

健康・食生活に関する意識の推移 20歳以上年齢調整値

すべての年度において同じ年齢構成(平成17年国勢調査男女計人口)を基準に年齢調整した値を掲載

項目	性別	平成19年			平成22年			平成25年			平成28年			
		人数	割合	標準誤差	人数	割合	標準誤差	人数	割合	標準誤差	人数	割合	標準誤差	
※ 1 食事の時に気を付けていること	「バランスよく食べる」	男性	557	25.3	1.9	472	23.0	2.3				688	40.4	1.8
		女性	657	40.9	2.0	522	48.4	2.5				786	63.0	3.3
		男女計	1,214	33.1	1.4	994	35.7	1.7				1,474	51.7	2.1
	「野菜を多く食べる」	男性	557	41.6	2.1	472	40.3	2.6				688	48.2	1.8
		女性	657	55.3	2.1	522	51.9	2.6				786	73.5	2.1
		男女計	1,214	48.4	1.5	994	46.1	1.8				1,474	60.9	1.7
	「塩分を控える」	男性	557	30.3	1.9	472	32.0	2.3				688	32.2	1.7
		女性	657	37.6	1.9	522	31.9	2.1				786	50.0	1.6
		男女計	1,214	33.9	1.3	994	31.9	1.6				1,474	41.1	1.4
	「油、油脂を控える」	男性	557	33.7	2.1	472	32.3	2.7				688	21.1	1.9
		女性	657	38.3	2.0	522	34.2	2.2				786	39.3	1.7
		男女計	1,214	36.0	1.4	994	33.2	1.8				1,474	30.2	1.5
「特に気をつけていない」	男性	557	28.4	2.0	472	27.0	2.8				688	33.2	1.9	
	女性	657	7.2	1.2	522	9.8	1.7				786	9.9	1.4	
	男女計	1,214	17.8	1.2	994	18.4	1.6				1,474	21.6	1.2	
家族や友人等2人以上で楽しい食事をする人の割合(朝食)	男性	557	61.9	2.0	471	58.1	1.9	635	57.2	2.7	683	52.0	2.9	
	女性	657	70.3	2.0	521	65.4	2.4	723	70.4	2.2	783	63.1	2.3	
	男女計	1,214	66.1	1.4	992	60.4	1.8	1,358	63.8	2.0	1,466	57.6	2.2	
家族や友人等2人以上で楽しい食事をする人の割合(夕食)	男性	557	72.5	1.9	471	66.9	2.6	635	72.2	2.3	682	67.1	2.5	
	女性	657	82.1	1.6	520	82.0	2.1	723	80.9	2.1	782	78.5	1.9	
	男女計	1,214	77.3	1.3	991	74.5	1.7	1,358	76.6	1.6	1,464	72.8	1.9	
外食時や食品購入時に栄養成分表示を活用している人(「いつも参考にしている」及び「時々参考にしている」)人の割合	男性	557	20.1	1.7	542	26.5	2.3	634	21.3	1.6	687	27.2	2.3	
	女性	657	49.5	2.1	593	53.7	2.9	727	52.4	2.5	784	58.8	2.6	
	男女計	1,214	34.8	1.3	1,135	40.6	1.8	1,361	36.9	1.6	1,471	43.0	2.0	
主食・主菜・副菜がそろった食事を1日2回以上とっている日が「ほとんど毎日」と回答した人の割合	男性							633	45.6	2.9	688	45.2	3.0	
	女性							727	53.1	2.7	784	53.1	3.4	
	男女計							1,360	49.4	2.4	1,472	49.1	2.8	
普段から健康のために意識的に「体を動かすようにしている」と回答した人の割合	男性	557	47.7	2.2	542	53.2	2.3	634	48.6	2.8	688	56.5	1.8	
	女性	657	60.0	2.1	594	54.7	2.1	727	55.6	3.5	784	52.7	2.1	
	男女計	1,214	53.8	1.5	1,136	53.9	1.5	1,361	52.1	2.4	1,472	54.6	1.5	

※1 平成28年のアンケート設問は「あてはまる項目をすべて選択」、平成19年及び平成22年のアンケート設問は「あてはまる項目を3つまで選択」

### 生活習慣に関する意識の推移 20歳以上年齢調整値

すべての年度において同じ年齢構成(平成17年国勢調査男女計人口)を基準に年齢調整した値を掲載

項目	性別	平成19年			平成22年			平成25年			平成28年		
		人数	割合	標準誤差	人数	割合	標準誤差	人数	割合	標準誤差	人数	割合	標準誤差
睡眠による休養が十分にとれている人(「十分とれている」及び「まあまあとれている」と回答した人)の割合	男性	557	75.9	1.9	472	74.8	2.2	634	78.3	2.0	688	81.7	1.8
	女性	657	76.9	1.8	522	85.9	1.8	727	76.7	2.2	786	77.1	1.4
	男女計	1,214	76.4	1.3	994	80.4	1.4	1,361	77.5	1.4	1,474	79.4	1.3
自分の血圧値を「知っている」と回答した人の割合	男性	557	83.5	1.6	471	78.7	2.5	635	82.9	1.9	687	83.8	1.7
	女性	657	86.6	1.6	521	85.1	1.6	729	87.4	2.0	783	86.5	1.6
	男女計	1,214	85.1	1.1	992	81.9	1.5	1,364	85.2	1.4	1,470	85.2	1.2
※ <sub>2</sub> 受動喫煙 「職場」において受動喫煙の機会があった人(受動喫煙の頻度が「月1回以上」と回答した人)	男性							279	48.9	3.9	317	37.5	2.5
	女性							396	28.9	2.6	453	24.6	2.5
	男女計							675	37.5	2.6	770	30.2	1.7
「飲食店」において受動喫煙の機会があった人(受動喫煙の頻度が「月1回以上」と回答した人)	男性							266	50.3	4.8	310	46.9	3.1
	女性							430	44.5	3.9	469	39.5	2.8
	男女計							696	46.8	3.7	779	42.5	2.1
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人(1日当たりの飲酒量が男性2合以上、女性1合以上に該当する人)	男性							631	13.2	1.9	685	10.8	1.5
	女性							724	8.8	1.3	781	7.3	1.3
	男女計							1,355	11.0	1.2	1,466	9.0	1.2
「住んでいる地域の人々はお互いに助け合っていると 思っている人(「強くそう思う」及び「どちらかといえば そう思う」と回答した人)」の割合	男性							631	53.9	3.0	686	59.0	4.8
	女性							725	54.2	2.9	783	60.0	4.2
	男女計							1,356	54.1	2.5	1,469	59.5	4.3

※2 「喫煙者」及び「行かなかった人」を除外して集計した値

### 朝食欠食の割合の推移 20歳以上年齢調整値

すべての年度において同じ年齢構成(平成17年国勢調査男女計人口)を基準に年齢調整した値を掲載

性別	平成19年			平成22年			平成25年			平成28年		
	人数	平均値	標準誤差	人数	平均値	標準誤差	人数	平均値	標準誤差	人数	平均値	標準誤差
男性	478	9.8	1.5	480	8.7	2.1	572	12.2	1.7	563	14.7	2.2
女性	559	7.0	1.4	535	5.9	1.6	657	7.5	1.4	641	7.2	1.7
男女計	1,037	8.4	1.0	1,015	7.3	1.6	1,229	9.8	1.3	1,204	11.0	1.6

朝食欠食の割合とは、食事調査を実施した調査日において朝食を欠食した人の割合

朝食欠食は以下のいずれかに該当する

- ①何も口にできなかった ②菓子・果物・乳飲料・嗜好飲料などの食品のみ摂取した ③錠剤・カプセル・顆粒状のビタミン・ミネラル、栄養ドリンク剤のみの場合