

# 第3部 健康・食生活意識調査

## (アンケート調査)





表63 家族や友人と食べる食事の楽しさ

区分	回答	15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		総数		40～74歳(再掲)		65～74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	(1)楽しい	43	75.4	64	71.9	138	81.2	124	68.1	138	58.7	176	65.4	157	58.4	840	66.1	495	63.1	145	63.9	100	58.5
	(2)どちらかといえば楽しい	13	22.8	24	27.0	29	17.1	57	31.3	91	38.7	87	32.3	100	37.2	401	31.5	272	34.7	75	33.0	63	36.8
	(3)どちらかといえば楽しくない	1	1.8	0	0.0	1	0.6	0	0.0	4	1.7	4	1.5	8	3.0	18	1.4	11	1.4	6	2.6	5	2.9
	(4)楽しくない	0	0.0	1	1.1	0	0.0	1	0.5	2	0.9	1	0.4	2	0.7	7	0.6	5	0.6	1	0.4	1	0.6
	無回答	0	0.0	0	0.0	2	1.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.4	2	0.7	5	0.4	1	0.1	0	0.0
	合計	57	100.0	89	100.0	170	100.1	182	99.9	235	100.0	269	100.0	269	100.0	1271	100.0	784	99.9	227	99.9	171	100.0
男性	(1)楽しい	14	58.3	32	62.7	56	73.7	48	57.8	60	53.1	72	62.1	64	54.2	346	59.6	206	56.6	59	55.7	38	57.6
	(2)どちらかといえば楽しい	9	37.5	19	37.3	18	23.7	34	41.0	48	42.5	41	35.3	48	40.7	217	37.3	145	39.8	42	39.6	26	39.4
	(3)どちらかといえば楽しくない	1	4.2	0	0.0	1	1.3	0	0.0	3	2.7	1	0.9	4	3.4	10	1.7	7	1.9	4	3.8	1	1.5
	(4)楽しくない	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.2	2	1.8	1	0.9	2	1.7	6	1.0	5	1.4	1	0.9	1	1.5
	無回答	0	0.0	0	0.0	1	1.3	0	0.0	0	0.0	1	0.9	0	0.0	2	0.3	1	0.3	0	0.0	0	0.0
	合計	24	100.0	51	100.0	76	100.0	83	100.0	113	100.1	116	100.1	118	100.0	581	99.9	364	100.0	106	100.0	66	100.0
女性	(1)楽しい	29	87.9	32	84.2	82	87.2	76	76.8	78	63.9	104	68.0	93	61.6	494	71.6	289	68.8	86	71.1	62	59.0
	(2)どちらかといえば楽しい	4	12.1	5	13.2	11	11.7	23	23.2	43	35.2	46	30.1	52	34.4	184	26.7	127	30.2	33	27.3	37	35.2
	(3)どちらかといえば楽しくない	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.8	3	2.0	4	2.6	8	1.2	4	1.0	2	1.7	4	3.8
	(4)楽しくない	0	0.0	1	2.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	無回答	0	0.0	0	0.0	1	1.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	1.3	3	0.4	0	0.0	0	0.0	2	1.9
	合計	33	100.0	38	100.0	94	100.0	99	100.0	122	100.0	153	100.1	151	100.0	690	100.0	420	100.0	121	100.1	105	99.9

家族や友人等2人以上で楽しい食事をする人(家族や友人と一緒に食事回数が1週間のうち「ほとんど毎日」または「4～5日」で家族や友人等と食べる食事が「楽しい」または「どちらか」と楽し  
表64-1 朝食

区分	回答	15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		総数	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	複数で楽しい食事をしている	31	54.4	37	41.6	113	66.5	128	70.3	162	68.9	198	73.6	195	72.5	864	68.0
	上記以外	26	45.6	52	58.4	57	33.5	54	29.7	73	31.1	71	26.4	74	27.5	407	32.0
	合計	57	100.0	89	100.0	170	100.0	182	100.0	235	100.0	269	100.0	269	100.0	1271	100.0
男性	複数で楽しい食事をしている	13	54.2	15	29.4	41	53.9	50	60.2	75	66.4	89	76.7	96	81.4	379	65.2
	上記以外	11	45.8	36	70.6	35	46.1	33	39.8	38	33.6	27	23.3	22	18.6	202	34.8
	合計	24	100.0	51	100.0	76	100.0	83	100.0	113	100.0	116	100.0	118	100.0	581	100.0
女性	複数で楽しい食事をしている	18	54.5	22	57.9	72	76.6	78	78.8	87	71.3	109	71.2	99	65.6	485	70.3
	上記以外	15	45.5	16	42.1	22	23.4	21	21.2	35	28.7	44	28.8	52	34.4	205	29.7
	合計	33	100.0	38	100.0	94	100.0	99	100.0	122	100.0	153	100.0	151	100.0	690	100.0

表64-2 夕食

区分	回答	15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		総数	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	複数で楽しい食事をしている	49	86.0	65	73.0	125	73.5	144	79.1	195	83.0	218	81.0	204	75.8	1000	78.7
	上記以外	8	14.0	24	27.0	45	26.5	38	20.9	40	17.0	51	19.0	65	24.2	271	21.3
	合計	57	100.0	89	100.0	170	100.0	182	100.0	235	100.0	269	100.0	269	100.0	1271	100.0
男性	複数で楽しい食事をしている	21	87.5	37	72.5	38	50.0	56	67.5	86	76.1	99	85.3	100	84.7	437	75.2
	上記以外	3	12.5	14	27.5	38	50.0	27	32.5	27	23.9	17	14.7	18	15.3	144	24.8
	合計	24	100.0	51	100.0	76	100.0	83	100.0	113	100.0	116	100.0	118	100.0	581	100.0
女性	複数で楽しい食事をしている	28	84.8	28	73.7	87	92.6	88	88.9	109	89.3	119	77.8	104	68.9	563	81.6
	上記以外	5	15.2	10	26.3	7	7.4	11	11.1	13	10.7	34	22.2	47	31.1	127	18.4
	合計	33	100.0	38	100.0	94	100.0	99	100.0	122	100.0	153	100.0	151	100.0	690	100.0

表65 健康食品や栄養補助食品(サプリメント)や栄養飲料等の利用状況

区分	回答	15~19歳		20~29歳		30~39歳		40~49歳		50~59歳		60~69歳		70歳以上		総数		40~74歳(再掲)		65~74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	(1)利用している	11	19.3	23	25.8	54	31.8	65	35.7	83	35.3	93	34.6	107	39.8	436	34.3	280	35.7	77	33.9	68	39.8
	(2)利用していない	7	12.3	19	21.3	21	12.4	42	23.1	38	16.2	32	11.9	26	9.7	185	14.6	125	15.9	30	13.2	13	7.6
	(3)今後も利用する予定はない	39	68.4	47	52.8	95	55.9	75	41.2	114	48.5	144	53.5	136	50.6	650	51.1	379	48.3	120	52.9	90	52.6
	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	0	0.0
	合計	57	100.0	89	100.0	170	100.1	182	100.0	235	100.0	269	100.0	269	100.1	1271	100.0	784	99.9	227	100.0	171	100.0
男性	(1)利用している	4	16.7	9	17.6	19	25.0	14	16.9	33	29.2	40	34.5	39	33.1	158	27.2	105	28.8	33	31.1	21	31.8
	(2)利用していない	1	4.2	11	21.6	11	14.5	17	20.5	18	15.9	13	11.2	10	8.5	81	13.9	54	14.8	11	10.4	4	6.1
	(3)今後も利用する予定はない	19	79.2	31	60.8	46	60.5	52	62.7	62	54.9	63	54.3	69	58.5	342	58.9	205	56.3	62	58.5	41	62.1
	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	0	0.0
	合計	24	100.1	51	100.0	76	100.0	83	100.1	113	100.0	116	100.0	118	100.1	581	100.0	364	99.9	106	100.0	66	100.0
女性	(1)利用している	7	21.2	14	36.8	35	37.2	51	51.5	50	41.0	53	34.6	68	45.0	278	40.3	175	41.7	44	36.4	47	44.8
	(2)利用していない	6	18.2	8	21.1	10	10.6	25	25.3	20	16.4	19	12.4	16	10.6	104	15.1	71	16.9	19	15.7	9	8.6
	(3)今後も利用する予定はない	20	60.6	16	42.1	49	52.1	23	23.2	52	42.6	81	52.9	67	44.4	308	44.6	174	41.4	58	47.9	49	46.7
	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	0	0.0
	合計	33	100.0	38	100.0	94	99.9	99	100.0	122	100.0	153	99.9	151	100.0	690	100.0	420	100.0	121	100.0	105	100.1

表66 健康食品等を利用している人のきっかけ

区分	回答	15~19歳		20~29歳		30~39歳		40~49歳		50~59歳		60~69歳		70歳以上		総数		40~74歳(再掲)		65~74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	(1)テレビや雑誌	3	27.3	9	39.1	23	42.6	30	46.2	28	33.7	36	38.7	37	34.6	166	38.1	108	38.6	27	35.1	23	33.8
	(2)美容のため	5	45.5	11	47.8	13	24.1	19	29.2	40	48.2	32	34.4	37	34.6	157	36.0	107	38.2	27	35.1	21	30.9
	(3)病気の予防・健康増進のため	1	9.1	1	4.3	2	3.7	4	6.2	3	3.6	7	7.5	10	9.3	28	6.4	18	6.4	7	9.1	6	8.8
	(4)病気の治療のため	0	0.0	0	0.0	3	5.6	4	6.2	4	4.8	6	6.5	9	8.4	26	6.0	15	5.4	6	7.8	8	11.8
	(5)老化防止のため	2	18.2	2	8.7	13	24.1	8	12.3	8	9.6	12	12.9	14	13.1	59	13.5	32	11.4	10	13.0	10	14.7
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	0	0.0	
合計	11	100.1	23	99.9	54	100.1	65	100.0	83	99.9	93	100.0	107	100.0	436	100.0	280	100.0	77	100.1	68	100.0	
男性	(1)テレビや雑誌	0	0.0	4	44.4	7	36.8	4	28.6	10	30.3	14	35.0	14	35.9	53	33.5	35	33.3	12	36.4	7	33.3
	(2)美容のため	3	75.0	4	44.4	4	21.1	5	35.7	17	51.5	16	40.0	10	25.6	59	37.3	43	41.0	9	27.3	5	23.8
	(3)病気の予防・健康増進のため	0	0.0	0	0.0	2	10.5	0	0.0	1	3.0	3	7.5	4	10.3	10	6.3	6	5.7	4	12.1	2	9.5
	(4)病気の治療のため	0	0.0	0	0.0	1	5.3	2	14.3	1	3.0	2	5.0	3	7.7	9	5.7	6	5.7	3	9.1	2	9.5
	(5)老化防止のため	1	25.0	1	11.1	5	26.3	3	21.4	4	12.1	5	12.5	8	20.5	27	17.1	15	14.3	5	15.2	5	23.8
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	0	0.0	
合計	4	100.0	9	99.9	19	100.0	14	100.0	33	99.9	40	100.0	39	100.0	158	100.1	105	100.0	33	100.1	21	99.9	
女性	(1)テレビや雑誌	3	42.9	5	35.7	16	45.7	26	51.0	18	36.0	22	41.5	23	33.8	113	40.6	73	41.7	15	34.1	16	34.0
	(2)美容のため	2	28.6	7	50.0	9	25.7	14	27.5	23	46.0	16	30.2	27	39.7	98	35.3	64	36.6	18	40.9	16	34.0
	(3)病気の予防・健康増進のため	1	14.3	1	7.1	0	0.0	4	7.8	2	4.0	4	7.5	6	8.8	18	6.5	12	6.9	3	6.8	4	8.5
	(4)病気の治療のため	0	0.0	0	0.0	2	5.7	2	3.9	3	6.0	4	7.5	6	8.8	17	6.1	9	5.1	3	6.8	6	12.8
	(5)老化防止のため	1	14.3	1	7.1	8	22.9	5	9.8	4	8.0	7	13.2	6	8.8	32	11.5	17	9.7	5	11.4	5	10.6
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	0	0.0	
合計	7	100.1	14	99.9	35	100.0	51	100.0	50	100.0	53	99.9	68	100.1	278	100.0	175	100.0	44	100.0	47	99.9	

表67 健康食品等を利用している人の理由

区分	回答	15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		総数		40～74歳(再掲)		65～74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	(1)食事では足りない栄養を補うため	4	36.4	4	17.4	10	18.5	12	18.5	11	13.3	19	20.4	22	20.6	82	18.8	48	17.1	13	16.9	16	23.5
	(2)美容のため	2	18.2	6	26.1	11	20.4	5	7.7	1	1.2	1	1.1	0	0.0	26	6.0	7	2.5	1	1.3	0	0.0
	(3)健康増進のため	3	27.3	9	39.1	22	40.7	34	52.3	41	49.4	42	45.2	38	35.5	189	43.3	133	47.5	33	42.9	22	32.4
	(4)病気の治療のため	1	9.1	0	0.0	5	9.3	9	13.8	21	25.3	19	20.4	23	21.5	78	17.9	60	21.4	19	24.7	12	17.6
	(5)老化防止のため	0	0.0	0	0.0	1	1.9	2	3.1	3	3.6	8	8.6	13	12.1	27	6.2	17	6.1	6	7.8	9	13.2
	(6)なんとなく	0	0.0	4	17.4	2	3.7	2	3.1	2	2.4	0	0.0	7	6.5	17	3.9	4	1.4	0	0.0	7	10.3
	(7)その他	1	9.1	0	0.0	3	5.6	1	1.5	3	3.6	4	4.3	4	3.7	16	3.7	10	3.6	5	6.5	2	2.9
	無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.2	0	0.0	0	0.0	1	0.2	1	0.4	0	0.0	0	0.0
	合計		11	100.1	23	100.0	54	100.1	65	100.0	83	100.0	93	100.0	107	99.9	436	100.0	280	100.0	77	100.1	68
男性	(1)食事では足りない栄養を補うため	1	25.0	2	22.2	4	21.1	2	14.3	5	15.2	8	20.0	9	23.1	31	19.6	19	18.1	6	18.2	5	23.8
	(2)美容のため	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	7.1	1	3.0	0	0.0	0	0.0	2	1.3	2	1.9	0	0.0	0	0.0
	(3)健康増進のため	2	50.0	4	44.4	10	52.6	7	50.0	16	48.5	18	45.0	17	43.6	74	46.8	49	46.7	15	45.5	9	42.9
	(4)病気の治療のため	1	25.0	0	0.0	1	5.3	2	14.3	8	24.2	11	27.5	5	12.8	28	17.7	24	22.9	7	21.2	2	9.5
	(5)老化防止のため	0	0.0	0	0.0	1	5.3	0	0.0	2	6.1	1	2.5	5	12.8	9	5.7	6	5.7	3	9.1	2	9.5
	(6)なんとなく	0	0.0	3	33.3	1	5.3	1	7.1	0	0.0	0	0.0	3	7.7	8	5.1	1	1.0	0	0.0	3	14.3
	(7)その他	0	0.0	0	0.0	2	10.5	1	7.1	1	3.0	2	5.0	0	0.0	6	3.8	4	3.8	2	6.1	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	0	0.0	0	0.0
	合計		4	100.0	9	99.9	19	100.1	14	99.9	33	100.0	40	100.0	39	100.0	158	100.0	105	100.1	33	100.1	21
女性	(1)食事では足りない栄養を補うため	3	42.9	2	14.3	6	17.1	10	19.6	6	12.0	11	20.8	13	19.1	51	18.3	29	16.6	7	15.9	11	23.4
	(2)美容のため	2	28.6	6	42.9	11	31.4	4	7.8	0	0.0	1	1.9	0	0.0	24	8.6	5	2.9	1	2.3	0	0.0
	(3)健康増進のため	1	14.3	5	35.7	12	34.3	27	52.9	25	50.0	24	45.3	21	30.9	115	41.4	84	48.0	18	40.9	13	27.7
	(4)病気の治療のため	0	0.0	0	0.0	4	11.4	7	13.7	13	26.0	8	15.1	18	26.5	50	18.0	36	20.6	12	27.3	10	21.3
	(5)老化防止のため	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	3.9	1	2.0	7	13.2	8	11.8	18	6.5	11	6.3	3	6.8	7	14.9
	(6)なんとなく	0	0.0	1	7.1	1	2.9	1	2.0	2	4.0	0	0.0	4	5.9	9	3.2	3	1.7	0	0.0	4	8.5
	(7)その他	1	14.3	0	0.0	1	2.9	0	0.0	2	4.0	2	3.8	4	5.9	10	3.6	6	3.4	3	6.8	2	4.3
	無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	2.0	0	0.0	0	0.0	1	0.4	1	0.6	0	0.0	0	0.0
	合計		7	100.1	14	100.0	35	100.1	51	99.9	50	100.0	53	100.1	68	100.1	278	100.0	175	100.1	44	100.0	47



表70 普段の食事であてはまること

区分	回答	15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		総数		40～74歳(再掲)		65～74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	(1)食べるのが早い	23	40.4	44	49.4	81	47.6	89	48.9	108	46.0	123	45.7	88	32.7	556	43.7	367	46.8	0	0.0	41	24.0
	(2)麺類をよく食べる	13	22.8	30	33.7	57	33.5	53	29.1	62	26.4	89	33.1	83	30.9	387	30.4	233	29.7	27	11.9	54	31.6
	(3)野菜はあまり食べない	14	24.6	21	23.6	26	15.3	16	8.8	27	11.5	18	6.7	18	6.7	140	11.0	68	8.7	12	5.3	11	6.4
	(4)魚より肉類の食事が多い	32	56.1	33	37.1	63	37.1	59	32.4	29	12.3	27	10.0	32	11.9	275	21.6	134	17.1	21	9.3	20	11.7
	(5)惣菜や既製品を食べることが多い	12	21.1	15	16.9	46	27.1	27	14.8	30	12.8	25	9.3	44	16.4	199	15.7	102	13.0	19	8.4	27	15.8
	(6)お酒を飲む機会が多い	0	0.0	16	18.0	36	21.2	45	24.7	52	22.1	47	17.5	27	10.0	223	17.5	160	20.4	24	10.6	11	6.4
	(7)朝食を食べないことが多い	9	15.8	30	33.7	26	15.3	20	11.0	18	7.7	8	3.0	5	1.9	116	9.1	48	6.1	4	1.8	3	1.8
	(8)間食をする	30	52.6	29	32.6	57	33.5	54	29.7	65	27.7	74	27.5	79	29.4	388	30.5	217	27.7	42	18.5	55	32.2
	(9)夕食の時間が遅い	19	33.3	30	33.7	55	32.4	48	26.4	52	22.1	37	13.8	29	10.8	270	21.2	150	19.1	26	11.5	16	9.4
	(10)食事時間が不規則である	14	24.6	32	36.0	52	30.6	39	21.4	45	19.1	25	9.3	23	8.6	230	18.1	117	14.9	16	7.0	15	8.8
	(11)1日の中で夕食の量が一番多い	30	52.6	48	53.9	83	48.8	87	47.8	144	61.3	123	45.7	99	36.8	614	48.3	395	50.4	87	38.3	58	33.9
合計	57		89		170		182		235		269		269		1271		784		227		171		
男性	(1)食べるのが早い	12	50.0	31	60.8	41	53.9	52	62.7	60	53.1	65	56.0	41	34.7	302	52.0	203	55.8	0	0.0	15	22.7
	(2)麺類をよく食べる	6	25.0	21	41.2	30	39.5	30	36.1	41	36.3	51	44.0	42	35.6	221	38.0	138	37.9	20	18.9	26	39.4
	(3)野菜はあまり食べない	11	45.8	17	33.3	15	19.7	13	15.7	19	16.8	11	9.5	12	10.2	98	16.9	47	12.9	10	9.4	8	12.1
	(4)魚より肉類の食事が多い	14	58.3	24	47.1	28	36.8	31	37.3	17	15.0	10	8.6	13	11.0	137	23.6	62	17.0	9	8.5	9	13.6
	(5)惣菜や既製品を食べることが多い	5	20.8	8	15.7	23	30.3	14	16.9	18	15.9	13	11.2	21	17.8	102	17.6	52	14.3	9	8.5	14	21.2
	(6)お酒を飲む機会が多い	0	0.0	13	25.5	24	31.6	35	42.2	47	41.6	46	39.7	26	22.0	191	32.9	143	39.3	23	21.7	11	16.7
	(7)朝食を食べないことが多い	4	16.7	22	43.1	20	26.3	12	14.5	14	12.4	3	2.6	2	1.7	77	13.3	29	8.0	1	0.9	2	3.0
	(8)間食をする	13	54.2	11	21.6	17	22.4	9	10.8	15	13.3	21	18.1	29	24.6	115	19.8	56	15.4	16	15.1	18	27.3
	(9)夕食の時間が遅い	8	33.3	17	33.3	38	50.0	27	32.5	24	21.2	18	15.5	11	9.3	143	24.6	77	21.2	16	15.1	3	4.5
	(10)食事時間が不規則である	7	29.2	19	37.3	33	43.4	25	30.1	27	23.9	15	12.9	9	7.6	135	23.2	70	19.2	8	7.5	6	9.1
	(11)1日の中で夕食の量が一番多い	15	62.5	29	56.9	42	55.3	41	49.4	69	61.1	48	41.4	44	37.3	288	49.6	181	49.7	36	34.0	21	31.8
合計	24		51		76		83		113		116		118		581		364		106		66		
女性	(1)食べるのが早い	11	33.3	13	34.2	40	42.6	37	37.4	48	39.3	58	37.9	47	31.1	254	36.8	164	39.0	0	0.0	26	24.8
	(2)麺類をよく食べる	7	21.2	9	23.7	27	28.7	23	23.2	21	17.2	38	24.8	41	27.2	166	24.1	95	22.6	7	5.8	28	26.7
	(3)野菜はあまり食べない	3	9.1	4	10.5	11	11.7	3	3.0	8	6.6	7	4.6	6	4.0	42	6.1	21	5.0	2	1.7	3	2.9
	(4)魚より肉類の食事が多い	17	54.5	9	23.7	35	37.2	28	28.3	12	9.8	17	11.1	19	12.6	137	20.0	72	17.1	12	9.9	11	10.5
	(5)惣菜や既製品を食べることが多い	4	21.2	7	18.4	23	24.5	13	13.1	12	9.8	12	7.8	23	15.2	94	14.1	50	11.9	10	8.3	13	12.4
	(6)お酒を飲む機会が多い	0	0.0	3	7.9	12	12.8	10	10.1	5	4.1	1	0.7	1	0.7	32	4.6	17	4.0	1	0.8	0	0.0
	(7)朝食を食べないことが多い	4	15.2	8	21.1	6	6.4	8	8.1	4	3.3	5	3.3	3	2.0	38	5.7	19	4.5	3	2.5	1	1.0
	(8)間食をする	18	51.5	18	47.4	40	42.6	45	45.5	50	41.0	53	34.6	50	33.1	274	39.6	161	38.3	26	21.5	37	35.2
	(9)夕食の時間が遅い	9	33.3	13	34.2	17	18.1	21	21.2	28	23.0	19	12.4	18	11.9	125	18.4	73	17.4	10	8.3	13	12.4
	(10)食事時間が不規則である	9	21.2	13	34.2	19	20.2	14	14.1	18	14.8	10	6.5	14	9.3	97	13.8	47	11.2	8	6.6	9	8.6
	(11)1日の中で夕食の量が一番多い	17	45.5	17	50.0	41	43.6	46	46.5	75	61.5	75	49.0	55	36.4	326	47.2	214	51.0	51	42.1	37	35.2
合計	33		38		94		99		122		153		151		690		420		121		105		



表71 日頃の食事で野菜摂取量1日350gを満たしていると思うか

区分	回答	15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		総数		40～74歳(再掲)		65～74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	(1)十分に食べていると思う	19	33.3	26	29.2	55	32.4	70	38.5	108	46.0	168	62.5	183	68.0	629	49.5	416	53.1	158	69.6	113	66.1
	(2)やや不足きみだと思う	18	31.6	31	34.8	55	32.4	73	40.1	82	34.9	70	26.0	58	21.6	387	30.4	242	30.9	46	20.3	41	24.0
	(3)不足していると思う	20	35.1	32	36.0	60	35.3	39	21.4	45	19.1	31	11.5	27	10.0	254	20.0	126	16.1	23	10.1	16	9.4
	無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.4	1	0.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	合計	57	100.0	89	100.0	170	100.1	182	100.0	235	100.0	269	100.0	269	100.0	1271	100.0	784	100.1	227	100.0	171	100.0
男性	(1)十分に食べていると思う	2	8.3	14	27.5	19	25.0	29	34.9	42	37.2	68	58.6	77	65.3	251	43.2	175	48.1	74	69.8	41	62.1
	(2)やや不足きみだと思う	8	33.3	15	29.4	29	38.2	27	32.5	42	37.2	35	30.2	21	17.8	177	30.5	111	30.5	19	17.9	14	21.2
	(3)不足していると思う	14	58.3	22	43.1	28	36.8	27	32.5	29	25.7	13	11.2	20	16.9	153	26.3	78	21.4	13	12.3	11	16.7
	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	0	0.0
	合計	24	99.9	51	100.0	76	100.0	83	99.9	113	100.1	116	100.0	118	100.0	581	100.0	364	100.0	106	100.0	66	100.0
女性	(1)十分に食べていると思う	17	51.5	12	31.6	36	38.3	41	41.4	66	54.1	100	65.4	106	70.2	378	54.8	241	57.4	84	69.4	72	68.6
	(2)やや不足きみだと思う	10	30.3	16	42.1	26	27.7	46	46.5	40	32.8	35	22.9	37	24.5	210	30.4	131	31.2	27	22.3	27	25.7
	(3)不足していると思う	6	18.2	10	26.3	32	34.0	12	12.1	16	13.1	18	11.8	7	4.6	101	14.6	48	11.4	10	8.3	5	4.8
	無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.7	1	0.1	0	0.0	0	0.0	1	1.0
	合計	33	100.0	38	100.0	94	100.0	99	100.0	122	100.0	153	100.1	151	100.0	690	100.0	420	100.0	121	100.1	105	100.1

表72 「不足きみだと思う」または「不足していると思う」人の理由

区分	回答	15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		総数		40～74歳(再掲)		65～74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	(1)嫌いだから	3	7.9	2	3.2	5	4.3	4	3.6	6	4.7	4	4.0	3	3.5	27	4.2	16	4.3	4	5.8	1	1.8
	(2)特に食べたいと思わない	21	55.3	15	23.8	30	26.1	33	29.5	47	37.0	35	34.7	39	45.9	220	34.3	129	35.1	29	42.0	26	45.6
	(3)料理が面倒	4	10.5	14	22.2	23	20.0	14	12.5	17	13.4	16	15.8	16	18.8	104	16.2	52	14.1	11	15.9	10	17.5
	(4)料理する時間がない	2	5.3	13	20.6	25	21.7	30	26.8	32	25.2	16	15.8	5	5.9	123	19.2	81	22.0	7	10.1	3	5.3
	(5)調理方法がわからない	0	0.0	5	7.9	5	4.3	8	7.1	8	6.3	4	4.0	8	9.4	38	5.9	21	5.7	3	4.3	6	10.5
	(6)レシピを知らない	1	2.6	7	11.1	12	10.4	9	8.0	7	5.5	6	5.9	3	3.5	45	7.0	24	6.5	4	5.8	1	1.8
	(7)その他	11	28.9	21	33.3	38	33.0	32	28.6	33	26.0	35	34.7	23	27.1	193	30.1	105	28.5	20	29.0	18	31.6
	合計	38		63		115		112		127		101		85		641		368		69		57	
男性	(1)嫌いだから	2	9.1	2	5.4	3	5.3	3	5.6	3	4.2	1	2.1	1	2.4	15	4.5	8	4.2	1	3.1	0	0.0
	(2)特に食べたいと思わない	10	45.5	14	37.8	23	40.4	23	42.6	32	45.1	20	41.7	23	56.1	145	43.9	85	45.0	18	56.3	14	56.0
	(3)料理が面倒	1	4.5	8	21.6	6	10.5	6	11.1	9	12.7	8	16.7	9	22.0	47	14.2	26	13.8	6	18.8	5	20.0
	(4)料理する時間がない	2	9.1	8	21.6	8	14.0	7	13.0	17	23.9	7	14.6	1	2.4	50	15.2	32	16.9	2	6.3	1	4.0
	(5)調理方法がわからない	0	0.0	3	8.1	1	1.8	3	5.6	6	8.5	1	2.1	4	9.8	18	5.5	11	5.8	1	3.1	2	8.0
	(6)レシピを知らない	1	4.5	2	5.4	2	3.5	3	5.6	6	8.5	1	2.1	0	0.0	15	4.5	10	5.3	0	0.0	0	0.0
	(7)その他	9	40.9	10	27.0	21	36.8	16	29.6	18	25.4	18	37.5	8	19.5	100	30.3	54	28.6	8	25.0	6	24.0
	合計	22		37		57		54		71		48		41		330		189		32		25	
女性	(1)嫌いだから	1	6.3	0	0.0	2	3.4	1	1.7	3	5.4	3	5.7	2	4.5	12	3.9	8	4.5	3	8.1	1	3.1
	(2)特に食べたいと思わない	11	68.8	1	3.8	7	12.1	10	17.2	15	26.8	15	28.3	16	36.4	75	24.1	44	24.6	11	29.7	12	37.5
	(3)料理が面倒	3	18.8	6	23.1	17	29.3	8	13.8	8	14.3	8	15.1	7	15.9	57	18.3	26	14.5	5	13.5	5	15.6
	(4)料理する時間がない	0	0.0	5	19.2	17	29.3	23	39.7	15	26.8	9	17.0	4	9.1	73	23.5	49	27.4	5	13.5	2	6.3
	(5)調理方法がわからない	0	0.0	2	7.7	4	6.9	5	8.6	2	3.6	3	5.7	4	9.1	20	6.4	10	5.6	2	5.4	4	12.5
	(6)レシピを知らない	0	0.0	5	19.2	10	17.2	6	10.3	1	1.8	5	9.4	3	6.8	30	9.6	14	7.8	4	10.8	1	3.1
	(7)その他	2	12.5	11	42.3	17	29.3	16	27.6	15	26.8	17	32.1	15	34.1	93	29.9	51	28.5	12	32.4	12	37.5
	合計	16		26		58		58		56		53		44		311		179		37		32	





表78 体を動かすことが好きか

区分	回答	15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		総数		40～74歳(再掲)		65～74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	(1)好き	29	50.9	36	40.4	46	27.1	42	23.1	62	26.4	74	27.5	89	33.1	378	29.7	211	26.9	71	31.3	56	32.7
	(2)どちらかといえば好き	18	31.6	37	41.6	81	47.6	84	46.2	103	43.8	124	46.1	117	43.5	564	44.4	354	45.2	103	45.4	74	43.3
	(3)どちらかといえば嫌い	8	14.0	12	13.5	41	24.1	48	26.4	64	27.2	63	23.4	50	18.6	286	22.5	196	25.0	48	21.1	29	17.0
	(4)嫌い	2	3.5	4	4.5	2	1.2	8	4.4	6	2.6	7	2.6	12	4.5	41	3.2	22	2.8	5	2.2	11	6.4
	無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.4	1	0.4	2	0.2	1	0.1	0	0.0	1	0.6
	合計		57	100.0	89	100.0	170	100.0	182	100.1	235	100.0	269	100.0	269	100.1	1271	100.0	784	100.0	227	100.0	171
男性	(1)好き	15	62.5	22	43.1	30	39.5	20	24.1	35	31.0	34	29.3	40	33.9	196	33.7	105	28.8	33	31.1	24	36.4
	(2)どちらかといえば好き	7	29.2	24	47.1	34	44.7	36	43.4	51	45.1	58	50.0	51	43.2	261	44.9	171	47.0	54	50.9	25	37.9
	(3)どちらかといえば嫌い	2	8.3	3	5.9	12	15.8	23	27.7	23	20.4	23	19.8	19	16.1	105	18.1	78	21.4	18	17.0	10	15.2
	(4)嫌い	0	0.0	2	3.9	0	0.0	4	4.8	4	3.5	1	0.9	8	6.8	19	3.3	10	2.7	1	0.9	7	10.6
	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	0	0.0
	合計		24	100.0	51	100.0	76	100.0	83	100.0	113	100.0	116	100.0	118	100.0	581	100.0	364	100.0	106	99.9	66
女性	(1)好き	14	42.4	14	36.8	16	17.0	22	22.2	27	22.1	40	26.1	49	32.5	182	26.4	106	25.2	38	31.4	32	30.5
	(2)どちらかといえば好き	11	33.3	13	34.2	47	50.0	48	48.5	52	42.6	66	43.1	66	43.7	303	43.9	183	43.6	49	40.5	49	46.7
	(3)どちらかといえば嫌い	6	18.2	9	23.7	29	30.9	25	25.3	41	33.6	40	26.1	31	20.5	181	26.2	118	28.1	30	24.8	19	18.1
	(4)嫌い	2	6.1	2	5.3	2	2.1	4	4.0	2	1.6	6	3.9	4	2.6	22	3.2	12	2.9	4	3.3	4	3.8
	無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.7	1	0.7	2	0.3	1	0.2	0	0.0	1	1.0
	合計		33	100.0	38	100.0	94	100.0	99	100.0	122	99.9	153	99.9	151	100.0	690	100.0	420	100.0	121	100.0	105

表79 子どもの頃によく体を動かしていたか

区分	回答	15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		総数		40～74歳(再掲)		65～74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	(1)動かしていた	28	49.1	50	56.2	61	35.9	61	33.5	78	33.2	91	33.8	117	43.5	486	38.2	272	34.7	90	39.6	75	43.9
	(2)どちらかといえば動かしていた	16	28.1	20	22.5	70	41.2	67	36.8	84	35.7	113	42.0	104	38.7	474	37.3	304	38.8	93	41.0	64	37.4
	(3)あまり動かしていない	10	17.5	11	12.4	31	18.2	44	24.2	63	26.8	51	19.0	35	13.0	245	19.3	173	22.1	35	15.4	20	11.7
	(4)動かさなかった	3	5.3	8	9.0	8	4.7	10	5.5	10	4.3	14	5.2	12	4.5	65	5.1	35	4.5	9	4.0	11	6.4
	無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.4	1	0.1	0	0.0	0	0.0	1	0.6
	合計		57	100.0	89	100.1	170	100.0	182	100.0	235	100.0	269	100.0	269	100.1	1271	100.0	784	100.1	227	100.0	171
男性	(1)動かしていた	17	70.8	34	66.7	35	46.1	32	38.6	50	44.2	47	40.5	61	51.7	276	47.5	153	42.0	49	46.2	37	56.1
	(2)どちらかといえば動かしていた	3	12.5	8	15.7	28	36.8	31	37.3	33	29.2	49	42.2	38	32.2	190	32.7	134	36.8	42	39.6	17	25.8
	(3)あまり動かしていない	3	12.5	5	9.8	12	15.8	15	18.1	24	21.2	15	12.9	13	11.0	87	15.0	61	16.8	13	12.3	6	9.1
	(4)動かさなかった	1	4.2	4	7.8	1	1.3	5	6.0	6	5.3	5	4.3	6	5.1	28	4.8	16	4.4	2	1.9	6	9.1
	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	0	0.0
	合計		24	100.0	51	100.0	76	100.0	83	100.1	113	99.9	116	99.9	118	100.0	581	100.0	364	100.0	106	100.0	66
女性	(1)動かしていた	11	33.3	16	42.1	26	27.7	29	29.3	28	23.0	44	28.8	56	37.1	210	30.4	119	28.3	41	33.9	38	36.2
	(2)どちらかといえば動かしていた	13	39.4	12	31.6	42	44.7	36	36.4	51	41.8	64	41.8	66	43.7	284	41.2	170	40.5	51	42.1	47	44.8
	(3)あまり動かしていない	7	21.2	6	15.8	19	20.2	29	29.3	39	32.0	36	23.5	22	14.6	158	22.9	112	26.7	22	18.2	14	13.3
	(4)動かさなかった	2	6.1	4	10.5	7	7.4	5	5.1	4	3.3	9	5.9	6	4.0	37	5.4	19	4.5	7	5.8	5	4.8
	無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.7	1	0.1	0	0.0	0	0.0	1	1.0
	合計		33	100.0	38	100.0	94	100.0	99	100.1	122	100.1	153	100.0	151	100.1	690	100.0	420	100.0	121	100.0	105



表83 ここ1週間でいった運動(体力の維持・向上を目的として、計画的・意図的に実施する活動)の合計Ex(メッツ・時)

区分	回答	15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		総数		40～74歳(再掲)		65～74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	4Ex以上	42	73.7	40	44.9	57	33.5	57	31.3	72	30.6	91	33.8	45	16.7	404	31.8	246	31.4	61	26.9	19	11.1
	3～4Ex未満	1	1.8	2	2.2	6	3.5	4	2.2	9	3.8	11	4.1	6	2.2	39	3.1	27	3.4	9	4.0	3	1.8
	2～3Ex未満	1	1.8	3	3.4	2	1.2	1	0.5	2	0.9	8	3.0	1	0.4	18	1.4	12	1.5	3	1.3	0	0.0
	1～2Ex未満	1	1.8	4	4.5	3	1.8	9	4.9	15	6.4	8	3.0	8	3.0	48	3.8	37	4.7	8	3.5	3	1.8
	1Ex未満	12	21.1	40	44.9	102	60.0	111	61.0	137	58.3	151	56.1	209	77.7	762	60.0	462	58.9	146	64.3	146	85.4
	合計	57	100.0	89	100.0	170	100.0	182	100.0	235	100.0	269	100.0	269	100.0	1271	100.0	784	100.0	227	100.0	171	100.0
男性	4以上	22	91.7	29	56.9	36	47.4	26	31.3	36	31.9	47	40.5	24	20.3	220	37.9	125	34.3	36	34.0	8	12.1
	3～4未満	0	0.0	1	2.0	1	1.3	2	2.4	3	2.7	2	1.7	4	3.4	13	2.2	8	2.2	2	1.9	3	4.5
	2～3未満	0	0.0	1	2.0	0	0.0	1	1.2	0	0.0	2	1.7	0	0.0	4	0.7	3	0.8	0	0.0	0	0.0
	1～2未満	0	0.0	1	2.0	2	2.6	3	3.6	8	7.1	4	3.4	3	2.5	21	3.6	17	4.7	3	2.8	1	1.5
	1未満	2	8.3	19	37.3	37	48.7	51	61.4	66	58.4	61	52.6	87	73.7	323	55.6	211	58.0	65	61.3	54	81.8
	合計	24	100.0	51	100.0	76	100.0	83	100.0	113	100.0	116	100.0	118	100.0	581	100.0	364	100.0	106	100.0	66	100.0
女性	4以上	20	60.6	11	28.9	21	22.3	31	31.3	36	29.5	44	28.8	21	13.9	184	26.7	121	28.8	25	20.7	11	10.5
	3～4未満	1	3.0	1	2.6	5	5.3	2	2.0	6	4.9	9	5.9	2	1.3	26	3.8	19	4.5	7	5.8	0	0.0
	2～3未満	1	3.0	2	5.3	2	2.1	0	0.0	2	1.6	6	3.9	1	0.7	14	2.0	9	2.1	3	2.5	0	0.0
	1～2未満	1	3.0	3	7.9	1	1.1	6	6.1	7	5.7	4	2.6	5	3.3	27	3.9	20	4.8	5	4.1	2	1.9
	1未満	10	30.3	21	55.3	65	69.1	60	60.6	71	58.2	90	58.8	122	80.8	439	63.6	251	59.8	81	66.9	92	87.6
	合計	33	100.0	38	100.0	94	100.0	99	100.0	122	100.0	153	100.0	151	100.0	690	100.0	420	100.0	121	100.0	105	100.0

Exは質問紙に例示した運動の平均強度と運動時間の回答から算出したおおよその値

表84 自分の血圧がどのくらいかを知っているか

区分	回答	20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		総数		40～74歳(再掲)		65～74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	(1)知っている	53	59.6	136	80.0	155	85.2	221	94.0	258	95.9	247	91.8	1070	88.1	728	92.9	221	97.4	153	89.5
	(2)知らない	36	40.4	34	20.0	27	14.8	14	6.0	11	4.1	20	7.4	142	11.7	56	7.1	6	2.6	16	9.4
	無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	0.7	2	0.2	0	0.0	0	0.0	2	1.2
	合計	89	100.0	170	100.0	182	100.0	235	100.0	269	100.0	269	99.9	1214	100.0	784	100.0	227	100.0	171	100.1
男性	(1)知っている	26	51.0	60	78.9	72	86.7	106	93.8	109	94.0	110	93.2	483	86.7	337	92.6	103	97.2	60	90.9
	(2)知らない	25	49.0	16	21.1	11	13.3	7	6.2	7	6.0	8	6.8	74	13.3	27	7.4	3	2.8	6	9.1
	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
	合計	51	100.0	76	100.0	83	100.0	113	100.0	116	100.0	118	100.0	557	100.0	364	100.0	106	100.0	66	100.0
女性	(1)知っている	27	71.1	76	80.9	83	83.8	115	94.3	149	97.4	137	90.7	587	89.3	391	93.1	118	97.5	93	88.6
	(2)知らない	11	28.9	18	19.1	16	16.2	7	5.7	4	2.6	12	7.9	68	10.4	29	6.9	3	2.5	10	9.5
	無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	1.3	2	0.3	0	0.0	0	0.0	2	1.9
	合計	38	100.0	94	100.0	99	100.0	122	100.0	153	100.0	151	99.9	657	100.0	420	100.0	121	100.0	105	100.0

表85 自分の血圧を知っていると答えた人が思う自分の血圧の状態

区分	回答	20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		総数		40～74歳(再掲)		65～74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	(1)正常範囲	34	64.2	92	67.6	111	71.6	155	70.1	155	60.1	124	50.2	671	62.7	464	63.7	120	54.3	81	52.9
	(2)高血圧	2	3.8	8	5.9	22	14.2	47	21.3	89	34.5	106	42.9	274	25.6	201	27.6	86	38.9	63	41.2
	(3)低血圧	17	32.1	33	24.3	21	13.5	16	7.2	13	5.0	14	5.7	114	10.7	56	7.7	12	5.4	8	5.2
	(4)わからない	0	0.0	2	1.5	1	0.6	1	0.5	1	0.4	3	1.2	8	0.7	5	0.7	3	1.4	1	0.7
	無回答	0	0.0	1	0.7	0	0.0	2	0.9	0	0.0	0	0.0	3	0.3	2	0.3	0	0.0	0	0.0
	合計(自分の血圧を知っている人)	53	100.1	136	100.0	155	99.9	221	100.0	258	100.0	247	100.0	1070	100.0	728	100.0	221	100.0	153	100.0
男性	(1)正常範囲	21	80.8	46	76.7	51	70.8	68	64.2	67	61.5	56	50.9	309	64.0	209	62.0	57	55.3	33	55.0
	(2)高血圧	1	3.8	7	11.7	16	22.2	28	26.4	34	31.2	45	40.9	131	27.1	100	29.7	37	35.9	23	38.3
	(3)低血圧	4	15.4	5	8.3	4	5.6	8	7.5	7	6.4	7	6.4	35	7.2	23	6.8	7	6.8	3	5.0
	(4)わからない	0	0.0	1	1.7	1	1.4	1	0.9	1	0.9	2	1.8	6	1.2	4	1.2	2	1.9	1	1.7
	無回答	0	0.0	1	1.7	0	0.0	1	0.9	0	0.0	0	0.0	2	0.4	1	0.3	0	0.0	0	0.0
	合計(自分の血圧を知っている人)	26	100.0	60	100.1	72	100.0	106	99.9	109	100.0	110	100.0	483	99.9	337	100.0	103	99.9	60	100.0
女性	(1)正常範囲	13	48.1	46	60.5	60	72.3	87	75.7	88	59.1	68	49.6	362	61.7	255	65.2	63	53.4	48	51.6
	(2)高血圧	1	3.7	1	1.3	6	7.2	19	16.5	55	36.9	61	44.5	143	24.4	101	25.8	49	41.5	40	43.0
	(3)低血圧	13	48.1	28	36.8	17	20.5	8	7.0	6	4.0	7	5.1	79	13.5	33	8.4	5	4.2	5	5.4
	(4)わからない	0	0.0	1	1.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.7	2	0.3	1	0.3	1	0.8	0	0.0
	無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.9	0	0.0	0	0.0	1	0.2	1	0.3	0	0.0	0	0.0
	合計(自分の血圧を知っている人)	27	99.9	76	99.9	83	100.0	115	100.1	149	100.0	137	99.9	587	100.1	391	100.0	118	99.9	93	100.0





表89 喫煙者の喫煙本数

区分	回答	20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		総数		40～74歳(再掲)		65～74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	(1)10本未満	3	10.7	9	14.1	1	2.1	8	13.1	8	12.2	9	36.0	38	14.1	21	12.9	6	25.0	5	33.3
	(2)10本以上20本未満	12	42.9	27	42.2	20	41.7	16	26.2	10	22.7	8	32.0	93	34.4	48	29.4	7	29.2	6	40.0
	(3)20本以上30本未満	13	46.4	20	31.3	21	43.8	21	34.4	14	31.8	7	28.0	96	35.6	59	36.2	9	37.5	4	26.7
	(4)30本以上40本未満	0	0.0	6	9.4	3	6.3	4	6.6	8	18.2	1	4.0	22	8.1	16	9.8	1	4.2	0	0.0
	(5)40本以上	0	0.0	2	3.1	3	6.3	11	18.0	4	9.1	0	0.0	20	7.4	18	11.0	1	4.2	0	0.0
	無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.6	0	0.0	0	0.0	1	0.4	1	0.6	0	0.0	0	0.0
	合計	28	100.0	64	100.1	48	100.0	61	99.9	44	100.0	25	100.0	270	100.0	163	99.9	24	100.1	15	100.0
男性	(1)10本未満	3	13.0	6	12.8	1	2.6	4	7.8	7	17.9	6	27.3	27	12.3	15	10.9	5	22.7	3	23.1
	(2)10本以上20本未満	7	30.4	16	34.0	12	31.6	11	21.6	8	20.5	8	36.4	62	28.2	33	24.1	7	31.8	6	46.2
	(3)20本以上30本未満	13	56.5	17	36.2	19	50.0	20	39.2	12	30.8	7	31.8	88	40.0	54	39.4	8	36.4	4	30.8
	(4)30本以上40本未満	0	0.0	6	12.8	3	7.9	4	7.8	8	20.5	1	4.5	22	10.0	16	11.7	1	4.5	0	0.0
	(5)40本以上	0	0.0	2	4.3	3	7.9	11	21.6	4	10.3	0	0.0	20	9.1	18	13.1	1	4.5	0	0.0
	無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	2.0	0	0.0	0	0.0	1	0.5	1	0.7		0.0		0.0
	合計	23	99.9	47	100.1	38	100.0	51	100.0	39	100.0	22	100.0	220	100.1	137	99.9	22	99.9	13	100.1
女性	(1)10本未満	0	0.0	3	17.6	0	0.0	4	40.0	1	20.0	3	100.0	11	22.0	6	23.1	1	50.0	2	100.0
	(2)10本以上20本未満	5	100.0	11	64.7	8	80.0	5	50.0	2	40.0	0	0.0	31	62.0	15	57.7	0	0.0	0	0.0
	(3)20本以上30本未満	0	0.0	3	17.6	2	20.0	1	10.0	2	40.0	0	0.0	8	16.0	5	19.2	1	50.0	0	0.0
	(4)30本以上40本未満	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	(5)40本以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	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		0.0
	合計	5	100.0	17	99.9	10	100.0	10	100.0	5	100.0	3	100.0	50	100.0	26	100.0	2	100.0	2	100.0





表95 過去1年間に健診(健康診断や健康診査)を受けたことがあるか(ガンのみの検診、妊産婦検診、歯の健康診査、診療としての検査は除く)

区分	回答	20~29歳		30~39歳		40~49歳		50~59歳		60~69歳		70歳以上		総数		40~74歳(再掲)		65~74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	(1)ある	56	62.9	107	62.9	132	72.5	187	79.6	210	78.1	152	56.5	844	69.5	593	75.6	165	72.7	88	51.5
	(2)ない	33	37.1	62	36.5	50	27.5	48	20.4	59	21.9	115	42.8	367	30.2	191	24.4	62	27.3	81	47.4
	無回答	0	0.0	1	0.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	0.7	3	0.2	0	0.0	0	0.0	2	1.2
	合計	89	100.0	170	100.0	182	100.0	235	100.0	269	100.0	269	100.0	1214	99.9	784	100.0	227	100.0	171	100.1
男性	(1)ある	34	66.7	59	77.6	65	78.3	91	80.5	91	78.4	72	61.0	412	74.0	283	77.7	81	76.4	36	54.5
	(2)ない	17	33.3	17	22.4	18	21.7	22	19.5	25	21.6	46	39.0	145	26.0	81	22.3	25	23.6	30	45.5
	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
	合計	51	100.0	76	100.0	83	100.0	113	100.0	116	100.0	118	100.0	557	100.0	364	100.0	106	100.0	66	100.0
女性	(1)ある	22	57.9	48	51.1	67	67.7	96	78.7	119	77.8	80	53.0	432	65.8	310	73.8	84	69.4	52	49.5
	(2)ない	16	42.1	45	47.9	32	32.3	26	21.3	34	22.2	69	45.7	222	33.8	110	26.2	37	30.6	51	48.6
	無回答	0	0.0	1	1.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	1.3	3	0.5	0	0.0	0	0.0	2	1.9
	合計	38	100.0	94	100.1	99	100.0	122	100.0	153	100.0	151	100.0	657	100.1	420	100.0	121	100.0	105	100.0

表96 肥満、高血圧、糖尿病、血中脂質異常に関する指摘を受けたか(健診を受けたことがある人について)

区分	回答	20~29歳		30~39歳		40~49歳		50~59歳		60~69歳		70歳以上		総数		40~74歳(再掲)		65~74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	(1)はい	9	16.1	32	29.9	51	38.6	108	57.8	139	66.2	92	60.5	431	51.1	346	58.3	110	66.7	44	50.0
	(2)いいえ	47	83.9	75	70.1	81	61.4	79	42.2	71	33.8	60	39.5	413	48.9	247	41.7	55	33.3	44	50.0
	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
	合計	56	100.0	107	100.0	132	100.0	187	100.0	210	100.0	152	100.0	844	100.0	593	100.0	165	100.0	88	100.0
男性	(1)はい	5	14.7	26	44.1	34	52.3	58	63.7	59	64.8	41	56.9	223	54.1	177	62.5	57	70.4	15	41.7
	(2)いいえ	29	85.3	33	55.9	31	47.7	33	36.3	32	35.2	31	43.1	189	45.9	106	37.5	24	29.6	21	58.3
	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
	合計	34	100.0	59	100.0	65	100.0	91	100.0	91	100.0	72	100.0	412	100.0	283	100.0	81	100.0	36	100.0
女性	(1)はい	4	18.2	6	12.5	17	25.4	50	52.1	80	67.2	51	63.8	208	48.1	169	54.5	53	63.1	29	55.8
	(2)いいえ	18	81.8	42	87.5	50	74.6	46	47.9	39	32.8	29	36.3	224	51.9	141	45.5	31	36.9	23	44.2
	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
	合計	22	100.0	48	100.0	67	100.0	96	100.0	119	100.0	80	100.1	432	100.0	310	100.0	84	100.0	52	100.0

表97 指摘を受けた事項(指摘を受けたことがある人について)

区分	回答	20~29歳		30~39歳		40~49歳		50~59歳		60~69歳		70歳以上		総数		40~74歳(再掲)		65~74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	(1)肥満	2	22.2	14	43.8	23	45.1	30	27.8	37	26.6	26	28.3	132	30.6	102	29.5	32	29.1	14	31.8
	(2)高血圧	1	11.1	3	9.4	18	35.3	28	25.9	60	43.2	62	67.4	172	39.9	137	39.6	59	53.6	31	70.5
	(3)糖尿病	0	0.0	4	12.5	18	35.3	18	16.7	26	18.7	14	15.2	80	18.6	57	16.5	18	16.4	3	6.8
	(4)血中脂質異常	6	66.7	18	56.3	26	51.0	75	69.4	84	60.4	38	41.3	247	57.3	201	58.1	56	50.9	15	34.1
	合計	9		32		51		108		139		92		431		346		110		44	
男性	(1)肥満	2	40.0	11	42.3	18	52.9	16	27.6	19	32.2	14	34.1	80	35.9	61	34.5	17	29.8	6	40.0
	(2)高血圧	0	0.0	2	7.7	14	41.2	18	31.0	23	39.0	28	68.3	85	38.1	72	40.7	30	52.6	11	73.3
	(3)糖尿病	0	0.0	2	7.7	9	26.5	9	15.5	13	22.0	7	17.1	40	17.9	36	20.3	11	19.3	2	13.3
	(4)血中脂質異常	3	60.0	15	57.7	17	50.0	37	63.8	39	66.1	14	34.1	125	56.1	100	56.5	28	49.1	4	26.7
	合計	5		26		34		58		59		41		223		177		57		15	
女性	(1)肥満	0	0.0	3	50.0	5	29.4	14	28.0	18	22.5	12	23.5	52	25.0	41	24.3	15	28.3	8	27.6
	(2)高血圧	1	25.0	1	16.7	4	23.5	10	20.0	37	46.3	34	66.7	87	41.8	65	38.5	29	54.7	20	69.0
	(3)糖尿病	0	0.0	2	33.3	9	52.9	9	18.0	13	16.3	7	13.7	40	19.2	21	12.4	7	13.2	1	3.4
	(4)血中脂質異常	3	75.0	3	50.0	9	52.9	38	76.0	45	56.3	24	47.1	122	58.7	101	59.8	28	52.8	11	37.9
	合計	4		6		17		50		80		51		208		169		53		29	



表101 どんなことがあれば実行できるか(指導された内容について実行していないと回答した人について)

区分	回答	20~29歳		30~39歳		40~49歳		50~59歳		60~69歳		70歳以上		総数		40~74歳(再掲)		65~74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	(1)わかりやすいリーフレット	0	0.0	2	100.0	2	50.0	3	23.1	0	0.0	0	0.0	7	23.3	5	20.8	0	0.0	0	0.0
	(2)相談する人や場所がある	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	15.4	1	20.0	0	0.0	3	10.0	3	12.5	1	20.0	0	0.0
	(3)支援してくれる場所、FAX、電子メール	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	7.7	0	0.0	0	0.0	1	3.3	1	4.2	0	0.0	0	0.0
	(4)同じ状況の人との交流の場	0	0.0	0	0.0	1	25.0	0	0.0	0	0.0	3	50.0	4	13.3	2	8.3	1	20.0	2	50.0
	(5)その他	0	0.0	0	0.0	2	50.0	7	53.8	2	40.0	2	33.3	13	43.3	12	50.0	3	60.0	1	25.0
	合計	0		2		4		13		5		6		30		24		5		4	
男性	(1)わかりやすいリーフレット	0	0.0	2	100.0	1	50.0	3	33.3	0	0.0	0	0.0	6	28.6	4	22.2	0	0.0	0	0.0
	(2)相談する人や場所がある	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
	(3)支援してくれる場所、FAX、電子メール	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
	(4)同じ状況の人との交流の場	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	50.0	2	9.5	1	5.6	1	25.0	1	50.0
	(5)その他	0	0.0	0	0.0	2	100.0	6	66.7	2	50.0	1	25.0	11	52.4	11	61.1	3	75.0	0	0.0
	合計	0		2		2		9		4		4		21		18		4		2	
女性	(1)わかりやすいリーフレット	0	0.0	0	0.0	1	50.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	11.1	1	16.7	0	0.0	0	0.0
	(2)相談する人や場所がある	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	50.0	1	100.0	0	0.0	3	33.3	3	50.0	1	100.0	0	0.0
	(3)支援してくれる場所、FAX、電子メール	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	25.0	0	0.0	0	0.0	1	11.1	1	16.7	0	0.0	0	0.0
	(4)同じ状況の人との交流の場	0	0.0	0	0.0	1	50.0	0	0.0	0	0.0	1	50.0	2	22.2	1	16.7	0	0.0	1	50.0
	(5)その他	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	25.0	0	0.0	1	50.0	2	22.2	1	16.7	0	0.0	1	50.0
	合計	0		0		2		4		1		2		9		6		1		2	

表102 最終的に医療機関を受診するように勧められたか(健診で肥満、高血圧、糖尿病、血中脂質異常について指摘を受けた人について)

区分	回答	20~29歳		30~39歳		40~49歳		50~59歳		60~69歳		70歳以上		総数		40~74歳(再掲)		65~74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	(1)はい	2	28.6	5	20.8	23	48.9	53	52.5	79	60.3	49	57.0	211	53.3	178	54.8	62	57.9	26	65.0
	(2)いいえ	5	71.4	19	79.2	24	51.1	48	47.5	52	39.7	37	43.0	185	46.7	147	45.2	45	42.1	14	35.0
	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
	合計	7	100.0	24	100.0	47	100.0	101	100.0	131	100.0	86	100.0	396	100.0	325	100.0	107	100.0	40	100.0
男性	(1)はい	2	40.0	3	15.8	19	61.3	28	53.8	35	66.0	23	57.5	110	55.0	94	58.8	34	63.0	11	68.8
	(2)いいえ	3	60.0	16	84.2	12	38.7	24	46.2	18	34.0	17	42.5	90	45.0	66	41.3	20	37.0	5	31.3
	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
	合計	5	100.0	19	100.0	31	100.0	52	100.0	53	100.0	40	100.0	200	100.0	160	100.0	54	100.0	16	100.0
女性	(1)はい	0	0.0	2	40.0	4	25.0	25	51.0	44	56.4	26	56.5	101	51.5	84	50.9	28	52.8	15	62.5
	(2)いいえ	2	100.0	3	60.0	12	75.0	24	49.0	34	43.6	20	43.5	95	48.5	81	49.1	25	47.2	9	37.5
	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
	合計	2	100.0	5	100.0	16	100.0	49	100.0	78	100.0	46	100.0	196	100.0	165	100.0	53	100.0	24	100.0

表103 最終的に医療機関を受診したか(医療機関受診を勧められた人について)

区分	回答	20~29歳		30~39歳		40~49歳		50~59歳		60~69歳		70歳以上		総数		40~74歳(再掲)		65~74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	(1)はい	1	50.0	2	40.0	17	73.9	43	81.1	69	87.3	47	95.9	179	84.8	151	84.8	57	91.9	25	96.2
	(2)いいえ	1	50.0	3	60.0	6	26.1	9	17.0	10	12.7	2	4.1	31	14.7	26	14.6	5	8.1	1	3.8
	無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.9	0	0.0	0	0.0	1	0.5	1	0.6	0	0.0	0	0.0
	合計	2	100.0	5	100.0	23	100.0	53	100.0	79	100.0	49	100.0	211	100.0	178	100.0	62	100.0	26	100.0
男性	(1)はい	1	50.0	1	33.3	13	68.4	25	89.3	31	88.6	21	91.3	92	83.6	80	85.1	32	94.1	10	90.9
	(2)いいえ	1	50.0	2	66.7	6	31.6	3	10.7	4	11.4	2	8.7	18	16.4	14	14.9	2	5.9	1	9.1
	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
	合計	2	100.0	3	100.0	19	100.0	28	100.0	35	100.0	23	100.0	110	100.0	94	100.0	34	100.0	11	100.0
女性	(1)はい	0	0.0	1	50.0	4	100.0	18	72.0	38	86.4	26	100.0	87	86.1	71	84.5	25	89.3	15	100.0
	(2)いいえ	0	0.0	1	50.0	0	0.0	6	24.0	6	13.6	0	0.0	13	12.9	12	14.3	3	10.7	0	0.0
	無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	4.0	0	0.0	0	0.0	1	1.0	1	1.2	0	0.0	0	0.0
	合計	0	0.0	2	100.0	4	100.0	25	100.0	44	100.0	26	100.0	101	100.0	84	100.0	28	100.0	15	100.0

表104 健全な食生活の実践にどのような指針等を参考にしているか

区分	回答	20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		総数		40～74歳(再掲)		65～74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	(1)食事バランスガイド	15	16.9	29	17.1	28	15.4	56	23.8	74	27.5	57	21.2	259	21.3	182	23.2	65	28.6	33	19.3
	(2)食生活指針	7	7.9	7	4.1	11	6.0	25	10.6	26	9.7	22	8.2	98	8.1	70	8.9	18	7.9	14	8.2
	(3)日本人の食事摂取基準	6	6.7	20	11.8	20	11.0	28	11.9	24	8.9	27	10.0	125	10.3	84	10.7	26	11.5	15	8.8
	(4)六つの基礎食品	9	10.1	24	14.1	32	17.6	35	14.9	43	16.0	18	6.7	161	13.3	116	14.8	29	12.8	12	7.0
	(5)3食分類	5	5.6	26	15.3	23	12.6	30	12.8	33	12.3	21	7.8	138	11.4	93	11.9	24	10.6	14	8.2
	(6)その他の指針	2	2.2	5	2.9	3	1.6	11	4.7	11	4.1	9	3.3	41	3.4	29	3.7	10	4.4	5	2.9
	(7)特に参考にしていない	58	65.2	87	51.2	94	51.6	122	51.9	122	45.4	119	44.2	602	49.6	388	49.5	102	44.9	69	40.4
	(8)わからない	10	11.2	23	13.5	24	13.2	27	11.5	35	13.0	73	27.1	192	15.8	103	13.1	37	16.3	56	32.7
	合計	89		170		182		235		269		269		1214		784		227		171	
男性	(1)食事バランスガイド	4	7.8	9	11.8	10	12.0	20	17.7	20	17.2	20	16.9	83	14.9	57	15.7	19	17.9	13	19.7
	(2)食生活指針	3	5.9	3	3.9	3	3.6	12	10.6	3	2.6	7	5.9	31	5.6	19	5.2	3	2.8	6	9.1
	(3)日本人の食事摂取基準	0	0.0	7	9.2	5	6.0	9	8.0	5	4.3	10	8.5	36	6.5	21	5.8	5	4.7	8	12.1
	(4)六つの基礎食品	5	9.8	5	6.6	8	9.6	10	8.8	8	6.9	3	2.5	39	7.0	26	7.1	5	4.7	3	4.5
	(5)3食分類	3	5.9	5	6.6	4	4.8	9	8.0	1	0.9	6	5.1	28	5.0	15	4.1	2	1.9	5	7.6
	(6)その他の指針	0	0.0	2	2.6	3	3.6	3	2.7	2	1.7	3	2.5	13	2.3	10	2.7	4	3.8	1	1.5
	(7)特に参考にしていない	38	74.5	49	64.5	51	61.4	63	55.8	63	54.3	55	46.6	319	57.3	207	56.9	53	50.0	25	37.9
	(8)わからない	6	11.8	10	13.2	15	18.1	20	17.7	29	25.0	39	33.1	119	21.4	78	21.4	31	29.2	25	37.9
	合計	51		76		83		113		116		118		557		364		106		66	
女性	(1)食事バランスガイド	11	28.9	20	21.3	18	18.2	36	29.5	54	35.3	37	24.5	176	26.8	125	29.8	46	38.0	20	19.0
	(2)食生活指針	4	10.5	4	4.3	8	8.1	13	10.7	23	15.0	15	9.9	67	10.2	51	12.1	15	12.4	8	7.6
	(3)日本人の食事摂取基準	6	15.8	13	13.8	15	15.2	19	15.6	19	12.4	17	11.3	89	13.5	63	15.0	21	17.4	7	6.7
	(4)六つの基礎食品	4	10.5	19	20.2	24	24.2	25	20.5	35	22.9	15	9.9	122	18.6	90	21.4	24	19.8	9	8.6
	(5)3食分類	2	5.3	21	22.3	19	19.2	21	17.2	32	20.9	15	9.9	110	16.7	78	18.6	22	18.2	9	8.6
	(6)その他の指針	2	5.3	3	3.2	0	0.0	8	6.6	9	5.9	6	4.0	28	4.3	19	4.5	6	5.0	4	3.8
	(7)特に参考にしていない	20	52.6	38	40.4	43	43.4	59	48.4	59	38.6	64	42.4	283	43.1	181	43.1	49	40.5	44	41.9
	(8)わからない	4	10.5	13	13.8	9	9.1	7	5.7	6	3.9	34	22.5	73	11.1	25	6.0	6	5.0	31	29.5
	合計	38		94		99		122		153		151		657		420		121		105	

表105 食事の際に「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしているか

区分	回答	20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		総数	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	(1)必ずしている	32	36.0	79	46.5	72	39.6	78	33.2	97	36.1	91	33.8	449	37.0
	(2)しばしばしている	23	25.8	38	22.4	46	25.3	35	14.9	55	20.4	41	15.2	238	19.6
	(3)時々している	17	19.1	26	15.3	31	17.0	50	21.3	54	20.1	46	17.1	224	18.5
	(4)あまりしていない	9	10.1	18	10.6	16	8.8	47	20.0	43	16.0	42	15.6	175	14.4
	(5)まったくしていない	8	9.0	9	5.3	17	9.3	25	10.6	19	7.1	47	17.5	125	10.3
	無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.4	2	0.7	3	0.2
	合計	89	100.0	170	100.1	182	100.0	235	100.0	269	100.1	269	99.9	1214	100.0
男性	(1)必ずしている	17	33.3	28	36.8	25	30.1	25	22.1	25	21.6	32	27.1	152	27.3
	(2)しばしばしている	13	25.5	14	18.4	22	26.5	17	15.0	27	23.3	13	11.0	106	19.0
	(3)時々している	10	19.6	14	18.4	13	15.7	25	22.1	24	20.7	16	13.6	102	18.3
	(4)あまりしていない	5	9.8	11	14.5	9	10.8	27	23.9	27	23.3	27	22.9	106	19.0
	(5)まったくしていない	6	11.8	9	11.8	14	16.9	19	16.8	12	10.3	30	25.4	90	16.2
	無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.9	0	0.0	1	0.2
	合計	51	100.0	76	99.9	83	100.0	113	99.9	116	100.1	118	100.0	557	100.0
女性	(1)必ずしている	15	39.5	51	54.3	47	47.5	53	43.4	72	47.1	59	39.1	297	45.2
	(2)しばしばしている	10	26.3	24	25.5	24	24.2	18	14.8	28	18.3	28	18.5	132	20.1
	(3)時々している	7	18.4	12	12.8	18	18.2	25	20.5	30	19.6	30	19.9	122	18.6
	(4)あまりしていない	4	10.5	7	7.4	7	7.1	20	16.4	16	10.5	15	9.9	69	10.5
	(5)まったくしていない	2	5.3	0	0.0	3	3.0	6	4.9	7	4.6	17	11.3	35	5.3
	無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	1.3	2	0.3
	合計	38	100.0	94	100.0	99	100.0	122	100.0	153	100.1	151	100.0	657	100.0

表106 住んでいる地域の郷土料理や伝統食を何種類知っているか。

区分	回答	20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		総数	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	(1)7種類以上	2	2.2	5	2.9	6	3.3	17	7.2	29	10.8	34	12.6	93	7.7
	(2)5～6種類以上	10	11.2	19	11.2	19	10.4	35	14.9	38	14.1	29	10.8	150	12.4
	(3)3～4種類以上	21	23.6	49	28.8	54	29.7	66	28.1	81	30.1	84	31.2	355	29.2
	(4)1～2種類以上	36	40.4	56	32.9	57	31.3	81	34.5	69	25.7	72	26.8	371	30.6
	(5)知らない	20	22.5	41	24.1	43	23.6	36	15.3	50	18.6	48	17.8	238	19.6
	無回答	0	0.0	0	0.0	3	1.6	0	0.0	2	0.7	2	0.7	7	0.6
	合計	89	99.9	170	99.9	182	99.9	235	100.0	269	100.0	269	99.9	1214	100.1
男性	(1)7種類以上	1	2.0	2	2.6	2	2.4	8	7.1	5	4.3	12	10.2	30	5.4
	(2)5～6種類以上	9	17.6	9	11.8	8	9.6	11	9.7	17	14.7	10	8.5	64	11.5
	(3)3～4種類以上	8	15.7	17	22.4	22	26.5	24	21.2	30	25.9	33	28.0	134	24.1
	(4)1～2種類以上	20	39.2	28	36.8	22	26.5	43	38.1	35	30.2	38	32.2	186	33.4
	(5)知らない	13	25.5	20	26.3	27	32.5	27	23.9	27	23.3	24	20.3	138	24.8
	無回答	0	0.0	0	0.0	2	2.4	0	0.0	2	1.7	1	0.8	5	0.9
	合計	51	100.0	76	99.9	83	99.9	113	100.0	116	100.1	118	100.0	557	100.1
女性	(1)7種類以上	1	2.6	3	3.2	4	4.0	9	7.4	24	15.7	22	14.6	63	9.6
	(2)5～6種類以上	1	2.6	10	10.6	11	11.1	24	19.7	21	13.7	19	12.6	86	13.1
	(3)3～4種類以上	13	34.2	32	34.0	32	32.3	42	34.4	51	33.3	51	33.8	221	33.6
	(4)1～2種類以上	16	42.1	28	29.8	35	35.4	38	31.1	34	22.2	34	22.5	185	28.2
	(5)知らない	7	18.4	21	22.3	16	16.2	9	7.4	23	15.0	24	15.9	100	15.2
	無回答	0	0.0	0	0.0	1	1.0	0	0.0	0	0.0	1	0.7	2	0.3
	合計	38	99.9	94	99.9	99	100.0	122	100.0	153	99.9	151	100.1	657	100.0



表107 住んでいる地域の郷土料理や伝統食を何種類作ることができるか。

区分	回答	20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		総数	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	(1)7種類以上	2	2.2	0	0.0	6	3.3	8	3.4	24	8.9	14	5.2	54	4.4
	(2)5～6種類以上	1	1.1	4	2.4	8	4.4	18	7.7	17	6.3	21	7.8	69	5.7
	(3)3～4種類以上	3	3.4	21	12.4	17	9.3	47	20.0	56	20.8	55	20.4	199	16.4
	(4)1～2種類以上	12	13.5	35	20.6	49	26.9	79	33.6	60	22.3	64	23.8	299	24.6
	(5)知らない	71	79.8	110	64.7	101	55.5	83	35.3	109	40.5	112	41.6	586	48.3
	無回答	0	0.0	0	0.0	1	0.5	0	0.0	3	1.1	3	1.1	7	0.6
	合計	89	100.0	170	100.1	182	99.9	235	100.0	269	99.9	269	99.9	1214	100.0
男性	(1)7種類以上	1	2.0	0	0.0	2	2.4	2	1.8	1	0.9	2	1.7	8	1.4
	(2)5～6種類以上	0	0.0	2	2.6	2	2.4	2	1.8	1	0.9	1	0.8	8	1.4
	(3)3～4種類以上	2	3.9	6	7.9	5	6.0	7	6.2	10	8.6	10	8.5	40	7.2
	(4)1～2種類以上	2	3.9	9	11.8	5	6.0	34	30.1	22	19.0	27	22.9	99	17.8
	(5)知らない	46	90.2	59	77.6	69	83.1	68	60.2	80	69.0	76	64.4	398	71.5
	無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	1.7	2	1.7	4	0.7
	合計	51	100.0	76	99.9	83	99.9	113	100.1	116	100.1	118	100.0	557	100.0
女性	(1)7種類以上	1	2.6	0	0.0	4	4.0	6	4.9	23	15.0	12	7.9	46	7.0
	(2)5～6種類以上	1	2.6	2	2.1	6	6.1	16	13.1	16	10.5	20	13.2	61	9.3
	(3)3～4種類以上	1	2.6	15	16.0	12	12.1	40	32.8	46	30.1	45	29.8	159	24.2
	(4)1～2種類以上	10	26.3	26	27.7	44	44.4	45	36.9	38	24.8	37	24.5	200	30.4
	(5)知らない	25	65.8	51	54.3	32	32.3	15	12.3	29	19.0	36	23.8	188	28.6
	無回答	0	0.0	0	0.0	1	1.0	0	0.0	1	0.7	1	0.7	3	0.5
	合計	38	99.9	94	100.1	99	99.9	122	100.0	153	100.1	151	99.9	657	100.0

表108 アンケート項目のうち県健康増進計画の指標としている項目の結果(割合及び標準誤差)

分野	指標	割合	標準誤差
栄養・食生活	栄養成分表示がされた食品を利用する者の割合(15歳以上)	35.6%	1.6%
	栄養成分表示を食事の適量を判断するために活用している者の割合(15歳以上)	18.3%	1.2%
	家族や友人等2人以上で楽しい食事をする者の割合(朝食)(15歳以上)	67.9%	1.6%
	家族や友人等2人以上で楽しい食事をする者の割合(夕食)(15歳以上)	78.7%	1.3%
	食事バランスガイド等の利用率(20歳以上)	34.6%	2.2%
身体活動・運動	意識して体を動かすよう心がけている者の割合(15歳以上)(男性)	49.6%	2.1%
	意識して体を動かすよう心がけている者の割合(16歳以上)(女性)	61.2%	1.9%
こころの健康	睡眠による休養が十分にとれている者の割合(15歳以上)(男性)	77.8%	2.2%
	睡眠による休養が十分にとれている者の割合(15歳以上)(女性)	78.0%	1.7%
	ストレスが過度であると感じる者の割合(15歳以上)男性	10.5%	1.5%
	ストレスが過度であると感じる者の割合(15歳以上)女性	14.8%	1.4%
	ストレスがあると感じる者の割合(15歳以上)男性	59.6%	2.4%
	ストレスがあると感じる者の割合(15歳以上)女性	71.8%	1.9%
	疲労感を持つ者の割合(15歳以上)男性	37.7%	2.3%
	疲労感を持つ者の割合(15歳以上)女性	39.0%	2.4%
	自分にあったストレスの対処法を知り実践している者の割合(15歳以上)(男性)	45.3%	2.1%
	自分にあったストレスの対処法を知り実践している者の割合(15歳以上)(女性)	49.3%	2.4%
アルコール	「節度ある適度な飲酒」(1日平均純アルコールで約20g程度)に関する知識を持つ者の割合(男性)	82.4%	1.7%
	「節度ある適度な飲酒」(1日平均純アルコールで約20g程度)に関する知識を持つ者の割合(女性)	89.8%	1.6%
	多量飲酒者の割合(男性)	4.8%	1.1%
	多量飲酒者の割合(女性)	0.5%	0.3%
	「アルコール依存症者・回復者は完全断酒が必要である」ことを知っている者の割合	63.7%	1.8%
たばこ	喫煙する者の割合(男性)	39.5%	2.1%
	喫煙する者の割合(女性)	7.6%	1.0%
生活習慣病	自分の血圧値を知っている者の割合(男性)	86.7%	1.4%
	自分の血圧値を知っている者の割合(女性)	89.3%	1.1%