

# 小平市民の健康に関する意識調査 調査報告書（速報）クロス集計（案）

**表側** 問 13:最近のあなたの身長・体重を教えてください。(BMI 判定)

**表頭** 問 12:ご自身の体重を測る習慣はありますか。

すべての BMI 判定結果において「ある」が多くの割合を占める結果となっている。

|               | 合計      | ある    | なし   | 無回答 |
|---------------|---------|-------|------|-----|
| 全体            | (N=752) | 69.3  | 29.8 | 0.9 |
| やせ(18.5未満)    | (N=77)  | 62.3  | 35.1 | 2.6 |
| 普通(18.5～25)   | (N=528) | 71.4  | 27.7 | 0.9 |
| 肥満(1度)(25～30) | (N=126) | 65.9  | 34.1 | 0.0 |
| 肥満(2度)(30～35) | (N=17)  | 52.9  | 47.1 | 0.0 |
| 肥満(3度)(35～40) | (N=2)   | 100.0 | 0.0  | 0.0 |
| 肥満(4度)(40以上)  | (N=2)   | 100.0 | 0.0  | 0.0 |

**表側** 問 14:ご自分の体型についてどう感じていますか。

**表頭** 問 13:最近のあなたの身長・体重を教えてください。(BMI 判定)

BMI 判定結果の「肥満1」「やせ」では、それぞれ「太っている」「やせている」と自覚する人が多い結果となっている。

|         | 合計      | やせ(18.5未満) | 普通(18.5～25) | 肥満(1度)(25～30) | 肥満(2度)(30～35) | 肥満(3度)(35～40) | 肥満(4度)(40以上) | 無回答  |
|---------|---------|------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|------|
| 全体      | (N=876) | 8.8        | 60.0        | 14.4          | 1.9           | 0.2           | 0.2          | 14.4 |
| 太っている   | (N=135) | 0.7        | 23.7        | 44.4          | 8.9           | 1.5           | 0.7          | 20.0 |
| 少し太っている | (N=257) | 1.2        | 57.6        | 23.7          | 1.9           | 0.0           | 0.4          | 15.2 |
| ふつう     | (N=321) | 4.7        | 82.6        | 0.9           | 0.0           | 0.0           | 0.0          | 11.8 |
| 少しやせている | (N=96)  | 26.0       | 60.4        | 1.0           | 0.0           | 0.0           | 0.0          | 12.5 |
| やせている   | (N=64)  | 51.6       | 35.9        | 0.0           | 0.0           | 0.0           | 0.0          | 12.5 |
| わからない   | (N=3)   | 0.0        | 0.0         | 33.3          | 0.0           | 0.0           | 0.0          | 66.7 |

**表側** 問5:あなたの家族構成は。

**表頭** 問 16:あなたは朝食を食べますか。

いずれの家族構成においても「ほぼ毎日食べる」が7割以上を占める結果となっている。

|            | 合計      | ほぼ毎日食べる | 週に4～5日食べる | 週に2～3日食べる | ほとんど食べない | 無回答 |
|------------|---------|---------|-----------|-----------|----------|-----|
| 全体         | (N=871) | 82.0    | 3.3       | 4.0       | 9.1      | 1.6 |
| ひとり暮らし     | (N=89)  | 78.7    | 4.5       | 2.2       | 12.4     | 2.2 |
| 夫婦のみ       | (N=171) | 89.5    | 1.8       | 1.2       | 4.7      | 2.9 |
| 親と子(2世代)   | (N=490) | 80.8    | 3.7       | 4.7       | 10.0     | 0.8 |
| 親と子と孫(3世代) | (N=73)  | 79.5    | 4.1       | 5.5       | 8.2      | 2.7 |
| その他        | (N=48)  | 77.1    | 2.1       | 8.3       | 10.4     | 2.1 |

**表側** 問 13:最近のあなたの身長・体重を教えてください。(BMI 判定)

**表頭** 問 16:あなたは朝食を食べますか。

すべての BMI 判定結果において「ほぼ毎日食べる」が多くの割合を占める結果となっている。

|               | 合計      | ほぼ毎日食べる | 週に4～5日食べる | 週に2～3日食べる | ほとんど食べない | 無回答  |
|---------------|---------|---------|-----------|-----------|----------|------|
| 全体            | (N=752) | 83.4    | 3.3       | 3.3       | 8.2      | 1.7  |
| やせ(18.5未満)    | (N=77)  | 92.2    | 0.0       | 2.6       | 5.2      | 0.0  |
| 普通(18.5～25)   | (N=528) | 82.4    | 3.6       | 3.8       | 8.7      | 1.5  |
| 肥満(1度)(25～30) | (N=126) | 83.3    | 4.8       | 2.4       | 7.1      | 2.4  |
| 肥満(2度)(30～35) | (N=17)  | 82.4    | 0.0       | 0.0       | 11.8     | 5.9  |
| 肥満(3度)(35～40) | (N=2)   | 50.0    | 0.0       | 0.0       | 50.0     | 0.0  |
| 肥満(4度)(40以上)  | (N=2)   | 50.0    | 0.0       | 0.0       | 0.0      | 50.0 |

**表側** 問 25:あなたは、自分の睡眠時間についてどのように感じていますか。

**表頭** 問 16:あなたは朝食を食べますか。

睡眠時間に関わらず「ほぼ毎日食べる」が多くの割合を占める結果となっている。

|            | 合計      | ほぼ毎日食べる | 週に4～5日食べる | 週に2～3日食べる | ほとんど食べない | 無回答 |
|------------|---------|---------|-----------|-----------|----------|-----|
| 全体         | (N=875) | 82.1    | 3.3       | 4.0       | 9.0      | 1.6 |
| 十分足りている    | (N=179) | 89.9    | 1.7       | 2.8       | 3.9      | 1.7 |
| ほぼ足りている    | (N=356) | 85.1    | 2.8       | 2.0       | 9.0      | 1.1 |
| やや不足している   | (N=284) | 76.4    | 4.6       | 6.7       | 10.2     | 2.1 |
| まったく不足している | (N=56)  | 66.1    | 5.4       | 7.1       | 19.6     | 1.8 |

**表側** 問 28:あなたは、この1ヶ月間に日常生活で不満、悩み、苦勞、ストレスなどがありましたか。

**表頭** 問 16:あなたは朝食を食べますか。

ストレス等の有無にかかわらず「ほぼ毎日食べる」が多くの割合を占める結果となっている。

|        | 合計      | ほぼ毎日食べる | 週に4～5日食べる | 週に2～3日食べる | ほとんど食べない | 無回答 |
|--------|---------|---------|-----------|-----------|----------|-----|
| 全体     | (N=869) | 82.0    | 3.3       | 3.9       | 9.1      | 1.6 |
| 大いにある  | (N=161) | 78.3    | 2.5       | 5.6       | 12.4     | 1.2 |
| 多少ある   | (N=416) | 82.9    | 4.1       | 3.6       | 8.2      | 1.2 |
| あまりない  | (N=239) | 82.4    | 2.5       | 4.2       | 8.4      | 2.5 |
| まったくない | (N=53)  | 84.9    | 3.8       | 0.0       | 9.4      | 1.9 |

**表側** 問5:あなたの家族構成は

**表頭** 問 17:成人(20歳以上)の1日あたりの野菜の摂取量について、健康づくりのために推奨されている量はどれくらいだと思いますか。

いずれの家族構成においても「350g以上」が多くを占める結果となっている。

|            | 合計      | 150g以上 | 250g以上 | 350g以上 | 450g以上 | 550g以上 | 無回答  |
|------------|---------|--------|--------|--------|--------|--------|------|
| 全体         | (N=871) | 12.5   | 24.5   | 43.1   | 8.5    | 2.6    | 8.8  |
| ひとり暮らし     | (N=89)  | 13.5   | 18.0   | 50.6   | 6.7    | 3.4    | 7.9  |
| 夫婦のみ       | (N=171) | 16.4   | 22.2   | 37.4   | 7.6    | 1.8    | 14.6 |
| 親と子(2世代)   | (N=490) | 10.6   | 25.7   | 45.9   | 9.2    | 2.9    | 5.7  |
| 親と子と孫(3世代) | (N=73)  | 13.7   | 28.8   | 35.6   | 8.2    | 2.7    | 11.0 |
| その他        | (N=48)  | 14.6   | 25.0   | 31.3   | 8.3    | 2.1    | 18.8 |

**表側** 問 13:最近のあなたの身長・体重を教えてください。(BMI 判定)

**表頭** 問 17:成人(20歳以上)の1日あたりの野菜の摂取量について、健康づくりのために推奨されている量はどれくらいだと思いますか。

BMI 判定結果に関わらず「350g以上」の割合が多くを占める結果となっている。

|               | 合計      | 150g以上 | 250g以上 | 350g以上 | 450g以上 | 550g以上 | 無回答  |
|---------------|---------|--------|--------|--------|--------|--------|------|
| 全体            | (N=752) | 12.5   | 25.3   | 43.6   | 7.3    | 2.5    | 8.8  |
| やせ(18.5未満)    | (N=77)  | 18.2   | 24.7   | 40.3   | 10.4   | 2.6    | 3.9  |
| 普通(18.5~25)   | (N=528) | 11.9   | 25.8   | 43.0   | 8.0    | 2.7    | 8.7  |
| 肥満(1度)(25~30) | (N=126) | 11.1   | 24.6   | 49.2   | 3.2    | 1.6    | 10.3 |
| 肥満(2度)(30~35) | (N=17)  | 17.6   | 23.5   | 35.3   | 5.9    | 0.0    | 17.6 |
| 肥満(3度)(35~40) | (N=2)   | 0.0    | 0.0    | 100.0  | 0.0    | 0.0    | 0.0  |
| 肥満(4度)(40以上)  | (N=2)   | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 0.0    | 50.0   | 50.0 |

**表側** 問5:あなたの家族構成は

**表頭** 問 18:あなたは、普段の1日の食事のうち、何回、主食、主菜、副菜をそろえた食事をしていきますか。

いずれの家族構成においても「350g以上」が多くを占める結果となっている。

|            | 合計      | 一日1食そろえている | 一日2食そろえている | 一日3食そろえている | ほとんどそろわない | 無回答 |
|------------|---------|------------|------------|------------|-----------|-----|
| 全体         | (N=871) | 32.1       | 40.1       | 18.9       | 6.9       | 2.0 |
| ひとり暮らし     | (N=89)  | 27.0       | 43.8       | 15.7       | 11.2      | 2.2 |
| 夫婦のみ       | (N=171) | 25.1       | 42.7       | 26.9       | 2.9       | 2.3 |
| 親と子(2世代)   | (N=490) | 35.9       | 39.0       | 17.1       | 6.5       | 1.4 |
| 親と子と孫(3世代) | (N=73)  | 30.1       | 41.1       | 19.2       | 6.8       | 2.7 |
| その他        | (N=48)  | 31.3       | 33.3       | 14.6       | 16.7      | 4.2 |

|    |  |
|----|--|
| 表側 | 問7:あなたの世帯の過去1年間の収入はどのぐらいになりますか。                      |
| 表頭 | 問 18:あなたは、普段の1日の食事のうち、何回、主食、主菜、副菜をそろえた食事をして<br>いますか。 |

世帯収入に関わらず「一日2食そろえている」が多くを占める結果となっている。

|               | 合計      | 一日1食そろえている | 一日2食そろえている | 一日3食そろえている | ほとんどそろわない | 無回答 |
|---------------|---------|------------|------------|------------|-----------|-----|
| 全体            | (N=855) | 32.7       | 40.0       | 18.6       | 6.9       | 1.8 |
| 200万円未満       | (N=125) | 28.8       | 41.6       | 18.4       | 8.8       | 2.4 |
| 200万円以上600万未満 | (N=370) | 31.6       | 40.3       | 20.3       | 6.2       | 1.6 |
| 600万円以上       | (N=195) | 32.3       | 43.1       | 16.9       | 6.7       | 1.0 |
| 回答しない         | (N=165) | 38.8       | 34.5       | 17.0       | 7.3       | 2.4 |

|    |  |
|----|--|
| 表側 | 問 13:最近のあなたの身長・体重を教えてください。(BMI 判定)                   |
| 表頭 | 問 18:あなたは、普段の1日の食事のうち、何回、主食、主菜、副菜をそろえた食事をして<br>いますか。 |

BMI 判定結果に関わらず「一日2食そろえている」が多くを占める結果となっている。

|               | 合計      | 一日1食そろえている | 一日2食そろえている | 一日3食そろえている | ほとんどそろわない | 無回答  |
|---------------|---------|------------|------------|------------|-----------|------|
| 全体            | (N=752) | 30.3       | 41.5       | 19.8       | 6.4       | 2.0  |
| やせ(18.5未満)    | (N=77)  | 28.6       | 42.9       | 20.8       | 7.8       | 0.0  |
| 普通(18.5~25)   | (N=528) | 30.5       | 41.9       | 19.9       | 6.1       | 1.7  |
| 肥満(1度)(25~30) | (N=126) | 31.0       | 38.1       | 20.6       | 7.1       | 3.2  |
| 肥満(2度)(30~35) | (N=17)  | 29.4       | 47.1       | 11.8       | 5.9       | 5.9  |
| 肥満(3度)(35~40) | (N=2)   | 50.0       | 50.0       | 0.0        | 0.0       | 0.0  |
| 肥満(4度)(40以上)  | (N=2)   | 0.0        | 50.0       | 0.0        | 0.0       | 50.0 |

**表側** 問5:あなたの家族構成は

**表頭** 問 19:あなたは、1日の食事のうち誰かと一緒に食べることは何回ぐらいありますか。

一人暮らしは「ほとんどひとりで食べる」、夫婦のみは「一日3食、誰かと食べる」、親と子（2世代）及び親と子と孫（3世代）は「一日2食、誰かと食べる」が多くの割合を占める結果となっている。

|            | 合計      | 一日1食、誰かと食べる□ | 一日2食、誰かと食べる | 一日3食、誰かと食べる | ほとんどひとりで食べる | 無回答 |
|------------|---------|--------------|-------------|-------------|-------------|-----|
| 全体         | (N=871) | 24.3         | 31.8        | 26.2        | 16.0        | 1.7 |
| ひとり暮らし     | (N=89)  | 25.8         | 2.2         | 2.2         | 67.4        | 2.2 |
| 夫婦のみ       | (N=171) | 16.4         | 36.3        | 40.9        | 3.5         | 2.9 |
| 親と子(2世代)   | (N=490) | 27.3         | 35.1        | 24.3        | 12.4        | 0.8 |
| 親と子と孫(3世代) | (N=73)  | 20.5         | 39.7        | 28.8        | 6.8         | 4.1 |
| その他        | (N=48)  | 25.0         | 25.0        | 33.3        | 14.6        | 2.1 |

**表側** 問7:あなたの世帯の過去1年間の収入はどのぐらいになりますか。

**表頭** 問 19:あなたは、1日の食事のうち誰かと一緒に食べることは何回ぐらいありますか。

200万円未満は「ほとんどひとりで食べる」、200万以上600万未満は「一日3食、誰かと食べる」、600万円以上は「一日2食、誰かと食べる」が多くの割合を占める結果となっている。

|               | 合計      | 一日1食、誰かと食べる□ | 一日2食、誰かと食べる | 一日3食、誰かと食べる | ほとんどひとりで食べる | 無回答 |
|---------------|---------|--------------|-------------|-------------|-------------|-----|
| 全体            | (N=855) | 24.1         | 31.9        | 25.8        | 16.4        | 1.8 |
| 200万円未満       | (N=125) | 16.8         | 20.8        | 24.0        | 36.8        | 1.6 |
| 200万円以上600万未満 | (N=370) | 23.8         | 29.2        | 30.3        | 15.4        | 1.4 |
| 600万円以上       | (N=195) | 29.7         | 46.2        | 16.4        | 6.2         | 1.5 |
| 回答しない         | (N=165) | 23.6         | 29.7        | 28.5        | 15.2        | 3.0 |

**表側** 問 37:地域の人とどの程度関わりをもっていますか。

**表頭** 問 20:小平市産の野菜を食べたことがありますか。

相談し合える人がいる場合では「よく食べる」、立ち話をする人がいる場合及びあいさつをする人がいる場合では「食べたことがある」が多くの割合を占める結果となっている。

|             | 合計      | よく食べる | 食べたことがある | 食べたことがない | わからない | 無回答 |
|-------------|---------|-------|----------|----------|-------|-----|
| 全体          | (N=871) | 27.9  | 45.9     | 3.2      | 21.1  | 1.8 |
| 相談し合える人がいる  | (N=158) | 43.0  | 42.4     | 1.9      | 9.5   | 3.2 |
| 立ち話をする人がいる  | (N=241) | 35.7  | 47.3     | 1.7      | 13.3  | 2.1 |
| あいさつをする人がいる | (N=366) | 20.2  | 50.5     | 3.0      | 24.9  | 1.4 |
| つきあいはない     | (N=106) | 14.2  | 32.1     | 9.4      | 43.4  | 0.9 |

**表側** 問 38:あなたの地域において違う世代の方と交流する機会がありますか。

**表頭** 問 20:小平市産の野菜を食べたことがありますか。

他世代との交流がある人では「よく食べる」が多くの割合を占める結果となっている。

|        | 合計      | よく食べる | 食べたことがある | 食べたことがない | わからない | 無回答 |
|--------|---------|-------|----------|----------|-------|-----|
| 全体     | (N=874) | 27.9  | 46.1     | 3.2      | 21.1  | 1.7 |
| とてもある  | (N=65)  | 55.4  | 35.4     | 0.0      | 6.2   | 3.1 |
| まあまあある | (N=270) | 38.5  | 43.7     | 1.9      | 14.1  | 1.9 |
| あまりない  | (N=212) | 21.2  | 53.8     | 1.9      | 21.2  | 1.9 |
| ほとんどない | (N=327) | 18.0  | 45.3     | 5.8      | 29.7  | 1.2 |

**表側** 問 13:最近のあなたの身長・体重を教えてください。(BMI 判定)

**表頭** 問 21:日常生活で、1日平均どのくらい歩いていますか。(ウォーキングや散歩のほか、通勤や買い物などの日常生活での歩数を含めてお答えください)

BMI 判定結果の「やせ」「普通」「肥満 (1 度)」の間では、歩数に大きな差異は見られない。

|               | 合計      | 3,000歩未満 | 3,000歩以上<br>～6,000歩未満 | 6,000歩以上<br>～8,000歩未満 | 8,000歩以上 | 無回答  |
|---------------|---------|----------|-----------------------|-----------------------|----------|------|
| 全体            | (N=752) | 32.3     | 37.8                  | 16.4                  | 10.0     | 3.6  |
| やせ(18.5未満)    | (N=77)  | 39.0     | 36.4                  | 15.6                  | 7.8      | 1.3  |
| 普通(18.5～25)   | (N=528) | 29.5     | 39.2                  | 17.0                  | 10.8     | 3.4  |
| 肥満(1度)(25～30) | (N=126) | 38.9     | 31.7                  | 15.1                  | 9.5      | 4.8  |
| 肥満(2度)(30～35) | (N=17)  | 41.2     | 47.1                  | 5.9                   | 0.0      | 5.9  |
| 肥満(3度)(35～40) | (N=2)   | 0.0      | 50.0                  | 50.0                  | 0.0      | 0.0  |
| 肥満(4度)(40以上)  | (N=2)   | 50.0     | 0.0                   | 0.0                   | 0.0      | 50.0 |

**表側** 問 13:最近のあなたの身長・体重を教えてください。(BMI 判定)

**表頭** 問 22:あなたは1回30分以上の運動をどれくらいの頻度で行っていますか。(ここでの運動は、日常生活上の動きを除きます。)

BMI 判定結果にあまり関わらず「ほとんど行わない」が多くを占める結果となっている。

|               | 合計      | ほぼ毎日 | 週に4～5日 | 週に2～3日 | ほとんど行わない | 無回答  |
|---------------|---------|------|--------|--------|----------|------|
| 全体            | (N=752) | 10.5 | 8.4    | 33.1   | 46.1     | 1.9  |
| やせ(18.5未満)    | (N=77)  | 18.2 | 2.6    | 22.1   | 57.1     | 0.0  |
| 普通(18.5～25)   | (N=528) | 10.6 | 9.5    | 34.5   | 43.6     | 1.9  |
| 肥満(1度)(25～30) | (N=126) | 5.6  | 6.3    | 32.5   | 53.2     | 2.4  |
| 肥満(2度)(30～35) | (N=17)  | 11.8 | 17.6   | 47.1   | 23.5     | 0.0  |
| 肥満(3度)(35～40) | (N=2)   | 0.0  | 0.0    | 50.0   | 50.0     | 0.0  |
| 肥満(4度)(40以上)  | (N=2)   | 0.0  | 0.0    | 0.0    | 50.0     | 50.0 |

|           |   |
|-----------|---|
| <b>表側</b> | 問 13:最近のあなたの身長・体重を教えてください。(BMI 判定)  |
| <b>表頭</b> | 問 22-1: (問 22 で「ほぼ毎日」「週に4～5日」「週に2～3日」のいずれかを選んだ方のみに質問) その頻度でどのくらいの期間継続していますか。(問 22 で「ほとんど行わない」の回答した人の数を合わせた全体の運動習慣の有無) |

BMI 判定結果にあまり関わらず「ほとんど行わない」が多くを占める結果となっている。

|               | 合計      | 3カ月未満 | 3カ月以上6カ月未満 | 6カ月以上1年未満 | 1年以上 | ほとんど行わない | 無回答  |
|---------------|---------|-------|------------|-----------|------|----------|------|
| 全体            | (N=752) | 4.7   | 2.5        | 3.6       | 39.4 | 46.1     | 3.7  |
| やせ(18.5未満)    | (N=77)  | 3.9   | 2.6        | 3.9       | 29.9 | 57.1     | 2.6  |
| 普通(18.5～25)   | (N=528) | 4.9   | 2.3        | 3.8       | 42.2 | 43.6     | 3.2  |
| 肥満(1度)(25～30) | (N=126) | 4.0   | 3.2        | 2.4       | 33.3 | 53.2     | 4.0  |
| 肥満(2度)(30～35) | (N=17)  | 5.9   | 5.9        | 5.9       | 41.2 | 23.5     | 17.6 |
| 肥満(3度)(35～40) | (N=2)   | 0.0   | 0.0        | 0.0       | 50.0 | 50.0     | 0.0  |
| 肥満(4度)(40以上)  | (N=2)   | 0.0   | 0.0        | 0.0       | 0.0  | 50.0     | 50.0 |

|           |                                      |
|-----------|--------------------------------------|
| <b>表側</b> | 問 13:最近のあなたの身長・体重を教えてください。(BMI 判定)   |
| <b>表頭</b> | 問 23:ロコモティブシンドロームという言葉やその意味を知っていますか。 |

BMI 判定結果にあまり関わらず「言葉も意味も知らなかった」が多くを占める結果となっている。

|               | 合計      | 言葉も意味も知っていた | 言葉も知っていたし、意味もだいたい知っていた | 言葉は知っていたが、意味はあまり知らなかった | 言葉は聞いたことがあるが、意味は知らなかった | 言葉も意味も知らなかった | 無回答  |
|---------------|---------|-------------|------------------------|------------------------|------------------------|--------------|------|
| 全体            | (N=752) | 11.7        | 8.8                    | 8.1                    | 12.9                   | 55.6         | 2.9  |
| やせ(18.5未満)    | (N=77)  | 9.1         | 10.4                   | 9.1                    | 14.3                   | 57.1         | 0.0  |
| 普通(18.5～25)   | (N=528) | 11.6        | 8.7                    | 8.0                    | 12.5                   | 55.9         | 3.4  |
| 肥満(1度)(25～30) | (N=126) | 11.9        | 9.5                    | 7.9                    | 15.9                   | 53.2         | 1.6  |
| 肥満(2度)(30～35) | (N=17)  | 29.4        | 0.0                    | 11.8                   | 0.0                    | 52.9         | 5.9  |
| 肥満(3度)(35～40) | (N=2)   | 0.0         | 0.0                    | 0.0                    | 0.0                    | 100.0        | 0.0  |
| 肥満(4度)(40以上)  | (N=2)   | 0.0         | 0.0                    | 0.0                    | 0.0                    | 50.0         | 50.0 |

|           |                                    |
|-----------|------------------------------------|
| <b>表側</b> | 問 13:最近のあなたの身長・体重を教えてください。(BMI 判定) |
| <b>表頭</b> | 問 24:小平市の健康体操「こだ健体操」を知っていますか。      |

BMI 判定結果にあまり関わらず「まったく知らない」が多くを占める結果となっている。

|               | 合計      | 知っており、実践もしている | 知っているが実践はしていない | 聞いたことはあるが詳しく知らない | まったく知らない | 無回答  |
|---------------|---------|---------------|----------------|------------------|----------|------|
| 全体            | (N=752) | 0.7           | 12.2           | 23.3             | 61.7     | 2.1  |
| やせ(18.5未満)    | (N=77)  | 2.6           | 16.9           | 19.5             | 61.0     | 0.0  |
| 普通(18.5～25)   | (N=528) | 0.2           | 11.6           | 23.3             | 62.7     | 2.3  |
| 肥満(1度)(25～30) | (N=126) | 1.6           | 13.5           | 25.4             | 57.9     | 1.6  |
| 肥満(2度)(30～35) | (N=17)  | 0.0           | 5.9            | 29.4             | 58.8     | 5.9  |
| 肥満(3度)(35～40) | (N=2)   | 0.0           | 0.0            | 0.0              | 100.0    | 0.0  |
| 肥満(4度)(40以上)  | (N=2)   | 0.0           | 0.0            | 0.0              | 50.0     | 50.0 |



**表側** 問3:職業

**表頭** 問 25:あなたは、自分の睡眠時間についてどのように感じていますか。

会社員及び学生が「やや不足している」の割合が多くを占める結果となっている。

|         | 合計      | 十分足りている | ほぼ足りている | やや不足している | まったく不足している | 無回答 |
|---------|---------|---------|---------|----------|------------|-----|
| 全体      | (N=862) | 20.1    | 39.8    | 32.6     | 6.5        | 1.0 |
| 会社員     | (N=217) | 10.6    | 34.1    | 45.2     | 10.1       | 0.0 |
| 自営業     | (N=88)  | 25.0    | 42.0    | 26.1     | 5.7        | 1.1 |
| 公務員     | (N=34)  | 11.8    | 44.1    | 38.2     | 5.9        | 0.0 |
| 専業主婦・主夫 | (N=185) | 25.4    | 43.2    | 25.9     | 3.8        | 1.6 |
| 学生      | (N=82)  | 15.9    | 29.3    | 43.9     | 11.0       | 0.0 |
| その他     | (N=256) | 25.0    | 44.1    | 24.6     | 4.3        | 2.0 |

**表側** 問8:ご自分の健康状態をどのように感じていますか。

**表頭** 問 25:あなたは、自分の睡眠時間についてどのように感じていますか。

健康状態を「よくない」と回答した人では、睡眠時間が「やや不足している」の回答が多くを占める結果となっている。

|         | 合計      | 十分足りている | ほぼ足りている | やや不足している | まったく不足している | 無回答 |
|---------|---------|---------|---------|----------|------------|-----|
| 全体      | (N=870) | 20.3    | 40.0    | 32.3     | 6.3        | 1.0 |
| よい      | (N=240) | 29.2    | 38.3    | 27.5     | 4.6        | 0.4 |
| まあまあよい  | (N=470) | 17.9    | 41.1    | 34.9     | 5.3        | 0.9 |
| あまりよくない | (N=137) | 13.9    | 42.3    | 30.7     | 10.9       | 2.2 |
| よくない    | (N=23)  | 17.4    | 21.7    | 39.1     | 17.4       | 4.3 |

**表側** 問 28:あなたは、この1ヶ月間に日常生活で不満、悩み、苦労、ストレスなどがありましたか。

**表頭** 問 25:あなたは、自分の睡眠時間についてどのように感じていますか。

ストレス等が「大いにある」「多少ある」と回答した人では、睡眠時間が「ほぼ足りている」の回答がやや少ない傾向がみられる。

|        | 合計      | 十分足りている | ほぼ足りている | やや不足している | まったく不足している | 無回答 |
|--------|---------|---------|---------|----------|------------|-----|
| 全体     | (N=869) | 20.5    | 40.5    | 32.5     | 6.4        | 0.1 |
| 大いにある  | (N=161) | 12.4    | 37.3    | 36.6     | 13.7       | 0.0 |
| 多少ある   | (N=416) | 16.6    | 40.9    | 36.8     | 5.5        | 0.2 |
| あまりない  | (N=239) | 26.4    | 44.4    | 25.1     | 4.2        | 0.0 |
| まったくない | (N=53)  | 49.1    | 30.2    | 18.9     | 1.9        | 0.0 |

**表側** 問3:職業

**表頭** 問 26:あなたは、この1ヶ月間に、寝床に入っても寝付きが悪い、途中で目が覚める、熟睡できないなどの状態がありましたか。

公務員及び学生以外では、「ときどきあった」が多く割合を占める結果となっている。

|         | 合計      | 頻繁にあった | ときどきあった | ほとんどなかった | まったくなかった | 無回答 |
|---------|---------|--------|---------|----------|----------|-----|
| 全体      | (N=862) | 13.8   | 41.2    | 27.8     | 16.0     | 1.2 |
| 会社員     | (N=217) | 14.3   | 37.8    | 30.9     | 16.6     | 0.5 |
| 自営業     | (N=88)  | 15.9   | 37.5    | 35.2     | 9.1      | 2.3 |
| 公務員     | (N=34)  | 11.8   | 29.4    | 35.3     | 23.5     | 0.0 |
| 専業主婦・主夫 | (N=185) | 13.0   | 45.9    | 30.3     | 9.7      | 1.1 |
| 学生      | (N=82)  | 4.9    | 35.4    | 19.5     | 40.2     | 0.0 |
| その他     | (N=256) | 16.4   | 45.3    | 22.7     | 13.7     | 2.0 |

**表側** 問8:ご自分の健康状態をどのように感じていますか。

**表頭** 問 26:あなたは、この1ヶ月間に、寝床に入っても寝付きが悪い、途中で目が覚める、熟睡できないなどの状態がありましたか。

健康状態が「あまりよくない」「よくない」と回答した人では、寝付きが悪いなどの状態が「頻繁にあった」「ときどきあった」が多くなる傾向がみられる。

|         | 合計      | 頻繁にあった | ときどきあった | ほとんどなかった | まったくなかった | 無回答 |
|---------|---------|--------|---------|----------|----------|-----|
| 全体      | (N=870) | 13.4   | 41.5    | 27.8     | 16.2     | 1.0 |
| よい      | (N=240) | 9.6    | 25.4    | 37.9     | 26.7     | 0.4 |
| まあまあよい  | (N=470) | 12.1   | 46.6    | 26.4     | 13.8     | 1.1 |
| あまりよくない | (N=137) | 20.4   | 53.3    | 19.0     | 5.8      | 1.5 |
| よくない    | (N=23)  | 39.1   | 34.8    | 4.3      | 17.4     | 4.3 |

**表側** 問 27:あなたは趣味や運動、スポーツ、学習活動、地域活動等の余暇の過ごし方は充実していますか。

**表頭** 問 26:あなたは、この1ヶ月間に、寝床に入っても寝付きが悪い、途中で目が覚める、熟睡できないなどの状態がありましたか。

余暇が非常に充実している人では、寝付きが悪いなどの状態が「まったくなかった」の割合が多くを占める結果となっている。

|             | 合計      | 頻繁にあった | ときどきあった | ほとんどなかった | まったくなかった | 無回答 |
|-------------|---------|--------|---------|----------|----------|-----|
| 全体          | (N=868) | 13.7   | 41.4    | 28.6     | 16.1     | 0.2 |
| 非常に充実している   | (N=88)  | 6.8    | 27.3    | 31.8     | 34.1     | 0.0 |
| まあ充実している    | (N=448) | 10.0   | 39.5    | 34.2     | 16.1     | 0.2 |
| あまり充実していない  | (N=211) | 20.4   | 50.2    | 21.8     | 7.1      | 0.5 |
| まったく充実していない | (N=121) | 20.7   | 43.0    | 17.4     | 19.0     | 0.0 |

**表側** 問3:職業

**表頭** 問 27:あなたは趣味や運動、スポーツ、学習活動、地域活動等の余暇の過ごし方は充実していますか。

いずれの職業においても「まあ充実している」が多くの割合を占める結果となっている。

|         | 合計      | 非常に充実している | まあ充実している | あまり充実していない | まったく充実していない | 無回答 |
|---------|---------|-----------|----------|------------|-------------|-----|
| 全体      | (N=862) | 10.1      | 50.5     | 24.0       | 13.7        | 1.7 |
| 会社員     | (N=217) | 11.1      | 51.2     | 25.3       | 11.5        | 0.9 |
| 自営業     | (N=88)  | 10.2      | 40.9     | 27.3       | 19.3        | 2.3 |
| 公務員     | (N=34)  | 8.8       | 67.6     | 5.9        | 17.6        | 0.0 |
| 専業主婦・主夫 | (N=185) | 7.6       | 53.0     | 22.2       | 15.1        | 2.2 |
| 学生      | (N=82)  | 20.7      | 56.1     | 17.1       | 6.1         | 0.0 |
| その他     | (N=256) | 7.8       | 47.3     | 27.7       | 14.5        | 2.7 |

**表側** 問8:ご自分の健康状態をどのように感じていますか。

**表頭** 問 27:あなたは趣味や運動、スポーツ、学習活動、地域活動等の余暇の過ごし方は充実していますか。

健康状態が「あまりよくない」「よくない」と回答する人では、「まったく充実していない」が多くの割合を占める結果となっている。

|         | 合計      | 非常に充実している | まあ充実している | あまり充実していない | まったく充実していない | 無回答 |
|---------|---------|-----------|----------|------------|-------------|-----|
| 全体      | (N=870) | 10.1      | 50.6     | 23.7       | 13.9        | 1.7 |
| よい      | (N=240) | 17.5      | 57.9     | 15.4       | 7.9         | 1.3 |
| まあまあよい  | (N=470) | 8.9       | 53.8     | 26.0       | 10.0        | 1.3 |
| あまりよくない | (N=137) | 2.9       | 31.4     | 30.7       | 32.1        | 2.9 |
| よくない    | (N=23)  | 0.0       | 21.7     | 21.7       | 47.8        | 8.7 |

**表側** 問 28:あなたは、この1ヶ月間に日常生活で不満、悩み、苦勞、ストレスなどがありましたか。

**表頭** 問 27:あなたは趣味や運動、スポーツ、学習活動、地域活動等の余暇の過ごし方は充実していますか。

ストレス等が「大いにある」と回答した人では、余暇が「あまり充実していない」と回答する人の割合が多くなっている。

|        | 合計      | 非常に充実している | まあ充実している | あまり充実していない | まったく充実していない | 無回答 |
|--------|---------|-----------|----------|------------|-------------|-----|
| 全体     | (N=869) | 10.1      | 51.4     | 24.1       | 13.7        | 0.7 |
| 大いにある  | (N=161) | 5.6       | 28.6     | 34.8       | 31.1        | 0.0 |
| 多少ある   | (N=416) | 7.7       | 54.3     | 26.7       | 10.6        | 0.7 |
| あまりない  | (N=239) | 15.5      | 62.8     | 15.5       | 6.3         | 0.0 |
| まったくない | (N=53)  | 18.9      | 47.2     | 9.4        | 18.9        | 5.7 |

**表側** 問3:職業

**表頭** 問 28:あなたは、この1ヶ月間に日常生活で不満、悩み、苦労、ストレスなどがありましたか。

公務員では、ストレス等が「大いにある」と回答する人の割合が多くなっている。

|         | 合計      | 大いにある | 多少ある | あまりない | まったくない | 無回答 |
|---------|---------|-------|------|-------|--------|-----|
| 全体      | (N=862) | 18.4  | 47.1 | 26.8  | 5.9    | 1.7 |
| 会社員     | (N=217) | 23.0  | 51.6 | 22.1  | 3.2    | 0.0 |
| 自営業     | (N=88)  | 21.6  | 43.2 | 27.3  | 6.8    | 1.1 |
| 公務員     | (N=34)  | 35.3  | 32.4 | 29.4  | 2.9    | 0.0 |
| 専業主婦・主夫 | (N=185) | 10.3  | 48.1 | 33.0  | 5.9    | 2.7 |
| 学生      | (N=82)  | 18.3  | 47.6 | 23.2  | 8.5    | 2.4 |
| その他     | (N=256) | 17.2  | 45.7 | 27.0  | 7.4    | 2.7 |

**表側** 問8:ご自分の健康状態をどのように感じていますか。

**表頭** 問 28:あなたは、この1ヶ月間に日常生活で不満、悩み、苦労、ストレスなどがありましたか。

健康状態を「あまりよくない」「よくない」と回答した人では、ストレス等が「大いにある」と回答した人の割合が多くなっている。

|         | 合計      | 大いにある | 多少ある | あまりない | まったくない | 無回答 |
|---------|---------|-------|------|-------|--------|-----|
| 全体      | (N=870) | 18.3  | 47.0 | 26.9  | 6.1    | 1.7 |
| よい      | (N=240) | 11.3  | 40.0 | 38.3  | 9.6    | 0.8 |
| まあまあよい  | (N=470) | 13.6  | 50.6 | 28.3  | 5.7    | 1.7 |
| あまりよくない | (N=137) | 42.3  | 48.2 | 5.8   | 1.5    | 2.2 |
| よくない    | (N=23)  | 43.5  | 39.1 | 4.3   | 4.3    | 8.7 |

**表側** 問 31:この1ヶ月間たばこを吸っていますか。

**表頭** 問 28:あなたは、この1ヶ月間に日常生活で不満、悩み、苦労、ストレスなどがありましたか。

喫煙の有無に関わらず「多少ある」が多くを占める結果となっている。

|               | 合計      | 大いにある | 多少ある | あまりない | まったくない | 無回答 |
|---------------|---------|-------|------|-------|--------|-----|
| 全体            | (N=849) | 18.1  | 47.9 | 27.2  | 5.9    | 0.8 |
| 毎日吸っている       | (N=101) | 20.8  | 50.5 | 19.8  | 7.9    | 1.0 |
| ときどき吸っている     | (N=23)  | 17.4  | 52.2 | 26.1  | 4.3    | 0.0 |
| この1ヶ月間は吸っていない | (N=17)  | 17.6  | 41.2 | 41.2  | 0.0    | 0.0 |
| もともと吸わない      | (N=708) | 17.8  | 47.6 | 28.0  | 5.8    | 0.8 |

|           |   |
|-----------|---|
| <b>表側</b> | 問 34:週に何日程度お酒を飲みますか。                          |
| <b>表頭</b> | 問 28:あなたは、この1ヶ月間に日常生活で不満、悩み、苦勞、ストレスなどがありましたか。 |

飲酒の頻度に関わらず「多少ある」が多く割合を占める結果となっているものの、飲酒の頻度が低い方が、ストレス等が「大いにある」と回答する人がやや多くなっている。

|        | 合計      | 大いにある | 多少ある | あまりない | まったくない | 無回答 |
|--------|---------|-------|------|-------|--------|-----|
| 全体     | (N=847) | 17.9  | 47.1 | 27.3  | 6.1    | 1.5 |
| 毎日     | (N=124) | 12.1  | 47.6 | 29.8  | 8.9    | 1.6 |
| 5～6日   | (N=46)  | 19.6  | 50.0 | 26.1  | 4.3    | 0.0 |
| 3～4日   | (N=65)  | 23.1  | 44.6 | 30.8  | 1.5    | 0.0 |
| 1～2日   | (N=75)  | 22.7  | 52.0 | 21.3  | 2.7    | 1.3 |
| 月に1～3日 | (N=113) | 25.7  | 48.7 | 18.6  | 4.4    | 2.7 |
| 飲まない   | (N=424) | 15.8  | 45.8 | 29.5  | 7.3    | 1.7 |

|           |  |
|-----------|--|
| <b>表側</b> | 問 34-1: (問 34 で「毎日」「5～6日」「3～4日」「1～2日」「月に1～3日」のいずれかを選んだ方のみに質問) あなた(お酒を飲む人)が適切だと思う1回あたりのお酒の量はどれくらいですか。 |
| <b>表頭</b> | 問 28:あなたは、この1ヶ月間に日常生活で不満、悩み、苦勞、ストレスなどがありましたか。  |

適切だと思う飲酒の量に関わらず、「多少ある」が多く割合を占める結果となっている。

|                 | 合計      | 大いにある | 多少ある | あまりない | まったくない | 無回答 |
|-----------------|---------|-------|------|-------|--------|-----|
| 全体              | (N=418) | 20.1  | 48.3 | 25.4  | 4.8    | 1.4 |
| 清酒1合(180ml)未満   | (N=182) | 18.1  | 53.8 | 24.2  | 1.6    | 2.2 |
| 1合以上2合(360ml)未満 | (N=171) | 22.2  | 42.7 | 28.1  | 6.4    | 0.6 |
| 2合以上3合(540ml)未満 | (N=50)  | 20.0  | 44.0 | 22.0  | 12.0   | 2.0 |
| 3合以上4合(720ml)未満 | (N=9)   | 11.1  | 66.7 | 22.2  | 0.0    | 0.0 |
| 4合以上5合(900ml)未満 | (N=2)   | 50.0  | 50.0 | 0.0   | 0.0    | 0.0 |
| 5合以上(900ml)     | (N=4)   | 25.0  | 50.0 | 25.0  | 0.0    | 0.0 |

|           |   |
|-----------|---|
| <b>表例</b> | 問 34-2: (問 34 で「毎日」「5～6日」「3～4日」「1～2日」「月に1～3日」のいずれかを選んだ方のみに質問) あなた(お酒を飲む人)が実際に飲むお酒の量はどれくらいですか。 |
| <b>表頭</b> | 問 28: あなたは、この1ヶ月間に日常生活で不満、悩み、苦勞、ストレスなどがありましたか。  |

飲酒の量に関わらず、「多少ある」が多くの割合を占める結果となっている。

|                 | 合計      | 大いにある | 多少ある | あまりない | まったくない | 無回答 |
|-----------------|---------|-------|------|-------|--------|-----|
| 全体              | (N=416) | 20.4  | 48.3 | 25.0  | 5.0    | 1.2 |
| 清酒1合(180ml)未満   | (N=176) | 19.9  | 51.1 | 24.4  | 2.8    | 1.7 |
| 1合以上2合(360ml)未満 | (N=124) | 16.9  | 47.6 | 27.4  | 7.3    | 0.8 |
| 2合以上3合(540ml)未満 | (N=78)  | 24.4  | 41.0 | 25.6  | 7.7    | 1.3 |
| 3合以上4合(720ml)未満 | (N=16)  | 6.3   | 62.5 | 31.3  | 0.0    | 0.0 |
| 4合以上5合(900ml)未満 | (N=10)  | 40.0  | 50.0 | 0.0   | 10.0   | 0.0 |
| 5合以上(900ml)     | (N=12)  | 41.7  | 41.7 | 16.7  | 0.0    | 0.0 |

|           |  |
|-----------|--|
| <b>表例</b> | 問3: 職業   |
| <b>表頭</b> | 問 28-1: (問 28 で「大いにある」「多少ある」のいずれかを選んだ方のみに質問)<br>(日常生活の不満、悩み、苦勞、ストレスは、)どのような事柄が原因ですか(複数回答可) |

会社員及び公務員では、「勤務問題」、学生では「学校問題」、その他では「健康問題」が主にストレスの原因となっている傾向がみられる。

|         | 合計      | 家庭問題(家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病 等) | 健康問題(自分の病気の悩み、身体への悩み 等) | 経済生活問題(倒産、事業不振、負債、失業 等) | 勤務問題(転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働 等) | 男女問題(失恋、結婚をめぐる悩み 等) | 学校問題(いじめ、学業不振、教師との人間関係 等) | その他  | 無回答 |
|---------|---------|------------------------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------------|---------------------|---------------------------|------|-----|
| 全体      | (N=565) | 31.2                         | 39.5                    | 15.4                    | 35.9                           | 6.0                 | 5.7                       | 10.1 | 4.4 |
| 会社員     | (N=162) | 22.2                         | 29.0                    | 9.9                     | 75.3                           | 11.1                | 0.0                       | 4.3  | 3.1 |
| 自営業     | (N=57)  | 36.8                         | 40.4                    | 35.1                    | 31.6                           | 8.8                 | 0.0                       | 10.5 | 1.8 |
| 公務員     | (N=23)  | 30.4                         | 34.8                    | 8.7                     | 78.3                           | 4.3                 | 4.3                       | 0.0  | 0.0 |
| 専業主婦・主夫 | (N=108) | 44.4                         | 52.8                    | 9.3                     | 0.9                            | 0.0                 | 0.9                       | 12.0 | 7.4 |
| 学生      | (N=54)  | 11.1                         | 27.8                    | 7.4                     | 3.7                            | 7.4                 | 50.0                      | 24.1 | 5.6 |
| その他     | (N=161) | 36.0                         | 45.3                    | 21.7                    | 26.1                           | 3.7                 | 1.9                       | 11.2 | 5.0 |

|           |  |
|-----------|--|
| <b>表側</b> | 問7:あなたの世帯の過去1年間の収入はどのぐらいになりますか。  |
| <b>表頭</b> | 問 28-1: (問 28 で「大いにある」「多少ある」のいずれかを選んだ方のみに質問)<br>(日常生活の不満、悩み、苦労、ストレスは、)どのような事柄が原因ですか(複数回答可) |

世帯年収が上がるにつれ、「勤務問題」をストレス等の原因と回答する人の割合が多くなっている。

|               | 合計      | 家庭問題(家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病 等) | 健康問題(自分の病気の悩み、身体の悩み 等) | 経済生活問題(倒産、事業不振、負債、失業 等) | 勤務問題(転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働 等)<br>男女問題(失恋、結婚をめぐる悩み 等) | 男女問題(失恋、結婚をめぐる悩み 等) | 学校問題(いじめ、学業不振、教師との人間関係 等) | その他  | 無回答 |
|---------------|---------|------------------------------|------------------------|-------------------------|---|---------------------|---------------------------|------|-----|
| 全体            | (N=563) | 31.1                         | 39.3                   | 15.3                    | 35.9  | 6.0                 | 5.5                       | 10.1 | 4.6 |
| 200万円未満       | (N=87)  | 27.6                         | 52.9                   | 29.9                    | 12.6  | 6.9                 | 6.9                       | 12.6 | 4.6 |
| 200万円以上600万未満 | (N=240) | 35.8                         | 39.6                   | 14.2                    | 39.2  | 5.4                 | 2.1                       | 7.9  | 5.0 |
| 600万円以上       | (N=133) | 32.3                         | 27.1                   | 14.3                    | 49.6  | 8.3                 | 8.3                       | 8.3  | 3.8 |
| 回答しない         | (N=103) | 21.4                         | 42.7                   | 6.8                     | 30.1  | 3.9                 | 8.7                       | 15.5 | 4.9 |

|           |  |
|-----------|--|
| <b>表側</b> | 問8:ご自分の健康状態をどのように感じていますか。  |
| <b>表頭</b> | 問 28-1: (問 28 で「大いにある」「多少ある」のいずれかを選んだ方のみに質問)<br>(日常生活の不満、悩み、苦労、ストレスは、)どのような事柄が原因ですか(複数回答可) |

健康状態が「よい」「まあよい」と回答した人では「勤務問題」を、健康状態が「よくない」「あまりよくない」と回答した人では「健康問題」をストレスの原因と回答する人の割合が多くなっている。

|         | 合計      | 家庭問題(家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病 等) | 健康問題(自分の病気の悩み、身体の悩み 等) | 経済生活問題(倒産、事業不振、負債、失業 等) | 勤務問題(転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働 等)<br>男女問題(失恋、結婚をめぐる悩み 等) | 男女問題(失恋、結婚をめぐる悩み 等) | 学校問題(いじめ、学業不振、教師との人間関係 等) | その他  | 無回答 |
|---------|---------|------------------------------|------------------------|-------------------------|---|---------------------|---------------------------|------|-----|
| 全体      | (N=568) | 30.8                         | 39.6                   | 15.1                    | 36.1  | 6.0                 | 5.6                       | 10.2 | 4.6 |
| よい      | (N=123) | 27.6                         | 9.8                    | 16.3                    | 40.7  | 8.1                 | 12.2                      | 13.0 | 6.5 |
| まあまあよい  | (N=302) | 31.1                         | 34.4                   | 14.2                    | 38.7  | 5.3                 | 4.0                       | 10.6 | 4.6 |
| あまりよくない | (N=124) | 33.1                         | 77.4                   | 15.3                    | 25.0  | 4.0                 | 3.2                       | 8.1  | 2.4 |
| よくない    | (N=19)  | 31.6                         | 68.4                   | 21.1                    | 36.8  | 15.8                | 5.3                       | 0.0  | 5.3 |



**表側** 問 28:あなたは、この1ヶ月間に日常生活で不満、悩み、苦勞、ストレスなどがありましたか。

**表頭** 問 29:あなたは、毎日の生活の中で、気軽に話しができる人がいますか。

ストレス等の有無に関わらず、「いる」が多くの割合を占める結果となっている。

|        | 合計      | いる   | いない  | 無回答 |
|--------|---------|------|------|-----|
| 全体     | (N=869) | 90.7 | 8.6  | 0.7 |
| 大いにある  | (N=161) | 81.4 | 18.0 | 0.6 |
| 多少ある   | (N=416) | 90.6 | 8.4  | 1.0 |
| あまりない  | (N=239) | 95.8 | 3.8  | 0.4 |
| まったくない | (N=53)  | 96.2 | 3.8  | 0.0 |

**表側** 問7:あなたの世帯の過去1年間の収入はどのぐらいになりますか。

**表頭** 問 31:この1ヶ月間たばこを吸っていますか。

世帯収入に関わらず、「もともと吸わない」が多くの割合を占める結果となっている。

|               | 合計      | 毎日吸っている | ときどき吸っている | この1ヶ月間は吸っていない | もともと吸わない | 無回答 |
|---------------|---------|---------|-----------|---------------|----------|-----|
| 全体            | (N=855) | 11.7    | 2.6       | 2.0           | 80.4     | 3.4 |
| 200万円未満       | (N=125) | 10.4    | 1.6       | 1.6           | 84.8     | 1.6 |
| 200万円以上600万未満 | (N=370) | 14.1    | 3.0       | 1.9           | 78.6     | 2.4 |
| 600万円以上       | (N=195) | 12.3    | 1.5       | 2.1           | 80.5     | 3.6 |
| 回答しない         | (N=165) | 6.7     | 3.6       | 2.4           | 80.6     | 6.7 |

**表側** 問 28:あなたは、この1ヶ月間に日常生活で不満、悩み、苦勞、ストレスなどがありましたか。

**表頭** 問 31:この1ヶ月間たばこを吸っていますか。

ストレス等の有無に関わらず、「もともと吸わない」が多くの割合を占める結果となっている。

|        | 合計      | 毎日吸っている | ときどき吸っている | この1ヶ月間は吸っていない | もともと吸わない | 無回答 |
|--------|---------|---------|-----------|---------------|----------|-----|
| 全体     | (N=869) | 11.5    | 2.6       | 2.0           | 80.8     | 3.1 |
| 大いにある  | (N=161) | 13.0    | 2.5       | 1.9           | 78.3     | 4.3 |
| 多少ある   | (N=416) | 12.3    | 2.9       | 1.7           | 81.0     | 2.2 |
| あまりない  | (N=239) | 8.4     | 2.5       | 2.9           | 82.8     | 3.3 |
| まったくない | (N=53)  | 15.1    | 1.9       | 0.0           | 77.4     | 5.7 |

**表側** 問8:ご自分の健康状態をどのように感じていますか。

**表頭** 問 31-1:たばこをやめたいと思いますか。

健康状態が「あまりよくない」と回答する人では、「やめたい」と回答する人の割合が大きくなっている。

|         | 合計      | やめたい | 本数を減らしたい | やめたくない | わからない | 無回答 |
|---------|---------|------|----------|--------|-------|-----|
| 全体      | (N=140) | 20.0 | 34.3     | 20.7   | 17.1  | 7.9 |
| よい      | (N=35)  | 17.1 | 20.0     | 31.4   | 22.9  | 8.6 |
| まあまあよい  | (N=80)  | 16.3 | 40.0     | 18.8   | 17.5  | 7.5 |
| あまりよくない | (N=21)  | 42.9 | 33.3     | 9.5    | 4.8   | 9.5 |
| よくない    | (N=4)   | 0.0  | 50.0     | 25.0   | 25.0  | 0.0 |

**表側** 問 31:この1ヶ月間たばこを吸っていますか。

**表頭** 問 33:慢性閉塞性肺疾患 COPD について知っていますか。

喫煙の有無に関わらず、「知らない」が多くの割合を占める結果となっている。

|               | 合計      | 知っている | 聞いたことはあるが、内容は知らない | 知らない | 無回答 |
|---------------|---------|-------|-------------------|------|-----|
| 全体            | (N=849) | 20.4  | 27.2              | 51.0 | 1.4 |
| 毎日吸っている       | (N=101) | 27.7  | 22.8              | 49.5 | 0.0 |
| ときどき吸っている     | (N=23)  | 30.4  | 34.8              | 34.8 | 0.0 |
| この1ヶ月間は吸っていない | (N=17)  | 29.4  | 29.4              | 41.2 | 0.0 |
| もともと吸わない      | (N=708) | 18.8  | 27.5              | 52.0 | 1.7 |

**表側** 問7:あなたの世帯の過去1年間の収入はどのぐらいになりますか。

**表頭** 問 34:週に何日程度お酒を飲みますか。

世帯収入に関わらず、「飲まない」が多くの割合を占める結果となっている。

|                | 合計      | 毎日   | 5~6日 | 3~4日 | 1~2日 | 月に1~3日 | 飲まない | 無回答  |
|----------------|---------|------|------|------|------|--------|------|------|
| 全体             | (N=855) | 14.2 | 5.3  | 7.3  | 8.7  | 13.1   | 48.1 | 3.5  |
| 200万円未満        | (N=125) | 14.4 | 4.0  | 4.8  | 4.8  | 6.4    | 65.6 | 0.0  |
| 200万円以上600万円未満 | (N=370) | 21.1 | 5.4  | 8.1  | 10.3 | 11.6   | 42.4 | 1.1  |
| 600万円以上        | (N=195) | 10.3 | 6.7  | 9.7  | 9.7  | 17.9   | 41.0 | 4.6  |
| 回答しない          | (N=165) | 3.0  | 4.2  | 4.2  | 6.7  | 15.8   | 55.8 | 10.3 |

**表側** 問8:ご自分の健康状態をどのように感じていますか。

**表頭** 問 34:週に何日程度お酒を飲みますか。

健康状態に関わらず、「飲まない」が多くの割合を占める結果となっている。

|         | 合計      | 毎日   | 5～6日 | 3～4日 | 1～2日 | 月に1～3日 | 飲まない | 無回答 |
|---------|---------|------|------|------|------|--------|------|-----|
| 全体      | (N=870) | 14.3 | 5.2  | 7.4  | 8.5  | 12.8   | 48.0 | 3.9 |
| よい      | (N=240) | 18.8 | 4.2  | 7.5  | 7.1  | 12.5   | 43.8 | 6.3 |
| まあまあよい  | (N=470) | 13.2 | 6.4  | 6.8  | 9.6  | 12.1   | 48.9 | 3.0 |
| あまりよくない | (N=137) | 10.2 | 2.9  | 9.5  | 8.8  | 16.1   | 49.6 | 2.9 |
| よくない    | (N=23)  | 13.0 | 4.3  | 4.3  | 0.0  | 8.7    | 65.2 | 4.3 |

**表側** 問 10:かかりつけの医療機関や歯科医療機関、薬局がありますか。(複数回答可)

**表頭** 問 35:自分の歯は何本ありますか。

かかりつけの医療機関、歯科医療機関、薬局の有無に関わらず、「28本以上」が多くの割合を占める結果となっている。

|                 | 合計      | 0本  | 1～9本 | 10～19本 | 20～27本 | 28本以上 | 無回答  |
|-----------------|---------|-----|------|--------|--------|-------|------|
| 全体              | (N=874) | 2.5 | 5.4  | 8.9    | 32.4   | 42.3  | 8.5  |
| かかりつけの医療機関がある   | (N=617) | 3.1 | 7.0  | 10.5   | 34.5   | 35.8  | 9.1  |
| かかりつけの歯科医療機関がある | (N=418) | 1.9 | 4.5  | 10.3   | 38.3   | 35.9  | 9.1  |
| かかりつけの薬局がある     | (N=239) | 3.3 | 7.9  | 15.1   | 31.8   | 31.8  | 10.0 |
| いずれもない          | (N=145) | 0.7 | 1.4  | 4.1    | 22.1   | 66.9  | 4.8  |

**表側** 問 35:自分の歯は何本ありますか。

**表頭** 問8:ご自分の健康状態をどのように感じていますか。

歯の本数に関わらず、「まあまあよい」が多くの割合を占めているものの、歯の本数が9本以下の人では「あまりよくない」がやや増えている。

|        | 合計      | よい   | まあまあよい | あまりよくない | よくない | 無回答 |
|--------|---------|------|--------|---------|------|-----|
| 全体     | (N=808) | 27.2 | 53.6   | 15.0    | 2.6  | 1.6 |
| 0本     | (N=22)  | 13.6 | 54.5   | 27.3    | 4.5  | 0.0 |
| 1～9本   | (N=48)  | 18.8 | 52.1   | 20.8    | 4.2  | 4.2 |
| 10～19本 | (N=78)  | 20.5 | 56.4   | 16.7    | 3.8  | 2.6 |
| 20～27本 | (N=288) | 20.8 | 59.7   | 15.3    | 2.1  | 2.1 |
| 28本以上  | (N=372) | 35.5 | 48.4   | 12.9    | 2.4  | 0.8 |

|    |  |
|----|--|
| 表側 | 問7:あなたの世帯の過去1年間の収入はどのぐらいになりますか。  |
| 表頭 | 問 36:この1年間に、歯の健康づくりのために歯科健康診査や専門家による口腔ケア(歯面の清掃、歯石の除去、入れ歯の調整など)を、どのくらいの頻度で受けましたか。 |

世帯収入に関わらず、「受けていない」が多くの割合を占める結果となっている。

|         | 合計      | 半年に1回以上 | 1年に1回程度 | 受けていない | 無回答 |
|---------|---------|---------|---------|--------|-----|
| 全体      | (N=855) | 31.2    | 28.3    | 39.5   | 0.9 |
| 200万円未満 | (N=125) | 36.8    | 19.2    | 43.2   | 0.8 |
| 200万円以上 | (N=370) | 32.4    | 27.0    | 39.5   | 1.1 |
| 600万円以上 | (N=195) | 31.8    | 33.3    | 34.4   | 0.5 |
| 回答しない   | (N=165) | 23.6    | 32.1    | 43.0   | 1.2 |

|    |  |
|----|--|
| 表側 | 問 10:かかりつけの医療機関や歯科医療機関、薬局がありますか。(複数回答可)  |
| 表頭 | 問 36:この1年間に、歯の健康づくりのために歯科健康診査や専門家による口腔ケア(歯面の清掃、歯石の除去、入れ歯の調整など)を、どのくらいの頻度で受けましたか。 |

「かかりつけの歯科医療機関がある」と答えた人では、「半年に1回以上」が多くの割合を占める結果となっている。

|                 | 合計      | 半年に1回以上 | 1年に1回程度 | 受けていない | 無回答 |
|-----------------|---------|---------|---------|--------|-----|
| 全体              | (N=874) | 31.1    | 28.7    | 39.1   | 1.0 |
| かかりつけの医療機関がある   | (N=617) | 34.0    | 29.7    | 34.8   | 1.5 |
| かかりつけの歯科医療機関がある | (N=418) | 49.3    | 32.3    | 17.2   | 1.2 |
| かかりつけの薬局がある     | (N=239) | 38.5    | 27.2    | 33.1   | 1.3 |
| いずれもない          | (N=145) | 6.2     | 20.0    | 73.8   | 0.0 |

|    |                            |
|----|----------------------------|
| 表側 | 問8:ご自分の健康状態をどのように感じていますか。  |
| 表頭 | 問 37:地域の人とどの程度関わりをもっていますか。 |

健康状態が「よくない」と回答した人では、「つきあいはない」が多くの割合を占める結果となっている。

|         | 合計      | 相談し合える人がいる | 立ち話をする人がいる | あいさつをする人がいる | つきあいはない | 無回答 |
|---------|---------|------------|------------|-------------|---------|-----|
| 全体      | (N=870) | 17.7       | 27.4       | 41.4        | 12.1    | 1.5 |
| よい      | (N=240) | 13.8       | 25.4       | 46.7        | 12.9    | 1.3 |
| まあまあよい  | (N=470) | 21.3       | 28.5       | 39.6        | 9.1     | 1.5 |
| あまりよくない | (N=137) | 13.9       | 27.7       | 40.1        | 16.8    | 1.5 |
| よくない    | (N=23)  | 8.7        | 21.7       | 30.4        | 34.8    | 4.3 |

**表側** 問8:ご自分の健康状態をどのように感じていますか。

**表頭** 問 38:あなたの地域において違う世代の方と交流する機会がありますか。

健康状態にかかわらず、「ほとんどない」が多く割合を占めたものの、特に健康状態が「よくない」と回答した人においては、その傾向が強くみられる。

|         | 合計      | とてもある | まあまあある | あまりない | ほとんどない | 無回答 |
|---------|---------|-------|--------|-------|--------|-----|
| 全体      | (N=870) | 7.5   | 30.3   | 24.0  | 37.0   | 1.1 |
| よい      | (N=240) | 8.3   | 31.7   | 21.7  | 37.5   | 0.8 |
| まあまあよい  | (N=470) | 8.3   | 30.9   | 24.5  | 35.1   | 1.3 |
| あまりよくない | (N=137) | 4.4   | 28.5   | 26.3  | 40.1   | 0.7 |
| よくない    | (N=23)  | 0.0   | 17.4   | 26.1  | 52.2   | 4.3 |

**表側** 問3:職業

**表頭** 問 39:過去1年間に受けたがん検診を教えてください。(複数回答可)

いずれの職業においても「何も受けていない」が多く割合を占める結果となっている。

|         | 合計      | 胃がん  | 大腸がん | 肺がん  | 乳がん  | 子宮頸がん | 何も受けていない | 無回答 |
|---------|---------|------|------|------|------|-------|----------|-----|
| 全体      | (N=862) | 20.1 | 29.9 | 10.8 | 16.4 | 15.7  | 51.9     | 1.6 |
| 会社員     | (N=217) | 20.3 | 19.8 | 9.7  | 20.7 | 22.1  | 52.5     | 0.9 |
| 自営業     | (N=88)  | 22.7 | 36.4 | 14.8 | 8.0  | 5.7   | 48.9     | 3.4 |
| 公務員     | (N=34)  | 17.6 | 41.2 | 8.8  | 20.6 | 23.5  | 50.0     | 0.0 |
| 専業主婦・主夫 | (N=185) | 22.2 | 42.2 | 12.4 | 25.4 | 21.1  | 39.5     | 0.5 |
| 学生      | (N=82)  | 0.0  | 0.0  | 0.0  | 0.0  | 3.7   | 95.1     | 1.2 |
| その他     | (N=256) | 24.2 | 35.5 | 12.9 | 13.7 | 12.5  | 47.7     | 2.7 |

**表側** 問3:職業

**表頭** 問 39-1: (問 39 で1つでも検診を受けた方のみに質問) (がん検診を)受けた理由は何ですか。(複数回答可)

会社員及び公務員では、「職場や市の検診内容にあったから」が多く、その他では「年齢的に検診の対象だったから」が多い結果となっている。

|         | 合計      | 年齢的に検診の対象だったから | 気になる症状があったから | 職場や市の検診内容にあったから | かかりつけ医で受診できたから | 家族や友人に勧められたから | 費用が安いから | がんについての情報を見聞きしたから | 市から個別に案内が届いたから | その他  | 無回答 |
|---------|---------|----------------|--------------|-----------------|----------------|---------------|---------|-------------------|----------------|------|-----|
| 全体      | (N=401) | 39.7           | 16.0         | 41.6            | 17.0           | 4.7           | 6.5     | 6.0               | 17.7           | 9.5  | 2.0 |
| 会社員     | (N=101) | 31.7           | 6.9          | 61.4            | 7.9            | 3.0           | 2.0     | 2.0               | 9.9            | 5.9  | 2.0 |
| 自営業     | (N=42)  | 35.7           | 14.3         | 23.8            | 26.2           | 9.5           | 7.1     | 7.1               | 23.8           | 9.5  | 2.4 |
| 公務員     | (N=17)  | 29.4           | 17.6         | 64.7            | 0.0            | 0.0           | 0.0     | 0.0               | 0.0            | 17.6 | 0.0 |
| 専業主婦・主夫 | (N=111) | 42.3           | 26.1         | 35.1            | 21.6           | 5.4           | 10.8    | 9.0               | 22.5           | 9.0  | 2.7 |
| 学生      | (N=3)   | 33.3           | 0.0          | 0.0             | 0.0            | 33.3          | 0.0     | 0.0               | 33.3           | 0.0  | 0.0 |
| その他     | (N=127) | 46.5           | 15.0         | 35.4            | 19.7           | 3.9           | 7.1     | 7.1               | 19.7           | 11.8 | 1.6 |

**表側** 問3:職業

**表頭** 問 39-2: (問 39 で「何も受けていない」を選んだ方のみに質問) がん検診を受けなかった理由は何ですか。(複数回答可)

学生以外では「心配なときは医療機関で受診できるから」「忙しいから」が多くの割合を占める結果となっている。

|         | 合計      | 年齢的に対象でないから | がんが見つかるのが怖いから | 検査に痛みがあると思うから | 健康に自信があるから | 受け方がわからないから | 忙しいから | 心配なときは医療機関で受診できるから | その他  | 無回答 |
|---------|---------|-------------|---------------|---------------|------------|-------------|-------|--------------------|------|-----|
| 全体      | (N=447) | 26.4        | 8.9           | 5.8           | 8.7        | 11.4        | 20.4  | 32.9               | 11.0 | 1.3 |
| 会社員     | (N=114) | 22.8        | 7.9           | 6.1           | 5.3        | 22.8        | 37.7  | 26.3               | 7.9  | 0.0 |
| 自営業     | (N=43)  | 9.3         | 11.6          | 2.3           | 16.3       | 9.3         | 27.9  | 60.5               | 2.3  | 0.0 |
| 公務員     | (N=17)  | 29.4        | 5.9           | 11.8          | 11.8       | 11.8        | 29.4  | 11.8               | 17.6 | 0.0 |
| 専業主婦・主夫 | (N=73)  | 6.8         | 12.3          | 9.6           | 8.2        | 2.7         | 9.6   | 60.3               | 11.0 | 4.1 |
| 学生      | (N=78)  | 83.3        | 0.0           | 2.6           | 6.4        | 5.1         | 7.7   | 6.4                | 2.6  | 1.3 |
| その他     | (N=122) | 10.7        | 13.1          | 5.7           | 10.7       | 10.7        | 14.8  | 32.8               | 21.3 | 1.6 |

**表側** 問6:あなたが加入している健康保険は

**表頭** 問 41:過去1年間に受けた健康診断(がん検診を除く)の種類は何ですか。

加入する健康保険が「健康保険組合(組保管掌)」「協会けんぽ」「共済組合」では、過去1年間に受けた健康診断の種類が「職場の健康診断」が多く、その他では「市の健康診断」が多くの割合を占める結果となっている。

|              | 合計      | 市の健康診断 | 職場の健康診断 | 人間ドック | 病院で個人的に受診したもの | その他  | 受けていない | 無回答 |
|--------------|---------|--------|---------|-------|---------------|------|--------|-----|
| 全体           | (N=858) | 28.1   | 27.9    | 5.8   | 10.6          | 4.9  | 21.3   | 1.4 |
| 市の国民健康保険     | (N=215) | 46.0   | 7.4     | 3.7   | 10.7          | 0.5  | 29.3   | 2.3 |
| 国民健康保険組合     | (N=176) | 34.1   | 17.0    | 2.3   | 15.3          | 4.0  | 25.6   | 1.7 |
| 健康保険組合(組保管掌) | (N=244) | 3.7    | 55.3    | 9.4   | 4.9           | 11.1 | 15.2   | 0.4 |
| 協会けんぽ        | (N=42)  | 11.9   | 57.1    | 7.1   | 9.5           | 2.4  | 11.9   | 0.0 |
| 共済組合         | (N=56)  | 1.8    | 50.0    | 21.4  | 3.6           | 5.4  | 17.9   | 0.0 |
| 後期高齢者医療制度    | (N=104) | 61.5   | 1.9     | 0.0   | 19.2          | 0.0  | 14.4   | 2.9 |
| その他          | (N=21)  | 14.3   | 19.0    | 0.0   | 14.3          | 14.3 | 38.1   | 0.0 |

**表側** 問6:あなたが加入している健康保険は

**表頭** 問 42:特定健康診査を受けた後、対象者の方にはメタボリックシンドロームの対策として、特定保健指導という生活改善のプログラムがあるのを知っていますか。

加入する健康保険に関わらず、「知っている」が最も多くの割合を占める結果となっている。

|             | 合計      | 知っている | 聞いたことはあるが詳しくは知らない | 知らない | 無回答 |
|-------------|---------|-------|-------------------|------|-----|
| 全体          | (N=858) | 48.3  | 22.4              | 26.3 | 3.0 |
| 市の国民健康保険    | (N=215) | 54.0  | 24.2              | 19.5 | 2.3 |
| 国民健康保険組合    | (N=176) | 39.2  | 19.3              | 36.4 | 5.1 |
| 健康保険組合(組管掌) | (N=244) | 42.6  | 23.4              | 32.4 | 1.6 |
| 協会けんぽ       | (N=42)  | 69.0  | 14.3              | 16.7 | 0.0 |
| 共済組合        | (N=56)  | 60.7  | 19.6              | 19.6 | 0.0 |
| 後期高齢者医療制度   | (N=104) | 50.0  | 24.0              | 18.3 | 7.7 |
| その他         | (N=21)  | 47.6  | 33.3              | 19.0 | 0.0 |

**表側** 問6:あなたが加入している健康保険は

**表頭** 問 43:メタボリックシンドロームが生活習慣病のリスクを高めることを知っていますか。

加入する健康保険に関わらず、「知っている」が最も多くの割合を占める結果となっている。

|             | 合計      | 知っている | 聞いたことはあるが詳しくは知らない | 知らない | 無回答 |
|-------------|---------|-------|-------------------|------|-----|
| 全体          | (N=858) | 74.8  | 17.2              | 6.3  | 1.6 |
| 市の国民健康保険    | (N=215) | 75.3  | 19.5              | 3.7  | 1.4 |
| 国民健康保険組合    | (N=176) | 70.5  | 16.5              | 10.8 | 2.3 |
| 健康保険組合(組管掌) | (N=244) | 79.5  | 16.0              | 3.7  | 0.8 |
| 協会けんぽ       | (N=42)  | 90.5  | 7.1               | 2.4  | 0.0 |
| 共済組合        | (N=56)  | 80.4  | 14.3              | 5.4  | 0.0 |
| 後期高齢者医療制度   | (N=104) | 65.4  | 18.3              | 11.5 | 4.8 |
| その他         | (N=21)  | 52.4  | 38.1              | 9.5  | 0.0 |

**表側** 問 13:最近のあなたの身長・体重を教えてください。(BMI 判定)

**表頭** 問 43:メタボリックシンドロームが生活習慣病のリスクを高めることを知っていますか。

BMI 判定結果に関わらず、「知っている」が最も多くの割合を占める結果となっている。

|               | 合計      | 知っている | 聞いたことはあるが詳しくは知らない | 知らない | 無回答  |
|---------------|---------|-------|-------------------|------|------|
| 全体            | (N=752) | 75.7  | 16.8              | 5.9  | 1.7  |
| やせ(18.5未満)    | (N=77)  | 75.3  | 15.6              | 7.8  | 1.3  |
| 普通(18.5～25)   | (N=528) | 76.3  | 16.5              | 5.7  | 1.5  |
| 肥満(1度)(25～30) | (N=126) | 74.6  | 19.0              | 4.8  | 1.6  |
| 肥満(2度)(30～35) | (N=17)  | 58.8  | 17.6              | 11.8 | 11.8 |
| 肥満(3度)(35～40) | (N=2)   | 100.0 | 0.0               | 0.0  | 0.0  |
| 肥満(4度)(40以上)  | (N=2)   | 100.0 | 0.0               | 0.0  | 0.0  |

**表側** 問 13:最近のあなたの身長・体重を教えてください。(BMI 判定)

**表頭** 問8:ご自分の健康状態をどのように感じていますか。

BMI 判定結果に関わらず、「まあまあよい」が最も多くの割合を占める結果となっている。

|               | 合計      | よい   | まあまあよい | あまりよくない | よくない | 無回答 |
|---------------|---------|------|--------|---------|------|-----|
| 全体            | (N=752) | 28.2 | 53.1   | 15.3    | 2.5  | 0.9 |
| やせ(18.5未満)    | (N=77)  | 33.8 | 33.8   | 23.4    | 5.2  | 3.9 |
| 普通(18.5～25)   | (N=528) | 29.9 | 53.8   | 13.3    | 2.3  | 0.8 |
| 肥満(1度)(25～30) | (N=126) | 21.4 | 58.7   | 17.5    | 2.4  | 0.0 |
| 肥満(2度)(30～35) | (N=17)  | 5.9  | 76.5   | 17.6    | 0.0  | 0.0 |
| 肥満(3度)(35～40) | (N=2)   | 0.0  | 50.0   | 50.0    | 0.0  | 0.0 |
| 肥満(4度)(40以上)  | (N=2)   | 0.0  | 50.0   | 50.0    | 0.0  | 0.0 |

**表側** 問 22-1: (問 22 で「ほぼ毎日」「週に4～5日」「週に2～3日」のいずれかを選んだ方のみに質問) その頻度でどのくらいの期間継続していますか。(問 22 で「ほとんど行わない」の回答した人の数を合わせた全体の運動習慣の有無)

**表頭** 問8:ご自分の健康状態をどのように感じていますか。

運動の頻度に関わらず、「まあまあよい」が最も多くの割合を占める結果となっている。

|            | 合計      | よい   | まあまあよい | あまりよくない | よくない | 無回答 |
|------------|---------|------|--------|---------|------|-----|
| 全体         | (N=852) | 27.6 | 52.3   | 15.8    | 2.6  | 1.6 |
| 3カ月未満      | (N=41)  | 29.3 | 56.1   | 7.3     | 0.0  | 7.3 |
| 3カ月以上6カ月未満 | (N=22)  | 27.3 | 50.0   | 22.7    | 0.0  | 0.0 |
| 6カ月以上1年未満  | (N=29)  | 31.0 | 55.2   | 10.3    | 3.4  | 0.0 |
| 1年以上       | (N=318) | 35.5 | 50.9   | 11.6    | 0.9  | 0.9 |
| ほとんど行わない   | (N=442) | 21.5 | 52.9   | 19.7    | 4.1  | 1.8 |



**表側** 問 12:ご自身の体重を測る習慣はありますか。

**表頭** 問8:ご自分の健康状態をどのように感じていますか。

体重を測る習慣の有無に関わらず、「まあまあよい」が最も多くの割合を占める結果となっている。

|    | 合計      | よい   | まあまあよい | あまりよくない | よくない | 無回答 |
|----|---------|------|--------|---------|------|-----|
| 全体 | (N=866) | 27.3 | 53.8   | 15.7    | 2.5  | 0.7 |
| ある | (N=548) | 27.2 | 54.6   | 14.6    | 2.6  | 1.1 |
| なし | (N=318) | 27.4 | 52.5   | 17.6    | 2.5  | 0.0 |