-29歳	46	169.9	9.2	65.4	10.0	60	157.6	5.2	53.8	8.8
20-39歳	106	170.6	7.1	67.4	12.7	133	158.0	5.3	53.6	7.8
60-64歳	66	168.3	6.1	67.0	8.6	67	155.4	5.5	53.8	9.4
65歳以上	191	165.7	6.5	64.1	10.3	214	152.3	5.4	52.5	8.1
65-69歳	67	167.1	6.4	67.0	10.8	71	154.7	5.5	53.5	7.4
70-74歳	52	166.3	6.6	66.0	10.1	61	150.9	5.1	51.9	8.0
75-79歳	35	165.7	4.6	64.2	7.1	49	151.8	5.3	52.6	8.3
80歳以上	37	162.0	7.1	55.8	8.2	33	150.5	4.4	51.4	9.3

注1) 身長と体重は、自己申告に基づくものである。

注2) 身長と体重の両方の回答があり妊婦ではない者を集計対象とした。

表12 BMIの平均値及び標準偏差（性、年齢階級別）

	男性			女性		
	人数	平均値	標準偏差	人数	平均値	標準偏差
総数	538	23.7	3.5	639	22.1	3.3
20-29歳	46	22.7	3.3	60	21.6	3.2
30-39歳	60	23.5	4.4	73	21.4	2.8
40-49歳	75	24.1	3.9	89	21.5	2.9
50-59歳	100	24.7	3.8	136	22.3	3.6
60-69歳	133	23.8	3.0	138	22.3	3.5
70歳以上	124	22.9	3.0	143	22.8	3.3
(再掲)						
20歳以上	538	23.7	3.5	639	22.1	3.3
20-39歳	106	23.2	4.0	133	21.5	3.0
20-69歳	414	23.9	3.7	496	21.9	3.3
40-69歳	308	24.2	3.5	363	22.1	3.4
65-69歳	67	24.0	3.3	71	22.4	3.3
70-74歳	52	23.8	2.9	61	22.7	3.0
75-79歳	35	23.4	2.6	49	22.8	3.4
80歳以上	37	21.3	2.9	33	22.7	4.0
75-79歳	35	23.4	2.6	49	22.8	3.4
80歳以上	37	21.3	2.9	33	22.7	4.0

注1) 身長と体重は、自己申告に基づくものである。

注2) 身長と体重の両方の回答があり妊婦ではない者を集計対象とした。

注3) BMIは、体重 (kg) / (身長 (m))²で算出し、小数点第3位で四捨五入した値を採用した。

表13 BMIの状況（性、年齢階級別）

	総数		やせ 18.5未満		普通 18.5以上25未満		肥満 25以上		再掲 20以下	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総計	538	100.0	18	3.3	352	65.4	168	31.2	62	11.5
20-29歳	46	100.0	2	4.3	36	78.3	8	17.4	8	17.4
30-39歳	60	100.0	5	8.3	41	68.3	14	23.3	9	15.0
40-49歳	75	100.0	1	1.3	50	66.7	24	32.0	5	6.7
50-59歳	100	100.0	1	1.0	55	55.0	44	44.0	7	7.0
60-69歳	133	100.0	3	2.3	82	61.7	48	36.1	14	10.5
70歳以上	124	100.0	6	4.8	88	71.0	30	24.2	19	15.3
(再掲)										
男	538	100.0	18	3.3	352	65.4	168	31.2	62	11.5
性	414	100.0	12	2.9	264	63.8	138	33.3	43	10.4
20-69歳	308	100.0	5	1.6	187	60.7	116	37.7	26	8.4
40-69歳	191	100.0	8	4.2	126	66.0	57	29.8	26	13.6
65歳以上	67	100.0	2	3.0	38	56.7	27	40.3	7	10.4
65-69歳	52	100.0	1	1.9	33	63.5	18	34.6	4	7.7
70-74歳	35	100.0	1	2.9	24	68.6	10	28.6	2	5.7
75-79歳	37	100.0	4	10.8	31	83.8	2	5.4	13	35.1
80歳以上	21	100.0	2	9.5	18	85.7	1	4.8	7	33.3
80-84歳	16	100.0	2	12.5	13	81.3	1	6.3	6	37.5
85歳以上										
総計	638	100.0	67	10.5	465	72.9	106	16.6	177	27.7
20-29歳	60	100.0	8	13.3	44	73.3	8	13.3	20	33.3
30-39歳	73	100.0	11	15.1	54	74.0	8	11.0	23	31.5
40-49歳	89	100.0	8	9.0	71	79.8	10	11.2	32	36.0
50-59歳	135	100.0	13	9.6	98	72.6	24	17.8	40	29.6
60-69歳	138	100.0	15	10.9	101	73.2	22	15.9	32	23.2
70歳以上	143	100.0	12	8.4	97	67.8	34	23.8	19	13.3
(再掲)										
女	638	100.0	67	10.5	465	72.9	106	16.6	177	27.7
性	495	100.0	55	11.1	368	74.3	72	14.5	147	29.7
20-69歳	362	100.0	36	9.9	270	74.6	56	15.5	104	28.7
40-69歳	214	100.0	19	8.9	150	70.1	45	21.0	46	21.5
65歳以上	71	100.0	7	9.9	53	74.6	11	15.5	16	22.5
65-69歳	61	100.0	4	6.6	43	70.5	14	23.0	11	18.0
70-74歳	49	100.0	3	6.1	36	73.5	10	20.4	10	20.4
75-79歳	33	100.0	5	15.2	18	54.5	10	30.3	9	27.3
80歳以上	24	100.0	3	12.5	13	54.2	8	33.3	6	25.0
80-84歳	9	100.0	2	22.2	5	55.6	2	22.2	3	33.3
85歳以上										

注1) 身長と体重は、自己申告に基づくものである。

注2) 身長と体重の両方の回答があり妊婦ではない者を集計対象とした。

注3) BMIは、体重(kg) / (身長(m))²で算出し、小数点第3位で四捨五入した値を採用した。

表14 腹囲の状況（性、年齢階級別）

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
総数	総数	521	100.0	21	100.0	41	100.0	92	100.0	129	100.0	125	100.0	113	100.0
	男性<85cm、女性<90cm	339	65.1	15	71.4	31	75.6	65	70.7	83	64.3	77	61.6	68	60.2
	男性≧85cm、女性≧90cm	182	34.9	6	28.6	10	24.4	27	29.3	46	35.7	48	38.4	45	39.8
男性	総数	251	100.0	10	100.0	21	100.0	48	100.0	57	100.0	66	100.0	49	100.0
	<85cm	116	46.2	5	50.0	14	66.7	24	50.0	23	40.4	28	42.4	22	44.9
	≧85cm	135	53.8	5	50.0	7	33.3	24	50.0	34	59.6	38	57.6	27	55.1
女性	総数	270	100.0	11	100.0	20	100.0	44	100.0	72	100.0	59	100.0	64	100.0
	<90cm	223	82.6	10	90.9	17	85.0	41	93.2	60	83.3	49	83.1	46	71.9
	≧90cm	47	17.4	1	9.1	3	15.0	3	6.8	12	16.7	10	16.9	18	28.1

注1) 腹囲は、健診結果の自己申告に基くものである。

注2) 妊婦ではない者を集計対象とした。

表15 BMI・腹囲の区分による肥満の状況（性、年齢階級別）

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
総計	総数	518	100.0	21	100.0	41	100.0	92	100.0	129	100.0	125	100.0	110	100.0
	BMI<25、腹囲<85cm(男)/90cm(女)	314	60.6	15	71.4	27	65.9	62	67.4	76	58.9	72	57.6	62	56.4
	BMIのみ超(BMI≧25)	24	4.6	0	0.0	4	9.8	3	3.3	7	5.4	5	4.0	5	4.5
	腹囲のみ超(腹囲≧85cm(男)/90cm(女))	63	12.2	1	4.8	5	12.2	7	7.6	13	10.1	19	15.2	18	16.4
	BMI≧25、腹囲≧85cm(男)/90cm(女)	117	22.6	5	23.8	5	12.2	20	21.7	33	25.6	29	23.2	25	22.7
男性	総数	249	100.0	10	100.0	21	100.0	48	100.0	57	100.0	66	100.0	47	100.0
	BMI<25、腹囲<85cm	108	43.4	5	50.0	12	57.1	22	45.8	22	38.6	25	37.9	22	46.8
	BMIのみ超(BMI≧25)	8	3.2	0	0.0	2	9.5	2	4.2	1	1.8	3	4.5	0	0.0
	腹囲のみ超(腹囲≧85cm)	50	20.1	1	10.0	4	19.0	7	14.6	10	17.5	14	21.2	14	29.8
	BMI≧25、腹囲≧85cm	83	33.3	4	40.0	3	14.3	17	35.4	24	42.1	24	36.4	11	23.4
女性	総数	269	100.0	11	100.0	20	100.0	44	100.0	72	100.0	59	100.0	63	100.0
	BMI<25、腹囲<90cm	206	76.6	10	90.9	15	75.0	40	90.9	54	75.0	47	79.7	40	63.5
	BMIのみ超(BMI≧25)	16	5.9	0	0.0	2	10.0	1	2.3	6	8.3	2	3.4	5	7.9
	腹囲のみ超(腹囲≧90cm)	13	4.8	0	0.0	1	5.0	0	0.0	3	4.2	5	8.5	4	6.3
	BMI≧25、腹囲≧90cm	34	12.6	1	9.1	2	10.0	3	6.8	9	12.5	5	8.5	14	22.2

注1) 身長及び体重は自己申告、腹囲は健診結果の自己申告に基くものである。

注2) 身長及び体重、腹囲の全ての回答があり妊婦ではない者を集計対象とした。

注3) BMIは、体重(kg)/(身長(m))²で算出し、小数点第3位で四捨五入した値を採用した。

表16-1 血圧の分布 —日本高血圧学会による血圧の分類別—

	総数		正常血圧		正常高値血圧		高値血圧		Ⅰ度高血圧		Ⅱ度高血圧		Ⅲ度高血圧		(再掲) 収縮期高血圧		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%*	
総数	640	100.0	177	27.7	139	21.7	193	30.2	117	18.3	10	1.6	4	0.6	72	11.3	
総数	20-29歳	33	100.0	17	51.5	9	27.3	6	18.2	1	3.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	30-39歳	60	100.0	30	50.0	16	26.7	7	11.7	6	10.0	1	1.7	0	0.0	3	5.0
	40-49歳	103	100.0	43	41.7	17	16.5	24	23.3	18	17.5	1	1.0	0	0.0	4	3.9
	50-59歳	140	100.0	42	30.0	27	19.3	43	30.7	25	17.9	1	0.7	2	1.4	13	9.3
	60-69歳	150	100.0	31	20.7	26	17.3	53	35.3	38	25.3	2	1.3		0.0	25	16.7
	70歳以上	154	100.0	14	9.1	44	28.6	60	39.0	29	18.8	5	3.2	2	1.3	27	17.5
	(再掲)																
	65-74歳	145	100.0	18	12.4	27	18.6	58	40.0	38	26.2	3	2.1	1	0.7	31	21.4
	75歳以上	80	100.0	4	5.0	30	37.5	29	36.3	13	16.3	3	3.8	1	1.3	12	15.0
総数	292	100.0	46	15.8	69	23.6	102	34.9	67	22.9	7	2.4	1	0.3	35	12.0	
男性	20-29歳	13	100.0	3	23.1	7	53.8	3	23.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	30-39歳	29	100.0	7	24.1	11	37.9	5	17.2	5	17.2	1	3.4	0	0.0	3	10.3
	40-49歳	51	100.0	10	19.6	12	23.5	13	25.5	15	29.4	1	2.0	0	0.0	3	5.9
	50-59歳	59	100.0	9	15.3	11	18.6	24	40.7	13	22.0	1	1.7	1	1.7	6	10.2
	60-69歳	75	100.0	11	14.7	12	16.0	25	33.3	25	33.3	2	2.7	0	0.0	16	21.3
	70歳以上	65	100.0	6	9.2	16	24.6	32	49.2	9	13.8	2	3.1	0	0.0	7	10.8
	(再掲)																
	65-74歳	68	100.0	9	13.2	10	14.7	29	42.6	19	27.9	1	1.5	0	0.0	14	20.6
	75歳以上	34	100.0	1	2.9	11	32.4	16	47.1	4	11.8	2	5.9	0	0.0	3	8.8
総数	348	100.0	131	37.6	70	20.1	91	26.1	50	14.4	3	0.9	3	0.9	37	10.6	
女性	20-29歳	20	100.0	14	70.0	2	10.0	3	15.0	1	5.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	30-39歳	31	100.0	23	74.2	5	16.1	2	6.5	1	3.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	40-49歳	52	100.0	33	63.5	5	9.6	11	21.2	3	5.8	0	0.0	0	0.0	1	1.9
	50-59歳	81	100.0	33	40.7	16	19.8	19	23.5	12	14.8	0	0.0	1	1.2	7	8.6
	60-69歳	75	100.0	20	26.7	14	18.7	28	37.3	13	17.3	0	0.0		0.0	9	12.0
	70歳以上	89	100.0	8	9.0	28	31.5	28	31.5	20	22.5	3	3.4	2	2.2	20	22.5
	(再掲)																
	65-74歳	77	100.0	9	11.7	17	22.1	29	37.7	19	24.7	2	2.6	1	1.3	17	22.1
	75歳以上	46	100.0	3	6.5	19	41.3	13	28.3	9	19.6	1	2.2	1	2.2	9	19.6

注1) 血圧は自己申告に基づくものである。
 注2) 日本高血圧学会による血圧の分類はp.8を参照。

*総数に対する割合

表16-2 血圧の分布 —日本高血圧学会による血圧の分類別—〔血圧を下げる薬の使用者を除く〕

	総数		正常血圧		正常高値血圧		高値血圧		Ⅰ度高血圧		Ⅱ度高血圧		Ⅲ度高血圧		(再掲) 収縮期高血圧		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%*	
総数	445	100.0	164	36.9	90	20.2	116	26.1	67	15.1	6	1.3	2	0.4	38	8.5	
総数	20-29歳	33	100.0	17	51.5	9	27.3	6	18.2	1	3.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	30-39歳	57	100.0	29	50.9	16	28.1	5	8.8	6	10.5	1	1.8	0	0.0	3	5.3
	40-49歳	89	100.0	42	47.2	15	16.9	17	19.1	14	15.7	1	1.1	0	0.0	3	3.4
	50-59歳	118	100.0	41	34.7	22	18.6	35	29.7	17	14.4	1	0.8	2	1.7	9	7.6
	60-69歳	96	100.0	28	29.2	15	15.6	33	34.4	19	19.8	1	1.0	0	0.0	13	13.5
	70歳以上	52	100.0	7	13.5	13	25.0	20	38.5	10	19.2	2	3.8	0	0.0	10	19.2
	(再掲)																
	65-74歳	70	100.0	13	18.6	11	15.7	28	40.0	16	22.9	2	2.9	0	0.0	14	20.0
	75歳以上	24	100.0	1	4.2	9	37.5	10	41.7	4	16.7	0	0.0	0	0.0	4	16.7
総数	186	100.0	38	20.4	50	26.9	56	30.1	37	19.9	4	2.2	1	0.5	18	9.7	
男性	20-29歳	13	100.0	3	23.1	7	53.8	3	23.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	30-39歳	28	100.0	7	25.0	11	39.3	4	14.3	5	17.9	1	3.6	0	0.0	3	10.7
	40-49歳	41	100.0	9	22.0	12	29.3	8	19.5	11	26.8	1	2.4	0	0.0	2	4.9
	50-59歳	43	100.0	8	18.6	7	16.3	18	41.9	8	18.6	1	2.3	1	2.3	3	7.0
	60-69歳	42	100.0	8	19.0	8	19.0	15	35.7	10	23.8	1	2.4	0	0.0	7	16.7
	70歳以上	19	100.0	3	15.8	5	26.3	8	42.1	3	15.8	0	0.0	0	0.0	3	15.8
	(再掲)																
	65-74歳	33	100.0	6	18.2	4	12.1	16	48.5	7	21.2	0	0.0	0	0.0	6	18.2
	75歳以上	8	100.0	0	0.0	4	50.0	3	37.5	1	12.5	0	0.0	0	0.0	1	12.5
総数	259	100.0	126	48.6	40	15.4	60	23.2	30	11.6	2	0.8	1	0.4	20	7.7	
女性	20-29歳	20	100.0	14	70.0	2	10.0	3	15.0	1	5.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	30-39歳	29	100.0	22	75.9	5	17.2	1	3.4	1	3.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	40-49歳	48	100.0	33	68.8	3	6.3	9	18.8	3	6.3	0	0.0	0	0.0	1	2.1
	50-59歳	75	100.0	33	44.0	15	20.0	17	22.7	9	12.0	0	0.0	1	1.3	6	8.0
	60-69歳	54	100.0	20	37.0	7	13.0	18	33.3	9	16.7	0	0.0	0	0.0	6	11.1
	70歳以上	33	100.0	4	12.1	8	24.2	12	36.4	7	21.2	2	6.1	0	0.0	7	21.2
	(再掲)																
	65-74歳	37	100.0	7	18.9	7	18.9	12	32.4	9	24.3	2	5.4	0	0.0	8	21.6
	75歳以上	16	100.0	1	6.3	5	31.3	7	43.8	3	18.8	0	0.0	0	0.0	3	18.8

注1) 血圧は自己申告に基づくものである。
 注2) 日本高血圧学会による血圧の分類はp.8を参照。

*総数に対する割合

表17-1 収縮期（最高）血圧の分布 ー日本高血圧学会による血圧の分類別ー

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲) 40-89歳	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	292	100.0	13	100.0	29	100.0	51	100.0	59	100.0	75	100.0	65	100.0	250	100.0
90mmHg未満	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
90- 99	2	0.7	0	0.0	1	3.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.5	1	0.4
100-109	14	4.8	2	15.4	2	6.9	4	7.8	1	1.7	3	4.0	2	3.1	10	4.0
110-119	39	13.4	1	7.7	5	17.2	7	13.7	9	15.3	13	17.3	4	6.2	33	13.2
120-129	97	33.2	8	61.5	14	48.3	22	43.1	18	30.5	15	20.0	20	30.8	75	30.0
130-139	79	27.1	2	15.4	4	13.8	7	13.7	18	30.5	21	28.0	27	41.5	73	29.2
140-149	42	14.4	0	0.0	3	10.3	9	17.6	9	15.3	15	20.0	6	9.2	39	15.6
150-159	15	5.1	0	0.0	0	0.0	2	3.9	4	6.8	6	8.0	3	4.6	15	6.0
160-169	3	1.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	2.7	1	1.5	3	1.2
170-179	1	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.5	1	0.4
180mmHg以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
平均値	129.5		122.0		123.2		126.3		130.4		131.5		130.8		130.0	
標準偏差	15.9		9.0		11.0		12.6		11.0		14.2		12.9		12.9	
総数	348	100.0	20	100.0	31	100.0	52	100.0	81	100.0	75	100.0	89	100.0	297	100.0
90mmHg未満	4	1.1	1	5.0	1	3.2	1	1.9	1	1.2	0	0.0	0	0.0	2	0.7
90- 99	16	4.6	3	15.0	5	16.1	3	5.8	2	2.5	2	2.7	1	1.1	8	2.7
100-109	50	14.4	6	30.0	8	25.8	14	26.9	13	16.0	6	8.0	3	3.4	36	12.1
110-119	72	20.7	5	25.0	9	29.0	19	36.5	22	27.2	13	17.3	4	4.5	58	19.5
120-129	93	26.7	3	15.0	8	25.8	10	19.2	23	28.4	19	25.3	30	33.7	82	27.6
130-139	63	18.1	1	5.0	0	0.0	3	5.8	10	12.3	23	30.7	26	29.2	62	20.9
140-149	39	11.2	0	0.0	0	0.0	2	3.8	8	9.9	10	13.3	19	21.3	39	13.1
150-159	8	2.3	1	5.0	0	0.0	0	0.0	2	2.5	2	2.7	3	3.4	7	2.4
160-169	3	0.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	3.4	3	1.0
170-179	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
180mmHg以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
平均値	121.8		111.2		109.0		112.9		120.3		126.0		131.7		123.9	
標準偏差	15.2		15.9		11.1		12.0		13.7		13.6		12.2		14.5	

注1) 血圧は自己申告に基づくものである。

表17-2 収縮期（最高）血圧の分布 —日本高血圧学会による血圧の分類別—〔血圧を下げる薬の使用者を除く〕

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲) 40-89歳	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	186	100.0	13	100.0	28	100.0	41	100.0	43	100.0	42	100.0	19	100.0	145	100.0
90mmHg未満	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
90- 99	2	1.1	0	0.0	1	3.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	5.3	1	0.7
100-109	11	5.9	2	15.4	2	7.1	4	9.8	1	2.3	2	4.8	0	0.0	7	4.8
110-119	31	16.7	1	7.7	5	17.9	6	14.6	8	18.6	9	21.4	2	10.5	25	17.2
120-129	72	38.7	8	61.5	14	50.0	20	48.8	12	27.9	10	23.8	8	42.1	50	34.5
130-139	40	21.5	2	15.4	3	10.7	3	7.3	14	32.6	13	31.0	5	26.3	35	24.1
140-149	23	12.4	0	0.0	3	10.7	6	14.6	6	14.0	6	14.3	2	10.5	20	13.8
150-159	6	3.2	0	0.0	0	0.0	2	4.9	2	4.7	1	2.4	1	5.3	6	4.1
160-169	1	0.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	2.4	0	0.0	1	0.7
170-179	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
180mmHg以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
平均値	126.4		122.0		122.8		125.0		129.5		128.2		126.7		127.5	
標準偏差	12.4		9.0		10.8		12.8		11.0		13.4		13.6		12.7	
総数	259	100.0	20	100.0	29	100.0	48	100.0	75	100.0	54	100.0	33	100.0	210	100.0
90mmHg未満	4	1.5	1	5.0	1	3.4	1	2.1	1	1.3	0	0.0	0	0.0	2	1.0
90- 99	16	6.2	3	15.0	5	17.2	3	6.3	2	2.7	2	3.7	1	3.0	8	3.8
100-109	46	17.8	6	30.0	7	24.1	14	29.2	13	17.3	6	11.1	0	0.0	33	15.7
110-119	70	27.0	5	25.0	9	31.0	19	39.6	22	29.3	12	22.2	3	9.1	56	26.7
120-129	57	22.0	3	15.0	7	24.1	6	12.5	20	26.7	12	22.2	9	27.3	47	22.4
130-139	38	14.7	1	5.0	0	0.0	3	6.3	9	12.0	14	25.9	11	33.3	37	17.6
140-149	20	7.7	0	0.0	0	0.0	2	4.2	6	8.0	6	11.1	6	18.2	20	9.5
150-159	6	2.3	1	5.0	0	0.0	0	0.0	2	2.7	2	3.7	1	3.0	5	2.4
160-169	2	0.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	6.1	2	1.0
170-179	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
180mmHg以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
平均値	118.7		111.2		108.3		112.0		119.5		124.0		131.4		120.8	
標準偏差	15.3		15.9		10.9		12.1		13.7		14.5		13.6		14.9	

注1) 血圧は自己申告に基づくものである。

表18-1 拡張期（最低）血圧の分布 ー日本高血圧学会による血圧の分類別ー

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲) 40-89歳	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	292	100.0	13	100.0	29	100.0	51	100.0	59	100.0	75	100.0	65	100.0	250	100.0
40mmHg未満	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
40-49	2	0.7	0	0.0	1	3.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.5	1	0.4
50-59	5	1.7	0	0.0	0	0.0	1	2.0	0	0.0	1	1.3	3	4.6	5	2.0
60-69	39	13.4	3	23.1	9	31.0	5	9.8	4	6.8	7	9.3	11	16.9	27	10.8
70-79	113	38.7	9	69.2	9	31.0	17	33.3	22	37.3	27	36.0	29	44.6	95	38.0
80-89	94	32.2	1	7.7	7	24.1	15	29.4	24	40.7	29	38.7	18	27.7	86	34.4
90-99	35	12.0	0	0.0	2	6.9	12	23.5	7	11.9	11	14.7	3	4.6	33	13.2
100-109	3	1.0	0	0.0	1	3.4	1	2.0	1	1.7	0	0.0	0	0.0	2	0.8
110-119	1	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.7	0	0.0	0	0.0	1	0.4
120-129	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
130-139	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
140mmHg以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
平均値	78.8		71.4		74.3		80.8		81.0		79.3		74.9		78.9	
標準偏差	15.9		5.0		11.6		10.6		9.4		8.2		9.0		9.7	
総数	348	100.0	20	100.0	31	100.0	52	100.0	81	100.0	75	100.0	89	100.0	297	100.0
40mmHg未満	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
40-49	2	0.6	0	0.0	2	6.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
50-59	31	8.9	4	20.0	4	12.9	3	5.8	7	8.6	7	9.3	6	6.7	23	7.7
60-69	99	28.4	9	45.0	16	51.6	22	42.3	21	25.9	16	21.3	15	16.9	74	24.9
70-79	127	36.5	4	20.0	6	19.4	15	28.8	25	30.9	33	44.0	44	49.4	117	39.4
80-89	72	20.7	2	10.0	2	6.5	10	19.2	22	27.2	15	20.0	21	23.6	68	22.9
90-99	13	3.7	1	5.0	1	3.2	2	3.8	5	6.2	4	5.3	0	0.0	11	3.7
100-109	1	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.1	1	0.3
110-119	1	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.2	0	0.0	0	0.0	1	0.3
120-129	2	0.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	2.2	2	0.7
130-139	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
140mmHg以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
平均値	72.5		68.2		66.2		71.3		73.7		72.7		75.0		73.4	
標準偏差	10.6		10.2		10.1		8.9		10.8		9.0		11.4		10.3	

注1) 血圧は自己申告に基づくものである。

表18-2 拡張期（最低）血圧の分布 —日本高血圧学会による血圧の分類別—〔血圧を下げる薬の使用者を除く〕

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲) 40-89歳	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	186	100.0	13	100.0	28	100.0	41	100.0	43	100.0	42	100.0	19	100.0	145	100.0
40mmHg未満	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
40-49	1	0.5	0	0.0	1	3.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
50-59	4	2.2	0	0.0	0	0.0	1	2.4	0	0.0	1	2.4	2	10.5	4	2.8
60-69	26	14.0	3	23.1	9	32.1	5	12.2	2	4.7	5	11.9	2	10.5	14	9.7
70-79	75	40.3	9	69.2	9	32.1	15	36.6	18	41.9	16	38.1	8	42.1	57	39.3
80-89	56	30.1	1	7.7	6	21.4	10	24.4	16	37.2	16	38.1	7	36.8	49	33.8
90-99	20	10.8	0	0.0	2	7.1	9	22.0	5	11.6	4	9.5	0	0.0	18	12.4
100-109	3	1.6	0	0.0	1	3.6	1	2.4	1	2.3	0	0.0	0	0.0	2	1.4
110-119	1	0.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	2.3	0	0.0	0	0.0	1	0.7
120-129	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
130-139	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
140mmHg以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
平均値	77.4		71.4		74.1		79.5		80.9		77.1		74.5		78.6	
標準偏差	10.3		5.2		12.0		11.0		10.0		9.1		8.5		10.1	
総数	259	100.0	20	100.0	29	100.0	48	100.0	75	100.0	54	100.0	33	100.0	210	100.0
40mmHg未満	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
40-49	2	0.8	0	0.0	2	6.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
50-59	26	10.0	4	20.0	4	13.8	3	6.3	7	9.3	7	13.0	1	3.0	18	8.6
60-69	85	32.8	9	45.0	15	51.7	21	43.8	21	28.0	15	27.8	4	12.1	61	29.0
70-79	87	33.6	4	20.0	6	20.7	14	29.2	24	32.0	19	35.2	20	60.6	77	36.7
80-89	47	18.1	2	10.0	1	3.4	8	16.7	19	25.3	10	18.5	7	21.2	44	21.0
90-99	10	3.9	1	5.0	1	3.4	2	4.2	3	4.0	3	5.6	0	0.0	8	3.8
100-109	1	0.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	3.0	1	0.5
110-119	1	0.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.3	0	0.0	0	0.0	1	0.5
120-129	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
130-139	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
140mmHg以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
平均値	71.2		68.2		65.6		70.9		72.7		71.5		74.9		72.3	
標準偏差	10.0		10.2		9.7		8.9		10.5		9.6		8.3		9.7	

注1) 血圧の値は健診結果の自己申告に基づくものである。

2. 生活習慣に関すること

表19-1 薬の服用状況 —血圧を下げる薬—

	総数		使用あり		使用なし		
	人数	%	人数	%	人数	%	
総数	1205	100.0	327	27.1	878	72.9	
総数	20-29歳	116	100.0	1	0.9	115	99.1
	30-39歳	140	100.0	2	1.4	138	98.6
	40-49歳	171	100.0	16	9.4	155	90.6
	50-59歳	229	100.0	38	16.6	191	83.4
	60-69歳	272	100.0	100	36.8	172	63.2
	70歳以上	277	100.0	170	61.4	107	38.6
	総数	538	100.0	170	31.6	368	68.4
男性	20-29歳	48	100.0	0	0.0	48	100.0
	30-39歳	58	100.0	1	1.7	57	98.3
	40-49歳	77	100.0	10	13.0	67	87.0
	50-59歳	95	100.0	23	24.2	72	75.8
	60-69歳	133	100.0	56	42.1	77	57.9
	70歳以上	127	100.0	80	63.0	47	37.0
	総数	667	100.0	157	23.5	510	76.5
女性	20-29歳	68	100.0	1	1.5	67	98.5
	30-39歳	82	100.0	1	1.2	81	98.8
	40-49歳	94	100.0	6	6.4	88	93.6
	50-59歳	134	100.0	15	11.2	119	88.8
	60-69歳	139	100.0	44	31.7	95	68.3
	70歳以上	150	100.0	90	60.0	60	40.0

表19-2 薬の服用状況 —脈の乱れに関する薬—

	総数		使用あり		使用なし		
	人数	%	人数	%	人数	%	
総数	1205	100.0	43	3.6	1162	96.4	
総数	20-29歳	116	100.0	0	0.0	116	100.0
	30-39歳	140	100.0	0	0.0	140	100.0
	40-49歳	171	100.0	0	0.0	171	100.0
	50-59歳	229	100.0	0	0.0	229	100.0
	60-69歳	272	100.0	13	4.8	259	95.2
	70歳以上	277	100.0	30	10.8	247	89.2
	総数	538	100.0	26	4.8	512	95.2
男性	20-29歳	48	100.0	0	0.0	48	100.0
	30-39歳	58	100.0	0	0.0	58	100.0
	40-49歳	77	100.0	0	0.0	77	100.0
	50-59歳	95	100.0	0	0.0	95	100.0
	60-69歳	133	100.0	8	6.0	125	94.0
	70歳以上	127	100.0	18	14.2	109	85.8
	総数	667	100.0	17	2.5	650	97.5
女性	20-29歳	68	100.0	0	0.0	68	100.0
	30-39歳	82	100.0	0	0.0	82	100.0
	40-49歳	94	100.0	0	0.0	94	100.0
	50-59歳	134	100.0	0	0.0	134	100.0
	60-69歳	139	100.0	5	3.6	134	96.4
	70歳以上	150	100.0	12	8.0	138	92.0

表19-3 薬の服用状況 —インスリン注射または血糖を下げる薬—

	総数		使用あり		使用なし		
	人数	%	人数	%	人数	%	
総数	1233	100.0	70	5.7	1163	94.3	
総数	20-29歳	119	100.0	0	0.0	119	100.0
	30-39歳	147	100.0	3	2.0	144	98.0
	40-49歳	174	100.0	2	1.1	172	98.9
	50-59歳	245	100.0	11	4.5	234	95.5
	60-69歳	276	100.0	19	6.9	257	93.1
	70歳以上	272	100.0	35	12.9	237	87.1
	総数	552	100.0	39	7.1	513	92.9
男性	20-29歳	49	100.0	0	0.0	49	100.0
	30-39歳	61	100.0	2	3.3	59	96.7
	40-49歳	78	100.0	2	2.6	76	97.4
	50-59歳	101	100.0	8	7.9	93	92.1
	60-69歳	136	100.0	11	8.1	125	91.9
	70歳以上	127	100.0	16	12.6	111	87.4
	総数	681	100.0	31	4.6	650	95.4
女性	20-29歳	70	100.0	0	0.0	70	100.0
	30-39歳	86	100.0	1	1.2	85	98.8
	40-49歳	96	100.0	0	0.0	96	100.0
	50-59歳	144	100.0	3	2.1	141	97.9
	60-69歳	140	100.0	8	5.7	132	94.3
	70歳以上	145	100.0	19	13.1	126	86.9

表19-4 薬の服用状況 —コレステロールを下げる薬—

	総数		使用あり		使用なし		
	人数	%	人数	%	人数	%	
総数	1205	100.0	186	15.4	1019	84.6	
総数	20-29歳	116	100.0	0	0.0	116	100.0
	30-39歳	140	100.0	4	2.9	136	97.1
	40-49歳	171	100.0	7	4.1	164	95.9
	50-59歳	229	100.0	29	12.7	200	87.3
	60-69歳	272	100.0	59	21.7	213	78.3
	70歳以上	277	100.0	87	31.4	190	68.6
	総数	538	100.0	74	13.8	464	86.2
男性	20-29歳	48	100.0	0	0.0	48	100.0
	30-39歳	58	100.0	2	3.4	56	96.6
	40-49歳	77	100.0	5	6.5	72	93.5
	50-59歳	95	100.0	11	11.6	84	88.4
	60-69歳	133	100.0	23	17.3	110	82.7
	70歳以上	127	100.0	33	26.0	94	74.0
	総数	667	100.0	112	16.8	555	83.2
女性	20-29歳	68	100.0	0	0.0	68	100.0
	30-39歳	82	100.0	2	2.4	80	97.6
	40-49歳	94	100.0	2	2.1	92	97.9
	50-59歳	134	100.0	18	13.4	116	86.6
	60-69歳	139	100.0	36	25.9	103	74.1
	70歳以上	150	100.0	54	36.0	96	64.0

表19-5 薬の服用状況 —中性脂肪（トリグリセリド）を下げる薬—

	総数		使用あり		使用なし		
	人数	%	人数	%	人数	%	
総数	1205	100.0	65	5.4	1140	94.6	
総数	20-29歳	116	100.0	0	0.0	116	100.0
	30-39歳	140	100.0	0	0.0	140	100.0
	40-49歳	171	100.0	2	1.2	169	98.8
	50-59歳	229	100.0	12	5.2	217	94.8
	60-69歳	272	100.0	16	5.9	256	94.1
	70歳以上	277	100.0	35	12.6	242	87.4
	総数	538	100.0	31	5.8	507	94.2
男性	20-29歳	48	100.0	0	0.0	48	100.0
	30-39歳	58	100.0	0	0.0	58	100.0
	40-49歳	77	100.0	2	2.6	75	97.4
	50-59歳	95	100.0	4	4.2	91	95.8
	60-69歳	133	100.0	9	6.8	124	93.2
	70歳以上	127	100.0	16	12.6	111	87.4
	総数	667	100.0	34	5.1	633	94.9
女性	20-29歳	68	100.0	0	0.0	68	100.0
	30-39歳	82	100.0	0	0.0	82	100.0
	40-49歳	94	100.0	0	0.0	94	100.0
	50-59歳	134	100.0	8	6.0	126	94.0
	60-69歳	139	100.0	7	5.0	132	95.0
	70歳以上	150	100.0	19	12.7	131	87.3

表20-1 糖尿病の状況 —医療機関や健診で糖尿病と言われたことがあるか—

	総計		あり		なし		
	人数	%	人数	%	人数	%	
合計	1233	100.0	146	11.8	1087	88.2	
総数	20-29歳	119	100.0	2	1.7	117	98.3
	30-39歳	147	100.0	5	3.4	142	96.6
	40-49歳	174	100.0	5	2.9	169	97.1
	50-59歳	245	100.0	30	12.2	215	87.8
	60-69歳	276	100.0	48	17.4	228	82.6
	70歳以上	272	100.0	56	20.6	216	79.4
	合計	552	100.0	83	15.0	469	85.0
男性	20-29歳	49	100.0	1	2.0	48	98.0
	30-39歳	61	100.0	4	6.6	57	93.4
	40-49歳	78	100.0	4	5.1	74	94.9
	50-59歳	101	100.0	20	19.8	81	80.2
	60-69歳	136	100.0	26	19.1	110	80.9
	70歳以上	127	100.0	28	22.0	99	78.0
	合計	681	100.0	63	9.3	618	90.7
女性	20-29歳	70	100.0	1	1.4	69	98.6
	30-39歳	86	100.0	1	1.2	85	98.8
	40-49歳	96	100.0	1	1.0	95	99.0
	50-59歳	144	100.0	10	6.9	134	93.1
	60-69歳	140	100.0	22	15.7	118	84.3
	70歳以上	145	100.0	28	19.3	117	80.7
	合計	681	100.0	63	9.3	618	90.7

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

表20-2 糖尿病の状況 —糖尿病の治療を受けているか—

	総計		受けている		受けていない		
	人数	%	人数	%	人数	%	
合計	145	100.0	92	63.4	53	36.6	
総数	20-29歳	2	100.0	1	50.0	1	50.0
	30-39歳	5	100.0	4	80.0	1	20.0
	40-49歳	5	100.0	3	60.0	2	40.0
	50-59歳	30	100.0	17	56.7	13	43.3
	60-69歳	47	100.0	26	55.3	21	44.7
	70歳以上	56	100.0	41	73.2	15	26.8
	合計	82	100.0	52	63.4	30	36.6
男性	20-29歳	1	100.0	1	100.0	0	0.0
	30-39歳	4	100.0	3	75.0	1	25.0
	40-49歳	4	100.0	3	75.0	1	25.0
	50-59歳	20	100.0	12	60.0	8	40.0
	60-69歳	25	100.0	14	56.0	11	44.0
	70歳以上	28	100.0	19	67.9	9	32.1
	合計	63	100.0	40	63.5	23	36.5
女性	20-29歳	1	100.0	0	0.0	1	100.0
	30-39歳	1	100.0	1	100.0	0	0.0
	40-49歳	1	100.0	0	0.0	1	100.0
	50-59歳	10	100.0	5	50.0	5	50.0
	60-69歳	22	100.0	12	54.5	10	45.5
	70歳以上	28	100.0	22	78.6	6	21.4
	合計	63	100.0	40	63.5	23	36.5

問8-1 現在、糖尿病治療を受けていますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。（糖尿病治療には、通院による定期的な検査や生活習慣の改善指導を含みます。）
 (問8で糖尿病と言われたことが「あり」と答えた者を対象とし、無回答1人を除く)

表20-3 糖尿病の状況 ―糖尿病の投薬を受けているか―

	総計		受けている		受けていない		
	人数	%	人数	%	人数	%	
合計	92	100.0	69	75.0	23	25.0	
総数	20-29歳	1	100.0	0	0.0	1	100.0
	30-39歳	4	100.0	3	75.0	1	25.0
	40-49歳	3	100.0	2	66.7	1	33.3
	50-59歳	17	100.0	11	64.7	6	35.3
	60-69歳	26	100.0	18	69.2	8	30.8
	70歳以上	41	100.0	35	85.4	6	14.6
	合計	52	100.0	38	73.1	14	26.9
男性	20-29歳	1	100.0	0	0.0	1	100.0
	30-39歳	3	100.0	2	66.7	1	33.3
	40-49歳	3	100.0	2	66.7	1	33.3
	50-59歳	12	100.0	8	66.7	4	33.3
	60-69歳	14	100.0	10	71.4	4	28.6
	70歳以上	19	100.0	16	84.2	3	15.8
	合計	40	100.0	31	77.5	9	22.5
女性	20-29歳	0	100.0	0	0.0	0	0.0
	30-39歳	1	100.0	1	100.0	0	0.0
	40-49歳	0	100.0	0	0.0	0	0.0
	50-59歳	5	100.0	3	60.0	2	40.0
	60-69歳	12	100.0	8	66.7	4	33.3
	70歳以上	22	100.0	19	86.4	3	13.6
	合計	40	100.0	31	77.5	9	22.5

問8-2 現在、投薬（インスリン注射または血糖を下げる薬）を受けていますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。
 （問8-1で糖尿病治療を「受けている」と答えた者を対象とした）

表20-4 生活習慣の改善に取り組んでいるか

	総計		取り組んでいる		取り組んでいない		
	人数	%	人数	%	人数	%	
合計	144	100.0	94	65.3	50	34.7	
総数	20-29歳	2	100.0	0	0.0	2	100.0
	30-39歳	5	100.0	3	60.0	2	40.0
	40-49歳	5	100.0	3	60.0	2	40.0
	50-59歳	30	100.0	16	53.3	14	46.7
	60-69歳	47	100.0	33	70.2	14	29.8
	70歳以上	55	100.0	39	70.9	16	29.1
	合計	83	100.0	53	63.9	30	36.1
男性	20-29歳	1	100.0	0	0.0	1	100.0
	30-39歳	4	100.0	2	50.0	2	50.0
	40-49歳	4	100.0	3	75.0	1	25.0
	50-59歳	20	100.0	11	55.0	9	45.0
	60-69歳	26	100.0	18	69.2	8	30.8
	70歳以上	28	100.0	19	67.9	9	32.1
	合計	61	100.0	41	67.2	20	32.8
女性	20-29歳	1	100.0	0	0.0	1	0.0
	30-39歳	1	100.0	1	100.0	0	0.0
	40-49歳	1	100.0	0	0.0	1	0.0
	50-59歳	10	100.0	5	50.0	5	50.0
	60-69歳	21	100.0	15	71.4	6	28.6
	70歳以上	27	100.0	20	74.1	7	25.9
	合計	61	100.0	41	67.2	20	32.8

問8-3 現在、生活習慣の改善に取り組んでいますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。
 （問8で医療機関や健診で糖尿病と言われてことが「有」と答えた者を対象とした）

表21 新型コロナウイルス感染症の感染拡大期と比べた体重の変化

		総計		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)			
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
総計	合計	1221	100.0	118	100.0	144	100.0	173	100.0	243	100.0	269	100.0	274	100.0	797	100.0	162	100.0
	増えた	294	24.1	38	32.2	45	31.3	52	30.1	68	28.0	60	22.3	31	11.3	195	24.5	16	9.9
	変わらない	730	59.8	63	53.4	83	57.6	90	52.0	141	58.0	163	60.6	190	69.3	472	59.2	112	69.1
	減った	197	16.1	17	14.4	16	11.1	31	17.9	34	14.0	46	17.1	53	19.3	130	16.3	34	21.0
男性	合計	547	100.0	49	100.0	60	100.0	77	100.0	100	100.0	134	100.0	127	100.0	362	100.0	76	100.0
	増えた	112	20.5	13	26.5	18	30.0	20	26.0	22	22.0	26	19.4	13	10.2	75	20.7	6	7.9
	変わらない	341	62.3	30	61.2	34	56.7	37	48.1	68	68.0	86	64.2	86	67.7	226	62.4	51	67.1
	減った	94	17.2	6	12.2	8	13.3	20	26.0	10	10.0	22	16.4	28	22.0	61	16.9	19	25.0
女性	合計	674	100.0	69	100.0	84	100.0	96	100.0	143	100.0	135	100.0	147	100.0	435	100.0	86	100.0
	増えた	182	27.0	25	36.2	27	32.1	32	33.3	46	32.2	34	25.2	18	12.2	120	27.6	10	11.6
	変わらない	389	57.7	33	47.8	49	58.3	53	55.2	73	51.0	77	57.0	104	70.7	246	56.6	61	70.9
	減った	103	15.3	11	15.9	8	9.5	11	11.5	24	16.8	24	17.8	25	17.0	69	15.9	15	17.4

問9 あなたのこの1ヶ月間における体重及び生活習慣は、2年前の新型コロナウイルス感染症の感染拡大期（2019年11月頃）と比べて変化がありましたか。あてはまる番号を1つ選んでください。

表22-1 新型コロナウイルス感染症の感染拡大期と比べた生活習慣の変化 ー 1週間の運動日数ー

	総計		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲) 40-74歳		75歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
総計	合計	1223	100.0	118	100.0	147	100.0	173	100.0	245	100.0	272	100.0	268	100.0	799	100.0	159	100.0
総計	増えた	100	8.2	13	11.0	17	11.6	14	8.1	15	6.1	28	10.3	13	4.9	62	7.8	8	5.0
	変わらない	675	55.2	65	55.1	85	57.8	94	54.3	143	58.4	149	54.8	139	51.9	440	55.1	85	53.5
	減った	215	17.6	24	20.3	25	17.0	33	19.1	30	12.2	41	15.1	62	23.1	134	16.8	32	20.1
	もともとない	233	19.1	16	13.6	20	13.6	32	18.5	57	23.3	54	19.9	54	20.1	163	20.4	34	21.4
男性	合計	548	100.0	49	100.0	61	100.0	77	100.0	101	100.0	136	100.0	124	100.0	365	100.0	73	100.0
	増えた	52	9.5	7	14.3	10	16.4	8	10.4	5	5.0	16	11.8	6	4.8	31	8.5	4	5.5
	変わらない	318	58.0	26	53.1	35	57.4	46	59.7	67	66.3	76	55.9	68	54.8	215	58.9	42	57.5
	減った	87	15.9	10	20.4	10	16.4	14	18.2	11	10.9	20	14.7	22	17.7	55	15.1	12	16.4
女性	合計	675	100.0	69	100.0	86	100.0	96	100.0	144	100.0	136	100.0	144	100.0	434	100.0	86	100.0
	増えた	48	7.1	6	8.7	7	8.1	6	6.3	10	6.9	12	8.8	7	4.9	31	7.1	4	4.7
	変わらない	357	52.9	39	56.5	50	58.1	48	50.0	76	52.8	73	53.7	71	49.3	225	51.8	43	50.0
	減った	128	19.0	14	20.3	15	17.4	19	19.8	19	13.2	21	15.4	40	27.8	79	18.2	20	23.3
	合計	142	21.0	10	14.5	14	16.3	23	24.0	39	27.1	30	22.1	26	18.1	99	22.8	19	22.1

問9 あなたのこの1ヶ月間における体重及び生活習慣は、2年前の新型コロナウイルス感染症の感染拡大期（2019年11月頃）と比べて変化がありましたか。あてはまる番号を1つ選んでください。

表22-2 新型コロナウイルス感染症の感染拡大期と比べた生活習慣の変化 ー 運動を行う日の平均運動時間ー

	総計		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲) 40-74歳		75歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
総計	合計	1217	100.0	118	100.0	145	100.0	173	100.0	245	100.0	270	100.0	266	100.0	797	100.0	157	100.0
総計	増えた	105	8.6	9	7.6	18	12.4	14	8.1	20	8.2	27	10.0	17	6.4	67	8.4	11	7.0
	変わらない	651	53.5	66	55.9	83	57.2	97	56.1	128	52.2	143	53.0	134	50.4	424	53.2	78	49.7
	減った	197	16.2	25	21.2	16	11.0	25	14.5	34	13.9	40	14.8	57	21.4	123	15.4	33	21.0
	もともとない	264	21.7	18	15.3	28	19.3	37	21.4	63	25.7	60	22.2	58	21.8	183	23.0	35	22.3
男性	合計	546	100.0	48	100.0	60	100.0	77	100.0	101	100.0	133	100.0	127	100.0	363	100.0	75	100.0
	増えた	54	9.9	4	8.3	10	16.7	10	13.0	6	5.9	16	12.0	8	6.3	33	9.1	7	9.3
	変わらない	311	57.0	27	56.3	35	58.3	45	58.4	62	61.4	74	55.6	68	53.5	211	58.1	38	50.7
	減った	81	14.8	12	25.0	6	10.0	9	11.7	14	13.9	17	12.8	23	18.1	48	13.2	15	20.0
女性	合計	100	18.3	5	10.4	9	15.0	13	16.9	19	18.8	26	19.5	28	22.0	71	19.6	15	20.0
	合計	546	100.0	48	100.0	60	100.0	77	100.0	101	100.0	133	100.0	127	100.0	363	100.0	75	100.0
	増えた	54	9.9	4	8.3	10	16.7	10	13.0	6	5.9	16	12.0	8	6.3	33	9.1	7	9.3
	変わらない	311	57.0	27	56.3	35	58.3	45	58.4	62	61.4	74	55.6	68	53.5	211	58.1	38	50.7
	減った	81	14.8	12	25.0	6	10.0	9	11.7	14	13.9	17	12.8	23	18.1	48	13.2	15	20.0
	もともとない	100	18.3	5	10.4	9	15.0	13	16.9	19	18.8	26	19.5	28	22.0	71	19.6	15	20.0

問9 あなたのこの1ヶ月間における体重及び生活習慣は、2年前の新型コロナウイルス感染症の感染拡大期（2019年11月頃）と比べて変化がありましたか。あてはまる番号を1つ選んでください。

表22-3 新型コロナウイルス感染症の感染拡大期と比べた生活習慣の変化 — 1週間当たりの飲酒の日数 —

	総計		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		40-74歳		75歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
合計	1208	100.0	118	100.0	146	100.0	170	100.0	244	100.0	268	100.0	262	100.0	791	100.0	153	100.0	
総計	増えた	47	3.9	9	7.6	8	5.5	13	7.6	5	2.0	8	3.0	4	1.5	28	3.5	2	1.3
	変わらない	426	35.3	41	34.7	54	37.0	72	42.4	103	42.2	95	35.4	61	23.3	300	37.9	31	20.3
	減った	123	10.2	17	14.4	20	13.7	13	7.6	18	7.4	26	9.7	29	11.1	67	8.5	19	12.4
	もともとない	612	50.7	51	43.2	64	43.8	72	42.4	118	48.4	139	51.9	168	64.1	396	50.1	101	66.0
合計	545	100.0	48	100.0	61	100.0	75	100.0	101	100.0	134	100.0	126	100.0	362	100.0	74	100.0	
男性	増えた	29	5.3	4	8.3	2	3.3	8	10.7	3	3.0	8	6.0	4	3.2	21	5.8	2	2.7
	変わらない	246	45.1	18	37.5	21	34.4	39	52.0	60	59.4	66	49.3	42	33.3	186	51.4	21	28.4
	減った	74	13.6	7	14.6	14	23.0	5	6.7	11	10.9	17	12.7	20	15.9	40	11.0	13	17.6
	もともとない	196	36.0	19	39.6	24	39.3	23	30.7	27	26.7	43	32.1	60	47.6	115	31.8	38	51.4
合計	663	100.0	70	100.0	85	100.0	95	100.0	143	100.0	134	100.0	136	100.0	429	100.0	79	100.0	
女性	増えた	18	2.7	5	7.1	6	7.1	5	5.3	2	1.4	0	0.0	0	0.0	7	1.6	0	0.0
	変わらない	180	27.1	23	32.9	33	38.8	33	34.7	43	30.1	29	21.6	19	14.0	114	26.6	10	12.7
	減った	49	7.4	10	14.3	6	7.1	8	8.4	7	4.9	9	6.7	9	6.6	27	6.3	6	7.6
	もともとない	416	62.7	32	45.7	40	47.1	49	51.6	91	63.6	96	71.6	108	79.4	281	65.5	63	79.7

問9 あなたのこの1ヶ月間における体重及び生活習慣は、2年前の新型コロナウイルス感染症の感染拡大期（2019年11月頃）と比べて変化がありましたか。あてはまる番号を1つ選んでください。

表22-4 新型コロナウイルス感染症の感染拡大期と比べた生活習慣の変化 — 1週間当たりの飲酒の量 —

	総計		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		40-74歳		75歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
合計	1207	100.0	117	100.0	146	100.0	170	100.0	244	100.0	268	100.0	262	100.0	792	100.0	152	100.0	
総計	増えた	47	3.9	9	7.7	5	3.4	11	6.5	6	2.5	9	3.4	7	2.7	29	3.7	4	2.6
	変わらない	416	34.5	39	33.3	56	38.4	70	41.2	100	41.0	93	34.7	58	22.1	291	36.7	30	19.7
	減った	121	10.0	16	13.7	17	11.6	14	8.2	17	7.0	27	10.1	30	11.5	70	8.8	18	11.8
	もともとない	623	51.6	53	45.3	68	46.6	75	44.1	121	49.6	139	51.9	167	63.7	402	50.8	100	65.8
合計	543	100.0	48	100.0	61	100.0	75	100.0	101	100.0	133	100.0	125	100.0	360	100.0	74	100.0	
男性	増えた	34	6.3	4	8.3	2	3.3	7	9.3	5	5.0	9	6.8	7	5.6	24	6.7	4	5.4
	変わらない	239	44.0	17	35.4	21	34.4	38	50.7	55	54.5	67	50.4	41	32.8	179	49.7	22	29.7
	減った	73	13.4	9	18.8	11	18.0	5	6.7	11	10.9	17	12.8	20	16.0	42	11.7	11	14.9
	もともとない	197	36.3	18	37.5	27	44.3	25	33.3	30	29.7	40	30.1	57	45.6	115	31.9	37	50.0
合計	664	100.0	69	100.0	85	100.0	95	100.0	143	100.0	135	100.0	137	100.0	432	100.0	78	100.0	
女性	増えた	13	2.0	5	7.2	3	3.5	4	4.2	1	0.7	0	0.0	0	0.0	5	1.2	0	0.0
	変わらない	177	26.7	22	31.9	35	41.2	32	33.7	45	31.5	26	19.3	17	12.4	112	25.9	8	10.3
	減った	48	7.2	7	10.1	6	7.1	9	9.5	6	4.2	10	7.4	10	7.3	28	6.5	7	9.0
	もともとない	426	64.2	35	50.7	41	48.2	50	52.6	91	63.6	99	73.3	110	80.3	287	66.4	63	80.8

問9 あなたのこの1ヶ月間における体重及び生活習慣は、2年前の新型コロナウイルス感染症の感染拡大期（2019年11月頃）と比べて変化がありましたか。あてはまる番号を1つ選んでください。

表22-5 新型コロナウイルス感染症の感染拡大期と比べた生活習慣の変化 — 1週間当たりの喫煙の頻度—

		総計		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)			
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
総計	合計	1195	100.0	117	100.0	146	100.0	171	100.0	242	100.0	264	100.0	255	100.0	784	100.0	148	100.0
	増えた	12	1.0	2	1.7	1	0.7	3	1.8	2	0.8	3	1.1	1	0.4	9	1.1	0	0.0
	変わらない	190	15.9	21	17.9	26	17.8	36	21.1	54	22.3	41	15.5	12	4.7	138	17.6	5	3.4
	減った	38	3.2	5	4.3	5	3.4	2	1.2	9	3.7	12	4.5	5	2.0	28	3.6	0	0.0
	もともとない	955	79.9	89	76.1	114	78.1	130	76.0	177	73.1	208	78.8	237	92.9	609	77.7	143	96.6
男性	合計	537	100.0	48	100.0	61	100.0	76	100.0	100	100.0	131	100.0	121	100.0	357	100.0	71	100.0
	増えた	8	1.5		0.0	1	1.6	1	1.3	2	2.0	3	2.3	1	0.8	7	2.0	0	0.0
	変わらない	137	25.5	12	25.0	17	27.9	24	31.6	39	39.0	34	26.0	11	9.1	104	29.1	4	5.6
	減った	26	4.8	5	10.4	4	6.6		0.0	3	3.0	9	6.9	5	4.1	17	4.8	0	0.0
	もともとない	366	68.2	31	64.6	39	63.9	51	67.1	56	56.0	85	64.9	104	86.0	229	64.1	67	94.4
女性	合計	658	100.0	69	100.0	85	100.0	95	100.0	142	100.0	133	100.0	134	100.0	427	100.0	77	100.0
	増えた	4	0.6	2	2.9		0.0	2	2.1		0.0		0.0	0	0.0	2	0.5	0	0.0
	変わらない	53	8.1	9	13.0	9	10.6	12	12.6	15	10.6	7	5.3	1	0.7	34	8.0	1	1.3
	減った	12	1.8		0.0	1	1.2	2	2.1	6	4.2	3	2.3	0	0.0	11	2.6	0	0.0
	もともとない	589	89.5	58	84.1	75	88.2	79	83.2	121	85.2	123	92.5	133	99.3	380	89.0	76	98.7

問9 あなたのこの1ヶ月間における体重及び生活習慣は、2年前の新型コロナウイルス感染症の感染拡大期（2019年11月頃）と比べて変化がありましたか。あてはまる番号を1つ選んでください。

表22-6 新型コロナウイルス感染症の感染拡大期と比べた生活習慣の変化 — 1日当たりの睡眠時間—

		総計		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)			
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
総計	合計	1083	100.0	111	100.0	136	100.0	160	100.0	222	100.0	232	100.0	222	100.0	704	100.0	132	100.0
	増えた	80	7.4	12	10.8	8	5.9	13	8.1	11	5.0	18	7.8	18	8.1	52	7.4	8	6.1
	変わらない	886	81.8	82	73.9	115	84.6	128	80.0	189	85.1	191	82.3	181	81.5	577	82.0	112	84.8
	減った	117	10.8	17	15.3	13	9.6	19	11.9	22	9.9	23	9.9	23	10.4	75	10.7	12	9.1
男性	合計	505	100.0	46	100.0	59	100.0	74	100.0	94	100.0	122	100.0	110	100.0	336	100.0	64	100.0
	増えた	43	8.5	5	10.9	3	5.1	6	8.1	6	6.4	14	11.5	9	8.2	32	9.5	3	4.7
	変わらない	412	81.6	34	73.9	52	88.1	56	75.7	83	88.3	99	81.1	88	80.0	271	80.7	55	85.9
	減った	50	9.9	7	15.2	4	6.8	12	16.2	5	5.3	9	7.4	13	11.8	33	9.8	6	9.4
女性	合計	578	100.0	65	100.0	77	100.0	86	100.0	128	100.0	110	100.0	112	100.0	368	100.0	68	100.0
	増えた	37	6.4	7	10.8	5	6.5	7	8.1	5	3.9	4	3.6	9	8.0	20	5.4	5	7.4
	変わらない	474	82.0	48	73.8	63	81.8	72	83.7	106	82.8	92	83.6	93	83.0	306	83.2	57	83.8
	減った	67	11.6	10	15.4	9	11.7	7	8.1	17	13.3	14	12.7	10	8.9	42	11.4	6	8.8

問9 あなたのこの1ヶ月間における体重及び生活習慣は、2年前の新型コロナウイルス感染症の感染拡大期（2019年11月頃）と比べて変化がありましたか。あてはまる番号を1つ選んでください。

3. 食習慣に関すること

表23-1 自身の食生活 ―自身の現在の食生活をどのように思うか―

	総計		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲) 40-74歳 65-74歳		75歳以上				
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%			
合計	1242	100.0	119	100.0	148	100.0	173	100.0	244	100.0	273	100.0	285	100.0	803	100.0	248	100.0	172	100.0	
総計	大変よい食生活だと思う	68	5.5	9	7.6	9	6.1	4	2.3	8	3.3	15	5.5	23	8.1	33	4.1	12	4.8	17	9.9
	だいたいよい食生活だと思う	750	60.4	56	47.1	80	54.1	101	58.4	133	54.5	169	61.9	211	74.0	491	61.1	171	69.0	123	71.5
	問題のある食生活だと思う	288	23.2	39	32.8	44	29.7	52	30.1	75	30.7	51	18.7	27	9.5	188	23.4	38	15.3	17	9.9
	わからない	136	11.0	15	12.6	15	10.1	16	9.2	28	11.5	38	13.9	24	8.4	91	11.3	27	10.9	15	8.7
合計	557	100.0	49	100.0	62	100.0	78	100.0	101	100.0	135	100.0	132	100.0	366	100.0	118	100.0	80	100.0	
男性	大変よい食生活だと思う	41	7.4	3	6.1	5	8.1	3	3.8	5	5.0	11	8.1	14	10.6	21	5.7	7	5.9	12	15.0
	だいたいよい食生活だと思う	325	58.3	29	59.2	30	48.4	39	50.0	53	52.5	80	59.3	94	71.2	210	57.4	76	64.4	56	70.0
	問題のある食生活だと思う	125	22.4	11	22.4	17	27.4	28	35.9	31	30.7	26	19.3	12	9.1	90	24.6	19	16.1	7	8.8
	わからない	66	11.8	6	12.2	10	16.1	8	10.3	12	11.9	18	13.3	12	9.1	45	12.3	16	13.6	5	6.3
合計	685	100.0	70	100.0	86	100.0	95	100.0	143	100.0	138	100.0	153	100.0	437	100.0	130	100.0	92	100.0	
女性	大変よい食生活だと思う	27	3.9	6	8.6	4	4.7	1	1.1	3	2.1	4	2.9	9	5.9	12	2.7	5	3.8	5	5.4
	だいたいよい食生活だと思う	425	62.0	27	38.6	50	58.1	62	65.3	80	55.9	89	64.5	117	76.5	281	64.3	95	73.1	67	72.8
	問題のある食生活だと思う	163	23.8	28	40.0	27	31.4	24	25.3	44	30.8	25	18.1	15	9.8	98	22.4	19	14.6	10	10.9
	わからない	70	10.2	9	12.9	5	5.8	8	8.4	16	11.2	20	14.5	12	7.8	46	10.5	11	8.5	10	10.9

問10 あなたは、ご自身の現在の食生活をどのように思いますか。当てはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。

表23-2 自身の食生活 —自身の食生活が良いと考えている理由—

	総計		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)		75歳以上				
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%			
総数	818	100.0	65	100.0	89	100.0	105	100.0	141	100.0	184	100.0	234	100.0	524	100.0	183	100.0	140	100.0	
総計	主食、主菜、副菜をそろえて食べるように心がけている	511	62.5	37	56.9	46	51.7	63	60.0	85	60.3	115	62.5	165	70.5	326	62.2	121	66.1	102	72.9
	腹八分目を心がけている	274	33.5	12	18.5	24	27.0	31	29.5	47	33.3	70	38.0	90	38.5	182	34.7	66	36.1	56	40.0
	野菜を多く食べるように心がけている	472	57.7	30	46.2	45	50.6	55	52.4	80	56.7	125	67.9	137	58.5	317	60.5	115	62.8	80	57.1
	薄味を心がけている	295	36.1	13	20.0	20	22.5	27	25.7	47	33.3	76	41.3	112	47.9	198	37.8	87	47.5	64	45.7
	食事時間が規則的である	448	54.8	24	36.9	40	44.9	47	44.8	75	53.2	108	58.7	154	65.8	288	55.0	112	61.2	96	68.6
	適正な体重を保っている	310	37.9	29	44.6	29	32.6	38	36.2	54	38.3	68	37.0	92	39.3	199	38.0	75	41.0	53	37.9
	その他	20	2.4	2	3.1	5	5.6	3	2.9	2	1.4	2	1.1	6	2.6	9	1.7	3	1.6	4	2.9
総数	366	100.0	32	100.0	35	100.0	42	100.0	58	100.0	91	100.0	108	100.0	231	100.0	83	100.0	68	100.0	
男性	主食、主菜、副菜をそろえて食べるように心がけている	208	56.8	18	56.3	14	40.0	23	54.8	32	55.2	49	53.8	72	66.7	129	55.8	50	60.2	47	69.1
	腹八分目を心がけている	125	34.2	3	9.4	9	25.7	13	31.0	15	25.9	35	38.5	50	46.3	80	34.6	35	42.2	33	48.5
	野菜を多く食べるように心がけている	200	54.6	10	31.3	16	45.7	21	50.0	32	55.2	62	68.1	59	54.6	141	61.0	55	66.3	33	48.5
	薄味を心がけている	99	27.0	4	12.5	3	8.6	12	28.6	12	20.7	26	28.6	42	38.9	69	29.9	32	38.6	23	33.8
	食事時間が規則的である	193	52.7	11	34.4	13	37.1	16	38.1	28	48.3	55	60.4	70	64.8	123	53.2	51	61.4	46	67.6
	適正な体重を保っている	134	36.6	14	43.8	10	28.6	14	33.3	21	36.2	31	34.1	44	40.7	84	36.4	35	42.2	26	38.2
	その他	6	1.6	1	3.1	2	5.7	0	0.0	0	0.0	1	1.1	2	1.9	2	0.9	1	1.2	1	1.5
総数	452	100.0	33	100.0	54	100.0	63	100.0	83	100.0	93	100.0	126	100.0	293	100.0	100	100.0	72	100.0	
女性	主食、主菜、副菜をそろえて食べるように心がけている	303	67.0	19	57.6	32	59.3	40	63.5	53	63.9	66	71.0	93	73.8	197	67.2	71	71.0	55	76.4
	腹八分目を心がけている	149	33.0	9	27.3	15	27.8	18	28.6	32	38.6	35	37.6	40	31.7	102	34.8	31	31.0	23	31.9
	野菜を多く食べるように心がけている	272	60.2	20	60.6	29	53.7	34	54.0	48	57.8	63	67.7	78	61.9	176	60.1	60	60.0	47	65.3
	薄味を心がけている	196	43.4	9	27.3	17	31.5	15	23.8	35	42.2	50	53.8	70	55.6	129	44.0	55	55.0	41	56.9
	食事時間が規則的である	255	56.4	13	39.4	27	50.0	31	49.2	47	56.6	53	57.0	84	66.7	165	56.3	61	61.0	50	69.4
	適正な体重を保っている	176	38.9	15	45.5	19	35.2	24	38.1	33	39.8	37	39.8	48	38.1	115	39.2	40	40.0	27	37.5
	その他	14	3.1	1	3.0	3	5.6	3	4.8	2	2.4	1	1.1	4	3.2	7	2.4	2	2.0	3	4.2

問10-1(問10で「1」「2」と答えた方におたずねします。) ご自身の食生活がよい食生活だと思う理由はなんですか。あてはまる番号をすべて選んで○印をつけてください。

表23-3 自身の食生活 —自身の食生活が問題ある食生活だと思ふ理由—

	総計		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		40-74歳		(再掲) 65-74歳		75歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
総数	288	100.0	39	100.0	44	100.0	52	100.0	75	100.0	51	100.0	27	100.0	188	100.0	38	100.0	17	100.0	
総計	主食、主菜、副菜がほとんどそろっていない(単品が多い)	111	38.5	14	35.9	23	52.3	19	36.5	27	36.0	15	29.4	13	48.1	63	33.5	12	31.6	11	64.7
	いつもお腹いっぱい食べてしまう	106	36.8	15	38.5	17	38.6	22	42.3	24	32.0	17	33.3	11	40.7	68	36.2	16	42.1	6	35.3
	野菜を食べる量が少ない	168	58.3	20	51.3	30	68.2	30	57.7	38	50.7	32	62.7	18	66.7	104	55.3	22	57.9	14	82.4
	濃い味つけを好んで食べてしまう	90	31.3	18	46.2	17	38.6	13	25.0	22	29.3	13	25.5	7	25.9	50	26.6	9	23.7	5	29.4
	食事時間が不規則である	107	37.2	19	48.7	18	40.9	23	44.2	25	33.3	14	27.5	8	29.6	67	35.6	14	36.8	3	17.6
	適正な体重を維持できない	78	27.1	15	38.5	16	36.4	14	26.9	16	21.3	11	21.6	6	22.2	43	22.9	9	23.7	4	23.5
	市販弁当、コンビニをよく使用する	70	24.3	10	25.6	11	25.0	14	26.9	20	26.7	8	15.7	7	25.9	43	22.9	3	7.9	6	35.3
	外食、中食(惣菜を買って家で食べる)、加工食品の利用が多い	109	37.8	15	38.5	23	52.3	14	26.9	30	40.0	16	31.4	11	40.7	63	33.5	10	26.3	8	47.1
	買い物へ行く暇がない	9	3.1	2	5.1	3	6.8	1	1.9	3	4.0		0.0	0	0.0	4	2.1	0	0.0	0	0.0
	その他	35	12.2	4	10.3	9	20.5	5	9.6	9	12.0	7	13.7	1	3.7	21	11.2	2	5.3	1	5.9
総数	125	100.0	11	100.0	17	100.0	28	100.0	31	100.0	26	100.0	12	100.0	90	100.0	19	100.0	7	100.0	
男性	主食、主菜、副菜がほとんどそろっていない(単品が多い)	42	33.6	3	27.3	8	47.1	7	25.0	9	29.0	10	38.5	5	41.7	26	28.9	6	31.6	5	71.4
	いつもお腹いっぱい食べてしまう	53	42.4	6	54.5	6	35.3	14	50.0	13	41.9	10	38.5	4	33.3	39	43.3	9	47.4	2	28.6
	野菜を食べる量が少ない	75	60.0	8	72.7	11	64.7	14	50.0	15	48.4	18	69.2	9	75.0	49	54.4	10	52.6	7	100.0
	濃い味つけを好んで食べてしまう	48	38.4	8	72.7	9	52.9	10	35.7	12	38.7	6	23.1	3	25.0	29	32.2	3	15.8	2	28.6
	食事時間が不規則である	59	47.2	7	63.6	8	47.1	17	60.7	13	41.9	9	34.6	5	41.7	42	46.7	8	42.1	2	28.6
	適正な体重を維持できない	37	29.6	4	36.4	9	52.9	8	28.6	6	19.4	8	30.8	2	16.7	23	25.6	6	31.6	1	14.3
	市販弁当、コンビニをよく使用する	40	32.0	4	36.4	6	35.3	10	35.7	9	29.0	6	23.1	5	41.7	26	28.9	2	10.5	4	57.1
	外食、中食(惣菜を買って家で食べる)、加工食品の利用が多い	50	40.0	5	45.5	7	41.2	8	28.6	12	38.7	12	46.2	6	50.0	34	37.8	6	31.6	4	57.1
	買い物へ行く暇がない	1	0.8	0	0.0	1	5.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	その他	12	9.6	0	0.0	3	17.6	2	7.1	5	16.1	2	7.7	0	0.0	9	10.0	1	5.3	0	0.0
総数	163	100.0	28	100.0	27	100.0	24	100.0	44	100.0	25	100.0	15	100.0	98	100.0	19	100.0	10	100.0	
女性	主食、主菜、副菜がほとんどそろっていない(単品が多い)	69	42.3	11	39.3	15	55.6	12	50.0	18	40.9	5	20.0	8	53.3	37	37.8	6	31.6	6	60.0
	いつもお腹いっぱい食べてしまう	53	32.5	9	32.1	11	40.7	8	33.3	11	25.0	7	28.0	7	46.7	29	29.6	7	36.8	4	40.0
	野菜を食べる量が少ない	75	46.0	8	28.6	11	40.7	14	58.3	15	34.1	18	72.0	9	60.0	49	50.0	12	63.2	7	70.0
	濃い味つけを好んで食べてしまう	42	25.8	10	35.7	8	29.6	3	12.5	10	22.7	7	28.0	4	26.7	21	21.4	6	31.6	3	30.0
	食事時間が不規則である	48	29.4	12	42.9	10	37.0	6	25.0	12	27.3	5	20.0	3	20.0	25	25.5	6	31.6	1	10.0
	適正な体重を維持できない	41	25.2	11	39.3	7	25.9	6	25.0	10	22.7	3	12.0	4	26.7	20	20.4	3	15.8	3	30.0
	市販弁当、コンビニをよく使用する	30	18.4	6	21.4	5	18.5	4	16.7	11	25.0	2	8.0	2	13.3	17	17.3	1	5.3	2	20.0
	外食、中食(惣菜を買って家で食べる)、加工食品の利用が多い	59	36.2	10	35.7	16	59.3	6	25.0	18	40.9	4	16.0	5	33.3	29	29.6	4	21.1	4	40.0
	買い物へ行く暇がない	8	4.9	2	7.1	2	7.4	1	4.2	3	6.8	0	0.0	0	0.0	4	4.1	0	0.0	0	0.0
	その他	23	14.1	4	14.3	6	22.2	3	12.5	4	9.1	5	20.0	1	6.7	12	12.2	1	5.3	1	10.0

問10-2(問10で「3」と答えた方におたずねします。) ご自身の食生活が問題のある食生活だと思ふ理由はなんですか。あてはまる番号をすべて選んで○印をつけてください。

表23-4 自身の食生活 —自身の食生活を改善したいと思うか—

	総計		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		40-74歳		(再掲) 65-74歳		75歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
総計	合計	284	100.0	37	100.0	44	100.0	52	100.0	74	100.0	50	100.0	27	100.0	186	100.0	37	100.0	17	100.0
総計	改善したい	214	75.4	32	86.5	34	77.3	42	80.8	55	74.3	35	70.0	16	59.3	136	73.1	24	64.9	12	70.6
	今のままでよい	34	12.0	4	10.8	6	13.6	5	9.6	8	10.8	5	10.0	6	22.2	22	11.8	7	18.9	2	11.8
	わからない	36	12.7	1	2.7	4	9.1	5	9.6	11	14.9	10	20.0	5	18.5	28	15.1	6	16.2	3	17.6
男性	合計	124	100.0	11	100.0	17	100.0	28	100.0	30	100.0	26	100.0	12	100.0	89	100.0	19	100.0	7	100.0
	改善したい	88	71.0	9	81.8	13	76.5	20	71.4	22	73.3	19	73.1	5	41.7	62	69.7	13	68.4	4	57.1
	今のままでよい	17	13.7	2	18.2	2	11.8	3	10.7	4	13.3	2	7.7	4	33.3	12	13.5	5	26.3	1	14.3
女性	合計	160	100.0	26	100.0	27	100.0	24	100.0	44	100.0	24	100.0	15	100.0	97	100.0	18	100.0	10	100.0
	改善したい	126	78.8	23	88.5	21	77.8	22	91.7	33	75.0	16	66.7	11	73.3	74	76.3	11	61.1	8	80.0
	今のままでよい	17	10.6	2	7.7	4	14.8	2	8.3	4	9.1	3	12.5	2	13.3	10	10.3	2	11.1	1	10.0
女性	わからない	17	10.6	1	3.8	2	7.4		0.0	7	15.9	5	20.8	2	13.3	13	13.4	5	27.8	1	10.0

問10-2-1 (問10で「3」と答えた方におたずねします。) あなたは、ご自身の食生活を改善したいと思いますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。

表24 食品の購入時に栄養成分表示を参考にするか

	総計		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		40-74歳		(再掲) 65-74歳		75歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
合計	1223	100.0	118	100.0	147	100.0	173	100.0	239	100.0	274	100.0	272	100.0	792	100.0	243	100.0	166	100.0	
総計	いつも参考にしている	100	8.2	12	10.2	14	9.5	15	8.7	15	6.3	21	7.7	23	8.5	60	7.6	25	10.3	14	8.4
	時々参考にしている	394	32.2	33	28.0	46	31.3	51	29.5	84	35.1	89	32.5	91	33.5	259	32.7	74	30.5	56	33.7
	あまり参考にしていない	444	36.3	42	35.6	49	33.3	67	38.7	85	35.6	100	36.5	101	37.1	295	37.2	97	39.9	58	34.9
	参考にしない	285	23.3	31	26.3	38	25.9	40	23.1	55	23.0	64	23.4	57	21.0	178	22.5	47	19.3	38	22.9
合計	542	100.0	49	100.0	62	100.0	78	100.0	99	100.0	134	100.0	120	100.0	358	100.0	113	100.0	73	100.0	
男性	いつも参考にしている	31	5.7	4	8.2	6	9.7	5	6.4	6	6.1	6	4.5	4	3.3	18	5.0	6	5.3	3	4.1
	時々参考にしている	118	21.8	13	26.5	14	22.6	17	21.8	21	21.2	27	20.1	26	21.7	73	20.4	21	18.6	18	24.7
	あまり参考にしていない	209	38.6	12	24.5	23	37.1	30	38.5	37	37.4	58	43.3	49	40.8	146	40.8	49	43.4	28	38.4
	参考にしない	184	33.9	20	40.8	19	30.6	26	33.3	35	35.4	43	32.1	41	34.2	121	33.8	37	32.7	24	32.9
合計	681	100.0	69	100.0	85	100.0	95	100.0	140	100.0	140	100.0	152	100.0	434	100.0	130	100.0	93	100.0	
女性	いつも参考にしている	69	10.1	8	11.6	8	9.4	10	10.5	9	6.4	15	10.7	19	12.5	42	9.7	19	14.6	11	11.8
	時々参考にしている	276	40.5	20	29.0	32	37.6	34	35.8	63	45.0	62	44.3	65	42.8	186	42.9	53	40.8	38	40.9
	あまり参考にしていない	235	34.5	30	43.5	26	30.6	37	38.9	48	34.3	42	30.0	52	34.2	149	34.3	48	36.9	30	32.3
	参考にしない	101	14.8	11	15.9	19	22.4	14	14.7	20	14.3	21	15.0	16	10.5	57	13.1	10	7.7	14	15.1

問11 あなたは、ふだん食品を購入する時に、栄養成分表示を参考にしていますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。

表25 この1ヶ月間の外食（飲食店での食事）の利用頻度

	総計		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲) 40-74歳 65-74歳		75歳以上				
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%			
合計	1238	100.0	119	100.0	147	100.0	173	100.0	242	100.0	279	100.0	278	100.0	803	100.0	248	100.0	169	100.0	
総計	毎日2回以上	5	0.4	1	0.8	1	0.7	1	0.6	2	0.8	0	0.0	0	0.0	3	0.4	0	0.0	0	0.0
	毎日1回	14	1.1	1	0.8	1	0.7	3	1.7	5	2.1	2	0.7	2	0.7	10	1.2	1	0.4	2	1.2
	週に4～6回	27	2.2	3	2.5	2	1.4	4	2.3	6	2.5	5	1.8	7	2.5	17	2.1	2	0.8	5	3.0
	週に2～3回	72	5.8	16	13.4	10	6.8	14	8.1	13	5.4	11	3.9	8	2.9	42	5.2	12	4.8	4	2.4
	週に1回	170	13.7	33	27.7	28	19.0	26	15.0	32	13.2	32	11.5	19	6.8	101	12.6	26	10.5	8	4.7
	週1回未満	475	38.4	54	45.4	77	52.4	76	43.9	90	37.2	98	35.1	80	28.8	301	37.5	80	32.3	43	25.4
	全く利用しない	475	38.4	11	9.2	28	19.0	49	28.3	94	38.8	131	47.0	162	58.3	329	41.0	127	51.2	107	63.3
合計	553	100.0	49	100.0	62	100.0	78	100.0	101	100.0	137	100.0	126	100.0	366	100.0	118	100.0	76	100.0	
男性	毎日2回以上	3	0.5	0	0.0	1	1.6	1	1.3	1	1.0	0	0.0	0	0.0	2	0.5	0	0.0	0	0.0
	毎日1回	12	2.2	0	0.0	1	1.6	3	3.8	4	4.0	2	1.5	2	1.6	9	2.5	1	0.8	2	2.6
	週に4～6回	19	3.4	3	6.1	1	1.6	3	3.8	5	5.0	4	2.9	3	2.4	13	3.6	1	0.8	2	2.6
	週に2～3回	42	7.6	9	18.4	7	11.3	9	11.5	9	8.9	7	5.1	1	0.8	25	6.8	4	3.4	1	1.3
	週に1回	82	14.8	17	34.7	13	21.0	9	11.5	14	13.9	19	13.9	10	7.9	51	13.9	19	16.1	1	1.3
	週1回未満	194	35.1	17	34.7	26	41.9	33	42.3	35	34.7	51	37.2	32	25.4	134	36.6	36	30.5	17	22.4
	全く利用しない	201	36.3	3	6.1	13	21.0	20	25.6	33	32.7	54	39.4	78	61.9	132	36.1	57	48.3	53	69.7
合計	685	100.0	70	100.0	85	100.0	95	100.0	141	100.0	142	100.0	152	100.0	437	100.0	130	100.0	93	100.0	
女性	毎日2回以上	2	0.3	1	1.4	0	0.0	0	0.0	1	0.7	0	0.0	0	0.0	1	0.2	0	0.0	0	0.0
	毎日1回	2	0.3	1	1.4	0	0.0	0	0.0	1	0.7	0	0.0	0	0.0	1	0.2	0	0.0	0	0.0
	週に4～6回	8	1.2	0	0.0	1	1.2	1	1.1	1	0.7	1	0.7	4	2.6	4	0.9	1	0.8	3	3.2
	週に2～3回	30	4.4	7	10.0	3	3.5	5	5.3	4	2.8	4	2.8	7	4.6	17	3.9	8	6.2	3	3.2
	週に1回	88	12.8	16	22.9	15	17.6	17	17.9	18	12.8	13	9.2	9	5.9	50	11.4	7	5.4	7	7.5
	週1回未満	281	41.0	37	52.9	51	60.0	43	45.3	55	39.0	47	33.1	48	31.6	167	38.2	44	33.8	26	28.0
	全く利用しない	274	40.0	8	11.4	15	17.6	29	30.5	61	43.3	77	54.2	84	55.3	197	45.1	70	53.8	54	58.1

問12 あなたは、この1ヶ月間で外食（飲食店での食事）をどのくらい利用していますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。

表26 この1ヶ月間の持ち帰り弁当や総菜の利用頻度

	総計		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		40-74歳		(再掲) 65-74歳		75歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
合計	1237	100.0	119	100.0	146	100.0	173	100.0	242	100.0	278	100.0	279	100.0	801	100.0	247	100.0	171	100.0	
総計	毎日2回以上	6	0.5	0	0.0	1	0.7	0	0.0	4	1.7	0	0.0	1	0.4	5	0.6	1	0.4	0	0.0
	毎日1回	41	3.3	3	2.5	9	6.2	7	4.0	8	3.3	9	3.2	5	1.8	25	3.1	8	3.2	4	2.3
	週に4～6回	59	4.8	8	6.7	8	5.5	6	3.5	19	7.9	11	4.0	7	2.5	40	5.0	5	2.0	3	1.8
	週に2～3回	192	15.5	21	17.6	20	13.7	30	17.3	48	19.8	42	15.1	31	11.1	136	17.0	35	14.2	15	8.8
	週に1回	247	20.0	36	30.3	33	22.6	35	20.2	42	17.4	55	19.8	46	16.5	150	18.7	43	17.4	28	16.4
	週1回未満	414	33.5	30	25.2	48	32.9	70	40.5	84	34.7	95	34.2	87	31.2	285	35.6	89	36.0	51	29.8
	全く利用しない	278	22.5	21	17.6	27	18.5	25	14.5	37	15.3	66	23.7	102	36.6	160	20.0	66	26.7	70	40.9
合計	553	100.0	49	100.0	61	100.0	78	100.0	101	100.0	136	100.0	128	100.0	365	100.0	118	100.0	78	100.0	
男性	毎日2回以上	3	0.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	3.0	0	0.0	0	0.0	3	0.8	0	0.0	0	0.0
	毎日1回	30	5.4	2	4.1	8	13.1	4	5.1	6	5.9	7	5.1	3	2.3	18	4.9	7	5.9	2	2.6
	週に4～6回	39	7.1	5	10.2	3	4.9	6	7.7	13	12.9	7	5.1	5	3.9	29	7.9	4	3.4	2	2.6
	週に2～3回	81	14.6	8	16.3	9	14.8	13	16.7	20	19.8	20	14.7	11	8.6	60	16.4	16	13.6	4	5.1
	週に1回	96	17.4	17	34.7	11	18.0	11	14.1	17	16.8	25	18.4	15	11.7	58	15.9	14	11.9	10	12.8
	週1回未満	169	30.6	8	16.3	16	26.2	32	41.0	27	26.7	43	31.6	43	33.6	121	33.2	43	36.4	24	30.8
	全く利用しない	135	24.4	9	18.4	14	23.0	12	15.4	15	14.9	34	25.0	51	39.8	76	20.8	34	28.8	36	46.2
合計	684	100.0	70	100.0	85	100.0	95	100.0	141	100.0	142	100.0	151	100.0	436	100.0	129	100.0	93	100.0	
女性	毎日2回以上	3	0.4	0	0.0	1	1.2	0	0.0	1	0.7	0	0.0	1	0.7	2	0.5	1	0.8	0	0.0
	毎日1回	11	1.6	1	1.4	1	1.2	3	3.2	2	1.4	2	1.4	2	1.3	7	1.6	1	0.8	2	2.2
	週に4～6回	20	2.9	3	4.3	5	5.9	0	0.0	6	4.3	4	2.8	2	1.3	11	2.5	1	0.8	1	1.1
	週に2～3回	111	16.2	13	18.6	11	12.9	17	17.9	28	19.9	22	15.5	20	13.2	76	17.4	19	14.7	11	11.8
	週に1回	151	22.1	19	27.1	22	25.9	24	25.3	25	17.7	30	21.1	31	20.5	92	21.1	29	22.5	18	19.4
	週1回未満	245	35.8	22	31.4	32	37.6	38	40.0	57	40.4	52	36.6	44	29.1	164	37.6	46	35.7	27	29.0
	全く利用しない	143	20.9	12	17.1	13	15.3	13	13.7	22	15.6	32	22.5	51	33.8	84	19.3	32	24.8	34	36.6

問13 あなたは、この1ヶ月間で持ち帰りの弁当や惣菜外食（飲食店での食事）をどのくらい利用していますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。

表27 外食や持ち帰り弁当・惣菜を選ぶ基準

	総計		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		40-74歳		(再掲) 65-74歳		75歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
総数	1255	100.0	119	100.0	148	100.0	175	100.0	245	100.0	279	100.0	289	100.0	814	100.0	254	100.0	174	100.0	
総計	品数が多い	379	30.2	18	15.1	36	24.3	39	22.3	93	38.0	83	29.7	110	38.1	261	32.1	89	35.0	64	36.8
	値段が安い	603	48.0	81	68.1	89	60.1	109	62.3	112	45.7	136	48.7	76	26.3	390	47.9	100	39.4	43	24.7
	肉又は魚がたくさん入っている	275	21.9	31	26.1	39	26.4	55	31.4	49	20.0	49	17.6	52	18.0	182	22.4	54	21.3	23	13.2
	野菜がたくさん入っている	331	26.4	26	21.8	40	27.0	34	19.4	75	30.6	79	28.3	77	26.6	217	26.7	65	25.6	48	27.6
	無回答	122	9.7	3	2.5	6	4.1	7	4.0	14	5.7	30	10.8	62	21.5	68	8.4	34	13.4	45	25.9
総数	561	100.0	49	100.0	62	100.0	79	100.0	101	100.0	137	100.0	133	100.0	370	100.0	121	100.0	80	100.0	
男性	品数が多い	140	25.0	7	14.3	9	14.5	16	20.3	31	30.7	30	21.9	47	35.3	97	26.2	37	30.6	27	33.8
	値段が安い	273	48.7	33	67.3	34	54.8	48	60.8	43	42.6	74	54.0	41	30.8	184	49.7	59	48.8	22	27.5
	肉又は魚がたくさん入っている	158	28.2	16	32.7	26	41.9	30	38.0	30	29.7	30	21.9	26	19.5	103	27.8	27	22.3	13	16.3
	野菜がたくさん入っている	114	20.3	7	14.3	16	25.8	12	15.2	26	25.7	30	21.9	23	17.3	78	21.1	22	18.2	13	16.3
	無回答	66	11.8	1	2.0	1	1.6	5	6.3	7	6.9	17	12.4	35	26.3	38	10.3	19	15.7	26	32.5
総数	694	100.0	70	100.0	86	100.0	96	100.0	144	100.0	142	100.0	156	100.0	444	100.0	133	100.0	94	100.0	
女性	品数が多い	239	34.4	11	15.7	27	31.4	23	24.0	62	43.1	53	37.3	63	40.4	164	36.9	52	39.1	37	39.4
	値段が安い	330	47.6	48	68.6	55	64.0	61	63.5	69	47.9	62	43.7	35	22.4	206	46.4	41	30.8	21	22.3
	肉又は魚がたくさん入っている	117	16.9	15	21.4	13	15.1	25	26.0	19	13.2	19	13.4	26	16.7	79	17.8	27	20.3	10	10.6
	野菜がたくさん入っている	217	31.3	19	27.1	24	27.9	22	22.9	49	34.0	49	34.5	54	34.6	139	31.3	43	32.3	35	37.2
	無回答	56	8.1	2	2.9	5	5.8	2	2.1	7	4.9	13	9.2	27	17.3	30	6.8	15	11.3	19	20.2

問14 外食や持ち帰り弁当・惣菜を選ぶ基準にしているものは何ですか。あてはまるものすべてに○印をつけてください。

表28 普段（平日）の夕食開始時刻

	総計		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		40-74歳		(再掲) 65-74歳		75歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
合計	1240	100.0	119	100.0	147	100.0	173	100.0	241	100.0	278	100.0	282	100.0	802	100.0	248	100.0	172	100.0	
総計	午後7時前	605	48.8	28	23.5	55	37.4	54	31.2	99	41.1	158	56.8	211	74.8	389	48.5	159	64.1	133	77.3
	午後7時台	387	31.2	46	38.7	52	35.4	64	37.0	80	33.2	87	31.3	58	20.6	257	32.0	68	27.4	32	18.6
	午後8時台	166	13.4	31	26.1	29	19.7	33	19.1	44	18.3	19	6.8	10	3.5	100	12.5	13	5.2	6	3.5
	午後9時台	48	3.9	11	9.2	7	4.8	14	8.1	7	2.9	7	2.5	2	0.7	30	3.7	4	1.6	0	0.0
	午後10時台	14	1.1	0	0.0	2	1.4	6	3.5	5	2.1	1	0.4	0	0.0	12	1.5	1	0.4	0	0.0
	午後11時以降	14	1.1	2	1.7	1	0.7	2	1.2	6	2.5	3	1.1	0	0.0	11	1.4	2	0.8	0	0.0
	食べない	6	0.5	1	0.8	1	0.7	0	0.0	0	0.0	3	1.1	1	0.4	3	0.4	1	0.4	1	0.6
合計	553	100.0	49	100.0	62	100.0	77	100.0	100	100.0	136	100.0	129	100.0	363	100.0	117	100.0	79	100.0	
男性	午後7時前	251	45.4	10	20.4	21	33.9	23	29.9	35	35.0	68	50.0	94	72.9	159	43.8	68	58.1	61	77.2
	午後7時台	172	31.1	19	38.8	22	35.5	24	31.2	32	32.0	46	33.8	29	22.5	116	32.0	35	29.9	15	19.0
	午後8時台	78	14.1	12	24.5	13	21.0	16	20.8	21	21.0	11	8.1	5	3.9	50	13.8	8	6.8	3	3.8
	午後9時台	25	4.5	6	12.2	2	3.2	8	10.4	4	4.0	4	2.9	1	0.8	17	4.7	2	1.7	0	0.0
	午後10時台	10	1.8	0	0.0	2	3.2	4	5.2	3	3.0	1	0.7	0	0.0	8	2.2	1	0.9	0	0.0
	午後11時以降	13	2.4	2	4.1	1	1.6	2	2.6	5	5.0	3	2.2	0	0.0	10	2.8	2	1.7	0	0.0
	食べない	4	0.7	0	0.0	1	1.6	0	0.0	0	0.0	3	2.2	0	0.0	3	0.8	1	0.9	0	0.0
合計	687	100.0	70	100.0	85	100.0	96	100.0	141	100.0	142	100.0	153	100.0	439	100.0	131	100.0	93	100.0	
女性	午後7時前	354	51.5	18	25.7	34	40.0	31	32.3	64	45.4	90	63.4	117	76.5	230	52.4	91	69.5	72	77.4
	午後7時台	215	31.3	27	38.6	30	35.3	40	41.7	48	34.0	41	28.9	29	19.0	141	32.1	33	25.2	17	18.3
	午後8時台	88	12.8	19	27.1	16	18.8	17	17.7	23	16.3	8	5.6	5	3.3	50	11.4	5	3.8	3	3.2
	午後9時台	23	3.3	5	7.1	5	5.9	6	6.3	3	2.1	3	2.1	1	0.7	13	3.0	2	1.5	0	0.0
	午後10時台	4	0.6	0	0.0	0	0.0	2	2.1	2	1.4	0	0.0	0	0.0	4	0.9	0	0.0	0	0.0
	午後11時以降	1	0.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.7	0	0.0	0	0.0	1	0.2	0	0.0	0	0.0
	食べない	2	0.3	1	1.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.7	0	0.0	0	0.0	1	1.1

問15 あなたの普段（平日）の夕食開始時刻は何時頃ですか。あてはまるものすべてに○印をつけてください。

表29-1 災害時の食事の備え ー災害時に備えた非常用食材の用意ー

		総計		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		40-74歳		(再掲) 65-74歳		75歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総計	合計	1243	100.0	119	100.0	147	100.0	174	100.0	243	100.0	279	100.0	281	100.0	806	100.0	249	100.0	171	100.0
	あり	367	29.5	29	24.4	48	32.7	49	28.2	72	29.6	96	34.4	73	26.0	247	30.6	73	29.3	43	25.1
	なし	876	70.5	90	75.6	99	67.3	125	71.8	171	70.4	183	65.6	208	74.0	559	69.4	176	70.7	128	74.9
男性	合計	555	100.0	49	100.0	62	100.0	78	100.0	101	100.0	137	100.0	128	100.0	366	100.0	118	100.0	78	100.0
	あり	130	23.4	9	18.4	17	27.4	19	24.4	21	20.8	42	30.7	22	17.2	94	25.7	32	27.1	10	12.8
	なし	425	76.6	40	81.6	45	72.6	59	75.6	80	79.2	95	69.3	106	82.8	272	74.3	86	72.9	68	87.2
女性	合計	688	100.0	70	100.0	85	100.0	96	100.0	142	100.0	142	100.0	153	100.0	440	100.0	131	100.0	93	100.0
	あり	237	34.4	20	28.6	31	36.5	30	31.3	51	35.9	54	38.0	51	33.3	153	34.8	41	31.3	33	35.5
	なし	451	65.6	50	71.4	54	63.5	66	68.8	91	64.1	88	62.0	102	66.7	287	65.2	90	68.7	60	64.5

問16 あなたは災害時に備えて非常用の食材を用意していますか。どちらかの番号を選んで○をつけてください。

表29-2 災害時の食事の備え ー災害食の種類ー

		総計		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		40-74歳		(再掲) 65-74歳		75歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総計	総数	367	100.0	29	100.0	48	100.0	49	100.0	72	100.0	96	100.0	73	100.0	247	100.0	73	100.0	43	100.0
	主食	255	69.5	23	79.3	37	77.1	34	69.4	50	69.4	70	72.9	41	56.2	172	69.6	49	67.1	23	53.5
	副食	247	67.3	17	58.6	26	54.2	33	67.3	56	77.8	65	67.7	50	68.5	175	70.9	48	65.8	29	67.4
	飲料	292	79.6	22	75.9	37	77.1	39	79.6	60	83.3	76	79.2	58	79.5	197	79.8	56	76.7	36	83.7
男性	総数	130	100.0	9	100.0	17	100.0	19	100.0	21	100.0	42	100.0	22	100.0	94	100.0	32	100.0	10	100.0
	主食	88	67.7	7	77.8	12	70.6	11	57.9	17	81.0	30	71.4	11	50.0	65	69.1	21	65.6	4	40.0
	副食	79	60.8	4	44.4	6	35.3	13	68.4	16	76.2	28	66.7	12	54.5	64	68.1	21	65.6	5	50.0
	飲料	93	71.5	6	66.7	10	58.8	13	68.4	16	76.2	32	76.2	16	72.7	69	73.4	22	68.8	8	80.0
女性	総数	237	100.0	20	100.0	31	100.0	30	100.0	51	100.0	54	100.0	51	100.0	153	100.0	41	100.0	33	100.0
	主食	167	70.5	16	80.0	25	80.6	23	76.7	33	64.7	40	74.1	30	58.8	107	69.9	28	68.3	19	57.6
	副食	168	70.9	13	65.0	20	64.5	20	66.7	40	78.4	37	68.5	38	74.5	111	72.5	27	65.9	24	72.7
	飲料	199	84.0	16	80.0	27	87.1	26	86.7	44	86.3	44	81.5	42	82.4	128	83.7	34	82.9	28	84.8

問16-1 非常食としてどんなものを用意していますか。あてはまる番号をすべて選んで○印をつけてください。(問16で「あり」と答えた者を対象とした)

回答「1」：主食(レトルトご飯、めしを乾燥させた加工米、乾パン 等) 回答「2」：副食(肉・魚等の缶詰、カレー・シチュー等のレトルト食品 等) 回答「3」：飲料(水・お茶 等)

表30-1 長崎県健康づくり応援の店 ―認知度―

	総計		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		40-74歳		(再掲) 65-74歳		75歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
総計	合計	1238	100.0	117	100.0	146	100.0	174	100.0	243	100.0	278	100.0	280	100.0	805	100.0	249	100.0	170	100.0
	知っている	39	3.2	4	3.4	5	3.4	5	2.9	9	3.7	8	2.9	8	2.9	25	3.1	4	1.6	5	2.9
	知らない	1199	96.8	113	96.6	141	96.6	169	97.1	234	96.3	270	97.1	272	97.1	780	96.9	245	98.4	165	97.1
男性	合計	552	100.0	48	100.0	62	100.0	78	100.0	101	100.0	136	100.0	127	100.0	365	100.0	118	100.0	77	100.0
	知っている	15	2.7	1	2.1	1	1.6	4	5.1	6	5.9	2	1.5	1	0.8	13	3.6	1	0.8	0	0.0
	知らない	537	97.3	47	97.9	61	98.4	74	94.9	95	94.1	134	98.5	126	99.2	352	96.4	117	99.2	77	100.0
女性	合計	686	100.0	69	100.0	84	100.0	96	100.0	142	100.0	142	100.0	153	100.0	440	100.0	131	100.0	93	100.0
	知っている	24	3.5	3	4.3	4	4.8	1	1.0	3	2.1	6	4.2	7	4.6	12	2.7	3	2.3	5	5.4
	知らない	662	96.5	66	95.7	80	95.2	95	99.0	139	97.9	136	95.8	146	95.4	428	97.3	128	97.7	88	94.6

問17 あなたは、「長崎県健康づくり応援の店」を知っていますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。

表30-2 長崎県健康づくり応援の店 ―利用状況―

	総計		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		40-74歳		(再掲) 65-74歳		75歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
総計	合計	39	100.0	4	100.0	5	100.0	5	100.0	9	100.0	8	100.0	8	100.0	25	100.0	4	100.0	5	100.0
	利用したことがある	12	30.8	1	25.0	0	0.0	3	60.0	2	22.2	3	37.5	3	37.5	9	36.0	1	25.0	2	40.0
	登録店を知っているが 利用したことがない	14	35.9	1	25.0	2	40.0	0	0.0	4	44.4	3	37.5	4	50.0	9	36.0	2	50.0	2	40.0
	登録店を知らないし利 用したことがない	12	30.8	2	50.0	2	40.0	2	40.0	3	33.3	2	25.0	1	12.5	7	28.0	1	25.0	1	20.0
	無回答	1	2.6	0	0.0	1	10.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
男性	合計	15	100.0	1	100.0	1	100.0	4	100.0	6	100.0	2	100.0	1	100.0	12	100.0	1	100.0	1	100.0
	利用したことがある	4	26.7	0	0.0	0	0.0	3	75.0	1	16.7	0	0.0	0	0.0	4	33.3	0	0.0	0	0.0
	登録店を知っているが 利用したことがない	7	46.7	1	100.0	0	0.0	0	0.0	3	50.0	2	100.0	1	100.0	5	41.7	1	100.0	1	100.0
	登録店を知らないし利 用したことがない	3	20.0	0	0.0	0	0.0	1	25.0	2	33.3	0	0.0	0	0.0	3	25.0	0	0.0	0	0.0
	無回答	1	6.7	0	0.0	1	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
女性	合計	24	100.0	3	100.0	4	100.0	1	100.0	3	100.0	6	100.0	7	100.0	12	100.0	3	100.0	5	100.0
	利用したことがある	8	33.3	1	33.3	0	0.0	0	0.0	1	33.3	3	50.0	3	42.9	5	41.7	1	33.3	2	40.0
	登録店を知っているが 利用したことがない	7	29.2	0	0.0	2	50.0	0	0.0	1	33.3	1	16.7	3	42.9	3	25.0	1	33.3	2	40.0
	登録店を知らないし利 用したことがない	9	37.5	2	66.7	2	50.0	1	100.0	1	33.3	2	33.3	1	14.3	4	33.3	1	33.3	1	20.0
	無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0

問17-1 「長崎県健康づくり応援の店」を利用されたことがありますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。(問17で「知っている」と答えた者を対象とした)

表30-3 長崎県健康づくり応援の店 ー外食時の「長崎県健康づくり応援の店」の表示は、飲食店の選択肢になるかー

	総計		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		40-74歳		(再掲) 65-74歳		75歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
合計	1136	100.0	114	100.0	140	100.0	168	100.0	233	100.0	251	100.0	230	100.0	751	100.0	222	100.0	131	100.0	
総計	大いになる	76	6.7	8	7.0	3	2.1	8	4.8	17	7.3	22	8.8	18	7.8	56	7.5	26	11.7	9	6.9
	どちらかといえばなる	300	26.4	31	27.2	25	17.9	47	28.0	69	29.6	71	28.3	57	24.8	219	29.2	69	31.1	25	19.1
	あまりならない	429	37.8	45	39.5	61	43.6	69	41.1	96	41.2	85	33.9	73	31.7	282	37.5	65	29.3	41	31.3
	ならない	331	29.1	30	26.3	51	36.4	44	26.2	51	21.9	73	29.1	82	35.7	194	25.8	62	27.9	56	42.7
合計	512	100.0	46	100.0	60	100.0	75	100.0	98	100.0	125	100.0	108	100.0	343	100.0	108	100.0	63	100.0	
男性	大いになる	27	5.3	2	4.3	3	5.0	3	4.0	5	5.1	9	7.2	5	4.6	19	5.5	10	9.3	3	4.8
	どちらかといえばなる	103	20.1	8	17.4	7	11.7	18	24.0	22	22.4	27	21.6	21	19.4	80	23.3	27	25.0	8	12.7
	あまりならない	191	37.3	23	50.0	26	43.3	34	45.3	37	37.8	40	32.0	31	28.7	123	35.9	29	26.9	19	30.2
	ならない	191	37.3	13	28.3	24	40.0	20	26.7	34	34.7	49	39.2	51	47.2	121	35.3	42	38.9	33	52.4
合計	624	100.0	68	100.0	80	100.0	93	100.0	135	100.0	126	100.0	122	100.0	408	100.0	114	100.0	68	100.0	
女性	大いになる	49	7.9	6	8.8	0.0	5	5.4	12	8.9	13	10.3	13	10.7	37	9.1	16	14.0	6	8.8	
	どちらかといえばなる	197	31.6	23	33.8	18	22.5	29	31.2	47	34.8	44	34.9	36	29.5	139	34.1	42	36.8	17	25.0
	あまりならない	238	38.1	22	32.4	35	43.8	35	37.6	59	43.7	45	35.7	42	34.4	159	39.0	36	31.6	22	32.4
	ならない	140	22.4	17	25.0	27	33.8	24	25.8	17	12.6	24	19.0	31	25.4	73	17.9	20	17.5	23	33.8

問18 あなたが外食をする際、「長崎県健康づくり応援の店」の表示は、飲食店を選ぶ選択肢になりますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。