

令和4年県民健康・栄養調査
報告書

香川県健康福祉部

令和5年8月

目次

I 調査の概要

1 調査の目的	1
2 調査の実施要領.....	1
3 対象人数及び有効回答数の状況.....	1
4 数値の取扱い等について	2
5 分析方法	2
6 利用上の留意点.....	2
7 調査票.....	3

II 結果の概要

1 身体に関する状況	10
2 栄養・食生活に関する状況.....	12
3 身体活動・運動等に関する状況	20
4 こころの健康等に関する状況	22
5 喫煙・飲酒に関する状況.....	24
6 歯・口腔の健康に関する状況.....	26

III 統計表

1 食品摂取頻度調査の結果

第1表 エネルギー・栄養素別1日あたり摂取量(EER調整値)-年齢階級別、平均値、標準偏差、中央値-総数.....	28
第2表 エネルギー・栄養素別1日あたり摂取量(EER調整値)-年齢階級別、平均値、標準偏差、中央値-男性.....	28
第3表 エネルギー・栄養素別1日あたり摂取量(EER調整値)-年齢階級別、平均値、標準偏差、中央値-女性.....	30
第4表 エネルギー・栄養素別1日あたり摂取量(粗値)-年齢階級別、平均値、標準偏差、中央値-総数.....	32
第5表 エネルギー・栄養素別1日あたり摂取量(粗値)-年齢階級別、平均値、標準偏差、中央値-男性.....	32
第6表 エネルギー・栄養素別1日あたり摂取量(粗値)-年齢階級別、平均値、標準偏差、中央値-女性.....	34
第7表 食品群別1日あたり摂取量(EER調整値)-年齢階級別、平均値、標準偏差、中央値-総数.....	36
第8表 食品群別1日あたり摂取量(EER調整値)-年齢階級別、平均値、標準偏差、中央値-男性.....	36

第9表	食品群別1日あたり摂取量(EER 調整値)-年齢階級別、平均値、標準偏差、中央値-女性	36
第10表	食品群別1日あたり摂取量(粗値)-年齢階級別、平均値、標準偏差、中央値-総数	38
第11表	食品群別1日あたり摂取量(粗値)-年齢階級別、平均値、標準偏差、中央値-男性	38
第12表	食品群別1日あたり摂取量(粗値)-年齢階級別、平均値、標準偏差、中央値-女性	38
第13表	食塩(EER 調整値)の摂取量区分ごとの人数の割合-摂取量区分、年齢階級別、人数、 割合-男性・女性	40
第14表	食塩(EER 調整値)の摂取量区分ごとの人数の割合-摂取量区分、年齢階級別、人数、割合 -総数・男性・女性	40
第15表	野菜類(EER 調整値)の摂取量区分ごとの人数の割合-摂取量区分、年齢階級別、人数、 割合-総数・男性・女性	40
第16表	果物類(EER 調整値)の摂取量区分ごとの人数の割合-摂取量区分、年齢階級別、人数、 割合-総数・男性・女性	40
第17表	BMI の平均値及び標準偏差-年齢階級別、人数、平均値、標準偏差-男性・女性	41
第18表	BMI の分布-BMI の区分、人数、割合-総数・男性・女性	41
第19表	BMI の状況-年齢階級、肥満度(BMI)別、人数、割合-総数・男性・女性	41
第20表	目標とするBMI の範囲の分布-年齢階級、目標とするBMI の範囲、人数、割合-総数・男性・ 女性	42
第21表	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合-生活習慣病のリスクを高める量を飲 酒している者の割合、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性	43
第22表	飲酒の頻度-飲酒の頻度、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性	43
第23表	食べる速さの状況-食べる速さの状況、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性	43

2 生活習慣調査の結果

第24表	朝食の摂取状況-朝食の摂取状況、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性	44
第25表	主食・主菜・副菜がそろった食事の摂取状況-主食・主菜・副菜がそろった食事の摂取状 況、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性	44
第26表	就寝前の食事の摂取状況-就寝前の食事の摂取状況、年齢階級別、人数、割合-総数・ 男性・女性	44
第27表	共食の状況-共食の状況、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性	44
第28表	ふだんの食事の状況-ふだんの食事の状況、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性	45
第29表	外食を利用する頻度-外食を利用する頻度、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性	45
第30表	外食時に利用する飲食店の状況-外食時に利用する飲食店の状況、年齢階級別、人数、 割合-総数・男性・女性	45
第31表	持ち帰りの弁当や惣菜を利用する頻度-持ち帰りの弁当や惣菜を利用する頻度、年齢階 級別、人数、割合-総数・男性・女性	46
第32表	うどんを食べる頻度-うどんを食べる頻度、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性	46

第 33 表	うどんを食べるときの組合せ状況-うどんを食べるときの組合せ状況、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性.....	46
第 34 表	うどんを食べるときの副食の摂取状況-うどんを食べるときの副食の摂取状況、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性.....	46
第 35 表	食習慣改善の意思-食習慣改善の意思、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性....	47
第 36 表	BMI の状況別、食習慣改善の意思-BMI の状況、食習慣改善の意思、人数、割合-総数・男性・女性	47
第 37 表	健康な食習慣の妨げとなる点-健康な食習慣の妨げとなる点、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性	48
第 38 表	食習慣改善の意思別、健康な食習慣の妨げとなる点-食習慣改善の意思、健康な食習慣の妨げとなる点、人数、割合-総数・男性・女性	48
第 39 表	喫煙の状況-喫煙の状況、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性	48
第 40 表	1 日 1 時間以上の身体活動の有無-1 日 1 時間以上の身体活動の有無、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性	49
第 41 表	運動習慣の有無-運動習慣の有無、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性	49
第 42 表	筋力トレーニングの有無-筋力トレーニングの有無、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性	49
第 43 表	ロコモティブシンドロームの認知度-ロコモティブシンドロームの認知度、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性.....	50
第 44 表	体重測定の有無-体重測定の有無、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性	50
第 45 表	ヘモグロビン A1c の認知度-ヘモグロビン A1c の認知度、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性	50
第 46 表	薬の服用状況-薬の服用状況、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性.....	50
第 47 表	ストレスの状況-ストレスの状況、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性	51
第 48 表	ストレス解消の状況-ストレス解消の状況、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性 ...	51
第 49 表	睡眠の質の状況-睡眠の質の状況、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性.....	51
第 50 表	咀嚼の状況-咀嚼の状況、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性	52
第 51 表	歯科器具の使用状況-歯科器具の使用状況、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性	52
第 52 表	歯科健診の受診状況-歯科健診の受診状況、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性	52
第 53 表	かかりつけ歯科医の有無-かかりつけ歯科医の有無、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性	52
第 54 表	歯の悩みの有無-歯の悩みの有無、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性.....	53
第 55 表	家族構成-家族構成、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性.....	53

I 調査の概要

I 調査の概要

1 調査目的

本調査は、県民の生活習慣、食品摂取の状況を明らかにし、県民の健康の増進の総合的な推進方策を検討するための基礎資料、また、健やか香川21ヘルスプラン(第2次)の最終評価及び次期計画の策定に資する基礎資料を得ることを目的とする。

2 調査の実施要領

調査地域:香川県全域

調査対象:県内居住の20歳以上の方から住民基本台帳または選挙人名簿により無作為抽出した3,000人

調査時期:令和4年9月26日～10月25日

調査方法:郵送による配布・回収

自記式アンケート

調査期間中に礼状兼督促状を1回配布

調査項目:(1)食品摂取頻度調査 簡易型自記式食事歴法質問票(brief-type self-administered diet history questionnaire:以下、「BDHQ」という)を用いた調査により、身体の状態(身長、体重、妊娠・授乳の別)、食品摂取頻度状況(最近1か月の食品及び料理の摂取頻度状況)、食習慣を把握する。

(2)生活習慣調査 食生活、運動、休養(睡眠)・こころの健康づくり、歯の健康等に関する生活習慣を把握する。

3 対象人数及び有効回答数の状況

男女計	人口	構成比(%)	対象人数	構成比(%)	有効回答数	構成比(%)	有効回答率(%)
総数	772,054	100.0	2,951	100.0	1,540	100.0	52.2
20-29歳	75,622	9.8	478	16.2	186	12.1	38.9
30-39歳	96,359	12.5	504	17.1	201	13.1	39.9
40-49歳	132,159	17.1	507	17.2	234	15.2	46.2
50-59歳	113,329	14.7	533	18.1	288	18.7	54.0
60-69歳	123,608	16.0	481	16.3	323	21.0	67.2
70歳以上	230,977	29.9	448	15.2	308	20.0	68.8

男性	人口	構成比(%)	対象人数	構成比(%)	有効回答数	構成比(%)	有効回答率(%)
総数	366,513	100.0	1,512	100.0	719	100.0	47.6
20-29歳	38,912	10.6	238	15.7	84	11.7	35.3
30-39歳	48,827	13.3	242	16.0	82	11.4	33.9
40-49歳	66,371	18.1	262	17.3	98	13.6	37.4
50-59歳	55,948	15.3	283	18.7	139	19.3	49.1
60-69歳	59,680	16.3	266	17.6	170	23.6	63.9
70歳以上	96,775	26.4	221	14.6	146	20.3	66.1

女性	人口	構成比(%)	対象人数	構成比(%)	有効回答数	構成比(%)	有効回答率(%)
総数	405,541	100.0	1,439	100.0	821	100.0	57.1
20-29 歳	36,710	9.1	240	16.7	102	12.4	42.5
30-39 歳	47,532	11.7	262	18.2	119	14.5	45.4
40-49 歳	65,788	16.2	245	17.0	136	16.6	55.5
50-59 歳	57,381	14.1	250	17.4	149	18.1	59.6
60-69 歳	63,928	15.8	215	14.9	153	18.6	71.2
70 歳以上	134,202	33.1	227	15.8	162	19.7	71.4

※人口は、令和2年国勢調査人口(年齢不詳除く)

※長期入院中の者は、調査対象から除外した。

※有効回答数は、設問にほとんど回答していなかった者、身長及び体重に回答しなかった者及び妊婦を除外した。

4 数値の取扱い等について

- ・回答結果の割合(%)は、集計対象者に対して、それぞれの回答数の割合を小数点以下第2位で四捨五入したものであり、単純回答であっても合計値が 100.0%にならない場合がある。
- ・複数回答の場合は、合計値が 100.0%を超える場合がある。

5 分析方法

- ・集計は、学校法人尽誠学園香川短期大学生活文化学科の協力を得て実施した。
- ・各栄養素及び食品群別摂取量は、EER 調整値(推定エネルギー必要量を摂取したと仮定した推定申告誤差調整済み摂取量)を使用した。
- ・集団の代表値には、平均値を使用した。

6 利用上の留意点

(1) 調査年における調査方法、調査内容の違い

調査年	調査方法	調査内容
平成6年	留め置き法、測定、問診	食物摂取状況調査(秤量法)、食生活状況調査、身体状況調査
平成 11 年	留め置き法、測定、問診	食物摂取状況調査(秤量法)、身体状況調査、健康・食生活状況調査
平成 16 年 平成 23 年 平成 28 年	留め置き法、測定、問診、検診	栄養摂取状況調査(秤量法)、身体状況調査、生活習慣調査、口腔内検査
令和4年	郵送法	BDHQ、生活習慣調査

※令和4年の県民健康・栄養調査では、新型コロナウイルス感染症の拡大の影響により、調査方法を変更して実施しており、回答者の年齢構成が過去の調査回答者の構成と異なる。このため、今回の結果を過去のデータと、単純に比較することはできない。

- (2) BDHQ から得られる値は、申告誤差等の問題は避けられない。摂取量の絶対値を示すものではない。また、集団の代表値としては、平均値を使用している。これらのことを理解したうえで、本報告書の値を使用すること。

7 調査票

(1)簡易型自記式食事歴法質問票(作成:佐々木 敏)

DHQ-BOX

1

あなたの食習慣についておたずねします 最近1か月間の食習慣について、お答え下さい

たくさん質問がありますが、あまり考え込まずに、第一印象でお答えくださいね。

- 質問の内容が難しい場合には、あなたの家庭で食事の準備をおもにしているひとといっしょに考えながら、答えてください。
- すべての質問にお答えいただいた場合には、あなたご自身の健康維持・増進に役立てていただけるように、簡単な結果【あなたの食事・栄養の特徴】を後日お返しいたします。



お答えいただいた内容は、食べ物と健康との関連を明らかにし、だれもが健康な生活を送れるようにするための貴重な資料として活用させていただきます。その場合、結果はたくさんのひとたちの平均値などの数値として公表されます。あなた個人がわかるような形で公表されることは絶対にありません。

【記入の仕方】

- ・太い黒の鉛筆でご記入ください。
- ・この用紙は機械で読み取ります。文字は枠線にかからないように丁寧に記入ください。

数字の記入例

0	/	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

∨の記入例

- ・枠線の中にある3点を結んでください。
- ・まわりの枠線に線がふれないようにご記入ください。

良い例 悪い例



備考欄

担当者記入欄

- ・ID1は必ず数字でご記入ください。(記号・アルファベットは不可)
- ・IDは、「左詰めでも右詰めでも可」

ID1	ID2	ID3
<input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>	<input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>	<input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>

妊娠中・授乳中の方は下記該当に記載（もしくはチェック）下さい。

<女性の方のみ>

妊娠 <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 週目	授乳中 <input type="checkbox"/>
---	------------------------------

必ずご記入ください。

性別(∨を記入)	生年月日(年号は∨を記入) (生年月日は和暦ですのでご注意ください)									
<table style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 33%;">男性 <input type="checkbox"/></td> <td style="width: 33%;">女性 <input type="checkbox"/></td> <td style="width: 33%;"></td> </tr> <tr> <td style="width: 33%;">大正 <input type="checkbox"/></td> <td style="width: 33%;">昭和 <input type="checkbox"/></td> <td style="width: 33%;">平成 <input type="checkbox"/></td> </tr> </table>	男性 <input type="checkbox"/>	女性 <input type="checkbox"/>		大正 <input type="checkbox"/>	昭和 <input type="checkbox"/>	平成 <input type="checkbox"/>	<table style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 33%;">年 <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/></td> <td style="width: 33%;">月 <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/></td> <td style="width: 33%;">日 <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/></td> </tr> </table>	年 <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>	月 <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>	日 <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>
男性 <input type="checkbox"/>	女性 <input type="checkbox"/>									
大正 <input type="checkbox"/>	昭和 <input type="checkbox"/>	平成 <input type="checkbox"/>								
年 <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>	月 <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>	日 <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>								
西暦	今日(この質問に答える日)の日付									
20 <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 年 <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 月 <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 日	身長 <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> . <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> cm									
	体重 <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> . <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> Kg									

2

あなたは、この1か月のあいだ、以下の食べ物をどのくらいの頻度で食べていましたか？
もっともあてはまる回答をひとつ選んで、✓を記入してください。

枠線の中にある
3点を結んで
ください。

良い例
✓

悪い例
✗ ○

コップ1杯ぐらいの牛乳・ヨーグルト1人前	鶏肉 (挽き肉を含む)		豚肉・牛肉・羊肉 (挽き肉を含む)		ハム・ソーセージ・ ベーコンなどの加工肉		レバー	
	低脂肪	普通・高脂肪						
<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上
<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回
<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回
<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回
<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回
<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満
<input type="checkbox"/> 飲まなかった	<input type="checkbox"/> 飲まなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった

飲まなかったり、食べなかった場合は、ここに✓を記入してください

いか・たこ・ えび・貝	骨ごと食べる魚	ツナ缶 (まぐろの油漬)	魚の干物・塩蔵魚・ 魚介練り製品 (塩さば・塩鮭・ あじの干物・ ちくわ・ かまぼこなど)	脂が乗った魚 (いわし・さば・ さんま・ぶり・ にしん・うなぎ・ まぐろトロなど)	脂が少なめの魚 (さけ・ます・ 白身の魚・淡水魚・ かつおなど)	たまご (鶏の卵1個程度)
<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上
<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回
<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回
<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回
<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回
<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満
<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった

とうふ・厚揚げ・ 豆乳	納豆	いも (すべての種類)	漬け物		生(サラダ) レタス・ キャベツ千切りなど (トマトは除く)	トマト・ トマトケチャップ・ トマト煮込み・ トマトシチュー
			緑の濃い 葉野菜	その他すべて (梅干は除く)		
<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上
<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回
<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回
<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回
<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回
<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満
<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった

料理に使った野菜(漬け物・サラダ以外)					きのこ (すべての種類)	海藻 (すべての種類) (だし用は除く)
緑の濃い葉野菜 (ブロッコリー・ ゴーヤーを含む)	キャベツ・白菜	にんじん・ かぼちゃ	だいこん・かぶ	その他の根菜すべて (たまねぎ・ごぼう・ れんこんなど)		
<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上
<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回
<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回
<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回
<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回
<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満
<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった

洋菓子・クッキー・ビスケット	和菓子	せんべい・スナック菓子・もち・お好み焼きなど	アイスクリーム	みかんなどの柑橘(かんきつ)類	かき・いちご・キウイ	その他のすべての果物(りんご・バナナなど)
<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上
<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回
<input type="checkbox"/> 週4~6回	<input type="checkbox"/> 週4~6回	<input type="checkbox"/> 週4~6回	<input type="checkbox"/> 週4~6回	<input type="checkbox"/> 週4~6回	<input type="checkbox"/> 週4~6回	<input type="checkbox"/> 週4~6回
<input type="checkbox"/> 週2~3回	<input type="checkbox"/> 週2~3回	<input type="checkbox"/> 週2~3回	<input type="checkbox"/> 週2~3回	<input type="checkbox"/> 週2~3回	<input type="checkbox"/> 週2~3回	<input type="checkbox"/> 週2~3回
<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回
<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満
<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった

マヨネーズ・ドレッシング	パン (おかずパン・菓子パンも含む)	麺類				飲み物
		そば	うどん・ひやむぎ・そうめん	らーめん・インスタントらーめん	スパゲッティ・マカロニなど	緑茶
<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日4杯以上
<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日2~3杯
<input type="checkbox"/> 週4~6回	<input type="checkbox"/> 週4~6回	<input type="checkbox"/> 週4~6回	<input type="checkbox"/> 週4~6回	<input type="checkbox"/> 週4~6回	<input type="checkbox"/> 週4~6回	<input type="checkbox"/> 毎日1杯
<input type="checkbox"/> 週2~3回	<input type="checkbox"/> 週2~3回	<input type="checkbox"/> 週2~3回	<input type="checkbox"/> 週2~3回	<input type="checkbox"/> 週2~3回	<input type="checkbox"/> 週2~3回	<input type="checkbox"/> 週4~6杯
<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週2~3杯
<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1杯
<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 週1杯未満
		<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 飲まなかった

米、パン、麺、コーンフレーク等 → 1日に食べた合計 →

飲み物				「主食のある朝食」を食べた頻度	「平均的な1日」に食べた“ごはん”と“みそ汁”	
紅茶・ウーロン茶(中国茶)	コーヒー	コーラ・ジュース(スポーツドリンクも含む)	100%果物ジュース 100%野菜ジュース		ごはん	みそ汁
<input type="checkbox"/> 毎日4杯以上	<input type="checkbox"/> 毎日4杯以上	<input type="checkbox"/> 毎日4杯以上	<input type="checkbox"/> 毎日4杯以上	<input type="checkbox"/> 毎朝	<input type="checkbox"/> 8杯以上	<input type="checkbox"/> 8杯以上
<input type="checkbox"/> 毎日2~3杯	<input type="checkbox"/> 毎日2~3杯	<input type="checkbox"/> 毎日2~3杯	<input type="checkbox"/> 毎日2~3杯	<input type="checkbox"/> 週に6回	<input type="checkbox"/> 6~7杯	<input type="checkbox"/> 6~7杯
<input type="checkbox"/> 毎日1杯	<input type="checkbox"/> 毎日1杯	<input type="checkbox"/> 毎日1杯	<input type="checkbox"/> 毎日1杯	<input type="checkbox"/> 週に5回	<input type="checkbox"/> 5杯	<input type="checkbox"/> 5杯
<input type="checkbox"/> 週4~6回	<input type="checkbox"/> 週4~6回	<input type="checkbox"/> 週4~6回	<input type="checkbox"/> 週4~6回	<input type="checkbox"/> 週に4回	<input type="checkbox"/> 4杯	<input type="checkbox"/> 4杯
<input type="checkbox"/> 週2~3回	<input type="checkbox"/> 週2~3回	<input type="checkbox"/> 週2~3回	<input type="checkbox"/> 週2~3回	<input type="checkbox"/> 週に3回	<input type="checkbox"/> 3杯	<input type="checkbox"/> 3杯
<input type="checkbox"/> 週1杯	<input type="checkbox"/> 週1杯	<input type="checkbox"/> 週1杯	<input type="checkbox"/> 週1杯	<input type="checkbox"/> 週に2回	<input type="checkbox"/> 2杯	<input type="checkbox"/> 2杯
<input type="checkbox"/> 週1杯未満	<input type="checkbox"/> 週1杯未満	<input type="checkbox"/> 週1杯未満	<input type="checkbox"/> 週1杯未満	<input type="checkbox"/> 週に1回	<input type="checkbox"/> 1杯	<input type="checkbox"/> 1杯
<input type="checkbox"/> 飲まなかった	<input type="checkbox"/> 飲まなかった	<input type="checkbox"/> 飲まなかった	<input type="checkbox"/> 飲まなかった	<input type="checkbox"/> 週に1回未満	<input type="checkbox"/> 1杯未満	<input type="checkbox"/> 1杯未満
				<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった

☞ コーヒー・紅茶には砂糖を入れますか ☞ いつも ときどき いいえ

頻度	お酒(薬用酒は含めません)					玄米・胚芽米を食べたり、ごはんには麦や雑穀を混ぜて食べることはありますか?
	1日に飲んだ典型的なお酒の種類の数合わせとその量					
<input type="checkbox"/> 毎日	日本酒	ビール(大瓶で)	焼酎・酎ハイ・泡盛(焼酎・泡盛水割りで)	ウイスキー類(ダブルで)	ワイン(ワイングラスで)	<input type="checkbox"/> いつも <input type="checkbox"/> ときどき <input type="checkbox"/> まれに <input type="checkbox"/> いいえ 次のページにもお答えください。
<input type="checkbox"/> 週に6回	<input type="checkbox"/> 4合以上	<input type="checkbox"/> 4本以上	<input type="checkbox"/> 4杯以上	<input type="checkbox"/> 4杯以上	<input type="checkbox"/> 4杯以上	
<input type="checkbox"/> 週に5回	<input type="checkbox"/> 3合	<input type="checkbox"/> 3本	<input type="checkbox"/> 3杯	<input type="checkbox"/> 3杯	<input type="checkbox"/> 3杯	
<input type="checkbox"/> 週に4回	<input type="checkbox"/> 2合	<input type="checkbox"/> 2本	<input type="checkbox"/> 2杯	<input type="checkbox"/> 2杯	<input type="checkbox"/> 2杯	
<input type="checkbox"/> 週に3回	<input type="checkbox"/> 1合	<input type="checkbox"/> 1本	<input type="checkbox"/> 1杯	<input type="checkbox"/> 1杯	<input type="checkbox"/> 1杯	
<input type="checkbox"/> 週に2回	<input type="checkbox"/> 0.5合	<input type="checkbox"/> 0.5本	<input type="checkbox"/> 0.5杯	<input type="checkbox"/> 0.5杯	<input type="checkbox"/> 0.5杯	
<input type="checkbox"/> 週に1回	<input type="checkbox"/> 0.5合未満	<input type="checkbox"/> 0.5本未満	<input type="checkbox"/> 0.5杯未満	<input type="checkbox"/> 0.5杯未満	<input type="checkbox"/> 0.5杯未満	
<input type="checkbox"/> 週に1回未満	<input type="checkbox"/> 飲まなかった	<input type="checkbox"/> 飲まなかった	<input type="checkbox"/> 飲まなかった	<input type="checkbox"/> 飲まなかった	<input type="checkbox"/> 飲まなかった	
<input type="checkbox"/> 飲まなかった	<input type="checkbox"/> 飲まなかった	<input type="checkbox"/> 飲まなかった	<input type="checkbox"/> 飲まなかった	<input type="checkbox"/> 飲まなかった	<input type="checkbox"/> 飲まなかった	

☞ 「飲まなかった」場合には、お酒の種類別の質問に答える必要はありません。

あなたは、この1か月のあいだ、以下の食べ物をどのくらいの頻度で食べていましたか？もっともあてはまる回答をひとつ選んで、Vを記入してください。

肉を使った料理(ハム・ソーセージなどの肉加工品も含む)				
焼肉・ステーキ・グリル	ハンバーグ・カレー・ミートソースなど洋風の料理	揚げ物・てんぷら 〔定食一人前程度の量〕	炒め物	和風の煮物・鍋物・どんぶり物・汁物・みそ汁
<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上
<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回
<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回
<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回
<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回
<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満
<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった

もっともあてはまる回答をひとつ選んで、Vを記入してください。

お肉(牛肉や豚肉)の脂身は

好んで食べていた

やや好んで食べていた

好きでも嫌いでもない

あまり食べなかった

ほとんど食べなかった

魚を使った料理(いか・たこ・えび・貝も含む)			
さしみ・すし 〔定食一人前程度の量〕	焼き魚	煮魚・鍋物・汁物・みそ汁	てんぷら・揚げ魚 〔定食一人前程度の量〕
<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上
<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回
<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回
<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回
<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回
<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満
<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった

麺類のスープ・汁を飲む量は	家庭での味付けは 外食と比べて
<input type="checkbox"/> ほとんど全部	<input type="checkbox"/> 薄口
<input type="checkbox"/> 8割くらい	<input type="checkbox"/> 少し薄口
<input type="checkbox"/> 4～6割	<input type="checkbox"/> 同じくらい
<input type="checkbox"/> 2割くらい	<input type="checkbox"/> 少し濃い口
<input type="checkbox"/> ほとんど飲まなかった	<input type="checkbox"/> 濃い口

食事のときに使うしょうゆ・ソース		外食の定食1人前と、自分が普段食べている量を比べると		食べる速さは
頻度は	量は	おかずの量は	ごはんの量は	
<input type="checkbox"/> 必ず使う	<input type="checkbox"/> かなり多め	<input type="checkbox"/> 家のほうがかなり多い	<input type="checkbox"/> 家のほうがかなり多い	<input type="checkbox"/> かなり速い
<input type="checkbox"/> よく使う	<input type="checkbox"/> やや多め	<input type="checkbox"/> 家のほうが少し多い	<input type="checkbox"/> 家のほうが少し多い	<input type="checkbox"/> やや速い
<input type="checkbox"/> ときどき使う	<input type="checkbox"/> ふつう	<input type="checkbox"/> ほぼ同じくらい	<input type="checkbox"/> ほぼ同じくらい	<input type="checkbox"/> ふつう
<input type="checkbox"/> ほとんど使わない	<input type="checkbox"/> やや少なめ	<input type="checkbox"/> 外食のほうが少し多い	<input type="checkbox"/> 外食のほうが少し多い	<input type="checkbox"/> やや遅い
<input type="checkbox"/> まったく使わない	<input type="checkbox"/> かなり少なめ	<input type="checkbox"/> 外食のほうがかなり多い	<input type="checkbox"/> 外食のほうがかなり多い	<input type="checkbox"/> かなり遅い

季節によって食べ方が大きくちがう食べ物
この1年間でもっともよく食べた季節を思い出して、その頃の食べ方についてお答えください。

みかんなどの柑橘(かんきつ)類	かき(柿)	いちご
<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> 毎日2回以上
<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回	<input type="checkbox"/> 毎日1回
<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 週4～6回
<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回	<input type="checkbox"/> 週2～3回
<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 週1回
<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満	<input type="checkbox"/> 週1回未満
<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 食べなかった

もっともあてはまる回答をひとつ選んで、Vを記入してください。

この1か月間に栄養補助食品を使いましたか	最近、食事習慣を意図的に変えましたか	現在、医師、栄養士、その他専門家の指導のもとで、食事のコントロールをしていますか	この質問票におもに答えたひとは
<input type="checkbox"/> 毎日2回以上	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> 本人
<input type="checkbox"/> 毎日1回			
<input type="checkbox"/> 週4～6回	<input type="checkbox"/> 3年以上前	<input type="checkbox"/> いいえ	<input type="checkbox"/> 妻
<input type="checkbox"/> 週2～3回			
<input type="checkbox"/> 週1回	<input type="checkbox"/> 1～2年前		<input type="checkbox"/> 娘
<input type="checkbox"/> 週1回未満			
<input type="checkbox"/> 食べなかった	<input type="checkbox"/> 1年前以内		<input type="checkbox"/> その他
	<input type="checkbox"/> いいえ		

(2)生活習慣調査票

生活習慣調査票

担当者記入欄 ID1 ID2 ID3 5

あてはまる に✓を の中には必要なことを書いてください。

【食 事】

問1 朝食をどの程度食べますか。(あてはまるもの1つ)

- 1. 毎日食べる
- 2. 2~3日に1回
- 3. ほとんど食べない

問2 主食・主菜・副菜の3種類をそろえた食事を1日に2回以上食べることがあるのは、週に何日ありますか。(あてはまるもの1つ)

- 1. ほとんど毎日
- 2. 週4~5日
- 3. 週2~3日
- 4. ほとんどない

問3 就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に何日ありますか。(あてはまるもの1つ)

- 1. ほとんど毎日
- 2. 週4~5日
- 3. 週2~3日
- 4. ほとんどない

問4 毎日1回以上、家族や友人、知人と一緒に食事をすることがありますか。(あてはまるもの1つ)

- 1. はい
- 2. いいえ

問5 ふだんのような食事を食べる人が多いですか。(あてはまるもの全て)

- 1. 家庭で作った食事、弁当
- 2. スーパーマーケットの弁当、惣菜など
- 3. コンビニの弁当、惣菜など
- 4. 仕出し弁当 (持ち帰り弁当含む)
- 5. 外食 (レストラン、うどん店、カフェなど)
- 6. 給食 (社員食堂、学生食堂など)
- 7. その他 (具体的に)

↳

問6 外食(飲食店での食事)を利用する頻度は、どのくらいですか。(あてはまるもの1つ)

- 1. 週7回以上
- 2. 週4~6回
- 3. 週2~3回
- 4. 週1回
- 5. ほとんど利用しない → 問8へ

} 問7へ

問7 外食をするときは、どのようなお店を利用することが多いですか。(あてはまるもの全て)

- 1. うどん店
- 2. うどん店以外の麺類の店
- 3. 食堂 (ファミリーレストラン、カフェなど含む)
- 4. ファストフード店 (ハンバーガー、丼など含む)
- 5. 寿司店 (回転寿司含む)
- 6. その他 (具体的に)

↳

問8 持ち帰り弁当や惣菜(テイクアウト含む)を利用する頻度は、どのくらいですか。(あてはまるもの1つ)

- 1. 週7回以上
- 2. 週4~6回
- 3. 週2~3回
- 4. 週1回
- 5. ほとんど利用しない

問9 うどんを食べる頻度は、どのくらいですか。(あてはまるもの1つ)

- 1. 週7回以上
- 2. 週4~6回
- 3. 週2~3回
- 4. 週1回
- 5. ほとんど食べない → 問11へ

} 問10へ

問10 うどんを食べるときは、どんな料理や食品と組み合わせる食べることが多いですか。

(あてはまるもの全て)

- 1. ごはん類 (いなり寿司、おにぎりなど)
- 2. 天ぷら類 (ちくわ天、野菜天ぷら、コロッケなど)
- 3. 野菜・海藻類 (野菜小鉢、わかめうどんなど)
- 4. その他 (おでんの卵・豆腐、肉うどんなど)
- 5. うどんのみ


問11 あなたは、食習慣を改善してみようと考えていますか。(あてはまるもの1つ)

- 1. 改善することに関心がない
- 2. 関心はあるが改善するつもりはない
- 3. 改善するつもりである (概ね6か月以内)
- 4. 近いうちに (概ね1か月以内) 改善するつもりである
- 5. 既に改善に取り組んでいる (6か月未満)
- 6. 既に改善に取り組んでいる (6か月以上)
- 7. 食習慣に問題はないため → 問13へ改善する必要はない

問12へ


問12 あなたの健康な食習慣の妨げとなっていることは何ですか。(あてはまるもの全て)

- 1. 仕事(家事・育児等)が忙しくて時間がないこと
- 2. 外食が多いこと
- 3. 自分を含め、家で用意する者がいないこと
- 4. 経済的に余裕がないこと
- 5. 面倒くさいこと
- 6. その他 (具体的に)
- 7. 特にない

【 たばこ】

問13 あなたは、たばこを吸いますか。(あてはまるもの1つ)

- 1. 毎日吸っている
- 2. 時々吸う日がある
- 3. 以前は吸っていたが、1か月以上吸っていない
- 4. 吸わない

【 運動等】

問14 日常生活において、歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施していますか。(あてはまるもの1つ)

身体活動とは、運動や生活活動 (犬の散歩をする、そうじをする、自転車に乗る、子どもと活発に遊ぶ、階段を速くのぼる、農作業をするなど) を指します。

- 1. はい
- 2. いいえ

問15 1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施していますか。(あてはまるもの1つ)

運動とは、スポーツ、フィットネスやウォーキングなどの健康・体力の維持・増進を目的として計画的に行うものとします。

- 1. はい
- 2. いいえ

問16 運動に筋力トレーニング (腕立てふせ、スクワット、腹筋、背筋など) を取り入れていますか。(あてはまるもの1つ)

- 1. はい
- 2. いいえ

問17 「ロコモティブシンドローム (運動器症候群)」という言葉やその意味を知っていますか。(あてはまるもの1つ)

- 1. 言葉または意味を知っていた
- 2. 言葉も意味も知らなかった

問18 体重を定期的に測定していますか。(あてはまるもの1つ)

- 1. はい
- 2. いいえ

【 🩺 糖尿病、服薬等 】	【 🦷 歯の健康 】
<p>問19 「ヘモグロビンA1c(エーワンシー)」という言葉やその意味を知っていますか。(あてはまるもの1つ)</p> <p><input type="checkbox"/> 1. 言葉または意味を知っていた</p> <p><input type="checkbox"/> 2. 言葉も意味も知らなかった</p> <p>問20 現在、次の薬の使用はありますか。(それぞれあてはまるもの1つ)</p> <p>(ア) 血圧を下げる薬</p> <p><input type="checkbox"/> 1. ある <input type="checkbox"/> 2. ない</p> <p>(イ) 血糖を下げる薬またはインスリン注射</p> <p><input type="checkbox"/> 1. ある <input type="checkbox"/> 2. ない</p> <p>(ウ) コレステロールや中性脂肪を下げる薬</p> <p><input type="checkbox"/> 1. ある <input type="checkbox"/> 2. ない</p>	<p>問24 食べ物をかんで食べる時の状態についてお答えください。(あてはまるもの1つ)</p> <p><input type="checkbox"/> 1. 何でも、かんで食べることができる</p> <p><input type="checkbox"/> 2. 一部かめない食べ物がある</p> <p><input type="checkbox"/> 3. かめない食べ物が多い</p> <p><input type="checkbox"/> 4. かんで食べることはできない</p> <p>問25 歯や歯のすき間の手入れのために、歯間ブラシやデンタルフロス、糸(付)ようじブラシなどの器具を使用していますか。(あてはまるもの1つ)</p> <p><input type="checkbox"/> 1. 使用している</p> <p><input type="checkbox"/> 2. 使用していない</p>
【 ❤️ こころの健康 】	
<p>問21 ここ1か月にストレスを感じることはありましたか。(あてはまるもの1つ)</p> <p><input type="checkbox"/> 1. 全く感じなかった</p> <p><input type="checkbox"/> 2. あまり感じなかった</p> <p><input type="checkbox"/> 3. 少し感じた</p> <p><input type="checkbox"/> 4. かなり感じた</p> <p>問22 ストレスを感じたときどうしていますか。(あてはまるもの1つ)</p> <p><input type="checkbox"/> 1. ストレスを感じても、あまり負担になっていない</p> <p><input type="checkbox"/> 2. ストレスを負担に感じるが、十分な解消方法を持ち実行している</p> <p><input type="checkbox"/> 3. ストレスが負担であり、解消方法も十分には持っていない</p>	<p>問26 過去1年間に歯科健診または歯石の除去、歯面の清掃を受けたことがありますか。(あてはまるもの1つ)</p> <p><input type="checkbox"/> 1. 受けた</p> <p><input type="checkbox"/> 2. 受けていない</p> <p>問27 かかりつけ歯科医がありますか。(あてはまるもの1つ)</p> <p><input type="checkbox"/> 1. ある</p> <p><input type="checkbox"/> 2. ない</p> <p>問28 歯・口腔に関する悩みや気になることがありますか。(あてはまるもの1つ)</p> <p><input type="checkbox"/> 1. ある</p> <p><input type="checkbox"/> 2. ない</p>
【 🏠 家族構成 】	
<p>問23 ここ1か月間、あなたは睡眠で休養が充分とれていますか。(あてはまるもの1つ)</p> <p><input type="checkbox"/> 1. 充分とれている</p> <p><input type="checkbox"/> 2. まあまあとれている</p> <p><input type="checkbox"/> 3. あまりとれていない</p> <p><input type="checkbox"/> 4. まったくとれていない</p>	<p>問29 あなたの家族構成をお聞かせください。(あてはまるもの1つ)</p> <p><input type="checkbox"/> 1. ひとり暮らし</p> <p><input type="checkbox"/> 2. 家族と同居</p> <p><input type="checkbox"/> 3. その他</p>

調査はこれで終了です。ご協力ありがとうございました。

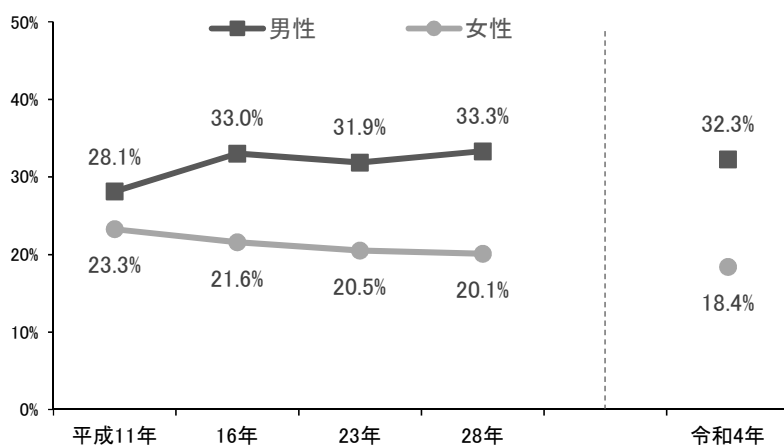
II 結果の概要

1 身体に関する状況

肥満者(BMI \geq 25 kg/m²)の割合は、男性 32.3%、女性 18.4%である。
 やせの者(BMI $<$ 18.5 kg/m²)の割合は、男性 4.5%、女性 13.8%である。
 65 歳以上の高齢者の低栄養傾向の者(BMI \leq 20 kg/m²)の割合は、男性 12.0%、女性 22.9%である。

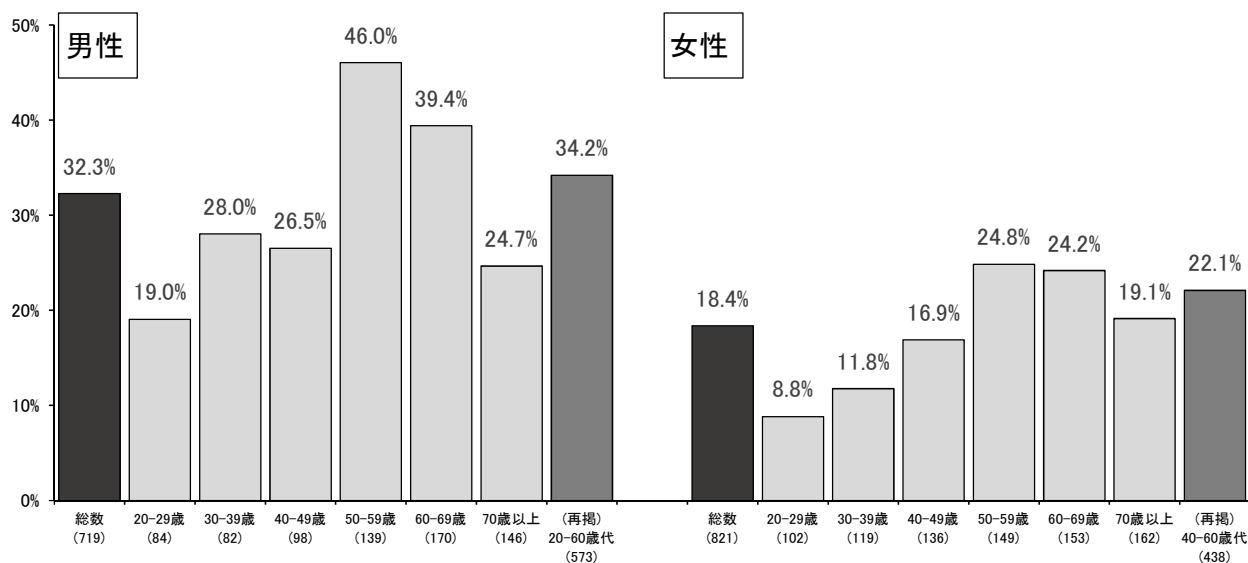
▼肥満の判定▼BMI(Body Mass Index[kg/m²], 体重[kg]/(身長[m])²)を用いて判定(日本肥満学会肥満症診断基準検討委員会 平成 23 年)

図1 肥満者(BMI \geq 25kg/m²)の割合の年次推移(20歳以上)(平成11~令和4年)



※平成11年、16年、23年、28年は測定、令和4年は自記式による。

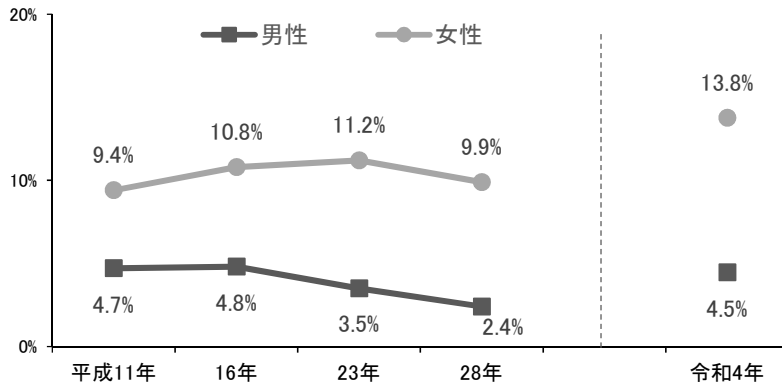
図2 肥満者(BMI \geq 25kg/m²)の割合(20歳以上、性・年齢階級別)



(参考) 健やか香川21ヘルスプラン(第2次)の目標

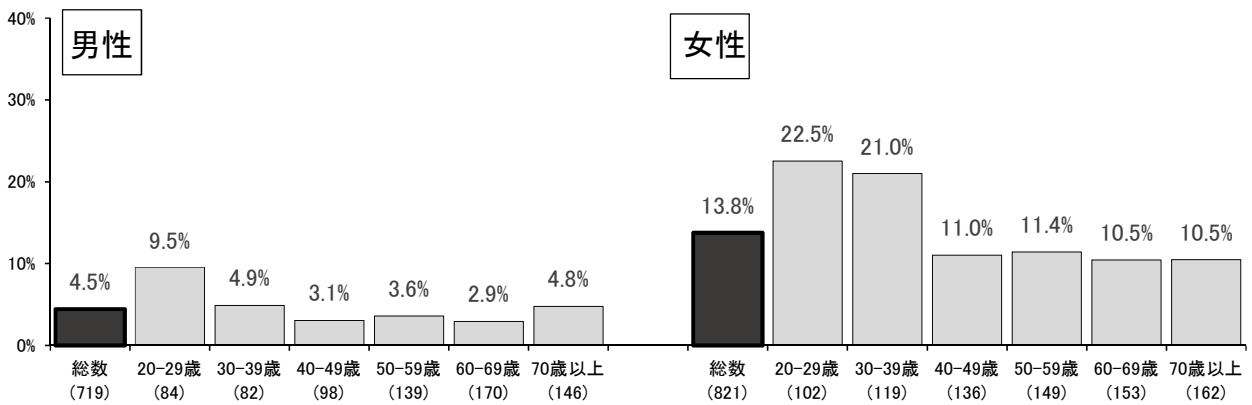
肥満者(BMI 25 以上)の割合の減少 目標値: 20~60 歳代男性 20%
 40~60 歳代女性 15%

図3 やせの者(BMI<18.5kg/m²)の割合の年次推移(20歳以上)(平成11~令和4年)



※平成11年、16年、23年、28年は測定、令和4年は、自記式による。

図4 やせの者(BMI<18.5kg/m²)の割合(20歳以上、性・年齢階級別)



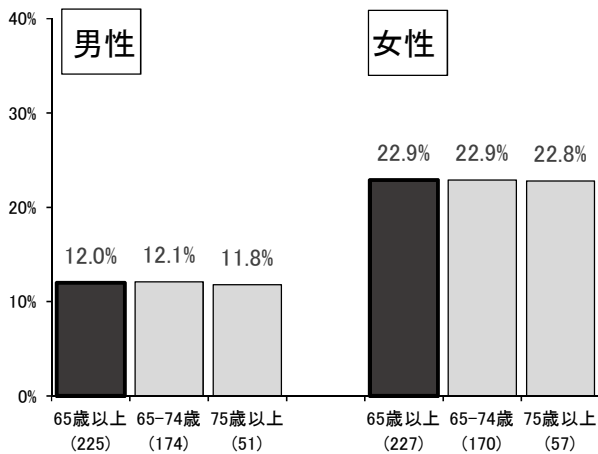
(参考) 健やか香川21ヘルスプラン(第2次)の目標

20歳代女性のやせの者(BMI 18.5未満)の割合の減少 目標値:20%

第4次かがわ食育アクションプランの目標

20歳代女性のやせの者(BMI 18.5未満)の割合の減少 目標値:15%

図5 低栄養傾向の者(BMI≤20kg/m²)の割合(65歳以上、性・年齢階級別)



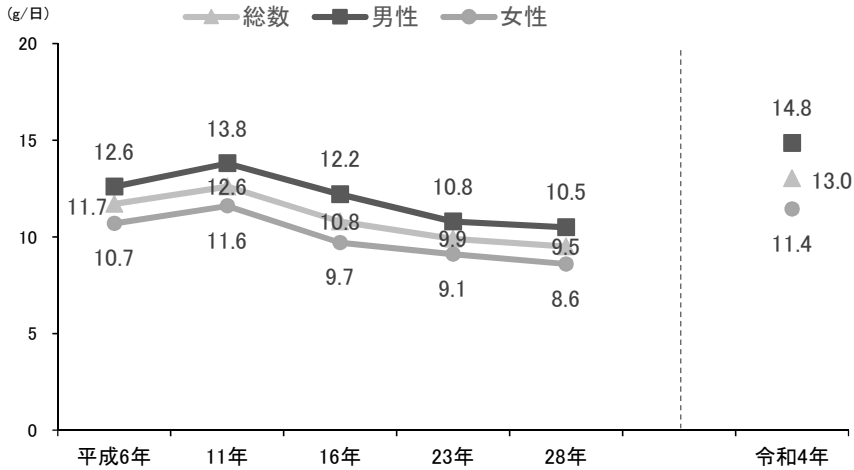
(参考) 健やか香川21ヘルスプラン(第2次)の目標

低栄養傾向(BMI 20以下)の高齢者の割合の増加の抑制 目標値:14.9%

2 栄養・食生活に関する状況

食塩摂取量の平均値は、13.0 gであり、男性 14.8 g、女性 11.4gである。
 野菜摂取量の平均値は、244.5 gであり、男性 251.6 g、女性 238.3 gである。
 また、野菜摂取量の目標量を達成している人の割合は、男性 20.0%、女性 15.7%である。

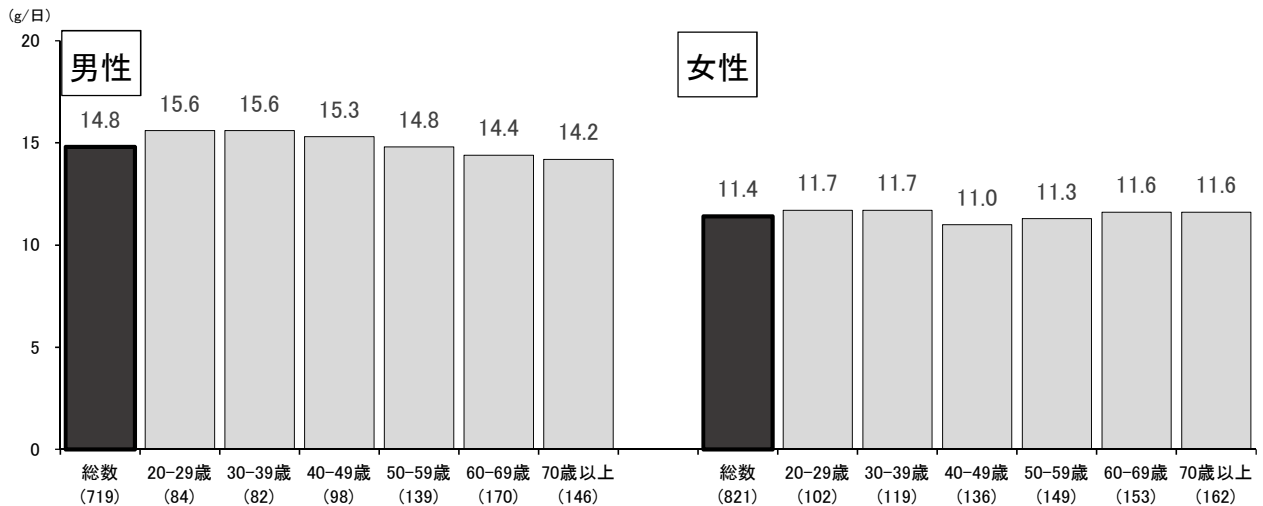
図6 食塩摂取量の平均値の年次推移(20歳以上)(平成6～令和4年)



※平成6年、11年、16年、23年、28年は秤量法、令和4年はBDHQによる。

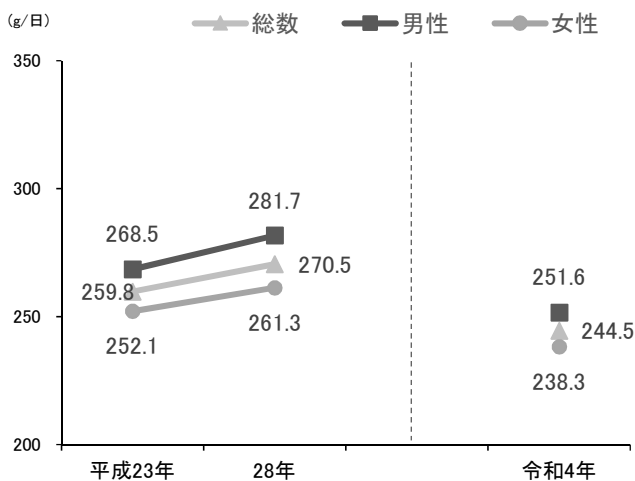
※BDHQは秤量法と比べ食塩摂取量が2g程度高くなるという報告がある。

図7 食塩摂取量の平均値(20歳以上、性・年齢階級別)



(参考) 健やか香川21ヘルスプラン(第2次)、第4次かがわ食育アクションプランの目標
 食塩摂取量(1日当たり)の減少 目標値:8.0g

図8 野菜摂取量の平均値の年次推移(20歳以上)(平成23~令和4年)



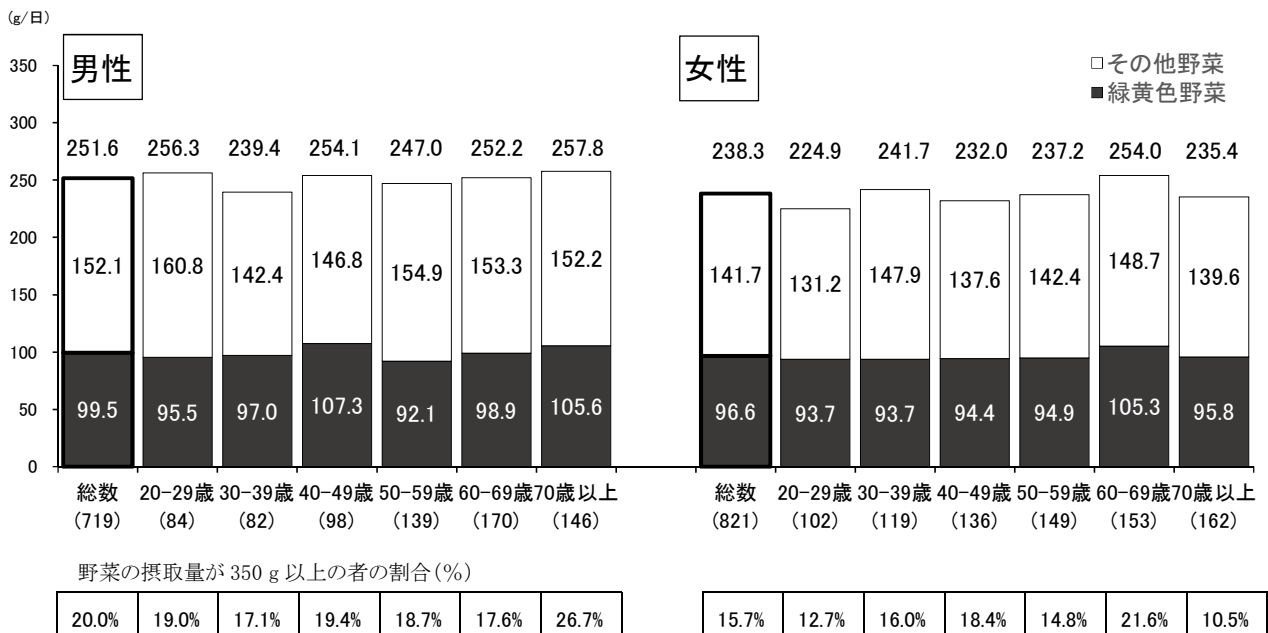
※平成23年、28年は秤量法、令和4年はBDHQによる。

※平成23年、28年の「野菜類」の内訳は、「緑黄色野菜」+「その他の野菜」+「野菜ジュース」+「漬物」である。

令和4年の「野菜類」の内訳は、「緑黄色野菜」+「その他の野菜」である。(※漬物含む値)

なお、平成28年の「野菜ジュース」摂取量の平均値は男性16.4g、女性17.2gである。

図9 野菜摂取量の平均値(20歳以上、性・年齢階級別)



(目標量の根拠)「健康日本21(第2次)」において、カリウム、ビタミンC、食物繊維等の適量摂取が期待できる量として、野菜の摂取目標を350g以上としている。

(参考) 健やか香川21ヘルスプラン(第2次)、第4次かがわ食育アクションプランの目標
野菜摂取量(1日当たり)の増加 目標値:350g

朝食を毎日食べている者の割合は、男性で 79.7%、女性で 82.3%である。
 ほとんど毎日、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日に2回以上食べている者の割合は、男性で 39.5%、女性で 38.8%である。
 1日1回以上、誰かと食事をする者の割合は、男性で 72.1%、女性で 80.4%である。
 早食いと回答した者の割合は、男性で 46.7%、女性で 32.7%である。

図 10 朝食を毎日食べている者の割合の年次推移(20歳以上)(平成23~令和4年)

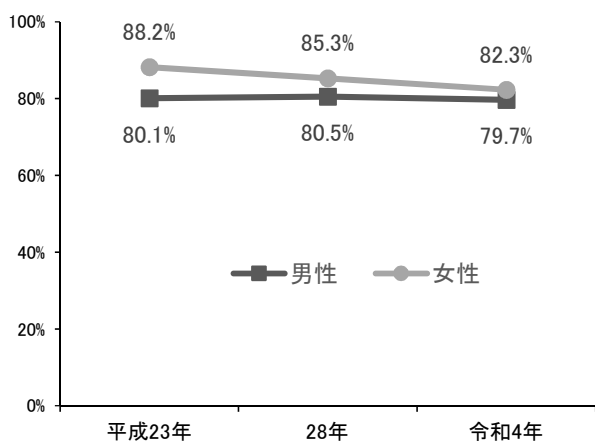
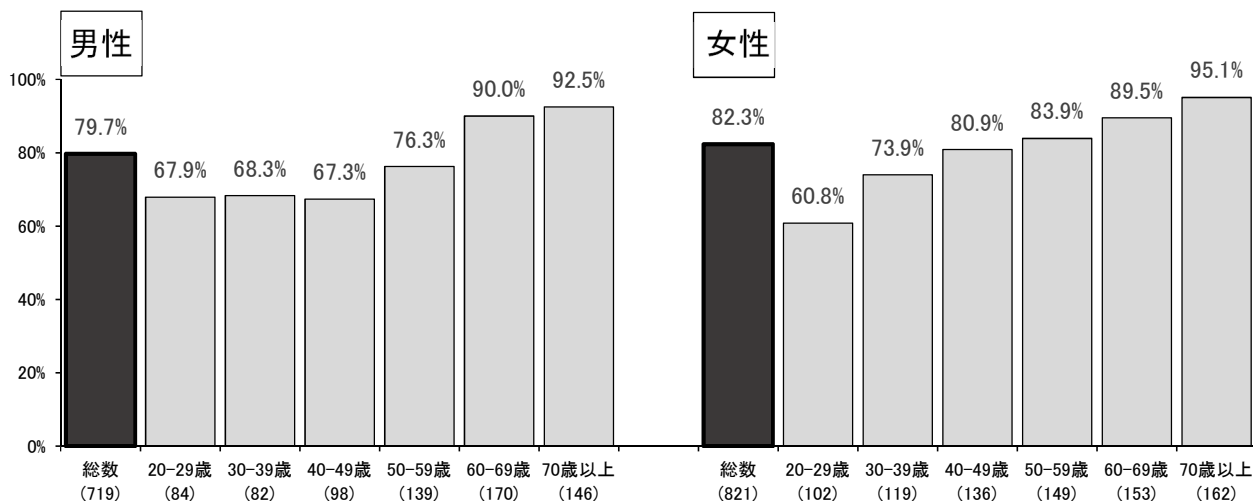


図 11 朝食を毎日食べている者の割合(20歳以上、性・年齢階級別)

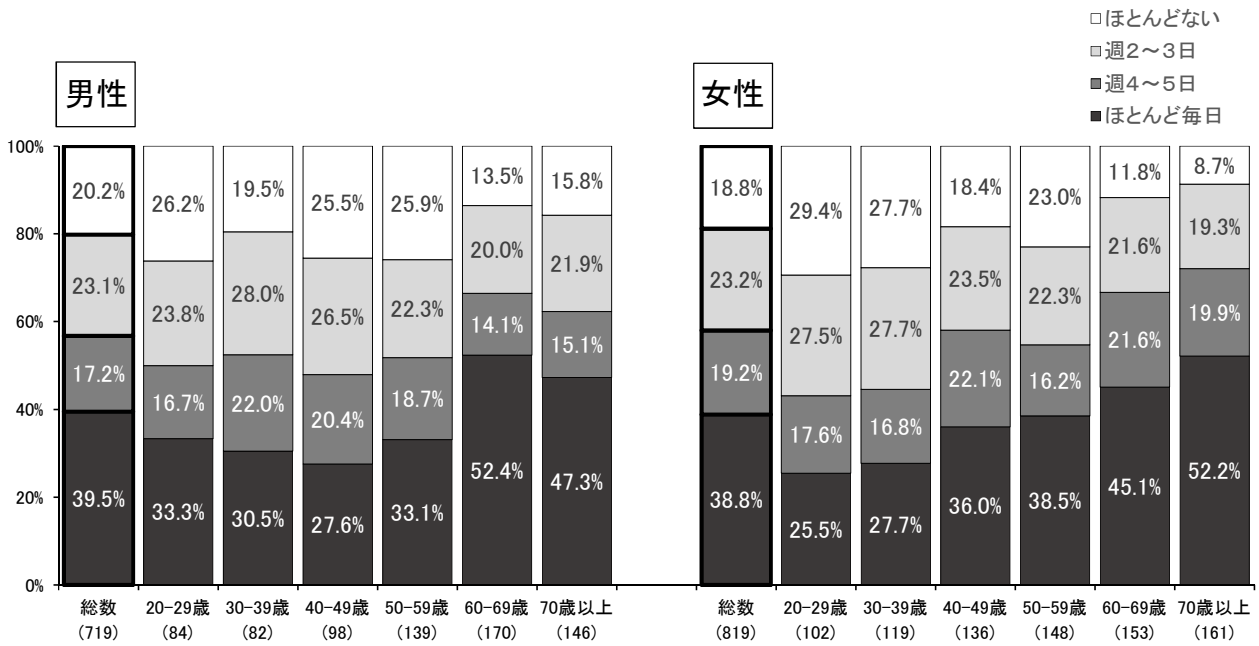
問 朝食をどの程度食べますか。



(参考) 健やか香川21ヘルスプラン(第2次)の目標
 朝食を毎日食べている者の割合の増加(30歳代) 目標値:男性 80%、女性 88%
 第4次かがわ食育アクションプランの目標
 朝食をほとんど食べない人の割合の減少 目標値:20歳代 12.5%、30歳代 15%

図 12 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の頻度(20歳以上、性・年齢階級別)

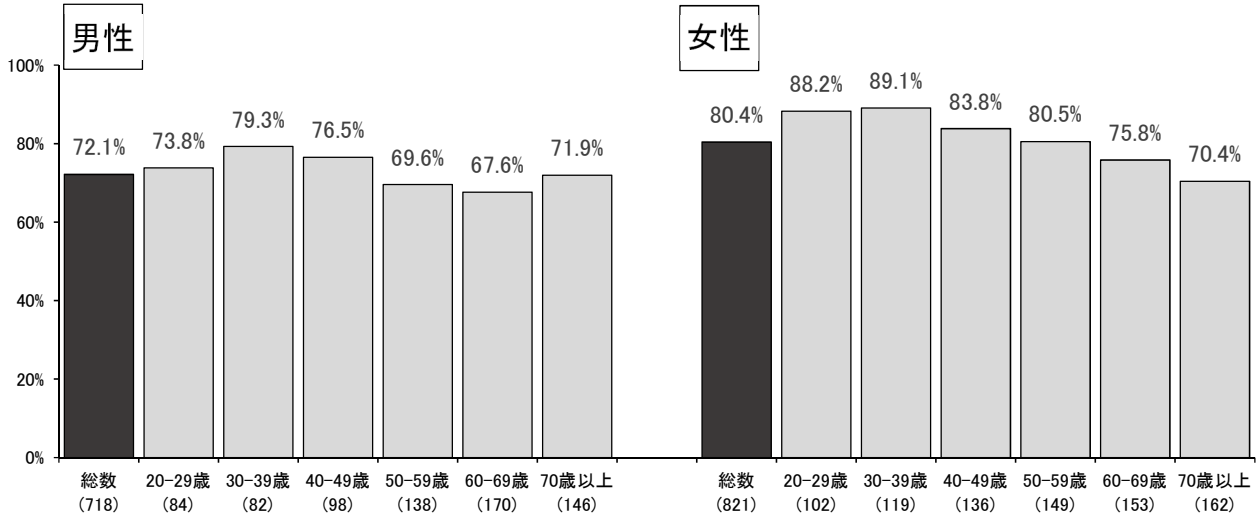
問: 主食・主菜、副菜の3種類をそろえた食事を1日に2回以上食べることは、週に何日ありますか。



(参考) 健やか香川21ヘルスプラン(第2次)の目標、第4次かがわ食育アクションプランの目標
 主食・主菜・副菜をそろえて食べるようにする者の割合の増加 目標値: 男性 90%、女性 90%

図 13 共食の頻度(20歳以上、性・年齢階級別)

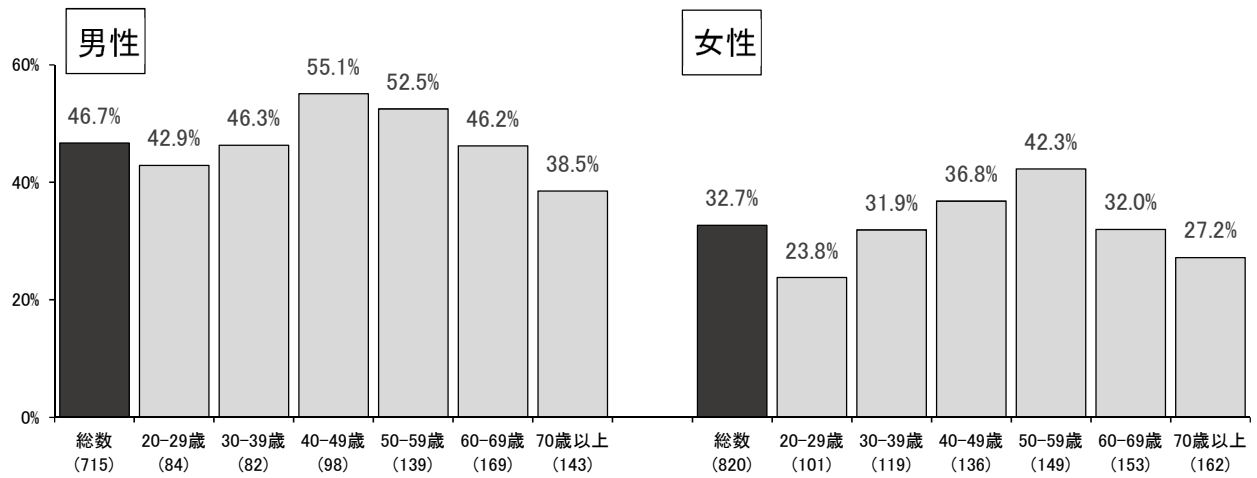
問: 毎日1回以上、家族や友人、知人と一緒に食事をとることがありますか。



(参考) 健やか香川21ヘルスプラン(第2次)、第4次かがわ食育アクションプランの目標
 1日1回以上、誰かと食事をする者の割合の増加 目標値: 85%

図 14 朝食いと回答した者の割合(20歳以上、性・年齢階級別)

問:食べる速さは。



※朝食いと回答した者とは、「かなり速い」または「やや速い」と回答した者。

(参考) 健やか香川21ヘルスプラン(第2次)の目標
 朝食いをする者の割合の減少 目標値:男性 40%、女性 30%

外食を週1回以上利用する者の割合は、男性で 56.8%、女性で 50.2%である。
 持ち帰りの弁当・惣菜を週1回以上利用する者の割合は、男性 46.1%、女性 49.9%である。
 うどんを週1回以上食べる者の割合は、男性で 78.0%、女性で 67.1%であり、うどんを食べるときに副食を添える者の割合は、男性で 85.9%、女性で 87.9%である。

図 15 外食を利用する頻度(20 歳以上、性・年齢階級別)

問: 外食(飲食店での食事)を利用する頻度は、どのくらいですか。

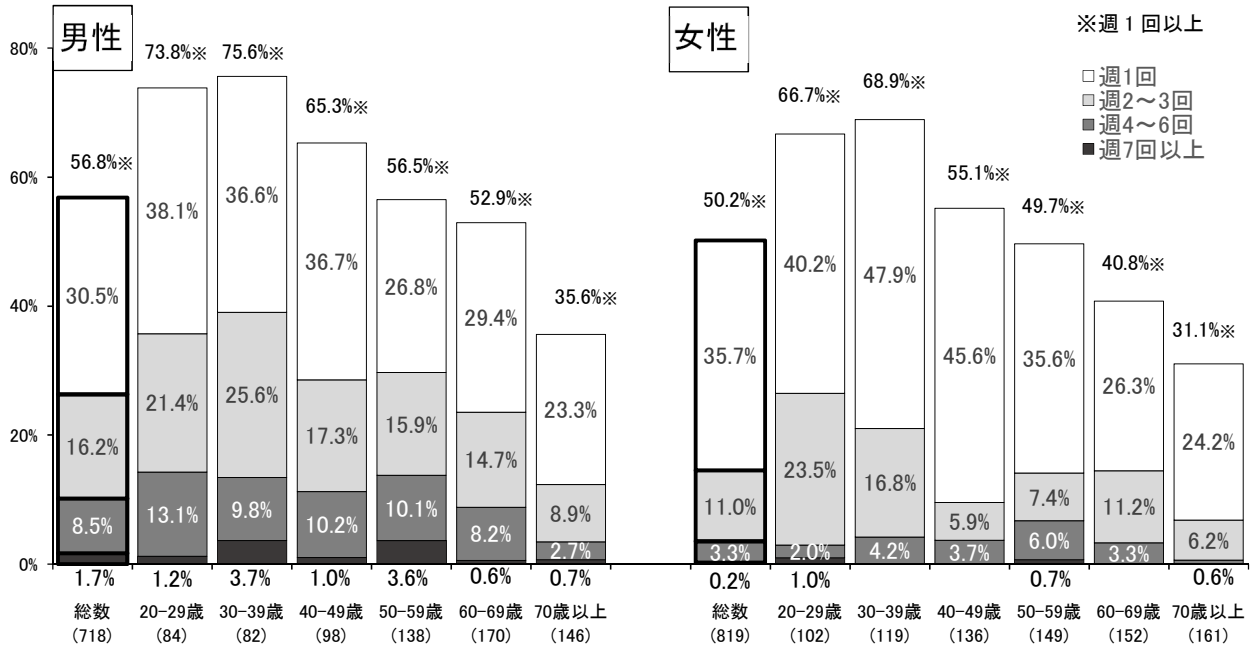


図 16 持ち帰り弁当や惣菜を利用する頻度(20 歳以上、性・年齢階級別)

問: 持ち帰り弁当・惣菜(テイクアウト含む)を利用する頻度は、どのくらいですか。

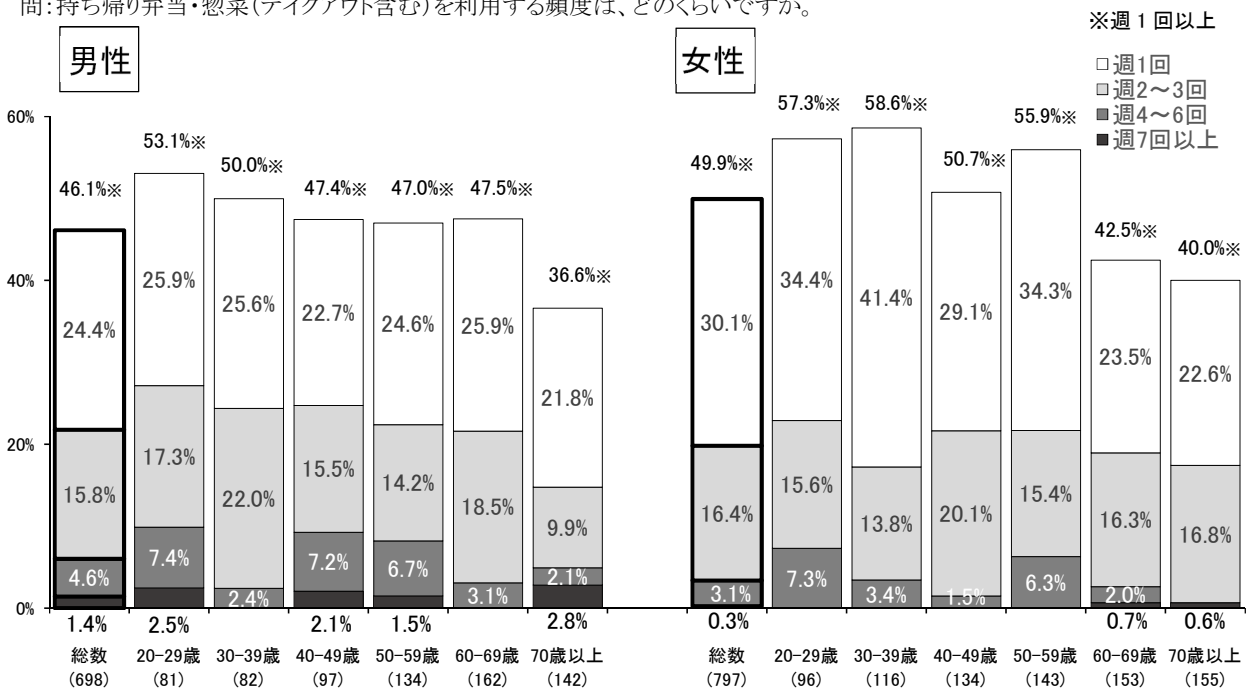


図 17 うどんを食べる頻度(20歳以上、性・年齢階級別)

問:うどんを食べる頻度は、どのくらいですか。

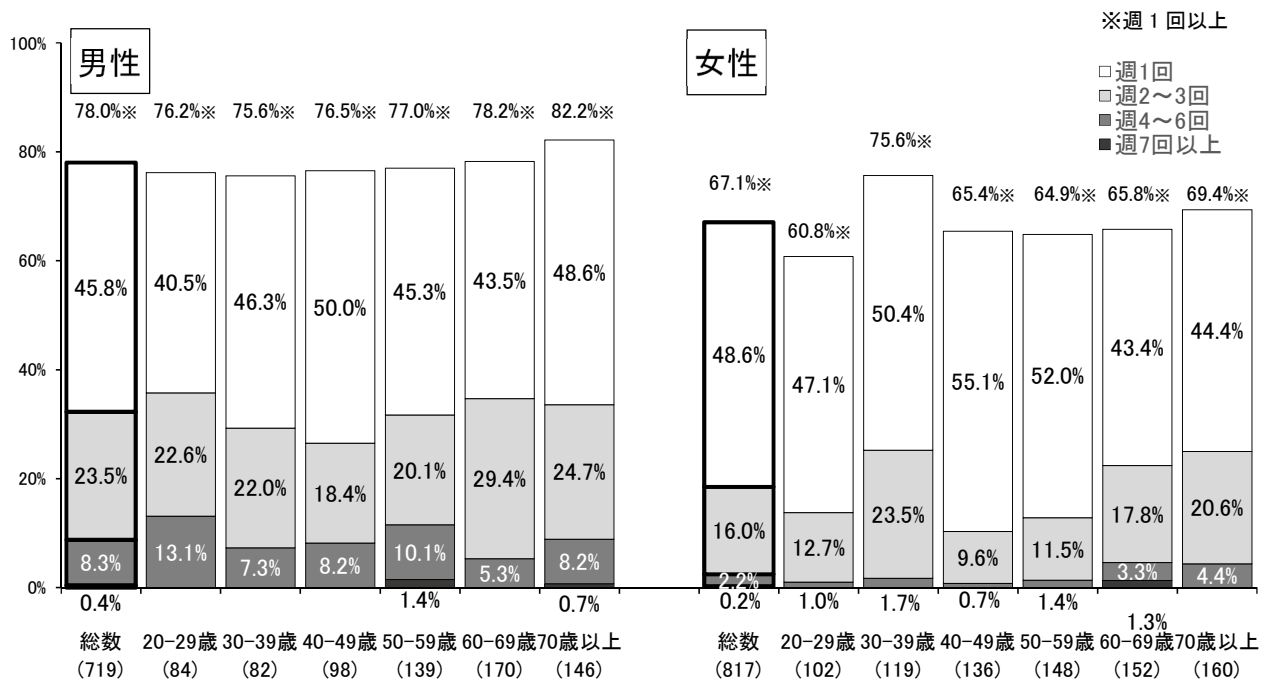
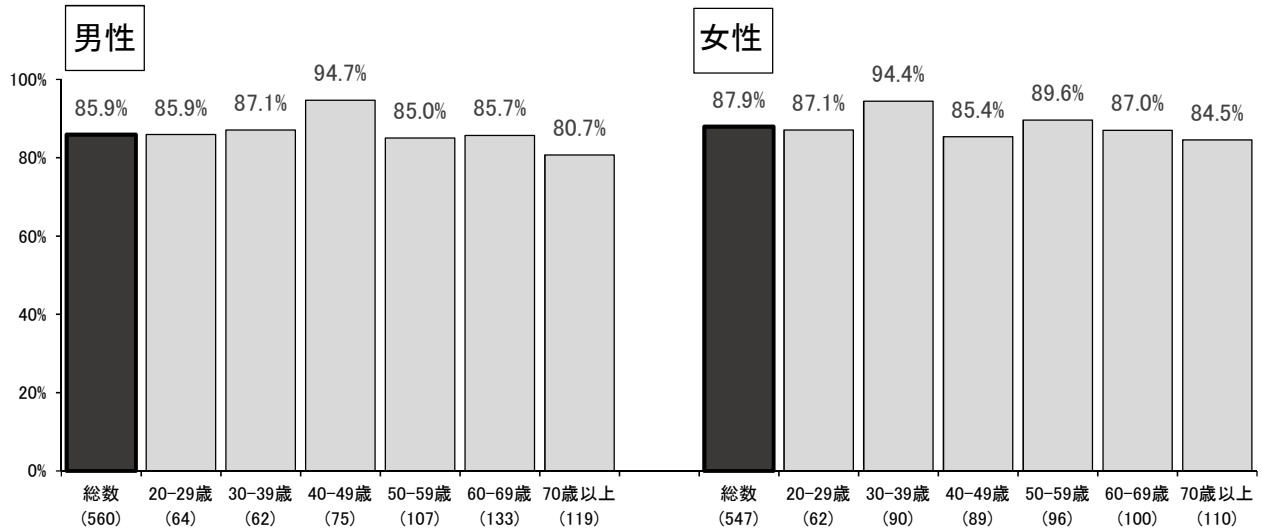


図 18 うどんを食べるときに副食を添える者の割合(20歳以上、性・年齢階級別)

問:うどんを食べるときは、どんな料理や食品と組み合わせて食べることが多いですか。



※うどんを食べる頻度について「ほとんど食べない」以外の回答を選択し、うどんを食べるときに食べることが多い料理や食品についても回答した者を集計対象とした。

※副食を添える者とは、「天ぷら類(ちくわ天、野菜天ぷら、コロッケなど)」、「野菜・海藻類(野菜小鉢、わかめうどんなど)」、「その他(おでんの卵・豆腐、肉うどんなど)」のいずれかを回答した者。

(参考) 健やか香川21ヘルスプラン(第2次)、第4次かがわ食育アクションプランの目標
うどんを食べるときに副食を添える者の割合の増加 目標値:75%

食習慣改善の意思について「関心はあるが改善するつもりはない」と回答した者の割合が最も高く、男性で30.9%、女性で29.0%である。

健康な食習慣の妨げとなる点は、「面倒くさいこと」と回答した者の割合が34.4%と最も高く、次いで「仕事(家事・育児等)が忙しくて時間がないこと」と回答した者の割合が32.5%である。

図 19 食習慣改善の意思(20歳以上、性・年齢階級別)

問:あなたは、食習慣を改善してみようと考えていますか。

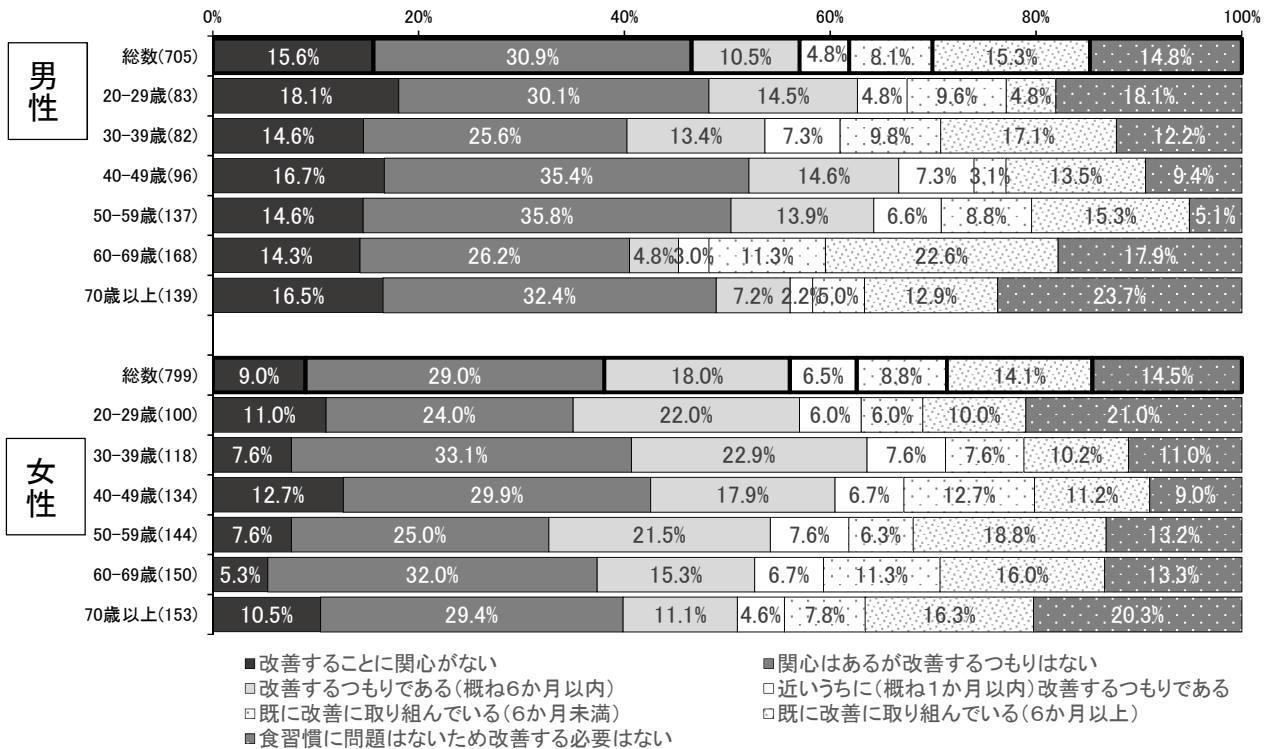
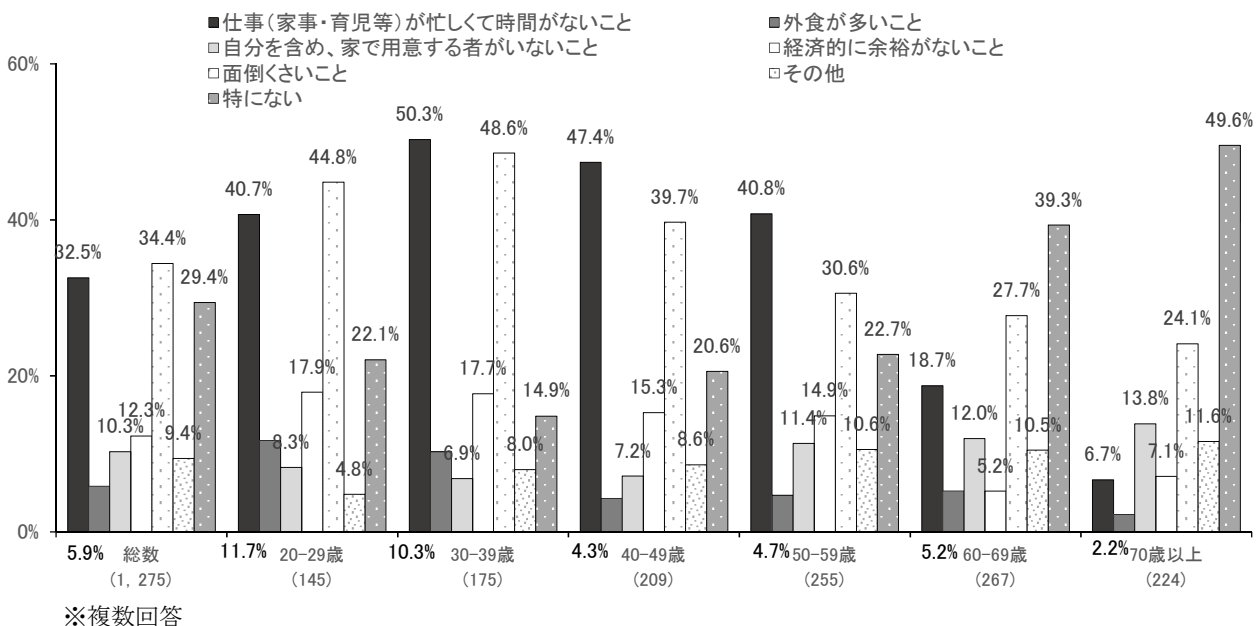


図 20 健康な食習慣の妨げとなる点(20歳以上、男女計、年齢階級別)

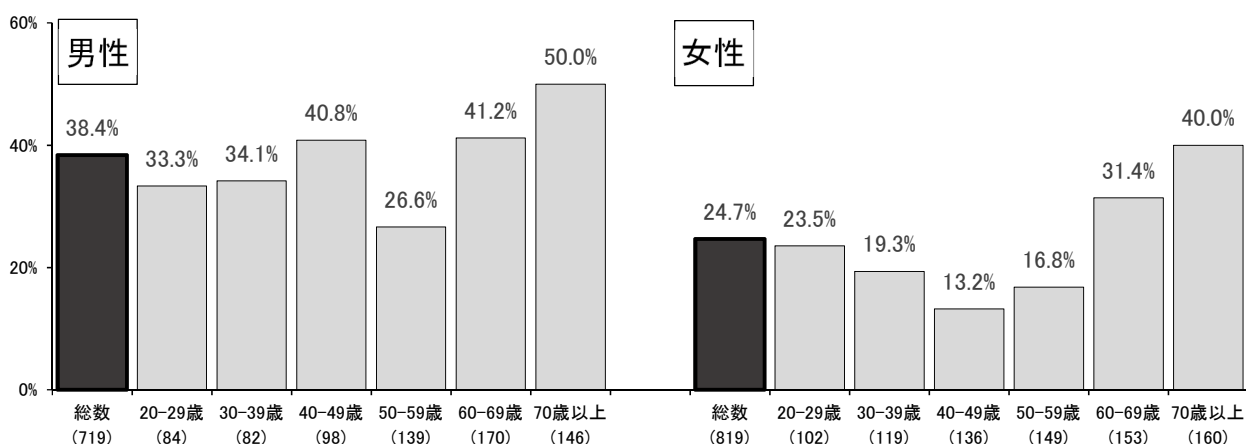


3 身体活動・運動等に関する状況

運動習慣のある者の割合は、男性で 38.4%、女性で 24.7%である。
 ロコモティブシンドロームを認知している者の割合は、男性で 18.8%、女性で 31.0%である。
 ヘモグロビン A1c を認知している者の割合は、男性で 40.2%、女性 48.9%である。

図 21 運動習慣のある者の割合(20 歳以上、性・年齢階級別)

問:1日 30 分以上の軽く汗のかく運動を週2日以上、1年以上実施していますか。

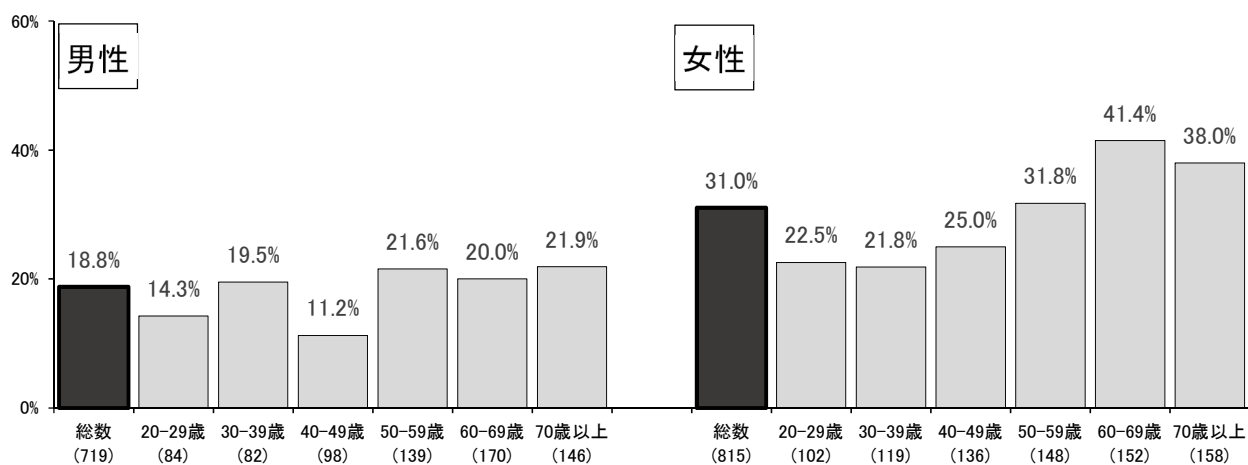


※「運動習慣のある者」とは、1回 30 分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している者。

(参考) 健やか香川21ヘルスプラン(第2次)の目標
 運動習慣者の割合の増加 目標値:20~64 歳 男性 36%、女性 33%
 65 歳以上 男性 55%、女性 42%

図 22 ロコモティブシンドロームの認知度(20 歳以上、性・年齢階級別)

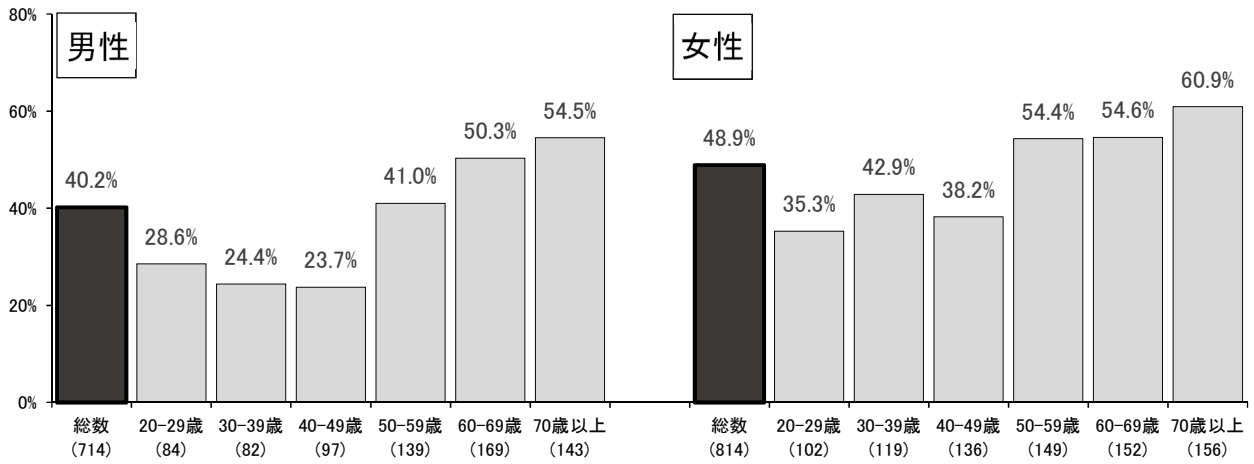
問:「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)」という言葉やその意味を知っていますか。



(参考) 健やか香川21ヘルスプラン(第2次)の目標
 ロコモティブシンドローム(運動器症候群)を認知している県民の割合の増加 目標値:80%

図 23 ヘモグロビン A1c の認知度(20 歳以上、性・年齢階級別)

問:「ヘモグロビン A1c(エーワンシー)」という言葉やその意味を知っていますか。

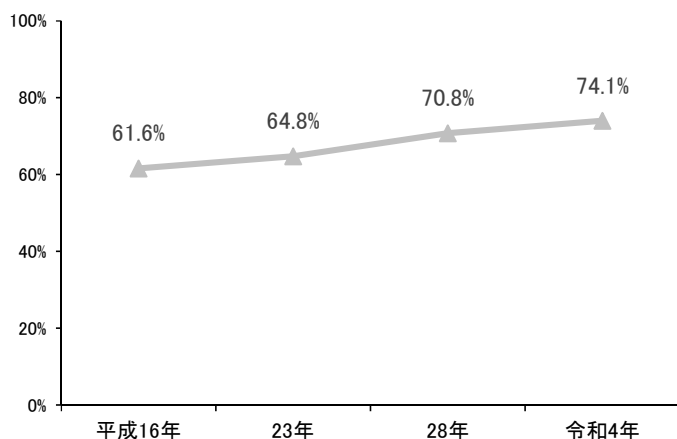


(参考) 健やか香川21ヘルスプラン(第2次)の目標
ヘモグロビン A1c 値の認知度の向上 目標値:80%

4 こころの健康等に関する状況

最近1か月間にストレスを感じた者の割合は、男性で69.3%、女性で78.2%である。
 ストレスが負担で解消法もない者の割合は、男性で22.8%、女性29.0%である。
 睡眠で休養が充分とれていない者の割合は、男性で26.5%、女性で28.2%である。

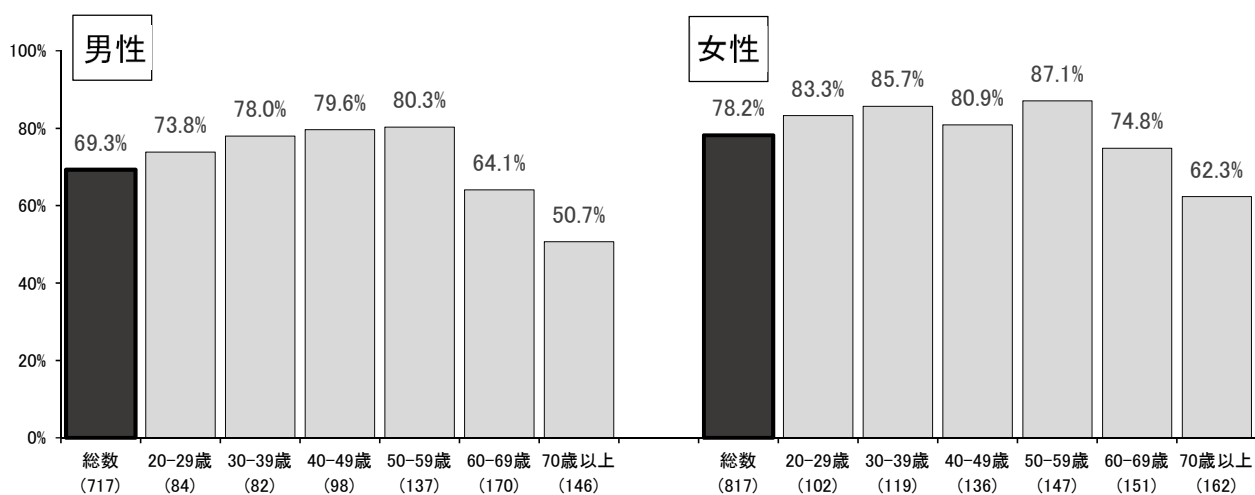
図 24 ストレスを感じた者の割合の年次推移(20歳以上)(平成16～令和4年)



※「ストレスを感じた者」とは、「少し感じた」または「かなり感じた」と回答した者。

図 25 ストレスを感じた者の割合(20歳以上、性・年齢階級別)

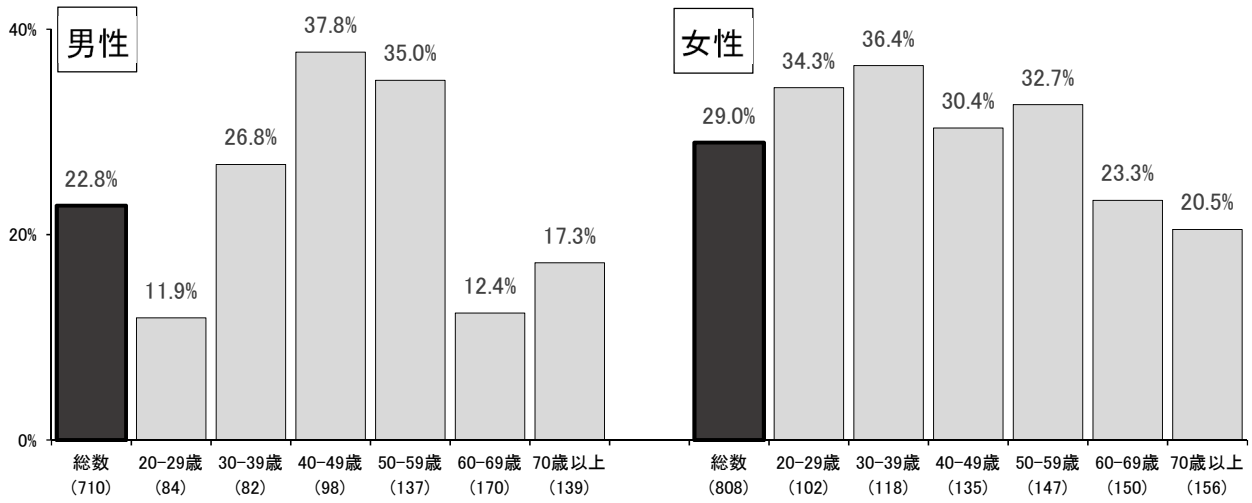
問:ここ1か月間にストレスを感じることはありましたか。



(参考) 健やか香川21ヘルスプラン(第2次)の目標
 最近1か月間にストレスを感じた者の割合の減少 目標値:58.3%

図 26 ストレスが負担で解消法もない者の割合(20歳以上、性・年齢階級別)

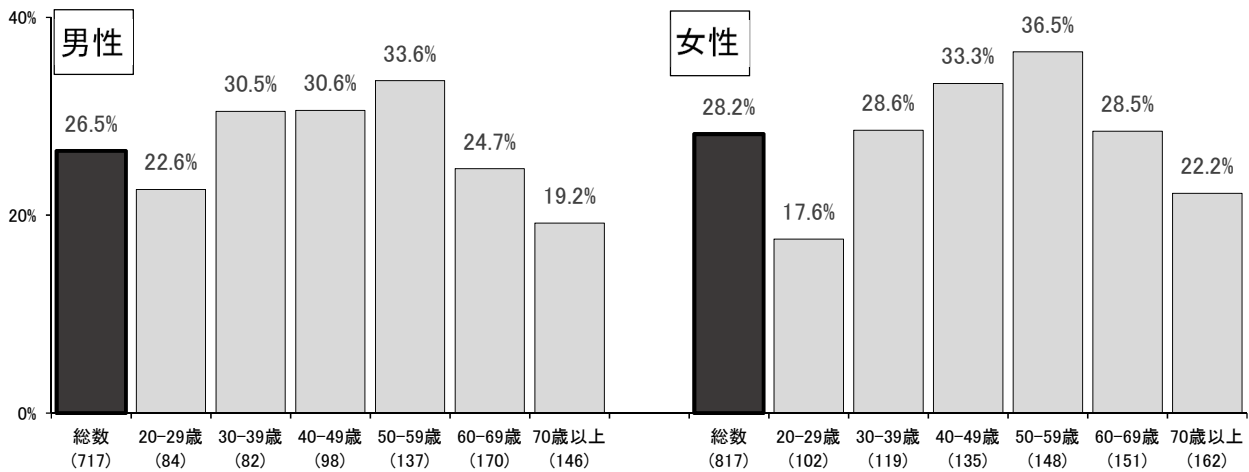
問: ストレスを感じたときどうしていますか。



(参考) 健やか香川21ヘルスプラン(第2次)の目標
 ストレスが負担で解消法もない者の割合の減少 目標値: 10.0%

図 27 睡眠で休養が充分とれていない者の割合(20歳以上、性・年齢階級別)

問: ここ1か月間、あなたは睡眠で休養が充分とれていますか。



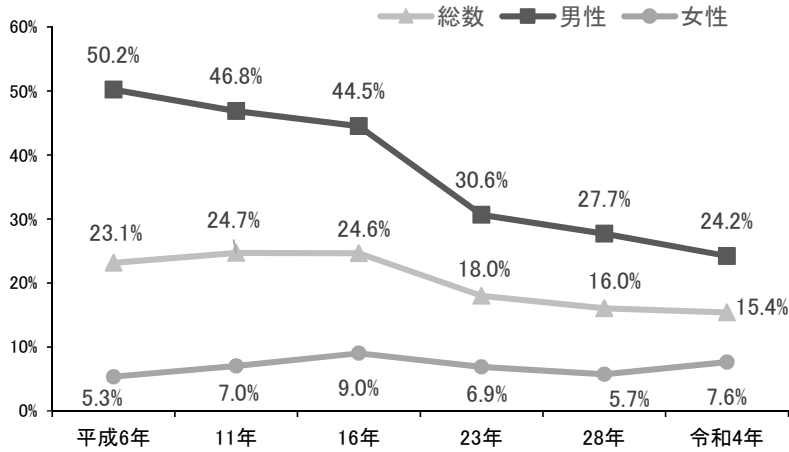
※「睡眠で休養が充分にとれていない者」とは、睡眠で休養が「あまりとれていない」または「まったくとれていない」と回答した者。

(参考) 健やか香川21ヘルスプラン(第2次)の目標
 睡眠で充分疲れが取れていない者の割合の減少 目標値: 46%

5 喫煙・飲酒に関する状況

現在習慣的に喫煙している者の割合は、15.4%であり、男性で24.2%、女性で7.6%である。
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合は、男性で21.5%、女性9.0%である。

図 28 現在習慣的に喫煙している者の割合の年次推移(20歳以上)(平成6～令和4年)

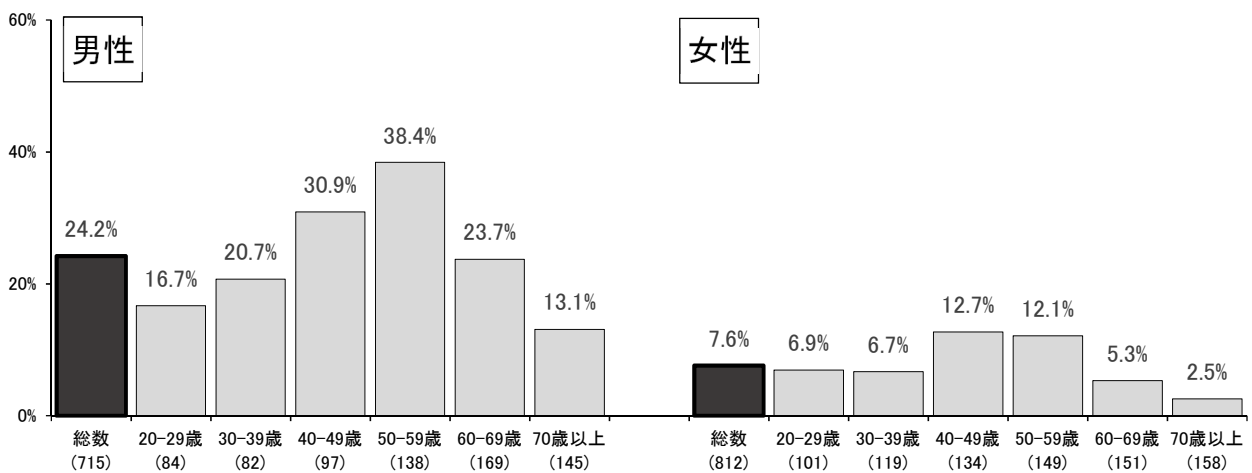


※「現在習慣的に喫煙している者」とは、たばこを「毎日吸っている」または「時々吸う日がある」と回答した者。

なお、平成6年、11年は、「現在喫煙している」と回答した者、平成16年、23年、28年は、現在の喫煙について、「1日平均して、20本以上吸う」または「1日平均して20本未満吸う」と回答した者である。

図 29 現在習慣的に喫煙している者の割合(20歳以上、性・年齢階級別)

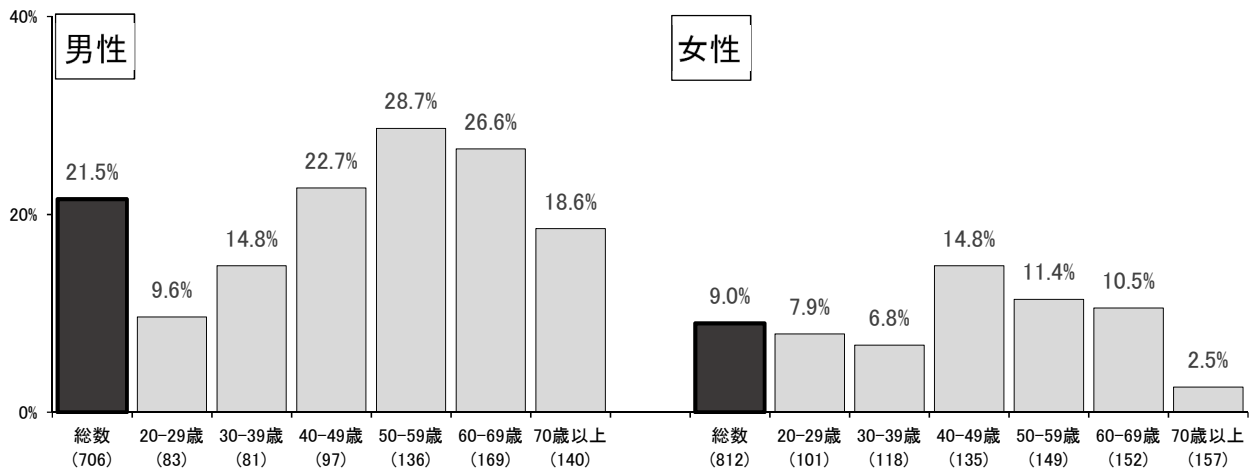
問:あなたは、たばこを吸いますか。



(参考) 健やか香川21ヘルスプラン(第2次)の目標
喫煙率の減少 目標値:8.0%

図 30 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合(20歳以上、性・年齢階級別)

問: お酒の頻度、1回に飲んだ典型的なお酒の種類組み合わせとその量



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

(参考) 健やか香川21ヘルスプラン(第2次)の目標

生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者(1日当たりの純アルコール摂取量が男性 40g以上、女性 20g以上の者)の割合の減少

目標値: 男性 12.4%、女性 6.4%

6 歯・口腔の健康に関する状況

何でもかんで食べることができる者の割合は、男性で80.7%、女性で84.7%である。
過去1年間に歯科健康診査又は歯石除去、歯面清掃を受けた者の割合は、男性で55.9%、女性で67.5%である。

図 31 60 歳代における何でもかんで食べることができる者の割合の年次推移(平成 23～令和4年)

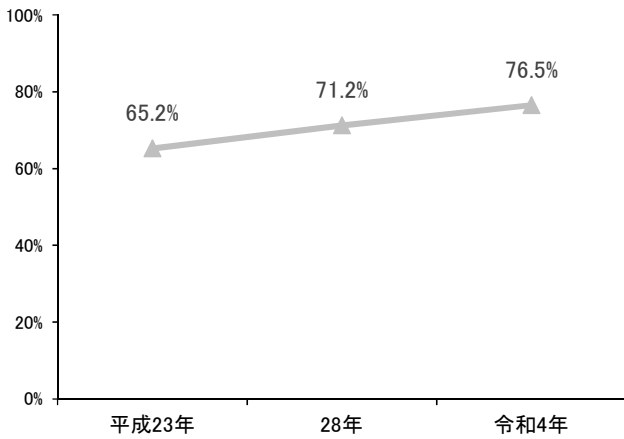
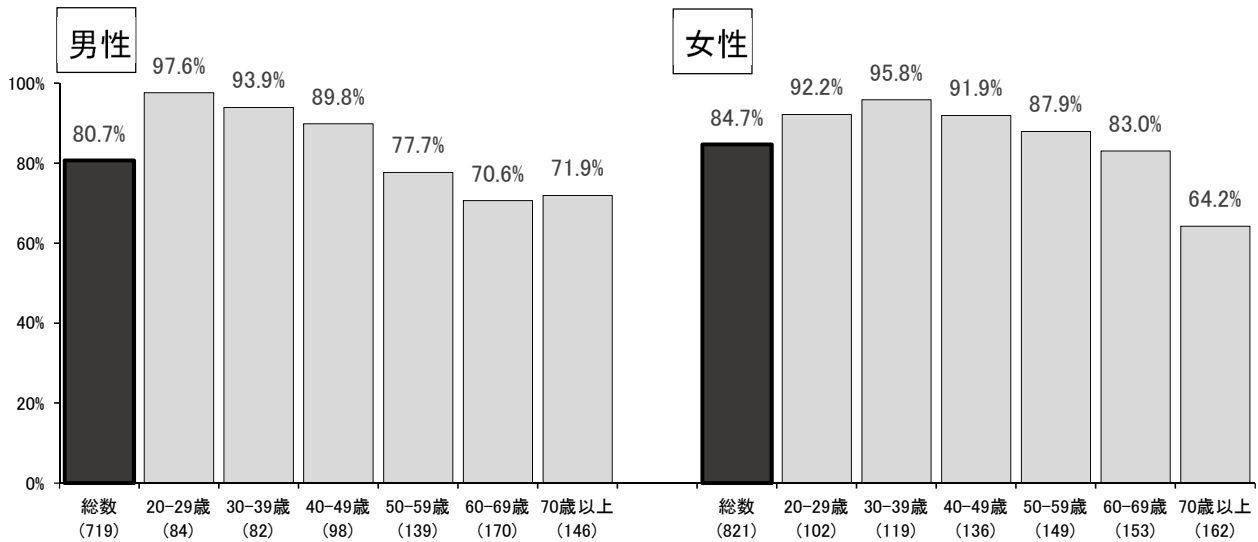


図 32 何でもかんで食べることができる者の割合(20 歳以上、性・年齢階級別)

問: 食べ物をかんで食べる時の状態についてお答えください。



(参考) 健やか香川21ヘルスプラン(第2次)の目標

60 歳代における何でもかんで食べることができる者の割合の増加 目標値:80%

図 33 過去1年以内に歯科健康診査又は歯石除去、歯面清掃を受けた者の割合の年次推移(20歳以上)
(平成23～令和4年)

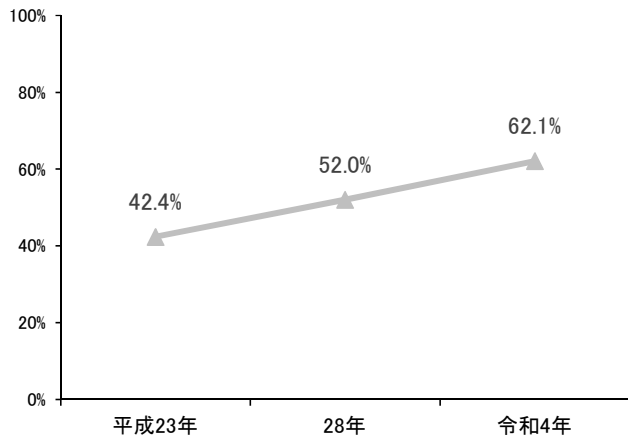
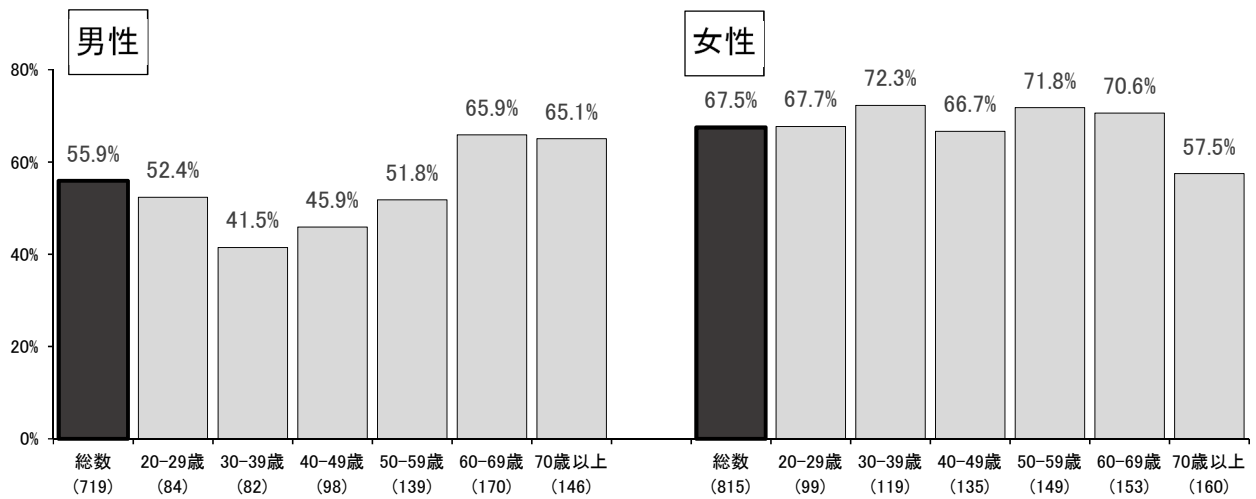


図 34 歯科健康診査又は歯石除去、歯面清掃の状況(20歳以上、性・年齢階級別)

問:過去1年間に歯科健診または歯石の除去、歯面の清掃を受けたことがありますか。



(参考) 健やか香川21ヘルスプラン(第2次)の目標

過去1年以内に歯科健康診査又は歯石除去、歯面清掃を受けた者の割合の増加 目標値:65%

III 統計表

第3表 エネルギー・栄養素別1日あたり摂取量(EER調整値)-年齢階級別、平均値、標準偏差、中央値-女性

		総数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数	人	821			102			119			136			149		
たんぱく質	g	75.0	13.9	74.4	75.9	15.4	75.0	75.6	14.2	73.4	72.9	12.9	74.5	73.7	12.5	74.2
脂質	g	62.5	13.4	62.8	65.8	13.1	66.5	66.1	13.1	65.7	63.4	13.9	64.0	63.6	13.3	63.7
飽和脂肪酸	g	17.29	4.67	17.12	18.16	4.13	18.52	18.26	4.88	17.55	17.71	5.09	17.58	17.70	4.78	17.87
n-6系多価不飽和脂肪酸	g	11.90	2.85	11.80	12.66	3.04	12.60	12.77	2.63	12.79	12.15	2.80	11.86	12.21	2.94	11.94
n-3系多価不飽和脂肪酸	g	2.85	0.86	2.80	2.86	0.92	2.72	2.89	0.85	2.80	2.68	0.78	2.63	2.83	0.80	2.81
コレステロール	mg	444	153	431	481	168	460	446	144	447	421	148	416	439	146	429
炭水化物	g	250.9	41.5	252.3	257.6	45.4	257.1	263.9	42.5	264.6	260.1	41.2	261.6	253.6	37.9	254.9
総食物繊維	g	12.3	3.8	11.9	11.9	3.7	12.0	12.5	4.2	11.6	11.9	3.9	11.4	12.3	3.9	11.8
アルコール	g	5.8	16.6	0.0	6.4	18.4	0.0	4.8	15.2	0.0	8.9	19.4	0.0	8.4	20.5	0.0
ビタミンA	μg	761	464	659	726	390	631	719	366	612	733	367	664	807	668	653
ビタミンD	μg	14.2	8.9	11.8	12.0	7.5	10.6	12.3	8.4	9.8	11.8	6.7	10.9	13.2	7.8	11.1
α-トコフェロール	mg	8.1	2.1	8.1	8.1	2.3	8.0	8.2	2.0	8.4	8.1	2.2	8.2	8.2	2.0	8.3
ビタミンK	μg	297	171	258	334	222	266	299	188	255	271	143	246	302	176	264
ビタミンB ₁	mg	0.83	0.18	0.83	0.84	0.18	0.86	0.85	0.20	0.84	0.82	0.19	0.79	0.83	0.18	0.82
ビタミンB ₂	mg	1.43	0.38	1.40	1.41	0.39	1.34	1.38	0.36	1.36	1.35	0.36	1.30	1.48	0.39	1.44
ナイアシン	mg	18.5	5.1	17.9	17.2	6.0	16.8	17.9	4.8	16.9	18.7	4.9	18.4	19.0	4.8	18.2
ビタミンB ₆	mg	1.32	0.35	1.30	1.30	0.39	1.26	1.31	0.36	1.26	1.29	0.35	1.28	1.32	0.32	1.31
ビタミンB ₁₂	μg	9.9	5.2	8.8	8.9	5.3	7.4	8.8	5.1	7.1	8.6	4.2	8.0	9.4	4.5	8.2
葉酸	μg	344	127	328	329	130	313	321	132	292	325	119	311	361	138	333
パントテン酸	mg	6.90	1.41	6.80	7.15	1.65	6.88	6.97	1.45	6.93	6.69	1.35	6.69	6.94	1.34	6.76
ビタミンC	mg	111	53	102	101	46	95	99	51	86	103	54	99	115	56	103
ナトリウム	mg	4,524	991	4,399	4,609	1,109	4,567	4,624	1,034	4,457	4,356	1,016	4,290	4,455	899	4,366
カリウム	mg	2,663	735	2,627	2,491	766	2,423	2,591	777	2,422	2,587	705	2,551	2,722	725	2,700
カルシウム	mg	586	199	565	529	179	505	564	203	538	551	182	521	586	200	570
マグネシウム	mg	261	60	258	245	65	243	256	63	245	255	54	245	265	58	264
リン	mg	1,128	230	1,106	1,098	233	1,073	1,120	232	1,086	1,094	211	1,077	1,123	216	1,121
鉄	mg	8.2	2.1	8.1	8.3	2.3	8.5	8.1	2.2	8.1	7.8	2.0	7.6	8.3	2.3	8.0
亜鉛	mg	8.7	1.4	8.7	9.1	1.5	9.2	9.0	1.5	8.9	8.7	1.4	8.6	8.6	1.4	8.6
銅	mg	1.17	0.22	1.15	1.20	0.25	1.20	1.19	0.24	1.17	1.14	0.22	1.12	1.16	0.24	1.14
マンガン	mg	3.24	1.08	3.02	3.08	1.06	2.80	3.11	1.15	2.81	3.16	0.97	2.96	3.44	1.18	3.37
食塩相当量	g	11.4	2.5	11.1	11.7	2.8	11.6	11.7	2.6	11.2	11.0	2.6	10.8	11.3	2.3	11.0

60-69歲			70歲以上			(再揭)40~74歲			(再揭)65~74歲			(再揭)75歲以上		
平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值
153			162			543			170			57		
76.7	14.7	75.1	75.3	13.8	75.4	74.6	13.4	74.5	76.0	14.1	74.7	75.8	15.2	76.0
62.3	11.9	62.7	56.1	12.6	56.8	62.0	13.0	62.2	58.9	11.8	60.0	53.1	13.5	55.4
17.56	4.41	17.42	15.04	3.90	15.31	17.21	4.68	16.97	16.05	4.14	15.88	14.40	3.86	14.93
11.55	2.54	11.69	10.62	2.68	10.69	11.79	2.74	11.63	11.14	2.46	11.29	9.75	2.82	9.54
2.89	0.88	2.87	2.93	0.93	2.91	2.83	0.83	2.81	2.92	0.85	2.92	2.90	1.07	2.83
454	169	429	432	138	419	436	151	419	436	153	409	445	147	465
242.3	40.3	240.9	235.3	36.5	231.3	248.7	39.7	249.8	237.0	36.9	233.2	233.4	40.8	229.5
12.8	4.1	12.2	12.4	3.1	12.2	12.4	3.8	11.9	12.7	3.7	12.2	12.2	3.3	12.1
5.9	16.7	0.0	1.4	4.7	0.0	6.5	17.3	0.0	2.8	10.0	0.0	1.0	3.7	0.0
774	473	659	782	405	720	767	490	669	764	361	699	849	505	736
15.7	9.0	13.7	18.6	10.5	17.3	14.4	8.5	12.4	17.1	9.1	14.6	20.8	12.1	20.1
8.2	2.0	8.0	7.8	2.0	7.7	8.1	2.0	8.1	8.0	2.0	7.9	7.4	2.1	7.4
305	167	265	280	135	256	291	157	260	295	148	265	277	149	241
0.86	0.19	0.87	0.81	0.16	0.80	0.83	0.18	0.83	0.84	0.19	0.83	0.80	0.16	0.80
1.51	0.39	1.48	1.41	0.36	1.40	1.44	0.38	1.41	1.45	0.39	1.45	1.41	0.36	1.44
19.0	5.4	18.2	18.5	5.0	17.9	18.8	5.0	18.3	18.9	5.4	18.5	18.3	5.5	17.4
1.37	0.38	1.33	1.34	0.34	1.33	1.33	0.34	1.31	1.36	0.36	1.34	1.34	0.37	1.34
10.6	4.9	10.3	12.0	6.0	10.9	9.9	4.8	9.2	11.2	4.8	10.7	13.1	7.3	11.9
369	133	348	348	103	337	351	125	333	358	116	347	351	118	347
7.05	1.45	6.91	6.71	1.24	6.72	6.87	1.35	6.77	6.89	1.36	6.83	6.70	1.32	6.71
122	54	119	122	52	114	115	55	108	123	54	119	122	52	126
4,568	984	4,456	4,563	939	4,499	4,485	970	4,375	4,571	989	4,473	4,542	872	4,507
2,835	767	2,828	2,673	655	2,667	2,714	724	2,685	2,771	745	2,755	2,643	652	2,622
646	206	628	610	200	594	597	202	573	622	211	610	623	178	599
276	62	275	263	55	259	265	58	261	271	60	262	264	54	261
1,177	244	1,138	1,141	234	1,128	1,132	227	1,120	1,156	239	1,131	1,160	242	1,173
8.6	2.2	8.3	8.3	1.9	8.3	8.2	2.1	8.1	8.4	2.0	8.3	8.4	2.1	8.3
8.7	1.4	8.7	8.3	1.1	8.4	8.6	1.3	8.6	8.5	1.3	8.5	8.3	1.0	8.6
1.17	0.22	1.16	1.15	0.18	1.14	1.16	0.22	1.14	1.16	0.20	1.15	1.17	0.16	1.15
3.34	1.11	3.23	3.23	0.95	3.15	3.30	1.09	3.13	3.27	1.11	3.13	3.25	0.77	3.24
11.6	2.5	11.2	11.6	2.4	11.4	11.3	2.5	11.1	11.6	2.5	11.3	11.5	2.2	11.5

第6表 エネルギー・栄養素別1日あたり摂取量(粗値)-年齢階級別、平均値、標準偏差、中央値-女性

		総数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数	人	821			102			119			136			149		
エネルギー	kcal	1,588	520	1,544	1,460	495	1,391	1,623	542	1,608	1,558	466	1,514	1,538	488	1,465
たんぱく質	g	61.8	24.4	57.7	54.6	18.7	51.4	60.8	23.2	57.0	57.0	21.2	53.9	57.6	20.7	54.3
脂質	g	51.1	19.0	48.9	46.9	15.3	46.3	52.9	19.3	50.2	49.3	17.9	47.2	49.6	17.7	47.4
飽和脂肪酸	g	14.17	5.90	13.38	13.02	4.70	12.91	14.69	6.13	13.21	13.81	5.68	12.66	13.86	5.71	12.89
n-6系多価不飽和脂肪酸	g	9.66	3.51	9.29	8.98	2.92	8.60	10.12	3.48	9.82	9.40	3.36	8.70	9.47	3.38	9.38
n-3系多価不飽和脂肪酸	g	2.36	1.11	2.14	2.04	0.82	1.93	2.32	1.01	2.16	2.11	0.99	1.89	2.22	0.95	2.08
コレステロール	mg	367	179	348	344	145	334	358	155	361	332	166	303	343	156	333
炭水化物	g	206.9	77.5	196.2	191.2	84.0	177.1	213.4	78.5	201.6	203.2	67.6	194.9	199.0	75.1	193.1
総食物繊維	g	10.2	4.7	9.3	8.6	3.7	8.1	10.0	4.4	9.3	9.3	4.1	8.6	9.6	4.2	8.8
アルコール	g	4.8	13.8	0.0	4.7	13.8	0.0	4.0	12.9	0.0	7.5	16.6	0.0	6.6	17.0	0.0
ビタミンA	μg	636	541	540	524	310	445	584	369	496	567	318	501	651	722	526
ビタミンD	μg	12.2	10.0	9.0	8.7	6.0	6.9	10.2	8.5	7.6	9.6	7.5	7.5	10.6	8.2	8.5
α-トコフェロール	mg	6.6	2.8	6.2	5.8	2.1	5.7	6.6	2.5	6.2	6.3	2.7	5.9	6.4	2.5	6.2
ビタミンK	μg	243	158	204	235	145	209	237	165	187	214	143	175	236	147	199
ビタミンB ₁	mg	0.69	0.28	0.64	0.60	0.22	0.58	0.68	0.28	0.64	0.64	0.24	0.60	0.64	0.23	0.63
ビタミンB ₂	mg	1.17	0.49	1.09	1.00	0.36	0.95	1.10	0.42	1.04	1.05	0.42	0.99	1.15	0.44	1.07
ナイアシン	mg	15.1	6.6	14.1	12.4	5.3	11.8	14.4	6.5	13.1	14.5	6.0	12.9	14.8	5.7	13.8
ビタミンB ₆	mg	1.10	0.49	1.01	0.94	0.40	0.88	1.06	0.47	0.94	1.01	0.45	0.93	1.04	0.40	0.99
ビタミンB ₁₂	μg	8.4	6.0	6.6	6.5	4.2	5.1	7.2	5.3	5.6	6.9	4.8	5.6	7.5	5.1	5.9
葉酸	μg	284	143	256	236	111	231	257	129	224	254	128	227	283	132	256
パントテン酸	mg	5.68	2.20	5.36	5.13	1.82	4.83	5.58	2.05	5.38	5.24	1.97	5.02	5.42	1.93	5.19
ビタミンC	mg	93	56	80	73	40	66	80	49	67	81	51	67	90	49	77
ナトリウム	mg	3,659	1,319	3,421	3,236	962	3,172	3,612	1,048	3,412	3,326	1,041	3,185	3,422	1,164	3,190
カリウム	mg	2,191	945	2,065	1,790	725	1,683	2,073	882	1,911	2,021	851	1,826	2,110	790	2,046
カルシウム	mg	485	236	447	380	158	368	452	208	414	433	199	390	456	199	434
マグネシウム	mg	215	88	203	176	66	167	205	79	198	200	77	188	206	75	197
リン	mg	933	383	867	792	280	751	901	345	847	859	332	817	878	319	820
鉄	mg	6.8	3.0	6.3	6.0	2.3	5.7	6.5	2.7	6.1	6.1	2.6	5.7	6.5	2.7	6.0
亜鉛	mg	7.2	2.6	6.9	6.6	2.3	6.0	7.2	2.6	7.0	6.8	2.3	6.7	6.7	2.3	6.6
銅	mg	0.96	0.38	0.91	0.87	0.33	0.81	0.95	0.35	0.91	0.89	0.34	0.86	0.91	0.36	0.85
マンガン	mg	2.65	1.14	2.49	2.24	1.04	2.13	2.47	1.06	2.31	2.45	0.95	2.34	2.67	1.14	2.58
食塩相当量	g	9.3	3.3	8.7	8.2	2.4	8.1	9.1	2.7	8.6	8.4	2.6	8.1	8.6	2.9	8.1

60-69歲			70歲以上			(再揭)40~74歲			(再揭)65~74歲			(再揭)75歲以上		
平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值
153			162			543			170			57		
1,624	521	1,600	1,680	571	1,619	1,583	504	1,527	1,616	572	1,587	1,787	607	1,639
65.8	26.7	62.2	71.5	28.4	65.8	61.7	23.8	57.7	67.2	26.6	63.7	78.8	33.5	75.5
53.1	19.7	52.2	53.2	21.7	51.3	50.9	18.5	48.5	52.0	20.2	50.6	55.8	26.4	55.0
15.02	6.11	14.53	14.28	6.44	13.64	14.15	5.76	13.30	14.14	5.99	13.48	15.30	8.05	14.63
9.77	3.48	9.38	10.02	4.06	9.71	9.63	3.48	9.28	9.85	3.88	9.68	10.11	4.61	9.48
2.49	1.23	2.32	2.78	1.30	2.63	2.35	1.09	2.14	2.59	1.15	2.40	3.03	1.57	3.04
390	194	355	419	213	382	362	177	340	390	193	366	476	251	462
208.0	75.8	199.6	221.5	82.0	205.1	205.4	74.9	195.6	210.7	83.6	196.8	235.7	80.5	218.7
11.0	5.3	10.2	11.8	5.2	11.1	10.3	4.7	9.4	11.4	5.4	10.8	12.6	5.5	12.0
4.8	13.9	0.0	1.5	5.1	0.0	5.4	14.6	0.0	2.6	10.0	0.0	1.0	3.5	0.0
684	677	565	743	552	655	640	563	546	663	342	614	904	809	748
13.9	10.6	11.3	18.0	12.8	14.3	12.3	9.5	9.4	15.4	10.5	12.4	22.0	15.4	18.7
7.0	2.9	6.7	7.4	3.2	7.2	6.7	2.8	6.3	7.1	3.0	6.8	7.8	3.6	7.3
263	172	228	267	167	246	242	153	204	264	166	245	288	205	249
0.74	0.32	0.69	0.77	0.31	0.73	0.69	0.27	0.65	0.74	0.30	0.70	0.83	0.36	0.79
1.28	0.54	1.19	1.33	0.57	1.26	1.18	0.48	1.10	1.26	0.50	1.19	1.48	0.70	1.44
16.1	6.8	15.1	17.4	7.4	16.2	15.5	6.3	14.3	16.5	6.9	15.5	18.8	8.6	17.4
1.18	0.52	1.13	1.27	0.55	1.21	1.10	0.47	1.02	1.20	0.50	1.14	1.40	0.65	1.40
9.2	6.1	7.9	11.6	7.6	10.5	8.4	5.6	7.1	9.9	5.6	8.9	14.0	9.8	12.3
315	162	277	331	155	306	290	141	265	314	143	294	366	193	337
6.03	2.39	5.58	6.37	2.52	5.93	5.67	2.15	5.33	6.07	2.30	5.72	6.97	2.98	6.62
105	59	92	117	66	108	96	56	83	109	62	96	129	73	123
3,850	1,457	3,681	4,277	1,625	4,024	3,643	1,320	3,407	3,992	1,578	3,803	4,665	1,807	4,554
2,418	1,023	2,257	2,535	1,082	2,362	2,234	926	2,105	2,432	1,024	2,237	2,751	1,237	2,658
551	255	504	581	285	541	493	231	460	546	256	516	656	334	625
236	95	220	250	104	236	219	86	207	239	99	222	274	118	268
1,009	417	932	1,087	461	1,019	938	373	869	1,023	422	958	1,212	544	1,154
7.4	3.2	7.0	7.9	3.5	7.4	6.8	2.9	6.4	7.5	3.2	7.1	8.8	4.1	8.7
7.5	2.9	7.3	7.9	2.9	7.5	7.1	2.6	6.8	7.5	2.9	7.2	8.6	3.4	7.8
1.01	0.39	0.98	1.10	0.43	1.02	0.96	0.37	0.91	1.04	0.41	1.00	1.20	0.46	1.12
2.81	1.15	2.69	3.05	1.24	3.13	2.70	1.14	2.62	2.86	1.23	2.78	3.29	1.18	3.32
9.7	3.7	9.3	10.8	4.1	10.2	9.2	3.3	8.6	10.1	4.0	9.6	11.8	4.6	11.5

第17表 BMIの平均値及び標準偏差-年齢階級別、人数、平均値、標準偏差-男性・女性

	男性			女性		
	人数	平均値	標準偏差	人数	平均値	標準偏差
総数	719	23.9	3.9	821	22.2	3.8
20-29歳	84	22.6	3.6	102	21.2	3.9
30-39歳	82	23.4	3.6	119	21.7	4.0
40-49歳	98	24.3	5.2	136	21.9	3.7
50-59歳	139	24.9	4.4	149	22.8	3.9
60-69歳	170	24.2	3.3	153	22.7	3.8
70歳以上	146	23.3	3.1	162	22.4	3.5
(再掲)40-74歳	502	24.3	4.1	543	22.5	3.8
(再掲)65-74歳	174	24.0	3.4	170	22.5	3.6
(再掲)75歳以上	51	22.9	2.5	57	22.6	3.3

BMIとは体重 (kg) / (身長 (m))²で算出した。

第18表 BMIの分布-BMIの区分、人数、割合-総数・男性・女性

	総数		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
総数	1,540	100.0%	719	100.0%	821	100.0%
15未満	4	0.3%	1	0.1%	3	0.4%
15-16未満	6	0.4%	0	0.0%	6	0.7%
16-17未満	30	1.9%	6	0.8%	24	2.9%
17-18未満	64	4.2%	18	2.5%	46	5.6%
18-19未満	89	5.8%	22	3.1%	67	8.2%
19-20未満	152	9.9%	52	7.2%	100	12.2%
20-21未満	160	10.4%	54	7.5%	106	12.9%
21-22未満	183	11.9%	80	11.1%	103	12.5%
22-23未満	166	10.8%	77	10.7%	89	10.8%
23-24未満	146	9.5%	86	12.0%	60	7.3%
24-25未満	157	10.2%	91	12.7%	66	8.0%
25-26未満	104	6.8%	71	9.9%	33	4.0%
26-27未満	75	4.9%	45	6.3%	30	3.7%
27-28未満	55	3.6%	30	4.2%	25	3.0%
28-29未満	40	2.6%	29	4.0%	11	1.3%
29-30未満	32	2.1%	16	2.2%	16	1.9%
30-31未満	22	1.4%	11	1.5%	11	1.3%
31-32未満	15	1.0%	12	1.7%	3	0.4%
32-33未満	9	0.6%	2	0.3%	7	0.9%
33-34未満	7	0.5%	4	0.6%	3	0.4%
34-35未満	10	0.6%	3	0.4%	7	0.9%
35以上	14	0.9%	9	1.3%	5	0.6%

第19表 BMIの状況-年齢階級、肥満度(BMI)別、人数、割合-総数・男性・女性

	総数		やせ18.5未満		普通18.5以上25未満		肥満25以上		(再掲) 20以下		(再掲) 25以上30未満		(再掲) 30以上	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男女計 総数	1,540	100.0%	145	9.4%	1,012	65.7%	383	24.9%	346	22.5%	306	19.9%	77	5.0%
20-29歳	186	100.0%	31	16.7%	130	69.9%	25	13.4%	63	33.9%	17	9.1%	8	4.3%
30-39歳	201	100.0%	29	14.4%	135	67.2%	37	18.4%	65	32.3%	25	12.4%	12	6.0%
40-49歳	234	100.0%	18	7.7%	167	71.4%	49	20.9%	65	27.8%	33	14.1%	16	6.8%
50-59歳	288	100.0%	22	7.6%	165	57.3%	101	35.1%	43	14.9%	81	28.1%	20	6.9%
60-69歳	323	100.0%	21	6.5%	198	61.3%	104	32.2%	51	15.8%	91	28.2%	13	4.0%
70歳以上	308	100.0%	24	7.8%	217	70.5%	67	21.8%	59	19.2%	59	19.2%	8	2.6%
(再掲)40-74歳	1,045	100.0%	76	7.3%	672	64.3%	297	28.4%	199	19.0%	240	23.0%	57	5.5%
(再掲)65-74歳	344	100.0%	26	7.6%	221	64.2%	97	28.2%	60	17.4%	83	24.1%	14	4.1%
(再掲)75歳以上	108	100.0%	9	8.3%	75	69.4%	24	22.2%	19	17.6%	24	22.2%	0	0.0%
男性 総数	719	100.0%	32	4.5%	455	63.3%	232	32.3%	99	13.8%	191	26.6%	41	5.7%
20-29歳	84	100.0%	8	9.5%	60	71.4%	16	19.0%	18	21.4%	12	14.3%	4	4.8%
30-39歳	82	100.0%	4	4.9%	55	67.1%	23	28.0%	19	23.2%	18	22.0%	5	6.1%
40-49歳	98	100.0%	3	3.1%	69	70.4%	26	26.5%	12	12.2%	18	18.4%	8	8.2%
50-59歳	139	100.0%	5	3.6%	70	50.4%	64	46.0%	13	9.4%	51	36.7%	13	9.4%
60-69歳	170	100.0%	5	2.9%	98	57.6%	67	39.4%	17	10.0%	60	35.3%	7	4.1%
70歳以上	146	100.0%	7	4.8%	103	70.5%	36	24.7%	20	13.7%	32	21.9%	4	2.7%
(再掲)40-74歳	502	100.0%	17	3.4%	302	60.2%	183	36.5%	56	11.2%	151	30.1%	32	6.4%
(再掲)65-74歳	174	100.0%	6	3.4%	106	60.9%	62	35.6%	21	12.1%	56	32.2%	6	3.4%
(再掲)75歳以上	51	100.0%	3	5.9%	38	74.5%	10	19.6%	6	11.8%	10	19.6%	0	0.0%
女性 総数	821	100.0%	113	13.8%	557	67.8%	151	18.4%	247	30.1%	115	14.0%	36	4.4%
20-29歳	102	100.0%	23	22.5%	70	68.6%	9	8.8%	45	44.1%	5	4.9%	4	3.9%
30-39歳	119	100.0%	25	21.0%	80	67.2%	14	11.8%	46	38.7%	7	5.9%	7	5.9%
40-49歳	136	100.0%	15	11.0%	98	72.1%	23	16.9%	53	39.0%	15	11.0%	8	5.9%
50-59歳	149	100.0%	17	11.4%	95	63.8%	37	24.8%	30	20.1%	30	20.1%	7	4.7%
60-69歳	153	100.0%	16	10.5%	100	65.4%	37	24.2%	34	22.2%	31	20.3%	6	3.9%
70歳以上	162	100.0%	17	10.5%	114	70.4%	31	19.1%	39	24.1%	27	16.7%	4	2.5%
(再掲)40-74歳	543	100.0%	59	10.9%	370	68.1%	114	21.0%	143	26.3%	89	16.4%	25	4.6%
(再掲)65-74歳	170	100.0%	20	11.8%	115	67.6%	35	20.6%	39	22.9%	27	15.9%	8	4.7%
(再掲)75歳以上	57	100.0%	6	10.5%	37	64.9%	14	24.6%	13	22.8%	14	24.6%	0	0.0%

注) BMIの判定は以下のとおり。

やせ: 18.5未満

普通: 18.5以上25未満

肥満: 25以上

第20表 目標とするBMIの範囲の分布-年齢階級、目標とするBMIの範囲、人数、割合-総数・男性・女性

	総数		範囲未満		範囲内		範囲以上	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男女計 総数	1,540	100.0%	310	20.1%	847	55.0%	383	24.9%
20-49歳	621	100.0%	78	12.6%	432	69.6%	111	17.9%
50-69歳	611	100.0%	118	19.3%	288	47.1%	205	33.6%
70歳以上	308	100.0%	114	37.0%	127	41.2%	67	21.8%
(再掲)								
20-29歳	186	100.0%	31	16.7%	130	69.9%	25	13.4%
30-39歳	201	100.0%	29	14.4%	135	67.2%	37	18.4%
40-49歳	234	100.0%	18	7.7%	167	71.4%	49	20.9%
50-59歳	288	100.0%	43	14.9%	144	50.0%	101	35.1%
60-69歳	323	100.0%	75	23.2%	144	44.6%	104	32.2%
70歳以上	308	100.0%	114	37.0%	127	41.2%	67	21.8%
男性 総数	719	100.0%	97	13.5%	390	54.2%	232	32.3%
20-49歳	264	100.0%	15	5.7%	184	69.7%	65	24.6%
50-69歳	309	100.0%	39	12.6%	139	45.0%	131	42.4%
70歳以上	146	100.0%	43	29.5%	67	45.9%	36	24.7%
(再掲)								
20-29歳	84	100.0%	8	9.5%	60	71.4%	16	19.0%
30-39歳	82	100.0%	4	4.9%	55	67.1%	23	28.0%
40-49歳	98	100.0%	3	3.1%	69	70.4%	26	26.5%
50-59歳	139	100.0%	13	9.4%	62	44.6%	64	46.0%
60-69歳	170	100.0%	26	15.3%	77	45.3%	67	39.4%
70歳以上	146	100.0%	43	29.5%	67	45.9%	36	24.7%
女性 総数	821	100.0%	213	25.9%	457	55.7%	151	18.4%
20-49歳	357	100.0%	63	17.6%	248	69.5%	46	12.9%
50-69歳	302	100.0%	79	26.2%	149	49.3%	74	24.5%
70歳以上	162	100.0%	71	43.8%	60	37.0%	31	19.1%
(再掲)								
20-29歳	102	100.0%	23	22.5%	70	68.6%	9	8.8%
30-39歳	119	100.0%	25	21.0%	80	67.2%	14	11.8%
40-49歳	136	100.0%	15	11.0%	98	72.1%	23	16.9%
50-59歳	149	100.0%	30	20.1%	82	55.0%	37	24.8%
60-69歳	153	100.0%	49	32.0%	67	43.8%	37	24.2%
70歳以上	162	100.0%	71	43.8%	60	37.0%	31	19.1%

<参考> 目標とするBMIの範囲 (18歳以上)

年齢 (歳)	目標とするBMI (kg/m ²)
18-49	18.5-24.9
50-64	20.0-24.9
65-74	21.5-24.9
75以上	21.5-24.9

第21表 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合-生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)40-74歳		(再掲)65-74歳		(再掲)75歳以上	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男女計 総数	1,518	100.0%	184	100.0%	199	100.0%	232	100.0%	285	100.0%	321	100.0%	297	100.0%	1,034	100.0%	338	100.0%	101	100.0%
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者	225	14.8%	16	8.7%	20	10.1%	42	18.1%	56	19.6%	61	19.0%	30	10.1%	179	17.3%	49	14.5%	10	9.9%
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒していない者	1,293	85.2%	168	91.3%	179	89.9%	190	81.9%	229	80.4%	260	81.0%	267	89.9%	855	82.7%	289	85.5%	91	90.1%
男性 総数	706	100.0%	83	100.0%	81	100.0%	97	100.0%	136	100.0%	169	100.0%	140	100.0%	493	100.0%	169	100.0%	49	100.0%
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者	152	21.5%	8	9.6%	12	14.8%	22	22.7%	39	28.7%	45	26.6%	26	18.6%	123	24.9%	40	23.7%	9	18.4%
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒していない者	554	78.5%	75	90.4%	69	85.2%	75	77.3%	97	71.3%	124	73.4%	114	81.4%	370	75.1%	129	76.3%	40	81.6%
女性 総数	812	100.0%	101	100.0%	118	100.0%	135	100.0%	149	100.0%	152	100.0%	157	100.0%	541	100.0%	169	100.0%	52	100.0%
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者	73	9.0%	8	7.9%	8	6.8%	20	14.8%	17	11.4%	16	10.5%	4	2.5%	56	10.4%	9	5.3%	1	1.9%
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒していない者	739	91.0%	93	92.1%	110	93.2%	115	85.2%	132	88.6%	136	89.5%	153	97.5%	485	89.6%	160	94.7%	51	98.1%

注) 食品摂取頻度調査票の設問 お酒の頻度及び1日当たりの飲酒量に回答した者を集計対象とした。

「生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者」とは、1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上の者。

設問 お酒(薬用酒は含まない)の頻度、1回に飲んだ典型的なお酒の種類の組み合わせとその量

第22表 飲酒の頻度-飲酒の頻度、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)40-74歳		(再掲)65-74歳		(再掲)75歳以上	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男女計 総数	1,518	100.0%	184	100.0%	199	100.0%	232	100.0%	285	100.0%	321	100.0%	297	100.0%	1,034	100.0%	338	100.0%	101	100.0%
毎日	227	15.0%	6	3.3%	12	6.0%	31	13.4%	57	20.0%	70	21.8%	51	17.2%	196	19.0%	73	21.6%	13	12.9%
週に6回	58	3.8%	3	1.6%	5	2.5%	8	3.4%	14	4.9%	19	5.9%	9	3.0%	45	4.4%	12	3.6%	5	5.0%
週に5回	50	3.3%	1	0.5%	10	5.0%	14	6.0%	8	2.8%	7	2.2%	10	3.4%	37	3.6%	10	3.0%	2	2.0%
週に4回	33	2.2%	3	1.6%	2	1.0%	5	2.2%	8	2.8%	8	2.5%	7	2.4%	25	2.4%	7	2.1%	3	3.0%
週に3回	70	4.6%	16	8.7%	8	4.0%	10	4.3%	8	2.8%	15	4.7%	13	4.4%	42	4.1%	15	4.4%	4	4.0%
週に2回	70	4.6%	15	8.2%	10	5.0%	14	6.0%	10	3.5%	9	2.8%	12	4.0%	40	3.9%	13	3.8%	5	5.0%
週に1回	77	5.1%	15	8.2%	19	9.5%	15	6.5%	13	4.6%	8	2.5%	7	2.4%	41	4.0%	7	2.1%	2	2.0%
週に1回未満	151	9.9%	38	20.7%	25	12.6%	20	8.6%	30	10.5%	20	6.2%	18	6.1%	82	7.9%	19	5.6%	6	5.9%
飲まなかった	782	51.5%	87	47.3%	108	54.3%	115	49.6%	137	48.1%	165	51.4%	170	57.2%	526	50.9%	182	53.8%	61	60.4%
男性 総数	706	100.0%	83	100.0%	81	100.0%	97	100.0%	136	100.0%	169	100.0%	140	100.0%	493	100.0%	169	100.0%	49	100.0%
毎日	165	23.4%	4	4.8%	5	6.2%	17	17.5%	42	30.9%	54	32.0%	43	30.7%	144	29.2%	62	36.7%	12	24.5%
週に6回	43	6.1%	1	1.2%	5	6.2%	5	5.2%	9	6.6%	16	9.5%	7	5.0%	34	6.9%	11	6.5%	3	6.1%
週に5回	31	4.4%	1	1.2%	7	8.6%	7	7.2%	4	2.9%	6	3.6%	6	4.3%	21	4.3%	5	3.0%	2	4.1%
週に4回	22	3.1%	2	2.4%	2	2.5%	2	2.1%	6	4.4%	5	3.0%	5	3.6%	16	3.2%	4	2.4%	2	4.1%
週に3回	42	5.9%	10	12.0%	7	8.6%	5	5.2%	4	2.9%	8	4.7%	8	5.7%	22	4.5%	9	5.3%	3	6.1%
週に2回	35	5.0%	11	13.3%	6	7.4%	4	4.1%	5	3.7%	4	2.4%	5	3.6%	14	2.8%	4	2.4%	4	8.2%
週に1回	39	5.5%	8	9.6%	7	8.6%	8	8.2%	8	5.9%	6	3.6%	2	1.4%	24	4.9%	4	2.4%	0	0.0%
週に1回未満	61	8.6%	16	19.3%	9	11.1%	7	7.2%	12	8.8%	8	4.7%	9	6.4%	33	6.7%	11	6.5%	3	6.1%
飲まなかった	268	38.0%	30	36.1%	33	40.7%	42	43.3%	46	33.8%	62	36.7%	55	39.3%	185	37.5%	59	34.9%	20	40.8%
女性 総数	812	100.0%	101	100.0%	118	100.0%	135	100.0%	149	100.0%	152	100.0%	157	100.0%	541	100.0%	169	100.0%	52	100.0%
毎日	62	7.6%	2	2.0%	7	5.9%	14	10.4%	15	10.1%	16	10.5%	8	5.1%	52	9.6%	11	6.5%	1	1.9%
週に6回	15	1.8%	2	2.0%	0	0.0%	3	2.2%	5	3.4%	3	2.0%	2	1.3%	11	2.0%	1	0.6%	2	3.8%
週に5回	19	2.3%	0	0.0%	3	2.5%	7	5.2%	4	2.7%	1	0.7%	4	2.5%	16	3.0%	5	3.0%	0	0.0%
週に4回	11	1.4%	1	1.0%	0	0.0%	3	2.2%	2	1.3%	3	2.0%	2	1.3%	9	1.7%	3	1.8%	1	1.9%
週に3回	28	3.4%	6	5.9%	1	0.8%	5	3.7%	4	2.7%	7	4.6%	5	3.2%	20	3.7%	6	3.6%	1	1.9%
週に2回	35	4.3%	4	4.0%	4	3.4%	10	7.4%	5	3.4%	5	3.3%	7	4.5%	26	4.8%	9	5.3%	1	1.9%
週に1回	38	4.7%	7	6.9%	12	10.2%	7	5.2%	5	3.4%	2	1.3%	5	3.2%	17	3.1%	3	1.8%	2	3.8%
週に1回未満	90	11.1%	22	21.8%	16	13.6%	13	9.6%	18	12.1%	12	7.9%	9	5.7%	49	9.1%	8	4.7%	3	5.8%
飲まなかった	514	63.3%	57	56.4%	75	63.6%	73	54.1%	91	61.1%	103	67.8%	115	73.2%	341	63.0%	123	72.8%	41	78.8%

注) 食品摂取頻度調査票の設問 お酒の頻度及びお酒の頻度で「毎日」～「週に1回未満」と回答した場合は、1日当たりの飲酒量にも回答した者を集計対象とした。

設問 お酒(薬用酒は含まない)の頻度

第23表 食べる速さの状況-食べる速さの状況、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)40-74歳		(再掲)65-74歳		(再掲)75歳以上	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男女計 総数	1,535	100.0%	185	100.0%	201	100.0%	234	100.0%	288	100.0%	322	100.0%	305	100.0%	1,042	100.0%	342	100.0%	107	100.0%
かなり速い	128	8.3%	14	7.6%	20	10.0%	22	9.4%	35	12.2%	25	7.8%	12	3.9%	90	8.6%	18	5.3%	4	3.7%
やや速い	474	30.9%	46	24.9%	56	27.9%	82	35.0%	101	35.1%	102	31.7%	87	28.5%	337	32.3%	98	28.7%	35	32.7%
ふつう	695	45.3%	86	46.5%	89	44.3%	99	42.3%	118	41.0%	153	47.5%	150	49.2%	473	45.4%	174	50.9%	47	43.9%
やや遅い	206	13.4%	29	15.7%	30	14.9%	28	12.0%	30	10.4%	38	11.8%	51	16.7%	127	12.2%	46	13.5%	20	18.7%
かなり遅い	32	2.1%	10	5.4%	6	3.0%	3	1.3%	4	1.4%	4	1.2%	5	1.6%	15	1.4%	6	1.8%	1	0.9%
男性 総数	715	100.0%	84	100.0%	82	100.0%	98	100.0%	139	100.0%	169	100.0%	143	100.0%	499	100.0%	172	100.0%	50	100.0%
かなり速い	77	10.8%	11	13.1%	7	8.5%	15	15.3%	20	14.4%	15	8.9%	9	6.3%	55	11.0%	12	7.0%	4	8.0%
やや速い	257	35.9%	25	29.8%	31	37.8%	39	39.8%	53	38.1%	63	37.3%	46	32.2%	183	36.7%	60	34.9%	18	36.0%
ふつう	297	41.5%	38	45.2%	34	41.5%	37	37.8%	52	37.4%	70	41.4%	66	46.2%	203	40.7%	76	44.2%	22	44.0%
やや遅い	74	10.3%	8	9.5%	8	9.8%	7	7.1%	13	9.4%	17	10.1%	21	14.7%	52	10.4%	21	12.2%	6	12.0%
かなり遅い	10	1.4%	2	2.4%	2	2.4%	0	0.0%	1	0.7%	4	2.4%	1	0.7%	6	1.2%	3	1.7%	0	0.0%
女性 総数	820	100.0%	101	100.0%	119	100.0%	136	100.0%	149	100.0%	153	100.0%	162	100.0%	543	100.0%	170	100.0%	57	100.0%
かなり速い	51	6.2%	3	3.0%	13	10.9%	7	5.1%	15	10.1%	10	6.5%	3	1.9%	35	6.4%	6	3.5%	0	0.0%
やや速い	217	26.5%	21	20.8%	25	21.0%	43	31.6%	48	32.2%	39	25.5%	41	25.3%	154	28.4%	38	22.4%	17	29.8%
ふつう	398	48.5%	48	47.5%	55	46.2%	62	45.6%	66	44.3%	83	54.2%	84	51.9%	270	49.7%	98	57.6%	25	43.9%
やや遅い	132	16.1%	21	20.8%	22	18.5%	21	15												

2 生活習慣調査の結果

第24表 朝食の摂取状況-朝食の摂取状況、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)40-74歳		(再掲)65-74歳		(再掲)75歳以上					
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
男女計 総数	1,540	100.0%	186	100.0%	201	100.0%	234	100.0%	288	100.0%	323	100.0%	308	100.0%	1,045	100.0%	344	100.0%	108	100.0%				
毎日食べる	1,249	81.1%	119	64.0%	144	71.6%	176	75.2%	231	80.2%	290	89.8%	289	93.8%	885	84.7%	318	92.4%	101	93.5%				
2~3日に1回	115	7.5%	34	18.3%	25	12.4%	24	10.3%	19	6.6%	8	2.5%	5	1.6%	54	5.2%	4	1.2%	2	1.9%				
ほとんど食べない	176	11.4%	33	17.7%	32	15.9%	34	14.5%	38	13.2%	25	7.7%	14	4.5%	106	10.1%	22	6.4%	5	4.6%				
男性 総数	719	100.0%	84	100.0%	82	100.0%	98	100.0%	139	100.0%	170	100.0%	146	100.0%	502	100.0%	174	100.0%	51	100.0%				
毎日食べる	573	79.7%	57	67.9%	56	68.3%	66	67.3%	106	76.3%	153	90.0%	135	92.5%	413	82.3%	157	90.2%	47	92.2%				
2~3日に1回	48	6.7%	14	16.7%	10	12.2%	8	8.2%	9	6.5%	5	2.9%	2	1.4%	24	4.8%	3	1.7%	0	0.0%				
ほとんど食べない	98	13.6%	13	15.5%	16	19.5%	24	24.5%	24	17.3%	12	7.1%	9	6.2%	65	12.9%	14	8.0%	4	7.8%				
女性 総数	821	100.0%	102	100.0%	119	100.0%	136	100.0%	149	100.0%	153	100.0%	162	100.0%	543	100.0%	170	100.0%	57	100.0%				
毎日食べる	676	82.3%	62	60.8%	88	73.9%	110	80.9%	125	83.9%	137	89.5%	154	95.1%	472	86.9%	161	94.7%	54	94.7%				
2~3日に1回	67	8.2%	20	19.6%	15	12.6%	16	11.8%	10	6.7%	3	2.0%	3	1.9%	30	5.5%	1	0.6%	2	3.5%				
ほとんど食べない	78	9.5%	20	19.6%	16	13.4%	10	7.4%	14	9.4%	13	8.5%	5	3.1%	41	7.6%	8	4.7%	1	1.8%				

注) 生活習慣調査票の問1に回答した者を集計対象とした。

問1 朝食をどの程度食べますか。

第25表 主食・主菜・副菜がそろった食事の摂取状況-主食・主菜・副菜がそろった食事の摂取状況、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)40-74歳		(再掲)65-74歳		(再掲)75歳以上					
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
男女計 総数	1,538	100.0%	186	100.0%	201	100.0%	234	100.0%	287	100.0%	323	100.0%	307	100.0%	1,044	100.0%	344	100.0%	107	100.0%				
ほとんど毎日	602	39.1%	54	29.0%	58	28.9%	76	32.5%	103	35.9%	158	48.9%	153	49.8%	432	41.4%	163	47.4%	58	54.2%				
週4~5回	281	18.3%	32	17.2%	38	18.9%	50	21.4%	50	17.4%	57	17.6%	54	17.6%	192	18.4%	64	18.6%	19	17.8%				
週2~3回	356	23.1%	48	25.8%	56	27.9%	58	24.8%	64	22.3%	67	20.7%	63	20.5%	232	22.2%	69	20.1%	20	18.7%				
ほとんどない	299	19.4%	52	28.0%	49	24.4%	50	21.4%	70	24.4%	41	12.7%	37	12.1%	188	18.0%	48	14.0%	10	9.3%				
男性 総数	719	100.0%	84	100.0%	82	100.0%	98	100.0%	139	100.0%	170	100.0%	146	100.0%	502	100.0%	174	100.0%	51	100.0%				
ほとんど毎日	284	39.5%	28	33.3%	25	30.5%	27	27.6%	46	33.1%	89	52.4%	69	47.3%	205	40.8%	83	47.7%	26	51.0%				
週4~5回	124	17.2%	14	16.7%	18	22.0%	20	20.4%	26	18.7%	24	14.1%	22	15.1%	83	16.5%	27	15.5%	9	17.6%				
週2~3回	166	23.1%	20	23.8%	23	28.0%	26	26.5%	31	22.3%	34	20.0%	32	21.9%	114	22.7%	39	22.4%	9	17.6%				
ほとんどない	145	20.2%	22	26.2%	16	19.5%	25	25.5%	36	25.9%	23	13.5%	23	15.8%	100	19.9%	25	14.4%	7	13.7%				
女性 総数	819	100.0%	102	100.0%	119	100.0%	136	100.0%	148	100.0%	153	100.0%	161	100.0%	542	100.0%	170	100.0%	56	100.0%				
ほとんど毎日	318	38.8%	26	25.5%	33	27.7%	49	36.0%	57	38.5%	69	45.1%	84	52.2%	227	41.9%	80	47.1%	32	57.1%				
週4~5回	157	19.2%	18	17.6%	20	16.8%	30	22.1%	24	16.2%	33	21.6%	32	19.9%	109	20.1%	37	21.8%	10	17.9%				
週2~3回	190	23.2%	28	27.5%	33	27.7%	32	23.5%	33	22.3%	33	21.6%	31	19.3%	118	21.8%	30	17.6%	11	19.6%				
ほとんどない	154	18.8%	30	29.4%	33	27.7%	25	18.4%	34	23.0%	18	11.8%	14	8.7%	88	16.2%	23	13.5%	3	5.4%				

注) 生活習慣調査票の問2に回答した者を集計対象とした。

問2 主食・主菜・副菜の3種類をそろえた食事を1日に2回以上食べることがあるのは、週に何日ありますか。

第26表 就寝前の食事の摂取状況-就寝前の食事の摂取状況、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)40-74歳		(再掲)65-74歳		(再掲)75歳以上					
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
男女計 総数	1,539	100.0%	186	100.0%	201	100.0%	233	100.0%	288	100.0%	323	100.0%	308	100.0%	1,044	100.0%	344	100.0%	108	100.0%				
ほとんど毎日	141	9.2%	15	8.1%	15	7.5%	24	10.3%	22	7.6%	28	8.7%	37	12.0%	93	8.9%	30	8.7%	18	16.7%				
週4~5回	130	8.4%	17	9.1%	22	10.9%	18	7.7%	37	12.8%	24	7.4%	12	3.9%	87	8.3%	18	5.2%	4	3.7%				
週2~3回	235	15.3%	40	21.5%	36	17.9%	46	19.7%	51	17.7%	41	12.7%	21	6.8%	152	14.6%	29	8.4%	7	6.5%				
ほとんどない	1,033	67.1%	114	61.3%	128	63.7%	145	62.2%	178	61.8%	230	71.2%	238	77.3%	712	68.2%	267	77.6%	79	73.1%				
男性 総数	719	100.0%	84	100.0%	82	100.0%	98	100.0%	139	100.0%	170	100.0%	146	100.0%	502	100.0%	174	100.0%	51	100.0%				
ほとんど毎日	82	11.4%	11	13.1%	3	3.7%	15	15.3%	18	12.9%	17	10.0%	18	12.3%	57	11.4%	11	6.3%	11	21.6%				
週4~5回	76	10.6%	7	8.3%	14	17.1%	11	11.2%	23	16.5%	15	8.8%	6	4.1%	52	10.4%	10	5.7%	3	5.9%				
週2~3回	128	17.8%	17	20.2%	18	22.0%	25	25.5%	30	21.6%	26	15.3%	12	8.2%	88	17.5%	18	10.3%	5	9.8%				
ほとんどない	433	60.2%	49	58.3%	47	57.3%	47	48.0%	68	48.9%	112	65.9%	110	75.3%	305	60.8%	135	77.6%	32	62.7%				
女性 総数	820	100.0%	102	100.0%	119	100.0%	135	100.0%	149	100.0%	153	100.0%	162	100.0%	542	100.0%	170	100.0%	57	100.0%				
ほとんど毎日	59	7.2%	4	3.9%	12	10.1%	9	6.7%	4	2.7%	11	7.2%	19	11.7%	36	6.6%	19	11.2%	7	12.3%				
週4~5回	54	6.6%	10	9.8%	8	6.7%	7	5.2%	14	9.4%	9	5.9%	6	3.7%	35	6.5%	8	4.7%	1	1.8%				
週2~3回	107	13.0%	23	22.5%	18	15.1%	21	15.6%	21	14.1%	15	9.8%	9	5.6%	64	11.8%	11	6.5%	2	3.5%				
ほとんどない	600	73.2%	65	63.7%	81	68.1%	98	72.6%	110	73.8%	118	77.1%	128	79.0%	407	75.1%	132	77.6%	47	82.5%				

注) 生活習慣調査票の問3に回答した者を集計対象とした。

問3 就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に何日ありますか。

第27表 共食の状況-共食の状況、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)40-74歳		(再掲)65-74歳		(再掲)75歳以上					
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
男女計 総数	1,539	100.0%	186	100.0%	201	100.0%	234	100.0%	287	100.0%	323	100.0%	308	100.0%	1,044	100.0%	344	100.0%	108	100.0%				
はい	1,178	76.5%	152	81.7%	171	85.1%	189	80.8%	216	75.3%	231	71.5%	219	71.1%	780	74.7%	241	70.1%	75	69.4%				
いいえ	361	23.5%	34	18.3%	30	14.9%	45	19.2%	71	24.7%	92	28.5%	89	28.9%	264	25.3%	103	29.9%	33	30.6%				
男性 総数	718	100.0%	84	100.0%	82	100.0%	98	100.0%	138	100.0%	170	100.0%	146	100.0%	501	100.0%	174	100.0%	51	100.0%				
はい	518	72.1%	62	73.8%	65	79.3%	75	76.5%	96	69.6%	11													

第28表 ふだんの食事の状況-ふだんの食事の状況、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)40-74歳		(再掲)65-74歳		(再掲)75歳以上	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男女計 総数	1,539	-	186	-	201	-	234	-	287	-	323	-	308	-	1,044	-	344	-	108	-
家庭で作った食事、弁当	1,430	92.9%	165	88.7%	191	95.0%	223	95.3%	265	92.3%	298	92.3%	288	93.5%	976	93.5%	320	93.0%	98	90.7%
スーパーマーケットの弁当、惣菜など	503	32.7%	64	34.4%	66	32.8%	69	29.5%	95	33.1%	115	35.6%	94	30.5%	341	32.7%	116	33.7%	32	29.6%
コンビニの弁当、惣菜など	185	12.0%	50	26.9%	34	16.9%	26	11.1%	33	11.5%	24	7.4%	18	5.8%	95	9.1%	22	6.4%	6	5.6%
仕出し弁当（持ち帰り弁当含む）	78	5.1%	9	4.8%	19	9.5%	18	7.7%	17	5.9%	7	2.2%	8	2.6%	47	4.5%	7	2.0%	3	2.8%
外食（レストラン、うどん屋、カフェなど）	394	25.6%	71	38.2%	79	39.3%	64	27.4%	64	22.3%	71	22.0%	45	14.6%	230	22.0%	69	20.1%	14	13.0%
給食（社員食堂、学生食堂など）	119	7.7%	29	15.6%	16	8.0%	19	8.1%	30	10.5%	19	5.9%	6	1.9%	74	7.1%	12	3.5%	0	0.0%
その他	29	1.9%	3	1.6%	3	1.5%	1	0.4%	6	2.1%	6	1.9%	10	3.2%	19	1.8%	7	2.0%	4	3.7%
男性 総数	718	-	84	-	82	-	98	-	138	-	170	-	146	-	501	-	174	-	51	-
家庭で作った食事、弁当	646	90.0%	73	86.9%	73	89.0%	92	93.9%	121	87.7%	153	90.0%	134	91.8%	453	90.4%	156	89.7%	47	92.2%
スーパーマーケットの弁当、惣菜など	230	32.0%	35	41.7%	20	24.4%	24	24.5%	48	34.8%	59	34.7%	44	30.1%	158	31.5%	58	33.3%	17	33.3%
コンビニの弁当、惣菜など	102	14.2%	29	34.5%	12	14.6%	12	12.2%	18	13.0%	18	10.6%	13	8.9%	56	11.2%	16	9.2%	5	9.8%
仕出し弁当（持ち帰り弁当含む）	38	5.3%	4	4.8%	7	8.5%	11	11.2%	8	5.8%	4	2.4%	4	2.7%	26	5.2%	3	1.7%	1	2.0%
外食（レストラン、うどん屋、カフェなど）	192	26.7%	36	42.9%	35	42.7%	30	30.6%	32	23.2%	39	22.9%	20	13.7%	116	23.2%	39	22.4%	5	9.8%
給食（社員食堂、学生食堂など）	63	8.8%	16	19.0%	9	11.0%	7	7.1%	14	10.1%	13	7.6%	4	2.7%	38	7.6%	8	4.6%	0	0.0%
その他	14	1.9%	1	1.2%	1	1.2%	0	0.0%	5	3.6%	3	1.8%	4	2.7%	10	2.0%	3	1.7%	2	3.9%
女性 総数	821	-	102	-	119	-	136	-	149	-	153	-	162	-	543	-	170	-	57	-
家庭で作った食事、弁当	784	95.5%	92	90.2%	118	99.2%	131	96.3%	144	96.6%	145	94.8%	154	95.1%	523	96.3%	164	96.5%	51	89.5%
スーパーマーケットの弁当、惣菜など	273	33.3%	29	28.4%	46	38.7%	45	33.1%	47	31.5%	56	36.6%	50	30.9%	183	33.7%	58	34.1%	15	26.3%
コンビニの弁当、惣菜など	83	10.1%	21	20.6%	22	18.5%	14	10.3%	15	10.1%	6	3.9%	5	3.1%	39	7.2%	6	3.5%	1	1.8%
仕出し弁当（持ち帰り弁当含む）	40	4.9%	5	4.9%	12	10.1%	7	5.1%	9	6.0%	3	2.0%	4	2.5%	21	3.9%	4	2.4%	2	3.5%
外食（レストラン、うどん屋、カフェなど）	202	24.6%	35	34.3%	44	37.0%	34	25.0%	32	21.5%	32	20.9%	25	15.4%	114	21.0%	30	17.6%	9	15.8%
給食（社員食堂、学生食堂など）	56	6.8%	13	12.7%	7	5.9%	12	8.8%	16	10.7%	6	3.9%	2	1.2%	36	6.6%	4	2.4%	0	0.0%
その他	15	1.8%	2	2.0%	2	1.7%	1	0.7%	1	0.7%	3	2.0%	6	3.7%	9	1.7%	4	2.4%	2	3.5%

注1) 生活習慣調査票の問5に回答した者を集計対象とした。

注2) 複数回答のため、内訳合計が100%にならない。

問5 ふだんどのような食事を食べることが多いですか。(複数回答)

第29表 外食を利用する頻度-外食を利用する頻度、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)40-74歳		(再掲)65-74歳		(再掲)75歳以上	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男女計 総数	1,537	100.0%	186	100.0%	201	100.0%	234	100.0%	287	100.0%	322	100.0%	307	100.0%	1,042	100.0%	342	100.0%	108	100.0%
週7回以上	14	0.9%	2	1.1%	3	1.5%	1	0.4%	6	2.1%	1	0.3%	1	0.3%	9	0.9%	2	0.6%	0	0.0%
週4~6回	88	5.7%	13	7.0%	13	6.5%	15	6.4%	23	8.0%	19	5.9%	5	1.6%	61	5.9%	16	4.7%	1	0.9%
週2~3回	206	13.4%	42	22.6%	41	20.4%	25	10.7%	33	11.5%	42	13.0%	23	7.5%	120	11.5%	40	11.7%	3	2.8%
週1回	511	33.2%	73	39.2%	87	43.3%	98	41.9%	90	31.4%	90	28.0%	73	23.8%	325	31.2%	83	24.3%	26	24.1%
ほとんど利用しない	718	46.7%	56	30.1%	57	28.4%	95	40.6%	135	47.0%	170	52.8%	205	66.8%	527	50.6%	201	58.8%	78	72.2%
男性 総数	718	100.0%	84	100.0%	82	100.0%	98	100.0%	138	100.0%	170	100.0%	146	100.0%	501	100.0%	174	100.0%	51	100.0%
週7回以上	12	1.7%	1	1.2%	3	3.7%	1	1.0%	5	3.6%	1	0.6%	1	0.7%	8	1.6%	2	1.1%	0	0.0%
週4~6回	61	8.5%	11	13.1%	8	9.8%	10	10.2%	14	10.1%	14	8.2%	4	2.7%	41	8.2%	13	7.5%	1	2.0%
週2~3回	116	16.2%	18	21.4%	21	25.6%	17	17.3%	22	15.9%	25	14.7%	13	8.9%	77	15.4%	24	13.8%	0	0.0%
週1回	219	30.5%	32	38.1%	30	36.6%	36	36.7%	37	26.8%	50	29.4%	34	23.3%	144	28.7%	41	23.6%	13	25.5%
ほとんど利用しない	310	43.2%	22	26.2%	20	24.4%	34	34.7%	60	43.5%	80	47.1%	94	64.4%	231	46.1%	94	54.0%	37	72.5%
女性 総数	819	100.0%	102	100.0%	119	100.0%	136	100.0%	149	100.0%	152	100.0%	161	100.0%	541	100.0%	168	100.0%	57	100.0%
週7回以上	2	0.2%	1	1.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	0.7%	0	0.0%	0	0.0%	1	0.2%	0	0.0%	0	0.0%
週4~6回	27	3.3%	2	2.0%	5	4.2%	5	3.7%	9	6.0%	5	3.3%	1	0.6%	20	3.7%	3	1.8%	0	0.0%
週2~3回	90	11.0%	24	23.5%	20	16.8%	8	5.9%	11	7.4%	17	11.2%	10	6.2%	43	7.9%	16	9.5%	3	5.3%
週1回	292	35.7%	41	40.2%	57	47.9%	62	45.6%	53	35.6%	40	26.3%	39	24.2%	181	33.5%	42	25.0%	13	22.8%
ほとんど利用しない	408	49.8%	34	33.3%	37	31.1%	61	44.9%	75	50.3%	90	59.2%	111	68.9%	296	54.7%	107	63.7%	41	71.9%

注1) 生活習慣調査票の問6に回答した者を集計対象とした。

問6 外食(飲食店での食事)を利用する頻度は、どのくらいですか。

第30表 外食時に利用する飲食店の状況-外食時に利用する飲食店の状況、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)40-74歳		(再掲)65-74歳		(再掲)75歳以上	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男女計 総数	818	-	130	-	144	-	138	-	152	-	152	-	102	-	514	-	141	-	30	-
うどん店	561	68.6%	74	56.9%	106	73.6%	98	71.0%	109	71.7%	109	71.7%	65	63.7%	359	69.8%	96	68.1%	22	73.3%
うどん店以外の種類の店	190	23.2%	40	30.8%	37	25.7%	34	24.6%	37	24.3%	28	18.4%	14	13.7%	111	21.6%	25	17.7%	2	6.7%
食堂（ファミリーレストラン、カフェなど含む）	405	49.5%	61	46.9%	84	58.3%	63	45.7%	73	48.0%	80	52.6%	44	43.1%	249	48.4%	76	53.9%	11	36.7%
ファストフード店（ハンバーガー、丼など含む）	255	31.2%	71	54.6%	68	47.2%	58	42.0%	27	17.8%	24	15.8%	7	6.9%	113	22.0%	12	8.5%	3	10.0%
寿司店（回転寿司含む）	294	35.9%	50	38.5%	58	40.3%	61	44.2%	53	34.9%	50	32.9%	22	21.6%	181	35.2%	37	26.2%	5	16.7%
その他	68	8.3%	8	6.2%	9	6.3%	16	11.6%	12	7.9%	10	6.6%	13	12.7%	48	9.3%	14	9.9%	3	10.0%
男性 総数	407	-	62	-	62	-	63	-	78	-	90	-	52	-	269	-	80	-	14	-
うどん店	302	74.2%	38	61.3%	48	77.4%	47	74.6%	61	78.2%	72	80.0%	36	69.2%	205	76.2%	60	75.0%	11	78.6%
うどん店以外の種類の店	101	24.8%	21	33.9%	16	25.8%	20	31.7%	19	24.4%	16	17.8%	9	17.3%	62	23.0%	12	15.0%	2	14.3%
食堂（ファミリーレストラン、カフェなど含む）	172	42.3%	25	40.3%	31	50.0%	26	41.3%	31	39.7%	41	45.6%	18	34.6%	113	42.0%	38	47.5%	3	21.4%
ファストフード店（ハンバーガー、丼など含む）	126	31.0%	36	58.1%	30	48.4%	27	42.9%	16	20.5%	11	12.2%	6	11.5%	57	21.2%	7	8.8%	3	21.4%
寿司店（回転寿司含む）	110	27.0%	16	25.8%	23	37.1%	22	34.9%	18	23.1%	20	22.2%	11	21.2%	70	26.0%	16	20.0%	1	7.1%
その他	35	8.6%	4	6.5%	6	9.7%	7	11.1%	5	6.4%	7	7.8%	6	11.5%	25	9.3%	9	11.3%	0	0.0%
女性 総数	411	-	68	-																

第31表 持ち帰りの弁当や惣菜を利用する頻度-持ち帰りの弁当や惣菜を利用する頻度、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上			
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
男女計 総数	1,495	100.0%	177	100.0%	198	100.0%	231	100.0%	277	100.0%	315	100.0%	297	100.0%	1,017	100.0%	334	100.0%	103	100.0%
週7回以上	12	0.8%	2	1.1%	0	0.0%	2	0.9%	2	0.7%	1	0.3%	5	1.7%	8	0.8%	4	1.2%	2	1.9%
週4~6回	57	3.8%	13	7.3%	6	3.0%	9	3.9%	18	6.5%	8	2.5%	3	1.0%	37	3.6%	5	1.5%	1	1.0%
週2~3回	241	16.1%	29	16.4%	34	17.2%	42	18.2%	41	14.8%	55	17.5%	40	13.5%	165	16.2%	48	14.4%	13	12.6%
週1回	410	27.4%	54	30.5%	69	34.8%	61	26.4%	82	29.6%	78	24.8%	66	22.2%	267	26.3%	85	25.4%	20	19.4%
ほとんど利用しない	775	51.8%	79	44.6%	89	44.9%	117	50.6%	134	48.4%	173	54.9%	183	61.6%	540	53.1%	192	57.5%	67	65.0%
男性 総数	698	100.0%	81	100.0%	82	100.0%	97	100.0%	134	100.0%	162	100.0%	142	100.0%	487	100.0%	169	100.0%	48	100.0%
週7回以上	10	1.4%	2	2.5%	0	0.0%	2	2.1%	2	1.5%	0	0.0%	4	2.8%	7	1.4%	3	1.8%	1	2.1%
週4~6回	32	4.6%	6	7.4%	2	2.4%	7	7.2%	9	6.7%	5	3.1%	3	2.1%	23	4.7%	5	3.0%	1	2.1%
週2~3回	110	15.8%	14	17.3%	18	22.0%	15	15.5%	19	14.2%	30	18.5%	14	9.9%	71	14.6%	21	12.4%	7	14.6%
週1回	170	24.4%	21	25.9%	21	25.6%	22	22.7%	33	24.6%	42	25.9%	31	21.8%	119	24.4%	44	26.0%	9	18.8%
ほとんど利用しない	376	53.9%	38	46.9%	41	50.0%	51	52.6%	71	53.0%	85	52.5%	90	63.4%	267	54.8%	96	56.8%	30	62.5%
女性 総数	797	100.0%	96	100.0%	116	100.0%	134	100.0%	143	100.0%	153	100.0%	155	100.0%	530	100.0%	165	100.0%	55	100.0%
週7回以上	2	0.3%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	0.7%	1	0.6%	1	0.2%	1	0.6%	1	1.8%
週4~6回	25	3.1%	7	7.3%	4	3.4%	2	1.5%	9	6.3%	3	2.0%	0	0.0%	14	2.6%	0	0.0%	0	0.0%
週2~3回	131	16.4%	15	15.6%	16	13.8%	27	20.1%	22	15.4%	25	16.3%	26	16.8%	94	17.7%	27	16.4%	6	10.9%
週1回	240	30.1%	33	34.4%	48	41.4%	39	29.1%	49	34.3%	36	23.5%	35	22.6%	148	27.9%	41	24.8%	11	20.0%
ほとんど利用しない	399	50.1%	41	42.7%	48	41.4%	66	49.3%	63	44.1%	88	57.5%	93	60.0%	273	51.5%	96	58.2%	37	67.3%

注) 生活習慣調査票の問8に回答した者を集計対象とした。

問8 持ち帰り弁当や惣菜(テイクアウト含む)を利用する頻度は、どのくらいですか。

第32表 うどんを食べる頻度-うどんを食べる頻度、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上			
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
男女計 総数	1,536	100.0%	186	100.0%	201	100.0%	234	100.0%	287	100.0%	322	100.0%	306	100.0%	1,041	100.0%	341	100.0%	108	100.0%
週7回以上	5	0.3%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	0.7%	2	0.6%	1	0.3%	5	0.5%	1	0.3%	0	0.0%
週4~6回	78	5.1%	12	6.5%	8	4.0%	9	3.8%	16	5.6%	14	4.3%	19	6.2%	50	4.8%	20	5.9%	8	7.4%
週2~3回	300	19.5%	32	17.2%	46	22.9%	31	13.2%	45	15.7%	77	23.9%	69	22.5%	200	19.2%	89	26.1%	22	20.4%
週1回	726	47.3%	82	44.1%	98	48.8%	124	53.0%	140	48.8%	140	43.5%	142	46.4%	492	47.3%	144	42.2%	54	50.0%
ほとんど食べない	427	27.8%	60	32.3%	49	24.4%	70	29.9%	84	29.3%	89	27.6%	75	24.5%	294	28.2%	87	25.5%	24	22.2%
男性 総数	719	100.0%	84	100.0%	82	100.0%	98	100.0%	139	100.0%	170	100.0%	146	100.0%	502	100.0%	174	100.0%	51	100.0%
週7回以上	3	0.4%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	1.4%	0	0.0%	1	0.7%	3	0.6%	1	0.6%	0	0.0%
週4~6回	60	8.3%	11	13.1%	6	7.3%	8	8.2%	14	10.1%	9	5.3%	12	8.2%	39	7.8%	14	8.0%	4	7.8%
週2~3回	169	23.5%	19	22.6%	18	22.0%	18	18.4%	28	20.1%	50	29.4%	36	24.7%	121	24.1%	54	31.0%	11	21.6%
週1回	329	45.8%	34	40.5%	38	46.3%	49	50.0%	63	45.3%	74	43.5%	71	48.6%	232	46.2%	77	44.3%	25	49.0%
ほとんど食べない	158	22.0%	20	23.8%	20	24.4%	23	23.5%	32	23.0%	37	21.8%	26	17.8%	107	21.3%	28	16.1%	11	21.6%
女性 総数	817	100.0%	102	100.0%	119	100.0%	136	100.0%	148	100.0%	152	100.0%	160	100.0%	539	100.0%	167	100.0%	57	100.0%
週7回以上	2	0.2%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	1.3%	0	0.0%	2	0.4%	0	0.0%	0	0.0%
週4~6回	18	2.2%	1	1.0%	2	1.7%	1	0.7%	2	1.4%	5	3.3%	7	4.4%	11	2.0%	6	3.6%	4	7.0%
週2~3回	131	16.0%	13	12.7%	28	23.5%	13	9.6%	17	11.5%	27	17.8%	33	20.6%	79	14.7%	35	21.0%	11	19.3%
週1回	397	48.6%	48	47.1%	60	50.4%	75	55.1%	77	52.0%	66	43.4%	71	44.4%	260	48.2%	67	40.1%	29	50.9%
ほとんど食べない	269	32.9%	40	39.2%	29	24.4%	47	34.6%	52	35.1%	52	34.2%	49	30.6%	187	34.7%	59	35.3%	13	22.8%

注) 生活習慣調査票の問9に回答した者を集計対象とした。

問9 うどんを食べる頻度は、どのくらいですか。

第33表 うどんを食べるときの組合せ状況-うどんを食べるときの組合せ状況、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上			
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
男女計 総数	1,107	-	126	-	152	-	164	-	203	-	233	-	229	-	746	-	253	-	83	-
ごはん類(いなり寿司、おにぎりなど)	254	22.9%	17	13.5%	26	17.1%	36	22.0%	47	23.2%	69	29.6%	59	25.8%	195	26.1%	79	31.2%	16	19.3%
天ぷら類(ちくわ天、野菜天ぷら、コロッケなど)	831	75.1%	97	77.0%	124	81.6%	139	84.8%	157	77.3%	169	72.5%	145	63.3%	566	75.9%	180	71.1%	44	53.0%
野菜・海藻類(野菜小鉢、わかめうどんなど)	175	15.8%	18	14.3%	23	15.1%	13	7.9%	22	10.8%	39	16.7%	60	26.2%	113	15.1%	54	21.3%	21	25.3%
その他(おでんの卵・豆、肉うどんなど)	198	17.9%	26	20.6%	35	23.0%	26	15.9%	27	13.3%	43	18.5%	41	17.9%	122	16.4%	45	17.8%	15	18.1%
うどんのみ	130	11.7%	21	16.7%	16	10.5%	16	9.8%	30	14.8%	21	9.0%	26	11.4%	81	10.9%	21	8.3%	12	14.5%
男性 総数	560	-	64	-	62	-	75	-	107	-	133	-	119	-	395	-	146	-	39	-
ごはん類(いなり寿司、おにぎりなど)	143	25.5%	10	15.6%	6	9.7%	19	25.3%	27	25.2%	46	34.6%	35	29.4%	121	30.6%	53	36.3%	6	15.4%
天ぷら類(ちくわ天、野菜天ぷら、コロッケなど)	430	76.8%	50	78.1%	49	79.0%	69	92.0%	82	76.6%	99	74.4%	81	68.1%	308	78.0%	110	75.3%	23	59.0%
野菜・海藻類(野菜小鉢、わかめうどんなど)	60	10.7%	8	12.5%	3	4.8%	3	4.0%	7	6.5%	17	12.8%	22	18.5%	42	10.6%	22	15.1%	7	17.9%
その他(おでんの卵・豆、肉うどんなど)	72	12.9%	9	14.1%	9	14.5%	9	12.0%	8	7.5%	22	16.5%	15	12.6%	51	12.9%	22	15.1%	3	7.7%
うどんのみ	63	11.3%	9	14.1%	6	9.7%	3	4.0%	17	15.9%	12	9.0%	16	13.4%	40	10.1%	12	8.2%	8	20.5%
女性 総数	547	-	62	-	90	-	89	-	96	-	100	-	110	-	351	-	107	-	44	-
ごはん類(いなり寿司、おにぎりなど)	111	20.3%	7	11.3%	20	22.2%	17	19.1%	20	20.8%	23	23.0%	24	21.8%	74	21.1%	26	24.3%	10	22.7%
天ぷら類(ちくわ天、野菜天ぷら、コロッケなど)	401	73.3%	47	75.8%	75	83.3%	70	78.7%	75	78.1%	70	70.0%	64	58.2%	258	73.5%	70	65.4%	21	47.7%
野菜・海藻類(野菜小鉢、わかめうどんなど)	115	21.0%	10	16.1%	20	22.2%	10	11.2%	15	15.6%	22	22.0%	38	34.5%	71	20.2%	32	29.9%	14	31.8%
その他(おでんの卵・豆、肉うどんなど)	126	23.0%	17	27.4%	26	28.9%	17	19.1%	19	19.8%	21	21.0%	26	23.6%	71	20.2%	23	21.5%	12	27.3%
うどんのみ	67	12.2%	12	19.4%	10	11.1%	13	14.6%	13	13.5%	9	9.0%	10	9.1%	41	11.7%	9	8.4%	4	9.1%

注1) 生活習慣調査票の問9で「1」~「4」に回答し、問10に回答した者を集計対象とした。

注2) 複数回答のため、内訳合計が100%にならない。

問10 うどんを食べるときは、どんな料理や食品と組み合わせる食べることが多いですか。(複数回答)

第34表 うどんを食べるときの副食の摂取状況-うどんを食べるときの副食の摂取状況、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳	
--	----	--	--------	--	--------	--	--------	--

第35表 食習慣改善の意思－食習慣改善の意思、年齢階級別、人数、割合－総数・男性・女性

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)40-74歳		(再掲)65-74歳		(再掲)75歳以上	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男女計 総数	1,504	100.0%	183	100.0%	200	100.0%	230	100.0%	281	100.0%	318	100.0%	292	100.0%	1,015	100.0%	329	100.0%	106	100.0%
改善することに関心がない	182	12.1%	26	14.2%	21	10.5%	33	14.3%	31	11.0%	32	10.1%	39	13.4%	120	11.8%	42	12.8%	15	14.2%
関心はあるが改善するつもりはない	450	29.9%	49	26.8%	60	30.0%	74	32.2%	85	30.2%	92	28.9%	90	30.8%	304	30.0%	99	30.1%	37	34.9%
改善するつもりである（概ね6か月以内）	218	14.5%	34	18.6%	38	19.0%	38	16.5%	50	17.8%	31	9.7%	27	9.2%	139	13.7%	32	9.7%	7	6.6%
近いうちに（概ね1か月以内）改善するつもりである	86	5.7%	10	5.5%	15	7.5%	16	7.0%	20	7.1%	15	4.7%	10	3.4%	59	5.8%	12	3.6%	2	1.9%
既に改善に取り組んでいる（6か月未満）	127	8.4%	14	7.7%	17	8.5%	20	8.7%	21	7.5%	36	11.3%	19	6.5%	91	9.0%	28	8.5%	5	4.7%
既に改善に取り組んでいる（6か月以上）	221	14.7%	14	7.7%	26	13.0%	28	12.2%	48	17.1%	62	19.5%	43	14.7%	163	16.1%	53	16.1%	18	17.0%
食習慣に問題はないため改善する必要はない	220	14.6%	36	19.7%	23	11.5%	21	9.1%	26	9.3%	50	15.7%	64	21.9%	139	13.7%	63	19.1%	22	20.8%
男性 総数	705	100.0%	83	100.0%	82	100.0%	96	100.0%	137	100.0%	168	100.0%	139	100.0%	490	100.0%	168	100.0%	50	100.0%
改善することに関心がない	110	15.6%	15	18.1%	12	14.6%	16	16.7%	20	14.6%	24	14.3%	23	16.5%	74	15.1%	29	17.3%	9	18.0%
関心はあるが改善するつもりはない	218	30.9%	25	30.1%	21	25.6%	34	35.4%	49	35.8%	44	26.2%	45	32.4%	154	31.4%	51	30.4%	18	36.0%
改善するつもりである（概ね6か月以内）	74	10.5%	12	14.5%	11	13.4%	14	14.6%	19	13.9%	8	4.8%	10	7.2%	49	10.0%	12	7.1%	2	4.0%
近いうちに（概ね1か月以内）改善するつもりである	34	4.8%	4	4.8%	6	7.3%	7	7.3%	9	6.6%	5	3.0%	3	2.2%	23	4.7%	2	1.2%	1	2.0%
既に改善に取り組んでいる（6か月未満）	57	8.1%	8	9.6%	8	9.8%	3	3.1%	12	8.8%	19	11.3%	7	5.0%	38	7.8%	12	7.1%	3	6.0%
既に改善に取り組んでいる（6か月以上）	108	15.3%	4	4.8%	14	17.1%	13	13.5%	21	15.3%	38	22.6%	18	12.9%	85	17.3%	29	17.3%	5	10.0%
食習慣に問題はないため改善する必要はない	104	14.8%	15	18.1%	10	12.2%	9	9.4%	7	5.1%	30	17.9%	33	23.7%	67	13.7%	33	19.6%	12	24.0%
女性 総数	799	100.0%	100	100.0%	118	100.0%	134	100.0%	144	100.0%	150	100.0%	153	100.0%	525	100.0%	161	100.0%	56	100.0%
改善することに関心がない	72	9.0%	11	11.0%	9	7.6%	17	12.7%	11	7.6%	8	5.3%	16	10.5%	46	8.8%	13	8.1%	6	10.7%
関心はあるが改善するつもりはない	232	29.0%	24	24.0%	39	33.1%	40	29.9%	36	25.0%	48	32.0%	45	29.4%	150	28.6%	48	29.8%	19	33.9%
改善するつもりである（概ね6か月以内）	144	18.0%	22	22.0%	27	22.9%	24	17.9%	31	21.5%	23	15.3%	17	11.1%	90	17.1%	20	12.4%	5	8.9%
近いうちに（概ね1か月以内）改善するつもりである	52	6.5%	6	6.0%	9	7.6%	9	6.7%	11	7.6%	10	6.7%	7	4.6%	36	6.9%	10	6.2%	1	1.8%
既に改善に取り組んでいる（6か月未満）	70	8.8%	6	6.0%	9	7.6%	17	12.7%	9	6.3%	17	11.3%	12	7.8%	53	10.1%	16	9.9%	2	3.6%
既に改善に取り組んでいる（6か月以上）	113	14.1%	10	10.0%	12	10.2%	15	11.2%	27	18.8%	24	16.0%	25	16.3%	78	14.9%	24	14.9%	13	23.2%
食習慣に問題はないため改善する必要はない	116	14.5%	21	21.0%	13	11.0%	12	9.0%	19	13.2%	20	13.3%	31	20.3%	72	13.7%	30	18.6%	10	17.9%

注) 生活習慣調査票の問11に回答した者を集計対象とした。

問11 あなたは、食習慣を改善してみようと考えていますか。

第36表 BMIの状況別、食習慣改善の意思－BMIの状況、食習慣改善の意思、人数、割合－総数・男性・女性

	総数		やせ18.5未満		普通18.5以上25未満		肥満25以上	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男女計 総数	1,504	100.0%	140	100.0%	985	100.0%	379	100.0%
改善することに関心がない	182	12.1%	15	10.7%	124	12.6%	43	11.3%
関心はあるが改善するつもりはない	450	29.9%	46	32.9%	296	30.1%	108	28.5%
改善するつもりである（概ね6か月以内）	218	14.5%	20	14.3%	130	13.2%	68	17.9%
近いうちに（概ね1か月以内）改善するつもりである	86	5.7%	6	4.3%	56	5.7%	24	6.3%
既に改善に取り組んでいる（6か月未満）	127	8.4%	10	7.1%	77	7.8%	40	10.6%
既に改善に取り組んでいる（6か月以上）	221	14.7%	9	6.4%	147	14.9%	65	17.2%
食習慣に問題はないため改善する必要はない	220	14.6%	34	24.3%	155	15.7%	31	8.2%
男性 総数	705	100.0%	31	100.0%	443	100.0%	231	100.0%
改善することに関心がない	110	15.6%	7	22.6%	74	16.7%	29	12.6%
関心はあるが改善するつもりはない	218	30.9%	9	29.0%	142	32.1%	67	29.0%
改善するつもりである（概ね6か月以内）	74	10.5%	3	9.7%	37	8.4%	34	14.7%
近いうちに（概ね1か月以内）改善するつもりである	34	4.8%	2	6.5%	16	3.6%	16	6.9%
既に改善に取り組んでいる（6か月未満）	57	8.1%	3	9.7%	29	6.5%	25	10.8%
既に改善に取り組んでいる（6か月以上）	108	15.3%	1	3.2%	66	14.9%	41	17.7%
食習慣に問題はないため改善する必要はない	104	14.8%	6	19.4%	79	17.8%	19	8.2%
女性 総数	799	100.0%	109	100.0%	542	100.0%	148	100.0%
改善することに関心がない	72	9.0%	8	7.3%	50	9.2%	14	9.5%
関心はあるが改善するつもりはない	232	29.0%	37	33.9%	154	28.4%	41	27.7%
改善するつもりである（概ね6か月以内）	144	18.0%	17	15.6%	93	17.2%	34	23.0%
近いうちに（概ね1か月以内）改善するつもりである	52	6.5%	4	3.7%	40	7.4%	8	5.4%
既に改善に取り組んでいる（6か月未満）	70	8.8%	7	6.4%	48	8.9%	15	10.1%
既に改善に取り組んでいる（6か月以上）	113	14.1%	8	7.3%	81	14.9%	24	16.2%
食習慣に問題はないため改善する必要はない	116	14.5%	28	25.7%	76	14.0%	12	8.1%

注) 生活習慣調査票の問11、身長及び体重に回答した者を集計対象とした。

問11 あなたは、食習慣を改善してみようと考えていますか。

第37表 健康な食習慣の妨げとなる点—健康な食習慣の妨げとなる点、年齢階級別、人数、割合—総数・男性・女性

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)40-74歳		(再掲)65-74歳		(再掲)75歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
男女計 総数	1,275	-	145	-	175	-	209	-	255	-	267	-	224	-	872	-	262	-	83	-	-
仕事(家事・育児等)が忙しくて時間がないこと	415	32.5%	59	40.7%	88	50.3%	99	47.4%	104	40.8%	50	18.7%	15	6.7%	264	30.3%	29	11.1%	4	4.8%	
外食が多いこと	75	5.9%	17	11.7%	18	10.3%	9	4.3%	12	4.7%	14	5.2%	5	2.2%	39	4.5%	11	4.2%	1	1.2%	
自分を含め、家で用意する者がいないこと	131	10.3%	12	8.3%	12	6.9%	15	7.2%	29	11.4%	32	12.0%	31	13.8%	96	11.0%	32	12.2%	11	13.3%	
経済的に余裕がないこと	157	12.3%	26	17.9%	31	17.7%	32	15.3%	38	14.9%	14	5.2%	16	7.1%	93	10.7%	15	5.7%	7	8.4%	
面倒くさいこと	439	34.4%	65	44.8%	85	48.6%	83	39.7%	78	30.6%	74	27.7%	54	24.1%	274	31.4%	69	26.3%	15	18.1%	
その他	120	9.4%	7	4.8%	14	8.0%	18	8.6%	27	10.6%	28	10.5%	26	11.6%	86	9.9%	23	8.8%	13	15.7%	
特いない	375	29.4%	32	22.1%	26	14.9%	43	20.6%	58	22.7%	105	39.3%	111	49.6%	276	31.7%	126	48.1%	41	49.4%	
男性 総数	596	-	67	-	71	-	87	-	130	-	137	-	104	-	421	-	133	-	37	-	-
仕事(家事・育児等)が忙しくて時間がないこと	158	26.5%	26	38.8%	27	38.0%	30	34.5%	48	36.9%	22	16.1%	5	4.8%	103	24.5%	14	10.5%	2	5.4%	
外食が多いこと	44	7.4%	5	7.5%	12	16.9%	4	4.6%	8	6.2%	11	8.0%	4	3.8%	26	6.2%	9	6.8%	1	2.7%	
自分を含め、家で用意する者がいないこと	74	12.4%	8	11.9%	5	7.0%	8	9.2%	18	13.8%	19	13.9%	16	15.4%	57	13.5%	21	15.8%	4	10.8%	
経済的に余裕がないこと	76	12.8%	15	22.4%	10	14.1%	14	16.1%	24	18.5%	9	6.6%	4	3.8%	50	11.9%	7	5.3%	1	2.7%	
面倒くさいこと	180	30.2%	30	44.8%	29	40.8%	31	35.6%	35	26.9%	33	24.1%	22	21.2%	116	27.6%	32	24.1%	5	13.5%	
その他	41	6.9%	3	4.5%	4	5.6%	5	5.7%	11	8.5%	8	5.8%	10	9.6%	30	7.1%	7	5.3%	4	10.8%	
特いない	195	32.7%	16	23.9%	15	21.1%	22	25.3%	29	22.3%	59	43.1%	54	51.9%	143	34.0%	65	48.9%	21	56.8%	
女性 総数	679	-	78	-	104	-	122	-	125	-	130	-	120	-	451	-	129	-	46	-	-
仕事(家事・育児等)が忙しくて時間がないこと	257	37.8%	33	42.3%	61	58.7%	69	56.6%	56	44.8%	28	21.5%	10	8.3%	161	35.7%	15	11.6%	2	4.3%	
外食が多いこと	31	4.6%	12	15.4%	6	5.8%	5	4.1%	4	3.2%	3	2.3%	1	0.8%	13	2.9%	2	1.6%	0	0.0%	
自分を含め、家で用意する者がいないこと	57	8.4%	4	5.1%	7	6.7%	7	5.7%	11	8.8%	13	10.0%	15	12.5%	39	8.6%	11	8.5%	7	15.2%	
経済的に余裕がないこと	81	11.9%	11	14.1%	21	20.2%	18	14.8%	14	11.2%	5	3.8%	12	10.0%	43	9.5%	8	6.2%	6	13.0%	
面倒くさいこと	259	38.1%	35	44.9%	56	53.8%	52	42.6%	43	34.4%	41	31.5%	32	26.7%	158	35.0%	37	28.7%	10	21.7%	
その他	79	11.6%	4	5.1%	10	9.6%	13	10.7%	16	12.8%	20	15.4%	16	13.3%	56	12.4%	16	12.4%	9	19.6%	
特いない	180	26.5%	16	20.5%	11	10.6%	21	17.2%	29	23.2%	46	35.4%	57	47.5%	133	29.5%	61	47.3%	20	43.5%	

注1) 生活習慣調査票の問11で「1」～「6」と回答し、問12に回答した者を集計対象とした。

注2) 複数回答のため、内訳合計が100%にならない。

問12 あなたの健康な食習慣の妨げとなっていることは何ですか。(複数回答)

第38表 食習慣改善の意思別、健康な食習慣の妨げとなる点—食習慣改善の意思、健康な食習慣の妨げとなる点、人数、割合—総数・男性・女性

	総数		改善することに関心がない		関心はあるが改善するつもりはない		改善するつもりである(概ね6か月以内)		近いうちに(概ね1か月以内)改善するつもりである		既に改善に取り組んでいる(6か月未満)		既に改善に取り組んでいる(6か月以上)	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男女計 総数	1,275	-	180	-	445	-	217	-	85	-	127	-	221	-
仕事(家事・育児等)が忙しくて時間がないこと	415	32.5%	37	20.6%	138	31.0%	101	46.5%	36	42.4%	50	39.4%	53	24.0%
外食が多いこと	75	5.9%	3	1.7%	29	6.5%	19	8.8%	8	9.4%	5	3.9%	11	5.0%
自分を含め、家で用意する者がいないこと	131	10.3%	13	7.2%	52	11.7%	28	12.9%	9	10.6%	12	9.4%	17	7.7%
経済的に余裕がないこと	157	12.3%	25	13.9%	61	13.7%	26	12.0%	9	10.6%	11	8.7%	25	11.3%
面倒くさいこと	439	34.4%	61	33.9%	178	40.0%	84	38.7%	31	36.5%	34	26.8%	51	23.1%
その他	120	9.4%	8	4.4%	39	8.8%	20	9.2%	16	18.8%	14	11.0%	23	10.4%
特いない	375	29.4%	78	43.3%	111	24.9%	36	16.6%	13	15.3%	39	30.7%	98	44.3%
男性 総数	596	-	108	-	216	-	74	-	33	-	57	-	108	-
仕事(家事・育児等)が忙しくて時間がないこと	158	26.5%	15	13.9%	58	26.9%	27	36.5%	14	42.4%	21	36.8%	23	21.3%
外食が多いこと	44	7.4%	1	0.9%	24	11.1%	7	9.5%	3	9.1%	3	5.3%	6	5.6%
自分を含め、家で用意する者がいないこと	74	12.4%	7	6.5%	36	16.7%	14	18.9%	5	15.2%	4	7.0%	8	7.4%
経済的に余裕がないこと	76	12.8%	13	12.0%	30	13.9%	9	12.2%	5	15.2%	4	7.0%	15	13.9%
面倒くさいこと	180	30.2%	32	29.6%	77	35.6%	27	36.5%	11	33.3%	8	14.0%	25	23.1%
その他	41	6.9%	4	3.7%	13	6.0%	6	8.1%	6	18.2%	4	7.0%	8	7.4%
特いない	195	32.7%	53	49.1%	54	25.0%	12	16.2%	3	9.1%	23	40.4%	50	46.3%
女性 総数	679	-	72	-	229	-	143	-	52	-	70	-	113	-
仕事(家事・育児等)が忙しくて時間がないこと	257	37.8%	22	30.6%	80	34.9%	74	51.7%	22	42.3%	29	41.4%	30	26.5%
外食が多いこと	31	4.6%	2	2.8%	5	2.2%	12	8.4%	5	9.6%	2	2.9%	5	4.4%
自分を含め、家で用意する者がいないこと	57	8.4%	6	8.3%	16	7.0%	14	9.8%	4	7.7%	8	11.4%	9	8.0%
経済的に余裕がないこと	81	11.9%	12	16.7%	31	13.5%	17	11.9%	4	7.7%	7	10.0%	10	8.8%
面倒くさいこと	259	38.1%	29	40.3%	101	44.1%	57	39.9%	20	38.5%	26	37.1%	26	23.0%
その他	79	11.6%	4	5.6%	26	11.4%	14	9.8%	10	19.2%	10	14.3%	15	13.3%
特いない	180	26.5%	25	34.7%	57	24.9%	24	16.8%	10	19.2%	16	22.9%	48	42.5%

注1) 生活習慣調査票の問11で「1」～「6」と回答し、問12に回答した者を集計対象とした。

注2) 複数回答のため、内訳合計が100%にならない。

問11 あなたは、食習慣を改善してみようと考えていますか。

問12 あなたの健康な食習慣の妨げとなっていることは何ですか。(複数回答)

第39表 喫煙の状況—喫煙の状況、年齢階級別、人数、割合—総数・男性・女性

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)40-74歳		(再掲)65-74歳		(再掲)75歳以上	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男女計 総数	1,527	100.0%	185	100.0%	201	100.0%	231	100.0%	287	100.0%	320	100.0%	303	100.0%	1,036	100.0%	340	100.0%	105	100.0%
毎日吸っている	220	14.4%	19	10.3%	23	11.4%	44	19.0%	68	23.7%	47	14.7%	19	6.3%	173	16.7%	35	10.3%	5	4.8%
時々吸う日がある	15	1.0%	2	1.1%	2	1.0%	3	1.3%	3	1.0%	1	0.3%	4	1.3%	10	1.0%	3	0.9%	1	1.0%
以前は吸っていたが、1か月以上吸っていない	104	6.8%	4	2.2%	10	5.0%	19	8.2%	21	7.3%	32	10.0%	18	5.9%	84	8.1%	26	7.6%	6	5.7%
吸わない	1,188	77.8%	160	86.5%	166	82.6%	165	71.4%	195	67.9%	240	75.0%	262	86.5%	769	74.2%	276	81.2%	93	88.6%
男性 総数	715	100.0%	84	100.0%	82	100.0%	97	100.0%	138	100.0%	169	100.0%	145	100.0%	499	100.0%	173	100.0%	50	100.0%
毎日吸っている	164	22.9%	13	15.5%	16	19.5%	29	29.9%	51	37.0%	40	23.7%	15	10.3%	131	26.3%	28	16.2%	4	8.0%
時々吸う日がある	9	1.3%	1	1.2%	1	1.2%	1	1.0%	2	1.4%	0	0.0%	4	2.8%	6	1.2%	3	1.7%	1	2.0%
以前は吸っていたが、1か月以上吸っていない	82	11.5%	3	3.6%	10	12.2%	13	13.4%	15	10.9%	24	14.2%	17	11.7%	63	12.6%	21	12.1%	6	12.0%
吸わない	460	64.3%	67	79.8%	55	67.1%	54	55.7%	70	50.7%	105	62.1%	109	75.2%	299	59.9%	121	69.9%	39	78.0%
女性 総数	812	100.0%	101	100.0%	119	100.0%	134	100.0%	149	100.0%	151	100.0%	158	100.0%	537	100.0%	167	100.0%	55	100.0%
毎日吸っている	56	6.9%	6	5.9%	7	5.9%	15	11.2%	17	11.4%	7	4.6%	4	2.5%	42	7.8%	7	4.2%	1	1.8%
時々吸う日がある	6	0.7%	1	1.0%	1	0.8%	2	1.5%	1	0.7%	1	0.7%	0	0.0%	4	0.7%	0	0.0%	0	0.0%
以前は吸っていたが、1か月以上吸っていない	22	2.7%	1	1.0%	0	0.0%	6	4.5%	6	4.0%	8	5.3%	1	0.6%	21	3.9%	5	3.0%	0	0.0%
吸わない	728	89.7%	93	92.1%	111	93.3%	111	82.8%	125											

第40表 1日1時間以上の身体活動の有無-1日1時間以上の身体活動の有無、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)40-74歳		(再掲)65-74歳		(再掲)75歳以上		(再掲)20~64歳		(再掲)65歳以上			
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男女計 総数	1,536	100.0%	186	100.0%	201	100.0%	234	100.0%	287	100.0%	323	100.0%	305	100.0%	1,043	100.0%	343	100.0%	106	100.0%	1,087	100.0%	449	100.0%	449	100.0%
はい	711	46.3%	87	46.8%	86	42.8%	103	44.0%	116	40.4%	150	46.4%	169	55.4%	477	45.7%	172	50.1%	61	57.5%	478	44.0%	233	51.9%	233	51.9%
いいえ	825	53.7%	99	53.2%	115	57.2%	131	56.0%	171	59.6%	173	53.6%	136	44.6%	566	54.3%	171	49.9%	45	42.5%	609	56.0%	216	48.1%	216	48.1%
男性 総数	719	100.0%	84	100.0%	82	100.0%	98	100.0%	139	100.0%	170	100.0%	146	100.0%	502	100.0%	174	100.0%	51	100.0%	494	100.0%	225	100.0%	225	100.0%
はい	343	47.7%	41	48.8%	38	46.3%	44	44.9%	56	40.3%	82	48.2%	82	56.2%	236	47.0%	90	51.7%	28	54.9%	225	45.5%	118	52.4%	118	52.4%
いいえ	376	52.3%	43	51.2%	44	53.7%	54	55.1%	83	59.7%	88	51.8%	64	43.8%	266	53.0%	84	48.3%	23	45.1%	269	54.5%	107	47.6%	107	47.6%
女性 総数	817	100.0%	102	100.0%	119	100.0%	136	100.0%	148	100.0%	153	100.0%	159	100.0%	541	100.0%	169	100.0%	55	100.0%	593	100.0%	224	100.0%	224	100.0%
はい	368	45.0%	46	45.1%	48	40.3%	59	43.4%	60	40.5%	68	44.4%	87	54.7%	241	44.5%	82	48.5%	33	60.0%	253	42.7%	115	51.3%	115	51.3%
いいえ	449	55.0%	56	54.9%	71	59.7%	77	56.6%	88	59.5%	85	55.6%	72	45.3%	300	55.5%	87	51.5%	22	40.0%	340	57.3%	109	48.7%	109	48.7%

注) 生活習慣調査票の間14に回答した者を集計対象とした。

問14 日常生活において、歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施していますか。

第41表 運動習慣の有無-運動習慣の有無、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)40-74歳		(再掲)65-74歳		(再掲)75歳以上		(再掲)20~64歳		(再掲)65歳以上	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男女計 総数	1,538	100.0%	186	100.0%	201	100.0%	234	100.0%	288	100.0%	323	100.0%	306	100.0%	1,044	100.0%	343	100.0%	107	100.0%	1,088	100.0%	450	100.0%
はい	478	31.1%	52	28.0%	51	25.4%	58	24.8%	62	21.5%	118	36.5%	137	44.8%	322	30.8%	140	40.8%	53	49.5%	285	26.2%	193	42.9%
いいえ	1,060	68.9%	134	72.0%	150	74.6%	176	75.2%	226	78.5%	205	63.5%	169	55.2%	722	69.2%	203	59.2%	54	50.5%	803	73.8%	257	57.1%
男性 総数	719	100.0%	84	100.0%	82	100.0%	98	100.0%	139	100.0%	170	100.0%	146	100.0%	502	100.0%	174	100.0%	51	100.0%	494	100.0%	225	100.0%
はい	276	38.4%	28	33.3%	28	34.1%	40	40.8%	37	26.6%	70	41.2%	73	50.0%	193	38.4%	81	46.6%	27	52.9%	168	34.0%	108	48.0%
いいえ	443	61.6%	56	66.7%	54	65.9%	58	59.2%	102	73.4%	100	58.8%	73	50.0%	309	61.6%	93	53.4%	24	47.1%	326	66.0%	117	52.0%
女性 総数	819	100.0%	102	100.0%	119	100.0%	136	100.0%	149	100.0%	153	100.0%	160	100.0%	542	100.0%	169	100.0%	56	100.0%	594	100.0%	225	100.0%
はい	202	24.7%	24	23.5%	23	19.3%	18	13.2%	25	16.8%	48	31.4%	64	40.0%	129	23.8%	59	34.9%	26	46.4%	117	19.7%	85	37.8%
いいえ	617	75.3%	78	76.5%	96	80.7%	118	86.8%	124	83.2%	105	68.6%	96	60.0%	413	76.2%	110	65.1%	30	53.6%	477	80.3%	140	62.2%

注) 生活習慣調査票の間15に回答した者を集計対象とした。

問15 1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施していますか。

第42表 筋力トレーニングの有無-筋力トレーニングの有無、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)40-74歳		(再掲)65-74歳		(再掲)75歳以上		(再掲)20~64歳		(再掲)65歳以上	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男女計 総数	1,534	100.0%	186	100.0%	200	100.0%	234	100.0%	288	100.0%	323	100.0%	303	100.0%	1,043	100.0%	342	100.0%	105	100.0%	1,087	100.0%	447	100.0%
はい	315	20.5%	42	22.6%	51	25.5%	43	18.4%	50	17.4%	58	18.0%	71	23.4%	199	19.1%	77	22.5%	23	21.9%	215	19.8%	100	22.4%
いいえ	1,219	79.5%	144	77.4%	149	74.5%	191	81.6%	238	82.6%	265	82.0%	232	76.6%	844	80.9%	265	77.5%	82	78.1%	872	80.2%	347	77.6%
男性 総数	719	100.0%	84	100.0%	82	100.0%	98	100.0%	139	100.0%	170	100.0%	146	100.0%	502	100.0%	174	100.0%	51	100.0%	494	100.0%	225	100.0%
はい	156	21.7%	21	25.0%	31	37.8%	23	23.5%	26	18.7%	25	14.7%	30	20.5%	95	18.9%	33	19.0%	9	17.6%	114	23.1%	42	18.7%
いいえ	563	78.3%	63	75.0%	51	62.2%	75	76.5%	113	81.3%	145	85.3%	116	79.5%	407	81.1%	141	81.0%	42	82.4%	380	76.9%	183	81.3%
女性 総数	815	100.0%	102	100.0%	118	100.0%	136	100.0%	149	100.0%	153	100.0%	157	100.0%	541	100.0%	168	100.0%	54	100.0%	593	100.0%	222	100.0%
はい	159	19.5%	21	20.6%	20	16.9%	20	14.7%	24	16.1%	33	21.6%	41	26.1%	104	19.2%	44	26.2%	14	25.9%	101	17.0%	58	26.1%
いいえ	656	80.5%	81	79.4%	98	83.1%	116	85.3%	125	83.9%	120	78.4%	116	73.9%	437	80.8%	124	73.8%	40	74.1%	492	83.0%	164	73.9%

注) 生活習慣調査票の間16に回答した者を集計対象とした。

問16 運動に筋力トレーニング(腕立て伏せ、スクワット、腹筋、背筋など)を取り入れていますか。

第54表 歯の悩みの有無-歯の悩みの有無、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)40-74歳		(再掲)65-74歳		(再掲)75歳以上	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男女計 総数	1,537	100.0%	184	100.0%	201	100.0%	234	100.0%	288	100.0%	323	100.0%	307	100.0%	1,045	100.0%	344	100.0%	107	100.0%
ある	727	47.3%	81	44.0%	107	53.2%	126	53.8%	150	52.1%	151	46.7%	112	36.5%	504	48.2%	136	39.5%	35	32.7%
ない	810	52.7%	103	56.0%	94	46.8%	108	46.2%	138	47.9%	172	53.3%	195	63.5%	541	51.8%	208	60.5%	72	67.3%
男性 総数	718	100.0%	83	100.0%	82	100.0%	98	100.0%	139	100.0%	170	100.0%	146	100.0%	502	100.0%	174	100.0%	51	100.0%
ある	325	45.3%	36	43.4%	38	46.3%	45	45.9%	74	53.2%	80	47.1%	52	35.6%	233	46.4%	68	39.1%	18	35.3%
ない	393	54.7%	47	56.6%	44	53.7%	53	54.1%	65	46.8%	90	52.9%	94	64.4%	269	53.6%	106	60.9%	33	64.7%
女性 総数	819	100.0%	101	100.0%	119	100.0%	136	100.0%	149	100.0%	153	100.0%	161	100.0%	543	100.0%	170	100.0%	56	100.0%
ある	402	49.1%	45	44.6%	69	58.0%	81	59.6%	76	51.0%	71	46.4%	60	37.3%	271	49.9%	68	40.0%	17	30.4%
ない	417	50.9%	56	55.4%	50	42.0%	55	40.4%	73	49.0%	82	53.6%	101	62.7%	272	50.1%	102	60.0%	39	69.6%

注) 生活習慣調査票の問28に回答した者を集計対象とした。

問28 歯・口腔に関する悩みや気になることがありますか。

第55表 家族構成-家族構成、年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性

	総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		(再掲)40-74歳		(再掲)65-74歳		(再掲)75歳以上	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男女計 総数	1,538	100.0%	186	100.0%	201	100.0%	234	100.0%	288	100.0%	323	100.0%	306	100.0%	1,044	100.0%	343	100.0%	107	100.0%
ひとり暮らし	183	11.9%	34	18.3%	10	5.0%	13	5.6%	32	11.1%	40	12.4%	54	17.6%	120	11.5%	55	16.0%	19	17.8%
家族と同居	1,324	86.1%	147	79.0%	189	94.0%	218	93.2%	251	87.2%	277	85.8%	242	79.1%	906	86.8%	282	82.2%	82	76.6%
その他	31	2.0%	5	2.7%	2	1.0%	3	1.3%	5	1.7%	6	1.9%	10	3.3%	18	1.7%	6	1.7%	6	5.6%
男性 総数	718	100.0%	84	100.0%	82	100.0%	98	100.0%	139	100.0%	170	100.0%	145	100.0%	502	100.0%	174	100.0%	50	100.0%
ひとり暮らし	92	12.8%	22	26.2%	6	7.3%	10	10.2%	15	10.8%	20	11.8%	19	13.1%	57	11.4%	22	12.6%	7	14.0%
家族と同居	610	85.0%	60	71.4%	75	91.5%	87	88.8%	120	86.3%	147	86.5%	121	83.4%	434	86.5%	148	85.1%	41	82.0%
その他	16	2.2%	2	2.4%	1	1.2%	1	1.0%	4	2.9%	3	1.8%	5	3.4%	11	2.2%	4	2.3%	2	4.0%
女性 総数	820	100.0%	102	100.0%	119	100.0%	136	100.0%	149	100.0%	153	100.0%	161	100.0%	542	100.0%	169	100.0%	57	100.0%
ひとり暮らし	91	11.1%	12	11.8%	4	3.4%	3	2.2%	17	11.4%	20	13.1%	35	21.7%	63	11.6%	33	19.5%	12	21.1%
家族と同居	714	87.1%	87	85.3%	114	95.8%	131	96.3%	131	87.9%	130	85.0%	121	75.2%	472	87.1%	134	79.3%	41	71.9%
その他	15	1.8%	3	2.9%	1	0.8%	2	1.5%	1	0.7%	3	2.0%	5	3.1%	7	1.3%	2	1.2%	4	7.0%

注) 生活習慣調査票の問29に回答した者を集計対象とした。

問29 あなたの家族構成をお聞かせください。