

## IV 身体状況・食習慣調査の結果



# 1. 身体状況に関すること

表1 身長と体重の平均値及び標準偏差（性、年齢階級別）

	男性					女性				
	人数	身長 (cm)		体重 (kg)		人数	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	597	168.2	6.7	67.9	12.7	673	155.4	6.4	54.3	9.8
20歳	6	173.8	5.5	67.4	9.5	1	161.0	0.0	50.0	0.0
21歳	8	172.1	4.5	71.5	12.3	11	160.7	3.4	57.4	9.0
22歳	5	173.5	4.3	85.2	23.6	8	156.5	5.0	53.1	9.1
23歳	5	168.8	1.6	71.3	12.9	11	159.0	4.2	58.1	9.2
24歳	5	168.8	3.0	65.2	4.8	5	160.7	7.8	56.2	16.3
25歳	5	168.0	5.9	61.9	8.0	9	160.3	5.8	57.1	12.9
26-29歳	26	172.0	6.3	76.8	18.3	27	156.8	5.2	54.4	8.1
30-39歳	79	171.0	6.0	70.5	11.9	95	158.6	5.3	56.6	11.5
40-49歳	76	169.8	7.0	70.7	12.7	88	158.6	5.4	56.6	10.7
50-59歳	87	170.2	6.1	71.1	14.0	115	157.0	5.0	55.1	9.2
60-69歳	93	169.2	6.1	69.0	10.6	110	154.9	5.5	54.2	8.6
70歳以上	202	164.2	5.8	62.4	9.6	193	150.7	6.0	51.2	8.5
(再掲)										
20歳以上	597	168.2	6.7	67.9	12.7	673	155.4	6.4	54.3	9.8
20-29歳	60	171.4	5.6	73.2	16.7	72	158.5	5.4	55.7	10.1
20-39歳	139	171.2	5.8	71.6	14.2	167	158.6	5.3	56.2	10.9
60-64歳	50	170.2	5.9	70.9	10.9	51	155.4	5.1	54.7	8.0
65歳以上	245	164.9	6.1	63.2	9.8	252	151.6	6.2	51.8	8.7
65-69歳	43	168.0	6.1	66.9	9.7	59	154.5	5.8	53.8	9.1
70-74歳	55	165.2	5.7	64.9	9.0	61	153.3	5.1	53.1	7.6
75-79歳	50	165.8	5.1	63.7	11.3	49	151.1	5.4	51.0	9.0
80歳以上	97	162.8	6.0	60.4	8.5	83	148.5	6.0	49.9	8.5

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2 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	597	24.0	3.9	673	22.5	3.8
20-29歳	60	24.8	5.3	72	22.1	3.5
30-39歳	79	24.1	3.8	95	22.5	4.5
40-49歳	76	24.5	3.8	88	22.6	4.5
50-59歳	87	24.5	4.6	115	22.4	3.7
60-69歳	93	24.1	3.4	110	22.5	3.2
70歳以上	202	23.1	3.2	193	22.5	3.4
(再掲)						
20歳以上	597	24.0	3.9	673	22.5	3.8
20-39歳	139	24.4	4.5	167	22.3	4.1
20-69歳	395	24.4	4.2	480	22.4	3.9
40-69歳	256	24.4	4.0	313	22.5	3.8
65-69歳	43	23.7	3.3	59	22.5	3.3
70-74歳	55	23.8	3.0	61	22.6	3.1
75-79歳	50	23.2	3.7	49	22.3	3.4
80歳以上	97	22.8	2.9	83	22.6	3.6

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))<sup>2</sup>で算出した。

表3 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	597	100.0	28	4.7	365	61.1	204	34.2	80	13.4
20-29歳	60	100.0	3	5.0	35	58.3	22	36.7	6	10.0
30-39歳	79	100.0	6	7.6	45	57.0	28	35.4	9	11.4
40-49歳	76	100.0	3	3.9	40	52.6	33	43.4	8	10.5
50-59歳	87	100.0	4	4.6	46	52.9	37	42.5	15	17.2
60-69歳	93	100.0	2	2.2	59	63.4	32	34.4	10	10.8
70歳以上	202	100.0	10	5.0	140	69.3	52	25.7	32	15.8
(再掲)										
男	597	100.0	28	4.7	365	61.1	204	34.2	80	13.4
性	395	100.0	18	4.6	225	57.0	152	38.5	48	12.2
20-69歳	256	100.0	9	3.5	145	56.6	102	39.8	33	12.9
40-69歳	245	100.0	12	4.9	169	69.0	64	26.1	39	15.9
65歳以上	43	100.0	2	4.7	29	67.4	12	27.9	7	16.3
65-69歳	55	100.0	1	1.8	33	60.0	21	38.2	6	10.9
70-74歳	50	100.0	3	6.0	34	68.0	13	26.0	10	20.0
75-79歳	97	100.0	6	6.2	73	75.3	18	18.6	16	16.5
80歳以上	66	100.0	4	6.1	49	74.2	13	19.7	13	19.7
80-84歳	31	100.0	2	6.5	24	77.4	5	16.1	3	9.7
85歳以上	673	100.0	79	11.7	443	65.8	151	22.4	179	26.6
総計	72	100.0	9	12.5	46	63.9	17	23.6	25	34.7
20-29歳	95	100.0	16	16.8	55	57.9	24	25.3	31	32.6
30-39歳	88	100.0	8	9.1	59	67.0	21	23.9	25	28.4
40-49歳	115	100.0	14	12.2	74	64.3	27	23.5	30	26.1
50-59歳	110	100.0	9	8.2	79	71.8	22	20.0	19	17.3
60-69歳	193	100.0	23	11.9	130	67.4	40	20.7	49	25.4
70歳以上										
(再掲)										
女	673	100.0	79	11.7	443	65.8	151	22.4	179	26.6
性	480	100.0	56	11.7	313	65.2	111	23.1	130	27.1
20-69歳	313	100.0	31	9.9	212	67.7	70	22.4	74	23.6
40-69歳	252	100.0	28	11.1	174	69.0	50	19.8	59	23.4
65歳以上	59	100.0	5	8.5	44	74.6	10	16.9	10	16.9
65-69歳	61	100.0	7	11.5	41	67.2	13	21.3	13	21.3
70-74歳	49	100.0	7	14.3	31	63.3	11	22.4	12	24.5
75-79歳	83	100.0	9	10.8	58	69.9	16	19.3	24	28.9
80歳以上	53	100.0	5	9.4	37	69.8	11	20.8	15	28.3
80-84歳	30	100.0	4	13.3	21	70.0	5	16.7	9	30.0
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))<sup>2</sup>で算出した。

表4 腹囲の状況（性別、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	552	100.0	29	100.0	70	100.0	84	100.0	110	100.0	121	100.0	138	100.0
男性 <85cm、女性 <90cm	371	67.2	20	69.0	52	74.3	65	77.4	78	70.9	78	64.5	78	56.9
男性 ≥85cm、女性 ≥90cm	181	32.8	9	31.0	18	25.7	19	22.6	32	29.1	43	35.5	60	43.1
男性 総数	276	100.0	12	100.0	35	100.0	41	100.0	51	100.0	59	100.0	78	100.0
男性 <85cm	132	47.8	5	41.7	21	60.0	24	58.5	26	51.0	27	45.8	29	37.2
男性 ≥85cm	144	52.2	7	58.3	14	40.0	17	41.5	25	49.0	32	54.2	49	62.8
女性 総数	276	100.0	17	100.0	35	100.0	43	100.0	59	100.0	62	100.0	60	100.0
女性 <90cm	239	86.6	15	88.2	31	88.6	41	95.3	52	88.1	51	82.3	49	81.7
女性 ≥90cm	37	13.4	2	11.8	4	11.4	2	4.7	7	11.9	11	17.7	11	18.3

注1) 腹囲は、健診結果の自己申告に基づくものである。  
 注2) 妊婦ではない者を集計対象とした。

表5 BMI、腹囲の区分による肥満の状況（性別、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	542	100.0	26	100.0	66	100.0	83	100.0	110	100.0	120	100.0	137	100.0
BMI <25、腹囲 <85cm (男) / 90cm (女)	354	59.8	13	50.0	46	69.7	53	63.9	67	60.9	73	60.8	72	52.6
BMIのみ超 (BMI ≥25)	41	7.6	4	15.4	4	6.1	11	13.3	11	10.0	5	4.2	6	4.4
腹囲のみ超 (腹囲 ≥85cm (男) / 90cm (女))	63	11.6	0	0.0	3	4.5	4	4.8	6	5.5	20	16.7	30	21.9
BMI ≥25、腹囲 ≥85cm (男) / 90cm (女)	114	21.0	9	34.6	13	19.7	15	18.1	26	23.6	22	18.3	29	21.2
男性 総数	275	100.0	12	100.0	35	100.0	41	100.0	51	100.0	59	100.0	77	100.0
男性 BMI <25、腹囲 <85cm	121	44.0	5	41.7	19	54.3	21	51.2	23	45.1	26	44.1	27	35.1
男性 BMIのみ超 (BMI ≥25)	11	4.0	0	0.0	2	5.7	3	7.3	3	5.9	1	1.7	2	2.6
男性 腹囲のみ超 (腹囲 ≥85cm)	56	20.4	0	0.0	3	8.6	4	9.8	6	11.8	17	28.8	26	33.8
男性 BMI ≥25、腹囲 ≥85cm	87	31.6	7	58.3	11	31.4	13	31.7	19	37.3	15	25.4	22	28.6
女性 総数	267	100.0	14	100.0	31	100.0	42	100.0	59	100.0	61	100.0	60	100.0
女性 BMI <25、腹囲 <90cm	206	76.0	8	57.1	27	87.1	32	76.2	44	74.6	47	77.0	45	75.0
女性 BMIのみ超 (BMI ≥25)	27	11.2	4	28.6	2	6.5	8	19.0	8	13.6	4	6.6	4	6.7
女性 腹囲のみ超 (腹囲 ≥90cm)	7	2.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	4.9	4	6.7
女性 BMI ≥25、腹囲 ≥90cm	27	10.1	2	14.3	2	6.5	2	4.8	7	11.9	7	11.5	7	11.7

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づくものである。  
 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))<sup>2</sup>で算出した。

表6-1 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	771	100.0	230	29.8	155	20.1	230	29.8	130	16.9	16	2.1	10	1.3	116	15.0	
総数	20-29歳	58	100.0	29	50.0	15	25.9	12	20.7	2	3.4	0	0.0	0	0.0	2	3.4
	30-39歳	94	100.0	47	50.0	16	17.0	19	20.2	11	11.7	1	1.1	0	0.0	7	7.4
	40-49歳	102	100.0	48	47.1	10	9.8	29	28.4	12	11.8	0	0.0	3	2.9	7	6.9
	50-59歳	126	100.0	48	38.1	16	12.7	40	31.7	19	15.1	3	2.4	0	0.0	15	11.9
	60-69歳	136	100.0	34	25.0	25	18.4	45	33.1	28	20.6	3	2.2	1	0.7	22	16.2
	70歳以上	255	100.0	24	9.4	73	28.6	85	33.3	58	22.7	9	3.5	6	2.4	63	24.7
	(再掲)																
65-74歳	152	100.0	27	17.8	37	24.3	43	28.3	41	27.0	2	1.3	2	1.3	35	23.0	
75歳以上	169	100.0	12	7.1	50	29.6	62	36.7	34	20.1	7	4.1	4	2.4	40	23.7	
総数	377	100.0	62	16.4	77	20.4	146	38.7	77	20.4	11	2.9	4	1.1	64	17.0	
男性	20-29歳	24	100.0	8	33.3	8	33.3	6	25.0	2	8.3	0	0.0	0	0.0	2	8.3
	30-39歳	44	100.0	13	29.5	9	20.5	13	29.5	8	18.2	1	2.3	0	0.0	6	13.6
	40-49歳	47	100.0	11	23.4	7	14.9	19	40.4	9	19.1	0	0.0	1	2.1	3	6.4
	50-59歳	57	100.0	12	21.1	6	10.5	24	42.1	13	22.8	2	3.5	0	0.0	10	17.5
	60-69歳	67	100.0	11	16.4	10	14.9	26	38.8	17	25.4	3	4.5	0	0.0	13	19.4
	70歳以上	138	100.0	7	5.1	37	26.8	58	42.0	28	20.3	5	3.6	3	2.2	30	21.7
	(再掲)																
65-74歳	74	100.0	7	9.5	18	24.3	24	32.4	23	31.1	2	2.7	0	0.0	23	31.1	
75歳以上	94	100.0	5	5.3	25	26.6	43	45.7	15	16.0	3	3.2	3	3.2	20	21.3	
総数	394	100.0	168	42.6	78	19.8	84	21.3	53	13.5	5	1.3	6	1.5	52	13.2	
女性	20-29歳	34	100.0	21	61.8	7	20.6	6	17.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	30-39歳	50	100.0	34	68.0	7	14.0	6	12.0	3	6.0	0	0.0	0	0.0	1	2.0
	40-49歳	55	100.0	37	67.3	3	5.5	10	18.2	3	5.5	0	0.0	2	3.6	4	7.3
	50-59歳	69	100.0	36	52.2	10	14.5	16	23.2	6	8.7	1	1.4	0	0.0	5	7.2
	60-69歳	69	100.0	23	33.3	15	21.7	19	27.5	11	15.9	0	0.0	1	1.4	9	13.0
	70歳以上	117	100.0	17	14.5	36	30.8	27	23.1	30	25.6	4	3.4	3	2.6	33	28.0
	(再掲)																
65-74歳	78	100.0	20	25.6	19	24.4	19	24.4	18	23.1	0	0.0	2	2.6	16	20.5	
75歳以上	75	100.0	7	9.3	25	33.3	19	25.3	19	25.3	4	5.3	1	1.3	23	30.7	

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. ●を参照。

\*総数に対する割合

表6-2 血圧の分布 ー日本高血圧学会による血圧の分類別ー〔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	471	100.0	197	41.8	87	18.5	118	25.1	62	13.2	4	0.8	3	0.6	44	9.3	
総数	20-29歳	58	100.0	29	50.0	15	25.9	12	20.7	2	3.4	0	0.0	0	0.0	2	3.4
	30-39歳	88	100.0	44	50.0	16	18.2	19	21.6	8	9.1	1	1.1	0	0.0	5	5.7
	40-49歳	93	100.0	47	50.5	10	10.8	25	26.9	9	9.7	0	0.0	2	2.2	4	1.3
	50-59歳	85	100.0	42	49.4	12	14.1	19	22.4	11	12.9	1	1.2	0	0.0	7	8.2
	60-69歳	70	100.0	23	32.9	9	12.9	25	35.7	11	15.7	1	1.4	1	1.4	8	11.4
	70歳以上	77	100.0	12	15.6	25	32.5	18	23.4	21	27.3	1	1.3	0	0.0	18	23.4
	(再掲)																
	65-74歳	70	100.0	18	25.7	14	20.0	17	24.3	21	30.0	0	0.0	0	0.0	15	21.4
	75歳以上	38	100.0	4	10.5	15	39.5	11	28.9	7	18.4	1	2.6	0	0.0	7	18.4
総数	206	100.0	47	22.8	43	20.9	71	34.5	42	20.4	2	1.0	1	0.5	26	12.6	
男性	20-29歳	24	100.0	8	33.3	8	33.3	6	25.0	2	8.3	0	0.0	0	0.0	2	8.3
	30-39歳	40	100.0	12	30.0	9	22.5	13	32.5	5	12.5	1	2.5	0	0.0	4	10.0
	40-49歳	40	100.0	10	25.0	7	17.5	16	40.0	6	15.0	0	0.0	1	2.5	1	2.5
	50-59歳	32	100.0	10	31.3	4	12.5	11	34.4	7	21.9	0	0.0	0	0.0	3	9.4
	60-69歳	34	100.0	7	20.6	4	11.8	13	38.2	9	26.5	1	2.9	0	0.0	6	17.6
	70歳以上	36	100.0	0	0.0	11	30.6	12	33.3	13	36.1	0	0.0	0	0.0	10	27.8
	(再掲)																
	65-74歳	29	100.0	3	10.3	6	20.7	7	24.1	13	44.8	0	0.0	0	0.0	8	27.6
	75歳以上	19	100.0	0	0.0	6	31.6	8	42.1	5	26.3	0	0.0	0	0.0	4	21.1
総数	265	100.0	150	56.6	44	16.6	47	17.7	20	7.5	2	0.8	2	0.8	18	6.8	
女性	20-29歳	34	100.0	21	61.8	7	20.6	6	17.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	30-39歳	48	100.0	32	66.7	7	14.6	6	12.5	3	6.3	0	0.0	0	0.0	1	2.1
	40-49歳	53	100.0	37	69.8	3	5.7	9	17.0	3	5.7	0	0.0	1	1.9	3	5.7
	50-59歳	53	100.0	32	60.4	8	15.1	8	15.1	4	7.5	1	1.9	0	0.0	4	7.5
	60-69歳	36	100.0	16	44.4	5	13.9	12	33.3	2	5.6	0	0.0	1	2.8	2	5.6
	70歳以上	41	100.0	12	29.3	14	34.1	6	14.6	8	19.5	1	2.4	0	0.0	8	19.5
	(再掲)																
	65-74歳	41	100.0	15	36.6	8	19.5	10	24.4	8	19.5	0	0.0	0	0.0	7	17.1
	75歳以上	19	100.0	4	21.1	9	47.4	3	15.8	2	10.5	1	5.3	0	0.0	3	15.8

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. ●を参照。

\*総数に対する割合

表7-1 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	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	377	100.0	24	100.0	44	100.0	47	100.0	57	100.0	67	100.0	138	100.0
90mmHg未満	1	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.7
90-99	6	1.6	1	4.2	1	2.3	2	4.3	1	1.8	1	1.5	0	0.0
100-109	20	5.3	2	8.3	4	9.1	6	12.8	5	8.8	2	3.0	1	0.7
110-119	44	11.7	6	25.0	9	20.5	8	17.0	7	12.3	9	13.4	5	3.6
120-129	126	33.4	10	41.7	16	36.4	16	34.0	20	35.1	18	26.9	46	33.3
130-139	116	30.8	3	12.5	8	18.2	12	25.5	14	24.6	24	35.8	55	39.9
140-149	44	11.7	1	4.2	4	9.1	2	4.3	9	15.8	9	13.4	19	13.8
150-159	11	2.9	1	4.2	1	2.3	1	2.1	1	1.8	2	3.0	5	3.6
160-169	7	1.9	0	0.0	1	2.3	0	0.0	0	0.0	2	3.0	4	2.9
170-179	1	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.7
180mmHg以上	1	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.7
平均値	128.2		121.5		124.6		122.1		126.4		129.9		132.6	
標準偏差	13.0		11.8		14.5		12.1		14.7		12.6		12.5	
総数	394	100.0	34	100.0	50	100.0	55	100.0	69	100.0	69	100.0	117	100.0
90mmHg未満	5	0.5	0	0.0	0	0.0	3	5.5	0	0.0	2	2.9	0	0.0
90-99	24	1.6	4	11.8	9	18.0	2	3.6	5	7.2	3	4.3	1	0.9
100-109	68	5.3	7	20.6	17	34.0	20	36.4	14	20.3	8	11.6	2	1.7
110-119	81	11.6	12	35.3	11	22.0	14	25.5	19	27.5	11	15.9	14	12.0
120-129	104	33.3	10	29.4	9	18.0	7	12.7	17	24.6	21	30.4	40	34.2
130-139	60	30.7	1	2.9	3	6.0	5	9.1	9	13.0	15	21.7	27	23.1
140-149	34	11.6	0	0.0	1	2.0	2	3.6	4	5.8	5	7.2	22	18.8
150-159	14	2.9	0	0.0	0	0.0	2	3.6	1	1.4	4	5.8	7	6.0
160-169	3	1.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	2.6
170-179	1	0.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.9
180mmHg以上	0	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
平均値	120.7		112.3		110.2		113.4		117.6		123.3		13.5	
標準偏差	15.9		10.6		17.0		14.8		12.3		15.5		22.4	

注1) 血圧は自己申告に基づくものである。

表7-2 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	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	206	100.0	24	100.0	40	100.0	40	100.0	32	100.0	34	100.0	36	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
90-99	6	2.9	1	4.2	1	2.5	2	5.0	1	3.1	1	2.9	0	0.0
100-109	18	8.7	2	8.3	4	10.0	6	15.0	5	15.6	1	2.9	0	0.0
110-119	32	15.5	6	25.0	8	20.0	7	17.5	5	15.6	6	17.6	0	0.0
120-129	72	35.0	10	41.7	16	40.0	14	35.0	10	31.3	8	23.5	14	38.9
130-139	52	25.2	3	12.5	7	17.5	10	25.0	8	25.0	12	35.3	12	33.3
140-149	17	8.3	1	4.2	3	7.5	1	2.5	2	6.3	3	8.8	7	19.4
150-159	7	3.4	1	4.2	0	0.0	0	0.0	1	3.1	2	5.9	3	8.3
160-169	2	1.0	0	0.0	1	2.5	0	0.0	0	0.0	1	2.9	0	0.0
170-179	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
平均値	125.2		121.5		123.5		120.7		123.1		128.7		133.3	
標準偏差	12.9		11.8		14.1		11.6		14.9		13.9		12.9	
総数	265	100.0	34	100.0	48	100.0	53	100.0	53	100.0	36	100.0	41	100.0
90mmHg未満	5	1.9	0	0.0	0	0.0	3	5.7	0	0.0	2	5.6	0	0.0
90-99	24	9.1	4	11.8	9	18.8	2	3.8	5	9.4	3	8.3	1	2.4
100-109	65	24.5	7	20.6	16	33.3	20	37.7	13	24.5	7	19.4	2	4.9
110-119	66	24.9	12	35.3	10	20.8	14	26.4	16	30.2	5	13.9	9	22.0
120-129	60	22.6	10	29.4	9	18.8	7	13.2	11	20.8	8	22.2	15	36.6
130-139	27	10.2	1	2.9	3	6.3	4	7.5	4	7.5	9	25.0	6	14.6
140-149	10	3.8	0	0.0	1	2.1	2	3.8	3	5.7	1	2.8	3	7.3
150-159	7	2.6	0	0.0	0	0.0	1	1.9	1	1.9	1	2.8	4	9.8
160-169	1	0.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	2.4
170-179	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
平均値	115.6		112.3		110.4		112.2		115.0		118.1		127.2	
標準偏差	14.9		10.6		17.0		13.6		13.3		16.5		14.9	

注1) 血圧は自己申告に基づくものである。

表8-1 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	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	377	100.0	24	100.0	44	100.0	47	100.0	57	100.0	67	100.0	138	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
40-49	1	0.3	0	0.0	0	0.0	1	2.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0
50-59	8	2.1	1	4.2	1	2.3	0	0.0	2	3.5	1	1.5	3	2.2
60-69	57	15.1	5	20.8	8	18.2	4	8.5	5	8.8	6	9.0	29	21.0
70-79	139	36.9	12	50.0	18	40.9	15	31.9	14	24.6	23	34.3	57	41.3
80-89	117	31.0	5	20.8	12	27.3	18	38.3	25	43.9	24	35.8	33	23.9
90-99	48	12.7	1	4.2	5	11.4	8	17.0	9	15.8	12	17.9	13	9.4
100-109	3	0.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	3.5	1	1.5	0	0.0
110-119	2	0.5	0	0.0	0	0.0	1	2.1	0	0.0	0	0.0	1	0.7
120-129	1	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.7
130-139	1	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.7
140mmHg以上	1	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
平均値	78.0		73.4		76.9		80.1		80.3		80.1		76.5	
標準偏差	10.6		9.3		10.6		11.8		11.2		9.2		12.3	
総数	394	100.0	34	100.0	50	100.0	55	100.0	69	100.0	69	100.0	117	100.0
40mmHg未満	1	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.9
40-49	6	1.5	2	5.9	0	0.0	0	0.0	2	2.9	2	2.9	0	0.0
50-59	32	8.1	3	8.8	7	14.0	6	10.9	6	8.7	5	7.2	5	4.3
60-69	117	29.7	14	41.2	20	40.0	19	34.5	23	33.3	11	15.9	30	25.6
70-79	143	36.3	9	26.5	15	30.0	17	30.9	21	30.4	32	46.4	49	41.9
80-89	69	17.5	6	17.6	5	10.0	10	18.2	14	20.3	14	20.3	20	17.1
90-99	18	4.6	0	0.0	3	6.0	1	1.8	2	2.9	4	5.8	8	6.8
100-109	2	0.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.4	0	0.0	1	0.9
110-119	2	0.5	0	0.0	0	0.0	2	3.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0
120-129	2	0.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.4	1	0.9
130-139	2	0.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	1.7
140mmHg以上	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		68.5		69.1		72.0		70.9		74.5		75.1	
標準偏差	12.0		9.5		13.4		11.8		10.2		11.9		8.7	

注1) 血圧は自己申告に基づくものである。

表8-2 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	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	206	100.0	24	100.0	40	100.0	40	100.0	32	100.0	34	100.0	36	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
40-49	1	0.5	0	0.0	0	0.0	1	2.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0
50-59	6	2.9	1	4.2	1	2.5	0	0.0	2	6.3	1	2.9	1	2.8
60-69	29	14.1	5	20.8	8	20.0	4	10.0	4	12.5	4	11.8	4	11.1
70-79	74	35.9	12	50.0	16	40.0	14	35.0	9	28.1	8	23.5	15	41.7
80-89	66	32.0	5	20.8	12	30.0	14	35.0	11	34.4	13	38.2	11	30.6
90-99	29	14.1	1	4.2	3	7.5	6	15.0	6	18.8	8	23.5	5	13.9
100-109	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
110-119	1	0.5	0	0.0	0	0.0	1	2.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0
120-129	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
140mmHg以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
平均値	77.8		73.4		76.3		79.5		78.3		80.4		77.8	
標準偏差	10.1		9.3		9.3		10.7		11.1		9.3		8.8	
総数	265	100.0	34	100.0	48	100.0	53	100.0	53	100.0	36	100.0	41	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
40-49	6	2.3	2	5.9	0	0.0	0	0.0	2	3.8	2	5.6	0	0.0
50-59	31	11.7	3	8.8	7	14.6	6	11.3	6	11.3	5	13.9	4	9.8
60-69	87	32.8	14	41.2	19	39.6	19	35.8	21	39.6	5	13.9	9	22.0
70-79	87	32.8	9	26.5	14	29.2	17	32.1	13	24.5	16	44.4	18	43.9
80-89	42	15.8	6	17.6	5	10.4	9	17.0	9	17.0	7	19.4	6	14.6
90-99	8	3.0	0	0.0	3	6.3	1	1.9	1	1.9	0	0.0	3	7.3
100-109	2	0.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.9	0	0.0	1	2.4
110-119	1	0.4	0	0.0	0	0.0	1	1.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0
120-129	1	0.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	2.8	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
140mmHg以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
平均値	70.6		68.5		69.3		71.1		69.1		72.4		73.5	
標準偏差	11.3		9.4		10.3		10.5		11.4		13.9		11.4	

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9-1 薬の服用状況 —血圧を下げる薬—

	総数		あり		なし		
	人数	%	人数	%	人数	%	
総数	1309	100.0	418	31.9	891	68.1	
総数	20-29歳	149	100.0	1	0.7	148	99.3
	30-39歳	189	100.0	6	3.2	183	96.8
	40-49歳	169	100.0	18	10.7	151	89.3
	50-59歳	205	100.0	45	22.0	160	78.0
	60-69歳	202	100.0	84	41.6	118	58.4
	70歳以上	395	100.0	264	66.8	131	33.2
	総数	597	100.0	222	37.2	375	62.8
男性	20-29歳	63	100.0	1	1.6	62	98.4
	30-39歳	80	100.0	3	3.8	77	96.3
	40-49歳	76	100.0	11	14.5	65	85.5
	50-59歳	87	100.0	27	31.0	60	69.0
	60-69歳	93	100.0	39	41.9	54	58.1
	70歳以上	198	100.0	141	71.2	57	28.8
	総数	712	100.0	196	27.5	516	72.5
女性	20-29歳	86	100.0	0	0.0	86	100.0
	30-39歳	109	100.0	3	2.8	106	97.2
	40-49歳	93	100.0	7	7.5	86	92.5
	50-59歳	118	100.0	18	15.3	100	84.7
	60-69歳	109	100.0	45	41.3	64	58.7
	70歳以上	197	100.0	123	62.4	74	37.6

表9-2 薬の服用状況 —脈の乱れに関する薬—

	総数		あり		なし		
	人数	%	人数	%	人数	%	
総数	1208	100.0	73	6.0	1135	94.0	
総数	20-29歳	148	100.0	0	0.0	148	100.0
	30-39歳	187	100.0	1	0.5	186	99.5
	40-49歳	165	100.0	3	1.8	162	98.2
	50-59歳	197	100.0	4	2.0	193	98.0
	60-69歳	184	100.0	11	6.0	173	94.0
	70歳以上	327	100.0	54	16.5	273	83.5
	総数	537	100.0	39	7.3	498	92.7
男性	20-29歳	62	100.0	0	0.0	62	100.0
	30-39歳	78	100.0	0	0.0	78	100.0
	40-49歳	73	100.0	1	1.4	72	98.6
	50-59歳	81	100.0	1	1.2	80	98.8
	60-69歳	84	100.0	5	6.0	79	94.0
	70歳以上	159	100.0	32	20.1	127	79.9
	総数	671	100.0	34	5.1	637	94.9
女性	20-29歳	86	100.0	0	0.0	86	100.0
	30-39歳	109	100.0	1	0.9	108	99.1
	40-49歳	92	100.0	2	2.2	90	97.8
	50-59歳	116	100.0	3	2.6	113	97.4
	60-69歳	100	100.0	6	6.0	94	94.0
	70歳以上	168	100.0	22	13.1	146	86.9

表9-3 薬の服用状況 —コレステロールを下げる薬—

	総数		あり		なし		
	人数	%	人数	%	人数	%	
総数	1257	100.0	249	19.8	1008	80.2	
総数	20-29歳	148	100.0	1	0.7	147	99.3
	30-39歳	188	100.0	7	3.7	181	96.3
	40-49歳	168	100.0	15	8.9	153	91.1
	50-59歳	201	100.0	25	12.4	176	87.6
	60-69歳	202	100.0	60	29.7	142	70.3
	70歳以上	350	100.0	141	40.3	209	59.7
	総数	553	100.0	103	18.6	450	81.4
男性	20-29歳	62	100.0	1	1.6	61	98.4
	30-39歳	79	100.0	6	7.6	73	92.4
	40-49歳	75	100.0	9	12.0	66	88.0
	50-59歳	82	100.0	11	13.4	71	86.6
	60-69歳	91	100.0	23	25.3	68	74.7
	70歳以上	164	100.0	53	32.3	111	67.7
	総数	704	100.0	146	20.7	558	79.3
女性	20-29歳	86	100.0	0	0.0	86	100.0
	30-39歳	109	100.0	1	0.9	108	99.1
	40-49歳	93	100.0	6	6.5	87	93.5
	50-59歳	119	100.0	14	11.8	105	88.2
	60-69歳	111	100.0	37	33.3	74	66.7
	70歳以上	186	100.0	88	47.3	98	52.7

表9-4 薬の服用状況 —中性脂肪（トリグリセリド）を下げる薬—

	総数		あり		なし		
	人数	%	人数	%	人数	%	
総数	1204	100.0	84	7.0	1120	93.0	
総数	20-29歳	148	100.0	1	0.7	147	99.3
	30-39歳	187	100.0	2	1.1	185	98.9
	40-49歳	166	100.0	4	2.4	162	97.6
	50-59歳	199	100.0	10	5.0	189	95.0
	60-69歳	187	100.0	18	9.6	169	90.4
	70歳以上	317	100.0	49	15.5	268	84.5
	総数	535	100.0	51	9.5	484	90.5
男性	20-29歳	62	100.0	1	1.6	61	98.4
	30-39歳	78	100.0	2	2.6	76	97.4
	40-49歳	74	100.0	3	4.1	71	95.9
	50-59歳	81	100.0	5	6.2	76	93.8
	60-69歳	87	100.0	14	16.1	73	83.9
	70歳以上	153	100.0	26	17.0	127	83.0
	総数	669	100.0	33	4.9	636	95.1
女性	20-29歳	86	100.0	0	0.0	86	100.0
	30-39歳	109	100.0	0	0.0	109	100.0
	40-49歳	92	100.0	1	0.0	91	100.0
	50-59歳	118	100.0	5	6.0	113	94.0
	60-69歳	100	100.0	4	5.0	96	95.0
	70歳以上	164	100.0	23	12.7	141	87.3

表10-1 糖尿病の状況 一医療機関や健診で糖尿病と言われたことがあるかー

	総計		あり		なし		
	人数	%	人数	%	人数	%	
合計	1336	100.0	141	10.6	1195	89.4	
総数	20-29歳	149	100.0	3	2.0	146	98.0
	30-39歳	190	100.0	7	3.7	183	96.3
	40-49歳	169	100.0	7	4.1	162	95.9
	50-59歳	207	100.0	19	9.2	188	90.8
	60-69歳	209	100.0	38	18.2	171	81.8
	70歳以上	412	100.0	67	16.3	345	83.7
	合計	608	100.0	80	13.2	528	86.8
50 男性	20-29歳	63	100.0	1	1.6	62	98.4
	30-39歳	81	100.0	3	3.7	78	96.3
	40-49歳	76	100.0	3	3.9	73	96.1
	50-59歳	87	100.0	11	12.6	76	87.4
	60-69歳	96	100.0	21	21.9	75	78.1
	70歳以上	205	100.0	41	20.0	164	80.0
	合計	728	100.0	61	8.4	667	91.6
女性	20-29歳	86	100.0	2	2.3	84	97.7
	30-39歳	109	100.0	4	3.7	105	96.3
	40-49歳	93	100.0	4	4.3	89	95.7
	50-59歳	120	100.0	8	6.7	112	93.3
	60-69歳	113	100.0	17	15.0	96	85.0
	70歳以上	207	100.0	26	12.6	181	87.4
	合計	728	100.0	61	8.4	667	91.6

問5-(1) 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10-2 糖尿病の状況 一糖尿病の治療を受けているかー

	総計		受けている		受けていない		
	人数	%	人数	%	人数	%	
合計	140	100.0	100	71.4	40	28.6	
総数	20-29歳	3	100.0	0	0.0	3	100.0
	30-39歳	7	100.0	2	28.6	5	71.4
	40-49歳	7	100.0	5	71.4	2	28.6
	50-59歳	19	100.0	10	52.6	9	47.4
	60-69歳	38	100.0	28	73.7	10	26.3
	70歳以上	66	100.0	55	83.3	11	16.7
	合計	79	100.0	62	78.5	17	21.5
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	11	100.0	7	63.6	4	36.4
	60-69歳	21	100.0	17	81.0	4	19.0
	70歳以上	40	100.0	34	85.0	6	15.0
	合計	61	100.0	38	62.3	23	37.7
女性	20-29歳	2	100.0	0	0.0	2	100.0
	30-39歳	4	100.0	0	0.0	4	100.0
	40-49歳	4	100.0	3	75.0	1	25.0
	50-59歳	8	100.0	3	37.5	5	62.5
	60-69歳	17	100.0	11	64.7	6	35.3
	70歳以上	26	100.0	21	80.8	5	19.2
	合計	728	100.0	62	8.5	23	3.2

問5-(2) 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5-(1)で糖尿病と言われたことが「あり」と回答した者を対象とし、無回答1人を除く)

表10-3 糖尿病の状況 一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	100	100.0	82	82.0	18	18.0	
総数	20-29歳	0	100.0	0	0.0	0	0.0
	30-39歳	2	100.0	1	50.0	1	50.0
	40-49歳	5	100.0	5	100.0	0	0.0
	50-59歳	10	100.0	7	70.0	3	30.0
	60-69歳	28	100.0	22	78.6	6	21.4
	70歳以上	55	100.0	47	85.5	8	14.5
	合計	62	100.0	53	85.5	9	14.5
男性	20-29歳	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	30-39歳	2	100.0	1	50.0	1	50.0
	40-49歳	2	100.0	2	100.0	0	0.0
	50-59歳	7	100.0	6	85.7	1	14.3
	60-69歳	17	100.0	15	88.2	2	11.8
	70歳以上	34	100.0	29	85.3	5	14.7
	合計	38	100.0	29	76.3	9	23.7
女性	20-29歳	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	30-39歳	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	40-49歳	3	100.0	3	100.0	0	0.0
	50-59歳	3	100.0	1	33.3	2	66.7
	60-69歳	11	100.0	7	63.6	4	36.4
	70歳以上	21	100.0	18	85.7	3	14.3
	合計	24	100.0	24	100.0	0	0.0

表10-4 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	37	100.0	21	56.8	16	43.2	
総数	20-29歳	2	100.0	1	50.0	1	50.0
	30-39歳	5	100.0	3	60.0	2	40.0
	40-49歳	2	100.0	0	0.0	2	100.0
	50-59歳	8	100.0	5	62.5	3	37.5
	60-69歳	9	100.0	6	66.7	3	33.3
	70歳以上	11	100.0	6	54.5	5	45.5
	合計	17	100.0	8	47.1	9	52.9
男性	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	4	100.0	2	50.0	2	50.0
	60-69歳	3	100.0	1	33.3	2	66.7
	70歳以上	7	100.0	4	57.1	3	42.9
	合計	20	100.0	13	65.0	7	35.0
女性	20-29歳	1	100.0	1	100.0	0	0.0
	30-39歳	4	100.0	2	50.0	2	50.0
	40-49歳	1	100.0	0	0.0	1	100.0
	50-59歳	4	100.0	3	75.0	1	25.0
	60-69歳	6	100.0	5	83.3	1	16.7
	70歳以上	4	100.0	2	50.0	2	50.0
	合計	17	100.0	12	70.6	5	29.4

問5-(3) 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5-(2)で糖尿病治療を「受けている」と回答した者を対象とした)

問5-(4) 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5-(1)で医療機関や健診で糖尿病と言われたことが「あり」と回答した者のうち、問5-(2)で糖尿病の治療を「受けていない」と回答した者を対象とした)

### 3. 食習慣に関すること

表11-1 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)			
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	40-74歳 人数	%	75歳以上 人数	%
合計	1321	100.0	149	100.0	187	100.0	169	100.0	205	100.0	207	100.0	404	100.0	697	100.0	288	100.0
大変よい食生活だと思う	59	4.5	8	5.4	7	3.7	4	2.4	14	6.8	10	4.8	16	4.0	29	4.2	15	5.2
総計 だいたいよい食生活だと思う	828	62.7	87	58.4	115	61.5	95	56.2	104	50.7	130	62.8	297	73.5	415	59.5	211	73.3
問題のある食生活だと思う	301	22.8	40	26.8	52	27.8	53	31.4	56	27.3	50	24.2	50	12.4	179	25.7	30	10.4
わからない	133	10.1	14	9.4	13	7.0	17	10.1	31	15.1	17	8.2	41	10.1	74	10.6	32	11.1
合計	601	100.0	63	100.0	80	100.0	76	100.0	87	100.0	95	100.0	200	100.0	311	100.0	147	100.0
52 男性 大変よい食生活だと思う	41	6.8	7	11.1	6	7.5	3	3.9	9	10.3	4	4.2	12	6.0	17	5.5	11	7.5
男性 だいたいよい食生活だと思う	373	62.1	35	55.6	45	56.3	43	56.6	40	46.0	65	68.4	145	72.5	186	59.8	107	72.8
問題のある食生活だと思う	132	22.0	17	27.0	22	27.5	23	30.3	22	25.3	21	22.1	27	13.5	76	24.4	17	11.6
わからない	55	9.2	4	6.3	7	8.8	7	9.2	16	18.4	5	5.3	16	8.0	32	10.3	12	8.2
合計	720	100.0	86	100.0	107	100.0	93	100.0	118	100.0	112	100.0	204	100.0	386	100.0	141	100.0
女性 大変よい食生活だと思う	18	2.5	1	1.2	1	0.9	1	1.1	5	4.2	6	5.4	4	2.0	12	3.1	4	2.8
女性 だいたいよい食生活だと思う	455	63.2	52	60.5	70	65.4	52	55.9	64	54.2	65	58.0	152	74.5	229	59.3	104	73.8
問題のある食生活だと思う	169	23.5	23	26.7	30	28.0	30	32.3	34	28.8	29	25.9	23	11.3	103	26.7	13	9.2
わからない	78	10.8	10	11.6	6	5.6	10	10.8	15	12.7	12	10.7	25	12.3	42	10.9	20	14.2

問6- (1) 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11-2 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)			
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	40-74歳 人数 %	75歳以上 人数 %		
総数	887	100.0	95	100.0	122	100.0	99	100.0	118	100.0	140	100.0	313	100.0	444	100.0	226	100.0
主食、主菜、副菜をそろえて食べるように心がけている	542	61.1	44	46.3	76	62.3	62	62.6	70	59.3	83	59.3	207	66.1	276	62.2	146	64.6
腹八分目を心がけている	326	36.8	23	24.2	45	36.9	24	24.2	37	31.4	55	39.3	142	45.4	154	34.7	104	46.0
野菜を多く食べるように心がけている	538	60.7	43	45.3	69	56.6	60	60.6	78	66.1	90	64.3	198	63.3	290	65.3	136	60.2
薄味を心がけている	344	38.8	11	11.6	40	32.8	29	29.3	34	28.8	57	40.7	173	55.3	175	39.4	118	52.2
食事時間が規則的である	505	56.9	43	45.3	60	49.2	45	45.5	61	51.7	80	57.1	216	69.0	239	53.8	163	72.1
適正な体重を保っている	324	36.5	31	32.6	47	38.5	31	31.3	32	27.1	47	33.6	136	43.5	145	32.7	101	44.7
その他	36	4.1	3	3.2	8	6.6	3	3.0	8	6.8	6	4.3	8	2.6	20	4.5	5	2.2
総数	414	100.0	42	100.0	51	100.0	46	100.0	49	100.0	69	100.0	157	100.0	203	100.0	118	100.0
主食、主菜、副菜をそろえて食べるように心がけている	235	56.8	22	64.7	33	50.0	23	59.2	29	49.3	34	59.9	94	66.7	112	55.2	68	57.6
腹八分目を心がけている	155	37.4	8	35.3	18	26.1	12	24.5	12	40.6	28	49.0	77	46.3	70	34.5	59	50.0
野菜を多く食べるように心がけている	233	56.3	16	43.1	22	60.9	28	59.2	29	60.9	42	61.1	96	54.6	126	62.1	69	58.5
薄味を心がけている	134	32.4	3	31.4	16	23.9	11	20.4	10	31.9	22	45.9	72	38.9	65	32.0	50	42.4
食事時間が規則的である	233	56.3	14	37.3	19	41.3	19	46.9	23	59.4	41	74.5	117	64.8	110	54.2	90	76.3
適正な体重を保っている	168	40.6	13	47.1	24	34.8	16	24.5	12	36.2	25	49.7	78	40.7	71	35.0	60	50.8
その他	13	3.1	1	7.8	4	2.2	1	4.1	2	4.3	3	1.3	2	1.9	6	3.0	2	1.7
総数	473	100.0	53	100.0	71	100.0	53	100.0	69	100.0	71	100.0	156	100.0	241	100.0	108	100.0
主食、主菜、副菜をそろえて食べるように心がけている	307	64.9	22	41.5	43	60.6	39	73.6	41	59.4	49	69.0	113	72.4	164	68.0	78	72.2
腹八分目を心がけている	171	36.2	15	28.3	27	38.0	12	22.6	25	36.2	27	38.0	65	41.7	84	34.9	45	41.7
野菜を多く食べるように心がけている	305	64.5	27	50.9	47	66.2	32	60.4	49	71.0	48	67.6	102	65.4	164	68.0	67	62.0
薄味を心がけている	210	44.4	8	15.1	24	33.8	18	34.0	24	34.8	35	49.3	101	64.7	110	45.6	68	63.0
食事時間が規則的である	272	57.5	29	54.7	41	57.7	26	49.1	38	55.1	39	54.9	99	63.5	129	53.5	73	67.6
適正な体重を保っている	156	33.0	18	34.0	23	32.4	15	28.3	20	29.0	22	31.0	58	37.2	74	30.7	41	38.0
その他	23	4.9	2	3.8	4	5.6	2	3.8	6	8.7	3	4.2	6	3.8	14	5.8	3	2.8

53

問6-(2) (問6-(1)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11-3 自身の食生活 ー自身の食生活が問題ある食生活だと思ふ理由ー

	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	%		
<b>総計</b>	<b>301</b>	<b>100.0</b>	<b>40</b>	<b>100.0</b>	<b>52</b>	<b>100.0</b>	<b>53</b>	<b>100.0</b>	<b>56</b>	<b>100.0</b>	<b>50</b>	<b>100.0</b>	<b>50</b>	<b>100.0</b>	<b>179</b>	<b>100.0</b>	<b>30</b>	<b>100.0</b>
主食、主菜、副菜がほとんどそろっていない(単品が多い)	116	38.5	15	37.5	24	46.2	18	34.0	22	39.3	18	36.0	19	38.0	65	36.3	12	40.0
いつもお腹いっぱい食べてしまう	103	34.2	15	37.5	26	50.0	20	37.7	18	32.1	12	24.0	12	24.0	59	33.0	3	10.0
野菜を食べる量が少ない	189	62.8	28	70.0	28	53.8	32	60.4	38	67.9	29	58.0	34	68.0	112	62.6	21	70.0
濃い味つけを好んで食べてしまう	108	35.9	11	27.5	22	42.3	25	47.2	16	28.6	15	30.0	19	38.0	67	37.4	8	26.7
食事時間が不規則である	118	39.2	22	55.0	22	42.3	24	45.3	26	46.4	15	30.0	9	18.0	69	38.5	5	16.7
適正な体重を維持できない	100	33.2	11	27.5	32	61.5	22	41.5	17	30.4	10	20.0	8	16.0	55	30.7	2	6.7
市販弁当、コンビニをよく使用する	76	25.2	15	37.5	19	36.5	13	24.5	10	17.9	9	18.0	10	20.0	38	21.2	4	13.3
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	102	33.9	14	35.0	28	53.8	14	26.4	16	28.6	15	30.0	15	30.0	53	29.6	7	23.3
買い物へ行く暇がない	17	5.6	4	10.0	6	11.5	1	1.9	1	1.8	1	2.0	4	8.0	5	2.8	2	6.7
その他	28	9.3	4	10.0	3	5.8	8	15.1	4	7.1	5	10.0	4	8.0	18	10.1	3	10.0
<b>総計</b>	<b>132</b>	<b>100.0</b>	<b>17</b>	<b>100.0</b>	<b>22</b>	<b>100.0</b>	<b>23</b>	<b>100.0</b>	<b>22</b>	<b>100.0</b>	<b>21</b>	<b>100.0</b>	<b>27</b>	<b>100.0</b>	<b>76</b>	<b>100.0</b>	<b>17</b>	<b>100.0</b>
主食、主菜、副菜がほとんどそろっていない(単品が多い)	47	35.6	4	23.5	9	40.9	7	30.4	7	31.8	7	33.3	13	48.1	26	34.2	8	47.1
いつもお腹いっぱい食べてしまう	48	36.4	8	47.1	14	63.6	11	47.8	8	36.4	2	9.5	5	18.5	24	31.6	2	11.8
野菜を食べる量が少ない	84	63.6	10	58.8	9	40.9	16	69.6	14	63.6	13	61.9	22	81.5	51	67.1	14	82.4
濃い味つけを好んで食べてしまう	70	53.0	6	35.3	13	59.1	16	69.6	9	40.9	11	52.4	15	55.6	45	59.2	6	35.3
食事時間が不規則である	56	42.4	12	70.6	11	50.0	11	47.8	10	45.5	5	23.8	7	25.9	30	39.5	3	17.6
適正な体重を維持できない	41	31.1	4	23.5	16	72.7	9	39.1	8	36.4	2	9.5	2	7.4	21	27.6	0	0.0
市販弁当、コンビニをよく使用する	40	30.3	8	47.1	6	27.3	7	30.4	4	18.2	7	33.3	8	29.6	22	28.9	4	23.5
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	41	31.1	7	41.2	8	36.4	7	30.4	4	18.2	7	33.3	8	29.6	22	28.9	4	23.5
買い物へ行く暇がない	8	6.1	2	11.8	4	18.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	7.4	2	2.6	0	0.0
その他	3	2.3	0	0.0	1	4.5	1	4.3	0	0.0	1	4.8	0	0.0	2	2.6	0	0.0
<b>総計</b>	<b>169</b>	<b>100.0</b>	<b>23</b>	<b>100.0</b>	<b>30</b>	<b>100.0</b>	<b>30</b>	<b>100.0</b>	<b>34</b>	<b>100.0</b>	<b>29</b>	<b>100.0</b>	<b>23</b>	<b>100.0</b>	<b>103</b>	<b>100.0</b>	<b>13</b>	<b>100.0</b>
主食、主菜、副菜がほとんどそろっていない(単品が多い)	69	40.8	11	47.8	15	50.0	11	36.7	15	44.1	11	37.9	6	26.1	39	37.9	4	30.8
いつもお腹いっぱい食べてしまう	55	32.5	7	30.4	12	40.0	9	30.0	10	29.4	10	34.5	7	30.4	35	34.0	1	7.7
野菜を食べる量が少ない	105	62.1	18	78.3	19	63.3	16	53.3	24	70.6	16	55.2	12	52.2	61	59.2	7	53.8
濃い味つけを好んで食べてしまう	38	22.5	5	21.7	9	30.0	9	30.0	7	20.6	4	13.8	4	17.4	22	21.4	2	15.4
食事時間が不規則である	62	36.7	10	43.5	11	36.7	13	43.3	16	47.1	10	34.5	2	8.7	39	37.9	2	15.4
適正な体重を維持できない	59	34.9	7	30.4	16	53.3	13	43.3	9	26.5	8	27.6	6	26.1	34	33.0	2	15.4
市販弁当、コンビニをよく使用する	36	21.3	7	30.4	13	43.3	6	20.0	6	17.6	2	6.9	2	8.7	16	15.5	0	0.0
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	61	36.1	7	30.4	20	66.7	7	23.3	12	35.3	8	27.6	7	30.4	31	30.1	3	23.1
買い物へ行く暇がない	9	5.3	2	8.7	2	6.7	1	3.3	1	2.9	1	3.4	2	8.7	3	2.9	2	15.4
その他	25	14.8	4	17.4	2	6.7	7	23.3	4	11.8	4	13.8	4	17.4	16	15.5	3	23.1

問6-(3) (問6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11-4 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		(再掲)				
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%			
合計	294	100.0	37	100.0	52	100.0	52	100.0	56	100.0	49	100.0	48	100.0	177	100.0	28	100.0	
総計	改善したい	218	74.1	31	83.8	44	84.6	43	82.7	43	76.8	28	57.1	29	60.4	127	71.8	16	57.1
	今のままでよい	39	13.3	5	13.5	2	3.8	6	11.5	3	5.4	11	22.4	12	25.0	26	14.7	6	21.4
	わからない	37	12.6	1	2.7	6	11.5	3	5.8	10	17.9	10	20.4	7	14.6	24	13.6	6	21.4
合計	129	100.0	16	100.0	22	100.0	22	100.0	22	100.0	21	100.0	26	100.0	75	100.0	16	100.0	
男性	改善したい	96	74.4	13	81.3	21	95.5	19	86.4	17	77.3	11	52.4	15	57.7	53	70.7	9	56.3
	今のままでよい	21	16.3	2	12.5	1	4.5	3	13.6	1	4.5	7	33.3	7	26.9	15	20.0	3	18.8
	わからない	12	9.3	1	6.3	0	0.0	0	0.0	4	18.2	3	14.3	4	15.4	7	9.3	4	25.0
合計	165	100.0	21	100.0	30	100.0	30	100.0	34	100.0	28	100.0	22	100.0	102	100.0	12	100.0	
女性	改善したい	122	73.9	18	85.7	23	76.7	24	80.0	26	76.5	17	60.7	14	63.6	74	72.5	7	0.6
	今のままでよい	18	10.9	3	14.3	1	3.3	3	10.0	2	5.9	4	14.3	5	22.7	11	10.8	3	0.3
	わからない	25	15.2	0	0.0	6	20.0	3	10.0	6	17.6	7	25.0	3	13.6	17	16.7	2	0.2

問6- (4) (問6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12 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		(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	%	
合計	1325	100.0	149	100.0	190	100.0	168	100.0	206	100.0	207	100.0	405	100.0	700	100.0	286	100.0	
総計	いつも参考をしている	105	7.9	15	10.1	13	6.8	11	6.5	21	10.2	18	8.7	27	6.7	58	8.3	19	6.6
	時々参考をしている	422	31.8	43	28.9	75	39.5	54	32.1	62	30.1	72	34.8	116	28.6	228	32.6	76	26.6
	あまり参考にしていない	528	39.8	53	35.6	64	33.7	65	38.7	78	37.9	82	39.6	186	45.9	274	39.1	137	47.9
	参考にしない	270	20.4	38	25.5	38	20.0	38	22.6	45	21.8	35	16.9	76	18.8	140	20.0	54	18.9
合計	602	100.0	63	100.0	81	100.0	75	100.0	86	100.0	96	100.0	201	100.0	387	100.0	145	100.0	
男性	いつも参考をしている	40	6.6	5	7.9	6	7.4	3	4.0	6	7.0	7	7.3	13	6.5	37	9.6	8	5.5
	時々参考をしている	135	22.4	17	27.0	27	33.3	16	21.3	18	20.9	22	22.9	35	17.4	161	41.6	24	16.6
	あまり参考にしていない	266	44.2	24	38.1	23	28.4	30	40.0	35	40.7	44	45.8	110	54.7	138	35.7	83	57.2
	参考にしない	161	26.7	17	27.0	25	30.9	26	34.7	27	31.4	23	24.0	43	21.4	51	13.2	30	20.7
合計	723	100.0	86	100.0	109	100.0	93	100.0	120	100.0	111	100.0	204	100.0	313	100.0	141	100.0	
女性	いつも参考をしている	65	9.0	10	11.6	7	6.4	8	8.6	15	12.5	11	9.9	14	6.9	21	6.7	11	7.8
	時々参考をしている	287	39.7	26	30.2	48	44.0	38	40.9	44	36.7	50	45.0	81	39.7	67	21.4	52	36.9
	あまり参考にしていない	262	36.2	29	33.7	41	37.6	35	37.6	43	35.8	38	34.2	76	37.3	136	43.5	54	38.3
	参考にしない	109	15.1	21	24.4	13	11.9	12	12.9	18	15.0	12	10.8	33	16.2	89	28.4	24	17.0

問7 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13 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)		75歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
合計	1331	100.0	149	100.0	190	100.0	169	100.0	208	100.0	207	100.0	408	100.0	702	100.0	296	100.0	
総計	毎日2回以上	7	0.5	2	1.3	1	0.5	0	0.0	3	1.4	0	0.0	1	0.2	4	0.6	0	0.0
	毎日1回	14	1.1	1	0.7	3	1.6	0	0.0	3	1.4	5	2.4	2	0.5	9	1.3	1	0.3
	週に4～6回	25	1.9	8	5.4	4	2.1	3	1.8	3	1.4	2	1.0	5	1.2	10	1.4	3	1.0
	週に2～3回	93	7.0	22	14.8	19	10.0	20	11.8	14	6.7	7	3.4	11	2.7	45	6.4	7	2.4
	週に1回	220	16.5	41	27.5	51	26.8	32	18.9	27	13.0	23	11.1	46	11.3	96	13.7	32	11.0
	週1回未満	564	42.4	64	43.0	82	43.2	86	50.9	105	50.5	98	47.3	129	31.6	342	48.7	76	26.2
	全く利用しない	408	30.7	11	7.4	30	15.8	28	16.6	53	25.5	72	34.8	214	52.5	196	27.9	171	59.0
合計	607	100.0	63	100.0	81	100.0	76	100.0	88	100.0	96	100.0	203	100.0	316	100.0	147	100.0	
57 男性	毎日2回以上	3	0.5	1	1.6	1	1.2		0.0		0.0		0.0	1	0.5	1	0.3	0	0.0
	毎日1回	7	1.2	1	1.6	3	3.7		0.0	1	1.1	1	1.0	1	0.5	3	0.9	0	0.0
	週に4～6回	13	2.1	3	4.8	3	3.7	2	2.6	2	2.3		0.0	3	1.5	5	1.6	2	1.4
	週に2～3回	52	8.6	13	20.6	7	8.6	13	17.1	7	8.0	5	5.2	7	3.4	28	8.9	4	2.7
	週に1回	94	15.5	17	27.0	19	23.5	14	18.4	10	11.4	13	13.5	21	10.3	40	12.7	18	12.2
	週1回未満	250	41.2	23	36.5	36	44.4	37	48.7	47	53.4	44	45.8	63	31.0	152	48.1	39	26.5
	全く利用しない	188	31.0	5	7.9	12	14.8	10	13.2	21	23.9	33	34.4	107	52.7	87	27.5	84	57.1
合計	724	100.0	86	100.0	109	100.0	93	100.0	120	100.0	111	100.0	205	100.0	386	100.0	143	100.0	
女性	毎日2回以上	4	0.6	1	1.2	0	0.0	0	0.0	3	2.5	0	0.0	0	0.0	3	0.8	0	0.0
	毎日1回	7	1.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	1.7	4	3.6	1	0.5	6	1.6	1	0.7
	週に4～6回	12	1.7	5	5.8	1	0.9	1	1.1	1	0.8	2	1.8	2	1.0	5	1.3	1	0.7
	週に2～3回	41	5.7	9	10.5	12	11.0	7	7.5	7	5.8	2	1.8	4	2.0	17	4.4	3	2.1
	週に1回	126	17.4	24	27.9	32	29.4	18	19.4	17	14.2	10	9.0	25	12.2	56	14.5	14	9.8
	週1回未満	314	43.4	41	47.7	46	42.2	49	52.7	58	48.3	54	48.6	66	32.2	190	49.2	37	25.9
	全く利用しない	220	30.4	6	7.0	18	16.5	18	19.4	32	26.7	39	35.1	107	52.2	109	28.2	87	60.8

問8 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14 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		(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	%	
合計	1338	100.0	149	100.0	190	100.0	168	100.0	208	100.0	209	100.0	414	100.0	705	100.0	294	100.0	
総計	毎日2回以上	9	0.7	2	1.3	0	0.0	0	0.0	1	0.5	3	1.4	3	0.7	5	0.0	2	0.7
	毎日1回	27	2.0	5	3.4	3	1.6	3	1.8	2	1.0	5	2.4	9	2.2	12	0.0	7	2.4
	週に4～6回	71	5.3	11	7.4	16	8.4	7	4.2	12	5.8	14	6.7	11	2.7	35	0.0	9	3.1
	週に2～3回	200	14.9	37	24.8	28	14.7	32	19.0	32	15.4	24	11.5	47	11.4	103	0.1	32	10.9
	週に1回	281	21.0	33	22.1	56	29.5	42	25.0	46	22.1	34	16.3	70	16.9	143	0.2	49	16.7
	週1回未満	470	35.1	44	29.5	66	34.7	67	39.9	77	37.0	81	38.8	135	32.6	274	0.4	86	29.3
	全く利用しない	280	20.9	17	11.4	21	11.1	17	10.1	38	18.3	48	23.0	139	33.6	133	0.2	109	37.1
合計	608	100.0	63	100.0	81	100.0	75	100.0	88	100.0	96	100.0	205	100.0	315	100.0	149	100.0	
58 男性	毎日2回以上	4	0.7		0.0		0.0		0.0	1	1.1	2	2.1	1	0.5	4	1.3	0	0.0
	毎日1回	18	3.0	4	6.3	2	2.5	2	2.7	2	2.3	3	3.1	5	2.4	9	2.9	3	2.0
	週に4～6回	41	6.7	4	6.3	7	8.6	5	6.7	5	5.7	11	11.5	9	4.4	22	7.0	8	5.4
	週に2～3回	93	15.3	18	28.6	11	13.6	17	22.7	14	15.9	9	9.4	24	11.7	47	14.9	17	11.4
	週に1回	121	19.9	17	27.0	23	28.4	18	24.0	18	20.5	13	13.5	32	15.6	57	18.1	24	16.1
	週1回未満	190	31.3	12	19.0	26	32.1	26	34.7	29	33.0	36	37.5	61	29.8	112	35.6	40	26.8
	全く利用しない	141	23.2	8	12.7	12	14.8	7	9.3	19	21.6	22	22.9	73	35.6	64	20.3	57	38.3
合計	730	100.0	86	100.0	109	100.0	93	100.0	120	100.0	113	100.0	209	100.0	390	100.0	145	100.0	
女性	毎日2回以上	5	0.4	2	0.0		1.2		0.0		0.7	1	0.0	2	0.7	1	0.0	2	1.4
	毎日1回	9	1.6	1	1.4	1	1.2	1	3.2		1.4	2	1.4	4	1.3	3	0.0	4	2.8
	週に4～6回	30	2.9	7	4.3	9	5.9	2	0.0	7	4.3	3	2.8	2	1.3	13	0.0	1	0.7
	週に2～3回	107	16.2	19	18.6	17	12.9	15	17.9	18	19.9	15	15.5	23	13.2	56	0.1	15	10.3
	週に1回	160	22.1	16	27.1	33	25.9	24	25.3	28	17.7	21	21.1	38	20.5	86	0.2	25	17.2
	週1回未満	280	35.8	32	31.4	40	37.6	41	40.0	48	40.4	45	36.6	74	29.1	162	0.4	46	31.7
	全く利用しない	139	20.9	9	17.1	9	15.3	10	13.7	19	15.6	26	22.5	66	33.8	69	0.2	52	35.9

問9 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15 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		(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	%	
合計	1351	100.0	149	100.0	191	100.0	169	100.0	209	100.0	210	100.0	423	100.0	709	100.0	302	100.0	
総計	品数が多い	437	32.3	34	22.8	52	27.2	47	27.8	68	32.5	69	32.9	167	39.5	243	34.3	108	35.8
	値段が安い	683	50.6	100	67.1	115	60.2	112	66.3	127	60.8	98	46.7	131	31.0	378	53.3	90	29.8
	肉又は魚がたくさん入っている	335	24.8	42	28.2	58	30.4	39	23.1	43	20.6	50	23.8	103	24.3	166	23.4	69	22.8
	野菜がたくさん入っている	374	27.7	28	18.8	47	24.6	46	27.2	58	27.8	59	28.1	136	32.2	205	28.9	94	31.1
	無回答	109	8.1	3	2.0	11	5.8	2	1.2	8	3.8	16	7.6	69	16.3	40	5.6	55	18.2
合計	616	100.0	63	100.0	81	100.0	76	100.0	88	100.0	97	100.0	211	100.0	318	100.0	154	100.0	
59 男性	品数が多い	175	28.4	16	25.4	17	21.0	19	25.0	24	27.3	27	27.8	72	34.1	92	28.9	50	32.5
	値段が安い	310	50.3	43	68.3	49	60.5	48	63.2	53	60.2	41	42.3	76	36.0	163	51.3	55	35.7
	肉又は魚がたくさん入っている	186	30.2	18	28.6	23	28.4	24	31.6	23	26.1	28	28.9	70	33.2	95	29.9	50	32.5
	野菜がたくさん入っている	131	21.3	9	14.3	14	17.3	16	21.1	15	17.0	17	17.5	60	28.4	63	19.8	45	29.2
	無回答	55	8.9	0	0.0	3	3.7	1	1.3	4	4.5	9	9.3	38	18.0	22	6.9	30	19.5
合計	735	100.0	86	100.0	110	100.0	93	100.0	121	100.0	113	100.0	212	100.0	391	100.0	148	100.0	
女性	品数が多い	262	35.6	18	20.9	35	31.8	28	30.1	44	36.4	42	37.2	95	44.8	151	38.6	58	39.2
	値段が安い	373	50.7	57	66.3	66	60.0	64	68.8	74	61.2	57	50.4	55	25.9	215	55.0	35	23.6
	肉又は魚がたくさん入っている	149	20.3	24	27.9	35	31.8	15	16.1	20	16.5	22	19.5	33	15.6	71	18.2	19	12.8
	野菜がたくさん入っている	243	33.1	19	22.1	33	30.0	30	32.3	43	35.5	42	37.2	76	35.8	142	36.3	49	33.1
	無回答	54	7.3	3	3.5	8	7.3	1	1.1	4	3.3	7	6.2	31	14.6	18	4.6	25	16.9

問10 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16 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		(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	%	
合計	1314	100.0	148	100.0	187	100.0	167	100.0	207	100.0	205	100.0	400	100.0	695	100.0	284	100.0	
総計	午後7時前	655	49.8	42	28.4	78	41.7	51	30.5	73	35.3	111	54.1	300	75.0	312	44.9	223	78.5
	午後7時台	412	31.4	54	36.5	64	34.2	75	44.9	78	37.7	66	32.2	75	18.8	247	35.5	47	16.5
	午後8時台	158	12.0	35	23.6	27	14.4	23	13.8	36	17.4	20	9.8	17	4.3	87	12.5	9	3.2
	午後9時台	47	3.6	7	4.7	8	4.3	11	6.6	16	7.7	5	2.4	0	0.0	32	4.6	0	0.0
	午後10時台	24	1.8	5	3.4	6	3.2	6	3.6	0	0.0	1	0.5	6	1.5	8	1.2	5	1.8
	午後11時以降	11	0.8	3	2.0	4	2.1	1	0.6	1	0.5	1	0.5	1	0.3	4	0.6	0	0.0
	食べない	7	0.5	2	1.4	0	0.0	0	0.0	3	1.4	1	0.5	1	0.3	5	0.7	0	0.0
合計	594	100.0	63	100.0	80	100.0	74	100.0	88	100.0	92	100.0	197	100.0	309	100.0	142	100.0	
69 男性	午後7時前	293	49.3	15	23.8	25	31.3	20	27.0	34	38.6	48	52.2	151	76.6	136	44.0	117	82.4
	午後7時台	177	29.8	21	33.3	30	37.5	32	43.2	27	30.7	32	34.8	35	17.8	108	35.0	18	12.7
	午後8時台	73	12.3	16	25.4	12	15.0	14	18.9	15	17.0	10	10.9	6	3.0	42	13.6	3	2.1
	午後9時台	29	4.9	5	7.9	6	7.5	4	5.4	12	13.6	2	2.2	0	0.0	18	5.8	0	0.0
	午後10時台	17	2.9	4	6.3	5	6.3	4	5.4	0	0.0	0	0.0	4	2.0	4	1.3	4	2.8
	午後11時以降	3	0.5	1	1.6	2	2.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	食べない	2	0.3	1	1.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.5	1	0.3	0	0.0
合計	720	100.0	85	100.0	107	100.0	93	100.0	119	100.0	113	100.0	203	100.0	386	100.0	142	100.0	
女性	午後7時前	362	50.3	27	31.8	53	49.5	31	33.3	39	32.8	63	55.8	149	73.4	176	45.6	106	74.6
	午後7時台	235	32.6	33	38.8	34	31.8	43	46.2	51	42.9	34	30.1	40	19.7	139	36.0	29	20.4
	午後8時台	85	11.8	19	22.4	15	14.0	9	9.7	21	17.6	10	8.8	11	5.4	45	11.7	6	4.2
	午後9時台	18	2.5	2	2.4	2	1.9	7	7.5	4	3.4	3	2.7	0	0.0	14	3.6	0	0.0
	午後10時台	7	1.0	1	1.2	1	0.9	2	2.2	0	0.0	1	0.9	2	1.0	4	1.0	1	0.7
	午後11時以降	8	1.1	2	2.4	2	1.9	1	1.1	1	0.8	1	0.9	1	0.5	4	1.0	0	0.0
	食べない	5	0.7	1	1.2	0	0.0	0	0.0	3	2.5	1	0.9	0	0.0	4	1.0	0	0.0

問11 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17-1 災害時の食事の備え 一災害時に備えた非常用食材の用意一

		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	1322	100.0	148	100.0	187	100.0	167	100.0	208	100.0	206	100.0	406	100.0	698	100.0	289	100.0
	あり	477	36.1	35	23.6	73	39.0	61	36.5	86	41.3	86	41.7	136	33.5	278	39.8	91	31.5
	なし	845	63.9	113	76.4	114	61.0	106	63.5	122	58.7	120	58.3	270	66.5	420	60.2	198	68.5
男性	合計	601	100.0	63	100.0	80	100.0	75	100.0	88	100.0	93	100.0	202	100.0	311	100.0	147	100.0
	あり	175	29.1	14	22.2	27	33.8	20	26.7	25	28.4	32	34.4	57	28.2	93	29.9	41	27.9
	なし	426	70.9	49	77.8	53	66.3	55	73.3	63	71.6	61	65.6	145	71.8	218	70.1	106	72.1
女性	合計	721	100.0	85	100.0	107	100.0	92	100.0	120	100.0	113	100.0	204	100.0	387	100.0	142	100.0
	あり	302	41.9	21	24.7	46	43.0	41	44.6	61	50.8	54	47.8	79	38.7	185	47.8	50	35.2
	なし	419	58.1	64	75.3	61	57.0	51	55.4	59	49.2	59	52.2	125	61.3	202	52.2	92	64.8

問12- (1) 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○印をつけてください。

表17-2 災害時の食事の備え 一災害食の種類一

		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	477	100.0	35	100.0	73	100.0	61	100.0	86	100.0	86	100.0	136	100.0	278	100.0	91	100.0
	主食	328	68.8	26	74.3	53	72.6	44	72.1	53	61.6	52	60.5	100	73.5	183	65.8	66	72.5
	副食	259	54.3	19	54.3	32	43.8	27	44.3	52	60.5	53	61.6	76	55.9	154	55.4	54	59.3
	飲料	413	86.6	25	71.4	67	91.8	55	90.2	77	89.5	72	83.7	117	86.0	243	87.4	78	85.7
男性	合計	175	100.0	14	100.0	27	100.0	20	100.0	25	100.0	32	100.0	57	100.0	93	100.0	41	100.0
	主食	124	70.9	10	71.4	21	77.8	15	75.0	16	64.0	17	53.1	45	78.9	61	32.0	4	78.0
	副食	96	54.9	8	57.1	13	48.1	7	35.0	15	60.0	19	59.4	34	59.6	46	29.0	5	70.7
	飲料	142	81.1	12	85.7	24	88.9	16	80.0	19	76.0	23	71.9	48	84.2	70	36.0	8	87.8
女性	合計	302	100.0	21	100.0	46	100.0	41	100.0	61	100.0	54	100.0	79	100.0	185	100.0	50	100.0
	主食	204	67.5	16	76.2	32	69.6	29	70.7	37	60.7	35	64.8	55	69.6	122	65.9	34	68.0
	副食	163	54.0	11	52.4	19	41.3	20	48.8	37	60.7	34	63.0	42	53.2	108	58.4	25	50.0
	飲料	271	89.7	13	61.9	43	93.5	39	95.1	58	95.1	49	90.7	69	87.3	173	93.5	42	84.0

問12- (2) 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、缶詰パン・乾パン 等) 回答「2」：副食(肉・魚・野菜の缶詰、レトルト食品 等) 回答「3」：飲料(水・お茶 等)

表18-1 長崎県健康づくり応援の店 一認知度一

	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	1318	100.0	148	100.0	187	100.0	167	100.0	207	100.0	205	100.0	404	100.0	695	100.0	288	100.0
	知っている	44	3.3	5	3.4	8	4.3	6	3.6	8	3.9	8	3.9	9	2.2	27	3.9	4	1.4
	知らない	1274	96.7	143	96.6	179	95.7	161	96.4	199	96.1	197	96.1	395	97.8	668	96.1	284	98.6
男性	合計	599	100.0	63	100.0	80	100.0	74	100.0	88	100.0	93	100.0	201	100.0	310	100.0	146	100.0
	知っている	18	3.0	3	4.8	4	5.0	3	4.1	3	3.4	4	4.3	1	0.5	11	3.5	0	0.0
	知らない	581	97.0	60	95.2	76	95.0	71	95.9	85	96.6	89	95.7	200	99.5	299	96.5	146	100.0
女性	合計	719	100.0	85	100.0	107	100.0	93	100.0	119	100.0	112	100.0	203	100.0	385	100.0	142	100.0
	知っている	26	3.6	2	2.4	4	3.7	3	3.2	5	4.2	4	3.6	8	3.9	16	4.2	4	2.8
	知らない	693	96.4	83	97.6	103	96.3	90	96.8	114	95.8	108	96.4	195	96.1	369	95.8	138	97.2

問13- (1) 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18-2 長崎県健康づくり応援の店 一利用状況一

	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	44	100.0	5	100.0	8	100.0	6	100.0	8	100.0	8	100.0	9	100.0	27	100.0	4	100.0
	利用したことがある	10	22.7	1	20.0	4	50.0	1	16.7	0	0.0	2	25.0	2	22.2	4	14.8	1	25.0
	登録店を知っているが利用したことがない	20	45.5	2	40.0	1	12.5	3	50.0	4	50.0	5	62.5	5	55.6	15	55.6	2	50.0
	登録店を知らないし利用したことがない	13	29.5	2	40.0	3	37.5	2	33.3	3	37.5	1	12.5	2	22.2	7	25.9	1	25.0
	無回答	1	2.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	12.5	0	0.0	0	0.0	1	3.7	0	0.0
男性	合計	18	100.0	3	100.0	4	100.0	3	100.0	3	100.0	4	100.0	1	100.0	11	100.0	0	100.0
	利用したことがある	3	16.7	0	0.0	2	50.0	0	0.0	0	0.0	1	25.0	0	0.0	1	9.1	0	0.0
	登録店を知っているが利用したことがない	11	61.1	2	66.7	1	25.0	3	100.0	2	66.7	2	50.0	1	100.0	8	72.7	0	0.0
	登録店を知らないし利用したことがない	4	22.2	1	33.3	1	25.0	0	0.0	1	33.3	1	25.0	0	0.0	2	18.2	0	0.0
	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
女性	合計	26	100.0	2	100.0	4	100.0	3	100.0	5	100.0	4	100.0	8	100.0	16	100.0	4	100.0
	利用したことがある	7	26.9	1	50.0	2	50.0	1	33.3	0	0.0	1	25.0	2	25.0	3	18.8	1	25.0
	登録店を知っているが利用したことがない	9	34.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	40.0	3	75.0	4	50.0	7	43.8	2	50.0
	登録店を知らないし利用したことがない	9	34.6	1	50.0	2	50.0	2	66.7	2	40.0	0	0.0	2	25.0	5	31.3	1	25.0
	無回答	1	3.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	20.0	0	0.0	0	0.0	1	6.3	0	0.0

問13- (2) 「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18-3 長崎県健康づくり応援の店 — 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—

	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	%			
合計	1268	100.0	146	100.0	186	100.0	167	100.0	207	100.0	201	100.0	361	100.0	685	100.0	251	100.0	
総計	大いになる	68	5.4	9	6.2	10	5.4	7	4.2	6	2.9	12	6.0	24	6.6	32	4.7	17	6.8
	どちらかといえばなる	311	24.5	32	21.9	45	24.2	40	24.0	54	26.1	54	26.9	86	23.8	175	25.5	59	23.5
	あまりならない	509	40.1	63	43.2	71	38.2	82	49.1	83	40.1	73	36.3	137	38.0	283	41.3	92	36.7
	ならない	380	30.0	42	28.8	60	32.3	38	22.8	64	30.9	62	30.8	114	31.6	195	28.5	83	33.1
合計	581	100.0	62	100.0	80	100.0	75	100.0	87	100.0	93	100.0	184	100.0	307	100.0	132	100.0	
男性	大いになる	21	3.6	1	1.6	6	7.5	1	1.3	2	2.3	2	2.2	9	4.9	9	2.9	5	3.8
	どちらかといえばなる	111	19.1	14	22.6	13	16.3	12	16.0	17	19.5	16	17.2	39	21.2	53	17.3	31	23.5
	あまりならない	235	40.4	22	35.5	31	38.8	40	53.3	35	40.2	36	38.7	71	38.6	132	43.0	50	37.9
	ならない	214	36.8	25	40.3	30	37.5	22	29.3	33	37.9	39	41.9	65	35.3	113	36.8	46	34.8
合計	687	100.0	84	100.0	106	100.0	92	100.0	120	100.0	108	100.0	177	100.0	378	100.0	119	100.0	
女性	大いになる	47	6.8	8	9.5	4	3.8	6	6.5	4	3.3	10	9.3	15	8.5	23	6.1	12	10.1
	どちらかといえばなる	200	29.1	18	21.4	32	30.2	28	30.4	37	30.8	38	35.2	47	26.6	122	32.3	28	23.5
	あまりならない	274	39.9	41	48.8	40	37.7	42	45.7	48	40.0	37	34.3	66	37.3	151	39.9	42	35.3
	ならない	166	24.2	17	20.2	30	28.3	16	17.4	31	25.8	23	21.3	49	27.7	82	21.7	37	31.1

問14 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。

表19 長崎県で設定した1日あたりの食塩摂取の目標量（8g）の認知度

	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	%	
合計	1316	100.0	148	100.0	187	100.0	168	100.0	207	100.0	205	100.0	401	100.0	697	100.0	284	100.0	
総計	知っていた	255	19.4	29	19.6	31	16.6	27	16.1	30	14.5	36	17.6	102	25.4	116	16.6	79	27.8
	知っていたが、8gであることを知らなかった	357	27.1	31	20.9	46	24.6	47	28.0	52	25.1	70	34.1	111	27.7	213	30.6	67	23.6
	目標があることを知らなかった	704	53.5	88	59.5	110	58.8	94	56.0	125	60.4	99	48.3	188	46.9	368	52.8	138	48.6
合計	596	100.0	63	100.0	80	100.0	75	100.0	87	100.0	93	100.0	198	100.0	310	100.0	143	100.0	
男性	知っていた	74	12.4	11	17.5	8	10.0	6	8.0	4	4.6	9	9.7	36	18.2	25	8.1	30	21.0
	知っていたが、8gであることを知らなかった	135	22.7	11	17.5	14	17.5	20	26.7	20	23.0	20	21.5	50	25.3	84	27.1	26	18.2
	目標があることを知らなかった	387	64.9	41	65.1	58	72.5	49	65.3	63	72.4	64	68.8	112	56.6	201	64.8	87	60.8
合計	720	100.0	85	100.0	107	100.0	93	100.0	120	100.0	112	100.0	203	100.0	387	100.0	141	100.0	
女性	知っていた	181	25.1	18	21.2	23	21.5	21	22.6	26	21.7	27	24.1	66	32.5	91	23.5	49	34.8
	知っていたが、8gであることを知らなかった	222	30.8	20	23.5	32	29.9	27	29.0	32	26.7	50	44.6	61	30.0	129	33.3	41	29.1
	目標があることを知らなかった	317	44.0	47	55.3	52	48.6	45	48.4	62	51.7	35	31.3	76	37.4	167	43.2	51	36.2

問15 長崎県で設定した1日あたりの食塩摂取の目標量（8g）があることを知っていましたか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。

表20 長崎県で設定した1日あたりの野菜摂取の目標量（350g）の認知度

	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		75歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
合計	1316	100.0	148	100.0	186	100.0	168	100.0	207	100.0	205	100.0	402	100.0	697	100.0	285	100.0	
総計	知っていた	274	20.8	23	15.5	35	18.8	27	16.1	34	16.4	51	24.9	104	25.9	147	21.1	69	24.2
	知っていたが、350gであることを知らなかった	311	23.6	31	20.9	45	24.2	41	24.4	50	24.2	55	26.8	89	22.1	169	24.2	66	23.2
	知らなかった	731	55.5	94	63.5	106	57.0	100	59.5	123	59.4	99	48.3	209	52.0	381	54.7	150	52.6
合計	596	100.0	63	100.0	79	100.0	75	100.0	87	100.0	93	100.0	199	100.0	310	100.0	144	100.0	
男性	知っていた	71	11.9	7	11.1	8	10.1	5	6.7	8	9.2	11	11.8	32	16.1	30	9.7	26	18.1
	知っていたが、350gであることを知らなかった	124	20.8	14	22.2	16	20.3	16	21.3	18	20.7	17	18.3	43	21.6	64	20.6	30	20.8
	知らなかった	401	67.3	42	66.7	55	69.6	54	72.0	61	70.1	65	69.9	124	62.3	216	69.7	88	61.1
合計	720	100.0	85	100.0	107	100.0	93	100.0	120	100.0	112	100.0	203	100.0	387	100.0	141	100.0	
女性	知っていた	203	28.2	16	18.8	27	25.2	22	23.7	26	21.7	40	35.7	72	35.5	117	30.2	43	30.5
	知っていたが、350gであることを知らなかった	187	26.0	17	20.0	29	27.1	25	26.9	32	26.7	38	33.9	46	22.7	105	27.1	36	25.5
	知らなかった	330	45.8	52	61.2	51	47.7	46	49.5	62	51.7	34	30.4	85	41.9	165	42.6	62	44.0

問16 長崎県で設定した1日あたりの野菜摂取の目標量（350g）があることを知っていましたか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。

