

平成15年度 県民健康栄養調査

# 生活習慣調査報告

平成16年12月

沖縄県福祉保健部健康増進課

## 目 次

ページ

### 【調査の概要】

1 . 県民健康栄養調査の目的	1
2 . 調査時期及び調査客体	1
3 . 地区別生活習慣調査回収率	2
4 . 生活習慣調査の項目	2
5 . 生活習慣調査の方法	2
6 . 地区別、性別、年齢階級別数	2
7 . 性別、年齢階級別の職業人数	3
8 . 性別、年齢階級別の世帯構成	3
9 . 性別、年齢階級別のBMI (肥満度指数)区分	4
10 , 性別、職業別のBMI区分	5

### 【設問内容及び結果】

食生活について 問1～問9	6
運動について 問10～14	24
休養について 問15～問17	34
飲酒について 問18	41
喫煙について 問19～問20	47
健康観について 問21～問25	56
歯科について 問26～問28	64

### 【資料編】

生活習慣調査結果(集計表)	72
生活習慣調査票(平成15年度 県民健康栄養調査)	110

## 1. 県民健康栄養調査の目的

県民健康栄養調査は、毎年国が実施している国民健康栄養調査の対象者および地区を拡大し、5年ごとに県が実施しているもので、栄養と日常生活習慣および健康との関連を明らかにし、広く県民の健康増進対策を推進するために必要な基礎資料を得ることを目的とする。

調査内容は、栄養摂取状況調査、身体状況調査、生活習慣調査から成る。

## 2. 調査時期および調査客体

平成15年度県民健康栄養調査は同実施要綱に基づき、平成15年11月に実施した。平成14年国勢調査により設定された単位区から無作為に抽出した44単位区内の世帯及び15歳以上の生活習慣調査の世帯員を調査客体とした。

調査対象世帯数および対象者数は、それぞれ943世帯、2,510人であり、有効回答数は1,704人、回収率67.9%であった。各地区の内訳は下記のとおりである。

保健所名	市町村名	調査対象				回収状況			
		世帯数	栄養摂取 状況調査	身体状況 調査	生活習慣 調査	世帯数	栄養摂取 状況調査	身体状況 調査	生活習慣 調査
北部	名護市	42	120	120	103	33	85	73	65
	大宜味村	30	66	66	58	22	49	37	41
保健所計		72	186	186	161	55	134	110	106
中部	石川市	52	162	162	148	34	105	53	90
	恩納村	37	113	112	108	26	65	33	66
	宜野座村	94	246	242	210	43	137	68	139
	沖縄市	62	177	171	139	46	137	55	107
	読谷村	24	79	79	64	23	72	30	58
	北谷町	48	150	150	123	32	97	44	87
保健所計		317	927	916	792	204	613	283	547
南部	糸満市	78	212	212	251	59	208	156	189
	西原町	65	233	233	196	43	125	99	126
	玉城村	80	279	279	228	53	144	93	146
	南風原町	54	180	180	158	40	136	65	117
保健所計		277	904	904	833	195	613	413	578
中央	那覇市	37	96	96	80	11	30	28	23
	那覇市	16	38	38	36	12	24	23	22
	那覇市	49	138	138	125	29	77	79	72
	那覇市	21	58	58	53	13	30	30	29
	那覇市	42	155	155	124	29	100	109	84
	浦添市	47	171	171	145	36	117	124	101
保健所計		212	656	656	563	130	378	393	331
宮古	平良市	43	122	122	114	42	107	101	97
保健所計		43	122	122	114	42	107	101	97
八重山	竹富町	22	61	61	47	22	59	57	45
保健所計		22	61	61	47	22	59	57	45
合計		943	2856	2845	2510	648	1904	1357	1704
回収率						68.7%	66.7%	47.7%	67.9%

栄養摂取状況調査： 世帯状況、 食事状況（1日） 食物摂取状況調査（1日）

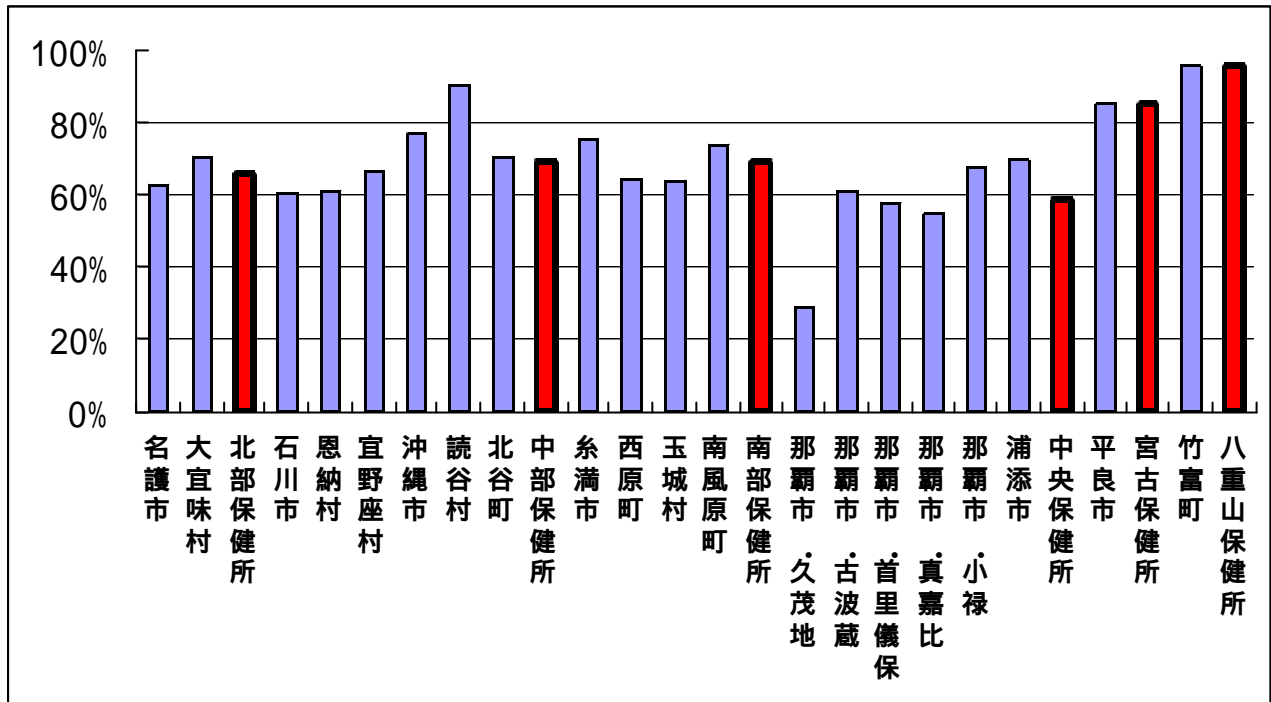
身体状況調査： 身長・体重（満1歳以上）、 腹囲測定（満15歳以上）、 血圧測定

（満15歳以上） 体脂肪率（満15歳以上）、 血液検査（満15歳以上）

1日運動量（歩行数：満15歳以上）、 口腔内状況調査（満15歳以上）

問診（服薬状況等：満15歳以上）

### 3.地区別生活習慣調査回収率



### 4.生活習慣調査の項目

食生活    運動    休養    飲酒    喫煙    健康観    歯科

### 5.生活習慣調査の方法

留め置き法による自記式質問紙調査による。調査員である栄養士が調査票の説明、回収及び確認を行った。

栄養摂取状況調査：調査員が世帯を訪問し、面接の上記入方法等を指導して調査する。

身体状況調査：被調査者を会場に集めて、測定及び問診等を実施する。

### 6.地区別、性別、年齢階級別人数

(人)

保健所名	性別	年齢階級								合計
		15-19	20-29	30-39	40-49	50-59	60-69	70-79	80歳以上	
北部保健所	男性	2	4	5	7	10	8	5	7	48
	女性	2	7	3	10	7	8	11	10	58
	合計	4	11	8	17	17	16	16	17	106
中部保健所	男性	25	37	39	42	45	38	22	14	262
	女性	18	33	33	51	48	41	40	21	285
	合計	43	70	72	93	93	79	62	35	547
南部保健所	男性	26	48	49	60	42	39	25	6	295
	女性	32	34	49	49	33	44	26	16	283
	合計	58	82	98	109	75	83	51	22	578
中央保健所	男性	17	18	18	30	25	18	15	7	148
	女性	9	23	19	31	31	28	25	17	183
	合計	26	41	37	61	56	46	40	24	331
宮古保健所	男性	6	3	3	8	10	7	7	1	45
	女性	3	4	4	13	7	6	10	5	52
	合計	9	7	7	21	17	13	17	6	97
八重山保健所	男性		2	2	8	5		3	3	23
	女性			5	7	2		6	2	22
	合計		2	7	15	7		9	5	45
総計	男性	76	112	116	155	137	110	77	38	821
	女性	64	101	113	161	128	127	118	71	883
	合計	140	213	229	316	265	237	195	109	1704

## 7.性別、年齢階級別の職業

(人)

性別	職業	年齢階級								合計
		15-19	20-29	30-39	40-49	50-59	60-69	70-79	80歳以上	
男性	専門的・技術的職業従事者		7	8	21	13	2	1		52
	管理的職業従事者			1	17	11	5			34
	事務従事者		10	9	10	11	2	1		43
	販売従事者		6	6	9	5	1	3		30
	サービス職業従事者	1	8	13	10	6	4			42
	保安職業従事者		4	5	4	6	2			21
	農業作業者		3	2	12	10	15	19	5	66
	林業作業者		1	2						3
	漁業作業者			1	1		2			4
	運輸・通信従事者		6	7	8	12	4			37
	生産工程・労務作業者	1	21	33	35	28	9	1		128
	家事従事者		1				4	4		9
	その他	3	6	11	9	15	50	41	30	165
	中学生	7								7
	その他の学生	54	14		1					69
不明(無回答)	10	25	18	18	20	10	7	3	111	
小計		76	112	116	155	137	110	77	38	821
女性	専門的・技術的職業従事者	1	17	16	24	15	1	1		75
	管理的職業従事者			1	3		3			7
	事務従事者		18	19	20	15	2			74
	販売従事者		6	7	12	10	1	3		39
	サービス職業従事者	2	10	16	25	20	7			80
	保安職業従事者				1					1
	農業作業者			1	4	4	8	14	2	33
	林業作業者									
	漁業作業者									
	運輸・通信従事者				2	1				3
	生産工程・労務作業者		2	2	10	3	5	1		23
	家事従事者	1	20	30	38	39	91	67	28	314
	その他	1	3	2	7	3	1	25	34	76
	中学生	9								9
	その他の学生	43	10							53
不明(無回答)	7	15	19	15	18	8	7		96	
小計		64	101	113	161	128	127	118	71	883
総数	専門的・技術的職業従事者	1	24	24	45	28	3	2		127
	管理的職業従事者			2	20	11	8			41
	事務従事者		28	28	30	26	4	1		117
	販売従事者		12	13	21	15	2	6		69
	サービス職業従事者	3	18	29	35	26	11			122
	保安職業従事者		4	5	5	6	2			22
	農業作業者		3	2	12	10	15	19	7	99
	林業作業者		1	2						3
	漁業作業者			2	5	4	10	14		4
	運輸・通信従事者		6	7	10	13	4			40
	生産工程・労務作業者	1	23	35	45	31	14	2		151
	家事従事者	1	21	30	38	39	95	71	28	323
	その他	4	9	13	16	18	51	66	64	241
	中学生	16								16
	その他の学生	97	24		1					122
不明(無回答)	17	40	37	33	38	18	14		207	
総数		140	213	229	316	265	237	195	109	1704

## 8.性別、年齢階級別の世帯構成

(人)

性別	世帯構成	年齢階級								合計
		15-19	20-29	30-39	40-49	50-59	60-69	70-79	80歳以上	
男性	一人(単身)			3	4	10	11	7	2	37
	夫婦のみ		5	7	6	18	35	32	12	115
	2世代世帯	63	79	87	126	78	51	30	15	529
	3世代世帯	11	27	16	18	28	14	8	7	129
	その他	2	1	3	1	3			1	11
	合計	76	112	116	155	137	111	77	37	821
女性	一人(単身)		3	2	1	9	10	28	18	71
	夫婦のみ		8	8	11	19	44	29	6	125
	2世代世帯	50	65	82	124	67	50	48	22	508
	3世代世帯	14	24	21	23	30	20	13	26	171
	その他		1		2	3	2			8
	合計	64	101	113	161	128	126	118	72	883
総数	一人(単身)	0	3	5	5	19	21	35	22	110
	夫婦のみ	0	13	15	17	37	79	61	19	241
	2世代世帯	113	144	169	250	145	101	78	41	1041
	3世代世帯	25	51	37	41	58	34	21	38	305
	その他	2	2	3	3	3	2	0	1	16
	合計	140	213	229	316	265	237	195	109	1704

9.性別、年齢階級別のBMI(肥満度指数)区分

(人)

性別	年齢階級	BMI区分				合計
		18.5未満	18.5～25未満	25以上	未計測	
男性	15 - 19	1	29	4	42	76
	20 - 29	4	36	12	60	112
	30 - 39	5	29	21	61	116
	40 - 49	3	56	26	70	155
	50 - 59	1	38	38	60	137
	60 - 69	1	44	31	34	110
	70 - 79	3	30	20	24	77
	80歳以上	2	23	8	5	38
	合計	20	285	160	356	821
女性	15 - 19	5	28	3	28	64
	20 - 29	13	42	10	36	101
	30 - 39	7	55	10	41	113
	40 - 49	4	74	34	49	161
	50 - 59	3	50	33	42	128
	60 - 69	4	55	44	24	127
	70 - 79	3	44	50	21	118
	80歳以上	4	37	18	0	59
	合計	43	385	202	253	883
総数	15 - 19	6	57	7	70	140
	20 - 29	17	78	22	96	213
	30 - 39	12	84	31	102	229
	40 - 49	7	130	60	119	316
	50 - 59	4	88	71	102	265
	60 - 69	5	99	75	58	237
	70 - 79	6	74	70	45	195
	80歳以上	6	60	26	5	97
	合計	63	670	362	609	1704

BMI (肥満度指数) : **やせ** = 18.5 未満、**標準** = 18.5 ~ 25 未満、**肥満** = 25 以上

BMIの算出方法 : BMI = 体重(kg) / 身長(m)<sup>2</sup>

性別、年齢階級別のBMI区分の割合

性別	年齢階級	BMI区分(人数)				BMI区分(割合)			
		やせ	標準	肥満	合計	やせ	標準	肥満	合計
男性	15 - 19	1	29	4	34	2.9%	85.3%	11.8%	100.0%
	20 - 29	4	36	12	52	7.7%	69.2%	23.1%	100.0%
	30 - 39	5	29	21	55	9.1%	52.7%	38.2%	100.0%
	40 - 49	3	56	26	85	3.5%	65.9%	30.6%	100.0%
	50 - 59	1	38	38	77	1.3%	49.4%	49.4%	100.0%
	60 - 69	1	44	31	76	1.3%	57.9%	40.8%	100.0%
	70 - 79	3	30	20	53	5.7%	56.6%	37.7%	100.0%
	80歳以上	2	23	8	33	6.1%	69.7%	24.2%	100.0%
	合計	20	285	160	465	4.3%	61.3%	34.4%	100.0%
女性	15 - 19	5	28	3	36	13.9%	77.8%	8.3%	100.0%
	20 - 29	13	42	10	65	20.0%	64.6%	15.4%	100.0%
	30 - 39	7	55	10	72	9.7%	76.4%	13.9%	100.0%
	40 - 49	4	74	34	112	3.6%	66.1%	30.4%	100.0%
	50 - 59	3	50	33	86	3.5%	58.1%	38.4%	100.0%
	60 - 69	4	55	44	103	3.9%	53.4%	42.7%	100.0%
	70 - 79	3	44	50	97	3.1%	45.4%	51.5%	100.0%
	80歳以上	4	37	18	59	6.8%	62.7%	30.5%	100.0%
	合計	43	385	202	630	6.8%	61.1%	32.1%	100.0%

10.性別、職業別のBMI区分

(人)

性別	職業	BMI区分				合計
		やせ	標準	肥満	未計測	
男性	専門的・技術的職業従事者		23	14	15	52
	管理的職業従事者		14	9	11	34
	事務従事者	1	13	8	21	43
	販売従事者	1	12	4	13	30
	サービス職業従事者	2	16	7	17	42
	保安職業従事者		8	2	11	21
	農業作業者		25	15	26	66
	林業作業者		1	1	1	3
	漁業作業者		1	2	1	4
	運輸・通信従事者		13	7	17	37
	生産工程・労務作業者	5	36	26	61	128
	家事従事者	1	6	2		9
	その他	6	64	43	52	165
	中学生		3		4	7
	その他の学生	1	30	5	33	69
	不明(無回答)	3	20	15	73	111
	合計	20	285	160	356	821
女性	専門的・技術的職業従事者	4	39	10	22	75
	管理的職業従事者	1	3	2	1	7
	事務従事者	3	38	8	25	74
	販売従事者	2	14	10	13	39
	サービス職業従事者	6	45	12	17	80
	保安職業従事者			1		1
	農業作業者		17	12	4	33
	林業作業者					
	漁業作業者					
	運輸・通信従事者		1		2	3
	生産工程・労務作業者	2	11	6	4	23
	家事従事者	9	134	115	56	314
	その他	5	37	15	19	76
	中学生		5	2	2	9
その他の学生	5	22	1	25	53	
不明(無回答)	6	19	8	63	96	
	合計	43	385	202	253	883
総数	専門的・技術的職業従事者	4	62	24	37	127
	管理的職業従事者	1	17	11	12	41
	事務従事者	4	51	16	46	117
	販売従事者	3	26	14	26	69
	サービス職業従事者	8	61	19	34	122
	保安職業従事者		8	3	11	22
	農業作業者		42	27	30	99
	林業作業者		1	1	1	3
	漁業作業者		1	2	1	4
	運輸・通信従事者		14	7	19	40
	生産工程・労務作業者	7	47	32	65	151
	家事従事者	10	140	117	56	323
	その他	11	101	58	71	241
	中学生		8	2	6	16
	その他の学生	6	52	6	58	122
	不明(無回答)	9	39	23	136	207
	合計	63	670	362	609	1704

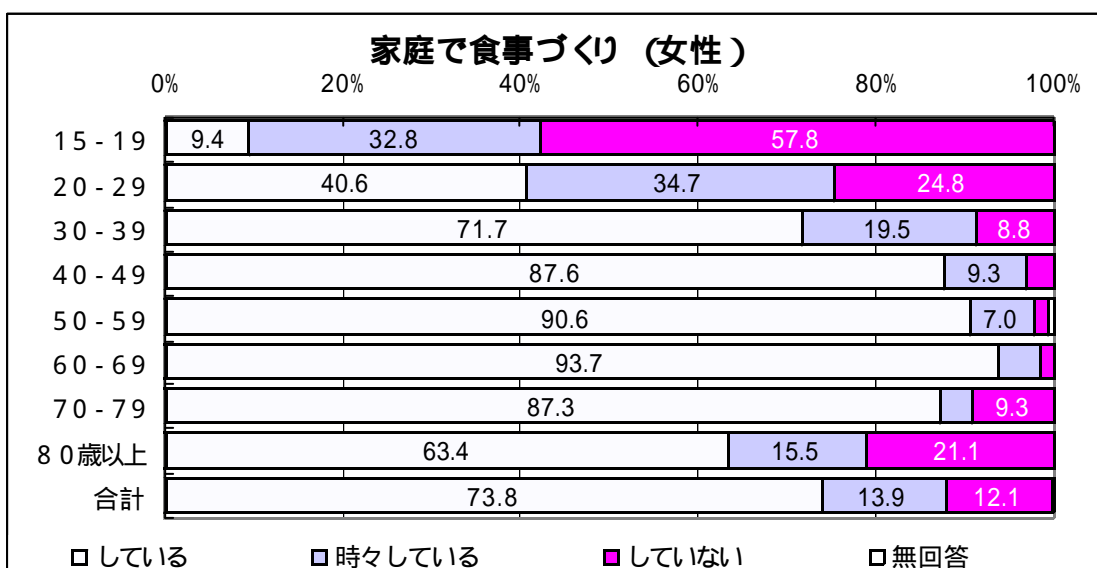
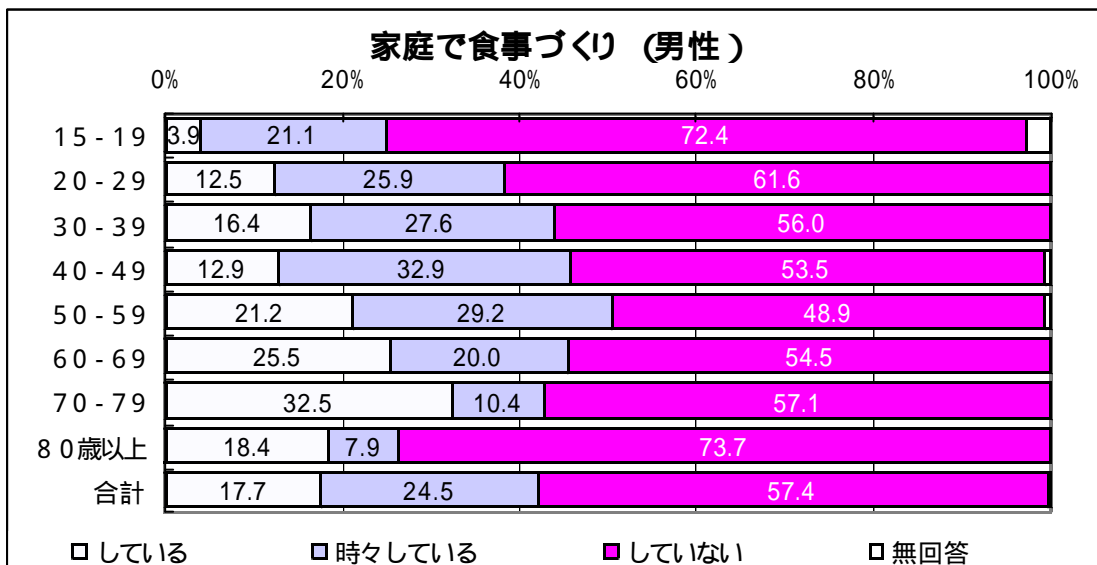
食生活



## ・食生活について

問1 ふだん、家庭で食事づくりをしていますか。あてはまるものに1つをつけてください。

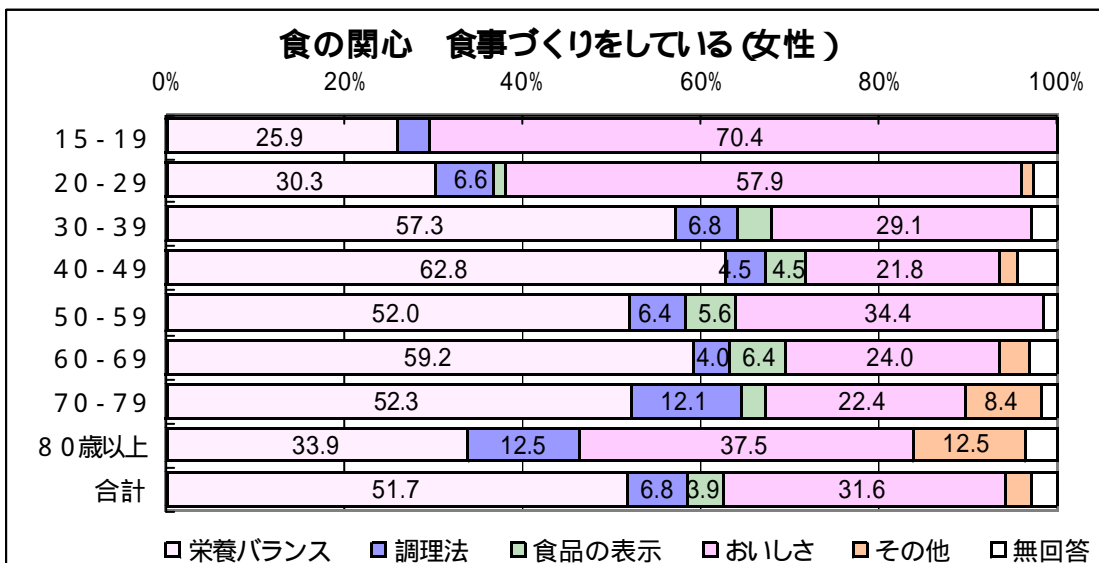
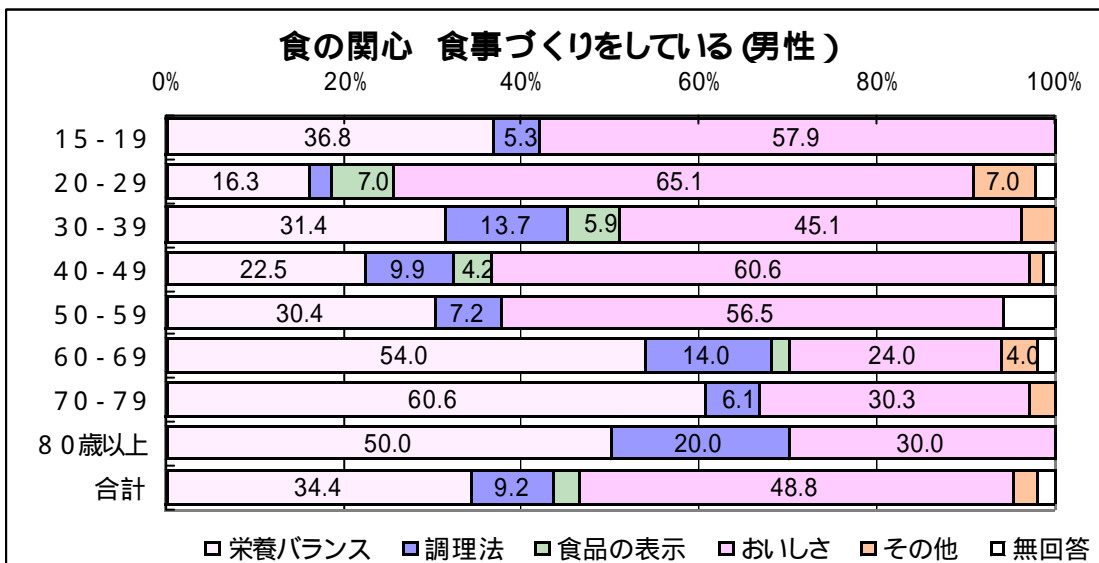
ふだん食事づくりをしている男性は、20歳代から40歳代では10%台で、「している」「時々している」のもあわせると約30%～50%である。  
女性では40歳代以降では約90%がしていると回答しているが、20歳代は40.6%、30歳代で71.7%になっている。



**問1で 食事づくりを「している」「時々している」と答えた方にお聞きします**

問1 - 1 食事づくりで最も関心があることは何ですか。あてはまるものに1つ をつけてください。

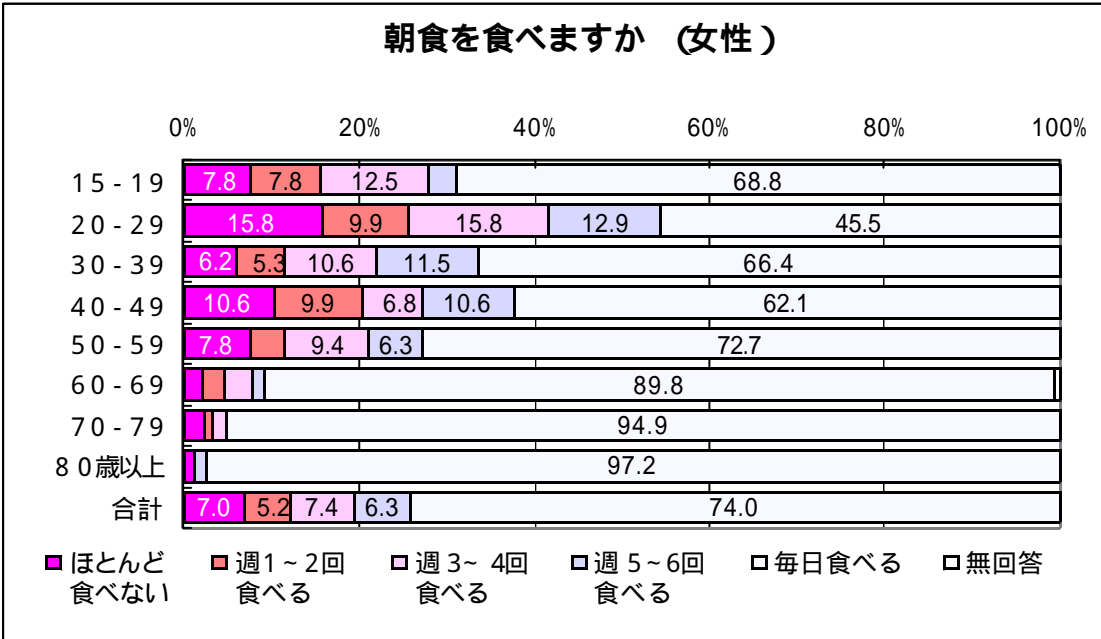
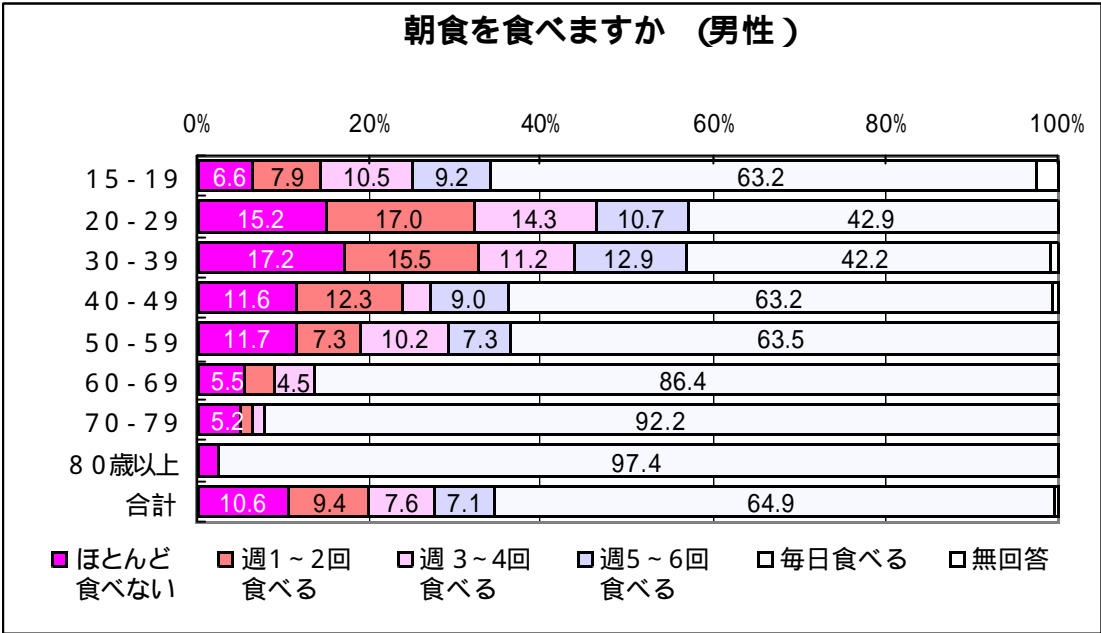
男性は、女性に比べ「栄養のバランスに関心がある人」の割合が低く、「その他」という回答が多かった。女性は、食事づくりで最も関心があることは、「栄養のバランス」と答えている人が30歳以上では50%以上いる。



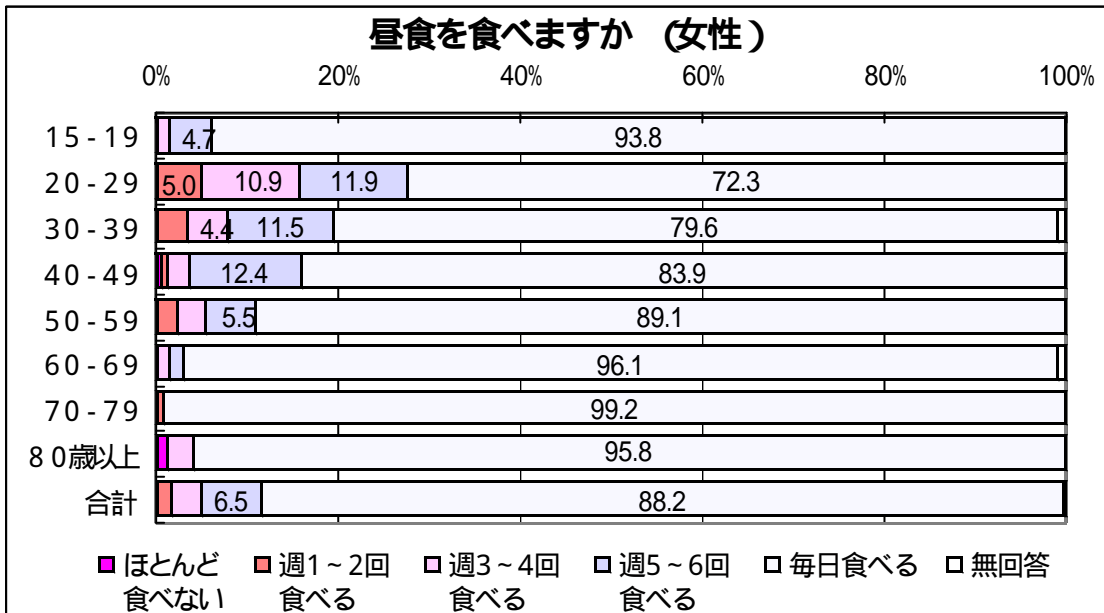
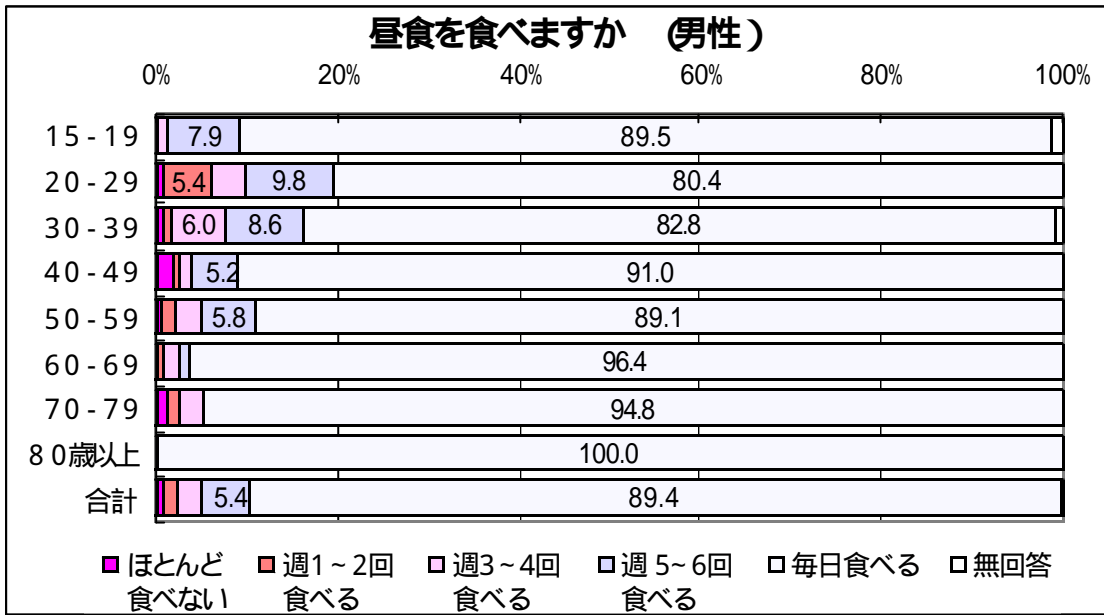
問2 ふだんの食生活の状況についておたずねします。

朝食を「ほとんど食べない」または「週1～2回食べる」人の割合が、男性では20歳代から30歳代で約30%台を占めている。  
 女性は男性より朝食を食べる割合が高いが、20歳代では男性と同じ傾向を示し、朝食を食べない割合が15%を占めている。

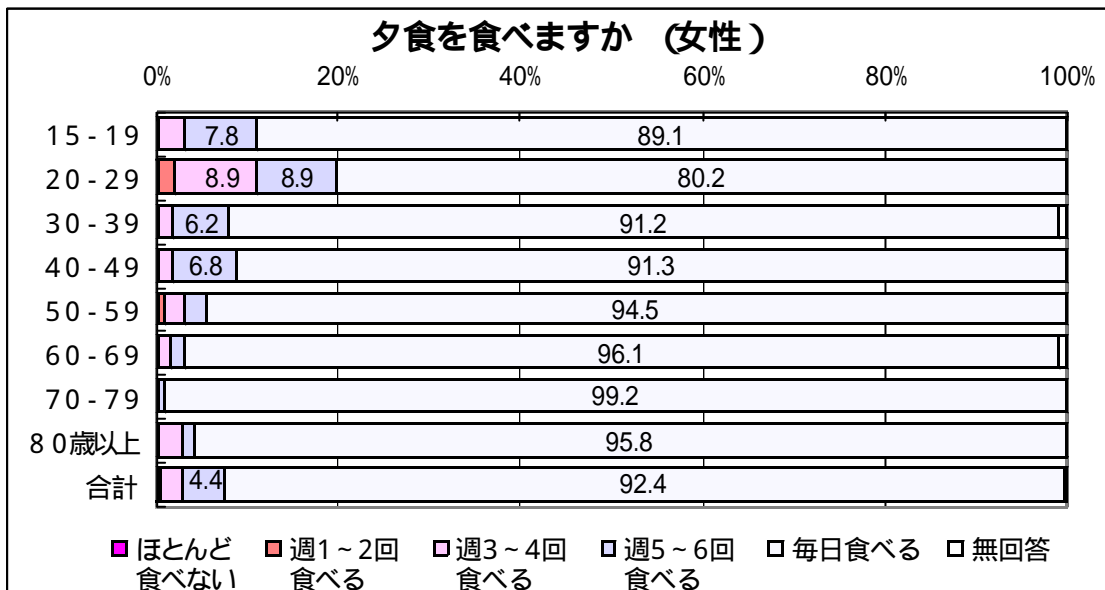
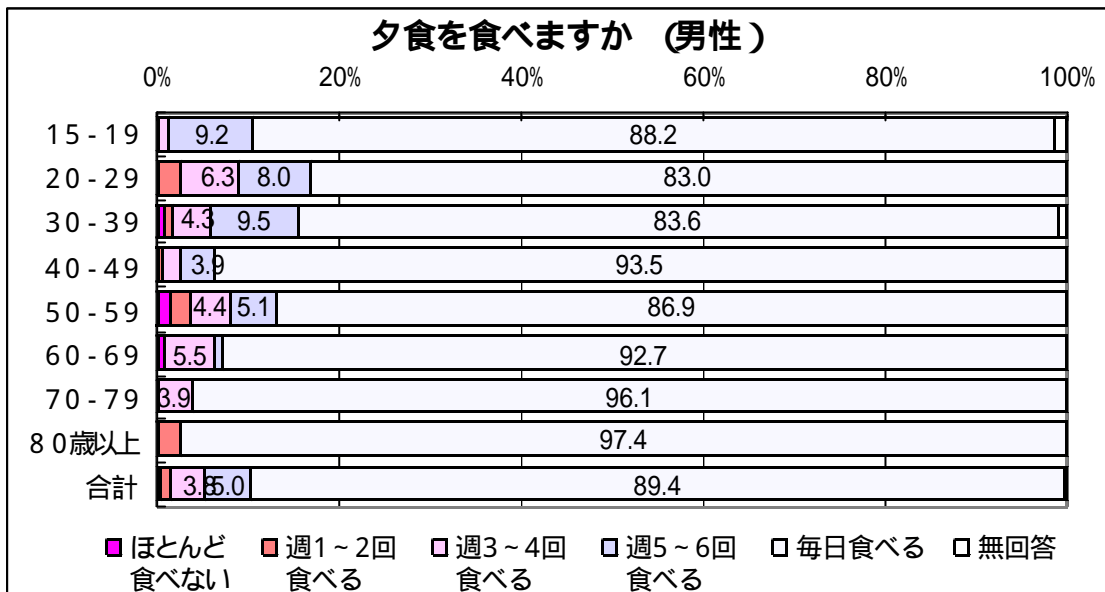
【朝食】



【昼食】

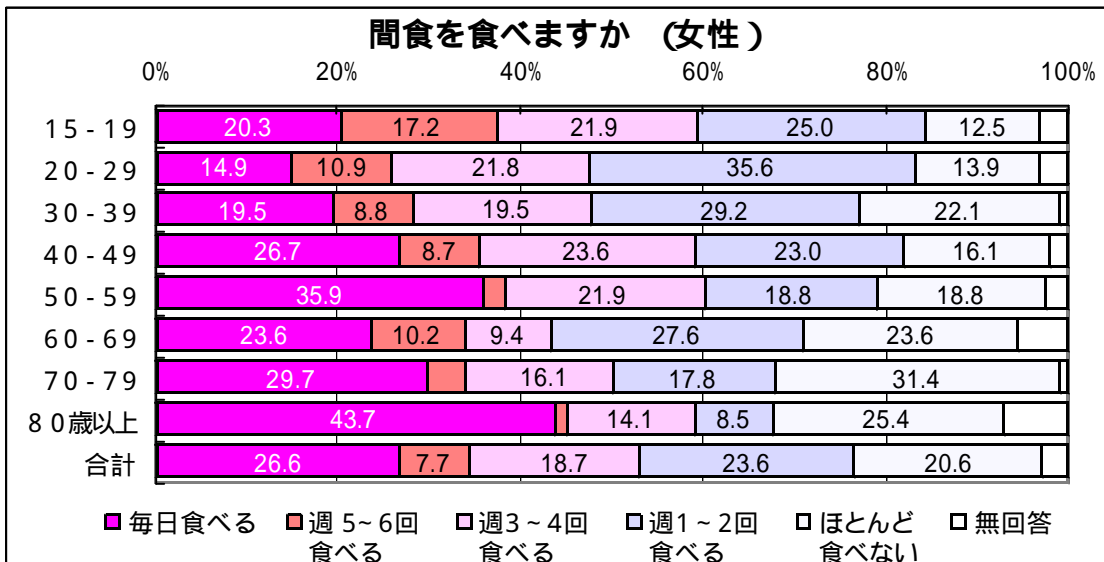
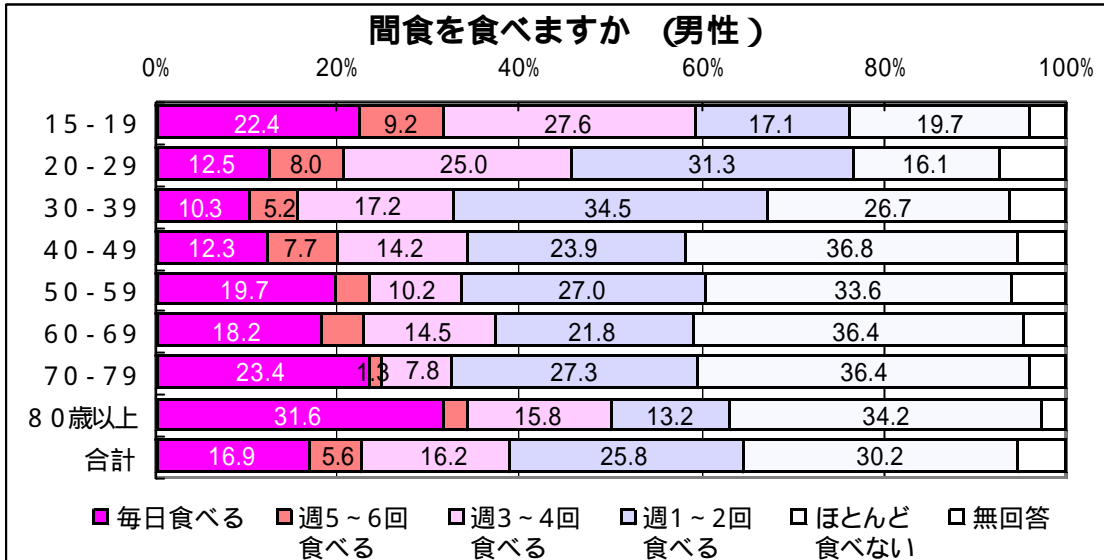


## 【夕食】



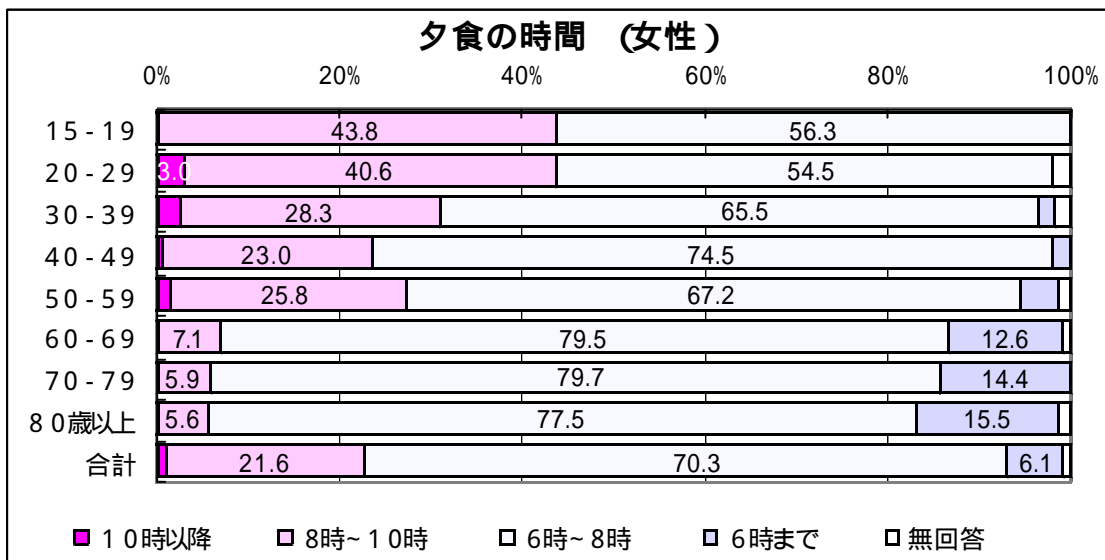
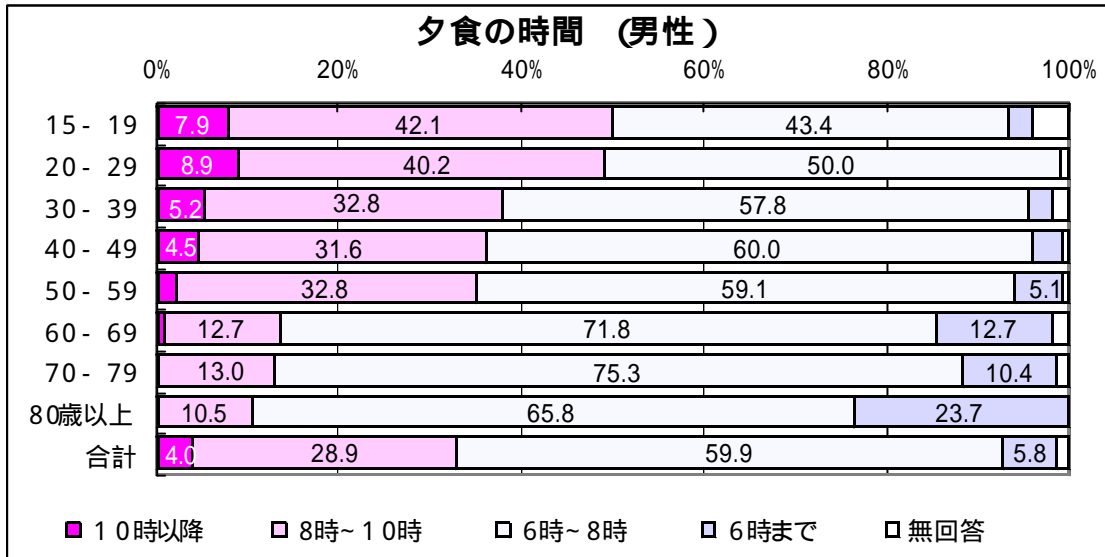
【間食】

週5回以上食べる人については、どの年代も女性が男性より多い。



問3 ふだん、夕食は何時頃にとりますか。あてはまるものに1つをつけてください。

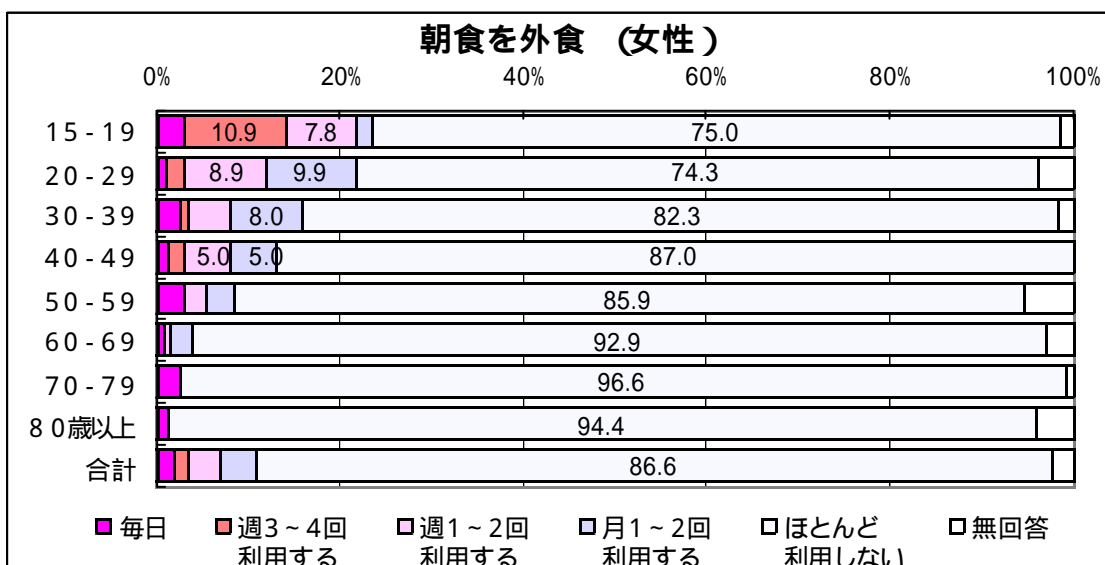
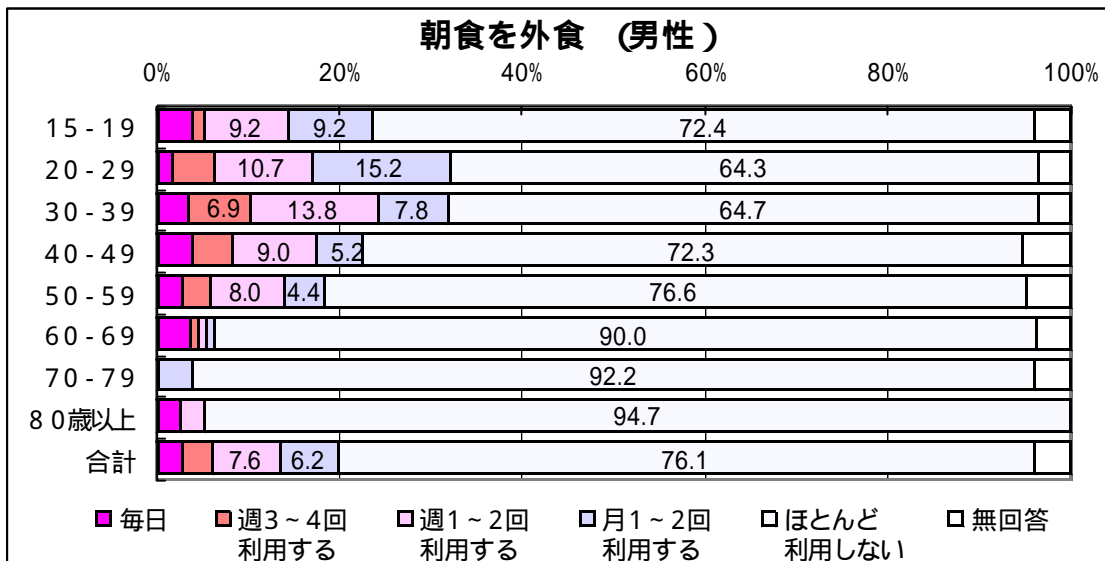
夕食の時間は、午後8時以降の夕食が男女ともに10歳代、20歳代に多く、午後10時以降は、男性では10歳代、20歳代で約10%いる。



問4 外食はどのくらいの頻度でしますか。(店で買ったおにぎりや弁当は外食に数えます)あてはまる箇所1つに をつけてください。

【朝食】

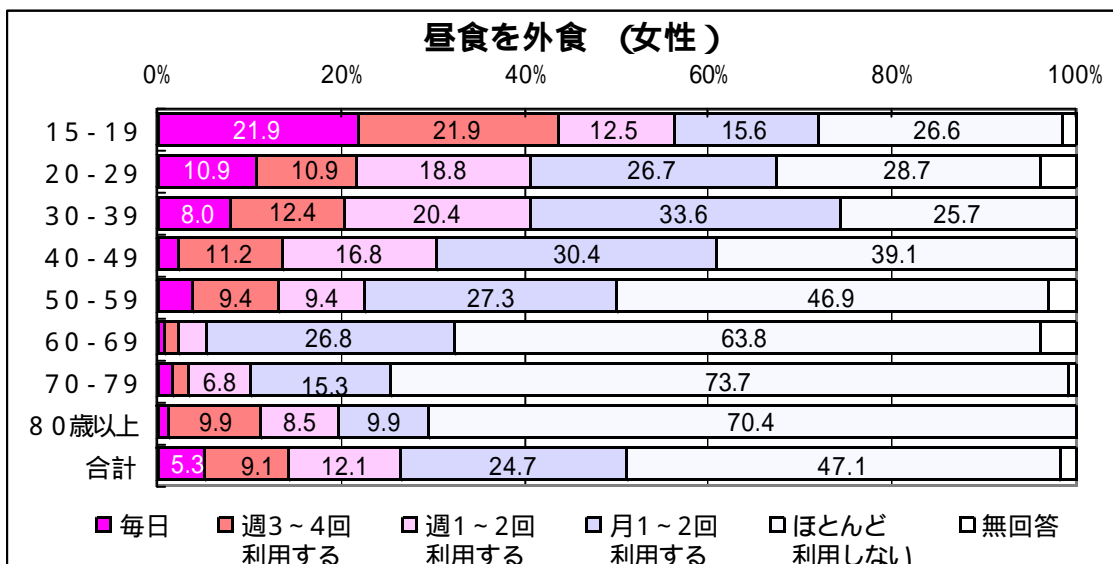
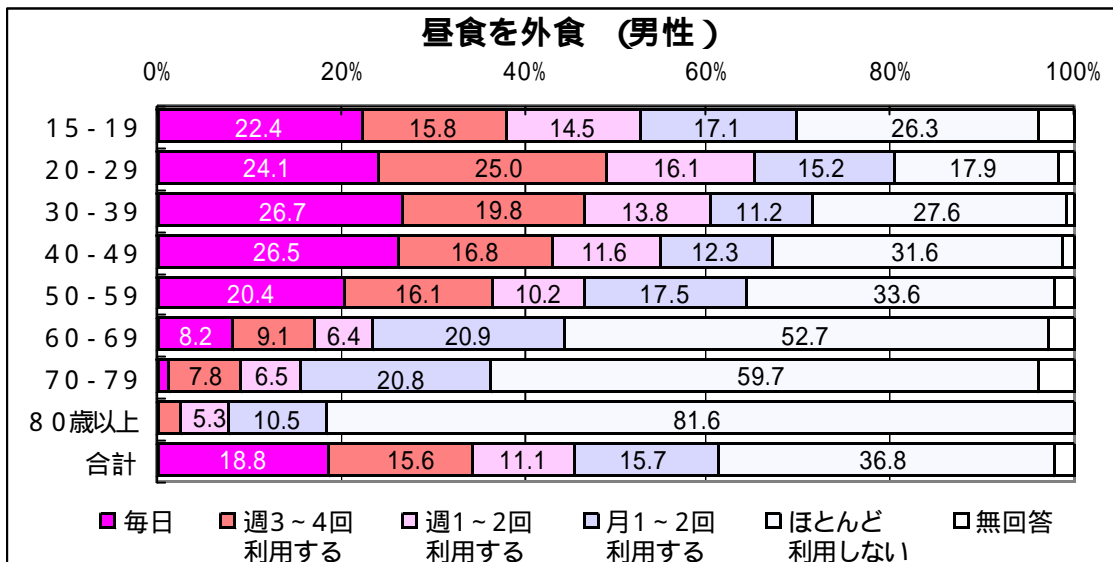
30歳代の男性は、週1回以上利用する人が24%で最も多く、女性は10歳代で22%いる。





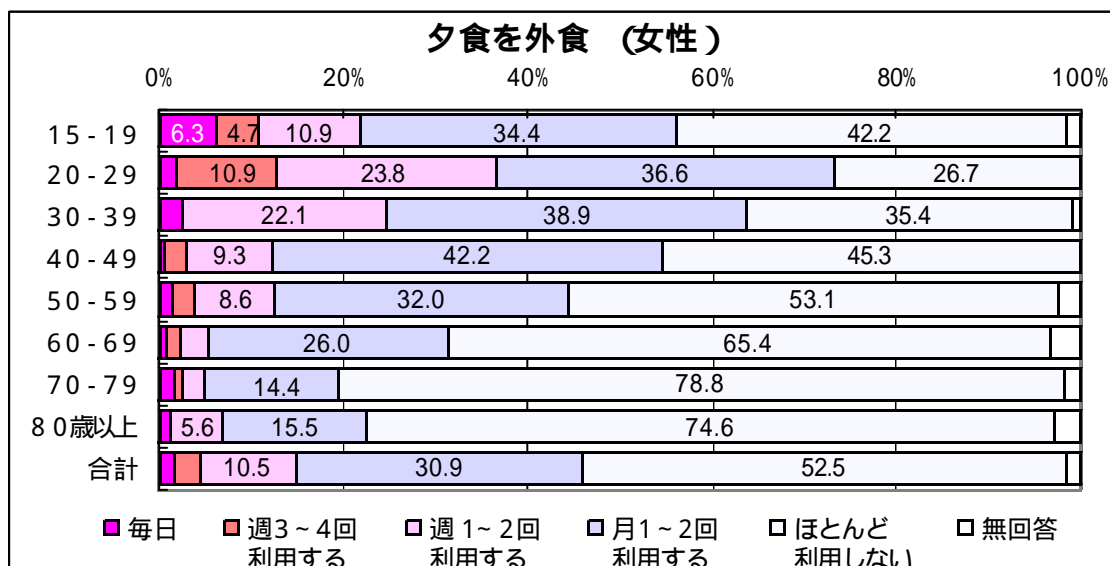
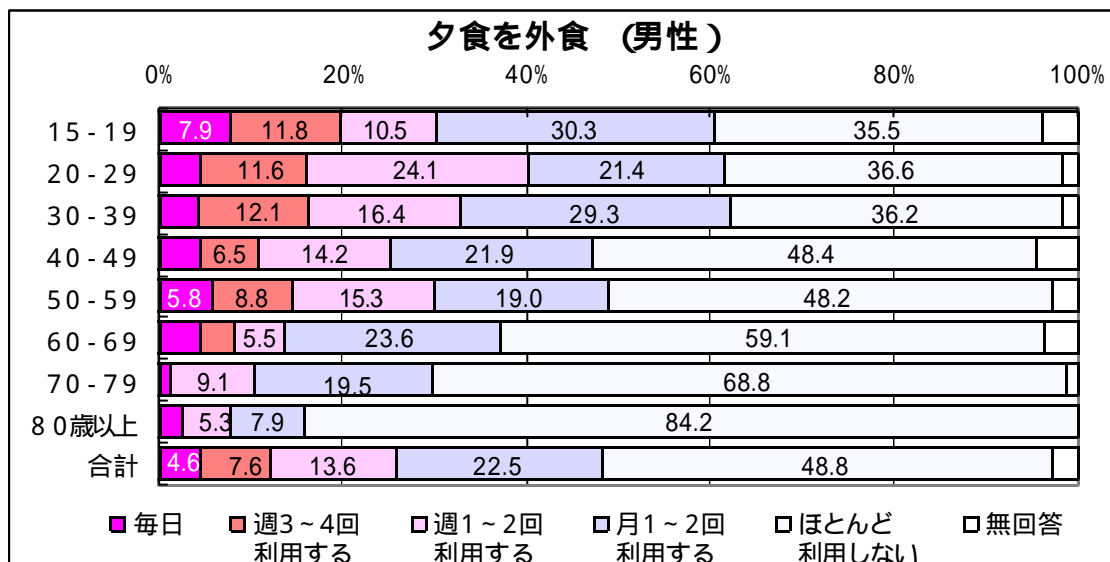
## 【昼食】

週3～4回以上の外食が、男性では10歳代から40歳代まで、女性では10歳代で約40%いる。

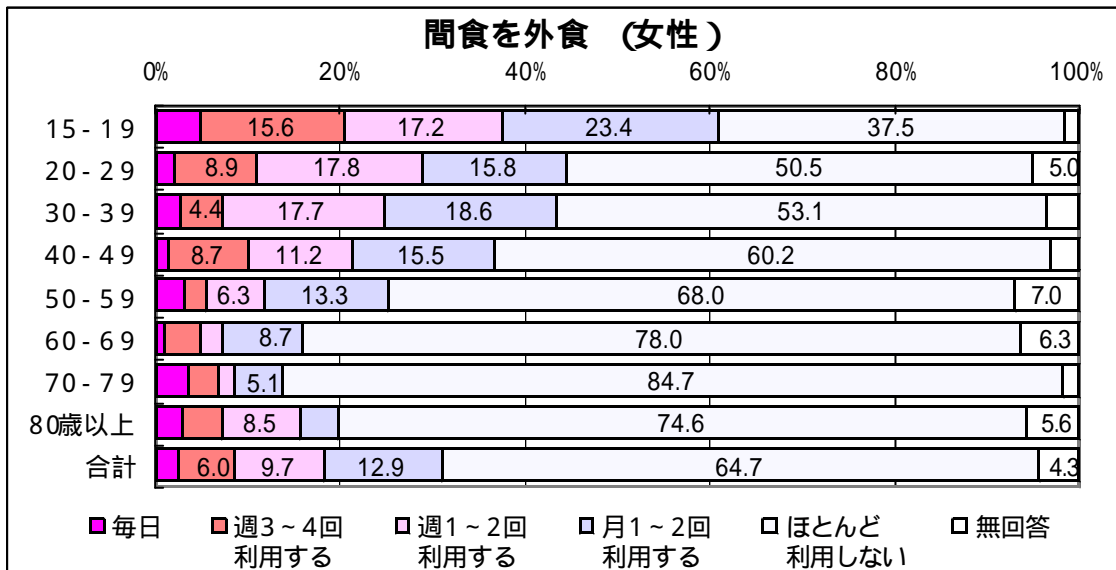
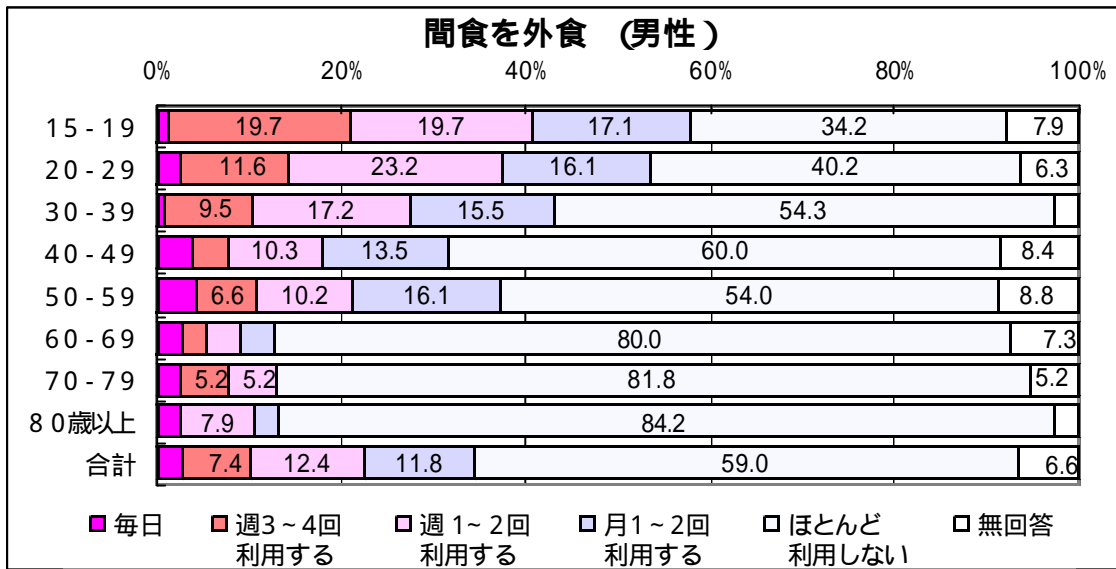


## 【夕食】

男性は週3回以上外食している人が、50歳代まで10%程度いる。女性は、30歳代以上で、外食の割合が減っている。

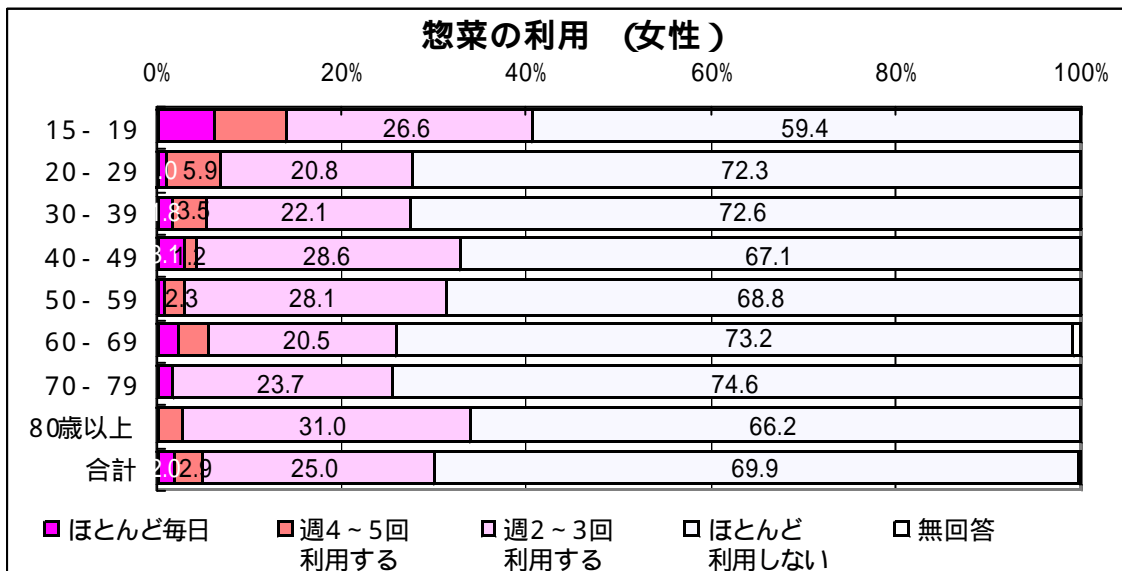
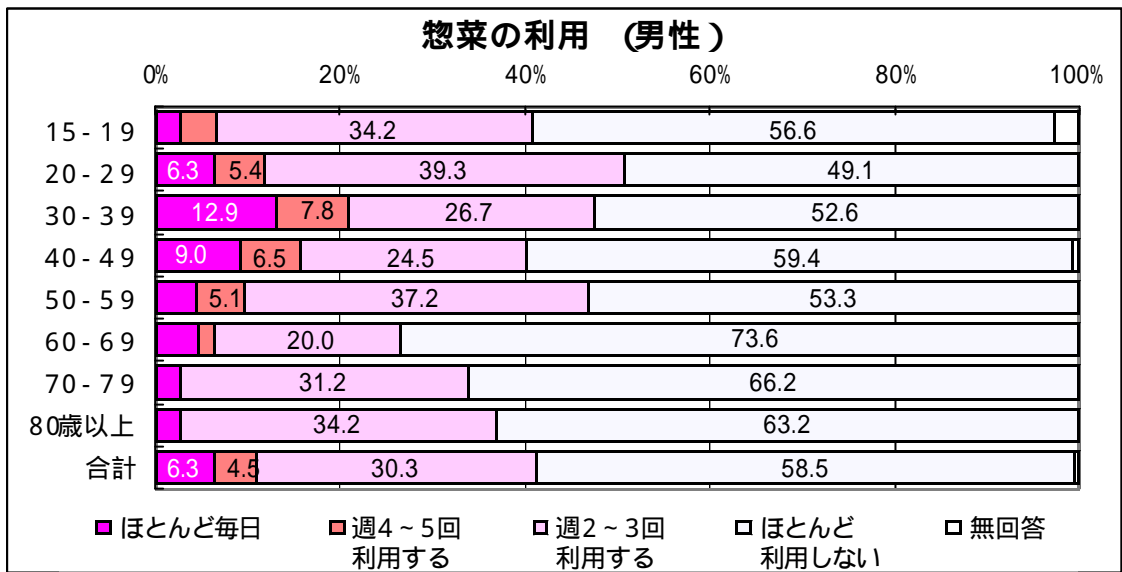


【間食】



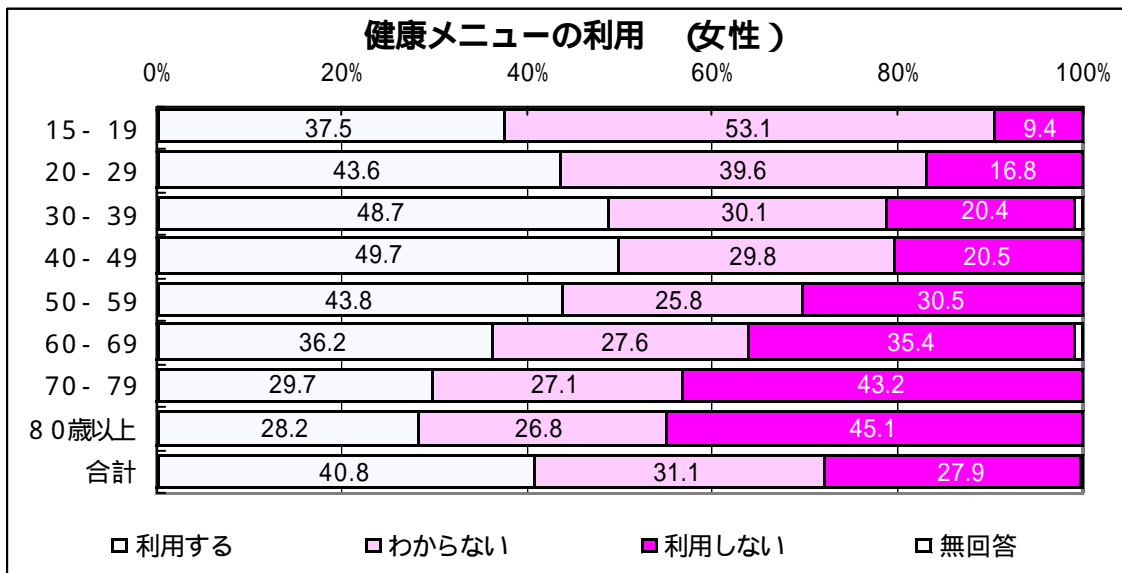
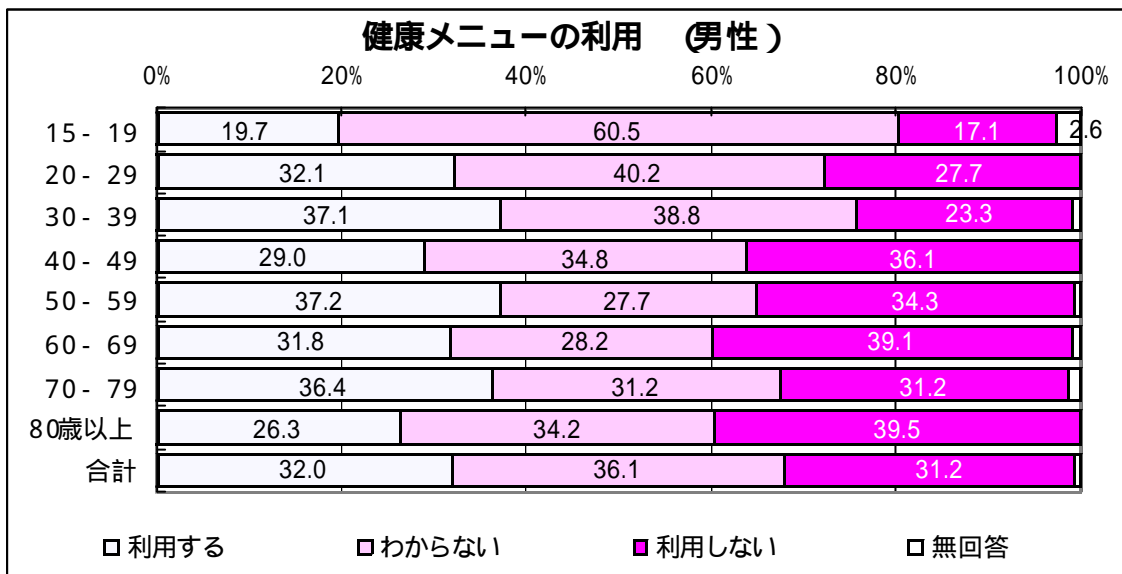
問5 ふだんの食事で市販の惣菜を利用することがありますか。あてはまるものに1つをつけてください。

惣菜の利用については、男性では週4～5回以上利用する人が30歳代で約20%女性は、10歳代で約15%と最も多い。



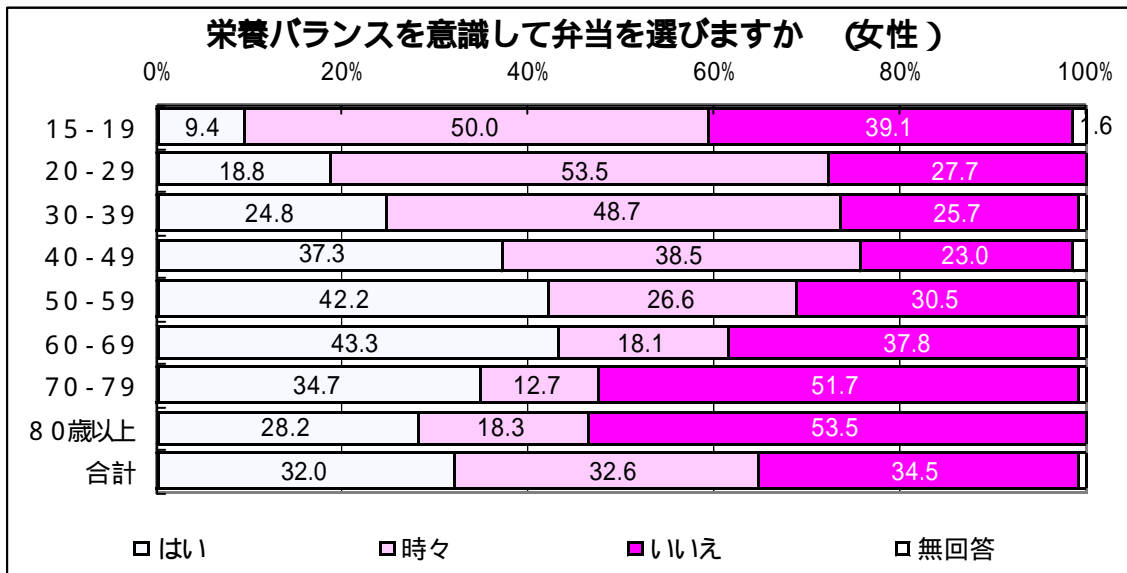
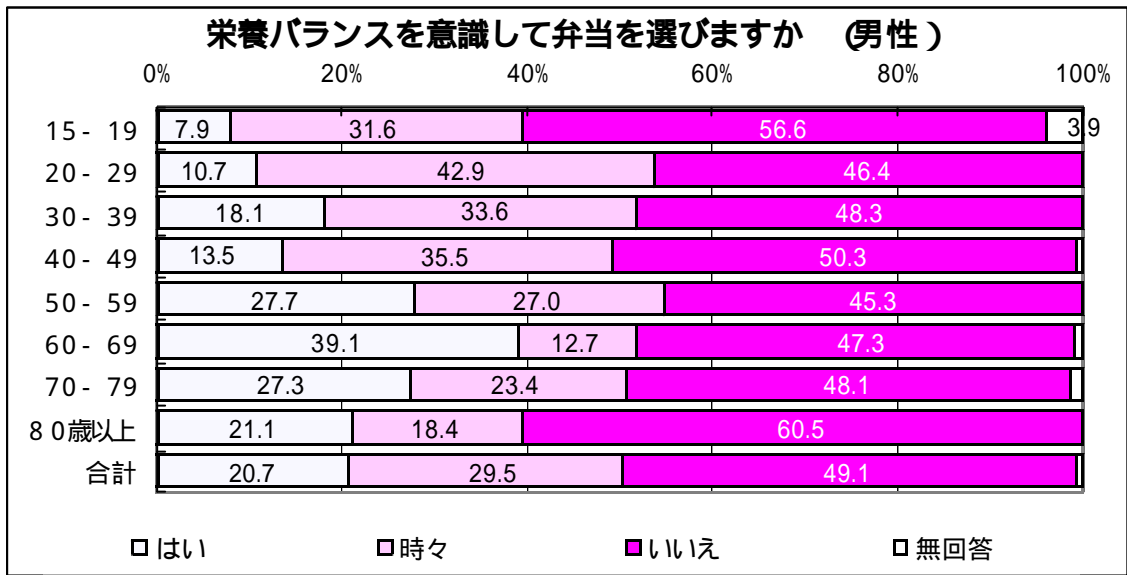
**問6 健康に配慮した外食や弁当のメニュー（例：低カロリー食、減塩食、バランス食等）があれば利用しますか。あてはまるものに1つをつけてください。**

健康に配慮した外食や弁当のメニューがあれば利用する人は、女性では20歳代から50歳代まで約40%以上が「利用する」と回答しているのに対し、男性は女性に比べ低い。



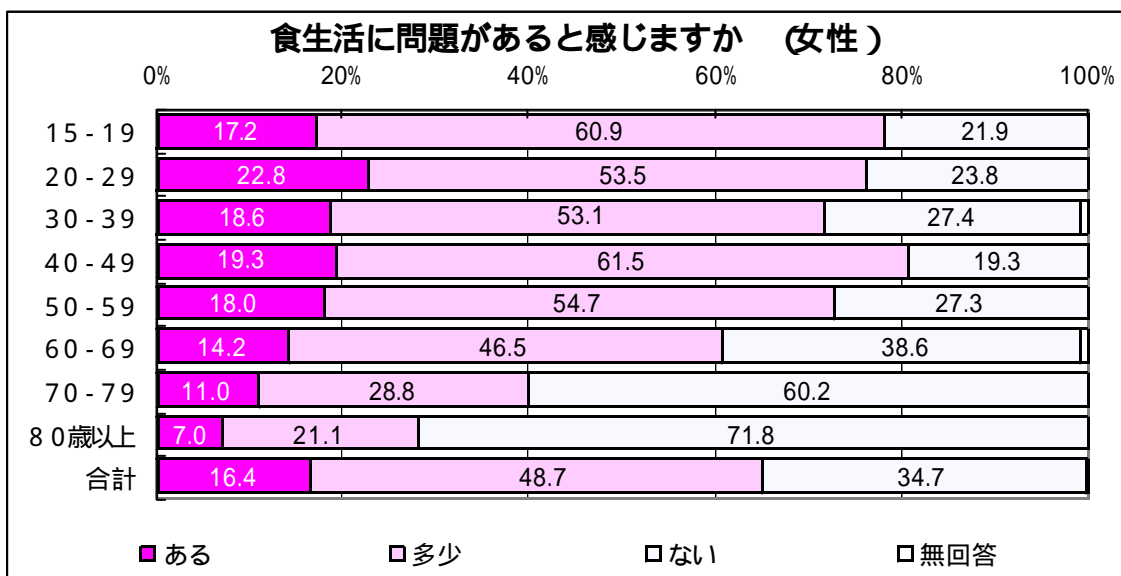
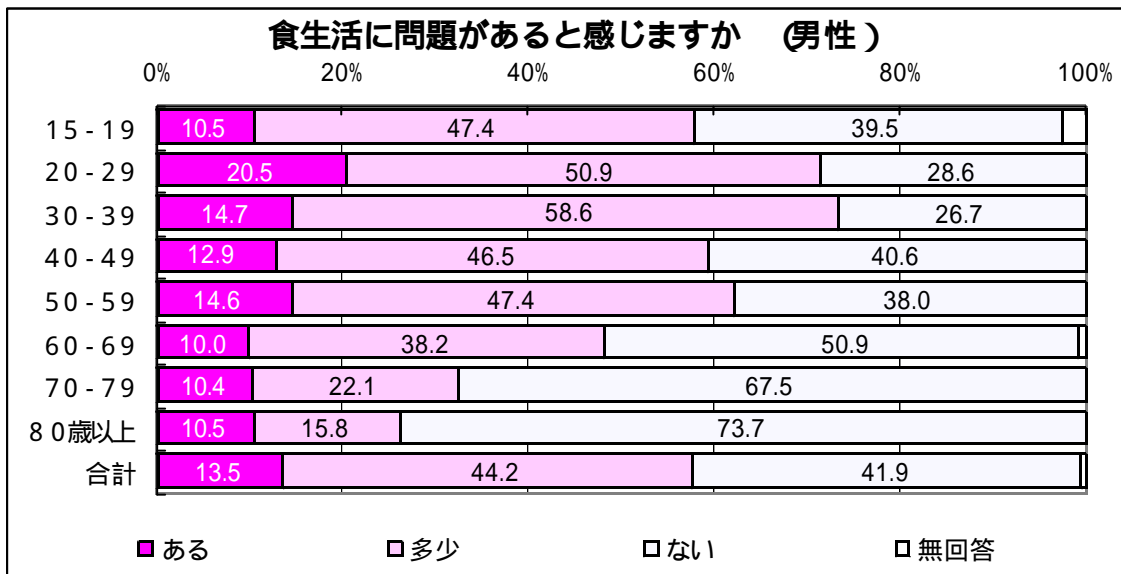
問7 栄養のバランスを意識して外食や弁当を選んでいきますか。あてはまるものに1つをつけてください。

栄養のバランスを意識している男性は「時々」もあわせると、20歳代から約半数いる。女性は10歳代から60~80%いる。



問 8 現在、自分の食生活に問題があると感じますか。あてはまるものに1つ をつけてください。

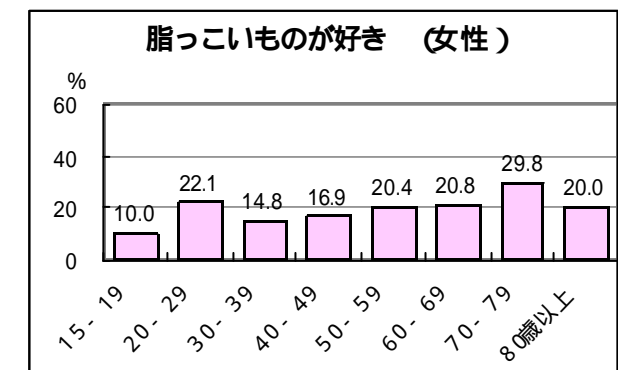
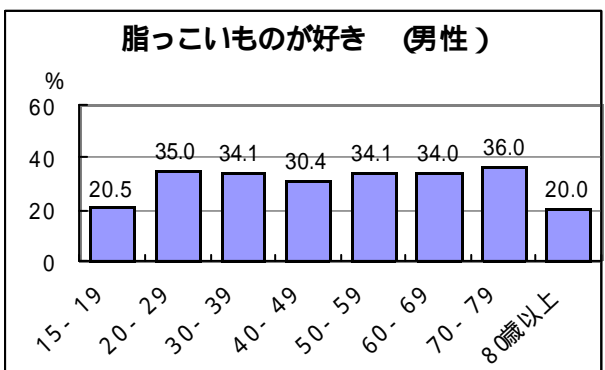
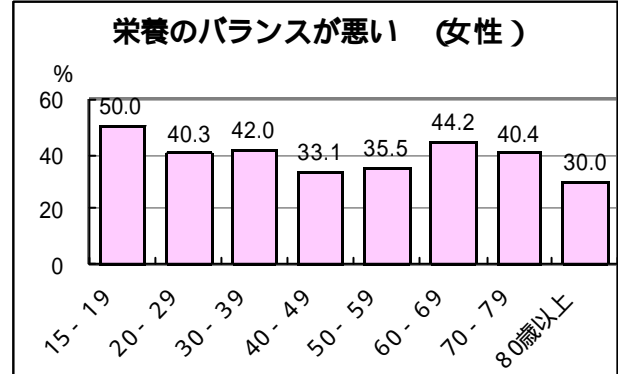
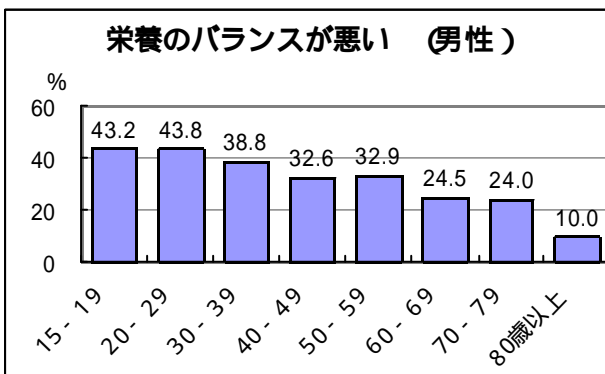
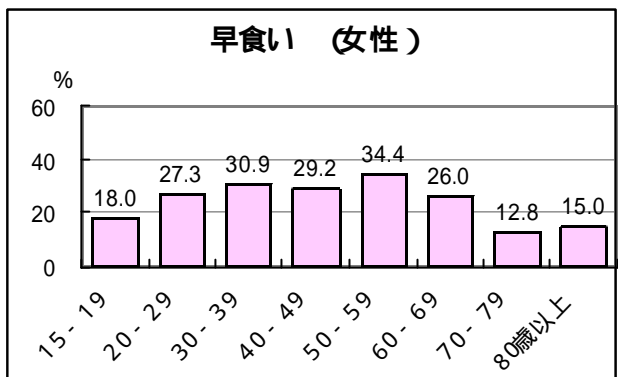
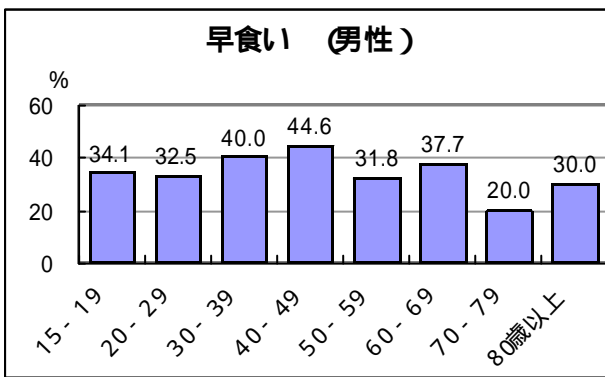
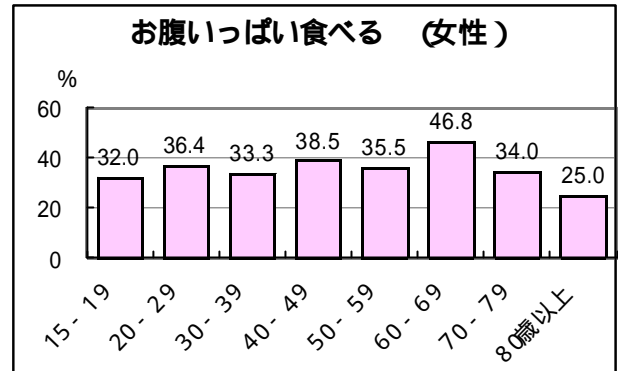
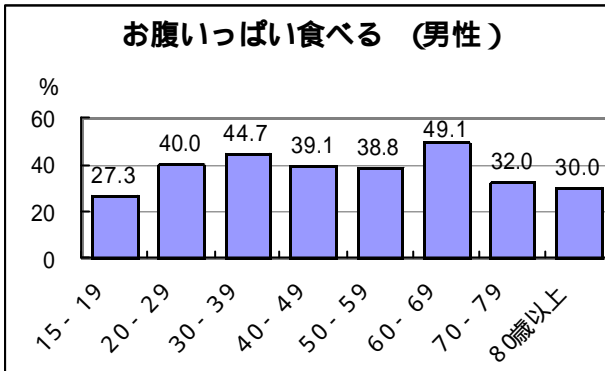
自分の食生活に「問題がある」と感じる人は、「多少ある」も含めて女性で、約 80 % いる。自分の食生活に「問題がある」と感じている人は、女性に比べ男性は各年代とも低い。



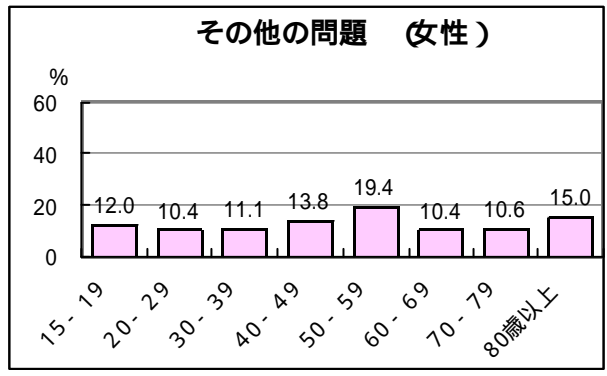
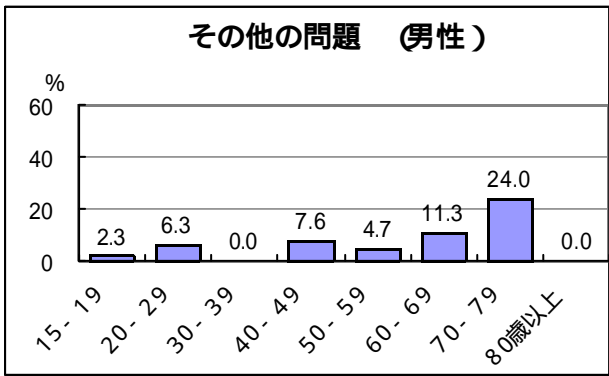
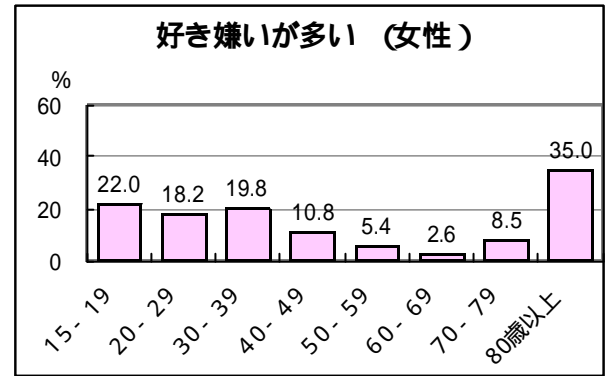
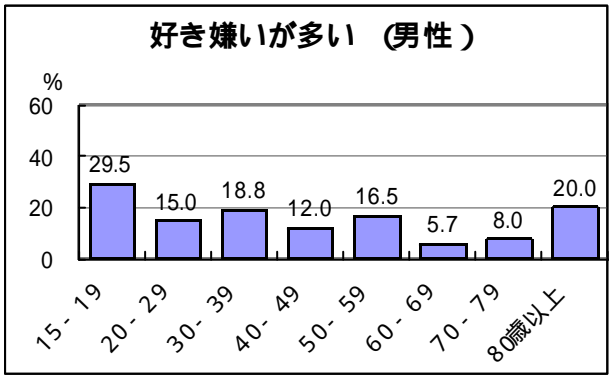
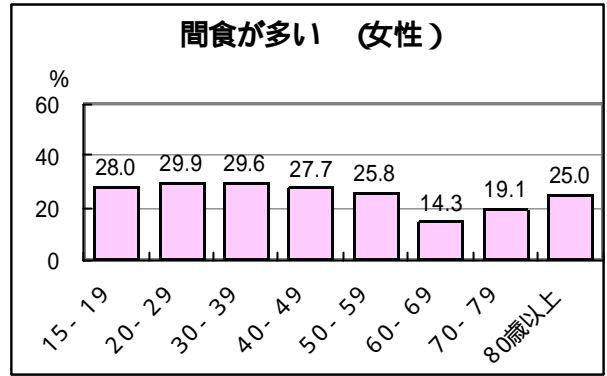
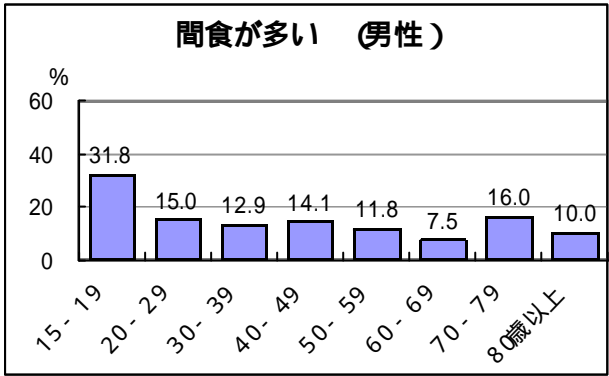
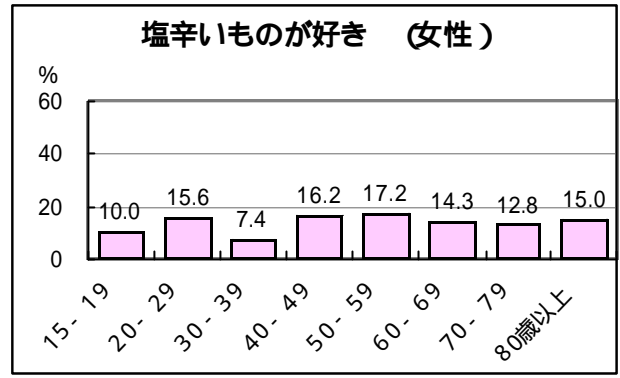
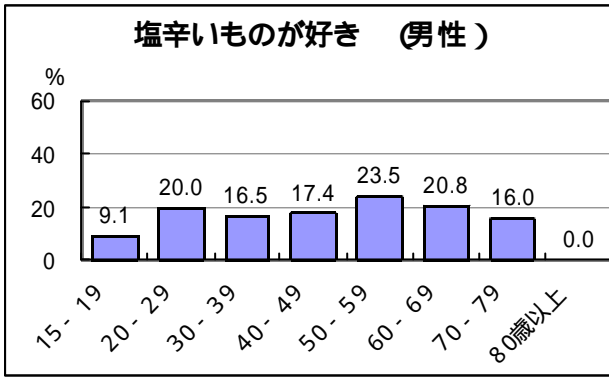
問8で 自分の食生活で「問題を感じている」「多少感じている」方にお聞きします

問8 - 1 どのような問題がありますか。主なものに3つ以内で をつけてください。

(複数回答)

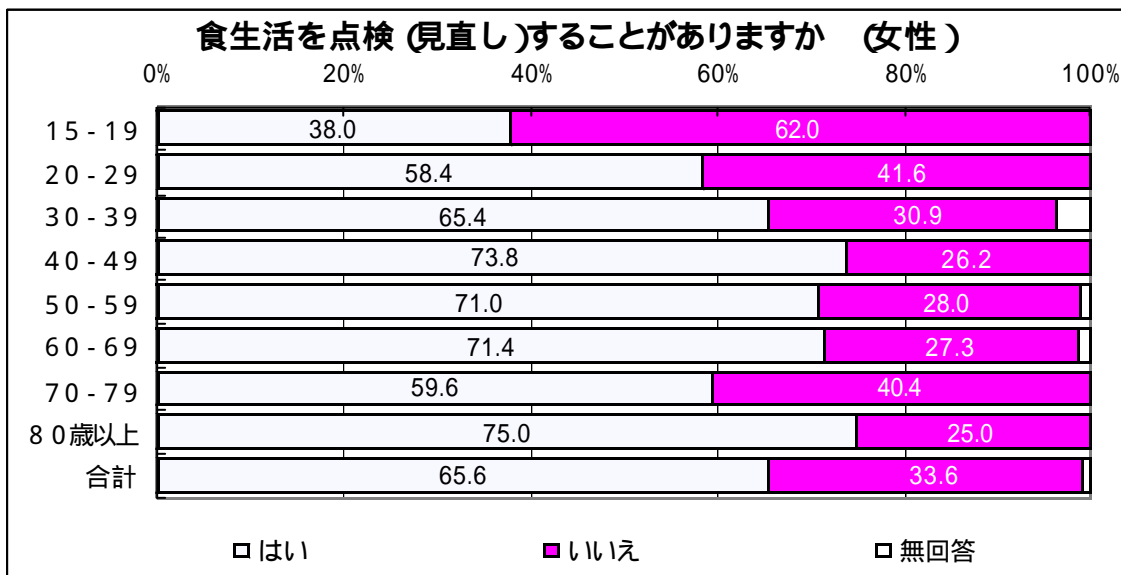
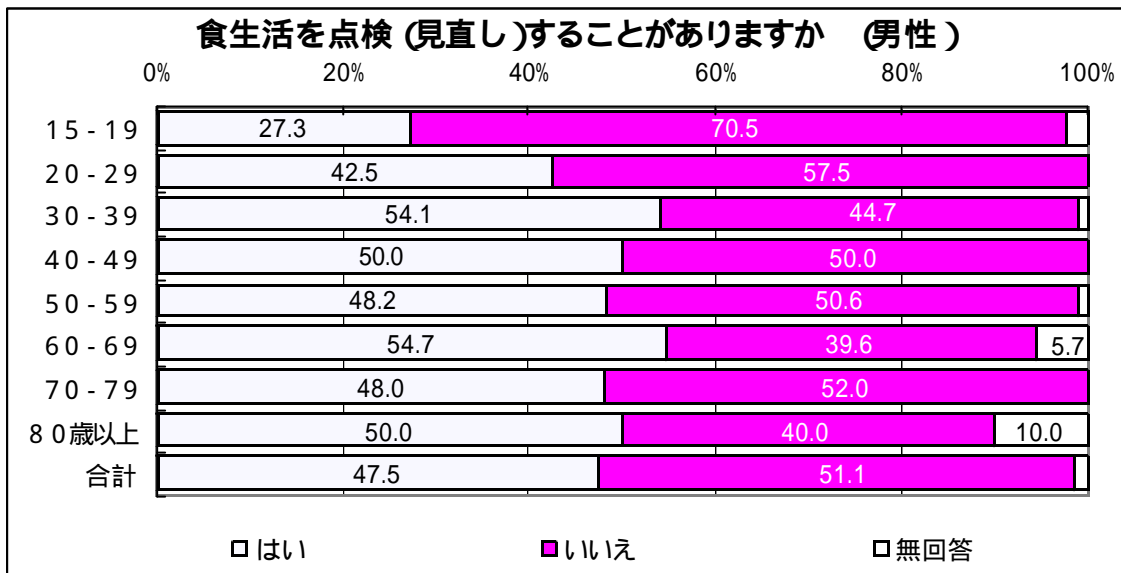






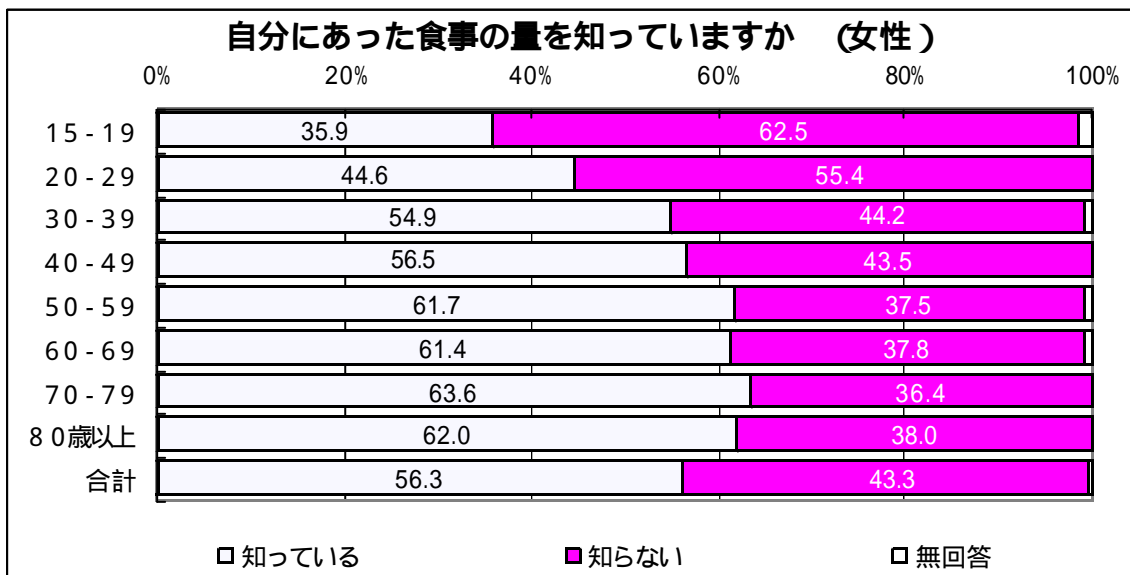
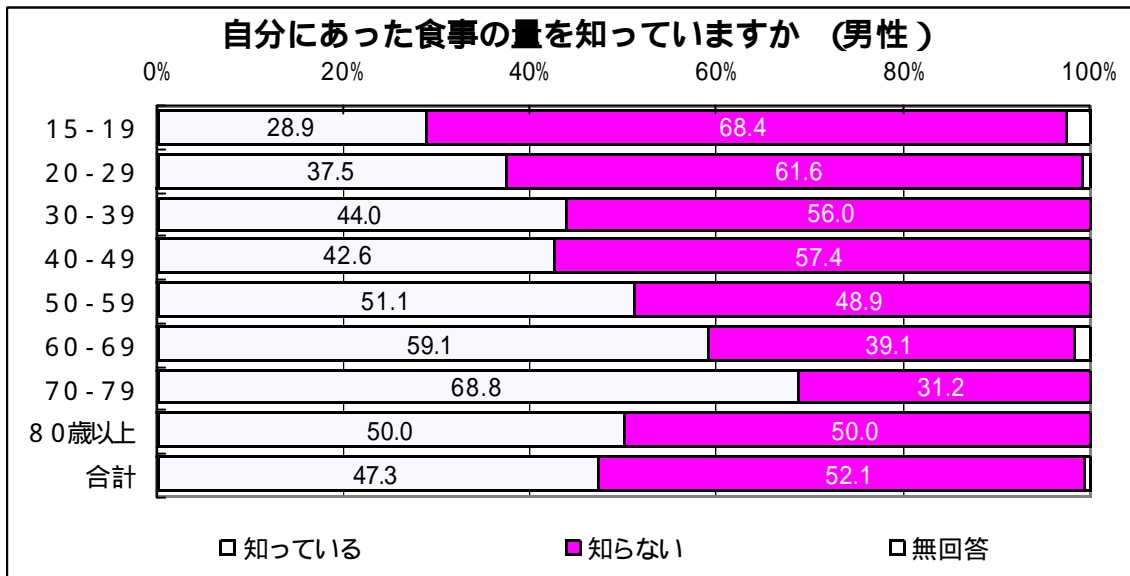
問8 - 2 食生活を点検（見直し）することがありますか。

男性は、20歳代から40～55%の人が食生活の見直しを考えている。女性も20歳代から食生活の見直しを約60%の人が考えている。



問9 自分にあった食事の量を知っていますか。

男女とも年代が高くなるにしたがって、自分にあった食事量を「知っている」人の割合が高くなっている。また、どの年代も女性が男性よりも自分にあった食事の量を「知っている」人のが多い。



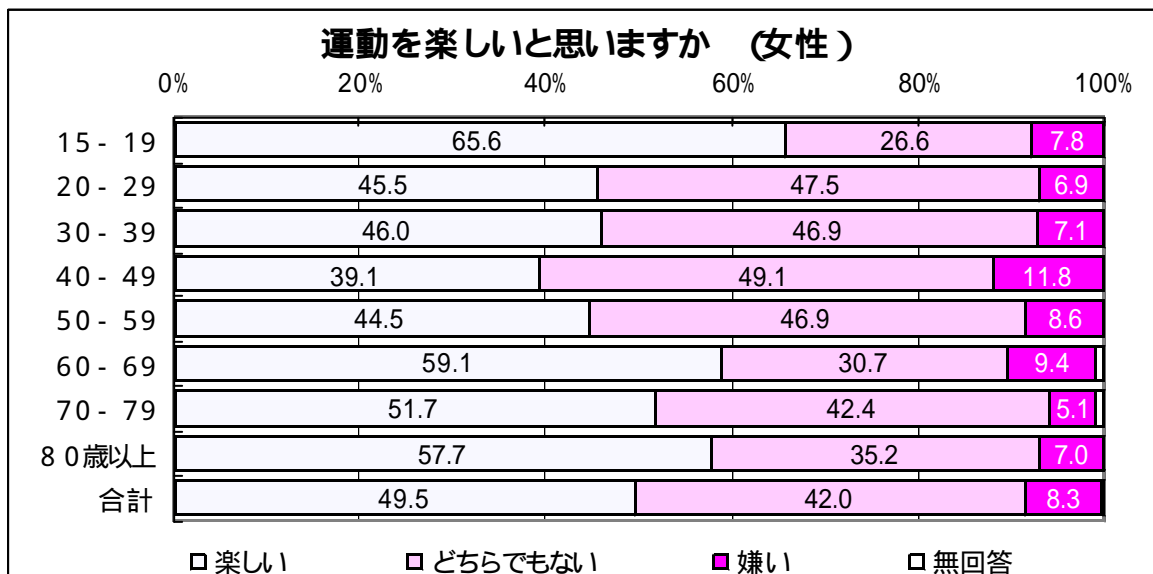
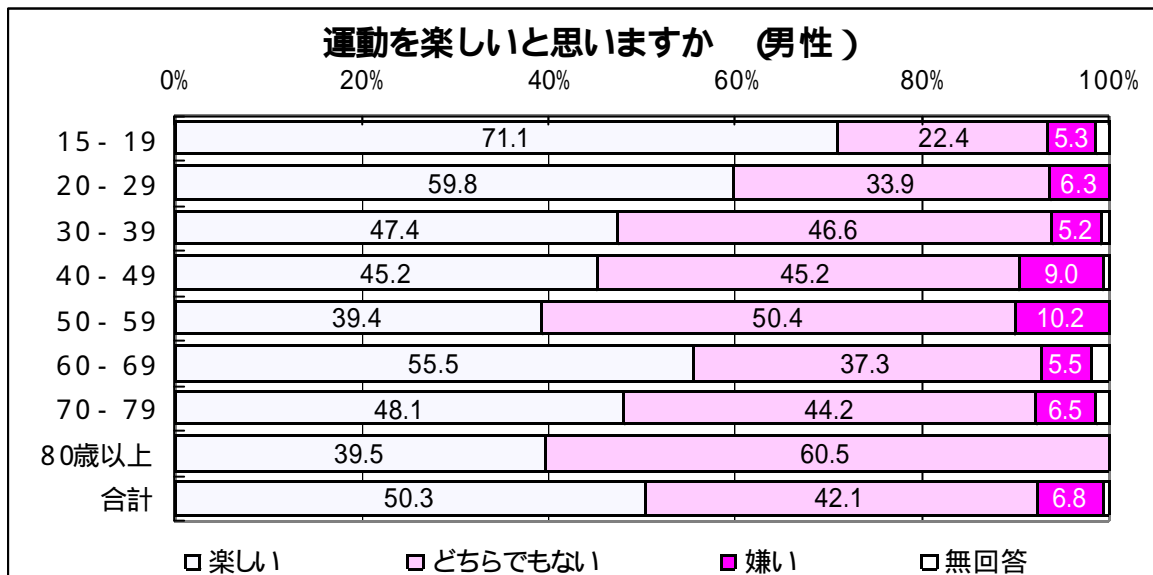
運動

## ・運動について

ここでいう「運動」は、1回あたり継続して20分以上のものとしします。

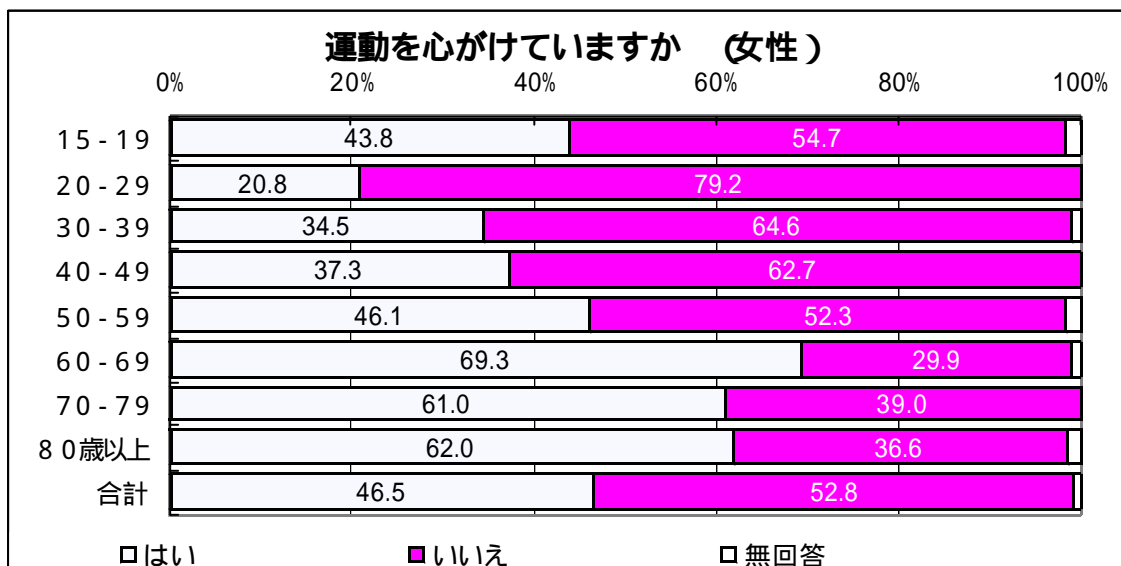
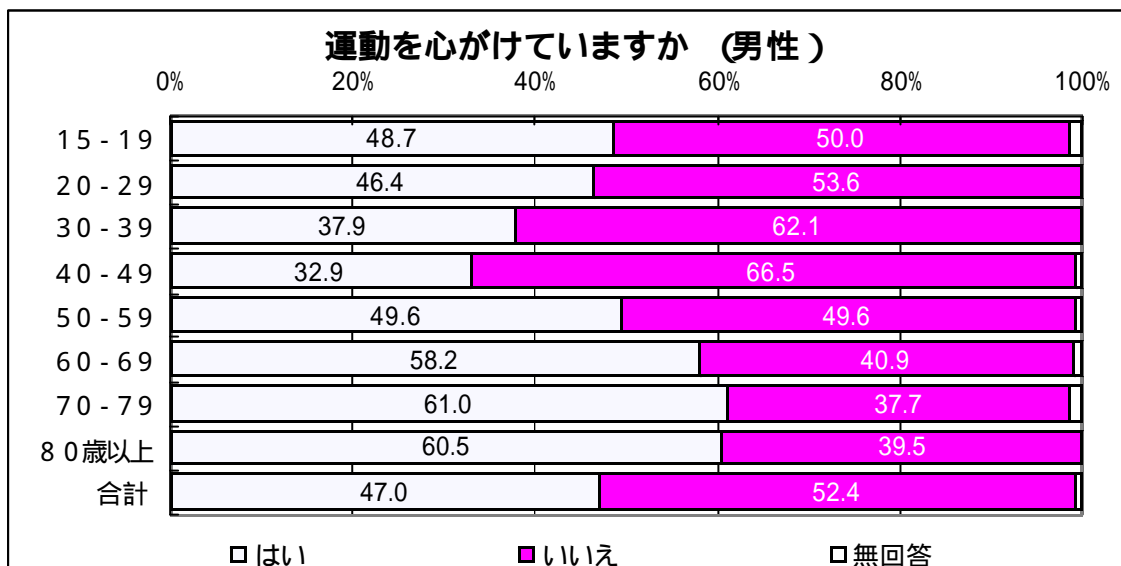
問10 運動を楽しみますか。あてはまるものに1つをつけてください。

運動が「楽しい」と思っている人は、10歳代の男性で最も高く、その後20歳代から減少し、50歳代で39%になっている。女性も10歳代で最も高く、20歳代から減少し、40歳代で最も低くなっている。



問 1 1 日常生活の中で、健康の維持増進のために意識的に運動を心がけていますか。

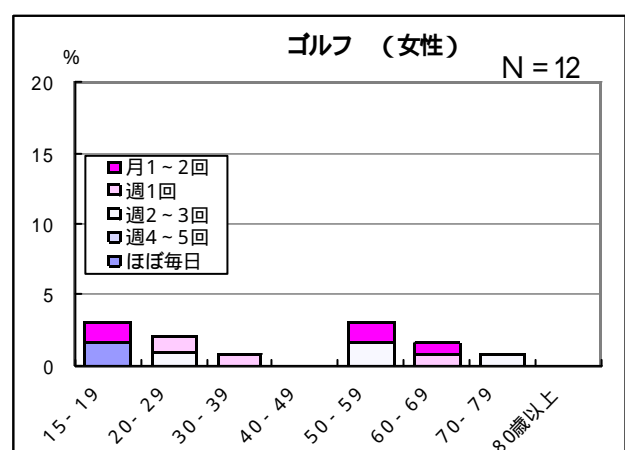
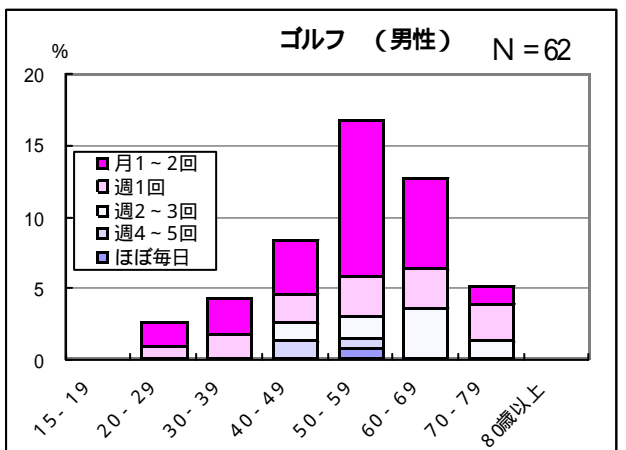
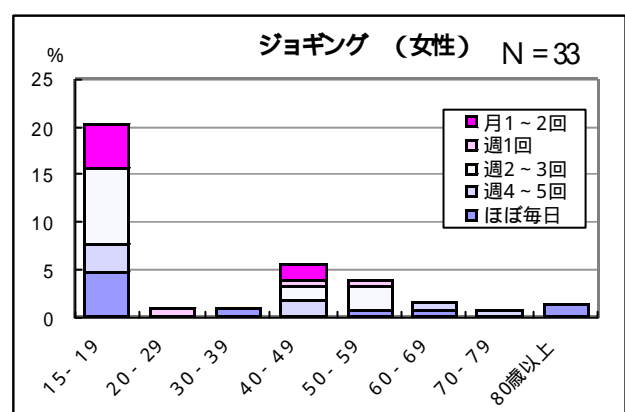
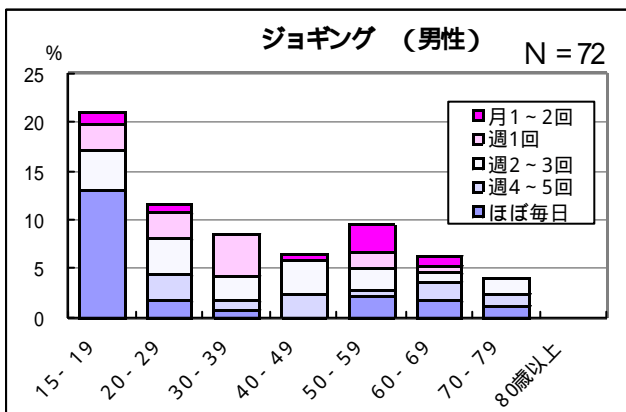
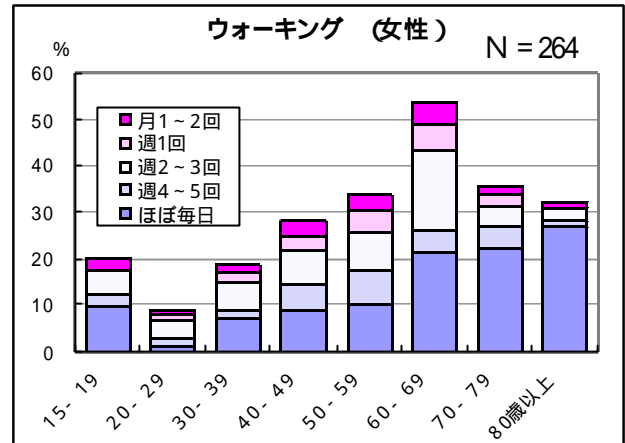
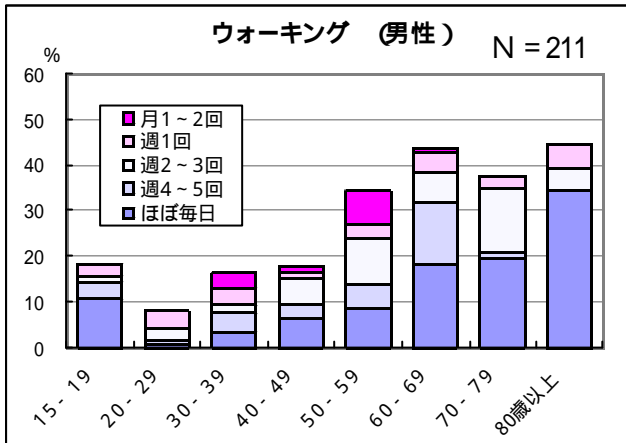
運動を心がけている人は、男性は、10歳代から40歳代にかけ割合が下がり、50歳代から高くなっている。女性では20歳代が最も低く、50歳代、60歳代で高くなっている。

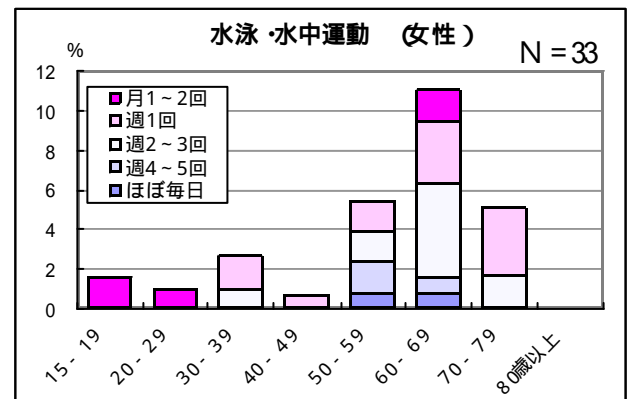
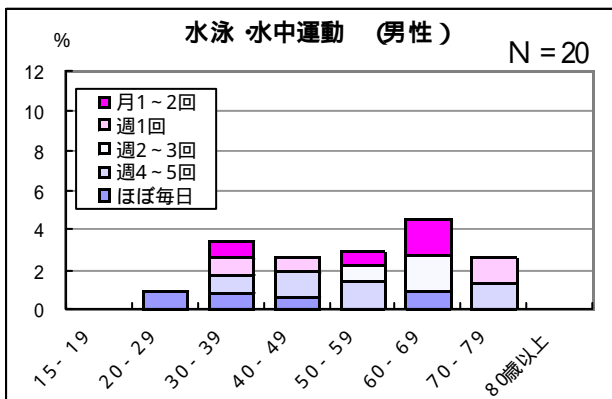
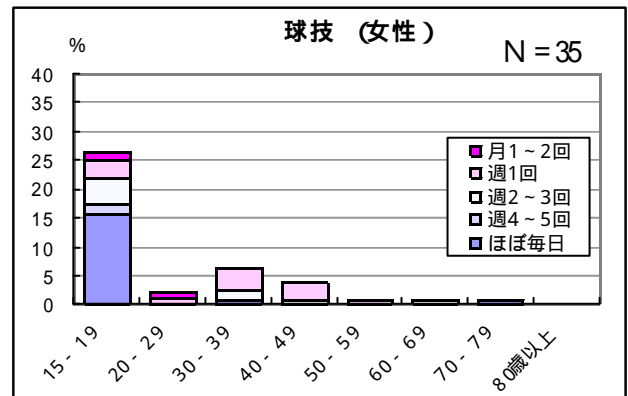
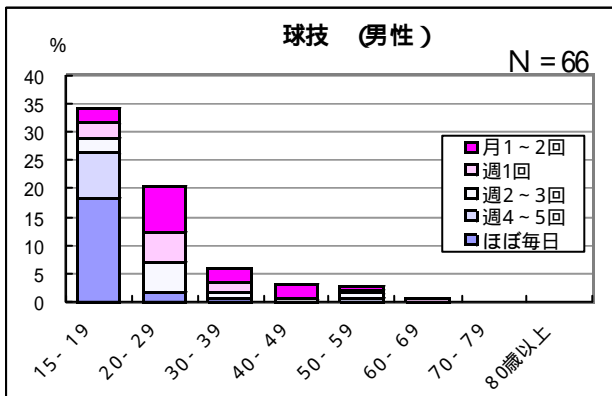
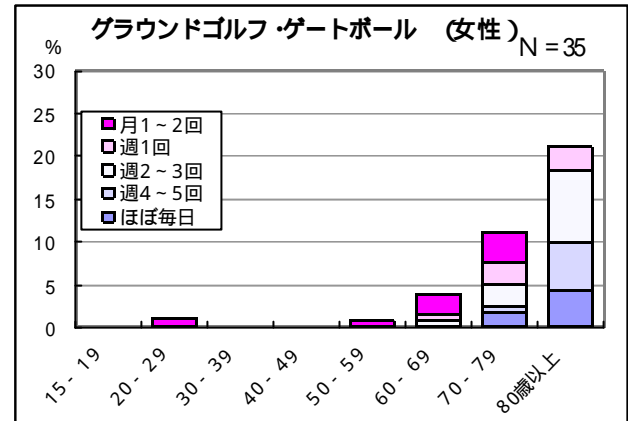
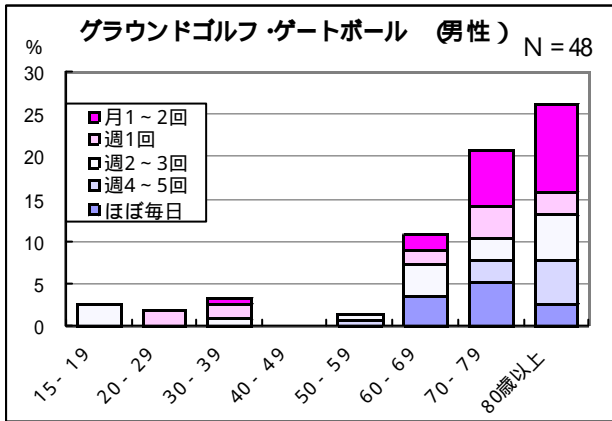
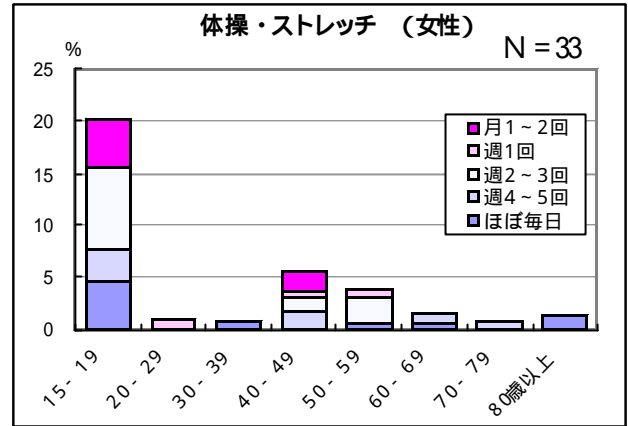
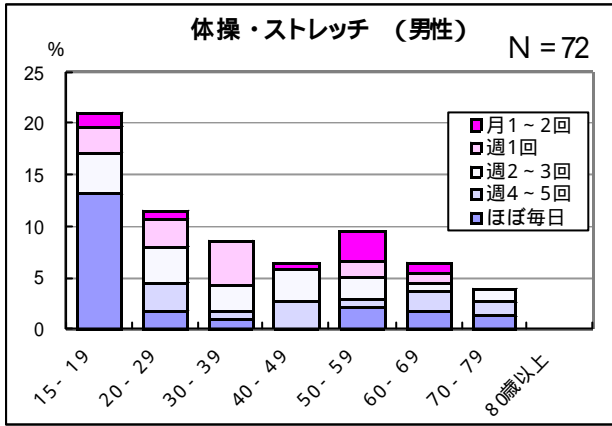


**問 1 1 で 日常生活の中で「運動を心がけている」と答えた人にお聞きします**

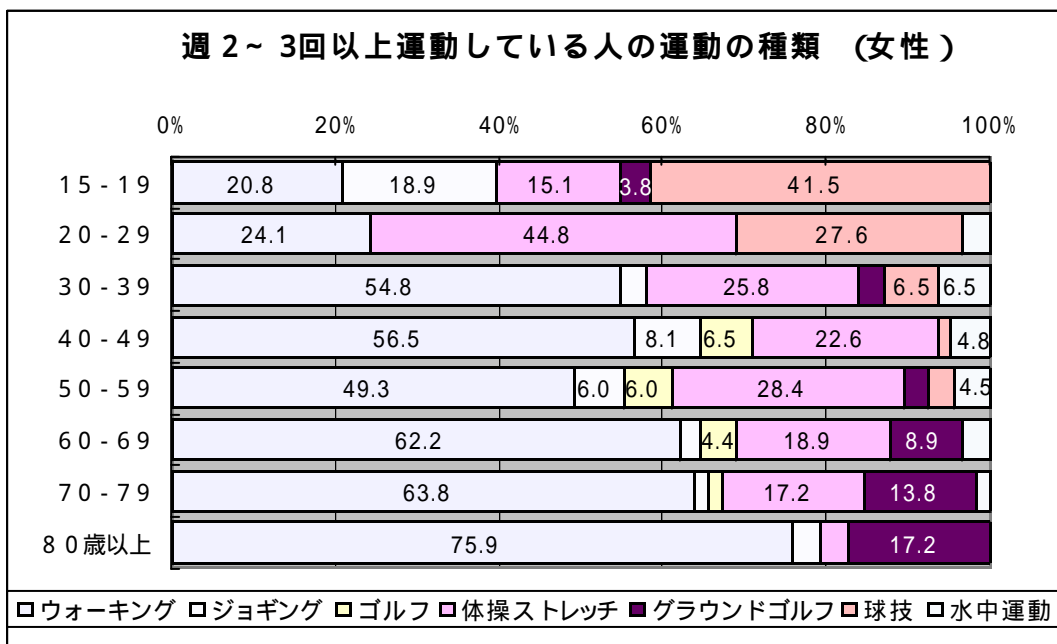
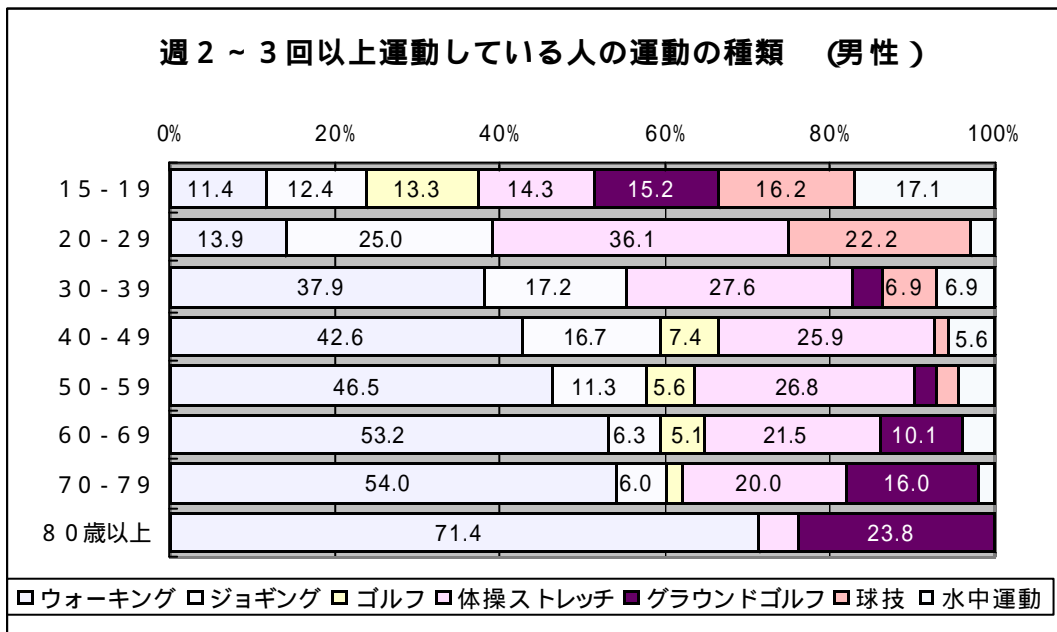
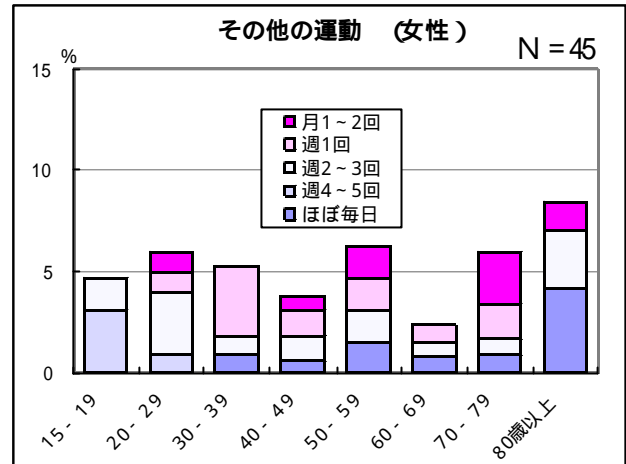
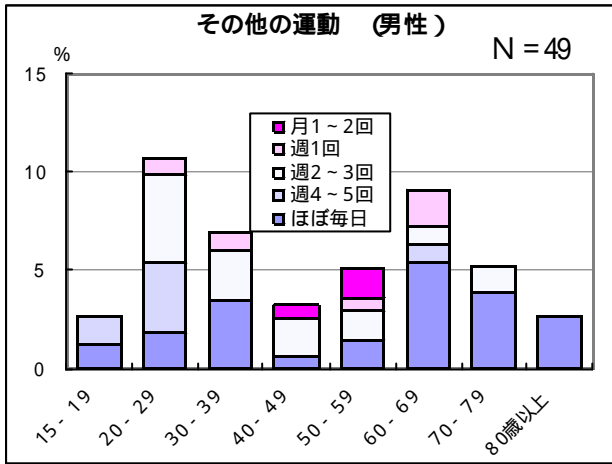
**問 1 1 - 1 どのような運動をどれくらいの頻度で運動をしていますか。主なものに3つ以内で をつけてください**

10歳代では男女とも「球技」の割合が高く、年代が高くなるに従って割合が低くなっている。ウォーキングは、男女とも30歳代からは、その年代での割合が一番高い運動になっている。



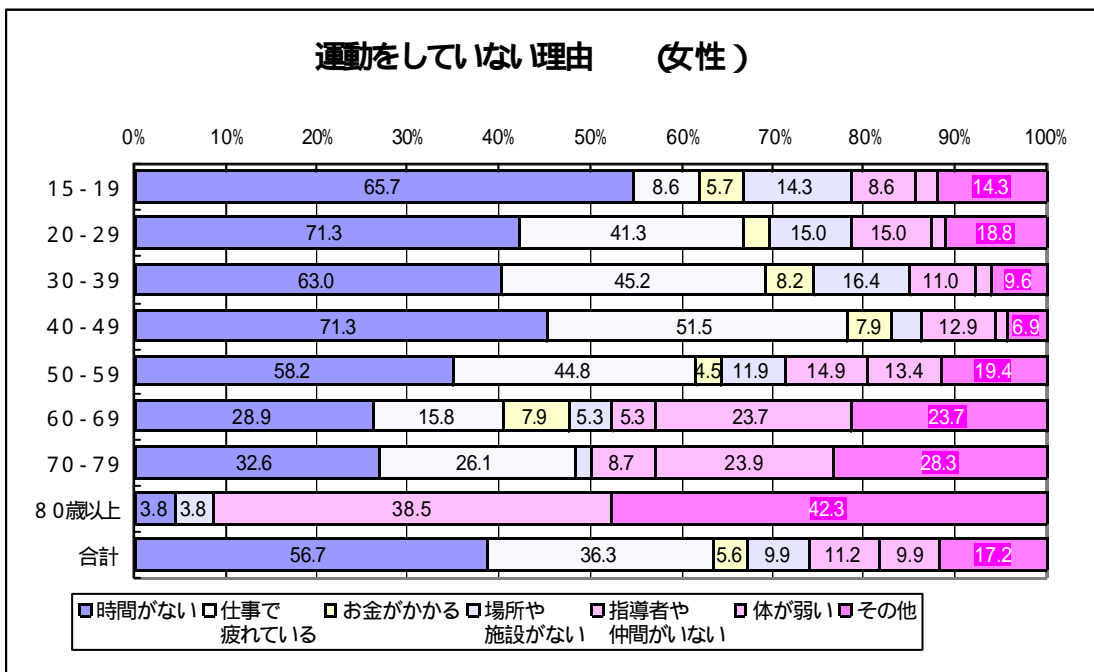
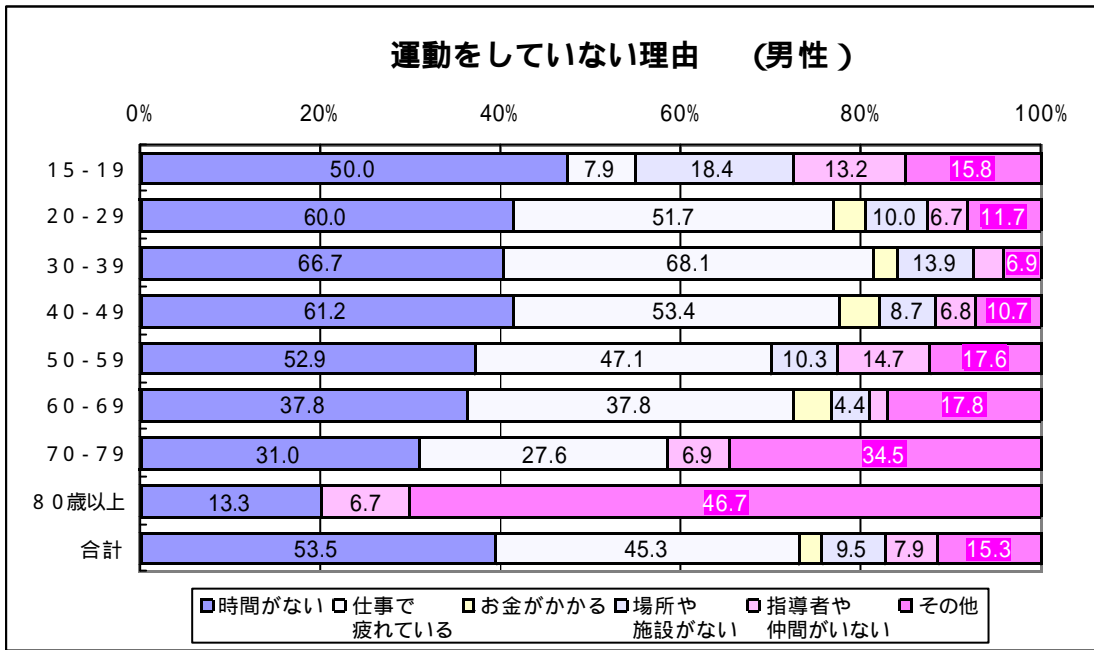






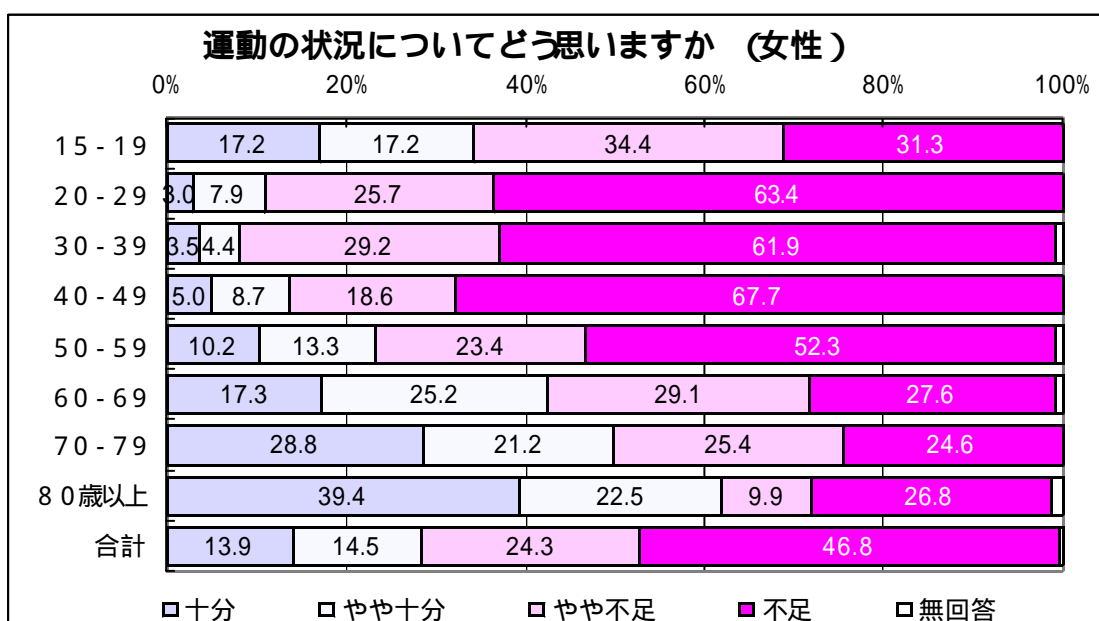
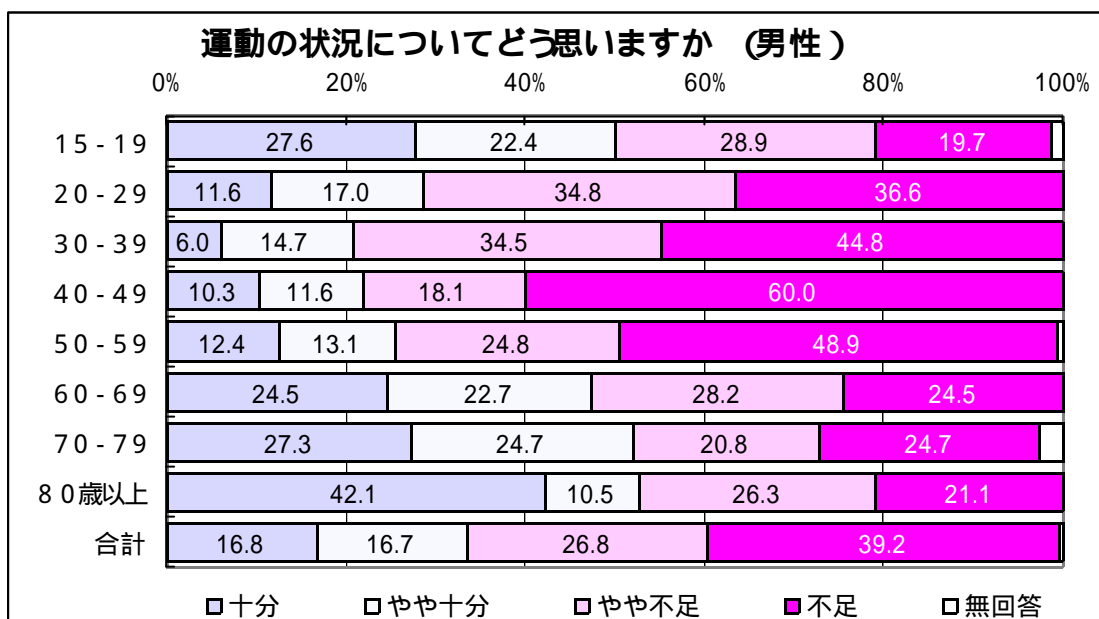
問11で 日常生活の中で「運動を心がけていない」と答えた方にお聞きします  
 問11-2 運動しない理由について、主なものに3つ以内で をつけてください

どの年代も「時間がない」「仕事で疲れている」理由で運動をしない人の割合が高い。



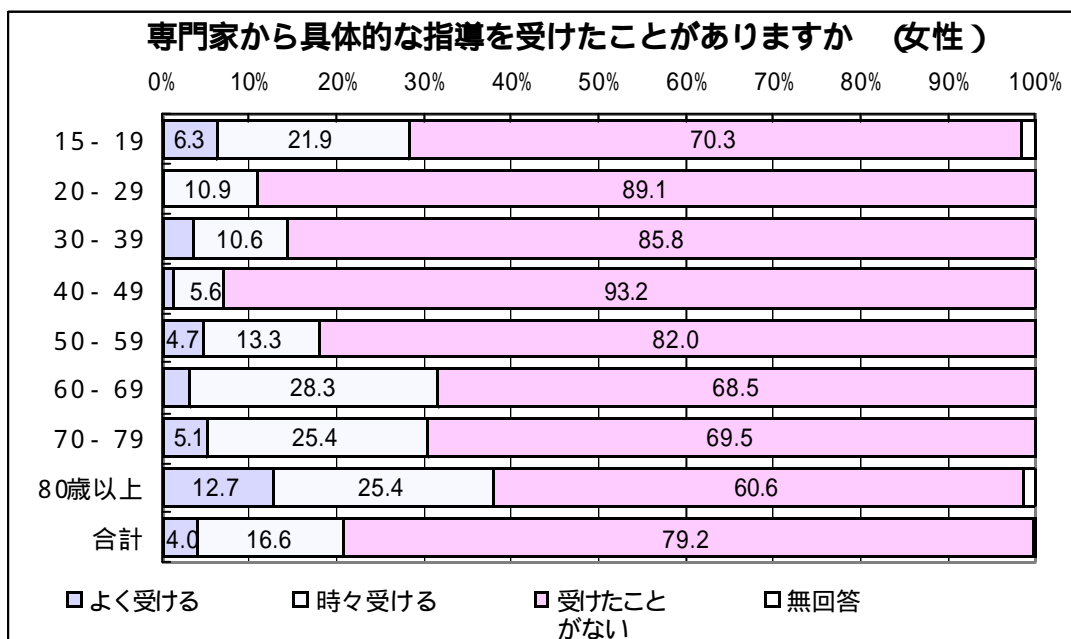
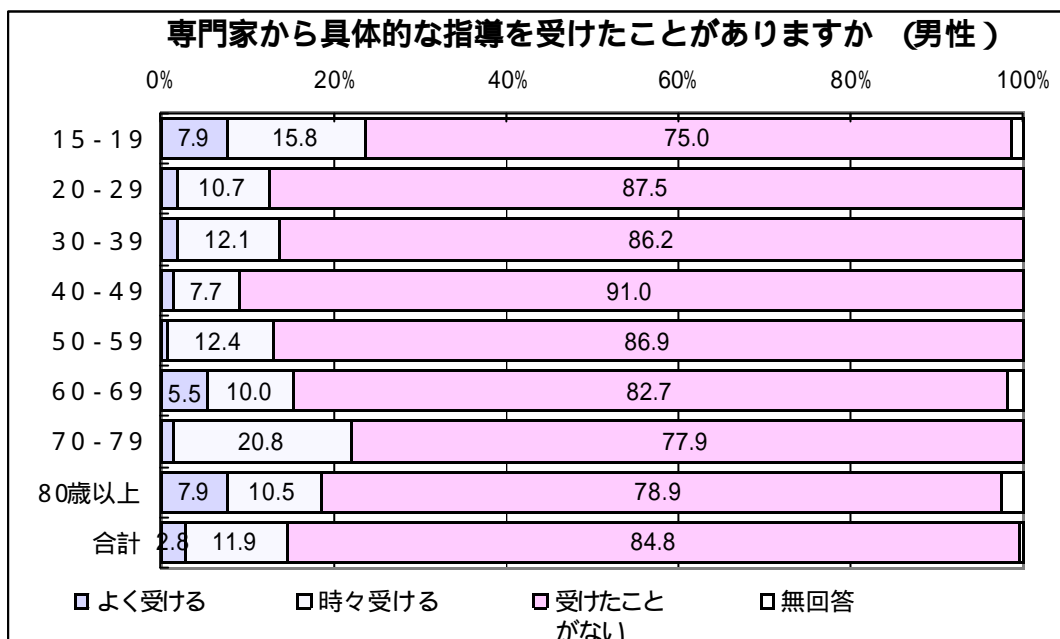
問12 現在の運動の状況についてどう思いますか。あてはまるものに1つをつけてください。

運動の状況について「やや不足」および「不足」と答えた人は、男女とも全体で約70%いる。男性は30歳から40歳代で約80%と最も高く、女性は20歳から40歳代が約90%と高い。



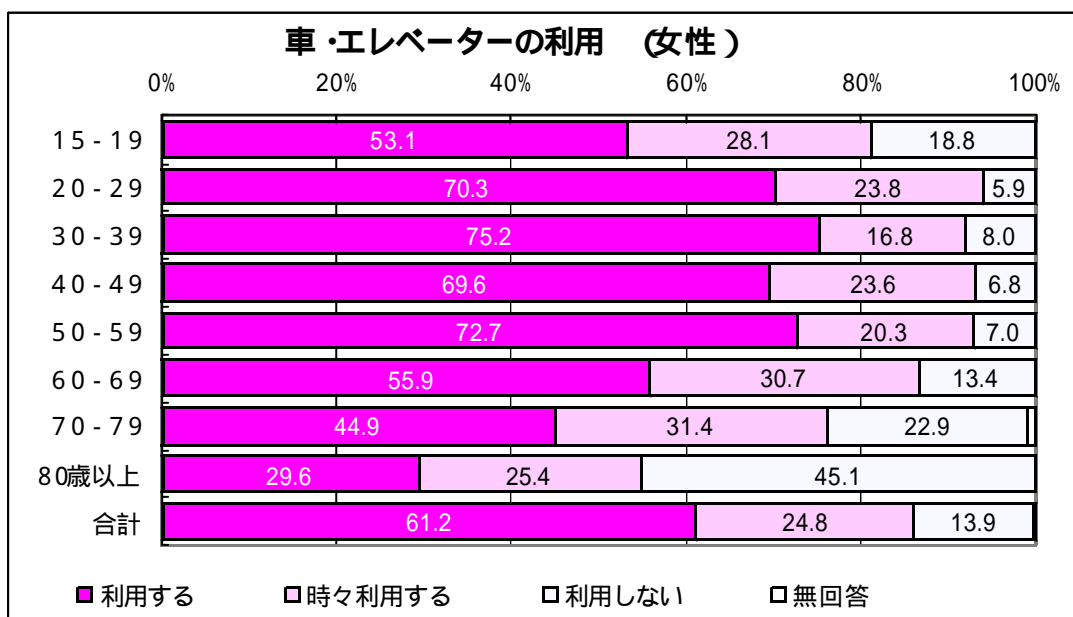
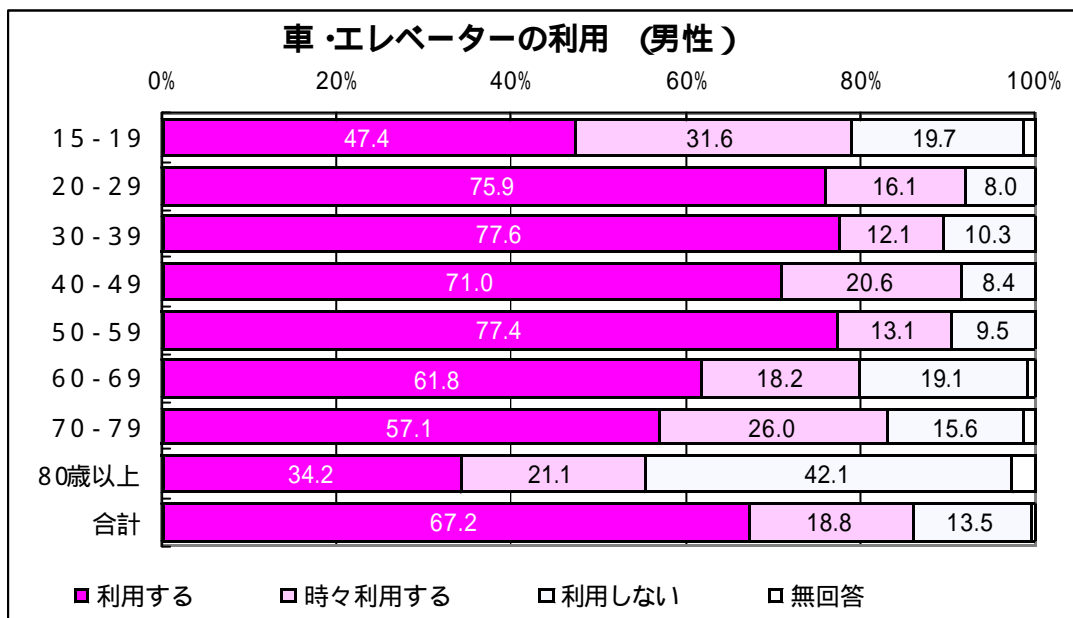
問13 運動について専門家から具体的な指導を受けたことがありますか。あてはまるものに1つをつけてください。

女性は指導を受けている割合が男性よりやや高い。全体的には、「受けていない人」がほとんどである。



問14 通勤や買い物などで車、エレベーター等を利用しますか。あてはまるものに1つをつけてください。

車、エレベーター等を利用する人は、20歳代から50歳代まで、男女ともに70%以上になっている。

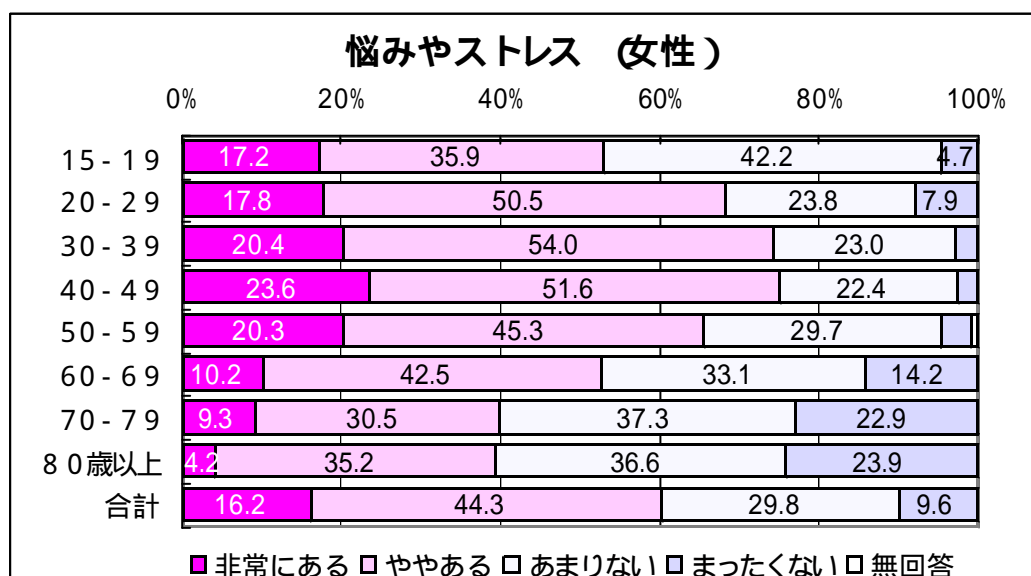
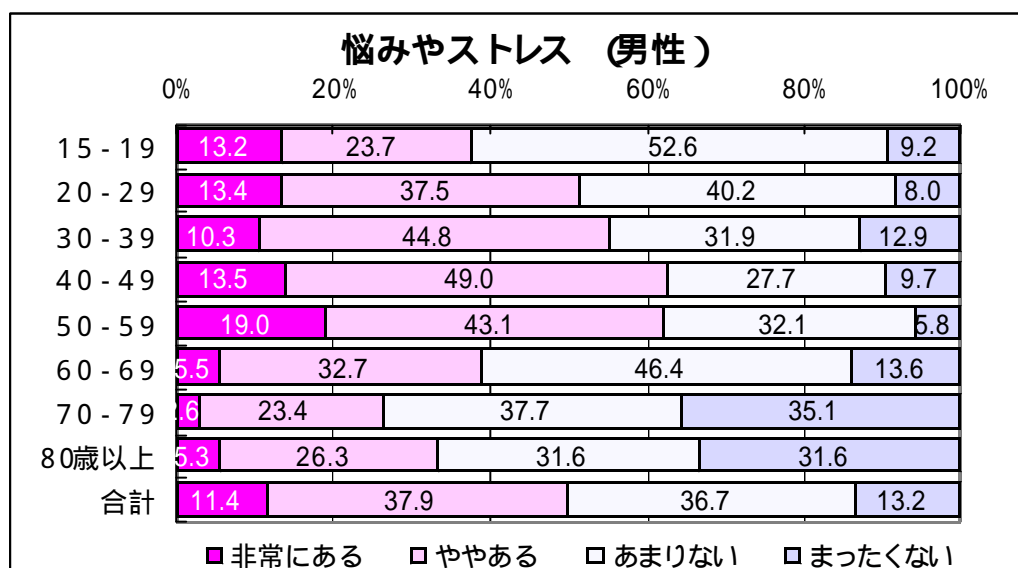


休養

## . 休養について

問15 ふだんの生活で悩み、ストレスを感じることがありますか。あてはまるものに1つをつけてください。

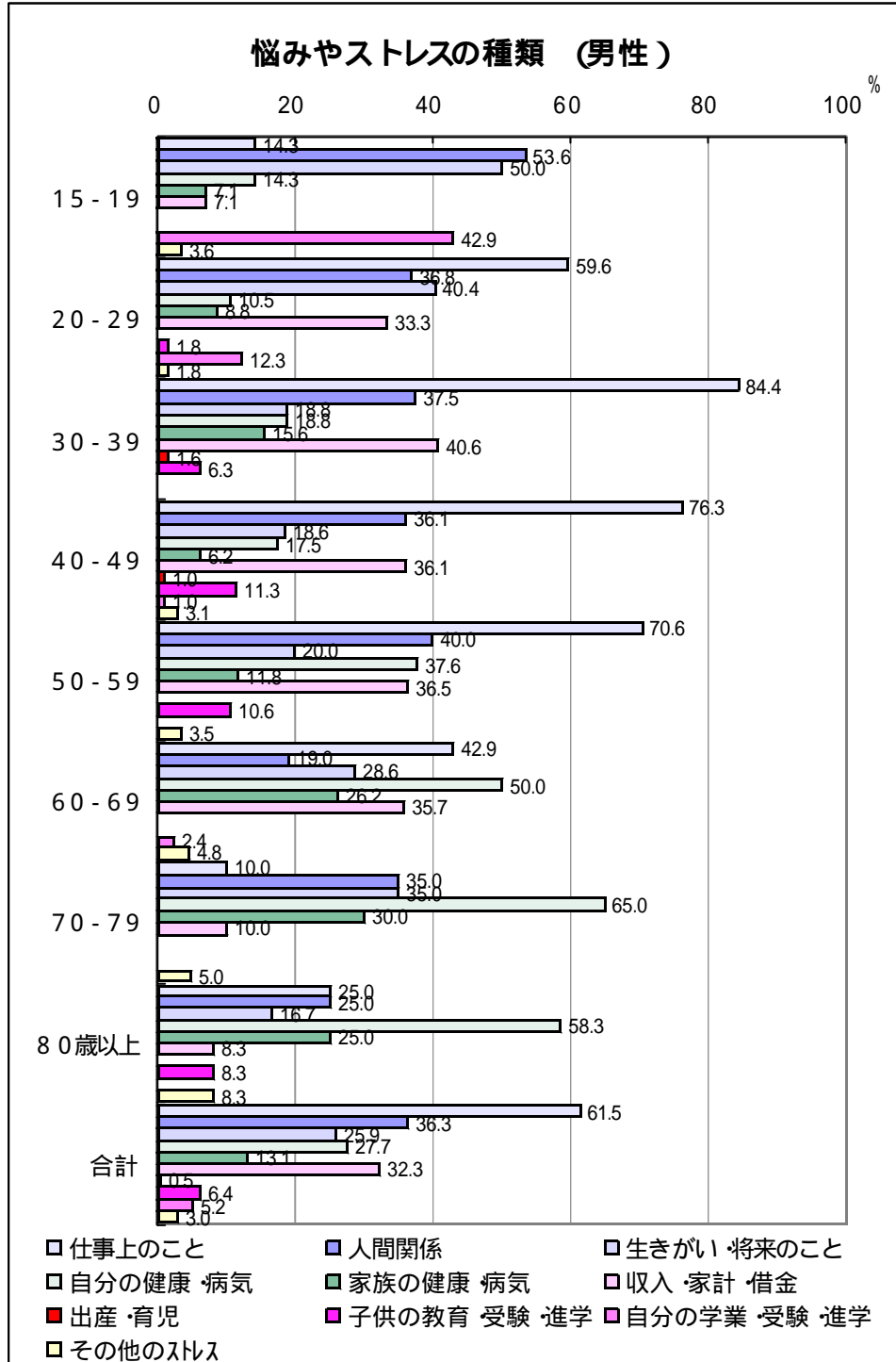
男女ともに30歳から50歳代でストレスを感じているものが多く、全体では、男性が50%、女性が60%となっており、女性の方がストレスを感じているものが多い。



**問15で 悩みやストレスが「非常にある」「ややある」と答えた方にお聞きします**

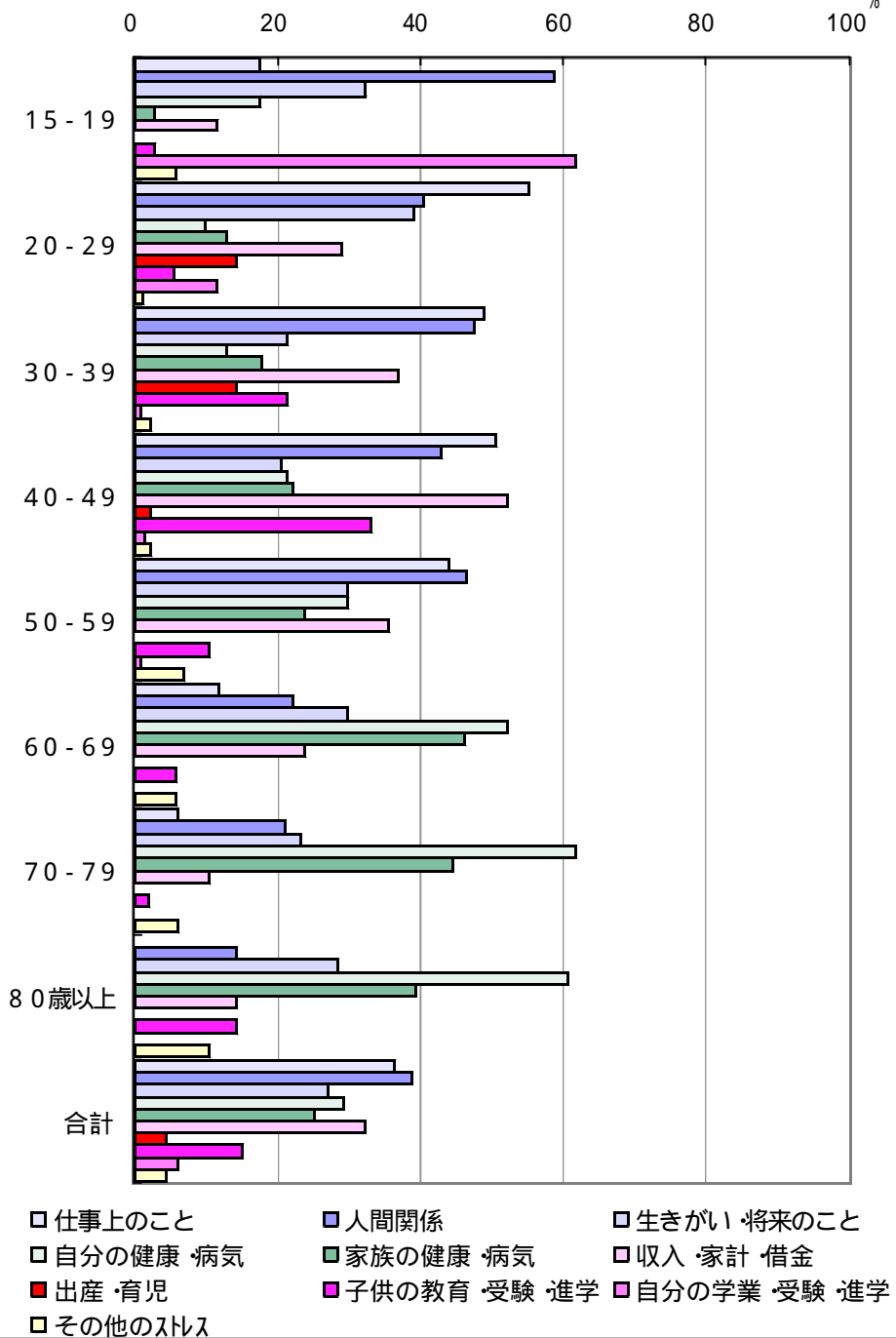
問15-1 どういうことで悩みやストレスを感じる人が多いですか。主なものに3つ以内で をつけてください。

男性は20歳代から60%の人が「仕事上のこと」をあげ、「人間関係」は10歳代から50%もいる。さらに女性は「収入・家計・借金」をあげている。





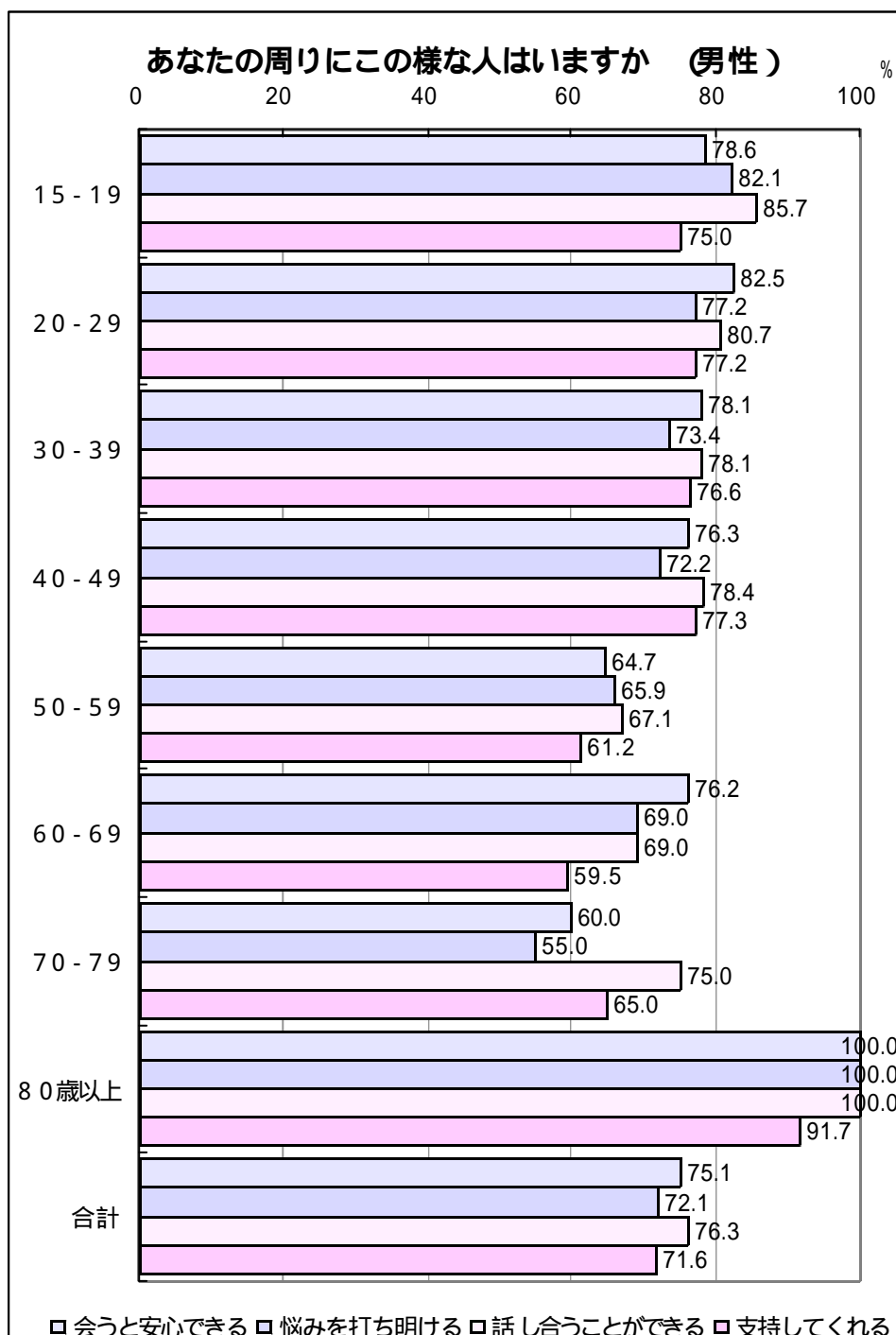
### 悩みやストレスの種類 (女性)



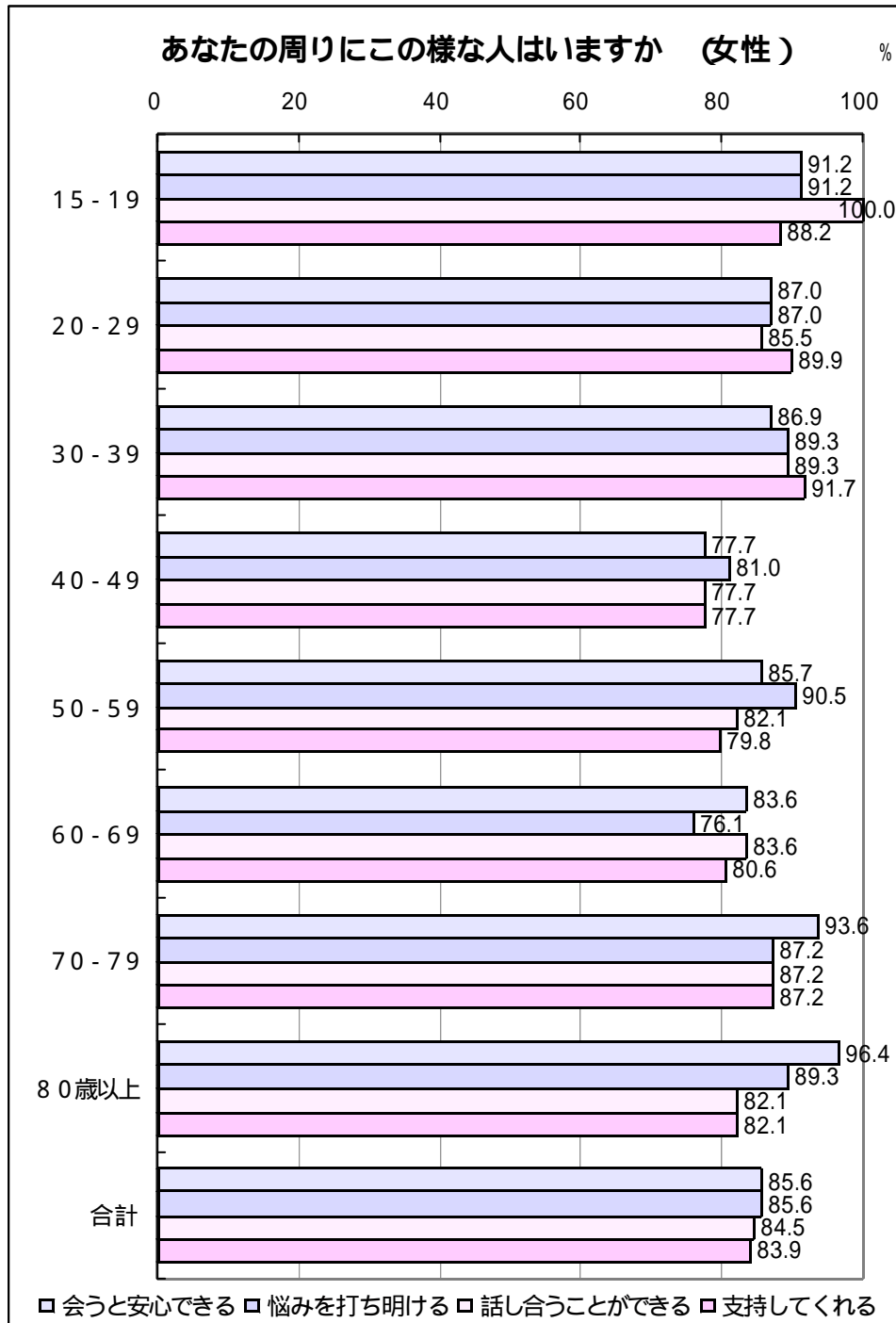
**問15で 悩みやストレスが「非常にある」「ややある」と答えた方にお聞きします**

**問15-2 あなたの周りには、次のような人はいますか。**

- (1) 会うと心が落ち着き安心できる人
- (2) 個人的な気持ちや悩みを打ち明ける事ができる人
- (3) お互いの考えや将来の事などを話し合う事のできる人
- (4) あなたの行動や考えに賛成し、支持してくれる人

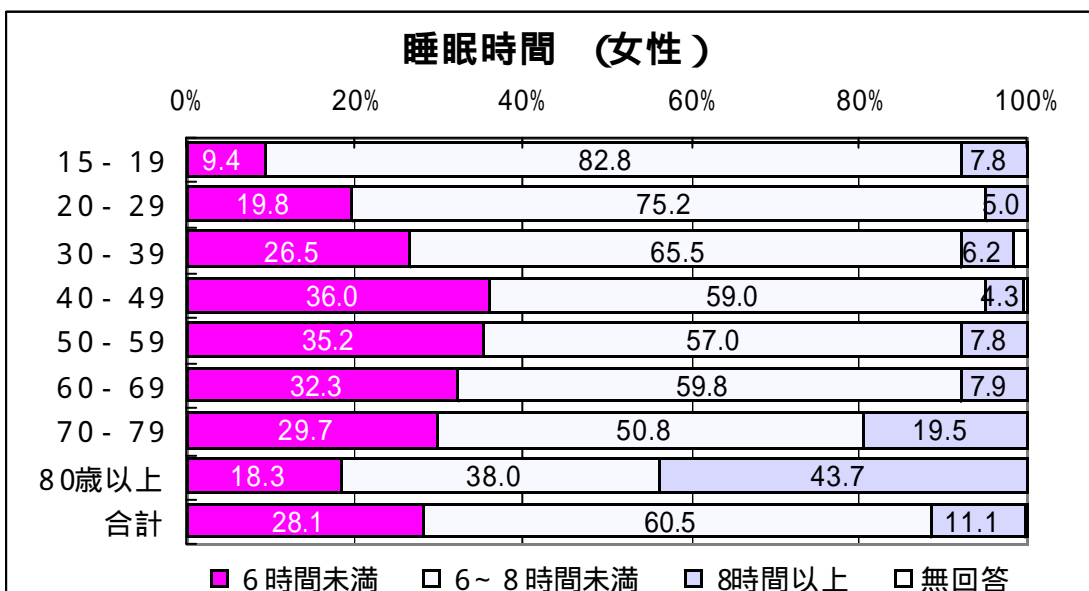
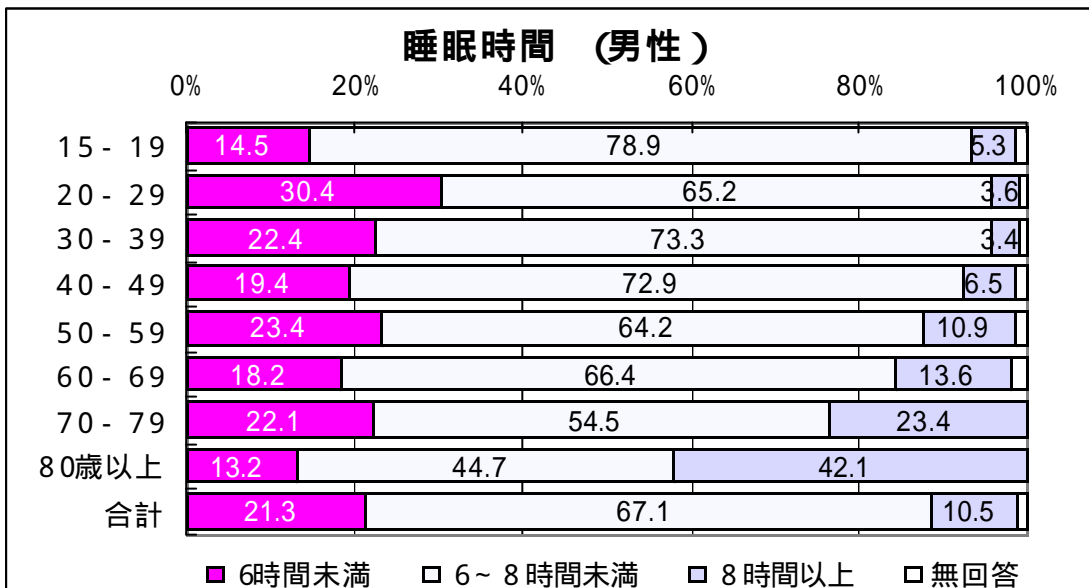


「会うと心が落ち着き安心できる人」がいるなど、男性よりは女性の方が周りにサポートしてくれる人がある割合が高い。男性は50歳代、女性は40歳代で、他の年代より低い。



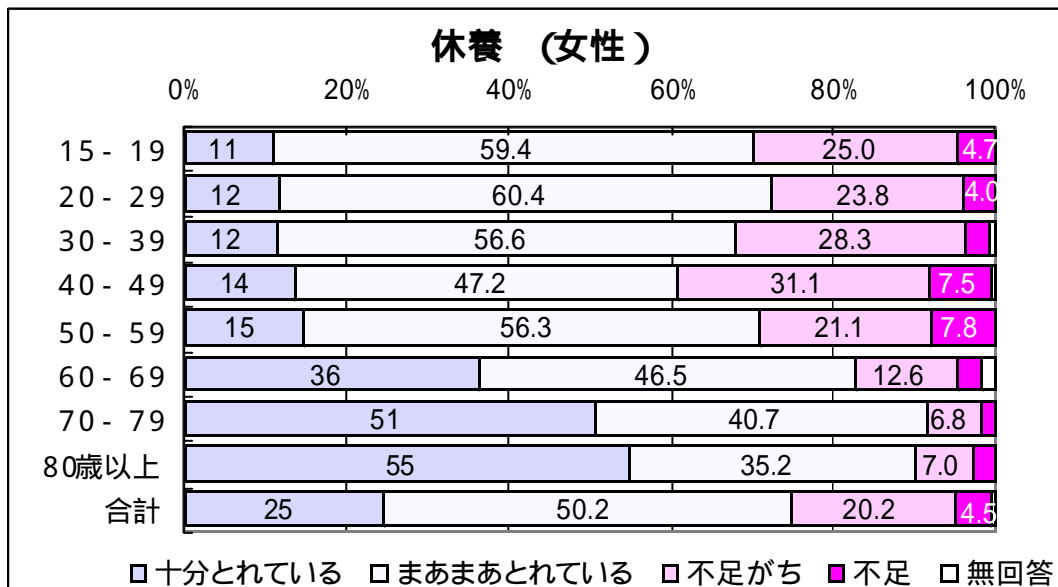
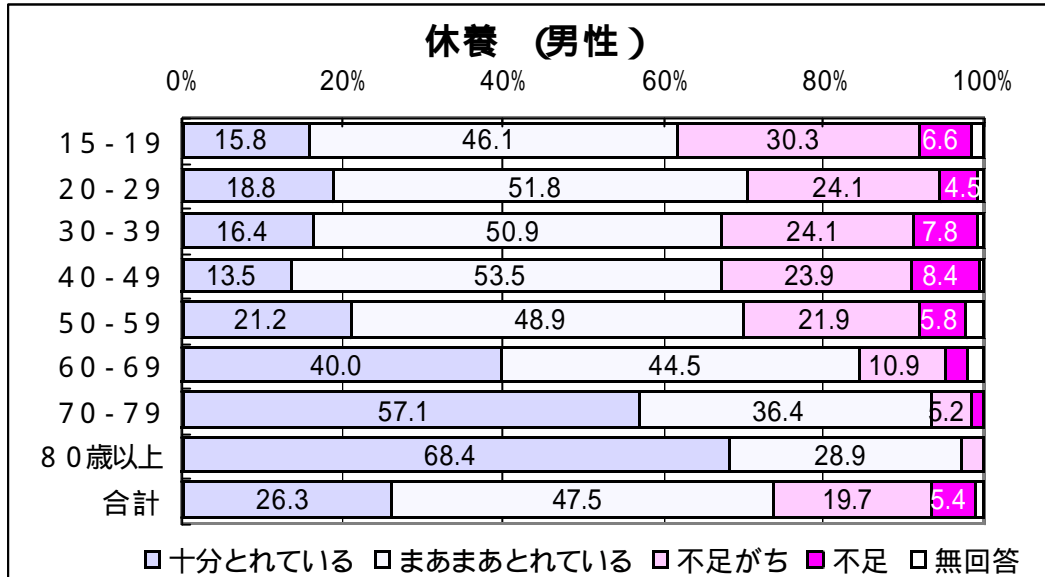
問 16 ふだんの平均睡眠時間はどのくらいですか。あてはまるものに1つ をつけてください。

平均睡眠時間が6時間未満の人の割合は全体で25%だが、男性は20歳代、女性の40から60歳代で30%を超えている。



問17 あなた自身の休養についてどう思いますか。あてはまるものに1つをつけてください。

休養について「不足がち」および「不足」と答えた人が、男女とも60歳代で多く、全体では約25%いる。

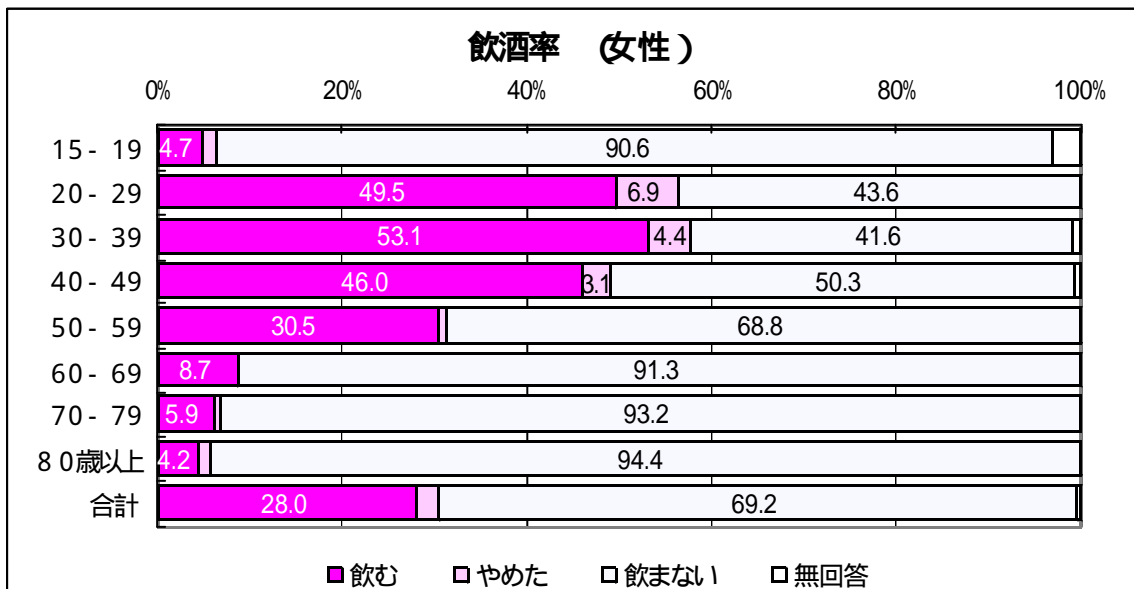
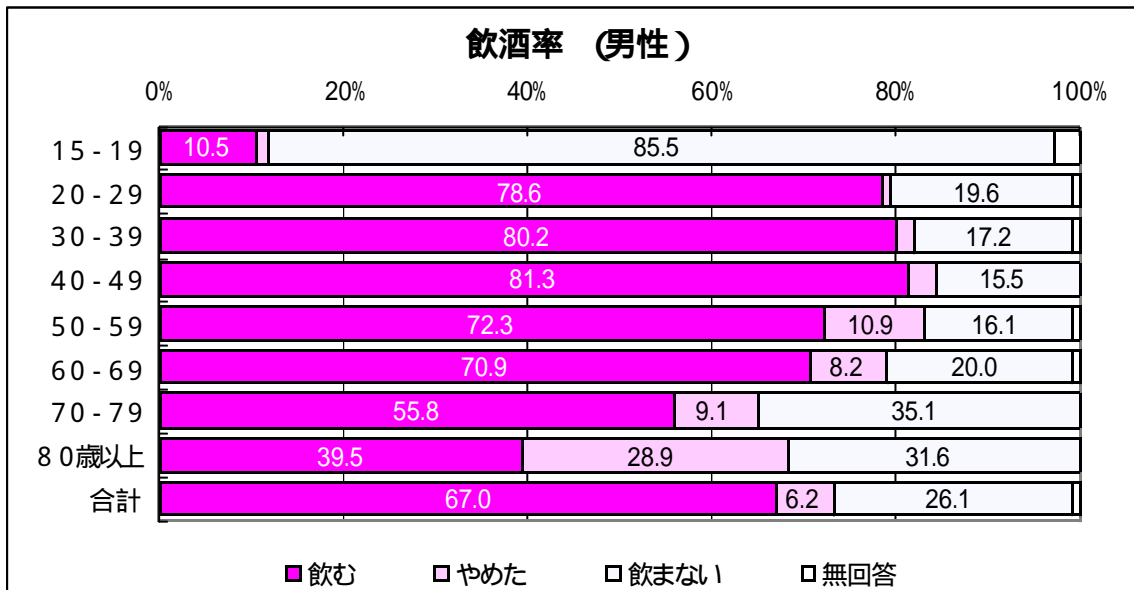


飲酒

## . 飲酒について

問 1 8 ビールや泡盛等のアルコール飲料を飲んでいますが、あてはまるものに1つをつけてください。

男性の飲酒の割合は、20歳代から40歳代までほぼ同じで約80%である。女性は、30歳代で53%で最も高い。

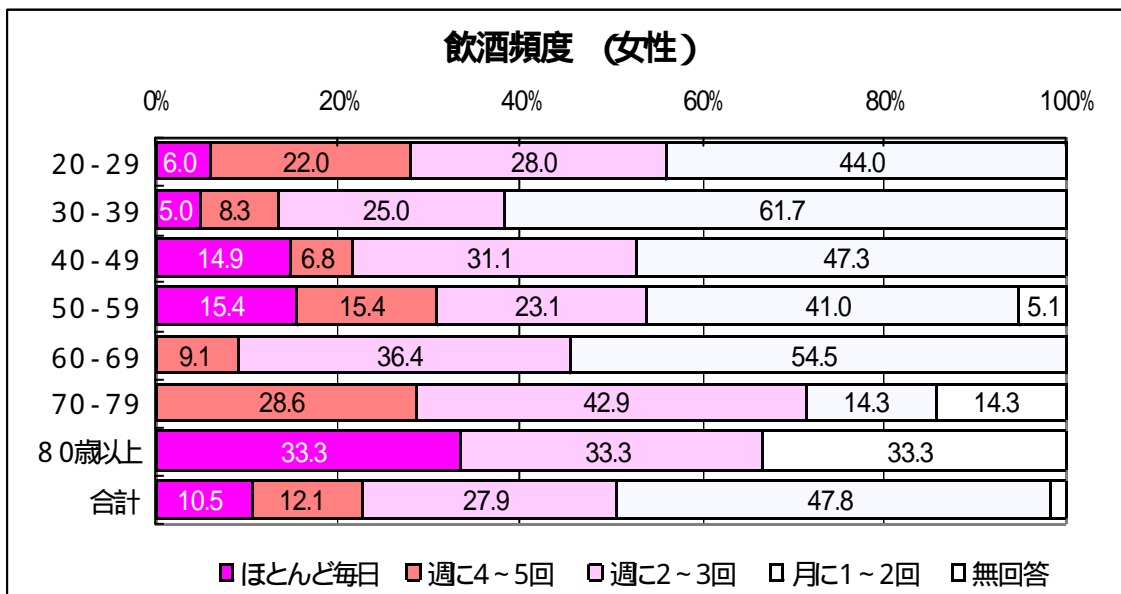
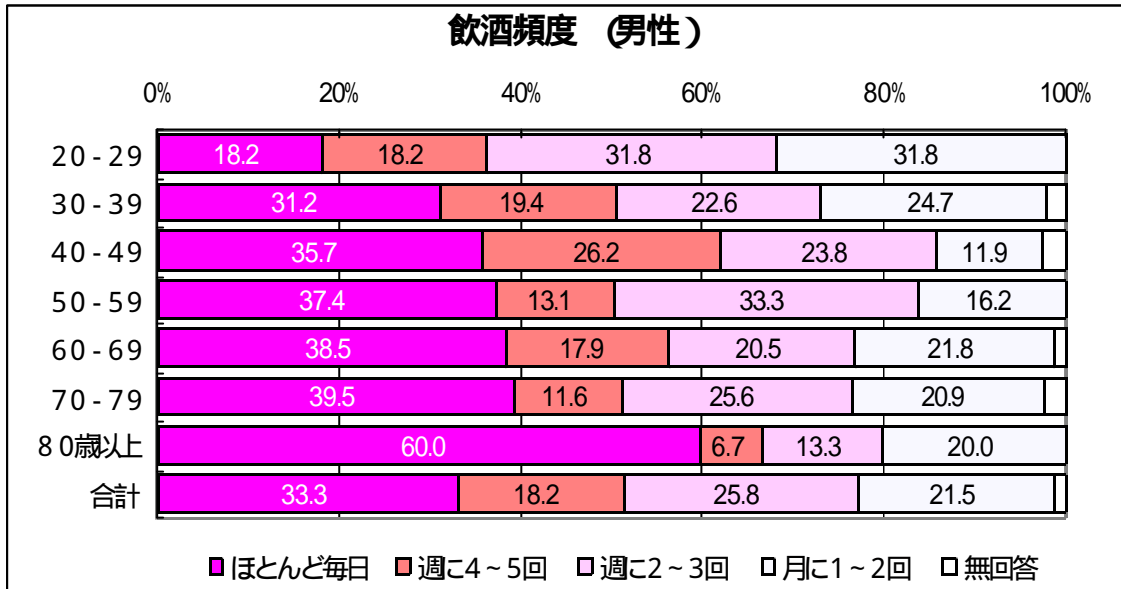


合計（全体）の飲酒率は、未成年者を除いて算出した。

**問18で「飲酒する」と答えた方にお聞きします**

問18-1 どのくらい飲みますか。あてはまるものに1つをつけてください。

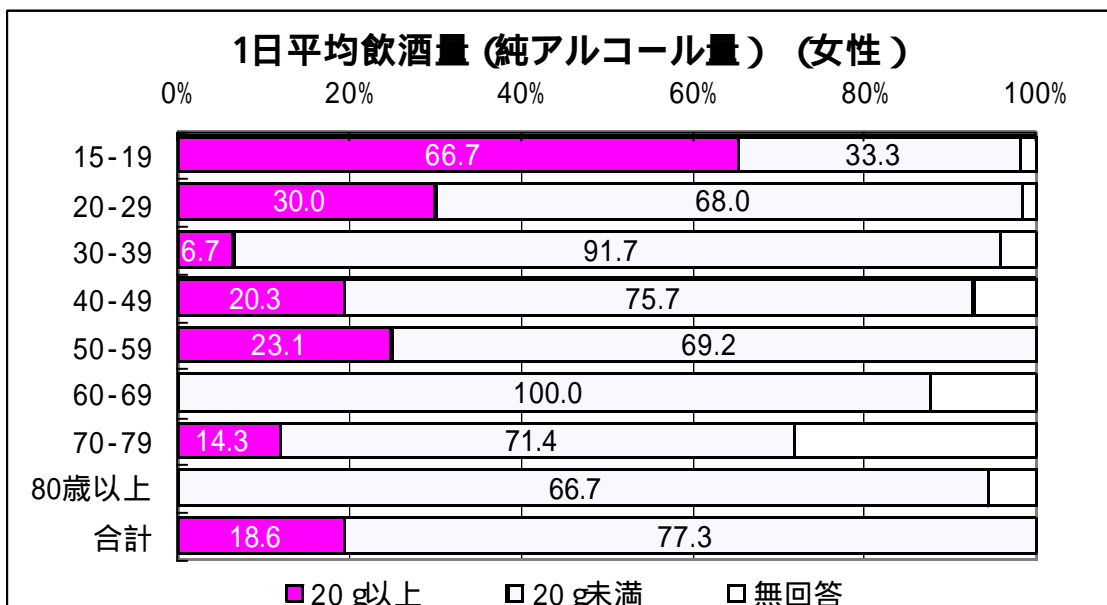
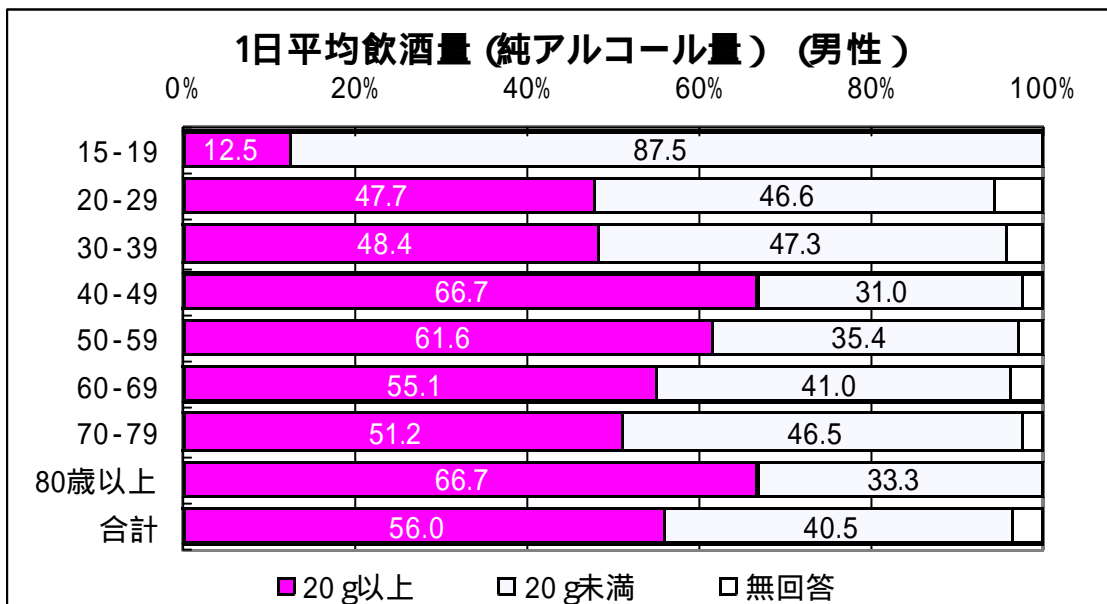
男性では毎日飲む割合は20歳代では18.2%、それ以降年代では30%以上いる。女性は80歳代を除いて40歳代、50歳代で約15%で最も高い。





問18-2 1回に飲む量はどれくらいですか。  
1. 1日平均の飲酒量（純アルコール量）

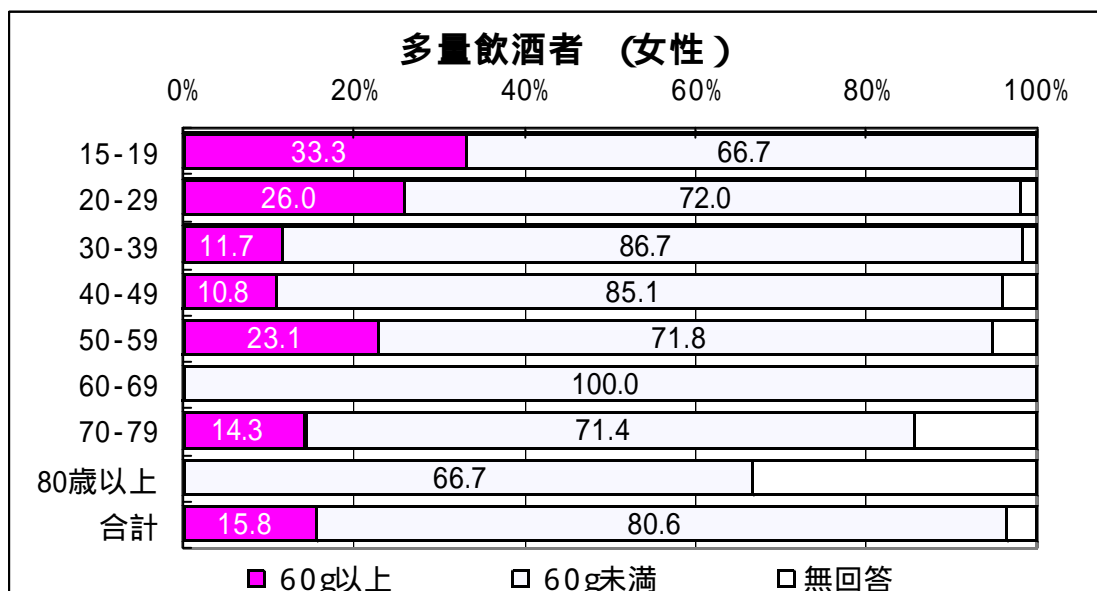
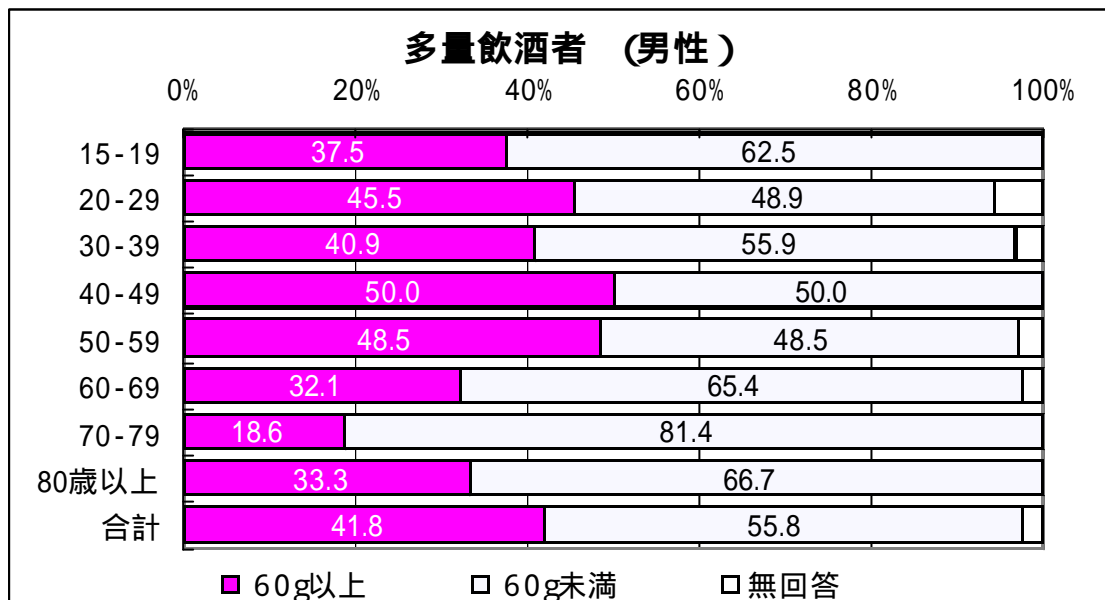
飲酒量が1日平均20g以上（純アルコール量換算）である人は、男性は20歳代、30歳代で飲酒習慣がある人のうち約50%、40歳代、50歳代では60%を超えている。女性は、20歳代で30%と高くなっている。



女性10歳代の飲酒者は3名である。

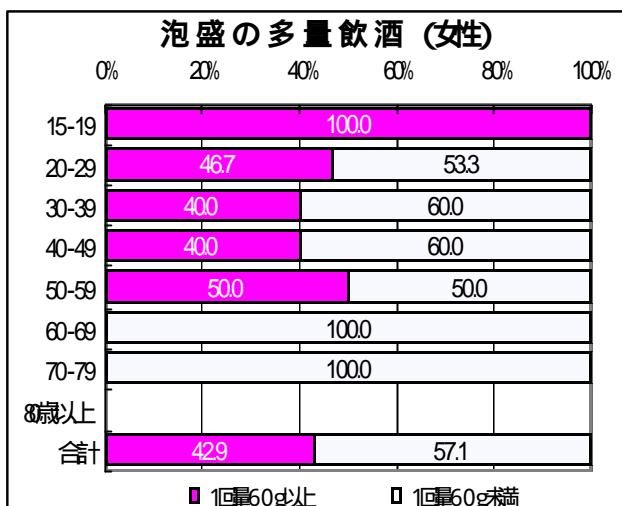
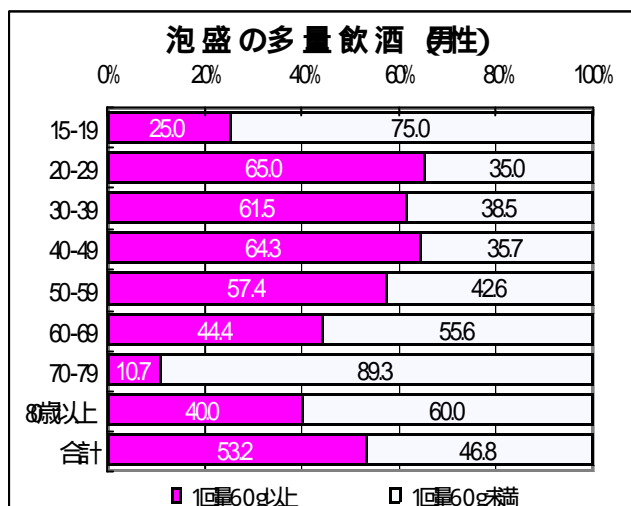
## 2. 1回あたりの飲酒量が60g以上の人（多量飲酒）

1回あたりの飲酒量が60g以上（純アルコール量換算）の人は、男性は40歳代が最も高く、飲酒習慣のある人の半数が多量飲酒者となっている。他の年代でも70歳代を除いて30%を超えている。女性は、20歳代、50歳代が約25%いる。

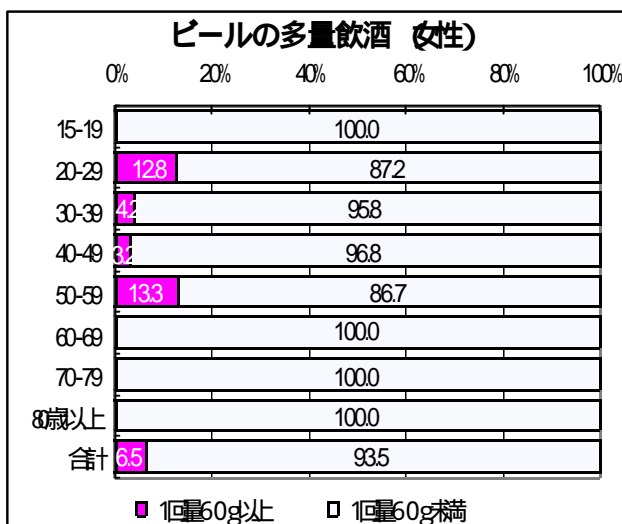
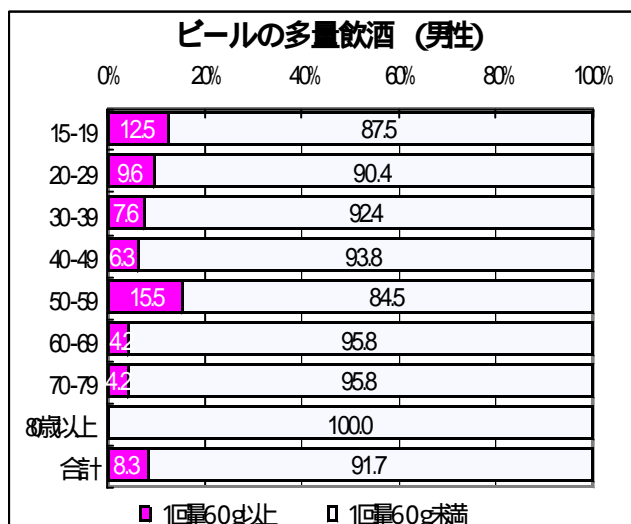


女性10歳代の飲酒者は3名である。

## 1) 泡盛 1 合 (30度180mで1合)



## 2) ビール (発泡酒含む) 1 缶 (350ml)



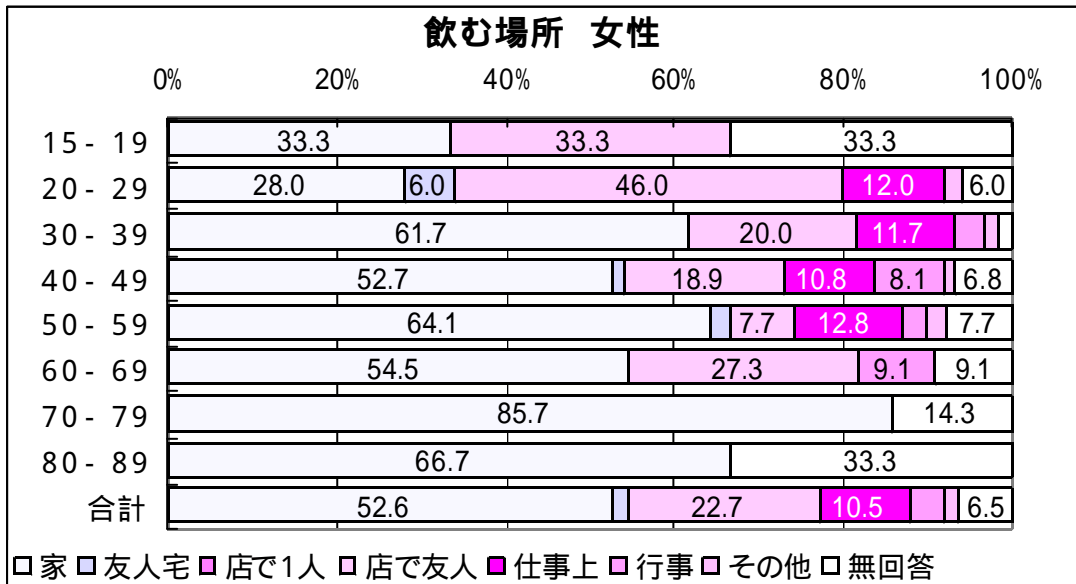
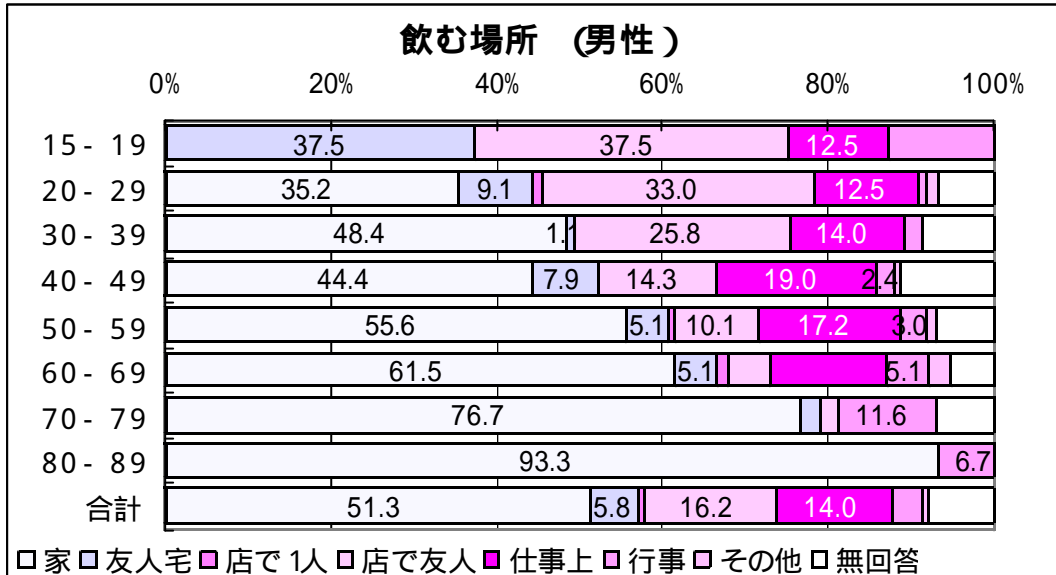
(注) 主な酒類の概算の目安

主なお酒の種類	アルコール度	純アルコール量	適度な飲酒量 (純アルコール量20g相当量)
ビール (500m L)	5%	20 g	中瓶 1本 (500m L)
清酒 (180m L)	15%	22 g	1合 (180m L)
ウイスキー (60m L)	43%	20 g	ダブル 1杯 (60m L)
焼酎 (180m L)	35%	50 g	0.5合 (90m L)
ワイン (120m L)	12%	12 g	2杯 (240m L)

お酒の量(ml) × アルコール度数(%) × 0.7893g / ml(アルコール 1mlの重さ) = 純アルコール量(g)  
泡盛は焼酎に分類される

問18-3 主にどのような場面で飲みますか。あてはまるものに1つをつけてください。

男女とも20歳代から30歳代は「店で友人と飲む」、それ以降は「家で飲む」割合が増加している。男性40歳代、50歳代は「仕事上のつき合いで飲む」ことが多い。

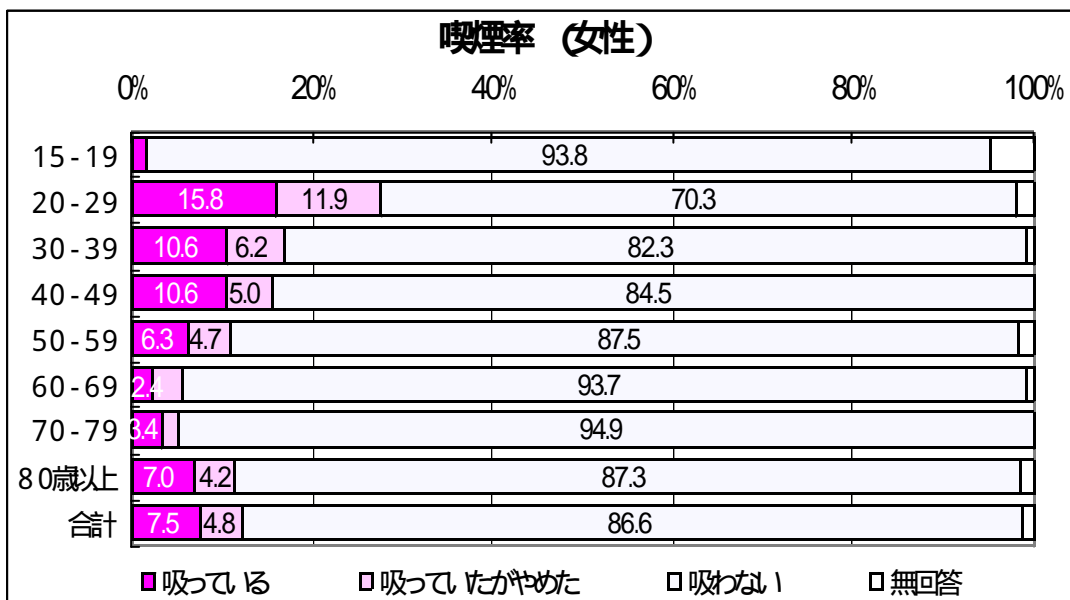
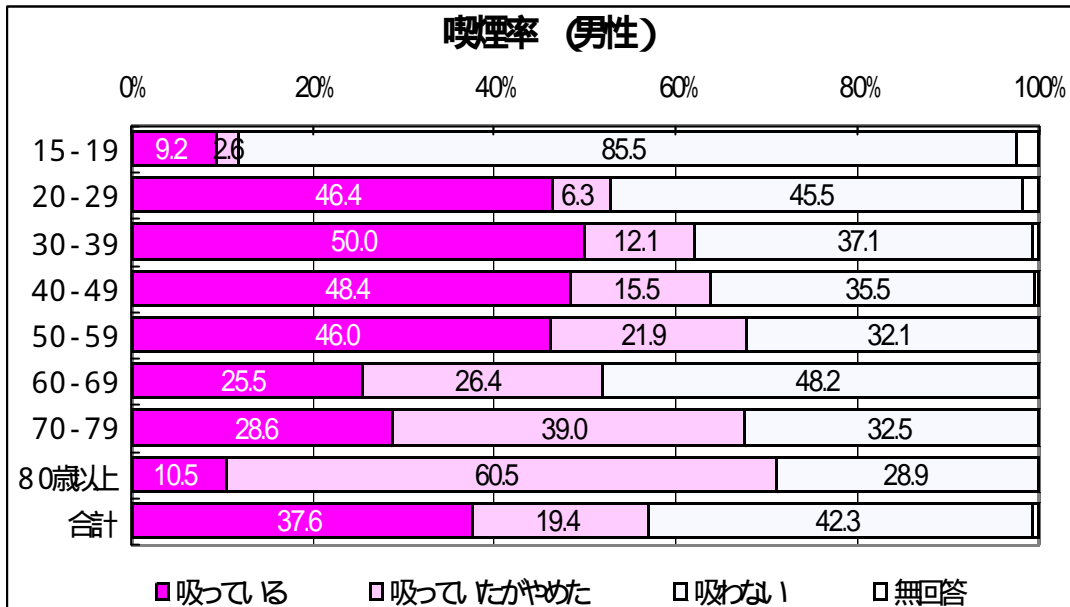


喫煙

## ．喫煙について

問 19 現在タバコを吸っていますか。あてはまるものに1つ をつけてください。

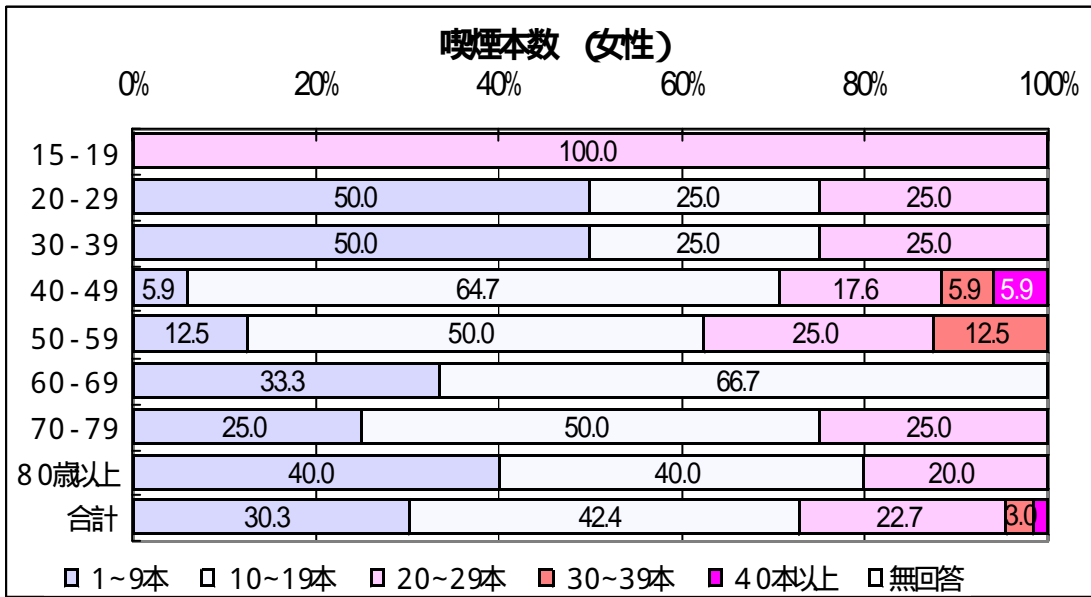
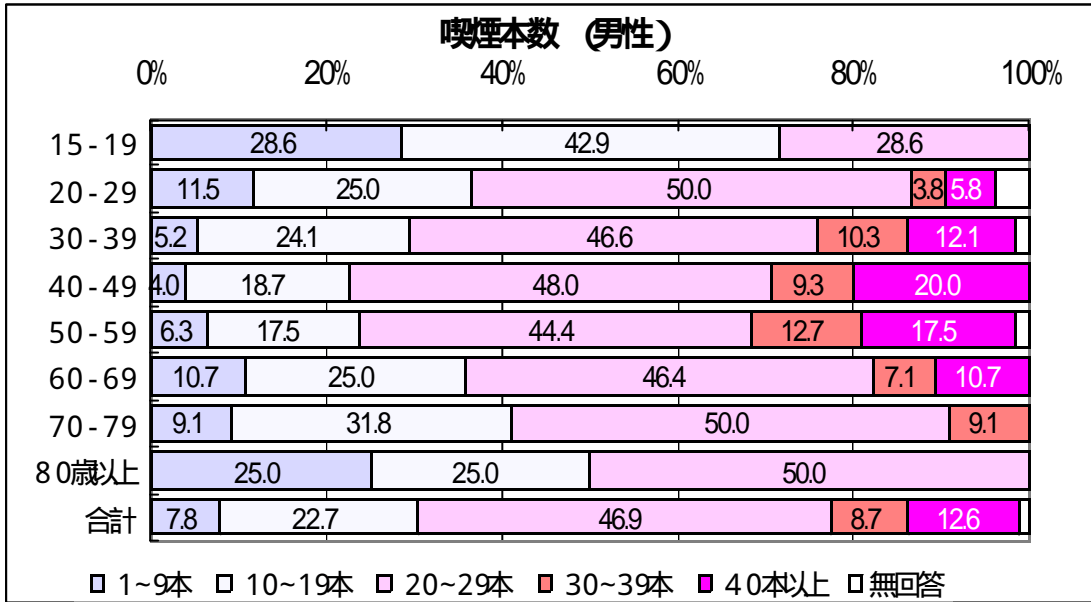
未成年者の喫煙が男女ある。男性は、20歳代から40歳代の喫煙率は約50%になっている。女性では20歳代の喫煙率が最も高い。



合計（全体）の喫煙率は、未成年者を除いて算出した。

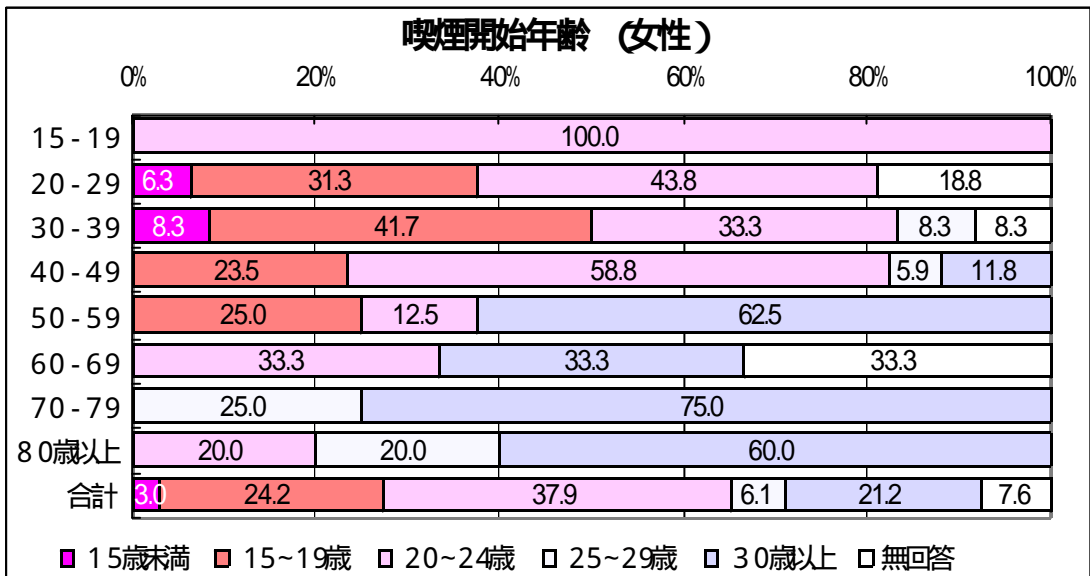
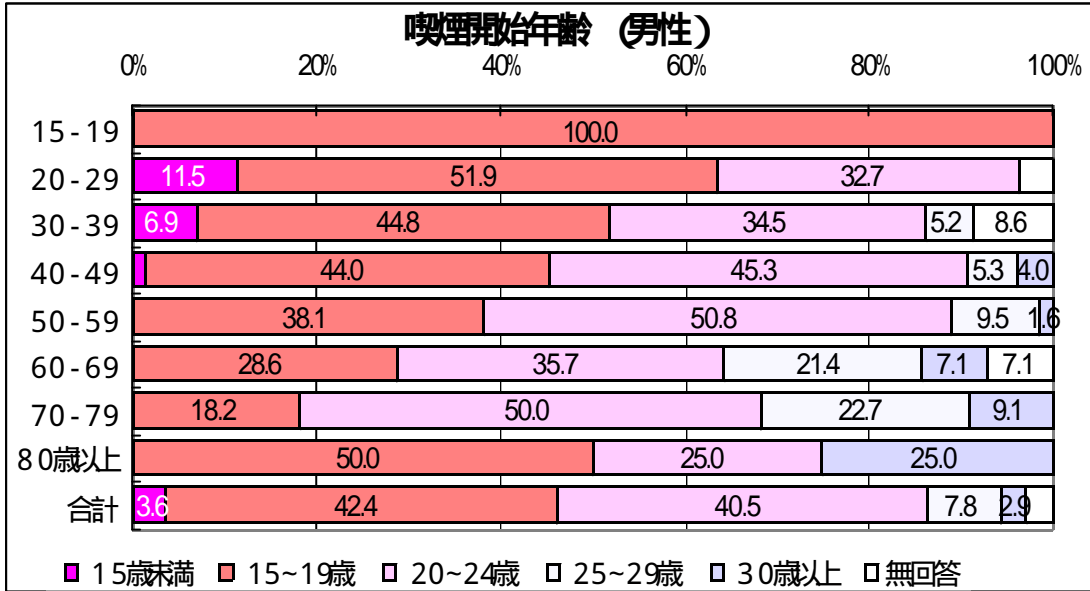
**問19で 現在タバコを「吸っている」と答えた方にお聞きします**  
**問19-1 1日平均何本くらい吸っていますか。**

男性は20～29本、女性では10～19本が最も多い。



**問19で 現在タバコを「吸っている」と答えた方にお聞きします**  
**問19-2 吸い始めたのは何歳の時ですか。**

20歳代、30歳代の男女ともに20歳未満で吸い始めた人が多い。

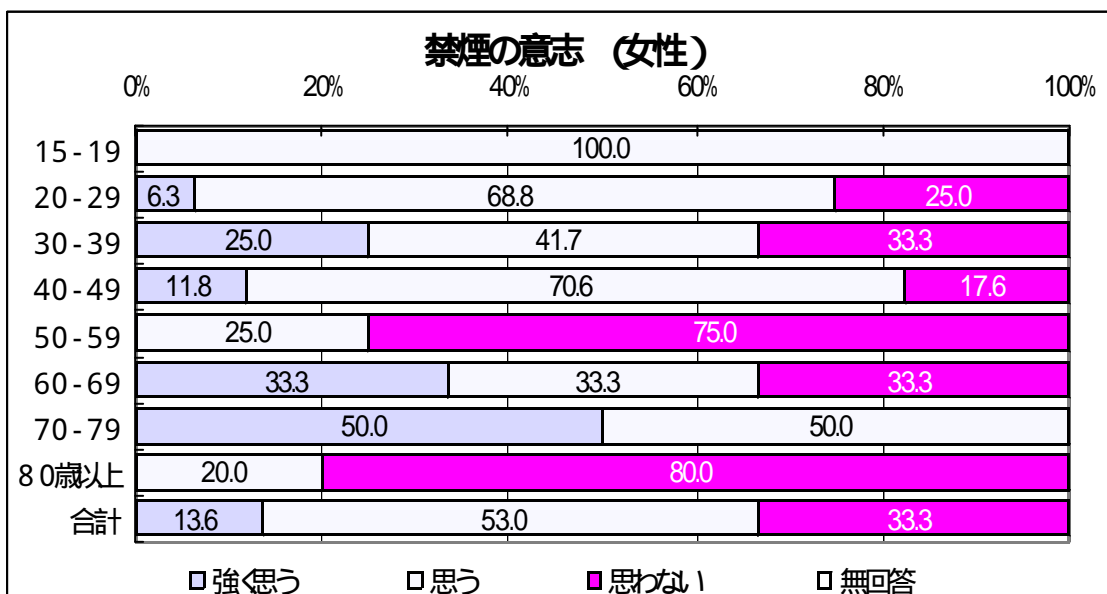
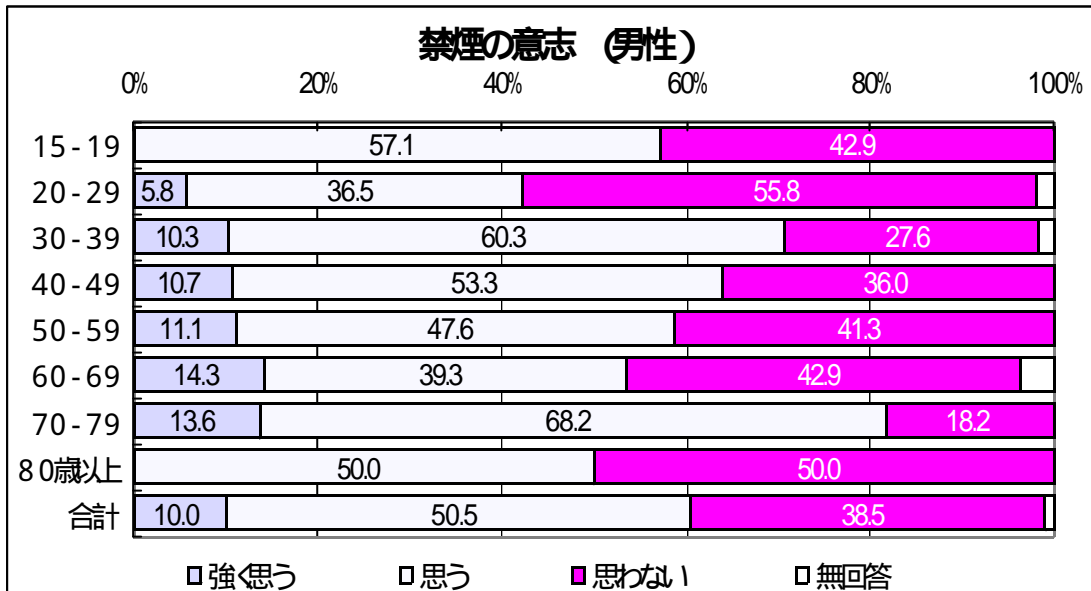




問19で 現在 タバコを「吸っている」と答えた方にお聞きします

問19-3 禁煙しようと思えますか。あてはまるものに1つ をつけてください。

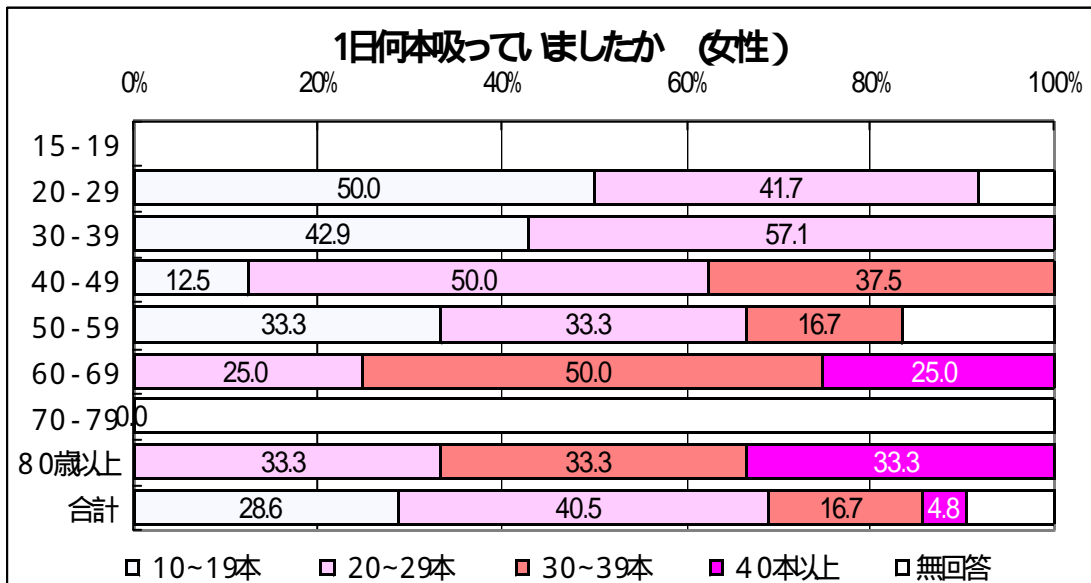
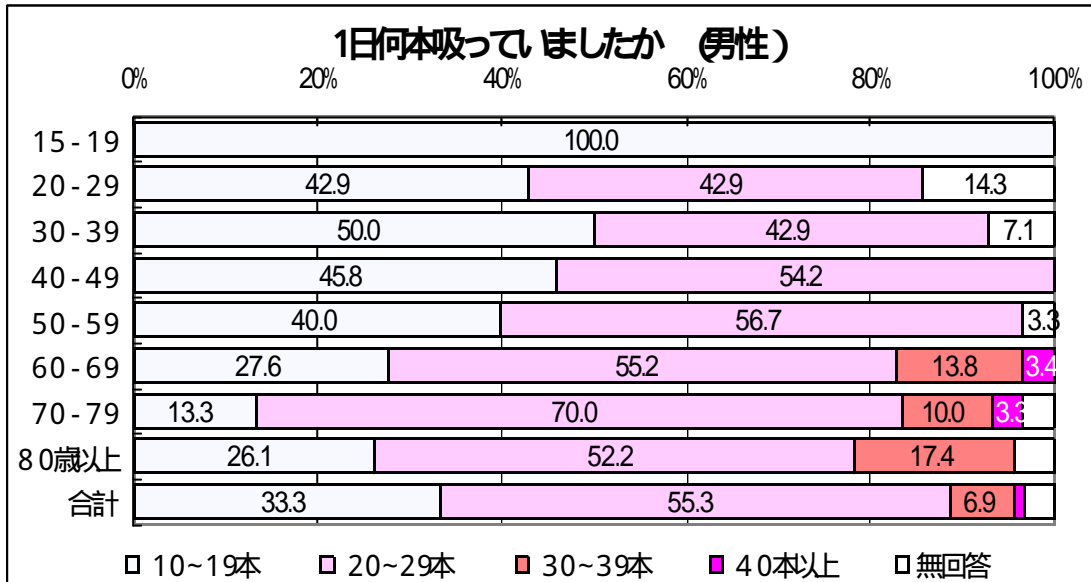
男性は、20歳代を除き「禁煙しよう」と思っている人が、半数を超えている。特に男性30歳代から70歳代では半数以上の人「禁煙したい」と思っている。



問19で「吸っていたがやめた」と答えた方にお聞きします

問19-5 1日平均何本くらい吸っていましたか。

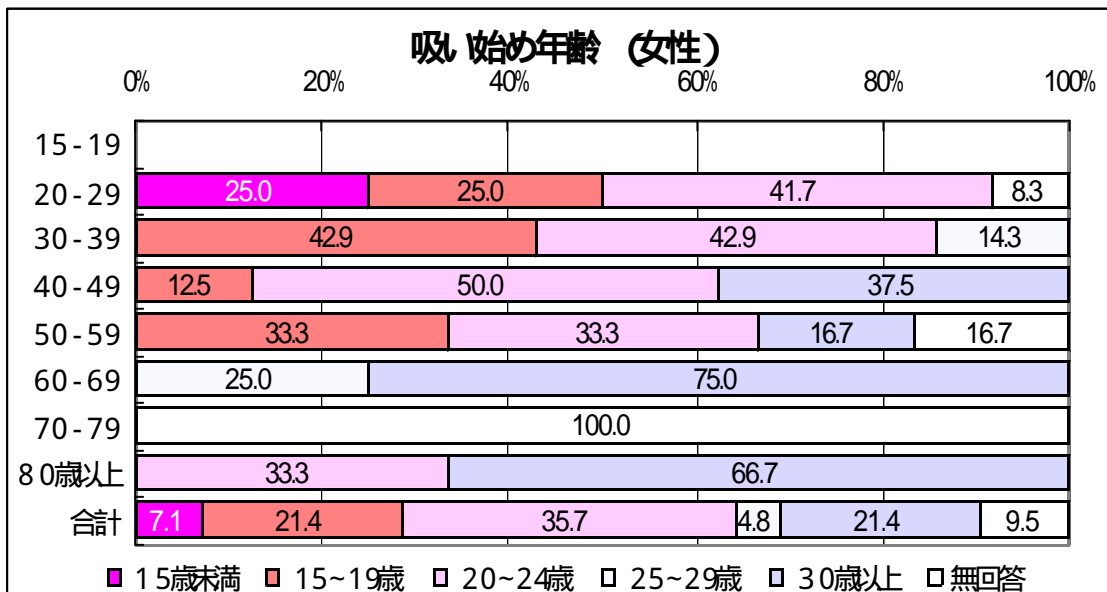
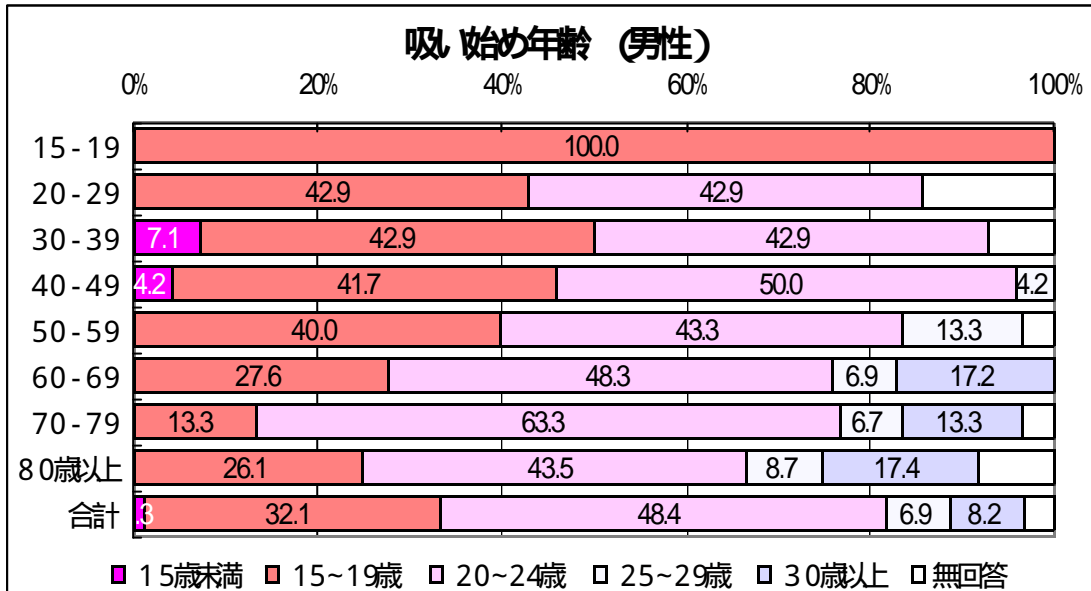
男女とも20本～29本吸っていたものが多い。女性では、60歳代以降30本～39本が多い。



問19で「吸っていたがやめた」と答えた方にお聞きします

問19-6 吸い始めは何歳の時ですか。

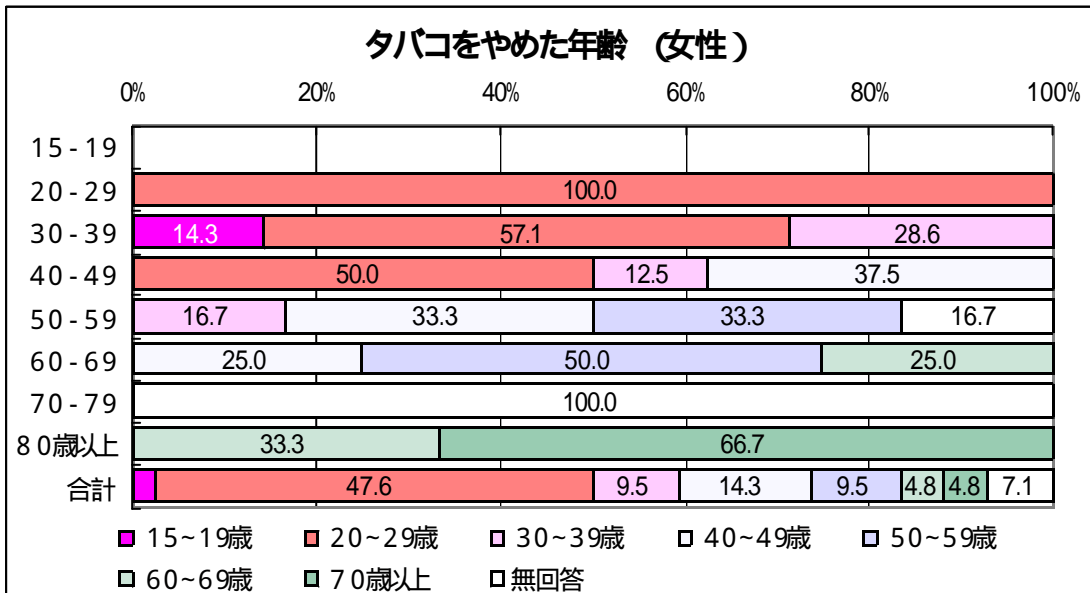
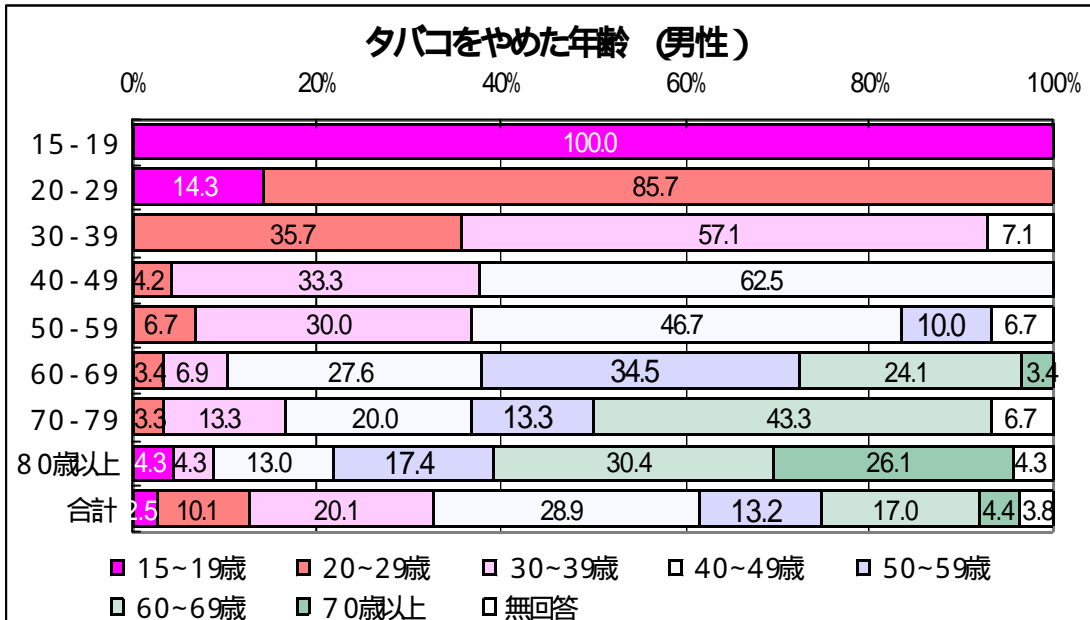
吸い始めた年齢は、年齢が低いほど低く、現在喫煙している人の開始年齢と同じ傾向である。20歳代の女性は、15歳未満が25%もいた。



問19で「吸っていたがやめた」と答えた方にお聞きします

問19-7 やめたのは何歳の時ですか。

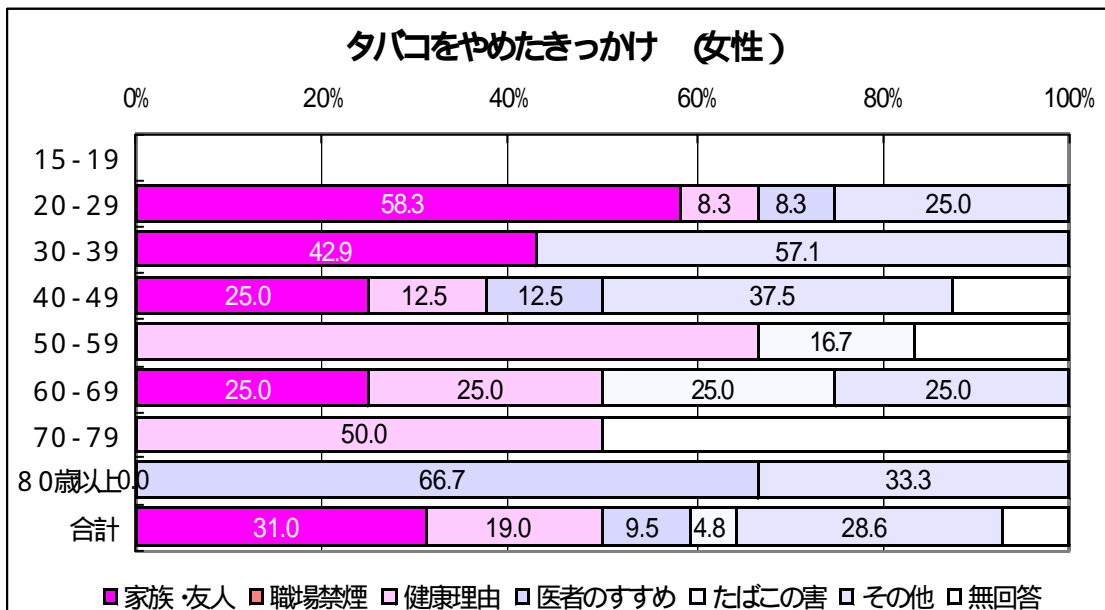
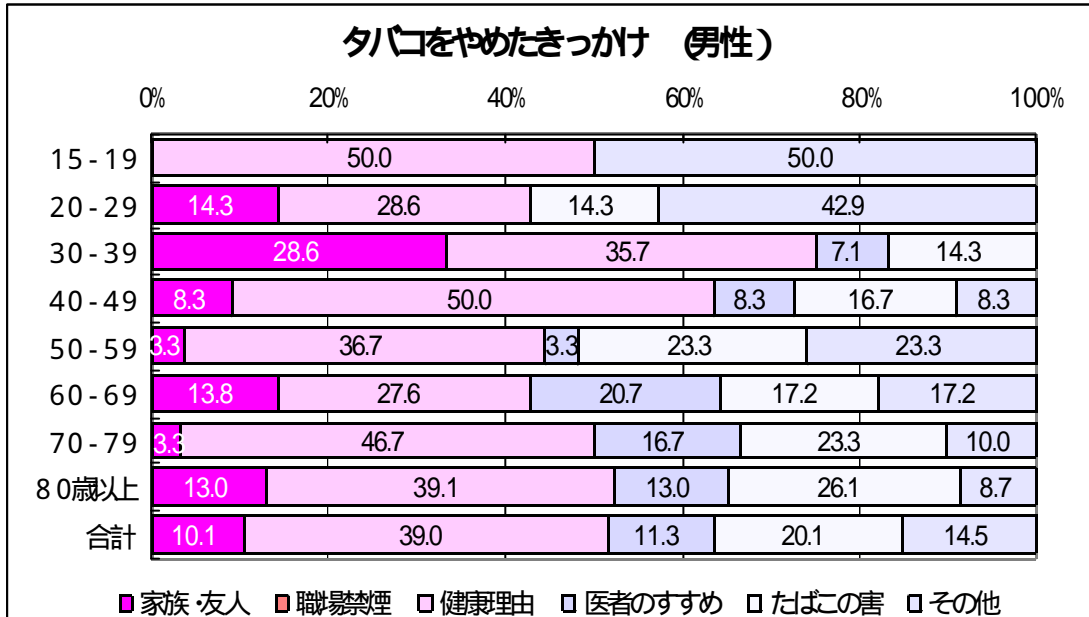
男性は、40歳代までは、現在属している年代で、やめた人が多い。女性は20歳代を除き、現在属している年代より若い年代でやめた人が多い。



問19で「吸っていたがやめた」と答えた方にお聞きします

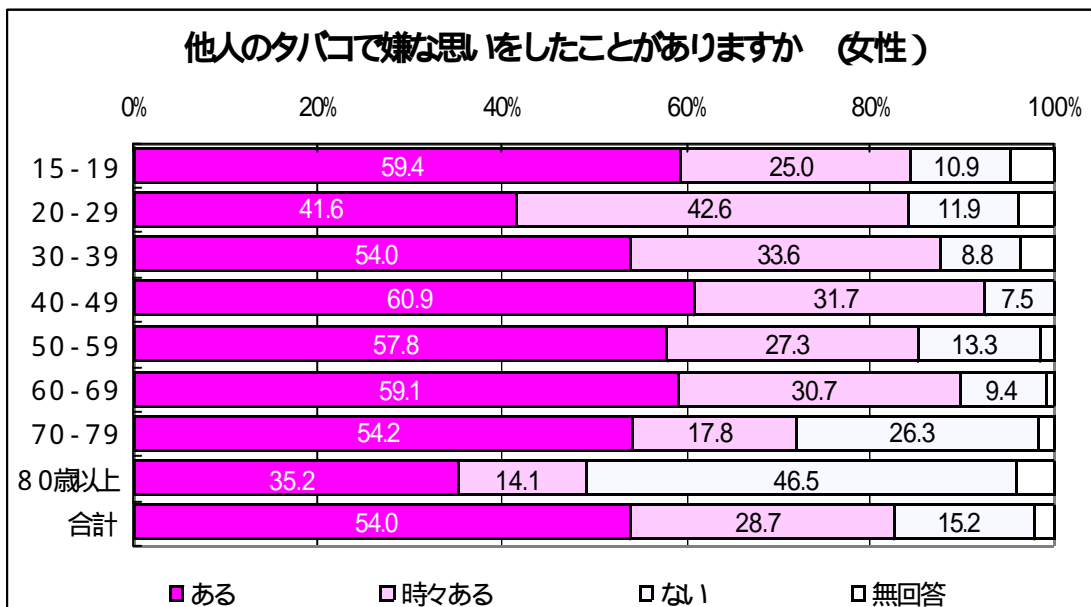
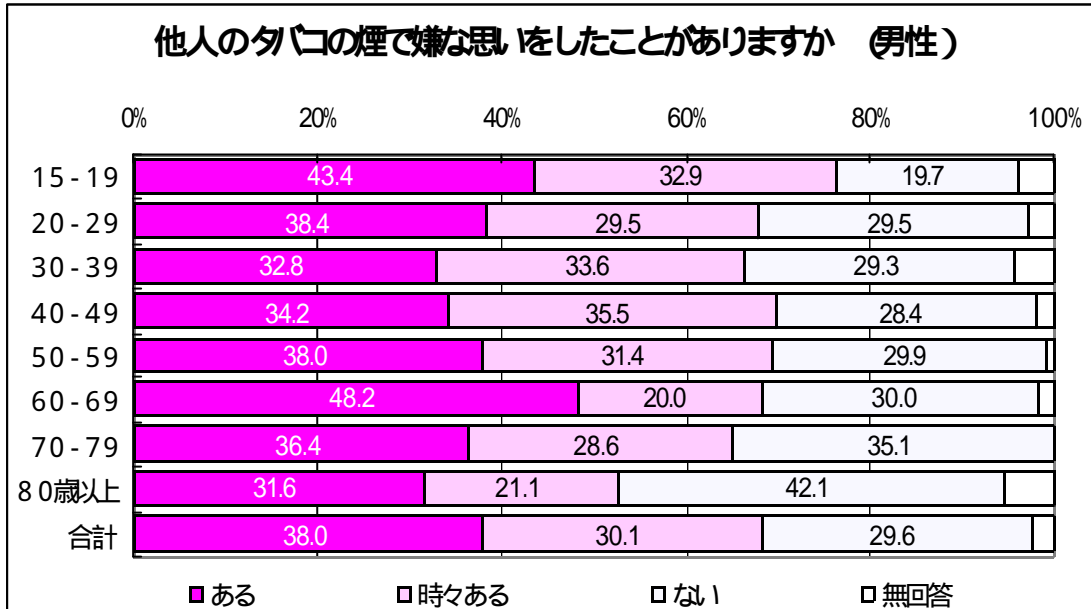
問19-8 タバコをやめたきっかけは何ですか。あてはまるものに1つをつけてください。

男性では、30歳代以降は「健康上の理由」をあげたものが最も多い。女性は20歳代から「家族の勧め」でやめている。



問20 他人のタバコの煙でいやな思いをしたことがありますか。あてはまるものに1つをつけてください。

男性では「ある」「時々ある」を含めると約70%が「タバコで嫌いな思いをした」と答えている。女性でも「ある」「時々ある」を含めると約80%いる。

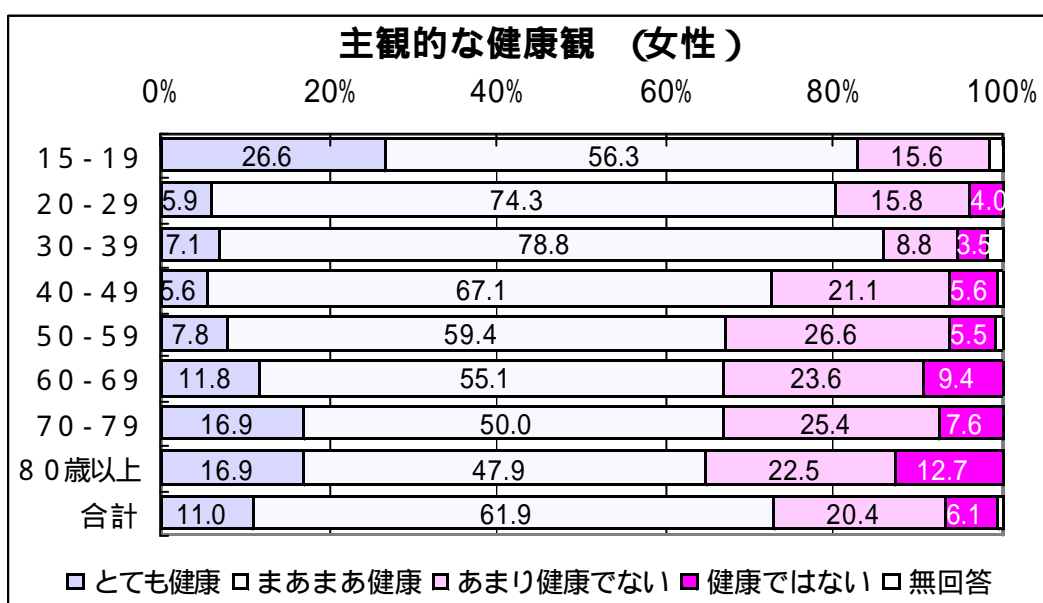
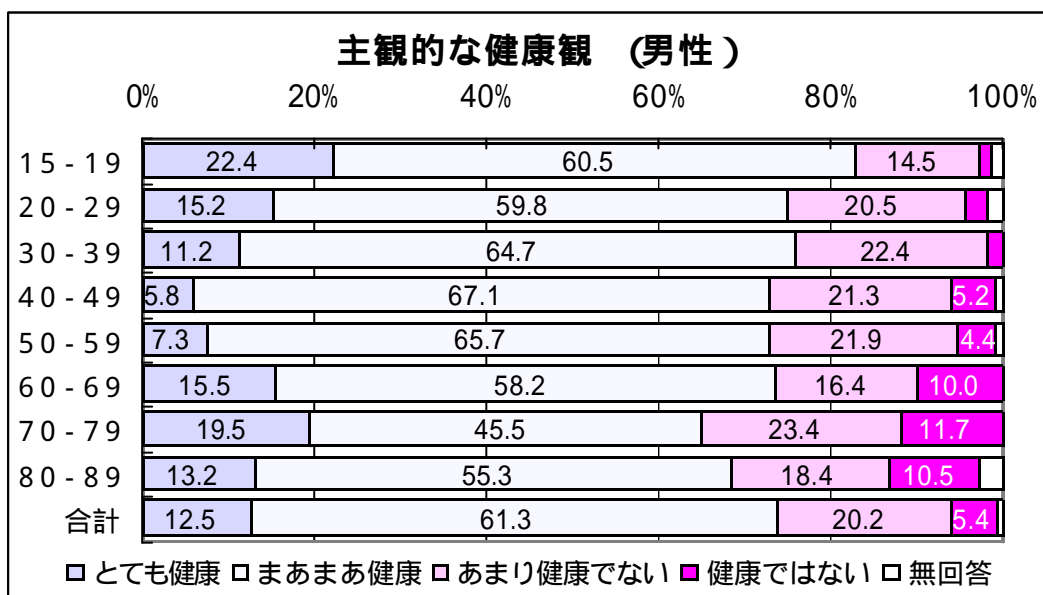


# 健康觀

## 健康観について

問 2 1 ふだん、自分が健康だと思いますか。あてはまるものに1つをつけてください。

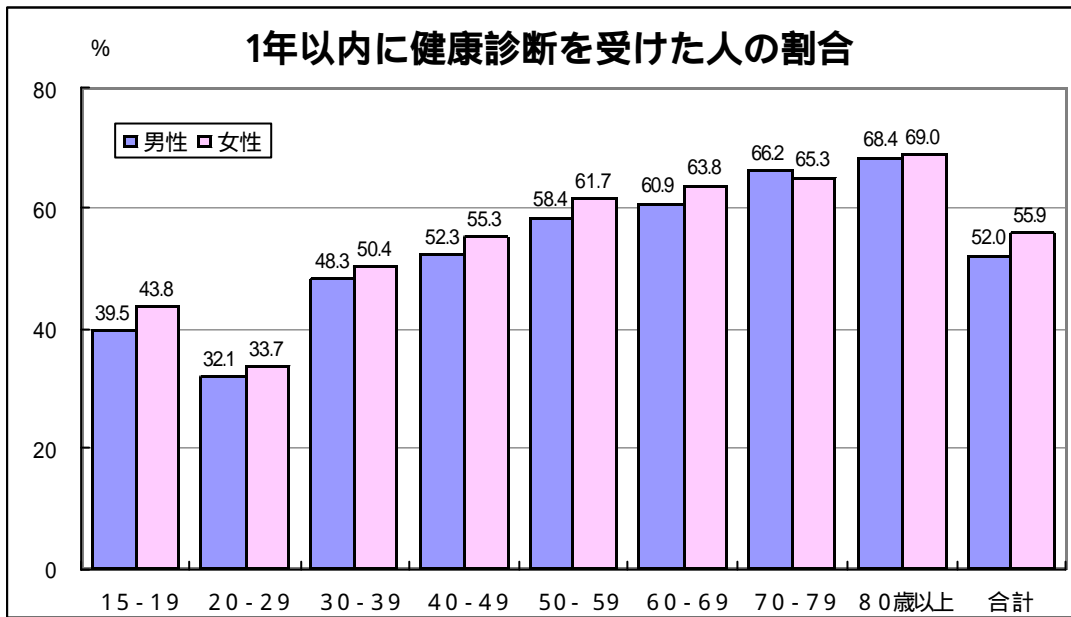
男性は60歳代まで、「とても健康」「まあまあ健康」と答えている人の割合が高いが、70歳代で落ち込んでいる。女性は40歳代から「健康」「まあまあ健康」と答えている人の割合が下がっている。





問 2 2 1年以内に住民健診、人間ドック等の健康診断を受けましたか。

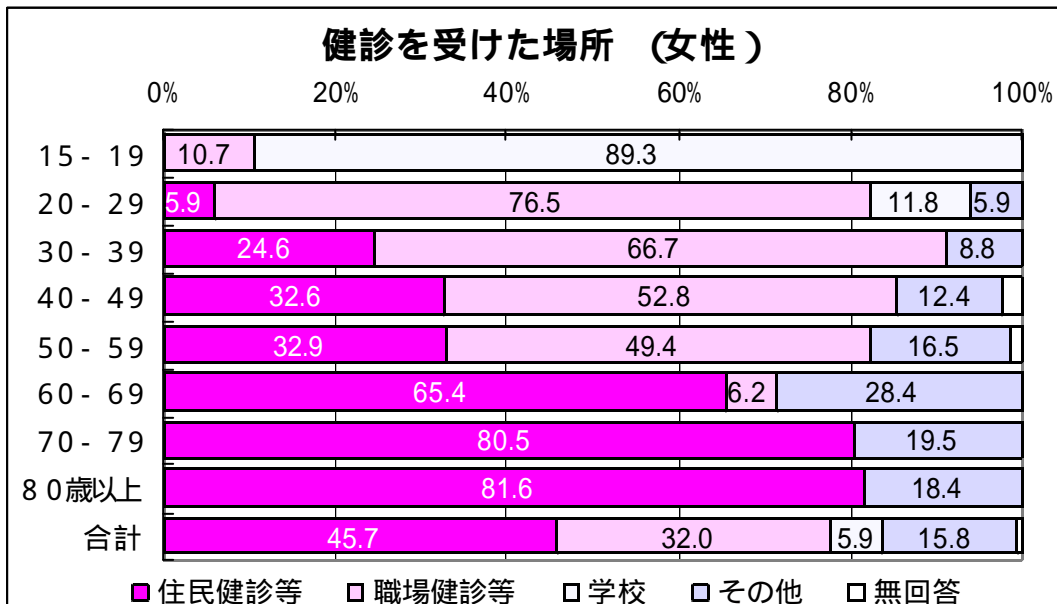
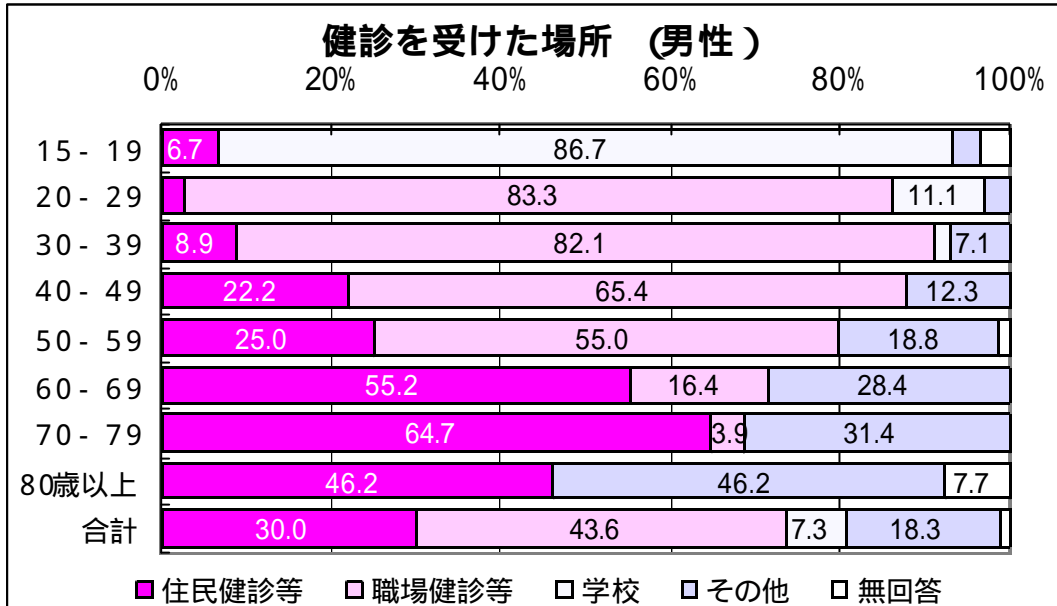
男女とも20歳代で「健康診断」を受けているものが30%。男女とも年代が上がるに従って、受診率が高くなっている。



**問22で 健康診断を「受けた」と答えた方にお聞きします**

問22-1 どこで受けましたか。あてはまるものに1つをつけてください。

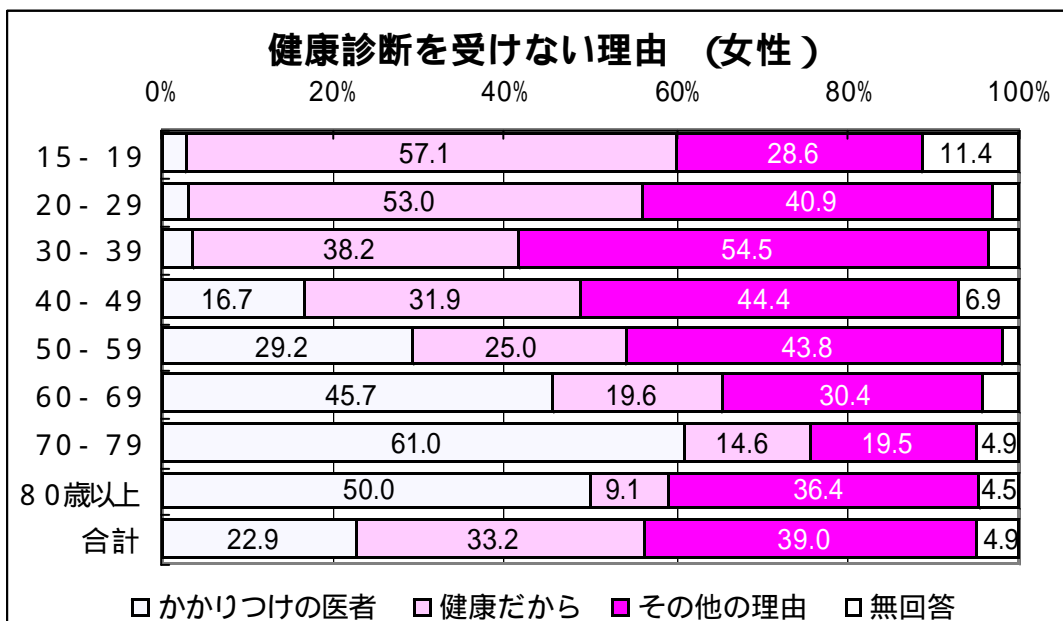
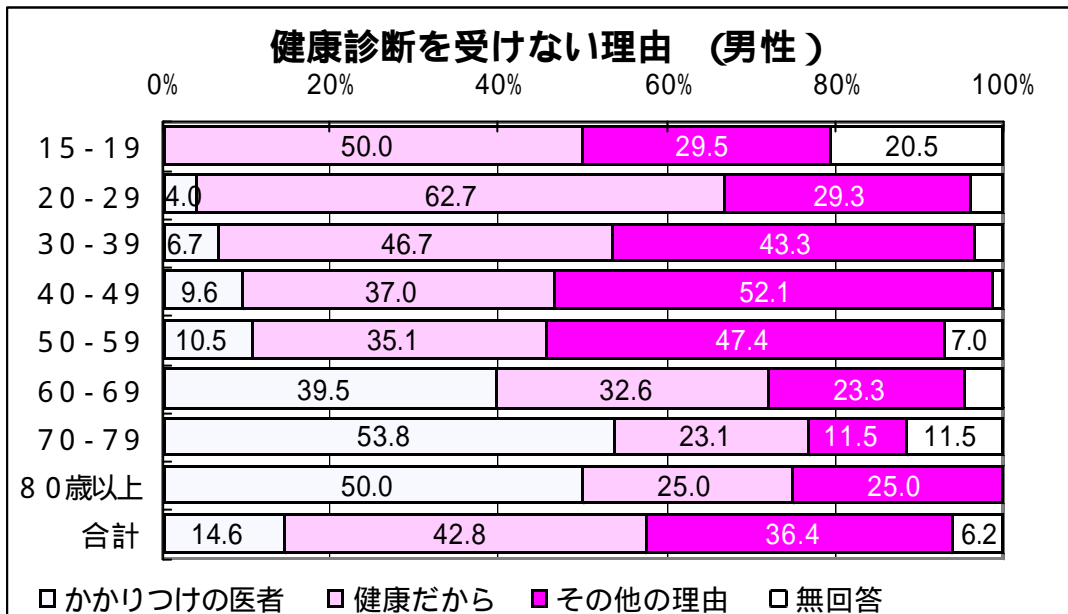
男女とも20歳代から50歳代では、職場健診が最も多い。次いで住民健診である。



**問22で 健康診断を「受けていない」と答えた方にお聞きします**

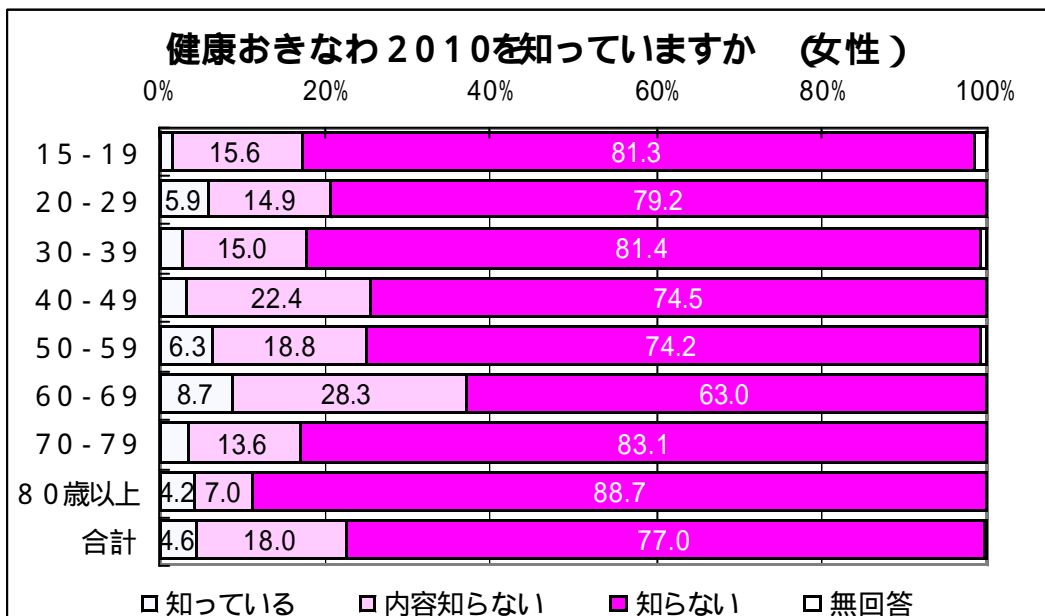
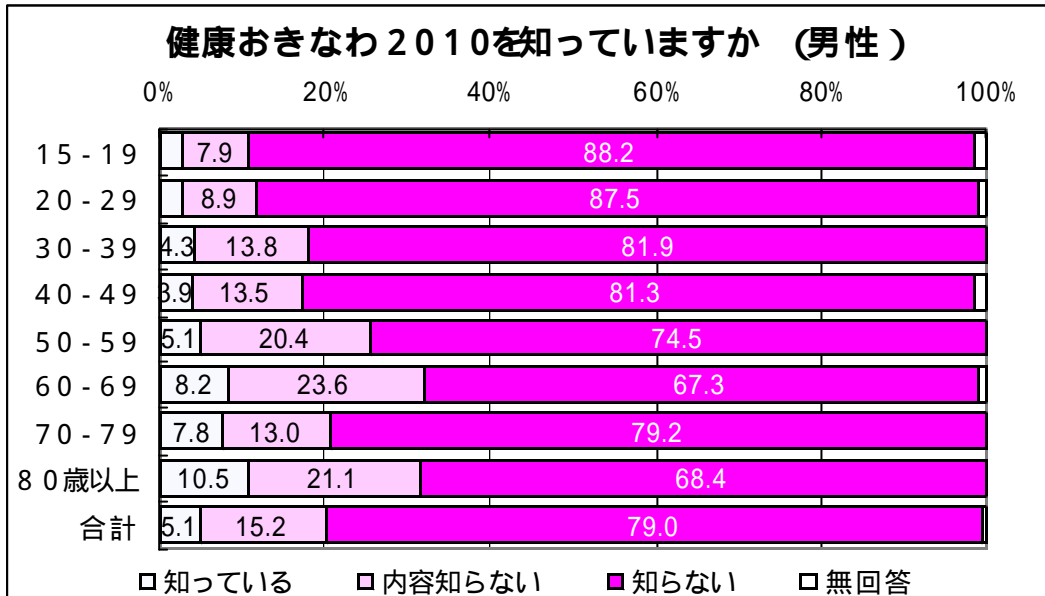
問22-2 受けていない理由はどれですか。あてはまるものに1つ をつけてください。

20歳代までは、男女とも健康診断を受けない理由は「健康だから」が多く、男女とも40歳代からは、「かかりつけの医者があるから」と答えた人の割合が増えている。



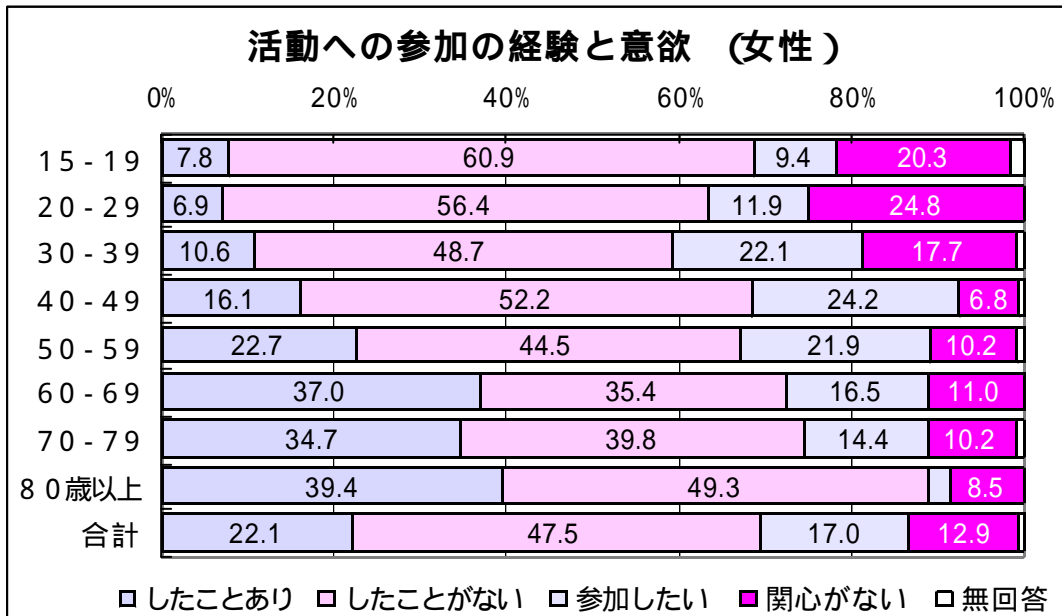
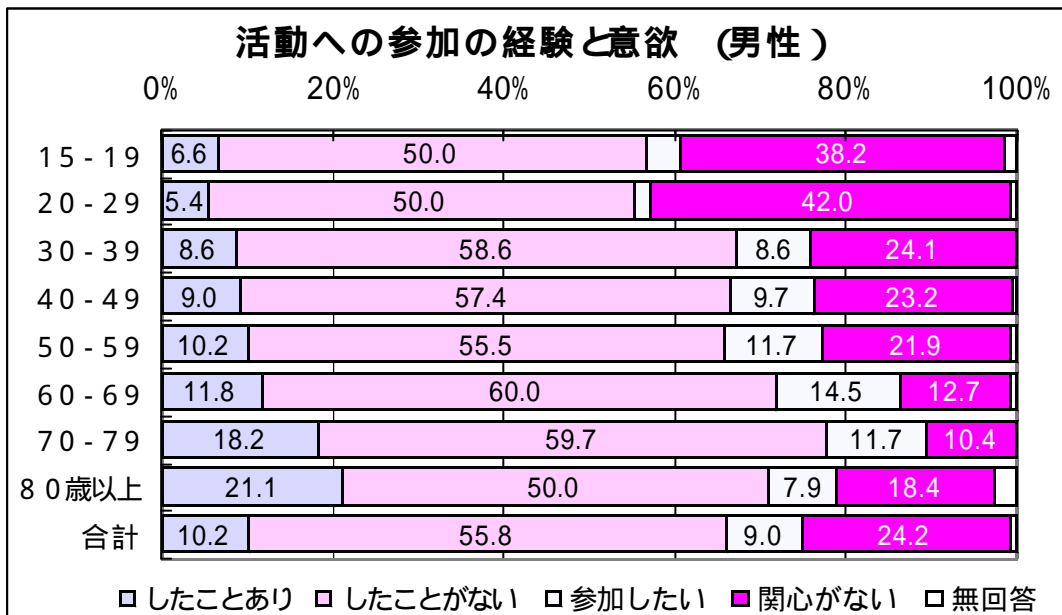
問23 健康おきなわ2010（健康日本21、市町村の健康づくり計画含む）を知っていますか。あてはまるものに1つをつけてください。

「健康おきなわ2010」を知っていても内容を知らない人がほとんどである。



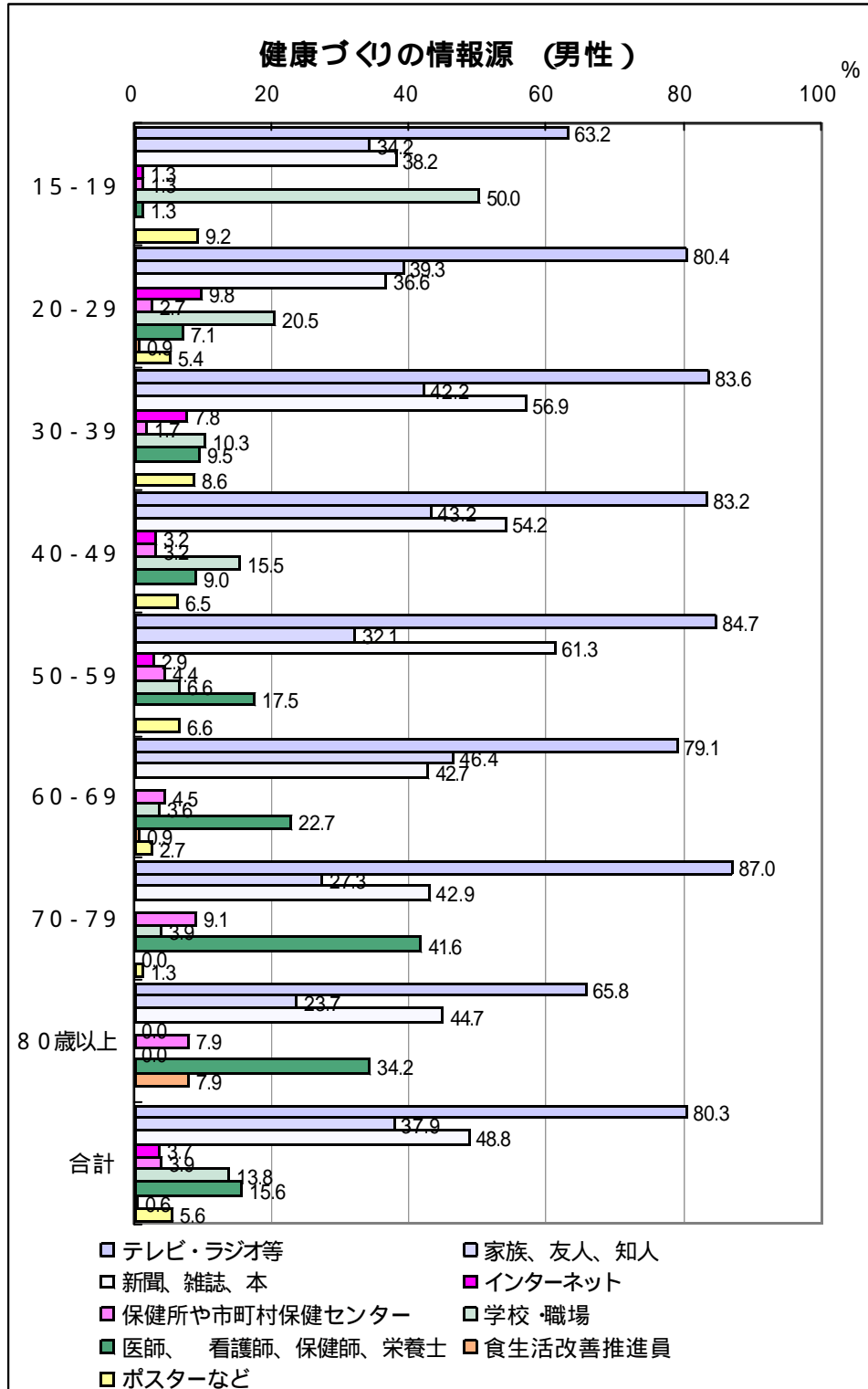
問24 健康づくりに関する教室や講演会、イベント、自主グループ等の活動に参加したことがありますか。あてはまるものに1つをつけてください。

男女とも「参加したことがない」ものが多い。若い世代ほど「関心がない」人が多い。活動などへの参加は、年代が上がると共に増えてきているが、男性は女性に比べどの年代も参加経験が少ない。

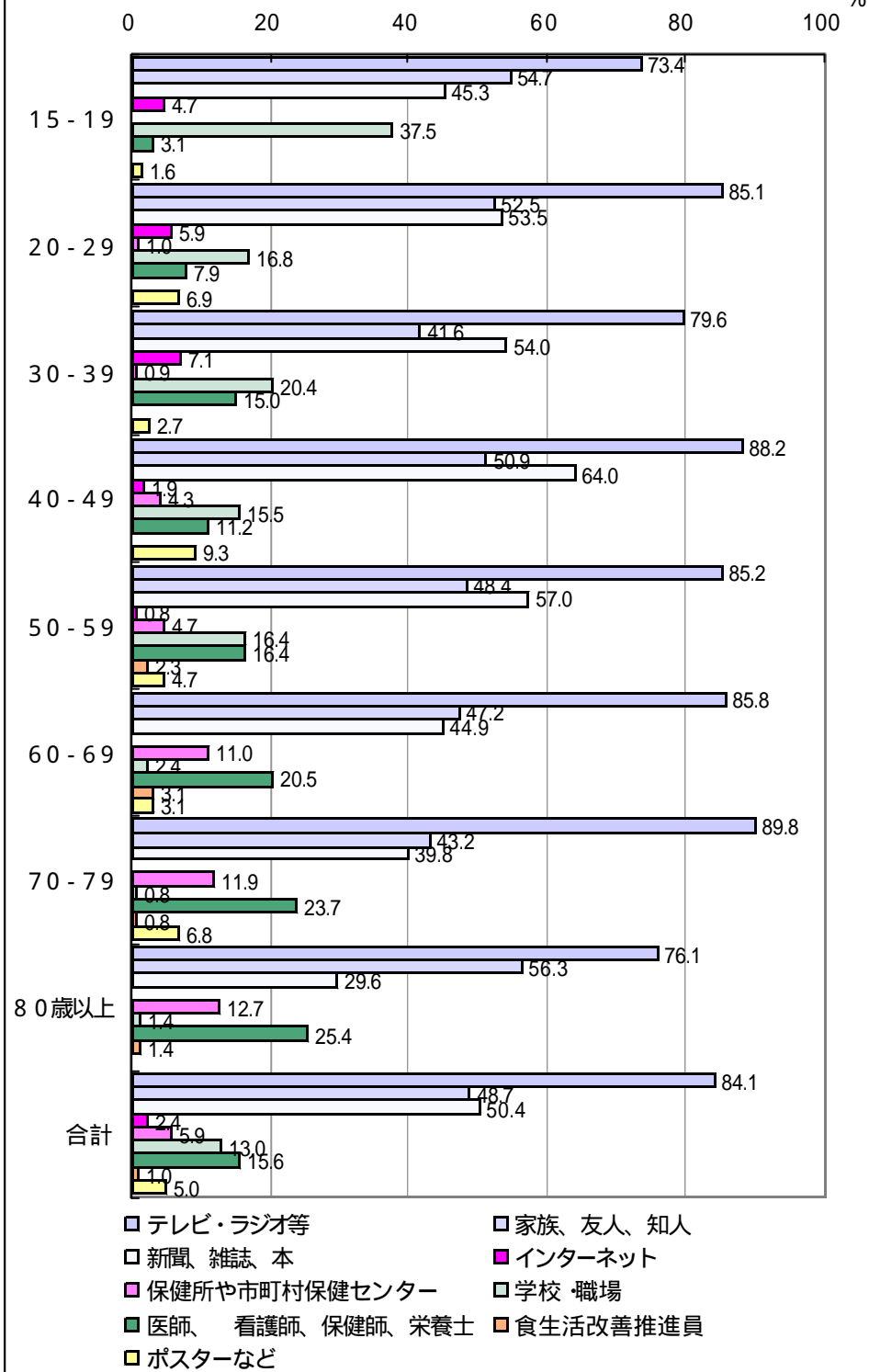


問 2 5 健康づくりに関する知識や情報を何から得ていますか。主なものに3つ以内でつけてください。

男女とも約 80 %はテレビ・ラジオなどから情報を得ている。次いで、新聞、雑誌などである。



### 健康づくりの情報源 (女性)



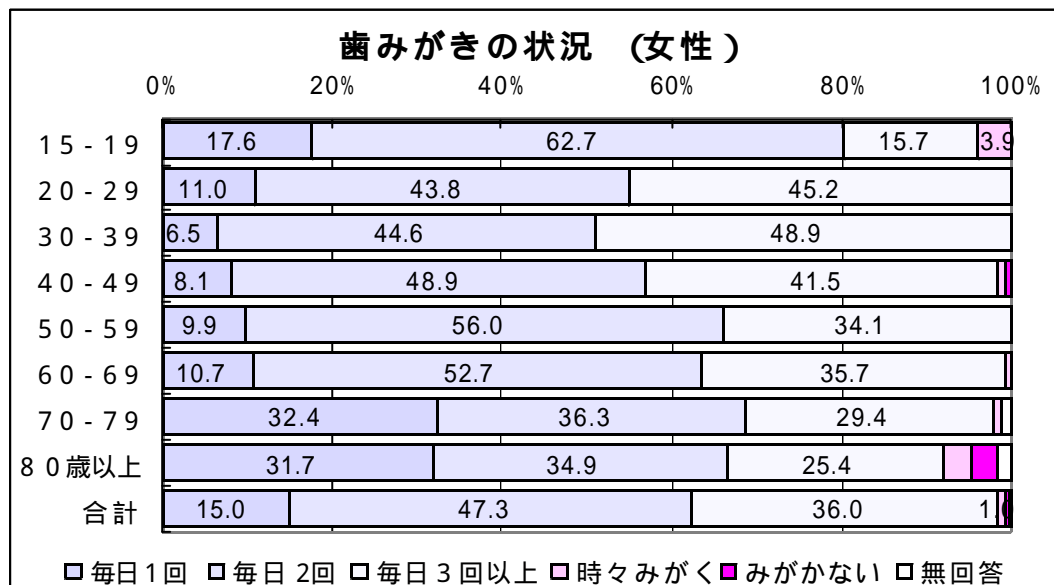
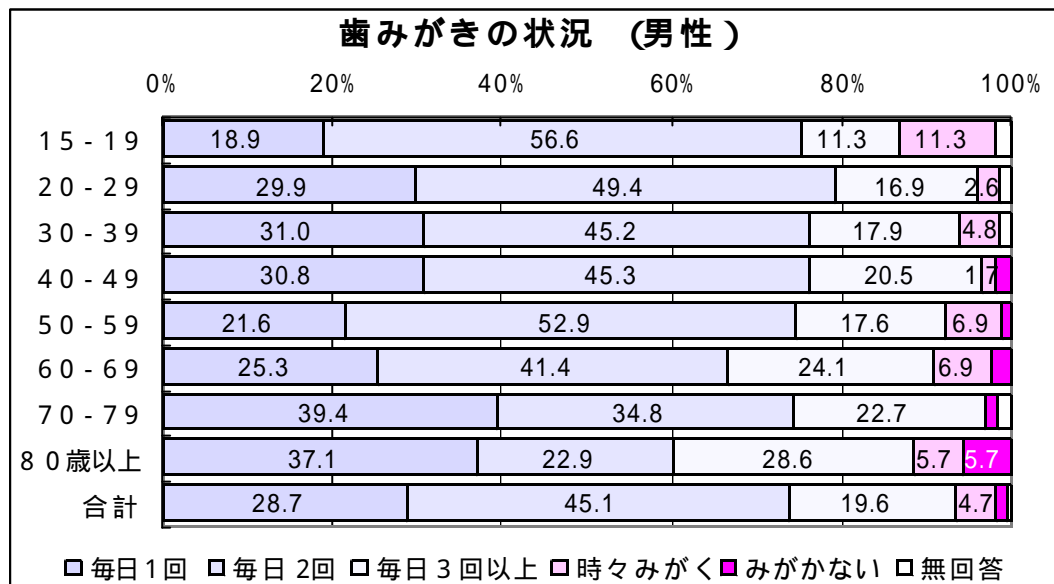
# 齒科



## . 歯科について

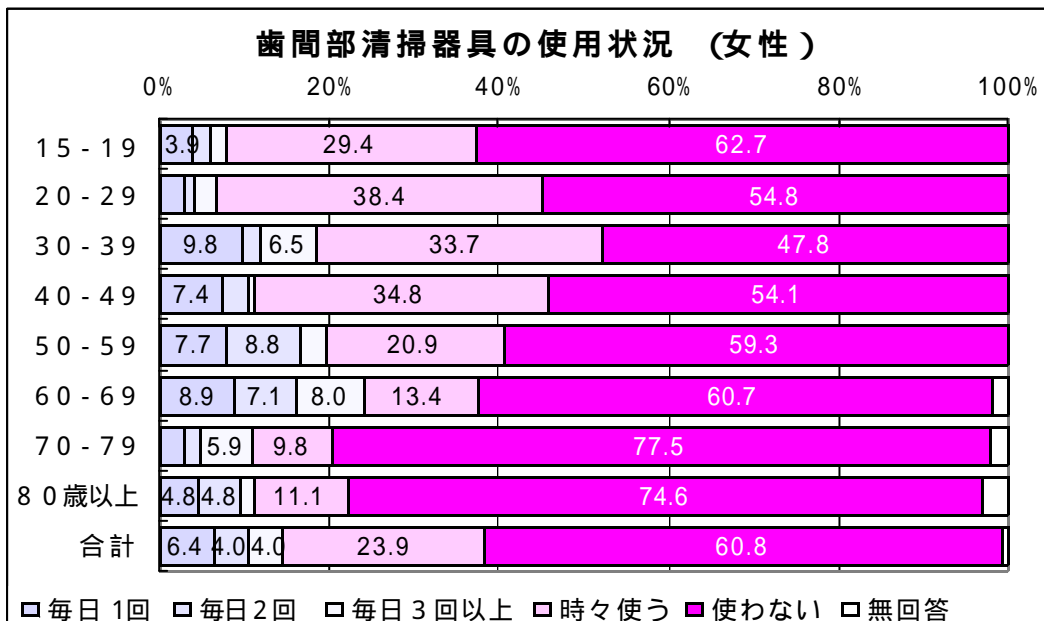
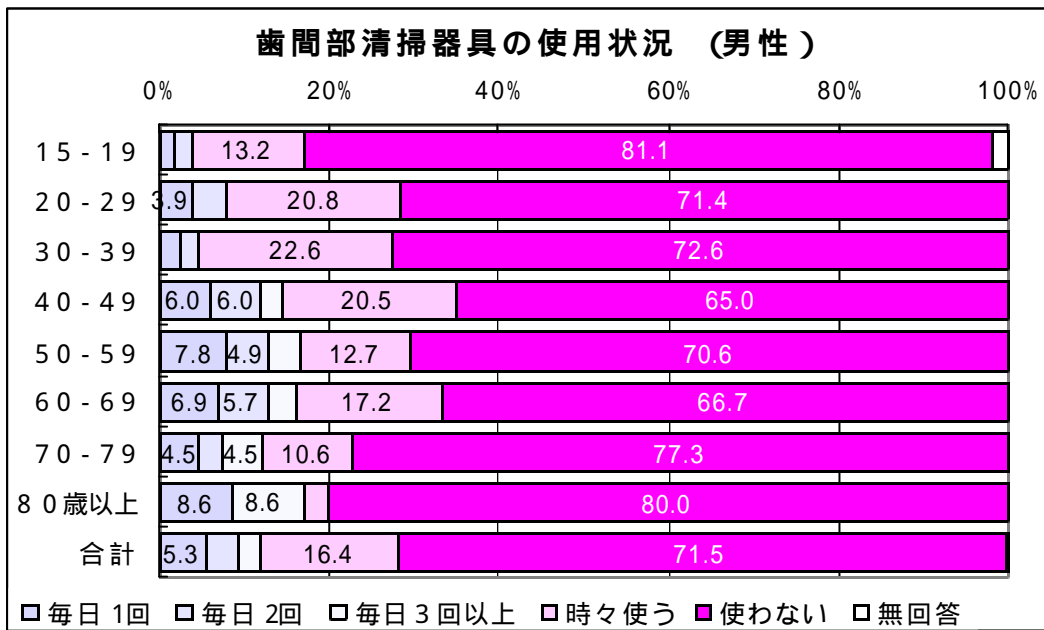
問26 あなたは、歯をみがきますか。あてはまるものに1つをつけてください。

男女とも1日2回歯みがきをするものが最も多い。次いで、男性では1日1回、女性では1日3回以上みがくものが多い。



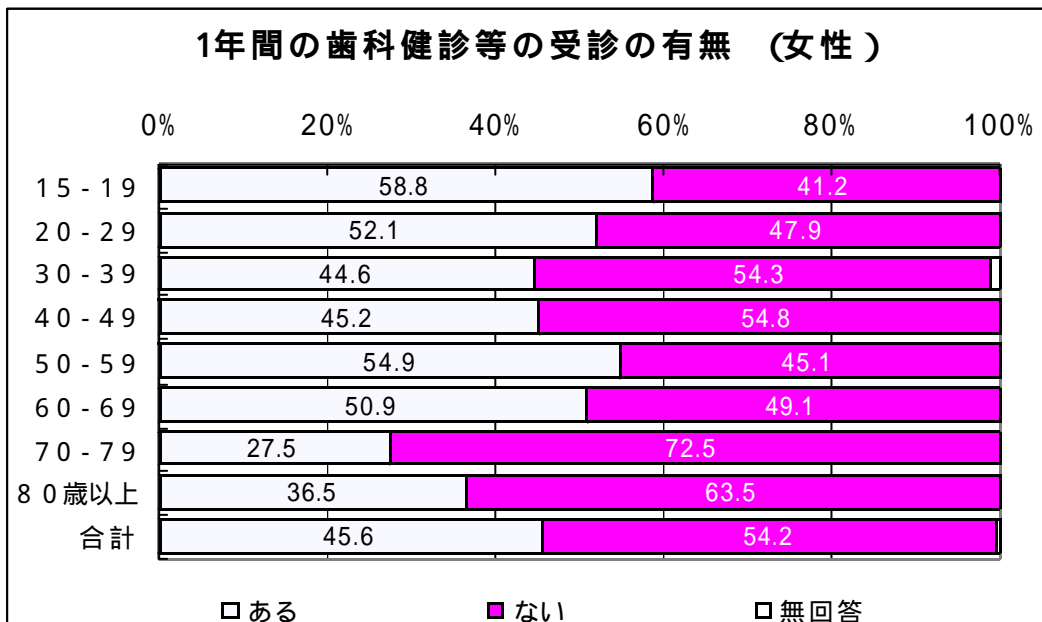
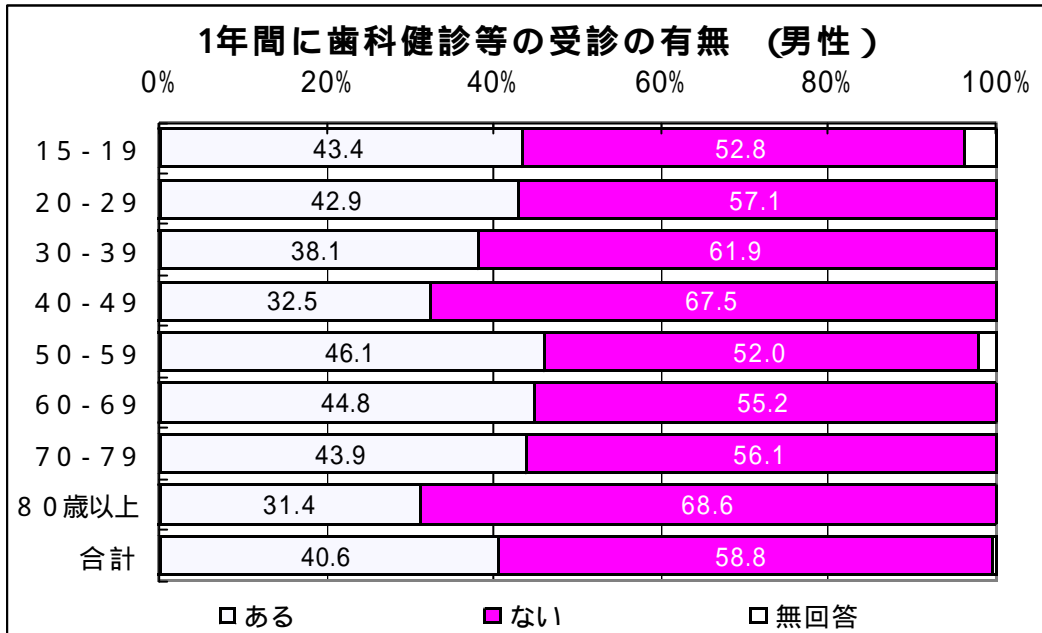
問27 歯や歯のすき間の手入れのために歯間ブラシやフロス（糸ようじ）等を使用していますか。あてはまるものにつけてください。

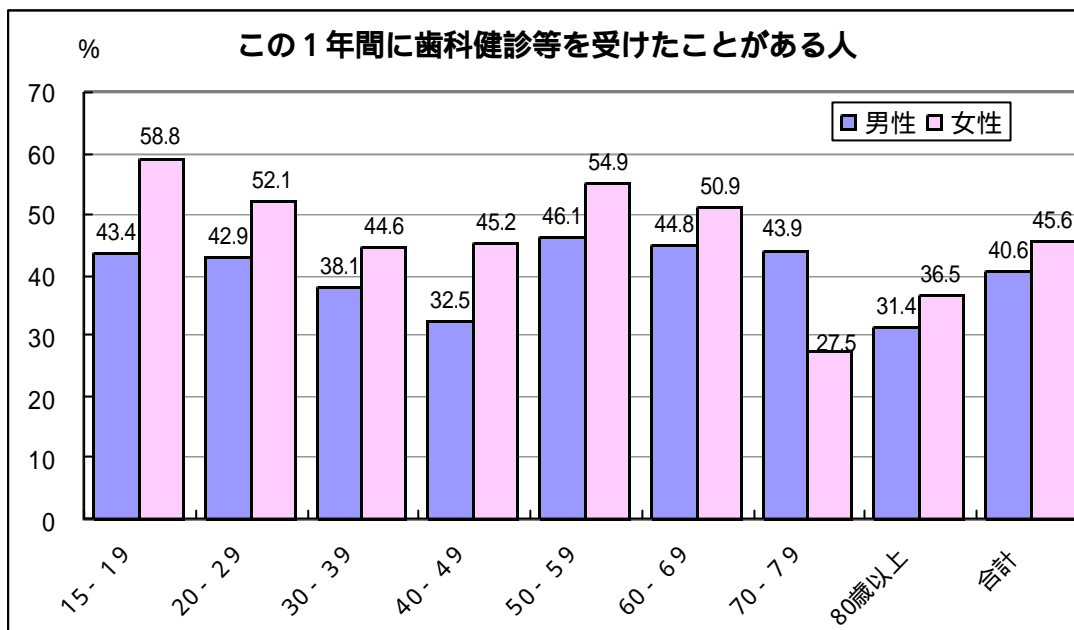
男女とも「使わない」人が最も多いが、男性は女性に比べ、「使わない」人が多い。「時々使う」人は女性が男性に比べて高い。しかし、「毎日使用する」人は男女とも同様な割合である。



問 2 8 この1年間に、歯科健診や治療を受けたことがありますか。

男女とも10歳代から40歳代にかけて受診する人がしだいに減少し、50歳代で増加に転じ、70歳代で再び減少している。

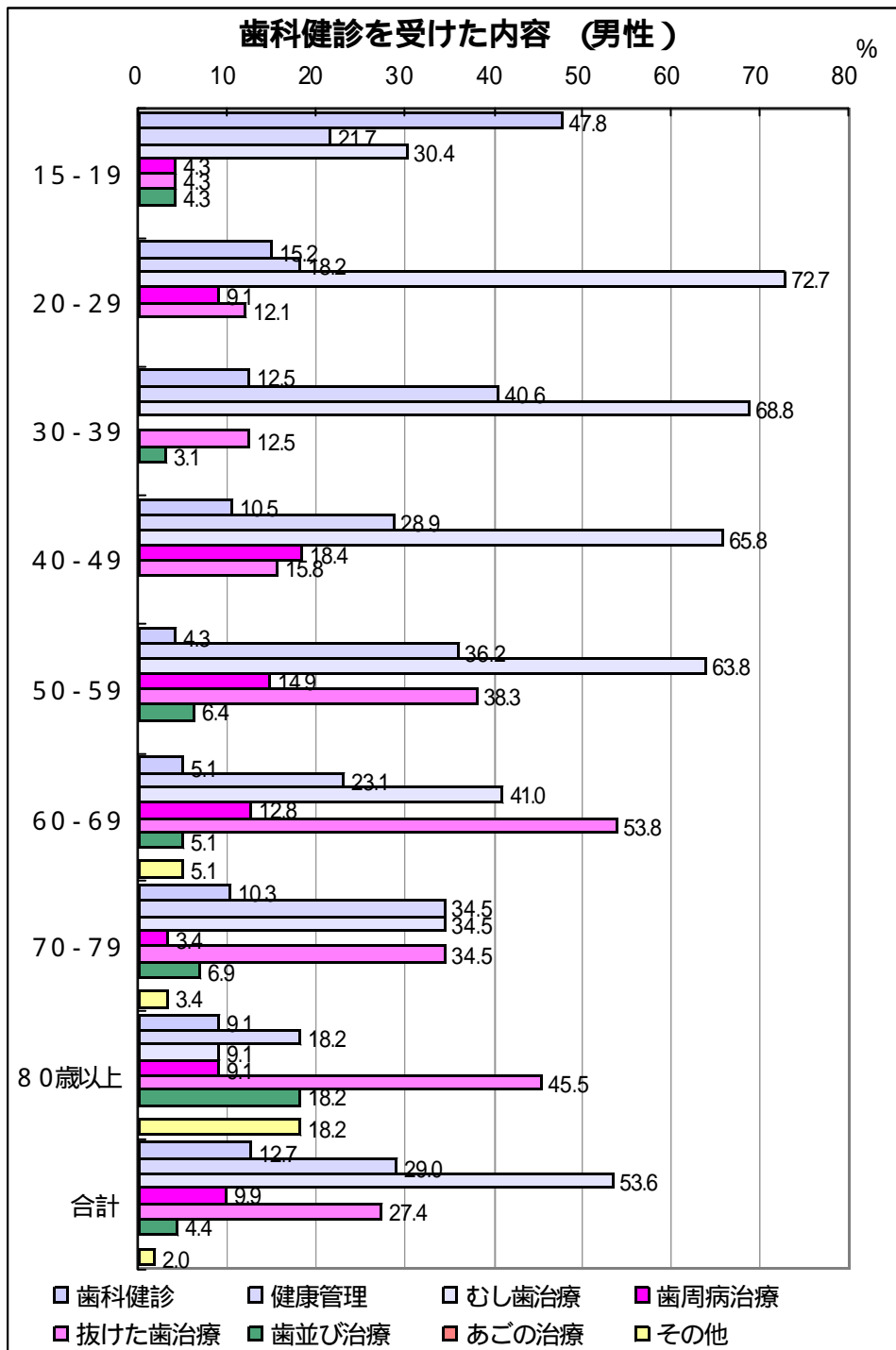




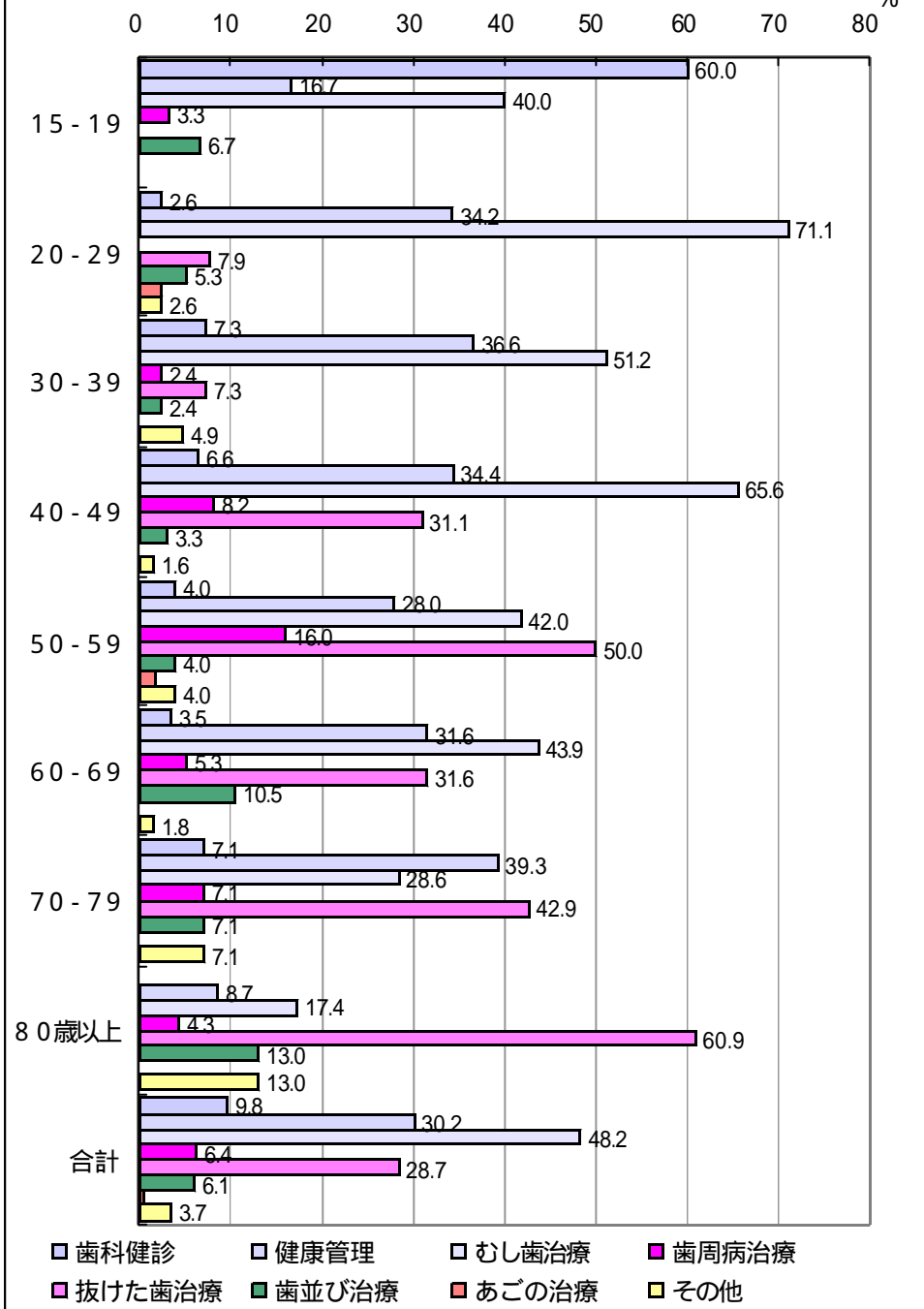
**問28で 1年間に「歯科健診や治療を受けた」と答えた方にお聞きします**

問28-1 あなたが受けた内容は何ですか。主なものに3つ以内で をつけてください。

男女とも「むし歯の治療」が最も多く、次いで「定期的な歯石除去や歯の清掃等の健康管理」、「抜けた歯の治療（入れ歯、ブリッジの作製、修理）」となっている。

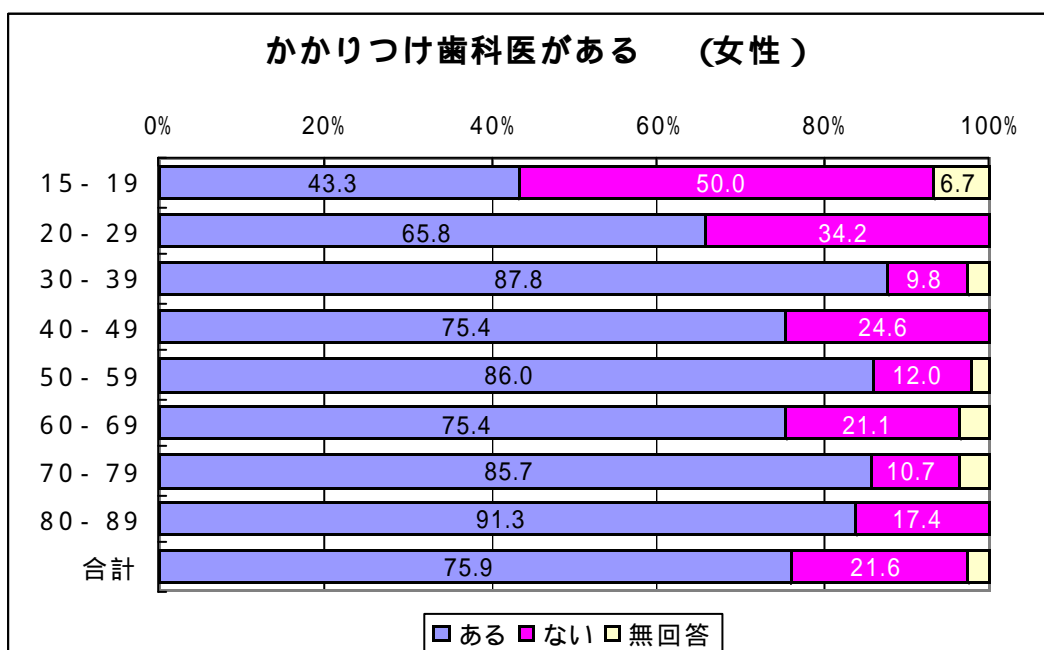
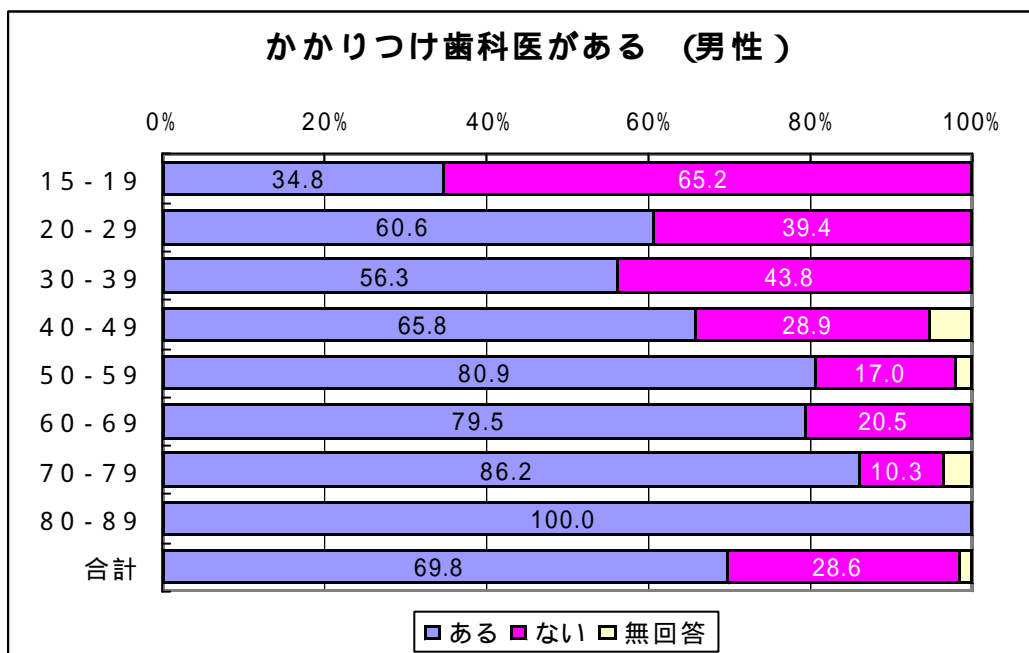


### 歯科健診を受けた内容（女性）



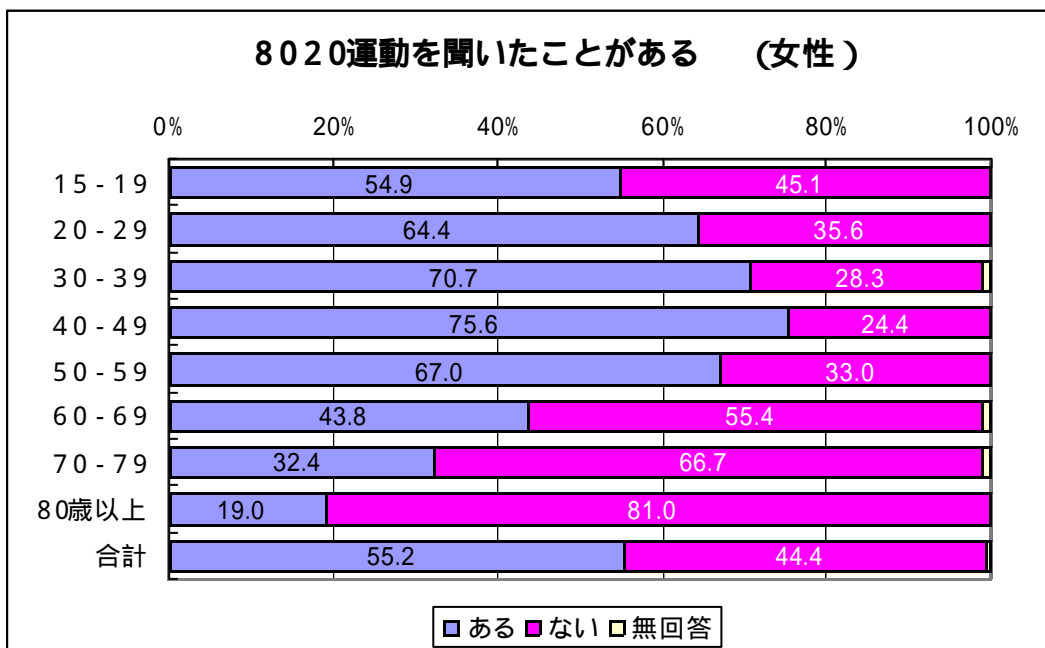
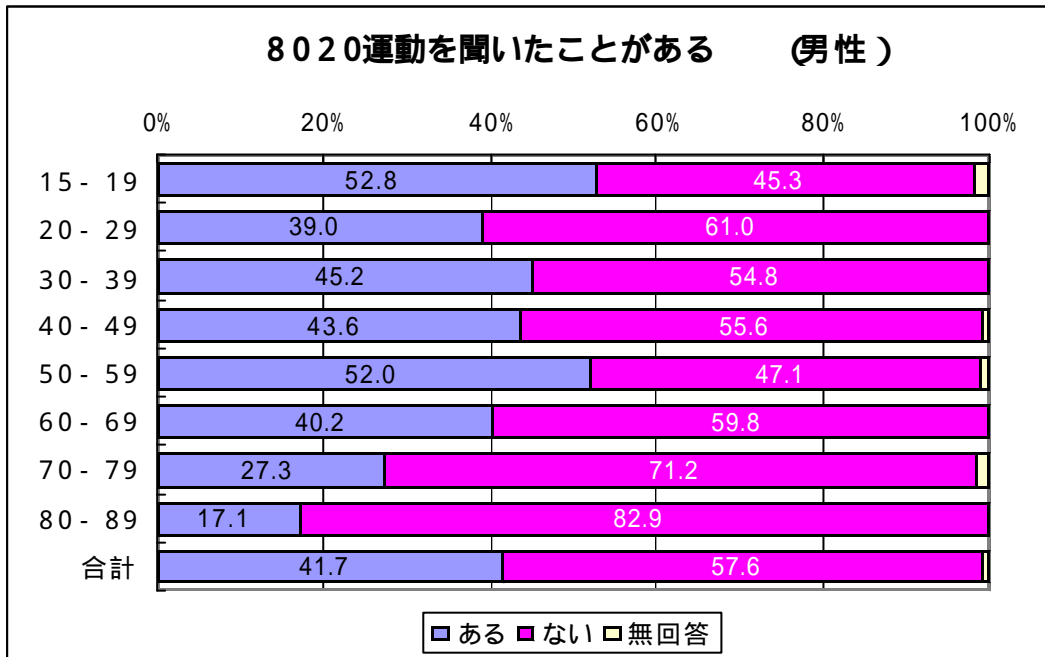
問28で 1年間に「歯科健診や治療を受けた」と答えた方にお聞きします  
 問28-2 かかりつけの歯医者さんがありますか。

1年間に歯科健診や治療を受けた人のうちかかりつけ歯科医があるとした人は、女性が男性に比べ割合が高い。



問29 あなたは、8020（ハチマルニイマル）運動という言葉聞いたことがありますか。

男性は10歳代、50歳代を除いては「聞いた事がない」人の割合が高かった。男性では10歳代が「聞いた事がある」人の割合が最も高く52%であった。女性は、60歳代以降を除いた年代で「聞いた事がある」人の割合が50%を超えていて、40歳代では75%が「聞いた事がある」と答えている。





平成15年度 県民健康栄養調査

# 生活習慣調査

(集計表)

## ・食生活について

### 問1 ふだん、家庭で食事づくりをしていますか。

(人)

性別	年齢階級	食事づくり				合計
		している	時々している	していない	無回答	
男性	15 - 19	3	16	55	2	76
	20 - 29	14	29	69		112
	30 - 39	19	32	65		116
	40 - 49	20	51	83	1	155
	50 - 59	29	40	67	1	137
	60 - 69	28	22	60		110
	70 - 79	25	8	44		77
	80歳以上	7	3	28		38
	合計	145	201	471	4	821
女性	15 - 19	6	21	37		64
	20 - 29	41	35	25		101
	30 - 39	81	22	10		113
	40 - 49	141	15	5		161
	50 - 59	116	9	2	1	128
	60 - 69	119	6	2		127
	70 - 79	103	4	11		118
	80歳以上	45	11	15		71
	合計	652	123	107	1	883
総数	15 - 19	9	37	92	2	140
	20 - 29	55	64	94		213
	30 - 39	100	54	75		229
	40 - 49	161	66	88	1	316
	50 - 59	145	49	69	2	265
	60 - 69	147	28	62		237
	70 - 79	128	12	55		195
	80歳以上	52	14	43		109
	合計	797	324	578	5	1704

### 問1で 家庭で食事づくり「している」「時々している」と答えた方にお聞きします

#### 問1 - 1 食事づくりで最も関心があることは何ですか。

(人)

性別	年齢階級	食事づくりで最も関心があるもの					無回答	食事づくりをしている者
		栄養バランス	調理法	食品の表示	おいしさ	その他		
男性	15 - 19	7	1		11			19
	20 - 29	7	1	3	28	3	1	43
	30 - 39	16	7	3	23	2		51
	40 - 49	16	7	3	43	1	1	71
	50 - 59	21	5		39		4	69
	60 - 69	27	7	1	12	2	1	50
	70 - 79	20	2		10	1		33
	80歳以上	5	2		3			10
	合計	119	32	10	169	9	7	346
女性	15 - 19	7	1		19			27
	20 - 29	23	5	1	44	1	2	76
	30 - 39	59	7	4	30		3	103
	40 - 49	98	7	7	34	3	7	156
	50 - 59	65	8	7	43		2	125
	60 - 69	74	5	8	30	4	4	125
	70 - 79	56	13	3	24	9	2	107
	80歳以上	19	7		21	7	2	56
	合計	401	53	30	245	24	22	775
総数	15 - 19	14	2		30			46
	20 - 29	30	6	4	72	4	3	119
	30 - 39	75	14	7	53	2	3	154
	40 - 49	114	14	10	77	4	8	227
	50 - 59	86	13	7	82		6	194
	60 - 69	101	12	9	42	6	5	175
	70 - 79	76	15	3	34	10	2	140
	80歳以上	24	9		24	7	2	66
	合計	520	85	40	414	33	29	1121

問2 ふだんの食生活の状況についておたずねします。

朝食

(人)

性別	年齢階級	朝食を食べていますか						合計
		毎日食べる	週5～6回 食べる	週3～4回 食べる	週1～2回 食べる	ほとんど 食べない	無回答	
男性	15-19	48	7	8	6	5	2	76
	20-29	48	12	16	19	17		112
	30-39	49	15	13	18	20	1	116
	40-49	98	14	5	19	18	1	155
	50-59	87	10	14	10	16		137
	60-69	95		5	4	6		110
	70-79	71		1	1	4		77
	80歳以上	37				1		38
	合計	533	58	62	77	87	4	821
女性	15-19	44	2	8	5	5		64
	20-29	46	13	16	10	16		101
	30-39	75	13	12	6	7		113
	40-49	100	17	11	16	17		161
	50-59	93	8	12	5	10		128
	60-69	114	2	4	3	3	1	127
	70-79	112		2	1	3		118
	80歳以上	69	1			1		71
	合計	653	56	65	46	62	1	883
総数	15-19	92	9	16	11	10	2	140
	20-29	94	25	32	29	33		213
	30-39	124	28	25	24	27	1	229
	40-49	198	31	16	35	35	1	316
	50-59	180	18	26	15	26		265
	60-69	209	2	9	7	9	1	237
	70-79	183		3	2	7		195
	80歳以上	106	1			2		109
	合計	1186	114	127	123	149	5	1704

性別	年齢階級	週5～6回以上食べない者の割合			
		週1～2回 食べる	ほとんど 食べない	合計	割合
男性	15-19	6	5	11	14.5%
	20-29	19	17	36	32.1%
	30-39	18	20	38	32.8%
	40-49	19	18	37	23.9%
	50-59	10	16	26	19.0%
	60-69	4	6	10	9.1%
	70-79	1	4	5	6.5%
	80歳以上		1	1	2.6%
	合計	77	87	164	20.0%
女性	15-19	5	5	10	6.8%
	20-29	10	16	26	15.2%
	30-39	6	7	13	17.4%
	40-49	16	17	33	11.7%
	50-59	5	10	15	11.7%
	60-69	3	3	6	5.5%
	70-79	1	3	4	5.2%
	80歳以上		1	1	2.6%
	合計	46	62	108	19.6%

### 昼食

(人)

性別	年齢階級	昼食を食べていますか					無回答	合計
		毎日食べる	週5～6回 食べる	週3～4回 食べる	週1～2回 食べる	ほとんど 食べない		
男性	15-19	68	6	1			1	76
	20-29	90	11	4	6	1		112
	30-39	96	10	7	1	1	1	116
	40-49	141	8	2	1	3		155
	50-59	122	8	4	2	1		137
	60-69	106	1	2	1			110
	70-79	73		2	1	1		77
	80歳以上	38						38
合計		734	44	22	12	7	2	821
女性	15-19	60	3	1				64
	20-29	73	12	11	5			101
	30-39	90	13	5	4		1	113
	40-49	135	20	4	1	1		161
	50-59	114	7	4	3			128
	60-69	122	2	2			1	127
	70-79	117			1			118
	80歳以上	68		2		1		71
合計		779	57	29	14	2	2	883
総数	15-19	128	9	2			1	140
	20-29	163	23	15	11	1		213
	30-39	186	23	12	5	1	2	229
	40-49	276	28	6	2	4		316
	50-59	236	15	8	5	1		265
	60-69	228	3	4	1		1	237
	70-79	190		2	2	1		195
	80歳以上	106		2		1		109
合計		1513	101	51	26	9	4	1704

### 夕食

(人)

性別	年齢階級	夕食を食べていますか					無回答	合計
		毎日食べる	週5～6回 食べる	週3～4回 食べる	週1～2回 食べる	ほとんど 食べない		
男性	15-19	67	7	1			1	76
	20-29	93	9	7	3			112
	30-39	97	11	5	1	1	1	116
	40-49	145	6	3	1			155
	50-59	119	7	6	3	2		137
	60-69	102	1	6		1		110
	70-79	74		3				77
	80歳以上	37			1			38
合計		734	41	31	9	4	2	821
女性	15-19	57	5	2				64
	20-29	81	9	9	2			101
	30-39	103	7	2			1	113
	40-49	147	11	3				161
	50-59	121	3	3	1			128
	60-69	122	2	2			1	127
	70-79	117	1					118
	80歳以上	68	1	2				71
合計		816	39	23	3		2	883
総数	15-19	124	12	3			1	140
	20-29	174	18	16	5			213
	30-39	200	18	7	1	1	2	229
	40-49	292	17	6	1			316
	50-59	240	10	9	4	2		265
	60-69	224	3	8		1	1	237
	70-79	191	1	3				195
	80歳以上	105	1	2	1			109
合計		1550	80	54	12	4	4	1704

間食

(人)

性別	年齢階級	間食を食べますか					合計	
		毎日食べる	週5~6回 食べる	週3~4回 食べる	週1~2回 食べる	ほとんど 食べない		無回答
男性	15-19	17	7	21	13	15	3	76
	20-29	14	9	28	35	18	8	112
	30-39	12	6	20	40	31	7	116
	40-49	19	12	22	37	57	8	155
	50-59	27	5	14	37	46	8	137
	60-69	20	5	16	24	40	5	110
	70-79	18	1	6	21	28	3	77
	80歳以上	12	1	6	5	13	1	38
	合計	139	46	133	212	248	43	821
女性	15-19	13	11	14	16	8	2	64
	20-29	15	11	22	36	14	3	101
	30-39	22	10	22	33	25	1	113
	40-49	43	14	38	37	26	3	161
	50-59	46	3	28	24	24	3	128
	60-69	30	13	12	35	30	7	127
	70-79	35	5	19	21	37	1	118
	80歳以上	31	1	10	6	18	5	71
	合計	235	68	165	208	182	25	883
総数	15-19	30	18	35	29	23	5	140
	20-29	29	20	50	71	32	11	213
	30-39	34	16	42	73	56	8	229
	40-49	62	26	60	74	83	11	316
	50-59	73	8	42	61	70	11	265
	60-69	50	18	28	59	70	12	237
	70-79	53	6	25	42	65	4	195
	80歳以上	43	2	16	11	31	6	109
	合計	374	114	298	420	430	68	1704

問3 ふだん、夕食は何時頃にとりますか。あてはまるものに1つをつけてください。

(人)

性別	年齢階級	夕食の時間				無回答	合計
		6時まで	6時~8時	8時~10時	10時以降		
男性	15-19	2	33	32	6	3	76
	20-29		56	45	10	1	112
	30-39	3	67	38	6	2	116
	40-49	5	93	49	7	1	155
	50-59	7	81	45	3	1	137
	60-69	14	79	14	1	2	110
	70-79	8	58	10		1	77
	80歳以上	9	25	4			38
	合計	48	492	237	33	11	821
女性	15-19		36	28			64
	20-29		55	41	3	2	101
	30-39	2	74	32	3	2	113
	40-49	3	120	37	1		161
	50-59	5	86	33	2	2	128
	60-69	16	101	9		1	127
	70-79	17	94	7			118
	80歳以上	11	55	4		1	71
	合計	54	621	191	9	8	883
総数	15-19	2	69	60	6	3	140
	20-29		111	86	13	3	213
	30-39	5	141	70	9	4	229
	40-49	8	213	86	8	1	316
	50-59	12	167	78	5	3	265
	60-69	30	180	23	1	3	237
	70-79	25	152	17		1	195
	80歳以上	20	80	8		1	109
	合計	102	1113	428	42	19	1704

問4 外食はどのくらいの頻度でしますか。(店で買ったおにぎりや弁当は外食にかぞえます)あてはまる箇所を1つをつけてください。

朝食

(人)

性別	年齢階級	朝食を外食						合計
		毎日	週3~4回 利用する	週1~2回 利用する	月1~2回 利用する	ほとんど 利用しない	無回答	
男性	15-19	3	1	7	7	55	3	76
	20-29	2	5	12	17	72	4	112
	30-39	4	8	16	9	75	4	116
	40-49	6	7	14	8	112	8	155
	50-59	4	4	11	6	105	7	137
	60-69	4	1	1	1	99	4	110
	70-79				3	71	3	77
	80歳以上	1		1		36		38
合計		24	26	62	51	625	33	821
女性	15-19	2	7	5	1	48	1	64
	20-29	1	2	9	10	75	4	101
	30-39	3	1	5	9	93	2	113
	40-49	2	3	8	8	140		161
	50-59	4		3	4	110	7	128
	60-69	1		1	3	118	4	127
	70-79	3				114	1	118
	80歳以上	1				67	3	71
合計		17	13	31	35	765	22	883
総数	15-19	5	8	12	8	103	4	140
	20-29	3	7	21	27	147	8	213
	30-39	7	9	21	18	168	6	229
	40-49	8	10	22	16	252	8	316
	50-59	8	4	14	10	215	14	265
	60-69	5	1	2	4	217	8	237
	70-79	3			3	185	4	195
	80歳以上	2		1		103	3	109
合計		41	39	93	86	1390	55	1704

昼食

(人)

性別	年齢階級	昼食を外食						合計
		毎日	週3~4回 利用する	週1~2回 利用する	月1~2回 利用する	ほとんど 利用しない	無回答	
男性	15-19	17	12	11	13	20	3	76
	20-29	27	28	18	17	20	2	112
	30-39	31	23	16	13	32	1	116
	40-49	41	26	18	19	49	2	155
	50-59	28	22	14	24	46	3	137
	60-69	9	10	7	23	58	3	110
	70-79	1	6	5	16	46	3	77
	80歳以上		1	2	4	31		38
合計		154	128	91	129	302	17	821
女性	15-19	14	14	8	10	17	1	64
	20-29	11	11	19	27	29	4	101
	30-39	9	14	23	38	29		113
	40-49	4	18	27	49	63		161
	50-59	5	12	12	35	60	4	128
	60-69	1	2	4	34	81	5	127
	70-79	2	2	8	18	87	1	118
	80歳以上	1	7	6	7	50		71
合計		47	80	107	218	416	15	883
総数	15-19	31	26	19	23	37	4	140
	20-29	38	39	37	44	49	6	213
	30-39	40	37	39	51	61	1	229
	40-49	45	44	45	68	112	2	316
	50-59	33	34	26	59	106	7	265
	60-69	10	12	11	57	139	8	237
	70-79	3	8	13	34	133	4	195
	80歳以上	1	8	8	11	81		109
合計		201	208	198	347	718	32	1704

## 夕食

(人)

性別	年齢階級	夕食を外食						合計
		毎日	週3~4回 利用する	週1~2回 利用する	月1~2回 利用する	ほとんど 利用しない	無回答	
男性	15-19	6	9	8	23	27	3	76
	20-29	5	13	27	24	41	2	112
	30-39	5	14	19	34	42	2	116
	40-49	7	10	22	34	75	7	155
	50-59	8	12	21	26	66	4	137
	60-69	5	4	6	26	65	4	110
	70-79	1		7	15	53	1	77
	80歳以上	1		2	3	32		38
合計		38	62	112	185	401	23	821
女性	15-19	4	3	7	22	27	1	64
	20-29	2	11	24	37	27		101
	30-39	3		25	44	40	1	113
	40-49	1	4	15	68	73		161
	50-59	2	3	11	41	68	3	128
	60-69	1	2	4	33	83	4	127
	70-79	2	1	3	17	93	2	118
	80歳以上	1		4	11	53	2	71
合計		16	24	93	273	464	13	883
総数	15-19	10	12	15	45	54	4	140
	20-29	7	24	51	61	68	2	213
	30-39	8	14	44	78	82	3	229
	40-49	8	14	37	102	148	7	316
	50-59	10	15	32	67	134	7	265
	60-69	6	6	10	59	148	8	237
	70-79	3	1	10	32	146	3	195
	80歳以上	2		6	14	85	2	109
合計		54	86	205	458	865	36	1704

## 間食（夜食を含む）

(人)

性別	年齢階級	間食を外食						合計
		毎日	週3~4回 利用する	週1~2回 利用する	月1~2回 利用する	ほとんど 利用しない	無回答	
男性	15-19	1	15	15	13	26	6	76
	20-29	3	13	26	18	45	7	112
	30-39	1	11	20	18	63	3	116
	40-49	6	6	16	21	93	13	155
	50-59	6	9	14	22	74	12	137
	60-69	3	3	4	4	88	8	110
	70-79	2	4	4		63	4	77
	80歳以上	1		3	1	32	1	38
合計		23	61	102	97	484	54	821
女性	15-19	3	10	11	15	24	1	64
	20-29	2	9	18	16	51	5	101
	30-39	3	5	20	21	60	4	113
	40-49	2	14	18	25	97	5	161
	50-59	4	3	8	17	87	9	128
	60-69	1	5	3	11	99	8	127
	70-79	4	4	2	6	100	2	118
	80歳以上	2	3	6	3	53	4	71
合計		21	53	86	114	571	38	883
総数	15-19	4	25	26	28	50	7	140
	20-29	5	22	44	34	96	12	213
	30-39	4	16	40	39	123	7	229
	40-49	8	20	34	46	190	18	316
	50-59	10	12	22	39	161	21	265
	60-69	4	8	7	15	187	16	237
	70-79	6	8	6	6	163	6	195
	80歳以上	3	3	9	4	85	5	109
合計		44	114	188	211	1055	92	1704

問5 ふだんの食事で市販の惣菜を利用することがありますか。あてはまるものに1つをつけてください。

(人)

性別	年齢階級	惣菜の利用					合計
		ほとんど毎日	週4~5回 利用する	週2~3回 利用する	ほとんど 利用しない	無回答	
男性	15 - 19	2	3	26	43	2	76
	20 - 29	7	6	44	55		112
	30 - 39	15	9	31	61		116
	40 - 49	14	10	38	92	1	155
	50 - 59	6	7	51	73		137
	60 - 69	5	2	22	81		110
	70 - 79	2		24	51		77
	80歳以上	1		13	24		38
	合計	52	37	249	480	3	821
女性	15 - 19	4	5	17	38		64
	20 - 29	1	6	21	73		101
	30 - 39	2	4	25	82		113
	40 - 49	5	2	46	108		161
	50 - 59	1	3	36	88		128
	60 - 69	3	4	26	93	1	127
	70 - 79	2		28	88		118
	80歳以上		2	22	47		71
	合計	18	26	221	617	1	883
総数	15 - 19	6	8	43	81	2	140
	20 - 29	8	12	65	128		213
	30 - 39	17	13	56	143		229
	40 - 49	19	12	84	200	1	316
	50 - 59	7	10	87	161		265
	60 - 69	8	6	48	174	1	237
	70 - 79	4		52	139		195
	80歳以上	1	2	35	71		109
	合計	70	63	470	1097	4	1704

問6 健康に配慮した外食や弁当のメニュー(例:低カロリー食、減塩食、バランス食等)があれば利用しますか。あてはまるものに1つをつけてください。

(人)

性別	年齢階級	健康メニューの利用				合計
		利用する	利用しない	わからない	無回答	
男性	15 - 19	15	13	46	2	76
	20 - 29	36	31	45		112
	30 - 39	43	27	45	1	116
	40 - 49	45	56	54		155
	50 - 59	51	47	38	1	137
	60 - 69	35	43	31	1	110
	70 - 79	28	24	24	1	77
	80歳以上	10	15	13		38
	合計	263	256	296	6	821
女性	15 - 19	24	6	34		64
	20 - 29	44	17	40		101
	30 - 39	55	23	34	1	113
	40 - 49	80	33	48		161
	50 - 59	56	39	33		128
	60 - 69	46	45	35	1	127
	70 - 79	35	51	32		118
	80歳以上	20	32	19		71
	合計	360	246	275	2	883
総数	15 - 19	39	19	80	2	140
	20 - 29	80	48	85		213
	30 - 39	98	50	79	2	229
	40 - 49	125	89	102		316
	50 - 59	107	86	71	1	265
	60 - 69	81	88	66	2	237
	70 - 79	63	75	56	1	195
	80歳以上	30	47	32		109
	合計	623	502	571	8	1704



問7 栄養のバランスを意識して外食や弁当を選んでますか。あてはまるものに1つをつけてください。

(人)

性別	年齢階級	栄養バランスを意識した弁当選び				合計
		はい	時々	いいえ	無回答	
男性	15 - 19	6	24	43	3	76
	20 - 29	12	48	52		112
	30 - 39	21	39	56		116
	40 - 49	21	55	78	1	155
	50 - 59	38	37	62		137
	60 - 69	43	14	52	1	110
	70 - 79	21	18	37	1	77
	80歳以上	8	7	23		38
	合計	170	242	403	6	821
女性	15 - 19	6	32	25	1	64
	20 - 29	19	54	28		101
	30 - 39	28	55	29	1	113
	40 - 49	60	62	37	2	161
	50 - 59	54	34	39	1	128
	60 - 69	55	23	48	1	127
	70 - 79	41	15	61	1	118
	80歳以上	20	13	38		71
	合計	283	288	305	7	883
総数	15 - 19	12	56	68	4	140
	20 - 29	31	102	80		213
	30 - 39	49	94	85	1	229
	40 - 49	81	117	115	3	316
	50 - 59	92	71	101	1	265
	60 - 69	98	37	100	2	237
	70 - 79	62	33	98	2	195
	80歳以上	28	20	61		109
	合計	453	530	708	13	1704

問8 現在、自分の食生活に問題があると感じますか。あてはまるものに1つをつけてください。

(人)

性別	年齢階級	食生活に問題があると感じていますか				合計
		ある	多少	ない	無回答	
男性	15 - 19	8	36	30	2	76
	20 - 29	23	57	32		112
	30 - 39	17	68	31		116
	40 - 49	20	72	63		155
	50 - 59	20	65	52		137
	60 - 69	11	42	56	1	110
	70 - 79	8	17	52		77
	80歳以上	4	6	28		38
	合計	111	363	344	3	821
女性	15 - 19	11	39	14		64
	20 - 29	23	54	24		101
	30 - 39	21	60	31	1	113
	40 - 49	31	99	31		161
	50 - 59	23	70	35		128
	60 - 69	18	59	49	1	127
	70 - 79	13	34	71		118
	80歳以上	5	15	51		71
	合計	145	430	306	2	883
総数	15 - 19	19	75	44	2	140
	20 - 29	46	111	56		213
	30 - 39	38	128	62	1	229
	40 - 49	51	171	94		316
	50 - 59	43	135	87		265
	60 - 69	29	101	105	2	237
	70 - 79	21	51	123		195
	80歳以上	9	21	79		109
	合計	256	793	650	5	1704

**問8で 食生活で問題が「ある」、「多少ある」と答えた方にお聞きします**

**問8 - 1 どのような問題がありますか。主なものに3つ以内で をつけてください。**

(人)

性別	年齢階級	食生活の問題								食生活に問題のある者
		お腹いっぱい	早食い	栄養のバランスが悪い	油っこいものが多い	塩辛いものが好き	間食が多い	好き嫌いが多い	その他の問題	
男性	15-19	12	15	19	9	4	14	13	1	44
	20-29	32	26	35	28	16	12	12	5	80
	30-39	38	34	33	29	14	11	16		85
	40-49	36	41	30	28	16	13	11	7	92
	50-59	33	27	28	29	20	10	14	4	85
	60-69	26	20	13	18	11	4	3	6	53
	70-79	8	5	6	9	4	4	2	6	25
	80歳以上	3	3	1	2		1	2		10
合計		188	171	165	152	85	69	73	29	474
女性	15-19	16	9	25	5	5	14	11	6	50
	20-29	28	21	31	17	12	23	14	8	77
	30-39	27	25	34	12	6	24	16	9	81
	40-49	50	38	43	22	21	36	14	18	130
	50-59	33	32	33	19	16	24	5	18	93
	60-69	36	20	34	16	11	11	2	8	77
	70-79	16	6	19	14	6	9	4	5	47
	80歳以上	5	3	6	4	3	5	7	3	20
合計		211	154	225	109	80	146	73	75	575
総数	15-19	28	24	44	14	9	28	24	7	94
	20-29	60	47	66	45	28	35	26	13	157
	30-39	65	59	67	41	20	35	32	9	166
	40-49	86	79	73	50	37	49	25	25	222
	50-59	66	59	61	48	36	34	19	22	178
	60-69	62	40	47	34	22	15	5	14	130
	70-79	24	11	25	23	10	13	6	11	72
	80歳以上	8	6	7	6	3	6	9	3	30
合計		399	325	390	261	165	215	146	104	1049

**問8 - 2 食生活を点検（見直し）することがありますか。**

(人)

性別	年齢階級	食生活の見直し			食生活に問題
		はい	いいえ	無回答	
男性	15-19	12	31	1	44
	20-29	34	46		80
	30-39	46	38	1	85
	40-49	46	46		92
	50-59	41	43	1	85
	60-69	29	21	3	53
	70-79	12	13		25
	80歳以上	5	4	1	10
合計		225	242	7	474
女性	15-19	19	31		50
	20-29	45	32		77
	30-39	53	25	3	81
	40-49	96	34		130
	50-59	66	26	1	93
	60-69	55	21	1	77
	70-79	28	19		47
	80歳以上	15	5		20
合計		377	193	5	575
総数	15-19	31	62	1	94
	20-29	79	78		157
	30-39	99	63	4	166
	40-49	142	80		222
	50-59	107	69	2	178
	60-69	84	42	4	130
	70-79	40	32		72
	80歳以上	20	9	1	30
合計		602	435	12	1049

問9 自分にあつた食事の量を知っていますか。

(人)

性別	年齢階級	自分に合った食事量			合計
		知っている	知らない	無回答	
男性	15 - 19	22	52	2	76
	20 - 29	42	69	1	112
	30 - 39	51	65		116
	40 - 49	66	89		155
	50 - 59	70	67		137
	60 - 69	65	43	2	110
	70 - 79	53	24		77
	80歳以上	19	19		38
	合計		388	428	5
女性	15 - 19	23	40	1	64
	20 - 29	45	56		101
	30 - 39	62	50	1	113
	40 - 49	91	70		161
	50 - 59	79	48	1	128
	60 - 69	78	48	1	127
	70 - 79	75	43		118
	80歳以上	44	27		71
	合計		497	382	4
総数	15 - 19	45	92	3	140
	20 - 29	87	125	1	213
	30 - 39	113	115	1	229
	40 - 49	157	159		316
	50 - 59	149	115	1	265
	60 - 69	143	91	3	237
	70 - 79	128	67		195
	80歳以上	63	46		109
	合計		885	810	9

・運動について      ここでいう「運動」は、1回あたり継続して20分以上のものとしします。

問10 運動を楽しいと思ひますか。あてはまるものに1つ をつけてください。 (人)

性別	年齢階級	運動が楽しいと思ひますか			合計	
		楽しい	嫌い どちらでもない	無回答		
男性	15 - 19	54	4	17	1	76
	20 - 29	67	7	38		112
	30 - 39	55	6	54	1	116
	40 - 49	70	14	70	1	155
	50 - 59	54	14	69		137
	60 - 69	61	6	41	2	110
	70 - 79	37	5	34	1	77
	80歳以上	15		23		38
	合計	413	56	346	6	821
女性	15 - 19	42	5	17		64
	20 - 29	46	7	48		101
	30 - 39	52	8	53		113
	40 - 49	63	19	79		161
	50 - 59	57	11	60		128
	60 - 69	75	12	39	1	127
	70 - 79	61	6	50	1	118
	80歳以上	41	5	25		71
	合計	437	73	371	2	883
総数	15 - 19	96	9	34	1	140
	20 - 29	113	14	86		213
	30 - 39	107	14	107	1	229
	40 - 49	133	33	149	1	316
	50 - 59	111	25	129		265
	60 - 69	136	18	80	3	237
	70 - 79	98	11	84	2	195
	80歳以上	56	5	48		109
	合計	850	129	717	8	1704

問11 日常生活の中で、健康の維持増進のために意識的に運動を心がけていますか。

(人)

性別	年齢階級	運動を心がけていますか			合計
		はい	いいえ	無回答	
男性	15 - 19	37	38	1	76
	20 - 29	52	60		112
	30 - 39	44	72		116
	40 - 49	51	103	1	155
	50 - 59	68	68	1	137
	60 - 69	64	45	1	110
	70 - 79	47	29	1	77
	80歳以上	23	15		38
	合計	386	430	5	821
女性	15 - 19	28	35	1	64
	20 - 29	21	80		101
	30 - 39	39	73	1	113
	40 - 49	60	101		161
	50 - 59	59	67	2	128
	60 - 69	88	38	1	127
	70 - 79	72	46		118
	80歳以上	44	26	1	71
	合計	411	466	6	883
総数	15 - 19	65	73	2	140
	20 - 29	73	140		213
	30 - 39	83	145	1	229
	40 - 49	111	204	1	316
	50 - 59	127	135	3	265
	60 - 69	152	83	2	237
	70 - 79	119	75	1	195
	80歳以上	67	41	1	109
	合計	797	896	11	1704

**問 1 1 で 日常生活の中で「運動を心がけている」と答えた方にお聞きします**

**問 1 1 - 1 どのような運動をどれくらいの頻度で運動をしていますか。主なものを3つ以内で をつけてください**

**1 . ウォーキング ( 散歩も含む )**

( 人 )

性別	年齢階級	ウォーキング					小計	対象者数
		ほぼ毎日	週4~5回	週2~3回	週1回	月1~2回		
男性	15-19	8	3	1	2		14	76
	20-29	1	1	3	4		9	112
	30-39	4	5	2	4	4	19	116
	40-49	10	5	8	3	2	28	155
	50-59	12	7	14	4	10	47	137
	60-69	20	15	7	5	1	48	110
	70-79	15	1	11	2		29	77
	80歳以上	13		2	2		17	38
合計	83	37	48	26	17	211	821	
女性	15-19	6	2	3		2	13	64
	20-29	1	2	4	1	1	9	101
	30-39	8	2	7	2	2	21	113
	40-49	14	9	12	5	5	45	161
	50-59	13	9	11	6	4	43	128
	60-69	27	6	22	7	6	68	127
	70-79	26	6	5	3	2	42	118
	80歳以上	19	1	2		1	23	71
合計	114	37	66	24	23	264	883	
総数	15-19	14	5	4	2	2	27	140
	20-29	2	3	7	5	1	18	213
	30-39	12	7	9	6	6	40	229
	40-49	24	14	20	8	7	73	316
	50-59	25	16	25	10	14	90	265
	60-69	47	21	29	12	7	116	237
	70-79	41	7	16	5	2	71	195
	80歳以上	32	1	4	2	1	40	109
合計	197	74	114	50	40	475	1704	

**2 . ジョギング**

( 人 )

性別	年齢階級	ジョギング					小計	対象者数
		ほぼ毎日	週4~5回	週2~3回	週1回	月1~2回		
男性	15-19	10		3	2	1	16	76
	20-29	2	3	4	3	1	13	112
	30-39	1	1	3	5		10	116
	40-49		4	5		1	10	155
	50-59	3	1	3	2	4	13	137
	60-69	2	2	1	1	1	7	110
	70-79	1	1	1			3	77
	80歳以上							38
合計	19	12	20	13	8	72	821	
女性	15-19	3	2	5		3	13	64
	20-29				1		1	101
	30-39	1					1	113
	40-49		3	2	1	3	9	161
	50-59	1		3	1		5	128
	60-69	1	1				2	127
	70-79		1				1	118
	80歳以上	1					1	71
合計	7	7	10	3	6	33	883	
総数	15-19	13	2	8	2	4	29	140
	20-29	2	3	4	4	1	14	213
	30-39	2	1	3	5		11	229
	40-49		7	7	1	4	19	316
	50-59	4	1	6	3	4	18	265
	60-69	3	3	1	1	1	9	237
	70-79	1	2	1			4	195
	80歳以上	1					1	109
合計	26	19	30	16	14	105	1704	

### 3. ゴルフ

(人)

性別	年齢階級	ゴルフ					小計	対象者数
		ほぼ毎日	週4~5回	週2~3回	週1回	月1~2回		
男性	15-19							76
	20-29				1	2	3	112
	30-39				2	3	5	116
	40-49		2	2	3	6	13	155
	50-59	1	1	2	4	15	23	137
	60-69			4	3	7	14	110
	70-79			1	2	1	4	77
	80歳以上							38
合計		1	3	9	15	34	62	821
女性	15-19	1				1	2	64
	20-29			1	1		2	101
	30-39				1		1	113
	40-49							161
	50-59			2		2	4	128
	60-69				1	1	2	127
	70-79			1			1	118
	80歳以上							71
合計		1		4	3	4	12	883
総数	15-19	1				1	2	140
	20-29			1	2	2	5	213
	30-39				3	3	6	229
	40-49		2	2	3	6	13	316
	50-59	1	1	4	4	17	27	265
	60-69			4	4	8	16	237
	70-79			2	2	1	5	195
	80歳以上							109
合計		2	3	13	18	38	74	1704

### 4. 体操・ストレッチ

(人)

性別	年齢階級	体操・ストレッチ					小計	対象者数
		ほぼ毎日	週4~5回	週2~3回	週1回	月1~2回		
男性	15-19	10		3	2	1	16	76
	20-29	2	3	4	3	1	13	112
	30-39	1	1	3	5		10	116
	40-49		4	5		1	10	155
	50-59	3	1	3	2	4	13	137
	60-69	2	2	1	1	1	7	110
	70-79	1	1	1			3	77
	80歳以上							38
合計		19	12	20	13	8	72	821
女性	15-19	3	2	5		3	13	64
	20-29				1		1	101
	30-39	1					1	113
	40-49		3	2	1	3	9	161
	50-59	1		3	1		5	128
	60-69	1	1				2	127
	70-79		1				1	118
	80歳以上	1					1	71
合計		7	7	10	3	6	33	883
総数	15-19	13	2	8	2	4	29	140
	20-29	2	3	4	4	1	14	213
	30-39	2	1	3	5		11	229
	40-49		7	7	1	4	19	316
	50-59	4	1	6	3	4	18	265
	60-69	3	3	1	1	1	9	237
	70-79	1	2	1			4	195
	80歳以上	1					1	109
合計		26	19	30	16	14	105	1704

## 5. グラウンドゴルフ・ゲートボール

(人)

性別	年齢階級	グラウンドゴルフ、ゲートボール等					小計	対象者数
		ほぼ毎日	週4～5回	週2～3回	週1回	月1～2回		
男性	15-19			2			2	76
	20-29				2		2	112
	30-39			1	2	1	4	116
	40-49							155
	50-59		1	1			2	137
	60-69	4		4	2	2	12	110
	70-79	4	2	2	3	5	16	77
	80歳以上	1	2	2	1	4	10	38
	合計	9	5	12	10	12	48	821
女性	15-19							64
	20-29					1	1	101
	30-39							113
	40-49							161
	50-59					1	1	128
	60-69			1	1	3	5	127
	70-79	2	1	3	3	4	13	118
	80歳以上	3	4	6	2		15	71
	合計	5	5	10	6	9	35	883
総数	15-19			2			2	140
	20-29				2	1	3	213
	30-39			1	2	1	4	229
	40-49							316
	50-59		1	1		1	3	265
	60-69	4		5	3	5	17	237
	70-79	6	3	5	6	9	29	195
	80歳以上	4	6	8	3	4	25	109
	合計	14	10	22	16	21	83	1704

## 6. 球技

(人)

性別	年齢階級	球技					小計	対象者数
		ほぼ毎日	週4～5回	週2～4回	週1回	月1～2回		
男性	15-19	14	6	2	2	2	26	76
	20-29	2		6	6	9	23	112
	30-39	1		1	2	3	7	116
	40-49			1		4	5	155
	50-59		1	1	1	1	4	137
	60-69				1		1	110
	70-79							77
	80歳以上							38
	合計	17	7	11	12	19	66	821
女性	15-19	10	1	3	2	1	17	64
	20-29				1	1	2	101
	30-39	1		2	4		7	113
	40-49			1	5		6	161
	50-59				1		1	128
	60-69			1			1	127
	70-79	1					1	118
	80歳以上							71
	合計	12	1	7	13	2	35	883
女性	15-19	24	7	5	4	3	43	140
	20-29	2		6	7	10	25	213
	30-39	2		3	6	3	14	229
	40-49			2	5	4	11	316
	50-59		1	1	2	1	5	265
	60-69			1	1		2	237
	70-79	1					1	195
	80歳以上							109
	合計	29	8	18	25	21	101	1704

## 7. 水泳・水中運動

(人)

性別	年齢階級	水泳・水中運動					小計	対象者数
		ほぼ毎日	週4～5回	週2～3回	週1回	月1～2回		
男性	15-19							76
	20-29	1					1	112
	30-39	1			1		4	116
	40-49	1	2		1	1	4	155
	50-59		2	1			4	137
	60-69	1		2		2	5	110
	70-79		1		1		2	77
	80歳以上							38
	合計	4	6	3	3	4	20	821
女性	15-19					1	1	64
	20-29					1	1	101
	30-39			1	2		3	113
	40-49				1		1	161
	50-59	1	2	2	2		7	128
	60-69	1	1	6	4	2	14	127
	70-79			2	4		6	118
	80歳以上							71
	合計	2	3	11	13	4	33	883
総数	15-19					1	1	140
	20-29	1				1	2	213
	30-39	1	1	1	3	1	7	229
	40-49	1	2		2		5	316
	50-59	1	4	3	2	1	11	265
	60-69	2	1	8	4	4	19	237
	70-79		1	2	5		8	195
	80歳以上							109
	合計	6	9	14	16	8	53	1704

## 8. その他

(人)

性別	年齢階級	その他の運動					小計	対象者数
		ほぼ毎日	週4～5回	週2～3回	週1回	月1～2回		
男性	15-19	1	1				2	76
	20-29	2	4	5	1		12	112
	30-39	4		3	1		8	116
	40-49	1		3		1	5	155
	50-59	2		2	1	2	7	137
	60-69	6	1	1	2		10	110
	70-79	3		1			4	77
	80-89	1					1	38
	合計	20	6	15	5	3	49	821
女性	15-19		2	1			3	64
	20-29		1	3	1	1	6	101
	30-39	1		1	4		6	113
	40-49	1		2	2	1	6	161
	50-59	2		2	2	2	8	128
	60-69	1		1	1		3	127
	70-79	1		1	2	3	7	118
	80-89	3		2		1	6	71
	合計	9	3	13	12	8	45	883
総数	15-19	1	3	1			5	140
	20-29	2	5	8	2	1	18	213
	30-39	5		4	5		14	229
	40-49	2		5	2	2	11	316
	50-59	4		4	3	4	15	265
	60-69	7	1	2	3		13	237
	70-79	4		2	2	3	11	195
	80-89	4		2		1	7	109
	合計	29	9	28	17	11	94	1704



(人)

性別	年齢階級	週2～3回以上運動をしている人の運動の種類							合計
		ウォーキング	ジョギング	ゴルフ	体操ストレッチ	グラウンドゴルフ	球技	水中運動	
男性	15-19	12	13	14	15	16	17	18	105
	20-29	5	9		13		8	1	36
	30-39	11	5		8	1	2	2	29
	40-49	23	9	4	14		1	3	54
	50-59	33	8	4	19	2	2	3	71
	60-69	42	5	4	17	8		3	79
	70-79	27	3	1	10	8		1	50
	80歳以上	15			1	5			21
合計	168	52	27	97	40	30	31	445	
女性	15-19	11	10		8	2	22		53
	20-29	7			13		8	1	29
	30-39	17	1		8	1	2	2	31
	40-49	35	5	4	14		1	3	62
	50-59	33	4	4	19	2	2	3	67
	60-69	56	2	4	17	8		3	90
	70-79	37	1	1	10	8		1	58
	80歳以上	22	1		1	5			29
合計	218	24	13	90	26	35	13	419	
総数	15-19	23	23	14	23	18	39	18	158
	20-29	12	9		26		16	2	65
	30-39	28	6		16	2	4	4	60
	40-49	58	14	8	28		2	6	116
	50-59	66	12	8	38	4	4	6	138
	60-69	98	7	8	34	16		6	169
	70-79	64	4	2	20	16		2	108
	80歳以上	37	1		2	10			50
合計	386	76	40	187	66	65	44	864	

問11で 日常生活の中で「運動を心がけていない」と答えた方にお聞きします

問11-2 運動をしない理由について、主なものに3つ以内で をつけてください。

(人)

性別	年齢階級	運動していない理由							運動を心がけていない者
		時間がない	仕事で疲れている	お金がかかる	場所や施設がない	指導者や仲間がいない	体が弱い	その他	
男性	15-19	19	3		7	5	1	6	38
	20-29	36	31	3	6	4	1	7	60
	30-39	48	49	3	10	4	2	5	72
	40-49	63	55	7	9	7	7	11	103
	50-59	36	32		7	10	2	12	68
	60-69	17	17	2	2	1	9	8	45
	70-79	9	8			2	6	10	29
	80歳以上	2				1	4	7	15
合計	230	195	15	41	34	32	66	430	
女性	15-19	23	3	2	5	3	1	5	35
	20-29	57	33	4	12	12	2	15	80
	30-39	46	33	6	12	8	2	7	73
	40-49	72	52	8	5	13	2	7	101
	50-59	39	30	3	8	10	9	13	67
	60-69	11	6	3	2	2	9	9	38
	70-79	15	12		1	4	11	13	46
	80歳以上	1			1		10	11	26
合計	264	169	26	46	52	46	80	466	
総数	15-19	42	6	2	12	8	2	11	73
	20-29	93	64	7	18	16	3	22	140
	30-39	94	82	9	22	12	4	12	145
	40-49	135	107	15	14	20	9	18	204
	50-59	75	62	3	15	20	11	25	135
	60-69	28	23	5	4	3	18	17	83
	70-79	24	20		1	6	17	23	75
	80歳以上	3			1	1	14	18	41
合計	494	364	41	87	86	78	146	896	

問12 現在の運動の状況についてどう思いますか。あてはまるものに1つ をつけてください。(人)

性別	年齢階級	現在の運動状況					合計
		十分	やや十分	やや不足	不足	無回答	
男性	15-19	21	17	22	15	1	76
	20-29	13	19	39	41		112
	30-39	7	17	40	52		116
	40-49	16	18	28	93		155
	50-59	17	18	34	67	1	137
	60-69	27	25	31	27		110
	70-79	21	19	16	19	2	77
	80歳以上	16	4	10	8		38
	合計	138	137	220	322	4	821
女性	15-19	11	11	22	20		64
	20-29	3	8	26	64		101
	30-39	4	5	33	70	1	113
	40-49	8	14	30	109		161
	50-59	13	17	30	67	1	128
	60-69	22	32	37	35	1	127
	70-79	34	25	30	29		118
	80歳以上	28	16	7	19	1	71
	合計	123	128	215	413	4	883
総数	15-19	32	28	44	35	1	140
	20-29	16	27	65	105		213
	30-39	11	22	73	122	1	229
	40-49	24	32	58	202		316
	50-59	30	35	64	134	2	265
	60-69	49	57	68	62	1	237
	70-79	55	44	46	48	2	195
	80歳以上	44	20	17	27	1	109
	合計	261	265	435	735	8	1704

問13 運動について専門家から具体的な指導を受けたことがありますか。あてはまるものに1つ をつけてください。(人)

性別	年齢階級	専門家からの指導				合計
		よく受ける	時々受ける	受けたことがない	無回答	
男性	15-19	6	12	57	1	76
	20-29	2	12	98		112
	30-39	2	14	100		116
	40-49	2	12	141		155
	50-59	1	17	119		137
	60-69	6	11	91	2	110
	70-79	1	16	60		77
	80歳以上	3	4	30	1	38
	合計	23	98	696	4	821
女性	15-19	4	14	45	1	64
	20-29		11	90		101
	30-39	4	12	97		113
	40-49	2	9	150		161
	50-59	6	17	105		128
	60-69	4	36	87		127
	70-79	6	30	82		118
	80歳以上	9	18	43	1	71
	合計	35	147	699	2	883
総数	15-19	10	26	102	2	140
	20-29	2	23	188		213
	30-39	6	26	197		229
	40-49	4	21	291		316
	50-59	7	34	224		265
	60-69	10	47	178	2	237
	70-79	7	46	142		195
	80歳以上	12	22	73	2	109
	合計	58	245	1395	6	1704

問14 通勤や買い物などで車、エレベーター等を利用しますか。あてはまるものに1つをつけてください。

(人)

性別	年齢階級	車、エレベーター等の利用				合計
		利用する	時々利用する	利用しない	無回答	
男性	15 - 19	36	24	15	1	76
	20 - 29	85	18	9		112
	30 - 39	90	14	12		116
	40 - 49	110	32	13		155
	50 - 59	106	18	13		137
	60 - 69	68	20	21	1	110
	70 - 79	44	20	12	1	77
	80歳以上	13	8	16	1	38
	合計	552	154	111	4	821
女性	15 - 19	34	18	12		64
	20 - 29	71	24	6		101
	30 - 39	85	19	9		113
	40 - 49	112	38	11		161
	50 - 59	93	26	9		128
	60 - 69	71	39	17		127
	70 - 79	53	37	27	1	118
	80歳以上	21	18	32		71
	合計	540	219	123	1	883
総数	15 - 19	70	42	27	1	140
	20 - 29	156	42	15		213
	30 - 39	175	33	21		229
	40 - 49	222	70	24		316
	50 - 59	199	44	22		265
	60 - 69	139	59	38	1	237
	70 - 79	97	57	39	2	195
	80歳以上	34	26	48	1	109
	合計	1092	373	234	5	1704

【追加分】週2回以上運動をしている人（運動習慣のある人）

(人)

性別	年齢階級別	週2回以上運動をしている人		合計
		している	していない	
男性	15-19	34	42	76
	20-29	35	77	112
	30-39	27	89	116
	40-49	40	115	155
	50-59	52	85	137
	60-69	57	53	110
	70-79	44	33	77
	80歳以上	18	20	38
	合計	307	514	821
女性	15-19	28	36	64
	20-29	16	85	101
	30-39	29	84	113
	40-49	47	114	161
	50-59	51	77	128
	60-69	72	55	127
	70-79	60	58	118
	80歳以上	43	28	71
	合計	346	537	883
合計	15-19	62	78	140
	20-29	51	162	213
	30-39	56	173	229
	40-49	87	229	316
	50-59	103	162	265
	60-69	129	108	237
	70-79	104	91	195
	80歳以上	61	48	109
	合計	653	1051	1704

性別	年齢階級別	週2回以上運動をしている人の割合		
		している	していない	合計
男性	15-19	44.7%	55.3%	100.0%
	20-29	31.3%	68.8%	100.0%
	30-39	23.3%	76.7%	100.0%
	40-49	25.8%	74.2%	100.0%
	50-59	38.0%	62.0%	100.0%
	60-69	51.8%	48.2%	100.0%
	70-79	57.1%	42.9%	100.0%
	80歳以上	47.4%	52.6%	100.0%
	合計	37.4%	62.6%	100.0%
女性	15-19	43.8%	56.3%	100.0%
	20-29	15.8%	84.2%	100.0%
	30-39	25.7%	74.3%	100.0%
	40-49	29.2%	70.8%	100.0%
	50-59	39.8%	60.2%	100.0%
	60-69	56.7%	43.3%	100.0%
	70-79	50.8%	49.2%	100.0%
	80歳以上	60.6%	39.4%	100.0%
	合計	39.2%	60.8%	100.0%
合計	15-19	44.3%	55.7%	100.0%
	20-29	23.9%	76.1%	100.0%
	30-39	24.5%	75.5%	100.0%
	40-49	27.5%	72.5%	100.0%
	50-59	38.9%	61.1%	100.0%
	60-69	54.4%	45.6%	100.0%
	70-79	53.3%	46.7%	100.0%
	80歳以上	56.0%	44.0%	100.0%
	合計	38.3%	61.7%	100.0%

## . 休養について

問 1 5 ふだんの生活で悩み、ストレスを感じることがありますか。あてはまるものに1つをつけてください。

(人)

性別	年齢階級	ストレスを感じる					合計
		非常にある	ややある	あまりない	まったくない	無回答	
男性	15 - 19	10	18	40	7	1	76
	20 - 29	15	42	45	9	1	112
	30 - 39	12	52	37	15		116
	40 - 49	21	76	43	15		155
	50 - 59	26	59	44	8		137
	60 - 69	6	36	51	15	2	110
	70 - 79	2	18	29	27	1	77
	80歳以上	2	10	12	12	2	38
	合計	94	311	301	108	7	821
女性	15 - 19	11	23	27	3		64
	20 - 29	18	51	24	8		101
	30 - 39	23	61	26	3		113
	40 - 49	38	83	36	4		161
	50 - 59	26	58	38	5	1	128
	60 - 69	13	54	42	18		127
	70 - 79	11	36	44	27		118
	80歳以上	3	25	26	17		71
	合計	143	391	263	85	1	883
総数	15 - 19	21	41	67	10	1	140
	20 - 29	33	93	69	17	1	213
	30 - 39	35	113	63	18		229
	40 - 49	59	159	79	19		316
	50 - 59	52	117	82	13	1	265
	60 - 69	19	90	93	33	2	237
	70 - 79	13	54	73	54	1	195
	80歳以上	5	35	38	29	2	109
	合計	237	702	564	193	8	1704

問 1 5 で 悩みやストレスが「非常にある」「ややある」と答えた方にお聞きします

問 1 5 - 1 どういうことで悩みやストレスを感じることが多いですか。主なものに3つ以内で をつけてください。

(人)

性別	年齢階級	仕事上のご	人間関係	生きがい・将来の こと	自分の健康・ 病気	家族の健康・ 病気	収入・家計・ 借金	出産・育児	子供の教育・ 受験・進学	自分の学業・ 受験・進学	その他の入	ストレスの 人
男性	15-19	4	15	14	4	2	2			12	1	28
	20-29	34	21	23	6	5	19		1	7	1	57
	30-39	54	24	12	12	10	26	1	4			64
	40-49	74	35	18	17	6	35	1	11	1	3	97
	50-59	60	34	17	32	10	31		9			85
	60-69	18	8	12	21	11	15			1		42
	70-79	2	7	7	13	6	2					20
	80歳以上	3	3	2	7	3	1		1			12
	合計	249	147	105	112	53	131	2	26	21	12	405
女性	15-19	6	20	11	6	1	4		1	21	2	34
	20-29	38	28	27	7	9	20	10	4	8	1	69
	30-39	41	40	18	11	15	31	12	18	1	2	84
	40-49	61	52	25	26	27	63	3	40	2	3	121
	50-59	37	39	25	25	20	30		9	1	6	84
	60-69	8	15	20	35	31	16		4		4	67
	70-79	3	10	11	29	21	5		1		3	47
	80歳以上		4	8	17	11	4		4		3	28
	合計	194	208	145	156	135	173	25	81	33	25	534
総数	15-19	10	35	25	10	3	6		1	33	3	62
	20-29	72	49	50	13	14	39	10	5	15	2	126
	30-39	95	64	30	23	25	57	13	22	1	2	148
	40-49	135	87	43	43	33	98	4	51	3	6	218
	50-59	97	73	42	57	30	61		18	1	9	169
	60-69	26	23	32	56	42	31		4	1	6	109
	70-79	5	17	18	42	27	7		1		4	67
	80歳以上	3	7	10	24	14	5		5		4	40
	合計	443	355	260	268	188	304	27	107	54	37	939

問15-2 あなたのまわりには、次のような人はいますか。

- (1) 会うと心が落ち着き安心できる人  
 (2) 個人的な気持ちや悩みを打ち明ける事ができる人  
 (3) お互いの考えや将来の事などを話し合う事のできる人  
 (4) あなたの行動や考えに賛成し、支持してくれる人 (人)

性別	年齢階級	会うと安心できる 悩みを打ち明ける 話し合うことができる 支持してくれる				ストレスのある人
男性	15 - 19	22	23	24	21	28
	20 - 29	47	44	46	44	57
	30 - 39	50	47	50	49	64
	40 - 49	74	70	76	75	97
	50 - 59	55	56	57	52	85
	60 - 69	32	29	29	25	42
	70 - 79	12	11	15	13	20
	80歳以上	12	12	12	11	12
	合計	304	292	309	290	405
女性	15 - 19	31	31	34	30	34
	20 - 29	60	60	59	62	69
	30 - 39	73	75	75	77	84
	40 - 49	94	98	94	94	121
	50 - 59	72	76	69	67	84
	60 - 69	56	51	56	54	67
	70 - 79	44	41	41	41	47
	80歳以上	27	25	23	23	28
	合計	457	457	451	448	534
総数	15 - 19	53	54	58	51	62
	20 - 29	107	104	105	106	126
	30 - 39	123	122	125	126	148
	40 - 49	168	168	170	169	218
	50 - 59	127	132	126	119	169
	60 - 69	88	80	85	79	109
	70 - 79	56	52	56	54	67
	80歳以上	39	37	35	34	40
	合計	761	749	760	738	939

問16 ふだんの平均睡眠時間はどのくらいですか。あてはまるものに1つをつけてください。

(人)

性別	年齢階級	平均睡眠時間				合計
		6時間未満	6～8時間未満	8時間以上	無回答	
男性	15 - 19	11	60	4	1	76
	20 - 29	34	73	4	1	112
	30 - 39	26	85	4	1	116
	40 - 49	30	113	10	2	155
	50 - 59	32	88	15	2	137
	60 - 69	20	73	15	2	110
	70 - 79	17	42	18		77
	80歳以上	5	17	16		38
	合計	175	551	86	9	821
女性	15 - 19	6	53	5		64
	20 - 29	20	76	5		101
	30 - 39	30	74	7	2	113
	40 - 49	58	95	7	1	161
	50 - 59	45	73	10		128
	60 - 69	41	76	10		127
	70 - 79	35	60	23		118
	80歳以上	13	27	31		71
	合計	248	534	98	3	883
総数	15 - 19	17	113	9	1	140
	20 - 29	54	149	9	1	213
	30 - 39	56	159	11	3	229
	40 - 49	88	208	17	3	316
	50 - 59	77	161	25	2	265
	60 - 69	61	149	25	2	237
	70 - 79	52	102	41		195
	80歳以上	18	44	47		109
	合計	423	1085	184	12	1704

問17 あなた自身の休養についてどう思いますか。あてはまるものに1つ をつけてください。

(人)

性別	年齢階級	自分自身の休養					合計
		十分とれている	まあまあとれている	不足がち	不足	無回答	
男性	15 - 19	12	35	23	5	1	76
	20 - 29	21	58	27	5	1	112
	30 - 39	19	59	28	9	1	116
	40 - 49	21	83	37	13	1	155
	50 - 59	29	67	30	8	3	137
	60 - 69	44	49	12	3	2	110
	70 - 79	44	28	4	1		77
	80歳以上	26	11	1			38
	合計	216	390	162	44	9	821
女性	15 - 19	7	38	16	3		64
	20 - 29	12	61	24	4		101
	30 - 39	13	64	32	3	1	113
	40 - 49	22	76	50	12	1	161
	50 - 59	19	72	27	10		128
	60 - 69	46	59	16	4	2	127
	70 - 79	60	48	8	2		118
	80歳以上	39	25	5	2		71
	合計	218	443	178	40	4	883
総数	15 - 19	19	73	39	8	1	140
	20 - 29	33	119	51	9	1	213
	30 - 39	32	123	60	12	2	229
	40 - 49	43	159	87	25	2	316
	50 - 59	48	139	57	18	3	265
	60 - 69	90	108	28	7	4	237
	70 - 79	104	76	12	3		195
	80歳以上	65	36	6	2		109
	合計	434	833	340	84	13	1704

## . 飲酒について

問 18 ビールや泡盛等のアルコール飲料を飲んでいますか。あてはまるものを1つをつけてください。

(人)

性別	年齢階級	アルコール飲料				合計
		飲む	飲まない	やめた	無回答	
男性	15 - 19	8	65	1	2	76
	20 - 29	88	22	1	1	112
	30 - 39	93	20	2	1	116
	40 - 49	126	24	5		155
	50 - 59	99	22	15	1	137
	60 - 69	78	22	9	1	110
	70 - 79	43	27	7		77
	80歳以上	15	12	11		38
	合計		550	214	51	6
女性	15 - 19	3	58	1	2	64
	20 - 29	50	44	7		101
	30 - 39	60	47	5	1	113
	40 - 49	74	81	5	1	161
	50 - 59	39	88	1		128
	60 - 69	11	116			127
	70 - 79	7	110	1		118
	80歳以上	3	67	1		71
	合計		247	611	21	4
総数	15 - 19	11	123	2	4	140
	20 - 29	138	66	8	1	213
	30 - 39	153	67	7	2	229
	40 - 49	200	105	10	1	316
	50 - 59	138	110	16	1	265
	60 - 69	89	138	9	1	237
	70 - 79	50	137	8		195
	80歳以上	18	79	12		109
	合計		797	825	72	10

性別	年齢階級	飲酒者	調査人数	飲酒率
男性	15 - 19	8	76	10.5%
	20 - 29	88	112	78.6%
	30 - 39	93	116	80.2%
	40 - 49	126	155	81.3%
	50 - 59	99	137	72.3%
	60 - 69	78	110	70.9%
	70 - 79	43	77	55.8%
	80歳以上	15	38	39.5%
	合計		550	821
女性	15 - 19	3	64	4.7%
	20 - 29	50	101	49.5%
	30 - 39	60	113	53.1%
	40 - 49	74	161	46.0%
	50 - 59	39	128	30.5%
	60 - 69	11	127	8.7%
	70 - 79	7	118	5.9%
	80歳以上	3	71	4.2%
	合計		247	883



**問18で 現在飲酒をしている方にお聞きします**

問18-1 どのくらい飲みますか。あてはまるものに1つをつけてください。

(人)

性別	年齢階級	どのくらい飲みますか					合計
		ほとんど毎日	週に4～5回	週に2～3回	月に1～2回	無回答	
男性	15 - 19			1	7		8
	20 - 29	16	16	28	28		88
	30 - 39	29	18	21	23	2	93
	40 - 49	45	33	30	15	3	126
	50 - 59	37	13	33	16		99
	60 - 69	30	14	16	17	1	78
	70 - 79	17	5	11	9	1	43
	80歳以上	9	1	2	3		15
	合計	183	100	142	118	7	550
女性	15 - 19				1		3
	20 - 29	3	11	14	22		50
	30 - 39	3	5	15	37		60
	40 - 49	11	5	23	35		74
	50 - 59	6	6	9	16	2	39
	60 - 69		1	4	6		11
	70 - 79		2	3	1	1	7
	80歳以上	1		1		1	3
	合計	26	30	69	118	4	247
総数	15 - 19	2		1	8		11
	20 - 29	19	27	42	50		138
	30 - 39	32	23	36	60	2	153
	40 - 49	56	38	53	50	3	200
	50 - 59	43	19	42	32	2	138
	60 - 69	30	15	20	23	1	89
	70 - 79	17	7	14	10	2	50
	80歳以上	10	1	3	3	1	18
	合計	209	130	211	236	11	797

性別	年齢階級	週2～3回以上飲む習慣のある人			合計	人数	割合
		ほとんど毎日	週に4～5回	週に2～3回			
男性	20 - 29	16	16	28	60	112	53.6%
	30 - 39	29	18	21	68	116	58.6%
	40 - 49	45	33	30	108	155	69.7%
	50 - 59	37	13	33	83	137	60.6%
	60 - 69	30	14	16	60	110	54.5%
	70 - 79	17	5	11	33	77	42.9%
	80歳以上	9	1	2	12	38	31.6%
		合計	183	100	141	424	745
女性	20 - 29	3	11	14	28	101	27.7%
	30 - 39	3	5	15	23	113	20.4%
	40 - 49	11	5	23	39	161	24.2%
	50 - 59	6	6	9	21	128	16.4%
	60 - 69		1	4	5	127	3.9%
	70 - 79		2	3	5	118	4.2%
	80歳以上	1		1	2	71	2.8%
		合計	24	30	69	123	819
総数	20 - 29	19	27	42	88	213	41%
	30 - 39	32	23	36	91	229	40%
	40 - 49	56	38	53	147	316	47%
	50 - 59	43	19	42	104	265	39%
	60 - 69	30	15	20	65	237	27%
	70 - 79	17	7	14	38	195	19%
	80歳以上	10	1	3	14	109	13%
		合計	207	130	210	547	1564

問18 - 2 1回に飲む量はどれくらいですか。

1. 泡盛 合 (30度180mで1合)

(人)

性別	年齢階級	泡盛(純アルコール量)		小計
		1回量60g未満	1回量60g以上	
男性	15-19	3	1	4
	20-29	14	26	40
	30-39	15	24	39
	40-49	25	45	70
	50-59	26	35	61
	60-69	25	20	45
	70-79	25	3	28
	80歳以上	6	4	10
	合計		139	158
女性	15-19		1	1
	20-29	8	7	15
	30-39	3	2	5
	40-49	6	4	10
	50-59	4	4	8
	60-69	2		2
	70-79	1		1
	80歳以上			0
	合計		24	18
総数	15-19	3	2	5
	20-29	22	33	55
	30-39	18	26	44
	40-49	31	49	80
	50-59	30	39	69
	60-69	27	20	47
	70-79	26	3	29
	80歳以上	6	4	10
	合計		163	176

2. ビール(発泡酒含む) 缶 (350ml)

(人)

性別	年齢階級	ビール(純アルコール量)		小計
		1回量60g未満	1回量60g以上	
男性	15-19	7	1	8
	20-29	66	7	73
	30-39	73	6	79
	40-49	105	7	112
	50-59	60	11	71
	60-69	46	2	48
	70-79	23	1	24
	80歳以上	8		8
	合計		388	35
女性	15-19	3		3
	20-29	34	5	39
	30-39	46	2	48
	40-49	60	2	62
	50-59	26	4	30
	60-69	10		10
	70-79	5		5
	80歳以上	2		2
	合計		186	13
総数	15-19	10	1	11
	20-29	100	12	112
	30-39	119	8	127
	40-49	165	9	174
	50-59	86	15	101
	60-69	56	2	58
	70-79	28	1	29
	80歳以上	10		10
	合計		574	48

### 3. その他（合、缶、杯）

（人）

性別	年齢階級	その他の飲酒（純アルコール量）		
		1回量60g未満	1回量60g以上	小計
男性	15-19	1		1
	20-29	5		5
	30-39	5		5
	40-49	6		6
	50-59	2		2
	60-69	3		3
	70-79	1		1
	80歳以上			
	合計	23		23
女性	15-19			
	20-29	10		10
	30-39	14		14
	40-49	6	1	7
	50-59	3		3
	60-69	1		1
	70-79	1		1
	80歳以上			
	合計	35	1	36
総数	15-19	1		1
	20-29	15		15
	30-39	19		19
	40-49	12	1	13
	50-59	5		5
	60-69	4		4
	70-79	2		2
	80歳以上			
	合計	58	1	59

### 【1回の飲酒量】

（人）

性別	年齢階級	1回の飲酒量			合計
		60g未満	60g以上	無回答	
男性	15-19	5	3	0	8
	20-29	43	40	5	88
	30-39	52	38	3	93
	40-49	63	63	0	126
	50-59	48	48	3	99
	60-69	51	25	2	78
	70-79	35	8	0	43
	80歳以上	10	5	0	15
	合計	307	230	13	550
女性	15-19	2	1	0	3
	20-29	36	13	1	50
	30-39	52	7	1	60
	40-49	63	8	3	74
	50-59	28	9	2	39
	60-69	11		0	11
	70-79	5	1	1	7
	80歳以上	2		1	3
	合計	199	39	9	247
総数	15-19	7	4	0	11
	20-29	79	53	6	138
	30-39	104	45	4	153
	40-49	126	71	3	200
	50-59	76	57	5	138
	60-69	62	25	2	89
	70-79	40	9	1	50
	80歳以上	12	5	1	18
	合計	506	269	22	797

【1日平均の飲酒量（純アルコール量）】

(人)

性別	年齢階級	1日平均飲酒量(純アルコール量)			合計
		20g未満	20g以上	無回答	
男性	15-19	7	1		8
	20-29	41	42	5	88
	30-39	44	45	4	93
	40-49	39	84	3	126
	50-59	35	61	3	99
	60-69	32	43	3	78
	70-79	20	22	1	43
	80歳以上	5	10		15
	合計		223	308	19
女性	15-19	1	2		3
	20-29	34	15	1	50
	30-39	55	4	1	60
	40-49	56	15	3	74
	50-59	27	9	3	39
	60-69	11			11
	70-79	5	1	1	7
	80歳以上	2		1	3
	合計		191	46	10
総数	15-19	8	3		11
	20-29	75	57	6	138
	30-39	99	49	5	153
	40-49	95	99	6	200
	50-59	62	70	6	138
	60-69	43	43	3	89
	70-79	25	23	2	50
	80歳以上	7	10	1	18
	合計		414	354	29

問18-3 主にどのような場面で飲みますか。あてはまるものに1つをつけてください。

(人)

性別	年齢階級	飲む場所							無回答	お酒を飲む人
		家	友人宅	店で1人	店で友人	仕事上	行事	その他		
男性	15-19		3		3	1	1			8
	20-29	31	8	1	29	11	1	1	6	88
	30-39	45	1		24	13	2		8	93
	40-49	56	10		18	24	3	1	14	126
	50-59	55	5	1	10	17	3	1	7	99
	60-69	48	4	1	4	11	4	2	4	78
	70-79	33	1		1		5		3	43
	80歳以上	14					1			15
	合計		282	32	3	89	77	20	5	42
女性	15-19	1			1				1	3
	20-29	14	3		23	6		1	3	50
	30-39	37			12	7	2	1	1	60
	40-49	39	1		14	8	6	1	5	74
	50-59	25	1		3	5	1	1	3	39
	60-69	6			3		1		1	11
	70-79	6							1	7
	80歳以上	2							1	3
	合計		130	5		56	26	10	4	16
総数	15-19	1	3		4	1	1		1	11
	20-29	45	11	1	52	17	1	2	9	138
	30-39	82	1		36	20	4	1	9	153
	40-49	95	11		32	32	9	2	19	200
	50-59	80	6	1	13	22	4	2	10	138
	60-69	54	4	1	7	11	5	2	5	89
	70-79	39	1		1		5		4	50
	80歳以上	16					1		1	18
	合計		412	37	3	145	103	30	9	58

【追加分】

1日平均飲酒量（純アルコール量）

（人）

性別	年齢階級	1日平均飲酒量（純アルコール量）				合計
		20g未満	60g未満	60g以上	無回答	
男性	15-19	7	1			8
	20-29	41	30	12	5	88
	30-39	44	31	14	4	93
	40-49	39	47	37	3	126
	50-59	35	34	27	3	99
	60-69	32	29	14	3	78
	70-79	20	20	2	1	43
	80歳以上	5	6	4		15
	合計	223	198	110	19	550
女性	15-19	1	1	1		3
	20-29	34	12	3	1	50
	30-39	55	4		1	60
	40-49	56	14	1	3	74
	50-59	27	8	1	3	39
	60-69	11				11
	70-79	5	1		1	7
	80歳以上	2			1	3
	合計	191	40	6	10	247
総数	15-19	8	2	1		11
	20-29	75	42	15	6	138
	30-39	99	35	14	5	153
	40-49	95	61	38	6	200
	50-59	62	42	28	6	138
	60-69	43	29	14	3	89
	70-79	25	21	2	2	50
	80歳以上	7	6	4	1	18
	合計	414	238	116	29	797

「多量飲酒」とは、1日平均60g以上の純アルコール量を飲酒すること。

「節度ある飲酒」とは、1日平均20g以下の純アルコール量を飲酒すること。

（割合）

性別	年齢階級	1日平均飲酒量（純アルコール量）				合計
		20g未満	60g未満	60g以上	無回答	
男性	15-19	87.5	12.5			100.0
	20-29	46.6	34.1	13.6	5.7	100.0
	30-39	47.3	33.3	15.1	4.3	100.0
	40-49	31.0	37.3	29.4	2.4	100.0
	50-59	35.4	34.3	27.3	3.0	100.0
	60-69	41.0	37.2	17.9	3.8	100.0
	70-79	46.5	46.5	4.7	2.3	100.0
	80歳以上	33.3	40.0	26.7		100.0
	合計	40.5	36.0	20.0	3.5	100.0
女性	15-19	33.3	33.3	33.3		100.0
	20-29	68.0	24.0	6.0	2.0	100.0
	30-39	91.7	6.7		1.7	100.0
	40-49	75.7	18.9	1.4	4.1	100.0
	50-59	69.2	20.5	2.6	7.7	100.0
	60-69	100.0				100.0
	70-79	71.4	14.3		14.3	100.0
	80歳以上	66.7			33.3	100.0
	合計	77.3	16.2	2.4	4.0	100.0
総数	15-19	72.7	18.2	9.1		100.0
	20-29	54.3	30.4	10.9	4.3	100.0
	30-39	64.7	22.9	9.2	3.3	100.0
	40-49	47.5	30.5	19.0	3.0	100.0
	50-59	44.9	30.4	20.3	4.3	100.0
	60-69	48.3	32.6	15.7	3.4	100.0
	70-79	50.0	42.0	4.0	4.0	100.0
	80歳以上	38.9	33.3	22.2	5.6	100.0
	合計	51.9	29.9	14.6	3.6	100.0

## ．喫煙について

問 19 現在タバコを吸っていますか。あてはまるものに1つ をつけてください。

(人)

性別	年齢階級	現在タバコを吸っていますか				合計
		吸っている	吸っていたがやめた	吸わない	無回答	
男性	15 - 19	7	2	65	2	76
	20 - 29	52	7	51	2	112
	30 - 39	58	14	43	1	116
	40 - 49	75	24	55	1	155
	50 - 59	63	30	44		137
	60 - 69	28	29	53		110
	70 - 79	22	30	25		77
	80歳以上	4	23	11		38
	合計	309	159	347	6	821
女性	15 - 19	1		60	3	64
	20 - 29	16	12	71	2	101
	30 - 39	12	7	93	1	113
	40 - 49	17	8	136		161
	50 - 59	8	6	112	2	128
	60 - 69	3	4	119	1	127
	70 - 79	4	2	112		118
	80歳以上	5	3	62	1	71
	合計	66	42	765	10	883
総数	15 - 19	8	2	125	5	140
	20 - 29	68	19	122	4	213
	30 - 39	70	21	136	2	229
	40 - 49	92	32	191	1	316
	50 - 59	71	36	156	2	265
	60 - 69	31	33	172	1	237
	70 - 79	26	32	137		195
	80歳以上	9	26	73	1	109
	合計	375	201	1112	16	1704

性別	年齢階級	喫煙者	調査人数	喫煙率
男性	15 - 19	7	76	9.2%
	20 - 29	52	112	46.4%
	30 - 39	58	116	50.0%
	40 - 49	75	155	48.4%
	50 - 59	63	137	46.0%
	60 - 69	28	110	25.5%
	70 - 79	22	77	28.6%
	80歳以上	4	38	10.5%
	合計	309	821	37.6%
女性	15 - 19	8	140	5.7%
	20 - 29	16	101	15.8%
	30 - 39	12	113	10.6%
	40 - 49	17	161	10.6%
	50 - 59	8	128	6.3%
	60 - 69	3	127	2.4%
	70 - 79	4	118	3.4%
	80歳以上	5	71	7.0%
	合計	66	883	7.5%

**問19で 現在タバコを「吸っている」と答えた方にお聞きします**

**問19-1 1日平均何本くらい吸っていますか。**

(人)

性別	年齢階級	1日平均喫煙本数						合計
		1~9本	10~19本	20~29本	30~39本	40本以上	無回答	
男性	15-19	2	3	2				7
	20-29	6	13	26	2	3	2	52
	30-39	3	14	27	6	7	1	58
	40-49	3	14	36	7	15		75
	50-59	4	11	28	8	11	1	63
	60-69	3	7	13	2	3		28
	70-79	2	7	11	2			22
	80歳以上	1	1	2				4
	合計	24	70	145	27	39	4	309
女性	15-19			1				1
	20-29	8	4	4				16
	30-39	6	3	3				12
	40-49	1	11	3	1	1		17
	50-59	1	4	2	1			8
	60-69	1	2					3
	70-79	1	2	1				4
	80歳以上	2	2	1				5
	合計	20	28	15	2	1		66
総数	15-19	2	3	3				8
	20-29	14	17	30	2	3	2	68
	30-39	9	17	30	6	7	1	70
	40-49	4	25	39	8	16		92
	50-59	5	15	30	9	11	1	71
	60-69	4	9	13	2	3		31
	70-79	3	9	12	2			26
	80歳以上	3	3	3				9
	合計	44	98	160	29	40	4	375

**問19-2 吸い始めたのは何歳の時ですか。**

(人)

性別	年齢階級	吸い始めた年齢					合計
		15歳未満	15~19歳	20~24歳	25~29歳	30歳以上	
男性	15-19		7				7
	20-29	6	27	17			52
	30-39	4	26	20	3		58
	40-49	1	33	34	4	3	75
	50-59		24	32	6	1	63
	60-69		8	10	6	2	28
	70-79		4	11	5	2	22
	80歳以上		2	1		1	4
	合計	11	131	125	24	9	309
女性	15-19			1			1
	20-29	1	5	7			16
	30-39	1	5	4	1		12
	40-49		4	10	1	2	17
	50-59		2	1		5	8
	60-69			1		1	3
	70-79				1	3	4
	80歳以上			1	1	3	5
	合計	2	16	25	4	14	66
総計	15-19		7	1			8
	20-29	7	32	24			68
	30-39	5	31	24	4		70
	40-49	1	37	44	5	5	92
	50-59		26	33	6	6	71
	60-69		8	11	6	3	31
	70-79		4	11	6	5	26
	80歳以上		2	2	1	4	9
	合計	13	147	150	28	14	375

問19-3 禁煙しようと思いますか。あてはまるものを1つ をつけてください。

(人)

性別	年齢階級	禁煙しようと思いますか				合計
		強く思う	思う	思わない	無回答	
男性	15 - 19		4	3		7
	20 - 29	3	19	29	1	52
	30 - 39	6	35	16	1	58
	40 - 49	8	40	27		75
	50 - 59	7	30	26		63
	60 - 69	4	11	12	1	28
	70 - 79	3	15	4		22
	80歳以上		2	2		4
	合計	31	156	119	3	309
女性	15 - 19		1			1
	20 - 29	1	11	4		16
	30 - 39	3	5	4		12
	40 - 49	2	12	3		17
	50 - 59		2	6		8
	60 - 69	1	1	1		3
	70 - 79	2	2			4
	80歳以上		1	4		5
	合計	9	35	22		66
総計	15 - 19		5	3		8
	20 - 29	4	30	33	1	68
	30 - 39	9	40	20	1	70
	40 - 49	10	52	30		92
	50 - 59	7	32	32		71
	60 - 69	5	12	13	1	31
	70 - 79	5	17	4		26
	80歳以上		3	6		9
	合計	40	191	141	3	375

問19で タバコを「吸っていたがやめた」と答えた方にお聞きします

問19-5 1日平均何本くらい吸っていましたか。

(人)

性別	年齢階級	過去の喫煙本数					合計
		10~19本	20~29本	30~39本	40本以上	無回答	
男性	15 - 19	2					2
	20 - 29	3	3			1	7
	30 - 39	7	6			1	14
	40 - 49	11	13				24
	50 - 59	12	17			1	30
	60 - 69	8	16	4	1		29
	70 - 79	4	21	3	1	1	30
	80歳以上	6	12	4		1	23
	合計	53	88	11	2	5	159
女性	15 - 19						
	20 - 29	6	5			1	12
	30 - 39	3	4				7
	40 - 49	1	4	3			8
	50 - 59	2	2	1		1	6
	60 - 69		1	2	1		4
	70 - 79					2	2
	80歳以上		1	1	1		3
	合計	12	17	7	2	4	42
総数	15 - 19	2					2
	20 - 29	9	8			2	19
	30 - 39	10	10			1	21
	40 - 49	12	17	3			32
	50 - 59	14	19	1		2	36
	60 - 69	8	17	6	2		33
	70 - 79	4	21	3	1	3	32
	80歳以上	6	13	5	1	1	26
	合計	65	105	18	4	9	201



問19-6 吸い始めは何歳の時ですか。

(人)

性別	年齢階級	吸い始めた年齢						合計
		15歳未満	15~19歳	20~24歳	25~29歳	30歳以上	無回答	
男性	15-19		2					2
	20-29		3	3			1	7
	30-39	1	6	6			1	14
	40-49	1	10	12	1			24
	50-59		12	13	4		1	30
	60-69		8	14	2	5		29
	70-79		4	19	2	4	1	30
	80歳以上		6	10	2	4	2	23
	合計	2	51	77	11	13	5	159
女性	15-19							
	20-29	3	3	5			1	12
	30-39		3	3	1			7
	40-49		1	4		3		8
	50-59		2	2		1	1	6
	60-69				1	3		4
	70-79						2	2
	80歳以上			1			2	3
	合計	3	9	15	2	9	4	42
総数	15-19		2					2
	20-29	3	6	8			2	19
	30-39	1	9	9	1		1	21
	40-49	1	11	16	1	3		32
	50-59		14	15	4	1	2	36
	60-69		8	14	3	8		33
	70-79		4	19	2	4	3	32
	80歳以上		6	11	2	6	2	26
	合計	5	60	92	13	22	9	201

問19-7 タバコをやめたのは何歳の時ですか。

(人)

性別	年齢階級	タバコをやめた年齢							合計	
		15~19歳	20~29歳	30~39歳	40~49歳	50~59歳	60~69歳	70歳以上		無回答
男性	15-19	2								2
	20-29	1	6							7
	30-39		5	8					1	14
	40-49		1	8	15					24
	50-59		2	9	14	3			2	30
	60-69		1	2	8	10	7	1		29
	70-79		1	1	4	6	4	13	2	30
	80歳以上	1		1	3	4	7	6	1	23
	合計	4	16	32	46	21	27	7	6	159
女性	15-19									
	20-29		12							12
	30-39	1	4	2						7
	40-49		4	1	3					8
	50-59			1	2	2			1	6
	60-69				1	2	1			4
	70-79								2	2
	80歳以上						1	2		3
	合計	1	20	4	6	4	2	2	3	42
総数	15-19	2								2
	20-29	1	18							19
	30-39	1	9	10					1	21
	40-49		5	9	18					32
	50-59		2	10	16	5			3	36
	60-69		1	2	9	12	8	1		33
	70-79		1	4	6	4	13		4	32
	80歳以上	1		1	3	4	8	8	1	26
	合計	5	36	36	52	25	29	9	9	201

問19-8 タバコをやめたきっかけは何ですか。あてはまるものに1つをつけてください。(人)

性別	年齢階級	タバコをやめたきっかけ						合計	
		家族・友人	職場禁煙	健康理由	医師のすすめ	たばこの害	その他		無回答
男性	15-19			1			1	2	
	20-29	1		2		1	3	7	
	30-39	4		5	1	2		14	
	40-49	2		12	2	4	2	24	
	50-59	1		11	1	7	7	30	
	60-69	4		8	6	5	5	29	
	70-79	1		14	5	7	3	30	
	80歳以上	3		9	3	6	2	23	
	合計	16		62	18	32	23	8	159
女性	15-19								12
	20-29	7		1	1		3		7
	30-39	3					4		8
	40-49	2		1	1		3	1	2
	50-59					1		1	7
	60-69	1		4		1	1		2
	70-79			1				1	4
	80歳以上			1	2		1		4
	合計	13		8	4	2	12	3	42
総数	15-19			1			1		2
	20-29	8		3	1	1	6		19
	30-39	7		5	1	2	4	2	21
	40-49	4		13	3	4	5	3	32
	50-59	1		11	1	8	7	4	32
	60-69	5		12	6	6	6	1	36
	70-79	1		15	5	7	3	1	32
	80歳以上	3		10	5	6	3		27
	合計	29		70	22	34	35	11	201

問20 他人のタバコの煙でいやな思いをしたことがありますか。あてはまるものに1つをつけてください。(人)

性別	年齢階級	他人のタバコで嫌な思いをしたことがありますか				合計
		ある	時々ある	ない	無回答	
男性	15-19	33	25	15	3	76
	20-29	43	33	33	3	112
	30-39	38	39	34	5	116
	40-49	53	55	44	3	155
	50-59	52	43	41	1	137
	60-69	53	22	33	2	110
	70-79	28	22	27		77
	80歳以上	12	8	16	2	38
	合計	312	247	243	19	821
女性	15-19	38	16	7	3	64
	20-29	42	43	12	4	101
	30-39	61	38	10	4	113
	40-49	98	51	12		161
	50-59	74	35	17	2	128
	60-69	75	39	12	1	127
	70-79	64	21	31	2	118
	80歳以上	25	10	33	3	71
	合計	477	253	134	19	883
女性	15-19	71	41	22	6	140
	20-29	85	76	45	7	213
	30-39	99	77	44	9	229
	40-49	151	106	56	3	316
	50-59	126	78	58	3	265
	60-69	128	61	45	3	237
	70-79	92	43	58	2	195
	80歳以上	37	18	49	5	109
	合計	789	500	377	38	1704

## ・健康観について

問 2 1 ふだん、自分が健康だと思いますか。あてはまるものに1つまるをつけてください。

(人)

性別	年齢階級	ふだん自分は健康だと思いますか				無回答	合計
		とても健康	まあまあ健康	あまり健康でない	健康ではない		
男性	15 - 19	17	46	11	1	1	76
	20 - 29	17	67	23	3	2	112
	30 - 39	13	75	26	2		116
	40 - 49	9	104	33	8	1	155
	50 - 59	10	90	30	6	1	137
	60 - 69	17	64	18	11		110
	70 - 79	15	35	18	9		77
	80 - 89	5	21	7	4	1	38
	合計		103	503	166	44	5
女性	15 - 19	17	36	10		1	64
	20 - 29	6	75	16	4		101
	30 - 39	8	89	10	4	2	113
	40 - 49	9	108	34	9	1	161
	50 - 59	10	76	34	7	1	128
	60 - 69	15	70	30	12		127
	70 - 79	20	59	30	9		118
	80 - 89	12	34	16	9		71
	合計		97	547	180	54	5
総計	15 - 19	34	82	21	1	2	140
	20 - 29	23	142	39	7	2	213
	30 - 39	21	164	36	6	2	229
	40 - 49	18	212	67	17	2	316
	50 - 59	20	166	64	13	2	265
	60 - 69	32	134	48	23		237
	70 - 79	35	94	48	18		195
	80 - 89	17	55	23	13	1	109
	合計		200	1050	346	98	10

問 2 2 1年以内に住民健診、人間ドック等の健康診断を受けましたか。

(人)

性別	年齢階級	健康診断を受けましたか			合計
		受けた	受けていない	無回答	
男性	15 - 19	30	44	2	76
	20 - 29	36	75	1	112
	30 - 39	56	60		116
	40 - 49	81	73	1	155
	50 - 59	80	57		137
	60 - 69	67	43		110
	70 - 79	51	26		77
	80歳以上	26	12		38
	合計		427	390	4
女性	15 - 19	28	35	1	64
	20 - 29	34	66	1	101
	30 - 39	57	55	1	113
	40 - 49	89	72		161
	50 - 59	79	48	1	128
	60 - 69	81	46		127
	70 - 79	77	41		118
	80歳以上	49	22		71
	合計		494	385	4
総数	15 - 19	58	79	3	140
	20 - 29	70	141	2	213
	30 - 39	113	115	1	229
	40 - 49	170	145	1	316
	50 - 59	159	105	1	265
	60 - 69	148	89		237
	70 - 79	128	67		195
	80歳以上	75	34		109
	合計		921	775	8

**問 2 2 で 1 年以内に住民健診等を「受けた」と答えた方にお聞きします**

問 2 2 - 1 どこで受けましたか。あてはまるものに1つ をつけてください。

(人)

性別	年齢階級	どこで受けましたか					合計
		住民健診等	職場健診等	学校	その他	無回答	
男性	15 - 19	2		26	1	1	30
	20 - 29	1	30	4	1		36
	30 - 39	5	46	1	4		56
	40 - 49	18	53		10		81
	50 - 59	20	44		15	1	80
	60 - 69	37	11		19		67
	70 - 79	33	2		16		51
	80歳以上	12			12	2	26
	合計		128	186	31	78	4
女性	15 - 19		3	25			28
	20 - 29	2	26	4	2		34
	30 - 39	14	38		5		57
	40 - 49	29	47		11	2	89
	50 - 59	26	39		13	1	79
	60 - 69	53	5		23		81
	70 - 79	62			15		77
	80歳以上	40			9		49
	合計		226	158	29	78	3
総数	15 - 19	2	3	51	1	1	58
	20 - 29	3	56	8	3		70
	30 - 39	19	84	1	9		113
	40 - 49	47	100		21	2	170
	50 - 59	46	83		28	2	159
	60 - 69	90	16		42		148
	70 - 79	95	2		31		128
	80歳以上	52			21	2	75
	合計		354	344	60	156	7

**問 2 2 で 1 年以内に住民健診等を「受けていない」と答えた方にお聞きします**

問 2 2 - 2 受けていない理由はどれですか。あてはまるものに1つ をつけてください。

(人)

性別	年齢階級	健診を受けない理由				合計
		かかりつけの医者がある	健康だから	その他の理由	無回答	
男性	15 - 19		22	13	9	44
	20 - 29	3	47	22	3	75
	30 - 39	4	28	26	2	60
	40 - 49	7	27	38	1	73
	50 - 59	6	20	27	4	57
	60 - 69	17	14	10	2	43
	70 - 79	14	6	3	3	26
	80歳以上	6	3	3		12
	合計		57	167	142	24
女性	15 - 19	1	20	10	4	35
	20 - 29	2	35	27	2	66
	30 - 39	2	21	30	2	55
	40 - 49	12	23	32	5	72
	50 - 59	14	12	21	1	48
	60 - 69	21	9	14	2	46
	70 - 79	25	6	8	2	41
	80歳以上	11	2	8	1	22
	合計		88	128	150	19
総数	15 - 19	1	42	23	13	79
	20 - 29	5	82	49	5	141
	30 - 39	6	49	56	4	115
	40 - 49	19	50	70	6	145
	50 - 59	20	32	48	5	105
	60 - 69	38	23	24	4	89
	70 - 79	39	12	11	5	67
	80歳以上	17	5	11	1	34
	合計		145	295	292	43

問 2 3 健康おきなわ2010（健康日本21、市町村の健康づくり計画含む）を知っていますか。あてはまるものに1つ をつけてください。（人）

性別	年齢階級	健康おきなわ2010を知っていますか				合計
		知っている	内容知らない	知らない	無回答	
男性	15 - 19	2	6	67	1	76
	20 - 29	3	10	98	1	112
	30 - 39	5	16	95		116
	40 - 49	6	21	126	2	155
	50 - 59	7	28	102		137
	60 - 69	9	26	74	1	110
	70 - 79	6	10	61		77
	80歳以上	4	8	26		38
	合計		42	125	649	5
女性	15 - 19	1	10	52	1	64
	20 - 29	6	15	80		101
	30 - 39	3	17	92	1	113
	40 - 49	5	36	120		161
	50 - 59	8	24	95	1	128
	60 - 69	11	36	80		127
	70 - 79	4	16	98		118
	80歳以上	3	5	63		71
	合計		41	159	680	3
総数	15 - 19	3	16	119	2	140
	20 - 29	9	25	178	1	213
	30 - 39	8	33	187	1	229
	40 - 49	11	57	246	2	316
	50 - 59	15	52	197	1	265
	60 - 69	20	62	154	1	237
	70 - 79	10	26	159		195
	80歳以上	7	13	89		109
	合計		83	284	1329	8

問 2 4 健康づくりに関する教室や講演会、イベント、自主グループ等の活動に参加したことがありますか。あてはまるものに1つ をつけてください。（人）

性別	年齢階級	健康づくりに関する活動への参加					合計
		したことあり	したことがない	参加したい	関心がない	無回答	
男性	15 - 19	5	38	3	29	1	76
	20 - 29	6	56	2	47	1	112
	30 - 39	10	68	10	28		116
	40 - 49	14	89	15	36	1	155
	50 - 59	14	76	16	30	1	137
	60 - 69	13	66	16	14	1	110
	70 - 79	14	46	9	8		77
	80歳以上	8	19	3	7	1	38
	合計		84	458	74	199	6
女性	15 - 19	5	39	6	13		64
	20 - 29	7	57	12	25		101
	30 - 39	12	55	25	20	1	113
	40 - 49	26	84	39	11	1	161
	50 - 59	29	57	28	13	1	128
	60 - 69	47	45	21	14		127
	70 - 79	41	47	17	12	1	118
	80歳以上	28	35	2	6		71
	合計		195	419	150	114	5
総数	15 - 19	10	77	9	42	2	140
	20 - 29	13	113	14	72	1	213
	30 - 39	22	123	35	48	1	229
	40 - 49	40	173	54	47	2	316
	50 - 59	43	133	44	43	2	265
	60 - 69	60	111	37	28	1	237
	70 - 79	55	93	26	20	1	195
	80歳以上	36	54	5	13	1	109
	合計		279	877	224	313	11

問 2 5 健康づくりに関する知識や情報を何から得ていますか。主なものに3つ以内で  
をつけてください。

(人)

性別	年齢階級	健康づくりに関する情報源は何か									合計					
		テレビ	雑誌	家族友人知人	新聞	雑誌	本	インターネット	保健所 保健センター	学校職場 保健師		医師 看護師 栄養士	食生活 管理 職員	ポスターなど		
男性	15-19	48	26	29	1	1	38	1	7							76
	20-29	90	44	41	11	3	23	8	6	1						112
	30-39	97	49	66	9	2	12	11	10							116
	40-49	129	67	84	5	5	24	14	10							155
	50-59	116	44	84	4	6	9	24	9							137
	60-69	87	51	47		5	4	25	3	1						110
	70-79	67	21	33		7	3	32	1							77
	80歳以上	25	9	17		3		13	3							38
合計	669	311	401	30	32	113	128	5	46						821	
女性	15-19	47	35	29	3		24	2	1							64
	20-29	86	53	54	6	1	17	8	7							101
	30-39	90	47	61	8	1	23	17	3							113
	40-49	142	82	103	3	7	25	18	15							161
	50-59	109	62	73	1	6	21	21	6	3						128
	60-69	109	60	57		14	3	26	4	4						127
	70-79	106	51	47		14	1	28	8	1						118
	80歳以上	54	40	21		9	1	18	1							71
合計	743	430	445	21	52	115	138	9	44						883	
総数	15-19	95	61	58	4	1	62	3	8	0						140
	20-29	176	97	95	17	4	40	16	13	1						213
	30-39	187	96	127	17	3	35	28	13	0						229
	40-49	271	149	187	8	12	49	32	25	0						316
	50-59	225	106	157	5	12	30	45	15	3						265
	60-69	196	111	104	0	19	7	51	7	5						237
	70-79	173	72	80	0	21	4	60	9	1						195
	80歳以上	79	49	38	0	12	1	31	0	4						109
合計	1402	741	846	51	84	228	266	14	90						1704	

## ． 歯科について

問 2 6 あなたは、歯をみがきますか。あてはまるものに1つ をつけてください。

(人)

性別	年齢階級	歯みがき状況					無回答	合計
		毎日1回	毎日2回	毎日3回以上	時々みがく	みがかない		
男性	15-19	10	30	6	6		1	53
	20-29	23	38	13	2		1	77
	30-39	26	38	15	4		1	84
	40-49	36	53	24	2	2		117
	50-59	22	54	18	7	1		102
	60-69	22	36	21	6	2		87
	70-79	26	23	15		1	1	66
	80歳以上	13	8	10	2	2		35
	合計	178	280	122	29	8	4	621
女性	15-19	9	32	8	2			51
	20-29	8	32	33				73
	30-39	6	41	45				92
	40-49	11	66	56	1	1		135
	50-59	9	51	31				91
	60-69	12	59	40	1			112
	70-79	33	37	30	1		1	102
	80歳以上	20	22	16	2	2	1	63
	合計	108	340	259	7	3	2	719
総数	15-19	19	62	14	8		1	104
	20-29	31	70	46	2		1	150
	30-39	32	79	60	4		1	176
	40-49	47	119	80	3	3		252
	50-59	31	105	49	7	1		193
	60-69	34	95	61	7	2		199
	70-79	59	60	45	1	1	2	168
	80歳以上	33	30	26	4	4	1	98
	合計	286	620	381	36	11	6	1340

問 2 7 歯や歯のすき間の手入れのために歯間ブラシやフロス（糸ようじ）等を使用していますか。あてはまるものに をつけてください。

(人)

性別	年齢階級	歯間ブラシ等の使用状況					無回答	合計
		毎日1回	毎日2回	毎日3回以上	時々使う	使わない		
男性	15-19	1	1		7	43	1	53
	20-29	3	3		16	55		77
	30-39	2	2		19	61		84
	40-49	7	7	3	24	76		117
	50-59	8	5	4	13	72		102
	60-69	6	5	3	15	58		87
	70-79	3	2	3	7	51		66
	80歳以上	3		3	1	28		35
	合計	33	25	16	102	444	1	621
女性	15-19	2	1	1	15	32		51
	20-29	2	1	2	28	40		73
	30-39	9	2	6	31	44		92
	40-49	10	4	1	47	73		135
	50-59	7	8	3	19	54		91
	60-69	10	8	9	15	68	2	112
	70-79	3	2	6	10	79	2	102
	80歳以上	3	3	1	7	47	2	63
	合計	46	29	29	172	437	6	719
総数	15-19	3	2	1	22	75	1	104
	20-29	5	4	2	44	95		150
	30-39	11	4	6	50	105		176
	40-49	17	11	4	71	149		252
	50-59	15	13	7	32	126		193
	60-69	16	13	12	30	126	2	199
	70-79	6	4	9	17	130	2	168
	80歳以上	6	3	4	8	75	2	98
	合計	79	54	45	274	881	7	1340

問 2 8 この1年間に、歯科健診や治療を受けたことがありますか。

(人)

性別	年齢階級	この1年間に歯科健診を受けましたか			合計
		ある	ない	無回答	
男性	15 - 19	23	28	2	53
	20 - 29	33	44		77
	30 - 39	32	52		84
	40 - 49	38	79		117
	50 - 59	47	53	2	102
	60 - 69	39	48		87
	70 - 79	29	37		66
	80歳以上	11	24		35
	合計	252	365	4	621
女性	15 - 19	30	21		51
	20 - 29	38	35		73
	30 - 39	41	50	1	92
	40 - 49	61	74		135
	50 - 59	50	41		91
	60 - 69	57	55		112
	70 - 79	28	74		102
	80歳以上	23	40		63
	合計	328	390	1	719
総数	15 - 19	53	49	2	104
	20 - 29	71	79		150
	30 - 39	73	102	1	176
	40 - 49	99	153		252
	50 - 59	97	94	2	193
	60 - 69	96	103		199
	70 - 79	57	111		168
	80歳以上	34	64		98
	合計	580	755	5	1340

問 2 8 で この1年間に歯科健診を受けたことが「ある」と答えた方にお聞きします

問 2 8 - 1 あなたが受けた内容は何ですか。主なものに3つ以内で をつけてください。

(人)

性別	年齢階級	歯科健診や治療を受けた理由は何ですか						
		歯科検診	健康管理	むし歯治療	歯周病治療	抜けた歯治療	歯並び治療	あごの治療
男性	15 - 19	11	5	7	1	1	1	
	20 - 29	5	6	24	3	4		
	30 - 39	4	13	22		4	1	
	40 - 49	4	11	25	7	6		
	50 - 59	2	17	30	7	18	3	
	60 - 69	2	9	16	5	21	2	2
	70 - 79	3	10	10	1	10	2	1
	80歳以上	1	2	1	1	5	2	2
	合計	32	73	135	25	69	11	5
女性	15 - 19	18	5	12	1		2	
	20 - 29	1	13	27		3	2	1
	30 - 39	3	15	21	1	3	1	2
	40 - 49	4	21	40	5	19	2	1
	50 - 59	2	14	21	8	25	2	1
	60 - 69	2	18	25	3	18	6	1
	70 - 79	2	11	8	2	12	2	2
	80歳以上		2	4	1	14	3	3
	合計	32	99	158	21	94	20	12
総計	15 - 19	29	10	19	2	1	3	
	20 - 29	6	19	51	3	7	2	1
	30 - 39	7	28	43	1	7	2	2
	40 - 49	8	32	65	12	25	2	1
	50 - 59	4	31	51	15	43	5	2
	60 - 69	4	27	41	8	39	8	3
	70 - 79	5	21	18	3	22	4	3
	80歳以上	1	4	5	2	19	5	5
	合計	64	172	293	46	163	31	17



問28-2 かかりつけの歯医者さんがありますか。

(人)

性別	年齢階級	かかりつけの歯科医師がいるか			合計
		ある	ない	無回答	
男性	15 - 19	8	15		23
	20 - 29	20	13		33
	30 - 39	18	14		32
	40 - 49	25	11	2	38
	50 - 59	38	8	1	47
	60 - 69	31	8		39
	70 - 79	25	3	1	29
	80歳以上	11			11
	合計	176	72	4	252
女性	15 - 19	13	15	2	30
	20 - 29	25	13		38
	30 - 39	36	4	1	41
	40 - 49	46	15		61
	50 - 59	43	6	1	50
	60 - 69	43	12	2	57
	70 - 79	24	3	1	28
	80歳以上	21	4		23
	合計	249	71	8	328
総数	15 - 19	21	30	2	53
	20 - 29	45	26		71
	30 - 39	54	18	1	73
	40 - 49	71	26	2	99
	50 - 59	81	14	2	97
	60 - 69	74	20	2	96
	70 - 79	49	6	2	57
	80歳以上	32	4		34
	合計	425	143	12	580

問29 あなたは、8020（ハチマルニイマル）運動という言葉聞いたことがありますか。

(人)

性別	年齢階級	8020運動を聞いたことがありますか			合計
		ある	ない	無回答	
男性	15 - 19	28	24	1	53
	20 - 29	30	47		77
	30 - 39	38	46		84
	40 - 49	51	65	1	117
	50 - 59	53	48	1	102
	60 - 69	35	52		87
	70 - 79	18	47	1	66
	80歳以上	6	29		35
	合計	259	358	4	621
女性	15 - 19	28	23		51
	20 - 29	47	26		73
	30 - 39	65	26	1	92
	40 - 49	102	33		135
	50 - 59	61	30		91
	60 - 69	49	62	1	112
	70 - 79	33	68	1	102
	80歳以上	12	51		63
	合計	397	319	3	719
総計	15 - 19	56	47	1	104
	20 - 29	77	73		150
	30 - 39	103	72	1	176
	40 - 49	153	98	1	252
	50 - 59	114	78	1	193
	60 - 69	84	114	1	199
	70 - 79	51	115	2	168
	80歳以上	18	80		98
	合計	656	677	7	1340

平成15年度 県民健康栄養調査

# 生活習慣調査票

平成15年度 県民健康栄養調査

# 生活習慣調査票

この調査は、満15歳以上男女問わず記入して下さい。

\*印は調査員記入欄

地区番号*					-	
-------	--	--	--	--	---	--

市郡番号*	
-------	--

世帯番号*		
-------	--	--

世帯コード*	
--------	--

世帯員番号		
-------	--	--

性別	1 男	2 女
----	-----	-----

年齢		
----	--	--

市  
町  
村

保健所

調査員氏名

# 沖 縄 県

## 「生活習慣調査」について

この調査は、県民の健康増進対策を推進するための基礎資料を得る目的で、沖縄県が実施する調査です。

「県民健康栄養調査」の対象となられた世帯の満15歳以上の方は、調査にご協力いただきますようよろしくお願いいたします。

なお、個人の秘密は厳守し、調査の目的以外に使うことはありません。

### <ご記入のお願い>

1. 調査票は、鉛筆で記入して下さい。
2. この調査は、個人を対象としていますので、あなた（回答者）ご自身の判断で記入して下さい。  
なお、記入が困難な方の場合は、ご家族の方が聞き取りの上記入して下さい。
3. この調査のお答えはすべて数字（統計的に）で処理いたします。お答えいただいたことをご迷惑をおかけすることはありませんので、ありのままをお書き下さい。
4. 回答項目が用意されている質問では、指示（1つ・3つ以内）にしたがってあてはまるものの番号（1・2・・・）を選び  で囲んで下さい。
5. 質問は問1から問29まであります。順序よくお答え下さい。

## . 食生活について

問1 ふだん、家庭で食事づくりをしていますか。あてはまるものに1つ をつけてください。

1. している                      2. 時々している                      3. していない

問1で 1または2に をつけた方にお聞きします

問1-1 食事づくりで最も関心があることは何ですか。あてはまるものに1つ をつけてください。

1. 栄養のバランス                      4. おいしさ  
2. 調理法                                      5. その他(                                      )  
3. 食品の表示(添加物など)

問2 ふだんの食生活の状況についておたずねします。

朝食、 昼食、 夕食、 間食(夜食を含む)のそれぞれについて、あてはまる箇所1つに をつけてください。

	毎日食べる	週5～6回 食べる	週3～4回 食べる	週1～2回 食べる	食べない
朝食					
昼食					
夕食					
間食(夜食を含む)					

問3 ふだん、夕食は何時頃にとりますか。あてはまるものに1つ をつけてください。

1. 6時まで                      2. 6時～8時                      3. 8時～10時                      4. 10時以降

問4 外食はどのくらいの頻度でしますか。(店で買ったおにぎりや弁当は外食に数えます)あてはまる箇所1つに をつけてください。

	毎日	週3～4回	週1～2回	月1～2回	ほとんど しない
朝食					
昼食					
夕食					
間食(夜食を含む)					

問5 ふだんの食事で市販の惣菜そうさいを利用することがありますか。あてはまるものに1つ をつけてください。

- |               |              |
|---------------|--------------|
| 1. ほとんど毎日利用する | 3. 週2～3回利用する |
| 2. 週4～5回利用する  | 4. ほとんど利用しない |

問6 健康に配慮した外食や弁当のメニュー（例：低カロリー食、減塩食、バランス食等）があれば利用しますか。あてはまるものに1つ をつけてください。

- |         |          |          |
|---------|----------|----------|
| 1. 利用する | 2. 利用しない | 3. わからない |
|---------|----------|----------|

問7 栄養バランスを意識して外食や弁当を選んでますか。あてはまるものに1つ をつけてください。

- |       |       |        |
|-------|-------|--------|
| 1. はい | 2. 時々 | 3. いいえ |
|-------|-------|--------|

問8 現在、自分の食生活に問題があると感じますか。あてはまるものに1つ をつけてください。

- |       |         |       |
|-------|---------|-------|
| 1. ある | 2. 多少ある | 3. ない |
|-------|---------|-------|

**問8で 1または2に つけた方にお聞きします**

問8 - 1 どのような問題がありますか。主なものに3つ以内で をつけてください。

- |               |             |
|---------------|-------------|
| 1. お腹いっぱい食べる  | 5. 塩辛いものが好き |
| 2. 早食い        | 6. 間食が多い    |
| 3. 栄養のバランスが悪い | 7. 好き嫌が多い   |
| 4. 油っこいものが好き  | 8. その他( )   |

問8 - 2 食生活を点検（見直し）することがありますか。

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問9 自分にあつた食事の量を知っていますか。

- |          |         |
|----------|---------|
| 1. 知っている | 2. 知らない |
|----------|---------|

**・運動について** \*ここで言う「運動」は、1回あたり継続して20分以上のものとしす

問10 運動を楽しみますか。あてはまるものに1つ をつけてください。

1. 楽しい                      2. 嫌い                      3. どちらでもない

問11 日常生活の中で、健康の維持増進のために意識的に運動を心がけていますか。

1. はい                      2. いいえ

**問11で 1に をつけた方にお聞きします**

問11-1 どのような運動をどれくらいの頻度で運動をしていますか。主なものに3つ以内で をつけてください。

	ほぼ毎日	週4～5回	週2～3回	週1回	月1～2回
1. ウォーキング (散歩を含む)					
2. ジョギング					
3. ゴルフ					
4. 体操・ストレッチ					
5. グラウンドゴルフ ゲートボール					
6. 球 技					
7. 水泳・水中運動					
8. その他 ( )					

**問11で 2に をつけた方にお聞きします**

問11-2 運動をしていない理由について、主なものに3つ以内で をつけてください。

1. 時間がない                      5. 場所や施設がない  
2. 仕事で疲れている              6. 指導者や仲間がない  
3. お金がかかる                      7. 体が弱い  
4. 何をしてもよいかわからない      8. その他( )

問12 現在の運動の状況についてどう思いますか。あてはまるものに1つ をつけてください。

1. 十分                      2. やや十分                      3. やや不足                      4. 不足

問13 運動について専門家から具体的な指導を受けたことがありますか。あてはまるものに1つをつけてください。

- 1.よく受ける                      2.時々受ける                      3.受けたことがない

問14 通勤や買い物などで車、エレベーター等を利用しますか。あてはまるものに1つをつけてください。

- 1.利用する                      2.時々利用する                      3.利用しない

## . 休養について

問15 ふだんの生活で悩み、ストレスを感じることはありませんか。あてはまるものに1つをつけてください。

- 1.非常にある                      2.ややある                      3.あまりない                      4.まったくない

問15で 1または2に つけた方にお聞きします

問15-1  どういふことで悩みやストレスを感じるこゝが多いですか。主なものに3つ以内で つけてください。

- |               |                                 |
|---------------|---------------------------------|
| 1. 仕事上のこと     | 6. 収入・家計・借金                     |
| 2. 人間関係       | 7. 出産・育児                        |
| 3. 生きがい・将来のこと | 8. 子供の教育・受験・進学                  |
| 4. 自分の健康・病気   | 9. 自分の学業・受験・進学                  |
| 5. 家族の健康・病気   | 10. その他(                      ) |

問15-2  あなたのまわりには、次のような人はいますか。

- |                              |       |        |
|------------------------------|-------|--------|
| (1) 会うと心が落ち着き安心できる人          | 1. いる | 2. いない |
| (2) 個人的な気持ちや悩みをうち明ける事のできる人   | 1. いる | 2. いない |
| (3) お互いの考えや将来の事などを話し合う事のできる人 | 1. いる | 2. いない |
| (4) あなたの行動や考えに賛成し、支持してくれる人   | 1. いる | 2. いない |

問16  ふだんの平均睡眠時間はどのくらいですか。あてはまるものに1つをつけてください。

1. 6時間未満                      2. 6～8時間未満                      3. 8時間以上

問17  あなた自身の休養についてどう思いますか。あてはまるものに1つをつけてください。

1. 十分とれている                      2. まあまあとれている                      3. 不足がち                      4. 不足



## ．飲酒について

問 1 8 ビールや泡盛等のアルコール飲料を飲んでいますか。あてはまるものに1つ つけてください。

- 1 . 飲む                      2 . 飲まない                      3 . やめた

問 1 8 で 1 に をつけた方にお聞きします

問 1 8 - 1 どのくらい飲みますか。あてはまるものに1つ をつけてください。

- 1 . ほとんど毎日      2 . 週に4 ~ 5回      3 . 週に2 ~ 3回      4 . 月に1 ~ 2回

問 1 8 - 2 1回に飲む量はどれくらいですか。

- 1 . 泡 盛 \_\_\_\_\_ 合 (30度180mlで1合)  
2 . ビール (発泡酒含む) \_\_\_\_\_ 缶 (350ml)  
3 . その他 ( \_\_\_\_\_ ) \_\_\_\_\_ 合・缶・杯

問 1 8 - 3 主にどのような場面で飲みますか。あてはまるものに1つ をつけてください。

- 1 . 家で飲む                      5 . 仕事上のつきあいで飲む  
2 . 友人宅等で飲む              6 . 行事などで飲む  
3 . 店で一人で飲む              7 . その他 ( \_\_\_\_\_ )  
4 . 店で友人・知人と飲む

## ．喫煙について

問 1 9 現在、たばこを吸っていますか。あてはまるものに1つ をつけてください。

- 1 . 吸っている              2 . 吸っていたがやめた              3 . 吸わない

問 1 9 で 1 に をつけた方にお聞きします

問 1 9 - 1 1日平均何本くらい吸っていますか。 \_\_\_\_\_ 本

問 1 9 - 2 吸い始めたのは何歳の時ですか。 \_\_\_\_\_ 歳

問 1 9 - 3 禁煙しようと思えますか。あてはまるものに1つ をつけてください。

- 1 . 強く思う                      2 . 思う                      3 . 思わない



問22で2に つけた方にお聞きします

問22-2 受けていない理由はどれですか。あてはまるものに1つ をつけてください。

1. かかりつけの医者があるから
2. 健康だから
3. その他の理由 ( )

問23 健康おきなわ2010(健康日本21、市町村の健康づくり計画含む)を知っていますか。あてはまるものに1つ をつけてください。

1. 知っている
2. 聞いたことはあるが内容は知らない
3. 知らない

問24 健康づくりに関する教室や講演会、イベント、自主グループ等の活動に参加したことがありますか。あてはまるものに1つ をつけてください。

1. 参加したことがある
2. 参加したことがない
3. 参加したことはないが参加したいと思う
4. 参加したことはなく関心がない

問25 健康づくりに関する知識や情報を何から得ていますか。主なもの3つ以内で をつけてください。

1. テレビ、ラジオ等
2. 家族、友人・知人
3. 新聞、雑誌、本
4. インターネット
5. 保健所や市町村保健センター
6. 学校・職場
7. 医師、看護師、保健師、栄養士
8. 食生活改善推進員
9. ポスター等の広告

## . 歯科について

問26 あなたは、歯をみがきますか。あてはまるものに1つ をつけてください。

- 毎日みがく(1. 1回 2. 2回 3. 3回以上) 4. 時々みがく 5. みがかない

問27 歯や歯のすき間の手入れのために歯間ブラシやフロス(糸ようじ)等を使用していますか。あてはまるものに1つ をつけてください。

- 毎日使う(1. 1回 2. 2回 3. 3回以上) 4. 時々使う 5. 使わない



