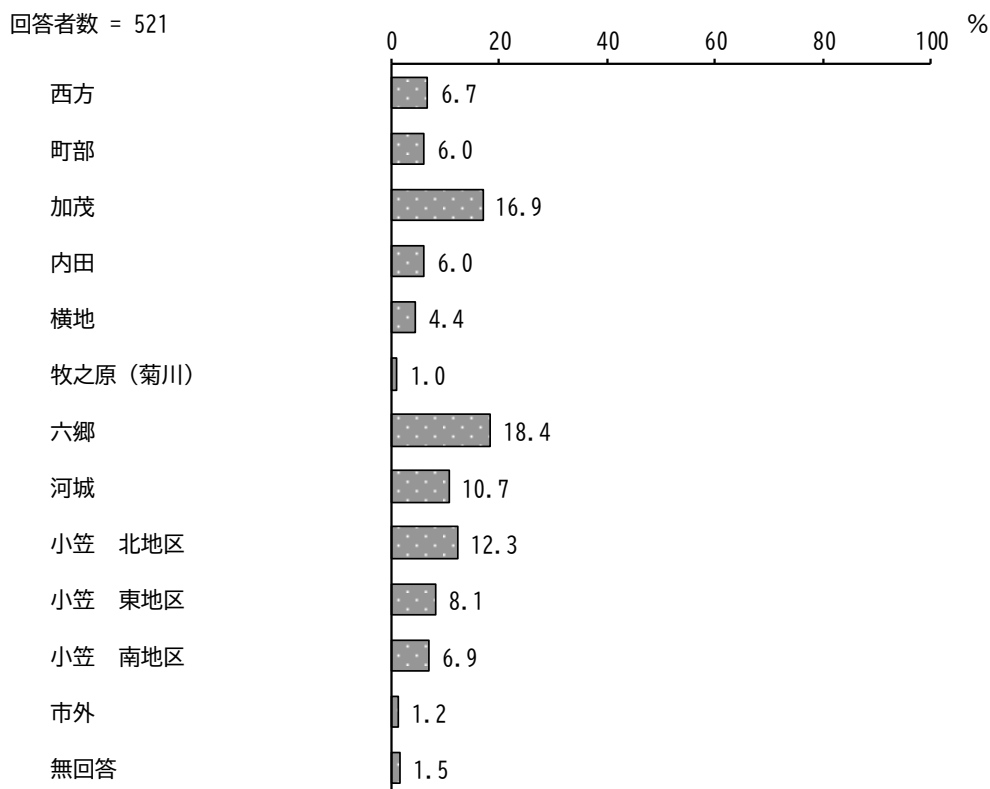


一般成人

(1) 回答者属性

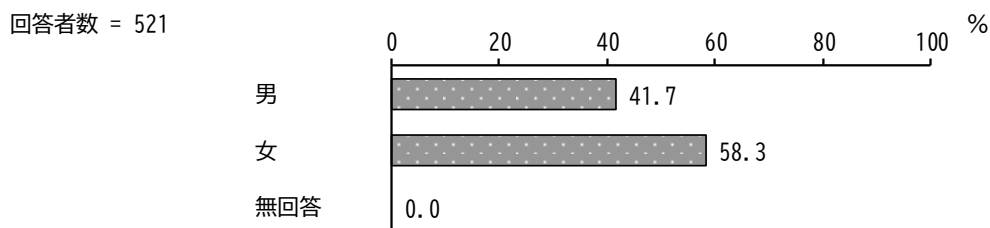
1 お住まいの地区は

「六郷」の割合が18.4%と最も高く、次いで「加茂」の割合が16.9%、「小笠 北地区」の割合が12.3%となっています。



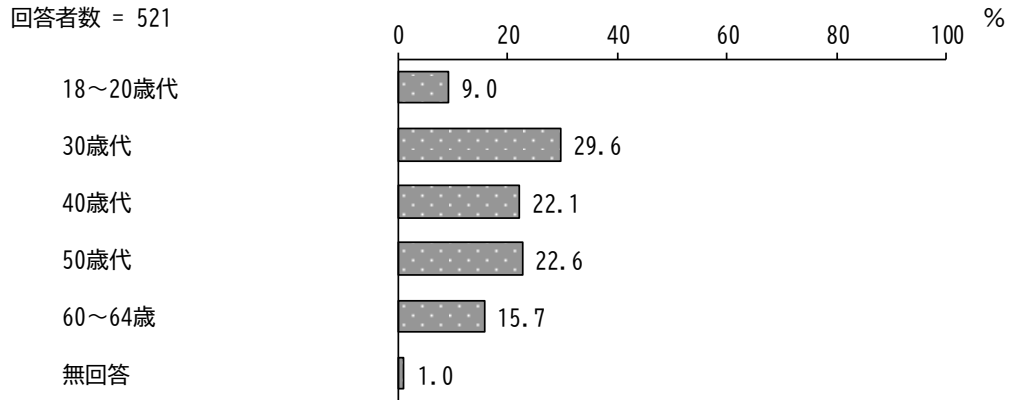
2 性別は

「男」の割合が41.7%、「女」の割合が58.3%となっています。



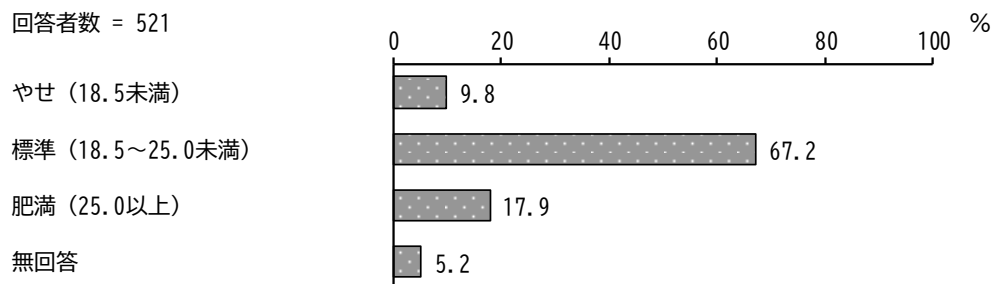
3 年齢

「30 歳代」の割合が 29.6%と最も高く、次いで「50 歳代」の割合が 22.6%、「40 歳代」の割合が 22.1%となっています。



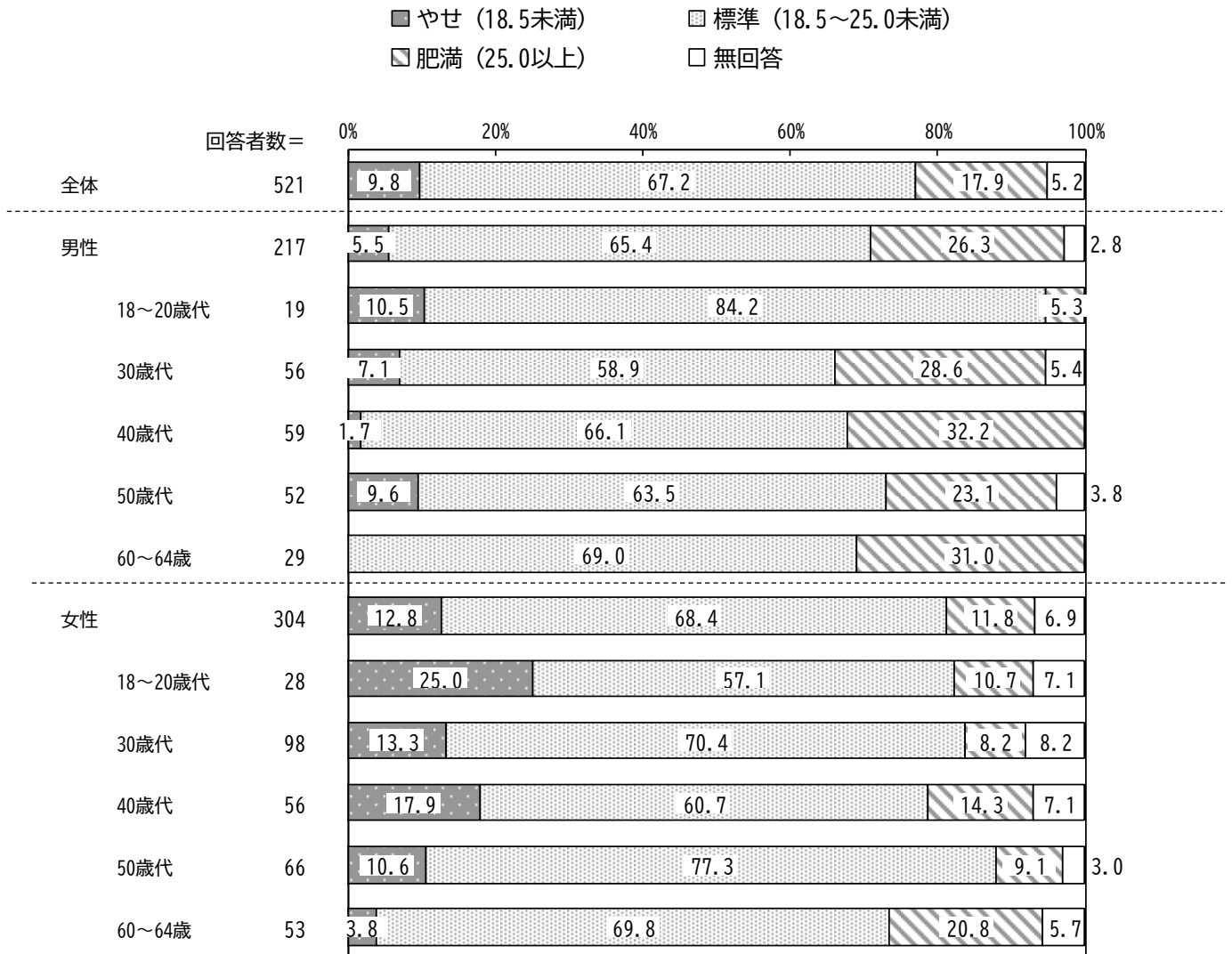
4 BMI

「標準 (18.5~25.0 未満)」の割合が 67.2%と最も高く、次いで「肥満 (25.0 以上)」の割合が 17.9%となっています。



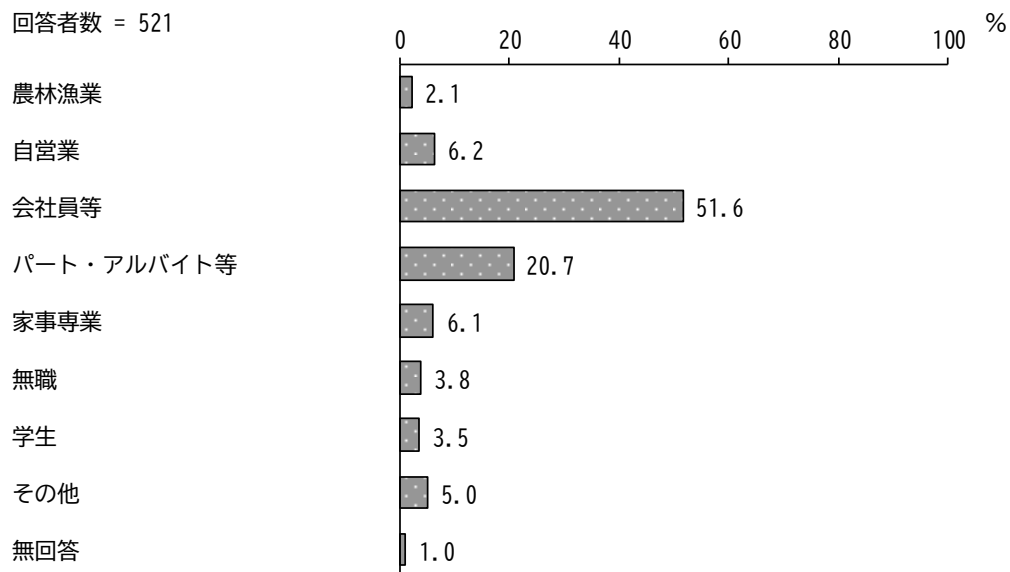
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、女性に比べて、男性で「肥満（25.0以上）」の割合が26.3%と高くなっています。また、男性の30歳以上と女性の60～64歳において「肥満（25.0以上）」の割合が高くなっています。女性の18～20歳代において「やせ（18.5未満）」の割合が高くなっています。



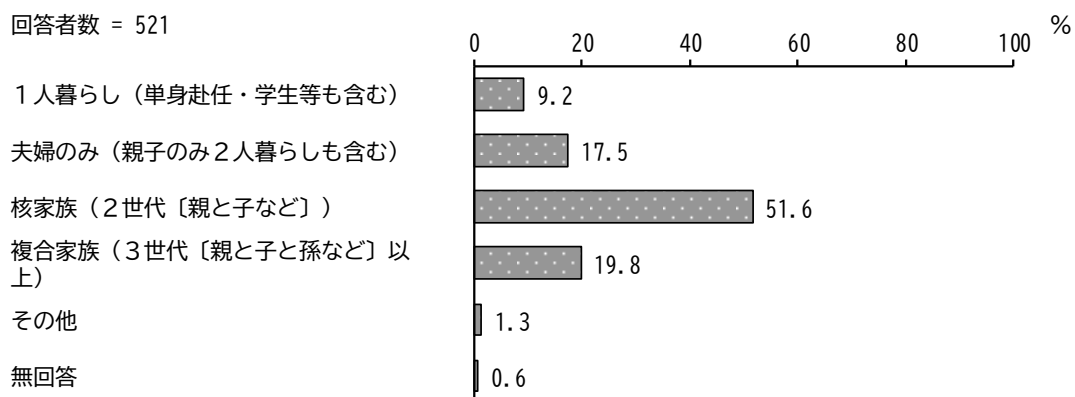
5 職業は（複数の仕事をしている方は主なもの1つに○）

「会社員等」の割合が51.6%と最も高く、次いで「パート・アルバイト等」の割合が20.7%となっています。



6 家族構成はどれに当たりますか

「核家族（2世代〔親と子など〕）」の割合が51.6%と最も高く、次いで「複合家族（3世代〔親と子と孫など〕以上）」の割合が19.8%、「夫婦のみ（親子のみ2人暮らしも含む）」の割合が17.5%となっています。

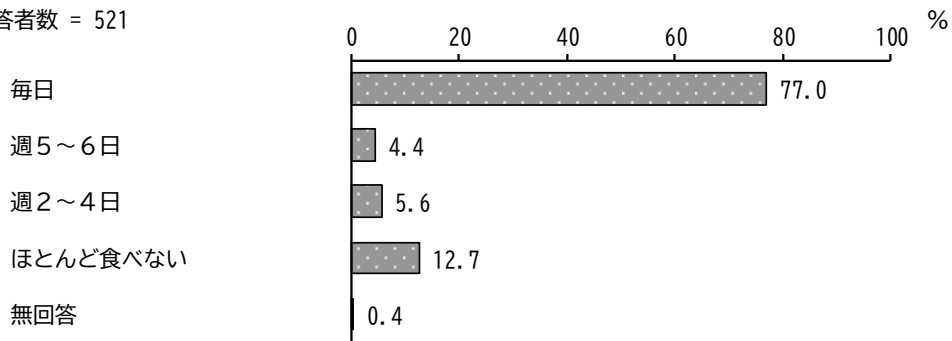


(2) 食生活について

7 朝食を食べますか

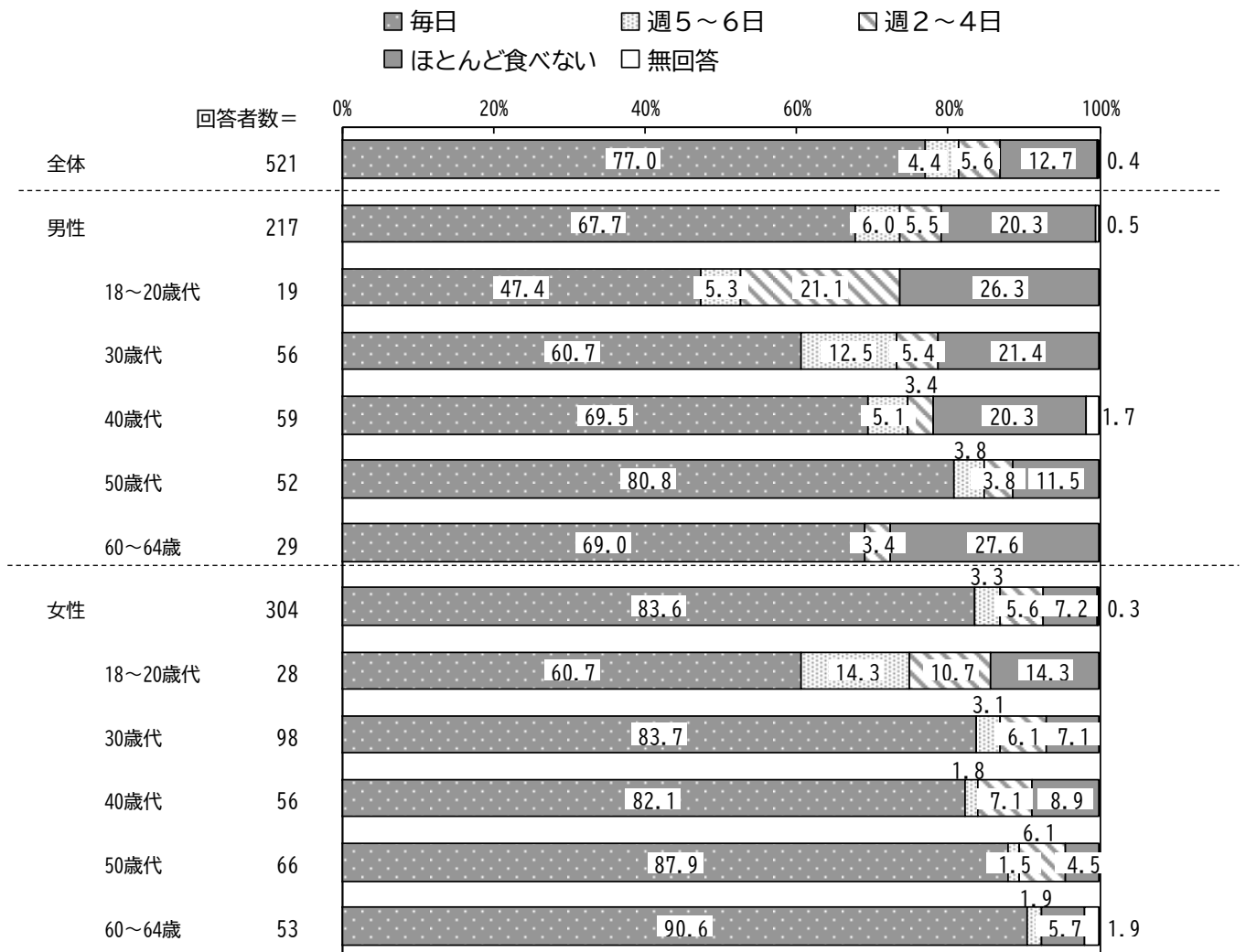
「毎日」の割合が77.0%と最も高く、次いで「ほとんど食べない」の割合が12.7%となっています。

回答者数 = 521



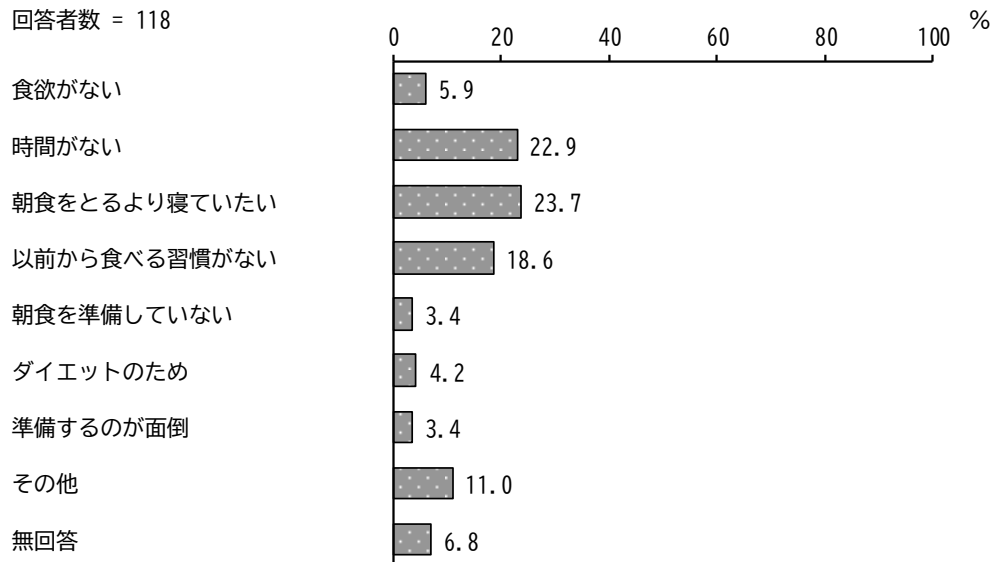
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、女性に比べて、男性で「毎日」の割合が低く、「ほとんど食べない」の割合が高くなっています。また、他に比べ、20歳代で「ほとんど食べない」の割合が、60~64歳で「ほとんど食べない」「毎日」の割合が高くなっています。



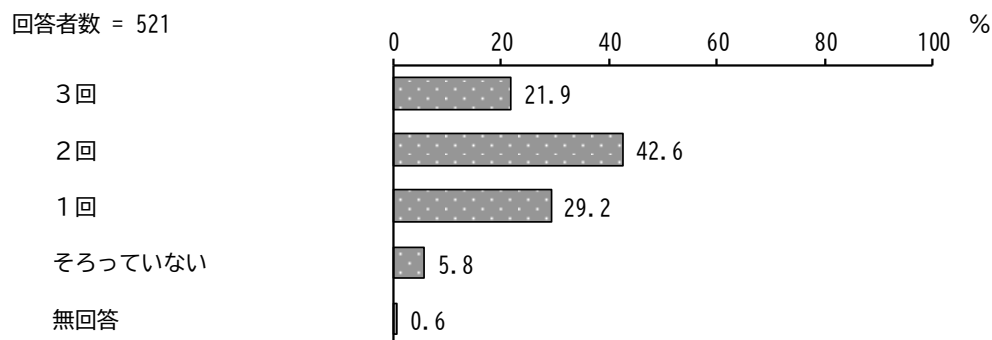
8 問7で「週5～6日」「週2～4日」「ほとんど食べない」と回答の方にお尋ねします 朝食を食べない理由は何ですか（○は1つ）

「朝食をとるより寝ていたい」の割合が23.7%と最も高く、次いで「時間がない」の割合が22.9%、「以前から食べる習慣がない」の割合が18.6%となっています。



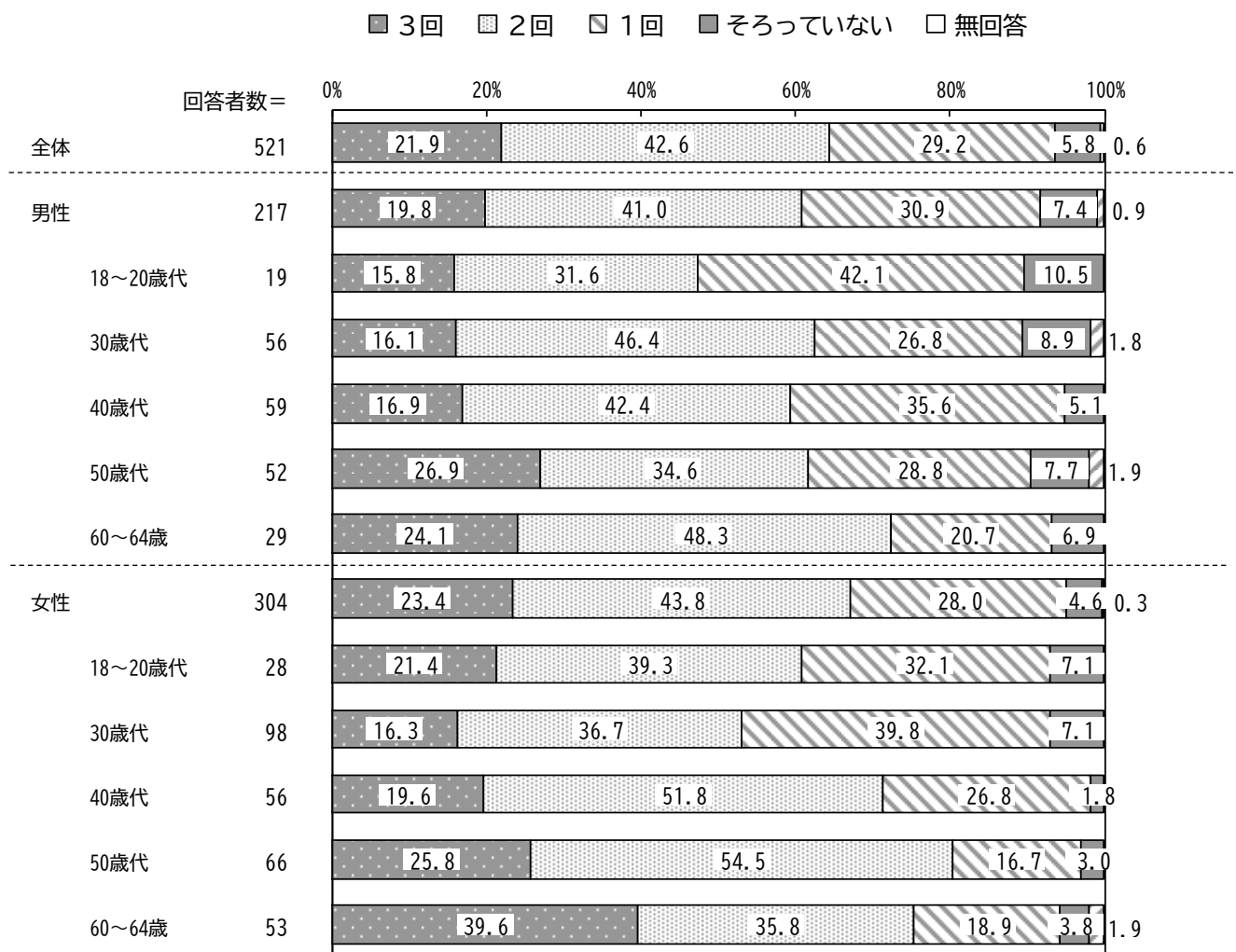
9 主食・主菜・副菜がそろっている食事は、1日何回ですか（休日など家で食べる日）

「2回」の割合が42.6%と最も高く、次いで「1回」の割合が29.2%、「3回」の割合が21.9%となっています。



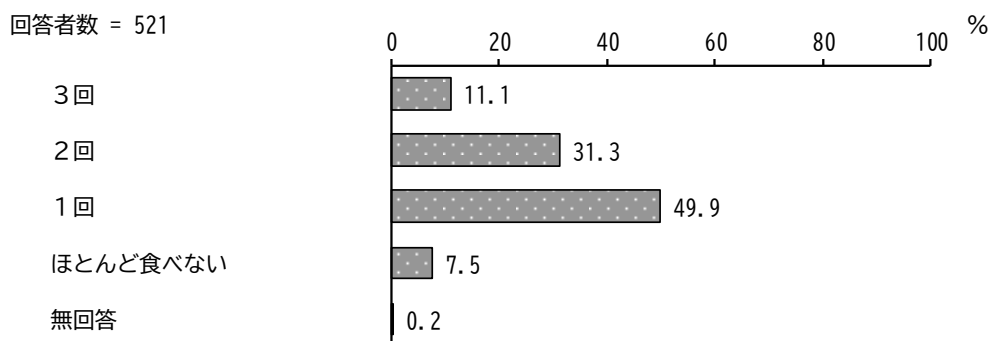
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、他に比べ、60～64歳の女性で「3回」の割合が、20歳代の男性と30歳代の女性で「1回」の割合が、40歳代の女性と50歳代の女性で「2回」の割合が高くなっています。



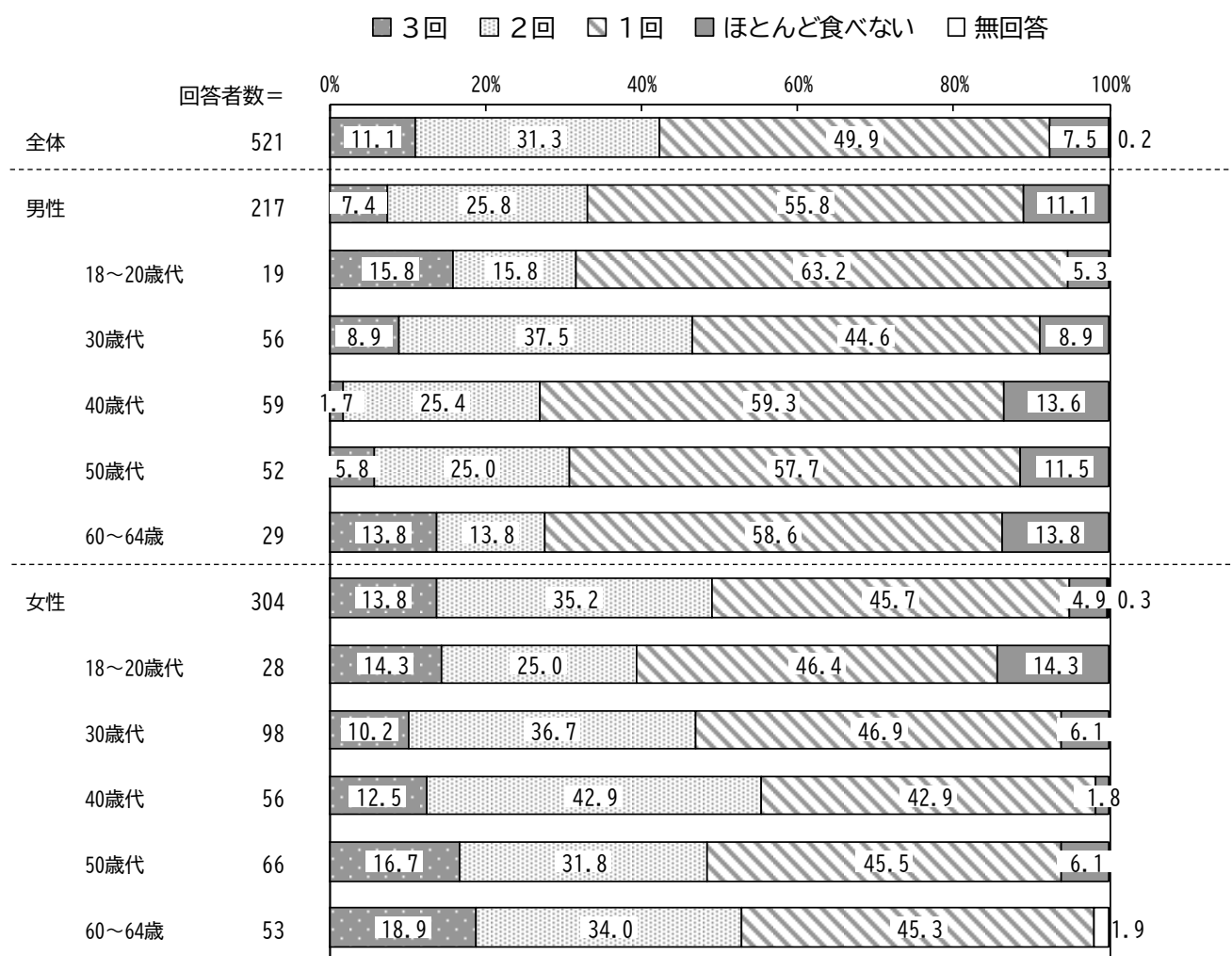
10 野菜を1皿以上食べる食事は、1日に何回ですか（休日など家で食べる日）

「1回」の割合が49.9%と最も高く、次いで「2回」の割合が31.3%、「3回」の割合が11.1%となっています。



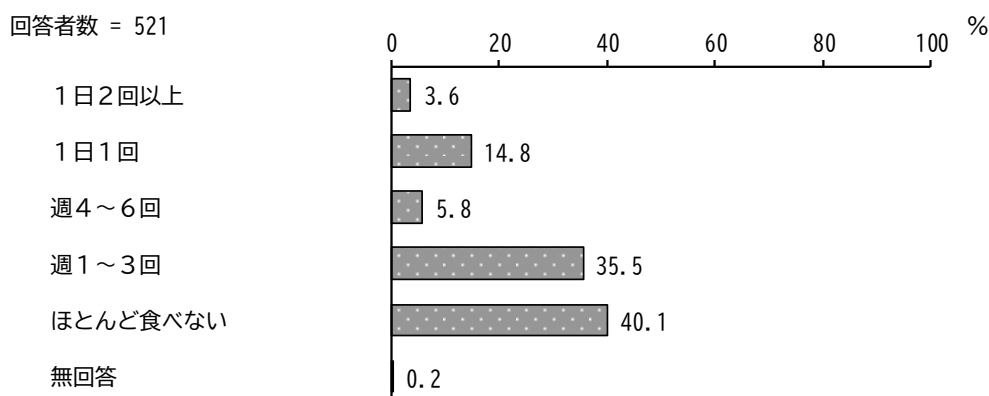
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、男性の「1回」「ほとんど食べない」の割合が高くなっています。また、20歳代の男性で「1回」の割合が、40歳代の女性で「2回」の割合が高くなっています。



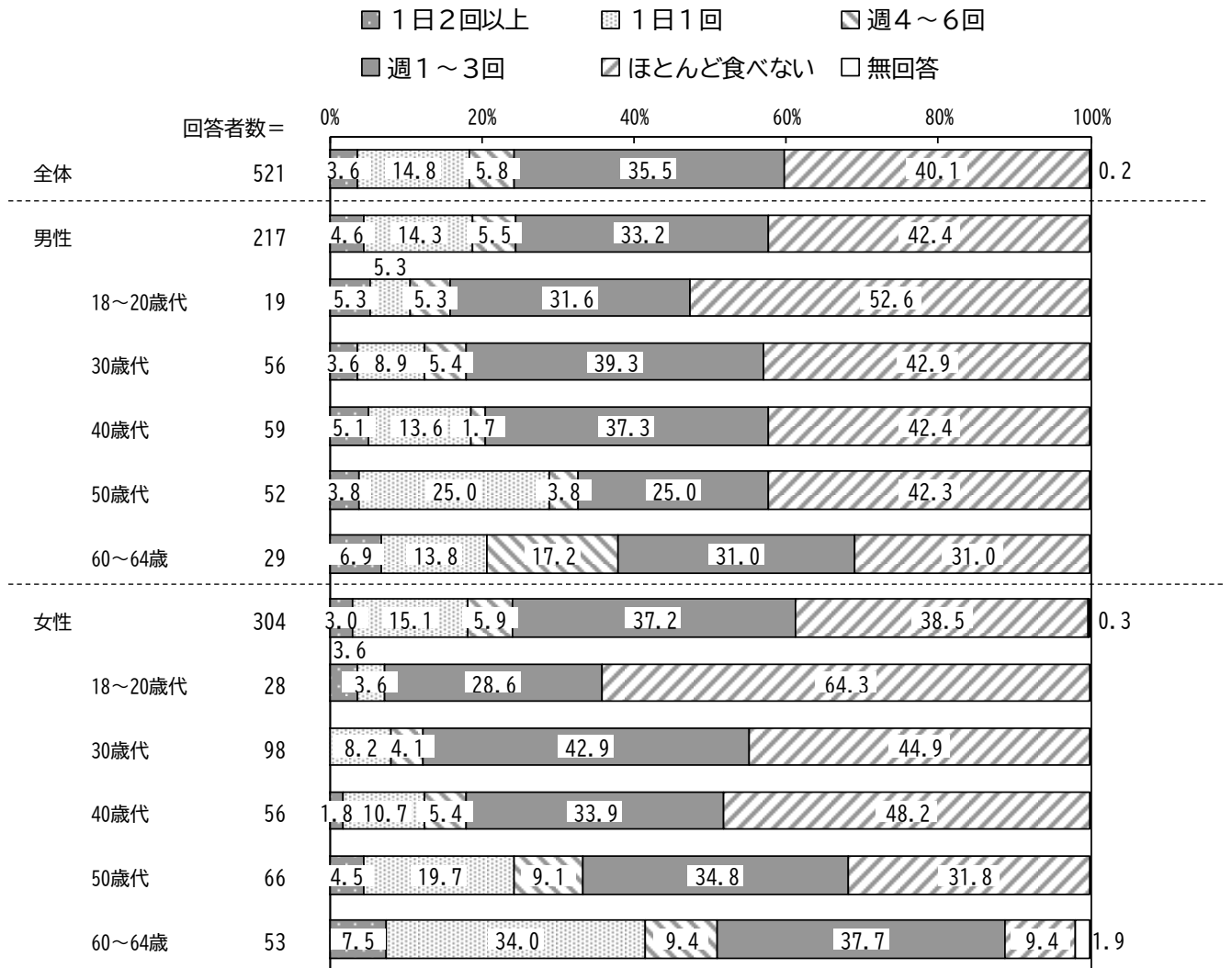
11 漬物・つくだ煮・塩辛などを食べますか

「ほとんど食べない」の割合が40.1%と最も高く、次いで「週1~3回」の割合が35.5%、「1日1回」の割合が14.8%となっています。



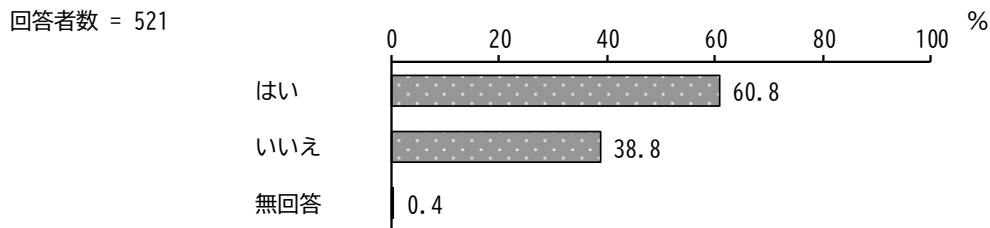
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、他に比べ、20歳代で「ほとんど食べない」の割合が、50歳代男性と60～64歳の女性で「1日1回」の割合が高くなっています。



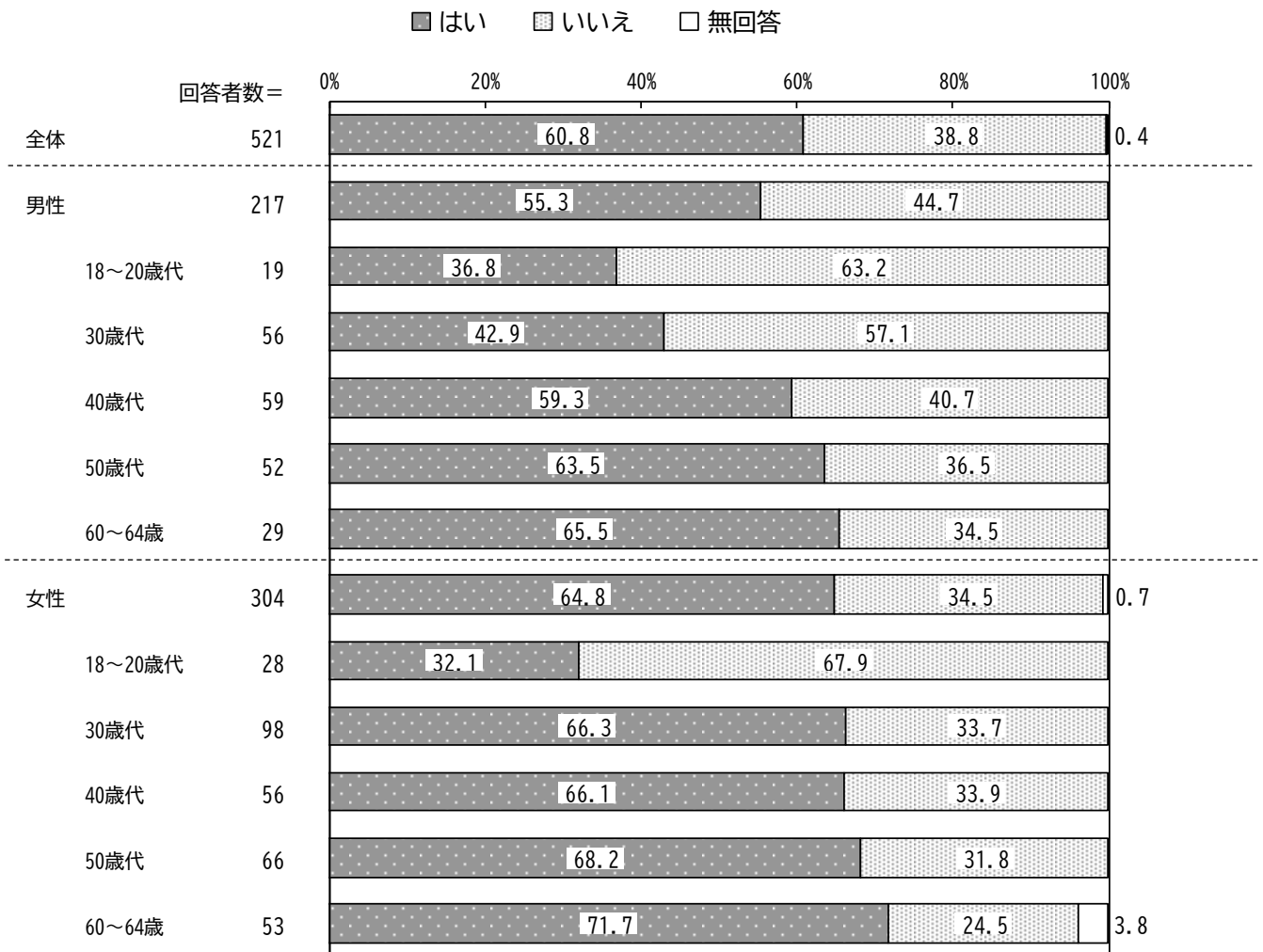
12 塩分のとりすぎに気をつけていますか

「はい」の割合が60.8%、「いいえ」の割合が38.8%となっています。



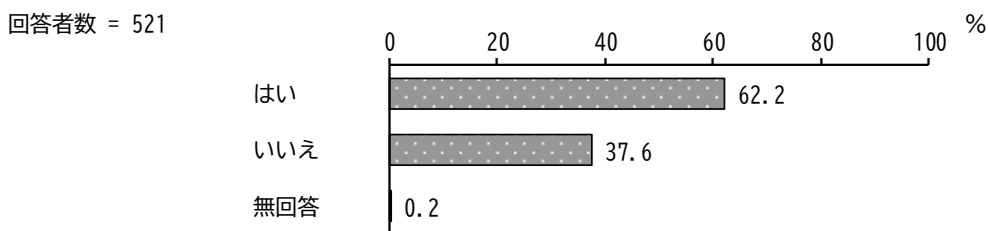
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、女性の方が「はい」の割合が高く、20歳代、30歳代の男性で「いいえ」の割合が高くなっています。



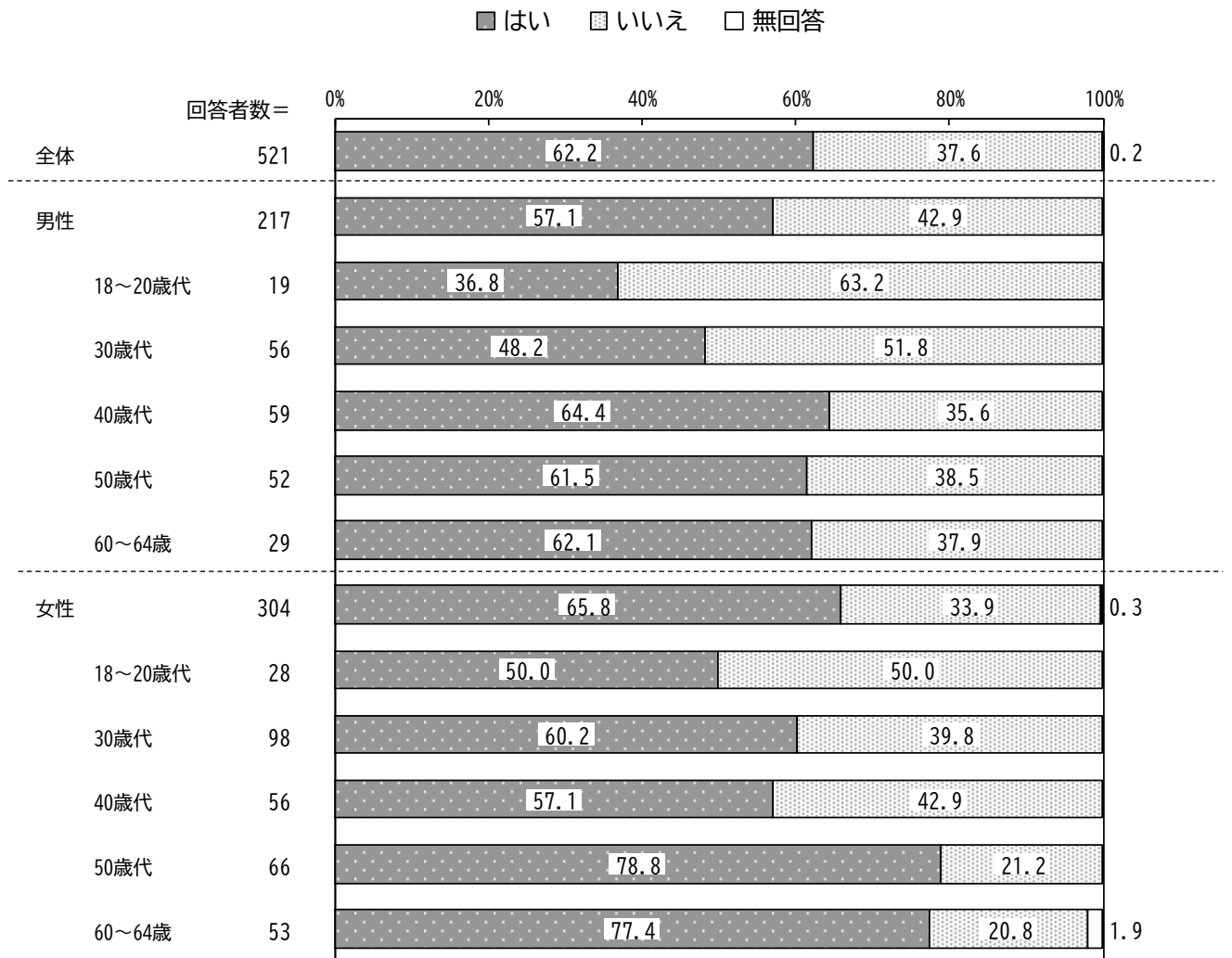
13 脂肪のとりすぎに気をつけていますか

「はい」の割合が62.2%、「いいえ」の割合が37.6%となっています。



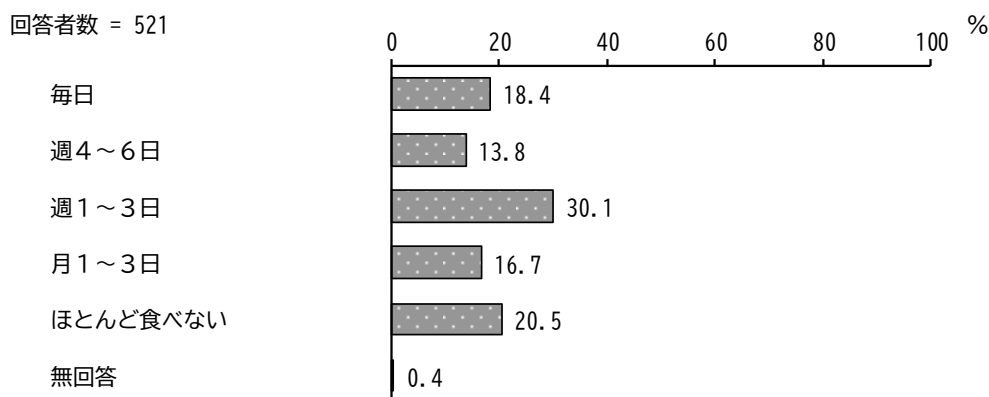
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、女性の方が「はい」の割合が高くなっています。また、20歳代で「いいえ」の割合が高く、50歳代以降の女性で「はい」の割合が高くなっています。



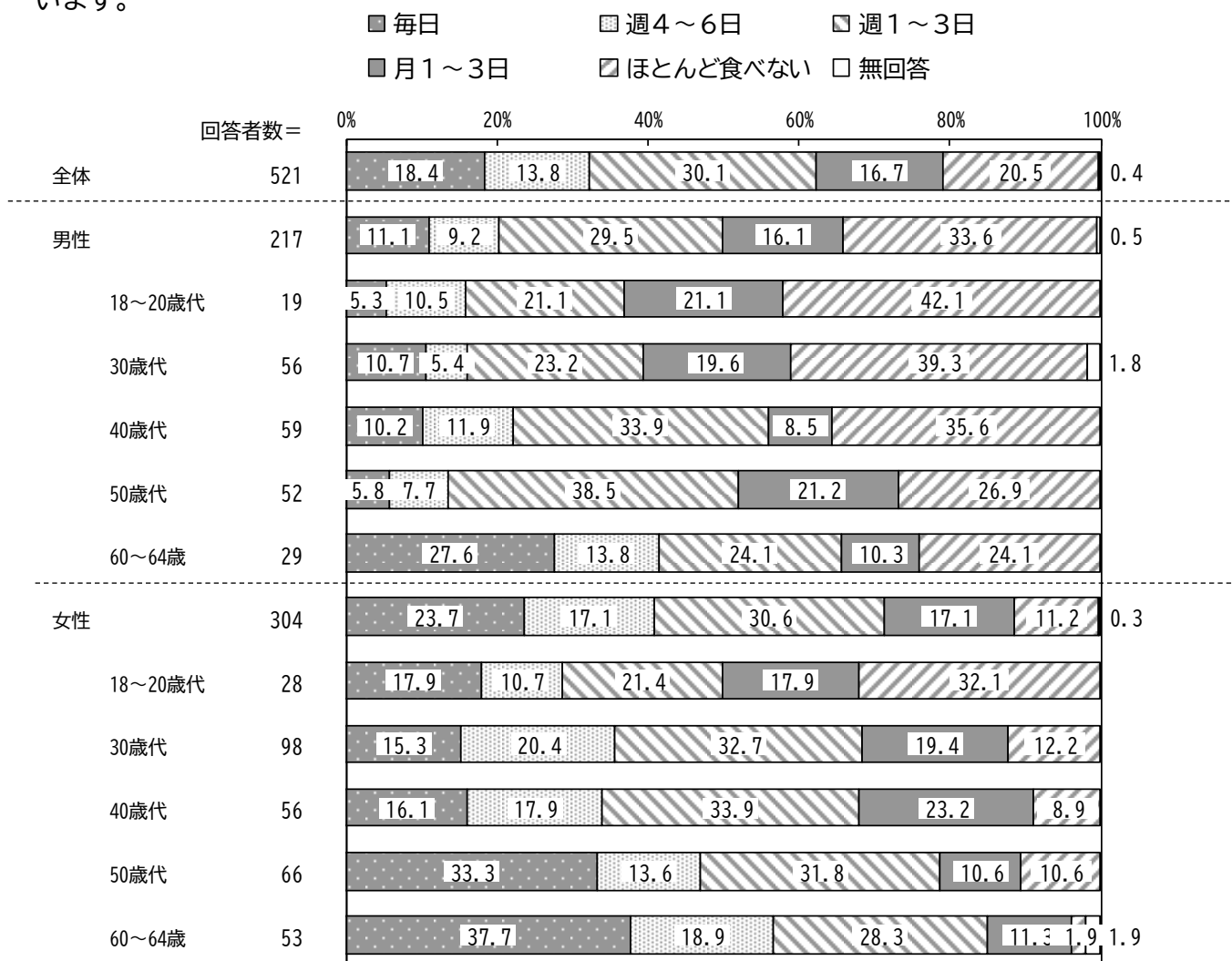
14 果物を食べますか

「週1～3日」の割合が30.1%と最も高く、次いで「ほとんど食べない」の割合が20.5%、「毎日」の割合が18.4%となっています。



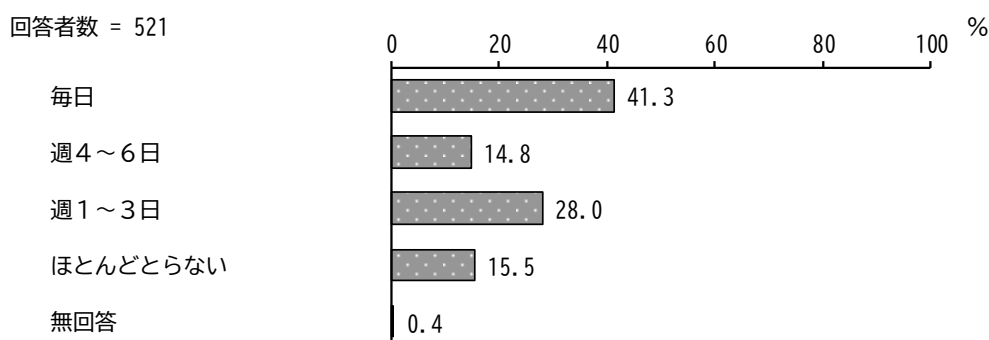
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、女性の方が「毎日」の割合が高く、男性は「ほとんど食べない」の割合が高くなっています。また、50歳以降の女性と60～64歳の男性で「毎日」の割合が高くなっています。



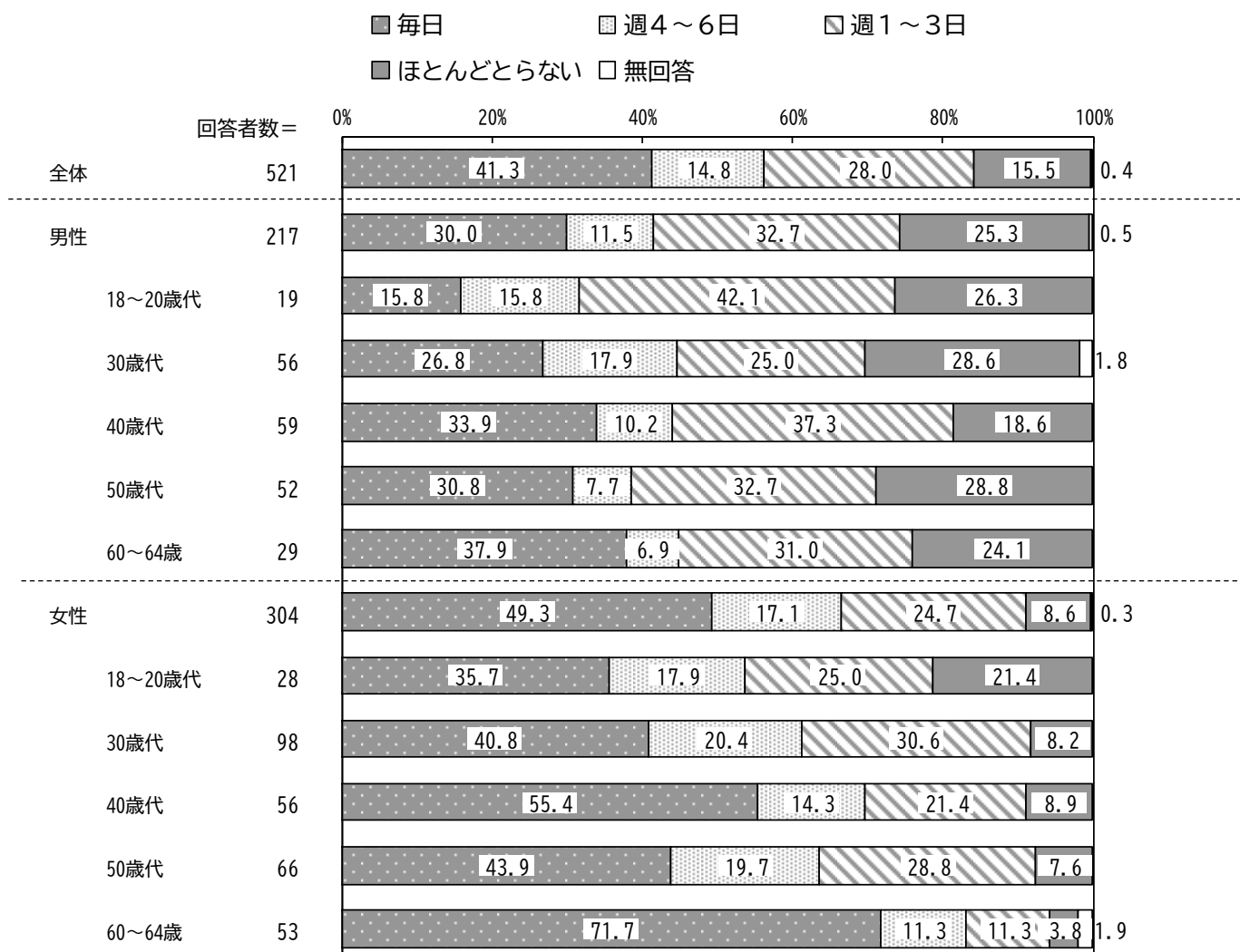
15 牛乳・乳製品をとりますか

「毎日」の割合が41.3%と最も高く、次いで「週1～3日」の割合が28.0%、「ほとんどとらない」の割合が15.5%となっています。



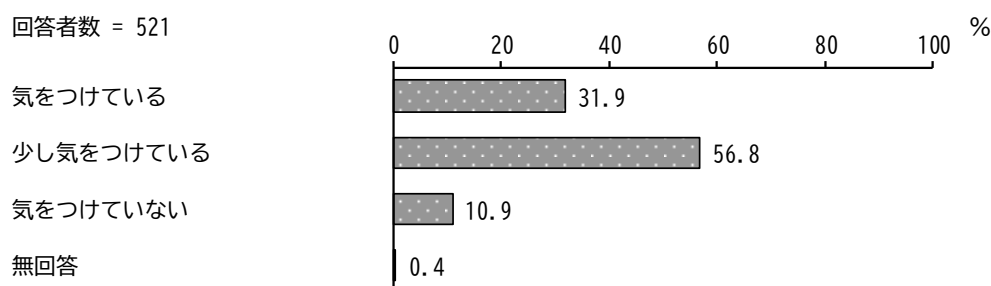
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、女性に比べて、男性で「ほとんどとらない」の割合が25.3%と高くなっています。また、60～64歳の女性で「毎日」の割合が、高くなっています。



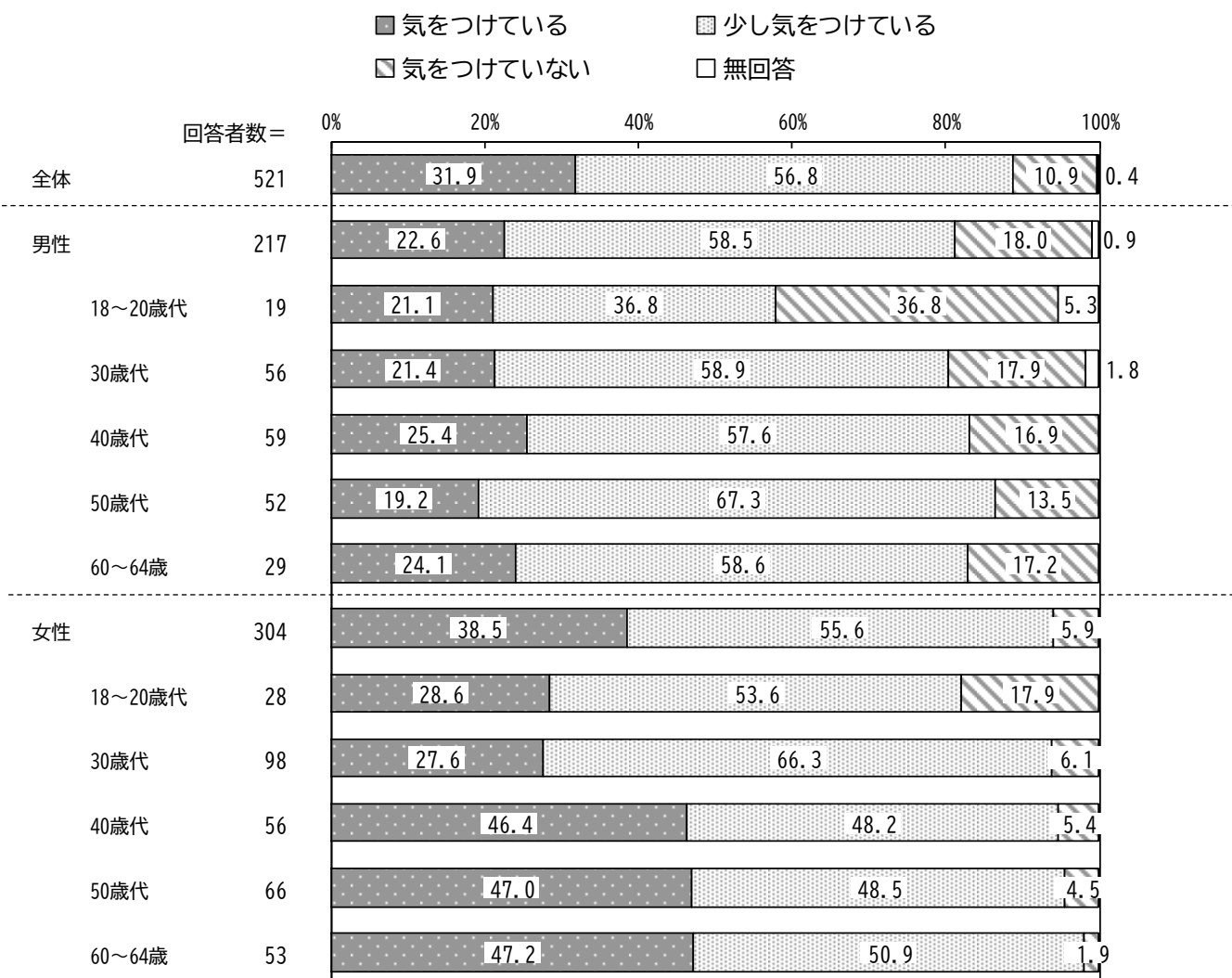
16 栄養のバランスに気をつけていますか

「少し気をつけている」の割合が56.8%と最も高く、次いで「気をつけている」の割合が31.9%、「気をつけていない」の割合が10.9%となっています。



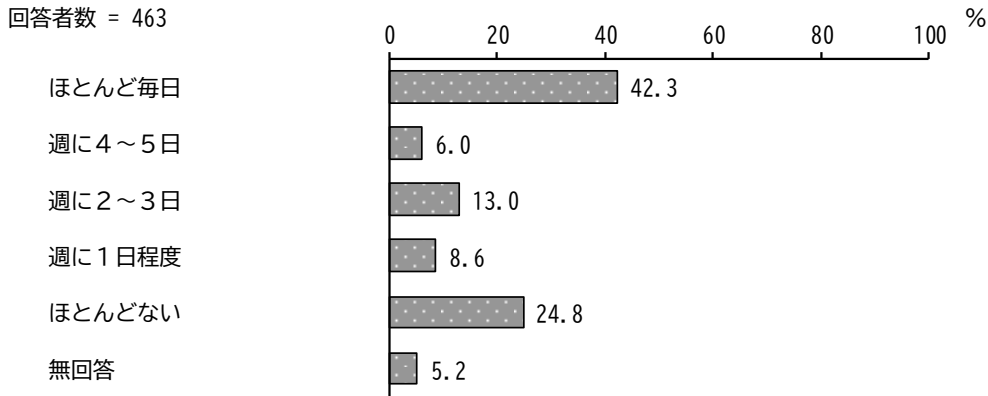
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、女性の方が「気をつけている」割合が高く、「気をつけていない」割合が低くなっています。また、20歳代で「気をつけていない」の割合が、40歳以降の女性で「気をつけている」の割合が高くなっています。



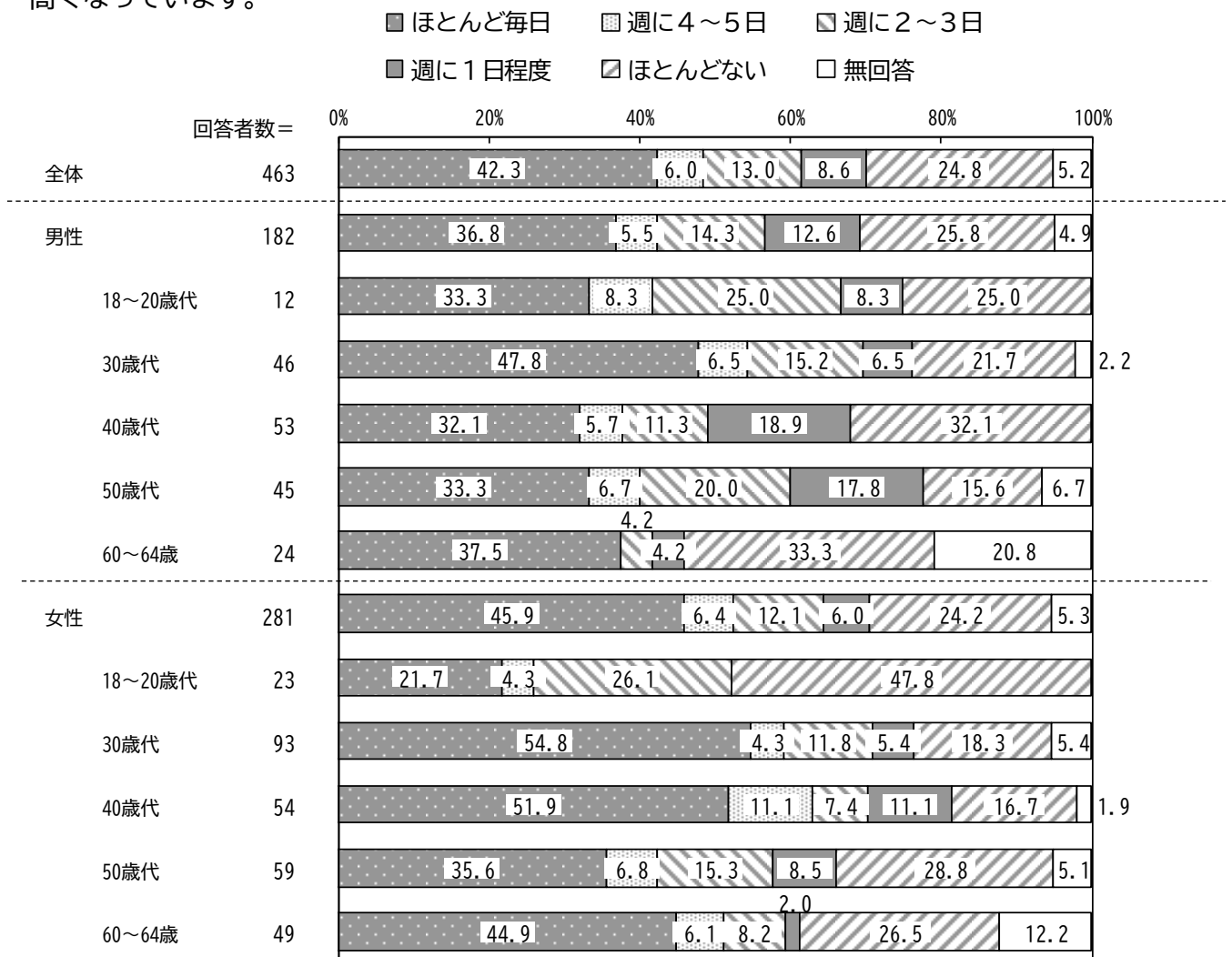
17 家族と同居している方にお尋ねします
朝食を家族と一緒に食べることは、どれくらいありますか

「ほとんど毎日」の割合が42.3%と最も高く、次いで「ほとんどない」の割合が24.8%、「週に2～3日」の割合が13.0%となっています。



【性・年齢別】

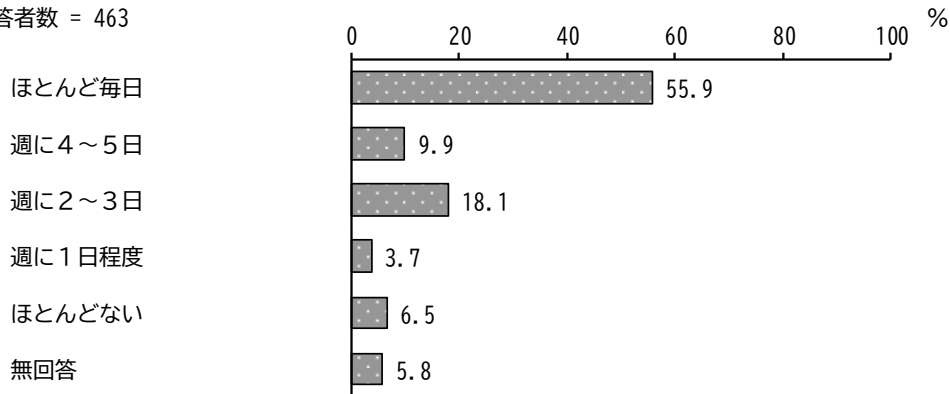
性・年齢別にみると、女性の方が「ほとんど毎日」の割合が高くなっています。20歳代女性で「ほとんどない」「週に2～3日」の割合が、30歳代と40歳代女性で「ほとんど毎日」の割合が高くなっています。



18 家族と同居している方にお尋ねします
夕食を家族と一緒に食べることは、どれくらいありますか

「ほとんど毎日」の割合が 55.9%と最も高く、次いで「週に2～3日」の割合が 18.1%となっています。

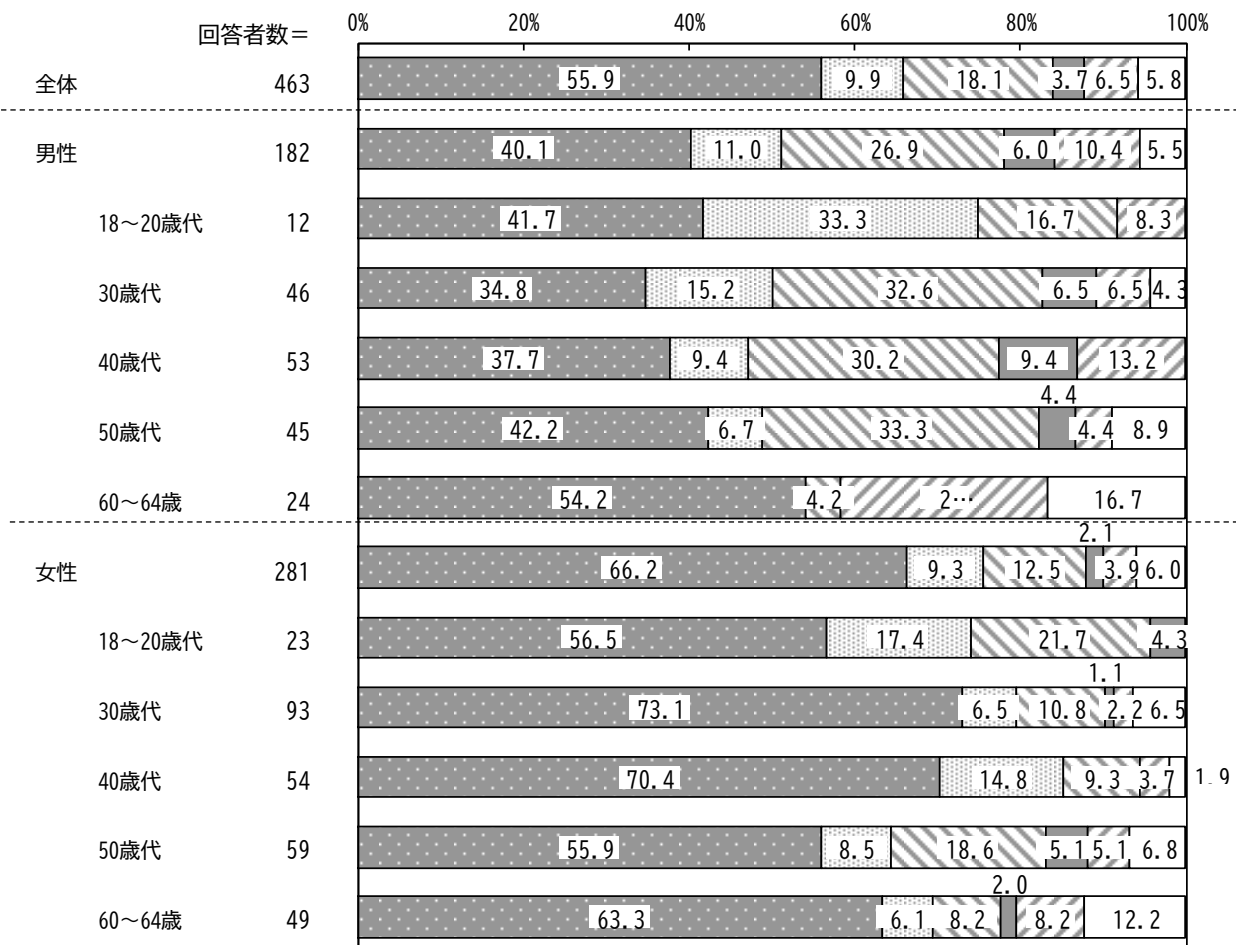
回答者数 = 463



【性・年齢別】

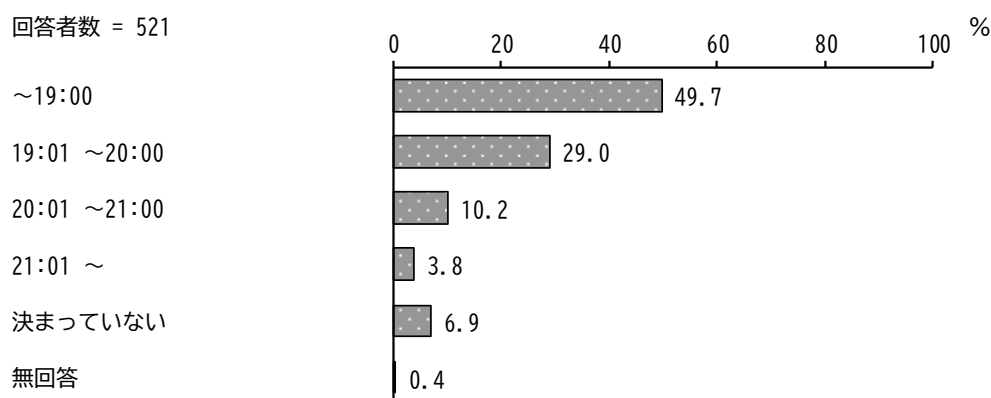
性・年齢別にみると、男性に比べて、女性で「ほとんど毎日」の割合が 66.2%と高くなっています。また、30歳代、40歳代の女性「ほとんど毎日」の割合が高くなっています。

■ ほとんど毎日 ▨ 週に4～5日 ▩ 週に2～3日
■ 週に1日程度 □ ほとんどない □ 無回答



19 夕食の時間は何時頃ですか

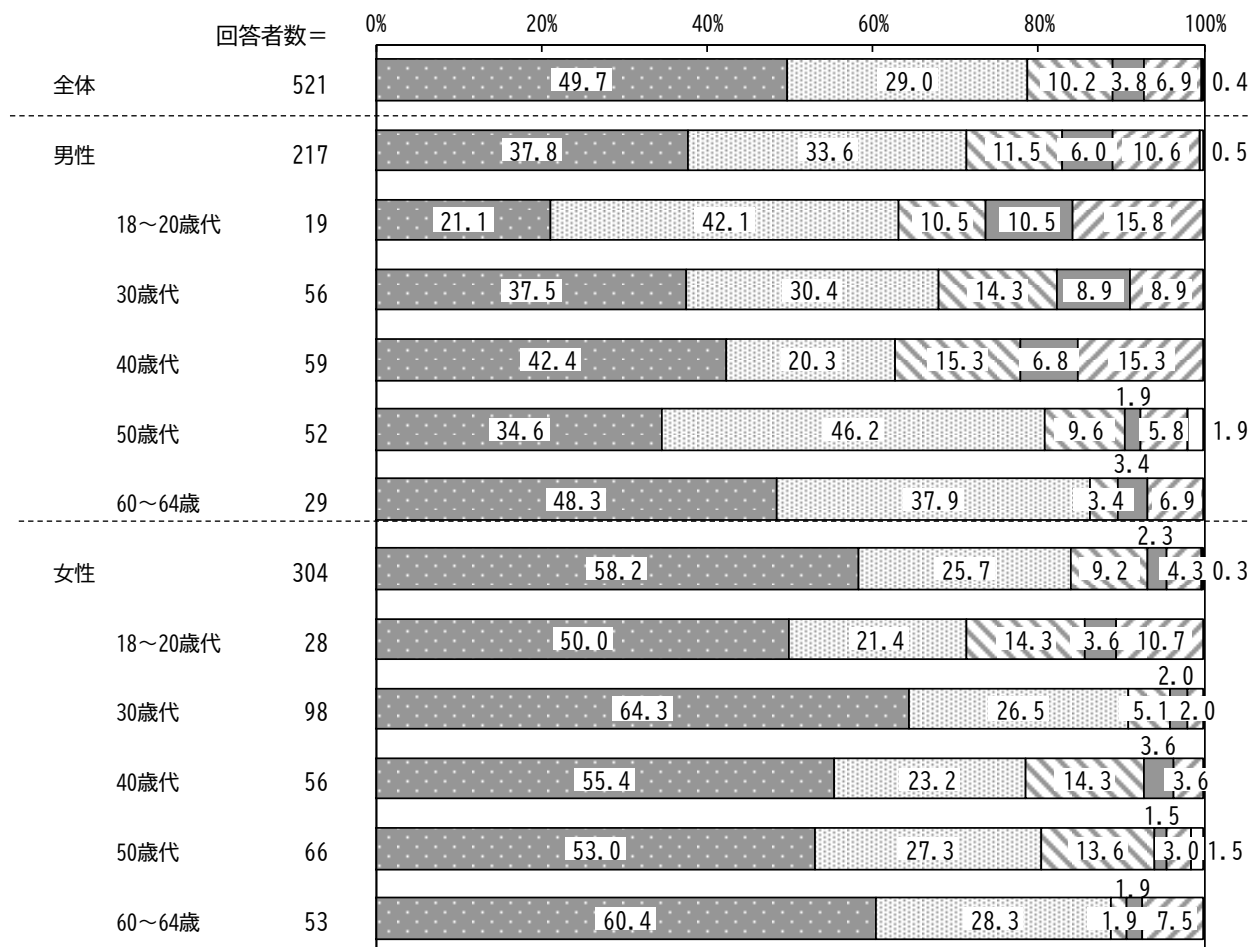
「～19:00」の割合が49.7%と最も高く、次いで「19:01～20:00」の割合が29.0%、「20:01～21:00」の割合が10.2%となっています。



【性・年齢別】

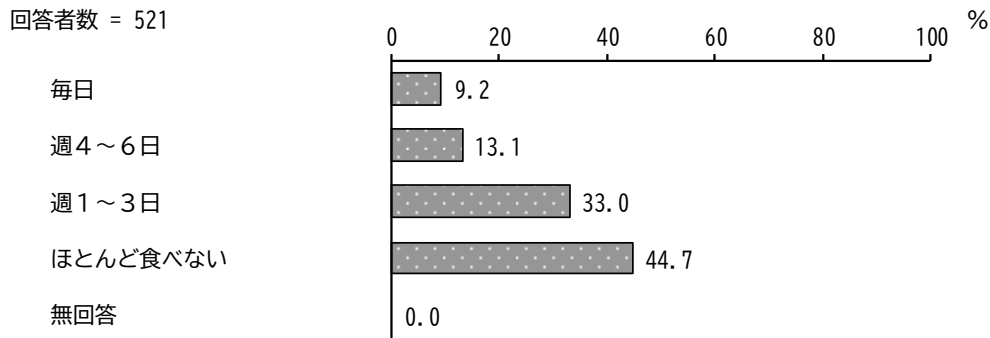
性・年齢別にみると、女性の方が「～19:00」の割合が高くなっています。また、20歳代の男性と50歳代の男性で「19:01～20:00」の割合が、30歳代以降の女性と60～64歳で「～19:00」の割合が高くなっています。

■ ～19:00 ▨ 19:01～20:00 ▩ 20:01～21:00
 ■ 21:01～ ▨ 決まっていない □ 無回答



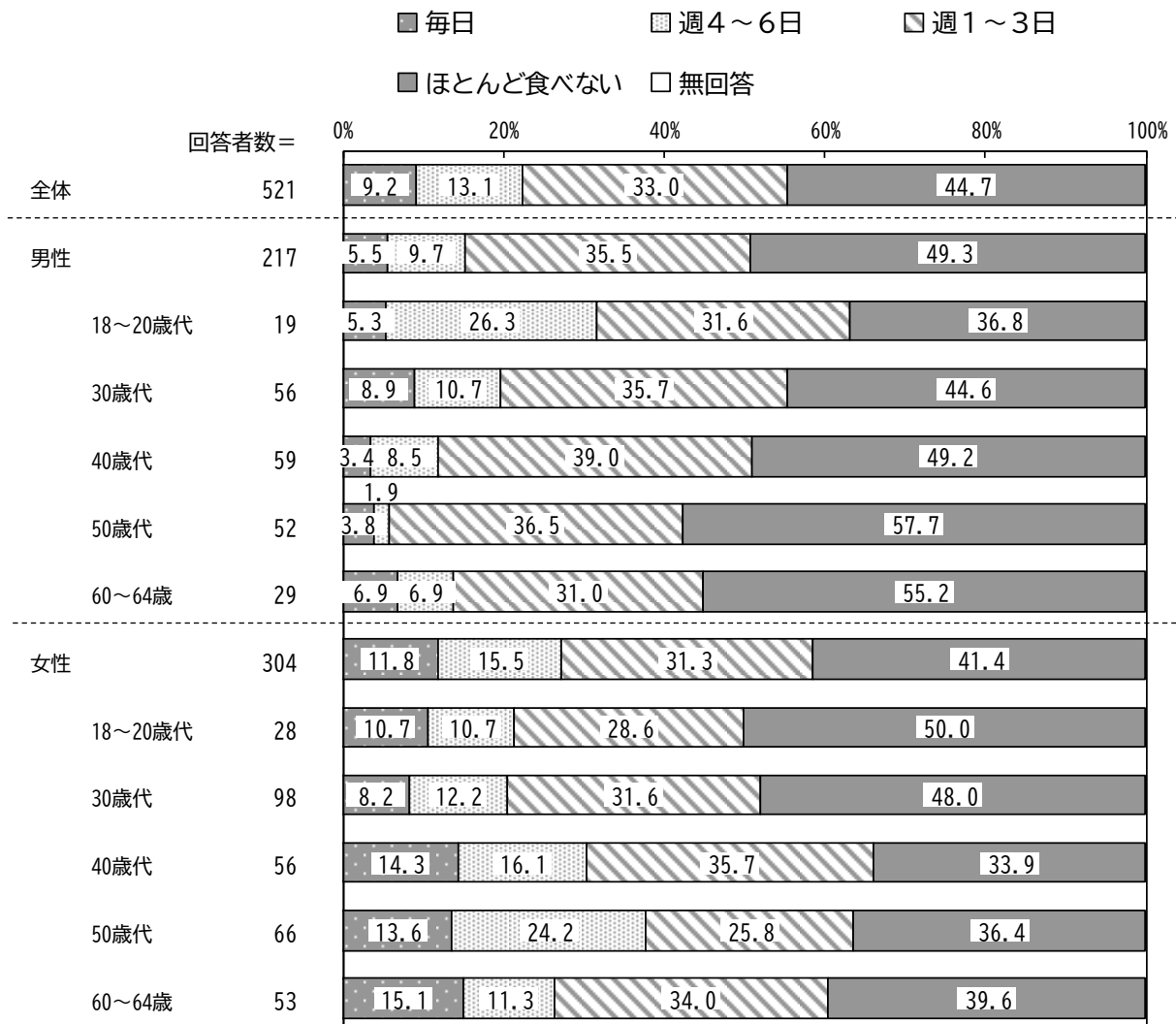
20 夕食後に間食や夜食を食べますか

「ほとんど食べない」の割合が 44.7%と最も高く、次いで「週1～3日」の割合が 33.0%、「週4～6日」の割合が 13.1%となっています。



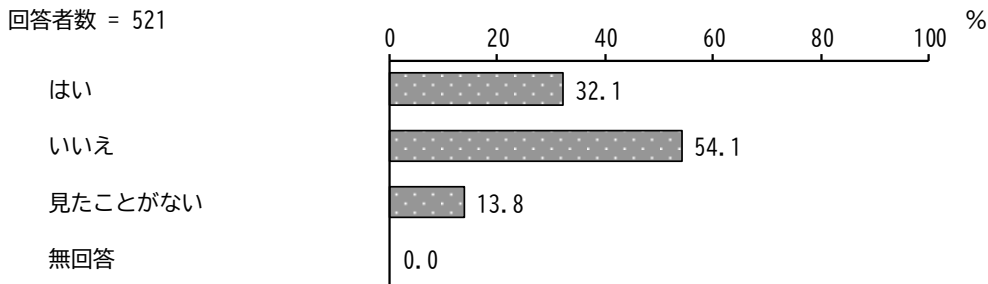
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、男性に比べて、女性で「毎日」の割合が 11.8%と高くなっています。また、50歳代以降の男性で「ほとんど食べない」の割合が高くなっています。



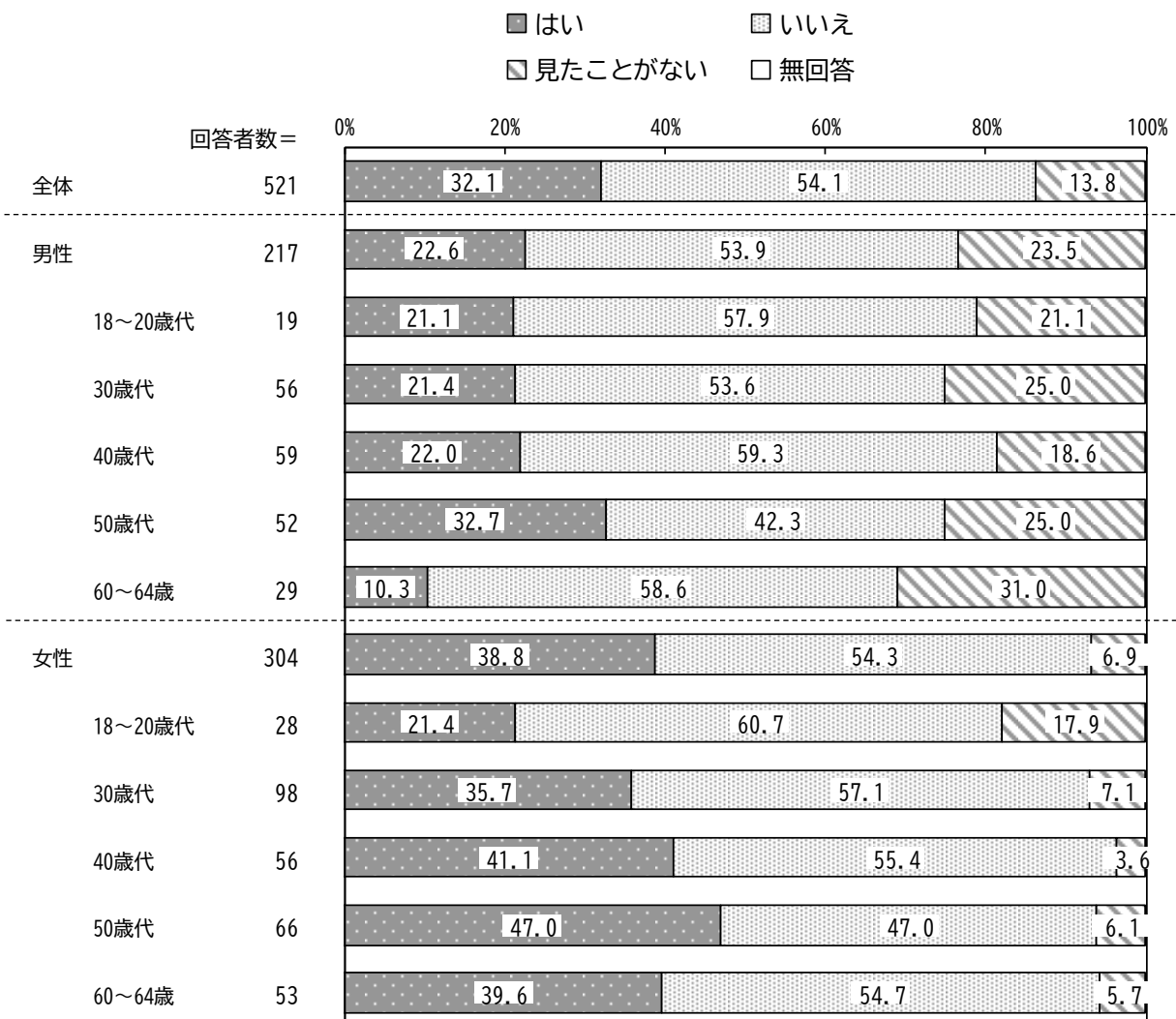
21 外食や食品購入の際、栄養成分表示を参考にしていますか

「いいえ」の割合が 54.1%と最も高く、次いで「はい」の割合が 32.1%、「見たことがない」の割合が 13.8%となっています。



【性・年齢別】

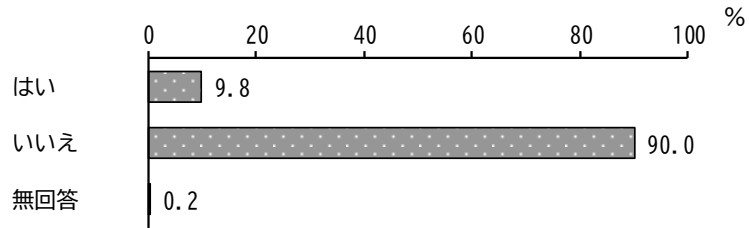
性・年齢別にみると、女性に比べて、男性で「見たことがない」の割合が 23.5%と高くなっています。また、20 歳代の女性、60～64 歳の男性で「見たことがない」の割合が、50 歳代で「はい」の割合が高くなっています。



22 毎月19日は「食育の日」ということを知っていますか

「はい」の割合が9.8%、「いいえ」の割合が90.0%となっています。

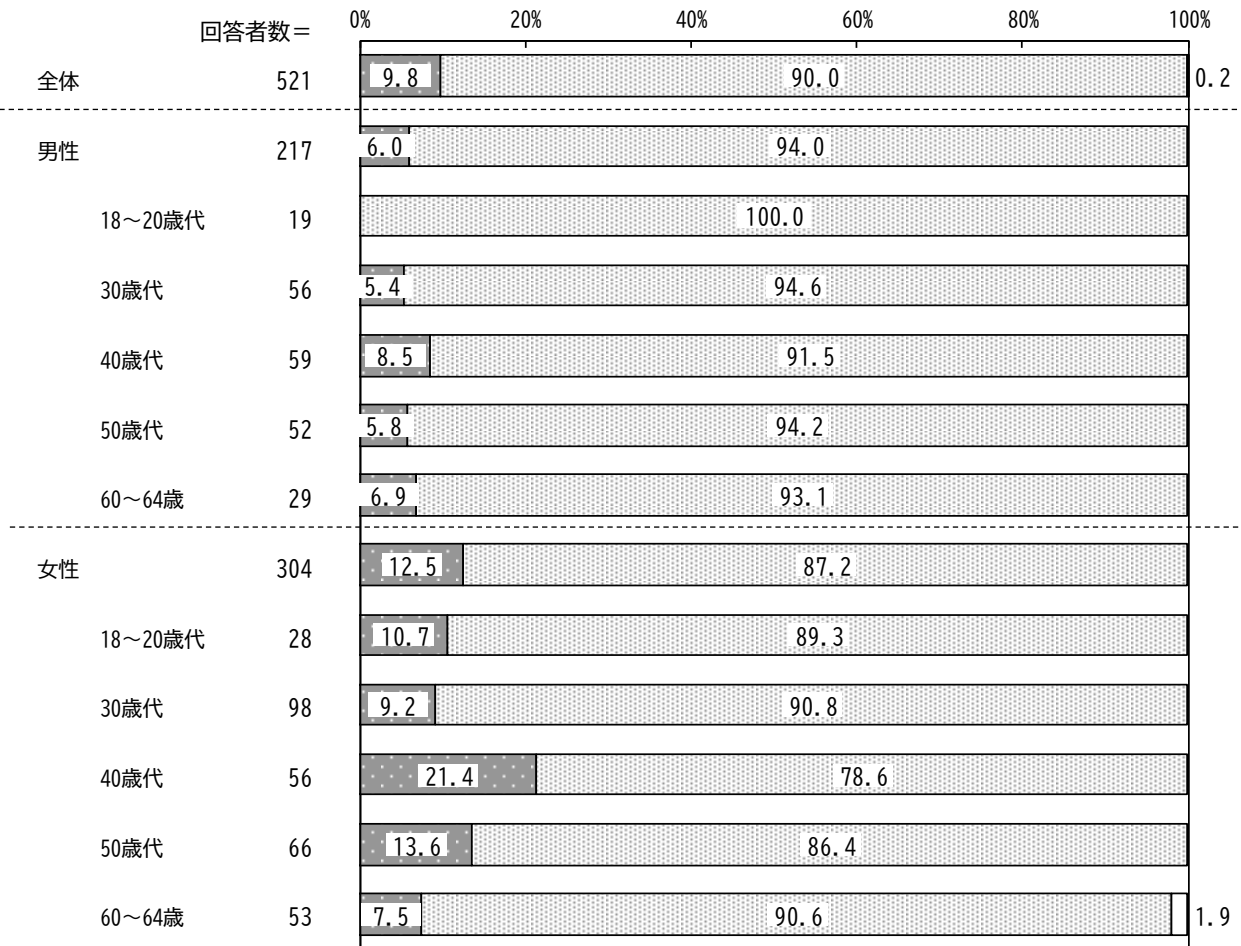
回答者数 = 521



【性・年齢別】

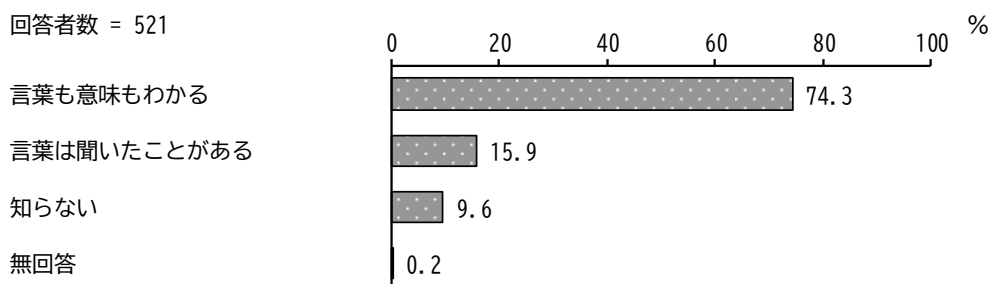
性・年齢別にみると、女性の方が「はい」の割合が高くなっています。40歳代女性で「はい」の割合が高くなっています。

■ はい □ いいえ □ 無回答



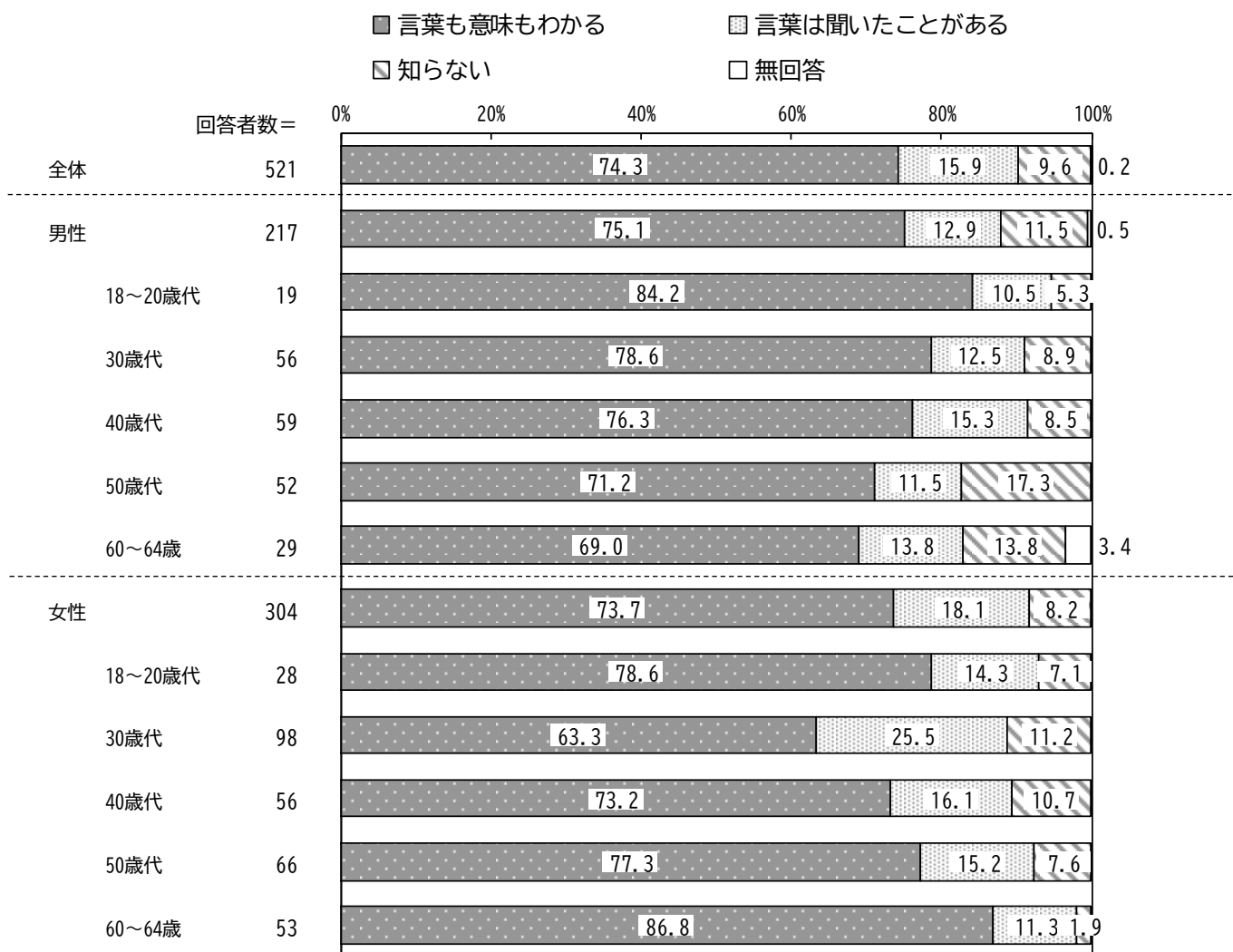
23 地産地消という言葉を知っていますか

「言葉も意味もわかる」の割合が74.3%と最も高く、次いで「言葉は聞いたことがある」の割合が15.9%となっています。



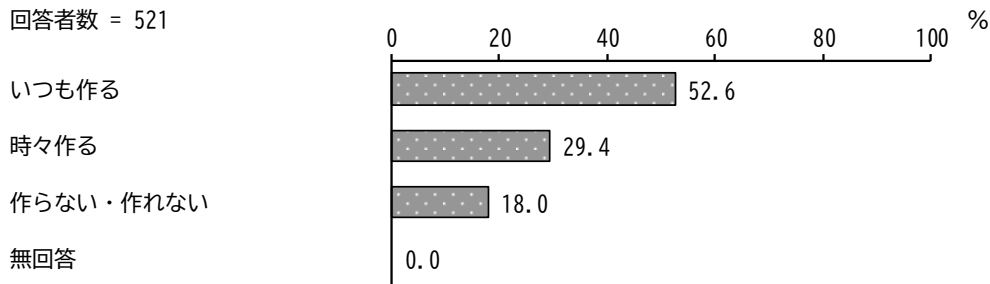
【性・年齢別】

性・年齢別をみても、「言葉も意味も分かる」の割合が高く、70%前後となっていますが、30歳代の女性で「言葉も意味も分かる」の割合が低くなっています。



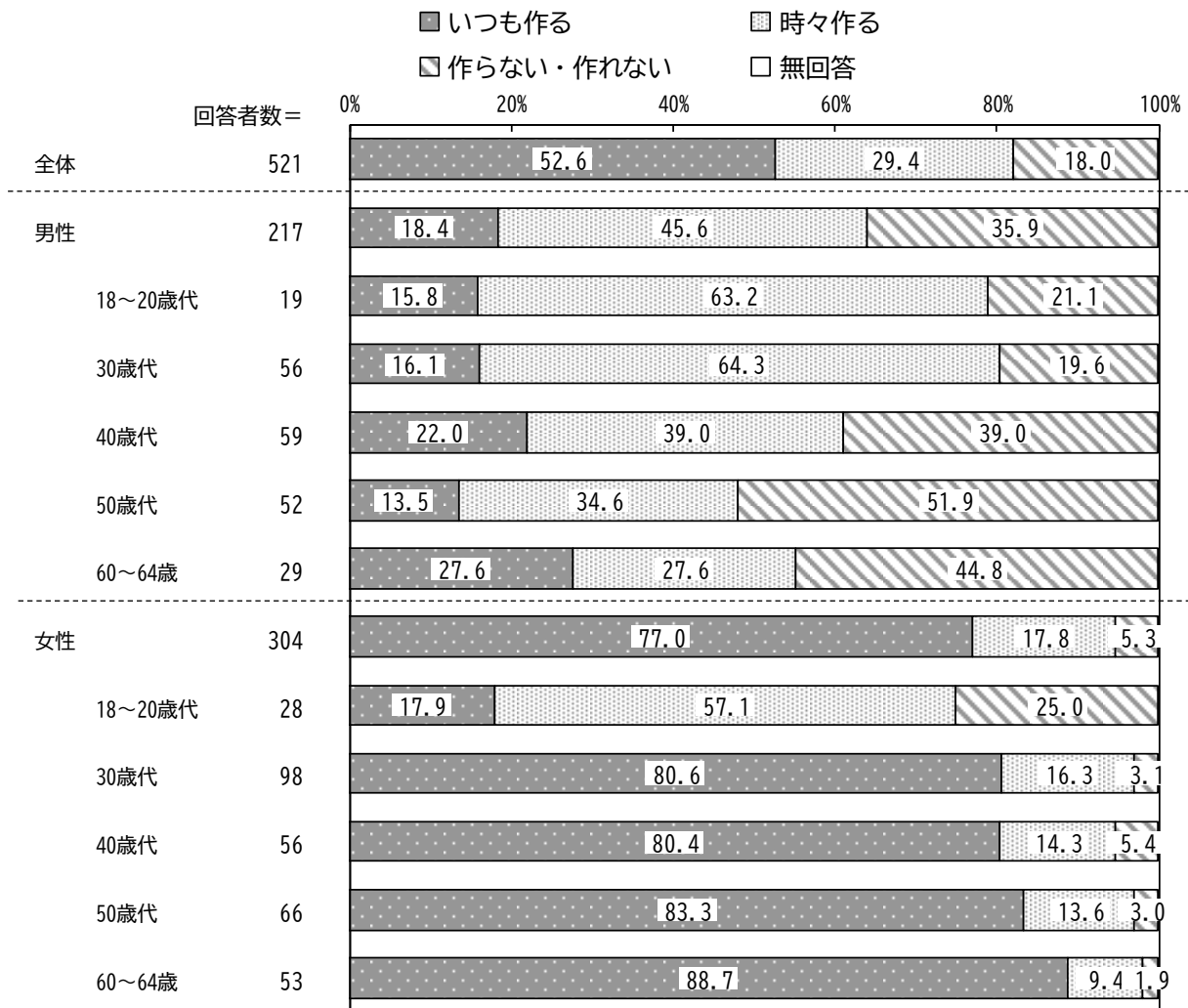
24 料理を作ることはいくらですか

「いつも作る」の割合が52.6%と最も高く、次いで「時々作る」の割合が29.4%、「作らない・作れない」の割合が18.0%となっています。



【性・年齢別】

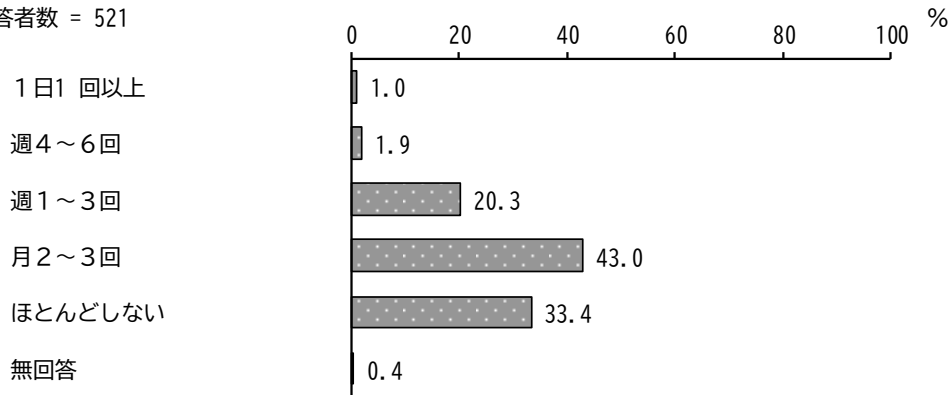
性・年齢別にみると、男性では、若い年代において「時々作る」の割合が高くなっているが、40歳代以降になると、「作らない・作れない」の割合が高くなります。一方、女性では、30歳代以降で「いつも作る」の割合が80%以上と高くなっています。また、60~64歳の女性で「いつも作る」の割合が、30歳代の男性で「時々作る」の割合が高くなっています。



25 どれくらい外食をしますか

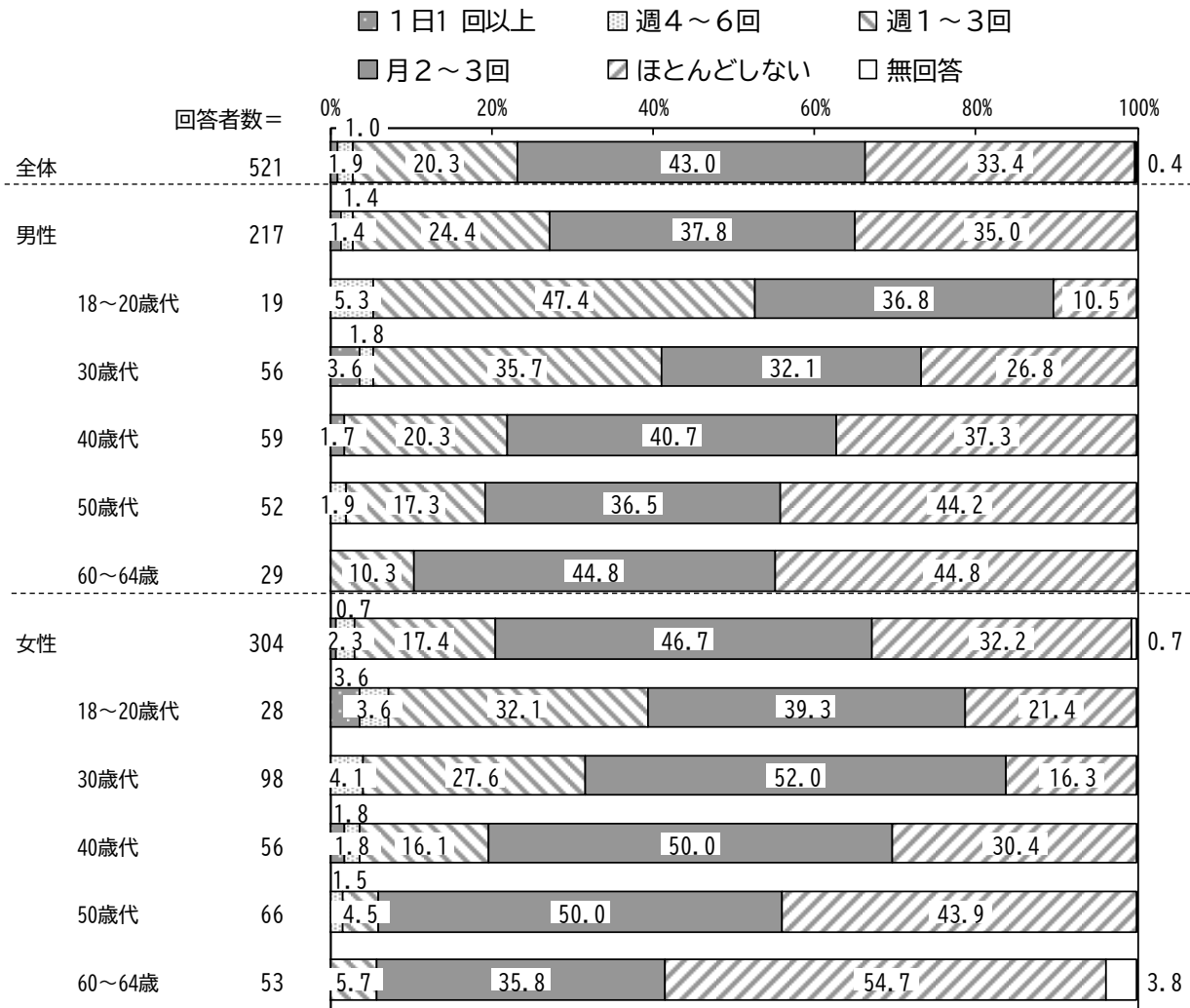
「月2～3回」の割合が43.0%と最も高く、次いで「ほとんどしない」の割合が33.4%、「週1～3回」の割合が20.3%となっています。

回答者数 = 521



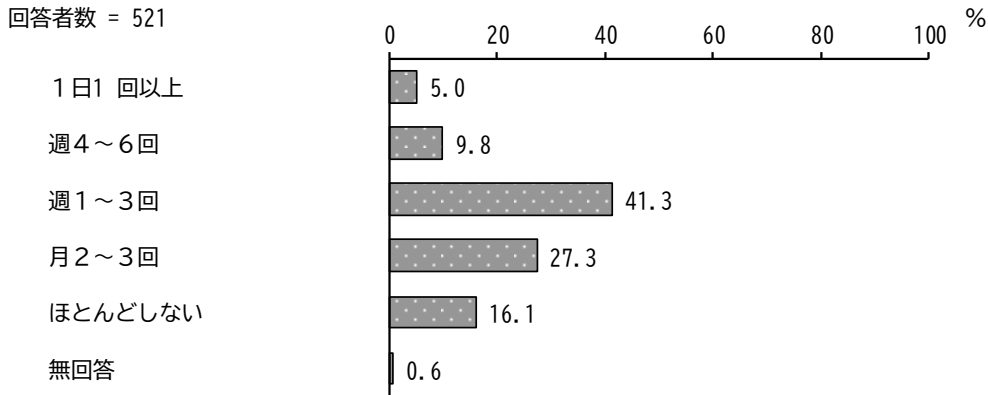
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、女性では、「月2～3回」の割合が高くなっています。また、18～20歳代と30歳代で「週1～3回」の割合が、40歳代以降で「ほとんどしない」の割合が高くなっています。



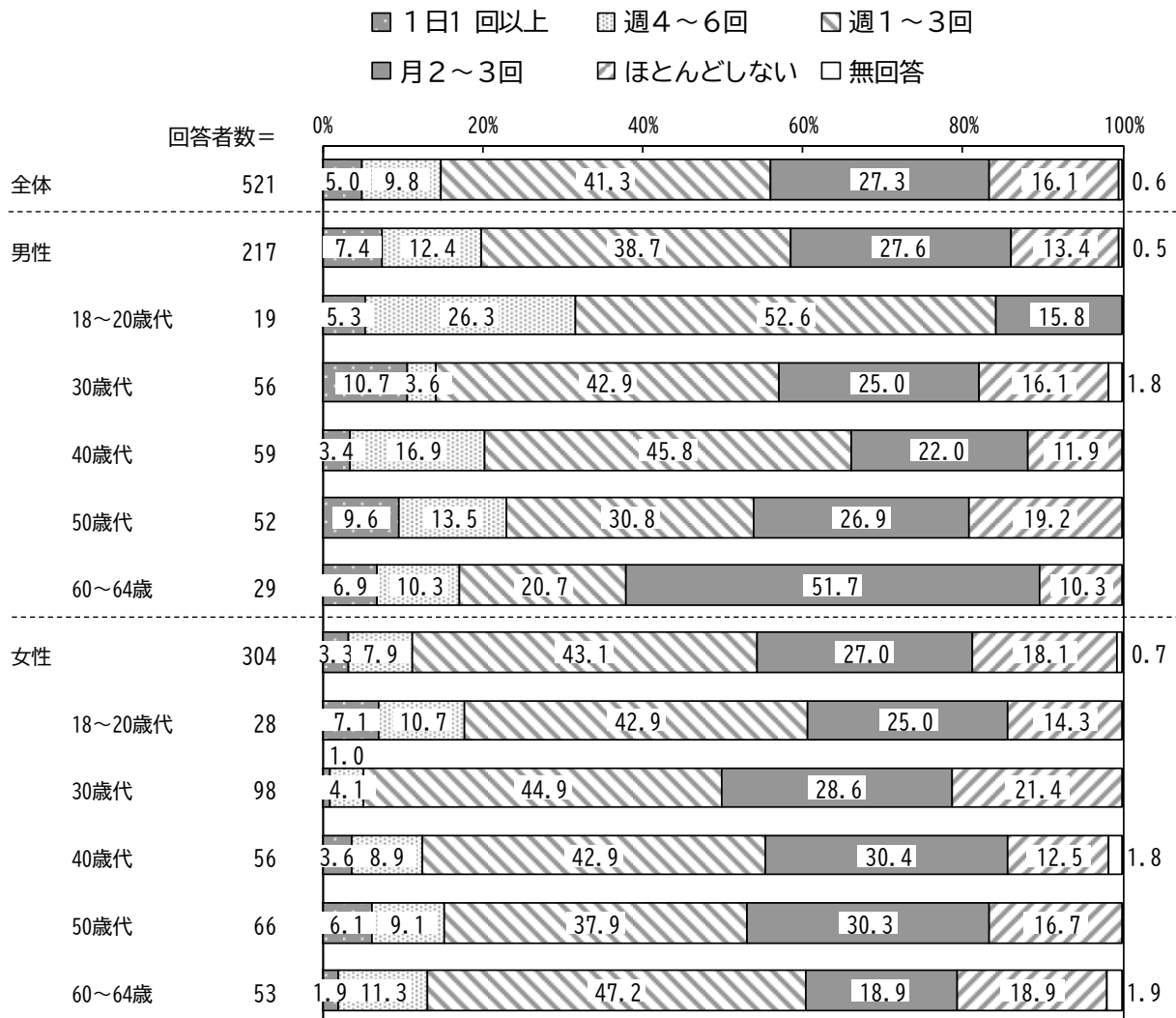
26 店で買った調理済み食をどれくらい利用しますか

「週1～3回」の割合が41.3%と最も高く、次いで「月2～3回」の割合が27.3%、「ほとんどしない」の割合が16.1%となっています。



【性・年齢別】

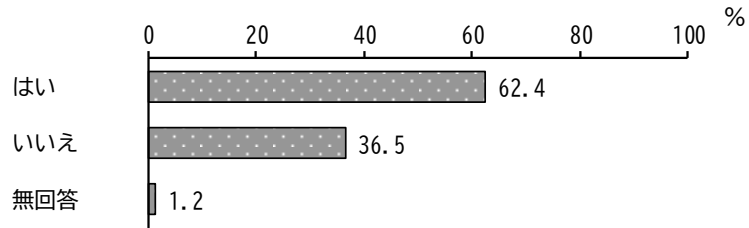
性・年齢別にみても、「週1～3回」「月2～3回」の割合が高くなっています。また、60～64歳の男性で「月2～3回」の割合が高くなっています。



27 食品ロス削減のために行動していますか

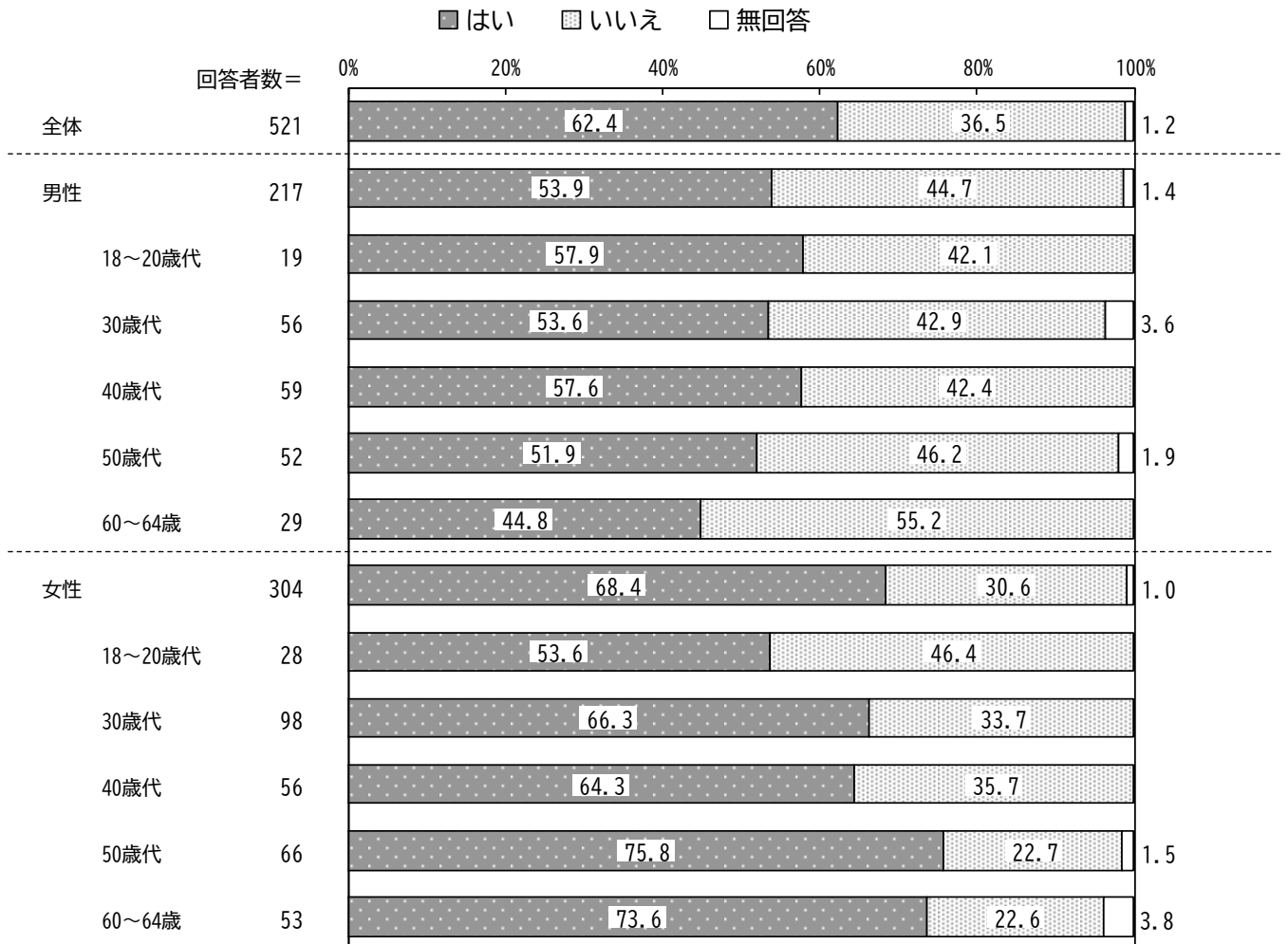
「はい」の割合が62.4%、「いいえ」の割合が36.5%となっています。

回答者数 = 521



【性・年齢別】

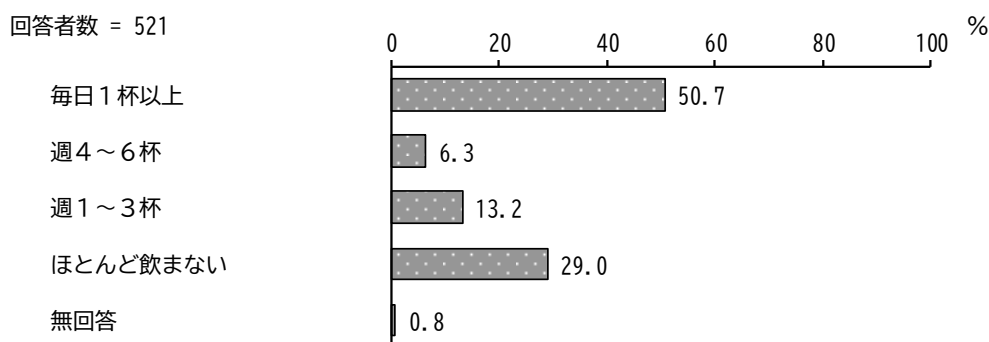
性・年齢別にみても、「はい」の割合が、「いいえ」の割合に比べて高くなっています。また、60～64歳の男性で「いいえ」の割合の方が高くなっています。



(3) お茶をどれくらい飲むかについて

28 緑茶（お茶の葉から浸出するもの）

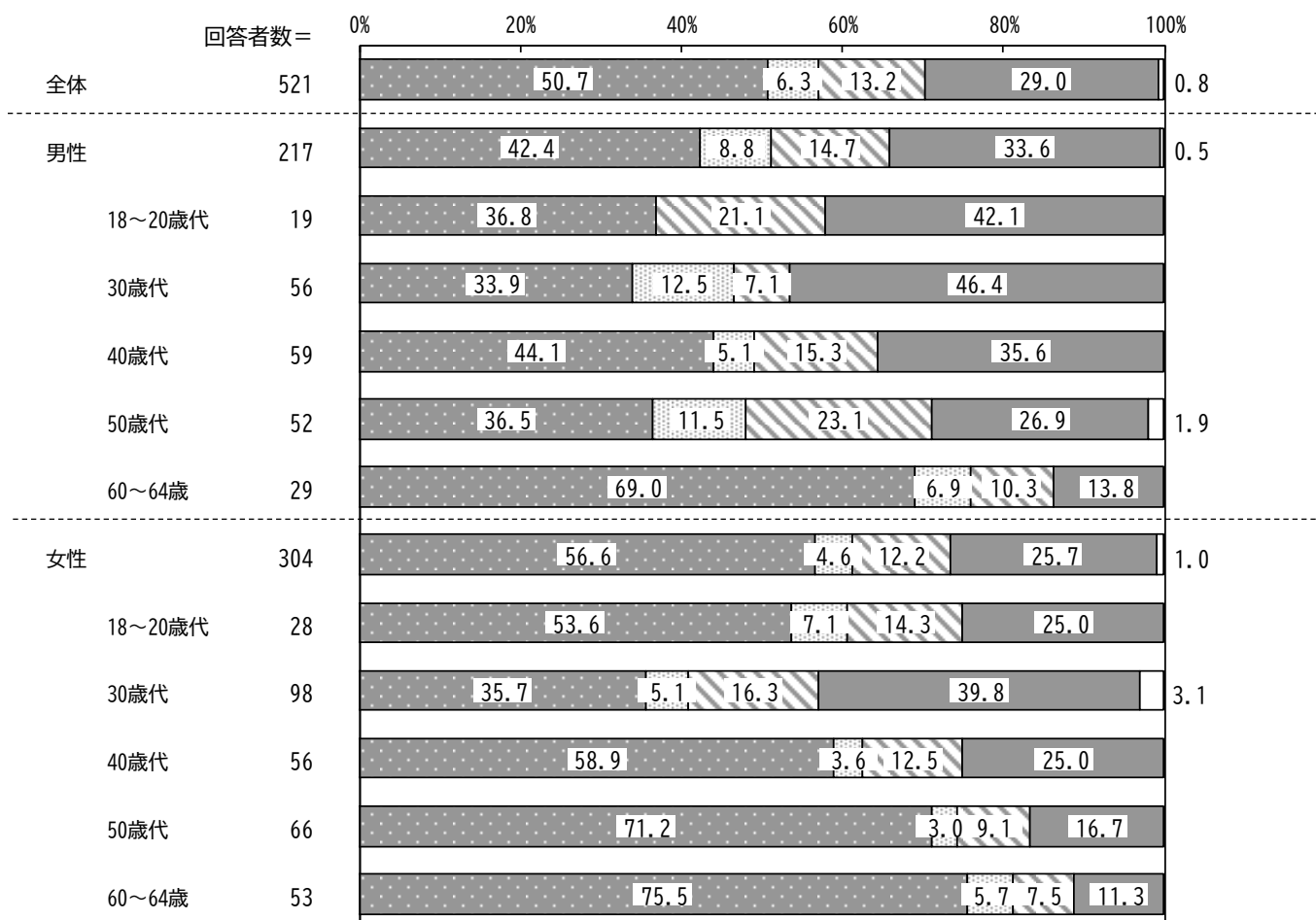
「毎日1杯以上」の割合が50.7%と最も高く、次いで「ほとんど飲まない」の割合が29.0%、「週1～3杯」の割合が13.2%となっています。



【性・年齢別】

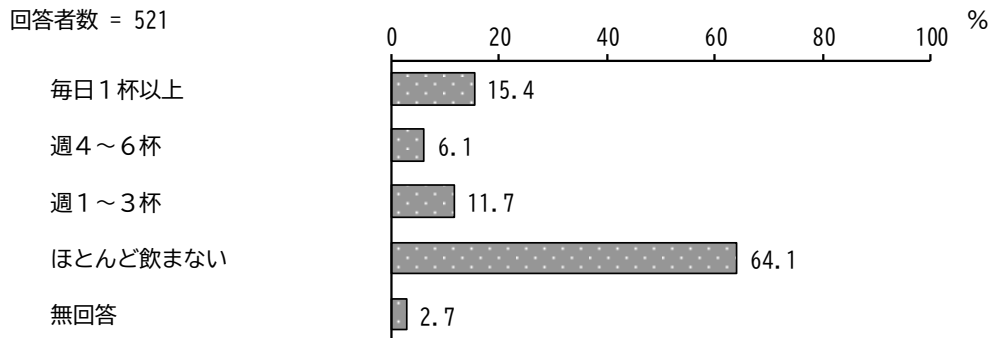
性・年齢別にみると、女性の方が「毎日1杯以上」の割合が高くなっています。20歳代の男性、30歳代で「ほとんど飲まない」の割合が、60～64歳で「毎日1杯以上」の割合が高くなっています。

■ 毎日1杯以上 ▨ 週4～6杯 ▩ 週1～3杯
 ■ ほとんど飲まない □ 無回答



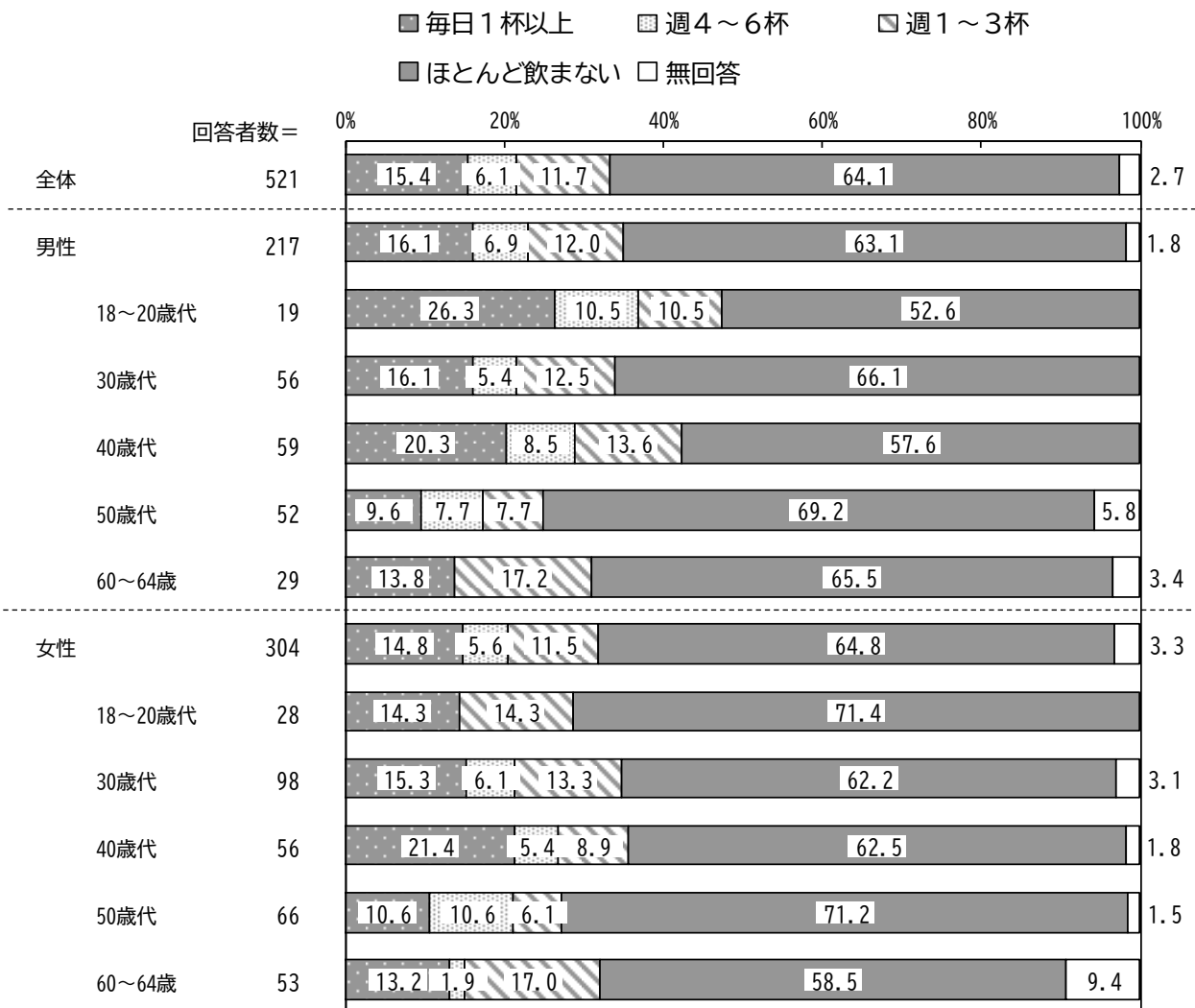
29 水出し緑茶

「ほとんど飲まない」の割合が64.1%と最も高く、次いで「毎日1杯以上」の割合が15.4%、「週1～3杯」の割合が11.7%となっています。



【性・年齢別】

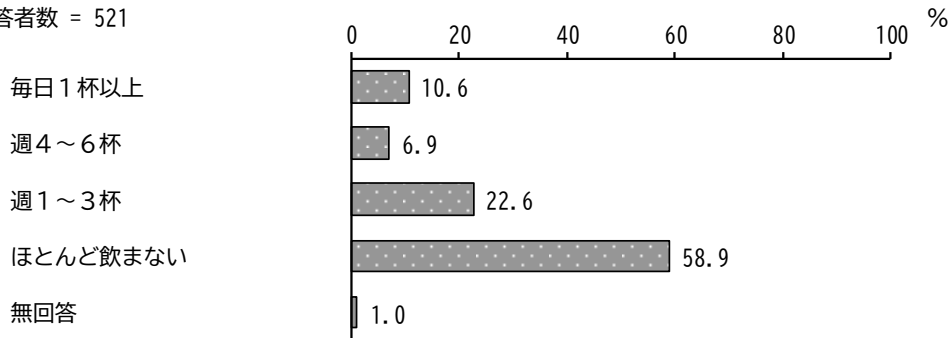
性・年齢別にみても、「ほとんど飲まない」の割合が50～70%と高くなっています。



30 缶、ペットボトル入りの緑茶

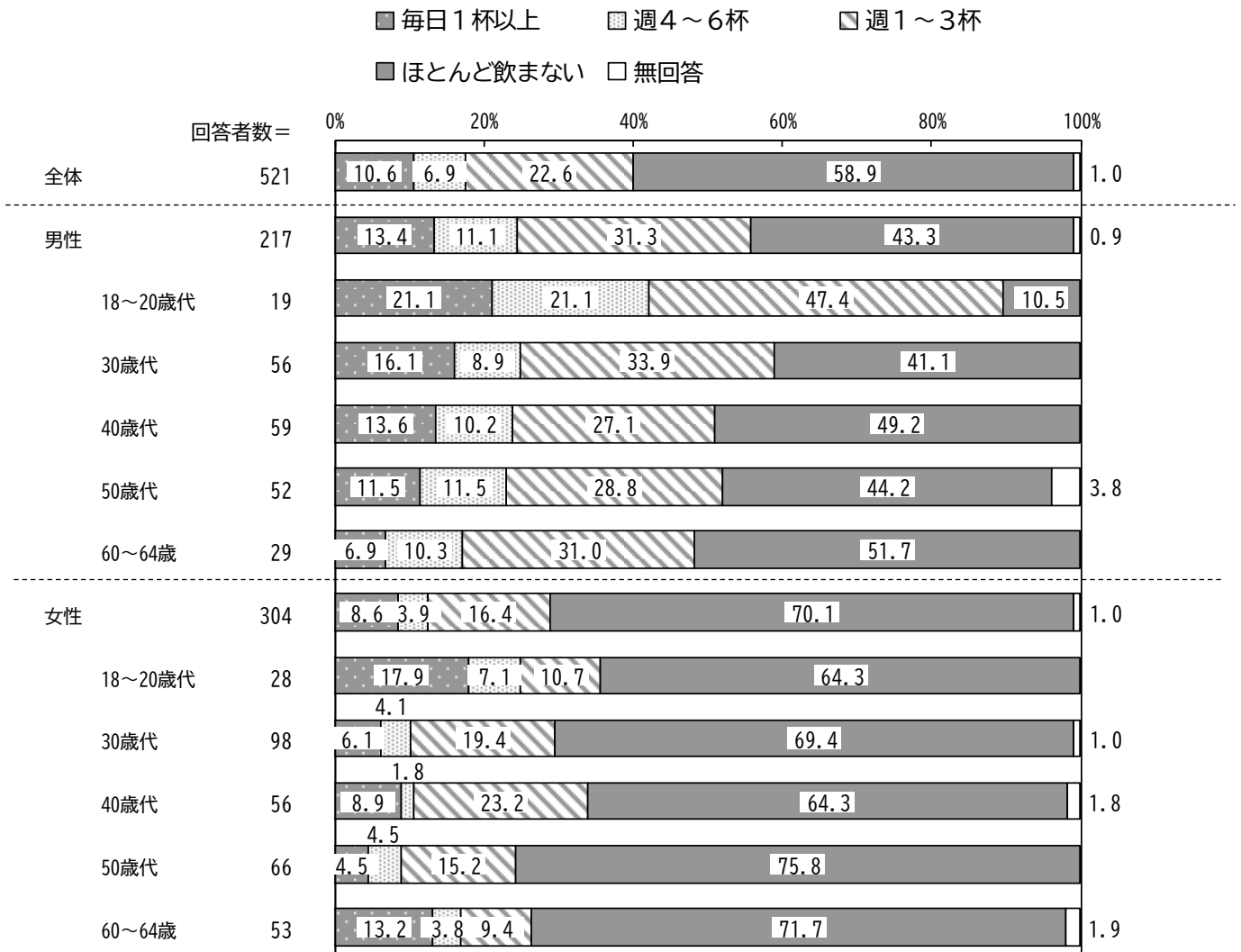
「ほとんど飲まない」の割合が 58.9%と最も高く、次いで「週1～3杯」の割合が 22.6%、「毎日1杯以上」の割合が 10.6%となっています。

回答者数 = 521



【性・年齢別】

性・年齢別にみると、他に比べ、20歳代の男性で「週1～3杯」「毎日1杯以上」の割合が高くなっています。

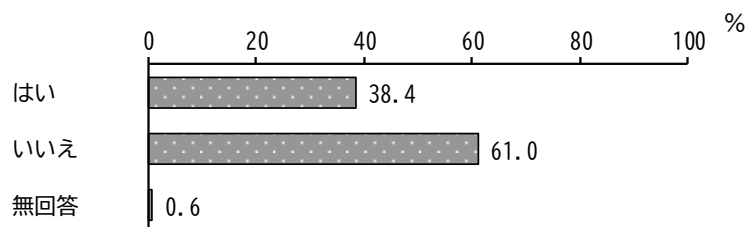


(4) 運動について

31 普段運動をしていますか

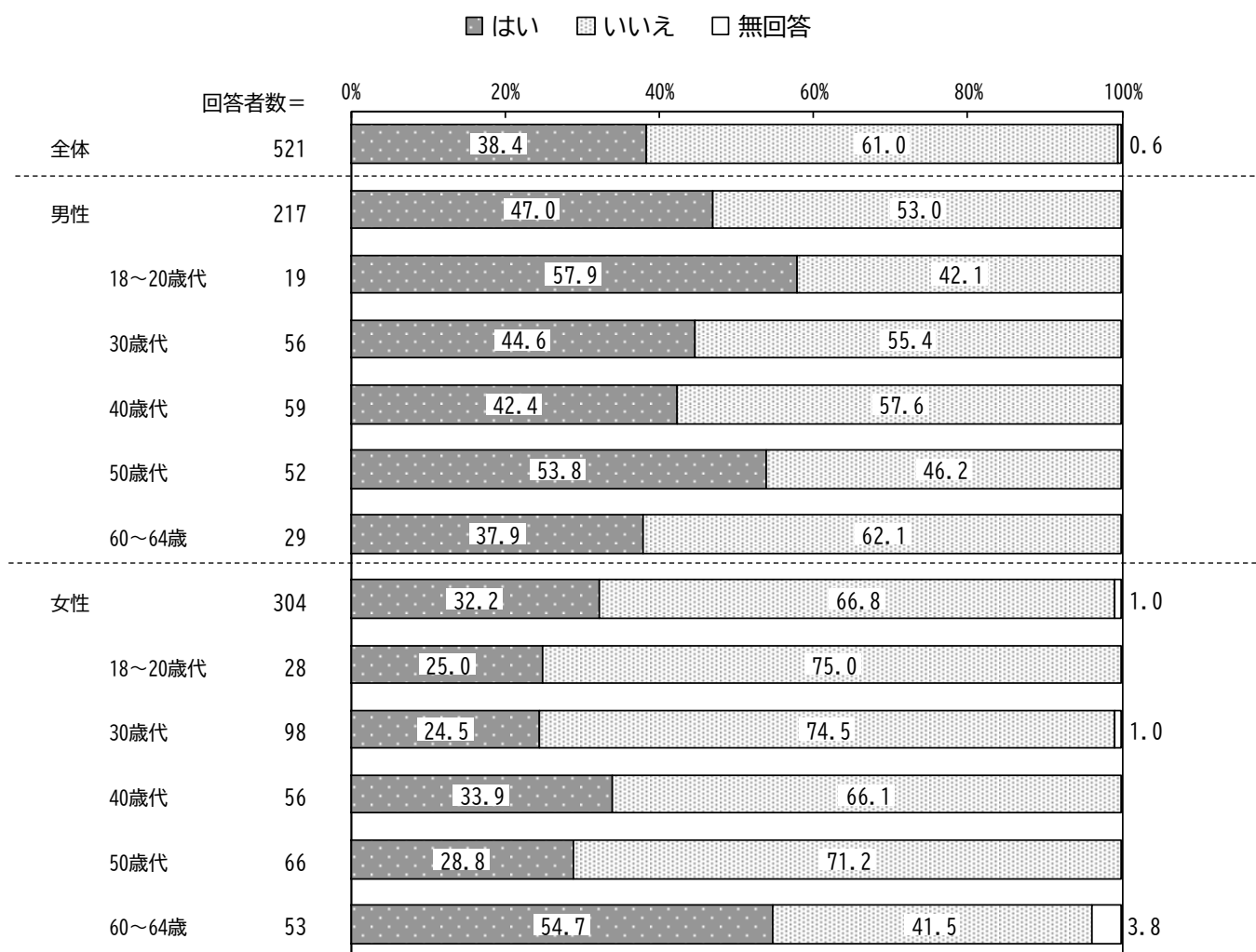
「はい」の割合が38.4%、「いいえ」の割合が61.0%となっています。

回答者数 = 521



【性・年齢別】

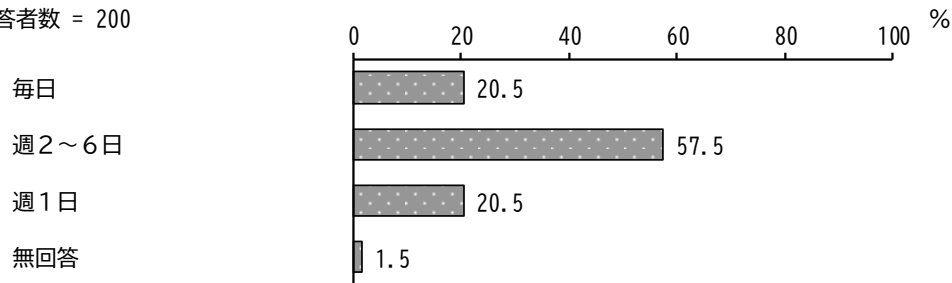
性・年齢別にみると、女性の方が「いいえ」の割合が高くなっています。50歳代の男性、60～64歳の女性で「はい」の割合が高くなっています。



32 問31で「はい」と回答の方にお尋ねします
週何日運動をしていますか

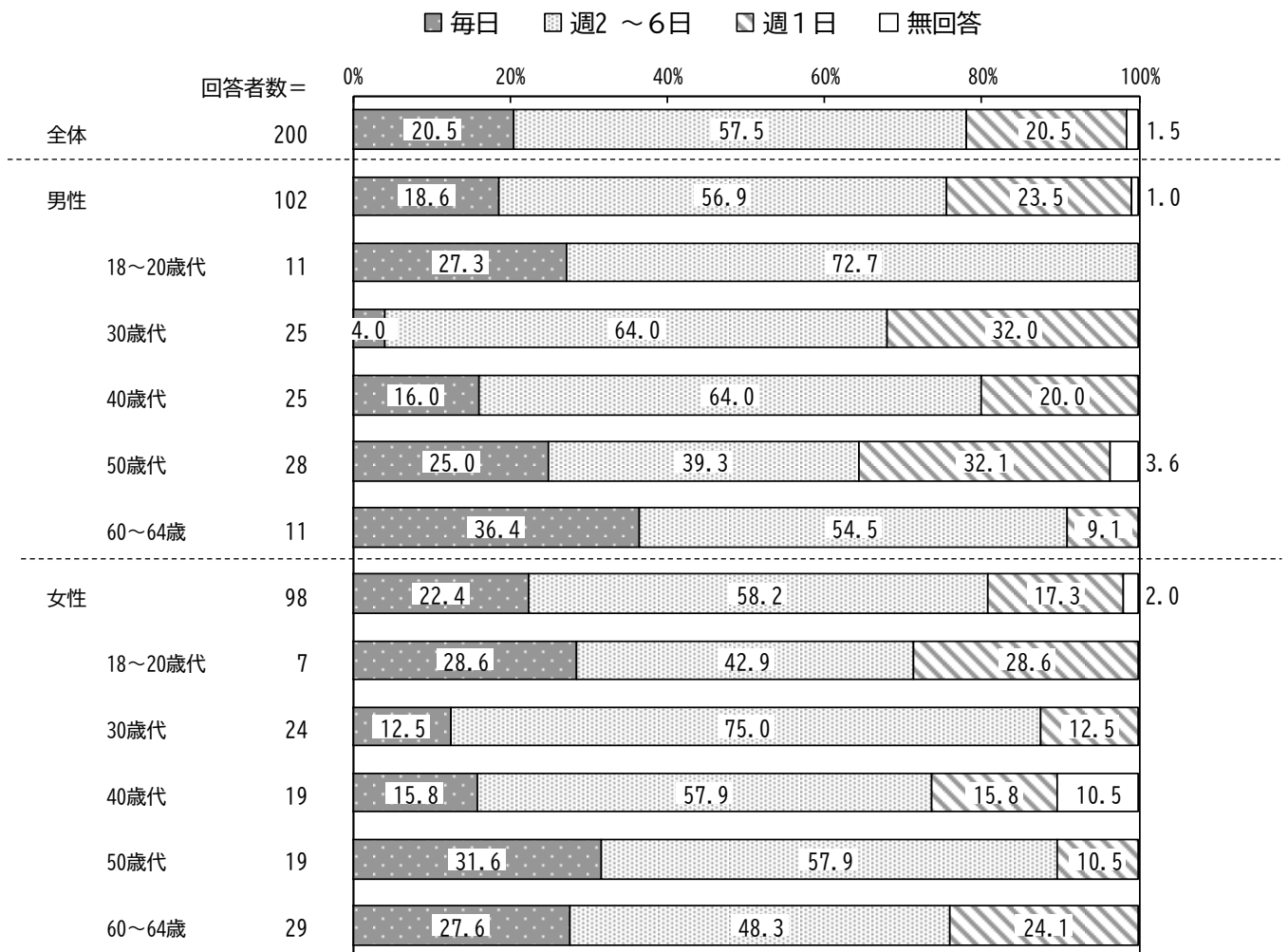
「週2～6日」の割合が57.5%と最も高く、次いで「毎日」、「週1日」の割合が20.5%となっています。

回答者数 = 200



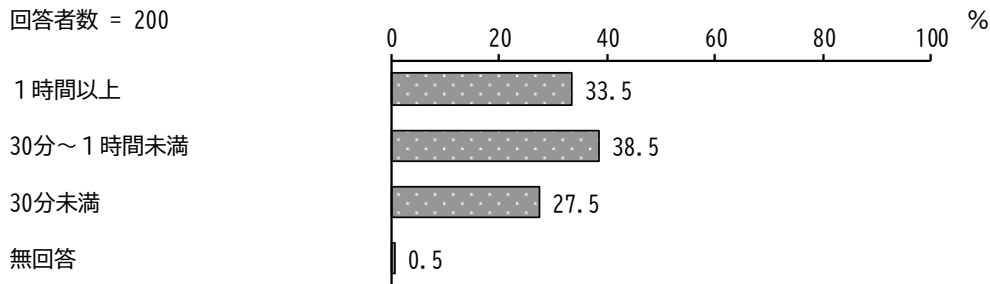
【性・年齢別】

性・年齢別にみても、「週2～6日」の割合が高くなっています。また、他に比べ、18～20歳代、50歳代以降「毎日」の割合が増えています。30歳代の女性で「週2～6日」の割合が高くなっています。



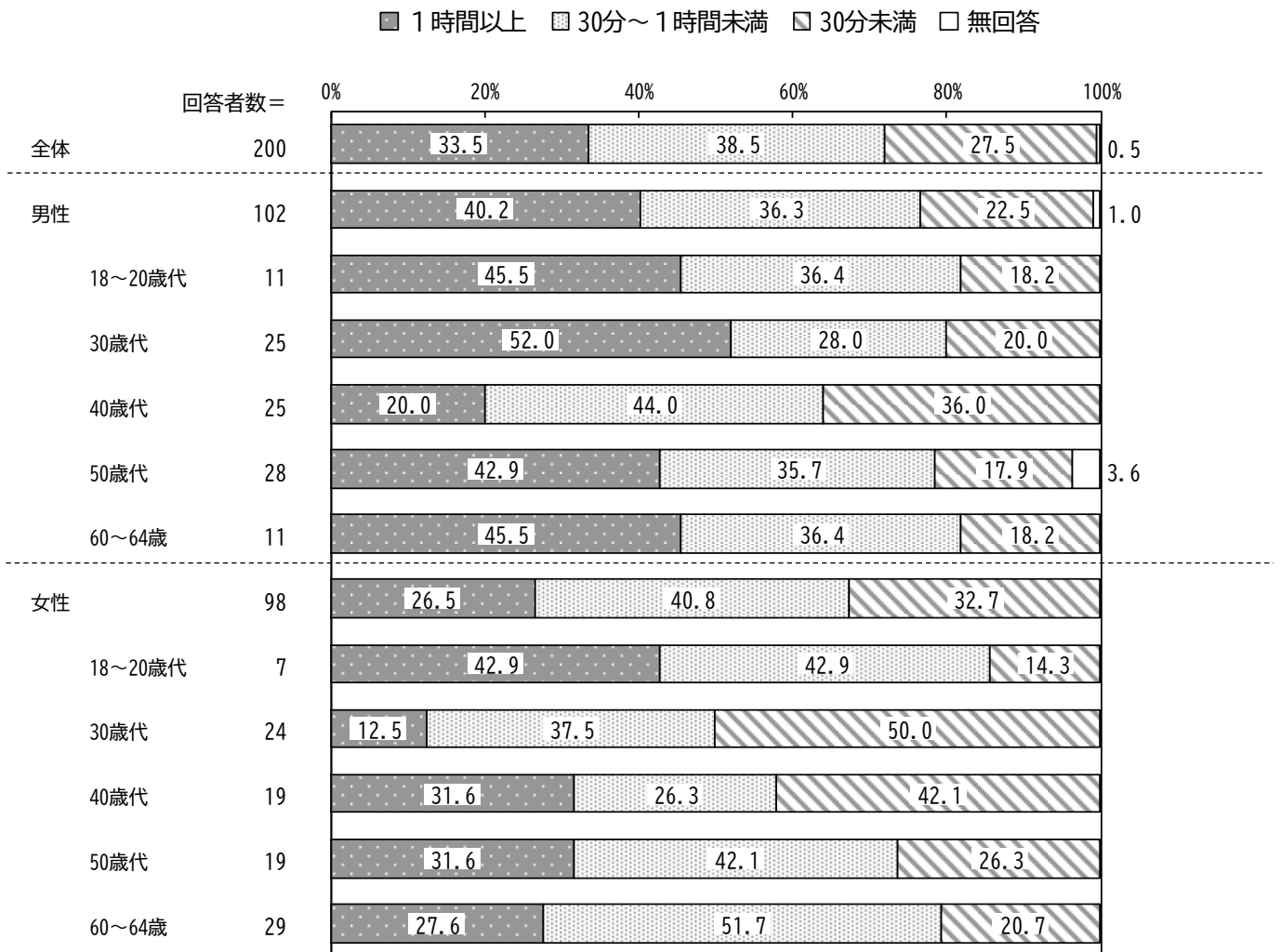
33 1回あたりの運動時間はどれくらいですか

「30分～1時間未満」の割合が38.5%と最も高く、次いで「1時間以上」の割合が33.5%、「30分未満」の割合が27.5%となっています。



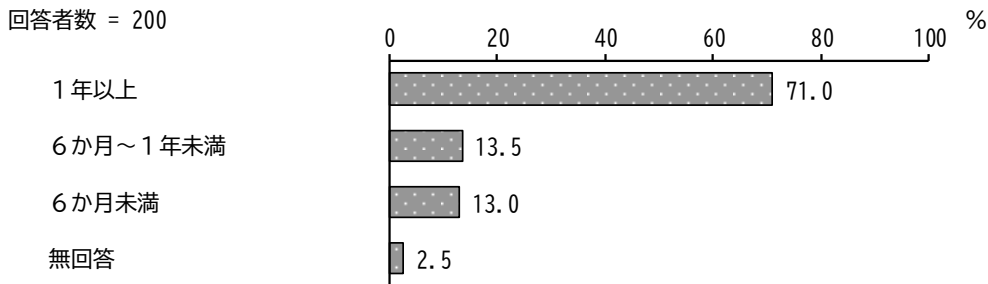
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、男性で「1時間以上」の割合が、30歳代の女性、40歳代女性で「30分未満」が、50歳代以降女性で「30～1時間未満」の割合が高くなっています。



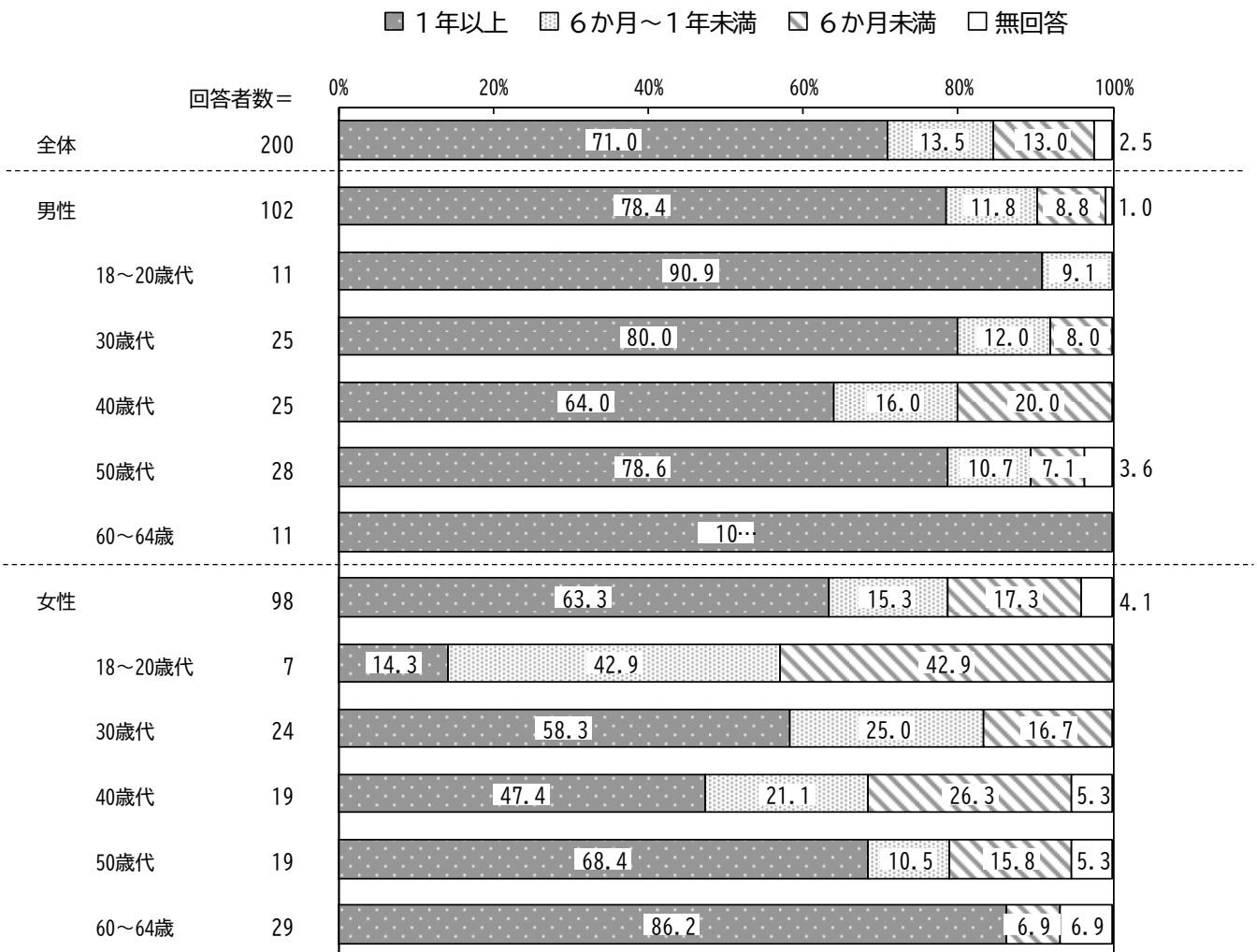
34 その運動は、どれくらいの期間続けていますか

「1年以上」の割合が71.0%と最も高く、次いで「6か月～1年未満」の割合が13.5%、「6か月未満」の割合が13.0%となっています。



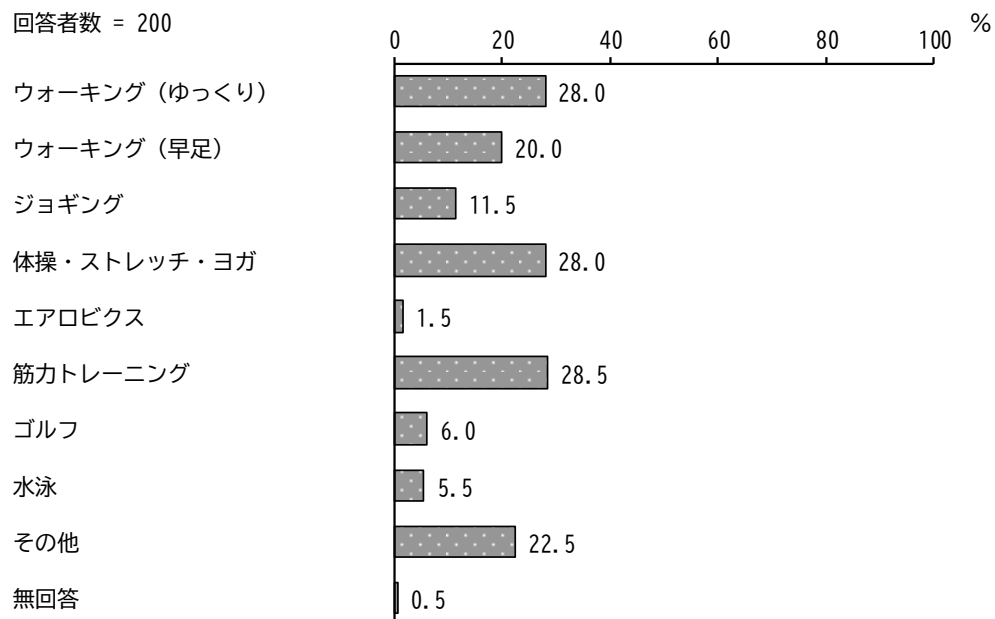
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、「1年以上」の割合が男性 78.4%に対し、女性 63.3%となっています。また、40歳代で「6か月未満」の割合が高くなっていますが、40歳代以降で「1年以上」の割合が増えています。



35 どのような運動をしていますか(あてはまるものすべてに○)

「筋力トレーニング」の割合が 28.5%と最も高く、次いで「ウォーキング (ゆっくり)」、「体操・ストレッチ・ヨガ」の割合が 28.0%となっています。



【性・年齢別】

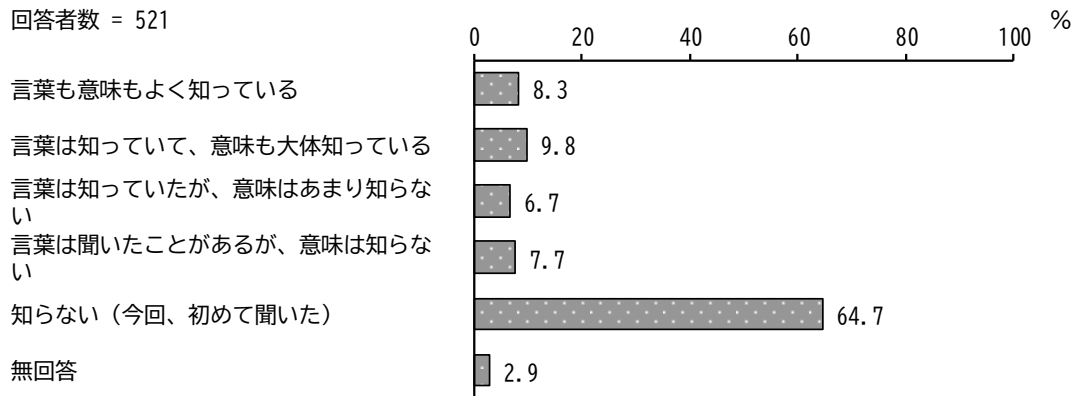
性・年齢別にみると、女性で「体操・ストレッチ・ヨガ」の割合が高くなっています。他に比べ、60～64歳の男性で「ウォーキング（ゆっくり）」の割合が、30歳代の女性で「筋力トレーニング」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	回答者数(件)	ウォーキング(ゆっくり)	ウォーキング(早足)	ジョギング	体操・ストレッチ・ヨガ	エアロビクス	筋力トレーニング	ゴルフ	水泳	その他	無回答
全体	200	28.0	20.0	11.5	28.0	1.5	28.5	6.0	5.5	22.5	0.5
男性	102	25.5	15.7	18.6	18.6	—	26.5	9.8	2.9	28.4	—
18～19歳	3	—	—	33.3	—	—	100.0	—	—	—	—
20歳代	8	12.5	12.5	12.5	12.5	—	25.0	—	—	37.5	—
30歳代	25	12.0	20.0	28.0	16.0	—	28.0	—	—	44.0	—
40歳代	25	36.0	12.0	12.0	24.0	—	32.0	16.0	12.0	20.0	—
50歳代	28	21.4	21.4	17.9	17.9	—	21.4	17.9	—	25.0	—
60～64歳	11	63.6	—	9.1	27.3	—	9.1	9.1	—	27.3	—
女性	98	30.6	24.5	4.1	37.8	3.1	30.6	2.0	8.2	16.3	1.0
18～19歳	2	—	—	—	—	—	50.0	—	—	50.0	—
20歳代	5	40.0	40.0	—	60.0	—	40.0	—	—	20.0	—
30歳代	24	37.5	16.7	12.5	33.3	—	54.2	—	4.2	16.7	—
40歳代	19	42.1	26.3	—	26.3	—	10.5	5.3	5.3	5.3	—
50歳代	19	10.5	21.1	5.3	52.6	5.3	26.3	5.3	21.1	15.8	5.3
60～64歳	29	31.0	31.0	—	37.9	6.9	24.1	—	6.9	20.7	—

36 「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」を知っていますか（○は1つ）

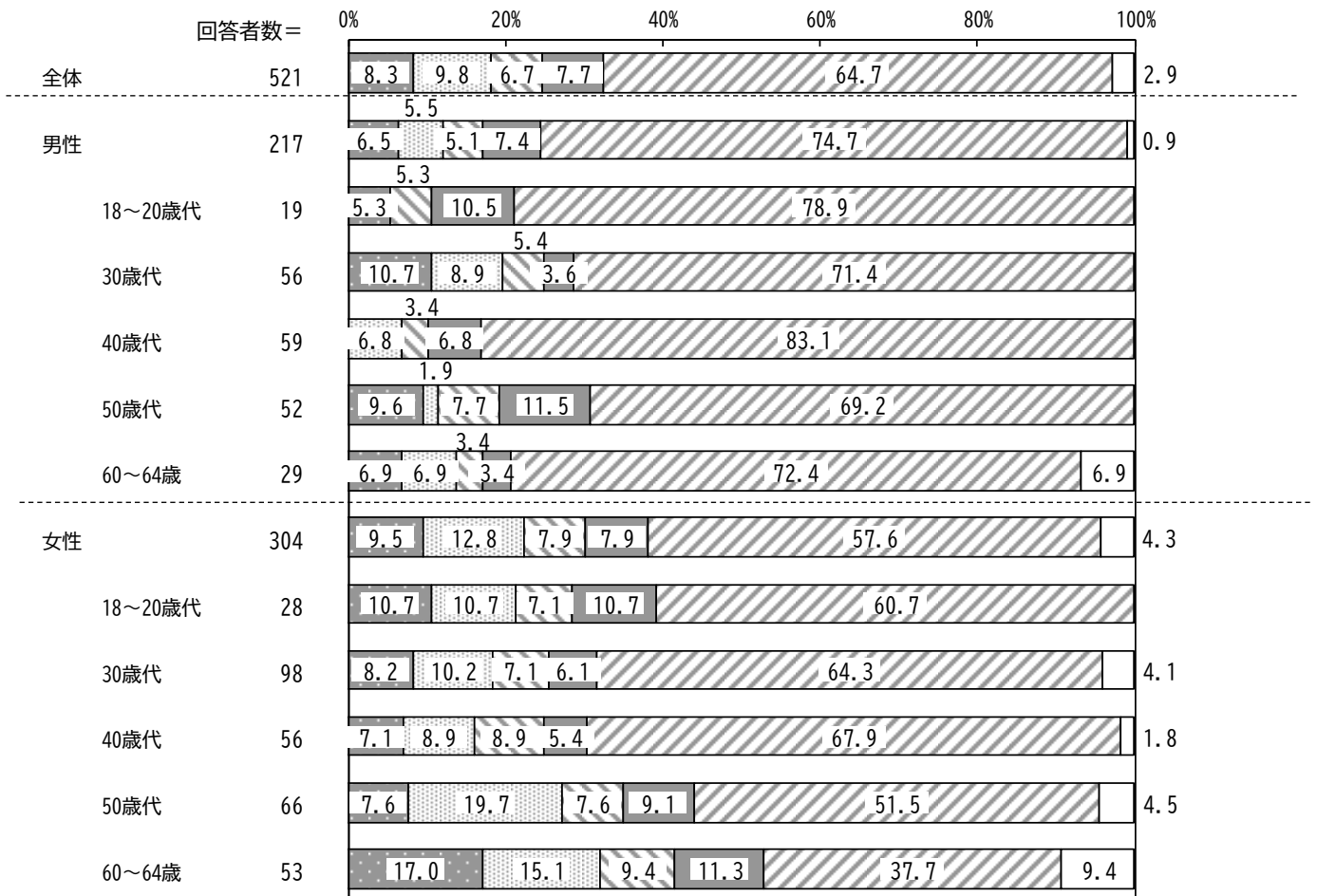
「知らない（今回、初めて聞いた）」の割合が64.7%と最も高くなっています。



【性・年齢別】

性・年齢別にみると、他に比べ、50歳代以降の女性で「言葉は知っていて、意味も大体知っている」の割合が、60～64歳の女性で「言葉も意味もよく知っている」の割合が高くなっています。

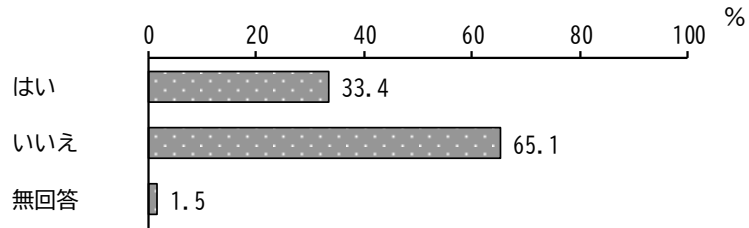
- 言葉も意味もよく知っている
- ▨ 言葉は知っていて、意味も大体知っている
- ▩ 言葉は知っていたが、意味はあまり知らない
- 言葉は聞いたことがあるが、意味は知らない
- 知らない（今回、初めて聞いた）」
- 無回答



37 現在、足や腰に痛みがありますか

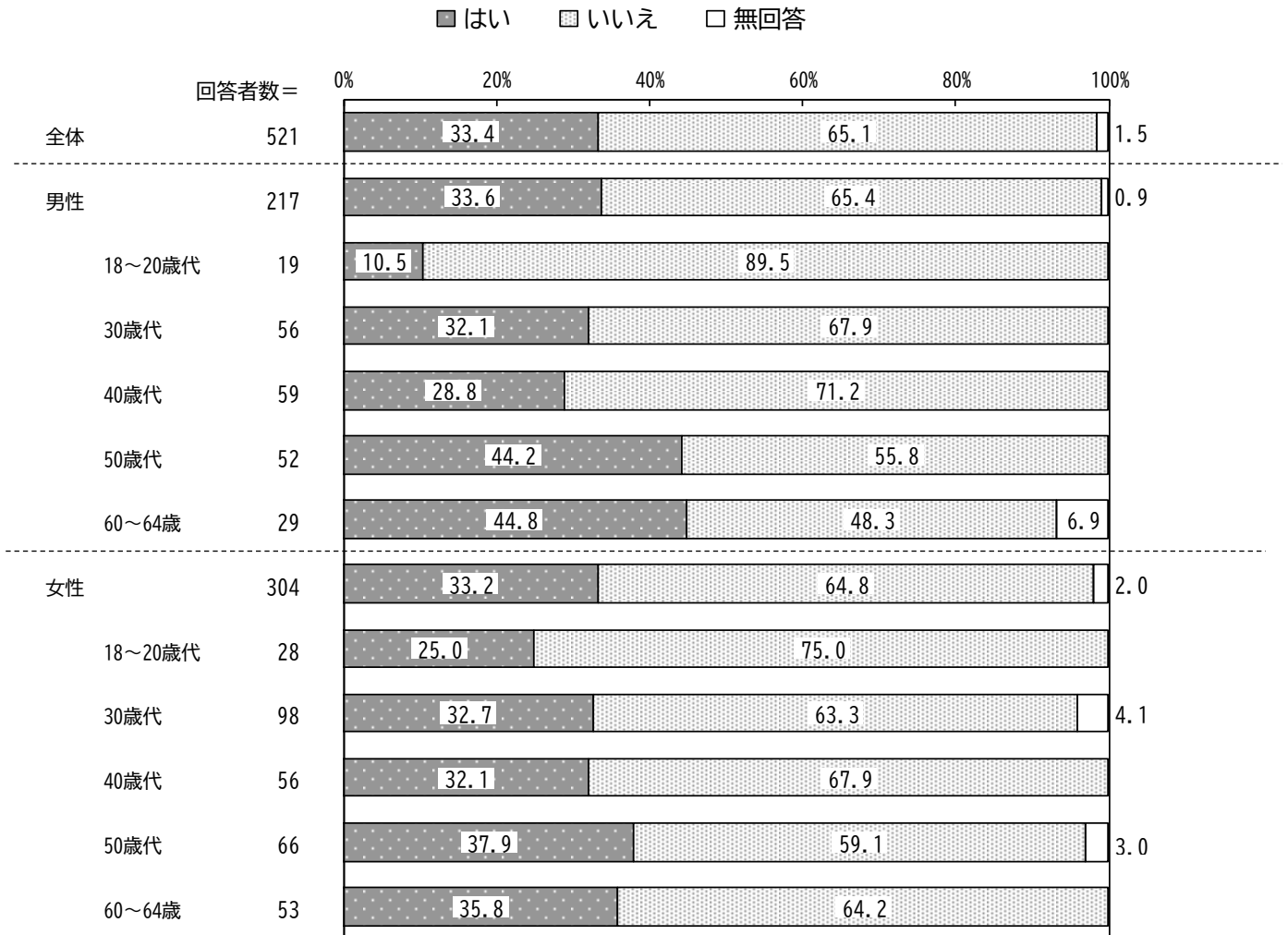
「はい」の割合が33.4%、「いいえ」の割合が65.1%となっています。

回答者数 = 521



【性・年齢別】

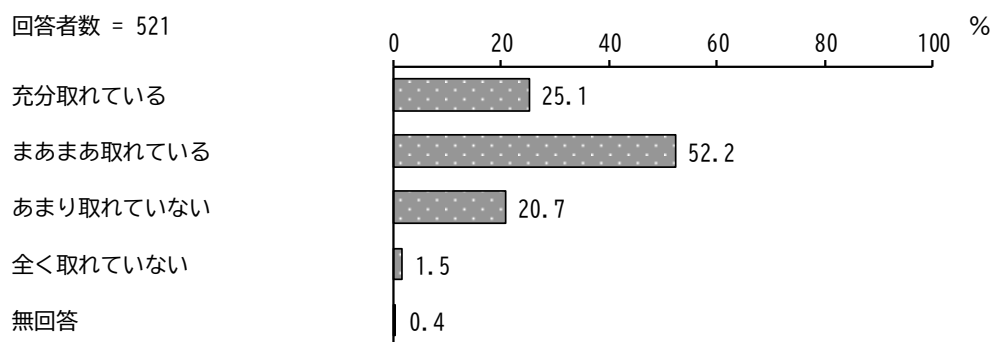
性・年齢別にみると、加齢に合わせて「はい」の割合が高くなっています。50歳以降の男性の「はい」の割合がやや高く、40%を超えています。



(5) 休養・睡眠やストレスなどについて

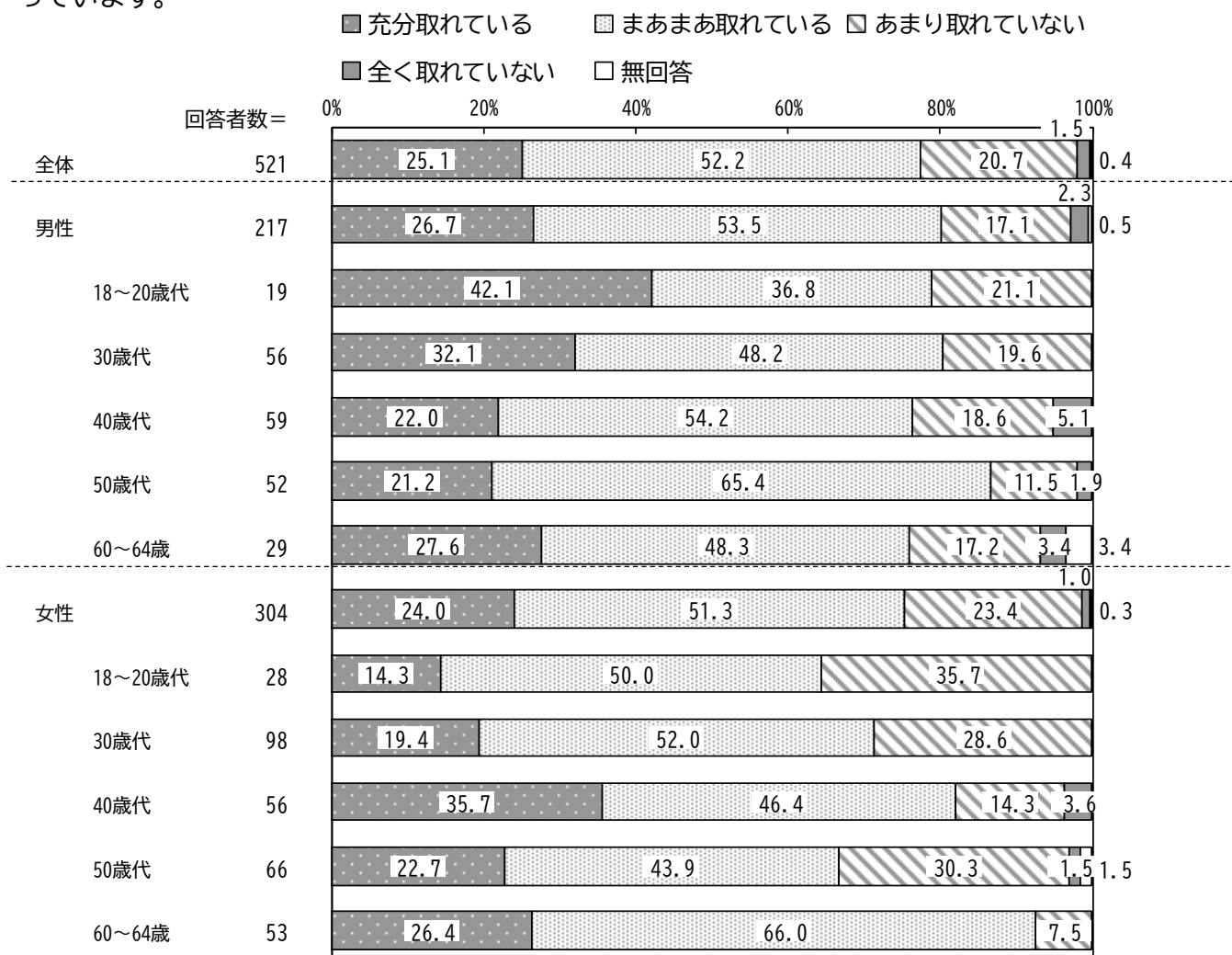
38 この1か月、睡眠によって休養が充分取れていますか

「まあまあ取れている」の割合が52.2%と最も高く、次いで「充分取れている」の割合が25.1%、「あまり取れていない」の割合が20.7%となっています。



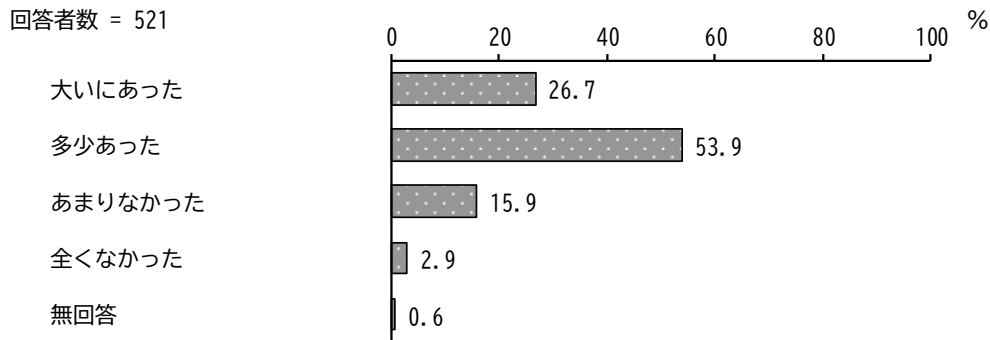
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、他に比べ、20歳代の女性で「あまり取れていない」の割合が、20歳代の男性で「充分取れている」の割合が、60～64歳の女性で「まあまあ取れている」の割合が高くなっています。



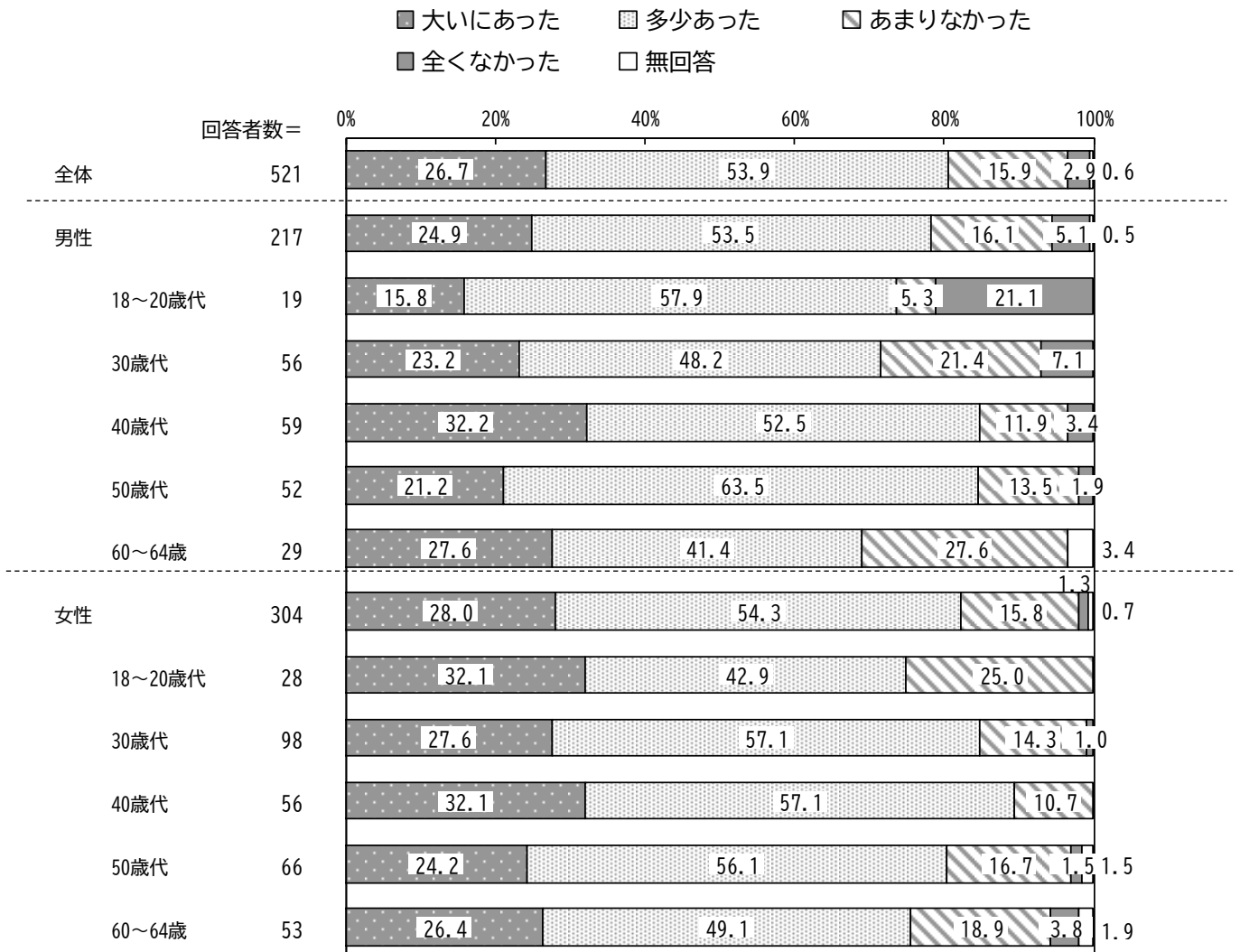
39 この1か月ストレスを感じることがありましたか

「多少あった」の割合が53.9%と最も高く、次いで「大いにあった」の割合が26.7%、「あまりなかった」の割合が15.9%となっています。



【性・年齢別】

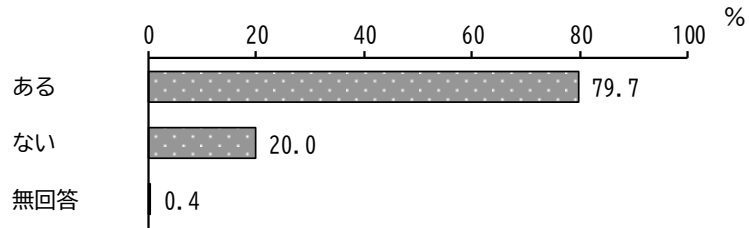
性・年齢別にみると、他に比べ、20歳代の男性と50歳代男性で「多少あった」の割合が、60～64歳男性で「あまりなかった」の割合が高くなっています。



40 自分なりのストレス解消方法がありますか

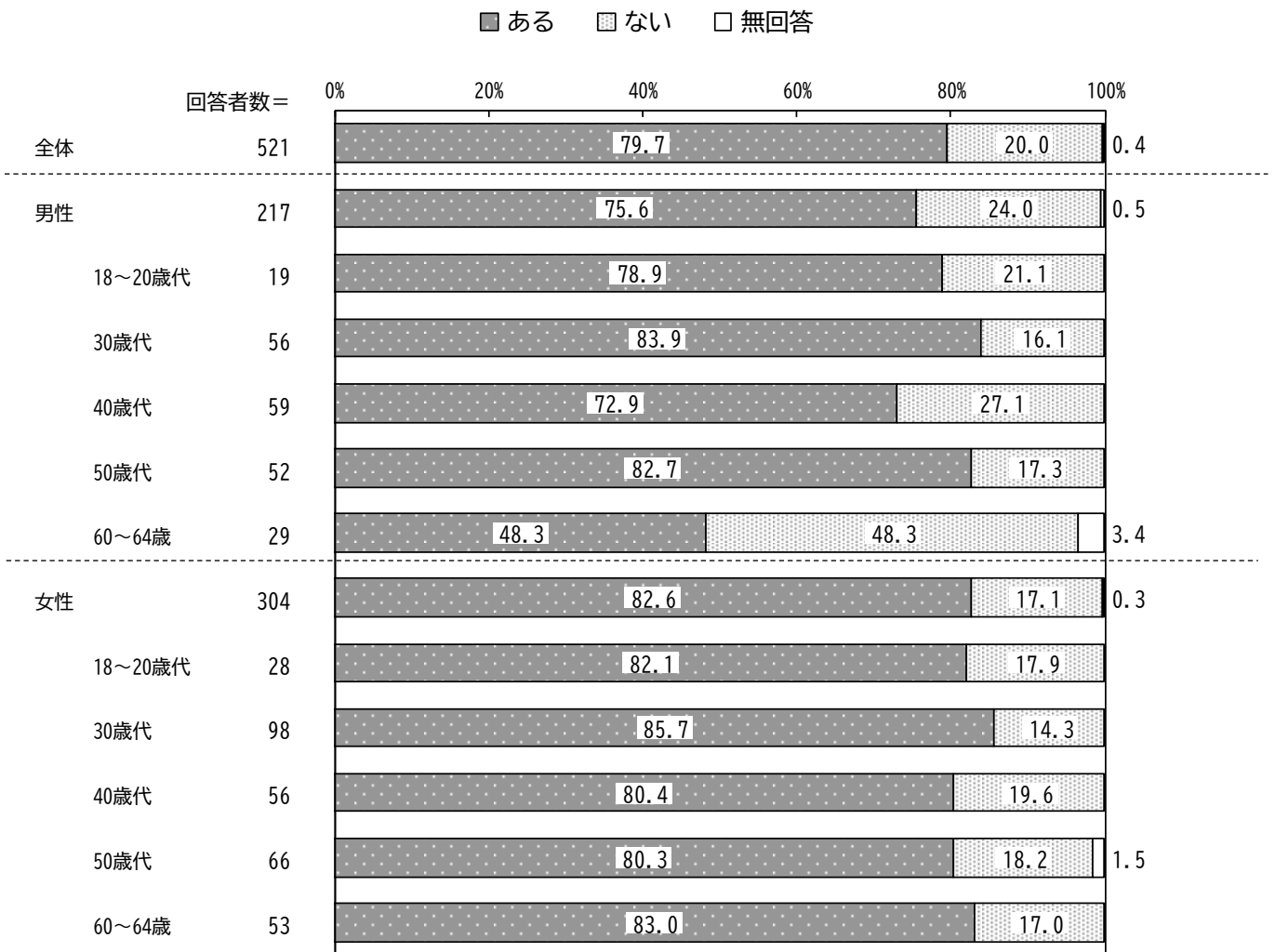
「ある」の割合が79.7%、「ない」の割合が20.0%となっています。

回答者数 = 521



【性・年齢別】

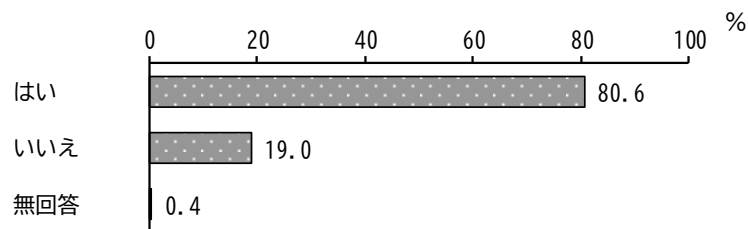
性・年齢別にみると、女性の方が「ある」の割合が高くなっています。他に比べ、60～64歳の男性で「ない」の割合が高くなっています。



41 悩みや不安を相談できる人や場所がありますか

「はい」の割合が80.6%、「いいえ」の割合が19.0%となっています。

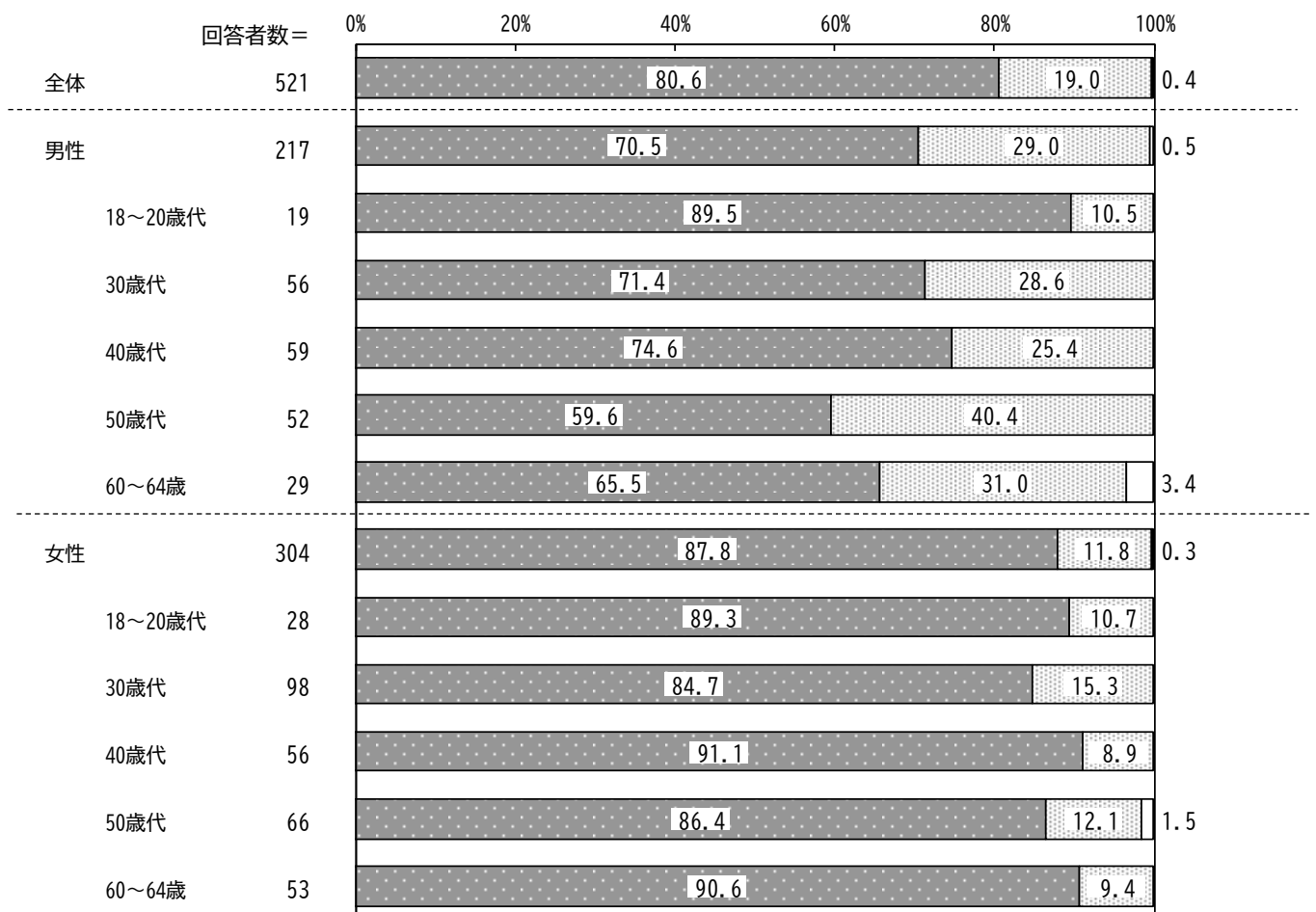
回答者数 = 521



【性・年齢別】

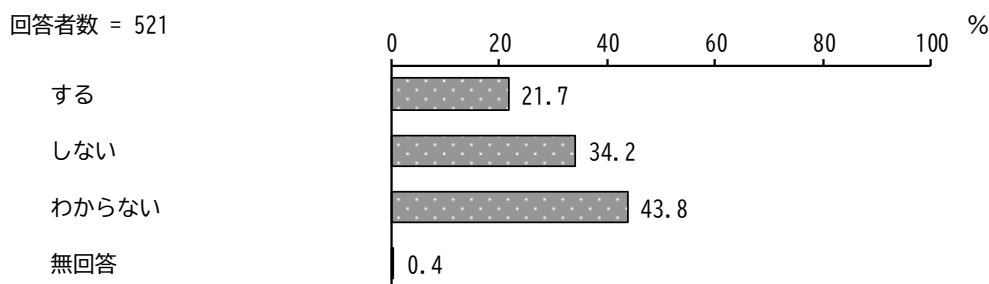
性・年齢別にみると、女性の方が「はい」の割合が高くなっています。他に比べ、50歳代の男性、60～64歳の男性で「いいえ」の割合が高くなっています。

■ はい □ いいえ □ 無回答



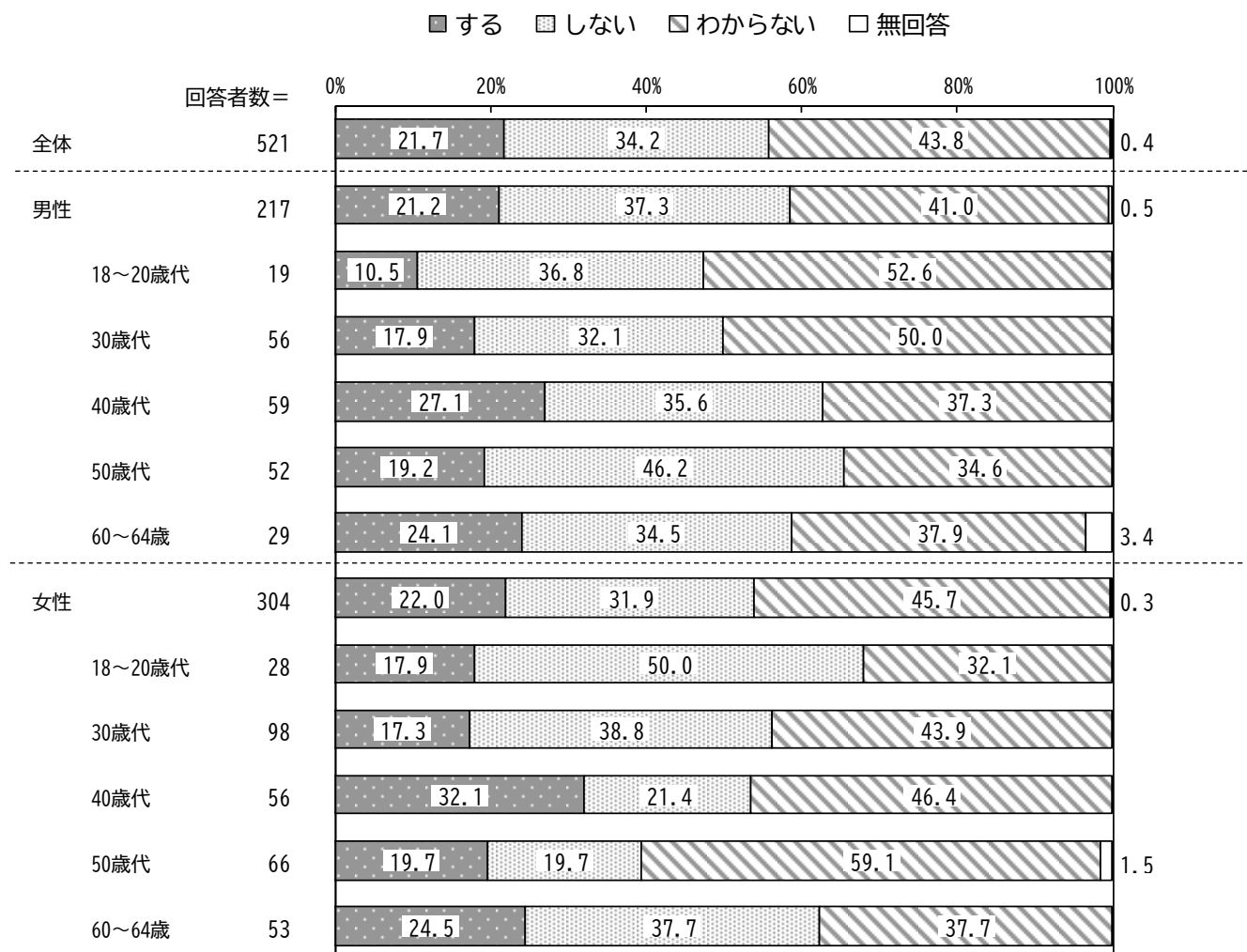
42 心の健康状態に不安を感じた時に医療機関を受診しますか

「わからない」の割合が43.8%と最も高く、次いで「しない」の割合が34.2%、「する」の割合が21.7%となっています。



【性・年齢別】

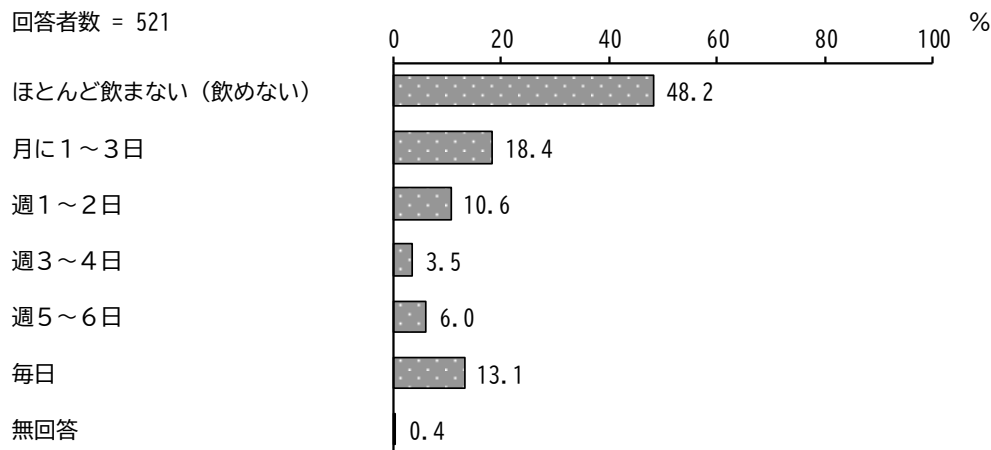
性・年齢別にみると、他に比べ、18～20歳代女性と50歳代の男性で「しない」の割合が高くなっています。



(6) 飲酒について

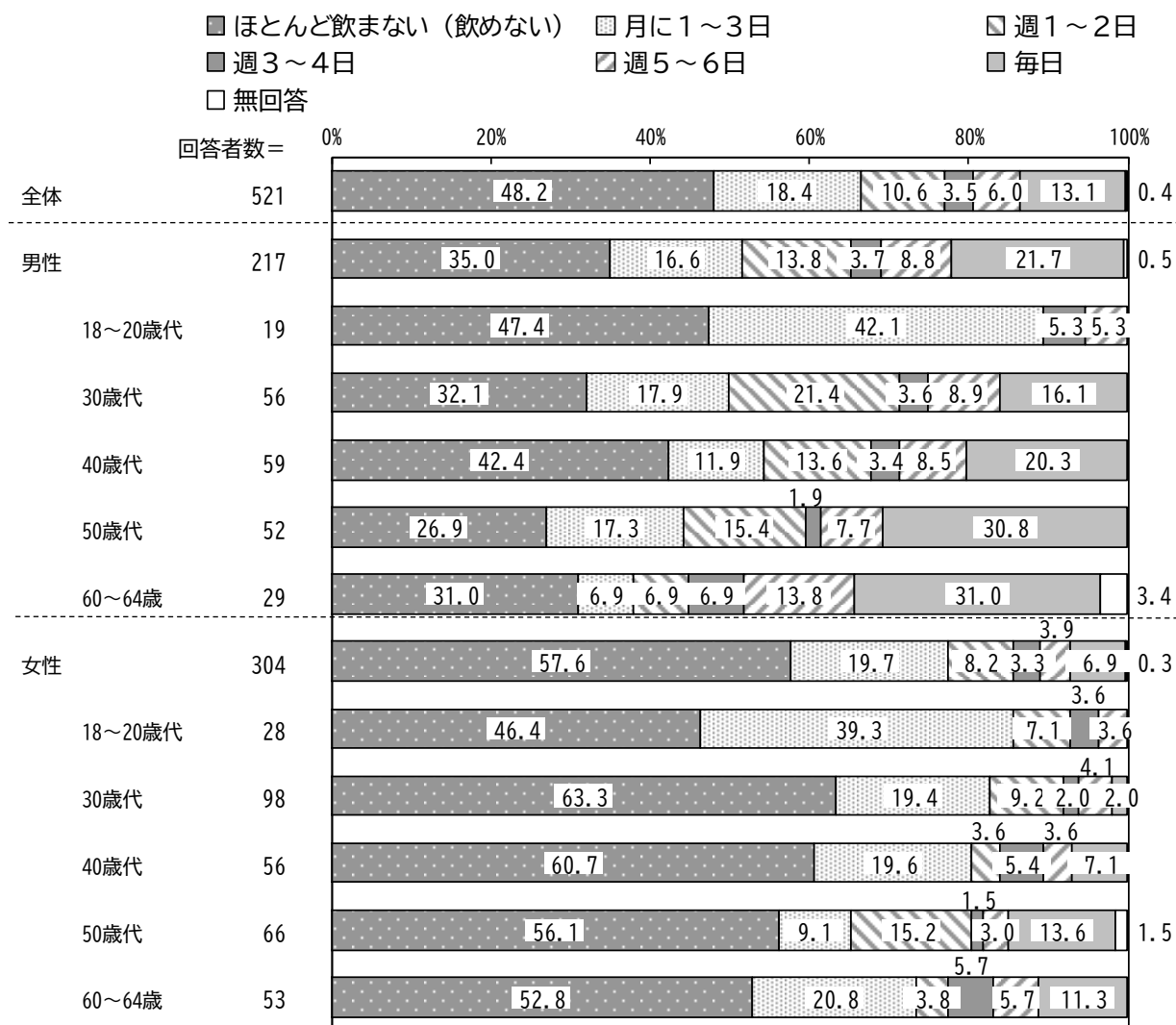
43 アルコール（酒類）を飲みますか 頻度をお答えください

「ほとんど飲まない（飲めない）」の割合が 48.2%と最も高く、次いで「月に1～3日」の割合が 18.4%、「毎日」の割合が 13.1%となっています。



【性・年齢別】

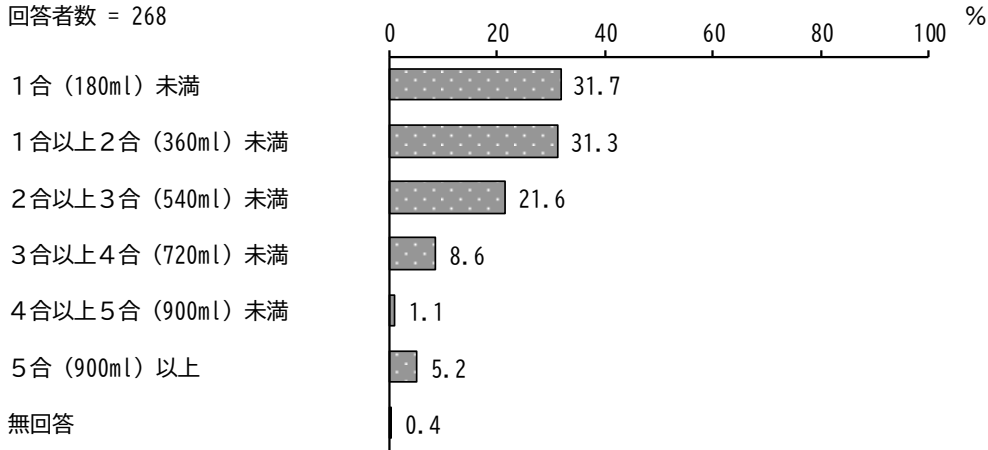
性・年齢別にみると、男性の方が「毎日」の割合が高くなっています。他に比べ、50歳代の男性、60～64歳の男性で「毎日」の割合が高くなっています。



44 問43で「月に1～3日」「週1～2日」「週3～4日」「週5～6日」「毎日」と回答の方にお尋ねします
お酒を飲む日は1日あたり、どれくらい飲みますか

「1合（180ml）未満」の割合が31.7%と最も高く、次いで「1合以上2合（360ml）未満」の割合が31.3%、「2合以上3合（540ml）未満」の割合が21.6%となっています。

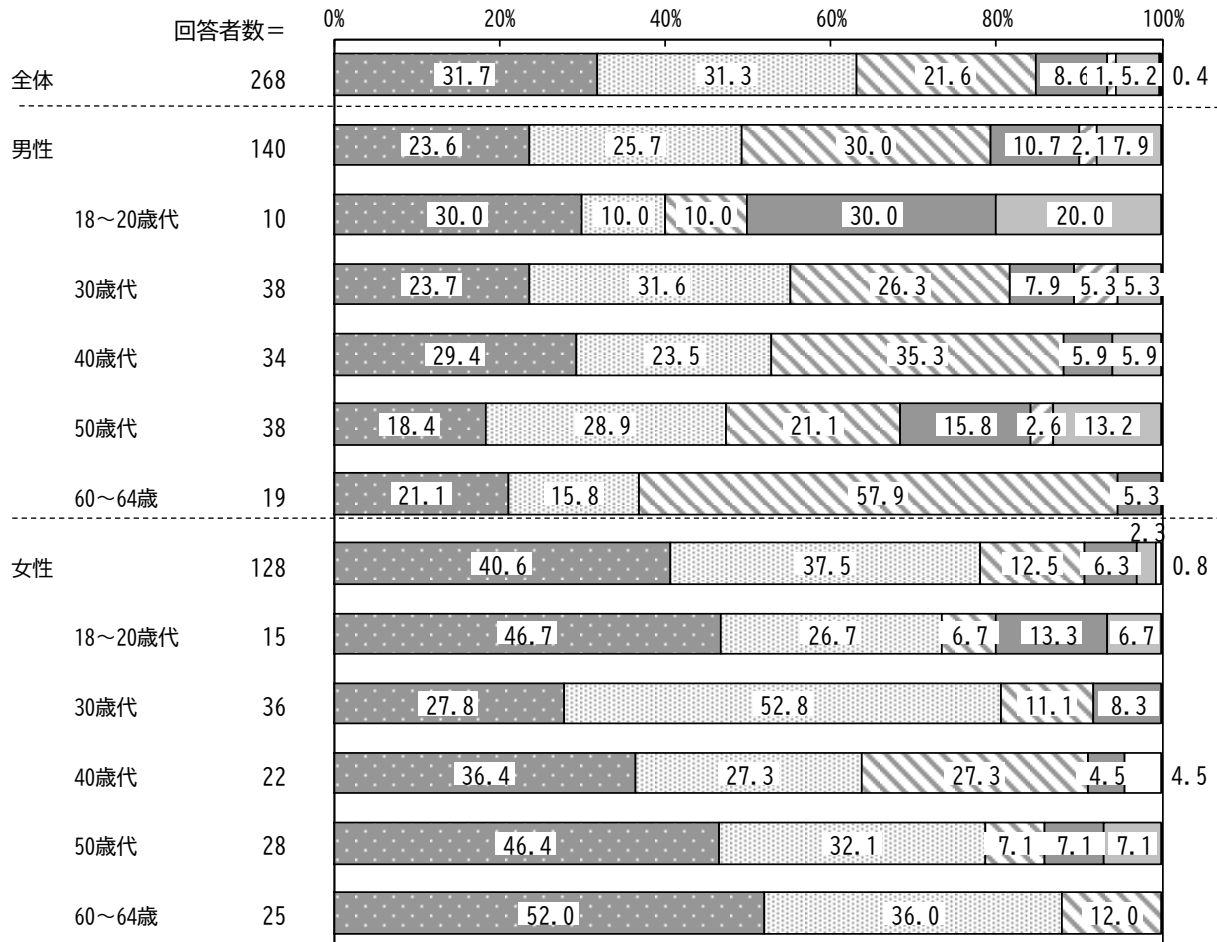
回答者数 = 268



【性・年齢別】

性・年齢別にみると、18～20歳代で「3合以上」の割合が高くなっています。

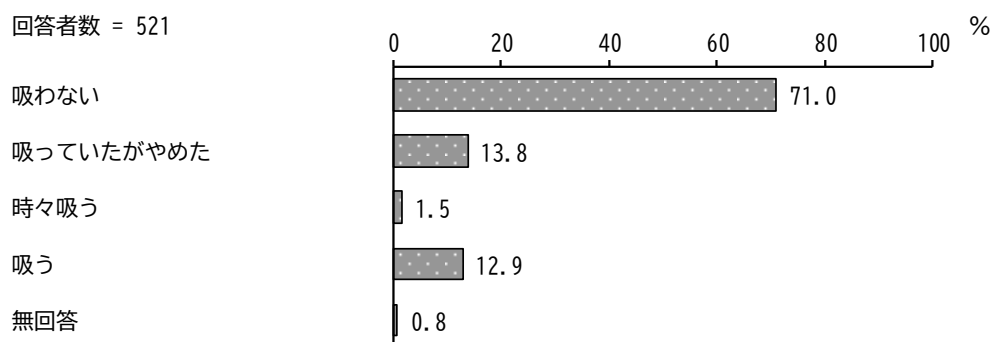
- 1合 (180ml) 未満
- 1合以上2合 (360ml) 未満
- 2合以上3合 (540ml) 未満
- 3合以上4合 (720ml) 未満
- 4合以上5合 (900ml) 未満
- 5合 (900ml) 以上
- 無回答



(7) タバコについて

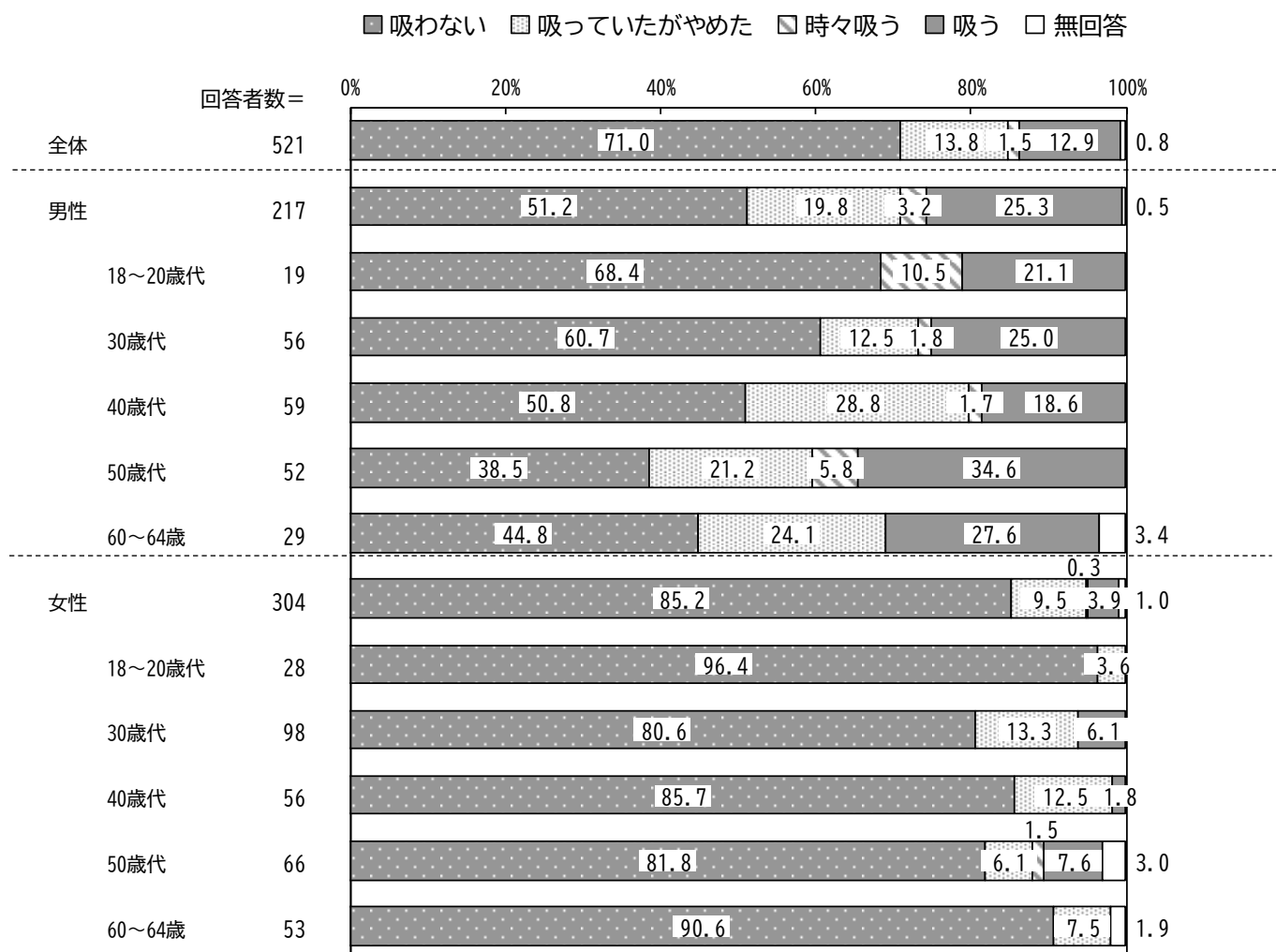
45 タバコを吸いますか

「吸わない」の割合が 71.0%と最も高く、次いで「吸っていたがやめた」の割合が 13.8%、「吸う」の割合が 12.9%となっています。



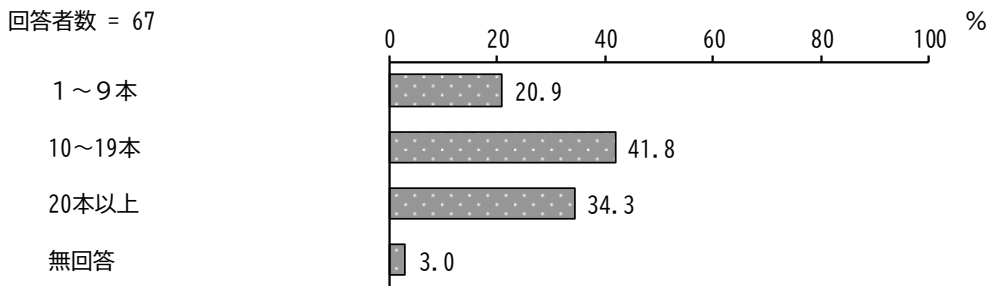
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、「吸う」割合が男性 25.3%に対し、女性 3.9%になっています。男性の「吸わない」は、加齢に伴い、割合が減っています。50歳代の男性、60～64歳の男性で「吸う」の割合が高くなっています。



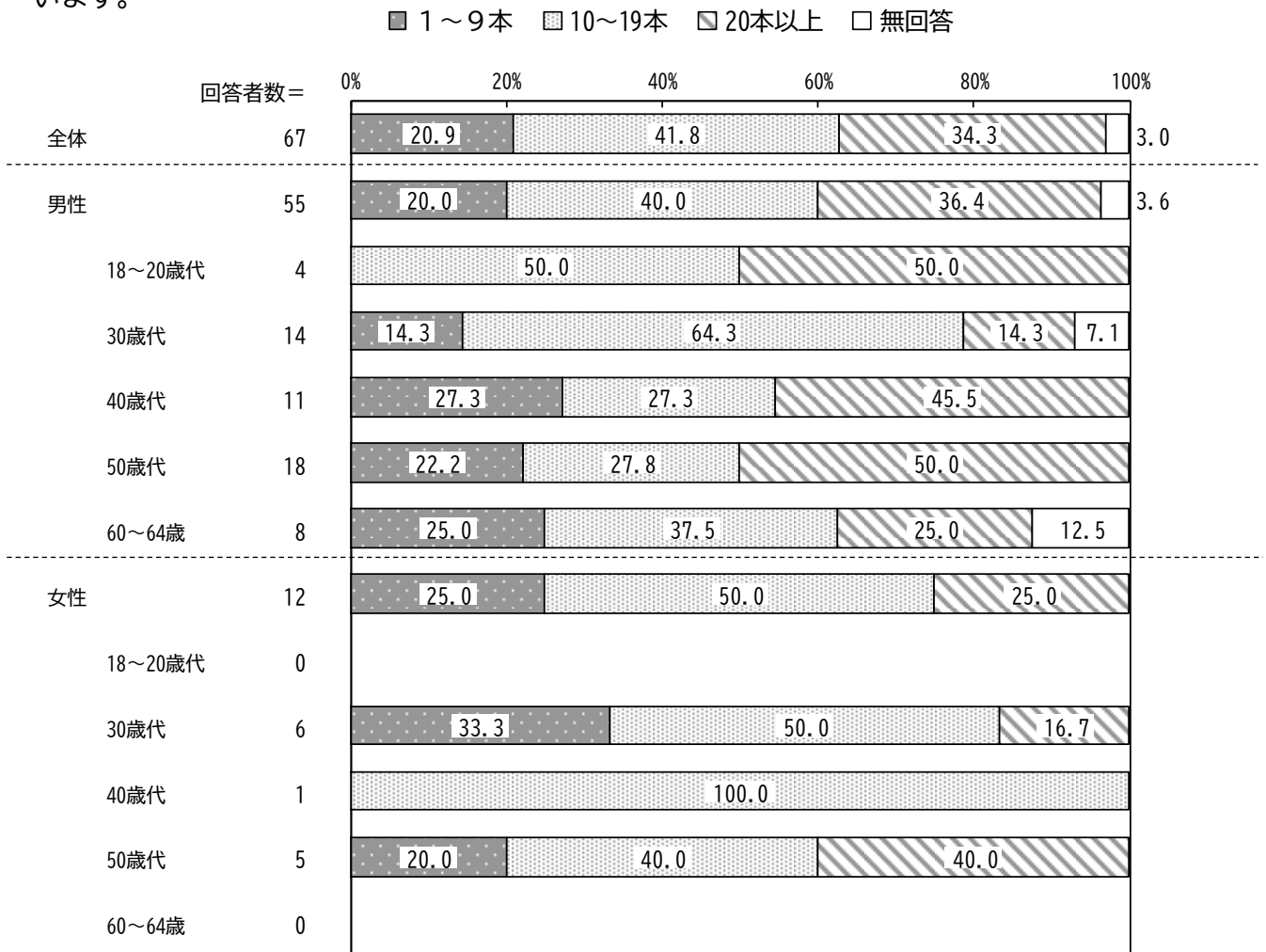
【一日平均】

「10～19本」の割合が41.8%と最も高く、次いで「20本以上」の割合が34.3%、「1～9本」の割合が20.9%となっています。



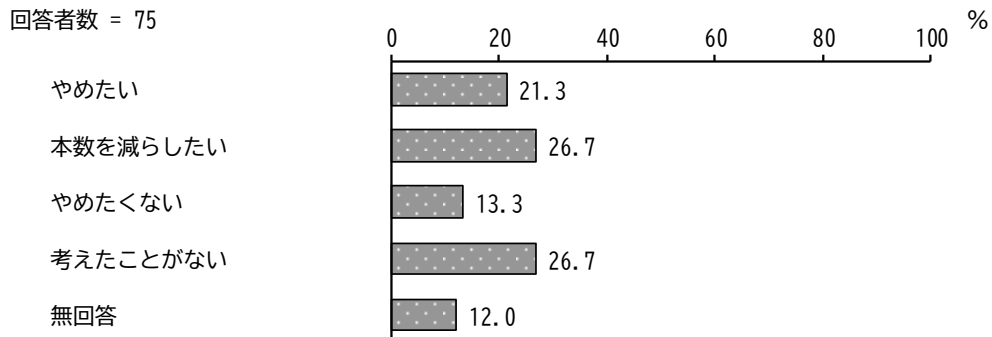
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、男性の「20本以上」の割合が多くなっています。他に比べ、30歳代の男性で「10～19本」の割合が、50歳代の男性、40歳代の男性で「20本以上」の割合が高くなっています。



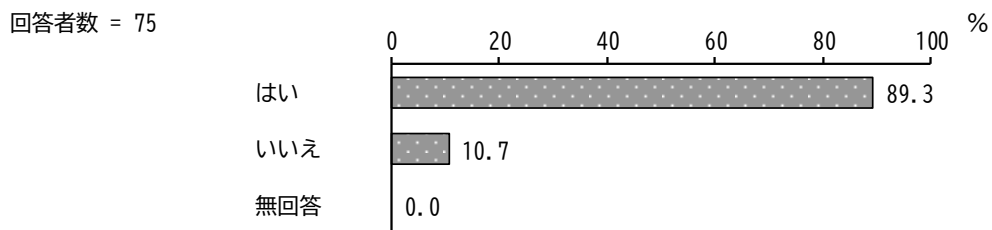
46 問 45 で「時々吸う」「吸う」と回答した方にお尋ねします。
タバコをやめたいと思いますか

「本数を減らしたい」、「考えたことがない」の割合が 26.7%と最も高く、次いで「やめたい」の割合が 21.3%となっています。



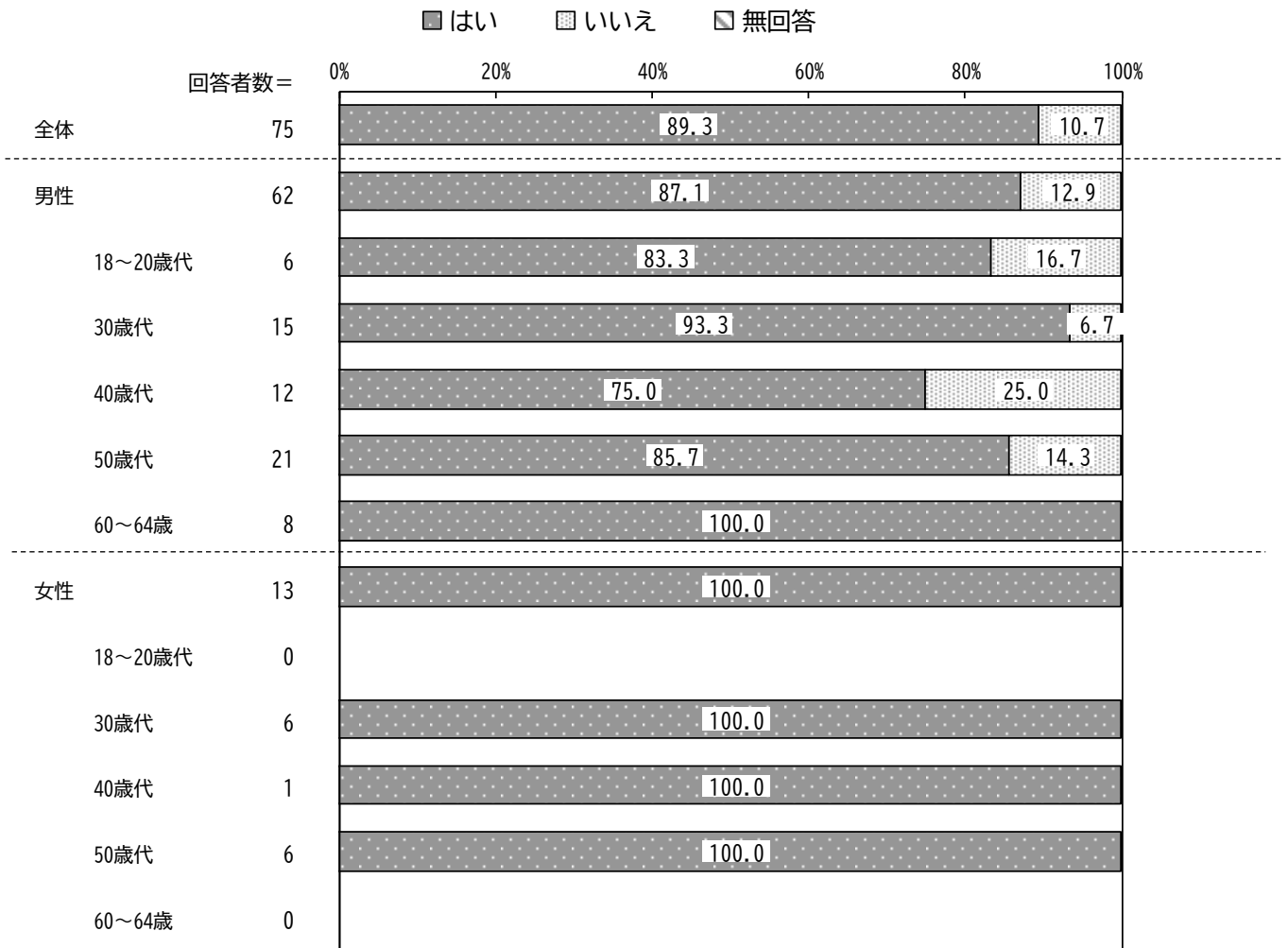
47 禁煙の治療法があることを知っていますか

「はい」の割合が 89.3%、「いいえ」の割合が 10.7%となっています。



【性・年齢別】

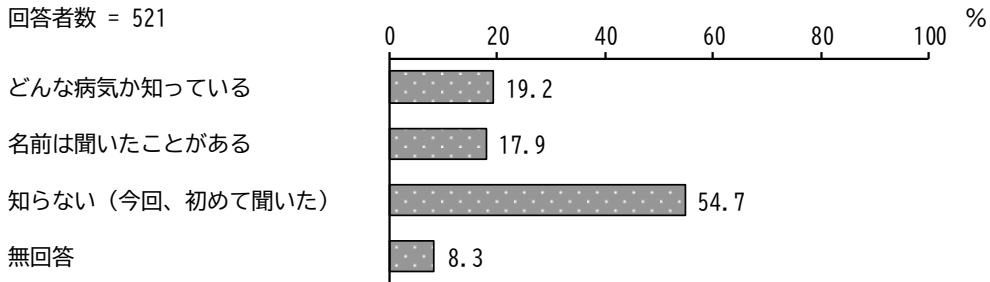
性・年齢別にみると、他に比べ、40歳代の男性で「いいえ」の割合が、女性で「はい」の割合が高くなっています。



48 「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」という病気を知っていますか

「知らない（今回、初めて聞いた）」の割合が 54.7%と最も高く、次いで「どんな病気か知っている」の割合が 19.2%、「名前は聞いたことがある」の割合が 17.9%となっています。

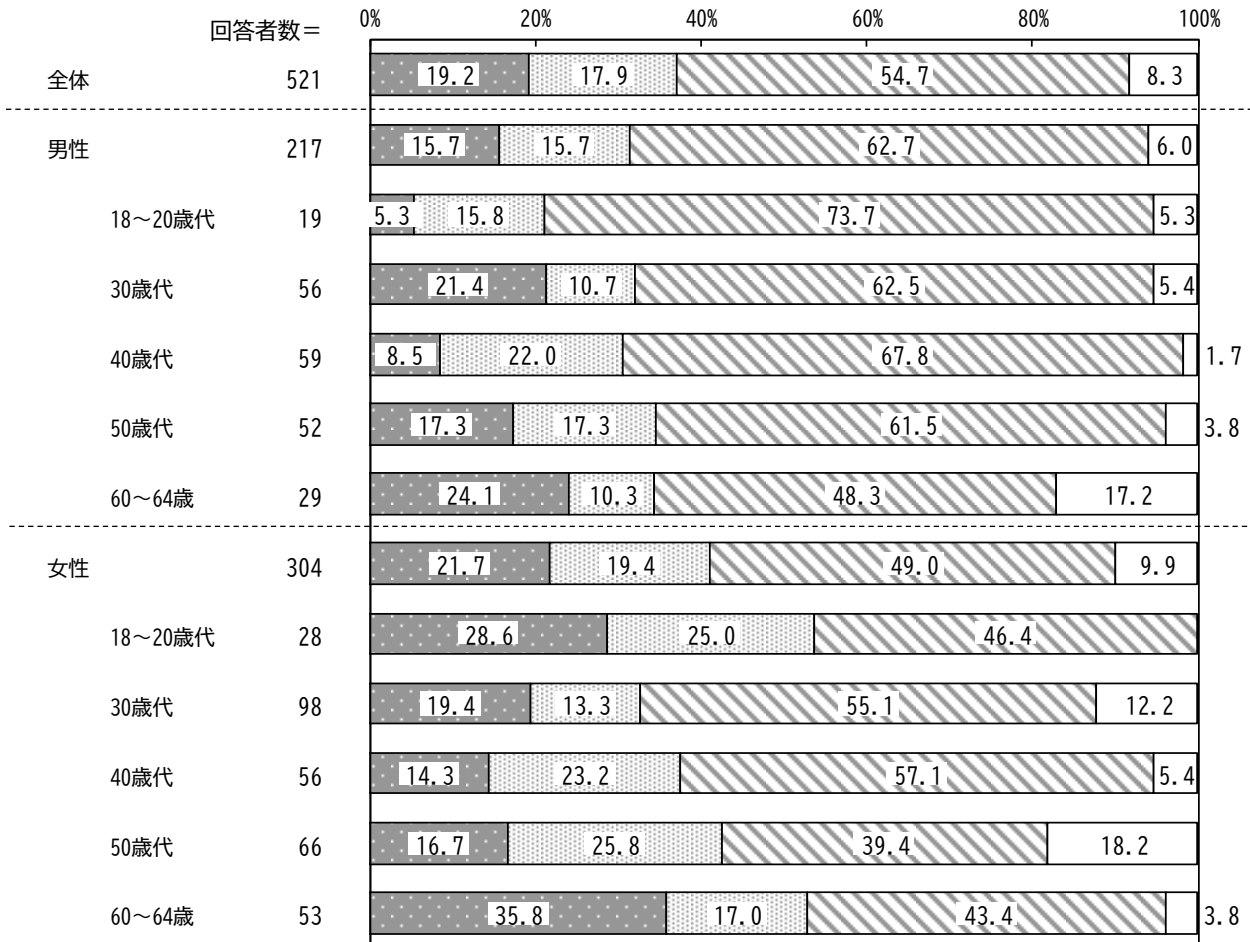
回答者数 = 521



【性・年齢別】

性・年齢別にみると、男性の「知らない（今回、初めて聞いた）」の割合が高くなっています。また、60～64歳で「どんな病気か知っている」の割合が高くなっています。

- どんな病気か知っている
- ▨ 名前は聞いたことがある
- ▧ 知らない（今回、初めて聞いた）」
- 無回答

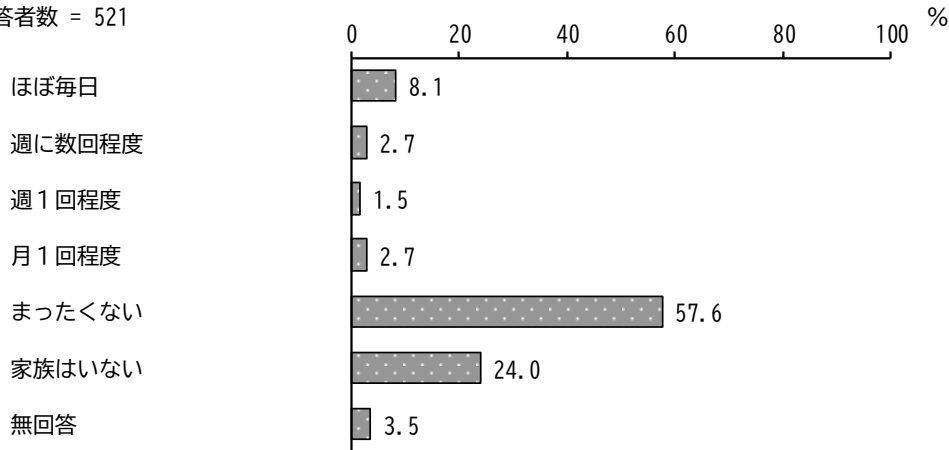


【あなたはこの1か月間に、受動喫煙（自分以外の人が吸っていたタバコの煙を吸わされた機会）がありましたか】

49 家庭

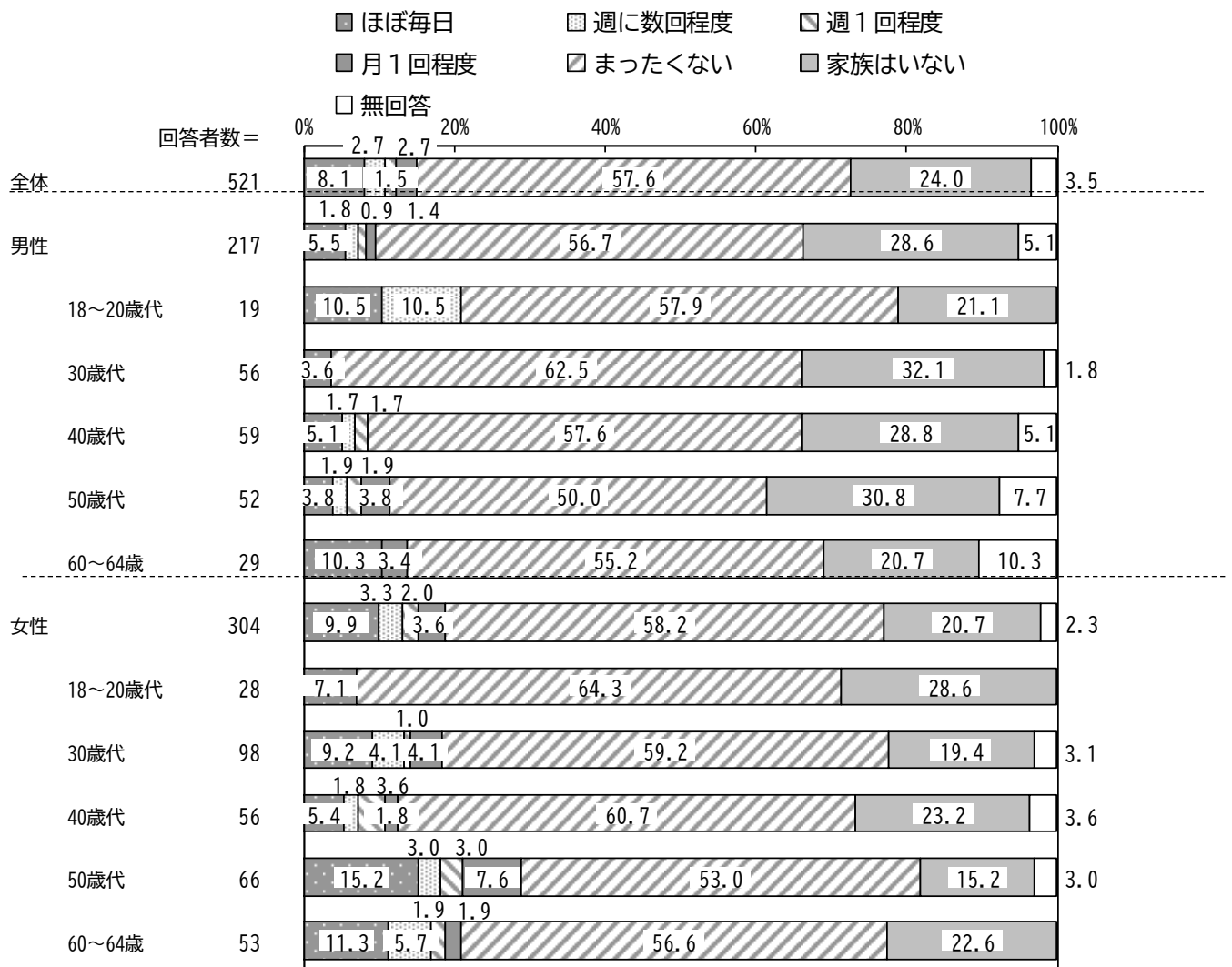
「まったくない」の割合が57.6%と最も高く、次いで「家族はいない」の割合が24.0%となっています。

回答者数 = 521



【性・年齢別】

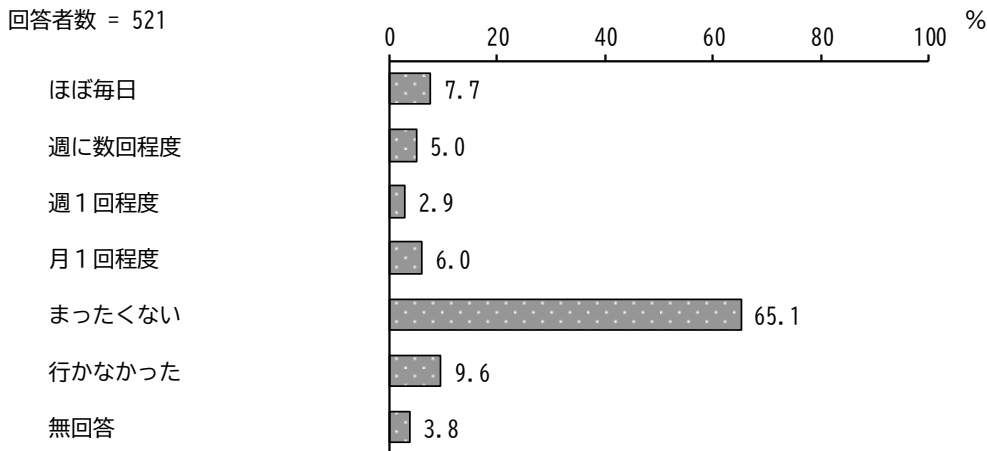
性・年齢別にみると、他に比べ、18～20歳代の男性、50歳代の女性、60～64歳で「ほぼ毎日」の割合が高くなっています。



【あなたはこの1か月に、受動喫煙（自分以外の人が吸っていたタバコの煙を吸わされた機会）がありましたか】

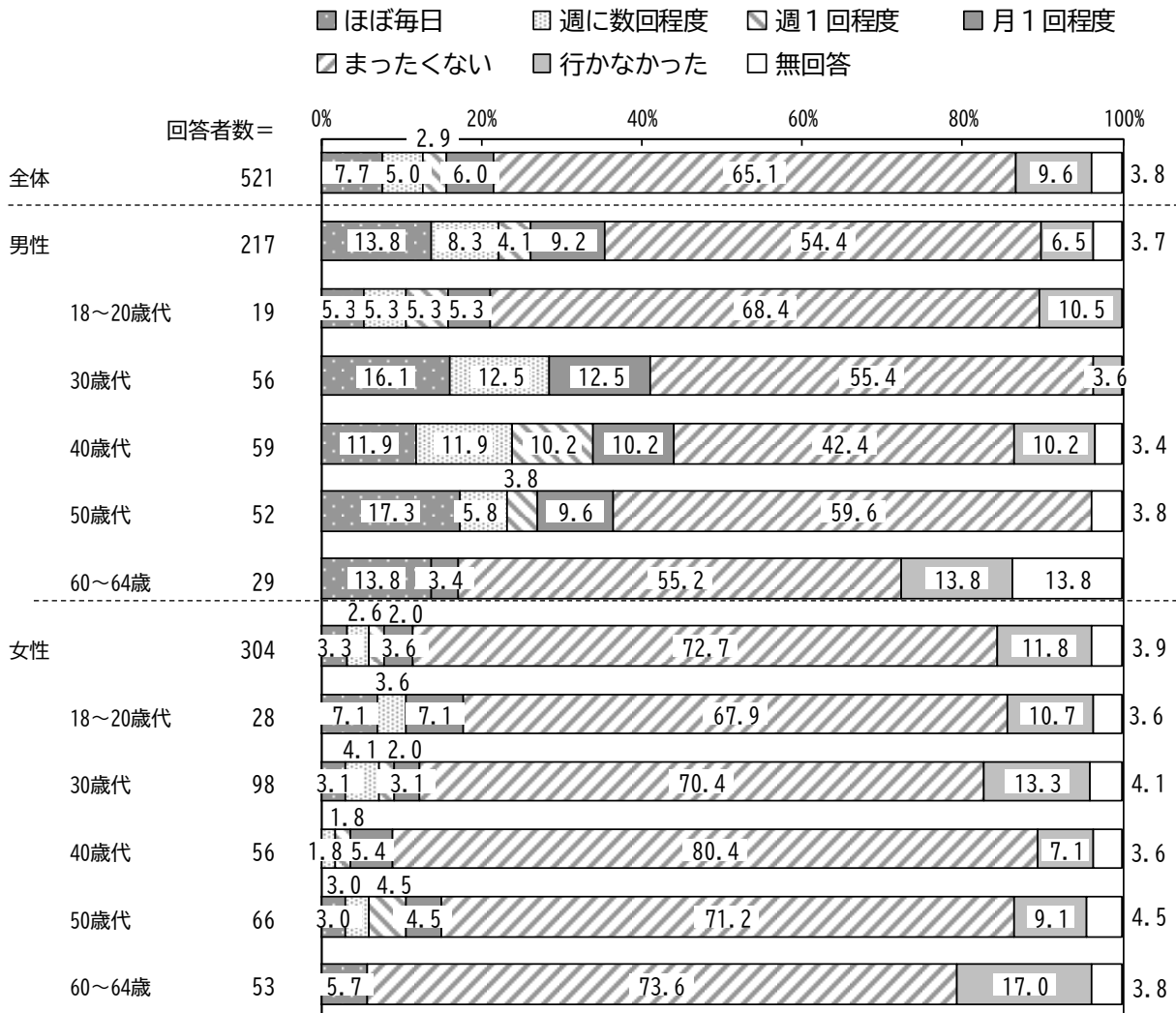
50 職場

「まったくない」の割合が65.1%と最も高くなっています。



【性・年齢別】

性・年齢別にみると、女性に比べて、男性で「ほぼ毎日」の割合が高くなっています。

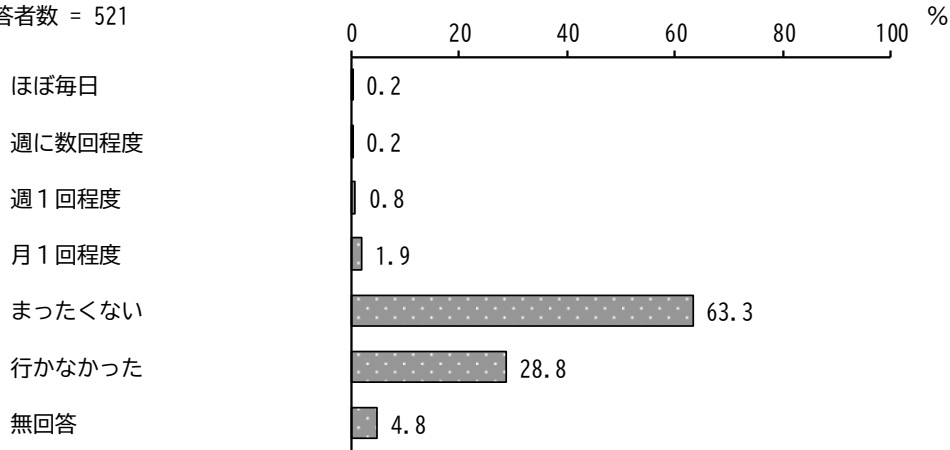


【あなたはこの1か月間に、受動喫煙（自分以外の人が吸っていたタバコの煙を吸わされた機会）がありましたか】

51 行政機関（市役所・公民館など）

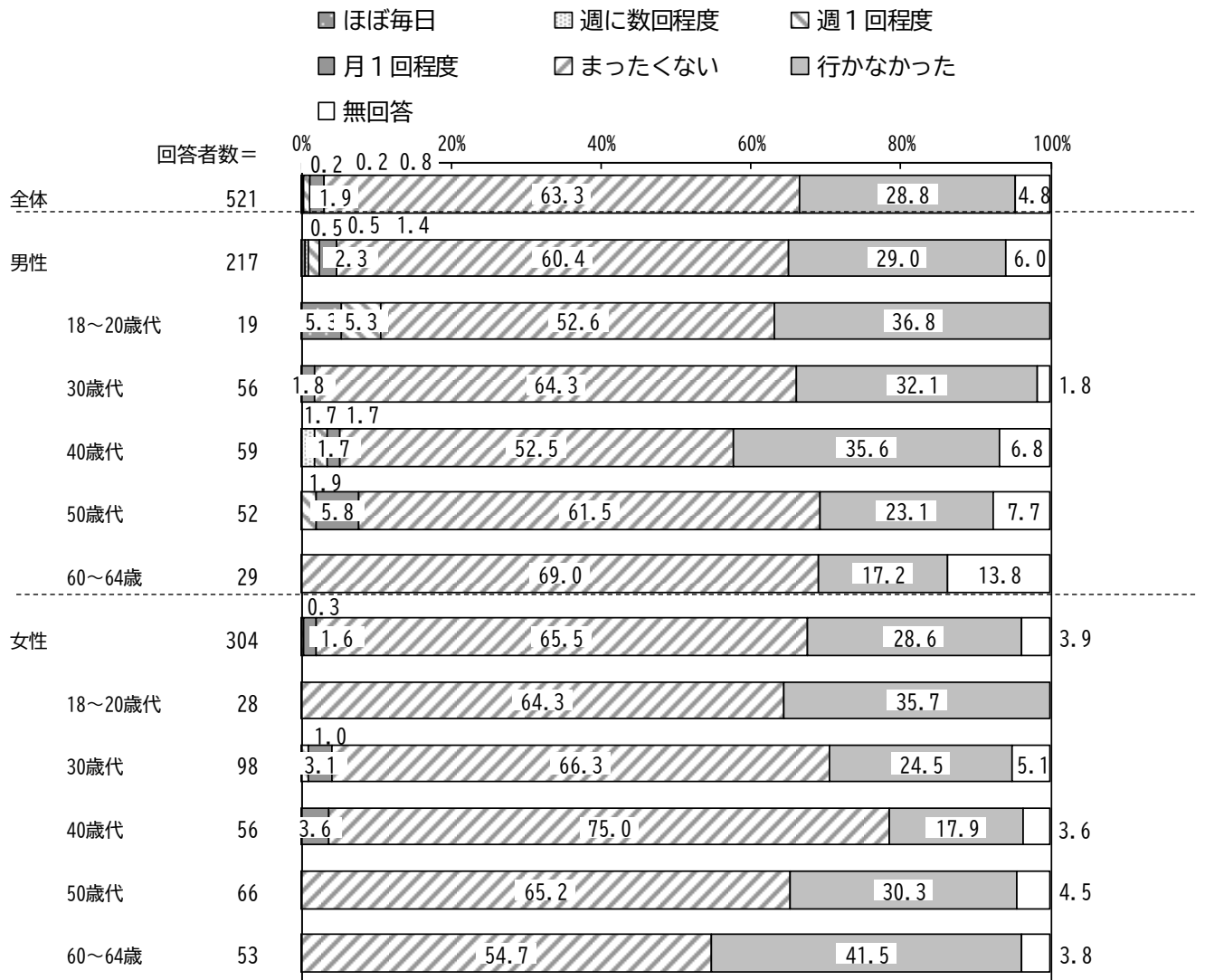
「まったくない」の割合が63.3%と最も高く、次いで「行かなかった」の割合が28.8%となっています。

回答者数 = 521



【性・年齢別】

性・年齢別にみても「まったくない」と「行かなかった」の割合が高くなっています。

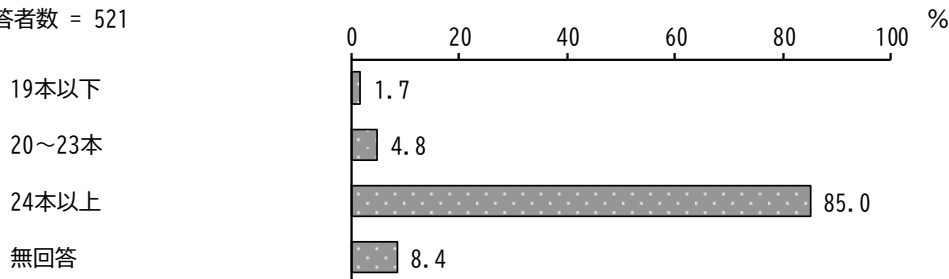


(8) 歯の健康について

52 現在の歯の本数を教えてください

「24本以上」の割合が85.0%と最も高くなっています。

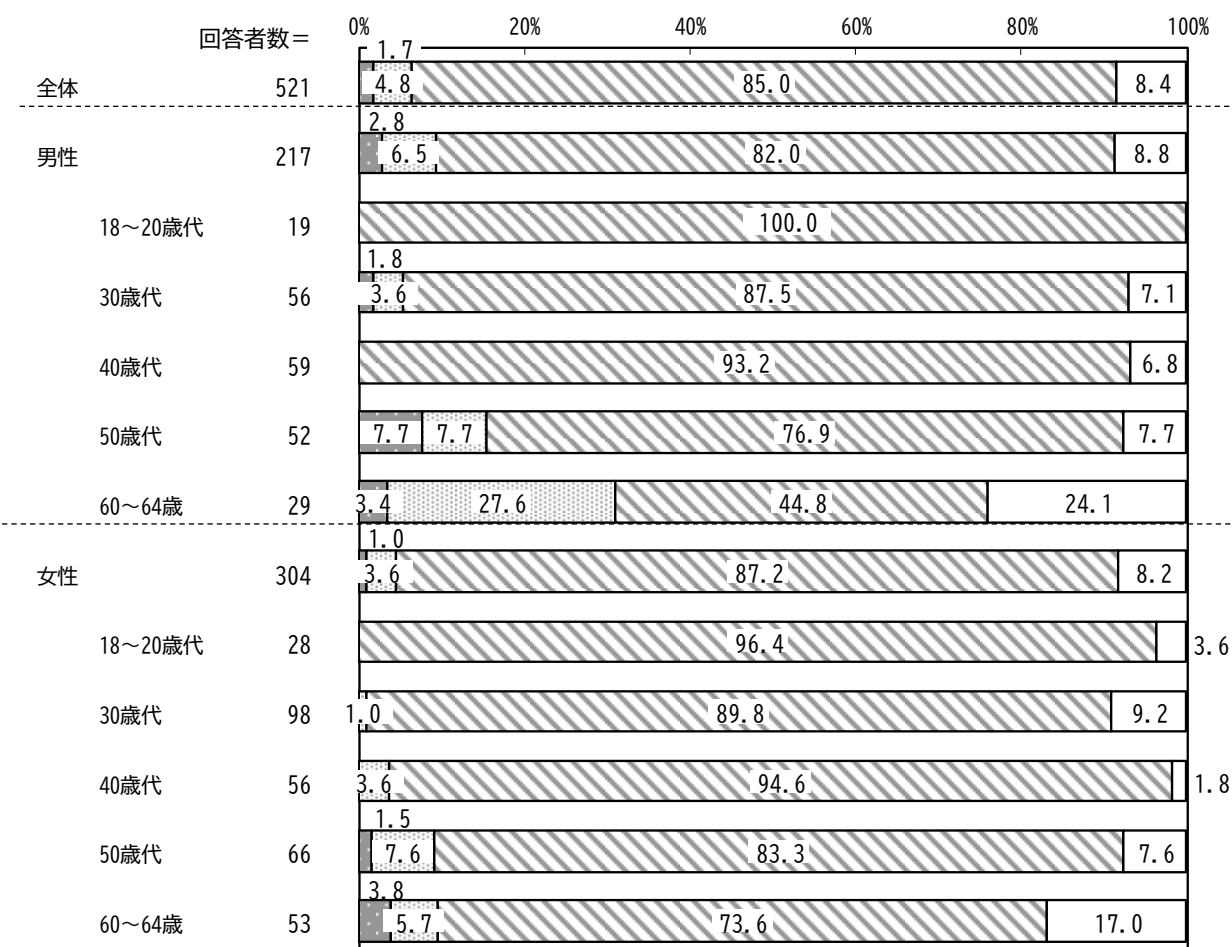
回答者数 = 521



【性・年齢別】

性・年齢別にみると、女性と比べると男性の方が「19本以下」「20～23本」の割合が高くなっています。また、50歳代以降で「24本以上」の割合が低くなっています。

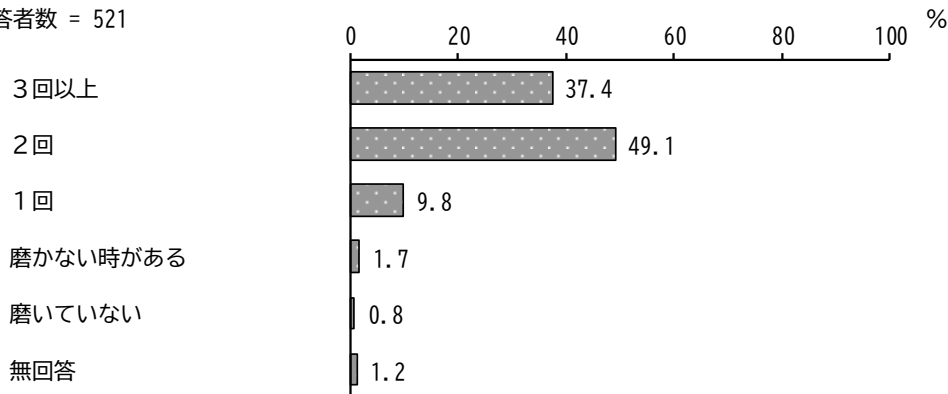
■ 19本以下 □ 20～23本 ▨ 24本以上 □ 無回答



53 1日に歯や入れ歯を磨く回数はいくらですか

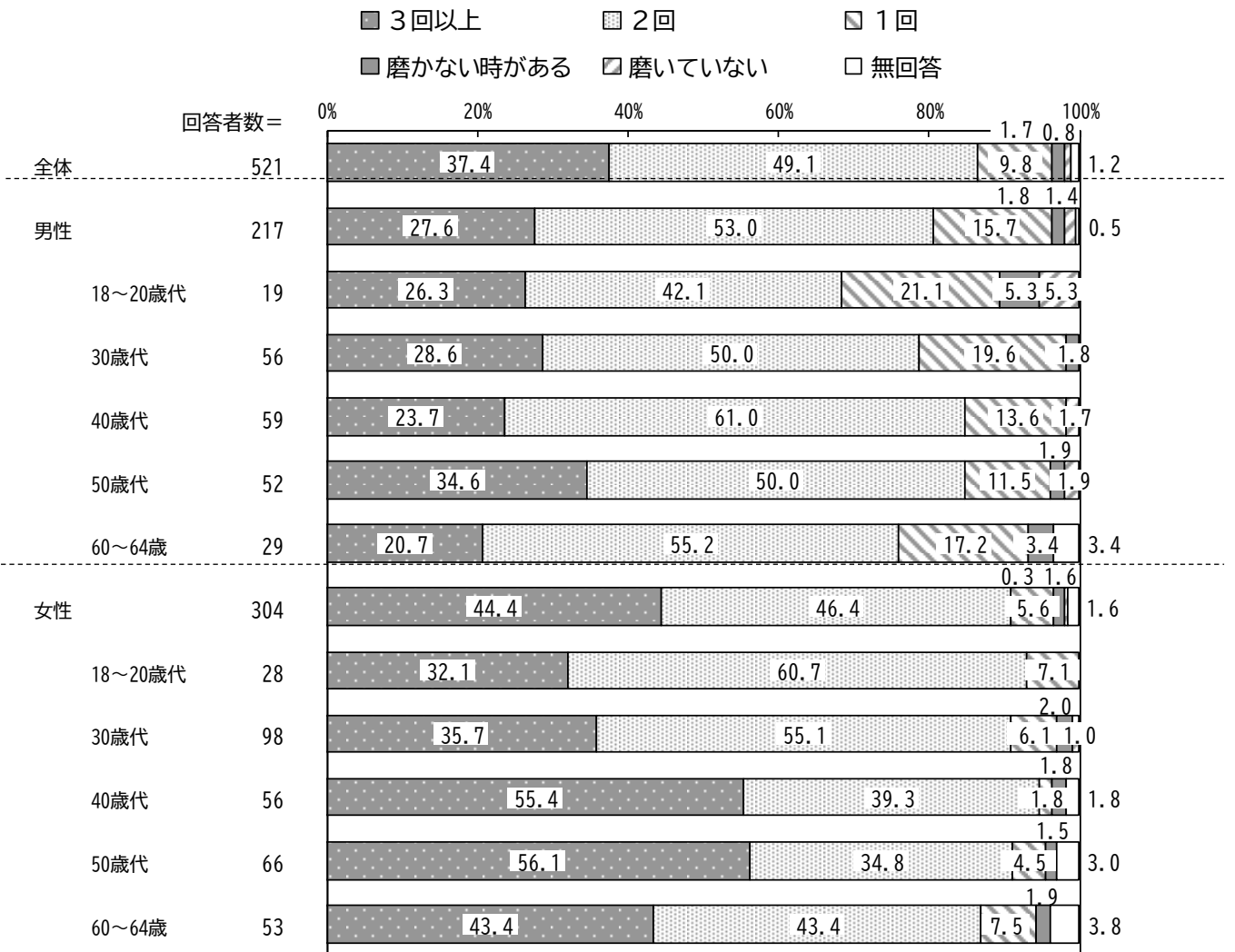
「2回」の割合が49.1%と最も高く、次いで「3回以上」の割合が37.4%となっています。

回答者数 = 521



【性・年齢別】

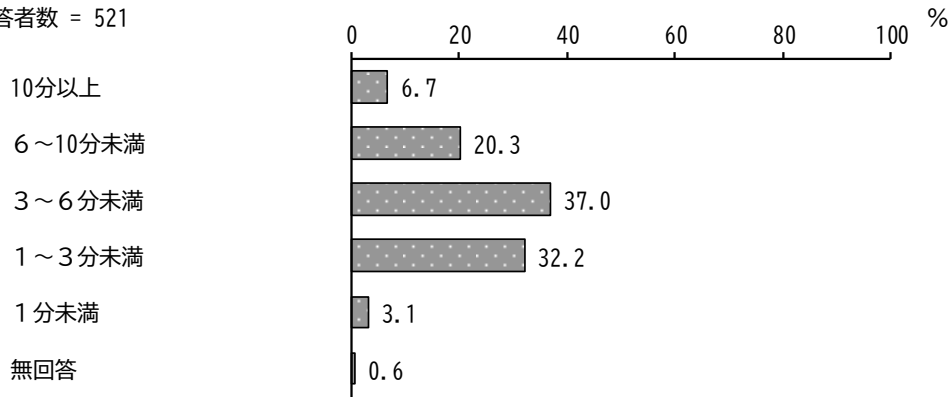
性・年齢別にみると、男性と比べると女性の方が「3回以上」の割合が高く、男性の方が「1回」の割合が高くなっています。



54 1日のうち一番ていねいに歯を磨く時間は何分位ですか

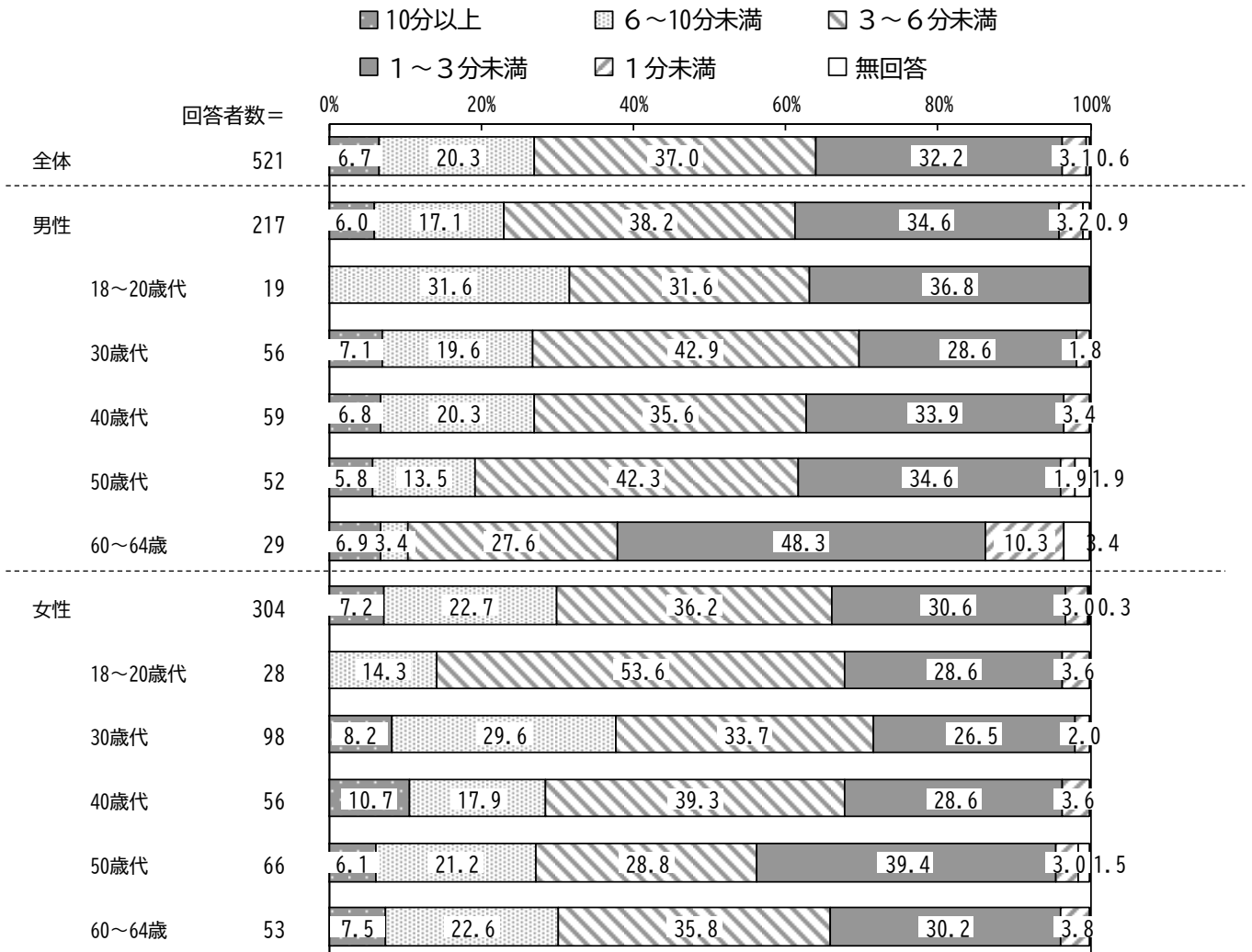
「3～6分未満」の割合が37.0%と最も高く、次いで「1～3分未満」の割合が32.2%、「6～10分未満」の割合が20.3%となっています。

回答者数 = 521



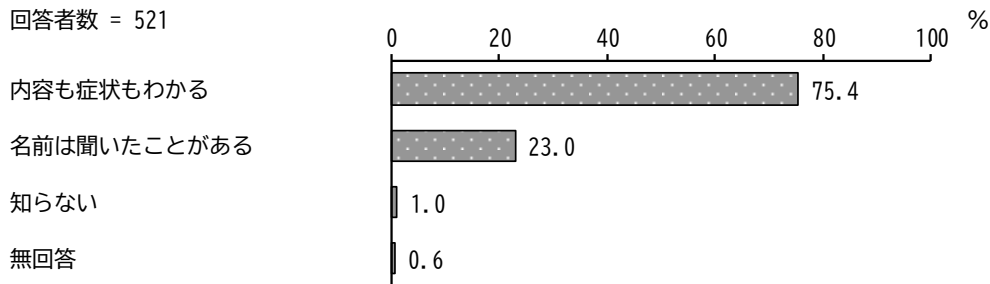
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、他に比べ、60～64歳の男性で「1～3分未満」の割合が、18～20歳代の女性で「3～6分未満」の割合が高くなっています。



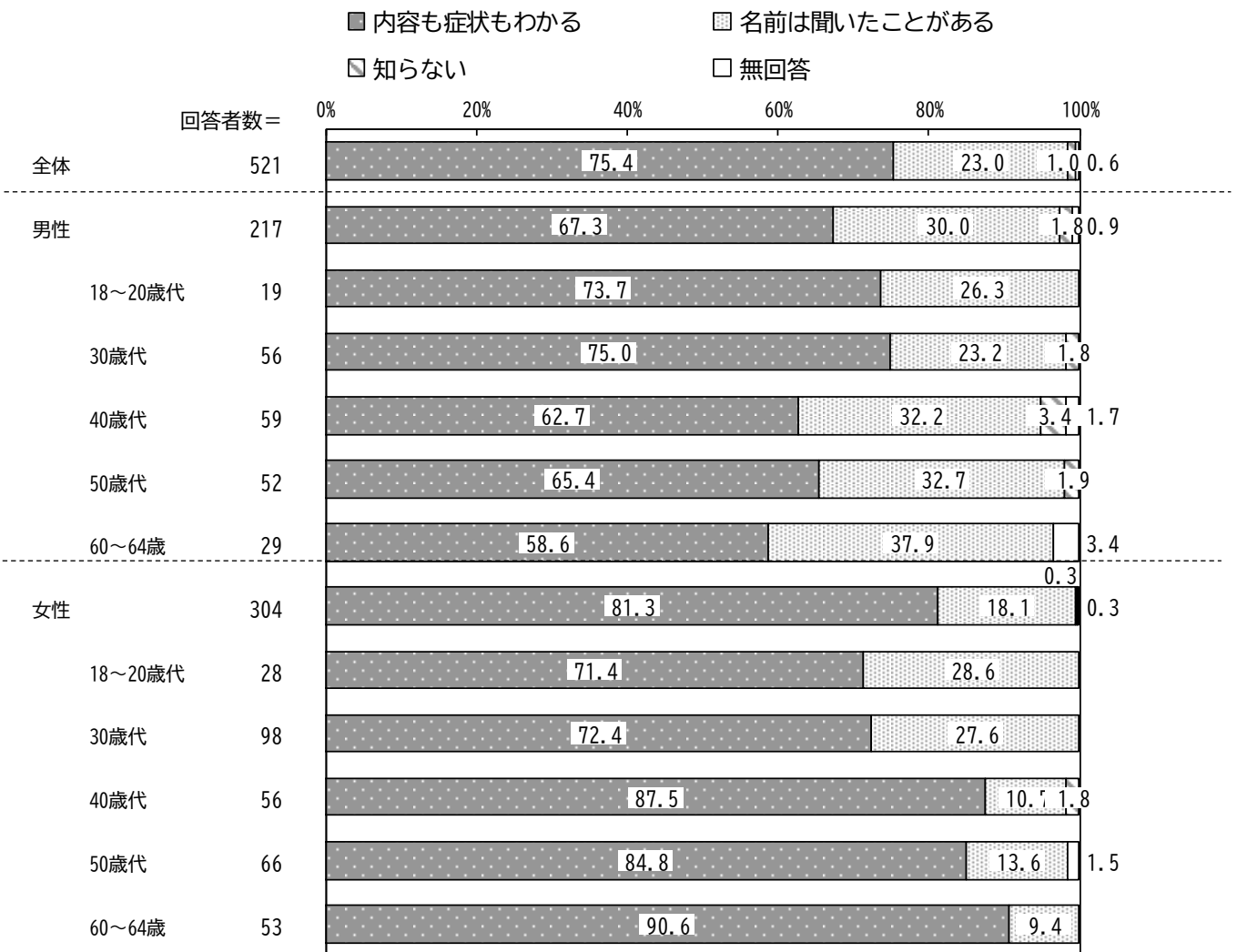
55 歯周病を知っていますか

「内容も症状もわかる」の割合が75.4%と最も高く、次いで「名前は聞いたことがある」の割合が23.0%となっています。



【性・年齢別】

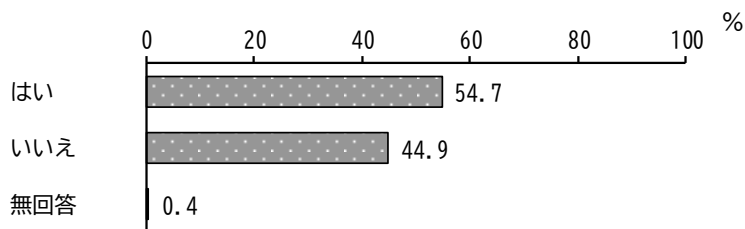
性・年齢別にみると、男性に比べて女性の方が「内容も症状もわかる」の割合が高くなっています。



56 歯間ブラシや糸ようじ（デンタルフロス）を使っていますか

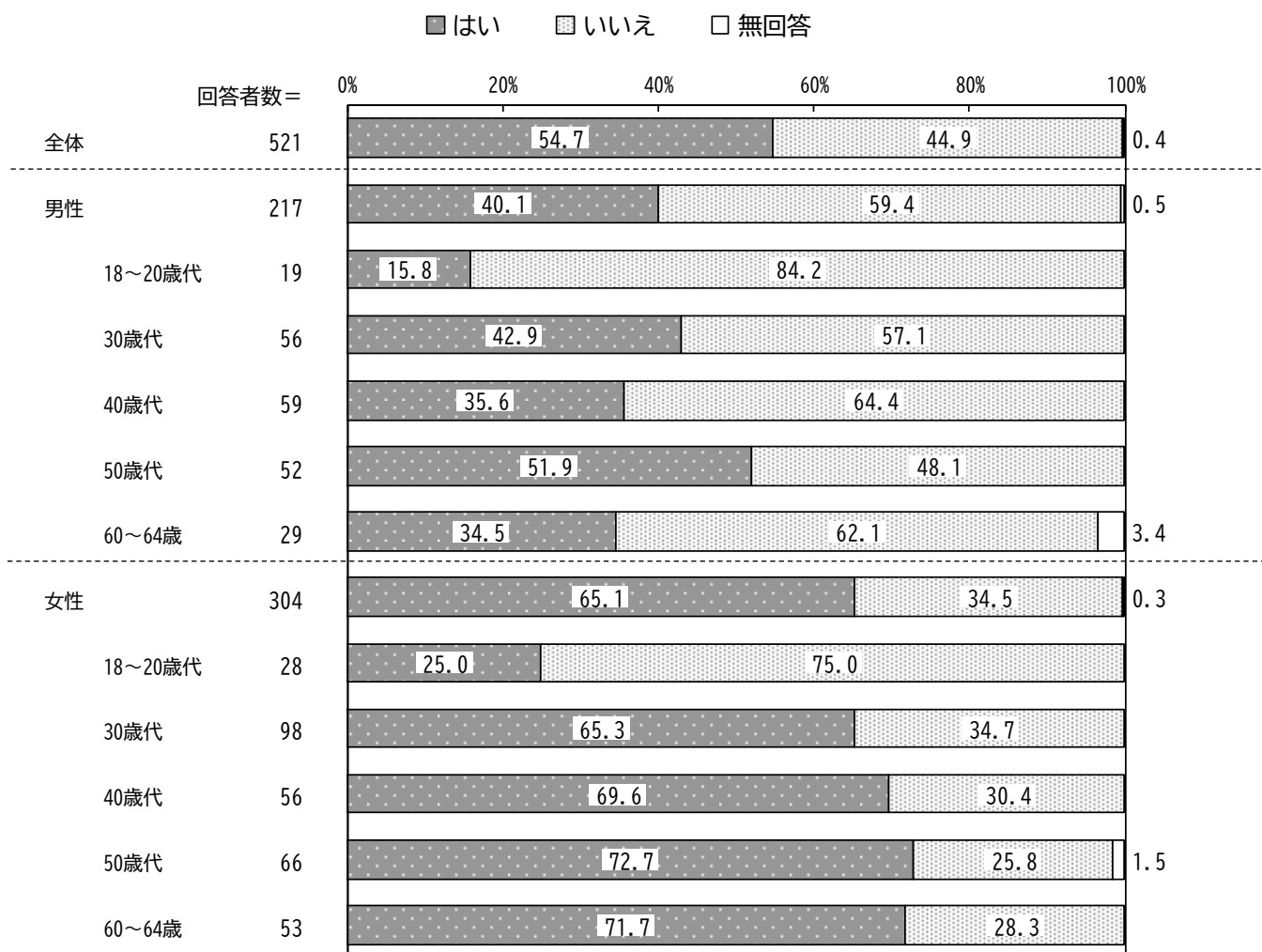
「はい」の割合が54.7%、「いいえ」の割合が44.9%となっています。

回答者数 = 521



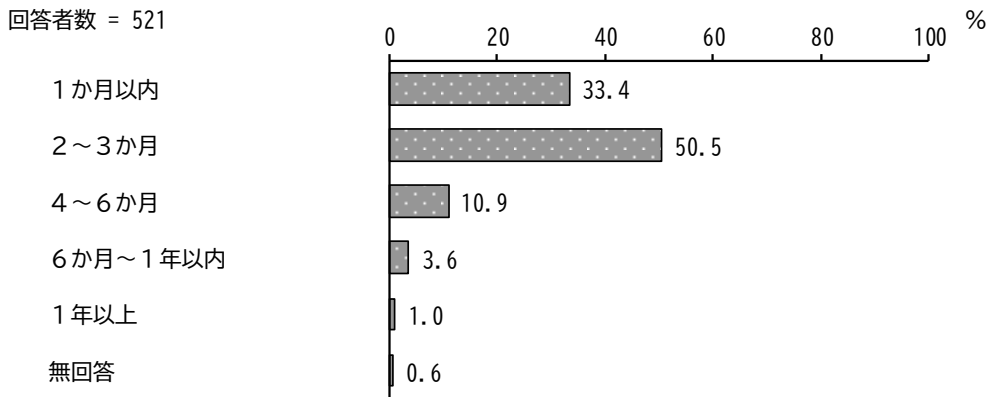
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、男性に比べて女性の方が「はい」の割合が高く、30歳代以降65.3%~72.7%と高い割合になっています。



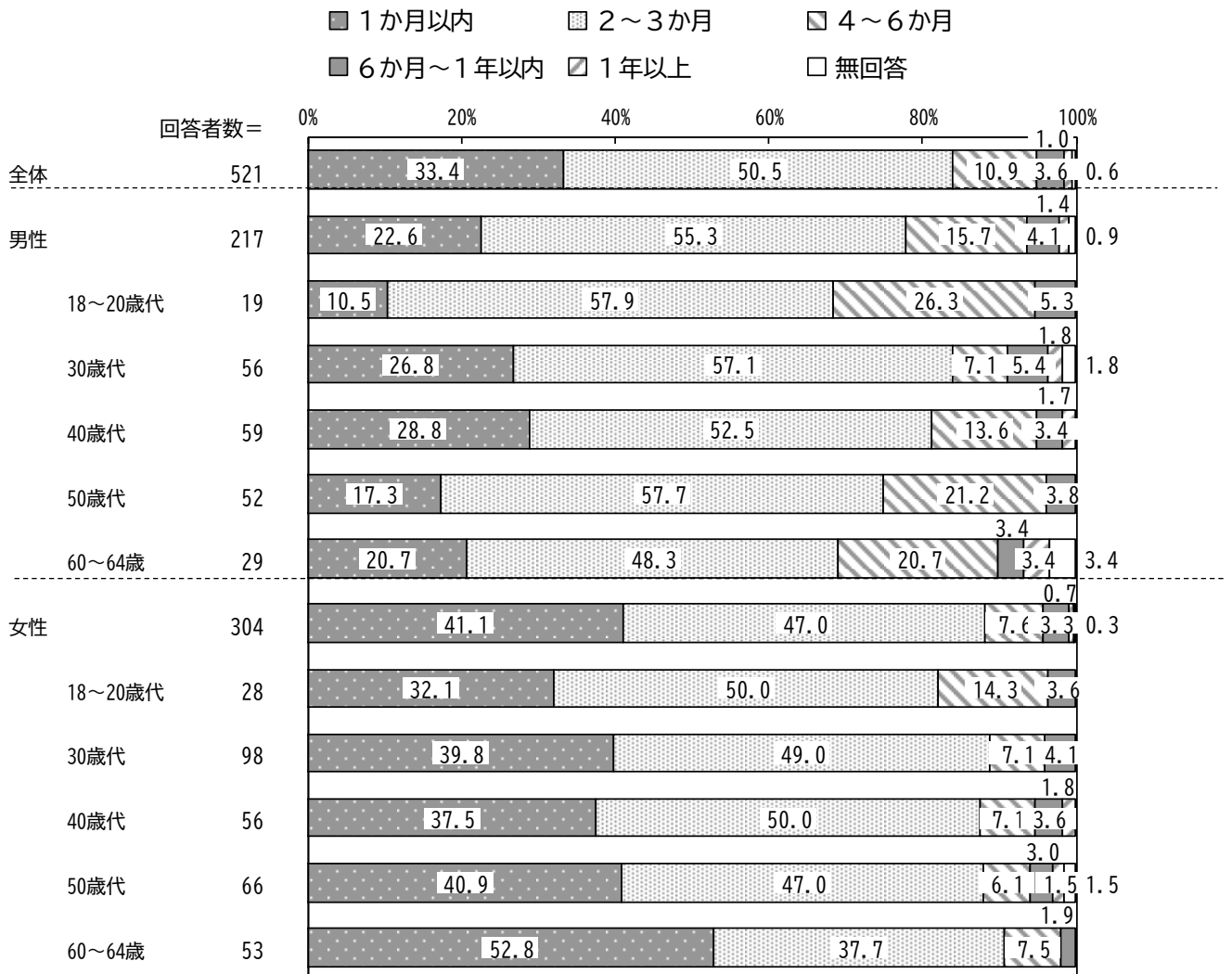
57 歯ブラシはどれ位で交換していますか

「2～3か月」の割合が50.5%と最も高く、次いで「1か月以内」の割合が33.4%、「4～6か月」の割合が10.9%となっています。



【性・年齢別】

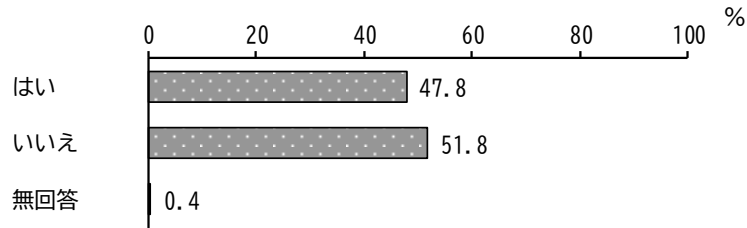
性・年齢別にみても「2～3か月」の割合が高くなっていますが、男性に比べて女性の方が「1か月以内」の割合が高く、男性では「4～6か月」の割合が高くなっています。



58 予防のために、1年に1回以上、定期的な歯の健診を受けていますか

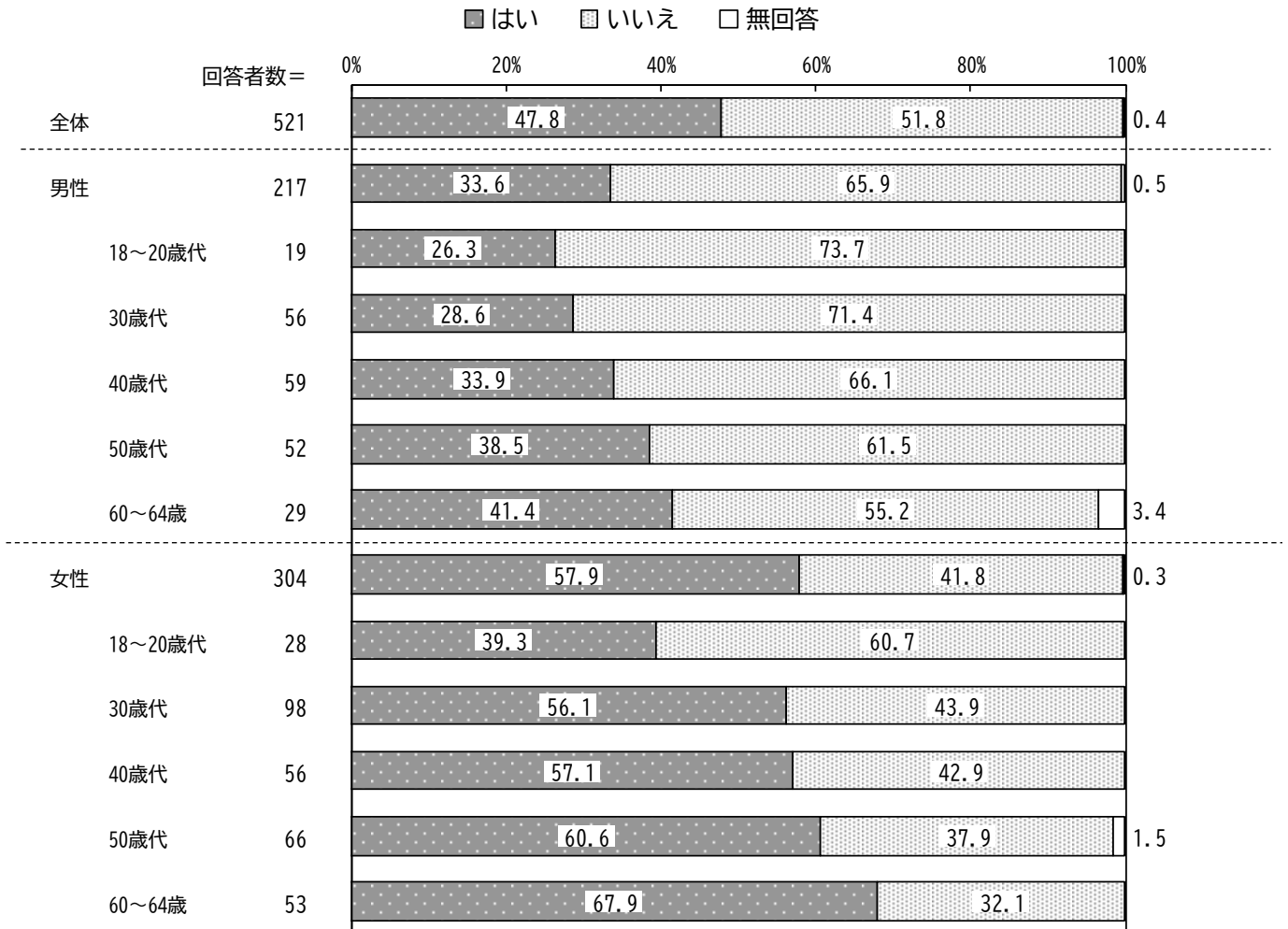
「はい」の割合が47.8%、「いいえ」の割合が51.8%となっています。

回答者数 = 521



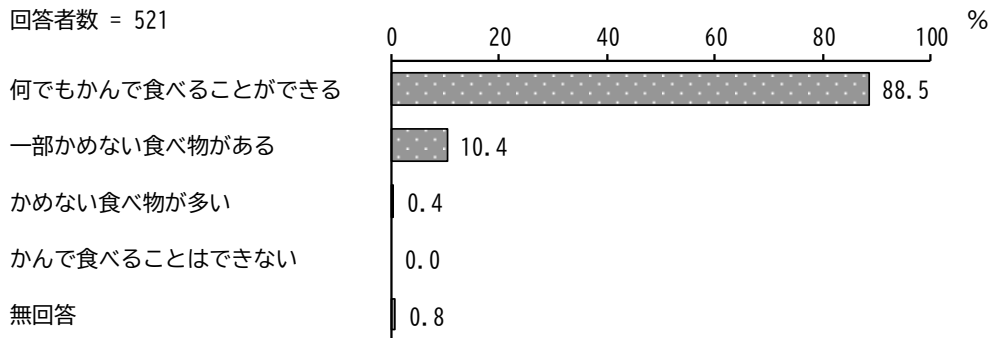
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、男性に比べて女性の方が「はい」の割合が高く、加齢にともない「はい」の割合が高くなっています。



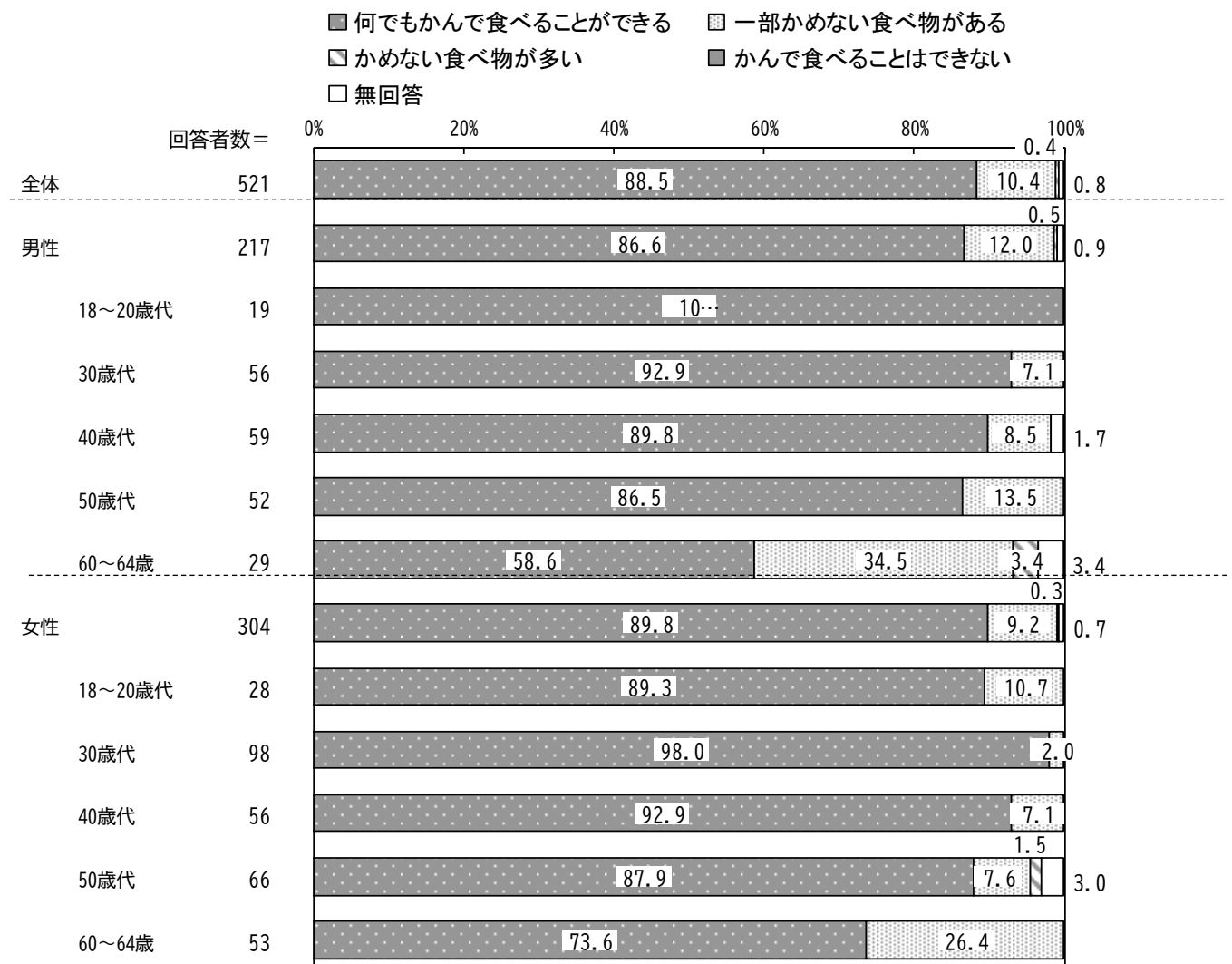
59 かねで食べる時の状態はいかがですか

「何でもかねで食べることができる」の割合が88.5%と最も高く、次いで「一部かめない食べ物がある」の割合が10.4%となっています。



【性・年齢別】

性・年齢別にみると、他に比べ、60～64歳で「一部かめない食べ物がある」の割合が高く、男性34.5%、女性26.4%となっています。

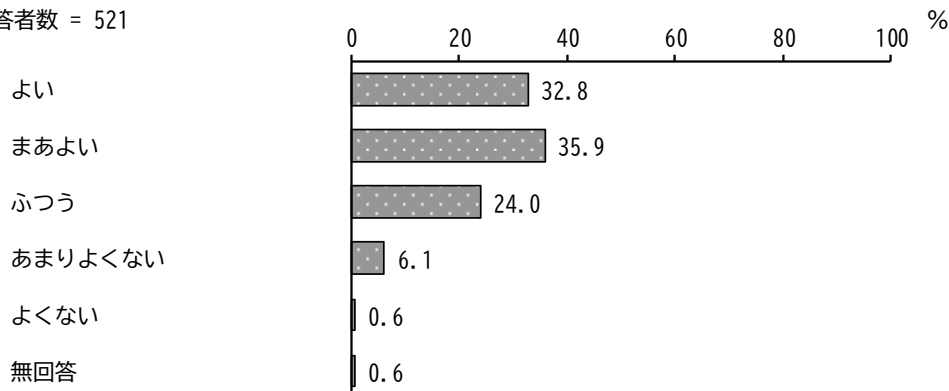


(9) 健康管理について

60 現在の健康状態はいかがですか

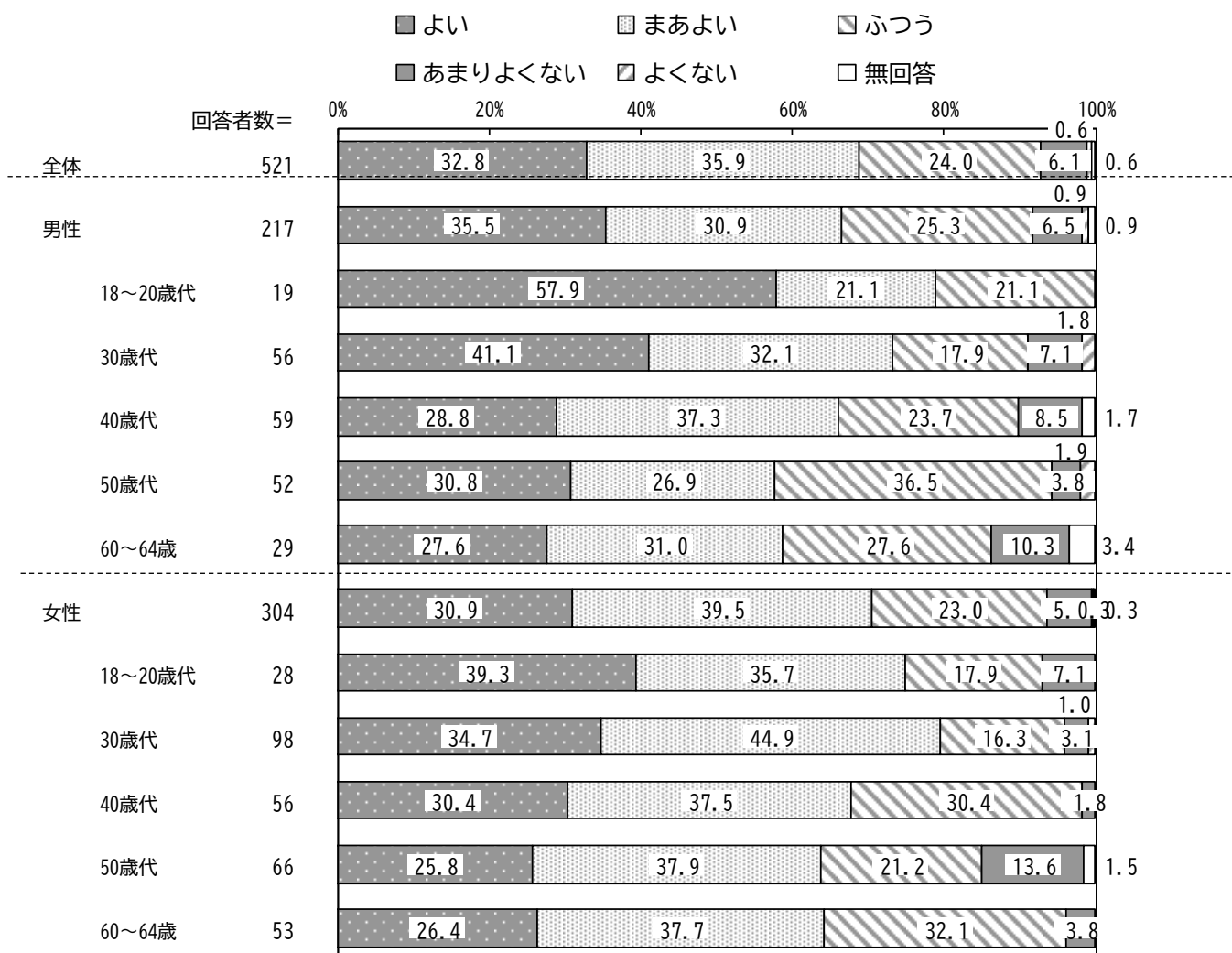
「まあよい」の割合が35.9%と最も高く、次いで「よい」の割合が32.8%、「ふつう」の割合が24.0%となっています。

回答者数 = 521



【性・年齢別】

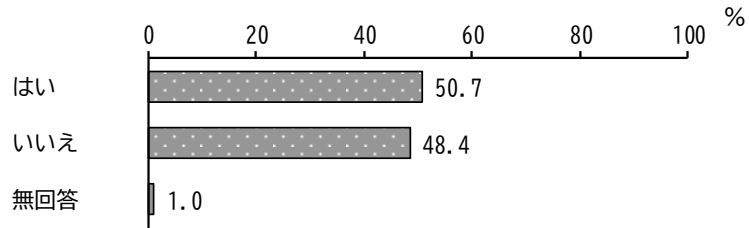
性・年齢別にみると、他に比べ、20歳代の男性で「よい」の割合が、60～64歳の男性と50歳代女性で「あまりよくない」の割合が高くなっています。



61 かかりつけ医がありますか

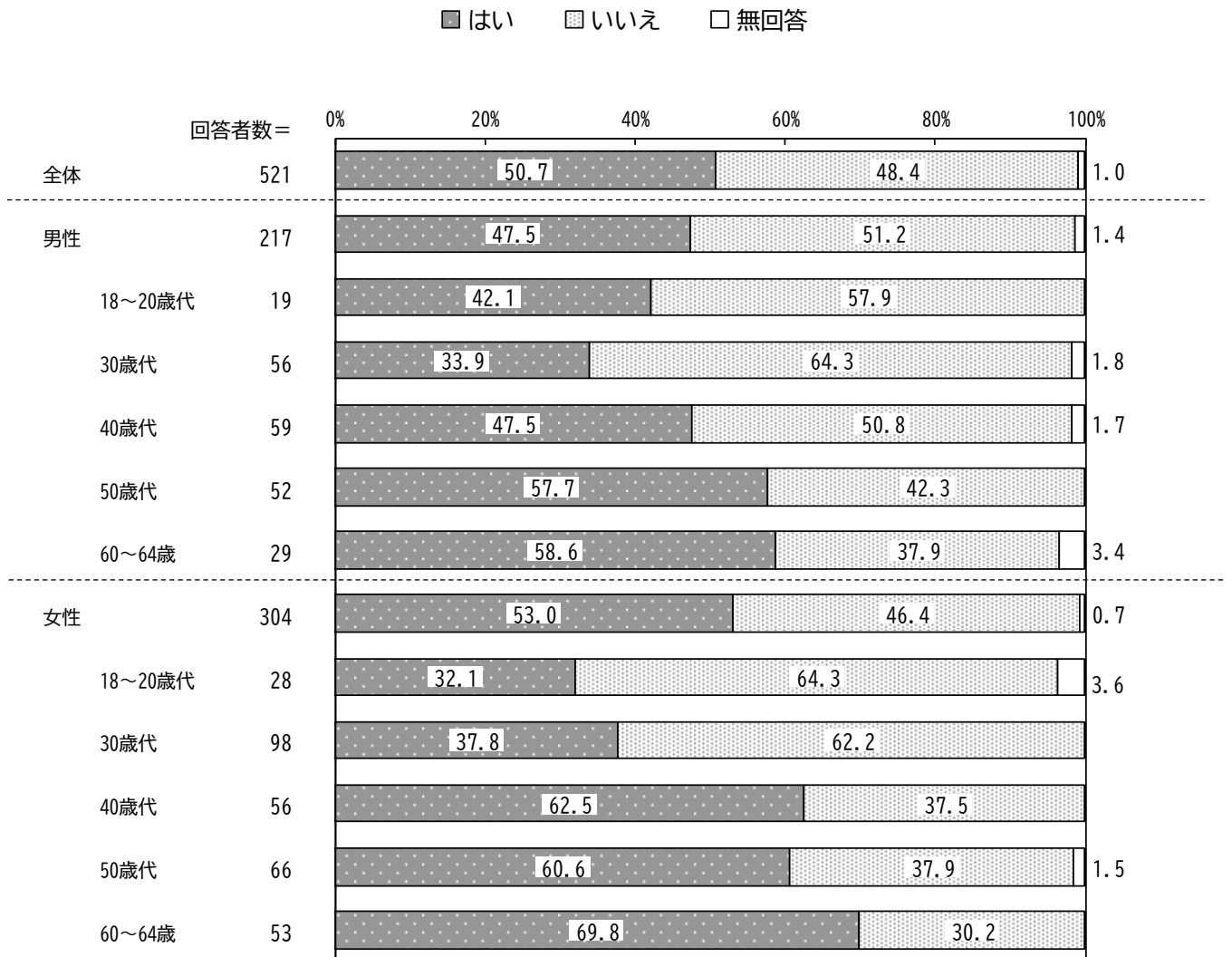
「はい」の割合が50.7%、「いいえ」の割合が48.4%となっています。

回答者数 = 521



【性・年齢別】

性・年齢別にみると、男性、女性とも40歳代以降で「はい」の割合が高くなっています。

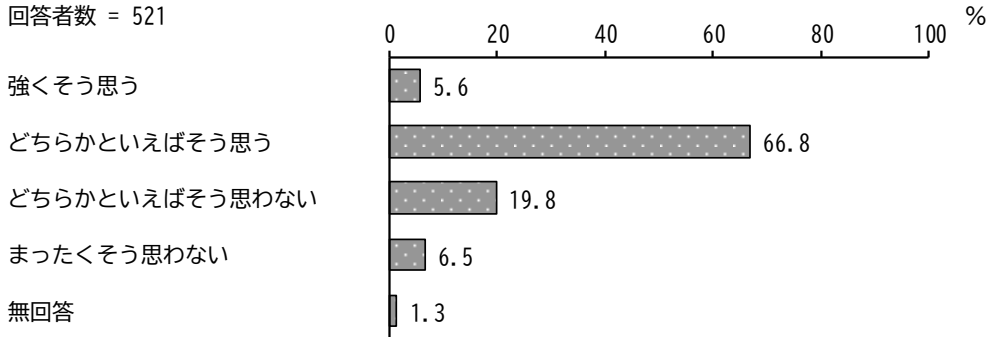


(10) お住まいの地域や活動について

62 お住まいの地域の人々は、お互いに助け合っていると思いますか

「どちらかといえばそう思う」の割合が 66.8%と最も高く、次いで「どちらかといえばそう思わない」の割合が 19.8%となっています。

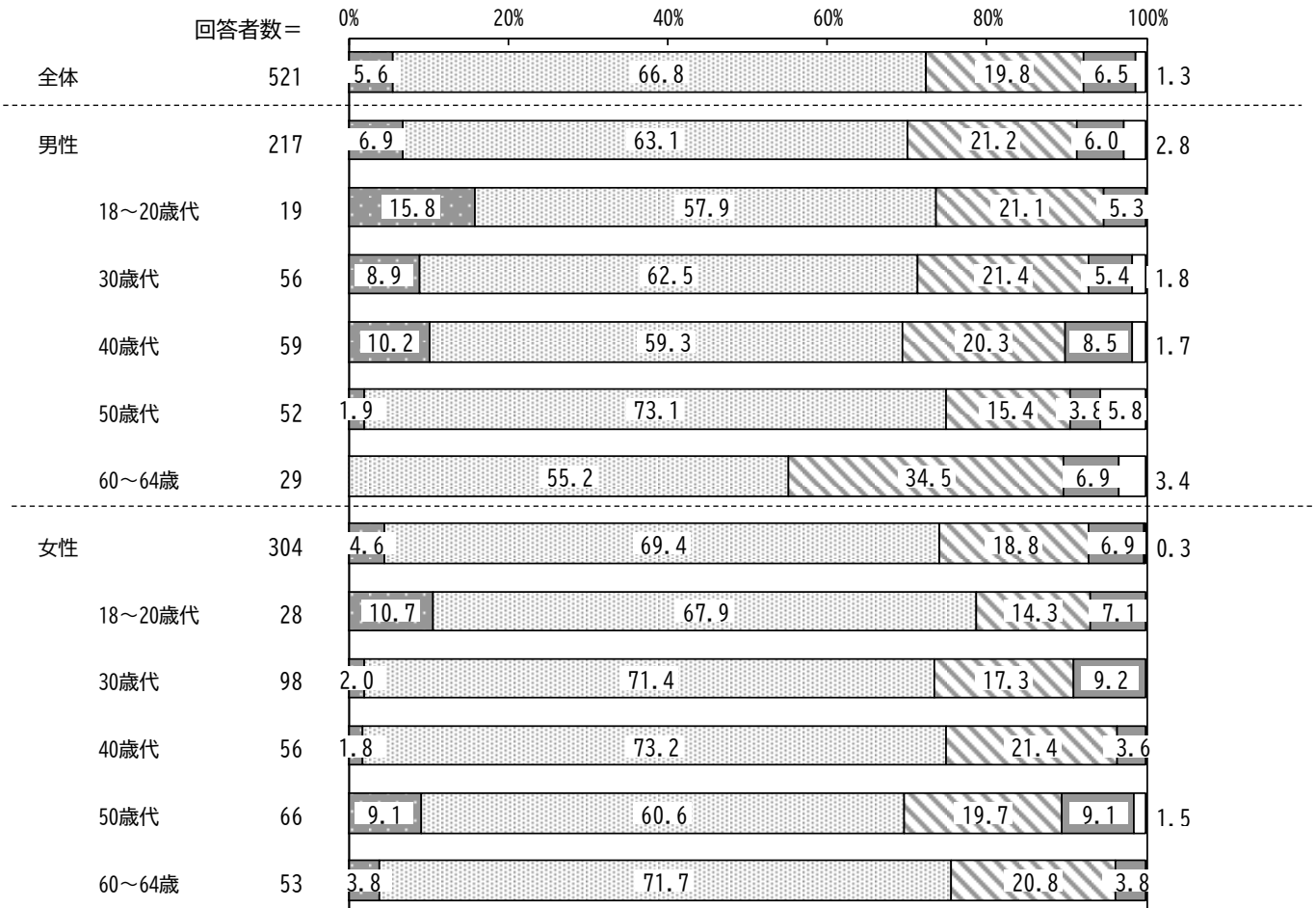
回答者数 = 521



【性・年齢別】

性・年齢別にみると、20歳代で「強くそう思う」の割合が、60～64歳の男性で「どちらかといえばそう思わない」の割合が高くなっています。

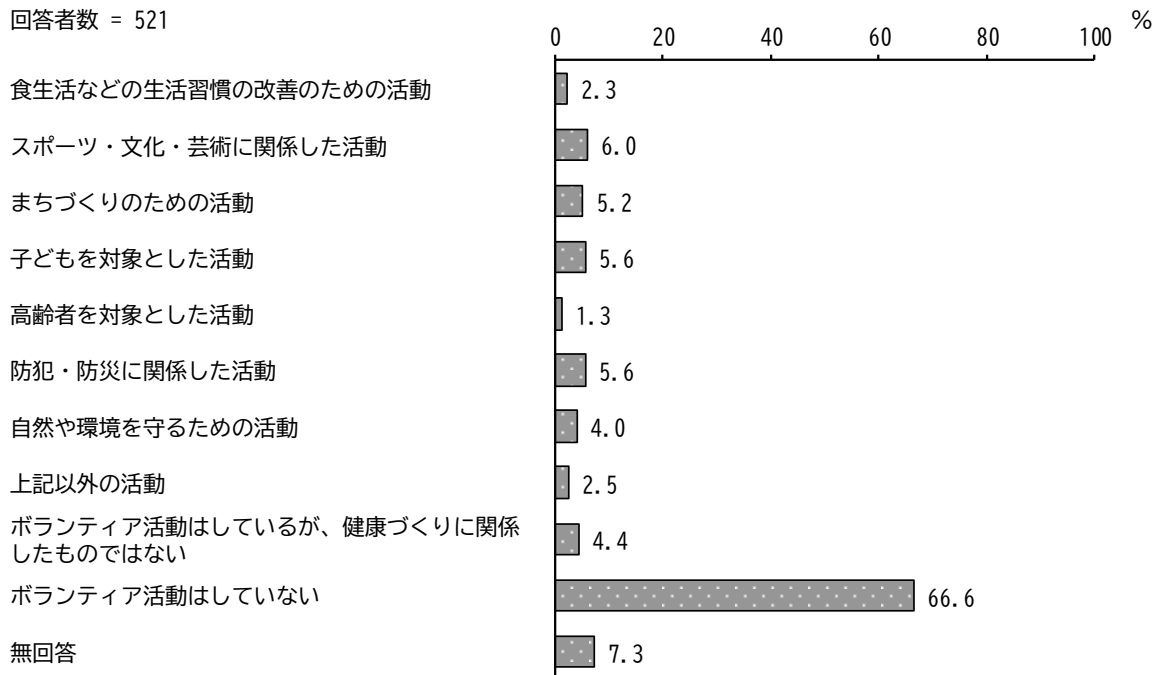
強くそう思う
 どちらかといえばそう思う
 どちらかといえばそう思わない
 まったくそう思わない
 無回答



63 この1年間に行ったボランティア活動（近隣の人への手助け・支援を含む）のうち、健康づくりに関係したものはありますか（あてはまるものすべてに○）

「ボランティア活動はしていない」の割合が66.6%と最も高くなっています。

回答者数 = 521



【性・年齢別】

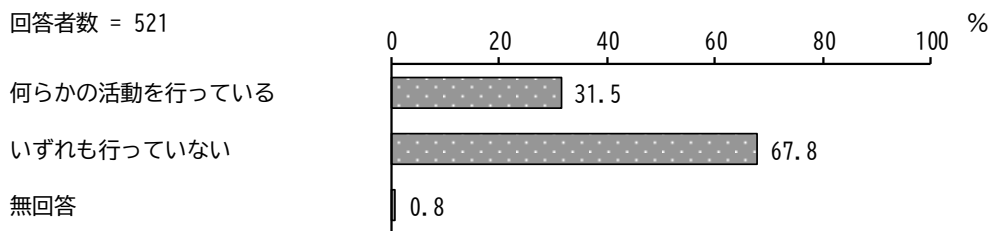
性・年齢別にみると、男性では「スポーツ・文化・芸術に関係した活動」が、女性では「子どもを対象とした活動」の割合が高くなっています。20歳代、30歳代で「ボランティア活動はしていない」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	回答者数(件)	食生活などの生活習慣の改善のための活動	スポーツ・文化・芸術に関係した活動	まちづくりのための活動	子どもを対象とした活動	高齢者を対象とした活動	防犯・防災に関係した活動	自然や環境を守るための活動	上記以外の活動	ボランティア活動はしているが、健康づくりに関係したものではない	ボランティア活動はしていない	無回答
全体	521	2.3	6.0	5.2	5.6	1.3	5.6	4.0	2.5	4.4	66.6	7.3
男性	217	1.4	9.2	6.0	4.1	0.5	6.9	5.1	3.2	3.7	67.7	5.1
18～19歳	4	—	—	—	—	—	—	—	25.0	—	75.0	—
20歳代	15	—	13.3	—	—	—	—	6.7	—	6.7	80.0	—
30歳代	56	1.8	12.5	5.4	3.6	—	8.9	3.6	—	5.4	73.2	3.6
40歳代	59	1.7	6.8	13.6	8.5	—	5.1	6.8	3.4	1.7	61.0	6.8
50歳代	52	—	7.7	1.9	1.9	—	1.9	5.8	5.8	3.8	73.1	5.8
60～64歳	29	3.4	10.3	3.4	3.4	3.4	17.2	—	3.4	3.4	55.2	6.9
女性	304	3.0	3.6	4.6	6.6	2.0	4.6	3.3	2.0	4.9	65.8	8.9
18～19歳	3	—	—	33.3	—	—	—	—	—	—	66.7	—
20歳代	25	—	—	4.0	4.0	—	—	—	—	4.0	88.0	—
30歳代	98	—	2.0	—	6.1	1.0	2.0	4.1	2.0	5.1	78.6	5.1
40歳代	56	5.4	1.8	1.8	12.5	1.8	3.6	1.8	—	3.6	62.5	10.7
50歳代	66	1.5	7.6	10.6	6.1	3.0	10.6	3.0	4.5	1.5	56.1	13.6
60～64歳	53	9.4	5.7	7.5	3.8	3.8	5.7	5.7	1.9	9.4	47.2	13.2

64 地域社会活動（自治会、地域行事など）、趣味やおけいこ事などを行っていますか

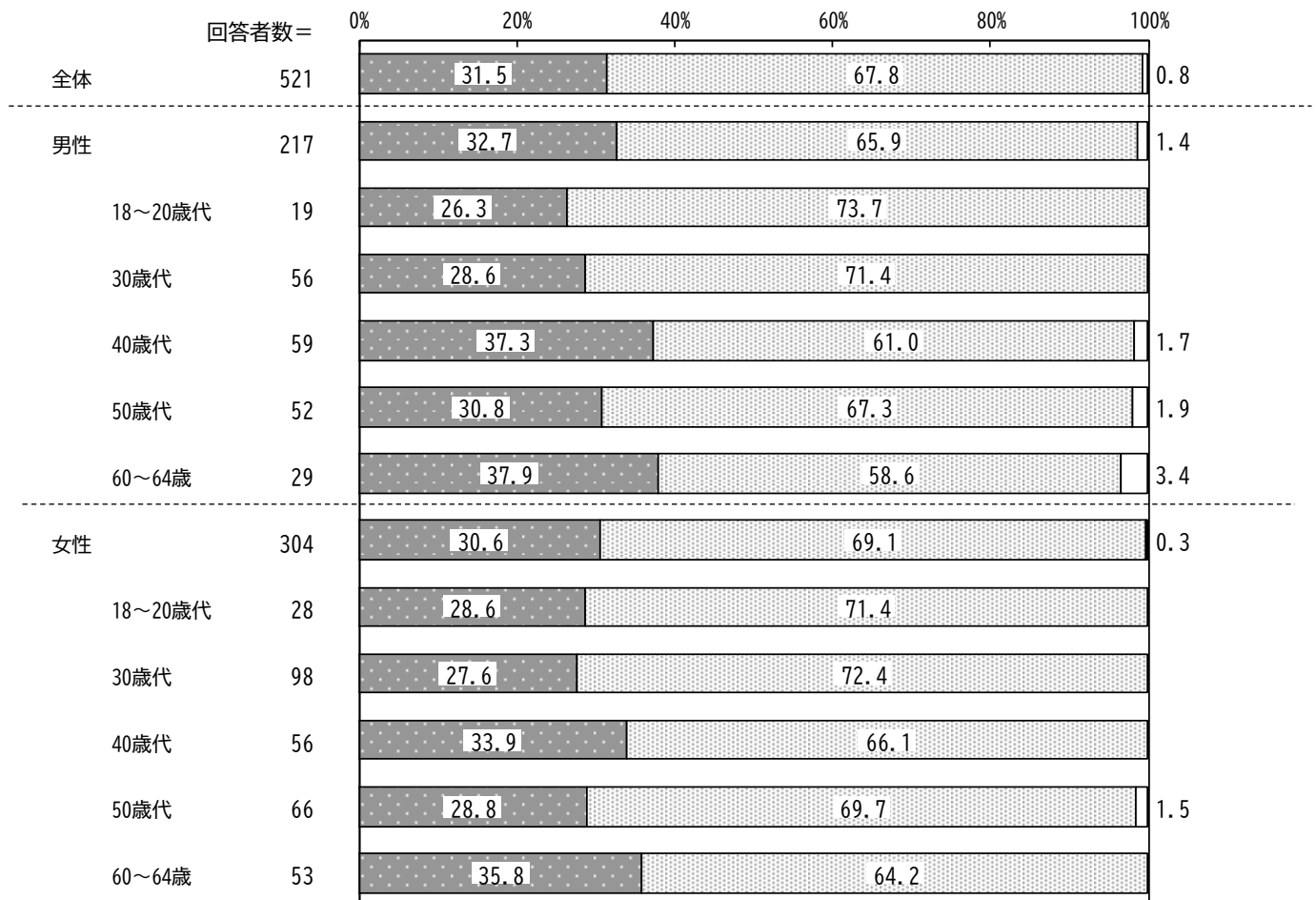
「何らかの活動を行っている」の割合が31.5%、「いずれも行っていない」の割合が67.8%となっています。



【性・年齢別】

性・年齢別にみると、他に比べ、20歳代の男性で「いずれも行っていない」の割合が、40歳代、60～64歳で「何らかの活動を行っている」の割合が高くなっています。

- 何らかの活動を行っている
- ▨ いずれも行っていない
- 無回答

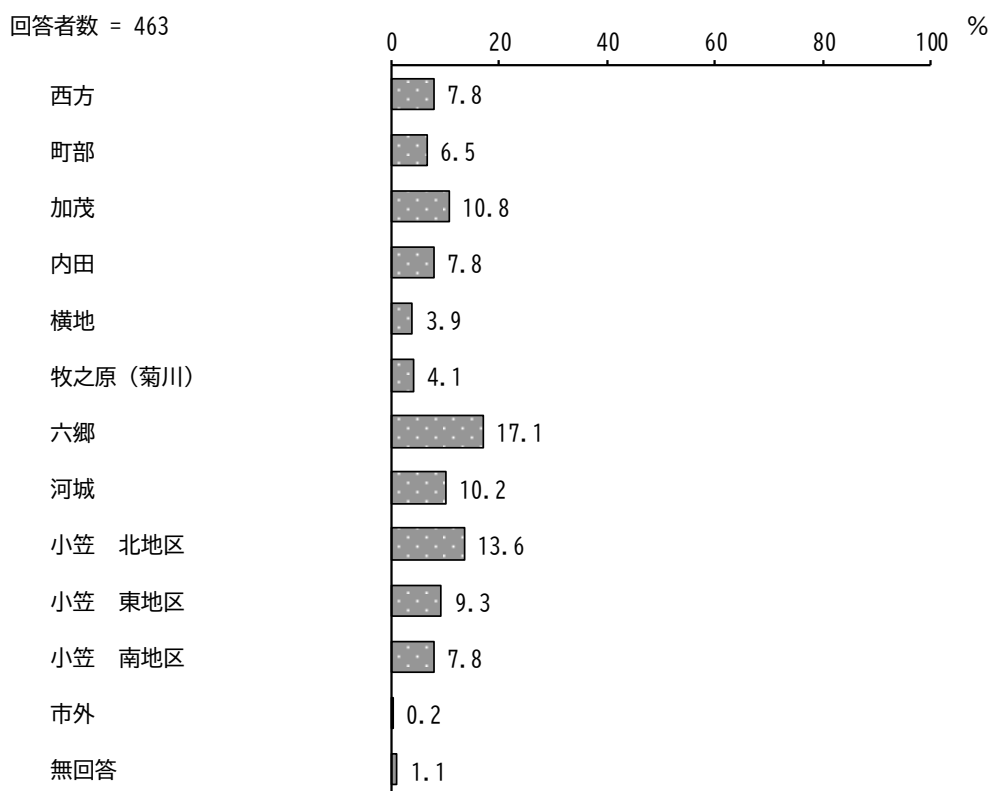


65 歳以上

(1) 回答者属性

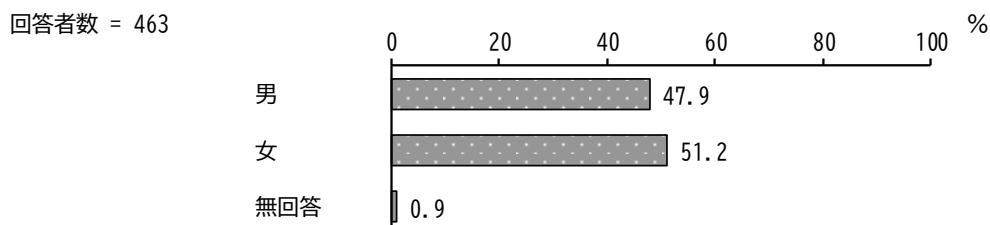
1 お住まいの地区は

「六郷」の割合が 17.1%と最も高く、次いで「小笠 北地区」の割合が 13.6%、「加茂」の割合が 10.8%となっています。



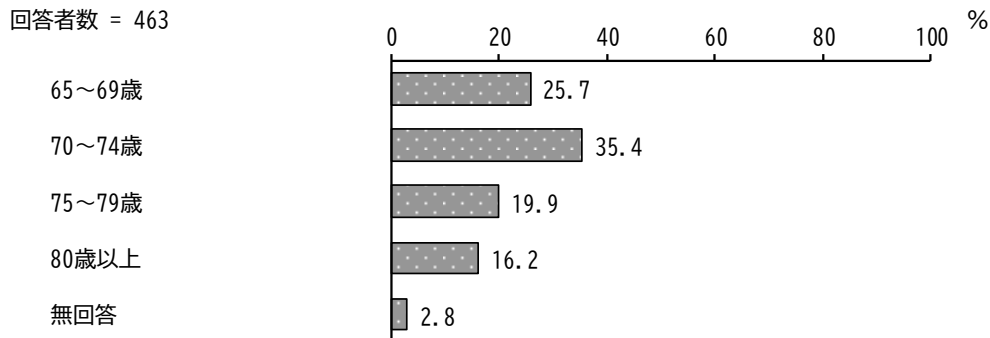
2 性別は

「男」の割合が 47.9%、「女」の割合が 51.2%となっています。



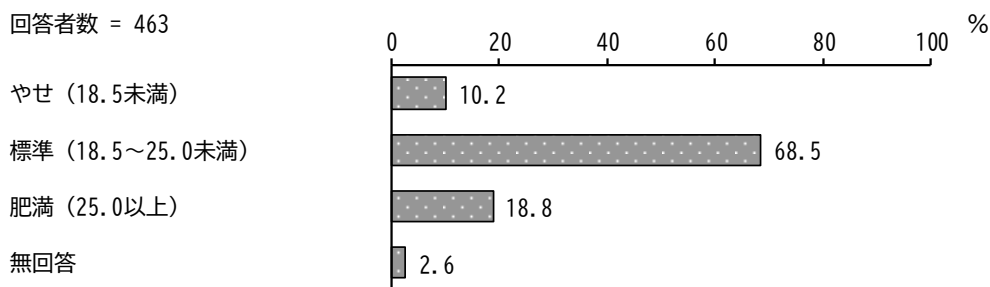
3 令和4年4月1日時点の年齢をご記入ください

「70～74歳」の割合が35.4%と最も高く、次いで「65～69歳」の割合が25.7%、「75～79歳」の割合が19.9%となっています。



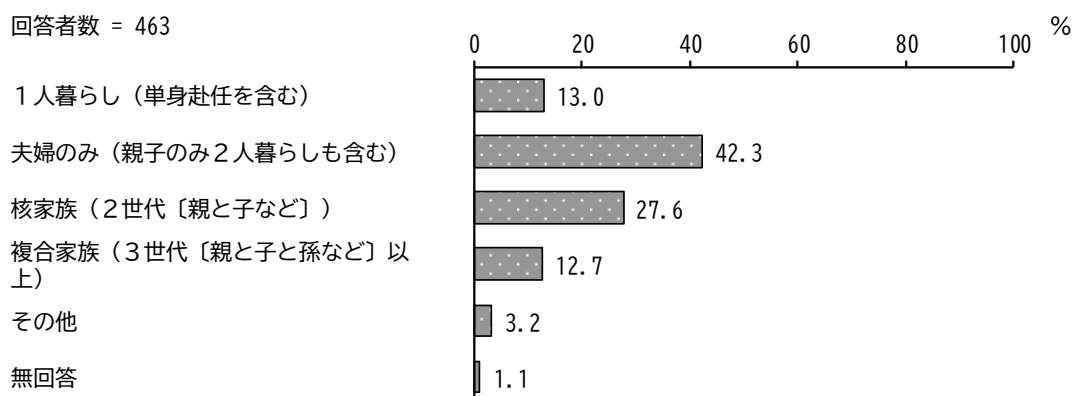
4 BMI

「標準（18.5～25.0未満）」の割合が68.5%と最も高く、次いで「肥満（25.0以上）」の割合が18.8%、「やせ（18.5未満）」の割合が10.2%となっています。



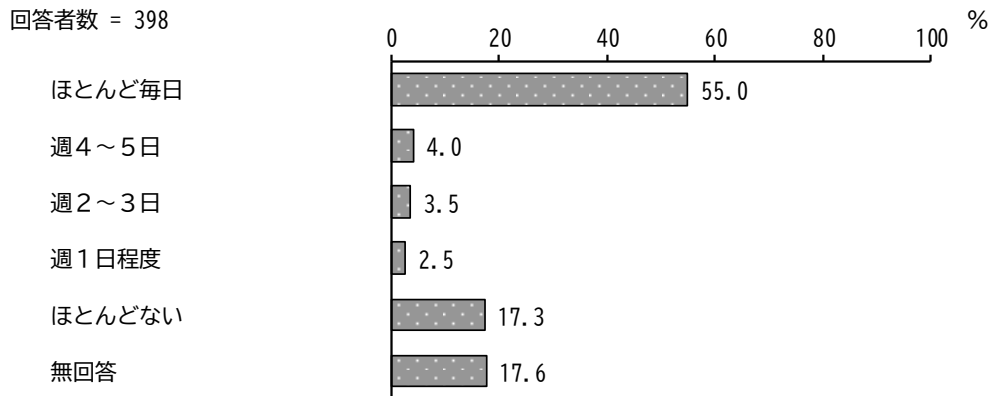
5 家族構成はどれに当たりますか

「夫婦のみ（親子のみ2人暮らしも含む）」の割合が42.3%と最も高く、次いで「核家族（2世代〔親と子など〕）」の割合が27.6%、「1人暮らし（単身赴任を含む）」の割合が13.0%となっています。



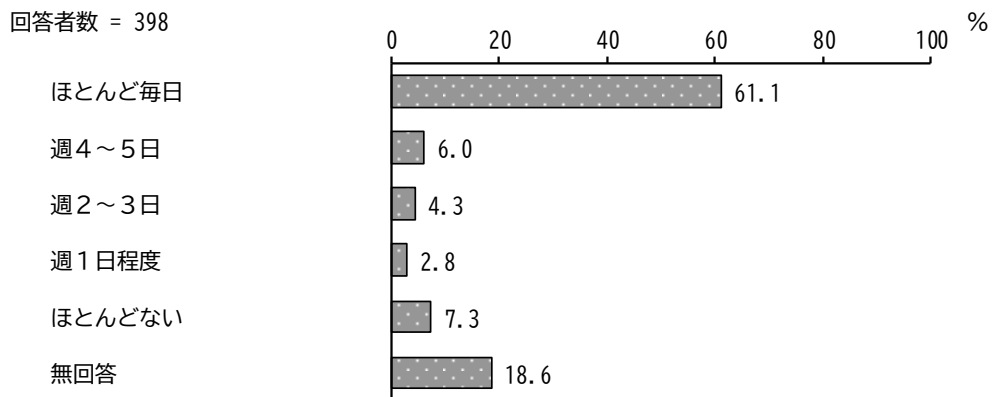
6 家族と同居している方にお尋ねします
朝食を家族と一緒に食べることはどれくらいありますか

「ほとんど毎日」の割合が 55.0%と最も高く、次いで「ほとんどない」の割合が 17.3%となっています。



7 家族と同居している方にお尋ねします
夕食を家族と一緒に食べることはどれくらいありますか

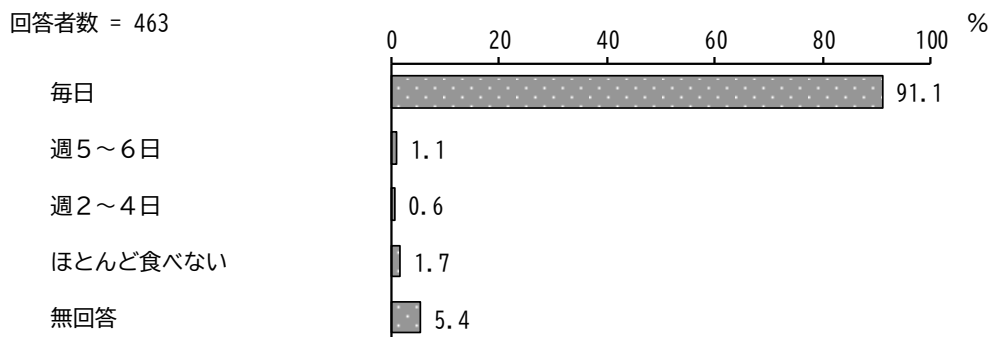
「ほとんど毎日」の割合が 61.1%と最も高くなっています。



(2) 食生活について

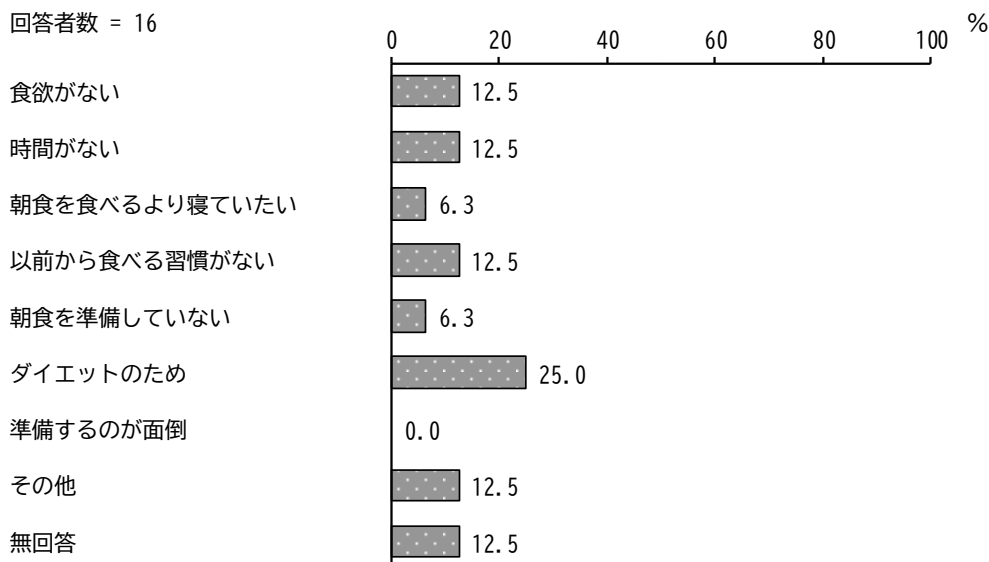
8 朝食を食べますか

「毎日」の割合が91.1%と最も高くなっています。



9 問8で「週5~6日」「週2~4日」「ほとんど食べない」と回答の方にお尋ねします 食べない理由は何ですか (○は1つ)

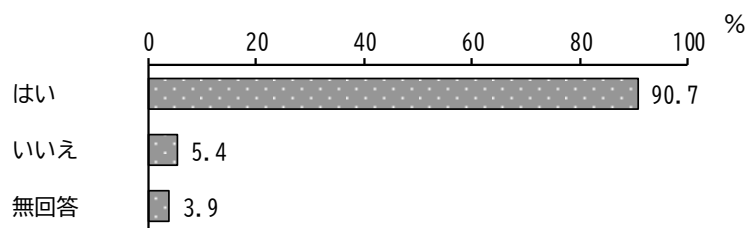
「ダイエットのため」の割合が25.0%と最も高く、次いで「食欲がない」、「時間がない」、「以前から食べる習慣がない」の割合が12.5%となっています。



10 1日3回食事を食べますか

「はい」の割合が90.7%、「いいえ」の割合が5.4%となっています。

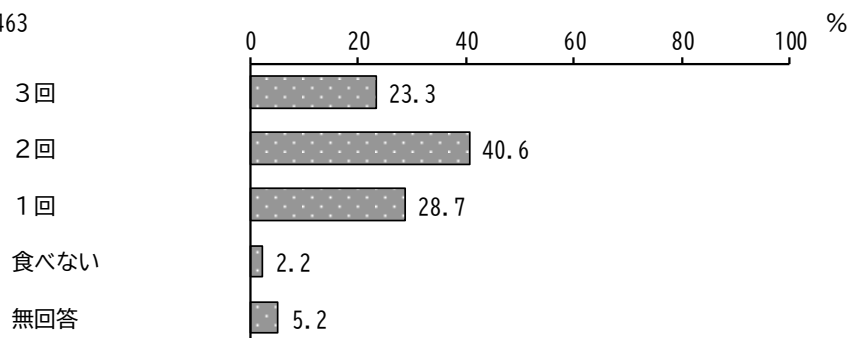
回答者数 = 463



11 1日に肉又は卵、魚などを何回食べますか

「2回」の割合が40.6%と最も高く、次いで「1回」の割合が28.7%、「3回」の割合が23.3%となっています。

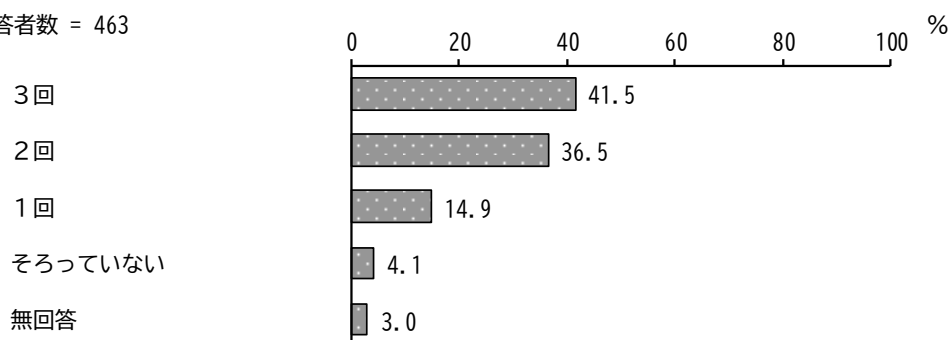
回答者数 = 463



12 主食・主菜・副菜がそろっている食事は、1日何回ですか（休日など家で食べる日）

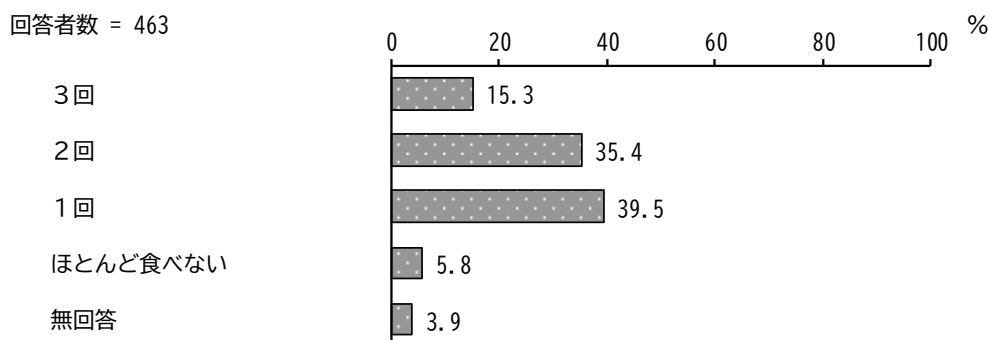
「3回」の割合が41.5%と最も高く、次いで「2回」の割合が36.5%、「1回」の割合が14.9%となっています。

回答者数 = 463



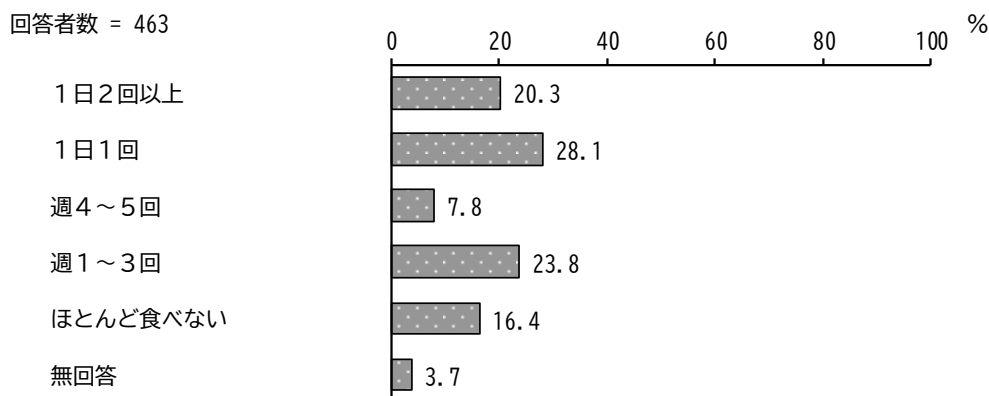
13 野菜を1皿以上食べる食事は、1日に何回ですか(休日など家で食べる日)

「1回」の割合が39.5%と最も高く、次いで「2回」の割合が35.4%、「3回」の割合が15.3%となっています。



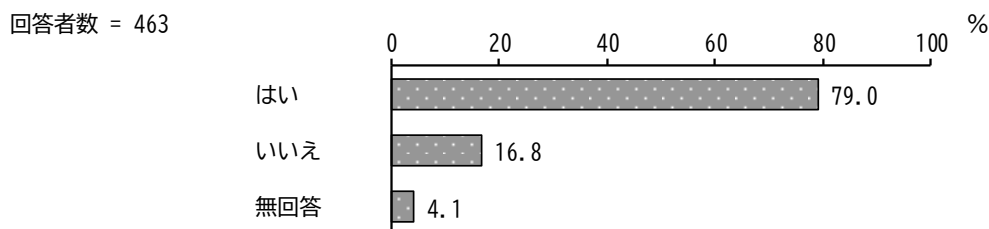
14 漬け物・つくだ煮・塩辛などを食べますか

「1日1回」の割合が28.1%と最も高く、次いで「週1～3回」の割合が23.8%、「1日2回以上」の割合が20.3%となっています。



15 塩分のとりすぎに気をつけていますか

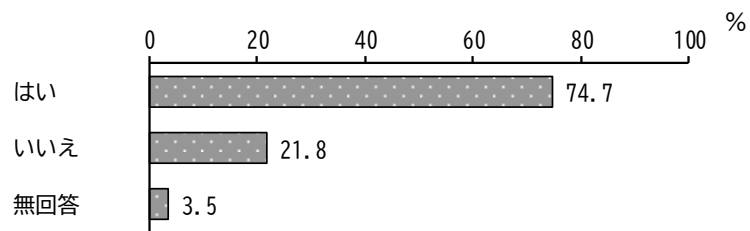
「はい」の割合が79.0%、「いいえ」の割合が16.8%となっています。



16 脂肪のとりすぎに気をつけていますか

「はい」の割合が74.7%、「いいえ」の割合が21.8%となっています。

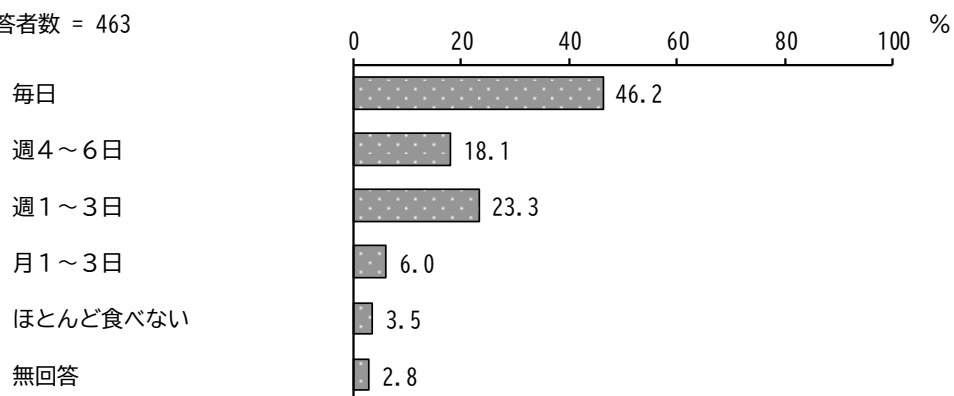
回答者数 = 463



17 果物を食べますか

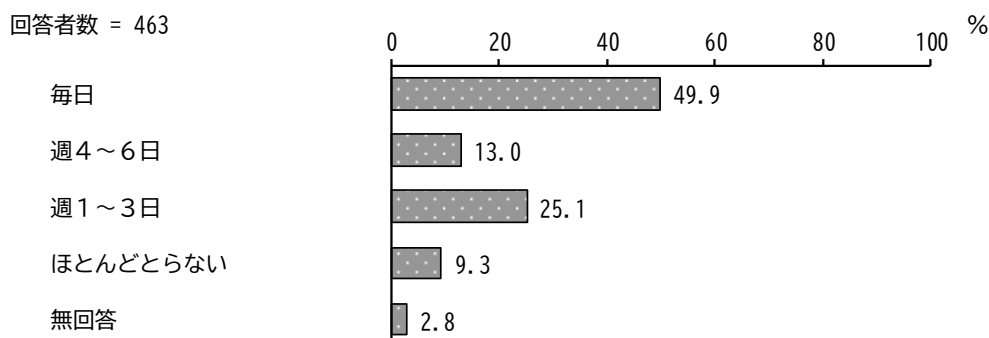
「毎日」の割合が46.2%と最も高く、次いで「週1～3日」の割合が23.3%、「週4～6日」の割合が18.1%となっています。

回答者数 = 463



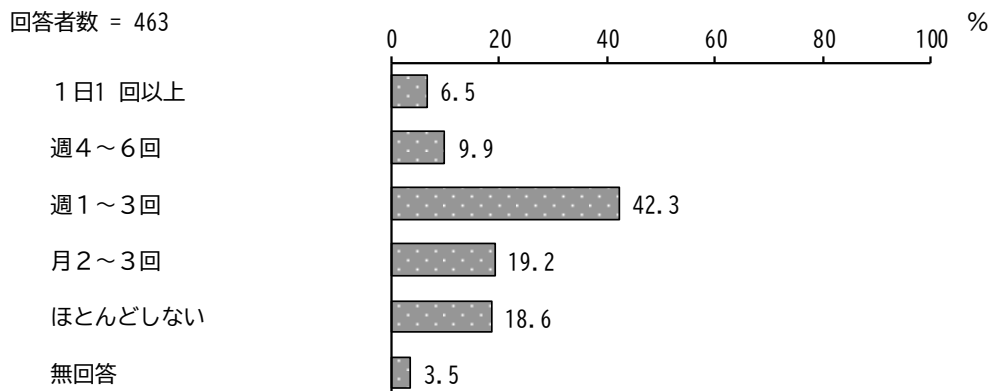
18 牛乳・乳製品をとりますか

「毎日」の割合が 49.9%と最も高く、次いで「週1～3日」の割合が 25.1%、「週4～6日」の割合が 13.0%となっています。



19 店で買った調理済み食をどれくらい利用しますか

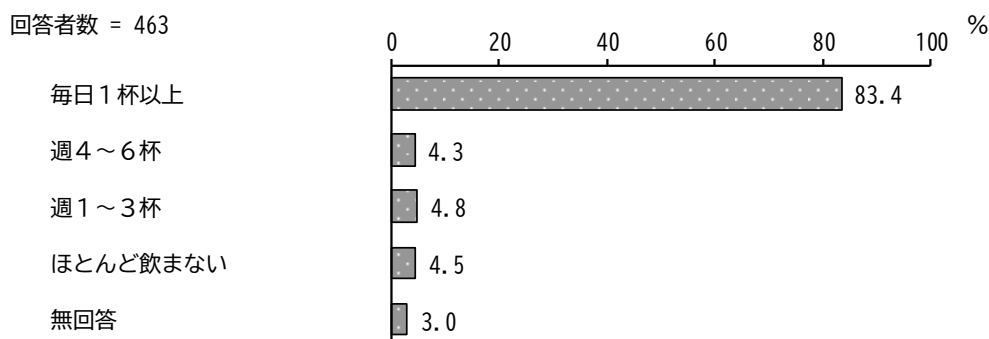
「週1～3回」の割合が 42.3%と最も高く、次いで「月2～3回」の割合が 19.2%、「ほとんどしない」の割合が 18.6%となっています。



(3) お茶をどれくらい飲むかについて

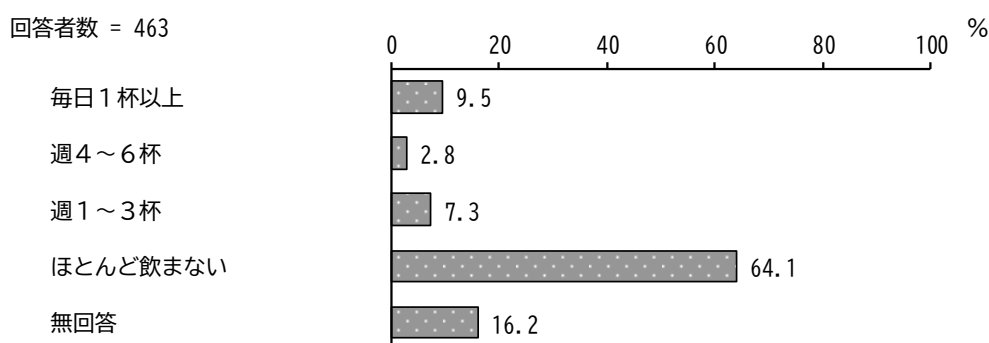
20 緑茶（お茶の葉から浸出するもの）

「毎日1杯以上」の割合が83.4%と最も高くなっています。



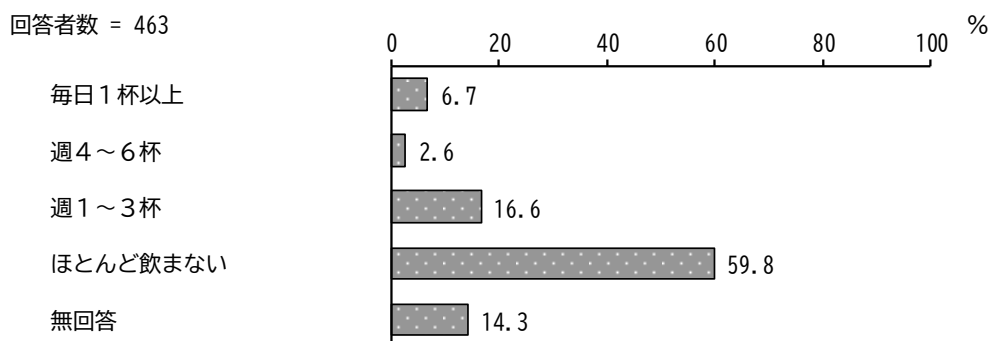
21 水出し緑茶

「ほとんど飲まない」の割合が64.1%と最も高くなっています。



22 缶、ペットボトル入りの緑茶

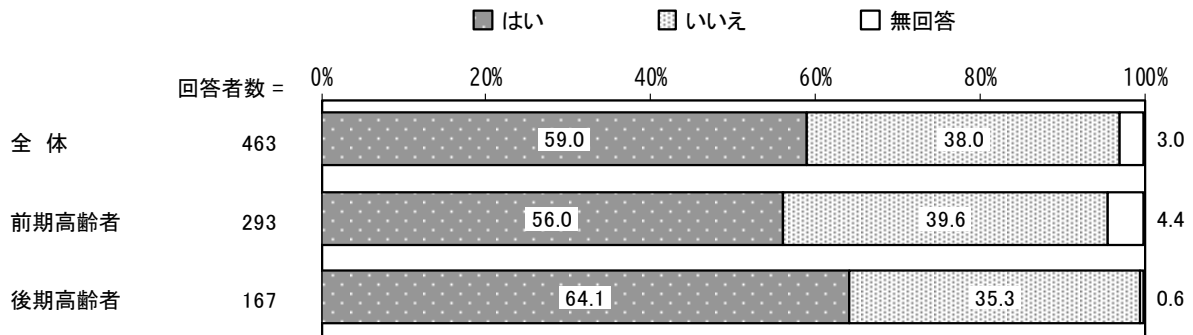
「ほとんど飲まない」の割合が59.8%と最も高く、次いで「週1~3杯」の割合が16.6%となっています。



(4) 運動や外出について

23 普段運動をしていますか

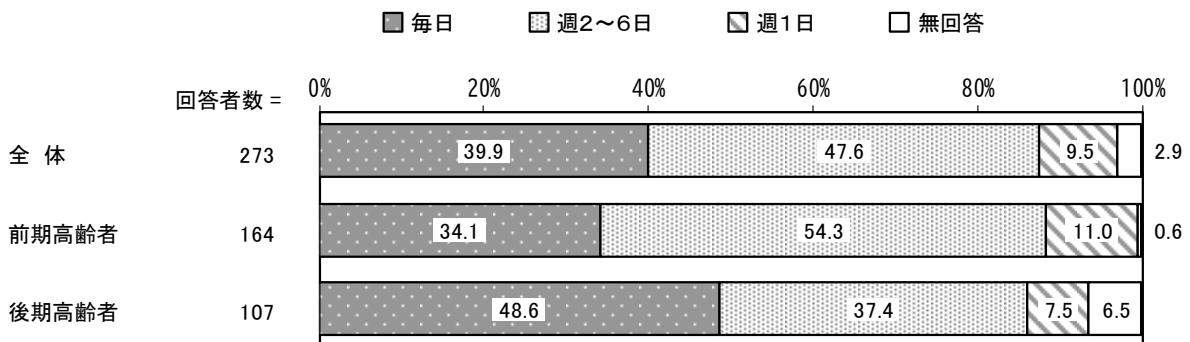
「はい」の割合は59.0%となっています。前期高齢者・後期高齢者別にみると、前期高齢者に比べ、後期高齢者で「はい」の割合が高くなっています。



24 問23で「はい」と回答の方にお尋ねします

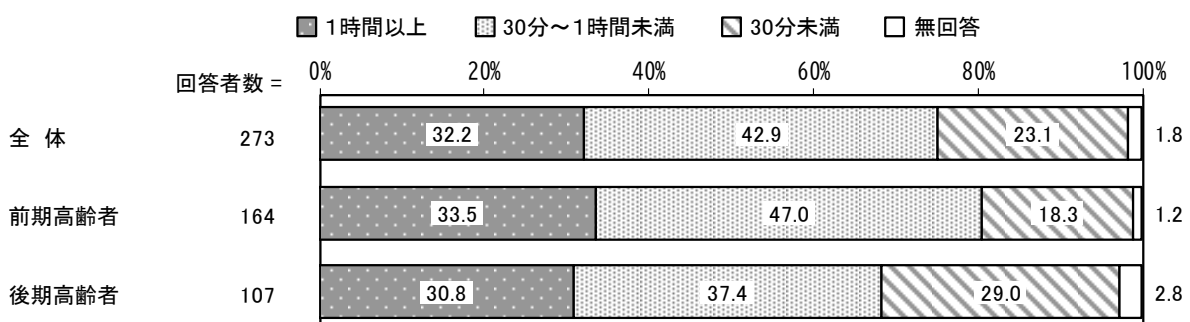
週何日運動していますか

「毎日」の割合は39.9%で、「週2～6日」の割合が47.6%で最も多くなっています。前期高齢者・後期高齢者別にみると、後期高齢者で「毎日」の割合が、前期高齢者で「週2～6日」の割合が高くなっています。



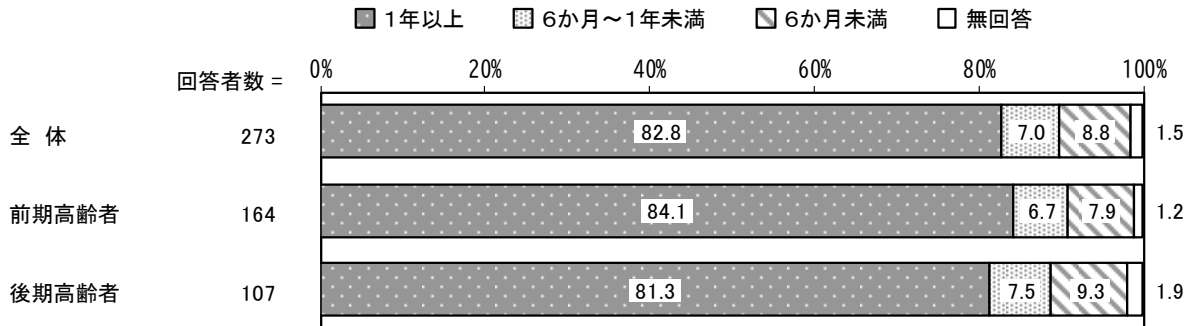
25 1回あたりの運動時間はどれくらいですか

前期高齢者・後期高齢者別にみると、前期高齢者に比べ、後期高齢者で「30分未満」の割合が高くなっています。



26 その運動は、どれくらいの期間続けていますか

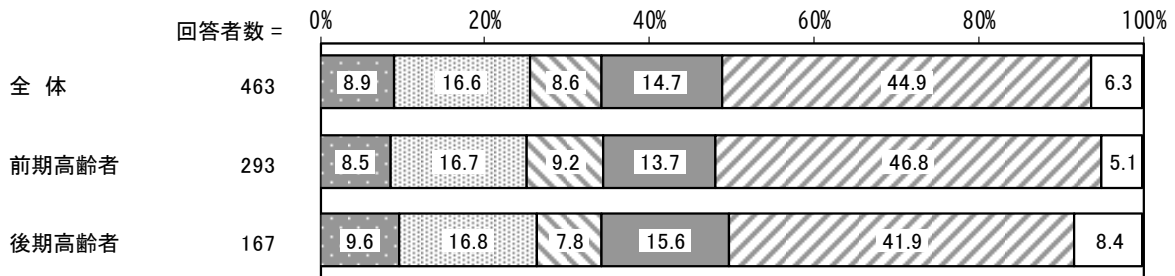
「1年以上」の割合が最も多く 82.8%となっています。前期高齢者・後期高齢者別にみると、大きな差はみられません。



27 「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)」を知っていますか (○は1つ)

前期高齢者・後期高齢者別にみると、大きな差はみられません。

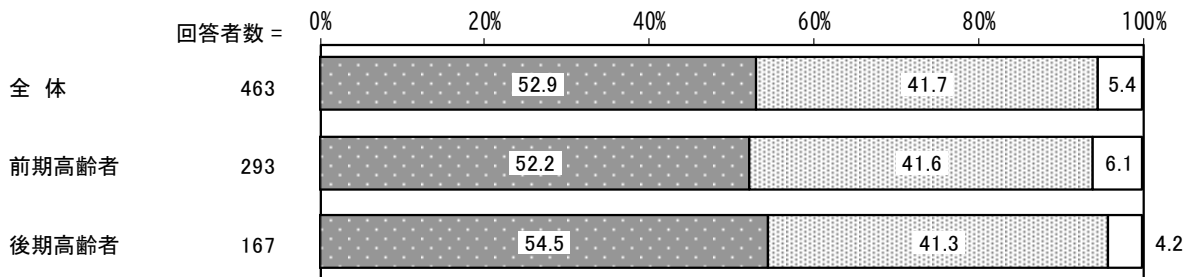
- 言葉も意味もよく知っている
- ▨ 言葉は知っていて、意味も大体知っている
- ▧ 言葉は知っているが、意味はあまり知らない
- 言葉は聞いたことがあるが、意味は知らない
- ▧ 知らない(今回、初めて聞いた)
- 無回答



28 現在、足や腰に痛みがありますか

「はい」の割合は 52.9%となっています。前期高齢者・後期高齢者別にみると、大きな差はみられません。

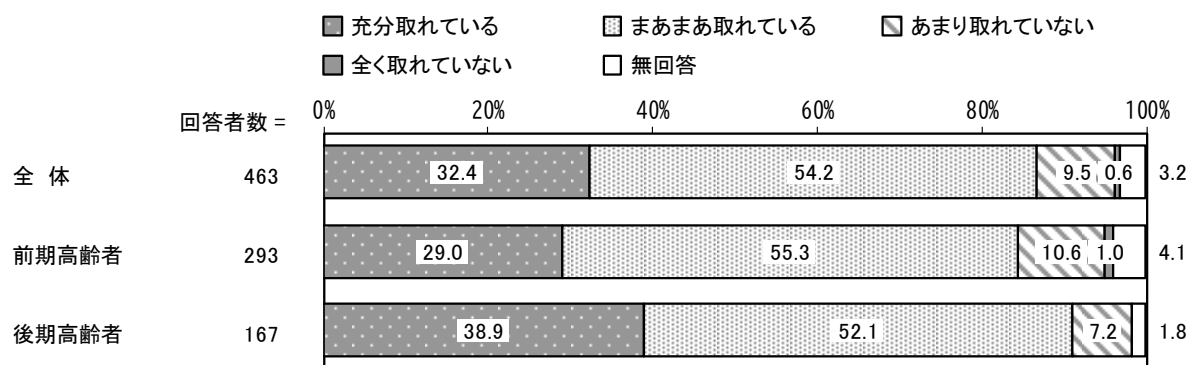
- はい
- ▨ いいえ
- 無回答



(5) 休養・睡眠やストレスなどについて

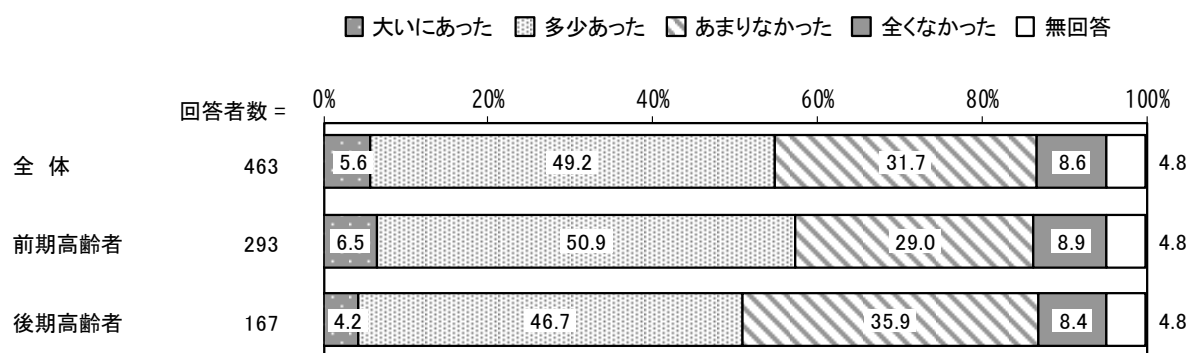
29 この1か月睡眠によって休養が充分取れていますか

「まあまあ取れている」の割合が最も多く 54.2%となっています。前期高齢者に比べ、後期高齢者で「充分取れている」の割合が高くなっています。



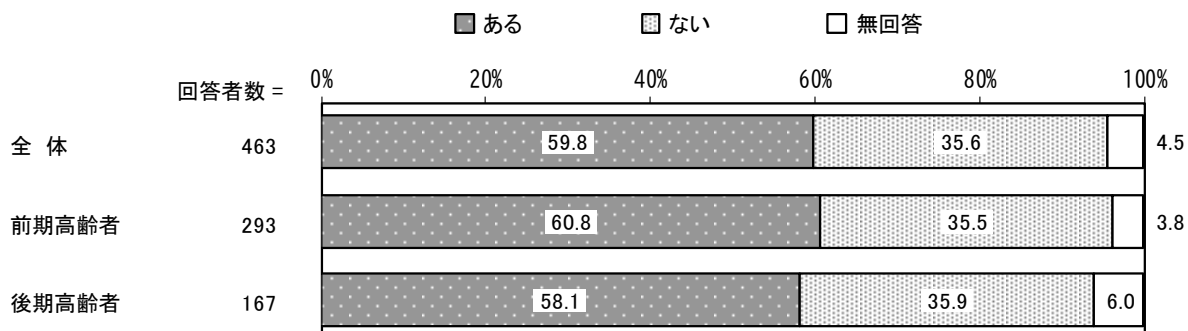
30 この1か月ストレスを感じることはありましたか

「多少あった」の割合が最も多く、49.2%となっています。前期高齢者・後期高齢者別にみると、大きな差はみられません。



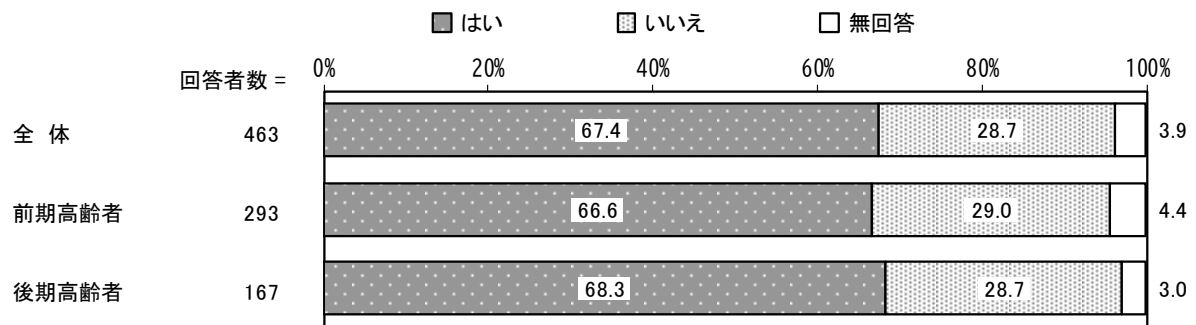
31 自分なりのストレス解消方法がありますか

自分なりのストレス解消方法が「ある」の割合は 59.8%である。前期高齢者・後期高齢者別にみると、大きな差はみられません。



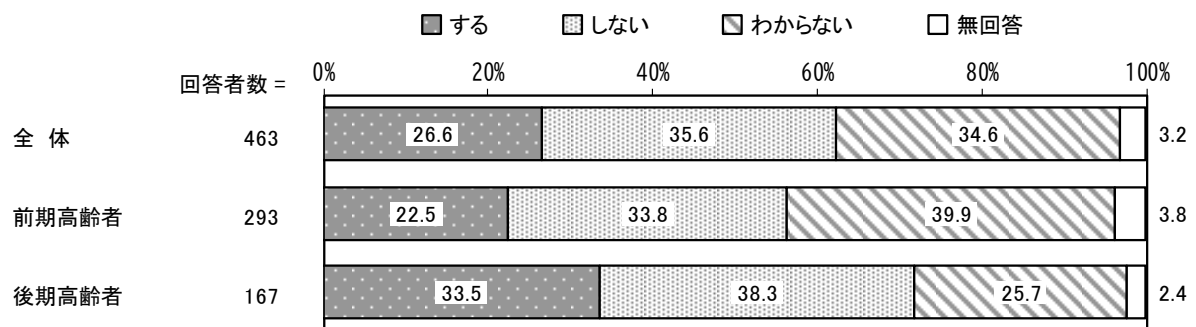
32 悩みや不安を相談できる人や場所がありますか

「はい」の割合が67.4%となっています。前期高齢者・後期高齢者別にみると、大きな差はみられません。



33 心の健康状態に不安を感じた時、医療機関を受診しますか

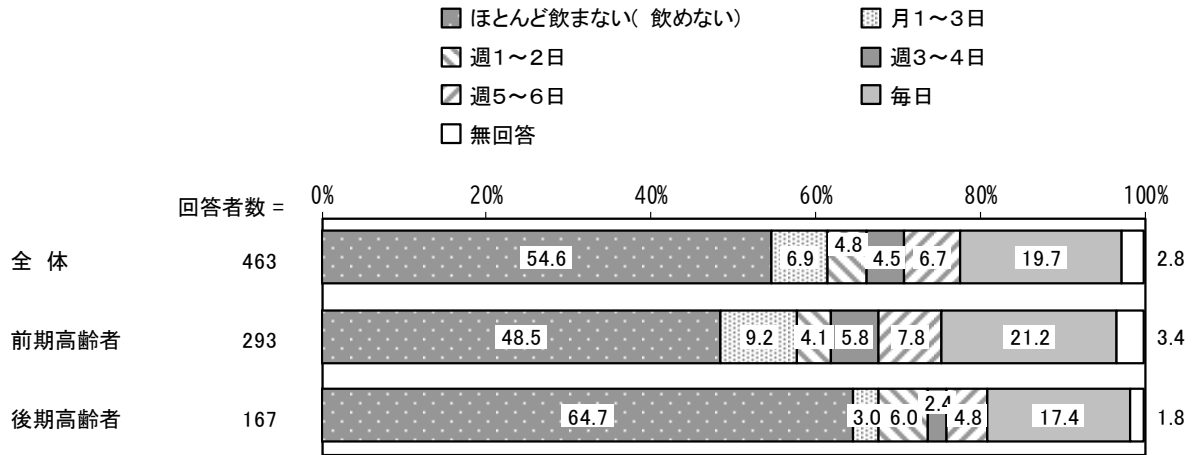
「しない」の割合が35.6%、「わからない」の割合が34.6%となっています。前期高齢者・後期高齢者別にみると、後期高齢者で「する」の割合が、前期高齢者で「わからない」の割合が高くなっています。



(6) 飲酒について

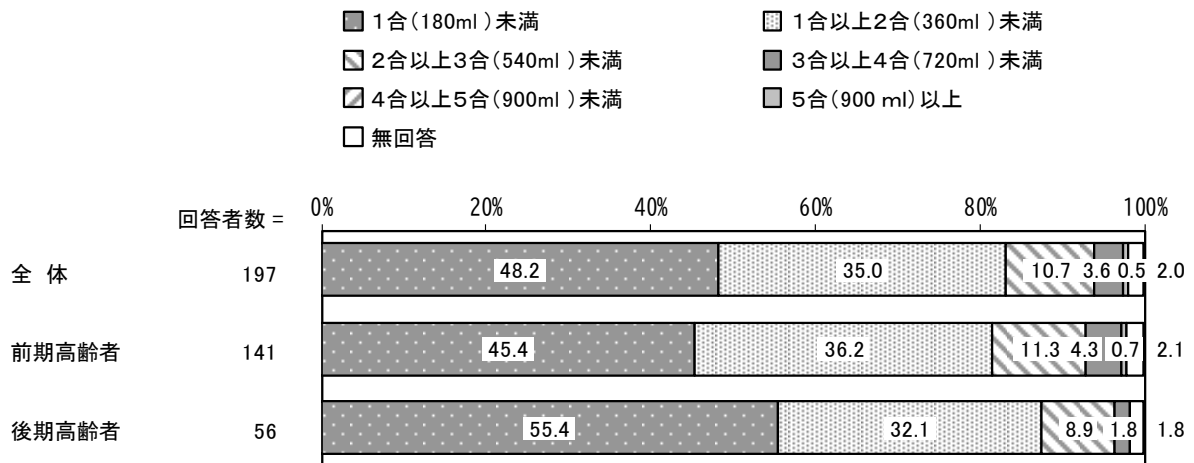
34 アルコール（酒類）を飲みますか。頻度をお答えください

「ほとんど飲まない（飲めない）」の割合が54.6%で最も多くなっています。前期高齢者・後期高齢者別にみると、後期高齢者で「ほとんど飲まない（飲めない）」の割合が高くなっています。



35 問34で「月1~3日」「週1~2日」「週3~4日」「週5~6日」「毎日」と回答の方にお尋ねします お酒を飲む日は1日あたり、どれくらい飲みますか。

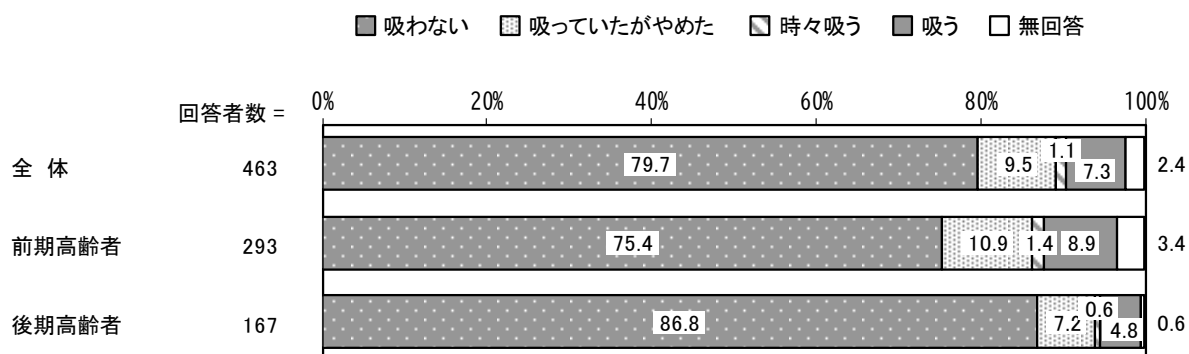
「1合未満」の割合が48.2%、「1合以上2合未満」の割合が35.0%となっています。前期高齢者・後期高齢者別にみると、後期高齢者で「1合（180ml）未満」の割合が高くなっています。



(7) タバコについて

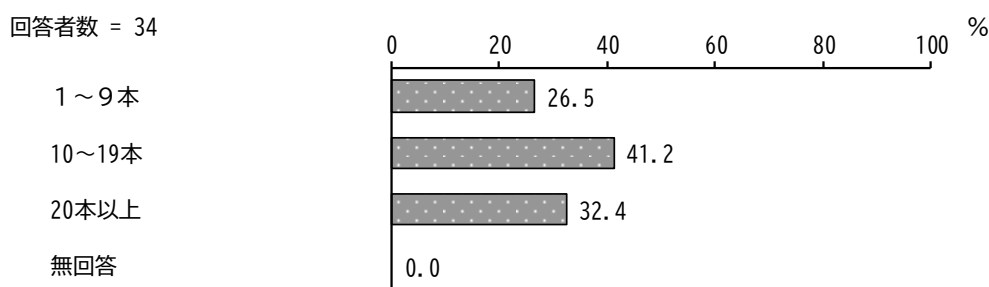
36 タバコを吸いますか

「吸わない」の割合が79.7%となっています。前期高齢者・後期高齢者別にみると、後期高齢者で「吸わない」の割合が高くなっています。



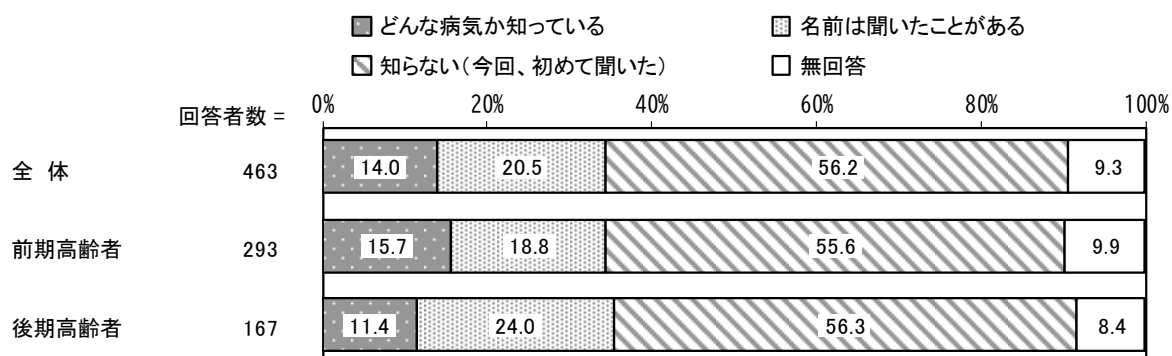
【一日平均】

「10～19本」の割合が41.2%と最も高く、次いで「20本以上」の割合が32.4%、「1～9本」の割合が26.5%となっています。



37 あなたは、「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」という病気を知っていますか（○は1つ）

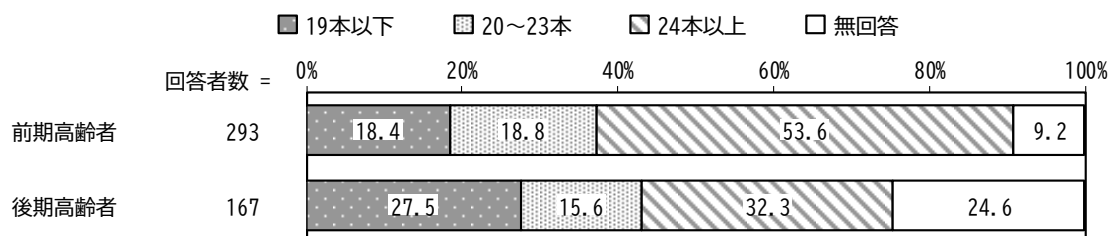
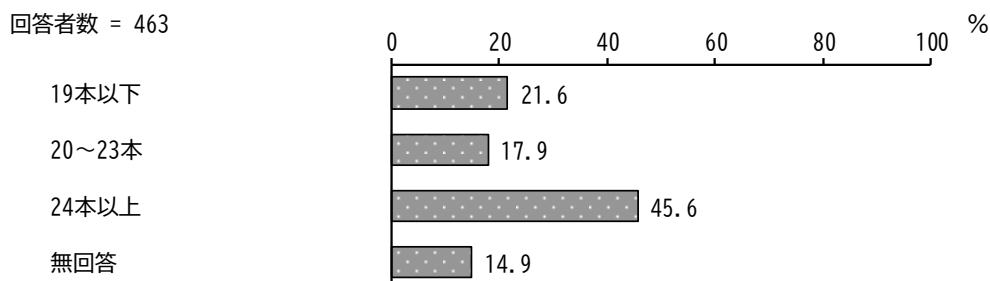
「知らない（今回、初めて聞いた）」の割合が56.2%と最も多くなっています。前期高齢者・後期高齢者別にみると、大きな差はみられません。



(8) 歯の健康について

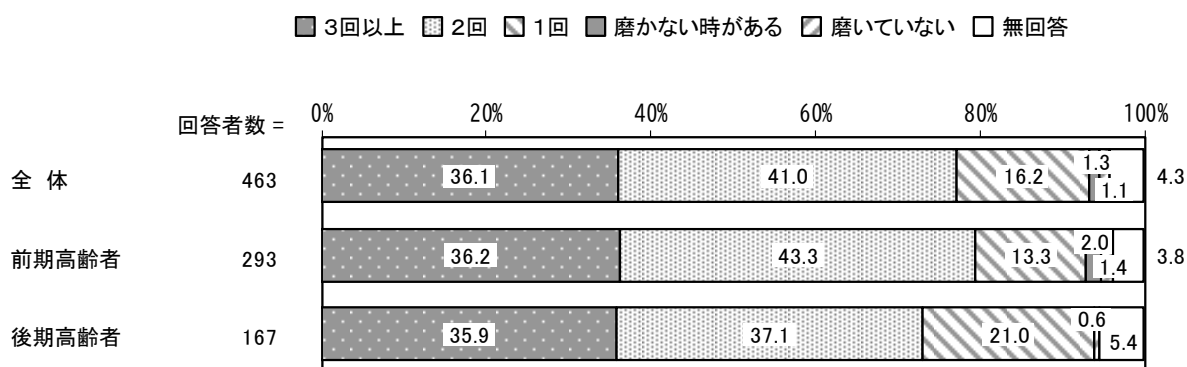
38 現在の歯の本数を教えてください

「24本以上」の割合が最も多く45.6%となっています。前期高齢者・後期高齢者別にみると、前期高齢者で「24本以上」の割合が、後期高齢者で「19本以下」の割合が高くなっています。



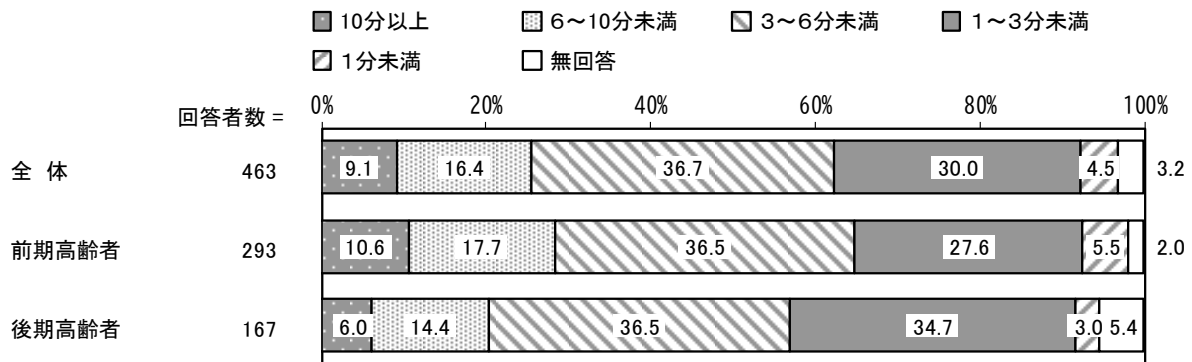
39 1日に歯や入れ歯を磨く回数はどれくらいですか

「2回」の割合が41.0%、「3回以上」の割合が36.1%となっています。前期高齢者・後期高齢者別にみると、大きな差はみられません。



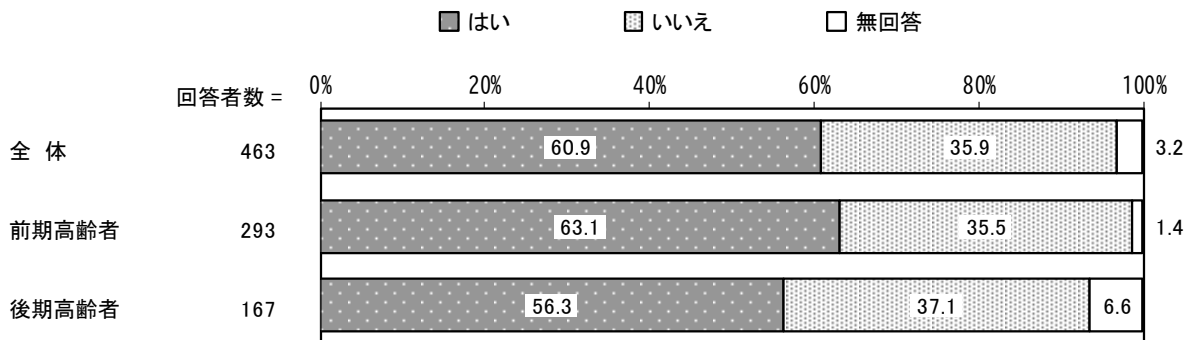
40 1日のうち1番ていねいに歯をみがく時間は何分位ですか

「3～6分未満」の割合が36.7%、「1～3分未満」の割合が30.0%と多くなっています。前期高齢者・後期高齢者別にみると、大きな差はみられません。



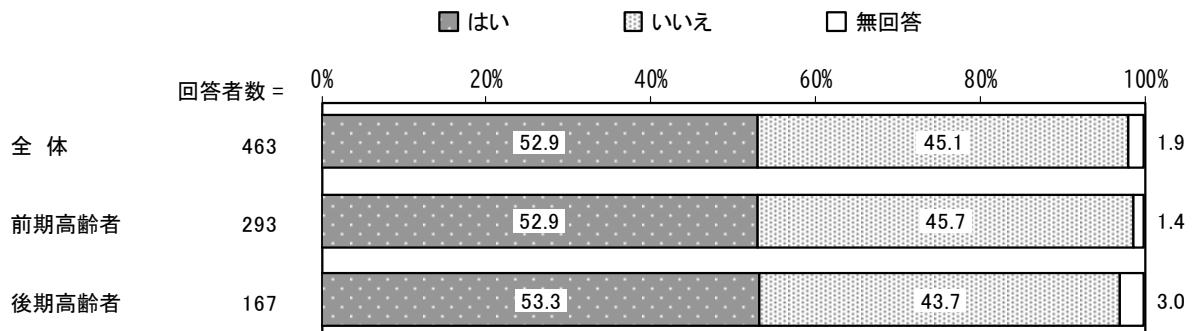
41 歯間ブラシや糸ようじ（デンタルフロス）を使っていますか

「はい」の割合が60.9%と多くなっています。前期高齢者・後期高齢者別にみると、大きな差はみられません。



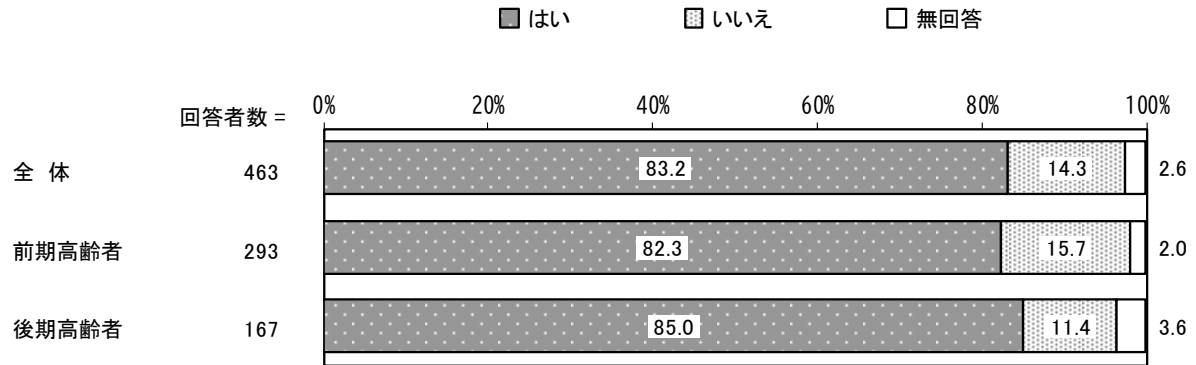
42 予防のために1年に1回以上定期的な歯の健診を受けていますか

「はい」の割合が52.9%となっています。前期高齢者・後期高齢者別にみると、大きな差はみられません。



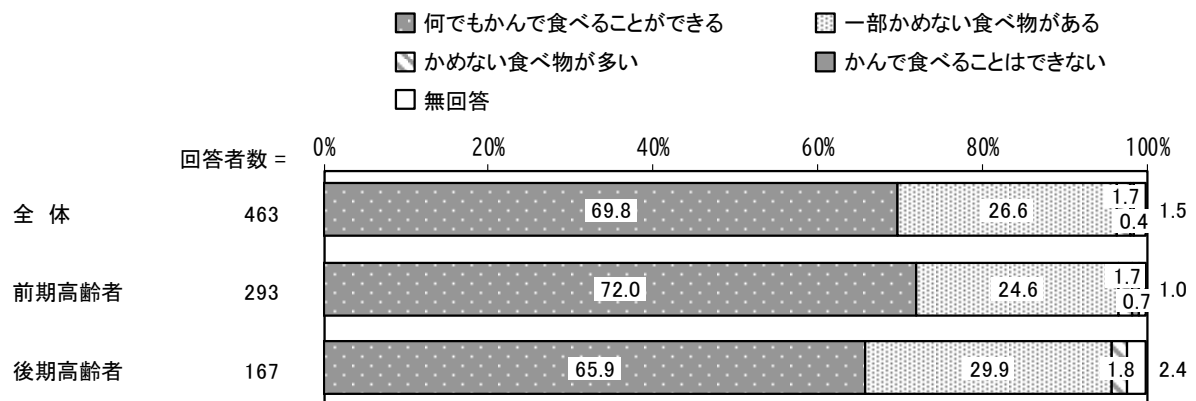
43 かかりつけ歯科医院はありますか

「はい」の割合が83.2%で8割をこえています。前期高齢者・後期高齢者別にみると、大きな差はみられません。



44 かねで食べる時の状態はいかがですか

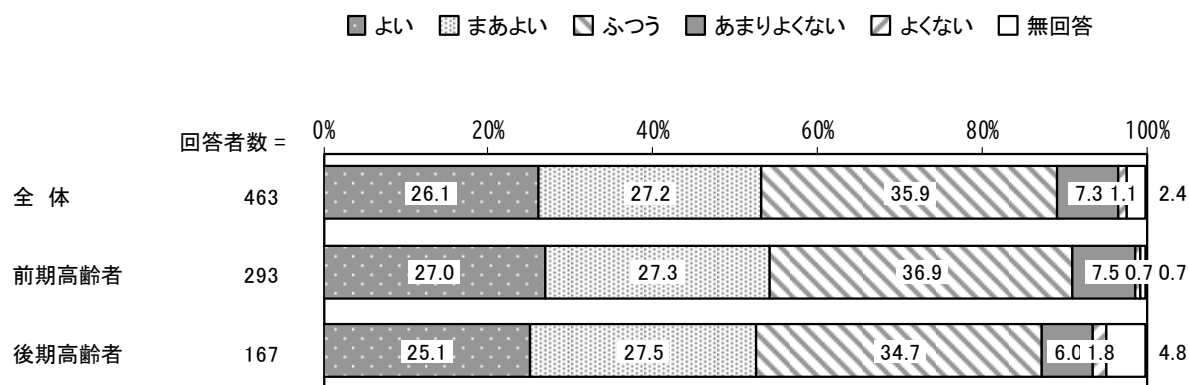
「何でもかねで食べることができる」の割合が69.8%で最も多くなっています。前期高齢者・後期高齢者別にみると、大きな差はみられません。



(9) 健康管理について

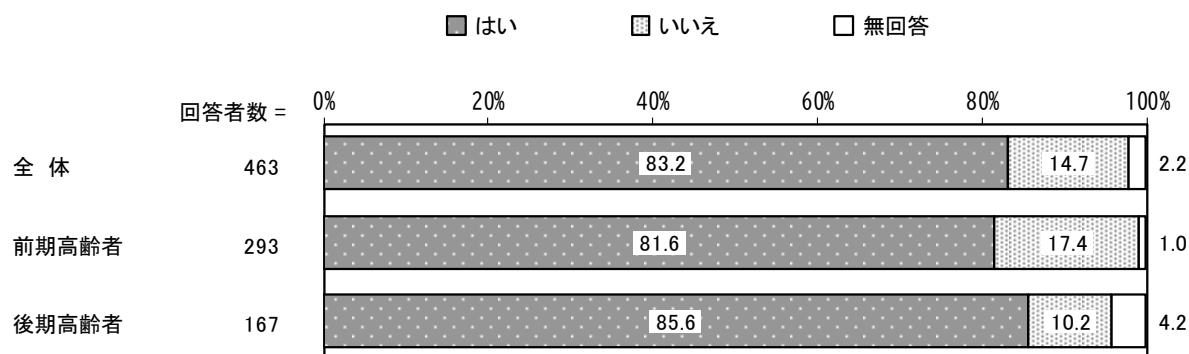
45 現在の健康状態はいかがですか

「ふつう」の割合が 35.9%、「まあよい」の割合が 27.2%、「よい」の割合が 26.1%となっています。前期高齢者・後期高齢者別にみると、大きな差はみられません。



46 かかりつけ医がありますか

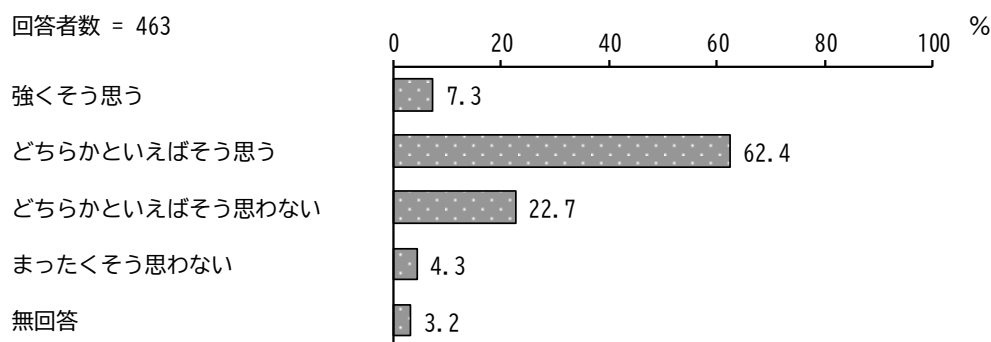
「はい」の割合が 83.2%と 8割をこえています。前期高齢者・後期高齢者別にみると、大きな差はみられません。



(10) あなたのお住まいの地域や活動について

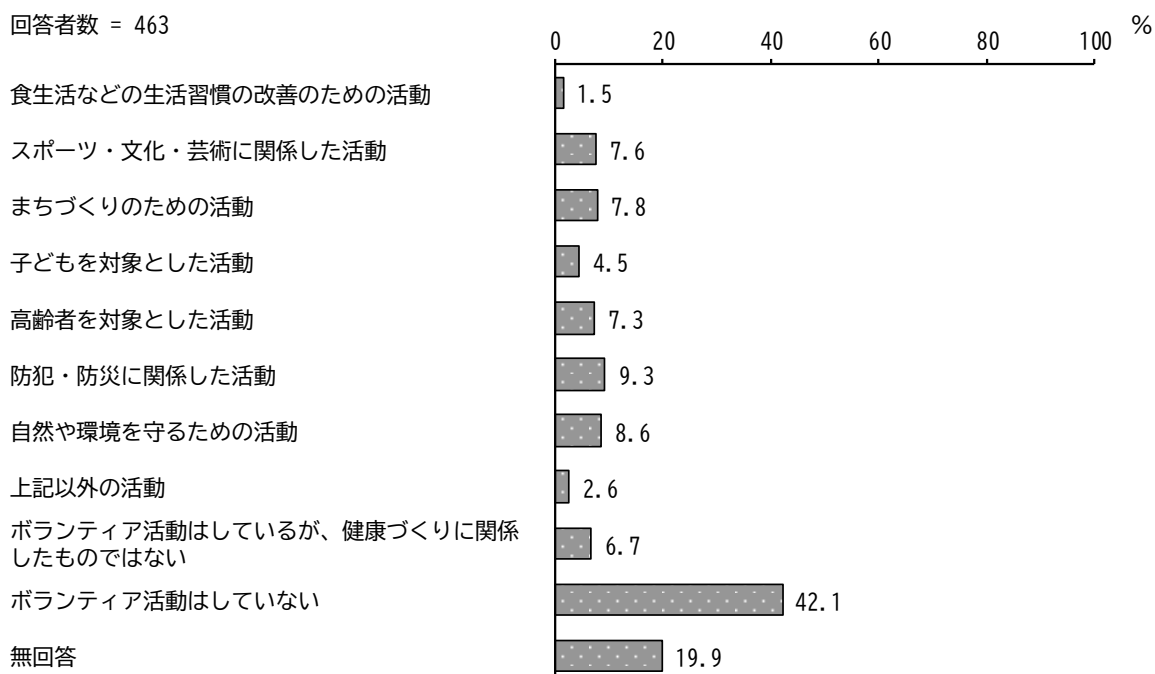
47 お住まいの地域の人々は、お互いに助け合っていると思いますか

「どちらかといえばそう思う」の割合が62.4%と最も高く、次いで「どちらかといえばそう思わない」の割合が22.7%となっています。



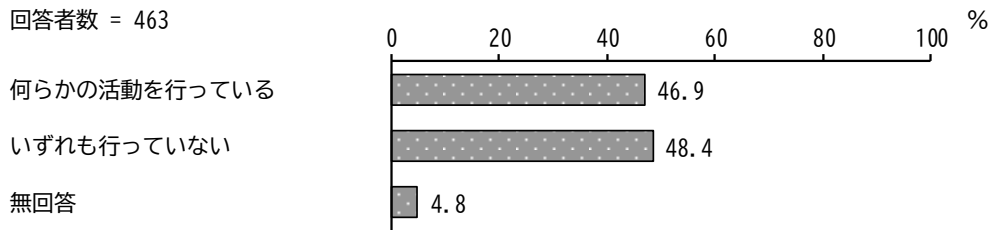
48 この1年間に行ったボランティア活動（近隣の人への手助け・支援を含む）のうち、健康づくりに関係したものはありますか（あてはまるものすべてに○）

「ボランティア活動はしていない」の割合が42.1%と最も高くなっています。



49 地域社会活動（自治会、地域行事など）、趣味やおけいこ事などを行っていますか

「何らかの活動を行っている」の割合が46.9%、「いずれも行っていない」の割合が48.4%となっています。



50 1週間にどれくらい仕事や農作業等を行っていますか

「週5～6日」の割合が32.8%と最も高く、次いで「していない」の割合が31.5%、「週3～4日」の割合が19.4%となっています。

