

**「元気はしま 21(羽島市第 2 期健康増進計画)」  
最終評価に関する市民アンケート調査報告**

**令和 4 年 8 月  
羽島市**

# I 調査の概要

## 1 調査目的

本調査は、「元気はしま 21(羽島市第 2 期健康増進計画)」の最終評価策定に伴い、市民の健康状態、健康づくりの意識・活動、生活習慣等に関する実態を把握し、計画の評価に活用することを目的として、市民に対してアンケートを実施しました。

## 2 調査対象者・期間・調査方法

### 【母子】健康意識調査(母子)

調査対象者	① 乳児健診の母子 ② 1 歳 6 ヶ月児健診の母子 ③ 3 歳児健診の母子
調査期間	令和 3 年 9 月～令和 4 年 2 月
調査方法	健診の案内に同封し郵送、健診当日に回収
回答状況	配布数①210 人、②197 人、③237 人 回答数①195 人、②184 人、③216 人 回答率①92.9%、②93.4%、③91.1%

### 【児童・生徒】毎日の生活についてのアンケート

調査対象者	①市内 8 小学校の 6 年生、義務教育学校の 6 年生 (各学校 1 クラスずつ) ②市内 4 中学校の 3 年生、義務教育学校の 9 年生 (各学校 1 クラスずつ) ③市内高校の 3 年生(全生徒)
調査期間	令和 3 年 10 月
調査方法	学校を通じた配布・回収
回答状況	配布数①275 人、②155 人、③160 人 回答数①270 人、②151 人、③122 人 回答率①98.2%、②97.4%、③76.3%

### 【成人】市民健康意識調査

調査対象者	20 歳から 74 歳の層化無作為抽出した市民
調査期間	令和 3 年 9～10 月
調査方法	郵送による配布・回収
回答状況	配布数:2,500 人 回収数:1,020 人 回答率:40.8%

### 3 調査結果の見方

- (1)文中の「n」はアンケートの回答者のサンプル数(件数)を示しています。
- (2)集計結果の%表示は、少数点以下第2位を四捨五入してありますので、内訳の合計が100%にならない場合があります。

## II 調査結果

### 【母子】健康意識調査

#### (1) 回答状況

- ①乳児健診の母子 195 人
- ②1歳6か月児健診の母子 184 人
- ③3歳児健診の母子 216 人

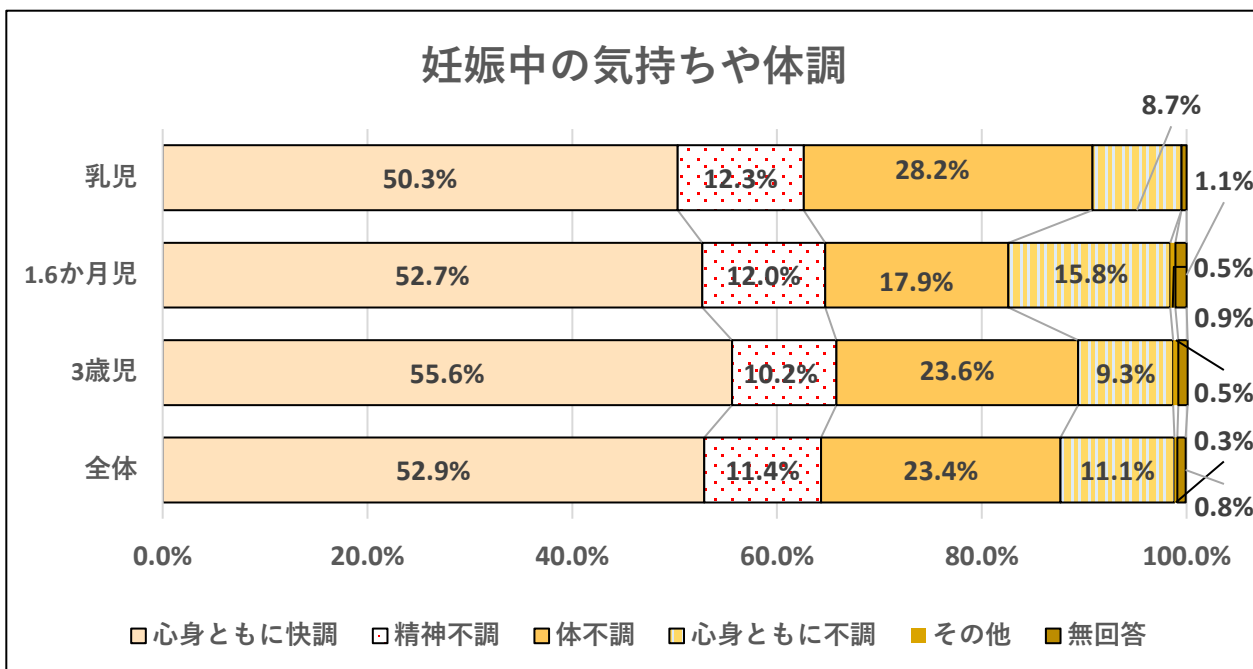
#### (2) 回答内容

##### 1 妊娠・出産について

【妊娠中の気持ちや体調】(乳児n=195 1歳6か月児n=184 3歳児n=216)

心身ともに快調の割合は、乳児 50.3%、1歳6か月児 52.7%、3歳児 55.6%、全体では 52.9%となっています。快調の方と何らかの不調のある方の割合はおおむね半々です。

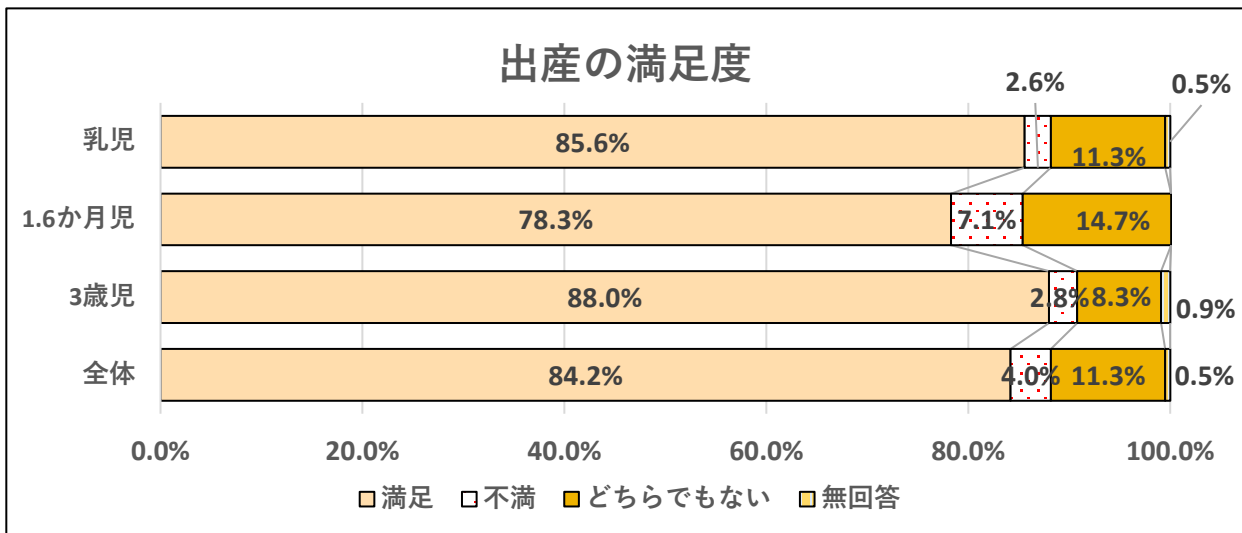
図表 1 妊娠中の気持ちや体調



【出産における満足度】(乳児n=195 1歳6か月児n=184 3歳児n=216)

満足の割合は、乳児 85.6%、1歳6か月児 78.3%、3歳児 88.0%、全体では 84.2%となっています。一方で不満の割合は、乳児 2.6%、1歳6か月児 7.1%、3歳児 2.8%、全体では 4.0%となっています。

図表 2 出産における満足度

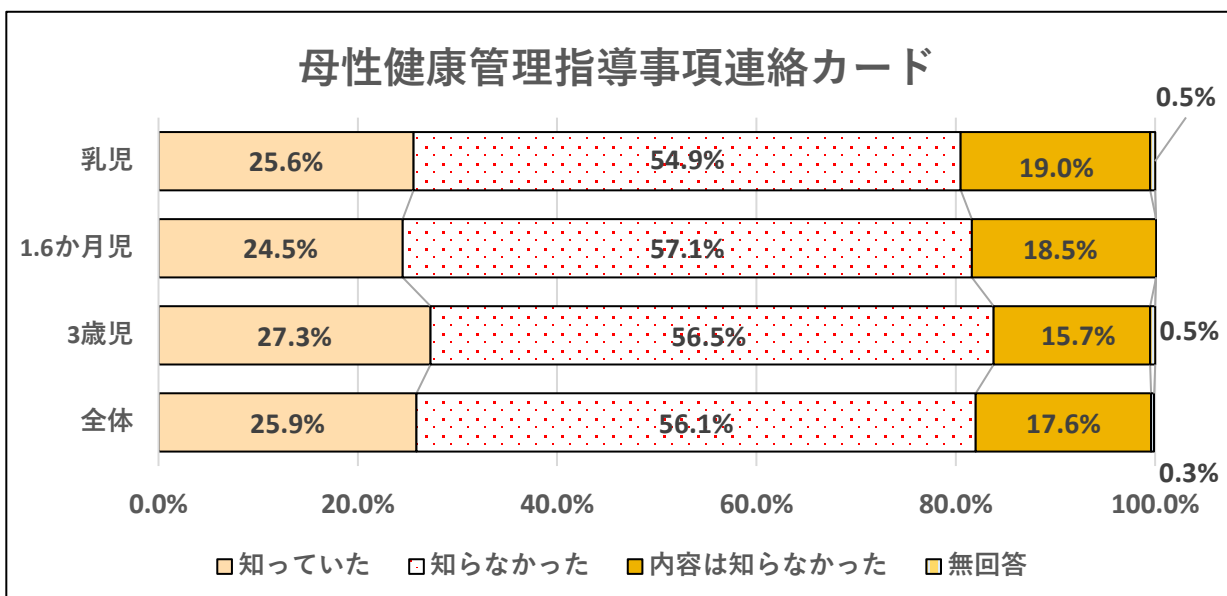


【母性健康管理指導事項連絡カードについて】

(乳児n=195 1歳6か月児n=184 3歳児n=216)

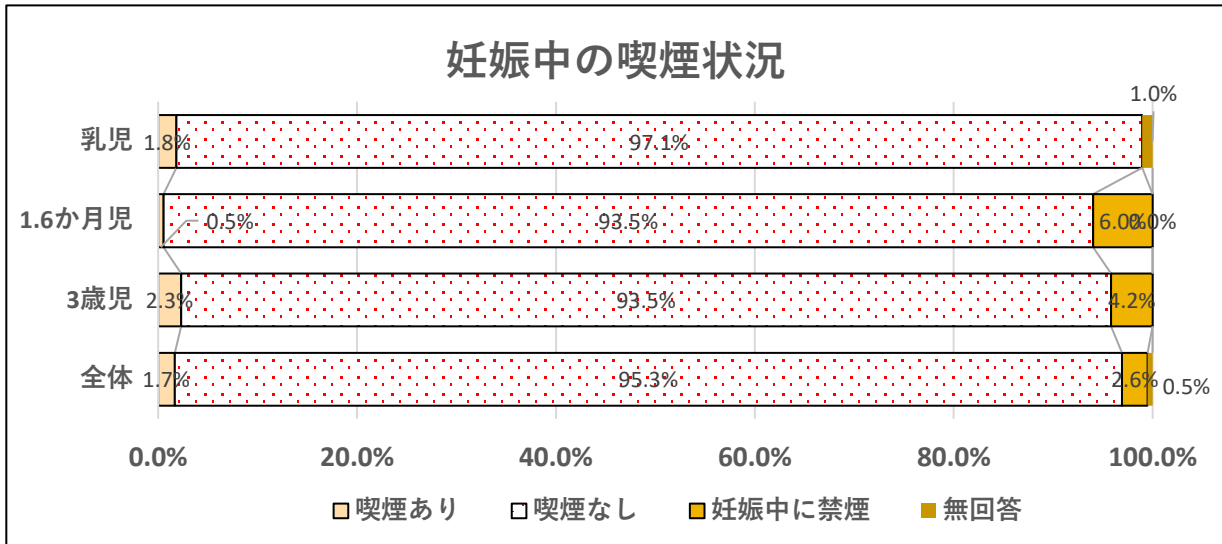
母性健康管理指導事項連絡カードを知っていた割合は、乳児 25.6%、1歳6か月児 24.5%、3歳児 27.3%、全体では 25.9%となっています。一方で知らなかった割合は、乳児 54.9%、1歳6か月児 57.1%、3歳児 56.5%、全体では 56.1%となっています。母子健康管理指導事項連絡カードの認知度は低い状況です。

図表 3 母性健康管理指導事項連絡カード



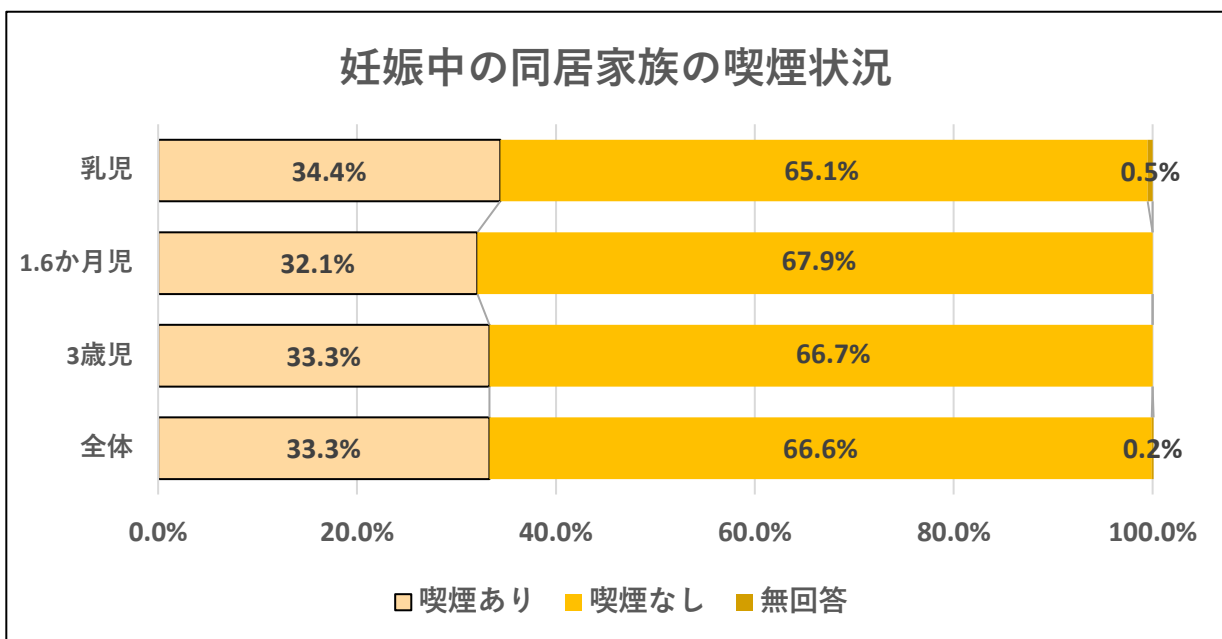
【妊娠中の喫煙状況】(乳児 n=382 1歳6か月児n=184 3歳児n=216)  
 妊娠中に喫煙していた割合は、乳児 1.8%、1歳6か月児 0.5%、3歳児 2.3%、全体 1.7%となっています。喫煙していない割合は、乳児 97.1%、1歳6か月児、3歳児ともに 93.5%、全体 95.3%となっています。(※乳児は、2021年度乳児健診にて回収した国の調査「健やか親子 21」アンケート 382人の回答)

図表 4 妊娠中の喫煙状況



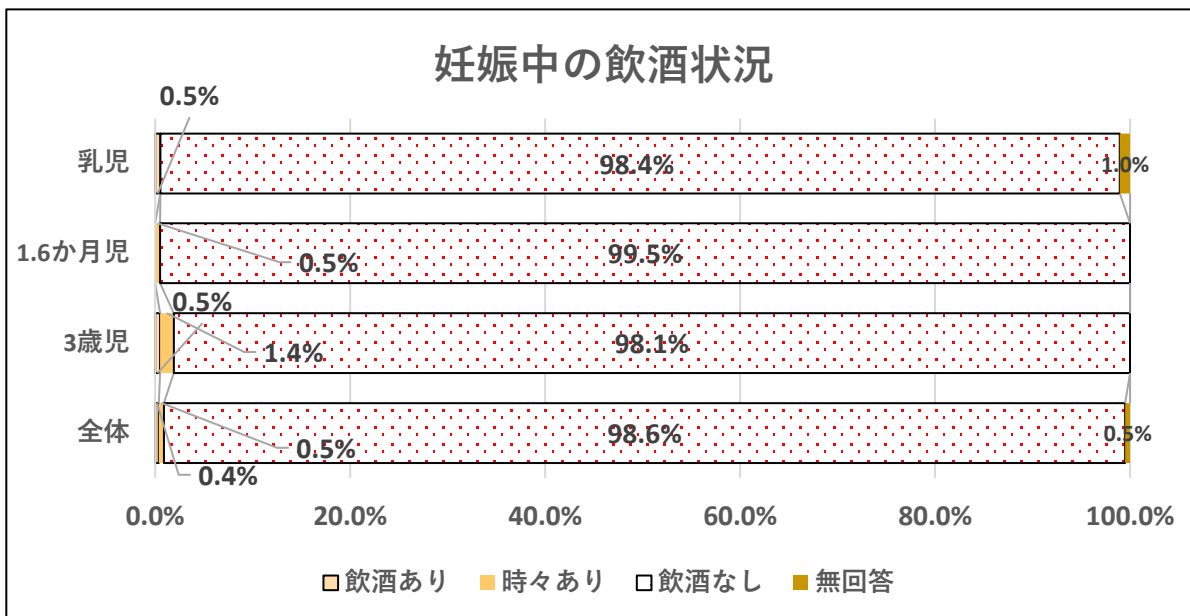
【妊娠中の同居家族の喫煙状況】(乳児n=195 1歳6か月児n=184 3歳児n=216)  
 妊娠中に同居家族が喫煙していた割合は、乳児 34.4%、1歳6か月児 32.1%、3歳児 33.3%、全体で 33.3%となっています。

図表 5 妊娠中の同居家族の喫煙状況



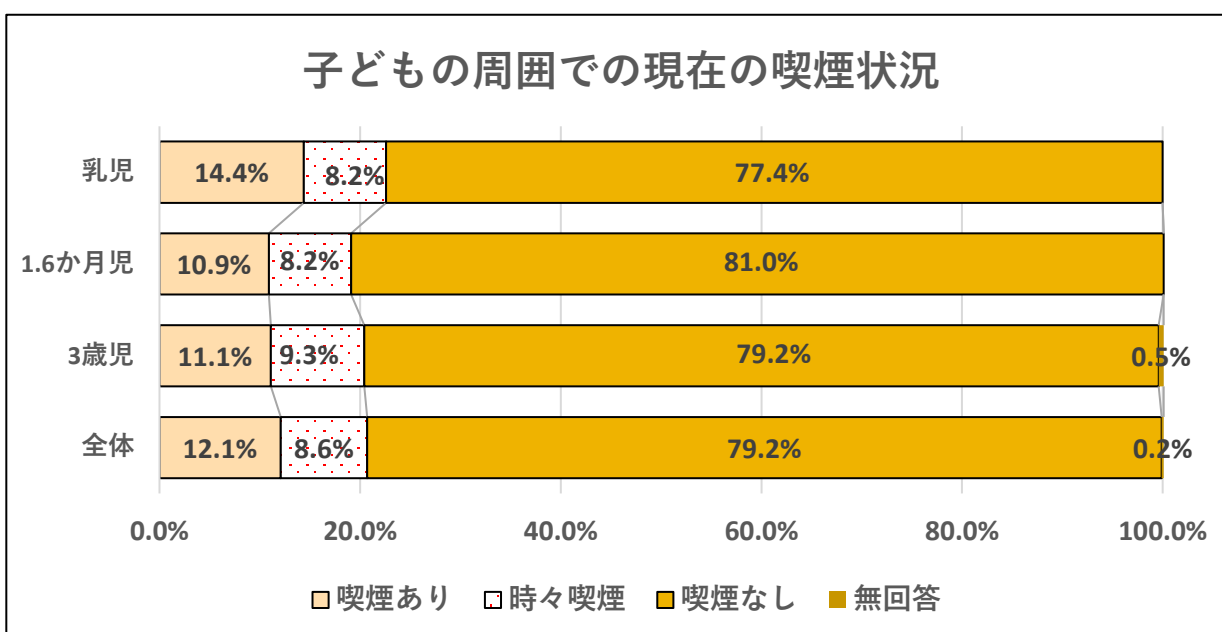
【妊娠中の飲酒状況】(乳児n=382 1歳6か月児n=184 3歳児n=216)  
 妊娠中に飲酒していた(時々も含む)割合は、乳児 0.5%、1歳6か月児 0.5%、3歳児 1.9%、全体 0.4%となっています。一方で、飲酒をしていない割合は、乳児 98.4%、1歳6か月児 99.5%、3歳児 98.1%、全体 98.6%となっています。(※乳児は、2021年度乳児健診にて回収した 国の調査「健やか親子21」アンケート 382人の回答)

図表 6 妊娠中の飲酒状況



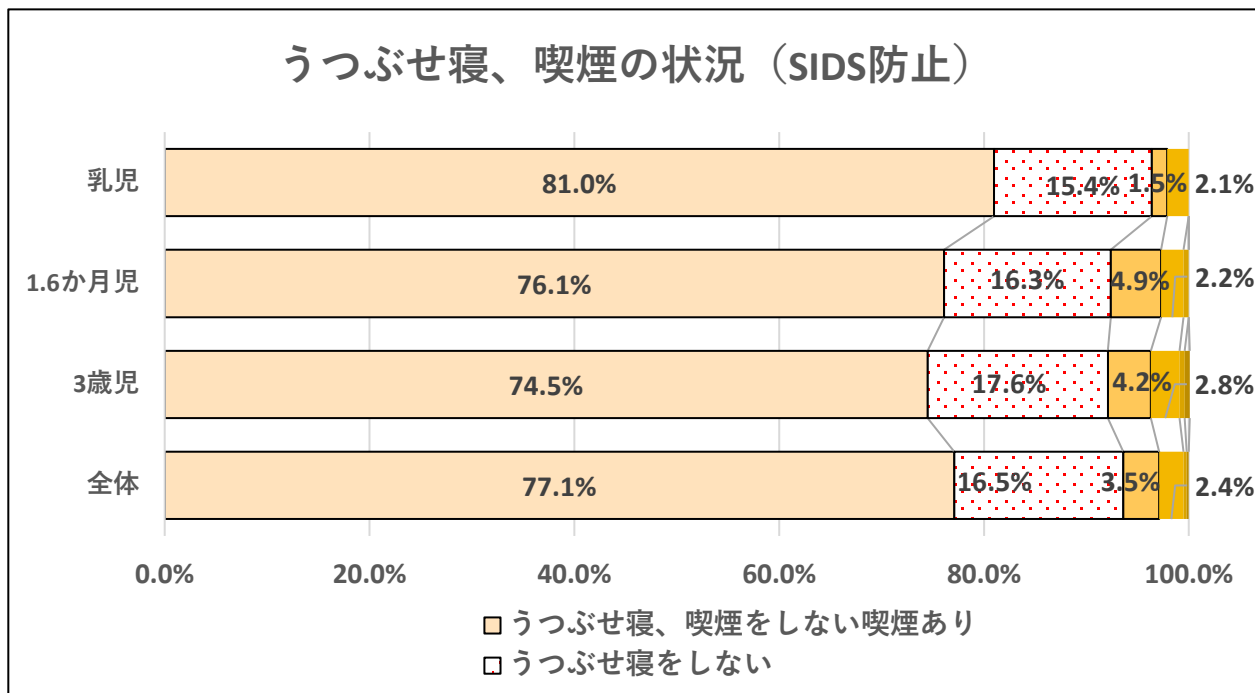
【子どもの周囲での喫煙状況】(乳児n=195 1歳6か月児n=184 3歳児n=216)  
 現在、子どもの周囲での喫煙している割合(時々も含む)は、乳児 22.6%、1歳6か月児 19.1%、3歳児 20.4%、全体 20.7%となっています。

図表 7 子どもの周囲での喫煙状況



【乳児期の SIDS 予防の状況】(乳児n=195 1歳6か月児n=184 3歳児n=216)  
 乳児期にうつぶせ寝、喫煙を防いだ割合は、乳児 81.0%、1歳6か月児 76.1%、3歳児 74.5%、全体 77.1%となっています。一方、気をつけていなかった割合は、乳児 2.1%、1歳6か月児 2.2%、3歳児 2.8%、全体 2.4%となっています。

図表 8 乳児期の SIDS 予防の状況

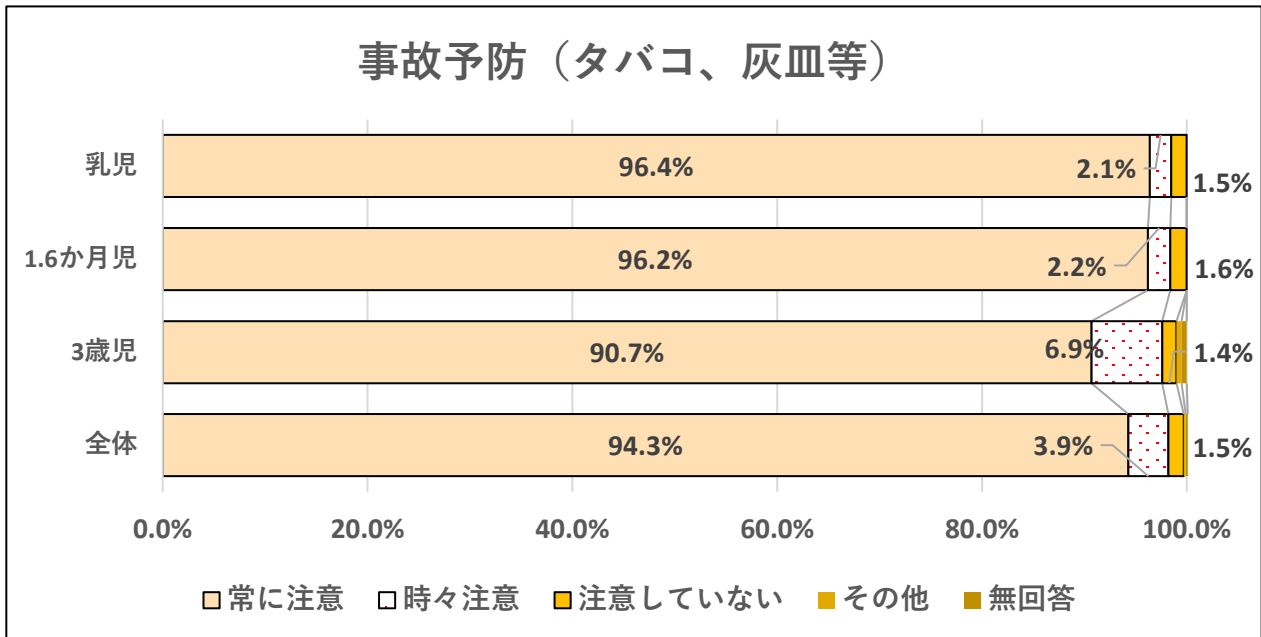


	うつぶせ寝、喫煙をしない喫煙あり	うつぶせ寝をしない	喫煙をしない	気をつけていなかった	その他	無回答
乳児	81.0%	15.4%	1.5%	2.1%	0.0%	0.0%
1.6か月児	76.1%	16.3%	4.9%	2.2%	0.5%	0.0%
3歳児	74.5%	17.6%	4.2%	2.8%	0.5%	0.5%
全体	77.1%	16.5%	3.5%	2.4%	0.3%	0.2%

【事故予防の状況】(乳児n=195 1歳6か月児n=184 3歳児n=216)

事故予防のためタバコや灰皿、口に入れると危険なものを子どもの周りに置かないように常に注意している割合は、乳児 96.4%、1歳6か月児 96.2%、3歳児 90.7%、全体では 94.3%となっています。一方、特に注意していない割合は、乳児 1.5%、1歳6か月児 1.6%、3歳児 1.4%、全体 1.5%となっています。年齢が上がるにつれて常に注意している割合が減少しています。

図表 9 事故予防の状況



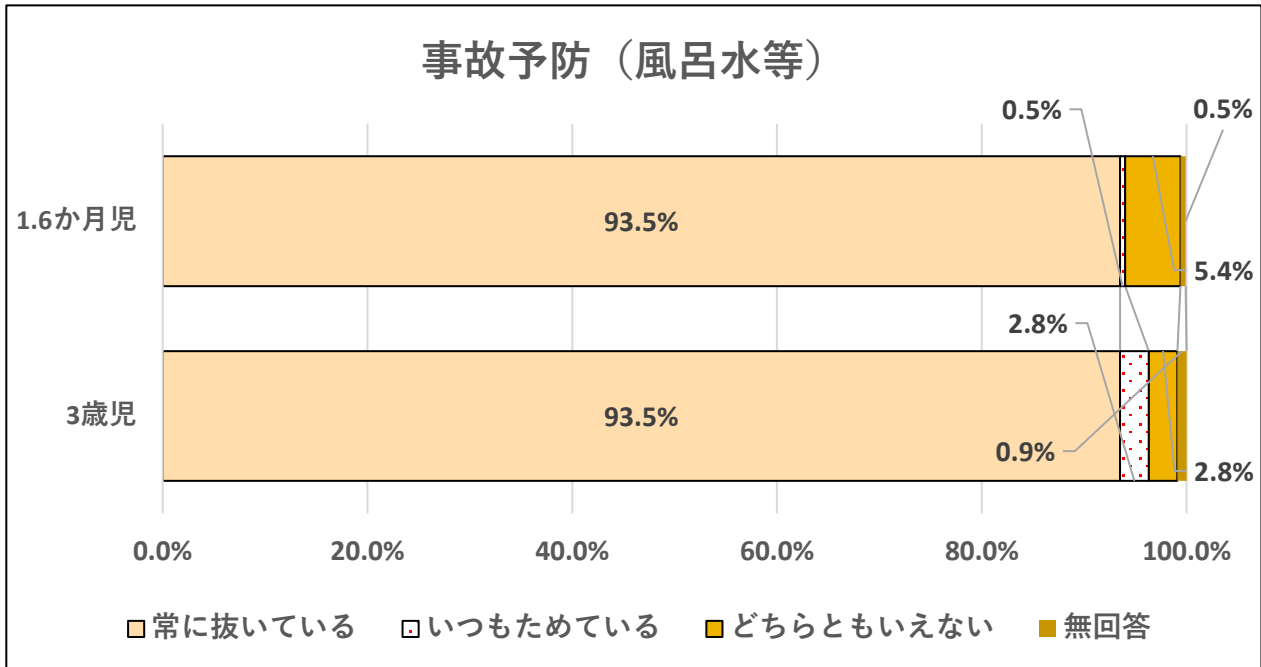
	常に注意	時々注意	注意して いない	その他	無回答
乳児	96.4%	2.1%	1.5%	0.0%	0.0%
1.6か月児	96.2%	2.2%	1.6%	0.0%	0.0%
3歳児	90.7%	6.9%	1.4%	0.5%	0.5%
全体	94.3%	3.9%	1.5%	0.2%	0.2%



【事故予防の状況】(1歳6か月児n=184 3歳児n=216)

事故予防のために風呂水を常に抜いている割合は、1歳6か月児 93.5%、3歳児 93.5% となっています。

図表 10 事故予防の状況

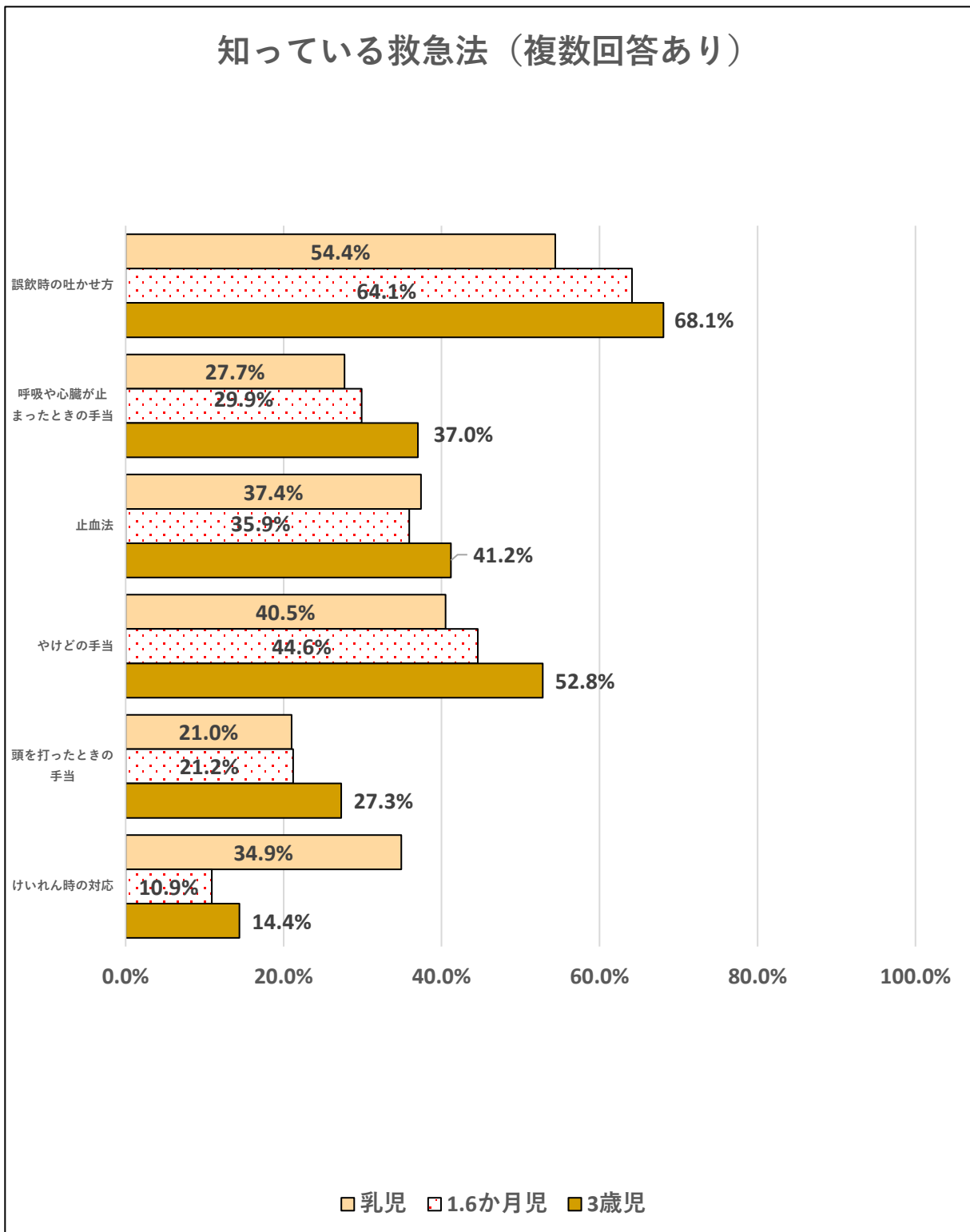


### 【知っている救急法】(複数回答あり)

(乳児n=195 1歳6か月児n=184 3歳児n=216)

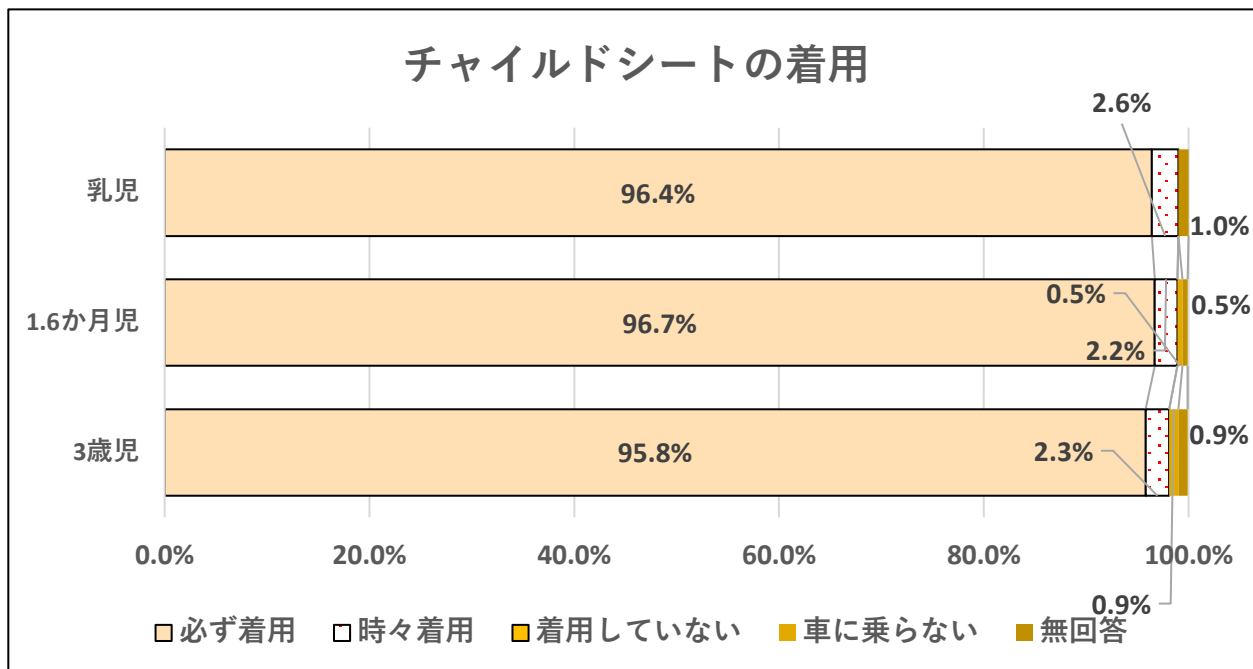
知っている救急法の中で、呼吸や心臓が止まった時の手当を知っている割合は、乳児27.7%、1歳6か月児29.9%、3歳児37.0%となっています。

図表 11 知っている救急法



【チャイルドシートの着用】(乳児n=195 1歳6か月児n=184 3歳児n=216)  
 チャイルドシートを必ず着用している割合は、乳児 96.4%、1歳6か月児 96.7%、3歳児 95.8%となっています。

図表 12 チャイルドシートの着用

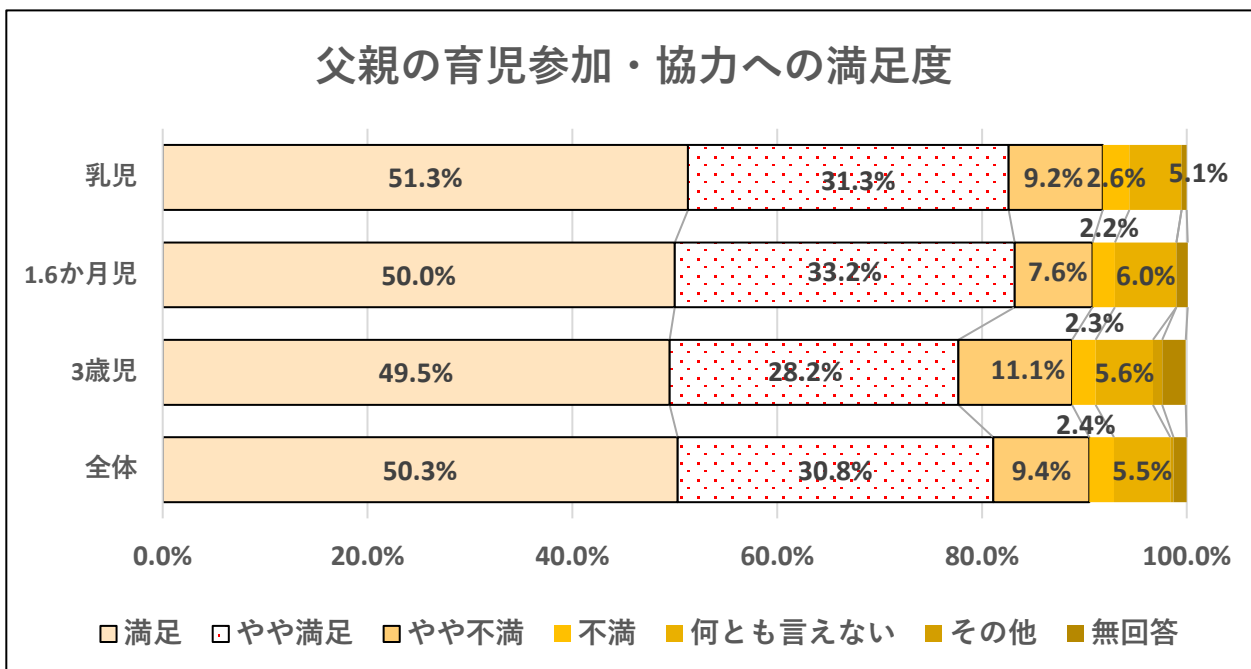


### 【父親の育児参加・協力への満足度】

(乳児n=195 1歳6か月児n=184 3歳児n=216)

父親の育児参加・協力への満足(やや満足もあわせて)している割合は、乳児 82.6%、1歳6か月児 83.2%、3歳児 77.7%、全体 81.1%となっています。

図表 13 父親の育児参加・協力への満足度



	満足	やや満足	やや不満	不満	何とも言えない	その他	無回答
乳児	51.3%	31.3%	9.2%	2.6%	5.1%	0.0%	0.5%
1.6か月児	50.0%	33.2%	7.6%	2.2%	6.0%	0.0%	1.1%
3歳児	49.5%	28.2%	11.1%	2.3%	5.6%	0.9%	2.3%
全体	50.3%	30.8%	9.4%	2.4%	5.5%	0.3%	1.3%

図表 14 目標値一覧(母子)

	項目	基準値 (H23)	目標値	【参考】 前回数 (H28)	現状値 (R3)	基準値との比較 目標達成◎ 改善○ 悪化■
妊娠出産に関する安全性の快適さの確保	妊娠中、心身ともに快調であると感じた人の割合	49.6%	100.0%	49.9%	52.9%	○
	出産について満足している人の割合	81.4%	100%	81.3%	84.2%	○
	母子健康管理指導事項連絡カードを知っている妊婦の割合	31.2%	100%	28.7%	25.9%	■
	妊娠中の喫煙率	3.6%	0%	2.9%	1.7%	○
	妊娠中の同居者の喫煙率	36.7%	0%	37.2%	33.3%	○
	妊娠中の飲酒率	5.5%	0%	0.2%	0.4%	○

	項目	基準値 (H23)	目標値	【参考】 前回値 (H28)	現状値 (R3)	基準値との比較 目標達成◎ 改善○ 悪化■
育児環境と事故防止	育児期間中の自宅での喫煙率 (こどもの周囲で吸っている喫煙者)	26.8%	なくす	25.2%	20.7%	○
	乳児期にうつぶせ寝を防いでいない割合	5.8%	なくす	4.3%	2.4%	○
	事故防止対策を実施している家庭の割合					
	1歳6か月児	81.4%	100%	86.8%	96.2%	○
	3歳児	85.0%	100%	87.1%	90.7%	○
	心肺蘇生法を知っている家庭の割合					
	乳児	16.9%	100%	18.1%	27.7%	○
	1歳6か月児	14.9%	100%	15.8%	29.9%	○
	3歳児	15.7%	100%	14.3%	37.0%	○
	チャイルドシートを必ずしている割合					
	乳児	85.3%	100%	94.5%	96.4%	○
	1歳6か月児	81.4%	100%	92.2%	96.7%	○
	3歳児	74.0%	100%	87.1%	95.8%	○

## 【児童・生徒】毎日の生活についてのアンケート

### (1)回答状況

#### ①小学校 6 年生、義務教育学校 6 年生

区分	全体	足近	小熊	正木	竹鼻	中央	福寿	堀津	中島	桑原
回答数	270	21	22	33	38	35	35	32	36	18

#### ②中学 3 年生、義務教育学校 9 年生

区分	全体	羽島	竹鼻	中央	中島	桑原
回答数	151	33	36	34	31	17

#### ③高校 3 年生

区分	全体
回答数	122

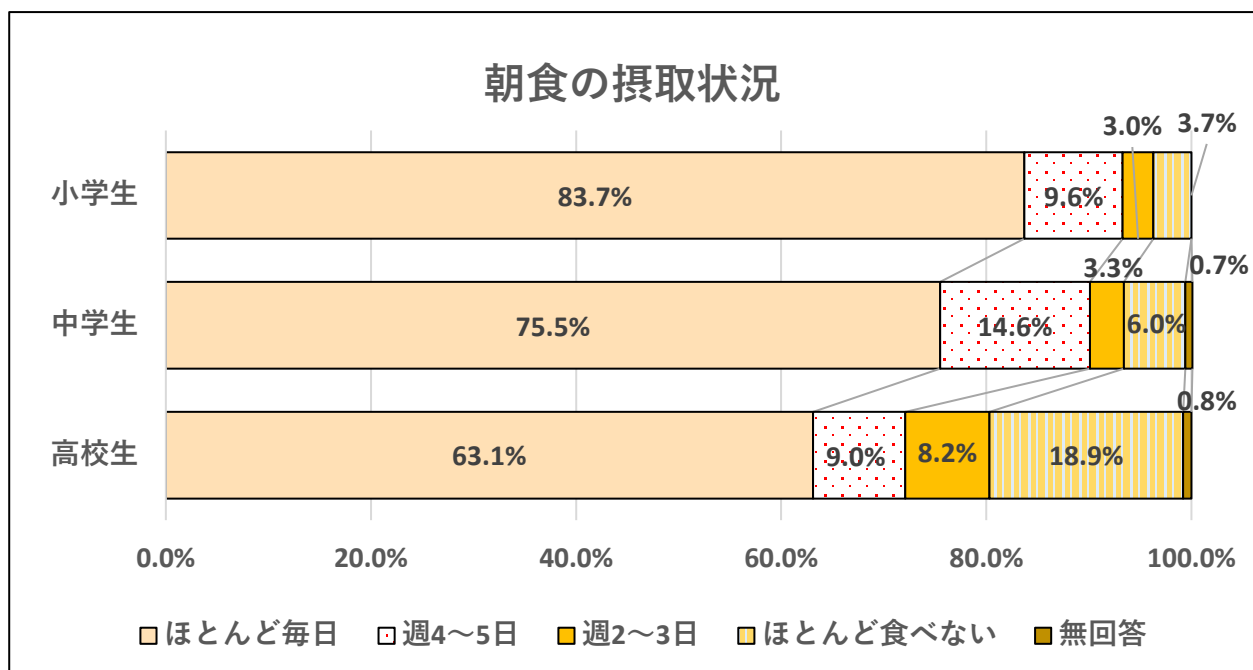
### (2)回答内容

#### 1 栄養・食生活

【朝食の摂取状況】(小学生n=270 中学生n=151 高校生n=122)

ほとんど毎日食べる割合は、小学生 83.7%、中学生 75.5%、高校生 63.1%となっています。一方で、ほとんど食べない割合は、小学生 3.7%、中学生 6.0%、高校生 18.9%であり、年齢とともに、朝食の欠食率が増加しています。

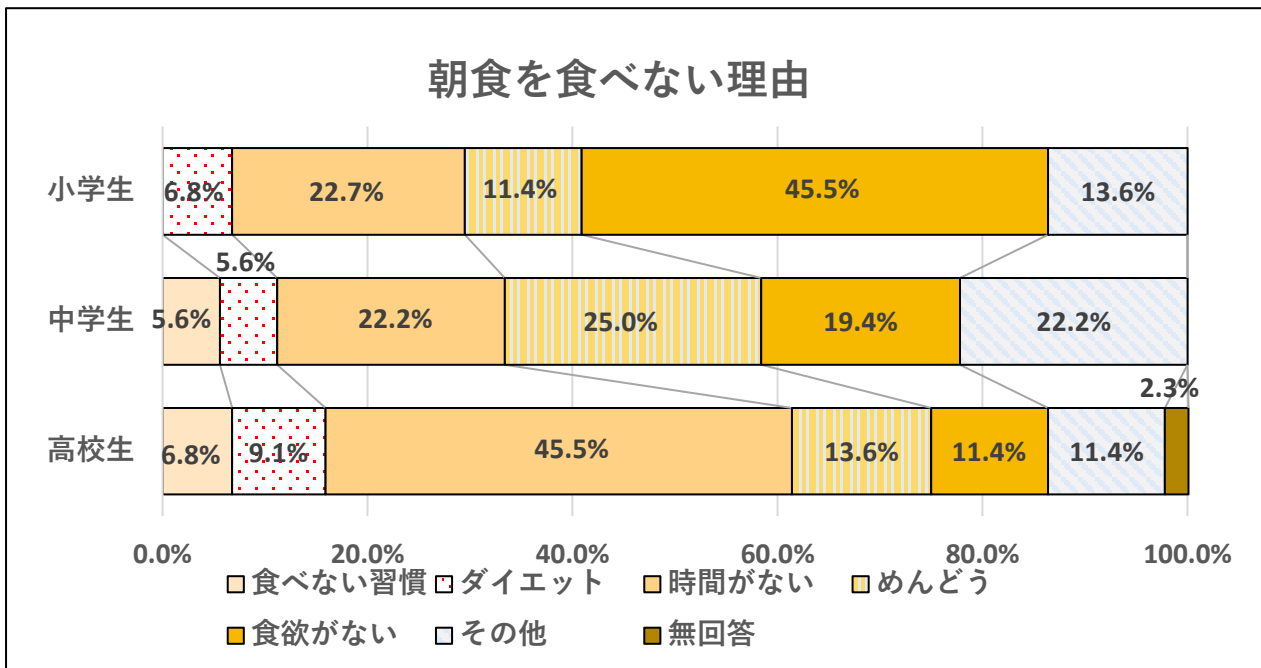
図表 1 朝食の摂取状況



【朝食を食べない理由】(小学生n=44 中学生n=36 高校生n=44)

朝食を食べない理由は、小学生は「食欲がない」、中学生は「めんどう」、高校生は「時間がない」が最も多くなっています。

図表2 朝食を食べない理由

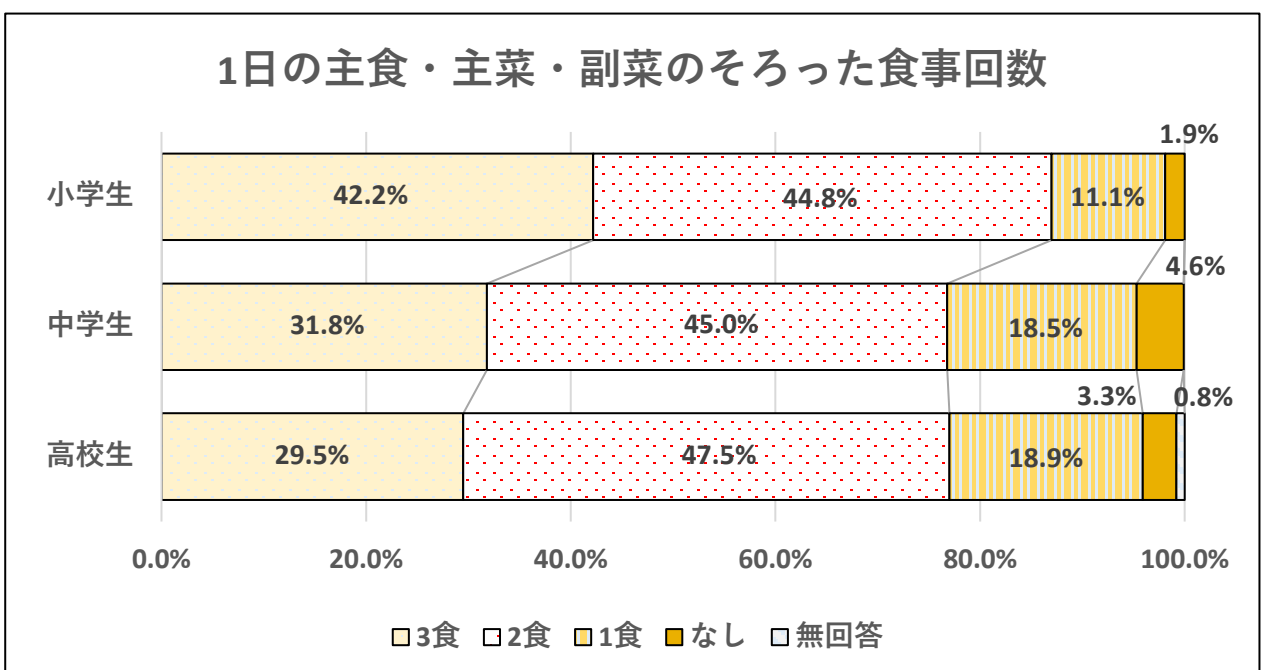


【1日の主食・主菜・副菜のそろった食事回数】

(小学生n=270 中学生n=151 高校生n=122)

3食ともに主食・主菜・副菜のそろった食事をする割合は、小学生 42.2%、中学生 31.8%、高校生 29.5%となっており、年齢とともに割合が低下しています。

図表3 1日の主食・主菜・副菜のそろった食事回数



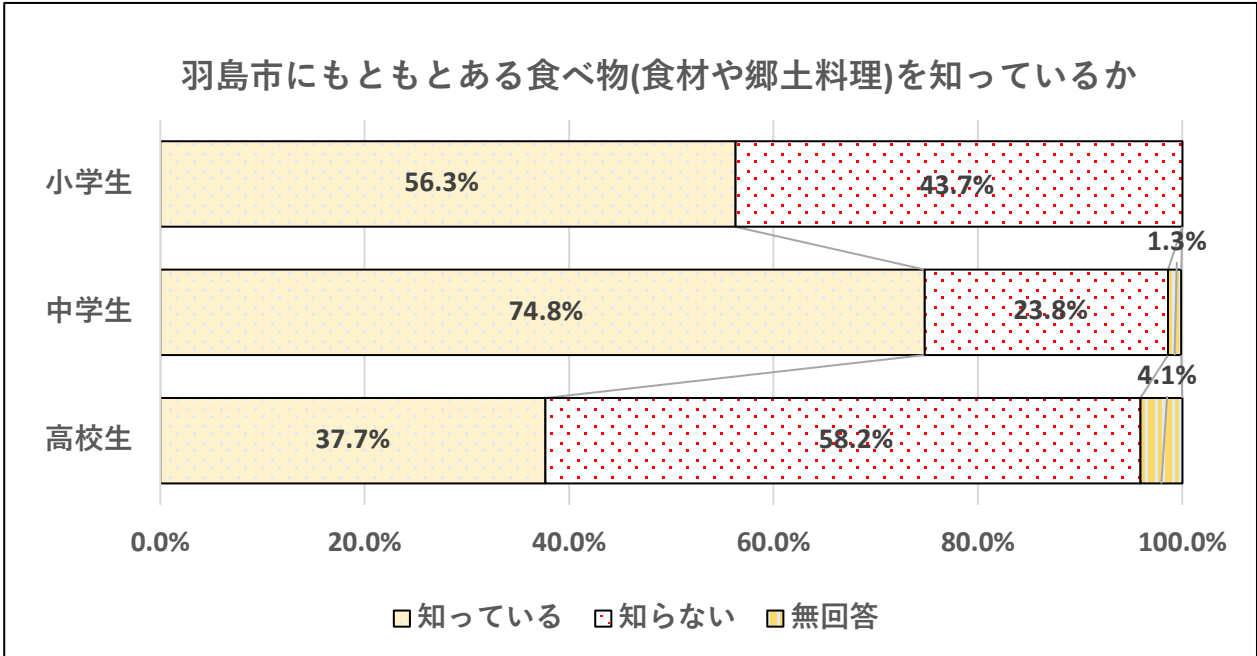


【羽島市にもともとある食べ物(食材や郷土料理)を知っている割合】

(小学生n=270 中学生n=151 高校生n=122)

羽島市にもともとある食べ物(食材や郷土料理)を知っている割合は、中学生がもっとも高く74.8%であり、4人に3人が知っています。

図表4 羽島市にもともとある食べ物(食材や郷土料理)を知っている割合



【知っている食べ物】(小学生n=152 中学生n=113 高校生n=46)

小学生、中学生、高校生ともに、知っている食べ物で最も多い回答は「れんこん」、次いで「みそぎ団子」となっています。

図表5 知っている食べ物

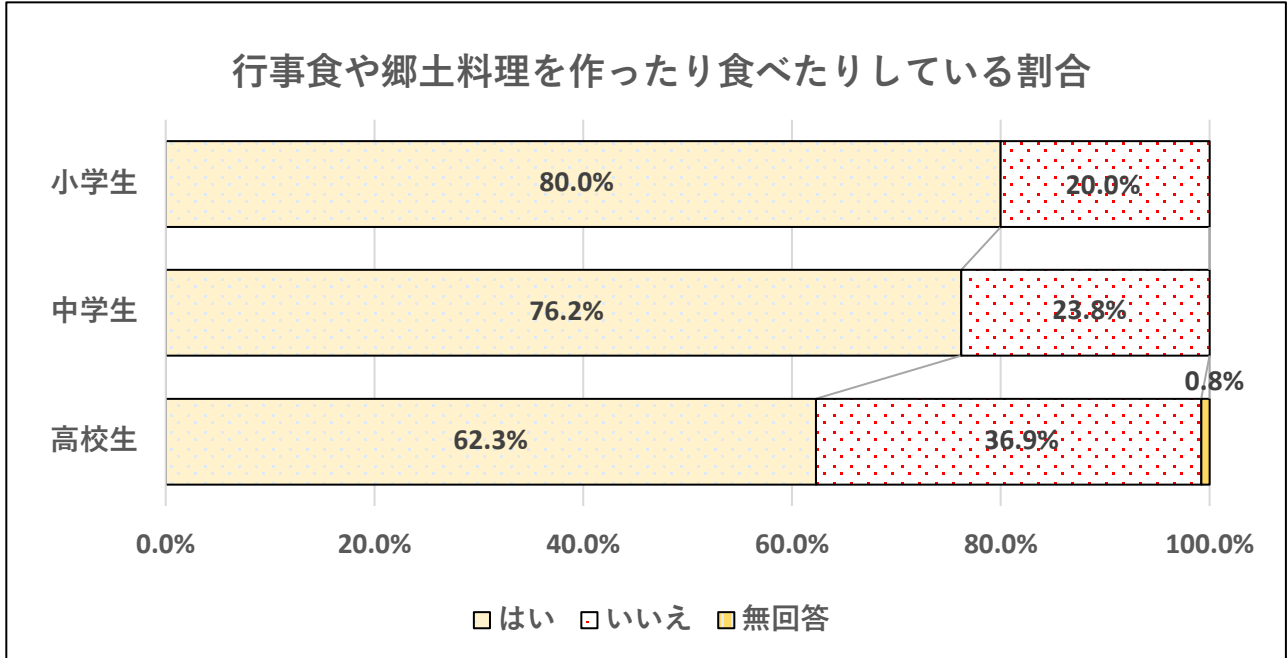
小学6年生	中学3年生	高校3年生
れんこん 113人	れんこん 80人	れんこん 20人
みそぎ団子 39人	みそぎ団子 21人	みそぎ団子 13人
柿 3人	いちご 5人	だんご 2人
けいちゃん 3人	なまず 4人	れんこんカツ丼 2人
ハツシモ 3人	五平餅 3人	以下、各1人
羽島だんご 2人	だんご 2人	いちご
なまず 2人	以下、各1人	大根
くり 2人	柿	きんぎよめし
以下、各1人	牛	羽島だんご
ねぎ、ほうれん草、大根	川魚料理	
れんこんチップス、大豆	十六ささげ	
あじ、十六ささげ、枝豆	あゆの塩焼き	
アスパラガス、明宝ハム	ありがたもち	
くりきんとん	れんこんチップス	
みすみだんご		

【行事食や郷土料理を作ったり食べたりしている割合】

(小学生n=270 中学生n=151 高校生n=122)

行事食や郷土料理を作ったり食べたりしている割合は、小学生 80.0%、中学生 76.2%、高校生 62.3%となっています。

図表 6 行事食や郷土料理を作ったり食べたりしている割合

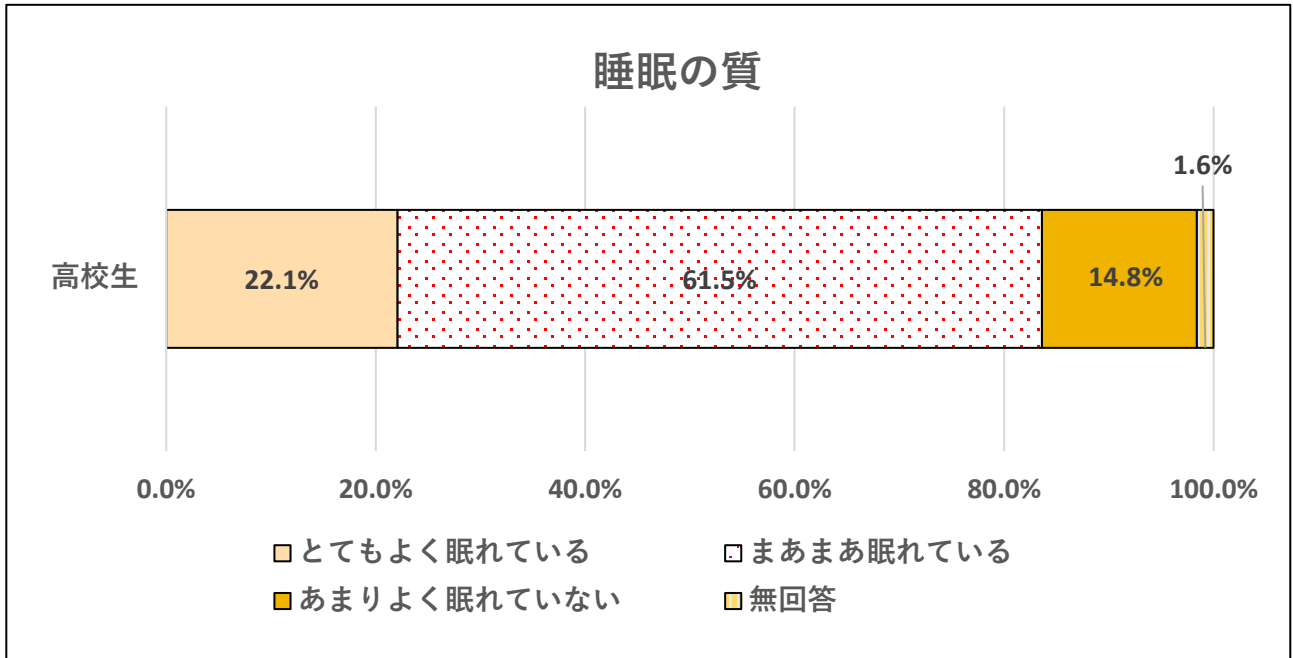


## 2 休養・こころの健康づくり

### 【睡眠の質】(高校生n=122)

高校3年生の14.8%が「あまりよく眠れていない」と回答しています。

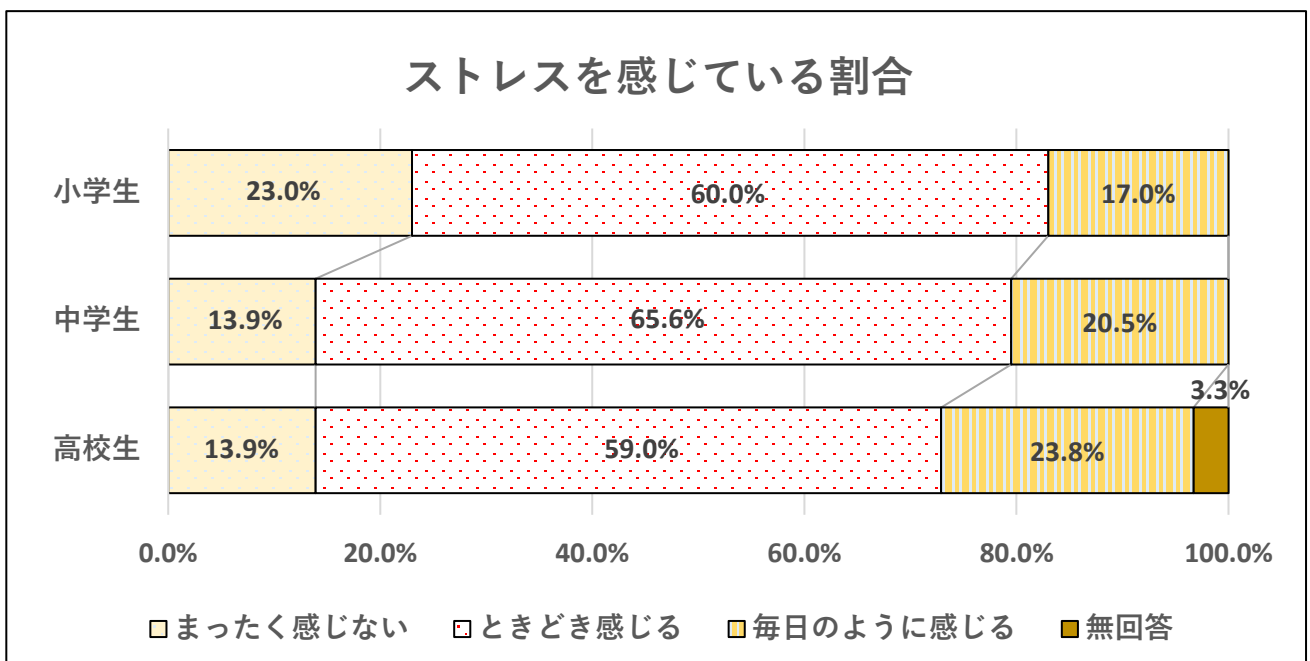
図表7 睡眠の質



### 【ストレスを感じている割合】(小学生n=270 中学生n=151 高校生n=122)

ストレスを「毎日のように感じる」割合は、小学生17.0%、中学生20.5%、高校生23.8%となっており、年齢とともに割合が増加しています。

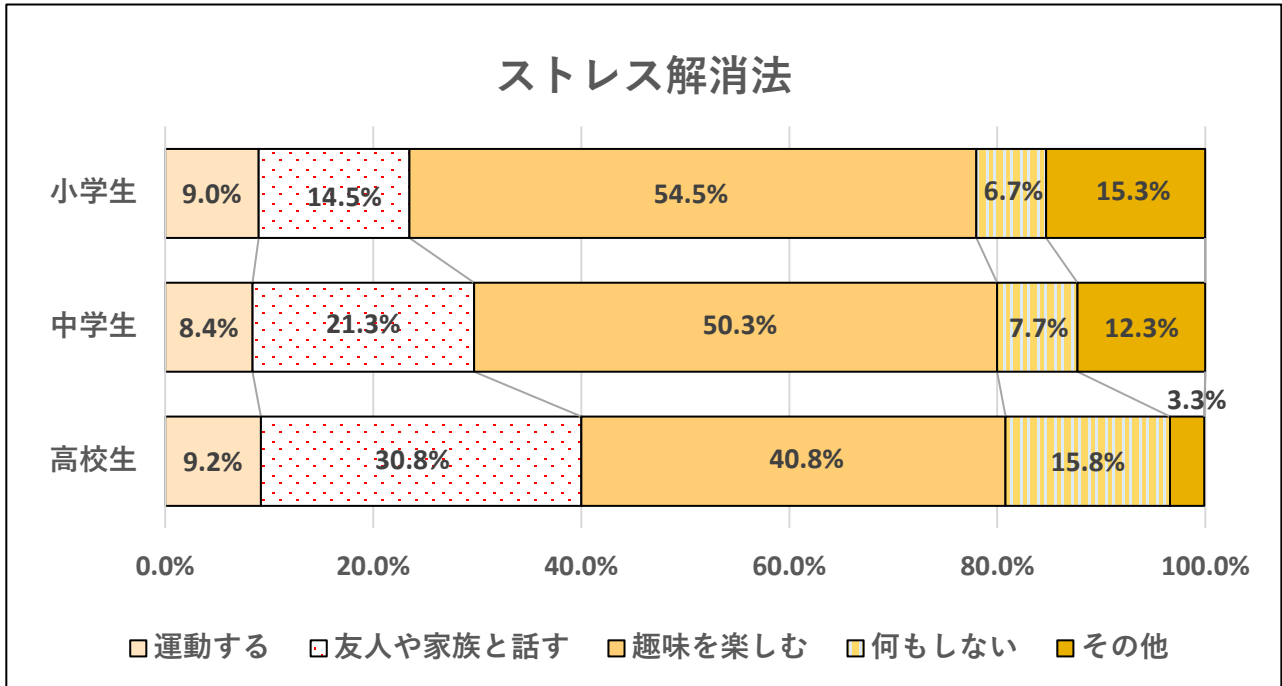
図表8 ストレスを感じている割合



【ストレス解消法】(小学生n=208 中学生n=130 高校生n=101)

ストレスを「ときどき感じる」「毎日のように感じる」と答えた者のうち、「何もしない」と回答した割合は、小学生 6.7%、中学生 7.7%、高校生 15.8%となっており、何らかのストレス解消法がある割合は、小学生 93.3%、中学生 92.3%、高校生 84.2%となっています。ストレス解消法の内訳として、どの学年も、「趣味を楽しむ」が最も多くなっています。

図表 9 ストレス解消法

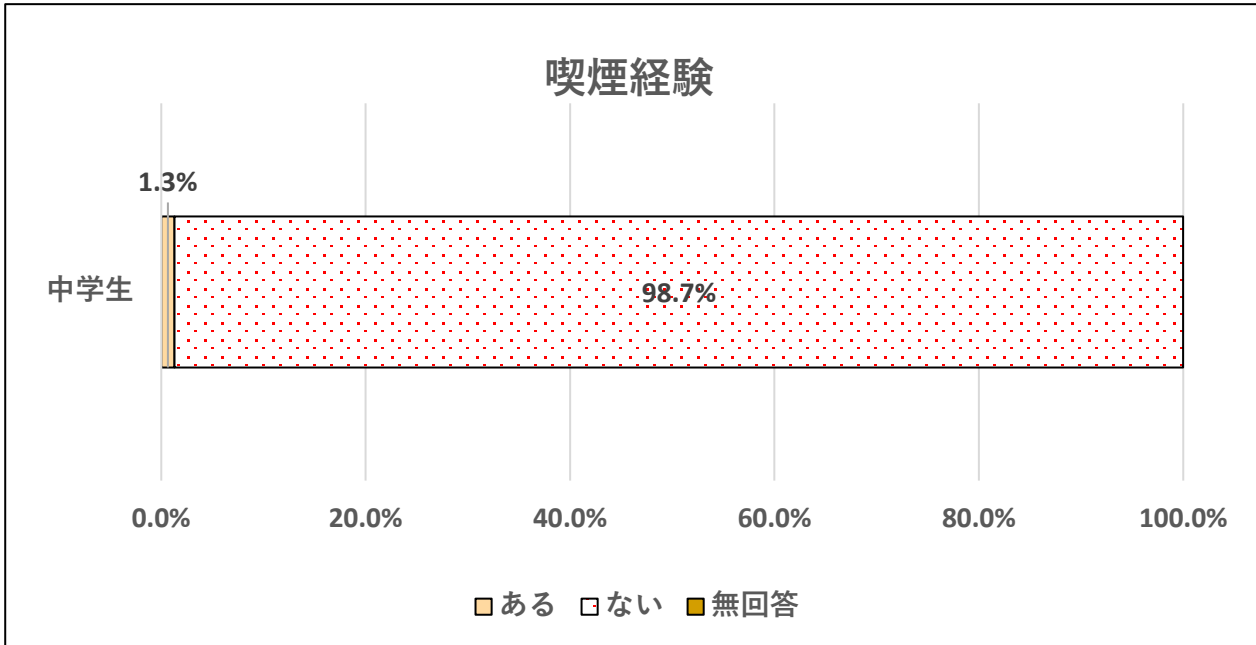


### 3 喫煙、飲酒および薬物使用の防止

#### 【喫煙経験】(中学生n=151)

中学生の 1.3%が「吸ったことがある」と回答しています。

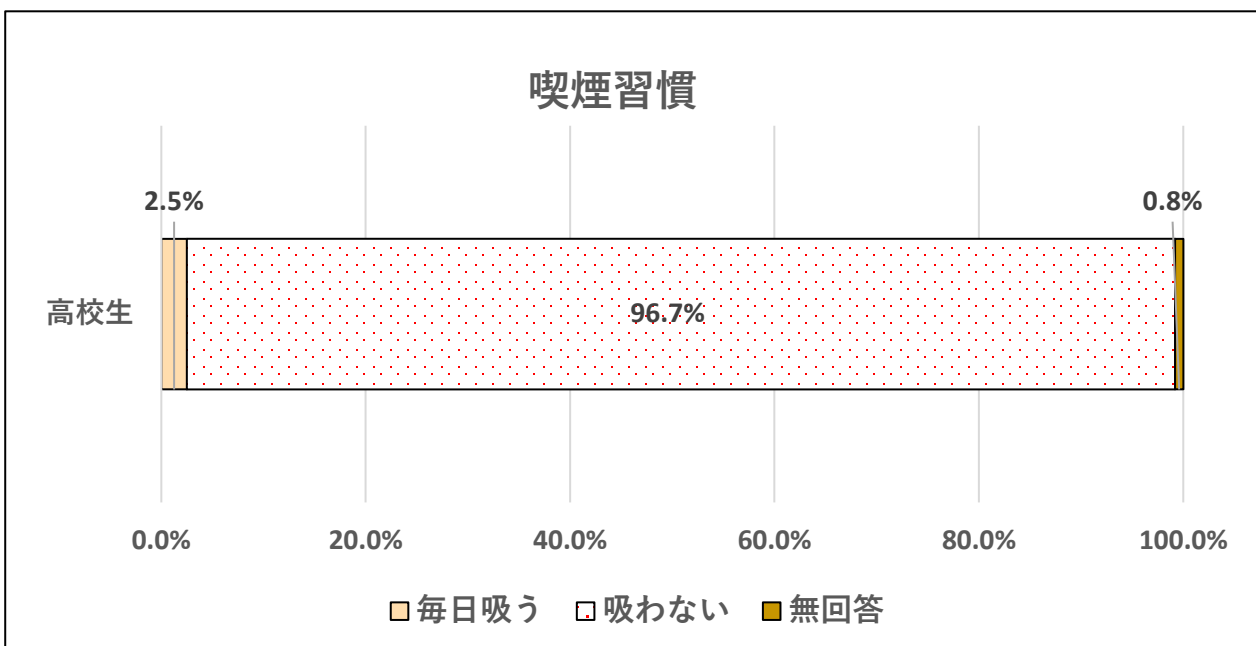
図表 10 喫煙経験



#### 【喫煙習慣】(高校生n=122)

高校生の 2.5%が「毎日吸う」と回答しています。

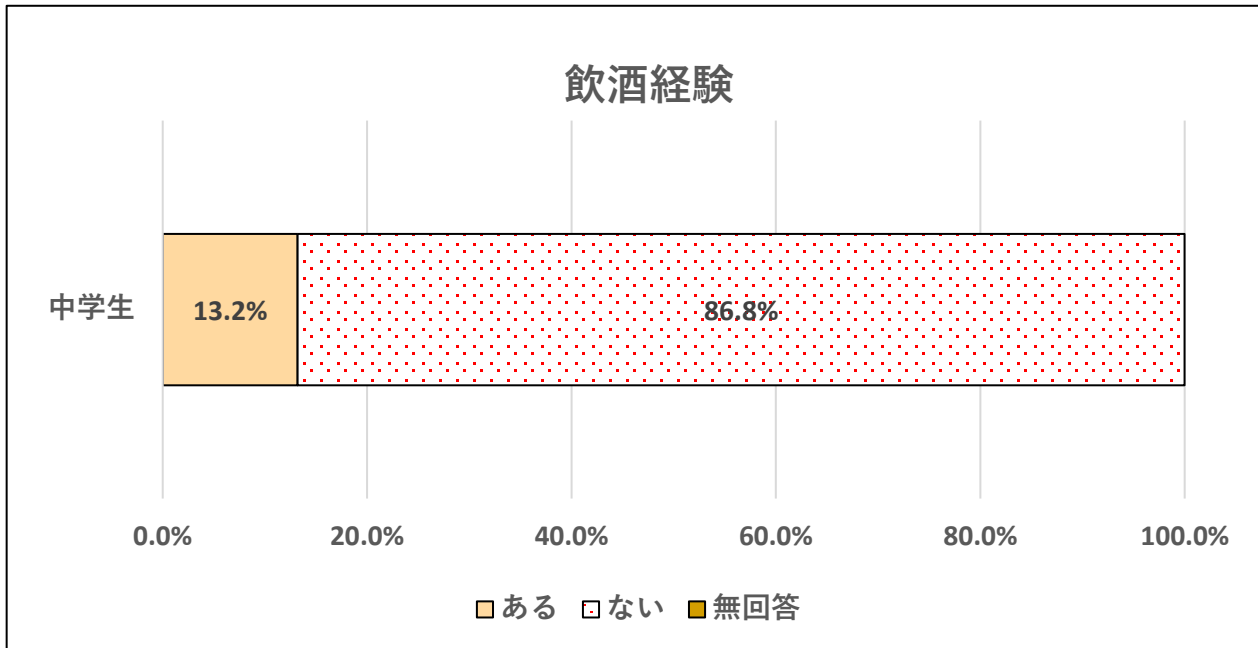
図表 11 喫煙習慣



【飲酒経験】(中学生n=151)

中学生の 13.2%が「飲んだことがある」と回答しています。

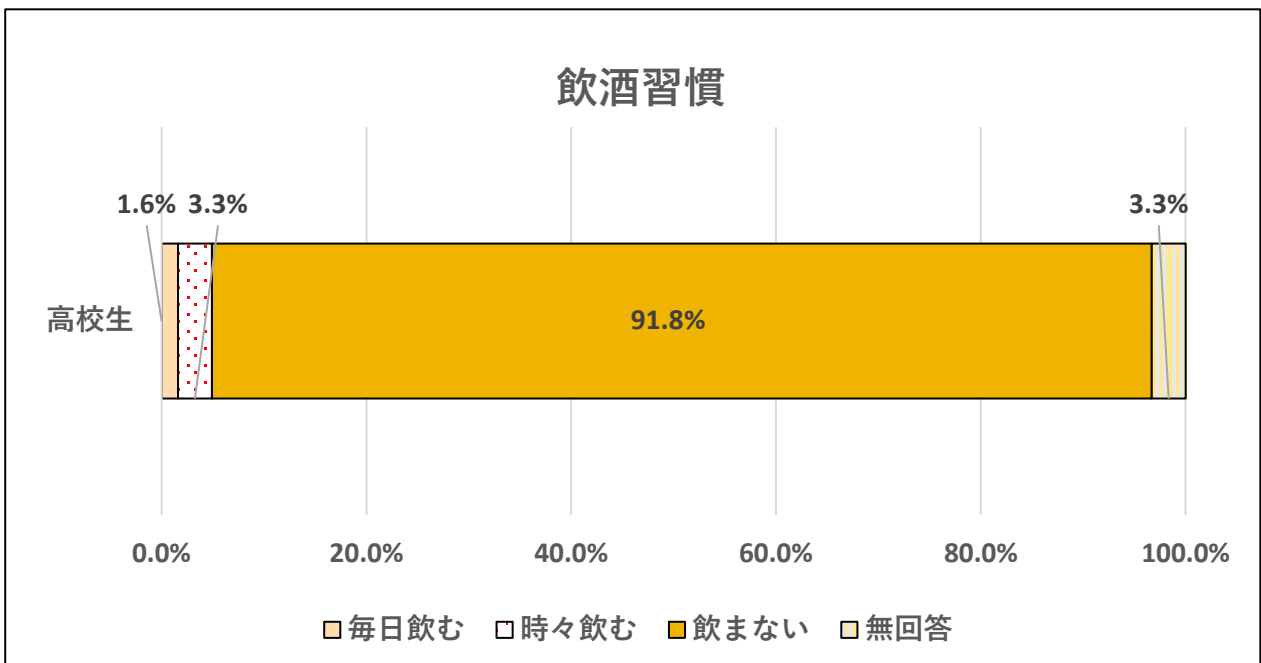
図表 12 飲酒経験



【飲酒習慣】(高校生n=122)

高校生の 1.6%が「毎日飲む」、3.3%が「時々飲む」と回答しています。

図表 13 飲酒習慣

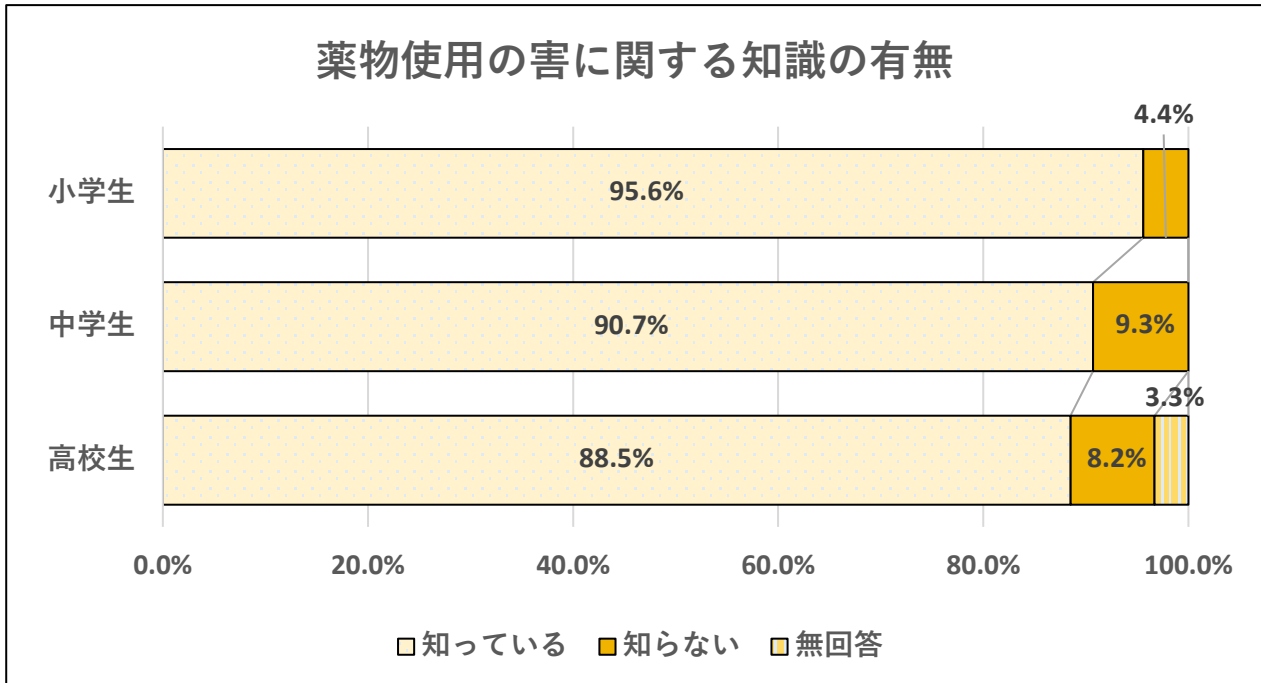


【薬物使用の害に関する知識の有無】

(小学生n=270 中学生n=151 高校生n=122)

薬物使用の害に関する知識を持っている割合は、小学生 95.6%、中学生 90.7%、高校生 88.5%となっています。

図表 14 薬物使用の害に関する知識の有無

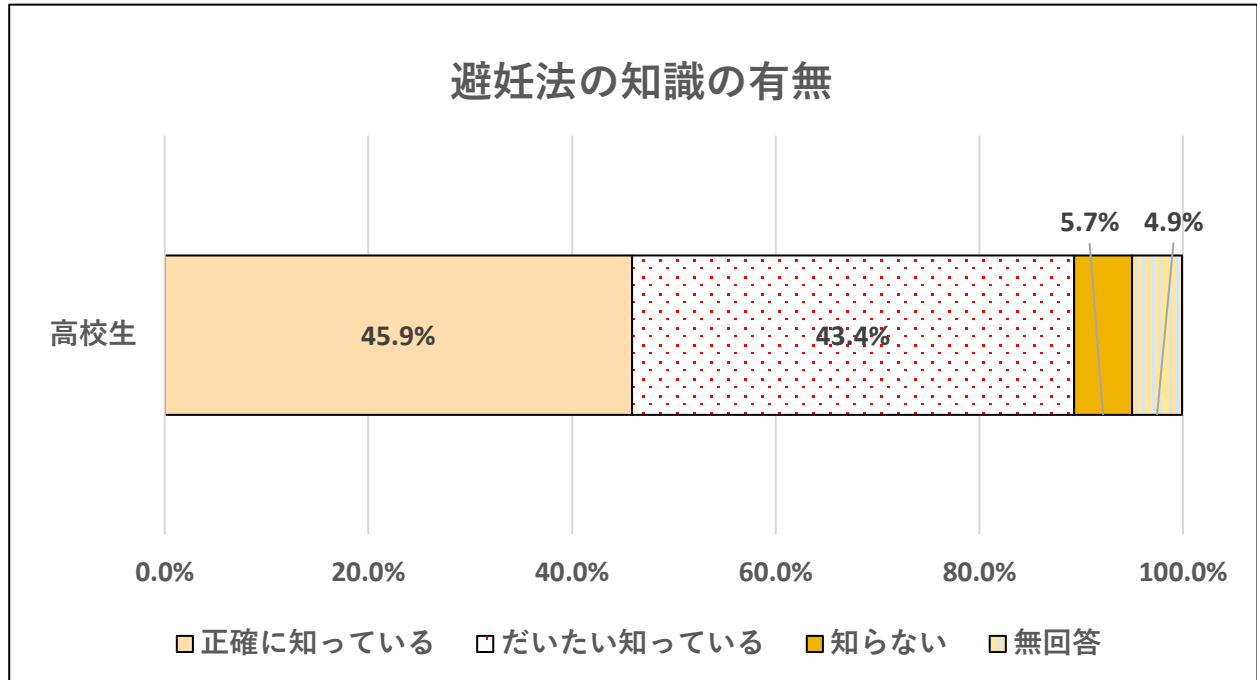


#### 4 性に関する知識

##### 【避妊法の知識の有無】（高校生n=122）

高校生の 45.9%が避妊法を「正確に知っている」と回答しています。

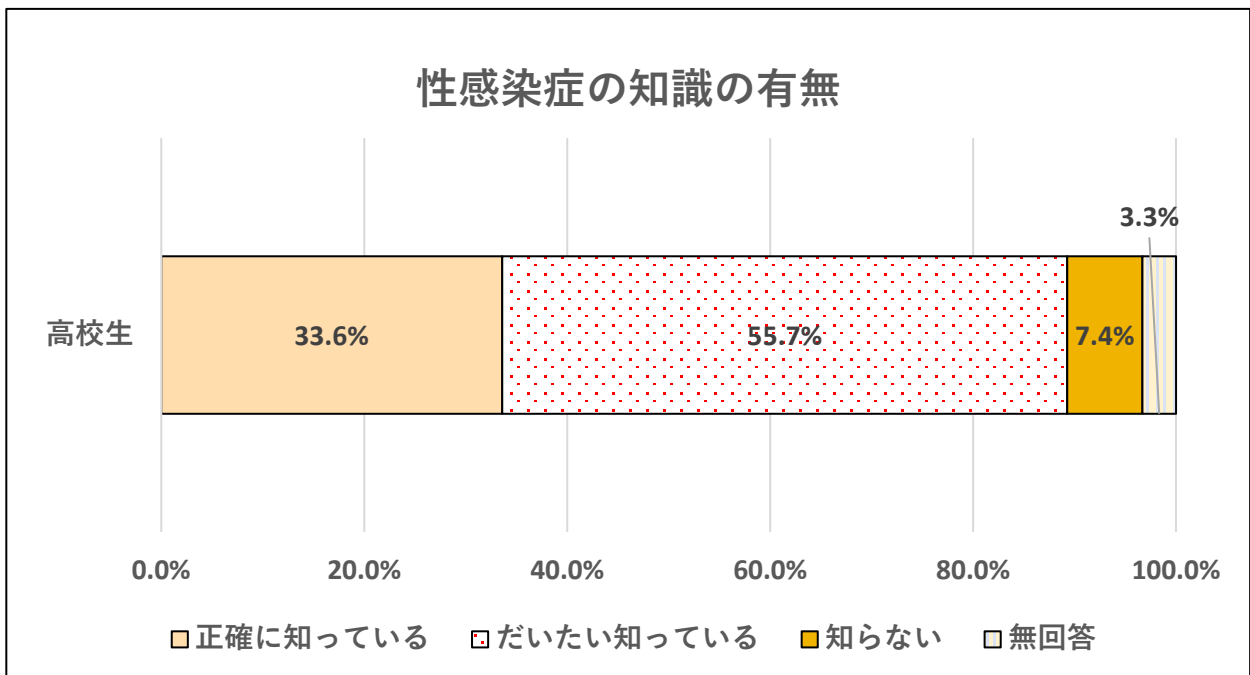
図表 15 避妊法の知識の有無



##### 【性感染症の知識の有無】（高校生n=122）

高校生の 33.6%が性感染症を「正確に知っている」と回答しています。

図表 16 性感染症の知識の有無





図表 17 目標値一覧(児童・生徒)

	項目	基準値 (H23)	目標値	【参考】 前回値 (H28)	現状値 (R3)	基準値との比較 目標達成◎ 改善○ 悪化■
栄養・食生活	朝食を食べない 児童・生徒の割合					
	小学6年生	2.4%	0%	4.3%	3.7%	■
	中学3年生	1.9%	0%	6.1%	6.0%	■
	高校3年生	8.9%	0%	20.8%	18.9%	■
	3食きちんとした 食事をする割合					
	小学6年生	39.3%	50%以上	28.9%	42.2%	○
	中学3年生	26.5%	40%以上	30.9%	31.8%	○
	高校3年生	17.7%	30%以上	15.1%	29.5%	○
	郷土料理を作ったり 食べる割合					
	小学6年生	80.3%	90%以上	72.9%	80.0%	■
中学3年生	75.9%	80%以上	77.0%	76.2%	○	
高校3年生	56.3%	70%以上	59.1%	62.3%	○	
休養・こころの健康づくり	あまりよく眠れていな い割合					
	高校3年生	29.1%	10%以下	13.2%	14.8%	○
	ストレス解消法がある 割合					
	小学6年生	93.9%	100%	86.7%	93.3%	■
	中学3年生	90.6%	100%	93.2%	92.3%	○
高校3年生	83.1%	100%	85.2%	84.2%	○	

図表 18 目標値一覧(児童・生徒)

	項目	基準値 (H23)	目標値	【参考】 前回値 (H28)	現状値 (R3)	基準値との比較 目標達成◎ 改善○ 悪化■
喫煙、 飲酒および薬物使用の防止	喫煙経験率					
	中学3年生	4.3%	0%	0.6%	1.3%	○
	喫煙率					
	高校3年生	17.8%	0%	5.0%	2.5%	○
	飲酒経験率					
	中学3年生	27.8%	0%	6.7%	13.2%	○
	飲酒率					
	高校3年生	36.1%	0%	12.0%	4.9%	○
	薬物乱用の有害性について知っている割合					
	小学6年生	93.8%	100%	95.3%	95.6%	○
	中学3年生	97.5%	100%	89.7%	90.7%	■
高校3年生	88.0%	100%	89.3%	88.5%	○	
性に関する 知識	避妊法を正確に知っている割合					
	高校3年生	32.9%	100%	32.7%	45.9%	○
	性感染症を正確に知っている割合					
	高校3年生	22.8%	100%	20.1%	33.6%	○

## 【成人】市民健康意識調査

### (1)回答状況

	配布数	人数	割合
男性	1,250	442	35.4%
女性	1,250	574	45.9%
無回答	-	4	-
合計	2,500	1,020	40.8%

	全体		男性		女性		無回答	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
20代	133	13.0%	56	5.5%	77	7.5%	0	0.0%
30代	185	18.1%	70	6.9%	115	11.3%	0	0.0%
40代	190	18.6%	80	7.8%	110	10.8%	0	0.0%
50代	219	21.5%	100	9.8%	118	11.6%	1	0.1%
60代	167	16.4%	74	7.3%	91	8.9%	2	0.2%
70代	123	12.1%	61	6.0%	62	6.1%	0	0.0%
無回答	3	0.3%	1	0.1%	1	0.1%	1	0.1%
合計	1,020	100.0%	442	43.3%	574	56.3%	4	0.4%

### (2)回答内容

#### 1 生活習慣病の発症・重症化予防と健康寿命

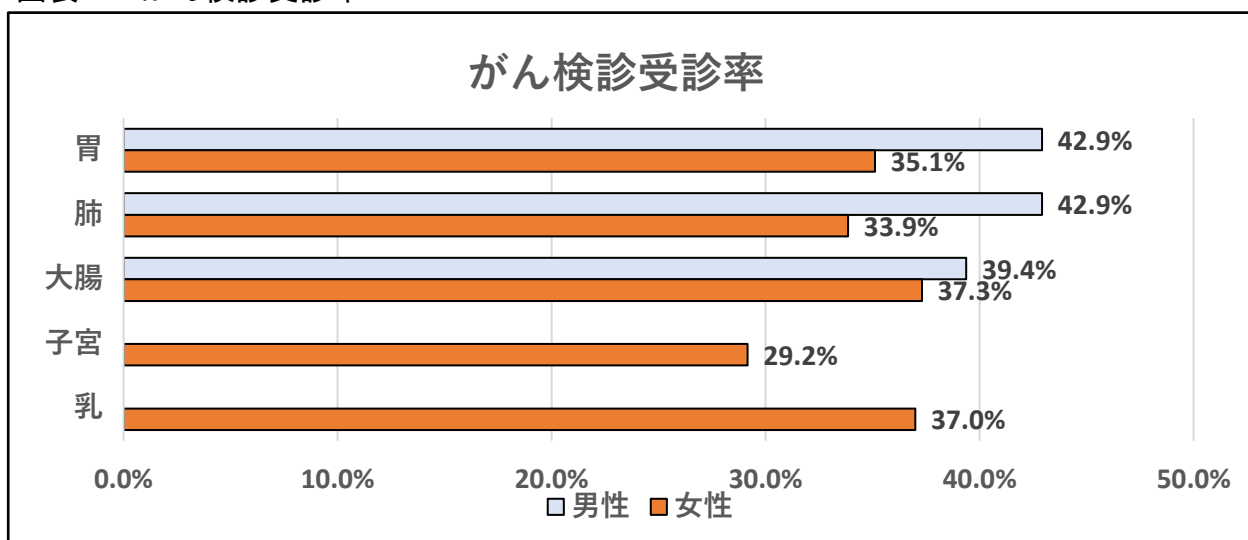
##### 【がん検診受診率】

(胃・肺・大腸・乳(40～69歳)男性n=254 女性n=319

子宮(20～69歳)女性n=511)

全てのがん検診において、国が目標とする50%より下回っています。

図表 19 がん検診受診率



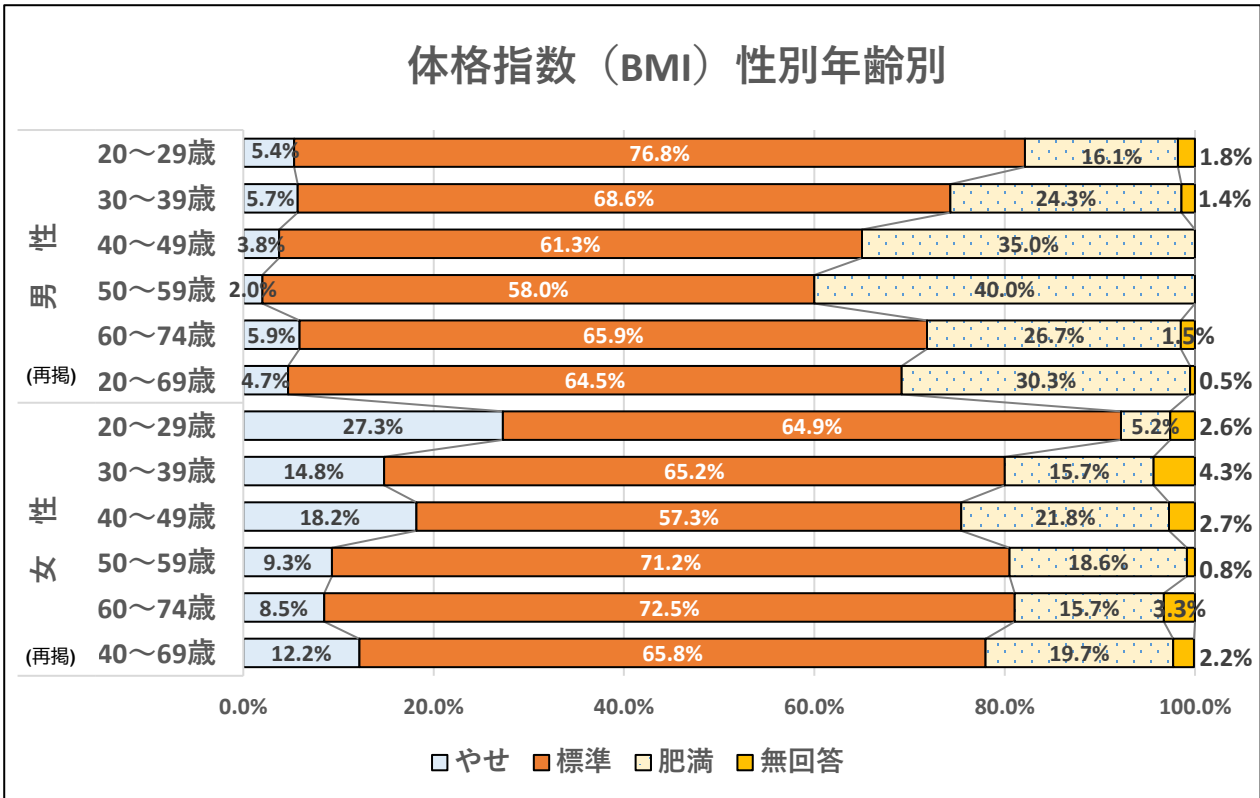
## 2 生活習慣に関する取り組み

### 1) 栄養・食生活

【体格指数(性別年齢別)】(男性n=441 女性n=573)

BMI18.5未満のやせに該当する割合は、20歳代女性が最も高く27.3%となっています。一方で、BMI25以上の肥満に該当する割合は、50歳代男性が最も高く40.0%となっています。

図表 20 体格指数(BMI) 性別年齢別



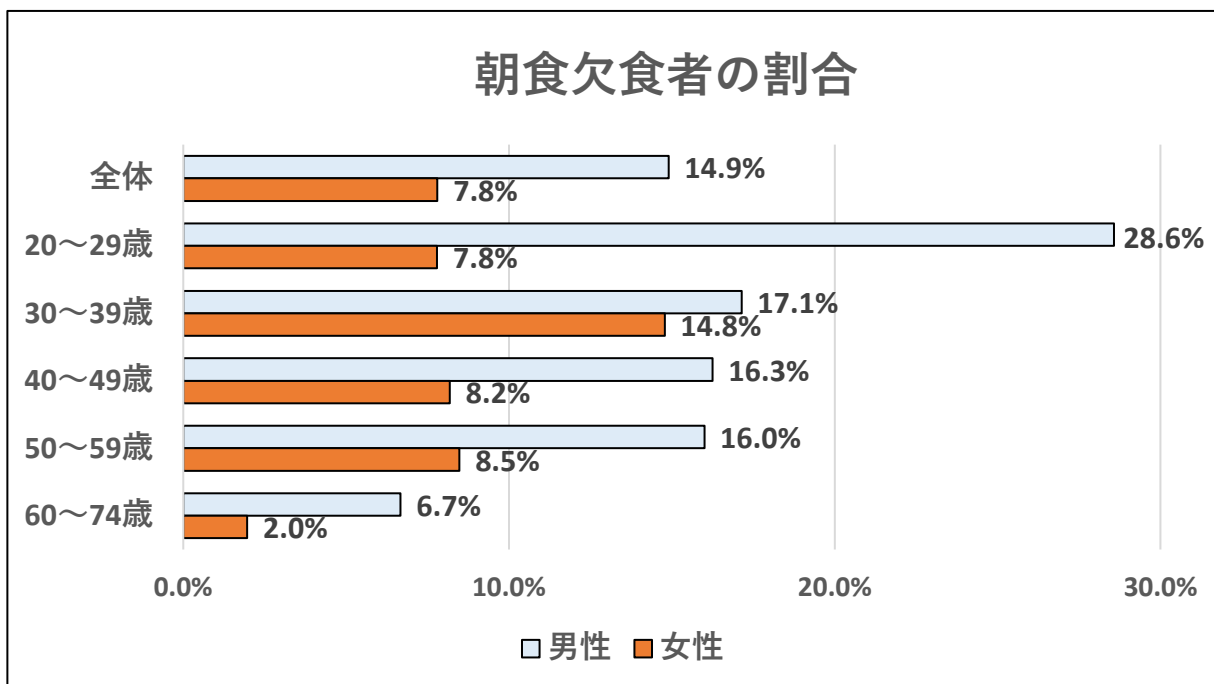
図表 21 体格指数(BMI) 性別年齢別(65歳以上)

	全体		BMI20以下	
	人数	割合	人数	割合
65歳以上	211	20.7%	45	21.3%

【朝食欠食者の割合】（男性n=442 女性n=574）

朝食欠食者の割合は 20 歳代男性で 28.6%、30 歳代男性で 17.1%となっています。

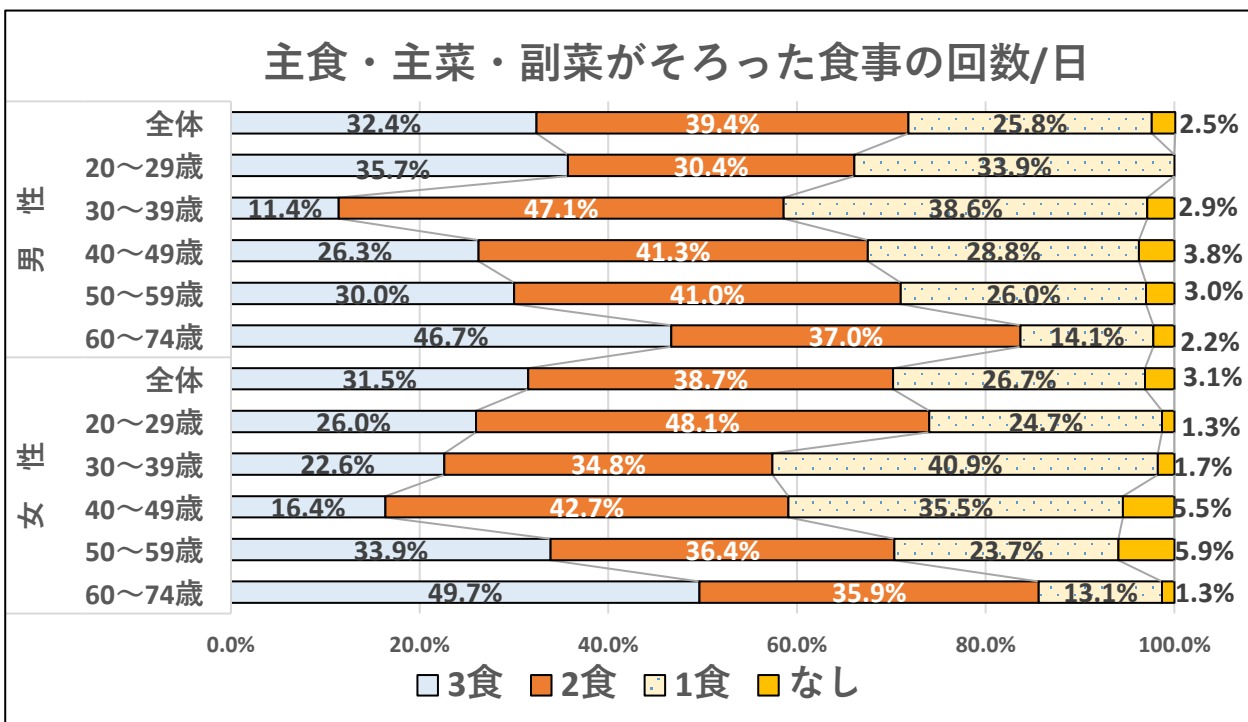
図表 22 朝食欠食者の割合



【1日のうち主食・主菜・副菜がそろった食事の回数】（男性n=442 女性n=574）

主食・主菜・副菜がそろった食事が1日3回できている割合は、男性が32.4%、女性が31.5%となっています。男女ともに60～74歳が最も高くなっています。

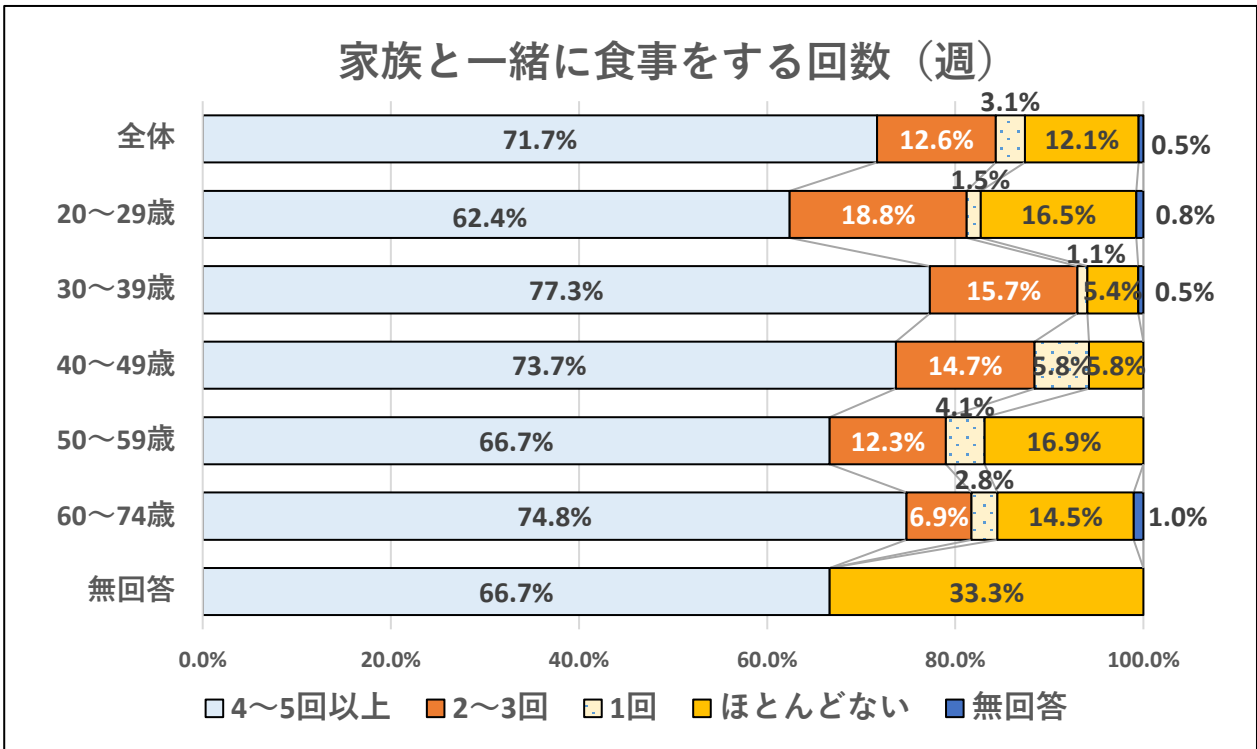
図表 23 主食・主菜・副菜がそろった食事の回数/日



【1週間のうち家族と一緒に食事をする回数】(全体n=1,020)

1週間のうち、週4～5回家族と食事をする割合は71.7%となっています。

図表 24 家族と一緒に食事をする回数(週)

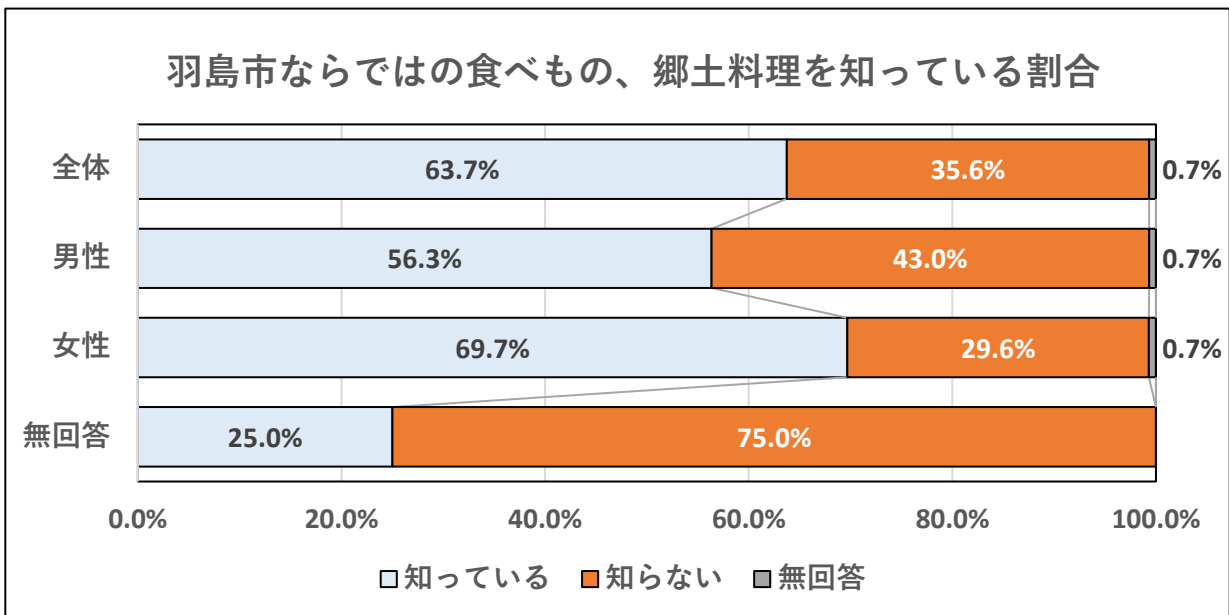


【羽島市ならではの食べ物、郷土料理を知っている割合】

(男性n=442 女性n=574 無回答n=4)

羽島市ならではの食べ物、郷土料理を知っている割合は全体が63.7%、男性56.3%、女性69.7%となっており男性より女性のほうが高くなっています。

図表 25 羽島市ならではの食べ物、郷土料理を知っている割合

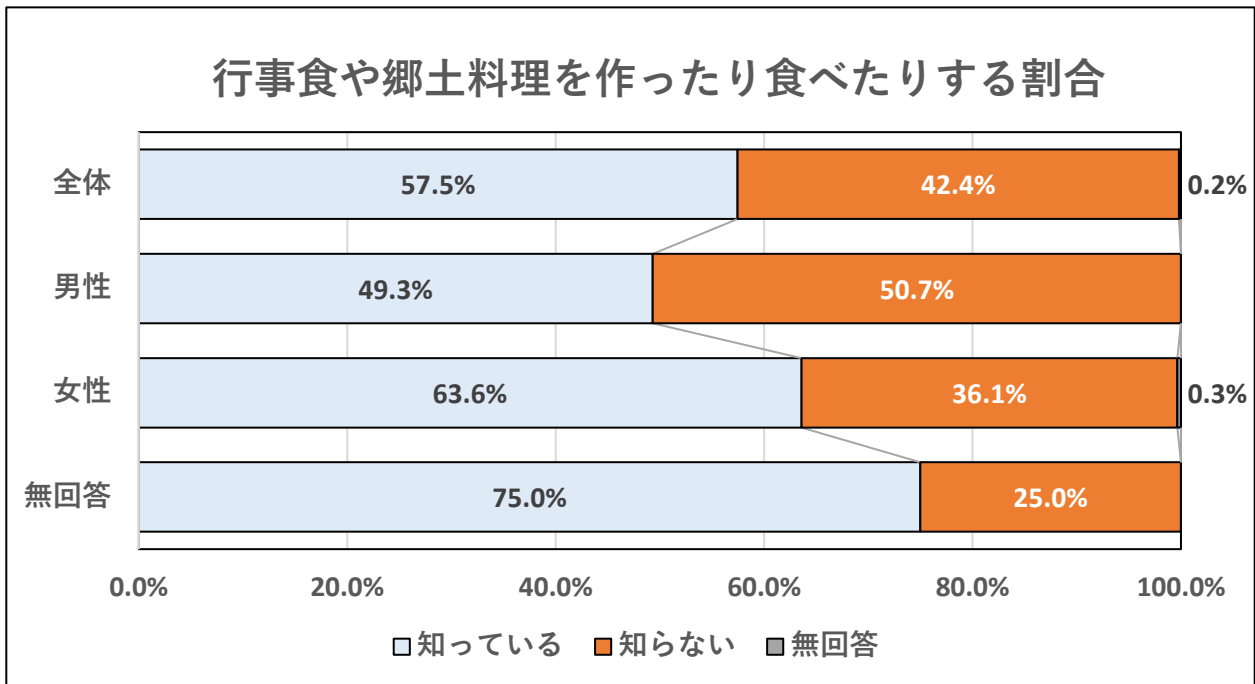


【行事食や郷土料理を作ったり食べたりする割合】

(男性n=442 女性n=574 無回答n=4)

行事食や郷土料理を作ったり食べたりする割合は全体が 57.5%、男性 49.3%、女性 63.6%となっており男性より女性のほうが高くなっています。

図表 26 行事食や郷土料理を作ったり食べたりする割合



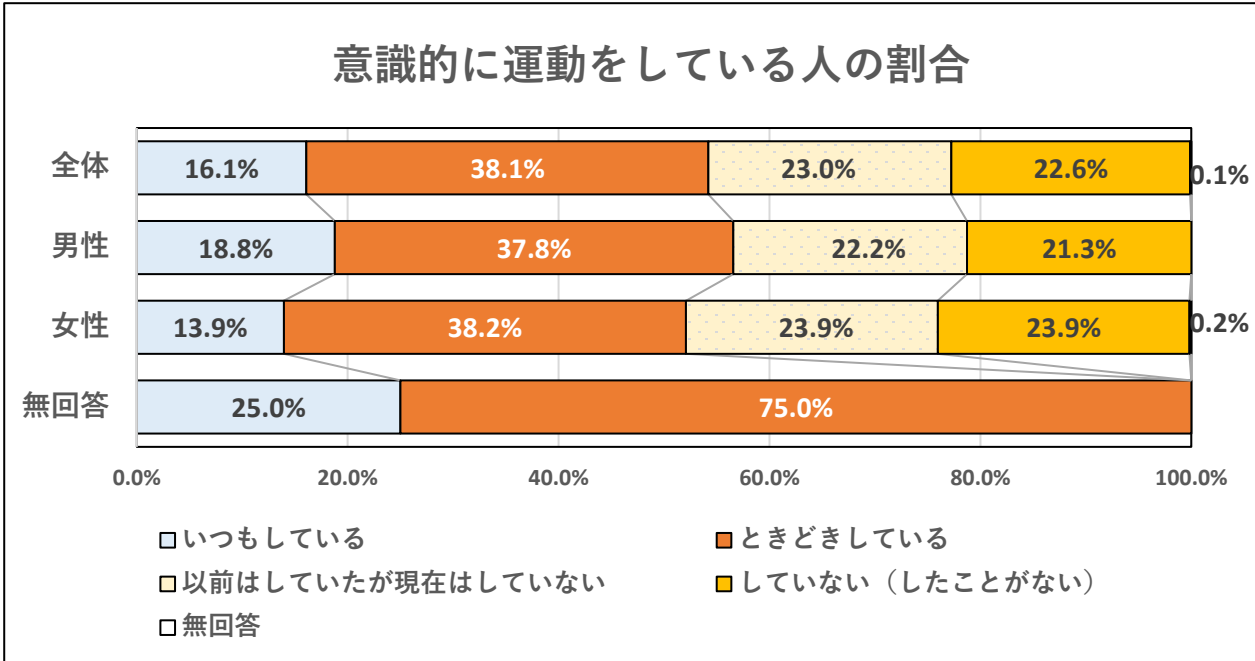
## 2) 身体活動・運動

### 【意識的に運動をしている人の割合】

(男性n=442 女性n=574 無回答n=4)

意識的に運動をしている人の割合は全体が 54.2%、男性 56.6%、女性 52.1%となっており女性より男性のほうが高くなっています。

図表 27 意識的に運動をしている人の割合



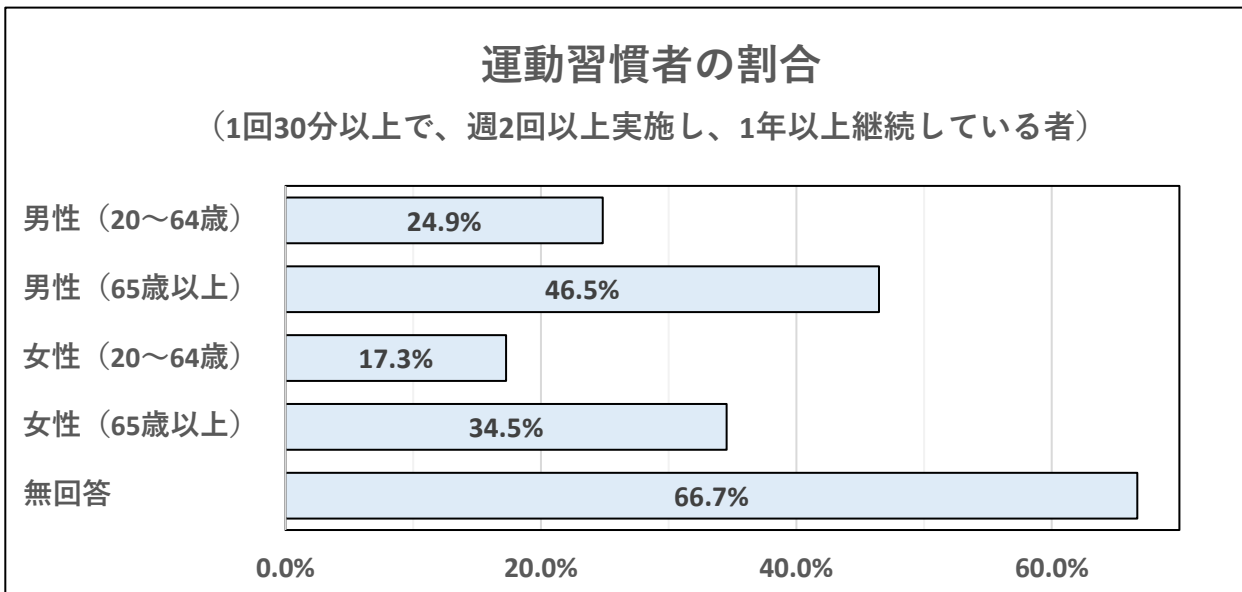
### 【運動習慣者の割合】

(男性(20~64歳)n=342 男性(65歳以上)n=99

女性(20~64歳)n=463 女性(65歳以上)n=110 無回答n=6)

運動習慣者の割合は、65歳以上の男性が 46.5%であり、最も高くなっています。

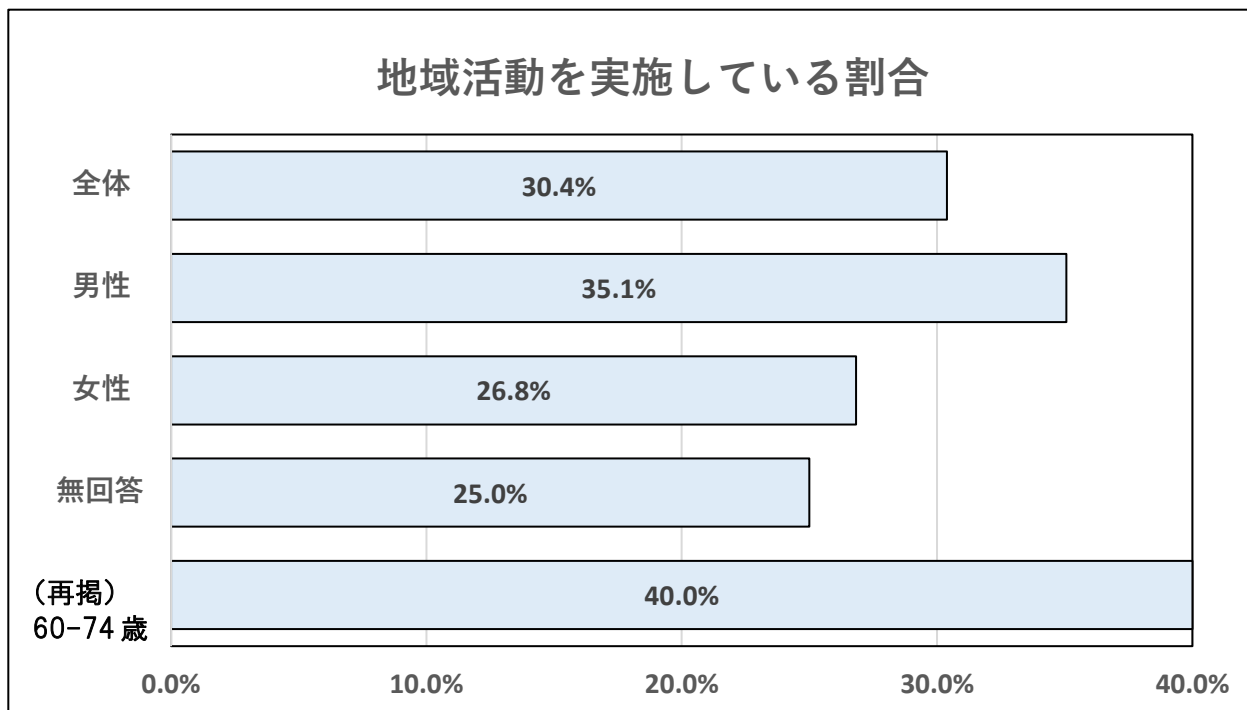
図表 28 運動習慣者の割合





【地域活動を実施している割合】(男性n=442 女性n=574 無回答n=4)  
地域活動を実施している人の割合は全体が 30.4%、男性 35.1%、女性 26.8%となっており  
女性より男性のほうが高くなっています。

図表 29 地域活動を実施している割合

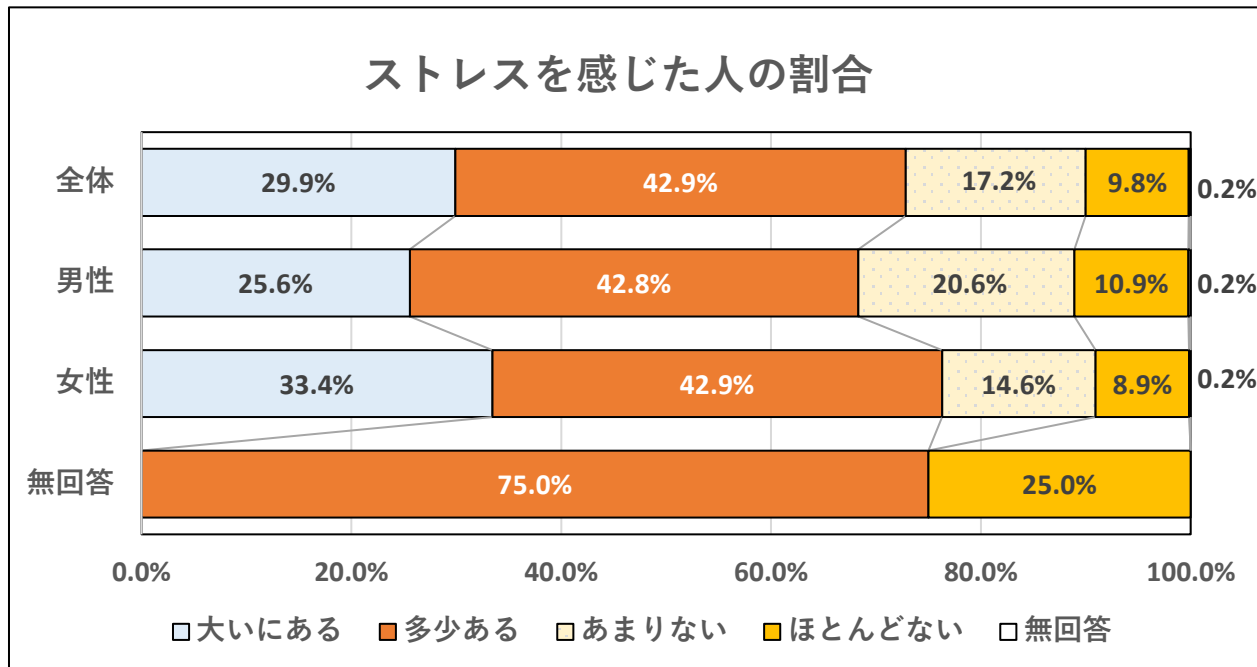


### 3) 休養・こころの健康づくり

【ストレスを感じた人の割合】(男性n=442 女性n=574 無回答n=4)

最近1か月間にストレスを感じた人の割合は、「大いにある」が29.9%、「多少ある」が42.9%であり、合わせて72.8%の人がストレスを感じています。

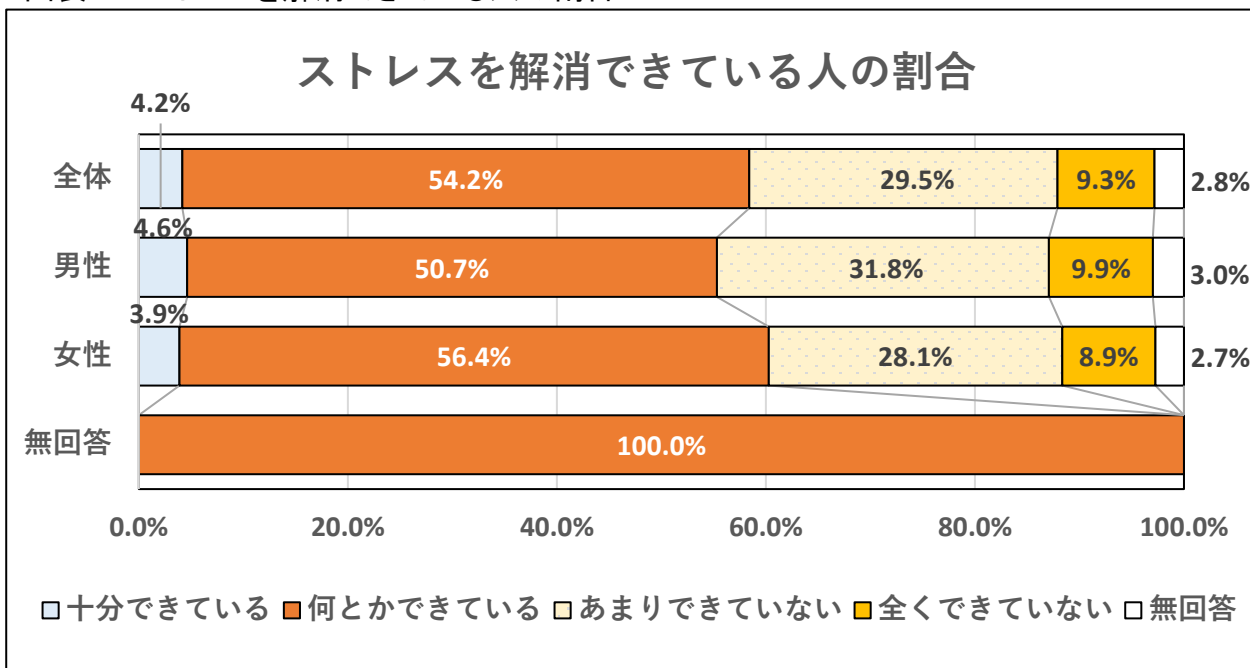
図表 30 ストレスを感じた人の割合



【ストレスを解消できている人の割合】(男性n=302 女性n=438 無回答n=3)

ストレスを感じている人に対して、ストレスを解消できているかを確認したところ、「十分できている」が4.2%、「何とかできている」が54.2%であり、合わせて58.4%の人がストレスを解消できています。

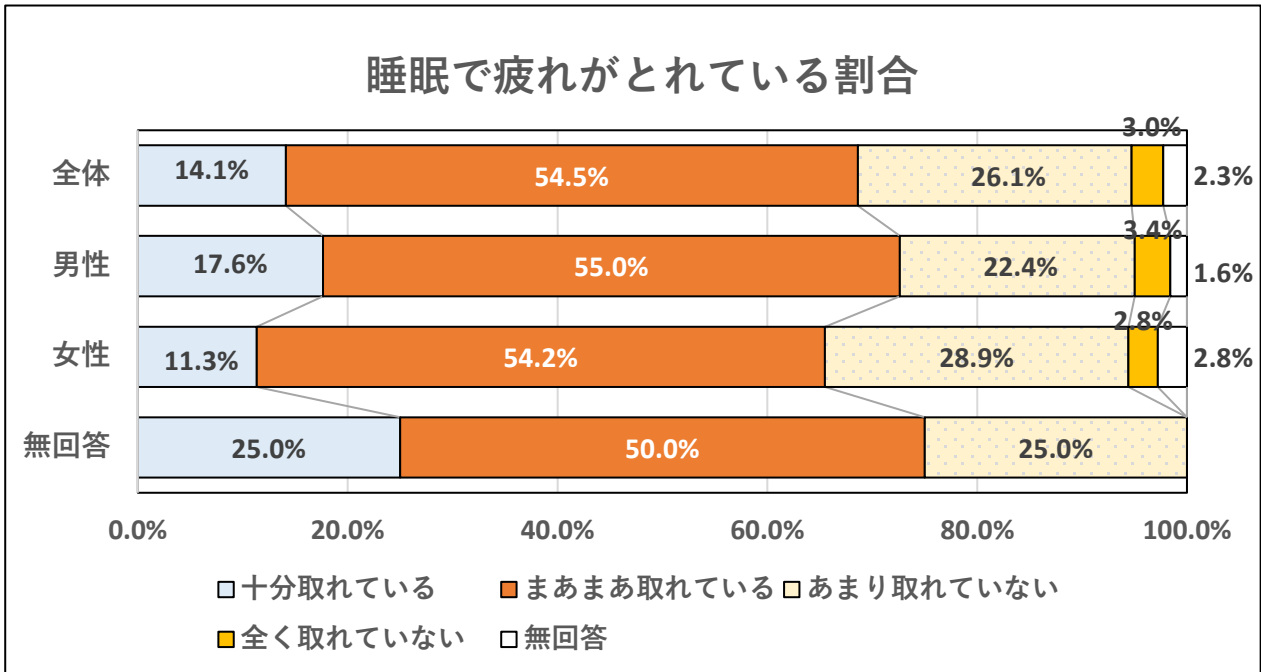
図表 31 ストレスを解消できている人の割合



【睡眠で疲れがとれている割合】(男性n=442 女性n=574 無回答n=4)

日頃の睡眠で疲れがとれていない人の割合は、「あまり取れていない」が 26.1%、「全く取れていない」が 3.0%であり、合わせて 29.1%となっています。

図表 32 睡眠で疲れがとれている割合

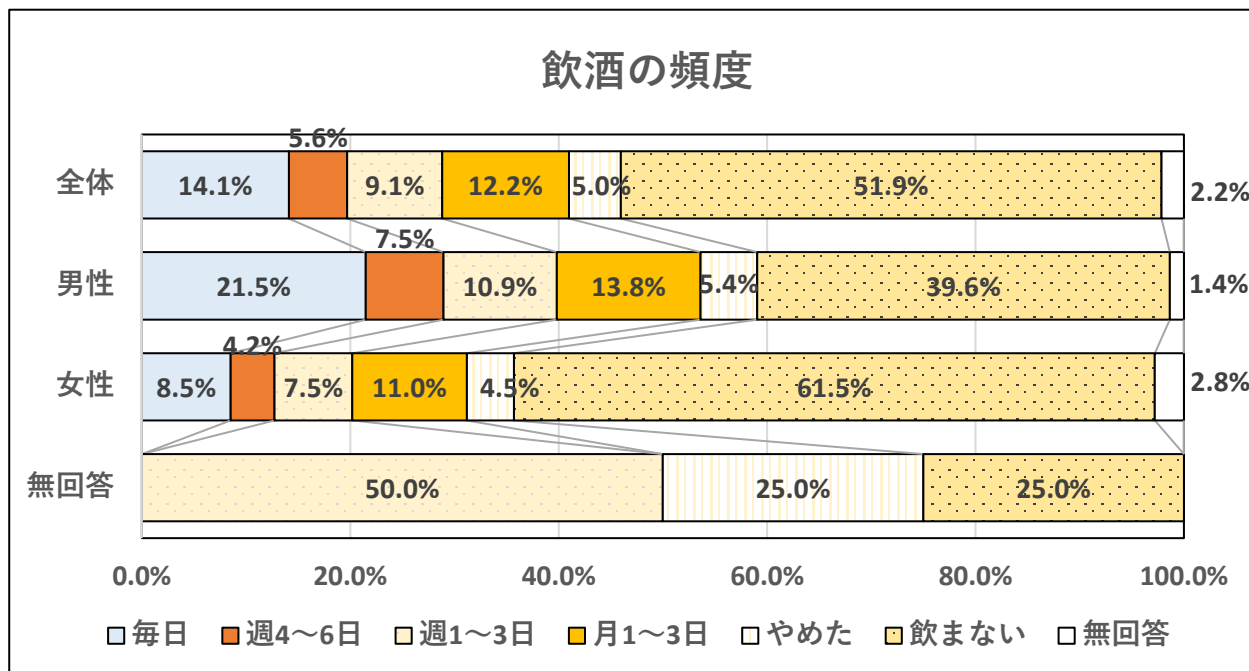


#### 4) アルコール

【飲酒の頻度】(男性n=442 女性n=574 無回答n=4)

男性の 53.7%、女性の 31.2%が飲酒すると回答しており、そのうち男性の 21.5%が「毎日」、7.5%が「週 4～6 日」、女性の 8.5%が「毎日」、4.2%が「週 4～6 日」飲酒すると回答しています。

図表 33 飲酒の頻度



生活習慣病のリスクを高める量(純アルコール摂取量)を飲酒している人の割合は、男性が 13.8%、女性が 8.9%となっています。

図表 34 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している割合

男性(毎日 2 合以上、週 4～6 日 2 合以上)

女性(毎日 1 合以上、週 4～6 日 1 合以上)

区分	調査数	人数	割合
男性	442	61	13.8%
女性	574	51	8.9%

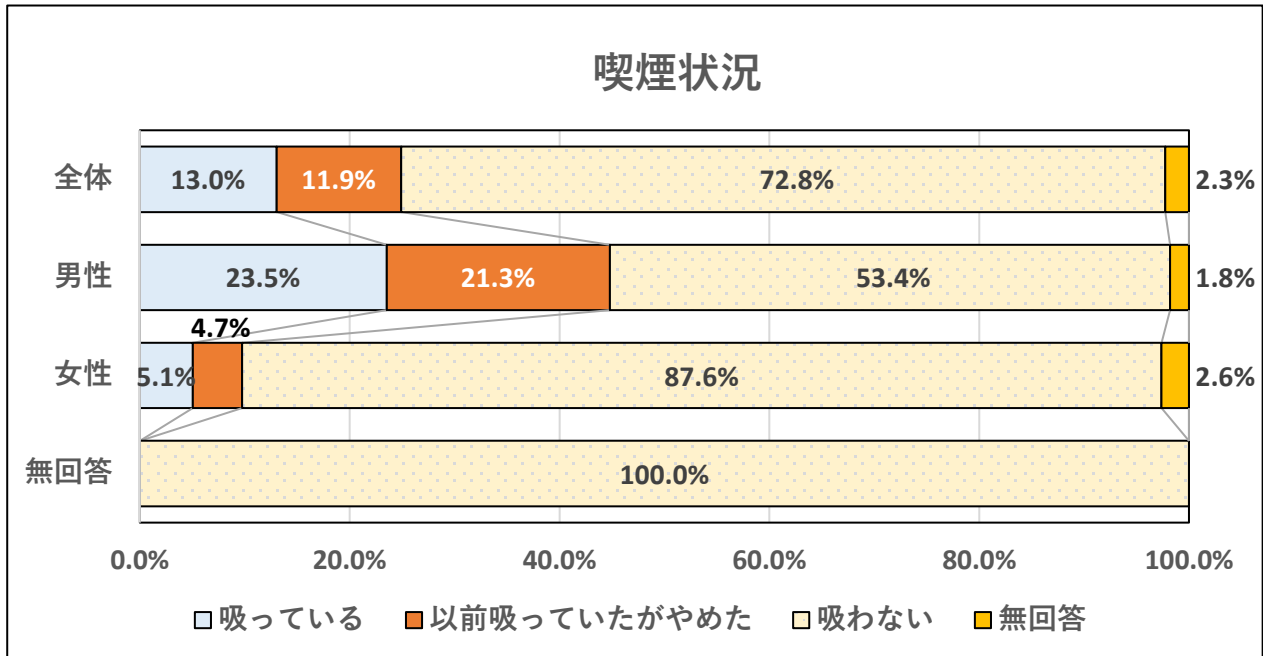
※「生活習慣病のリスクを高める量(純アルコール摂取量)を飲酒している人」とは、1日あたりの純アルコール量が、男性 40g 以上、女性 20g 以上。

### 5) たばこ

【喫煙状況】(男性n=442 女性n=574 無回答n=4)

男性の 23.5%、女性の 5.1%が喫煙者となっています。

図表 35 喫煙状況

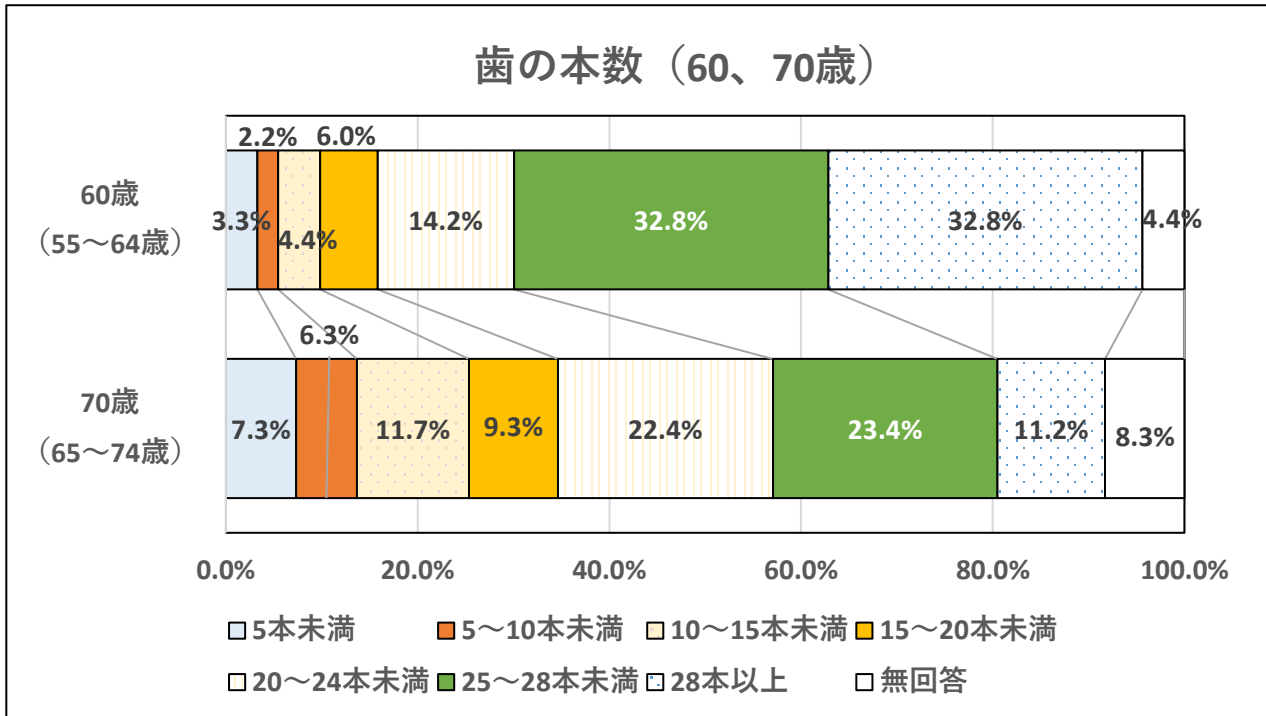


6) 歯の健康

【歯の本数】(60歳n=183 70歳n=205)

60歳(55～64歳)で自分の歯が24本以上あると回答した者は65.6%、70歳(65～74歳)では34.6%となっています。

図表 36 歯の本数(60、70歳)



図表 37 40歳(35～44歳)で喪失歯のない人の割合

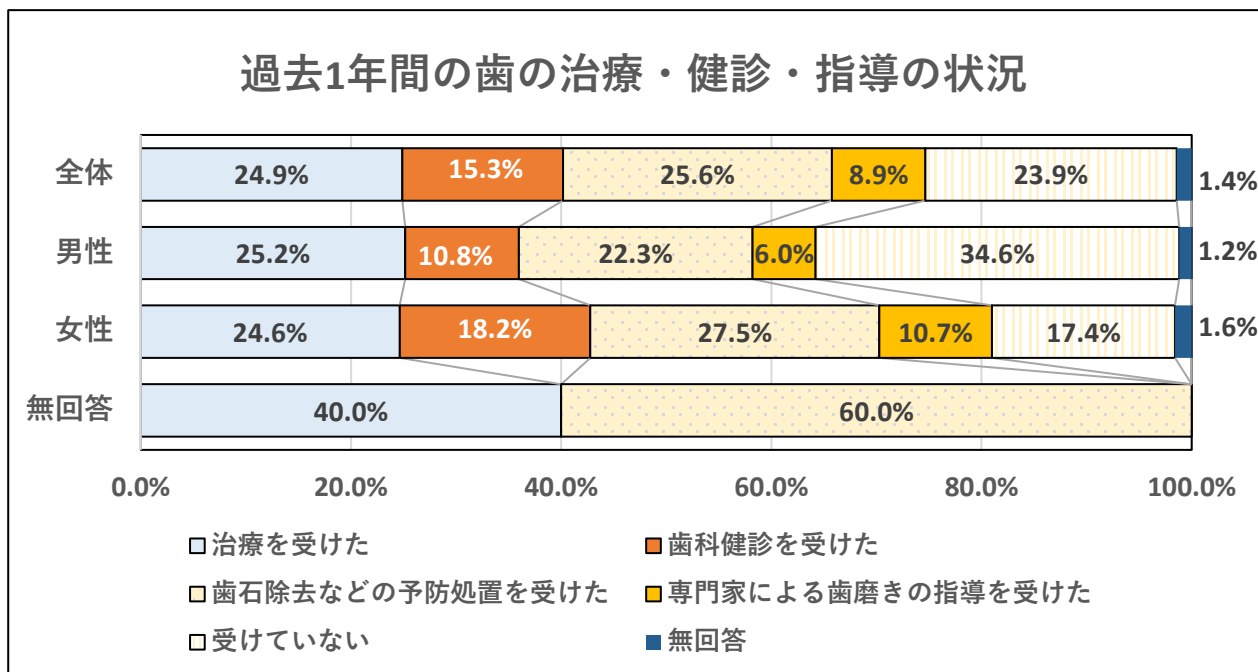
調査数	人数	割合
177	114	64.4%

【過去1年間の歯の治療・健診・指導の状況】

(男性n=442 女性n=574 無回答n=4)

過去1年間に歯科健診を受けた者は、男性10.8%、女性18.2%となっています。

図表 38 過去1年間の歯の治療・健診・指導の状況



図表 39 目標値一覧(成人)

	項目	基準値 (H23)	目標値	【参考】 前回は (H28)	現状値 (R3)	基準値との比較 目標達成◎ 改善○ 悪化■
生活習慣病の発症・重症化予防と健康寿命	がん検診受診率					
	胃がん検診 (40～69歳)					
	男性	38.2%	50%以上	40.0%	42.9%	○
	女性	27.3%	50%以上	25.6%	35.1%	○
	肺がん検診 (40～69歳)					
	男性	39.5%	50%以上	33.6%	42.9%	○
	女性	23.9%	50%以上	23.8%	33.9%	○
	大腸がん検診 (40～69歳)					
	男性	27.7%	50%以上	32.1%	39.4%	○
	女性	23.6%	50%以上	27.8%	37.3%	○
	子宮がん検診 (20～69歳)	26.6%	50%以上	25.8%	29.2%	○
	乳がん検診 (40～69歳)	32.0%	50%以上	25.8%	37.0%	○



図表 40 目標値一覧(成人)

	項目	基準値 (H23)	目標値	【参考】 前回は (H28)	現状値 (R3)	基準値との比較 目標達成◎ 改善○ 悪化■
栄養・食生活	適正体重等の維持					
	肥満者(BMI25以上)の割合					
	20~60歳代男性	22.5%	15%以下	24.1%	30.3%	■
	40~60歳代女性	13.2%	10%以下	12.1%	19.7%	■
	やせ(BMI18.5未満)の割合					
	20歳代女性	23.1%	20%以下	15.2%	27.3%	■
	低栄養傾向(BMI20以下)の割合					
	65歳以上	17.6%	現状維持	19.7%	21.3%	■
	朝食欠食者の割合					
	20歳代男性	21.9%	15%以下	18.8%	28.6%	■
	30歳代男性	15.0%	15%以下	18.8%	17.1%	■
	3食きちんとした食事をする人の割合					
	男性	37.2%	80%以上	33.1%	32.4%	■
	女性	33.3%	80%以上	29.2%	31.5%	■
	家族と一緒に食事をする回数が週に4~5回以上の割合	72.4%	80%以上	76.0%	71.7%	■
	行事食や郷土料理を作ったり食べたりする割合	53.9%	70%以上	52.3%	57.5%	○

図表 41 目標値一覧(成人)

	項目	基準値 (H23)	目標値	【参考】 前回値 (H28)	現状値 (R3)	基準値との比較 目標達成◎ 改善○ 悪化■
身体活動・運動	意識的に運動をしている人の割合	47.3%	50%以上	51.2%	54.2%	◎
	運動習慣者の割合					
	男性(20～64歳)	15.4%	30%以上	18.1%	24.9%	○
	女性(20～64歳)	11.4%	30%以上	17.3%	17.3%	○
	男性(65歳以上)	50.6%	60%以上	43.4%	46.5%	■
	女性(65歳以上)	37.8%	50%以上	41.3%	34.5%	■
	何らかの地域活動を実施している高齢者の割合(60～74歳)	60.4%	75%以上	53.7%	40.0%	■
休養・こころ	ストレスを解消できている人の割合	62.8%	80%以上	63.9%	58.4%	■
	睡眠による休養を十分にとれていない人の割合	30.7%	20%以下	29.3%	29.1%	○
アルコール	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合					
	男性(1日あたりの純アルコール摂取量40g以上)	16.8%	14.5%以下	18.7%	13.8%	◎
	女性(1日あたりの純アルコール摂取量20g以上)	5.6%	4.8%以下	4.1%	8.9%	■
たばこ	喫煙者の割合					
	男性	34.2%	25%以下	27.0%	23.5%	◎
	女性	7.5%	5%以下	7.6%	5.1%	○

図表 42 目標値一覧(成人)

	項目	基準値 (H23)	目標値	【参考】 前回は (H28)	現状値 (R3)	基準値との比較 目標達成◎ 改善○ 悪化■
歯 の 健 康	60歳(55～64歳)で 24歯以上自分の歯 を有する人の割合	53.2%	60%以上	52.8%	65.6%	◎
	40歳(35～44歳)で 喪失歯のない人の 割合	65.8%	75%以上	64.6%	64.4%	■
	過去1年間に歯科 健診を受けた人の 割合	17.6%	20%以上	15.1%	15.3%	■